રેકિ વિદ્યાનિકેતન
શ્રી સ્વામી સમર્થ મઠ
દેવરૂખ કાટવલી માર્ગ
તા. સંગમેશ્વર
જી. રત્નાગિરિ
મહારાષ્ટ્ર ભારત.
ટેલીફોનઃ૯૧૨૩૫૪૨૪૧૩૨૨

રેકિ વિદ્યા નિકેતન

વોલ્યુમ ૫ અંક ૬ જૂન ૨૦૧૩

આ અંક અંતર્ગત :

અસરકારક અને અર્થપૂર્ણ સંબંધો - ટીડીસીએ સૂત્ર ૧
દેવરૂખ આશ્રમમાં બાળકોની શિબીર ૨
તરુણ કવિતાઓ ૩
રેકિ ટીચર તરીકે પહેલા વર્ષનું સમાપન - કૃપ ચોકસી ૪
આપણું વલણ મહત્ત્વનું છે. - અશ્વિની તેલંગ ૫
તરંગની અસરનો સંદેશ ૬
ગુરુ - કૃપા અને કરુણાનો મહાસાગર ૭
આશ્રમજ્ઞાન રેકી સેમિનારનું સમયપત્રક ૮

"અસરકારક અને અર્થપૂર્ણ સંબંધો – ટીડીસીએ સૂત્ર"

જો તમે જુઓ તો જીવન સંબંધો સિવાય બીજુ કશું નથી. મનુષ્ય એક સામાજીક પ્રાણી છે, એવું આપણા પૂર્વજોએ કહેલું છે. આ સંબંધોના પાયા પર જ સમાજ વ્યવસ્થા જીવે છે. અને આજે જોઇએ છીએ કે સંબંધોમાં જ ઉથલપાથલ થઇ રહી છે પછી ભલે તે સંસ્થા સંબંધી હોય કે વ્યક્તિ સંબંધી. વધતા જતા છૂટાછેડાની સંખ્યાથી લગ્નની સંકલ્પના ખતરામાં આવી ગઇ છે. મિત્રતા અને ભાઇચારો એ ભૂતકાળની વસ્તુઓ થઇ ગઇ છે, અને આજે માત્ર અવિશ્વાસ વિદ્યમાન છે.

સંબંધો બનાવવા માટે શું જરૂરી છે? કોઇપણ સંબંધો ચાર મુખ્ય સ્તંભ પર ઊભા હોય છે. તે છે ૧) સહનશીલતા ૨) નિર્ભરતા ૩) સમાધાન અને ૪) અનુકૂળતા. અમે આશ્રમમાં તેને ટીડીસીએનું સૂત્ર કહેવાનું શરૂ કર્યું છે. જો તમે આજનું જીવન જુઓ તો તમને ખબર પડશે કે આજે આ ચારેય સ્તંભો ડગમગી રહ્યા છે. મોટા ભાગના લોકોમાં સહનશીલતાનો અભાવ છે જે કોઇપણ સંબંધનું હાર્દ છે. ઓછી ખામીના મૂલ્યો સાથે મશીન અને સાધનો બનાવતા બનાવતા આપણે આપણી અંદર પણ સહન કરવાની વૃત્તિ ગુમાવી બેઠા છીએ. આપણા મનની સહનશીલતાની મર્યાદા સર્વશ્રેષ્ઠ મશીનો જે આપણે બનાવ્યા છે તેનાથી પણ સાંકડી છે. બીજુ કે આપણો અહંકાર આપણને બીજા પર નિર્ભર રહેવા દેતો નથી કારણકે સ્વતંત્રતાના વિચારે આપણને ખોટી જગ્યાએ ડંખ માર્યો છે. કોઇ આપણા પર નિર્ભર રહે તે પણ આપણને જોતું નથી. નિર્ભરતાની કલ્પના આ કાલ્પનીક સ્વતંત્રતાના વાતાવરણમાં આવકાર્ય નથી. જ્ઞાન અને સંપત્તિના અહંકારે આપણા મન અને હ્રદયને જડ બનાવી દીધા છે. સમાધાન અને બાંધછોડ નો અમલમાં મૂકવા માટે છેલ્લો ક્રમ છે. તો પછી આ બધા મૂલ્યો કેવી રીતે આવી શકે?

બીજુ એક સૂત્ર છે જેની મદદથી આપણે જેની મદદથી આપણે આ મૂલ્યોને મેળવી શકીએ છીએ. તેને એસીડીટી કેહવાય છે. જેમા એ – અવેરનેસ (સતર્કતા) , સી એટલે કંપેશન (કરુણા) , ડી – ડીવોશન માટે છે (ભક્તિ) અને ટી – ટ્રસ્ટ (શ્રધ્ધા) કે પછી ટ્રુથ (સત્ય) નું પ્રતિનિધિ છે. જો આ બધા મૂલ્યોનું કોઇ સીંચન કરી શકે તો ડીટીસીએ સૂત્ર આરામથી અમલમાં આવી જશે. આધ્યાત્મિક પ્રક્રિયાઓમાં આ ક્ષમતા છે કે તે આ ગુણો મનુષ્યના અસ્તિત્ત્વમાં જાગૃત કરી શકે. દરેકે એ જ કરવાનું છે કે આ પ્રક્રિયાઓ દ્વારા પોતાની જાતને આ મૂલ્યો મેળવવા માટે કેળવવાની છે. સતર્ક રહેવું એટલે કે હંમેશા વર્તમાનમાં રહેવું. તમારી આજુબાજુમાં થતી ઘટનાઓને માત્ર થોડા વખત દિવસ દરમ્યાન સાક્ષીભાવે જોવાથી સતર્કતા આવી જાય છે. આપણે અવકાશથી થોડી થોડી વારમાં વિરામ લઇને બહાર જવું જોઇએ જેથી સતર્કતા આવી જાય. આજ મૂળતઃ અનાસક્તિ છે. કરુણાએ તો આપણા બધાની અંદર વિદ્યમાન છે જ. જ્યારે ભગવાને આપણને હ્રદય આપ્યુ ત્યારે તેઓએ તેમાં કરુણા ભરીને જ આપ્યું હતું. પણ આપણે તેની અનુભૂતિ આપણા અજ્ઞાન અને અહંકારને કારણે રોકી દીધી છે. આ બધુ છોડી દો અને બચે છે તે છે કરુણા આપણા હાર્દમાં. ભક્તિએ બીજો એક ગુણ છે જે મનુષ્યોમાં નૈસર્ગીક છે, જે તમારા કરુણામય અસ્તિત્વમાં જ ઉદ્‌ભવેલો એક ભાગ છે. અને છેલ્લુ છે શ્રધ્ધા કે પછી સત્ય. તે બન્ને એક જ છે. આજે સમસ્યા એ છે કે આપણે મૂળભૂત શ્રધ્ધા જ ખોઇ બેઠા છીએ. આપણે અગર દરેક વ્યક્તિ અને વસ્તુઓ પર અવિશ્વાસ રાખીએ તો કોઇ દિવસ સુખી જીવન ન જીવી શકીએ. તેનાથી ભય ઉત્પન્ન થાય છે અને ભય કોઇ દિવસ સ્વસ્થ સંબંધો બનાવી ન શકે.

