

અક્રમ યુથ

જૂન ૨૦૧૭ ગુજરાતી

દાદા ભગવાન પરિવાર

₹૧૨





સંપાદકીય

પ્રિય મિત્રો,

આજ-કાલ, આપણને સહુને ટેકનોલોજીની અત્યંત ઘેલછા છે અને આપણે સહુ તેને આદીન થઈ ગયા છીએ અને જો કોઈ મશીન આપણા ધાર્યા પ્રમાણે ન ચાલે તો આપણે ગુસ્સે થઈ જઈએ છીએ. ઘણી વાર તે મશીનમાં કોઈ સમસ્યા હોતી નથી પણ, આપણને તેની કાર્ય પદ્ધતિની ખબર હોતી નથી એના કારણે આવું બને છે. માટે જ, આપણે જ્યારે પણ કોઈ નવી વસ્તુ(પ્રોડક્ટ) ખરીદીએ, ત્યારે આપણને માર્ગદર્શિકા અને વસ્તુને કઈ રીતે વાપરવી તેનું નિર્દેશન આપવામાં આવે છે, કે જેથી આપણે એનો સારી રીતે ઉપયોગ કરી શકીએ. પણ, અમૂલ્ય એવા આપણા પોતાના માનવ જીવન માટે આપણને આવી કોઈ માર્ગદર્શિકા કે નિર્દેશન મળતાં નથી. મોટે ભાગે આપણને વિવિધ પરિસ્થિતિમાં સ્થિરતા રાખતાં નથી આવડતું અને મૂંઝાઈએ છીએ, ગુસ્સે થઈએ છીએ, અતિપ્રસન્ન થઈ જઈએ છીએ વગેરે. ઘણી વાર દ્રઢ નિશ્ચય કરવા છતાં, વ્યવહાર જેવો હોવો જોઈએ એવો થતો નથી અને આપણે નિઃસહાયતા અનુભવીએ છીએ, આવું કેમ ?

દાદાશ્રીએ કહ્યું છે કે પાંચ ઈન્દ્રિયોથી આપણે જે કંઈ પણ કરીએ કે અનુભવીએ છીએ, તે સૌ પ્રથમ આપણી અંદર થાય છે અને પછી બહાર પરિણામ પામે છે. એટલે જો આપણે માનવના સૂક્ષ્મ અને સ્થૂળ શરીરની પ્રક્રિયાઓ અને તેના કાર્યને સમજીએ. તો આપણું જીવન પણ સરળ અને સુખી થઈ શકે. ‘અક્રમ યુથ’ના આ અંકમાં આપણે માનવશરીરના આંતરિક ભાગો “અંતઃકરણ” ને સમજીશું. “અંતઃકરણ” એ કે જેના વિષે આખી દુનિયા જાણવા માંગે છે અને જેના વિષે દાદાશ્રીએ સૌ પ્રથમ વાર ફોડ પાડયા છે.

અંતઃકરણ કેવી રીતે કામ કરે છે તે જાણી લેવાથી, કોઈ પણ વ્યક્તિ પોતાના નક્કી કરેલા માર્ગ પર, વિપરીત સંજોગોમાં ભટક્યા વિના, સરળતાથી પ્રગતિ કરી શકે છે. વાચનની મજા માણો ! જય સચ્ચિદાનંદ !

- ડિમ્પલ મહેતા

Contents

લંબી

ડિમ્પલ મહેતા

વર્ષ: ૫, અંક : ૦૨

સળંગ અંક : ૫૦

જૂન ૨૦૧૭

સંપર્ક સૂત્ર :

જ્ઞાનીની છાયામાં,

ત્રિમંદિર સંકુલ, સીમંધર સીટી,

અમદાવાદ-કલોલ હાઇવે,

મુ.પો. - અડાલજ

જી.ગાંધીનગર-૩૮૨૪૨૧, ગુજરાત.

ફોન : (૦૭૯) ૩૯૮૩૦૧૦૦

email: akramyouth@dadabhagwan.org

website: youth.dadabhagwan.org

Printed & Published by

Dimple Mehta on behalf of
Mahavideh Foundation
Simandhar City, Adalaj -
382421. Dist- Gandhinagar

Owned by

Mahavideh Foundation
Simandhar City, Adalaj -
382421. Dist- Gandhinagar

Printed at : Amba Offset

B-99, K6 Road, Electronics
GIDC, Sector 25,
Gandhinagar - 382044,
Gujarat, India

Published at

Mahavideh Foundation
Simandhar City, Adalaj -
382421. Dist- Gandhinagar

કવર પેજ સાથે કુલ ૨૪ પેજ

લવાજમ (ગુજરાતી)

વાર્ષિક સભ્ય

ભારત : ૧૨૫ રૂપિયા

યુ.એસ.એ. : ૧૫ ડોલર

યુ.કે. : ૧૦ પાઉન્ડ

પાંચ વર્ષ

ભારત : ૫૦૦ રૂપિયા

યુ.એસ.એ. : ૬૦ ડોલર

યુ.કે. : ૪૦ પાઉન્ડ

D.D/M.O. 'મહાવિદેહ ફાઉન્ડેશન'

ના નામે મોકલવો

૦૪

શિવા અને તેના ત્રણ મિત્રો

૦૭

આજની પેટી માટે દિશાસૂચક પુસ્તક

૦૮

દાદાશ્રીના પુસ્તકની ઝલક

૧૦

Q & A

૧૨

મહાન પુરુષોની ઝાંખી

૧૫

અંદર બહાર

૧૬

હું આભારી છું

૧૭

કોમનસેન્સ

૧૮

શું તમને ખબર છે ?

૨૦

જ્ઞાની વિથ યુથ

૨૨

ચાલો રમીએ

૨૩

હેપીનેસ કેમ્પ



You need to download QR Code Scanner App from Play store or iTunes Store

Visit : <http://youth.dadabhagwan.org/Gallery/Akram-Youth>

Download free ebook / PDF versions of all
Akram Youth issues by scanning this QR code

શિવા અને તેના ત્રણ મિત્રો

અંધારું થઈ રહ્યું હતું. પણ, શિવા હજી તેની દિલ્હીમાં આવેલી ઑફિસમાં હતો અને કંઈક ઊંડા વિચારોમાં હતો. એ દિવસ ખૂબ ઝડપથી અને કોઈ સકારાત્મક (સારી) યાદ છોડ્યા વગર જ પસાર થઈ ગયો હતો. એ આઘાતમાં હતો અને તેને હજી એ માનવામાં આવતું ન હતું કે તે દિવસની, બોર્ડ મીટિંગમાં તેણે શું સાંભળ્યું હતું. કંપનીના ચીફ ફાયનાન્સ ઑફિસરે ચેતવણી આપી હતી કે, કંપની નાદાર થવાની તૈયારીમાં છે. પાંચ વર્ષના ગાળા પછીની તેની, ભારતની આ પહેલી જ મુલાકાત હતી.

શિવા, કે જે એક આઈટી એન્જિનિયર છે, તેને તેની સાત વર્ષ પહેલાંની ભારતની મુલાકાત યાદ આવી. યુએસની એક નામાંકિત કંપનીમાં થોડા વર્ષ નોકરી કરીને શિવા સારું એવું કમાયો અને તેણે તેની પોતાની કંપની ખોલવાનું સાહસ કર્યું. વતનમાં પોતાનો ઇંધો સ્થાપી, પોતાના વતનના વિકાસમાં કંઈક મદદરૂપ થવાના અને વેપારીઓની યુવા- (નવી) પેઢીને પ્રોત્સાહિત કરવાના નેક ઈરાદાથી તે ભારતમાં થોડા દિવસો માટે આવ્યો હતો. તેણે તેના જૂના ત્રણ મિત્રો - મનદેવ, બુદ્ધિપ્રકાશ અને ચિત્રાંગને પોતાના વોટર પ્યોરીફાયરના નિર્માણના નવા સાહસમાં ફાયનાન્સ અને મેનેજમેન્ટના કાર્ય માટેની સહાયતા કરવા મનાવી લીધા. મનદેવને નિર્માણ(મેન્યુફેક્ચરિંગ)ની જવાબદારી સોંપવામાં આવી, ચિત્રાંગને વેચાણ(માર્કેટિંગ)ની જવાબદારી સોંપવામાં આવી, જ્યારે



બુદ્ધિપ્રકાશને સંચાલન(એડમીનીસ્ટ્રેશન)ની તથા શિવાને વસ્તુઓથી માહિતગાર કરવાની જવાબદારી સોંપવામાં આવી. તેઓ સહુ બુદ્ધિશાળી અને પોતપોતાના કામમાં નિપુણ હોવાથી, શરૂઆતથી જ ઇંધો કૂદકે ને ભૂસકે વધવા લાગ્યો. બધું જ ખૂબ સરસ થઈ રહ્યું હતું, જેથી તેમણે તેમના ઇંધાનો વ્યાપ ઘણો ફેલાવ્યો.

સફળતાએ તેના બધા મિત્રોને ઘણા બદલી નાખ્યા. મનદેવ, પોતાના મગજ પર નિયંત્રણ રાખવાનો અને યોગ દ્વારા વિચારશૂન્ય દશા પામવાના પ્રયત્નમાં જ મોટેભાગે પોતાને વ્યસ્ત રાખતો. ચિત્રાંગને બધા પ્રકારની કુટેવો પડી ગઈ હતી, દારૂ પીવો, ઓફિસમાં ગેમ્સ રમવી કે મુવીઝ જોવા. આ બંને જયારે નકામી બાબતોમાં વ્યસ્ત હતા ત્યારે બુદ્ધિપ્રકાશ કોઈ પણ પ્રકારના નિર્ણયો લઈ ન શકતો કે તેણે શિવાને સાચો રીપોર્ટ આપવાનો પણ બંધ કરી દીધો હતો. આના પરિણામે ઇંધો ઘટવા લાગ્યો અને તેમનું જીવન પણ અધઃપતન તરફ જવા લાગ્યું હતું.

