

દિવ્ય જીવન



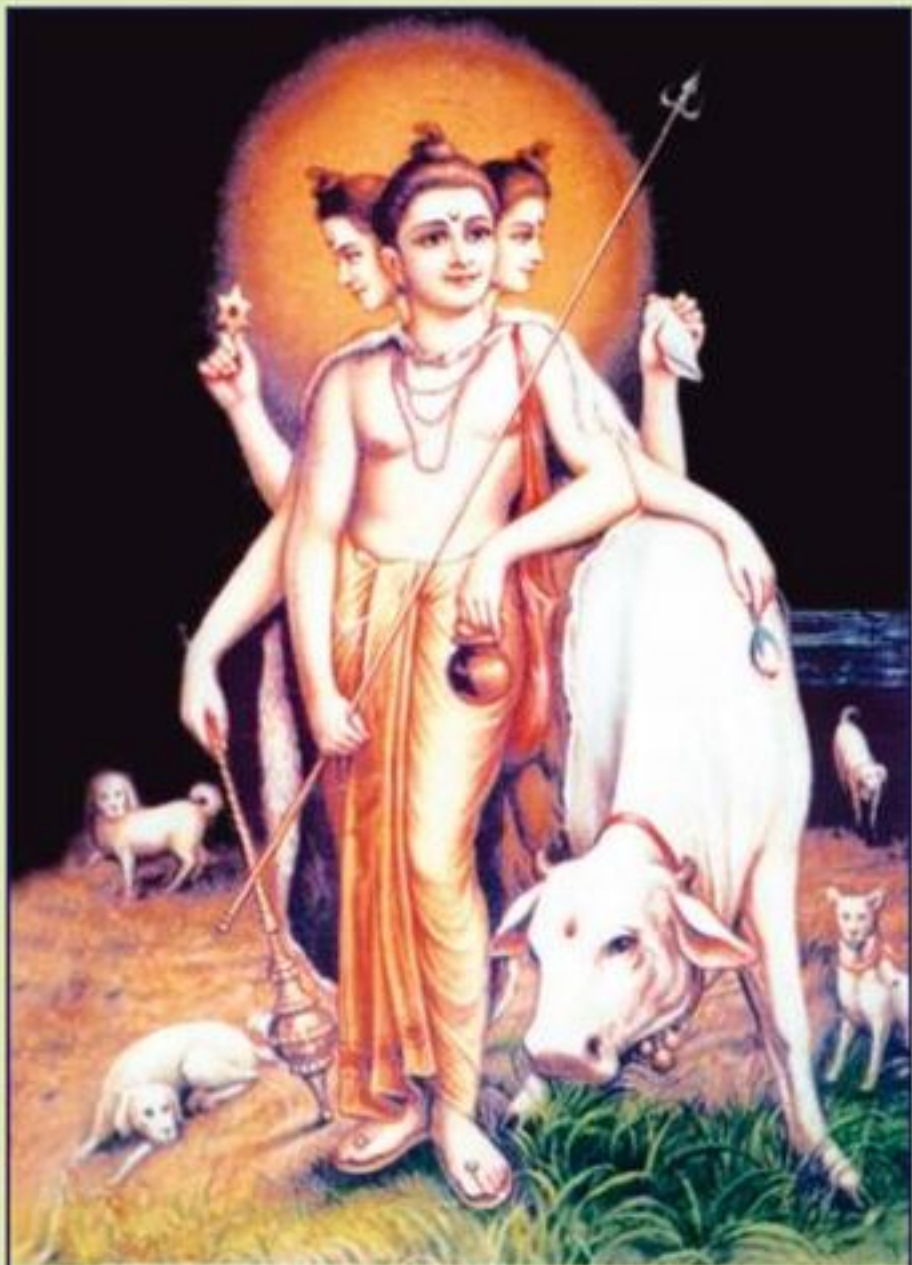
વર્ષિક અવધન : રૂ. ૧૦૦/-
ડિસેમ્બર-૨૦૦૯



સત્ય

સત્યથી મોટો કોઈ સંબંધ નથી. સત્યથી મોટો કોઈ સદ્ગુણ નથી. સત્યથી મોટો કોઈ ધર્મ નથી. સત્યથી મોટો કોઈ જાતની નથી. સત્ય એ ભગવાન છે, ભગવાન એ સત્ય છે. સત્ય એક જ છે, પરંતુ સંતો તેને જુદાં જુદાં નામોથી કહે છે. ધર્મ, દયા, ઉદારતા, સદ્ભલાઈ, અપર્યાયીપણું, સાત્ત્વગુણ, ત્યાગ, ધ્યાન, અર્થિયા તથા ન્યાય એ બધાં સત્યનાં સ્વરૂપો છે. સત્ય શબ્દોના ધોષાટથી સંકેત અસંકેત રીતે બોલે છે. તે સંકેતિની ભાષા છે. તે ભગવાનનો સૂચક અવાજ છે. એક સજ્જ ઘેટાન્ય સાબંદ અર્થે છે, તેમાં સુદ ધોષપરોણા જેવી ક્રિયા હોતી નથી.

- સ્વામી શિવાજી



ॐ द्वां दत्तात्रेयाय नमः

શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની પ્રેરણાથી પ્રકાશિત દિવ્ય જીવન

વર્ષ : ૬

અંક : ૧૨

ડિસેમ્બર-૨૦૦૯

સંસ્થાપક અને આદ્યતંત્રી :
બ્રહ્મલીન શ્રી સ્વામી યાજ્ઞવલ્ક્યાનંદજી
(ડૉ. શિવાનંદ અધ્યયજી)
સંપાદક મંડળ :
શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી
ડૉ. મફતલાલ જે. પટણી
ડૉ. હરીશ દિવેદી

લેખ મોકલવાનું સરનામું :
તંત્રીશ્રી : ડૉ. મફતલાલ જે. પટણી
૪, વિશ્વભારતી સોસાયટી,
નવરંગપુરા ટેલિફોન ટાવર પાસે,
એલિસબ્રિજ, અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૦૬
ફોન : ૨૬૪૦૮૪૦૬

મુખ્ય કાર્યાલય :
'દિવ્ય જીવન' માસિક, તેનું લવાજમ :
સ્વામી ચિદાનંદ સર્વજીવસેવાનિધિ
ઈતર પત્રવ્યવહાર અને મહામંત્રીનું કાર્યાલય :
ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ
શિવાનંદ આશ્રમ,
જોધપુર ટેકરી, શિવાનંદ માર્ગ,
અમદાવાદ-૩૮૦૦૧૫
ફોન : ૨૬૮૬૧૨૩૪
ટેલિફેક્સ : ૨૬૮૬૨૩૪૫

E-mail :
sivananda_ashram@yahoo.com
Website : http://www.divyajivan.org

લવાજમ

ભારતમાં
વાર્ષિક લવાજમ : રૂ. ૧૦૦/-
શુભેચ્છક લવાજમ : રૂ. ૧૦૦૦/-
(૧૫ વર્ષ માટે)
પેટ્રન લવાજમ : રૂ. ૨૫૦૦/-
છૂટક નકલ : રૂ. ૧૦/-
વિદેશ માટે :
વાર્ષિક \$ 12 અથવા £8 (એર મેઈલ)
પેટ્રન \$ 250 અથવા £160 (એર મેઈલ)
ફેક્સ ડ્રાફ્ટ (અમદાવાદ) દ્વારા

ૐ

યજ્ઞાન્નાપરો લાભો, યત્સુખાન્નાપરં સુખમ્ ।
યજ્ઞાનાન્નાપરં જ્ઞાનં, તદ્બ્રહ્મોત્યવધારયેત્ ॥ ૫૫ ॥
યદ્દૃષ્ટ્વા નાપરં દૃશ્યં, યદ્ભૂત્વા ન પુનર્ભવઃ ।
યજ્ઞાત્વા નાપરં જ્ઞેયં, તદ્બ્રહ્મોત્યવધારયેત્ ॥ ૫૬ ॥
તિર્યગૂર્ધ્વમધઃ પૂર્ણં, સચ્ચિદાનન્દમતુયમ્ ।
અનન્તં નિત્યમેકં યત્તદ્બ્રહ્મોત્યવધારયેત્ ॥ ૫૭ ॥

આત્મબોધ:-૫૫, ૫૬, ૫૭

જે લાભથી બીજો મોટો લાભ નથી, જે સુખથી વધુ બીજું સુખ નથી, જે જ્ઞાનથી બીજું ઉચ્ચ જ્ઞાન નથી તે બ્રહ્મ છે એમ નક્કી કરવું જોઈએ.

જેને જોઈને બીજું જોવા યોગ્ય રહેતું નથી, જે રૂપ થઈને પુનર્જન્મ થતો નથી, જેને જાણીને બીજું જાણવા યોગ્ય રહેતું નથી તે બ્રહ્મ છે એમ નક્કી કરવું જોઈએ.

જે ડાબી બાજુ, જમણી બાજુ, ઉપર ને નીચે પૂર્ણ છે; તથા સદ્રૂપ, ચિદ્રૂપ, આનંદરૂપ, અદ્વયરૂપ, અનંત, નિત્ય ને એક છે તે બ્રહ્મ છે એમ નક્કી કરવું જોઈએ.

શિવાનંદ વાણી

દરેકે મધમાખીની માફક, થાક્યા વિના અને ઉત્સાહથી કામ કરવું જોઈએ. તમે જે કામ કરો છો તે જ કામ જો તમે નિખાલસતાથી, તમારાં આત્મા અને હૃદય રેડીને કરો, તો તે તમને તમારા લક્ષ્ય તરફ દોરી જવા માટે પૂરતું છે. સેવા, સેવા-એ તમારો મુદ્રાલેખ હોવો જોઈએ. જે ક્ષણે તમને સેવાની તક મળે, તે ન ચૂકો. આ તમારું આદર્શ વાક્ય હોવું જોઈએ. તમારે સેવાની તક મેળવવા આતુરતાથી રાહ જોવી જોઈએ. આપણને લાગવું જોઈએ કે દિવ્ય સ્ફુલિંગ તમારી અંદર રહેલો છે. તમારામાંના દરેકે એવું કામ કરવું જોઈએ, જે એક દેવદૂત કરી શકે. સેવાથી લોકોનું ભલું થાય છે. હૃદયનો ફેલાવો અનંત છે. ભગવાન શ્રીકૃષ્ણે કેવી મહાન સેવા કરી ! તે તમારો આદર્શ હોવો જોઈએ.

- સ્વામી શિવાનંદ

આ અંકનું સૌજન્ય : સ્વ. લલિતાબેન શાંતિલાલ સોનીના સ્મરણાર્થે

પ્રકાશક-મુદ્રક : શ્રી સુમંતરાય સી. દેસાઈ વતી માલિક ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ દ્વારા પ્રિન્ટ વિઝન પ્રા. લિ., પ્રિન્ટ વિઝન હાઉસ, આંબાવાડી, અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૦૬ પ્રેસ ખાતે છપાવી શિવાનંદ આશ્રમ, જોધપુર ટેકરા, સેટેલાઈટ, અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૧૫થી પ્રકાશિત કર્યું.

અનુક્રમ

૧. શ્લોક - આત્મબોધ	શ્રીમદ્ આદ્ય શંકરાચાર્ય	૧
૨. અનુક્રમ, તહેવાર સૂચિ	૨
૩. સંપાદકીય	સંપાદક	૩
૪. નૈતિક શિક્ષણ-૪	ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી	૪
૫. ભજ ગોવિંદમ્	શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી	૭
૬. શિવાનંદ કથામૃત	ગુરુદેવના સંન્યાસી શિષ્યો	૧૦
૭. મનાચે શ્લોક-મનોબોધ	શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી	૧૩
૮. ઉપનિષદ-યાત્રા	શ્રી ગુણવંત શાહ	૧૫
૯. આચારંગ સૂત્ર	આચાર્ય વિજયરત્નસુંદરસૂરિજી	૧૭
૧૦. યોગ એ જ જીવન	શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી	૧૮
૧૧. મનની સાથે તણાઈ ન જાઓ	શ્રી યોગેશ્વર	૨૧
૧૨. જીવ-ઈશ્વર	શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી (શિહોર)	૨૨
૧૩. શ્રી ચૈતન્ય મહાપ્રભુજી - જીવન પ્રસંગો	શ્રી કનૈયાલાલ મ. પંડ્યા	૨૫
૧૪. અમારી બા	શ્રી કીર્તિભાઈ સોની	૨૭
૧૫. હંસિબો, ખેલિબો જીવિબો	ડૉ. હરીશ દિવેદી	૨૮
૧૬. વૃત્તાંત	૩૦

તહેવાર સૂચિ

ડિસેમ્બર, ૨૦૦૯

તા.	તિથિ (માગશર સુદ)
૧	૧૫ પૂર્ણિમા
૨	૧૫ પૂર્ણિમા, શ્રી દત્તાત્રેય જયંતી
	(માગશર વદ)
૩	૧ શિવાનંદ આશ્રમમાં અખંડ મહામંત્ર સંકીર્તન યજ્ઞની દૈનિક સંવત્સરી
૧૨	૧૧ એકાદશી
૧૩	૧૨ પ્રદોષપૂજા
૧૬	૩૦ અમાવાસ્યા
	(પોષ સુદ)
૨૪	૮ ક્રિસ્તમસ સંધ્યા
૨૫	૯ ક્રિસ્તમસ દિન
૨૭	૧૧ એકાદશી
૨૮	૧૩ પ્રદોષપૂજા
૩૧	૧૫ પૂર્ણિમા, શિવાનંદ આશ્રમમાં શ્રી વિશ્વનાથ મંદિરના પ્રતિષ્ઠા મહોત્સવની દૈનિક સંવત્સરી

● ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજીનો ષડંગ યોગ ●

● સેવા ● પ્રેમ ● દાન ● પવિત્રતા ● ધ્યાન ● સાક્ષાત્કાર

જરા તમારી આંખ બંધ કરીને વિચારો કે તમે રોજ કેટલી વાર તમારા સ્વાર્થથી ભર્યું કાર્ય કર્યું? આની તમારી ડાયરીમાં નોંધ કરો. તમે તમારી આધ્યાત્મિક સ્થિતિથી હેરત પામી જશો. સર્વગ્રાહી પૃથક્કરણ તમારી સમક્ષ ખુલ્લું થશે કે સ્વાર્થપાણું કેટલાં રૂપો ધારણ કરે છે? એ બધાં સ્વાર્થનાં રૂપોને તમારે કમશ: દૂર કરવા પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. કેટલાક લોકો કલ્પના કરે છે કે તેઓ પૂર્ણતાની ઘણી નજીક પહોંચી ગયા છે. તેઓ માને છે કે ભગવાનની પ્રાપ્તિમાં વાળની પહોળાઈ જેટલું અંતર ખૂટે છે. તેઓ આંખ બંધ કરે છે અને સ્વપ્ન જુએ છે કારણ કે તેમના રોજિંદા જીવનમાં તમે તેમને પૂર્ણ રીતે સ્વાર્થી વૃત્તિથી ભરેલા, અહંકારથી ભરેલા અને દુષ્ટ પ્રકૃતિથી ભરેલા જ જોશો.

- સ્વામી શિવાનંદ

“અનુરોધ-અભિલાષા” ગ્રાહકોને :

- રવાનગી સરળતા માટે આપનું પત્રવ્યવહારનું સરનામું પિનકોડ સાથે સંપૂર્ણ હોય તે ઈચ્છનીય છે.
- 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

અંતર્ગત રહસ્ય : જે શ્વાસ લેવડાવે છે, જે ઈંદ્રિયોને બળ અને શક્તિ, બુદ્ધિને પ્રકાશ તથા પ્રાણને ગતિ આપે છે, જે અંતર્યામી (આંતરિક શાસક) છે; જે તમારા હૃદયમાં સંતારીને બેઠા છે, તે ભગવાન છે. અણદીઠેલા તે તમને વફાદાર હાથોથી મદદ કરે છે, તમારી વાણી સાંભળે છે, અણજાણેલા તે તમારા વિચારોને જાણે છે; ભગવાનથી બહાર કંઈ જ નથી. તે શુદ્ધ બુદ્ધિ છે. તેમને કોઈ પણ વસ્તુને પદાર્થ તરીકે જાણવાની જરૂર નથી. જેમ તમારા હૃદય, ફેફસાં વગેરે તમારા શરીરમાં છે, તેમ આખું જગત ભગવાનમાં છે.

- સ્વામી ચિદાનંદ

સંપાદકીય

ગીતામાં પંદરમા અધ્યાયમાં એક સુંદર શ્લોક છે. મનનીય છે. અનુકરણીય પણ ખરો જ.

ઉત્કામન્તં સ્થિતં વાપિ ભુગ્જાનં વા ગુણાન્વિતમ્ ।

વિમૂઢા નાનુપશ્યન્તિ પશ્યન્તિ જ્ઞાનચક્ષુષઃ ॥ (ગી. ૧૫.૧૦)

અહીં ગીતાકાર મૂઢને વિમૂઢ કહે છે. ‘અયં વિશેષઃ’ મૂઢોમાં પણ મૂઢ; આ મૂર્ખ નથી, મૂર્ખત્વમાં જડત્વ પણ સમાયેલું છે, તે થકી તે કદી આંતરમુખ થઈ શકતા નથી. ગુણીજનોના ગુણોનું દર્શન કરી શકતા નથી. જે છે, જે જઈ રહ્યા છે, આ આવાગમનની પ્રાકૃત સ્થિતિનો આનંદ માણી શકતા નથી, પરંતુ જે જ્ઞાનચક્ષુઓ દ્વારા આંતરદષ્ટિ કરે છે, તે આત્મનોમુખી થઈ શકે છે. વસ્તુતઃ તે જ જીવી જાણે છે. જીવનને માણે છે, પામે છે અને આનંદે છે.

ચિંતન સકારાત્મક હોય તો સમગ્ર સૃષ્ટિ સુંદર ભાસે. પરંતુ આપણા પોતાના જ મસ્તિષ્કમાં ‘મેન્ટલ હાઈજન’નું ભોપાળું હોય તો ‘અન્યનું તો એક વાંકુ આપણાં અઢાર છે’ તે ઉક્તિને ભૂલવી ન જોઈએ.

ડિસેમ્બર મહિનાની પહેલી તારીખે જ માર્ગશીર્ષ પૂર્ણિમાના પવિત્ર દિવસે અવધૂત શ્રી દત્તાત્રેય જયંતી છે. દત્તાત્રેયના ચોવીસ ગુરુઓ હોવાનું માનવામાં આવે છે. ખરેખર તો તેમને ગુરુ તો એક જ હતા; અને તે તેમની શુભ દષ્ટિ ! તેમણે ‘જ્યાં જ્યાં નજર મારી ઠરે, ત્યાં ત્યાં છબી છે, આપની !’ સર્વત્ર શુભત્વને જોયું, જાણ્યું અને માણ્યું !

ઉછળતા દરિયાનું પેટાળ શાંત હોય છે; જગતની અંધાધૂંધી વચ્ચે આપણે આપણા હૃદયને શાંત રાખવું. સૂર્યના તાપે તપીને દરિયામાંથી વરાળ બને, વાદળ બને અને વરસે, પરંતુ સૂર્ય પોતાની પાસે કંઈ રાખતો નથી. સમાજમાં રહેવું, સતર્કતાપૂર્વક આપણે આપણાં કર્તવ્ય બજાવવાં, પરંતુ ‘પદ્મપત્ર વિભાંવસા’ જલકમલવત્. નિંદા અને સ્તુતિ બંનેથી પૃથક્, આનંદમય, ચૈતન્યમય, જ્યોતિર્મય !

ચન્દ્રમા વધે છે, ઘટે છે; પણ આ તો બાહ્ય દર્શન છે. વાસ્તવિકતામાં ચન્દ્રને વધઘટ જેવું હોતું જ નથી. જ્યારે આનંદોડહમ્, આનંદોડહમ્ આત્માને શાંતોડયમ્ આત્માની અનુભૂતિ થાય પછી બધું મિથ્યા ! તીર ઘસવાવાળા પારધી પાસેથી પણ ગુરુ દત્તાત્રેયને શિક્ષા મળી. રાજાની સવારી આવી ને ગઈ, પરંતુ પારધી પોતાના કાર્યમાં દત્તચિત્ત હતો. જીવનમાં આરોહઅવરોહ વસંત અને પાનખર વચ્ચે આપણે વિચલિત ન થઈએ ત્યાં જ જીવન સાર્થક્ય !

ભમરી પાસેથી પણ જ્ઞાન મળ્યું. કીટ ભમર ન્યાયને માંડવે તોળાયું ચિંતન. કીટ ભમરનું ચિંતન કરતાં ભમર થયો. રામનું ચિંતન કરતાં રામ થવાય. શારદામણિ દેવી કહેતાં, ‘કોઈના દોષોનું ચિંતન કરશો તો તમારામાં તે દોષો આવશે. સુખી થવા માટે કોઈના દોષ જોવા નહીં, પોતાના દોષ જોવા. દત્તાત્રેયજીએ કબૂતરને પણ ગુરુપદે સ્થાપી તેમના જીવનમાંથી પણ પ્રેરણા લીધી. પારિવારિક મોહને કારણે જ પ્રાણ જાય. કબૂતરનાં બચ્ચાં જાળમાં ફસાયેલાં, તેમને જોઈ કબૂતરી જાળમાં પડી અને અંતે કબૂતર પણ પડ્યો. બધાંને પારધી પકડી ગયો. મૃત્યુનો-કાળનો ગ્રાસ આપણને ક્યારે ભરખી જશે તેની કોઈ ખાતરી નથી; માટે મોહ કરવો નહીં. મોહ કરવો તો પ્રભુપરાયણતાનો જ કરવો.

આવું દિવ્ય ચિંતન અને મનોમંથન અથવા તો બાહ્ય સૃષ્ટિમાંથી આંતરચૈતન્યમાં પ્રવેશવાનો બોધ દત્તાત્રેયજીએ આપ્યો.

૩૧મી ડિસેમ્બરે પોષી પૂનમ છે. મા જગદંબા-વડી અંબાનો પ્રાગટ્ય દિવસ. દત્તાત્રેયની ચેતનામાંથી પ્રેરણા મળે તો આત્મશક્તિ-અનુભૂતિનો આનંદ મળે. એવી દિવ્ય ચેતનાની અભિવ્યક્તિના પરમ આસ્વાદની આ વર્ષાન્તે મંગલ કામના. ૐ શાંતિ.

- સંપાદક

નૈતિક શિક્ષણ-૪

ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી

નૈતિક શિસ્ત અને તાલીમ :

આપણે સદાચાર માટેના નિયમો જાણીએ છીએ. હવે આપણે એવી સ્થિતિમાં છીએ કે જેમાં શિસ્તની બધી જ જરૂરી પ્રક્રિયાઓ શરૂ કરી એને લગતા નિયમોનું પાલન કરી આપણી જાતને પૂર્ણતાની પ્રાપ્તિ માટે આગળ લઈ જવાની છે. આપણા વર્તનને સંપૂર્ણ બનાવે અને આપણા ચારિત્ર્યને ઘડે તેવી તાલીમને 'નૈતિક શિસ્ત' કહે છે.

કોઈપણ જાતની આશંકા વગર, નૈતિક શિસ્તનું પહેલું પગથિયું છે : બધા જ પૂર્વગ્રહોથી પર થવું, દુષ્કૃત્યોથી દૂર થવું, ખરાબ સંગથી દૂર થવું અને આપણા ચારિત્ર્યનો નાશ કરનાર કોઈપણ વસ્તુથી દૂર રહેવું તે. આ કામ તો માળી પણ જ્યારે બાગમાં છોડ ઉગાડે છે ત્યારે કરે જ છે - પહેલાં તે એક બીજ અથવા છોડ રોપ્યો હોય તેની આસપાસ સંરક્ષણાત્મક વાડ બનાવે છે. તેથી છોડ તેને પવનના ઝપાટાથી સહીસલામત રાખી શકે. પછી જ્યારે છોડ વધી મજબૂત બને ત્યારે તેને ખુલ્લો મૂકે છે.

બીજું પગથિયું છે આપણી ઈચ્છાઓ ઉપર અંકુશ. આપણે એ શીખી ગયા કે આપણું વર્તન આપણી ઈચ્છાઓ ઉપર આધારિત છે. ખરાબ વિચારોમાંથી ખરાબ વર્તન ઉદ્ભવે છે અને નિર્મળ વિચારોમાંથી નિર્મળ વર્તન ઉદ્ભવે છે. આપણે આપણી સ્વાર્થી ઈચ્છાઓને ઘટાડી દઈએ તો આપણે સારા વર્તન તરફ એક પગથિયું આગળ વધી શકીશું. આપણી ઈચ્છાઓને કેવી રીતે ઘટાડવી ?

આત્મ-ત્યાગ ત્રીજું પગથિયું છે - તેના દ્વારા મનને જે ગમતું હોય તેનો સ્વૈચ્છિક અસ્વીકાર કરવાની ટેવ પાડીને તેને શિસ્તમાં રાખી શકાય છે. તેને 'આત્મ-ભોગ' અથવા 'સમર્પણ' કહે છે. તમને જે વસ્તુ અત્યંત પ્રિય હોય તેનો ત્યાગ કરો. દા.ત. તમને ખૂબ ભાવતું ભોજન, એક અઠવાડિયા માટે ટેલિવિઝન જોવાનું છોડી દેવું. જો તમે ખૂબ જ વાતોડિયા હો તો તમે દિવસમાં થોડા કલાક અથવા અઠવાડિયામાં એક દિવસ મૌન રાખો. આ પ્રમાણે જુદી જુદી રીતે આપણી ઈચ્છા ઉપર

અંકુશ રાખવાનું શીખી શકાય છે.

પરંતુ પૂર્વગ્રહોને સંપૂર્ણ નાબૂદ કરવા માટે આટલું પૂરતું નથી. તેથી ચોથું પગથિયું એ છે કે આપણે આપણી જાતને સદ્ગુણો ખીલવવામાં રચ્યુંપચ્યું રાખવું. આપણે શાંતિ, સંતોષ હિંમત, શ્રદ્ધા અને માનસિક સંતુલન જેવા સદ્ગુણો વિકસાવવાનું શરૂ કરીએ. આવા સદ્ગુણોનું ઉપાર્જન અને પૂર્વગ્રહોનું ઉન્મૂલન કેવી રીતે કરવું તેની વિસ્તૃત માહિતી આ પછી આપેલી છે.

