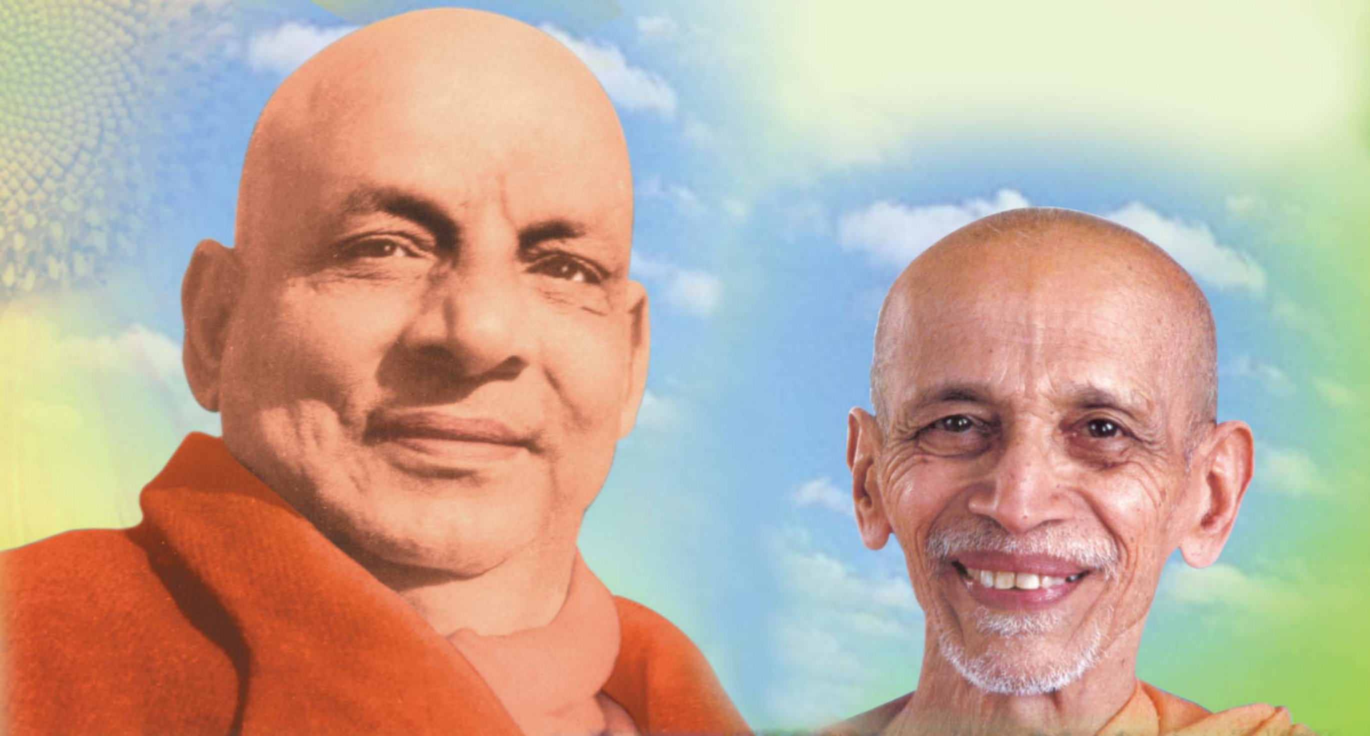
યોગ, સ્વાસ્થ્ય અને નૈતિક જીવન મૂલ્યોનું માસિક

દિવ્ય જીવન

વાર્ષિક લવાજમ : રૂા. ૧૫૦/- ● વર્ષ - ૧૪ અંક - ૨ ફેબ્રુઆરી-૨૦૧૭

Postal Registration No. GAMC 1417/2015-2017 Valid up to 31-12-2017 RNI No. GUJGUJ/2003/15738
Published on 4th of every month and Posted on 5th of every month at PSO, Ahmedabad-2. Annual Subscription Rs.150/-



આત્મ-સંયમ

ભાગ્યવાનને માનવ જન્મ મળે છે. વિષયેચ્છા સંતોષવા કે ક્ષુલ્લક ઈચ્છા ભોગવવા કરતાં કશુંક ઉચ્ચતર મેળવવાની ઈચ્છા અને ભાવ રાખવાં તે વધુ મોટું સદ્‌ભાગ્ય છે. વિષયવાસના સંતોષવાથી જે તૃપ્તિ મળે છે તે અલ્પજીવી, છેતરામણી અને ક્ષતિઓ તેમ જ અપૂર્ણતાઓથી ભરેલ હોય છે.

- સ્વામી શિવાનંદ

પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજને **'Glory of Gujarat'** એવોર્ડ ગુજરાત રાજ્યના મહામહિમ રાજ્યપાલ આદરણીય શ્રી ઓમપ્રકાશ કોહલીજીના વરદ્ હસ્તે એનાયત કરવામાં આવ્યો. (તા. ૨૧-૧-૨૦૧૭)

પેપર ટ્રેડર્સ એસોસિયેશન ઈન્ડિયાના વાર્ષિક સંમેલનનું દીપ પ્રજ્વલન કરીને ઉદ્‌ઘાટન કરતા પૂજ્ય સ્વામીજી (૭-૧-૨૦૧૭) અમદાવાદ, હોટલ સેન્ટ લૉરેન્સ

પેપર ટ્રેડર્સના સંમેલનમાં પૂજ્ય સ્વામીજીનું ઉદ્‌બોધન (૭-૧-૨૦૧૭) અમદાવાદ

અનુપમ મિશન, મોગરી ખાતે સપ્તકલા સંગમ સમારંભમાં પૂજ્ય સાહેબદાદાનું દિવ્ય સાંનિધ્ય અને સમારંભનો મંગળ પ્રારંભ દીપ પ્રાગટ્ય સાથે (૧૨-૧-૨૦૧૭) આણંદ

AHMEDABAD, FRIDAY, 20/01/2017 2

પાંચ મહાનુભાવો 'નિલકંઠ છત્રપતિ એવોર્ડ'થી સન્માનિત

અંધજનોના કલ્યાણ અર્થે સેવા કરતા પાંચ મહાનુભાવોનું પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજના વરદ્ હસ્તે સન્માન. સાથે પદ્મશ્રી કુમારપાળ દેસાઈ, ગુજરાત યુનિવર્સિટીના ભૂતપૂર્વ ઉપકુલપતિ ડૉ. ચંદ્રકાન્ત મહેતા અને શ્રીમતી કુમુદબેન રશ્મિકાન્ત શાહ

ICSW દ્વારા આયોજિત 'ગ્લોરી ઑફ ગુજરાત એવોર્ડ' સમારંભમાં શ્રેષ્ઠ પ્રિન્ટિંગના ૫ નેશનલ એવોર્ડ મેળવવા બદલ ગુજરાતના માનનીય રાજ્યપાલ શ્રી ઓ. પી. કોહલીજીના વરદ્ હસ્તે પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીની વિશિષ્ટ ઉપસ્થિતિમાં વિશિષ્ટ સન્માન સ્વીકારતા પ્રિન્ટવિઝનના શ્રી યજ્ઞેશ પંડ્યા અને શ્રીમતી હરિતા પંડ્યા સાથે શ્રી જિજ્ઞેશ શાહ અને શ્રી પ્રણવ મહેતા.

શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની પ્રેરણાથી પ્રકાશિત

દિવ્ય જીવન

વર્ષ : ૧૪ અંક : ૨ ફેબ્રુઆરી-૨૦૧૭

સંસ્થાપક અને આદ્યતંત્રી :
બ્રહ્મલીન શ્રી સ્વામી યાજ્ઞવલ્ક્યાનંદજી
(ડૉ. શિવાનંદ અધ્વર્યુજી)
સંપાદક મંડળ :
અધ્યક્ષ : શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી (તંત્રી)
ડૉ. મફતભાઈ જે. પટણી
શ્રીમતી રૂપા મજમુદાર

○

તંત્રી : શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી
લેખ મોકલવાનું સરનામું :
શિવાનંદ આશ્રમ, જોધપુર ટેકરી,
અમદાવાદ - ૩૮૦ ૦૧૫.
ફોન : ૨૬૮૬૧૨૩૪, ૨૬૮૬૨૩૪૫

○

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

○

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

લવાજમ

ભારતમાં

વાર્ષિક લવાજમ	:	રૂ. ૧૫૦/-
શુભેચ્છક લવાજમ (૧૫ વર્ષ માટે)	:	રૂ. ૧૫૦૦/-
પેટ્રન લવાજમ	:	રૂ. ૩૦૦૦/-
છુટક નકલ	:	રૂ. ૧૫/-
વિદેશ માટે (એર મેઈલ)		
વાર્ષિક (એર મેઈલ)	:	રૂ. ૧૮૦૦/-
શુભેચ્છક લવાજમ	:	રૂ. ૧૫૦૦૦/-

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

ૐ

शान्तिपाठ

ॐ सह नाववतु ।
सह नौ भुनक्तु ।
सह वीर्यं करवावहै ।
तेजस्विनावधीतमस्तु ।
मा विद्विषावहै ।
ॐ शान्ति : शान्ति : शान्ति :

कठोपनिषद्

(તે) અમારું બંનેનું સાથે પાલન કરો, (તે) અમારું બંનેનું સાથે રક્ષણ કરો, (અમે બંને) સાથે (વિદ્યાકૃત) સામર્થ્ય સંપાદન કરીએ. અમારું બંનેનું અધ્યયન કરેલું સામર્થ્યવાળું થાઓ. (અમે બે પરસ્પર) દ્વેષ ન કરીએ. ૐ શાંતિ (થાઓ,) શાંતિ (થાઓ,) શાંતિ (થાઓ.)

શિવાનંદ વાણી

ધ્યાન

ધ્યાન વિના જ્ઞાન મળતું નથી. આત્મમંથનથી સત્યનું દર્શન કરી શકાય છે. નિયમિત ધ્યાન દ્વારા તમે ધીમે ધીમે આધ્યાત્મિક માર્ગે આગળ વધી શકશો અને તમારામાં રહેલી દિવ્ય જ્યોત વધારે તેજસ્વી બનતી જશે. ધ્યાન તમને અનંત પ્રકાશ અને અંતર્જ્ઞાન આપશે. ધારણા અને ધ્યાનના સતત પ્રયાસથી મન નિર્મળ બને છે અને ઐહિક સુખોની લાલસા ઓછી થતી જાય છે. આધ્યાત્મિક જાગૃતિનું તેજ વ્યક્તિનું દૃષ્ટિબિંદુ બદલી નાખે છે અને સાધક હવે અનંત અને અવિનાશી આનંદ તરફ વળે છે. આથી ભૌતિક લાભ તેને મન હવે ગૌણ બની જાય છે.

- સ્વામી શિવાનંદ

અનુક્રમ

૧.	કઠોપનિષદ્		૩
૨.	અનુક્રમ, તહેવાર સૂચિ	....	૪
૩.	સંપાદકીય	તંત્રી........................	૫
૪.	વૈરાગ્ય	ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી	૬
૫.	તમારી પસંદગી શું હશે?	શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી...........	૧૦
૬.	પૂર્ણતા માટે મથામણ	શ્રી સ્વામી કૃષ્ણાનંદજી	૧૩
૭.	L. G. હોસ્પિટલના ડૉક્ટર વિદ્યાર્થીઓ માટે આપવામાં આવેલો સંદેશો.	શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી.....	૧૪
૮.	બાહ્ય સંપત્તિ અને આંતરિક સાદગી	શ્રી સ્વામી જ્યોતિર્મયાનંદજી	૧૬
૯.	તેન ત્યક્તેન ભુંજીથાઃ	શ્રી સ્વામી નિખિલેશ્વરાનંદજી......	૧૮
૧૦.	શિવાનંદ કથામૃત	ગુરુદેવના સંન્યાસી શિષ્યો.......	૨૧
૧૧.	અમૃતપુત્ર-૨૩	શ્રીમતી રાજલક્ષ્મી દેશપાંડે.......	૨૫
૧૨.	સુખનો સ્રોત	શ્રીમતી રૂપા મજમુદાર	૨૯
૧૩.	વૃત્તાંત	....	૩૧

તહેવાર સૂચિ

માર્ચ - ૨૦૧૭

તા.	તિથિ	(ફાગણ સુદ)
૫	૮	હોળાષ્ટક પ્રારંભ
૮	૧૧	એકાદશી
૧૦/૧૧	૧૩/૧૪	પ્રદોષ પૂજા
૧૨	૧૫	પૂર્ણિમા, હોળી, હોળાષ્ટક પૂરા, મહાપ્રભુ ચૈતન્ય જયંતી
		(ફાગણ વદ)
૧૩	૧	ધુળેટી
૧૯	૭	ભાનુ સપ્તમી
૨૪	૧૧	પાપ મોચીની એકાદશી
૨૫	૧૨	પ્રદોષ પૂજા
૨૭	૧૪/૩૦	સોમવતી અમાસ
		(ચૈત્ર સુદ)
૨૮	૧	ગુડી પડવો, ચૈત્રી નવરાત્રી પ્રારંભ

"અનુરોધ-અભિલાષા" ગ્રાહકોને :

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

દિવ્ય સ્ફુલિંગ

આત્મ - સંયમ

ભાગ્યવાનને માનવ જન્મ મળે છે. વિષયેચ્છા સંતોષવા કે ક્ષુલ્લક ઇચ્છા ભોગવવા કરતાં કશુંક ઉચ્ચતર મેળવવાની ઇચ્છા અને ભાવ રાખવાં તે વધુ મોટું સદ્‌ભાગ્ય છે. વિષયવાસના સંતોષવાથી જે તૃપ્તિ મળે છે તે અલ્પજીવી, છેતરામણી અને ક્ષતિઓ તેમ જ અપૂર્ણતાઓથી ભરેલ હોય છે.

- સ્વામી ચિદાનંદ

સંપાદકીય

આ મહિનાનો પ્રારંભ વસંતપંચમીથી થાય છે. વસંતપંચમીના દિવસે બંગાળ-બિહાર અને ઓરિસ્સામાં સરસ્વતી પૂજન કરવાની પરંપરા છે. સરસ્વતી એટલે શુદ્ધ બ્રહ્મરૂપા ભગવતીદેવી અને આ મહિનાનું સમાપન અમાવાસ્યાના દિવસે થાય તેના બે દિવસ પૂર્વે મહાશિવરાત્રી છે. આ શિવજી પણ શુદ્ધ બ્રહ્મસ્વરૂપ છે.

સરસ્વતી વાણીનાં દેવી છે. જ્યાં વાણી વિરામ પામે 'યતો વાચો નિવર્તન્તે' ત્યાં જ શુદ્ધ બ્રહ્મનું દર્શન થાય.

શિવ યોગીશ્વર છે. શ્રીકૃષ્ણ યોગેશ્વર છે. શિવ નિવૃત્તિ ધર્મનો આદેશ પ્રદર્શિત કરે છે, જ્યારે શ્રીકૃષ્ણ પ્રવૃત્તિ ધર્મનો. બહારથી પ્રવૃત્તિ, પરંતુ અંદરથી નિવૃત્તિ. પ્રવૃત્તિ બધી કરવાની, પરંતુ કોઇ પણ પ્રવૃત્તિમાં આસક્તિ નહીં. ભગવાન શંકરનું કહેવાનું છે કે જેણે પણ બ્રહ્માનંદનો આસ્વાદ લેવાનો છે તેમણે થોડી થોડી વારે નિવૃત્ત થઇને રહેવું જ પડે. નિવૃત્ત થઇએ તો મોહ, માયા, મમતા અને કામનો વિનાશ થાય. બ્રહ્માનંદ અને વિષયાનંદ સાથે રહી શકે નહીં.

આપણો આ જીવ પિતા છે, જેને પ્રવૃત્તિ અને નિવૃત્તિ બે કન્યાઓ છે. નિવૃત્તિનો આનંદ લેવો હોય તો પ્રવૃત્તિનો માનસિક ત્યાગ કરવો જ પડશે. જ્યાં સુધી શારીરિક શક્તિ છે, વિવેકપૂર્વક પ્રવૃત્તિનો ત્યાગ કરો. બ્લડપ્રેશર વધે અને ડોક્ટર આરામ કરવાનું કહે તે નિવૃત્તિ નથી.

વેદાંત વિચારનો અધિકાર વિરક્તને છે, વિલાસીને નહીં. જે વેદાંતી વાતો તો બ્રહ્મજ્ઞાનની કરે અને ધન-સંપત્તિ, નારી કે સ્થૂળ-જડ પદાર્થોનો મોહ છોડી શકતો નથી તેની અવસ્થા 'ભારસ્ય વેત્તા ન તુ ચંદનસ્ય' જેવી છે. વ્યવહાર કરો પણ આ બધું મિથ્યા જ છે, તેની સતત સભાનતા હોવી જ જોઇએ. ભક્તિમાં જો સંગ અયોગ્ય હશે તો ભક્તિમાં વિક્ષેપ પડશે જ. લોકોની વચ્ચે રહેવું પણ લોકોને પોતાની સાથે ન રાખવા.

ઈશ્વર સિવાય અન્ય કોઇનો પણ સંગ ન કરો, જીવ અભિમાની છે, વિશ્વાસઘાતી તો છે જ. માટે સંતોની દૃષ્ટિ સદાય ઝૂકેલી રહે છે. તેઓને દેહનાં દર્શનમાં રુચિ નથી. તેઓ તો દેવદર્શનમાં જ પ્રસન્ન રહે છે.

ભગવાન શંકરની દૃષ્ટિ સદા બ્રહ્મમાં જ સ્થિર રહે છે.

સંતોની પરીક્ષા વેશભૂષા અને જાતિપાંતિથી નહીં, તેમની આંખો અને તેમની મનોવૃત્તિથી કરવી. બ્રહ્મજ્ઞાન સુલભ છે, પરંતુ પ્રત્યેક જડ-ચેતનમાં બ્રહ્મનું દર્શન કરનાર સંત દુર્લભ છે.

શિવજી પરમ વૈષ્ણવ છે. તેઓ શ્રીરામનાં દર્શને ગયા છે. શિવજી બાલકૃષ્ણનાં દર્શને ગયા છે. શિવ ઔઢરદાની છે. શિવ આશુતોષ છે – કરુણાનિધાન છે. શિવરાત્રીનો અર્થ જ છે કે પ્રત્યેક રાત્રિ શિવમય બને, મંગળમય બને, ત્યાગની બને, ભોગની ન બને. શિવરાત્રી એટલે વિતરાગની રાત્રિ. મોહ-માયા અને દંભરહિત પ્રાણતત્ત્વને ઉજાગર કરવાની રાત્રિ.

શિવરાત્રીનો ઉપવાસ એટલે પ્રત્યેક ક્ષણ ઉપ એટલે સમીપે અને વાસ એટલે રહેવું. પ્રત્યેક ક્ષણ, પ્રત્યેક વિચારમાં શુદ્ધ બ્રહ્મનું આરાધન એટલે જ શિવરાત્રીનું સાર્થક્ય. આપણે આવાં જ દિવ્ય જીવનની પ્રાપ્તિ કરીએ એ જ અભ્યર્થના.

॥ ૐ નમઃ શિવાય ॥

- સંપાદક

વૈરાગ્ય

ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી

[પૂજ્ય ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજનું જીવન સાધનાનો પર્યાય હતું. તેઓ સાધના-સિદ્ધ પુરુષ હતા. તેમનાં જીવનની પ્રત્યેક પળ અને પ્રત્યેક શ્વાસ સાધના જ હતાં. તેમનાં જન્મ શતાબ્દી પછીના દશ વર્ષો એટલે ચિદાનંદ દિવ્ય દશક પ્રસંગે આપની સમક્ષ 'સાધના' પ્રસ્તુત કરતાં ખૂબ આનંદ છે.]

વૈરાગ્ય એ તો સંપૂર્ણ રીતે એક માનસિક સ્થિતિ છે. ધન અને વૈભવની વચ્ચે રહેતો માણસ પણ ગુફામાં નિવાસ કરનાર કરતાં વધુ મોટો વૈરાગી હોઈ શકે છે. રાજા જનક અને રાણી ચૂડાલા રાજ્ય કરવા છતાં પણ સંપૂર્ણ વૈરાગી હતાં, જ્યારે રાજા શિખિધ્વજ કૌપિન અને કમંડળ ધારણ કરીને વનમાં રહેતો હોવા છતાં પણ પોતાના શરીર અને કમંડળની આસક્તિ નહોતી છોડી શક્યો. કેટલાક સાધુઓના વૈરાગ્યના બહારના દેખાવથી સામાન્ય સંસારી માણસ અંજાઈ જાય કે છેતરાઈ જાય છે. કેટલાક લોકો પોતાનાં વસ્ત્રો કાઢી નાખી કૌપિન ધારણ કરે છે અને શરીરે ભસ્મ ચોળીને એમ બતાવે છે કે તેઓ મહાન વૈરાગી છે. શું આ કેવળ ઢોંગ નથી? આ તો કેવળ ધન અને સુખ-સગવડ મેળવવાની ખંધી ચાલાકીઓ છે; બધી જ કામનાઓ અને આસક્તિ તેમનામાં હાજર છે જ.

જીવનની જવાબદારીઓ અને સામાજિક ફરજોનો ત્યાગ એ વૈરાગ્ય નથી. વૈરાગ્યનો અર્થ સંસારથી અલગ થઈ જવું એવો પણ નથી. વૈરાગ્ય એટલે હિમાલયની કોઈ ગુફાઓમાં કે સ્મશાનભૂમિમાં જઈને એકાંત જીવન ગુજારવું એ પણ નહિ. વૈરાગ્ય એટલે લીમડાનાં પાન કે ગોમૂત્ર કે ગોમળ ઉપર જીવવું એ પણ નહિ. વૈરાગ્ય એટલે માથે જટા અને હાથમાં કમંડળ ધારણ કરવું કે માથું મુંડાવી વસ્ત્રત્યાગ કરવો એ પણ નહિ. **વૈરાગ્ય એટલે સંસારના બધા સંબંધોથી મનની અનાસક્તિ.** મનુષ્ય સંસારમાં રહી શકે અને પોતાના વર્ણાશ્રમ-ધર્મ પ્રમાણેની બધી જ ફરજો અનાસક્તિથી બજાવી શકે છે. તે ગૃહસ્થાશ્રમી હોય તો પણ શું? તે પોતાનાં સ્ત્રી-બાળકો સાથે રહે તેમ છતાં પણ તે બધા પ્રત્યે માનસિક રીતે અનાસક્ત બની પોતાની આધ્યાત્મિક સાધના કરી શકે છે. સંસારમાં રહેવા છતાં પણ જે માણસમાં સંપૂર્ણ માનસિક અનાસક્તિ હોય તે ખરેખર વીરપુરુષ છે. તે હિમાલયની ગુફાઓમાં વસતા સાધુ કરતાં વધુ ઉચ્ચ સ્તરનો છે, કારણ કે તેને તો સંસારમાં ડગલે ને પગલે પ્રલોભનોનો સામનો કરવાનો હોય છે. માણસ જ્યાં જાય ત્યાં તે પોતાનું ચંચળ અને નબળું મન તથા પોતાની વાસનાઓ અને સંસ્કાર લઈને જ જાય છે. તે હિમાલયની ગુફાઓમાં એકાંતમાં રહેતો હોવા છતાં પણ જો તે હવાઈ કિલ્લાઓ બાંધતો હોય અને સંસારી સુખોનો વિચાર કરતો હોય તો વાસ્તવમાં તો તે સંસારી માણસ જ છે. આ બાબતમાં તો ગુફા તેને માટે એક મોટું શહેર બની જાય છે. એથી ઊલટું જો કોલકાતા જેવા શહેરના સૌથી ઉદ્યોગી ધાંધલિયા વિસ્તારમાં આવેલા કોઈ વિશાળ મકાનમાં રહેવા છતાં પણ જો માણસનું મન શાંત રહે અને તે આસક્તિઓથી મુક્ત રહે તો તે એક સંપૂર્ણ વૈરાગી છે. આ મોટું મકાન તેના માટે એક ગાઢ અરણ્ય માત્ર બની જશે.

