



પ્રજ્ઞા

સર્વત્ર પ્રકાશ થવા ઈ
૨૦૧૯



॥ प्रार्थना ॥

ब्रह्मविद्यां नमस्कृत्य मद्गुरोः चरणौ तथा ।
ज्ञानप्राप्त्यर्थं प्रस्थानं राजमार्गं करोम्यहं ॥
संतुष्टोऽहं कृतज्ञोऽहं कृतार्थोऽहं पुनःपुनः ।
प्राण नाद तेजोऽतीताम् ब्रह्मविद्यां नमाम्यहम् ॥

॥ प्रार्थना ॥

ब्रह्मविद्यां नमस्कृत्य मद्गुरोः चरणौ तथा ।
ज्ञान प्राप्त्यर्थं प्रस्थानं राजमार्गं करोम्यहं ॥
संतुष्टोऽहं कृतज्ञोऽहं कृतार्थोऽहं पुनःपुनः ।
प्राण नाद तेजोऽतीताम् ब्रह्मविद्यां नमाम्यहम् ॥

भाषार्थ : ब्रह्मविद्याने तेम ज मारा गुरुनां चरणौने वंदन करीने (आत्म)
ज्ञानप्राप्ति माटे हुं (अष्टांग) राजमार्ग पर मारा प्रवासनी शरणात करुं छुं.
वारंवार मने अत्यंत आनंद अने कृतज्ञता जलाय छे, मने (थयेती
ज्ञानप्राप्ति) अत्यंत कृतार्थता जलाय छे अने हुं प्राण, नाद अने तेजथी परे
येवी ब्रह्मविद्याने वारंवार नमस्कार करुं छुं.

ध्येय

समग्र मानवजातिनो
शारीरिक, मानसिक अने
आध्यात्मिक विकास

कार्य

ब्रह्मविद्याना शास्त्रनो
प्रचार, प्रसार अने
शिक्षण

વેબસાઈટ



ઉત્કૃષ્ટ પ્રતિસાદ

નવેમ્બર ૨૦૦૪ માં વેબસાઈટ શરૂ કર્યા પછી, મુલાકાતીઓનો પ્રતિસાદ સતત વધતો રહ્યો છે. અમે સૌનો આભાર માનીએ છીએ. અમે આશા કરીએ છીએ કે તેમને આ અભ્યાસક્રમ માં જોડાવાની પ્રેરણા મળે. હાલમાં દર મહિને હજારોની સંખ્યામાં લોકો વેબસાઈટની મુલાકાત લે છે. તેઓ દુનિયાના વિવિધ પ્રાંત અને પ્રદેશના વાસી છે. પત્રવ્યવહાર (Correspondence) કોર્સ ની ઓનલાઇન રજિસ્ટ્રેશન સુવિધા વેબસાઈટ પર ઉપલબ્ધ છે.

Visit www.brahmavidya.net

Visit us on Facebook

<https://www.facebook.com/BramhavidyaSadhakSangh>

Follow us on Twitter

<https://twitter.com/BrahmavidyaSS>

Visit us on YouTube

<https://www.youtube.com/c/brahmavidyasadhaksangh>

ઓફિસ સરનામું

થાણા

ઘંટાળી પ્રાસાદ, ફ્લૉટ નં. ૧૧/૧૨, ૧લો માળો, તન્વી હર્બલના ઉપર,

ઘંટાળી, થાણા (પ.) ૪૦૦ ૬૦૨

ફોન : ૦૨૨-૨૫૩૩૯૯૭૭, ૨૫૩૪૭૭૮૮

સોમથી શનિ ૧૦ થી ૬

પૂના

૧૧૪૨, સદાશિવ પેઠ, શકુંતલા અનંત એપાર્ટમેન્ટ, પૂના ૪૧૧૦૩૦

ફોન : ૦૨૦-૨૪૪૫૪૪૦૨

સોમથી શનિ ૧૦ થી ૧ અને ૪ થી ૭

બોરિવલી

ફોન : ૯૮૩૩૯૫૭૩૬૫

ટ્રસ્ટી



જયંત દિવેકર



સવિતા સુને



કલ્પના રાઠલકર



સ્વાતી જોગ



સંજય સાઠે



જયંત ગોરે



રમેશ કરંટીકર

શિક્ષકો



છાયા દેસાઈ



સુનિતા ગુરવ



વિનય રાઠોડ



રીટા પંચ્યા



કાર્યકારિણી સદસ્ય

અધ્યક્ષ : સંજય સાહે

સચિવ : જયંત ગોરે

ખજાનચી : હેમંત લાગૂ

પ્રજ્ઞા મંડળ

માર્ગદર્શક : જયંત દિવેકર

સંપાદક : સુનિતા ગુરવ

મુખપૃષ્ઠ : સારથી એન્ટરપ્રાઇસ

મુદ્રણ : સુંદરમ્

ડિઝાઇન : મલ્ટીલિંગ્વલ

પ્રજ્ઞા મંડળ : જયદીપ શાહ, નવનીત પારેખ, નમ્રતા જોગીદાસાણી,
પરાગ પુરોહિત, ઉમેશ ધ્રુવ, નીલા ધ્રુવ, મીના ગાલા, અમૃત શાહ,
વિપુલ શાહ, રીટા ધ્રુવ, પ્રજ્ઞા પટેલ, બિના પારેખ

કાર્યાલય વ્યવસ્થા

લક્ષ્મીકાંત ભગરે, ભગવાન લોહકર, રશ્મી સકપાળ, સુનિલ ગિરાસે,
મધુકર ડોલારે, અનિલ વિનેરકર, સમૃદ્ધિ મિસ્ત્રી

મહત્વની સૂચના :

અનેક સાધકોને બ્રહ્મવિદ્યાની સાધનાથી શારીરિક અને માનસિક સ્વાસ્થ્ય સુધરેલું
દેખાઈ આવે છે. કેટલાક સાધકોને તેમની બીમારીમાં જોંધપાત્ર સુધારો દેખાઈ
આવેલ છે. બ્રહ્મવિદ્યા સાધક ચેરિટેબલ ટ્રસ્ટ, સાધકોને તે છતાં સલાહ આપે છે કે
તેમણે યોગ્ય વૈદ્યકીય સલાહ સૂચન સિવાય તેમની દવાઓ બંધ ન કરવી.



બ્રહ્મવિદ્યા સાધક સંઘ

અનુક્રમણિકા

જ્ઞાનપ્રકાશ / કાર્યપ્રકાશ :

1. આરોગ્ય અને યશની તમારી ગુરુચાવી	● જયંત દિવેકર 1
2. સર્વત્ર પ્રકાશ થવા દો	● રાજારામ સુવે 3
3. પત્ર દ્વારા બ્રહ્મવિદ્યા શીખો	● સુનિતા ગુરુપ 7
4. આરોહણ આશ્રમ: બ્રહ્મવિદ્યાના સાધકોની સ્વપ્નપૂર્તિ	● જયંત દિવેકર 8
5. જીવનની વ્યવસ્થા, સુસંગતતા અને સૌંદર્ય	● જયંત દિવેકર 10
6. કલ્પના: અદ્ભુત કલાકાર...?	● સ્વાતી જોગ 12
7. આનંદનો સત્યમાર્ગ	● કલ્પના રાઈલકર 15
8. વિચાર અને કલ્પના	● સંજય સાહે 17
9. બ્રહ્મવિદ્યા: યશસ્વી જીવનની કલા	● છાયા દેસાઈ 19

વિદ્યાર્થીઓના અનુભવો :

10. બ્રહ્મવિદ્યા : રાજમાર્ગ તરફ નવું પગલું	● મીના ગાલા 20
11. બ્રહ્મવિદ્યા : નવજીવન	● અનીતા ઝટકીયા 20
12. કલ્પના : અદ્ભુત કલાકાર	● ડો. શેવંતી એસ્.શાહ 21
13. બ્રહ્મવિદ્યા : એટલે અદ્ભુત યોગશાસ્ત્ર	● અમૃત શાહ 21
14. ઈર્થ અને શ્રદ્ધાનો ગુણ વધ્યો	● કલ્પના મેહુલ વડીલ 22
15. મનોબળ	● મેહુલ વડીલ 22
16. બ્રહ્મવિદ્યા જીવનનું અણમોલ રત્ન	● કનુભાઈ ગાંધી 23
17. સનાતન વિદ્યા	● પરાગ પુરોહિત 23
18. આરોગ્ય સંપન્ન જીવન	● ડો. હેમા દેસાઈ 24
19. બ્રહ્મવિદ્યા : જીવનની નવી દષ્ટિકોણ	● યોગેશ વારીયા 24
20. સક્ષમ	● ડો. રિટા ધ્રુવ 25
21. હું સંતુષ્ટ છું	● વર્ષા સુવર્ણકાર 25
22. આંતરિક બદલ	● ભાવના પંડ્યા 26
23. બ્રહ્મવિદ્યા : જીવન જીવવાની કળા	● લતા ઉપાધ્યાય 27
24. નવી દિશા	● વિપુલભાઈ શાહ 28
25. બ્રહ્મવિદ્યા : સફળતાની ગુરુચાવી	● ડૉ. ચારૂ કેતન ટોલીયા 28
26. બ્રહ્મવિદ્યા: જ્ઞાનની ગંગા	● લીના કારાણી 29
27. Toll Free Helpline No: બ્રહ્મવિદ્યા	● તેજલ શાહ 30
28. બ્રહ્મવિદ્યા અને હું	● પ્રજ્ઞા સમીર શાહ 31
29. અનેરી જ્યોત	● આશા પુરોહિત 32
30. બ્રહ્મવિદ્યાનું પવિત્ર ઝરણું	● પરિદા શાહ 33
31. સ્વયંપ્રકાશિત	● દર્શના પુરોહિત 34
32. આત્મવિસ્વાસ	● મીનાક્ષી મેહતા 34
33. સર્વત્ર પ્રેમ અને પ્રકાશ પ્રસરાવવાની	● સુભાલા શાહ 35
34. મારી ઈચ્છા	● ધર્મેશ શાહ 35
35. કૃતજ્ઞતાનો ભાવ	● ડૉ. નીકી પારેખ 36
36. સાધનાનો પ્રભાવ	● વિરલ આશર 36
37. ધ્યેય	● અમિત મકવાણા 37
38. સમતાનો ગુણ વધ્યો	● રૂપલ 37
39. આભાર	● સંગીતા શાહ 38
40. પ્રેરણા	● વાસંતી જય શેઠ 38
41. તસ્મૈ શ્રી ગુરુવે નમઃ	● છાયા શાહ 39
42. સુવર્ણસંઘી	● વર્ષા જતીન ગાલા 39
43. સંકારાત્મક ભાવના	● મીના ઝવેરી 40
44. બ્રહ્મનું જ્ઞાન	● રિક્કલ એમ. વ્હોરા 40
45. આત્મવિકાસ	● ઉમેશ ધ્રુવ 41
46. નવો વર્ણાંક	● ડૉ. મોના ડી. શાહ 41
47. STRUGGLE ENDS WHEN GRATITUDE BEGINS	● નીલા ધ્રુવ 42
48. સ્ફુટિ	● સુલભા મરચંટ 42
49. આનંદયાત્રા	● જોગતી શાહ 43
50. શીખવા જેવું અમૂલ્ય જ્ઞાન	● પલ્લવી લીમ્બાચીયા 44
51. પ્રભુકૃપા	● નેમજી વ્હી. શાહ 44
52. આનંદી જીવન	● હેમલતા શાહ 45



સંપાદકીય...

આદરણીય વાંચકો, સપ્રેમ નમસ્કાર!

બ્રહ્મવિદ્યા સાધક ચેરિટેબલ ટ્રસ્ટ તરફથી પ્રકાશિત થનારી ગુજરાતી “પ્રજ્ઞા”, વાર્ષિક પુસ્તિકાનું આ બીજું પ્રકાશન વર્ષ છે.

“પ્રજ્ઞા” પ્રકાશન એટલે દર વર્ષ બ્રહ્મવિદ્યાનો વધતો પ્રસાર, સંસ્થાના કાર્યક્ષેત્રમાં થયેલી ઉન્નતિ અને આ શાસ્ત્રનો ચોચ્ય ઉપયોગ બતાવનાર ગાઢ છે. પ્રજ્ઞા પ્રકાશન એક આનંદોત્સવ છે કારણ આપણા સર્વ સાધકોની હાજરીમાં આદરણીય શ્રી જયંત દિવેકર સરના હસ્તે ગુજરાતી પ્રગત મેળાવડામાં “પ્રજ્ઞા” પ્રકાશન થાય છે.

આપણા બધાને એમ લાગે છે કે આપણું જીવન આરોચ્યસંપન્ન, અને સુખી હોવું જોઈએ તેના માટે આપણે ઘણા પ્રયત્નો કરતા હોઈએ છીએ. પણ, જો આપણે બ્રહ્મવિદ્યાએ બતાવેલા માર્ગથી પ્રયત્ન કરશું તો આપણું જીવન, નક્કી જ, આરોચ્યસંપન્ન અને સુખી કરી શકશું.

બ્રહ્મવિદ્યામાં સાધનાને ખૂબ જ મહત્વ આપ્યું છે. તમારી સાધનામાં ક્યારેય વિરામ/વિક્ષેપ ન પડવા દો. સાધનાથી જ સર્વ અડચણો દૂર થાય છે. જો તમે સુખી જીવનની તીવ્ર આકાંક્ષા રાખશો તો નિયમિત સાધનામાં આવતા અવરોધો દૂર થશે.

સાધનામાં આવતા અવરોધો મુખ્યત્વે માનસિક સ્તરના હોય છે. રોજનું જીવન જીવવા માટે સાધનાની શું જરૂર છે? સાધના માટે સમય મળતો નથી. ઈત્યાદી, ઈત્યાદી. પણ પ્રિય સાધકો, એ જોવાનો પ્રયત્ન કરો કે રોજુંદા જીવનના પ્રશ્નોનો, અડચણોનો કેવી રીતે સામનો કરવો તે માર્ગ બ્રહ્મવિદ્યાની સાધના મારફત સાંપડી શકે છે. જીવન વ્યવસ્થિત કરવા માટે શારીરિક આરોચ્ય અને માનસિક શાંતિ અત્યંત જરૂરી છે. બ્રહ્મવિદ્યાની શ્વાસ અને વિચારની સાધનાથી આ શક્ય થાય છે. સમય બધા માટે સરખો જ ઉપલબ્ધ છે. જો આપણે સાધના માટે ઉપલબ્ધ સમયનું ચોચ્ય નિયોજન કરીએ તો આપણા જીવનમાં આમૂલાગ્ર બદલ થશે. ઘણી અડચણો સ્વંનિર્મિત હોય છે તેથી તેનું નિવારણ પણ આપણા હાથમાં જ છે. સાતત્યપૂર્ણ સાધના શરૂઆતમાં કંટાળાજનક લાગતી હોય પણ ધીરેધીરે તે ગમવા લાગે છે. અચૂક અને સહજતાથી થાય છે.

પ્રજ્ઞા ૨૦૧૯ પુસ્તિકા માટે આપના લેખ, અનુભવ, કવિતા મોકલનારા સર્વ શિક્ષકોનો તેમજ સાધકોનો પ્રજ્ઞામંડળ ત્રણી છે.

પ્રજ્ઞાની નિર્મિતીમાં જેમનો પ્રત્યક્ષ અથવા અપ્રત્યક્ષ સહકાર મળ્યો છે તે સર્વનો પ્રજ્ઞા મંડળ તરફથી આભાર.

સર્વને બ્રહ્મવિદ્યાની સાધના માટે પ્રેરણા થાય આ જ સર્વોચ્ચ શક્તિને પ્રાર્થના. અમારામાં અને અમારી મારફત બ્રહ્મવિદ્યાનો પ્રકાશ સર્વત્ર પ્રસરી રહ્યો છે.



આરોગ્ય અને યશની તમારી ગુરુચાવી

(શબ્દાંકન : નવનીત પારેખ)

આ સાધનાથી માનવનો દષ્ટિકોણ બદલાય છે અને તે અધિક આનંદી, ઉત્સાહી અને આત્મવિશ્વાસ સંપન્ન બને છે.



જયંત દિવેકર

પ્ર. આરોગ્ય અને યશ, બન્ને ! મનુષ્ય આનાથી વિશેષ શેની અપેક્ષા કરી શકે ? શું બ્રહ્મવિદ્યા એ એકાદુ જાદુ છે ? એવું લાગે છે કે એ પરિપૂર્ણ જીવનનું જ રહસ્ય છે !

ઉ. હા, તમે કહો છો તે પ્રમાણે આ ખરેખર જ અદ્ભૂત લાગે છે; બરાબર ને? આ લેખમાં હું બ્રહ્મવિદ્યાના તત્વો સંક્ષિપ્તમાં સમજાવું છું. અને મને એવી આશા છે કે આને કારણે તમને બ્રહ્મવિદ્યાનો પ્રાથમિક અભ્યાસ કરવાનું મન થશે. અભ્યાસક્રમ શરૂ કર્યા પછી તમે પોતાના અનુભવથી બ્રહ્મવિદ્યાની પદ્ધતિઓના પ્રભાવને ચકાસી શકશો.

પ્ર. પરંતુ, આરોગ્ય અને યશ બન્ને એકબીજાથી કેટલા ભિન્ન છે! આરોગ્ય શરીરથી સંબંધિત છે અને એનાથી વિરુદ્ધ યશ તો અનેક ક્ષેત્રોથી સંબંધિત છે. તો પછી બ્રહ્મવિદ્યા એ બન્ને સાધ્ય કરવામાં કેવી રીતે મદદરૂપ થાય ?

ઉ. એ સાચુ છે કે આરોગ્ય અને યશ એ બન્ને એકબીજાથી અતિશય ભિન્ન લાગે છે તે છતાં આ બન્ને વસ્તુ જીવનની વ્યવસ્થાનું પાલન કરવા પર જ આધારિત છે. સર્વ સત્ય છુપાયેલું હોય છે, ગુપ્ત હોય છે અને જો આપણે આપણું નિરીક્ષણ ફક્ત ઉપલબ્ધી દેખાતી વસ્તુઓ પૂરતું જ મર્યાદિત રાખીએ તો સત્ય ક્યારેય આપણા ધ્યાનમાં આવશે નહીં. આપણે એમ કહી શકીએ કે પ્રત્યેક વૈજ્ઞાનિક શોધ આનો સ્પષ્ટ પુરાવો છે. “જેવું દેખાય છે તેવું હોતું નથી!” ઉદાહરણ તરીકે, આપણી પૃથ્વી એકદમ સપાટ લાગે છે પણ હકીકતમાં તે ગોળ છે; એવું લાગે છે કે રોજ સવારે પૂર્વમાં સૂર્યોદય થાય છે, પણ હકીકતમાં સૂર્યોદય જેવી કોઈ વસ્તુ જ નથી વગરે.

જે પ્રમાણે આધુનિક વિજ્ઞાન આપણને ભૌતિક વિશ્વના નિયમોની માહિતી આપે છે, તે જ પ્રમાણે બ્રહ્મવિદ્યા આપણને તમારા, મારા જીવનના-માનવી જીવનના ગહન સત્ય બાબત, નિયમો બાબત માહિતી આપે છે. જ્યારે આપણે આ નિયમોનું આપણા જીવનમાં પાલન કરીએ છીએ ત્યારે આપોઆપ જ આપણું જીવન વ્યવસ્થિત થાય છે અને જેને આપણે આરોગ્ય કે યશ કહીએ છીએ, તે બીજું કંઈ નથી પણ જીવનની વ્યવસ્થા છે.

પ્ર. સામાન્ય મનુષ્ય દૈનંદિન જીવનમાં બ્રહ્મવિદ્યાનો શું ઉપયોગ કરી શકે ?

ઉ. બ્રહ્મવિદ્યા શીખવે છે કે પ્રત્યેક મનુષ્યમાં દિવ્યત્વ છુપાયેલું છે. માટે જ તેની બધી તકલીફો અને સમસ્યાઓ દૂર કરવાની શક્તિ પ્રત્યેક માનવમાં છે. બ્રહ્મવિદ્યા ફક્ત કહેતી જ નથી પરંતુ આ બધું પ્રત્યક્ષમાં લાવી શકનાર નિશ્ચિત પદ્ધતિઓ પણ શીખવે છે. આ પદ્ધતિઓની નિયમિત સાધનાથી મનુષ્ય પોતાની વિવિધ શારીરિક અને માનસિક સમસ્યાઓ માંથી મુક્ત થઈને અધિક આનંદી જીવન જીવી શકે છે.



પ્ર. તો શું બ્રહ્મવિદ્યાને આપણે સુખી જીવનનું શાસ્ત્ર કહી શકીએ ? બ્રહ્મવિદ્યાની પદ્ધતિઓમાં શું શીખવવામાં આવે છે ?

ઉ. ખરેખર જ, બ્રહ્મવિદ્યા એ સુખી જીવનનું શાસ્ત્ર છે. તે માનવને જીવનના આધ્યાત્મિક નિયમ શીખવે છે. બ્રહ્મવિદ્યાની પદ્ધતિમાં શ્વસન અને વિચાર પર ભાર આપ્યો છે કારણ કે આ બંને વસ્તુ માનવ જીવનના મૂળભૂત ઘટક છે. શ્વસન અને વિચાર સિવાય આપણે જીવનનો વિચાર સુદ્ધાં કરી શકીએ નહીં.

આ બંને વસ્તુ આપણે જન્મથી જ વાપરીએ છીએ, છતાં એ યોગ્ય પ્રકારે કેવીરીતે વાપરવી એ આપણને કોઈએ પણ શીખવ્યું નથી. યોગ્ય શ્વસન કે યોગ્ય વિચારોનું કોઈપણ શાસ્ત્ર શાળા કોલેજમાં શીખવામાં આવતું નથી. તમને એ સાંભળીને આશ્ચર્ય થશે કે, સામાન્યરીતે મનુષ્ય તેના ફેફસાની ફક્ત 10 ટકા ક્ષમતાનો જ ઉપયોગ કરે છે. બ્રહ્મવિદ્યામાં શીખવવામાં આવતા આધ્યાત્મિક શ્વસનપ્રકારની સાધનાથી શ્વસનક્રિયા સુધરે છે અને ધ્યાનની પદ્ધતિની સાધનાથી વિચાર અને વિચારોની પ્રક્રિયા સુધરે છે. આ રીતે શ્વસનપ્રકારથી શ્વસન અને ધ્યાનથી મન શુદ્ધ થવાથી સાધના કરનાર સાધક વધુ ઉત્તમ શારીરિક અને માનસિક આરોગ્ય ઉપભોગે છે.

પ્ર. બ્રહ્મવિદ્યાની સાધનાથી કઈ કઈ બીમારીઓમાં લાભ થાય છે ?

ઉ. બ્રહ્મવિદ્યા એ કોઈ એક દવા નથી દવા કહીએ એટલે તે કોઈ વિશિષ્ટ બીમારી માટે હોય. બ્રહ્મવિદ્યા તેવી નથી બ્રહ્મવિદ્યાની સાધનાથી બધા રોગોનો સમૂળગો નાશ થવામાં મદદ મળે છે. તેથી બ્રહ્મવિદ્યાનો ફાયદો બધી બીમારી પર થવાથી આરોગ્ય પ્રાપ્ત થાય છે. તે છતાં અસ્થમા, શ્વસનતંત્રના ઈતર વિકારો, લોહીનું દબાણ, મધુ-પ્રમેહ, હૃદયવિકાર, ગરદનનો દુઃખાવો, પીઠ કમરનો દુઃખાવો, જૂની અને કાયમી શરટી એવા અનેક વિકારો પર બ્રહ્મવિદ્યાની સાધનાનું ઉત્તમ પરિણામ દેખાઈ આવે છે. આ ઉપરાંત આ સાધનાથી માનવનો દષ્ટિકોણ બદલાય છે અને તે વધુ આનંદી, ઉત્સાહી અને આત્મવિશ્વાસ સંપન્ન થાય છે. આ રીતે શારીરિક અને માનસિક આરોગ્ય સુધરવાથી મનુષ્ય તેનું દૈનિક કાર્ય વધુ ઉત્સાહથી અને સારી રીતે કરી શકે છે. તેથી જ તેની નોકરીમાં, વ્યવસાયમાં કે ધંધામાં વધુ ચશ્વતી થઈ શકે છે.

પ્ર. આ સાધના માટે કેટલો સમય આપવો જોઈએ ?

ઉ. આધ્યાત્મિક શ્વસનપ્રકારની સાધના માટે સવારે 20 મિનિટ અને ધ્યાનની સાધના માટે રાત્રે કે પ્રાતઃકાળે 20 મિનિટનો સમય આપવો આવશ્યક છે. અર્થાત જ, પ્રત્યેક જણ પોતાની રુચિ અને સગવડ પ્રમાણે વધુ સમય સાધના કરી શકે. 18 વર્ષથી અધિક વયની કોઈપણ વ્યક્તિ આ પદ્ધતિ સહજ શીખી શકે અને દરરોજ તેનો અભ્યાસ કરી શકે.

પ્ર. આ પદ્ધતિ મૂળ ક્યાંની છે ? આપણે ત્યાં તે કેવીરીતે આવી ?

ઉ. બ્રહ્મવિદ્યા આધ્યાત્મિક સાધનાની અત્યંત પ્રાચીન પદ્ધતિ છે. આમાંની સાધનાની પદ્ધતિનું મૂળ ભારતમાં જ છે. અહીંથી તે તિબેટમાં ગઈ અને હવે ફરી આપણી પાસે ભારતમાં આવી છે.



સર્વત્ર પ્રકાશ થવા દો !

રાજારામ સુવે (શબ્દાંકન : સુનીતા ગુરવ)

1997 ની સાલમાં અધિકૃત નોંધણી થયા પછી બ્રહ્મવિદ્યા સાધક ચેરિટેબલ ટ્રસ્ટની 'બ્રહ્મવિદ્યા' આ પ્રાચીન યોગશાસ્ત્રનો બધી બાજુ પ્રસાર થઈ રહ્યો છે. આ પ્રસારમાં અનેક ઘટકોનો સમાવેશ છે. તેનો આ અહેવાલ છે.

