


SIVANANDA ASHRAM, AHMEDABAD



ADVANCE YOGA TEACHER'S TRAINING COURSE
FEBRUARY - MARCH, 2014

યોગ, સ્વાસ્થ્ય અને નૈલિક જીવન મૂલ્યોનું માસિક

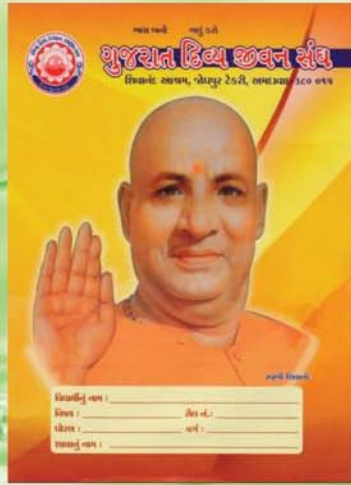
દિવ્ય જીવન



વાર્ષિક લવાજમ : રૂ. ૧૫૦/- ● વર્ષ - ૧૧, અંક - ૩ એપ્રિલ - ૨૦૧૪
Postal Registration No. GAMC 1417/2012-2014 Valid up to 31-12-2014 RNI No. GUJGUJ/2003/15738
Published on 4th of every month and Posted on 5th of every month at PSO, Ahmedabad-2. Annual Subscription Rs.150/-



પછાત વિસ્તારના ગરીબ વિદ્યાર્થીઓ માટે વિનમ્ર અપીલ



ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ દ્વારા ગયા વર્ષની જેમ આ વર્ષે પણ ૨૦૦ પાનાંની ૧,૨૫,૦૦૦ નોટબુક અને ૨૫,૦૦૦ ચોપડાની માગ આ વર્ષે આવેલ છે. નોટબુક વિનામૂલ્યે અંતરિયાળ પછાત વિસ્તારના ગરીબ વિદ્યાર્થીઓને આપવામાં આવશે. આ કાર્ય માટે કાર્યકરોએ સર્વે કરી વિગતો મંગાવેલ છે. નોટબુકના મુખપૃષ્ઠ ઉપર સ્વામી શિવાનંદજીનો રંગીન ફોટો, મુખપૃષ્ઠ-૨ ઉપર વિદ્યાર્થીઓને સંદેશ, મુખપૃષ્ઠ-૩ અને ૪ ઉપર અનુક્રમે સૂર્ય નમસ્કાર અને તેની બાર સ્થિતિ અને સ્વામીજીનો પરિચય, જ્યારે નોટબુકના પ્રથમ પાને શ્રી સરસ્વતી મંત્ર, વિશ્વ પ્રાર્થના, શ્રી મહામૃત્યુંજય મંત્ર, બીજા પાને પ્રાણાયામ-ધ્યાનના ફાયદા, 'Song of Eighteen Ities' હે પ્રભો, આનંદદાતા પ્રાર્થના તથા નોટબુકનાં છેલ્લાં બે પાને ઉપર અનુક્રમે 'યોગના લાભ અને આવશ્યક સૂચનાઓ તથા અબ્રાહમ લિંકનનો અવિસ્મરણીય પત્ર પ્રસિદ્ધ કરેલ છે. ગત વર્ષે શિક્ષણક્ષેત્રે આ નોટબુકની સેવા ખૂબ જ આવકાર પામેલ હતી. આ સેવામાં સહયોગ આવકાર્ય છે.

સફળતાથી વધુ સફળ કશું નહીં

કેવળ વિધાયક માનસિકતા જ તમને સફળ બનાવી શકે એટલે તમારા મનને સદાસર્વદા વિધાયક રાખો. નિરાશા કે અવહેલનાને કદી નજીક ઢૂંકવા ન દેશો. હરહંમેશ આનંદિત, પ્રસન્ન, સંતુષ્ટ રહ્યા કરો. યોગસાધનાના ક્ષેત્રમાં દાખલ થવા માગતા હો તો કેટલાંક મૂલ્યોને દૈનિકાપૂર્વક વળગી રહેવાના નિશ્ચય સાથે તમારા બાહ્ય વ્યવહારમાં સુધારો લાવો આ મૂલ્યોમાં કોઈ બાંધછોડ નહીં કરો અને હંમેશાં સદ્ભાવભર્યા, પવિત્ર, દૈવી વ્યવહાર કરવાનું નક્કી કરો. - સ્વામી ચિદાનંદ

સાધના તત્ત્વ

હજારો કિલોગ્રામ સિદ્ધાંતોના જ્ઞાન કરતાં કેવળ એક ગ્રામ તેનું આચરણ વધુ ફળદાયી છે. માટે તમારા દૈનિક જીવનમાં યોગ, ધર્મ તેમજ દર્શનશાસ્ત્રોએ બતાવેલ સાધનોનું આચરણ કરો. આથી મનુષ્ય જીવનનું અંતિમ લક્ષ્ય - આત્મસાક્ષાત્કાર - વહેલું મેળવી શકાશે.

- સ્વામી શિવાનંદ

શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની પ્રેરણાથી પ્રકાશિત દિવ્ય જીવન

વર્ષ : ૧૧

અંક : ૩

એપ્રિલ - ૨૦૧૪

સંસ્થાપક અને આદ્યતંત્રી :

બ્રહ્મલીન શ્રી સ્વામી યાજ્ઞવલ્ક્યાનંદજી

(ડૉ. શિવાનંદ અધ્યયુજી)

સંપાદક મંડળ :

અધ્યક્ષ : શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી (તંત્રી)

ડૉ. મફતભાઈ જે. પટ્ટણી

શ્રીમતી રૂપા મજમુદાર

○

તંત્રી : શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

લેખ મોકલવાનું સરનામું :

શિવાનંદ આશ્રમ, જોધપુર ટેકરી,

અમદાવાદ - ૩૮૦ ૦૧૫.

ફોન : ૨૬૮૬૧૨૩૪, ૨૬૮૬૨૩૪૫

○

મુખ્ય કાર્યાલય :

'દિવ્ય જીવન' માસિક, તેનું લવાજમ :

સ્વામી ચિદાનંદ સર્વજીવસેવાનિધિ

ઈતર પત્રવ્યવહાર અને મહામંત્રીનું કાર્યાલય :

શ્રી યજ્ઞેશભાઈ દેસાઈ

ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ

શિવાનંદ આશ્રમ,

જોધપુર ટેકરી, સેટેલાઈટ માર્ગ,

અમદાવાદ-૩૮૦૦૧૫

ફોન : ૨૬૮૬૧૨૩૪

ટેલિફેક્સ : ૨૬૮૬૨૩૪૫

○

E-mail :

sivananda_ashram@yahoo.com

Website : http://www.divyajivan.org

લવાજમ

ભારતમાં

વાર્ષિક લવાજમ : રૂ. ૧૫૦/-

શુભેચ્છક લવાજમ : રૂ. ૧૫૦૦/-

(૧૫ વર્ષ માટે)

પેટ્રન લવાજમ : રૂ. ૩૦૦૦/-

છૂટક નકલ : રૂ. ૧૫/-

વિદેશ માટે (એર મેઈલ)

વાર્ષિક (એર મેઈલ) : રૂ. ૧૮૦૦/-

શુભેચ્છક લવાજમ : રૂ. ૧૫૦૦૦/-

(૧૫ વર્ષ માટે) ચેક/ડ્રાફ્ટ (અમદાવાદ) દ્વારા

ॐ

યેષાં વૃત્તિઃ સમાવૃદ્ધા પરિપક્વા ચ સા પુનઃ ।

તે વૈ સદ્બ્રહ્મતાં પ્રાપ્તા નેતરે શબ્દવાદિનઃ ॥

કુશલા બ્રહ્મવાર્તાયાં વૃત્તિહીનાઃ સુરાગિણઃ ।

તેડ્યજ્ઞાનિતયા નૂનં પુનરાયાન્તિ યાન્તિ ચ ॥

નિમેષાર્થં ન તિષ્ઠન્તિ વૃત્તિં બ્રહ્મમયી વિના ।

યથા તિષ્ઠન્તિ બ્રહ્માદ્યાઃ સનકાદ્યાઃ શુકાદયઃ ॥

અપરોક્ષાનુભૂતિઃ ૧૩૨, ૧૩૩, ૧૩૪

જેઓની (બ્રહ્માકાર) વૃત્તિ સારી રીતે વૃદ્ધિ પામેલી (છે) ને વળી પરિપક્વ થયેલી (છે) તેઓ જ સત્યરૂપ બ્રહ્મપણાને પામેલા (છે); બીજા શબ્દવાદીઓ નહીં.

(જેઓ) બ્રહ્મની વાતો કરવામાં કુશળ, (પરંતુ બ્રહ્માકાર) વૃત્તિથી રહિત, (ને) અત્યંત રાગીઓ પણ અજ્ઞાનીપણાથી સાચે જ વારંવાર જન્મે છે ને મરે છે.

જેમ સનક (અને) શુક વગેરે બ્રહ્માકારવૃત્તિ વિના અર્ધો નિમેષ (પણ) રહેતા નથી (તેમ) બ્રહ્મનિષ્ઠો અર્ધો નિમેષ પણ બ્રહ્માકારવૃત્તિ વિના રહેતા નથી.

શિવાનંદ વાણી

● પ્રાણશક્તિ તેમ જ નૈતિક સાધના ●

મૌનવ્રત : દરરોજ બે કલાક મૌન પાળો અને એ સમય દરમિયાન આત્મવિચાર, ધ્યાન, બ્રહ્મચિંતન અથવા જપ કરો. હરવાફરવાનું ને વાંચવાનું બંધ રાખો. રવિવાર અને રજાના દિવસોમાં મૌનનો સમય ચારથી આઠ કલાક સુધી વધારો.

બ્રહ્મચર્ય : તમારી ઊંમર, સંજોગો, શક્તિ તથા આશ્રમ અનુસાર બ્રહ્મચર્ય વ્રતનું પાલન કરો. પ્રારંભના મહિનામાં એકથી વધુ વાર બ્રહ્મચર્યનો ભંગ ન થાય એવો સંકલ્પ કરો. ધીરે ધીરે તે ઘટાડીને છેવટે જીવનભર માટે બ્રહ્મચર્યપાલનની પ્રતિજ્ઞા કરો.

અહિંસા : વિચાર, વાણી કે વર્તનથી કોઈને કોઈ કષ્ટ નઆપો. પ્રાણીમાત્ર પર દયાભાવ રાખો.

સત્ય : સાચું, પ્રિય, મધુર, હિતકારી અને અલ્પ બોલો, આપણી વાણીથી કોઈને ઉદ્વેગ ન થવો જોઈએ.

સરળતા : બધા સાથે કપટ રહિત ખુલ્લા દિલથી સરળ વર્તવ અને વાતચીત કરો.

પ્રામાણિકતા : પ્રામાણિક બનો. તમારી જાત મહેનતથી કમાણી કરો. અન્યાય કે અધર્મથી મળતું ધન, વસ્તુ કે મહેરબાનીનો સ્વીકાર ન કરો. સજ્જન બનો. ચારિત્ર્યનો વિકાસ કરો.

ક્ષમા : તમને કોઈ આવે ત્યારે ક્ષમા, ધૈર્ય, શાંતિ, દયા, પ્રેમ અને સહિષ્ણુતા વડે તેને દાબી દો. બીજાની ભૂલો ભૂલી જાઓ અને તેને ક્ષમા કરો.

- સ્વામી શિવાનંદ

અનુક્રમ

૧. શ્લોક - અપરોક્ષાનુભૂતિ	શ્રીમદ્ આદિ શંકરાચાર્ય.....	૩
૨. અનુક્રમ, તહેવાર સૂચિ	૪
૩. સંપાદકીય	તંત્રી.....	૫
૪. વિચારશક્તિ-૨	ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી....	૬
૫. આપણને પ્રયંડ આહ્વાન	શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી.....	૮
૬. એકાગ્રતા અને ધ્યાન	શ્રી સ્વામી નિખિલેશ્વરાનંદજી....	૧૩
૭. પ્રેમામૃત	શ્રી સ્વામી અભિરામદાસજી ત્યાગી.	૧૫
૮. મનાચે શ્લોક-મનોબોધ	શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી.....	૧૬
૯. આનંદ કુટીરનો સાદ	ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી....	૧૭
૧૦. અહંકારની અર્થહીનતા	શ્રી સ્વામી રામ	૧૮
૧૧. શિવાનંદ કથામૃત	ગુરુદેવના સંન્યાસી શિષ્યો.....	૧૯
૧૪. નિત્ય સ્વાધ્યાય	શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી.....	૨૨
૧૫. ન ગુરોરધિકમ્	જગદ્ગુરુ શંકરાચાર્ય શ્રી વાસુદેવાનંદ સરસ્વતીજી.....	૨૩
૧૬. ભારતને વિશ્વગુરુના સ્થાને જોવા વિશ્વ આતુર છે	શ્રી સામ પિત્રોડા	૨૫
૧૭. વૃત્તાંત	૩૦
૧૮. જાહેરાત	૩૩

તહેવાર સૂચિ

એપ્રિલ - ૨૦૧૪

તા. તિથિ (ચૈત્ર સુદ)

૮	૮	શ્રી રામનવમી
૧૧	૧૧	એકાદશી
૧૨	૧૨	પ્રદોષ પૂજા
૧૩	૧૩	શ્રી મહાવીર જયંતી
૧૪	૧૪	મેષ સંક્રાંતિ (સવારે ૯-૧૧)
૧૪/૧૫	૧૪/૧૫	પૂર્ણિમા
૧૫	૧૫	ચૈત્રી પૂર્ણિમા, શ્રી હનુમાન જયંતી (ચૈત્ર વદ)
૨૫	૧૧	એકાદશી
૨૬	૧૨	પ્રદોષ પૂજા
૨૮/૨૯	૧૪/૩૦	અમાવાસ્યા

“અનુરોધ-અભિલાષા” ગ્રાહકોને :

- આપનું પત્રવ્યવહારનું સરનામું પિનકોડ સાથે સંપૂર્ણ હોય તે ટપાલ ખાતાના નવા નિયમો મુજબ અનિવાર્ય છે. તેથી સરનામાની ચોકસાઈ માટે વિનંતી.
- આપનો ગ્રાહક નંબર નોંધી લેવા વિનંતી છે, જેથી અંકની પ્રાપ્તિ સંબંધી કોઈ પણ પત્રવ્યવહાર કરતી વેળા ગ્રાહક નંબરનો ઉલ્લેખ વહીવટી સરળતા સર્જી શકે છે.
- સામાન્યતઃ દર માસની પાંચમી તારીખે અંક પ્રસિદ્ધ થયા બાદ તેની રવાનગીનું કામ શરૂ થાય છે. છતાં કોઈ ખાસ કારણોસર પ્રકાશનની નિર્ધારિત તારીખના ૧૦ દિવસ વીત્યે પણ જો આપને અંક ન મળે તો સ્થાનિક ટપાલ કચેરીમાં તપાસ કર્યા બાદ વહીવટી કાર્યાલયને જણાવવું. સિલકમાં હશે તો બીજો અંક મોકલાશે.
- ‘દિવ્ય જીવન’ની સામગ્રી આપને ગમી હશે. તેથી હવે આપનાં પરિચિત વર્તુળોમાં પણ તેની રસલ્હાણ થાય અને ગ્રાહકવૃદ્ધિમાં આપનો નક્કર સહયોગ અમને મળતો રહે તેવી અભિલાષા છે.
- અમદાવાદ સિવાયના ગ્રાહકોએ પોતાનું લવાજમ ડ્રાફ્ટ અગર મનીઓર્ડરથી જ મોકલવું.

દિવ્ય સ્કુલિંગ

દુઃખ છઠ્ઠરૂપે આશિષરૂપે પીડા આંખો ખોલી નાંખે છે. તમામ નશ્વર ચીજો સાથેના આપણા જોડાણનું મૂળભૂત પીડાકારીરૂપ માણસને સમજાય છે ત્યારે જ એની શાશ્વત યાત્રા આરંભાય છે. આમ, દુઃખ - પીડાનું પણ કશુંક પ્રયોજન છે. પીડા એ કોઈક આશીર્વાદનું છઠ્ઠરૂપ છે. દુઃખ-પરિતાપમાં તમારું મન પ્રભુ તરફ વળે છે, જેમાં તમારા શાશ્વત સુખ-શાંતિ છુપાયેલાં છે. આ સાંસારિક જીવન તો દુઃખ દરદથી ભરેલું છે. જીવન એ કાંઈ ફૂલોની પથારી નથી. જીવનમાં ચઢાણ-ઉતરાણ, ખાડા-ટેકરા, કંટક-વિઘ્નો તો ઠેર-ઠેર પડેલાં જ છે. એનાથી છટકવાનો કશો ઉપાય નથી. ભૂતકાળનાં કર્મફળોને તો ભોગવ્યે જ છૂટકો!

- સ્વામી ચિદાનંદ

સંપાદકીય

ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજ સદૈવ કહેતા કે, “રાષ્ટ્ર પહેલાં, પછી સમાજ અને છેલ્લે ‘હું’- સ્વાર્થ તો કદીયે નહીં. ગર્વથી કહો, હું મારા દેશ ભારતને ચાહું છું. I love my Inida. I love India આવું તો ગમે તે દેશનો નાગરિક પણ કહી શકે, I love my India, એવું તો એક માત્ર ભારતનો નાગરિક જ કહી શકે.” માટે આપણે સાચા અર્થમાં દેશના નાગરિક બનીએ. દેશની ધરતી, દેશનાં મકાનો, દુકાનો, ભાગ બગીચા મોટર કાર બસ કે સરકારી અથવા બીન સરકારી ઓફીસો તે બધું દેશની જ સમ્પત્તિ છે. દેશ આપણો છે, આમ સમ્પત્તિ પણ આપણી જ છે; તેની જાળવણી કરીએ. આપણે ‘સરકાર કરશે’ તેવું બૂમરાણ મચાવીએ છીએ; તો સરકારને આપણે જ આ દેશનો વહીવટ કરવા બેસાડેલ છે, તેથી આકોશ તો કદી પણ ન કરીએ.

એક વખત આમ્સરડામમાં વહેલી સવારે અમો ફરવા નિકળ્યા હતા. લાંબા પહોળા સ્વચ્છ સુંદર રસ્તાઓ સવારે ૪.૩૦ ને સુમારે ખાલીખમ હતા. આખીયે મંડળી ભારતીય કે બીનનિવાસીય ભારતીયોની હતી. રસ્તોકોસ કરતી વખતે તે માટે બાંધવામાં આવેલ ઓવરબ્રીજ પર નહીં જતાં સળંગ ઓળંગવા જતા હતા ત્યાં જ એક બારીમાંથી તે દેશની એક જાગૃત મહિલાએ ટોચ બેટરીથી લાઈટ ફેંકીને કહ્યું. “પાછા જાઓ. રસ્તો ઓળંગવા માટે પુલ છે, તેનો ઉપયોગ કરો.” અમારામાંના એક ભાઈ બોલ્યા, અત્યારે તો રસ્તા ઉપર કોઈ વાહન વ્યવહાર નથી, બીજું કોઈ પણ નથી, તો આમ રસ્તો ઓળંગવામાં ખોટું શું છે? “તે બહેને કહ્યું.” જુઓ; ખોટું એટલે ખોટું. તે જાહેરમાં થાય કે ખાનગીમાં થાય. જાણ્યે થાય કે અજાણ્યે થાય. અમારા દેશના બીજા નાગરિકો દેખશે તો તેમને તમો ખોટી પ્રેરણા આપશો, માટે કૃપા કરીને પાછા જાઓ. આમસ્ટરડામ ખૂબ નાનો દેશ છે. માતાની કાંખમાં છોકરું હોય તેમ જર્મનીને વળગીને છે; પરંતુ આ ખૂબ નાના દેશનો નાગરિક મોટી જાગૃતિ સાથે ખુમારીથી ‘મારો દેશ’ એક કહીને જીવે છે. તેનાં હૃદયમાં દેશદાઝ છે; દેશ પ્રેમ છે. તે દેશ માટે ન્યોચ્છાવર થવાને તૈયાર છે. આપણે આવી વફાદારી કેળવવી પડે.

આપણા વહાલા પૂજ્ય બાપુજી (ડૉ. અધ્વર્યુ સાહેબ)ના નેત્રરક્ષાના કાર્યથી પ્રસન્ન થઈને ‘Swiss Aid’ના આદરણીય સ્નેહમેને વીરનગરમાં આવીને કહેલું,

“હું પહેલી નજરે જ બાપુજીના કાર્યોના પ્રેમમાં પડી ગયો છું. અમો સાધારણ રીતે ભારતને કૃષિક્ષેત્રે સહાય કરીએ છીએ; પરંતુ બાપુજીના સેવાકાર્યે અમોને નેત્રરક્ષા પરત્વે સેવા માટે પણ પ્રેરણા આપી છે.” દેશનું ગૌરવ નિઃસ્વાર્થ પરોપકાર અને સત્યની નિષ્ઠામાં છે. આજે સમગ્ર રાષ્ટ્ર એક મજબૂત કર્ણધારની અપેક્ષાથી ગુજરાત ભણી તાકી રહ્યું છે. ગુજરાતનો સર્વાંગી વિકાસ થયો છે. ગુજરાતની હરિફાઈ વિશ્વનાં મહાન રાષ્ટ્રો સાથે છે. કામ થાય તો ભૂલો પણ થાય. કરોડના વ્યાપારમાં બે પાંચ હજારની ખોટ પણ જાય. છતાં સરવાળે સકારાત્મક ચિંતન કરતાં શીખવું જ જોઈએ. દેશના ઉત્કર્ષ, અભ્યુદય, ઉત્થાન માટે આજે એક જ વિકલ્પ છે. ગુજરાત દેશનું નેતૃત્વ કરે અને તે પછીનું કેન્દ્રનું માળખું રાષ્ટ્રવ્યાપી દેશપ્રેમ, રાષ્ટ્રની એકતા અખંડતા તથા સાર્વભૌમત્વ માટે સંઘર્ષશીલ બને.

પૂજ્ય બાપુજી મહાત્માગાંધીજીએ કહેલું, જે સત્યનું સેવન ન કરે તે સત્યનું બળ કેમ દેખાડી શકે? સત્ય વગર રાષ્ટ્ર મજબૂત બની શકે નહીં. નુકસાન ગમે તેટલું મોટું થતું હોય તો પણ સત્યને છોડી શકાય નહીં. સત્યને સંતાડવા જેવું કંઈ હોતું જ નથી. જ્યાં સુધી અભયપદને સમજી ન શકીએ. અભય ન બનીએ ત્યાં સુધી સત્યનું પાલન પણ થઈ શકે નહીં. આ અભયત્વ એટલે દાદાગીરી કે ગુંડાગીરી અથવા ભાઈગીરી નથી, આ અભયત્વ એટલે હું આ નાશવાન શરીર નથી, હું આ ચંચળ મન કે ભેદ ભ્રમણાભરી બુદ્ધિ પણ નથી. હું સત્યમાં નિષ્ઠ, અનંત આનંદ સમ્પન્ન બ્રહ્મના માર્ગનો યાત્રી છું. આ દૃશ્યમાન કર્મેન્દ્રિય, જ્ઞાનેન્દ્રિય, પ્રાણ, તન્માત્રા કે પંચ મહાભૂત નથી; તેથી પર પૃથક નિત્ય સત્ય શુદ્ધબુદ્ધ, અજરઅમર, અવિનાશી ચૈતન્ય છું, આ જ એક સનાતન સત્ય છે. શાશ્વત સત્ય છે; અને આ સત્યનું સંરક્ષણ જો રાષ્ટ્રની ધરાધૂરા ઉપર આવા વૈદિક વિચારસમ્પન્ન આપણી આર્ષ સંસ્કૃતિના ઋષિમુનિઓની પરંપરાનું જતન કરનાર સરકાર આવે, જે સરકાર દૃઢ હોય, રાષ્ટ્ર પ્રેમી હોય, સ્વાર્થ રહિત દેશ પ્રેમ માટે રાષ્ટ્ર માટે જે સમર્પિત હોય તે આવશ્યક છે. આ વાત અસંભવ નથી. કમળમાં ઉભેલી રાષ્ટ્રમાતા રાહ જોઈ રહી છે, તેમના સપૂતનું આલિંગન કરવા. આવો જાગૃત થઈએ. પ્રમાદનો ત્યાગ કરીએ અને દિવ્યભારત, ભવ્ય ભારતનું સ્વપ્ન સાર્થક કરીએ. ઝૂં શાંતિ. - સંપાદક

વિચારોના નિયમને સમજો

તમને વિચારોના નિયમોનું અને તે કેવી રીતે કાર્યાન્વિત થાય છે તેની સંપૂર્ણ સમજણ હોવી જોઈએ તો જ તમે આ જગતમાં સુખ અને શાંતિથી રહી શકશો. તો જ આપણે વિચારોની શક્તિનો આપણા હેતુઓ પાર પાડવા માટે સારામાં સારો ઉપયોગ કરી શકીએ અને આપણને વિચલિત કરતાં અનિષ્ટ અને વેરભાવનાવાળાં પરિબળોનો સામનો કરી શકીએ.

