યોગ, સ્વાસ્થ્ય અને નૈતિક જીવન મૂલ્યોનું માસિક

દિવ્ય જીવન

વાર્ષિક લવાજમ : રૂા. ૧૫૦/- • વર્ષ - ૧૩ અંક - ૩ માર્ચ - ૨૦૧૬

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/-

ઈશ્વરદર્શન

જેને ઈશ્વરદર્શનની પ્રબળ આકાંક્ષા હોય છે તેના જ હૃદયમાં પ્રેમનો વિકાસ શક્ય છે. તેના માટે ખુદ ઈશ્વરને પણ પ્રગટ થવું પડે છે. જે તેને સાચા હૃદયથી માગે તેને ભગવાન તરત જ મળે છે. એ તો માગણી અને માગણીપૂર્તિનો વિષય છે; પરંતુ તેની પાછળ હૃદયની તીવ્ર ભાવના હોવી જોઈએ.

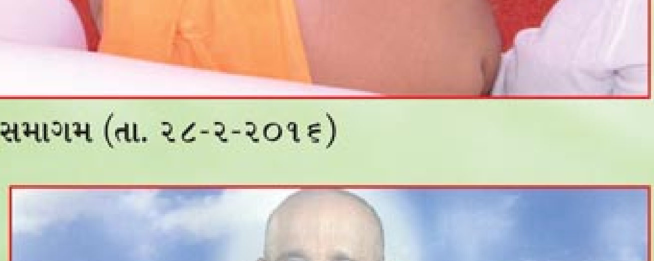
- સ્વામી શિવાનંદ

શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ ખાતે શ્રીમદ્ ભાગવત કથાનો મંગળ પ્રારંભ, સૌજન્ય : રામ ઝરૂખો, ભાવનગર (તા. ૨૯-૨-૨૦૧૬)

હાથરોલ (હિંમતનગર) ખાતે R1 ફળો અને શાકભાજીના પ્રોસેસિંગ હાઉસનું ઉદ્ઘાટન (તા. ૨૮-૨-૨૦૧૬)

હાથરોલ (હિંમતનગર) ખાતે સંત સમાગમ (તા. ૨૮-૨-૨૦૧૬)

કૈવલ્યધામ (લોનાવલા)ના યોગ પ્રશિક્ષાર્થીઓ શિવાનંદ આશ્રમની મુલાકાતે (તા. ૧૪-૨-૨૦૧૬)



શ્રી સ્વામી ચિદાનંદ જન્મ શતાબ્દી પ્રસંગે ગુજરાતભરની કોલેજોનાં વિદ્યાર્થી ભાઈ-બહેનો માટેની વકતૃત્વ સ્પર્ધાના નિર્ણાયકો, વિજેતાઓ અને આયોજકો (તા. ૧૪-૨-૨૦૧૬)

શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની પ્રેરણાથી પ્રકાશિત
દિવ્ય જીવન

વર્ષ : ૧૪   અંક : ૩   માર્ચ-૨૦૧૬

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 શિવાનંદ સર્વજીવસેવાનિધિ
ઈતર પત્રવ્યવહાર અને મહામંત્રીનું કાર્યાલય :
શ્રી યશેશભાઈ 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/-
છૂટક નકલ	:	રૂ. ૧૫/-
વિદેશ માટે (એર મેઈલ)		
વાર્ષિક (એર મેઈલ)	:	રૂ. ૧૮૦૦/-
શુભેચ્છક લવાજમ	:	રૂ. ૧૫૦૦૦/-

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

ॐ

तेऽग्निमब्रुवञ्जातवेद एतद् विजानीहि
किमिदं यक्षमिति तथेति ॥

तदभ्यद्रवत् तमभ्यवदत् कोऽसीत्यग्निर्वा
अहमस्मीत्यब्रवीज्जातवेदा वा अहमस्मी ति ॥

केनोपनिषद् - ३, ४

તે ઈન્દ્રાદિ દેવતાઓએ અગ્નિદેવને આ પ્રમાણે કહ્યું : હે જાતવેદ, (અગ્નિ દેવતા સમસ્ત જન્મેલા પદાર્થોનું ધ્યાન રાખે છે અને સર્વજ્ઞ હોવાથી તેમને 'જાતવેદ' કહેવામાં આવે છે.) આપ પોતે જઈને આ વાતને સમજી આ દિવ્ય યક્ષ કોણ છે તે સારી રીજે જાણી લાવો. અગ્નિએ કહ્યું: ''સારું, હું હમણાં જ પત્તો લાવું છું.''

અગ્નિદેવ તેની પાસે તરત જ દોડીને પહોંચી ગયા, તે યક્ષે અગ્નિદેવને પૂછ્યું : ''આપ કોણ છો?'' અગ્નિએ કહ્યું : ''હું પ્રસિદ્ધ અગ્નિદેવ છું અને હું જ જાતવેદના નામથી પ્રસિદ્ધ છું.''

શિવાનંદ વાણી

આદર્શ જીવન

નિત્ય પ્રાતઃ કાળે ચાર વાગ્યે ઊઠો. ઈશ્વરના નામનું ગાન કરો. હરિનામનાં કીર્તન કરતાં કરતાં અનુભવો કે તે તમારા જ હૃદયમાં બિરાજમાન છે અને તમારા ગાનને પ્રેમપૂર્વક સાંભળે છે. ગીતા, ભાગવત અને રામાયણ જેવાં આધ્યાત્મિક પુસ્તકોનો નિયમિત અભ્યાસ કરો. માતાપિતાની આજ્ઞાનું પાલન કરો. સદા સત્ય બોલો. ઓછું બોલો, મધુર બોલો.

આધ્યાત્મિક જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરો. તે જ્ઞાનની સહાય વડે પ્રભુ પ્રેમના અસીમ આનંદના સામ્રાજ્યમાં જવાશે. આ જ જીવનનો આદર્શ છે.

- સ્વામી શિવાનંદ

અનુક્રમ

૧.	કેનોપનિષદ્		૩
૨.	અનુક્રમ, તહેવાર સૂચિ		૪
૩.	સંપાદકીય	તંત્રી	૫
૪.	સાધનાનાં કેટલાંક અંગો	ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી	૬
૫.	ગુરુદેવ પોતે હતા તેવા કેમ કરી બન્યા	શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી	૧૨
૬.	અમૃતપુત્ર-૨૩	શ્રીમતી રાજલક્ષ્મી દેશપાંડે	૧૬
૭.	જીવન એક યુદ્ધક્ષેત્ર-૨	શ્રી સ્વામી કૃષ્ણાનંદજી	૧૯
૮.	મહામૃત્યુંજય મંત્ર	શ્રીમતી રૂપા મજમુદાર	૨૩
૯.	વિભિન્નતામાં એકતા - દેશની અખંડતાની ધરોહર		૨૬
૧૦.	શ્રીમત્ સ્વામી ચિદાનંદ જન્મશતાબ્દી વર્ષ વિદ્યાર્થીઓ-શિક્ષકોએ સ્પર્ધાઓમાં ભાગ લીધો		૨૯
૧૧.	વૃત્તાંત		૩૧
૧૨.	જાહેરાત		૩૩

તહેવાર સૂચિ

માર્ચ ૨૦૧૬

તા.	તિથિ	(મહા વદ)
૫	૧૧	એકાદશી
૬	૧૨	પ્રદોષ પૂજા
૭	૧૩	મહાશિવરાત્રી
૮/૯	૧૪/૩૦	અમાવાસ્યા
૯	૩૦	સૂર્યગ્રહણ (૪-૪૯ થી ૧૦-૦૫ સુધી)
		(ફાગણ સુદ)
૧૯	૧૧	એકાદશી
૨૦	૧૨	પ્રદોષ પૂજા
૨૨/૨૩	૧૪/૧૫	પૂર્ણિમા
૨૩	૧૫	પૂર્ણિમા, શ્રી ચૈતન્ય મહાપ્રભુ જયંતી
૨૪	૧૫	હોળી-ધૂળેટી (ફાગણ વદ-૧)

"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.
- સામાન્યત: 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 સ્ફુલિંગ

અદ્વૈત

દ્વૈત એ તમામ દુ:ખનું કારણ છે. દ્વૈતમાંથી જ મહાન ભય ઉત્પન્ન થાય છે. જ્યારે પરમ સત્ય અદ્વૈત છે. એની કોઈ બીજી જોડ નથી. એમાંથી જ સાચું સુખ જન્મે છે. આ બધાનો અર્થ એ છે કે તમારી આસપાસ પથરાયેલું સમગ્ર વિશ્વ જે તમે જુઓ છો તે બીજું કાંઈ નહિ પણ વિશ્વ-ચૈતન્ય છે. તે એકલું જ સમગ્ર વિશ્વ છે. તે જ એક સંપૂર્ણ વાસ્તવિકતા છે.

- સ્વામી શિવાનંદ

સંપાદકીય

આ મહિનાનો વિશેષ ઉત્સવ શિવરાત્રી છે.

શબ્દ બે છે; શિવ અને રાત્રી. શિવ એટલે શુભ, સત્ય, સુંદર, પવિત્ર, ચૈતન્ય, દિવ્ય અને ભવ્ય. રાત્રી એટલે સૂર્યની અનુપસ્થિતિ. સૂર્ય એટલે પ્રકાશ અને પ્રકાશની ગેરહાજરી એટલે અંધકાર. પ્રકાશ એટલે જ્ઞાન અને વિકાસ. અંધકાર એટલે અજ્ઞાન અને અધોગતિ. આમ, શિવરાત્રી એટલે જે રાત્રીને શિવ કરે તે. અંધકારને પ્રકાશમય, જ્ઞાનમય, આનંદમય, ઉત્સવમય, ચિન્મય, ચિદ્દ્ઘન, ચિદાનંદ કરે તેવી રાત્રી એટલે શિવરાત્રી.

તો પછી એવી રાત્રી કેવી રીતે સંભવે?

શિવરાત્રી જાગરણથી ઊજવાય, જાગરણ એટલે પ્રમાદ, આળસ, નિદ્રા-તંદ્રાનો લોપ, જાગરણ અર્થાત્ અસત્‌માંથી સત્ તરફ, અજ્ઞાનમાંથી જ્ઞાન ભણી અને મૃત્યુમાંથી અમૃત પ્રતિ યાત્રા એટલે શિવરાત્રીની ઉપાસના.

આ ઉપાસના જ બધું સમજાવી શકે. ઉપ એટલે સમીપે અને આસન એટલે સ્થિરતા. આત્મસ્થ થવું એટલે આત્માની સાક્ષીએ રહેવું એટલે ઉપાસના. આ ઉપાસના આરાધના કે સાધના શિવની પ્રાપ્તિ માટે છે. સત્યમાં નિષ્ઠ થવા માટે છે. અનર્ગલથી મુક્તિ માટે છે. અનૃતથી મુક્તિ માટે છે.

શિવરાત્રી એટલે આત્મોપાસનાની રાત્રી. અનાત્મથી આત્મ ભણી યાત્રા. અનાત્મ એટલે મોહ, માયા, મમતા, દુઃખ, ક્લેશ અને આતંક. આત્મ એટલે નિર્મોહ, સુખ, શાંતિ, સંપ, સહકાર અને સૌજન્ય. જેમ જેમ વધુ ચિંતન કરીશું તેમ શિવ સ્વકીય સ્વરૂપમાં અદ્દ્ભુત અને અનન્ય દર્શન આપતા જશે.

શિવ પરમ વૈષ્ણવ છે. વૈષ્ણવ એટલે સર્વ સાધારણ અર્થમાં વિષ્ણુના ભક્ત. શ્રી રામના ભક્ત, શ્રીકૃષ્ણના ઉપાસક અને તત્ત્વાર્થે શિવ એટલે જ કરુણા, ક્ષમા, ઔદાર્ય, શૌર્ય, ધૈર્ય અને પવિત્રતાનું પરમોચ્ચ સ્વરૂપ એટલે પરમ વૈષ્ણવ. ''પીડ પરાઇ જાણે' ભલે શ્રી નરસિંહનું પદ હોય પરંતુ ચરિતાર્થ તો શિવમાં જ થાય છે. જ્યારે જ્યારે ભક્તો જ શા માટે દેવોને પણ ભીડ પડી છે ત્યારે શિવે જ સમાધાન આપ્યું છે. દેવો માટે અમૃત ઉપલબ્ધ થાય માટે શિવ વિષપાન કરી શકે છે.

શિવ સદા સર્વદા સર્વત્ર સૌના માટે ઉપલબ્ધ છે, તેમનાં દ્વાર બંધ નહીં; તેથી જ તેઓ મુક્તિ પ્રદાતા છે. તેઓ બંધન મુક્ત છે. સ્પર્શ-અસ્પર્શથી ભિન્ન છે. પરમ વૈષ્ણવ હોવા છતાં સ્મશાનમાં નિવાસ કરી શકે છે, ચિતાની ભસ્મનું લેપન કરી શકે છે. આકડા-ધતૂરા, ભાંગ-બિલ્વપત્ર કે માત્ર એકમાત્ર જળના અભિષેકથી પ્રસન્ન છે.

આ પરમ શિવ તે વિશ્વનું આદિતત્વ છે. તેઓ સૃષ્ટિનું મંડાણ છે. જગતનું આરાધ્યસ્થાન છે. સૃષ્ટિકર્તા બ્રહ્મા, પાલનકર્તા વિષ્ણુ કે પ્રલયના પૂજ્ય સ્વરૂપ પરમાત્મ આદિદેવ શિવ સ્વયં જ જગતની ઉત્પત્તિ-સ્થિતિ અને વિલયના કારણનું કારણ હોવા છતાં બધાં કારણોથી પર છે. દ્વંદ્વાતીત ત્રિગુણરહિત એકમાત્ર કલ્યાણકારી, શુભકર્તા, સુખકર્તા, દુઃખહર્તા, જગદાધાર, જગન્નાથ, જગત્પતિ, પરમાત્મ સ્વયં શિવ છે.

એવા હે જગદીશ, આનંદકંદ, આશુતોષ નમોઽસ્તુ તે! પ્રણમ્યતે! ૐ નમઃ શિવાય!

ૐ શાંતિ

- સંપાદક

સાધનાનાં કેટલાંક અંગો

ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી

[પૂજ્ય ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજનું જીવન સાધનાનો પર્યાય હતું. તેઓ સાધના-સિદ્ધ પુરુષ હતા. તેમના જીવનની પ્રત્યેક પળ અને પ્રત્યેક શ્વાસ સાધના જ હતાં. તેમના જન્મ શતાબ્દી વર્ષ પ્રસંગે આપની સમક્ષ 'સાધના' પ્રસ્તુત કરતાં ખૂબ આનંદ છે.]

પ્રત્યેક હૃદયમાં દિવ્ય જ્યોતિ ઝળહળી રહી છે. ઈન્દ્રિયોને સમેટીને તથા મનને શાંત કરીને તમે અંતર્ચક્ષુ દ્વારા દિવ્ય જ્યોતિનાં દર્શન કરી શકો છો. નવ દ્વારોથી બનેલા એક પાંજરામાં જીવ નામનું એક નાનું પક્ષી નિવાસ કરે છે. અહંકાર, મમતા તથા વાસનાઓનો ક્ષય કરી તે આ હાડ-માંસના પાંજરામાંથી મુક્ત થઈ શકે છે.

પથ્થર પીગળી શકે છે, પરંતુ અભિમાની વ્યક્તિનું હૃદય નથી પીગળી શકતું. તે હીરા તથા વજ્ર કરતાં પણ વધુ કઠણ છે. અથાગ માનવસેવા, સત્સંગ, જપ તથા ધ્યાન દ્વારા તેને કોમળ બનાવી શકાય છે.

ભગવાનનું નામ કેટલું મધુર છે ! હરિ, રામ, કૃષ્ણ, શિવનાં નામ કેટલાં શીતળ તથા પ્રેરણાત્મક છે ! ભગવન્નામ તમારાં ભય, શોક, દુઃખ તથા દર્દને દૂર કરે છે તથા તમારા હૃદયમાં સુખ, શાંતિ, બળ તથા સાહસ ભરી દે છે. દુઃખી હૃદય તથા દુર્બળ સ્નાયુઓ માટે નામ જ પરમ ઔષધિ છે. નામ અમૃતત્વ તથા અમર સુખદાતા અમૃતરૂપ છે. સદા ઈશ્વરના નામનું સ્મરણ કરો. તેના નામનું ગાન કરો. તમારા શ્વાસ-પ્રશ્વાસમાં તેનું નામ લો. આથી તમે જન્મમરણના ફેરામાંથી મુક્ત થઈ જશો.

ધારણાનું ફળ છે ધ્યાન, ધ્યાનનું ફળ છે આત્મસાક્ષાત્કાર અને આત્મસાક્ષાત્કારનું ફળ છે મોક્ષ. ધારણાથી તમે તમારા મનના બધા વિચારોને સમેટો છો તથા મનને કોઈ એક બિન્દુ અથવા વિચારમાં એકાગ્ર બનાવો છો. ધ્યાનમાં એક જ વિચારનો અનવરત પ્રવાહ વહે છે.

પથ્થરની શીલા નીચે રહેલા દેડકાની જે દેખરેખ રાખે છે તે તમારી પણ દેખરેખ રાખશે. શ્રદ્ધા શા માટે તૂટે? ભગવાનમાં તથા તેમની કૃપામાં જીવંત, અવિચલ તથા અતૂટ શ્રદ્ધા રાખો. નિશ્ચિંત બની જાઓ.

જે બોલે છે તે જાણતો નથી. જે જાણે છે તે બોલતો નથી. અધૂરો ઘડો ઘણો છલકાય. જે વધુ બોલે છે તે થોડું વિચારે છે અને કામ પણ થોડું જ કરે છે.

સાવધાન બનો. લોકોના સ્વભાવનો અભ્યાસ કરો. લોકો વચ્ચે રહેતાં બહુ સાવધાન રહો. ભ્રમમાં ન પડશો. મનોવિજ્ઞાનનું જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરો. લોકોનું આચરણ, વાણી, મુખાકૃતિ, હાસ્ય તથા રંગઢંગથી તેમનો અભ્યાસ કરો. તેમના આહારવિહાર, તેમના અધ્યયનનાં પુસ્તકો તથા તેમના સાથીદારોના અધ્યયનથી તમે તેમનું અધ્યયન કરી શકો છો.

તમારાં સ્વપ્નોના અભ્યાસ દ્વારા તમે તમારી આધ્યાત્મિક ઉન્નતિનું માપ કાઢી શકો છો. જો સ્વપ્નમાં ખરાબ વિચાર ન આવે, જો તમે વારંવાર તમારા ઈષ્ટદેવતાનું દર્શન કરતા હો, જો તમારા ઈષ્ટ મંત્રનો જપ કરતા હો તો નક્કી તમે આધ્યાત્મિક માર્ગે ઘણી પ્રગતિ કરી છે તેમ માનજો. પતંજલિ મહર્ષિના યોગસૂત્રમાં તથા બીજા કોઈ વેદાંતના ગ્રંથમાં કુંડલિનીનું નામ નથી આવતું. ''तत्त्वमसि'' ''अहम् ब्रह्मास्मि'' મહાવાક્યના લક્ષ્યાર્થ પર ધ્યાન કરીને જ્ઞાનયોગી બ્રહ્માકારવૃત્તિ દ્વારા નિર્વિકલ્પ સમાધિમાં પ્રવેશ કરે છે. તે કુંડલિનીશક્તિને જગાડવાનો કદી પ્રયત્ન નથી કરતો. કુંડલિનીશક્તિને જગાડ્યા વિના જ તે સીધો સમાધિમાં પ્રવેશ કરે છે, પરંતુ જો તે કોઈ ભૌતિક સિદ્ધિઓ પ્રાપ્ત કરવા ઇચ્છે તો તે કુંડલિનીને જગાડી શકે છે. તે સંકલ્પશક્તિ દ્વારા જ કુંડલિનીને જગાડી શકે છે. તેના માટે પ્રાણાયામ, આસન, બંધ,

મુદ્રા અથવા બીજી કોઈ પણ હઠયોગની યૌગિક ક્રિયાની જરૂર નથી પડતી.

આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરી લીધા પછી જ તમારામાં પૂર્ણ અનાસક્તિ પેદા થઈ શકે છે. સાધનાકાળમાં મન કોઈ ને કોઈ એક વસ્તુ ઉપર આસક્ત રહેશે જ. તમારે વારંવાર સર્વ પ્રકારની આસક્તિઓને અસંગ શસ્ત્રથી દઢતાપૂર્વક દૂર કરવી જોઈએ. ગીતામાં કહ્યું છે –

અસંગશસ્ત્રેણ દૃઢેન છિત્વા। (ગીતા ૧૫-૩)

તમારા મનમાં આ ભાવ કાયમ રહેવો જોઈએ કે આત્મા, ઈશ્વર, દેવતા તથા મંત્ર એક જ છે. ભાવપૂર્વક તમારે ગુરુમંત્ર અથવા ઇષ્ટમંત્રનો જપ કરવો જોઈએ. ત્યારે જ તમે મંત્ર-સિદ્ધિ અથવા ઈશ્વરસાક્ષાત્કાર જલદીથી પ્રાપ્ત કરી શકશો.

સૌથી સુંદર કોઈ પુષ્પ જો તમે ભગવાનને અર્પણ કરી શકો તો તે છે આપનું હૃદય. તમારા પોતામાં જ કૈલાસરૂપી અસીમ ધામમાં, અપાર આનંદ તથા શાશ્વત શાંતિના અધિકાધિક ઊંડાણમાં પ્રવેશ કરો.

તમે તમારા ઇષ્ટ પથપ્રદર્શક, પરમ આશ્રય તથા લક્ષ્યનો સાક્ષાત્કાર કરો.

અમર આત્મા હિમાલયના હિમ જેવો શુદ્ધ, સૂર્ય જેવો તેજસ્વી, આકાશ જેવો વ્યાપક, સાગર જેવો ગંભીર, હૃષીકેશની ગંગા જેવો શીતળ છે. તે જગત, શરીર, મન તથા પ્રાણનું અધિષ્ઠાન છે. આત્માથી વધુ મધુર કે સુંદર બીજી કોઈ વસ્તુ નથી.

હૃદયને શુદ્ધ બનાવો તથા ધ્યાન કરો. અંતરમાં ઊંડી ડૂબકી લગાવો. તમે આત્માને પ્રાપ્ત કરી શકશો. ઊંડી ડૂબકી લગાવીને શોધવાથી જ તમે આત્મારૂપી મોતી પ્રાપ્ત કરી શકશો. જો કિનારે કિનારે જ ફરશો તો તૂટીફૂટી કોડીઓ હાથ લાગશે.