અજીત સર

"દેવરૂખ આશ્રમમાં (ચીલ્ડ્રન્સ્ રિટ્રીટ) બાળકોની શિબીર"

પ્રોવર્બ
૨૨:૬

"બાળકને એ રીતે કેળવો જે દિશામાં તેને જવું જોઇએ અને જ્યારે તે વૃધ્ધ થશે ત્યારે તે દિશાથી પાછો નહીં ફરે."

ભવ્ય સ્વાગત

આશ્રમમાં સાપસીડી

ભગવાનનું સર્જન

સ્વરક્ષણની કેળવણી

આ વખતેની ૩૦મી એપ્રિલે, દેવરૂખ આશ્રમ તરૂણ ચેતનાનાં સ્પંદનોથી ઝૂમી ઉઠયું હતું. આશ્રમ પહેલાનાં જમાનાનાં ગુરુકુલ જેવું લાગતું હતું. ૭ થી ૧૫ વર્ષના બાળકો તેઓના વાલીઓ, જેઓ તેમને મૂકવા આવ્યા હતા, સાથે આશ્રમમાં ફરતા હતા. આશ્રમના રહેવાસીઓ એક સાથે ઘણા બધા કામો કરવામાં વ્યસ્ત હતા. કદાચ પહેલી જ વખત આશ્રમમાં આટલો મોટો અને આ પ્રકારનો પ્રસંગ આયોજીત થયો હતો. આશ્રમમાં અંદર જવા માટેનો આખો માર્ગ ફુગ્ગાઓ અને તારાઓથી આ નાના દેવદૂતોને આવકારવા માટે સુસજ્જીત કરવામાં આવ્યો હતો.

જો આશ્રમ પણ સામાન્ય લોકોની જેમ સ્વન્પનાઓ જોઈ શકતું હોત તો આ આશ્રમ માટે આવનારા ૧૦ દિવસ સ્વપ્નાઓની હારમાળા હતી. આશ્રમના સાધકોએ તેમની બહુવિધ પ્રકારની કાર્યક્ષમતા દર્શાવી અને તે વિદ્યાર્થીઓ સમક્ષ રજુ કરી જેઓએ આ શિબીરમાં ભાગ લીધો હતો. કૌશલ્યની વિવિધતા ખૂબ જ મોટી હતી જેમાં રેકિ હિલીંગથી લઈને કરાટે, વેદીક ગણિતથી લઈને પૌરાણીક જ્ઞાન પાછળનું વિજ્ઞાન, માટીથી વિવિધ વસ્તુઓ બનાવવાની કલાથી લઈને આકાશ દર્શન – જેમાં ભગવાનના સુંદર સર્જનને સમજવાની કલાઓનો સમાવેશ થાય છે. દરેક ક્ષણ આનંદદાયક હતો અને તેમાં પડકાર ભર્યો હતો. રેકિ હિલીંગનું હાર્દ ખૂબ જ સરસ રીતે બાળકોને સમજમાં આવ્યુ જ્યારે તેમને નૈસર્ગીક વાતાવરણમાં રેકિ વિશે સમજાવ્યું હતું.

સાંપ સીડીને એક ઉચ્ચકોટીની કલાકૃતિ કહી શકાય જેના દ્વારા ખૂબ જ સુક્ષ્મ રીતે બાળકો કર્મોનો પ્રભાવ આપણા જીવન પર શું પડે તે શીખવવામાં આવ્યું જે તેઓને પોતાના જીવનમાં લાંબા ગાળા સુધી યાદ રહેશે. કદાચ આના દ્વારા તેઓ શીખી ગયા હશે કે જીવનમાં સાચો રસ્તો કયો છે. આપણા રેકિ ગ્રુપના સાધકોના અથાક પ્રયત્નો , અને જે પ્રેમ અને કરૂણાથી તેઓએ શિબીરની પ્રત્યેક ક્ષણ સંભાળી તે તેમની સાધનામાં ખૂબ જ મોટો વિકાસ દર્શાવતો હતો.

બાળકો જે પહેલે દિવસે રડતા હતા કે મારે ઘરે જવું છે તેઓ છેલ્લે દિવસે પણ ખૂબ જ રડયા પણ તેનું કારણ અલગ હતું. તેઓને ઘર જવું ન હતું. આ જ બાળકોની શિબીરની સફળતા દર્શાવે છે.

"તરુણ કવિતાઓ"

"નિસર્ગના ખોળામાં વિતાવેલો સમય" – ધારિણી સોમાણી

શરમાતો સૂરજ આકાશમાં વિવિધ રંગો વિખેરે છે
હવાની લહેરખી મારા વાળને સંવારે છે
તે ક્ષણે હું બધી જ ચિંતાઓથી મુક્ત હોઉં છું
અને મારે કંઇ જ કાળજીની જરૂર નથી.

આમ હું નિસર્ગની સુંદરતામાં ખોવાયેલી હોઉં છું
જ્યારે હું મારી અગાસી પર જઇને જોઉં છું
ત્યારે હું ખૂબ જ ઉંચાંઇને પામુ છું
ને પ્રેમથી ફુલોને આલિંગન આપી વિદાય આપું છું.

પછી હું સંગીત ચાલુ કરું છું
મને ગમતા ગીતો હું શોધી કાઢું છું
અને દિવસની ગુંચવણ ભરી વાતો પર હસું છું
અને મારી નજર સામે પુસ્તક રાખું છું.