બ્રહ્મવિદ્યાના પ્રસાર અને પ્રચાર કાર્યનો પ્રારંભ ગુરૂ શ્રી જ્યોતિર્મયાનંદજી એ મુંબઈ અને ઉપનગરોમાં કર્યો. ત્યાર પછી તેમના શિષ્ય, આપણા સર્વના ગુરૂ વંદનીય શ્રી જયંત દિવેકર સરે બ્રહ્મવિદ્યાનો પ્રકાશ પ્રસારવાનો પ્રારંભ કર્યો. બ્રહ્મવિદ્યાના સર્વ અંગ્રેજી પાઠોનો શ્રી જયંત દિવેકર સરે મરાઠીમાં અનુવાદ કરવાનું બહુમૂલ્ય કાર્ય કર્યું તે પાઠોનો ગુજરાતીમાં અનુવાદ કરવાની અમૂલ્ય તક મને મળી માટે સર્વોચ્ચ શક્તિ, મહાન વિભૂતિઓ, આદરણીય શ્રી દિવેકર સર, બ્રહ્મવિદ્યા સાધક સંઘ અને પૂર્ણ ગુજરાતી ટીમનો હું આભાર માનું છું. તેને લીધે ગુજરાતી સમાજમાં બ્રહ્મવિદ્યાનો કાર્યપ્રકાશ ઝડપથી સર્વત્ર પહોંચાડવાનું સુલભ થયું. 1997 ની સાલમાં બ્રહ્મવિદ્યા સાધક ચેરિટેબલ ટ્રસ્ટની અધિકૃત નોંધણી થઈ સંસ્થાનું ધ્યેય અને કાર્ય નિશ્ચિત કરવામાં આવ્યાં.

ધ્યેય : અખિલ માનવ જાતીનો શારીરિક, માનસિક અને આધ્યાત્મિક વિકાસ

કાર્ય : બ્રહ્મવિદ્યાના શાસ્ત્રનો પ્રચાર, પ્રસાર અને શિક્ષણ

બ્રહ્મવિદ્યાના કાર્યપ્રકાશમાં આપણાં શિક્ષકોનો ખૂબ જ મહત્વનો ફાળો છે. શિક્ષક જ ખરા અર્થમાં બ્રહ્મવિદ્યાના પ્રસારક છે. તેથી સંસ્થાએ શિક્ષક તૈયાર કરવા અને 'શિક્ષક પ્રશિક્ષણ' પર ભાર મૂક્યો છે.

બ્રહ્મવિદ્યા શાસ્ત્રનો અભ્યાસક્રમ ચાર સ્તર પર ઉપલબ્ધ છે.

શરૂઆતમાં :-

1. બાલવર્ગ : 7 અઠવાડિયા (વય 10 થી 18)
2. પ્રાથમિક વર્ગ : 22 અઠવાડિયા (18 થી ઉપરની વયના) તે પછી
3. પ્રગત વર્ગ : 104 અઠવાડિયા તે પછી
4. પ્રદીપક વર્ગ : 96 અઠવાડિયા



હિંદુ જીમખાના, મુંબઈ



સર્વ વર્ગ અઠવાડિયામાં એક વાર દોઢ કલાક લેવામાં આવે છે. આ રીતે સાધક બ્રહ્મવિદ્યાના સાનિધ્યમાં 4 થી 5 વર્ષ રહે છે. ઉપરના ચાર સ્તરોનો અભ્યાસક્રમ પૂરો થયા પછી જ સાધક તેની ઈચ્છા હોય તો શિક્ષક પ્રશિક્ષણ માટે લાયક બને છે. શિક્ષક પ્રશિક્ષણ પૂર્ણ થયા પછી જ સાધક શ્રી જયંત દિવેકર સરની અનુમતી મુજબ શિક્ષક તરીકે કાર્યરત થાય છે. સાધારણ રીતે શિક્ષક થવામાં 5 થી 6 વર્ષનો સમય લાગે છે. આ દરમ્યાન સંસ્થાના જુદા જુદા ઉપક્રમોમાં ભાગ લઈ વિદ્યાર્થી અનુભવ સંપન્ન થઈ શકે છે. આ પ્રમાણે પ્રશિક્ષિત શિક્ષકો બ્રહ્મવિદ્યાના શિક્ષણ પ્રસારમાં કાર્યરત છે અને તેથી જ સર્વત્ર બ્રહ્મવિદ્યાનો જ્ઞાનપ્રકાશ પ્રસરી રહ્યો છે.

બ્રહ્મવિદ્યાના વર્ગ પ્રશિક્ષિત શિક્ષકો મારફત જુદા જુદા સ્તરો માટે નિયમિતપણે ચાલુ હોય છે. સર્વ વર્ગોનું આયોજન અઠવાડિયામાં એકવાર કરવામાં આવે છે. મુખ્યત્વે ચાર ભાષાઓમાં – અંગ્રેજી, મરાઠી, હિંદી અને ગુજરાતીમાં વર્ગ હોય છે.

કંપનીઓ, કાર્યાલયો, મહિલા મંડળો, ક્લબોમાં બ્રહ્મવિદ્યાનો પરિચય :

આ વર્ષની વૈશિષ્ટપૂર્ણ વાત એટલે હિંદુ જીમખાના, બીકેસી ડાયમંડ બાજાર, અનેક મહિલા મંડળો ઈત્યાદીમાં બ્રહ્મવિદ્યાનો પરિચય આપતા ગુજરાતી પ્રસ્તાવના રાખવામાં આવ્યા.

બ્રહ્મવિદ્યા સાધક સંઘ તરફથી જુદા જુદા સ્તરો પરના વર્ગોનું આયોજન નિયમિતપણે કરવામાં આવે છે. ઉદા. 10 થી 18 વર્ષની વયના બાળકો માટેના બાલવર્ગોમાં દર વર્ષે સાધારણ પણે 2000 થી વધુ નવા વિદ્યાર્થીઓ લાભ લે છે. તેમજ 18 વર્ષથી વધુ વયના સાધકો માટેના પ્રાથમિક અભ્યાસક્રમના વર્ગોમાં દર વર્ષે સાધારણ પણે 12000 થી અધિક નવીન સાધક બ્રહ્મવિદ્યાની સાધનાનો લાભ લે છે.

બ્રહ્મવિદ્યાના અત્યાર સુધીના સાધકોની સંખ્યા 2,09,968 છે.

અત્યાર સુધીના પ્રાથમિક ગુજરાતી સાધકોની સંખ્યા 3349 છે. તેમજ પ્રગત ગુજરાતી સાધકોની સંખ્યા 248 છે. અત્યાર સુધી પ્રદીપક વર્ગ ફક્ત શ્રી જયંત દિવેકર સર લેતા હતા પરંતુ 2014 થી સરે બે નવા પ્રશિક્ષિત શિક્ષક પ્રદીપક વર્ગો માટે નિયુક્ત કર્યા છે. 1) ડૉ. નિતાંતા શેવડે 2) શ્રી. સંજય સાહે. 2018 થી સૌ. રુચિરા ગોડબોલેને નિયુક્ત કરવામાં આવ્યા છે.

શિબિરો : જેમને અઠવાડિયામાં એક વાર એવા વર્ગ ફાવતા ન હોય, તેમજ મુંબઈ બહારના લોકો માટે, નિર્સર્ગમ્ય સ્થળોએ બ્રહ્મવિદ્યાની સળંગ પાંચ દિવસની નિવાસી



સુરભી મહિલા મંડળ, વિલેપાર્લે (વેસ્ટ)



બ્રહ્મવિદ્યા સાધક સંઘ

શિબિરોનું મહાબળેશ્વર, લોનાવલા અને ખંડાલામાં નિયમિતપણે આયોજન કરવામાં આવે છે. તે ઉપરાંત ધારવાડ, ગોવા, બેલગાંવ, ધુળે, અહમદનગર, અમરાવતી, ટેવગઢ, માલવણ, કુડાળ, આકોલા, રાજાપૂર, હૈદરાબાદ ઈત્યાદિ સ્થળોએ સંસ્થા દ્વારા અનિવાસી શિબિરોનું આયોજન કરવામાં આવે છે. **રાજકોટ (ગુજરાત) માં પણ અનિવાસી શિબિરનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું.** તમારા શહેરમાં શિબિર કરાવવી હોય તો સુનિતા બેનને સંપર્ક કરવો.

મેળાવડા : બ્રહ્મવિદ્યા સાધક સંઘ તરફથી જુદી જુદી જગ્યાએ વાર્ષિક મેળાવડા આયોજાય છે. આ વધુ એક વિશિષ્ટ આયોજન છે, જેમાં સર્વ સાધકો એક બીજાને મળે છે અને વિચારોની આપ-લે કરે છે. તેવી રીતે સર્વ સાધકોને સામેલ કરીને થતી સાધના, જે વંદનીય દિવેકર સર પોતે કરાવે છે જે આ મેળાવડાની વધુ એક વિશિષ્ટતા છે.

આ ઉપરાંત સંઘના કાર્યોની સમીક્ષા કરવામાં આવે છે. આને કારણે આ મેળાવડા બ્રહ્મવિદ્યાના જ્ઞાનપ્રસારણ અને સંવર્ધન માટે અતિશય પ્રેરક બને છે અને સાધક અધિક ઉપયોગી માહિતી મેળવે છે. **આજે તા 03/03/2019 ના પવિત્ર દિવસે આપણો બીજો પ્રગત ગુજરાતી સાધકોનો મેળાવડો સંપન્ન થઈ રહ્યો છે.**

અભ્યાસ વર્ગ : અનેક લોકો બ્રહ્મવિદ્યાના વર્ગ પૂરા કરે છે, પરંતુ સાધનામાં સાતત્ય રહેતું નથી આપું દેખાઈ આવવાથી સાધક સંઘ તરફથી જુદી જુદી જગ્યાએ બધા સ્તરના અભ્યાસક્રમોના અભ્યાસ વર્ગોનું આયોજન કરવામાં આવે છે. આને લીધે સાધકોની સાધનામાં સાતત્ય વધવાથી તેઓ સંસ્થા સાથે જોડાયેલા રહે છે. તે માટે પ્રશિક્ષિત શિક્ષકો પાસે નીચે આપેલા અભ્યાસક્રમોના અભ્યાસ વર્ગોનું આયોજન કરવામાં આવે છે.

પ્રાથમિક સાધના વર્ગ : 7 અઠવાડિયા

પ્રાથમિક પુર્નઅધ્યયન વર્ગ : 11 અઠવાડિયા

પ્રગત પુર્નઅધ્યયન વર્ગ : 26 અઠવાડિયા

ગુજરાતી સાધકો માટે આ અભ્યાસ વર્ગો લેવાની શરૂઆત ટૂંક સમયમાં કરવાના છીએ.

સાધના મંડળો : જૂંદા જૂંદા સ્તરના અભ્યાસક્રમ પૂર્ણ કરેલા સાધકો અનુકૂળ જગ્યાએ એકત્ર સાધના અને અભ્યાસ કરીને બ્રહ્મવિદ્યાના સંપર્કમાં રહે છે. ગુજરાતીમાં



બાંદ્રા-કુર્લા કોમ્પ્લેક્સ ડાયમંડ બાજર



સાધના મંડળો પાર્લા, ગ્રાંટરોડ અને ઘાટકોપરમાં ચાલી રહ્યા છે. સાધકોને તેનો લાભ લેવા વિનંતી.

કાર્યાલયો : બ્રહ્મવિદ્યાના સંદર્ભમાં કોઈપણ માહિતી મેળવવાની હોય તો તે આપવા કાર્યાલયો હંમેશા તત્પર હોય છે. બ્રહ્મવિદ્યાના સર્વ ક્ષેત્રોમાંથી માહિતી મેળવવા માટે આવતા ફોન સતત રણકતા રહે છે. ફક્ત રજાને દિવસે અને રવિવારે ફોનને પૂર્ણ વિશ્રાંતિ મળે છે. ગામેગામની સર્વ શિબિરો, મેળાવડા ની સર્વ તૈયારી અહીંથી જ કરવામાં આવે છે. જરૂરી સર્વ સાહિત્ય ને મોકલવાની વ્યવસ્થા બધુંજ કાર્યાલયના કર્મચારીઓ જ કરે છે. સર્વ પાઠો તેમજ પત્રકો છાપવાનું કામ કરાવી લઈ શિક્ષકોને મોકલવાનું કામ અહીંથી કરવામાં આવે છે.

અતિશય મહત્વના આર્થિક વ્યવહારોનું આયોજન અહીંથી જ અચૂકપણે કરવામાં આવે છે. નિશ્ચિત જ, તેમાં કેટલીક જવાબદાર વ્યક્તિઓની મદદ લેવાય છે. સર્વ ફોર્મ સાધકોને પહોંચાડી તેમજ તે પાછા મેળવી કમ્પ્યુટરમાં નોંધ કરવામાં આવે છે. હવે સર્વ કામ કમ્પ્યુટર પર થતા હોવાથી કામમાં ઘણી સુસૂત્રતા જણાય છે.

‘પ્રજ્ઞા’ અંકના પ્રકાશન પહેલાં તે માટે લાગતી સર્વ આવશ્યક માહિતી કાર્યાલયના કર્મચારીઓ પાસેથી મેળવવામાં આવે છે. કામનો બોજ ખૂબ વધી જવાથી, પૂના અને બોરીવલીમાં વિભાગીય કાર્યાલયો શરૂ કરવામાં આવ્યા છે.

પુના કાર્યાલય : 1142, સદાશિવ પેઠ, શકુંતલા અનંત એપાર્ટમેંટ,

પુના - 411030 દૂરધ્વની : 020-24454402

કાર્યાલયનો સમય : સવારે 10 થી 1 સાંજે 4 થી 7. રવિવારે બંધ

બોરિવલી વિભાગીય કાર્યાલય : દૂરધ્વની : 9833957365

પ્રજ્ઞા : મરાઠી પ્રજ્ઞા માટે દીર્ઘકાલીન યોજના શરૂ કરવામાં આવી છે. આ યોજના અંતર્ગત સાધકે એક વાર રૂ. 200/- ભરવાથી અગલા પાંચ વર્ષ સુધી અંક ઘરે પહોંચાડવાની વ્યવસ્થાને સારો પ્રતિસાદ મળી રહ્યો છે. આપનું સરનામું બદલાય તો કાર્યાલયમાં નવું સરનામું જણાવવું આવશ્યક છે. (લિફ્ટાઈઝ પર દીર્ઘકાલીન સભાસદ લખવું આવશ્યક) ગુજરાતી પ્રજ્ઞા માટે આવી યોજના ટૂંક સમયમાં શરૂ કરશું.

પૃષ્ઠ દાતાઓની સંખ્યામાં પણ નોંધપાત્ર વધારો થઈ રહ્યો છે. **બ્રહ્મવિદ્યા સાધક સંઘ** તરફથી દર વર્ષે વાર્ષિક પુસ્તિકા ‘પ્રજ્ઞા’ મરાઠી, અંગ્રેજી અને હવે ગુજરાતીમાં પણ પ્રકાશિત કરવામાં આવે છે. અને તેનું યોગ્ય વિતરણ કરવામાં આવી રહ્યું છે.

ગુજરાતીમાં લેવામાં આવનારા આ બીજા પ્રગત મેળાવડામાં શ્રી દિવેકર સરના શુભહસ્તે ‘પ્રજ્ઞા’નું પ્રકાશન કરવામાં આવી રહ્યું છે.

આ સંદર્ભમાં એક મહત્વની બાબતનો ઉલ્લેખ કરવાનો અને તે એટલે જે સાધકોના લેખ, અનુભવ, કવિતા વગેરે સાહિત્ય ‘પ્રજ્ઞા’ માં છાપવામાં આવે છે તે સાધકોને તે વર્ષનો ‘પ્રજ્ઞા’ અંક ભેટ તરીકે (વિનામૂલ્ય) ઘરે મોકલવામાં આવે છે. માટે સાહિત્ય મોકલનારા સાધકોએ પોતાના સાહિત્ય સાથે પોતાનું નામ, સરનામું, ફોન નંબર, ઈ-મેલ આઈડી નામ સાથે ફોટો અવશ્ય મોકલવા.

બ્રહ્મવિદ્યાનો કાર્યપ્રકાશ અધિક દૂર સુધી લઈ જવાનો દઢ નિશ્ચય કરી આપણે કાર્યમાં કાર્યાન્વિત થઈએ.



પત્ર દ્વારા બ્રહ્મવિદ્યા શીખો (Correspondence Course)

(સુનિતા ગુરુવ)

બ્રહ્મવિદ્યા સાધક ચેરિટેબલ ટ્રસ્ટ તરફથી બ્રહ્મવિદ્યા એ પ્રાચીન યોગશાસ્ત્રનો પ્રસાર અને પ્રચાર સર્વત્ર કરવા માટે અનેક માધ્યમોનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. તેમજ પ્રસાર સર્વ સુધી પહોંચે તે માટે અનેક પદ્ધતિઓનો સફળતાપૂર્વક આધાર લેવામાં આવે છે. પત્ર દ્વારા બ્રહ્મવિદ્યા (Correspondance Course) એવી એક યશસ્વી યોજના સંસ્થાએ અનેક વર્ષો પહેલાં શરૂ કરી છે.

જે લોકોને વર્ગમાં પ્રત્યક્ષ હાજર રહેવું શક્ય ન હોય, તેમને પત્ર દ્વારા બ્રહ્મવિદ્યા શીખવવામાં આવે છે. જે લોકો મુંબઈ, નવી મુંબઈ, થાણા, પુના અને એ સિવાય ઈતર જિલ્લામાં, શહેરોમાં રહે છે. જ્યાં બ્રહ્મવિદ્યાના વર્ગ હજી સુધી શરૂ થયા નથી, તેઓ માટે આ સગવડ ઉપલબ્ધ કરવામાં આવી છે.

આ યોજનાની સભાસદ સંખ્યા સતત વધતી જ રહે છે. નીચે આપેલા કોષ્ટક પરથી અભ્યાસક્રમની લોકપ્રિયતા આપના ધ્યાનમાં આવશે.

અત્યાર સુધી પત્ર દ્વારા બ્રહ્મવિદ્યાનો અભ્યાસક્રમ કરેલા સાધકોની સંખ્યા :

વર્ગ	સાધક સંખ્યા
બાલવર્ગ	33
પ્રાથમિક	2041
પ્રગત	332
પ્રદીપક	180

ગુજરાતીમાં SKYPE દ્વારા ભારતમાં અને વિદેશમાં પ્રાથમિક અને પ્રગત અભ્યાસક્રમ શીખવવામાં આવે છે.

કાર્યાલયનું સરનામું : ઘંટાળી પ્રાસાદ, ફ્લૉટ નં. 11/12, 1લો માળો,

તન્વી હર્બલના ઉપર, ઘંટાળી, થાણા (પશ્ચિમ) 400 602

સમય : સોમવાર થી શનિવાર, સવારે 10 થી સાંજના 6 સુધી

દૂરધ્વની : 022-2534 7788, 022-2533 9977

Visit : www.brahmavidya.net

આપની ઈચ્છા હોય તો પ્રસ્તાવના તેમજ પ્રવેશપત્ર આપને મોકલવામાં આવશે. પ્રવેશપત્ર ભરીને તે સાથે શુલ્ક, ચેક/ડ્રાફ્ટ મારફત મોકલવું. દર મહિને ચાર પાઠ આ પ્રમાણે તમને 22 પાઠ મોકલવામાં આવશે. શ્વસન પ્રકાર અને ધ્યાન કેવી રીતે કરવા એ બાબત સવિસ્તર સૂચના, સ્પષ્ટીકરણ પાઠોમાં સરળ ભાષામાં આપ્યા છે. સાધારણ રીતે કોઈપણ પાઠ તેનું સહજ આકલન થાય તે પ્રમાણે ઘરે શીખી શકાય, સાધના કરી શકાય.

પત્રો દ્વારા બ્રહ્મવિદ્યા શીખનારા પ્રત્યેક સાધકોનું માર્ગદર્શન કરવા માટે એક શિક્ષક નિયુક્ત કરવામાં આવે છે. સાધક પોતાની મુશ્કેલીઓ શંકા દૂર કરવા માટે સંબંધિત શિક્ષકનો સંપર્ક કરી શકે છે.

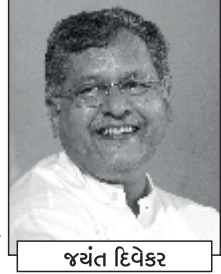
બહારગામના સાધકોને વિનંતિ : આ તકનો અવશ્ય લાભ લો.



આરોહણ આશ્રમ : બ્રહ્મવિદ્યાના સાધકોની સ્વપ્નપૂર્તિ

(શબ્દાંકન : નવનીત પારેખ)

બ્રહ્મવિદ્યાના સર્વ સાધકોને જાણ હશે જ કે આપણા સંઘ આશ્રમ બાંધવાની મહત્વાકાંક્ષી યોજના હાથ ધરી છે. શિક્ષકોના 2010 સાલના ગૂરૂપૂર્ણિમાના કાર્યક્રમમાં સર્વ શિક્ષકોએ આપણો આશ્રમ હોવો જોઈએ એવો મત પ્રદર્શિત કર્યો હતો અને પ્લોટ મુંબઈ-પુના ની મધ્યમાં લોનાવલાની આસપાસ હોય અને ભવિષ્યમાં વિસ્તરણનો વિચાર ધ્યાનમાં રાખી મોટો પ્લોટ લેવો એવું નક્કી કરવામાં આવ્યું. તે મુજબ માર્ચ 2011 માં સર્વ પ્રગત સાધકોએ પ્રત્યેકે ઓછામાં ઓછા રૂ. 10 લાખ અથવા શક્ય હોય તો અધિક તેમજ પ્રાથમિક સાધકોએ પ્રત્યેકે રૂ. 1 લાખ અથવા શક્ય હોય તો અધિક ફૂલજાતા આપવી એવું નમ્ર નિવેદન કરાયું હતું.



જયંત દિવેકર

તે નિવેદનને સાધકોએ ઉત્તમ પ્રતિસાદ આપ્યો છે અને અત્યાર સુધીમાં રૂ. 12 કરોડ 10 લાખ ફૂલજાતા રૂપે સંઘ પાસે જમા થયાં છે. આ માટે બ્રહ્મવિદ્યા સાધક સંઘ ફૂલજાતા વ્યક્ત કરે છે. તેમાંથી રૂ. 3 કરોડની કિંમતનો પ્લોટ ખરીદવામાં આવ્યો છે. પ્લોટનું પત્થરનું કંપાઉંડ કરવાનું તેમજ ટેકડી પર જવા માટે સીડીનું કામ પૂર્ણ થયું છે. ઉપરના તેમજ અન્ય કામો માટે લગભગ રૂ. 2 કરોડ 33 લાખનો ખર્ચ થયો છે.

ખરીદી કરેલો પ્લોટ આશરે 18 એકરનો છે. કામશેત થી 14 કિલોમીટર દૂર છે. જગ્યા અતિશય નિસર્ગરમ્ય છે. પ્લોટની એક બાજુ ઉકસણ બંધ છે તો બીજી બાજુ શિરવટા બંધ છે. પ્લોટ સુધી જવા પાકો રસ્તો છે અને કામશેતથી એસ.ટી. બસ પણ ઉપલબ્ધ છે. પ્લોટ સુધી પહોંચવા (મોટર થી) થાણાથી અઢી કલાક અને પુનાથી દોઢ કલાક લાગે છે.

પ્લોટની ખરીદી થવાથી યોજનાનો અડધો તબક્કો પૂરો થયો છે. તેના પર બાંધવામાં આવનાર ઈમારતનો ખર્ચ અંદાજે રૂ. 5 કરોડ થશે. શરૂઆતમાં લગભગ 55 લોકો માટે રહેવાની, જમવાની અને શિબિરની સગવડ કરવાનો વિચાર છે. તેને કારણે સર્વ શિબિરો આશ્રમની ઈમારતમાં લઈ શકાશે. ઉપરાંત બીજા સમયે સાધકો સાધના અને અભ્યાસ કરવા અંહી માફક દરે રહી શકશે.

અત્યારે સંઘ પાસે રૂ. 6 કરોડ 78 લાખ બાકી છે અને આપણા આશ્રમની પહેલી ઈમારત બાંધવા માટે આવશ્યક નિધિ સંઘ પાસે જમા છે. ઈમારતના નક્શા મંજૂરી માટે આપેલા છે અને પરવાનગી મળ્યા પછી 2019 માં બાંધકામ શરૂ થશે એવી ધારણા છે.

ફરી એક વાર અમે સર્વ ટ્રસ્ટીઓ અને શિક્ષકો સર્વ સાધકોનો મનઃપૂર્વક આભાર માનીએ છીએ. તેમના જ પીઠબળથી, આપણા સર્વનું, આ આશ્રમનું સ્વપ્ન સાકાર થઈ રહ્યું છે. પણ આ ફક્ત શરૂઆત છે. અત્યારે નક્કી કરેલી ઈમારત જેવી વધુ 3 ઈમારતો અને એક ધ્યાન કેંદ્ર આપણે આ પ્લોટ પર બાંધી શકીએ. એવી આશા છે કે બ્રહ્મવિદ્યાના પ્રસારનું કાર્ય ઉત્તરોત્તર વધતું જશે અને આ સર્વ ઈમારતો પ્રચત્સ થશે. માટે આપને સર્વને નમ્ર વિનંતી છે કે જ્યારે જ્યારે શક્ય હોય ત્યારે આશ્રમ નિધિમાં દાન આપીને આપની ફૂલજાતા બ્રહ્મવિદ્યા માડીને અર્પણ કરવી. તમે જે ફૂલજાતા આપો



બ્રહ્મવિદ્યા સાધક સંઘ

તે સંતોષથી આપશો. એટલે તેમાંથી આપણે જે નિર્માણ કરીશું તે આપણા સંતોષનું પ્રતીક થશે. ધન્યવાદ!

સૂચના :

ચેક 'બ્રહ્મવિદ્યા સાધક ચેરિટેબલ ટ્રસ્ટ' એ નામે આપવો. ચેકની પાછળ તમારું નામ, દૂરધવની ક્રમાંક, પૈન ક્રમાંક, વર્ગનું સ્થળ અને 'આશ્રમ માટે કૃતજ્ઞતા' આ વિગતો લખવી.

રોકડ રકમ સાથે પણ ઉપરની વિગતો આપવી આવશ્યક છે. તમારો ચેક અથવા રોકડ રકમ પ્રગત શિક્ષક, પ્રાથમિક શિક્ષકને અથવા સંસ્થાના કાર્યાલયમાં આપવી. આ દાન પર 80 જી નો લાભ મળી શકે છે.