આ દરમિયાન, મનદેવ ખૂબ ઇમંડી થઈ ગયો હતો. તે બધા સાથે અપમાનજનક વર્તન કરતો. ચિત્રાંગ પોતાની કુટેવો ને કારણે, ઘણા અસાધ્ય રોગોનો શિકાર થયો. તેની એકાગ્રતા એટલી વીખરાઈ ગઈ હતી કે તે કોઈ ઇંધાકીય બાબતો પર ધ્યાન આપી શકતો ન હતો. બુદ્ધિપ્રકાશ, કોઈ કાર્ય પોતાની જાતે કરી શકતો ન હતો. તેથી, તે ઊભી થયેલી સમસ્યા વિષે શિવાને ખબર જ પડવા દેતો ન હતો કેમ કે કદાચ શિવા કંપની બંધ પણ કરી દે.

જયારે બધા લોકો છોડી રહ્યા હતા ત્યારે શિવાને લાગ્યું કે હવે તેનો ઘરે જવાનો સમય થઈ ગયો છે. તે તેના માતા-પિતાને ઘરે ગયો. એ એટલો બધો થાકેલો હતો કે તેની ઊંઘ તેની ભૂખ પર સવાર થઈ ગઈ હતી. પથારીમાં સૂતાં સૂતાં



શિવાને ખૂબ નિઃસહાયતા અનુભવાઈ. તેને અવિરત વિચારો આવવા લાગ્યા કે ક્યાં ભૂલ થઈ ગઈ? શાના કારણે તેના મિત્રોનું આટલું અધઃપતન થયું? શાથી? પોતાની જવાબદારી

નિભાવવામાં તે ક્યાં નિષ્ફળ ગયો? તે કેવી રીતે પોતાના મિત્રો અને ઇંધાને ફરી પાછા થાળે પાડી શકે?

દોસ્તો, મને ખાતરી છે કે શિવાના મનમાં જે પ્રશ્નો ઉદ્ભવી રહ્યા છે, તે માટે તમને પણ આતુરતા હશે. તો ચાલો, આપણે આ કઈ રીતે

બન્યું અને આપણે આપણી જાતને અધઃપતનમાંથી કેવી રીતે ઉગારી શકીએ તે સમજવાની કોશિશ કરીએ.

વિશ્લેષણ

શરૂઆતની સફળતા પછી, મનદેવ પોતાની બુદ્ધિ કહે તે અનુસાર ચાલવા લાગ્યો. પોતાની કંપની, બહોળા વિસ્તરણથી દેશની શ્રેષ્ઠ કંપની બને તેવા સ્વપ્નો તે જોવા લાગ્યો. કાયમ અસંતોષ રાખવો, એવું ચિત્રાંગનું વલણ હતું, તેથી તેની વિચારસરણી વધારે પડતી ભૌતિક થઈ. બુદ્ધિપ્રકાશ, પેલા બંનેના મંતવ્ય અનુસાર પોતાના પ્રયત્નો કરતો, જાતે વિશ્લેષણ ન કરતો કે વિશ્લેષણો પર ધ્યાન આપતો ન હતો, જે કંપનીના વિસ્તૃતીકરણની યોજના માટે અનુકૂળ ન હતું. તે તેમની યોજનામાં વધારે પૈસાની લાલચથી સહમત થઈ જતો. પ્રણેય મિત્રોના મક્કમ વલણ ને કારણે શિવાને અનિચ્છાએ મોટું રોકાણ કરવું પડ્યું. બે વર્ષમાં જ, કંપનીના વિસ્તાર માટે, તેમને તેમના નફાનું તો ફરી રોકાણ કરવું જ પડ્યું, ઉપરાંત ઊંચા વ્યાજદરે બહારથી પણ લોન લેવી પડી. આનાથી તેમનું પ્રોડક્શન તો તાત્કાલિક ત્રણ ગણું થઈ ગયું. પરંતુ નબળી આર્થિક પરિસ્થિતિને કારણે, માલનું વેચાણ પ્રોડક્શનની સામે ઘણું ઓછું થયું. જેથી માલનો મોટો ભરાવો થયો. નબળી ઉઘરાણી અને ચડતા વ્યાજને કારણે તેમની કંપની સાવ બેસી ગઈ. વધતા તનાવ અને હતાશા વચ્ચે પ્રણેય જણ કંપનીની આ હાલત માટે, એકબીજા પર દોષારોપણ કરવા લાગ્યા.

તેમની નિષ્ફળતા તેમને જુદી જુદી દિશાઓમાં લઈ ગઈ અને તેમણે તેમનું અંગત જીવન સુધારવા, અલગ અલગ રીતો અપનાવી.

મનદેવ નિષ્ફળ જતાં : બીજા કોઈ પરિબલોને ચકાસ્યા વિના પોતાની બુદ્ધિનું જ

સાંભળતો.

ચિત્રાંગ નિષ્ફળ જતાં : તેનો પૈસા કમાવાનો અને સુખી થવાની અપેક્ષાઓનો લોભ ખૂબ વધ્યો.

બુદ્ધિપ્રકાશ નિષ્ફળ જતાં : તે સ્વાર્થી અને અપ્રમાણિક બની ગયો.

શિવા નિષ્ફળ જતાં : તેણે તેના મિત્રો પર આંધળો વિશ્વાસ મૂક્યો અને કોઈ સાવચેતી પણ ન રાખી.

આપણું અંતઃકરણ શિવા(અહંકાર) અને તેના ત્રણ મિત્રો (મન, ચિત્ત અને બુદ્ધિ) જેવું છે. ઇંદો, એ આપણું જીવન છે. આ ચારેય સ્તંભ જેવા છે. જો એકાદ સ્તંભ પણ નબળો પડે તો આખું મકાન, પતાના મહેલની જેમ ગબડી પડે.

કોઈ પણ વસ્તુનું ત્રણ મિત્રો દ્વારા વિશ્લેષણ થઈ જ્યારે કહેવામાં આવે ત્યારે, આઈ (અહંકાર)ને આખરી સમ્મતિ આપવાનો અધિકાર હોય છે. ‘આઈ’નું, એક બોસ તરીકેનું કર્તવ્ય એ છે કે પેલા ત્રણ જણ દ્વારા જે કંઈ કહેવામાં કે દર્શાવવામાં આવે તેમાં આંધળી સહમતિ ન આપવી પણ હંમેશાં “શું સારું છે અને શું ખરાબ છે” તેનું ધ્યાન રાખીને નિર્ણય લેવો જોઈએ.

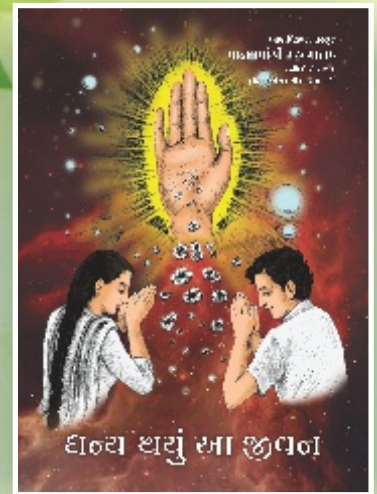
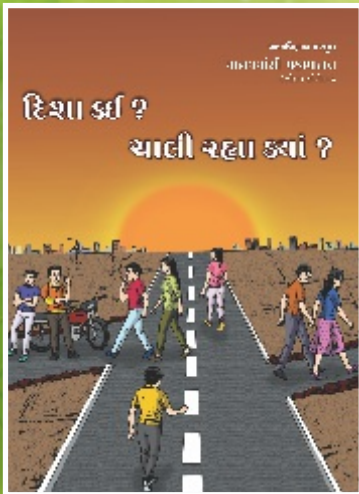
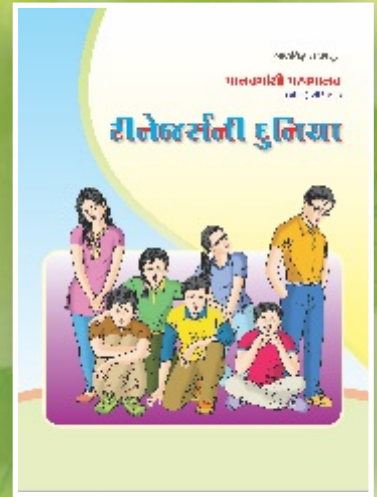
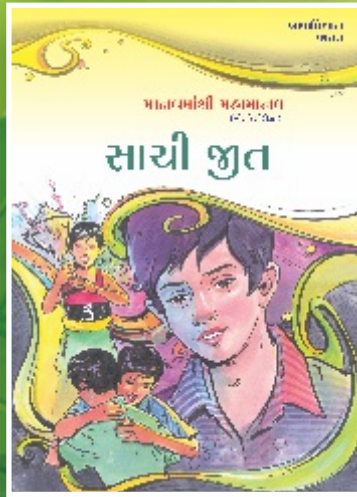
નબળા અંતઃકરણની નિશાની:

ઈર્ષ્યા, સરખામણી કરવી, કોઈ પણ કાર્યમાં એકાગ્રતાની ખામી, નબળી યાદશક્તિ, નબળી ગ્રહણ શક્તિ, અનિર્ણયકતા, નબળો આત્મવિશ્વાસ, ડરપોકપણું, વગેરે...

આપણા અંતઃકરણને કોણ નબળું કરે છે:

બીજાના દોષો જોવા, બીજા માટે નકારાત્મક બોલવું, ખોટું બોલવું, દગો કરવો, ટીવી/મુવીઝ જોવા, કમ્પ્યુટર મોબાઈલમાં ગેમ્સ રમવી અને છોકરીઓ સામે તાક્યા કરવું, વગેરે....

આજની પેઢી માટે દિશાસૂચક પુસ્તક



આ પુસ્તકો તમે store.dadabhagwan.org પરથી મેળવી શકો છો.