જેવી રીતે વરસાદ વાદળમાં, માખણ દૂધમાં અને સુગંધ પુષ્પમાં રહેલ છે તેવી જ રીતે આત્મા આ બધાં નામ-રૂપોમાં સ્થિત છે. જેની બુદ્ધિ સૂક્ષ્મ, એકાગ્ર તથા તીવ્ર છે તે સતત ધ્યાનથી આત્માનાં દર્શન કરી શકે છે.

જેમ કોઈ પુત્ર પોતાની માતા તરફ જે દૃષ્ટિએ જુએ તેવી જ દૃષ્ટિથી કોઈ સ્ત્રી તરફ જુએ અને છતાં તેનાથી અલગ રહે, જેણે કામ-ક્રોધ વગેરે વશ કર્યા છે, જેને સંસારની નશ્વર વસ્તુઓ પ્રત્યે કોઈ આકર્ષણ નથી અને જે ધ્યાનનો નિયમિત અભ્યાસ કરે છે તે જ્યાંથી ફરી આ મૃત્યુલોકમાં પાછા આવવાનું નથી હોતું તેવા પરમપદને સત્વર પ્રાપ્ત કરે છે.

ખાંડ તથા ખાંડનાં રમકડાં; માટી તથા વાસણ; લોખંડનો કાંટો તથા તલવાર; જળ તથા ફીણ; આભૂષણ તથા સોનું – આ બે કોઈ જુદી જુદી વસ્તુઓ નથી. તે તો એક જ છે. તેવી જ રીતે સાચા જ્ઞાનનો ઉદય થતાં વિભિન્નતામય જગત કેવળ આત્મારૂપ જ દેખાય છે.

આત્મા સમસ્ત સંસારમાં વ્યાપી રહેલો છે. બધું જ આત્મા છે. એવી કોઈ વસ્તુ નથી, જે તમારામાં ન હોય. આત્મસાક્ષાત્કાર પ્રાપ્ત કર્યા પછી તમે શાની ઈચ્છા રાખશો? તમારા માટે હવે કોઈ બીજી કામ્યવસ્તુ બાકી રહી જ નથી.

જૂના અશુભ સંસ્કાર બદલી કે નાશ કરી શકાય છે. મન તો સંસ્કારોની ગાંઠડી છે. તેની સાથે સાહસપૂર્વક યુદ્ધ કરો. વીરતાપૂર્વક સંગ્રામ ખેલો- રોટલા માટે નહિ, ધન માટે નહિ, નામ કે કીર્તિ માટે નહિ, પરંતુ આત્મસામ્રાજ્ય માટે. નિત્ય શાંતિના અસીમ ધામની પ્રાપ્તિ માટે સંસારી સંસ્કારોનો ક્ષય કરો. જે આંતરિક સંગ્રામ-ક્ષેત્રમાં પોતાના જૂના સંસ્કારો સાથે વૈરાગ્યનાં આયુધો સજી વિવેકનું કવચ ધારણ કરીને યુદ્ધ કરે છે તે જ મહાન યોદ્ધો છે. જે મશીનગનોથી દુશ્મનોને સુવાડી દે તે વાસ્તવિક યોદ્ધો નથી. આધ્યાત્મિક સૈનિકને સાત્ત્વિક બળનો આધાર છે જ્યારે સંસારી સૈનિકને રાજસિક અને તામસિક બળનો આધાર છે. રામ-રાવણના યુદ્ધમાં રામ સાત્ત્વિક હતા જ્યારે રાવણ તામસિક હતો. એવરેસ્ટના શિખર પર

ચઢવું સહેલું છે, નંદાદેવીની ઊંચાઈ ઉપર વિજય મેળવવો સહેલો છે, પરંતુ આત્મારૂપી હિમાલયનું શિખર સર કરવું કઠણ છે. અડગ સાધક ધૈર્ય, ચીવટ, શમ તથા સાહસ સહિત ધીરે ધીરે એક-એક શિખર ઉપર ચઢે છે, એક-એક ઇન્દ્રિય પર કાબૂ મેળવે છે, એક-એક વૃત્તિનો નિરોધ કરે છે, એક-એક વાસનાનું ઉન્મૂલન કરે છે અને છેવટે આત્મસાક્ષાત્કારના ઉચ્ચતમ શિખરને સર કરે છે.

નવા સાધકોએ રસોડાની બાજુના ઓરડામાં ધ્યાન માટે બેસવું ન જોઈએ, કારણ કે મન સ્વાદિષ્ટ પકવાનોનું ચિંતનકરવા લાગી જશે. જો તમે ગરમાગરમ ચા તથા મીઠાઈના સાંનિધ્યમાં ઉપનિષદનો સ્વાધ્યાય અથવા ધ્યાન કરવા બેસશો તો તમે ગંભીર ધ્યાન કે સ્વાધ્યાય કરી નહિ શકો. કારણ મનનો એક ભાગ ચા-મીઠાઈનો વિચાર કરતો હશે. નવા સાધકોએ વિશેષપનાં આ અલ્પ કારણોને દૂર કરી લેવાં જોઈએ, પછી જ તેણે ધ્યાનમાં બેસવું જોઈએ.

બધાં સાથે સમાન વર્તાવ રાખો. ગરીબો તથા રોગીઓની સેવા કરો. દરેક પ્રકારની આસક્તિઓને કાપી નાખો. દુઃખીઓની ને પીડિતોની સેવા કરો. આવેગોને કચડી નાખો. વાસના તથા અભિમાનને ઉખેડીને દૂર ફેંકો. વિષયસુખોનો ત્યાગ કરો. ધ્યાન કરો. આત્માની એકતાનો સાક્ષાત્કાર કરો. બીજાઓને પણ જ્ઞાનપ્રાપ્તિમાં મદદ કરો.

જીવનમુક્ત અથવા જ્ઞાની ઈશ્વરીય ચેતનાથી પ્રદીપ્ત, અમૃતપાનથી ઉન્મત્ત, અસીમ આત્મામાં પરિપૂર્ણ,સમદર્શી તથા સમત્વબુદ્ધિથી સંપન્ન થઈને સર્વત્ર આત્માનું જ દર્શન કરે છે તથા પોતાના શુદ્ધ પ્રેમમાં બધાંને ગરક કરે છે.

સાધના તથા વિશિષ્ટ મનોવિજ્ઞાન

સાવધાનીપૂર્વક તમારી બધી જ ભાવનાઓનું નિરીક્ષણ કરો. જો તમારામાં ઉદાસીનતાની ભાવના જણાય તો થોડું દૂધ કે ચા પી લો. શાંતિથી બેસી જાઓ. આંખો બંધ કરી દો ને ઉદાસીનતાનું કારણ શોધી તેને દૂર કરવાનો પ્રયત્ન કરો. પ્રતિપક્ષ ભાવના એક ઉત્તમ ઉપાય છે. વાસ્તવિક ભાવનાથી અવાસ્તવિક ભાવના ઉપર વિજય પ્રાપ્ત થાય છે. આ તો પ્રકૃતિનો મહાન નિયમ છે. ગંભીરતાપૂર્વક પ્રસન્નતાનો વિચાર કરો, એવો અનુભવ કરો કે તમારામાં આ ગુણ મોજૂદ છે. 'ૐ પ્રસન્નતા, મુદિતા,' આ મંત્રનો વારંવાર જપ કરો. જરાક હસો. કોઈ કોઈ વાર પ્રેરક સંગીત ગાઓ. ઉદાસીનતા દૂર કરવા માટે સંગીત ખૂબ જ લાભદાયી છે. મોટેથી ૐનો જપ કરો. ખુલ્લી હવામાં દોડો કે ઝડપથી ચાલો. ઉદાસીનતા દૂર થશે. આ જ છે રાજયોગીઓની પ્રતિપક્ષ ભાવનાની રીત. પ્રબળ ઇચ્છાશક્તિથી આજ્ઞા કરીને બળપૂર્વક કોઈ ભાવનાને દૂર કરવાથી 'ઇચ્છાશક્તિ' ઉપર આઘાત થાય છે, નહિ તો આ સૌથી અધિક પ્રભાવશાળી છે. તેના માટે ખૂબ જ ઇચ્છાશક્તિની આવશ્યકતા છે. સાધારણ લોકો તેમાં સફળ નથી થતા. પ્રતિપક્ષ ભાવનાથી થોડા જ સમયમાં હલકી ભાવનાને બદલી શકાય છે. આનો પ્રયત્ન કરી અનુભવ કરો. વારંવાર નિષ્ફળ જવા છતાં પણ અભ્યાસ ચાલુ રાખો. થોડા અભ્યાસ પછી તમે સફળ થશો. બીજી બધી ઋણાત્મક ભાવનાઓને તમે આ રીતે દૂર કરી શકો છો. ક્રોધને પ્રેમથી, કઠોરતાને દયાથી, બેઈમાનીને ઈમાનદારીથી, કંજૂસાઈને ઉદારતાથી દૂર કરી શકાશે. મોહને વિવેક તથા આત્મવિચારથી દૂર કરો. અભિમાનની સામે નમ્રતાનું ચિંતન કરો. દંભને સરળતાથી, દ્વેષને પ્રેમ તથા હૃદયની વિશાળતાથી અને કાયરતાને સાહસિક વિચારોથી દૂર કરો. ધીરે ધીરે તમે હલકી ભાવનાઓને દૂર કરીને ઉચ્ચ ભાવનાઓમાં સ્થિત થઈ જશો. આના માટે સતત અભ્યાસની આવશ્યકતા છે. મિત્રોની પસંદગીમાં ખૂબ જ સાવધ રહો. બહુ થોડું બોલો અને તે પણ જરૂરી હોય ત્યારે જ બોલો.

સંસારી વાતાવરણમાં સાધનાની સુગમ રીત

અવિદ્યાના આવરણના કારણે જ મનુષ્ય પોતાના સાચા સ્વરૂપ-સચ્ચિદાનંદને ભૂલી ગયો છે. પોતાના ખોવાયેલા ઈશ્વરત્વને પ્રાપ્ત કરવા માટે સંસારનો ત્યાગ કરી હિમાલયની ગુફાઓમાં જવાની કોઈ જ આવશ્યકતા નથી. અહીં હું સૌથી સુગમ સાધના બતાવું છું. તેના અભ્યાસથી સાધક અનેક કાર્યોમાં રત રહેવા છતાં પણ ઈશ્વરીય ચૈતન્ય પ્રાપ્ત કરી શકે છે. ધ્યાન માટે તમારે અલગ ઓરડો કે નિશ્ચિત સમયની આવશ્યકતા નથી. દર બે-ત્રણ કલાકે એક વાર આંખો બંધ કરી ઈશ્વર તથા તેના દિવ્ય ગુણો-કરુણા, પ્રેમ, શાંતિ, સુખ, જ્ઞાન, શુદ્ધતા, પૂર્ણતા વગેરે-ઉપર કામ કરતાં કરતાં ધ્યાન કરી લો તથા ''હરિઃ ૐ'' અથવા ''શ્રીરામ'' અથવા ''રામ રામ'' અથવા ''કૃષ્ણ કૃષ્ણ'' વગેરેમાંથી કોઈ પણ મંત્રનો જપ કરો. રાત્રે પણ જ્યારે પેશાબ-પાણી માટે ઊઠો તથા કોઈ પણ કારણવશ ઊઠતી વખતે આમ જ કરો. પાસું બદલતી વખતે પણ આ અભ્યાસ પાડો. અભ્યાસથી જ આ ટેવ દૃઢ થશે. અનુભવ કરો કે શરીર ઈશ્વરનું ચલ-મંદિર છે, તમારું કાર્યાલય કે ધંધાનું ઠેકાણું પણ મોટું મંદિર કે વૃન્દાવન છે તથા દરેક કામ જેમ કે હરવું-ફરવું ખાવું-પીવું, ચાલવું, શ્વાસ લેવો, જોવું, સાંભળવું વગેરે ઈશ્વરની જ પૂજા છે. કાર્ય જ ઉપાસના છે. કાર્ય જ ધ્યાન છે.

ફળની આશા તથા કર્તાપણાની ભાવનાનો ત્યાગ કરો. ''હું કર્તા છું, હું ભોક્તા છું,''ની ભાવનાનો પરિત્યાગ કરો. એવો અનુભવ કરો કે હું ઈશ્વરના હાથમાં નિમિત્ત માત્ર છું. તે તમારી ઇન્દ્રિયો દ્વારા કર્મ કરે છે. એવો પણ અનુભવ કરો કે જગત ઈશ્વરની અભિવ્યક્તિ છે. આ વિશ્વ વૃંદાવન છે અને આપણાં બચ્ચાં, સ્ત્રી, માતા-પિતા આ બધાં પરમાત્માનાં બાળકો છે. દરેક ચહેરા તથા વિષયમાં ઈશ્વરને જ જુઓ. સદા શાંત તથા સમતોલ મન રાખો. જો તમે આ પરિવર્તિત (નવા) દૃષ્ટિકોણ તથા દિવ્ય ભાવ તમારા દૈનિક જીવનમાં આણો તો લાંબા સમયના અભ્યાસથી તમારાં બધાં જ કામો યોગ બની જશે. આટલું પૂરતું છે. તમને સહેલાઈથી જલદીથી ઈશ્વરસાક્ષાત્કાર થશે. આ સક્રિય યોગ છે; વળી આ ખૂબ જ શક્તિશાળી સાધના છે. મેં તમને ખૂબ જ સુગમ સાધના આપી છે. પછી કદી એમ ન કહેતા કે ગુરુજી મને તો આધ્યાત્મિક સાધના કરવા માટે વખત જ મળતો નથી. જો ઉપર બતાવેલી સાધનાનો અભ્યાસ તમે ત્રણ મહિના સુધી કરશો તો તમને તમારામાં મોટું પરિવર્તન આવેલું જણાશે.

દરરોજ ઓછામાં ઓછો અડધો કલાક એક નોટબુકમાં તમારો ઇષ્ટ મંત્ર લખો. મંત્ર લખતી વખતે મૌન પાળો અને શરીરને એક જ આસનમાં રાખો. મોટા અક્ષરે જાડા કાગળના ટુકડા ઉપર ''સત્ય બોલો,'' ''સાહસ'', ''ૐ શુદ્ધિ'', ''ઈશ્વરસાક્ષાત્કાર કરવો જોઈએ,'' ''સમય અમૂલ્ય છે,'' ''બ્રહ્મચર્ય દિવ્ય જીવન છે,'' ''હું સાહસ, કરુણા, શુદ્ધિ, પ્રેમ તથા ધૈર્યનું મૂર્ત સ્વરૂપ છું'' વગેરે લખો અને તેમને તમારા ઘરમાં, રસોડામાં, ભોજન ઘરમાં, દીવાનખાનામાં, શયનખંડમાં વગેરે સ્થળે દીવાલો ઉપર લટકાવો. દિવ્ય ગુણોની પ્રાપ્તિ માટે આ સુગમ માર્ગ છે.

સાધનાનાં કેટલાંક ગુપ્ત રહસ્યો

પ્રાણાયામના અભ્યાસથી સાધક દીર્ઘાયુષ્ય પ્રાપ્ત કરી શકે છે. સ્વસ્થ મનુષ્ય દર મિનિટે ૧૪થી ૧૬ શ્વાસ લે છે. નિદ્રા, વ્યાયામ, દોડ વગેરે દરમિયાન શ્વાસની ગતિ વધી જાય છે. કુંભકના અભ્યાસથી શ્વાસ રોકવાથી યોગીનું આયુષ્ય વધે છે. શ્વાસની સંખ્યા જેટલી ઓછી એટલું વધારે આયુષ્ય પ્રાપ્ત થાય છે. કૂતરો અને ઘોડો વધુ શ્વાસ લે છે. કૂતરો લગભગ મિનિટે ૫૦ શ્વાસ લે છે અને તેથી તેનું આયુષ્ય ૧૪ વર્ષ લગભગ હોય છે. ઘોડો ૩૫ શ્વાસ લે છે અને તેનું આયુષ્ય ૨૯ થી ૩૦ વર્ષનું હોય છે. હાથી મિનિટે ૨૦

શ્વાસ લે છે અને તેનું આયુષ્ય ૧૦૦ વર્ષનું હોય છે. કાચબો મિનિટમાં ૫ વાર શ્વાસ લે છે અને તેનું આયુષ્ય ૪૦૦ વર્ષનું હોય છે. સાપ એક મિનિટમાં બે કે ત્રણ શ્વાસ લે છે અને તેનું આયુષ્ય ૫૦૦થી ૧,૦૦૦ વર્ષનું હોય છે.

કામનાઓ અને ઇચ્છાઓ જેટલી ઓછી તેટલી શ્વાસની ગતિ ધીમી અને તેટલું આયુષ્ય વધુ. જે તપ, ધ્યાન, બ્રહ્મચર્ય તથા સ્વાધ્યાય કરે છે તેના શ્વાસની ગતિ ધીમી હોય છે તથા ધારણાશક્તિ વધારે હોય છે. શ્વાસની સંખ્યામાં ઘટાડાનો અર્થ છે ધારણાશક્તિમાં વધારો, આત્મિક જીવનમાં ગંભીરતા અને અધિકાધિક શાંતિ.

નાભિમાં સૂર્યમંડળ અથવા અગ્નિ છે. ચંદ્રમંડળ અથવા અમૃત આજ્ઞાચક્રથી થોડું નીચે છે. અમૃત ઝરે છે અને અગ્નિ તેને સૂકવી નાખે છે. આનાથી તમારું આયુષ્ય ક્ષીણ થાય છે. જો તમે વિપરીતકરણી મુદ્રા અથવા સર્વાંગાસન કે શીર્ષાસનનો અભ્યાસ કરો તો તમે મૃત્યુ ઉપર વિજય મેળવી શકો. તમારું આયુષ્ય વધશે. આ આસનમાં અગ્નિ ઉપર રહે છે અને તેથી જે અમૃત ઝરે છે તેનો અગ્નિથી નાશ થતો નથી. આ અમૃત શરીર તથા નાડીઓને પોષણ આપે છે અને તેથી અભ્યાસ ખૂબ જ લાભદાયી છે.

આ શારીરિક વિપરીતકરણી મુદ્રા છે. તેવી જ રીતે જ્ઞાન-વિપરીતકરણી મુદ્રાના અભ્યાસથી તમે નિત્ય સુખ પ્રાપ્ત કરી શકો છો. તમે બ્રહ્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરી શકો છો. જ્ઞાન-વિપરીતકરણી મુદ્રા શું છે? તમારો દૃષ્ટિકોણ બદલી નાખો. નામરૂપનો નિષેધ કરી બ્રહ્મ અથવા આત્માનું જ સર્વત્ર દર્શન કરો.

જેવી રીતે એક દૃગ્કાચ (Lens)થી પ્રકાશનાં કિરણોને એકત્રિત કરી શકાય છે તેવી રીતે, જ્યાં સુધી મનુષ્ય મનનાં વિક્ષિપ્ત કિરણોને એકાગ્ર ન કરી શકે ત્યાં સુધી તેને સબળ મનની પ્રાપ્તિ થઈ શકતી નથી. દૃગ્કાચથી પ્રકાશનાં કિરણોને એકત્રિત કરી તમે ઘણી વસ્તુઓને બાળી શકો છો. તેવી રીતે મનમાં વિક્ષિપ્ત કિરણોને વૈરાગ્ય તથા વિવેક દ્વારા કેન્દ્રિત કરીને ચમકાવી શકો છો. તમે ગુપ્ત અંતરાત્માનાં આશ્ચર્યોનો અનુભવ કરી શકો છો.

મળ, મૂત્ર તથા કફમાં અલ્પતા, આંખ તથા ચહેરા ઉપર તેજ, સુંદર વર્ણ, શરીરમાં સ્ફૂર્તિ, મધુર વાણી, પુષ્કળ શક્તિ, તેજસ્વિતા, રોગ તથા આળસથી મુક્તિ આ બધાં છે યોગાભ્યાસનાં પ્રથમ લક્ષણ. યોગાભ્યાસનું બીજું લક્ષણ છે – તેજ દૃષ્ટિ અને તીવ્ર શ્રવણશક્તિ.

યોગી અગ્નિ, પાણી કે તલવાર ઉપર ચાલી શકે છે. તે આકાશમાં ઊડી શકે છે. તેને ત્રણ કાળના જ્ઞાનની પ્રાપ્તિ થઈ શકે છે. આ છે ત્રીજું, ચોથું અને પાંચમું લક્ષણ. છેવટે સાધક પ્રકૃતિ તથા ત્રણ ગુણો – સત્ત્વ, રજસ અને તમસથી મુક્ત થઈને નિર્વિકલ્પ અથવા નિર્બીજ સમાધિ દ્વારા કૈવલ્ય પ્રાપ્ત કરી લે છે.

સાધનાનો સારાંશ

રાજયોગનાં આઠ પગથિયાં છે – યમ, નિયમ, આસન, પ્રાણાયામ, પ્રત્યાહાર, ધારણા, ધ્યાન અને સમાધિ. રાજયોગી આ આઠ પગથિયાં એક પછી એક ચઢે છે. યમ અને નિયમ દ્વારા તે શરૂઆતમાં નૈતિક સમ્પત્તિ પ્રાપ્ત કરીને શુદ્ધ બને છે. પછી આસનમાં સ્થિરતા લાવે છે. તે પછી તે મનને સ્થિર બનાવવા તથા નાડી-શુદ્ધિ માટે પ્રાણાયામનો અભ્યાસ કરે છે. તે પછી પ્રત્યાહાર, ધારણા તથા ધ્યાનના અભ્યાસથી સમાધિ પ્રાપ્ત કરે છે. સંયમથી તેને ઘણી સિદ્ધિઓ પ્રાપ્ત થાય છે. તે પોતાની મનની બધી વૃત્તિઓનો નિરોધ કરે છે.

હઠયોગને ભૌતિક શરીર તથા પ્રાણાયામ સાથે સંબંધ છે. રાજયોગને મન સાથે સંબંધ છે. રાજયોગ અને હઠયોગ પરસ્પર (એકબીજા ઉપર) આધાર રાખે છે. બંનેના અભ્યાસ તથા જ્ઞાન વિના કોઈ પણ યોગી પૂર્ણ યોગી નથી બની શકતો. હઠયોગની યોગ્ય સમાપ્તિ થાય છે ત્યાંથી રાજયોગની શરૂઆત થાય છે.

