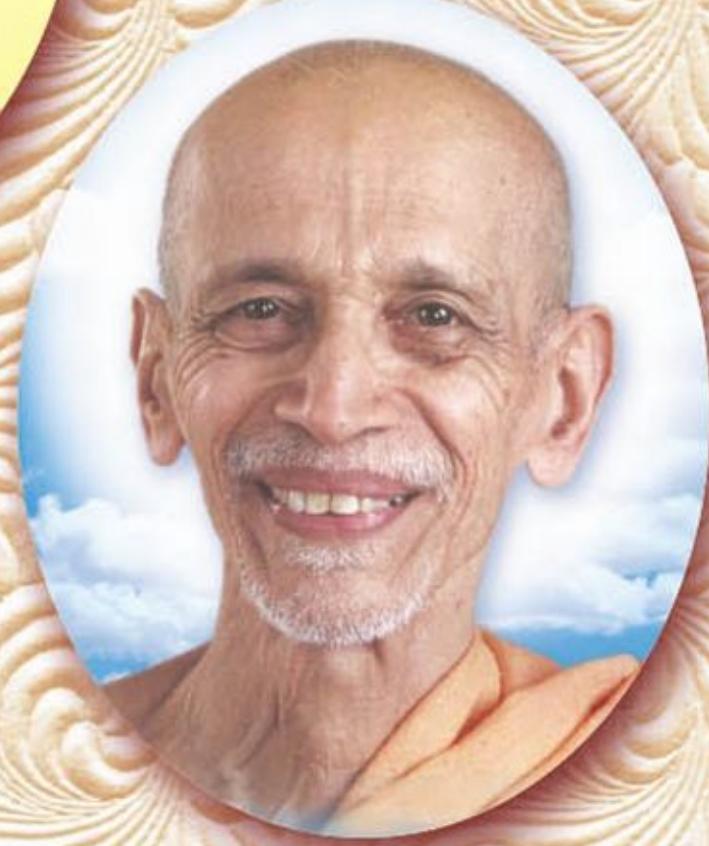


દિવ્ય જીવન



વાર્ષિક લવાજમ : રૂ. ૧૦૦/-



ઓક્ટોબર
૨૦૦૮

થોભો!

જો તમે પૂર્ણ આધ્યાત્મિક લાયકાતો ધરાવતા પહેલા વર્ગના સાધક હો તો
તમને અંખના પલકારામાં આત્મસાક્ષાત્કાર થઈ શકે, પરંતુ જેઓમાં
વિવેક અને પેરાગ્ય પણ નથી તેવા સામાન્ય લોકો માટે તે માટે ઘણો લાંબો
સમય લાગશે, પરંતુ નિરાશા થશો નહિં. આધ્યાત્મિક જીવન અતિશય ધૈર્ય
માગે છે.

- સ્વામી શિવાનંદ



श्री शक्ति उपासना पर्व मातृवंदना

શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની પ્રેરણાથી પ્રકાશિત

દિવ્ય જીવન

વર્ષ: ૫

અંક: ૧૦

ઓક્ટોબર-૨૦૦૮

સંસ્થાપક અને આધતંત્રી:

બ્રહ્મલીન શ્રી સ્વામી યાજ્વલ્યાનંદજી
(ડૉ. શિવાનંદ અધ્વર્યુજી)

સંપાદક મંડળ:

શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી
ડૉ. મહિતલાલ જે. પટણી
ડૉ. હરીશ દ્વિવેદી

•

લેખ મોકલવાનું સરનામું:

તંત્રીશ્રી: ડૉ. મહિતલાલ જે. પટણી
૪, વિશ્વભારતી સોસાયટી,
નવરંગપુરા ટેલિફોન ટાવર પાસે,
અમદાવાદ-૩૮૦૦૦૬
ફોન: ૨૬૪૦૮૪૦૬

•

મુખ્ય કાર્યાલય:

'દિવ્ય જીવન' માસિક, તેમનું લવાજમ:
સ્વામી ચિદાનંદ સર્વજીવસેવાનિધિ
ઈતર પત્રવ્યવહાર અને મહામંત્રીનું કાર્યાલય:
ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંધારાનંદ
શિવાનંદ આશ્રમ,
જોધપુર ટેકરા, શિવાનંદ માર્ગ,
અમદાવાદ-૩૮૦૦૧૫
ફોન: ૨૬૮૬૧૨૩૪
ટેલિફેક્સ: ૨૬૮૬૨૩૪૫

•

E-mail:

sivananda_ashram@yahoo.com

Website : <http://www.divyajivan.org>

લવાજમ

ભારતમાં

વાર્ષિક લવાજમ	: ર. ૧૦૦/-
શુભેશ્વક લવાજમ (૧૫ વર્ષ માટે)	: ર. ૧૦૦૦/-
પેટ્રન લવાજમ	: ર. ૨૫૦૦/-
છૂટક નકલ	: ર. ૧૦/-
વિદેશ માટે:	
વાર્ષિક £ 12 અથવા £ 8 (એર મેઝિલ)	
પેટ્રન £ 250 અથવા £ 160 (એર મેઝિલ)	
ઇક્સ ડ્રાફ્ટ (અમદાવાદ) દ્વારા	

ॐ

અનાદ્યવિદ્યાનિર્વાચ્યા, કારણોપાધિરુચ્યતે ।

ઉપાધિત્રિતયાદન્યમાત્માનમવધારયેત् ॥

પञ્ચકોશાદિયોગેન, તત્ત્ત્વમય ઇવ સ્થિતઃ ।

શુદ્ધાત્મા નીલવસ્ત્રાદિયોગેન સ્ફટિકો યથા ॥

વપુસ્તુષાદિભિ: કોશૈર્યુક્તં યુક્ત્યાવધાતત: ।

આત્માનમન્તરં શુદ્ધં, વિવિચ્યાત્તણુલં યથા ॥

સદા સર્વગતો પ્રયાત્મા, ન સર્વત્રાવભાસતે ।

બુદ્ધાવેવાવભાસેત, સ્વચ્છેષુ પ્રતિબિમ્બવત् ॥

અનાદિ અને અનિર્વચનીય અવિદ્યા કારણરૂપ ઉપાધિ કહેવાય છે. ત્રણ ઉપાધિથી બિન 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 પૃથ્ફ કરે છે તેમ શરીરરૂપ ઢાંકણથી યુક્ત આત્માને યુક્તિથી બિન અને શુદ્ધરૂપે નક્કી કરવો જોઈએ.

આત્મા સર્વદા સર્વવ્યાપક છતાં પણ સર્વત્ર પ્રતીત થતો નથી, પણ સ્વર્ણ પદાર્થોમાં પ્રતિબિન્દની જેમ બુદ્ધિમાં જ પ્રતીત થાય છે.

આત્મબોધ: -૧૪,૧૫,૧૬,૧૭

શિવાનંદ વાણી

આત્મસંયમી મનુષ્ય સત્યને જુએ છે, જેને સામાન્ય માણસ અંધની માફની જોઈ શકતો નથી. સામાન્ય માણસોનો લાખો માણસોનો સંહાર કરતા એટમબોભાની 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 કુલ્લાક બાબતોથી, પરંતુ તેઓ અજ્ઞાયા બિખારીને ભૂખથી મરતો જોઈને દુઃખી થાય છે. - સ્વામી શિવાનંદ

પ્રકાશક-મુદ્રક : શ્રી સુમંતરાય સી. દેસાઈ વતી માલિક ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંધાર દ્વારા પ્રિન્ટ વિઝન પ્રિન્ટ, અંબાવાડી, અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૦૬ પ્રેસ ખાતે છિપાવી શિવાનંદ આશ્રમ, જોધપુર ટેકરા, સેટેલાઈટ, અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૧૫થી પ્રકાશિત કર્યું.

અનુક્રમ

૧. શલોક - આત્મબોધ	૧
૨. અનુક્રમ, તહેવાર સૂચિ	૨
૩. સંપાદકીય	સંપાદક	૩
૪. પૂજ્ય ગુરુ ભગવાન શ્રીમત્ર સ્વામી ચિદાનંદજીનું મહાપ્રયાણ	૪
૫. શ્રીમદ્ ભાગવત-૧	ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી	૫
૬. સ્વાધ્યાય	શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી	૮
૭. ભક્તિયુગ-૪	શ્રી સ્વામી સત્યાનંદજી	૮
૮. મનાચે શલોક-મનોબોધ	શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી	૧૧
૯. આચારંગ સૂત્ર	આચાર્ય વિજયરત્નસુંદરસૂરિજી	૧૩
૧૦. ચિદ્ધિ વિશે-૩	શ્રી યોગેશ્વરજી	૧૪
૧૧. હિન્દુ ધર્મ-સનાતન ધર્મ	શ્રી અરવિંદ	૧૫
૧૨. શિવાનંદ કથામૃત	ગુરુદેવના સંન્યાસી શિષ્યો	૧૬
૧૩. યોગ એ જ જીવન	શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી	૧૮
૧૪. ઉપનિષદ-યાત્રા	શ્રી ગુણવંતભાઈ શાહ	૨૧
૧૫. અષ્ટકભી ત્રણ આદ્યશક્તિસ્થિરભિમા	શ્રી પ્રશાંત પંચાલ	૨૪
૧૬. મિલે સૂર મેરા તુમ્હારા	ડૉ. હરીશ દ્વિવેદી	૨૮
૧૭. વૃત્તાંત	૩૦

તહેવાર સૂચિ

ઓક્ટોબર, ૨૦૦૮

તા. તિથિ (આસો સુદ)

૬	૭	શ્રી સરસ્વતી આધ્વર્ય
૭	૮	શ્રી દુર્ગા અષ્ટમી
૮	૯	શ્રી મહાનવમી, શ્રી નવરાત્રી પૂજા પૂર્ણા
૯	૧૦	વિજયાદશમી, દરોરા
૧૦	૧૧	એકાદશી
૧૨	૧૩	પ્રદોષપૂજા
૧૪	૧૫	પૂર્ણિમા, રાસલીલા
		(આસો વદ)
૨૪	૧૧	એકાદશી
૨૬	૧૩	પ્રદોષપૂજા, ધનતેરસ
૨૭	૧૪	નરક ચતુર્દશી, કાળીચૌદશ
૨૮	૩૦	અમાવાસ્યા, દીપાવલી
		(કારતક સુદ)
૨૮	૧	નૂતન વર્ષ પ્રારંભ, શ્રી ગોવર્ધન પૂજા, શ્રી ગોપુજા, શ્રી બલીપૂજા.

● ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજીનો ખર્દંગ યોગ ●

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

આ ભૌતિક તલ ઉપરનું જીવન શાશ્વત જીવનની અને જ્યારે મનુષ્ય આત્માનું જ્ઞાન મેળવે છે, ત્યારે તેને જે આત્મંતિક આનંદ આવવાનો છે તેની પ્રાપ્તિ માટે માત્ર તૈયારી માટે જ છે. માનવજીવનનો મહાન કોયડો મરણશીલતાના ગુંચળામાંથી 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 :

- ચ્યાન્ઝી સરળતા માટે આપનું પત્રઅવહારનું સરનાયું પિનકોડ સાથે સંપૂર્ણ હોય તે ઈથનીય છે.
- આપનો ગ્રાહક નંબર નોંધી લેવા વિનંતી છે, જેથી અંકની પ્રાપ્તિ સંબંધી કોઈ પણ પત્રઅવહાર કરતી વેળા ગ્રાહક નંબરનો ઉલ્લેખ વહીવટી સરળતા સર્જ શકે છે.
- સામાચર્યત: દર માસની પાંચમી તારીખે અંક પ્રસિદ્ધ થયા બાદ તેની ચ્યાન્ઝીનું ક્રમ શરૂ થાય છે. છતાં કોઈ ખાસ કારણોસર પ્રકાશનની નિર્ધારિત તારીખના ૧૦ દિવસ વિન્યે પણ જો આપને અંક ન મળે તો જ્ઞાનિક ટપાલ કંચરીમાં તપાસ કર્યા બાદ વહીવટી કાર્યાલયને જગાવવું. સિલકમાં ડશે તો બીજો અંક મોકલાશે.
- ‘દિવ્ય જીવન’ની સામગ્રી આપને ગમી હશે. તેથી હવે આપનાં પરિચિત વર્તુળોમાં પણ તેની રેસલ્લાણ થાય અને ગ્રાહકવૃદ્ધિમાં આપનો નક્કર સહયોગ અમને મળતો રહે તેવી અભિલાષા છે.
- અમદાવાદ જીવાયના ગ્રાહકોએ પોતાનું લવાજમ પ્રાફિટ અગર મનીઓર્થી જ મોકલાશું.

દિવ્ય સ્કુલિંગ

સંતનો મહિમા : સંતનો સ્વભાવ અમાપ છે. તેને તમારી અલ્ય બુદ્ધિથી ન માપો. તમારા અજ્ઞાનની મર્યાદિત માપપડીથી તેમના દિવ્ય સ્વભાવને ન માપો. સંત-સાધુ પાસે દિવ્ય પ્રકાશ હોય છે; ભગવાનનું સીધું અને ત્વરિત દર્શન તથા દષ અને અદ્દ 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 દશોરાની ઉજવણી થશે. આ દરમિયાન બીજું ઓક્ટોબરે પૂજ્ય બાપુજી મહાત્મા ગાંધીજી અને શ્રી લાલબહાદુર શાસ્ત્રીજીનાં પ્રાકટ્ય પર્વ આવીને ગયાં. પૂજ્ય બાપુજીનો જન્મ દિવસ એ રાષ્ટ્રની અસ્મિતા અને માનવતાની આચારસંહિતાની જન્મજયંતી છે. અહિંસા, સત્ય, અસ્તેય, બ્રહ્મચર્ય તથા અપરિગ્રહનાં 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, ‘મૈં ભી ચલતી હું, આપકે ભોજન કી ઔર છોટી મોટી દેખભાલ કર લુંગી.’ પરંતુ શાસ્ત્રીજીનો જવાબ જે હતો, તે શાસ્ત્રીજીના નિધનથીએ વધુ દુઃખદાયક હતો. તેમણે કહ્યું, ‘અરે ! ઈતની બડી બાત કરને જા રહે હૈ, ઔર આપ કહ રહી હૈ કી હમારે સાથ ચલોગી... કયા હમ વહાં બીબી કો સાથ લેકર તફારી કરને જા રહે હૈ.’ (તફારી એટલે મોજમજા) લલીતાદેવી કહેતાં, ‘શું તે ઊંભર અમારે તફારી કરવાની હતી ?’ આ બધા ત્યાગમૂર્તિઓનાં જીવન વર્તમાન પેઢીને માટે કદાચ કાલ્યનિક કથાઓ જેવાં હોઈ શકે. પરંતુ આપણે જ નહીં પરંતુ વિશ્વમાં રાષ્ટ્ર સંચાલન અને રાષ્ટ્રીય એકતા, અખંડતા, ઉત્કર્ષ અને અન્યુદ્ય માટે નિઃસ્વાર્થ રાષ્ટ્ર પ્રેમ, ત્યાગ અને સર્મર્પણ 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 પૂર્ણાહૃતિ સાથે જ આપણું દિવાળી પર્વ અને બેસતું વર્ષ પ્રારંભ થશે. દિવાળીના દીપકોનું દર્શન અને દીપશિખાઓનું પરિપાલન એ આત્મજ્યોતિની આરાધના છે. આત્માનો સ્વભાવ પ્રકાશ છે. પ્રકાશ એટલે જ્ઞાન. અંધકાર એટલે અજ્ઞાન. દીપાવલી 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 દીપાવલી પર્વની સાર્થકતા અને જો એવું થઈ શકે, સર્વત્ર વિઘ્નમાન એક અનંત આત્માની ઓળખ થાય તો પછી રાગ, દ્વેષ, કલહ ન થાય. પછી મળે શાશ્વત અને ચિરંતન આનંદ. એ જ આપણું સાચું સ્વરૂપ છે. આનંદોહરમ્ ! બ્રહ્માનંદમ્ ! શાંતોક્યમ્ ! આત્મા ! એવી પરમ શાતા, ચિરંતન આનંદ અને એકમ્ ! એવં અદ્વિતીયમ્ ! બ્રહ્મની પ્રામિની અનેકશઃ શુભાકંક્ષાઓ તથા દીપાવલી અને બેસતા વર્ષનાં અભિનંદન ! ઊં શાંતિ !!!

- સંપાદક

પૂજય ગુરુ ભગવાન શ્રીમતુ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજનું મહાપ્રયાણ !

