

ॐ 28th Yoga Teacher Training course, December - 2012 ॐ



સરદાર વલ્લભભાઈ પટેલના દરમા નિર્વાણ દિવસે શ્રી સરદાર ભવન (શાહીબાગ, અમદાવાદ) ખાતે પૂજ્ય સ્વામીજીનું ઉદ્બોધન (તા. ૧૫-૧૨-૨૦૧૨)



ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ દ્વારા દર વર્ષની જેમ આગામી વર્ષ માટે ૨૦૦ પાનાંની ૧,૨૫,૦૦૦ નોટબુક અને ૨૫ હજાર ચોપડાની માગ આ વર્ષે આવેલ છે. નોટબુક વિનામૂલ્યે અંતરિયાળ પછાત વિસ્તારના ગરીબ વિદ્યાર્થીઓને આપવામાં આવશે. આ કાર્ય માટે કાર્યકરોએ સર્વે કરી વિગતો મંગાવેલ છે. નોટબુકના મુખપૃષ્ઠ ઉપર સ્વામી શિવાનંદજીનો રંગીન ફોટો, મુખપૃષ્ઠ-૨ ઉપર વિદ્યાર્થીઓને સંદેશ, મુખપૃષ્ઠ-૩ અને ૪ ઉપર અનુક્રમે સૂર્યનમસ્કાર અને તેની ૧૨ સ્થિતિ અને સ્વામીજીનો પરિચય, જ્યારે નોટબુકના પ્રથમ પાને શ્રી સરસ્વતીમંત્ર, વિશ્વ પ્રાર્થના, શ્રી મહામૃત્યુંજય મંત્ર, બીજા પાને પ્રાણાયામ-ધ્યાનના કાયદા, 'Song of Eighteen ities', હે પ્રભુ આનંદદાતા પ્રાર્થના તથા છેલ્લા બે પાનાં ઉપર અનુક્રમે યોગના લાભ અને આવશ્યક સૂચનાઓ અને અબ્રાહમ લિંકનનો અવિસ્મરણીય પત્ર પ્રસિદ્ધ કરેલ છે. શૈક્ષણિક વર્ષ: ૨૦૧૨-૧૩ માટે ૧, ૨૫, ૦૦૦ નોટબુકનું વિતરણ કરવામાં આવેલ, જે ખૂબ આવકાર પામેલ. નોટબુક ઉપરાંત ૨,૦૦૦ સ્લેટ, ડસ્ટર, ચોક તથા ૧,૦૦૦ બ્લેક બોર્ડનું વિતરણ કરવામાં આવેલ. આ સેવા ખૂબ જ આવકાર પામેલ. વિદ્યાર્થીઓની માગણી મુજબની સંખ્યામાં વિતરણ કરવાનું નાણાકીય ખેચના કારણે શક્ય બનતું નથી, આથી વધુ ને વધુ આ સેવામાં સહયોગ આવકાર્ય છે. ગત વર્ષે શિક્ષણ ક્ષેત્રે આ નોટબુકની સેવા ખૂબ જ આવકાર પામેલ હતી. આ સેવામાં સહયોગ આવકાર્ય છે.

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

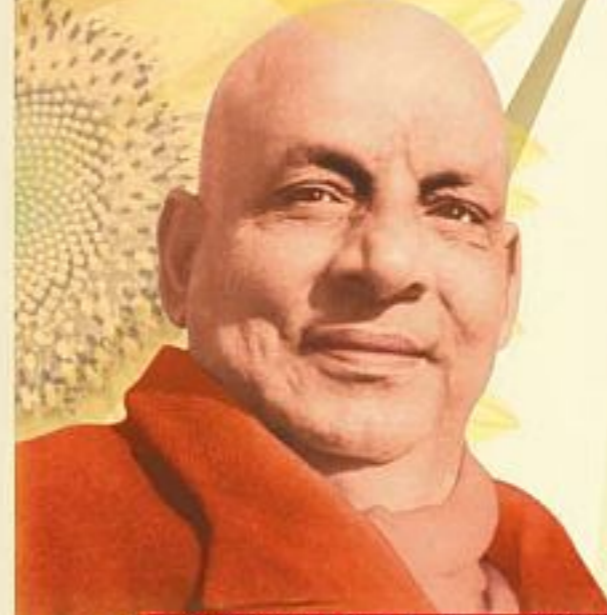
Print Vision

દિવ્ય જીવન



વાર્ષિક લવાજમ : રૂ. ૧૫૦/- • વર્ષ - ૧૦, અંક - ૧, જાન્યુઆરી - ૨૦૧૩

Postal Registration No. GAMC 1417/2012-2014 Valid up to 31-12-2014 RNI No. GUJGUJ/2003/15738
Posted on 5th of every month at PSO, Ahmedabad-380 002. Annual Subscription Rs.150/-



શ્રી જોગી મહારાજના ૧૦૮મા પ્રાકટ્યોત્સવ પ્રસંગે શ્રી સ્વામિનારાયણ ગુરુકુલ (છારોડી)ના ગુરુવંદના સમારંભમાં પૂજ્ય સ્વામીજીનું મંગલ પ્રવચન (તા.૨૮-૧૨-૨૦૧૨)

તમારા સાથીદારને જગાડો

તમે એક માર્ગ છો જેના દ્વારા ભગવાનની કૃપા વહેવી જોઈએ. ભગવાન તમારી મુક્તિ છે અને મુક્તિ તમારા ભગવાન છે. તમારાસાથીને ઉપદેશ આપો, જેનાથી તે ઈન્દ્રિયોના બંધન-વર્તુળમાંથી અને મનની મર્યાદાઓમાંથી બહાર આવે.

- સ્વામી શિવાનંદ

શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની પ્રેરણાથી પ્રકાશિત દિવ્ય જીવન

વર્ષ : ૧૦

અંક : ૧

જાન્યુઆરી-૨૦૧૩

સંસ્થાપક અને આદ્યતંત્રી :

બ્રહ્મલીન શ્રી સ્વામી યાજ્ઞવલ્ક્યાનંદજી

(ડૉ. શિવાનંદ અધ્યર્યુજી)

સંપાદક મંડળ :

શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

ડૉ. મફતલાલ જે. પટણી

ડૉ. હરીશ દિવેદી

શ્રીમતી રૂપા મજમુદાર



લેખ મોકલવાનું સરનામું :

તંત્રીશ્રી : ડૉ. મફતલાલ જે. પટણી

૪, વિશ્વભારતી સોસાયટી,

નવરંગપુરા ટેલિફોન ટાવર પાસે,

એલિસબ્રિજ, અમદાવાદ-૩૮૦૦૦૬

ફોન : ૨૬૪૦૮૪૦૬



મુખ્ય કાર્યાલય :

'દિવ્ય જીવન' માસિક, તેનું લવાજમ :

સ્વામી ચિદાનંદ સર્વજીવસેવાનિધિ

ઈતર પત્રવ્યવહાર અને મહામંત્રીનું કાર્યાલય :

શ્રી યજ્ઞેશભાઈ દેસાઈ

ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ

શિવાનંદ આશ્રમ,

જોધપુર ટેકરી, સેટેલાઈટ માર્ગ,

અમદાવાદ-૩૮૦૦૧૫

ફોન : ૨૬૮૬૧૨૩૪

ટેલિફેક્સ : ૨૬૮૬૨૩૪૫



E-mail :

sivananda_ashram@yahoo.com

Website : http://www.divyajivan.org

લવાજમ

ભારતમાં

વાર્ષિક લવાજમ : રૂ. ૧૫૦/-

શુભેચ્છક લવાજમ : રૂ. ૧૫૦૦/-

(૧૫ વર્ષ માટે)

પેટ્રોન લવાજમ : રૂ. ૩૦૦૦/-

છૂટક નકલ : રૂ. ૧૫/-

વિદેશ માટે (એર મેઈલ)

વાર્ષિક (એર મેઈલ) : રૂ. ૧૮૦૦/-

શુભેચ્છક લવાજમ : રૂ. ૧૫૦૦૦/-

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

ॐ

કર્મ જન્માન્તરીયં યત્પ્રારબ્ધમિતિ કીર્તિતમ્ ।

તત્તુ જન્માન્તરાભાવાત્પુંસૌ નૈવાસ્તિ કર્હિચિત્ ॥

સ્વજનદેહો યથાધ્યસ્તસ્તથૈવાયં હિ દેહકઃ ।

અધ્યસ્તસ્યય કુતો જન્મ જન્માભાવે હિ તત્કુતઃ ॥

ઉપાદાનં પ્રપચ્છસ્ય મૃદ્ધાણડસ્યેવ કથ્યતે ।

અજ્ઞાનં ચૈવ વેદાન્તૈસ્તસ્મિન્નષ્ટ્રે ક્વ વિશ્વતા ॥

અપરોક્ષાનુભૂતિઃ ૧૨, ૧૩, ૧૪

જન્માંતરનું (પૂર્વ જન્મનું) જે કર્મ (તે) પ્રારબ્ધ, એવું (શાસ્ત્રમાં) કહેલું છે, પણ (અકર્તા) આત્માને પૂર્વજન્મના અભાવથી તે (પ્રારબ્ધકર્મ) કદી પણ નથી જ.

જેવી રીતે સ્વપ્નમાં દેખાતું (પોતાનું) શરીર કલ્પિત (છે) તેવી રીતે આ (જાગ્રતમાં દેખાતું) શરીર પણ (કલ્પિત છે,) કલ્પિતને જન્મ ક્યાંથી? અને જન્મના અભાવમાં તે (પ્રારબ્ધકર્મ) ક્યાંથી (હોય?)

જેમ (માટીના) વાસણનું ઉપાદાન-કારણ માટી કહેવાય છે તેમ જ વેદાન્ત(ના વાક્યો)થી જાગતનું (ઉપાદાનકારણ) અજ્ઞાન (કહેવાય છે) તે (અજ્ઞાન આત્મસાક્ષાત્કાર વડે) નાશ પામવાથી વિશ્વપણું (જીવપણું, જાગતપણું ને ઈશ્વરપણું) ક્યાં (રહ્યું?)

શિવાનંદ વાણી

શ્રેષ્ઠ તપશ્ચર્યા : બ્રહ્મચર્ય એ બધાં તપોમાં સર્વશ્રેષ્ઠ તપ છે. પરમશાંતિના ધામે પહોંચવાનો માર્ગ બ્રહ્મચર્યથી અથવા પવિત્રતાથી શરૂ થાય છે. બ્રહ્મચર્યનો અભ્યાસ સારું સ્વાસ્થ્ય, આંતરિક બળ, મનની શાંતિ અને દીર્ઘ જીવન આપે છે. તે શારીરિક અને માનસિક શક્તિનો ક્ષય રોકે છે. તે સ્વાસ્થ્ય અને સુખના ક્ષેત્રને ખોલવા માટેની ગુરુચાવી છે.

- સ્વામી શિવાનંદ

પ્રકાશક-મુદ્રક : અરૂણ દેવેન્દ્ર ઓઝા, માલિક : ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ વતી, પ્રિન્ટ વિઝન પ્રા. લિ., પ્રિન્ટ વિઝન હાઉસ, આંબાવાડી, અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૦૬ પ્રેસ ખાતે છપાવી શિવાનંદ આશ્રમ, જોધપુર ટેકરી, સેટેલાઈટ, અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૧૫થી પ્રકાશિત કર્યું.

અનુક્રમ

૧. શ્લોક - આત્મબોધ	શ્રીમદ્ આદિ શંકરાચાર્ય	૧
૨. અનુક્રમ, તહેવાર સૂચિ	૨
૩. સંપાદકીય	સંપાદક	૩
૪. સંકલ્પ શક્તિનો વિકાસ-૩	ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી	૪
૫. આંતર અને બાહ્ય જગત સાથેનો આપણો સંબંધ	શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી	૭
૬. ભગવાનનું સ્વરૂપ તથા શક્તિના મર્મની મીમાંસા-૧	શ્રી સ્વામી ગોવિંદદેવગિરીજી	૯
૭. વૈદિક વાઙ્મયના પુરસ્કર્તા- સ્વામી વિવેકાનંદ	શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી	૧૧
૮. તમે બીજાને શીખવો છો, મને નહિ	શ્રી સ્વામી રામ	૧૬
૯. એકાગ્રતા અને ધ્યાન	શ્રી સ્વામી નિખિલેશ્વરાનંદજી	૧૮
૧૦. શિવાનંદ કથામૃત	ગુરુદેવના સંન્યાસી શિષ્યો	૨૪
૧૧. પૂજ્ય શ્રીચરણ શ્રીમત્ સ્વામી મંગલાનંદજી મહારાજનું મહાપ્રયાણ ..		૨૭
૧૨. સહર્ષ સ્વીકૃતિ	ડૉ. હરીશ દિવેદી	૨૮
૧૩. વૃત્તાંત	૩૦

તહેવાર સૂચિ

જાન્યુઆરી, ૨૦૧૩

તા. તિથિ (માગશર વદ)

૮ ૧૧ એકાદશી

૯ ૧૨ પ્રદોષપૂજા

૧૧ ૩૦ અમાવાસ્યા

(પોષ સુદ)

૧૪ ૩ મકરસંક્રાંતિ, ઉત્તરાયણ
પુણ્યકાળ ૧૨.૫૫ બપોરે

૨૨ ૧૧ એકાદશી

૨૪ ૧૩ પ્રદોષપૂજા

૨૬/૨૭ ૧૪/૧૫ પૂર્ણિમા

● ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજીનો ષડંગ યોગ ●

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

સ્વાસ્થ્ય અને યોગ : એક મહાન વિચારકે કહ્યું છે કે, 'મને તંદુરસ્તી આપો અને હું સમ્રાટોના દમમને હાંસીપાત્ર બનાવી દઉં.' તંદુરસ્તી વિનાનું મનુષ્યનું જીવન દુઃખદાયી છે, ભલે તે આખી ધરતીનો માલિક હોય ! તંદુરસ્તીથી આપણે ચારેય પુરુષાર્થો (ધર્મ, અર્થ, કામ અને મોક્ષ) સિદ્ધ કરી શકીએ છીએ. જો તમે સદાચારી કર્મો કરો, તો તમને ધન મળશે અને તમે દુન્યવી ઈચ્છાઓ પૂરી કરી શકશો. પછી તમે આત્મસાક્ષાત્કાર કરશો.

- સ્વામી શિવાનંદ

“અનુરોધ-અભિલાષા” ગ્રાહકોને :

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

દિવ્ય સ્ફુલિંગ

પ્રોવ્રત વિચારો : ધન ગુમાવીએ ત્યારે કશું ગુમાવતા નથી, સ્વાસ્થ્ય ગુમાવીએ ત્યારે કંઈક ગુમાવીએ છીએ; પરંતુ ચારિત્ર્ય જતાં બધું જ ગુમાવીએ છીએ. બધી વસ્તુમાંથી જે શ્રેષ્ઠ હોય તે ગ્રહણ કરો. બીજાઓની સારી વાતને વળગી જાઓ, બાકીનું છોડી દો. આ રીતે આપણે આ સાપેક્ષ જગતમાં આપણું ગાડું દોડાવી શકીએ.

- સ્વામી ચિદાનંદ

સંપાદકીય

ઈસુના નૂતન વર્ષનાં અભિનંદન. કવિવર રવીન્દ્રનાથ ટાગોર, શ્રી મદનમોહન માલવિયાજી અને પૂજ્ય સ્વામી વિવેકાનંદજીની સાર્ધશતાબ્દી પૂરી થવામાં છે. તેઓનું અસ્તિત્વ અમર છે. તેઓ ચિરંજીવી થઈ ગયા. આપણે ભાગ્યે જ આપણાં સગાં સંબંધીઓને તેમની હયાતી કે મૃત્યુ પછી યાદ કરતા હોઈએ છીએ. તેમના જન્મદિવસો કે મૃત્યુ તિથિઓ કેમ વિસ્મૃત થાય છે. આ મહાનુભાવોનાં જીવનને દોઢ સૈકા પછી પણ યાદ કેમ રાખી શકાયાં છે, કારણ તેમનાં જીવન દંભી ન હતાં. તેમના જીવનમાં જીવદયા હતી, તે તેમનો આગવો સ્વભાવ હતો, તેમનાં જીવન ડરપોક અને નિર્બળ ન હતાં, તેથી તેઓનાં જીવનમાં પાપ જેવું કશું જ ન હતું, અને તેમના જીવનમાં અસત્ય કે સ્વાર્થને પણ લેશ માત્રેય સ્થાન ન હતું. તેઓ નીતિમાન હતા. સદ્દેયી હતા. ખરા અર્થમાં માનવ કે મર્દ તો હતા જ પરંતુ તેઓ દુરાત્મા નહીં મહાત્મા હતા.

આ દિવ્ય ત્રિપુટીના જીવનની સૌથી મોંઘી મૂડી તે તેમનો દેશપ્રેમ હતો, દેશદાઝ હતી. તેમને પોતાનામાં અડગ શ્રદ્ધા અને વિશ્વાસ તો હતાં જ તદુપરાંત તેમને શાસ્ત્રો, સંતો અને સત્યમાં અડગ નિષ્ઠા હતી. તેમને સ્પષ્ટ સમજણ હતી કે પૈસાથી કંઈ જ વળતું નથી, નામથી પણ નહીં, યશ કે હોદ્દાથી તો કંઈ જ ન થાય, જે કંઈ સાચું અને સમૃદ્ધ જીવનનું આગવું પાસું છે, તે તેમનાં મસ્તિષ્કમાં રહેલા ઉચ્ચ વિચારો, તેમનાં નિઃસ્વાર્થ ઉન્નત જીવન અને નિખાલસ જીવનસરણીને કારણે જ સંભવ થયું.