દાદાશ્રીના પુસ્તકની ઝલક

આખું વર્લ્ડ જે સાયન્સ ખોળી રહ્યું છે, તે સાયન્સનો પહેલ વહેલો સંપૂર્ણ ફોડ અમે આપીએ છીએ. મનને સમજવું બહુ મુશ્કેલ છે. મન શું ? બુદ્ધિ શું ? ચિત્ત શું ? અહંકાર શું છે ? એ બધાનો જેમ છે તેમ ફોડ આપીએ છીએ.

અંતઃકરણ ચાર વસ્તુનું બનેલું છે. (૧) મન (૨) બુદ્ધિ (૩) ચિત્ત અને (૪) અહંકાર.

ચારેય રૂપી છે અને વાંચી શકાય તેમ છે. ચક્ષુગમ્ય નથી, જ્ઞાનગમ્ય છે. કમ્પ્લીટ ફિઝિકલ છે. શુદ્ધ આત્માને અને એને કંઈ જ લેવાદેવા નથી. એનાથી સંપૂર્ણ છૂટું જ છે. અમે સંપૂર્ણ છૂટા છીએ. તેથી તેનું દરઅસલ વર્ણન કરી શકીએ.

દરેકનું ફંક્શન (કાર્ય) બુદ્ધિ બુદ્ધિ હોય છે છતાં પણ દરેક કાર્ય ચારેયના ભેગા સહકારથી જ થાય છે. મનુષ્ય દેહ જેના આધારે કાર્ય કરે છે તેના બે વિભાગ છે : (૧) સ્થૂળ - બાહ્ય વિભાગ, જેને બાહ્યકરણ કહે છે. (૨) સૂક્ષ્મ - આંતર વિભાગ, જેને અંતઃકરણ કહે છે.

કોઈ પણ કાર્યનો પહેલો ફોટો, પહેલી છાપ એક્ઝેક્ટ અંતઃકરણમાં પડે છે અને પછી તે જ બાહ્યકરણમાં તથા બાહ્ય જગતમાં રૂપકમાં આવે છે.

શરીરમાંથી ક્યારેય પણ બહાર ન નીકળે તે મન. મન તો અંદર બહુ જ ફૂદાફૂદ કરે. જાતજાતનાં પેમ્ફ્લેટ દેખાડે. મનનો સ્વભાવ રખડેલ નહીં. લોકો મારું મન ભટકે છે, તેમ બોલે છે. તે ખોટું છે. ભટકે છે તે ચિત્ત છે. ચિત્ત એકલું જ આ શરીરની બહાર જઈ શકે. તે જેમ છે તેમ ફોટા પાડે છે. તે જોઈ શકાય છે. બુદ્ધિ સલાહ આપે છે અને બુદ્ધિ ડિસિશન લે છે ને અહંકાર તેમાં સહી કરી આપે છે. મન, બુદ્ધિ અને ચિત્ત એ ત્રણની



Visit : <https://goo.g/ITQyAT>



Download free ebook version
of above Book
by scanning this QR code

સોદાબાજી ચાલે છે. તે બુદ્ધિ બેમાંથી જેમાં ભળે, ચિત્તની સાથે કે મનની સાથે, તેમાં અહંકાર સહી કરી આપે છે.

દા.ત. તમે સાન્તાક્રુઝમાં બેઠા છો ને મહીં મને પેમ્ફલેટ દેખાડ્યું કે દાદર જવું છે. તો ચિત્ત તરત જ દાદર પહોંચી જશે ને દાદરનો હૂબહૂ ફોટો અહીં રહ્યા રહ્યા દેખાશે. પછી મન બીજું પેમ્ફલેટ દેખાડશે કે ચાલો બસમાં જઈએ, તો ચિત્ત બસ જોઈ આવશે. પાછું મન ત્રીજું પેમ્ફલેટ દેખાડશે કે ટેક્સીમાં જ જઈએ. પછી ચોથું પેમ્ફલેટ દેખાડશે, કે ટ્રેનમાં જઈએ. ત્યારે ચિત્ત ટ્રેન, ટેક્સી, બસ બધું જ જોઈ આવે. ત્યાર પછી ચિત્ત ટેક્સી જ દેખાડ દેખાડ કરશે. છેવટે બુદ્ધિ ડિસિશન લે કે ટેક્સીમાં જ જવું છે, એટલે અહંકાર ઇન્ડિયાના પ્રેસિડન્ટની જેમ સહી કરી આપશે. એટલે કાર્ય તરત જ થઈ જશે ! ને તમે ટેક્સી માટે ઊભા રહેશો. જ્યાં બુદ્ધિએ ડિસિશન આપ્યું, કે તરત જ મન પેમ્ફલેટ બતાવવાનું બંધ કરી દેશે. પછી પાછું બીજા વિષયનું પેમ્ફલેટ દેખાડશે. બુદ્ધિ મનનો અહંકાર સહી કરશે અથવા તો બુદ્ધિ ચિત્તનો અહંકાર સહી કરશે. બુદ્ધિ તો મન અને ચિત્તમાં કોમન રૂપે રહે છે. કારણ બુદ્ધિ વગર કોઈ પણ કાર્યનું ડિસિશન ના આવે અને ડિસિશન આવે એટલે અહંકાર સહી કરી આપે ને કાર્ય થાય. અહંકાર વગર તો કશું જ કામ થાય નહીં, પાણી પીવા માટેય ના ઊઠાય.

આ અંતઃકરણ એ તો પાલમિન્ટરી સિસ્ટમ છે.

દેહ સાથે અંતઃકરણની ભેટ મૂકીને એક જ કલાક જ્ઞાની પુરુષ સાથે બેસો તો જગતનો માલિક થાય. અમે એ એક કલાકમાં તો તમારા પાપો ભસ્મીભૂત કરી નાખીએ અને દિવ્યચક્ષુ તમારા હાથમાં આપીએ, શુદ્ધાત્મા બનાવી દઈએ. પછી તમારે જ્યાં જવું હોય ત્યાં જાવ ને ! આ જ્ઞાન તો ઠેઠ મોક્ષે લઈ જાય ત્યાં સુધી જોડે જ રહેશે. અહીં અમારી હાજરીમાં અંતઃકરણ શુદ્ધિ થયા કરે. એમાં દુઃખ થતાં હોય તો તે બંધ થઈ જાય. ઉપરાંત શુદ્ધિ થાય. એ શુદ્ધિથી તો સારો આનંદ ઉત્પન્ન થાય ! કાયમની શાંતિ થાય !

આ છોકરાં વાંચે છે ત્યાં જો મન-બુદ્ધિ-ચિત્ત અને અહંકાર - ચારેય હાજર રહે તો એક જ વાર વાંચવું પડે. ફરી વાંચવું જ ના પડે ! પણ આ તો વાંચે અહીં અને ચિત્ત ક્રિકેટ રમાતું હોય ત્યાં હોય, તે બધું વાંચેલું નકામું જાય છે. આ ખાટલાનો એક પાયો જો તૂટેલો હોય તો શું થાય ? કેવું ફળ આપે ? તેવું છે આ અંતઃકરણનું પણ !

મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત ને અહંકારના ભૌગોલિક સ્થાન :-

સૂક્ષ્મ મનનું સ્થાન બે ભ્રમરની મધ્યમાંથી અટી ઈંચ અંદર રહેલું છે અને સ્થૂળ મન હૃદયકમળની પાંદડીઓ છે. સ્થૂળ ચિત્તનું સ્થાન માથામાં પાછળ ચોટલી બંધાય છે ત્યાં છે અને સૂક્ષ્મ ચિત્ત બુદ્ધિની જોડે રહે છે, એ અરૂપી છે. મન રૂપી છે. સૂક્ષ્મ ચિત્ત જે ભટકવા જાય છે તે. સ્થૂળ ચિત્તમાંથી સૂક્ષ્મ ઊભું થયેલું છે. બુદ્ધિનું સ્થાન તાળવા ઉપર (બ્રહ્મરન્ધ્ર દસમ સ્થાનમાં) છે અને સ્થૂળ અહંકારનું સ્થાન કેડ નીચે, પાછળ છે. છોકરાને શાબાશી આપે છે ત્યાં. આ ચારેયના ફોટા પડી શકે તેમ છે.

QUESTION & ANSWER

પ્રશ્નકર્તા : અંતઃકરણ કેવી રીતે બગડે છે ? તેનાથી મારા જીવનમાં શું અસર કે ફેરફાર થાય છે ?

જવાબ : બીજાને દુઃખ આપો તો બગડે, વિનાશી ચીજોનો મોહ કરીએ તો બગડે, પાંચ ઈન્દ્રિયોના સુખોમાં જેટલો મોહ વધે એટલું અંતઃકરણ બગડી જાય, (ચિત્ત બગડ્યું, બુદ્ધિ બગડી, અહંકાર બગડ્યો, મન બગડ્યું. બધું જ બગડ્યું પછી.) ખાવું-પીવું, હરવું-ફરવું, પાર્ટીઓ, મોજશોખ, ટીવી, મુવી, ઈન્ટરનેટ વગેરે બધી શક્તિઓ ખલાસ કરી નાખે. સદુપયોગ કરે તો ઉત્તમ છે પણ દુરુપયોગ કર્યા વગર રહી ના શકે માણસ. કારણ ભાન જ નથી ને “ખોટું કરું છું કે સાચું કરું છું.” એટલે આ માટે બે ઉપાય છે એક સાચો સત્સંગ અથવા બે સારા સંસ્કારી માણસોના સંગમાં આવવું. તેઓ કંઈ સારું કરતાં હોય તો આપણે જોઈને શીખીએ અને તેઓ ઊંધું કરતાં હોય તો આપણે ઊંધું શીખીએ, જોઈને શીખાય એવું છે. કુસંગમાં માણસ બગડતો જાય, વ્યસન

અને કુસંગથી પાયમાલ થતો જાય. અને સંસ્કારી માણસોના ટોળામાં આવેને તો એની સૂઝ ઊંચી થાય, જ્ઞાન ઊંચું થાય, એનું ડેવલપમેન્ટ ઊંચું આવે અને પેલું અધોગતિમાં લઈ જાય બિચારાને.