તા. ૨૬મી ઓગસ્ટની દળતી બપોરે શાંતિ નિવાસ દહેરાદૂનથી શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદમાં સમાચાર મળેલા કે પૂજય મોટા સ્વામીજીની નાડીના ધબકારા અનિયમિત થઈ રહ્યા છે. આ સમાચાર પૂજય 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 ફ્લાઇટમાં દિલ્હી થઈને તા. ૨૭મી ઓગસ્ટની વહેલી સવારે દહેરાદૂન પહોંચી ગયા હતા અને પૂજય શ્રી ગુરુ ભગવાનનાં દર્શન કર્યો 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 તાં બેઠો પરંતુ આ અવસ્થાનું દર્શન લાંબા સમય સુધી કરી શકાય તેમ ન હતું.’

આ સમાચાર મળતાંની સાથે જ શિવાનંદ આશ્રમ અમદાવાદથી હિંમતનગર, કુષ સેવા કેન્દ્રની સેવાર્થી રૂ. એક લાખ સત્વરે મોકલી આપવાની સૂચના પૂજયશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીએ આપી હતી, તે સિવાય દરિદ્રનારાયણ ભોજન પણ તા. ૨૮મીની સાંજે અપાયું હતું. જ્યારે સાંજે સાતથી સાડા આઈ વાગ્યા સુધીમાં આશરે ૧૫૦૦ નારાયણોને તૃપ્તિપૂર્ણ મહાપ્રસાદ મળ્યો હશે, ત્યારે જ પૂજયશ્રીએ બ્રહ્માંદ્યમાંથી પ્રાણને મહાપ્રાણમાં મેળવી સંદેહમુક્તિ કરી હતી. (ડેક્ટરોનું કહેવાનું કે બ્રેઇનમાંથી બ્લડ નીકળવા માંયું હતું)

આ દરમિયાન તા. ૨૬મી ઓગસ્ટની સાંજથી જ અખંડ મૃત્યુંજ્ય મંત્ર આશ્રમમાં ચાલુ કર્યો હતા, જે પૂજયશ્રીની મહાસમાધિના સમાચાર મળતાં જ મહામંત્ર ‘હરે રામ હરે રામ રામ હરે હરે’। હરે કૃષ્ણ હરે કૃષ્ણ કૃષ્ણ હરે હરે હરે !’નો જપ-ધૂન ચાલુ કરાયા હતા.

શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજે ૨૬મીની દળતી બપોરે જ શિવાનંદ આશ્રમ, હથીકેશમાં સ્વામી આત્મજ્ઞાનાનંદજી મહારાજ (પૂજય શ્રી ગુરુદેવના અનેક વર્ષો સુધીના નિકટના સેવક) અને દહેરાદૂન ખાતે શ્રીગેત્રિયર શ્રી લક્ષ્મીનારાયણ સબરવાલ સાથે પૂજયશ્રીનાં સ્વાસ્થ્ય સંબંધી વાત કરી હતી, પરંતુ પૂજયશ્રીનાં મહાપ્રયાણના સમાચાર મળતાં જ આશ્રમમાં સર્વે સંતોને નિમંત્રિત કરી પ્રાર્થના સભાનું આપોજન કરવાનું સૂચન કર્યું હતું.

રવિવારે તા. ૩૧-૮ની સવારે સરખેજ ભારતી આશ્રમના મહામંડળેશ્વર શ્રીમતુ સ્વામી કલ્યાણાનંદ ભારતીજી, આર્થ વિદ્યા ગુરુકુલમ્ઝના પૂજયશ્રી સ્વામી વિદ્યાત્માનંદજી મહારાજ, પૂજય પ્રમુખ સ્વામીજીના પ્રતિનિધિ સ્વરૂપે શાહીબાગ સ્વામિનારાયણ મંદિરમાંથી પૂજય શ્રી ઈશ્વરચદ્રા સ્વામીજી, કોણારી શ્રીમદ્ રાજ્યંક જ્ઞાન મંદિરમાંથી ડૉ. સ્વામી આત્માનંદજી મહારાજ, અનુપમ મિશન મોગરીથી મણિનગર સ્વામિનારાયણ ગાઢી સંસ્થાનના પૂજય શ્રી સ્વામી પ્રશાન્તસ્વરૂપજી અને બીજી અનેક સંસ્થાઓના સંતોએ પૂજયશ્રીને શ્રદ્ધાંજલિ આપી હતી. આ પ્રસંગે ગુજરાત રાજ્યના મહામહિમ રાજ્યપાલ પંડિત નવલકિશોર શર્માજીનો વિશેષ શોક સંદેશ પણ આવેલો હતો. અષ્ટલક્ષ્મીભવન ખચાખચ ભરાયું હતું. સૌનાં હદ્યમાં ખાલીપો જણાયો હતો. પ્રાર્થના અને શ્રદ્ધાંજલિ બાદ ડૉ. મહિતભાઈ પટણી સાહેબે પણ હદ્યના ભાવ વ્યક્ત કરતાં તેઓ ભાંગી પડ્યા હતા. સમગ્ર સભાનું સંચાલન આશ્રમના ઉપપ્રમુખ અને ટ્રસ્ટી શ્રી અરુણાભાઈ ઓજાએ કર્યું હતું.

પૂજયશ્રી ગુરુભગવાન શ્રીમતુ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજશ્રીની ખોડશી ખૂબ જ પ્રેમ, ઉત્સાહ, શ્રદ્ધા અને સંપૂર્ણ સર્વર્પણ ભાવથી ઉજવવામાં આવી હતી. પૂજય સ્વામીજી મહારાજ સદૈવ યાત્રામાં રહેતા હતા તેથી ટ્રોલી-સૂટકેશ, તેમને છા પીવાનું પસંદ હતું તેથી થરમોસ ફ્લાક્સ અને ખોડશીનાં આવશ્યક ઉપકરણો સિવાય રૂ. ૧૦૦૮/- દક્ષિણા સૌ સંતોને વિનપ્રભાવે આપવામાં આવેલ હતી. આ પ્રસંગે આશ્રમના કાર્યકારી અધ્યક્ષ શ્રી પ્રવિષ્ણુભાઈ પટેલ અને શ્રીમતી વર્ષાબેન પટેલ તથા આશ્રમના અંતેવાસી પૂજયશ્રી સ્વામી ગુરુસેવાનંદજી મહારાજશ્રી ખોડશીમાં ભાગ લેવા હથીકેશ શિવાનંદ આશ્રમ ગયા હતા. અમદાવાદ શિવાનંદ આશ્રમ ખાતે નવસારી, વલસાડ, સુરત, ભરૂચ, વડોદરા, અમદાવાદ, સુરેન્દ્રનગર, ભાવનગર, રાજકોટ, જામનગર, જૂનાગઢ, ઐડબ્રિલ્યા 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. ‘નિત્યમુ’ છે. ગગનસંદેશ છે - સદા સર્વદા સર્વત્ર અહીં જ છે, તેમની દિવ્ય કૃપાને યોગ્ય બની રહીએ, ઊં શાંતિ.

શ્રીમદ્ ભાગવત-૧

ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી

K

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

શ્રીમદ્ ભાગવતનું પુરાણ તરીકે વર્ગીકરણ કરવામાં આવ્યું છે. પુરાણોનો હેતુ વેદોનાં ભવ્ય સત્યોને લોકોના વિશાળ સમુદ્દરય સમક્ષ સરળ ભાષામાં રજૂ કરવાનો છે. આપણા ઋષિઓએ ગૂઢ ઉપદેશોને ઐતિહાસિક કથાઓ, નાટ્યાત્મક યુદ્ધો અને રસપ્રદ સંવાદોના રૂપમાં વર્ણવ્યા છે. અંગ્રેજમાં 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 જ્ઞાણવું જ જોઈએ. એટલા માટે હવે આપણે ભગવાનની મનમોહક કથાઓનું વાચન કરી ભગવાનની મહિતા ઉપર આપણા મનને કેન્દ્રિત કરીશું, જેથી આપણાં હૃદયોમાં ભક્તિનું પૂર આવશે અને આપણે આપણી અંદર ભગવાનની મધુરપણો આસ્થાદ 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 સંતો અને જ્ઞાનીઓનાં જીવનચરિત્રો વાંચવાની મજા આવશે. આ સંક્ષિપ્ત પાઠમાં આપણે આ ગ્રંથની કેન્દ્રસ્થ વ્યક્તિપ્રધાન પુરુષ શ્રીકૃષ્ણની આસપાસ વણાયેલી દિવ્ય વાતર્ઓ ઉપર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરીશું જે આપણાં મન અને હૃદયને સર્વોત્તમ મધુરતા અને આહુલાદથી ભરી દેશે.

ભાગવત કેમ લખવામાં આવ્યું ?

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

મહાકાચ્ચયનાં પાણાં 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 છિતાં હું વ્યથિત છું.’

વ્યાસ ગમગીન મનોભાવમાં બેઠા હતા, તેવામાં શ્રીવિષ્ણુના પાર્ષ્વ દેવર્ષિ નારદ ત્યાં પદ્ધાર્ય. વ્યાસે પોતાની મનઃસ્થિતિનું વર્ણન કરીને કહ્યું, ‘મારા આત્માને સંતોષ નથી. આપ સર્વજ્ઞ છો તેથી મારી ઉદ્દ્દીગનતાને દૂર કરવાનો ઉપાય કહો.’

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

આવી સમુચ્ચિત સલાહથી વ્યાસ ઘણા ઉપકૃત થયા. તેઓ સરસ્વતી નદીના પદ્ધિયમ 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 શુક્રદેવને શીખવાડી જે તેમણે પછીથી મહાન રાજી પરીક્ષિતને સંભળાવી. જ્યારે શુક્રદેવજીએ 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, ગણસો બત્રીસ અધ્યાય છે અને અદ્ભાર 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 કષ અને પીડાનું વર્ણન ભાગવતના બારમા સ્ક્રિપ્ટમાં કરેલું છે. મનુષ્યનાં માનસિક શાંતિ અને સુખ હજાઈ જશે. પરંતુ જ્ઞાની પુરુષો સાન્ત્વન 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 મનોહરિતા અજોડ છે. આ ગ્રંથનો અભ્યાસ ભક્તિની પ્રેરણા આપે છે, મનમાં જ્ઞાન ઠસાવે છે અને નિર્વિકાર બનાવે છે. તેમાં ભગવાન વાસુદેવની ભવ્ય કીર્તિગાથાઓનું આબેદૂબ જીવંત વર્ણન કરવામાં આવ્યું છે.’

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

વિશ્વનું સર્જન

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

એક સવારે પ્રાર્થના પદ્ધી ઋષિઓએ સૂતને કહ્યું, ‘હે નિષ્પાપ સૂત ! તમે આપણા ઋષિઓમાં સૌથી વધુ વિદ્વાન છો. તમે અમને ભગવાન શ્રીકૃષ્ણો પૃથ્વી ઉપર કરેલી લીલાઓ સંભળાવો. ભગવાન શ્રીકૃષ્ણો 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 શાશપણ અંતે શ્રી વાસુદેવમાં સ્થિત થાય છે.’

ઘણા ઘણા લાંબા કાળ પહેલાં, સમયની શરૂઆતમાં પ્રકાશ, પૃથ્વી કે આકાશ કંઈ જ ન હતું, માત્ર ભગવાન જ હતા. ત્યાર પદ્ધી એક દિવસ ભગવાને સર્જનનું કાર્ય આરંભ્યું. તેમણે એક વિશાળ હૃદું ઉત્પન્ન કર્યું અને પાણી ઉપર લાંબા કાળ સુધી મૂકી રાખ્યું. ત્યાર બાદ આ હૃદું ફૂટ્યું અને તેમાંથી બ્રહ્મા બહાર આવ્યા. સમગ્ર સૂચિનું તેમણે સર્જન કર્યું. તેમના અવયવોમાંથી વિવિધ ગ્રાહો પેદા થયા. તેમની આંખોમાંથી સ્વર્ગ અને સૂર્ય ઉત્પન્ન થયાં, તેમના કાનોમાંથી અવકાશ અને ધ્વનિ સર્જયાં; તેમના વાળમાંથી વૃક્ષો અને છોડવાઓ બન્યા, તેમની ધમનીઓમાંથી નદીઓ ઉદ્ભૂતી અને તેમના અસ્થિમાંથી પર્વતો બન્યા. સંતો, ઋષિઓ, દેવો, માનવો, પ્રાણીઓ અને અસુરો એ બધા જ ભગવાનમાંથી સર્જયા છે. હકીકતમાં આયું 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 પાછા સમાઈ જાય છે.’

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

પરીક્ષિતનો જત્તમ

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

શ્રીકૃષ્ણો જ્ઞેહથી પૂછ્યું, ‘પ્રિય ઉત્તરા, શું બાબત છે ?’ ઉત્તરાએ કહ્યું, ‘હે સર્વશક્તિમાન પ્રભુ ! આ આગ જરતું 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 સમજ ગયા કે પાંડવો ઉપર વેર લેવા માટે અશ્વત્થામાએ તે બાણ છોડ્યું હતું. જો આ ગર્ભસ્થ શિશ્યનો નાશ થશે તો પાંડવોના વંશનો અંત આવી જશે.

અશ્વત્થામા દ્રોષનો પુત્ર હતો અને કૌરવદળના સેનાપતિઓમાંનો એક હતો. દ્રોષને યુદ્ધમાં કપટથી મારવામાં આવ્યા હતા એમ તે માનતો હતો.

યોગેશ્વર શ્રીકૃષ્ણો તેમની તરફ આવતા બ્રહ્માસ્ત્રને જોયું. નોંધપાત્ર સ્વર્ણતાથી તેમણે પોતાના ચક્થી પ્રતિઆકમણ કર્યું અને બળબળતા બાણને માર્ગમાં જ રોકી દીધું.

આ ચમત્કારથી પાંડવોની માતા કુંતીદેવીમાં મહાન ભક્તિનું મોજું ઉભરાઈ આવ્યું. ઊડી લાગણીથી તેણે શ્રીકૃષ્ણની સુતિ કરતાં કહ્યું, ‘હે નાથ ! આપ સર્વશક્તિમાન પરમાત્મા છો. આપે અમારી અગણિત વાર ભય અને અનિષ્ટોથી રક્ષા કરી છે તે બદલ અમે તમારા તરફ કંઈ રીતે કૃતજ્ઞતા વ્યક્ત કરી શકીએ ? હે જગત્થાથ ! 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 સ્મેતસહિત કહ્યું, ‘તથાસ્તુ !’

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

બોધ : જ્યારે તમને દુઃખ અને પીડા ભોગવવાનાં આવે ત્યારે કુંતાજીની માફક તેમને ભગવાનના આશીર્વદ 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 ઊડા આધાતવાળી સ્થિતિમાં હતો. તરત જ યુધિષ્ઠિરના ચરણે ઢળી પડ્યો. અર્જુન જેવા બહાદુર અને બળવાન યોદ્ધા માટે આ સ્થિતિ અસામાન્ય હતી.

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

સજણ નયને અને રૂંધાયેલા કંઠે દુઃખ સહિત અર્જુન બોલ્યો, ‘ભાઈ, આપણા પ્રિય શ્રીકૃષ્ણો પૃથ્વી પરથી પ્રયાણ કર્યું છે. તેમની જ કૃપાથી મેં વીરતા ભરેલાં કાર્યો કર્યા છે અને જગપ્રસિદ્ધ બન્યો છું. અરે ! હું કેટલો મૂર્ખ હતો કે મેં તેમની સાથે મિત્ર જેવો વ્યવહાર કર્યો અને તેમનો અયોજ્ય લાભ ઊઠાવ્યો ! હે યુધિષ્ઠિર ! ભગવાન સ્વયં શ્રીકૃષ્ણ સ્વરૂપે આપણી સાથે હતા અને આપણો 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 હતો 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 અદશ્ય 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 પરિક્ષિતને 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 સાબાર

સ્વાધ્યાય

શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી

પીડ પરાઈ જણો રે !

(ગાંધી જયંતી પ્રસંગ)

જો તમે કોઈ પીડિત હુઃખી 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 હુઃખ-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 (અભેથી), - માનસિક રીતે કોઈ વ્યક્તિ કે વસ્તુ સાથે એકરૂપ થવું. સાચે જ, આ જ મહત્વનું 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 જાગે છે. એ માણસને હુઃખદાયક પરિસ્થિતિમાંથી બહાર કાઢવાની પ્રેરણ આપણામાં જાગે છે, કારણ કે આંશિક રીતે આપણે પણ હુઃખ અનુભવતા થઈ ગયા હોઈએ છીએ.