માછલીના જીવનનો અભ્યાસ કરો. સંવર્ધનના ક્ષેત્રમાં પરત આવવા માટે માછલીની કેટલીક જાતો નદીના પ્રવાહની સામે સેંકડો કિલોમીટર તરવા માટે જાણીતી છે. કેટલાય વિઘ્નોની વચ્ચે પોતાની તરવાની રીતને બંધબેસતી કરીને તેઓ આમ કરી શકે છે, કેટલો અદ્ભુત સંકલ્પ! તેવી જ રીતે વિચારના નિયમો અનુસાર આપણી વૈચારિક પ્રક્રિયાને કેળવીને આપણે પણ ગમે તેટલા પ્રતિકૂળ સંજોગોમાં અને પરિસ્થિતિમાં આપણા જીવનની નૌકાને સલામતીપૂર્વક સાચા રસ્તે દોરી શકીએ, નહિતર આપણે નિઃસહાય ગુલામ બની જઈએ, આપણે વિવિધ પરિબળોથી અહીંતહીં ફંગોળાઈ જઈશું, લાકડાના ટુકડાની જેમ ગમે ત્યાં દોરવાઈ જઈશું. આપણે હંમેશાં દયનીય અને દુઃખી બની જઈશું.

સ્ટીમરનો કપ્તાન કે જેની પાસે દરિયાઈ હોકાયંત્ર છે. જેને દરિયાનું, દરિયાના માર્ગોનું અને પ્રવાહોનું જ્ઞાન છે તે સહેલાઈથી સફર કરી શકે છે. આ જ્ઞાન વિના તેની સ્ટીમર અહીંતહીં ખેંચાઈ જશે અને ખડકો અને હિમશિલાઓની વચ્ચે નાશ પામશે. તેવી જ રીતે જીવનરૂપી દરિયામાં જેને વિચારોના નિયમોનું જ્ઞાન છે તેવો શાણો નાવિક સરળતાથી તરી જશે અને જીવનના લક્ષ્યને સફળતાથી હાંસલ કરી શકશે.

જેવું વિચારશો તેવા બનશો

આ એક વિચાર અંગેનો મહત્વનો નિયમ છે. વિચારો કે હું સમર્થ છું તો તમે સમર્થ બની જશો. વિચારો કે હું નબળો છું તો તમે નબળા બની જશો. વિચારો કે હું મૂર્ખ છું તો તમે મૂર્ખ બની જશો. વિચારો કે હું સંત છું તો તમે સંત બની જશો.

કેવળ વિચારો જ આપણા જીવનને ઓપ આપે છે અને જીવનને ઢાળે છે. સારા સ્વભાવનું મૂર્ત સ્વરૂપ બનો. બધાંનું ભલું વિચારો. હંમેશાં સારાં કાર્યો કરો. સેવા કરો, પ્રેમ કરો, દાન આપો, બીજાને સુખી કરો. બીજાની સેવા કરવાની ચાહના કેળવો. તમે ખૂબ સુખી થશો. તમને અનુકૂળ તકો અને વાતાવરણ મળશે.

તમે જો બીજાને ઈજા પહોંચાડશો, કૌભાંડ કે તોફાનોમાં સામેલ થશો, કોઈની નિંદા કરશો, વ્યર્થ ચર્ચા કે વાર્તામાં ઊતરશો, બીજાનું શોષણ કરશો, ખોટી રીતે કોઈની સંપત્તિ આંચકી લેશો અથવા એવું કંઈ પણ કર્મ કરશો, જેનાથી બીજાને દુઃખ થશે તો અંતે તમને દુઃખ જ પ્રાપ્ત થશે. તમારા માટે પ્રતિકૂળ સંજોગો અને પરિસ્થિતિઓ ઊભી થશે.

જે આ નિયમને બરાબર સમજે છે અને પોતાના જીવનમાં તેનો અમલ કરે છે તે વ્યક્તિ વિવેકી બને છે. તે વ્યક્તિ સંભાળપૂર્વક બોલે છે. તે થોડું બોલે છે, પણ મધુર અને પ્રેમાળ શબ્દો બોલે છે, તે ક્યારેય એવા કટુ શબ્દો બોલતી નથી, જેનાથી બીજાની લાગણી દુભાય. તેનામાં ધીરજ, દયા અને વૈશ્વિક પ્રેમભાવનાનું નિર્માણ થાય છે. તે હંમેશાં સત્ય બોલશે; તે હંમેશાં ગણતરીપૂર્વક શબ્દો બોલશે અને લખશે. તે બીજાના મનમાં ઊંડી અને પ્રગાઢ છાપ ઊભી કરી શકશે.

સમાન સમાનને આકર્ષે છે

વિચાર અંગેનો આ બીજો નિયમ છે. સરખા વિચારોવાળા લોકો એકબીજા પ્રત્યે આકર્ષાય છે. તમે આ

કહેવતો સાંભળી હશે. 'જેસે કો તેસા મિલા, તેસે કો મિલે તાઈ;' 'માનવીની ઓળખ તેની સોબત ઉપરથી થાય છે.' આ કહેવતો આ નિયમ કેવી રીતે કાર્યાન્વિત બને છે તે સૂચવે છે.

તબીબ એ બીજા તબીબ તરફ ખેંચાય છે. કવિને બીજા કવિ પ્રત્યે આકર્ષણ હોય છે. એક ગાયક બીજા ગાયકની સોબત રાખે છે. એક તત્ત્વજ્ઞાની બીજા તત્ત્વજ્ઞાની સાથે અનુસંધાન રાખે છે. ભટકતા રામને બીજો ભટકતો માણસ ગમે છે. ડ્રગનો બંધાણી હંમેશાં બીજી એવી જ વ્યક્તિની મૈત્રી ઝંખે છે. મનની આ નૈસર્ગિક આકર્ષણ શક્તિ છે.

આપણે હંમેશાં એવાં પરિભળો, વિચારો, અસરો અને સંજોગોને આકર્ષીએ છીએ, જેમનાં લક્ષણો આપણાં લક્ષણો સાથે સમાન હોય. આપણને સભાનપણે ખબર હોય કે ન હોય પણ આ સનાતન નિયમ હંમેશાં વિદ્યમાન હોય છે.

તમે ગમે તેવા વિચારોનું સેવન કરો પણ તમે જ્યારે વિચારોને અંદર સ્થિર કરશો ત્યારે તમે જમીન ઉપર કે દરિયામાં જ્યાં પણ હશો ત્યાં તમે તમારા મુખ્ય વિચાર સાથે અનુસંધાન ધરાવતી તમામ વસ્તુઓને તમારા તરફ નિરંતરપણે આકર્ષતા રહેશો. આ નિયમ અનુસાર તમારી પસંદગી અને હેતુ સાથે સુસંગત હોય એવા જ વિચારો તમારી તરફ આકર્ષી શકશો.

આપણે કેવા વિચારોનું સેવન કરીએ છીએ તે નક્કી કરવાનું સંપૂર્ણપણે આપણા હાથમાં જ છે. તેથી કેવાં પરિભળોનું આપણી સાથે ખેંચાણ થાય તે નક્કી કરવાનું પણ આપણા પર જ અવલંબે છે.

વિચાર બહુ ચેપી હોય છે. તે ફલૂ કરતાં પણ વધુ ચેપી હોય છે. તમારો સહાનુભૂતિભર્યો વિચાર તમે જેના સંપર્કમાં આવો તેનામાં સહાનુભૂતિનો સંચાર કરે છે. ક્રોધમય વિચાર, તમારી આસપાસની વ્યક્તિઓમાં તેવાં જ ક્રોધનાં આંદોલનો જગાવે છે. તે તમારા મનમાંથી

નીકળી અન્ય વ્યક્તિઓના મનમાં પ્રવેશી તેમને પણ ઉત્તેજિત કરે છે.

તમારો પ્રસન્નતાનો વિચાર બીજામાં હર્ષના વિચારો ઉત્પન્ન કરે છે. તમે જ્યારે બાળકોના જૂથને આનંદ-પ્રમોદથી રમતાં જુઓ છો કે આનંદથી નાચતાં જુઓ છો ત્યારે તમે ખુશી અને આનંદથી ઝૂમો છો. તમારા આનંદના વિચારો બીજામાં આનંદના વિચારોનું નિર્માણ કરશે.

સારા અને પ્રામાણિક માણસને ચોર વ્યક્તિઓની સોબતમાં રાખો. તે ચોરી કરવાનું શરૂ કરી શકશે. સારા માણસને દારૂડિયાના સંગમાં રાખો. તે દારૂ પીવાનું શરૂ કરી શકશે. ધૂર્ત વ્યક્તિને સંતોની સંગતમાં રાખો. તે ત્વરિત સંત બની જશે. વિચાર એ સાચે જ બહુ ચેપી છે. વિચારો હંમેશાં એક વ્યક્તિમાંથી બીજી વ્યક્તિમાં પ્રસરે છે.

શુદ્ધ વિચારો મુક્તિ બક્ષે છે

શુદ્ધ વિચાર એ વીજળી કરતાં વધુ મહાન શક્તિ છે. તે જન્મ-મરણના ફેરામાંથી આપણને મુક્ત કરી શકે છે. જગતના પદાર્થોનો વિચાર માત્ર આધ્યાત્મિક સાધક માટે દુઃખકર્તા છે. વિચારની પ્રક્રિયા એ બંધનનું કારણ છે.

વિષય-વસ્તુના વિચારો બંધન તરફ દોરી જાય છે. જ્યારે આવા વિચારોનો ત્યાગ સ્વતંત્રતા કે મુક્તિ તરફ લઈ જાય છે. વિચારનો આ બીજો એક નિયમ છે.

મન એક ચોર સમાન છે. આપણે આ ચોરને હણવો જ પડશે. ત્યારબાદ જ આપણે હંમેશ માટે મુક્ત અને સુખી થઈ શકીશું. આપણે મનને જીતવા માટે આપણી શક્ય તમામ શક્તિઓ કામે લગાડવી પડશે. મનુષ્યના બધા જ પ્રયત્નોમાં આ વધુમાં વધુ ફળદાયક છે.

આ માટે શરૂઆતમાં આપણે આત્મત્યાગ કરવો પડશે. આત્મત્યાગ એટલે મનને જે વસ્તુ રુચિકર લાગે છે તેનો સ્વેચ્છાએ ત્યાગ કરવો તે. આ મનને પવિત્ર અને શુદ્ધ કરવાનો માર્ગ છે. પોતાપણાના ત્યાગથી વિચારો

શુદ્ધ અને શાંત બને છે. જ્યાં સુધી માણસના વિચારો નિશ્ચલ ન થાય અને મન શાંત ન થાય ત્યાં સુધી ઈશ્વરનું જ્ઞાન ન લાધી શકે.

આપણે વિચારોની શુદ્ધિ કેળવવી હોય તો આહાર મહત્વનો ભાગ ભજવે છે. છાંદોગ્ય ઉપનિષદમાં કહ્યું છે કે આહારનો સૂક્ષ્મ ભાગ મનની રચના કરે છે. મન આહારના સૂક્ષ્મ તત્ત્વનું બનેલું છે. અહીં આહાર એટલે આપણે જે ખાઈએ છીએ તે જ નહિ, પણ આપણે બધી ઈન્દ્રિયો દ્વારા જે કંઈ ગ્રહણ કરીએ છીએ તે પણ સમજવું.

ઈશ્વરને બધે નિહાળતાં શીખો. આંખ માટે આ જ સાચો આહાર છે. વિચારની શુદ્ધિ, આહારની શુદ્ધિ પર આધારિત છે. તમે જ્યારે શુદ્ધ, ઉદાત્ત અને દિવ્ય વિચારોનું સેવન કરશો ત્યારે તમે સારું જોઈ શકશો, સારું સાંભળી શકશો અને સારો સ્વાદ માણી શકશો.

લીલા કાચ દ્વારા કોઈ વસ્તુને જુઓ. વસ્તુ લીલી જણાશે. હવે લાલ કાચ દ્વારા જુઓ. તે જ વસ્તુ લાલ જણાશે. તેવી જ રીતે આપણે ઈન્દ્રિયો દ્વારા જે ગ્રહણ કરીએ છીએ તેને મન એક ચોક્કસ રંગ આપે છે. મનની રંગ આપવાની પ્રક્રિયાથી આપણે દુઃખ કે સુખ અનુભવીએ છીએ. તેથી તમારી બુદ્ધિને બુઝી બનાવતી અને વિચારોને વિકૃત કરનાર માનસિક પૂર્વગ્રહોથી તમારી જાતને મુક્ત કરો. અવિનાશી ઈશ્વરનો વિચાર કરો.

મન જ્યારે શાંત બને છે અને કોઈ પણ જાતની ઈચ્છા, હેતુ, ઝંખના, દબાણ અને આશાથી મુક્ત બને છે ત્યારે આપણા હૃદયમાં સર્વોચ્ચ ઈશ્વરની જયોતિ ઝળહળે છે, આપણે દિવ્ય આનંદનો અનુભવ કરીએ છીએ. સંતો રહે છે તેમ રહો. વિચારો ઉપર વિજય મેળવવાની આ એકમાત્ર રીત છે. યાદ રાખો કે જ્યાં સુધી તમે વિચારો ઉપર પ્રભુત્વ મેળવ્યું ન હોય ત્યાં સુધી નિશ્ચિત અને શાશ્વત વિજય પામી શક્યા નથી.

વિચાર - એક પ્રત્યાઘાત (ભૂમરંગ)

તમે જ્યારે દીવાલ ઉપર દડો ફેંકો છો ત્યારે તે તમારી

તરફ પાછો ફેંકાય છે. ઓસ્ટ્રેલિયાના આદિ શિકારીઓ પાતળું, વળાંકવાળું. લાકડાનું ફેંકવાનું હથિયાર વાપરે છે જેને ભૂમરંગ કહેવામાં આવે છે. તે ગોળ ફરી ફેંકનાર તરફ પાછું વળે છે. વિચારો પણ ભૂમરંગની જેમ જ વર્તે છે. તમે મનમાંથી જે કંઈ નિકાસ કરો છો તે તમારી તરફ પાછું વળે છે. તમારો દરેક વિચાર એક ભૂમરંગ સમાન છે.

તમે કોઈને ધિક્કારશો તો તમને ધિક્કાર પરત મળશે. તમે કોઈને ચાહશો તો ચાહના તમને પરત મળશે. આ વિચારનો અન્ય એક નિયમ છે.

અનિષ્ટ વિચાર ત્રણ રીતે ધિક્કારપાત્ર છે. સૌથી પહેલાં તે વિચારકના મનને હાનિ પહોંચાડી તેને જ નુકસાન કરે છે. બીજું, જેની તરફ ઘૃણાનો વિચાર નિર્દિષ્ટ કરવામાં આવે તે વ્યક્તિને નુકસાન થાય છે. અને ત્રીજું સમસ્ત માનસસૃષ્ટિને કલુષિત કરી સમગ્ર માનવજાતિને હાનિ પહોંચાડે છે.

વ્યક્તિ તરફ કરવામાં આવતો દરેક અનિષ્ટ વિચાર તે વ્યક્તિ તરફ તલવાર ધરવા સમાન છે. તમે જો કોઈ વ્યક્તિ તરફ ઘૃણાયુક્ત વિચાર કરશો તો તેની હત્યા સમાન છે. પ્રતિક્રિયાના નિયમ અનુસાર સાચોસાચ તમે તમારી પણ હત્યા કરી રહ્યા છો; કારણ કે આ વિચારોનું તમારી તરફ પાછા વળી અને આક્રમણ કરવાનું નિશ્ચિત છે.

અનિષ્ટ વિચારો દ્વારા ઘેરાયેલું મન એક લોહચુંબકની જેમ અન્ય અનિષ્ટ વિચારોને પોતાની તરફ ખેંચે છે. તેથી મૂળ અનિષ્ટ વિચાર મજબૂત અને સઘન બને છે.

જેમ કારખાનાનો ધુમાડો હવાને પ્રદૂષિત કરે છે તેમ અનિષ્ટ વિચારો માનસસૃષ્ટિને પ્રદૂષિત કરે છે. આપણે જો સતત અશુદ્ધ વિચારો કરતા રહીએ તો તે મોડા-વહેલા ક્રિયામાં પરિણમે અને પછી તે વધુ કષ્ટદાયક અને દુઃખકારક બને છે.

□ 'યોગના પાઠ'માંથી સાભાર

જેની ઉપસ્થિતિમાં આ પવિત્ર સમાધિસ્થાનમાં અહીં આપણે બધા ભેગા થયા છીએ તે દિવ્યતાને ભક્તિભાવપૂર્ણ શ્રદ્ધાંજલિ! ગુરુદેવની આધ્યાત્મિક વિદ્યમાનતાને પ્રેમભર્યો આદરસત્કાર! તેઓએ તેમના અગાધ પ્રેમ અને અહેતુકી ગુરુકૃપાને કારણે આ આધ્યાત્મિક કેન્દ્ર સર્જ્યું છે. નસીબવંતા સાધક આત્માઓના આધ્યાત્મિક પ્રગટીકરણ અને પ્રગતિ માટે આ સ્થળ આદર્શ વ્યવસ્થા ધરાવે છે. દિવ્ય જીવન ઉચ્ચતર આદર્શવાદને સ્વીકારતું જીવન છે. ભગવાન અને ગુરુદેવ તમને બધાને પ્રેરણા આપે કે જેથી તમે જરૂરી બધી સગવડોવાળા આ આધ્યાત્મિક કેન્દ્રનો ઉપયોગ કરી પરમ ભાગ્યશાળી બનો!

જ્યાં સુધી જીવાત્મા માયાની શક્તિથી નિમ્ન વસ્તુઓ તરફ ખેંચાતો રહે છે અને વિવિધ બાહ્ય દેખાવો પર મનને વિસ્તરવા દે છે ત્યાં સુધી કૃપાનો ઉપયોગ થતો નથી. જ્યાં સુધી આ કૃપા પારખી શકાતી નથી ત્યાં સુધી કૃપાની હાજરી છતાં જીવાત્મા અંધકારમાં સબડે છે, વિષયોની વિવિધ દિશાઓમાં ભમે છે અને પોતાની વાસનાઓની જાળમાં ફસાતો રહે છે. મુક્તિ એ છુટકારાનાં દ્વાર સુધી પહોંચેલી હોવા છતાં વ્યક્તિ બંધનમાં જ ફસાઈ રહે છે, તેનું કારણ તેની ઓછી સમજણ છે; ઉત્કંઠા અને ઉત્સુકતા પૂરતાં નથી, તે બેધ્યાન છે. તેના કાર્યમાં પ્રમાદ છે, તેના વર્તનમાં આળસ છે અને વિષયભોગની વૃત્તિ છે એટલે પ્રગતિ માટે જરૂરી બધી વાતો હોવા છતાં, પ્રકાશ પામ્યાની બધી જ સગવડ હોવા છતાં, મુક્તિ અને કૃપા માટેનાં સઘળાં સાધનો હોવા છતાં માણસ મોહમાયાના સ્વર્જિત પીંજરામાં પુરાયેલો રહે છે.

આ કારણે દૈનિક સાધનાની જરૂર ઊભી થાય છે. આ સ્વ-નિર્મિત પીંજરામાંથી છૂટવા માટે રોજેરોજ પ્રમાદ અને આળસ ખંખેરી નાખવાની જરૂર છે. જાત સાથે દરરોજ લડી લેવાનો નિર્ણય કરવો જ પડે છે.

‘શુદ્ધ હૃદયદૌર્બલ્યં ત્યક્ત્વા ઉત્તિષ્ઠ પરંતપ’

હે શત્રુઓને તપાવનાર, ઊભો થા, આ હૃદયની નબળાઈ ફેંકી દે.

“જહિ શત્રુ મહાબાહો કામરૂપં દુરાસદમ્”

હે અર્જુન, જીતવા દુર્ગમ એવા કામરૂપે રહેલા શત્રુઓનો તું સંહાર કર.

દરરોજ ઉપનિષદોની આ હાકલ સાંભળવી પડે છે.

“ઉતિષ્ઠત, જાગ્રત, પ્રાપ્ય વરાન્ નિબોધત” ઊભો થા, ઊઠ, જ્ઞાની પાસે જઈ જ્ઞાન મેળવ.

આ આહ્વાન હજુ સુસંગત છે, જ્યાં સુધી જીવાત્મા આત્મવિસ્મરણપણાની અવસ્થામાં રહેશે, પ્રમાદભર્યો રહેશે, ક્રિયાશીલ દૈનિક સાધના તરફ સમજતો હોવા છતાં ઉદાસીનતા સેવતો રહેશે ત્યાં સુધી આ આહ્વાન સદા સુસંગત રહેશે. આ ચેતવણી ફક્ત સુસંગત જ નહીં પણ હંમેશ માટેની રહેશે.

૧૯૫૦ વર્ષથી વધુ સમય પહેલાં એક આદેશ અપાયેલ, “ઊઠો અને મારા પગલે ચાલો!” આજે પણ આ આદેશ છે જ, કારણ માણસ ઊઠતો નથી. માણસ દર્શાવેલા રહે ચાલતો નથી. માણસ આજે પણ મનસ્વી થઈ વર્તે છે, ઈન્દ્રિયો દોડાવે ત્યાં દોડે છે, તેણે અવિચાર અને અવિવેક છોડ્યા નથી. આમ, ઈશ્વરે આપણને નિવૃત્તિમાર્ગ-ત્યાગમાર્ગ લેવડાવ્યો છે તેથી આપણે ત્રણ ગણા નસીબદાર છીએ. આપણું નસીબ મહાન છે. આપણે આધ્યાત્મિક જીવન જીવવા વિચાર્યું તે આપણા પર ત્રેવડી કૃપા છે. આપણે ઈશ્વર સાથે જોડાઈએ તેવા સંજોગો આપણા માટે નિર્માયા છે અને માનસિક રીતે ઈશ્વરનો વિચાર, ઈશ્વરની સભાનતાની સાતત્યભરી અવસ્થા રહે તેવાં ઈશ્વર સાથે જોડતાં કાર્યોમાં જોડાવાનો આપણને મોકો મળ્યો છે તે પણ આપણું ત્રિગણું સદ્નસીબ છે.

આપણા સમસ્ત જીવનને ઈશ્વરાભિમુખ અને

ઈશકેન્દ્રિત કરવા સતત પ્રયત્ન કરવાની જરૂર છે. આપણાં હૃદય, મન અને પ્રાણને ઈશ્વરની દિશામાં વાળવાની સતત ટેવ પાડવી પડે. આ એક તાત્તી જરૂરિયાત છે.

“તતઃ પદં તત્ પરિમાર્ગિતવ્યં યસ્મિન્ ગતા ન નિવર્તન્તિ ભૂયઃ.”

પછી એવું લક્ષ્ય સાધવું જોઈએ, જ્યાં, જે કોઈ જાય તે પાછો જ આવતો નથી.

ગીતાનો આદેશ આ દિશામાં વધુ ને વધુ જવાનો છે. એ રસ્તે જવાનું છે જે પર જવાથી ફરીથી આ દુઃખ અને મૃત્યુભર્યા જગતમાં પાછું ફરવું ન પડે.

“યદ્ગત્વા ન નિવર્તન્તે તદ્દામ પરમં મમ”

ત્યાં ગયા પછી લોકો પાછા આવતા નથી તેવું મારું પરમધામ છે.

તાજેતરમાં જ પવિત્ર ભગવદ્ગીતા જ્યંતી ગઈ. પરમ દિવસે દત્તાત્રેય જ્યંતીની પૂજા છે. દત્તાત્રેય આપણને વારંવાર કહેતા રહેલ છે કે જે ખરા હેતુથી આપણે આ જગતમાં આવ્યા છીએ તેને નામરૂપના આ નાશવંત જગતના મોહમાં પડી ભૂલવો ન જોઈએ. તેમના દિવ્ય જીવન દ્વારા, તેમના આદર્શ મારફત, આધ્યાત્મિક પથ પર એકાગ્રતાથી ચીટકી રહી દત્તાત્રેય આપણા પરમ ગુરુ બની રહ્યા છે. અવધૂત ગીતામાં તેઓ આપણને ઘણું ઘણું કહી ગયા છે.

“વેદાંત-સાર-સર્વસ્વં જ્ઞાનવિજ્ઞાનં એવ ય, |

અહં આત્મા નિરાકારઃ સર્વ-વ્યાપી સ્વભાવતઃ ||

બધા વેદાંતનો સાર એ છે કે જ્ઞાન અને વિજ્ઞાન કહે છે તેમ “હું અશરીર, સ્વભાવથી જ સર્વવ્યાપી આત્મા છું.

“અહં એવલ્યયોહનંતઃ શુદ્ધ-વિજ્ઞાનવિગ્રહઃ |

સુખં દુઃખં ન જ્ઞાનામિ કથં કસ્યપિ વર્તતે ||

હું જ ફક્ત અવિનાશી, અનંત, શુદ્ધ ચૈતન્યરૂપ છું ; હું સુખદુઃખ જાણતો નથી કે નથી સમજતો કે તે કોઈને પણ કઈ રીતે અસર કરી શકે.

‘ન માનસં કર્મ શુભાશુભં મે |

ન કાર્યિકં કર્મ શુભાશુભં મે |

ન વાયિકં કર્મ શુભાશુભં મે ||

મારે માટે મનનું સારું કે ખરાબ કોઈ કર્મ નથી, શરીરનું કોઈ શુભ કે અશુભ કર્મ નથી કે નથી વાણીનું કોઈ શુભ કે અશુભ કર્મ.

“જન્મ મૃત્યુર્ન તે ચિત્તં બંધમોક્ષૌ શુભાઽશુભમ્, કથં રોદિશિ રે વત્સ, નામરૂપૌ ન તે ન મે”

નથી તારે જન્મ, નથી મરણ કે નથી ચિત્ત; નથી બંધન, મોક્ષ કે નથી કંઈ સારું કે ખોટું. હે બાળક! શા માટે રડે છે? તારે કે મારે નામરૂપ નથી.

