

શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની પ્રેરણાથી પ્રકાશિત દિવ્ય જીવન

વર્ષ : ૫

અંક : ૧૦

ઓક્ટોબર-૨૦૦૮

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

લેખ મોકલવાનું સરનામું :
તંત્રીશ્રી : ડૉ. મફતલાલ જે. પટણી
૪, વિશ્વભારતી સોસાયટી,
નવરંગપુરા ટેલિફોન ટાવર પાસે,
એલિસબ્રિજ, અમદાવાદ-૩૮૦૦૦૬
ફોન : ૨૬૪૦૮૪૦૬

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

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

લવાજમ

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

ॐ

અનાદ્યવિદ્યાનિર્વાચ્યા, કારણોપાધિરુચ્યતે ।
ઉપાધિત્રિતયાદન્યમાત્માનમવધારયેત્ ॥
પન્ચકોશાદિયોગેન, તત્તન્મય ઇવ સ્થિતઃ ।
શુદ્ધાત્મા નીલવસ્ત્રાદિયોગેન સ્ફટિકો યથા ॥
વપુસ્તુષાદિભિઃ કોશૈર્યુક્તં યુક્ત્યાવધાતતઃ ।
આત્માનમન્તરં શુદ્ધં, વિવિચ્યાત્તણ્ડુલં યથા ॥

અનાદિ અને અનિર્વચનીય અવિદ્યા કારણરૂપ ઉપાધિ કહેવાય છે. ત્રણ ઉપાધિથી ભિન્ન આત્માનો નિશ્ચય કરવો જોઈએ.

જેમ નીલવસ્ત્રાદિના યોગ વડે સ્ફટિક (નીલા રંગનો પ્રતીત થાય છે તેમ) પાંચ કોશાદિના યોગ વડે શુદ્ધ આત્મા તેના જેવો પ્રતીત થાય છે.

જેમ ફોતરાં આદિ ઢાંકણોથી યુક્ત તંડુલને યુક્તિથી ખાંડીને પૃથક્ કરે છે તેમ શરીરરૂપ ઢાંકણોથી યુક્ત આત્માને યુક્તિથી ભિન્ન અને શુદ્ધરૂપે નક્કી કરવો જોઈએ.

આત્મબોધ:-૧૪,૧૫,૧૬

શિવાનંદ વાણી

આત્મસંયમી મનુષ્ય સત્યને જુએ છે, જેને સામાન્ય માણસ અંધની માફક જોઈ શકતો નથી. સામાન્ય માણસો લાખો માણસોનો સંહાર કરતા એટમબોમ્બની શોધ જોઈને ખુશ થાય છે. સંત આવી શોધોથી દુઃખી થાય છે. સામાન્ય માણસ ગમે તે અને દરેક વસ્તુથી દુઃખી થાય છે; જેમ કે ટ્રેઈન કે બસ ચૂકી જવા જેવી ક્ષુલ્લક બાબતોથી પરંતુ તેઓ અજાણ્યા ભિખારીને ભૂખથી મરતો જોઈને દુઃખી થતા નથી. બીજી બાજુ સંત અજાણ્યા ભિખારીને ભૂખથી મરતો જોઈને દુઃખી થાય છે.

- સ્વામી શિવાનંદ

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

અનુક્રમ

૧. શ્લોક - આત્મબોધ ૧
૨. અનુક્રમ, તહેવાર સૂચિ ૨
૩. Mahasamadhi Message Sri Swami Adhyatmanandaji ૩
૪. પરમ આદરણીય પૂ.શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજની મહાસમાધિ ...	૪
૩. સંપાદકીય	સંપાદક ૫
૪. ભક્તિયોગ-૬	ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી ૬
૫. આચારંગ સૂત્ર	આચાર્ય વિજયરત્નસુંદરસૂરિજી ૮
૬. સ્વાધ્યાય	શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી ૮
૭. હિન્દુ ધર્મ-સનાતન ધર્મ	શ્રી અરવિંદ ૧૦
૮. ભક્તિયુગ-૩	શ્રી સ્વામી સત્યાનંદજી ૧૨
૧૧. શિવાનંદ કથામૃત ૧૫
૧૨. યોગ એ જ જીવન	શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી ૧૭
૧૩. ઉપનિષદ-યાત્રા	શ્રી ગુણવંતભાઈ શાહ ૧૯
૧૪. વિષ્ણુ-પટ્ટપદી	શ્રી રમણલાલ સોની ૨૧
૧૫. વિવિધતામાં એકતા	શ્રી મોટા ૨૩
૧૬. પ્રસન્નતાનું વરદાન	ડૉ. હરીશ દ્વિવેદી ૨૪
૧૭. પ્રાર્થનાસભામાં પૂ.સ્વામીજીનો સંદેશો - શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી ..	૨૬
૧૭. પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજની દિવ્ય યાત્રા-૨૦૦૮ ...	૨૭
૧૮. વૃત્તાંત ૩૦

તહેવાર સૂચિ

ઓક્ટોબર, ૨૦૦૮

તા.	તિથિ (આસો સુદ)	
૬	૭	શ્રી સરસ્વતી આવાહન
૭	૮	શ્રી દુર્ગા અષ્ટમી
૮	૯	શ્રી મહાનવમી, શ્રી નવરાત્રી પૂજા પૂર્ણ
૯	૧૦	વિજયાદશમી, દશેરા
૧૦	૧૧	એકાદશી
૧૨	૧૩	પ્રદોષપૂજા
૧૪	૧૫	પૂર્ણિમા, રાસલીલા
(આસો વદ)		
૨૪	૧૧	એકાદશી
૨૬	૧૩	પ્રદોષપૂજા, ધનતેરસ
૨૭	૧૪	નરક ચતુર્દશી, કાલીચૌદશ
૨૮	૩૦	અમાવાસ્યા, દીપાવલી
(કારતક સુદ)		
૨૯	૧	નૂતન વર્ષ પ્રારંભ, શ્રી ગોવર્ધન પૂજા, શ્રી ગોપૂજા, શ્રી બલીપૂજા.

● ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજીનો ષડંગ યોગ ●

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

આ ભૌતિક તલ ઉપરનું જીવન શાશ્વત જીવનની અને જ્યારે મનુષ્ય આત્માનું જ્ઞાન મેળવે છે, ત્યારે તેને જે આત્યંતિક આનંદ આવવાનો છે તેની પ્રાપ્તિ માટે માત્ર તેયારી માટે જ છે. માનવજીવનનો મહાન કોયડો મરણશીલતાના ગૂંચળામાંથી આત્માની મુક્તિનો છે. શાશ્વત સુખ એ માનવજીવનના પ્રયત્નનો એકમાત્ર ઉપર્યુક્ત આદર્શ છે. જે જ્ઞાન દ્વારા પવિત્ર બન્યો છે, શાંત-ગંભીર છે, આત્મસંયમી છે, અહંકારરહિત છે અને મમતારહિત છે એ સર્વ પાપોમાંથી છૂટી જાય છે.

- સ્વામી શિવાનંદ

“અનુરોધ-અભિલાષા” ગ્રાહકોને :

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

દિવ્ય સ્ફુલિંગ

સંતનો મહિમા : સંતનો સ્વભાવ અમાપ છે. તેને તમારી અલ્પ બુદ્ધિથી ન માપો. તમારા અજ્ઞાનની મર્યાદિત માપપટ્ટીથી તેમના દિવ્ય સ્વભાવને ન માપો. સંત-સાધુ પાસે દિવ્ય પ્રકાશ હોય છે; ભગવાનનું સીધું અને ત્વરિત દર્શન તથા દૃષ્ટ અને અદૃષ્ટ વસ્તુઓનું જ્ઞાન હોય છે. તે સર્વોચ્ચ અર્થમાં શાંત અને પૂર્ણ હોય છે. તે મૃત્યુથી પર હોય છે. તે અવિનાશી સાથે એકરૂપ હોય છે. સંત દરેક વસ્તુમાં પ્રવેશી શકે છે અને દરેક વસ્તુનો આત્મા બની જાય છે.

- સ્વામી ચિદાનંદ

સંપાદકીય

નવરાત્રી પ્રારંભ થઈ ગઈ છે. નવમી તારીખે દશેરાની ઉજવણી થશે. આ દરમિયાન બીજી ઓક્ટોબરે પૂજ્ય બાપુજી મહાત્મા ગાંધીજી અને શ્રી લાલબહાદુર શાસ્ત્રીજીના પ્રાકટ્ય પર્વ આવીને ગયા. પૂજ્ય બાપુજીનો જન્મ દિવસ એ રાષ્ટ્રની અસ્મિતા અને માનવતાની આચારસંહિતાની જન્મજયંતી છે. અહિંસા, સત્ય, અસ્તેય, બ્રહ્મચર્ય તથા અપરીગ્રહના વ્યાખ્યાનો આપનારાઓનાં વાસ્તવિક જીવન ખરે જ આ સત્ત્વતત્ત્વોથી મોટા ભાગે વેગળાં જ હોય છે. પરંતુ પૂજ્ય બાપુજીનું તો જીવન જ તેમનો સંદેશ હતો. તેમનું જીવન એક ખુલ્લી કિતાબ જેવું હતું.

આદરણીય લાલબહાદુર શાસ્ત્રીજી જ્યારે તાશ્કંદ જવાના હતા ત્યારે પૂજ્યા લલીતાદેવીજી (તેમનાં ધર્મપત્ની)એ કહેલું, 'મैं ભी यलती हुं, आपके भोजन की और छोटी मोटी देभलाव कर लुंगी.' પરંતુ શાસ્ત્રીજીનો જવાબ જે હતો, તે શાસ્ત્રીજીના નિધનથીયે વધુ દુઃખદાયક હતો. તેમણે કહ્યું, 'अरे ! धतनी बडी बात करने जा रहे हैं, और आप कह रही हैं की हमारे साथ यलोगी... क्या हम वहां भीभी को साथ लेकर तफ़री करने जा रहे हैं.' (તફરી એટલે મોજમજા) લલીતાદેવી કહેતાં, 'शुं ते उंमर अमारे तफ़री करवानी हती ?' આ બધા ત્યાગમૂર્તિઓનાં જીવન વર્તમાન પેઢીને માટે કદાચ કાલ્પનિક કથાઓ જેવાં હોઈ શકે. પરંતુ આપણે જ નહીં પરંતુ વિશ્વમાં રાષ્ટ્ર સંચાલન અને રાષ્ટ્રીય એકતા, અખંડતા, ઉત્કર્ષ અને અભ્યુદય માટે નિઃસ્વાર્થ રાષ્ટ્ર પ્રેમ, ત્યાગ અને સમર્પણ વગર રાષ્ટ્રનાં સુકાની થવાનું સંભવ છે જ નહીં.

આ નવરાત્રી પર્વ પણ આત્મસંયમનો જ બોધ આપે છે - આપણાં આ દેહનગરને નવ દ્વાર છે. તે નવેનવ દ્વાર પરનો સંયમ જ શક્તિવર્ધક થઈ શકે. શક્તિની ઉપાસના એટલે આત્મશક્તિ અને આત્મસંયમની ઉપાસના કે આરાધના. માતૃપૂજા એટલે સર્વત્ર માતૃસ્વરૂપનું દર્શન, વિકાર રહિત જીવનની સાધના એટલે જ નવરાત્રી પર્વની સાર્થકતા.

ઓક્ટોબર મહિનાની પૂર્ણાહુતિ સાથે જ આપણું દિવાળી પર્વ અને બેસતું વર્ષ પ્રારંભ થશે. દિવાળીના દીપકોનું દર્શન અને દીપશિખાઓનું પરીપાલન એ આત્મજ્યોતિની આરાધના છે. આત્માનો સ્વભાવ પ્રકાશ છે. પ્રકાશ એટલે જ્ઞાન. અંધકાર એટલે અજ્ઞાન. દિપાવલી એટલે અજ્ઞાનનાં નિવારણ અને જ્ઞાનનાં ઉપાર્જનનું પર્વ. આ જ્ઞાન એટલે આત્મજ્ઞાન. દેહ નાશવાન છે. જે દેખાય છે તે બધું જ નાશ પામશે. શાશ્વત ચિરંતન આ એક આત્મા છે. આત્મા એક જ છે. સદા સર્વદા સર્વત્ર છે. અહીં જ છે, તેને જાણી શકાય, સમજી શકાય અને પામી શકાય તો જ આ દિપાવલી પર્વની સાર્થકતા અને જો એવું થઈ શકે, સર્વત્ર વિદ્યમાન એક અનંત આત્માની ઓળખ થાય તો પછી રાગ, દ્વેષ, કલેષ કલહ ન થાય. પછી મળે શાશ્વત અને ચિરંતન આનંદ. એ જ આપણું સાચું સ્વરૂપ છે. આનંદોડહમ્ ! બ્રહ્માનંદમ્ ! શાંતોડ્યમ્ આત્મા ! એવી પરમ શાતા, ચિરંતન આનંદ અને એકમ્ એવં અદ્વિતિયમ્ બ્રહ્મની પ્રાપ્તિની અનેકશઃ શુભાકાંક્ષાઓ તથા દિપાવલી અને બેસતા વર્ષના અભિનંદન ! ॐ શાંતિ !!!

- સંપાદક

પૂજ્ય ગુરુ ભગવાન શ્રીમત્ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજનું મહાપ્રયાણ !

તા.૨૬મી ઓગસ્ટની ઢળતી બપોરે શાંતિ નિવાસ દહેરાદૂનથી શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદમાં સમાચાર મળેલા કે પૂજ્ય મોટા સ્વામીજીની નાડીના ધબકારા અનિયમિત થઈ રહ્યા છે. આ સમાચાર પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીને તેમની યાત્રામાં અમેરિકા ખાતે પહોંચાડતાં, તેઓએ સત્વરે આશ્રમના અંતેવાસી શ્રી બીરેન્દ્રદાસને બાય એર દિલ્હી અને તાત્કાલિક દહેરાદૂન મોકલી આપવા સૂચન કરેલું. તેઓ તે જ દિવસની સાંજની ફ્લાઈટમાં દિલ્હી થઈને તા.૨૭મી ઓગસ્ટની વહેલી સવારે દહેરાદૂન પહોંચી ગયા હતા અને પૂજ્ય શ્રી ગુરુ ભગવાનનાં દર્શન કર્યાં હતાં. તેમણે કહેલું, ‘ચામડી અને હાડકાં એક થઈ ગયાં છે. દેહાતીત અવસ્થામાં છે. તેમના રૂમમાં કોઈને પણ પ્રવેશ કરવા દેતા નથી, મને પણ ઘણી કચવાટ પછી પ્રવેશ મળ્યો. હું ત્યાં બેઠો પરંતુ આ અવસ્થાનું દર્શન લાંબા સમય સુધી કરી શકાય તેમ ન હતું.’

આ સમાચાર મળતાંની સાથે જ શિવાનંદ આશ્રમ અમદાવાદથી હિંમતનગર, કુષ્ટ સેવા કેન્દ્રની સેવાર્થે રૂા. એક લાખ સત્વરે મોકલી આપવાની સૂચના પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીએ આપી હતી, તે સિવાય દરિદ્રનારાયણ ભોજન પણ તા.૨૮મીની સાંજે અપાયું હતું. જ્યારે સાંજે સાતથી સાડા આઠ વાગ્યા સુધીમાં આશરે ૧૫૦૦ નારાયણોને તૃપ્તિપૂર્ણ મહાપ્રસાદ મળ્યો હશે, ત્યારે જ પૂજ્યશ્રીએ બ્રહ્મરંધ્રમાંથી પ્રાણને મહાપ્રાણમાં મેળવી સંદેહમુક્તિ કરી હતી. (ડોક્ટરોનું કહેવાનું કે પ્રેઈનમાંથી બ્લડ નીકળવા માંડ્યું હતું)

આ દરમિયાન તા.૨૬મી ઓગસ્ટની સાંજથી જ અખંડ મૃત્યુંજય મંત્ર આશ્રમમાં ચાલુ કર્યા હતા, જે પૂજ્યશ્રીની મહા સમાધીના સમાચાર મળતાં જ મહામંત્ર ‘હરે રામ હરે રામ રામ રામ હરે હરે / હરે કૃષ્ણ હરે કૃષ્ણ કૃષ્ણ કૃષ્ણ હરે હરે /’નો જપ-ધૂન ચાલુ કરાયા હતા.

શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજે ૨૬મીની ઢળતી બપોરે જ શિવાનંદ આશ્રમ, હૃષીકેષમાં સ્વામી આત્મજ્ઞાનાનંદજી મહારાજ (પૂજ્ય શ્રી ગુરુદેવના અનેક વર્ષો સુધીના નિકટના સેવક) અને દહેરાદૂન ખાતે બ્રીગેડીયર શ્રી લક્ષ્મીનારાયણ સબરવાલ સાથે પૂજ્યશ્રીનાં સ્વાસ્થ્ય સંબંધી વાત કરી હતી, પરંતુ પૂજ્યશ્રીનાં મહાપ્રયાણના સમાચાર મળતાં જ આશ્રમમાં સર્વે સંતોને નિમંત્રિત કરી પ્રાર્થના સભાનું આયોજન કરવાનું સૂચન કર્યું હતું.

રવિવારે તા.૩૧-૮ની સવારે સરખેજ ભારતી આશ્રમના મહામંડળેશ્વર શ્રીમત્ સ્વામી કલ્યાણાનંદ ભારતીજી, આર્ષ વિદ્યા ગુરુકુલમૂના પૂજ્યશ્રી સ્વામી વિદિતાત્માનંદજી મહારાજ, પૂજ્ય પ્રમુખ સ્વામીજીના પ્રતિનિધિ સ્વરૂપે શાહીબાગ સ્વામિનારાયણ મંદિરમાંથી પૂજ્ય શ્રી ઈશ્વરચરણ સ્વામીજી, શ્રી બ્રહ્મવિહારી સ્વામીજી, કોબાથી શ્રીમદ્ રાજચંદ્ર જ્ઞાન મંદિરમાંથી ડો. સ્વામી આત્માનંદજી મહારાજ, અનુપમ મિશન મોગરીથી મણિનગર સ્વામિનારાયણ ગાદી સંસ્થાના પૂજ્ય શ્રી સ્વામી પ્રશાન્તસ્વરૂપ અને બીજી અનેક સંસ્થાઓના સંતોએ પૂજ્યશ્રીને શ્રદ્ધાંજલિ આપી હતી. આ પ્રસંગે ગુજરાત રાજ્યના મહામહિમ રાજ્યપાલ પંડિત નવલકિશોર શર્માજીનો વિશેષ શોક સંદેશ પણ આવેલો હતો. અષ્ટલક્ષ્મીભવન ખયાખય ભરાયું હતું. સૌનાં હૃદયમાં ખાલીપો જણાયો હતો. પ્રાર્થના અને શ્રદ્ધાંજલિ બાદ ડો. મફતભાઈ પટણી સાહેબે પણ હૃદયના ભાવ વ્યક્ત કરતાં તેઓ ભાંગી પડ્યા હતા. સમગ્ર સભાનું સંચાલન આશ્રમના ઉપપ્રમુખ અને ટ્રસ્ટી શ્રી અરૂણભાઈ ઓઝાએ કર્યું હતું.

પૂજ્યશ્રી ગુરુભગવાન શ્રીમત્ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજશ્રીની ષોડશી ખૂબ જ પ્રેમ, ઉત્સાહ, શ્રદ્ધા અને સંપૂર્ણ સમર્પણ ભાવથી ઉજવવામાં આવી હતી. પૂજ્ય સ્વામીજી મહારાજ સદૈવ યાત્રામાં રહેતા હતા તેથી ટ્રોલી-સૂટકેસ, તેમને ચ્હા પીવાનું પસંદ હતું તેથી થરમોસ ફ્લાકસ અને ષોડશીનાં આવશ્યક ઉપકરણો સિવાય રૂા.૧૦૦૮/- દક્ષિણા સૌ સંતોને વિનમ્રભાવે આપવામાં આવેલ હતી. આ પ્રસંગે આશ્રમના કાર્યકારી અધ્યક્ષ શ્રી પ્રવિણભાઈ પટેલ અને શ્રીમતી વર્ષાબેન પટેલ તથા આશ્રમના અંતેવાસી પૂજ્યશ્રી સ્વામી ગુરુસેવાનંદજી મહારાજશ્રી શોડશીમાં ભાગ લેવા હૃષીકેશ શિવાનંદ આશ્રમ ગયા હતા. અમદાવાદ શિવાનંદ આશ્રમ ખાતે નવસારી, વલસાડ, સુરત, ભરૂચ, વડોદરા, અમદાવાદ, સુરેન્દ્રનગર, ભાવનગર, રાજકોટ, જામનગર, જુનાગઢ, ખેડબ્રહ્મા આમ સમગ્ર ગુજરાતમાંથી ભક્તોનું મહેરામણ શ્રીગુરુભગવાનને શ્રદ્ધાંજલિ અર્પવા એકત્રિત થયું હતું.

શ્રીગુરુદેવનો દેહ વિલય થયો છે, પરંતુ તેમને કંઈ આવવા કે જવાનું હતું જ નહીં. તેઓ શાશ્વત છે, ચિરંતન છે. ‘નિત્યમ્’ છે. ગગનસદૃશ છે - સદા સર્વત્ર અહીં જ છે, તેમની દિવ્ય કૃપાને યોગ્ય બની રહીએ, ઠું શાંતિ.

શ્રીમદ્ ભાગવત-૧

ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી

[સ્વામી શિવાનંદ જ્ઞાનયજ્ઞ નિધિ પ્રકાશિત શ્રી સ્વામી શિવાનંદજીનાં લખાણો અને ઉપદેશો પર આધારિત 'યોગના પાઠો'માંથી સાભાર - સૌજન્ય : ધી ડિવાઈન લાઈફ સોસાયટી - સાઉથ આફ્રિકા]

શ્રીમદ્ ભાગવતનું પુરાણ તરીકે વર્ગીકરણ કરવામાં આવ્યું છે. પુરાણોનો હેતુ વેદોનાં ભવ્ય સત્યોને લોકોના વિશાળ સમુદાય સમક્ષ સરળ ભાષામાં રજૂ કરવાનો છે. આપણા ઋષિઓએ ગૂઢ ઉપદેશોને ઐતિહાસિક કથાઓ, નાટ્યાત્મક યુદ્ધો અને રસપ્રદ સંવાદોના રૂપમાં વર્ણવ્યા છે. અંગ્રેજીમાં શ્રીમદ્ ભાગવતને "ધી બૂક ઓફ ગોડ" કહેવામાં આવે છે કારણ કે તેમાં ભગવાનનો યશ વર્ણવવામાં આવ્યો છે.

આ યશસ્વી શાસ્ત્રનો મુખ્ય વિષય 'ભક્તિ' છે. ભક્તિ એટલે એકાગ્રતાથી ભગવાનનું સતત સ્મરણ કરવું. પરંતુ તે અંધ ભક્તિ કે અજ્ઞાનથી ભરેલી ભક્તિ નથી. તે ભક્તિ ભગવાનના જ્ઞાન ઉપર આધારિત છે. પવિત્ર હૃદયથી ભગવાનને ચાહવા માટે આપણે ભગવાન વિશે વધુ જાણવું જ જોઈએ. એટલા માટે હવે આપણે ભગવાનની મનમોહક કથાઓનું વાચન કરી ભગવાનની મહત્તા ઉપર આપણા મનને કેન્દ્રિત કરીશું, જેથી આપણાં હૃદયોમાં ભક્તિનું પૂર આવશે અને આપણે આપણી અંદર ભગવાનની મધુરપનો આસ્વાદ લઈશું.

