23.02.2025 પ્રાતઃમુરલી ઓમ શાંતિ “અવ્યક્ત-બાપદાદા” રીવાઈઝ ૧૭-૦૨-૨૦ મધુબન

“ સર્વ ને સહયોગ આપો અને સહયોગી બનાવો , સદા અખંડ ભંડારો ચાલતો રહે”

આજે બાપદાદા સ્વયં પોતાની સાથે બાળકો ની હીરાતુલ્ય જન્મ દિવસ શિવજયંતિ મનાવવા આવ્યા છે. તમે બધા બાળકો પોતાનાં પારલૌકિક, અલૌકિક બાપ નો બર્થ ડે મનાવવા આવ્યા છો તો બાપ પછી તમારો મનાવવા આવ્યા છે. બાપ બાળકો નાં ભાગ્ય ને જોઈ હર્ષિત થાય છે વાહ મારા શ્રેષ્ઠ ભાગ્યવાન બાળકો વાહ! જે બાપ ની સાથે-સાથે અવતરિત થયા વિશ્વ નાં અંધકાર ને ખતમ કરવા માટે. આખા કલ્પ માં આવો બર્થ ડે કોઈનો પણ ન હોઈ શકે, જે આપ બાળકો પરમાત્મ-બાપ ની સાથે મનાવી રહ્યા છો. આ અલૌકિક અતિ ન્યારા, અતિ પ્યારા જન્મદિવસ ને ભક્ત આત્માઓ પણ મનાવે છે પરંતુ આપ બાળકો મિલન મનાવો છો અને ભક્ત આત્માઓ ફક્ત મહિમા ગાતા રહે છે. મહિમા પણ ગાય, પોકારે પણ, બાપદાદા ભક્તો ની મહિમા અને પોકાર સાંભળીને એમને પણ નંબરવાર ભાવના નું ફળ આપે જ છે. પરંતુ ભક્ત અને બાળકો બંને માં મહાન અંતર છે. તમારા કરેલા શ્રેષ્ઠ કર્મ, શ્રેષ્ઠ ભાગ્ય નું યાદગાર ખૂબ સારું મનાવે છે એટલે બાપદાદા ભક્તો ની ભક્તિ ની લીલા જોઈ એમને પણ મુબારક આપે છે કારણકે યાદગાર ની બધાએ સારી રીતે કોપી (નકલ) કરી છે. તે પણ આ જ દિવસે વ્રત રાખે છે, તે વ્રત રાખે છે થોડા સમય માટે, અલ્પકાળ નું ખાવા-પીવાનું અને શુદ્ધિ માટે. તમે વ્રત લો છો સંપૂર્ણ પવિત્રતા, જેમાં આહાર-વ્યવહાર, વચન, કર્મ, પૂરાં જન્મ માટે વ્રત લો છો. જ્યાં સુધી સંગમ નાં જીવન માં જીવવાનું છે ત્યાં સુધી મન-વચન-કર્મ માં પવિત્ર બનવાનું જ છે. નથી ફક્ત બનવાનું પરંતુ બનાવવાના પણ છે. તો જુઓ, ભક્તો ની બુદ્ધિ પણ ઓછી નથી, યાદગાર ની કોપી ખૂબ સારી કરી છે. તમે બધા બધું વ્યર્થ સમર્પણ કરી સમર્થ બનો છો અર્થાત્ પોતાનાં અપવિત્ર જીવન ને સમર્પણ કર્યું, તમારી સમર્પણતા ની યાદગાર તે બલિ ચઢાવે છે પરંતુ સ્વયં ને બલિ નથી ચઢાવતા, બકરી ને બલિ ચઢાવે છે. જુઓ, કેટલી સારી કોપી કરી છે, બકરા ને કેમ બલિ ચઢાવે છે? આની પણ કોપી ખૂબ સુંદર કરી છે, બકરો શું કરે છે? હું-હું-હું કરે છે ને? અને તમે શું સમર્પણ કર્યું? હું-હું-હું. દેહ-ભાન નું હું-પણું, કારણકે આ હું-પણા માં જ દેહ-અભિમાન આવે છે. જે દેહ-અભિમાન બધા વિકારો નું બીજ છે.