કવિવર રવીન્દ્રનાથ ટાગોરનાં કાવ્યો માત્ર જોડકણાં ન હતાં. પ્રકૃતિ અને પરમાત્માનાં હૃદયસ્પંદનોથી નિઃસૃત દિવ્ય સ્પંદનો હતાં. શ્રી મદનમોહન માલવિયાજી થકી જ હરિદ્વારની પ્રસિદ્ધ ‘હર કી પૈરી’ બની. તેમને હિન્દુ હોવાનું ગૌરવ હતું. અધ્યયન, અધ્યાપન, શિક્ષણ, શિક્ષકો અને શિક્ષાપદ્ધતિ સંબંધી જાગરૂકતા હતી. તો પૂજ્ય સ્વામી વિવેકાનંદજી મહારાજ તો એક આકાશમાં ચમકતા તારાના તેજોમય પ્રકાશ જેવા હતા. તેઓનું જીવન અધ્યાત્મનું ઉચ્ચ જીવન હતું. ગુરુમાં નિષ્ઠા હતી. શાસ્ત્રોમાં શ્રદ્ધા હતી. આત્મામાં વિશ્વાસ હતો. જીવનમાં સરળતા અને સહજતા હતી. ‘ડિપ્લોમસી’ કે છળ કે કપટ ન હતાં, તેથી તેમની જીવન સુગંધનો ઉભાર આજે દોઢસો વર્ષો સુધી સુરભિત રહ્યો છે.

આ દિવ્ય ત્રિપુટીના જીવનનું અવગાહન પ્રયાગના સ્નાનથી પણ વધુ પવિત્ર છે. આ વર્ષે આ મહિનામાં, પોષ સુદ એકાદશી, મંગળવારે ૨૨મી જાન્યુઆરી અને પોષી પૂનમ, રવિવારે ૨૭મી જાન્યુઆરીના ત્રિવેણી સ્નાન અને તે પૂર્વે પોષ સુદ ત્રીજ સોમવારે ૧૪મી જાન્યુઆરીના શાહી સ્નાન સાથે પ્રયાગના મહાન કુંભ પર્વનો પ્રારંભ થશે.

કુંભમહાપર્વ વિશ્વનો સૌથી મોટો અને સૌથી વધુ સમય ચાલનારો આધ્યાત્મિક, સામાજિક અને રાષ્ટ્રીય એકતા અને અખંડતાનો અદ્ભુત મેળો છે, કુંભનો અર્થ થાય બ્રહ્માંડ. ઋગ્વેદના દશમ મંડળ અનુસાર કુંભપર્વ આ દેહ-ગેહની મુક્તિ માટેનું પર્વ છે.

કાળચક્રમાં સૂર્ય, ચંદ્રમા અને દેવગુરુ બૃહસ્પતિનાં મહત્વપૂર્ણ સ્થાનો છે. આ ત્રણેય ગ્રહો કુંભમાં પ્રમુખ આધાર ધરાવે છે. જ્યારે માઘ માસની અમાસ ઉપર સૂર્ય અને ચંદ્રમા મકર રાશિ ઉપર બૃહસ્પતિ-વૃષ રાશિ ઉપર સ્થિત થાય ત્યારે પ્રયાગમાં મહાકુંભપર્વનો યોગ થાય છે.

મકરે ચ દિવાનાથેવૃષણે ચ બૃહસ્પતૌ ।

કુંભયોગો ભવેત્ તત્ર પ્રયાગે અતિદુર્લભે ॥ (સ્કંદપુરાણ)

વિક્રમ સંવત ૨૦૬૯ અર્થાત્ ૧૦ ફેબ્રુઆરી ૨૦૧૩ રવિવારના દિવસે માઘ (મૌની) અમાવાસ્યાના પવિત્ર દિવસે સૂર્ય તથા ચંદ્રમાનું મકર રાશિ ઉપર મિલન થશે તથા ગુરુ વૃષ રાશિમાં સંચાર થવાથી પ્રયાગરાજ (અલ્લાહાબાદ)માં ત્રિવેણી તટે એક જ દિવસમાં દોઢથી બે કરોડ મુમુક્ષુઓ ત્રિવેણીમાં અવગાહન કરશે.

આ ભારત દેશ મહાન છે. મારો દેશ ભારત મહાન છે. આપણે દેશને ચાહતાં શીખીએ, સ્વાર્થનાં પડળોથી મુક્ત રહી રાષ્ટ્ર, રાષ્ટ્રના સંતો, સંસ્કૃતિ અને સંસ્કારનું ગૌરવ કરીએ. ઠું શાંતિ.

- સંપાદક

સંકલ્પ શક્તિનો વિકાસ-૩

ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી

મુક્ત સંકલ્પ

આપણામાંના ઘણા માને છે કે મુક્ત સંકલ્પ એટલે આપણે જેમ ઈચ્છીએ તે પ્રમાણે વર્તવાની છૂટ. આપણી પોતાની સ્વાર્થી કામનાઓને અનુસરવા તેમ જ આપણા પોતાનાં તરંગ અને ઘેલછા પ્રમાણે વર્તવું તે મુક્ત સંકલ્પ ગણાતો હોય તો તે એક મોટી ભૂલ છે. આ મુક્ત સંકલ્પ નથી જ. તે પામર ગુલામી સિવાય બીજું કંઈ નથી.

સામાન્ય માણસોમાં સંકલ્પ એ કામનાઓનો લાચાર ગુલામ છે. જેમ કૂતરો પોતાના માલિકની ઈચ્છા પ્રમાણે વર્તે છે તેમ તેને કામનાઓ કહે તે પ્રમાણે કરવું પડે છે. આ વાસ્તવિક ગુલામી છે. આપણે બહારની મુક્તિ વિશે ગમે તેટલું બોલીએ, છતાં જ્યાં સુધી આપણામાં સ્વાર્થી કામનાઓ હશે ત્યાં સુધી આપણે ફક્ત ગુલામો જ છીએ. જ્યારે સંકલ્પ, કોઈ પણ કામના વડે રોકાયા વગર ઈશ્વરના પરમ સંકલ્પને અનુસરે છે ત્યારે જ તે મુક્ત સંકલ્પ કહેવાય છે. તો જ આપણે સાચા અર્થમાં મુક્ત છીએ તેમ ગણાવી શકાય. મુક્ત સંકલ્પનો આ અર્થ છે.

હંડું મગજ અને સંતુલિત મન

બધી જ પરિસ્થિતિમાં હંમેશાં મગજને શાંત અને મનને સંતુલિત રાખો. તમારે મનને તાલીમ આપી શિસ્તબદ્ધ કરવાનું છે. આ જોકે સહેલું નથી, પણ ખરેખર કરવા જેવું છે. તમે મનની શાંતિ પામી શકશો. જે બધા જ સમયે પોતાના મનને સંતુલિત રાખી શકે છે. તે ખરેખર મજબૂત અને સુખી મનુષ્ય છે. આપણે બધાને સુખી થવાની ઈચ્છા છે. આ સુખને પ્રાપ્ત કરવા માટે આપણે કેટલાક પ્રયત્નો કરવા પડશે અને ભોગ પણ આપવા પડશે. સ્વામી શિવાનંદજી કહે છે : 'No pain, no gain- કષ્ટ વગર પ્રાપ્તિ નહિ.'

કોઈ ગંભીર આપત્તિ આવી પડે ત્યારે તમારું મન ક્ષુબ્ધ થવું ન જોઈએ. મનને શાંત અને શીતળ રાખો. ઢળેલા દૂધ પર શોક ન કરો. જે કંઈ થઈ ગયું છે તે ન થયું થવાનું નથી. હસતા મોંઢે તેનો સામનો કરો. પરિસ્થિતિનો સારામાં સારો ઉપયોગ કરો. મહાન સૂત્ર 'જેનો કોઈ ઉપાય નથી તેને સહન કર્યે જ છૂટકો.' ને સદા યાદ રાખો. મુશ્કેલીને પાર કરવા ઉપાય યોજો.

ગેરવાજબી લાગણી અને ઉછળતા સંવેગથી દોરવાઈ જશો નહિ. તેમને કાબૂમાં રાખો. મુશ્કેલી કેવી રીતે આવી તેનું ચિંતન કરો. કોઈપણ પરિસ્થિતિમાં હંમેશાં મુશ્કેલી ગમે તેવી ખરાબ હોય છતાં તેના યોગ્ય, સમયસર અને અસરકારક ઉકેલની શક્યતા હોય છે. આનાથી તેને યોગ્ય રીતે સંકલ્પ-શક્તિનો વિકાસ કરવાની એક તક મળશે.

જો તમે નિષ્ફળતાઓ, ક્ષતિઓ અને ખામીઓને મનમાં ઘોળ્યા કરશો તો તમારો સંકલ્પ નબળો બનશે. ભલે ખામીઓ હોય, પણ જ્યારે સંકલ્પનો વધુ ને વધુ વિકાસ થશે, શુદ્ધ બનશે અને મજબૂત બનશે ત્યારે તે ખામીઓ ત્વરિત દૂર થઈ જશે.

તમે શા માટે નિષ્ફળ ગયા તેનો થોડાક સમય માટે વિચાર કરો. ભૂતકાળની ભૂલોમાંથી શીખો. ભવિષ્યમાં ફરીથી તે ન થાય તેને માટે સજાગ બનો. આટલું પૂરતું છે. હવે તમારી જાતને મજબૂત બનાવો. સાવધ અને જાગ્રત બનો. ચપળ બનો. ખિસકોલીની માફક સક્રિય અને ચાલાક બનો. ઝડપી બનો અને સાથે સાથે સમર્થ અને કાર્યદક્ષ બનો. તમે એ જ ભૂલો ફરીથી ન કરો તે બરાબર ધ્યાન રાખો.

સૂઝવાળા બનો

જ્યારે તમે મૂંઝવણમાં હો કે મુશ્કેલી લાગતી હોય ત્યારે હિંમત ન હારો. તમારું હૃદય ઠેકાણે રાખો. તમારી આવડતનો સરસ ઉપયોગ કરો. બુદ્ધિગમ્ય યોજના અથવા સ્કીમો તૈયાર કરો. તમારી ગુપ્ત શક્તિઓને કામે લગાડો. સૂઝવાળા બનો.

જ્યારે તમારું ઘર બળતું હોય ત્યારે તમે કેટલા સક્રિય થઈ જાઓ છો ! તે ક્ષણે તમે કેટલી કાર્યદક્ષતાથી અને જલદીથી કામ કરો છો ! તે ઘડીએ તમારામાં આટલી શક્તિ અને સામર્થ્ય ક્યાંથી આવે છે તે તમે જાણતા નથી. તમે પૂર્ણપણે એકાગ્ર હોવ છો. તમે ત્યાંને ત્યાં જ જેટલી મિલકત બચાવી શકાય તે માટે તેમ જ કુટુંબના સભ્યોના જીવ બચાવવા માટે તમે કુશળતાભર્યા માર્ગો યોજો છો. તમે અદ્ભુત સાહસ ખેડો છો. તમે એકલે હાથે કપડાં અને પુસ્તકોની ત્રણ ભારે પેટીઓ ઉપાડી બહાર આવો છો ! જ્યારે બધો જુસ્સો બેસી જાય પછી તમે શાંતિપૂર્વક બેસી જે કંઈ બન્યું તેનો કાળજીપૂર્વક

વિચારો છો. તમે જે કરી શક્યા તેનું તમને પોતાને જ આશ્ચર્ય થાય છે.

કાર્ય કરવામાં સૂઝવાળા અને ઝડપી બનો. એક વખત નિયત કાર્ય કરવાની દિશા તમે નક્કી કરી હોય, પછી તેને કુશળતાથી સ્વસ્થ અને ગણતરીપૂર્વકનું મન રાખી તેને આગળ ધપાવો. ઢીલ ન કરો. ઢીલાશ એ સમયનો ચોર છે. જે વ્યક્તિ ઢીલાશ રાખે છે અને ઢ્યુપ્યુ થાય છે તે તેના જીવનમાં તેના કાર્યમાં કદાપિ સફળ થતી નથી.

જીવનનું નિશ્ચિત ધ્યેય

દુનિયાના મોટા ભાગના લોકો, કહેવાતા શિક્ષિત લોકો પણ જીવનમાં કોઈ નિશ્ચિત ધ્યેય ધરાવતા હોતા નથી. સમુદ્રની સપાટી ઉપર તરતા લાકડાના ટુકડાની માફક આમતેમ કોઈ ધ્યેય વગર અથડાતા હોય છે. તેમને શું કરવું તેનું ભાન હોતું નથી. આ ખરેખર ખૂબ શોચનીય છે. જીવનમાં નિશ્ચિત ધ્યેય હોય તો તેથી સંકલ્પને બળવાન બનાવવામાં ખૂબ મદદ થાય છે. તેનાથી સંકલ્પ-શક્તિને જીવનના એક કે બે લક્ષ્ય તરફ વાળવામાં મદદ થાય છે. જે વ્યક્તિએ પોતાના જીવનમાં લક્ષ્ય નક્કી કરી દીધું હોય છે તેના જીવનમાં બીજી ગૌણ અને બિનમહત્વની વસ્તુઓ ટકી શકતી નથી.

કેટલાક વિદ્યાર્થીઓ બી.એ. ડિગ્રી મેળવ્યા પછી હવે આગળ કેમ વધવું તે જાણતા નથી. તેમની રુચિને અનુરૂપ અને તેમને આનંદ, સંતોષ અને ઉન્નતિ આપે તેવી કારકિર્દી પસંદ કરવાનું. તેઓ જાણતા નથી. પછી તેઓ આળસુ બની જાય છે. તેઓ સાહસિક પ્રવૃત્તિઓ અથવા જેમાં આવડત, હિંમત અને કુશળતાની જરૂર પડે તેવી પ્રવૃત્તિઓ માટે અયોગ્ય બની જાય છે. આવા લોકો તેમનો સમય બગાડે છે અને તેમની કારકિર્દી ગ્લાનિ, હતાશા અને શોકમાં પૂરી થઈ જાય છે.

શક્તિ છે. બુદ્ધિ છે. પણ જીવનનો કોઈ નિશ્ચિત હેતુ નથી. જીવનનો કોઈ આદર્શ સ્પષ્ટ કાર્યક્રમ નથી. આથી જ તેમનાં જીવન નિષ્ફળતામાં પરિણમે છે. તમારામાંના દરેકે તમારા ધ્યેયને પરિપૂર્ણ કરતી કાર્યરેખા નક્કી કરી દેવી જોઈએ. તમારા ધ્યેયને પાર પાડવા ખૂબ મહેનત કરો, તમારો આદર્શ સ્પષ્ટપણે નક્કી કરો અને પછી તેને સાકાર કરવા બધું જ કરી છૂટો. તમારી સંકલ્પ-શક્તિ ઘણી બળવાન બની જશે. તમારો આદર્શ હમણાં જ સાકાર થશે તેમ અનુભવો.

જો તમે ખાસ ઈચ્છા કે જરૂરિયાત વગરનું નિશ્ચિત

જીવન ગાળવા ઈચ્છતા હો તો તમે સફળ થશો. તમારે ફક્ત તમારા સંકલ્પનો વિકાસ કરવાનો રહે છે. એક પણ માટે પણ ભૂલશો નહિ કે જીવનનું આ કરતાં વધુ મહત્વનું ધ્યેય છે. ભૌતિક પ્રગતિ અને દુન્યવી સમૃદ્ધિ મેળવવામાં સામાન્ય મનુષ્યનું જીવન પૂરું થાય છે.

યોગીઓ આધ્યાત્મિક પ્રગતિ માટે તેમનાં સંકલ્પ અને યાદશક્તિનો વિકાસ કરે છે. તેમનું લક્ષ્ય હંમેશાં ફક્ત ઈશ્વર-સાક્ષાત્કાર હોય છે. તેઓ કેટલીકવાર મનની શક્તિઓ બતાવે છે. બીજાઓમાં શ્રદ્ધા પ્રેરવા અને આત્માના ઉચ્ચતર જીવનની સ્પષ્ટ સમજ આપવા માટે તેઓ આમ કરે છે. આત્માનું આ ઉચ્ચતર જીવન જ પરમસુખ અને શાંતિ આપી શકે છે. આ સફળતા પાછળનો હેતુ સંપત્તિ ભેગી કરવાનો ન હોતાં તેનો ત્યાગ કરવાનો છે. યોગીઓ નિર્ભયપણે જાહેર કરે છે : 'કર્મોથી, સંપત્તિથી કે બીજા કશાથી નહિ, ફક્ત ત્યાગથી જ વ્યક્તિ શાંતિ અને મુક્તિ પ્રાપ્ત કરી શકે છે.'

આ જગતના નાશવંત પદાર્થોમાં કોઈ સુખ નથી. સાચી કાયમી શાંતિ ફક્ત ઈશ્વરમાં રહેલી છે. ઈશ્વરને શોધવો જોઈએ અને તેને સમજવો જોઈએ. આપણા જીવનનો આ જ એક માત્ર હેતુ હોવો જોઈએ. જીવનની બીજી બાબતો ગૌણ છે.

સંકલ્પ અને પ્રારબ્ધ

આપણા ભવિષ્યના જીવનમાં જે કંઈ બનવાનું છે તેને પ્રારબ્ધ કહેવામાં આવે છે. સામાન્ય રીતે આપણે જેને સમજી શકતા નથી તે આપણું પોતાનું સર્જન છે. આપણા વિચારો અને કર્મ દ્વારા આપણે આપણા પ્રારબ્ધનું સર્જન કરેલું છે. સાચા વિચારો અને સત્કર્મો દ્વારા તેને આપણે બદલી શકીએ છીએ.

બધા માનવીય દુઃખોનું મૂળ કારણ ખોટી વિચારસરણી છે. બધાં જીવંત પ્રાણીઓ સાથે નિઃસ્વાર્થપણે ઐક્યના ભાવ સાથે કામ કરો. આ જ સાચું કામ છે. જ્યારે તમે 'હું પ્રભુનો બાળક છું' એમ વિચારો, તે જ સાચો વિચાર છે.

પાપ જેવી કોઈ વસ્તુ નથી. ઈશ્વર તરફની પ્રગતિ દરમિયાન બાળ આત્મા જે ભૂલ કરે તેને પાપ કહેવામાં આવે છે. પાપ એ મનનું સર્જન છે. ભૂલો જ તમારા શ્રેષ્ઠ શિક્ષકો છે. તમે જો 'હું પ્રભુનું બાળક છું' એમ વિચારશો કે પાપ તરત ધોવાઈ જશે.