ભાગવતમાં વિશ્વના સર્વોચ્ચ શાસક ભગવાન વિષ્ણુના નવ અવતારોનાં દિવ્ય કાર્યોનું વર્ણન કરતી અને ઊંડો બોધપાઠ આપતી સંખ્યાબંધ કથાઓ છે. આ પ્રેરક શાસ્ત્રગ્રંથની પૂર્ણ આવૃત્તિમાં તમને ઘણા મહાન તંત્રો અને જ્ઞાનીઓનાં જીવનચરિત્રો વાંચવાની મજા આવશે. આ સંક્ષિપ્ત પાઠમાં આપણે આ ગ્રંથની કેન્દ્રસ્થ વ્યક્તિપ્રધાન પુરુષ શ્રીકૃષ્ણની આસપાસ વણાયેલી દિવ્ય વાતો ઉપર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરીશું જે આપણાં મન અને હૃદયને સર્વોત્તમ મધુરતા અને આહ્લાદથી ભરી દેશે.

ભાગવત કેમ લખવામાં આવ્યું ?

શ્રીમદ્ ભાગવત મહાન જ્ઞાની વેદવ્યાસે લખ્યું હતું. આ નામ જાણીતું લાગે છે ? ભલે, કોઈ પણ

મહાકાવ્યનાં પાનાં ઉલટાવો અને તમને ચોક્કસ તેનો જવાબ મળી જશે.

એક વાર વ્યાસ ઘણા ઉદાસ હતા. તેમણે સ્વગત કહ્યું, 'મેં શાસ્ત્રોનું અધ્યયન કર્યું છે, દરરોજ પૂજા કરી છે, મારા વડીલોની સેવા કરી છે, મારા ગુરુની આજ્ઞાનું પાલન કર્યું છે અને મારી ઈન્દ્રિયોને વશ કરી છે. આમ છતાં હું વ્યથિત છું.'

વ્યાસ ગમગીન મનોભાવમાં બેઠા હતા, તેવામાં શ્રીવિષ્ણુના પાર્ષદ દેવર્ષિ નારદ ત્યાં પધાર્યા. વ્યાસે પોતાની મનઃસ્થિતિનું વર્ણન કરીને કહ્યું, 'મારા આત્માને સંતોષ નથી. આપ સર્વજ્ઞ છો તેથી મારી ઉદ્વિગ્નતાને દૂર કરવાનો ઉપાય કહો.'

નારદે જવાબ આપ્યો, 'તમે ભગવાનના દિવ્ય ગુણોનું પૂરેપૂરું ગાન કર્યું નથી. તેથી તમે ભગવાનનાં પૃથ્વી પરનાં દિવ્ય કાર્યોનું વિગતવાર વર્ણન કરો. ત્યાર પછી તમે મનની પૂર્ણ શાંતિનો ઉપભોગ કરી શકશો.'

આવી સમુચિત સલાહથી વ્યાસ ઘણા ઉપકૃત થયા. તેઓ સરસ્વતી નદીના પશ્ચિમ કિનારે ગયા અને ત્યાં ધ્યાન કરવા લાગ્યા. આ સ્થાને તેમણે ઈશ્વરીય ગ્રંથ ભાગવત - બુક ઓફ ગોડ - ની રચના કરી.

વ્યાસે આ મહામૂલી કથા તેમના દિવ્ય જ્ઞાની પુત્ર શુકદેવને શીખવાડી જે તેમણે પછીથી મહાન રાજા પરીક્ષિતને સંભળાવી. જ્યારે શુકદેવજીએ આ કથા પરીક્ષિતને સંભળાવી હતી ત્યારે ત્યાં અન્ય મહાત્માઓ પણ હાજર હતા, જેમાંના એક સૂત હતા. સૂતજી આપણને શ્રીમદ્ ભાગવત ફરીથી સંભળાવે છે.

શ્રીમદ્ ભાગવતમાં બાર સ્કંધ છે, ત્રણસો બત્રીસ અધ્યાય છે અને અઠાર હજાર શ્લોકો છે.

સંતો અને મહાત્માઓ કહે છે કે આ કલિયુગે (લોહયુગે) મનુષ્યના હૃદયની પવિત્રતા હરી લીધી છે. તેથી ભગવાનનો સાક્ષાત્કાર કરવો ઘણો કઠિન છે. આ

યુગમાં મનુષ્યને સહેવાનાં કષ્ટ અને પીડાનું ભાગવતના બારમા સ્કંધમાં કરેલું છે. મનુષ્યનાં માનસિક શાંતિ અને સુખ હણાઈ જશે. પરંતુ જ્ઞાની પુરુષો સાન્વન આપે છે કે, ‘જો મનુષ્ય ભગવાનના દિવ્ય નામનો જપ કરશે અને ભાગવતની દિવ્ય કથાઓનું શ્રદ્ધાથી શ્રવણ કરશે તો તેનું હૃદય પવિત્ર થશે અને તે પૂર્ણ શાંતિ અને પરમ સુખ પ્રાપ્ત કરશે.’

આપણા ગુરુ સ્વામી શિવાનંદ કહે છે : ‘ભાગવત જીવનનો દિલાસો છે. તેનાં સૌંદર્ય અને મનોહારિતા અજોડ છે. આ ગ્રંથનો અભ્યાસ ભક્તિની પ્રેરણા આપે છે, મનમાં જ્ઞાન ઠસાવે છે અને નિર્વિકાર બનાવે છે. તેમાં ભગવાન વાસુદેવની ભવ્ય કીર્તિગાથાઓનું આબેહૂબ જીવંત વર્ણન કરવામાં આવ્યું છે.’

આ ગ્રંથનું વાચન આપણાં હૃદયને ભગવાનની ભક્તિથી તરબોળ બનાવે અને આપણે મનની પૂર્ણ શાંતિને પામીએ !

વિશ્વનું સર્જન

એક વાર નૈમિષારણ્ય નામના જંગલમાં શૌનક અને ઘણા અન્ય ઋષિઓ એક મહાન યજ્ઞ કરી રહ્યા હતા. આ યજ્ઞ એક હજાર વર્ષે પૂરો થવાનો હતો. તે જમાનામાં લોકોનું આયુષ્ય ઘણું લાંબું હતું. તેથી આવા દીર્ઘ કાળના યજ્ઞનું પ્રત લેવું સુલભ હતું. ભગવાન તેમને મનની શાંતિ આપે તે માટે યજ્ઞનું આયોજન થયું હતું.

એક સવારે પ્રાર્થના પછી ઋષિઓએ સૂતને કહ્યું, ‘હે નિષ્યાપ સૂત ! તમે આપણા ઋષિઓમાં સૌથી વધુ વિદ્વાન છો. તમે અમને ભગવાન શ્રીકૃષ્ણે પૃથ્વી ઉપર કરેલી લીલાઓ સંભળાવો. ભગવાન શ્રીકૃષ્ણે ઘણાં પરાક્રમો કર્યા હતાં જે મનુષ્યની શક્તિની મર્યાદાથી પર હતાં. અમે તે કથાઓ સાંભળતાં કદી થાકતા નથી. ભગવાનનું દરેક કાર્ય આપણા માટે અમૂલ્ય બોધપાઠ છે.’

સૂતે કહ્યું, ‘આ દિવ્ય કથાઓનું વર્ણન કરતાં મને ખરેખર અનહદ આનંદ થશે અને જે લોકો આ કથાઓનું શ્રવણ કરશે તેમનાં હૃદયો નિર્મળ બનશે. બધી જ પ્રાર્થનાઓ, બધું જ જ્ઞાન અને બધું જ શાણપણ અંતે શ્રી વાસુદેવમાં સ્થિત થાય છે.’

ઘણાં ઘણાં લાંબા કાળ પહેલાં, સમયની શરૂઆતમાં પ્રકાશ, પૃથ્વી કે આકાશ કંઈ જ ન હતું, માત્ર ભગવાન જ હતા. ત્યાર પછી એક દિવસ ભગવાને સર્જનનું કાર્ય આરંભ્યું. તેમણે એક વિશાળ ઈંડું ઉત્પન્ન કર્યું અને પાણી ઉપર લાંબા કાળ સુધી મૂકી રાખ્યું. ત્યાર બાદ આ ઈંડું ફૂટ્યું અને તેમાંથી બ્રહ્મા બહાર આવ્યા. સમગ્ર સૃષ્ટિનું તેમણે સર્જન કર્યું. તેમના અવયવોમાંથી વિવિધ ગ્રહો પેદા થયા. તેમની આંખોમાંથી સ્વર્ગ અને સૂર્ય ઉત્પન્ન થયાં, તેમના કાનોમાંથી અવકાશ અને ધ્વનિ સર્જાયાં; તેમના વાળમાંથી વૃક્ષો અને છોડવાઓ બન્યા, તેમની ધમનીઓમાંથી નદીઓ ઉદ્ભવી અને તેમનાં અસ્થિમાંથી પર્વતો બન્યા. સંતો, ઋષિઓ, દેવો, માનવો, પ્રાણીઓ અને અસુરો એ બધા જ ભગવાનમાંથી સર્જાયા છે. હકીકતમાં આખું બ્રહ્માંડ બીજું કંઈ નથી પણ ભગવાન જ છે. બ્રહ્માંડ સર્વશક્તિમાન પરમાત્માનો એક અંશમાત્ર છે.

આ ભગવાનનું સ્વરૂપ સામાન્ય રીતે નારાયણ તરીકે ઓળખાય છે. ‘નારાયણ’નો શો અર્થ થાય ? સૂત કહે છે, ‘બધા જ અવતાર નારાયણમાંથી આવે છે અને છેવટે તેમનામાં પાણ સમાઈ જાય છે.’

બોધ : જગતની દરેક વસ્તુ જોતાં આપણને ભગવાનની યાદ આવવી જોઈએ. જો આપણે શ્રદ્ધા અને વિશુદ્ધ ભાવે ભગવાનના કોઈ પણ સ્વરૂપની ઉપાસના કરીએ તો આપણને તેમના આશીર્વાદ પ્રાપ્ત થશે.

પરીક્ષિતનો જન્મ

મહાભારતના યુદ્ધ પછી ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ દ્વારકા જવા માટે તૈયાર થયા. બધા પાંડવો તેમનાથી વિખૂટા પડવાનું દુઃખ અનુભવી રહ્યા હતા. ઓચિંતા અભિમન્યુની વિધવા રાજકુમારી ઉત્તરા ચીસો પાડતી શ્રીકૃષ્ણ તરફ દોડી અને કહેવા લાગી : ‘ઓ મારા નાથ ! મને મદદ કરો ! મારી રક્ષા કરો !’

શ્રીકૃષ્ણે સ્નેહથી પૂછ્યું, ‘પ્રિય ઉત્તરા, શું બાબત છે ?’ ઉત્તરાએ કહ્યું, ‘હે સર્વશક્તિમાન પ્રભુ ! આ આગ ઝરતું લોખંડી બાણ મારા તરફ ધસી આવે છે, તો હે નાથ ! એ મને ભલે બાળે, પણ મારા ગર્ભને ન પાડે તેમ કરો.’

ભગવાન કૃષ્ણ તરત જ સમજી ગયા કે પાંડવો ઉપર વેર લેવા માટે અશ્વત્થામાએ તે બાણ છોડ્યું હતું. જો આ ગર્ભસ્થ શિશુનો નાશ થશે તો પાંડવોના વંશનો અંત આવી જશે.

અશ્વત્થામા દ્રોણનો પુત્ર હતો અને કૌરવદળના સેનાપતિઓમાંનો એક હતો. દ્રોણને યુદ્ધમાં કપટથી મારવામાં આવ્યા હતા.

યોગેશ્વર શ્રીકૃષ્ણે તેમની તરફ આવતા બ્રહ્માસ્ત્રને જોયું. નોંધપાત્ર સ્વસ્થતાથી તેમણે પોતાના ચક્રથી પ્રતિઆક્રમણ કર્યું અને બળબળતા બાણને માર્ગમાં જ રોકી દીધું.

આ ચમત્કારથી પાંડવોની માતા કુંતાદેવીમાં મહાન ભક્તિનું મોજું ઊભરાઈ આવ્યું. ઊંડી લાગણીથી તેણે શ્રીકૃષ્ણની સ્તુતિ કરતાં કહ્યું, ‘હે નાથ ! આપ સર્વશક્તિમાન પરમાત્મા છો. આપે અમારી અગણિત વાર ભય અને અનિષ્ટોથી રક્ષા કરી છે તે બદલ અમે તમારા તરફ કઈ રીતે કૃતજ્ઞતા વ્યક્ત કરી શકીએ ? હે જગન્નાથ ! હું આપને ગંભીરતાથી પ્રાર્થું છું કે તમે અમને વધુ ને વધુ વિપત્તિઓ આપો જેથી અમે હંમેશાં આપનું જ ચિંતન કરીએ. આ રીતે અમે જન્મ અને મૃત્યુથી મુક્ત થઈશું અને શાશ્વત શાંતિ પામીશું.’

ભગવાને સ્મિતસહિત કહ્યું, ‘તથાસ્તુ !’

એક મંગલ ઘડીએ ઉત્તરાએ સુંદર પુત્રને જન્મ આપ્યો. બાળકના દાદાઓ-પાંડવો-ને ખૂબ આનંદ થયો. યુધિષ્ઠિરે ઉદારતાથી દાન કર્યું. બ્રાહ્મણોએ ભવિષ્ય ભાંખ્યું કે આ બાળક મોટો થઈને એક મહાન અને ઉમદા રાજા થશે. તે શ્રીકૃષ્ણનો ભક્ત થશે અને ન્યાયપૂર્વક રાજ્ય ચલાવશે. આ પુત્રનું ના પરીક્ષિત રાખ્યું.

બોધ : જ્યારે તમને દુઃખ અને પીડા ભોગવવાનાં આવે ત્યારે કુંતાજીની માફક તેમને ભગવાનના આશીર્વાદ સમજો. ભગવાનની તમને તેમની નજીક લઈ જવાની આ એક રીત છે. કહો : ‘હે કૃપાળુ પ્રભુ ! હું તારું બાળક છું. મને આ દુઃખ સહન કરવાની શક્તિ આપ અને આ અનુભવમાંથી મૂલ્યવાન પદાર્થપાઠ શીખવ.’

પરીક્ષિત રાજા

ઘણાં વર્ષો પસાર થયાં. એક દિવસ અર્જુન

દ્વારકાથી પાછો આવ્યો. તે ઊંડા આઘાતવાળી સ્થિતિમાં હતો. તરત જ યુધિષ્ઠિરના ચરણે ઢળી પડ્યો. અર્જુન જેવા બહાદુર અને બળવાન યોદ્ધા માટે આ સ્થિતિ અસામાન્ય હતી.

રાજાએ કહ્યું, ‘હે અર્જુન ! તારી વ્યથાનું શું કારણ છે ? તું શા માટે વાત કરતો નથી ?’

સજળ નયને અને રૂંધાયેલા કંઠે દુઃખ સહિત અર્જુન બોલ્યો, ‘ભાઈ, આપણા પ્રિય શ્રીકૃષ્ણે પૃથ્વી પરથી પ્રયાણ કર્યું છે. તેમની જ કૃપાથી મેં વીરતા ભરેલાં કાર્યો કર્યાં છે અને જગપ્રસિદ્ધ બન્યો છું. અરે ! હું કેટલો મૂર્ખ હતો કે મેં તેમની સાથે મિત્ર જેવો વ્યવહાર કર્યો અને તેમનો અયોગ્ય લાભ ઊઠાવ્યો ! હે યુધિષ્ઠિર ! ભગવાન સ્વયં શ્રીકૃષ્ણ સ્વરૂપે આપણી સાથે હતા અને આપણે તેમને માત્ર મિત્ર અને સંબંધી જ ગણ્યા. જ્યારે તે મારી સાથે હતા ત્યારે કશું જ અશક્ય ન હતું, પણ હવે તેમના વિના કશું જ શક્ય નથી.’

જેમ જેમ અર્જુન ભગવાનનાં ઉમદા કાર્યોને યાદ કરતો જતો હતો તેમ તેમ તેનું મન શ્રીકૃષ્ણ પ્રત્યેની અગાધ ભક્તિથી ભરાઈ જતું હતું. તેમની ભક્તિ એટલી તીવ્ર હતી કે તેનું દુઃખી મન એકાએક શાંત અને અક્ષુબ્ધ બની ગયું. તે સમયે તેને યુદ્ધભૂમિ ઉપર ભગવાને ઉપદેશેલી ભગવદ્ગીતાનો ઉત્તમ બોધ યાદ આવી ગયો. આ ઉપદેશે તેને શાંત કર્યો અને તેની દિલગીરી અદૃશ્ય થઈ ગઈ.

યુધિષ્ઠિરે આ ભયંકર સમાચાર સાંભળ્યા. તેમણે રાજ્ય છોડી હિમાલય તરફ જઈ શેષ જીવન પ્રાર્થના અને ધ્યાનમાં વિતાવવાનો સંકલ્પ કર્યો. બધા જ ભાઈઓ અને દ્રૌપદીએ તેમની સાથે જવાનું નક્કી કર્યું. યુધિષ્ઠિરે પોતાને સ્થાને પરીક્ષિતને ગાદીએ બેસાડ્યો.

બોધ : શ્રીકૃષ્ણ અર્જુનની મહાનતા પાછળના પ્રેરક બળ હતા. તેમના વિના અર્જુન અસ્તિત્વહીન થઈ ગયો હોત. ભગવાન સર્વ પ્રાણીઓનાં હૃદયોમાં વસે છે. જો આપણે તેમને મદદ માટે પ્રાર્થના કરીએ તો બધું જ શક્ય છે. પણ હવે તેમના વિના કશું જ શક્ય નથી.

‘યોગના પાઠ’માંથી સાભાર

પીડ પરાઈ જાણો રે !

(ગાંધી જયંતી પ્રસંગે)

જો તમે કોઈ પીડિત દુઃખી કમભાગી ગરીબ મનુષ્યની સેવા કરવા માગતા હો તો તમે એ વ્યક્તિ સાથે એકરૂપ થાઓ એ જરૂરી છે. ત્યારે જ તમે સામેની વ્યક્તિની સ્થિતિ અને એનાં દુઃખ-દરદ સમજી શકશો. જ્યાં સુધી એમના જેવી દશા તમે ન ભોગવો ત્યાં સુધી એમના માટે સાચી સહાનુભૂતિ પેદા થાય એ અશક્ય જ છે.

અંગ્રેજીમાં એક શબ્દ છે - EMPATHY (એમ્પેથી), - માનસિક રીતે કોઈ વ્યક્તિ કે વસ્તુ સાથે એકરૂપ થવું. સાચે જ, આ જ મહત્ત્વનું છે. તમે જેટલા વધુ માનસિક રીતે કોઈ સાથે એકરૂપ થશો તેટલી વધુ સહાનુભૂતિ તમે એ વ્યક્તિ માટે અનુભવી શકશો. સામેની વ્યક્તિ સાથે સંવેદના જાગે પછી આપણામાં પણ સહાનુભૂતિ અને કરુણા જાહે છે. એ માણસને દુઃખદાયક પરિસ્થિતિમાંથી બહાર કાઢવાની પ્રેરણા આપણામાં જાગે છે, કારણ કે આંશિક રીતે આપણે પણ દુઃખ અનુભવતા થઈ ગયા હોઈએ છીએ.

મહાત્મા ગાંધીને ભારતના દૂર દૂરના ગ્રામીણ પ્રદેશના તમામ ગરીબ-દીનદુખિયારાંનાં દુઃખો માટે દુઃખ થતું. આ એકરૂપતા અનુભવવા એમણે પ્રતિજ્ઞા લીધી કે - 'ભારતના એ ગરીબ ખેડૂતના જેટલી આવકમાં જ હું મારો ગુજારો કરીશ.' પોતાની કેડ પર પણ નાનકડી પોતડીથી ચલાવી લેતા ! ખભે પણ એક નાનકડી ચાદર ! બસ, આ હતો ગાંધીનો પોશાક. એમનાં ચંપલ પણ ગામડાના મોચીએ બનાવેલાં ભારે અને કઠણ, પરંતુ ટકાઉ હતાં.

એમને આપણને આ સહાનુભૂતિનો, આપણે જેમની સેવા કરવા માગતા હોઈએ તેમની સાથે કર્મયોગી તરીકે, સાધકરૂપે એકરૂપતા અનુભવવાનો સિદ્ધાંત આપ્યો. તદુપરાંત એમણે 'સાદું જીવન, ઉગ્રત વિચાર'નો મહાન સિદ્ધાંત પણ આપ્યો. સાદાઈથી જીવો, પરંતુ ઊંચા-ઉમદા વિચારો સેવો.

ગુરુદેવમાં આ અસાધારણ વિશેષતા હતી. દક્ષિણ ભારતમાંથી દૂર દૂરના પ્રદેશમાંથી કેટલાક સીધાસાદા લોકો આવ્યા અને એમની સમક્ષ અદબપૂર્વક ઊભા રહ્યા. ગુરુદેવ તરત જ તેમની સ્થિતિ સમજી ગયા અને એમને નિશ્ચિત કરતાં બોલ્યા, 'આવો ! આવો ! નજીક આવો ! ઊભા ન રહેશો. અહીં બેસો. હું તમારા જેવો જ છું. તમે મારાથી સહેજ પણ ઊતરતાં નથી. હું કોઈ પણ રીતે તમારાથી ચઢિયાતો નથી.' અને એમણે આ કહ્યું તે કોઈ હિસાબી ચતુરાઈ કે ચાલાકીપૂર્વક નહીં. જરીકે નહીં. એમની અંદરથી સહજ ઉદ્ગાર રૂપે આ વાત ફૂટી. આ એમનો મૂળ સ્વભાવ જ હતો ! હૃદયની સહજતા-ઋજુતા-સરળતા અને વિચારોની ઉદાત્તતા. આપણા સૌ પર એમના આશીર્વાદ વરસો અને આપણે સૌને પણ સાદાઈભર્યું ઉમદા વિચારોવાળું સંવેદના-સહાનુભૂતિપૂર્ણ જીવન જીવવાની કૃપા વરસાવે એ જ પ્રાર્થના ! પ્રભુ તમને આશીર્વાદ આપો !

'નિત્ય સ્વાધ્યાય'માંથી સાભાર

ભક્તિ યુગ-૪

- શ્રી સ્વામી સત્યાનંદજી

[શ્રી સ્વામી સત્યાનંદ સરસ્વતી (જન્મ ૧૯૨૩) પૂજ્ય ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજીના અનન્ય શિષ્ય અને શિવાનંદ આશ્રમના હાલના પ્રમુખ શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજના ગુરુભાઈ છે. ૧૯૫૬માં તેમણે મુંગેર-બિહારમાં આંતરરાષ્ટ્રીય યોગમિત્રમંડળની સ્થાપના કરી. હાલ તેઓ રિખિયા (બિહાર)માં વસ્યા છે. ઈશ્વર તેમને સુદીર્ઘ નિરામય આયુષ્ય આપે.]