સાચા પ્રેમનો ઉદય, સારો સ્વભાવ અને ઉન્નતની પ્રશંસા એ નૈતિકતાની પ્રગતિ માટે અગત્યનો ભાગ ભજવે છે. સદાચારનો ઉમદા માર્ગ એવો ઉજ્જવળ માર્ગ છે જે દુઃખમાંથી સુખ બક્ષે છે.

તમારા વિચારો, હેતુઓ, વાણી અને કાર્યોમાં રહેલ સત્યનિષ્ઠા અને શુદ્ધતાને કડક રીતે તપાસો. તમારા મિત્રો વિશેના અભિપ્રાયમાં તેમ જ તેમની સાથેના વ્યવહારમાં પ્રેમાળ, સહિષ્ણુ અને દયાવાન બનો. સદ્ગુણી વર્તનનો આ નિયોડ છે.

પાંચમું પગથિયું : કોઈપણ ભોગે તમારા સદ્ગુણને વળગી રહો. સદ્ગુણી વર્તનના ઉપયોગમાં આપણે ઘણી મુશ્કેલીઓનો સામનો કરવો પડશે. આપણા મિત્રો આપણી હાંસી ઉડાવશે, ગેરસમજો ઊભી કરશે અને કેટલીકવાર આપણે પોતે પણ હારી ગયેલા કે ત્રાસી ગયેલા બની જઈશું. પરંતુ આ બધું આપણા સદ્ગુણને ટકાવી રાખવા માટે કરીશું. માટે ધીરજ, શાંત રીતે ટકી રહેવાનો સ્વભાવ, હૃદયની નમ્રતા અને ક્ષમાવૃત્તિ જેવા ગુણો કેળવવા જરૂરી છે. આ સદ્ગુણો, કોઈપણ કપરા સંજોગોમાંથી હિંમતપૂર્વક અને સફળતાપૂર્વક પાર કરવા તરફ આપણને દોરી જશે.

કોઈપણ જાતની મુશ્કેલી આવે ત્યારે આપણે આપણી જાતને એવી કૃતનિશ્ચયી બનાવીએ કે આપણે સત્ય અને સચ્ચાઈના માર્ગમાંથી સહેજ પણ ખસીએ નહીં.

છેલ્લે, આપણે હંમેશાં વર્તનના ચાર નિયમો યાદ રાખવા જોઈએ. અહિંસા, સત્ય, અસ્તેય અને બ્રહ્મચર્ય.

ખાસ કરીને મુશ્કેલીના સમયમાં આ ચાર નિયમોને યાદ રાખ્યા હશે તો તેના અમલ માટે કેટલીક જરૂરી આંતરિક શક્તિ આપોઆપ આવશે. આ નિયમો પાપથી દૂર રહેવા માટે તેમ જ પવિત્રતા જાળવી રાખવા માટે છે.

નૈતિક જીવન-ધોરણ :

આપણે જ્યારે આપણી જાતને નૈતિક શિસ્ત સાથે જોડી હોય ત્યારે આપણા મગજમાં ચોક્કસ ધ્યેય હોય છે, કોઈ ચોક્કસ લક્ષ્યાંકને પ્રાપ્ત કરવાનું ધ્યેય હોય છે. લક્ષ્યાંક જુદી જુદી વ્યક્તિઓ માટે જુદું જુદું હોઈ શકે.

આધ્યાત્મિક જીવન માટે અત્યંત ગંભીર વ્યક્તિનું લક્ષ્ય ઈશ્વર પ્રાપ્તિથી સહેજ પણ ઓછું હોઈ શકે નહિ. આવી વ્યક્તિ નૈતિક વર્તનમાં ઉચ્ચતમ પૂર્ણતા પ્રાપ્ત કરે છે. તેનું ધ્યેય ખૂબ ઊંચું હોય છે. સામાન્ય લોકો આટલે અંશે ઊંચી પૂર્ણતાની પ્રાપ્તિનો વિચાર પણ કરી શકતા નથી.

ધાર્મિક વ્યક્તિ ઓછામાં ઓછું ચાર નૈતિકતાના નિયમોનું દૈનિક પાલન કરવાનું ધ્યેય તેના માટે નક્કી કરશે. શાસ્ત્રમાં દર્શાવેલા નૈતિકતાના નિયમોના પાલનથી તેને ઘણો સંતોષ થશે. શુદ્ધ અંતરાત્મા પ્રાપ્ત કરવાની તમને ઈચ્છા હશે.

સમાજનો એક સામાન્ય માનવી જેને ઊંચા પ્રકારની જિંદગી માટે કોઈ ઈચ્છા નથી તેને માટે નૈતિકતાનું ધોરણ સમાજમાં કોઈપણ પ્રકારના વિઘ્ન વગર તે સારી રીતે સાધનસંપન્ન બને તે છે. આથી તે સમાજના નીતિના નિયમોનું પાલન કરે છે, પરંતુ તે શાસ્ત્રના નિયમો અનુસાર પોતાની જાતને પૂર્ણ કરવા માટે ચિંતા કરતો નથી.

છેલ્લે આપણે ત્યાં એવા પણ માણસો છે જેમને કોઈપણ પ્રકારના નૈતિક ધોરણો હોતાં નથી. તે તેની ઈચ્છાઓ જે પ્રમાણે તેને દોરે છે તે જ પ્રમાણે વર્તે છે. તેમાં જો જૂઠું બોલવાનું કે બીજાને હાનિ પહોંચાડવાનું હોય તો તે જૂઠું બોલવામાં કે હિંસા આચરવામાં સહેજ પણ અચકાતો નથી. તેવી વ્યક્તિને આપણે અનૈતિક વ્યક્તિ કહીશું. આવા માણસોમાં, ચોર, ખૂની, ડાકુઓ વગેરેનો સમાવેશ થાય છે. તેઓ મનુષ્યના રૂપમાં પશુ કરતાં વધુ સારા નથી.

ઉપર દર્શાવ્યા મુજબ એમ કહી શકાય કે જે

સમાજને ઊંચા આદર્શો માટે મહત્વાકાંક્ષા નથી, ત્યાં નૈતિકતાનાં ધોરણો હંમેશાં ઘણાં નીચાં હશે. આજના સમાજમાં આપણે આ જોઈ રહ્યા છીએ. આજે નૈતિકતાનાં ધોરણો નીચે ને નીચે જતાં જાય છે. કારણ કે આજે લોકો અર્થોપાર્જન અને ભૌતિક સુખ મેળવવામાં પડી ગયા છે, અને ઈશ્વરને ભૂલી ગયા છે. આપણે ચેતી જવું જોઈએ અને ઘણાં બધાં અનુસરે છે એટલા માટે નીચાં નૈતિક ધોરણોને કદી સ્વીકારવાં ન જોઈએ.

કાયદો અને જાહેર વ્યવસ્થા :

સમાજ વ્યવસ્થિત રીતે અને સરળતાથી ચાલે તે માટે સરકાર કેટલાંક નૈતિક ધોરણો મૂકે છે. તેને સમાજના બધા જ લોકોએ સ્વીકારવાં પડે છે. આ ધોરણોને કોઈ પણ વ્યક્તિ તોડે, તો તેને કાયદાકીય શિક્ષા ભોગવવી પડે છે. ચોરી, ખૂન, ધાડ એ સમાજે નક્કી કરેલા નૈતિક નિયમોનું ઉલ્લંઘન છે. આવા ગુના આચરનારાઓને પાઠ ભણાવવા માટે અને તેમને સુધારવા માટે શિક્ષા નક્કી કરેલી હોય છે.

છતાં પણ, કેટલાંક એવા પાપ છે જેની શિક્ષા કાયદાકીય રીતે થઈ શકતી નથી. દા.ત. કૃતદ્વંતા, નિંદા, કૌભાંડ અને જુદા જુદા પ્રકારનાં ઘાતકી કાર્યો કરનારાને કાયદો સજા કરી શકતો નથી. આવાં પાપો માટે કાયદો આપણને શિક્ષા કરી શકતો ન હોવા છતાં તે આપણા ચારિત્ર્યના એક ડાઘરૂપ રહે છે. તે ચારિત્ર્યનું કલંક તથા એબ છે. જો સમય જતાં તેને કાબૂમાં લેવામાં ન આવે તો તે આપણને ગંભીર ગુના કરવા પ્રેરશે. આવાં પાપોની શિક્ષા તેના આચરનાર જ નક્કી કરે છે. તેમનાં મનને શુદ્ધ કરવા માટે તેમણે સ્વ-શિક્ષા સ્વીકારી લેવી જોઈએ. સ્વ-શિક્ષા ઘણી રીતે થઈ શકે. ઉપવાસ, જપ, ધ્યાન, પ્રાર્થના જેવા આધ્યાત્મિક સ્વાધ્યાયનો સમાવેશ થઈ શકે, પણ આ બધું પસ્તાવાની સાચી ભાવનાથી થવું જોઈએ.

હિંદુ નૈતિક ધોરણો :

હિન્દુ નૈતિક શાસ્ત્રમાં, આપણા કાયદાનાં પુસ્તકોમાં લખાયેલા નૈતિક ધોરણોનો ઉદ્દેશ આપણા આત્માને દુન્યવી જીવનથી પર થઈ દિવ્ય જીવન તરફ દોરવાનો છે. એ પશ્ચિમના દેશો જેવો નૈતિકતા માટેની ઉપરછલ્લી

આચારસંહિતા નથી. હિન્દુ નૈતિકતાનાં ધોરણો તો ઘણાં ઊંચાં છે. તેઓ માત્ર પુસ્તકિયા નિયમો જ નથી. એ તો આચરણ માટે છે અને શિસ્તથી સભર છે. તેમાંનાં થોડાંકને પણ આપણે અનુસરીએ તો આપણે આપણા હૃદય અને મનને જરૂર શુદ્ધ કરી શકીએ.

હિન્દુ નૈતિકતાનો હેતુ મનુષ્યને પ્રાણીની કક્ષામાંથી દિવ્યતાની અથવા ઈશ્વરની કક્ષાએ લઈ જવાનો છે. હિન્દુ સમાજની આચારસંહિતા પ્રાચીન યુગના મહાન ઋષિઓ અને સંતોએ બનાવી હતી. તેમાંના કેટલાક ઋષિઓ ખૂબ જાણીતા છે. મનુ, યાજ્ઞવલ્કય અને પરાશર : તેમની આચારસંહિતાઓ 'સ્મૃતિઓ' તરીકે ઓળખાય છે. મનુસ્મૃતિ એ ખૂબ જ પ્રાચીન અને અધિકૃત હિન્દુ આચારસંહિતા છે.

હિન્દુ નીતિશાસ્ત્રનો મુખ્ય સિદ્ધાંત છે : 'જે આપણને સદ્ગુણ અને સચ્ચારિત્ર્ય તરફ દોરી જાય છે તેને નૈતિકતા કહે છે, જે આપણને દુર્ગુણ અને દુઃચારિત્ર્ય તરફ લઈ જાય છે તે અનૈતિકતા છે.'

ગમા અને અણગમા :

નૈતિક શિસ્ત પાળવા માટે ગમા અને અણગમાના નિયમ વિશે જાણવાનું ખૂબ જરૂરી છે. ગમા અને અણગમાને આપણા વર્તન સાથે સીધો સંબંધ છે અને તેથી આ નિયમ આપણામાં કેવી રીતે કાર્યશીલ બને છે તે જાણવું જોઈએ.

આ નિયમ કહે છે; 'સમાન સમાનને આકર્ષે છે જ્યારે અસમાનને અપાકર્ષે છે.' આખું જગત આ ગણા અને અણગમાની, આકર્ષણ અને અપાકર્ષણની રમત રમ્યા કરે છે. જે વસ્તુઓ આપણને ગમે છે તેનાથી આપણે આકર્ષાઈએ છીએ અને જે વસ્તુઓનો આપણને અણગમો હોય છે તેને છોડી દઈએ છીએ. આપણને જે ગમે છે તેને ઈચ્છીએ છીએ અને નથી ગમતી તેને તિરસ્કારીએ છીએ.

આપણે જાણ્યું કે નૈતિક શિસ્ત માટેનું બીજું પગથિયું કામનાઓ પરનો કાબૂ છે. જો આપણે આ કામનાઓ પર અંકુશ લાવવો હશે તો આપણી જાતને ગમા અને અણગમાના પ્રવાહોથી દૂર રાખવી પડશે, કારણ કે આ બંને પ્રવાહો જ કામનાઓને જન્મ આપે છે.

જ્યાં અણગમો છે, ત્યાં કદાચ તમે કોધને પણ જોશો. કોધ એ લાંબાગાળાના તિરસ્કારનો મિત્ર છે. ભય એ આસક્તિનો જૂનો મિત્ર છે. જ્યાં આકર્ષણ કે આસક્તિ છે ત્યાં તમે ભયને પણ જોઈ શકશો. મનુષ્ય તેની પાસે જે કંઈ છે તે ગુમાવી બેસશે, એવો તેને સતત ભય રહે છે; કારણ કે તે વસ્તુઓની તેને આસક્તિ છે.

જ્યાં આનંદ હોય છે, ત્યાં તમે તિરસ્કાર પણ જોઈ શકશો. મનુષ્ય મીઠાઈ અને કેરીનો સ્વાદ માણે છે કારણ કે તેમાંથી તેને આનંદ મળે છે; તે વસ્તુઓ સાથે તેને અનુરાગ છે, કોઈ વ્યક્તિ તેના હાથમાંથી કેરી ઝૂંટવી જાય તો ? તો તે ગુસ્સે થઈ તેનો તિરસ્કાર કરે છે.

તેનાથી ઊંધું પણ સાચું છે. મનુષ્ય મચ્છરને તિરસ્કારે છે, કારણ કે તે તેને કરડે છે અને દુઃખ આપે છે તેથી તેને હંમેશાં દૂર રાખે છે. પરંતુ જો કોઈ તેને મચ્છરદાની ભેટ આપે તો એ વ્યક્તિ તેની મિત્ર બની જાય છે કારણ કે પેલી દુઃખદાયક વસ્તુ (મચ્છર)ને દૂર કરવા તે મદદરૂપ બન્યો છે. આ રીતે ગમા-અણગમાના નિયમો લોકો સાથેના સંબંધો પર નિયંત્રણ કરે છે.

પરમશાંતિ પ્રાપ્ત કરેલો સાધુ બધા જ પ્રકારના પદાર્થો વચ્ચે સ્વતંત્રતાથી ફરી શકે છે; કારણ કે તેને કોઈનું આકર્ષણ કે અપાકર્ષણ સ્પર્શી શકતું નથી. માટે, માત્ર તેઓ જ બીજાઓને શુદ્ધ પ્રેમ કરી શકે છે. તેમનો પ્રેમ, ગમા અને અણગમાની અસરથી મુક્ત હોય છે.

ગમો અને અણગમો એ તો વૃક્ષની ડાળીઓ છે તેની વધુ અને વધુ ડાળીઓ બનતી જાય છે. તેનો કોઈ અંત જ નથી. જ્યારે આપણી એક ઈચ્છા સંતોષાય, તે આપણા ઉપર પ્રબળતાથી છવાઈ જાય છે. બીજી સો ઈચ્છાઓ સંતોષાવા માટે લાઈનમાં ઊભેલી જ હોય છે. જો આપણે એના ઉપર પૂર્ણવિરામ ન મૂકીએ તો એની નીચે અસહાય બનીને છુંદાઈ મરીશું.

આ બંને પ્રવાહોના પ્રભુત્વ નીચે કદી ન આવશો. તેમને કચડી નાંખો. તેમનો ભૂકો બનાવી દો. તેનાથી વિરુદ્ધ વૈશ્વિક પ્રેમ અને નિષ્પક્ષતાતી વલણ જેવા ગુણોનું ઉપાર્જન કરો. વૈરાગ્ય ગમાનો નાશ કરશે અને વૈશ્વિક પ્રેમ અણગમાનો નાશ કરશે.

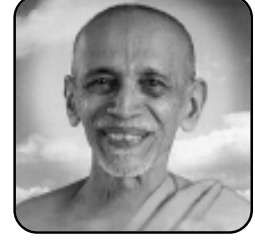
□ 'યોગના પાઠ'માંથી સાભાર



ॐ श्री सद्गुरुपरमात्मने नमः

ભજ ગોવિંદમ્

પ્રવક્તા : શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી



[જગદ્ગુરુ આદિ શંકરાચાર્યજીએ જ્ઞાન અને ભક્તિનો સમન્વય કરતું ‘ભજ ગોવિંદમ્’ સ્તોત્ર રચ્યું. પૂજ્ય ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજીએ સંગીત કલામંદિર ટ્રસ્ટ કોલકતા તરફથી ગોઠવાયેલા વાર્ષિક જ્ઞાન-સત્રમાં તે સ્તોત્ર પર પ્રવચનો આપેલાં. તે પ્રવચનોનું સંકલન એટલે ‘ભજ ગોવિંદમ્’ પુસ્તિકા. સ્વામીજી આપણને સંસારમાં રહીને જીવન-લક્ષ્ય કેવી રીતે સાધી શકાય તેની પ્રવચનો દ્વારા સમજણ આપે છે. -સંપાદક]

શ્લોક - ૭

ભગવાન વિષ્ણુના સાક્ષાત્ અંશાવતાર બાદરાયણ વ્યાસે લોકો સાચા માર્ગે ચાલે અને ભગવાનને પ્રાપ્ત કરવાનો નિર્ણય કરે અને તેમના જીવનને સાચી રીતે સફળ બનાવે તે માટે પુરાણો રચ્યાં. પોતાની કારકિર્દીના અંતે તેઓ કહે છે : ‘ઊંચે ચઢીને બંને હાથ ઊંચા કરીને બૂમ પાડીને મોટેથી માનવજાતને જાહેર કરતો રહ્યો છું, ધાર્મિક જીવન જીવો; તેમાં જ તમારું શ્રેય છે. પરમાત્માની પૂજા કરો. તેમાં જ બધી રીતે તમારું કલ્યાણ અને શોકથી પર થઈ પરમસુખમાં સ્થિત થવાની શક્યતા રહેલી છે.’

અને પછી ઘણાં વર્ષો પછી, આપણા પોતાના સમયમાં છેલ્લી સદી બદલાતાં મહાન રહસ્યવાદી, મહાન ભક્ત, મહાન ફિલસૂફ અને તામિલનાડુના આધ્યાત્મિક વ્યક્તિત્વ ધરાવતો બહુશ્રુત અલૌકિક બુદ્ધિ ધરાવનાર પુરુષજ્યોતિ રામલિંગમ્ સ્વામિગલ થયા. તે ભગવાન ચિદમ્બરમ્ના અવતાર મનાતા હતા. તેમણે માનવજાતને પોતાના જીવન દરમિયાન હાકલ કરતાં કહ્યું : ‘અહીં તમારે માટે પરમસુખ અને ધન્યતાની અદ્ભુત સ્થિતિ છે. તે તમારો જન્મસિદ્ધ હક છે. આ પ્રકાશમય અનુભવના અંશ અને વારસ છે. આવો, આવો ! સન્માર્ગના સાચા માર્ગ પર ચાલ્યા આવો. સન્માર્ગના પ્રકાશમાં બધાની સાથે મળતા રહો, બધાની સાથે એક બનો, એકતાનો અનુભવ કરો, સંવાદિતાનો અનુભવ કરો. કાઈને પણ કદી ધિક્કારશો નહિ. ભગવાનની ભક્તિ માટે નિશ્ચય કરો. તમને તે પરમ ધન્યતા પ્રાપ્ત થશે. પણ મેં મારા આખા જીવન દરમિયાન બધાંને બૂમો પાડ્યા કરી, જીવન નકામું ગુમાવ્યું. કારણ કે ફક્ત પૂછવાથી જ તે તમને અહીં મળી શકે તેમ હતું. અને જીવનના છેડે તેમણે કહ્યું :

‘મારી વસ્તુ માટે કોઈ ગ્રાહક મળ્યો નહિ. મેં જે દુકાન ખોલી તેમાં કોઈ ગ્રાહક આવ્યો નહિ.’

તે જ પ્રમાણે ભગવાન વ્યાસે પણ એ જ વાત કહી : ‘મેં ખૂબ ઊંચા સાદે બૂમ પાડીને કહ્યું, પણ અહીં તેને સાંભળનાર કોઈ ન હતું.’ શંકરાચાર્ય પણ એનું એ જ ફરીથી કહે છે. તેઓ કહે છે :

બાલસ્તાવત્ ક્રીડાસક્ત-

સ્તરુણસ્તાવત્ તરુણીસક્તઃ ।

વૃદ્ધસ્તાવચ્ચિન્તામગ્નઃ

પરે બ્રહ્મણિ કોઽપિ ન સક્તઃ ॥૭॥

ભજ ગોવિન્દ ભજ ગોવિન્દ...

જ્યારે તમે બાળક હો છો ત્યારે સમય રમવામાં પસાર થાય છે. તમે મોટા થઈ યુવાન બનો ત્યારે તમે સ્ત્રીઓમાં આસક્ત હો છો. તમે જ્યારે વૃદ્ધ બનો ત્યારે તમે ચિંતાથી ઘેરાયેલા હો છો. કોઈને પણ પરમ બ્રહ્મમાં રસ નથી (૭) ગોવિંદને ભજ, ગોવિંદને ભજ.

આ શું ? હું લોકોને કહેતો રહું છું કે જીવન ટૂંકું છે. સમય પસાર થઈ રહ્યો છે. એટલે પરમ તાત્વિકતામાં, ભગવાન પોતાનામાં, એકાગ્ર બની જા. જ્યારે તે જગદ્ગુરુ કૃષ્ણ હતા ત્યારે તેમણે કહ્યું હતું : ‘માયાની પાર જવાનો એક માત્ર માર્ગ છે અને સર્વોપરિ પરમ સુખમાં સ્થિત થા અને તે માર્ગ મને તમારું લક્ષ્ય બનાવવાનો છે.

દૈવી ત્વેષા ગુણમયી મમ માયા દુરત્યયા ।

મામેવ યે પ્રપદન્તે માયામેતાં તરન્તિ તે ॥

ખરેખર, ગુણોવાળી આ મારી દૈવી માયા પાર કરવી મુશ્કેલ છે, જે માત્ર મારો આશ્રય લે છે તે આ માયાને તરી જાય છે. (ગીતા, ૭-૧૪) માટે શાશ્વત તાત્વિકતાનો ઉપાસક બન અને તેનામાં આશ્રય લે.

બાલસ્તાવત્ ક્રીડાસક્તઃ - બાળપણ રમતમાં

જાય છે. તરુણસ્તાવત્ તરુણીસકતઃ - યુવાન છોકરીઓની પાછળ અને છોકરીઓ છોકરાઓ પાછળ આસક્ત હોય છે, યુવાવસ્થાની આ મૂર્ખાઈ છે. વૃદ્ધસ્તાવચ્ચિન્તામગ્નઃ - શરૂઆતના જીવનમાં કરેલી મૂર્ખાઈઓને લીધે તમે જ્યારે વૃદ્ધ થાઓ છો ત્યારે તમે ચિંતામાં ડૂબી ગયેલા હો છો. એક પાઠમાં થોડોક ફેરફાર છે. તેમાં ચિન્તામગ્નઃ ને બદલે ચિન્તાસકતઃ (દુઃખમાં ડૂબેલો) છે. પણ કોડપિ ન સકતઃ પરે બ્રહ્મણિ - પરમ બ્રહ્મમાં કોઈ પણ નિશ્ચયવાણું નથી. આવી જ જ્યોતિ રામલિંગમ્ સ્વામિગલે ગ્લાનિ વ્યક્ત કરતાં કહેલું : ‘મેં તો પરમ અનુભવ પ્રાપ્ત કરવા માટેની દુકાન ખોલી રાખી છે પણ કોઈ ગ્રાહક જ છે નહિ.’

શ્લોક - ૮

શા માટે આવી મૂર્ખતા ? તમારું કોણ છે ? તમે આ શરીરમાં પ્રવેશ્યા તે પહેલાં તમારે અહીંની કોઈ વ્યક્તિ કે કોઈ વસ્તુ સાથે લેવાદેવા હતી ? તમે આ ધરતીના ન હતા, તમે આ માનવજગતના ભાગરૂપ ન હતા. આ શરીરમાં પ્રવેશ કર્યા પછી તમારો થોડાક સમય માટે સંબંધ થયો છે. પણ તે કેટલો લાંબો ચાલવાનો છે ? જન્મેલું આ શરીર એક દિવસ મરી જવાનું છે - આ એક વસ્તુ તદ્દન ચોક્કસ છે. આજના અસ્તવ્યસ્ત સંસારમાં દરેક વસ્તુ અસ્થાયી છે. આપણે કોઈને વિશે પણ કંઈ નક્કી કહી શકતા નથી. પોતાનું મોત ક્યારે આવશે તે કોઈ પણ કહી શકે તેમ નથી. પેલેસ્ટાઈન લિબરેશન ઓર્ગેનાઈઝેશન અને ઈઝરાયેલ મિત્રો બન્યાં અને શ્રી રેબીન સાથે સંધિ કરી. જ્યારે તે મોટી મેદનીને શાંતિનો સંદેશ આપી રહ્યો હતો અને બીજી જ ક્ષણે દુનિયાએ તેના પર ઘાતક હુમલો થયો છે તેના દુઃખદ સમાચાર સાંભળ્યા. દુનિયામાં દરેક વસ્તુ માટે આવી જ અસ્થાયીતા હોય છે.