આકર્ષણ અને અપાકર્ષણરૂપી મનના બે પ્રવાહો જ વાસ્તવમાં જગત અથવા સંસારની રચના કરે છે. મન આકર્ષણના કારણે આનંદદાયક પદાર્થો પ્રત્યે ખૂબ જ આસક્ત રહે છે; કારણ કે તેને તે પદાર્થોમાંથી આનંદ મળે છે. જ્યાં જ્યાં સુખની લાગણી અથવા અનુભવ થાય છે ત્યાં ત્યાં મન ગમે તે સ્થિતિમાં સુખદાયક પદાર્થોને ચોંટી પડે છે. આને જ આસક્તિ કહેવાય છે. આનાથી તો કેવળ બંધન અને દુઃખ જ પ્રાપ્ત થાય છે. હવે જ્યારે પદાર્થ દૂર થાય છે કે તેનો નાશ થાય

છે ત્યારે મનને અવર્ણનીય દુઃખ થાય છે. આકર્ષણ જ માનવદુઃખોનું મૂળ કારણ છે. જે પદાર્થો દુઃખકર છે તેનાથી મન દૂર ભાગે છે. મનમાં તેમના પ્રત્યે ઘૃણા અથવા નફરત જાગે છે, ઉદાહરણાર્થ કોઈને સાપ, વાઘ કે વીંછી ગમતા નથી. આકર્ષણ અને સુખ તથા અપાકર્ષણ અને દુઃખ સહઅસ્તિત્વ ધરાવે છે. સંસારી મનુષ્ય આ બે મહાન પ્રવાહનો દાસ છે. તે એક તણખલાની માફક આમથી તેમ ફંગોળાય છે. જ્યારે તેને સુખ અથવા આનંદ મળે છે ત્યારે તે હસે છે અને દુઃખ પડે છે ત્યારે તે રડે છે. તે સુખદાયક પદાર્થોને વળગી રહે છે અને દુઃખકર પદાર્થોથી દૂર ભાગે છે.

વૈરાગીને આનાથી કાંઈક જુદી જ તાલીમ મળેલી હોય છે અને તેને કંઈ જુદા જ અનુભવ હોય છે. પોતાની જાતને ક્ષણિક અને નાશવંત પદાર્થોથી અલગ કરવાની કળા અને વિજ્ઞાનમાં તે પારંગત હોય છે. તેને તે પદાર્થો માટે જરા પણ આકર્ષણ હોતું નથી. તે તો સતત અનંતમાં જ નિવાસ કરે છે. તે સુખ અને દુઃખમાં સાક્ષીભાવની ચેતના અનુભવે છે. પ્રચંડ તોફાની પ્રવાહમાં એક અડગ ખડકની માફક ઊભો રહી તે સાક્ષીભાવે આ જગતના આશ્ચર્યજનક ખેલને જુએ છે. આ બધા સુખકર કે દુઃખકર અનુભવની તેના ઉપર કશી અસર થતી નથી; બલકે તે તેમાંથી કીમતી પાઠ શીખે છે. બીજી રીતે કહીએ તો તેને સુખ માટે આકર્ષણ નથી હોતું કે દુઃખ માટે ઘૃણા નથી હોતી કે નથી તો તે દુઃખથી ડરતો. તે સારી રીતે જાણે છે કે ધ્યેય સિદ્ધિના માર્ગે પ્રગતિ અને ઉત્કર્ષ કરવામાં દુઃખ ઘણું જ મદદગાર થાય છે. તેને બરાબર પ્રતીતિ થઈ હોય છે કે દુઃખ એ તો જગતમાં એક મહાન ગુરુ છે. તે તો સદા માગે છે : – ''विपदः सन्तु नः शश्वत्।''

વહાલા સાધક ! અહીં મને એક ચેતવણી ઉચ્ચારવા દો. જો તમે દરેક પ્રકારના સંસારી લોકો સાથે છૂટથી હળશો-મળશો તો તમારામાં વૈરાગ્ય આવશે અને જશે. માટે તમારે મહત્તમ વૈરાગ્ય કેળવવો જોઈએ. મન એવું ગીધ જેવું છે કે તે એક વખત ત્યાગેલો પદાર્થ ફરી ઝડપી લેવા તૈયાર જ બેઠું હોય છે. તે સોનેરી તકની રાહ જોઈને જ બેઠું હોય છે. જ્યારે જ્યારે અને જ્યાં જ્યાં મન નાગની માફક પોતાની ફેણ ઊંચી કરી ચિત્કાર કરે ત્યારે વિવેકનો અને જ્ઞાની તથા વૈરાગી સાધુ-મહાત્માઓરૂપી અભેદ્ય કિલ્લાનો આશરો લો. વૈરાગ્યમાં પણ જુદી જુદી કક્ષાઓ હોય છે. સર્વોપરી અથવા પરવૈરાગ્ય ત્યારે જ આવે છે કે જ્યારે મનુષ્ય બ્રહ્મમાં સ્થિત થાય છે. આ વૈરાગ્ય સંપૂર્ણ રીતે સ્વાભાવિક બની જશે.

મનુષ્ય સંસારમાં રહીને પણ સુખ અને દુઃખ પ્રત્યે આંતરિક માનસિક અનાસક્તિ કેળવી શકે છે. તેણે એ ખાસ જોવું જોઈએ કે તેણે સંસારના સુખદ અનુભવમાં ખેંચાઈ ન જવું જોઈએ. તેણે તેમને વળગી પણ ન રહેવું જોઈએ તેમ દુઃખકર અનુભવથી ગભરાવું પણ ન જોઈએ. તેણે તો કેવળ આ બધા અનુભવોના મૂક સાક્ષી માત્ર બનવું જોઈએ. જો તે આ પ્રમાણે થોડો સમય અભ્યાસ કરે તો તેનો દરેક અનુભવ આધ્યાત્મિક નિસરણીમાં તેને ઉપર ચઢવાનું એક વાસ્તવિક પગથિયું બની રહેશે. આથી તેનું મન શાંત અને સ્થિર બનશે. અનાસક્ત અથવા વૈરાગી મનુષ્ય આ સંસારમાં સૌથી સુખી અને સમૃદ્ધ માણસ છે; ઉપરાંત તે સૌથી વધુ શક્તિશાળી માનવી છે. હવે માયા તેને કેવી રીતે લલચાવી શકે?

સાધકે ભર્તૃહરિનું વૈરાગ્યશતક અને વૈરાગ્ય ઉપરના બીજા ગ્રંથોનું અધ્યયન કરવું જોઈએ. આથી મનમાં વૈરાગ્ય ઉત્પન્ન થશે. મૃત્યુ અને સંસારનાં દુઃખોનું સ્મરણ આ બાબતમાં તમને ઘણી મદદ કરશે. કેટલાક બૌદ્ધ સાધુઓ હંમેશાં પોતાની સાથે માણસની

ખોપરી રાખે છે એ પરત્વે જો હું વાચકનું ધ્યાન દોરું તો અહીં અસ્થાને નહિ ગણાય. મનુષ્ય-શરીરની ક્ષણભંગુરતાની સતત યાદ દેવડાવવા માટે અને તેથી તેનામાં વૈરાગ્ય પ્રેરવા માટે આ હોય છે. એક દાર્શનિક એક વખત પોતાના હાથમાં એક સ્ત્રીની ખોપરી રાખીને આ પ્રમાણે કહેવા લાગ્યો કે, ''હે ખોપરી! કેટલાક સમય પહેલાં તું મને તારી સુંદર ત્વચા અને ગુલાબી ગાલ વડે આકર્ષતી હતી. હવે ક્યાં છે તે મોહકતા? ક્યાં છે તે મધુમય હોઠ અને ક્યાં છે તે કમળ જેવી આંખો?'' આ રીતે તેણે પોતાનામાં તીવ્ર વૈરાગ્ય પેદા કર્યો. જો તમે મનુષ્ય-શરીરના જુદા જુદા ભાગોનું માનસિક વિશ્લેષણ કરી હાડમાંસથી ભરેલા શરીરનું ચિત્ર મન સમક્ષ રાખશો તો પછી તમને તમારા પોતાના કે કોઈ સુંદર સ્ત્રીના શરીર માટે આસક્તિ રહેશે નહિ. શા માટે આ રીત ન અપનાવો?

દાક્તરોને વૈરાગ્ય કેળવવા માટે ખૂબ વિશાળ ક્ષેત્ર છે. દરરોજ તેઓ શબગૃહમાં મડદાં જુએ છે અને તેમને તેના નગ્ન સ્વરૂપમાં જોવાની ઘણી તકો મળે છે. તેઓને આ મૃત્યુલોકમાં મનુષ્ય-જીવનની ક્ષણભંગુરતા વિષે નિઃશંક પ્રતીતિ થયા વિના રહેતી નથી. કેદખાનાના નિયામક અને ત્યાંના બીજા અધિકારીઓ જો ખરેખર સત્ય અને મુક્તિના ચાહકો હોય તો તેમને પણ વૈરાગ્ય કેળવવાના આશ્ચર્યજનક અવસર છે. ફાંસીની સજા પામેલા કોઈ કેદીને ફાંસીએ લટકાવવાનું દૃશ્ય તેમની આંખો ખોલી નાખશે.

વિષયસુખની કામના મનુષ્યના મનમાં ઊંડાં મૂળ ઘાલીને રહેલી હોય છે. રાજસી મનનું ઘડતર જ એવી રીતે થયું હોય છે કે તે એક ક્ષણ પણ એક યા બીજા પ્રકારના ભોગવિલાસના વિચારો કર્યા વિના રહી શકતું નથી. મનુષ્ય જુદા જુદા પ્રકારના સૂક્ષ્મ આનંદ-પ્રમોદ શોધી કાઢે છે. આધુનિક વિજ્ઞાને સુખોપભોગના શિષ્ટ માર્ગો શોધી કાઢવામાં આશ્ચર્યજનક ફાળો આપ્યો છે. આધુનિક સંસ્કૃતિ એટલે વિષયભોગોનું બીજું નામ - હોટલો, સિનેમા, એરોપ્લેન, રેડિયો, ટીવી વગેરે. તે વિષયસુખની કામનાને પ્રબળ બનાવે છે. મનુષ્ય પોતાના સ્વાદના પોષણ માટે નવી નવી વાનગીઓ, નવાં નવાં પીણાં, નવાં નવાં રસ વગેરે શોધી કાઢે છે. કપડાંલત્તાંની ફેશન તો વરસોવરસ આગળ વધતી જ જાય છે. વાળની બાબતમાં પણ તેમ જ છે. અરે, સત્યના માર્ગે ચાલતો મનુષ્ય પણ યૌગિક અભ્યાસ દ્વારા શાશ્વત અને પ્રબળ વિષયસુખ ઝંખે છે. તે ઈન્દ્ર અને બીજા દેવોની સાથે-સાથે કલ્પવૃક્ષની નીચે બેસીને અમરતાનું અમૃત પીવા ઈચ્છે છે. તે સ્વર્ગીય અપ્સરાઓ અને ગંધર્વોનું દિવ્ય સંગીત સાંભળવા ઈચ્છે છે. આ બધાં સૂક્ષ્મ પ્રલોભનો છે. નૈષ્ઠિક સાધક આ લોકનાં અને પરલોકનાં સુખોનાં આ શિષ્ટ, સૂક્ષ્મ અને તીવ્ર સ્વરૂપોથી દૃઢતાપૂર્વક પીઠ ફેરવી લે છે. તે આ બધાં સુખોને વમન (ઊલટીના પદાર્થો), વિષ્ટા અને પ્રાણીઓનાં મળ-મૂત્ર સમાન કે ઝેર સમાન ગણે છે.

તપશ્ચર્યાના નામે શરીરને બિનજરૂરી કષ્ટ આપવું એ અત્યંત ખરાબ છે. આ તો અજ્ઞાની લોકોની આસુરી તપશ્ચર્યા કહેવાય. ભગવાન શ્રીકૃષ્ણે ગીતામાં આને ધિક્કારેલ છે. શરીર તો પરમાત્માનું હાલતુંચાલતું મંદિર છે. શરીર તો આત્મસાક્ષાત્કાર પામવા માટેનું સાધન છે. જો શરીર સુદૃઢ અને તંદુરસ્ત ન હોય તો તમે કશી જ સાધના ન કરી શકો. વૈરાગ્ય માટેની આસક્તિ તો વિષય પદાર્થો માટેની આસક્તિ જેટલું જ એક દૂષણ છે. વૈરાગ્ય-અભિમાનનો ત્યાગ કરો. સંસારી મનુષ્યના અભિમાન કરતાં સાધુ-સંન્યાસીઓનો અહંકાર વધુ ભયાનક અને દૃઢ હોય છે.

વૈરાગ્યનું અભિમાન તો કેન્સરના રોગ જેવું ભયંકર અને જીવલેણ છે. જ્યાં સુધી શરીરનો વિચાર અસ્તિત્વમાં છે ત્યાં સુધી વૈરાગ્ય-અભિમાનથી મુક્ત

થવું મુશ્કેલ છે. **'હું મહાન ત્યાગી અથવા વૈરાગી છું.' એવી ભાવના એ જ વૈરાગ્ય-અભિમાન.** જે સંન્યાસીએ પોતાનું શરીર માનવસેવા અર્થે સમર્પિત કર્યું હોય તેનું શરીર એક જાહેર મિલકત બને છે. તેને પોતાના શરીર ઉપર કોઈ અધિકાર કે દાવો હોતો નથી, કારણ કે તે શરીરના અસ્તિત્વનો જ સ્વીકાર નથી કરતો અને કહે છે કે **'શિવોઽહમ્'** જનતા આ શરીરની સંભાળ લેશે.

ભગવાન બુદ્ધે પણ પહેલાં શરીરને ખૂબ કષ્ટ આપ્યું, કઠોર તપશ્ચર્યા કરી, અન્નનો ત્યાગ કર્યો છતાં પણ તેઓ ધ્યેય સિદ્ધ કરી શક્યા નહિ. તેમણે એક ગીત સાંભળ્યું – એ ગીતનો સાર આ પ્રમાણે હતો – **સિતારનો તાર બરાબર માપસર ખેંચાયેલો હોય તો જ તેમાંથી સુંદર સંગીત નીકળશે. તાર વધારે ખેંચાશે તો એ તૂટી જશે અને સંગીત બંધ પડશે. જો તાર ઢીલો હશે તો સંગીત બેસૂર થશે.**

પછી તેમણે ખોરાક લીધો. મધ્યમ માર્ગ અપનાવ્યો અને નિર્વાણ પામ્યા. **પૂર્ણતા પ્રાપ્ત કરવા માટે અત્યંત સંન્યસ્તપણું (અતિશય સંન્યાસીપણું) આવશ્યક નથી. ખરી જરૂર તો છે વિવેકથી જન્મેલા દૃઢ માનસિક વૈરાગ્યની.** બધાંનાં શરીર કઠોર તપશ્ચર્યા કરવા માટે યોગ્ય હોતાં નથી. જો જડ તપશ્ચર્યાથી શરીરને ઘણું કષ્ટ આપશો તો તે પડી જશે. માટે તપશ્ચર્યાના નામે તમારું સ્વાસ્થ્ય અને તમારું શરીર બગાડશો નહિ. શરીર મજબૂત અને તંદુરસ્ત રાખો પણ તેના માટે આસક્તિ ન રાખો. કોઈ ઉમદા કાર્ય માટે ગમે તે ક્ષણે તેનો ત્યાગ કરવા તૈયાર રહો.

જ્યારે ઘોડાએ ઘણું કામ કર્યું હોય કે તે માંદો હોય ત્યારે તેનો રખેવાળ તેને સારો પોષક ખોરાક આપે છે ત્યારે જ તે ફરી બીજા કામ માટે તૈયાર થઈ જાય છે. તે જ પ્રમાણે આ શરીરને પણ યોગ્ય પોષણ મળવું જોઈએ ત્યારે જ તે સારું કામ આપી શકશે; ત્યારે જ તે વધુ પડતા કામના બોજાથી કે દર્દના કારણે ગુમાવેલી શક્તિ, ગુમાવેલું ચૈતન્ય પુનઃ પ્રાપ્ત કરી શકશે. જો શરીરની યોગ્ય સંભાળ લેવામાં ન આવે તો કામ બગડશે. જ્યારે શરીર વૃદ્ધ થાય ત્યારે ઠંડીથી તેને સારું રક્ષણ મળવું જોઈએ અને તેની સારી સંભાળ લેવી જોઈએ. જો સખત તિતિક્ષા આચરવામાં આવશે તો શરીર થોડા જ વખતમાં થાકી જશે અને પરિણામે અમૃતત્વ અને નિર્ભયપણાના સામા કિનારે પહોંચી શકાશે નહિ.

હે મારા વહાલા રામ! શરીર પ્રત્યે બેદરકાર રહીશ નહીં. જે લોકોએ પોતાનું જીવન માનવસેવા અર્થે સમર્પિત કર્યું છે તેમની પાસેથી સમાજ અને પ્રકૃતિ શક્ય તેટલું વધુ ને વધુ કામ લેવા પ્રયત્ન કરશે. તેઓને આખરી દમ સુધી સેવાના ધૂંસરે જોડી રાખવામાં આવે છે. ભગવાન વિષ્ણુ પ્રહ્‌લાદને ઉપદેશ આપતાં કહે છે, "હે પ્રિય પ્રહ્‌લાદ! બસ, તપશ્ચર્યા બસ કર. ઘણી થઈ. તારા શરીરની સંભાળ લે. સમાધિમાંથી જાગ અને લોકોની સેવા કર. ભક્તિનો પ્રસાર કર. જેણે "હું ત્યાગી છું અને હું વૈરાગી છું" એવા વિચારનો સંન્યાસ (ત્યાગ) કર્યો છે, જે આપોઆપ મળતી વસ્તુઓનો કદી સ્વીકાર કરતો નથી કે કદી ત્યાગ કરતો નથી, જે પોતાની જાતને મૂક સાક્ષીમાત્ર અમર આત્મા માને છે, જે સંસારી પદાર્થોની વચ્ચે ભમતો હોવા છતાં પણ હંમેશાં એમ અનુભવે છે કે હું અકર્તા અને અભોક્તા છું તેને યોગવાસિષ્ઠ 'મહાત્યાગી' અને 'મહાભોગી' કહે છે. ગીતામાં કહ્યું છે કે –

रागद्वेषवियुक्तैस्तु विषयानिन्द्रियैश्चरन् ।
आत्मवश्यैर्विधेयात्मा प्रसादमधिगच्छति ॥

(ગીતા ૨-૬૪)

'સ્વાધીન મનવાળો સાધક પોતાની રાગદ્વેષરહિત તથા પોતાને આધીન એવી ઇન્દ્રિયો વડે વિષયોમાં વિચરતો હોવા છતાં પણ પરમાત્માનો પ્રસાદ-કૃપા-શાંતિ પામે છે અને પ્રસન્નતાને કારણે તેની બુદ્ધિ સ્થિર થાય છે.'

☐ **'સાધના'માંથી સાભાર**

તમારી પસંદગી શું હશે?

- શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી

આ ક્ષણે આ સેવકની વિનમ્ર પ્રાર્થના છે કે ગુરુદેવના વ્યાવહારિક ઉપદેશોને તમે દૃઢ રીતે સમજો, પચાવો અને તમારા દૈનિક જીવનમાં તેને આત્મસાત્ કરો. તે શિક્ષણને તમે તમારા જીવનના સિદ્ધાંતો અને નમૂના તરીકે સ્વીકારો અને જ્યારે તમે તમારું ભૌતિક શરીર છોડી અહીંથી જશો ત્યારે તમે પરમોચ્ચનો સાક્ષાત્કાર કરી શકશો, તે મહાન વાસ્તવિકતાની અનુભૂતિ કરી તેમાં નિવાસ કરી શકશો.

આ પ્રાર્થના હકીકત બનશે કે દૂર-સુદૂરની આશા રહેશે, સ્વપ્ન બનશે કે વાસ્તવિકતા થશે તેનો પૂરેપૂરો આધાર તમારા પર છે. આ વાત પૂર્ણ રીતે તમારા દરેક પર નિર્ભર છે. તમારી પસંદગી પર તે આધારિત છે. આ પસંદગીની બાબત છે. તમારી સમજણ પર તે નિર્ભર છે. તમારી ખરી સમજશક્તિ અને સ્પષ્ટ સૂઝબૂઝ પર આ વાત આધાર રાખે છે. આ પૃથ્વીના ગ્રહ પર તમારા અસ્તિત્વને તમે શું સમજો છો? માનવસમાજના ભાગરૂપે તમે તમારી જાતને કેવી ગણો છો?

તમારું અહીંનું અસ્તિત્વ ખાસ કરીને માનવસમાજને આભારી છે, જેને જાણવાનું, અવલોકવાનું, સમજવાનું, પરિપ્રશ્ન કરવાનું, વિવેકબુદ્ધિ વાપરવાનું, તર્કશક્તિ વાપરવાનું, પસંદ કરવાનું તેમજ અસ્વીકાર કરવાનું સામર્થ્ય બક્ષીસ રૂપે મળ્યું છે. બીજાં બધા જીવનાં રૂપો, સામાન્ય રીતે તેમની ચેતના અને જીવન જીવવાની વૃત્તિ શરીર સાથે સંબંધ ધરાવે છે. તેમની સૂઝ સાચી કે ખોટી હોય તેના આધારે વિચારશક્તિ દ્વારા ખરા કે ખોટા અંતિમ નિર્ધાર પર આવવાની આ વિશિષ્ટ આવડત તેઓ ધરાવતા નથી.

વિચારશક્તિનો આધાર તર્કશક્તિ પર રહે છે અથવા તે પક્ષપાત, પૂર્વગ્રહ કે આત્મ-પ્રેમ પર આધાર રાખે છે. આવું હોય ત્યારે દલીલશક્તિ તમને આડે રસ્તે ભટકાવી દે, પરંતુ માનવ વ્યક્તિ હોવાની આ તક કે દૈવયોગ યોગ્ય રીતે વાપરવામાં આવશે કે નહિ તે ઈશ્વર પર, શ્રદ્ધા પર કે અન્ય લોકો પર આધાર રાખતું નથી. તે આપણા દરેક પર નિર્ભર છે. ફક્ત પસંદગીનો સવાલ છે.

નચિકેતાએ યમધર્મરાજનો સામનો કર્યો ત્યારે યમરાજાએ આ વાત ખૂબ સ્પષ્ટ કરી છે. યમધર્મરાજને આ લોક તેમજ પરલોકનું જ્ઞાન હતું. મૃત્યુ (શારીરિક) પછી આત્માનું શું થાય છે તે તેઓ જાણતા હતા આ અસત્, અલ્પકાલીન શરીરમાં વસતા આત્માનો સ્વભાવ તેઓ જાણતા હતા. તેમણે નચિકેતાને કહ્યું : ''એ બાબત જીવની પોતાની પસંદગીનો પ્રશ્ન છે. દરેક જીવ સમક્ષ બે રસ્તા ખુલ્લા હોય છે.