દત્તાત્રેય આપણને કહે છે કે આ માનવજગત સાથે સંબંધ ધરાવતા આપણે માત્ર માનવ નથી; વૈશ્વિક દિવ્યતા સાથે સંબંધિત આપણે દિવ્ય આત્મા છીએ. “હું શુદ્ધ વિજ્ઞાન અને ચેતનાના સ્વભાવવાળો દિવ્ય આત્મા છું. હું નામ-રૂપ નથી. હું નિરાકાર આત્મા છું. સ્વભાવતઃ હું સર્વવ્યાપી છું. કારણ? મારો સ્વભાવ શું છે? હું વૈશ્વિક આત્માનો અંશ છું. એ મારો સ્વભાવ છે. હું વૈશ્વિક વ્યક્તિનું અંગ છું. એ છે મારો ખરો સ્વભાવ; માટે હું દિવ્ય છું, અમર છું.” બધા વેદો અને વેદાંતનો સાર આ છે.

આ બાબત દઢ કરવાની છે. આ વાત અમલમાં મૂકવાની છે. આ રીતે જીવવાનું છે. આ ચેતના આપણે સહજ, અનાયાસ ઉદ્ભવવી જોઈએ. તેને રોજ-બ-રોજ મહેનત કરીને આપણે દઢ કરવી જોઈએ તો જ આધ્યાત્મિક જીવન બની રહેશે.

ફક્ત સવાર-સાંજના સમયે આચરણમાં મૂકવાની દિવ્ય જીવન કોઈ ક્રિયા નથી. દરેક પગલું ભરો, દરેક શ્વાસોચ્છ્વાસ લો તે દિવ્ય હોવાં જોઈએ. આધ્યાત્મિકતાથી આપણું જીવન તરબોળ હોવું જોઈએ. દિવસ-રાત, ચોવીસે કલાક જીવન દિવ્ય રહેવું જોઈએ. આમ થાય તો જ આધ્યાત્મિક જીવન શક્ય છે. બીજી બધી બાબતો ભુલાઈ જાય, તેથી કશું નુકસાન થશે નહિ, પણ જો આધ્યાત્મિક આચરણ ભુલાય, આપણે આધ્યાત્મિક જીવન જીવીએ છીએ તે વિસરાય, તો આપણું મોટું અહિત થશે. આપણું પરમ કલ્યાણ થતું અટકી જશે. બીજી બધી બાબતો ભૂલી જવી પરવડશે પણ આ વાત

વિસરીએ તે ન જ પરવડે.

ગીતાનો આ સંદેશ છે. દત્તાત્રેયનો આ સંદેશ છે. દિવ્ય જીવન સંઘનો આ સંદેશ છે. દિવ્ય સદ્ગુરુ ઈસુનો પણ આજ સંદેશ છે- “તું સૌપ્રથમ સ્વર્ગનું સામ્રાજ્ય મેળવ.” ઈસુનો સંદેશ કોઈ ઢીલો, મોળો, ગોળમાં વીટિલો સંદેશ ન હતો. તેણે એક પ્રચંડ સંદેશ આપેલો. તેણે અતિ આકરો સંદેશ આપેલો. તેણે કહેલું, “હું તલવાર લઈને આવ્યો છું. સઘળી દુન્યવી, ઐહિક બાબતો તોડવા હું આવ્યો છું. ધ્યાનથી સાંભળજો. મને જે તે ન સમજશો.” દિવ્ય સદ્ગુરુ ઈસુ આમ કહેતા આવેલા. આ તેણે કહેલ વાતનો સાચો અર્થ છે. કળાકારોની કલ્પનાએ દોરેલ ઈસુ તે ન હતો; તે તો સખત-આકરો ગુરુ હતો. તેના સમયમાં ફોટોગ્રાફી ન હતી. “ગત વાતો ભૂલી જાઓ. હોય તે સઘળું વહેંચી દો અને મારી પાછળ ચાલો. સ્વર્ગનું સામ્રાજ્ય પહેલાં હાંસલ કરો.” તે આપણને જાગ્રત કરવા આવેલો. તેણે પ્રચંડ સંદેશ આપેલો. સૌને ઉપર મુજબ કહેલું.

ગુરુદેવ નાઝારેથના પયગંબર, તેજસ્વી સંદેશનો સાર, દંઢપ્રતિજ્ઞ આદર્શવાદ હતો. દિવ્ય જીવનનો જે રાહ તેમણે ચીંધ્યો તે ઢીલોઢફ ન હતો, તે અઘરો હતો. આત્મત્યાગ, આત્મનિયમ અને સતત ધ્યાનનો રાહ તેમણે દર્શાવેલો. અવિરત પ્રાર્થના કરો. જો ઢીલા પડ્યા તો પ્રવાહમાં તણાઈ જશો. સતત હલેસાં મારતાં જ રહેવું પડશે. હલેસાં બાજુએ મૂકી, થોડો પણ આરામ લેવો પાલવશે નહિ. આ ભગવાન ઈસુનો સંદેશ હતો.

તમે માની લો અને પછી બેઠા રહો તે યોગ્ય ન કહેવાય. એવું માનશો નહિ કે બધું થઈ રહેશે. તમારા કર્મ પ્રમાણે જ થશે. આધ્યાત્મિક જીવનમાં કંઈ આપમેળે બની જતું નથી. વાત ‘કરવા’ પર જઈને અટકે છે. પ્રયત્ન કરવો પડે. પુરુષાર્થ કરવો પડે. અહીં તો અભ્યાસ કરવાની ખાસ જરૂર છે. અહીં એમ ને એમ કશું થઈ જતું નથી. રાહ જોઈ બેસી રહેવાનો અર્થ નથી. કરશો તેવું પામશો. આધ્યાત્મિક જીવનમાં તમારા વિષે બીજા શું કહે

છે કે તમારા વિષે તમે શું માનો છો તેની કિંમત નથી. જરૂર છે તમે શું કરો છો તેની.

તમારો વધુમાં વધુ ફાયદો ઉઠાવી શકે તે માટે, તમને અનુકૂળ આવે તેવું બીજા બોલશે. માનવસંબંધોમાં આવું જ બને છે એટલે બીજા તમારા વિષે શું કહે છે તેના પર તમારો અભિપ્રાય બાંધશો તો ક્યાંયના નહિ રહો, પાયમાલ થઈ જશો. તમારા વિચારો માયાની અસર હેઠળ છે. તમારો ખ્યાલ એકસો ટકા અહં પ્રેરિત છે. આપણા વારસામાં મળેલાં શાસ્ત્રોના જ્ઞાનોપદેશની મદદ લઈ સામાન્ય વિચારસરણીથી ઉપર નહિ ઊઠો તો માનવ-વિચારોમાં ઓતપ્રોત રહેતા અહંની જ અસર થશે. મહાપુરુષોના બોધ અને આદેશ પ્રમાણે આપણા વિચારો ઘડવા તે ઘણું મુશ્કેલ છે, પણ તે જ ફક્ત કામ આવશે. આપણી જાતથી વિચારીએ તે કામ નહિ લાગે.

આપણો અહં હંમેશ આપણને ગેરરસ્તે દોરતો હોય છે અને આપણે ઊંધે રસ્તે દોરાતા હોવા છતાં આપણે તો એમ જ વિચારતા રહીએ છીએ કે આપણે ઘણા હોશિયાર, ઘણા કુનેહબાજ છીએ! આ મનની ચાલાકી છે. આ અહંનું કાર્ય છે. આપણા ભ્રમનો આપણે આધાર લેતા રહ્યા હોઈએ છીએ અને જ્યાં સુધી આ રીતરસમને દૂર ન કરી શકીએ ત્યાં સુધી આપણે બંધનમાં રહીએ છીએ.

અર્જુન બહુ ડહાપણપૂર્વક, બહુ સમજપૂર્વક ઘણું સાચું વિચારી રહ્યો હોવાનું પોતે ધારતો હતો. તે બરાબર ન હતો તે વાત જ શ્રીકૃષ્ણે કરવાની હતી. શ્રીકૃષ્ણે આ રીતે તેને વિચાર કરતો રોકવાનો હતો અને તેને બદલે ડહાપણપૂર્વક, ઉચ્ચતર વિવેકપૂર્ણ જ્ઞાનથી વિચારે તેવું શ્રીકૃષ્ણ કરવા માગતા હતા. આમ થાય તો જ તે દંઢ સંકલ્પ કરી જાતે લડી શકે, પોતાની જાત પર કાબૂ રાખીને લડે તો જ તે પોતાને પોતાપણાથી છોડાવી શકે તેમ હતું.

તમારી સમજણની અને વિવેકની બધી શક્તિઓને અતિ નમ્રતાના ભાવથી, અતિ જાગરુકતાના ભાવથી, કાયમ તમારું જીવન ગતિશીલ દિવ્ય જીવન બની રહે તે

માટે તમે કામે લગાડો અને તમારા જીવનને ક્રમશઃ વધુ આધ્યાત્મિક બનાવો. દરરોજ, દરેક પળે, દરેક ડગલે અને પગલે, અવિરત, આપણે જાગ્રત રહીએ. હજાર વખત આપણે ઊંઘમાં સરકી પડીએ ત્યારે હજાર વાર મોઢા પર થપાટ મારી આપણે જાગ્રત થવું પડશે ત્યારે જ કશુંક પામી શકાશે. આ ભગવદ્ગીતાની હાકલ છે. આ અવધૂત ગીતાની ચેતવણી છે. ગુરુ ઈસુની આ શીખ છે અને સ્વામી શિવાનંદજીનો કેન્દ્રીય સંદેશ છે: “મારાં પ્યારાં બાળકો, વાસ્તવિક સાધના કરો. સાચેસાચી અસલ સાધના કરો.”

દરરોજ માણસે પોતાના આધ્યાત્મિક જીવનનું નવીનીકરણ કરવું પડશે તો જ જીવન આધ્યાત્મિક રહેશે. દરરોજ પોતાની અંદરના અંધકારને હઠાવી દેવા પ્રયાસ કરવો પડશે. જાગ્રત વિવેક, આધ્યાત્મિક પરિશ્રમ અને

જાગૃતિના પ્રકાશથી જીવનને સતેજ બનાવતાં રહેવું પડશે. આ જ મોટું કામ છે. તે કામે લાગી જાઓ અને ભાગ્યશાળી બનો. વારંવાર ભગવદ્ગીતામાં ડોકિયું કરો. વારંવાર અવધૂત ગીતા વાંચો, સમજો. અવારનવાર નવા કરારની સલાહ લો. “હિમાલયનો સાદ” અગણિત વખત સાંભળો. ત્યાગ, મુમુક્ષા, ભક્તિ, સાધના ને સમર્પણરૂપી જવાબા તમારી જાતમાં ચેતવો. આ અગ્નિથી બધો કચરો બાળી નાખો અને જાગ્રત દિવ્યતા તેમજ કાર્યશીલ જીવન દ્વારા ઝળહળતો પ્રકાશ પાથરો. એકાગ્રતાથી આ કામે લાગી જાઓ. બીજી કોઈ દિશામાં ધ્યાન આપશો નહિ. આમ કરવાની તાતી જરૂર છે. ભગવાન તમારું ભલું કરો!

□ ‘સાધનામાં અંતરદૃષ્ટિ’માંથી સાભાર

(મનાચે શ્લોક-મનોબોધ પાલ નં. ૧૬ ઉપરથી ચાલુ)

જેમની જીભના ટેરવે ‘હરિ’ નામના બે અક્ષર છે, તેને ગંગા ગયા, સેતુબંધ, કાશી અને પુષ્કરની કોઈ જરૂરિયાત નથી, અર્થાત તેમની યાત્રા, સ્નાન વગેરેનું પુણ્ય ફળ તેમને પ્રભુ-સ્મરણથી જ મળી જાય છે. જેણે ‘હરિ’ એવા બે અક્ષરોનું ઉચ્ચારણ કર્યું છે તેમને ઋગ્વેદ, યજુર્વેદ, સામવેદ તથા અથર્વવેદનાં અધ્યયનની કોઈ આવશ્યકતા નથી. જેમણે ‘હરિ’ એવા બે અક્ષરનું ઉચ્ચારણ કર્યું તેમને દક્ષિણા સહિત અશ્વમેધ યજ્ઞોના યજનનું પુણ્ય ફળ પ્રાપ્ત થાય છે. જેણે ‘હરિ’ નામનું ઉચ્ચારણ કર્યું છે તે મૃત્યુ પછી પરલોકગમન માટે ‘પાથેય’ (માર્ગ માટે ભોજનસામગ્રી) પ્રાપ્ત કરે છે. સંસારરૂપી રોગ માટે પ્રભુસ્મરણ સિદ્ધ ઔષધ છે અને જીવનનાં દુઃખો તથા કલેશોના નિવારણ માટે પરિત્રાણ છે. તેદુપરાંત શ્રુતિએ તો વધુ સ્પષ્ટ કરીને કહ્યું કે;

બ્રાહ્મણાઃ ક્ષત્રિયા વૈશ્યાઃ સ્ત્રિયઃ શૂદ્રાન્ત્યજાતયઃ ।

યત્ર તત્રાનુકુર્વન્તિ વિષ્ણોર્નામાનુકીર્તનમ્ ।

સર્વપાપવિનિમુક્તાસ્તેઽપિ યાન્તિ સનાતનમ્ ॥
બ્રાહ્મણ, ક્ષત્રિય, વૈશ્ય, સ્ત્રી, શૂદ્ર, અંત્યજ વગેરે જે લોકો પણ પ્રભુ નામ સ્મરણ કે સંકીર્તન કરે છે તે તમામ લોકો નિર્વિવાદરૂપે સનાતન પરમાત્માને પ્રાપ્ત કરે જ છે.

પ્રભુ નામ-સ્મરણ માટે કોઈ દેશ-કાળનું બંધન નથી.

ન દેશકાલનિયમઃ શૌચાશૌચવિનિર્ણયઃ । પરં સંકીર્તનાદેવ રામ રામેતિ મુચ્યતે ।

શ્રીરામનામનું સ્મરણ કરવા માટે દેશકાળનો કોઈ નિયમ નથી. શૌચ-અશૌચના નિર્ણયની પણ આવશ્યકતા નથી. માત્ર રામ-રામ આ સંકીર્તન કરવા માત્રથી જ જીવ મુક્ત થાય છે.

આમ, સંત રામદાસ જેને અંગ્રેજીમાં કહેવાય કે with Bell, Book and Candle એક વાતને દૃઢતાપૂર્વક કહેવા માગે છે, હે મન! પ્રભાતે રામ નામનું સ્મરણ કર!.

ૐ શાંતિ (ક્રમશઃ)

પાશ્ચાત્ય મનોવિજ્ઞાન

પાશ્ચાત્ય મનોવૈજ્ઞાનિકો મનને બે ભાગમાં વહેંચી નાખે છે : એક છે ચેતન મન (conscious mind) અને બીજું છે અચેતન મન (Subconscious mind). હવે આ ચેતન મન તે મનનો બહારનો હિસ્સો છે. જેનો આપણે રોજરોજના જીવનમાં સીધો ઉપયોગ કરીએ છીએ, પણ આ બહારનો ભાગ એ માત્ર સપાટી ઉપરનો મનનો ભાગ છે. એને તો પ્રયત્નોથી હજુ કાબૂમાં લઈ શકાય, પણ મનનો મોટો ભાગ જે અંતર્નિહિત છે, એ છે અચેતન મન. આ મનને પાણીમાં તરતા હિમખંડોની સાથે સરખાવી શકાય છે. પાણીમાં તરી રહેલા હિમખંડોની માત્ર ટોચ જ સપાટી ઉપર દેખાતી હોય છે. બાકી તેનો મોટો ભાગ પાણીમાં ડૂબેલો હોય છે. પણ આ હિમપર્વતોની શક્તિ એટલી પ્રચંડ હોય છે કે ‘ટાઈટેનિક’ જેવી વિરાટ સ્ટીમરોના પણ ભાંગીને ભુક્કા બોલાવી દે છે. ભલભલા નિષ્ણાત કપ્તાનો પણ પાણીની અંદર રહેલા આ હિમપર્વતોને જોઈ શકતા નથી અને તેથી મોટાં જહાજો તેની સાથે ટકરાઈને નાશ પામે છે. આપણા મનનું પણ એવું જ છે. ચેતન મનની તો માત્ર ટોચ જ ઉપર દેખાય છે. એ તો માત્ર મનનો દશ ટકા હિસ્સો જ છે. બાકી નેવું ટકા હિસ્સો તો અચેતન મનનો રહેલો છે. આ અચેતન મનમાં જ બધા સારા-નરસા જન્મોજન્મના સંસ્કારો પડેલા હોય છે. આ સંસ્કારો ગમે તે સમયે ઉપર આવીને પોતાનો પ્રભાવ ફેલાવતા રહે છે. આ અચેતન મનને ભંડકિયા સાથે સરખાવવામાં આવેલું છે. જેમ ભંડકિયામાં કામની, નકામી અને જૂની વસ્તુઓ સંગ્રહીને રાખી હોય છે એમ આ મનમાં સારા-નરસા અનેક પ્રકારના જન્મોજન્મના સંસ્કારો સંઘરી રાખવામાં

આવેલા હોય છે. ગમે તે સમયે આ સંસ્કારો ચેતન મનમાં ઉપર આવીને માણસ પાસે ન કરવાનાં કાર્યો પણ કરાવી જતા હોય છે.

આધુનિક પાશ્ચાત્ય મનોવૈજ્ઞાનિકોમાં ડૉ. સિગ્મન ફ્રોઈડનું પ્રદાન નોંધપાત્ર છે. તેમણે જ મનોવિશ્લેષણ પદ્ધતિ (Psychoanalysis) પદ્ધતિનો પ્રારંભ કર્યો. તેઓ માને છે કે આ અચેતન મન એ ખરાબ વૃત્તિઓથી ભરેલું ભંડકિયું છે. મનુષ્યની દરેક પ્રકારની પ્રવૃત્તિ માટે તેના બાળપણના અનુભવો કારણભૂત છે. ફ્રોઈડ પછી તેના સાથીદાર એડલર અને ડૉ. યુંગે પણ આ દિશામાં ઘણું સંશોધન કર્યું છે. તેઓ જાતીય વૃત્તિ કે પ્રભુત્વવૃત્તિને સૌથી મૂળભૂત કે આગળ પડતી સહજવૃત્તિ માને છે અથવા તો તેને જ માનવપ્રકૃતિનું મૂળભૂત સત્ય માને છે, પરંતુ તેમના અનુગામી ડૉ. વિલિયમ બ્રાઉન ‘સાયન્સ એન્ડ પર્સનાલિટી’ પુસ્તકમાં આ અંગે અવલોકન કરતાં જણાવે છે કે, “જાતીયવૃત્તિ કે પ્રભુત્વવૃત્તિ માનવીનાં વર્તન અને કાર્યોને સમજાવવા માટે પર્યાપ્ત ગણી શકાય નહીં. એક મૂળભૂત સહજવૃત્તિ શોધી કાઢવાના પ્રયત્નમાં ફ્રોઈડ અને એડલર નિષ્ફળ નીવડ્યા છે.” આમ, માણસના મનમાં ખરાબ વિચારો અને દુર્વૃત્તિઓ કેવી રીતે જાગે છે એ અંગે પાશ્ચાત્ય મનોવૈજ્ઞાનિકો સચોટ કારણો આપી શક્યા નથી પરંતુ વર્તમાન સમયના મનોવૈજ્ઞાનિકોમાં પ્રોફેસર વિલિયમ જેમ્સ તો કહે છે કે, “હિંદુસ્તાનનું યોગદર્શન નિ:શંકપણે અત્યંત આદરણીય અને ત્યાગ તથા વૈરાગ્ય પ્રેરક છે. તેનાં પરિણામો અત્યંત વિપુલ પ્રાયોગિક પુરાવાઓ આપે છે.”

ભારતીય મનોવિજ્ઞાન

ભારતીય મનોવિજ્ઞાનના સિદ્ધાંતોને આપણા ઋષિમુનિઓએ હજારો વર્ષથી વિકસાવેલા છે. પોતાના મન ઉપર પ્રયોગ કરીને એમણે આ સિદ્ધાંતો આપેલા છે.

તેમાં મનની એકાગ્રતાનું સંપૂર્ણ વિજ્ઞાન આપેલું છે. મહર્ષિ પતંજલિએ પોતાનાં યોગસૂત્રોમાં મનને કાબૂમાં લેવાની સંપૂર્ણ વૈજ્ઞાનિક પદ્ધતિ આપેલી છે. આ ઉપરાંત

ઉપનિષદો, ગીતા, જૈન ધર્મગ્રંથોમાં અને બૌદ્ધ ધર્મગ્રંથોમાં પણ મનના નિયંત્રણ અને એકાગ્રતાની ઘણી રીતો બતાવેલી છે.

આ ઉપરાંત આપણા ઋષિમુનિઓએ મનના વર્તન અંગેનો પણ ઊંડો અભ્યાસ કરી જણાવ્યું હતું કે મન ઉપર સત્ત્વ, રજસ અને તમસ આ ત્રણેય ગુણોનો પ્રભાવ સતત રહે છે. જ્યારે મન ઉપર સત્ત્વ ગુણનો વિશેષ પ્રભાવ હોય ત્યારે તે ઘણું શાંત, સ્થિર અને શાણું બની જાય છે. તેની કૂદાકૂદ ઓછી હોય છે અને તે અંતર્મુખ બને છે પણ જ્યારે રજો ગુણનો પ્રભાવ વિશેષ હોય છે ત્યારે તે અતિ ઉત્સાહમાં આવીને ઠેકડા મારવા લાગે છે અને અનેક પ્રકારનાં મોટાં સાહસો ખેડવા માટે તત્પર બની જાય છે પરંતુ આ રજસનો ઊભરો હોય છે. એ કાયમી ટકતો હોતો નથી. જ્યારે તમસનો પ્રભાવ મન પર વિશેષ હોય છે ત્યારે મન જડવત્ બની જાય છે. શૂન્ય બની જાય છે. તેને કશામાં આનંદ આવતો નથી. તે નિરાશ, હતાશ બની જાય છે. આમ, મન ઉપર કયા ગુણોનો પ્રભાવ વિશેષ છે, એના ઉપરથી મનનું વલણ જાણી શકાય છે.

આપણા ઋષિઓનો અભ્યાસ તો આથી પણ આગળ વધે છે. તેમણે ચેતનાની ચાર અવસ્થાઓ દર્શાવી છે : જાગૃત, સ્વપ્ન, સુષુપ્તિ અને તુરીય. આમાં તુરીય અવસ્થા એ મનની સીમાની પેલે પાર છે. આ અતિચેતન અવસ્થા છે. અનેક પાશ્ચાત્ય મનોવૈજ્ઞાનિકો આ અવસ્થાને સ્વીકારતા નથી. તેઓ અચેતન મનના સીમાડા સુધી જ જાય છે. મનથી પર અતિચેતન અવસ્થાને તો તેઓ રોગિષ્ઠ સ્થિતિ ગણે છે, કેમ કે આ અતિચેતન અવસ્થાનું એમને દર્શન નથી, જોકે કેટલાક

પાશ્ચાત્ય મનોવૈજ્ઞાનિકો પણ હવે આ અવસ્થાનો સ્વીકાર કરવા લાગ્યા છે. આ ઉપરાંત પણ મનના જ્ઞાતા એવા આપણા ઋષિઓ ચેતનાના મુખ્ય કેન્દ્રબિન્દુ તરીકે આત્માને માને છે. એ આત્મા કે જે આપણી અંદર રહેલો પરમાત્માનો અંશ છે. એ જ છે જીવનનું મુખ્ય કેન્દ્રબિન્દુ અને એની પ્રાપ્તિ એ જ જીવનનો મુખ્ય ઉદ્દેશ છે. મન એ આત્માથી અલગ હોઈને મન ઉપર તેનો પ્રભાવ મૂકી શકાય છે. દૃઢ સંકલ્પ અને પ્રયત્ન દ્વારા મનુષ્ય પોતાના મનના સંસ્કારોને બદલીને પોતાના સમગ્ર જીવનને બદલી શકે છે. આ બાબત ઉપર આપણા ઋષિઓએ ભાર મૂક્યો છે.

એ સાથે તેઓ એમ પણ કહે છે કે મનુષ્યનું જીવન તો અખંડ છે. જન્મજન્માંતરમાં આત્મા કલેવરો બદલતો રહે છે. તેથી ગત જન્મના સંસ્કારો અને કર્મોની છાપ પછીના જન્મોમાં ચાલુ રહે છે. માણસના અજાગૃત મનમાં પૂર્વજન્મના સાદા અને નરસા બન્ને પ્રકારના સંસ્કારો પડેલા જ હોય છે. તદનુસાર મનુષ્યનું આ જન્મનું જીવન રચાતું હોય છે. આથી મનુષ્યના જાગૃત મન કરતાં અજાગૃત મન વિશેષ મહત્ત્વનું બની રહે છે. આ મનનું સંમાર્જન કરવાની પદ્ધતિઓ પણ સ્વાનુભવે આપણા ઋષિઓએ શોધી કાઢી હતી. આધુનિક પાશ્ચાત્ય મનોવૈજ્ઞાનિકો ઋષિઓના આ મહાન દર્શનને હવે સ્વીકારવા લાગ્યા છે. જેમાં એરિક ફ્રોમ, અબ્રાહમ યોસ્તો, કાર્લ રોજર્સ વગેરે મુખ્ય છે, જેઓ માનવતાવાદી મનોવિજ્ઞાનમાં માનતા થયા છે.