આરોહણ આશ્રમ વૃક્ષારોપણ



સ્થળ : મુંબઈ અને પુણે વચ્ચે, કામશેતથી 14 કિમી.

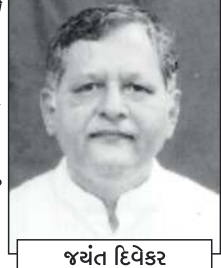


જીવનની વ્યવસ્થા, સુસંગતતા અને સૌંદર્ય

જયંત દિવેકર (શબ્દાંકન : રિટા પંડ્યા)

બ્રહ્મવિદ્યા દ્વારા શીખવવામાં આવતા આધ્યાત્મિક સ્વસનમાં તથા ધ્યાનની સાધનામાં આપણા પોતાના જીવનમાં પરમેશ્વરની વ્યવસ્થા આપણે અનુભવી શકીએ છીએ.

બ્રહ્મવિદ્યા આપણને જીવનની - તમારા, મારા, સર્વના જીવનની વ્યવસ્થા, સુસંગતતા તથા સૌંદર્ય શીખવે છે જે પ્રમાણમાં આપણે, આપણી સાધના દ્વારા આ વ્યવસ્થા, સુસંગતતા અને સૌંદર્ય ઓળખીએ તેટલા પ્રમાણમાં આપણું જીવન આનંદથી છલકાય છે.



જયંત દિવેકર

આપણે આ ત્રણ શબ્દોનો વિચાર કરીએ. કારણ, આ કેવળ શબ્દ નથી, પણ આપણા આધ્યાત્મિક પથ પર મહત્વનો પડાવ છે. વ્યવસ્થાનો અર્થ છે નિયમબદ્ધતા. વિશ્વમાં જે કંઈ પ્રગટ થયું છે તે સર્વ વિવિધ નિયમો પર આધારિત છે. સૃષ્ટિનાં કોઈ પણ ઘટકનું નિરિક્ષણ કરતા એવું દેખાય છે કે પ્રત્યેક વ્યક્તિ રૂપનો પોતાનો નિયમ છે. ખનિજ વિશ્વ વનસ્પતિ વિશ્વ કે પ્રાણી વિશ્વમાંના કોઈ પણ આકારનું નિરિક્ષણ કરતાં તે આકારમાં જીવનના નિયમ આપણને દેખાઈ આવે છે.

વિજ્ઞાન વસ્તુગત (Objective) સંશોધન દ્વારા સૃષ્ટિનાં વિવિધ ઘટકોનાં નિયમ શોધી કાઢે છે. આ સર્વ સંશોધન પાછળ આ જ વિશ્વાસ કાર્ય કરે છે કે, જે આપણને આજે ખબર ન હોવા છતાં પણ દરેક વ્યક્તિ આકારને નિર્માણ કરનાર તથા ધારણ કરનાર નિશ્ચિત નિયમ છે. આજ સુધી વિજ્ઞાને પોતાના સંશોધન દ્વારા ખનિજ વિશ્વ, વનસ્પતિ વિશ્વ, પ્રાણી વિશ્વ ની બાબતમાં ઘણું જ્ઞાન પ્રાપ્ત કર્યું છે. માનવી વિશ્વની નીચેના વિશ્વો ઉપરાંત વિજ્ઞાને માનવી શરીર બાબત પણ ભરપૂર જ્ઞાન પ્રાપ્ત કર્યું છે. આ સઘળી માહિતી આ જ દર્શાવે છે કે જીવનમાં સર્વત્ર વ્યવસ્થા, એટલે કે નિયમબદ્ધતા પ્રસ્થાપિત છે.

આવી વ્યવસ્થા હોવા છતાં તે ગુપ્ત છે. અને તે શોધ કર્યા વગર સાંપડતી નથી. માનવીએ વિજ્ઞાન દ્વારા જે જીવનની વ્યવસ્થાનું જ્ઞાન પ્રાપ્ત કર્યું છે તે વ્યવસ્થા તો લાખો વર્ષોથી અસ્તિત્વમાં છે. પરંતુ આ શોધ ન કરવાને કારણે માનવીને તે વ્યવસ્થાનું જ્ઞાન પહેલાં નહોતું. જેવી વ્યવસ્થા આપણને બાહ્ય જીવનમાં જોવા મળે છે તેવી જ વ્યવસ્થા આપણા વિચારમાં, ભાવનામાં અને ચૈતન્યમાં પ્રસ્થાપિત છે. પરંતુ આ વ્યવસ્થાની શોધ કેવળ વ્યક્તિગત (subjective) સંશોધન દ્વારા જ કરી શકાય છે. એકાદ મનુષ્ય જે પ્રમાણે પોતાની અંદરથી પોતાની વિચારોનું, ભાવનાઓનું અને ચૈતન્યનું નિરિક્ષણ કરી શકે છે. તે જ પ્રમાણે બહારની કોઈ પણ વ્યક્તિ તે મનુષ્યના વિચારોનું, ભાવનાઓનું કે ચૈતન્યનું નિરિક્ષણ કરી શકતી નથી. તેનાં કારણે વિજ્ઞાનમાં એકાદ શાસ્ત્રજ્ઞે કરેલી શોધનો લાભ જેમ સંપૂર્ણ માનવ જાતને મળે છે તેવું વ્યક્તિગત સંશોધનમાં જણાતું નથી. અને અહીં પ્રત્યેકને પોતાનું વ્યક્તિગત સંશોધન કરવું પડે છે. બ્રહ્મવિદ્યા આપણને વ્યક્તિગત સંશોધનો પ્રભાવી પદ્ધતિ શીખવે છે.

સુસંગતતાનો અર્થ એ છે કે અનેક બાબતો મળીને પરસ્પરનાં સહકારથી થતું કાર્ય આ સમજવા માટે આપણે એકાદ ઓરકેસ્ટ્રા (વાદ્યવૃંદ)નું કે આપણાં પોતાના શરીરનું ઉદાહરણ લઈ શકીએ. ઓરકેસ્ટ્રામાં (વાદ્યવૃંદમાં) ભિન્ન ભિન્ન પ્રકારનાં વાજીંત્રો હોય છે.



દરેક વાદક એક બીજાનાં સહકારથી પોતપોતાનું વાદ વગાડે છે અને પરિણામ સ્વરૂપ લોકપ્રિય સંગીત પ્રગટ થાય છે. માનવી શરીરમાં પણ વિભિન્ન પ્રકારનાં અવયવો છે. પ્રત્યેક અવયવનું કાર્ય અને આવશ્યકતા એક બીજા થી અતિશય બુદ્ધા છે. તેમ છતાં સર્વ અવયવો પરસ્પરનાં સહકારથી સાથે કામ કરે છે. જેને કારણે શરીરની વ્યવસ્થા, સુસંગતતાથી ચાલ્યા કરે છે. આ બંને ઉદાહરણો પ્રમાણે અખિલ વિશ્વમાં પણ આ જ સુસંગતતા પ્રસ્થાપિત છે. વિશ્વનાં વિવિધ આકારો એકમેકથી અતિશય ભિન્ન છે. ઉપરછલ્લી દૃષ્ટિએ જોતાં એવું લાગવાની શક્યતા છે કે આ સર્વ આકારો જીવવા માટે સંઘર્ષ કર્યા કરે છે. અને જે અધિક બળવાન હોય તે જ જીવી શકે છે. પરંતુ ખરું જોતાં સર્વ કંઈ એક જ વૈશ્વિક સુજનશીલ જીવનમાંથી. પરમેશ્વરમાંથી પ્રગટ થવાને કારણે, સર્વ એકમેકથી જોડાયેલા છે. જેનું અધિકાધિક જ્ઞાન માનવને થઈ રહ્યું છે. ઉદા. તરીકે પર્યાવરણ! ઉપર ઉપર થી જોતાં વૃક્ષોનું પ્રદૂષણ રોકવા સાથે હવામાન સાથે વરસાદ સાથે કંઈ સંબંધ હશે એવું લાગતું નથી. પરંતુ સંશોધન દ્વારા આ સંબંધ અધિક સ્પષ્ટ થાય છે.

સૌંદર્ય એ એટલી વ્યક્તિગત વાત છે તેની વ્યાખ્યા કરવી અશક્ય છે. આપણે એવું કહી શકીએ કે જે વસ્તુ આપણને આકર્ષિત કરે કે આનંદ આપે તે આપણને સુંદર લાગે. પરંતુ, જે એક વ્યક્તિને સુંદર લાગે તે બધાને જ સુંદર લાગે તેવું નથી. જે અર્થે વિશ્વમાં વ્યવસ્થા અને સુસંગતતા પ્રસ્થાપિત છે, તે અર્થે વિશ્વમાં સર્વત્ર સૌંદર્ય પ્રસ્થાપિત છે. પરંતુ આપણી સૌંદર્યની વ્યાખ્યા એટલી સંકુચિત છે કે સર્વત્ર પ્રસરેલું સૌંદર્ય આપણે જોઈ શકતા નથી. ઉદાહરણ રૂપે વિવિધ પ્રકારના ફૂલો. શાંતિથી વિચાર કરવાથી મને એવું લાગે છે કે બધાજ લોકો એ વાત માન્ય કરશે કે પ્રત્યેક ફૂલનું પોતાનું એવું સૌંદર્ય છે. કારણ કે પ્રત્યેક ફૂલ એકમેવ છે અને તેના જેવું બીજું કોઈ જ ફૂલ નથી. પરંતુ આપણને બધા જ ફૂલો ગમતા નથી. કારણ કે આપણે પહેલાંથી જ નક્કી કરી રાખ્યું છે કે અમુક જ ફૂલ સારા અને સુંદર છે. ફૂલનાં ઉદાહરણનું આ તત્ત્વ વિશ્વની દરેક વસ્તુને લાગુ પડે છે. સર્વ વાતો એકમેવ અને તેની પોતાની પદ્ધતિથી સુંદર છે.

આટલો વિચાર કરવાથી મનમાં આ પ્રશ્ન નક્કી ઉદ્ભવે કે જીવનની આ વ્યવસ્થા, સુસંગતતા અને સૌંદર્ય હું કેવી રીતે જાણી શકું! આ ઓળખવાનો એકમાત્ર માર્ગ એ છે કે આપણે આપણા પોતાના જીવનમાં પરમેશ્વરની વ્યવસ્થા, સુસંગતતા અને સૌંદર્યને ઓળખવું જોઈએ. જે પ્રમાણે આ સર્વને આપણે આપણા જીવનમાં અનુભવી એ તે પ્રમાણે તે સર્વત્ર હોવાનું આપણે અનુભવીએ શકીએ. એટલે કે આ બધાની શરૂઆત વ્યવસ્થાથી કરવી આવશ્યક છે.

પરમેશ્વરની વ્યવસ્થા આપણા જીવનમાં બે મૂળભૂત ઘટકો મારફત કાર્ય કરે છે. આ બે મૂળભૂત ઘટકો છે શ્વાસ અને વિચાર, બ્રહ્મવિદ્યા દ્વારા શીખવવામાં આવતા આધ્યાત્મિક શ્વસનપ્રકાર અને ધ્યાનની સાધનાથી આપણા પોતાના જીવનમાં પરમેશ્વરની વ્યવસ્થા આપણે અનુભવી શકીએ. વ્યવસ્થાનો અનભુવ આપણને સુસંગતતાના અનુભવ સુધી અને ત્યાર પછી સૌંદર્યના અનુભવ સુધી લઈ જાય છે. આ પ્રમાણે આપણું જીવન આનંદમય બની શકે. એટલે જ મારી સર્વ સાધકોને વિનંતી છે કે તેમણે પંતપૂર્વક પોતાના શ્વસનની અને ધ્યાનની સાધનાને પકડી રાખવી જોઈએ. જેમણે હજી સુધી બ્રહ્મવિદ્યાનો અભ્યાસક્રમ કર્યો નથી તેમણે પ્રાથમિક અભ્યાસક્રમ દ્વારા આ પદ્ધતિ શીખી ને પોતાના જ અનુભવથી આ પદ્ધતિનો પ્રભાવ ચકાસી જોવો જોઈએ.



કલ્પના : અદ્ભુત કલાકાર... ?

સ્વાતી જોગ (શબ્દાંકન : મીના ગાલા)

પરમેશ્વરે નિર્માણ કરેલા માનવને અનેક પ્રકારની દૃશ્ય અને અદૃશ્ય શક્તિ આપીને તેને સમૃદ્ધ અને સંપન્ન કરેલ છે. થોડા લોકોને માત્ર આની સમજ હોય છે એવું આપણને માનવી જીવનમાં દેખાઈ આવે છે. પ્રસ્તુત લેખમાં માનવને પ્રાપ્ત એવી અદ્ભુત શક્તિ 'કલ્પના' બદલ સવિસ્તર માહિતી સમજાવ એવી શૈલીમાં એકદમ સરળ રીતે આપી છે. આપણા સર્વ વાચક માટે આ લેખ પ્રબોધક અને પ્રેરક છે.



સ્વાતી જોગ

તમે, હું, આપણે બધા ભાગ્યવાન છીએ? ખરેખર જ આપણે બધા ભાગ્યવાન છીએ ફક્ત આપણને એટલે માનવને જ કલ્પનાશક્તિનું વરદાન મળ્યું છે. કલ્પનાશક્તિ એ આપણામાંની અદ્ભુત કલાકાર, અદૃશ્ય કલાકાર છે.

કલ્પનાશક્તિ આ અદૃશ્ય ચિત્રકારપ્રમાણે આપણા મન:પટલ પર અનેક આશા, ઈચ્છા, વિવિધ યોજનાઓના ચિત્રો ઊભા કરે છે. આ આપણી એવી ક્ષમતા છે કે જેનો ઉપયોગ કરીને આપણે ચિત્રો રંગીએ છીએ કે જે પ્રત્યક્ષમાં અસ્તિત્વમાં નથી. આ ક્ષમતાના ઉપયોગથી આપણે એવા આકાર નિર્માણ કરીએ છીએ કે જેને આપણે પહેલાં ક્યારેય જોયાં નથી, જે વિષય બાબત સાંભળેલ નથી. જ્ઞાનેદ્રિયોએ પૂર્ણરીતે અથવા થોડાઘણા અંશે અનભુવ્યું નથી. અને એવું જણાઈ આવ્યું છે કે તે ગુંચવણભરી પ્રક્રિયામાં મગજનું આ Thalamus neocortex વપરાય છે.

દિવસભરમાં, જીવવાની પ્રક્રિયામાં આપણને અનેક કલ્પના (Idea) વિચાર સુઝતા હોય છે. એકાદ વિચાર સુઝ્યાવગર આપણે કંઈ પણ કરી શકતા નથી. જેવી રીતે છુટ્ટીમાં ફરવા જવાનો. ક્યાં જઈશું, કેમ જઈશું, કોની સાથે જવાનો, આગળના એક કલાક શુ કરવાનું પુસ્તક વાંચવાનો, કરવા જવાનો, મનગમતો ખાવાનો પદાર્થ બનાવવાનો વગેરે. આપણા મનમાં આવતા વિચારોના, કલ્પનાના આપણે વિશ્લેષણ કરીએ છીએ, નિર્ણય લઈએ છીએ. કોઈ પ્રત્યક્ષમાં આવે છે તો કોઈ આવતી નથી.

આપણી કલ્પનાનો આધાર આપણી સ્મૃતિ છે. ખરું જોતાં કલ્પના પૂર્ણપણે મુક્ત છે. આપણે ક્યારેપણ, કોઈપણ કલ્પના કરી શકીએ છીએ પણ આપણે કલ્પનાને બાંધી રાખીએ છીએ.

આપણે જે સ્મૃતિમાં ભેગું કર્યું તેમાથી તેને બાંધી રાખીએ છીએ. જન્મ્યા ત્યારથી આગળ, આજુબાજુમાં જે થતું હોય છે તે આપણે જોઈએ છીએ, સાંભળીએ છીએ. જ્ઞાનેદ્રિયો મારફત આવતા વિવિધ સંદેશ આપણા જાણતા અજાણતાં ભેગા થાય છે. આપણા મા-બા, કાકા, મામા, પડોશી અને આપણા સંપર્કમાં આવતી વ્યક્તિઓના મતો, વિચાર આપણે ભેગા કરતા જઈએ છીએ અને દુ:ખની વાત એ છે કે આ સમાજમનથી આપણા પ્રત્યેકના મનમાં શોષાતા વિચાર લગભગ નકારાત્મક હોય છે. બિમારી, ઘસારો, વાર્ધક્ય, વૃદ્ધાવસ્થાની નબળાઈ, નિરાશા, સંશય, અપયશ મૃત્યુ એવા અનેક વિચાર વારસામાં સમાજમન પાસેથી આપણને મળે છે (સમાજમન એટલે



બધાજ સમાજના વિચાર, જનમત)

હવે નીચે આપેલ વસ્તુઓનો વિચાર કરીએ.

● મને મસ્ત ઊંધ ખેંચી લેવી છે. શાંતિથી ઉંધવું છે પણ મને ખબર છે કે મને ઊંધ નહીં આવે.

● તે પ્રસિદ્ધ હોટલમાં મને તારી સાથે જમવાનું ગમશે પણ મને શંકા છે. ગયા વખતે ત્યાં જગ્યા બાદ મને પેટમાં દુખ્યુ હતું.

● સાત વર્ષની નેહા કહે છે, તે આઈસ્ક્રીમ ખાશે નહીં. તેની બા એ વારંવાર કહ્યું છે કે આઈસ્ક્રીમ ખાવાથી ગળું દુઃખે છે.

● સાત વર્ષનો અર્જુન મોટા મોટા હિંચકાઓ તરફ ઉત્સુકતાથી જોતો રહે છે. પણ હિંચકામાં બેસવા હિંમત કરતો નથી. કારણ તેના પપ્પાએ હિંચકો અને પડવું એવું સમીકરણ તેના મનમાં ફિટ કર્યું છે.

પ્રિય વાચકો, તમે જુઓ તમારી બાબતમાં આવું કંઈ બન્યું છે?

હવે આપણે ડો. વ્હિલ્ટર ફેકલ એમના વિષે થોડું જાણી લઈએ. ડો. ફેકલનો જન્મ 1905ની સાલમાં, યુનિવર્સિટી ઓફ વિયેના થી તેમણે Doctor of medicines અને Doctor of Philosophy આ પદવીઓ સંપાદન કરી. બીજા વિશ્વ મહાયુદ્ધમાં તેમને નાઝી ત્રાસદાયક છાવણીઓમાં કેદ કરવામાં આવ્યા હતા. તે છાવણીઓમાં ફક્ત અવદશા, અત્યાચાર, દુઃખ, દુઃખ અને દુઃખ જ હતું આ છાવણીમાં ઘણા જણ જીવવાની ઈચ્છા હૃદયમાં રાખીને મૃત્યુ પામ્યા, કેટલાક લોકો બિમારીથી મરી ગયા તો કેટલાક લોકોને મારી નખાયા. ડો. ફેકલે પોતાના એક પુસ્તકમાં નોંધ કરી છે કે આ મૃત્યુ, અન્ન, દવાદારૂના અભાવથી નહીં પણ નિરાશા માં ઘેરાઈ જવાથી થયા હતા. આશાનું કિરણ દેખાતું ન હતું જીવવાનું કોઈ જ પ્રયોજન દેખાતું ન હતું. પરંતુ આ પાર્શ્વભૂમિ પર ડો. ફેકલ પોતાને જીવંત રાખી શક્યા આવી ભયંકર દુઃખદ પરિસ્થિતિમાં તે કલ્પના કરતા કે યુદ્ધ પુરું થયું છે. તેમની અને તેમના પત્નીનું મિલન થયું છે. તે સ્વપ્ન જોતા હતા કે તે માનવશાસ્ત્રના વિદ્યાર્થીઓને ત્રાસદાયક છાવણીઓના અનુભવ કહી રહ્યા છે, મનોવિજ્ઞાન શીખવી રહ્યા છે.

ડો. ફેકલ આ કેવી રીતે સાધ્ય કરી શક્યા?

ગુરૂ ડિંગ લે મી લખે છે, તમારી કલ્પના એ તમારામાં એવી શક્તિ છે કે તે તમને અનંત વિચાર અને માર્ગ સુચવે છે. અનેક મનોહર ચિત્રો તમારા મનઃચક્ષુ સમક્ષ ઉભા કરે છે. વિલક્ષણ વિચારોથી તમને સ્ફૂર્તિ આપે છે.

કલ્પનાશક્તિ એ આપણમાં સ્થિત ઉત્પાદક શક્તિ છે. જાણે હાથ જોડીને આપણી આશાની વાટ જુએ છે. શક્તિ કોઈપણ હોય, તેનું ચોક્કસ માર્ગદર્શન, નિર્દેશન કરવું આવશ્યક હોય છે. દા.ત. અગ્નિનો ઉપયોગ અન્ન પકાવવા માટે કરી શકાય છે તેમજ કાંઈપણ ભસ્તિભૂત કરવામાં કરી શકાય છે. બંને માટે વાપરવામાં આવેલ અગ્નિ એક જ છે. પણ અગ્નિ નિર્ણય લેતો નથી, નિર્ણય આપણે લઈએ છીએ કે તેનો ઉપયોગ કેવી રીતે કરવો.

આપણામાં સ્થિત આ અદ્ભુત કલાકાર અનેક મનોહર કલ્પનાઓ આપણી સમક્ષ લાવે છે. જે કલ્પના (Idea) આપણી બુદ્ધિ સ્વીકારે, તે આપણે વધારવી જોઈએ, અને



પ્રોત્સાહિત કરવી જોઈએ. આ ઉત્પાદક શક્તિનો ઉપયોગ કરીને આપણે પોતાના માટે તેમજ બીજા માટે આરોગ્ય, અને યશ નિર્માણ કરી શકીએ. આપણે આ શક્તિનું સમજૂતી, પદ્ધતિસર પ્રયત્નપૂર્વક નિર્દેશન કર્યું નહીં તો તે Auto Mode પર છે. એટલે આપણા વિચાર, સમાજે આપણે જે પ્રશિક્ષણ આપ્યું છે તે દિશામાં સહજ, વગર પ્રયત્ને જશે અને આ પ્રશિક્ષણ વાર્ધક્ય, બીમારી, ઘસારો, નિરાશા, સંશય અવરોધો, સંકટ, અપયશ અને મૃત્યુના વિચાર કરનાર છે. માટે આપણું કામ એ છે કે આપણી બુદ્ધિ સ્વીકારે એવા યશના, આરોગ્યના સ્વપ્ન જોવા, તેને ઉત્તેજન આપવું અને તે અનુસાર પ્રયત્ન કરવા.

ઔદ્યોગિક ક્રાંતિ, હરી ક્રાંતિ અને એકવીસમાં શતકમાં માહિતી તંત્રજ્ઞાનનો સ્ફોટ આ બધું કેવી રીતે થયું? બધાનું મૂળ Idea કલ્પના છે. જે વૈજ્ઞાનિકોને આ કલ્પના સૂઝી, તે તેમણે વિસ્તારી, પ્રયત્ન કર્યો અને ક્રાંતિ થઈ. જગતનો ચહેરો બદલાઈ ગયો. ક્રાંતિ થવા માટે કલ્પના સુઝવી આવશ્યક છે.

આપણે આપણા જીવનમાં ક્રાંતિકારક બદલાવ લાવી શકીએ. આપણી ઉત્પાદક શક્તિને વલણ આપીને આરોગ્ય અને યશ તરફ પ્રવાસ કરી શકીએ. બ્રહ્મવિદ્યાના પ્રાથમિક અભ્યાસક્રમમાં આપણે આ કેમ કરવું તે શીખીએ છીએ. પાઠો મારફત આપણને આપણી વિવિધ ક્ષમતાની સમજ કરી આપી છે અને આપણે તે કેમ વાપરવી તે કહ્યું છે.

To quote Albert Einstein," Imagination is more important than knowledge. Knowledge is limited, imagination encircles the world."



પહેલું વાર્ષિક ગુજરાતી સંમેલન, ઘાટકોપર



આનંદનો સત્યમાર્ગ

કલ્પના રાઈલકર (શબ્દાંકન : લતા ઉપાધ્યાય)

બ્રહ્મવિદ્યાનું શાસ્ત્રીય સ્વરૂપ તેમજ બ્રહ્મવિદ્યાની નિયમિત સાધનાથી મળનારી શારીરિક-માનસિક વ્યવસ્થાનો લાભઆ વિષય સંબંધિત લેખનું સુલભ વિવેચન ખરેખર અત્યંત પ્રેરણાદાયી નિવડશે.
- પ્રજ્ઞા મંડળ



કલ્પના રાઈલકર

મારે દરેક વ્યક્તિ ને આ બે પ્રશ્ન પૂછવા જોઈએ એવું લાગે છે કે તમે આજે 18 કે 18 વર્ષ થી વધુ પહેલા જે પણ ઉમરના હો. તમારાં આજ સુધીનાં જીવનમાં ક્યારેય પણ કોઈ પણ બીમારી, રોગ, વ્યાધિ કે જેને શરીરચંત્રનું બગડવું કહીએ એવું નથી થયું શું? તમને આજ સુધી કોઈ પણ પ્રકારની પરેશાની, ચિંતા, અપયશ, તણાવ, નિરાશા, નિરૂત્સાહ જેવી માનસિક ઉપાધિ શું ક્યારેય જણાઈ નથી? આ બે પ્રશ્નોનો વિસ્તાર ખૂબ જ વિશાળ છે. પણ આ બે પ્રશ્નોથી પૂર્ણપણે મુક્ત તેવી વ્યક્તિ શોધીએ તો મળે તેમ નથી તેથી બ્રહ્મવિદ્યા પ્રત્યેક માટે આવશ્યક છે. આ બે પ્રશ્નોથી જેઓ કાયમ માટે મુક્ત છે તે બ્રહ્મવિદ્યાનું પરિણામ છે. આ ઉપરથી જ બ્રહ્મવિદ્યાનો વિસ્તાર કેટલી મોટો છે તે જણાઈ આવે છે.