તમારા સ્તર પ્રમાણે ભક્તિ કરો, તમારું સ્તર ત્રીજા વર્ગનું હોય અને કોલેજમાં નામ લખાવવાનું ઈચ્છશો તો નાપાસ થશો. એટલા માટે પોતાના સ્તર-ક્ષમતા પ્રમાણે સાધના કરો. સવારમાં વહેલા ઊઠીને પોતાના જેટલા દુર્ગુણો છે તેમને ભગવાનને અર્પણ કરો. મોંથી બોલવાનું ન આવડે તો ડાયરીમાં લખી દો. પછી ડાયરી ફાડી નાખવી, નહિતર બીજો કોઈ તેનો દુરુપયોગ કરશે.

ભગવાન સામે પોતાની જાતને ખુલ્લી કરી નાખવી જોઈએ. તમારે ઢોંગ કરવાની જરૂર નથી, કારણ કે તમે કોણ છો તેનો તમને ખ્યાલ હોવો જોઈએ. તમારું મન મેલું છે, તમારા વિચાર ગંદા છે. તમારી કલ્પનાઓ દૂષિત છે, તમારી બોલી કર્કશ છે. તમે ભગવાન વિશે વાત કરો છો, તેની બાબતમાં શીખો છો, લખો છો, તેનું ચિંતન પણ કરી શકો છો. પરંતુ તમે શું પ્રાર્થના કરો છો? ફક્ત શરીર અહીં રહે છે, પણ મન કોઈ બીજે ઠેકાણે ફરતું હોય છે. આવું તમારું વ્યક્તિત્વ છે, તમારું સ્તર છે, ક્ષમતા છે.

તમારું સ્તર તો આવું નિમ્ન છે, પણ તમે યુનિવર્સિટીમાં પ્રવેશ મેળવવા ઈચ્છો છો. તમે તો દરેક વર્ષે નાપાસ જ થતા રહેશો. સૌથી પહેલાં એ સમજી લો કે સાચી ભક્તિનો શું અર્થ છે? સાચો પ્રેમ શું છે? જ્યારે સિનેમામાં જુઓ છો તેમ ધારો કે તમે કોઈ સુંદર છોકરીને પ્રેમ કરો છો નિઃસંદેહ તે સાચું નથી, પણ તમે બધું જ ભૂલી જાઓ છો, આસપાસના વાતાવરણની પણ ખબર રહેતી નથી. તમે તે પણ ભૂલી જાઓ છો, આસપાસના વાતાવરણની પણ ખબર રહેતી નથી. તમે તે પણ ભૂલી જાઓ છો કે તમારાં માતાપિતા શું વિચારશે. તમે એ પણ વિચારતા નથી કે જો છોકરી ગર્ભવતી થઈ તો તેનું શું થશે. બધું જ ભૂલી જાઓ છો, પણ જ્યારે તમે ભગવાનની પૂજા કરતા હો છો

ત્યારે શું આ પ્રમાણે તમે બધું જ ભૂલી જાઓ છો? કદીયે ભૂલ્યા છો? ના. જ્યારે તમે તમારી જાતને ભગવાનના નામમાં અડધી મિનિટ-મિનિટ માટે પણ ભૂલી શકતા નથી તો એનો એવો અર્થ થયો કે તમારે પોતાની સાધના બદલવી જોઈએ. આવતી સદી ભક્તિ યોગની છે. ફક્ત તમારે માટે જ નહિ, વૈજ્ઞાનિક-સંશોધકોના માટે પણ. આજે વૈજ્ઞાનિકો જે તથ્યો પર શોધ કરે છે તે બધા હવે ભક્તિ પર શોધ કરશે. ભક્તિનો મનુષ્યના વર્તન પર શો પ્રભાવ પડે છે, ભક્તિનો પરમ ચેતના પર શું પ્રભાવ પડે છે તેનું સંશોધન થશે.

હાલ તેઓ પદાર્થ પર શોધ કરે છે, હવે તેઓ મનુષ્યની ભાવનાઓ પર શોધ કરશે, કારણ કે મનુષ્યની ભાવનાઓ પદાર્થ કરતાં અધિક શક્તિશાળી છે, મહત્વની છે. 'સા ત્વસ્મિન્ પરમપ્રેમરૂપા।' જેવી રીતે તમારા મનમાં ઊંડા આતંક-ડરની ભાવના ઊઠે છે, વાસના, શત્રુતા અને ઘૃણાની તીવ્ર ભાવના ઊઠે છે, બરાબર તે જ રીતે ભગવાન પ્રત્યે સાચા પ્રેમની ઊંડી ભાવના ઊઠે છે. ફક્ત ભગવાનને માટે જ નહિ કિંતુ બધાને માટે, કારણ કે ઈશ્વરનું કોઈ રૂપ નથી અને બધાં સ્વરૂપો તેમાં છે. આપણે ભગવાનને સાકાર અને નિરાકાર બંને કહી શકીએ છીએ. ભગવાનનું કોઈ રૂપ નથી છતાં પ્રથમ ચીજ છે - જે રૂપમાં તમે તેને જોવા ચાહો તે રૂપમાં જોઈ શકો છો : ભગવાનનું કોઈ રૂપ નથી, પણ દરેક રૂપ તેનું જ રૂપ છે, કારણ કે તે દરેક ચીજમાં વિદ્યમાન છે. તે સર્વવ્યાપી સત્ય છે. આ બ્રહ્માંડમાં એવી કોઈ જગા નથી જ્યાં ભગવાન ન હોય.

આમ જે કંઈ પવિત્ર છે, ઈશ્વરમય છે, જેનું સ્પંદન સારું છે, જે આપણી અંદર સારા વિચારો અને ભાવોને પ્રેરિત કરી શકે છે, જે એક સારા સમાજનું નિર્માણ કરી શકે છે, જે અમારી-તમારી વચ્ચે સારા

સંબંધનું નિર્માણ કરી શકે છે, તે સર્વોત્તમ ભક્તિ છે. ભગવાનને ફક્ત મંદિર, મસ્જિદ અને ગિરજાધર સુધી સીમિત નહિ રાખતાં, આપણા સમાજમાં એક જીવંત શક્તિનું રૂપ આપવું જોઈએ.

ભગવાનને બે રૂપમાં જોવો જોઈએ - અનુભવાતીત સ્વરૂપ અને સર્વવ્યાપી સ્વરૂપ. ભગવાન બધી ચીજોથી પર છે. દેશ, કાળ અને વસ્તુથી પર છે. ભગવાન બધા જીવોમાં વિદ્યમાન છે. આપણે ભગવાનના આ બંને રૂપોનો સ્વીકાર કરવો પડશે, ફક્ત તેને લોકોત્તર સ્વરૂપની વિચારધારાથી નહિ.

ભગવાન અનુભવાતીત છે, તે નામ-રૂપથી પર છે, સીમાઓથી પર છે, બધી ચીજોથી પર છે, પરંતુ ભગવાનનું એક બીજું સ્વરૂપ પણ છે, જે સર્વવ્યાપી છે. તે સર્વભૂતાન્તરાત્મા છે તે તેનું અંતર્યામી સ્વરૂપ કહેવાય છે. તે સૂક્ષ્મ જીવાણુથી માંડી વિશાળ વૃક્ષ સુધી અનેક રૂપોમાં વિદ્યમાન છે, અનેક રૂપોમાં વિકસિત થઈ રહ્યું છે, અનેક રૂપોમાં વ્યાપ્ત છે. તે પૂર્ણ છે. શ્વેતાશ્વતર ઉપનિષદમાં એક શ્લોક છે :

एको देवः सर्वभूतेषु गूढः

सर्वव्यापी सर्वभूतान्तरात्मा ।

कर्माध्यक्षः सर्वभूताधिवासः

साक्षी चेता केवलो निर्गुणश्च ॥ (૬-૧૧)

‘ઈશ્વર જે કેવળ એક છે, બધા પ્રાણીઓમાં છુપાયેલો છે, બધા જીવોમાં વ્યાપ્ત છે, તેમનો અંતરાત્મા છે. તેમનામાં તે સ્થિત થઈને બધાં કર્મોને નિયંત્રિત કરે છે. તે પ્રકૃતિના ત્રણે ગુણોથી સ્વતંત્ર શુદ્ધ ચેતના અને સાક્ષી છે.’

તે એક સાધારણ જીવથી માંડી પ્રતિભાશાળી જીવ સુધી અનેક રૂપોમાં વિકસિત થઈ રહ્યો છે. ભગવાન તે માનવમાં છે જેને આપણી મદદની જરૂર છે. તે ભગવાન એ જાનવરમાં છે જેને આપણી સુરક્ષા અને આપણા સંરક્ષણની આવશ્યકતા છે. એટલે ભક્તિની સંપૂર્ણ વિચારધારાને આ રીતે પ્રકાશમાં લાવવાની જરૂર છે કારણ કે તેથી સમાજ પુનર્વ્યવસ્થિત થઈ જશે અને ત્યારે જ તમે જીવનનો આનંદ મેળવી શકશો.

આજ જે લોકો જીવવિજ્ઞાન, પદાર્થવિજ્ઞાન, ઈલેક્ટ્રોનિક્સ વગેરે પર સંશોધન કરી રહ્યા છે તેઓ

ભક્તિ પર સંશોધન કરનારા છે. હવેની સદીમાં સમસ્ત મશીનોનો ઉપયોગ ભક્તિ માટે થવાનો છે, કારણ કે માનવજાતિની સામે સૌથી મોટી સમસ્યા જે આવવાની છે તે એ છે કે મનુષ્યને કેવી રીતે સંભળાવી લેવાય. આજે તો તમે તમારા પુત્રને પણ સંભાળી શકતા નથી, તો પછી જગતને તો કેવી રીતે સંભાળી શકો ? છતાં જ્યારે માનવતાને સંભાળવી હશે તો તેને માટે એક રસ્તો કાઢવો પડશે. માનવ-સભ્યતાના ઇતિહાસમાં જ્યારે જ્યારે અરાજકતા ફેલાઈ છે, ત્યારે ભક્તિનું ઉત્થાન થયું છે. ગીતામાં ભગવાન કૃષ્ણ કહે છે :

यदा यदा ही धर्मस्य ग्लानिर्भवति भारत ।

अभ्युत्थानमधर्मस्य तदात्मानं सृजाम्यहम् ॥ (૪,૭)

‘હે ભારત ! જ્યારે જ્યારે ધર્મની હાનિ અને અધર્મની વૃદ્ધિ થાય છે, ત્યારે ત્યારે હું પ્રગટ થાઉં છું.’

યાદ કરો કે ઇતિહાસમાં કબીર, સૂરદાસ, મીરાં, તુલસીદાસ, નાનકદેવ વગેરે ક્યારે આપ્યા ? હવે ફરી ભક્તિનો યુગ આવી રહ્યો છે, કારણ કે હાલ તેની ખૂબ જરૂર છે, આવતી સદીના પ્રથમ ચરણમાં તમારાં બાળકો પણ નામ-સંકીર્તનમાં રુચિ બતાવશે. આજે તમે કેટલુંયે કહેશો પણ તેઓ તમારી વાત માનવાના નથી. કાલે તમે કહેશો આ બાબતોમાં રુચિ ન લો, તો પણ તેઓ લેશે, કારણ કે જ્યારે હવા બદલાય છે, તો શિયાળો, ઉનાળો અને ચોમાસુ થાય છે. તેમાં તમે કંઈ જ કરતા નથી, કરી શકતા પણ નથી, હવા બદલાવાની છે તે મેં ખૂબ પહેલાંથી જાણી લીધું હતું. છતાં મેં વિચાર્યું કે જો લોકો યોગ શીખવા માગતા હોય તો તેમને શીખવાડીએ, પરંતુ નામ-સંકીર્તન નાના-મોટા બધા માટે આવશ્યક છે.

ભક્તિનો વિકાસ કરવાની જરૂર નથી, તે અંદર પૂરેપૂરી વિકસેલી છે જ. લોક કહે છે ભક્તિનો અભ્યાસ કેવી રીતે કરવો, અમારી ભક્તિ કેવી રીતે વધે ? પરંતુ એવું કંઈ કરવાની જરૂર નથી. ભક્તિ આપણી અંદર પૂરેપૂરી છે, પણ તે ભગવાનની તરફ જઈને બદલે સંસાર તરફ જઈ રહી છે, આસક્તિની તરફ જઈ રહી છે, મમતાની તરફ જઈ રહી છે, વૈમનસ્ય તરફ જઈ રહી છે, ઈર્ષ્યાની તરફ જઈ રહી છે, કામનાની તરફ

(અનુસંધાન પાન-૧૨ પર)

મનાયે શ્લોક - મનોબોધ

- શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

શ્રી ભર્તૃહરિકૃત વૈરાગ્ય શતકમાં કહેવામાં આવ્યું છે;

આયુર્વર્ષશતં નૃણાં પરિમિતં રાત્રૌ તદર્ધ ગતં
તસ્યાર્ધસ્ય પરસ્ય ચાર્ધમપરં બાલત્વવૃદ્ધત્વયોઃ ।
શેષં વ્યાધિવિયોગદુઃખસહિતં સેવાદિભિર્નીયિતે
જીવે વારિતરઙ્ગઝાલતરે સૌખ્યં કૃતઃ પ્રાણિનામ્ ॥ (૧૦૬)

મનુષ્યોના આયુષ્યનું પરિમાણ સો વર્ષનું છે. તેમાંથી અડધું (પચાસ વર્ષ) રાત્રિઓમાં ચાલ્યું જાય છે. તેમાંથી પહેલા ભાગનું અડધું (સાડા બાર વર્ષ) બાળપણમાં અને પાછલા ભાગનું અડધું (સાડા બાર વર્ષ) ઘડપણમાં વીતી જાય છે. બાકીનું આયુષ્ય રોગ, વિયોગ અને દુઃખપૂર્વક નોકરી ધંધામાં ખર્ચાય છે. પાણીના તરંગ પેઠે અતિશય ચંચળ જીવનમાં મનુષ્યોને સુખ ક્યાંથી હોય ?

વળી આગળ કહ્યું છે;

અસારે ખલુ સંસારે સુખબ્રાન્તિઃ શરીરિણામ્ ।
લાલાપાનમિવાંગુષ્ઠે બાલાનાં સ્તન્યવિભ્રમઃ ॥ (૧૦૭)

પોતાના અંગૂઠાને ધાવતાં ધાવતાં પોતાના જ મુખની લાળને જેમ બાળકો ભ્રમથી માતાનું દૂધ માની લે છે, તેવી રીતે આ અસાર સંસારમાં પુરુષોને ખરેખર (દુઃખરૂપી વિષય પદાર્થોમાં) સુખની ભ્રાંતિ થાય છે.

અને ત્યાગીઓની પ્રશંસા કરતાં કહેવામાં આવ્યું છે કે,

બ્રહ્મજ્ઞાનવિવેકિનોઽમલધિયઃ કુર્વન્ત્યહો દુષ્કરં
યન્મુચ્યન્ત્યુપભોગકાચ્ચનધનાન્યેકાન્તતો નિઃસ્પૃહાઃ ।
ન પ્રાપ્તાનિ પુરા ન સંપ્રતિ ન ચ પ્રાપ્તૌ દૃઢપ્રત્યયો
વાઙ્માપાત્રપરિગ્રહાણ્યપિ પરં ત્યક્તું ન શક્તા વયમ્ ॥ (૧૦૮)

અન્યત્ર કહ્યું છે :

જન્મદુઃખં, જરાદુઃખં, જયા દુઃખં પુનઃ પુનઃ ।
સંસારસાગરં દુઃખં તસ્માત્ જગ્રત જગ્રત ॥

ભગવાન ભાષ્યકાર આદિશંકરાચાર્યજી તેમના ચર્પટ પંજરીકા સ્તોત્રમાં,

‘પુનરપિ જનનં પુનરપિ મરણં પુનરપિ જનનીજઠરે શયનમ્ ।
ઈહ સંસારે ખલુદુસ્તારે કૃપયા પારે પાહિ મુરારે...’

કહીને પણ સાવધાન તો કરે જ છે કે આપણાં જીવનનો હેતુ શું ? આહાર નિદ્રા ભય અને મૈથુનના તાણાવાણાંઓમાં આટાપાટા રમવા સિવાય અને દુઃખ, વેદના, આકોશના ત્રિશૂલના ભોગ બનવા સિવાય આપણી ગતિ શું ?

સો વર્ષના આયુષ્યમાંથી અડધું ઊંઘમાં જાય છે. બાલ અવસ્થા ખેલ ગંવાઈ, વૃદ્ધાવસ્થામાં કફ, વાત, પિત્તની વ્યાધિમાંથી મુક્તિ નથી. યૌવનમાં નારીપ્રણયમાં જીવન વીતે છે, તો આપણે ભાગે, આપણાં નિજી જીવનના ઉત્કર્ષ અને અભ્યુદય માટે સમય ક્યાં ? સુખની આકાંક્ષામાં માત્ર સુખની ભ્રાંતિમાં જીવતા આપણે આપણા વિવેકને ફંફોસીએ તે આવશ્યક છે. વિવેક અને ધૈર્યથી જ જીવન કવનની ગતિ શાશ્વત અને ચિરંતન આત્મીય સુખ કે સમૃદ્ધિ ભણી અગ્રસર કરી શકીએ.

આત્મતત્ત્વની ઉપલબ્ધિ જ એકમાત્ર જીવન લક્ષ્ય છે. તેનાથી ઓછું કંઈ પણ નહીં. એટલું જ્ઞાન થાય, ભાન ઉપજે, તો ભયો ભયો ! પરંતુ તે થતું નથી તેનું કારણ છે, આપણા વ્યક્તિગત અહંકાર; અને હું જ્ઞાની છું તેવું મિથ્યા જ્ઞાન.

ઉપનિષદોમાં આ વસ્તુ વિષયને સમજાવવા માટે આરુણિ અને શ્વેતકેતુનું ખૂબ જ જ્ઞાનપ્રદ ઉપાખ્યાન છે.

આરુણિની આજ્ઞાથી તેમનો પુત્ર શ્વેતકેતુ ગુરુગૃહે જ્ઞાનાર્જન માટે જાય છે. કારણ કે પિતાએ કહ્યું, ‘જો બેટા આપણાં કુળમાં કોઈ અભણ નથી. તું અભણ રહીશ તો આપણા પિતૃઓ દુઃખી દુઃખી થઈ જશે. માટે તું બ્રાહ્મણ બાળક છે, અધ્યયન કર અને વિદ્વતા પ્રાપ્ત કરી કુળગૌરવ વધાર.’

બાર વર્ષની વયે શ્વેતકેતુનો ઉપનયન સંસ્કાર થયો, તે ગુરુ ગૃહે જઈને બાર વર્ષ ભણ્યો. વેદ અને શાસ્ત્રોનું સમ્યક્ જ્ઞાન પ્રાપ્ત કર્યું. ૨૪ વર્ષની વયમાં તેણે અર્જન કરેલાં જ્ઞાનથી તેને અહંકાર આવી ગયો ! ‘અહમ્ વિશેષઃ’ તે જ્ઞાનાર્જન પછી ઘરે તો આવ્યો,

પરંતુ પોતે જ શ્રેષ્ઠ પંડિત છે, શ્રેષ્ઠ વ્યાખ્યાતા છે, પાંડિત્યની પ્રાપ્તિ મહામહોપાધ્યાયની ઉપાધિએ તેનાં અંગત જીવનની વ્યાધિ વધારી દીધી. તેનામાં આત્મપ્રવંચના અને વ્યામોહનો જુવાળ ભભૂક્યો હતો. ઋષિ આરુણિએ જાણ્યું કે આ અનર્થ થઈ રહ્યો છે; તેથી શાંતિથી તેણે શ્વેતકેતુને પૂછ્યું, ‘વત્સ ! ઈતર જનોથી તમો વધુ અને વિશેષ જ્ઞાનનો ભંડાર દેખાઓ છો, પરંતુ તમોએ તમારા ગુરુને કહી પૂછ્યું હતું કે, ‘એ ક્યું જ્ઞાન છે કે જે જ્ઞાનની પ્રાપ્તિ પછી બીજાં કોઈ જ્ઞાનની પ્રાપ્તિ કરવાની જરૂર રહેતી નથી. એ ક્યું જ્ઞાન છે જે જ્ઞાનને જાણ્યા પછી અશ્રુત શ્રુત થઈ જાય અને જે અજ્ઞાત છે તે જ્ઞાત થઈ જાય. શું તમને ખબર છે કે સમગ્ર શ્રુતજ્ઞાન ચિંતન તથા જ્ઞેય (જાણવા યોગ્ય જ્ઞાન)નો મૌલિક આધાર શું છે?’ ખરેખર આ મહત્ત્વપૂર્ણ અને જટિલ પ્રશ્ન હતો અને એ વિષયમાં શ્વેતકેતુને તેના ગુરુ દ્વારા શિક્ષા મળી ન હતી. કિંકર્તવ્યમૂઢ શ્વેતકેતુએ ખૂબ જ નમ્રતાથી પૂછ્યું, ‘પિતાશ્રી, સર્વ દૃશ્યમાન જગત વસ્તુ વિષયના આધાર સ્વરૂપ તે જ્ઞાન શું છે? મને આ વિષયક કંઈ જ જ્ઞાન નથી. મારા ગુરુદેવ તો કરુણામૂર્તિ હતા, કદાચ તેમને આ વિશે ખબર નહીં હોય; નહીં તો તેઓ અવશ્ય મને આ શિક્ષાથી વંચિત ન રાખત. કૃપા કરો, અને આ વિષયના જ્ઞાનથી મને લાભાન્વિત કરો.’

આરુણિને સંતોષ થયો. પુત્રે પોતાનાં અજ્ઞાનનો એકરાર કર્યો છે, તે આનંદની વાત છે અને પિતાએ

મના સજ્જના એક જીવીં ધરાવે;
જનીં આપુલે હીતતૂંનાં કરાવે ।
રઘુનાયકાવીણ બોલોં નકો હો;
સદા માનસીં તો નિજધ્યાસ રાહે ॥ (૪૩)

હે મન ! પોતાનું જે પરમ હિત કરવાનું છે, તે ક્ષણવાર પણ તું વીસરીશ નહિ. સ્વહિત વિષયમાં સદા તું જાગ્રત રહે, રામનામની સદા

મના રે જનીં માનમુદ્રા ધરાવી;
કથા આદરેં રાધવાચી કરાવી ।
નસે રામ તેં ધામ સોડૂનિ ઘાવે,
સુખાલાગિં આરણ્ય સેવીત જાવે ॥ (૪૪)
કદી કોઈ ભક્ત પ્રેમી મળે તો સદા આદરપૂર્વક

અનેક ઉદાહરણો દ્વારા સત્ય એક જ છે. તે વિવિધ નામોથી માત્ર ઓળખાય છે, વગેરેની વ્યાખ્યા કરી. માટી એક જ છે, વાસણો જ માટલું, હાંડલી, તાવડી, શકોરું કે કોડિયાંના નામે ઓળખાય છે. સોનું એક જ છે, ઘાટ ઘડિયા પછી નામરૂપ જૂજવાં અંતે તો હેમનું હેમ હોયે વગેરે કહ્યું.