આમ, મનને વશ કરવા માટે ભારતીય મનોવિજ્ઞાન પાશ્ચાત્ય મનોવિજ્ઞાન કરતાં વધુ સફળ પુરવાર થયું છે.

□ ‘એકાગ્રતા અને ધ્યાન’ માંથી સાભાર

(પ્રેમામૃત પાન નં. ૧૫ ઉપરથી ચાલુ)

ઓળખીને પોતાના સ્વરૂપમાં હંમેશ માટે ડૂબી જવાનું હોય છે. તેનું નામ છે સત્સંગ. સત્સ્વરૂપ પરમાત્મામાં જે સ્થિતિ મેળવવાની છે તે છે - ‘હું’ તેનું સ્વરૂપ જ છું, પરંતુ સ્વરૂપને ભૂલી ગયો છું અને ભૂલથી દેહાધ્યાસ દ્વારા. શરીરમાં આસક્તિ દ્વારા જે ખરેખર નથી તેને સત્ય

સમજવાના કારણે પોતાના નિજાનંદથી પોતાના સ્વરૂપના આનંદથી-વંચિત થઈ ગયો છું તો તેને ફરી પ્રાપ્ત કરવા માટે સત્સંગમાં આવ્યો છું. પોતાના અસલ સ્વરૂપની પ્રાપ્તિ કરવા માટે આવ્યો છું.

□ ‘પરમાર્થ પ્રકાશ’માંથી સાભાર અનુવાદ

સાચું જીવન

જીવનનો અંત મૃત્યુ છે એમ ન માનતાં જીવનની પ્રત્યેક ક્ષણમાં મૃત્યુને જોઈને મૃત્યુથી ઉપર દિવ્ય જીવન જીવાય એવી ઈચ્છા રાખવી જોઈએ. ફક્ત ઈચ્છા જ નહિ પણ દિવ્ય જીવનમાં સ્થિત થવું જોઈએ. પરમાત્માએ આપણને દિવ્ય આનંદમય જીવન આપ્યું છે. આપણે તેનો તિરસ્કાર કરી પોતાના અહંકાર દ્વારા બાહ્ય સંસારમાં અત્યંત આસક્ત થઈને જીવીએ છીએ અને વિવિધ પ્રકારના ક્લેશ ભોગવીએ છીએ અને તે માટેનો દોષ પરમાત્મા, સમાજ અને સમયને દઈએ છીએ.

જીવનમાં સૌથી વધુ મૂલ્ય શાંતિનું છે. જે કાર્યથી ચિત્તમાં અશાંતિ થાય તેને જાણી જોઈને કરવું એ આપણી મૂર્ખતા સિવાય બીજું શું છે? જ્યારે વિવિધ પ્રકારની કામનાઓથી આપણું ચિત્ત જામી થઈ વ્યાકુળ થાય છે ત્યારે આપણે કામનાઓને પૂરી કરવામાં લાગી જઈ ચિત્તને વધુ અશાંત બનાવીએ છીએ. હા, કામનાઓની પૂર્તિ થતાં ક્ષણિક શાંતિનો અનુભવ થાય છે, પણ ફરી નવી ઈચ્છાઓ ઉદ્ભવતાં આપણું ચિત્ત અસંતુષ્ટ બની જાય છે. શાંતિને જ્યાં સુધી આપણે બહાર શોધીએ છીએ ત્યાં સુધી તે બહાર ન હોવાથી આપણને તેની પ્રાપ્તિ થતી નથી. કારણ કે તે તો આપણી અંદર છે, આપણું સ્વરૂપ જ છે.

આપણે પરમાત્માની વિવિધ પ્રકારની આરાધનાનો આડંબર કરીએ છીએ, પરંતુ પરમાત્માની

રચેલી સૃષ્ટિ (માનવ)ની ઘૃણા કરીએ છીએ. તેથી સૃષ્ટિનો સ્રષ્ટા આપણાથી કેવી રીતે સુખી થશે? ભોજન કરાવવામાં અથવા બીજાં કાર્યોમાં આપણે પાત્ર કુપાત્ર જોઈએ છીએ, પરંતુ ભોજન કરતી વખતે પોતે તેના માટે કેટલા યોગ્ય છીએ, તેના વિચાર કરતા નથી. ભોજનનો સ્વાદ તો આપણે જ નહિ, પશુ પણ લે છે. માનવે તો બીજાંને ભોજન કરાવીને તેનો સંતોષરૂપી સ્વાદ લઈને આનંદિત થવાનું છે.

પરમાત્માએ આપણને નેત્રો આપ્યાં છે. તેનાથી આપણે જો પરમાત્માને ન જોયા તો નેત્ર નિરર્થક છે. તે જ પ્રમાણે દરેક ઈન્દ્રિય પરમાત્માએ આપેલી છે. તેનો ઉપયોગ તેના દાતા(પરમાત્મા)ને પ્રાપ્ત કરવામાં-ઓળખવામાં ન કરવામાં આવે તો તે આપણી ન્યૂનતા છે. આપણે બીજાઓ સાથે સારો વ્યવહાર કરીએ તે જરૂરી છે, પરંતુ પહેલાં પોતાની સાથે શ્રેષ્ઠ વહેવાર કરવાનું શીખવું જોઈએ. આપણાં શરીર, મન, બુદ્ધિ, અહંકારની સાથે પણ પ્રેમ હશે ત્યારે જ બધાંને પ્રેમ કરી શકશો. જે પોતાની જાતને પ્રેમ કરી શકતો નથી તે કોઈની સાથે પ્રેમ કેવી રીતે કરી શકશે? જે કંઈ કાર્ય કરો તેમાં આનંદની અનુભૂતિ હોવી જોઈએ, નહિ કે તેની ફલેચ્છાથી પોતે પોતાની જાતને મલિન કરે.

સત્સંગ

જે સત્ય સ્વરૂપ પરમાત્મા છે, જે દેશ કાળ(સમય) - વસ્તુથી અબાધ્ય છે તેને ન તો કાળ દ્વારા બાંધી શકાય છે, કે ન તો દેશ દ્વારા બાંધી શકાય છે, ન વસ્તુ વિશેષથી બાંધી શકાય છે. તેના દ્વારા કાળ-દેશ-વસ્તુ ત્રણે પ્રકાશિત થયા કરે છે. તો પછી તેને બાંધશે કોણ? આ રીતે જે સત્સંગ થાય છે તે પણ અબાધિત હોય છે. તેને પણ કોઈ બાંધી શકતું નથી. શું સત્સંગ અમુક સમયમાં બંધ થઈ જશે? સત્સંગનું તાત્પર્ય છે - તે જે સત્સ્વરૂપ પરમાત્મા. જે આપણા અંતઃકરણમાં

બિરાજમાન છે તેનો સાક્ષાત્કાર કરાવવાનું. પરમાત્માના સાક્ષાત્કાર માટે જ સત્સંગ કરવામાં આવે છે. તેમાં આવનારાં વિઘ્ન, તેમાં આવનારી રૂકાવટોને દૂર કરવા માટે મહાપુરુષો પાસે જવાનું હોય છે. તેમના વચનામૃતથી મળ-વિક્ષેપ-આવરણ દૂર થાય છે. લોકો તેટલા માટે જ સત્સંગમાં આવે છે. અંતઃકરણની અંદર મળ-વિક્ષેપ-આવરણ જે સ્થાન લઈ લીધું છે તેને દૂર કરવાનું છે. તેમને દૂર કરી પોતાના અસલ સ્વરૂપને

અનુસંધાન પાના નં. ૧૪ ઉપર

દેહદંડણેયે મહાદુઃખ આહે
મહાદુઃખ તેં નામ ઘેતાં ન રાહે ।
સદાશિવ ચિંતીતસે દેવદેવા
પ્રભાતે મની; રામ ચિંતીત જાવા ॥ ૭૩ ॥

તનુ દંડવાથી મહાદુઃખ થાયે,
મહાદુઃખ તે નામ લેતાં વિલાયે;
સદાશિવ દેવેશના ધ્યાનમાં રહે,
પ્રભાતે મને રામને ચિંતવી લે.

જપ, તપ, તીર્થયાત્રા, વ્રત-અનુષ્ઠાન વગેરે હરિપ્રાપ્તિનાં અનેક સાધનો છે; તેમાં દેહને દંડ એટલે કષ્ટ બહુ થાય છે, પરંતુ નામ-સ્મરણમાં દેહદંડનું દુઃખ અને કષ્ટ તો નથી જ. શ્રીરામનામનું સ્મરણ પરમ યોગેશ્વર સદાશિવ પણ નિરંતર કરે છે. (મહાદેવ સતત જપત એક રામ નામ; કાશી મરત મુક્તિ કરત લેત રામ નામ) માટે પ્રભાતે હૃદયમાં શ્રીરામનું ધ્યાન કરી લે.

અહીં બધી વાતમાં આ 'પ્રભાતે' શબ્દ નું વિશેષ મહત્ત્વ છે. માનો કે એક માટીનો ઘડો કોરો હોય, નવો જ હોય અને જો તેમાં કેરોસીન-ઓઈલ નાખીએ અને થોડી વાર પછી તે ઘડાને ખાલી કરીને ગરમ પાણી, સોડા સાબુથી ધોવાની બધી જ મહેનત નકામી જવાની; તે ઘડો આ કેરોસીનની વાસ છોડશે નહીં. પરંતુ જો ઘડામાં દેશી સારી ઊંચી જાતનું ઘી નાખીએ તો તેની સુગંધ રહી જાય. આખી વાત કોરા ઘડામાં પહેલાં શું પડ્યું?

વહેલી સવારે ઊઠતાંની સાથે જે સત્ચિંતન થાય, પ્રભુસ્મરણ થાય તેની અસર આપણાં શૂન્ય મનસ્કમાં કે અચેતન મનમાં જે કંઈ પ્રતિબિંબીત થાય તેની અસર અજાગ્રત મનમાં પણ રહે છે. આપણે ત્યાં એક કહેવત છે. "જેની ચા બગડી તેનો દહાડો બગડ્યો." માટે જ ગુરુભગવાન શ્રીમત્ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજ સદૈવ કહેતા 'Start the day with the God' દિવસનો પ્રારંભ જ હરિનામથી કરો.

બીજી જે પ્રમુખવાત આ શ્લોકમાં પ્રારંભમાં કહી કે પ્રભુનામ સ્મરણ વ્રત, ઉપવાસ કે તીર્થયાત્રાનો શ્રમ માગતો નથી. માટે જ સંતોએ ગાયું છે, "હાથ પાંચ નહીં હિલના, દશ બીસ કોશ નહીં ચલના, રાધેકૃષ્ણ બોલ તેરા ક્યા લગેગા મોલ;" હરિ નામ-સ્મરણ જેવું પ્રભુકૃપા પ્રાપ્તિનું બીજું કોઈ શ્રેષ્ઠ સાધન નથી.

આ જ વિષયની વધુ સ્પષ્ટતા કરતાં આગળ ઉપર સંત રામદાસજી કહે છે;

બહૂતાપરી સંકટેં સાધનાર્થી
વ્રતેં દાન ઉઘાપનેં તીં ધનાર્થી ।
દિનાચા દયાળૂ મનીં આઠવાવા
પ્રભાતે મનીં રામ ચિંતીત જાવા ॥

બહુ સંકટો સાધનોમાં રહ્યાં છે;
વ્રતો દાન ઉઘાપનો દ્રવ્યનાં છે;
દીનોના દયાળુ મનથી સ્મરી લે,
પ્રભાતે મને રામને ચિંતવી લે.

તીર્થયાત્રાદિ અનેક સાધનો છે તેમાં બહુ કષ્ટ અને અનેક સંકટો રહેલાં છે. સંસારીઓને તેમાં અનેકવિધ અડચણો છે. વ્રતો, દાનધર્મો, ઉઘાપનો એ બધાં ત્રાસકારક હોઈ દ્રવ્ય સાધ્ય છે. નામ-સ્મરણમાં કષ્ટ નથી અને તેમાં દ્રવ્યની જરૂર પણ પડતી નથી. સર્વ સુલભ સાધન એટલે દીનદયાળુના ચરણમાં દીન થઈને નામ-સ્મરણ કરવું એ જ છે.

ન ગંગા ન ગયાસેતુર્ન કાશી ન ચ પુષ્કરમ્ ।
જિહ્વાગ્રે વર્તતે યસ્ય હરિરિત્યક્ષરદ્વયમ્ ॥
ઋગ્વેદો યજુર્વેદઃ સામવેદો હ્યથર્વણઃ ।

અધીત સ્તેન યેનોક્તં હરિરિત્યક્ષરદ્વયમ્ ॥
અશ્વમેધાદિભિર્યજ્ઞૈર્ન મેધેઃ સદક્ષિણૈઃ ।
યજિતં તેન યેનોક્તં હરિરિત્યક્ષરદ્વયમ્ ॥
પ્રાણ પ્રયાણ પાથેયં સંસાર વ્યાધિનોષજમ્ ।
દુઃખ કલેશપરિત્રાણં હરિરિત્યક્ષરદ્વયમ્ ॥

અનુસંધાન પાના નં. ૧૨ ઉપર

યુનિવર્સિટીના શિક્ષણનું મૂલ્ય

આજની કેળવણીમાં તમને ભગવાન તરફ લઈ જાય તેવું કશું નથી. તે તમને જ્ઞાનથી પ્રગટેલો વિવેક નહીં આપી શકે. જો તમારામાં વિવેક જાગશે તો તમે જીવનની એકાત્મતા અનુભવી શકશો. તમે તે શાળામાંથી નહીં મેળવી શકો.

શાંતિ પ્રાપ્ત કરવી તે સહેલી વાત નથી. શાંતિ બજારમાંથી ખરીદી શકાય તેવી કોઈ વસ્તુ નથી. તે એવો ગુણ નથી જે કેટલાંક વર્ષ પુસ્તકાલયનાં પુસ્તકો વાંચીને વિકસાવી શકો. તે એવી કોઈ નથી, જે મહાનિબંધ લખીને મેળવી શકો. યુનિવર્સિટીની ડિગ્રીથી તમે કેવળ થોડા પૈસા કમાઈ શકો. તમારી પાસે લાખ રૂપિયા હોય તો પણ ભગવાનના દિવ્ય ધન વિના તમે ભિખારી જેવા જ રહેવાના.

જો તમે રાજાઓના પણ રાજા બનવા માગતા હો તો તમારામાં નચિકેતા જેવું તત્ત્વ હોવું જોઈએ. નચિકેતા દસ વર્ષનો છોકરો હતો. મૃત્યુના દેવ યમે તેને વિવિધ રીતે લલચાવી જોયો. પણ તેણે બધી જ વસ્તુ લેવાની ના

પાડી. “આ બધી જ વસ્તુઓ ઈન્દ્રિયોનું તેજ હરનારી છે. તમે મને દેવોનું આયુષ આપવાનું કહ્યું છે. એ આયુષ પરમાત્માની પ્રાપ્તિ કરવાથી મળતા શાશ્વત જીવનની સરખામણીમાં નગણ્ય છે. બધું જ ધન, સુંદર તરુણીઓ અને દિવ્ય રથો તમારી પાસે જ રાખો. મને એવું વિજ્ઞાન શીખવો, જે મને અમર બનાવે, જે મને એવી સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરાવે જે કાર્ય-કારણ, સુખ-દુઃખ, સદ્ગુણ-દુર્ગુણ, ઈષ્ટ-અનિષ્ટ એવાં દ્વંદ્વોથી પર હોય.”

તમે આ વિજ્ઞાન ભણ્યા છો? તમે તમારા ભૌતિક જગતના જ્ઞાનના ગર્વથી ફુલાઈ ન જાઓ. નમ્ર બનો. આ આત્માના વિજ્ઞાનને ભણો, આ વિજ્ઞાન જે લોકો વિનમ્ર હશે તે જ શીખી શકશે. તમારે ભણતરના ખોટા અભિમાનને છોડી દેવું જોઈએ. તમે જે શીખ્યા છો તે બહુ અલ્પ છે. તમારે હજુ સાગર જેટલું વિશાળ ભણવાનું છે. તમારે સર્વશ્રેષ્ઠ જ્ઞાન મેળવવાનું છે. માત્ર આ જ્ઞાન જ તમને અમરત્વ પ્રદાન કરશે. આ જ્ઞાન જ તમને બળવાન બનાવશે. જ્યારે તમે યુવાન છો ત્યારે હમણાં જ બી વાવી દો. ભવિષ્યમાં તમે તેનું ફળ પ્રાપ્ત કરશો.

બ્રહ્મવિદ્યા

પ્રકાશનાં બાળકો, તમે ઘણાં વિજ્ઞાનો ભણો છો-જીવવિજ્ઞાન વનસ્પતિશાસ્ત્ર, મનોવિજ્ઞાન વગેરે, પણ એક એવું વિજ્ઞાન છે કે જે જાણ્યા પછી અદૃષ્ટ વસ્તુ દૃષ્ટ બને છે, અશ્રુત બાબતો સાંભળી શકાય છે. અજ્ઞાત વસ્તુ જ્ઞાત બને છે, વિચારથી પર બાબતો વિચારી શકાય છે. આ વિજ્ઞાન બધાં વિજ્ઞાનોનું વિજ્ઞાન છે. તમે જ્યારે આ વિજ્ઞાન ભણશો ત્યારે તમે શાશ્વત અને નિરંતર આનંદ પ્રાપ્ત કરશો. આ વિજ્ઞાનોનું વિજ્ઞાન તે બ્રહ્મવિદ્યા કહેવાય છે.

બધાં નામ તથા રૂપનો મૂળ આધાર બ્રહ્મ-પરમાત્મા-છે. બ્રહ્મવિદ્યા તમારાં મન, ઈન્દ્રિયો અને પ્રાણને પ્રકાશ આપે છે. આ જ એક માત્ર વિજ્ઞાન છે-આત્માનું વિજ્ઞાન-જે તમને સર્વશ્રેષ્ઠ બજારનો પ્રાપ્ત કરવામાં મદદરૂપ થશે. તેને કોઈ ચોર તમારી પાસેથી

ચોરી નહીં શકે. તમને આ અખૂટ ધન મળશે, જે તમને અનંતકાલીન સંતોષ આપશે. ત્યાર પછી મન જગતની બીજી કોઈ વસ્તુ મેળવવાની આકાંક્ષા નહીં કરે, કારણ કે ભગવાન પરિપૂર્ણ છે. તમારી બધી જ ઈચ્છાઓ તૃપ્ત થશે. ઈશ્વર સાક્ષાત્કાર માટે જ તમને માનવજન્મ મળ્યો છે. બધા જ લોકો આ ધ્યેય તરફ ગતિ કરી રહ્યા છે પણ ખૂબ ઓછા લોકો તેનાથી સભાન છે. તેઓ ભૌતિક જીવનમાં ગૂંચવાઈ ગયા છે.

તમે ગમે તેટલા બુદ્ધિશાળી હો, ગમે તેટલા ધનવાન હો પણ જો તમે આ વિજ્ઞાનોના વિજ્ઞાનને ન જાણો તો તમારું જીવન દુઃખદ રીતે નિષ્ફળ ગયું છે. તમને પૂર્ણતા પ્રાપ્ત નહીં થાય, હંમેશાં જીવનમાં અભાવની જ વૃત્તિ રહ્યા કરશે.

□ ‘યોગના પાઠ’ માંથી સાભાર

અહંકારની અર્થહીનતા

- શ્રી સ્વામી રામ

મારા ગુરુ એક વાર હિમાલયમાં તુંગનાથ નામના એક પવિત્ર સ્થળે રહેતા હતા. એમને મળવા જતાં વચ્ચે કર્ણપ્રયાગનું મંદિર આવતું હતું, ત્યાં હું રોકાયો. મંદિર પાસેની એક ગુફામાં પ્રભાતસ્વામી નામના એક વિખ્યાત મહાત્મા રહેતા હતા, તેમને હું મળવા ગયો. એ વખતે હું હજી સંન્યાસી થવા માટેનો પૂર્વાભ્યાસ કરી રહ્યો હતો. અમારા રિવાજ પ્રમાણે મેં તેમને નમસ્કાર કર્યા. એક કામળાની ચાર ગડી વાળી તેના પર તે બેઠા હતા. સામે થોડા ગામજનો હતા. મારી એમ અપેક્ષા હતી કે તે મને તેમની બાજુમાં બેસાડશે. હજી મારો અહંકાર ઘણો વધારે હતો. કંઈક અંશે એનું કારણ એ હતું કે ભારતમાં ગામડાંના લોકો સંન્યાસીનો બહુ આદર કરે છે. આનાથી અહંકાર પોષાય છે, જે તૈયારી કરી રહેલા સંન્યાસી માટે ઘણી સમસ્યા ઊભી કરે છે.

પ્રભાતસ્વામી મારી મૂંઝવણ જાણતા હતા. તેમણે હસીને કહ્યું : 'બેસો.'

મેં કહ્યું : 'તમે જરા તમારો કામળો ખોલીને પાથરશો, જેથી હું તમારી બાજુમાં બેસી શકું?' મેં આગ્રહ રાખ્યો. તેમણે મારી વાતને હસી કાઢી. મેં કહ્યું : 'તમે મને તમારી પડખે કેમ બેસવા દેતા નથી?' હું ઉદ્ધત અને અવિનયી હતો.

તેમણે યોગવાસિષ્ઠમાંનો રામ-હનુમાનનો એક સંવાદ કહી સંભળાવ્યો. પછી કહ્યું : 'અનંતમાં તો આપણે સૌ એકસમાન છીએ, પણ મનુષ્ય તરીકે તું હજી ચાકર છે ને હું તારો ગુરુ છું. અત્યારના માણસો કાંઈ પ્રાપ્ત કર્યા વગર જ ગુરુપદે પહોંચી જવાનો પ્રયત્ન કરતા હોય છે.'

પછી તેમણે મને પાઠ આપતાં કહ્યું : 'એક ગુરુ

ઊંચા આસન પર બેસીને ઘણા લોકોને બોધ આપતા હતા. એક માણસ તેમને મળવા ગયો. સમાજમાં તે ઊંચું સ્થાન ધરાવતો હતો, તેથી તેના તરફ વિશેષ ધ્યાન આપવામાં ન આવે અને બીજા શિષ્યોની જેમ જ તેની સાથે પણ વર્તવામાં આવે એ તેને પસંદ પડ્યું નહિ. તેણે ગુરુ પાસે જઈને પૂછ્યું : 'મહારાજ, હું તમારી સાથે ઊંચા આસને બેસું?'

ગુરુએ કહ્યું : 'તારે શિષ્યની ને ગુરુની - બન્ને ભૂમિકા સમજવી જોઈએ.'

પેલા માણસે પૂછ્યું : 'શિષ્યની ફરજો શી છે?'

ગુરુએ સમજાવ્યું : શિષ્ય હોય તે સફાઈ કરે, સેવા કરે, વાસણ માંજે, રસોઈ તૈયાર કરે, પોતાની જાતને તૈયાર અને શુદ્ધ કરે અને ગુરુની સેવા કરે.'

પેલાએ પૂછ્યું : 'અને ગુરુ શું કરે?'

'ગુરુ જ્ઞાન આપે. તે કોઈ શારીરિક કામ ન કરે.'

'હું આ બધું કર્યા વિના ગુરુ શા માટે ન બની શકું?' પેલાએ પૂછ્યું, કેવી રીતે ઉપદેશ આપવો, તે શીખવા સાથે આવાં શારીરિક કામોનો શો સંબંધ છે?'

ગુરુએ કહ્યું : 'આ રીતે તો તું તારી જાતને ને બીજાઓને પણ નુકસાન પહોંચાડશે. એક વાત તારે પહેલેથી જ સમજી લેવી જોઈએ કે આધ્યાત્મિક માર્ગ પર બીજું બધું ચાલે, પણ અહંકાર તો ન જ ચાલે.'

અહંકાર, શિષ્ય અને શીખવાની પ્રક્રિયા વચ્ચે એક પડદો ઊભો કરે છે. માણસ અહંકેન્દ્રી બને, ત્યારે તે પોતાની જાતને અલગ પાડી દે છે અને ગુરુ સાથે સંવાદ સાધી શકતો નથી કે તેમની સૂચનાઓ ગ્રહણ કરી શકતો નથી. આવા અહંકારને દૂર કરવા ઘણી તપસ્યાની જરૂર પડે છે. એ વગર બધું જ્ઞાન ધોવાઈ જાય છે.

□ 'હિમાલયના સિદ્ધયોગી' માંથી સાભાર

શિવાનંદ કથામૃત

[ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજને આનંદ કુટિર દર્શીકેશમાં મળવા માટે અનેક આગંતુકો, મુલાકાતીઓ અને ભક્તો આવતા. તેઓ ગુરુદેવને વિવિધ વિષયો પર અનેક પ્રકારના પ્રશ્નો પૂછતા. ગુરુદેવ તેનો યોગ્ય જવાબ આપતા. આ પ્રશ્નો તથા તેના જવાબ ગુરુદેવની સાથે રહેતા સંન્યાસી શિષ્યો ચીવટપૂર્વક નોંધી લેતા. આ નોંધ એટલે શિવાનંદ કથામૃત. તેમાં ઘણી વ્યક્તિઓનો ફાળો છે. મુખ્ય ફાળો સ્વામી વ્યંકટેશાનંદનો છે. આ ઉપરાંત સ્વામી શિવાનંદ દ્વિધ્યાનંદ, સ્વામી ચૈતન્યાનંદ, સ્વામી સંતાનંદ, સ્વામી ગુરુશરણાનંદ, સ્વામી પરમાનંદ તથા બીજાઓએ સેવા આપી હતી.]