બ્રહ્મવિદ્યા શું છે? બ્રહ્મ સુધી લઈ જનારી વિદ્યા, શાસ્ત્ર, પદ્ધતિ. આપણને બ્રહ્મ શું છે તે જ ખબર નથી. હશે, પણ પરિણામ તો આપણને જોઈએ છે ને? નિશ્ચિત જ આકર્ષક છે ને? કાયમીસ્વરૂપે સંપૂર્ણ આરોગ્ય અને મનની કોઈપણ અવરોધ ન હોવાની સ્થિતિ એટલે જ તે મનમાં નક્કી જ આનંદ, પ્રેમ, સુસંગતા અને શાંતિ નો નિવાસ જ હોય. આ વિદ્યાન તર્કશુદ્ધ છે એવું લાગે છે ને! એટલે બ્રહ્મવિદ્યા એક પરિપૂર્ણ શાસ્ત્ર છે. તેનાં વિજ્ઞાન કે ગણિત જેવાં અચૂક નિયમો છે. આ જ નિયમો આપણે બ્રહ્મવિદ્યામાં શીખવાના છે.

તમને સંપૂર્ણ વિશ્વમાં એક સુંદર વ્યવસ્થા ધ્યાનમાં આવે છે કે? ગ્રહો અને તારાઓનું એકમેક વચ્ચેનું અંતર, તેમની ભ્રમણકક્ષા, અમાસ-પર્ણિમા, ભરતી-ઓટ, દિવસ-રાત્રિ. સર્વ વિશ્વનો વિસ્તાર ગણિતની જેમ જ નિશ્ચિત નિયમો પર આધારિત છે. આ નિયમ કોના છે? તે વિશ્વશક્તિના છે. મનુષ્ય વિશ્વ થી ભિન્ન કે વિભક્ત છે? નહિ, એ વિશ્વનોજ એક ભાગ છે. વિશ્વમાં જેમ ખનિજ, વનસ્પતિ, પ્રાણી છે તેમજ માનવ પણ છે. માટેજ માણસ નક્કી વિશ્વનો એક અવિભાજ્ય ઘટક છે. જે શક્તિ મારફત વિશ્વનાં નિયમો કામ કરે છે તે જ શક્તિ માનવનું જીવન ચલાવે છે. માનવ એ જ શક્તિ પોતાના શ્વાસ અને વિચાર દ્વારા વાપરે છે.

શ્વાસ અને વિચાર-આમાંથી માનવ ની વધુ નજીક શું છે? પ્રત્યેક માનવી જીવ માટે શ્વાસ અને વિચાર અધિક મહત્વના છે. માનવ માટે જીવનાવશ્યક જરૂરીયાત શું છે? એવું વિચારતા જણાય છે કે અન્ન, વસ્ત્ર, રહેઠાણ કે પછી પૈસા, સમય, નિદ્રા, પણ આ બધાથી વિશેષ મહત્વનાં શ્વાસ અને વિચાર છે. ડગલે અને પગલે, પળેપળે આપણે તેનો ઉપયોગ કરીએ છીએ. પરંતુ આટલી મહત્વની વસ્તુ શાસ્ત્રશુદ્ધપણે કેવી રીતે વાપરવી એ આપણે ક્યાં શીખ્યા છીએ? કોઈપણ શાળા, કોલેજમાં, પાઠ્યપુસ્તકમાં ક્યાંક પણ આનો ઉલ્લેખ નથી. આ સર્વાધિક મહત્વની વાત પ્રત્યે માનવે દુર્લક્ષ રાખ્યું જેના કારણે માનવજાત આજે ત્રસ્ત થઈ ગઈ છે. આટલો બુદ્ધિશાળી માનવ-આવી સરળ મૂળભૂત વાત હજી પણ તેના ધ્યાનમાં કેમ



આવતી નથી?

આનું કારણ એવું લાગે છે તેની સમક્ષ જે જીવનાવશ્યક વસ્તુઓ છે જે અન્ન, વસ્ત્ર, રહેઠાણ, પૈસા, સમય, નિદ્રા આ બધું મેળવવામાં માનવી એટલો વ્યસ્ત છે કે જે કારણથી આ બધું તેને મળી શકે એમ છે, તે કારણ પ્રત્યેજ તેનું દુર્લભ્ય છે. અને તેથી તેનું પરિણામ તેની તેની સમક્ષ આવવું અટળ છે. નિયમાનુસાર છે. શાસ્ત્રશુદ્ધ છે.

શ્રેષ્ઠ જ્ઞાની ઋષિમુનીઓએ શોધી કાઢેલું પ્રાચીન જ્ઞાન આજે પણ માનવી માટે એટલું જ ઉપયોગી છે, શાસ્ત્રશુદ્ધ છે. આજે બ્રહ્મવિદ્યા સાધકસંઘ તરફથી બ્રહ્મવિદ્યાનાં જ્ઞાનીજનોના પ્રાથમિક વર્ગ માં જે શીખવવામાં આવે છે તે શ્રેષ્ઠ જ્ઞાનનો સાર છે. તેમાં યોગ્ય શ્વસન શીખવવા માટે આધ્યાત્મિક શ્વસન તાનીજનોના પ્રકાર શીખવવામાં આવે છે. આપણાં વિચારો ને યોગ્ય વિચારોનું વલણ આપવા માટે માનસિક વ્યાયામપ્રકાર શીખવવામાં આવે છે. આ બંને અતિશય સહજ અને સુલભ છે. કોઈપણ માનવ આ શીખી શકે છે. જેવી રીતે વિદ્યુતશક્તિનાં વપરાશ માટે નિશ્ચિત નિયમ છે, નિયમાનુસાર વાપરવાથી માનવને તે ખુબ ઉપયોગી છે. પણ તે નિયમાનુસાર ન વાપરીએ તો સંહારક પણ છે. તેવી જ રીતે આપણે જે જીવનશક્તિ, શ્વાસ અને વિચાર મારફત ઉપયોગ કરીએ છીએ તેનાં નિયમોને સમજીને તેને નિયમાનુસાર ઉપયોગમાં લેવામાં આવે તો મનુષ્ય ને સ્વાસ્થ્ય, આરોગ્ય, પ્રેમ, સમૃદ્ધિ, આનંદ અને શાંતિ માં સ્થિત કરે છે અને નિયમ વિરૂદ્ધનો ઉપયોગ બિમારી, બગાડ અવરોધ નિર્માણ કરે છે. બ્રહ્મવિદ્યાનાં વર્ગમાં આ મહત્વની વાત આપણે શીખીને ફક્ત પોતાના માટે તેનો ઉપયોગ કરવાનો છે. આ શાસ્ત્ર શીખવાની ક્ષમતા દરેક માનવ પાસે છે, ફક્ત તેણે આળસ ખંખેરીને દુર્લભ્યને બાજુ પર રાખી આ અતિ મહત્વની બાબત તરફ વળવું જોઈએ.

બ્રહ્મવિદ્યા શીખવાનો આગ્રહ કોણે કર્યો છે? સરકારે/શિક્ષણ ખાતાએ/માતાએ પિતાએ/ભાઈએ/બહેને/પતિએ/પત્નીએ/સગા સંબંધીઓએ/પાડોશી એ કે બીજા કોઈએ ? ના રે ના, આમાનાં કોઈએ ગુંથાયેલો આવો આગ્રહ કર્યો નથી. કારણ કે દરેક જણ હજી આગળની આવશ્યક વસ્તુ મેળવવામાં છે. શ્વાસ છે તેથી જ અને વિચાર કરી શકું છું તેની જ તે જ હું મેળવી શકું છું. આ અતિ મહત્વની વાત હજી સુધી તેમના ધ્યાનમાં આવતી નથી. હવે, તે આપણા ધ્યાનમાં આવી છે માટે આપણે જ પોતાને દઢતાથી આગ્રહ કરવો જોઈએ.

ભૂલના પરિણામોના બેજ કારણ હોઈ શકે.

1. માહિતી નથી, બરાબર સમજાયું નથી
 2. સમજી લીધા પછી આચરણમાં લાવ્યા નથી
- બંને માટે જવાબદાર આપણે પોતે જ છીએ.

તો પછી જે આપણે જ દઢ આગ્રહથી કરી, બ્રહ્મવિદ્યાના નિયમોનું પાલન કર્યું. તો આપણું સંપૂર્ણ જીવન બદલાઈ જશે છે. એવો ચમત્કાર થાય છે જેથી આપણે શારીરિક સ્તર પર આરોગ્ય, ઉત્સાહ વ્યક્ત કરવા લાગીએ અને માનસિક સ્તર પર પ્રેમ, શાંતિ વ્યક્ત કરવા વાગીએ છીએ.

માનવે આનંદ માં રહેવું જોઈએ તેવું બધાને લાગે છે, અલબત આપણી આ સરકારને સુદ્ધા લાગે છે. પણ આનંદનો એવી કોઈ અચૂક માર્ગ તેમની સામે નથી. તપાસ કરે છે. શોધે છે પણ બ્રહ્મવિદ્યા એ જ આનંદ નો સત્યમાર્ગ છે.

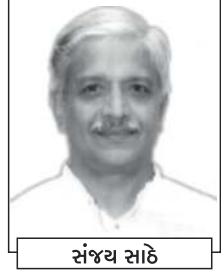
વૈશ્વિક જીવનશક્તિ ને પ્રણામ !



વિચાર અને કલ્પના

સંજય સાહે (શબ્દાંકન : રિતા પંડ્યા)

માનવી જીવનમાં યશસ્વી થવા માટે આવશ્યક એવી ગુરૂચાવી જ આ લેખમાં કહેવામાં આવી છે. ધ્યાનસિદ્ધ ગુરૂજનોએ એકદમ સ્પષ્ટપણે માનવી વિચાર અને કલ્પનાની શોધ કરીને યશસ્વી જીવનનો રાજમાર્ગ બતાવ્યા છે. માટે જ આ લેખ વાચકોને જાગૃત અને પ્રેરિત કરશે એમા શંકા જ નથી.



સંજય સાહે

સવારે આપણે વર્તમાનપત્ર જોયું કે તેમાં આરોગ્ય માટે, વ્યાધિ મુક્તિ માટે અનેક ઊપાયો, ઔષધીઓ, માહિતી અને જાહેરાતો દેખાય છે. આ બધી જ માહિતી શારિરિક અને માનસિક અવ્યવસ્થા નિર્માણ થવાથી શું ઈલાજ કરવો એ સંદર્ભ માં હોય છે. ખૂબજ થોડી માહિતી અવ્યવસ્થા નિર્માણ ન થાય એ માટે શું કરવું આ બાબત મળે છે.

મનુષ્ય ને પોતાનું જીવન સફળ બનાવવું છે. શારિરિક યશ એટલે આરોગ્ય કે સ્વાસ્થ્ય, માનસિક યશ એટલે આનંદ અને આધ્યાત્મિક યશ એટલે શાંતિ આ યશ મનુષ્ય શું વિચાર કરે છે, શું કલ્પના કરે છે. એના પર અવલંબે છે.

આપણે કલ્પના અને વિચારોનો વિચાર કરીએ! બાહ્ય ઉત્તેજક કારણ (વસ્તુ) અથવા આંતર ઉત્તેજક કારણ (સ્મૃતિ) ને કારણે ચિત્તમાં પ્રતિક્રિયા નિર્માણ થઈને વિચાર તરંગ (અથવા વિચાર) ઉત્પન્ન થાય છે. ચિત્ત માં ઉઠનારાં આ વિચાર નાં તરંગોને જ વૃત્તિ કહેવામાં આવે છે અને આ વૃત્તિ જ મનુષ્યને યશ અથવા અપયશ તરફ લઈ જાય છે.

આપણાં જીવનમાં ‘મન’ અનેક પ્રકારના વિષયોનો વિચાર કરે છે. જીવનભર આ પ્રક્રિયા સતત ચાલુ હોય છે અને જે પ્રમાણે જન્મ થી મૃત્યુ પર્યંત હૃદયની ક્રિયાને વિક્ષેપ નથી તે જ પ્રમાણે વિચારોને પણ વિક્ષેપ નથી હોતો. સતત વિચાર, સતત વિચાર, સતત વિચાર !!! તેને કારણે મગજ નબળું પડે છે અને તેને થાક લાગે છે. એના પરિણામે શરીર ને થાક લાગી શકે છે. શરીરનો થાક દૂર કરવા માટે નિસર્ગે મનુષ્ય ને નિદ્રા ની ભેટ આપી છે. એને લીધે ઊંઘ પછી માણસ તાજોમાજો થાય છે. પરંતુ જીવમાં જાગૃતિ અને સ્વપ્ન (ગાઢ ઊંઘ ખૂબજ ઓછી) આ સ્થિતિમાં સતત વિચારથી મગજ ને વિશ્રાંતી મળતી નથી. અને આપો જીવ મનથી દુર્બલ અને શરીર થી હારી જાય છે.

કલ્પના એ પણ વિચારોનો જ ભાગ છે. પરંતુ કલ્પનાને બાહ્ય (વસ્તુ) અથવા આંતર (સ્મૃતિ) ઉત્તેજક કારણો જરૂરી હોય છે એવું નથી. વિચાર અને કલ્પના આ બંનેમાં સારાં અને ખરાબ એવા બે પ્રકાર હોઈ શકે છે અને આ બંને જૈવિક સ્પંદ (એટલે કે ઈન્દ્રિયોની ક્રિયાને લીધે નિર્માણ થનારા) હોય છે.

પરમેશ્વરે મનુષ્યને વિચાર અને કલ્પના કરવાની અઝાટ શક્તિ આપી છે. એ સામર્થ્યને લીધે માનવ પ્રાણી બીજા સર્વ પ્રાણીઓ કરતાં શ્રેષ્ઠ સિદ્ધ થયો છે. કલ્પના કરવા મળેલી આ શક્તિને કારણે તેણે ભૌતિક (સામાજિક, રાષ્ટ્રીય અને વૈજ્ઞાનિક ઈત્યાદિ) અને આધ્યાત્મિક પ્રગતિ કરી છે. પણ માનવી જીવની



મનોવૃત્તીનો/સ્વભાવનો બીજો પર એક છેડો છે. જે પ્રત્યક્ષ માં ક્યારે પણ બનશે નહિ, આ ખબર હોવા છતાં પણ કલ્પનાનો આભાસ નિર્માણ કરીને આપણી ઈચ્છા, વિકાર, વાસના આ અપ્રત્યક્ષ રીતે પૂર્ણ કરી લેવી. આવી પદ્ધતિનો આધાર લેવાથી જીવને ‘મનની શાંતિ પ્રાપ્ત થશે’ એવો ભ્રમ, આભાસ થાય છે. ભિન્ન ભિન્ન કલ્પના કરી ને મનની શાંતિ મેળવનારા અનેક છે.

નકારાત્મક વિચાર (Negative thinking) એ પણ માનવી જીવનનો મૂળ સ્વભાવ છે. માનવી મનમાં યોગ્ય વિચાર બરોબર અયોગ્ય અથવા ઉલ્ટા વિચાર આવે છે અને તે યોગ્ય વિચાર કરતાં વધુ પ્રબળ હોય છે.

આવા વિચાર અને કલ્પના ની માયાજાળ થી પર થવા માટે યોગ્ય વિચાર અને યોગ્ય કલ્પના કરવાનું શાસ્ત્ર અને કલા બ્રહ્મવિદ્યા શીખવે છે.



પહેલું વાર્ષિક ગુજરાતી સંમેલન, ઘાટકોપર



બ્રહ્મવિદ્યા : યશસ્વી જીવનની કલા

બ્રહ્મવિદ્યાની શરૂવાત મેં એપ્રિલ 2005 થી કરી હતી. બ્રહ્મવિદ્યા શિખવા પહેલા મને ઘરમાં, સામાજિક જીવનમાં અને ઓફિસમાં જાણે કોઈ ફક્ત પરિક્ષક (ભગવાન) સતત ડગલે ને પગલે પરિક્ષા લેતો હોય એવું લાગતું. રોજ જાણે નવા પ્રશ્ન પહોંચી જોઈ ઉભા રહેતાં.

ત્યારે લાગતું સ્કૂલ અને કોલેજમાં પુછતા પ્રશ્નો સહેલા હતા, કારણ પ્રશ્નો પુસ્તકમાંથી પુછતા અને ન આવડે તો કોઈની મદદ લઈ શકાતી પણ આ જીવનરૂપી પરિક્ષાના પ્રશ્નો એટલા જટિલ અને તેનો જવાબ પુસ્તકમાં ન મળે, અને કોઈને પુછાય પણ નહીં અને મનમાં ને મનમાં ઘુટાયા કરવું પડે. જેની અસર શરીર, મન અને દૈનંદિન પર થતી ત્યારે જીવન સંગ્રામ છે એ ચુકતી સાચી લાગતી. પરંતુ બ્રહ્મવિદ્યા મારા જીવનમાં આવ્યા પછી નિયમિત સાધના કરવાની પ્રેરણા સર પાસેથી મળ્યા પછી જીવન સહેલું આનંદમયી લાગવા લાગ્યું. કારણ બ્રહ્મવિદ્યામાં જીવનની મુળભૂત ક્રિયા, શ્વાસ જેનાથી શરીર ચાલે છે તે યોગ્ય થવાતી વિચાર જેનાથી મન ચાલે છે તે શુદ્ધ થવાથી.

જીવનના નિયમ સમજી વાપરવાથી સાથોસાથ મનની ક્ષમતાનો પરિચય તેને વાપરવાની પદ્ધતી અને ધીરે ધીરે પોતાના સત્યસ્વરૂપ બાબત જ્ઞાન અને અનુભવતાં જીવનમાં આવતી પ્રત્યેક મુશ્કેલી આવહાન તરીકે સ્વીકારી. યશસ્વી થવાની કલા જાણે આત્મસાત કરી. યશસ્વી થવાની જાણે આદત પડી ગઈ છે અને સાથોસાથ જાણે પ્રત્યેક દિવસે મારાં જીવનના ત્રણે સ્તર શારીરીક, માનસિક અને આધ્યાત્મિક સુધરવાથી હું સામાન્ય વ્યક્તિમાંથી અસામાન્ય વ્યક્તિમાં આંતરિક પરિવર્તન થયેલું અનુભવૂ છૂ. અને વધારામાં બ્રહ્મવિદ્યા માર્ગ મને મળેલા અમુલ્ય જ્ઞાનનો પ્રકાશ અન્યના જીવનમાં પ્રકાશિત કરવાની તક એક શિક્ષક તરીકે સોંપવામાટે હું બ્રહ્મવિદ્યાની, બ્રહ્મવિદ્યા સાધક સંઘની હું આભારી છું.

આભારી છું.



છાયા દેસાઈ



બોરિવલી પ્રાથમિક ગુજરાતી વર્ગ



બ્રહ્મવિદ્યા : રાજમાર્ગ તરફ નવું પગલું

પ્રાથમિક અભ્યાસક્રમથી શરૂઆત, પ્રગત, પ્રદિપક વર્ગ, શિબિરો, સાધના મંડળથી હવે પ્રાથમિક અભ્યાસક્રમ માટેની કાર્યશાળા. આ બધા પ્રવાસનો વિચાર કરતાં અનેક ગુરૂજનોનો સહવાસ, અનેક સુખદ ક્ષણો નજર સામે આવે છે.

પ્રેમ, નમ્રતા, શાંતિ તથા પૂ દિવેકર સરનું બધા માટેનું એક સરખું હાસ્ય પ્રદિપક વર્ગ કરતા શિખવા મળ્યું. જે શીખીએ છીએ તે પ્રત્યક્ષ જીવનમાં કેમ વાપરવું તેનો જીવંત દાખલો મળે છે. તેમજ અન્ય ગુરૂજનો પણ જે નિષ્ઠાથી, ખંતપૂર્વક સેવાના ભાવથી જે રીતે આ પ્રકાશ પ્રસારવાનું કામ કરે છે તે બદલ કૃતજ્ઞતા, આદર થાય છે. તેથી જ આપણને જે મળ્યું છે તે બધાને મળે એ ભાવથી જ, પ્રકાશ પ્રસારવાની જવાબદારી આપણા સૌની જ છે.

કાર્યશાળા વખતે પણ જે રીતે શીખવવામાં આવે છે તે પણ કેટલું પદ્ધતિસર, દરેક શિક્ષકે બ્રહ્મવિદ્યા જેમ છે તેમ જ શીખવવી એ ધ્યેય રાખીને અભ્યાસક્રમ નક્કી કરવામાં આવ્યો છે.

કાર્યશાળા કરતાં દરેક પાઠનો ઉંડો અભ્યાસ, તેમજ સંતોષ, કૃતજ્ઞતા, આદર, નમ્રતા, વગેરે જીવનમાં કેમ વાપરવા તેનો પણ ખ્યાલ આવે છે, શ્વસનપ્રકાર પણ અચૂક થાય છે. તેથી આપણી પોતાની સાધનામાં પણ ખૂબ જ પ્રગતિ થાય છે.

બ્રહ્મવિદ્યાનો પ્રચાર અખિલ સમાજ ને થાય, માટે આ પ્રકાશ પ્રસારવાના આ કાર્યમાં મારો સહભાગ થાય તો ખરેખર આનંદ થશે.

- મીના ગાલા



બ્રહ્મવિદ્યા : નવજીવન

હું, અનીતા ઝટકીયા. મેં બે વખત પ્રાથમિક અભ્યાસ ક્રમ પૂરો કર્યો છે અને અત્યારે હું પ્રગત નો અભ્યાસ કરું છું મને પાર્કિંગિસન્ટ્સ નામનો અસાધ્ય રોગ થયો છે. આ રોગની જાણકારી થતા મારું મનોબળ એકદમ તુટી ગયું અને મને જીવન જીવવાનો રસ ન રહ્યો. ત્યાં એક દિવસ અખબાર મારફત બ્રહ્મવિદ્યા અભ્યાસક્રમની જાણકારી મળી. જેનું આ વાક્ય “બ્રહ્મવિદ્યા આરોગ્ય ગુરુચાવી” વાક્યથી પ્રેરાઈને મેં મારા પતિને કોર્સ કરવાની ઈચ્છા કરી.

તેમને મને તરત જ હા પાડી, કારણ કે મારાથી એકલા કાંઈ કરી શકાતું ન હોતું. બ્રહ્મવિદ્યાના અભ્યાસથી આ રોગ સામે લડવાની મને શક્તિ મળી છે. હવે એમ નહીં કહું કે મને પૂર્ણ સારું થયું છે, પણ માનસિક રીતે હું ઘણી મજબૂત થઈ ગઈ છું. તેમાં મારા મીસનો ખુબ જ મોટા ફાળો છે.

હું આ સિદ્ધી માટે બ્રહ્મવિદ્યાની આભારી છું.

- અનીતા ઝટકીયા



કલ્પના : અદ્ભુત કલાકાર

હું ડોક્ટર છું. 2012 માં પ્રાથમિક કોર્સ કર્યા બા મને ખુબ જ ફાયદો થયો એટલે બ્રહ્મવિદ્યાના શિક્ષક બની બધાને આ જ્ઞાન મળે એ જીવનનો લક્ષ્ય બની ગયો.

1. ટિચર ટ્રેનિંગ કોર્સની પરીક્ષા આપવાની પહેલા ખુબ જ અભ્યાસ જરૂરી છે અને એ અભ્યાસ કરતાં કરતાં અદ્ભુત શાંતી, પ્રેમ, આનંદનો અનુભવ થયો.

2. કિલનિકમાં કામ બહુ ઉત્તમ થઈ ગયું.

3. મારામાં પ્રેમ વધતાં ઘરે કામવાળી બાઈ સાથે, નજીકનાં લોકો સાથે સંબંધ વધારે સારા થઈ ગયા.

4. સુખ અને દુખને સહેલાઈથી ફટકા મારતી થઈ ગઈ.

5. જીવનની મુસાફરીમાં કલ્પના શક્તિ કે જે અદૃશ્ય કલાકાર છે. અદ્ભુત કલાકાર છે એને વાપરવાનું મારા શિક્ષક પાસેથી બરોબર શીખી લઈ, અને સતત એમની પ્રેરણા અને માર્ગદર્શનથી જીવનમાં એનો ઉપયોગ કરતી ગઈ.

કલ્પનાશક્તિના વાપરીને મારા પુત્રનાં લગ્ન કુટુંબમાં 30 વર્ષમાં ન હોતા થયા એવા 3 કાર્યક્રમ કર્યા!

6. ટીચર ટ્રેનિંગ કોર્સ દરમ્યાન જે એક્ઝરમેશન પાકા કરવાના હોય એ કાયમ માટે તો જ ચાદ કરી શકીએ જો એ બરોબર સમજ્યા હોઈએ, એનું ચિંતન, મનન કરતાં કરતાં અને ટિચર આપેલી ધીરજની ગોળી દિવસમાં 3 વાર નિયમિત ખાતા ખાતા મારા માથામાં આઈસ ક્રેક્ટરી, મોઠામાં શુગર ક્રેક્ટરી અને હાઈમાં લવ ક્રેક્ટરી ચાલુ થઈ ગઈ, જેને લીધે જીવન સેટીસફાઈડરી બની ગયું!!

7. હું પણ મારા શિક્ષકને એક સફળ બ્રહ્મવિદ્યા શિક્ષક બનીને સર્વને સતત પ્રેમ અને જ્ઞાનનો પ્રસાર કરીને ઋણ અદા કરીશ.

- ડો. શેવંતી એસ્. શાહ



બ્રહ્મવિદ્યા : એટલે અદ્ભુત યોગશાસ્ત્ર

બાળપણથી જૈનધર્મમાં સાધના કરતાં અનેક મહાત્માઓના સંપર્કમાં આપવાનું થયું. સિદ્ધાંતો અને મૂળ ધર્મના હાર્ટ સુધી પહોંચ્યા પણ તે સર્વે કંઈક અંશે બુદ્ધિના સ્તરે હતું. સદગુરુ કૃપા થકી બ્રહ્મવિદ્યા નો ભેટો દસ વર્ષ પહેલાં થયો અને ત્યારથી અત્યાર સુધી જીવનમાં વણાતી ગઈ તેમ તેમ અનુભવ થકી જીવનના રહસ્યોનો ઉઘાડ થતો ગયો. મારી આસપાસના મિત્રોમા એક અજબની મારામાં આવેલા પરિવર્તનની સમીક્ષાના કારણરૂપ આ બ્રહ્મવિદ્યા અમારી સાધનાના સ્થલરૂપે રોપાતી ગઈ. સૂક્ષ્મ અનુભવો જે વર્ણવી ન શકાય તેવી માત્રામાં થતાં થતાં આ ક્ષણે હૃદયપૂર્વક બ્રહ્મવિદ્યાનું અભિવાદન કરીએ. શારીરિક, માનસિક અને આધ્યાત્મિક સ્તરે થયેલા પ્રગતિ જે કાર્ય અનેક વર્ષોના પ્રયાસમાં ન થયું તે માત્ર ઘણા ઓછા સમયમાં કાર્યસિદ્ધિનું પરિણામ મનઃચક્ષુ સામે સ્પષ્ટ દેખાતું થયું, તે માટે અમે પરમાત્માના આભારી છીએ.