આગળ આરુણિએ કહ્યું, ‘થોડા લોકોનું કહેવું છે કે સૃષ્ટિના આરંભમાં સત્ હતું. તેની સત્તા અદ્વિતીય હતી. જ્યારે અમુક લોકો કહે છે કે પહેલાં અસત્ જ હતું. આ અસત્માંથી જ સત્ ઉપજ્યું. પરંતુ આ તો અસંગત વિચાર છે, કારણ કે સત્માંથી જ સત્ પ્રકટી શકે, અસત્માંથી વળી સત્ કેમ પ્રકટે? અર્થાત્ પહેલાં સત્ જ હતું અને તે સત્માંથી જ સમગ્ર સૃષ્ટિનું નિર્માણ થયું. ‘એકો રૂપો પ્રતિરૂપો ભભૂવ’ ‘આદી બીજ એકલે, એકા બજા પોટી તરૂ કોટી તરૂ કોટી.’ પહેલાં એક જ બી હતું. પછી તેમાંથી જ અગણિત વૃક્ષો થયાં. આમ સત્ એક જ છે. પવન તું, પાણી તું, ભૂમિ તું ભૂધરા વગેરે. આ સત્માંથી જ અંડજ, જીવજ, ઉદ્દિમિજ ઉપજ્યાં. એક જ સજીવ અસ્તિત્વ કે આત્મતત્ત્વ તેજ, જલ કે અન્નમાં અભિવ્યક્ત થયું છે. નામરૂપ અસંખ્ય છે, પરંતુ તે જ તત્ત્વ માનવ જીવનમાં વાક્ શ્વાસ કે મનનું રૂપ ધારણ કરે છે,’ વગેરે.

રામદાસજી પણ આ જ સત્યની આલબેલ વગાડે છે :

મન પ્રજા રે એક ચિત્તમાં લે,
જને હિત પોતાતણું તું કરી લે;
રઘુનાથ વિના નહિ બોલતો રે,
નિજધ્યાસ આ રહો સદા ચિત્તમારે ॥ (૪૩)

ધૂન મયાવ અને રામ સિવાય કશું બોલીશ નહિ. અંતરમાં પણ તેનો જ અધ્યાસ સદૈવ રાખજે.

જને મન રે ધારવી મૌનમુદ્રા;
સદા આદરે રામની ગાવી ગાથા
નહિ રામ તે ધામને છોડી દેવું;
સુખેથી અરણ્યે કરી વાસ રહેવું (૪૪)

શ્રીરામના ગુણનું વર્ણન કરવું. તેમનું કથા-કીર્તન કરવું;

નહિ તો વધુ સારું એ કે મૌન સેવવું. શબ્દોચ્ચાર સરખો કરવો નહીં. જે ઘરમાં રામ(નામ) નથી ત્યાં પગ સરખો મૂકીશ નહિ. એના કરતાં તો અરણ્યમાં જઈ સુખેથી વાસ કરજે; રામનું સુખ ભોગવજે.

તાત્પર્ય શું ? જીવનની પળેપળ વીતી રહી છે. જીવન ક્ષણભંગુર છે. જન્મ મળ્યો છે. મૃત્યુ મળશે જ. ક્યારે ક્યાં કેમ કશીયે ખબર નથી. માટે અહંકાર ત્યાગી, એક જ સત્યની પ્રાપ્તિ માટે જે સત્ છે, ઈશ્વર છે, તેને જ ચાહવો. શ્રીરામદાસ કહે છે, 'હે મન રામનામ સૌં કર પ્રીતિ !' રામ જ સત્ છે. શ્રીરામ જ શાશ્વત છે. શ્રીરામ જ જીવન આધાર છે. આ સત્યને જેણે જાણ્યું છે, તેને જગતમાં બીજું કંઈ પણ જાણવા જેવું રહેતું નથી. આ અમૂલ્ય નિધિ જેને પ્રાપ્ત થઈ છે, તેને હવે કંઈ પણ પ્રાપ્ત કરવાનું રહેતું નથી. માટે જ સંતોએ ગાયું છે, 'રામરતન ધન પાયો ! દિન દિન બઢત સવાયો !' રામ ધ્યાઓ, રામ ગાવો, રામ ખાઓ, રામ પીઓ, રામમાં રહો, રામ થકી જીવો, રામ થઈ જાઓ ! હે મન ! ઝૂં શાંતિ.

(ભક્તિયુગ..... અનુસંધાન પાન-૯ પરનું ચાલુ) જઈ રહી છે. તેને ભાવના હેવામાં આવે છે. આ ભાવના નાના બાળકમાં મા તરફ હોય છે. તે ભાવના પતિમાં પત્ની તરફ વહેતી હોય છે. તે ભાવના મિત્રોમાં એકબીજા પ્રત્યે હોય છે. ભાવના એક પ્રકારની શક્તિ છે, પ્રવાહ છે, પોતાની અંદરનો તરંગ છે. આ ભાવનાનો માર્ગ બદલવો પડે.

તુલસીદાસની કથા આપણે જાણીએ છીએ. તે અંધારી રાતે, વરસાદમાં, પત્નીને મળવા માટે મડદા પર બેસી નદી પાર કરે છે અને પત્નીને મળ્યા પછી પત્નીએ જે કંઈ કહ્યું તેનાથી તેનું જીવન બદલાઈ ગયું. ભક્તિ તો તુલસીદાસમાં હતી જ, પત્નીની વાત સાંભળીને જે પ્રવાહ રોકાયેલો હતો તે ખુલ્લો થયો. ભક્તિને શીખવા માટે સ્કૂલમાં જવાની કે પુસ્તકો વાંચવાની જરૂર નથી. ફક્ત માર્ગ બદલવાનો છે. જે ભાવના વૈમનસ્યના માર્ગ પર જઈ રહી છે, જે ભાવના હિંસાના માર્ગે જઈ રહી છે, જે ભાવના કામ કે ક્રોધાદિ દુર્ગુણોના માર્ગે જઈ રહી છે, તે ભાવનાને જો ભક્તિ તરફ વાળી દેવામાં આવે તો તે ભાવનાને ભક્તિ કહેવામાં આવે છે. 'ભક્તિ યુગ'નું સાભાર ભાષાંતર



સાયં ગવેસમાણા પરસ્સ દુક્ખં ઉદીરંતિ

આચારાંગ સૂત્ર

આચાર્ય વિજયરત્નસુંદરસૂરિજી

અન્ય દીપકની જ્યોતને બુઝાવ્યા વિના નવો દીપક પોતાની જ્યોતને પ્રગટાવી શકે છે; પણ કાયવાળા બારણાને તોડી નાખ્યા વિના પથ્થર એ ઘરમાં પ્રવેશ કરી શકતો નથી. સામાને દોષિત બનાવ્યા વિના કે દુઃખી બનાવ્યા વિના તમે સુખી બની શકો એવી કોઈ જ શક્યતા નથી.

‘શાતાની શોધ કરનારો માણસ બીજાના દુઃખની ઉદીરણા કરે છે’

આ વાત કહીને પ્રભુ ! આપે અમને ચેતવણી આપી દીધી છે કે શોધ કરવી હોય તો શાતાની ન કરશો પણ સમાધિની જ કરજો; કારણ કે માત્ર શરીરની શાતા જ શોધતા રહેવામાં તમારે અન્ય જીવોની વિરાધના કરવી જ પડશે, જ્યારે સમાધિ ટકાવવા તમારે વિરાધનાથી મુક્ત રહેવું જ પડશે.

પ્રભુ !

આપ અમારા લક્ષ્યને બદલી નાખો.

અમને શાતાપ્રેમી નહીં,
સમાધિપ્રેમી બનાવી દો.

‘પ્રભુ વીર કહે છે’ માંથી સાભાર

સિદ્ધિ વિશે-૩

શ્રી યોગેશ્વરજી

સર્વ સાધારણ માણસોને માટે તો હૃદયશુદ્ધિ. સાત્ત્વિકતાની પ્રાપ્તિ ને છેવટે ઈશ્વરની કૃપાની પ્રાપ્તિ એ જ મોટામાં મોટી ને મુખ્ય મહત્ત્વની સિદ્ધિ છે. તે મેળવવાથી પરમશાંતિ મળી જાય છે ને જીવનની ધન્યતા પણ પ્રાપ્ત થાય છે, એટલે તે તરફ જેટલું વધારે લક્ષ અપાય તેટલું માણસને માટે મંગળકારક છે. જીવનમાંથી દાનવતાના દુર્ગુણોને દૂર કરી, મરી પરવારતી માનવતાની વાડીને ફરી હરિયાળી ને સદ્ગુણોની સુગંધથી તાજી કરવી, ને મોહાસુરનો નાશ કરી, પવિત્ર પ્રેમના દેવતાની મન, વચન ને અંતરમાં પ્રતિષ્ઠા કરવી, એ કાંઈ નાનીસૂની સિદ્ધિ નથી. માનવ ને સંસારને એ સિદ્ધિની આ આવશ્યકતા છે. માનવના વ્યક્તિગત જીવનમાં, સમાજમાં, દેશમાં ને સમસ્ત સંસારમાં આજે જે કટુતા, સ્વાર્થ, ભય, લોલુપતા ને ભેદભાવના તથા અશાંતિ દેખાય છે, તેનું મૂળ કારણ આ જીવનશુદ્ધિની મહાન સિદ્ધિનો અભાવ છે. આ સિદ્ધિ સધાતાં તેનો ચમત્કાર સહેજે દેખાશે. માનવ અને માનવજાતિમાં પરસ્પર પ્રેમ, સેવા ને શાંતિની ભાવના ફેલાશે, ને વ્યક્તિ તેમ જ સમષ્ટિના જીવનની મૂંઝવી રહેલી ને બિહામણી બનેલી ઘણીયે સમસ્યાઓનો અંત આવશે. જીવન ને જગતની બુરાઈઓ પણ મોટા પ્રમાણમાં ને સહેલાઈથી દૂર થશે. સાચું છે કે માણસનાં કેટલાંક દુઃખો કુદરતના કોપને લીધે ને કેટલાંક કર્મોને લીધે ને જીવનની જરૂરતોના અભાવને લીધે ઉત્પન્ન થાય છે. તે છતાં, સ્વભાવની શુદ્ધિ સધાતાં તેના જીવનમાં ઘણો ફેર પડી જશે, ને તેનાં મોટા ભાગનાં દુઃખ હળવાં થઈ જશે એ સાચું છે. એટલે માણસે પોતાની જાતની શુદ્ધિ તરફ વધારે ને વધારે ધ્યાન આપવું જોઈએ.

કામ કે ક્રોધની વિષવરાળથી કોનું તન, મન કે અંતર સંતમ થયું નથી ? મોહની મોહિની કોને નથી લાગી ? અહંકાર, દંભ અને અજ્ઞાનના

આવરણ નીચે આવીને કોનું ચંચલ મન વધારે ચંચલ નથી થયું ? મદ ને માનની ઈચ્છાથી કોણ અસ્પૃશ્ય રહ્યા છે ? દુનિયાના નાશવંત પદાર્થોની લાલસાએ કોને વ્યથા નથી કરી ? મમતા ને તૃષ્ણા કોને નથી વ્યાપી ? અસત્યના આશ્રયથી કોણ પૂરેપૂરું મુક્ત થયું છે ? સ્વાર્થરૂપી ડાકિની કોને નથી વળગી ? માણસ ગુણ અને અવગુણનું મિશ્રણ છે. સારા અને નરસા વિચાર કે વિકારનું સંમિશ્રણ છે. જુદા જુદા અવગુણ અને ગુણની વચ્ચે પસંદગી કરીને તેણે ગુણિયલ બનવાનું છે. સંસારના સારા ને નરસા વાતાવરણની વચ્ચે રહીને, હંસની જેમ સારાને ગ્રહણ કરીને તેણે પોતાનો વિકાસ કરવાનો છે. પ્રહ્લાદ ઈશ્વરથી વિમુખ થયેલા અસુરોની સાથે રહ્યો. તે છતાં તેનું મન આસુરી વૃત્તિથી લેશ પણ રંગાયું નહિ. તેણે પોતાનો સાત્ત્વિક સ્વભાવ અને ભક્તિભાવ અસુરોની વચ્ચે રહીને પણ વધાર્યો જ રાખ્યો. એ કામ ઘણું ભારે હતું. છતાં પ્રહ્લાદે તે પૂરું કર્યું. તેના જ જેવા એક બીજા બાળક ધ્રુવે પણ પ્રભુની કૃપા મેળવી. પણ તે તો મધુવનમાં-વસ્તીથી દૂર એકાંતમાં તપ કરીને. ત્યાં વાતાવરણ વધારે અનુકૂળ હતું. પણ પ્રહ્લાદને માટે બહારનું વાતાવરણ અનુકૂળ ન હતું. છતાં તેમાં રહીને પણ તેણે પોતાના સંસ્કારોનું ઘડતર કર્યું, પોતાની અંદરના વાતાવરણને અનુકૂળ બનાવ્યું ને પ્રભુની કૃપા મેળવી લીધી. સાધારણ માણસે આ પ્રસંગમાંથી પાઠ લેવાનો છે ને પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિમાં રહીને પણ માનવતાને સાચવી રાખવા, વધારવા ને જીવનનું ધ્યેય હાંસલ કરવા પ્રેરણા મેળવવાની છે. અવગુણ ને વિકારમય વાતાવરણની વચ્ચે રહીને જે ચંચલચિત્ત ન બને, ને દુન્યવી પદાર્થોનાં આકર્ષણ ને રસથી તૃપ્ત થયા કે અંજાયા વિના પોતાના મૂળ સ્વરૂપ પરમાત્માને ઓળખવાનો પ્રયાસ કરીને તે પરમાત્માને જે ઓળખી

(અનુસંધાન પાન-૧૮ પર)

હિન્દુ ધર્મ - સનાતન ધર્મ

- શ્રી અરવિંદ

સાચો ઉપાય

ભારત પોતાની અસ્મિતા જાળવી રાખીને અને તેની પોતાની પ્રકૃતિના નિયમનું અનુસરણ કરીને પોતાનો ઉત્તમ વિકાસ સાધી શકે અને માનવજાતની સેવા કરી શકે. જેમ કેટલાક સંકુચિતતાપૂર્વક અને દૃષ્ટિહીન બનીને માની લે છે તેમ આનો અર્થ એવો નથી કે કાળના પ્રવાહની સાથે આપણી પાસે આવેલી અથવા તો પશ્ચિમે અકસ્માતે પહેલાં વિકસાવેલી અથવા જોરદાર રીતે અભિવ્યક્ત કરેલી દરેક નવી વસ્તુનો ઈનકાર કરવો. આવું વલણ બૌદ્ધિક રીતે બેહુદું, શારીરિક રીતે અશક્ય, અને સૌથી વધુ તો અનાધ્યાત્મિક લેખાશે; સાચી આધ્યાત્મિકતા કોઈપણ નવા પ્રકાશનો અથવા આપણા માનવ સ્વવિકાસનાં ઉમેરાયેલાં સાધનોનો કે સામગ્રીનો ઈનકાર કરતી નથી. આનો સાદોસીધો અર્થ એ છે કે આપણું કેન્દ્ર, આપણા અસ્તિત્વની તાત્વિક પદ્ધતિ, આપણી સહજ પ્રકૃતિ જાળવી રાખવી અને આપણે જે પ્રાપ્ત કરીએ તે બધું તેમાં એકરસ કરી દેવું અને આપણે જે કંઈ કરીએ કે સર્જીએ તે બધું તેમાંથી વિકસાવવું. ધર્મ ભારતીય માનસની કેન્દ્રવર્તી વ્યસ્તતા રહ્યો છે; કેટલાકે આપણને કહ્યું છે કે વધુ પડતા ધર્મે ભારતને બરબાદ કર્યું છે, આપણે સમગ્ર જીવનને ધર્મ બનાવી દીધું, અથવા ધર્મને સમગ્ર જીવન બનાવી દીધો, ચોક્કસ તેથી જ આપણે જીવનમાં નિષ્ફળ ગયા અને આપણી અધોગતિ થઈ. સહેજ જુદા સંદર્ભમાં વપરાયેલી પેલા કવિની ભાષા લઈએ હું એવો ઉત્તર નહીં આપું કે આપણા પતનનું મહત્ત્વ નથી અને ભારત જે ધૂળમાં પડ્યું છે તે પવિત્ર પતનનો, નિષ્ફળતાનો વાંધો નથી, પણ ધૂળમાં પડવા રહેવું એ મનુષ્ય કે દેશ માટે દોષમુક્ત સ્થિતિ નથી. પરંતુ જે કારણ આપવામાં આવ્યું છે તે સાચું નથી. જો મોટા ભાગના ભારતીયોએ ખરેખર તેમનાં જીવનને 'ધર્મ' શબ્દના સાચા અર્થમાં ધર્મ બનાવ્યું હોત તો આપણે અત્યારે જ્યાં છીએ ત્યાં ન હોત. તેમનું જાહેર જીવન અત્યંત અધાર્મિક, અહંકારી, સ્વાર્થી, ભૌતિક બની ગયું હતું તેથી તેમનું પતન થયું. એ શક્ય છે કે એ બાજુ આપણે વધુ પડતી ધાર્મિકતામાં, એટલે કે વિધિ, નિયમ, નિત્યક્રમ, યાંત્રિક ભક્તિના સાવ જ બહારના સ્વરૂપ તરફ વધુ પડતા ઈંટાઈ ગયા, તો બીજી બાજુ જગત-વિમુખી તપસ્યા માર્ગમાં કે જે માર્ગ આપણાં ઉત્તમ બુદ્ધિમાનોને ખેંચી લઈ

ગયો અને તેથી તેઓ પ્રાચીન ઋષિઓની માફક સમાજના આધ્યાત્મિક આધાર અને પ્રકાશ પાથરતા જીવનદાતા બની ઊભા રહેવાને બદલે સમાજ માટે લુપ્ત થઈ ગયા. પરંતુ સમસ્યાનું મૂળ એ હતું કે આધ્યાત્મિક આવેગ એટલો સાર્વત્રિક અને વિસ્તૃત ન રહ્યો, બૌદ્ધિક પ્રવૃત્તિ અને સ્વતંત્રતા ઓછી થઈ ગઈ, મહાન આદર્શો ક્ષીણ થઈ ગયા, જીવનરસ સૂકાઈ ગયો.

કદાચ એક અર્થમાં ધર્મ વધુ પડતો હતો; અંગ્રેજીમાં આ શબ્દમાંથી સંપ્રદાયો, વિધિવિધાનો, બહારની પવિત્રતા જેવી બાહ્ય વસ્તુઓ વધુ પડતી સૂચવાય છે; તેનો કોઈ એક ભારતીય પયાંય નથી. પરંતુ તેના કરતાં જો ધર્મનો આપણે એવો અર્થ કરીએ કે આધ્યાત્મિક આવેગનું તેની પૂર્ણતામાં અનુસરણ કરવું, અને આધ્યાત્મિકતાની એવી વ્યાખ્યા કરીએ કે સર્વોચ્ચ આત્માને, ભગવાનને, સર્વનો સમાવેશ કરતી એકતાને જાણવાનો અને તેમાં રહેવાનો પ્રયત્ન કરવો તથા જીવનને તેના બધા અંશોમાં શક્ય તેટલા વધુ દિવ્ય મૂલ્યોમાં ઊંચે ચઢાવવું, તો પછી એ સ્પષ્ટ છે કે વધુ પડતો ધર્મ ન હતો, પરંતુ વધુ સાચું કહીએ તો ખૂબ જ થોડો હતો અને જે હતો તેમાં પણ વલણ વધુ પડતું એકાંગી અને તેથી પૂરતા પ્રમાણમાં વિશાળ ન હતું. સાચો ઉપાય એ છે કે ભારતના યુગો જૂના આદર્શને હજુ પણ વધુ નીચે ઉતારી ન પાડવો, પરંતુ તેની પ્રાચીન વિશાળતામાં પાછા ફરવું અને તેને હતું તેથી પણ વધુ વિસ્તૃત કાર્ય ક્ષેત્ર આપવું, સાવ સાચેસાચ દેશના સમગ્ર જીવનને આ ઉચ્ચ આધ્યાત્મિક અર્થમાં 'ધર્મ' બનાવવું. પશ્ચિમની ફિલસૂફી, કવિતા, કલા હજુ પણ વધતા ઓછા ધૂંધળાપણા સાથે, પરંતુ વધતા જતા પ્રકાશ સાથે, આ જ દિશામાં વળવાની શરૂઆત કરી રહી છે, અને હવે તેના રાજકીય અને સામાજિક આદર્શો ઉપર પણ સત્યની કેટલીક આછી પ્રકાશસેરો પડવાની શરૂઆત થઈ રહી છે. ભારત પાસે જ્ઞાનની અને આદર્શને સભાનતાપૂર્વક અમલમાં મૂકવાની ચાવી છે; તેના અમલમાં પહેલાં ભારત સમક્ષ જે અંધકારરૂપ હતું તેને હવે તે નવા પ્રકાશથી પ્રકાશિત કરી શકે છે; તેની પ્રાચીન પદ્ધતિઓમાં જે ખોટું અને મચડાયેલું હતું તે હવે સુધારી શકે છે. 'હિન્દુ ધર્મ એટલે શું'માંથી સાભાર

શિવાનંદ કથામૃત-૩

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

અંતર્નાદ

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

- શિવાનંદ

વિપુલતાનું રહસ્ય

નોકરોના સંબંધમાં ગુરુદેવે તેમના કેટલાક શિષ્યોને કહ્યું : ‘તમારા નોકરોને હંમેશા સારામાં સારી વસ્તુઓ આપો.’

આ સૂચન આપ્યા પછી તેમણે આગળ કહ્યું : ‘તમારા ઘરના દ્વાર બંધ કરીને સરસ કોફી પીશો નહિ. તમે જેવાં દ્વાર બંધ કરો છો કે તમને એમ લાગવું જોઈએ કે ઈશ્વર તમારી ક્રિયા જોઈ રહ્યો છે અને તમારે સ્વાર્થી રીતે વર્તવું જોઈએ નહિ. આપો અને આપો. વિપુલતાનું આ રહસ્ય છે. જે ઘડીએ બીજાને આપવાથી તમારો કોઠાર ખાલી થઈ જશે, તાજો પુરવઠો આવી મળશે. આ અફર નિયમ છે.’

ફરી ફરી પ્રયત્ન કરો

ગુરુદેવે એક મુલાકાતીએ ઉપદેશ માટે કરેલી વિનંતીનો જવાબ આપતાં કહ્યું : ‘ફરિયાદ ન કરો. જો તમને ભોજન અને ચા ન મળે તો ફરિયાદ ન કરો. જો તમને કોઈ ગાળો દે તો પથ્થરની શિલાની માફક શાંત રહો.’

ગુરુદેવે બીજા શિષ્યને પૂછ્યું : ‘જ્યારે ગાળો આપવામાં આવે ત્યારે શાંત રહેવું અશક્ય છે ?’

આગળ કહ્યું : ‘ડરો નહિ. નાસીપાસ ન થાઓ. નિર્ભયપણે ફરો. શૂરવીરની માફક આગળ વધો. છોડો, જોડો. D.I.N. Do it now. તેને તરત જ કરવા

માંડો. T.I.N. Try it now તરત જ પ્રયત્ન કરો. K.I.V. keep in vreey ધ્યાનમાં રાખો.’