''પહેલો રાહ (પ્રેય) એવો છે, જે સુખદ છે અને ઇન્દ્રિયોને પોષે છે, તે રાહ એવો છે, જેમાં આકર્ષણના લીધે, બંધનના કારણે માણસ મુક્તિ ગુમાવે તેવો ભય છે. કારણ જેટલા ઇન્દ્રિયભોગ ભોગવો તેટલી ઇચ્છા વધુ પ્રબળ થાય છે. બીજો રાહ (શ્રેય) દેખીતો અઘરો છે અને સુખરૂપ જણાતો નથી, પરંતુ માણસની સર્વોચ્ચ ભલાઈ તરફ લઈ જાય છે, માણસનું સર્વોચ્ચ કલ્યાણ કરે છે. દરેક જીવે પસંદ કરવાનું હોય છે કે તે જે ફક્ત સુખદાયી લાગતું અને આકર્ષક છે તે તરફ જશે કે જે દિશા અઘરી પણ શાનદાર છે તે દિશામાં જશે.''

યમધર્મરાજ વધારામાં કહે છે કે માનવસમાજના મોટા ભાગના લોકો ટૂંકી દૃષ્ટિ ધરાવે છે. તેઓ છીછરા હોય છે. તેઓ તેમની ગહન વિચાર અને સૂઝબૂઝની શક્તિ વાપરતા નથી. તેથી તેઓ ઇન્દ્રિયો વડે જે અનુભવે છે તેને જ ફક્ત સત્ માની લે છે. જોવું તે માનવું. આવા નિષ્કર્ષ પર આવીને આગળ

કશું નથી તેમ માનીને તેઓ અલ્પકાલીન વસ્તુઓ પાછળ દોડે છે. મહત્તર સત્તાને સમજવા-જાણવાની શક્તિ ન હોવાથી આ અલ્પકાલીન દેખાવને સત માનીને ટૂંકી દૃષ્ટિના આવા લોકો આ મૃત્યુની પાથરેલ જાળમાં ફરી સપડાય છે.

નચિકેતા ઝડપભેર જાણી જાય છે. તેનામાં સાચી વિવેકબુદ્ધિ, સ્પષ્ટ સૂઝબૂઝ છે. તે કહે છે : ''તો પછી મારે તો સર્વોચ્ચ, પરમ, કાયમી, અપરિવર્તનીય અને અવિનાશી તત્ત્વ જોઈએ.''

ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી દરેક જણ નચિકેતા જેવો બને તેમ ઈચ્છતા હતા. આપણે સમજુ, સૂઝ-બૂઝવાળા ચોખ્ખી વિચારસરણી ધરાવતા, સાચી વિવેકશક્તિવાળા હોઈએ તેમ તેઓ ઈચ્છતા, જેથી આપણે વીરને શોભે તેવી પસંદગી કરીએ. તેઓ હંમેશ કહેતા રહેતા : ''તમારે નચિકેતાનો મિજાજ રાખવો જોઈએ.''

ભગવાન કૃષ્ણે કઈ દિશા લેવી તે અર્જુન પર છોડ્યું. મહાભારતની લડાઈ થયા પહેલાં જ ભગવાને અર્જુન સામે બે વિકલ્પ રાખેલા. તેમણે કહેલું, ''તું પસંદ કર.'' તેણે અર્જુનને પસંદગી કરવામાં મદદ કરેલી નહિ. અર્જુને યાદવસેનાના બદલે શ્રીકૃષ્ણને પસંદ કર્યા. દુર્યોધને અર્જુનને મૂર્ખ માન્યો અને ખુશ થયો કે તેને સેના મળી, પરંતુ અર્જુને દિવ્યતા પસંદ કરી શાણપણ વાપર્યું હતું.

માનવ મન બધાં માનવકાર્યોનો ભંડાર છે, જે વિચાર તમારા મનમાં બેસે છે અને મન પર અગ્રેસર થાય છે તે કાર્ય કરાવે છે. ત્યાં જાગરૂકતા, વ્યવહારદક્ષતા, સતર્કતા, સાવધાની, જાગૃતિની આવશ્યક્તા રહે છે. આવું જાણીને સમજુ યોગી આધ્યાત્મિક મુમુક્ષુ હંમેશ ચોક્કસ હોય છે. આ પસંદગીની જે વાત કરી રહ્યા છીએ તે તમારા જીવનની કોઈ યાદગાર પળમાં કરવાની પસંદગીની વાત નથી. આ એ પસંદગી છે, જે દરેક પ્રાતઃકાળે શરૂ થાય છે અને તમે છેવટે રાત્રે સૂવા જાઓ ત્યાં સુધીમાં જાગ્રત કલાકોમાં સતત ચાલુ રહે છે.

તમારે જીવનભર દરેક પગલે, દરેક ક્ષણે આ જાગૃતિ અને પસંદગી કામે લગાડવાનાં છે. એક ભજનમાં ગાયું છે, ''હે માનવ! જીવનના રાજમાર્ગ પર, કાળજીપૂર્વક, વિવેકબુદ્ધિ વાપરીને, ચિંતન કરીને, દરેક પગલું લેતાં પહેલાં તમે કઈ દિશામાં પગલું માંડો છો તે જોજો.'' આ રીતે જ્યારે સફળ આધ્યાત્મિક જીવનની મોટી હકીકત રૂપે જ્યારે સ્વનિર્ણયનો સિદ્ધાંત બતાવ્યો છે ત્યારે સતત સભાનતા સાથે સ્વનિર્ણયની સાચી પસંદગી કરવાની છે.

તે જ પ્રમાણે અહીંથી પ્રસ્થાન કરતાં પહેલાં સિદ્ધ પુરુષ-મહાન બુદ્ધે-તેના શિષ્યોને આદેશ આપેલો, ''હે ભિક્ષુઓ, તમારા માટે પ્રકાશ બનજો અને બીજાંના પથ પર દીપ બનજો.'' પ્રકાશ અંતરમાં છે, તે વડે તેજ પાથરો. તે પ્રકાશ પ્રસરવા દો, તમારા જીવનમાં અને જીવન દ્વારા - તમારાં વિચાર, વાણી, વર્તન મારફત પ્રકાશ પ્રસરાવો. તમે જે પ્રકાશ છો તેના વડે તેજ પાથરો અને આ રીતે તમારું જીવન એવું આદર્શ કરો કે બીજાના પંથને ઉજાળે.

હવે વાત તમારા હાથમાં છે. તમે જે પ્રકાશ છો તેનું તેજ ફેલાવશો? બીજાના પથ પર પ્રકાશ રેલાવશો? તમે જ્યાં જાવ ત્યાં તમારી જાત જ જાગ્રત કરતો પ્રકાશ થઈ રહેશે, આ પ્રપંચ, આ માનવસમાજને સતત પ્રકાશ આપવાની પ્રક્રિયા બની રહેશે? કે પછી આ મહાન વિશેષાધિકાર, આ મહાન આશીર્વાદ તમે જતો કરશો? તમારી જાતને સ્થૂળ, નિમ્ન જીવની જેમ સપડાવા દેશો?

જો તમે નિમ્ન જીવ સાથે ગુલામીમાં ફસાશો તો તમારું જીવન કલહ, વિસંગતતા, જૂઠાણું અને અનૈતિકતાનું કેન્દ્ર બની રહેશે. તમારા અન્ય સાથેના સંબંધો તમારી પરમ દિવ્યતાનાં વિરોધી પરિબળોથી ભરપૂર રહેશે. વાતાવરણને કલુષિત કરશે અને તમારા તેમજ બીજા માટે અશાંતિ પેદા કરશે, પ્રકાશની જગ્યાએ અંધકાર ફેલાવશે.

માટે, ચાલો, આપણે પ્રકાશ છીએ તો પ્રકાશની માફક તેજ પાથરવાનું પસંદ કરીએ. અત્યારે જ આ પસંદગી કરીએ! આપણી દિવ્યતાની દીપ્તિને ગ્રહણથી ભરખી જવા આપણા નિમ્ન જીવને અને તેની નકારાત્મકતાને કદી તક નહિ આપીએ, તેવું કદી નહિ થવા દઈએ! આપણે સતર્ક રહીશું, આપણે નકારાત્મકતાને પાછી ઠેલીશું. ગમે તેટલી વખત આપણા પર હુમલો થાય, પરવા નહિ, આપણે વિજયી થઈશું. આપણે જે મહાન પ્રકાશ છીએ તેની મહાન દીપ્તિથી આપણે ઝળહળીશું. આપણું જીવન આવું દીપ્તિમાન હશે.

આપણી આ પસંદગી છે, જીવનના બાકીના દિવસોમાં આ પસંદગી આપણને દોરશે. આ પસંદગી મુજબ આપણે વર્તીશું અને દરેક પગલે સાચી દિશામાં ચાલવા આપણે પસંદગી કરીશું. ઈશ્વરે આપણને જે બનવા સર્જ્યા છે, જે ખરેખર આપણે છીએ તે થવા આપણે પસંદગી કરીશું.

આજની આ મહાન આવશ્યકતા છે. આમાં ડહાપણ છે. આમાં તમારી સર્વોચ્ચ ધન્યતા પડી છે. આ સમજપૂર્વકની પસંદગી કરો અને જીવનભર દરેક પગલે આ પસંદગી તમને દોરવણી આપતી રહે. આ મહાન પસંદગી કરવામાં દિવ્ય વાસ્તવિક્તા જે હરહંમેશ વર્તમાન છે તેની કૃપા અને તમારામાં વાસ કરી રહેલ ગુરુદેવના આશીર્વાદ તમને સફળ બનાવે!

દિશા પસંદ કરો

દરરોજ ડગલે ને પગલે તમારી પસંદગી કરો અને પ્રકાશ ભણી ગતિ કરો. બધાં દુ:ખ અને દર્દને પાર કરવાની ખાતરી તમને આમાંથી મળશે, તમે અસ્ખલિત પરમાનંદની અવસ્થામાં પ્રવેશશો. પરમાનંદ ક્યાંયથી આવતો નથી. આપણે તે દિશામાં આગળ ધપવું પડે છે. આપણે તે માટે માગણી કરવી પડે છે. આપણે તેને આપણી પસંદગી બનાવવી પડે છે. આપણે તે માટે કાર્ય કરવું પડે છે. પછી તે આપણો થાય છે. આ રીતે હર્ષ કે શોક, બંધન કે મુક્તિ, વિક્ષેપ કે શાંતિ જીવની પસંદગી પર આધારિત છે. રસ્તો આપણી સામે ખુલ્લો છે, આપણે દિશા પસંદ કરવાની છે.

☐ **'મુક્તિપથ'માંથી સાભાર**

(પૂર્ણતા માટે મથામણ પાના નં. ૧૩ ઉપરથી ચાલુ)

દેખાય છે તેટલા સારી રીતે ભીતર જામેલાને પણ હોય. સંભવ છે કે આધ્યાત્મિક આદર્શો તરફનો આપણા કહેવાતા પ્રેમનો આખો મહાલય, ઉચ્ચતર સમજણ અને બૌદ્ધિક તર્કોના ખાટા આસ્વાદથી કડડભૂસ કરતો ધસી પડે અને ત્યારે આપણને આપણું દારિદ્રય ને શૂન્યતા સમજાય. આપણને ખબર પડે કે આપણે આપણા આધ્યાત્મિક તર્કોને વૈયક્તિક વાસનાઓ અને મહત્ત્વાકાંક્ષાની સરી જતી રેતી ઉપર જ રોપ્યા હતા! શારીરિક અસ્તિત્વ તરફની આસક્તિ અને અહંવૃત્તિનું દઢીકરણ, શરીર અને અહંકાર સાથે સંબદ્ધ સઘળા સામાજિક સંપર્કોની સંમતિ - બસ, આટલો આપણા સંતોષનો સરવાળો છે. આપણે સૌ મર્ત્ય છીએ, પરિવર્તનશીલ સંસારમાં રહીએ છીએ, એ સંસાર આપણી ઈચ્છાઓ સંતોષવાનો દંભ કરે છે, પણ સંતોષી શકતો નથી પણ આ દંભને આપણે વાસ્તવિકતા માની બેઠા છીએ. અને ઇન્દ્રિયજગતે આપેલી આ દાંભિક ખાતરીને ન્યાયપૂર્ણ ઠરાવવા લાગ્યા છીએ અને જે કંઈ દુનિયામાં છે, જે કંઈ ઇન્દ્રિયો જુએ અને જાણે છે કે લાગણીઓ જેને અંતિમ પ્રાપ્ય ગણે છે તેનાથી જ આપણને સંતોષ સાંપડે છે એવું મનને મનાવવા-સમજાવવા લાગ્યા છીએ, જોકે આપણે હંમેશાં દેખીતી રીતે કંઈ લાગણીમય કે આવેશભર્યા હોતા નથી, પણ આપણે પાયામાં એવા છીએ અને વસ્તુવ્યવસ્થાના વિશાળતર પ્રકાશમાં આપણા વ્યક્તિત્વનો પાયો છેવટે વાજબી ઠરતો નથી. આપણી હસ્તી કરતાં જરાય ઊતરતી હસ્તી કોઈ પણ રીતે એ વસ્તુવ્યવસ્થાને મંજૂર નથી.

☐ **'ગીતાદર્શન'માંથી સાભાર**

પૂર્ણતા માટે મથામણ

- શ્રી સ્વામી કૃષ્ણાનંદજી

શ્રી ભગવદ્‌ગીતાની એક સુવિખ્યાત મૌલિક ગ્રંથ તરીકે ગણના થતી હોવા છતાં ખરેખર રીતે એ સામાન્યજનોને પચે એવો ગ્રંથ નથી. એના ઉપદેશો, એના નૈતિક સિદ્ધાંતો, એનો ચરમ ઉદ્દેશ, આ બધું એવા પ્રકારનું છે કે કેવળ આશા-આકાંક્ષાઓ, અરમાનો, ઘૃણાઓ અને ભાતભાતની રૂઢિઓથી ભર્યાભાદર્યા જગતમાં જીવી રહેલા જનસામાન્યને એની સાથે પોતાનો મેળ બેસાડવો મુશ્કેલ લાગે છે. ભગવદ્‌ગીતામાં આપેલા જીવનદર્શને તો આ બધી વસ્તુઓને મૂળમાંથી જ કાપી નાખી છે. એના ઉપદેશ ઉપર આપણે જેમ જેમ વધુ ધ્યાન આપતાં જઈએ તેટલા વધુ ને વધુ આપણે આપણા દિન-પ્રતિદિનના જીવન માટે તેમાંથી માર્ગદર્શન મેળવવાની મુશ્કેલી અનુભવીશું અને ખૂબીની વાત એ છે કે ગીતાનો મુખ્ય હેતુ જ જીવનને માર્ગદર્શન પૂરું પાડવાનો છે! પહેલા અધ્યાયમાંની અર્જુનની દલીલો એ 'આપણી' જ દલીલો છે. માનવમનના તર્કો, આ શરીરને જ અંતિમ વાસ્તવિકતા લેખે છે, તેની સાથે સંબદ્ધ બધી વસ્તુઓને પરમાર્થતઃ વાસ્તવિક ગણે છે. અને ઇન્દ્રિયોએ આપેલા બધા સંદેશાઓ જ્ઞાનપ્રકારોને પૂર્ણતઃ પ્રામાણિક માને છે. આ જગતમાં ઇન્દ્રિયો, સમજણ અને બુદ્ધિગમ્ય તર્કો આપણા જ્ઞાનનાં સાધનો છે. આપણાં મૂલ્યોની કસોટી માટે આપણે આ સાધનોનો જ ઉપયોગ કરીએ છીએ. આપણને ભલે એમ લાગતું હોય કે ઇન્દ્રિયો ઉપરાંત આપણી પાસે સમજણ અને બૌદ્ધિક તર્કશક્તિ છે. પણ ખરું જોતાં તો એ સમજણ અને એ બૌદ્ધિક તર્કો ઇન્દ્રિયોની જ હાથવગી ચાકરડીઓ છે, ઇન્દ્રિયોએ પોતાનાં નિરીક્ષણથી જે માહિતીઓ ભેગી કરી હોય, તેને પોતાના તર્કોથી સાબિત કરી દેવાનું કામ જ તે ચાકરડીઓ કરે છે. આપણને કોઈ નવું જ્ઞાન એ આપી શકતી નથી. નિરીક્ષણ અને સંવેદન દ્વારા ઇન્દ્રિયો આપણને જે જ્ઞાન આપે છે, એના કરતાં કોઈ નવું, ઊંચી કક્ષાનું જ્ઞાન, આપણી સમજણશક્તિ આપણને આપતી નથી. એટલા જ માટે કહેવાય છે કે આપણે સૌ દુનિયાની ઘટમાળમાં વસીએ છીએ. અને દુર્ભાગ્યની વાત તો એ છે કે આપણી બુદ્ધિશક્તિ પણ, જો તેના કાર્યની પૃષ્ઠભૂમિના રહસ્યને જાણ્યા વગર, સાવધાનીથી પ્રયોજેલી નહીં હોય તો તરત જ ભૌતિક સમજદારી સાથે જોડાઈ જશે. અને તે એટલે સુધી કે તે પણ, 'ઇન્દ્રિયો જે કહે છે તે સાચું છે.' એમ સંમતિ પૂરશે. અર્જુનની બધી દલીલો આવી હતી.અને ગમે તે રીતે આપણાં આશા-અરમાનોને પૂરાં કરવા ઈચ્છતા આપણે પણ આપણી લાગણીઓ અને આવેશોને ન્યાયયુક્ત ઠેરાવતી વેળાએ આ જ પ્રકારની દલીલો ધીરે ધીરે કરતા થઈ જઈએ છીએ. મહાકાવ્યના સંદર્ભને અને મહાભારતની કથાને ઘડીભર એક બાજુએ મૂકીએ અને કેવળ ગીતાના ઉપદેશની પાછળ છુપાયેલા આધ્યાત્મિક રહસ્યના સિદ્ધાન્તને ધ્યાનમાં લઈએ તો પોતાની જ યુદ્ધભૂમિ પર શસ્ત્રો ઉપાડવાનો અર્જુનનો ખચકાટ, એ નક્કર વાસ્તવિકતાને પકડવામાં એક અધ્યાત્મપંથીનો - એક સાધકનો - જ ખચકાટ છે. આપણને તો એક એવો ઈશ્વર જોઈએ છે કે જેનો આપણી ઇન્દ્રિયો, લાગણીઓ, આવેશો, રૂઢિઓ, પરંપરાઓ અને સામાજિક તિરસ્કારો સાથે મેળ ખાય. આપણી વાસ્તવિકતા અને જીવનધ્યેય આ બધી લાગણીઓથી સાપેક્ષ છે અને આપણી આવી સમજણના ઇન્દ્રિય - પ્રકાશિત પ્રકાશમાં મૂલવેલા હેતુ માટે આપણે જીવી રહ્યા હોઈએ એમ જણાય છે. આ ખૂબ મહત્ત્વની બાબત માટે આપણે સૌએ આપણા પોતાના ન્યાયાધીશ થવું જોઈએ. સંભવ છે કે આધ્યાત્મિક આદર્શો માટેની આપણી સાધના અથવા ઈશ્વર-સાક્ષાત્કાર જેટલા સપાટી પર

(અનુસંધાન પાન નં. - ૧૨)

શ્રી સ્વામી વિવેકાનંદજી જયંતી - ૧૨-૧-૨૦૧૭ના રોજ L. G. હોસ્પિટલના ડોક્ટર વિદ્યાર્થીઓ માટે આપવામાં આવેલો સંદેશો.

શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

આદરણીયા માતૃસ્વરૂપ,

આપણી કોલેજનાં ડીન

ડૉ. દીપ્તિબેન, શ્રદ્ધેય સુપરિન્ટેન્ડેન્ટ ડૉ. શ્રી આર. સી. શાહસાહેબ, શ્રદ્ધેય ડૉ. મહેશભાઈ ચૌહાણ, વહાલા ડૉ. હરિભાઈ પટણી અને પ્રાધ્યાપક મિત્રો, પેરામેડિકલ સ્ટાફ અને વહાલા વિદ્યાર્થીમિત્રો !

નમસ્કાર. કુશળ હશો. હું રૂ-બ-રૂ આવી શકતો નથી તેથી ક્ષમા માગું છું, પરંતુ મારું એવું માનવું છે કે જ્યાં સારું કામ થતું હોય, જેમાં સેવા, પરોપકાર, રાષ્ટ્રભક્તિ માનવતા અને પવિત્રતાનું કામ થતું હોય તે બધું જ મારું જ છે અને હું સદા સર્વદા ત્યાં જ છું.

આજે તમારામાંના અનેક વિદ્યાર્થીઓએ વક્તૃત્વ સ્પર્ધા- પોસ્ટર પ્રેઝન્ટેશનમાં ભાગ લીધો. અભિનંદન! વિદ્યાર્થી બોદો ન હોવો જોઈએ. તે ઊભો રહે, બેસે કે બોલે તેના અવાજમાં રણકો હોવો જોઈએ. તેના ચહેરા ઉપર સદા પ્રસન્નતા અને પ્રકાશ જ રેલાવો જોઈએ. માંદલા, ખોવાઈ ગયેલા, ખવાઈ ગયેલા અને લલ્લુને ભલા વિદ્યાર્થી કેમ કહેવાય? તમો વિદ્યાર્થી છો. વિદ્યાને ચાહનારા વિદ્યાની ઉપાસના કરનારા. તમો વિદ્યાર્થી- વિદ્યાનો જનાજો કાઢનારા નથી જ ! મકાનનો પાયો પાકો હોય તો મકાન ડગે નહીં, હલે નહીં, ચલાયમાન ન થાય, પરંતુ પાયો બોદો હોય, કાચો હોય તો ટકી શકે નહીં. તમારા વ્યક્તિગત જીવન ઉપર સામાજિક જીવનનો આધાર છે. તમારું પ્રોફેશન સમાજ માટે છે. સ્વાર્થના કુંડાળામાંથી બહાર આવી પરમાર્થના જીવનના યાત્રી બની શકે તે જ સાચા અને સારા તબીબ બની શકે.

મૃત્યુશૈયા ઉપર ડચકાં ખાતા હાર્ટએટેકના રોગીનું હાર્ટ બંધ થાય ત્યારે બહારથી મસાજ કરી, શૉક આપી ક્યારેક તો તેના મોઢામાં મોઢું નાખી બંધ થયેલા હૃદયને ફરીથી ‘રિ-વાઈવ’ કરતા ડોક્ટરો મેં જોયા છે. તે મરીજને બચાવવા પોતાની શિફ્ટ પૂરી થઈ જાય છતાં જે શક્ય તેટલા બધા જ પ્રયત્નો નવજીવન આપવા માટે કરતા હોય છે, પરંતુ જ્યારે દેખાય કે બ્લડપ્રેશર NIL છે, પલ્સ નથી જ. આંખના ડોળામાં ગતિવિધિ નથી, હૃદયના ધબકારા લાઈફ સેવિંગ સિસ્ટમ હોવા છતાં કાર્યશીલ નથી એટલે તે પેશન્ટના માથે કપડું ઓઢાડી, તેની આંખો બંધ કરી, ડોક્ટર બીજા દરદીની સારવારમાં સત્વરે લાગી જાય છે. જ્યાં સુધી દરદી જીવે છે, તેને બચાવવા પૂરો પ્રયત્ન, તન-મન અને સર્વસ્વ ખપાવતો તે જ ડોક્ટર તેના મૃત્યુ પછી તેની સાથે જાણે કંઈ જ સંબંધ ન હોય તેમ ‘DETACH’ થઈ અને જીવતા-જીવવાની આશા રાખતા, જિજીવિષા અને જિગીષા પોષતા દરદી સાથે ‘ATTACH’ થઈ જાય છે.

દોસ્તો ! જન્મ છે, તેનું મૃત્યુ પણ છે પરંતુ આ જન્મ અને મૃત્યુ વચ્ચેના અંતરને જીવન કહી શકાય નહીં. તે તો માત્ર મૃત્યુ ભણી યાત્રા છે, ત્યાં જીવન શોધવું પડશે. જીવનને ત્યાં ઝંકૃત કરવું પડશે. તે અસંભવ નથી. તમો ભાગ્યવાન છો કે તમો ડોક્ટરો- તબીબો થવાના માર્ગે છો કે થયા છો. તમારો પ્રત્યેક શ્વાસ મંદિરના પૂજારી જેવી રીતે ઠાકોરજીની સેવા સવાર-સાંજ કરે તેવી રીતે તમારા દરદીઓ માટે કરવાની છે.