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

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

ગુરુલુદેવમાં આ અસાધારણ વિશેષતા હતી. દક્ષિણ ભારતમાંથી દૂર દૂરના પ્રદેશમાંથી કેટલાક સીધાસાદા લોકો આવ્યા અને એમની સમક્ષ અદબપૂર્વક ઊભા રહ્યા. ગુરુલુદેવ 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 ડિસાબી ચતુરાઈ કે ચાલાકીપૂર્વક નહીં. જરીકે નહીં. એમની અંદરથી સહજ ઉદ્ગાર રૂપે આ વાત ફૂટી. આ એમનો મૂળ સ્વભાવ જ હતો ! હૃદયની સહજતા-ઝજુતા-સરળતા અને વિચારોની ઉદાત્તતા. આપણા સૌ પર એમના આશીર્વાદ વરસો અને આપણે સૌને પણ સાદાઈભર્યું ઉમદા વિચારોવાનું સંવેદના-સહાનુભૂતિપૂર્ણ જીવન જીવવાની કૃપા વરસાવે એ જ પ્રાર્થના ! પ્રભુ તમને આશીર્વાદ આપો !

'નિત્ય સ્વાધ્યાય'માંથી સાભાર

ભક્તિ યુગ-૪

- શ્રી સ્વામી સત્યાનંદજી

K

[શ્રી સ્વામી સત્યાનંદ સરસ્વતી (જન્મ ૧૮૮૩) પૂજ્ય ગુરુહેવ સ્વામી શિવાનંદજીના અનન્ય શિષ્ય અને શિવાનંદ આશ્રમના હાલના પ્રમુખ શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજના ગુરુભાઈ છે. ૧૮૫૬માં તેમણે મુંગેર-બિહારમાં આંતરરાષ્ટ્રીય યોગમિત્રમંડળની સ્થાપના કરી. હાલ તેઓ રિભિયા (બિહાર)માં વસ્યા છે. ઈશ્વર તેમને સુદીર્ઘ નિરામય આયુષ્ય આપે.]

તમારા સ્તર પ્રમાણે ભક્તિ કરો, તમારું સ્તર ગ્રીજા 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. મૌખી બોલવાનું ન આવડે તો ડાયરીમાં લખી દો. પછી ડાયરી ફાડી નાખવી, નહિતર બીજો કોઈ તેનો દુરૂપ્યોગ કરશે.

ભગવાન સામે પોતાની જાતને ખુલ્લી કરી નાખવી જોઈએ. તમારે ઢોગ કરવાની જરૂર નથી, કારણ કે તમે કોણ છો તેનો તમને ઘ્યાલ હોવો જોઈએ. તમારું મન મેલું છે, તમારા વિચાર ગંદા છે. તમારી કલ્યાણાઓ 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 વક્તિત્વ છે, તમારું સ્તર છે, ક્ષમતા છે.

તમારું સ્તર તો આવું નિમ્ન છે, પણ તમે યુનિવર્સિટીમાં પ્રવેશ મેળવવા ઈચ્છા છો. તમે તો દરેક વર્ષ 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 બબર 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 શોધ પર શું પ્રભાવ પડે છે, ભક્તિનો પરમ યેતના 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, મહત્વાની છે. ‘સા ત્વસ્મિન્ પરમપ્રેમરૂપા ।’ જેવી રીતે તમારા મનમાં ઉંડા આતંક-ડરની ભાવના ઉઠે છે, વાસના, શત્રુતા અને ઘૃણાની તીવ્ર ભાવના ઉઠે છે, બરાબર તે જ રીતે ભગવાન પ્રત્યે સાચા પ્રેમની ઉંડી ભાવના ઉઠે છે. ફક્ત ભગવાનને માટે જ નહિ કિંતુ બધાને માટે, કારણ કે ઈશ્વરનું કોઈ રૂપ નથી અને બધાં સ્વરૂપો તેનાં 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 સાલું 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 મંહિર, મસ્ઝિદ 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 અંતર્યમી સ્વરૂપ કહેવાય છે. તે સૂક્ષ્મ જીવાશુથી માંડી વિશાળ વૃક્ષ સુધી અનેક રૂપોમાં વિદ્યમાન છે, અનેક રૂપોમાં વિકસિત થઈ રહ્યું છે, અનેક રૂપોમાં વ્યાપ છે. તે પૂર્ણ છે. શૈતાશતર ઉપનિષદમાં એક શ્લોક છે :

એકો દેવઃ સર્વભૂતેષુ ગૂઢઃ
સર્વવ્યાપી સર્વભૂતાન્તરાત્મા ।
કર્માધ્યક્ષઃ સર્વભૂતાધ્યવાસ:
સાક્ષી ચેતા કેવલો નિર્ગુણશ્ચ ॥ (૬-૧૧)

‘ઈશ્વર જે કેવળ એક છે, બધા પ્રાણીઓમાં છુપાયેલો છે, બધા જીવોમાં વ્યાપ છે, તેમનો અંતરાત્મા છે. તેમનામાં તે સ્થિત થઈને બધાં કર્માંને નિયંત્રિત કરે છે. તે પ્રકૃતિના ત્રણે યુણોથી 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 જીવનરમાં છે જેને આપણી સુરક્ષા અને આપણા સંરક્ષણાની આવશ્યકતા છે. એટલે ભક્તિની સંપૂર્ણ વિચારધારાને આ રીતે પ્રકાશમાં લાવવાની જરૂર છે કારણ કે તેથી સમાજ પુનર્વસ્થિત થઈ જશે અને ત્યારે જ તમે જીવનનો આનંદ મેળવી શકશો.

આજ જે લોકો જીવવિજ્ઞાન, પદાર્થવિજ્ઞાન, ઇલેક્ટ્રોનિક્સ વગેરે પર સંશોધન કરી રહ્યા છે તેઓ ભક્તિ પર સંશોધન કરનારા છે. હવેની સદ્ગીમાં સમસ્ત મશીનોનો ઉપયોગ ભક્તિ માટે થવાનો છે,

કારણ કે માનવજીતિની સામે સૌથી મોટી સમસ્યા જે આવવાની છે તે એ છે કે મનુષ્યને કેવી રીતે સંભાળી 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 ઈતિહાસમાં જ્યારે જ્યારે અરાજકતા ફેલાઈ છે, ત્યારે ભક્તિનું ઉત્થાન થયું છે. ગીતામાં ભગવાન કૃષ્ણ કહે છે :

યદા યદા હી ધર્મસ્ય ગ્લાનિર્ભવતિ ભારત ।

અભ્યુત્થાનમધર્મસ્ય તદાત્માનં સૃજાસ્યહમ् ॥ (૪,૭)

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

યાદ કરો કે ઈતિહાસમાં કલ્બીર, સૂરદાસ, મીરાં, તુલસીદાસ, નાનકદેવ વગેરે ક્યારે આવ્યા ? હવે ફરી ભક્તિનો યુગ આવી રહ્યો છે, કારણ કે હાલ તેની ખૂબ જરૂર છે, આવતી સદીના પ્રથમ ચરણમાં તમારાં બાળકો પણ નામ-સંકીર્તનમાં રચિ બતાવશે. આજે તમે કેટલુંયે કહેશો પણ તેઓ તમારી વાત માનવાના નથી. કાલે તમે કહેશો આ બાબતોમાં રચિ ન લો, તો પણ તેઓ લેશો, 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 વિચાર્યુ 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 જવાને બદલે સંસાર તરફ જઈ રહી છે, આસક્તિની તરફ જઈ રહી છે, મમતાની તરફ જઈ રહી છે, વૈમનસ્ય તરફ જઈ રહી છે, ઈધર્યાની તરફ જઈ રહી છે, કામનાની તરફ જઈ રહી છે. તેને ભાવના કહેવામાં આવે છે. આ

(અનુસંધાન પાન-૧૩ પર)

મનાચે શ્લોક - મનોબોધ

- શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

શ્રી ભર્તૃહરિકૃત વૈરાગ્ય શતકમાં કહેવામાં આવ્યું છે;
આયુર્વર્ષશતં નૃણાં પરિમિતં રાત્રૌ તદર્થ ગતં
તસ્યાર્થસ્ય પરસ્ય ચાર્ઘમપરં બાલત્વવૃદ્ધત્વયો: /
શેષં વ્યાધિવિયોગદૃષ્ટિભિન્નિયતે
જ્ઞાવે વારિતરક્ષયાલતરે સૌખ્યં કૃત: પ્રાણિનામ્ || (૧૦૬)

મનુષ્યોના આયુર્ષનું 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 આયુર્ષ રોગ, વિયોગ અને
દુઃખપૂર્વક નોકરી ધંધામાં ખર્ચાય છે. પાણીના તરંગ પેઠે
અતિશય ચંચળ જીવનમાં મનુષ્યોને સુખ કર્યાંથી હોય ?

વળી આગળ કહ્યું છે;

અસારે ખલુ સંસારે સુખબ્રાન્તિ: શરીરિણામ્ /
લાલાપાનમિવાંગુષે બાલાનાં સ્તન્યવિભમ: || (૧૦૭)

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

અને ત્યાગીઓની પ્રશંસા કરતાં કહેવામાં આવ્યું
છે કે,

બ્રહ્મજ્ઞાનવિવેકિનોડમલધિઃ: કુર્વન્તયાદો દુષ્કરં
યન્મુદ્યનન્યુપભોગકાચનધનાન્યેકાન્તાતો નિ:સ્પૃષ્ટા: /
ન પ્રામાનિ પુરા ન સંપ્રતિ ન ચ પ્રામૌ દદ્ધ્રત્યયો
વાચાપાત્રપત્રિદ્ધાયપિ પરં ત્યક્તું ન શક્તા વયમ્ || (૧૦૮)

અન્યત્ર કહ્યું છે :

જન્મદુઃખં, જરાદુઃખં, જયા દુઃખં પુન: પુન: /

સંસારસાગરં દુઃખં તસ્માત્ જાગ્રત જાગ્રત ||

ભગવાન ભાષ્યકાર આદિશંકરાચાર્યજી તેમના
ચર્પટ પંજરીકા સ્તોત્રમ્ભૂમાં,
'પુનરપિ જનનં પુનરપિ મરણં પુનરપિ જનનીજઠરે શયનમ્ /
દીહ સંસારે ખલુ હુસ્તારે કૃપયા પારે પાછી 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 આયુર્ષમાંથી અડધું ઊંઘમાં જાય છે.
બાલ અવસ્થા ખેલ ગંવાઈ, વૃદ્ધાવસ્થામાં કફ, વાત,
પિતાની વ્યાધિમાંથી મુક્તિ નથી. યૌવનમાં નારીપ્રણયમાં
જીવન વીતે છે, તો આપણે ભાગે, આપણાં નિજ
જીવનના ઉત્કર્ષ અને અભ્યદ્ય માટે સમય ક્યાં ?
સુખની આકાંક્ષામાં માત્ર સુખની ભાંતિમાં જીવતા
આપણે આપણા વિવેકને ફંઝોસીએ 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 ઓદ્ધું કંઈ પણ નહીં. એટલું જ્ઞાન થાય,
ભાન ઉપજે, તો ભયો ભયો ! પરંતુ તે થતું નથી તેનું
કારણ છે, આપણા વ્યક્તિગત અહંકાર; અને હું જ્ઞાની
દું તેવું મિથ્યા જ્ઞાન.

ઉપનિષદ્ધોમાં આ વસ્તુ વિષયને સમજાવવા માટે
આરુણી અને શેતકેતુનું ખૂબ જ જ્ઞાનપ્રદ ઉપાય્યાન છે.

આરુણીની આજ્ઞાથી તેમનો પુત્ર શેતકેતુ ગુરુગૃહે
જ્ઞાનાર્જન માટે જાય છે. કારણ કે પિતાએ કહ્યું, 'જો
બેટા આપણાં કુળમાં કોઈ અભિજ્ઞા નથી. તું અભિજ્ઞાં
રહીશ તો આપણા પિતૃઓ દુઃખી દુઃખી થઈ જશે. માટે
તું બ્રાહ્મણ બાળક છે, અધ્યયન કર અને વિદ્વતા પ્રામ
કરી કુળગૌરવ વધાર.'

બાર વર્ષની વયે શેતકેતુનો ઉપનયન સંસ્કાર
થયો, તે ગુરુ ગૃહે જઈને બાર વર્ષ ભણ્યો. વેદ અને
શાસ્ત્રોનું સમ્બંધ જ્ઞાન પ્રામ કર્યું. ૨૪ વર્ષની વયમાં તેણે
અર્જન કરેલાં જ્ઞાનથી તેને અહંકાર આવી ગયો !
'અહ્મું વિશેષઃ' તે જ્ઞાનાર્જન પદ્ધી ઘરે તો આવ્યો,

પરંતુ પોતે જ શ્રેષ્ઠ પંડિત છે, શ્રેષ્ઠ વ્યાખ્યાતા છે, પાંડિત્યની પ્રામિ મહામહોપાધ્યાયની ઉપાધિએ તેનાં અંગત જીવનની વ્યાખ્યા વધારી દીધી. તેનામાં આત્મપ્રવંચના અને વ્યામોહનો જુવાળ ભભૂક્યો હતો. ઋષિ આરુણિએ જાણ્યું કે આ અનર્થ થઈ રહ્યો છે; તેથી શાંતિથી તેણે શૈતકેતુને પૂછજ્યું, ‘વત્સ ! ઈતર જનોથી તમો વધુ અને વિશેષ જ્ઞાનનો ભંડાર દેખાઓ છો, પરંતુ તમોએ તમારા ગુરુને કહી પૂછજ્યું હતું કે, ‘એ કયું જ્ઞાન છે કે જે જ્ઞાનની પ્રામિ પદ્ધી બીજાં કોઈ જ્ઞાનની પ્રામિ કરવાની જરૂર રહેતી નથી. એ કયું જ્ઞાન છે જે જ્ઞાનને જાણ્યા પદ્ધી અશ્વુત શું થઈ જાય અને જે અજ્ઞાત છે તે જ્ઞાત થઈ જાય. શું તમને ખબર છે કે સમગ્ર શુંત્જ્ઞાન ચિંતન તથા જ્ઞેય (જાગ્ઞાવા યોગ્ય જ્ઞાન)નો મૌલિક આધાર શું છે ?’ ખરેખર આ મહત્વપૂર્ણ અને જટિલ પ્રશ્ન હતો અને એ વિષયમાં શૈતકેતુને તેના ગુરુ દ્વારા શિક્ષા મળી ન હતી. કિંકર્તવ્યમૂઢ શૈતકેતુએ ખૂબ જ નઅતાથી પૂછજ્યું, ‘પિતાશ્રી, સર્વ દશ્યમાન 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. પુરે પોતાનાં અજ્ઞાનનો એકરાર કર્યો છે, તે આનંદની વાત છે અને પિતાએ

મના સજ્જના એક જીવી ધરાવે;
જનીં આપુલે હીતાતૂનાં કરાવે ।
રધુનાયકાવીણ બોલોં નકો હો;
સદા માનસીં તો નિજધ્યાસ રાહે ॥ (૪૩)
હે મન ! પોતાનું જે પરમ હિત કરવાનું છે, તે કાણવાર પણ તું વીસરીશ નહિ. સ્વહિત વિષયમાં સદા તું જાગ્રત રહે, રામનામની સદા
મના રે જનીં માનમુદ્રા ધરાવી;
કથા આદરે રાધવાચી કરાવી ।
નસે રામ તેં ધામ સોડૂનિ ધાવે,
સુખાલાગિં આરણ્ય સેવીત જાવે ॥ (૪૪)
કદી કોઈ ભક્ત પ્રેમી મળો 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, ધાટ ઘડિયા પદ્ધી નામરૂપ જૂજવાં અંતે તો હેમનું હેમ હોયે વગેરે કહ્યું.