હઠયોગી શરીર તથા પ્રાણથી પોતાની સાધનાનો પ્રારંભ કરે છે જ્યારે રાજયોગી પોતાની સાધનાની શરૂઆત માનસ-સ્તર ઉપરથી કરે છે. જ્ઞાનયોગીની સાધનાની શરૂઆત તેની બુદ્ધિ તથા ઇચ્છાશક્તિથી થાય છે. આ જ મુખ્ય ભેદ છે. રાજયોગમાં સફળતા પ્રાપ્ત કરવા માટે મનુષ્યને મનનાં રહસ્યો તથા તેમના નિયંત્રણની રીતોનું સ્પષ્ટ જ્ઞાન હોવું જોઈએ.

હઠયોગના સાધકે આસન, પ્રાણાયામ, મુદ્રા તથા બંધ દ્વારા મૂલાધાર ચક્રમાં પ્રસુપ્ત કુંડલિની શક્તિને જાગ્રત કરવી જોઈએ. તેણે પ્રાણ તથા અપાનના યોગ માટે પ્રયત્ન કરવો જોઈએ તથા સંયુક્ત પ્રાણ-અપાન વાયુને સુષુમ્ણા નાડી દ્વારા લઈ જવા જોઈએ. શ્વાસ રોકવાથી ગરમી વધે છે અને વાયુ કુંડલિની શક્તિની સાથે ઉપર સહસ્રારચક્રની તરફ, જુદાં જુદાં ચક્રોમાં થઈને આગળ જાય છે, જ્યારે (કુંડલિની) શક્તિ સહસ્રારચક્રમાં (ભગવાન) શિવ સાથે મળે છે ત્યારે યોગી સમાધિ પ્રાપ્ત કરી પરમ શાંતિ, સુખ તથા અમૃતત્વનો ઉપભોગ કરે છે.

☐ 'સાધના'માંથી સાભાર

ૐ

શ્રી શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ દ્વારા આયોજિત લોનાવાલા આધ્યાત્મિક શિબિર

તા. ૧૫ જૂન, ૨૦૧૯ થી તા. ૧૯ જૂન, ૨૦૧૯

શ્રી શિવાનંદ આશ્રમ સ્થિત પૂજ્ય સ્વામીશ્રી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજની નિશ્રામાં લોનાવાલા ખાતે તા. ૧૫ જૂન ૨૦૧૯, બુધવાર થી તા. ૧૯ જૂન ૨૦૧૯, રવિવાર સુધી પાંચ દિવસની એક આવાસીય શિબિરનું આયોજન કરેલ છે, જેમાં દરરોજ ધ્યાન, હળવી કસરતો, પ્રાણાયામ, વોકિંગ, ગીતા ચેન્ટિંગ કરાવવામાં આવશે. આ ઉપરાંત અલગ અલગ વિષયો ઉપર પૂજ્ય સ્વામીજીનાં પ્રવચનો પણ થશે. યોગનિદ્રાનો અભ્યાસ કરાવવામાં આવશે તથા પ્રશ્નોત્તરી અને સત્સંગનું પણ આયોજન કરેલ છે. શિબિરમાં રહેવા માટે બે વ્યક્તિ વચ્ચે એક એટેચ બાથરૂમવાળો એસી રૂમ આપવામાં આવશે તથા બે ટાઈમ જમવાનું, બે ટાઈમ ચા/કોફી અને એક ટાઈમ નાસ્તો આપવામાં આવશે. શિબિરના ખર્ચ પેટે શિબિરાર્થી દીઠ રૂ. ૧૧,૦૦૦- (અગિયાર હજાર) ફી રાખેલ છે. મર્યાદિત સંખ્યા લેવાની હોઈ શિબિરમાં જોડાવવા ઇચ્છતા ભાઈ-બહેનોએ મોબાઈલ નંબર **9898953580** ઉપર સંપર્ક કરવા વિનંતી.

ગુરુદેવ પોતે હતા તેવા કેમ કરી બન્યા

- શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી

ગુરુદેવ નિ:સ્વાર્થતા, સેવા, ભક્તિ, દિવ્ય પ્રેમ, પ્રાર્થના અને ઉપાસનાના અસાધારણ સંમિશ્રણ હતા. અનુશાસન, આત્મનિયંત્રણ, મન પરની જીત, એકાગ્રતા અને ઘનિષ્ઠ ધ્યાનનું અસાધારણ સંમિશ્રણ તેઓ હતા. તેઓ એક તજ્જ્ઞ હઠયોગી, એક મહાન તપસ્વી અને દિવ્યનામ કીર્તનકાર હતા. બધી પદ્ધતિઓનો સમન્વય કરી તેઓ એક ભક્ત, જ્ઞાની, મહાકર્મયોગી જેમ પ્રકાશતા હતા અને મન પર આધિપત્ય પ્રાપ્ત કરનાર રાજયોગી પણ હતા. આવું કઈ રીતે બન્યું? તેમણે આ માટે શું કર્યું હશે?

બીજા કોઈ માણસ જેવા જ તેઓ હતા. અંગ્રેજી માધ્યમની શાળાઓમાં ભણ્યા, દાક્તરનું ભણ્યા, મલેશિયામાં ડોક્ટરનો ધંધો કર્યો, આગળ પડતી સફળ કારકિર્દી હતી. તેમણે એવું શું કર્યું, જેથી તેઓ વિશ્વવિખ્યાત વ્યક્તિ થયા અને આજે તેમની ઉપલબ્ધિઓના લાભ આપણે ભોગવીએ છીએ; તેમનું આકરું આધ્યાત્મિક જીવન, તેમનું ગહન ધ્યાન અને તેમના સાક્ષાત્કારના ફાયદા આપણે માણીએ છીએ. તેમના જીવન અને ઉપદેશોનો હિન્દુસ્તાન તેમજ જગતભરના લાખો-કરોડો લોકોએ લાભ ઉઠાવ્યો છે.

તેઓએ એવું તે શું કર્યું ? ઈશ્વરે તેમને કશુંક આપ્યું અને સ્વામીજીએ તેનો સર્વોત્તમ ઉપયોગ કર્યો. તેમણે તેનું કાળજીપૂર્વક સંવર્ધન કર્યું. ભગવદ્‌ગીતાના તેરમા અધ્યાયમાં ભગવાન કૃષ્ણ અર્જુનને એક મહત્ત્વની વાત કરે છે : ''આ શરીર ક્ષેત્ર તરીકે ઓળખાય છે. ક્ષેત્ર–ખેતર –એક જમીનનો ટુકડો છે, એક પ્રદેશ છે, જેમાં પેદા કરવાની અંતર્નિહિત શક્તિ છે, વિવિધ પાક ઉતારવાની અંતર્નિહિત શક્તિ છે. જો મહેનત કરો, આ છૂપી શક્તિને જગાડવા જરૂરી પ્રયત્ન કરો તો તેમાંથી ઘણી ઉપયોગી વસ્તુઓ મળી શકે છે.

અમુક જમીનનો માલિક શું કરે તો પેદા કરવાની શક્તિને, ગર્ભિત શક્તિને જગાડી શકાય? જો તે જમીનને પડતર રાખો, પાણી અને માવજત ન આપો તો કશું પાકશે નહિ, ભલેને તેમાં પુષ્કળ પાક થાય તેવાં સારાં બી વાવ્યાં હોય. પડ્યાં પડ્યાં બીજ સુકાઈ જશે, પણ જો ખેતરમાં પૂરતું પાણી આપો તો ચમત્કાર થાય છે. તેનાથી ફક્ત ખેતરની પાક પેદા કરવાની શક્તિ વધે છે એટલું જ નહિ તેનાં બી વધુ શક્તિસભર બને છે.

આનો એ અર્થ થાય છે કે જે મળ્યું છે તેનો સર્વોચ્ચ ઉપયોગ કરવા આપણામાં ઊંડી ઈચ્છા-શુભેચ્છા હોવી જોઈએ. જે બધું જરૂરી હોય તે અબાધિતપણે, અચકાયા વગર આળસ કે પ્રમાદ વગર કરીએ, પેટાવતું પરિબળ આપીએ અને જે બહાર લાવી શકવાની ક્ષમતા ધરાવે છે તેને બહાર લાવીએ. આ શરીર, આ માનવ વ્યક્તિત્વ એવું ક્ષેત્ર છે, જેમાં અઢળક સોનેરી પાક પેદા કરવાની ક્ષમતા છે, શરત ફક્ત એટલી કે આપણે પરિશ્રમપૂર્વક તેના પર કામ કરીએ અને તેને જે સાંપડ્યું હોય તેનો સર્વોચ્ચ અને સર્વોત્તમ ઉપયોગ કરીએ.

આ આપણો ઉદ્દેશ હોવો જોઈએ. શરીર, મન, બુદ્ધિ અને વ્યક્તિત્વ મળીને બનેલા આ ક્ષેત્ર બાબતમાં એક મહત્ત્વની હકીકતથી આપણે પૂર્ણ સભાન રહેવું જોઈએ. તે તટસ્થ અને નીતિનિરપેક્ષ છે. તે મહત્ત્વની બાબત વિષે આપણે પૂરા સભાન હોવું જોઈએ. તે નથી સારું કે નથી બૂરું, દૈવી પણ નથી, આસુરી પણ નથી. તે 'છે' તેનામાં પેદા કરવાની ગર્ભિત શક્તિ છે. તમે તેમાં શું નાખો છો, તમે તેનો કઈ રીતે ઉપયોગ કરો છો, કઈ રીતે તેની સાથે વર્તો છો, તેને તમે કેમ ક્રિયાશીલ

બનાવો છો તે પર આ અંતર્નિહિત શક્તિ શું પેદા કરશે તેનો આધાર છે. આ પડઘા જેવી વાત છે. તમે જેટલા જોરથી અવાજ સામે ફેંકો-બૂમ પાડી બોલો-સારું કે નરસું- તમને પડઘારૂપે સંભળાય છે. તમારી પાસે હોય તેને અનુરૂપ સર્જન થાય છે.

ખેતરમાં તમે જે વસ્તુ ઇચ્છતા હો તે વસ્તુ પેદા કરવાની અને આપવાની ક્ષમતા છે. તમારા જીવન-નાવના તમે કપ્તાન છો. તમારી નિયતિના તમે અધિપતિ છો. તમારા નસીબના તમે ઘડવૈયા છો. વર્તમાનમાં તમારા ભવિષ્યની ગુણવત્તા તમે રચો છો. હાલ તમે શી બાબતમાં લાગેલા છો ? તમારા ખાનગી વિચારોની ગુણવત્તા શી છે?-બાહ્યપણે અજાણી, પરંતુ તમારા અંતરવાસી પુરુષને તે જાણીતી છે. તમે પોતે જે જાણતા નથી તે ''પેલા સાક્ષી ગોપાલને'' ખબર છે.

તમારું ભવિષ્ય, તમારું નસીબ તથા તમે તમારા તથા બીજાઓ માટે શું સર્જો છો તેનો આધાર માણસોથી છૂપા પણ ઈશ્વરથી છૂપા નહિ એવા તમારા વિચારોની ગુણવત્તા પર, તમારા વિવિધ મનોભાવો અને પ્રેરણાઓ ઉપર અને જગત તેમજ તમારી આજુબાજુ જે વસ્તુઓ અને વ્યક્તિઓ છે તેમની તરફ જે અભિગમ કેળવો તેના પર છે. આ છે તમારા વર્તમાન અને આવતી કાલના ખૂબ ફળપ્રદ સર્જકો. તે તમને સુખી કે દુઃખી બનાવી શકે. તમારી અંદર તેજ કે અંધકાર, સ્વર્ગ કે નરક સર્જી શકે. કારણ ખેતર તો તમે જે ઉગાડો તે આપશે, તમે તેની સાથે કઈ જાતનો પનારો પાડો છો તેના ઉપર આધાર છે.

માટે શાણા બનો. આ હકીકતથી સભાન રહો. તેના દુરુપયોગથી સાવધ રહો. તેનો સર્વોચ્ચ ઉપયોગ કરો. તમે જાતે તમારા સૌથી વધુ કલ્યાણકર્તા બનો. સાચી દિશામાં કરેલા, સાચા આશયથી કરેલા અને સાચું લક્ષ્ય રાખી કરેલા તમારા સાચા પ્રયત્નો તમારી પોતાની સર્વાધિક મંગળકામનાઓ, તમારી પોતાની શ્રેષ્ઠ આશિષ બની રહો.

તમારું જીવન જેની જેની સાથે જીવવાનું હોય તેમનું આ વાતમાંથી ખૂબ ખૂબ ભલું થાય અને આવતા દિવસોમાં ખૂબ ગૌરવ, આનંદ, શાંતિ, આત્મજ્ઞાન તમે પામો. ઊંડો વિચાર કરતા રહેજો. પછી નિશ્ચય કરજો. તમે કઈ રીતે કાર્ય કરશો? તમે મહેનત ક્યાં પ્રકારની કરશો? ઈશ્વરે તમને જે આ ક્ષેત્ર આપ્યું છે તેમાંથી શું નીપજાવશો? આ બાબત ક્ષેત્ર નક્કી ન કરી શકે, તે ક્ષેત્રમાં મહેનત કરનારે આ બાબત નક્કી કરવી પડે.

જો તમે માનવ વ્યક્તિના આ ક્ષેત્રનો શરીર તેમજ માનસનો બધાના ભલા માટે તેમજ બધાના સુખ માટે અને તમારી પોતાની સર્વોચ્ચ પરમ ધન્યતા માટે યોગ્ય ઉપયોગ કરશો તો આ પૃથ્વી પર એવી કોઈ તાકાત નથી જે તમારા ભાગ્યનું છે, તમારા હક્કનું છે તેને અવગણી શકે કે તમે જે અર્થે કાર્ય કર્યું છે તેને મેળવતાં રોકી શકે.

'તાકીદ'ની સમજ ધરાવો છો?

આત્મનિર્ભર જીવન, સાધનામય જીવન તેમજ ક્ષુલ્લક નાશવંત વસ્તુઓને બદલે શાશ્વત અમૂલ્ય ખજાનાને સ્વીકારતા જીવનની સમજ પૂરા બળ અને મહત્ત્વથી, મધ્ય-પૂર્વના દિવ્ય ગુરુ ઈસુએ એક પ્રશ્નરૂપે આદેશ આપી આપેલી. તે પ્રશ્ન છે : ''આખું જગત જીતી લે પણ પોતાનું આધ્યાત્મિક જીવન ખોઈ બેસે તો તેથી મનુષ્યને શો ફાયદો?''આદિથી આજ સુધી વિશ્વની માનવજાત સમક્ષ આ મહાન પ્રશ્ન પડેલો છે. દરેક માનવ વ્યક્તિ સામે આ પ્રશ્ન દ્વારા વસ્તુઓને માપવાનું પ્રમાણ દર્શાવ્યું છે, માપદંડ મૂક્યા છે.

તે જ પ્રમાણે આદિ શંકરાચાર્ય લગભગ આ જ સત્ય ખૂબ વિસ્તારથી તેમના 'ગુરુપાદુકાસ્તોત્ર'ની દરેક કડીની છેલ્લી લીટીમાં વર્ણવે છે' ''આખા જગતની સમૃદ્ધિ તમારી પાસે હોય, જે કંઈ ઇચ્છી શકાય તે બધું હોય, પરંતુ જો તમારું પૂરું મન અને હૃદય ઈશ્વરમાં પૂરેપૂરું લીન ન હોય અને તમારા આધ્યાત્મિક

ગુરુને અનુસરવામાં લાગેલું ન હોય તો જે કંઈ બધું હોય તેનો શો ઉપયોગ?"

અલબત્ત, આ એવી બાબત છે જે વિશે માણસે ગંભીરતાથી વિચારવું જોઈએ. આપણે કઈ બાબતમાં લાગ્યા છીએ? જ્યારે જીવન ઝડપભેર વહેતી નદીની જેમ પસાર થઈ રહ્યું હોય ત્યારે આપણે શાશ્વત વૈભવ એકઠો કરવા લાગ્યા છીએ કે ક્ષુદ્ર વસ્તુઓ ભેગી કરવામાં પડ્યા છીએ? ગુરુદેવે આ જ વાત પોતાની રીતે કહી છે, "જીવન ટૂંકું છે, સમય ઝડપભેર વીતી રહ્યો છે. આ જીવાત્માને જીવનનો જેટલો સમય ફાળવવામાં આવ્યો છે, આ ભૌતિક શરીરમાં રહેવાનો જે સમય મળ્યો છે, તે દરેક શ્વાસોચ્છ્‌વાસ સાથે ઝડપથી ખૂટી રહ્યો છે."

તેથી જ ઉપનિષદની હાકલ છે : "ઉત્તિષ્ઠત, જાગ્રત, પ્રાપ્ય વરાન્ નિબોધત-ઊઠો, જાગો, જ્ઞાની પાસે જઈ જ્ઞાન પામો". દરેક સાચા મુમુક્ષુ, દરેક ખરા જિજ્ઞાસુ, સાધકના નામને યોગ્ય હોય તેવા દરેક સાધક તેના કાનમાં આ આહ્‌વાનનું ગુંજન સાંભળતો હોવો જોઈએ તો જ કશીક લબ્ધિ શક્ય બને – ઉદાસીનતા રાખવાથી નહિ, પ્રમાદ સેવવાથી નહિ.

આદેશોનો તોટો નથી. સંતો, ઋષિઓ, સિદ્ધો, મહાપુરુષો, શાસ્ત્રો, શ્રુતિઓ, સ્મૃતિઓ, પુરાણો – આ બધાં આ આહ્‌વાન ઉચ્ચારે છે તે બધાં આ ચેતવણી આપે છે; તે બધાં આપણને ચેતવે છેઃ તમને ખબર પણ નહિ પડે, ત્યાં તો સમય ઊડી જશે.

"दिनमपि रजनी सायं प्रातः शिशिरवसन्तौ पुनरायातः,

कालः क्रीडति गच्छत्यायुस् तदपि न मुञ्चत्याशावायुः"

'દિવસ અને રાત, સવાર અને સાંજ, શિશિર અને વસંત આવે અને વારંવાર જાય. કાળ રમી રહ્યો છે અને આયુષ્ય વહી જાય છે. છતાં, અફસોસ, માનવની વ્યર્થ આશા-તૃષ્ણાઓ રૂપી વાતો અટકતી નથી.'

તમારા હૃદયમાં દરરોજ આ શ્લોકનો ધ્વનિ ગાજતો રહેવો જોઈએ.

ઘણાં વર્ષો અગાઉ કેવી તીવ્રતાથી, કેવી અતિ આવશ્યકતાની સમજણથી માણસે વ્યવહારિક આધ્યાત્મિક જીવનમાં લાગી જવું જોઈએ તે અમને સમજાવવા ગુરુદેવે લખેલું, "જ્યારે તમારા ઘરને આગ લાગી હોય ત્યારે કેવી હિંમતથી, કેવું સાહસ કરીને, કશાની પણ પરવા કર્યા સિવાય તમે ઘરમાં ઘૂસી જશો અને કીમતી વસ્તુઓને બચાવી લેશો." અહીં તમારે તમારા પોતાના નિજ સ્વરૂપને ઉગારી લેવાનું છે. વાસના અને માયાની પકડમાંથી છોડાવવાનું છે.

આવી મહાન શિખામણો કચરાપેટીમાં ફેંકાઈ જવી ન જોઈએ. શું તે બધી વેરાન વગડામાં પાડેલી બૂમો બની રહેશે? તે શું ફોગટ જશે? જો આપણું મન ક્ષુદ્ર મોજમજાઓ પર લાગેલ રહેશે તો આ બધાં વ્યર્થ જશે. રવીન્દ્રનાથ ટાગોર તેમના કાવ્ય 'ગીતાંજલિ'માં આ વાતને જીવનસાગરના કિનારે બાળકો રમતાં હોય, છીપલાં ભેગાં કરતાં હોય, રેતીના કિલ્લા બાંધતાં હોય અને દરિયાના ઊંડાણમાં અમૂલ્ય મોતી પડ્યાં હોય તેનો વિચાર પણ ન કરતાં હોય તેની સાથે સરખાવે છે અને દિવસ ડૂબે ત્યારે શું થશે? છીપલાં-શંખલા પડ્યાં રહેશે અને રેતીના કિલ્લા ઓટમાં ધોવાઈ જશે.

તમારું જીવન આવું થશે શું? તમારું સમગ્ર જીવન શું તમે બાલિશતા, બાળપણ, ક્ષુદ્ર વસ્તુ પાછળ પડવામાં વેડફી નાખશો? આ બાબત વિચારો! જવાબ આપો! "માણસ આખું જગત જીતી લે પણ પોતાનું આધ્યાત્મિક જીવન ખોઈ બેસે તો ક્યો લાભ?" આ મહાન પ્રશ્નનો પ્રતિભાવ તમે શું આપો છો? તમારો જવાબ શું છે? તમે પ્રતિક્રિયા શી કરશો?

જ્યારે કોઈ ભજન હોલ બહાર રાખેલ ઘંટ વગાડે છે ત્યારે તમારું હૃદય કંપી ઊઠે છે? એક વધુ કલાક ચાલ્યો ગયો. મારું જીવન તેટલું ખાલી થયું. અરે, પણ

તમે ઘંટ સાંભળો છો ખરા? તે પર ઊંડું ચિંતન તો એક બાજુ રહ્યું, તેના પર વિચાર-વિમર્શનો તો ખ્યાલ પણ નહિ આવે. આપણે એટલા બધા પ્રમાદી છીએ, નાની બાબતોમાં આપણે એટલા વ્યસ્ત છીએ કે શું બની રહ્યું છે તે વિષે આપણને ખબર પણ નથી હોતી. આપણે સભાન નથી હોતા. આપણે સમજતા નથી કે દિવસો વીતતા જાય છે. દરેક સૂર્યાસ્ત સાથે એક દિવસ ઓગળી જાય છે.

આપણે જોઈએ-જાણીએ-અનુભવીએ તે તમસ અને રજસથી ભરપૂર સ્થૂલ સ્તરનું હોય છે. તે એટલું બધું સ્થૂળ હોય છે કે આપણી સામે જ પડ્યું હોયતે પણ કળાતું નથી. વસ્તુઓનો આંતરિક અર્થ આપણે જોતા સમજતા નથી. જીવનનો અર્થ આપણે પકડી શકતા નથી, જીવન હાથ-તાળી દઈ વીતી જાય છે. આ સોનેરી તક, આ અમૂલ્ય મોકો જે ઈશ્વરે આપણને આપ્યો છે તેને અવગણવાથી વધુ મોટી શોકાંતિકા, મોટી-પહાડ જેવડી ભૂલ, મોટું નુકસાન, મોટી નાદાની શું હોઈ શકે? ઈશ્વરે અલ્પ પ્રયત્નોના બદલામાં જે આપ્યું છે તે ફેંકી દઈએ તો કોને દોષ દેવો?