અમારા ગુરુજી સંન્યાસ પૂર્વે ડોક્ટર હતા. તાંજોર મેડિકલ કોલેજમાંથી ૧૯૦૨ની સાલમાં ભણીને મલેશિયા ગયા હતા. તેઓ ‘મોપેડ’ લઈને દરદીને તપાસવા જતા હોય તો Railway train રોકાઈ જતી, મોપેડ સાથે તેમને ગાડીમાં બેસાડીને જ્યાં જવું હોય ત્યાં train ને થોભાવાતી. તેમના માટે દિવસ અને રાત્રિમાં ભેદ ન હતો. પગાર તેમને એક જ રબર કંપનીની હોસ્પિટલ આપતી હતી, પરંતુ તેઓ બીજી હોસ્પિટલમાં

પણ પૂરેપૂરી સેવા બજાવતા. આંધી, તોફાન, વર્ષા સાથે તેમને નિસબત ન હતી. પ્રસૂતાની પ્રસૂતિ વેદનામાંથી મુક્ત કરવા જરૂર હોય તો ફોરસેપ્સથી પ્રસૂતિ કરાવતા અને છેક બીજા દિવસે સવારે પાછા ફરતા. ગરીબ દરદીઓ માટે તેઓ પોતાની ખુરશીની બાજુમાં રાખેલાં ફળ, દૂધ, બિસ્કિટ આપતા. તેમને આવવા-જવા માટે પૈસા પણ આપતા. સંન્યાસ પછી પણ જાણ થાય કે કોઈ સાધુ-કુલચટ્ટીમાં બીમાર છે તો જરૂરી એવી બધી દવાઓ હાથમાં લઈને છેક દસ-બાર માઈલ દોડી જતા. યાદ એટલું રહે કે પૈસો જરૂરી છે, તેના વગર અમારે સાધુઓને પણ ચાલતું નથી. સમાજમાં રહીએ એટલે સામાજિક પ્રાણી થઈને રહેવું જોઈએ. જંગલના જંગલી પ્રાણીની જેમ ન રહેવાય!

માટે આજના આ પવિત્ર દિવસને યાદ રાખો. પૂજ્ય સ્વામી વિવેકાનંદજી કહેતા 'મા અભિ' કદીયે ડરો નહીં. તેઓનું સદૈવ કહેવાનું હતું 'ખડતલ બનો.' મંદિરમાં જાઓ છો કે નહીં તે ગૌણ છે. વૃદ્ધને, દુઃખીને, રોગીને, અપરિચિતોને પણ આલિંગન આપીને આત્મીયતા દેખાડો છો કે નહીં? તે જરૂરી છે. ફૂટબોલના મેદાનમાં જાઓ, ભાગો, દોડો, ફોલાદના બનો. પહાડને ઉપાડવાની ક્ષમતા, નદીને પી જવાની ક્ષમતા મારા દેશના યુવાનમાં હોવી જોઈએ. ધ્રુવ જેવી તટસ્થતા, નચિકેતા જેવો ત્યાગ, હનુમાન જેવી ભક્તિ, લક્ષ્મણ જેવી સેવાની ભાવના આપણા જીવનમાં કેળવાય ત્યારે જ સ્વામી વિવેકાનંદજયંતીની સાર્થકતા.

રાત્રે સૂતા પહેલાં વિચારજો, આજે શું સારું થયું, શું અયોગ્ય થયું. આવતી કાલે ફરીથી અયોગ્ય ન થાય તે માટે પ્રણ કરો. સેવાની એક પણ તક ન છોડો. સેવાની તક ઊભી કરો. ઈશ્વર આ વિરાટ સ્વરૂપમાં તમારી સમક્ષ છે. તમો અમૃતપુત્ર છો. આનંદ સ્વરૂપ છો. નિત્ય, સત્ય, શુદ્ધ-બુદ્ધ, અજર, અમર, અવિનાશી પરમ તત્ત્વ છો. માનવદેહ મળ્યો છે તેને સાર્થક કરો. સેવા, ધ્યાન, દાનથી જ પરમની પ્રાપ્તિ થશે. ઈશ્વર તમારા બધાનું બહુવિધ મંગળ કરો એ જ ભાવના. ધીરજ રાખીને આટલો લાંબો સંદેશ સાંભળવા બદલ આભાર.

આપનો જ આત્મા,

સ્વામી અધ્યાત્માનંદ

શિવાનંદ આશ્રમના આગામી ઉત્સવો

- **તા. ૨૪ ફેબ્રુઆરી, ૨૦૧૭ - શુક્રવાર**ના રોજ મહાશિવરાત્રી ઉત્સવ ભગવાન શ્રી વિશ્વનાથ મહાદેવના મંદિર અને પ્રાંગણમાં ધામધૂમથી સમ્પન્ન થશે. બ્રાહ્મમુહૂર્તમાં ચાર વાગ્યાથી ૨૪ કલાક સુધી લઘુરુદ્ર, અભિષેક, અર્ચના, મહાઆરતી, શૃંગાર અને મહાનિશાધ્યાન સાથે સાંજે પાંચથી સવારના ચાર સુધી હરિનામ સંકીર્તન, ભક્તિસંગીત તથા અહોરાત્ર પ્રહરપૂજાઓ થશે. પૂજાઓનો લાભ લેવા ઈચ્છનાર ભક્તોએ આશ્રમ કાર્યાલયનો સંપર્ક કરવો.
- **તા. ૨૫ ફેબ્રુઆરી, ૨૦૧૭ - શનિવાર**ના મધ્યાહ્નને મહાપ્રસાદ-ભંડારાનું આયોજન પણ છે.

બહારગામથી આવનારા ભક્તોએ તેમના આગમનની લેખિત સૂચના આપીને આવવું, જેથી વ્યવસ્થામાં સુવિધા રહે.

- **ચૈત્ર નવરાત્રી ઉત્સવ :** તા. ૨૮ માર્ચથી શ્રી રામનવમી સુધી સમ્પન્ન થશે. દરરોજ બપોરે ૪.૩૦ થી ૭.૦૦ વાગ્યા સુધી શ્રી રામચરિતમાનસના નવાહ્ન પારાયણ ઉપરાંત શ્રી રામનવમીના પવિત્ર દિવસે રામ પ્રાગટ્ય ઉત્સવ-અર્ચના વગેરે થશે.

બાહ્ય સંપત્તિ અને આંતરિક સાદગી

- શ્રી સ્વામી જ્યોતિર્મયાનંદજી

ઘણા મહાપુરુષોએ સાદગીના આ સિદ્ધાંતને મૂર્તિમંત કર્યો છે. ૧૬ અને ૧૭મી સદીમાં ભારતમાં ઘણા મહાન રાજાઓ હતા. એક ઈસ્લામી રાજા નસીરુદ્દીન અલી ભારત પર શાસન કરતો હોવા છતાં તદ્દન સાદગીભર્યું જીવન જીવતો હતો. તેની પત્ની કાપડ વણવાનું અને સીવવાનું કામ કરતી અને રાજા ખુદ કારકુનની કામગીરી કરતો. જ્યારે રાજ્ય પ્રત્યેની ફરજોમાંથી મુક્ત થાય ત્યારે બન્ને પતિ-પત્ની પોતાના ભરણપોષણ માટે કામ કરતાં અને કમાણી કરતાં.

એક દિવસ તેની પત્નીની આંગળીઓ દાઝી ગઈ. તેણીએ રડતાં રડતાં અલીને કહ્યું, ''આપણે વધુ સુખચેનથી રહી શકીએ તે માટે તમે કેમ રાજ્યના ખજાનામાંથી પૂરતા પૈસા લેતા નથી ?'' પરંતુ અલીએ ભારપૂર્વક જણાવ્યું કે એ ખજાનો તેના અંગત ઉપયોગ માટેનો નથી પણ પ્રજાની માલિકીનો છે; પોતાને તો તેની શક્તિ મુજબની કમાણીમાંથી જેટલું મળે તેમાંથી જ ગુજરાન ચલાવવાનો હક છે. તેની આ સાદગી આત્મજ્ઞાનની સાથે કોઈ સંબંધ ધરાવતી ન હોવા છતાં તે આત્મજ્ઞાનને ઉત્તેજન આપે છે. તે જ પ્રમાણે જે પ્રવૃત્તિ માલિકીપણાના ગૌરવથી ન દોરવાઈ જવાનો આદર્શ અને જટિલતામાં પરિણમતી જિંદગીથી મુક્ત એવી પ્રવૃત્તિ પણ તેને (આત્મજ્ઞાનને) ઉત્તેજન આપશે. આ આદર્શ ધીરે ધીરે સાદગીભર્યા જીવનને ઉત્તેજન આપે છે - એવું જીવન, જે ચિંતા, ભય અને સતત અજંપાથી ઘેરાયેલું ન હોય.

જે ક્ષણે લોકોને વિશેષ વસ્તુઓ પ્રાપ્ત થાય ત્યારે તેઓ એ (વસ્તુઓ) ખોવાઈ જશે એવી ભીતિ સેવે છે. જે લોકોની પાસે થોડું છે તેઓ વધુ સુરક્ષિત છે, કેમ કે તેમને ગુમાવવાનું ઘણું ઓછું છે, પરંતુ જેમ લોકો પાસે વધારે હોય તેમ તેઓ વધુ અસુરક્ષિત છે. તેમ છતાં ઉપર સમજાવ્યા પ્રમાણે જે લોકો વિચારશીલ અને પ્રતિક્રિયાત્મક હોય, પોતાને જોઈતું તમામ પ્રાપ્ત કરવા શક્તિમાન હોવા છતાં તે પ્રાપ્તિથી અલિપ્ત હોય તેમને આ લાગુ પડતું નથી.

સાદગીનું એક બીજું દૃષ્ટાંત પણ છે. ૧૮મી સદીમાં બંગાળમાં ઈશ્વરચંદ્ર સાગર નામના એક મહાન પુરુષ થઈ ગયા. તેમના અનેક સદ્‌ગુણોના લીધે તેઓ ખૂબ પ્રખ્યાત હતા. એક દિવસ રાત્રે તેઓ ટ્રેન દ્વારા ઘેર પાછા આવી રહ્યા હતા. ટ્રેન નિશ્ચિત સ્થળે ઊભી રહી. તેઓ તેમના ડબામાંથી ઊતરી રહ્યા હતા એ વખતે એક મુસાફર સ્ત્રીને પોતાનો સામાન ઊંચકવા મજૂરને બૂમો પાડતી સાંભળી. રાત્રીનો સમય હોઈ મજૂરો નહોતા. તેથી ઈશ્વરચંદ્ર સાગરે તરત પોતાની પાઘડી ઉતારી નાખી. પોતે કૂલી જેવો દેખાવ બનાવી પેલી સ્ત્રી પાસે પહોંચી ગયા અને કહ્યું, 'ચાલો, હું હાજર છું'. એ બહેને તેમને સામાન ઊંચકવા શું લેશે એમ પૂછ્યું, ત્યારે તેમણે જવાબ આપ્યો કે તેની ઈચ્છા પ્રમાણે જે આપશે તે સ્વીકારી લેશે. તેઓએ તેણીના દાગીના ઉપાડીને ગાડી સુધી પહોંચાડી દીધા અને તે બહેન પાસેથી એક પણ પૈસો લીધા વિના આનંદપૂર્વક ચાલ્યા ગયા.

આંતરિક પૂર્ણતા સાદગીને ઉત્તેજન આપે છે.

આનો ભાવાર્થ એ જ કે જે લોકોને ઓછી પ્રાપ્તિ થઈ હોય તેઓ જૂઠાં અભિમાન અને દંભ વડે પોતાની સામાન્ય ઉપલબ્ધિઓને વધુ વળતર માટે ફાંફાં મારે છે, પરંતુ જે લોકો આંતરિક સંપત્તિ ધરાવે છે તેમણે કદિ કોઈ ચીજ માટે વળતરના ઉપાયો કરવા પડતા નથી; તેમને કોઈ ચીજનો અભાવ હોતો નથી. તેથી ખાસ પરિસ્થિતિઓમાં થોડી વિનમ્રતા અને ધૈર્ય જે વ્યક્તિને કોઈ આંતરિક અભાવ નથી તેને નુકસાન કરતાં નથી.

પરંતુ જે મનુષ્ય પોતાની જાતમાં ઉપલબ્ધિ કે પ્રાપ્તિની અનુભૂતિ કરી શકતો નથી તે સતત તેના વળતર માટે બાહ્ય પરિસ્થિતિ પર નિર્ભર થઈ જાય છે. દરેક સંજોગોમાં આવા મનુષ્યના કાન સરવા થઈ જાય છે - ''કોઈ મારી ટીકા કરે છે?; કોઈ મારું અપમાન કરે છે? જો હું મારું અપમાન થવા દઈશ તો શું થશે? આથી હું કોણ છું તે લોકોને કહી દેવું જોઈશે. હું શક્તિશાળી દેશમાંથી આવું છું- જગતના સહુથી સમૃદ્ધ દેશમાંથી આવું છું. હું એક શ્રેષ્ઠ નાગરિક છું.'' આમ, જે લોકો આંતરિક રીતે તકલાદી કે પોકળ હોય તેમને આંતરિક જરૂરિયાતને ઓળખવાની અને તેના પર ધ્યાન આપવાની જરૂર છે. આ દ્વારા જટિલતા ભરેલું જીવન જીવવાનું વલણ પુનઃ સ્થાપિત થાય છે.

દાખલા તરીકે એક બાળક મીઠાઈના ખોખામાંથી થોડી મીઠાઈની ચોરી કરે છે. થોડી મીઠાઈ તે મોઢામાં મૂકે છે અને બાકીની થોડી ખિસ્સામાં રાખે છે. તેને તેમ કરતાં દરેકે જોયું હોય છે તો પણ એ બાળક જ્યારે 'પોતાને કોઈ જોતું નથી' એવા ભાવથી જતું રહે ત્યારે સહુ તેની બાળ-સહજ મૂર્ખાઈ પર હસે છે. લગભગ આ પ્રમાણે જ લોકો એમ ધારે છે કે બાહ્ય દંભના દેખાવથી તે બીજાઓને છેતરી શકશે; જેઓ છેતરાય છે તેઓ પણ એની કક્ષા માંહેના હોવાથી જ છેતરાય છે; પરંતુ દિવ્ય બુદ્ધિ પ્રતિભાથી જગતની પ્રક્રિયાનું શાસન કરનાર કુદરત-ઈશ્વરને કોઈ જ છેતરી શકે નહીં. દિવ્ય હાથો વડે રક્ષિત વિશ્વમાં જૂઠાણાને કોઈ જ અવકાશ નથી. પોતે શું નથી તે વિશે વિચારવાથી વ્યક્તિને કંઈ જ પ્રાપ્ત થતું નથી.

જે લોકો દિવ્ય પરમાત્માના આયોજન વિશે સભાન છે તે તેના સર્જન પાછળની દિવ્ય સંવાદિતાને જાણે છે, તેઓને કોઈ પ્રયાસ કરવા પડતા નથી - આપોઆપ જ, સ્વાભાવિકપણે તેઓ સાદાઈયુક્ત બને છે. આથી સાદગી એ એકરૂપ વ્યક્તિત્વની અભિવ્યક્તિ છે. એ સહૃદયતા, બાળક જેવી પવિત્રતા, નિરાડંબર, સરળતા અને દિવ્ય આત્મામાં અગાધ વિશ્વાસ, વગેરે સદ્‌ગુણોનું સંમિશ્રણ છે. જે મનુષ્ય સાદો-સરળ હોય તેનો એ દિવ્ય આત્મા આધિપત્યશીલ વાસ્તવિકતા બની જાય છે તે એવી સમજણ ધરાવતો થાય છે કે - જગતના હાર્દમાં પૂર્વગ્રહ વિનાનું છે અને મિથ્યાભિમાન એ માત્ર હાંસીપાત્ર વિકાસ છે.

સાચી સાદગીને ઉત્તેજન આપો

સાદગી એ સુવાસ જેવી છે. કેટલાંક ફૂલ અમુક ખાસ પ્રકારની સુગંધ ફેલાવે છે; એ ફૂલથી તદ્દન નજદિક ઊભેલ માણસ એ સુગંધ લઇ શકતો નથી, પરંતુ એ ત્યાંથી થોડો દૂર જાય ત્યારે તીવ્ર સુગંધ આવે છે. લગભગ આ રીતે જ સાદગી વારંવાર મનુષ્યને છેતરે છે. સંતો અને મહાત્માઓ બાહ્ય રીતભાતમાં એટલા સરળ હોય છે કે જેઓ પૂર્વગ્રહથી પીડાતા હોય તેઓ તેમની દક્ષતાનું મૂલ્ય સમજતા નથી.

એક એવા અધ્યાપકની કલ્પના કરો કે જે મહાન ખિતાબ ધરાવતો, મોટી દાઢીવાળો અને વ્યવસાયમાં એક્કો હોય. તે એવું ઉચ્ચ ગણતરીબાજ વ્યાખ્યાન આપે છે, તેના દરેક શબ્દની ગણના થાય છે. તે પોતાનો વાર્તાલાપ શરૂ કરે તે પહેલાં તેનું દરેક વાક્ય ફરી-ફરીને મઠારેલું હોય છે. અતિ ઉચ્ચ શિક્ષણ સ્તરના લોકો તેના વ્યાખ્યાનમાં હાજરી આપે છે. વ્યાખ્યાનનો વિષય છે 'સાદગી' ; વ્યાખ્યાન અપ્રતિમ સફળતા પામે છે. તેમ છતાં સાચું તો એ જ છે કે જેઓ ખરેખર ઉચ્ચ મૂલ્ય પ્રાપ્ત કરવા ઈચ્છતા હોય તેમણે જે ખરેખરા અર્થમાં સરળ-સાદા હોય તેમની પાસેથી શીખવું જોઈએ. આવી વ્યક્તિઓ પાસે આપવા લાયક ખજાનો હોય છે. જેઓ સરળ-સાદા ન હોય તે સાચો ખજાનો આપી શકતા નથી, કેમ કે તેમનો ઉપદેશ જાતજાતના ભ્રમ અને દંભી સૂચનોથી મિશ્રિત થયેલો હોય છે.

વળી, જે સાદું જીવન જીવે છે એ મહાન કરસરવાળો બને છે. તેના શબ્દોમાં કરસકર અને

(અનુસંધાન પાન નં. - ૨૮)

તેન ત્યક્તેન ભુંજીથાઃ

- શ્રી સ્વામી નિખિલેશ્વરાનંદજી

ધન અને સંપત્તિની ભૂખ એવી છે કે ક્યારેય શમતી નથી, પણ સતત વધતી જ જાય છે. મનુષ્ય જિંદગી આખી સતત દોડધામ કરે છે અને સત્તા, સંપત્તિ મેળવે છે, પણ સુખ-શાંતિ અને સાચો પ્રેમ ગુમાવી દે છે. સંપત્તિ એકઠી કરવાની લાલસામાં માણસ પોતાનો આત્મા ગુમાવી દે છે. ઈસુ ખ્રિસ્ત કહે છે કે જો માણસ આત્માના ભોગે આખી દુનિયા મેળવે તો તેથી તેને શો લાભ થાય ? પૃથ્વી ઉપર આવીને જે મેળવવાનું છે, જેના માટે એનો જન્મ થયો છે, એ જ ગુમાવીને પછી સંપત્તિનો મોટો પહાડ મેળવે એથી એણે મેળવ્યું શું ? મૃત્યુ પથારી ઉપર રહેલા વિશ્વવિજયી રાજા સિકંદરને જીવનના અંતે આ સત્ય સમજાયું હતું, પણ ત્યારે એની પાસે જીવનને સુધારી લેવાનો સમય જ બચ્યો ન હતો. આથી તેણે કહ્યું, ‘જ્યારે મારો જનાજો કાઢો ત્યારે મારા બે હાથ બહાર રાખજો. જેથી લોકો એ જોઇ શકે અને જાણી શકે કે આખી દુનિયાનો જીતનારો આટલો મહાન બાદશાહ પણ સાવ ખાલી હાથે જઈ રહ્યો છે!’

અલબત્ત, મેળવેલું ધન કે સંપત્તિ કોઈ મનુષ્ય પોતાની સાથે મૃત્યુ પછી લઈ જઈ શક્તો નથી, પરંતુ એ ધન સાથે સંકળાયેલી અનેક બાબતો તેના ચિત્તમાં સૂક્ષ્મરૂપે સાથે જાય છે. જો ધનની લાલસા હોય, અસંતોષ હોય, ધન ન વાપરી શક્યાનું દુઃખ હોય કે પછી અનીતિના માર્ગે ભેગા કરેલા ધનની પાછળ રહેલાં દુષ્કર્મોનું પાપ હોય તો આ બધું ચિત્તના સંસ્કારરૂપે તેની સાથે જાય છે. બીજા જન્મોમાં પછી આ સંસ્કારો પ્રમાણેનું જીવન ઘડાતું રહે છે. એ જ રીતે જો ધનનો સદુપયોગ કર્યો હોય, ગરીબોના કલ્યાણ માટે ધન વાપર્યું હોય તો આ સત્કાર્યો દ્વારા તેની ચેતના વિશાળ બને છે. તેના શુભ સંસ્કારો તેની સાથે જાય છે અને તેનું આ જીવન તો સુખશાંતિમાં વીતે છે, પણ પછીના જીવનમાંય તેને સુખશાંતિ જ મળે છે. આથી શ્રીમંતો માટે સુખશાંતિ મેળવવાનો એક માર્ગ એ પણ છે કે અન્યના ઉત્કર્ષ માટે, કલ્યાણ માટે ધનનો ઉપયોગ કરવો, જે માર્ગ સ્વામી વિવેકાનંદે અમેરિકાના મહાન ઉદ્યોગપતિ રોકફેલરને બતાવ્યો હતો.

અમેરિકામાં એક દિવસ સ્વામી વિવેકાનંદ પોતાના અભ્યાસખંડમાં પુસ્તક વાચનમાં એકાગ્ર હતા. એ એકાગ્રતા એવી હતી કે કોઈ સામે આવીને ઊભું રહે તો પણ ખબર ન પડે. તેઓ વાચનમાં તલ્લીન હતા ત્યાં તેમના ટેબલ ઉપર ટકટકાટ થયો એટલે તેમણે સામે નજર કરી તો કીમતી સૂટમાં સજ્જ થયેલો ચહેરા ઉપર ગુસ્સાના ભાવવાળો એક અમેરિકન સામે ઊભો હતો. પોતાની સામે આ રીતે એકાએક આવી ઊભેલા મનુષ્યને જોઈને સ્વામીજીને આશ્ચર્ય તો જરૂર થયું, પણ તેઓ કંઈ પણ આશ્ચર્ય વ્યક્ત કરે તે પહેલાં જ તેણે કહ્યું, ‘હું રોકફેલર છું.’ આ બોલતી વખતે તેના મનમાં તો એમ જ હતું કે પોતાનું નામ સાંભળીને ભારતનો આ સાધુ ઊભો થઈ જશે અને એને ખૂબ માન આપશે કેમ કે એ હતો એ સમયનો અમેરિકાનો સહુથી વધારે પૈસાદાર ઉદ્યોગપતિ, પેટ્રોલિયમ ઉદ્યોગનો રાજા. આખા અમેરિકામાં એના નામનો ડંકો વાગતો હતો. સહુ કોઈ એની મુલાકાત માટે આતુર રહેતા. તેના બદલે તે પોતે સામે ચાલીને આ સંન્યાસીને મળવા આવ્યો હતો. એટલે આ સંન્યાસી તેને ખૂબ માન આપશે તેવી ધારણા હતી પણ બન્યું તેની ધારણાથી વિપરીત જ.