આગળ આરુણિએ કહ્યું, ‘થોડા લોકોનું કહેવું છે કે સૃષ્ટિના આરંભમાં સત્ત હતું. તેની સત્તા અદ્વિતીય હતી. જ્યારે અમુક લોકો કહે છે કે પહેલાં અસત્ત જ હતું. આ અસત્તમાંથી જ સત્ત ઉપજ્યું. પરંતુ આ તો અસંગત વિચાર છે, કારણ કે સત્તમાંથી જ સત્ત પ્રકટી શકે, અસત્તમાંથી વળી સત્ત કેમ પ્રકટે ? અર્થાત્ પહેલાં સત્ત જ હતું અને તે સત્તમાંથી જ સમગ્ર સૃષ્ટિનું નિર્માણ થયું. ‘એકો રૂપો પ્રતિરૂપો બભૂવ’ ‘આદી બીજ એકલે, એકા બજા પોટી તરુ કોટી તરુ કોટી.’ પહેલાં એક જ બી હતું. પદ્ધી તેમાંથી જ અગણિત વૃક્ષો થયાં. આમ સત્ત એક જ છે. પવન તું, પાણી તું, ભૂમિ તું ભૂધરા વગેરે. આ સત્તમાંથી જ અંડજ, જીવજ, ઉદ્દ્રિભજ ઉપજ્યાં. એક જ સજ્જવ અસ્તિત્વ કે આત્મતત્ત્વ તેજ, જલ કે અત્રમાં અભિવ્યક્ત થયું છે. નામરૂપ અસંખ્ય છે, પરંતુ તે જ તત્ત્વ માનવ જીવનમાં વાકુ શાસ 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;
રધુનાથ વિના નહિ બોલતો રે,
નિજધ્યાસ આ રહો સદા ચિત્તમારે ॥ (૪૩)
ધૂન મચાવ અને રામ સિવાય કશું બોલીશ
નહિ. અંતરમાં પણ તેનો જ અધ્યાસ સાદૈવ
રાખજે.
જને મંન 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 ક્ષાળભંગુર છે. જન્મ મળ્યો છે. મૃત્યુ મળશે જ. ક્યારે ક્યાં કેમ કશીયે ખબર નથી. માટે અહંકાર ત્યાગી, એક જ સત્યની પ્રાપ્તિ માટે જે સત્ત છે, ઈશ્વર છે, તેને જ ચાહવો. શ્રીરામદાસ કહે છે, ‘હે મન રામનામ સો કર પ્રીતિ !’ રામ જ સત્ત 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 અમૃત્ય નિષિ જેને પ્રામ થઈ છે, તેને હવે કંઈ પણ પ્રામ કરવાનું રહેતું નથી. માટે જ સંતોષે ગાયું છે, ‘રામરતન ધન પાયો ! દિન દિન બદ્ધત સવાયો !’ રામ ધ્યાઓ, રામ ગાવો, રામ ખાઓ, રામ પીઓ, રામમાં રહો, રામ થકી જીવો, રામ થઈ જાઓ ! હે મન ! તું શાંતિ.

(ભક્તિયુગ..... અનુસંધાન પાન-૧૦ પરનું ચાલુ) 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 આપણો જાણીએ છીએ. તે અંધારી રાતે, વરસાદમાં, પત્નીને મળવા માટે મરદા 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 માર્ગ જઈ રહી છે, જે ભાવના કામ કે કોધાદિ દુર્ગુણોના માર્ગ જઈ રહી છે, તે ભાવનાને જો ભક્તિ તરફ વાળી દેવામાં આવે તો તે ભાવનાને ભક્તિ કહેવામાં આવે છે.

‘ભક્તિ યુગ’નું સાભાર ભાખાંતર



સાયં ગવેસમાણ પરસ્સ દુક્ખં ઉદીરંતિ

આચારાંગ સૂત્ર
આચાર્ય વિજયરત્નસુંદરસૂર્ચિજી

અન્ય દીપકની જ્યોતને બુગાવ્યા વિના નવો
દીપક પોતાની જ્યોતને પ્રગટાવી શકે છે; પણ
કાચવાળા બારણાને તોડી નાખ્યા વિના પથ્થર એ
ઘરમાં પ્રવેશ કરી શકતો નથી. સામાને દોષિત
બનાવ્યા વિના કે દુઃખી બનાવ્યા વિના તમે
ગુણવાન બની શકો છો; પણ સામાને દુઃખી
બનાવ્યા વિના તમે સુખી બની શકો એવી કોઈ જ
શક્યતા નથી. ‘શાતાની શોધ કરનારો માણસ
બીજાના દુઃખની ઉદીરણ કરે છે’
આ વાત કહીને પ્રભુ ! આપે અમને યેતવણી
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 પડશો, જ્યારે સમાધિ
ટકાવવા તમારે વિરાધનાથી મુક્ત રહેવું જ પડશો.

પ્રભુ !

આપ અમારા લક્ષ્યને બદલી નાખો.
અમને શાતાપ્રેમી નહીં,
સમાધિપ્રેમી બનાવી દો.

‘પ્રભુ વિર કહે છે’ માંથી સાભાર

સિદ્ધિ વિશે-૩

શ્રી યોગેશ્વરજી

K

સર્વ સાધારણ માણસોને માટે તો હૃદયશુદ્ધિ. સાત્ત્વિકતાની પ્રાપ્તિ ને છેવટે ઈશ્વરની કૃપાની પ્રાપ્તિ એ જ મોટામાં મોટી ને મુખ્ય મહત્વાની સિદ્ધિ છે. તે મેળવવાથી પરમશાંતિ મળી જાય છે ને જીવનની ધ્યન્યતા પણ પ્રાપ્ત થાય છે, એટલે તે તરફ જેટલું વધારે લક્ષ અપાય તેટલું માણસને માટે મંગળકારક છે. જીવનમાંથી દાનવત્તાના દુર્ગુણોને દૂર કરી, મરી પરવારતી માનવતાની વાડીને ફરી હરિયાળી ને સદ્ગુણોની સુગંધથી તાજ 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 કદુતા, સ્વાર્થ, ભય, લોલુપતા ને બેદભાવના તથા અશાંતિ દેખાય છે, તેનું મૂળ કારણ આ જીવનશુદ્ધિની મહાન સિદ્ધિનો અભાવ છે. આ સિદ્ધિ સધાતાં તેનો ચમત્કાર સહેજે દેખાશે. માનવ અને માનવજીતિમાં પરસ્પર પ્રેમ, સેવા ને શાંતિની ભાવના ફેલાશે, ને વ્યક્તિ તેમ જ સમાનિના જીવનની મુંઝવી રહેલી ને બિહામણી બનેલી ઘણીયે સમસ્યાઓનો અંત આવશે. જીવન ને જગતની બૂરાઈઓ પણ મોટા પ્રમાણમાં ને સહેલાઈથી દૂર થશે. સાચું છે કે માણસનાં કેટલાંક દુઃખો કુદરતના કોપને લીધે ને કેટલાંક કર્મને લીધે ને જીવનની જરૂરતોના અભાવને લીધે ઉત્પસ 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 કોધની વિષવરાળથી કોનું તન, મન કે અંતર સંતમ થયું નથી? મોહની મોહિની કોને નથી લાગી? અહંકાર, દંબ 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 વથા નથી કરી? મમતા ને તૃષ્ણા કોને નથી વ્યાપી? અસત્યના આશ્રયથી કોણ પૂરેપૂરું મુક્ત થયું છે? સ્વાર્થરૂપી ડાક્ખિની 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. પ્રદૂલાદ 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 વધાર્યે જ રાખ્યો. એ કામ ઘણું ભારે હતું. છતાં પ્રદૂલાદે તે પૂરું કર્યું. તેના જ જેવા એક બીજા બાળક ધૂવે પણ પ્રભુની કૃપા મેળવી. પણ તે તો મધુવનમાં-વસ્તીથી દૂર એકાંતમાં તપ કરીને. ત્યાં વાતાવરણ વધારે અનુકૂળ હતું. પણ પ્રદૂલાદને 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 તૃમ 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 માનવજીતની સેવા કરી શકે. જેમ કેટલાક સંકુચિતતાપૂર્વક અને દાસ્તિહીન બનીને માની લે છે તેમ આનો અર્થ એવો નથી કે કાળના પ્રવાહની સાથે આપણી પાસે આવેલી અથવા તો પણ્ણે અકસ્માતે પહેલાં વિકસાવેલી અથવા જોરદાર રીતે અભિવ્યક્ત કરેલી દરેક નવી વસ્તુનો ઈન્કાર કરવો. આવું વલણ બૌદ્ધિક રીતે બેહુંનું, શારીરિક રીતે અશક્ય, અને સૌથી વધુ તો અનાધ્યાત્મિક લેખાશે; સાચી આધ્યાત્મિકતા કોઈપણ નવા મ્રકાશનો અથવા આપણા માનવ સ્વવિકાસનાં ઉમેરાયેલાં સાધનોનો કે સામગ્રીનો ઈન્કાર કરતી નથી. આનો સાદોસીધો અર્થ એ છે કે આપણું કેન્દ્ર, આપણા અસ્તિત્વની તાત્ત્વિક પદ્ધતિ, આપણી સહજ પ્રકૃતિ જાળવી રાખવી અને આપણે જે પ્રામ કરીએ તે બધું તેમાં એકરસ કરી દેવું અને આપણે જે કંઈ કરીએ કે સર્જએ 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 મહત્વ નથી અને ભારત જે ધૂળમાં પડ્યું છે તે પવિત્ર પતનનો, નિષ્ફળતાનો વાંધો નથી, પણ ધૂળમાં પડ્યા રહેવું એ મનુષ્ય કે દેશ માટે દોષમુક્ત સ્થિતિ નથી. પરંતુ જે કારણ આપવામાં આવ્યું છે તે સાચું નથી. જો મોટા ભાગના ભારતીઓએ 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, બૌતિક બની ગયું હતું તેથી તેમનું પતન થયું. એ શક્ય છે કે એ બાજુ આપણે વધુ પડતી ધાર્મિકતામાં, એટલે કે વિધિ, નિયમ, નિત્યકમ, ધાર્મિક ભક્તિના સાવ જ બહારના સ્વરૂપ તરફ વધુ પડતા ફિટાઈ 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 ઉભા રહેવાને બદલે સમાજ માટે લુમ 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 સૂક્ષ્માઈ ગયો.

કદાચ એક અર્થમાં ધર્મ વધુ પડતો હતો; અંગેજીમાં આ શબ્દમાંથી સંપ્રદાયો, વિધિવિધાનો, બહારની પવિત્રતા જેવી બાબ્ય વસ્તુઓ વધુ પડતી સૂચવાય છે; તેનો કોઈ એક ભારતીય પર્યાય 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. પણ મની ફિલસ્ફૂઝી, 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 પણ જીવનની 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 મચાયેલું હતું તે હવે સુધારી શકે છે. ‘હિન્દુ ધર્મ એટલે શું’ માંથી સાભાર

શિવાનંદ કથામૃત-૩

K

[ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજને આનંદ કુટીર હશીકેશમાં મળવા માટે અનેક આગંતુકો, મુલાકાતીઓ અને ભક્તો આવતા. તેઓ ગુરુદેવને વિવિધ વિષયો પર અનેક પ્રકારના પ્રશ્નો પૂછ્યતા. ગુરુદેવ તેનો યોગ્ય જવાબ આપતા. આ પ્રશ્નો તથા તેના જવાબ ગુરુદેવની સાથે રહેતા સંચાસી શિષ્યો ચીવટપૂર્વક નોંધી લેતા. આ નોંધ એટલે શિવાનંદ કથામૃત. તેમાં ઘણી વ્યક્તિત્વોનો ફાળો છે. મુખ્ય ફાળો સ્વામી વ્યક્તિત્વાનંદ, સ્વામી સંતાનંદ, સ્વામી ગુરુશરણાનંદ, સ્વામી પરમાનંદ તથા બીજાઓએ સેવા આપી હતી.]

અંતાનંદ

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 હંમેશાં સારામાં સારી વસ્તુઓ આપો.’

આ સૂચન આપ્યા પછી તેમણે આગળ કહ્યું : ‘તમારા ઘરનાં દ્વાર બંધ કરીને સરસ કોઝી પીશો નહિ. તમે જેવાં દ્વાર બંધ કરો છો કે તમને એમ લાગવું જોઈએ કે ઈશ્વર તમારી કિયા જોઈ રહ્યો છે અને તમારે સ્વાર્થી રીતે વર્તવું જોઈએ નહિ. આપો અને આપો. વિપુલતાનું આ રહસ્ય છે. જે ધરીએ બીજાને આપવાથી તમારો કોઈાર 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 પથરની શિલાની માફક શાંત રહો.’

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

આગળ કહ્યું : ‘ડરો નહિ. નાસીપાસ ન થાઓ. નિર્ભયપણો 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 View ધ્યાનમાં રાખો.’

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

તે સાંભળીને શ્રી જાલ 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. બુસ અને કરોળિયાની વાર્તા યાદ રાખો. મને યાદ છે તે પ્રમાણે બુસ નવ વખત નિષ્ફળ ગયો હતો. તમે નેવું વખત નિષ્ફળ જાઓ તો પણ ફરીથી પ્રયત્ન કરો.’

ઈશ્વરનાં 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 તેજાયમાન હતો. મુલાકાતીને તેને જોતાં સંશય થયો કે તે માણસ ઈશ્વરે લીધેલું કોઈ રૂપ હતું કે બ્રમજા માત્ર હતી, કારણ કે તે માનતો હતો કે તે આવી કૃપાને હજી લાયક ન હતો.

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

મુલાકાતીએ તે માટેની પોતાની અશક્તિ જાહેર

કરી.

પછી ગુરુદેવ કહ્યું : ‘તમારે આવા અનુભવો બીજાને કહેવા જોઈએ નહીં.’

મુલાકાતીએ તરત જ જવાબ આખ્યો : ‘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 હતો?’

‘તમને પ્રોત્સાહન આપવા માટે ઈશ્વરે તમને દર્શન આપ્યાં છે.’

અંદરથી સાંભળો

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

ગુરુદેવ કહ્યું : ‘અંદરથી સાંભળો.’

ગુરુદેવ 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

ગુરુદેવ સ્વામી નિત્યાનંદને પૂછ્યું : ‘સ્વામી કયાં કામ કરે છે ?’

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

પછી ગુરુદેવ 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 ઓષ્ઠદ

સત્સંગ વખતે ગુરુદેવ ગાયું :

Nothing exists

કશાનું અસ્તિત્વ નથી.

Nothing belongs to me.

મારું કંઈ જ નથી.

I am neither mind nor body

નથી હું મન કે નથી શરીર,

Immortal self I am.

હું તો છું અમર આત્મા.

આગણના પ્રસંગે ગુરુદેવે ઉપરનું ગીત ગાયું અને કહ્યું : ‘જો તમે આ ગાન ગાશો, જો તેની પર ધ્યાન ધરશો તો તમને કોઈ ચિંતા સત્તાવશે 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 ગુરુદેવનાં દર્શન માટે આવી હતી. તેમનો બનારસ અને બીજા પવિત્ર સ્થળોની યાત્રા કરવાનો આશય હતો.

ગુરુદેવ તેમને પૂછ્યું : ‘બનારસ ગયા પછી તમે શેનો ત્યાગ કરશો ?’

મંડળીમાંની એક વૃદ્ધ સ્ત્રીએ કહ્યું : ‘સ્વામીજી અમને જે વસ્તુનો ત્યાગ કરવાનું કહેશો 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 કોઈ છોડી દીધો છે. પણ ધારો કે તમે દરરોજ

જાઓ અને જેણો કોધ છોડ્યાનો સંકલ્પ કર્યો છે તેની પાસે જઈ તેં કોધ છોડી દીધો છે ? તેં કોધ 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, દહેરાદૂનનાં વાર્છિસ પ્રિન્સિપાલ અને ગણિતના પ્રોફેસર હતાં.

ગુરુદેવ કહ્યું : ‘ધારો કે તમે ભિત્રોની સોબતમાં કુટ સેલાડ અને બીજી સ્વાદિષ્ટ વસ્તુઓ માણસી હો ત્યારે એક કલાક એક મિનિટની માફક પસાર થઈ જશે. બીજી બાજુ, ધારો કે ભરબપોરે ગરમીમાં બસસ્ટેન્ડ પર ચાહ જોતાં ઊભાં હો ત્યારે એક મિનિટ એક કલાક જેટલી લાગશે.’

મોહિનીએ વચ્ચમાં કહ્યું : ‘આ આઈન્સ્ટાઇનનો સિદ્ધાંત છે.’

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

મધુર શાલ્દી

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

સ્વામી નિર્મણાનંદે સારસંભાળ બરાબર થાય છે તેમ કહ્યું.

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

હાસ્યરસ એક દિવ્ય બક્ષિસ

સત્સંગ હોલમાં 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-ઉ... અનુસંધાન પાન-૧૪ પરંચું....)