પોતાના ફિલસૂફીભર્યા વિનોદ સાથે ગુરુદેવ કહેતા : ‘આ જગતમાં દરેક વસ્તુ અસ્થાયી, આગાહી વગરની હોઈ શકે. પણ મને કહેવા દો કે એક વસ્તુ જે પૂરેપૂરી સાચી છે અને તે છે કે ‘તમારે એક દિવસ મરવાનું નક્કી છે.’ ગુરુદેવ કહેતા : ‘એક દિવસ દરેકને જવાનું છે. આ એક વાત ચોક્કસ છે.’ જાતસ્ય હિ ધ્રુવો મૃત્યુઃ - જન્મેલા માટે મરણ નિશ્ચિત છે. (ગીતા ૨-૨૭). મૃત્યુ નક્કી છે. મૃત્યુ નક્કી હોવા છતાં અને દરેકને એક દિવસ જવાનું હોવા છતાં આ નક્કી થયેલી ઘટના ક્યારે થશે તે કોઈ જાણતું નથી. મૃત્યુ

નક્કી હોવા છતાં મૃત્યુનો સમય અને સ્થળ કોઈ જ જાણી શકતું નથી. આમ પૂરેપૂરી ચોક્કસાઈ (મૃત્યુ) અને તે જ વસ્તુની પૂરેપૂરી બિનચોક્કસાઈ-અનિશ્ચિતતા (મૃત્યુના સ્થળ અને સમય માટે)નું અદ્ભુત વિરોધાભાસી સાન્નિધ્ય અહીં જોવા મળે છે. મૃત્યુ નિશ્ચિત છે; પણ તે ક્યારે આવશે, કેવી રીતે આવશે અને તમે એકદમ તેના પંજામાં ક્યારે-ક્યાં આવી જશો તે પૂરેપૂરું અનિશ્ચિત છે, માટે જીવન પર ભરોસો રાખશો નહિ. તૈયાર રહો અને સાચી વાતને કરવા માંડો. આ સમય કરવાનો છે, તેને કાલ પર મુલતવી રાખશો નહિ. આવતીકાલ અનિશ્ચિત છે. અહીં કોઈ પણ વસ્તુની નિશ્ચિતતા નથી. તમે અહીં ક્યાં સુધી રહેવાના છો તે તમે જાણતા નથી. ખૂબ તપશ્ચર્યા અને પ્રાર્થના, યાત્રા, સંતો અને ઋષિઓની સેવા અને મંદિર તથા મસ્જિદની કૃપાથી બાળકનો જન્મ થાય છે. કુટુંબ તે પ્રસંગને ઉજવે છે. પણ થોડાક દિવસોમાં કે એકાદ માસમાં અચાનક બાળકને તપાસતાં જણાય છે કે તેને એનેમિયા (પાંડુરોગ) કે લ્યુકેમિયા (લોહીનું કેન્સર) છે. મોટો આઘાત થયો. તેઓ આમતેમ દોડવા માંડ્યા. જસલોક હોસ્પિટલમાં ગયા પણ બાળક બચ્યું નહીં. આ તમને કોઈ મંત્રમુગ્ધ કરવાની વાત કહેતો નથી. હું તમને સાચો બનાવ કહું છું. એક ભારતીય ડોક્ટર સ્પેનમાં પ્રેક્ટિસ કરતો હતો. લાંબો સમય પ્રાર્થના તપસ્યા કર્યા પછી તેની પત્ની ગર્ભવતી થઈ અને એક બાળકને જન્મ આપ્યો. તેમને ખૂબ આનંદ થયો પણ ગમે તેમ પણ બાળકની સ્થિતિ ગર્ભાશયમાં બરાબર લાગતી ન હતી. એટલે તેને મુંબઈ ડોક્ટરને બતાવવા માટે લાવ્યાં. તપાસ કરતાં જણાયું કે બાળકને લ્યુકેમિયા કે એવાં ખૂબ વિચિત્ર લક્ષણોવાળો રોગ હતો. ડોક્ટરોના ખૂબ પ્રયત્નો છતાં તેઓ તે બાળકને બચાવી શક્યા નહિ. થોડાક દિવસમાં બાળકનું મૃત્યુ થયું. એટલે એમ કહેવાય, ‘આ જીવનનો શું ભરોસો ? આ કેવા પ્રકારનો સંબંધ ગણાય ? તેની કેટલી ચોક્કસાઈ ?’

કા તે કાન્તા કસ્તે પુત્રઃ

સંસારોડયમતીવ વિચિત્રઃ ।

કસ્ય ત્વં વા કુત આયાત-

સ્તત્ત્વં ચિન્તય તદિહ ભ્રાતઃ ॥૮॥

ભજ ગોવિન્દ ભજ ગોવિન્દ...

તારાં પત્ની કોણ છે ? તારો પુત્ર કોણ છે ? આ સંસાર ખરેખર ખૂબ અદ્ભુત છે ! તારો કોની સાથે સંબંધ છે, તું કોણ છે ? તું ક્યાંથી આવે છે ? વહાલા

ભાઈ ! સાચું શું છે તેનું ચિંતન કર (૮) ગોવિંદને ભજ, ગોવિંદને ભજ...

હે મારા ભાઈ, તમે વિચાર કેમ કરતા નથી ? તમારું કોણ છે ? તમારો કોની સાથે સંબંધ છે ? થોડાક સમય પહેલાં, તમારા જન્મ પહેલાં તમે કોઈના ન હતા. તમારું કોઈ ન હતું અને થોડા સમયમાં એવો સમય આવશે જ્યારે તમે કોઈના નહિ હો અને કોઈ તમારું હશે નહિ. જો એવી વ્યક્તિ કોઈ હોય કે જેને માટે તમે કહી શકો કે તે વ્યક્તિ તમારી છે અને તે વ્યક્તિ તમને પોતાના માને તો તે વ્યક્તિ ફક્ત ભગવાન જ છે. આ સંસારમાં તમારું કોઈ નથી, તમે કોઈના નથી. માટે, તમે આ વિશે કેમ વિચારતા નથી ? ભાઈ, ભગવાને તમને બુદ્ધિ આપી છે. તમે તમારી આંખો ખુલ્લી રાખીને શા માટે જોતા નથી ? દરેક ક્ષણે આપણે શું જોઈ રહ્યા છીએ ? આપણે દરેક જણ મૃત્યુના જડબામાં ધસી રહ્યા છીએ. ભગવાન કૃષ્ણે અર્જુનને તે ભયાનક દર્શન આપ્યું હતું. અર્જુન કહે છે :

યથા પ્રદીપ્તં જ્વલનં પતંગા વિશન્તિ નાશાય સમૃદ્ધવેગાઃ ।
તથૈવ નાશાય વિશન્તિ લોકાસ્-તવાપિ વક્ત્રાણિ સમૃદ્ધવેગાઃ ॥

જેમ પતંગિયાં (પોતાના) નાશને અર્થે, વધતા જતા વેગથી પ્રજ્વળતા અગ્નિમાં ઝંપલાવે છે, તેમ આ બધાં પ્રાણીઓ (લોકો) તારા મુખમાં વધતા જતા વેગથી નાશને અર્થે પ્રવેશે છે. (ગીતા, ૧૧-૨૯)

જ્યારે પાંડવો અરણ્યવાસ દરમિયાન અરણ્યમાં રહેતા હતા ત્યારે એક દિવસ ધર્મદેવ મૃગનું બનાવટી રૂપ ધારણ કરે છે અને એક બ્રાહ્મણ તપસ્વીની અરણી (ઘસીને અગ્નિ પ્રગટાવવા માટે વપરાતો લાકડાનો ટુકડો) લઈ જાય છે. તપસ્વી પાંડવોને તે પાછો લાવી આપવા માટે વિનંતી કરે છે. હવે પાંડવો માટે અરણી શોધીને બ્રાહ્મણની વિનંતી પૂરી કરવાની ફરજ બની જાય છે. એટલે તેઓ માયાવી મૃગની પાછળ લાંબા સમય સુધી દોડ્યા કરે છે. પણ મૃગ અદૃશ્ય થઈ જાય છે અને પાંડવો ગાઢ જંગલમાં ભૂલા પડી જાય છે.

બધા જ પાંડવોને ખૂબ તરસ લાગી છે. નકુળ (સૌથી નાનો પાંડવ)ને પાણી લાવવા માટે મોકલવામાં આવે છે. તે પાણી લેવા માટે જાય છે પણ લાંબો સમય થયા છતાં પાછો ફરતો નથી. બધાની તરસ વધતી જાય છે અને દરેક જણ વેદના અનુભવે છે પછી યુધિષ્ઠિર સહદેવને મોકલે છે. તે પણ પાણીની શોધમાં જાય છે પણ પાછો ફરતો નથી. ચિંતા થતાં અર્જુન જાય છે અને પછી ભીમસેન પણ જાય છે પણ કોઈ પાછા ફરતા નથી.

હવે યુધિષ્ઠિર પોતે પાણીની શોધમાં નીકળે છે. એક ઠેકાણે થોડીક લીલોતરી જોતાં તે ત્યાં જાય છે. ત્યાં તે એક સરોવર જુએ છે અને તેના કિનારે તેમના ચારે ભાઈઓનાં મૃત શરીર પડેલાં જુએ છે. આ જોઈ તેમને ખૂબ આઘાત થાય છે, પણ તેને લાગેલી ખૂબ તરસ તેને સરોવર તરફ ખેંચી લઈ જાય છે. તે વિચારે છે કે પહેલાં થોડુંક પાણી પી લઉં.

જ્યાં તે સરોવરના પાણીને અડવા જાય છે કે એક અવાજ આવે છે 'થોભ. પાણીને સ્પર્શ કરીશ નહિ. હું યક્ષ છું. આ પાણી મારું છે અને જ્યાં સુધી તું મારા પ્રશ્નોનો જવાબ નહિ આપે ત્યાં સુધી તું તે પાણીનો સ્પર્શ કરી શકશે નહિ. તારા મનસ્વી ભાઈઓએ મેં કહ્યું તેમ કર્યું નહિ. તું તેમની દશા જુએ છે. જો તું પણ તેમ કરીશ તો તારી પણ તેવી જ દશા થશે.

યુધિષ્ઠિર શાણા છે. યુધિષ્ઠિરની આ ખાસ વિશિષ્ટતા છે. શાણા માણસની માફક તે કહે છે : મારા આપને નમ્ર પ્રણામ. મહેરબાની કરીને આપના પ્રશ્નો મને કહો.'

યક્ષે પૂછેલા વિવિધ પ્રશ્નોમાં એક પ્રશ્ન છે : 'હે યુધિષ્ઠિર, કુંતીપુત્ર, આ જગતમાં વધુમાં વધુ અસામાન્ય અને આશ્ચર્યકારક વસ્તુ શું છે ?'

યુધિષ્ઠિર તરત જ જવાબ આપે છે : 'ઓ યક્ષ ! આ માનવ સંસારમાં વધુમાં વધુ અસામાન્ય વસ્તુ છે : દરોજ લોકો પોતાની આજુબાજુના લોકોને મરણના મુખમાં ધકેલાતા જુએ છે, બધે જ મૃત્યુની આણ પ્રવર્તે છે. તેઓ આ જુએ પણ છે, પણ કોઈ કદી વિચારતું નથી, 'મારે પણ એક દિવસ આ પ્રમાણે જવાનું જ છે. મને પણ મૃત્યુ ઘેરી લેશે. માટે, મારે જે કંઈ સારું કરવું જરૂરી છે તે અત્યારે જ કરી લેવું જોઈએ. મારે તેમાં ઢીલ કરવાની કે મુલતવી રાખવાની કોઈ જરૂર નથી.' કોઈ જ આમ વિચારતું નથી. આ ખૂબ આશ્ચર્યકારક વાત છે.'

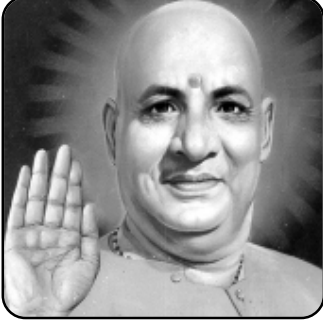
યક્ષ ખૂબ પ્રસન્ન થાય છે અને પોતાના મૂળ ધર્મદેવના રૂપમાં પ્રગટ થઈ ચારે પાંડવોને સજીવન કરે છે અને બધાને આશીર્વાદ આપે છે. (મહાભારત, વનપર્વ, ૨૦૨-૨૦૪)

માટે, શંકરાચાર્ય કહે છે : 'ઓ ભાઈ, જીવનનું ચિંતન કર, મૃત્યુનું ચિંતન કર. મૃત્યુ એક દિવસ આવવાનું નક્કી જ છે. તો તેના વિશે તું કેમ વિચાર કરતો નથી ? અહીંના બધા જ સંબંધો ટૂંકા સમયના છે અને તેથી સદા મૃત્યુને યાદ કરીને લક્ષ્ય તરફ આગળ વધ.'

□ 'Bhaja Govindam'માંથી સાભાર અનુવાદ

શિવાનંદ કથામૃત

[ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજને આનંદ કુટિર હૃષિકેશમાં 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 હૃદયાનંદ, સ્વામી ચૈતન્યાનંદ, સ્વામી સંતાનંદ, સ્વામી ગુરુશરણાનંદ, સ્વામી પરમાનંદ તથા બીજાઓએ સેવા આપી હતી.]



અંતર્નદ

મેં અંદરથી નાદ સાંભળ્યો : “શિવ, જાગ્રત થા !
અને તારા જીવનના પાત્રને આ અમૃતથી ભરી દે;
તેને બધાની સાથે વહેંચ,
હું તને તે માટે બળ, શક્તિ, સામર્થ્ય અને જ્ઞાન આપીશ.”
હું તેના આદેશને અનુસર્યો;
તેણે પાત્રને ભરી જ દીધું;
અને મેં તે બધાંને વહેંચ્યું. - શિવાનંદ

કથાનક-૪ (ii)

ઘંટકારની સમજ આપી

એક નિવૃત્ત ભાઈને ગુરુદેવે આશ્રમમાં થોડાક દિવસ રહી પછી ઘેર પરત જવાની સૂચના આપી હતી. તે ભાઈ આ સવારે આવ્યા અને ગુરુદેવને પ્રણામ કર્યા.

‘ઓજી, તમારે પાછા જવાની જરૂર નથી. તમે અહીં રહી શકો છો અને પ્રેસમાં દરરોજ થોડાક કલાક કામ કરજો. બાકીના સમયનો તમે સાધનામાં ઉપયોગ કરી શકો છો.’

તે ભાઈએ કહ્યું : ‘સ્વામીજી, આપે પહેલાં મને પાછા જવાનું કહ્યું હતું. હવે તમે મને અહીં રહેવાનું કહો છો. આવું કેમ બન્યું તેની મને સમજ પડતી નથી.’

‘હા, પ્રથમ મેં તમને પાછા જવાનું કહ્યું હતું કારણ કે તમારું મન અહીં રહેવા માટે લાયક મને લાગ્યું ન હતું, પરંતુ તમારા આ થોડાક દિવસના અહીંના નિવાસે તમને લાયક બનાવી દીધા છે. એટલે હવે હું તમને અહીં રહેવાનું કહું છું.’

તે ભાઈએ હા પાડી અને છુટા પડ્યા.

રેશમના કીડાઓનું બલિદાન

ગુરુદેવના એક ભક્ત રેશમના મોટા ઉત્પાદક હતા. તેઓ ગુરુદેવને રેશમના ઉત્પાદન માટે રેશમના કીડાના હજારો કોશેટાને સરસ રેશમ બનાવવા માટે

કેવી રીતે મારી નાખવામાં આવે છે તે સમજાવતા હતા.

ગુરુદેવની આંખો કરુણાથી છલકાઈ ગઈ હતી.

‘બિચારા રેશમના કીડા ! તેઓ માણસોને શોષનાં રેશમી વસ્ત્રો મળે તે માટે કેવું અદ્ભુત બલિદાન આપે છે, તેઓ પોતાના જીવનનું બલિદાન આપે છે.’

ભક્ત તરફ ફરી ગુરુદેવે પૂછ્યું : ‘રેશમના કીડાઓને કોણ મારી નાખે છે ? ફેક્ટરીનો માલિક ?’

ભક્તે જવાબ આપ્યો : ‘ના, સ્વામીજી, અમે કદી આ કીડાઓને મારતા નથી. મશીન તેને માટે જવાબદાર છે.’

ગુરુદેવે પ્રશ્ન કર્યો : મશીનનો માલિક કોણ છે ?’

મુરુગાદાસને સલાહ

શ્રી મુરુગાદાસ મદ્રાસના પ્રખ્યાત કીર્તનકાર હતા. તેઓ કાલે અહીં હતા અને તેમના કુદરતી બક્ષિસવાળા અને મધુર કંઠધ્વનિથી સંકીર્તનનો એક કાર્યક્રમ આપ્યો હતો. આ સવારે તેઓ ગુરુદેવને તેમની કુટીરમાં મળ્યા.

‘મુરુગાદાસ ભગવાન ! મહેરબાની કરીને શહેરની મોટી હોસ્પિટલોમાં જાઓ અને ત્યાં દરદીઓના સ્વાસ્થ્ય અને દીર્ઘ જીવન માટે કીર્તન અને પ્રાર્થના કરો. આમ કરવાથી તમે હોસ્પિટલના વાતાવરણને ફેરવીને

દિવ્ય બનાવી શકશો અને તે માંદા લોકો માટે જલદી સાજા થવા માટે ટોનિક સમાન બની જશે.’

‘પ્રસંગોપાત્ત જેલોમાં જાઓ અને ત્યાંના કેદીઓના કલ્યાણ માટે કીર્તન કરો. પ્રભુના નામ તરફ ધ્યાન આપવાથી તેમનાં મન બદલાઈ જશે અને પછીથી સારું અને પ્રમાણિક જીવન જીવવા તરફ તેમને વાળશે.’

મુરુગાદાસે તેમ કરવા સંમતિ આપી અને સ્વામીજીની વિદાય લીધી.

ગોડ-લિવર ઓઈલ !

એક યુવાન બહેન ખૂબ નબળી લાગતી હતી. તેણે ગુરુદેવની પાસે આવીને તેમને પ્રણામ કર્યાં. તેણીએ ગુરુદેવને પોતાના બીમાર સ્વાસ્થ્યની વાત કરી અને કંઈ ઉપાય માટે વિનંતી કરી.

ગુરુદેવે કહ્યું : ‘ગોડ-લિવર ઓઈલ લો !’

તે બહેને કહ્યું : ‘ના, સ્વામીજી, મેં ખૂબ કોડ-લિવર ઓઈલ લીધું છે, પણ તે કંઈ જ કામમાં આવ્યું નથી.’

ગુરુદેવે જવાબ આપ્યો : ‘કોડ-લિવર ઓઈલ નહિ પણ ગોડ-લિવર ઓઈલ ! ભગવાનનું સ્મરણ તે તમારા મનને પોષણ આપશે, અને પછી તમારા શરીરને સ્વસ્થ બનાવશે.’

મગજને ફ્લશ આઉટની જરૂર

ગુરુદેવ ઓફિસ તરફ જઈ રહ્યા હતા.

કોઈએ ધ્યાન ખેંચતાં કહ્યું : ‘આપણા આશ્રમમાં ફ્લશ આઉટ પદ્ધતિવાળાં (પાણીના ભારે પ્રવાહથી સાફ થઈ જતાં) જાજરની તાતી જરૂરિયાત છે.’

ગુરુદેવે કહ્યું : ‘તેના કરતાં તો આપણને આપણાં મગજને ફ્લશ આઉટ પદ્ધતિથી સાફ કરવાની ખૂબ તાતી જરૂરિયાત છે !’

મનનું રહસ્ય

એક ભક્તે પોતાની મુશ્કેલી રજૂ કરી : ‘જીવનમાં બધા પ્રકારની સવલતો તથા સુવિધાઓ હોવા છતાં હું સમજી શકતો નથી કે મારી પત્ની શા માટે કહે છે કે તેને મનની શાંતિ નથી અને નકામી વસ્તુઓ માટે ચિંતા કર્યા જ કરે છે. સ્વામીજી જ તેને ઠીક કરી શકે તેમ છે. મેં મારા શક્ય બધા જ પ્રયત્નો કર્યા છે પણ કંઈ જ પરિણામ આવ્યું નથી. ફક્ત સ્વામીજીની કૃપા જ તેને માટે કંઈક કરી શકે.’

ગુરુદેવે કહ્યું : ‘આ સંસારની તે પ્રકૃતિ છે. આ માયાનું શક્તિશાળી નાટક છે. તેણીના મનનું સર્જન વિશિષ્ટ ઘટકો દ્વારા થયું છે અને તે મન આ બધું તોફાન મચાવે છે.’

તે બહેન પ્રાર્થનામય ભાવમાં સ્વામીજીની પાસે આવ્યાં અને તેમને પ્રણામ કર્યાં.

તેમણે પ્રાર્થના કરતાં કહ્યું : ‘સ્વામીજી, હું વિવેકપૂર્ણ બનું એવો મને આશીર્વાદ આપો.’

ગુરુદેવે તેને આશ્વાસન આપ્યું, પ્રાર્થના કરી અને મહામૃત્યુંજય મંત્રનું ગાન કર્યું. તે ગાનથી તેને રાહત થઈ હોય તેમ લાગ્યું.

પ્રાર્થનાની સમજણ

વિવેકી સ્વભાવ ધરાવતા એક ભાઈ ગુરુદેવની પાસે ગયા અને પ્રશ્ન કર્યો : ‘સ્વામીજી, પ્રાર્થનાની અસરકારકતાને આપ વૈજ્ઞાનિક રીતે કેવી રીતે સમજાવી શકો ?’

ગુરુદેવે કહ્યું : ‘પ્રાર્થના દ્વારા ભક્ત અને ભગવાન વચ્ચે એક જોડાણ રચાય છે. દિવ્ય કૃપા અને આશીર્વાદના વહન માટે ભક્ત અને ભગવાન વચ્ચે એક નીક-માર્ગ-બને છે.’

ગુરુદેવની રમૂજ !

ગુરુદેવ ઓફિસમાં હતા. સિલોન(શ્રીલંકા)થી એક યુવાન માણસ આવ્યો હતો. તેણે ગુરુદેવને પ્રણામ કર્યાં.

ગુરુદેવે તેના સ્વાસ્થ્યના સમાચાર પૂછી તેને કેટલાંક પુસ્તકો આપ્યાં.

યુવાને કહ્યું : ‘સ્વામીજી, મારો એક મિત્ર ગયા વર્ષે અહીં આવ્યો હતો. આપે તેને કોઈ દવા આપી હતી. તેને તે ફરીથી જોઈએ છે.’

ગુરુદેવે પૂછ્યું : ‘તે કઈ દવા હતી ?’

યુવાને જવાબ આપતાં કહ્યું : ‘સ્વામીજી, તે મને ખબર નથી. તે દવાને આપ અહીં જ તૈયાર કરો છો. મને મારા મિત્રે આટલું જ કહ્યું છે.’

‘આ તો તિરુપતિમાં માથું મૂંડેલા માણસને શોધવા જેવું થયું (ત્યાં જઈ બધા મુંડન કરાવે છે). હૃષીકેશમાં તમે સ્વામી કહીને કોઈ માણસને શોધવો શક્ય નથી. કારણ કે હૃષીકેશ સ્વામીઓ અને

સંન્યાસીઓથી ભરેલું છે.’

બધા ખડખડાટ હસી પડ્યા !

પછી ગુરુદેવને ખ્યાલ આવ્યો કે તે દવા ચ્યવનપ્રાશ હશે અને તે યુવાનને તેનું એક ટીન આપ્યું. યુવાનને આનંદ થયો અને તેણે રજા લીધી.

યાદ રાખવાના મુદ્દા

રાત્રિના સત્સંગમાં, સ્વામી ચિદાનંદ ‘યાદ રાખવાના મુદ્દા’ વિશે પ્રવચન આપી રહ્યા હતા. તે દરમિયાન એક મુદ્દો પાછળથી સમજાવવા માટે બાકી રાખ્યો. પણ છેલ્લે તેને જ ભૂલી ગયા !

જ્યારે તેઓ પ્રવચન પૂરું કરવાની તૈયારીમાં હતા ત્યારે ગુરુદેવે તેમને યાદ કરાવ્યું : ‘ચિદાનંદ સ્વામીજી, મહેરબાની કરીને તમે પાછળથી સમજાવવાનું કહ્યું હતું તે મુદ્દાને યાદ કરો.’

બધા ખડખડાટ હસી પડ્યા.

ચશ્માંવાળા ભગવાન

દિવ્ય જીવન સંઘના પેટ્રન શ્રી કે.સી. ગુમાનો યુવાન દીકરો વેણુ ગુરુદેવના પવિત્ર સાન્નિધ્યમાં તેના રજાના દિવસો ગાળવા માટે આવ્યો હતો. તે આવ્યો, પ્રણામ કર્યા અને સીધું જ સ્વામીજીને પૂછ્યું : ‘સ્વામીજી, તમે ભગવાનને જોયા છે ?’

તેણે કહ્યું : ‘મેં ભગવાનને જોયા છે !’

ગુરુદેવે આશ્ચર્ય પામતાં કહ્યું : ‘શું ! તો પછી તે ક્યાં છે ?’

તેણે ગુરુદેવ તરફ નમ્રતાથી દ્રષ્ટિ કરી કહ્યું : ‘તે મારી સામે બેઠા છે.’

ગુરુદેવે વિનોદમાં પૂછ્યું : ‘શું ભગવાન ચશ્માં પહેરે ?’

તેણે હિંમતભર્યો જવાબ આપ્યો : ‘શા માટે નહિ !’

સાચો સાથી કોઈ નહિ

શ્રી આત્મારામ પોતાના વતનમાં ટૂંક સમય રહી પાછા આવ્યા હતા. તેમની તરફ ફરતાં તેમને ગુરુદેવે પૂછ્યું : ‘આત્મારામજી, તમારી સફર કેમ રહી ? મઝા કરી ?’

‘સ્વામીજી, વધુ કહેવાનો અર્થ નથી. મને એક બોધપાઠ મળ્યો. જ્યારે હું નોકરીમાં હતો ત્યારે મારી

પાસેથી કેટલાંયે અહેસાન સ્વીકારનાર મિત્રોએ મારી સાથે વાત પણ ન કરી, કારણ કે હવે હું તેમને કોઈ રીતે ઉપયોગી થઈ શકું તેમ ન હતો. અરે ! મારો પુત્ર પણ મારા પર ગુસ્સે હતો અને મારી સાથે સરખી વાત પણ ન કરી.’

ગુરુદેવે કહ્યું : ‘હવે તમે સંસારને સમજ્યા છો ?’
‘હા, સ્વામીજી.’

ગુરુદેવે જણાવ્યું : ‘તો હવે વૈરાગ્ય વધ્યો હોવો જોઈએ.’

‘હા, સ્વામીજી, ચોક્કસ.’

ગુરુદેવે સ્મિત સાથે કહ્યું : ‘તો પછી તમે સંન્યાસ માટે તૈયાર છો ?’

આત્મારામજીએ અચકાતાં કહ્યું : ‘સ્વામીજી, હમણાં નહિ.’

ખોટો વૈરાગ્ય

ગુરુદેવ ઓફિસ તરફ જઈ રહ્યા હતા. હૃષીકેશમાં રહેતા એક વૃદ્ધ પુરુષ, જેમની નેત્રદ્રષ્ટિ અને કાનની સાંભળવાની શક્તિ ક્ષીણ થઈ ગયાં હતાં, તેઓ ગુરુદેવનાં દર્શને આવ્યા.