બાપદાદાએ પહેલાં પણ સંભળાવ્યું છે કે સર્વ સમર્પણ થવામાં આ દેહભાન નું હું-પણું જ અડચણ નાખે છે. સાધારણ હું-પણું, હું દેહ છું તથા દેહ નાં સંબંધો નું હું-પણું, દેહ નાં પદાર્થો નું સમર્પણ આ તો સહજ છે. આ તો કરી લીધું છે ને? કે નહીં, આ પણ નથી થયું! જેટલા આગળ વધે છે એટલું હું-પણું પણ અતિ સૂક્ષ્મ મહિન થતું જાય છે. આ મોટું હું-પણું તો ખતમ થવાનું સહજ છે. પરંતુ સુક્ષ્મ હું-પણું છે - જે પરમાત્મ-જન્મ સિદ્ધ અધિકાર દ્વારા વિશેષતાઓ પ્રાપ્ત થાય છે, બુદ્ધિ નું વરદાન, જ્ઞાન સ્વરુપ બનવાનું વરદાન, સેવા નું વરદાન તથા વિશેષતાઓ કે પ્રભુ દેન કહો, એનું જો હું-પણું આવે તો આને કહેવાય છે સુક્ષ્મ હું-પણું. હું જે કરું, હું જે કહું તે જ ઠીક છે, તે જ થવું જોઈએ, આ રોયલ હું-પણું ઉડતી કળા માં જવા માટે બોજ બની જાય છે. તો બાપ કહે છે આ હું-પણા નું પણ સમર્પણ, પ્રભુ-દેન માં હું-પણું નથી હોતું, ન હું ન મારું. પ્રભુ-દેન, પ્રભુ વરદાન, પ્રભુ વિશેષતા છે. તો તમારા બધાની સમર્પણતા કેટલી સુક્ષ્મ છે. તો ચેક કર્યું છે? સાધારણ હું-પણું તથા રોયલ હું-પણું બંને નું સમર્પણ કર્યું છે? કર્યું છે કે કરી રહ્યા છો? કરવું તો પડશે જ. તમે બધા પરસ્પર હસવામાં કહો છો ને, મરવું તો પડશે જ. પરંતુ આ મરવું ભગવાન નાં ખોળા માં જીવવું છે. આ મરવું, મરવાનું નથી. ૨૧ જન્મ દેવ-આત્માઓ નાં ખોળા માં જન્મ લેવાનો છે એટલે ખુશી-ખુશી થી સમર્પિત થાઓ છો ને? બુમો પાડીને તો નથી થતાં? ના. ભક્તિ માં પણ બુમો પાડેલી બલિ સ્વીકાર નથી થતી. તો જે ખુશી થી સમર્પિત થાય છે, હદ નું હું અને મારા માં, તે જન્મ-જન્મ વારસા નાં અધિકારી બની જાય છે.

તો ચેક કરજો - કોઈ પણ વ્યર્થ સંકલ્પ, વ્યર્થ બોલ, વ્યર્થ ચલન ને પરિવર્તન કરવામાં ખુશી થી પરિવર્તન કરો છો કે મજબૂરી થી? મહોબ્બત માં પરિવર્તન થાઓ છો કે મહેનત થી પરિવર્તન થાઓ છો? જ્યારે બધા બાળકોએ જન્મ લેતા જ પોતાનાં જીવન નું ઓક્યુપેશન આ જ બનાવ્યું છે - વિશ્વ પરિવર્તન કરવા વાળા, વિશ્વ પરિવર્તક. આ તમારા બધાનું, બ્રાહ્મણ-જન્મ નું ઓક્યુપેશન છે ને? છે પાક્કું તો હાથ હલાવો. ઝંડા હલાવી રહ્યા

છો, ખૂબ સારૂં. (બધા નાં હાથ માં શિવબાબા ની ઝંડીઓ છે જે બધા હલાવી રહ્યા છે) આજે ઝંડા નો દિવસ છે ને, ખૂબ સારું. પરંતુ આમ જ ઝંડો નહીં હલાવતાં. આમ તો ઝંડો હલાવવો તો ખૂબ સહજ છે, મન ને હલાવવાનું છે. મન ને પરિવર્તન કરવાનું છે. હિંમતવાળા છો ને? હિંમત છે? ખૂબ હિંમત છે, સારું.