'કર્મ, કર્મ, કર્મ - મારા કર્મથી મારી આ દશા થઈ છે. હું નિઃસહાય છું.' આમ બોલ્યા ન કરો. મહેનત

કરો. પ્રયત્ન કરો. પ્રબળ આધ્યાત્મિક સાધના કરો. એકાગ્ર બનો. શુદ્ધ બનો. ધ્યાન ધરો. આશાવાદી બનો. બકરાની માફક બેં બેં ન કરો. વેદાન્તના સિંહની માફક ઝૂં, ઝૂં, ઝૂંની ગર્જના કરો. નિર્ભયતાથી આત્મશ્રદ્ધાથી બોલો 'હું ઈશ્વરનું બાળક છું.'

માર્કન્ડેયનું તેના સોળમા વર્ષે મરણ નિશ્ચિત હતું. તેણે દિવસરાત શ્રી હરિની ભક્તિ કરી. તેણે બ્રહ્મચર્યપાલનની પ્રતિજ્ઞા કરી અને ભગવાનની પ્રબળ સાધના અને ભક્તિમાં રત રહ્યો. તેણે ધાર્મિક ગ્રંથોનો અભ્યાસ કર્યો અને વફાદારીથી તેના ગુરુની સેવા ઘણાં વર્ષ કરી. છેવટે આધ્યાત્મિક માર્ગના શત્રુઓ-કામવાસના, ક્રોધ, લોભ, અહં અને અજ્ઞાન-ને જીતવા સમર્થ થયો અને છેલ્લે મૃત્યુ પર પણ વિજય મેળવ્યો. તમે પણ જો સાચી દિશામાં વિચારવાનો અભ્યાસ કરશો તો તમે પણ માર્કન્ડેય જેવા બની શકશો.

જુઓ, સાવિત્રીએ તેની આધ્યાત્મિક શિસ્ત અને પતિવ્રતા ધર્મના પ્રતાપે તેના મૃત પતિ સત્યવાનને પાછો જીવતો કર્યો. બેન્જામિન ફ્રેન્કલિને અને મદ્રાસના સ્વ. સર ટી. મુથુસ્વામી અય્યરે પોતાની જાતને કેવી રીતે ઉન્નત કરી હતી.

તમને યાદ હશે કે લૂટારો રત્નાકર ઘણાં વર્ષના રામના નામના રટણથી ઋષિ વાલ્મીકિ બની ગયો હતો.

ચૈતન્યના સમયમાં જગાઈ અને મઘાઈ નામના બે નામચીન ગુનેગારો હતા. તેઓ પૈસાદાર લોકોને લૂંટી લેતા હતા, સ્ત્રીઓની લાજ લેતા હતા અને ઘણાં ખૂન કર્યાં હતાં. ભગવાન કૃષ્ણના મહાન ભક્ત ચૈતન્યે પોતાના પ્રેમ અને શ્રીકૃષ્ણના નામની શક્તિથી તેમને સંત બનાવી દીધા.

તમે પણ જો કડક આધ્યાત્મિક સાધના અને ધ્યાનમાં લાગી જાઓ તો તમે પણ ચમત્કાર સર્જી શકો.

તમે તમારા પોતાના ભવિષ્યના ઘડવૈયા છો. તમે જ તમારા ભવિષ્યના કર્તા છો, તમે જ યોગ્ય કે અયોગ્ય કરી શકો છો. તમે તમારી સંકલ્પશક્તિથી જૂની ટેવો નાબૂદ કરી શકો છો. તમે ખોટી માનસિક છાપ, અપવિત્ર ઈચ્છાઓ અને ખોટી કલ્પનાઓનો નાશ કરી શકો છો. તેને બદલે તમે નવી તંદુરસ્ત ટેવોનો વિકાસ કરી શકો છો. તમે તમારો સ્વભાવ બદલી શકો છો. તમે શુદ્ધ ચારિત્ર્યનો વિકાસ કરી શકો છો. તમે તમારા આધ્યાત્મિક બળના સામર્થ્યથી આખી દુનિયા પર પ્રભાવ પાડી શકો છો.

સંકલ્પ અને સ્વાસ્થ્ય

સ્વસ્થ સંકેતો દ્વારા આપણી જાતને આપણે સરળતાથી સાજી કરી શકીએ છીએ. જો આપણે અર્ધજાગ્રત મનને કેટલાક પ્રબળ સંકેતો આપીએ તો આપણે જલદી સાજા થઈ શકીએ છીએ. આને સ્વયં-સંકેત કહેવામાં આવે છે. અર્ધજાગ્રત મન 'ઈશ્વરકૃપાથી, મને હવે બધી રીતે સારું થતું જાય છે' જેવાં વાક્યોના સતત રટણથી તેને અનુસરે છે.

શારીરિક કામગીરી પર વિચારો અને કલ્પનાઓની અસર પડે છે. માંદગી મનમાં હોય છે. વિધાયક સંકેતોથી મહાન યોગીઓએ હજારો દરદીઓને સાજા કર્યાં છે. જો ફક્ત હાર્દિક સંકલ્પને આ દિશામાં લગાડો તો તમે પણ એવું જ કરી શકો.

જેનું મન શુદ્ધ છે, જેને સહાનુભૂતિ, સદ્ભાવ, ભાઈચારાની લાગણી, દયા અને ઈશ્વર પ્રત્યે પ્રેમ છે તે બીજાઓને સાચે જ આકર્ષિત કરી શકે છે. સ્વાસ્થ્યનાં સૂચનો રોગને દૂર કરે છે. 'હું સંપૂર્ણ તંદુરસ્ત છું. હું કોઈ પણ રોગ વગરનો આત્મા છું.' સૂત્ર ખૂબ સામર્થ્ય અને બળ આપે છે. રોગ ધીમે ધીમે અદૃશ્ય થાય છે. મન અને સંકલ્પ પણ મજબૂત થાય છે.

બીજી વાર જ્યારે તમે કોઈ માંદા મિત્રની મુલાકાત લો તો તેને તંદુરસ્ત સંકેતો આપજો. તે અદ્ભુત રીતે કામ કરશે. આમ કરીને તમે વિશ્વ-શાંતિમાં ફાળો આપી શકશો.

તમારા મનને કાબૂમાં રાખવાનું શીખો. તમારી સમસ્યાઓ ઉકેલો. તમારાં દુઃખ બીજાની આગળ રડો નહિ, ફરિયાદ કરવાની ટેવ કાઢી નાખો. જેને સતત ફરિયાદ કરવાની ટેવ હોય છે તે તેનું બાકીનું જીવન પણ ફરિયાદ કરવામાં જ વ્યતીત કરે છે. તેને કંઈ પણ પ્રાપ્ત કરવાની શક્તિ કે સંકલ્પબળ હોતું નથી. તેનું મન ફરિયાદ માટેનું કારણ શોધવા પ્રવૃત્ત હોય છે, તેનું જીવન નિષ્ફળતાઓથી ભરેલું હોય છે, તેની નિષ્ફળતા માટે હંમેશાં બીજાને જવાબદાર ગણે છે. તે રીઢો રોદણાં રડનાર થઈ જાય છે અને છેવટે માનસિક વિકૃતિનો ભોગ બને છે.

ઈશ્વર જ સાચો મટાડનાર છે. તેના પર તમારું મન ચોંટાડો. ફક્ત તેની કૃપા જ તમને સાજા-તાજા બનાવી દેશે. ફક્ત તેનો જ આશ્રય લો. તમને બધાને ઈશ્વરની આશિષ મળે ! તમે બધા પૂર્ણ સ્વાસ્થ્ય, શાંતિ અને દીર્ઘ જીવન પ્રાપ્ત કરો ! તમે બધા રોગ-મુક્તિ પામો !

□ 'યોગના પાઠ'માંથી સાભાર

આંતર અને બાહ્ય જગત સાથેનો આપણો સંબંધ

શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી

પરમ, શાશ્વત નિરપેક્ષ વાસ્તવિકતાને ભક્તિભાવપૂર્ણ પ્રણામ. આપણે સૌ આ દિવ્યતામાં અને પરિપૂર્ણતામાં ભાગ પડાવતા અવિચ્છેદ્ય ભાગો છીએ. આપણે તે બાબત સભાન હોઈએ કે નહિ છતાં આ સર્જનમાં જે કોઈ સંબંધ અસ્તિત્વ ધરાવે છે તેના કરતાં આ આધ્યાત્મિક સંબંધ વધુ વાસ્તવિક છે.

આ સનાતન સંબંધ વિશે આપણે સભાન રહેવા માગતા હોઈએ તો આપણે ખૂબ ખૂબ સતર્ક, જાગ્રત અને સાવધાન થવું જોઈએ જેથી જે બાહ્ય વસ્તુઓ, જીવો, સંજોગો અને અનુભવો સાથેના અસંખ્ય સંબંધો આપણે ધરાવતા હોઈએ તે સંબંધો બીજી વસ્તુઓ પ્રત્યેની આપણી આંતરિક સભાનતાથી આપણને દૂર ખેંચી જતાં પરિબળો ન બને. જો ધ્યાનપૂર્વક આ સાવચેતી આપણે રાખીએ નહિ, જો આ જાગૃતિ અને સતર્કતા રાખવા અર્થગંભીર પ્રયત્ન હંમેશ કરતા ન રહીએ, તો આપણી હાલની માનવ જાતનો સ્વભાવ એવો છે કે આપણને તે યથાર્થતાથી દૂર ઘસડી જાય અને આપણી સમસ્ત જાતને તુચ્છ બાબતો તેમ જ નગણ્ય કે કિંમત વગરની વસ્તુઓમાં વેરવિખેર કરી નાખે.

‘અહં આદિશ્ચ મધ્યં ચ ભૂતાનામ્ અન્ત એવ ચ - હું સર્વ જીવોનો આદિ, મધ્ય અને અંત છું.’ આ ગૂઢ આંતરિક સંબંધની સમજણ આપતાં ઈશ્વર આમ કહે છે. આ મહાન કૃપા કરી હોવા છતાં, ઈશ્વર આપણું સાર-સર્વસ્વ છે, આપણે માટે બધું જ છે - આ મહાન ઉપદેશ આપણને મળ્યો હોવા છતાં, માનવી હજુ ઈશ્વરના વિસ્મરણના જંગલમાં ભટકે છે, ઈશ્વર-વિમુખ થઈ અરણ્યમાં ભટકે છે.

રીતસરનું કારણ એ છે કે ચિત્તવિક્ષેપના સંજોગોની વચમાં પણ આ સભાનતા જાળવી રાખવા વ્યક્તિ જાણપૂર્વકનો અને અર્થસભર પ્રયત્ન કરતી નથી. તત્ત્વવિચાર દ્વારા અને દિવસ આખામાં સદા સક્રિય વિવેકબુદ્ધિ વાપરીને, માનવી સમજપૂર્વકનો અને

ઈરાદાપૂર્વકનો યત્ન કરતો નથી. તે આમ કરે તો બાહ્ય વિશ્વની, બીજે માર્ગે દોરી જતી, વિભ્રાંત કરતી, અસરનો સામનો સમજપૂર્વક, પરિશ્રમ લઈ સતત રીતે, આત્મામાં આપણી જાતની આંતર-સ્મૃતિ વડે કરી શકાય.

વસ્તુઓ, લોકો, સંજોગો અને અનુભવોના અસંખ્ય સંબંધોના બાહ્ય આકર્ષણને કારણે આપણી આસપાસનું વિશ્વ આપણને બહાર ખેંચી જાય છે. તે છતાં જો ઉપર જણાવ્યા મુજબ કરવામાં આવે તો માનવી આ સભાનપણું ટકાવી શકે. સમજુ સાધક એ ગણાય જે પોતાનું સાધન એવું બનાવે જે અલ્પકાલીન, લુપ્ત થતા આત્માસોના આ જગતમાં જે પરિબળ આહું લઈ જતું હોય, બીજે રસ્તે દોરી જતું, વિભ્રાંત કરતું હોય તેને બિનઅસરકારક કરી દે; એટલું જ નહિ, સ્વામી રામતીર્થ કહેતા તેમ, ‘ઠેસ લાગે તે પથ્થરનો સફળતાના પગથિયા તરીકે ઉપયોગ કરે.’ આ વિભ્રાંત કરતાં, ઈશ્વર વિસ્મરણ કરાવતાં પરિબળો અને અસરોને ઈશ્વર સભાનતામાં માણસને રહેવા મદદરૂપ થાય તેવાં કારણોમાં રૂપાંતરિત કરીને પોતાના ફાયદામાં લઈ જવા યત્ન કરવો જોઈએ.

બાવેરિયાના રહસ્યવાદી ‘જેકોબ બીમે’ કહ્યું છે : ‘દરેક વસ્તુ ઈશ્વરની જ પ્રતિનિધિ છે. દરેક વસ્તુ સનાતનતાનું ચિહ્ન છે. તમને વાસ્તવિકતાનું સ્મરણ થાય તે માટે બધું છે.’ તમે જે કંઈ જુઓ, સાંભળો, અડકો, ચાખો, સૂંઘો કે વિચારો તે સઘળું તમારું મન ઈશ્વર ભણી વળે તે માટે છે, તમારા મનમાં ઈશ્વર વિશે વિચાર જગાડે તે માટે છે; આમ કહીને તેમણે સમસ્ત પરિસ્થિતિને નકારાત્મકમાંથી સકારાત્મક કરી નાખી.

છતાં બાહ્ય જગત વિશેની તમારી દૃષ્ટિ અને તમારા અનુભવમાં આવું રૂપાંતર લાવવું હોય તો ચૂકી જવાનું પરવડે નહિ તેવો એક મહત્ત્વનો મુદ્દો છે. તમે તમારા ઓરડામાં આરામથી, એકલા બેઠા હો, ઓરડામાં વીજળી પણ બંધ હોય અને જ્યારે બહારનું બીજું કોઈ બાહ્ય પરિબળ તમને વ્યસ્ત કરવા, મનને બહાર ખેંચી

જવા, વિભ્રાંત કરવા કે વિચારો વેર-વિખેર કરવા હાજર ન હોય ત્યારે ઈશ્વરના વિચારોમાં, ઈશ્વર-ચિંતનમાં, ઈશ્વર-સભાનતામાં તમે તુરત જ કેમ ડૂબકી લગાવી દેતા નથી ? ઈશ્વર-ચિંતન અસ્ખલિત ચાલુ રહે તેની તમારી અશક્તિ માટે જે બાબતોને તમે હંમેશ દોષ દેતા હો છો તે બાબતો અલ્પ સમય માટે પણ, જ્યારે નહિવત્ હોય, ત્યારે તમે સમાધિમાં કેમ સરી જતા નથી ?

તેનું કારણ એ છે કે સંબંધોનું એક બીજું જ આખું પરિમાણ આપણે રાખતા હોઈએ છીએ. આપણે ભૂતકાળની સ્મૃતિઓની સાથે સંબંધ ધરાવીએ છીએ. આપણે ભવિષ્યકાળની પરિકલ્પનાઓ અને કલ્પનાઓની સાથે જોડાયેલા હોઈએ છીએ. આ દૂરનું ભવિષ્ય હોય તેવું જરૂરી નથી; તમારે આવતી કાલે શું કરવાનું છે તેને લગતા વિચારો પણ હોય. બીજી વસ્તુઓ અને વ્યક્તિઓ તરફની લાગણીની વૃત્તિઓથી, વલણોથી આપણે બંધાયેલા હોઈએ છીએ. આપણો મનોભાવ-ભાવુકતા-થી સંબંધિત હોઈ શકે. આપણા ઈશ્વર સાથેના સનાતન સંબંધોની સામે લડાઈએ ચડેલ એક આખું આંતરિક સંબંધોનું આ જગત છે.

આમ જોતાં આપણે બંને ખોટાં, બંને અડચણરૂપ જગતોમાં વસીએ છીએ. એટલે આપણે સતર્ક અને જાગરૂક રહી, વસ્તુઓ અને વ્યક્તિઓના બહારના બાહ્ય જગતના સંબંધમાં જ સમજપૂર્વકની સભાનતા દાખવવાની છે; એટલું જ નહિ, પણ આપણે તેટલી જ સાવચેતી દાખવીને, અગમબુદ્ધિથી અને જાગરૂકતાથી ધ્યાન રાખવાનું છે કે આપણું ભૂત, વર્તમાન અને ભવિષ્ય, આપણા પોતાના જીવનું અંદરનું જગત, આપણને ઈશ્વરવિમુખ કરતું, બીજે રસ્તે દોરતું, વિચારો વેર-વિખેર કરતું, કારણ ન બની જાય. એવું ન બને કે સ્મૃતિઓ, કલ્પનાઓ, ભયો, ઈચ્છાઓ, ભાવનાઓ અને લાગણીઓના સૂક્ષ્મ આંતરિક વ્યક્તિનિષ્ઠ જગતમાં આપણે કૂદી પડીએ !

ઉપનિષદો કહે છે કે, આવા વિચારોના પ્રવાહો મનમાં હંમેશ હોય જ છે. તેથી જો તમને વિચારોનું વહેણ કઈ દિશામાં લઈ જાય છે તે બાબત તમે જાગરૂક

અને સાવધ નહિ હો તો તમે ભૂલા પડી જશો. તમે બેઠા હશો ધ્યાન ધરવા પણ દિવ્ય તરફ વિચારની દિશા વાળતા નહિ રહો અને સભાનતા નહિ જાળવો તો વિશ્વના બીજા છેડે કંઈક દૂર-સુદૂરની જગાએ પહોંચી જશો. માણસે દિવ્ય ભાવમાં ટકી રહેવાની સમજપૂર્વકની મહેનત કરવી પડે છે, પરમેશ્વર ઉપર ચીપકી રહેવા મહેનત કરતા રહેવું પડે છે.