અને આ મને પાછી ધરતી પર લાવે છે
જ્યાં નિસર્ગને મળે છે ખૂબ ઓછું ધ્યાન
"ભણ! ભણ!" કહે છે મારા મનની દોરી
પણ મારું હ્રદય કહે છે
"આવી રજાની મળે છે મંજુરી".

આકાશની લાલીમાં નીચે ચાલતા
હું નિહાળું છું સ્વર્ગની સુંદરતા
તને ફરિયાદ કરું છું નિસાસો નાખતા
ત્યારે તે જુએ છે ક્રોધીત થઇને મારી આંખમાં

આજની ભેંટનો આભાર માનીષ
હું તેમને વચન આપું છું કે પરિવર્તન લાવીશ
તે દિવસે મારા હ્રદયમાં પૂર આવ્યું
તે દિવસે મને ખૂબ ગુસ્સો અને રડવું પણ આવ્યું.

ત્યારે હવાએ મને ચુંબન આપ્યું
અને મને ખૂબ જ હળવી અને મુક્ત બનાવી
આ બ્રહ્માંડના સંબંધોની મેં કલ્પના કરી
અને આંસુઓની ધારા મારી આંખોથી સરી પડી.

આ આનંદયાત્રાનું થયું જ્યારે ચિંતન
ત્યારે મારા દ્રષ્ટિકોણમાં થયું હશે કંઇક પરિવર્તન
મને મહેસૂસ થયું કે નથી હું સાવ એકલી
અને તેઓ દ્વારા જ છું હું ચમકેલી.

"જીવનનું સ્વર્ગ" - શિવાની કર્ણાટકી

સ્મિત જે ચમકે છે
આંસુ જે વહે છે
તે તો માત્ર ફળ છે
જેના બીજ આપણે વાવ્યાં છે.

ભૂતકાળમાં કંઇક રહસ્ય હોય છે
પણ કોઇ જગ્યા છે તેને છુપાવવાની?
નસીબનો ખેલ છે દરેક તબક્કે
તો જીવનમાં અહંકાર શાનો છે?

ઘણું બધું શિખવાનું છે
ઘણું બધું જાણવાનું છે
કોઇ વ્યક્તિ ન શીખવી શકે
જે સ્વામીને બતાવવું છે.

ભૂલો અને મૂર્ખામી
આપણને નીચે લાવે છે
પણ ચમત્કાર સર્જાય છે
જ્યારે રેકિ તેની ભૂમિકા ભજવે છે.

આ યાત્રાનો કદી અંત ન લાવતા
કદી નિરાશ ન થતા
જીવન સ્વર્ગ છે
તેને જીવીલો મજા માણતા માણતા.

“રેકિ ટીચર તરીકે પહેલા વર્ષનું સમાપન” - કૃપા ચોકસી

અમે અમારો રેકિ ટીચર તરીકે પહેલો જન્મદિવસ ૨૦મી મે, ૨૦૧૩ ના રોજ મનાવ્યો. ગયા વર્ષે કલ્પિતા, રાકેશ, વિશાલ અને મેં, ૨૦મી મે , ૨૦૧૨ના અમારી રેકિ ટીચર્સ્ ટ્રેનીંગ પૂરી કરી હતી. તે ટ્રેનીંગ કરતા વધારે મોજમજા હતી. ગુરુજીની આ ખાસીયત છે કે તેઓ હસતા રમતા ઘણું બધું શીખવાડી દે છે. અમારા માટે આ દિવસો ખૂબ જ યાદગાર દિવસો છે કારણ કે તે અમારા માટે ઉત્સવ વધારે અને ટ્રેનીંગ ઓછી હતી. ટ્રેનીંગ પૂરી થયા પછી સ્વામીના આર્શીવાદ લેવા માટે અમને ૨૬ અને ૨૭મી જૂન, ૨૦૧૨ના દેવરૂખ બોલાવવામાં આવ્યા અને ત્યારે જ અમે અમારા રેકિ ટીચરના કાર્યનો આરંભ કર્યો હતો. તે અમારો પહેલો સેમીનાર હતો અને ત્યાર પછી અમને ગ્રુપમાં સેમિનાર લેવાનું કહ્યું હતું.

અત્યાર સુધી અમને એક પણ સેશન લેવાનો અનુભવ ન હતો અને અચાનક અમને ગુરુજીએ સેમીનાર લેવાનું શરૂ કરવા કહ્યું. ખબર ન હતી કે અમે કેવો સેમીનાર લેશું અને અમેં ઝંપલાવ્યું અને અમે ખૂબ સારા સેશન્સ લીધા. જેનું અમને ખૂબ જ આશ્ચર્ય થયુ આ ગુરુની કૃપા હતી જે અમારા પર થઈ હતી. મારા અનુભવની વાત કરું તો મેં મને આપેલા બધા જ સેમીનાર માણ્યા છે અને મને જ્ઞાન થયું કે સેમીનાર લેવાની મજા જ કઇક ઓર છે. મને અનુભવ થયો કે ગુરુજીએ અમારામાં પરિવર્તન લાવ્યું હતું. શરૂઆતમાં મને થોડું ટેન્શન થતું પણ ધીરે ધીરે એ અનુભવ થયો કે જ્યારે હું સેમીનારમાં શીખવવા બેસુ છું ત્યારે રેકિ પોતે જ બોલાવે છે. હું માત્ર એક માધ્યમ છું. હું કઇ નથી કરતી.

રેકિ ટીચર બન્યા પછી જ મને ખબર પડી કે સેમીનારમાં હકીકતમાં શું થાય છે. પાર્ટીસીપન્ટમાં પરિવર્તનની પ્રક્રિયા મને સેમીનાર દરમ્યાન નિહાળવા મળી અને સેમીનાર પૂરો થતા એ પાર્ટીસીપન્ટનું પરિવર્તન જોઇને ભગવાનના આર્શીવાદની અનુભૂતિ થતી. મારી પાસે સ્વામી, રેકિનો આભાર માનવા માટે શબ્દો નથી હોતા કારણ કે તેઓ આ દિવ્ય કાર્ય મારા દ્વારા કરાવે છે.