ગુરુદેવે તેમનો સત્કાર કરી બેસવા માટે ખુરશી આપી. ગુરુદેવે માયાળુભાવે પૂછ્યું : ‘આપ કેમ છો ? તબિયત તો સારી છેને ?’

‘સ્વામીજી, સારી છે. હવે મને કોઈ વસ્તુ તરફ રુચિ નથી. સ્વામીજી, હવે હું મારી કુટીરની બહાર કદી પણ નીકળતો નથી. હું થોડોક આહાર કરું છું, રામાયણ વાંચું છું અને મૌન રહું છું. આ મારો દૈનિક નિત્યકર્મ છે. નહિ કશા માટે તલપવું, નહિ આસક્તિ-કંઈ જ નહિ.’ તે વૃદ્ધ માણસે તેને સર્વ કંઈ મળી ગયું છે એવા ભાવથી જવાબ આપ્યો.

ગુરુદેવે તેને પ્રસાદ અને ફળ આપ્યાં. પછી વૃદ્ધ માણસે રજા લીધી.

‘દ્રષ્ટિ નહિ, કાન નહિ એટલે શરીર કુટીરની બહાર જઈ શકે તેમ નથી. હવે તે કહે છે કે તેમને કોઈ આસક્તિ કે સ્પૃહા નથી ! ખરેખર અદ્ભુત ફિલસૂફી કહેવાય !’ ગુરુદેવે તેમના ચહેરા પર તોફાની સ્મિત લાવી કહ્યું.

□ - Sivananda's Gospel of Divine Lifeમાંથી સાભાર અનુવાદ

મનાયે શ્લોક - મનોબોધ

શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

એક ખેડૂતને ત્યાં એક બળદ હતો. કામ કરતાં કરતાં તે વૃદ્ધ થઈ ગયો. એક દિવસે થાકીને જ્યારે તે અંધારી સાંજે ઘેર પાછો આવતો હતો ત્યારે થાળા વગરના કૂવામાં પડ્યો. ખેડૂત થોડે દૂર જ પાછળ ચાલતો હતો. તેણે કૂવામાં પડેલા બળદને જોયો. કૂવો બહુ લાંબા ગાળાથી સૂકાયેલો હતો. ફરીથી પાણી પાતાળમાંથી પ્રગટવાની કોઈ સંભાવના ન હતી. તેણે વિચાર્યું, 'બળદ વૃદ્ધ છે. હવે કંઈ ઉપયોગી નથી. મરશે તો દટાવવાનો મોટો ખર્ચો થશે.' આમેય કૂવો તો પૂરી જ દેવાનો હતો. તેણે બળદના અવાજ સાંભળ્યા જ નહીં. અંતે બળદ પણ ભાંભરી ભાંભરીને થાકી ગયો હતો. આકસ્મિક ઉપરથી લોકો ટોપલા ભરી ભરીને માટી નાખવા લાગ્યા. થોડી ક્ષણો તો બળદ કંઈ સમજી શક્યો નહીં. પરંતુ આ બધું શું થઈ રહ્યું છે; શું ચાલી રહ્યું છે, તે સમજી ગયો. ઉપરથી માટી પડતી હતી. તેને બળદ ખંખેરતો ગયો. માટીનો ઢગલો થતાં કૂવો પુરાતો ગયો, તેમ તેમ બળદ પણ ઉપર ઉપર આવતો ગયો અને એ અંધારી રાતે જ્યારે માટીથી કૂવો ભરાઈ ગયો, ત્યારે બળદ સરળતાથી બહાર નીકળીને ખેડૂત અને ગામ લોકોને છોડીને આકસ્મિક નહ્લે સાર સંસાર હા ધોર આહે;

મના સજજના સત્ય શોધૂનિવાહે ।
જર્ની વીષ ખાતાં પુઢેં સૂખ કેયે;
કરી રે મના ધ્યાન યા રાઘવાયે ॥ ૬૬ ॥

સંતો અને શાસ્ત્રોએ ઢોલ વગાડી વગાડીને આ એક જ સત્યનું સદા પ્રતિપાદન કર્યું છે, કે 'કલૌ કેશવકીર્તનમ્' સંત તુલસીદાસજી કહે છે;

કલિનામ કામતરુ રામકો ।
દલનિહાર દારિદ્ર દુકાલ દુખ, દોષ ઘોર ધન ધામકો ॥
નામલેત દાહિનો હોત મન, વામ વિધાતા બામકો ।
કહત મુનીસ મહેસ મહાતમ; ઉલટે સૂઘે નામકો ॥
ભલો લોક પરલોક તાસુ, જકે બલ લલિત લલામકો ।

એકાકી નિર્જન વને ચાલી નીકળ્યો.

સમાજ માત્ર સ્વાર્થનો જ સમૂહ છે. જ્યાં સ્વાર્થ હોય ત્યાં વિવેક કે વિનય, શીલ કે સૌજન્ય જેવું કશું જ હોતું નથી. બળદ તો ધર્મનું સ્વરૂપ છે. તેના ચારેય પગ ધર્મ, અર્થ, કામ અને મોક્ષના મંડાણ ઉપર ઊભેલા છે. ત્યાં સત્ય, સેવા, પવિત્રતા અને પરમાત્માનો આશ્રય છે. જેણે મુક્તિ મેળવવી હોય તેણે આવા સ્વાર્થી સમાજનો ત્યાગ કરવો જ જોઈએ. એક નિરંજન ! કારણ જ્યારે જ્યારે સ્વાર્થની ભરતી આવે ત્યારે લજજા, ભદ્રતા કે કોઈએ કરેલાં સત્કૃત્યોનું સ્મરણ રહેતું નથી. જીવતા માણસને દાટી દેવાની કે દ્રૌપદીનું ચીરહરણ તો એક સભામાં થયેલું પરંતુ હવે દુઃશાસનો ઠેર ઠેર છે અને ચીરહરણ કે માણસ માત્રને નગ્ન કરવાની જ અધમ પ્રવૃત્તિ આદરવામાં આવી રહેલ છે. માટે જ સંત રામદાસજી કહે છે, 'આ સંસારમાં કંઈ સાર નથી- શાશ્વત નથી. આ ઘોર દુઃખરૂપ સંસાર છે. આથી તું સારભૂત સત્ય રામને શોધી જો. આ સંસાર વિષતુલ્ય છે. એ વિષના ગ્રહણથી સુખ ક્યાંથી મળે ? માટે સુખ સ્વરૂપ શ્રીરામનું ધ્યાન ધરીને તું સુખરૂપ થા.'

નહિ સાર સંસાર આ ઘોર ભારી
મન પ્રજા રે સત્ય જોજે તું શોધી;
જગે વિષ ખાતાં પછી સુખ શાનું,
કરી લે મન ધ્યાન સીતાપતિનું.

તુલસી જગ જાતિયત નામ તે; સોય ન કૂચ મુકામકો ॥
કળિયુગમાં રામનામ જ કલ્પતરુ છે. પૂજ્ય બાપુજી મહાત્મા ગાંધી બાળપણમાં બહુ જ ડરપોક હતા. શાળાએ જતાં તેમને આમલીના ઝાડ ઉપરના ભૂતનો ભય લાગતો હતો. તેમના ઘરની કામવાળી બાઈ રંભાએ તેમને કહેલું, 'મોહન ! રામ રામ બોલ, ભૂત ભાગશે ! અને આમલીના વૃક્ષોના ભૂત સાથે ઈસ્ટ ઈન્ડિયા કંપનીનાં ભૂત-પલીતો પણ ભાગ્યાં. રામનામે

બાપુને મહાત્મા બનાવ્યા. સઘન રાજનીતિ વચ્ચે રામનીતિનું જીવન જીવ્યા.

બાકી જગત તો દરિદ્રતાનું ઘર છે. ઘોર દોષનો સાગર છે. ત્યાં પ્રભુસ્મરણ, હરિભજન એક રામનામ જ આ આપણા ધામનું-જગતનું ધન છે. સંતો મહંતો કે મુનિઓના અધીશ્વરો કે મહાદેવ બધાનું એક જ મંતવ્ય છે કે નામ તમો સાચું ખોટું બોલો તો પણ તેમને-ઈશ્વરને ખબર છે કે તે મારું જ સ્મરણ કરે છે.

શ્રી સદ્ગુરુ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજના એક પરમ ભક્ત શ્રી કાશીબાબુ ગુપ્તા કલકત્તા નિવાસી હતા. એક દિવસે શ્રી સદ્ગુરુદેવે સત્સંગમાં કહેલું, ‘ઓજી ! હમ વૈકુંઠ જાયેંગે ! કૌન કૌન હમારે સાથ ચલેગા ?’ બધા હસી પડ્યા હતા. આ કાશીબાબુ એકલા જ ઊભા થયા હતા, કહે, ‘મહારાજ ! હમ ચલેંગે !’ અને જ્યારે શ્રી સદ્ગુરુદેવની મહાસમાધિ હૃષીકેશ ખાતે થઈ ત્યારે કાશીબાબુનો દેહ વિલય પણ કલકત્તામાં થયેલો.

આ કાશીબાબુના સુપુત્ર શ્રી રામનિવાસ ગુપ્તાજીએ શ્રી સદ્ગુરુદેવ સ્વામી ચિદાનંદજીના નિવાસ માટે એક ખાસ્સું મોટું ભવન ગંગાકિનારે શિવાનંદ આશ્રમમાં બનાવેલું છે. તેમાં શ્રી રામનિવાસનાં બા (કાશીબાબુનાં ધર્મપત્ની) આવીને રહેતાં. મોટાભાગે જીવનનાં છેલ્લાં વીસેક વર્ષ અહીં જ રહ્યાં હશે. તેઓની જપમાળા ૧૦૮ X ૧૧ એટલે ૧૧૮૮ મણકાની માળા હતી. તેઓ સવારના ૩ થી ૭, પછી આઠથી દસ ત્યાર બાદ બારથી ચાર અને પાછું સાંજે ૫ થી ૮ સુધી શ્રીરામને ‘સરીરામ’ ‘સરીરામ’ એમ જપ્યા જ કરતાં. શ્રી સ્વામી શિવાનંદ શતાબ્દી સમયે પૂજ્ય બ્રહ્મલીન ભાગવતાચાર્ય શ્રીમત્ કૃષ્ણશંકર શાસ્ત્રીજીની કથા આશ્રમમાં આયોજિત કરેલી. તે કથામંડપનું એક કનેક્શન ગુરુ નિવાસમાં પૂજ્ય મોટા સ્વામીજીને ત્યાં અને નીચે આ માતાજીને ત્યાં પણ આપેલું. આ ‘બા’ તો સાવ અભણ. નિશાળે ગયાં જ ન હતા. ‘અ’ અને ‘ક’નો ભેદ ખબર નહીં. તેમણે શ્રી રુક્મિણી સ્વયંવર અપહરણની કથા સાંભળ્યા પછી મને ગુરુનિવાસ બોલાવીને, શાસ્ત્રીજી મહારાજને ગુરુનિવાસ પધારવા માટે કહ્યું હતું. શ્રી દાદાજી

(શ્રીકૃષ્ણ શંકર શાસ્ત્રીજી) પધાર્યા ત્યારે તેમણે તેમને સન્માનપૂર્વક બેસાડીને કહ્યું, ‘હવે રુક્મિણી પાસે બ્રાહ્મણ દ્વારકાધીશનો સંદેશો અને દ્વારકાધીશ પધાર્યા છે તે સમાચાર લઈને આવ્યો, ત્યારના તે સંવાદના શ્લોકો બોલો. કારણ કથામાં તમોએ આ શ્લોકનો પાઠ કર્યો ન હતો. ગંગાતટે, આપના જેવા પરમ વિદ્વાન વક્તાથી આ ભૂલ થઈ ગઈ હોય તો સુધારી લેવી જોઈએ. આ તો પરમ પવિત્ર શ્લોકો છે, બોલવા જ જોઈએ.’ પૂજ્ય દાદાજીના પૌત્ર ચિરંજીવી ભાગવત ઋષિને તે દિવસોમાં ખૂબ જ તાવ હતો, ત્યારે કદાચ પૌત્રની માંદગી અને શ્રી ભાગવતજી વચ્ચે વિભાજિત થયેલાં મન વડે આવું થયું હોય, પરંતુ દાદાજીને પણ આ શ્લોકો બાને સંભળાવવાનો અને ‘બા’ની જપ કરવાની દિવ્ય ભાગવતીય વૃત્તિનાં દર્શન કરીને સંતોષ થયેલો, સાથે આશ્ચર્ય પણ થયેલું કે જે એકેય અક્ષર લખી વાંચી શકતું નથી, તેવું પામર-પ્રાણી માત્ર જપના અભ્યાસથી આંતરચૈતન્ય અને જ્ઞાનની આભાના પ્રાગટ્યથી કેટલી સૂક્ષ્મ જ્ઞાનની અનુભૂતિ કરી શકે છે ?’ માટે જ સંત રામદાસજી કહે છે કે મન શ્રી રામને સોંપ અને તુલસીજીનું તો સ્પષ્ટ કહેવું છે કે, ‘કહત મુનીસ મહેસ મહાતમ, ઉલટે સૂઘે નામકો’ આ ઊંધું હોય કે સીધું પણ રામનું નામ છે, તેનું માહાત્મ્ય ‘કથની કહી નહીં જાય’ તેવું પવિત્ર અને અવાંગમનસ ગોચર છે. શ્રુતિઓએ કહ્યું છે કે ‘યતો વાયો નિવર્તતે અપ્રાપ્ય મનસા સહ’ ત્યાં વાણી લય પામે છે. માટે હે મન ! શ્રીરામનો આશ્રય લે અને જીવન સાર્થક કર. ઠું શાંતિ.

એકરૂપ બનો

એવું તે શું છે કે જે સરળને વધુ સરળ અને મુશ્કેલને વધુ મુશ્કેલ બનાવે છે ? પોતાની જાત સંબંધી વિચાર કરવાનું ખૂબ જ સહેલું છે. પરંતુ બીજા લોકો સંબંધી વિચાર કરવાનું બહુ જ મુશ્કેલ છે. તેનું કારણ એ છે કે આપણે બીજા લોકોના જીવન તથા તેમની આવશ્યકતાઓ સાથે એકરૂપ થવાનો કદી વિચાર જ કર્યો નથી. માટે જો તમે મુશ્કેલ દેખાતા કાર્યને સરળ બનાવવા માગતા હો તો તેની સાથે એકરૂપ થવાની શરૂઆત કરો.

- સ્વામી ચિદાનંદ

ઉપનિષદ-યાત્રા

શ્રી ગુણવંત શાહ

ભારતીય સંસ્કૃતિમાં ધર્મનો મર્મ

ઋષિના શબ્દો : ધર્માત્ પરં નાસ્તિ ।

(બૃહદારણ્યક ઉપનિષદ, અધ્યાય-૧, બ્રાહ્મણ-૪, મંત્ર-૧૪)

ભાવાર્થ : આ જગે ના કશું જ્યેષ્ઠ, ના કશું ધર્મથી શ્રેષ્ઠ

ચાર વર્ણો શી રીતે પેદા થયા ?

ધર્મ).

દુનિયામાં ધર્મનો ઉદ્ભવ શી રીતે થયો ? ઉપનિષદમાં આ પ્રશ્નનો જવાબ સાવ અનોખો છે. કહે છે કે શરૂઆતમાં આ સૃષ્ટિમાં જે કંઈ હતું તે બ્રહ્મ જ હતું. એ બ્રહ્મને જાણનારો બ્રાહ્મણ એકલો હતો. એકલો હોવાથી બ્રાહ્મણ કામને પહોંચી શક્યો નહીં. કામને પહોંચી વળવા માટે તેણે ઊંચા પ્રકારના રૂપવાળા ક્ષત્રિયને પેદા કર્યો. આમ છતાં કામને પહોંચી વળવાનું મુશ્કેલ જણાયું તેથી એણે વૈશ્યને પેદા કર્યો. પછી પણ કામને પહોંચી ન વળાયું તેથી સહુનું પોષણ (પૂષણમ્) કરવા માટે એણે શૂદ્ર વર્ણની ઉત્પત્તિ કરી. આ કથાનો એવો પણ અર્થ કરી શકાય કે બ્રાહ્મણત્વ પણ ક્ષત્રિયત્વ, વૈશ્યત્વ અને શૂદ્રત્વ વગર અધૂરું છે. એને બ્રાહ્મણત્વના ચેતોવિસ્તારની કથા તરીકે પણ ઘટાવી શકાય. છેવટે ચારે વર્ણો ઉત્પન્ન થયા તોય કામને પહોંચી વળવાનું શક્ય ન બન્યું તેથી બ્રાહ્મણે ધર્મને જન્મ આપ્યો. ધર્મ એટલે જ સત્ય. ઋષિ કહે છે : ધર્મથી ચડિયાતું જગતમાં બીજું કંઈ નથી. ધર્માત્ પરં નાસ્તિ ।

ધર્મ 'રિલિજિયન' કરતાં વધારે વ્યાપક છે

ભારતીય અધ્યાત્મના પાયામાં ત્રણ મહાન શબ્દો રહેલા છે : ઋતમ્, સત્યમ્ અને ધર્મ. 'ધર્મ' આપણી વૈદિક પરંપરાનો એક એવો શબ્દ છે, જેને અન્ય ભાષામાં સંપૂર્ણ રીતે વ્યક્ત કરવાનું અશક્ય છે. 'ધર્મ'નો પર્યાયવાચી શબ્દ 'religion' પ્રચલિત ઘણો છે, પરંતુ એમાં ઘણુંબધું છૂટી જાય છે. ધર્મને સમજવા માટે બે વિધાનો ખાસાં જાણીતાં છે :

(૧) ધારણાદ્ ધર્મ ઈત્યાહુઃ । (જે ધારણ કરે તે

(૨) ધર્મો ધારયતે પ્રજાઃ । (ધર્મ પ્રજાને આધાર પૂરો પાડે છે.)

ધ્યાનેશ નારાયણ ચક્રવર્તી 'ધર્મ' શબ્દની અર્થચ્છાયાઓ ગણાવે છે અને કહે છે કે એમાં કાયદો, સંપ્રદાય, નૈતિકતા, પવિત્રતા, ફરજ અને પરોપકાર જેવી બાબતોનો સમાવેશ થાય છે. ધર્મ એક એવું ઉચ્ચતમ મૂલ્ય છે, જે અર્થ, કામ અને મોક્ષની પ્રાપ્તિ માટેની પૂર્વશરત છે.

ભારતીય પરંપરાની ખૂબી એ છે કે એમાં ધર્મને અર્થ અને કામ જેવી સામાજિક બાબતો સાથે જોડીને માનવીય વ્યવહારને સ્વચ્છ રાખવાની વાત કરી અને તે સાથે મોક્ષ જેવી સમાજાતીત (trans-social) સંકલ્પનાને પણ સમાવી લીધી. મોક્ષની ઊંચેરી ધ્યેયપ્રાપ્તિ માટે પણ સંસાર પ્રત્યે ઉપેક્ષાવૃત્તિ અનિવાર્ય નથી. ધર્મ, અર્થ, કામ અને મોક્ષ જેવા ચાર શબ્દોમાં માનવજીવનની અખિલાઈ પ્રગટ થઈ છે. સંસારમાં હોવા છતાં સંસારથી પર રહીને જીવવાની કળા આ ચાર વિશિષ્ટ શબ્દોમાં પ્રગટ થઈ છે. ભગવદ્ગીતાના પ્રથમ શ્લોકનો પ્રથમ શબ્દ 'ધર્મ' છે. મહાભારતમાં કહ્યું છે : રક્ષણ પામેલો ધર્મ જ રક્ષણ કરનારો છે. (ધર્મો રક્ષતિ રક્ષિતઃ)

ચાર લોકપ્રિય ભ્રમણાઓ

ધર્મની વિચારણા યોગ્ય પરિપ્રેક્ષ્યમાં થાય તે માટે ચાર લોકપ્રિય ભ્રમણાઓથી બચવું પડે :

પહેલી ભ્રમણા : આસ્તિક હોય એવો માણસ આપોઆપ ધાર્મિક ગણાય.

બીજી ભ્રમણા : નાસ્તિક હોય એવો માણસ આપોઆપ અધાર્મિક ગણાય.

ત્રીજી ભ્રમણા : આસ્તિક માણસ આપોઆપ બુદ્ધિગમ્યતા-વિરોધી (irrational) ગણાય.

ચોથી ભ્રમણા : નાસ્તિક માણસ આપોઆપ બુદ્ધિગમ્યતાવાદી (rationalist) ગણાય.

આ ચારે ભ્રમણાઓ લોકમાનસમાં એવી તો જામી પડી છે કે સાચા ધર્મને સમજવામાં મોટી અડચણ ઊભી થાય છે.

રાવણ આસ્તિક હતો તોય એને ‘ધાર્મિક’ ગણવાની હિંમત ક્યાંથી લાવવી ? બુદ્ધ અને મહાવીર નિરીશ્વરવાદી હતા તોય એમને ‘અધાર્મિક’ ગણવાનું કોઈ વિચારી પણ ન શકે. રજનીશ આસ્તિક હતા તોય બુદ્ધિગમ્યતા-વિરોધી નથી ગણાયા. કેટલાય નાસ્તિકો પણ અંધશ્રદ્ધાળુ વ્યક્તિપૂજામાં ડૂબકાં ખાતા જોવા મળે છે. તેઓ કાર્લ માર્ક્સની કે લેનિનની કે સ્ટાલિનની વાતોને આંખો મીંચીને સ્વીકારી લેતા હોય તો એમાં બુદ્ધિગમ્યતા ક્યાં રહી ? ધર્મના શુદ્ધ સ્વરૂપને સમજવા માટે ઉપરોક્ત ચારે ભ્રમણાઓથી છૂટવું પડે. સાચી ધાર્મિકતાને બદલે ખોબલી ધાર્મિકતાનો હાહાકાર વધી પડે ત્યારે ભીડ, ઘોંઘાટ અને કર્મકાંડમાં અટવાઈ પડેલા અસલી ધર્મનું અરણ્યરુદન ઝટ સંભળાતું નથી. એ જ રીતે વિવેકના સથવારા વગરની કોરીધાકોડ બુદ્ધિગમ્યતાની હઠ પણ અશ્રદ્ધાને પનારે પડતી જણાય છે. કાંતિ શાહ સાચું કહે છે કે, અંધશ્રદ્ધાની માફક અંધ-અશ્રદ્ધા પણ ઈચ્છનીય નથી. ઉપનિષદના ઋષિ ધર્મનો મહિમા કરીને કહે છે કે, ‘ધર્મ એટલે જ સત્ય.’

આપણા સમાજની ખૂબી એ છે કે બધી રીતે અપ્રામાણિક એવો બદમાશ પણ મંદિર કે આશ્રમને સથવારે ‘ધાર્મિક’ માણસ ગણાવા લાગે છે. ક્યારેક સાધુબાવાઓને આવા ‘શરીફ બદમાશ’ સાથે વધારે ફાવતું હોય છે. લોકો ક્યારેક ખોબલા બાહ્યાચારને હોબીની કક્ષાએ લઈ જઈને સમાજનો આદર પામતા રહે છે. ક્યારેક ધર્મના દેખાડાને ફેશનરૂપે પણ સ્વીકારવામાં આવતો હોય છે. ધર્મનો ખરો સંબંધ સારા હોવા સાથે છે, સારા દેખાવા સાથે નહીં. દંભ સાથે

જોડાયેલી તથાકથિત ધાર્મિકતા એ તો ખરા ધર્મની વિડંબના છે.

મનુ ધર્મનાં દસ લક્ષણો ગણાવે છે

મનુએ ધર્મનાં દસ લક્ષણોને એક જ શ્લોકમાં વણી લીધાં છે :

ધૃતિઃ ક્ષમા દમોઽસ્તેયં શૌચમ્ ઇન્દ્રિયનિગ્રહઃ ।

ધીર્વિદ્યા સત્યમ્ અક્રોધો દશકં ધર્મલક્ષણમ્ ॥

મનુ કહે છે : ‘ધીરજ, ક્ષમાવૃત્તિ, સંયમ, અયૌર્ય, પવિત્ર ભાવના, ઈન્દ્રિયો પર કાબુ, આત્મવિદ્યા, સત્ય અને અક્રોધ - એ દસ ધર્મનાં લક્ષણો છે.’ આવાં ઉમદાં લક્ષણો દ્વારા માનવધર્મ પ્રગટ થાય છે. આવાં લક્ષણોની પ્રતિષ્ઠા થાય એવા ધર્મને વિશ્વધર્મ કહી શકાય. સાચો ધર્મ દેશકાળનાં બંધનોમાં જકડાયેલો નથી હોતો. જે ગામમાં બધા જ લોકો ચોર કે ત્રાસવાદી કે દુર્જન હોય તેવું ગામ ન ટકી શકે. જે ગામમાં બધા જ લોકો સજજન હોય તે ગામમાં જીવન રળિયામણું બને. ધર્મો અનેક છે, પરંતુ ધર્મતત્ત્વ એક જ હોવાનું. ફીટજોફ કાપ્રા પોતાના ‘ધ અનકોમન વિઝ્ડમ’ પુસ્તકમાં વ્યાપક ધર્મતત્ત્વ માટે ‘R’ અને અનેક સંસ્થાગત ધર્મો માટે ‘r’ સંજ્ઞાઓ પ્રયોજે છે. (‘R’ એટલે એક જ એવો ધ રિલિજિયન, જ્યારે ‘r’ એટલે જગતના અનેક સંસ્થાગત રિલિજિયન્સ). માનવસમાજમાં સુખશાંતિ વધે તેવી વ્યાપક ધર્મભાવના સંતોષાય તે માટે પણ ધર્મ (R) જરૂરી છે. ભારતીય પરંપરામાં અર્થ અને કામનાનો મહિમા ધર્મ તથા મોક્ષની જોડાજોડ થયો છે. અર્થપ્રાપ્તિ કોને નથી ગમતી ? કામતૃપ્તિની ઝંખના કોને નથી હોતી ? મહાભારતમાં વ્યાસની વેદના આવા બળૂકા શબ્દોમાં વ્યક્ત થઈ છે :

હું હાથ ઊંચા કરીને મોટા અવાજે કહું છું

કે ધર્મના સેવનથી જ

અર્થ અને કામનાતૃપ્તિ થઈ શકે છે,

પરંતુ

મારી વાત કોઈ સાંભળતું નથી.