એક વખત ઈસુએ દેવળમાં પેસતાં ગુસ્સો દેખાડેલો, કારણ કે ત્યારે વેપારીઓ અને નાણાં-વટાવ કરનારાને દેવળમાં તેમણે દીઠા. તેમણે ચાબુક દેખાડી તેઓને બહાર ધકેલતાં કહેલું, ''મારા પિતાનું ઘર પ્રાર્થના માટે જ છે પણ તમે લોકોએ તેને લૂંટારુઓનો અડ્ડો બનાવેલ છે'' જ્યાં પિતા વિરાજમાન છે તે શરીરરૂપી દેવળ માટે તમે આવું કરો છો? આ જ રીતે તમે કડક મુકાબલો કરી આ ઈશ્વરના જંગમ મંદિરમાંથી પ્રભુની ઉપસ્થિતિ માટે જે કંઈ અયોગ્ય હોય તેને દૂર કરી દો છો?

તમે આમ કરો છો? આ સફાઈકામ તમે કરો છો? તમારામાં આ સમજ છે? ઈશ્વરે તેના અસીમ પ્રેમ અને અનુકંપાને કારણે જે મહાન ભેટ આપી છે તે ઠુકરાવીએ તો ભગવાન જ આપણને માફ કરે. ભગવાનની આ ભેટનો ઉપયોગ કરવા દરકાર ન કરી, તેનું મૂલ્ય સમજ્યા વગર જીવન વીતી જવા દઈએ તો પછી પસ્તાવાનો કોઈ અર્થ નહિ રહે - કશું કામ પસ્તાવાથી સરશે નહિ.

નાદાનીથી જીવવું અને અંતે પસ્તાવું - આવું તમારા જીવનમાં ન થાય તે જોજો. ''ઊભા થાઓ જાગો, જ્ઞાન મેળવો'' આ હાકાર પર ધ્યાન દો. તમારું મૂલ્ય તમારી દિલેરી, તમે કેવી માટીના ઘડેલા છો તે માટે બીજી કોઈ ચકાસણી નથી. તમે ગજવેલના બનેલા છો કે ઘાસના બન્યા છો?

આપણે આપણી જાતને સાધક કહેવડાવીએ, આધ્યાત્મિક વ્યક્તિ ગણાવીએ, આપણે ખરેખર માનતા હોઈએ કે આપણે : ''અમૃતસ્ય પુત્રાઃ'' - અમરતાનાં સંતાન છીએ તો આપણે આપણા જીવનથી-આપણા આચરણથી - આ સાબિત કરવું જોઈએ, નહિ કે ફક્ત બોલવાથી.

જીવન સ્થગિત નથી રહેતું. સમયને તેની ચોટીથી પકડી વાપરશો તો સમય તમારો છે, નહિ તો તે તમારો નથી, વેડફાઈ જશે. જીવન આળસમાં વીતાવવા માટે, દિવાસ્વપ્નમાં રાચવા માટે કે રૂપકડી કલ્પનાઓ કરવા માટે નથી. બે હાથ જકડી, પકડી ઉપયોગમાં લેવા માટે જીવન છે.

આ વાત બહુ સ્પષ્ટતાથી સમજી લો. ત્યાર પછી જ તમારાં ભવ્ય નસીબના તમે ઘડવૈયા બની શકશો. તો જ પછી તમારા સર્વોચ્ચ કલ્યાણના આયોજક બની રહેશો. ઈશ્વર તમને આમ કરવામાં મદદ કરે! ગુરુદેવની અસ્ખલિત પ્રેરણા તમને દિવસે દિવસે ઉચ્ચતર, ઊર્ધ્વ અને ઈશ્વર ભણી પ્રગતિ કરવા માટે શક્તિશાળી બનાવે!

□ 'મુક્તિપથ'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]

બેહતારીમાં સ્વામીજી એક ભક્તને ત્યાં પધાર્યા હતા. સત્સંગ પૂરો થયો. પ્રાર્થના સમાપન થઈ. પ્રસાદવિતરણ કરીને સ્વામીજી પોતાના ઉતારે ગયા. હજુ અનેક કાર્યક્રમો બાકી હતા. ભક્તો હતા. પરંતુ સ્વામીજીએ પોતાના સેવકને ફરીથી તે ભક્તને ત્યાં મોકલીને કહ્યું, 'જાઓ તેમને ત્યાંથી થોડું ગરમ દૂધ લઈ આવો.'

સેવક આશ્ચર્યમાં પડી ગયો. કોઈ કંઈ પણ આપે તો સ્વામીજી જે તે વસ્તુ સ્વીકારવામાં સંકોચ કરે છે. અને આજે આવી રીતે તેમણે દૂધ માગ્યું? અને દૂધ જોઈએ તો અહીં પણ મળી શકે, તે ભક્તને ઘરેથી શા માટે. છતાં તે સેવક તે ભક્તને ત્યાં ગયો. જ્યારે તેમણે સ્વામીજી માટે દૂધ માંગ્યું ત્યારે ભક્તનાં પત્નીની આંખોમાંથી અશ્રુધારા વહેવા માંડી. તેને લાગ્યું આજે ચન્દ્રમા સ્વયં ચકોરને ત્યાં અતિથિ થઈને કેમ ન આવ્યો હોય ! તે રસોડામાં ગયાં, તેણીના પતિએ કહ્યું, ''જ્યારે સ્વામીજી અહીં હતા, ત્યારે તે દૂધ દેવા માગતી હતી, પરંતુ કાર્યક્રમોની ઘટમાળ, ભક્તોની ભીડ, આયોજકોની ઉતાવળ વચ્ચે એ સંભવ ન જાણી, મેં જ તેને મનાઈ કરી હતી.

પરંતુ સ્વામીજી તો અંતરયામી છે ને?

ઓરિસ્સામાં દિવ્ય જીવન સંઘની અખિલ ભારતીય પરિષદનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. આ પરિષદ એટલે માનવીનો મહેરામણ. મોટા મોટા મંત્રીઓ, સરકારી અધિકારીઓ અને સંતો ખૂબ જ ઉત્સાહપૂર્વક આ પરિષદનો લાભ ગ્રહણ કરે છે, કારણ કે દિવ્ય જીવન સંઘ અર્થાત્ સ્વામી શિવાનંદજીનો સંદેશ, વર્તમાન પરિસ્થિતિમાં પરમ આવશ્યક છે. ધર્મનિરપેક્ષ અને બુદ્ધિવાદી બંનેનાં મનને પોષક છે.

ઓરિસ્સાની દિવ્ય જીવન પરિષદના રૂપરંગ કંઈક વિશેષ જ હોય છે. ઓરિસ્સા (ઉત્કળ પ્રદેશ)નાં મુખ્યમંત્રી પણ તેમાં ઉપસ્થિત હતાં.

આ સમગ્ર કાર્યક્રમનું આકર્ષણ પૂજ્ય સ્વામીજીની ઉપસ્થિતિ હતી. અને સ્વામીજી પધાર્યા. પુષ્પમાળાઓ પહેરાવી તેમનું સ્વાગત કરવામાં આવ્યું. સામે શણગારેલો એક હાથી પણ ઊભો રાખવામાં આવ્યો હતો. તેના કંઠમાં નાજુક નાની નાની ઘંટડીઓ હતી, તેનો 'કિણ કિણ' અવાજ વાતાવરણને મુખરિત કરતો હતો. તેના પગમાં ચાંદીનાં આભૂષણ હતાં. તેના આખાયે શરીર ઉપર રેશમી પીછવાઈ ઓઢાડવામાં આવી હતી. લોકોએ ખૂબ જ સન્માનપૂર્વક પૂજ્ય સ્વામીજીને તે હાથી ઉપર અંબાડીમાં બેસાડ્યા અને નાચતાં ગાતાં હરિનામ સંકીર્તન સાથે તેમના ઉતારે લઈ જવામાં આવ્યા.

વિશ્રામસ્થળ.... ઉતારો પણ ખૂબ રાજાશાહી હતો. વિશાળ કક્ષમાં એક કિંમતી ગાલીચો હતો. કિંમતી શોભાયમાન ચાદરચીલું હતું. સ્વામીજી માટે વિશેષ ગેરુવસ્ત્રો પણ થાળમાં શણગારીને મૂકવામાં આવ્યાં હતાં. તેમના સન્માન અને ઉપયોગ કે પ્રસાદવિતરણ માટે ઋતુ પ્રમાણેનાં ફળ, મિષ્ટાન્ન અને કેસરયુક્ત દૂધ બધું જ તૈયાર હતું. સ્વામીજીની ઝીણવટભરી દૃષ્ટિએ બધું જ નિરીક્ષણ કર્યું. પરિષદનો પ્રારંભ થયો.

સ્વામીજીએ ઉદ્બોધન કર્યું.

''મનને કદી પણ બહિર્મુખ થવા દેશો નહીં.

જ્યારે મનમાં વિચારોના તરંગો જાગે, ત્યારે તેના વિશે વિચારશો નહીં. તે તરંગોને તેની જાતે જ શમી જવા દો. મનને સમજો. તેનું અધ્યયન કરો. જપ, કીર્તન, પ્રાર્થના, સત્સંગ અને સાધનાના માર્ગે વાસનાઓનો નાશ કરો. જો તમારી પાસે પોતાની આવશ્યકતાથી થોડું વધુ ધન દેખાય તો તેનો સમાજસેવાર્થે ઉપયોગ કરો. જગતના મિથ્યાત્વને સમજાવતા ગ્રંથોનો સ્વાધ્યાય કરીને મનનો આવશ્યક દૃષ્ટિકોણ તૈયાર કરો.''

પરિષદનું ઉદ્‌ઘાટન થયું. હવે બે દિવસ સ્વામીજી ત્યાં ન રહે તો પણ ચાલે તેવું હતું. પરંતુ સાથે આવેલા લોકોને લાગ્યું કે સ્વામીજી ત્યાં જ રહે તો સારું.

પરંતુ સ્વામીજીના મનમાં બીજી જ કંઈક ઘટમાળ ચાલી રહી હતી. પોતાના સાથે આવેલા એકાદ બે લોકોને તેમણે સૂચના આપી કે આપણે અહીંથી જવાનું છે ક્યાં ? શા માટે ? કંઈ કહ્યું નહીં. અને આકસ્મિક તેઓ કલકત્તા જતી ટ્રેનમાં બેસીને એક નાનકડાં જંકશન સ્ટેશન પર ઉતરી પડ્યા.

પ્લેટફોર્મ ઉપર કોઈ જ ન હતું અને જે હતા તેમાંના કોઈ લોકો સ્વામીજીને ઓળખતા પણ ન હતા.

ઓરિસ્સામાં તો સ્વામીજી ચિદાનંદ મહાપ્રભુ કહેવડાવતા. જગન્નાથ મહાપ્રભુ... ચૈતન્ય મહાપ્રભુ... ચિદાનંદ મહાપ્રભુ... સ્વામીજી મહારાજ જ્યાં જ્યાં પધારતા ત્યાં ત્યાં તેમનો જય જયકાર થતો. શંખનાદ થતો ઘંટા-મંગળ ધ્વનિ થતો અગણિત પુષ્પમાળાઓ પહેરાવવામાં આવતી. અહીં તેઓ જાતે જ કોઈ એક વ્યક્તિ સંબંધે પૂછપરછ કરી રહ્યા હતા. કોણ હશે તે ભાગ્યશાળી કે જે ભક્તની શોધ ભગવાન કરી રહ્યા હતા. અંતે કોઈને આ પ્રશ્ન પૂછી જ લીધો અને સ્વામીજીએ કહ્યું...

'શ્રી સદ્‌ગુરુદેવ જ્યારે તીર્થયાત્રા પર હતા, ત્યારે આ સ્થળે પધારેલા. આ સ્ટેશન ઉપર એક હમાલે તેમના રહેવા માટેનો પ્રબંધ પોતાનાં ઘરમાં કર્યો હતો. જે ઘરમાં શ્રીગુરુદેવે પગલાં કર્યાં હતાં, નિવાસ કર્યો, આપણે ત્યાં રહેવાનું છે.'

ઓરિસ્સામાં ધનાઢ્ય લોકોનાં ભવનો સ્વામીજીનાં એક પાદસ્પર્શ માટે તલપાપડ હતાં, અહીં સ્વામીજી એક હમાલની ઝૂંપડી જેવા ઘર પર દ્વાર ખોલવા માટે ટકોરા મારી રહ્યા હતા. લઘર વઘર અડધાં ફાટેલાં વસ્ત્ર પહેરેલ એક વૃદ્ધ માણસે દ્વાર ખોલ્યું. તેના ચહેરા ઉપર કરચલીઓ પડી ગઈ હતી. સ્વામીજીએ તેની સાથે સ્નેહપૂર્વક શાંત સ્વરે વાતો કરી, નક્કી થયું કે ગુરુદેવ અહીં જ રહ્યા હતા.

બાબા, હું એ જ ગુરુદેવનો શિષ્ય છું. એમ કહીને સ્વામીજીએ ઘૂંટણે પડીને તે હમાલનાં ચરણોનો સ્પર્શ કર્યો. ગુરુદેવનું નામ સાંભળતાં જ તેની આંખોમાં ચમક આવી ગઈ. તે મહાપુરુષના શિષ્ય મારી કુટીરમાં પધાર્યા છે, જાણી તેને આનંદ થયો.

''શું હું બે દિવસ અહીં રહી શકું છું. ? જો આપની અનુમતિ હોય તો ?'' સ્વામીજીના આ ઉદ્‌ગાર સાંભળી તે વૃદ્ધ હાથ જોડીને બોલ્યો...

''મારું અહોભાગ્ય મહારાજ ! પરંતુ આ સ્થળ... તેણે પોતાની કુટીર તરફ જોયું.''

''ચિંતા ન કરો. જ્યાં મારા ગુરુદેવ રહ્યા હતા, તે સ્થળ મારે માટે મંદિર છે.'' તે ઘરની ખરબચડી જમીન અને ઠેકઠેકાણે જ્યાં માટી પડી હતી, એવી દીવાલોને સ્વામીજી સ્નેહથી પૂજ્યભાવથી સ્પર્શ કરતા રહ્યા. તેમનો કંઠ રૂંધાઈ ગયો. આંખો ઝળઝળી થઈ.

''અહીં મારા ગુરુદેવ રહ્યા હતા. તેઓ કહેતા રહ્યા. બે દિવસ તેઓ સાર્વજનિક સ્નાનગૃહમાં લાઈનમાં ઊભા રહ્યા. એક થાળીમાં થોડો ભાત લઈને ખાધો. સ્વામીજી માટે આ જ ગુરુકૃપા હતી, ગુરુપ્રસાદ હતો.

કલકત્તાના દિવ્ય જીવન સંઘના ધનાઢ્ય ભક્તોને આ વાતનો અણસાર પણ નહોતો આવ્યો કે

સ્વામી ચિદાનંદજી એક હમાલના ઘરમાં આનંદના હિલોળા લઈ રહ્યા છે, જાણે દીકરી પિયર ન આવી હોય?

સુખ અને દુઃખ, ગરીબી અને અમીરી... આવી દીવાલો સ્વામીજીના મનમાંથી ક્યારની યે પડી ગઈ હતી. તેમની સમત્વદૃષ્ટિ પણ અલૌકિક હતી, ખાસ કરીને તેમના ગુરુદેવ પ્રત્યેના સ્નેહ... પ્યાર માટે.

લખનઉમાં 'ચિન્મય-મિશન'નો ગીતાજ્ઞાન યજ્ઞ ચાલતો હતો. ચિન્મય મિશનનાં સંસ્થાપક સ્વામી ચિન્મયાનંદજી મહારાજ ગીતા પ્રવચન કરી રહ્યા હતા. સ્વામી ચિન્મયાનંદજી મહારાજ એક અતિ વિદ્વાન અને બહુ આયામી વક્તા હતા. તેમણે સ્થાપેલ ચિન્મય મિશનનું કાર્ય વિશ્વવિદિત અને વિશ્વવંદિત છે. તેમની શાખા પ્રશાખાઓ સમગ્ર વિશ્વમાં વિસ્તરેલી છે. બાળકો, યુવાનો, મહિલાઓ અને પ્રૌઢોમાં સંસ્કાર, સંસ્કૃતિ અને વૈદિક વાઙ્મયનું નિરૂપણ આ સંસ્થા કરી રહી છે. ભગવાન ભાષ્યકાર રચિત પ્રકરણ ગ્રંથો, પ્રસ્થાનત્રયી અને વેદાંતના પ્રચાર-પ્રસાર અતિરિક્ત શાળાએ, કોલેજોની સ્થાપના કરીને સ્વામીજીએ ભારતીય સંસ્કૃતિની મહાન-અમૂલ્ય સેવા કરી છે.

અત્યારે ચિન્મય મિશનના અધ્યક્ષ સ્વામી ચિન્મયાનંદજીના ઉત્તરાધિકારી શ્રીમત્ સ્વામી તેજોમયાનંદજી મહારાજ અધ્યક્ષપદ સંભાળી રહ્યા છે.

તે સમયે લખનઉના ગીતા જ્ઞાન યજ્ઞમાં સ્વામી ચિન્મયાનંદજી મહારાજ સ્થિતપ્રજ્ઞનાં લક્ષણો સમજાવી રહ્યા હતા. 'જે પુરુષ મનની તમામ કામનાઓનો ત્યાગ કરીને, પોતાની આંતરિક સ્થિતિમાં સંતુષ્ટ રહે છે, તેને સ્થિતપ્રજ્ઞ કહેવામાં આવે છે. દુઃખમાં જે ઉદ્વેગ નથી કરતો કે સુખમાં જે મનનો સંયમ નથી ત્યાગતો, જેના રાગ દ્વેષ ભય અને ક્રોધ નષ્ટ થઈ ગયા છે, એવી સ્થિર બુદ્ધિવાળા માણસને સ્થિતપ્રજ્ઞ કહેવાય.' પ્રવચન પૂરું થયું. એક બહુશ્રુત વિદ્વાન વ્યક્તિએ સ્વામીજીને પૂછ્યું, 'શું ગીતાનો આ આદર્શ પુરુષ સ્થિતપ્રજ્ઞ જગતમાં ખરેખર હોઈ શકે? આજે ભારતમાં કોઈ એવી વ્યક્તિ છે કે જેને આપણે સ્થિતપ્રજ્ઞ કહી શકીએ?' એક ક્ષણનોયે વિલંબ કર્યા વગર સ્વામી ચિન્મયાનંદજીએ કહ્યું, "હા, ભારતમાં એવી એક નહીં બે વ્યક્તિને ઓળખું છું... એક શ્રી આનંદમયી મા અને બીજા મારા ગુરુભાઈ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજ!"

સ્વામી ચિદાનંદજી સ્થિતપ્રજ્ઞ યોગી છે.

આ તે દિવસોની વાત છે કે જ્યારે સ્વામીજી વોલમોરીન કેનેડામાં શિવાનંદ આશ્રમ ખાતે, સ્વામી વિષ્ણુદેવાનંદજી મહારાજ સાથે તેમના યોગવેદાંત શિબિર માટે પધાર્યા હતા. એક દિવસ સ્વામીજી થોડા આવશ્યક પત્રો ઉપર કંઈક લખી રહ્યા હતા, અને કામમાં તન્મય હતા. આકસ્મિક શોર્ટ સરકીટ થવાથી રૂમમાં આગ લાગી. પહેલાં તો તેમનું ધ્યાન તે તરફ ન હતું. પરંતુ પ્રસરતી આગ રૂમમાં બધું ભસ્મીભૂત કરતી હતી. આકસ્મિક સ્વામીજીનું ધ્યાન તે તરફ ગયું. સત્વરે બહાર આવીને તેમણે સ્વામી વિષ્ણુદેવાનંદજી મહારાજના યોગ વર્ગમાં આવીને આગ લાગ્યાના સમાચાર આપ્યા.

જે રૂમમાં આગ લાગી છે, તેમાં છો, છતાં આટલી બધી શાંતિ! પહેલાં તો વિષ્ણુદેવાનંદજીને લાગ્યું કે સ્વામીજી વિનોદ કરે છે, પરંતુ બીજી જ પળે રૂમમાંથી આવતા ધુમાડાને જોઈને સત્વરે તમામ યોગ પ્રશિક્ષાર્થીઓની મદદથી આગ બુઝાવી નાખી. પરંતુ સ્વામીજીના તમામ મહત્ત્વના કાગળો તો બળી જ ગયા હતા. છતાં તેમને તેની ચિંતા ન હતી. પરંતુ તેઓ ખૂબજ આર્ત અને વેદના ભર્યા સ્વરે બોલ્યા... બે જીવડાં આંટા મારતાં હતાં બીચારાં મરી ગયાં હશે... ૐ શાંતિ શાંતિ શાંતિ....

તેમની દયાબુદ્ધિને દુઃખ થયું હતું. પોતાની જાત પ્રત્યે તો તેઓ સ્થિતપ્રજ્ઞ જ હતા.