અવર્ણનીય અનુભવો + 10 વર્ષની સાધના + સર્વાંગી વિકાસ + પરિવર્તન

- અમૃત શાહ



દૈર્ય અને શ્રદ્ધાનો ગુણ વધ્યો

આ શ્રેષ્ઠ વિદ્યા નો અભ્યાસ મારા પતિ ના ખુબજ આગ્રહ થી મેં જુલાઈ 2016 માં શરૂ કર્યો પછી ફેબ્રુઆરી 2017માં પ્રગત નો અભ્યાસક્રમ શરૂ કર્યો લગભગ 1 વર્ષ પછી મારી તબિયત અસ્વસ્થ જલાતા ડૉ. મને MRI કઢાવવા કહ્યું અને તેના રિપોર્ટ ના નિદાન માં આવ્યું કે મને બ્રેઈન ટ્યુમર છે. ડૉ. કહ્યું કે ઓપરેશન સિવાય બીજો કોઈ ઈલાજ નથી. આ સાંભળી મારા પરિવાર પર તો મોટી આફત ના પહાડ તુટી પડ્યો હોય તેમ લાગ્યું. પણ તે વખતે બ્રહ્મવિદ્યાના શિક્ષક તરફથી મને ખુબજ આશ્વાસન અને હિમ્મત મળી છેલ્લા દોઢ વર્ષ થી દરરોજ કરેલી બ્રહ્મવિદ્યા ની સાધના અને ધ્યાન મને હિમ્મત અપાવવા ખુબજ કામ લાગ્યાં. બ્રહ્મવિદ્યાની સાધના થી જ હું મારી દસ કલાક ની સફળ બ્રેઈન ટ્યુમર ની શસ્ત્રક્રિયા કરાવી શકી. બ્રહ્મવિદ્યા ની શક્તિ ને લીધે હું મારી દસ કલાક ની શસ્ત્રક્રિયા પછી એટલી સ્વસ્થ હતી કે ડોક્ટરો મને ICU ને બદલે મને સીધી મારા રૂમ માં શીફ્ટ કરી.

પણ ઈશ્વર ને બીજું કાંઈક મંજૂર હતું મારા ઓપરેશન ના ચાર દિવસ પછી ડોક્ટર દ્વારા મને જણાવવામાં આવ્યું કે મને ફેફસા માં પણ ટ્યુમર છે. અને તે પણ શસ્ત્રક્રિયા કરીને કઢાવવું પડશે. આ અસહ્ય માનસિક વેદના વખતે મને બ્રહ્મવિદ્યાના શિક્ષક તરફથી ખુબજ હિમ્મત મળી. મારી સાથે દરરોજ ફોન ઉપર વાત કરીને તેમના માર્ગદર્શન મુજબ મેં દરરોજ ધ્યાન અને સાધના બરોબર કરી. બ્રેઈન ની શસ્ત્રક્રિયા પછી એક મહિના માં ફેફસા ની 4 કલાક ની સફળ શસ્ત્રક્રિયા પછી ધીમે ધીમે બધા રિપોર્ટ નોર્મલ આવવા લાગ્યા બે મહિના પછી હું એકદમ સ્વસ્થ થઈ ગઈ. આ ચમત્કાર બ્રહ્મવિદ્યાની સાધના, ધ્યાન અને દરરોજ રાત્રે બોધવચન, પ્રાર્થના વાંચવાને લીધે જ થયું છે. બ્રહ્મવિદ્યા નો કોર્સ ચાલુ કર્યા પછી મેં દરરોજ સાધના કરી છે હું હોસ્પિટલ માં હતી તો પણ મેં માનસિક સાધના કરી છે અને તેથી જ હું આટલી જલ્દી સ્વસ્થ થઈ શકી.

મને નવો જન્મ આપવા બદલ હું ઈશ્વર, બ્રહ્મવિદ્યા, મારા ટિચર અને ડોક્ટર નો ખુબ ખુબ આભાર માનું છું.

- કલ્પના મેહુલ વકીલ



મનોબળ

બ્રહ્મવિદ્યાનો બેઝીક કોર્સ બે વાર કરીને મેં 2017 માં પ્રગતનો અભ્યાસક્રમ શરૂ કર્યો. તેના 1 વર્ષ પછી મારી પત્નીને અચાનક જ એક મોટી બીમારી આવવાથી ફક્ત દોઢ મહીનાના સમયગાળામાં જ બે મોટી શસ્ત્રક્રિયા કરાવવી પડી. આ અતિ કપરા સમયમાં હું માનસિક રીતે એકદમ ભાંગી પડ્યો હતો. પરંતુ બ્રહ્મવિદ્યાના શિક્ષકની સલાહ અને માર્ગદર્શનથી તેમજ બ્રહ્મવિદ્યાની તેમણે બતાવેલી સાધનાથી અને ધ્યાનથી મને ખૂબ જ હિમ્મત આવી, અને તે સમય બ્રહ્મવિદ્યાના બોધવચનો દરરોજ વાંચીને મારા વિચારોમાં ખૂબ જ પરિવર્તન આવ્યું અને મને એક નવી શક્તિ મળી. અને તેથી જ હું અત્યંત વિકટ પરીસ્થિતીનો સામનો કરી શક્યો.

આ બદલ હું બ્રહ્મવિદ્યાનો, ગુરૂજીનો ખૂબ ખૂબ આભાર માનું છું. બ્રહ્મવિદ્યાની સાધનાથી નવી શક્તિ અને જોમ મળે છે. અને ખાસ, મારા નજદીકના અને દૂરના બનેના યશ્માના નંબર આંકા થયા છે.

- મેહુલ વકીલ



બ્રહ્મવિદ્યા જીવનનું અણમોલ રત્ન

બ્રહ્મવિદ્યા ઉજ્જવલ પ્રકાશનું ઝરણું

પ્રેમથી આલાપનું ઉપરણું

લેવું બ્રહ્મવિદ્યાનું શરણું

બ્રહ્મવિદ્યા નમો નમઃ

પ્રજ્ઞા મળે પવિત્રતાં, પ્રકાશ ભળે

જીવન ઉત્તમ આનંદે ઝળહળે

પ્રગત પ્રગતિ સોપાન સરે

બ્રહ્મવિદ્યા નમો નમઃ

સાધના કરતા રહીએ

સર્વ શ્વસન પ્રકાર કરીએ

તન-મનથી - મસ્ત રહીએ

બ્રહ્મવિદ્યા નમો નમઃ

વિશાળ સૃષ્ટિ વિરાટે ઉર વહે

સર્વ સમભાવે એકરૂપ રહે

જ્ઞાનતૃષ્ણા સમૃદ્ધ છોળો ઉડે

ગુરુજી મુખે જ્ઞાન ગંગા વહે

બ્રહ્મવિદ્યા નમો નમઃ

ભાવ વંદન - પ્રેમ વંદન - વારંવાર વંદન

- કનુભાઈ ગાંધી



સનાતન વિદ્યા

બ્રહ્મવિદ્યાની બેઝિક કોર્સ ગુજરાતીમાં ચાર વખત કરીને પછી પ્રગત અભ્યાસક્રમમાં જોડાયો. બ્રહ્મવિદ્યાના આ અભ્યાસક્રમમાં જોડાવવાથી ઘણાં જ ફાયદા થયા છે. જેમકે માનસિક, શારીરિક અને આધ્યાત્મિક દરેક કાર્ય લાભ માટે જ કરવું જરૂરી નથી હોતું કોઈ પણ કાર્યમાં લાભ થાય તો જ આપણે કરતા હોય છીએ પરંતુ આ અભ્યાસક્રમમાં ઝડપથી નહીં પરંતુ લાંબગાળાનો લાભ ચિરંજીવ ફાયદો મળે છે એ અનુભવ થવા લાગ્યો છે.

હકારાત્મક વલણ વધ્યું છે. નકારાત્મકતા મનમાં આવે તો પણ તરત જ બ્રહ્મવિદ્યાના નિયમો કે સનાતન સત્ય જેવા વચનો યાદ આવી જાય છે જે કરી નકારાત્મકતા અંધારાથી હકારાત્મક અજવાળા-પ્રકાશ તરફ દોરી જાય છે.

પ્રગત અભ્યાસક્રમમાં ખૂબ જ ઉડાણપૂર્વકની જાણકારીથી મારી આધ્યાત્મિક પ્રગતિ થઈ છે. જે મને મારું જીવન આનંદીત બનાવવામાં મદદરૂપ થઈ રહી છે.

- પરાગ પુરોહિત



આરોગ્ય સંપન્ન જીવન

મારી બ્રહ્મવિદ્યા ની યાત્રા 4 વર્ષ થી ચાલુ છે. બ્રહ્મવિદ્યા નો અભ્યાસ ક્રમ શરૂ કરતા પહેલા હું બિમારી અને નકારાત્મક વિચારોથી ઘેરાયેલી હતી સાચનસ પગનો દુખાવો, શારીરિક નબળાઈ, હીમોગ્લોબીન ની કમી હોવાથી પરેશાન રહેતી આને લીધે માનસિક અશાંતિ અને આત્મવિશ્વાસની ઉણપ હતી શ્વસનપ્રકાર ની સાધના અને ધ્યાન ની સાધના થી શારીરિક તકલીફો માં સુધારા દેખાવા મળ્યો એક વર્ષ પહેલા અચાનક થાઈરોઈડ આવવાથી 8Kg વજન ઓછું થઈ ગયું. ડૉક્ટરે કીધું કે 6 મહિના નો દવા નો કોર્સ કરવો પડશે મેં 2 મહિના દવા લીધી. શ્વસનપ્રકાર ની અને નવ શાશ્વત સત્યોની નિયમિત સાધના કરવા લાગી 6 મહિના પછી રિપોર્ટ કઢાવ્યો રિપોર્ટ એકદમ નોર્મલ આપ્યો. વજન પણ 2૩લ વધી ગયું. ફેંકસાની ક્ષમતા પણ વધી ગઈ છે. હીમોગ્લોબિન ના લેવલ માં પણ વધારો થયો છે. કાર્યક્ષમતા વધી છે. આજો દિવસ મનમાં આનંદ અને ઉત્સાહ રહે છે. શરીરમાં સ્ફૂર્તિ રહેવાથી કામમાં થાક લાગતો નથી. સકારાત્મક વિચારો થી પારિવારિક સંબંધો મજબૂત બન્યા છે. આત્મવિશ્વાસમાં આશ્ચર્યજનક વધારો થયો છે. હંમેશા હું મારી જાતને બીજા લોકો ની સાથે સરખાવતી અને મારી કમીઓને જોયા કરતી પણ બ્રહ્મવિદ્યા એ મને મારી નવી ઓળખાણ આપી છે. મારામાંની શક્તિ ને જોવાની દૃષ્ટિ આપી છે. ખરેખર જ બ્રહ્મવિદ્યા જીવન જીવવાનું શાસ્ત્ર છે.

હું બ્રહ્મવિદ્યા સર્વ ગુરુજન અને પરમાત્માની આભારી છું. આભારી છું. આભારી છું.

- ડો. હેમા દેસાઈ



બ્રહ્મવિદ્યા : જીવનની નવી દૃષ્ટિકોણ

હું એક કોલેજમાં શિક્ષક તરીકે ફરજ બજાવું છું. મને આધ્યાત્મિક પ્રવૃત્તિમાં ખૂબજ રસ છે.

2017 માં મેં બ્રહ્મવિદ્યા નો બેઝીક કોર્સ કર્યો છે. બ્રહ્મવિદ્યા ના જ્ઞાનથી મારા વિચારો માં તથા જીવન જીવવાના અભિગમ માં ખૂબજ બદલાવ આવ્યો છે. બ્રહ્મવિદ્યા શીખવાની પદ્ધતિ ખૂબજ સરળ છે, શ્વસનપ્રકાર, ધ્યાન ખૂબજ બારિકાઈ થી શીખવવામાં આવે છે. આજ ના ઝડપી જીવન માં થોડો સમય પોતાને માટે આપીએ તો સ્વસ્થ જીવન જીવી શકાય. સ્વસ્થ અને આનંદમય જીવન જીવવાની કળા એટલે બ્રહ્મવિદ્યા.

હું બ્રહ્મવિદ્યાના શિક્ષક તેમજ બ્રહ્મવિદ્યા સાધક સંઘનો ખૂબ જ આભારી છું. બ્રહ્મવિદ્યા એ મને જીવન નો નવી દૃષ્ટિકોણ આપ્યો છે.

- યોગેશ વારીયા



સક્ષમ

પ્રકાશની અને તે પ્રકાશમાં સ્થિર થવાના રસ્તા પર ચાલતા આપણા બ્રહ્મવિદ્યા બધા વિદ્યાર્થીઓ શિક્ષકો અને સહભાગીઓને પ્રણામ.

આ વિદ્યા માં મે 2013 માં પ્રવેશ કર્યો, તેના પછી આ 5 વર્ષ માં 3 પ્રાથમિક, 2 પ્રગત, 1 પ્રદીપક આ બધા વર્ગ મારા ચાલુ છે. આટલા વર્ષથી હું આ વિદ્યા સાથે રહી શકી એ જ મોટું પ્રમાણ છે. આ વિદ્યાનું અનન્યપણું હોવાનું.

અદ્ભૂત એવી આ વિદ્યા થી થતા લાભ શબ્દમાં લખી શકાય તેમા નથી. પણ છતાં થોડાનું હું વર્ણન કરું છું. શારીરિક, માનસીક અને આધ્યાત્મિક ના ઘણા ઊંચા સોપાન હું ચડી છું. આમાંથી સૌથી વધારે મને જે સ્પર્શી ગયું તે પ્રસંગ હું લખું છું.

હું રેડિયોલોજીસ્ટ ડૉક્ટર છું અને C.T Scan, MRI Scan, X-ray ના report બનાવું છું. આના માટે હું ઉચ્ચ શિક્ષણ USA થી શીખીને આવી. અહીં મેં જોયું કે ડૉ ને શીખવવાની આ USA ની પદ્ધતી અહીં નથી, અને અહીંથી 4 લાખ ખર્ચો USA જવાનું બધાને પરવડે નહીં. બ્રહ્મવિદ્યાની સાધનાથી અને મારા અંદરની પ્રજ્ઞા ની Creativity ને લીધે મેં Universal health નું Mission લીધું અને આ ડૉ. જે Report બરાબર બનાવે તો Diagnosis બરાબર થાય અને પછી ટ્રીટમેન્ટ બરાબર થાય તો કેટલા લોકોનું સારું થાય. આના માટે સમગ્ર વિશ્વે મને એટલો બધો સપોર્ટ કર્યો કે હું સ્તબ્ધ થઈ ગઈ. આ વિદ્યાને લીધે તે તત્વના ફૂટેલા અંકુરોએ મારી અંદર જબરદસ્ત Creativity ને બહાર લાવી મને આ Project માટે તૈયાર કરી અને આજે દેશ વિદેશથી ડૉ માર ત્યાં શીખવા આવે છે.

વૈશ્વિક સ્તર પર આ એટલું મોટું સાહસ હું આ વિદ્યાએ આપેલી સાધના થી જ શક્ય બન્યું છે.

સત્ સત્ પ્રણામ આ વિદ્યાને. અત્યંત કૃતજ્ઞતા આનંદથી આભાર આ વિદ્યાનો. અંનંતપણે આ વિદ્યા સહુને મળે અને બધા જીવો સુખી થાય એ જ પ્રાર્થના ઘણું જીવો બ્રહ્મવિદ્યા !!!



હું સંતુષ્ટ છું

સવિનય સાથે જાણાવવાનું કે આપના માર્ગદર્શન હેઠળ પ્રગત અભ્યાસક્રમથી જીવનમાં અકલ્પનિય ફેરફાર થયો છે. જે પહેલા સતત નકારાત્મક વિચારો આવતા હતા તે રોજની સાધનાને અને ધ્યાનને લીધે લગભગ બંધ જ થઈ ગયા છે. અને સકારાત્મક વિચારો ને લીધે જે પરિસ્થિતી કે વાતો અશક્ય લાગતી તે હવે સરળતાથી પાર પાડી શકાય છે. તે હવે મનપર અસર કરતી નથી. દરેક પરિસ્થિતીનો સામનો કરવાની અદ્ભૂત શક્તિ મળે છે. રોજની સાધનાથી મન સંતુષ્ટ અને આનંદિત રહે છે. બ્રહ્મવિદ્યાના અભ્યાસ ક્રમથી શરીર અને મનની સારી સમજ આવી છે જીવનમાં સંતુષ્ટતા, કૃતજ્ઞતા અને વિચારોમાં સ્થિરતા આવી છે. આ અભ્યાસક્રમથી જીવનમાં શારીરિક, માનસિક અને આધ્યાત્મિક અનેરી પ્રગતિ થઈ છે. પ્રગત અભ્યાસક્રમ થોડો અઘરો લાગતો હતો પણ તેને સાદી અને સરળ ભાષામાં અમને સમજાવવા બદલ અમે આપના આભારી છીએ.

- વર્ષા સુવર્ણકાર



આંતરિક બદલ

‘બ્રહ્મવિદ્યા’ ના પ્રગત અભ્યાસક્રમ વિશે “પ્રજ્ઞા” માટે આજે જ્યારે આદરણીય ગુરુ સુનિતાબેન દ્વારા કહેવામાં આવ્યું છે ત્યારે મારા જીવનમાં આમૂલ પરિવર્તન લાવનારી આ મા બ્રહ્મવિદ્યા વિશે શું લખવું અને ક્યાંથી શરૂઆત કરવી? તેની ભારે-હિંદા હું અનુભવુ છું. કારણ કે જે હું બ્રહ્મવિદ્યા માટે અનુભવી રહી છું તે શબ્દોમાં ઉતારવું ઘણું કઠિન છે.

“બ્રહ્મવિદ્યા” પ્રગત અભ્યાસક્રમ ના પાઠોમાં તેને “સર્વશ્રેષ્ઠ વિદ્યા” કહેવામાં આવી છે તે સાવ સાચું જ છે.

“બ્રહ્મવિદ્યા” નો પ્રાથમિક અભ્યાસક્રમ પૂરો કર્યા બાદ હવે આનાથી આગળ શું હશે? અને ઈશ્વર વિશેની જાણકારીની કૂતુહલતાવશ અને મારા જીવનના રાહગીર રેણુકાબેન નાં આગ્રહવશ મેં પ્રગત અભ્યાસક્રમની શરૂઆત કરેલી પરંતુ જેમ જેમ મારી સામે એક પછી એક પાઠો ખુલના ગયા તેમ તેમ હું આશ્ચર્ય અને અદોભાવથી તે “મા બ્રહ્મવિદ્યા” સામે નતમસ્તક થઈ ગઈ.

શારીરિક આરોગ્યના સ્તર પર પ્રગત અભ્યાસક્રમનો પ્રભાવ કહું તો સુસ્તી, થાક, કટાળો, બોર્સીંગ નામના શબ્દો મારા થી જોજનો દૂર જતાં રહ્યા છે તેનું સ્થાન આનંદ અને સ્ફૂર્તિએ લઈ લીધું છે. શરદી, ખાંસી, તાવ જેવી નાની-મોટી બિમારીઓ માંથી મને મોટે ભાગે મુક્તિ મળી ગઈ છે. થાઈરોઈડના દવાના ડોઝ ઓછા થઈ ગયા છે. ખાસ કરીને મને મારા પગમાં ઘણી ઠંડી લાગતી હોવાથી હું રાત્રે મોજાં પહેર્યા વગર સુઈ ન શકતી તે હવે મને રોજ રાત્રે પહેરવાની જરૂર નથી પડતી. ઉંઘ અને આગસ ઘણાં જ ઓછાં થઈ ગયા છે.

માનસિક સ્તર “ બ્રહ્મવિદ્યા” માટે હું એમ કહીશ કે તે આપણા મનના વિચારોના ખળભળાટ, અસંતોષ, ક્લેષ કે ઘવાયાની લાગણીઓમાંથી મુક્ત થવાનો રામબાણ ઈલાજ છે. આ એ જ ઔષધ છે જેના દ્વારા મારા વિચારો, ભાવનાઓ અને સંવેદનામાં આમૂલ પરિવર્તન આવ્યું છે. હવે જ્યારે પણ મારી સાથે કે મારી હાજરીમાં મારાં-પોતાના કે બહારનાં અન્ય કોઈનું પણ હું અયોગ્ય વર્તન જોઉં છું. ત્યારે એક વાક્યની મને સતત યાદ રહે છે અને તે એ છે કે “હું માનવીનું સંપૂર્ણ વર્તન જોઉં છું અને મારું – સંપૂર્ણ વર્તન જોઉં છું.”

ઘરની વ્યક્તિઓ, સગા-સબંધી, કામ કરતા માણસો, શાકભાજી, ઈસ્ત્રી કે દૂધવાળા કે વોચમેન નાં વર્તન ની સામે અસંતોષ, ક્રોધના ભાવની જગ્યાએ આભાર અને કૃતજ્ઞતાનો ભાવ રહેવા લાગ્યો છે. વનસ્પતિ વિશ્વ સાથે મારી ઘરની અગાશીના નાના-નાના છોડવાઓ સાથે એક પ્રેમ અને આભાર ની લાગણી અનુભવાય છે. અધિરાઈ અને ક્રોધ ની જગ્યા હવે બધું બરાબર જ થશે, પોઝીટીવ આશાવાદી લાગણી થવા લાગી છે.

આધ્યાત્મિક દષ્ટિએ કહું તો જે ઈશ્વરને શોધવા હું મંદિરે જવા દોટ મુકતી, અને જો કોઈ કારણવશાત ન જઈ શકાય તો અકળામણ અને ગુસ્સો થતો તેની જગ્યાએ હવે તે ઈશ્વર મને મારી સાથે, મારી પાસે, મારા ઘરમાં, અને મારી-અંદર જ જણાતા બહારની દુનિયાની દોડધામ બંધ થઈ ગઈ છે. આંતરિક શાંતિ જણાય છે.

સીધી-સાદી ભાષામાં કહું તો હવે મને ખબર છે કે જે ઈશ્વર વિશે અને જોવા,



જાણવા અને અનુભવવાની કૂતૂહલતા હતી તે જોવા, જાણવા અને અનુભવવા માટે બહારની દુનિયાનું બીજું કોઈ નહિ, પણ મારે પોતે જ મારા પ્રયત્નો અને સાધના દ્વારા અનુભવવાનો છે.

“બ્રહ્મવિદ્યા”નો આ અભ્યાસક્રમ જેમણે આપણા સુધી પહોંચાડ્યો છે, પ્રકાશ પ્રસારાવ્યા છે તે ગુરૂજનોનો આભાર અને કૃતજ્ઞતા માનવા માટે આ બધા શબ્દો ખૂબ જ નાના છે. આ પ્રકાશ પ્રસારવાવાની આ માળાની કોઈ એક ની પણ કડી બની શકું તો એ જીવનની સાર્થકતા ગણાશે.

“મા બ્રહ્મવિદ્યા” અને ગુરૂજનો નાં ચરણોમાં ભાવના પંડ્યા ના સાદર નમસ્કાર...

- ભાવના પંડ્યા



બ્રહ્મવિદ્યા : જીવન જીવવાની કળા

મેં 30 વર્ષ બેંકમાં સર્વિસ કર્યા પછી સિનિયર મેનેજર કોરેન એક્સચેન્જ ના પદેથી જાન્યુઆરી 2012 માં સ્વૈચ્છિક નિવૃત્તિ લીધી. વર્તમાનપત્રમાં બ્રહ્મવિદ્યાનું પરિપત્ર જોઈને સંબંધિત માહિતી મુજબ વર્ગમાં પહોંચી ગઈ. એ નિશ્ચિત રૂપે ભાગ્યનો “માસ્ટર પ્લાન” હશે કે જેને કારણે આજે હું મારા જીવનમાં સંપૂર્ણ વ્યવસ્થા અને સંતોષનો અનુભવ કરી રહી છું.



લતા ઉપાધ્યાય

2012 માં પ્રાથમિક અભ્યાસક્રમ શરૂ કર્યો. પ્રાણાયામ, શ્વસનપ્રકાર, વિશ્રાંતિપાઠ અને ધ્યાનની ખૂબ નિયમિતતાથી સાધના કરી. શરદી, કમર-દર્દ, શ્વાસની તકલીફ વગેરે તો બે-ત્રણ મહિનામાં જ દૂર થઈ ગઈ. ઉત્સાહ અને આત્મવિશ્વાસ વધવા લાગ્યા. જીવનની ઘરેડથી કંઈક અલગ કરવાની તત્પરતા જાગી.

સાધના ની પ્રેરણાથી મુંબઈ યુનિવર્સિટી માં Advanced Diploma in Yoga and Philosophy નો કોર્સ કર્યો. 25 વર્ષ પછી ફરી પરીક્ષા આપી અને એમાં પ્રથમ આવી. બ્રહ્મવિદ્યા પાસે સ્વાસ્થ્ય અને સફળતાની ચાવી છે એનો સાક્ષાત્કાર થયો.

બ્રહ્મવિદ્યાના અભ્યાસ માટે ઓછામાં ઓછા 10 લોકોને પ્રેરિત કરીશ એવું નક્કી કર્યું - મારી ઈચ્છા પૂરી થઈ અને 10 નો જાદુઈ આંકડો મેં પાર કર્યો.

કાંદિવલીમાં ગુજરાતીના પ્રાથમિક વર્ગ શરૂ થયા ત્યારે administration ને લગતા કામની જવાબદારી લઈને કૃતજ્ઞતા વ્યક્ત કરવાનો મોકો મળ્યો. વર્ગમાં આવતા કેટલાક સાધકો આશ્ચર્ય વ્યક્ત કરતા કે અહીં શિક્ષકો અને કાર્યકર્તા નિઃસ્વાર્થ ભાવથી આટલું સરસ કાર્ય કેવી રીતે કરી શકે છે? હું એમને કહેતી ‘આપવામાં જ આનંદ છે’ એ બ્રહ્મવિદ્યાએ જે શીખવું છે. ‘Joy of Giving’ નો અનુભવ શબ્દોમાં વ્યક્ત થઈ શકે નહીં.