ગુરુદેવનું T.I.N. નવું સૂત્ર હતું તેને યાદ રાખવાનું તેમણે સૂચવ્યું.

તે સાંભળીને શ્રી ઝાલ મથાજીએ જવાબ આપ્યો, ‘પ્રયત્ન કર્યા પછી પણ માણસને સંતોષ થતો નથી.’ ગુરુદેવે કહ્યું : ‘જો સંતોષ ન થાય તો ફરીથી પ્રયત્ન કરો, ફરી ફરીને પ્રયત્ન કરો. બ્રુસ અને કરોળિયાની વાર્તા યાદ રાખો. મને યાદ છે તે પ્રમાણે બ્રુસ નવ વખત નિષ્ફળ ગયો હતો. તમે નેવુ વખત નિષ્ફળ જાઓ તો પણ ફરીથી પ્રયત્ન કરો.’

ઈશ્વરના દર્શન

એક મુલાકાતીએ ગુરુદેવને એક વિચિત્ર ઘટના કહી. સામાન્ય રીતે બીજા ગોવાળિયા ન હોય તેવા સમયે એક ગોવાળિયો મારી સામે દેખાયો. વિચિત્ર વાત એ હતી કે તે ગોવાળિયાનો એક હાથ બીજા હાથ કરતાં વધુ તેજામન હતો. મુલાકાતીને તેને જોતાં સંશય થયો કે તે માણસ ઈશ્વરે લીધેલું કોઈ રૂપ હતું કે ભ્રમણા માત્ર હતી, કારણ કે તે માનતો હતો કે તે આવી કૃપાને હજી લાયક ન હતો.

ગુરુદેવે કહ્યું : ‘તે ભ્રમણા હતી કે કેમ તે તમારે જાણી લેવું જોઈએ.’

મુલાકાતીએ તે માટેની પોતાની આશક્તિ જાહેર

કરી.

પછી ગુરુદેવે કહ્યું : 'તમારે આવા અનુભવો બીજાને કહેવા જોઈએ નહીં.'

મુલાકાતીએ તરત જ જવાબ આપ્યો : 'આપ મારા ગુરુ છો. શિષ્યે પોતાની દરેક મુશ્કેલી ગુરુને કહેવી જોઈએ.'

પછી ગુરુદેવે થોડાક સમય માટે પોતાની આંખો બંધ કરી. પછી આંખો ઉઘાડી કહ્યું : 'તે ભ્રમણા ન હતી.'

થોડાક સમય પછી તેમણે કહ્યું : 'ભગવાને તમને દર્શન આપ્યાં છે.'

મુલાકાતીએ કહ્યું : 'ગુરુદેવ, શું એ ખરેખર દર્શન હતાં.'

'તમને પ્રોત્સાહન આપવા માટે ઈશ્વરે તમને દર્શન આપ્યાં છે.'

અંદરથી સાંભળો

એક મુલાકાતીએ ગુરુદેવના પોતાના મુખ દ્વારા ઉપદેશ સાંભળવાની ઈચ્છા વ્યક્ત કરી.

ગુરુદેવે કહ્યું : 'અંદરથી સાંભળો.'

ગુરુદેવે જોયું કે મુલાકાતીને પૂરો સંતોષ થયો નથી એટલે તેમણે ઉમેર્યું : 'ઉગમસ્થાન તરફ જાઓ. સેવા કરો, પ્રેમ કરો, આપો, વિશુદ્ધ બનો, ધ્યાન ધરો, સાક્ષાત્કાર પામો. ભલા બનો, ભલું કરો.'

કામ એ જ પૂજા

ગુરુદેવે સ્વામી નિત્યાનંદને પૂછ્યું : 'સ્વામી ક્યાં કામ કરે છે ?'

સ્વામી નિત્યાનંદે જે વિભાગમાં સ્વામી કામ કરતા હતા તેનું નામ આપ્યું.

પછી ગુરુદેવે કહ્યું : 'સેવા પોતે જ ધ્યાન છે. કામ પોતે જ જ્ઞાન તરફ દોરશે. જ્યારે સમય પાકશે ત્યારે વ્યક્તિ આત્મ-સાક્ષાત્કાર પામે છે. સેવા કરતાં કરતાં વ્યક્તિ ગોપાળ, કૃષ્ણ, ગોવિંદ વગેરે વિવિધ નામના સંપર્કમાં આવશે. આ બધાં ભગવાનનાં નામ છે અને જો તમે આ વાત યાદ રાખો તો તમારું કામ પૂજા બની જાય છે.'

ચિંતાને મારવાનું ઔષધ

સત્સંગ વખતે ગુરુદેવે ગાયું :

Nothing exist

કશાનું અસ્તિત્વ નથી.

Nothing belongs to me.

મારું કંઈ જ નથી.

I am neither meind not body

નથી હું મન કે નથી શરીર,

Immrtre self I am.

હું તો છું અમર આત્મા.

આગળના પ્રસંગે ગુરુદેવે ઉપરનું ગીત ગાયું અને કહ્યું : 'જો તમે આ ગાન ગાશો, જો તેની પર ધ્યાન ધરશો તો તમને કોઈ ચિંતા સતાવશે નહિ, તમને શાંતિ મળશે.'

સારા સ્વાસ્થ્ય માટેનો નુસખો

એક મુસ્લિમ પ્રોફેસરે કહ્યું : 'સ્વામીજી, તમે હમણાં જ આખા વિશ્વના સ્વાસ્થ્ય, શાંતિ અને આબાદી માટે પ્રાર્થના કરી. હું પ્રાર્થનાની અસરકારકતામાં માનું છું, પણ હું વિચારું છું લોકોએ પણ સારું સ્વાસ્થ્ય જાળવવા માટે પાળવાના નિયમો વિશે આપ કહેશો તો ખૂબ આનંદ થશે.'

ગુરુદેવે કહ્યું : 'સાત્ત્વિક ખોરાક લો. શુદ્ધ પાણી પીવો અને તાજી હવાનો શ્વાસ લો. ગાઢ ઊંઘ લો. કેટલીક કસરતો કરો. ભગવાનની પ્રાર્થના કરો અને આનંદી રહો, ચિંતા કરશો નહિ. ગાઓ. સંગીત પણ તમને ખૂબ મદદ કરશે. અવારનવાર ઉપવાસ કરો.'

સાચો ત્યાગ

ભક્તોની એક મંડળી ગુરુદેવના દર્શન માટે આવી હતી. તેમનો બનારસ અને બીજા પવિત્ર સ્થળોની યાત્રા કરવાનો આશય હતો.

ગુરુદેવે તેમને પૂછ્યું : 'બનારસ ગયા પછી તમે શેનો ત્યાગ કરશો ?'

મંડળીમાંની એક વૃદ્ધ સ્ત્રીએ કહ્યું : 'સ્વામીજી અમને જે વસ્તુનો ત્યાગ કરવાનું કહેશે તેનો અમે ત્યાગ કરીશું.'

'સફેદ કોળું' ગુરુદેવે સૂચન કર્યું.

તે સ્ત્રીએ કહ્યું : 'સ્વામીજી જે આદેશ આપશે તે કોઈ પણ વસ્તુ.'

ગુરુદેવે કહ્યું : 'તો પછી ગુસ્સો છોડો. અહં અને ધિક્કાર છોડો. આ જ ખરો ત્યાગ છે.'

તે સ્ત્રીએ તેનો સ્વીકાર કર્યો.

પછી બીજા ભક્તો તરફ જોઈ ગુરુદેવે કહ્યું : 'તેણે કોધ છોડી દીધો છે. પણ ધારો કે તમે દરરોજ

જાઓ અને જેણે ક્રોધ છોડ્યાનો સંકલ્પ કર્યો છે તેની પાસે જઈ તે ક્રોધ છોડી દીધો છે ? તે ક્રોધ છોડી દીધો છે ? તો તે તરત જ ગુસ્સે થઈ જશે !

સમય, એક માનસિક સર્જન

ઓફિસનું કામ પતાવીને ગુરુદેવ તેમની કુટીર તરફ આવી રહ્યા હતા, સાથે કેટલાક શિષ્યો હતા.

રસ્તામાં તેમણે શ્રી પુષ્પાને ‘ગણિતના પ્રોફેસર’ કહી બોલાવી. શ્રી પુષ્પા મહાદેવી કન્યા પાઠશાળા કોલેજ, દહેરાદૂનના વાઈસ પ્રિન્સિપાલ અને ગણિતનાં પ્રોફેસર હતાં.

ગુરુદેવે કહ્યું : ‘ધારો કે તમે મિત્રોની સોબતમાં ફુટ સેલાડ અને બીજી સ્વાદિષ્ટ વસ્તુઓ માણતા હો ત્યારે એક કલાક એક મિનિટની માફક પસાર થઈ જશે. બીજી બાજુ, ધારો કે ભરબપોરે ગરમીમાં બસસ્ટેન્ડ પર રાહ જોતાં ઊભાં હો ત્યારે એક મિનિટ એક કલાક જેટલી લાગશે.’

મોહિનીએ વચમાં કહ્યું : ‘આ આઈન્સ્ટાઈનનો સિદ્ધાંત છે.’

તરત જ ગુરુદેવે જવાબ આપ્યો : ‘આ ‘યોગ વાસિષ્ઠ’નો સિદ્ધાંત પણ છે.’ પછી કહ્યું : ‘સમય ફક્ત મનનો પ્રકાર છે, માનસિક સર્જન માત્ર છે.’

મધુર શબ્દો

નિર્મળાનંદ આશ્રમના ગેસ્ટ હાઉસના ચાર્જમાં હતા. સ્વામી સત્સંગમાંથી પાછા વળતાં ગુરુદેવે તેમને મુલાકાતીઓની બરાબર સારસંભાળ લેવાય છે કે કેમ તે માટે પૂછ્યું.

સ્વામી નિર્મળાનંદે સારસંભાળ બરાબર થાય છે તેમ કહ્યું.

ગુરુદેવે કહ્યું : ‘તમે મુલાકાતીઓને દૂધ કે દહીં ન આપી શકો તો કંઈ નહીં તો મધુર શબ્દોથી તેમનું સ્વાગત કરો. લોકોને દૂધ કે દહીં કરતાં મધુર શબ્દો વધુ ગમે છે.’

હાસ્યરસ એક દિવ્ય બક્ષિસ

સત્સંગ જતાં જતાં ગુરુદેવને વિનોદ કરવાના પ્રસંગ મળતા હતા. પછી વિનોદી સ્વભાવ પર સામાન્ય રીતે ટીકા કરતાં તેમણે કહ્યું : ‘હાસ્યરસ ખાસ કરીને સંસ્કારક અને બોધ આપનાર હોય ત્યાં સુધી સારો છે. સંગીતની માફક હાસ્યરસ પણ એક દિવ્ય બક્ષિસ છે.’

(સિદ્ધિ વિશે-૩... અનુસંધાન પાન-૧૪ પરનું...)

પણ લે, અને એ રીતે પરમ શાંતિ મેળવી લે, તેની સિદ્ધિ કાંઈ ઓછી નથી. પોતાના રૂઢ ને ખરાબ સ્વભાવને બદલીને વધારે સારા સ્વભાવમાં પ્રતિષ્ઠિત થવાનું કામ ઓછું મહત્વનું ને ઓછું કઠિન નથી. તેને સાધવામાં મહાન સિદ્ધિ રહેલી છે. સાધારણ રીતે વાત કરીએ તો આજના સમયમાં માણસ જૂઠું બોલવાનું, વિચારવાનું ને કરવાનું છોડી દે, ને જીવનમાં સત્યનો જ પક્ષપાતી બને, તો તે તેની મોટી સિદ્ધિ ગણાશે. સ્વાર્થનો જ વિચાર કરવાનો મૂકી દઈ, બીજાના હિતનો વિચાર કરી, બીજાના હિતમાં પોતાની શક્તિ પ્રમાણે લાગ્યો રહેશે, તો તે તેની મોટી સિદ્ધિ મનાશે. ઈર્ષ્યા, ક્રોધ, કડવાશ ને ધિક્કારની ભાવનાને દૂર કરી દઈ પ્રેમ, શાંતિ, વાણીની મીઠાશ ને સૌના સુખમાં સુખી થવાની ભાવના કેળવશે, તો તેણે મોટી સિદ્ધિ મેળવી એમ જરૂર મનાશે. એટલે કે દુર્ગુણોની પરંપરામાંથી મુક્ત થઈને તેણે સદ્ગુણોને કેળવ્યા હશે તો તે મહાન સિદ્ધિ ગણાશે. આના અનુસંધાનમાં જો તે પોતાની આસપાસના ખરાબ વાતાવરણથી રંગાય નહિ તો તેની સિદ્ધિ વધી જશે, ને તેથીયે આગળ વધીને ખરાબ વાતાવરણને પોતાના પ્રભાવથી પલટાવીને જો સારું બનાવી શકશે તો-તો તેની સિદ્ધિ એથી પણ વધી જશે. પારસમણિના સંબંધમાં આવું જ સંભળાય છે. તે લોઢાના સમાગમમાં આવે છે પણ લોઢાના રૂપરંગથી મુક્ત જ રહે છે. ઊલટું, તેની અસરથી લોઢામાં ફેરફાર થાય છે ને તે સોનું બને છે. માણસ પણ જો એ રીતે પોતાની આસપાસના વાતાવરણને પલટાવી શકે ને વધારે સારું બનાવી શકે તો તે તેની સિદ્ધિ જ ગણાશે. સિદ્ધિનો આવો વિશાળ વિચાર કરી શકાય છે. છતાં સાધનાની પરિપક્વતાના ફળરૂપ જે દેવી શક્તિ કે સિદ્ધિ મળે છે તે પણ સત્ય છે અને તે ઓછી ઉપકારક નથી એ વાત જાણી લેવાની જરૂર છે. ઉપર કહી તેવી સ્વભાવની સિદ્ધિ સાથે સાધનાના ફળરૂપે પ્રાપ્ત થનારી સિદ્ધિ પણ જો મળે તો સોનામાં સુગંધ જેવું થઈ જાય, અને એનું મૂલ્ય ઘણું વધી જાય. ‘સાધના’માંથી સાભાર

યોગ એ જ જીવન

- શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

[ન્યૂયોર્ક (અમેરિકા)થી 'ગુજરાત ટાઈમ્સ' નામનું સાપ્તાહિક પ્રગટ થાય છે તેના મેગેઝિન વિભાગ સપ્તક્રમાં પૂ.સ્વામીજી લિખિત 'યોગ એ જ જીવન'ની લેખશ્રેણી પ્રગટ થાય છે. તેમાંથી નીચેનો લેખ આપણે 'દિવ્ય જીવન'માં સાત્માર લઈએ છીએ. -સંપાદક]

મૂર્છા અને પ્લાવિની

પ્રમુખ પ્રાણાયામોની શૃંખલામાં મૂર્છા અને પ્લાવિનીનાં નામ અજાણ્યાં નથી. મૂર્છા પ્રાણાયામમાં કુંભક કરવાથી મન દીર્ઘ કાળ સુધી શૂન્યાવકાશમાં તલ્લીન થઈ જાય છે. તેથી મોટા ભાગે આ પ્રાણાયામનો સર્વસાધારણ લોકો અભ્યાસ કરતા નથી, કારણ કે સ્ફૂર્તિ અને ચેતના તો સૌને અનુકૂળ આવે, આ મૂર્છાની સ્થિતિ સૌને અનુકૂળ આવતી નથી, માટે મૂર્છા પ્રાણાયામ બહુ પ્રચલિત નથી.

મૂર્છાના અભ્યાસ માટે આસનમાં સ્થિર બેસીને બંને નાકનાં નસકોરાંથી ઊંડો શ્વાસ લઈને દાઢીને

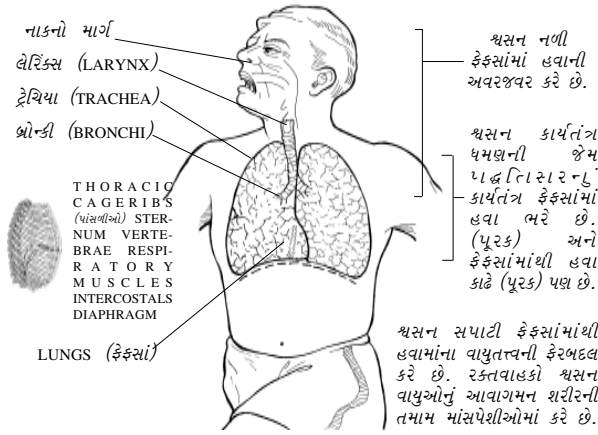
છાતીમાં દબાવીને શ્વાસ રોકવાનો છે. જલંધરબંધ કરવાનો છે. જ્યારે ખરેખર ગૂંગળામણ થાય અને લાગે કે, ભાન ગુમાવી બેસાશે ત્યાં સુધી કુંભકનો અભ્યાસ કરવો. ત્યાર પછી ધીરે ધીરે શ્વાસ છોડીને રેચક કરવો, આ પ્રક્રિયાથી શ્વસનક્રિયા વધુ સક્ષમ બને છે.

ઘણા લોકો મૂર્છાના અભ્યાસ સમયે જલંધરબંધ કરતાં પૂર્વે બંને હાથની આંગળીઓ વડે બંને હોઠ નીચે અને ઉપરથી, નાકનાં બંને નસકોરાં, બંને આંખો અને બંને અંગૂઠાથી બંને કાનને પણ બંધ કરતા હોય છે.

સૌથી નાની ટચલી આંગળીઓ હોઠની નીચે, તે પછીની અનામિકા (ટચલી આંગળીની પાસેની) આંગળી નાક અને હોઠની વચ્ચે રાખીને બંને હોઠને ઉપરથી અને નીચેથી બંધ કરવા, મધ્યમા કે વચલી આંગળીથી નાક અને તર્જની (અંગૂઠા પછીની પહેલી આંગળી)થી આંખો બંધ કરવી અને અંગૂઠાથી કાનનાં છિદ્ર બંધ કર્યા પછી જલંધરબંધ કરવાથી મૂર્છા પ્રાણાયામ વધુ સક્રિય બને છે. એવું માનવામાં આવે છે કે બાળક ગર્ભમાં આવી રીતે આંખ, નાક, કાન અને મોં બંધ રાખીને, હડપચી છાતીમાં દબાવીને રહે છે તેથી તેને યોનિમુદ્રા પણ કહેવામાં આવે છે. પ્લાવિની પ્રાણાયામનો અભ્યાસ ખાસ કરીને નદી કે તળાવને કિનારે વસનારા સાધકો વધુ કરતા હોય છે. પ્લાવિની પ્રાણાયામના અભ્યાસ માટે વિદ્યાર્થીના પોતાના અંગત કૌશલની વધુ આવશ્યકતા હોય છે. શિવાનંદ આશ્રમ, હૃષીકેશ, ગંગાકિનારે વસેલો છે. શિયાળામાં પાણીમાં વેગ ઘણો જ ઓછો થઈ જાય છે. ત્યારે ત્યાં સાધકોને પ્લાવિનીનો અભ્યાસ કરતા જોવાની એક મજા છે. આ પ્રાણાયામમાં સાધકે મોઢેથી જેમ પાણીને ઘૂંટડે ઘૂંટડે પીએ તેવી રીતે હવાને પીવાની હોય છે. આમ થાય ત્યારે સાધકનું જઠર હવાથી ભરાઈ જાય છે. હવા ભરાવાથી પેટ થોડું ફૂલે છે. જ્યારે પેટ હવાથી ભરાઈ જાય ત્યારે તેના ઉપર આંગળીઓથી ટકોરા મારીએ તો તબલાં જેવો ટનાટન

શ્વસનતંત્ર

તમામ સજીવ સેલ્સને તેમની ચોપાસના તરલ પ્રવાહીમાંથી પ્રાણવાયુ (OXYGEN)ની આવશ્યકતા હોય છે કે જેથી તેઓ અશુદ્ધ વાયુ (Carbonioxide)થી મુક્તિ મેળવી શકે.



નોંધ : આંતરિક શ્વસનતંત્ર : ટિસ્યુ સેલ્સ (TISSUE CELLS) અને તેના તરલ પ્રવાહીના વાતાવરણની વચ્ચે ગેસના આદાનપ્રદાનનું માળખું. બાહ્ય શ્વસનતંત્ર : શરીર અને તેની ચોપાસના વાતાવરણમાં પ્રાણવાયુ અને અશુદ્ધ વાયુ (OXYGEN & CARBONDIOXIDE)ના આદાનપ્રદાનનું માળખું.



મૂર્છા પ્રાણાયામ

અવાજ સાંભળી શકાય છે. આકસ્મિક આવી રીતે હવા પીવાનું સરળ નથી-

‘શનૈઃ પન્થાઃ શનૈઃ કંથાઃ પર્વતમસ્તકે

શનૈઃ વિદ્યા શનૈઃ વિત્તં પંચૈતાનિ શનૈઃ શનૈઃ ॥’

રસ્તો કાપવાનો હોય કે કપડાં પહેરવાનાં હોય, પહાડ ચઢવાનો હોય કે ભણતર ભણવાનું હોય અથવા તો પૈસા કમાવાના હોય - આ બધું ધીરે ધીરે જ થાય છે. આકસ્મિક એકાએક કદીય કંઈ થતું નથી.

સંગીતના ગુરુજી પહેલાં સારંગમ પધનીસા જ શીખવતા હોય છે, પછી જ સાસા રેરે અથવા સારંગ રેગમ કે સારંગમ રેગમપ કે સાગરેસા રેમગરે સરગમોનું શિક્ષણ અપાતું હોય છે. પહેલે દિવસે અલ્હૈયા બિલાવલ ન હોય તેમ પ્લાવિનીનો અભ્યાસ પણ ધીરે ધીરે કમેકમે કરવામાં આવે તો ખરેખર અસંભવ તો કંઈ છે જ નહિ. પ્લાવિનીના અભ્યાસી માત્ર પાણીમાં તરવા કે કલાકો સુધી પડી રહેવા માટે જ પ્લાવિનીનો અભ્યાસ કરતા નથી હોતા, પરંતુ આ વાયુભક્ષણ કરનારા સાધકો બહુ દિવસો સુધી ખોરાક વગર પણ ચલાવી શકતા હોય છે. ધીરે ધીરે નિયમિત અભ્યાસ કરવાથી પ્લાવિની પ્રાણાયામ સંભવ બને છે. આરંભમાં આ પ્રાણાયામ યોગ્ય અને અધિકારી યોગાચાર્ય કે વ્યક્તિની દેખરેખ હેઠળ જ કરવો જોઈએ. એક વાર આ વાયુપાન કર્યા પછી સાધક પોતાના પેટમાંથી આ બધી હવાને ઓડકારની જેમ જ રેચક કરીને વિમોચન કરે છે. વાયુભક્ષણ કરનારા યોગીનો ચહેરો પ્રકાશમય, ત્વચામાં સૌંદર્ય અને ચળકાટ, આંખોમાં તેજ અને કંઠમાં માધુર્ય હોય છે. જે લોકો એકાગ્રતા અને ધ્યાનનો અભ્યાસ કરવા માટે પ્રારંભિક તૈયારીરૂપે પ્રાણાયામનો અભ્યાસ કરવા માગતા હોય તેમણે પ્રાણાયામનો નિયમિત અભ્યાસ કરવો જોઈએ. દરરોજ પદ્ધતિસર, વૈજ્ઞાનિક રીતે, નિયમિત રીતે, આળસ વગર, ભૂલ્યા વગર, રસપૂર્વક, પ્રાણાયામ, યોગાભ્યાસ અને ધ્યાનનો અભ્યાસ કરવામાં આવે તો શારીરિક ક્ષમતા ઉપરાંત દૈનિક જીવનની, પારિવારિક જીવનની શારીરિક, માનસિક, આધ્યાત્મિક, સામાજિક, કાયિક, વાચિક, ભૌતિક કે લૌકિક સમસ્યાઓનું સમાધાન અહીં સહેજે થઈ જાય છે.