☐ 'અમૃતપુત્ર'માંથી સાભાર

જીવન એક યુદ્ધક્ષેત્ર-૨

- શ્રી સ્વામી કૃષ્ણાનંદજી

આપણું ભૌતિક જ્ઞાન ત્રેવડી રીતે કામ કરે છે. એ આપણી સામે સત્ત્વ, રજસ અને તમસના તાણાવાણાથી રચેલા અંકપાશના રૂપમાં વિશ્વનું ચિત્ર રજૂ કરે છે. ભગવદ્‌ગીતાનો પહેલો જ શ્લોક, બંને પ્રકારના ભૌતિક વિશ્વને સ્પષ્ટ રીતે બતાવે છે : 'ધર્મક્ષેત્રે' અને 'કુરુક્ષેત્રે' - આ બંને શબ્દો ખરેખર ખૂબ જ મહત્ત્વના છે. આ વિશ્વ પ્રવૃત્તિઓની ધમાલનું ક્ષેત્ર છે. મૂંઝવણો, સંઘર્ષો અને સંગ્રામોથી ભરપૂર છે. અને સાથોસાથ જ એ ન્યાયનીતિ અને કાનૂનનું પણ ક્ષેત્ર છે, એથી 'કુરુક્ષેત્ર' જ 'ધર્મક્ષેત્ર' છે. આ દુનિયામાં એવો પણ કાનૂન પ્રવર્તે છે કે ઉપર ઉપરથી દેખાતા આ વિવિધ શક્તિઓના સંઘર્ષને સમત્વ-સંવાદિતાના રૂપમાં ફેરવી નાખે છે. આપણા ભૌતિક શરીરના ભિન્ન ભિન્ન કોશો, ભેગા મળીને જેમ એક અખંડ વ્યક્તિત્વ ઉત્પન્ન કરે છે તેમ આ શરીરમાં રહેલા કાનૂન જેવો જ કાનૂન બહારની દુનિયાની ભીતરમાં પણ પડેલો છે. આપણા શરીરમાં રહેલા પ્રત્યેક કોશ એકબીજાથી અલગ જ છે. એ અન્યોન્યથી અસંકલિત અને વિસંવાદી બની શકે છે અને સાથે જ જ્યારે એમાંથી જીવનબળ પાછું ખેંચાઈ જાય છે ત્યારે એ છૂટા પડે પણ છે અને પાંચ મહાભૂતોમાં ભળી પણ જાય છે જ. એ વિશૃંખલ થાય છે, નાશ પામે છે અને પોતાની પારસ્પરિક સંવાદિતા - એકતાને ગુમાવી દે છે. એવી રીતે આપણો એક વિચાર પણ બીજા વિચાર કરતાં અલગ જ હોય છે. તમે દરરોજ હજારો વસ્તુઓના વિચાર કરી શકો છો અને છતાં તમે જાણો છો કે એ હજારો વિચારો કરનારા પુરુષ તમે એક છો. ''મેં ગઈ કાલે કંઈક વિચાર્યું હતું અને આજે હું કંઈક વિચારી રહ્યો છું; ભલે આમાં ગઈ કાલના વિચાર સાથે આજના વિચારનો કશો દેખાતો સંબંધ ન હોય, છતાં હું સમજું છું કે, તે બે વચ્ચે સંબંધ છે જ, કારણ કે તે વિચારો કરનાર હું - પુરુષ એક જ છું.'' એ રીતે માનવનો ભૌતિક શરીરની પેઠે એના માનસિક બંધારણમાં પણ એક સંવાદિતા રહેલી છે. આ સંવાદિતાનું જ બીજું નામ 'ધર્મ' છે. આ 'ધર્મ' એક એવો કાનૂન છે કે જે બધી વસ્તુઓની સંકલના કરે છે. અર્થ વગરની ઊથલપાથલ કે વેરવિખેર વિભાગોમાં અથડાતાં માનવશરીરોને જે અર્થપૂર્ણ સંવાદી એકતામાં જોડે અને એને એક સંપૂર્ણતા-એકતા કે સંવાદિતા બક્ષે તેને આપણે કાનૂન કહીએ છીએ. 'ધર્મ' એક કાનૂન છે. આપણે એને ન્યાય પણ કહી શકીએ. જે કાનૂન વિશ્વની પ્રક્રિયા સાથે સુમેળ ધરાવતો હોય એને વિશ્વકાનૂન કહેવાય. વિશ્વના જુદા જુદા અંશોના સંબંધમાં જે રીતે આ ન્યાય પ્રવર્તમાન જણાય છે, તે જોતાં આ કાનૂન કે ન્યાય 'ધર્મ' જ છે, એટલે જોકે આ દુનિયામાં વિવિધ પ્રવૃત્તિઓ છે, આંદોલનો છે, ભાતભાતની હલચલ છે, પરિવર્તન છે, રૂપાંતર પણ છે છતાં પણ આ કંઈ વસ્તુનું સાચું સ્વરૂપ નથી. સાચી રીતે તો આ બધા પાછળ એક સુવ્યવસ્થા પડી છે. અણુ-પરમાણુથી માંડીને સૂર્યમંડળ સુધી આ સુવ્યવસ્થા વિસ્તરેલી છે. આ દુનિયામાં એક અણુ પણ અવ્યવસ્થિત નથી. અણુના રચના ઘટકોમાં પણ સુવ્યવસ્થા જળવાઈ છે. એ ઘટકો-પરમાણુઓ પણ સોપાધિક છે. એ પણ પોતાના મધ્ય કેન્દ્રના અનુશાસનમાં રહીને કાર્ય કરે છે અને આ સૂર્યમાળા પણ સૂર્યના અનુશાસનમાં રહીને સુંદર રીતે કાર્ય કરે છે. સૂર્ય એનો વ્યવસ્થાપક છે અને આના જેવી જ સુવ્યવસ્થાની શક્તિ આપણી અંદર પણ કામ કરી રહી છે. એનાથી જ આપણાં વ્યક્તિત્વો બન્યાં છે. સંપૂર્ણ રીતે સુવ્યવસ્થિત આપણું શરીર પણ આ જ શક્તિને આભારી છે. આપણું વ્યક્તિત્વ કંઈ કોઈ અવ્યવસ્થિત ઢગલો નથી. આપણામાં સંગતિપૂર્ણ, તર્કપૂર્ણ અને સુવ્યવસ્થિત રીતે વિચાર કરવાનું સામર્થ્ય છે. આ

દુનિયામાં અવ્યવસ્થા, ગભરામણ, વિરોધ, વૈયક્તિકતા, અહંભાવ અને બહિર્મુખતા એક હકીકતરૂપે હોવા છતાં પણ આખા વિશ્વમાં, સમગ્ર સર્જનમાં, આપણા પોતાનામાં, અણુઅણુમાં-બધે જ આ 'ધર્મ' કામ કરી રહ્યો છે. બધી વસ્તુઓમાં રહેલાં, ઉપર બતાવેલાં આ બે વલણોને એકીસાથે જોડી દેવાં એ 'યોગ'નો હેતુ છે. દુનિયાના દશ્ય પદાર્થો પર ઓળઘોળ થઈને અને આપણા આત્માને ખોઈને આપણે આત્યંતિક રીતે બહિર્મુખતા તરફ ઝૂકી જવું પણ ન જોઈએ તેમ જ તિરાડમાં પેસી ગયેલાં શિયાળાનાં દેડકાંના પેઠે નિષ્ક્રિય બનીને બહારની દુનિયાથી અસ્પૃષ્ટ અને અસંબદ્ધ રહેલા આપણા વ્યક્તિત્વમાં જ ડૂબી રહેવું પણ ઇચ્છનીય નથી. ભગવદ્‌ગીતાનો સમગ્ર ઉપદેશ જ સમતોલનનો, મનઃશાન્તિનો, અવ્યવસ્થિત વસ્તુઓને સુવ્યવસ્થિત કરવાનો, સમત્વનો છે. એ જ એનું કેન્દ્રબિંદુ છે. આ દુનિયાની બધી વસ્તુઓ આપણને સુવ્યવસ્થિત નથી દેખાતી, એમની વચ્ચે ક્યાંય સંવાદિતા નથી દેખાતી, એનું કારણ તો 'રજસ'ની અતિશયતા છે. આપણામાં અતિરેક પામેલો આ 'રજસ' આપણને બહિર્મુખ બનાવનારી શક્તિ છે. બધે ઠેકાણે બધી બાબતોમાં બધે જ વખતે દુનિયામાં આપણને સંઘર્ષ દેખાય છે, એ સંઘર્ષમાં સમતોલન જાળવવાની જ આપણી મથામણ છે. જીવનના પ્રત્યેક ક્ષેત્રમાં અને અસ્તિત્વના પ્રત્યેક સ્તરમાં સંવાદિતાની જાળવણીનો એ પ્રયત્ન જ છે. તરેહતરેહના કાનૂનો – સરકારી કાયદો, સામાજિક કાયદો, કોમનો કાયદો, કુટુંબનો કાયદો અને વ્યવસ્થાપકોની એવી અનેકાનેક કાનૂન-સંહિતાઓ આ એકમાત્ર વાત જ કહે છે અને તે છે સંવાદિતાની જાળવણીની જરૂર અને દરેક ઠેકાણે, જીવનના દરેક ક્ષેત્રમાં, દરેક કાળક્ષણે એ સંવાદિતા જાળવવી જ જોઈએ. જો આ સમતુલાનો ક્યાંય પણ ભંગ થશે, ઉદાહરણાર્થે આપણા શરીરના કોઈ ભાગમાં કે સમાજના કોઈ ભાગમાં ક્યાંય અસંવાદિતા જન્મે તો તરત જ આપણા મનમાં ચિંતા ડોકિયું કરવા લાગે છે. આપણા પગને તળિયે એક નાનકડો કાંટો ખૂંચી ગયો હોય તો પણ આપણે વિહ્વળ અને અસુખી બની જઈએ છીએ અને એક ક્ષણમાં આપણો આનંદ ચાલ્યો જાય છે. સમાજમાં જો લોકોની શાન્તિને જોખમાવતું કોઈ અણછાજતું તત્ત્વ આપણને દેખાય તો તેની હસ્તીથી આપણે સભાન અને સાવધ થઈ જ જવું પડે છે અને પરિસ્થિતિને પાછી સરખી કરવા માટેના ઉપાયો કરવા માટે મજબૂર થવું જ પડે છે. સમગ્ર સંતુલનને વેરવિખેર કરી નાખવા માટે એક નાનકડું પ્રતિકૂળ તત્ત્વ પણ પૂરતું થઈ પડે છે. કેવળ કાનનો દુખાવો તમને આખો દિવસ દુઃખી કરી દેવા માટે પૂરતો બની રહે છે. મુખ્ય મુદ્દો એ છે કે, નાનામાં નાની વિસંવાદિતાનો એક પણ અવસર આવવો જ ન જોઈએ અને સમગ્ર 'યોગ' એ વિશ્વસંઘર્ષની પરિસ્થિતિ તરફનો એક વિસ્તૃત 'અભિગમ' છે અને તે દરેક વ્યક્તિ ઉપર પણ પોતાનું પ્રતિબિંબ પાડે છે.

સંસારમાં સંઘર્ષ છે એટલું સ્પષ્ટ તથા પૂરતું છે. આપણે બધા જાણીઓ છીએ કે દુનિયા સડેલી છે. દુનિયા વિરુદ્ધ આપણે હંમેશાં ફરિયાદ કરતા રહીએ છીએ કે દુષ્ટ છે અને ખરાબીના ખાડામાં ગોથાં ખાઈ રહી છે. દુનિયાના ભાવિ સાથે આપણને ઘણું લાગેવળગે છે, છતાં આપણે હજુ સમયની માગને પિછાણવા અને એને પૂરી કરવા જોઈતાં આવશ્યક ઉપકરણોની શોધ કરવા માટે પૂરા જાગ્રત થયા નથી અને આવા સંજોગોમાં આપણે ક્યા માર્ગે ચાલવું જોઈએ એની પણ આપણને ખબર પડતી નથી, કારણ કે આપણે 'યોગ'ની સ્થિતિમાં નથી. આપણે તો બધી વસ્તુઓને દેશ અને કાળની જ દુનિયામાં અને બાહ્ય રૂપમાં તે જેવી ભાસી રહી છે તેવી ને તેવી જ ફક્ત નિહાળીએ છીએ. આપણા પર ઇન્દ્રિયો સવાર થઈ ગઈ છે. આપણે સંપૂર્ણપણે ઇન્દ્રિયોના અનુભવમાં જ ગૂંથાઈ ગયા છીએ. આપણે ઇન્દ્રિયજગતનાં વાસી બન્યાં છીએ અને ઇન્દ્રિયોએ આપેલા વિવરણ પર

પૂરેપૂરો વિશ્વાસ રાખી રહ્યા છીએ. ઇન્દ્રિયો દ્વારા મેળવાતી અસંગત બાબતોને સુસંગત બનાવવા માટે જરૂરી એવા જ્ઞાન કે સમજણના પ્રતિબળનો આપણે ઉપયોગ જ કરતા નથી. આપણું બૌદ્ધિક જ્ઞાન એટલું મજબૂત કે સમર્થ નથી. આપણી સમજણશક્તિ નબળી છે, પણ ઇન્દ્રિયો ભારે બળવાન છે. એ આપણને પ્રેર્યા કરે છે અને એથી આપણે સર્જનની કક્ષામાં નીચા ઊતરી ગયા છીએ. ખરેખર આપણે નીચા ખાડામાં ધકેલાઈ ગયા છીએ કારણ કે આપણી ઇન્દ્રિયો બળવાખોર બની છે અને અત્યંત સક્રિય છે. આપણી સુવ્યવસ્થાશક્તિ અને સમજણશક્તિ એના પ્રમાણમાં પૂરતી જોરદાર નથી. તમે કલ્પના કરી શકો છો કે સરકારની વ્યવસ્થાશક્તિ કરતાં બળવાખોર વ્યક્તિઓ વધારે બળવાન હોય તો રાજ્યની કેવી અવદશા થાય છે ! આપણા માટે પણ આવું જ થયું છે. આપણામાં રહેલાં બુદ્ધિજ્ઞાન અને સમજણરૂપી વ્યવસ્થાનું સામર્થ્ય, બાહ્ય જગતના વિષય સંદર્ભમાં કામ કરતી ઇન્દ્રિયોથી ઉત્પન્ન કરાતા અનુભવો-આપણી સમક્ષ ઊભા થતાં તે સંઘર્ષોને પહોંચી વળવા પૂરતું શક્તિમાન નથી. આપણે ઇન્દ્રિયોના ગુલામ બની ગયા છીએ. ઇન્દ્રિયોના શાસક રહી શક્યા નથી. આપણે દરેક ક્ષણે કોઈ વિશિષ્ટ ઇન્દ્રિયની માગ પૂર્યા કરવાની હલકી કોટિ તરફ ઝળૂંબ્યા કરીએ છીએ અને આવી પરિસ્થિતિને કોઈ પણ પ્રકારની સ્વતંત્રતા કહી શકાય જ નહિ. જે કંઈ ઇન્દ્રિયો આપણને કહે છે તેમાં જ આપણું બૌદ્ધિક જ્ઞાન અને સમજણ સંમતિ આપ્યા કરે છે. આપણું જ્ઞાન, આપણું ભણતર, આપણી શિક્ષા-દીક્ષા, આપણી સભ્યતા, આપણી સંસ્કૃતિ અને જે કંઈ બધું આપણી પાસે છે, તે બધું જ જાણે કે આ ઇન્દ્રિયો બળવાખોર બહારવટિયાઓ જેવી છે. ભગવદ્‌ગીતા આવી પરિસ્થિતિ ચાલુ રહે એમ ઈચ્છતી નથી.

આખા વિશ્વમાં ખૂબ ભારે અને મોટી વ્યવસ્થાશક્તિની, એક મધ્યસ્થ સંવાદજનક શાસનતંત્રની આવશ્યકતા અને એને પરિણામે આપણા પોતામાં અને આપણા સમાજમાં પણ એવા સંવાદી શાસનની આવશ્યકતા છે. આવું સંવાદી શાસન લાવવા સારુ 'યોગ'માર્ગમાં પ્રવેશ કરવાની જરૂર છે. આપણે હંમેશાં આપણા સમાજ અથવા આપણા માનવસંબંધોના સંદર્ભમાં જ દલીલો કરતા હોઈએ છીએ, પણ ક્યારેય આપણી બુદ્ધિના પ્રકાશના કે આપણી ઊંચી સમજણના સંદર્ભમાં દલીલો કરતા નથી. આપણી સામાજિક પરિસ્થિતિઓને મૂલવવા માટેની લાગણીભરી યુક્તિઓ કે 'ધર્મો' આપણી પાસે ઘણા અધૂરા-ઓછા છે, ધર્મ, ઈશ્વર કે વિશ્વનિયમના ઉચ્ચતર અસ્તિત્વ કે પ્રભાવ પરત્વે જાગ્રત થવા માટે આપણી પાસે પૂરતી બૌદ્ધિક ક્ષમતા કે પૂરતી સમજણ નથી. આ વિષયમાં ભગવદ્‌ગીતા, કોઈ શાળા-મહાશાળાના શિક્ષક-પ્રાધ્યાપક જેવો ભાગ ભજવે છે અને આપણા માટે સાધ્ય એવા સાચા સ્વાતંત્ર્યને મેળવી આપવાના હેતુથી આપણો હાથ પકડીને તે તરફ ક્રમે જુદાં જુદાં પગથિયાં પર થઈને લઈ જાય છે. આ કાનૂન અને ન્યાયનો જેટલો વધારે અમલ થાય, કાર્યની તીવ્રતા જેટલા વધારે પ્રમાણમાં થાય તેટલા પ્રમાણમાં વધારે સ્વાતંત્ર્યની આપણને બાંયધરી મળી રહે છે. મુક્તિ અને સ્વાતંત્ર્ય એ બંને એક જ છે અને સાચી સ્વતંત્રતા મેળવવા માટે કાનૂનને માન આપવું જ પડે છે અને તેને વફાદાર રહેવું જ પડે છે. આપણા પોતાના વિશે અને બીજી બાબતો વિશે આ વિશ્વકાનૂન કેવી રીતે કામ કરે છે, તે જો આપણે જાણતા ન હોઈએ, આપણા દેશના કાનૂનથી આપણે જો અજાણ હોઈએ, તો આપણે કાનૂનનું પાલન કેવી રીતે કરી શકીશું ? આપણે ખરેખર જ કાનૂન જાણતા નથી અને તેથી આપણી મોટી ભૂલો થવાની સંભાવના છે. અને આવી મોટી ભૂલો આપણે દરરોજ કરીએ પણ છીએ. આવી કાનૂન સંબંધી ભૂલો કરવી એ કાનૂન તરફથી થતી સજાને આમંત્રણ આપવા બરાબર છે.

આવી સજાઓ આપણને અવારનવાર શોક, દુઃખ, ઉદ્વેગ, અસ્થિરતા કે એવા કોઈ અણગમતા, અયોગ્ય લાગતા રૂપમાં મળે છે.

શ્રી ભગવદ્‌ગીતા આપણને આપણે આજે જે પરિસ્થિતિમાં છીએ તેમાં માનસમાજના સંદર્ભમાં શરૂઆતથી જ મૂકી દે છે. આપણે એક ખાસ દેશના નાગરિકો છીએ અને સાથે જ સમગ્ર માનવજાત સાથે સંબંધ ધરાવતાં માનવપ્રાણીઓ પણ છીએ. આપણે હંમેશાં માનવ સંબંધોના સંદર્ભમાં જ વિચાર કરીએ છીએ. આપણી બધી યુક્તિઓ અને તર્કો આપણે એ રીતે જ કરીએ છીએ, એ જાહેર હકીકત છે. આ જ વિષય ભગવદ્‌ગીતાના પહેલા અધ્યાયમાં નિરૂપાયો છે. અમુક વિશિષ્ટ સંજોગોમાં કરવા યોગ્ય ખાસ કાર્યના સંબંધમાં, યુક્તિ કે તર્ક કરવા માટે આખા સામાજિક માળખાને આ અધ્યાયમાં લેવામાં આવ્યું છે અને આ મહાભારતીય મહાકાવ્યમાં અર્જુનને સમગ્ર માનવજાતનું પ્રતીક ગણીને, ભગવદ્‌ગીતાના આ ઉપદેશમાં આપણને બતાવ્યું છે કે વ્યક્તિ તરીકે આપણે કેવી રીતે વિચાર કરી રહ્યા છીએ. આપણે સૌ પણ આ રીતે યુદ્ધની જ પરિસ્થિતિમાં છીએ અને આપણા જીવનની રોજબરોજની પ્રવૃત્તિઓ એ યુદ્ધનો સામનો કરવા માટેના જ પ્રયત્નો છે. આપણે આપણી ઓફિસમાં જે કામ કરીએ છીએ કે કોઈ કારખાનામાં મહેનતનું કામ કરીએ છીએ અથવા જીવનમાં કોઈ પણ ક્ષેત્રમાં જે કંઈ પણ કામ કરીએ છીએ તે બધાં કામ પરિસ્થિતિને હલ કરવા માટે કે સમસ્યાનો ઉકેલ કરવા માટે જ હોય છે, પણ આપણે હંમેશાં એ સરખી રીતે-સુયોગ્ય પદ્ધતિએ-કરતા નથી. તેથી કારખાનાનો કામદાર પણ સુખી થતો નથી અને ઓફિસે જનાર પણ સંતોષ અનુભવતો નથી, આપણા તે તે કાર્યો સુખી બનાવતાં નથી. આપણે ભયંકર હતાશા અને હતભાગીપણાની હાલતમાં કંગાલિયતથી ઝૂકી પડીએ છીએ, કારણ કે આપણી પાસે વિશ્વન્યાય અને બુદ્ધિના તેજથી ઝળહળતા માર્ગ ઉપર ચાલવાનો સમય જ સાંપડતો નથી. આપણે શાસનતંત્ર જેવા એ ન્યાય કાનૂનને આપણી આંખો વડે જોઈ શકતા નથી અને જે કંઈ અવૈયક્તિક હોય તે આંખોથી જોઈ શકાતું પણ નથી. આપણે ધન પણ જોઈ શકતા નથી. આપણે તો નોટ કહેવાતા કાગળના ટુકડાને કે સિક્કો કહેવાતા ધાતુના ટુકડા માત્રને જ જોઈએ છીએ પણ ધન તો એ કરતાં કંઈક જુદું જ છે. નોટ કે સિક્કામાં એક પ્રકારનું જે 'મૂલ્ય' રહેલું છે, તે ધન છે, અને તે કંઈ નરી આંખે દેખી શકાતું નથી. ઉચ્ચતર કાનૂન એક અવૈયક્તિક પ્રક્રિયા છે અને તેથી એ ઈન્દ્રિયોનો વિષય બની શકતું નથી. જ્યાં સુધી વસ્તુઓની સિદ્ધિ અને ન્યાય માટે આપણે આપણી ઈન્દ્રિયો પર મદાર બાંધતાં રહીશું ત્યાં સુધી આપણે વૈયક્તિક શક્તિઓના અસ્તિત્વ, બુદ્ધિ કે પ્રતિભાના ફાયદાઓ ઉઠાવવામાં અસમર્થ જ નીવડીશું. અર્જુન આવી પરિસ્થિતિમાં હતો તે પોતાના મનમાં કોઈ અકળ હેતુઓ રાખીને પોતાને અમુકના પુત્ર તરીકે, ભત્રીજા તરીકે અથવા એવા અનેક માનવસંદર્ભોના સંબંધમાં અવલોકતો હતો. આપણે કોઈ સખત અને મોટું કામ કરવા માટે હમેશાં જેમ આપણી કેડ બાંધીએ છીએ તેમ અર્જુન પણ યુદ્ધમાં ઝંપલાવવા માટે કટિબદ્ધ થયો હતો. અમુક દિવસની વહેલી સવારમાં 'અમે આ કરીશું' એવો નિશ્ચય આપણે કરીએ છીએ. આવું જ વલણ અર્જુનના અને એના પક્ષમાં રહેલા સૌ લોકોના મનનું વલણ હતું. અમુક પગલાં ભરી લેવાનો તેમણે નિશ્ચય જ કરી લીધો હતો અને એ નિશ્ચય પૂરો થયો હતો. હવે તો એ નિશ્ચયનો અમલ કરવાની આવશ્યક ઘડી આવી પહોંચી હતી. આ નિશ્ચયનો અમલ કરવો એટલે સમરાંગણમાં પ્રવેશ કરવો. આપણા માટે પણ આ નિશ્ચયનો અમલ કરવાની ઘડી છે. આપણા માટે એનો અર્થ છે 'યોગ'ના માર્ગમાં પ્રવેશ કરવો. આપણને ભગવદ્‌ગીતા એ જ માર્ગે લઈ જશે.