નિવૃત્તિ પછી જે કંઈ કરવાની મારી ઈચ્છા હતી એથી ઘણું અધિક હું કરી રહી છું. મારું જીવન અધિક ઉત્સાહ, આત્મવિશ્વાસ અને આનંદથી માણી રહી છું. બ્રહ્મવિદ્યા મારા માટે એક અભ્યાસક્રમ નથી પણ જીવન જીવવાની કળા છે.

‘પહેલાં દરેક રસ્તાની સામે મુશ્કેલી દેખાતી હતી

હવે દરેક મુશ્કેલીની સામે રસ્તો દેખાય છે.’

- લતા ઉપાધ્યાય



નવી દિશા

બ્રહ્મવિદ્યા એટલે માત્ર શ્વસનપ્રકાર અને ધ્યાન - એટલું જ નથી, પણ બ્રહ્મવિદ્યા એ સ્વયંને ઓળખવાનું અને આત્માને ઉન્નત કરવાનું ખરૂં વિજ્ઞાન/શાસ્ત્ર છે. માણસ એ સમજી શકે તો આ જ એનું અંતિમ ધ્યેય છે.

આપણે નસીબદાર છીએ આપણને બ્રહ્મવિદ્યા શીખવાની અને જીવનમાં અમલમાં મુકવાની અને તેની સાધના દ્વારા જીવનને અર્થપૂર્ણ બનાવવાની તક મળી છે.

બ્રહ્મવિદ્યા ફક્ત હકારાત્મક અભિગમ માટે જ પ્રેરણા નથી આપતું પણ તે આપણા શરીર અને મનમાંથી બધી વિષમય ગંદકીને સાફ કરે છે. અને આપણને શુદ્ધતા તરફ દોરી જાય છે અને જીવનની બધી દુર્ઘટનાઓનો મુકાબલો કરવા માટે મનની શક્તિ વધારે છે.

તે આપણને શીખવે છે કે આપણે કુદરતને એટલે કે પૃથ્વી, વૃક્ષો, પ્રાણીઓ વગેરેને પાછું આપવું પડશે, કારણકે એ આપણને જીવવા માટે ખોરાક પૂરો પડે છે. બ્રહ્મવિદ્યા આપણને ફક્ત લેવા અને ઝૂટાવવાને બદલે આપતા/ભરપાઈ કરતા/ચૂકવતા શીખવે છે.

મારી પત્ની હેતલને તાજેતરમાં સ્તન કેન્સર થયું હતું પણ બ્રહ્મવિદ્યાની સાધના અને અમારા પ્રિય ગુરુ સુનીતાબેનના સાચા માર્ગદર્શનથી અમે આવી કપરી પરિસ્થિતિમાંથી પસાર થઈને સરળતાથી બહાર આવી શક્યા.

જય હો બ્રહ્મવિદ્યા, પ્રણામ !

- વિપુલભાઈ શાહ



બ્રહ્મવિદ્યા: સફળતાની ગુરુચાવી

મેં હમણાજ પ્રગત અભ્યાસ પૂર્ણ કર્યો છે. છેલ્લા 3 વર્ષથી પ્રગત અભ્યાસની સાધનાનો અદ્ભૂત આનંદ માણી રહી છું.

હું હોમિયોપેથિક ડોક્ટર છું. છેલ્લા 26 વર્ષથી પ્રેક્ટીસ કરી રહી છું. સાધના દ્વારા પ્રાપ્ત થયેલો પ્રકાશ અને હકારાત્મક આભાસનનો અસર દરેક ક્ષેત્રમાં ઝળકે છે. શિક્ષકોના માર્ગદર્શનથી સાધનાને ઉંડાણ મળે છે તેની અસર સમગ્ર જીવન પર અનુભવાય છે. લગભગ 1 વર્ષ પહેલા 800 જણાની 7 દિવસની સેમિનારમાં મને ડૉક્ટર તરીકે સેવા આપવાનું જણાવવામાં આવ્યું હતું. હું એક ન ડૉક્ટર, ના કોઈ મેડિકલ સ્ટાફ, ના પેરામેડિકલ સ્ટાફ, ના વ્યવસ્થિત હોસ્પિટલ. શાંતિથી વિચાર કરતાં લાચું કે કદાચ પરમાત્માનું કાર્ય કરવા માટે મારી પસંદગી થઈ છે તો આ કાર્ય મારા દ્વારા જરૂર થશે. બસ હું નિશ્ચિત થઈ ગઈ અને કામ શરૂ થઈ ગયું.



ડૉ. ચારૂ કેતન ટોલીયા

આવા સંજોગોમાં સારી રીતે કામ કરવા માટે પાયાની તૈયારી શરૂ થઈ ગઈ. જરૂરી નેટવર્ક તૈયાર થઈ ગયું. કેટલાક વરિષ્ઠ ડોક્ટરોનું માર્ગદર્શન મળ્યું. ત્યાં પહોંચી તુરત જ એક ઈમરજન્સી આવી. સાત દિવસ અને રાત કામ કર્યું. શાંતિ ભાવે મારા દ્વારા પરમાત્માનું કાર્ય થઈ રહ્યું હતું. કોઈ પણ પ્રકારનો શારિરીક કે માનસિક થાક નહોતો. અદ્ભૂત આનંદ અને સંતોષ મળતા હતા. આંતરિક સમૃદ્ધિ ને પ્રાપ્ત કરાવનાર બ્રહ્મવિદ્યા અને શિક્ષકોની હું આભારી છું.

- ડૉ. ચારૂ કેતન ટોલીયા



બ્રહ્મવિદ્યા : જ્ઞાનની ગંગા

ગુરુજીએ આપણને આપ્યું છે
અષ્ટાંગ રાજમાર્ગ નું જ્ઞાન,
પરમેશ્વરને વ્યક્ત થવા
કરીએ છીએ શ્વસનપ્રકાર અને ધ્યાન
આપણે પાળવાના છે
વિશ્વના નિયમ બધા,
તો જ આપણા જીવનમાં રહેશે
પ્રગતિ અને વ્યવસ્થા સદા.
અખંડ અનંત અમાપ અપરિવર્તનીય છે.
વિશ્વ આકાશ
માનવી રૂપમાં હું પરમેશ્વર,
એ સમજ જ દેશે પ્રકાશ
યોગ્ય નિશ્ચયમાં જ છે
પ્રકાશ વિશ્વની ચાવી,
યોગ્ય નિશ્ચય કરવાથી
જીતી લીધી અડધી લડાઈ
ખનિજ વિશ્વ છે
પ્રતીક્ષાનું પ્રતીક,
રૂપ રહેવાથી પ્રગટ થશે
યોગ્ય ભાષણનું સંગીત.
વનસ્પતિ વિશ્વ પાસેથી શીખીશું
યોગ્ય વર્તનથી આહુતિ,
સ્વ માટે ન જીવતા
બીજા માટે જીવવાની વૃત્તિ.
પ્રાણી વિશ્વ પાસેથી શીખીશું
જાગૃતતા અને લેવા શોધ
પોતે શોધ લીધા સિવાય
પ્રાપ્ત નહીં થાય એ મલ્યો છે બોધ.
જો ઉપરના પાંચ પગથિયા પર,
માનવી વિશ્વ જીવશે યોગ્ય
તો જ આપણે કહી શકીશું,
આપણે જીવીએ છીએ જીવનક્રમ યોગ્ય
બોધવચન ભાવપૂર્વક બોલીને,
આપણે રોજ કરીશું યોગ્ય ધ્યાન,
તો જ આપણને મળશે
સ્વર્ગીય વિશ્વનું માન.
માનવી સમજને લીધે
આપણને મળે છે ક્ષણિક આનંદ
પરમેશ્વરની સમજ ને લીધે
આપણને મળશે યોગ્ય આનંદ.



લીના કારાણી

- લીના કારાણી



TOLL FREE HELPLINE NO : બ્રહ્મવિદ્યા

આત્મા થી પરમાત્મા બનવાના આ પ્રવાસની શરૂઆત ખૂબજ સુંદર થઈ. શરૂઆતમાં ગહન લાગતો આ વિષય ધીરે-ધીરે ખુલતો ગયો અને નવા અનુભવ આપતો ગયો.

મારો સ્વભાવ-વાતે વાતે રડવું, પોતાને લઘુતાગ્રંથિથી જોવું, 'હું કમનસીબ છું.' સતત એવા વિચાર મને હંમેશા કમજોર બનાવતા પરંતુ બ્રહ્મવિદ્યાની સાધના કરવાથી એવું તો પરિવર્તન થયું કે મારો બદલાવ જોઈને લોકો પૂછવા લાગ્યા કે તું શું કરે છે? આટલી ઉર્જા-શક્તિ ક્યાંથી આવે છે તારામાં?

હવે હું સમસ્યાથી ઘેરાયેલા પરિવારના સભ્યોનું માર્ગદર્શન કરું છું. તેમના નિરાશ મનમાં આશા જગાવું છું. મારી વાણીની અસર તેમના પર જોઈ શકું છું. અને પરિણામ સ્વરૂપ મારા શરીરને પરમેશ્વરનું જાગૃત મંદિર સમજી આદરભાવથી અંતરાત્માને નમન કરું છું. મારી પોતાની શારીરિક ઈર્ષા, પતિનું હોસ્પિટલ જવું, દિકરાની સગાઈના 1 મહિનામાં જ સગાઈનું તુટવું આ બધી મુશ્કેલીઓમાં બ્રહ્મવિદ્યાના બોધવચન અને વિશ્રાંતિપાઠે એક મિત્ર જેવું કામ કર્યું અને મને આ કઠિન પરિસ્થિતિમાંથી રસ્તો કાઢવાની શક્તિ આપી.

સંતોષ, કૃતજ્ઞતા-આદર આ શબ્દોનો સાચો અર્થ અહીં આવ્યા પછી સમજમાં આવ્યો છતાં હજી ઘણું શીખવાનું બાકી છે. આજની ભાષામાં કહું તો આપણા જીવનના દરેક Problem નો Toll Free Helpline Number છે 'બ્રહ્મવિદ્યા' અને પરમાત્મા બનવાની Site નો Password છે. 'સાધના'



બ્રહ્મવિદ્યા માતા-પિતા, બ્રહ્મવિદ્યા બંધુ સખા,
 બ્રહ્મવિદ્યા ને મારા કોટી કોટી પ્રણામ
 બ્રહ્મવિદ્યા શક્તિ છે, બ્રહ્મવિદ્યા વ્યક્તિ છે,
 બ્રહ્મવિદ્યા મુક્તિ છે મારી જ્ઞાન માતા
 એ તો પ્રભુનું જ વરદાન છે
 એની આજ્ઞા શિરોમાન્ય છે.
 આ જીવન છે અર્પણ તુજને
 આપમાં વસ્યા મારા પ્રાણ છે.
 બ્રહ્મવિદ્યા જ્યારે મળી, મા ના આશિષ મળ્યા
 એની છાયા મળી, હું જીવતા શીખી
 જ્યારે જ્યારે મને એની મમતા મળી
 મારી માતાનો ચહેરો મેં એમાં જોયો
 કોઈ કીધા હશે સુકરમ, બ્રહ્મવિદ્યા મળી મને આ જનમ
 સાથ રહેશે એનો હરદમ, હોય અમાસ કે હોય પૂનમ
 નવ સત્ય મળ્યા, કૃતજ્ઞતા નો આનંદ ભવ્યો
 પ્રેમ, પ્રકાશ અને સત્ય સાથે પ્રજ્ઞા ભળી
 કરવો છે પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર
 કલ્પના-બુદ્ધિનો કરવો વિકાસ
 સાથ રહેશે સદા માડીનો
 તો સફળ બનશે આત્માની સફર



તેજલ શાહ

- તેજલ શાહ



બ્રહ્મવિદ્યા અને હું

માનવી સ્વભાવ મુળથી જ સ્વાર્થી છે. મેં પણ એક સ્વાર્થી સાથે જ બ્રહ્મવિદ્યા ના ક્લાસ મા આપવાની શરૂઆત કરી હતી. કારણ કે મને જોઈતું હતું – નીરોગી જીવન મનની શાંતી ને મારા સ્વપ્નોની પૂર્તી. મેં બ્રહ્મવિદ્યા વિશે મારા મિત્રો પાસે થી સાંભળ્યું હતું. અને ત્યાર થી જ મારી ઈચ્છા હતી કે હું બ્રહ્મવિદ્યા ના ક્લાસ ભરૂં. કોઈ કારણવશ મારા પ્રાથમિક વર્ગના શરૂઆત બે કે ત્રણ ક્લાસ પણ મિસ થયા હતા પણ કહેવત છેને કે ‘મન હોય તો માળવે જવાય’ અને ‘ગુરૂ પોતાના શિષ્ય ને શોધીજ લે છે! મારા સદનશીબે આ બંને કહેવતો મને લાગુ પડે છે. મિસના પ્રાથમિક ના વર્ગ કર્યા અને તરત જ પ્રગત ના વર્ગ પણ ગામદેવીમા ચાલુ થયા. હવે તો બસ, પ્રગત ને પણ પુરા થવામાં થોડાક જ દિવસો બાકી છે. પણ મેં જે મેળવવા માટે બ્રહ્મવિદ્યા ના વર્ગ ભર્યા હતા તેના કરતા ઘણું જ વધુ મળ્યું અને મેળવ્યું છે.

અમે ઘણા જ વર્ષો થી અમારા માટે નવું ઘર શોધતા હતા. પણ ખબર નહિ કેમ? કાંઈક ને કાંઈક વિદન અમારા અને ઘર વચ્ચે આવી જ જતુ. અમારા મનમાં હમેશા Negative વિચારો કે હવે આપણું નવું ઘર થશે કે નહિ? આપણે Positive thinking અને સારા કર્મો થી ઘણી વસ્તુઓ બદલી શકીએ છીએ. મેં મનમાં અમે બધા જ અમારા નવા ઘરમાં રહેવા ગયા છીએ અને ત્યાં ખુશી થી રહીએ છીએ એ ચિત્રનું ધ્યાન કર્યું અને ચમત્કાર કહો કે બ્રહ્મવિદ્યા કરવાનું. ઇળ કહો આજે અમે બધાજ અમારા નવા ઘરમાં ખુશ છીએ હું એક Housewife છું પણ મારો ખુબ જ ઈચ્છા હતી કે ઘર સિવાય મારી પોતાની બહાર પણ જેમ અલગ ઓળખ હોય વર્ષોથી પ્રયત્ન કરતી હતી પણ ખબર નહિ કેમ કાંઈ જ શક્ય નહોતું થઈ રહ્યું. પણ જેમ પારસ ના અડવાથી કથીર પણ સોનું થઈ જાય એમ બ્રહ્મવિદ્યાના સંપર્ક માં આવ્યા પછી આજે હું અમારા સમાજની લેડીઝ વીંગ ની Committee માં એક ક્લિનિકલ સભ્ય છું. અને મેં સુનીતા મેમ ના સહયોગથી અમારી વીંગ માં બ્રહ્મવિદ્યાને લગતો એક કાર્યક્રમ પણ યોજેલો!!! આજ થી બે કે ત્રણ વર્ષ પહેલા હું આ વિશે સ્વપ્નમાં પણ વિચારો ન હોતી શકતી. it's a miracle મારા બંને પગમા Fracture છે અને મને કમર માં પણ દુઃખાવો છે. હું આ વસ્તુઓને સ્વીકારી ને જીવી રહી હતી. પણ આજે હું જાણું છું અને માનું પણ છું કે રોજ મારા માટે નવા કોષો બની રહ્યા છે. મારી પુનરચના, નવનિર્માણ થઈ રહ્યું છે. અને થોડા જ વખતમા મારો આ દુઃખાવો દુર થઈ જશે કારણ કે મારી સાથે મારી ‘બ્રહ્મવિદ્યા’ છે. પહેલા મને ખુબ જ જલ્દી ગુસ્સો આવી જતો અને તેને કાબુમાં કરતા પણ ઘણી જ વાર લાગતી આજે પણ ગુસ્સો આવે છે પણ હું તેને પહેલા કરતા જલ્દી કાબુમાં કરી શકુ છું. દુઃખ જીવન માં આવે છે. નિરાશ પણ થઈ જવાય છે. પણ આજે હું ‘ઘન-ત્રણ’ નો અર્થ સમજી શકી છુ. અને કોઈ પર સંજોગો માં સંતુલનમાં રહેવાની ક્ષમતા કેળવી રહી છું. કોઈક ને માટે કાંઈક કરવાની ભાવના કહો કે સંસ્કાર કહો મારામાં હતા પણ આજે નિસ્વાર્થી ભાવે કોઈક ને મદદ કરવાની સમજ મેં કેળવી છે. પ્રકાશ આપવાથી પ્રકાશ મળે છે પણ પ્રકાશ ફેલાવવાથી મળતી



તૃપ્તિ સાજે હું માણી શકુ છુ. અને કૃતજ્ઞતા વ્યક્ત કરવાથી મળતો સંતોષ તો કેવળ અને કેવળ બ્રહ્મવિદ્યાથી જ પ્રાપ્ત થયો છે એ કહેતા આજે હું ખરેખર જ ગર્વની લાગણી અનુભવું છું.

બ્રહ્મવિદ્યા નુ જ્ઞાન મેળવ્યા પછી જો મારા આ લેખ દ્વારા કોઈક ને પક્ષાશ નું એક પણ કિરણ હું આપી શકીશ તો મારૂ જીવન સાર્થક થશે.

હું જો મારા માં ના 'me' ને ઓળખી શકુ અને પ્રકાશ ફેલાવવાના આ પ્રયત્ન માં મારા થી બનતો ફાળો આપી શકુ તો હું મારી જાત ને ધન્ય માનીશ. મને મળેલી દરેક વસ્તુ માટે હું કૃતજ્ઞતા વ્યક્ત કરવાની એક પણ તક છોડીશ નહીં.

હું આભારી છું ! હું આભારી છું ! હું આભારી છું.

બ્રહ્મવિદ્યા નો સાથ ને ગુરૂ નો આર્શિવાદ

એ જ છે મારા જીવનની સાર્થકતાનો પ્રસાદ

પ્રજ્ઞાનો પ્રકાશ ચારે બાજુ ફેલાતો રહે, એક મારા નામની સાર્થકતા છે.

- પ્રજ્ઞા સમીર શાહ



અનેરી જ્યોત

આંખ ની પાંપણ બંધ હોય પણ મનની આંખો ખોલે
સર્વ વિદ્યામાં બ્રહ્મવિદ્યા ની કોઈ ન આવે તોલે,
એના થકી તો થઈ શકી છે સ્વ સાથે ની ઓળખ,
જ્યોત અનેરી અંદર પ્રગટે, ફેલાવી દે રોનક,
હું સર્વ છું, હું પૂર્ણ છું, એવું આ જીવ બોલે,
આંખની પાંપણ બંધ હોય પણ મનની આંખો ખોલે.
એના થકી જીવનમાં જાગે જીવવાની એક આશ,
એક ગતિ એ ચાલવા માટે સૌના શ્વાસોશ્વાસ,
બ્રહ્મવિદ્યા તો ધ્યાન કરાવી, પરમેશ્વર સાથે જોડે,
આંખની પાંપણ બંધ હોય પણ મન ની આંખો ખોલે.

- આશા પુરોહિત



બ્રહ્મવિદ્યાનું પવિત્ર ઝરણું

બ્રહ્મવિદ્યાનું પવિત્ર ઝરણું, મુજ હૈયામા વહ્યા કરે,
શુભ થાઓ આ સફળ વિશ્વનું, એવી ભાવના નિત્ય રહે
સંતોષ, કૃતજ્ઞતા અને આદરને, આ જીવનમાં વણી લઈએ,
પરમ આનંદ પામીને આ, જીવન સાર્થક કરી લઈએ.

શ્વસનક્રિયા અને ધ્યાનની સાધના, નિત્યક્રમમાં જોડાઈ રહે.

તો આ બ્રહ્મવિદ્યા માવડીને મારું, સાચું તર્પણ બની રહે

બ્રહ્મવિદ્યાનું પવિત્ર ઝરણું, મુજ હૈયાનાં વહ્યા કરે,

પ્રકાશ કેલાવુ સફળ વિશ્વમાં, એવી ભાવના નિત્ય રહે.

બ્રહ્મવિદ્યા એ એક વ્યવસ્થિત અને અર્થપૂર્ણ અભ્યાસક્રમ છે. જેમાં માનવની શારીરિક, માનસિક અને આધ્યાત્મિક ઉન્નતિનો માર્ગ સમાયેલો છે, જે તમને તમારા ધ્યેય, મંજિલ અને સિદ્ધિ પર પહોંચાડે છે.

પ્રાથમિક અભ્યાસક્રમ એક સશક્ત પાયો (Foundation) છે. અને પ્રગત અભ્યાસક્રમ તેના ઉપર ઘડાયેલી સુંદર અને વિસ્તૃત ઈમારત છે. ઈમારત ઊભી થયા પછી પાયો દેખાતો નથી, પણ એમાં બળ વડે જ ઈમારત સશક્ત રીતે ઊભી રહે છે. આમ પ્રાથમિક અભ્યાસક્રમ જે પ્રગતનો પાયો છે તેની નિરંતર સાધના થવી જોઈએ.

પ્રગત અભ્યાસક્રમ ગુજરાતીમાં પ્રથમ વાર ઈ. સ. 2019માં બ્રહ્મવિદ્યાના શીખવાનો પ્રારંભ થયો અને હું એમાં જોડાઈ. આમાં મીસની સરળ, સશક્ત અને અસરકારક શીખવણી થી પાઠોને સમજવું ઘણું સહેલું થઈ ગયું. પ્રગત અભ્યાસક્રમ શીખતા શીખતા જીવન જોવાની, સૃષ્ટિ જોવાની, પરિસ્થિતિને જોવાની દૃષ્ટિ જ જાણે બદલાઈ ગઈ. માનવી શું છે ? શા માટે જન્મે છે ? પરમેશ્વરને પ્રાપ્ત કરવું એટલે શું? આવા અને આના જેવા કેટલાંય પ્રશ્નોનાં ઉત્તરો મળતા ગયા. આધ્યાત્મિક વિકાસ માટે પ્રગત અભ્યાસક્રમ પરિપૂર્ણ છે.

હું મારો એક અનુભવ ટૂંકમાં જણાવું છું. પચાસ વર્ષની ઉપરતી ઘણી બહેનો (ખાસ કરીને માસિક ગયા પછી) ઘણીવાર એમનો મૂત્ર-વિસર્જન પરનો કંટ્રોલ ઓછો થઈ ગયો હોય એવું અનુભવે છે એટલે કે જ્યારે જોરથી છીંક કે ઉઘરસ આવે તો મૂત્ર છૂટી જાય અને આંતરવસ્ત્રો ભીના થઈ જાય. આવું મને પણ થવા લાગ્યું હતું પણ જ્યારથી બ્રહ્મવિદ્યામાં આપેલા પદ્ધતિઓની સાધના કરવા લાગી, ત્યારથી પાછું પહેલા જેવું નોર્મલ થઈ ગયું. પ્રગતનાં બીજાં તંત્રોના આધ્યાત્મિક અનુભવો શબ્દોમાં વર્ણવવા મુશ્કેલ છે. અનુભવ કરીને જ સમજવા પડે.

છેલ્લે હું એવું જ કહીશ કે, શારીરિક સ્તર પર સ્વાસ્થ્ય મેળવવા, માનસિક સ્તર પર આનંદ મેળવવા અને આધ્યાત્મિક સ્તર પર શાંતિ મેળવવા દરેક જાણ આ અભ્યાસક્રમમાં જોડાય.

ૐ શાંતિ: શાંતિ: શાંતિ:

- પરિંદા શાહ



સ્વયંપ્રકાશિત

સૌ પ્રથમ પ્રભુ એ પરમ શક્તિનો ખૂબ-ખૂબ આભાર માનું છું કે મને મારી ભિતર નો નિર્ભય પ્રકાશ ઓળખવા, અનુભવવાની સુવર્ણ તક સાંપડો. જે બ્રહ્મવિદ્યા અભ્યાસક્રમ અને મારા શિક્ષિકાબેન ના અમૂલ્ય માર્ગદર્શનના લીધે શક્ય બન્યું છે.

બેઝિક અભ્યાસથી શ્વસનની યોગ્ય રીત જાણી આ આઠ ચાવીઓ લઈને પ્રગત અભ્યાસમાં જાડાઈ અને હવે હું અજ્ઞાનના અંધારા ઓરડામાં કહે હતી તેમાં જ્ઞાન પ્રકાશની બારી ઉઘડી અને પ્રકાશને મારી અંદર બહાર જોવાની શરૂઆત કરી.

નાનપણમાં એક વાર્તા સાંભળેલી - એક રાજકુમારી ને ચાવીનો જૂડો આપીને કહેવું કે આમા સાચો-ખોટી ઘણી ચાવીઓ છે. અહીં આઠ ઓરડામાં અમૂલ્ય વસ્તુઓ છે તારી ચોક્કસ સમય મર્યાદામાં ચાવી શોધી લાગૂ કરી દરવાજો ખોલી અમૂલ્ય વસ્તુને પ્રાપ્ત કરવાની છે. વાર લગાડીશ તો બધુ અદૃશ્ય થઈ જાશે.

આ જૂડામાંથી સાચી આઠ ચાવીઓ આપણને પ્રાપ્ત થઈ ગઈ છે. બ્રહ્મવિદ્યાએ તે ચાવીઓ આપણને શીખવી છે આપી છે. ફક્ત તેને લાગૂ પાડી, અમતમાં મૂકી અમૂલ્ય વસ્તુને હાંસલ કરવાની છે. મે આ અમૂલ્ય તક ઝડપી લીધી છે જેનાથી મારી શારીરિક, માનસિક અને આધ્યાત્મિક સમજાણ વધી રહી છે.