હમણાં જ (આ વાત ૨૦૦૭ના ઉનાળાની છે.) અમે અમારા ઉનાળુ વેકેશનનો યોગશિક્ષક તાલીમ

શિબિર કાર્યક્રમ પૂરો કર્યો. સમાપન પ્રસંગે શિક્ષાર્થીએ પોતાના ઉદ્દગાર કહ્યા. બિંદિયા ઠક્કર (ઉં.વ.૪૨)એ કહ્યું, ‘ગયા વર્ષે હું ગોવા ગયેલી. ત્યાં બધા વચ્ચે હું મારી જાતને અદકી લાગી. મને મારું જીવન ઝેર લાગ્યું. કારણ ખાવાપીવામાં સંયમ ન રહ્યો. બ્લડપ્રેશર વધ્યું. અમદાવાદ પાછાં આવીને હેલ્થ ક્લબમાં જોડાઈ એક મહિનામાં વજન આઠ કિલો ઓછું થયું, પરંતુ ડાયેટિંગ અને પાર વગરની કસરતને કારણે શરીર પણ કોથળા જેવું થઈ ગયું.’

‘શરીરથી વધારે મન જ હંમેશાં અકળામણ અનુભવતું રહ્યું. બેચેની વધતી ચાલી. ત્યારે કોઈએ મને શિવાનંદ આશ્રમના યોગ વર્ગમાં જવાનું કહ્યું. ત્રણેક મહિના પછી મને યોગશિક્ષક તાલીમ શિબિરમાં જોડાવાનું સૌભાગ્ય મળ્યું. મારું બ્લડપ્રેશર નિયમિત થયું છે. વજન સ્થિર થયું છે. ચહેરા ઉપર ચળકાટ આવ્યો છે. મન પ્રસન્ન છે. ચીડિયો સ્વભાવ ગયો છે. પતિ અને બાળકો પણ પ્રસન્ન છે, પરંતુ રહસ્ય છે. હું સવારે ૪-૩૦ વાગ્યે ઊઠી જાઉં છું.’

‘પ્રાતઃકર્મથી પરવારીને ધ્યાન, જપ, પ્રાણાયામ અને યોગનાં આસનો કરું છું. સવારે નાસ્તામાં દૂધીનો તારો રસ પીઉં છું. તે સિવાય બીજું કંઈ ખાતી નથી. બપોરે ભોજનમાં થાળી ભરીને તાજાં શાકભાજીનાં સલાડ, તાજાં શાકભાજીને બાફીને તેમાં માત્ર દૂધી, ટામેટાં, ફણસી, બીટ જ નાખું છું, તે જ મોટો બાઉલ ભરીને ખાઉં છું. તાજી પાલખ, મેથી, મૂળાનાં પાન, ગાજર, મોગરી વગેરેને દહીંની સાથે બપોરે ચા-અલ્પાહારને સ્થાને લઉં છું. રાત્રે બે કેરી અને એક ગ્લાસ ઝીરો ફેટનું ઠંડું દૂધ પીઉં છું.’ ‘બધીય સમસ્યાનું મૂળ વધારે પડતો અયોગ્ય સમયે, અયોગ્ય રીતે, ગમે ત્યારે ખવાતો ખોરાક, બેઠાડું જીવન, કામની આળસ અને કસરતનો અભાવ. આ પ્રકારના જીવનપ્રકલ્પે જીવનને ઝેર કરી નાખ્યું હતું. નીરસ અને અકળામણભર્યું. હવે મને દરરોજનો સૂર્યોદય નવી જ તાજગી, પ્રસન્નતા અને પ્રભાતના પ્રહરનાં પક્ષીઓની માફક પમરાટ કરવાનું થનગનતું યૌવન આપે છે. પ્રાણાયામ, ધ્યાન અને યોગાભ્યાસના નિયમિત અભ્યાસે મને જીવનઝંકૃતતા બક્ષી છે. હું સદેવ યોગવિદ્યાની ઋણી રહીશ.’

ઉપનિષદ-યાત્રા

શ્રી ગુણવંતભાઈ શાહ

જેણે મન જીત્યું, તેણે જગ જીત્યું !

ઋષિના શબ્દો : મનો વૈ સમ્રાટ્ પરમં બ્રહ્મ ।

(બૃહદારણ્યક ઉપનિષદ, અધ્યાય ૪, બ્રાહ્મણ ૧, મંત્ર ૬)

ભાવાર્થ : યાજ્ઞવલ્ક્ય ઋષિ કહે છે, રાજવી જનક સુણો, સંભર્યું બ્રહ્મ આકાશે, રહ્યું તે નિજ મનમાં !

યાજ્ઞવલ્ક્ય અને જનકનો સંવાદ

વિદેહના રાજા જનક પ્રસન્ન ચિત્તે બેઠા હતા. સંસારમાં રહ્યા છતાં તેઓ સંસારનાં વળગણોથી મુક્ત હતા. એમની બ્રહ્મજિજ્ઞાસાને કારણે યાજ્ઞવલ્ક્ય જેવા પરિવ્રાજક એમને ત્યાં વારંવાર પહોંચી જતા. બંને વચ્ચે બ્રહ્મના સ્વરૂપ અંગે સંવાદો થયા તે બૃહદારણ્યક ઉપનિષદમાં સચવાયા છે. સંવાદના એક વળાંક પર મન વિશે ચર્ચા ચાલી.

જનક : જબાલાના પુત્ર સત્યકામે મને કહેલું કે મન તો બ્રહ્મ છે.

યાજ્ઞવલ્ક્ય : મન તો બ્રહ્મ છે કારણ કે માણસનું મન ઠેકાણે ન હોય તો તેની કેવી દશા થાય ? પણ વિચારવાનું એ છે કે બ્રહ્મનું નિવાસસ્થાન ક્યાં છે અને તે શેને આધારે ટકી રહ્યું છે. એ વાત તેણે તમને કરેલી ખરી ?

જનક : ના, નહોતી કરી. એ વાત તમે હવે મને કહો.

યાજ્ઞવલ્ક્ય : બ્રહ્મનું નિવાસસ્થાન મન છે. આકાશ તેનો આધાર છે. એ બ્રહ્મને આનંદસ્વરૂપ સમજીને તેનું આરાધન કરવું જોઈએ.

જનક : હે યાજ્ઞવલ્ક્ય ! આનંદ એટલે શું ?

યાજ્ઞવલ્ક્ય : હે સમ્રાટ ! મન એ જ આનંદ. માણસ મન વડે સ્ત્રીની ઈચ્છા કરે છે. એ સ્ત્રી થકી એને પોતાના જેવો જ દીકરો પ્રાપ્ત થાય છે ત્યારે આનંદ પ્રગટે છે. હે રાજન્ ! મન પરબ્રહ્મ છે એમ સમજીને જે માણસ મનની આરાધના કરે તેને મન કદી ત્યજી દેતું નથી. બધાં પ્રાણીઓ તેને મળી રહે છે. એ માણસ દેવસ્વરૂપ બનીને દેવો પાસે જાય છે.

મન શત્રુ નથી, મિત્ર છે

વૈદિક ઋષિઓએ ક્યારેય મનની અવગણના

નથી કરી. મનની સાથે કામ પાડવાનો ઉત્તમ માર્ગ ઉપનિષદોએ બતાવ્યો છે. માણસ મનનો નચાવ્યો નાચે છે. સંસારમાં સતત લાલસનું નૃત્ય ચાલતું રહે છે. અપ્સરા મેનકાને લાલસના પ્રતીક તરીકે સમજવી રહી. વાસ્તવમાં મેનકા નહીં, વિશ્વામિત્રનું મન નાચવા લાગે છે. વિશ્વામિત્રની અનુમતિ વગર એમનું મન મેનકામય નથી બનતું. વિશ્વામિત્રનું મન મેનકામાં ન પરોવાય તો મેનકા લાયક છે.

આપણી આસપાસ સતત ઉદ્ભવતું અને આથમતું પરિવર્તનશીલ જગત્ મહદ્અંશે મનોમય છે. જગત્ એટલે ગતિમાન અથવા જંગમ. આ દુનિયામાં એક જ બાબત કાયમી છે અને તે છે પરિવર્તન. પ્રતિક્ષણ ચાલતા પરિવર્તનના ખેલમાં મન પરોવાય છે અને જે શાશ્વત છે તેની વિસ્મૃતિ થતી હે છે. મન પ્રત્યે કેવું વલણ કેળવી શકાય ? ત્રણ વિકલ્પો છે :

(૧) મનને મિત્રભાવે નિહાળવું (શમન)

(૨) મનને અમિત્રભાવે નિહાળવું (દમન)

(૩) મનને બ્રહ્મભાવે આરાધવું (મનો વૈ પરમં બ્રહ્મ)

મનબ્રહ્મની ઉપાસના કરવી રહી

ઉપનિષદીય ચિંતનમાં મનને કેવા ઊંચા સ્થાને બેસાડવામાં આવ્યું છે તેનો ખ્યાલ આવે તે માટે થોડાંક સૂત્રાત્મક વિધાનો અહીં પ્રસ્તુત છે. માણસની ગતિ એટલે એના મનની ગતિ. એ સદ્ગતિ પણ હોઈ શકે અને દુર્ગતિ પણ હોઈ શકે. ઋષિઓએ મનબ્રહ્મ અંગે જે ચિંતન કર્યું તેનો સાર ટૂંકમાં સમજી લઈએ.

● મન શાંતિનું કમળ છે. (મનઃ શાન્તિપદ્મ ।

મૈત્રાયણી ઉપનિષદ)

● મન પ્રાણ અને શરીરના નેતા જેવું છે.

(મનોમય: પ્રાણશરીરનેતા । મુંડકોપનિષદ)

● મન નરકતુલ્ય છે. (મનો નરકમ્ । જૈમિનીય ઉપનિષદ)

● મન રાક્ષસ જેવું છે. (મનો વા અસુરમ્ । જૈમિનીય ઉપનિષદ)

● મન દેવતા સ્વરૂપ છે. (મનો નામ દેવતા । કૌષીતકિ ઉપનિષદ)

● મન વાછરું છે. (મનો વત્સ: । બૃહદારણ્યક ઉપનિષદ)

● મન અંતરિક્ષ લોક છે. (મનો'ન્તરિક્ષલોક: । બૃહદારણ્યક ઉપનિષદ)

● મન આનંદસ્વરૂપ છે. (મન આનન્દમ્ । તૈત્તિરીય ઉપનિષદ)

● મન એ જ યજ્ઞનો અધિષ્ઠાતા બ્રાહ્મણ (બ્રહ્મા એ યજ્ઞનો ચોથો બ્રાહ્મણ ગણાય. (હોતા, ઉદ્ગાતા, અધ્વર્યુ અને બ્રહ્મા). એ યજ્ઞદેવતા નથી.) છે. (મનો વૈ યજ્ઞસ્ય બ્રહ્મા । બૃહદારણ્યક ઉપનિષદ)

● મન એ જ બ્રહ્મ છે. (મનો હિ બ્રહ્મ । છાંદોગ્ય ઉપનિષદ)

● મન એ ઋત છે. (મનો વા ઋતમ્ । જૈમિનીય ઉપનિષદ)

● મન થકી વિષયોની ઈચ્છા થાય છે. (મનસા હિ કામાન્ કામયતે । બૃહદારણ્યક ઉપનિષદ)

● મનથી અંત:કરણ શ્રેષ્ઠ છે. (મનસ: સત્ત્વમ્ ઉત્તમમ્ । ક્કોપનિષદ)

● મનબ્રહ્મની ઉપાસના કરવી જોઈએ. (મનો બ્રહ્મેત્યુપાસીત । છાંદોગ્ય ઉપનિષદ)

છાંદોગ્ય ઉપનિષદમાં કહ્યું છે કે મન બ્રહ્મ છે એ અધ્યાત્મ દષ્ટિ છે અને આકાશ બ્રહ્મ છે એ અધિદેવત દષ્ટિ છે. શંકરાચાર્ય આ મુદ્દાને સ્પષ્ટ કરવા માટે કહે છે : 'જેના દ્વારા માણસ મનન કરે તે અંત:કરણને મન કહે છે. એ પરબ્રહ્મ છે, એમ સમજીને એની ઉપાસના થવી જોઈએ. મન અંગેનું આવું આત્મદર્શન એ જ અધ્યાત્મ છે. આકાશ બ્રહ્મ છે એવી ઉપાસના દેવતાવિષયક દર્શન ગણાય... કારણ કે આકાશ અને મન, બંને સૂક્ષ્મ છે. બ્રહ્મ મન દ્વારા પ્રાપ્ત થઈ શકે છે,

તેથી પણ મન 'બ્રહ્મદષ્ટિ'ને પાત્ર છે. એ જ પ્રમાણે સર્વગત, સૂક્ષ્મ અને ઉપાધિહીન હોવાને કારણે આકાશ પણ 'બ્રહ્મદષ્ટિ'ને પાત્ર છે.' મન પ્રત્યેનો આવો બ્રહ્મભાવ ઉપનિષદના ઋષિઓને પ્રાપ્ત થયેલા દર્શનનો મધુર પ્રસાદ છે.

મનોવિજ્ઞાની એરિક ફોમ શું કહે છે ?

મનોવિજ્ઞાની એરિક ફોમ કહે છે કે માણસ એવું એકમાત્ર પ્રાણી છે, જેને માટે પોતાનું જીવન એક કોયડો છે, જે એણે પોતે જ ઉકેલવાનો છે. યુનેસ્કોની સ્થાપના થઈ ત્યારે આમુખમાં કહેવાયું : 'યુદ્ધ માણસના મનમાં પેદા થાય છે અને માણસના મનમાં જ શાંતિનાં સુરક્ષાકવચ રચાવાં જોઈએ.' હિટલરનું મન યુદ્ધનું સર્જન કરે છે અને ગાંધીનું મન શાંતિનાં આંદોલનો (વાઈબ્રેશન્સ) વહેતાં મૂકે છે. પરિવારમાં ખલેલયુક્ત મન ધરાવનાર એક જ પાત્ર આખા ઘરને માથે લેતું હોય છે. સમાજમાં લોકોના મનનું આરોગ્ય જળવાઈ રહે તે માટેનું આયોજન થવું જોઈએ. મનના આરોગ્ય પર મહાનગરોનું તાણયુક્ત જીવન ખૂબ જ માઠી અસર પહોંચાડતું રહે છે. મહાનગરમાં નવરો માણસ પણ ઉતાવળમાં હોય છે. ભીડ, ઘોંઘાટ અને ઉચાટને કારણે મનની સ્વસ્થતા ખતમ થાય છે. ગીતા મનની પ્રસન્નતા (મન:પ્રસાદ)નો મહિમા કરે છે. આજનો તાણગ્રસ્ત નગરમાનવ પ્રસન્નતા ગુમાવી બેસે છે. એના ચહેરા પર ચિંતાના ચાસ વર્તાય છે. ક્યાંક કશુંક ખોરવાય કે તરત ટોળું હુલ્લડ મચાવી દે છે. મનના રોગો શરીરના રોગો જેટલા દેખીતા નથી હોતા. સમાજમાં હજાર માણસોમાં દસ માણસો પણ મનોશારીરિક સ્વસ્થતા ધરાવનારા નથી હોતા. આખો સમાજ શરીરપ્રધાન છે. એ મનપ્રધાન પણ થાય તો કાલે આત્મપ્રધાન થાય એમ બને. શરીરની ઉપેક્ષા કર્યા વગર મનની માવજત કરવાની છે.

મનની માવજત કરવાનો ઉપાય ગીતા બતાવે છે

મનની માવજત કરવાનો ઉપાય ગીતા બતાવે છે. મનની કામનાઓને આત્મભાવ (બ્રહ્મભાવ)માં વાળવાની છે. કૃષ્ણ અર્જુનને કહે છે :

મનની કામના સર્વે છોડીને આત્મમાં જ જે, રહે સંતુષ્ટ આત્માથી, તે સ્થિતપ્રજ્ઞ જાણવો.

વિષયો પાછળ મન દોડવાનું જ છે. વિષયોને હડે હડે કરવાથી પ્રતિક્રિયાઓ જન્મે તેવો પૂરો સંભવ રહે છે. ઉપવાસ કર્યો હોય ત્યારેય મન બટાકાવડાનું ચિંતન કરવા લાગે છે. ગીતા ચેતવણી આપે છે :

નિરાહારી શરીરીના ટળે છે વિષયો છતાં,
રસ રહી જતો તેમાં, તે ટળે પેખતાં પરં. (૨, ૫૯)

ગીતા અને ઉપનિષદ મન અંગે જે વિચારે તેનો અનુબંધ સમજવા જેવો છે. ગીતા મનને આત્મભાવમાં લીન કરવાનું કહે છે અને ઉપનિષદો મનને બ્રહ્મભાવમાં ઝબોળવાનું કહે છે. મન પ્રત્યે શત્રુતા રાખનારાઓ ક્યારેક પ્રતિક્રિયાઓનો ઉકરડો વેઠતા રહે છે. મન જે બાજુ તાણે તે બાજુ નિરાંતે ચાલનારાઓ અસંયમના ખાળકૂવામાં ડૂબકાં ખાતા રહે છે. બંનેથી બચીને ચાલવામાં વિવેક મદદે આવે છે. મન જે કંઈ કહે તે બધું કરવામાં જોખમ છે. બુદ્ધિની મદદ ન મળે તો મન સર્વનાશનું નિમિત્ત બની શકે છે. (બુદ્ધિનાશાત્ પ્રણશ્યતિ । ગીતા; ૨-૬૩)

આજની મેનેજમેન્ટના નિર્ણય લેવાનું કામ ચીફ એક્ઝિક્યુટીવ ઓફિસર (સી.ઈ.ઓ.) કરે છે. પ્રશ્ન મૂળભૂત છે. નિર્ણય લેનાર (ડિવિશનમેકર) કોણ છે ? ઘોડો ક્યાં જાય તેનો નિર્ણય ઘોડો કરે કે ઘોડેસવાર ? આપણું મન આપણા કહ્યામાં છે કે આપણે મનના કહ્યામાં છીએ ? મનમાં ભાવ જાગે તો મંદિર જવું જોઈએ. મનમાં ભાવ ન જાગે તોય લોકો મંદિરે જાય માટે મારે પણ મંદિર જવું જોઈએ, એવું વિચારીને મંદિર જવામાં અનુકરણ છે. ઘણા લોકો જીવનભર અન્ય લોકોનું અનુકરણ જ કરતા રહે છે. આવું બને તેમાં મનબ્રહ્મનું અપમાન છે. મન પવિત્ર છે. એ અપવિત્ર ત્યારે જ બને છે, જ્યારે એ અંતઃકરણના કહ્યામાં નથી રહેતું. મનને પરાણે દબાવવામાં સાર નથી. મનની લગામ અંતઃકરણ (સત્ત્વ)ના કહ્યામાં હોય એટલે અડધી લડાઈ પૂરી થઈ ! મન સાથે દુશ્મનાવટ કેળવવામાં શાણપણ નથી. કોઈએ કહ્યું છે કે જેણે મન જીત્યું તેણે જગ જીત્યું. મનને જીતવાનું નથી. મનને સમજવાનું છે અને એની સાથે મૈત્રી કેળવવાની છે. મનના ખેલ નિરાળા છે. મનબ્રહ્મને નમસ્કાર.

હું છું તે હું છું

- શ્રી સ્વામી શિવાનંદ

આ લક્ષ્ય છે કાલાતીત અને અવકાશહીન
આ બેઠક છે વ્યાધિ અને શોક વગરની
આ રહેઠાણ છે પરમસુખપૂર્ણ અને શાંતિપૂર્ણ
આ ધામ છે અવિકારી અને વર્ણી અસીમ
હું જાણું છું કે 'હું તે છું.'

નથી મારે શરીર, મન કે ઈન્દ્રિયો
નથી મારે વિકાર, વિકાસ કે મૃત્યુ
હું છું અમર, સર્વવ્યાપક બ્રહ્મા.

ન સ્પર્શી શકે મને પુણ્ય કે પાપ.
ન અસર કરે મને સુખ કે દુઃખ
ન કરી શકે મને દૂષિત રુચિઓ કે અરુચિઓ
હું છું અસ્તિત્વ-કેવળ, જ્ઞાન-કેવળ અને પરમસુખ-કેવળ.

નથી મારે મિત્રો કે દુશ્મનોયે
નથી મારે માબાપ કે સંબંધી કોઈ
નથી મારે ઘર કે નથી મારો દેશ
હું છું તે હું છું, હું છું તે હું છું.

નથી હું કદી જન્મતો કે, નથી કદી મરતો
હું છું સદા વિદ્યમાન, વર્ણી સર્વત્ર હાજર
નથી ભય મને મૃત્યુનો કે ટીકાનો સમાજની
હું છું શિવ, પરમસુખ પૂર્ણ અને જ્ઞાનપૂર્ણ
ચિદાનંદરૂપ: શિવોડહં, શિવોડહમ્

વિષ્ણુ-ષ્ટપદી

શ્રી રમણલાલ સોની

[શ્રીમદ્ શંકરાચાર્યજીએ અનેક સુંદર સ્તોત્રો લખ્યાં છે, જેમાંનું આ એક છે. આ સ્તોત્રો મધુર છે, સુંદર છે. ઝરણું વહે તેમ એ વહે છે. વળી એ ઝટ કંઠસ્થ થઈ જાય તેવાં છે. ષ્ટપદ એટલે છ પગવાળો ભમરો. આ કવિતા છે, એટલે એને ષ્ટપદી કહી. ષ્ટપદી એટલે છ પદ (કડી)વાળી કવિતા, સ્તોત્ર. આ સ્તોત્રમાં ભગવાન વિષ્ણુની સ્તુતિ છે અને પ્રાર્થના છે. સાતમી કડી સમાપનની છે.]

ષ્ટપદી : ચોથું પદ

ઉદ્ભવતનગ નગમિદનુજ દનુજકુલામિત્ર મિત્રશશીદૃષ્ટે ।

દૃષ્ટે ભવતિ પ્રભવતિ ન ભવતિ કિં ભવતિસ્કારઃ ॥ ૪ ॥

આ પંક્તિઓ વાંચતા-સાંભળતામાં તરત એની શબ્દરચના આપણું ધ્યાન ખેંચે છે. પહેલી પંક્તિમાં ચાર શબ્દજોડકાં છે અને બીજી પંક્તિમાં ‘ભવતિ’ શબ્દ ચાર વખત વપરાયો છે. આથી કાવ્યની મધુરતા અધિક મિષ્ટ બને છે અને તે કંઠસ્થ કરવામાં આનંદ આવે છે.