☐ 'ગીતાદર્શન'માંથી સાભાર

મહામૃત્યુંજય મંત્ર

- શ્રીમતી રૂપા મજમુદાર

સદ્ગુરુદેવ સ્વામી શ્રી શિવાનંદજી મહારાજ કહેતા 'મંત્ર એ ધ્વનિની બંધ પેટીમાં પુરાયેલા પ્રભુ છે. એટમ બોમ્બમાં અનેક પ્રચંડ શક્તિઓ છુપાઈને બેઠેલી હોય છે. એટમ બોમ્બ ફાટતાંથી સાથે જ આ શક્તિઓ બહાર નીકળે છે અને સક્રિય બને છે. બરાબર આ જ પ્રમાણે મંત્રોચ્ચાર કરવામાં આવે છે ત્યારે મંત્રમાં વસેલા પ્રભુ બહાર આવી પ્રગટ થાય છે. મંત્રોચ્ચારમાં આવી મહાન શક્તિ છે.'

ગુરુદેવ પાસે લોકો જાતજાતના પ્રશ્નો લઈને આવતા. સંતાનની ઝંખના સેવતી વાંઝણી સ્ત્રી, ઉંમરલાયક દીકરીને પરણાવવાની ફિકર કરતો બાપ, અસાધ્ય રોગોથી પીડાતો માણસ અને આવા તો બીજા અનેક માણસો અંગત પ્રશ્ન લઈને સ્વામીજી પાસે આવતા. સ્વામીજી દરેકની વાત શાંતિથી સાંભળી તેમની મૂંઝવણ દૂર કરવાનો માર્ગ બતાવતા. સૌને ઈશ્વર પર આધાર રાખવાનું કહેતા અને પછી તેમની અંગત ઈચ્છા પૂરી થાય તે માટે તેઓ મંત્ર આપતા. સારા પતિની પ્રાપ્તિ માટે 'કાત્યાયની મંત્ર', સંતાનો મેળવવા માટે 'સંતાન ગોપાલ મંત્ર', રોગોથી મુક્ત થવા માટે, અકસ્માતોથી બચવા માટે તેમજ મૂઠ, ચોટ અને મેલીવિદ્યાની અસરને દૂર કરવા માટે તેઓ મહામૃત્યુંજય મંત્રનો જપ કરવાની સલાહ આપતા. બીજા પણ અનેક શક્તિશાળી મંત્રો ગુરુદેવ આપતા. બધા મંત્રો સમયની કસોટીમાંથી પસાર થયેલા છે અને જે-તે ઈચ્છાઓ પૂરી કરવા માટે સંપૂર્ણ શક્તિશાળી સાબિત થયેલા છે.

મહામૃત્યુંજય મંત્ર આ પ્રમાણે છે -

ૐ ત્ર્યમ્બકં યજામહે સુગન્ધિં પુષ્ટિવર્ધનમ્।
ઉર્વારુકમિવ બંધનાન્મૃત્યોર્મુક્ષીય માઽમૃતાત્।

આ મંત્ર ભગવાન શ્રી શંકરનો મહામંત્ર છે. વેદ મંત્ર છે. આ મંત્ર સંજીવનીરૂપ છે. તે અકાળે મૃત્યુને અટકાવનાર તેમ જ તન અને મનને પરમ શાંતિ આપનારો છે. કોઈ પણ પ્રકારની માંદગી કે દેહપીડામાંથી મુક્તિ મેળવવા માટે આ મંત્રનો જપ કરવામાં આવે છે. આધ્યાત્મિક ઉન્નતિ ઈચ્છતા મુમુક્ષુઓ પણ આ મંત્રનો જપ કરે છે.

સ્વામી શ્રી શિવાનંદજી મહારાજ આ મંત્રનો અર્થ આ પ્રમાણે કરે છે:

'જીવમાત્રના કલ્યાણકારી પોષક તથા પાલક અને મધુર એવા ભગવાન ત્રિલોચનને અમે ભજીએ છીએ; જેવી રીતે ચીભડાને તેના (વેલા સાથેના) બંધનોમાંથી મુક્ત કરવામાં આવે છે તેવી રીતે અમરત્વની પ્રાપ્તિ માટે મૃત્યુમાંથી અમને મુક્ત કરો.'

'મૃત્યુંજય' એ શિવનું નામ છે. એનો અર્થ થાય છે - મૃત્યુ પર વિજય. એ વિજય અપાવનાર શિવનું આ મંત્રથી અર્ચન કરવામાં આવે તો મૃત્યુ પર વિજય થાય એ વાત સાચી છે, પરંતુ આપણે જેને મૃત્યુ કહીએ છીએ તે મૃત્યુની અહીં વાત નથી. અહીં જીવનને અમૃતમય બનાવવાની વાત છે એટલે આપણે આ મંત્રથી શિવની ઉપાસના કરીએ તો પ્રેય માર્ગ - પાપી, અવિચારી, આત્માના અવાજથી વિરુદ્ધનું જીવન-જીવતા અટકીએ અને શિવ આપણને કલ્યાણમય, પુણ્યમય, વિચારશીલ, આત્માના અવાજને અનુરૂપ વિવેકી શ્રેય માર્ગી જીવન જીવવા માટે પ્રેરણા, બળ અને બુદ્ધિ આપે. આ રીતે આ અર્થમાં મહામૃત્યુંજય મંત્ર મૃત્યુમય - કનિષ્ઠ જીવનમાંથી ઊંચા અમૃતમય - ઉત્કૃષ્ટ જીવન જીવવા માટે પ્રેરક બને છે. આ મંત્ર દ્વારા જીવનનું રક્ષણાત્મક કાર્ય થાય છે. મૃત્યુશૈયા પર પડેલી વ્યક્તિ માટે આ મંત્ર કરવાથી તેનો નવો જન્મ આત્મોદ્ધારક જીવન જીવવા માટે ખૂબ જ મદદરૂપ થાય છે.

આ મંત્રમાં ભગવાન શિવનું નામ છે - ત્ર્યમ્બક (ત્રણ નેત્રવાળા). આ ત્રણ નેત્રવાળા ભગવાનનું સ્વરૂપ કેવું છે?

- સૂર્ય, ચંદ્ર અને અગ્નિ આપનાં નેત્રો છે.
- ૐના ત્રણ વર્ણાક્ષર અ, ઉ અને મકારાર્થથી અખંડ ચૈતન્યાત્મક બ્રહ્મસ્વરૂપ છો.
- ઋગ્વેદ, યજુર્વેદ, સામવેદમાં ૐરૂપે આપ છો.
- ત્રણે લોક - ભૂર્લોક, ભુવર્લોક, સ્વર્લોક પર આપનું ચૈતન્ય પ્રસરેલું છે.
- સૃષ્ટિની ઉત્પત્તિ વખતે રજોગુણી બ્રહ્માસ્વરૂપે, જગસંહાર વખતે તમોગુણી રુદ્રસ્વરૂપે અને વળી જગત્રક્ષા માટે સત્ત્વગુણી વિષ્ણુસ્વરૂપે ગુણાતીત તેજસ્વરૂપ આપ છો.
- ત્રિગુણ સત્ત્વ, રજ, તમથી ત્રણ વિષ્ણુ, બ્રહ્મા અને શિવ સ્વરૂપે રહેલું ઐશ્વર્ય આપ છો.
- આકાશમાં આકાશરૂપ, સર્વ તેજોમાં સર્વત્ર તેજરૂપ, જ્ઞાનીઓમાં રહેલા જ્ઞાનરૂપ છો.
- આપ જ્ઞાનસ્વરૂપ, આધારરૂપ અને ત્રણે ભુવનના બીજરૂપ છો.
- ધર્મમર્યાદાના રક્ષક, અધર્મ માર્ગના નાશક અને ક્રિયમાણ, સંચિત, પ્રારબ્ધ કર્મપાશથી છોડાવનારા છો.
- સર્વ વિદ્યાઓના ભંડાર, સંસારરોગના વૈદ્ય અને સર્વ લોકોના ગુરુ છો.
- વર્તમાન, ભૂત, ભવિષ્ય ત્રણ કાળના મહાકાલ સ્વરૂપ છે.
- દેવોના દેવ, પ્રાણીમાત્રના પ્રાણો અને સર્વ જીવોના સ્વામી છો.
- ઇચ્છા, ક્રિયા, જ્ઞાન - સમગ્ર શક્તિઓના આધાર શક્તિરૂપ છો.
- જાગ્રત, સ્વપ્ન, સુષુપ્તિ અવસ્થાથી પર છો.
- આધિ - વ્યાધિ - ઉપાધિમાંથી મુક્ત કરી સુખ-શાંતિ અર્પી અમૃતમય જીવન બનાવનાર છો.
- આંખ, કાન કે મનથી જાણતાં કે અજાણતાં થતાં સર્વ અપરાધોને માફ કરી ક્ષમા આપનારા છો.
- હૃદયમાં રહેલા જન્મ, મૃત્યુ, જરાના ભયથી પીડિત જગતને દૃષ્ટિમાત્રથી શાંતિ આપનાર છો.
- આધિભૌતિક, આધિદૈવિક, આધ્યાત્મિક - ત્રિવિધ તાપોને શાંત કરનાર છો.
- પાંચ જ્ઞાનેન્દ્રિય, પાંચ કર્મેન્દ્રિયોના નેતા અને હંસસ્વરૂપ છો.
- પાપનો નાશ કરનારા, પુણ્યને વધારનારા અને હંમેશાં સૌનું કલ્યાણ કરનારા છો.
- વૈખરી, મધ્યમા, પશ્યન્તિ વાણી સ્વરૂપે શબ્દબ્રહ્મ આપ છો.
- મંત્ર, જપ, તપ આપ છો અને તેના ફળને આપનારા પણ તમે જ છો.
- ઘણું ધન, આયુષ્ય અને કીર્તિ પ્રાપ્ત કરાવનાર છો.
- ત્રણ પાનનું બીલીપત્ર આપનાં ત્રણ નેત્રો (બે નેત્રો અને બે ભ્રમરની વચ્ચે કપાળ પર જ્ઞાનની આંખ-આજ્ઞાચક્ર)ના પ્રતીકરૂપે છે, જે આપને ચઢાવવાથી આજ્ઞાચક્ર વિકસિત કરી શિવસ્વરૂપમાં સ્થાપિત કરો છો.

ભગવાન શિવના ગુણોનું વર્ણન શક્ય નથી. માટે જ શિવમહિમ્નસ્તોત્રમાં કહ્યું છે -

'હે પ્રભુ, સમુદ્રરૂપી પાત્રમાં કાળા પર્વત જેટલી શાહીથી, કલ્પવૃક્ષરૂપી કલમથી, પૃથ્વીરૂપી પત્ર ઉપર મા સરસ્વતી હંમેશાં લખ્યા જ કરે, છતાં પણ આપના ગુણોનો પાર આવી શકે તેમ નથી.'

આપણા શિવાનંદ આશ્રમમાં કોઈ પણ કાર્યક્રમના પૂર્વાર્ધમાં અને ઉત્તરાર્ધમાં અવશ્યપણે આ મહામૃત્યુંજય મંત્રનું ગાન કરવામાં આવે છે. દરરોજ રાત્રિ સત્સંગમાં પણ હાજર બધા જ ભક્તો આ મંત્રની માળા ઉચ્ચ સ્વરે કરે છે. અનેક ભક્તોએ પૂજ્ય સ્વામી

શ્રી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ પાસેથી મંત્રદીક્ષા લીધી છે. મંત્રશક્તિ સાથે ગુરુશક્તિનો સંગમ થવાથી ગુરુ-મંત્ર-સાધક વચ્ચે એક દિવ્ય ત્રિકોણ રચાય છે, જેને ગુરુકાર્યકારિણી કહે છે અને સાધકને અવશ્ય મનવાંછિત ફળ મળે છે. આપણો તો પ્રત્યક્ષ અનુભવ છે કે સ્વામીજી પાસેથી મંત્રદીક્ષા લીધા બાદ તેની સાધના કરવાથી કેટલીય કોડભરી કન્યાઓ, જેમનાં લગ્નમાં વિલંબ થતો હતો તેમને યોગ્ય જીવનસાથી મળ્યા છે, કેટલાય દંપતી જેમને મેડિકલી બાળકો થવાની કોઈ શક્યતા ના હોય, તેમને ત્યાં પારણાં બંધાયાં છે, કેટલાય અસાધ્ય રોગથી પીડિત ભક્તો રોગમુક્ત થઈ સ્વસ્થ જીવન જીવી રહ્યા છે. અમારો પોતાનો અનુભવ છે કે નિશ્ચિતરૂપે આવી રહેલી તકલીફો ટળી ગઈ છે.

માટે જ ગુરુદેવ તો મંત્રસાધનાને પ્રખ્યાત બનાવવા પોતાની પાસે કાયમ જપમાળા રાખી મૂકતા અને જ્યાં જ્યાં તેઓ જતાં ત્યાં લોકોને તે વિનામૂલ્યે આપતા. માળાના મણકા ફેરવીને તેમને જપ કરવાનું કહેતા. તેઓ નોટબુકોમાં મંત્ર લખીને જપ કરવાનું પણ કહેતા. આ નોટબુકોને પૂજાના ઓરડામાં રાખવાનું કહેતા. આ નોટબુકમાંથી નીકળતાં દિવ્ય આંદોલનો સાધકને સાધનામાં મદદ કરે છે. આ સત્યથી તેઓ સાધકને સભાન કરતા. આપણે પણ નિયમિત આ મંત્રનો જપ કરીએ.

આ મહાશિવરાત્રીના પાવન અવસર પર આપણે ભગવાન શિવને પ્રાર્થના કરીએ કે આ અમોઘ મહામૃત્યુંજય મંત્ર થકી મારા હૃદયને શુદ્ધ કરો, સત્યને પ્રાપ્ત કરી આપની ભક્તિ મેળવું, હંમેશાં આપનાં ચરણોમાં જ પ્રીતિ રહે અને આત્મપ્રકાશ પ્રાપ્ત કરી હું શિવસ્વરૂપ બનું. 'શિવોઽહમ્.... શિવોઽહમ્....'

કર્મ એ જ પૂજા છે

કર્મ એ જ પૂજા છે. કર્મ એ ધ્યાન છે. 'હું કર્તા નથી' એવા ભાવથી અને કર્મના ફળ તથા બદલાની આશા વિના સર્વની સેવા કરો. તમને ભગવત્સાક્ષાત્કાર થશે. માનવતાની સેવા એ ભગવાનની સેવા છે. સેવાનો જુસ્સો તમારાં હાડકાં, કોશો, તંતુઓ વગેરેમાં ઊંડાણથી પ્રવેશવો જોઈએ. તેનો બદલો મહાન છે. સેવાના અભ્યાસથી વૈશ્વિક વિસ્તૃતતા અને અનંત આનંદને અનુભવો.

- સ્વામી શિવાનંદ

આગામી કાર્યક્રમ

- મહાશિવરાત્રી : શ્રી વિશ્વનાથ મંદિર, શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ ખાતે મહાશિવરાત્રી ઉત્સવ સોમવારે, ૭ માર્ચ, ૨૦૧૬ના રોજ ઊજવવામાં આવશે. બ્રાહ્મમુહૂર્તથી સંધ્યાકાળ સુધી લઘુરુદ્રો અને પૂજાઓ થશે. સાંજે પાંચથી સવારે ચાર વાગ્યા સુધી ભક્તિસંગીત ભક્ત સંગીતકારો દ્વારા થશે. રાત્રે આઠથી સવારે ચાર વાગ્યા સુધી ચાર પ્રહરમાં આઠ મહાપૂજા થશે. તા ૮ માર્ચના રોજ સવારે મહાપ્રસાદ-ભંડારો થશે. સૌ ભક્તોને લાભ લેવા પ્રાર્થના.

  આશ્રમમાં આવીને રહેવા માટે અગાઉથી સૂચના આપી, મંજૂરી મેળવીને જ આવવા વિનંતી.
- તા. ૧૮-૩-૨૦૧૬ના રોજ દિલ્હીના સુપ્રસિદ્ધ રામાયણી શ્રદ્ધેય શ્રી અજય યાજ્ઞિકજી દ્વારા સંગીતમય સુંદરકાંડનું પારાયણ બપોરે ૩.૩૦ થી સાંજે ૭.૦૦ વાગ્યા સુધી થશે.

વિભિન્નતામાં એકતા - દેશની અખંડતાની ધરોહર

(શ્રીમત્ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજ સ્મૃતિ વ્યાખ્યાન શ્રેણી અંતર્ગત તા. ૨૭-૨-૨૦૧૯ના રોજ યોજાયેલ સ્મૃતિ વ્યાખ્યાનમાં નાગાલેન્ડ-આસામના મહામહિમ રાજ્યપાલ આદરણીય શ્રીપદ્મનાભ આચાર્યજીના વક્તવ્યનો સારાંશ)

શ્રીમત્ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજ સ્મૃતિ વ્યાખ્યાનના આ પવિત્ર દિવસે મંચ ઉપર ઉપસ્થિત ગુરુજનોની વચ્ચે ઉચ્ચ વિચારબીજ પ્રગટ કરવાનો જે અવસર પ્રાપ્ત થયો છે તેનો મને આનંદ છે. મારું ગામ કર્ણાટક છે અને શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજનું પ્રાકટ્ય પણ કર્ણાટકમાં થયું હતું, તેનો પણ મને આનંદ છે. શિવાનંદ આશ્રમમાં શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજની જન્મ શતાબ્દી નિમિત્તે વ્યાખ્યાનમાળામાં ભાગ લેવાનું સૌભાગ્ય મને પ્રાપ્ત થયું છે તે માટે હું આપ સૌનો આભારી છું.

હું down to earth છું.આધ્યાત્મિકતા મારો વિષય નથી. મનની પીડામાંથી અંતરમાં જે ઉપજ્યું છે તે આપની સમક્ષ વ્યક્ત કરું છું.

સૌભાગ્યની વાત છે, આપણા દેશમાં વિભિન્નતામાં એકતા છે-

અલગ ભાષા, અલગ વેશ
તો પણ આપણો એક દેશ.

આપણે ભારતમાતાની જય કરીએ છીએ, પરંતુ જ્યાં સુધી ભારતને નહીં જાણીએ ત્યાં સુધી ભારતમાતાને કેવી રીતે જાણીશું? આખા વિશ્વમાં હિન્દુસ્તાનમાં જન્મ લેવો એ જ સૌભાગ્યની વાત છે.

અમારે ત્યાં કર્ણાટકમાં વલ્લભાચાર્યજીનો જન્મ થયો છે. અમારા ગામ પાસે ભગવાન શંકરનું મંદિર છે, પણ બધા જ કૃષ્ણના ભક્તો છે. આપણા આખા દેશનાં મંદિરોમાં પૂજારીઓ આસામીઓ જ વધારે છે, જેમની અટક 'બ્રહ્મા' છે. આસામમાં ભગવાન શિવનાં બે મંદિર છે- અનંતેશ્વર અને ચંદ્રેશ્વર. શ્રીકૃષ્ણના મંદિરમાં પૂજા કરનારા પહેલાં આ મંદિરોમાં આરતી કરી પછી તે જ આરતી કૃષ્ણ મંદિરમાં કરે છે, આ સમન્વય છે. મણિપુરમાં બધાં વૈષ્ણવ છે. ત્યાં ગોવિંદજીનું મંદિર છે પણ તે મંદિરમાં જતાં પહેલાં દેવીનાં દર્શન કરવાનો રિવાજ છે, આ સમન્વય છે. ત્યાં ઝઘડા નથી. અહીં તમારી સંમતિ-અસંમતિનો પ્રશ્ન જ નથી. જે પ્રથા છે, પદ્ધતિ છે તેને સ્વીકારવાની છે. ભિન્નતામાં પણ એકતા છે.

નાગાલેન્ડની વસ્તી ૨૦ લાખ છે, જેમાં ૧૬ મુખ્ય જાતિઓ છે, બીજી ૬-૭ નાની-મોટી જાતિઓ છે. બધી જાતિઓની બોલીઓ અલગ-અલગ છે. માત્ર કપડાંથી ખબર પડે કે કઈ જાતિના છે. આસામની અંદર પણ બહુ જ જનજાતિ છે. ત્યાંના મોટા ભાગના લોકોને કૃષ્ણ ભગવાન અને શંકર ભગવાન વિશે માહિતી નથી. તેઓ સૂર્ય-ચંદ્રની પૂજા કરે છે. તેઓને એમ કહું છું કે હું કૃષ્ણ ભગવાનની પૂજા કરું છું, પણ તે મને ક્યારેય જોવા ન મળ્યા, તમે સૂર્ય ભગવાનની પૂજા કરો છો, જે તમને રોજ દેખાય છે.

પૂર્વાંચલમાં પહાડો છે, ખેતરો નથી, પાક થતો નથી, માટે લોકો માંસાહારી છે. ત્યાંના લોકોની મજબૂરી છે માટે કૂતરાં-બિલાડાં અને જીવડાં ખાય છે. તેમનાં કપડાંય ઢંગનાં નથી. સારા સારા લોકો તેના વિશે એવું બોલે છે કે આ લોકો માંસાહાર કરે છે પણ ત્યાંની પરિસ્થિતિ જ એવી છે. તમને દુઃખ થતું હોય તો તેમને અનાજ મોકલો. ઈડલી-સંભાર ખવડાવો, પનીર ખવડાવો તો તે પણ ખાશે, પણ છે જ નહીં તો ક્યાંથી ખાય? તે લોકો ખૂબ વિષમતાઓ વચ્ચે જીવે છે. તેમનું

જીવન ખૂબ હાડમારીભર્યું છે. તમે ત્યાં જન્મ્યા હોત તો તમારી પણ એ જ સ્થિતિ હોત. ત્યાં કોઈ શિક્ષક, વેપારી, સાધુઓ કે સમાજ સુધારકો પ્રેરણા આપવા માટે આવતા નથી. ભારત સમૃદ્ધ દેશ છે, પરંતુ ભારતીયો ગરીબ છે, ભારત શિક્ષિત છે, પરંતુ ભારતીયો અભણ રહી ગયા છે. પૂર્વાંચલમાં હિન્દી ફિલ્મોએ હિંદી ભાષાને જીવંત રાખી છે. હિંદી ફિલ્મોએ જ લોકોને સંગઠિત કરીને રાખ્યા છે.

