ગુરુમાઈ ચિદ્વિલાસાનંદની શિખામણો

જવાબદાર બનો

સાંજની આરતી

શનિવાર, ૨૧ માર્ચ, ૨૦૨૦

ભગવાન નિત્યાનંદ મંદિર

કોઈપણ દિવસ કહેવા માટે શું છે, બસ એ જ કે તમે જે કરી રહ્યાં છો તે કરતાં રહો — અને એવું કરો સચેત થઈને અને સાવધાનીપૂર્વક. તમારે જે પણ જાણવાની જરૂર છે, તે કહેવામાં આવ્યું છે અને વારંવાર, વારંવાર કહેવામાં આવ્યું છે.

***

કોઈપણ દિવસ તમે કેવું મહસૂસ કરો છો, શું મહસૂસ કરો છો તે તમારાં કર્મોનું ફળ છે. તેથી, તમે જે મહસૂસ કરવા માંગો છો તે મહસૂસ કરો, એ સુનિશ્ચિત કરવાની જવાબદારી તમારી છે.

બીજાં શું મહસૂસ કરે છે — વાસ્તવમાં એ જવાબદારી તમારી નથી. તમારામાંથી દરેકને એ જવાબદારી લેવાની જરૂર છે કે તમે શું કરો છો, શું બોલો છો અને શું વિચારો છો. તમે જાણો છો કે હું શું શીખવું છું. એ જવાબદારી તમારી છે, પછી ભલે તમે તેનું પાલન કરો કે ન કરો.

જવાબદારીની વાત કરી રહ્યાં છીએ તો યાદ રાખો કે એ નક્કી કરવું પૂરીરીતે તમારા નિયંત્રણમાં છે કે તમારે કોઈ ભાવનામાં ડૂબી રહેવું છે કે નહીં. એ સુનિશ્ચિત કરવાની પૂરેપૂરી જવાબદારી લો કે જ્યારે તમને બોલવાની જરૂર છે, ત્યારે જ બોલો. જ્યાં તમારે પહોંચવાની જરૂર છે, ત્યાં પહોંચો. અને જ્યાં રહેવાની જરૂર નથી, ત્યાં ન રહો.

યાદ રાખો : જવાબદારી એ તમારી ક્ષમતા પ્રત્યે તમારો જવાબ છે. એ જાણીને કે તમારી પાસે શક્તિ છે, તમને મહસૂસ થવું જોઈએ કે તમે શક્તિશાળી છો. તેથી, તમે કેવું મહસૂસ કરો છો અને શું મહસૂસ કરો છો એ તમારા પોતાના કાર્યક્ષેત્રની અંદર છે. જે તમારી પાસે છે, જે તમારી ક્ષમતાઓ છે તેના પર ગર્વ કરો.

હંમેશાં યાદ રાખો કે તમે મારા વિચારોમાં છો, તમે મારી પ્રાર્થનાઓમાં છો, તમે મારા બોધમાં છો. હું હંમેશાં તમારા માટે સર્વોત્કૃષ્ટની જ કામના કરું છું. હું હંમેશાં એ જાણું છું કે તમે તમારા હૃદયમાં ભગવાનના પ્રકાશને ધારણ કર્યો છે.

જવાબદાર બનો.

જવાબદાર બનો.

જવાબદાર બનો.

મંદિરમાં રહો!

જવાબદાર બનો. મંદિરમાં રહો.

તમારું શરીર ભગવાનનું મંદિર છે.

જવાબદાર બનો. મંદિરમાં રહો.

તમારું મન ભગવાનનું મંદિર છે.

જવાબદાર બનો. મંદિરમાં રહો.

તમારું ઘર મંદિર છે.

જવાબદાર બનો. મંદિરમાં રહો.

તમે જ્યાં પણ હોવ, મહસૂસ કરો કે તમે મંદિરમાં છો.

જો તમને ખરાબ મહસૂસ થાય છે તો સ્વયંને ખરાબ મહસૂસ થવા દો

અને પછી તેમાંથી બહાર નીકળી જાઓ.

જો તમને સારું મહસૂસ થાય છે,

તો હજી વધારે સારું મહસૂસ કરવાનો પ્રયત્ન કરો.

જો તમે ખુશ છો તો હજી વધારે ખુશી મહસૂસ કરો.

અને જો તમે દુઃખી છો તો તેમાંથી બહાર નીકળો. હું આ શા માટે કહી રહી છું ‘‘તેમાંથી બહાર નીકળો’’? હું સમજાવું છું. મારો અર્થ એ નથી કે તેને એકબાજુ સરકાવી દો. મારો અર્થ છે કે તેમાંથી બહાર નીકળવા માટે કોઈ રસ્તો શોધી કાઢો. ઉદાહરણ તરીકે, જ્યારે તમે પર્વત પર ચઢી રહ્યાં હોવ, ત્યારે બની શકે કે ક્યારેક તમે થાકી જાઓ. તમે હાંફી જાઓ. તમને લાગે કે હવે તમે વધારે ઉપર નહીં ચઢી શકો. પણ પછી, અનુમાન લગાવો કે

શું થાય છે? તમે રસ્તો શોધી જ *કાઢો છો.* શા માટે? કારણકે તમારો સંકલ્પ છે, તમારું લક્ષ્ય છે — શિખર સુધી પહોંચવું. અને તે જ તમને નવી ઊર્જા આપે છે, જેનાથી તમને પર્વત પર ચઢતા રહેવાની તાકાત મળે છે.

એ જ રીતે, જો તમે દુઃખી છો તો એ દુઃખને દૂર કરવાનો ઉપાય શોધો. અને જો તમે ખુશ છો તો એ ભાવનામાં વધુ ખુશીને ઉમેરી દો. આ તમને હજી વધારે ઊર્જાથી ભરી દેશે. તમે કોઈપણ વસ્તુને અદ્‌ભુત બનાવી શકો છો — હકીકતમાં તો, તમે તેને હજી *વધારે* અદ્‌ભુત બનાવી શકો છો. બડે બાબા દરરોજ અધિકાધિક અદ્‌ભુત દેખાય છે, હે ને?

© ૨૦૨૦ એસ.વાય.ડી.એ. ફાઉન્ડેશન®. સર્વાધિકાર સુરક્ષિત.