શ્વસન પ્રકારો માનવ દેહ મંદિરને સ્વચ્છ કરે છે. આપણે શરીરને સ્વચ્છ, સુંદર રાખવા બ્યૂટીપાર્લરમાં જઈએ છીએ પણ મગજનું બ્યૂટીપાર્લર હોય તેવું સાંભળ્યું છે? અહીં માનસિક રીતે શ્વસન અને ધ્યાનની સાધના કરી વિચારોની શુદ્ધિ કરવામાં આવે છે જે મને ખૂબ ગમે છે. માનસિક પ્રગતિ થઈ છે. નકારાત્મક વિચારો સકારાત્મક બનતા જાય છે. વિચાર શુદ્ધિથી વાણી, વર્તન વ્યવહારમાં શુદ્ધતા આવી છે જેવી યોગ્ય રીતે જીવન જીવવાની ઠેવ હવે પડી છે. અહીં આવીને નિયમમાં રહીને નિયત સમયે નિયત કાર્ય કરી લેવા સમય મળે છે. દરેક ને સમય નો અભાવ જ હોય છે. પણ હવે ખબર પડી કે સમયતા સતત મારી સાથેજ હોય છે.

મારો દષ્ટિકોણ બદલાઈ ગયો છે. શુદ્ધ વિચારધારા ખરેખર અસ્ખલિત શુદ્ધ રીતે વહેલી રહે છે જેનાથી જીવન સરળ બન્યું છે.

આ અભ્યાસક્રમમાં એ પરમ તત્વને નજીકથી જોવાનો, અનુભવવાનો મોકો મળ્યો છે જેનાથી સ્વ સાથે નો ખરો નાતો જોડાતો જાય છે. જીવન સાગરમાં દુઃખ, ક્રોધ, ઉત્પાત... ના મોજા ઉછવતા જ હોય છે પરંતુ હું સ્વયં પ્રકાશિત છું મારી અંદર વહેતો પ્રેમાગ્નિ આ સઘણા આક્રોષના મોજાને શાંત કરી દે છે અને આમ, મારો જાવન સાગર શાંતિ શિતળ બનતા એમા હું આનંદથી લહેરાતી જાઉં છું.

- દર્શના પુરોહિત



આત્મવિશ્વાસ

રોજ બ્રહ્મવિદ્યાની સાધના કરવાથી મારો ગુસ્સો ઓછો થયો છે. મારો આત્મવિશ્વાસ વધી ગયો છે. મારી કામ કરવાની ક્ષમતા વધી ગઈ છે. હુ લોકોની ભાવનાઓને સમજવા લાગી છું. હવે મને ખુશ રહેવા કારણની જરૂર પડતી નથી હુ કારણ વગર પણ ખુશ રહેવા લાગી છુ. હવે હું બધામા પરમેશ્વરને જોઉં છુ. મારી શરીરમાં સ્ફુર્તિ આવી ગઈ છે. હવે મને નિસ્વાર્થપણે લોકોની મદદ કરવાનુ મન થાય છે.

- મીનાક્ષી મેહતા



સર્વત્ર પ્રેમ અને પ્રકાશ પ્રસરાવવાની

બ્રહ્મવિદ્યાની સાધના થી મને મારા જીવનની પહેચાન મળી છે. મને મારો શ્વાસ જીવવાનો આનંદ પળે પળે જુંદગી માં રહેલો રોમાંચ મળ્યો છે.

મને નાનપણા થી આધ્યાત્મિક વિચારો અને વાતોનું વાતાવરણ જોવા મળ્યું છે. તેમાંજ હું મોટી થઈ છું પણ બ્રહ્મવિદ્યાની બધી ટેકનીક/પ્રયોગો/ધ્યાન ની અલગ અલગ રીતે કરવાની સમજ થી હું વધારે ને વધારે અંદર પોતના જાત ને સમજ માં આવવા લાગી બીજુ મારી પાસે બ્રહ્મવિદ્યા ન હોત તો ઇલેક્ટ્રીક શક્તિ વગર ની હું એક ફીજ હતું મારું જીવન.

મારા જીવન માં બ્રહ્મવિદ્યા ની સાધના થી મારા શરીર માં કાયમ રૂમરૂમતુ સંગીત પહેલા લાગ્યું સર્વત્ર આનંદ મને પ્રમે દેખાવા લાગ્યો. અને એક ઉદ્દેશ મળી ગયો મારા દ્વારા અને મારા માંથી વધારે ને વધારે પ્રકાશ સર્વત્ર પહોંચાડવાથી અને પણ સંધી હું ચુંકવા નથી માગતી.

બ્રહ્મવિદ્યાના પ્રવાસમાં પ્રાથમિક અભ્યાસક્રમથી આપણા લાડીલા મીસ (નામ લેવાની ચોખ્ખી ના પાડી છે) સાથે હોવાથી તેમનો પૂરતો પરીચય છે. તે આપણા ને જીવનના હર સ્ટેજ મદદ કરે છે. કેન્દ્ર ની જેમ હર ક્ષણ હમેશા આપણી સાથે હોય અને ક્યાં પણ આપણે અટકીએ તો તે આપણાને જોરદાર ધકો મારે અને તેમના માં રહેલું તત્વ આપણા ને કાયમ વિનંતી કરે, સાધના કરો.

શારીરિક રીતે સાધના કરવાથી શરીરમાં ખુબ જ શક્તિનો પ્રવાહ વિકસિત થઈ ગયો છે. કામ કરવાનની ક્ષમતા પહેલા કરતા ડબલ થઈ ગઈ છે. Mentally decision ખુબ જ સરસ રીતે લેવાઈ છે. કોઈ ને હવે પુછવું પડતું નથી મને મારા અંદર નો અવાજ મારો આંતરઆત્મા ને જ Follow કરું છું.

Spritually ખુબ જ શાંતતા અને જે મને એક ખાલી પણું મારા જાત માં લાગતો હતો તે જાણો ગાયબ થઈ ગયો છે. હું મારી જાત માં Complete feel કરું છું.

હું મારો જાત ને ખુબ જ ભાગ્યશાળી માનું છું કે અમને અમારા ગુરુજી ની સાથે આ અમારી જુંદગીની યાત્રા ખુબ જ આનંદમય અને રોમાંચક લાગે છે. બ્રહ્મવિદ્યા નો પ્રસાર દરેક જગ્યા એ વધારે ને વધારે પોહ્યે એવુ ચિત્ર અમે વધારે પકડી રાખ્યું છે.

બ્રહ્મવિદ્યા ને કોટી કોટી વંદન અને આ વિદ્યા આપણી સુધી પહોંચાડવાની જે મેહનત જેને જેને લીધી છે તે બધા માટે અમે બ્રહ્મવિદ્યા ના સાધકો કૃતજ્ઞતા અનુભવીએ છીએ આ વિદ્યા બધાને ફાયદાકારક છે. માટેજ બ્રહ્મવિદ્યાનો પ્રસાર વધારે ને વધારે કરવો આજ મારી ગુરુદક્ષિણા છે.

- સુભાલા શાહ



મારી ઈચ્છા

હુ મારા મિત્રનો આભારી છું જેને મને બ્રહ્મવિદ્યા કરવા પ્રેરિત કર્યું... હુ જીવનભર એનો ઋણી રહીશ. મારા રોજિંદા જીવનમાં બ્રહ્મવિદ્યાનો જાદૂઈ અસર થઈ છે. 10 વર્ષથી મને ડાયાબિટીસની બિમારી છે. રોજિંદા શ્વસન પ્રકાર કરવાથી મારા ડાયાબિટીસના બિમારી માં ઉત્તમ પરિણામ મળ્યો છે. મને માનસીક અને શારીરિક પ્રવૃતિમાં ફાયદા થયા છે.

મને ઘણુ બધુ કહેવું છે બ્રહ્મવિદ્યા માટે, મને ઈચ્છા છે કે બધા આ બ્રહ્મવિદ્યાનું વિજ્ઞાનનું અનુકરણ કરી. પોતાનું જીવન પહેલા કરતા વધારે આરોગ્યસંપન્ન યશસ્વી આનંદી કરે.

- ધર્મેશ શાહ



કૃતજ્ઞતાનો ભાવ

જાન્યુઆરી 2015, ચાર વર્ષ પહેલા, બ્રહ્મવિદ્યાના પથ પર આળોટવાનું શરૂ કર્યું. ‘પ્રજ્ઞા’ માં લખાતાં લેખ મુજબ મારા અનુભવો પ્રેરણાત્મક સ્તર પર કહી શકાય એવા નથી પણ આ સફરનાં ઉતાર-ચડાવનાં અનુભવો આપ સૌ સાધકો સાથે ‘share’ કરવાની હાર્દિક ઇચ્છા છે. અમારા ટિચર હંમેશા આગ્રહ કરતા રહે છે, વિનંતી કરતા રહે છે— સાધના નિત્યક્રમમાં જરૂર કરતા રહો શ્વસનપ્રકાર ધ્યાનની સાધના—ક્યારેય વેડફશે નહિ. આપણું શરીર મન, આત્મા—આપડે કરેલા પ્રયત્નોની નોંધ અવશ્ય લે છે. આપણને કે સામેવાળાને ધ્યાનમાં આવે કે ન આપે—આપકો હંમેશા લાભમાં રહેશું—નુકસાન તો ક્યારેય નહિ

2015 માં કરેલ પ્રાથમિક અભ્યાસક્રમથી વર્ષો જૂના Cervical Spondylosis (સર્વાઈકલ સ્પોન્ડિલોસિસ) માં 80-90% રાહત મળી એ પણ તૂટી-ફૂટી સાધનાથી. 2019 માં પ્રગત અભ્યાસક્રમ શરૂ કર્યો પરિવર્તનની સાધનાથી Ovarian Polyp - ગાયબ થઈ ગયા.

માનસિક સ્તર પર મનોબલ ઘણું ભક્કમ થઈ રહ્યું છે. નાની-મોટી મુશ્કેલીઓથી ગભરાવાનું બંધ થઈ ગયું છે. જીવન તરફનો અભિગમ હકારાત્મક થઈ રહ્યો છે. દરેક ક્ષણ—સત—ચિત—આનંદમાં કઈ રીતે રહેવું—એ કોશિશ ચાલુ છે.

આધ્યાત્મિક સ્તર પર—મન કૃતજ્ઞ ભાવમાં રહે છે. બ્રહ્મવિદ્યાનો પ્રકાશ પ્રસરાવવાની ધગશ થાય છે.

રાજમાર્ગ પર ભાજોડીયા ભરતાં લપસી જાઉં છું પણ બ્રહ્મવિદ્યા સિવાયની બીજા કોઈ લાકડીના ટેકે ઊભા થવાની ઇચ્છા થતી નથી. મિસના માર્ગદર્શનથી, સંપર્કથી, અંતપૂર્વક સાધનાથી એક દિવસ જરૂર બે પગ પર ઊભી રહી શકીશ એ આત્મવિશ્વાસ છે. જય હિંદ!!!

- ડૉ. નીકી પારેખ (Bsc COT) OTR (USA)



સાધનાનો પ્રભાવ

બ્રહ્મવિદ્યાથી મને ફક્ત શારીરિક જ નહીં પણ માનસિક તથા આધ્યાત્મિક ફાયદાઓ થયા છે. ધ્યાનથી તમને પૂર્ણ દિવસ કામ કરવામા સ્ફૂર્તિ જળવાય રહે છે. તથા મન શાંત રહે છે. સકારાત્મક વિચારથી આપણે આત્મવિશ્વાસ વધે છે. જેનાથી દરેક કામના યશ મળે છે. મારી બ્લડ પ્રેશરની બિમારીના ખૂબ જ ઘટાડો થયો છે. મને પૂર્ણ ખાતરી છે. રોજિંદા સાધના કરવાથી મારી ધાયરોઈડની બિમારી પણ દૂર થશે.

- ડૉ. નિક્કી વિરલ આશર

બ્રહ્મવિદ્યા કરવાથી મને એસિડીટીની બિમારી દૂર થઈ છે. અને મારી એનર્જી લેવલ ખૂબજ જ વધી છે.

- વિરલ આશર



ધ્યેય

તું જ છે એ આધ્યાત્મિક શક્તિ જે મારામાં ઉર્જાનો સંચાર કરે છે. તું જ છે જે મારા પ્રત્યક્ કાર્યને, દૃષ્ટિને પૂર્ણ કરે છે.

આ પરમ તત્વ ‘તું’ ને આપણે ધ્યેય પ્રાપ્તિ માટે પણ કામમાં લઈ શકીએ.

‘ધ્યેય’ ને એટલું મહાન, મહત્વનું બનાવી દે કે તમારી રગે રગમાં, વહેવા માંડે.



અમિત મકવાલા

દરેક વ્યક્તિએ તેમના જીવનનો ‘તું’ એટલે ધ્યેય જાણીને ‘હું’ ને તેની માટે સંપૂર્ણપણે સોંપી દેવો જોઈએ. જીવનને મહત્વપૂર્ણ રીતે જીવવા માટે માનસિક અને શારીરિક બંને રીતે સક્ષમ હોવું જરૂરી છે જેના માટે પ્રાણાયામ અને ધ્યાન બંને ખૂબજ અનિવાર્ય છે. બ્રહ્મવિદ્યા દ્વારા આધ્યાત્મિક રીતે પ્રાણાયામ શીખવવામાં આવે છે જે એક અમૂલ્ય છે. મારો અંગત અનુભવ છે. જ્યારે પણ જીવનમાં મુસીબત આવી છે. ત્યારે બ્રહ્મવિદ્યાએ ખૂબ માર્ગદર્શન આપ્યું છે.

કણ કણ માં તું, ક્ષણ ક્ષણમાં તું, શ્વાસમાં પણ તું, આશાઓમાં પણ તું,
હૃદયમાં પણ તું, આકારમાં પણ તું, હાથમાં પણ તું, નસીબમાં પણ તું,
આંખોમાં પણ તું, સપનાઓમાં પણ તું, લાગણીઓમાં પણ તું, શબ્દોમાં પણ તું,
અસ્તિત્વમાં પણ તું, મોક્ષમાં પણ તું.

- અમિત મકવાલા



સમતાનો ગુણ વધ્યો

મેં બ્રહ્મવિદ્યા Basic course કર્યો અને પછી તરત જ Advance course કરવાનો મોકો પણ મળી ગયો. લગભગ આ ત્રણ વર્ષના સમયમાં મને તેમ જ મારા ઘરના સભ્યોને મારામાં ઘણું જ પ્રોઝીટીવ પરિવર્તન દેખાયું છે. આ ત્રણ વર્ષના સમય દરમિયાન ઘરમાં ઘણા જ પ્રતિકુળ સંજોગો આવ્યા ત્યારે દરેક વખતે હું સંજોગોને બહુ સમતોલ રહીને સંભાળી શકી. પહેલાં ક્યારેય કરી નહોતી શક્તી, હમેશા પ્રતિકુળ સંજોગો સર્જતા એટલી Tense થઈ જતી કે પહેલા મારે જાતને સંભળાવી પડતી અને પછી સંજોગોને. આ બદલાવથી મારા ઘરના સભ્યો પણ ખૂબ ખુશ છે. બ્રહ્મવિદ્યાના કારણે હું વધુ કાર્યશીલ અને વિચારશીલ બની છું. દરેક કાર્યને વ્યવસ્થામાં કરવાની ક્ષમતા ઘણી વધી છે.

હું ફરી Advance course ચાલુ થવાની રાહ જોઈ રહી છું. બ્રહ્મવિદ્યા નકારાત્મકતાના અંધકારમાંથી સકારાત્મકતાના પ્રકાશમાં જવાનો ચોચ્ય માર્ગ છે. પ્રકાશના માર્ગ પર આગળ વધવા માટેનો અમૂલ્ય દીવો છે.

- રૂપલ



આભાર

હું સંગીતા શાહ - 47-ગ્રાંટરોડ સેવાસદન બેચમાં બ્રહ્મવિદ્યાનો એડવાન્સ કોર્સ કરી રહી છું તેના થોડા ફાયદા તમારી સમક્ષ જાતઅનુભવના વર્ણવું છું.

2-3 વર્ષ પહેલા પ્રાથમિક અભ્યાસક્રમમાં જ શિખવા મળ્યું કે દરેક ક્ષણે શરીરના કોષની નિર્મિતિ ક્રિયા ચાલુ જ હોય છે તેથી જુની બિમારી, વૃદ્ધાવસ્થા કંઈ નવા કોષમાં હોતું નથી તેનું એપલિકેશન મેં અમારી ચૈત્રીપુત્રમની ક્રિયા દરમ્યાન કર્યું. તે દિવસે ઉપવાસ સાથે દોઢસો ખમાસમણ, પ્રદક્ષિણા આદિ ક્રિયા કરવાની હોય. બીજા દિવસે તો ટાંટિયા ગુલ થઈ ગયા હોય. 2 થી 3 દિવસ પગના ગોટલા ઉતરતા થાય મેં ક્રિયા બાદ સાંજે જ પુર્ણજીવનનો દરેક કોષમાં વિચાર્યું કે સવારે ઉઠીશ ત્યારે તો બધા જ કોષ નવા હશે અને આશ્ચર્ય - સારચે જ પ્રકુક્ષિત હતી-થાકનું કે પણ દુઃખવાનું નામોનિશાન ન હતું આ હતો મેં અનુભવેલો પ્રથમ ચમત્કાર...

ગયા ઓક્ટોબરમાં અમે ટ્રૈન્સો નોર્થનલાઈટ્સ જોવા ગયેલા. બધાએ નિરાશાજનક વલણ બતાવેલું કે લાઈટ્સ અનપ્રેડીક્ટેબલ છે આવી ટુર દરમ્યાન જોવા ન પણ મળે, સાઈડ બાય સાઈડ, સાઈટ સીઈંગ વગેરેનો પ્રોગ્રામ બનાવજો જેથી નિરાશ ન થવું પડે બીજું તમે ડીસેંબરમાં આ ટુર કરો - ફીનલેંડ જઈને કરો Etc. પણ મેં મનોમન નિશ્ચય કરીને મનમાં Picture create કર્યું કે અમે બહુ સરસ રીતે નગરો માણી રહ્યા છીએ અને આશ્ચર્ય-ત્યાં અમે 6 nights રહ્યા અને બધી જ રાત્રે અમે amazing arora lights જોઈ - જવલ્લે જ જેવા મળતો dancing lights show પણ આકાશમાં 3 વાર જોયો. આવીને તરત મીસ સાથે share કરીને thanks કહ્યું. આ બ્રહ્મવિદ્યાના સાધનાથી થયેલા સકારાત્મક વિચારો પરિણામ હતો.

મને માર્ચ મહિનામાં 2018માં બ્રેસ્ટમાં સીસ્ટનો રીપોર્ટ આપ્યો. 3 મહિના પછી ફરી રીપોર્ટ કઢાવતાં ગાંઠ વધી હતી વળી કોન્ટ્રોલ સીસ્ટ દર્શાવતી હતી. ફરી બ્રહ્મવિદ્યાના પદ્મતીઓના આધારે શરીરમાં બધે પ્રકાશની કલ્ચના કરી - તે ભાગપર વધુ ધ્યાન કેન્દ્રિત કર્યું. શરીર નિરોગી છે એવું જ Positive thinking કર્યા કર્યું. પછી Report કરાવ્યો તો ડોક્ટરે કહ્યું ગાંઠ બિલ્કુલ વધી નથી અને કોન્ટ્રોલ સીસ્ટના લક્ષણ નથી જાણતા ફક્ત ચરબીની જ ગાંઠ છે એટલે કે કેટેગરી 3 ની ગાંઠ હતી તે નોર્મલ થઈને કેટેગરી 2 માં આવી ગઈ અને Now i am totally નોર્મલ. હવે નોર્મલ રિપોર્ટસ પણ 2 વર્ષ પછી કઢાવવા કહ્યું છે Out of danger zone... Thanks to બ્રહ્મવિદ્યા. Though i am doing less સાધના પણ જે વલણ Positive હકારાત્મક થઈ ગયું છે. તે 100% આ ક્લાસને કારણે જ! Thanks!



પ્રેરણા

- સંગીતા શાહ

બ્રહ્મવિદ્યા સાધક બન્યા પછી મારા વિચારો સકારાત્મક બન્યા છે દરરોજ સાધના કરવાથી બીપી, વરટીગો, માથાના દુખાવા જેવી બીમારીઓ દૂર થઈ છે. ધ્યાનની સાધનાથી હું પ્રગત ક્લાસ કરવા પ્રેરિત થઈ. બ્રહ્મવિદ્યા ફક્ત પોતાના આરોગ્ય માટે જ નહીં પણ.

આપણું સત્ય સ્વરૂપ એટલે કે આપણે માનવી રૂપ પરમેશ્વર છે એ જણવાની સુવર્ણ સંધી છે.

- વાસંતી જય શેઠ



તસ્મૈ શ્રી ગુરવે નમઃ

બ્રહ્મવિદ્યાનો પ્રાથમિક વર્ગ મારા પાડોશીના અતિ આગ્રહથી શરૂ કર્યો. પહેલી વખતનો કોર્સ કરવા ખાતર કર્યો, શીખવા ખાતર શીખી લીધો. પછી બીજા વખત પ્રાથમિક વર્ગ કર્યો અને મને તેમાં ખૂબજ રસ પડવા લાગ્યો. ‘પ્રગત’ ના વર્ગો બે વર્ષ માટે છે ત્યારે એમ થયું બે વર્ષ કેવી રીતે નીકળશે, ગમશે કે નહીં ગમે પરંતુ મેં Class Joint કર્યો અને હવે પછીતો એક પણ પ્રગતનો ક્લાસ છોડવાનો વખત આવે તો દુઃખ થાય છે.

હવે અમારો ફ્લેટ બીજે માળે છે. બ્રહ્મવિદ્યા શરૂ કર્યા પહેલા બે માળ ચડતી વખતે શ્વાસ ચડતો હતો. હવે તે તકલીફ વિબલકુલ થતી નથી. શ્વાસનપ્રકાર કરવાથી ગેસ ની તકલીફ દૂર થઈ છે. શરીર હલકું અને સ્ફુર્તિવાળું જણાય છે. ઘરના કામકાજ કરવામા થાક નથી લાગતો. બોધવચન અને ધ્યાનથી માનસિક શાંતિ લાગે છે. નોકર ન આવે ત્યારે કામનું ટેન્શન લાગતું નથી.

માનનીય જયંત દિવેકર સરના અથાગ પુરૂષાર્થના કારણે સાધકોને આ અલભ્ય જ્ઞાન પ્રાપ્ત થયું છે માટે તેમને મારા કોટી કોટી વંદન અને અંતમાં ‘ગુરુકૃપા હી કેવલમ્ શિષ્યસ્ય પરમ મંગલમ્’

- છાયા શાહ



સુવર્ણસંઘી

શું કહું તમને બ્રહ્મવિદ્યાના ફાયદા, અગણિત છે જે શબ્દોમાં કઈ રીતે વ્યક્ત ખબર નથી પડતી. તમને એક અદ્ભૂત અનુભવ કહું કે જ્યારે પ્રગત અભ્યાસ શરૂ થયું ત્યારે હું આવી ના શકી પછી એમ થયું કે એક જ Sunday છે જ્યારે સુવા મળે છે તો જવા દો, પછી બીજીવાર કરીશ પણ હર Sundayના મારી આંખ એનીમેળે ખુલી જતી હતી અને હું સુવા ચાહું તો પણ ઊંધ ન આવતી. હું કાઈ તો મિસ કરું છું એવું લાગતું.

પછી મેં પ્રગત અભ્યાસક્રમની શરૂઆત કરી અને મને પરમેશ્વરના આજ્ઞાની પ્રતીતી થઈ. શારીરિક અને માનસિક સ્તરે ખુબજ ફાયદો થયો. જીવનમાં ઘણાં બધા ચમત્કાર થયા. હું બ્રહ્મવિદ્યાની ખુબ આભારી છું. જેમણે અટલો સરસ માર્ગ અમને દેખાડ્યો.

- વર્ષા જતીન ગાલા



સકારાત્મક ભાવના

બે વર્ષ કેટલા ઝડપથી પસાર થયા ! ખૂબજ સુંદર અવસર પ્રાપ્ત થયો. બ્રહ્મવિદ્યાએ જીવન પલટાવવાનું શરૂ કર્યું છે. તેની પદ્ધતિઓમાં સગાયેલું જ્ઞાન અને તેનો યોગ્ય ઉપયોગ અચૂક સ્વાસ્થ્ય આપે છે. 2009 થી 2019 મને આ જ્ઞાનની ગંગામાં ડૂબકી મારવાનો અનુભવ મળ્યો છે. મારું સદ્ભાગ્ય છે. નિતાંતાજી સાથે બેઝીક અને એડવાન્સ કોર્સ ઈન્સ્ટીશમાં કરવાનો મોકો મળ્યો છે. સૌ. સુનીતાજી સાથે બંને કોર્સ ગુજરાતી માં કરવાનો લ્હાવો મળ્યો છે.

આ એક દશકાની સફરમાં ઘણા સારા તથા નરસા અનુભવો જીવનમાં ઘટનારૂપે બને. ત્યારે આ વિદ્યાનું જ્ઞાન ચોક્કસ જ મદદગાર અને ઉપયોગી થયું છે. શારીરિક સ્તરે હાઈ બીપી અને હાઈપોથાઈરોઈડ ના દવાના ડોઝ ઓછા થયા છે. માનસિક સ્તરે સ્વભાવમાં ઉતાવળ-ડર-નિર્બળતા-નકારાત્મકતા ઘટતા ગયા છે.

ભાવનાત્મક સ્તરે લાગણી પર કાબૂ-ક્રોધ પર કાબૂ તથા બીજાની દષ્ટિએ વિચારવાની શક્તિ વિકસિત થઈ છે. આધ્યાત્મિક સ્તરે ચિત્તની ચંચળતા શાંત થતી અનુભવાય છે. ‘સંતોષ’ મનની કાયમી સ્થિતિ થવા લાગી છે. વસ્તુ-વ્યક્તિ-પરિસ્થિતિનાં દબાણ સામે મન મજબૂત બન્યું છે. જીવનશૈલી બદલવા લાગી છે અન્ન દેવ છે તેવું સભાનપણું રહે રહે છે યોગ્ય ભાષણ-મૌનનું મહત્વ સમજાય છે.

શરીર સ્વસ્થતા માટે સાત્વિક આહાર નો આદર વધ્યો છે તે સમજાણ આપોઆપ આવી છે. અસુખકારી ઘટનાઓ વખતે સહનશક્તિ વધી છે ગમા-અણગમાથી પરિસ્થિતિઓને તટસ્થ રીતે જોવાની દષ્ટિ કેળવાઈ છે. બ્રહ્મવિદ્યાની પદ્ધતિઓ સરળ અને સચોટ છે. જેટલી સાધના વધુ તેટલી અનુભૂતિ વધુ અને શરીર મન લાગણી નાં સ્તરો પર લાભ વધુ. ખરેખર જ રાજમાર્ગ છે. પ્રેમ-જીવન-સત્ય-પ્રકાશ-સંતોષ-આદર-કૃતજ્ઞતાનાં ખરા અર્થો સમજાય છે. તે થકી પ્રગતિ માર્ગ પર આગળ વધવામાં મદદ મળી છે.