પ્રશ્નકર્તા : નબળું મન, અશુભ ચિત્ત, નેગેટીવ બુદ્ધિ કે ઘવાયેલા અહંકારને કઈ રીતે દૂર કરવા?

જવાબ : આ બધું કુસંગથી અને આ વિષયના મોહથી, બધું ખલાસ થઈ જાય છે. માણસ ફેકચર થઈ જાય છે. એનો ઉપાય એટલો કે સત્સંગમાં આવો અને સત્સંગ ના મળતો હોય તો સમજવાનું કે આ ભાઈનું હવે ઠેકાણું પડવાનું નથી, ભટકવાની હોય એની લીંક, પછી એને કુસંગ ભેગો થાય અને ખલાસ કરી નાખે. મૂળમાંથી, જડમૂળમાંથી પાયમાલ કરી નાખે, ખેદાન-મેદાન કરી નાખે. એટલે આનો ઉપાય આટલો છે કે ધર્મ તરફ વળે અને ધર્મ ના કરી શકે તો સારા માણસોના જીવનચરિત્ર વાંચે, ઊંચા પુરુષોના, સંતો, મહંતોના, જ્ઞાનીઓના. ધર્મ તરફ વળે તો માણસ કંઈક લપસતો અટકે. ધર્મ એને ધરી રાખે, લપસવા ના દે, નહીં તો જિંદગી બગડવાની વાત છે, હંમેશાં જેમ દારૂ પીધેલો માણસ ખૂબ પીએને તેમ વધારે તરસ લાગે પાછો



પીએ એટલે વધારે તરસ લાગે અને ખલાસ થઈ જાય શક્તિ એની. ક્યાં જવાનું છે તે પણ ધ્યાન ના હોય, એ ગટરમાં પડ્યો હોય. કશું ભાન ના રહે. એને ચાલવાની શક્તિ ના હોય, ખોલવાની શક્તિ ન હોય, ઊલટી-ઝાડા થઈ જાય, પણ કશું ભાન ના રહે, આ મોઠી અને દાર્ડિયો સરખો કહેવાય.

પ્રશ્નકર્તા : આપણે આપણા મન, બુદ્ધિ અને અહંકાર ને સિન્સીયર કેવી રીતે રહી શકાય ?

જવાબ : આપણે તેમને સિન્સીયર રાખવા નથી, આપણે આપણા ધ્યેયને સિન્સીયર રહેવાનું અને પછી એ લોકો આપણને ફોલો કરશે. એ લોકો કંઈ આપણા ગાઈડ નથી. એટલે આપણે ધ્યેય નક્કી કરીએ તો મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત અને અહંકાર એ તરફ વળી જાય.

પ્રશ્નકર્તા : એટલે કેવી રીતે ?

જવાબ : જો આપણે વિચારીએ કે અમુકને મારવા છે, એટલે કેવી રીતે મારવો, ક્યારે સર્કજમાં આવે, પછી કેવી રીતે ચિડાઈશું ને કેવી રીતે વઢીશું ને કેવી રીતે સીધો કરીશું વગેરે ઊંઘું ચક્કર ચાલુ થાય. પણ જો મારે હેલ્પ કરવી છે એવું વિચારીએ તો મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત અને અહંકાર તે

તરફ વળે. મારે દાદાના કામમાં જોડાવું છે એવું વિચારીએ તો મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત અને અહંકાર એમાં જાય, મારે બ્રહ્મચર્ય પાળવું છે એવું નક્કી કરીએ તો મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત, અહંકાર એ તરફ વળી જાય. એટલે ધ્યેય નક્કી કરો તો આ બધાએ પછી વળશે અને આપણે ધ્યેયને સિન્સીયર રહીએ તો આ મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત અને અહંકાર સપોર્ટ કરશે.

પ્રશ્નકર્તા : એટલે ઓટોમેટિક વળી જશે ?

જવાબ : ઓટોમેટિક વળી જશે. એ પાછલો ભરેલો માલ બૂમ પાડશે, પણ આપણે ગાંઠવાનું નહીં કે તારી વાત મને માન્ય નથી મારે તો મારા ધ્યેય પ્રમાણે ચાલવું છે. પછી જીતી જઈશું આપણે. એટલે ધ્યેય નક્કી કરો અને ધ્યેયને સિન્સીયર રહો. આ મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત અને અહંકાર તો ગયા ભવમાં જે ઊંઘો ધ્યેય હતો એનું ફળ છે. એટલે એની કંઈ વેલ્યુ નહીં મૂકવાની. આજના ધ્યેયની, આજની સમજણ, આજનું જ્ઞાન, આજનો નિશ્ચય વગેરેને જ સિન્સીયર રહેવાની કિંમત મોટી, સમજાયું ને?

મહાન પુરુષોની ઝાંખી

શ્રીમદ્ રાજચંદ્ર

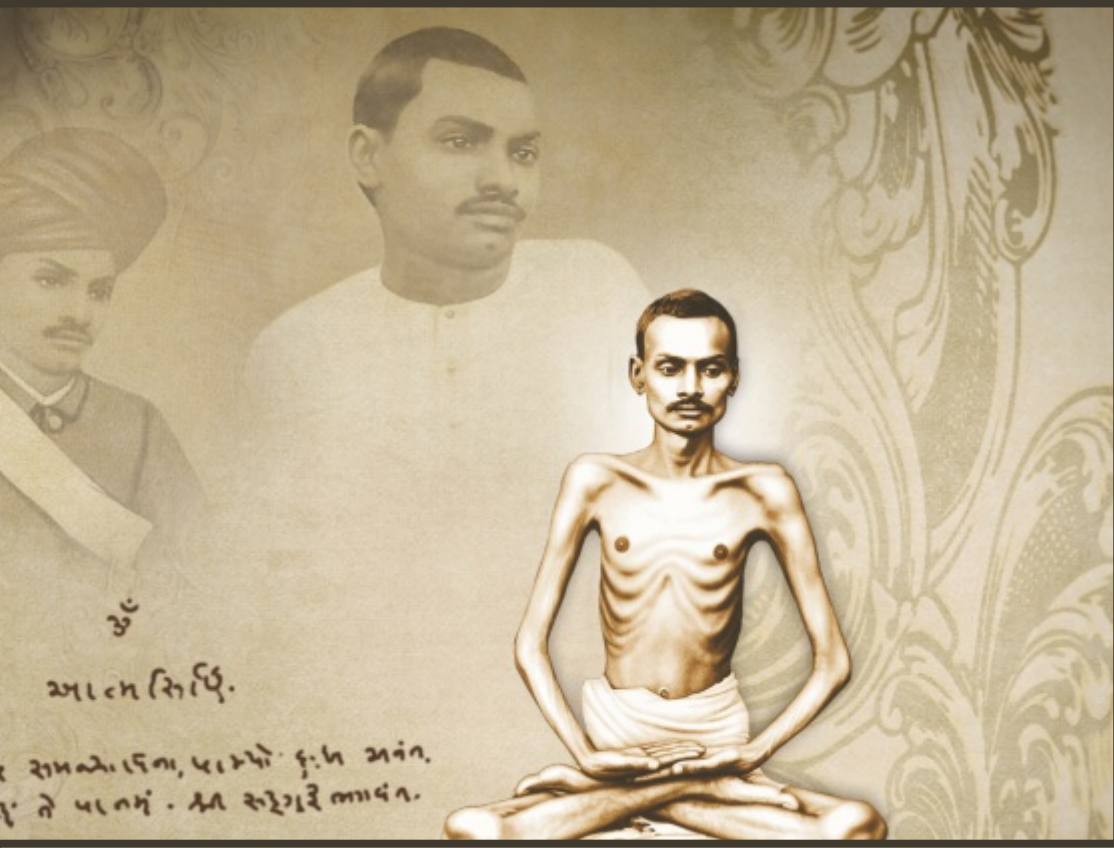
ભૂતકાળમાં, શુદ્ધ અંતઃકરણ વાળા ઘણાં બધાં મહાત્માઓએ તેમના આશીર્વાદ આપણા દેશ પર વરસાવ્યા છે. આવા જ એક મહાત્મા હતા શ્રીમદ્ રાજચંદ્ર, એક મહાન આધ્યાત્મિક ગુરુ. તેમનો જન્મ ૧૮૬૮માં ગુજરાતના મોરબીમાં થયો હતો. તેમનું બાળપણનું નામ લક્ષ્મીનંદન હતું જે પછી રાજચંદ્ર થયું. તેમના દેહવિલય બાદ તેમના અનુયાયીઓએ તેમના નામમાં માનવાચક 'શ્રીમદ્' શબ્દ ઉમેર્યો

શ્રીમદ્ રાજચંદ્ર જ્ઞાની પુરુષ હતા. તેમના જ્ઞાને, દાદા ભગવાન સહિત ઘણાં બધાં સામાજિક અને આધ્યાત્મિક મહાનુભાવોને પ્રેરણા આપી હતી. વિવિધ ધર્મોના અભ્યાસ બાદ, શ્રીમદ્જીને જૈન ધર્મમાં તેમના આધ્યાત્મિક જીવનનો માર્ગ જડ્યો. પણ તેમણે ધર્મ અને અધ્યાત્મના નામે



થતાં ક્રિયા-કાંડનો વિરોધ કર્યો. અધ્યાત્મમાં, વાડા-સંપ્રદાયની કોઈ જરૂર (ભૂમિકા) હતી નથી, એવી તેમની માન્યતા હતી. તેઓ કહેતા કે, આધ્યાત્મિક માર્ગે ચાલવા માંગતા બધા લોકો માટે આ માર્ગ ખુલ્લો છે. સામાન્ય લોકો પણ સમજી શકે તેવી સરળ ભાષામાં, તેમણે કેટલાક પુસ્તકો અને લેખો લખ્યા છે. આ પુસ્તકો થકી તેઓ, અધ્યાત્મનો સંદેશ લોકો સુધી પહોંચાડવામાં સફળ રહ્યા હતા. “આત્મસિદ્ધિ શાસ્ત્ર” તેમના લખેલા પુસ્તકોમાંનું સૌથી પ્રસિદ્ધ પુસ્તક છે.