જેવું એનું આ શબ્દલાલિત્ય છે તેવું જ અર્થલાલિત્ય પણ છે. આમાં બાલકૃષ્ણની બાળલીલાનો સંદર્ભ છે. એક પછી એક શબ્દ-જોડકાં જોઈએ. ઉદ્ભવતનગ એટલે ગિરિરાજ ગોવર્ધન (નગ)ને ઊંચકનાર કૃષ્ણ.

નગમિદનુજ - બલરામ. પહાડને ભેદનાર, વશ કરનાર (નગમિદ્)નો નાનો ભાઈ (અનુજ) કૃષ્ણ.

દનુજકુલામિત્ર - દાનવકુળનો દુશ્મન (અમિત્ર)

મિત્રશશીદૃષ્ટે - સૂચ (મિત્ર), ચંદ્ર (શશી) જેનાં નેત્ર છે તેવા કૃષ્ણ.

આ ચારે કૃષ્ણનાં વિશેષણો છે. વ્રજમાં બારે મેઘ ખાંગા થયા. મનુષ્યો અને ગાયોની સલામતી જોખમાઈ ત્યારે કૃષ્ણે ગોવર્ધન પહાડને અદ્ધર ઊંચો કરી તેની નીચે સૌને સલામત આશ્રય આપ્યો હતો, તેથી તેમને ‘ઉદ્ભવતનગ’ કહ્યા છે.

આપણે એમને ગિરિધારી, ગોવર્ધનધારી કહીએ છીએ. મીરાંબાઈ ગિરિધર ગોપાલ કહે છે.

બલરામ મહાબલવાન હતા. તેમણે પર્વતોને જમીન સરસા કરી ભૂમિને ખેડાણ હેઠળ આણી હશે કે પર્વતોમાં ખાણો ખોદી હશે અને ધાતુઓ કે મૂલ્યવાન પથ્થરો કાઢ્યા હશે. જે હોય તે, તેઓ ‘નગમિદ્’ કહેવાયા છે. બલરામ હતા પણ બળિયા. મલ્લયુદ્ધ અને ગદાયુદ્ધમાં તેઓ ઉસ્તાદ હતા, આચાર્ય હતા. દુર્યોધન એમનો શિષ્ય બની એમની પાસે ગદાયુદ્ધ શીખ્યો હતો. દુર્યોધનની ગદાયુદ્ધમાં પ્રવીણતા જોઈ બલરામ તેના પર પ્રસન્ન હતા. કુરુક્ષેત્રના યુદ્ધ પછી ભીમ અને દુર્યોધનનું ગદાયુદ્ધ થયું ત્યારે બલરામ ત્યાં હાજર હતા. બલરામ મલ્લયુદ્ધમાં પાવરધા હતા, તો કૃષ્ણ

કાચા નહોતા. તેઓ આ વિદ્યા શીખ્યા ક્યાં ? ત્યાં, વ્રજમાં જ ! કંસ પણ મલ્લયુદ્ધનો ઉસ્તાદ હતો. તેણે પોતાની તહેનાતમાં સેંકડો મલ્લોને રાખ્યા હતા અને તેમને રોજ ખોબેખોબા દહીં-માખણ ખવડાવી તગડા કરતો હતો. મલ્લો માટે આ દહીં-માખણ જોઈએ તેથી તેણે વ્રજવાસીઓને તેમનાં દહીં-માખણ મથુરામાં જ વેચવાની ફરજ પાડી હતી. કૃષ્ણે કહ્યું : ‘આ ન ચાલે. આપણાં દહીં-માખણ આપણે જ ખાઈએ અને આપણે જ પુષ્ટ બનીએ !’ એટલે દહીં-માખણ વેચવા જતી મહિયારીઓને તેઓ રોકતા અને દાણ માગતા. આ દાણ એટલે દહીં-માખણ - ચમચો બે ચમચા નહિ, પણ આખી મટકી. મહિયારીઓને કૃષ્ણનાં આવાં અળવીતરાં ગમતાં એટલે જાણી જોઈને દાણ નહિ આપવાની હઠ કરતી અને કૃષ્ણ એમની મટકી ફોડી નાખતા.

વ્રજમાં કૃષ્ણની આ લીલા બહુ લોકપ્રિય બની ગઈ હતી. વ્રજના ગોપગોવાળો ત્યાંના જ દહીં-માખણ ખાઈ, કુસ્તીઓ લડી વજ્ર જેવા થયા હતા. ભય એમનામાં રહ્યો નહોતો. હવે કંસની કે કંસના કષ્ટોની તેમને બીક નહોતી. બલરામનું કદાવર શરીર એમની શક્તિની યાડી ખાતું હતું, જ્યારે કૃષ્ણનું સુકોમળ શરીર એ શક્તિને છુપાવતું હતું.

હવે. આચાર્યજી કૃષ્ણને ‘દનુજકુલ’ના (દાનવકુળના) અમિત્ર (દુશ્મન) કહે છે. કોણ હતા દાનવ ? દાનવો ને દેવો બંને એક જ કુળના હતા. જેમ કૌરવો અને પાંડવો એક જ કુરુકુળના હતા, બંને કૌરવ હતા. કૃષ્ણે ગીતામાં અર્જુનને એકાદ સ્થળે કુરુકુળના કૌરવ તરીકે સંબોધ્યો પણ છે, પરંતુ કૌરવો અનાચાર અને રાજ્યલોભના રસ્તે ચડી ગયા, એટલે કૌરવ શબ્દનો અર્થ બદલાઈ ગયો. પાંડવો અને કૌરવો અલગ રીતે ઓળખાતા થયા. એવું જ દેવોનું છે. દેવો પણ દાનવકુળના હોઈ દાનવો જ છે, પણ દાનવો

અનાચાર અને અત્યાચારના માર્ગે વળી ગયા. સુખસાહ્યબી, વિલાસવૈભવ દેવોને પણ એટલાં જ પ્રિય હતાં, પણ દાનવોને લોકોને રિબાવી દુઃખી કરી સુખસમૃદ્ધિ મેળવવાનો માર્ગ ટૂંકો લાગ્યો અને એ માર્ગે વળી ગયા. આથી દાનવ નામ વગોવાઈ ગયું. કૃષ્ણ દાનવોના દુશ્મન હતા, એટલે અત્યાચારીઓ, અનાચારીઓ અને આતતાયીઓના દુશ્મન હતા.

કંસ આવો આતતાયી હતો. પ્રજનાં તમામ ધાવણાં બાળકોને મારી નાખવા તેણે પૂતનાને મોકલી તે કેવો દુષ્ટ હશે !

આજે ઘણાને રામકથા, કૃષ્ણકથા કે ગાંધીકથા વાંચતાં થાય કે હું એમના યુગમાં જન્મ્યો હોત તો જરૂર એમની જોડે આતતાયીઓ સામે લડ્યો હોત, પણ શું થાય ? હું એકવીસમી સદીમાં આવી પડ્યો ! અરે ભાઈ ! કેટલા નૃશંસ આતતાયીઓ છે, જે નિર્દોષ પ્રજનાં હીર ચૂસી રહ્યા છે ! એ બધાનો સામનો કરો ! થાઓ આગળ ! આ જ છે કૃષ્ણનો આદેશ, રામનો આદેશ અને ગાંધી મહાત્માનો આદેશ ! તેઓ તમારા નેતા છે અને તમારી સાથે જ છે. કૃષ્ણ આવા દાનવકુળના દુશ્મન હતા અને આજે પણ છે. ખરેખર તો તેઓ કોઈનાયે દુશ્મન નથી. હોય તો તેઓ માત્ર સૌના મિત્ર છે, અંતરંગ મિત્ર છે. દાનવોનાય તેઓ તો મિત્ર છે. તેઓ જે કંઈ કરે છે તે દાનવોના હિત માટે જ કરે છે.

કૃષ્ણ (ભગવાન) શું કહીને શું કરે છે તેની આપણને ખબર નથી પડતી તેથી આપણને અવળોસવળો ભ્રમ થાય છે. એટલે તો સંતો કૃષ્ણને સમજવા માટે કહે છે કે : કૃષ્ણઃ હિ ભગવાન સ્વયમ્ । આ વાત લક્ષમાં રાખીએ તો કૃષ્ણની લીલાનો મર્મ પમાય.

હવે આચાર્યજી કૃષ્ણને ‘મિત્ર (સૂર્ય), શશી (ચંદ્ર) જેનાં નેત્ર છે’ એમ કહે છે.

અર્જુને કૃષ્ણનું વિશ્વરૂપદર્શન કર્યું, ત્યારે તેની સ્તુતિ કરતાં અર્જુન કૃષ્ણને ‘શશી-સૂર્ય-નેત્ર’ કહે છે. સાથે કહે છે કે ભગવન્ ! હું ચારેકોર તમારાં અસંખ્ય મુખ, નેત્ર વગેરે જોઉં છું. કૃષ્ણ સર્વવ્યાપી છે. એક અણુ જેટલી જગા પણ કૃષ્ણ વગરની નથી. અણુએ-અણુએ કૃષ્ણ બિરાજમાન છે. અણુએ-અણુએ કૃષ્ણનાં મુખ-નેત્ર વગેરે જે કહો તે છે. ભગવાનથી કશું ગુપ્ત નથી. ઘોર અંધકારમાં કે દરિયાને તળિયે છુપાઈને તમે કંઈ કરો, તો એ પણ ભગવાન જુએ છે. આમાં

આચાર્યજીએ કૃષ્ણને ‘મિત્ર-શશી-નેત્ર’ કહીને તેમનો મહિમા ગાયો છે. આગળ ત્રીજી પંક્તિમાં આચાર્યજી કહે છે : હે ભગવાન ! તમારો પ્રભાવ કેવો અદ્ભુત છે ! આપનું પ્રભાવવંતું મુખ જોઈને (‘દૃષ્ટે ભવતિ પ્રભવતિ’) સંસાર પ્રતિ અણગમો (‘ભવતિસ્કાર’) જાગ્યા વિના રહે જ નહિ ! (‘કિં ન ભવતિ ।’)

ભગવાનના વદનકમળની ઝાંખી આવી ચમત્કારી છે. સંતો આ વાતના સાક્ષી છે. મીરાંબાઈ કહે છે - ‘મુખું મેં જોયું તારું, સર્વ જગ થયું ખારું !’ ભગવાન ! તારું મુખ જોયું કે આખું જગત મારે મન ખારું-ખારું બની ગયું. મારું મન સંસાર પરથી ઊઠી ગયું.

આ જ વાત આચાર્યજી કહે છે. આમ તો આચાર્યજીનાં બધાં જ સ્તોત્રો રમણીય છે, માધુર્યથી ભરેલાં છે અને કંઠસ્થ કરવામાં કે ગાવામાં આનંદ આપે તેવાં છે. આ સ્તોત્ર પણ તેવું જ એક છે. શ્રીમદ્ વલ્લભાચાર્યજીનું એક સ્તોત્ર ‘મધુરાષ્ટક’ આ પ્રકારનાં સ્તોત્રમાં મોખરે બિરાજે તેવું છે.

અહીં પહેલી પંક્તિમાં સમાસો છે. દરેક સમાસનો છેલ્લો શબ્દ તે પછીના સમાસનો પહેલો અક્ષર બને છે. દા.ત. ‘ઉદ્ભવનગ’નો ‘નગ’ શબ્દ તે પછીના સમાસમાં પહેલો બને છે. તેવી રીતે બીજા સમાસનો છેલ્લો શબ્દ ‘દનુજ’ ત્રીજા સમાસનો પહેલો શબ્દ બને છે. ત્રીજાનો ‘મિત્ર’ શબ્દ ચોથાનો પહેલો શબ્દ બને છે, ને ચોથાનો છેલ્લો શબ્દ ‘દષ્ટે’ બીજા પંક્તિનો પહેલો શબ્દ બને છે. બીજા પંક્તિમાં વળી જુદી કવિલીલા ચાલે છે. તેમાં ‘ભવતિ’ શબ્દ ચાર વખત આવે છે. ભવતિ, પ્રભવતિ, ન ભવતિ કિં ભવતિસ્કારઃ ? કાવ્યમાં આવી મધુરતા આણવાનું કવિઓ માટે સુલભ છે, સ્વાભાવિક છે. એ માટે પ્રયત્નપૂર્વક કોશિશ કરવી પડતી નથી. કરે તો લખાણ કૃત્રિમ બની જાય છે. એની ધારી અસર થતી નથી અને કેટલીક વાર તો એ અર્થહીન શબ્દોનું અર્થહીન જાળું બની રહે છે ને હાસ્યાસ્પદ બને છે.

હવે જે વિચાર્યું તે ટૂંકમાં જોઈએ :

૧. ભગવાનના પ્રભાવનો ને મહિમાનો પાર નથી. ગમે તેટલાં નામમાં પણ એનો મહિમા પૂરો વર્ણવી શકાતો નથી.

૨. એક વાર જેને ભગવાનના શ્રીમુખની જરા ઝાંખી થઈ તે સદાય તેમનો જ બની રહે છે. પછી સંસારવ્યવહાર કે ભૌતિક સુખસમૃદ્ધિ એને આકર્ષતાં નથી.

અષ્ટલક્ષ્મી તથા આઠશક્તિનો મહિમા

શ્રી પ્રશાંત પંચાલ

નારાયણી નારીના સ્વરૂપે પૃથ્વીલોક પર અવતર્યા.
વાત્સલ્યભરી માતા-પિતાની હૂંફ હેઠળ લાડકોડમાં
ઉછર્યા, ભણ્યાં, ગણ્યાં.

મમતાળુ સ્નેહસભર અને ભક્તિપરાયણ માતા
પાસેથી ધાર્મિક અને સાંસ્કૃતિક પરંપરાના સંસ્કારો
મેળવ્યા. જીવનોપયોગી ગૃહકાર્યોમાં પાવરદાં બન્યાં.

સમોવડી સહિયરો સાથે ધાર્મિક વ્રતો, ઉપવાસ,
ગૌરીપૂજા અર્ચના આરતી કરતાં કરતાં પુખ્ત ઉંમરે
પહોંચ્યાં. સરખી સાહેલીઓ સાથે ધીંગામસ્તી અને
ટીખળ કરતાં કરતાં કોડભરી નવોઢા બનવાના મન
મનમાં સ્વપ્નો સેવવા લાગ્યાં.

એક દિવસે માતા-પિતા, ભાઈ-બહેનો, સગાંસંબંધી
અને સહિયરોનો સાથ છોડી વિરહની વેદનાને દિલમાં
દબાવી, સહિષ્ણુ બની, સૌ વડીલોની ઉપસ્થિતિમાં
સમપદીના ફેરા ફરી, મનથી માનેલા માણીગર સાથે
લગ્નગ્રંથિએ જોડાયાં. સ્નેહથી પ્રભુતામાં પગલાં પાડ્યાં.

સરિતા વહેતી વહેતી સાગરમાં સમાય તેમ
પતિના પ્રેમમાં એનાં જ અર્ધાંગિની બની, સરળતાથી
દૂધમાં સાકર ભળે તેમ ભળી ગયાં.

પતિદેવે ખભે નાખેલ રેશમી ખેસના છેડે પોતે
પહેરેલ રેશમી પાનેતરના છેડે સરકી ન જાય તેવી
ઉપરાઉપરી બે ગાંઠ વાળી. એમની સાથે સાથે એમના
પરિવારમાં આઠલક્ષ્મી ગૃહલક્ષ્મીરૂપે ઘરના ઉંબરે આવીને
ઊભાં રહ્યાં.

સાસુ, સસરા, દિયર, નણંદ તથા શ્વસુરપક્ષનાં
સગાંસંબંધીઓએ એમને ભાવથી, મનના ઉમળકાથી,
કુમકુમનો ચાંદલો કરી, ઉપર અક્ષત લગાડી, ફૂલનો
હાર પહેરાવી, મોંમાં ગોળની ગાંગડી મૂકી, મોં મીઠું
કરાવી, આવકાર્યાં. વરરાજના માતૃશ્રીએ એમનાં
ઓવારણાં લીધાં. તે પછી પિત્તળની થાળીમાં પાણીમાં
પલાળેલા કંકુમાં કન્યાના પગના તળિયા બોળી કંકુવર્ણા
કર્યાં. તે કુમકુમના પાવન પગલાં પાડતાં પાડતાં
ગૃહલક્ષ્મી પતિગૃહમાં પ્રવેશ્યાં. નવદંપતિનું જોડું અમર

રહો. તેવા વડીલોએ આશીર્વાદ વરસાવ્યા.

વખતને જતાં કંઈ વાર લાગે ! થોડા જ વખતમાં
પત્ની બનીને આવેલ ગૃહલક્ષ્મીનું પોત પ્રકાશ્યું. એનાં
પાવન પગલાં થકી ઘરની રોનક બદલાઈ ગઈ. ઘરમાં
સોનાનો સૂરજ ઊગ્યો. ઘર ગુંજતું થયું. ગાજતું થયું.
થોડાક જ વર્ષમાં ઘરનો વૈભવ વધવા લાગ્યો.
ધાન્યલક્ષ્મીથી અન્નના કોઠારો ભરાયા. ઘરનું ગુજરાન
સહેલાઈથી ચાલવા લાગ્યું. ઉપરાંત દરિદ્રનારાયણનોને
અનનદાન, અતિથિ અભ્યાગત, સાધુ-સંતોને ભોજન
કરાવવાની અનુકૂળતા વધી. ઘરમાં વડીલોને સંતોષ થયો.

પ્રિતમના સથવારે ધીરજ ધરી સહિષ્ણુ બની
ઠાવકાઈથી, ચિત્તને શાંત રાખી, સતપથ પર ચાલતાં
ચાલતાં સદ્કાર્યો કરવાનું ચાલુ રાખ્યું તેથી ઘરમાં
ધૈર્યલક્ષ્મીનો વાસ થયો.

જીવનની પ્રગતિના રથના બે પૈડારૂપ દંપતીને
સફળતાનાં ઉત્તુંગ શિખરો સર કરાવવા, તેમને ગતિ
આપવા, ગાય, બળદ, ઘોડા રથ અને ગજલક્ષ્મીએ
આવી ઘરનું આંગણું શોભાવ્યું. પરિવાર
જાહોજલાલીવાળો, વૈભવવાળો છે. તેની સૌ કોઈને
જોઈ પ્રતીતિ થઈ. જનસમાજમાં પ્રતિષ્ઠા વધી. લોકો
અંદરો-અંદર વાતચીતો કરતાં કહેવા લાગ્યા, 'ભઈ !
ઘરમાં ગૃહલક્ષ્મી એવા પવિત્ર પગલાંની આવી છે કે,
તેને ત્યાં તો દરવાજે હાથી ઝૂલે છે હાથી !'

ગૃહલક્ષ્મીનું શાણપણ, દિલની વિશાળતા સહુના
સ્વભાવની ખાસિયતો સમજી સહુને સાથે રાખવાની એની
વ્યવહાર કુશળતા અને આયોજનપૂર્વકની એની જહેમત
જાણે લેખે લાગી. ઘરમાં સુખ, સાહ્યબી, સમૃદ્ધિ અને
ઐશ્વર્ય ધીમી ગતિએ વધતું ગયું. સગાંસંબંધી, અતિથિ
અભ્યાગત સાધુ-સંતોની આવનજાવન વધી. ઘરમાં કથા,
કીર્તન અને પ્રભુભક્તિથી ઘર ગોકુળ બન્યું. જાઈ અને
જુઈની માફક એની મહેંક ચો દિશે પ્રસરી. વટવૃક્ષની
વડવાઈઓની માફક વિસ્તરી ફાલી-ફૂલી.

પરમ કૃપાળુ પરમાત્માએ ઊર્ધ્વ લોકમાંથી જોયું

કે ગૃહલક્ષ્મીના ઘરમાં શાંતિ છે. સહૃદયતા છે. દિલની વિશાળતા છે. સાધુ-સંત અતિથિ અને અભ્યાગતને આવકાર છે. સત્યના પથ ઉપર ચાલી પ્રામાણિકપણે જહેમત કરી દંપતીએ સુખ સાહ્યબી ઊભી કરી છે. પરિવારમાં હરિનામ સંકીર્તનનો માહોલ છે. માટે આવો પરિવાર આગળ ચાલે તેનો વંશવેલો વધે તે સારું શુભ કરનારું છે. તેવું વિચારી પતિ-પત્નીના પ્રેમના પ્રતીકરૂપ સંતાન ગૃહલક્ષ્મી થકી અવતરણ કરાવી અવની ઉપર પ્રભુએ પ્રસાદીરૂપે મોકલ્યું. સંતાનના આગમનથી પરિવારમાં અને સગાંસંબંધીમાં આનંદ આનંદ વ્યાપી ગયો. સંતાનલક્ષ્મી પધારવાથી એને આવકારવા મંગલ ગીતો ગવાયાં. ધામધૂમથી આનંદોત્સવ ઉજવાયો. મેવા-મીઠાઈની લ્હાણી થઈ.

સૌ વડીલોની ઉપસ્થિતિમાં મનના માણિગર સાથે સમપદીના ફેરા ફરી, ઘરમાં આવેલ વહુ તેની કૂખે સંતાન આવતરતાં રાણી બની ગઈ. એને તો વિજયલક્ષ્મી વરી. ઘરમાં સગાંસંબંધીમાં અને આજુબાજુ રહેતા માનવ સમાજમાં 'ઘરમાં વહુ સારાં પગલાંની આવી છે' તેવી પ્રશંસા થવા લાગી.

મા ભગવતી આઘશક્તિએ પૃથ્વીલોકના જીવોના કલ્યાણ અર્થે ભ્રમણ કરતાં કરતાં લોકો દ્વારા જાણ્યું અને પોતે નજરે નિહાળ્યું - 'ગૃહલક્ષ્મી ગૃહિણી સંતાનના જન્મ થકી ગર્વિષ્ટ બની છે. એનામાં અહંકારે પ્રવેશ કર્યો છે.'

જે ગૃહિણી મા જગદંબાની રોજ પૂજા-અર્ચના આરતી કરતી એમના મંદિરે દર્શને જતી. તેના લીધે મા જગદંબા તેની મદદે આવી એની નિદ્રાવસ્થામાં યોથા પ્રહરે સ્વપ્નામાં આવી કહ્યું :

'બેટી ! સંતાનનો જન્મ તારા કૂખે થતાં તું તેને પ્રેમ અને વાત્સલ્ય વરસાવનારી માતા બની તે માતૃત્વ મળ્યાનું મનથી ગૌરવ હોય પણ તેનો ગર્વ ન હોય. પરિવારની, સગાંસંબંધી અને આજુબાજુ રહેતા અડોશી-પડોશી લોકોની પ્રશંસા થકી છકી ન જવાનું. ફૂલીને ફાળકો ન થવાનું, કેમ કે પ્રશંસા તો દૂધના ઊભરા જેવી છે. ક્યારે શમી જશે તેની તને ખબરેય ન પડે. ઘરમાં આવેલ શાંતિ, સંપત્તિ અને સંતતિથી આનંદ કરજે અને કરાવજે. સૌને નમ્ર બની આવકારજે પણ ગર્વ ન કરતી.

સમજી. એમાં જ ગૃહલક્ષ્મીની શોભા છે.'