આખું વર્ષ ક્યા જતું રહ્યુ તે ખબર જ ન પડી. મને એવું લાગે છેકે દરેક સેમીનાર મને કંઇક શીખવવા માટે હોય છે કારણ કે જ્યારે હું ત્યાં બોલું છું ત્યારે મારી અંદર એક નિરીક્ષક છે જે મને પૂછે છે, “શું તું જે બોલે તેનું પાલન કરે છે?” આથી હું સતત મારી જાતનું નિરીક્ષણ કરું છું. દરેક સેમીનાર મને કંઇક શીખવાડે છે અને મને એટલો આનંદ આપે છે અને દરેક વખતે હું ભગવાન / રેકિનો આ દિવ્ય કાર્ય માટે મારી પસંદગી કરી તેના માટે આભાર માનું છું. હું માનું છું કે ભગવાને મને લોકોને શીખવાડવા માટે પસંદ નથી કરી પણ સેમીનાર દ્વારા મને શીખવવા માટે પસંદ કરી છે.

અને સૌથી મહત્ત્વની વાત જે મેં આખા વર્ષ દરમ્યાન શીખી છે તે એ છે કે દરેક વ્યક્તિ, દરેક પ્રાણી અને દરેક વસ્તુ પ્રેમની ભાષા જાણે છે. ભગવાન માત્ર એવું જ ઇચ્છે છે કે આપણે હ્રદયની કરુણાથી બીજા લોકોના હ્રદયને જોડી દઇએ. તે જ કરવાની જરૂર છે, અને મેં આ આખા વર્ષ દરમ્યાન અનુભવ્યું છે. કઇ જગ્યાએ સેમીનાર લ્યો છો તે મહત્ત્વનું નથી. તે પછી ભારત હોય કે અમેરિકા. પણ માત્ર દિવ્ય પ્રેમ જ મહત્ત્વનો છે. અને ગુરુજી દરેક ક્ષણે આપણને આ જ શીખવે છે. જ્યારે આપણે હ્રદયમાં હોઇએ છીએ ત્યારે દિવ્યતા બધું સંભાળી લે છે.

મેં એ પણ જોયું છે કે આજકાલ લોકો ઘણા જ દુઃખી છે અને તેમને જીવનમાં કોઇ પર્યાય નથી પણ રેકિ એક પર્યાય આપે છે. મેં તે પણ જોયું છે કે લોકો રાજીખુશીથી તેમના જીવનની બધી ઘટનાઓને સ્વીકારે છે જ્યારે તેઓના જીવન ઘણી મુશ્કેલીઓમાંથી પસાર થઇ રહ્યા હોય છે. પણ આ ત્યારે જ શક્ય બન્યુ છે જ્યારે તેઓના જીવનમાં રેકિ , ગુરુજી અને સ્વામીજી છે. મેં તે પણ શીખ્યું છે કે લોકોને પૈસાથી કે બીજી વસ્તુઓની મદદ નથી જોતી અને નથી જોઇતું તેમને ખૂબ જ જ્ઞાન. લોકો માત્ર એટલું જ ઇચ્છે છે જ્યારે તેમની આજુબાજુના બધા લોકો તેમને પજવતા હોય ત્યારે એક કરૂણા ભર્યું હ્રદય તેમને સાંભળે અને તેમને પ્રેમ કરે. અને આ ગુરુજી આપણને હંમેશા તેમના વર્તનથી શીખવે છે. તેઓ ઇચ્છે છે કે આપણે બધાએ આ કરવું જોઇએ કારણ કે સાધક પાસે કરુણા ભર્યું હ્રદય હોવું જોઇએ.

હું સ્વામીજી / ગુરુજી અને રેકિનો ફરી એકવાર આ દિવ્ય કાર્ય માટે મારી પસંદગી કરી તે માટે આભાર માનું છું. મારી એ જ ઇચ્છા છે કે હું આવા ઘણા જન્મદિન જોઉં જેથી હું વધારે શીખીને મારામાં પરિવર્તન લાવું. આ ઉપરાંત, સેમીનાર દ્વારા મને હંમેશા સ્વામીના અને રેકિના સહવાસમાં રહેવું છે. મારી ઇચ્છા છે કે ગુરુજી દ્વારા શીખવવામાં આવેલી દરેક વાત હું મારા જીવનમાં ઉતારું અને સેમીનાર દ્વારા તેમનો સંદેશ લોકો સુધી પહોંચાડું. ગુરુજી , સ્વામીજી અને તમારા બધાના આર્શીવાદ માંગું છું જેથી હું મારું પાત્ર સારી રીતે ભજવી શકું.

“રેકિ ભગવાન છે , રેકિ બધુ જ છે. રેકિ એવી વસ્તુ છે જે આ વિશ્વને બચાવવા માટે આવી છે.”

– આર્ક એન્જલ ગબ્રીયલ
ધ સેકન્ડ કમીંગ ઓફ ક્રાઈસ્ટ

"આપણું વલણ મહત્ત્વનું છે." – અશ્વિની તેલંગ

એક વખત હું ઈન્ટરનેટ પર સાયકોલોજીમાં નવ સંશોધન વિશે જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવા વાંચતી હતી ત્યારે એક જીવડું પંખા સાથે અથડાઇ અને મારી પીઠ પર બેસી ગયું. તે ક્ષણે તો મને સમજાયું નહીં કે શું થયું અને મારી પીઠ પર શું છે. એટલે મારે "જોવું" પડયું – જે આપ જાણો છો કે કોઈપણ સમસ્યાના સમાધાન માટે જોવું એ પહેલું પગલું હોય છે. હું ઘરમાં હોવાથી મારે જ આ સમસ્યાને સંભાળવાની હતી એટલે મેં મારી પીઠને અરીસામાં જોઇ. જ્યારે આ બધું ચાલતું હતું ત્યારે મારા મનના ખૂણામાં આ વિચાર ચાલતો હતો કે દરેક સમસ્યા આપણને કંઇક શીખવવા થતી હોય છે. તો પછી આ પરિસ્થિતિ મને શું શીખવાડવા આવી હતી? તમને કદાચ યાદ હશે કે મારો લેખ "દરેક પરિસ્થિતિ – એક શીખવાની તક" તે તે જ સૂચવે છે કે દરેક પરિસ્થિતિમાં આપણે કેવી રીતે વર્તન કરવું જોઇએ, કેવી રીતે પ્રતિભાવો આપવા જોઇએ અને તે શું સૂચવે છે તે શીખવું જોઇએ.