સ્વામીજીએ તટસ્થભાવે તેને પૂછ્યું, ‘વોટ ડુ યુ વોન્ટ?’ - તમારે શું જોઈએ છે ? સ્વામીજીના આવા પ્રશ્નથી તેને આંચકો લાગી ગયો. તેનો અહંકાર ઘવાયો. આથી તેણે કહ્યું, ‘આઈ ડોન્ટ વોન્ટ

એનીથિંગ' - મારે કંઈ જોઈતું નથી એટલે સ્વામીજીએ તુરત જ બીજો પ્રશ્ન પૂછ્યો, 'ધેન વ્હાય યુ હેવ કમ હીયર?' -તો પછી તમે શા માટે અહીં આવ્યા છો ? રોકફેલર પાસે આનો કોઈ જવાબ ન હતો. અપેક્ષા કરતાં તદ્દન જુદું જ બન્યું હોવાથી તે આ પ્રશ્નનો જવાબ આપી શક્યો નહીં. તેના મનમાં ગડમથલ ચાલવા લાગી એટલે સ્વામીજીએ કહ્યું, 'તમે નથી જાણતા, પણ હું જાણું છું કે તમે શા માટે અહીં આવ્યા છો. તમારા મનમાં શાંતિ નથી એટલે તમે શાંતિ મેળવવા માટે અહીં આવ્યા છો.' આ વાત સાંભળીને તેને આશ્ચર્ય થયું, કેમ કે તેના મનમાં બિલકુલ શાંતિ ન હતી અને તેના મિત્રોના કહેવાથી તે સ્વામીજી પાસે શાંતિ માટે જ આવ્યો હતો પણ સ્વામીજીને તેના મનની વાતની કેમ ખબર પડી ગઈ એ તેને સમજાયું નહીં. ત્યાં તો ફરી સ્વામીજીએ તેના મનમાં મૂંઝવતી સમસ્યાઓ કે જેની વાત એણે ક્યારેય કોઈનેય કરી ન હતી તે વિશે કહ્યું. એથી તેને ભારે આશ્ચર્ય થયું અને આ સંન્યાસી કોઈ સામાન્ય સાધુ નથી તેની પ્રતીતિ થઈ. પછી એણે હવે થોડા નરમ બનીને સ્વામીજીને પૂછ્યું, 'મારા મનમાં રહેલી આ બધી વાતો તમે કઈ રીતે જાણી શક્યા ?' ત્યારે સ્વામીજીએ તેને કહ્યું, 'મને તમારા મનની ખબર છે કારણકે દરેકનું મન એ વિશ્વમનનો એક ભાગ છે. જેનું મન વિશ્વમન સાથે એકાકાર છે તેઓ કોઈનાય મનને પોતાના મનની જેમ જ જાણી શકે છે.' આવી વાતોથી રોકફેલરને ખૂબ આશ્ચર્ય થયું, પણ હવે તેને સ્વામીજી વિશ્વાસ મૂકવા જેવા લાગ્યા એટલે તે તેમની વાત સાંભળવા લાગ્યો. સ્વામીજીએ તેને કહ્યું, 'જો તમારે મનની સાચી શાંતિ જોઈતી હોય તો તમારી પાસે જે સંપત્તિ છે તેનો ઉપયોગ ગરીબોના કલ્યાણ માટે કરો. તમે તમારી સંપત્તિના માલિક નથી પણ રખેવાળ છો. આ વિપુલ સંપત્તિ તમને અનેકનાં કલ્યાણ કરવા માટે આપવામાં આવી છે. તેથી તમે જો એ રીતે જ તેનો ઉપયોગ કરશો તો તમને સાચી શાંતિ મળશે.' સ્વામીજીની વાત તેણે સાંભળી તો ખરી પણ ત્યારે તેને તે સ્વીકારવા જેવી ન લાગી અને તે મનની શાંતિ મેળવ્યા વગર જ પાછો ગયો.

થોડા દિવસ બાદ તે ફરીથી સ્વામીજીને મળવા આવ્યો ત્યારે તેના હાથમાં એક કાગળ હતો. તેણે સ્વામીજીના હાથમાં એ કાગળ મૂક્યો. તેને એમ કે હવે સ્વામીજી ખુશ થશે અને તેનો આભાર માનશે. કેમ કે એ કાગળમાં તેણે કરેલાં દાનની જાહેરાત હતી. સ્વામીજીએ કાગળ વાંચી લીધો પણ કંઈ બોલ્યા નહીં, એટલે રોકફેલરે કહ્યું, 'સ્વામીજી, તમારે મારો આભાર માનવો જોઈએ. તમારી વાતનો સ્વીકાર કરીને મેં આ સંપત્તિનું દાન કર્યું છે.' ત્યારે સ્વામીજીએ કહ્યું, 'મિ. રોકફેલર, આભાર તો તમારે મારો માનવો જોઈએ કે મેં તમને સાચી શાંતિનો માર્ગ બતાવ્યો છે.' એ પછી તો રોકફેલરે પોતાની સંપત્તિનો મોટો ભાગ લોકકલ્યાણનાં કાર્યમાં વાપર્યો. પોતાની આત્મકથામાં પણ તેણે લખ્યું છે. 'આપણે જેટલી બીજાની સેવા કરીશું, તેટલી આપણને વધારે શાંતિ મળશે.' શાંતિનો આ માર્ગ તેને સ્વામી વિવેકાનંદ પાસેથી આ રીતે મળ્યો હતો.

તમે તમારી મિલકતના માલિક નથી પણ ટ્રસ્ટી છો. ટ્રસ્ટીશિપ મેનેજમેન્ટના ગાંધીજીએ આપેલા આ સિદ્ધાંતની રજૂઆત સો વર્ષ પહેલાં સ્વામી વિવેકાનંદે અમેરિકાના એ મહાન ઉદ્યોગપતિ રોકફેલર સમક્ષ કરી હતી, પરંતુ આ સિદ્ધાંત ભારતીય સંસ્કૃતિ માટે કંઈ નવો નથી. આપણી મહાન સંસ્કૃતિનો પાયો જ આ સિદ્ધાંત ઉપર ઊભેલો છે. ઈશોપનિષદનો પ્રથમ શ્લોક જ આ સિદ્ધાંતને પ્રગટ કરે છે.

ईशावास्यमिदं सर्वं यत् किंच जगत्यां जगत् ।
तेन त्यक्तेन भुंजीथाः मा गृधः कस्यस्विद्धनम् ॥

'આ જગતમાં જે કંઈ પણ જીવન છે તે ઈશ્વરનું વસાવેલું છે. તેથી તેના નામથી ત્યાગ કરીને તું ભોગવ, અન્યના ધનની સ્પૃહા ન કર.'

આ એક જ શ્લોકમાં ધનની પ્રાપ્તિ, ઉપભોગ અને વહેંચણીનો સિદ્ધાંત આવી જાય છે. આધુનિક સમાજવાદનાં મૂળ પણ આ શ્લોકમાં રહેલાં છે. અહીં ધનસંપત્તિ મેળવવાની મનાઈ કરવામાં આવી નથી, પણ ત્યાગીને ઉપભોગ કરવાની વાત છે. પોતાની પાસે જે કંઈ છે તેમાંથી બીજાને આપીને પછી ઉપભોગ કરવાની વાત છે તો પછી બીજાનું આંચકીને, બળજબરીથી પડાવી લેવાની તો વાત જ ક્યાં રહી? બીજાના ધનની સ્પૃહા જ કરવાની નથી. અનીતિનું, અણહકનું, બીજાની માલિકીનું, અન્યનું શોષણ કરીને, બીજાને દુઃખ આપીને કશું જ મેળવવાની વાત જ રહેતી નથી. અહીં તો ધર્મ અને નીતિના માર્ગે જે મળે તેમાંથી અન્યને થોડું આપીને પછી પોતે ઉપભોગ કરવો એ મનુષ્યધર્મની વાત કહેવામાં આવી છે.

આપણી ભારતીય સંસ્કૃતિના પાયામાં રહેલા છે ચાર પુરુષાર્થો-ધર્મ, અર્થ, કામ અને મોક્ષ. સુખશાંતિપૂર્વક જીવવા માટે મનુષ્યને આ ચારેય પુરુષાર્થોની અત્યંત આવશ્યકતા છે. ધર્મનું પાલન કરતાં કરતાં સંપત્તિનું ઉપાર્જન કરવું અને કામની પૂર્તિ કરી પ્રજાતંતુને આગળ ધપાવવો અને અંતે મોક્ષની પ્રાપ્તિ કરી પરમાત્મામાં મળી જવું – આ જીવનકાર્ય અને તેના માટેની આચારસંહિતા આપણા ઋષિ-મુનિઓએ વેદ-ઉપનિષદોમાં સ્પષ્ટપણે આપી દીધી છે. આ આચારસંહિતાનું પાલન કરતાં કરતાં પોતાના જીવનનો હેતુ તો સિદ્ધ થાય છે જ પણ સમાજનુંય કલ્યાણ થાય છે. એમાં જો કોઈનામાં તીવ્રતમ વૈરાગ્ય હોય અને કેવળ ઈશ્વરપ્રાપ્તિ એ જ લક્ષ્ય હોય તો ધર્મ, અર્થ અને કામ આ ત્રણ પુરુષાર્થોને અતિક્રમીને કેવળ મોક્ષ માટે સંસાર છોડી સંન્યસ્ત ગ્રહણ કરી શકે એ માર્ગ પણ ઋષિ-મુનિઓએ આપેલો છે પરંતુ એ માર્ગ કંઈ સામાન્ય મનુષ્ય માટેનો નથી. સામાન્ય મનુષ્યએ તો જીવનમાં આ ચારેય પુરુષાર્થ કરવાના રહે છે એટલે કે આપણા ઋષિ-મુનિઓએ અર્થોપાર્જન કે કામની પણ અવગણના કરી નથી, પણ સર્વનો શ્રેષ્ઠ ઉપયોગ એવી રીતે કરવાનું કહ્યું છે કે જેથી આત્મકલ્યાણની સાથે-સાથે જગતનું હિત પણ થાય. જ્યાં સુધી ભારતના લોકોના જીવનમાં આ ચારેયનો સમન્વય હતો ત્યાં સુધી ભારત દેશ દરેક ક્ષેત્રમાં મહાન હતો. પણ કાળક્રમે તેનામાં પરિવર્તન આવ્યું. હજારો શ્રેષ્ઠ મનુષ્ય સંન્યસ્ત દીક્ષા લઈને ભિક્ષુઓ અને મુનિઓ બનવા લાગ્યા. પરિણામે ઉચ્ચ કક્ષાનું બુદ્ધિધન સમાજમાં રહેવાના બદલે વન, જંગલ અને અરણ્યમાં ચાલ્યું ગયું. સમાજ દુર્બળ બની ગયો, સંપત્તિ અને શક્તિવિહીન બની ગયો. તેથી બહારનાં આક્રમણો-શક-હૂણ-મુસ્લિમ અને ખ્રિસ્તીઓની સામે ટક્કર ન ઝીલી શક્યો. પરિણામે ભારત દેશ ગુલામ બની ગયો.

જીવનમાં માત્ર દુઃખ જ છે, માટે જીવનને છોડી દો અને જંગલમાં જઈને મોક્ષ માટે આરાધના કરો આ જીવનમાંથી મુક્તિ મેળવી લો. આ છે નિષેધાત્મક માર્ગ. આવા નિષેધાત્મક વલણના પરિણામે ભારત દરિદ્ર બન્યો. એનાથી વિપરીત બીજો માર્ગ કે જીવનમાં આવ્યા છો તો મોજમજા કરી લો. કાલની કોને ખબર છે, માટે જેટલું ભોગવાય તેટલું ભોગવી લો – આ છે ભોગવાદ. ચાર્વાકનો મત.

'यावद् जीवेत् सुखम् जीवेत्, ऋणं कृत्वा घृतम् पिबेत्।'

બીજા જન્મની તો કોઈને ખબર નથી. માટે આ જન્મમાં જ બધું ભોગવી લો. દેવું કરીને પણ ઘી ખાઓ ! એટલે કે પૈસા ન હોય તો ઉછીના પૈસા લઈને પણ મોજમઝા કરો. - આ ભોગવાદે પણ સમાજને મૂલ્યહીન બનાવી દીધો. આમ ત્યાગવાદ અને ભોગવાદ એ બે અંતિમ છેડાઓએ ભારતના પતનમાં મહત્ત્વનો ભાગ ભજવ્યો છે.

☐ **'આધુનિક માનવ શાંતિની શોધમાં'માંથી સાભાર**

શિવાનંદ કથામૃત

[ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજને આનંદ કુટીર ઋષીકેશમાં 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 વ્યંકટેશાનંદજીનો છે.આ ઉપરાંત સ્વામી શિવાનંદ હૃદયાનંદજી, સ્વામી ચૈતન્યાનંદજી, સ્વામી સંતાનંદજી, સ્વામી ગુરુશરણાનંદજી, સ્વામી પરમાનંદજી તથા બીજાઓએ સેવા આપી હતી]

ગુરુદેવનું ક્રોધનું પાસું

વહેલી સવારના વર્ગમાં ઝોકાં ખાતા છાત્રોમાંથી એકને ગુરુદેવ રસ્તામાં મળી ગયા.

''તમે સવારના અને સાંજના વર્ગોમાં પણ આવવાનું કેમ બંધ કર્યું છે? તમને એમ લાગે છે કે કેટલાક સંસ્કૃત પાઠ ગોખવાથી તમે પંડિત થઈ જશો?''

ત્યાં હાજર રહેલા બીજા શિષ્ય તરફ વળીને ગુરુદેવે આગળ કહ્યું: ''આવા લોકોને આશ્રમમાં નહિ રાખવા જોઈએ. મને કામની દરકાર નથી. તે તો ભાડૂતી માણસ રાખીને પણ કરાવી શકાય.''

અને ફરીથી તે છાત્ર તરફ વળીને કહ્યું: ''તમે કેવા પ્રકારના સાધુ બનશો ? તમે શિસ્ત વગરની વ્યક્તિ બનશો. જે શિસ્તનો ભંગ કરે છે તે સૌથી ખરાબ આરોપી છે. પછી તો તમે જે મોટી ખોટ કરો છો તેનો વિચાર કરો. હું કદી કોઈ ક્લાસ પાડતો નહિ. હું હંમેશાં શીખવા માટે તૈયાર એવા વિદ્યાર્થીના ભાવથી જાઉં છું, પણ તમને તો એમ લાગે છે કે તમે બધું જ ભણી લીધું છે. કેટલું દયાજનક!''

છાત્રનું માથું શરમમાં નીચું નમી ગયું અને ધીમેથી ખસી ગયો. ગુરુદેવનો મૂડ પણ બદલાયો અને પાછા ફરીથી સૌમ્ય બની ગયા.

નિરુત્સાહનું મૂળ

શ્રી અ ખિન્ન વદને ગુરુદેવ સમક્ષ ઊભા હતા. તે વખતે ફૉરેસ્ટ એકેડેમીનો હઠયોગનો વર્ગ પૂરો થયો હતો અને ગુરુદેવ તેજસ્વી સ્વાસ્થ્ય પર વાત કરી રહ્યા હતા.

''તમે શા માટે યુવાન બ્રહ્મચારી હોવા છતાં આટલા ઉદાસ અને ખિન્ન છો? સુખી અને આનંદી બનો. આવું શા માટે ? મેં તમને હસતાં અથવા ખુશ મુદ્રામાં પણ કદી જોયા નથી.''

શ્રી અ મૂક રહ્યા. થોડાક સમય પછી ગુરુદેવે વાત ચાલુ રાખતાં કહ્યું: ''તમે કંઈક છુપાવતા અને જાહેરમાં ન કહેવા માગતા હો તેમ લાગે છે. તમારી ખિન્નતા આ કારણે હોય તેમ લાગે છે, ખુલ્લા અને નિખાલસ બનો. રહસ્યને ખુલ્લું કરો. પછી તમે સુખ અને શાંતિ અનુભવશો. પછી તમારા મનમાં કોઈ જ વસ્તુ રહેશે નહિ.''

''તમારી વયનો યુવાન માણસ હંમેશાં ઉત્સાહી, સક્રિય અને આનંદ તથા ખુશીથી ઊછળતો હોવો જોઈએ. મેં સદા ખિન્ન રહેતા કોઈ છોકરાને જોયો નથી.''

''તેનો એવો પણ અર્થ થાય કે તમે અહીં સાચા વૈરાગ્યથી આવ્યા નથી. જો તમે તેવી રીતે આવ્યા હોત તો અહીં આવતાં જ તમે આનંદ અને શાંતિથી ભરાઈ જાત; કારણ કે અહીં તમારે કાંઈ મેળવવાની ચિંતા નથી, તમને હેરાન કરતી કોઈ જવાબદારીઓ નથી. તમને ગભરાવતો કોઈ ભય નથી, નથી નઠારું સ્વપ્ન કે તમને ખિન્ન કરી શકે એવી કોઈ પણ બાબત.''

''ફક્ત જ્યારે છોકરો કોઈ અનિષ્ટ કાર્ય કરી ઘેરથી નાસી છૂટ્યો હોય અને આશ્રમમાં જોડાયા પછી પણ તે વાત મનમાં ઘોળાયા કરતી હોય તો તે ઉદાસ બની જાય છે, જોકે આ પ્રકારનો વૈરાગ્ય સારો છે, પણ તમારે ભૂતકાળને મનમાં ઘોળાતો રાખીને તમારું ભવિષ્ય બગાડવું જોઈએ નહિ. કામ કરો, ખૂબ

ખંતપૂર્વક કામ કરો. હંમેશાં કોઈ પણ ઉપયોગી પ્રવૃત્તિ કરવામાં સામેલ રહો. દરેક પ્રકારની સેવાનાં કામોમાં તમારે ભાગ લેવો જોઈએ. તમારે દરરોજ નિયમિતપણે મંદિરમાં જવું જોઈએ, ભગવાનને દંડવત્ પ્રણામ કરવા જોઈએ અને તમે જે કંઈ ભૂલ કરી હોય તેની માફી માગી લેવી જોઈએ. જે કંઈ રહસ્ય હોય તે મને જણાવવામાં કંઈ જ વાંધો નથી. તે કરેલા કર્મના પશ્ચાત્તાપરૂપે થશે તેનાથી તમારા મનની ખિન્નતા મોટા પ્રમાણમાં દૂર થશે. દરેકને તેના જીવનમાં કંઈક રહસ્ય હોય છે, જે તે ગુપ્ત રાખે છે. દુનિયામાં એવો કોઈ માણસ નહિ હોય જે બહાદુરીથી એમ કહી શકે કે તેણે જીવનમાં કોઈ જ ખરાબ કાર્ય કર્યું નથી. પણ કીર્તન, જપ, ધ્યાન, આત્મપૃચ્છા, સેવા અને ભગવાનની ભક્તિથી બધાં પાપ અને કુકર્મો બળી જાય છે.''

''હવેથી આનંદમાં રહો! બહાદુર, સુખી, શાંત અને ખુશાલીવાળા બનો. તમને કદી કંઈ પણ થશે નહિ.''

ભસ્ત્રિકા પ્રાણાયામ-ત્વરિત પ્રાણપૂરક પ્રાણાયામ

સવારમાં વિષ્ણુ સ્વામીજીએ ભસ્ત્રિકા પ્રાણાયામનું નિર્દેશન કર્યું અને તેની રીત પણ બતાવી.

ગુરુદેવે કહ્યું: ''આ પ્રાણાયામ જિજ્ઞાસુઓને ખૂબ મદદરૂપ છે. તેના અનંત ફાયદા છે. જો તમે ભસ્ત્રિકા પ્રાણાયામનાં એક-બે આવર્તન કરો તો ધ્યાન દરમિયાન તમે વધુ સરળતાથી એકાગ્ર થઈ શકશો. આ પ્રાણાયામની મદદથી તમે ધ્યાન દરમિયાન ઊંઘ અને આળસને અસરકારક રીતે દૂર કરી શકશો. ચા કે કૉફીની જરૂર પડશે નહિ. ફેફસાંને પૂરેપૂરી કસરત મળી જશે અને સાફ થઈ જશે. તે અસ્થમા માટેનો અચૂક ઉપાય છે. તે ભૂખ પણ વધારે છે. પાચનમાં સુધારો થાય છે. થોડીક ક્ષણોમાં આખું શરીર અને મન પુનઃ શક્તિમાન બની જાય છે, ઠંડી જગ્યાઓમાં તમારી પાસે ગરમ ધાબળો ન હોય તો જલદીથી ભસ્ત્રિકા પ્રાણાયામનાં થોડાં આવર્તન કરી નાખો. તમને સારું લાગશે. પ્રાણાયામથી શરીરમાં હૂંફ આવશે. ભસ્ત્રિકા અને કપાલભાતિ કરવા માટે પદ્માસન શ્રેષ્ઠ આસન છે.''

''ભસ્ત્રિકા કપાલભાતિને ઘણી રીતે મળતું છે. કપાલભાતિમાં શ્વસન, પેટના સ્નાયુઓના સંકોચન અને પ્રસરણથી આપમેળે કાબૂમાં રહે છે. જ્યારે પેટને અંદર સંકોચવામાં આવે છે ત્યારે ઉદરપટલ નીચે આવે છે અને ફેફસામાં શૂન્યાવકાશ સર્જાય છે અને શ્વાસ દ્વારા હવા આપમેળે અંદર દાખલ થાય છે. શ્વસન પ્રત્યે કોઈ ખાસ ધ્યાન આપવાનું હોતું નથી.''

''પણ ભસ્ત્રિકામાં પેટના સ્નાયુ પર ધ્યાન આપવાની સાથે શ્વસન તરફ પણ ધ્યાન આપવાનું હોય છે. બળજબરીથી કરેલો ઉચ્છ્વાસ એ આ પ્રાણાયામનું ખાસ લક્ષણ છે. નસકોરાં, આખી શ્વાસનળી અને ફેફસાં પૂરેપૂરાં સાફ થઈ જાય છે. અહીં એકલા ઉચ્છ્વાસ તરફ જ ખાસ ધ્યાન આપવાનું હોય છે. શ્વાસ લેવાનું આપોઆપ થાય છે. શ્વાસ લેવાની ક્રિયા મંદ, ટૂંકી અને આપમેળે થવી જોઈએ અને ફક્ત એટલો શ્વાસ લેવો જોઈએ, જે પછીના બળજબરીથી કરેલા ઉચ્છ્વાસ માટે પૂરતો હોય. છેલ્લે લાંબો, મંદ પૂરેપૂરો અંદર શ્વાસ લેવામાં આવે છે, તેની પછી લાંબો સમય શ્વાસ રોકી પૂરો ઉચ્છ્વાસ બહાર કાઢવામાં આવે છે. ભસ્ત્રિકામાં દરેક આવર્તન દરમિયાન મહત્તમ ઉચ્છ્વાસ વીસ હોય છે અને સાધકને દરેક બેઠકે ફક્ત ત્રણ આવર્તન કરવાની સલાહ આપવામાં આવે છે. બે આવર્તન વચ્ચે સારો એવો ગાળો રાખવો જોઈએ. કપાલભાતિમાં દરેક સમયે મહત્તમ ઉચ્છ્વાસ સો જેટલા થઈ શકે છે.''