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 જૂંહું બોલવાનું, વિચારવાનું ને કરવાનું છોડી હે, 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. ઈર્ધા, કોધ, કડવાશ ને વિકારની 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 દુર્ગાષોની પરંપરામાંથી મુક્ત થઈને તેણે સદ્ગુરૂને કેળવ્યા હશે તો તે મહાન સિદ્ધિ ગણાશે. આના અનુસંધાનમાં જો તે પોતાની આસપાસના બરાબર વાતાવરણથી રંગાય નહિ તો તેની સિદ્ધિ વધી જશે, ને તેથીએ 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. ઊલંદું, 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 પ્રામ 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

K

[ન્યૂયોર્ક (અમેરિકા)થી 'ગુજરાત ટાઈમ્સ' નામનું સાપ્તાહિક પ્રગટ થાય છે તેના મેગેજિન વિભાગ સપ્તકમાં પૂર્સ્વામીજી લિખિત 'યોગ એ જ જીવન'ની લેખશ્રેષ્ઠી પ્રગટ થાય છે. તેમાંથી નીચેનો લેખ આપણે 'દિવ્ય જીવન'માં સાભાર લઈએ છીએ. -સંપાદક]

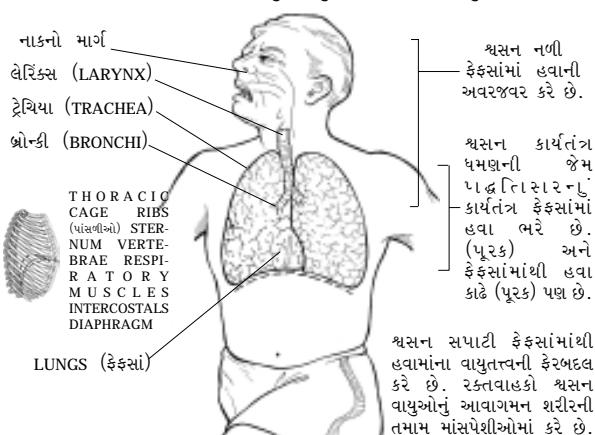
મૂર્ખા અને પ્લાવિની

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

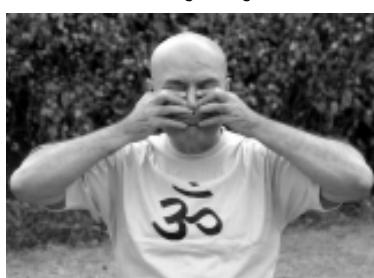
મૂર્ખાના અભ્યાસ માટે આસનમાં સ્થિર બેસીને બંને નાકનાં નસકોરાંથી ઊંડો શાસ લઈને દાઢીને

શસનતંત્ર

તમામ સજ્વા સેલ્સને તેમની ચોપાસના તરલ પ્રવાહીમાંથી પ્રાણવાયુ (OXYGEN)-ની આવસ્થકતા હોય છે કે જેથી તેઓ અશુદ્ધ વાયુ (Carbonoxide)થી મુક્તિ મેળવી શકે.



નોંધ : આંતરિક શસનતંત્ર : ટિસ્યુ સેલ્સ (TISSUE CELLS) અને તેના તરલ પ્રવાહીના વાતાવરણની વચ્ચે ગેસના આદાનપ્રદાનનું મળાયું. બાબુ શસનતંત્ર : શરીર અને તેની ચોપાસના વાતાવરણમાં પ્રાણવાયુ અને અશુદ્ધ વાયુ (OXYGEN & CARBON DIOXIDE)ના આદાનપ્રદાનનું મળાયું.



મૂર્ખા પ્રાણાયામ

છાતીમાં દબાવીને શાસ રોકવાનો છે. જાલંધરબંધ કરવાનો છે. જ્યારે ખરેખર ગુંગળામણ થાય અને લાગે કે, ભાન ગુમાવી બેસાશે ત્યાં સુધી કુંભકનો અભ્યાસ કરવો. ત્યાર પછી ધીરે ધીરે શાસ છોડીને રેચક કરવો, આ પ્રક્રિયાથી શસનક્રિયા વધુ સક્ષમ બને છે.

ઘણા લોકો મૂર્ખાના અભ્યાસ સમયે જાલંધરબંધ 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 વચ્ચી આંગળીથી નાક અને તરજીની (અંગૂઠા પછીની પહેલી આંગળી)થી આંખો બંધ કરવી અને અંગૂઠાથી કાનનાં છિદ્ર બંધ કર્યા પછી જાલંધરબંધ કરવાથી મૂર્ખા 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, હષીકેશ, ગંગાકિનારે વસેલો છે. શિયાળામાં પાણીમાં વેગ ઘણો જ ઓછો થઈ જાય છે. ત્યારે ત્યાં સાધકોને પ્લાવિનીનો અભ્યાસ કરતા જોવાની એક મજા છે. આ પ્રાણાયામના સાધકે મોટેથી જેમ પાણીને ઘૂંઠે ઘૂંઠે પીએ તેવી રીતે હવાને પીવાની હોય છે. આમ થાય ત્યારે સાધકનું જઈદ હવાથી ભરાઈ જાય છે. હવા ભરાવાથી પેટ થોકું ફૂલે છે. જ્યારે પેટ હવાથી ભરાઈ જાય ત્યારે તેના ઉપર આંગળીઓથી ટકોરા મારીએ તો તબલાં જેવો ટનાટન

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

‘શનૈः પન્થાઃ શનૈः કંથાઃ પર્વતમસ્તકે

શનૈः વિદ્યા શનૈઃ વિતં 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 સારેગમ પધનીસા જ શીખવતા હોય છે, પછી જ સાસા રેરે અથવા સારેગ રેગમ કે સારેગમ રેગમપ કે સાગરેસા રેમગરે સરગમોનું શિક્ષણ અપાતું હોય છે. પહેલે દિવસે અલ્ફૈયા બિલાવલ ન હોય તેમ ખાવિનીનો અભ્યાસ પણ ધીરે ધીરે ક્રમેક્રમે કરવામાં આવે તો ખરેખર અસંભવ તો કંઈ છે જ નહિ. ખાવિનીના અભ્યાસી માત્ર પાણીમાં તરવા કે કલાકો સુધી પરી રહેવા માટે જ ખાવિનીનો અભ્યાસ કરતા નથી હોતા, પરંતુ આ વાયુભક્ષણ કરનારા સાધકો બહુ દિવસો સુધી ખોરાક વગર પણ ચલાવી શકતા હોય છે. ધીરે ધીરે નિયમિત અભ્યાસ કરવાથી ખાવિની 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 સૌદર્ય અને ચણકાટ, 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, ભૂત્યા 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 ઉનાળું વેકેશનનો યોગશિક્ષક તાલીમ

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

‘શરીરથી વધારે મન જ હુમેશાં 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 ચણકાટ આવ્યો છે. મન પ્રસન્ન છે. ચીરિયો સ્વભાવ ગયો છે. પતિ અને બાળકો પણ પ્રસન્ન છે, પરંતુ રહસ્ય છે. હું સવારે ૪-૩૦ વાગ્યે ઊઠી જાઉ છું.’

‘પ્રાતઃકર્મથી પરવારિને ધ્યાન, જ્યોતિસ્થાયામ અને યોગનાં આસનો કરું છું. સવારે નાસ્તામાં દૂધીનો તાજો રસ પીઉં છું. તે સિવાય બીજું કંઈ ખાતી નથી. બપોરે ભોજનમાં થાળી ભરીને તાજાં શાકભાજ્ઞાં સલાદ, તાજાં શાકભાજ્ઞાને બાફીને તેમાં માત્ર દૂધી, ટામેટાં, ફણસી, બીટ જ નાખ્યું છું, તે જ મોટો બાઉલ ભરીને ખાઉં છું. તાજી પાલખ, મેથી, મૂળાનાં પાન, ગાજર, મોગરી વગેરેને દહીની સાથે બપોરે ચા-અલ્યાહારને સ્થાને લઉં છું. રાત્રે બે કેરી અને એક ગ્લાસ જીરો ફેટનું હંકું દૂધ પીઉં છું.’ ‘બધીય સમસ્યાનું મૂળ વધારે પડતો અયોગ્ય સમયે, અયોગ્ય રીતે, ગમે ત્યારે ખવાતો ખોરાક, બેઠાહું જીવન, કામની આળસ અને કસરતનો અભાવ. આ પ્રકારના જીવનપ્રકલ્પે જીવનને જેર 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 જીવનજંકૃતતા બક્ષી છે. હું સદૈવ યોગવિદ્યાની ગ્રણી રહીશા.’

ઉપનિષદ-યાત્રા

શ્રી ગુણવંતભાઈ શાહ

જેણો મન જીવ્યું, તેણો જગ જીવ્યું !

ऋષિના શબ્દો : મનો વૈ સમ્પ્રાટ્ પરમં બ્રહ્મ ।

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

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

યાજ્ઞવલ્ક્ય અને જનકનો સંવાદ

વિદેહના રાજી 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 સચ્ચવાયા 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 સમ્પ્રાટ ! મન એ જ આનંદ. માણસ મન વડે ખીની ઈચ્છા કરે છે. એ ખી થકી એને પોતાના જેવો જ દીકરો પ્રામ થાય છે ત્યારે આનંદ પ્રગટે છે. હે રાજ્ઞન ! મન પરબ્રહ્મ છે એમ સમજીને જે માણસ મનની આરાધના કરે તેને મન કદી ત્યજ દેતું નથી. બધાં પ્રાણીઓ તેને મળી રહે છે. એ માણસ દેવસ્વરૂપ બનીને દેવો પાસે જાય છે.

મન શરૂ નથી, મિત્ર છે

વૈદિક ઋષિઓએ ક્યારેય મનની અવગાણના

નથી કરી. મનની સાથે કામ પાડવાનો ઉત્તમ માર્ગ ઉપનિષદોએ બતાવ્યો છે. માણસ મનનો નચાવ્યો નાચે છે. સંસારમાં સતત લાલસાનું નૃત્ય ચાલતું રહે છે. અસરા મેનકાને લાલસાના 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 લાચાર છે.

આપણી આસપાસ સતત ઉદ્ભબતું અને આથમતું પરિવર્તનશીલ જગત્ મહદૂંશે 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 રહે 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 પરમ બ્રહ્મ)

મનબ્રહ્મની ઉપાસના કરવી રહી

ઉપનિષદીય ચિંતનમાં મનને કેવા ઊંચા સ્થાને બેસાડવામાં આવ્યું છે તેનો જ્યાલ 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 ટૂકમાં સમજ લઈએ.

- મન શાંતિનું કમળ છે. (મનઃ શાન્તિપદ | 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 વાઇરું છે. (મનો વત્સ: | બૃહદારણ્યક (ઉપનિષદ)

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

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

● મન એ જ યજનો અધિજ્ઞાતા બ્રાહ્મણ★ છે. (મનો વૈ યજસ્ય બ્રહ્મા | બૃહદારણ્યક (ઉપનિષદ)

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

● મન એ ઋત છે. (મનો વા ઋતમ | જૈમિનીય (ઉપનિષદ)

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

● મનથી અંત:કરણ શ્રેષ્ઠ છે. (મનસ: સત્ત્વમ્ ઉત્તમમ્ | કઠોપનિષદ)

● મનબ્રહ્મની ઉપાસના કરવી જોઈએ. (મનો બ્રહ્મેત્યુપાર્સીત | છાંદોગ્ય (ઉપનિષદ)

છાંદોગ્ય ઉપનિષદમાં કદ્યું છે કે મન બ્રહ્મ છે એ અધ્યાત્મ દાસ્તિ છે અને આકાશ બ્રહ્મ છે એ અધિદૈવત દાસ્તિ 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 પ્રામ થઈ શકે છે,

★ બ્રહ્મા એ યજનો ચોથો બ્રાહ્મણ ગણાય. (હોતા, ઉદ્ગાતા, અધ્વર્યુ અને બ્રહ્મા). એ યજદેવતા નથી.

તેથી પણ મન 'બ્રહ્મદાસ્તિ'ને પાત્ર છે. એ જ પ્રમાણે સર્વગત, સૂક્ષ્મ અને ઉપાધિહીન હોવાને કારણે આકાશ પણ 'બ્રહ્મદાસ્તિ'ને પાત્ર છે.' મન પ્રત્યેનો આવો બ્રહ્મભાવ ઉપનિષદના ઋષિઓને પ્રામ 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 સુરક્ષાક્વચ 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 ધરને 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 પહોંચાતું રહે છે. મહાનગરમાં નવરો માણસ પણ ઉતાવળમાં હોય છે. ભીડ, ઘોંઘાટ અને ઉચાટને કારણે મનની સ્વસ્થતા ખતમ થાય છે. ગીતા મનની પ્રસંગતા (મન:પ્રસાદ)નો મહિમા કરે છે. આજનો તાણગ્રસ્ત નગરમાનવ પ્રસંગતા ગુમાવી બેસે છે. એના ચહેરા પર ચિંતાના ચાસ વર્તાય છે. કયાંક 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 સ્થિતપ્રશ્ન જાણવો.

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

નિરાહારી શરીરીના ટળે છે વિષયો છતાં,
રસ રહી જતો તેમાં, તે ટળે પેખતાં પર. (૨, ૫૮)

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

આજની મેનેજમેન્ટના નિર્ણય લેવાનું કામ ચીક એક્ઝિક્યુટીવ ઓફિસર (સી.ઈ.ઓ.) કરે છે. પ્રશ્ન મૂળભૂત છે. નિર્ણય લેનાર (દિવિશનમેકર) કોણ છે? ઘોડો ક્યાં જાય તેનો નિર્ણય ઘોડો કરે કે ઘોડેસવાર? આપણું મન આપણા કલ્યાંમાં છે કે આપણે મનના કલ્યાંમાં છીએ? મનમાં ભાવ જાગે તો મંદિર જવું જોઈએ. મનમાં ભાવ ન જાગે તો ય 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 કલ્યાંમાં નથી રહેતું. મનને પરાણે દ્બાવવામાં સાર નથી. મનની લગામ અંતઃકરણ (સત્ત્વ)ના કલ્યાંમાં હોય એટલે અદ્ધી લડાઈ પૂરી થઈ! મન સાથે દુશ્મનાવટ કેળવવામાં શાશપણ નથી. કોઈએ કહ્યું છે કે જેણે મન જત્યું તેણે જગ જત્યું. મનને જતવાનું નથી. મનને સમજવાનું છે અને એની સાથે મૈત્રી કેળવવાની છે. મનના ખેલ નિરણ છે. મનબ્રહ્મને નમસ્કાર.

હું છું તે હું છું

આ લક્ષ્ય છે કાલાતીત અને અવકાશહીન, આ બેઠક છે વ્યાધિ અને શોક વગરની, આ રહેઠાણ છે પરમસુખપૂર્ણ અને શાંતિપૂર્ણ, આ ધામ છે અવિકારી અને વળી અસીમ. હું જાણું છું કે ‘હું તે છું.’

નથી મારે શરીર, મન કે ઈન્દ્રિયો; નથી મારે વિકાર, વિકાસ કે મૃત્યુ; હું છું અમર, સર્વવ્યાપક બ્રહ્મ. ન સ્પર્શી શકે મનો પુણ્ય કે પાપ, ન અસર કરે મનો સુખ કે દુઃખ, ન કરી શકે મને દૂષિત રૂચિઓ કે અલુચિઓ, 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, વળી સર્વત્ર હાજર, નથી ભય મને મૃત્યુનો કે ટીકાનો સમાજની, હું છું શિવ, પરમસુખ પૂર્ણ અને જ્ઞાનપૂર્ણ, ચિદાનંદરૂપ: શિવોડહં, શિવોડહમ્.

- સ્વામી શિવાનંદ

‘The Divine Life’માંથી સાભાર અનુવાદ

પ્રભુકૃપા

જે લોકો પ્રભુને ચાહે છે તેવા લોકોના સંપર્કમાં આવવું તે કોઈ પણ આત્માનું સૌથી મોટું સૌભાગ્ય છે. આ કંઈ ખરીદી શકાતું નથી. તે(પ્રભુ)ની કૃપા વડે જ આપણને આવી મળે છે. આ ઉપલબ્ધ સીધી ઈશ્વરદટ જ હોય છે. જ્યારે પ્રભુની ઈચ્છા હોય ત્યારે જ આપણને આ મહાન વરદાનની પ્રાપ્તિ થાય છે.

- સ્વામી ચિદાનંદ

‘અમૃતધારા’માંથી સાભાર

અષ્ટલક્ષ્મી તથા આધશક્તિનો મહિમા

શ્રી પ્રશાંત પંચાલ

નારાયણી નારીના સ્વરૂપે પથ્થીલોક પર અવતર્યા.

વાત્સલ્યભરી માતા-પિતાની હુંફ હેઠળ લાડકોડમાં
ઉદ્ઘર્યા, ભાજ્યાં, ગાજ્યાં.

મમતાળું સ્નેહસભર અને ભક્તિપરાયણ માતા
પાસેથી ધાર્મિક અને સાંસ્કૃતિક પરંપરાના સંસ્કારો
મેળવ્યા. જીવનોપયોગી ગૃહકાર્યોમાં પાવરધાં બન્યાં.

સમોવડી સહિયરો સાથે ધાર્મિક વ્રતો, ઉપવાસ,
ગૌરીપૂજા અર્ચના આરતી કરતાં કરતાં પુખ્ત ઉભરે
પહોંચ્યાં. સરખી સાહેલીઓ સાથે ધીંગામસ્તી અને
દીખળ કરતાં કરતાં કોડભરી નવોઢા બનવાના મનમાં
સ્વપ્રો સેવવા લાગ્યાં.