બાપદાદા એ ખુશખબરી ની વાત જોઈ, કઈ, જાણો છો? બાપદાદાએ આ વર્ષ માટે વિશેષ ગિફ્ટ આપી હતી કે "આ વર્ષે જો થોડી પણ હિંમત રાખશો, કોઈ પણ કાર્ય માં, ભલે સ્વ-પરિવર્તન માં, ભલે કાર્ય માં, ભલે વિશ્વ સેવા માં, જો હિંમત થી કર્યું તો આ વર્ષ ને વરદાન મળેલું છે એક્સ્ટ્રા મદદ મળવાનું." તો બાપદાદાએ ખુશી નાં સમાચાર તથા દૃશ્ય શું જોયા? કે આ વખત ની શિવજયંતિ ની સેવા માં ચારેય તરફ ખૂબ-ખૂબ-ખૂબ સારી હિંમત અને ઉમંગ-ઉત્સાહ થી આગળ વધી રહ્યા છો. (બધાએ તાળી વગાડી) હા, તાળી ભલે વગાડો. સદા આવી રીતે તાળી પાડશો કે શિવરાત્રી પર? સદા વગાડતા રહેજો. સારું. ચારેય તરફથી તો મધુબન માં સમાચાર લખે છે અને બાપદાદા તો વતન માં જ જોઈ લે છે. ઉમંગ સારો છે અને પ્લાન પણ સારા બનાવ્યા છે. આવી રીતે જ સેવા માં ઉમંગ અને ઉત્સાહ વિશ્વ નાં આત્માઓ માં ઉમંગ-ઉત્સાહ વધારશે. જુઓ નિમિત્ત દાદી ની કલમે કમાલ તો કરી છે ને? સારું રીઝલ્ટ છે. એટલે બાપદાદા હમણાં એક-એક સેન્ટર નું નામ તો નહીં લેશે પરંતુ વિશેષ બધી તરફ ની સેવા નાં રિઝલ્ટ ની, બાપદાદા દરેક સેવાધારી બાળકોની વિશેષતા અને નામ લઈને પદમગુણા મુબારક આપી રહ્યા છે. જોઈ પણ રહ્યા છે, બાળકો પોત-પોતાનાં સ્થાન પર જોઈને ખુશ થઈ રહ્યા છે. વિદેશ માં પણ ખુશ થઈ રહ્યા છે કારણકે તમે બધા તો એ જ વિશ્વ નાં આત્માઓ માટે ઈષ્ટદેવી અને દેવતાઓ છો ને? બાપદાદા જ્યારે બાળકોની સભા ને જુએ છે તો ત્રણ રુપ થી જુએ છે:-

૧- વર્તમાન સ્વરાજ્ય અધિકારી, હમણાં પણ રાજા છો. લૌકિક માં પણ બાપ બાળકોને કહે છે મારા રાજા બાળકો, રાજા બાળક. ભલે ગરીબ પણ હોય તો પણ કહે છે રાજા બાળક. પરંતુ બાપ વર્તમાન સંગમ પર પણ દરેક બાળક ને સ્વરાજ્ય અધિકારી રાજા બાળક જુએ છે. રાજા છો ને? સ્વરાજ્ય અધિકારી. તો વર્તમાન સ્વરાજ્ય અધિકારી. ૨ - ભવિષ્ય માં વિશ્વ રાજ્ય અધિકારી અને ૩ - દ્વાપર થી કળિયુગ અંત સુધી પૂજ્ય, પૂજન નાં અધિકારી - આ ત્રણેય રુપો માં દરેક બાળક ને જુએ છે. સાધારણ નથી જોતાં. તમે કેવા પણ છો પરંતુ બાપદાદા દરેક બાળક ને સ્વરાજ અધિકારી રાજા બાળકો જુએ છે. રાજયોગી છો ને? કોઈ આમાં પ્રજા યોગી છે શું? પ્રજા યોગી છે? ના. બધા રાજયોગી છે. તો રાજયોગી અર્થાત્ રાજા. આવી રીતે સ્વરાજ્ય અધિકારી બાળકોનો બર્થ ડે મનાવવા સ્વયં બાપ આવ્યા છે. જુઓ, આપ ડબલ વિદેશી તો વિદેશ થી આવ્યા છો, બર્થ ડે મનાવવા. હાથ ઉઠાવો ડબલ વિદેશી. તો વધારે માં વધારે દૂર દેશ ક્યો છે? અમેરિકા કે એનાથી પણ દૂર છે? અને બાપદાદા ક્યાંથી આવ્યા છે? બાપદાદા તો પરમધામ થી આવ્યા છે. તો બાળકો સાથે પ્રેમ છે ને? તો જન્મદિવસ કેટલો શ્રેષ્ઠ છે, જે ભગવાન ને પણ આવવું પડે છે. હા આ (બર્થ ડે નું એક બેનર બધી ભાષાઓ નું બનાવેલું દેખાડી રહ્યા છે) સારું બનાવ્યું છે, બધી ભાષાઓ માં લખ્યું છે. બાપદાદા બધા દેશ ની બધી ભાષાઓ વાળા બાળકો ને બર્થ ડે ની મુબારક આપી રહ્યા છે.