''જ્યારે જ્યારે તમે કોઈ દમના દરદીને મળો ત્યારે તમારે બધાએ ભસ્ત્રિકા પ્રાણાયામ શીખવવો જોઈએ. તેનાથી તમે મોટી સેવા કરો છો. તમારા સંપર્કમાં હોય તે બધાંને તમારે આ પ્રાણાયામ શીખવવો જોઈએ અને તેમ કરી તમારું હૃદય શુદ્ધ કરવું જોઈએ.''

અંગ્રેજી લાડુ

૧૯૬૨ના ઉનાળામાં ગુરુદેવનાં સ્વિસ શિષ્યા રીટા રુમ્રેટ આશ્રમમાં રહેતાં હતાં. એક દિવસ ગુરુદેવને તેમને જોઈને એમ લાગ્યું કે તે પાતળી નિર્બળ થઈ ગઈ છે.

તેમણે તેને પૂછ્યું: ''તમે કેટલાં માઈલ દોડી શકો? તમે કેટલા માઈલ ચાલી શકો?''

રીટાએ ફક્ત સ્મિત કર્યું.

ગુરુદેવે પૂછ્યું: ''અડધો માઈલ?''

રીટાએ ફરી હસીને માથું હલાવી હા પાડી.

''મને એમ લાગે છે કે તમને ચિકન સૂપ મળવો જોઈએ.'' તેના તરફ કરુણાભરી નજર નાખી ગુરુદેવે સલાહ આપતાં કહ્યું: ''તમારી જીભને શું ગમે છે? ચિકન સૂપ કે ઈંડાં?''

ગુરુદેવ પોતાના શિષ્યોને રૂઢ થયેલી ટેવોને છોડતાં પડતી મુશ્કેલીઓને ખૂબ સારી રીતે સમજતા હતા. તેમણે એક વખત પરદેશના શિષ્યોને જણાવ્યું હતું કે તેને ચાલે તેમ ન જ હોય તો તેને તેઓ ઈંડાં આપવા તૈયાર હતા. તેઓ ઈંડાને 'અંગ્રેજી લાડુ' કહેતા.

દિવ્ય શેર-એક્સચેન્જ (વિનિમય)

ચિત્તરંજનના એક ભક્ત ગુરુદેવ માટે બદામનો હલવો લાવ્યા હતા. બધાંને પ્રસાદ તરીકે તે વહેંચવામાં આવ્યો અને સરસ બનાવેલો હોવાથી બધાંને ખૂબ ગમ્યો. ગુરુદેવને પણ આનંદ થયો.

મીઠાઈ લાવનાર ભક્ત તરફ ફરીને ગુરુદેવે કહ્યું: ''ઓજી, તમે હલવો ખૂબ સરસ રીતે બનાવ્યો છે. તમે મને આ મીઠાઈ આપી પણ હું તમને જેની મીઠાશ તમારામાં કાયમ માટે રહે તેવી ડહાપણની મીઠાઈ આપીશ.''

સાદાઈ

સત્સંગ પૂરો થયા પછી ગુરુદેવે એક શિષ્યને કાવ્ય અને લેખ લખવાં તે પર રચનાત્મક સૂચનો આપ્યાં.

''તમારા કાવ્યમાં પ્રાસ મેળવવા માટે બહુ માથાકૂટ કરવી નહિ. જો તમે પ્રાસ પર ધ્યાન રાખવા જશો તો તમારા વિચારોની સાચી અભિવ્યક્તિ કરાવી નહિ શકો. હંમેશાં સાદું અંગ્રેજી લખો. લખવાનો ઉદ્દેશ લોકો તે વાંચે અને તેને સમજી લાભ ઉઠાવે તે છે. કોઈ સમજી જ ન શકે એવાં સંકીર્ણ લાંબાં વાક્યો લખવાનો શો ઉપયોગ? સાદી ભાષામાં વિચારોની સાચી અભિવ્યક્તિ જ મનુષ્યને સફળ લેખક બનાવે છે.''

અનિષ્ટ પરિબળો

જ્યારે ગુરુદેવ ઑફિસમાં હતા ત્યારે શ્રી ડી. વી. રાજન તામિલનાડુમાં ધર્મ સામે કાર્યરત એવાં કેટલાંક અનિષ્ટ પરિબળોની વાત કરી રહ્યા હતા.

ગુરુદેવે કહ્યું: ''આ નકારાત્મક પરિબળો પણ ફક્ત ઈશ્વરપ્રેરિત હોય છે. સકારાત્મક વધુ સકારાત્મક રીતે પ્રકાશી શકે તે માટે જ તે હોય છે. અનિષ્ટ હંમેશાં છેલ્લે ઈષ્ટ જ બને છે.''

વૈશ્વિક ઓળખાણ

ગુરુદેવ ઑફિસમાંથી પાછા પોતાની કુટીરમાં જઈ રહ્યા હતા ત્યારે હાલ આશ્રમમાં થોડાક સમયથી રહેતા એક ઑસ્ટ્રેલિયાના મુસાફર મળ્યા.

ગુરુદેવે પૂછ્યું: ''આપનું બપોરનું જમવાનું પતી ગયું?''

મુસાફરે વળતું પૂછ્યું: ''હા, સ્વામીજી, આભાર. આપનું પતી ગયું?''

ગુરુદેવે સ્મિત સાથે કહ્યું: ''મારું ખાણું બધાં ઉદર (પેટ) દ્વારા પતી ગયું છે.''

હમણાં નહિ

એક વૃદ્ધ માણસે ગુરુદેવને દંડવત્ પ્રણામ કર્યાં. તેણે એક ચિઠ્ઠી આપી, જેમાં તેણે અંગત મુલાકાત માટે વિનંતી કરી હતી.

ગુરુદેવે તેના તરફ દૃષ્ટિ કરીને કહ્યું: ''તમારી જાતને ઓળખો. આટલું પૂરતું છે. અંગત વાતચીતની કંઈ જ જરૂર નથી.''

''સ્વામીજી, તે હું જાણું જ છું. મેં વેદાંતનો કેટલાંય પુસ્તકોનો અભ્યાસ કર્યો છે, ગયા મહિનાથી હું

નિયમિત સાધના કરું છું. મને કેટલીક શંકાઓ છે, તેના નિરાકરણ માટે મેં અંગત મુલાકાતની માગણી કરી હતી.''

''સતત ઓમ્‌ના જપ કરો. ઓમ્ પર ધ્યાન કરો. ઓમ્ દરેક વસ્તુ છે. ઓમ્ અમરતા છે. ઓમ્ અનંત છે. બધી ઘટનાઓનો સાર ઓમ્ છે. જો તમે આમ ધ્યાન કરશો તો તમારી બધી શંકાઓનું નિવારણ થઈ જશે.''

થોડાક સમય પછી ગુરુદેવે ઉમેર્યું: ''જો કોઈ આવે અને તમને માર મારે તો શાંત રહો. તમને આશ્ચર્ય થયું? હા, અદ્વૈત તાત્ત્વિકતા પર ધ્યાનની આ વેદાંતિક કસોટી છે. વ્યક્તિના વેદાંતિક અનુભવનું માપ જાણવાની આ ફૂટપટ્ટી - વાર છે.

કાલ્પનિક સંસાર

એક અમેરિકન શિષ્યાએ ઓફિસમાં પ્રવેશ કર્યો અને ગુરુદેવને પ્રણામ કર્યાં. તેને બેસવા માટે જગ્યા જણાઈ નહિ એટલે બેન્ચની પાછળ ઊભી રહી.

ગુરુદેવે વિનંતી કરી: ''ઓજી, ખુરશી પર બેસો.''

શિષ્યાએ આજુબાજુ નજર કરી પણ એટલામાં ક્યાંય ખુરશી ન દેખાતાં ગુરુદેવ તરફ જોયું.

ગુરુદેવે સ્મિત સાથે કહ્યું: ''કાલ્પનિક ખુરશી પર બેસો. છેલ્લે તો આખો સંસાર કલ્પના સિવાય બીજું કંઈ જ નથી.''

હાજર રહેલાં બધાં જોરથી હસી પડ્યાં.

ભલા બનો

એક મુલાકાતી અને તેમનું કુટુંબ ગુરુદેવનાં દર્શન માટે તેમના આવવાના સમાચાર આગળથી આપ્યા વગર આવ્યાં હતાં. તેમની સુખાકારીના સમાચાર પૂછી ગુરુદેવે એક શિષ્યને તેમના જમવાની વ્યવસ્થા કરવાનું કહ્યું. શિષ્ય સંકોચાતો હતો, કારણ કે જમવાનો સમય પૂરો થઈ ગયો હતો એટલે રસોડામાં ખાવાનું કંઈ જ હતું નહિ.

આ જોઈને ગુરુદેવે કહ્યું: ''ચિંતા નહિ કરતા. તેમને રસોડામાં લઈ જાઓ અને તેમને દહીં, પાપડ અને ફળ આપો.''

શિષ્ય તેમને અતિથિગૃહમાં લઈ ગયો.

પછી ગુરુદેવે સૂચવ્યું: ''જો તમે તેને આહાર આપી ન શકો તો તેની સાથે પ્રસન્નતાપૂર્વક વાત તો કરો જ. જ્યાં સુધી તમે હૃદયથી પ્રસન્ન ન હો ત્યાં સુધી તમે તમારા કામ કરવામાં કેવી રીતે પ્રસન્ન રહી શકો?''

''ભલાં કામ કરવાં. એટલે હૃદયથી ભલા થવું, કારણકે કાર્ય એ માણસના વિચારોની અભિવ્યક્તિ છે. બહારનું કર્મ બહુ મહત્ત્વનું નથી કારણ કે વ્યક્તિનું કર્મ, તેના હૃદયમાં તે કેવો છે તે પ્રમાણે જ થશે. માટે, ભલું કરવા માટે ભલા બનો.''

સાચી ભક્તિ

એક છોકરીએ ગુરુદેવને પરીક્ષામાં તેને સફળતા મળે તે માટે પ્રાર્થના કરવા વિનંતી કરી હતી. તેણે ફરીથી થોડા દિવસ પછી પરીક્ષામાં સફળતા મેળવી હતી તે માટે ગુરુદેવની પ્રશંસા કરતો પત્ર લખ્યો.

પત્ર વાંચ્યા પછી ગુરુદેવે ટીકા કરતાં કહ્યું: ''ધારો કે તે નાપાસ થઈ હોત તો તેણે મને ગાળો આપી હોત!''

બધાં જ ખૂબ હસી પડ્યાં!

પથ અને લક્ષ્ય

ગુરુદેવની પાસે ઊભેલા એક મુલાકાતીએ પૂછ્યું: ''સ્વામીજી, હું આપને એક પ્રશ્ન પૂછી શકું?''

ગુરુદેવે સ્મિત કરતાં કહ્યું: ''સાહેબ! ચોક્કસ પૂછી શકો છો.''

''ધર્મ શું છે અને આત્મા શું છે?''

ગુરુદેવે જવાબ આપ્યો: ''ધર્મ આત્મા તરફનો પથ બતાવે છે.''

''તે બન્ને વચ્ચે શું તફાવત છે?''

''ધર્મ એ ભવ્ય પથ છે, આત્મા એ અંતિમ લક્ષ્ય છે.''

☐ **'શિવાનંદ કથામૃત' માંથી સાભાર**

અમૃતપુત્ર-૨૩

- શ્રીમતી રાજલક્ષ્મી દેશપાંડે

['અમૃતપુત્ર'ના અંશો પૂજ્યશ્રી ગુરુદેવ શ્રીમત્ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજ સમક્ષ લોનાવલા-ખંડાલા અને દહેરાદૂનમાં વાંચવામાં આવેલા. મૂળ મરાઠી લેખન અને પછી હિન્દી ભાષાંતર શ્રીમતી રાજલક્ષ્મી દેશપાંડેએ કર્યું છે. તેમની અનુમતિથી આ ગુજરાતી ભાષાંતર દિ.જી.ના ગુરુભક્ત સાધકોની સેવાર્થે પ્રસ્તુત કરવાનો આનંદ છે. -સંપાદક]

ઓરિસ્સામાં દિવ્ય જીવન સંઘનું વિશ્વસંમેલન સમાપ્ત થતાંની સાથે જ સ્વામીજી આશ્રમમાં પાછા ફર્યા. દેવાનંદજી અને કૃષ્ણાનંદજીની વિદાયથી આશ્રમ હજુ એ પ્રત્યાઘાતમાંથી બહાર આવ્યો ન હતો. પરંતુ સ્વામીજીના આશ્રમમાં પુનરાગમનથી સમગ્ર આશ્રમમાં માનો કે ચૈતન્યનો પુનર્જન્મ થયો. અનેક વર્ષો પછી હવે સ્વામીજી આશ્રમમાં સતત ત્રણ મહિના સુધી રહ્યા. આશ્રમના પ્રત્યેક દૈનિક કાર્યક્રમમાં તેમણે હાજરી આપી. આ દરમિયાન તેઓ ફરીથી દેશ કે વિદેશની યાત્રાએ ન પધાર્યા. આશ્રમમાં સૌને અચરજ તો થયું પરંતુ આનંદ પણ થયો. સવારની પ્રાર્થનાસભામાં ફરીથી તેમનાં દિવ્ય પ્રવચનોની અમૃતધારા વહેવા લાગી. એવું લાગતું હતું કે બહુ લાંબાગાળા સુધી ગૃહકાર્યમાં રોકાયેલી માતાને હવે સંતાન માટે થોડો સમય મળ્યો હોય. અને હવે બાળકને ખોળામાં લઈને તે શાંતિથી કેમ ન બેઠી હોય ? એ દિવસોમાં જ સ્વામીજીનું સ્વાસ્થ્ય ફરીથી બગડ્યું. ઉપચાર માટે તેઓ દહેરાદૂન આવ્યા. હવે તેઓ કોઈને મળતા ન હતા, કોઈ તેમને મળી શકતું નહીં. એવામાં એક દિવસે સ્વામીજીએ તેમના શિષ્ય પ્રણવસ્વરૂપાનંદજીને એક પત્ર આપ્યો. કહ્યું...

આ પત્ર મેં નવેમ્બર બે હજારમાં લખ્યો છે. તેને હવે સૌની જાણ માટે ઈન્ટરનેટ પર મૂકો અને દિવ્ય જીવનમાં પ્રકાશિત પણ કરો.

આ પત્રમાં શું લખ્યું હતું ?

સ્વામીજીના પ્રત્યેક શબ્દોથી લોકોએ આજ સુધી પ્રેરણા જ મેળવી છે. મનને શાંતિ અને ઉત્સાહ જ મળ્યાં છે. તેમના પ્રત્યેક શબ્દ સદૈવ મંત્રસ્વરૂપ વરદાન સ્વરૂપ અને જીવનદાયી જ નીવડ્યા છે. પરંતુ તે પત્રમાં સ્વામીજીએ જે કંઈ લખ્યું હતું તેથી દિવ્ય જીવનના શિવાનંદ પરિવારનો પ્રત્યેક સદસ્ય બેચેન થયો.

સ્વામીજીએ પોતાની મહાસમાધિ સંબંધી સૂચના આપી હતી. તેમાં કહ્યું હતુંઃ 'જ્યારે પણ હું આ દેહનો ત્યાગ કરું, ત્યારે કોઈ પણ સમારોહ કરવામાં ન આવે. તેની ભૂસમાધિ પણ કરવામાં ન આવે. આ દેહ જ્યાં પડે, ત્યાંથી દેહના વિલય પછી ત્રણ જ કલાકમાં નિકટ વહેતા પાણીમાં તેને જળસમાધિ આપી દેવામાં આવે. દેહને દર્શન માટે ન રાખવામાં આવે, અને જળસમાધિ આપતી વખતે મારા નામનો જયજયકાર ન કરવામાં આવે... મારા નામનું ઉચ્ચારણ પણ ન કરવામાં આવે. દેહવિલયના સમાચાર કોઈને પણ કોઈએ પણ ફોન, પત્ર કે ઈ-મેઈલ દ્વારા ન આપવા. આવતા મહિનાના ડિવાઈન લાઈફ અંકમાં જ આ સમાચાર ભક્તોની સૂચનાર્થે જણાવવા.

આ દેહ પર ઈશ્વર અને મારાં માતા-પિતાનો હક છે. તદુપરાંત મારો પોતાનો હક છે, કારણ કે આટલાં વર્ષોથી હું આમાં વસી રહ્યો છું. આ દેહના સાધનનો મેં ઉપયોગ કર્યો છે. માટે આ દેહ સંબંધી મેં જે અને જેમ કહ્યું છે, તે અને તેમ જ કરવું. સમાધિ પછી સાધુ, સંતો, બ્રાહ્મણો, ગરીબ બાળકો, અથવા તો આશ્રમની આજુબાજુના ગરીબ ભિખારીઓ કે કુષ્ઠરોગીઓ, પશુપંખીઓને અન્નદાન કરવું.

મુનિ-કી-રેતીમાં ચાલતી શાળાના બાળકો, શિક્ષકોને સંતોષથી જમાડવા. આશ્રમની સાથે આવેલી પોલીસ ચોકીના પોલીસ મિત્રોને મીઠાઈ અને ફળનો

પ્રસાદ મોકલવો. ટેક્ષી, ટેમ્પો, રિક્ષા, ટાંગાવાળાઓને પણ જમાડવા.

આ સિવાય આ સાથે નીચે જણાવેલ પાંચેય વ્યક્તિઓને મારી સમાધિ સંબંધી કંઈ પણ કરવાનો અધિકાર નથી. તેઓ દૂરથી જોઈ શકે પરંતુ તેમણે કંઈ પણ કરવું નહીં.

(૧) શ્રી સ્વામી રામસ્વરૂપાનંદ સરસ્વતી
(૨) શ્રી સ્વામી શિવચિદાનંદ સરસ્વતી
(૩) શ્રી એચ.ડી. શર્માજી (ન્યુ દિલ્હી)
(૪) શ્રી કે. આરુમુગમ (પટ્ટમડાઈ)
(૫) શ્રી વી. એલ. નાગરાજ (બંગલુરુ)

વરસો પહેલાં હિમાલયની ગિરિકંદરાઓમાં તપ કરતી વખતે પણ અનંતમાં મળી જવાની ઈચ્છા સ્વામીજીના મનમાં જાગી હતી અને તે પણ કોઈને પણ જાણ કર્યા વગર એક ગુમનામની જેમ જ... તે સમયે ગુરુદેવે વિશ્વનું કાર્ય કરવા માટે તેમને બોલાવ્યા. આટલાં વરસો પછી તેમના મનમાં ફરીથી એ જ ભાવના જાગી હતી.

સ્વામીજીની આ સૂચના વાચતાં સૌ સાધકો ખેદ મિશ્રિત અચંબામાં પડી ગયા. આજ સુધી જીવનયાપન માટે સીધી સાદી સરળ સૂચનાઓ આપનાર સ્વામીજીએ કેવી કઠોર સૂચનાઓ આપી હતી. તેમની વિદાય સમયે જીભ ઉપર તેમનું નામ નહીં લેવાનું... તે માટે કેટલો કઠોર સંયમ કરવો પડશે? અને દૂર દૂરના સાધકોને તો આ સૂચના મળશે 'ડિવાઈન લાઈફ' માસિક દ્વારા... અને તેમનું કોઈ સ્મૃતિ મંદિર કે સમાધિ મંદિર પણ નહીં?

ન યાદગાર સ્થળ!!!

સ્વામીજી તો માત્ર બે કલાકમાં જ જળસમાધિ આપી દેવાનું કહેતા હતા. પરંતુ સ્વામીજીના અંગત સેવકોએ બેને બદલે ત્રણ કલાકનો સમય માગ્યો. આ બધા હતા સદૈવ સ્વામીજીની સાથે તેમની સેવાર્થે રહેતા હતા તે... તેમનાં જીવનની સાધના કે આરાધના એ માત્ર સ્વામીજીનું નામ જ હતું. કદાચ સ્વામીજીની સૂચનાઓનું પાલન કરવાનું સૌથી વધારે મુશ્કેલ તો તેમના માટે જ હતું. અને કદાચ એટલા માટે જ સ્વામીજીએ તેમને સમાધિના સર્વ અધિકારથી વંચિત રાખ્યા. માતાની ગેરહાજરીમાં જે દીકરો વધુ આક્રંદ કરવાનો હોય તેનાથી જ સંતાઈ-લપાઈને માતા ઘરમાંથી બહાર નીકળે છે ને?

આ સૂચનાપત્ર વાંચીને ભાવિક ભક્તોએ નિર્ણય કર્યો કે સમગ્ર વિશ્વમાં શિવાનંદ પરિવારનાં સૌ ભક્તો ચોવીસ કલાક અખંડ મૃત્યુંજય મંત્રનો જપ કરે. ઈન્ટરનેટ પર આ સૂચના વહેતી થતાં જ ભૂમંડળના સાતેય ખંડોમાં અડતાલીસ કલાક મૃત્યુંજય મંત્રના જપ થયા. ગ્રીનીચ રેખા સાથે ઘડિયાળ મેળવી સૌ સત્ સંકલ્પ થયા કે કોઈ પણ પળ જપ વગર ખાલી ન રહે. એકમેકને ઓળખતા ન હોય, અપરિચિત, જુદા દેશ, જુદા વેશ, જુદા રાષ્ટ્રોના સૌ ભક્તો... અમો સૌ એક જ પિતાનાં સંતાન છીએ તેવા ભાવથી સ્વામીજી માટે મૃત્યુંજય મંત્રનો અખંડ જપ કરવા લાગ્યા. નિર્ધારિત જપ માટે કલાકો પૂરા થયા પરંતુ પ્રાર્થના અને જપ તો અખંડ ચાલુ જ રહ્યાં.

સાગરમાં મળેલી નદીઓએ આ વાત ગંગાજીને કહી અને ગંગા ધન્ય થઈ ગઈ. તેની લહેરો ગણગણતી હતી.

આ તો સ્વર્ગમાં ખીલેલું પુષ્પ છે. સાકેત પુષ્પ.
જે ચિદાનંદજી નામ ધારણ કરીને ધરતી પર ખીલ્યું છે.
સાકેત પુષ્પ કેમ આ ધરતી પર આજ ખીલ્યું છે?
કે ચિદાનંદ થઈને ઈશ્વર જ અવતરણ કરી આવ્યા છે?
આંખોથી કરુણાનો આ શ્રાવણ વરસતો આવ્યો.
જીવનમાં આશાઓનાં પુષ્પોની તે સુગંધ લાવ્યો.
અમે તો ચકોર, આ ચંદ્રમા ચાંદની જ્ઞાનની લાવ્યો.
જે ખલ, અજ્ઞાની નિર્બળ પર પણ નીતરી રહી છે.
વાણીમાં ધૂન પ્રણવની કે જેથી જગ જાગી રહ્યું છે.
અનમોલ બોલ આ જેમાં મંત્રોનું સાત્ત્વિક બળ છે.
નિદ્રાધીન, વિસ્મિત માનવમાં વ્યક્તિત્વ નૂતન નીતર્યું છે.

જ્યારે અમરત્વથી તેણે માનવની દોરી તેમાં બાંધી છે.
આ જ્ઞાનરવિ અર્પે છે આલોક જે સ્વકીયનો
ધર્મના વાડાઓની વાડથી નથી હાર કદી તેણે માની.
ભલે માર્ગ હો જુદા પણ, મંઝીલ તો સૌએ છે મેળવવાની
સંદેશ પ્રેમ-સેવાનો સૌને તેમાંથી જ મળ્યો છે.
આ પુષ્પ સ્વર્ગથી ઊતર્યું, ધરતી પર ડોલી રહ્યું છે.
જેના દર્શનથી સઘળા ભવભય પણ ભૂલી રહ્યા છે.
વિશ્વાસ છે આ, છે આશા, છે આ પરિમલ શ્રદ્ધા તણો;
આ ભારતભોમનાં સઘળાં પુણ્યોનું અમૃતફળ છે.
ગંગાજી મનમાં જ કદાચ ગણગણતાં હશે;

નેત્રાવતી, જુઓ, આ તમારો દીકરો, તમે મારે ખોળે પોઢાડ્યો છે. આજે તે કટલો મોટો થઈ ગયો છે. આજે મારું જળ તેનાં ચરણોનાં સ્પર્શથી તીર્થ બન્યું છે.