માતાનાં દર્શન

જ્યારે ગુરુદેવ સ્વર્ગાશ્રમમાં હતા ત્યારે તેમના રાજરાજેશ્વરાનંદ નામે એક પાડોશી હતા. તેઓ દિવ્ય માતાના પૂજક હતા. તેમણે દેવીની ભક્તિ સતત બાર વર્ષ કરી, પણ તે પૂર્ણતા પ્રાપ્ત કરી શક્યા નહિ. દુર્ગાપૂજના દિવસે તે સ્વામીને માતાજીની પૂજા રેશમી વસ્ત્ર અને આભૂષણોથી કરવાની ઈચ્છા હતી, પણ તેમની પાસે તે માટેના પૈસા ન હતા. પૂજા શરૂ થવાના આગલા દિવસે કોઈએ તેમનાં બારણાં ખખડાવ્યાં. તેમણે બારણાં ઉઘાડતાં જોયું કે કેટલીક પંજાબી કિશોરીઓ હતી. દરેકની પાસે રેશમી વસ્ત્રો, ફળ, આભૂષણો અને પૈસાથી ભરેલી થાળી હતી.”

તેમણે કહ્યું: “આપના પાડોશી, સ્વામી શિવાનંદજીએ નવરાત્રિ પૂજા માટે આ વસ્તુઓ આપને આપવાની કહી છે.”

રાજરાજેશ્વરાનંદે તેમના શબ્દોમાં વિશ્વાસ મૂકી બક્ષિસનો સ્વીકાર કર્યો.

તેમણે પૂછ્યું: “આ થાળીઓ કોની છે?” કિશોરીઓએ કહ્યું: “તે અન્નક્ષેત્રની છે.” તેઓ થાળીઓ લઈને પાછી ફરી.

સ્વામી રહી શક્યા નહિ. તે ગુરુદેવની કુટીર તરફ ગયા. તે દરરોજની માફક અંદરથી બંધ હતી. તેમણે દ્વાર ખખડાવ્યું. ગુરુદેવે દ્વાર ઉઘાડ્યું.

“સ્વામીજી, તે પંજાબી કિશોરીઓ કોણ હતી?”

“કઈ મહિલાઓ?”

“જેમને આપે દુર્ગાપૂજા માટે રેશમી વસ્ત્રો અને આભૂષણો સાથે મોકલેલી તેઓ.”

“મેં કોઈને મોકલી નથી!”

રાજરાજેશ્વરાનંદ ચકિત થઈ ગયા. તેઓ અન્નક્ષેત્રની ઓફિસે દોડી ગયા. ત્યાં કોઈ કિશોરીઓ ન હતી.

આંખોમાં અશ્રુ સાથે રાજરાજેશ્વરાનંદે પોતે આ બનાવ એક મિત્રને કહ્યો.

“હું કેટલાંયે વર્ષોથી માનાં દર્શન માટે પ્રખર આધ્યાત્મિક સાધના કરી રહ્યો હતો. આ સ્વામી શિવાનંદ, મારી જાણ મુજબ, તાંત્રિક આધ્યાત્મિક સાધક નથી અને છતાં જ્યારે માતાએ મને દર્શન આપવાની કૃપા કરવાનું નક્કી જ કર્યું તે સ્વામી શિવાનંદની પ્રેરણાથી! માતાએ મને રેશમી કપડાં અને આભૂષણો આપ્યાં અને તેમને આત્મસાક્ષાત્કાર આપ્યો.”

ગુરુદેવની માતાની પૂજા

ગુરુદેવ દિવ્ય માતાની કોઈ ઔપચારિક વિધિ પ્રમાણે પૂજા કરતા ન હતા. જ્યારે દક્ષિણ ભારતના એક પંડિતે ગુરુદેવને પૂછ્યું કે તેમણે શ્રી વિદ્યા ઉપાસનામાં પારંગતતા પ્રાપ્ત કરી હશે અને તેથી જ તેમનાં બધાં કાર્યમાં સફળતા પ્રાપ્ત થતી હશે; તેનું સ્પષ્ટીકરણ કરતાં ગુરુદેવે જણાવ્યું:

“મેં ઔપચારિક રીતે શ્રી વિદ્યા ઉપાસના કરી નથી.” ગુરુદેવે તેમને કહ્યું: “હું મારા દરરોજના સ્નાન પછી બીજા મંત્રોની સાથે દેવી મંત્રનું રટણ કરું છું. હું એક જ વાર મંત્રનું રટણ કરું છું, પણ મેં શ્રી વિદ્યા ઉપાસના કરી છે તેમ આપ કહો છો તે સાચું પણ હોય. તે કંઈક જુદા પ્રકારની છે. હું જ્યારે પણ કોઈ સ્ત્રીને જોઉં છું ત્યારે હું તેને માનસિક રીતે દંડવત્ પ્રણામ કરું છું અને માનસિક રીતે કોઈ દેવી મંત્ર ‘ઓમ્ શ્રીદુર્ગાયૈ નમઃ’નું રટણ કરું છું. હું બધી સ્ત્રીઓને દિવ્ય માતાના મૂર્તસ્વરૂપ સમાન માનું છું. જ્યારે હું મારા કપાળ પર પવિત્ર સિંદૂર લગાડું છું ત્યારે ‘ઓમ્ હ્રીં ઓમ્’નું રટણ કરું છું. આ મારી ‘શ્રી વિદ્યા ઉપાસના’ ગણાય.”

વાંદરાઓનો હક

એક દિવસ કેટલાક લોકો ગુરુદેવની પાસે ગયા અને

સૂચ્યું: “સ્વામીજી, અહીં આપણે નાનો ફૂલનો બગીચો કરીએ તો સરસ થશે. વાંદરાઓનો આ ઉપદ્રવ મુલાકાતીઓને ડરાવે છે. માટે તેમને હાંકી કાઢવા માટે કંઈક ગોઠવણ કરીએ?”

ગુરુદેવે કહ્યું: “આ જગા મૂળ તો તેમની છે. જંગલ તેમનું છે. તમે અહીં આવ્યા અને તેમની જગા પચાવી પાડી છે અને હવે તમે તેમને હાંકી કાઢવા માગો છો? તે ઘાતકી કામ ગણાય. આપણે ત્યાં ભૂલ કરીએ છીએ. તેમની કોઈ ભૂલ નથી. તેઓ અહીં શાંતિથી રહેતા હતા. હવે આપણે આવ્યા અને તેમની જગા પચાવી પાડી તેમને હાંકી કાઢવાની ઈચ્છા ધરાવીએ. ના, તેમ કરવું ન જોઈએ.”

કરુણા

એક વખત આશ્રમ આગળથી પસાર થતાં એક ઘોડાગાડી તૂટી ગઈ અને ઘોડો બેભાન થઈ ગયો. તેના શરીરમાંથી લોહી વહી રહ્યું હતું. હૃદયાનંદ માતાજીને તરત જ મોકલવામાં આવ્યાં.

ગુરુદેવે તેમને કહ્યું: “જુઓ, તમારે ઘોડા માટે શક્ય કંઈક કરવાનું છે.”

તેમણે કહ્યું: “સ્વામીજી, હું ઢોરની ડોક્ટર નથી. પશુઓની સારવારનું મને જ્ઞાન નથી.”

“ના, ના! તમારે તો તમારી બુદ્ધિ વાપરવાની છે. જો તમને પશુઓ પ્રત્યે દયા હશે તો તમે કંઈક કરી શકશો. મનુષ્યોને દવા આપો છો તેના કરતાં તેને વધુ માત્રા(ડોઝ)ની દવા આપો પણ પશુને બચાવવાનો પ્રયત્ન કરો જ.”

હૃદયાનંદ માતાજીએ તેમને સૂઝ્યાં તે ઈન્જેક્શન આપ્યાં અને પશુ બચી ગયું.

હમણાં જ કરો! (Do It Now - DIN)

એક વાર ગુરુદેવે એક શિષ્યને અમુક પાર્સલ એક વ્યક્તિને મોકલવાનું સોંપ્યું હતું. તે વ્યક્તિનું સરનામું સરળતાથી શોધી કાઢી શકાય તેમ ન હતું અને શિષ્ય પણ તેને સોંપેલું કામ કરવાનું ભૂલી ગયો.

તે દિવસે ગુરુદેવે તેને પૂછ્યું: “પાર્સલ તૈયાર થઈ ગયું છે?”

“ના, સ્વામીજી, હું તેને કાલે તૈયાર કરી દઈશ.” બીજા દિવસે ગુરુદેવે પૂછ્યું: “પાર્સલ ક્યાં છે?”

“સ્વામીજી, હું ખરેખર તે ભૂલી ગયો હતો.”

જીવનમુક્ત

પોતાના પુસ્તક ‘દસ ઉપનિષદ’માં ગુરુદેવ સ્પષ્ટપણે જણાવે છે કે, “બ્રહ્મજ્ઞાનીની પાસે બધી જ સિદ્ધિઓ હોવી જોઈએ.” તેઓ લખે છે કે, “બ્રહ્મજ્ઞાન કદી તેની શક્તિથી જુદું હોઈ શકે નહિ; તે શક્તિની સાથે જ રહે છે.”

આ પુસ્તક વાંચ્યા પછી ગ્વાલિયરના એડવોકેટ તિવારીએ માન્યું કે ગુરુદેવ બ્રહ્મજ્ઞાની હોવાથી તેમની પાસે બધી જ સિદ્ધિઓ હોવી જોઈએ, જોકે તેમણે કદી તેનું જાહેર નિર્દેશન કર્યું નથી એટલે ૧૯૫૫ના ઉનાળામાં રજા ગાળવા આશ્રમમાં આવ્યા ત્યારે કુટીર પર તેમણે આડકતરી રીતે પ્રશ્ન મૂક્યો: “સ્વામીજી, જીવનમુક્ત કઈ સિદ્ધિઓ ધરાવે છે?”

“જીવનમુક્ત બધી જ સિદ્ધિઓ ધરાવે છે.”

“આ સિદ્ધિઓ ઈશ્વરની સિદ્ધિઓ કરતાં કઈ બાબતમાં જુદી પડે છે?”

“જીવનમુક્તની સિદ્ધિઓ સર્જનને બાદ કરતાં ઈશ્વરની સિદ્ધિઓ સાથે એકસરખી હોય છે.”

“તે ગંગાના વહેતા પાણીને ઠારી શકે?” ગુરુદેવે સ્મિત કરતાં કહ્યું: “શા માટે નહિ?”

જો તેમની ઈચ્છા હોય તો તેઓ તેમ કરી શકે છે, પણ લોકોના ભલા માટે હોય તે સિવાય સાધારણ રીતે તે આવું કદી કરશે નહિ.”

ગુરુદેવે આગળ કહ્યું: “જીવનમુક્ત તેના પૂર્ણતા પામેલા સંકલ્પ દ્વારા કંઈ પણ કરી શકે છે. તેનામાં ઈશ્વરનું માદક શુદ્ધ સત્ત્વ ભરેલું છે. કોઈ પણ સાચા સંકલ્પને શુદ્ધ સત્ત્વ પાર પાડી શકે છે.” તિવારીએ ફરીથી પૂછ્યું: “જો જીવનમુક્ત ઈશ્વરના જેવી જ સત્તાસિદ્ધિ ધરાવતા હોય તો જો બંને વિરુદ્ધ માર્ગે પોતાની સિદ્ધિઓ વાપરવાનું પસંદ કરે તો ગૂંચવાડો ન થાય?”

ગુરુદેવે તરત જ જવાબ આપ્યો: “જીવનમુક્તને પોતાની કોઈ ઈચ્છા હોતી નથી, વૈશ્વિક ઈચ્છા જ હોય

છે. વૈશ્વિક ઈચ્છા એ ઈશ્વરની ઈચ્છા છે. એટલે ગૂંચવાડો થવાની કોઈ શક્યતા નથી.”

ગુરુદેવનો કુદરત પર કાબૂ

ભારતમાં જ્યારે બ્રિટિશ સત્તા હતી ત્યારે બની ગયેલો એક નાનો બનાવ કુદરત પર ગુરુદેવના કાબૂનું ધ્યાન ખેંચે તેવું ઉદાહરણ છે.

ગંગા નદી માછલીઓની વિપુલતા માટે સારું જાણીતું સ્થળ છે. એક અંગ્રેજી જનરલ મુનિની રેતીમાં માછલી પકડવા માટે આવ્યા. રસ્તા ઉપર પોતાની કાર ઊભી રાખીને પોતાના નકીબ (મદદ કરનાર નોકર) સાથે જનરલ ગંગા નદીના કિનારે પહોંચ્યા. ત્યાં તેણે ગુરુદેવને જોયા. તેણે ટોપી ઉતારી કાળજી વગર ગુરુદેવને નમસ્કાર કર્યા. ગુરુદેવે પણ ભારતીય શિષ્ટાચાર પ્રમાણે વાંકા વળી પ્રણામ કર્યા. તેમણે એકબીજા સાથે કંઈ વાતચીત ન કરી. પછી જનરલે ગલ સાથેની માછલાં પકડવાની દોરીને નદીમાં નાખી.

ગુરુદેવના એક શિષ્યે વિનંતી કરી: “સાહેબ, અમારે માટે પવિત્ર સ્થળ હોવાથી સ્વામી આપને અહીં માછલી ન પકડવા કરગરી વિનંતી કરે છે. માછલી જીવંત પ્રાણી છે. તે આપણને કંઈ ઈજા કરતાં નથી તો તેમને મારી નાખવાનું યોગ્ય ગણાશે?”

“સ્વામીનું આ કામ નથી” જનરલે ગુસ્સે થઈને કહ્યું અને ફરીથી નદીમાં દોરી નાખી. કલાકો પસાર થયા, પણ હૂક પર એકેય માછલી પકડાઈ નહિ! જનરલ થાકી ગયો. તે નિરાશ થઈ ગયો અને સાથે સાથે તેને આશ્ચર્ય પણ થયું. અંધારું થતાં તેણે માછલી પકડવાનું બંધ કર્યું અને તેના નકીબને પાછા ફરવાનું ફરમાન કર્યું.

એકદમ આવેગથી તેનાં પગલાં ગુરુદેવની કુટીર તરફ વળ્યાં અને તેમને ખિન્ન થઈને કહ્યું: “વહાલા સ્વામી, હું ભારતમાં લાંબા સમયથી રહું છું. હું તમારા સંકલ્પ અને વિચારોની શક્તિ સમજી શકું છું. મારા આદેશ અને ઈચ્છાઓ કરતાં તે વધુ બળવાન છે. માટે મારા માછલી પકડવાના કામમાં તમારા અંતરાયને હું ખોટો માનતો નથી. હું ખાલી હાથે ઘેર પાછો જાઉં છું.”

દિવ્ય ધક્કો

એક સરકારી અમલદારે ગુરુદેવને ફરિયાદ કરતાં કહ્યું: “આગળની બઢતી માટે મેં બંધી જ શરતો પૂરી કરી છે, છતાં મને સફળતા મળી નથી; મારા બંધા જ સહકાર્યકરોને બઢતી મળી ગઈ છે. મને લાગે છે કે આ માટે દિવ્ય ધક્કાની જરૂર છે.”

ગુરુદેવે શાંતિથી કહ્યું: દુન્યવી વસ્તુઓ માટે દુન્યવી ધક્કો અને દિવ્ય વસ્તુઓ માટે દિવ્ય ધક્કાની જરૂર છે.”

તે અમલદાર સિવાયના બંધા જ હસી પડ્યા.

મુશ્કેલીમાં તક

ગુરુદેવ મેજર જનરલ એ. એન. શર્મા સાથે હરદ્વાર તરફ તેમની કારમાં જઈ રહ્યા હતા. ત્યારે કાર અટકી પડી. અને મંડળીને બસ દ્વારા જવું પડ્યું.

કાર બગડવાથી પડેલી અસુવિધા માટે જ્યારે શ્રી શર્માજીએ ગુરુદેવની માફી માગી ત્યારે ગુરુદેવે કહ્યું: “અસુવિધાઓ - મુશ્કેલીઓ તો હંમેશાં આવવી જ જોઈએ, નહિતર આપણે મજબૂત થઈ શકતા નથી. જો આપણને ફક્ત બધે સુવિધાઓ જ મળે તો આપણે કેવી રીતે વિકાસ પામી શકીએ? આપણે સંકલ્પ-શક્તિ, સહનશીલતા અને મનની સમતાનો કેવી રીતે વિકાસ કરી શકીએ? આશાવાદી દરેક મુશ્કેલીમાં તક જુએ છે, પરંતુ નિરાશાવાદી દરેક તકમાં મુશ્કેલી જુએ છે.”

તમારા મનની તપાસણી કરો

સ્વર્ગાશ્રમના હિસાબ તપાસનાર - ઓડિટર - ગુરુદેવના ટેબલ પાસે બેસી ઓફિસમાં આશ્રમના હિસાબ ઓડિટ કરતા હતા. ગુરુદેવે તેમની તરફ જોયું અને કહ્યું: “તમારા મનની તપાસણી કરો. તમારા વિચારોની તપાસણી કરો. મનના વિચારો અને કામનાઓનો હિસાબ કાઢો.”

ઓડિટર પણ ગુરુદેવની વિનોદવૃત્તિમાં જોડાયા અને બોલ્યા: “ફક્ત જ્યારે સિલકની મેળવણી (Trial blanc) પતી જાય કે આપણે છૂટા.”

ગુરુદેવે કહ્યું: “ફક્ત જવાબદારીઓ જ રહેશે - કામનાની જવાબદારીઓ અને ઈન્દ્રિય-સુખની જવાબદારીઓ.” □ ‘શિવાનંદ કથામૃત’માંથી સાભાર

પ્રભુ વસે અમ હૈયે

તેજસ્વી આત્મન્ ! દિવ્યતાના વહાલા અને ધન્ય સંતાન ! આદર્શો અને ધ્યેય જ જીવવા જેવી અને પુરુષાર્થ કરવા જેવી બાબતો છે. પરમ સર્વોચ્ચના તમે એક ભાગરૂપ, અંશરૂપ છો; એની જીવંત હાજરીમાં જ કામ કરો. હૈયે પણ એને જ ધારો અને શિરમાથા પર પણ એ જ. એ જ જીવન છે. એની પ્રત્યક્ષ હાજરીમાં જીવવું અને પ્રત્યેક ક્ષણનો સદુપયોગ કરી એને 'સોડહમ્ સોડહમ્'ના ઝળહળતા દિવ્ય ચૈતન્યથી ભરી દેવી એ જ સાધના.

આપણે પ્રભુના અંશ છીએ. પ્રભુ પરમ દિવ્ય છે. આપણે પણ પરમ દિવ્ય જ છીએ. આ જ સભાનતાનું વર્ચસ્વ તમારા જીવન પર રહેવું જોઈએ. દિવ્યાત્મા આપણાથી દૂર નથી. એ સૌથી વધુ નજીકથી પણ વધુ નજીક અને પ્રિયતમથી પણ વધુ પ્રિય છે. હકીકતમાં આપણા અસ્તિત્વના કેન્દ્રમાં એ જ છે. આપણે દિવ્યતામાં જીવીએ છીએ અને દિવ્યતા આપણામાં જીવે છે. આ સત્યને આપણા જીવનના મોખરે રાખવું જોઈએ. ઈશ્વરથી સદા એકરૂપ રહીને જ આપણે ભીતર ઝળહળતા લાખો સૂર્યનાં હરતાંફરતાં મંદિરો સમાં બની જઈએ. તમે એ કાળાતીત દિવ્યતા જ છો. તમારા સમસ્ત જીવનને દિવ્યતાના જીવંત પ્રાગટ્યની પ્રક્રિયારૂપે જીવી જાઓ. નવા વર્ષના ઉદય દિવસોમાં દિવ્યતાને જ પ્રધાન ધ્યેય બનાવો. સદા જાગૃત રહો કે 'હું દિવ્ય છું.' મારું જીવન દિવ્ય બનવું જોઈએ. હું દિવ્યતાપૂર્વક જ જીવીશ." આ જ આકાંક્ષાપૂર્વક જીવો અને તમારી ભીતર રહેનારો પરમ પ્રભુ અને એની તમામ ભવ્યતાઓ તમને તમારા આ ઉમદા પરાક્રમમાં સફળ થવા સહાયરૂપ થશે.

એક અત્યંત જાણીતા શ્લોકમાં ભગવાન મહાદેવને આ રીતે સંબોધાયા છે - "સદા વસન્તં હૃદયારવિન્દે ભવં ભવાની સહિતં નમામિ । - સદાસર્વદા મા ભવાની સાથે મારા હૃદયકમળમાં રહેતા સદાશિવને હું નમસ્કાર કરું છું. મહાદેવજીનો નિવાસ તમારી હસ્તીના કેન્દ્રમાં જ છે. "પ્રભુ, તું મારા હૃદયકમળમાં સદૈવ વસે છે. હે નાથ! તું અમને વરદાન આપ કે અમારો પ્રત્યેક દિવસ તારી આ હાજરીની સભાનતાને હૈયામાં સદા જાગૃત રાખીને જ જીવીએ." આ જ છે સાચી પ્રાર્થના.

નિત્ય સભાનતા રહે કે, "હું દિવ્ય છું. હું પ્રભુના અંશરૂપ છું. સચ્ચિદાનંદના અનંત મહાસાગર પરના એક મોજારૂપ હું છું. તમામ અંધકારને ભેદતા પ્રકાશનાય પ્રકાશપુંજનું હું ઝળહળતું કિરણ છું. હું સ્વયં પ્રકાશ છું. પ્રકાશ મારી ભીતર છે. જ્યોતિષામપિ તજ્જયોતિસ્તમસઃ પરમુચ્યતે । જ્ઞાનં જ્ઞેયં જ્ઞાનગમ્યં હૃદિ સર્વસ્ય વિષ્ટિતમ્ ॥ - તમામ પ્રકાશનો જે પ્રકાશ છે તે અંધકારથી પર ગણાય છે. સૌના અંતરમાં વસતું આ જ છે જ્ઞાનનું ધ્યેય અને જાણવા જેવું પણ આ જ જ્ઞાન છે." (ગીતા : ૧૩.૧૭) આ સત્યને તમારા જીવનમાં પ્રગટ કરો. આવું કરશો તો જ સાચું જીવ્યા ગણાશે. તમારું નવું વર્ષ આવું પ્રકાશવંતુ વર્ષ નીવડો, આવી તેજોમય ચેતનાથી ભરેલું, તમારા મૂળભૂત સ્વભાવને અનુરૂપ એવું વર્ષ તમે જીવો :

મનોબુદ્ધિ-અહંકાર-ચિત્તાનિ નાહં ।

ચિદાનંદરુપઃ શિવોઽહમ્ શિવોઽહમ્ ॥

□ 'નિત્ય સ્વાધ્યાય' માંથી સાભાર

ન ગુરોરધિકમ્

જ્યોતિર્મઠ (શ્રીબદ્રીનારાયણધામ)ના જગદ્ગુરુ શંકરાચાર્ય શ્રી વાસુદેવાનંદ સરસ્વતીજીએ શિવાનંદ આશ્રમમાં કરેલા પવિત્ર પ્રવચનનો સાર

‘ન ગુરોરધિકમ્’

ગુરુથી અધિક કલ્યાણકારી આ ધરતી પર મનુષ્ય માટે બીજું કોઈ નથી.

પારસમણિ લોખંડને સોનું બનાવે છે એ તમને બધાને ખ્યાલ છે. તમારી પાસે પારસમણિ છે? હા, છે. તમે લોકો ખૂબ ભાગ્યવાન છો કે તમને ગુરુ મળ્યા છે. ગુરુ પારસમણિ છે. લોખંડ એટલે મૂર્ખમાં મૂર્ખ વ્યક્તિને પણ તે સોનું એટલે સર્વજ્ઞ બનાવી દે છે. ગુરુ અલ્પજ્ઞને સર્વજ્ઞ બનાવે છે. પારસમણિ લોખંડને સોનું બનાવે છે પણ પારસમણિ નથી બનાવી શકતો, જ્યારે ગુરુ તો સામાન્ય વ્યક્તિને સંત, તેનાથી પણ આગળ ભગવાન બનાવી દે છે. તે તેને પોતાનાથી પણ અધિક તૈયાર કરે છે. તમે બહુ ભાગ્યશાળી છો, તમને ગુરુ મળ્યા છે. તેમને સાચવજો, પ્રેમ કરજો, જીવન સફળ થઈ જશે.