એક દિવસે માતા-પિતા, ભાઈ-બહેનો, સગાંસંબંધી
અને સહિયરોનો સાથ છોડી વિરહની વેદનાને દિલમાં
દ્બાવી, સહિષ્ણુ બની, સૌ વડીલોની ઉપસ્થિતિમાં
સમપદીના ફેરા ફરી, મનથી માનેલા માણીગર સાથે
દુધમાં સાકર ભણે તેમ ભળી ગયાં.

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

પતિદેવે ખબે નાખેલ રેશમી ખેસના છેડે પોતે
પહેરેલ રેશમી પાનેતરના છેડે સરકી ન જાય તેવી
ઉપરાઉપરી બે ગાંઢ વાળી. એમની સાથે એમના
પરિવારમાં આધલક્ષ્મી ગૃહલક્ષ્મીરૂપે ઘરના ઉબરે
આવીને ઊભાં રહ્યાં.

સાસુ, સસરા, દિયર, નણંદ તથા શ્વસુરપક્ષનાં
સગાંસંબંધીઓએ એમને ભાવથી, મનના ઉમળકાથી,
કુમકુમનો ચાંદલો કરી, ઉપર અક્ષત લગાડી, ફૂલનો
હાર પહેરાવી, મોખાં ગોળની ગાંગડી મૂકી, મો મીહું
કરાવી, આવકાર્યા. વરરાજાના માતુશ્રીએ એમનાં
ઓવારણાં લીધાં. તે પછી પિતાની થાળીમાં પાણીમાં
પલાણેલા કંકુમના પગનાં તળિયાં બોળી કંકુવર્ણા
કર્યા. તે કુમકુમના પાવન પગલાં પાડતાં પાડતાં
ગૃહલક્ષ્મી પતિગૃહમાં પ્રવેશ્યાં. નવર્દ્ધિતીનું જોકું અમર

રહો. તેવા વડીલોએ આશીર્વાદ વરસાવ્યા.

વખતને જતાં કંઈ વાર લાગે ! થોડા જ વખતમાં
પત્ની બનીને આવેલ ગૃહલક્ષ્મીનું તેજ પ્રકાશયું. એનાં
પાવન પગલાં થકી ઘરની રોનક બદલાઈ ગઈ. ઘરમાં
સોનાનો સૂરજ ઊંઘ્યો. ઘર ગુજ્યું થયું. ગાજ્યું થયું.
થોડાક જ વર્ષમાં ઘરનો વૈભવ વધવા લાગ્યો.
ધાન્યલક્ષ્મીથી અમ્રના કોઈએ ભરાયા. ઘરનું ગુજરાન
સહેલાઈથી ચાલવા લાગ્યું. ઉપરાંત દરિદ્રનારાયણોને
અન્નદાન, અતિથિ અભ્યાગત, સાધુ-સંતોને ભોજન
કરાવવાની અનુકૂળતા વધી. ઘરમાં વડીલોને સંતોષ થયો.

પ્રીતમના સથવારે ધીરજ ધરી સહિષ્ણુ બની
ઠાવકાઈથી, ચિતને શાંત રાખી, સતપથ પર ચાલતાં
ચાલતાં સદ્ગુર્ખો કરવાનું ચાલુ રાખ્યું તેથી ઘરમાં
ધૈર્યલક્ષ્મીનો વાસ થયો.

જીવનની પ્રગતિનાં રથનાં બે પૈંડાંડ્રૂપ દંપતીને
સફળતાનાં ઉત્તુંગ શિખરો સર કરાવવા, તેમને ગતિ
આપવા, ગાય, બળદ, થોડા રથ અને ગજલક્ષ્મીએ
આવી ઘરનું અંગાર્ણ 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 જૂલે છે હાથી !’

ગૃહલક્ષ્મીનું શાશપણ, દિલની વિશાળતા સહુના
સ્વભાવની ખાસિયતો સમજી સહુને સાથે રાખવાની એની
વ્યવહાર કુશળતા અને આયોજનપૂર્વકની એની જહેમત
જાણે લેખે લાગી. ઘરમાં સુખ, સાચબી, સમૃદ્ધિ અને
ઔદ્ધ્વધ 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 કૃપાણુ પરમાત્માએ ઊર્ધ્વ લોકમાંથી જોયું

કે ગૃહલક્ષ્મીના ઘરમાં શાંતિ છે. સહદ્યતા છે. દિલની વિશાળતા છે. સાધુ-સંત અતિથિ અને અભ્યાગતને આવકાર છે. સત્યના પથ ઉપર ચાલી પ્રામાણિકપણે જહેમત કરી દંપતીએ સુખ સાથ્યબી 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 કૂઝે સંતાન અવતરતાં રાણી બની ગઈ. એને તો વિજયલક્ષ્મી વરી. ઘરમાં સગાંસંબંધીમાં અને આજુભાજુ રહેતા માનવ સમાજમાં ‘ઘરમાં વહુ સારાં પગલાંની આવી છે’ તેવી પ્રશંસા થવા લાગી.

મા ભગવતી આધશક્તિએ પૃથ્વીલોકના જીવોના કલ્યાણ અર્થે અમણ કરતાં કરતાં લોકો દ્વારા જાજ્યું અને પોતે નજરે નિહાયું - ‘ગૃહલક્ષ્મી ગૃહિણી સંતાનના જન્મ થકી ગર્વિષ બની છે. એનામાં અહંકારે પ્રવેશ કર્યો છે.’

જે ગૃહિણી મા જગંબાની રોજ પૂજા-અર્ચના આરતી કરતી એમના મંદિરે દર્શને જતી. તેના લીધે મા જગંબા તેની મદદ આવી એની નિદ્રાવરસ્થામાં ચોથા પ્રહરે સ્વમામાં આવી કહ્યું :

‘બેટી ! સંતાનનો જન્મ તારા કૂઝે થતાં તું તેને પ્રેમ અને વાત્સલ્ય વરસાવનારી માતા બની તે માતૃત્વ મળ્યાનું મનથી ગૌરવ હોય પણ તેનો ગર્વ ન હોય. પરિવારની, સગાંસંબંધી અને આજુભાજુ 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.

સમજ. 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.

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

પરિવાર પોતાની સાંસ્કૃતિક ધાર્મિક પરંપરાને જળવતો થયો. જગતા 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 સોણે કળાએ ખીલ્યો.

આધલક્ષ્મીરૂપે ગૃહલક્ષ્મીએ જીવનના બધા જ ક્ષેત્રે સફળતા મેળવી સમાજને આદર્શ પૂરો પાડનાર આદર્શ ગૃહિણી બન્યાં, ધાર્મિક સંકીર્તન પૂજા અર્ચના આરતી અને નૈવેદ્યના પરિપાકરૂપે મા જગંબા આધશક્તિ સૌનું રક્ષણ કરવા ઘરમાં આવી વસ્યાં. તેથી સોનામાં સુગંધ ભળી. પતિ-પત્ની અને પરિવારના સભ્યો કર્મને ધર્મ સમજ 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 ત્રયંકે ગૌરી નારાયણિ નમોઽસ્તુ તે ॥

શરણાગતદીનાર્તપરિત્રાણપરાયણે ।

સર્વસ્યાર્તિહરે દેવી નારાયણિ નમોઽસ્તુ તે ॥

બધાં જ મંગલકાર્યાંને 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 દ્વિવેદી

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

નાનાં બાળકોની આ કેવી સુંદર ગ્રાર્થના છે !
બાળમંદિરમાં ભજતા હતા ત્યારે એ શીખવવામાં
આવતી અને ઘરેથી મુખપાઠ કરી લાવવાનું ગૃહકાર્ય
આપવામાં આવતું. થોડા દિવસોમાં આવી અને ‘ઓ,
ઈશ્વર ભજાએ 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 મોટાં થતાં થતાં સાવ વિસરાઈ જતી હોય
છે. ક્યારેક એને યાદ કરી એને વિશે થોડું વિચારીએ
તો એ સીધાસાદા લાગતા શબ્દોમાં રહેલું અર્થસૌદર્ય પણ
આપણા મનને સ્પર્શી જાય તેવું હોય છે. નાના હોઈએ
ત્યારે આપણે મન શબ્દોનું જ મહત્વ વિરોધ 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 ધૂમી રહ્યો તે જ હું તે જ હું
શબ્દ બોલે’ એ પરમ તત્ત્વનો વિસ્તાર જ બધે થયેલો
દણિગોચર 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, રિમજિમ વરસતા
વરસાદમાં પ્રભુના નામનું ગીત-સંગીત સાંભળી શકાય

છે. એટલે દૂર જવાની પણ જરૂર નથી. આપણા
હૃદયની ધડકનમાં પણ એનો ધબકાર સાંભળી શકાય
છે. કેટલી તાલબદ્ધ એની ગતિ છે ! આપણો
શાસોચ્છવાસ 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 શાસ-
પ્રશાસ્તમાં 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 ધોંઘાટ 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 છે તે અવાજનું પ્રદૂષણ !! ધોંઘાટ
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, ધોંઘાટમય, 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. જીવની મૂળ ગતિ લય અને
તાલને પકડવા પડશે. આવા ભારે શબ્દોથી ગભરાવાની
જરૂર નથી. થોડું અધરું જરૂર છે પણ એ અશક્ય નથી.

એક વાર જીવનની એ ગતિ અને લયને આપણે પકડી પાડીશું પછી તો સાવ સહેલું છે. આજે જીવનમાં સહૃદ્દીને સુખ, સંવાદિતા અને શાંતિ જોઈએ છીએ. એને માટે સહૃદ્યમથી આપણે કવિ કલાપીએ કહ્યું છે તે પ્રમાણે ‘આ દમબદ્ધ બોલી રહી જીણી સિતારી આપની’ એ શાસ-ગ્રન્થાસમાં ચાલી રહેલી જીણી સિતારીના લય અને ગતિને આપણે જાળવા પડશે. પછી આપણું કામ સરળ છે. આપણા એ જીવન-સંગીતનાં લય અને ગતિને આપણે પ્રકૃતિમાં ચાલતા વિશ્વ સંગીતનાં લય અને ગતિની સાથે મિલાવી દેવાનાં 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 વિકિતનો સૂર સમાચિના સૂરની સાથે એક બની જ્યાય 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 જ્યાય, એનો લય એ આપણો લય બની જ્યાય, એની ગતિ અને તાલ આપણા ગતિ અને તાલની સાથે એકરૂપ બની જ્યાય - પછી આપણે કંઈ જ કરવાનું રહેતું નથી. એની સાથે આપણું તાદાત્મ્ય સધારી જવું જોઈએ. પછી તો એનો શાસ એ જ આપણો શાસ બની જશે. એની ધડકન એ જ આપણી ધડકન, એટલું જ નહીં એની ઈચ્છા એ જ આપણી ઈચ્છા બની જશે. આ સંદર્ભમાં જ કોઈ ભક્તહદ્દ્યે કહ્યું હશે : ‘બલીયસી કેવલમ્ભ ઈચ્છરેચ્છા’ - હરિ ઈચ્છા બળવાન

અથવા તો ‘હરિ કરે સો હોઈ.’

જીવનમાં આ લય, ગતિ અને તાલની સમજશી આવી ગયા પછી તો બધેથી આપણે એ સનાતન સંગીતના સંવાદી સૂરો સાંભળી શકીશું. એને પામવા માટેની આ પૂર્વ શરત છે. સૂચિના વૈવિધ્યમાં ભગવાનનો સ્પર્શ તો બધે જ છે. પૃથ્વીમાં એની સુગંધ છે, જળમાં એનું પ્રતિબિંબ છે, હવામાં એનો સ્પર્શ અનુભવી શકાય છે. એનાં 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 જ્યાય તેવી વાત છે ખરું ને? અને ગમ્ભીર 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 બ્રહ્માદે’ની વાત કરવામાં આવી છે. જે કંઈ સૂચિમાં 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 રોમરોમમાં એનો સ્પર્શ આપણે અનુભવી શકીશું અને ત્યારે ભગવાનનું નામ ચારેઠામ સાંભળવાની એ પ્રાર્થના જીવનમાં પૂરેપૂરી ચરિતાર્થ બનશે. જ્યારે સર્વત્ર પ્રભુના હસ્તાક્ષર વાંચતાં આપણને આવડી જશે ત્યારે જીવન પ્રેમ-સંગીત, સુખ-શાંતિ અને આનંદ-મસ્તીના બળખળ વહેતા જરણાંના જેવું બની જશે.

૧૫મો યોગ શિક્ષક તાલીમ શિબિર

ગુજરાત યુનિવર્સિટી માન્યતાપ્રાપ્ત વીસ દિવસીય આવાસીય ૧૬મો યોગશિક્ષક તાલીમ શિબિરના સર્ટિફિકેટ કોર્સનું આયોજન તા.૧૧-૧૨-૨૦૦૮, ગુરુવારથી તા.૩૦-૧૨-૨૦૦૮, મંગળવાર સુધી શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ ખાતે કરવામાં આવ્યું છે. યોગનું પ્રારંભિક જ્ઞાન ધરાવતા, સ્નાતક અને અન્યોને યોગની વૈજ્ઞાનિક સમજશી આપવા માગતા યોગ જ્જાસુઓ માટે આ અભ્યાસક્રમ ચલાવવામાં આવે છે. ઈચ્છાક સાધકોએ તા.૩૦-૧૧-૨૦૦૮ પહેલાં શિવાનંદ આશ્રમના કાર્યાલયનો સંપર્ક કરવા વિનંતી.

પૂજય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજની દિવ્ય ચાત્રા-૨૦૦૮

K

ન્યૂજર્સી : તા. ૧ થી ૭ સાટેભર દરમ્યાન પૂજય સ્વામીજનું ન્યૂજર્સીના ટોમ રિવર એરિયા ખાતે ધ્યાન અને પ્રાણાયામ સાથે યોગાસનોના સુંદર કાર્યક્રમોનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. ડૉ. નિક મહેતાના નિવાસસ્થાને પાઈન અને ફરના વૃક્ષોની વચ્ચે સુંદર મજાના ગાલીયા જેવી લીલીછિમ લોન ઉપર વહેલી સવારે યોગશિબિર થોજવામાં આવી હતી. આ શિબિરમાં મોટી સંખ્યામાં ડોક્ટરો જોડાયા હતા તથા ત્યાંના વિવિધ મેડિકલ ચ્રુપના લોકો પણ તેમાં સહભાગી થયા હતા.

પૂજય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીએ રોજબરોજના જીવનમાં ઉપયોગી એવા પ્રાણાયામ તથા શરીરના અંગોની લવલચીકતા માટે હલકાં-હુલકાં યોગાસનોની માહિતી સાથે તેનું નિર્દર્શન કરી બતાવ્યું હતું. કમ્પુટરના વધુ પડતા નિરંતર ઉપયોગને કારણે તેનાથી થતા હથથની અંગળીઓ અને અંગૂઠાના રોગો તથા ખભાનો દુઃખાવો, સર્વાઈકલ, પીઠ અને કમરના દુઃખાવા માટે ઉપયોગી આસનોની માહિતી આપી હતી.

તા. ૧ સાટેભર બપોરના ૩-૦૦ થી ૪-૦૦ દરમ્યાન સ્વામીજીએ અમેરિકન બાળકો સાથે સમય વીતાવ્યો હતો. તેમને ભારતીય સંસ્કારોની સાથે જીવનના લક્ષ્ય વિશેની સમજૂતી આપી હતી. જીવનમાં તેઓ ડોક્ટર, અવકાશયાત્રી, વિજ્ઞાની કે વ્યાપારી અથવા જે કાંઈ બનવા ઈચ્છે છે તેનો નિઃખ્યાત તેઓ નાની ઉંમરે જ કરી લે અને તે દિશામાં ખૂબ જ મહેનત અને ખંતથી આગળ વધતાં રહે તો તેઓ પોતાના નિશ્ચિત ધ્યેય સુધી જરૂર પહોંચી શકે છે. તેમની સાથે સ્વામીજીએ મેનેજમેન્ટ અંગોની રમતો દ્વારા મનની કાર્યક્રમતામાં કઈ રીતે વધારો કરવો તે પણ બતાવ્યું હતું. સાંજે ૭-૦૦ થી ૮-૦૦ સ્વામીજીએ એકત્રિત થયેલ અનેક જિજ્ઞાસુ લોકોને દૈનિક જીવનમાં ગીતા વિશે મનનીય ઉદ્ભોધન કર્યું હતું.

આ ઉપરાંત સુ.શ્રી. ડૉન કીન દ્વારા સંચાલિત 'હેલ્પ એન્ડ હિલ્પિંગ સેન્ટર' ખાતે સ્વામીજીએ પ્રાણાયામ,

ધ્યાન અને યોગાસનોના વર્ગનું સંચાલન કર્યું હતું.