આ યાદ આવતા, મેં આ જીવડાને હટાવવાનો પ્રયત્ન કર્યો પણ તે મારી પહોંચની બહાર હતું. મેં થોડી વાર વિચાર્યું અને પછી મારા દુપટ્ટા વડે તેને દૂર કરવાનું નક્કી કર્યું. આ વખતે મને સફળતા મળી અને તેની સાથે જ આ પરિસ્થિતિ પ્રત્યે મારા પ્રતિભાવો પર મને ખૂબ જ હસવું આવ્યું. જ્યાં સુધી હું મારી જાતને ઓળખું છું ત્યાં સુધી મેં અમુક વર્ષો પહેલા આ પરિસ્થિતિમાં બિલકુલ અલગ રીતે પ્રતિભાવો આપ્યા હતા. હું આવી પરિસ્થિતિમાં હેબતાઇ ગઇ હોત અને મારા પ્રતિભાવો ખૂબ જ અલગ હોત. બિલકુલ વિપરીત પ્રતિભાવો. હું જરા પણ ગભરાઈ નહીં આ આખા કિસ્સા દરમ્યાન જ્યારે મેં મારી પીઠ પરથી જીવડાને કાઢયું અને તેથી જ કદાચ હું સફળતાપૂર્વક પરિસ્થિતિને સંભાળી શકી.

આ ઘટના પછી મને જ્ઞાન થયું કે જીવડું કે પછી બીજુ કઇ આપણને ગભરાવતું નથી પણ આપણી પરિસ્થિતિને સંભાળવાની અસમર્થતા આપણને ગભરાવે છે. નથી રસ્તા પરનો ટ્રાફીક જામ કે નથી કોઇની ખીજ જેમ કે આપણા મા-બાપ, કે પછી બોસ કે પછી પતિ/પત્નિ જે આપણને અસ્વસ્થ કરે છે. પણ આપણી ટ્રાફીક જામથી ઉત્પન્ન થતાં તનાવ કે પછી કટુ શબ્દોથી ઉત્પન્ન થતા તનાવને સંભાળવાની અસમર્થતા અસ્વસ્થતાને જન્મ આપે છે. આમાંથી હું એ સમજી કે ગંભીર પરિસ્થિતિઓમાં આપણા અનુચીત પ્રતિભાવો જીવન અસ્તવ્યસ્ત બનાવી દે છે. આપણે કેટલી ઉચિત રીતે પરિસ્થિતિ માટે પ્રતિભાવો આપીએ છીએ તેનાથી ફરક પડે છે અને શાંત અને સકારાત્મક વલણ આપણને સારી રીતે પરિસ્થિતિને સંભાળવામાં મદદરૂપ થાય છે.

"નૈસર્ગીકતાથી બાળકોને રેકિ શીખડાવી એક અનુભવ" – સીમા ત્રિવેદી

રેકિ સેમીનાર ૧૦ દિવસનો? તે થોડું અટપટું લાગે છે. હું શીખવવા માટે તૈયાર હતી પણ થોડી ગભરાયેલી હતી પણ જ્યારે મેં આશ્રમમાં પગ મૂક્યો ત્યારે મારી બધી જ ગભરાહટ દૂર થઇ ગઇ. જે ક્ષણે મેં પહેલું સેશન બાળકોનું લીધું ત્યારે જ મને ખબર પડી ગઇ કે અહીં યોજનાબધ્ધ જઇ નહીં શકાય. બધુ થતું રહ્યું. આ વખતે મેં તે અનુભવ્યું છે. અજીત સર કહે છે કે ખાલી થઇને સેમીનારમાં બેસો. હું દિવ્ય અવકાશ સાથે જોડાયેલી હતી અને મને ખબર નથી શું થયું. બાળકો ચેતનાની જેમ વહેતા હતા. વર્તમાનમાં રહેવું ખૂબ જ મહત્ત્વનું હતું. ભૂતકાળ અને ભવિષ્યકાળ જાણે ગાયબ થઇ ગયા હતા. અને બાળકો એટલા નૈસર્ગીક હતા – નિસર્ગ જેવા જ નિર્મળ અને પ્રેમળ. તેઓ અલગ અલગ વયના હતા પણ એવું લાગતુ હતું કે જાણે એક વિશાળ વૃક્ષના આ બધા અલગ અલગ પાંદડા હતા , જે બધા જ સુંદર હોય છે.

આશ્રમના પરિસરમાં શીખવવું એટલું જ પ્રાકૃતિક હતું કે તે એક વિશેષ અનુભવ હતો. રેકિનો હાર્દ અને તે નૈસર્ગીક વિજ્ઞાન છે તે સુવાસ ખૂબ જ સરસ રીતે બહાર આવી. તે બગીચામાં વિતાવેલી રેકિની ક્ષણો, તે રાત્રીના થતી કથાઓ, સાંપ સીડીની રમત જે જીવનનાં કર્મોની અસર દર્શાવતી હતી......... પાછળ વળીને જોઉં છું તો શીખવવા કરતા હું વધારે શીખી હતી.

“ઉત્થાન (એસેન્શન)”

હવે નદી ખૂબ જ તિવ્રતાથી વહી રહી છે. તે એટલી વિશાળ અને તવ્રીત છે કે લોકો ગભરાઇ જશે. તેઓ કાંઠાને પકડી રાખશે. તેઓને એવું લાગશે કે તેઓના ટુકડા થઇ જશે અને તેમને ખૂબ જ પીડા થશે.

“જાણજો કે નદીને પોતાનું લક્ષ્ય છે. જ્ઞાનીઓ કહે છે કે આપણે કાંઠો છોડી દેવો જોઇએ. અને નદીની મધ્યમાં જવું જોઇએ, આંખો ખુલ્લી રાખી અને માથું પાણીની ઉપર રાખવું. અને હું કહીશ કે જુઓ કોણ તમારી સાથે છે અને ઉત્સવ મનાવો. ઈતિહાસના આ સમયમાં આપણે કંઇ વ્યક્તિગત લેવાની જરૂર નથી. આપણને કઇ લાગતું વળગતું નથી. જ્યારે આપણે તે કરીએ છીએ ત્યારે આપણો આધ્યાત્મિક વિકાસ અને યાત્રા થંભી જાય છે.