ભગવાન શંકરાચાર્ય રોજ સત્સંગ કરે. લોકો આવે અને સત્સંગનો લાભ લે. તેમનો એક શિષ્ય-ગિરિ, જેનાં આંખ, કાન, જીભ, મુખ સર્વ અક્રિયાશીલ હતાં. ભગવાન સત્સંગ શરૂ કરે ત્યારે હંમેશાં ગિરિની રાહ જોતા, ગિરિ રોજ ધોળી ગંગા અને અલકનંદા નદીના સંગમ પર સ્નાન કરવા જાય એટલે તેને આવતાં વાર લાગે. એક વાર સત્સંગ શરૂ કરતાં પહેલાં ભગવાને કહ્યું, “ગિરિને આવવા દો.” ઘણીવાર સુધી ગિરિ આવ્યો નહીં એટલે લોકો કહેવા લાગ્યા, “ભગવાન! સત્સંગ ચાલુ કરોને! ગિરિ તો આવશે.” ભગવાન સમજી ગયા. એમણે સૂક્ષ્મ રૂપ ધારણ કર્યું અને ગિરિના હૃદયમાં પ્રવેશ કર્યો. ગિરિના મુખેથી ગુરુસ્તોત્ર બોલાવા લાગ્યા. એ તોટક છંદમાં સ્તોત્ર બોલતાં બોલતાં આવી રહ્યો હતો.

કરુણાવરુણાલય પાલય માં

ભવસાગરદુઃખવિદૂનહૃદમ્ ।

રચયાંખિલદર્શનતત્ત્વવિદં

ભવ શઙ્કર દેશિક મે શરણમ્ ॥

હે કરુણાસાગર! ભવસાગરના દુઃખથી પીડાયેલા

હૃદયવાળા એવા મારી રક્ષા કરો. (મને) સર્વ શાસ્ત્રના તત્ત્વનો જાણકાર બનાવો (તત્ત્વનું જ્ઞાન આપો.) હે શંકર! હે આચાર્ય! (આપ) મારું શરણ થાઓ.

આ સાંભળી સૌએ ઊભા થઈ ગિરિને પ્રણામ કર્યાં. ભગવાન શંકરાચાર્ય ઊભા થયા અને કહ્યું, “આવો! તોટકાચાર્ય પધારો!” અને એ ગિરિ ગુરુકૃપાથી સંત થઈ ગયો, પૂજનીય બની ગયો, મહાન થઈ ગયો. ભગવાન સ્વયં લોકોને શાસ્ત્રો ભણાવતા હતા, જેની એટલી અસર લોકો પર થઈ નહોતી, જેટલી ક્ષણમાં ગિરિ ઉપર થઈ. આ ગુરુની મહાનતા છે, શક્તિ છે.

અમે આવ્યા ત્યારે જોયું કે ઘણા લોકો યોગ કરી રહ્યા હતા. યોગ ગુરુ વગર કરશો નહીં. આજકાલ લોકો પુસ્તકમાંથી વાંચીને યોગ કરે છે. તે તદ્દન ખોટું છે. એ ક્યારેક ફાયદાને બદલે નુકસાન કરાવી દેશે.

સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજ હૃષીકેશમાં રહેતા હતા. આજે તેઓ સમગ્ર ભારતમાં પ્રત્યક્ષ છે. તેમના એક અનન્ય શિષ્ય સ્વામી સત્યાનંદજી મુંગેરમાં ‘બિહાર સ્કૂલ ઓફ યોગ’ ચલાવતા. મને એક વાર ખૂબ ભવ્ય ઉત્સવની ઉજવણી પ્રસંગે ત્યાં જવાનો લાભ મળ્યો હતો, તેમાં તેમના એક શિષ્યે ૮ થી ૧૦ ખીલા હાથમાંથી આરપાર કાઢ્યા, પરંતુ બિલકુલ રક્ત નીકળ્યું નહીં. એક કાનમાંથી સળિયો નાખી બીજા કાનમાંથી બહાર કાઢ્યો, તો પણ સહેજેય રક્ત નીકળ્યું નહીં. શું આ ચમત્કાર હતો કે મેસ્મેરીઝમ? ના, આ ચમત્કાર પણ નથી, મેસ્મેરીઝમ પણ નથી, પરંતુ ત્યાં વૃત્તિ નથી. જ્યાં વૃત્તિ નથી ત્યાં દર્દ નથી, બંધન નથી.

એક યોગી; ગુરુ વગર જ કુંડલિનીના પ્રયોગો કરવા માંડ્યો. પ્રયત્નથી કુંડલિની સહચારમાં તો ચઢી ગઈ, પરંતુ હવે નથી તો નીચે આવી શકતી કે નથી તો બહાર નીકળી શકતી. ત્રણ દિવસ અને ત્રણ રાત તે યોગી એમ જ પડી રહ્યો ત્યારે ગુરુ ઉપસ્થિત થયા અને યોગીને કહ્યું, “બાહર નહીં નીકલ સકતી તો વાપસ લૌટાદે ।” અને

માંડ માંડ તે મૂળ સ્થાને પાછી આવી સ્થિર થઈ, ગુરુ કૃપાથી જ આધ્યાત્મિક પ્રગતિ શક્ય બને, સાચો માર્ગ મળે.

વૃંદાવનમાં એક ગુરુજી-ઊડિયા બાબા બહુ પ્રપંચ કરે. સવારના ૩ વાગ્યાથી રાતના ૧૧ વાગ્યા સુધી એમનો પ્રપંચ ચાલે. સવારે ઊઠીને નામ-સ્મરણ, પછી ધ્યાન, શ્રીમદ્ ભગવદ્ ગીતાનું પઠન, બપોરે કથા, સાંજે વેદાંત વિમર્શ, ભજન-કીર્તન, સત્સંગ વચ્ચે વચ્ચે સાધુ-સંતોની આગતા-સ્વાગતા તો ખરી જ. તેમની પાસે રહેતા એક યુવાને બાબાને પ્રશ્ન કર્યો, “બાબા! આટલો બધો પ્રપંચ શા માટે?” ત્યારે બાબાએ કહ્યું, “તારે તો મારાથી પણ વધારે કરવો પડશે.” અને ખરેખર એવું જ થયું. તે યુવાનને માત્ર ૪૨ વર્ષની વયે આચાર્યની પદવી પ્રાપ્ત થઈ અને બાબા કરતાં પણ વધારે પ્રપંચ એને કરવો પડ્યો. ગુરુ આર્ષદ્રષ્ટા હોય છે, ભવિષ્ય જાણી લે છે.

આજે આ વાત મને થોડી થોડી સમજાય છે. હું એક નાના ગામમાં જન્મ્યો હતો. સાવ નાનું ગામ. શહેરથી તદ્દન અલિપ્ત પરંતુ દેવયોગે હું નાનપણમાં જ મારા ગુરુદેવ પ્રત્યે આકર્ષાયો, એમનું શરણ સ્વીકાર્યું. એમણે મને ભણાવ્યો-ગણાવ્યો, તૈયાર કર્યો અને આ આચાર્યની પદવી પર બેસાડી દીધો. માટે જ કહું છું: ‘ન ગુરોરધિકમ્’

પરશુરામ શ્રેષ્ઠ ગુરુ હતા. તેઓ માત્ર બ્રાહ્મણકુમારોને જ ધનુર્વિદ્યા શીખવતા. કર્ણે જૂઠું પ્રયોજન કરી ત્યાં પ્રવેશ મેળવી લીધો અને ધનુર્વિદ્યા શીખી લીધી. એક વાર પરશુરામ ખૂબ થાકી ગયા હતા, તેથી તેઓ કર્ણના ખોળામાં માથું મૂકી સૂઈ ગયા. તે વખતે કર્ણની જાંઘને એક કીડો કોરી ખાવા લાગ્યો. અસહ્ય પીડા થતી હોવા છતાં ગુરુજી જાગી જશે, એમની ઊંઘમાં ખલેલ પહોંચશે એ વિચારે કર્ણ સહન કરતો બેસી રહ્યો. રક્તની ધારા વહેવા લાગી. ભીનું લાગવાથી પરશુરામ જાગી ગયા અને લોહી જોઈને કર્ણને પૂછ્યું, “આ શું થયું?” હકીકત જાણી કે તરત જ એમણે કર્ણને કહ્યું, “બ્રાહ્મણકુમાર આવી અસહ્ય શારીરિક પીડા સહન કરીને શાંત બેસી ના રહે. તું બ્રાહ્મણ નથી. સાચું બોલ, તું કોણ છે?” કર્ણે જ્યારે પોતે ક્ષત્રિય છે, તેવી ઓળખાણ આપી ત્યારે જૂઠું બોલીને

વિદ્યા શીખવા બદલ પરશુરામે એને શ્રાપ આપ્યો કે “ખરા સમયે જ્યારે તને આ વિદ્યાની પરમ આવશ્યકતા હશે ત્યારે જ તું એને ભૂલી જઈશ.” આપણે જાણીએ છીએ મહાભારતમાં તેનો એ રીતે જ નાશ થયો. ગુરુ આગળ ક્યારેય જૂઠું ના બોલશો, જેવા છો તેવા જ પ્રગટ થજો.

ધ્રુવજીના તપથી પ્રસન્ન થઈ તેમની સમક્ષ ભગવાન નારાયણ પ્રગટ થયા, પરંતુ ધ્રુવજીએ આંખો ખોલી નહીં. ભગવાને વિચાર્યું કે આમ તો હું ક્યાં સુધી ઊભો રહીશ? ધ્રુવજીના હૃદયમાં જે તેજોમય પ્રગટ સ્વરૂપ હતું તેને ભગવાને અંતર્ધ્યાન કરી દીધું. હવે ધ્રુવજી વ્યથિત થઈ ગયા. વિચારવા લાગ્યા કે એ દિવ્ય સ્વરૂપ ક્યાં અદૃશ્ય થઈ ગયું? ધ્રુવજીએ આંખો ખોલી, તો પોતાની સમક્ષ ચતુર્ભુજ નારાયણને જોયા. હવે તો ધ્રુવજી જાણે કે ભગવાનનાં દર્શન નહોતા કરી રહ્યા, પરંતુ એમની રૂપજયોતિનું રસપાન કરી રહ્યા હતા. બહુ જ બોલવાની ઈચ્છા હોવા છતાં તેઓ મૂક થઈ ગયા હતા.

પોતાના શંખ દ્વારા ભગવાને બાળકના ગાલનો સ્પર્શ કર્યો અને ધ્રુવજીને વાગ્યા સ્ફુરી, તેમણે સ્તુતિ કરી.

યોડન્તઃ પ્રવિશ્ય મમ વાચમિમાં પ્રસુપ્તાં

સંજીવયત્યઃ સ્વધ્યાન્નાં

અન્યાંશ્ચ હસ્તચરણશ્રવણત્વયાદીન્

પ્રાણન્નમો ભગવતે પુરુષાય તુભ્યમ્ ॥

પ્રભુ! આપ સર્વશક્તિસંપન્ન છો, આપ જ મારા અંતઃકરણમાં પ્રવેશ કરીને આપના તેજથી મારી સુષુપ્ત વાણીને ચેતનાયુક્ત કરો છો અને મારા હાથ, પગ, કાન, ત્વચા તથા અન્ય સર્વ ઈન્દ્રિયો અને પ્રાણોને ચૈતન્ય પ્રદાન કરો છો, એવા આપ અંતર્યામી ભગવાનને હું વંદના કરું છું.

મારી બુદ્ધિમાં પ્રવેશ કરી તેને સત્કર્મની પ્રેરણા આપનાર પ્રભુને હું વારંવાર વંદન કરું છું.

જ્યારે ગુરુકૃપા થાય છે ત્યારે જ જીવ પોતાના સ્વસ્વરૂપને જાણી શકે છે. ગુરુકૃપા પ્રાપ્ત થતાં જ જીવ પ્રભુનાં દર્શન કરી શકે છે, પ્રભુને પ્રાપ્ત કરી શકે છે.

□ સંકલન : શ્રીમતી રૂપા મજમુદાર

ભારતને વિશ્વગુરુના સ્થાને જોવા વિશ્વ આતુર છે:

- શ્રી સામ પિત્રોડા

‘શ્રી સત્ય સાંઈ ઈન્સ્ટિ. ઓફ હાયર લર્નિંગ’ના દીક્ષાંત પ્રવચનનો જગદીશ આણેરાવ દ્વારા સાભાર અનુવાદ

‘આપની સંસ્થાના પદવીદાન સમારંભના પ્રસંગે આ સંસ્થાનાં દર્શન કરવાનો અવસર આજે મને સૌપ્રથમ વાર પ્રાપ્ત થયો છે તે મારું પરમ સૌભાગ્ય છે. વર્ષોથી મેં આપની સંસ્થાની મહત્તા માટે પ્રશંસાના શબ્દો વારંવાર સાંભળ્યા છે અને વાંચ્યા છે. આ અગાઉ મેં પચીસથી વધુ પદવીદાન સમારંભમાં સંબોધન કર્યું છે, પરંતુ આપની સંસ્થામાં જોવા મળ્યો તેવો પ્રેરણાદાયી, ઊર્જાસભર, ઉષ્માસભર, પ્રસન્નતાસભર અને નીરવ શાંતિસભર પરિવેશ મને અન્ય કોઈ સંસ્થામાં જોવા મળ્યો નથી. આપની સંસ્થાના શ્રેષ્ઠ માપદંડનો પરિચય તો મારા સહકાર્યકર વિકાસ વાર્ગટી નામના આ સંસ્થાના એક પૂર્વ વિદ્યાર્થી દ્વારા મને પ્રાપ્ત થયો છે. તે અત્યંત નિષ્ઠાવાન, પ્રામાણિક, પરિશ્રમી, સાહસિક, અનુશાસિત, સમર્પિત, સૃજનશીલ અને નીતિવાન છે. આ ગુણો દ્વારા તે આપની સંસ્થાનું સાચા અર્થમાં પ્રતિનિધિત્વ કરી રહ્યો છે. વ્યક્તિમાં જે પણ ગુણો, સંસ્કારો અપેક્ષિત હોય છે તે બધા જ સંસ્કારોનું સિંચન તમારી સંસ્થા કરે છે. ૧૯૮૦ પછીનાં વર્ષોમાં ભારતમાં દૂરસંદેશાવ્યવહારના વિકાસ માટે કાર્યરત હતો ત્યારે હું અનેક મહાનુભાવોના સંપર્કમાં આવ્યો હતો. મને છેક આજે જાણવા મળ્યું કે તેમાંથી ઘણા બધા મહાનુભાવો આપની સંસ્થા સાથે ઘનિષ્ઠ રીતે સંકળાયેલા છે. આવા વિદ્યાધામમાંથી તમે સ્નાતકની પદવી પ્રાપ્ત કરો છો તે તમારું સૌભાગ્ય છે. તમને સૌને તમારી ભાવિ જીવનયાત્રા માટે હાર્દિક શુભેચ્છાઓ.

‘આ જીવનયાત્રામાં તમારે ધ્યાનમાં એ રાખવાનું છે કે તમારે માત્ર તમારા પોતાના જ વિકાસ માટે નહીં, પરંતુ સમાજ, દેશ અને વ્યાપકપણે વિશ્વના વિકાસમાં મહત્વપૂર્ણ પ્રદાન કરવાનું છે. હું આજે તમારા

હાથમાં સ્નાતકની પદવી જોઉં છું ત્યારે પર વર્ષ પહેલાં મને B.Sc.(ભૌતિક વિજ્ઞાન)ની પદવી મળી તેનું સ્મરણ થઈ આવે છે. આથી હું જ્યારે આપની ભાવિ જીવનયાત્રા માટે શુભેચ્છાઓ આપું છું ત્યારે હું મારી જીવનયાત્રામાંથી કેટલીક વાતો આપ સૌની સમક્ષ મૂકવા ઈચ્છું છું.

‘હું ૧૯૪૨માં ઓડિસાના એક નાના વનવાસી ગામમાં જન્મ્યો અને ઊછર્યો. મારાં ગુજરાતી માતાપિતા ઓડિસાના એવા ગામમાં સ્થાયી થયાં હતાં કે જ્યાં ન વીજળી હતી, ન પાણી હતું, ન તો વિદ્યાલય હતું કે ન રુગ્ણાલય! એટલે ટીવી કે ટેલિફોનનો તો પ્રશ્ન જ નહોતો. આવા સુવિધાવિહીન ગામમાં મારી માતાની કૂખે આઠ સંતાનોનો જન્મ ઘરમાં જ થયો હતો. પ્રસૂતિગૃહનો એક પૈસાનો પણ ખર્ચ થયો નહોતો! અમે આઠેય સંતાનો શારીરિક અને માનસિક રીતે સંપૂર્ણતઃ સ્વસ્થ હતાં અને બધાં જ અમેરિકા ગયાં, કેમ કે તે સમયે અમારી નિર્ધનતા દૂર કરવાનો એ એકમાત્ર માર્ગ હતો.

‘સુધારીકામ કરીને પેટિયું રળતા મારા પિતાજી માંડ થોડું ઘણું ભણ્યા હતા; પરંતુ બધાં જ ભારતીય મા-બાપની જેમ તે પણ તેમનાં સંતાનોને સારું શિક્ષણ મળે તે જોવા આતુર હતા. અહીં હું એક વાત સ્પષ્ટ કરવા માગું છું કે ભારતનાં મા-બાપ પોતાનાં સંતાનોના શિક્ષણ પાછળ જેટલાં નાણાં, સમય અને સંસાધનો ખર્ચે છે તેટલાં તો વિશ્વના કોઈ પણ દેશનાં મા-બાપ ખર્ચતાં નથી.

જ્યારે મેં ભૌતિક વિજ્ઞાનમાં અનુસ્નાતક પદવી પ્રાપ્ત કરી ત્યારે મારા વાંચવામાં આવ્યું કે અમેરિકાના રાષ્ટ્રપ્રમુખે ચંદ્ર ઉપર માનવીને મોકલવાનું નક્કી કર્યું છે, આમેય તે સમયે હું ઉત્સાહી હતો અને કંઈક અંશે ‘ગાંડો’

પણ હતો. તેથી મેં તરત જ અમેરિકા જવાનું ઠરાવ્યું! બિસ્સામાં તો કૂટી કોડી પણ ન હતી, તેથી ગમે તેમ કરીને ધનસંગ્રહ કરીને હું મુંબઈથી સમુદ્રમાર્ગે જીનિવા પહોંચ્યો. ત્યાંથી ટ્રેન દ્વારા લંડન અને પછી વિમાન દ્વારા ન્યૂયોર્ક પહોંચ્યો. ત્યાંથી બસ દ્વારા શિકાગો પહોંચ્યો. ત્યાં સૌપ્રથમ વાર મેં હિમપ્રપાતનાં દર્શન અને હાડ ગાળી નાખે તેવી ઠંડી શું હોય છે તે મેં સૌપ્રથમ વાર જાણ્યું. અહીં મારું અગાધ અજ્ઞાન આશીર્વાદરૂપ ઠર્યું, કેમ કે મેં તો વગર વિચાર્યે Ph.D.ની ડિગ્રી પ્રાપ્ત કરવાનું ઠરાવ્યું હતું, પરંતુ મને જ્યારે જ્ઞાન લાઘું કે તે માટે મારે સાત વર્ષ અભ્યાસ કરવો પડશે ત્યારે મેં તે વિચાર પડતો મૂક્યો અને ઈલેક્ટ્રિકલ એન્જિનિયરિંગમાં અનુસ્નાતકની પદવી મેળવવાનું નક્કી કર્યું. કેમ કે તે માત્ર ૧ વર્ષનો અભ્યાસક્રમ હતો. ટેલિફોનનો સૌપ્રથમ વાર ઉપયોગ મેં અમેરિકામાં કર્યો! ટીવી પણ મેં સૌપ્રથમ વાર અમેરિકામાં જોયું ! તે પછી એક પછી એક એમ મારા પરિવારના સભ્યોને મેં અભ્યાસ માટે અમેરિકા બોલાવી લીધા.

‘મિત્રો, એક વાત ધ્યાનથી સાંભળો. આપણી પાસે લખલૂટ સંસાધનો છે અને અત્યંત સામર્થ્યવાન યુવાધન છે. આ યુવાધન ૨૦ વર્ષમાં આપણા દેશને વર્તમાન દુર્દશામાંથી ઉગારી શકે તેમ છે. આજે સમગ્ર વિશ્વ ભારતને વિશ્વગુરુના સ્થાને જોવા માટે થનગની રહ્યું છે.’

વિશ્વગુરુ બનવા માટે ભારતને ચીલાચાલુ શિક્ષકોની નહીં, આર્ષદ્રષ્ટાઓની આવશ્યકતા છે.

‘શિકાગોમાં ઉચ્ચ શિક્ષણ પ્રાપ્ત કરીને ૧૯૭૪માં અમેરિકામાં મારા પોતાના વ્યવસાયનો આરંભ કર્યો, જોકે મારું આર્થિક સામ્રાજ્ય સમેટીને હું ૧૯૮૦માં ભારત પાછો ફર્યો ત્યારે મેં દિલ્હી સૌપ્રથમ વાર જોયું. દિલ્હીથી શિકાગો સ્થિત મારી પત્ની સાથે ફોન ઉપર વાતચીત કરવા માટે મેં કલાકો સુધી પ્રયત્ન કર્યા, પરંતુ સરવાળે મીડું જ આવ્યું અને તે જ ક્ષણે મેં ટેલિકોમ

ક્ષેત્રે ભારતની દરિદ્રતા દૂર કરવાનો દૃઢ સંકલ્પ કર્યો! હું તરત જ શિકાગો પાછો ફર્યો, મારી પત્નીને માત્ર એટલું જ કહેવા માટે કે ભારતમાં ટેલિકોમ ક્ષેત્રે પ્રવર્તતી દરિદ્રતા દૂર કરવા માટે હું આગામી દસ વર્ષ ખર્ચવાનો છું. આ બધું કેવી રીતે અને કોના ભરોસે કરીશ તે હું અત્યારે તો જાણતો નથી ! ‘બસ, ટેલિફોન ઉપર વાત નહીં કરી શકવાની મારી વ્યથા મેં અમેરિકાનો ફેરો કરીને દૂર કરી!’

અજ્ઞાન અને દરિદ્રતા પણ ક્યારેક આશીર્વાદરૂપ પુરવાર થઈ છે તેનું ઉત્કૃષ્ટ દષ્ટાંત ભારતમાં ૧૯૮૦ સુધી પ્રવર્તતી ટેલિકોમ ક્ષેત્રની દરિદ્રતા ગણી શકાય. હું ગમે તેમ કરીને તત્કાલીન પ્રધાનમંત્રી શ્રીમતી ગાંધીને મળ્યો, રાજીવ ગાંધીને પણ હું ત્યારે જ સૌપ્રથમ વાર મળ્યો. ભારતની આર્થિક સ્થિતિ સુધારવા માટે ટેલિકોમ ક્ષેત્રે ક્રાંતિ આણવી અનિવાર્ય છે તેવી વાત મેં શ્રીમતી ગાંધીના ગળે ઉતારી. તે પછીના દાયકામાં ભારતમાં ટેલિકોમ ક્ષેત્રે જે ક્રાંતિ આવી તે તમારા જેવા કૌશલ્યવાન યુવાનો, આ ક્ષેત્રના નિષ્ણાતો અને રાજકીય ઈચ્છાશક્તિને જ આભારી છે. આજે આપણો સવાસો કરોડની વસ્તીવાળો દેશ ૮૦ કરોડથી વધુ ટેલિફોન જોડાણોથી એકસૂત્રતામાં પરોવાઈ ગયો છે. જાતિ, ભાષા, ધર્મ, પ્રાંત વગેરે જેવી આપણી સમસ્યાઓથી પર જઈને આજે ભારતીય સમાજ ટેલિકોમ દ્વારા જોડાયો છે, રાષ્ટ્રીય એકતાએ સમર્થ ભારતના નિર્માણ માટે આધાર તૈયાર કર્યો છે.

ભારતમાં ટેલિકોમ ક્ષેત્રની ક્રાંતિનો પ્રથમ તબક્કો પૂર્ણ થયો છે અને બીજા તબક્કાનો આરંભકાળ આવી ચૂક્યો છે. પ્રથમ તબક્કાના અંત સમયે હું અત્યંત કપરા સમયગાળામાંથી પસાર થયો. શ્રી રાજીવ ગાંધીની હત્યા થઈ, મારા પિતાશ્રીનો દેહાંત થયો. મને હૃદયરોગનો હુમલો આવ્યો. હું સંપૂર્ણપણે ભાંગી ચૂક્યો હતો, પરંતુ બધાંને એમ જ લાગતું હતું કે હું તો અત્યંત

સમૃદ્ધ માણસ હતો. મારા જીવનમાં જે ઊંચલપાથલો સર્જઈ છે તેનો સાર એ છે કે મારી સિદ્ધિઓની ઊંચાઈ જેટલી અમાપ છે તેટલી જ મારી મર્યાદાઓ પણ અનંત છે.

હવે હું અમેરિકામાં કામ કરી શકું તેવી સ્થિતિમાં નહોતો, તેથી National Knowledge Commission (NKC)માં જોડાઈને ભારતમાં ઈન્ફર્મેશન ઈન્ફ્રાસ્ટ્રક્ચર ઊભું કરવાનો મેં નિર્ધાર કર્યો. મેં અનુભવ્યું કે જ્ઞાનપ્રસારનાં સંસાધનોના અભાવને કારણે ભારત દરિદ્ર રહ્યું છે. મહાત્મા ગાંધીજીનું 'રામરાજ્ય'નું સ્વપ્ન જ્ઞાનપ્રસારનાં સંસાધનો અને ઈન્ટરનેટના અભાવને કારણે જ સાકાર થઈ શક્યું નહીં એમ હું સ્પષ્ટપણે માનું છું.