સ્વયં ગંગા જેને પરબ્રહ્મ માને છે, તે સ્વામી ચિદાનંદજી આજે પણ ગંગામૈયામાં પગ સ્પર્શ કરતાં પૂર્વે એક લોટો ગંગાજળ લઈને દૂર જઈને પોતાના પગ ગંગામૈયાને પ્રણામ કરીને ધોયા પછી ગંગામાં પગ મૂકે છે. આજે પણ તેઓ જ્યારે પ્રાર્થના કરે છે, ત્યારે તેમના શ્રીમુખમાંથી શબ્દો ઝરે છે...

હે પ્રભો ! મને શાંતિનું વાહન બનાવ.
જ્યાં ઘૃણા હોય, ત્યાં સ્નેહસિંચન કરું.
જ્યાં આઘાત હોય ત્યાં ક્ષમા
જ્યાં વિસંવાદ હોય; ત્યાં એકાત્મતા
જ્યાં શંકા હોય, ત્યાં શ્રદ્ધા
જ્યાં નિરાશા હોય, ત્યાં વિશ્વાસ
અને જ્યાં દુઃખ હોય ત્યાં શાશ્વત ચિરંતન આનંદ !
હે શ્રેષ્ઠ પ્રભો ! વરદાન આપો કે
હું એટલી પણ આશા ન રાખું; સાંત્વનાની કે
જ્યાં સાંત્વના કરવાની હોય.
જેટલી સમજ લોકો કરે, તેથી વિશેષ સમજી લેવાનું; કારણ કે
બીજાઓને આપવામાં જ અમોને કંઈક મળે છે.
બીજાઓને ક્ષમા આપવામાં જ અમોને ક્ષમા મળે છે
અને મૃત્યુથી જ અમને ચિરંતન જીવન પ્રાપ્ત થાય છે.

'સેન્ટ ફ્રાન્સિસ !' પશ્ચિમનો વાયરો બોલ્યો !

'ઈસુ !' આફ્રિકન દેશોએ કહ્યું !

'પરવરદિગાર !' અરે ! આ તો ખુદા !' ઈસ્લામી રાષ્ટ્રો બોલ્યાં !

'જી ના ! આ તો સ્વામી ચિદાનંદ !' ગંગા સમગ્ર જગતને કહી રહી હતી.

દહેરાદૂનમાં બ્રહ્મલીન

બીજી આંતરરાષ્ટ્રીય દિવ્ય જીવન પરિષદ અને પૂજ્યપાદ શ્રીમત્ સ્વામી કૃષ્ણાનંદજી મહારાજના મહાપ્રયાણ પછી ત્રણેક મહિના શિવાનંદ આશ્રમ ખાતે રહી, સ્વામી ચિદાનંદ સ્વાસ્થ્ય સુવિધા અને ચિકિત્સા માટે દહેરાદૂન જઈને રહ્યા. ૨૪, તેગબહાદુર રોડ, શાંતિનિવાસ આરાઘર પાસે, શિવાનંદ આશ્રમને સ્નેહપ્રેમમાં મળેલ એક વિશાળ ભવન છે. ત્યાં શાંતિથી તેઓ રહ્યા. લોકોની અવરજવર, ભક્તોથી દૂર, સંસારને સમેટી,આશ્રમ સંચાલનની વ્યવસ્થાથી મુક્ત ધીરે ધીરે તેમની દુનિયા બહારથી અંદર તરફ સંકેલાતી ગઈ. લોકોને મળવાનું બંધ કર્યા પછી આહાર પણ બંધ જ કર્યો. સવારે બનાવેલી છાશનું નિતારેલું આછનું પાણી બપોરે એક ગ્લાસ-ગરમ કરીને પીતા.

ઈ.સ. બે હજારની બેની શિવરાત્રી પછી એક વખત સ્કંદષષ્ટિ ઉત્સવમાં છ દિવસ, એક શ્રીકૃષ્ણ જન્માષ્ટમીની મહાનિશામાં મોહરાત્રીમાં, એકાદ વાર શિવરાત્રીની રાત્રે તેમનાં આકસ્મિક દર્શન થતાં, સૌ ભક્તોનાં હૃદયમાં આનંદની હેલી જાગતી.

ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજીની સ્મૃતિમાં વિશાળ સત્સંગભવનના મંગળ ગૃહપ્રવેશ હેતુ ગુરુપૂર્ણિમામાં તેમનું આગમન થયું. આ સ-શરીર પ્રાણમાં પ્રાણ ભરી તેઓએ અંતિમ દર્શન આપ્યાં અને કર્યાં. કાયા કૃશ થઈ ગઈ હતી. શરીર સેવકોના આધારે જ ઊભું રહી શકતું હતું. બેઠા પછી વાણી છૂટક છૂટક ત્રુટક ત્રુટક નીકળી હતી. હજારો ભક્તોનો મહેરામણ આ દર્શન માટે મહિનાઓ અગાઉ આશ્રમમાં આવીને રહેલો.

તેમની સાધના અનવરત હતી. સૃષ્ટિનો પટ સંકેલાઈ રહ્યો હતો. સ્થૂળથી તેઓ સૂક્ષ્મ અને સૂક્ષ્માતિસૂક્ષ્મમાં પ્રવેશી રહ્યા હતા. તેમનો દેહ હવે માત્ર અસ્થિપીંજર થઈને રહ્યો હતો... અને એક સાંજે અઠ્ઠાવીસ ઓગસ્ટ બે હજારને આઠ (તા. ૨૮-૮-૨૦૦૮) ના દિને આઠને અગિયાર મિનિટે તેઓએ સદા સર્વદા માટે આ દશ્યમાન ભૌતિક જગતમાંથી **'યદ્‌ગત્વા ન નિવર્તન્તે તદ્‌ધામ પરમં મમ'**ની મહાયાત્રા કરી.

રાત્રે તેમના દેહને હૃષીકેશ શિવાનંદ આશ્રમમાં લાવી, તેમની ઈચ્છા પ્રમામે બ્રાહ્મમુહૂર્તમાં જ સવારે પાંચ વાગ્યા પૂર્વે ગંગાનાં પવિત્ર જળમાં જળસમાધિ આપવામાં આવી. ગંગાએ આજ પવિત્રતાનો વિશેષ અનુભવ કર્યો.

સ્વામી ચિદાનંદજીનું શરીર રહ્યું નથી. ચેતના શાશ્વત છે.

તેમના અગણિત શિષ્યોમાં, તેમના સ્પર્શથી પાવન થયેલી પ્રત્યેક અટ્ટાલિકાની દરેક ઈંટોમાં તેઓ જીવંત છે. તેમનો પ્રાણ ધબકે છે. તેઓ અખંડ છે, કારણ તેમને આવાગમન જ નથી... તેઓ તો

બ્રહ્માનંદં પરમસુખદં કેવલં જ્ઞાનમૂર્તિમ્
દ્વન્દ્વાતીતં ગગનસદૃશં તત્ત્વમસિ-આદિલક્ષ્યમ્।
એકં નિત્યં વિમલં અચલં સર્વધીસાક્ષીભૂતં,
ભાવાતીતં (એવા) ત્રિગુણરહિતં (તેવા) સદ્‌ગુરુને પુનઃ પુનઃ પ્રણામ.

ૐ નમો ભગવતે ચિદાનંદાય । ૐ નમો ભગવતે ચિદાનંદાય॥

॥ ૐ નમો ભગવતે ચિદાનંદાય॥

□ **'અમૃતપુત્ર'માંથી સાભાર**

(બાહ્ય સંપત્તિ અને આંતરિક સાદગી પાના નં. ૧૭ ઉપરથી ચાલુ)

ખુલ્લાપણું હોય છે. તે કદિ દંભી કે વિચિત્ર રીતે પોતાની વાત કહેતો નથી, કારણ કે તેનો સમસ્ત વ્યવહાર નિખાલસતાથી ભરપૂર હોય છે. જો સાદગી ખરેખર ગમતી હોય તો એ સાદગી વસ્ત્રોમાં, પ્રત્યેક હલન-ચલનમાં અને જે કંઈ પ્રવૃત્તિ કરીએ તેમાં વ્યક્ત થાય છે; કશું જ બિનજરૂરી રીતે ગૂંચવણ ભરેલું હોતું નથી. કાર્ય ઘણું જ થાય છે, પરંતુ તદ્દન સાદી રીતથી. જો કોઈ મનુષ્ય પોતાનાં કાર્યો કરવામાં કલાત્મક બને તો લોકો માને છે કે તે આળસુ છે, તે કશું જ કરતો નથી, પરંતુ સાદગીના લીધે તેનામાં સચોટપણું આવે છે અને તે ઘણી વસ્તુઓ સિદ્ધ કરે છે.

અગાઉ સમજાવ્યા પ્રમાણે સાદગીને બાહ્ય અસ્તિત્વ સાથે ગૂંચવી ન નાખવી જોઈએ. ચિંથરેહાલ વસ્ત્રો પહેરવાં અને અવ્યવસ્થિત દેખાવમાં ફરવું એ બિલકુલ સાદગીની રીત નથી. સાદાં વસ્ત્રો રાખવાં એ ઘણું સારું છે, પરંતુ જે કંઈ સાદાં વસ્ત્રો હોય તે સ્વચ્છ હોવાં જોઈએ. આરોગ્યના નિયમોનું અવશ્ય પાલન કરવું જોઈએ. સાદગીમય જીવનનો અવ્યવસ્થિત રીતભાતના જીવન સાથે ગૂંચવાડો ન કરવો જોઈએ.

અહંકારના પૂર્વગ્રહોથી મુક્ત મન એટલે ઉચ્ચ વિચારોની પરાકાષ્ઠા. આમ બને ત્યારે જ એ જગતમાં બધું સારું અને સુંદર હોય તેને પોષી શકે તેવા ચમકતા વિચાર-સ્રોતની ધારા બની શકે. બુદ્ધ, સોક્રેટિસ કે જિસસ જેવું - અહંકારમુક્ત, પૂર્વગ્રહોથી મુક્ત-મન રાખો. એવું મન કે જે આંતરિક સૂઝ ધરાવતું હોય, જે મન વિવેકબુદ્ધિ અને તટસ્થતાની પાંખો ફફડાવતાં, વિશાળ આકાશમાં વિચરતા હંસની માફક સ્વૈર-વિહાર કરતું હોય આવું મન ધરાવવું અને સંપૂર્ણ સાદગીભર્યું જીવન વ્યતીત કરવું એ જ સર્વ સંતો અને મહાત્માઓનો આદર્શ રહ્યો છે; આ આદર્શનો આદર કરવો જોઈએ તેના માટે પ્રવૃત્ત રહેવું જોઈએ તથા તેને મૂર્ત કરવો જોઈએ.

□ **'રચનાત્મક વિચારશૈલી'માંથી સાભાર**

સુખનો સ્રોત

- શ્રીમતી રૂપા મજમુદાર

આ સૃષ્ટિનું સર્જન થયું ત્યારથી માણસ સુખ માટે સતત ફાંફાં માર્યા કરે છે, પરંતુ આજ સુધી એની એ શોધ પૂરી થઈ નથી. દરેક જણ સુખને ઝંખે છે, પરંતુ મોટા ભાગે ભારોભાર નિરાશા સાંપડે છે. જીવનને સુખસગવડોથી છલકાવી દેવા માટે માણસે ભરપૂર અને અથાગ પ્રયત્નો કર્યા છે પણ હજુ સુધી કારી ફાવી નથી ત્યારે પ્રશ્ન થાય છે કે આ 'સુખ' નામની વસ્તુ આ પૃથ્વી પર છે કે પછી કલ્પનાની વસ્તુ છે ? વિચારતાં આપણે એવા નિષ્કર્ષ પર પહોંચી શકીએ કે માણસ માટે સુખ અપ્રાપ્ય જ છે અથવા તો એ સુખપ્રાપ્તિની શોધમાં જ કંઈ પાયાની ભૂલ થઈ રહી છે. માણસ જ્યાં સુખને શોધ્યા કરે છે એ જગ્યા જ ખોટી છે.

એક નિર્ધન વૃદ્ધ સ્ત્રીનું નાનું સરખું ઘર, જેમાં વીજળીની સગવડ પણ નહોતી, છતાં તે હંમેશાં ખુશ રહેતી. એના ઘરની આસપાસ વિશાળ જાહોજલાલીવાળા બંગલા હતા, જેમાં રહેતા લોકો અનેક સમસ્યાઓથી ઘેરાયેલા દુઃખી હતા. તેઓ આ વૃદ્ધ સ્ત્રીની સુખી અવસ્થા જોઈને તેને પૂછવા આવ્યા, 'માજી, તમે આટલાં ખુશ કેવી રીતે રહો છો ? તમારી પાસે કંઈ સુખસગવડ તો છે નહીં?' વૃદ્ધ સ્ત્રીએ પોતે યોગ્ય સમયે જવાબ આપશે એમ કહ્યું. થોડા દિવસ પછી એ સ્ત્રી ઘરની બહાર ચાંદનીના પ્રકાશમાં કંઈ શોધી રહી હતી. બધા લોકો તેને મદદ કરવાના હેતુથી ત્યાં આવ્યા અને પૂછ્યું, 'માજી, શું શોધી રહ્યાં છો?' વૃદ્ધ સ્ત્રીએ કહ્યું, 'મારી સોય ખોવાઈ ગઈ છે તે શોધું છું.' એક ડાહ્યા માણસે પૂછ્યું, 'માજી, તમે સોય લઈને ક્યાં ઊભાં હતાં ? ત્યાં ચોક્કસ જગ્યાએ શોધીએ તો મળી જાય.' વૃદ્ધ સ્ત્રીએ કહ્યું, 'સોય લઈને તો હું અંદર ઘરમાં ઊભી હતી અને ત્યાં પડી ગઈ છે, પણ ઘરમાં અંધારું છે એટલે અહીં બહાર અજવાળામાં શોધી રહી છું.' બધાં ગુસ્સે થયાં અને બોલ્યાં, 'માજી, સોય અંદર પડી હોય તો અંદર શોધાય, અહીં ક્યાંથી મળશે?' વૃદ્ધ સ્ત્રીએ કહ્યું, 'થોડા દિવસ પહેલાં તમે મને જે પ્રશ્ન પૂછ્યો હતો તેનો આ ઉત્તર છે. સુખ આપણી અંદર છે, અંદર જ મળશે. આપણે પોતે જ સ્વયં સુખ છીએ. સુખ એ આપણો મૂળગત સ્વભાવ છે. આ બાહ્ય જગતમાં વસ્તુ-વિષયમાં શોધવાથી નહીં મળે. આ બહિર્મુખપણું મનનાં કિરણોને વિખેરી નાખે છે. ઝાંઝવાનાં જળની જેમ સુખ આપી શકતાં નથી એ જ રીતે જગતના પદાર્થોમાં ભ્રામક સુખ છે, એ આપણને શાશ્વત સુખ ન જ આપી શકે.'

સુખ એક અનુભૂતિ છે, એ કોઈ સ્થૂળ વસ્તુ કે વિષય નથી. એ આંતરચેતનાની જાગૃતિ છે, જે આપણા વ્યક્તિત્વ સાથે અભિન્નપણે જોડાયેલી છે. ચેતનાની અમુક ભૂમિકાએ પહોંચવું એ સુખ છે. એક વખત આ વાત સમજાય કે સુખ એ કોઈ વસ્તુ નથી તો પછી જીવનને બધી વસ્તુઓથી ભરી દેવાનું મિથ્યાપણું સમજાઈ જશે. સાચા સુખ માટે બાહ્ય વસ્તુઓ એ મૂળ નથી.

એક દિવસ સાંઈબાબા પાસે એમનો એક ભક્ત આવ્યો. એણે બાબાને પૂછ્યું, 'બાબા, હું ખૂબ દુઃખી છું. મારે સુખી થવું છે, એનો રસ્તો બતાવો.' બાબાએ કહ્યું, 'તું તારા ભાઈની પાસે મુંબઈ જા, ત્યાં તને રસ્તો મળશે.' ભક્તે વિચાર્યું કે, મારો ભાઈ જ અત્યંત દુઃખી છે એ મને સુખનો રસ્તો કેવી રીતે બતાવશે? છતાં 'મંત્રમૂલં ગુરોર્વાક્યં' જાણી તે મુંબઈ ભાઈને ત્યાં આવ્યો. થોડીવારમાં તેમના ઘરે એક નાની દીકરી જૂનાં ફાટેલાં કપડાં પહેરી કામ કરવા આવી. એ આનંદથી ગાતી ગાતી કામ કરતી હતી. ભક્તને દીકરી પર વહાલ આવ્યું. તે તરત જ બજારમાં જઈ તેના માટે સુંદર વસ્ત્રો લઈ આવ્યા અને તેને આપ્યાં. બીજા દિવસે

એ દીકરી નવાં કપડાં પહેરી કામ કરવા આવી અને એ જ આનંદથી ગીતો ગણગણતી કામ કરવા લાગી. ત્રીજા દિવસે એ પાછાં જૂનાં જ ફાટેલાં કપડાં પહેરી આવી અને ગાતી ગાતી કામ કરવા લાગી. એની આનંદની સ્થિતિમાં કોઈ ફરક પડ્યો નહોતો. આ જોઈ ભક્ત સમજી ગયો કે બાબાએ મને આ શીખવા અહીં મોકલ્યો હતો. નવી નવી ભરપૂર અઢળક વસ્તુઓ અને સાચા સુખની અનુભૂતિને વાસ્તવમાં કશો સંબંધ નથી. સુખનો અનુભવ કરવા બાહ્ય પદાર્થો અનિવાર્ય નથી એટલે બાહ્ય વસ્તુઓ ન હોય તો પણ સુખ અનુભવી શકાય છે અને તેવી જ રીતે બાહ્ય વસ્તુઓ હોય તો પણ દુઃખ અનુભવી શકાય છે. કોઈ વ્યક્તિને સમાચાર મળે કે તેમનો યુવાન દીકરો અકસ્માતમાં મૃત્યુ પામ્યો છે. હવે તેની સામે તમે બધા જ પ્રકારની આનંદદાયક ચીજવસ્તુઓનો ઢગલો કરી દો તો પણ તેને આનંદ નહીં થાય. એ બિલકુલ ખુશ નહીં થાય, કારણ કે એની અંદરની સુખની ભૂમિકા એના મનની હાલતના કારણે ડોલી ઊઠી છે. તે વખતે જગતની કોઈ પણ ચીજ તેને સુખી નહીં કરી શકે.

આપણી અને પરમસુખ વચ્ચે સાકર અને મીઠાશ, દીપક અને પ્રકાશ જેવો સંબંધ છે. આપણે પોતે જ સાક્ષાત્ સુખ છીએ. સુખ આપણી મૂળભૂત પ્રકૃતિ છે, સ્વરૂપ છે. એ આપણી સાથે એકાકાર હોવાના કારણે વાસ્તવમાં આપણે તેને કદીયે ગુમાવી શકીએ નહીં.

આપણે પોતે જ અવર્ણનીય, શાશ્વત, નિર્ભેળ સુખનું સ્વરૂપ છીએ. સુખનો અભાવ એ આપણી વિસ્મૃતિ માત્ર છે. સાચા સુખનો સ્રોત આપણે પોતે જ છીએ. જ્યારે આપણને આપણા સાચા સ્વરૂપનું ભાન થાય છે અને પોતાના મૂળ સુધી પહોંચીએ છીએ અને પ્રાપ્તિ કરીએ છીએ પછી એ સુખ ક્યારેય છીનવાશે નહીં. એ માટે આપણે આપણા સુખને ઝૂંટવી લેનારા તત્ત્વોથી મુક્ત થવું પડશે. સુખ આપણી અંદર પડ્યું છે, એ અનુભવની આડે શું શું આવે છે. એ તપાસી એ અંતરાયોને દૂર કરવા પડશે. સદ્‌ગુરુદેવ સ્વામીશ્રી શિવાનંદજી મહારાજે અંતરાયોને દૂર કરી આંતરિક ગુણો વિકસાવી સુખને પ્રગટ કરવા માટે અઢાર 'તા'ના ગીતરૂપે સંદેશ આપ્યો છે –

સ્વસ્થતા, નિયમિતતા, નિરાડંબરતા,
સહૃદયતા, નિખાલસતા, સત્યશીલતા,
સમતા, સ્થિરતા, અનુત્તેજિતતા,
અનુકૂલનીયતા, નમ્રતા, ચીવટતા,
અખંડતા, કુલીનતા, મહાનુભાવતા,
દાનશીલતા, ઉદારતા, નિર્મળતા,
રોજેરોજ આચરો, આ અઢાર 'તા'ને
તમને તરતો તરત મળશે અમરતા
મળે નહીં આ કોઈ વિશ્વવિદ્યાલયમાં
પણ મળી શકે તમને હૃદયસ્થ ગહનતામાં.

સુખપ્રાપ્તિ માટેનો સલામત અને શ્રેષ્ઠ આશ્રય છે – ગુરુનું સાંનિધ્ય. ગુરુનાં ચરણકમલોમાં બેસો એ જ સલામત આશ્રય છે. ગુરુના રક્ષણ અને સંભાળ નીચે રહેલો મનુષ્ય સુખી છે. ગુરુની સેવા કરનાર અને તેમની પાસે બેસી ધ્યાન કરનાર મનુષ્ય સુખી છે. જે ગુરુની સેવા કરે છે તે સુખના માર્ગને જાણે છે. આપણે ગુરુકૃપા પ્રાપ્ત કરી સુખનો સ્રોત શોધી કાઢીએ એ જ પ્રાર્થના.

આંતરિક પરિવર્તન શક્ય છે?

જીહા !
પ્રાર્થના કરો.
પ્રાર્થનામાં અપાર શક્તિ છે.
પ્રાર્થનામાં અક્ષુણ્ણ બળ છે.
પ્રાર્થના પર્વતોને હલાવી શકે.
માટે પ્રાર્થો અને આંતરિક પરિવર્તનને પામો.

– શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

વૃત્તાંત

- **તા. ૧-૧-૨૦૧૭, અમદાવાદ :** આજે ઇસુના નૂતન વર્ષે કલ્પતરુ દિવસે સામૂહિક પ્રાર્થના ઉપરાંત ઉત્તર કાશીથી પધારેલા બ્રહ્મચારી શ્રી સુધર્મ ચૈતન્યજી મહારાજે ત્રણ દિવસ સુધી 'તત્ત્વબોધ' વિષયક પ્રવચનો કર્યાં.
- **તા. ૨-૧-૨૦૧૭, ધોળેશ્વર (ગાંધીનગર) :** ધોળેશ્વર (ગાંધીનગર) ખાતે આયોજાયેલ સંત સમાગમમાં મહંત શ્રી રામસ્વરૂપાનંદગિરિજી મહારાજના નિમંત્રણે પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ પધાર્યા.
- **તા. ૩-૧-૨૦૧૭, નારદીપુર (ઉત્તર ગુજરાત) :** નારદીપુર ખાતે લંબે હનુમાનના વાર્ષિક ભાગવત કથા સમારોહનું ઉદ્ઘાટન પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજે આજરોજ કર્યું. સવારે ૯.૩૦ થી ૧૨.૦૦ સુધી આયોજાયેલ સંત સંમેલનના અધ્યક્ષસ્થાને પૂજ્ય સ્વામીજી બિરાજ્યા. 'બ્રહ્મસત્ય જગન્મિથ્યા' વિષય પર સંતોના વિચાર-વિમર્શ થયા.
- **તા. ૭-૧-૨૦૧૭, અમદાવાદ :** પેપર મર્ચન્ટ્સ એસોસિયેશન, અમદાવાદના યજમાનપદે ભારતીય પેપર મર્ચન્ટ્સનો રાષ્ટ્રીય સમારોહ હોટલ St. Loren ખાતે આયોજાયો. આ પ્રસંગે એક વિશેષ ઉદ્બોધન આ FPTAની મેનેજિંગ કમિટીની સભામાં પૂજ્ય સ્વામીજીએ કર્યું.
- **તા. ૮-૧-૨૦૧૭, આણંદ - મોગરી - લાંભવેલ :** અનુપમ મિશન ખાતે પૂજ્ય સાહેબજીને ત્યાં પ્રાતઃ કાલીન દર્શન અને સત્સંગમાં પધાર્યા પછી આણંદ-લાંભવેલ ખાતે ૐકાર સાધના આશ્રમના મહામંડળેશ્વર પૂજ્યશ્રી સ્વામી માધવતીર્થજી મહારાજના ૮૪મા પ્રાગટ્ય મહોત્સવ નિમિત્તે પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ પધાર્યા. વિશાળ સંતસમાજ વતી પૂજ્ય સ્વામીજીએ આ જન્મોત્સવ નિમિત્તે પ્રાસંગિક ઉદ્બોધન અને હરિનામ સંકીર્તન કરાવ્યું. આયુષ્ય હોમ પછી મહાપ્રસાદ ગ્રહણ કરી પૂજ્ય સ્વામીજી અમદાવાદ પરત આવ્યા.