જો આપણે ભારતનું સશક્તીકરણ કરવા ઈચ્છતા હોઈએ તો બધાંને માન આપતાં શીખીએ. અમે ઉચ્ચ જાતિના અને તમે પછાત જાતિના છો એમ કરીને સંગઠિત ન થવાય. તમે જ્યાં જન્મ્યા છો તે તમારું ભાગ્ય છે, છે તો આપણો ભારત દેશ.

નાસામાં ૧/૩ વૈજ્ઞાનિકો ભારતીય છે. દુનિયાની સારામાં સારી યુનિવર્સિટીઓમાં ભારતીયો છે. જે વિદ્યાર્થી પરિષદના કાર્યકર્તાઓ છે, તેઓ કહે છે દેશને સશક્ત બનાવવો છે. તેઓ સ્વાભિમાનથી કહે છે, 'હું ભારતીય છું અને ભારતીયને શિક્ષણ જ્ઞાન આપવું છે,' પણ તમે self centered છો. દીક્ષાંત સમારોહ પહેલાં તો બહાર ચાલી જાવ છો. આપણું ક્રીમ બહાર જતું રહે છે. વિદ્યાર્થીઓ એવું માને છે કે ડિગ્રી મળી ગઈ એટલે જીવન પૂર્ણ થઈ ગયું, પણ ડીગ્રી મળે ત્યારથી કારકિર્દીની શરૂઆત થાય છે. આપણું અંતિમ ધ્યેય ડીગ્રી કે પૈસા નથી. જે લોકો પૈસા-પૈસા કરે છે તેમને ચિંતાઓ વધારે હોય છે. આપણા સમાજને શું જોઈએ છે અને આપણું શું કરીએ છીએ?

મારા નાનાજી અટલજી સાથે કામ કરતા હતાં. તેમણે અરુણાચલમાં કામ કર્યું છે, મને પણ તેમની સાથે રહેવાનો મોકો મળ્યો છે. આ નેપાળનો પાછળનો ભાગ છે. શિલોંગથી કોલસા આવે છે. ૧૦૦ વર્ષ સુધી કાઢશો તો પણ મળશે. નાગાલેન્ડમાં પાણીના ધોધ છે. નોર્થ-ઈસ્ટનાં આઠ રાજ્યમાં કુદરતી સંપદા એટલી છે કે સમગ્ર દેશમાં સૌથી સમૃદ્ધ બની શકે તેમ છે. ત્યાં રહેલા પાણીના ધોધ અને કોલસાનો યોગ્ય ઉપયોગ કરવામાં આવે તો આખા દેશની વીજળીની સમસ્યા હલ થઈ શકે તેમ છે. છતાં મારા રાજભવનમાં દિવસમાં ત્રણ વાર લાઈટો જાય છે. દેશના લોકો વિદેશ ફરવા જાય છે, પણ આ આઠ રાજ્યમાં ફરવા આવતા નથી. ત્યાં કુદરતી સંપત્તિ અને સૌંદર્ય ખૂબ છે પણ ઉત્તર-પૂર્વના આઠ રાજ્યોના લોકો આપણાથી અલગ થયા છે, તેનું મૂળ કારણ આપણે જ છીએ. આપણે તેમની સાથે યોગ્ય વ્યવહાર કર્યો નથી, માટે તેઓ આપણને દુશ્મન માની બેઠા છે.

આપણી પાસે કુદરતી ખજાનો છે. આપણે ત્યાં યોગ, આયુર્વેદ કુદરતી ઉપચાર પદ્ધતિ છે, જે અકસીર છે. હું નાનો હતો ત્યારે મારી હાથની આંગળી પર ગૂમડું થયું હતું. મને ડૉક્ટર પાસે લઈ ગયા. મારી આંગળી પર ગૂમડું જોઈને તેમણે કહ્યું, 'તમારે ચાર દિવસ પહેલાં આવવાનું હતું. તો દવા થાત. હવે તો ખૂબ વકરી ગયું છે, પરુ બધે ફેલાઈ ગયું છે અને આંગળી કાપવી પડશે અને એક આંગળી કાપીશું તો ચાર તો રહેશે જ માટે ચિંતા ના કરો.' હું તો ત્યાંથી નીકળી ગયો. મને એક આયુર્વેદાચાર્ય પાસે લઈ ગયા. તેમણે લેપ આપ્યો, લગાવ્યો, ત્રણ દિવસમાં તો હું સારો થઈ ગયો. મારી બધી આંગળીઓ આજે સાબૂત છે. આપણે ત્યાં તો ઘરડી મા પણ કંઈ થયું હોય તો ઘરમાંથી જ દવા આપી દે, ઘરેલું ઉપચારથી જ સારા કરી દે. મારી પત્નીને ઓપન હાર્ટ સર્જરી કરાવવી પડી ત્યારથી રોજ સવારે ચાર વાગ્યે ઊઠીને પ્રાણાયામ કરે છે. ખૂબ સારું રહે છે. તેની સાથે સાથે હું પણ કરવા લાગ્યો. યોગમાં કરિશ્મા છે. વિશ્વનાં ૨૯૨ દેશો યોગમાં માને છે. ૨૧ જૂનને 'વિશ્વ યોગ દિવસ' તરીકે મનાવવામાં આવ્યો. અમે નાગાલેન્ડમાં યોગ દિવસ મનાવવાનું નક્કી કર્યું તો એ લોકો કહે, 'એ તો હિંદુ કરે'. આપણે આપણા ભાઈઓને ભાઈ માન્યા જ નથી. આપણે મજબૂત થવું પડશે. આપણા હિન્દુસ્તાન પર આક્રમણો થયાં. તે મંદિરો તોડવા કે

લૂંટવા નહોતાં થયાં. આપણું સમૃદ્ધ ભારત હતું, પણ આપણે બધાં અલગ-અલગ હતાં, તેનો લાભ લીધો. જીવનમાં સંગીતનું પણ ખૂબ મહત્ત્વ છે. પૂર્વાંચલનાં ઘરોમાં ઝઘડા નથી, કારણ કે દરેક ઘરમાં સંગીત છે, માટે સંવાદી જીવન સંગીતના સૂરો વાગે છે, હેન્ડલૂમ છે, હેન્ડિક્રાફ્ટ છે.

આપણે ત્યાં એક ગરીબ માણસ કેળાંનો ધંધો કરે છે, તેને ધંધાના વિકાસ માટે પૈસાની જરૂર પડી. એક કો-ઓપરેટિવ બેંકમાંથી તેને મેં રૂ. ૧૦,૦૦૦ ની લોન અપાવી, પછી તેની દીકરી બીમાર પડી તો તેને ગામ જવું પડ્યું. બે-ત્રણ મહિને પાછો આવ્યો. લોન ચૂકવી શક્યો નહીં તો એનાં બધાં કેળા ઝૂંટવી લીધાં. આપણામાં Human touch નથી. એક ગરીબ માણસની આ હાલત કરી અને છ લાખ કરોડ રૂપિયાનું બેંકનું આંધણ કરી જનારને કોઈ પૂછનાર નથી.

અમે અમારે ત્યાં સામાન્ય પ્રજા માટે જનધન યોજના શરૂ કરી. તેમને આ વિશે સમજાવવા માટે બોલાવવામાં આવ્યા તો તેઓ ઝાંપાની બહાર ઊભા રહ્યા. મેં કહ્યું કે અંદર આવો અને ખુરશીમાં બેસો તો એ લોકો કહે અમે કેવી રીતે તમારી સામે બેસી શકીએ? મેં તેમને સમજાવ્યું કે આ લોકશાહી છે. પ્રજાતંત્ર છે. ગવર્નર કંઈ આકાશમાંથી ટપક્યા નથી. હું તમારા જેવો જ છું. ત્યારે ખૂબ સંકોચ સાથે ધ્રૂજતાં ધ્રૂજતાં ખુરશીમાં બેઠાં. ગવર્નરને મહિને એક લાખ રૂપિયા મળે અને તેના જ ઘરમાં આઠ-આઠ કલાક કામ કરનાર નોકરોને મહિને રૂ. ૩૦૦ મળે. જે તેઓએ પોતાના ગામ કુટુંબને મોકલવાનાં હોય. મેં એક મજૂરને પૂછ્યું, તમે પૈસા કમાઈને ગામ કેવી રીતે મોકલો?

તો એણે કહ્યું, 'હું રૂ. ૫૦૦ની નોટ મારા પેટ પાસે પટ્ટો બાંધીને એમાં મૂકી દઉં, પછી તેને જ પકડી રાખીને આખી યાત્રા દરમ્યાન ભૂખ્યો બેસી રહું, પાણી પણ ના પીઉં, બાથરૂમ પણ ના જઉં, ઊભો પણ ના થઉં, જો કોઈને ખબર પડી જાય કે મારી પાસે પૈસા છે તો મને મારીને લૂંટી લે.'

ભારતમાતાને ચાહવાવાળા, ભારતના આ હાલ છે. વિચારશૈલી બદલવી પડશે અને તેના માટે આપણાં જીવનમાં સમન્વયનું ચિંતન કરવું પડશે તો જ વિભિન્નતામાં એકતા આવી શકશે. શિક્ષકો, વેપારીઓ, ડૉક્ટરો, સામાજિક કાર્યકરો નાગાલેન્ડ-આસામ આવો, ત્યાં સ્કૂલ ખોલો, કોલેજ ખોલો, હોસ્પિટલ બનાવો, ધંધા શરૂ કરો, સમાજકલ્યાણનું કામ કરો, અમે તમને આવકારીએ છીએ. ક્રિશ્ચિયનોની વસ્તી ખૂબ ઓછી છે, છતાં તેઓ ત્યાં આવે છે, સેવા કરે છે પણ આપણું કોઈ આવતું નથી.

સશક્ત નીરોગી ભારત બનાવવા માટે આપણા મનને બદલવાની જરૂર છે. આર્થિક દૃષ્ટિએ પછાત હોવું એ ચિંતાની વાત નથી, પરંતુ સામાજિક દૃષ્ટિએ કોઈને અછૂત બનાવવા એ ગંભીર ચિંતાનો વિષય છે, માટે બહાર આવો. જરૂરિયાતો સમજો અને તે પ્રમાણે વર્તો. ડરપોક ના બનો. આપણે કૂતરાના નહીં, સિંહના મોતે મરવું છે, માટે તૈયાર થઈ જાઓ.

અંતે આપણી સંસ્કૃતિમાં બોલાતા 'નમસ્તે' શબ્દના સ્પેલિંગમાં જ આખું નોર્થ-ઈસ્ટ સમાયેલું છે. NAMASTE એટલે -

N એટલે નાગાલેન્ડ
A એટલે આસામ
M એટલે મણિપુર, મેઘાલય
A એટલે અરુણાચલ
S એટલે સિક્કિમ
T એટલે ત્રિપુરા
E એટલે ઈસ્ટ (પૂર્વાંચલ)
'નમસ્તે' તરફથી આપ સૌને નમસ્તે.

સંકલન : શ્રીમતી રૂપા મજમુદાર

શ્રીમત્ સ્વામી ચિદાનંદ જન્મશતાબ્દી વર્ષ

વિદ્યાર્થીઓ-શિક્ષકોએ સ્પર્ધાઓમાં ભાગ લીધો

ગતાંકમાં આપેલ કૉલેજ સ્તરની વિવિધ સ્પર્ધાઓના અહેવાલમાં વધુ કડીઓ જોડાઈ છે. તા. ૧૪ ફેબ્રુઆરીના રોજ ગુજરાતભરની કૉલેજોના વિદ્યાર્થીઓની વક્તૃત્વ સ્પર્ધા યોજાઈ, જેમાં ૫૯ કૉલેજોના ૧૦૭ વિદ્યાર્થીઓએ ઉત્સાહભેર ભાગ લીધો. બધા સ્પર્ધકો-નિર્ણાયકો શરૂઆતમાં ચિદાનંદ ધ્યાન મંદિરમાં એકત્ર થયા, જ્યાં આશ્રમની પ્રાર્થના થયા બાદ પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીએ સૌને સંબોધતાં જણાવ્યું કે, આત્મવિશ્વાસ હશે તો જ જીવનમાં તમામ ક્ષેત્રે સફળતા પ્રાપ્ત કરી શકાય છે. સૌને આશીર્વાદ સાથે સ્વામીજીએ શુભેચ્છાઓ પાઠવી. "અધ્યાત્મ અને વિજ્ઞાન અરસપરસ પૂરક છે" એ વિષય ઉપર સ્પર્ધા યોજાઈ હતી. સ્પર્ધાના પ્રથમ ચરણમાં ચાર વિભાગમાં વિદ્યાર્થીઓને ફાળવી આશ્રમનાં ચાર અલગ સ્થાનો ઉપર સ્પર્ધા સવારના ૯-૩૦ થી ૧૨-૩૦ કલાક સુધી યોજાઈ. આમ, ચાર વિભાગમાંથી પ્રથમ ત્રણ વિદ્યાર્થીઓ તથા સર્વાંગી રીતે જે કૉલેજ પ્રથમ આવતી હોય તે મળી પ્રથમ ચરણમાં ૧૭ વિદ્યાર્થીઓ પસંદગીમાં ઉત્તીર્ણ થયા.

બપોરે ભોજન – પ્રસાદ બાદ આખરી સ્પર્ધા યોજાઈ, જેમાં નીચેના વિદ્યાર્થી તથા કૉલેજ ટ્રોફી માટે મેદાન મારી ગયાં.

પ્રથમ : કુ. સીમરન કે. સોની
ડી.એન.પી. આર્ટ્સ એન્ડ કૉમર્સ કૉલેજ, ડીસા

દ્વિતીય : રાજેશકુમાર વી. જયસ્વાલ,
બાબરિયા ઇન્સ્ટિટ્યૂટ ઑફ ટેક્નોલોજી, વડોદરા

તૃતીય : મનોજ એ આડેસરા,
ડૉ. સુભાષ કૉલેજ ઑફ એજ્યુકેશન, જૂનાગઢ

આશ્વાસન ઈનામ : (૧) આરતી ડી. ટહિલિયાની, બાબરિયા ઇન્સ્ટિટ્યૂટ ઑફ ટેક્નોલોજી, વડોદરા (૨) લીના એચ. મોઢવાડિયા, વિરાણી કૉલેજ, રાજકોટ

જે કૉલેજના બંને વિદ્યાર્થીઓની સંયુક્ત રજૂઆતના આધારે ટ્રોફી બાબરિયા ઇન્સ્ટિટ્યૂટ ઑફ ટેક્નોલોજી, વડોદરાના ફાળે જાય છે.

આ સ્પર્ધાની વિશેષ નોંધ લેવા જેવી બાબત એ રહી કે સતત સાત કલાક સુધી ૧૦૭ વિદ્યાર્થીઓ આવા રસપ્રદ વિષય ઉપર શાંતિથી બેસીને એકબીજાને સાંભળી ગહન ચિંતનમાં ભાગીદાર બન્યા.

નિર્ણાયકો તરીકે પ્રથમ ચરણની ચાર સ્પર્ધામાં પ્રા. ડૉ. પ્રસાદ બ્રહ્મભટ્ટ, ડૉ. મહેશ છાબરિયા, પ્રા ભાનુભાઈ પટેલ, સુશ્રી બિન્દુબેન ઉપાધ્યાય, આચાર્યશ્રી રાજેશ મુલવાણી, શ્રી ભરતભાઈ પરીખ, શ્રી ભગીરથ દેસાઈ, શ્રી નારાયણ મેઘાણી, સુશ્રી મોનીકાબેન મહેતાએ સેવાઓ આપી.

આખરી તબક્કાની સ્પર્ધામાં નિર્ણાયક તરીકે પ્રા. નિરંજનાબેન વોરા, પ્રા. શ્રી પ્રશાંતભાઈ દવે તથા ફાર્મસી કૉલેજના આચાર્ય શ્રી મહેશ છાબરિયાએ સેવા આપી.

તા. ૨૮મી ફેબ્રુઆરીના રોજ આશ્રમમાં અમદાવાદ શહેર તથા ગાંધીનગર જિલ્લાની શાળાઓના ધો. ૫ થી ૯ના શાળાના વિદ્યાર્થીઓ માટે ચિત્રસ્પર્ધા તથા આ બે જિલ્લાની માધ્યમિક તેમજ ઉચ્ચતર માધ્યમિક શાળાઓના શિક્ષકોની વક્તૃત્વ સ્પર્ધા યોજાઈ. ચિત્ર સ્પર્ધામાં ૩૨૦ જેટલા વિદ્યાર્થીઓએ ભાગ લીધો.

સ્પર્ધાઓનો પ્રારંભ સમૂહ પ્રાર્થના તથા ડૉ. પ્રા. ચિરાગ પંડ્યા તથા ટ્રસ્ટી શ્રી અરુણભાઈ ઓઝાના પ્રારંભિક સ્વાગત ઉદ્‌બોધનથી થયો. વિકલાંગોની શાળાના આઠ વિદ્યાર્થીઓએ પણ ચિત્ર સ્પર્ધામાં ભાગ લીધો હતો.

સ્પર્ધાના વિજેતાઓ :

પ્રાથમિક વિભાગ (ધોરણ : ૫-૬-૭)

પ્રથમ : કુસુમ કે. ચૌધરી ધો. ૭, હીરામણિ સ્કૂલ
દ્વિતીય : કિંતન એચ. ખત્રી ધો. ૬, હીરામણિ સ્કૂલ
તૃતીય : રુચિલ એમ. પ્રજાપતિ ધો. ૬, હીરામણિ સ્કૂલ
આશ્વાસન : (૧) પ્રકૃતિ પાર્થભાઈ ટાંક ધો. ૫, (૨) મીત કેતુલકુમાર શાહ ધો. ૫, શેઠ સી.એન. બાલવિદ્યાલયના વિદ્યાર્થીઓ

માધ્યમિક વિભાગ (ધોરણ : ૮-૯ વિજેતા સ્પર્ધકો)

પ્રથમ : સોનલ વરસંગભાઈ રાઠોડ ધો. ૯, સમર્થ વિદ્યાવિહાર

દ્વિતીય: નિશી રીતેશભાઈ ઠાકુર ધો. ૮, એ-વન સ્કૂલ, સેટેલાઈટ (ગુજરાતી)

તૃતીય: વર્ષિલ જે. પટેલ ધો. ૯, એ-વન સ્કૂલ, મેમનગર

આશ્વાસન ઈનામ : (૧) પાર્થ એન. મકવાણા ધો. ૮, સહજાનંદ સ્કૂલ (૨) ક્રિષા જયેન્દ્રભાઈ સોની ધો. ૮, એ-વન સ્કૂલ, સેટેલાઈટ (ગુજરાતી)

વિકલાંગ વિભાગ (બહેરા-મૂંગા શાળા)

(૧) સાધના અંબિકાપ્રસાદ યાદવ ધો. ૮ (૨) ભૂમિકા દિલીપચંદ ચંદાની ધો. ૭ (૩) ફરહાન હનીફભાઈ છીપાની

આશ્વાસન ઈનામ દરેક ભાગ લેનાર વિકલાંગને આપવામાં આવનાર છે.

શિક્ષકોની વક્તૃત્વ સ્પર્ધા

આ સ્પર્ધા પણ આ જ દિવસે આશ્રમમાં યોજાઈ, જેનો વિષય હતો: **"વર્તમાન વૈશ્વિક પરિસ્થિતિમાં આધ્યાત્મિક અને અહિંસા પ્રધાન વિચારસરણી જ જરૂરી છે."** દરેક સ્પર્ધકે સાત મિનિટ પોતાના વિચાર વ્યક્ત કરવાના હતા.

સ્પર્ધાના વિજેતાઓમાં

પ્રથમ : કલ્પેશ રમેશચંદ્ર ઠક્કર, ધોળકા • **દ્વિતીય :** દીપકકુમાર અરવિંદ વોરા, અમદાવાદ • **તૃતીય :** અજય પી. પાટીલ, અમદાવાદ

આશ્વાસન ઈનામો

(૧) પીયૂષ બી. પ્રજાપતિ (૨) છાયાબેન પી. વોરાનો સમાવેશ થાય છે.

નિર્ણાયકો તરીકે ડૉ. એન.પી. દીક્ષિત સાહેબ, ડૉ. પ્રસાદભાઈ બ્રહ્મભટ્ટ તથા સુશ્રી નલિનીબેન પોપટાનીએ સેવાઓ આપી હતી. ચિત્ર સ્પર્ધા માટે નિર્ણાયક તરીકે વિશેષ સેવા શ્રી જયભાઈ પંચોલીએ આપી હતી.

અપીલ

શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ ખાતે શ્રી સ્વામી ચિદાનંદ જન્મ શતાબ્દી ભવનનું નિર્માણ ઝપાટાબંધ થઈ રહ્યું છે. ભોંયતળિયે એક કાર પાર્કિંગ, ગ્રાઉન્ડફ્લોર પર બીજું કાર પાર્કિંગ, પહેલે માળે બાર ઓરડાઓ અને વચ્ચે સભાખંડનું સિમેન્ટ કોંક્રીટ કામ થઈ ગયું છે. હવે વિશાળ યોગભવન એક હજાર ચોરસવાર (થાંભલા વગર)નું. બેઝમેન્ટ એટલે પહેલા માળનું ધાબું ભરાઈ ગયું છે. માર્ચ મહિનો પૂરો થતાં પહેલા ભવનનું બાંધકામ પૂરું થશે. ત્યારબાદ પ્લાસ્ટર, અંદરનું સુશોભન, બારી-બારણાં અને સૌથી ઉપર 'ડોમ'નું કામ થશે.

શ્રી ગુરુ ભગવાન શ્રીમત્ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજના સૌ ભક્તોને ઉદાર હાથે દાન આપવા માટે હૃદયપૂર્વક વિનમ્ર પ્રાર્થના છે. દાન માટેનો ચેક ''શ્રી દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘ''ના નામે શ્રી વિજય સોની, સેક્રેટરી, શિવાનંદ આશ્રમ, જોધપુર ટેકરી, અમદાવાદ-૩૮૦૦૧૫ ખાતે મોકલવા યોગ્ય કરશોજી.