એ ધર્મનું સેવન શા માટે થતું નથી ?

ભાવિ ભારતની ભૂમિકા અંગે વિલ દુરાંનો મત

ખોખલી ધાર્મિકતાને કારણે અનેક નિર્દોષ માણસોની કતલ કરનાર આતંકવાદી પણ પોતે ઈસ્લામની રક્ષા માટે લડતો હોય એવો ભ્રમ સેવે છે. સદીઓ સુધી હિંદુ પરંપરામાં અસ્પૃશ્યતા જેવી અમાનવીય, કૂર અને ધર્મના મર્મને જ અપમાનિત કરનારી પ્રથાને ધર્મની ઓથ સાંપડી. લોભ અને લાલચ હેઠળ ચાલતાં સામૂહિક ધર્મતરોને પણ ખ્રિસ્તી ધર્મના પાદરીઓનો ટેકો સાંપડ્યો. વ્યાપક ધર્મભાવનાને આવી બધી ગંદી હરકતો સાથે શી લેવાદેવા ?

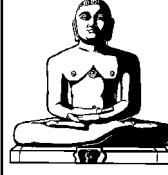
ભારતીય સંસ્કૃતિમાં કાયમ ધર્મના મૂળ તત્ત્વની શોધ થતી રહી છે. મહાન ઈતિહાસકાર વિલ દુરાં પોતાના ‘ધ હિસ્ટરી ઓફ સિવિલાઈઝેશન’ નામના ગ્રંથમાં ભારતની વૈશ્વિક ભૂમિકાને ખૂબ જ સુંદર શબ્દોમાં અંજલિ આપે છે :

સહનશીલતા,
પરિપક્વ મનની ભદ્રતા,
કોઈનું પડાવી લેવાની વૃત્તિ વગરનો
પ્રશાંત આત્મભાવ,
સમજણથી છલોછલ એવા હૃદયની શાંતિ
અને બધા જ જીવો પ્રત્યેની
એકતા અને કરુણાથી લથપથ એવો પ્રેમ;
આ બધી જ બાબતો ભારત ભવિષ્યમાં
સમગ્ર વિશ્વને શીખવશે.

આઈન્સ્ટાઈન મહાન વૈજ્ઞાનિક હતો. તેને કાંઈ બુદ્ધિગમ્યતા-વિરોધી (irrational) નહીં કહે. એ મહાન વિજ્ઞાની હતો અને વળી મહાન ઈશ્વરભક્ત પણ હતો. ધર્મસાધના પણ વિજ્ઞાનની શીળી છાયામાં થવી જોઈએ. એ જ રીતે વિજ્ઞાનની ઉપાસના પણ ધર્મના આકાશના વિરાટ ચંદરવા હેઠળ થવી જોઈએ. આઈન્સ્ટાઈનના શબ્દો આ વાત સમજવામાં ખપ લાગે તેવા છે. કહે છે :

ભવિષ્યનો ધર્મ તો
કોસ્મિક ધર્મ હશે;
જેનો આધાર અનુભૂતિ હશે
અને એ વિચાર-જડતાથી મુક્ત હશે.

□ ‘પતંગિયાની અમૃતયાત્રા’માંથી સાભાર



ઉદ્દેસો પાસગસ્સ નત્થિ

**વિશેષાવશ્યક ભાષ્ય
શ્રી આચાર્ય વિજયરત્નસુંદરસૂરિજી**

આંખ ! એ જ્યારે ખુલ્લી હોય છે ત્યારે એના સ્વામીને ખાડામાં ન પડવાનો કે કાંટા પર ન ચાલવાનો, આગમાં ન કૂદવાનો કે તલવાર પર પગ ન મૂકવાનો, દીવાલમાંથી બહાર નીકળવાનો પ્રયાસ ન કરવાનો કે વિષ્ટા મોઢામાં ન નાખવાનો ઉપદેશ આપવો નથી પડતો.

કારણ ?
એવી બધી મૂર્ખાઈ બંધ આંખે જ સંભવિત છે,
ખુલ્લી આંખે નહીં.

મને પાપથી અને પ્રમાદથી, દુરાચારથી અને દુષ્પ્રવૃત્તિથી દૂર રહેવાનો ઉપદેશ પ્રભુ,
આપને આપવો પડે છે એનો અર્થ
તો એટલો જ ને કે હજી મારાં આંતરયક્ષુ ખૂલ્યાં
નથી !

આપના જેવા ‘ચક્ષુદાતા’ મારા સ્વામી અને છતાં
હું અંધ ?

હે પ્રભુ !

મને આપ દેખતો કરી દો.

જિંદગીમાં પછી આપે મને અકાર્યથી દૂર રહેવાનો
ઉપદેશ આપવો નહીં પડે !

હું સ્વયં અકાર્યથી દૂર થઈ જઈશ.

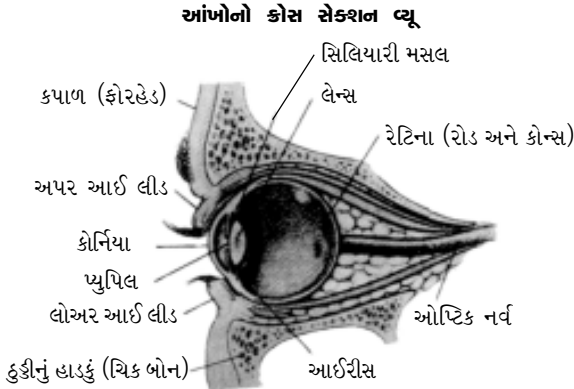
□ ‘પ્રભુ વીર કહે છે’ માંથી સાભાર

યોગ એ જ જીવન

- શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

આપણી આંખો, સારસંભાળ અને કસરત

આપણા વડીલો પોતાની આંખોનો જેટલો ઉપયોગ કરતા હતા, તેના પ્રમાણમાં આપણે આપણી આંખોનો ઉપયોગ ખૂબ જ વધુ પ્રમાણમાં કરીએ છીએ. તેમણે માત્ર સર્વસાધારણ જોવાની જ જરૂરિયાત હતી. હવે આપણું ટેબલ વર્ક, ડેસ્ક વર્ક અને કોમ્પ્યુટર વર્ક વધ્યું છે. તદ્દુપરાંત આપણે બીજાં અનેક પ્રકારનાં વાચન અને માઈક્રોસ્કોપિક કામ કરીએ છીએ ત્યારે આપણી આંખો ખૂબ જ ખેંચાય છે. આ આંખોનું ખેંચાવું એટલે તેના મસલ્સને પ્રમાણમાં ખૂબ જ શ્રમ આપવો. થેન્કસ ટુ ટેલિવિઝન ચેનલ્સ કે ન્યુસ હોય કે એપિસોડ્સ - આ બધાંની વચ્ચે વચ્ચે જાહેરાતો (Advt) આવે છે તેથી તેને આપણે એવોઈડ કરીએ એટલા પ્રમાણમાં આંખોને ત્રાસ ઓછો થાય. અન્યથા જો સતત એકધારું બે-અઢી કે ત્રણ કલાક એક જ સરખું ટીવી જોયા જ કરીએ તો આંખોના મસલ્સને જે તકલીફ આપણે આપીએ છીએ તે લાંબે ગાળે આંખોની શક્તિ-ક્ષમતાનું નુકસાન કરનારી જ છે.



આપણી આંખો કુદરતની એક અદ્ભુત કરામત છે. નાના લીંબુથી પણ નાની એવી આંખો વિશે આપણે જાણવું જ જોઈએ. આંખ તો જીવનનું રતન છે, તેનું જતન કરવું એ આપણી અગત્યની ફરજ છે. આંખો એક પરમ આશ્ચર્ય છે. મૃત્યુ પછી આપણે આપણી આંખોનું દાન કરી શકીએ છીએ. તેથી બે આંખો આવશ્યકતાવાળા બે લોકોને દષ્ટિ આપે છે. તેમની

આંખો વડે આપણી દષ્ટિ ફરીથી ઊગતો સૂરજ, આથમતી સંધ્યાના સલૂણા રંગો, મેઘધનુષનું સૌંદર્ય, ઊછળતા દરિયાના હિલોળા લેતાં મોજાંઓની ભરતીનો પ્રવાહ, મયૂરના નર્તનનું વિહંગમ દશ્ય કે દૂર સુધી પથરાયેલાં લીલાંછમ ઘાસનાં મેદાનોને પણ જોઈ શકે છે. તેઓ મૃત્યુ પામે ત્યારે બીજાને જો આ આંખો આપી શકાતી હોત તો આપણે મરણોપરાંત આ મહત્ સૌંદર્યરાશિને જોવાને માટે અમરપટ્ટો લખાવી લેત, પરંતુ આ આંખોનો એક જ વાર દાન માટે ઉપયોગ કરી શકાય છે. માટે જ અમે સતત કહેતા રહીએ છીએ કે, યૌવનમાં રક્તદાન, મૃત્યુ પછી નેત્રદાન અને સંભવ હોય તો દેહદાન અવશ્ય કરવાં જ જોઈએ.

આપણે આ આંખોની પાંપણ એક વાર ખોલીને બંધ કરીએ તેટલી વારમાં આંખો અને મસ્તિષ્ક સાથે જોડાયેલા કરોડો તાર ઝણઝણી ઊઠતા હોય છે અને તે એક સાથે દોઢેક કરોડ જેટલા સંદેશાઓની આપલે કરતા હોય છે. આપણા શરીરમાં પાંચ કર્મેન્દ્રિયો છે. પાંચ જ્ઞાનેન્દ્રિયો. હાથ, પગ, ઈન્દ્રિય, ઉપસ્થ (મળસૂત્રનાં સ્થાન) અને જીભ આ કર્મેન્દ્રિયો છે. આંખો, કાન, નાક, ત્વચા અને જીભ જ્ઞાનેન્દ્રિય છે. જીભ કર્મ અને જ્ઞાન બંનેનું કામ કરે છે, છતાં આંખનું જે મહત્ત્વ છે તેનું મૂલ્યાંકન કરી શકાય તેમ નથી.

આગળ આપણે વાત કરી તેમ વર્તમાન યુગની કાર્યપ્રણાલી સાથે આંખોનો જે ઉપયોગ થઈ રહ્યો છે, તેથી આંખોએ બહુ જ કષ્ટ ભોગવવું પડે છે. આંખોની આગળની બારીમાં સૌથી આગળ રહેલા કોર્નિયા છે. પ્રકાશનાં કિરણોની મદદ વડે આ કિરણોને થોડો વળાંક આપીને તે સર્વસાધારણ વસ્તુ વિષયોને જુએ છે. પ્રકાશ માટેનું એડજસ્ટ કરતું હવે પછીનું પ્રવેશદ્વાર એ આપણી આંખની પૂતળીઓ (Pupil) છે. ખુલ્લા તડકામાં તેઓ લગભગ બંધ થઈ જાય છે, જ્યારે અંધારામાં તે ખૂબ જ સારી રીતે પહોળી થઈને જુએ છે. આંખના જે લેન્સ હોય છે, ખૂબ જ નાના મજબૂત અને કલ્પના ન કરી

શકીએ તેટલા હાર્ડ કામગરા મસલ્સથી ઘેરાયેલા હોય છે. જ્યારે આંખોને ખેંચાણ થાય ત્યારે નજીકની વસ્તુ જોવા માટે આ મસલ્સનું સંકોચન થાય છે, જ્યારે દૂરની વસ્તુ જોવાની હોય ત્યારે આ મસલ્સ પહોળા થાય છે. આપણા આ લેન્સની આગળ અને પાછળ એક ખાસ પ્રકારના પ્રવાહીનું પેકેટ ત્યાં હોય છે, તે સાદાં પાણી જેવું જ પ્રવાહી હોય છે. આ પ્રવાહીના કારણે જ આંખોનું સત્વ સચવાઈ રહે છે. આ બંને પાણીનાં પેકેટ સંપૂર્ણ સ્વચ્છ રહે છે કે જેથી પ્રકાશનાં કિરણો ત્યાંથી સુરેખ રીતે પસાર થઈ શકે. છતાં આ પાણી-પ્રવાહીમાં બીજા પણ તરલ પદાર્થો હોય છે, જે જ્યારે માતાના ગર્ભમાં બાળક હોય ત્યારથી જ હોય છે, અને માણસના મૃત્યુ સુધી તે સાથે જ રહે છે. આ તરલ પદાર્થ આ પ્રવાહીમાં તર્યા કરે છે, તેની દિશા કે ગતિ કંઈ નિશ્ચિત હોતી નથી.

જ્યારે આપણે કંઈ પણ જોઈએ (to see) ત્યારે આપણી આંખોના લેન્સમાંથી પ્રકાશ કિરણ પસાર થાય છે અને તેને એકકેન્દ્રિત કરીને રેટિના (Retina)માંથી પસાર કરે છે ત્યારે આપણી આંખોના નેપથ્ય કે પાછળના ૨/૩ ભાગમાં તે એક આવરણ થઈને રહે છે. આ રેટિના માટે એવું કહેવાય છે કે તેમાં તેર કરોડ સિત્તેર લાખ પ્રકાશનાં સેન્સિટિવ રિસેપ્ટર હોય છે. સફેદ અને કાળાંનો ભેદ કરવા માટે ૧૩ કરોડ જેટલા રોડ (સળિયા) આકારના સેલ્સ હોય છે. સિત્તેર લાખ સેલ્સ ત્રિકોણાકાર હોય છે, કે જેથી રંગીન વસ્તુ જોઈ અને પારખી શકાય. આ રોડ છે તે આખીય રેટિનામાં પથરાયેલા હોય છે. આંખોની સામેથી રાતના અંધારામાં આગિયો પણ નીકળે તો પણ આંખોમાં રહેલી વિશદ વિદ્યુત માયાજાળ કામે લાગી જાય અને જો કોઈ નાનું પણ જંતુ આવીને આંખોની પાંપણમાં ભટકાય તો પણ લાખો કંપન આ રેટિનામાં થતાં હોય છે. આંખોથી મગજ સુધી આ સ્પંદનો કલાકના ૪૫૦ કિલોમીટરની ગતિથી જતાં હોય છે. મગજ આ સ્પંદનો ઝીલે છે, હાથને મચ્છર કે જે તે જીવને આંખોની સામેથી ઉડાવવા હુકમ કરે છે, આ બધું વિદ્યુતવેગે થાય છે. કદાચ .૦૦૨ સેકન્ડમાં થઈ જતું હશે.

અમારા વહાલા બાપુજી પૂજ્ય ડૉ. સ્વામી

યાજ્ઞવલ્ક્યાનંદજી મહારાજ ૮૪ વર્ષ જીવ્યા. ૮૦ વર્ષની ઉંમર સુધી તેઓએ ઓપરેશનો કર્યાં. તેઓ આંખોના ડૉક્ટર હતા. તેમના જીવનમાં સાડા ચાર લાખથી વધુ આંખોનાં ઓપરેશનો તેમણે કર્યાં હશે. આ બધું સેવાભાવથી જ, પરંતુ દુર્ભાગ્યે તેમની આંખોના લેન્સની સાથે સંકળાયેલા મગજને જોડતી બે કનેક્ટિંગ લિંક ૮૦ વર્ષ સૂકાઈ ગઈ. આનો કોઈ ઉપાય નહિ. તેઓ જીવનનાં છેલ્લાં ચાર વર્ષ જોઈ શક્યા નહિ. કારણ આંખોએ વેઠેલો અતિશય શ્રમ, ડૉક્ટરસાહેબે એક એક દિવસમાં ૮૦૦ ઓપરેશનો પણ તેમના નેત્રયજ્ઞોમાં કર્યાં હતાં. પોતાની આંખો ઝીણી કરીને મોતિયા-પરવાળાં કાઢતાં, જનગણને જીવનદષ્ટિ આપતાં અંગત દષ્ટિનો દ્વાસ કર્યો.

ખૂબ જ ઓછી લાઈટમાં કે ખૂબ જ ભડકાળાપ લાઈટના ઉપયોગની ટેવ પડી જાય, ચાલુ ટ્રેન, ચાલુ બસે, સૂતાં સૂતાં વાંચવાની ટેવ, ધુમાડામાં કામ કરવાની ટેવથી આંખોને નુકસાન થાય છે.

આપણી આંખોની જે કીકી હોય છે, તે ચોપાસ મસલ્સથી બંધાયેલી હોય છે, જેમાં ઉપર જતો મસલ્સ સુપિરિયર અને નીચે જતો મસલ્સ ઈન્ફિરિયર કહેવાય છે. જે મસલ્સ બહારની દિશામાંથી અંદર આવે તે સુપિરિયર અને અંદરથી બહાર જાય તે ઈન્ફિરિયર કહેવાય છે. આ બધા મસલ્સની કસરત થવી જોઈએ. અત્યાર સુધી આપણે જે કંઈ વાતો આંખો માટે કરી તે બધી આંખોને શ્રમ કેટલો પડે છે, તેનાં પરિણામ કેવાં હોય, તે બધું જાણ્યું.

હવે આંખોને સાચવવાની કળાસંબંધે કસરત કેવી કેવી અને કેમ કરી શકાય તે વિચાર કરીશું. આપણે ખુરશીમાં, સોફામાં અથવા યોગ માટેના પાથરેલા આસન ઉપર બેસીને આ કસરત કરી શકીએ. દરેક કસરત પછી થોડી પળો માટે આંખોને વિશ્રાંતિ આપવી જ જોઈએ. આંખોની કસરત માટે પચાસન, વજાસન, સુખાસન, સ્વસ્તિકાસન, સિદ્ધાસનમાં પણ બેસી શકાય.

આંખોની કસરત

(૧) આંખોથી ઉપર જુઓ, નીચે જુઓ. માથું હલાવવાનું નથી. માત્ર આંખોની કીકી દ્વારા જ જોવાનું છે. આ પ્રક્રિયા આઠથી દસ વખત કરો. આંખોની

કીકીની ગતિ સીધી લાઈનમાં (વર્ટિકલ મુવમેન્ટ) ઉપરથી નીચે અને નીચેથી ઉપર થશે. ત્યાર પછી આંખો બંધ કરીને વિશ્રાંતિ કરો.

(૨) હવે માથાને હલાવ્યા વગર સ્થિર બેસીને આંખોને જમીનની સમાંતર ડાબેથી જમણે અને જમણેથી ડાબે લઈ જાઓ. આ પ્રક્રિયા પણ આઠથી દસ વાર કરો. ત્યાર પછી થોડી પળો સુધી આંખો બંધ કરો. તેને વિશ્રાંતિ આપો.



(૩) હવે આંખોની કીકીને ડાબે ઉપર અને જમણે નીચે, પછી જમણે નીચે અને ડાબે ઉપર તે પ્રમાણે ત્રાંસી આઠથી દસ વખત ચલાવો. ત્યાર પછી આંખો બંધ કરીને થોડી પળો વિશ્રાંતિ કરો.

(૪) ત્યાર પછી આંખોની કીકીને જમણે ઉપર અને ડાબે નીચે, પછી ડાબે નીચે અને જમણે ઉપર તેમ ત્રાંસી લાઈનમાં આઠથી દસ વખત ચલાવો. ત્યાર પછી

આંખો બંધ કરીને થોડી પળો વિશ્રાંતિ કરો.

(૫) હવે આંખોને ડાબેથી જમણે અને જમણેથી ડાબે એમ ઉપર અર્ધગોળાકારમાં ફેરવો. આ પ્રક્રિયા પણ આઠથી દસ વખત કરો. ત્યાર પછી આંખો બંધ કરીને થોડી પળો વિશ્રાંતિ કરો.

(૬) ત્યાર પછી આંખોને ડાબેથી જમણે અને જમણેથી ડાબે એમ નીચેની તરફ અર્ધગોળાકારમાં ફેરવો. આ પ્રક્રિયા આઠથી દસ વખત કરો. ત્યાર પછી આંખો બંધ કરીને થોડી પળો વિશ્રાંતિ કરો.

(૭) હવે આંખોને પહેલાં ક્લોકવાઈસ અને પછી એન્ટી-ક્લોકવાઈસ તેમ ગોળ ગોળ વર્તુળાકારમાં ફેરવવી. આ પ્રક્રિયા બંને તરફ ચારથી છ વખત કરવી. ત્યાર પછી થોડી પળો આંખોને વિશ્રાંતિ આપવી.

(૮) ત્યાર પછી જમણો હાથ સીધો કરવો. જમીનથી સમાંતર રાખવો. તેનો અંગૂઠો ઊભો રાખવો. હવે બંને આંખો વડે માત્ર અંગૂઠાને જ જુઓ. ધીરે ધીરે અંગૂઠો નાક સુધી લાવો, પછી પાછો દૂર લઈ જાઓ. આમ થવાથી આંખોની એક્સેન્ટ્રિક મુવમેન્ટ થશે. ત્યાર પછી આઠ-દસ વખત આંખો ખોલો અને બંધ કરો. હવે હાથને સામસામા ઘસીને તેમાં ગરમી ઉત્પન્ન કરો. આંખો ઉપર પાલ્મિંગ (Palming) કરો.

પ્રાણાયામ, ક્રિયાઓ અને ફ્લેક્સિબિલિટીસની કસરત શીખ્યા પછી હવે આપણે હળવાં અને સહેલાં આસનોથી અભ્યાસ ચાલુ કરવાનો છે. જે આસનો આજે જાણવાનાં છે, તે દેખાવે ખૂબ જ સરળ લાગતાં હોવા છતાં ખૂબ જ અગત્યનાં છે.

□ 'યોગ એ જ જીવન'માંથી સાભાર

ત્યાગ ન ટકે રે વૈરાગ વિના

-નિષ્કુળાનંદ

ત્યાગ ન ટકે રે વૈરાગ વિના, કરીએ કોટિ ઉપાય જ;
અંતર ઊંડી ઈચ્છા રહે, તે કેમ કરીને તજાય જ? ત્યાગ
વેશ લીધો વૈરાગનો, દેશ રહી ગયો દૂર જ;
ઉપર વેશ આણો બન્યો, માંહી મોહ ભરપૂર જ. ત્યાગ
કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહનું જ્યાં લગી મૂળ ન જાય જ;
સંગ પ્રસંગે પાંગરે, જોગ ભોગનો થાય જ. ત્યાગ
ઉષ્ણ રતે અવની વિશે, બીજ નવ દીસે બહાર જ;
ઘન વરસે, વન પાંગરે, ઈંદ્રિ વિષય આકાર જ. ત્યાગ

ચમક દેખીને લોહ ચળે, ઈંદ્રિ વિષય સંજોગ જ;
અણભેટ્યે રે અભાવ છે, ભેટ્યે ભોગવશે ભોગ જ. ત્યાગ
ઉપર તજે ને અંતર ભજે, એમ ન સરે અરથ જ;
વણસ્યો રે વણાશ્રમ થકી, અંતે કરશે અનરથ જ. ત્યાગ
ભ્રષ્ટ થયો જોગ ભોગથી, જેમ બગડ્યું દૂધ જ;
ગયું ધૂત-મહી-માખણ થકી, આપે થયું રે અશુદ્ધ જ. ત્યાગ
પળમાં જોગી રે ભોગી પળમાં, પળમાં ગૂહી ને ત્યાગી જ;
નિષ્કુળાનંદ એ નર તો, વણસમજ્યો વૈરાગી જ. ત્યાગ

મનની સાથે તથાઈ ન જાઓ

શ્રી યોગેશ્વર

મનના સ્થૂળ અને સૂક્ષ્મ અથવા તો શુભ અને અશુભ, એવા બે પ્રવાહો છે. મન એક રીતે જોઈએ તો સંસ્કારો, ભાવો, વિચારો ને વૃત્તિઓની પેટી જેવું છે. એમાં શુભ-અશુભ બધા પ્રકારના સંસ્કારપ્રવાહો વહ્યા કરે છે. દૈવી અને આસુરી બંને પ્રકારની સંપત્તિની અસરો નીચે તે આવ્યા કરે છે, અને એ સંપત્તિની સારીનરસી પ્રતિછબિઓ એમાં પડેલી હોય છે. કોઈ વાર મનના સંસ્કારોનો શુભ પ્રવાહ પ્રબળતા ધારણ કરતો હોય છે, તો કોઈ વાર એમનો અશુભ પ્રવાહ જોર પકડતો હોય છે. કોઈક વાર દૈવી સંપત્તિ બહાર આવે છે તો કોઈ વાર આસુરી સંપત્તિનો આવિર્ભાવ થતો હોય છે. પ્રકૃતિને ત્રિગુણાત્મક કહેલી છે અને મન એ ત્રિગુણાત્મિક પ્રકૃતિનું સંતાન છે. એટલે સ્વાભાવિક રીતે જ મન સત્ત્વ, રજ ને તમ ત્રણે ગુણોની ઓછીવત્તી અસર નીચે આવતું હોય છે. સત્ત્વગુણની પ્રબળતા થતાં માણસની વિચારશક્તિ, સદ્સદ્વિવેક કરવાની વૃત્તિ કે જ્ઞાનદૃષ્ટિ ખીલે છે. એ આત્મિક સુખશાંતિ અથવા તો આનંદનો અનુભવ કરે છે. રજોગુણ વધતાં એ કર્મઠ બને છે. રાગદ્વેષ, તૃષ્ણા ને લાલસા કે વાસનામાં તણાય છે અને તમોગુણનું પ્રાબલ્ય થતાં એની વિચારશક્તિ જડ અથવા તો કુંઠિત થઈ જાય છે. શુભાશુભ કે સત્યાસત્યનો નિર્ણય કર્યા વિના એ પ્રકૃતિના પ્રવાહમાં પરવશ બનીને તણાયા કરે છે.

સામાન્ય રીતે બુદ્ધિશાળી મનુષ્યોના જીવનમાં મનની શુભાશુભ વૃત્તિઓનો સંઘર્ષ ચાલતો હોય છે. પુરાતન સંસ્કારો કે રસવૃત્તિના પ્રભાવથી, મનની અશુભ વૃત્તિઓ તેને ચંચળ કરીને પોતાના પ્રવાહમાં ખેંચી જવાની કોશિશ કરતી હોય છે. અશુભ વૃત્તિના પ્રવાહમાં ખેંચાય છે તો એનું એને દુઃખ પણ થતું હોય છે. પરંતુ એ પરવશની પેઠે એમના પ્રવાહમાં ખેંચાઈ જાય છે.