સાધક સંઘ આ જ રીતે લોકોનાં જીવનમાં પ્રકાશ ફેલાવે અને આ ભગીરથ કાર્ય માં હું પણ સહભાગી થઈ શકું તેવી હૃદયપૂર્વક ની ઈચ્છા છે.

સર્વે ગુરુદેવો તથા સાધકોને મારા ભાવપૂર્વક નમસ્કાર.

- મીના ઝવેરી



બ્રહ્મનું જ્ઞાન

બ્રહ્મવિદ્યા અટેલે બ્રહ્મનું જ્ઞાન, સત્યનું જ્ઞાન... બ્રહ્મવિદ્યાની નિયમિત સાધનાથી જીવનનું સત્ય થોડું થોડું સમજાવા લાગે છે. આપણું શરીર જ પરમેશ્વરનું મંદિર છે અને એને એકદમ સુવ્યવસ્થિત રાખવું આપણા જ હાથમાં છે. આપણા વિચાર જ એટલા શુદ્ધ થઈ જાય છે કે બિમારીનો વિચાર જ દૂર થઈ જાય છે. લગભગ ત્રણેક વરસથી હું આ સાધનામાં છું અને મેં સાદા ડોક્ટરને પણ જોયા નથી. માનસિક સંતુલન પણ વધે છે. ગુસ્સો ઓછો થાય છે. શાંતિ અને આનંદનો અનુભવ થાય છે.

All thanks to Brahmaparivaya.

- રિંકલ એમ. વ્હોરા



આત્મવિકાસ

મેં પ્રાથમિક અભ્યાસક્રમ ત્રણ વખત કર્યો અને પ્રગત અભ્યાસક્રમ પહેલી વખત કરી રહ્યો છું.

પ્રાથમિક અભ્યાસક્રમ કરતી વખતે શારીરિક સ્તર પર ઘણોજ ફાયદો થયો અને મારી કામ કરવાની ક્ષમતા ઘણીજ વધી ગઈ.

મારા વ્યાપારને હીસાબે મારે ઘણીવાર વિદેશમાં પ્રવાસ કરવો પડતો હતો. Abroad travel કરવું પડતું હોય છે પ્રાથમિક અભ્યાસક્રમ કર્યા પછી મને વેલુ ઉઠીને જવું અને Late Night આપું સહલુ થઈ ગયું. USA જવામા અને પાછા આવતા Jet Leg ની અસર શરીરા ઉપર વધુજ ઓછી અથવા નહીવત થાય છે.

છેલ્લા 2 વર્ષ થી હું અહીં AIRIA (All India Rubber Industries Association of India) માં કાર્યરત થયો છું. અને આ વર્ષે All India Rubber Expo કરીએ છીએ તેમા હું Organising Committee નો Member થયા હતો આ Expo 17-19 Jan 2019 ના થઈ ગયો.

આ AIRIA નો આ દસનો Expo હતો અને તે અમે સૌથી મોટો Expo Plan કરીઓ હતો અને મને કહેતા ગર્વ થાય છે કે જીવનના બધા તબક્કા ઓની જવાબદારી નિભાવતા આ બહુ મોટી જવાબદારી ધીરજપૂર્વક મને સફળતાપૂર્વક પૂરી કરી શક્યો Expo માં 437 Booths of India & Abroad હતા અને 26000 International અને Visitor's એ ખૂબજ સારૂ Business કરી શક્યા.

આ Expo સાથે સાથે workshop, Domestic Reverse Buyer Seller Meet & International Rubber Conference પણ Plan કરી હતી આ બધી Activity અમે સફળતા થી યોજી શક્યા અમે ધીરજ અને Plan સાથે કામ કર્યું આ બધું કરવામા મને બ્રહ્મવિદ્યાનો અભ્યાસ કરવાથી ધૈર્યનાપૂર્વક, સફળતાપૂર્વક આયોજન કરવામા મદદ મળી અને આ Event અને સફળતાપૂર્વક Teamwork દ્વારા આયોજન કરી શક્યા એ માટે હું બ્રહ્મવિદ્યાનો ખૂબ ખૂબ આભાર માનું છે. અને આ સાથે ટીચર તેમણે અમને ખૂબ ધીરજ થી અને પંતપૂર્વક બ્રહ્મવિદ્યા શીખવાડ્યું માટે એમનો ખૂબ ખૂબ ઋણી છું.

- ઉમેશ ધ્રુવ



નવો વળાંક

બ્રહ્મવિદ્યા કરવાના ખૂબજ ફાયદા છે. શ્વસનપ્રકાર અને ધ્યાનની સાધના રોજુંદા કરવાથી મારી ઓસ્ટોપોરીસીસ તથા મારા પતિની ડાયાબીટીસ જેવી બીમારીઓ દૂર થઈ છે. અમે પ્રાથમિક અભ્યાસક્રમ 2017 જનવરી માં હિંદીમાં શુરૂ કર્યો હતો. ત્યાર પછી અમે ગુજરાતીમાં પ્રાથમિક કોર્સ કર્યા હવે અમે પ્રગત અભ્યાસક્રમ કરી રહ્યા છે. અમે શ્વસનપ્રકાર અને ધ્યાનની સાધના રોજુંદા કરીએ છે. બ્રહ્મવિદ્યાની સાધનાથી અમારા જીવનમાં નવો વળાંક આવ્યો. મારી નમ્ર વિનંતી છે બધાજ સાધકોએ બ્રહ્મવિદ્યાનો પ્રચાર કરીને બધાને પ્રાથમિક કોર્સમાં જોડાવા પ્રેરિત કરે જેનાથી બધાને આના ફાયદા થાય.

- ડૉ. મોના ડી. શહા.



STRUGGLE ENDS WHEN GRATITUDE BEGINS

મેં ચાર વાર પ્રાથમિક ને બે વાર પ્રગત અભ્યાસક્રમ કરેલ છે . શ્વસન પ્રકારની સાધના નિયમિત રૂપે કરતું છું. શ્વસન સુધાર્યું છે ને એનો અનુભવ શારીરિક સ્તર પાર રોજિંદા કાર્યોમાં લઈ શકું છું ને માનસિક સ્તર પર અપાર શાંતિ નો અનુભવ લઈ શકું છું. 108 સૂર્યનમસ્કાર સ્પર્ધા માં સહજતાથી પૂર્ણ કર્યાં. જે પ્રાણ ની ક્ષમતા વધી હોય એ દાખવે છે. સંબંધી સુધાર્યા છે . શ્વસન પ્રકારની નિયમિત સાધનાથી શરીર અચૂક અને પૂર્ણ લાગે છે . જાણે પરમેશ્વરનું મંદિર હોવાનો સુખદ અનુભવ જે હું શબ્દો માં વર્ણવી શકતી નથી.

વારંવાર પ્રાથમિક ને પ્રગત અભ્યાસક્રમ કરવાથી સાધનાની દૃઢતા વધી છે ને સાધના અચુકતાથી થાય છે જેના લીધે શારીરિક ને માનસિક સ્તર પણ ઘણા સારા ફેરફારો થયા છે. જે પણ પદ્ધતિયોં અભ્યાસક્રમમાં આપી છે એ વારંવાર અભ્યાસક્રમ કરવાથી અચુકતાથી થાય છે ને એનાથી ઘણા ફેરફારો જીવનમાં જણાય છે. ધ્યાનની સાધનામાં બેસાય છે ને એમાં જાણે પ્રકાશનો પુંજ રીતસરનો મને આલીંગન આપે છે ને મને એના કેન્દ્રબિંદુ માં ખેંચીને લઈ જાય છે. શબ્દો વેડકવાના ઓછા થયા છે – મૌન ની સાધના વધી છે ને એની શક્તિ નો પરચો પણ મળ્યો છે. ભૌતિક વળતર કોઈ કામ માટે આપ્યા પછી પણ વધારે કંઈક આપવાની અનુભૂતિ થાય છે . પ્રકાશ માં અરુઢ થવાની ભાવનાથી સમર્પણ નો ભાવ વધ્યો છે. અજ્ઞાનનાં બાહ્ય ખંડમાં થી જાણે મારો પ્રકાશના ખંડમાં પ્રવેશ થયો છે. પ્રકાશની સમજમાં પ્રવેશ થયો છે જેના સ્પંદ નિશ્ચિત અનુભવાય છે. મારા જીવનમાં આમૂલાત્ર પરિવર્તન જણાય છે. મન વધારે શુદ્ધ , હલકું , સંતોષ, કૃતજ્ઞતા ને સમર્પણ ની ભરપૂર લાગણીઓથી ભરાયેલું જણાય છે. દરેક કાર્યમાં નાવીન્ય જણાય છે— જે સૂચવે છે કે મારી સૃજનશીલતા વધી છે ને સમજ સ્પષ્ટ થઈ છે.

ધ્યાનમાં મહાન વિભુતિયો નું અદૃશ્ય સાનિધ્ય, મારા ગુરુઓનું આધ્યાત્મિક સાનિધ્ય વર્તાય છે ને અહોભાવ નો ભાવ વધી જાય છે. સાધનાથી જીવનના નિયમો વધુ અચુકતાથી પાળું છું જેનાથી મારુ જીવન સુવ્યવસ્થિત થયેલ છે. નિયમિત સાધનાની સારી આદતથી નિર્માણ થયેલી સ્મૃતિ ને લીધે જીવનમાં પ્રજ્ઞા ની પૂર્ણ અભિવ્યક્તિ ઘડાઈ આવેલી દેખાય છે. બાહ્યજીવન વ્યવસ્થામાં, સુસંગત બન્યું છે જેની સાથે સાથે આંતરિક જીવન ની વ્યવસ્થાની સુસંગતતા પણ અનુભવાય છે— સંતોષ, કૃતજ્ઞતા ને આભાર નો અનુભવ. મારા ગુરુઓના આશીર્વાદ મારફત હું ઉત્તરોત્તર સાધનામાં આગળ વધી રહી છું ને પ્રકાશ પ્રસારવાનું કાર્ય કરી રહી છું. આભાર!

- નીલા ધ્રુવ



સ્ફૂર્તિ

બ્રહ્મવિદ્યા વિષે કહેવું અને તેના ફાયદાના વર્ણન કરવા એ ખરેખર જ અઘરું છે. સવારે કરેલી સાધનાથી શરીર સ્ફૂર્તિથી અને શક્તિથી ભરાઈ જાઈ છે. બધો થાક અને આળસ ક્યા અલોપ થઈ જાય છે તેની ખબર જ પડતી નથી.

હું તારદેવ રહેતી હતી જાન્યુઆરીના પહેલા અડવાડીયામાં અમે કાંદિવલી શિફ્ટ થયા. આ શિફ્ટિંગનુ કામ ખરેખર જ અઘરું છે જુદગીમાં પહેલીવાર 40 વરસથી વસાવેલુ ઘર ખાલી કરવું અહલુ નથી. પણ રોજની સાધનાથી મને શારીરિક અને માનસિક બળ મળતુ અને હું સ્ફૂર્તિ થી વધુ જ કામ કરતી.

ગયા વર્ષ અને સિક્કીમ ફરવા ગયા હતા ત્યાં પણ રોજ સવારે બધાથી વહેલી ઉઠીને હું બ્રીધિંગ એક્સરસાઈઝની સાધના કરતી. તેથી આખો દિવસ ભરચક પ્રોગ્રામ થી ભરેલો ખૂબ જ સારો જતો. બ્રહ્મવિદ્યાના શિક્ષકોનો ખૂબ આભાર, જેમને અમને ખુબ ધન્ય બનાવ્યા.

- સુલભા મરચંટ



આનંદયાત્રા

છેઘા ત્રણ વરસથી બ્રહ્મવિદ્યા પ્રાથમિક વર્ગ સળંગ ચાલુ જ છે તેમ જ સાથે સાથે પ્રગત અભ્યાસક્રમમની પણ યાત્રા ચાલુ છે.

મારી મિત્ર પરિંદા જેને મને આ અભ્યાસ કરવા આંગળી ચીંધી તેમ જ મારા શિક્ષક જેમને બ્રહ્મવિદ્યાનું ખૂબ ગૂઢ વિજ્ઞાન અતી સરળતાથી અને ખૂબ જોમથી સમજાવ્યું માટે હું તેમની ખૂબ ખૂબ આભારી છું.

સતત પંદર વરસથી Jain Philosophy, બ્રહ્મકુમારી તેમ જ યોગનો અભ્યાસ, વાંચન, શ્રવણ કરતી હતી પણ હંમેશા તેને Application માં મુકવામાં કાંઈક તો કમી લાગતી હતી એ કમી આ આ બ્રહ્મવિદ્યાના અભ્યાસ ક્રમે પૂરી કરી. મને એક દિશા આ માર્ગ પર ચાલવા સાંપડી હજી પા પા પગલી ચાલી રહી છું. પણ જરૂર આગળ વધીશ તેનો વિશ્વાસ છે.

આ અભ્યાસ કરતા કરતા શારીરિક, માનસિક તેમજ આધ્યાત્મિક સ્તરની પ્રગતિ સાથે સાથે ઈર્ષ્ય, કૃતજ્ઞતા, સંતોષ. વગેરે ગુણોનો વિકાસ થાય છે ક્યારે ? તે ખબર જ નથી પડતી! નલિકા રહિત ગ્રંથીઓ, conscious mind, sub conscious mind importance ધ્યાનની સાધના થી જીંદગીનાં કેવા બદલાવ લાવી શકીએ છીએ જ્યારે એ ખબર પડે ત્યારે નકારાત્મક વિચારોને તો પીછેહઠ જ કરવી પડે છે.

શ્વસન પ્રક્રિયા સમજવાથી આપણા શ્વસનની પ્રક્રિયામાં સુધારો. Best Breather Best Thinker! ટીચરનું વાક્ય!

બ્રહ્મવિદ્યાનો અભ્યાસ જીવનનો દષ્ટિકોણ જ બદલી નાખે છે. આજે છેલ્લા પાંચ-વરસથી ચાલતા સંઘર્ષમય જીવન વચ્ચે પણ હું ઈર્ષ્ય, સંતોષ અને આનંદથી ઉત્સાહિત જીવન જીવી રહી છું.

બ્રહ્મવિદ્યાનો પદ્ધતી ઘણી નાની મોટી તકલીફો સ્વયં દૂર કરવામાં મદદરૂપ થાય છે. દરેક ક્લાસ અંદેડ કરીને જ્યારે બહાર નીકળું છું. ત્યારે કોઈ મોંઘાદાર સ્પા માં મસાજ કરીને બહાર નીકળીએ તેના કરતા પણ વધારે હળવાશ તેમજ પ્રકાશ જાણે મારા શરીરમાં પ્રસરી ગયો હોય તેવો અનુભવ થાય છે!

હું આભારી છું! આભારી છું ! આભારી છું.

- જાગૃતિ શાહ



કાંદિવલી વર્ગ



શીખવા જેવું અમૂલ્ય જ્ઞાન

બ્રહ્મવિદ્યા એ એવી વિદ્યા છે જે આપણી સમસ્યાઓ , રોગોને તકલીફોને સીધું મૂળમાંથી જ દૂર કરી નાખે છે. મારી પેટ ની તકલીફ ખુબ જ ક્રિટિકલ હતી ,ઘણી દવાઓ વધતી જતી હતી . પ્રથમ મેં બ્રહ્મવિદ્યાનો બેઝિક કોર્સ કર્યો તેમાં શીખવવામાં આવેલી સ્વપ્ન ક્રિયા અને ધ્યાન થી મને ઘણા ફાયદા થયા . આપણું આખું જીવન સ્વાસ અને વિચારથી ચાલે છે .બ્રહ્મવિદ્યામાં આપણો સ્વાસ અને વિચાર સારો થાય એના પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવામાં આવે છે. હવે હું પ્રગત અભ્યાસક્રમ કરું છું. પ્રગત અભ્યાસક્રમથી તો જીવનનો અભિગમ બદલાઈ ગયો છે.

પહેલા બધી પરિસ્થિતીઓમાં ફરિયાદો જ રહેતી, પ્રતિકૂળતા જ દેખાતી , પણ હવે જીવનમાં સાનુકૂળતા, આદર, સંતોષ , કૃતજ્ઞતા, પ્રેમ, અને ઈર્ષ્ય જેવા ગુણો વિકસિત થયા જે આપણામાં જ હતા પણ ખબર ન હતી. કોઈપણ વિષમ પરિસ્થિતીમાં પણ સંતુલન માં રહી શકીએ એવું જ્ઞાન મળ્યું , જીવનનો દષ્ટિકોણ સકારાત્મક થઈ ગયો . બધી જગ્યાએ વ્યવસ્થા અને આનંદ દેખાય છે. દરેક વસ્તુમાં, વનસ્પતિમાં , પ્રાણીમાં અને વ્યક્તિમાં પરમેશ્વર દેખાય છે. આ રીતે શારીરિક, માનસિક અને આધ્યાત્મિક સ્તરે ખુબ જ પ્રગતિ થયેલ છે. માટે આ અમૂલ્ય જ્ઞાન બધાએ શીખવા જેવું છે.

હું આભારી છું અમારા ગુરુજી ની જેમને આ અમૂલ્ય જ્ઞાન અમને આપ્યું.

- પદ્મવી લીખ્વાચીયા



પ્રભૂકૃપા

પરમેશ્વરની પ્રેરણાથી બ્રહ્મવિદ્યાથી હું જોડાયો અને પ્રેમાળ - લાગણીશીલ અંદરથી મૂઠું અને બહારથી શિસ્તપ્રિય. સદ્ગુરૂ મળ્યા. એમના સાનિઘ્ય અને વાણીથી જીવનમાં ઘણા જ પરિવર્તનો આવી ગયા છે. જેનાથી મને તૃપ્તિ અને સંતોષના અનુભવો થયા છે.

પહેલા વાંચન કરવામાં થોડી અડચણ થતી હતી - નસો ખેંચાતી હતી. તે હમણાં ચક્ષુ વગર સ્પષ્ટપણે વાંચી શકું છું. (Eye sight) દ્રષ્ટિ સારી થઈ છે.

મારો સ્વભાવ ઉતાવળીયો હતો - મારામાં ધીરજની ઓછપ હતી સાધનાથી એમાં ફરક પડ્યો છે. હવે હું થોડીવાર માટે થંભીને - વિચારીને આગળ વધી શકું છું.

રોજ - મેળ (હીસાબ-કિતાબ) લખવામાં કંટાળો આવતો હતો. તે હવે આસાનીથી - ઉત્સાહથી ડે - ટૂ - ડે - વ્યવસ્થિત થઈ જાય છે.

જગતને જોવાની દ્રષ્ટિમાં ફરક પડ્યો છે સર્વત્ર પ્રેમ-પ્રકાશ વ્યાપ્ત છે. તેનો જીવનમાં અનુભવ થાય છે. પ્રેમ-પ્રકાશ પ્રગટાવવાથી સામેથી મમતા પ્રેમ-પ્રકાશથી શરીરમાંથી અસંખ્ય ઝરણાઓ બહેતા હોય તેનો અનુભવ ધ્યાનના થાય છે.

દેવ-ગુરૂના સાનિઘ્યમાં આવવાથી આધ્યાત્મિક લેવલ જળવાયલું છે. અને તેમા ઉત્તરોત્તર વધારે થાય છે. તેથી કહું છું કે (હું અભારી છું) હું સર્વનો આભારી છું.

- નેમજી વ્હી. શહા.



આનંદીજીવન

હું પ્રભુની આભારી છું કે મને બ્રહ્મવિદ્યા કરવા માટે એક તક મળી. આ અભ્યાસક્રમથી શારીરિક, માનસિક, અને આધ્યાત્મિક રીતે જે મળ્યું એ અવર્ણનીય છે. મને મારા સાથે, મારા અંદર નું અને બાહરનું જગત (વિશ્વ) સાથે ના વિચાર, વાણી, અને ક્રિયા પ્રતે સ્પષ્ટતા મળી.

શ્વસન પ્રકાર ની સાધના થી શારીરિક રિતે મને ઘણું સાડું, સ્ફૂર્તિમય લાગવા લાગ્યું. પહેલા કરતા મારા માં હવે ચાલવાની સ્ટેમિના અને સ્પીડ વધી છે. હવે ઘરના કામ ઝડપથી અને આનંદથી થાય છે. સાધના કરીને મને ખુશી થાય છે કારણ મારા ચેહરાની ત્વચા પરના જે ડાઘ હતા, તે ઘણા ઓછા થઈ ગયા.

માનસિક રિતે હું મજબૂત અને આત્મવિશ્વાસ સંપન્ન અનુભવું છું. કોઈપણ અઘરું કામ આવે તો પણ હું એને સ્વસ્થતાથી સ્વિકારીને આગળ વધવાનું પગલું ભરી શકું છું. અત્યારે મારામાં જે પણ સારી ખરાબ લાગણીઓ, ઉદ્ભવે એને થોડા ઘણા અંશે સંતુલનમાં રાખવાની ક્ષમતા વધી છે. મન થી બીજાના ભલા માટે કાઈપણ કરવા માટે હમેશા તૈયાર રહું છું.

બ્રહ્મવિદ્યા મા ગુરુજી ના સાનિધ્યમાં આધ્યાત્મિક પ્રવેશ, એક અલૌકિક અવિસ્મરણીય લહાવો છે. મને હું કોણ, આ ધરતી પર શા માટે આવી એનું ઉકેલ મળ્યું. મારા અંદર અને બાહ્ય વિશ્વને જાણવાની ને જોવાની દૃષ્ટી મળી – પ્રભુ ના ગુણની સ્પષ્ટતા, હું આખા વિશ્વમા મારા મા પ્રભુ-સૌમા પ્રભુ. પ્રભુના ગુણોને વિકસિત કરવા તરફ આગડ વધવા પ્રેરિત થાઉં છું. જે મને સ્વાભાવિક અને આનંદમય લાગે છે. પ્રેમની લાગની થી સૌનું મંગલ પ્રેરાય છે. નિસ્વાર્થ પ્રેમ થી હવું છલકાય છે.

હું આ આનંદના પલોને સિંચીને માનવસ્વરૂપે ધન્ય બની, સાધનાથી, ધ્યાનથી, ગુરુની વાણી થી હું ધન્ય બની. જેના માટે પરમેશ્વરની અને ગુરુઓની આભારી છું. હું જે પામી એ સૌ પામે. પ્રકાશ બધી જગ્યા પ્રસરે. હું આભારી છું. હું આભારી છું. હું આભારી છું.

- હેમલતા શાહ



ગાંઠરોડ વર્ગ



બ્રહ્મવિદ્યા સાધક સંઘ

આ ગુજરાતી ‘પ્રજ્ઞા’ નું બીજું વર્ષ છે. લખાણમાં જાણતા/અજાણતા કંઈ ભૂલ થઈ હોય તો મોટું મન રાખી માફ કરશોજી.

નીચે જણાવેલ સાત સ્થળોએ ગુજરાતીના પ્રાથમિક વર્ગ ચાલે છે.

- 1) વિલેપાર્લે (વેસ્ટ) : 9819502058
- 2) ગ્રાંટરોડ (વેસ્ટ) : 9819672895
- 3) કાંદિવલી (વેસ્ટ) : 9930095865
- 4) બોરિવલી (વેસ્ટ) : 9833017577
- 5) ઘાટકોપર (ઈસ્ટ) : 9819502058

નીચે જણાવેલ ત્રણ સ્થળોએ ગુજરાતીના ‘પ્રગત’ વર્ગ ચાલુ થવાના છે.

- 1) ઘાટકોપર (ઈસ્ટ) : 9819502058
- 2) ગ્રાંટ રોડ (વેસ્ટ) : 9819502058
- 3) વિલેપાર્લે (વેસ્ટ) : 9819502058



બ્રહ્મવિદ્યા અને આધુનિક તંત્રજ્ઞાનનું જગ

બ્રહ્મવિદ્યા APP (Audio Media) આપણે વિકસિત કર્યું છે.

Website : www.brahmavidya.net

Facebook : [BrahmavidyaSadhakSangh](https://www.facebook.com/BrahmavidyaSadhakSangh)

Twitter : [vragnavudtass](https://twitter.com/vragnavudtass),

YouTube : [brahmavidyasadhaksangh](https://www.youtube.com/channel/UCBrahmavidyaSadhakSangh)

આ પર બ્રહ્મવિદ્યાની માહિતી ઉપલબ્ધ છે. તેની સાથેજ Mass SMS, bit.ly link, Whatsapp આ માર્કેટ મોઠા પ્રમાણમાં પહેલાંના અને આજના સાધકોને સંપર્ક સાધી રહ્યા છે. SKYPE દ્વારા ભારતનાં અને વિદેશનાં સાધકોને બ્રહ્મવિદ્યાનો અભ્યાસક્રમ શિખવીએ છે. આધુનિક તંત્રજ્ઞાન માર્કેટ જગતનાં કોઈપણ જગ્યા ઝટકડઈને પહુચી શકીએ છે.



ગુજરાતી પહેલી પ્રજા નું પ્રકાશન - 2018
ગુજરાતી પ્રગત અભ્યાસક્રમ, વાર્ષિક વિદ્યાર્થી સંમેલન, ઘાટકોપર



પહેલૂ વાર્ષિક ગુજરાતી સંમેલન, ઘાટકોપર

બ્રહ્મવિદ્યા આરોગ્ય અને યશની તમારી ગુરુચાવી
આધ્યાત્મિક સ્વસન પ્રકાર અને ધ્યાન
સાધનાની પ્રાચીન યોગ પદ્ધતિ



બ્રહ્મવિદ્યા સાધક ચેરિટેબલ ટ્રસ્ટનો

બ્રહ્મવિદ્યા સાધક સંઘ

બ્રહ્મવિદ્યા સાધક ચેરિટેબલ ટ્રસ્ટ : રજીસ્ટ્રેશન નં. E-1995

☎ 022 - 2533 9977, 022 - 2534 7799 • Visit : www.brahmavidya.net

f BrahmaidyaSadhakSangh t BrahmaidyaSS y BrahmaidyaSadhakSangh