યુવાન રાજચંદ્ર પાસે અસાધારણ ધારણશક્તિ અને સ્મરણશક્તિ હતી. શાળા શરૂ કરી ત્યારે તેઓ માત્ર સાડાસાત વર્ષના જ હોવા છતાં, એક મહિનામાં જ તેમણે અંકગણિતમાં કુશળતા પ્રાપ્ત કરી હતી. બે વર્ષમાં જ તેમણે



સાતમા ધોરણનો અભ્યાસ પૂરો કર્યો. આઠ વર્ષની ઉંમરે તેઓ કવિતાઓ લખતાં થઈ ગયા હતા અને એવું કહેવાય છે કે એક વર્ષમાં જ તેમણે ૫૦૦૦ પદોની રચના કરી હતી. નવ વર્ષની ઉંમરે તેમણે રામાયણ અને મહાભારત પર છંદોની રચના કરી હતી. આ વર્ષ દરમિયાન, તેઓ વિચારો અને તર્કમાં વધુ પરિપક્વ થયા અને ૧૦ વર્ષની વયે તેમણે સભાઓમાં બોલવાનું શરૂ કર્યું. ૧૧ વર્ષની વયે તેમણે સમાચાર પત્રો અને સામાયિકોમાં લેખો લખવા શરૂ કર્યા, અને લેખન સ્પર્ધાઓમાં કેટલાક ઈનામો પણ જીત્યાં. ૧૨ વર્ષની વયે તેમણે ૩૦૦ પદોની કવિતા ‘ઘડિયાળ’(A Watch) લખી હતી. પ્રસંગોપાત, તેમણે એક લેખક તરીકે કચ્છના રાજાની મુલાકાત લીધી હતી, જ્યાં તેમના હસ્તાક્ષરની ખૂબ પ્રશંસા થઈ હતી. ૧૩ વર્ષની

વયે, તેમણે તેમના પિતાની દુકાને જવાનું શરૂ કર્યું હતું. તેમણે દુકાને બેઠા બેઠા, શ્રીરામ તથા શ્રીકૃષ્ણના જીવન ઉપર ઘણી કવિતાઓ રચી હતી. ૧૮૮૨માં, તેઓ યુવા કવિ તરીકે લોકપ્રિય થયા અને જેથી તેઓ “કવિ” કહેવાયા.

અવધાન, એ ધ્યાન અને સ્મરણ માટે લેવાતી, ખૂબ અઘરી કસોટી હોય છે, જેમાં વ્યક્તિને, એકસાથે અનેક વસ્તુઓ અને ક્રિયાઓ કરવાની હોય છે. ૧૮૮૪માં, તેઓ વવાણીયાથી મોરબી આવ્યા, જ્યાં તેમણે, શાસ્ત્રી શંકરલાલ એમ. ભટ્ટને એક સાથે આઠ અવધાન કરતા જોયા. આ જોતાં જ તેમણે તેને બહુ ઝડપથી ગ્રહણ કરી લીધું. બે જ દિવસમાં તેમણે તેમના

મિત્રોની સામે અને પછી લોકોની સામે તેનું પ્રદર્શન કર્યું. શરૂઆતમાં તેમણે લોકોને ૧૨ અવધાન દર્શાવ્યા. પણ પછી તેમણે વઢવાણમાં ૨૦૦૦ લોકોની સામે ૧૬ અવધાન દર્શાવ્યા, જેની છાપાઓમાં ખૂબ પ્રશંસા થઈ. બોટાદમાં તેમણે પર(બાવન) અવધાન દર્શાવ્યા, જેમાં ત્રણ ખેલાડી સાથે ચોપાટની રમત; ત્રણ ખેલાડી સાથે પતાની રમત; ચેસ રમવી; નાની ઘંટડી કેટલી વાર વાગી તેની ગણતરી રાખવી; સરવાળો, બાદબાકી, ગુણાકાર અને ભાગાકારનો સમાવેશ થતો હોય તેવા અંકગણિતના દાખલા કરવા; માળાના આવર્તનની ગણતરી રાખવી; આઠ નવા દાખલાઓ ગણી નાખવા; લોકોમાંથી અપાતા વિવિધ આઠ વિષયો પર તત્કાલ પદો રચવા; ગ્રીક, ઇંગ્લીશ, સંસ્કૃત, હિન્દી, અરબી, લેટિન, ઉર્દૂ, ગુજરાતી, મરાઠી, બંગાળી, મારુ, જડેજી જેવી વિવિધ ભાષાઓમાંથી પસંદ કરેલા ૪૦૦ શબ્દોને યોગ્ય ક્રમમાં ગોઠવવા અને તેનું અર્થઘટન કરવું; વિદ્યાર્થીને ભણાવવો; આ બધા જ કામ એક સાથે કરી બતાવ્યા.

ત્યાર પછી તેમણે ૨૨ જાન્યુઆરી, ૧૮૮૭માં, સર પ્રેમજી કાવસજી ઈન્સ્ટીટ્યૂટ, મુંબઈ ખાતે શતાવધાન (૧૦૦ અવધાન) દર્શાવ્યા જેમાં તેમને ખૂબ પ્રશંસા અને પ્રસિદ્ધિ મળી. તેમના આ પ્રદર્શન માટે તેમને, ઈન્સ્ટીટ્યૂટ તથા લોકો તરફથી ગોલ્ડ મેડલ દ્વારા નવાજવામાં આવ્યા. આ અવધાન, તેઓ તેમના અંતઃકરણની શુદ્ધ અવસ્થાને કારણે સિદ્ધ કરી શક્યા.

રાજચંદ્રજીને લાગ્યું કે અવધાનના આવા પ્રદર્શનથી જે લોકપ્રિયતા મળે છે, તે તેમની આધ્યાત્મિક પ્રગતિ માટે બાધક છે; જેથી, ધીમે ધીમે તેમણે આવા પ્રદર્શન બંધ કરી દીધા; આ સમયે તેમની વય ૨૦ વર્ષની હતી. ત્યારબાદ, શ્રીમદ્ વધારે પડતો સમય જંગલના એકાંતમાં, પર્વતો પર અને ગુજરાતના એકાંત સ્થળોએ જ ગાળતા અને આત્માના સુખમાં જ ડૂબેલા રહી સરળ જીવન જીવતા. એકાંતમાં રહેવાનો એક જ ધ્યેય હતો કે - સમાધિ અને ધ્યાનથી સતત આત્મામાં જ ડૂબેલા રહેવું. ૧૯૦૧માં, ૩૩ વર્ષની વયે, તેમનો આત્મા સંપૂર્ણ જાગૃત અવસ્થાને પામ્યો હતો.

તેઓ તેમના અંતઃકરણની શુદ્ધ અવસ્થાને કારણે સિદ્ધ કરી શક્યા.

અંદર બહાર



વાયને ડાયર કે જેઓ **“ફાધર ઓફ મોટીવેશન”** તરીકે પણ ઓળખાય છે, તેઓ જાણીતા આંતરરાષ્ટ્રીય લેખક હતા તથા આત્મવિકાસ અને આધ્યાત્મિક વિકાસ જેવા વિષયોના વક્તા હતા. તેમની ચાર દાયકાથી પણ વધુ કારકિર્દીમાં તેમણે ચાલીસથી વધુ પુસ્તકો લખ્યા, ઘણા ઓડિઓ અને વિડિઓ કાર્યક્રમો (પ્રોગ્રામ્સ) બનાવ્યા અને હજારો ટેલિવિઝન અને રેડિયો શોમાં હાજરી આપી. વાયને ડાયર અને તેમના વિદ્યાર્થી વચ્ચેનો એક રસપ્રદ સંવાદ, મી.ડાયરના શબ્દોમાં:

“જો મારે આ સંતરાને, મારામાં જેટલું જોર હોય તેટલા જોરથી દબાવવાનું હોય તો, તેમાંથી શું નીકળશે?” મેં તેને(વિદ્યાર્થીને) પૂછ્યું.

હું જાણે ગાંડો થઈ ગયો હોઉં તેવી નજરથી તેણે મારી સામે જોયું અને બોલ્યો, “સંતરાનો રસ, બીજું શું?”

“તને લાગે છે કે તેમાંથી સફરજનનો રસ નીકળશે?”

“ના !” એ હસી પડ્યો.

“દ્રાક્ષના રસ વિષે શું વિચાર છે?” (“શું દ્રાક્ષનો રસ નીકળશે?”)

“ના”

“તો એમાંથી શું નીકળશે?”

“અલબત્ત, સંતરાનો રસ”

“કેમ? સંતરાને દબાવીએ તો સંતરાનો જ રસ કેમ નીકળે?”

એ થોડો ચિડાયો છતાં તેણે જવાબ આપ્યો.

“એ સંતરું છે, તો સંતરામાં જે હોય તે જ બહાર આવે ને.”

મેં માથું ઘુણાવ્યું.

“ચાલો, એમ ધારી લઈએ કે આ સંતરું એ સંતરું નથી પણ તે તું છે. અને કોઈ તને દબાવે છે, તારા પર ખૂબ દબાણ કરે છે, તને એવું કંઈક કહે છે જે તને નથી ગમતું, તારી લાગણી દુભાવે છે, પછી તું ગરમ થઈ જાય છે અને તારામાંથી ગુસ્સો, ક્રોધ વગેરે બહાર આવી જાય છે. કેમ?” “કારણકે અંદર જે હશે તે જ બહાર આવશે.”

“જીવનની આ ઉત્તમ શિક્ષા છે. જ્યારે જીવન તમને કચડે(દબાવે) ત્યારે શું બહાર આવે? (જીવનમાં સંબોગોનું દબાણ આવે ત્યારે શું બહાર આવે?) જ્યારે કોઈ તમને દુઃખ પહોંચાડે કે તમને ખોટું લાગે તેવું કરે, ત્યારે શું બહાર આવે? ક્રોધ, દુઃખ અને ભય આપણામાંથી બહાર આવે, કારણકે આપણી અંદર એ જ ભરેલા છે.