★

નિમ્ન શ્રેણીનાં મનુષ્યોના જીવનમાં એવા ઘર્ષણને અથવા તો અફસોસને સ્થાન જ નથી હોતું. તેવાં મનુષ્યો

તો વિચાર કરવાની શક્તિ જ નથી ધરાવતાં. અથવા તો જીવનની પરિશુદ્ધિ કરીને વધારે ઉત્તમ જીવન જીવવાની આકાંક્ષા પણ એમના અંતરમાં ઉત્પન્ન નથી થતી. પરંતુ વિવેકી મનુષ્યોની વાત જુદી હોય છે. મનની વૃત્તિઓ, ભાવનાઓ અને લાગણીઓને એ ઓળખે છે. જીવનમાં શુભ વૃત્તિઓ, ભાવો અને લાગણીનો વિજય થાય તે માટે એ આગ્રહ રાખે છે. છતાં કોઈ પૂર્વસંસ્કારોના બળથી કે આંતરિક અશક્તિને લીધે, શુભ અને અશુભના દેવાસુર સંગ્રામના સંઘર્ષમાં વિજયીસમા બની પોતાના જીવનમાં શુભની સંસ્થાપના કાયમને માટે નથી કરી શકતા. એવા મનુષ્યોએ નિરાશ થવાની જરૂર નથી. મનોબળની અભિવૃદ્ધિ કરતા રહીને પોતાના પ્રયાસમાં એમણે નિરંતર લાગ્યા રહેવાની જરૂર છે. તો એ પોતાના કાર્યમાં વહેલા કે મોડા જરૂર સફળ થશે એમાં શંકા નથી. આજ સુધી અનેક વિવેકી પુરુષો મનની અશુભ વૃત્તિઓ પર કાબૂ કરી, શુભ વૃત્તિઓની સંસ્થાપના કરવામાં ને છેવટે સમસ્ત મન પર વિજય મેળવવામાં સફળ થયા છે, તો એ પણ શા માટે નહિ થાય ? જો વિનમ્ર બનીને પ્રામાણિકપણે પુરુષાર્થ કરશે તો એમના પર ઈશ્વરની કૃપા અવશ્ય ઊતરશે.

★

એવા મનુષ્યો અનવરત આત્મનિરીક્ષણ અને આત્મશુદ્ધિના પુરુષાર્થને પરિણામે એવી ઉત્તમોત્તમ અવસ્થાની ઉપલબ્ધિ કરી લેશે કે જ્યારે એમના મનમાં શુભ વૃત્તિઓ, વિચારો કે લાગણીઓનો પ્રવાહ જ વહ્યા કરશે, અને અશુભની ગંધ પણ એમાં નહિ રહે. પછી એમનાં મનોમંથન કે ઘર્ષણનો કાયમને માટે અંત આવશે. એમને યોગશાસ્ત્રમાં વર્ણવ્યા પ્રમાણેની ઋતંભરા પ્રજ્ઞાની અથવા તો સત્યમયી દૃષ્ટિની પ્રાપ્તિ થશે. એ દૃષ્ટિ કે પ્રજ્ઞા એમને હંમેશાં સત્ય અને શુભ પ્રત્યે જ પ્રેરિત કરશે. એના પ્રભાવથી એમનો સ્વભાવ જ એવો બની જશે કે અશુભ ભાવ કે વિચાર એમના મનમાં ઊઠશે જ નહિ. પછી શુભ અને અશુભની વચ્ચેનો (અનુસંધાન પાના નં. ૨૬ ઉપર)

જીવ-ઈશ્વર

શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી (શિહોર)

कर्ता भोक्ता देह मैं यहि जीवका रूप ।

जब आपे कर्ता नहीं केवल शिव स्वरूप ॥

કર્મ માત્રનો કર્તા, અને તે શુભાશુભ કર્મનાં ફળરૂપ સુખદુઃખનો ભોક્તા તો દેહ છે; પરંતુ મોહવશ, આત્મા હું દેહ છું એમ માની પોતે કર્તા ભોક્તા બની જાય છે અને તેથી તે જીવ કહેવાય છે. આત્મા જો આ ભ્રમરૂપ દેહાધ્યાસ છોડી દે તો શિવસ્વરૂપ-ઈશ્વરરૂપ-તો તે સ્વભાવે છે જ.

પ્રશ્ન-કેટલાક એમ માને છે કે જીવ, ઈશ્વરનો અંશ હોઈ, ઈશ્વરરૂપ જ છે, જ્યારે બીજા એમ કહે છે કે જીવ અને ઈશ્વર બંને એક હોઈ શકે જ નહિ. તેના કારણમાં જણાવે છે કે જીવ અલ્પજ્ઞ છે, જ્યારે ઈશ્વર તો સર્વજ્ઞ છે; જીવ અલ્પ શક્તિ છે, જ્યારે ઈશ્વર સર્વશક્તિમાન છે; જીવ અણુરૂપ છે, ત્યારે ઈશ્વર સર્વવ્યાપક છે; ટૂંકમાં જીવ એક બિંદુરૂપ છે જ્યારે ઈશ્વર તો સિંધુરૂપ છે. અમને તો આ પાછળની વાત સાચી લાગે છે અને ગળે પણ ઉતરે છે કે બિંદુ તે સિંધુરૂપ શી રીતે થઈ શકે ?

ઉત્તર-આ અધ્યાત્મ વિષય એવો છે કે તેમાં અધિકારની ખાસ જરૂર પડે છે. અધિકાર વિના આ વિષયનું જ્ઞાન થઈ શકતું નથી. આ વિષયમાં સારગ્રાહી અને સરળ બુદ્ધિવાળાનો જ અધિકાર છે. જેને કેવળ વાદ-વિવાદ કરવો છે અથવા તર્ક જ કરવા છે તેનો અહીં અધિકાર જ નથી. સારગ્રાહી એટલે વાતને ધ્યાનપૂર્વક સાંભળી સમજાય તેટલું ગ્રહણ કરી લેવું, અને જે ન સમજાય તેને માટે પ્રશ્ન કરી વિવેકથી સમજી લેવું. અને સરળ બુદ્ધિ એટલે કોઈ જાતનો પૂર્વગ્રહ ન બાંધી લેવો અર્થાત્ પોતે જે માન્યું છે કે જાણ્યું છે તે જ સાચું અને બીજું સાચું હોય તોય ખોટું એવો હઠાગ્રહ કે દુરાગ્રહ ન હોવો જોઈએ. જે લોકો તર્ક કરવા ખાતર જ ચર્ચા કર્યા કરે છે તેને માટે આ વિષયમાં સ્થાન જ નથી.

હવે આપણે મૂળ વિષય ઉપર આવીએ. જેઓ જીવ ઈશ્વરનો ભેદ માને છે તેઓ પણ મુક્તિ લાભ કરે છે, અને જેઓ અભેદ માને છે તેઓ પણ મુક્તિ લાભ કરે છે, એમ આપણાં શાસ્ત્રો કહે છે. એટલે જીવ

ઈશ્વર વચ્ચે અભેદ છે એ જ સાચું અને ભેદ છે એ ખોટું એમ કહેવું તે તો દુરાગ્રહ જ કહેવાય. માણસ માણસના સંસ્કાર ભેદે બંને વાત સાચી છે, અને તેથી સાધ્ય એક હોવા છતાં, સાધન જરૂર જુદાં જુદાં હોય.

અમે તો જીવ અને ઈશ્વર સ્વરૂપે એક જ છે એમ માનીએ છીએ, એટલે તે બાબત સમજાવીએ છીએ. તમને વાત ગળે ઉતરે તો માનજો નહિ તો નહિ; અમારો કોઈ વાતે આગ્રહ નથી.

હવે જુઓ-બિંદુ અને સિંધુની વાત પહેલાં સમજીએ. બિંદુને જો સિંધુ થવું પડતું હોય, તો તો તમે કહો છો તેમ તે વાત અસંભવિત જ કહેવાય. પણ બિંદુ તો સિંધુરૂપ જ છે, એને સિંધુ થવાપણું છે જ નહિ - આ વાત એક દૃષ્ટાંતથી સમજીએ, એક સિંધુ છે. તેમાંથી એક આયમની ભરી આપણી પાસે મૂકીએ. પછી એક છાલિયું ભરીને મૂકીએ અને પછી તે જ સિંધુના જળથી એક તળાવ ભરીએ. હવે આયમનીમાં તો ટીપુંક પાણી છે, છાલિયામાં તેના પ્રમાણમાં ઘણું જ વધારે પાણી છે, તળાવમાં વળી અતિશય વધારે પાણી છે, જ્યારે સિંધુ તો સિંધુ જ છે, એને આમાંથી એકેય સાથે સરખાવાય એમ નથી. હવે એક રાઈનું ફોતરું લઈ આયમનીમાં મૂકીએ; તે તેમાં તરશે, જેમ એક મોટી આગબોટ સિંધુમાં તરતી હોય તેમ. પછી એક ચણોઠીનું ફોતરું લઈ છાલિયામાં મૂકીએ, તો તે પણ ત્યાં તરશે. ત્યારબાદ એક નાની સરખી હોડી તળાવમાં મૂકીએ તો તે પણ ત્યાં તરશે, અને સિંધુમાં તો મોટી મોટી અનેક આગબોટો એક સાથે તરતી હોય છે.

હવે સરળ બુદ્ધિથી વિચાર કરો. આયમનીમાં, છાલિયામાં, તળાવમાં અને સિંધુમાં એક જ પાણી છે. ચારે ઠેકાણે નાના મોટા પદાર્થો પાણીની સપાટી ઉપર તરે પણ છે છતાં, આયમનીમાં, છાલિયામાં કે તળાવમાં મોટી આગબોટો તરી શકે જ નહીં. આ ભેદ શાથી થયો ? જળ એક જ છે, તેમાં પદાર્થોને તરતા રાખવાની શક્તિ પણ એક જ છે, છતાં વ્યવહારમાં જે ભેદ દેખાય છે તેનું કારણ એ છે કે, જળ એક જ છે છતાં તેને રહેવાના આધાર જુદાં જુદાં છે. નાના આધારમાં થોડું

જળ છે એટલે ત્યાં થોડું કાર્ય થાય છે, જ્યારે મધ્યમ આધારમાં, મધ્યમ પ્રમાણમાં પાણી છે એટલે ત્યાં કાર્ય પણ તે પ્રમાણમાં થતું દેખાય છે અને સૌથી મોટા આધારમાં બહુ જ મોટા પ્રમાણમાં પાણી છે. તેથી કાર્ય પણ ત્યાં વધારે મોટું થઈ શકે છે. એટલે બિંદુ છે તો સિંધુરૂપ જ, કારણ બંને એક જ જળ છે અને તે જળમાં એક જ શક્તિ પણ છે. પરંતુ બિંદુને રહેવાનો આધાર એક આયમની જ છે, જ્યારે સિંધુના જળને રહેવાનો આધાર બહુ જ મોટો છે.

આવી જ રીતે ઈશ્વર છે તો એક જ અને સર્વવ્યાપક, પણ જે જે આધારમાં તે પ્રકટ થાય છે, તે તે આધારના આકાર અને સ્વભાવવાળા દેખાય છે. અલ્પ આધારમાં અલ્પજ્ઞ અને અલ્પ શક્તિવાળો દેખાય છે, અને મોટા આધારમાં સર્વજ્ઞ અને સર્વ શક્તિમાન દેખાય છે. એટલે આધારના ભેદને લીધે જીવ અને ઈશ્વર જુદા જુદા હોય એમ માત્ર દેખાય છે, છતાં સ્વરૂપે તો બંને એક જ છે.

આ બાબત સમર્થન જોઈતું હોય તો અધ્યાત્મ રામાયણમાં નીચે પ્રમાણે શ્લોક છે.

સ્થૂલં સૂક્ષ્મં કારણાઘ્ય મુપાધિત્રિતયં ચિત્તે : ।

एभिर्विशिष्टो जीवः स्यात् विमुक्तः परमेश्वरः ॥

સ્થૂલ, સૂક્ષ્મ અને કારણ નામનાં ત્રણ શરીરોની આત્માને ઉપાધિ છે. આત્મા જ્યારે શરીર સાથે એકાત્મતા અનુભવે છે-શરીરને જ પોતાનું સ્વરૂપ માને છે અથવા તો પોતે શરીર જ છે એવો નિશ્ચય સેવે છે, ત્યારે તે જીવ કહેવાય છે; પરંતુ જ્યારે સદ્ગુરુના ઉપદેશ દ્વારા, પોતાને શરીરથી વિલક્ષણ સમજે છે-પોતે શરીરથી ભિન્ન છે એમ જાણે છે, ત્યારે પરમેશ્વર તો તે છે જ. તેને પરમેશ્વર થવું પડતું નથી. સ્વરૂપની વિસ્મૃતિ થઈ હતી તેની નિવૃત્તિ થવાથી પોતાનાં મૂળ સ્વરૂપની સ્મૃતિ થાય છે એટલું જ.

અન્યત્ર પણ કહ્યું છે :

देहो देवालयः प्रोक्तः स जीवः केवलः शिवः ।

આ શરીરને તો તમે દેવનું મંદિર જાણો અને તેમાં રહેલ ચૈતન્ય, કે જેને તમે જીવ કહો છો, તે શિવરૂપ જ છે-ઈશ્વર જ છે.

શ્રી યોગવાસિષ્ઠ નિર્વાણ પ્રકરણ પૂર્વાર્ધમાં કહ્યું છે કે :

(૧) જેમ સોનું મેલથી ત્રાંબાપણાને પ્રાપ્ત થાય છે ને મેલ ધોવાઈ જતાં પાણું સોનાપણાને પ્રાપ્ત થાય છે, તેમ જ બ્રહ્મ ચૈતન્ય, દેહાદિકની ભાવનાથી જીવપણાને પ્રાપ્ત થાય છે અને તે ભાવના દૂર થતાં, પાણું બ્રહ્મ-ચૈતન્યપણાને પ્રાપ્ત થાય છે. (સર્ગ ૩૧)

(૨) જો જીવ પ્રમાણોથી પોતાના સ્વરૂપને જાણે તો સાક્ષીરૂપ થઈ રહે છે, અને ન જાણે તો, વાસ્તવિક રીતે બ્રહ્મરૂપ હોવા છતાં પણ અજ્ઞાનથી અત્યંત લાંબા સ્વપ્ન જેવા વિભ્રમરૂપ ભયને દેખે છે.

જીવની અંદર ચૈતન્ય કળા સિવાય બીજું કંઈ જ નહિ; પણ તે ચૈતન્ય કળાને જે જીવ પોતાથી ભિન્ન જાણે તે જીવ વૃથા શોક કર્યા કરે છે. (સર્ગ ૫૧)

સરખાવો :

पृथगात्मानं प्रेरितारं च मत्वा ।

जुष्टस्ततस्तेनामृतत्वमेति ॥ શ્વેતાશ્વતર ઉપનિષદ્.

હવે આ જ વાત એક બીજા દષ્ટાંતથી સમજાવે.

અગ્નિ જ્યાં છે ત્યાં એક જ છે, પણ નાના મોટા આધારને લઈને નાનો મોટો દેખાય છે. એક ગૃહસ્થના ઘરમાં ઘરઘણી બહાર દિવાનખાનામાં બેઠા બેઠા વાતો કરતા હતા. તેવામાં તેમના સાત આઠ વર્ષના દીકરાએ આવીને કહ્યું- “બાપા, દૂધ આવી ગયું.” બાપાએ કહ્યું- “ઠીક, ચૂલા ઉપર મૂકી નીચે તાપ કરો ત્યાં હું આવું છું” બે મણ દૂધનો ટોપ તો, ચૂલા ઉપર જ હતો એટલે છોકરે થોડી સાંઠી^૧ લઈ નીચે તાપ કર્યો, અને બાપા અરધા એક કલાક પછી આવ્યા ત્યાં સુધી બિચારાએ તાપ ચાલુ પણ રાખ્યો હતો, બાપાએ તો ધાર્યું હતું કે દૂધ ઉકળવા માંડ્યું હશે, પણ અહીં તો ટોપનું તળીયું પણ ઊંનું થયું ન હતું. બાપાએ આવી મોટાં મોટાં લાકડાં સળગાવ્યાં અને જોઈતા પ્રમાણમાં જ્યારે અગ્નિ થયો ત્યારે દૂધ ઊંનું થયું અને પછી તેનો દૂધપાક પણ થયો. હવે સાંઠીનો અગ્નિ કંઈ અગ્નિ ન હતો અને લાકડાંનો અગ્નિ જ અગ્નિ હતો એમ કહી શકાય નહિ. પણ સાંઠી^૧ના અગ્નિનો પ્રકટ થવાનો આધાર નાનો હતો એટલે તે કામ પણ નાનું કરી શકે-એક પ્યાલો દૂધ ઉકાળવું હોય તો ઉકાળી શકે, પણ બે મણ દૂધ તેનાથી ઉકળે નહિ. તેને માટે તો વધારે મોટા પ્રમાણમાં તાપ

૧. સાંઠી-કપાસના છોડ ઉપરથી કપાસ વીણી લીધા પછી જે સૂકેલ અવશેષ રહે છે તેને સાંઠી કહે છે અને તેનો બળતણ તરીકે ઉપયોગ થાય છે. કરગઠીયાં અથવા નાના પાતળા લાકડાં એવો શબ્દ મૂકી શકાય.

જોઈએ અને તેથી લાકડાં પણ ઝાઝાં બાળવાં જોઈએ. તાત્પર્ય એ કે એક ચિનગારી પણ સ્વરૂપે તો અગ્નિ જ છે, પણ તે તો ઝબૂક દેખાઈ ને ઠરી જાય. સાંઠીનો તાપ પણ અગ્નિ જ છે, પણ તે તેના પ્રમાણમાં કામ કરી શકે અને પાંચદસ મણ લાકડાં સળગાવ્યાં હોય તે પણ અગ્નિ જ છે અને તે તેના પ્રમાણમાં કામ આપે. અગ્નિ જ્યાં છે ત્યાં એક જ છે પણ પ્રકટ થવાના નાના મોટા આધારને લઈને, નાના મોટા પ્રમાણમાં કામ કરી શકે છે. જે અગ્નિ ચિનગારીમાં છે, તે જ અગ્નિ સાંઠીના તાપમાં છે અને તે જ અગ્નિ પાંચદસ મણ લાકડાના તાપમાં છે અને તે જ અગ્નિ દાવાનળરૂપે આખા ડુંગરાને સળગાવી મૂકે છે અને તે જ અગ્નિ સૂર્યરૂપે થઈ અનંત બ્રહ્માંડોને ઉષ્ણતા આપે છે. આમાં ક્યાંય અગ્નિમાં ભેદ નથી, પણ નાના મોટા આધારના ભેદને લઈને અગ્નિ નાનો મોટો દેખાય છે.

એવી રીતે ઈશ્વર એક જ છે, અખંડ છે છતાં સર્વ વ્યાપક છે, પરંતુ પ્રકટ થવાના આધારો નાના મોટા હોઈ નાના મોટા દેખાય છે. કીડીના શરીરમાં કંઈ થોડા નથી તેમ હાથીના શરીરમાં કંઈ ઝાઝા નથી. હિમાલયમાં કંઈ મોટા પ્રમાણમાં નથી અને પરમાણુમાં કંઈ અલ્પ પ્રમાણમાં નથી. નાના મોટા પ્રમાણમાં હોય એમ દેખાય છે. તે પ્રકટ થવાના આધારોના નાનામોટાપણને લીધે. વસ્તુતઃ તો ઈશ્વર જ્યાં પ્રકટ થાય છે ત્યાં પૂર્ણરૂપે જ છે, તો પછી જીવ અને ઈશ્વર વચ્ચે ભેદ ગણવો કે અભેદ તેનો નિશ્ચય તમે તમારી મેળે કરી લેજો. અમારે કોઈ વાતે આગ્રહ નથી.

આ વાતનું પ્રમાણ જોઈતું હોય તો શ્રુતિ આ પ્રમાણે કહે છે :

**અગ્નિર્યથૈવ્કો ભુવનં પ્રવિષ્ટો રૂપં રૂપં પ્રતિરૂપો બભૂવ ।
એકસ્તથા સર્વભૂતાન્તરાત્મા રૂપં રૂપં પ્રતિરૂપો બહિશ્ચ ॥**

એક ઘરમાં જ્યારે આગ લાગે છે ત્યારે અગ્નિ જે જે વસ્તુને બાળે છે તે તે આકારનો થઈ જતો દેખાય છે. તેવી જ રીતે ઈશ્વર છે તો એક જ પણ જે જે આધારમાં પ્રકટ થાય છે તેના અનુરૂપ દેખાય છે. ઈશ્વર સર્વ ભૂતોના અંતરાત્મા છે તો પછી જીવ તેનાથી જુદો શી રીતે હોય ?

એક સંતે પણ ગાયું છે કે :

जीव ईशका भेद त्यज सबमें वरते आप ।

मैं एक ईश दूसरा मही द्वैतसंताप ॥

कहां ईशता जीवता-पूरन चिद्धन मान ।

छोटी मोटी सब लहर जल है एक समान ॥

જીવ ઈશ્વર વચ્ચે ભેદ છે તેનાં પ્રમાણો પણ શાસ્ત્રોમાં મળે છે, તેમ જ અભેદ છે તેના પ્રમાણો પણ છે. માટે ભેદ જ સાચો છે કે અભેદ જ સાચો છે, તે બાબત સર્વમાન્ય કોઈ પણ નિર્ણય ઉપર આવી શકાય તેમ નથી. માટે કલ્યાણકાંક્ષી પુરુષે તો પોતાની મુક્તિ સાધી લેવા માટે જીવ ઈશ્વરનો ભેદ છે કે અભેદ તે બાબતની ચર્ચામાં ન ઉતરતાં શ્રી પંચદશીકાર કહે છે તેમ તેનાથી દૂર રહેવું જોઈએ.

तस्मान्मुमुक्षुभिर्नैव प्रतिर्जीवेशवादयोः ।

कार्या, किन्तु ब्रह्मतत्त्वं विचार्य, बुध्यतां च तत् ॥

કાષ્ટ પાષાણાદિની મૂર્તિ બનાવી, તેની પૂજા કરનારાઓથી માંડી છેક સાંખ્યદર્શનના અનુયાયીઓ સુધી સર્વ, ઈશ્વરનાં સ્વરૂપ વિશે ભ્રમમાં પડ્યા છે; તેમ જ ચાર્વાકાદિ નાસ્તિકોથી લઈને છેક યોગદર્શનના અનુયાયીઓ સુધીના સર્વ, જીવના સ્વરૂપ વિશે ભ્રાન્તિમાં પડ્યા છે, એટલા માટે પોતાનું હિત ઈચ્છતા મુમુક્ષુઓએ જીવ અને ઈશ્વરની એકતા ભિન્નતાના વાદવિવાદમાં પડવું નહિ. પરંતુ તે બંનેનાં અધિષ્ઠાનરૂપ બ્રહ્મતત્ત્વનો જ વિચાર કરી તેનો સાક્ષાત્કાર કરવા યત્ન કરવો જોઈએ. (જીવ ઈશ્વર સંબંધી વાદવિવાદ કરવામાં મુક્તિ નથી પણ બ્રહ્મજ્ઞાનના સંપાદનમાં છે, એ વાત ભૂલવી ન જોઈએ.)

આ બંને વાતનો જાણે સમન્વય ન કરતા હોય એમ શ્રી વસિષ્ઠ ઋષિ કહે છે :

अस्मिन् विकारवलिते नियतेर्विलासे

संसारनाम्नि चिरनाटकनाट्यसारे ।

साक्षी सदोदितवपुः परमश्वरोऽपथ-

मेकः स्थितो न च तया, न च तेन भिन्नः ॥

અનેક વિકારોથી ભરેલા, નિયમ શક્તિરૂપ પ્રવાહના વિલાસોવાળા આ સંસાર નામના અનાદિ મહા નાટકમાં, સર્વદા પ્રકાશમાન આ પ્રત્યગાત્મારૂપ એક રાજા જ જોનાર છે. વાસ્તવિક જોતાં, એ રાજા નટોથી તેમ જ નાટકથી ભિન્ન જ નથી.

नरहरिः कुरुतां जगतां शिवम् ।

□ 'અધ્યાત્મ માર્ગદર્શન'માંથી સાભાર

શ્રી ચૈતન્ય મહાપ્રભુ - જીવન પ્રસંગો

શ્રી કનૈયાલાલ મ. પંડ્યા

નિર્દય ઘાટ અને મધુમોદક - તીર્થ

નવદ્વીપ-નગરીને છેલ્લા પ્રણામ કરી નિમાઈ પંડિત ગંગાજીને તરીને સામે તીરે ભીનાં વચ્ચે પહોંચ્યા. નવદ્વીપનો એ ગંગા-ઘાટ, જ્યાંથી નિમાઈ (ગૌરહરિ શ્રીચૈતન્ય મહાપ્રભુ)એ ગૃહત્યાગ કર્યો, એ જ ઘાટ ઉપરથી પૂર્વ નિમાઈના મોટાભાઈ વિશ્વરૂપે પણ નવદ્વીપનો ત્યાગ કરી સંન્યસ્ત ગ્રહણ કરવા તરીને ગંગાજી પાર કર્યા હતાં. વિશ્વરૂપે ગૃહત્યાગ કર્યો ત્યારે નિમાઈ પાંચ વર્ષના હતા. તેમના પિતા પંડિત જગન્નાથ મિશ્ર પુત્રના વિયોગથી રોગગ્રસ્ત થઈ મૃત્યુ પામ્યા હતા. પાછળ શચીમાતાએ વૈધવ્યનું દુઃખ સહીને નિરાધાર અવસ્થામાં નિમાઈને ઉછેરી મોટા કર્યા હતા. નિમાઈ મહાપંડિત થયા; કીર્તનસમ્રાટ બનીને ઘેર ઘેર શ્રીકૃષ્ણભક્તિનો તેમણે પ્રચાર કર્યો; સેંકડો વિદ્યાર્થીઓને ન્યાય-અલંકાર-વ્યાકરણાદિ વિદ્યામાં પારંગત કરી તેમણે અધ્યાપન કાર્ય છોડી દીધું. શ્રીકૃષ્ણસંકીર્તન આંદોલન દરમિયાન મહાભાવની સર્વોચ્ચ સમાધિ દરમિયાન તેમણે પોતાનાં ઈશ્વરત્વ અને અંતર્યામીપણાના પરચા આપી અંતરંગ ભક્તોની મનોકામનાઓ પૂર્ણ કરી હતી અને હજારો જીવોને પ્રભુમય બનાવ્યા હતા. ઉદ્દેશ શાસકોને પ્રેમથી વશ કરી શ્રીકૃષ્ણભક્ત બનાવ્યા હતા.