તા.૩ સાટેભર સવારે ૮-૩૦ થી ૧૧-૩૦ દરમ્યાન સુ.શ્રી ડૉના કેટરોની દ્વારા સંચાલિત 'હિલ્પિંગ વે સેન્ટર' ખાતે પણ સ્વામીજીએ યોગાસનોના વર્ગનું સંચાલન કર્યું હતું. ઓશન કાઉન્ટી કોલેજ ખાતે સ્ટ્રેસ મેનેજમેન્ટના વિષય ઉપર સ્વામીજીએ યુવાનોને મનનીય પ્રવચન આપ્યું હતું. ટેકનોલોજી ઇન્સ્ટિટ્યુટ દ્વારા આયોજિત આ પ્રોગ્રામનું સંચાલન શ્રી રિચાર્ડ સ્ટ્રેડાએ કર્યું હતું. સાંજે ૭-૦૦ થી ૮-૦૦ દરમ્યાન યોગ વિશે જિજ્ઞાસુ અમેરિકનોની સમક્ષ સ્વામીજીએ પતંજલિનાં યોગસૂત્રો ઉપર વિચારપ્રેરક પ્રવચન આપ્યું હતું.

તા.૪ સાટેભર સવારના નિયમિત યોગાસનોના વર્ગો ઉપરાંત સાંજે ૭-૦૦ થી ૮-૦૦ દરમ્યાન શેરોન એલિટ અને યોગી એડવર્ડ દ્વારા સંચાલિત કલા કમલા યોગ ઇન્સ્ટિટ્યુટ ખાતે યોગના સેમિનારનું સંચાલન કર્યું હતું.

તા.૫ સાટેભરના દિવસે 'ઇન્ઝિયન કલ્યારલ એસોસિયેશન' દ્વારા પ્લેઝાન્ડ પ્લેઝિન ફાયર હોલ ખાતે એક વિશેષ સભાનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. ભારતના પ્રાચીન ધર્મગ્રંથોના પ્રેરણાદાયી મહાપુરુષો વિશે મનનીય પ્રવચન આપ્યું હતું. જેનું સંચાલન શ્રી સની ધીર દ્વારા કરવામાં આવ્યું હતું.

તા.૬ અને ૭ સાટેભર દરમ્યાન ટોમ્સ રિવરના પેકોરા ઓઓટિટોરિયમ ખાતે કોમ્પ્યુનિટી મેડિકલ સેન્ટરના ડૉ. નિક મહેતા દ્વારા બે દિવસના યોગ અને હેલ્પ સેમિનારનું આયોજન કરવામાં આવ્યું. ટોમ્સ રિવરના મેયરશ્રી માનનીય થોમસ કેલ્હરના હસ્તે સેમિનારનું દીપગ્રાગટ્ય કરવામાં આવ્યું હતું. તેમણે પોતાના પ્રવચનમાં કહ્યું હતું કે હવે યોગ એ માત્ર ભારતીય લોકોની મોનોપોલીનો વિષય રહ્યો નથી પરંતુ વિશ્વ સમુદ્રાય માટે પણ તે ટેટલો જ ઉપયોગી છે. સ્વામીજનું અમે અમારા દેશમાં હદ્યપૂર્વક સ્વાગત કરીએ છીએ. તેઓ તેમના પ્રાચીન યોગશાસ્ત્રના વિષયનું જ્ઞાન અમને

વર્ષો સુધી આપતા રહે એવી અમારી તેમને નમ્ર વિનંતી છે. ટોમ્સ રિવર કાઉન્ટીના માનનીય મેયરશ્રીના હસ્તે સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનું ઉચિત સન્માન કરી તેમને એક વિશેષ મેમેન્ટો બેટ આપવામાં આવ્યો હતો.

શ્રી ગણેશ ચતુર્થીના ઉત્સવ નિમિત્તે તા.૬ સાફેભરના રોજ એક ભજનસંધ્યાનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. આ ભજનસંધ્યાના સ્વામીજીના અલૌકિક અને યાદગાર સંકીર્તનમાં અનેક અમેરિકનો સહજ રીતે જોડાયા હતા અને ગાવાની સાથે સાથે અલૌકિક આનંદમાં નાચવા પણ લાગ્યા હતા.

તા.૭ સાફેભરના દિવસે આદરણીય શ્રીમતી શોધાણીના નિવાસસ્થાને એક વિશેષ યોગના વર્ગનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. સાંજના સમયે હિન્દુ કરણી મંદિર ખાતે એક ભવ્ય સત્સંગ અને કીર્તનના કાર્યક્રમનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું, જેમાં સ્વામીજીએ ધ્યાન, પ્રાણાયામ અને તેમાં અવરોધરૂપ તથા અંતરાય વિશે મનનીય પ્રવચન આપ્યું હતું. આ ઉપરાંત સામુહિક ધ્યાનનો પ્રયોગ પણ સ્વામીજી દ્વારા કરવામાં આવ્યો. બપોરના સમયે ‘પોટલક લંચ’નો સૌ ક્રોઈએ રસાસ્વાદપૂર્વક આનંદ માણ્યો હતો.

તા.૮ સાફેભર ન્યૂજિઝીલ્ના તેજલ અને અમિતભાઈના નિવાસસ્થાને ગુરુદેવ પૂજય શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની ૧૨૫મી જન્મજયંતીની ઉજવણી ગુરુ પાદુકાપૂર્જન, ભજન-કીર્તન અને મહાપ્રસાદ દ્વારા કરવામાં આવી. ભક્તિભાવ, સમર્પણ અને હૃદયપૂર્વકની ભાવનાઓ સાથે આ સમગ્ર આયોજન કરવા માટે શ્રીમતી અને ડૉ. નીક મહેતાનો સૌએ હાર્દિક આભાર માન્યો હતો. યોગના પ્રચાર-પ્રસારની સાથે સમગ્ર માનવજીતિના સમુક્રષ્ણના ધ્યેય સાથે પધારેલ શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીએ પોતાના આ સાત દિવસના રોકાણ દરમ્યાન શ્રી સત્ય સાંઈ ઓર્ગનાઇઝેશન, ચિલ્ડ્રન સ્પેશિયલ હોસ્પિટલ અને અનેક યોગ સેન્ટરોની મુલાકાત લીધી હતી. તા.૮ સાફેભરના રોજ શ્રી સ્વામીજી ટોરન્ટો જવા રવાના થયા હતા.

ટોરોન્ટો-કેનેડા : તા.૮ થી ૧૬ સાફેભર કુનેડાના ટોરોન્ટો ખાતે સ્વામીજી દ્વારા યોગના એક

વિશેષ કેમ્પનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. ૮ સાફેભરના રોજ ટોરોન્ટોના શ્રી ગુરુમંદિર ખાતે સ્વામીજી શિવાનંદજી મહારાજની જન્મજયંતીનું ભવ્ય આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. ગુરુપાદુકાપૂર્જન સાથે સ્વામીજીએ ગુરુલૂપા વિષય ઉપર વિદ્વત્તાપૂર્ણ પ્રવચન આપ્યું હતું. ત્યાર બાદ આરતી અને મહાપ્રસાદ લઈ સૌ છૂટા પડ્યા હતા.

તા. ૮ થી ૧૬ સાફેભર દરમ્યાન રોજ સવારે ૭-૦૦ થી ૮-૦૦ દરમ્યાન ગુરુમંદિરના વિશાળ હોલમાં યોગશિબિરનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. સાંજના સમયે યોગાસનોની સાથે શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતાના નવમા અધ્યાય ઉપર શ્રી વૈષ્ણોદેવી મંદિરના ઉપક્રમે સ્વામીજીના પ્રવચનો રાખવામાં આવ્યા હતા. આ ઉપરાંત શ્રી દેવીમંદિર દ્વારા એક વિશેષ સત્સંગનું આયોજન પણ કરવામાં આવ્યું હતું. સંવત્સરીના પર્વ નિમિત્તે સ્વામીજીએ ત્યાંના જેન દેરાસરની મુલાકાત લઈ પોતાની ભક્તિવંદના કરી હતી. ટોરોન્ટોના શ્રીરામકૃષ્ણ વેદાંત સેન્ટરમાં જઈ સ્વામીજીએ પોતાની ભક્તિભાવપૂર્ણ પુષ્પાંજલિ સમર્પણ કરી હતી. ટોરોન્ટોના નાગરિકો અને યુવકોના એક વિશાળ સમુદ્ઘાને પણ સ્વામીજીએ સંભોધ્યો હતો. ટોરોન્ટોના આ સમગ્ર આયોજન માટે શ્રી કુંજબિહારી દવે, શ્રી કમલેશ દવે, શ્રીરામ ગોગીયાજી અને મયૂર ઉપાધ્યાયનો સૌએ હૃદયપૂર્વક આભાર માન્યો હતો.

ટોરોન્ટોના એટીએન ટેલિવિઝન સ્ટુડિયો દ્વારા યોગના વિષયની વિશેષ સમજૂતી માટે ૨૨ મિનિટના ત્રણ એપિસોડનું નિર્માણ કરવામાં આવ્યું હતું. કેનેડિયન નાગરિકો માટે કર્મયોગ, ભક્તિયોગ, જ્ઞાનયોગ, રાજ્યોગ, કુંડલિની યોગ તથા હઠયોગ જેવા વિષયોને સ્વામીજીએ પોતાની સરળ શૈલીમાં સુંદર રીતે સમજાવ્યા હતા.

વૈષ્ણોદેવી મંદિરના પ્રમુખ અને ટ્રસ્ટીઓ દ્વારા સ્વામીજીને ભાવભીની વિદ્યા આપવા માટે એક વિશેષ ભંડારાનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. સ્વામીની આ ટોરોન્ટો યાત્રા માટે શ્રી ઉમેષ કપીતાન, શ્રી બાલચંદ્ર લોહિયા અને શ્રી શરદ કામદારે અગાઉથી

વિશેષ આયોજન કર્યું હતું. આ ઉપરાંત ત્યાં હાજર સૌ કોઈએ જૂન-જુલાઈ, ૨૦૦૮માં સ્વામીજીને ત્યાં ફરી પધારવા ભારભર્યું આમંત્રણ આપ્યું હતું.

વિન્ડસર-કેનેડા : તા.૧૭ સપ્ટેમ્બરની વહેલી સવારે વિન્ડસર ખાતે સ્વામીજી પધાર્યા. ત્યાં એકત્રિત થયેલા સૌ કોઈને તેમણે પ્રાર્થના સહિત આશીર્વદ આપ્યા. ત્યાર બાદ ૨૦મી તારીખે તેમના સાંનિધ્યમાં એક સત્સંગ અને કીર્તનનો કાર્યક્રમ શ્રીમતી અને શ્રી જ્યેશ ભણ દ્વારા યોજવામાં આવ્યો.

ટોલેડો-અમેરિકા : તા.૧૭ સપ્ટેમ્બરના રોજ શ્રી રાજેશ લોગાનીના સૌજન્યથી સ્વામીજી શ્રીમતી બિંદુ અને અરવિંદ મિસ્થીના ટોલેડો ખાતે આવેલા નિવાસસ્થાને પધાર્યા. ટોલેડોના હિંદુ મંદિર ખાતે તા.૧૭થી ૧૮ દરમ્યાન સ્વામીજીના ગીતા પ્રવચનો, ઈશોપનીષદ પર વ્યાખ્યાન તથા ધ્યાન, પ્રાણાયામ અને ભારતના સાધુ-સંતો વિશેના પ્રવચનોનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું.

હિંદુ મંદિરના મુખ્ય પૂજારી અને આચાર્ય શ્રી અનંતભાઈ દીક્ષિતના સંચાલન હેઠળ સવારે ૭-૦૦ થી ૮-૦૦ દરમ્યાન સ્વામીજીના યોગના વર્ગોનું આયોજન કરવામાં આવ્યું. આ દરમ્યાન અનેક ભક્તોના નિવાસસ્થાને સ્વામીજીના સત્સંગ અને કીર્તનનું આયોજન કરવામાં આવ્યું. તા.૨૧ સપ્ટેમ્બરના રોજ બ્લુમિંગટન જવા સ્વામીજી રવાના થયા. બ્લુમિંગટન ખાતે સ્વામીજી ત્રાણ દિવસ રોકયા. ત્યાં નવા જ બૃંધાયેલા હિંદુ મંદિર ખાતે સ્વામીજીના હનુમાન મહિમા તથા સુંદરકાંડ વિશે પ્રવચન અને સત્સંગનું આયોજન કરવામાં આવ્યું. અનેક ભક્તોના નિવાસસ્થાને પધારી સ્વામીજીએ સૌને આશીર્વદ આપ્યા અને ત્યાં આવેલ ઈન્ડિયાના યુનિવર્સિટીની તેમણે મુલાકાત લીધી. શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજની ૮૩મી જન્મજયંતીની ગુરુપાદ્મકાપૂર્જન બાદ સ્વામીજી ત્યાંથી એટલાંટા જવા રવાના થયા.

વિચાર વલોધું

પરાવિદ્યા ભલ્લવિદ્યા

પૂર્ણ એવા પરમાત્માનું જ્ઞાન એ જ પરાવિદ્યા. એકવાર પરાવિદ્યાને જાણી લીધા પછી તેનું વિસ્મરણ કરી થઈ શકતું નથી. અપરાવિદ્યા-એટલે પરાવિદ્યા સિવાયનું સંઘર્ષનું ભૌતિક જ્ઞાન. તે પરાવિદ્યાની અંતર્ગત હોઈ મર્યાદિત જ હોવાનું. તે પરિવર્તનશીલ હોઈ તેમાં ફેરફાર, એટલે કે વધારો ઘટાડો થતો જ રહે છે. વળી તેને વારંવાર યાદ કરતાં રહેવું પડે છે. કારણ તે મગજની એક નશમાં રહે છે. એ નશમાં કોઈ અવરોધ કે બ્લોક થયો તો મેળવેલ જ્ઞાન ક્ષણવારમાં અલોપ થઈ શકે છે. વળી જગતના પદાર્થો, વિષયો અનેક છે. એક વિષયમાં નિષ્ણાત થયેલ વક્તિ જીજા વિષયમાં ન પણ હોય. અરે ! શારીરિક જ્ઞાનના ક્ષેત્રમાં પણ જે હાડકાંના રોગોનો નિષ્ણાત છે, તે આંખના રોગો માટે નકારો છે. તેને તેની ખબર હોતી નથી.

પરંતુ પોતાના સાચા સ્વરૂપ એવા આત્મા પરમાત્માની એકતાના જ્ઞાનમાં આ પ્રકારના સર્વ ભેદો, મર્યાદાઓ હી જઈને એક માત્ર અદ્વૈત સ્વરૂપ જ રહે છે, જે સર્વમાં, સર્વ કાળે, સર્વ સ્થળે એક સમાન રહીને સર્વને સત્તા અને ચૈતના આપે છે. ત્યાં જડ અને ચૈતના પણ ભેદ નથી. વળી તે સર્વ પદાર્થોથી અભિન હોઈ જગતમાં તેના સિવાય બીજું કશું છે જ નહીં. તેથી સ્વરૂપે તે અવ્યયી, અવિકારી, પૂર્ણ અને અનંત કહેવાયું છે. જેમાં કોઈ ગુણો નથી, વિકાર નથી, તેથી તે નિરંજન છે. તેમાં કોઈ વિશેષતા નથી તેથી તે નિર્વિખભી છે. તેનો કદી જન્મ નથી, માટે મૃત્યુ પણ નથી તેથી તે અવિનાશી અને અનાદિ છે, અમૃતસ્વરૂપ છે. તેની પૂર્ણતામાંથી જ દેખાતું આ સર્વ અસ્તિત્વ પ્રગટ્યું છે. સર્વ તેની જ અંતર્ગત છે, તે તે જ છે, પણ પોતે સર્વથી નિર્વેપ અને અસંગ છે, સ્વતંત્ર છે. બીજું સંઘર્ષનું તેને આધીન છે - તેથી પરાધીન છે.

માટે તમારો અને તેનો નાતો સમજો.

ગીતા અને ઉપનિષદ કોઈ થોથાં નથી કે કોઈ પંડિતોની વાણી નથી. તેમાં તો વાસ્તવિક સનાતન જે હકીકત છે, તે જ કહેવાયું છે. વળી જ્ઞાનીને તેની અનુભૂતિ શક્ય છે. તે જ્ઞાન શાશ્વત ચિરંતન છે, જે તમે જાતે પોતે પે છો. તેના અભાવનો અનુભવ તમને કદી આજાદિન સુધી થયો નથી, કદી થનાર પણ નથી. આવા મહાન ગૌરવશાળી આત્મસ્વરૂપનો મહિમા અનંત હોઈ તેનો પાર પામવો જીવનની એક અદ્ભુત મહિમાવંતી ક્ષણ છે. તેનાથી ભૂલાયેલો નાતો જોડો. નહીં તો તમારું ભારતમાં જન્મેલું જીવન વર્થ છે, વૃથા છે, નકામું છે, ફોગટ છે. માટે વિચાર કરો, તમે ક્યાં છો ?