એટલા માટે જ અંદર શું ભરવું, તે આપણા હાથમાં છે.

જો તમે તમારી અંદર પ્રેમ ભરેલો હશે તો જ્યારે કોઈ તમારા પર દબાણ લાવશે તો પણ તમારી અંદરથી પ્રેમ જ બહાર આવશે, કારણકે તમે અંદરથી પ્રેમથી ભરેલો છો. તમે તમારી અંદરની બધી જ નકારાત્મકતાને કાઢી ત્યાં પ્રેમને ભરશો તો તમે જોશો કે તમારું જીવન કેવું પ્રેમસભર થઈ જશે.”

હું આભારી છું

મારા મકાનની બાબુમાં એક નવા મકાનનું કન્સ્ટ્રક્શન ચાલતું હતું. ઘણી સંખ્યામાં રોજ મજૂરો આવતા અને સિમેન્ટ, રેતી વગેરે સાધન સામગ્રીનો ઉપયોગ કરી મહેનતથી કામ કરતાં. આ મજૂરો સાથે તેમના નાના છોકરાંઓ (બાળકો) પણ રહેતાં. મા-બાપ કામ કરતાં હોય ત્યારે આ બાળકો સમય પસાર કરવા રમતો રમતાં, ખાસ કરીને ટ્રેન-ટ્રેન. આ રમતમાં એક છોકરો આગળ એલ્વિન બની મોઢેથી છૂક છૂક ગાડીનો અવાજ કાઢતો અને પાછળ એનું ખમીસ પકડી બીજે ડબ્બો બનતો. એમ જ તેની પાછળ તેનું ખમીસ પકડી બીજા છોકરાઓ પણ આ રીતે ‘ચેઇન’ (Chain) બનાવતા. વારાફરતી બધા બાળકો ક્યારેક એલ્વિન તો ક્યારેક ડબ્બો બનતા.

આ બધામાં એક છોકરો મેં જોયો જે કાયમ સૌથી છેલ્લે જ રહેતો અને ગાર્ડ બનતો. તેણે એક નાની ટૂંકી ચઢી પહેરી હતી અને હાથમાં એક લીલું કપડું રાખેલું હતું. મેં જઈને એને પૂછ્યું, “બેટા, તને ક્યારેય એલ્વિન કે ડબ્બો બનવાની ઈચ્છા થતી નથી?” એ

છોકરાએ મને નરમાશથી જવાબ આપ્યો, “ઈચ્છા તો થાય પણ મારી પાસે ખમીસ નથી એટલે મારી પાછળના છોકરાઓ મને કેવી રીતે પકડે ને ડબ્બાઓ બને?” મેં એ બાળકની આંખમાં થોડી ભીનાશ ભાળી.

પણ આ પ્રસંગ મને એક મહત્વની શિક્ષા આપી ગયો. તે બાળક રડી પણ શકતો હોત અને પોતાના માતા-પિતાએ એના માટે કોઈપણ સગવડતા ન ફાળવી એવો આક્ષેપ પણ કર્યો હોત અથવા ઘરે બેસી રહ્યો હોત. પણ એના કરતાં તેણે ખેલદિલીથી પોતાને રમતમાં રાખ્યો અને આનંદ માણવાનો રસ્તો ખોળી કાઢ્યો.

આપણે પણ જીવનમાં ઘણી વખત જોઈતી વસ્તુઓ મેળવી શકતાં નથી અને આપણે ફરિયાદો કરીએ છીએ - મારી પાસે સ્કૂટી નથી, ગાડી નથી, મોબાઈલ નથી, વગેરે, વગેરે. જીવનમાં આવું જ હોય. ક્યારેક કોઈ વસ્તુ મળે તો ક્યારેક કોઈને ના પણ મળે. આપણે હંમેશાં જે મળ્યું હોય, પ્રાપ્ત થયું હોય, તેનું જ અભિવાદન કરવું જોઈએ અને ઉપકાર માનવો જોઈએ કે મારી પાસે આટલું તો છે.

બોધપાઠ : “આ પ્રસંગથી બોધ એ પ્રાપ્ત કરવા યોગ્ય છે કે જીવનમાં જે પ્રાપ્ત થયું એને માટે હંમેશાં આભાર વ્યક્ત કરતો દ્રષ્ટિકોણ કેળવવો.”

કોમનસેન્સ



ભણતર પૂરું થયા બાદ ઈઝરા અને થોમસ બંનેને એક જ કંપનીમાં સારી નોકરી મળી. બંને કામકાજ પોતાની મહેનત અને સૂઝ પ્રમાણે કરતાં. થોડા વર્ષો બાદ મેનેજરે ઈઝરાને પ્રમોશન આપ્યું ને સી'નિઅર સેલ્સ મેનેજરની પદવી આપી. આમ થતાં થોમસને ના ગમ્યું અને થોડી અદેખાઈ ઉત્પન્ન થઈ. તેમ છતાં તેણે કામ કરવાનું ચાલુ રાખ્યું.

એક દિવસ થોમસે નક્કી કર્યું કે તે હવે ઈઝરા સાથે કામ નહીં કરી શકે માટે કંપનીમાં રાજીનામું આપી દેવું. પણ આમ કરતાં પહેલાં તે મેનેજર પાસે ગયો અને જાણ કરી કે તેની મહેનતનું માપદંડ કંપની બરાબર રીતે કરતી ન હોવાથી તે નોકરી છોડવા માંગે છે.

મેનેજર જાણતો હતો ઈઝરા થોમસ કરતાં વધુ મહેનત અને બુદ્ધિમતાથી કુશળતાપૂર્વક કામ કરી રહી હતી અને એ જ વસ્તુનું થોમસને ભાન કરાવવા એક નુસખો અજમાવ્યો. તેણે થોમસને કહ્યું કે, “જા - બજારમાં જા અને તરબૂચ કોઈ વેચે છે કે નહીં એની મને જાણ કર.”

થોમસ બજારમાં ગયો અને થોડી વારે પાછો આવ્યો, “હા, એક માણસ છે જે તરબૂચ વેચે

છે.” મેનેજરે પૂછ્યું, “શું ભાવથી?” થોમસ પાછો બજારમાં ગયો અને ફરી આવીને કહે છે ૧૩.૫૦ કિલોદીઠ. મેનેજરે કહ્યું, એમ. હવે આ જ કામ ઈઝરાને આપીએ, એમ કહીને ઈઝરાને બોલાવી. થોમસને કહ્યું, “જો ઈઝરા શું કરે છે તે.”

ઈઝરા બજારમાં જઈ આવી અને મેનેજરને કહે છે, “એક જ માણસ છે જે આ શહેરમાં તરબૂચ વેચે છે. એ રૂપિયા ૧૩.૫૦ લેખે કિલોના હિસાબે વેચે છે, એની પાસે હાલ સ્ટોકમાં ૯૩ તરબૂચ છે, પણ તે આપણને દરરોજ ૧૦૦ તરબૂચ ૨૭ રૂપિયા દીઠ (નંગ)ના આધારે સતત ચાર મહિના સુધી આપી શકશે. તરબૂચ સરસ અને તાજા છે. આપણે કાલ સવારના દસ વાગ્યા સુધીમાં તેની સાથે કરાર કરી લેવો જોઈએ જેથી આપણને ગતવર્ષ કરતાં સારો નફો થઈ શકે છે. આ માહિતી મેં નોંધી લીધી છે. જ્યારે જરૂર પડે ત્યારે મને કહેજો.”

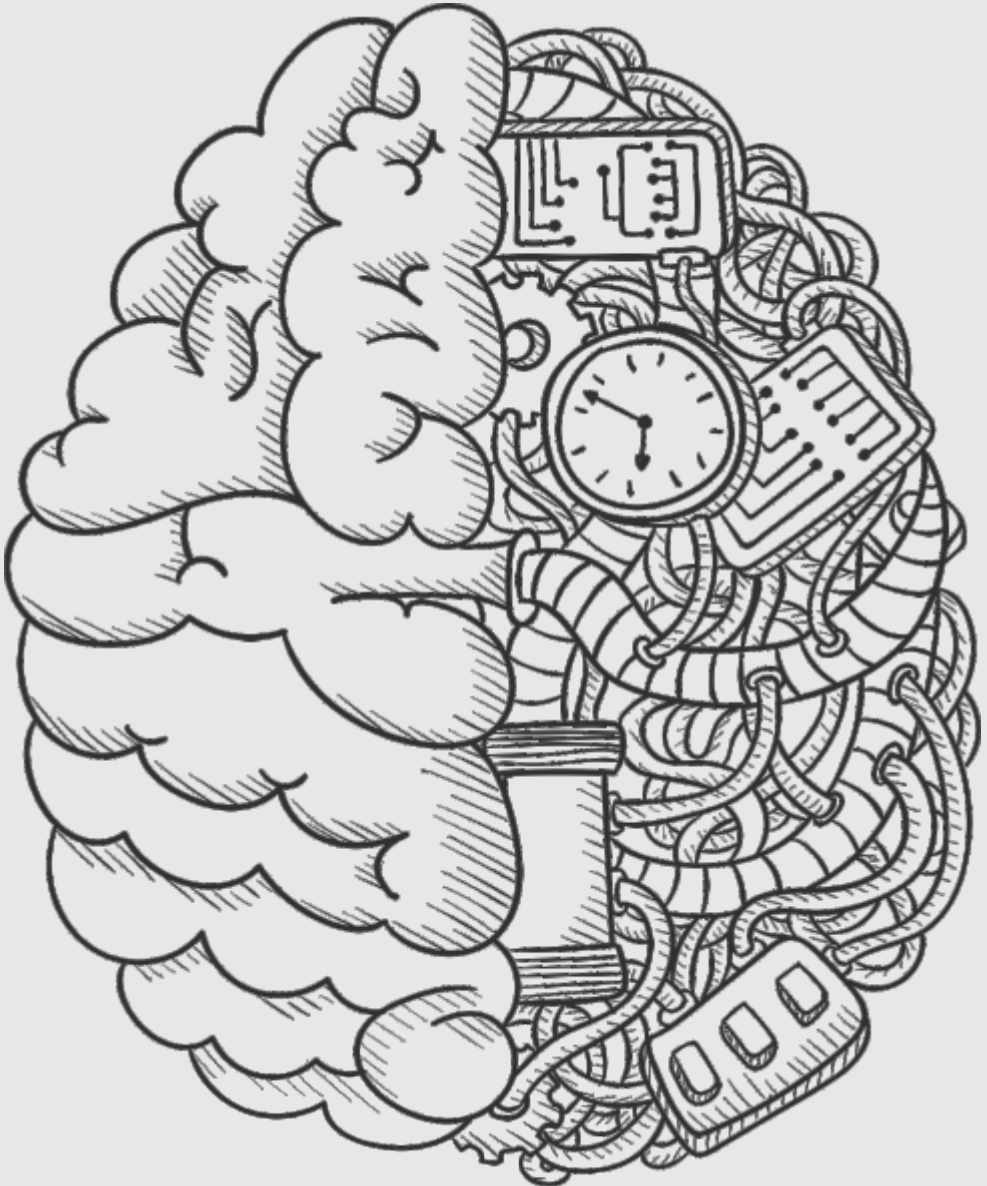
થોમસ આ સાંભળતાં જ દંગ રહી ગયો. એને પોતાની અને ઈઝરાની આવડતમાં શો ફેર છે તે સમજાઈ ગયું. એણે નક્કી કર્યું કે હવે રાજીનામું આપવું નથી પણ ઈઝરા પાસે રહીને શીખવું છે.