નિમાઈનાં પ્રથમ લગ્ન લક્ષ્મીદેવી સાથે થયાં હતાં. રાઢદેશની યાત્રામાં નિમાઈને લોકસંગ્રહના કાર્યમાં ઘણો લાંબો સમય નીકળી ગયો. એ દરમિયાન પિતૃગૃહે રહેલાં લક્ષ્મીદેવીએ પતિના વિરહની વેદનામાં પ્રાણ ત્યાગી દીધા હતા. બીજું લગ્ન માતા સચીદેવીના આગ્રહથી નિમાઈએ વિષ્ણુપ્રિયાજી સાથે કર્યું હતું. તેમને પણ સંતાનનું સુખ આપ્યા વિના, યુવાવસ્થામાં છોડીને તતા વૃદ્ધ વિધવા માતાને વલવલતી છોડી નિમાઈ ગંગાઘાટ પરથી તરીને સંન્યાસ ગ્રહણ કરવા ચાલી ગયા. એ જ ઘાટ પરથી તેમના મોટાભાઈ વિશ્વરૂપ પણ ચાલી ગયા હતા. તેથી લોકો એ ઘાટને 'નિર્દયઘાટ' તરીકે યાદ કરે છે. તે આજે ગૌરભક્તો

માટે તીર્થ બની ગયો છે.

સંસારનો ત્યાગ કરી ગંગા પાર કરી નિમાઈ કેશવ ભારતીજીના આશ્રમે પહોંચી ગયા. પ્રાતઃકાળના સમયે ભીનાં વચ્ચેમાં આવેલા નિમાઈ પંડિતનાં દર્શન કરી ભારતીજી કૃતકૃત્ય થઈ ગયા. ભારતીજી પૂર્વ નવદ્વીપમાં નિમાઈ પંડિતના અતિથિ બન્યા હતા ત્યારે તેમણે તેમને થયેલી ઈશ્વરપ્રેરણાની વાત નિમાઈને કરી હતી. એ પ્રેરણા નિમાઈને સંન્યાસદીક્ષા આપવાની હતી.

નિમાઈએ ગૃહત્યાગ કર્યો ત્યારે આખા નવદ્વીપમાં હાહાકાર થઈ ગયો હતો. વૃદ્ધ શચીમાતા અને છતાં પતિએ સંતાનનું સુખ પ્રાપ્ત કર્યા વિના પતિવિરહમાં જૂરતાં વિષ્ણુપ્રિયાજીનો વલોપાત કોઈથી સહન થતો ન હતો. તેમને આશ્વાસન આપવા ગૌરભક્તો નિમાઈને પાછા વાળવા તેમને શોધવા કેશવ ભારતીજીના આશ્રમમાં આવી પહોંચ્યા હતા. તેમણે પ્રભુને સંન્યાસ ન લેવા ઘણા સમજાવ્યા. કેશવ ભારતીજીએ પણ યુવાનીમાં સંન્યસ્ત ગ્રહણ કરવાનાં ઘણાં ભયસ્થાનો તથા તેમનાં માતાજી અને પત્નીની હાલત સમજાવી વારંવાર પ્રયત્ન કરી જોયો. આખરે પ્રભુએ તો સૌને સમજાવી દીધું કે, 'પ્રિય વડીલો ! આપ એક સંસારી તરીકે સાચું કહો છો; પરંતુ મારું જીવનલક્ષ્ય તો શ્રીકૃષ્ણપ્રેમની પ્રાપ્તિ તથા કળિયુગના જીવનો ઉદ્ધાર કરવાનું છે. મેં મારા મહાભાવની અવસ્થામાં મારા અવતારકાર્યનો ખ્યાલ આપેલો જ છે તથા આજ પહેલાં મેં કરેલાં દિવ્ય કર્મોથી તમે ક્યાં અજાણ છો ? માટે મારા શુભ કાર્યમાં તમે વિઘ્નરૂપ ન થાઓ. સંસારમાં ફરી પ્રજોત્પત્તિ કરી, વૃદ્ધ માતાપિતા, પત્ની તથા પરિવારના પરિપાલનમાં જ હું મારો દુર્લભ મનુષ્યજન્મ વેડફી નાખું એમ તમે ઈચ્છો છો ? તમારી સલાહ માયાગ્રસ્ત છે. હું સંન્યાસી બનવા દૃઢ નિર્ધાર કરીને મારાં જનની અને જીવનસંગિની સંમતિ લઈને જ આવ્યો છું, તેથી હવે આપ મારા આજના

સંન્યાસદીક્ષાના મહાન અને અતિશુભ પ્રસંગના સાક્ષી બનો એવી મારી પ્રાર્થના છે.’

પ્રભુના વૈરાગ્યરસથી તરબોળ શબ્દો સામે કોઈને કંઈ જ કહેવાનું સૂઝ્યું નહિ. આખરે સંન્યાસનો વિધિ થયો અને હરિદાસ નામના નાઈને ક્ષૌરકર્મ કરવા બોલાવવામાં આવ્યા. કેશવ ભારતીજનો આશ્રમ કટવા ગામ (કંટકનગર)માં હતો. કટવામાં પ્રભુના સંન્યાસની વાત પ્રસરતાં સહુ તેમનાં દર્શને આવ્યા. પ્રભુના સુંદર શ્યામ વાંકડિયા વાળને દૂર કરવા હરિદાસનું મન માનતું ન હતું. ‘જે અસ્ત્રાથી સંન્યાસીનું મુંડન કરું એ અસ્ત્રો હવે હું હાથમાં નહિ પકડું અને આવું કૂર કર્મ કરી હું નાઈનો ધંધો છોડી દઈશ’ એવા સંકલ્પથી તેણે પ્રભુનું ક્ષૌરકર્મ કર્યું. પ્રભુને કષાય વસ્ત્રો ધારણ કરાવવામાં આવ્યાં. સુખ કરતાં દુઃખની લાગણી વધુ પ્રકટ કરતાં લોકોની આંખમાંથી અશ્રુ વહી રહ્યાં હતાં. હવે પ્રભુએ સહુને જીવનનું લક્ષ્ય સમજાવ્યું અને રુદન રોકવા પ્રાર્થના કરી. પછી સમૂહકીર્તન આરંભાયું :

હરિ હરિયે નમઃ કૃષ્ણ યાદવાય નમઃ ।

ગોપાલ ગોવિંદ રામ શ્રીમધુસૂદન ॥

આજથી પ્રભુનું ‘નિમાઈ પંડિત’ નામ ભૂતકાળમાં સરી પડ્યું અને નવું સંન્યસ્તનું નામ ‘શ્રીકૃષ્ણ-ચૈતન્ય ભારતી’ રાખવામાં આવ્યું. નિમાઈ પંડિતના વાળની સમાધિ રચવામાં આવી. પાછળથી જેણે પ્રભુના સંન્યસ્તનું દુઃખ સહન થવાથી નાઈનો વ્યવસાય તજી દઈ જીવન શ્રીકૃષ્ણસંકીર્તનમાં વિતાવી દીધું તથા પોતાના ક્ષૌરકર્મનાં ઓજારો ગંગાજમાં પધરાવી દીધાં હતાં. એ હરિદાસ નાઈ પરમ ભક્ત બની ગયા હતા. પ્રભુનું ક્ષૌરકર્મ કર્યા પછી તેમના જીવનમાં અદ્ભુત પરિવર્તન આવી ગયું હતું. તેમને વાળ ઉતારતી વખતે ભાવસમાધિ લાગી ગઈ હતી અને તે મૂર્છિત થઈ પૃથ્વી પર ઢળી પડ્યા હતા. સમાધિમાંથી વ્યુત્થાન પામ્યા પછી મહાપ્રભુના આશીર્વાદ મળવી તે સંત બની ગયા. જ્યારે તેમના ભૌતિક દેહનું અવસાન થયું ત્યારે તેમના દેહને જ્યાં નિમાઈના વાળની સમાધિ રચાઈ હતી ત્યાં જ સમાધિ આપવામાં આવી હતી. એ સ્થાનનું નામ ‘મધુમોદક’ છે. ગૌરભક્તોનું એ મહાન તીર્થ છે.

(મનની સાથે તજાઈ ન જાઓ અનુસંધાન પાના નં. ૨૧ ઉપરથી ચાલુ)

ગજગ્રાહ તો રહેશે જ ક્યાંથી ? તમોગુણ ને રજોગુણની વિઘાતક અસરોમાંથી મુક્તિ મેળવી ચૂકેલું એમનું મન સત્ત્વગુણની સુખકારક શાંતિપ્રદાયક સુવાસથી સદા તરબતર રહેશે. એ અવસ્થા બહુ લાંબે વખતે આવશે એ ચોક્કસ છે, જ્યારે માનવ કેવળ શુભની જ મૂર્તિ બની રહેશે, અને અશુભ એનામાં નામનું પણ નહિ રહે. એ દશાને જીવનમુક્તિની દશા કહે છે.

★

એ અવસ્થાની ઉપલબ્ધિ મનુષ્યનું-અથવા વધારે સારા શબ્દોમાં કહીએ તો, પ્રત્યેક જીવનવિકાસના સાધક કે શ્રેયાર્થીનું-ધ્યેય રહેવું જોઈએ. એની અનુભૂતિને માટે ધીરજ, હિંમત ને વિવેકપૂર્વક સાવધાન રહીને કાર્યક્રમ ઘડી કાઢવો જોઈએ. એને માટે પ્રારંભમાં, વ્યાવહારિક જગતમાં રહીને, અનેકવિધ પ્રવૃત્તિઓની વચ્ચે વસવા છતાં જો આટલી સિદ્ધિ મેળવી શકો તો ઘણું.

મનનું પૃથક્કરણ કરવાની ટેવ પાડો; પ્રત્યેક પળનું પૃથક્કરણ : એવી રીતે કે પછી એ ટેવ તમારે માટે સ્વાભાવિક બને. એવી ટેવ દ્વારા અથવા તો એવા અભ્યાસ માટે મનના શુભાશુભ પ્રવાહો વચ્ચે ભેદ પાડતાં કે વિવેક કરતાં શીખો. એ પછી મનના શુભ સંસ્કારપ્રવાહને સ્થાયી રાખવાની અને અશુભ સંસ્કારપ્રવાહની અસરમાંથી મુક્ત રહેવાની કળા, જુદા જુદા ઉપાયો અજમાવીને ક્રમે ક્રમે હસ્તગત કરી લો. એ અવસ્થાને જેટલી પણ ચિરસ્થાયી બનાવી શકો એટલું તમારા લાભમાં છે.

★

એને માટે તમારે કોઈ બીજાના નહિ પરંતુ તમારી જાતના જ પરીક્ષક થવું પડશે. તમારી નિરંતર પરીક્ષાવૃત્તિથી મનના દૃષ્ટા રહો; મનની સાથે તજાઈને વહી ન જાઓ, અને એને ઈચ્છાનુસાર યોગ્ય માર્ગે ચલાવો; એ જે કહે તે બધું માની ન લો, પરંતુ એને માગણી, લાગણી, ભાવના કે વૃત્તિનો વિવેક કરો. આટલું કરશો તો પણ સંસારમાં રહીને તમે ઘણું કીમતી કર્યું કહેવાશે, અને તમારી અવસ્થા આદરણીય અથવા તો અભિનંદનને પાત્ર લેખાશે.

□ ‘સાધના’માંથી સાભાર

અમારી બા

શ્રી કીર્તિભાઈ સોની

અમારે મન અમારી બા એટલે મા જગદંબાનું માનવરૂપ, શ્રીકૃષ્ણનું જીવનસંગીત, રામના ગુણોથી મઢાયેલું સુંદર જીવંત રૂપ !

મારા પિતાના મૃત્યુ બાદ મારે મન મારી બા એટલે માતા અને પિતાનો સમન્વય ! મારા જીવનમાં પિતાની ખોટ સાલી ન હોય તેનું કારણ મારી માતાનો અવિરત વહેતો પ્રેમપ્રવાહ !

હું અને મારી નાની બહેન નાનાં હતાં ત્યારે એટલે કે અંદાજે મારી ઉંમર ૧૦ વર્ષ અને મારી બહેનની ઉંમર ૮ વર્ષ. તે સમયે અમારે બે માળના મકાનમાં વારાફરતી કચરા-પોતા કરીએ તો જ દૂધ મળે તેવો નિયમ ! ભગવદ્ગીતાનો એક પાઠ, માનો આનંદનો ગરબો અને વિશ્વંભરીની સ્તુતિ તથા સૂર્યદેવની પ્રાર્થના આટલા પાઠ કર્યા બાદ જ દૂધ મળે તેવો નિયમ. આ બંને ઘટના દ્વારા પાયામાં અમને સ્વાવલંબન, સ્વચ્છતા અને ભગવાન પ્રત્યેની પ્રીતિના ગુણો વારસામાં મળ્યા. આજે પણ હું ધ્યાન કરું ત્યારે બાએ રોપેલાં એ બીજ સુંદર વૃક્ષરૂપે પ્રગટ થયાની લાગણી અનુભવું છું.

મારી બા છેલ્લા ૪૦ વર્ષોથી સવારે ૩૧ વાગે ઉઠતાં. સવારના ત્રણેક કલાક ભક્તિમાં ગાળી સૂર્યોદય પહેલાં તો મંદિરે પહોંચી જ જાય ! સૂર્યોદય પહેલાં ઊઠી જવાનો પ્રેરણાસ્ત્રોત મળ્યો મારી બા તરફથી ! મંદિર જતાં પહેલાં કૂતરાંને બિસ્કેટ ખવડાવવાં, પક્ષીને ચણ નાખવું તે તેમનો નિત્યક્રમ. કૂતરી વિચાય તો ગલુડિયાં અને કૂતરી માટે શીરો બનાવી આપતાં. તળાવમાં માછલી માટે લોટની ગોળીઓ બનાવી આપતાં અને કીડિયારું પૂરવા માટે લોટ તો આપતાં જ ! તુલસીના છોડને પાણી પાવું અને પીપળાના વૃક્ષની પ્રદક્ષિણા કરવી તે પણ તેમનો રોજિંદો ક્રમ ! મારા ઘરના ધાબે કબુતરાં અને મોરની અચૂક હાજરી રહેતી. ચકલી, પોપટ, બિલાડી આજીવન અમારાં બાનાં સાંનિધ્યમાં જ રહેતાં હોય તેમ લાગતું. સર્વ જીવોમાં ઈશ્વર જોવાનું પ્રેરણાસ્ત્રોત એટલે મારી બા ! કૂતરાં અને બિલાડી સાથે દૂધ પીતાં તેવું આશ્રમ જેવું અમારું ઘર તે બાના સાંનિધ્યની અસર જ ને ?

સામાજિક ઉત્તરદાયિત્ય :

મારા પિતાની ગેરહાજરીમાં સતત ૪૦ વર્ષ સુધી પોતાનાં છ પુત્રો અને ૩ પુત્રીઓનાં અભ્યાસ, આરોગ્ય, લગ્ન, આર્થિક ઉપાર્જનના આદર્શ રસ્તા અને નીતિવિષયક નિર્ણયો લેતાં રહી સુંદર કૌટુંબિક વાતાવરણ મૃત્યુપર્યંત જાળવી રાખ્યું. પુત્રો, પુત્રી કે પૌત્રો-પૌત્રી જ્યારે પણ સારા-માઠા પ્રસંગે સલાહ લેવા આવે ત્યારે કોઈને શું લાગશે તેની પરવા કર્યા વિના પોતાની સ્વબુદ્ધિથી જ નિર્ણયો તે આપતાં અને કોઈ નિર્ણયમાં દ્વિધા જેવું લાગે તો મા જગદંબાની ઈચ્છા મુજબ આ નિર્ણય છે તેમ કહી નિર્ણય તો આપે જ ! આર્થિક દુઃખ, પતિનું મૃત્યુ અને બહોળું કુટુંબ આ બધું હોવા છતાં ક્યારેય પણ પોતે લાચાર કે પરવશ છે તેમ તેમણે ક્યારેય વિચાર્યું નહોતું અને મા જગદંબા બધું જ કરે છે તેમ સ્વીકારી જીવનના છેલ્લા શ્વાસ સુધી સામાજિક જવાબદારીઓનું વહન કરતાં રહ્યાં ! આ બધું તે અનાસક્ત રહીને કરતાં તે ગુણ મને જિંદગીભર કામ આવશે !

સમાજસેવા :

દર બેસતા વર્ષે મા રાજરાજેશ્વરીના સાંનિધ્યમાં ઝીંઝુવાડા જેવા નાના ગામમાં બ્રાહ્મણો જમાડીને જ નવા વર્ષની શરૂઆત કરતાં ! દિવાળીના દિવસોમાં અને વાર-તહેવારે અમારા ઘરમાં કામ કરતા માણસો, દુકાનના સ્ટાફના માણસોને, માળી, સુથાર, દૂધવાળા કે ઈસ્ત્રીવાળા માણસોને યથાશક્તિ દાન આપતાં અને અમોને પ્રેરણા આપતાં રહેતાં. ઘરે સાધુ-સંતો કે મહેમાનની સારામાં સારી રીતે આગતા-સ્વાગતા કરતાં તેમને આનંદ આવતો ! ‘આપીને રાજી રહેવું, લઈને નહીં તથા ખવડાવીને રાજી રહેવું, ખાઈને નહીં’ તે ગુરુમંત્રો અમારી બાએ અમને વારસામાં આપ્યા છે. પર્યાવરણનું કામ હોય, શાળાનું કામ હોય, મંદિર કે આશ્રમનું કામ હોય તે અમોને કરવા માટે પ્રેરણા પૂરી પાડતાં. સામાજિક સમરસતાની પાઠશાળા એટલે મારી બા !

બાળઉછેર અને માતૃપ્રેમ :

હું એન્જિનિયરીંગનું ભણતો હોઉં કે મારા (અનુસંધાન પાના નં.૨૯ ઉપર)

હંસિબો, ખેલિબો જીવિબો

ડૉ. હરીશ દિવેદી

આપણી પરંપરામાં ગંભીરતા અને ભારેખમપણાંને આધ્યાત્મિકતાનો માપદંડ બનાવી દેવામાં આવ્યાં છે. પરિણામે અધ્યાત્મ અને તત્ત્વચિંતનના ક્ષેત્રે વ્યક્તિ જેટલું આગળ વધતી જાય તેટલા પ્રમાણમાં તે વધુ ને વધુ ગંભીર રહેવામાં પોતાનું ગૌરવ માનતી હોય છે. આ રીતે કહેવાતા અધ્યાત્મ અને તત્ત્વચિંતને જીવનની સહજતાને આપણી પાસેથી છીનવી લીધી છે. વાસ્તવમાં જીવનની ધારા તો ગાતાં, હસતાં, રમતાં, વહેતાં ઝરણાંના જેવી સરળ અને સ્વયંસ્ફુર્ત હોય છે. એને ભૂલથી પણ કૃત્રિમ ગંભીરતાનો અંચળો પહેરાવી દર્દીશું તો એમાંથી એનો પ્રાણ ચાલ્યો જશે.

સાચો ધર્મ અને અધ્યાત્મ તો આપણને ‘હંસિબો, ખેલિબો, કરિબો ધ્યાનમ્’ એ સૂત્ર પ્રમાણે હસતાં, રમતા, ખેલ કરતા પ્રેમપૂર્વક જીવવાની સાચી કળા શીખવતા હોય છે.

આજે આપણા સહુના જીવનમાંથી હાસ્ય તો જાણે ક્યાંય ખોવાઈ ગયું છે. દુઃખ, ચિંતા, નિરાશા અને અનેક જાતના ટેન્શનોને લીધે આપણાં સહુનાં જીવનમાં એક ભારે મોટી કટોકટી સર્જાઈ છે.

‘કોમ્પ્યુટર યુગ’માં જીવતા આપણા સહુનો આ પ્રશ્ન છે. એમાંથી બહાર નીકળવાનો કોઈ ઉપાય ખરો? અમેરિકાના રાષ્ટ્રપ્રમુખ બનેલા આઈઝન હોવરના જીવનમાં પણ આવી જ કટોકટી સર્જાવા પામી હતી. પોતાના ક્ષેત્રમાં તેઓ બીજાઓ કરતાં બધી જ રીતે સારી યોગ્યતા ધરાવતા હોવા છતાં લશ્કરી અધિકારીઓની હરોળમાં તેમનું નામ પાછળ ને પાછળ મુકાતું જતું હતું. આઈઝન હોવરને આ પ્રમાણેના થતા અન્યાયથી ભારે દુઃખ થતું. લોકો ઉપર અને દુનિયાની ઉપર તેમને ખૂબ રોષ થતો. છેવટે તેઓ પોતાના નસીબનો વાંક કાઢી મન મનાવી લેતા.

પરંતુ જીવનનો એક ખૂબ જ સામાન્ય નિયમ છે કે, ‘Nothing is wasted, everything is invested’ અર્થાત્ કોઈ પણ સારું કાર્ય કદી એળે જતું હોતું નથી. એ તો જમીનમાં વાવવામાં આવેલાં બીજની માફક હોય છે. તે ક્યારે ઊગી નીકળે તે કહેવાય નહીં. જીવનના આ શાશ્વત નિયમના આધારે આઈઝન હોવરના કામની પણ થોડા સમય બાદ કદર થઈ અને એમને

લશ્કરના મુખ્ય સરસેનાપતિ બનાવવામાં આવ્યા અને એમાંથી આગળ વધતાં વધતાં તેઓ અમેરિકાના રાષ્ટ્રપ્રમુખ બન્યા.

પોતાના જીવનની આ કશ્મકશ અને સફળતા-નિષ્ફળતાનો નિષ્કર્ષ કાઢતાં તેઓ લખે છે કે, ‘જીવનમાં એક નાની અમથી સફળતા મેળવવા માટે પણ જ્યારે હું આકાશ-પાતાળ એક કરતો અને તે પણ જ્યારે મને મળતી નહોતી ત્યારે હું ખૂબ જ નાસીપાસ થઈ જતો. મને હંમેશાં થતું કે, સાચી યોગ્યતા ધરાવનાર વ્યક્તિની દુનિયામાં કદર થતી હોતી નથી અને લાયકાત ન ધરાવનાર વ્યક્તિ આગળ વધી જતી હોય છે. પરંતુ ખરેખર તો એ સમય કુદરત તરફથી આપણને તૈયારી માટે મળતો હોય છે. એ દરમિયાનમાં આવી મળનારી અણધારી સફળતા માટે આપણે બધી જ રીતે પૂરેપૂરા સજજ બની જતાં હોઈએ છીએ. હવે મને સમજાય છે કે, કુદરતે મને ક્યારેક એક પેનીના મૂલ્ય જેટલી સફળતા મળવા નહોતી દીધી. એની પાછળનું કારણ એ હતું કે, કુદરત મને સોનાની મહોર ભેટ આપવા માંગતી હતી.’

કુદરતના આ ગજબના ખેલને આપણે જિંદગીભર સમજી શકતાં હોતા નથી. ગીતામાં કહ્યું છે તે પ્રમાણે ભલભલા મોટા પંડિતો પણ ત્યાં ગોથું ખાઈ જતા હોય છે. એનું કારણ ‘ગહના કર્મણો ગતિઃ’ કર્મની ગતિ સમજી ન શકાય તેવી ગહન હોય છે. એની ચાલ ખૂબ જ રહસ્યમય હોય છે. સસ્પેન્સ ગ્રીલર ફિક્શનમાં તો અંત આવતાં સુધીમાં તો રહસ્યનો ભેદ ખૂલી જતો હોય છે. જ્યારે કુદરતના રહસ્યનો અંત તો કદી પામી શકાતો નથી.

તો પછી હવે આપણે કરવું શું? જીવનમાં નિષ્ફળતા મળે ત્યારે નિરાશ બની હાથ જોડીને બેસી જવું અને ભવિષ્યમાં સફળતા મળશે એની રાહ જોતાં બેસી રહેવું? પરંતુ આવી કટોકટીની ક્ષણે આપણે ભૂલી જતા હોઈએ છીએ કે આવા પ્રકારની મુશ્કેલીઓ તો સહુના જીવનમાં એક યા બીજા પ્રકારે આવતી જ રહેતી હોય છે. એનાથી આપણા માથા ઉપર કંઈ પહાડ નથી તૂટી પડવાનો કે નથી પૃથ્વીનો અંત આવી જવાનો. સહુના જીવનમાં એવું કંઈક ને કંઈક તો ચાલ્યા જ કરવાનું. અણધારી આફતો આવી જ પડવાની. એમ

કાંઈ ગભરાઈ જવાથી થોડું જ ચાલવાનું છે.

જીવનને એના મેઘધનુષી રંગોની છટાવાળા વિવિધ સ્વરૂપોમાં જાણી પિછાણી એને માણતાં શીખવાનું છે. એનાં રમ્ય અને રૌદ્ર સ્વરૂપો આશ્ચર્ય પમાડે તેવાં હોય છે. જીવન ક્યારેય કદી કોઈને માટે રોકાતું હોતું નથી. એ તો શાશ્વત વહેતી નદીની અસ્ખલિત ધારાના જેવું હોય છે, એની સાથે આપણે પણ હંમેશાં વહેતા રહેવાનું છે. અસ્તિત્વની આ શાશ્વત ધારાની સાથે આપણા જીવનની ધારાનો તાલ મિલાવી એની સાથે એકરૂપ બની હંમેશા વહેતા રહેવું એ જીવનની મોટામાં મોટી સાધના છે.

જીવનમાં ક્યારેય નાસીપાસ થઈ રોકાઈને બેસી જવાનું નથી. જીવનના વહેતા જળને જો એ રીતે સ્થગિત કરી દઈશું તો એ ચોક્કસ ગંધાઈ ઊઠશે. આપણે તો એને હંમેશાં વહેતું રાખવાનું છે. જીવનમાં હંમેશાં આગળ ને આગળ વધતા રહેવાનું છે. આપણે જે કોઈ ક્ષેત્રમાં કામ કરતા હોઈએ, તેમાં આપણી યોગ્યતાને હંમેશાં વધારતા રહેવાનું છે. અને આપણી યોગ્યતા પ્રમાણે સફળતા જરૂર મળવાની છે. ક્યારેક થોડી વધુ રાહ પણ જોવી પડે. પરંતુ એ સમય આઈઝન હોવરે કહ્યું તે પ્રમાણે આપણી તૈયારી માટેનો છે. બાકી સફળતા વહેલી-મોડી આપણને જરૂર મળવાની જ છે. એ શ્રદ્ધા અને આત્મવિશ્વાસ સાથે આપણે તો હંમેશાં આગળ ને આગળ વધતા રહેવાનું છે.