- ડૉ. કલાબહેન પટેલ

વृतांत

K

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

પરમ પૂજય ગુરુભગવાન શ્રીમત્ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજના નાદુરસ્ત સ્વાસ્થ્યના સમાચાર આશ્રમમાં મળતાં અખેડ મૃત્યુંજ્ય મંત્રજપનો પ્રારંભ કરવામાં આવેલ સાથે નારાયણ સેવાનો પ્રારંભ કરવામાં આવ્યો. ત્યાર બાદ પૂજય ગુરુદેવના મહાપ્રયાજ બાદ તેઓની ઈચ્છાનુસાર ખોડશી સુધી દરરોજ આશ્રમના ભક્તો દ્વારા ફુલપેકેટ, તૈયાર ભોજન, નાસ્તો, બિસ્કિટ, ચોકલેટ, દૂધ, આઈસ્ક્રીમ, ફળો સાથે શહેરના ગરીબ વિસ્તારોમાંના રહેણાંક, શાળાઓ, રસ્તા ઉપરના મજૂરવર્ગ સર્વે નારાયણોની સેવા શ્રી મરુતભાઈ દવેના નેતૃવમાં સંપત્ત કરવામાં આવી. જેમાં શ્રી જતુકાકા (ગ્રીનમેન), શ્રી વિમલભાઈ પટેલ, શ્રી અસકાભાઈ ઉપાધ્યાય, શ્રીમતી નયનાભેન દવે, શ્રીમતી પ્રતિમાભેન પટેલ, શ્રી તેજસ ભાવસાર સર્વે આશ્રમભક્તોએ ઉદાર હાથે શ્રમયજ્ઞ આ નારાયણ સેવા અર્થે કર્યો. સર્વે સંતો અને ભક્તોની ઉપસ્થિતિમાં પરંપરાગત રીતે પ્રાર્થનાસભા અને ખોડશીનું ભવ્ય આયોજન પણ કરવામાં આવેલ. જેમાં અનેક ભક્તો પોતાનાં શ્રદ્ધાસુનન અર્પવા ઉપસ્થિત રહ્યા હતા.

સદ્ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજના ૧૨૧મા પ્રાકટ્યપર્વ તથા શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદના સંસ્થાપક પૂજયશ્રી સ્વામી પવિત્રાનંદજી મહારાજના ૧૫મા મહાસમાધિ

પર્વ નિયમિતે આશ્રમ તરફથી આયોજિત વિશેષ નારાયણસેવા તથા શ્રી સ્વામી ચિદાનંદ ધ્યાન-યોગ કેન્દ્ર ખાતે વિશાળ સત્સંગ, પાદુકાપૂજાનો મોટા સમુદ્ધાયમાં ભક્તોએ લાભ લીધો.

યુરોપની સાંસ્કૃતિક ચેનલ 'કેનવાસ' તથા અન્ય ૧૨ યુરોપિયન ચેનલો માટે બેલિયન્મની કાનમ ગ્રોકરશન દ્વારા 'India for Beginners' શો માટે 'Tradition of Ashram life, Yoga and significance of Mother goddess' માટે શિવાનંદ આશ્રમની મુલાકાતે આવેલ જેમાં શ્રી શ્રી અષ્ટલક્ષ્મી ભવન ખાતે માતૃશક્તિની વંદના માટે કુ. રિદ્ધિ મના તથા યોગના અભ્યાસ અર્થે કુ. સંગીતા થવાણીએ આશ્રમ વતી માહિતી આપેલ.

પરમાદરષ્ટીય ગુરુભગવાન શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજના ૮૩મા પ્રાકટ્યપર્વ નિયમિતે ગુજરાતના પૂર્ગ્રસ્ત

સુરેન્દ્રનગર જિલ્લામાં ૨૦૦૦ કિલો ઘઉંનું વિતરણ કરવામાં આવેલ.

વલસાડ : ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ, વલસાડના ઉપક્રમે પરમાદરષ્ટીય પૂજય ગુરુભગવાન શ્રીમત્ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજની ખોડશી નિયમિતે શહેરના શ્રી ભીડભંજન હનુમાન મંદિર દ્વારા ચાલતી હોસ્પિટલ ટિક્ઝિન સેવા આ દિવસે સંસ્થા તરફથી કરવામાં આવી. તદુપરાંત મંદિર ખાતે સાહુઓને ભોજન-દક્ષિણા પણ આપવામાં આવ્યાં. શ્રી સત્યનારાયણ ભગવાનની કથા કરવામાં આવી તથા ગૌશાળામાં ગાય માટે જુવારનું દાણ ૫૦ કિલો આપવામાં આવ્યું.

ભર્યા : દિવ્ય જીવન સંઘના આંતરરાષ્ટ્રીય પ્રમુખ પૂજયપાદ સ્વામી ચિદાનંદ મહારાજ તા.૨૮-૮-૦૮ને રાત્રે ૮-૧૨ વાગે મહા સમાવિષ્ય થયા તે સમાચારે અમને સૌને ખૂબ જ નિરાશામાં મૂડી દીધા. પરમ પિતા પરમાત્મા તેમના ઉચ્ચ આત્માને ચિર શાંતિ અર્પે એ જ પ્રાર્થના. પૂજયપાદશ્રીને શ્રદ્ધાંજલિ આપવા માટે શાળાના તમામ કાર્યક્રો, ટ્રસ્ટીમંડની એક પ્રાર્થનાસભા અમે તા.૩૧-૮-૦૮ને રવિવારે દિવ્ય જીવન સંઘ ભર્યા હોસ્પિટલના શિવાનંદ સભાખ્રંડમાં રાખી હતી. પ્રાર્થના બાદ બધા જ ઉપસ્થિત સભાસદોએ 'મહામૃત્યુંજ્ય મંત્ર' દ્વારા ૩૦ મિનિટ સતત મંત્રોચ્ચાર કરી પૂજયપાદશ્રીના ચરણમાં તેમના જીવનમાંથી સતત પ્રેરણ 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.

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

દર શાન્તિવારે બપોરે ૧૪, દિપાલી સોસાયટીમાં સુંદરકાંડનું સામૂહિક પાઠનું આયોજન થયેલ.

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

દિવ્ય જીવન સંઘ હોસ્પિટલમાં ઓગસ્ટ-૦૮માં જનરલ ઓપીડીમાં ઉર્દુ દર્દીઓએ લાભ લીધો અને જુદા જુદા વિભાગના કન્સલિંગ ડોક્ટર્સના ઓપીડીમાં પણ ૧૫૮ વ્યક્તિઓએ લાભ લીધો. ઈન્ડોર વિભાગમાં ગયા મહિને હોસ્પિટલમાં ૭૨ વ્યક્તિઓને તથીબી સારવાર માટે દાખલ કર્યા અને તથીબી સારવાર આપી અને ઉદ્ઘોષણા કરવામાં આવ્યાં. બધા જ દર્દીઓ તથીબી સારવાર બાદ સાર થઈને ગયા હતા.

તા.૮-૮-૦૮ના રોજ પૂજયપાદ સદ્ગુરુદેવની ૧૨૧મી જન્મજયંતીની ઉજવણી ૧૪, દિપાલી સોસાયટીમાં પાદુકાપૂજા-સત્સંગથી કરવામાં આવી. હોસ્પિટલમાં બધા જ દર્દીઓને ગુડ-કે બિસ્કિટનું એક-એક પેકેટ અને બે-બે ચીકુની પ્રસાદી આપવામાં આવી.

ટાઈટલ-૧

થોલો !

જો તમે પૂર્ણ આધ્યાત્મિક લાયકાતો ધરાવતા પહેલા વર્ગના સાધક હો, તો તમને આંખના પલકારામાં આત્મસાક્ષાત્કાર થઈ શકે. પરંતુ જેઓમાં વિવેક અને વૈરાગ્ય પણ નથી તેવા સામાન્ય લોકો માટે તે માટે ઘણ્ણો લાંબો સમય લાગશે; પરંતુ નિરાશ થશો નહિ. આધ્યાત્મિક જીવન અતિશય ધૈર્ય માગે છે.

- સ્વામી શિવાનંદ

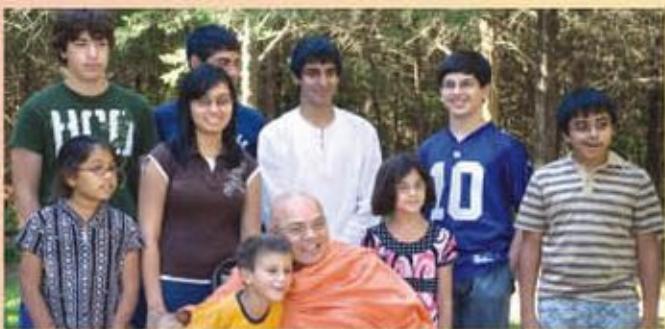
ટાઈટલ-૪

સુખ આપણી અંદર છે, વિશ્રાંતિ અંદર જ છે, પ્રકાશ અને શાંતિ અંદર જ છે. સાધકે તેથી અંદર જ જોવું જોઈએ. તેણે એક (ભગવાન)ને બધામાં અને બધાને એક (ભગવાન)માં જોવા જોઈએ. તેની સમાન દણિથી તેણે ઉચ્ચ અને નીચમાં તરફાવત ન જોવો જોઈએ.

- સ્વામી શિવાનંદ



વિશ્વ ગુજરાતી કોન્ફરન્સ, 'ચાલો ગુજરાત ૨૦૦૮'ના ટીપ્પ્રેવલન પ્રસંગે અન્ય મહાનુભાવો સાથે પૂજ્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ



ન્યુજર્સીનાં બાળકો માટે પૂજ્ય સ્વામીજી મહારાજનો વિશેષ શિબિર



टोमस रिवर,
न्यूजीलैंड मेयर
Mr. Thomas
Kelahar
द्वारा पूँजी
स्वामीजी
महाराजनु
"Master of
Yoga" थी सन्मान



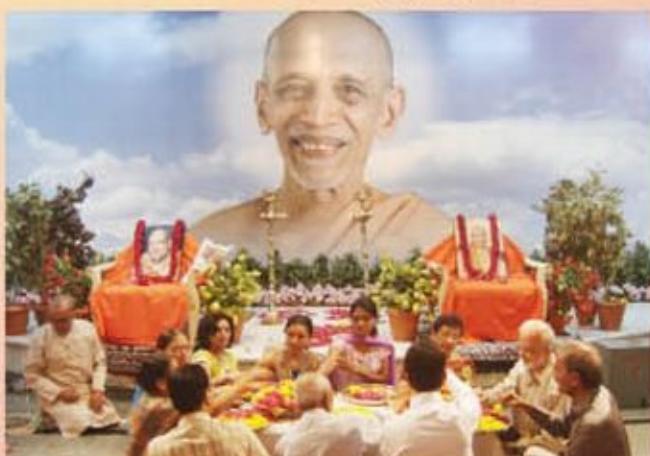
‘ચાલો ગુજરાત ૨૦૦૮’માં પૂજ્યશ્રીનું “Be Healthy-Keep Doctors & Hospital Away! Yoga ei Jivan” પ્રવચન

Swami Chidanandji attains samadhi

Swami Chidanandji Maharaj, disciple of Swami Shivanandji Maharaj, who managed the Divya Jivan Sanskrutik Sangh (Divine Life society) for last four decades attained samadhi on Thursday. He was 94. Disciples of Shivanand Ashram in Ahmedabad will assemble on Sunday at 10 am for a prayer meeting in memory of Swami Chidanandji. It will be presided over by Swami Vidyatmanandji, Ishwarcharandasji, Kothari Swami, sant of Jagannath Mandir Mahant Ramharshdaji, Atmanandji Maharaj of Koba, Swami Brahmvihari, Bhagwad Rishi of Bhagwat Vidyapeeth and other saints/followers. His body was brought to Rishikesh at 1 am. He was given Jalsamadhi in the holy water of Ganges before the sunrise at 5.30 am on Friday as per his wishes before death. TNN



८ सप्टेम्बरना रोज श्री गुरुपाद्वकापूजन



२४ सप्तम्बरना रोज श्री गुरुपादकापूजन

દિવ્ય જીવનસંધના સ્વામી ચિદાનંદજીના મહાપ્રયાત્રા

ମୋଟାର ଲେଖକ - ଶ୍ରୀନାଥ

A black and white portrait of Swami Sivananda, an elderly man with a shaved head, wearing a saffron robe and a tilak on his forehead. He is smiling slightly and looking towards the camera.

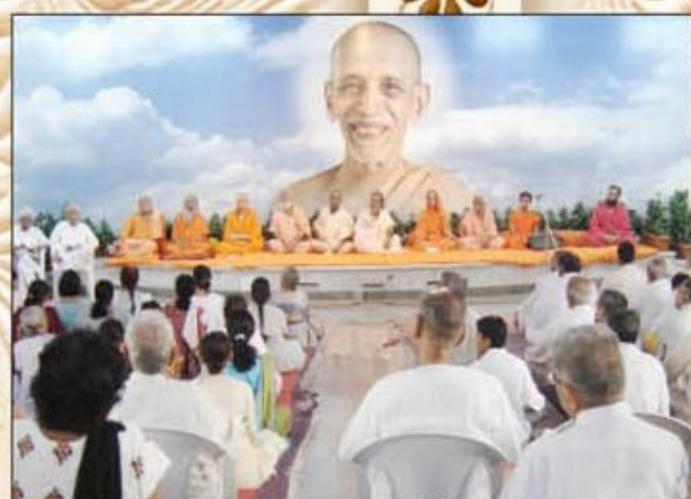
କିମ୍ବା କୁଳନ ଲାଙ୍ଘନିତି ପର୍ଯ୍ୟାନାନ୍ତେ
ଅଭୟନା ଦେଖିଲୁ ଉପକେ ତା ଉଠିଲା
ଆଶରଣା ରୋକ୍ ମହାର ଏହି ପରିଚୟ
ବୀବାନାନ୍ ଆଶ୍ୟକ ଆଶରାନ୍ ଆଶା
ଏହି ପ୍ରଥମାବସରାନ୍ ଆଶାକୁ କରସୁ
କେ କୁମା ସ୍ଵାମୀ ବିହିତାମନଙ୍କ,
ସ୍ଵାମୀ ଉତ୍ସବରକାଳେ, କରିଗାନଙ୍କ
ମହିନାରେ ମହିତ ରାମ ଶରୀରକୁ
କାହାନା ଆମାନଙ୍କ, ସ୍ଵାମୀ
ପ୍ରଧାନିକାରୀଦାସଙ୍କ, ଭାବୀପତ
ବିଷୟାଧିନା ଆଶ୍ୟକ ପରି ତଥା ଆଶ୍ୟ
ସଂତୋ ତଥା ଆଶ୍ୟକ ସଂଯୋଗେ ପୋତାନା
କାହା କାହାନ ଆଶ୍ୟକ କରଦେ



સહયોગ કુષ્ઠયજ્ઞ ટ્રસ્ટ, હિંમતનગર ખાતે કુષ્ઠ રોગીઓ
માટે વિશેષ સત્સંગ તથા પ્રસાદનું આયોજન



પૂજ્ય ગુરુદેવની મહાસમાધિ પ્રસંગે
શહેરના અલગ અલગ વિસ્તારોમાં નારાયણ સેવા



શ્રી ચિદાનંદ ધ્યાન યોગ કેન્દ્ર ખાતે ખોડશી સત્સંગ



પૂજ્ય ગુરુદેવનો ખોડશી ભંડારો, શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ



ટોરેન્ટો, કેનેડા ખાતે યોગ શિબિર



એટલાન્ટા, યુ.એસ.આ. ખાતે વૃદ્ધો સાથે વિશેષ પરિસંવાદ

સુખ આપણી અંદર છે, વિશ્રાંતિ અંદર જ છે, પ્રકાશ અને શાંતિ અંદર જ છે. સાધકે તેથી અંદર જોવું જોઈએ. તેણે એક (ભગવાન)ને બધામાં અને બધાને એક (ભગવાન)માં જોવા જોઈએ. તેની સમાન દૃષ્ટિથી તેણે ઉચ્ચ અને નીચમાં તફાવત ન જોવો જોઈએ.

- સ્વામી ચિદાનંદ

If undelivered return to:

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