સનાતન જાગરૂકતા સ્વાતંત્ર્યનું મૂલ્ય છે તે ફક્ત રાજકીય દૃષ્ટિએ જ નથી, આપણી આંતરિક માનસિક જિંદગીને પણ એ તથ્ય તેટલું જ લાગુ પડે, આ નામ-રૂપના ભૌતિક વિશ્વમાંની આપણા વ્યક્તિગત બાહ્ય ધરતી પરના જીવન માટે પણ તે લાગુ પડે છે. જો મુક્તિની ભવ્યતા, મહિમા, મહાનતા અને સૌંદર્યનો વિચાર કરો તો સનાતન જાગરૂકતા કોઈ મોટું મૂલ્ય નથી.

સમજપૂર્વકની, સ્વૈચ્છિક મહેનત સિવાય કશું મળતું નથી. જે જિજ્ઞાસુને આવો પુરુષાર્થ ખોરાક બની ગયો હોય છે તે નસીબદાર છે. તે પોતાની મહેનત પર નભે છે. ગાયકને જેવું સંગીત તેવું તેને આ મહેનતુ જીવન છે, કવિને કવિતા અને કળાકારને કળા જેટલું જ પુરુષાર્થનું તેને મૂલ્ય છે તેને ધન્ય છે. જો આવી આધ્યાત્મિક જાગરૂકતા, જાગરૂકતા ખાતર જ રાખવામાં આવે, તો તે એવી વસ્તુ છે જેના પર જ તમે નભો છો, તે તમારો શ્વાસ અને પ્રાણ છે; તે ઢસરડો નથી, વેઠ નથી, તે તમને ખુશખુશાલ કરશે, ઊર્ધ્વ ગતિ અને ઉત્કર્ષ આપશે.

‘મહેનત સિવાય કંઈ જ મળતું નથી’ આ સમજપૂર્વકની કહેવત આખું જગત જાણે છે પણ લગભગ, ઘણાખરા લોકો તેની સરળતાથી અવજ્ઞા કરે છે. છતાં, જુઓ તો ખરા, પોતાના શરીરના વિકાસ માટે અખાડિયન અખાડામાં કેટલા કલાક ગાળે છે ! અથવા તો વિશ્વસ્તરની રમતો માટે તૈયારી કરવા એક પહેલવાન કેટલા વર્ષોનું પ્રશિક્ષણ અને આત્મ-ત્યાગ સહન કરે છે ! તેઓ કદાચ સુવર્ણ-ચંદ્રક પણ જીતે, પરંતુ તે થોડા દિવસ ગૌરવ આપે છે, પછી તો તેઓ

(અનુસંધાન પાના નં.૧૦ ઉપર)

ભગવાનનું સ્વરૂપ તથા શક્તિના મર્મની મીમાંસા-૧

શ્રી સ્વામી ગોવિંદદેવગિરિજી

ભગવાનની ભક્તિ જ સર્વોચ્ચ પુરુષાર્થ છે. તે સાચી રીતે માનવજીવનનું પરમ સાધ્ય છે. વિભિન્ન દષ્ટિકોણોથી ભક્તિના કેવા કેવા અનેક પ્રકાર પડે છે તેનું આપણે અવલોકન કરી રહ્યા છીએ.

જેની ભક્તિ કરવામાં આવે છે તે ભગવાન કેવા છે તે જાણવાની પરમ આવશ્યકતા છે. સાધનાના કેન્દ્રમાં ભક્તિ છે અને ભક્તિના કેન્દ્રમાં ભગવાન છે. તે ભગવાન વિશેની આપણી ધારણા સ્પષ્ટ નહીં હોય તો યંત્રવત્ આપણે કંઈ પણ કરતા રહીશું, પરંતુ આપણે શું કરી રહ્યા છીએ અને જે કરી રહ્યા છીએ તે યોગ્ય છે કે નહીં તેની સમજ પામી શકતા નથી.

આપણી ધારણાઓ સ્વચ્છ અને સ્પષ્ટ હોવી જોઈએ :

આપણા દેશમાં પ્રાચીન કાળથી ઋષિઓ, મુનિઓ અને સંત-મહાત્માઓએ આ બાબતમાં ગહન ચિંતન, ગહન સાધનાઓ અને અપરિમિત અનુભૂતિઓ પ્રાપ્ત કરી અને તેમને આપણી સમક્ષ રજૂ કરી છે. જો આપણે બધાએ જે કંઈ મેળવ્યું છે તેનો બારીકીથી અભ્યાસ કરવામાં આવે તો ભગવાનના સ્વરૂપોની બાબતમાં ચાર ધારણાઓ સ્પષ્ટ થાય છે, જે આપણે સાંભળેલી છે. પછી આપણે એ ચારેમાં શું તફાવત છે તે બારીકીથી સમજવાનો પ્રયાસ કરીશું. આપણા એક શબ્દ ભગવાન નિર્ગુણ નિરાકાર છે તેમ સાંભળીએ છીએ. બીજો શબ્દ કદાચ ઓછો સાંભળ્યો હશે પણ તે છે ભગવાન નિર્ગુણ સાકાર છે. ત્રીજો છે ભગવાન સગુણ નિરાકાર છે અને ચોથો આપણા લોકોમાં ખૂબ પ્રસિદ્ધ છે અને તે છે ભગવાન સગુણ સાકાર છે. ભગવાન માટેની જેટલી ધારણાઓ છે તે બધી જ ધારણાઓ આ ચારમાં આવી જાય છે. તેમને સ્પષ્ટ રૂપથી જોવી અને સમજવી ખૂબ આવશ્યક છે. કદી કદી આ એવા પ્રકારની સંદેહાત્મક સ્થિતિઓ ઊભી થાય છે કે આ શબ્દોની ચર્ચાઓ થાય છે. કદીક સંત લોક

પણ આ પ્રકારની ચર્ચાઓની ઝંઝટમાં આવી જાય છે.

કબીરદાસજી મહારાજ જેવા સંત પણ તેમના સાહિત્યમાં એવું કહેતા જણાય છે : ‘દુનિયા એસી બાવરી પાથર પૂજન જાએ । ઘરકી ચકિયા કોઈ ન પૂજે જાહર પીસા ખાએ । આ દોહો કબીરદાસજીનો છે એમ કહેવામાં આવે છે. પછી તે ખરેખર તેમનો લખેલો છે કે બીજાનો. આપણા સાહિત્યમાં બીજાના નામે લખવાની એક પરિપાટી છે, કારણ કે ગલી ગલીમાં કવિ છે અને તેઓ પોતાની કવિતાને સંતોની વાણીમાં ઘુસાડવામાં ધન્યતા માને છે. ‘જ્ઞાનેશ્વરી’ સાથે પણ આવું ઘણું થયું છે. એટલા માટે આ કબીરે લખ્યું કે કેમ તેની કોઈ સાબિતી નથી. પરંતુ તેમણે લખ્યું હોય તો તે ખરેખર શું છે તેનો વિચાર કરવો જોઈએ. કારણ કે જ્યારે કોઈ એમ કહી દે કે ‘પાથર પૂજત જાએ’. એટલે કે આપણે પથ્થરની પૂજા કરવા જઈએ છીએ ત્યારે જે લોકો ભગવાનના મંદિરમાં જાય છે તેમના મનમાં ઠેસ લાગે છે કે આવું કેમ લખી દીધું. કોઈ એક અજાણી વ્યક્તિ, એક સામાન્ય વ્યક્તિ કે પોતાને નાસ્તિક કહેવરાવવામાં ગૌરવ માનતી વ્યક્તિ એવું કહી દે તો તેની વાતને અદીઠ ગણી શકીએ પણ જ્યારે કોઈ મહાત્મા એવી વાત કરે ત્યારે તેની વાતને જરા મહત્ત્વ આપવાનું આપણે માટે આવશ્યક બની જાય છે અને પછી આપણા મનમાં એક પ્રશ્ન ઊભો થાય છે કે હું મંદિરમાં જાઉં છું. પ્રણામ કરું છું. ઠાકોરજીની આરાધના કરું છું અથવા પોતાના ઘરમાં જ ભગવાનને પધરાવીને તેમની આરાધના કરું છું - શું તે પથ્થરની પૂજા છે શું તે ખોટું છે ? આવી અનેક આશંકાઓ આપણા મનમાં પેદા થાય છે.

ભગવાનનું રહસ્ય

જો આ બધા શબ્દોની બાબતમાં ધારણાઓ સુસ્પષ્ટ હશે તો આ વાત ખૂબ ઉપયોગી બનશે. પ્રથમ તો ભગવાનની બાબતમાં એક જે મુખ્ય ધારણા છે, જેની

બાબતમાં કોઈનો મતભેદ નથી તેને આપણે ભગવાન શું છે ? ભગવાન શું કરે છે ? ભગવાન કોને કહી શકાય ? આ બાબતમાં બધા સંત-મહાત્માઓ, ઋષિ-મુનિઓ, સિદ્ધો, સાધકોમાં પણ કોઈ આશંકા નથી કે પરમાત્મા આ સૃષ્ટિના નિર્માતા છે, તે જ સંચાલક છે અને તે જ તેના લયકર્તા કે વિનાશકર્તા છે. અંગ્રેજીનો GOD શબ્દ આ દૃષ્ટિથી ખૂબ ઉપયોગી લાગે છે. G for generation, O for operation and D for destruction or dissolution. આ જે 'GOD' શબ્દ છે તેમાં આ ધારણા સ્પષ્ટ થઈ જાય છે.

પરમાત્મા સૃષ્ટિના નિર્માતા અને સંચાલક છે

સૃષ્ટિ તો આપણને દેખાય છે, તેનો કોઈ ને કોઈ નિર્માતા હોવો જોઈએ. આ બાબતમાં ઋષિ-મુનિઓથી માંડી સામાન્ય લોકો સુધી જે મતભેદ છે તે તત્ત્વવેત્તાઓથી માંડી નાસ્તિકોના અનેક છે. તેનો બહુ વિચાર કરવાની જરૂર નથી. પરંતુ ભગવાનમાં

માનનારાઓમાં 'પરમાત્મા સૃષ્ટિના નિર્માતા છે, તે તેનો સંચાલક છે' તે બાબતમાં કોઈ મતભેદ નથી. જેમ કોઈ પણ નિર્મિત વસ્તુનો કોઈ ને કોઈ રીતે અંત હોય છે, નાશ હોય છે, તે પ્રમાણે આ સૃષ્ટિનો પણ નાશ, લય તેના દ્વારા કરવામાં આવે છે. વેદોમાં ભગવાનની આ વ્યાખ્યા આપવામાં આવી છે. 'આ સૃષ્ટિ જેણે ઉત્પન્ન કરી છે, પ્રાણી માત્ર જેને લીધે જીવન ધારણ કરે છે, પોષણ પામે છે અને અંતમાં જેમાં વિલીન થઈ જાય છે, આપણે તેની આરાધના કરીએ છીએ.' પ્રભુની બાબતમાં બધાંની આ માન્યતા છે. આ માન્યતાઓ સ્પષ્ટ પણ છે, સર્વમાન્ય પણ છે અને ઉચિત પણ છે. એટલા માટે પરમાત્માની આરાધના કરનાર બધા લોકો ભગવાનની બાબતમાં તે સૃષ્ટિનો નિર્માતા, નિયામક અને વિનાશકર્તા છે એવી ધારણા રાખે છે.

(આંતર અને બાહ્ય જગત સાથેનો આપણો સંબંધ - અનુસંધાન પાના નં.૮ ઉપરથી ચાલુ)

પણ વિસરાઈ જાય છે.

જો અલ્પકાલીન બાબત માટે લોકો આટલી મહેનત કરવા સ્વેચ્છા ધરાવતા હોય તો કાયમી માટે, શાશ્વત માટે માણસે કેટલા વધુ હર્ષથી, સ્વેચ્છાથી અને આનંદપૂર્વક પુરુષાર્થ કરવો જોઈએ ! અવિરત મહેનત વડે, જાગરૂકતાથી, સાવધ રહીને, આ બાહ્ય અને આંતરિક ખેંચાણોની અસરોને આપણા હિતમાં કુશળતાથી વાળવી જોઈએ જેથી આપણી સાધનામાં વિક્ષેપ થવાને બદલે સાધનાને ઉપકારક થાય. આ કર્મનું કૌશલ્ય છે. માણસની બુદ્ધિ, તત્ત્વવિચારની શક્તિ, વિવેકબુદ્ધિ અને વિશ્લેષણનો આ સાચો ઉપયોગ છે. ઈશ્વર આપણું સર્વસ્વ છે, આપણા સંબંધોમાં સૌથી નજીક તેમ જ સૌથી ગાઢ તેનો સંબંધ છે, શાશ્વત અને અનાદિ છે તેમ છતાં આંતર અને બાહ્ય જગત સાથેના અલ્પકાલીન સંબંધને કારણે તે સંબંધ આટલો સહેલાઈથી ભુલાઈ જાય છે અને નહિવત્ થઈ જતો દેખાય છે. આ દેખીતા વિરોધાત્માસનો ઉકેલ કાઢવા માટે આંતરની જવલંત ઈતેજારી અને ઊંડી આતુરતાભરી સચ્ચાઈ વડે યત્ન કરીએ.

આપણાં પોતાનાં ડહાપણ, ઉત્સુકતા, સહૃદયતા, જાગૃતિ અને સ્પષ્ટતાનો જેવી છે તેવી આધ્યાત્મિક પરિસ્થિતિને સ્પષ્ટપણે જોવા માટે ઉપયોગ કર્યા સિવાય બીજું કોઈ આ વિરોધાત્માસનો અંત લાવી શકે તેમ નથી. દેખાય છે દુર્જેય, પણ જો માણસ પાસે સાચું સૂત્ર હોય, લાગુ થાય તેવી ચાવી હોય, તો આ એવી યુક્તિ છે કે વિરોધાત્માસ રહેતો નથી. અંતરાય રહેતો નથી. એકદમ, તે તમારો મદદકર્તા બની રહે છે.

બ્રધર લોરેન્સે આમ જ કરેલું. આવું જ ગૂઢવાદીઓએ કરેલું. ઉપનિષદ કાળના મહાન ઋષિઓએ આમ જ કર્યું, તેઓએ ઉપલબ્ધિ કરી અને આપણને ઉપદેશ આપ્યો. બીજી બધી બાબતોની વચ્ચે રહીને, અવિરત, અતૂટ પરમ તત્ત્વ-ચેતના એટલે કે ઈશ્વર-સભાનતા જાળવીને તેઓએ ઈશ્વરની વિદ્યમાનતાને ચરિતાર્થ કરી. હરીચ્છા હશે તો આપણે હવે પછીની આપણી વાતચીતમાં આ અવિરત અતૂટ ઈશ્વર-સ્મરણનો પ્રવાહ આપણને મદદ કરે તે માટે દેખીતા અંતરાયોને કેમ બદલવા તેની ચર્ચા કરીશું. હરિ: ૐ.

વૈદિક વાડ્મયના પુરસ્કર્તા - સ્વામી વિવેકાનંદ

શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

[૧૨મી જાન્યુઆરી, ૨૦૧૩ના રોજ પૂજ્ય સ્વામી વિવેકાનંદજી મહારાજનું સાર્ધ-શતાબ્દી વર્ષ પૂરું થાય છે, તે પ્રસંગે આ લેખ પ્રસ્તુત કરતાં હર્ષ થાય છે.]

નરેન્દ્રનાથનું પ્રાકટ્ય કલકત્તાના સિમલાપરામાં થયું હતું. તેમનો જન્મ તારકેશ્વર મહાદેવના આશીર્વાદથી થયેલો, તેવું તેમના માતાનું માનવું હતું. એટલે જ નાનપણમાં તેમને બિલ્વકેશ્વર મહાદેવના નામથી 'બીલ્લે' કહીને તેઓ બોલાવતા. તોફાની બાળક નરેન્દ્ર-બીલ્લે-તોફાન કરે ત્યારે તેને શાંત પાડવા માતા તેના ઉપર ઠંડા પાણીનો ઘડો રેડતાં... મહાદેવ... મહાદેવ કહેતાં બીલ્લે શાંત થતો.

આ બીલ્લેને નાનપણથી જ ધ્યાનનો મોટો શોખ અને તે પણ કેળાંની વાડીઓમાં કેળાંનાં ઝાડ વચ્ચે બેસીને ધ્યાન કરવાનો મહાવરો. તેમના મનમાં એક સ્પષ્ટ સમજણ હતી કે હનુમાન હંમેશાં કેળાંની વાડીઓમાં જ આવે છે, એટલે જો તે ત્યાં બેસીને ધ્યાન ધરે તો તેને ચોક્કસ હનુમાન દેખાશે. તેથી જ મોટા થયા બાદ આ નરેન્દ્રનાથના મનમાં હનુમાનનો સેવકભાવ દૃઢ સ્વરૂપે નિર્માણ થયેલો. બ્રહ્મચર્યવ્રતનું પાલન, સત્ય અને પરોપકારમાં નિષ્ઠા માટેનો પાયો તેમના આ બાળપણમાં જ મંડાણ કરી ગયો હતો.