સારાસારનો વિવેક મા સરસ્વતીની ઉપસ્થિતિથી જ આવે તેથી ઘરમાં વિદ્યાલક્ષ્મી પધાર્યા તેમને વિનય, વિવેક, પ્રામાણિકતા, સત્યપ્રિયતા - દિલની વિશાળતા અને સંસ્કારિતાના સદ્ગુણો શીખવ્યા. નારી એ નારાયણી પણ છે તે વિદ્યા દ્વારા જ્ઞાન દ્વારા અનુભૂતિ કરાવી.

મેઘાવી બુદ્ધિચાતુર્ય, વિનયભર્યું વાક્યાતુર્ય વિદ્યાલક્ષ્મીએ ગૃહપત્ની અને ગૃહપતિને શીખવ્યું. આચાર-વિચાર રહેણી-કરણીના પદાર્થ પાઠ આપ્યા.

પરિવાર પોતાની સાંસ્કૃતિક ધાર્મિક પરંપરાને જાળવતો થયો. જાગતા પ્રહરીની માફક રામના જાપ કરતો થયો તેમ તેમ ધનલક્ષ્મીના ઘરમાં પાવન પગલાં થતાં ગયાં. ઘરમાં સામર્થ્ય આવ્યું, સુખ આવ્યું, સમૃદ્ધિ આવી, ઐશ્વર્ય આવ્યું અને શાંતિ આવી તેથી પરિવાર સોળે કળાએ ખીલ્યો.

આઘલક્ષ્મીરૂપે ગૃહલક્ષ્મીએ જીવનના બધા જ ક્ષત્રે સફળતા મેળવી સમાજને આદર્શ પૂરો પાડનાર આદર્શ ગૃહિણી બન્યાં, ધાર્મિક સંકીર્તન પૂજા અર્ચના આરતી અને નૈવેદ્યના પરિપાકરૂપે મા જગદંબા આઘશક્તિ સૌનું રક્ષણ કરવા ઘરમાં આવી વસ્યાં. તેથી સોનામાં સુગંધ ભળી. પતિ-પત્ની અને પરિવારના સભ્યો કર્મને ધર્મ સમજી સંકીર્તન કરતાં કરતાં મોક્ષનાં અધિકારી બન્યાં. જે ભગવાનની શરણાગતિ સ્વીકારે છે અને એમના મય બનીને જીવે છે તેને પ્રભુ સર્વસ્વ અર્પે છે.

સર્વમંગલમાંગલ્યે શિવે સર્વાર્થસાધિકે ।

શરણ્યે ત્ર્યંબકે ગૌરી નારાયણિ નમોઢસ્તુ તે ॥

શરણાગતદીનાર્તપરિત્રાણપરાયણે ।

સર્વસ્યાર્તિહરે દેવી નારાયણિ નમોઢસ્તુ તે ॥

બધાં જ મંગલકાર્યોને મંગલ કરનારી, કલ્યાણકારી બધાં જ મનોરથો પૂર્ણ કરનારી શરણ આપનારી જેનાં ત્રણ નેત્ર છે તેવી ગૌરી નારાયણી તમને નમસ્કાર છે.

શરણાગત, દરિદ્ર અને દુઃખીનું રક્ષણ કરનારી બધા જ દુઃખોનો નાશ કરનારી હે દેવી નારાયણી તમને ભાવથી નમસ્કાર કરું છું.

મિલે સૂર મેરા તુમ્હારા

-ડૉ. હરીશ દિવેદી

‘હે ભગવાન તારું નામ સાંભળતો રહું ચારે ઠામ, ગગને, પવને, ભવને વનવન ખળખળ ઝરણે તારું નામ.’

નાનાં બાળકોની આ કેવી સુંદર પ્રાર્થના છે ! બાળમંદિરમાં ભણતા હતા ત્યારે એ શીખવવામાં આવતી અને ઘરેથી મુખપાઠ કરી લાવવાનું ગૃહકાર્ય આપવામાં આવતું. થોડા દિવસોમાં આવી અને ‘ઓ, ઈશ્વર ભજીએ તને’ જેવી કવિતા સહુ કડકડાટ યાદ પણ કરી લેતા અને વર્ગમાં બધાની વચ્ચે બોલી બતાવવામાં મોટું ગૌરવ ગણાતું. ત્યારે એના સરળ શબ્દો યાદ રાખવાની પણ ભારે મજા પડતી. નાના-મોટા સહુના મનને સ્પર્શી જાય તેવા સુંદર એના શબ્દો છે !

નાનપણમાં શીખવવામાં આવતી આવી કવિતાઓ મોટા થતા થતા સાવ વિસરાઈ જતી હોય છે. ક્યારેક એને યાદ કરી એને વિશે થોડું વિચારીએ તો એ સીધાસાદા લાગતા શબ્દોમાં રહેલું અર્થસૌંદર્ય પણ આપણા મનને સ્પર્શી જાય તેવું હોય છે. નાના હોઈએ ત્યારે આપણે મન શબ્દોનું જ મહત્ત્વ વિશેષ હોય છે. અહીં તો એનો અર્થ પણ એટલો જ સુંદર છે.

સર્વત્ર પ્રભુનું નામ સાંભળવાની વાત અહીં કરવામાં આવી છે અને આપણી ‘નજર જ્યાં જ્યાં પડે... યાદી ભરી ત્યાં આપની.’ સર્વત્ર પ્રભુની યાદી ભરપૂર મળી આવે છે અને એ ક્યાં નથી સમાયેલો ? જરા આંખો ઊંચી કરીને ખુલ્લા આકાશ તરફ મીટ માંડીએ ત્યારે નરસિંહ મહેતા કહે છે તે પ્રમાણે ‘નીરખને ગગનમાં કોણ ઘૂમી રહ્યો તે જ હું તે જ હું શબ્દ બોલે’ એ પરમ તત્ત્વનો વિસ્તાર જ બધે થયેલો દષ્ટિગોચર થાય છે; એ બધાને વ્યાપીને રહેલું પરમતત્ત્વ છે. ‘પવન તું પાણી તું ભૂમિ તું ભૂધરા, વૃક્ષ થઈ ફૂલી રહ્યો આકાશે.’

પવનની મંદ મંદ વહેતી લહેરોમાં, પાણીનાં ખળખળ વહેતાં ઝરણાંઓમાં, રિમઝિમ વરસતા વરસાદમાં પ્રભુના નામનું ગીત-સંગીત સાંભળી શકાય

છે. એટલે દૂર જવાની પણ જરૂર નથી. આપણા હૃદયની ધડકન પણ એનો ધબકાર સાંભળી શકાય છે. કેટલી તાલબદ્ધ એની ગતિ છે ! આપણો શ્વાસોચ્છવાસ પણ કેવી લયબદ્ધ રીતે ચાલતો હોય છે ! આ બધું આપણને સહજમાં ઉપલબ્ધ થઈ ગયું છે, એટલે એ તરફ આપણું ખાસ ધ્યાન પણ જતું નથી. બાકી આપણા જીવનની પ્રત્યેક ધડકનમાં, એના શ્વાસ-પ્રશ્વાસમાં એક પ્રકારનો લય, ગતિ અને તાલ રહેલાં હોય છે !

જીવનના આ મૂળભૂત લય, ગતિ અને રીધમને આપણે સાવ ભૂલી ગયા છીએ. પરિણામે જ્યાં જઈએ ત્યાં બધે જ વિસંવાદિતાના બેસૂરા અવાજો સાંભળવા મળે છે. લય, ગતિ અને તાલ વિનાના ઘોંઘાટ અને કોલાહલથી વાતાવરણ આજે વિક્ષુબ્ધ થયેલું છે. આ બધાની વચ્ચે પ્રભુના નામનું ગીત અને સંવાદિતાનું સૂરીલું સંગીત સાંભળવું કઈ રીતે ?

હવા અને પાણીના પ્રદૂષણ પછી વીસમી સદીનું ત્રીજું મોટું પ્રદૂષણ !! ઘોંઘાટ અને કોલાહલ આપણા રોજ-બરોજના જીવનના અનિવાર્ય અંગ બની ચૂક્યા છે અને એ બધાથી આપણે એટલા તો ટેવાઈ ગયા છીએ કે એના વિના આપણને ચાલતું નથી અને ગમતું પણ નથી. આ રીતે જ્યારે આપણે શબ્દના સંગીતને પણ સાંભળવા તૈયાર નથી, ત્યારે પ્રકૃતિમાં વ્યાપીને રહેલા મૌનના મહાસંગીતને ક્યારે સાંભળી શકીશું ?

તો પછી હવે પ્રશ્ન એ થાય છે કે, આવા ધમાલિયા, ઘોંઘાટમય, બેસૂરા, બેતાલા અને ગતિશૂન્ય બની ગયેલા જીવનને શાંત, સૂરીલું, તાલબદ્ધ અને સંવાદી બનાવવું કઈ રીતે ?

એને માટે આપણે સહુએ પોતપોતાના કેન્દ્ર પર પાછા આવવું પડશે. જીવનની મૂળ ગતિ લય અને તાલને પકડવા પડશે. આવા ભારે શબ્દોથી ગભરાવાની જરૂર નથી. થોડું અઘરું જરૂર છે પણ એ અશક્ય નથી. એક વાર જીવનની એ ગતિ અને લયને આપણે પકડી પાડીશું પછી તો સાવ સહેલું છે. આજે જીવનમાં સહુ

કોઈને સુખ, સંવાદિતા અને શાંતિ જોઈએ છીએ. એને માટે સહુપ્રથમ તો આપણે કવિ કલાપીએ કહ્યું છે તે પ્રમાણે ‘આ દમબદમ બોલી રહી ઝીણી સિતારી આપની’ એ શ્વાસ-પ્રશ્વાસમાં ચાલી રહેલી ઝીણી સિતારીના લય અને ગતિને આપણે જાણવા પડશે. પછી આપણું કામ સરળ છે. આપણા એ જીવન-સંગીતનાં લય અને ગતિને આપણે પ્રકૃતિમાં ચાલતા વિશ્વ સંગીતનાં લય અને ગતિને આપણે પ્રકૃતિમાં ચાલતા વિશ્વ સંગીતનાં લય અને ગતિની સાથે મિલાવી દેવાના છે. બસ પછી આપણે બીજું કંઈ કરવાની જરૂર રહેતી નથી.

‘We have to be in tune with infinite.’

અર્થાત્ આપણો સૂર આપણે અનંતની સાથે મિલાવી દેતા શીખવાનું છે. જ્યારે વ્યક્તિનો સૂર સમષ્ટિના સૂરની સાથે એક બની જાય પછી બીજું જોઈએ પણ શું? જીવનની આ તો મોટામાં મોટી સાધના છે.

એક વાર આપણે પોતાના નાનકડા ‘હું’નો સૂર પ્રકૃતિમાં વ્યાપીને રહેલા ચૈતન્યના શાશ્વત સૂરની સાથે મિલાવી દેતાં આવડી જાય, એનો લય એ આપણો લય બની જાય, એની ગતિ અને તાલ આપણા ગતિ અને તાલની સાથે એકરૂપ બની જાય - પછી આપણે કંઈ જ કરવાનું રહેતું નથી. એની સાથે આપણું તાદાત્મ્ય સધાઈ જવું જોઈએ. પછી તો એનો શ્વાસ એ જ આપણો શ્વાસ બની જશે. એની ધડકન એ જ આપણી ધડકન, એટલું જ નહીં એની ઈચ્છા એ જ આપણી ઈચ્છા બની જશે. આ સંદર્ભમાં જ કોઈ ભક્તહૃદયે કહ્યું હશે : ‘બલીયસી કેવલમ્ ઈશ્વરેચ્છા’ - હરિ ઈચ્છા બળવાન

અથવા તો ‘હરિ કરે સો હોઈ.’

જીવનમાં આ લય, ગતિ અને તાલની સમજણ આવી ગયા પછી તો બધેથી આપણે એ સનાતન સંગીતના સંવાદી સૂરો સાંભળી શકીશું. એને પામવા માટેની આ પૂર્વ શરત છે. સૃષ્ટિના વૈવિધ્યમાં ભગવાનનો સ્પર્શ તો બધે જ છે. પૃથ્વીમાં એની સુગંધ છે, જળમાં એનું પ્રતિબિંબ છે, હવામાં એનો સ્પર્શ અનુભવી શકાય છે. એના કેટકેટલાં રૂપો છે ! એનાં અનંત રૂપો છે અને અનંત નામો છે. પરંતુ એ બધાની પાછળ તત્ત્વ તો એકનું એક જ રહેલું છે. ખૂબ મજા પડી જાય તેવી વાત છે ખરું ને ? અને ગમ્મત સાથેના જ્ઞાનની આ વાત પણ એટલી જ સાચી છે. પ્રકૃતિનાં બધાં જ તત્ત્વોમાં પૃથ્વી, જળ, વાયુ, તેજ અને આકાશમાં એનો સ્પર્શ રહેલો છે, સર્વત્ર એનો ધબકાર સાંભળી શકાય છે.

આ સંદર્ભમાં જ આપણે ત્યાં ‘યથા પિંડે તથા બ્રહ્માંડે’ની વાત કરવામાં આવી છે. જે કંઈ સૃષ્ટિમાં ચાલી રહ્યું છે તેવું જ આપણી અંદર પણ ચાલી રહ્યું છે. અંદર અને બહાર બંને જ્યારે એકરૂપ બની જશે પછી આપણા એ રૂપ, રસ, ગંધ, સ્વાદ અને સ્પર્શ બધું જ દિવ્ય બની જશે. આપણા રોમેરોમમાં એનો સ્પર્શ આપણે અનુભવી શકીશું અને ત્યારે ભગવાનનું નામ ચારેઠામ સાંભળવાની એ પ્રાર્થના જીવનમાં પૂરેપૂરી ચરિતાર્થ બનશે. જ્યારે સર્વત્ર પ્રભુના હસ્તાક્ષર વાંચતા આપણને આવડી જશે ત્યારે જીવન પ્રેમ-સંગીત, સુખ-શાંતિ અને આનંદ-મસ્તીના ખળખળ વહેતા ઝરણાંના જેવું બની જશે.

વૃત્તાંત

દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘ, અમદાવાદ : શિવાનંદ આશ્રમ ખાતે પ્રતિ માસ ચાલતા નિયમિત યોગવર્ગોમાં યોગ જ્ઞાસુઓનો સતત ધસારો થતો જ રહે છે. જેમાં શહેરના પ્રતિષ્ઠિત ડોક્ટરો, વકીલો, વેપારીવર્ગ, ઓફિસરો જીવનના દૈનિક તનાવને દૂર કરવા તથા યુવાનો એકાગ્રતા અને શારીરિક સૌંદર્ય પ્રાપ્ત કરવા નિયમિત આવતા રહે છે. આ વખતે પણ રેઈકી પ્રશિક્ષણમાં લોકોનો તીવ્ર ઉત્સાહ જોવા મળ્યો. જેમાં હવે આઠથી દસ રેઈકી શિક્ષકોની સેવા આશ્રમને મળતી થઈ છે. જે આશ્રમમાં રેઈકી પ્રશિક્ષણની ઉત્તરોત્તર પ્રગતિ દર્શાવે છે. શ્રી વિશ્વનાથ સેવા કેન્દ્ર મારફતે પ્રતિમાસની જેમ આ વખતે પણ જરૂરિયાતમંદોને અનાજ વહેંચવામાં આવ્યું.

પરમ પૂજ્ય ગુરુભગવાન શ્રીમત્ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજના નાદુરસ્ત સ્વાસ્થ્યના સમાચાર આશ્રમમાં મળતાં અખંડ મૃત્યુંજય મંત્રજપનો પ્રારંભ કરવામાં આવેલ સાથે સાથે નારાયણ સેવાનો પ્રારંભ કરવામાં આવ્યો. ત્યાર બાદ પૂજ્ય ગુરુદેવના મહાપ્રયાણ બાદ તેઓની ઈચ્છાનુસાર ષોડશી સુધી દરરોજ આશ્રમના ભક્તો દ્વારા ફુડપેકેટ, તૈયાર ભોજન, નાસ્તો, બિસ્કિટ, ચોકલેટ, દૂધ, આઈસ્ક્રીમ, ફળો સાથે શહેરના ગરીબ વિસ્તારોમાંના રહેણાંક, શાળાઓ, રસ્તા ઉપરના મજૂરવર્ગ સર્વે નારાયણોની સેવા શ્રી મસાભાઈ દેવેના નેતૃત્વમાં સંપન્ન કરવામાં આવી. જેમાં શ્રી

જીતુકાકા (ગ્રીનમેન), શ્રી વિમલભાઈ પટેલ, શ્રી અસકાભાઈ ઉપાધ્યાય, શ્રીમતી નયનાબેન દેવે, શ્રીમતી પ્રતિમાબેન પટેલ, શ્રી તેજસ ભાવસાર સર્વે આશ્રમભક્તોએ ઉદાર હાથે શ્રમયજ્ઞ આ નારાયણ સેવા અર્થે કર્યો. સર્વે સંતો અને ભક્તોની ઉપસ્થિતિમાં પરંપરાગત રીતે પ્રાર્થનાસભા અને ષોડશીનું ભવ્ય આયોજન પણ કરવામાં આવેલ. જેમાં અનેક ભક્તોએ પોતાના શ્રદ્ધાસુમન અર્પવા ઉપસ્થિત રહ્યા હતા.

સદ્ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજના ૧૨૧મા પ્રાકટ્યપર્વ તથા શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદના સંસ્થાપક પૂજ્યશ્રી સ્વામી પવિત્રાનંદજી મહારાજના ૧૫મા મહાસમાધી પર્વ નિમિત્તે આશ્રમ તરફથી આયોજીત વિશેષ નારાયણસેવા તથા શ્રી સ્વામી ચિદાનંદ ધ્યાન-યોગ કેન્દ્ર ખાતે વિશાળ સત્સંગ, પાદુકાપૂજનો મોટા સમુદાયમાં ભક્તોએ લાભ લીધો.

યુરોપની સાંસ્કૃતિક ચેનલ 'કેનવાસ' તથા અન્ય ૧૨ યુરોપીયન ચેનલો માટે બેલ્જિયમની કાનમ પ્રોડક્શન દ્વારા 'India for Biginners' શો માટે 'Indition of Ashram life, yoga and signifiance of mosther godbes' માટે શિવાનંદ આશ્રમની મુલાકાતે આવેલ જેમાં શ્રીશ્રીશ્રી અષ્ટલક્ષ્મી ભવન ખાતે માતૃશક્તિની વંદના માટે કુ. રિદ્ધિ મન્ના તથા યોગના અભ્યાસ અથે કુ. સંગીતા થવાણીએ

આશ્રમ વતી માહિતી આપેલ.

પરમાદરણીય ગુરુભગવાન શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજના ૯૩મા પ્રાકટ્યપર્વ નિમિત્તે ગુજરાતના પૂરગ્રસ્ત સુરેન્દ્રનગર જિલ્લામાં ૨૦૦૦ કિલો ઘઉંનું વિતરણ કરવામાં આવેલ.

વલસાડ : ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ, વલસાડના ઉપક્રમે પરમાદરણીય પૂજ્ય ગુરુભગવાન શ્રીમત્ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજની ખોડશી નિમિત્તે શહેરના શ્રી ભીડભંજન હનુમાન મંદિર દ્વારા ચાલતી હોસ્પિટલ ટિકિન સેવા આ દિવસે સંસ્થા તરફથી કરવામાં આવી. તદઉપરાંત મંદિર ખાતે સાધુઓને ભોજન-દક્ષિણા પણ આપવામાં આવ્યા. શ્રી સત્યનારાયણ ભગવાનની કથા કરવામાં આવી તથા ગૌશાળામાં ગાય માટે જુવારનું દાણ ૫૦ કિલો આપવામાં આવ્યું.

ભરૂચ : દિવ્ય જીવન સંઘના આંતરરાષ્ટ્રીય પ્રમુખ પૂજ્યપાદ સ્વામી ચિદાનંદ મહારાજ તા.૨૮-૮-૦૮ને રાત્રે ૮-૧૨ વાગે મહા સમાધિસ્થ થયા તે સમાચારે અમને સૌને ખૂબ જ નિરાશામાં મૂકી દીધા. પરમ પિતા પરમાત્મા તેમના ઉચ્ચ આત્માને ચિર શાંતિ અર્પે એ જ પ્રાર્થના. પૂજ્યપાદશ્રીને શ્રદ્ધાંજલિ આપવા માટે શાળાના તમામ કાર્યકરો, ટ્રસ્ટીમંડલની એક પ્રાર્થનાસભા અમે તા.૩૧-૮-૦૮ને રવિવારે દિવ્ય જીવન સંઘ ભરૂચ હોસ્પિટલના શિવાનંદ સભાખંડમાં રાખી હતી. પ્રાર્થના બાદ બધા જ ઉપસ્થિત સભાસદોએ 'મહામૃત્યુંજય મંત્ર' દ્વારા ૩૦ મિનિટ સતત મંત્રોચ્ચાર કરી પૂજ્યપાદશ્રીના ચરણમાં તેમના જીવનમાંથી

સતત પ્રેરણા દિવ્ય જીવન સંઘના માનવસેવાના કાર્યમાં અને આધ્યાત્મિક કાર્યમાં મળતી રહે - એમના જેવા સદા તમામ ગુણો આપણને મળે અને એ પ્રમાણે જીવન બની રહે તે માટે પ્રાર્થના.

વિશ્વ શાંતિ માટે દિવ્ય જીવન સંઘ, ભરૂચના કાર્યાલય ૧૪, દિપાલી સોસાયટીમાં દરરોજ સાંજે ૭-૩૦ થી ૮-૦૦ સત્સંગ યોજેલ.

દર શનિવારે બપોરે ૧૪, દિપાલી સોસાયટીમાં સુંદરકાંડનું સામુહિક પાઠનું આયોજન થયેલ.

દરરોજ સવારે ૫-૪૫ થી ૭-૦૦ યોગાસનના વર્ગ એક માટે નિયમિત ચાલે છે જેમાં ૨૫ થી ૩૦ વ્યક્તિ આ વર્ગનો નિયમિત લાભ લે છે.

દિવ્ય જીવન સંઘ હોસ્પિટલમાં ઓગસ્ટ-૦૮માં જનરલ ઓપીડીમાં ૩૨૭ દર્દીઓએ લાભ લીધો અને જુદા જુદા વિભાગના કન્સલ્ટિંગ ડોક્ટર્સના ઓપીડીમાં પણ ૧૫૯ વ્યક્તિઓએ લાભ લીધો. ઈનડોર વિભાગમાં ગયા મહિને હોસ્પિટલમાં ૭૨ વ્યક્તિઓને તબીબી સારવાર માટે દાખલ કર્યા અને તબીબી સારવાર આપી અને ૩૯ ઓપરેશન કરવામાં આવ્યા. બધા જ દર્દીઓ તબીબી સારવાર બાદ સારા થઈને ગયા હતા.

તા.૮-૮-૦૮ના રોજ પૂજ્યપાદ સદ્ગુરુદેવની ૧૨૧મી જન્મ જયંતીની ૧૪ દિપાલીમાં પાદુકાપૂજા-સત્સંગથી કરવામાં આવી. હોસ્પિટલમાં બધા જ દર્દીઓને ગુડ-ડે બિસ્કિટનું એક-એક પેકેટ અને બે-બે ચીકુની પ્રસાદી સૌને આપવામાં આવી.