એકલવાયું જીવનનો સમય પૂરો થઇ ગયો છે. બધા ભેગા થઇ જાવ! જીવનકલહને તમારા દ્રષ્ટિકોણ અને શબ્દકોશમાંથી કાઢી નાખો. હવે આપણે જે કરવાનું છે તે ખૂબ જ પવિત્રતતાથી અને ઉત્સવ મનાવીને કરવાનું છે.

“આપણે તે જ છીએ જેના માટે આપણે પ્રિક્ષા કરતા હતા.” – અનામ હોપી એલ્ડરને સમર્પિત

“તરંગની અસરનો સંદેશ”

શું તમારે વિશ્વમાં સારા પ્રભાવ પાડનારા થવું છે?

સર્વપ્રથમ તમારા જીવનને વ્યસ્થિત કરો. તમારી જાતને એ સિધ્ધાંતથી મજબૂત કરો કે તમારું વર્તન પરિપૂર્ણ અને પ્રભાવશાળી હોય. જો તમે તે કરશો તો તમે માન પ્રાપ્ત કરશો અને ખૂબ શક્તિશાળી પ્રભાવ પાડનારા થશો.

તમારું વર્તન તરંગની અસર દ્વારા બીજાને પ્રેરે છે. તરંગની અસર કામ કરે છે કારણ કે દરેક એકબીજા પર પ્રભાવ પાડે છે. શક્તિશાળી લોકો શક્તિશાળી પ્રભાવ પાડનારા હોય છે.

જો તમે જીવનમાં સફળ થાવ તો તમે તમારા કુટુંબ પર પ્રભાવ પાડી શકો. જો તમારું કુટુંબ સંવાદીતાવાળું હોય તો તે સમાજ પર પ્રભાવ પાડી શકે છે. જો તમારો સમાજ સફળ થાય, તો તે દેશ પર પ્રભાવ પાડે છે અને જો તમારો દેશ સફળ થાય તો તે વિશ્વ પર પ્રભાવ પાડે છે.

જો વિશ્વ સફળ થાય તો તેના તરંગો બ્રહ્માંડમાં અસર કરે છે.

યાદ રાખો તમારો પ્રભાવ તમારાથી જ ચાલું થાય છે અને પછી તરંગો બહાર જાય છે. એટલા માટે હંમેશા ધ્યાન રાખજો કે તમારી અસર પરિપૂર્ણ અને સમર્થ હોય. પણ મને એ કેવી રીતે ખબર પડે કે આ કામ કરે છે? બધી જ ઉત્પત્તિનું કેન્દ્ર એક ફળદ્રુપ અને શક્તિશાળી અણુ હોય છે.

"ગુરુ કૃપા અને કરુણાનો મહાસાગર" – એસ.શશી

જીવનમાં કદી સીધો સરળ રસ્તો નથી હોતો અને સાધનાનો પથ તો હંમેશા ખરબચડો , વાંકોચૂંકો હોય છે. જેથી પથિક પોતાના ધ્યેય સુધી સાચું જ્ઞાન અને અનુભવ લઇને પહોંચે. જ્યારે આપણામાંથી કેટલાક ને આધ્યાત્મિક વાતાવરણ વારસામાં મળ્યું છે જ્યારે કેટલાકને આધ્યાત્મિકતાની હવા ખાવા માટે પણ સંઘર્ષનો સામનો કરવો પડે છે. વ્યક્તિગત રીતે કહું તો હું નાનપણથી જ આધ્યાત્મિકતા તરફ આકર્ષાયો છું પણ હવે મારે મારી પત્ની સાથે રહેવું પડે છે જેને આધ્યાત્મિક પ્રક્રિયાઓથી કઇ લેવા દેવા નથી. પછી ભલે તે અગ્નિહોત્ર હોય, ધ્યાન હોય કે સત્સંગ હોય. તે બધાને એક ધર્મપ્રણાલીની દ્રષ્ટિથી જુએ છે. છતાંએ હું રેકિ અને અગ્નિહોત્રમાં ભાગ લેતો થયો છું. પણ તે તરુણી ચોરીછુપીથી તેના પ્રેમીને મળવા જતી હોય તેવું છે. કોણ કહે છે કે આધ્યાત્મિક જીવન સાહસ અને ઉત્સાહ વગરનું છે.