  આણંદ-લાંભવેલથી પાછા આવીને અંધજન કલ્યાણ મંડળ ખાતે છેલ્લાં પાંચ વર્ષમાં અંધજનો માટે વિશિષ્ટ ક્ષમતા સમ્પન્ન સેવા બજાવનારા તબીબી અને વ્યક્તિગત સંસ્થાના કાર્યકરોનું સન્માન પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજના વરદ હસ્તે થયું, જેમાં આદરણીય ડૉ. અલય બેન્કર અને ડૉ. શશાંક રાઠોડને ડૉ. નીલકંઠ છત્રપતિ એવોર્ડ એનાયત કરવામાં આવ્યા. આ પ્રસંગે પદ્મશ્રી શ્રી ડૉ. કુમારપાળ દેસાઈ, ડૉ. ચંદ્રકાન્ત મહેતા (માજી, ઉપકુલપતિ ગુજ. યુનિ.) અને 'વાઘબકરી'ના મેનેજિંગ ડાયરેક્ટર શ્રી પીયૂષ દેસાઈ પણ ઉપસ્થિત રહ્યા.

  અંધજન કલ્યાણ મંડળના કાર્યક્રમ પછી અમદાવાદ લાયન્સ ક્લબના સુવર્ણજયંતી સમારોહની અધ્યક્ષતા પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજે કરી.

  આમ, વહેલી સવારથી મોડી રાત્રિ સુધી પૂજ્ય સ્વામીજી આનંદ અને જ્ઞાન-પ્રસાદનું વિતરણ કરતા રહ્યા.
- **તા. ૯-૧-૨૦૧૭, બોપલ-આમલી (અમદાવાદ) :** શિવાનંદ આશ્રમનાં અનન્ય ભક્ત શ્રીમતી બીના યોગેશ પટેલ દંપતીના નૂતન ગૃહપ્રવેશ નિમિત્તે તેમને ત્યાં આયોજાયેલ સત્સંગમાં પૂજ્ય સ્વામીજી પધાર્યા. આ પ્રસંગે ધોળેશ્વર મહાદેવના મહંત શ્રી સ્વામી રામસ્વરૂપાનંદગિરિજી મહારાજ પણ ઉપસ્થિત રહ્યા.
- **તા. ૧૨-૧-૨૦૧૭, મોગરી (આણંદ) :** અનુપમ મિશનના આદ્યસ્થાપક પૂજ્ય શ્રી જસભાઈસાહેબની દીક્ષાના સુવર્ણજયંતી સમારોહ અને શ્રી ગુણાતીતાનંદજી મહારાજના ૨૦૭મા દીક્ષા મહોત્સવ પ્રસંગે આયોજાયેલ સત્સંગ સમારોહમાં પૂજ્ય સ્વામીજી અતિથિવિશેષ સ્વરૂપે ઉપસ્થિત રહ્યા.
- **તા. ૧૪-૧-૨૦૧૭, રોજંટો, અંબાજી, રામનગર, હિંમતનગર (સાબરકાંઠા) :** આજે ઉત્તરાયણ પર્વ નિમિત્તે વાર્ષિક ગોપૂજન અને ગોસેવાનું પવિત્ર કાર્ય પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજના વરદ હસ્તે થયું. ત્યારબાદ પૂજ્ય સ્વામીજી અને સર્વે ભક્ત મંડળ મોટાં અંબાજીનાં દર્શને ગયું. પાછા ફરતાં સૌ રામનગર કંપે બ્રહ્મલીન પૂજ્ય સ્વામી ગુરુકૃપાનંદ મહારાજના આશ્રમે સત્સંગ અને મધ્યાહ્ન ભિક્ષાર્થે સૌ રોકાયાં. ત્યાંથી અમદાવાદ આવતાં હિંમતનગર ખાતે ગુરુદેવના અનન્ય ભક્ત પૂજ્ય શ્રી દિલીપભાઈના નિવાસસ્થાને પણ સત્સંગ થયો. સર્વે મંડળ

(૨૪ ભક્તો) સવારે ૫.૧૫ કલાકે આશ્રમથી પ્રસ્થાન કરીને રાત્રે ૮.૩૦ વાગ્યે આશ્રમ પાછું આવ્યું.

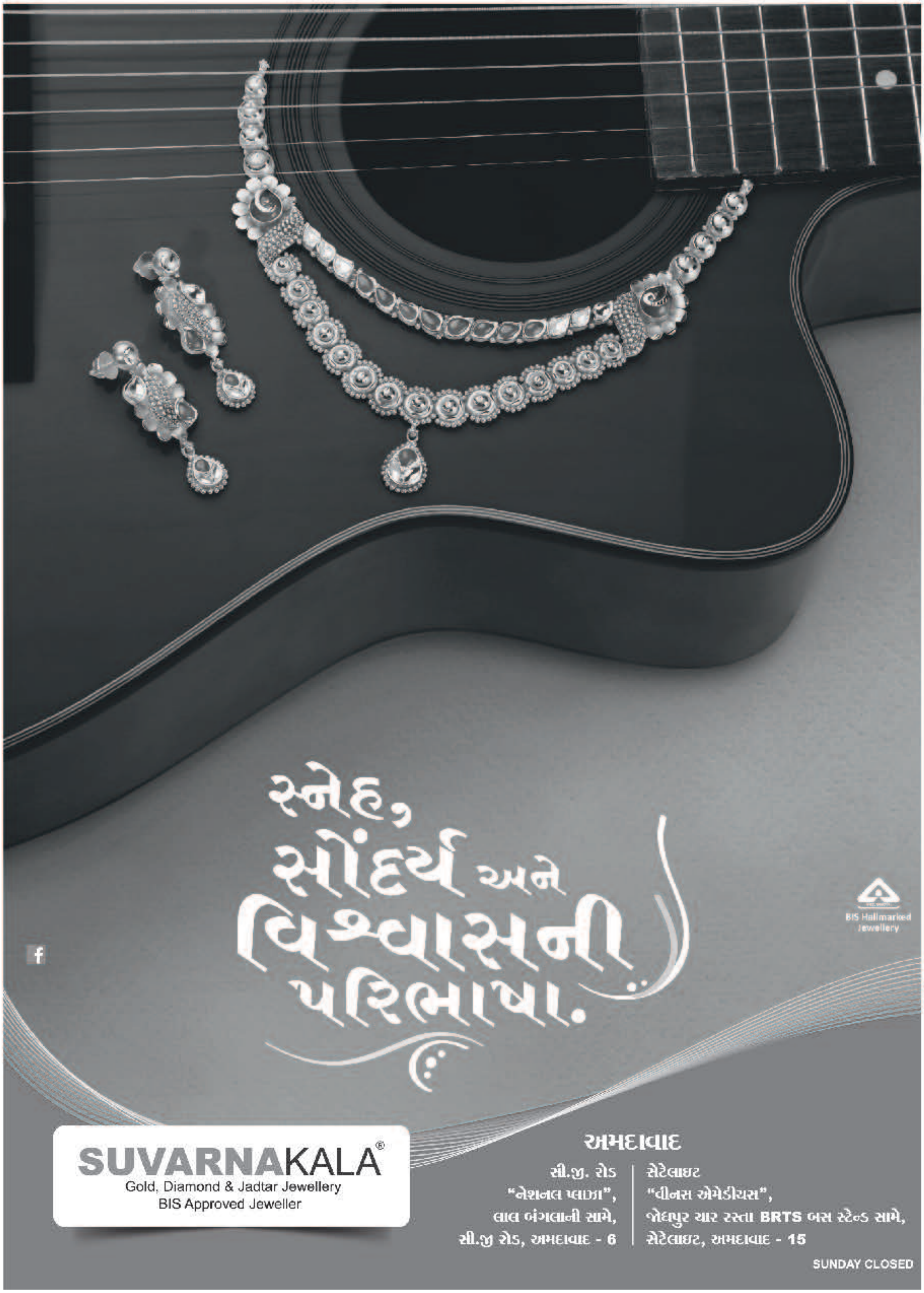
- **તા. ૧૬-૧-૨૦૧૭, અમદાવાદ :** ચિન્મય મિશન, અમદાવાદ ખાતે નૂતન મંદિર ઉદ્ઘાટન અને ભગવાનના શ્રી વિગ્રહોનો પ્રાણ પ્રતિષ્ઠા મહોત્સવ તા. ૧૬-૧ થી ૧૮-૧ સુધી ઊજવાયો. સાયં સત્સંગમાં ત્રણેય દિવસ પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી ઉપસ્થિત રહ્યા. વિશ્વ ચિન્મય મિશનનાં નવા આંતરરાષ્ટ્રીય પ્રમુખ શ્રીમત્ સ્વામી સ્વરૂપાનંદજી મહારાજનું શાલ ઓઢાડી બહુમાન કર્યું.
- **તા. ૧૭-૧-૨૦૧૭, કડા :** ડૉ. મફતભાઈ પટેલના પ્રયત્નોથી ઉત્તર ગુજરાતના કડા ગામે પુસ્તકાલય-વાચનાલયનું નવનિર્માણ થયું. આ પ્રસંગે ગુજરાત રાજ્યના મહામહિમ રાજ્યપાલ શ્રી ઓમપ્રકાશ કોહલીજી, પૂર્વ મુખ્યમંત્રી શ્રીમતી ડૉ. આનંદીબેન પટેલ અને પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ ઉપસ્થિત રહ્યા. પ્રસંગોચિત બોલતાં પૂજ્ય સ્વામીજીએ કહ્યું, ''વાંચવાની ટેવ પાડો. ટેવ સૌને હોય, પણ વાંચન શિષ્ટ વાંચન થાય તો વિચારો અને વ્યવહાર પણ સુધરે. આજે સદ્‌વાંચનની પ્રક્રિયાનાં વળતાં પાણી થયાં છે; તેથી નાનાં મોટાં સૌનાં મન ઉચાટે રહે છે. વાંચનથી સકારાત્મક ચિંતનનું મંડાણ થતાં, પરસ્પર પ્રેમ અને સદ્‌ભાવ વધતાં પહેલાં પારિવારિક અને પછી સામાજિક અને અંતે રાષ્ટ્રીય શાંતિ જાળવી શકાશે.''
- **તા. ૨૧-૧-૨૦૧૭, ગાંધીનગર :** ગુજરાત રાજ્યના ઇન્ડિયન કાઉન્સિલ ઓફ સોશિયલ વેલ્ફેર અને ઓબ્ઝર્વેશન વિભાગ દ્વારા આ વર્ષે પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજને 'Glory of Gujarat' એવોર્ડ ગુજરાત રાજ્યના રાજ્યપાલ આદરણીય શ્રી ઓમપ્રકાશ કોહલીજીના વરદ હસ્તે એનાયત કરવામાં આવ્યો. આ પ્રસંગે બોલતાં પૂજ્ય સ્વામીજીએ કહ્યું, ''ગુજરાત સ્વયં ગૌરવ અનુભવે છે કે શ્રીકૃષ્ણે છેક ઉત્તરપ્રદેશથી અહીં ગુજરાતમાં દ્વારકા ખાતે આવીને રહેવાનું વિચાર્યું. બસ્સો વર્ષની ગુલામીની જંજીરોને અહિંસા અને સત્યના માર્ગે ગુજરાતના ગૌરવ પૂજ્ય બાપુજી મહાત્મા ગાંધીજી અને ગુજરાતના પનોતા પુત્ર સરદાર વલ્લભભાઈએ જ તોડી. સન્માન મેળવીને જવાબદારી વધે છે કે અમારા પ્રત્યેક વિચાર, વાણી અને વર્તન પ્રારંભમાં ગુજરાતનાં હિતમાં અને પછી રાષ્ટ્રીય એકતા અને અખંડતા પરક હોય.
- **તા. ૨૨-૧-૨૦૧૭, વલસાડ :** દિવ્ય જીવન સંઘ, વલસાડની કરોડરજ્જુ સમાન શ્રી મુકેશ દેસાઈના પારિવારિક પ્રસંગે પૂજ્ય સ્વામીજી વલસાડ પધાર્યા. સત્સંગ અને ભક્તોને ત્યાં પધરામણીઓ પણ થઈ.

તા. ૨૬-૧-૨૦૧૭, અમદાવાદ : આજરોજ સવારે આશ્રમમાં પ્રજાસત્તાક દિવસ નિમિત્તે પૂજ્ય સ્વામી રામસ્વરૂપાનંદજી મહારાજના વરદ હસ્તે ધ્વજવંદન થયું.

- સાંજે પૂજ્ય સ્વામીજી ગુજરાત રાજ્યના રાજ્યપાલ મહોદયશ્રીનાં નિમંત્રણે રાજભવન પધાર્યા.
- સાંજે ૫.૩૦ થી ૯.૦૦ સુધી રામાયણી શ્રી અજય યાજ્ઞિકજી દ્વારા સુંદરકાંડ પારાયણ અને તે પૂર્વે સવારે ૯.૦૦ થી બપોરના ૧.૦૦ સુધી મારુતિ યજ્ઞનું પણ આયોજન થયું.

તા. ૨૯-૧-૨૦૧૭, અમદાવાદ : આજરોજ આશ્રમના ટ્રસ્ટી આદરણીય શ્રી પ્રકાશભાઈ સોનીના ઘરે સત્સંગનું આયોજન કરવામાં આવ્યું. જેમાં પૂજ્ય સ્વામીજીએ આપણું જીવન યશસ્વી જીવન કેવી રીતે બને, બાળકોનું જીવન ઉદાત્ત જીવન કેવી રીતે બને તે વિષય પર મનનીય પ્રવચન આપ્યું. આશ્રમના કારોબારીના સભ્યો ઉપરાંત અનેક ભક્તોએ શ્રવણનો લાભ લીધો. ત્યારબાદ સૌએ ભોજન-પ્રસાદ ગ્રહણ કર્યો.

- **તા. ૩૦-૧-૨૦૧૭, હિંમતનગર :** આજરોજ પૂજ્ય બાપુજી મહાત્મા ગાંધીજીનો નિર્વાણ દિવસ. વિશ્વમાં આ દિવસ રક્તપિત્ત નાબૂદી દિવસના નામે ઊજવાઈ રહ્યો છે. હિંમતનગરથી ૩૦ કિ.મી. દૂર આવેલી રક્તપિત્તિયાઓની વસાહત ખાતે પૂજ્ય સ્વામીજી પધાર્યા. સત્સંગ થયો. સૌને મળી અને મધ્યાહ્ન ભોજન પછી પૂજ્ય સ્વામીજી અમદાવાદ પાછા પધાર્યા.
- **તા. ૩૦-૧ થી ૧-૨-૨૦૧૭ - અમદાવાદ :** શ્રી અનુપમ મિશન દ્વારા નવનિર્મિત ઉપાસનાધામ અને સાધક નિવાસનું સામૈયું ખૂબ ધામધૂમથી ઊજવાયું. પૂજ્ય સાહેબના નિમંત્રણે પૂજ્ય સ્વામીજી બધા જ કાર્યક્રમોમાં ઉપસ્થિત રહ્યા.



સ્નેહ,
સૌંદર્ય અને
વિશ્વાસની
પરિભાષા.
BIS Hallmarked Jewellery
SUVARNAKALA®
Gold, Diamond & Jadtar Jewellery
BIS Approved Jeweller
અમદાવાદ
સી.જી. રોડ
"નેશનલ પ્લાઝા",
લાલ બંગલાની સામે,
સી.જી રોડ, અમદાવાદ - 6
સેટેલાઇટ
"વીનસ એમેડીયસ",
જોધપુર ચાર રસ્તા BRTS બસ સ્ટેન્ડ સામે,
સેટેલાઇટ, અમદાવાદ - 15
SUNDAY CLOSED

ISO 22000
ફૂડ સેફ્ટી પ્રમાણિત કંપની

સ્વાદ અને
ગુણવત્તાની પરંપરા

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

રામદેવ

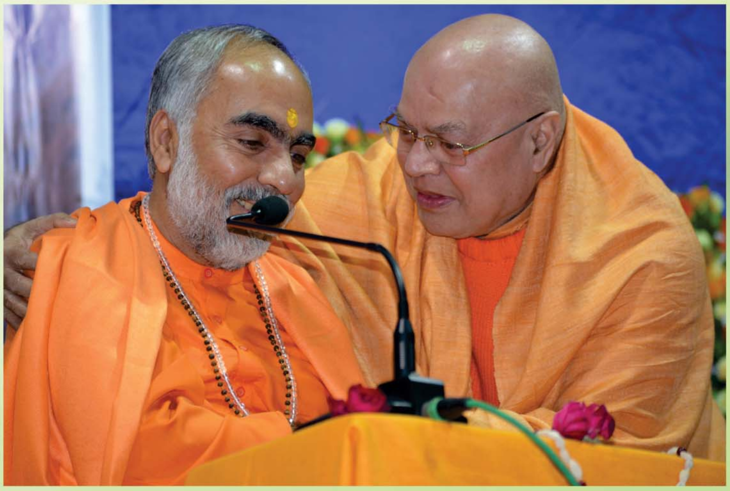
મસાલા • ઈન્સ્ટન્ટ મિક્ષ • બ્લેન્ડેડ મસાલા • હિંગ વગેરેની વિશાળ શ્રેણી અને પેક સાઈઝ

રામદેવ ફૂડ પ્રોડક્ટ્સ પ્રા. લિ.
સ્પાઈસ વર્લ્ડ, સરખેજ-બાવળા હાઈવે, ચાંગોદર-૩૮૨ ૨૧૩, અમદાવાદ. • www.ramdevfood.com

Identity

મકર સંક્રાંતિના પવિત્ર પર્વે ગો-પૂજન અને બ્રહ્મલીન શ્રી સ્વામી ગુરુકૃપાનંદજી મહારાજના ભક્તમંડળ સાથે (૧૪-૧-૨૦૧૭) રામનગર કંપો (ખેડબ્રહ્મા)

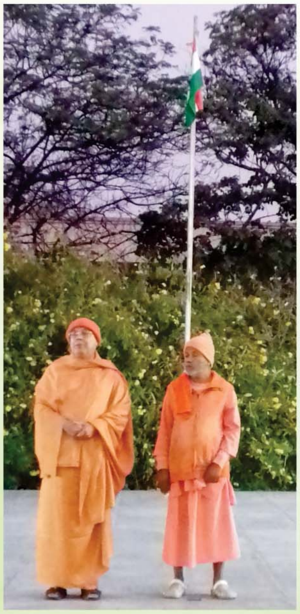
દાઉદી વહોરા સમુદાયના સન્માનનીય વડા ડૉ. સૈયદના મુફદ્દલ સૈફુદ્દીન સાહેબના ૭૨મા જન્મોત્સવમાં સુરત ખાતે (૨૦-૧-૨૦૧૭)



આંતરરાષ્ટ્રીય ચિન્મય મિશનના નવનિર્વાચિત વડા પૂજ્ય શ્રી સ્વામી સ્વરૂપાનંદજી મહારાજ સાથે, ચિન્મય મિશન, અમદાવાદ ખાતે પરસ્પર સૌજન્ય લાભ (૧૮-૧-૨૦૧૭)

ઉત્તર ગુજરાતના કડા ગામ ખાતે નવનિર્મિત લાઈબ્રેરીના ઉદ્‌ઘાટન પ્રસંગે ગુજરાત રાજ્યનાં પૂર્વ મુખ્યમંત્રી શ્રીમતી આનંદીબહેન પટેલનું અભિવાદન અને ડૉ. આનંદીબહેન તથા ડૉ. મફતભાઈ પટેલના પરિવાર સાથે ગુજરાત રાજ્યના આદરણીય મહામહિમ રાજ્યપાલ શ્રી ઓમપ્રકાશ કોહલીજી અને પૂજ્ય સ્વામીશ્રી

Printed and Published by ARUN DEVENDRA OZA on behalf of GUJARAT DIVYA JIVAN SANGH and Printed at Print Vision Private Limited, "Print Vision House", Opp. Old Central Bank of India, Ambawadi, Ahmedabad-380 006 and published from Gujarat Divya Jivan Sangh, Sivananda Ashram, Jodhpur Tekri, Sivananda Marg, Satellite, Ahmedabad-380 015. Editor- SWAMI ADHYATMANANDAJI



પતંગબાજીમાં ચાઈનીઝ દોરાથી ગળું કપાતાં ઘવાયેલા યુવકની સત્ત્વરે પ્રાણરક્ષા કરવાનું અદ્‌ભુત કાર્ય કરનારા યુવકો શ્રી અશ્વિન મકવાણા અને શ્રી અમૃતલાલનું ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ વતી રાજ્યપાલ મહોદય દ્વારા અભિવાદન

૬૮મા પ્રજાસત્તાક દિવસે શિવાનંદ આશ્રમમાં ધ્વજવંદન. પૂજ્ય સ્વામીજી સાથે શ્રી સ્વામી રામસ્વરૂપાનંદજી મહારાજ (૨૬-૧-૨૦૧૭) અમદાવાદ

પ્રજાસત્તાક દિવસના રોજ રાજભવન ખાતે ગુજરાત રાજ્યના મુખ્યમંત્રીશ્રી વિજય રૂપાણીજીનું અભિવાદન

'દિવ્ય ભાસ્કર' અને જે. જી. કેમ્પસ ઓફ એજ્યુકેશનના સંયુક્ત તત્ત્વાવધાનમાં સુપ્રસિદ્ધ ગઝલ ગાયક શ્રી મનહર ઉધાસનાં નૂતન આલબમનું લોકાર્પણ

ઈન્ડિયન કાઉન્સિલ ઓફ સોશિયલ વેલ્ફેર (ગુજરાત રાજ્ય) ના સમારંભમાં રાજભવન ખાતે પૂજ્ય સ્વામીજી (તા. ૨૧-૧-૨૦૧૭) ગાંધીનગર

સુખ

વાસ્તવમાં સુખ એટલે તમારી અંદર અનુભવવાની એક અપરિવર્તનીય પ્રક્રિયા જ છે. આ સભાનતા જો હોય તો બાહ્ય વિષયોમાંથી રસ છૂટી જાય છે. જો આ સભાનતા ન હોય તો તમને કશામાં જ રસ પડશે નહીં. આ અધિક મહત્ત્વનો મુદ્દો છે.

- સ્વામી ચિદાનંદ

Print Vision