જુઓ, બાપ ની શિવજયંતિ મનાવે છે પરંતુ બાપ છે શું? બિંદુ. બિંદુ ની જયંતિ, અવતરણ મનાવી રહ્યા છો. સૌથી હીરાતુલ્ય જયંતિ કોની છે? બિંદુ ની, બિંદી ની. તો બિંદુ ની કેટલી મહિમા છે? એટલે બાપદાદા સદા કહે છે કે ત્રણ બિંદુ સદા યાદ રાખો - આઠ નંબર, સાત નંબર તો છતાં પણ ગડબડ થી લખવું પડશે પરંતુ બિંદુ કેટલું સરળ છે. ત્રણ બિંદુ - સદા યાદ રાખો. ત્રણેય ને સારી રીતે જાણો છો ને? તમે પણ બિંદુ, બાપ પણ બિંદુ, બિંદુ નાં બાળકો બિંદુ છો. અને કર્મ માં જ્યારે આવો છો તો આ સૃષ્ટિ મંચ પર કર્મ કરવા માટે આવ્યા છો, આ સૃષ્ટિ મંચ ડ્રામા છે. તો ડ્રામા માં જે પણ કર્મ કર્યું, વીતી ગયું, એને ફુલસ્ટોપ લગાવો. તો ફુલસ્ટોપ પણ શું છે? બિંદુ. એટલે ત્રણ બિંદુ સદા યાદ રાખો. બધી કમાલ જુઓ, આજકાલ ની દુનિયામાં સૌથી વધારે મહત્વ કોનું છે? પૈસા નું. પૈસા નું મહત્વ છે ને? મા-બાપ પણ કાંઈ નથી, પૈસા જ બધું છે. એમાં પણ જુઓ જો એક ની આગળ, એક બિંદુ લગાવી દો તો શું બની જશે? દસ બની જશે ને? બીજું બિંદુ લગાવો, ૧૦૦ થઈ જશે. ત્રીજું લગાવો ૧૦૦૦ થઈ જશે. તો બિંદુ નું કમાલ છે ને? પૈસા માં પણ બિંદુ ની કમાલ છે અને શ્રેષ્ઠ આત્મા બનવામાં પણ બિંદુ ની કમાલ છે. અને કરનકરાવનહાર પણ બિંદુ છે. તો બધી તરફ કોનું મહત્વ થયું? બિંદુ નું ને? બસ, બિંદુ યાદ રાખો બીજા વિસ્તાર માં ન જાઓ, બિંદુ તો યાદ કરી શકો. બિંદુ બનો, બિંદુ ને યાદ કરો અને બિંદુ લગાવો, બસ. આ છે પુરુષાર્થ. મહેનત છે? કે સહજ છે? જે સમજે છે સહજ છે તે હાથ ઉઠાવો. સહજ છે તો બિંદુ લગાવવું પડશે. જ્યારે કોઈ

સમસ્યા આવે છે ત્યારે બિંદુ લગાવો છો કે પ્રશ્નાર્થ? પ્રશ્નાર્થ નહીં લગાવતા, બિંદુ લગાવજો. પ્રશ્નાર્થ માર્ક કેટલો વાંકો હોય છે. જુઓ, લખો પ્રશ્નાર્થ, કેટલો વાંકો છે અને બિંદુ કેટલું સહજ છે? તો બિંદુ બનતા આવડે છે? આવડે છે? બધા હોંશિયાર છે.