હું જ્યારે શ્રી રામકૃષ્ણ આશ્રમ, રાજકોટનો અંતેવાસી હતો, ત્યારે ત્યાં રોડેશીઆથી શ્રીમત્ સ્વામી નિશ્રેય્યાનંદજી મહારાજ તેમનાં આઠ દસ વિદેશી ભક્ત ભાઈ-બહેનો સાથે પધારેલા. તેમાંની એક વયોવૃદ્ધ મહિલાએ મને કહેલું કે, તેઓ સાતેક વર્ષનાં હતાં, ત્યારે તેમણે પૂજ્ય સ્વામી વિવેકાનંદજી મહારાજ સાથે હાથ મિલાવ્યો હતો. તેમણે કહ્યું કે, આ હસ્ત સ્પર્શનો પ્રભાવ એટલો બધો હતો કે તેમણે ત્રણ દિવસ સુધી હાથ ધોયો ન હતો. મને આ મંડળીની સેવામાં નિયુક્ત કરવામાં આવ્યો હતો. આ મહિલાએ એક દિવસ મને કહ્યું, 'મારા હાથનું કુંડું શૌચાલયમાં અંદર પડી ગયું છે, મેં શૌચાલયમાં પાણી રેડ્યું નથી, હવે મને આ કુંડું કોણ કાઢી આપશે ?' જે હાથ તેમણે પૂજ્ય સ્વામી વિવેકાનંદજી સાથે મેળવ્યો, તે હાથના કડાનો, મારા

મન ઉપર પણ પૂજ્ય સ્વામીજીનો પ્રભાવ, ગૌરવ અને ગરિમા એટલાં બધાં હતાં કે તે નરક વચ્ચે ફંફોસીને તેમનું સોનાનું-હીરે મઢેલું કુંડું મેં શોધી કાઢ્યું હતું. ઠંડા-ગરમ પાણીથી ધોઈને પાછું મેળવેલું તે કુંડું પ્રાપ્ત કરી તે મહિલાએ અતિ પ્રસન્ન ભાવે અગિયાર હજાર રૂપિયા ત્યારના શ્રીરામકૃષ્ણ મઠ-મિશન-રાજકોટના અધ્યક્ષને સંસ્થા માટે ભેટમાં આપીને મારી સેવા ભાવનાની ખૂબ પ્રશંસા કરી હતી. 'પરંતુ એક વિદેશી મહિલાના શૌચાલયમાં હાથ નાખી તેનાં સોનાના કે હીરાના કડાને શોધવાની મારે ભલા શી જરૂર ? હું સાધુ છું. મારે મારું સાધુત્વ સાચવવું જોઈએ. મેં ગુનો કર્યો છે. મારે પ્રાયશ્ચિત કરવું જોઈએ. જાઓ, નહાઓ, કપડાં બદલો અને આખોયે દિવસ ઉપવાસ કરીને મંદિરમાં બેસીને જપ કરો.' તેવા આકોશ સાથે વધુ પ્રભુભજન કરવાની મને પવિત્ર તક આપવામાં આવેલી, તે પ્રસંગ હજુયે મારા માનસપટ પર અંકિત છે.

કહેવાનું તાત્પર્ય એટલું કે પૂજ્ય સ્વામી વિવેકાનંદજી મહારાજનો પ્રભાવ તેમની જન્મ શતાબ્દી પછી પણ એટલો જ હતો કે આજે સાર્ધ શતાબ્દી પછી પણ તેટલો જ છે, તો તેમના હાથનો સ્પર્શ તે કન્યાના જીવનમાં કેવી દિવ્યતા અને પાવનતા પ્રગટાવી ગયો હશે તે સમજી શકાય છે.

બાળક નરેન્દ્રનાથના પિતાશ્રી તેમના સમાજના ખૂબ મોટા લબ્ધપ્રતિષ્ઠિત વ્યક્તિ હતી. ત્યારના સમાજની પ્રતિષ્ઠા માટે તેમને ત્યાં અનેક હુક્કાઓ રાખવામાં આવ્યા હતા. આ હુક્કો બ્રાહ્મણનો અને આ રાજપૂત, વૈશ્ય કે શૂદ્રનો, તો વળી આ જમીનદારોનો. બાળક નરેન્દ્રે એક દિવસ આ બધા હુક્કાઓમાં ફૂંક મારી જોયું હતું કે અલગ અલગ સ્તરના લોકોના હુક્કાઓમાં અલગ અલગ સ્વાદ કે લિજ્જત આવે છે કે કેમ ? પરિણામે તેઓનું મન ક્ષુબ્ધ થયું હતું. બધા હુક્કામાં ગુડગુડાટ સરખો જ થાય છે અને કસ મારો તો તમાકુનો

સ્વાદ એક જ છે, પછી આ ભેદભાવ શેના માટે ? તેથી જ તેમની ભારત ભ્રમણની પરિસ્થિતિમાં તેમને એક દિવસ ધૂમ્રપાનની તલપ લાગતાં તેમણે કોઈ સફાઈવાળા પાસેથી માગીને તેમની ખાખી બીડીમાંથી બે-ચાર ફૂંક મારીને સંતોષ મેળવ્યો હતો.

અહીં આ વાત કરવાનો આશય નરેન્દ્રનાથ સંન્યાસી થયા છતાં તેમને ધૂમ્રપાનની તલપ હતી તે વાત કરવાનો નથી, તેમનામાં રહેલ અને તેમણે પ્રાપ્ત કરેલ દિવ્ય ભાવનાનો ઉલ્લેખ કરવાનો છે. કારણ એક દિવસ તેઓ તેમની પરિવ્રાજક અવસ્થામાં એક રેલવે સ્ટેશન ઉપર બેઠા હતા. તેઓ જ્ઞાની છે. વિદ્વાન છે. તેવું જણાતાં સવારથી સાંજ સુધી અનેક પંડિતો અને વિદ્યાવાચસ્પતિઓએ આવીને તેમની સાથે ધર્મચર્ચા કરેલી પરંતુ સવારથી મોડી ઢળતી સાંજ સુધી કોઈએ તેમને પાણી કે ભોજન વિશે પૂછેલું નહીં. ત્યારે ત્યાં નિકટમાં જ બેસેલા એક જોડા રિપેર કરવાવાળા ભાઈએ પૂજ્ય સ્વામીજીને કહેલું, ‘મહારાજ આપશ્રી સવારથી બોલ્યા જ કરો છો, થાક્યા હશો. હું થોડો સીધાનો સામાન (ભોજન માટેની સામગ્રી-લોટ, દાળ, ચોખા, મીઠું, હળદર, ઘી, શાક, બટાકા વગેરે) લાવી આપું છું, તો કૃપા કરી થોડું ભોજન બનાવીને જમશો તો મને આપની-એક સંતની સેવા કર્યાનો આનંદ થશે.’ પૂજ્ય સ્વામીજીએ તેને પૂછ્યું, ‘ભાઈ ! તમારી પાસે રાંધેલા રોટલા શાક છે ? જો હોય તો તેમાંથી થોડું આપો, બાકી હું અર્કિયન આ રસોઈનાં વાસણો ચૂલો ચોકો વળી ક્યાં માંડીશ ?’ તે પગરખાંની માવજત કરવાવાળો સમજી જ ન શક્યો, તે કહે, ‘તમો અમારા હાથનું, રાંધેલું જમી શકો ?’ ‘કેમ નહીં ? તમારા અને મારામાં ફરક શું છે ?’ પૂજ્ય સ્વામીજીનો ભાવ તે માણસ સમજી ન શક્યો. પરંતુ તેણે આપેલ રોટલી શાકને પૂજ્ય સ્વામીજીને આરોગતા જોઈને, તેણે પોતે પ્રત્યક્ષ ભગવાન ભોળાનાથને જમાડ્યાનો રાજીપો અનુભવેલો.

પૂજ્ય સ્વામી વિવેકાનંદજી મહારાજની ભાવના સ્પષ્ટ હતી. માનવનો જન્મ થાય છે, ત્યારે તે નવજાત શિશુ હિન્દુ, મુસલમાન, જૈન, બૌદ્ધ, પારસી, ખ્રિસ્તી, શીખ કે અસ્પૃશ્ય તેવું નથી હોતું, તે તો એક માનવ બાળક છે, તેથી તેનો જન્મજાત ધર્મ તો એક માત્ર

માનવતા જ છે. ‘સર્વે ભ્રત્સમયં રે રે... સર્વે ભ્રત્સમયં કિમ્ વચનીયં કિમ્ રચનીયમ્ સર્વે ભ્રત્સમયમ્’ની તેમના જીવનમાં પ્રતીતિ હતી. તેમનું જીવન આડંબર, દંભ અને ઇળનું જીવન ન હતું. સ્વામી વિવેકાનંદજીનું જીવન પારદર્શિકતાથી ઓતપ્રોત હતું. તેથી જ જ્યારે તેઓ પૂજ્યશ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસદેવને મળ્યા ત્યારે તેમનો શ્રીશ્રીઠાકુરનો ભાવ સમજી શક્યા ન હતા. શ્રી ઠાકુર રામકૃષ્ણ પરમહંસદેવ તો તેને જોઈને વળગી જ પડ્યા હતા, અને એક તરફ લઈ જઈને તેને કહેવા લાગ્યા હતા, ‘અરે ! આટલા દિવસ સુધી તું ક્યાં હતો ? હું તો પાગલની જેમ તારી રાહ જોયા કરું છું. તને ખબર છે, તું કોણ છે ? અરે ! એક દિવસ નભોમંડળમાં સપ્તઋષિઓ ધ્યાનસ્થ હતા. ત્યારે એક ખૂબ જ સુંદર નાનકડું બાળક ત્યાં આવેલું અને તે ઋષિઓમાંના એક ઋષિને વળગી પડેલું. ત્યારે તે બાળકે તે ધ્યાનસ્થ ઋષિને કહેલું, ‘હું જાઉં છું, તમારે આવવાનું છે. આવજો. રાહ ન જોવડાવશો. નરેન ! તે બાળક તો હું જ... અને ઋષિ તે તું. હવે આવતો રહેજે.’ અને શ્રી ઠાકુર રામકૃષ્ણ પરમહંસદેવે તેને એક ભજન ગાવાને કહેલું. તાનપુરો હાથમાં લઈને યુવા નરેન્દ્રનાથે જ્યારે ‘મન ચલો નિજ નિકેતને’ ગાયું ત્યારે શ્રીશ્રી ઠાકુર સમાધિસ્થ થઈ ગયા હતા.

પરંતુ નરેન્દ્રનાથની માનસિક અને પારિવારિક સ્થિતિ સારી ન હતી. સમાજમાં દબદબો જાળવી રાખવા ખર્ચાતા પૈસા પાછળ કરજ વધી ગયું હતું અને આકસ્મિક તેમના પિતાશ્રીનું દેહાવસાન થતાં તેઓ લગભગ નિરાધાર થઈ ગયા હતા. એક તો માથાના વાળ જેટલું તેમના પરિવાર ઉપર મોટું કરજ, બીજું તેઓ ઠેકઠેકાણે ફર્યા કદાચ કહી શકાય કે પારિવારિક આવશ્યકતાઓની પૂર્તિ માટે ખૂબ ભટક્યા પરંતુ કોઈએ તેમને આશ્રય કે કામ આપ્યું ન હતું. ત્યારે વિચલિત મને તેઓ દક્ષિણેશ્વરના શ્રી ભવતારિણીના મંદિરના ત્યારના પૂજારી અને સુપ્રસિદ્ધ શ્રી ઠાકુર રામકૃષ્ણ પરમહંસદેવ પાસે આવ્યા હતા. તેમણે પોતાની હૃદયવ્યથા શ્રી ઠાકુરને કહી હતી. શ્રી ઠાકુરે કહ્યું, ‘જા. મા પાસે જા. (મા એટલે મંદિરમાં બિરાજેલ શ્રી ભવતારિણી મહાકાલીની મૂર્તિ) જા. જે જોઈએ તે માગી લે. જે

માગીશ તે જગદંબા તને ચોક્કસ આપશે. જા.' અને યુવા નરેન્દ્રનાથ મંદિરમાં ગયા પણ ખરા. એકવાર નહીં, બે-ત્રણ વાર. ઠાકુરે તેને વારંવાર જે જોઈએ તે માગવા માટે તેને મોકલ્યા હતા. પરંતુ નરેન્દ્રનાથ એક વખત પણ જગદંબા પાસે રોટી, કપડાં કે મકાન માટે આજીજી કરી શક્યા ન હતા. દરેક વખતે તેમણે વિવેક અને વૈરાગ્ય તથા ભક્તિની જ યાચના કરી હતી. ત્યારે ઠાકુરે હસીને કહેલું, 'સારું તારે જો વિવેક, વૈરાગ્ય અને ભક્તિ જ ખરેખર જોઈતાં હોય તો હું તને વચન આપું છું કે તારો પરિવાર તેની દૈનિક આવશ્યકતાઓ માટે કદીયે નહીં ટળવળે અને તને તો વિવેક વૈરાગ્ય અને ભક્તિ મળશે જ.' ત્યાર પછી ક્યારેય પૂજ્ય સ્વામીજીની જીવન કથનીમાં તેમનાં પારિવારિક જીવનનો ઉલ્લેખ મળતો નથી. પરંતુ તેમણે કેળવેલા વિવેક અને વૈરાગ્ય તથા ભક્તિનાં અનેક ઉદાહરણો દર્શ્યમાન થયાં છે.

જ્યારે શ્રી ઠાકુર રામકૃષ્ણ પરમહંસદેવ કાશીપુર બાગાનમાં કેન્સરગ્રસ્ત હતા, ત્યારે તેમની સેવામાં આ યુવાન નરેન્દ્રનાથ, લાટુ, શરદ, શશી, રાખાલ, જોગેન વગેરે આઠ દસ યુવકો હતા. આ તમામ યુવકોની એક માત્ર સમ્પત્તિ હતી, શ્રીશ્રી ઠાકુર શ્રીરામકૃષ્ણ પરમહંસદેવમાં અનન્ય નિષ્ઠા, અપ્રતિમ શ્રદ્ધા અને અડગ વિશ્વાસ. દુર્ભાગ્યે એક દિવસ શ્રી ઠાકુરે કહ્યું, 'મારે ખીચડી ખાવી છે.' શ્રી ઠાકુરને દાળ-ભાત સાથે રીંગણ, બટાકા, કાંદા, તેજપત્ર, લવીંગ અને તજના વઘારની ખીચડી પસંદ હતી. આ બધા યુવકો સાધારણ ભિક્ષા ઉપર જીવનયાપન કરતા હતા. ત્યાં વળી આ મોગલાઈ સ્વાદની ખીચડી ક્યાંથી લાવવી. પરંતુ આમતેમથી બધી સામગ્રી ભેગી કરીને તેમણે ખીચડી બનાવી, તો ઠાકુર કહે, 'આમી તોમાદેર મુખ દીયે ખાબો.' હું આ ખીચડી તમારા સૌનાં મોઢેથી ખાઈશ. આ પ્રસંગે યુવા નરેન્દ્રનાથ ખૂબ જ અકળાઈ ગયા હતા. 'જો તમારે આ ખીચડી ખાવાની જ ન હતી, તો આ બધી પળોજણ શા માટે કરાવી? અને તમો જગદંબા સાથે સતત તાદાત્મ્ય કેળવો છો, તો તેમને કહોને કે, તે તમોને આ કેન્સરની પીડામાંથી મુક્ત કરે.' ત્યારે શ્રી રામકૃષ્ણે કહેલું, 'હં... કહી પણ શકું અને મા

મને સારો કરી પણ દેશે. પરંતુ મારાં કર્મનું ફળ ફરીથી મારે જ ક્યારેક તો ભોગવવું જ પડશે. નરેન ! માટે અત્યારે ભોગવી લેવા દે આ કર્મફળ અને થવા દે મુક્ત આ કર્મબંધનમાંથી.'

પરંતુ યુવા નરેન્દ્ર કાચી માટીના માનવી ન હતા. અર્જુનનું બીજું નામ ઋજુ છે. શ્રીકૃષ્ણ રાજવિદ્યા રાજગુહ્ય યોગના પ્રારંભમાં કહે છે, આ અતિ ગહન જ્ઞાન તમે આપું છું કારણ કે તું નિષ્કપટ છે. પાછું પંદરમા અધ્યાય-પુરુષોત્તમયોગને અંતે કહે છે, આ પરમગહન જ્ઞાન મેં તને આપ્યું કારણ કે તું નિષ્પાપ છે. ભક્તની જ્ઞાનપ્રાપ્તિ માટેની બે પરમ આવશ્યકતા શ્રીકૃષ્ણ કહે છે, નિષ્કપટતા અને નિષ્પાપતા. ઋજુ એટલે સરળ કે સહજ. યુવા નરેન્દ્રનું મન મલિન ન હતું. તે સરળ અને નિર્મળ મનનો માનવી હતો. તેમને શ્રી ઠાકુર રામકૃષ્ણદેવની આ દલીલમાં શાતા ન મળી. તે અકળાઈ ઊઠ્યો, 'તો શું મા સાથે તમારો આટલો જ સંબંધ હોય તો તમારું વ્યક્તિગત અસ્તિત્વ શું?' અને આકસ્મિક જ શ્રીઠાકુર રામકૃષ્ણદેવે કહ્યું, 'જીની રામ છીલેન જીની કૃષ્ણ છીલેન સેઈ એય રામકૃષ્ણ' 'જે રામ હતા જે શ્રીકૃષ્ણ હતા તે જ આ રામકૃષ્ણ છે.' પરંતુ તેમ સાદી વાતમાં સમજે તો નરેન્દ્રનાથ શાનો? 'તો મને તમારી દિવ્યતાનો પરિચય આપો, હું ધ્યાનમાં બેસું છું, મને દિવ્યત્વની અનુભૂતિ કરાવો.' અને નરેન્દ્ર ત્યાં જ ધ્યાનસ્થ થયા. કહેવાય છે ત્રણ દિવસ અને ત્રણ રાત્રી નરેન્દ્રનાથ ગહન સમાધિમાં સ્થિત સ્થિર રહ્યા. તેના સમગ્ર શરીર ઉપર અગણિત મચ્છરોનો રાફડો જામ્યો હતો. પરંતુ તેઓ 'દેહોનાહમ્ - જીવોનાહમ્ પ્રત્યગ્ ભિન્નત્વમેવાહમ્' I am not this body, I am not this restless mind. I am the essence of Imortal ATMAN ! Radiant Divinity' ચિદાનંદરૂપ ! શિવોહમ્ શિવોહમ્ની પરમોચ્ચ અવસ્થામાં તલ્લીન થઈ ગયેલા હતા. ત્રણેક દિવસ પછી શ્રીશ્રી ઠાકુર રામકૃષ્ણદેવે તેને સ્પર્શ કરી, તેના કાનમાં ઊંકાર પ્રણવ ઉચ્ચારણ કરી તેની ગહન સમાધિમાંથી બહાર લાવ્યા હતા, ત્યારે શ્રી નરેન્દ્રનાથે કહેલું, 'પ્રભો ! લઈ જાઓ, લઈ જાઓ મને ફરીથી તે દિવ્ય દશામાં,

મારે આ દશ્યમાન જગતથી પર અનિર્વચનીય પરમ ગહન ધ્યાનમાં જ મારું શેષ જીવન વ્યતિત કરવું છે. ઓહો ! તે કેવી દિવ્ય અવસ્થા હતી. ‘યતો વાયો નિવર્તન્તે અપ્રાપ્ય મનસા સહ’ તે અવસ્થાનું વાણીમાં વર્ણન કરી શકાય જ નહીં. તે તો ગુંગાનો ગોળ. શ્રી ઠાકુર પરમહંસદેવ કહેતા, ‘એક મીઠાની પૂતળી દરિયાનું ઊંડાણ માપવા ગઈ તે પાછી આવી જ નહીં.’ તે તદ્દુપ, તદાકાર, તન્મય થઈ ગઈ. તેનું વ્યક્તિગત અસ્તિત્વ સમષ્ટિગત ચેતનામાં એકરૂપ થઈ ગયું. જ્યારે યુવા નરેન્દ્રે ફરી ફરીને સમાધિમાં પ્રવેશ કરાવવા માટે પ્રાર્થના કરી ત્યારે ઠાકુર શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસદેવે કહેલું કે, ‘તારી આ સમાધિ અવસ્થા અને તેની લાગણીને હું તાળાં ચાવીમાં બંધ કરી દઉં છું. તારે હવે ‘માનું’ કામ કરવાનું છે. તારું અવતરણ માનું કામ કરવા માટે થયું છે. તે કામ જ્યારે તું કરી લઈશ, ત્યારે હું તારી આ સમાધિ અવસ્થા અને તેની ભાવનાનું તાળું ખોલી આપીશ. ત્યાં સુધી ચાવી મારી પાસે રહેશે.’