સંજોગો અને પરિસ્થિતિ તો દરેક વ્યક્તિના અલગ અલગ રહેવાના અને હંમેશાં એ બદલાતા રહેવાના. એમને જવાબદાર ગણી એ બધાનો વાંક કાઢી હાથ જોડીને આપણે બેસી રહીશું તો જીવનમાં ક્યારેય આગળ વધી શકીશું નહીં. આપણે તો ગમે તેવી પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિ આવી પડે એનો હૃદયપૂર્વક સ્વીકાર કરી સહેજ પણ ગભરાયા વિના નિશ્ચિત કરેલા માર્ગે આગળ વધતાં રહેવાનું છે. આપણી આસપાસના લોકો શું કરે છે ? અથવા તો આપણા વિશે તેઓ શું કહેશે એની લેશમાત્ર પરવા કરવાની જરૂર નથી. આ સંદર્ભમાં એક ખૂબ જ સુંદર વાત કહેવામાં આવી છે કે, 'One who minds his own business is a real millionaire' અર્થાત્ પોતે જે કંઈ કરી રહ્યો છે, તેમાં પૂરેપૂરો રચ્યોપચ્યો રહેનાર વ્યક્તિ જ સાચો લક્ષાધિપતિ હોય છે.

જીવનમાં આપણે શું જોઈએ છીએ ? ક્યાં સ્વપ્નોને આપણે સાકાર કરવા માગીએ છીએ. એનો એક સ્પષ્ટ આલેખ દોરી તે પ્રમાણેનો માર્ગ નિશ્ચિત કરી આપણા નાનાં મોટાં દરેક કાર્યમાં કુશળતા પ્રાપ્ત કરવાના પ્રયત્નો કરતા રહી ખૂબ જ ધીરજ અને ખંતથી હંમેશાં આગળ ને આગળ વધતા રહેવાનું છે. જીવનમાં સફળતા મેળવવાનો એ રાજમાર્ગ છે અને એને માટે જીવનમાં આપણે હસતા, રમતા અને ખેલદિલીપૂર્વક જીવવાની 'માર્શલ આર્ટ' શ્રેષ્ઠકળા શીખવી પડશે.

(અમારી બા અનુસંધાન પાના નં.૨૭ ઉપરથી ચાલુ)

મોટાભાઈ પ્રકાશભાઈ દુકાનનું કામ કરતા હોય ત્યારે પોતે પોતાની જાતની પરવા કર્યા વિના રાત્રીના અમારી સાથે જ જાગતાં અને પ્રેરણા આપતાં કે ભણવું કે ધંધો કરવો તે જાણે અમારે અમારી બા માટે ન કરવાનું હોય ! જાતને ઘસીને ચંદનની સુવાસ ફેલાવવાની આ જીવનપદ્ધતિ એટલે જ મારી બા !

સામાજિક સુધારણા :

અમારા ઘરે સાસરે આવતી નવવધૂઓને મારી બા તેમની બા કરતાં વિશેષ વહાલાં લાગતાં. બાએ ઠીકરી અને વહુ વચ્ચે ક્યારેય તફાવત કર્યાનું મને યાદ નથી. અમારા રૂઢિચુસ્ત સોની સમાજમાં સાડી માથે ઓઢવાનો રિવાજ તેમણે નાબુદ કર્યો અને પંજાબી ડ્રેસ પહેરી પોતાની વહુઓ ઘરમાં હરીફરી શકે તે સ્વતંત્રતા તેમણે આપી ! કોઈ નિરક્ષર સ્ત્રી આટલું સુંદર ચિંતન

કરી શકે અને સાક્ષરોની સામાજિક સુધારણાને પણ પડકારી શકે તેવા વિચારોની જનક એટલે મારી બા !

ભગવદ્-પ્રીતિ :

મારી બા મા જગદંબાનાં અનન્ય ભક્ત રહ્યાં. સવાર, બપોરે કે સાંજે જ્યારે પણ સમય મળે ત્યારે મા જગદંબાની માળા ફેરવતાં જ હોય. સતત ૨૦ વર્ષ સુધી દર પૂનમે અંબાજી માતાના દર્શને જવાનો એક સંકલ્પ તેમણે ઘણાં વર્ષ સુધી પાળ્યો. મરવાના આગલા દિવસે મારી નાની બહેન ઈલાને તેમણે કહ્યું કે, 'જો ઈલા ! રામ, કૃષ્ણ અને અંબાજીનાં દર્શન કરી લે !' શારીરિક પીડા અને હોસ્પિટલના આઈસીયુ જેવા સ્થળે પોતાની અંતિમ પળોમાં પણ અનાસક્ત ભાવ કેળવી પ્રભુમય થઈ રહેવું તેવી અદ્ભુત ભગવદ્-પ્રીતિનું આદર્શ ઉદાહરણ એટલે મારી બા !

વૃત્તાંત

દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘ, અમદાવાદ : દૈનિક પ્રવૃત્તિ : શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ ખાતે પ્રારંભિક અને દૈનિક યોગાસન વર્ગો, રેઈકી પ્રશિક્ષણ, રોગનિવારણ સંબંધી યૌગિક સલાહ કેન્દ્ર, નારાયણ સેવા મારફતે બાળકોને પૌષ્ટિક આહાર વિતરણ અને વિશ્વનાથ સેવા કેન્દ્ર મારફતે ૪૦ કુટુંબોને અનાજ વિતરણ, દૈનિક સત્સંગ, મંદિરોમાં પૂજા અર્ચના, દર ગુરુવારે સવારે શ્રી ગુરુપાદુકા પૂજન, દર શનિવારે સાંજે સુંદરકાંડ પારાયણ, પૂનમે લલિતા સહસ્રનામ પારાયણ અને શ્રી સત્યનારાયણ કથા નિયમિત કરવામાં આવ્યાં. કારોબારી સભ્યોની બીજા અને પાંચમા રવિવારે મિટિંગ મળી જેમાં વિશેષતઃ આગામી યોગાસન શિબિરની તારીખો નક્કી કરી તેની વહીવટી જવાબદારી સોંપવામાં આવી.

શ્રી સાધુ વાસવાની મિશન દ્વારા તા.૨૩મીની સવારે સાત વાગ્યે 'SAK-Stop Animal Killings'ના ઉદ્દેશથી દોડ રાખવામાં આવેલ હતી. પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ અમદાવાદ એરપોર્ટથી સરદાર સ્મૃતિ શાહીબાગ સુધી આ દોડનું નેતૃત્વ કરીને લીલી ઝંડી દેખાડ્યા બાદ મશાલ હાથમાં લઈને પાંચ કિલોમીટર સૌની આગળ દોડ્યા હતા. પૂજ્ય સાધુ વાસવાનીજીનો પૂજ્ય ગુરુદેવ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજ સાથે અનન્ય પ્રેમભાવ હતો. સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ પણ એ કૃપાપ્રસાદ મેળવવાને સહભાગી થયા છે.

તા.૨૬મીની રાત્રે એરપોર્ટ રોટરી ક્લબની મિટિંગ હોટેલ મેટ્રોપોલોના વિશાળ સભાખંડમાં પૂજ્ય સ્વામીજીએ સાડા નવથી સાડા દસ સુધી ઉદ્બોધન કર્યું હતું.

હરિદ્વાર : શ્રી શ્રી આનંદમયી સંઘ હરિદ્વાર ખાતે આયોજાતા વાર્ષિક સંયમ સપ્તાહને આ વર્ષે ૬૦ વર્ષ પૂરાં થયાં. શ્રી આનંદમયી સંઘ, વારાણસી અને હરિદ્વારના પ્રેમભર્યા નિમંત્રણે પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ કારતક સુદ આઠમથી પૂનમ સુધી કનખલ-હરિદ્વાર પધાર્યા હતા. સંયમ સપ્તાહમાં દરરોજ સવારે અગિયારથી બાર અને પૂર્ણાહુતિની રાત્રે નવથી દસ પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનાં પ્રવચનો-શ્રી શ્રી મા આનંદમયીમા સાથેનાં સંસ્મરણોનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું.

આ પ્રસંગે વૃંદાવન રમણરેતીથી શ્રી સ્વામી શરણાનંદજી મહારાજ, વૃંદાવન શ્રીનિષિકુંજથી સ્વામી

આનંદ (અવધૂત ટાટવાલે બાબા) સિવાય હરિદ્વારના કૈલાશ આશ્રમ, પરમાર્થ નિકેતન, સાધના સદન, શ્રી ગરીબદાસ આશ્રમ, શિવાનંદ આશ્રમ, પંચાયતી મહાનિર્વાણી અખાડા, ભોલાગીરી આશ્રમના મહંતો અને મંડલેશ્વરોનાં ઉદ્બોધનો પણ થયેલાં.

તદુપરાંત કનખલ પરમાનંદ ભંડારના વેદાંત સંમેલનમાં દરરોજ ૬-૩૦ થી ૭-૧૫ સુધી અને B.H.E.L.ના દિવ્ય જીવન સંઘ દ્વારા આયોજાયેલ પ્રવચનશૃંખલામાં 'ભજ ગોવિંદમ્' વિષયક જ્ઞાનયજ્ઞ પણ થયો. અનેક ભક્તોના આગ્રહથી પધરામણીઓ પણ થઈ. કાર્તિક પૂર્ણિમાના પવિત્ર દિવસે ગંગાસ્નાન અને સંયમ સપ્તાહના જ્ઞાનયજ્ઞની પૂર્ણાહુતિ પછી પૂજ્ય સ્વામીજી યમુનાનગર જવા રવાના થયેલા. તા.૨૭ ઓક્ટોબરથી ૩ નવેમ્બર સુધી હરિદ્વારના જ્ઞાનયજ્ઞો સમ્પન્ન થયા.

યમુનાનગર : યમુનાનગર ડેન્ટલ કોલેજ અને સ્વામી દયાનંદ આર્ય વિદ્યાવિહાર ખાતે તા.ચોથી અને પાંચમી નવેમ્બરના રોજ પ્રવચન આયોજાયાં. ઠેર ઠેર વૃક્ષારોપણ થયું અને પૂજ્ય સ્વામીજી અનેક ભક્તોની પ્રાર્થનાને ધ્યાનમાં રાખી વ્યક્તિગત મુલાકાતો અને પધરામણીઓ પણ કરી. પૂજ્ય સ્વામીજીનાં પ્રવચનો લોકલ ટી.વી. ચેનલ પર લાઈવ ટેલીકાસ્ટ કરવામાં આવ્યાં. રાત્રે તેનું પુનઃપ્રસારણ થયું. દૈનિક સમાચારપત્રોએ પણ સમગ્ર કાર્યક્રમોની સરાહના કરી.

કરનાલ : નવેમ્બર તા.૬ અને તા.૭ના રાજ ચેતક કુક્સ વૈર - ચેતક રસોડાનાં વાસણો બનાવવાના વિશાળ કારખાનાના ઉદ્યાનમાં એક જાહેર પ્રવચન દિલ્હી-અમૃતસર ગ્રાન્ટ ટ્રન્ક રોડ ઉપર, હિન્દુસ્તાન પમ્પસ અને શ્રી સતીશ ગોયલ સાહેબની વિશાળ લોનમાં સત્સંગોનાં આયોજન થયાં. અનેક ભક્તોના નિવાસસ્થાને પધરામણી ઉપર શ્રી નિર્મલ આશ્રમ ખાતે શ્રી ગુરુગ્રંથ સાહેબજીનો સત્સંગ ખૂબ જ સ્મરણીય રહ્યો.

અંબાલા : તા.આઠમી નવેમ્બરની સવારે દિવ્ય જીવન સંઘ, અંબાલા દ્વારા સંચાલિત બે હોમિયોપેથ ક્લિનિકના દશાબ્દી મહોત્સવમાં સમ્મીલિત થયા બાદ એરોન એજ્યુકેશન અકાદમીનું ભવ્ય ઉદ્ઘાટન દીપપ્રજ્વલન બાદ શ્રીમત્ સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીના વરદ હસ્તે થયું. અનેક ભક્તોને ત્યાં પધરામણી બાદ ઢળતી બપોરે સ્વામીજી લુધિયાના પહોંચ્યા.

લુધિયાના : લુધિયાનાના સુપ્રસિદ્ધ દુર્ગા મંદિર ખાતે તા.૮, ૯ અને ૧૦મી નવેમ્બરના રોજ સાંજે સાતથી નવ સુધી શ્રીરામચરિત માનસમાં નવધા ભક્તિ વિષયક મનનીય પ્રવચનો થયાં. તદુપરાંત અનેક ભક્તોના પ્રેમસભર નિમંત્રણે પૂજ્ય સ્વામીજીએ સૌનાં નિવાસસ્થાને જઈને સૌને નિર્મળ આનંદ આપ્યો. આ સમગ્ર કાર્યક્રમોના આયોજન માટે દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘ, સદૈવ શ્રીમતી અને શ્રી રાજકુમાર જૈન પરિવારનો ઋણી રહેશે.

જલંધર : તા.નવમી નવેમ્બરના રોજ કપૂરથલા ચોક જૈન ભવન પાસે પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનું “મૃત્યુને પેલે પાર” વિષયક પ્રવચન આયોજાયું. ડૉ. ઓમપ્રકાશ શર્માજી (દિ.જી.સંઘ, અંબાલા) દ્વારા આ આયોજન થયું. આ પ્રવચનમાંના અંશો આકાશવાણી અને દૂરદર્શન જલંધર દ્વારા રીલે કરવામાં આવ્યા.

ચંડીગઢ-પચકૂલા : શ્રી શિવ-આનંદ ફોટો કંપની ખાતે તા.૧૨ની બપોરે પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનું પ્રવચન “ઉલટ ભઈ મેરે નયનન કી” અંદર જુઓ. બહારથી અંદર આવો. સ્થૂળમાંથી સૂક્ષ્મમાં પ્રવેશ કરો. દેહમાંથી આત્મામાં રહો, વિચારનું ખૂબ જ રસપ્રદ-મનનીય અને સરળ ભાષામાં પ્રસ્તુતીકરણ હજારો ઉપસ્થિત જનોને આત્મદર્શનની લાગણી-તાલાવેલીની પ્રેરણા આપી ગયું.

તે સિવાય પ્રા. અક્ષય ગુપ્તાને ત્યાં તથા આશીર્વાદ બંગલા ખાતે એમ બે સત્સંગો પચકૂલા ખાતે પણ થયા. I.A.S. forum અને CITCO ચંડીગઢ ઈન્ડસ્ટ્રીઝ એન્ડ ટૂરીઝમ કોર્પોરેશનના ડાયરેક્ટર શ્રી ધર્મવીર ભાટિયા I.A.S. દ્વારા એક જાહેર કાર્યક્રમનું આયોજન કરવામાં આવ્યું.

તા.૧૪મી નવેમ્બરની સવારે સ્વામીજી દિલ્હી જવા રવાના થયા. ચંડીગઢ-પચકૂલાના સર્વે કાર્યક્રમોનું આયોજન શ્રી અશ્વની હેઓગર (ડોગર) સૂદ પેટ્રોલ પંપ્સ એજન્સીસ દ્વારા થયું.

દિલ્હી-નોયાડા : ઈલેક્ટ્રિક લેમ્પ બનાવનારી યુનિવર્સલ ઈન્ટરનેશનલ કમ્પની એસોસીએટેડ ઈલેક્ટ્રોનિક કમ્પની ખાતે તેમના ચેરમેન શ્રી અશોક રાજનાથજીના નિમંત્રણે તા.૧૪મી નવેમ્બરે સવારે પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીએ વૃક્ષારોપણ કર્યું. કમ્પનીની મુલાકાત પછી સર્વે વર્કર્સ અને મેનેજમેન્ટ વડાઓને “આપણે, ઉત્પાદન અને આનંદ” વિષયક ખૂબ જ પ્રેરણાસ્પદ પ્રવચન સ્વામીજીએ કર્યું.

દિલ્હી ખાતે જસ્ટીસ આર.એન. મિત્તલને ત્યાં

સત્સંગ પછી રાત્રે I.A.S. કોલોનીમાં ડાયરેક્ટર કપડાઉઘોગ-શ્રી અંજની નંદન શરણજીને ત્યાં તથા તા.૧૫મી નવેમ્બરે દ્વારકા ખાતે ડાયરેક્ટર એમ્પ્લોયમેન્ટ એક્ષચેન્જ, ગવર્નમેન્ટ ઓફ ઈન્ડિયા, શ્રમભવન દિલ્હીને ત્યાં સત્સંગ આયોજાયો. તા.૧૫મીની સાંજે પૂજ્ય સ્વામીજી અમદાવાદ પાછા પધાર્યા.

જામનગર : ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ, જામનગર મેડિકલ એસોસીએશન, એમ.પી. શાહ મેડિકલ કોલેજ, આયુર્વેદિક યુનિવર્સિટી અને એસ.આર. ઈન્ડસ્ટ્રીઝના સંયુક્ત તત્વાવધાનમાં પૂજ્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનો એક દિવસનો ભરતકાર્યક્રમ તા.૨૦-૨૧ નવેમ્બરના રોજ આયોજાયો. પૂજ્ય સ્વામીજી સાથે શિવાનંદ આશ્રમના ટ્રસ્ટી અને વાઈસ પ્રેસીડેન્ટ શ્રી અરૂણ ઓઝા, યોગ શિક્ષક કુ. સંગીતા થવાણી, કુ. વૃંદા, કુ. પાયલ, શ્રીમતી નયનાબેન, શ્રી વિક્રમ સોની, શ્રી નિરજ મિશ્રા, શ્રી નિતીન વગેરે પણ આ યાત્રામાં જોડાયાં.

તા.૨૦મી રાત્રે નવથી સાડા દસ સુધી દિવ્ય જીવન સંઘ, જામનગર શાખામાં ડૉ. હરગોવિંદ તન્ના સાહેબની જીવનદીપ હોસ્પિટલમાં સત્સંગ આયોજાયો. તા.૨૧મીની વહેલી સવારે જોર્જ પાર્કમાં યોગસત્ર, સવારે નવથી સાડા અગિયાર સુધી ઓસવાળ ગ્રુપ ઓફ એજ્યુકેશન સોસાયટી સંચાલિત સ્કૂલ ઓફ મેનેજમેન્ટમાં I, You and Future વિષય પર મનનીય ઉદ્બોધન થયું. ખીજડા મંદિરનાં દર્શન પછી બપોરે એસ.આર. કંપનીની લોન્સમાં Management of Desire પ્રવચન થયું. સાંજે ટી.વી. ચેનલો અને મીડિયા રેકોર્ડિંગ્સ પછી રાત્રે નવથી અગિયાર સુધી મેડિકલ કોલેજમાં “યોગ વિજ્ઞાનનો રોગનિવારણ માટે ઉપાય” વિષયક પ્રવચન થયું. આ પ્રસંગે ગુજરાત આયુર્વેદ યુનિવર્સિટીના કુલપતિ પ્રો. એમ.એસ. બધેલ, ડૉ. વિકાસ સિન્હા, ડીન શ્રી એમ.પી. શાહ મેડિકલ કોલેજ તથા શ્રી પ્રો. એચ.એમ. ચંદોલા, ડીન આઈ.જી.ટી. એન્ડ આર.એ. ઉપસ્થિત રહ્યા. સર્વત્ર યોગ નિર્દેશન પ્રશ્નોત્તરી તથા વૃક્ષારોપણ પણ કરવામાં આવ્યું.

બધું મંડળ તા.૨૨ નવેમ્બરની ભાંગતી રાત્રે ૨૩મીને પરોઢિયે પોણા પાંચ વાગ્યે અમદાવાદ પાછું ફર્યું.

બોચાસણ : પૂજ્યપાદ શ્રીમત્ પ્રમુખસ્વામીજી મહારાજશ્રીના ૮૯મા પ્રાકટ્ય દિવસ નિમિત્તે આયોજાયેલ સમારંભમાં બોચાસણ ખાતે પૂજ્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી પધાર્યા હતા. પૂજ્ય શ્રીચરણ સ્વામી બાપાનું શાલ ઓઢાડી અભિવાદન કરી આશીર્વાદ પ્રાપ્ત કર્યા હતા.

ટાઈટલ-૧

સત્ય

સત્યથી મોટો કોઈ સંપ્રદાય નથી. સત્યથી મોટો કોઈ સદ્ગુણ નથી. સત્યથી મોટો કોઈ ધર્મ નથી. સત્યથી મોટો કોઈ ખજાનો નથી. સત્ય એ ભગવાન છે, ભગવાન એ સત્ય છે. સત્ય એક જ છે, પરંતુ સંતો તેને જુદાં જુદાં નામોથી કહે છે. ધૈર્ય, દયા, ઉદારતા, સહનશક્તિ, અપક્ષપાતીપણું, આત્મસંયમ, ત્યાગ, ધ્યાન, અહિંસા તથા ન્યાય એ બધાં સત્યનાં સ્વરૂપો છે. સત્ય શબ્દોના ઘોંઘાટથી રહિત આંતરિક રીતે બોલે છે. તે શાંતિની ભાષા છે. તે ભગવાનનો સૂક્ષ્મ અવાજ છે. એક સ્પષ્ટ ચૈતન્ય આનંદ આપે છે. તેમાં ક્ષુદ્ર ઘોંચપરોણા જેવી ક્રિયા હોતી નથી.

- સ્વામી શિવાનંદ

ટાઈટલ-૪

તમે અમર છો

હે મારા બાળ ! આ તમારું શરીર તમારાથી ભિન્ન છે. આ શરીર અપવિત્ર અને નાશવંત છે. તે શુદ્ધ અને અમર આત્મા ન હોઈ શકે. વાસ્તવમાં તમે અમર આત્મા છો, જે 'અંદર' કે 'બહાર' વિનાનો છે. પૌર્વાત્ય જ્ઞાને 'જીવનના કોયડા'ને તથા 'બ્રહ્માં.ના કોયડા'ને ઉકેલ્યો છે અને જાહેર કર્યું છે : 'હે મનુષ્ય ! તારી જાતને જાણ અને મુક્ત થઈ જા.'

- સ્વામી શિવાનંદ



हरिया डोलेर, 'जमलगर आते 'I, WE & FUTURE' विषयक प्रवचनमञ्ज विद्यापीठो तारीख २९-११-०७



इन्डियन मेडिकल कोन्सिलियेशन, 'जमलगर आते 'योग विदित्तलानो पैदाळित्त साधार' विषयक प्रवचन ठरला पूव्य स्वाभीउ तारीख २९-११-०७



कसियुग में नाम जय वरुण सर्वात्म : स्वामी आध्यात्मानंद

कसियुग में नाम जय वरुण सर्वात्म : स्वामी आध्यात्मानंद

स्वामी आध्यात्मानंद, ३० नवम्बर १९७१, कोल्हापूर, महाराष्ट्र, भारत।

स्वामी आध्यात्मानंद, ३० नवम्बर १९७१, कोल्हापूर, महाराष्ट्र, भारत।

स्वामी आध्यात्मानंद, ३० नवम्बर १९७१, कोल्हापूर, महाराष्ट्र, भारत।

राम कथा आंतरिक चेतना जागृत करती है : स्वामी आध्यात्मानंद

स्वामी आध्यात्मानंद, ३० नवम्बर १९७१, कोल्हापूर, महाराष्ट्र, भारत।

स्वामी आध्यात्मानंद, ३० नवम्बर १९७१, कोल्हापूर, महाराष्ट्र, भारत।

स्वामी आध्यात्मानंद, ३० नवम्बर १९७१, कोल्हापूर, महाराष्ट्र, भारत।

हर व्यक्ति को करना चाहिए रक्तदान: अध्यात्मानंद

रक्तदान, ३ नवम्बर १९७१, कोल्हापूर, महाराष्ट्र, भारत।

हर व्यक्ति को करना चाहिए रक्तदान: अध्यात्मानंद

रक्तदान, ३ नवम्बर १९७१, कोल्हापूर, महाराष्ट्र, भारत।



स्वामी जी को सम्मानित करते हुए स्वामी आध्यात्मानंद को रक्तदान करने का अवसर।



स्वामी आध्यात्मानंद की अध्यक्षता में आयोजित रक्तदान कार्यक्रम।

३ बच्चे उठने वाला बच्ची : अध्यात्मानंद

अध्यात्मानंद, ३ नवम्बर १९७१, कोल्हापूर, महाराष्ट्र, भारत।

३ बच्चे उठने वाला बच्ची : अध्यात्मानंद

अध्यात्मानंद, ३ नवम्बर १९७१, कोल्हापूर, महाराष्ट्र, भारत।



स्वामी आध्यात्मानंद की अध्यक्षता में आयोजित रक्तदान कार्यक्रम।



‘મેનેપ્રમીએ સ્વોપ ક્રિયાચર’ પ્રવચન ખસંને એસસર, જામનગર ખાતે
 યોગ નિર્વહન કરતા યોગવિદ્યાલયો તારીખ ૨૧-૧૧-૦૦



એસસર, જામનગર ખાતે વૃક્ષારોપણ કરતા
 પૂજ્ય સ્વામીજી તારીખ ૨૧-૧૧-૦૦



‘જોગર્ષવાઈ’, જામનગર ખાતે યોગ ધર્મનું સંચાલન કરતા
 પૂજ્ય સ્વામીજી તારીખ ૨૧-૧૧-૦૦



શ્રી દુર્ગ માતા મંદિર, સુધિયાણા ખાતે સંભોગ
 કરતા પૂજ્ય સ્વામીજી તારીખ ૦-૧૧-૦૦

તમે સમર છો

ઠે મારા હજાર! આ તમારું સારીર તમારાવી મિલન છે. આ સારીર અપરિચિત અને નાચર્યંત છે. તે સુખ અને સમર આપવા ન ઠોઈં સારી. વાસ્તવમાં તમે સમર આપવા છો, જે ‘સંકર’ ઠે ‘હાસર’ મિલાઓ છે. પીંચાંચ ફાળે ‘સુખમલા ઠોચડા’ને તથા ‘હાસરમલા ઠોચડા’ને ઠેઈંઈઓ છે અને ખઈંઈ ઠવું છે : ‘ઠે મનુષ્યાં તારી ખતને ખાવા અને મુકત થઈં ખ.’

- સ્વામી વિદ્યાનંદ