બાપદાદાએ વિશેષ સેવા નાં ઉમંગ-ઉત્સાહ ની મુબારક તો આપી, ખૂબ સારું કરી રહ્યા છો, કરતા રહેશો પરંતુ આગળ માટે દરેક સમયે, દરેક દિવસે - વિશ્વ સેવાધારી છું - આ યાદ રાખજો. તમને યાદ છે - બ્રહ્મા બાપ સાઈન (હસ્તાક્ષર) શું કરતા હતાં? વર્લ્ડ સર્વેન્ટ (વિશ્વ સેવાધારી). વર્લ્ડ સર્વેન્ટ છો, તો ફક્ત શિવરાત્રી ની સેવા થી વર્લ્ડ ની સેવા સમાપ્ત નહીં થશે. લક્ષ રાખો કે હું વર્લ્ડ સર્વેન્ટ છું, તો વર્લ્ડ ની સેવા દરેક શ્વાસ માં, દરેક સેકન્ડે કરવાની છે. જે પણ આવે, જેના પણ સંપર્કમાં છો, એમને દાતા બની કાંઈ ને કાંઈ આપવાનું જ છે. ખાલી હાથે કોઈ ન જાય. અખંડ ભંડારો દરેક સમયે ખુલ્લો રહે. ઓછા માં ઓછું દરેક પ્રત્યે શુભ ભાવ અને શુભ ભાવના, આ અવશ્ય આપો. શુભ ભાવ થી જુઓ, સાંભળો, સંબંધ માં આવો અને શુભ ભાવના થી એ આત્મા ને સહયોગ આપો. હમણાં સર્વ આત્માઓ ને તમારા સહયોગ ની ખૂબ-ખૂબ આવશ્યક્તા છે. તો સહયોગ આપો અને સહયોગી બનાવો. કોઈ ન કોઈ સહયોગ ભલે મન્સા નો, કે બોલ દ્વારા કોઈ સહયોગ આપો, ભલે સંબંધ-સંપર્ક દ્વારા સહયોગ આપો, તો આ શિવરાત્રી જન્મ ઉત્સવ નું વિશેષ સ્લોગન યાદ રાખો - "સહયોગ આપો અને સહયોગી બનાવો". ઓછા માં ઓછા જે પણ સંબંધ-સંપર્ક માં આવે એને સહયોગ આપો, સહયોગી બનાવો. કોઈ ન કોઈ તો સંબંધ માં આવે જ છે, તેની બીજી કોઈ ખાતરી ભલે ન કરો પરંતુ દરેક ને દિલખુશ મીઠાઈ જરુર ખવડાવો. આ જે અહીં ભંડારા માં બને છે તે નહીં. દિલ ખુશ કરી દો. તો દિલ ખુશ કરવા અર્થાત્ દિલ ખુશ મીઠાઈ ખવડાવવી. ખવડાવશો? એમાં તો કોઈ મહેનત નથી. નથી સમય એક્સ્ટ્રા આપવાનો, નથી મહેનત. શુભ ભાવના થી દિલ ખુશ મીઠાઈ ખવડાવો. તમે પણ ખુશ, તે પણ ખુશ બીજું શું જોઈએ? તો ખુશ રહેશો અને ખુશી આપશો ક્યારેય પણ તમારા બધાનો ચહેરો વધારે ગંભીર ન હોવો જોઈએ. ટૂ મચ ગંભીર પણ સારું નથી લાગતું. મુસ્કુરાહટ તો હોવી (હર્ષિત મુખ તો હોવું) જોઈએ ને? ગંભીર બનવું સારું છે, પરંતુ ટૂ મચ ગંભીર હોય છે ને, તો તે એવા હોય છે જાણે કે ખબર નહીં ક્યાં ગાયબ (ગુમ) છે. જોઈ પણ રહ્યા છે પરંતુ ગાયબ. બોલી પણ રહ્યા છે પરંતુ ગાયબ રુપ માં બોલી રહ્યા છે. તો તે ચહેરો સારો નહીં. ચહેરો સદા હર્ષિત રહે. ચહેરો સીરિયસ નહીં કરતાં. શું કરીએ, કેવી રીતે કરીએ તો સિરિયસ થઈ જાઓ છો. ખૂબ મહેનત છે, ખૂબ કામ છે... સીરિયસ થઈ જાઓ છો પરંતુ જેટલું વધારે કામ એટલું વધારે હર્ષિત રહેવાનું. હર્ષિત રહેતા આવડે છે ને? આવડે છે? તમારા જડચિત્ર જુઓ, ક્યારેય આવા સીરિયસ દેખાડે છે શું? જો સીરિયસ દેખાડે તો કહે છે આર્ટિસ્ટ બરોબર નથી. તો જો તમે પણ સીરિયસ રહો છો તો કહેશે આમને જીવવાની આર્ટ (કળા) નથી આવડતી. એટલે શું કરશો? ટીચર્સ, શું કરશો? સારું ઘણાં ટીચર્સ છે, ટીચર્સ ને મુબારક છે. સેવા ની મુબારક છે. અચ્છા.