અને દરિયાપારના દેશોની યાત્રાઓ બાદ તથા શ્રીરામકૃષ્ણ મઠ-મિશનની સ્થાપના બાદ જ્યારે પૂજ્યશ્રી સ્વામી વિવેકાનંદજી મહારાજ કાશ્મીરની યાત્રામાં હતા, ત્યારે શ્રીનગર પાસે ક્ષીરભવાનીના મંદિરમાં તેમને અનુભવ થયેલો કે હવે શ્રીશ્રી ઠાકુરે તેમને તેમના બંધનમાંથી મુક્ત કર્યો છે અને હવે તે ફરીથી પરમોચ્ચ દિવ્ય જીવનનો યાત્રી થવા માટે સ્વતંત્ર થયો છે.

શ્રીશ્રી રામકૃષ્ણદેવની મહાસમાધિ કાશીપુર બાગાનમાં થયા બાદ તેમને સમર્પિત આ યુવાનોને જીવન જીવવાની એક જ દિશા હતી. ધ્યાન ! શરીર છે, માટે આવશ્યક ભિક્ષા, ભોજન ગ્રહણ થાય છે, માટે શૌચ અને તે સિવાય માત્ર ધ્યાન. વરાહનગરમાં એક અંધારા ઓરડાને ભાડે લઈને આ યુવકો રહેતા હતા. શ્રીશ્રી ઠાકુર રામકૃષ્ણ પરમહંસદેવે પોતાની મહાસમાધિ પૂર્વે રુદ્રાક્ષની માળાઓ અને ગેરૂવસ્ત્રો મંગાવીને આ યુવકોને આપેલાં. શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસની સંન્યસ્ત દીક્ષા તોતાપુરીજી પાસે થયેલી અને શ્રીરામકૃષ્ણ પરમહંસદેવ પાસેથી શ્રીરામકૃષ્ણ મઠ-મિશનના સંતોની પરંપરા ચાલી તેથી શ્રી શંકરાચાર્ય પ્રદત્ત દશનામી

સંન્યાસમાં જે ગિરિ, પુરી, સરસ્વતી, તીર્થ, સાગર વગેરે ઉપનામો લાગે છે તે હવે શ્રી સ્વામી વિવેકાનંદપુરી કહેવાયા.

પરંતુ વરાહનગરમાં ભાડાની ઓરડીને વરાહનગર મઠ નામ આપ્યાથી કામ પૂરું થયું ન હતું. તે ઓરડીમાં એક જ બારણું હતું. બારીઓ ન હતી. અંધારી ઓરડી, ઉપયોગ થયો ન હતો. બાવાં, જાળાં, કરોળિયા, ગરોળીઓનો અડો હતો. ત્યાં થોડી સાફસૂફી થઈ. એક દોરી બાંધવામાં આવેલી. તે સમય સુધી તે ત્યાગી અને સમર્પિત યુવા સંન્યાસીઓ પાસે પહેરવાનાં પૂરાં વસ્ત્રો પણ ન હતાં. જે બહાર જાય તે એક વસ્ત્ર ઓઢીને જાય. ભિક્ષા લાવે તે ખાય. ‘કૌપીનવન્તં ખલુ ભાગ્યવંતમ્’ તેમના જીવનનો સ્પષ્ટ માર્ગ હતો.

પૂજ્ય સ્વામી વિવેકાનંદજી મહારાજના જીવનમાંથી શ્રીરામકૃષ્ણદેવની વિદાયને કારણે જાણે અંધારું થઈ ગયું હોય તેવું લાગ્યું હતું. તેઓ નિરાશ્રિત થયા હોય તેવું અનુભવતા હતા. રાજસ્થાનમાં પાવાહરી બાબા (પવન આહારી બાબા) પાસે પણ શિષ્યત્વ સ્વીકારવા ગયેલા, પરંતુ ચોપાસથી નિરાશા જ સાંપડેલી. ત્યારબાદ તેમણે ભારત ભ્રમણ કર્યું. તેમના પરિવ્રાજક જીવનમાં તેમણે ગુજરાતમાં ખાસ્સો લાંબો સમય ગાળ્યો. પોરબંદરના દિવાન પાસેથી વેદાંત જ્ઞાન મેળવ્યાની તેમની વાત પ્રસિદ્ધ છે. તેમનું વાંચન વિશાળ હતું. રાજસ્થાનમાં મહારાજાઓ તેમના પૂર્વ અને પશ્ચિમના વિદ્વાનોનાં ચિંતનથી સ્મૃતિ સાહિત્ય, સંગીત, કલા, વિજ્ઞાન, વેદાંત અને ત્યાગના અભૂતપૂર્વ સમન્વયને જોઈને પ્રભાવિત થયેલા.

ભારતના ચારેય ખૂણાની યાત્રા અને અંતે કન્યાકુમારીની શિલા ઉપર ધ્યાન પછી તેમને અનુભવ થયો કે ગુરુદેવ શ્રીરામકૃષ્ણ પરમહંસદેવ તેમને દરિયાપારના દેશોમાં જવા પ્રેરણા આપી રહ્યા છે. અમેરિકાની યાત્રા સરળ ન હતી. શિકાગો પહોંચ્યા પછીની વ્યથાનું વેદનાસભર ચિત્રનું પુનરાવર્તન કદીયે ન કરી શકાય. અને શિકાગોની ધર્મસભા પછી તેમને મળેલી પ્રશસ્તિ અને નામ યશ કીર્તિની હેલીને પણ મૂલવી શકાય નહીં. પરંતુ તેમણે આ બધી વાતોને પચાવી હતી. તેઓએ આ વેદનાને વ્યક્ત કરેલ છે.

‘Struggle struggle struggle is the SINE QUA NON of Life and Stagnation is Death.’ સંઘર્ષ એટલે જ જીવન અને સ્થગિતતા એટલે મૃત્યુ.

પૂજ્ય સ્વામી વિવેકાનંદજી મહારાજનું જીવન સંઘર્ષના અતિરેકનું જીવન હતું. આપણે ત્યાં છેલ્લી શતાબ્દીમાં શ્રીરામકૃષ્ણ પરમહંસદેવ, શ્રી સ્વામી યોગાનંદ પરમહંસ, શ્રી સ્વામી રામતીર્થ, શ્રી રમણ મહર્ષિ કે શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજ (દિવ્ય જીવન સંઘ, હૃષીકેશ) અને શ્રીમત્ સ્વામી ચિન્મયાનંદજી મહારાજનાં જીવનને ફંફોસીએ તો નજરે પડશે કે તેમને ભોજન માટે ‘એક રોટી દે લંગોટી તેરે દ્વાર પાઉં, કામ કોધ છોડ ચલે હરિ ગુણ ગાઉં’ની જ અવસ્થા હતી. અત્યારના સુપ્રસિદ્ધ B.A.P.S.ના પરમપૂજ્ય પ્રમુખ સ્વામીજી મહારાજે જેવો અને જેટલો ભીડો આ સંસ્થાને આટલી મહત્ અવસ્થાએ પ્રસ્થાપિત કરવા ઉપાડ્યો, તેના ઉપર પી.એચડી. કરી શકાય. આ સંતોનાં જીવન પોતાનાં વ્યક્તિગત એશઆરામનાં જીવન કદીયે નથી રહ્યાં. તેમના જીવનની એકમાત્ર વાત સર્વત્ર સૌ સંતોનાં જીવનમાં સમ્યક્તા દર્શાવે છે કે, સંઘર્ષ તો કરવો જ પડશે. સાધનાને જીવનમાં મહત્વપૂર્ણ સ્થાન આપવું પડશે. જીવનનો મર્મ કર્મમાં પ્રમાણિકતા જ છે. કર્મથી જ ધર્મ ઉજળો છે. બાકી If you REST you will RUST. જો તમો બંધાઈ જશો તો ગંધાઈ જશો. જે પાણી પહાડ ઉપર પડે અને પહાડ ઉપર જ ખાબોચિયું થઈને રહે, તો તેમાં જીવાત-મચ્છર પેદા થાય, તે પાણી ગંધ મારે, બિન ઉપયોગી બને. પરંતુ પહાડ ઉપર પડેલ પાણી નીચે પડે, તો ઝરણું કહેવાય. તેમાં માધુર્ય હોય, સૌન્દર્ય હોય, જીવન પણ હોય જ.

પૂજ્ય સ્વામી વિવેકાનંદજી માત્ર ૩૯ વર્ષ જીવ્યા હતા. પરંતુ તેમના જીવનનો પ્રત્યેક શ્વાસ પ્રભુપ્રાપ્તિ માટેની આવન-જાવનનો જ હતો. યુવા અવસ્થામાં જ તેમણે અનેક સંતો મહંતો કે વિદ્વાનોનાં બારણાં ખખડાવ્યાં હતાં. પૂછ્યું હતું, ‘તમે ભગવાનને દેખ્યો છે?’ પરંતુ ઉત્તરમાં આશા ન હતી. જ્યારે શ્રીરામકૃષ્ણદેવે તેને કહ્યું, ‘હું તને દેખું છું કે તું મને દેખે છે, તેટલો સ્પષ્ટ મેં ભગવાનને જોયો છે અને તને પણ દેખાડી શકું તેમ છું.’

પોતાના ગુરુદેવ પ્રત્યેની સ્વામી વિવેકાનંદજી

મહારાજની નિષ્ઠા અતુલનીય છે. તેમણે શ્રીરામકૃષ્ણ પ્રશસ્તિમાં પદોની રચના કરી. શ્રીરામકૃષ્ણદેવની આરતીના શબ્દો અને સંગીતનું આલેખન અને અંકન પૂજ્ય સ્વામી વિવેકાનંદજીનું છે. તેઓ માત્ર હાડમાંસનું ચાલતું ફરતું પીંજર ન હતું, તેમનામાં પ્રાણ હતો, ચેતના હતી. જવલંત જીવનની અગ્નિશીખાનો પ્રદ્યોત હતો. પૂર્વે પરમાત્મામાં અને શ્રીગુરુદેવમાં જે નિષ્ઠા પ્રતિષ્ઠિત થયેલી તે ક્રમશઃ માતૃભૂમિ અને રાષ્ટ્ર ઉત્કર્ષ તથા અભ્યુદયમાં પરિણિત થયેલી. તેઓશ્રી જ્યારે અમેરિકાની યાત્રાથી પાછા આવ્યા, અને શ્રીલંકા-કોલંબોથી ભારતમાં પ્રવેશ્યા. રામનદના મહારાજ સાથે યુવાનોએ તેમની ઘોડાગાડીના ઘોડાઓને છોડીને તેમની ગાડીને સૌ યુવાનોએ મળીને ખેંચેલી, ત્યારે તેમને ત્યારના વર્તમાનપત્રોએ પૂછેલું કે ‘અમેરિકાની ભવ્ય પ્રશસ્તિ પછી ભારતમાં આવીને કેવું લાગે છે?’ તેમનો ઉત્તર હતો, ‘પરદેશ જતાં પૂર્વે મને મારી માતૃભૂમિ પ્રત્યે પ્રેમ હતો. પરદેશથી પાછા ફરીને મને મારા દેશની ધરતીના એક એક રજકણ પ્રત્યે ગૌરવ ગરિમા અને સન્માન છે.’

પૂજ્ય સ્વામી વિવેકાનંદજીનાં પરદેશમાં કરેલાં પ્રવચનોનાં ઉદ્ધરણો જે ત્યાંના વર્તમાનપત્રોમાં છપાયાં તેમાં પણ તેઓ પણ જોઈ શક્યા હતા કે, સ્વામીજીનાં પ્રવચનોમાં દેશદાઝ છે, જ્યારે તેઓ ‘મારો દેશ ! અમારો ધર્મ, અમારા વેદો, અમારાં ઉપનિષદો, અમારા ઋષિઓ’ વગેરે ઉચ્ચારણ કરતા ત્યારે તેમના જીવનમાં તેમની ભારતીય સંસ્કૃતિ અને સંસ્કાર સાથેની તાદાત્મ્યતા અને એકાત્મતાનું પ્રત્યક્ષ દર્શન થતું.

આજે આપણે પૂજ્ય સ્વામી વિવેકાનંદજી મહારાજની સાર્ધ શતાબ્દી ઉજવીએ છીએ. વિવેકાનંદ-વંદના કરીએ છીએ. આ પૂજ્ય સ્વામીજીની વંદના નથી, આ ભારતીય સંસ્કૃતિ, સંસ્કાર, સૌરભ અને ગૌરવની વંદના છે. સ્વામી વિવેકાનંદજી ભલે તેમના ભૌતિક શરીરમાં ન હોય, પરંતુ તેમના શબ્દો, તેમની વાણીની ચેતના અને ઓજસ યુગો સુધી આત્માની અમરતા, દેહની અસારતા, પરમાત્માની શાશ્વતતા અને ભારત વિશ્વમાં શ્રેષ્ઠ રાષ્ટ્ર છે, તેનું યશોગાન કરતાં જ રહેશે. ॐ શાંતિ.

તમે બીજાને શીખવો છો, મને નહિ

શ્રી સ્વામી રામ

મેં એક દિવસ મારા ગુરુને કહ્યું : 'તમે મને છેતરો છો.' આપણામાં અધૂરપો હોય છતાં આપણો અહં પ્રબળ હોય ત્યારે આપણે બીજાને દોષ દેતા હોઈએ છીએ.

તેમણે પૂછ્યું : 'કેમ, શું થયું ?'

મેં કહ્યું : 'તમે મને હજી બાળક સમજો છો અને મારાથી વસ્તુઓ છુપાવો છો.'

'કહે તો, હું શું છુપાવું છું ?'

'તમે મને ભગવાનનાં દર્શન કરાવતા નથી. કદાચ તમે કરાવી પણ ન શકો. તમે મને ભગવાન વિશે માત્ર ઉપદેશ આપી શકો છો. તમારી શક્તિની જો આ મર્યાદા હોય, તો પછી તમારે એ વિશે પ્રામાણિક થવું જોઈએ.'

તેમણે જવાબ આપ્યો : 'આવતીકાલે સવારે હું તને પ્રભુદર્શન કરાવીશ.'

મેં પૂછ્યું : 'ખરેખર ?'

તેમણે કહ્યું : 'ચોક્કસ વળી... તું એ માટે તૈયાર છે ને ?'

સૂવા જતાં પહેલાં હું હંમેશાં ધ્યાનમાં બેસતો, પણ તે રાતે હું બેસી ન શક્યો. મને ખાતરી જ હતી કે સવારમાં મને પ્રભુદર્શન થશે, પછી ધ્યાનમાં બેસવાનો શો અર્થ ?

હું એટલો તો ચંચળ ને ઉત્તેજિત હતો કે આખી રાત ઊંઘી ન શક્યો. વહેલી સવારમાં હું મારા ગુરુ પાસે ગયો. હું નાહ્યો પણ નહોતો. મને થયું : ગુરુ મને ભગવાનનું દર્શન કરાવી રહ્યા હોય ત્યારે નાહવામાં વખત શીદને બગાડવો ? મેં માત્ર મોં પર પાણી છાંટ્યું, વાળ પર હાથ ફેરવ્યો અને એમની સમક્ષ હાજર થઈ ગયો.

તેમણે કહ્યું : 'બેસ.'

મને થયું કે હવે તેઓ મને ભગવાનનાં દર્શન કરાવશે. આમ તો હું ભાગ્યે જ નમ્રતા દાખવતો, પણ

તે સવારે હું અતિ નમ્ર બની ગયો. મેં અનેક વાર તેમને દંડવત્ કર્યા. તેમણે મારા ભણી જોઈને કહ્યું : 'તને શું થઈ ગયું છે ? આમ કેમ કરે છે ? તું આટલો બધો લાગણીવશ કેમ બની ગયો છે ?'

મેં કહ્યું : 'ભૂલી ગયા ? તમે મને પ્રભુદર્શન કરાવવાનું વચન આપેલું ને !'

તેમણે કહ્યું : 'ભલે, તો હવે કહે કે તારે કયા પ્રકારના ભગવાન જોવા છે ?'

મેં કહ્યું : 'મહારાજ, ભગવાનના વળી ઘણા પ્રકાર હોય કે ?'