જેટલી કઠીન યાત્રા એટલા જ સારા અનુભવો ભગવાન આપણને આપે છે. એટલે, હું આધ્યાત્મિક સંતાપના માર્ગ પર હોવા છતાં, હું હંમેશા મારા સુંદર અનુભવોને યાદ કરીને મારી આધ્યાત્મિકતાના ભવ્ય શિખર પર પહોંચવા માગું છું. દરેક અનુભવ કંઇક શીખવે છે. જ્યારે ઘરે હું અગ્નિહોત્ર નહોતો કરતો , ત્યારે મને એ બોધ થયો કે મારે જીવનમાં સારી વસ્તુઓ પ્રત્યે પણ અનાસક્ત રહેવું જોઇએ. એટલે મારો "માનસીક" અગ્નિહોત્ર ચાલતો હતો. હાલમાં મેં નક્કી કર્યું હતું કે હું "સપ્તાહ" ગુરુચરિત્રની અઠવાડીયાની પારાયણ કરીશ. મારી એવી પ્રાર્થના હતી કે મારા નજીકના લોકોને પણ ગુરુચરિત્રનું એજ પુણ્ય મળે જે મને વાંચવાથી મળશે અને મેં ગુરુચરિત્ર વાંચવાનું શરૂ કર્યું. તરત જ મને ચેતનાના સ્તર પર બદલાવ લાગ્યો કે કંઇક મારી અંદર અને બહાર જાય છે. આ ખૂબ જ સુંદર ઘટના હતી. પ્રકૃતિપ્રેમી હોવાને કારણે મારામાં નિસર્ગ પ્રત્યેની જાગૃતિ વિશેષ છે અને તેના સંબંધી બધી વસ્તુઓ પ્રતિ. આજે નિસર્ગ કઇંક અલગ રીતે મારી સાથે સંવાદ સાધી રહ્યુ હતું.... મૌનમાં, સંવાદિતામાં દાખલા તરીકે કાગડા અને મૈના જે સવારના કલરવ કરતા હોય છે તે આજે ખૂબ જ શાંતિપૂર્વક મારી ચણ નાખવાની સવારે રાહ જોતા હતા. તેઓ ખૂબ જ શાંત પ્રતીત થઇ રહ્યા હતા અને દાણા ખાઇને ઉડી ન ગયા પણ પ્રેમ અને વ્હાલથી મારી સામે જોઇ રહ્યા હતા. ત્રીજા દિવસ પછી, અચાનક ભગવાનના દર્શનની ઝંખના જાગી. ટૂંકમાં કહું તો તે દિવ્ય "માં"ની. આવું ભૂતકાળમાં ઘણી વખત થયું છે અને હમણા અચાનક આ પૂરજોશમાં ઝંખના જાગી અને ત્યારે મેં દિવ્ય અને શક્તિશાળી માં જે પ્રેમનો સાગર છે તેની ઉપસ્થિતિ મહેસુસ કરી. હું તેનો નાનો બાળ હતો જે તેમનાથી દરૂ ન થવા માટે રૂદન કરતો હતો. મને એવા પણ દ્રશ્યો જોવા મળ્યા જેમાં દેવદૂતો મારી આજુબાજુમાં ફરતા હતા અને તેમની ઉપસ્થિતિમાં હું શાંત થઇ ગયો હતો. આ અનુભવ પછી, મારી વ્યક્તિગત ભાવનાત્મક સમસ્યાઓ મને થોડી હળવી લાગી અને તેને સહન કરી શકવાની મારામાં ક્ષમતા આવી. જોકે મેં આ "સપ્તાહ" આર્થિક લાભ માટે કરી નહોતી, પણ ખૂબ જ સારી વ્યવસાયિક તક અને આર્થિક લાભ મારા કુટુંબીજનોને મળ્યો. ઓળખતા અને ન ઓળખતા લોકો મારી સાથે ખૂબ જ પ્રેમથી વર્તવા લાગ્યા અને તેઓની સમસ્યાનું નિરાકરણ કરવા મારી પાસે આવવા લાગ્યા. બીજી એક વિચિત્ર વસ્તુ એ થઇ કે મને અલગ અલગ લોકોના શરીરના અવયવો કે બિમારીગ્રસ્ત હતા તે દેખાવા લાગ્યા અને હું ખૂબ જ ડરી ગયો કારણકે હું લોહી જોઇને ખૂબ ગભરાઇ જાવ છું. પણ મને સંકેત મળ્યો અને મેં આ બધા અવયવોને રેકિ આપવનું શરૂ કર્યું. જેને હિલીંગની જરૂર હતી અને તેનાથી હું સ્વસ્થ અને શાંત થયો કારણકે આ બધા દ્રશ્યોથી હું ખૂબ જ અસ્વસ્થ થઇ ગયો હતો. મને સમજાયુ કે "માધ્યમ" કોને કહેવાય અને કર્તાની ભાવનાને ભૂલી જવી જોઇએ. છેલ્લા દિવસે મને ખબર ઘરમાં કોઇ નથી એટલે મેં ખૂબ જ ઉત્સાહપૂર્વક અગ્નિહોત્ર કરવાનો નિર્ણય કર્યો. મને પારાયણ પુરી કરી, અગ્નિહોત્ર કરીને મંદિર જવાની ઇચ્છા હતી. મેં મારી ઇચ્છાનુસાર બધુ કર્યું પણ વાતાવરણ ખરાબ હોવાથી હું વિચારવા લાગ્યો કે મંદિર કેવી રીતે જાઉ. આકાશમાં વાદળ ઘેરાયેલા હતા. ખૂબ જ તીવ્રતાથી પવન ફૂંકાતો હતો અને વિજળી ગાજતી હતી. અને તોફાન સામે ઝૂઝવામાં મને કોઇ રસ ન હતો. મેં થોડી વાર રાહ જોઇ અને નક્કિ કર્યું કે હું ઘરે જ મારી પ્રાર્થનાઓ કરીશ. હું જ્યારે અગ્નિહોત્ર કરતો હતો ત્યારે મારા મોબાઇમાં બીપ ટોન વાગ્યો, અટલે મેં પછી મોબાઇલ જોયો. મારા મોબાઇલમાં કોઇ અજાણ્યા નંબર પરથી મેસેજ આવ્યો હતો. તે મેસેજમાં કઇ લખેલું ન હતું પણ તેમાં હનુમાનજીનો ફોટો હતો જેના હ્રદયમાં ભગવાન રામનું ચિત્ર હતું. હું આ ફોટાથી અચંબીત થઇ ગયો અને વિચરવા લાગ્યો કે આ કોણે મોકલ્યો હશે. મેં તે નંબર પર સામો મેસેજ કર્યો ને પૂછયું તે કોણ છે. પણ સામેથી કોઇ જવાન ન આવ્યો. એક કલાક પછી મારી જીજ્ઞાસા વધી અને મે તે નંબર પર ફોન કર્યો. જે માણસે તે ફોન ઉપાડયો તે મને ઓળખતો ન હતો અને ઉત્તર કર્ણાટકનો કોઇ ગ્રામીણ હોય તેવો લાગ્યો. તેને કટુ શબ્દોમાં કહ્યું કે તેણે કોઇ મેસેજ મને કર્યો નથી. હું તેની સાથે દલીલો કરવા લાગ્યો કે મેસેજ કર્યા વગર તેના મોબાઇલમાંથી મારા મોબાઇલમાં મેસેજ કેવી રીતે આવે. હું આના વિશે કુતુહલ પૂર્વક વિચારવા લાગ્યો, અને મને તેની વાત કરવાની ઢબ પરથી એવું લાગ્યું કે એની પાસે આવો અધ્યતન મોબાઇલ ન હોય જે આવા ફોટા મોકલી શકે (મારી ધારણાને માફ કરજો). ઘણા સમય સુધી આ વાત વિચારતા, હું ખૂબ જ આશ્ચર્યચકિત થઇ ગયો અને તેની સાથે આનંદ પણ થયો કારણકે મેં ગુરુચરિત્રમાં વાંચ્યું હતુ કે ભગવાન કે એમના ચિત્રો તેમના ભક્તો સુધી કોઇ પણ રીતે પહોંચે છે. મેં આવું તારણ કાઢયું કારણ કે હું મંદિર જઇ ન શક્યો તેથી મારા ગુરુએ મને આર્શીવાદ આપવા ભગવાન હનુમાન, જે ભક્તિનું સ્વરૂપ છે તેનો ફોટો મોકલ્યો. હું હજી પણ એજ માનું છું અને હું હ્રદયપૂર્વક મારા ગુરુનો આભાર માનું છું જે તેમની કૃપા ખૂબ જ સુંદર રીતે, પ્રેમપૂર્વક વરસાવે છે.... આપણે માત્ર એટલું જ કરવાનું છે કે આપણુ હ્રદય ખોલીને બાળકની જેમ "માં" માટે રુદન કરવાનું છે.