એક સેકન્ડ માં પોતાનું પૂર્વજ અને પૂજ્ય સ્વરુપ ઈમર્જ કરી શકો છો? એ જ દેવી અને દેવતાઓ નાં સ્વરુપ ને સ્મૃતિ માં પોતાને જોઈ શકો છો? કોઈપણ દેવી અથવા દેવતા. હું પૂર્વજ છું, સંગમયુગ માં પૂર્વજ છો અને દ્વાપર થી પૂજ્ય છો. સતયુગ, ત્રેતા માં રાજ્ય અધિકારી છો. તો એક સેકન્ડ માં બીજા બધા સંકલ્પ સમાપ્ત કરી પોતાનાં પૂર્વજ અને પૂજ્ય સ્વરુપ માં સ્થિત થઈ જાઓ. અચ્છા.

ચારેય તરફ નાં અલૌકિક દિવ્ય અવતરણ વાળા બાળકો ને બાપ નાં જન્મ દિવસ અને બાળકો નાં જન્મ દિવસ ની દુવાઓ અને યાદ-પ્યાર, દિલારામ બાપ નાં દિલ માં રાઈટ હેન્ડ સેવાધારી બાળકો સદા સમાયેલા છે. તો એવા દિલ તખ્તનશીન આત્માઓ ને, સદા બિંદુ નાં મહત્વ ને જાણવા વાળા શ્રેષ્ઠ બિન્દુ સ્વરુપ બાળકો ને, સદા પોતાનાં સ્વમાન માં સ્થિત રહી સર્વ ને રુહાની સન્માન આપવા વાળા સ્વમાનધારી આત્માઓ ને, સદા દાતા નાં બાળકો માટે દરેક ને પોતાનાં અખંડ ભંડારા માંથી કાંઈ ન કાંઈ આપવા વાળા માસ્ટર દાતા બાળકો ને બાપદાદા નાં ખૂબ-ખૂબ પદમગુણા, કોહીનૂર હીરા કરતાં પણ વધારે પ્રભુ નૂર બાળકો ને યાદ-પ્યાર અને નમસ્તે.

વરદાન :- દરેક શક્તિ ને ઓર્ડર પ્રમાણે ચલાવવા વાળા માસ્ટર રચયિતા ભવ

કર્મ શરુ કરતા પહેલાં જેવું કર્મ તેવી શક્તિ નું આહ્વાન કરો. માલિક બનીને ઓર્ડર કરો કારણકે આ સર્વશક્તિઓ તમારી ભુજા સમાન છે, તમારી ભુજાઓ તમારા ઓર્ડર વગર કાંઈ નથી કરી શકતી. ઓર્ડર કરો સહન શક્તિ કાર્ય સફળ કરો તો જુઓ સફળતા થયેલી જ છે. પરંતુ ઓર્ડર

કરવાને બદલે ડરો છો-કરી શકીશું કે નહીં કરી શકીશું? આ પ્રકાર નો ડર છે તો ઓર્ડર ચાલી નથી શકતો એટલે માસ્ટર રચયિતા બની દરેક શક્તિ ને ઓર્ડર પ્રમાણે ચલાવવા માટે નિર્ભય બનો.

સ્લોગન :- સહારાદાતા બાપ ને પ્રત્યક્ષ કરી બધાને કિનારે લગાવો

અવ્યક્ત ઇશારા - એકાંતપ્રિય બનો એકતા અને એકાગ્રતા ને અપનાવો

જેવી રીતે કોઈ ઇન્વેન્ટર કોઈ પણ ઇન્વેન્શન કરવા માટે એકાંત માં રહે છે. તો અહીં નું એકાંત અર્થાત્ એક નાં અંત માં ખોવાઈ જવું, તો બહાર નાં આકર્ષણ થી એકાંત જોઈએ. એવું નથી ફક્ત રુમ માં બેસવાનું એકાંત જોઈએ, પરંતુ મન એકાંત માં હોય. મન ની એકાગ્રતા અર્થાત્ એક ની યાદ માં રહેવું, એકાગ્ર થવું આ જ એકાંત છે.