આજે ભારતે અનેક ક્ષેત્રોમાં હરણફાળ પણ ભરી છે તે આપણે સ્વીકારવું જોઈએ. આજે સવાસો કરોડની જનસંખ્યા માટેનું અન્ન આપણા દેશમાં જ પાકે છે. આપણે તાજેતરમાં જ 'મંગળ યાન' દ્વારા મંગળ ગ્રહ સુધી પહોંચવાના સંકલ્પનો આરંભ કર્યો છે. આજે દૂધ-ઉત્પાદનના ક્ષેત્રે ભારત વિશ્વમાં પ્રથમ સ્થાને છે. આપણે દેશમાંથી પોલિયો અને શીતળા જેવા ઘણા રોગો ધરમૂળમાંથી ઉખેડી નાખ્યા છે. કરોડો વિદ્યાર્થીઓ વિદ્યાલયમાં અને વિશ્વવિદ્યાલયોમાં વિદ્યાપ્રાપ્તિ કરી રહ્યા છે. ઈન્ટરનેટને કારણે આજે ભારતનું ચિત્ર જ બદલાઈ ગયું છે, કેમ કે ઈન્ટરનેટના ઉપયોગથી આપણા સરકારી તંત્ર અને અર્થતંત્ર, કૃષિ ઉપરાંત સ્વાસ્થ્ય, શિક્ષણ અને સેવાક્ષેત્રે આમૂલ પરિવર્તન આવ્યું છે. હવે તો આપણી પાસે માહિતીના અધિકારનું શસ્ત્ર પણ છે, પરંતુ આપણે એ શસ્ત્રનો ઉપયોગ કરવા કરતાં દુરુપયોગ જ વધારે કરીએ છીએ. તેનો ઉપયોગ સકારાત્મક રીતે થાય તો તે અત્યંત સશક્ત સંસાધન બની શકે છે. હવે અમે ભારતમાં બે અત્યંત મહત્વપૂર્ણ નેટવર્ક તૈયાર કરી રહ્યા છીએ. તેમાંથી પ્રથમ જ્ઞાનનું નેટવર્ક છે, તેમાં દેશભરનાં વિશ્વવિદ્યાલયો, ગ્રંથાલયો, શોધસંસ્થાઓ

વગેરેને આવરી લેવામાં આવશે, આમ વિકાસ અને સંશોધનના કાર્યમાં આપણાં ઉપલબ્ધ સંસાધનોનો સૌ કોઈ સરળતાથી ઉપયોગ કરી શકશે. બીજા નેટવર્કમાં દેશની અઢી લાખ જેટલી પંચાયતો-સ્થાનિક સ્વરાજ્યની સંસ્થાઓને સાંકળી લેવામાં આવશે, આ ઉપરાંત આજે ભારતમાં આધારકાર્ડ, GID (જીઓગ્રાફિક ઈન્ફો-સિસ્ટમ) NeGP (નેશનલ ઈ-ગવર્નન્સ પ્લાન) જેવા નેટવર્કનું કાર્ય પણ ધમધોકાર ચાલી રહ્યું છે. એક મહત્વપૂર્ણ પ્રકલ્પ દ્વારા આપણે દેશના ન્યાયાલયોમાં વર્ષોથી ચાલી રહેલા ૩૨ કરોડથી વધુ ખર્ચનું કમ્પ્યુટરાઈઝેશન કરી રહ્યા છીએ ! આમ, આપણી વ્યવસ્થાઓમાં આમૂલ પરિવર્તન આવી રહ્યું છે, પરંતુ હવે પ્રશ્ન એ છે કે આપણી વ્યવસ્થાઓ બદલાઈ રહી છે, પરંતુ આપણે કેટલા અને ક્યારે બદલાઈશું ?

આપણી ચર્ચાઓના વિષયો મને સાવ અર્થહીન લાગ્યા છે કેમ કે આપણે હંમેશાં ક્રિકેટ, બોલિવુડ કે રાજકારણ વિશે જ ગામગપાટા મારતા હોઈએ છીએ. સવાસો કરોડની જનસંખ્યાવાળા દેશને આવી ચર્ચા શોભાસ્પદ નથી કે અપેક્ષિત પણ નથી તો બીજી બાજુ એવા પણ અનેક પ્રતિભાવાન લોકો છે કે જેમની પ્રતિભાની આપણે કદર કરી શક્યા નથી. આમ, આપણે આપણું માનસ બદલવાની આવશ્યકતા છે અને પરિવર્તનનું આ કાર્ય તમારા જેવા યુવાનો જ કરી શકશે. શિક્ષણ વ્યવસ્થા પણ આપણી માનસિકતા બદલી શકશે. આપણી પાસે શિક્ષણના વિષયોનું વૈવિધ્ય છે. વિશ્વસ્તરીય અભ્યાસક્રમો અને શૈક્ષણિક સંસ્થાઓ છે, જેના આધાર ઉપર આપણે વિશ્વનું માર્ગદર્શન કરી શકીએ છીએ, પરંતુ વિશ્વગુરુ બનવા માટે આજે આપણને ચીલાચાલુ શિક્ષકોની નહીં, પરંતુ આર્ષદ્રષ્ટા ગુરુવર્યોની આવશ્યકતા છે કે જે ભાવિ પડકારોને ધ્યાનમાં લઈને આપણી નવી પેઢીને તૈયાર કરે, પરંતુ જ્યારે આપણું યુવાધન ભાવિ પડકારોને પહોંચી વળવા માટે અનુકૂળ

સાધવા માટે તૈયાર થતું નથી જોતો ત્યારે હું અત્યંત વ્યથિત થાઉં છું. હું યુવાનો સમક્ષ એ વાત સ્પષ્ટ કરવા માગું છું કે વૈશ્વિક પરિપ્રેક્ષ્યમાં ભારત મહત્વનું સ્થાન પ્રાપ્ત કરે તે માટે આગામી દસ વર્ષ આપણા માટે અત્યંત મહત્વપૂર્ણ છે અને તેની ગુરુચાવી ટેકનોલોજીથી સુપરિચિત તમારા યુવાનોના હાથમાં છે. અહીં ટેકનોલોજીનો અર્થ હું IT સુધી સીમિત નથી રાખતો, તેમાં બાયોટેકનોલોજી, નેનો ટેકનાલોજી, સ્ટેમ સેલ ટેકનોલોજી, વૈકલ્પિક ઊર્જાની ટેકનોલોજી જેવી બધી જ તંત્રવિદ્યાઓનો સમાવેશ કરું છું, જેના આધાર ઉપર આપણે વિશ્વમાં અગ્રસ્થાન પ્રાપ્ત કરી શકીશું. આ કામ તમારા જેવા યુવા પ્રતિભાવંતો જ કરી શકશે, જૂની વ્યવસ્થાઓ કે બીબાંઢાળ કામ કરતા આપણા કર્મચારીઓ આગામી પડકારોનો સામનો કરી શકશે નહીં. આજે સમગ્ર વિશ્વ ભારત ઉપર આશાની મીટ માંડીને બેઠું છે, કેમ કે પશ્ચિમના દેશોએ અનુભવ્યું છે કે ઉપભોક્તાવાદ ઉપર ઊભા થયેલાં તેમનાં આર્થિક સામ્રાજ્યો સાવ બોદાં છે. હવે તેના ઉપર તેઓ ટકી શકે તેમ નથી. તેમને સક્ષમ અને ચિરંતન વિકલ્પ માત્ર ભારત જ આપી શકે તેમ છે. આ માટે આપણે ૮ થી ૧૦ ટકાના દરે વિકાસ સાધવો પડશે અને તે માટે આપણે આપણાં વ્યવસ્થાતંત્રો, કાર્યપદ્ધતિ, જીવનશૈલી, શિક્ષણવ્યવસ્થા તથા અન્ય બધી જ વ્યવસ્થાઓમાં પરિવર્તન લાવવું જ પડશે.

આપણે આપણી સમસ્યાઓનાં રોદણાં રોજ રોઈએ છીએ. આ કોઈ બુદ્ધિગમ્ય કે ગૌરવસ્પદ વાત નથી; અરે! બુદ્ધિગમ્ય અને ગૌરવસ્પદ કામ તો આ સમસ્યાઓ હોવા છતાં આપણે પ્રગતિ કરવી એ છે. આજે મીડિયામાં જોઈશું તો અત્યંત વ્યથિત થઈ જવાય છે, કેમ કે આપણા ધ્યાનમાં આવે છે કે દેશનું સમગ્ર તંત્ર ખાડે ગયું છે; નીતિમત્તા મરી પરવારી છે, ચોરી અને કામચોરી વધી રહ્યાં છે, સર્વત્ર અંધાધૂંધી અવ્યવસ્થા અને

વિરોધાભાસો જ જોવા મળે છે, પરંતુ આ બધાની સામે આશાનું કિરણ આપણું યુવાધન છે. તમે જ આ અવ્યવસ્થા, અંધાધૂંધી અને ભ્રષ્ટ વ્યવસ્થાઓને બદલી શકો છો.

ભારત આ યુવાધનની ક્ષમતાઓને પારખીને તેમની પ્રતિભાનો ઉપયોગ કરે તેવી મારી અપેક્ષા છે, તેમની ક્ષમતાઓનો આપણે ઉપયોગ કરી શકતા નથી તે આપણું દુર્ભાગ્ય છે. એક ક્રિકેટર કે અભિનેતાને જે સ્થાન મળે છે તેનાથી તે વ્યક્તિ જ લાભાન્વિત થાય છે. મારી દૃષ્ટિએ તો તમે બધા પ્રતિભાવંત, કૌશલ્યવાન યુવાનો જ આપણા દેશના સાચા નાયકો છો. ભારત તમારા કારણે જ વિશ્વગુરુ બની શકશે અને વિશ્વને તે દિવસ જોવાની તીવ્ર તાલાવેલી છે. તમને આ શુભ કાર્ય માટે હાર્દિક શુભેચ્છાઓ.

‘સાધના’ સાપ્તાહિકમાંથી સાભાર

પ્રેરણાદાયી વ્યક્તિત્વ

શ્રી સામ પિત્રોડા ‘શ્રી સત્ય સાંઈ ઈન્સ્ટિટ્યૂટ ઓફ હાયર લર્નિંગમાં દીક્ષાંત પ્રવચન આપવા જતાં પહેલા સવારે નાસ્તાના સમયે સંસ્થાના કુલપતિના પિતા શ્રી ગોવડાને મળ્યા કે જેઓ સો વર્ષની ઉંમરે પણ સશક્ત અને ચુસ્ત માલૂમ પડ્યા. તેઓએ સામ પિત્રોડા સાથે નોલેજ કમિશનના અહેવાલ વિશે વાત કરી. તેઓને બધી માહિતી હતી. શ્રી સામ પિત્રોડાએ દીક્ષાંત પ્રવચનમાં આ બાબત આગળ વધારતાં જણાવ્યું હતું કે ૧૦૦ વર્ષની ઉંમરે નવું જાણવાની-સમજવાની તેમની તૈયારીએ તેઓને પ્રભાવિત કર્યા. તેઓએ ભૂતકાળની કોઈ વાત ન કરી, ભવિષ્યની ચિંતા કરી. તેમની મુલાકાતે તેઓને પ્રેરણા આપી.

□ ‘અહિંસા વિરોધ’ માંથી સાભાર

શિવાનંદ આશ્રમમાં ત્રિવેણી વાર્ષિક ઉત્સવ

● એપ્રિલ ૨૧ થી મે ૨૭ સુધી દરરોજ સવારે ૭.૦૦ થી ૮.૦૦ વાગ્યા સુધી તથા એપ્રિલ ૨૧ થી એપ્રિલ ૨૬ સુધી દરરોજ સાંજે ૬.૩૦ થી ૭.૩૦ વાગ્યા કેનોપનિષદ પ્રવચન, પ્રવક્તા, પૂજ્ય શ્રી સ્વામી ઉમેશ્વરદેવજી મહારાજ (કૈલાશ આશ્રમ, મુની કી રેતી, હૃષીકેશ); એપ્રિલ ૨૧ થી એપ્રિલ ૨૬ સુધી દરરોજ સાંજે ૭.૩૦ થી ૮.૩૦ સુધી પૂજ્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ દ્વારા ગીતા પ્રવચનો થશે.

● ૨૭-૪-૨૦૧૪ રવિવારે ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘનું પ્રાદેશિક સંમેલન. સવારે ૭.૦૦ થી ૮.૦૦ વાગ્યા સુધી સ્વૈચ્છિક રક્તદાન શિબિર. ૮.૦૦ થી ૧૨.૦૦ વચ્ચે પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી, શ્રીમા અનંતાનંદજી, શ્રીમત્ સ્વામી ઉમેશ્વરદેવજીનાં પ્રવચન, ત્યાર બાદ ભોજન પછી ગુજરાત દિવ્ય જીવનની કાર્યસરણી, દિવ્ય જીવન માસિકની ગ્રાહક સંખ્યા વધે - વગેરે ચર્ચા વિચારણા બપોરે ૨.૩૦ થી ૩.૩૦ સુધી શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી અધ્યક્ષ, ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘનાં નેતૃત્વમાં થશે.

બપોરની સભામાં ૩.૩૦ થી ૫.૩૦ સુધી આદરણીય શ્રી દેવપ્રસાદ બાપુ (આણદાબાવા આશ્રમ, જામનગર) તથા હેરંજના શ્રીમત્ સ્વામી અસંગાનંદજી દ્વારા પ્રવચન થશે.

સાંજે ૬.૩૦ થી ૮.૩૦ વાગ્યા સુધી ભરૂચના શ્રી દેવેશ દેવે દમ્પત્તિ દ્વારા ભક્તિ સંગીત થશે.

● તા ૨૮.૪.૨૦૧૪ થી તા ૧-૫-૨૦૧૪ સુધી દરરોજ આદરણીય શ્રી અજય યાજ્ઞિકજી (દિલ્હી) દ્વારા સંગીતમય સુંદરકાડ પારાયણ સમય સાંજે ૬.૩૦ થી ૮.૦૦ સુધી

● તા. ૨૮-૪-૨૦૧૪ શ્રી શ્રી અષ્ટલક્ષ્મી ભવનના ચતુર્દશ પાટોત્સવ નિમિત્તે સવારે ૭.૦૦ થી મધ્યાહ્ન ૧૨.૩૦ સુધી નવચંડી યજ્ઞ. બપોરે ૧૨.૩૦ કલાકે સાધુ સંતો માટે ભંડારો.

● તા. ૨-૫-૨૦૧૪ સમય સાંજે ૬.૩૦ થી ૮.૦૦ વાગ્યા સુધી 'ગુરુમહિમા' ભક્તો અને પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ દ્વારા. રાત્રે ૮.૦૦ થી ૮.૦૦ સુધી પરમ કથક કેન્દ્ર, રાજકોટ દ્વારા સાંસ્કૃતિક કાર્યક્રમ.

● તા. ૩-૫-૨૦૧૪ પૂજ્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજના પ્રાગટ્ય ઉત્સવ નિમિત્તે સવારે ૫.૩૦ થી ૬.૩૦ સુધી પ્રાર્થના અને ધ્યાન (બંસરી વાદન સાથે). સવારે ૬.૩૦ થી ૭.૩૦ સુધી યોગ વિદ્યાર્થીઓ - શિક્ષકો દ્વારા પૂજ્ય સ્વામીજીનું અભિવાદન. સવારે ૮.૩૦ થી ૧૦.૩૦ સુધી આયુષ્ય હોમ ૧૧.૦૦ વાગ્યે દરિદ્રનારાયણ સેવા.

બપોરે ૧૧.૩૦ થી ૧૨.૩૦ મહાપ્રસાદ, સાંજે ૬.૩૦ થી ૮.૩૦ સંત સમાગમ, ૮.૩૦ થી ૮.૦૦ પ્રસાદ. રાત્રે ૮.૦૦ થી ૧૨.૦૦ પંડિત શ્રી નિરજચંદ્રજી દ્વારા ભક્તિ સંગીત, રાત્રે ૧૨.૦૦ વાગ્યે મહાનિશા ધ્યાન.

ૐ

શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ ખાતે યોજનારા આગામી કાર્યક્રમો

ૐ

માર્ચ ૩૧, ૨૦૧૪ સોમવાર થી એપ્રિલ ૭, ૨૦૧૪ સોમવાર	ચૈત્ર નવરાત્રી, દરરોજ સાંજે ૪:૦૦ થી ૭:૩૦ સુધી શ્રીરામચરિતમાનસ, નવાહન પારાયણ
એપ્રિલ ૮, ૨૦૧૪ મંગળવાર	શ્રીરામનવમી નિમિત્તે, સવારે ૧૦:૦૦ થી બપોરે ૧૨:૦૦ નવાહન પારાયણ પૂર્ણાહુતિ-યજ્ઞ-શ્રીરામ જન્મોત્સવ, અર્ચના-આરતી
એપ્રિલ ૧૫, ૨૦૧૪ મંગળવાર	શ્રી હનુમાન જયંતી નિમિત્તે સવારે ૮:૦૦ થી બપોરે ૧૨:૦૦ શ્રી મારુતિ યજ્ઞ
એપ્રિલ ૨૧, ૨૦૧૪ સોમવાર થી મે ૨, ૨૦૧૪ શુક્રવાર	દરરોજ સવારે ૭:૦૦ થી ૮:૦૦ કેન-ઉપનિષદ પ્રવચનો, પ્રવક્તા: શ્રી સ્વામી ઉમેશ્વરદેવ, કૈલાસ આશ્રમ, હૃષીકેશ
એપ્રિલ ૨૧, ૨૦૧૪ સોમવાર થી એપ્રિલ ૨૬, ૨૦૧૪ શનિવાર	દરરોજ સાંજે ૬:૩૦ થી ૭:૩૦ કેન-ઉપનિષદ પ્રવચનો, પ્રવક્તા: શ્રી સ્વામી ઉમેશ્વરદેવ, કૈલાસ આશ્રમ, હૃષીકેશ દરરોજ સાંજે ૭:૩૦ થી ૮:૩૦, પ્રવક્તા સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી ભગવત્ ગીતા પ્રવચન
એપ્રિલ ૨૭, ૨૦૧૪ રવિવાર	ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘનું પ્રાદેશિક સંમેલન સવારે ૮:૦૦ થી ૧૨:૦૦ બપોરે ૩:૦૦ થી ૬:૦૦
મે ૩, ૨૦૧૪ - શનિવાર	પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીનો ૭૦મો પ્રાગટ્યોત્સવ

● તા. ૧-૩-૨૦૧૪ રાજકોટ, આત્મીય ઈન્સ્ટીટ્યુટ ફોર સાયન્સ એન્ડ ટેકનોલોજીના યજમાન પદે અખિલ ભારતીય યોગાસન હરીફાઈનું આયોજન પહેલી અને બીજી માર્ચના રોજ થયું. આ હરીફાઈમાં ભાગ લેવા માટે ૨૧ રાજ્યોમાંથી ૧૪૬ સ્પર્ધકો આવ્યા. સ્પર્ધા બે સ્તરે આયોજાઈ; ૧૮ વર્ષથી નીચે અને ૧૮ વર્ષથી ઉપર. આ યોગ ઉત્સવનું ઉદ્ઘાટન દીપ પ્રજ્વલન કરીને પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજે કર્યું. આ પ્રસંગે બોલતાં સ્વામીજીએ કહ્યું, “આ હરિફાઈ લોકોને યોગ પ્રશિક્ષણ માટે પ્રેરણા મળે તે માટે છે; નહીં કે હું વધુ સારો અને તું નબળો. આજે બોલીવુડ અને ક્રિકેટનાં કલ્ચર વચ્ચે કચડાતાં યુવા માનસને ભારતીય સંસ્કૃતિ અને સંસ્કારથી સબળ રાખવા માટેનો આ વિનમ્ર પ્રયાસ છે. આજે અહીં સમગ્ર ભારતનું દર્શન થાય છે. આપણે સૌ ભલે વિભિન્ન પ્રાંતો, ભાષા અને વેશભૂષા કે ખાનપાનના પ્રદેશમાંથી આવ્યા હોઈએ; આપણે સદા ભારતીય હોવાનું ગૌરવ જાણવું અને માનવું જોઈએ.” પૂજ્ય સ્વામીજીએ રાષ્ટ્રની તમામ ભાષાઓમાં ઉપસ્થિત વિશાળ યોગ પ્રેમીઓનું અભિવાદન કર્યું. તેમનાં ઉદ્બોધનમાં પૂજ્ય સ્વામીજીએ રાષ્ટ્રની અધિકાંશ ભાષાઓનાં ઉદાહરણો તેમની ભાષાઓમાં કહીને કે ગાઈને સૌને આહ્વાદિત કર્યા.

આ પ્રસંગે પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ સાથે ગયેલ તાઈવાનના યોગપ્રેમીઓએ યોગ-પ્રદર્શન અને સંસ્કૃત સ્તોત્ર ગાઈને સૌને મંત્રમુગ્ધ કર્યા.

● તા.૩-૩-૨૦૧૪ રૂપપુરા મઠ (રૂપપુરા-પાલનપુર) રૂપપુરા મઠ પાલનપુરથી ૨૮ કિ.મી. દૂર અંબાજીના રસ્તે છે. ત્યાંના મહંતશ્રી દોલતપુરીજી મહારાજે પોતાના બ્રહ્મલીન ગુરુજી શ્રી હરિપુરીજી મહારાજની સમાધિ ઉપર શ્રી ગુરુદેવની મૂર્તિપ્રતિષ્ઠા, અતિરુદ્ર યાગ, વિરાટ સંત સંમેલનનો કાર્યક્રમ તા. ૨ અને ૩જી માર્ચના રોજ રાખ્યો હતો. આ પ્રસંગે શ્રી બદરીનારાયણ ધામ સ્થિત જ્યોતિર્મઠના શ્રીમત્ જગદ્ગુરુ શંકરાચાર્યજી અનંતશ્રી વિભૂષિત સ્વામી વાસુદેવાનંદ સરસ્વતીજી મહારાજ પધાર્યા હતા. બે હજારથી વધુ સંતો, મહંતો અને મંડળેશ્વરોની સભામાં ૬૦,૦૦૦ થી વધુ ભક્તોની સભાના પ્રમુખ વક્તા પૂજ્યપાદ શ્રીમત્ સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ હતા. પૂજ્ય સ્વામીજીનાં ઉદ્બોધન

પૂર્વે તાઈવાનથી આવેલા યોગ પ્રશિક્ષાર્થીઓએ નિર્વાણ પટકમ્ સમસ્વરમાં ગાયન કરીને સૌને ધન્ય કર્યા.

પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજે તેમના હૃદય ઉદ્ગાર વ્યક્ત કરતાં કહ્યું, “આજે ગુરુમૂર્તિની પ્રતિષ્ઠા થઈ છે. તમો ભાગ્યવાન છો, અતિરુદ્રયજ્ઞ અને હજારો સંતોનાં પાવનચરણથી આપના ગામની ધરતી પવિત્ર થઈ છે. હેલીકોપ્ટરથી પુષ્પ વર્ષા થઈ છે. હવે આ પવિત્રતાને જાળવી રાખજો. તમાકુ, બીડી, દારૂ જુગારના વ્યસનથી સાચવજો. તમારા ગામનું નામ રૂપપુરા છે. તેને તમારી આંતરિક ચેતનાથી રૂપવાન બનાવજો. જો પરિવારોમાં અને સમાજમાં પરસ્પર પ્રેમ હશે, તો પરિવારની એકતા, ગામમાં એક કોમ અને બીજી કોમ વચ્ચે એકતા જાળવવામાં મદદરૂપ થશે. ગામની એકતા પ્રાંતમાં અને રાષ્ટ્રને એક તથા અખંડ રાખવામાં મદદરૂપ થશે. અત્યારે દેશને દેશપ્રેમીઓની આવશ્યકતા છે. અત્યારનો આપણો ધર્મ રાષ્ટ્રધર્મ હોવો જોઈએ. તમો ભવિષ્યનું ભારત છો. સત્યમાં પ્રતિષ્ઠિત બનો. તમારું ચારિત્ર્ય અને દેશ પ્રત્યેની નિષ્ઠા જ આ મહાયજ્ઞની ફળશ્રુતિ છે. અહંકારની કુરબાની કરો. સ્વાર્થને દેશ રક્ષણની વેદી ઉપર બલી ચઢાવો. દેશને આજે આપણી એકતા અને અખંડતાની તાતી જરૂર છે.”

● તા. ૬-૩-૨૦૧૪ અમદાવાદ ૬-૩-૨૦૧૪ને ગુરુવારની પવિત્ર સંધ્યાએ જ્યોતિર્મઠ (જોષીમઠ) શ્રી બદરીનારાયણ ધામના જગદ્ગુરુ શંકરાચાર્યજી ૧૦૦૮ શ્રીમત્ સ્વામી વાસુદેવાનંદ સરસ્વતીજી મહારાજનું શિવાનંદ આશ્રમમાં પવિત્ર આગમન થયું. પૂજ્ય મહારાજશ્રીના પરંપરાગત સ્વાગત પશ્ચાત્ તેમનું જાહેર-દર્શન અને સત્સંગનો ભવ્ય કાર્યક્રમ શ્રી ચિદાનંદ યોગ-ધ્યાન મંદિરમાં આયોજાયો. (પૂજ્યશ્રીનું ઉદ્બોધન આ અંકમાં સામેલ છે.) રાત્રી નિવાસ પછી તા. ૭-૩-૨૦૧૪ની વહેલી સવારે તેમણે પ્રયાણ કર્યું. શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ માટે આ દિવસ અતિ ધન્યતાનો હતો.