શાંતિની , સુંદરતાની, પ્રેમની અને આનંદની લહેરો તેમના શ્રી ચરણોમાંથી હંમેશા આપણા જીવનમાં આવતી રહેશે.

આશ્રમ જ્ઞાન

સાસુ અને વહુ વચ્ચેનો સંઘર્ષ સદીઓ થી ચાલતો આવ્યો છે. આ મુદો હાલમાં આશ્રમમાં ચર્ચાયો હતો. ગુરુજી શાંતીથી મહીલા સાધકોની વાત સાંભળતા હતા જેઓ કદાચ તેમના પતિ સાથે તેમના સાસુ સસરાને મૂકીને જુદા રહેવાનું વિચારતા હતા. ગુરુજીએ તેમને પૂછ્યુ કે આના સિવાય બીજો કોઇ વિકલ્પ નથી? તેમણે પૂછ્યું કે "શું કામ તમેં તમારા પતિને તેમના માતાપિતાથી અલગ રહેવા કહો છો જ્યારે જુદાઇ ખૂબ જ દુઃખદાયક છે." તે છોકરીઓ તરત જ બોલી ઊઠી કે તેઓએ પણ એ જ તો કર્યું છે અને તેઓ પણ તેમના માતાપિતાથી દૂર થયા છે તેનું તેમને દુઃખ છે. તો સવાલ એ છે કે જ્યારે તેમણે કર્યું તો તેમના પતિ કેમ ન કરે. ગુરૂજીએ ફરી પૂછ્યું, "તમે એમ કહો છો કે તમને દુઃખ છે? તો પછી આ વિકલ્પ અપનાવીને તમે એ વ્યકિતને દુઃખી બનાવશો કારણકે તમે તો પહેલેથી જ દુઃખી છો? અને આ તમારા સાસુ સસરા માટે પણ દુઃખદ અનુભવ હશે. એટલે તમે ચાર લોકોને દુઃખી કરશો. અને આ થવાથી તમારા માતાપિતા પણ દુઃખી થશે. તેનો મતલબ એ કે દુઃખ છે પણ ઘણું વધી ગયું છે. શું તમને એવું નથી લાગતું કે દરેક પરિસ્થિતિમાં આપણે લોકોનું દુઃખ ઓછું નથી કરતાં પણ વધારીએ છીએ. સ્ત્રીઓને આની કદાચ ખબર હતી. તેઓ દુઃખ ભોગવતા જેથી બીજા લોકો સુખી રહી શકે. આને ત્યાગ કહેવાય. પણ આજે તમે તેને અન્યાય કહો છો. આ બન્ને વચ્ચે ખૂબ જ સૂક્ષ્મ તફાવત છે. પણ તમારા દ્રષ્ટિકોણ ઉપર નિર્ભર કરે છે કે તમે કયાંથી જુઓ છો? જો દરેક પથ્થર દિવાલ કે પછી શિખર બનવા ઇચ્છે તો પછી પાયો કયાંથી બનશે? પાયાના પથ્થર બનવા માટે મજબૂત અને શુધ્ધ ચારિત્ર જોઈએ?

જ્યારે લોકો તમારાથી દૂર જાય ત્યારે તેમને જવા દો. તમારું નસીબ કોઈનાથી બંધાયેલુ નથી જે તમને છોડીને જાય છે. તેનો અર્થ એ નથી કે તેઓ ખરાબ લોકો છે. પણ તેનો અર્થ એ છે કે તેમની ભૂમિકા તમારી કથામાંથી સમાપ્ત થઈ ગઈ છે.

રેકિ સેમિનારનું સમયપત્રક

ક્રમ	તારીખ	સ્થળ	માસ્ટર	ડીગ્રી
૧	૧, ૨ જૂન	મડગાવ ગોવા	સીમાબેન / કલ્પિતા	દ્વિતિય
૨	૧, ૨ જૂન	મડગાવ ગોવા	કૃપા / વિશાલ	પ્રથમ
૩	૧, ૨ જૂન	થાને	અજીત સર / રાકેશ	પ્રથમ
૪	૮, ૯ જૂન	બેંગ્લોર	રાકેશ	પ્રથમ
૫	૮, ૯ જૂન	બેંગ્લોર	અજીત સર / સીમાબેન	દ્વિતિય
૬	૮, ૯ જૂન	તેલેગન	કલ્પિતા	પ્રથમ
૭	૮, ૯ જૂન	વડોદરા	સંગીતાબેન	પ્રથમ
૮	૧૫, ૧૬ જૂન	મુંબઇ	વિશાલ	પ્રથમ
૯	૧૫, ૧૬ જૂન	નાશીક	અજીત સર / કૃપા	દ્વિતિય
૧૦	૧૫, ૧૬ જૂન	અમદાવાદ	ભારતીબેન	પ્રથમ
૧૧	૧૫, ૧૬ જૂન	વસઈ	સીમાબેન/કલ્પિતા	પ્રથમ
૧૨	૨૨, ૨૩ જૂન	દેવરૂખ	અજીત સર / કલ્પિતા	પ્રથમ
૧૩	૨૯, ૩૦ જૂન	પુના	વિશાલ	પ્રથમ
૧૪	૨૯, ૩૦ જૂન	મોરબી	સીમાબેન	પ્રથમ
૧૫	૨૯, ૩૦ જૂન	કોટા	કૃપા	પ્રથમ