તેમણે પૂછ્યું : 'ભગવાન વિશેનો તારો ખ્યાલ શો છે ? વ્યાખ્યા શી છે ? હું બરોબર તારી વ્યાખ્યા અને ખ્યાલ પ્રમાણેના ભગવાન બતાવીશ. દરેક જણને ભગવાનમાં અચળ શ્રદ્ધા રાખ્યા વિના ભગવાનનાં દર્શન કરવાં હોય છે. તમે શોધ કરતા હો, પણ શોધના વિષય પરત્વે તમને ખાતરી ને વિશ્વાસ ન હોય તો તમને શું મળે ? જો હું તને એમ કહું કે તું જે કંઈ જુએ તે ભગવાન જ છે તોપણ તને કોઈ સંતોષ નહિ થાય. ધાર કે હું તને ભગવાન બતાવું અને તું કહે કે ના, એ ભગવાન નથી, તો હું શું કરું ? એટલે ભગવાન વિશે તું કંઈ રીતે વિચારે છે એ કહે, તો હું એ ભગવાન તારી સામે રજૂ કરું.'

મેં એમને કહ્યું : 'જરા થોભો, મને વિચાર કરવા દો.'

તેમણે કહ્યું : 'ભગવાન તારી વિચારશક્તિની હદમાં નથી. તારા ધ્યાનના આસન પર પાછો જઈને બેસ, પછી તું તૈયાર હો ત્યારે મને જણાવજે. તારે કેવા પ્રકારના ભગવાન જોવા છે એ તું નક્કી કર, પછી તું ગમે તે સમયે મારી પાસે આવજે. હું જૂઠું નથી કહેતો, હું જરૂર તને ભગવાન બતાવીશ. તને ભગવાન બતાવવા એ મારી ફરજ છે.'

ભગવાન કેવા હોય તેની મેં ઘણી કલ્પના કરી,

પણ મનુષ્ય સ્વરૂપથી આગળ મારી કલ્પના જઈ શકી નહિ. મારું મન વનસ્પતિ-સૃષ્ટિ, પ્રાણી-સૃષ્ટિ અને પછી મનુષ્યજાતિ પર ઘૂમી વળ્યું. છેવટે મેં એક પ્રજાવાન, સુંદર અને અત્યંત શક્તિશાળી માણસની કલ્પના કરી. મેં કહ્યું : ભગવાન આવા દેખાવા જોઈએ. પછી મને સમજાયું કે હું મૂર્ખતાભરી માગણી કરતો હતો. મારા મનમાં જ સ્પષ્ટતા ન હોય તો હું કેવી રીતે કંઈ અનુભવ કરી શકું ?

છેવટે હું ગુરુ પાસે ગયો અને કહ્યું : ‘મહારાજ, મને એવો ભગવાન બતાવો જે અમને દુઃખમાંથી મુક્ત કરે અને અમને સુખી કરે.’

તેમણે કહ્યું : ‘એ તો સમત્વયુક્ત, શાંતસ્થિર અવસ્થા છે અને એ તારે પોતે કેળવવાની છે.’

મનની સ્પષ્ટતા વિના ભગવાનને જોવાની ઈચ્છા કરવી એ અંધારામાં ફાંફાં મારવા જેવું છે. મેં

જોયું કે માણસનું મન મર્યાદિત છે અને તે પોતાનાં મર્યાદિત સાધનો અનુસાર જ ચિત્રો ખડાં કરે છે, કોઈ જ મનુષ્ય ભગવાન શું છે એ સમજાવી શકે નહિ કે ભગવાનનો માનસિક ખ્યાલ ઘડી શકે નહિ. આપણે કહીએ કે ભગવાન સત્ય છે, પ્રેમનો ઝરો છે, પરમ બ્રહ્મ છે અથવા તો આ વિશ્વનો પ્રકાશક છે. પણ આ બધા અમૂર્ત વિચારો છે અને તે ભગવાનનાં દર્શનની ઈચ્છા સંતોષી શકે તેવા નથી. તો પછી જોવા જેવું શું છે ? જેઓ ભગવાનને એક હસ્તીરૂપે માને છે, તેઓ એની કલ્પના કરી એવું રૂપ જોઈ શકે, પણ ખરેખર તો મનુષ્યનાં નેત્રોથી ભગવાન કદી જોઈ શકાય નહિ. માણસ આત્મદર્શન કરે પછી જ ભગવાનનો સાક્ષાત્કાર થઈ શકે, અને પછી તો આત્મા જ સર્વ કાંઈ છે.

□ ‘હિમાલયના સિદ્ધયોગી’માંથી સાભાર

એકાગ્રતા

- શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી

બધા લોકો એકાગ્ર થવા, ધારણા કરવા ઈચ્છે છે પરંતુ બધાને એક જ પ્રકારની ફરિયાદ છે : મન આમથી તેમ ભટકે છે; ધ્યાનના વસ્તુ-વિષય પર તે ચોંટતું નથી. તેનું નિશ્ચિત કારણ એ છે કે લોકો ધારણાના એક પાસા વિશે જ સભાન હોય છે, બીજા વધુ વિસ્તૃત પાસાનો લોકોને ખ્યાલ નથી હોતો.

એકાગ્રતાનું પહેલું અંગ છે - કાર્યરીતિ. તમે કોઈ આસનમાં બેસી, સ્થિર થઈ, એકાગ્ર થવા યત્ન કરો છો. શરીર સ્થિર હોવું જોઈએ પણ સાથોસાથ જેટલું બને તેટલું શિથિલ પણ હોવું જોઈએ. મનના પરિણામથી હઠાવીને શરીરના પરિણામ તરફ ધ્યાન ખેંચી જાય તેવું તમારા અંતરમાં કંઈ જ ન હોવું જોઈએ.

એકાગ્રતાનું બીજું અંગ બાકીના ચોવીસ કલાકની સાથે સંબંધ ધરાવે છે. ધારણા કરવા બેસો તે સિવાયના દિવસના બાકીના સમયમાં તમારું મન શેના પર કેન્દ્રિત હોય છે ? મન તેની સ્વાભાવિક અવશ સ્થિતિમાં હોય છે કે તમે મનને કોઈ ચોક્કસ દિશા

આપો છો ? તમારા જીવનની શૈલી દ્વારા, તમારું મન જે વિવિધ દિશાઓ લઈ શકે તેને ન્યૂનતમ, વધુ ઘટાડી ન શકાય તેટલી ઓછામાં ઓછી દિશામાં તેને તમે બાંધી લો છો ?

એકાગ્રતાને તેની અખંડ, સર્વગ્રાહી સ્થિતિથી સમજવાની છે. તમારી સળંગ બાહ્ય જિંદગી - સવારથી તે રાત સુધીની - પરમાત્મા સાથે સતત, અવિરત, ચાલુ એકાગ્રતાથી જોડાયેલી અવસ્થા ધરાવતી હોવી જોઈએ. તમારાં હૃદય, મન, બુદ્ધિ, ભાવો અને કાર્યો દિવ્ય પર કેન્દ્રિત રહેવાની આદત પાડેલાં હોવાં જોઈએ. મનને શાશ્વત પર અવિરતપણે જોડી રાખવા માટે શીખવવું પડે, પ્રશિક્ષણ આપવું પડે, અનુશાસિત કરવું પડે.

આ પ્રમાણે કરવા તમે યોજનાબદ્ધ રીતે કાર્ય કરો છો ? જો ન કરતા હો તો, તમારી એકાગ્રતાની કાર્યરીતિ કેવી રીતે સફળ ગઈ શકે ? ઉપર મુજબ, એકાગ્રતાનાં બંને પાસાં પર ધ્યાન આપો. પછી પરિણામ જુઓ !

એકાગ્રતા અને ધ્યાન

શ્રી સ્વામી નિખિલેશ્વરાનંદજી

નિશ્ચિત ધ્યેય પ્રત્યે ગતિ કરવા માટે ધ્યાન આવશ્યક છે

એક વખત એક મોટરચાલક પૂરઝડપે પોતાની મોટર ચલાવતો હતો. તેને પોતાના શહેરમાં જવું હતું પણ તે રસ્તો ભૂલી ગયો હતો. આથી તેણે મોટર ઊભી રાખીને ત્યાંથી પસાર થઈ રહેલા એક વિદ્યાર્થીને પૂછ્યું : ‘મારે આ શહેરમાં જવું છે, તો હું આ રસ્તે પહોંચી શકીશ ?’

‘હા, જરૂર પહોંચી શકશો !’

‘અહીંથી કેટલું દૂર છે ?’ તેણે પૂછ્યું.

આ વિદ્યાર્થી ભૂગોળનો અભ્યાસ કરતો હતો. તેણે કહ્યું : ‘અહીંથી પચીસ હજાર માઈલ દૂર છે.’ પછી મોટરચાલકે પૂછ્યું : ‘અને જો હું આ બીજે રસ્તે જાઉં તો ?’

‘તો માત્ર બે માઈલ દૂર છે.’

આ કહેવાનો અર્થ એ થયો કે પૃથ્વી ગોળ છે, એટલે ક્યારેક ને ક્યારેક તો તમે ફરી ફરીને પણ તમારા ગંતવ્ય સ્થળે પહોંચી જ શકો. આપણે સહુ સંસારના કામકાજમાં એટલા બધા ડૂબેલા છીએ કે આપણને એટલું વિચારવાની પણ કુરસદ મળતી નથી કે આપણા જીવનનો ઉદ્દેશ શો છે, આપણા જીવનની મોટરને આપણે પૂરઝડપે હંકારીએ છીએ પણ આપણે સાચી દિશામાં જઈ રહ્યા છીએ કે નહીં એનો ખ્યાલ રાખતા નથી. આપણા રોજિંદા જીવનમાં થોડીક ક્ષણો પણ જો આપણે ધ્યાનમાં ગાળીએ તો આપણે જીવનની સાચી દિશા સમજી શકીએ છીએ અને સાચી દિશા મળતાં એ પ્રમાણે જીવનને પણ ગોઠવી શકીએ છીએ. જેઓ જીવનમાં કોઈ ધ્યેયને પ્રાપ્ત કરવા ઇચ્છે છે અથવા જીવનને નિર્રથક વેડફી દેવા માગતા નથી તેઓ માટે પણ ધ્યાનની અત્યંત આવશ્યકતા છે અને આધ્યાત્મિક રીતે આગળ વધવા માટે તો ધ્યાન અનિવાર્ય બની રહે છે.

રામકૃષ્ણ મઠ અને મિશનના દશમા પરમાધ્યક્ષ સ્વામી વીરેશ્વરાનંદજી મહારાજ એક જાપાની છોકરા

વિશેની સુંદર વાતો કહેતા, ‘એક ગામડામાં આ છોકરો કોઈને ત્યાં નોકર હતો. એક દિવસ તેના માલિકે તેને નજીકના શહેરમાં જઈને ચીજવસ્તુઓ ખરીદી લાવવા કહ્યું. એ ચીજવસ્તુઓની યાદી અને તે માટેના પૈસા પણ તેને આપ્યા. છોકરો શહેરમાં તો આવ્યો, પણ તે કોઈવાર શહેરમાં ગયો ન હતો, એટલે શહેરમાં દાખલ થતાં તે ત્યાંના ભભકાથી, ત્યાંની આકર્ષક દુકાનોથી અંજાઈ ગયો અને તે એક દુકાનેથી બીજી દુકાને જોતાં જોતાં ફરતો રહ્યો. આમ ને આમ તે પોતે શહેરમાં શા માટે આવ્યો છે, તે જ ભુલાઈ ગયું. સાંજે છેલ્લી બસ ગામડે જવાની હતી ત્યારે તેને ભાન આવ્યું કે તેને તો ગામડે પાછું જવું પડશે એટલે તે તુરત જ બસમાં ચડી ગયો. ઘરે પહોંચ્યો ત્યારે માલિકે પૂછ્યું : ‘બધી વસ્તુઓ ક્યાં ?’

‘અરે, એ બધું લેવાનું તો હું ભૂલી જ ગયો !’

આપણી સ્થિતિ પણ આવી જ છે. આપણે આ પૃથ્વી ઉપર આવીને સાંસારિક કાર્યોમાં અને ભૌતિક આકર્ષણોમાં એટલા ડૂબી જઈએ છીએ કે મનુષ્ય રૂપે જન્મ લેવાનો, આ જીવન ધારણ કરવાનો મૂળ ઉદ્દેશ જ ભૂલી જઈએ છીએ. દરરોજ થોડો સમય ધ્યાન કરવાથી, આપણા મનનું વિશ્લેષણ કરવાનો પ્રયત્ન કરવાથી આપણે આપણા કાર્યના હેતુ પ્રત્યે, આપણા જીવનના હેતુ પ્રત્યે સચેતન થઈ શકીએ છીએ. આ સંદર્ભમાં શ્રીમા શારદાદેવી કહે છે : ‘તમારી ફરજ બજાવવા ઉપરાંત જપ, ધ્યાન અને પ્રાર્થના કરવાની પણ ખૂબ જરૂર છે. ઓછામાં ઓછું સવારે ને સાંજે તો એ બધું કરવું જ જોઈએ. આ જાતનો અભ્યાસ એ હોડીના સુકાન જેવો છે. સાંજે પ્રાર્થનામાં બેસતી વખતે પોતે આખા દિવસમાં સારાં કે નરસાં કેવાં કાર્યો કર્યા છે, તેનો વિવેકબુદ્ધિથી વિચાર કરવો જોઈએ. જો તમે કામકાજની સાથે સાથે ધ્યાન કરો નહીં તો પછી તમે શુભ કરી રહ્યા છો કે અશુભ

એની ખબર કેમ પડે ?' આમ, ધ્યાન દ્વારા મનુષ્ય પોતાનું આંતર-નિરીક્ષણ કરી શકે છે. પોતાનું વિશ્લેષણ કરી પોતાના આંતરિક દોષોને દૂર કરી શકે છે અને પોતાના જીવનને નિરર્થક ભટકતું અટકાવીને સાચા ધ્યેયની દિશામાં ગતિમાન કરી શકે છે, એટલું જ નહીં પણ એ ગતિને વેગ પણ આપી શકે છે.

દીર્ઘાયુષ્ય પ્રાપ્ત કરવા માટે ધ્યાનની આવશ્યકતા

વેદકાલીન ઋષિમુનિઓએ સ્વસ્થ અને નીરોગી સો વર્ષનું આયુષ્ય મનુષ્ય ભોગવી શકે છે, એ પ્રતિપાદિત કરી આપ્યું છે. તેઓ પોતે પણ એવું નીરોગી જીવન જીવતા હતા. કેમ કે તેમનું જીવન પ્રકૃતિની સાથે સંકળાયેલું હતું અને તેઓ દરરોજ પ્રાતઃકાળે નિયમિત ધ્યાન દ્વારા પોતાના ચેતાતંત્ર ઉપર કાબૂ રાખી શકતા હતા. તેના પરિણામે તેઓ દીર્ઘાયુષી હતા. ધ્યાન દ્વારા આયુષ્યને લંબાવી શકાય છે, એ અંગે હવે વૈજ્ઞાનિકો પણ સંશોધન કરી રહ્યા છે. કેવી રીતે આયુષ્ય લંબાવી શકાય તેની વૈજ્ઞાનિક સમજ પણ તેઓ આપે છે. મૃત્યુ એ દરેક જીવ માટેની એક એવા પ્રકારની સમતુલન સ્થિતિ (equilibrium state) છે કે જ્યારે એન્ટ્રોપી (entropy) વધુમાં વધુ હોય છે. થર્મોડાયનેમિક્સ (thermodynamics)ના બીજા નિયમ પ્રમાણે કોઈ પણ અરૂપાંતરિત તંત્ર (irreversible system)માં એન્ટ્રોપી ત્યાં સુધી વહેતી રહે છે, જ્યાં સુધી એ તંત્ર સમતુલન સ્થિતિ (equilibrium state) પર પહોંચી ન જાય. એન્ટ્રોપી કોઈ પણ તંત્રમાં અવ્યવસ્થા (disorder)નું પ્રમાણ દર્શાવે છે. જો આપણે એન્ટ્રોપીની વધતી ગતિને ધીમી કરી શકીએ, તો સમતુલન સ્થિતિ પાછળ ધકેલી શકીએ. તેવી જ રીતે આપણા જીવનમાં વધતા જતા તણાવોને જો ઓછા કરી શકીએ તો આપણા જીવનની સમતુલન સ્થિતિ એટલે કે મૃત્યુને પાછળ ધકેલી શકીએ. ધ્યાન માનસિક તણાવોને ઓછા કરવામાં મહત્ત્વનો ભાગ ભજવે છે અને મૃત્યુને પાછળ ધકેલે છે. આમ, ધ્યાન દ્વારા મનુષ્ય પોતાના આયુષ્યને લંબાવી શકે છે.

વળી, રોગો ઉપર કાબૂ મેળવવાથી, શરીરનું સ્વાસ્થ્ય સારું રહેવાથી પણ મૃત્યુ પાછળ હટે છે. એટલું જ નહીં પણ ધ્યાન મનના ઊંડામાં ઊંડા પ્રદેશોમાં લઈ જાય છે. એના પરિણામે અચેતન મનમાં રહેલા સંસ્કારોને સમજવાની દૃષ્ટિ મળે છે. આથી મનુષ્ય આંતરિક રીતે પણ સ્વસ્થ બને છે. પોતાના મન ઉપર કાબૂ મળવાથી બહારની પરિસ્થિતિઓમાં પણ તે સ્વસ્થ રહી શકે છે. આ રીતે ધ્યાન મનને સુસ્થિર બનાવે છે. તેને પરિણામે પણ મનુષ્ય નિરામય આયુષ્ય ભોગવી શકે છે.

સ્થળ અને કાળની અતીત જવા માટે ધ્યાનની આવશ્યકતા

સામાન્ય રીતે મનુષ્ય સ્થળ, કાળ અને કારણમાં બંધાયેલું પ્રાણી છે. આથી જ મન દ્વારા પૂર્ણ ચેતનાને પામી શકાતી નથી કે જાણી શકાતી નથી. પૂર્ણ સત્યની કે શાશ્વત શાંતિની પ્રાપ્તિ માટે મનથી અતીત જવું જરૂરી છે. અને એ માટે એકમાત્ર ધ્યાન જ અસરકારક સાધન છે. આધુનિક વૈજ્ઞાનિકોએ પણ મનની પ્રગાઠ શાંતિમાં મનની કઈ સ્થિતિ છે, તેની સમજૂતી ભૌતિક વિજ્ઞાનનાં તથ્યો દ્વારા આ પ્રમાણે આપી છે.