● તા. ૮-૩-૨૦૧૪ ‘અમદાવાદ મીરર’ દ્વારા અમદાવાદના સેવાભાવી હીરાઓના સન્માન કરવાનો કાર્યક્રમ અમદાવાદની સુપ્રસિદ્ધ સીદી સૈયદની જાળીવાળી મસ્જિદ સામે હોટલ અગાસીયેમાં શનિવાર તા. ૮મી માર્ચની સાંજે

દ.૦૦ વાગ્યે આયોજાયો. આ કાર્યક્રમ માટે શહેરમાંથી અદ્ભુત પ્રતિસાદ મળ્યો. અમદાવાદ શહેર કેટલું સેવાભાવના, કરુણા અને પરોપકારથી ભરેલું છે; તેનાં દર્શન થયાં. ઢગલાબંધ આવેદનપત્રોમાંથી ૩૪ હીરાઓનું ચયન થયું; સૌનું સન્માન પણ થયું. પરંતુ આ બધામાંથી વિશેષ આઠ લોકોની સેવા તો અકલ્પ્ય હતી.

પર વર્ષથી શ્રી મીઠાલાલ સિંધી લાવારીશ લાશોનો વિધિવત્ અંતિમ સંસ્કાર કરે છે. તેને પોતાને જ રહેવાનું ઘર નથી; છતાં અમદાવાદની તમામ હોસ્પિટલો કે પોલીસ સ્ટેશનો આદરણીય શ્રી મીઠાલાલને તેમની આ સેવાઓ માટે સદૈવ સ્મરણ કરે છે.

૫૪ વર્ષથી 'દરદીઓનું આપણું રાહત ફંડ' ચલાવતા શ્રી નગીનભાઈ શાહ દરરોજ સાડા આઠ લાખ રૂપિયાની દવાઓ ગરીબ દરદીઓને તેમના ખાટલે ખાટલે જઈને પહોંચાડે છે.

ભાઈ રઘુ હવે હયાત નથી; તેના નામનો નિર્ણય થયા બાદ ત્રણ-ચાર દિવસમાં જ એક દુર્ઘટનામાં તેનું નિધન થયું. રઘુ પોતે વિકલાંગ હતો. બંને પગ નહીં. રહેવા માટે એક નાની ઓરડી, પરંતુ તેમાં તે રસોઈ બનાવતો અને શહેરનાં ખૂણા ખાચરાંમાં રહેતાં મોટી ઉંમરનાં 'માજી' ઓ માતાઓને પહોંચાડતો. સરકાર તરફથી મળતી વિધવા સહાયના પૈસા લાવવા, તેમને દવાખાને લઈ જવાં, ક્યારેક દેવ દર્શને કથા વાર્તામાં લઈ જવાની સેવા આ રઘુએ ખૂબ પ્રેમથી ૩૦ વર્ષથી વધુ સમય સુધી કરી.

શ્રી કમલ પરમાર તો ફૂટપાથ ઉપર શાળા ચલાવે છે. મ્યુનિસિપાલિટીની શાળામાં ભણતાં બાળકોને માત્ર અક્ષરજ્ઞાન જ હોય છે. પરીક્ષામાં તેઓ પ્રશ્નપત્રનો ઉત્તર આપવાને બદલે આખેઆખું પ્રશ્નપત્ર જ ઉત્તરવહીમાં લખી લાવે છે, તેવું અનુભવતાં, તેમણે આ ફૂટપાથ શાળાનો પ્રારંભ કર્યો. આ શાળામાં ભણીને લોકો સ્નાતક અને અનુસ્નાતક કક્ષાનું ભણતર ખુબ મોટી પ્રબુદ્ધતા સાથે ભણ્યા. શ્રી કમલ પરમારનો આગ્રહ એવો કે તમો જે ભણ્યા છો તે બીજાં ત્રણને ભણાવો અને આમ તેમની ફૂટપાથ શાળા અદ્ભુત શિક્ષણ કાર્ય કરી રહી છે.

પૂજ્ય સ્વામીજી સાથે આ 'હીરા' ઓનાં સન્માનમાં મણિનગર ગાદી સંસ્થાના સંતો, સુપ્રસિદ્ધ 'સેવા' સંસ્થાનાં સુશ્રી ઈલાબેન ભટ્ટ, સુપ્રસિદ્ધ સેવાભાવી લોકો અને શહેરના અનેક સુજ્ઞ પ્રતિષ્ઠિત નાગરિકો ઉપસ્થિત રહ્યા.

● તા. ૯-૩-૨૦૧૪ અમદાવાદની સુપ્રસિદ્ધ સંસ્થા

Y.M.C.A.ના દષ્ટા આદરણીય શ્રી જોહન જી. વરગીસનું આંતરરાષ્ટ્રિય Y.M.C.A.ના સેક્રેટરી જનરલ સન્માનનીય શ્રી ડૉ. જોહન વીથેલમ એલ્ટ્વીક દ્વારા થયું. Y.M.C.A.ની બાર હજાર શાખાઓમાં શ્રેષ્ઠ કાર્યો કરવા બદલ તેમનું સન્માન કરવા શ્રી ડૉ. એલ્ટ્વીક જીનીવાથી ભારત પધાર્યા. આ કાર્યક્રમમાં અતિથિ વિશેષ પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ તથા મુંબઈની S.N.D.T. મહિલા સંસ્થાનાં ભૂતપૂર્વ વાઈસ ચાન્સેલર શ્રીમતી રૂપા શાહ ઉપરાંત ગુજરાત રાજ્યના આર્ય બીશપ સીલ્વાન્સ ક્રીશ્ચીયન તથા ઈતર વિશિષ્ટ ક્રીશ્ચીયન સંઘોના વડાઓ પણ હાજર રહ્યા. આ પ્રસંગે બોલતાં પૂજ્ય સ્વામીજીએ કહ્યું, "Y.M.C.A. માત્ર ખ્રિસ્તી યુવાનો માટેની જ સંસ્થા નથી, તેનાં દ્વાર સમગ્ર વિશ્વના યુવાનો માટે મુક્ત છે. આ સંસ્થા માત્ર સુવિધા સમ્પન્ન નિવાસ પુરી પાડતી સંસ્થા જ નથી. યુવાનો ખડતલ બને, માટે ફુટબોલ, બેઝબોલ, વોલીબોલ વગેરે રમતો, શિક્ષણ સેવા, દેશ પ્રેમ માટે જાગૃતિ ભર્યું, ચારિત્ર્ય નિર્માણનું કાર્ય ૧૭૦ વર્ષથી કરી રહેલ છે. આ Y.M.C.A. માં રહેલો 'C' અક્ષર કાર્પસ્ટની ઉપસ્થિતિનો દ્યોતક છે. કાર્પસ્ટ એટલે કુરબાની. ઈસુ એટલે પવિત્રતા, નિર્મળ પ્રેમ, સેવા અને સમર્પણ. આમ આવી ઉત્તમ નિષ્ઠાથી કામ કરતી સેવા સંસ્થાના અમદાવાદ દષ્ટા શ્રી જોહન જી. વરગીસનું સન્માન તેમનું વ્યક્તિગત સન્માન નથી, સમગ્ર અમદાવાદનું ભારતનું સન્માન છે. અભિનંદન."

● તા. ૧૩-૩-૨૦૧૪, એડવાન્સ યોગ શિક્ષક તાલીમ પ્રશિક્ષણ માટે શિવાનંદ યોગ સ્ટુડીઓ, તાઈપી (તાઈવાન)થી આવેલા ૨૧ યોગ પ્રશિક્ષાર્થીઓને પ્રમાણપત્ર વિતરણનો કાર્યક્રમ ગુરુવાર તા. ૧૩-૩-૨૦૧૪ની સાંજે શિવાનંદ આશ્રમના પ્રાંગણમાં આયોજાયો. સમારંભના અતિથિ વિશેષ પદે નિવૃત્ત ન્યાયાધીશ ગુજરાત હાઈકોર્ટના અને હાલમાં આર્બીટ્રેસન ટ્રીબ્યુનલના સન્માનનીય શ્રી એચ. બી. અંતાણી સાહેબ બિરાજ્યા.

યોગી જેમ્સ લો (પ્રેસિડેન્ટ, યોગ અને હેલ્થ વિભાગ, ગવર્નમેન્ટ ઓફ તાઈવાન) એ આ સત્ર સાથે શિવાનંદ ઈન્સ્ટીટ્યુટ ઓફ યોગ-વેદાન્ત અકાદમીમાં ૧૬૦૦ કલાકનું પ્રશિક્ષણ પુરું કર્યું. શિવાનંદ યોગ સ્ટુડીઓનાં જોઈન્ટ ડાયરેક્ટર સુશ્રી જેન મેડમે ૧૨૦૦ કલાકનું શિક્ષણ પ્રાપ્ત કર્યું. આ પ્રસંગે તેમનું વિશેષ સન્માન કરવામાં આવ્યું. ગુજરાત યુનિવર્સિટીને માન્ય પ્રમાણપત્રો વિતરણ કરવામાં આવ્યાં. કાર્યક્રમના પ્રારંભમાં આ યોગ પ્રશિક્ષાર્થીઓએ જય

ગણેશ પ્રાર્થના, નિર્વાણષ્ટકમ્, દુર્ગાસ્તુતિ અને મૃત્યુંજય મંત્ર તથા મંગલમનું સમૂહસ્વરે ગાયન કર્યું. ત્યારબાદ તેઓ સૌએ યોગાસન પ્રદર્શન પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીનાં નિર્દેશનમાં કર્યું. પ્રતિભાવ આપતાં તેઓએ કહ્યું કે, “અહીં અમોને યોગવિજ્ઞાનનાં પરંપરાગત શુદ્ધજ્ઞાનની પ્રાપ્તિ થાય છે. શિવાનંદ આશ્રમ અમદાવાદમાં પ્રાપ્ત યોગ પ્રશિક્ષણનો પાયો અધ્યાત્મતત્ત્વ પર મંડાયેલો છે. તેથી અમો દર વખતે એક નવી જ ચેતના, આત્મશાંતિ અને આત્મબળ લઈને જઈએ છીએ.” તાઈવાનમાં પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી દ્વારા શિવાનંદ ઈન્સ્ટીટ્યુટ ઓફ યોગ-વેદાન્ત અકાદમી દ્વારા શિક્ષણ પામેલા ૨૫૦ થી વધુ યોગ શિક્ષકો છે. શિવાનંદ આશ્રમ અમદાવાદ, હવે એક જ સંસ્થા ભારતીય પરંપરાગત યોગ શિક્ષણ આપનારી સંસ્થા છે; અને અહીં ભારત આવીને ભણવાનો એક લહાવો છે. કારણ શિક્ષણ પાયાનું છે, તથા મોંઘુ પણ નથી - યોગી જેમ્સ લો, યોગ એન્ડ સ્પોર્ટ્સ ફેડરેશન ઓફ તાઈવાન. કાર્યક્રમનું સંચાલન શ્રીમતી રૂપા મજમુદારે કર્યું. સમાપન બાદ સૌએ મહાપ્રસાદ ગ્રહણ કર્યો.

● તા. ૧૫-૩-૨૦૧૪ થી ૩૧-૩-૨૦૧૪ મુંબઈ દરવર્ષની જેમ આ વર્ષે પણ શ્રી પ્રેમપુરી અધ્યાત્મ વિદ્યામંદિર, મુંબઈ ખાતે પૂજ્યપાદ શ્રીમત્ સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનાં પ્રવચનો આયોજાયાં. તા. ૧૬/૩ થી ૩૧/૩ સુધી દરરોજ સવારે ૭.૩૦ થી ૮.૩૦ સુધી ગીતાજીનો અધ્યાય છઠ્ઠો: આત્મ સંયમ યોગ અને તા. ૧૬/૩ થી ૨૮/૩ સુધી સાંજે ત્રીજા અધ્યાય કર્મયોગ વિષયક પ્રવચનો થયાં. તા. ૧૭/૩ના રોજ ધૂળેટી હોઈ ‘રસીયા’નો વિશેષ કાર્યક્રમ આયોજાયો. પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીના માર્ગદર્શનમાં પ્રેમપુરી અધ્યાત્મ વિદ્યામંદિરનાં ભજન મંડળનાં બહેનો દ્વારા દોઢેક કલાક સુધી પ્રેમપુરી આશ્રમમાં વ્રજનું અવતરણ થયું હોય તેવો આનંદ થયો.

● શિવાનંદ આશ્રમ અમદાવાદ ખાતે નિત્ય નૈમિત્તિક પ્રવૃત્તિઓમાં દર મહિનાની ત્રીજી, આઠમી અને ચોવીસમી તારીખે નારાયણ સેવા સ્વરૂપે ગરીબ બાળકોને પૌષ્ટિક ભોજન આપવાનું માર્ય મહિનાથી નિયમિત થયું છે. પહેલાં આ સેવા દર મહિને એકવાર જ થતી હતી, જે હવે મહિનામાં ત્રણવાર કરવામાં આવેલ છે. આ ઉપરાંત દર મહિને આવશ્યકતાવાળાં પરિવારોને ૬૦૦ કીલો ઘઉંનું વિતરણ પણ કરવામાં આવે છે. મંદિરોની દૈનિક સેવા, શ્રી દુર્ગા સપ્તશતી પાઠ, શુક્રવારે દુર્ગા સપ્તશતી સામૂહિક પારાયણ, દૈનિક સુંદરકાંડ પાઠ, શનિવારે સામૂહિક સુંદરકાંડ પારાયણ. દરરોજ રાત્રી સત્સંગ, રવિવારે સવારનો સત્સંગ, ગુરુવારે

વિશેષ ગુરુ પાદુકા પૂજન, યોગ વર્ગો, રેઈકી વર્ગો, ડો. સ્નેહલ અમીન સાહેબ દ્વારા દર બુધવારે તથા શનિવારે યોગ ચિકિત્સા વગેરે કાર્યક્રમો નિયમિત રીતે સમ્પન્ન થાય છે.

● શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ ખાતે ૩૨મો આવાસીય યોગ પ્રશિક્ષણ શિબિર - મે-૧૦ થી મે-૩૦, ૨૦૧૪ સુધી

૧. જે યોગ પ્રેમીઓ બેઝીક આસનો જેવા કે સૂર્યનમસ્કાર, સર્વાંગ, મત્સ્ય, હલ, પશ્ચિમોત્તાન, ભુજંગ, શલભ, ધનુરૂ, ચક્ર, અર્ધમત્સ્યેન્દ્ર, યોગમુદ્રા તથા પ્રાણાયામનું પાયાનું જ્ઞાન ધરાવતા હોય.

૨. અંગ્રેજી માધ્યમમાં ભણી શકે, લખી-વાંચી શકે તેવા સ્નાતક કક્ષાના યોગ શિક્ષક થવાની ઈચ્છા ધરાવનારા પુરુષ કે સ્ત્રીઓ અઢારથી પચાસ સુધીની વયમાં, આ આવાસીય યોગ શિક્ષણ પ્રશિક્ષણ શિબિરમાં જોડાઈ શકે છે.

૩. આ શિબિરમાં શહેરના પ્રતિષ્ઠિત તબીબો દ્વારા એનોટોમી, ફીઝીયોલોજી, ઓર્થોપેડિક્સ, ગાયનેકોલોજી, ડાયાબીટોલોજી, પેથોલોજી, ન્યુટ્રીશન, મેનેજમેન્ટ, રેઈકી ડીગ્રી એક અને બે ઉપરાંત યોગ સાઈકોલોજીનું પ્રાથમિક શિક્ષણ આપવામાં આવે છે. યોગાસનો, પ્રાણાયામ, ક્રિયા, મુદ્રા, બંધ, શંખ પ્રક્ષાલન, યોગનિદ્રા તથા ધ્યાનનું વૈજ્ઞાનિક પદ્ધતિથી શિક્ષણ તથા ભગવત્ ગીતા અને પાતંજલ યોગ સૂત્રોનું જ્ઞાન પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજની પ્રત્યક્ષ નિશ્રામાં આપવામાં આવે છે.

૪. તમામ ભણતરની લેખિત, મૌખિક અને પ્રેક્ટીકલ પરીક્ષાઓ પણ લેવામાં આવે છે અને ઉત્તીર્ણ થનારા વિદ્યાર્થીઓને ગુજરાત યુનિવર્સિટીને માન્ય તેવું પ્રમાણપત્ર આપવામાં આવે છે.

ઉપરોક્ત અભ્યાસ ક્રમમાં જોડાવા ઈચ્છતા યોગ-મુમુક્ષુઓએ ૨૦૧૪ની એપ્રિલની ૩૦મી તારીખ પહેલાં ફોર્મ ભરવા યોગ્ય કરવું. ફોર્મ ઓનલાઈન ‘divyajivan.org’ વેબ સાઈટ અથવા આશ્રમ માંથી રૂબરૂ આવી મેળવીને પણ ભરી શકાય છે.

● પૂજ્ય સ્વામી શ્રી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજના પ્રત્યક્ષ માર્ગદર્શન હેઠળ તા. ૨૧ એપ્રિલ ૨૦૧૪ સોમવારથી તા. ૩૦ એપ્રિલ ૨૦૧૪ બુધવાર સુધી શિવાનંદ આશ્રમમાં ૭૬૮મો યોગ ધ્યાન પ્રાણાયામ શિબિર આયોજાશે.

-સંચાલક, શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ

સુવર્ણકલાનો વિશાળ, અદ્યતન શો-રૂમ
એન્ટિક, હીરા, જડાઉ, વિવાહ કલેક્શનથી ભરપૂર



સુવર્ણકલા
મહિન્સા

સુવર્ણકલામાં સોના, હીરા અને જડતરનાં દાગીનાની મજૂરી ઉપર

100% સુધીનું કિસ્કાઉન્ટ તો ખરું જ !

તો આ સુવર્ણ તકને પ્રાપ્ત કરવા જરૂરથી પધારો.

સી. જી. રોક: નેશનલ પ્લાઝા, લાલ બંગલા સામે, અમદાવાદ-380006.

(ઓફર રટનપોળ શો-રૂમ પર પણ ઉપલબ્ધ.)  Follow us on

SUVARNAKALA®

Gold, Diamond & Jadtar Jewellery
BIS Approved Jeweller

Sunday Open

સ્વાદ અને ગુણવત્તાની પરંપરા



શ્રેષ્ઠ ગુણવત્તાની પરંપરા દ્વારા દેશ-વિદેશના અસંખ્ય ગ્રાહકો સુધી પહોંચવાનો અમારો નિર્ધાર છે.
ભારતીયતાનું સ્વાદ સભર ગૌરવ!



મસાલા • ઈન્સ્ટન્ટ મિક્ષ • બ્લેન્ડેડ મસાલા • હિંગ વગેરેની વિશાળ શ્રેણી અને પેક સાઈઝ



રામદેવ ફૂડ પ્રોડક્ટ્સ પ્રા. લિ.

સ્વાઈસ વર્લ્ડ, સરખેજ-બાવળા હાઈવે, ચાંગોદર-૩૮૨ ૨૧૩, અમદાવાદ. • www.ramdevfood.com





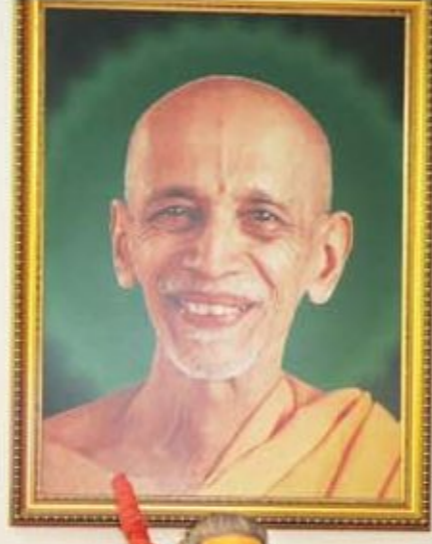
રૂપપુરા મઠ - પાલનપુર ખાતે વિરાટ સંત સમાગમ (તા. ૩-૩-૨૦૧૪)



માનનીય ન્યાયમૂર્તિ શ્રી એચ. બી. અંતાણી સાહેબ દ્વારા તાઈવાન યોગ પ્રેમીઓનું અભિવાદન (તા. ૧૩-૩-૨૦૧૪)



Y.M.C.A. અમદાવાદની સંસ્થાના સંસ્થાપક શ્રી જોહન જી. વરગીસનું આંતરરાષ્ટ્રીય સન્માન (તા. ૯-૩-૨૦૧૪)



અનંત શ્રી વિભૂષિત જ્યોતિર્મઠના જગદ્ગુરુ શંકરાચાર્ય શ્રી સ્વામી વાસુદેવાનંદ સરસ્વતીજી મહારાજનું શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદમાં પાદાર્પણ (તા. ૬-૩-૨૦૧૪)

વિદેશીઓ યોગની સાથે સંસ્કૃત શ્લોકો પણ કડકડાટ બોલી રહ્યાં છે

કાર ચલાવું ત્યારે મહામૃત્યુંજયનું ગાન કરું છું : તાઈવાનની વિદ્યાર્થીની



નવગુજરાત સમય > અમદાવાદ

આપણે ત્યાં એવા સેંકડો લોકો મળી જશે કે જેઓ દૈનિક યોગ કરતાં નથી પરંતુ વિદેશીઓ ભારતીય યોગની પાછળ કેઝી બની રહ્યાં છે. અમદાવાદનાં શિવાનંદ આશ્રમ ખાતે સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીની નિશ્રામાં યોગ શીખવા માટે તાઈવાનથી આવેલા ૨૧ જણાનું ગ્રૂપ છે તેઓ યોગ શીખવાની સાથે સંસ્કૃત શ્લોકો પણ કડકડાટ બોલે છે અને તેને દૈનિક જીવનનો એક ભાગ બનાવી લીધો છે.

આ ગ્રૂપ પ્રેક્ટિકલ યોગ શીખવાની સાથે પતંજલિ યોગનો અભ્યાસ પણ કરી રહ્યાં છે. સાથોસાથ સૂર્ય નમસ્કાર, મંત્ર સહિત કરી રહ્યાં છે. એટલે કે પરંપરાગત રીતે યોગનો અભ્યાસ કરીને પોતાનાં દેશમાં ગયા પછી ભારતીય યોગનો પ્રચાર-પ્રસાર કરશે.

તાઈવાનથી આવેલી ૨૪ વર્ષીય વીઓલાએ જણાવ્યું કે મારું પ્રોફેશન ડિઝાઈનિંગ ક્ષેત્રમાં છે પરંતુ હું છેલ્લા ૧૫ વર્ષથી યોગ શીખી રહી છું. મને જ્યારે પણ

ગુસ્સો આવે ત્યારે તેનાં ઉપર કાબૂ રાખવાનું હું શીખી ગઈ છું. ભારતીય મંત્રો-શ્લોકોનું ગાન મને માનસિક શાંતિ આપે છે. હું જ્યારે પણ કાર ચલાવું છું ત્યારે મહામૃત્યુંજય મંત્રનું રટણ સતત કરતી રહું છું.

જ્યારે ૧૨૦૦ની યોગની ટ્રેનિંગ પૂર્ણ કરનારી જેન છઠ્ઠી વખત અમદાવાદ આવી છે. તેણે જણાવ્યું કે આટલો સમય મેં યોગનો અભ્યાસ કર્યો છે, તેનાથી શરીર તો સ્વસ્થ રહ્યું જ છે પરંતુ મને આંતરિક આનંદ મળ્યો છે. સાથે તમે કોઈપણ પરિસ્થિતિમાં માનસિક શાંતિ અનુભવી શકો છો.

જ્યારે સુશાને કહ્યું કે હું યોગ કરું છું તેનાથી મનની શાંતિ અવસ્થાનો અનુભવ કરી શકું છું. યોગ-ધ્યાન અને મંત્રોચ્ચારણથી પ્રસન્નતાનો અનુભવ કરું છું.

જ્યારે તાઈવાન સરકારનાં સ્પોર્ટ્સ ડેવલપમેન્ટ ડાયરેક્ટર જેમ્સ લો પણ અહીં આવ્યા છે. તેમણે જણાવ્યું કે અત્યારે અમે યોગને યુનિવર્સિટીઝમાં લોકોમાં જાગૃતિ આવે તે માટે પ્રયત્ન કરી રહ્યાં છીએ સાથે જ શિક્ષણનાં એક ભાગરૂપે આવે તે

માટે પણ અમે પ્રયાસરત છીએ. સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી કે જેમણે ૧૮ દેશોમાં વિદ્યાર્થીઓને યોગની ટ્રેનિંગ આપી છે, તેમણે જણાવ્યું કે યોગથી શારીરિકની સાથે માનસિક સ્વસ્થતા, આંતરિક પ્રસન્નતાનો અનુભવ થઈ શકે છે. આજની જીવનશૈલીમાં ભારતીય યોગ ખૂબ જ ઉપયોગી સાબિત થઈ શકે છે. ભારતીય યોગની મહત્તા એટલી થઈ કે મેં બેઈર્જીંગ ખાતે સૌપ્રથમ શાકાહાર પરિષદમાં ભાગ લીધો.

૨૫૦થી વધુ તાઈવાનીઝ યોગ ટીચર બન્યા

તાઈવાનથી ભારત આવીને ભારતીય યોગ શીખી ચૂકેલા ૨૫૦થી વધુ લોકો અત્યારે તાઈવાનમાં રહીને ભારતીય યોગ શીખવી રહ્યાં છે અને અત્યારે જે ગ્રૂપ આવ્યું છે તેઓ પણ ભારતીય યોગની સાથે સત્સંગનો પણ સહારો લઈ રહ્યાં છે.