તમને જે કહેવામાં આવે તે જ કરો છો તેના માટે જ પગાર મળે છે. પણ જો તમે તમારી અક્કલ વાપરી કોઈએ અપેક્ષા રાખી હોય તેના કરતાં પણ વધારે સારું કામ હોંશિયારીપૂર્વક કરો તો જ તમને પ્રમોશન કે બીજા સુવિધાજનક પરિણામો મળે. જીવનમાં સફળતા પામવા માટે પારદર્શિતા, ધગશ અને કામ કરવાની તત્પરતા કેળવવી ખૂબ જરૂરી છે.

બોધપાઠ : તમારામાં જે આવડત છે તેનો સદુપયોગ કરો અને સફળતા મેળવો.

શું તમને ખબર છે ?

કમ્પ્યુટરની જેમ ઉંદરોમાં પણ શોર્ટ-ટર્મ, રેન્ડમ- એક્સેસ મેમરી હોય છે જેને લીધે તે પણ માહિતીઓ સ્ટોર કરી શકે અને રોજબરોજના કામમાં લઈ શકે.



માણસોમાં અને કાગડાઓમાં પણ આવી “મેમરી” હોય છે જેને ‘વર્કિંગ મેમરી’ (કામમાં મદદરૂપ થતી યાદશક્તિ) કહી શકાય. માણસમાં આ મેમરી સિસ્ટમ રમતો રમવામાં, ગણિતના દાખલા ઉકેલવામાં કે વાતચીતના પ્રયોગ વખતે ઉપયોગમાં લેવામાં આવે છે.

માણસના મગજનું રસસ્પદ વિશ્લેષણ :

આ મન એક અલગ જ અસ્તિત્વ ધરાવે છે. એ અંતઃકરણનો જ એક ભાગ છે અને પેલું બીજું ‘મગજ’ છે જે એક મશીન જ છે મિકેનિકલ. તે સતત કામ કર્યા જ કરે છે. પૂર્વકર્મના આધારે મગજમાં તરંગો ઉપજે છે અને વ્યવસ્થિતની પ્રેરણા મુજબ ‘વિચાર’ ઉત્પન્ન થાય છે તે ‘માન’ દ્વારા આપણને જણાય છે. આમ વિચારોની પ્રક્રિયા ઉદ્ભવે છે. - દાદાશ્રી

આ માણસનું મગજ તો આ બ્રહ્માંડમાં સૌથી જટિલ વસ્તુ છે અને અટપટું છે. આ માણસનું મગજ તેમની જરૂરિયાત અને ગમતી વસ્તુઓની યાદ સ્ટોર કરી રાખવાના સાધન તરીકે કામ કરે છે. ‘મગજ’ અને ‘ચેતના’ કોઈપણ માણસની પર્સનાલિટી દર્શાવવામાં અસરકારક ભાગ ભજવે છે. મગજ માણસમાં રહેલી નસ/નળીઓનું સંચાલન (નર્વસ સિસ્ટમ)ના કમાન્ડ સેન્ટર (આદેશ ઝીલતું/આપતું) તરીકે કામ બજાવે છે. તે માણસને જરૂરી આવડતો પમાડે છે અને જીવનમાં સહાયરૂપ બને છે. અમુક મૂલ્યવાન કાર્યો છે જે મગજ કરતું હોય છે પણ તેની વિશેષપણે જાણ ઘણાને હોતી નથી. તે નીચે પ્રમાણે છે.

- ૧) મગજ માનવશરીરમાં એક જ એવું અંગ છે જે.....?
- ૨) માણસનું મગજ શરીરમાં ઉત્પન્ન થતી ઊર્જાનો મોટો ભાગ આશરે ૨૦% જેટલો વાપરે છે.
- ૩) મગજમાં લગભગ ૧૦૦ અબજ જેટલા ન્યુરોન (બ્રેઇન સેલ્સ) છે, જે મગજની કાર્યશક્તિમાં વધારો કરી શકવાની ક્ષમતા ધરાવે છે.
- ૪) એક તંદુરસ્ત માનવીમાં સૌથી વધુ ચરબીનું પ્રમાણ એના મગજમાં હોય છે. મગજની અંદરના હિસ્સામાં ૭૫% જેટલું પાણીનું પ્રમાણ છે જે વિવિધ કાર્યો સંચાલિત કરે છે.
- ૫) મગજમાં એક ભાગ છે જેને નીઓકોર્ટેક્સ (neocortex) કહેવામાં આવે છે તે ભાષા તથા શરીરમાં રહેલી ચેતના ને કાર્યરત કરે છે અને લગભગ ૭૬% જેટલું તેનું બંધારણ હોય છે.
- ૬) માણસો પોતાના મગજનો ઉપયોગ ૧૦% જેટલો પણ નથી કરતા. એ માન્યતા ખોટી છે, કારણ કે મગજના બધા જ ભાગો કાર્યશીલ હોય છે.
- ૭) દર એક મિનિટે હૃદયમાંથી નીકળતું પ્રવાહી (રક્ત), લગભગ ૧૫ થી ૨૦% જેટલું (આશરે ૭૫૦) મગજમાં પહોંચી જાય છે.
- ૮) મગજ આશરે ૨૫ વોટ જેટલી ઊર્જા વાપરી જાય છે જે એક બલ્બને પ્રકાશમય કરી આપે એટલી હોય છે.
- ૯) માનવીનું મગજ આપણે ધારીએ એટલું ચોક્કસ નથી હોતું કારણ ઘણા એવા કિસ્સાઓ છે કે હકીકત કંઈ બીજી જ હોય અને મગજ તેને તે જ રૂપે ઝીલી ના શક્યું હોય.



જ્ઞાની વિથ યુથ

પ્રશ્નકર્તા : મને બહાર ફરવા જવું અને મોબાઈલમાં ગેમ્સ રમવી એ બંને ભણવા કરતાં વધારે ગમે છે, પણ મને એ ખોટું નથી લાગતું, કેમકે મારા ભણવામાં સારા માર્ક્સ આવે છે અને મારા બીજા ફ્રેન્ડ્સ પણ આવી જ રીતે જીવનની મજા લે છે. તો મારે શું કરવું ?

પૂજ્યશ્રી : આ તો કેવું છે કે આપણે એક્સસાઈઝ માટે રમવા જઈએ એ જુદી વસ્તુ છે. ફરવા જાઓ, વોક કરવા, એ જુદું, પણ ગાર્ડનમાં જાઓ ને પછી ગ્રીનરી જોયા કરો ને પછી ત્યાં બેસીને ગપ્પા મારો અને પછી મોબાઈલમાં ગેમ રમો, એ ટાઈમપાસ નહીં પણ ટાઈમવેસ્ટ કરીએ છીએ. તપાસ કરજો ટાઈમ વેસ્ટ કરીએ છીએ કે ટાઈમનો સદુપયોગ કરીએ છીએ ? સદુપયોગ કહેવાય આને ?

પ્રશ્નકર્તા : ના.

પૂજ્યશ્રી : વેસ્ટ જ કહેવાય ને? કોના બાપના પૈસે આ બધું? બાપા ભણવા મોકલે અને આપણે આ ઇંધો માંડીએ તે ડહાપણનું કામ કહેવાય?

પ્રશ્નકર્તા : ના.

પૂજ્યશ્રી : પ્રમાણસર હોય પણ આ મોબાઈલની ગેમ તો વેસ્ટ ઓફ ટાઈમ થાય છે. એના બદલે એક્સસાઈઝ કરો, બ્લોગીંગ કરો, વોક કરો. એક કલાક ટાઈમ કાઢો. આ સદુપયોગ થશે. તબિયતે સારી થશે ને એકાગ્રતાની શક્તિ વધશે. બાકી અત્યારે માર્ક્સ સારા આવે પણ પછી ધીમે ધીમે બધું બગડે. કોઈ માણસ દારૂડિયા બેડે ફરતો હોયને, ‘આપણે ખોટા કામ નહીં કરવાના’ કહેશે. પછી થોડા દહાડામાં પીતો થઈ ગયો હોય. આ કુસંગ, એ લોકો ગટરમાં પડે ને કૂવામાં પડે એટલે આપણે પડવું ?