" જે ભક્તિ કરે છે, તે પ્રભુના માર્ગે છે; જે ધ્યાન કરે છે, તે પ્રભુના દ્વારે છે; જે દાન કરે છે, તે પ્રભુના ખોળે બેસે છે."

-સ્વામી શિવાનંદ

વૃત્તાંત

● તા. ૨-૨-૨૦૧૬, અમદાવાદ : શ્રી સ્વામી ચિદાનંદ જન્મ શતાબ્દી ઉત્સવના એક ભાગરૂપે મુંબઈના શ્રી જય ભગવાન ટ્રસ્ટના સૌજન્યથી તા.૨-૨-૨૦૧૬ થી તા. ૮-૨-૨૦૧૬ સુધી એક્યુપ્રેસર સારવાર અને ચિકિત્સા પ્રશિક્ષણનો એક નિઃશુલ્ક શિબિર શિવાનંદ આશ્રમમાં આયોજવામાં આવ્યો.

સારવાર માટે સાત દિવસમાં ૧૫૦૦થી વધુ દરદીનારાયણોએ આ સેવાયજ્ઞનો લાભ લીધો. આ તમામ રોગીનારાયણો સૌને લાભ પ્રાપ્ત થયો. અમુક પડકાર રૂપ દર્દીનાં પણ સારાં પરિણામ આવ્યાં. અમદાવાદથી બહારગામના પણ અનેક દરદીઓએ આ દુવા સાથેની દવાને પ્રાપ્ત કરી; નૂતન જીવન આશાની આસ્થા લઈને સૌ ગયાં. પ્રશિક્ષણ સત્રમાં ૨૩૫ યોગાચાર્યો, એન્જિનિયરો, ડૉક્ટરો, ચાર્ટર્ડ એકાઉન્ટન્ટો, એમ. બી. એ. સ્નાતકો અને યુનિવર્સિટીના પ્રાધ્યાપકો તથા ઇસરોના વૈજ્ઞાનિકોનો સમાવેશ થયો.

પૂજ્ય સ્વામીજીએ આ જ્ઞાન સેવાયજ્ઞનો મંગળ પ્રારંભ કરાવ્યો અને દિવ્ય સમાપન કરાવ્યું. આ સેવાયજ્ઞના પ્રમુખ પ્રણેતા આદરણીય શ્રી નવનીતભાઈ કે વ્યાસને ''સેવાભક્તિરત્ન'' બિરૂદથી સન્માનવામાં આવ્યા. મુંબઈથી તેમની સાથે બીજા છ સહાયકો, નડિયાદથી એક અને અમદાવાદના સત્તર એક્યુપ્રેસર નિષ્ણાતોએ આ સમગ્ર શિબિરનું સફળ સંચાલન કર્યું.

પરિણામ સ્વરૂપે હવે શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ ખાતે તાત્કાલિક એક્યુપ્રેસર નિઃશુલ્ક સેવા માટે મંગળ, ગુરુ અને શનિવારે સાંજે ૪ થી ૬ વાગ્યા સુધી અને તમામ એક્યુપ્રેસર નવશિક્ષિત સેવકો માટે દર શનિવારે સાંજે ૬ થી ૭ સુધી રી-ફ્રેશર તાલીમનું પણ આયોજન કરવામાં આવ્યું છે.

એક્યુપ્રેસર નિઃશુલ્ક સારવાર તથા પ્રશિક્ષણ સત્રના સફળ સંચાલન માટે શિવાનંદ આશ્રમ કૃતકૃત્યતાનો અનુભવ કરે છે. આ જ પ્રકારના આગામી સેવાયજ્ઞ માટે જાન્યુઆરી-૨૦૧૭ની ૨૧ થી ૨૮ તારીખો ફાળવવામાં આવેલ છે.

● તા. ૩-૨-૨૦૧૬ થી તા. ૭-૨-૨૦૧૬, ભીમપુરા (ચાણોદ) : શ્રી શ્રી મા આનંદમયીમાના ભીમપુરા સ્થિત આશ્રમ ખાતે દર વર્ષે સંયમ સપ્તાહનું આયોજન કરવામાં આવે છે. અધ્યક્ષશ્રી રાય મહાશય અને સંઘના વરિષ્ઠ સંત પૂજ્યપાદ શ્રીમત્ સ્વામી અચ્યુતાનંદજી મહારાજના પ્રેમસભર નિમંત્રણે દર વર્ષે પૂજ્યપાદ શ્રીમત્ સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ પણ અન્ય સંતો સાથે આ જ્ઞાન-સાધના યજ્ઞમાં - સંયમ સપ્તાહમાં ઉપસ્થિત રહે છે.

● તા. ૮-૨-૨૦૧૬, અમદાવાદ : એક્યુપ્રેસર સેવા નિદાન પ્રશિક્ષણ સત્રનું આજરોજ સમાપન થયું.

● તા. ૧૨-૨-૨૦૧૬, ગાંધીનગર : ગાંધીનગર સ્થિત ધોળેશ્વર મહાદેવના મહંતશ્રી સ્વામી રામસ્વરૂપાનંદગિરિજી મહારાજનાં નિમંત્રણે વસંતપંચમી નિમિત્તે આયોજાયેલ સંત સમાગમ અને સાધુભોજનમાં પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ પણ અતિથિવિશેષ સ્વરૂપે ઉપસ્થિત રહ્યા.

● તા. ૧૩-૨-૨૦૧૬, વસો-રૂણ (નડિયાદ) : આર્ટ્સ અને કોમર્સ કોલેજ વસો ખાતે આ સંસ્થાના પ્રેરક મોતીભાઈ અમીન સ્મૃતિ વ્યાખ્યાનના આઠમા સોપાનના પ્રવક્તા પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ રહ્યા. વ્યાખ્યાનનો વિષય હતો ''અધ્યાત્મ અને વિજ્ઞાન'' પોતાનાં ઉદ્‌બોધનમાં પૂજ્ય સ્વામીજીએ કહ્યું, ''જ્યાં ભૌતિક વિજ્ઞાન પૂરું થાય છે, ત્યાં જ અધ્યાત્મનું સોપાન પ્રારંભે છે. શ્રુતિએ કહ્યું છે કે 'દ્વે વિદ્યે વેદિતવ્યે પરાચૈવાપરા ચ'' બે વિદ્યાઓનું ઉપાર્જન કરવું જોઈએ - પરા અને અપરા. ઇહલોક અને પરલોક. એક વિદ્યા માનવજીવન યાપન માટેની વિદ્યા છે. બીજી વિદ્યા જીવનેતર જીવનની છે. એક દૈહિક સુખ-સાધન-સમ્પત્તિ અને ભોગવિલાસની વિદ્યા છે. બીજો ત્યાગ, વૈરાગ્ય, આત્મસ્થ થવાનો માર્ગ છે. આત્મોન્નતિના આકાશમાં ઉડાન ભરવા માટે બંનેની સરખી આવશ્યકતા છે છતાં વિજ્ઞાન વગર ચાલી શકશે; અધ્યાત્મ વગર નહીં'' વસો આર્ટ્સ એન્ડ કોમર્સ કોલેજ તથા રૂણ કન્યા વિદ્યાલયના પ્રાંગણમાં પૂજ્ય સ્વામીજીએ બોરસલી અને રાયણના છોડ રોપી વૃક્ષારોપણ કર્યું.

● તા. ૧૪-૨-૨૦૧૬, અમદાવાદ : પૂજ્ય શ્રી સ્વામી ચિદાનંદ જન્મ શતાબ્દી ઉત્સવના ઉપક્રમે ગુજરાતભરની કોલેજોના વિદ્યાર્થી ભાઈ-બહેનોની વક્તૃત્વ સ્પર્ધાનું આયોજન આજરોજ શિવાનંદ આશ્રમ ખાતે થયું. (વિગતવાર અહેવાલ માટે જુઓ પાના. નં.૨૯)

● શ્રી આનંદઆશ્રમના વર્તમાન પીઠાધીશ્વર યોગી કુમાર સ્વામીજી (ઉ.વ. ૧૧૩)ના ઉત્તરાધિકારી શ્રી સ્વામી રાજેશ્વરાનંદજી મહારાજની યાદરવિધિમાં સરખેજ ખાતે પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ નિમંત્રિત થયા.

● તા. ૧૫-૨-૨૦૧૯, દિલ્હી : આજરોજ સવારે ૭.૪૫ કલાકે પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનું દિલ્હી એરપોર્ટ ખાતે આગમન થતાં દ્વારકા સ્થિત AIR INDIAના ભક્ત મંડળે પૂજ્ય સ્વામીજીનું સ્વાગત કર્યું. એરપોર્ટ ઉપર જ સત્સંગ પછી પૂજ્ય સ્વામીજી કરનાલ જવા રવાના થયા.

● કરનાલ : આજરોજ બપોરે પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનું કરનાલ ખાતે આગમન થતાં નિર્મળ આશ્રમ ખાતે સંતશ્રી અમરિકસિંહજી મહારાજ અને ભક્ત મંડળે પૂજ્ય સ્વામીજીનું સ્વાગત કર્યું.

સાંજે વેદાંત મંડળના સદસ્યો સાથે મુલાકાત બાદ ભારત વિકાસ પરિષદ દ્વારા આયોજિત જાહેર પ્રવચન ''ભારતની વર્તમાન પરિસ્થિતિમાં આપણું કર્તવ્ય'' ખૂબ જ મોટી સંખ્યામાં જનગણે ઉપસ્થિત રહીને નવાજ્યું.

● તા. ૧૬-૨-૨૦૧૯, કરનાલ :

- સવારે ૯ વાગ્યે પૂજ્ય સ્વામીજી કર્મયોગ સભામાં પધાર્યા અને સૌ યોગપ્રેમીઓને દર્શન આપી પ્રોત્સાહિત કર્યા
- સવારના ૧૦.૩૦ થી ૧૨.૦૦ વાગ્યા સુધી સાયન્સ એન્ડ આર્ટ્સ કોલેજના વિદ્યાર્થીઓને ''SURE SUCCESS IN STUDENT'S LIFE'' વિષયક ખૂબ જ પ્રેરણાપ્રદ પ્રવચન કર્યું.
- બપોરના ૩.૦૦ થી ૪.૩૦ વાગ્યા સુધી શ્રી રામમંદિરમાં આયોજિત મહિલા સત્સંગ મંડળ ખાતે પૂજ્ય સ્વામીજીનો સત્સંગ થયો.
- સાંજના ૫.૦૦ થી ૭.૦૦ વાગ્યા સુધી શ્રીમદ્ ભાગવત કથા જ્ઞાનયજ્ઞનું ઉદ્ઘાટન પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજે કર્યું.

● તા. ૧૭-૨-૨૦૧૯, કરનાલ : શ્રી નિર્મલ આશ્રમ, ગુરુદ્વારા ખાતે સવારના ૭.૦૦ થી ૮.૩૦ સુધી પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનું 'ગુરુવાણી' પર વ્યાખ્યાન થયું.

● તા. ૧૭-૨-૨૦૧૯, યમુનાનગર : સાંજે ૬.૦૦થી ૮.૩૦સુધી અલખ પરિવાર દ્વારા આયોજિત સુંદરકાંડ પારાયણમાં ઉપસ્થિત રહીને પૂજ્ય સ્વામીજીએ આશીર્વાદ કર્યાં. તદુપરાંત વાસુદેવ પરિવારની નૂતન ફેક્ટરીનો શિલાન્યાસ પણ પૂજ્યશ્રીના વરદ હસ્તે થયો.

● તા. ૧૮-૨-૨૦૧૯, ચંદીગઢ : આજરોજ ઢળતી બપોરે પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનું ચંદીગઢ ખાતે આગમન થયું. અનેક ભક્તોને ત્યાં પધરામણી ઉપરાંત સત્સંગોનું આયોજન પણ ૧૮, ૧૯ અને ૨૦ ફેબ્રુઆરીના રોજ થયું. તા. ૨૦મી ફેબ્રુઆરીની ઢળતી બપોરે પૂજ્ય સ્વામીજી લુધિયાના જવા રવાના થયા.

● તા. ૨૦-૨-૨૦૧૯ થી તા. ૨૪-૨-૨૦૧૯, લુધિયાના, જલંધર અને અમૃતસર : લુધિયાના, જલંધર અને અમૃતસર ખાતે પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી ૧૯૭૯થી પંજાબ એગ્રિકલ્ચર યુનિવર્સિટી, જલંધર દૂરદર્શન અને ખાલસા કોલેજ - ગુરુનાનક યુનિવર્સિટી, પંજાબ યુનિવર્સિટી ખાતે આવતા રહ્યા છે. ૬૨ વર્ષે કારતક મહિનાના કૃષ્ણ પક્ષમાં પૂજ્ય સ્વામીજી પધારે છે. આ વર્ષે તે દિવસો દરમ્યાન પૂજ્ય સ્વામીજી એટલાન્ટા ખાતે અતિરુદ્ર અને શતચંડીમાં ગયેલા હોવાથી પંજાબ-હરિયાણાની આ વાર્ષિકયાત્રા ફેબ્રુઆરી મહિનામાં આયોજાઈ.

● તા. ૨૪-૨-૨૦૧૯, અંબાલા : ધી ડિવાઈન લાઈફ સોસાયટીની સ્થાપનાનું રજિસ્ટ્રેશન અંબાલાની નમકમંડી ખાતે આવેલ સરકારી કચેરીમાં ૧૩મી જાન્યુઆરી, ૧૯૩૯એ ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજે કરાવ્યું હતું. ત્યાં ૬૨ વર્ષે ડૉ. ઓમપ્રકાશ શર્માજી પૂજ્ય સ્વામીજીના સત્સંગનું આયોજન કરે છે, આજરોજ સાંજે થયું.

● તા. ૨૫/૨૬-૨-૨૦૧૯, દિલ્હી, લખનઉ : દિલ્હીના જનકપુરી સ્થિત સાધના કેન્દ્ર તથા દ્વારકા ખાતે પૂજ્ય સ્વામીજીના સત્સંગ તા. ૨૫-૨-૨૦૧૯ અને ૨૬-૨-૨૦૧૯ના રોજ આયોજાયા. તા. ૨૭-૨-૨૦૧૯ની સવારે પૂજ્ય સ્વામીજી અમદાવાદ પાછા પધાર્યા.

● તા. ૨૮-૨-૨૦૧૯, હિંમતનગર : નિમ્બાર્ક સમાજના વાર્ષિક અધિવેશનનું ઉદ્ઘાટન આજરોજ સવારે ૯.૦૦ વાગ્યે પૂજ્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજના વરદ હસ્તે થયું; તદુપરાંત ફળોના રસ અને શાકભાજીને 'કેન' કરીને રાખવા માટેના ઉદ્યોગ ભવન R-1નું ઉદ્ઘાટન પૂજ્ય સ્વામીજીના વરદ હસ્તે થયું.

● તા. ૨૮-૨-૨૦૧૯, અમદાવાદ : ડૉ. ભક્તભાઈ પટેલ દ્વારા ૬૨ વર્ષે ઉત્તર બુનિયાદી ઉચ્ચ પ્રાથમિક શિક્ષણનું સ્તર વધુ ઉચ્ચ કેમ કરી શકાય તે સંબંધી આયોજિત સમારોહનું સમાપન પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજના ઉદ્બોધનથી થયું. આ પ્રસંગે કાર્યક્રમના અધ્યક્ષપદે ગુજરાત રાજ્યના રાજ્યપાલ મહામહિમ શ્રી ઓમપ્રકાશ કોહલીજી બિરાજ્યા.

● તા. ૨૯-૨-૨૦૧૯, અમદાવાદ : શ્રી રામઝરૂખા પરિવારનાં સૌજન્યથી આજરોજ શિવાનંદ આશ્રમમાં શ્રી શ્રી અષ્ટલક્ષ્મીભવનમાં શ્રીમદ્ ભાગવત કથાનો મંગળ પ્રારંભ થયો, જેનું સમાપન ૯-૩-૨૦૧૯ની સાંજે થશે.

● અષ્ટલક્ષ્મીભવનમાં શ્રીમદ્ ભાગવત કથાનો મંગળ પ્રારંભ થયો. જેનું સમાપન તા. ૯-૩-૨૦૧૯ની સાંજે થશે.

"સુવર્ણકલા"
દાગીનાની
વિશ્વસનિયતા માટે
વર્ષોથી સતત ગુંજતુ નામ
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
100% Hallmarked Jewellery

ISO 22000

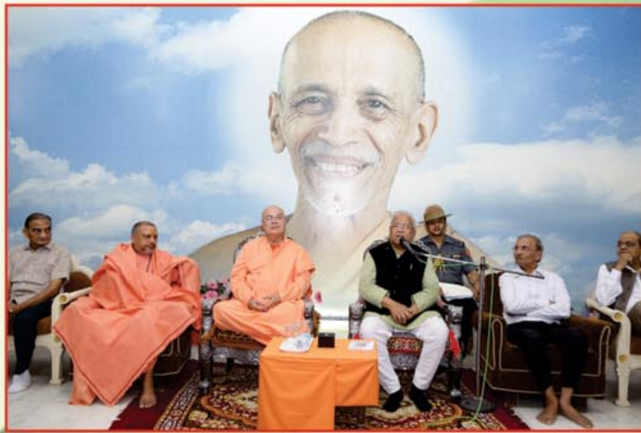
સ્વાદ અને ગુણવત્તાની પરંપરા

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



મહામહિમ રાજ્યપાલ શ્રી પદ્મનાભ આચાર્યજીનું સંભાષણ (તા. ૨૭-૨-૨૦૧૬)

શ્રી સ્વામી ચિદાનંદ જન્મ શતાબ્દી સ્મૃતિ વ્યાખ્યાન હેતુ શિવાનંદ આશ્રમ ખાતે પધારેલ આસામ અને નાગાલેન્ડના મહામહિમ રાજ્યપાલશ્રી પદ્મનાભ આચાર્યજીનું અભિવાદન, અષ્ટલક્ષ્મી ભવનમાં તેમના દ્વારા આરતી (તા. ૨૭-૨-૨૦૧૬)

શ્રી સ્વામી ચિદાનંદ જન્મ શતાબ્દી પ્રસંગે અમદાવાદ અને ગાંધીનગર જિલ્લાની શાળાના શિક્ષકોની વકતૃત્વ સ્પર્ધાના વિજેતાઓ-નિર્ણાયકો અને આયોજકો (તા. ૨૮-૨-૨૦૧૬)

દિવ્ય જીવન

પત્રિકાની માલિકી અને અન્ય બાબતોનું વિવરણ

ફોર્મ-૪

(નિયમ - ૮ મુજબ)

(૧)	પ્રકાશનનું સ્થળ	: ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ શિવાનંદ આશ્રમ, જોધપુર ટેકરી, સેટેલાઈટ, અમદાવાદ-૩૮૦૦૧૫.
(૨)	પ્રકાશન તારીખ	: દરેક માસની ચોથી તારીખ
(૩)	પ્રકાશકનું નામ	: અરુણ દેવેન્દ્ર ઓઝા
	રાષ્ટ્રીયતા	: ભારતીય
	સરનામું	: ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ, શિવાનંદ આશ્રમ, જોધપુર ટેકરી, સેટેલાઈટ, અમદાવાદ-૩૮૦૦૧૫. ફોન: ૨૬૮૬૧૨૩૪
(૪)	મુદ્રકનું નામ	: અરુણ દેવેન્દ્ર ઓઝા
	રાષ્ટ્રીયતા	: ભારતીય
	સરનામું	: ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ, શિવાનંદ આશ્રમ, જોધપુર ટેકરી, સેટેલાઈટ, અમદાવાદ-૩૮૦૦૧૫.
(૫)	પ્રિન્ટિંગ પ્રેસ	: પ્રિન્ટ વિઝન પ્રા. લિ.
	સરનામું	: પ્રિન્ટ વિઝન હાઉસ, આંબાવાડી, અમદાવાદ-૩૮૦૦૦૬
(૬)	તંત્રીનું નામ	: શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી
	રાષ્ટ્રીયતા	: ભારતીય
	સરનામું	: શિવાનંદ આશ્રમ, જોધપુર ટેકરી, સેટેલાઈટ, અમદાવાદ-૩૮૦૦૧૫.
(૭)	પત્રિકાની માલિકી	: ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ, (ટ્રસ્ટ) શિવાનંદ આશ્રમ, જોધપુર ટેકરી, સેટેલાઈટ, અમદાવાદ-૩૮૦૦૧૫.

હું અરુણ દેવેન્દ્ર ઓઝા, આથી જાહેર કરું છું કે ઉપરની માહિતી મારી માન્યતા અને જાણકારી મુજબ ખરી છે.

- અરુણ દેવેન્દ્ર ઓઝા

તા.૦૫-૦૩-૨૦૧૬

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

'અચલા' એજ્યુકેશન ફાઉન્ડેશન દ્વારા આયોજિત શૈક્ષણિક વિચારધારા સેમિનારના સમાપન પ્રસંગે ગુજરાત રાજ્યના મહામહિમ રાજ્યપાલ શ્રી ઓમ પ્રકાશ કોહલીજી દ્વારા અભિવાદન (તા. ૨૮-૨-૨૦૧૬)

ભારત વિકાસ પરિષદ, કર્ણયોગ કેન્દ્ર અને વેદાન્ત સત્સંગ મંડળ, કરનાલના સંયુક્ત પ્રાવધાનમાં આયોજિત જાહેર પ્રવચનના (ઉપર) આયોજકો અને (નીચે) પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીના પ્રવચનમાં મંત્રમુગ્ધ શ્રોતાઓ (તા. ૧૫-૨-૨૦૧૬)

ધર્મનું હાર્દ

સાચા ધર્મનો આત્મા શો છે ? શુદ્ધ બનો, વિચાર, વાણી અને વર્તનમાં નમ્ર બનો, નિઃસ્વાર્થ સેવા કરો. બીજા માણસનું ભલું તમારે પહેલું કરવું જોઈએ. જો તમારે તમારું જીવન સુખી અને આરામ-દાયક બનાવવું હોય તો તમારે બીજાઓનાં જીવન સુખી અને આરામદાયક બનાવવાનો પહેલાં પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. તમારે માન જોઈતું હોય તો પહેલાં બીજાને માન આપો, બીજાને દુઃખ ના આપો, બીજાનું અપમાન ના કરો, બીજાને તમારા જેવા જ ગણો. ધર્મનું સાચું રહસ્ય - ધર્મનું સાચું હાર્દ - આ જ છે.

- સ્વામી ચિદાનંદ

Print Vision

If undelivered return to:
"Divya Jivan" Gujarat Divya Jivan Sangh Sivananda Ashram, Opp. ISRO, Ahmedabad-15. Ph.: 079-26861234