પ્રશ્નકર્તા : એટલે મોસ્ટ ઓફ એવું થતું હોય છે કે બીજા લોકો રમે ને કહે કે હું આ લેવલે પહોંચ્યો, આ ગેમમાં જીત્યો.

પૂજ્યશ્રી : હા, આપણે સમજીએ કે આ ટાઈમ બગાડી રહ્યા છે, મનુષ્યપણાનો ટાઈમ બગાડી રહ્યા છે. એક કલાકમાં ભગવાન થઈ શકે. ત્યાં એક કલાકમાં અધોગતિના બીજા નાખે છે અને ફરવા જાય ને બધા મિત્રો ભેગા મળીને, ત્યાં કેવી વાતો હોય ?

પ્રશ્નકર્તા : એટલે કુસંગની જ.

પૂજ્યશ્રી : વિષયની જ હોય. એક્ટર-એક્ટ્રેસની હોયને. પાછું આ ગેમ્સમાં હું આગળ આવ્યો. એ ભણતરમાં આગળ આવ્યો તો સમજ્યા. હેલ્થી સ્પર્ધા હોવી જોઈએ, કક્ષાટવાળી નહીં. એટલે આ બધું નુકસાન કરનારું છે, એવું સમજવા જેવું છે. બાકી અત્યારે તો એને કોણ બચાવે, કારણ આખું ટોળું અધોગતિ તરફ જનારા પ્રવાહમાં તણાય છે. આ તો કઈક અહીંયા GNCમાં આવે, સલ્સંગમાં આવે, સાંભળે, સમજે કે આ સલ્સંગ એટલે કઈ ધર્મ નથી. સાચી સમજણ, સાચો સંસ્કાર પ્રાપ્ત થવાની જગ્યા, સંસ્કારસિંચન છે. તો આ સમજે કે આ મનુષ્ય જન્મનો કેટલો બધો સદુપયોગ થઈ શકે છે, તેને બદલે આ દુરુપયોગ કરી રહ્યા છે અને હમણાં ભણવામાં સારા માર્ક્સ આવે પણ ધીમે ધીમે બગડતું જાય. નાઈન્ટી ફાઈવ લાવતો હોયને પછી ધીમે ધીમે એટીકેટી આવે, આ કુસંગમાં બગડી બગડીને. સાતમા-આઠમા ધોરણ સુધી હાથેસ્ટ માર્ક્સ આવતા હોય, નવમાંથી બગડતો જાય, દસમાં, અગિયાર-બારમા ધોરણમાં સાવ ડબ્બો. રડતો હોય, નૂર ઊડી ગયું હોય કારણ આ બધું વિષયોમાં અને ટીવી, મુવી, મોબાઈલ અને ગેમ્સમાં, એમાં જ ટાઈમ બગાડીને ભણતર બગડે છે, પછી આ ચિત્ત બગડે છે, બહુ ભયંકર બગડે છે. આ ચિત્તને રોકવા આ બધી રમતો રમે છે, શેમાં વાપરવું ચિત્ત? સદુપયોગી સંસ્કારી વસ્તુ એની પાસે છે નહીં અને આ બધી અવળી વસ્તુ ભેગી થઈ જાય અને ચિત્ત બગડતું જાય. પછી ધારણ શક્તિ ખલાસ થઈ જાય, સમજણ શક્તિ ખલાસ થઈ જાય અને નાની વાતમાં એને ગેમ્સ રમતા ઉઠાડ્યો હોયને તો મગજ ફટકે. ગુસ્સો-બુસ્સો, ચીડિયા ખાય ખરા માણસો?

પ્રશ્નકર્તા : હા.

પૂજ્યશ્રી : કારણ એને મોહ ફરી વળ્યો છે અને ચિત્ત એનું નિર્બળ થતું જાય પછી. એટલે આ બધી રીતે બગડે છે એ વિચારી જોજો. હિતકારી નથી.

| | | | | | | | | | | | |
|-------|--|---|---|---|------|----|----|----|---|----|-----|
| મા | ફા | ધ | ર | ઓ | ફ | મો | ટી | વે | શ | ન | ઈ |
| વ્ય | તમે કેટલી સારી રીતે આ અંક વાંચ્યો છે ? | | | | | | | | | | ગો |
| વા | ચાલો રમીએ | | | | | | | | | | અં |
| ઘ | નિચે આપેલ પ્રશ્નના જવાબો પાનાની ફરતે બોક્ષમાં છુપાયેલા છે. તેને શોધો અને પ્રશ્નોના ઉકેલ લાવો. | | | | | | | | | | ત: |
| ઞ્ | | | | | | | | | | | ક |
| લે | ૧. વિશ્વવિખ્યાત લેખક વેર્દન ડબ્લ્યુ ડાયર ને તેમના પ્રશંસકો જે નામથી સંબોધતા. | | | | | | | | | | ર |
| ક | ૨. એક જ સમયે વિવિધ પ્રકારની વસ્તુઓ તેમજ પ્રક્રિયાઓ ઉપર ધ્યાન રાખી તેમજ તેની યાદી આપવાની પરીક્ષા. | | | | | | | | | | ણ |
| ટ | ૩. હું માનવ શરીરમાં ઉત્પન્ન થતી ઊર્જાનો સૌથી વધુ માત્રામાં ઉપયોગ કરું છું. | | | | | | | | | | જા |
| લ | ૪. માનવ શરીરની કાર્યપ્રણાલી જેના પર નિર્ભર છે એવા બે અંગમાંનું એક? | | | | | | | | | | ની |
| ક્ષમી | ૫. કોઈ એક કાર્ય થતાં પહેલાં અહીં ફોટો પડે છે અથવા તો એક પાલમિન્ટરી બંધારણ પ્રમાણે કામ કરે છે. | | | | | | | | | | પુ |
| નં | ૬. તે જુદા જુદા પેઝલેટો બતાડે. | | | | | | | | | | રુ |
| દ | ૭. તે વસ્તુ જેમ હોય એવો જ ફોટો પડે. | | | | | | | | | | ષ |
| ન | ૮. મારી સલાહ લીધા વગર કોઈ નિર્ણય નહીં લેવાય. | | | | | | | | | | મા |
| થિ | ૯. તે ભારતના રાષ્ટ્રપતિની જેમ વર્તે છે. | | | | | | | | | | ઈ |
| ત | ૧૦. તમારું આખું અંતઃકરણ મારી હાજરીમાં ચોખ્ખું થઈ જાય. | | | | | | | | | | ન્ડ |
| બા | ૧૧. શ્રીમદ્ રાજચંદ્રનું જન્મ વખતનું નામ. | | | | | | | | | | ઈ |
| હા | હા | ક | ર | ણ | બ્રે | ઈ | ન | અ | વ | ધા | ન |

જવાબો માટે : <https://goo.gl/UKSBEM>



૧૮ ઇલેરોમાં યોજાયો ઇપીનેસ કેમ્પમાં જેમાં ૧૮૦૦ જેટલા ૧૩-૨૧ના યુવાન
ભાઈઓ લીધો હતો ભાગ.....
જેની વધુ ઝલક નિહારો youth.dadabhagwan.org પર



| સેન્ટર | સંખ્યા |
|-------------------|--------|
| જામનગર | ૬૦ |
| જુનાગઢ | ૧૦૩ |
| ગાંધીધામ | ૭૦ |
| ભાવનગર | ૧૦૦ |
| સીમંધર સીટી ૧૩-૧૬ | ૧૮૦ |
| બરોડા | ૧૦૫ |
| ભરૂચ | ૧૪૦ |
| ભુજ | ૬૦ |
| ગોધરા | ૮૦ |
| મેહસાણા | ૧૧૦ |

| સેન્ટર | સંખ્યા |
|-------------------|--------|
| પાલનપુર | ૮૦ |
| સુરેન્દ્રનગર | ૩૦ |
| વેરાવળ | ૬૦ |
| સુરત | ૧૪૦ |
| દિમતનગર | ૩૦ |
| આણંદ | ૮૦ |
| સીમંધર સીટી ૧૭-૨૧ | ૨૧૦ |
| રાજકોટ | ૭૦ |
| મુંબઈ | ૬૦ |

જૂન ૨૦૧૭

વર્ષ: ૫, અંક : ૦૨

સળંગ અંક : ૫૦

અક્રમ યુથ

Date of Publication: 22nd of Every Month

RNI No. GUJGUJ/2013/53113

Reg. No. G-GNR-310/2017-2019

Valid up to 31-12-2019

LPWP Licence No. CPMG/120/2017

Valid up to 31-12-2019

Posted at Adalaj Post Office

on 22th of every month

અક્રમ યુથ લવાજમ પર ઓફર



40%

One Year

Price : ₹ ~~125~~

You pay : ₹ 75

52%

Five Year

Price : ₹ ~~625~~

You pay : ₹ 300

Akram Youth Subscription Form

Full Name : _____

Address : _____

City : _____ State : _____ Country : _____

Pincode : _____ Phone : _____

E-Mail : _____ Date of Birth : ____/____/____

Gujarati English

1 Year ₹ ~~125~~ ₹ 75

5 Year ₹ ~~625~~ ₹ 300

D.D/M.O. should be in favour of 'Mahavideh Foundation', payable at Ahmedabad.

Please enclose payment or pay by credit card online at :

store.dadabagwan.org/akram-youth

Send this form and enclosed payment to _____

Akram Youth

'Dada Darshan', 5, Mamta Park Society, B/h.
Navgujarat college, Usmanpura, Ahmedabad -
380 014, Gujarat, India.

We would love to hear from you.

Send us your feedback and suggestions.

Email: akramyouth@dadabagwan.org



Send your suggestions and feedback at: akramyouth@dadabagwan.org

Printed and Published by Dimple Mehta on behalf of Mahavideh Foundation-Owner.

Printed at : Amba Offset, B-99, K6 Road, Electronics GIDC, Sector 25, Gandhinagar - 382044, Gujarat, India