પ્રવાહી હિલિયમ (Liquified Helium) ૨.૧° એબ્સોલ્યુટ તાપક્રમ સુધી ઠંડું કરવામાં આવે છે, ત્યારે આશ્ચર્યજનક રીતે તેનો પ્રવાહ એકદમ ઘર્ષણવિહીન થઈ જાય છે. અને આમ થવાથી સાધારણ પ્રવાહી કે વાયુ જેમાંથી પસાર ન થઈ શકે તેવાં અત્યંત નાનાં છિદ્રોમાંથી પણ પ્રવાહી હિલિયમ પસાર થઈ શકે છે. આ ગુણધર્મને સુપરફ્લુયીડીટી (superfluidity) કહેવાય છે. જસત, પારો, ટીટેનિયમ, સીસું, ટીન જેવી ધાતુઓનું તાપમાન જ્યારે ૦°K જેટલું ઓછું કરવામાં આવે ત્યારે તેમાંથી વિદ્યુતપ્રવાહ કોઈ પણ અવરોધ વગર પસાર થઈ શકે છે. ધાતુઓના આ ગુણધર્મને સુપરકન્ડક્ટિવિટી (superconductivity) કહેવાય છે. સુપરફ્લુયીડીટી અને સુપરકન્ડક્ટિવિટી મનની ઘર્ષણ વિહીન અને અવરોધ વિહીન અવસ્થા સાથે અદ્ભુત સામ્ય ધરાવે છે. વળી, તેમાં ધાતુઓના આ

બંને ગુણધર્મો એક ડિગ્રી સેન્ટિગ્રેડના સોમા ભાગમાં બદલાઈ જાય છે. તેવી રીતે અવરોધવાળી સ્થિતિમાંથી મન જ્યારે અવરોધ વિહીન સ્થિતિમાં પહોંચે ત્યારે મનના ગુણધર્મો બદલાઈ જાય છે. ધ્યાન કાયમ ઘર્ષણ અને અવરોધ સહન કરતા મનને ઘર્ષણ વિહીન અને અવરોધ વિહીન સ્થિતિમાં લઈ જાય છે. આવી સ્થિતિમાં મનના પ્રસ્થાનને મનનો ક્વોન્ટમ જમ્પ (quantum jump) કહી શકાય. અને એ જાણે કે મનનું ચેતન અવસ્થામાંથી અતિચેતન અવસ્થામાં જવા જેવું છે. મન જ્યારે આ સંપૂર્ણ સઘન સ્થિતિમાં પહોંચે ત્યારે સમય, સ્થળ અને કારણ (Time, space and causation)થી પર થઈ અનંતને આંબી જાય છે અને પરમ સત્યનો સાક્ષાત્કાર કરે છે. શાશ્વત શાંતિ પામે છે. અલબત્ત, આ ધ્યાનની ઉચ્ચતમ અવસ્થા, સમાધિની અવસ્થાની વાત છે. પણ ધ્યાનનો થોડોઘણો પણ નિયમિત અભ્યાસ અચેતન મનની બાધાઓને ધીરે ધીરે દૂર કરી પરમ શાંતિ મેળવવાની પ્રક્રિયામાં સહાયભૂત થાય છે. આ રીતે ધ્યાન દ્વારા મનને પરમ શાંતિમાં સ્થિર કરી શકાય છે. અને એવા મનથી જે કાર્યો થાય છે, એમાં જીવનની સફળતા રહેલી છે. અને જીવનની સૌથી મોટી સફળતા તો પરમ સત્યને પામવાની અને તેમાં જીવન જીવવાની છે. એ સફળતા ધ્યાન જ આપી શકે.

ધ્યાન આપે છે આઘાતોમાં સ્વસ્થ રહેવાની શક્તિ

જીવનભરની કમાણી જે બેંકમાં મૂકી હતી અને તેના વ્યાજમાંથી પાછલી જિંદગી સારી રીતે જીવી શકાશે એવી આશા, માધુપુરા બેંક તૂટી પડતાં ભાંગી પડી અને એ આઘાત જીરવી ન શકતી એક વ્યક્તિએ આત્મહત્યા કરી લીધી. એ જ રીતે શેરબજારમાં રોકેલાં નાણાં ડૂબી જતાં પણ આત્મહત્યા કર્યાનાં ઘણાં ઉદાહરણો જોવા મળે છે. એકના એક પુત્રના મૃત્યુનો આઘાત ન જીરવાતાં પાગલ થઈ ગયાનાં ઉદાહરણો પણ મળે છે. જીવનની આવી વિષમ સ્થિતિઓમાં એ જ મનુષ્યો સ્વસ્થતાપૂર્વક ટકી શકે છે અને મુશ્કેલીઓનો હિંમતભેર સામનો કરી શકે છે, જેઓ પોતાના રોજિંદા જીવનમાં

નિયમિત ધ્યાનનો અભ્યાસ કરતાં હોય કેમ કે ધ્યાનથી તેમની આંતર ચેતના જાગૃત રહે છે, વિવેકશક્તિ જાગૃત થાય છે. ઊંડી સમજ આવે છે, બાહ્ય ઘટનાઓને મૂલવવાની એક દૃષ્ટિ આવે છે અને એટલે જ જે સંજોગોમાં સામાન્ય મનુષ્યો નાસી છૂટવાનો કે આત્મહત્યાનો માર્ગ લે છે એ સંજોગોમાં ધ્યાનનો નિયમિત અભ્યાસ કરનાર મનુષ્ય સહેલાઈથી આઘાત પચાવી જાય છે અને મુશ્કેલીઓ પાર કરી જાય છે. સ્વામી વિવેકાનંદની શિષ્યા માદામ કાલ્વેનું જીવન આ અંગે પ્રત્યક્ષ ઉદાહરણ પૂરું પાડે છે.

ફ્રાન્સમાં માદામ કાલ્વે સુવિખ્યાત ગાયિકા હતાં. તે સમયે તેઓ શિકાગોના ઓપેરા થિયેટરમાં સંગીતનો કાર્યક્રમ આપી રહ્યાં હતાં. લોકોએ તાળીઓના ગડગડાટથી એમના સંગીતને વધાવી લીધું. પણ કોણ જાણે કેમ તેમને હૃદયમાં બેચેની થવા લાગી. હતાશાનો ભાવ તેઓ અનુભવવા લાગ્યાં અને તેમને મનમાં થતું હતું કે કાર્યક્રમ ટૂંકાવીને જતાં રહે. પણ લોકોના દબાણથી તેમણે બધા કાર્યક્રમો પૂરા કર્યા અને એ એમનો સર્વશ્રેષ્ઠ કાર્યક્રમ રહ્યો. પછી લોકોની પ્રશંસા સાંભળવાની પરવા કર્યા વગર તેઓ ખૂબ ઝડપથી ગ્રીન રૂમમાં ચાલ્યાં ગયાં અને ત્યાં ખૂબ દુઃખદ અને આઘાતજનક સમાચાર એમની રાહ જોઈ રહ્યા હતા. એ સમાચાર હતા એમની એકની એક દીકરી, એમના જીવનનો એક માત્ર સહારો, જે સમય તેઓ પોતાના જીવનનો સર્વશ્રેષ્ઠ કાર્યક્રમ આપી રહ્યાં હતાં ત્યારે બળીને મૃત્યુ પામી હતી.

તેમના માટે આ આઘાત અસહ્ય હતો. પુત્રીનો વિયોગ તેઓ સહી શકે તેમ નહોતાં એટલે તેઓ પણ આત્મહત્યા દ્વારા પોતાનું જીવન ટૂંકાવી નાખવા વિચારી રહ્યાં હતાં. તેમની સાહેલીએ તેમને સમજાવવાનો ખૂબ પ્રયત્ન કર્યો પણ તેઓ કોઈ પણ રીતે આઘાતમાંથી બહાર નીકળી શક્યાં નહીં ત્યારે તેમની સાહેલીએ તેમને કહ્યું કે અહીં હિંદના યોગી સ્વામી વિવેકાનંદજી આવ્યા છે. તું એકવાર તેમને મળ. તને સાચી શાંતિ મળશે, પણ તેઓ એમ કરવા માટે પણ તૈયાર થયાં નહીં અને આત્મહત્યા કરવા માટે તળાવમાં પડવા માટે ગયાં. પણ આશ્ચર્યની વાત એ કે તેમણે ચાર ચાર વાર

જીવનનો અંત લાવવાનો પ્રયત્ન કર્યો પણ ચારેય વખત તેમણે પોતાના મનની અર્ધચિત્તન અવસ્થામાં સ્વામી વિવેકાનંદના નિવાસસ્થાને જવાના રસ્તે પોતાને ઊભેલાં જોયાં એટલે દરેક વખતે તે પોતાના ઘરે પાછાં ફરતાં હતાં. ઈચ્છવા છતાં પણ આત્મહત્યા કરી શક્યાં નહીં અને પાંચમી વખત તો તેઓ જાતે જ અજ્ઞાત રીતે સ્વામી વિવેકાનંદના નિવાસસ્થાને પહોંચી ગયા. નોકરે દરવાજો ખોલ્યો, તેઓ અંદર ગયાં અને ત્યાં દીવાનખાનામાં એક ખુરશી ઉપર બેસી પડ્યાં. થોડી જ વારમાં પાસેના ઓરડામાંથી ધીરગંભીર મધુર અવાજ સંભળાયો : ‘દીકરી, ગભરાઈશ નહીં. અંદર આવ.’ અને તેઓ યંત્રવત્ સ્વામી વિવેકાનંદના અભ્યાસખંડમાં પ્રવેશ્યાં. તેમણે સ્વામીજીને ખુરશી ઉપર બેઠેલા જોયા. ત્યાં તો સ્વામીજી ફરી બોલ્યા, ‘દીકરી, શાંત થા.’ સ્વામીજીની પ્રશાંત મુખમુદ્રા અને મધુર શબ્દોએ એમના ઉપર જાદુઈ અસર કરી. આટઆટલા દિવસોથી મનમાં રહેલાં ભય, હતાશા, અશાંતિ જાણે ક્યાંય ચાલ્યાં ગયાં અને એમને થયું કે જીવન જીવવા જેવું છે. સ્વામીજીની ધ્યાનાવસ્થાના પ્રભાવે એમનું ચિત્ત શાંત થઈ ગયું. અને પછી તો તેઓ પણ ધ્યાન કરવા લાગ્યાં અને ધ્યાન દ્વારા તેમણે જીવન જીવવાની શક્તિ પ્રાપ્ત કરી લીધી. આ રીતે ધ્યાન જીવનથી હારી ગયેલા, થાકી ગયેલા, નિરાશ થયેલા એવા મનુષ્યોને નવું જીવન બક્ષે છે. અને એમની આંતરશક્તિઓ પ્રગટ કરે છે. એટલું જ નહીં પણ ધ્યાન દ્વારા તેમને જીવનનો સાચો રાહ પણ મળે છે.

ધ્યાનથી સર્જકતા પ્રગટ થાય છે

સાવ સામાન્ય મનુષ્ય પણ જો નિયમિત ધ્યાન કરે તો તે પોતાના અંતરનાં ઊંડાણમાં રહેલી દિવ્યતાના સંપર્કમાં આવે છે અને આ દિવ્યતા જાગૃત થતાં તેને દિવ્યશક્તિઓ પ્રાપ્ત થાય છે. અનેક વૈજ્ઞાનિકોએ વિજ્ઞાનના જે મહાન સિદ્ધાંતો શોધ્યા તે તેઓએ ધ્યાનાવસ્થામાં જ શોધ્યા હતા. કવિવર રવીન્દ્રનાથ ટાગોરને જેના માટે નોબેલ પુરસ્કાર મળ્યો હતો તે ગીતાંજલીનાં ગીતો પણ ધ્યાનાવસ્થામાંથી જ પ્રગટ થયાં હતાં. ભારતમાતાનું મહાન ચિત્ર જેમણે દોર્યું તે અવનીન્દ્રનાથ ટાગોરને ભગિની નિવેદિતાએ કહ્યું હતું

કે ‘ચિત્ર દોરતાં પહેલાં ધ્યાન કરો’ અને એ ધ્યાનાવસ્થામાં એમને સુંદર દૃશ્યો દેખાતાં. આ રીતે વૈજ્ઞાનિકો, કલાકારો, સાહિત્યકારો અને સાધકો બધાંને ઊંડા ધ્યાનમાંથી મહાન સર્જનની પ્રેરણા પ્રાપ્ત થાય છે.

ધ્યાનથી જીવનમાં પરિવર્તન

ધ્યાન સામાન્ય મનુષ્યને તો મહાન બનાવે છે, પણ ધ્યાન ગુંડાઓ, ડાકુઓ, લૂંટારાઓ વગેરેમાં પણ મહાન પરિવર્તન લાવે છે. અને એટલા માટે જ તો હવે જેલમાં કેદીઓ માટે પણ ધ્યાનના-વિપશ્યનાના વર્ગો શરૂ કરવામાં આવે છે અને એનાથી કેદીઓની વૃત્તિમાં ઘણું ઘણું પરિવર્તન નોંધાયેલું જોવા મળે છે. તેમની હિંસક અને લડાયક વૃત્તિઓ ધ્યાનથી શાંત બની જાય છે. આપણે પેલા લૂંટારાની સુપ્રસિદ્ધ કથા તો જાણીએ જ છીએ. જંગલમાંથી પસાર થઈ રહેલા નારદમુનિએ એ લૂંટારાને સમજાવ્યું કે લૂંટ કરવી એ પાપ છે. પણ લૂંટારો માનતો હતો કે તેનાં માતાપિતા, પત્ની, પુત્ર- બધાં માટે લૂંટ કરે છે એટલે એ પાપના ભાગીદાર સહુ કોઈ બને છે. નારદજીએ તેના પરિવારજનોને પૂછી આવવા જણાવ્યું. એ પ્રમાણે તે નારદજીને વૃક્ષના થડ સાથે બાંધીને પોતાના ઘરે પૂછવા ગયો. બધાંને પૂછ્યું. સહુએ જવાબ આપ્યો : ‘એ પાપ તું કરે છે, એમાં અમે ભાગીદાર ન બનીએ.’ લૂંટારાની આંખ ખૂલી ગઈ. નારદજી પાસે આવીને તેમના પગમાં પડી તીવ્ર પશ્ચાત્તાપ કરવા લાગ્યો. નારદજીએ તેને ભગવાનનું ધ્યાન કરવાનું કહ્યું. મંત્ર આપ્યો. એ લૂંટારો રાત-દિવસ ભગવાનના ધ્યાનમાં મગ્ન બની ગયો. એટલા ઊંડા ધ્યાનમાં લીન થઈ ગયો કે તેના શરીરની આજુબાજુ ઊંધઈના રાફડા લાગી ગયા. તેને આજુબાજુનું કંઈ ભાન ન રહ્યું. વરસો સુધી આ રીતે તપશ્ચર્યા કર્યા બાદ આકાશવાણી તેણે સાંભળી, ‘હે ઋષિ, જાગો, હવે તમે લૂંટારા નથી રહ્યા. ઊંધઈના રાફડા એટલે કે વાલ્મિકીમાંથી તમારો જન્મ થયો છે, એટલે તમે હવે ઋષિ વાલ્મિકી ગણાશો.’ આપણે જાણીએ છીએ કે ઋષિ વાલ્મિકી કેટલા મહાન હતા. તેમણે રામાયણની રચના કરી. લૂંટારાને પણ ઋષિમાં પરિવર્તન કરવાની પ્રબળ શક્તિ ધ્યાનમાં રહેલી છે.

ધ્યાનથી મન હકારાત્મક બને છે. તેની બધી નકારાત્મક વૃત્તિઓ ધ્યાનના પ્રભાવથી ખરી પડે છે અને મન શુદ્ધ થતાં માનસિક સ્વાસ્થ્ય પણ ઉત્તમ બને છે. ધ્યાન દ્વારા જ મનુષ્ય પોતાની પ્રકૃતિ ઉપર વિજય મેળવી શકે છે. જેણે પોતાના બેકાબૂ મન અને બંડખોર પ્રકૃતિ ઉપર વિજય મેળવી લીધો છે, એ વિશ્વવિજયી સમ્રાટ કરતાં પણ મોટો સમ્રાટ ગણાય.

આધ્યાત્મિક સાધના માટે તો ધ્યાન અનિવાર્ય છે

આધ્યાત્મિક જીવન એટલે અધિ + આત્મિક એટલે આત્મા તરફની ગતિ જેમાં થઈ રહી છે, એવું જીવન. આત્મા તરફ ગતિ કરવા માટે અસરકારક સાધન ધ્યાન છે. ધ્યાન દ્વારા જ મનુષ્ય પોતાની ચેતનાના ઊંડામાં ઊંડા સ્તરો સુધી પહોંચી શકે છે. અંતરનાં રહસ્યો ધ્યાનમાં જ પ્રગટ થાય છે. આત્માનો પ્રદેશ ધ્યાનમાં જ ખૂલે છે. આ વિશે સ્વામી વિવેકાનંદ કહે છે : ‘આધ્યાત્મિક જીવન માટે ધ્યાન એ સહુથી વધુ મજબૂત છે. ધ્યાનમાં આપણે ભૌતિક પરિસ્થિતિમાંથી છૂટા થઈ જઈએ છીએ. આપણા દિવ્ય સ્વભાવનું આપણને ભાન થાય છે. ધ્યાનમાં આપણે કોઈ બહારની મદદ ઉપર આધાર રાખતા નથી. આત્માનો સ્પર્શ ખૂબ જ અંધકારમય જગ્યાને પણ ઘણા જ ઉજ્જવળ રંગોથી રંગી શકે છે. ખરાબમાં ખરાબ વસ્તુને પણ તે સુગંધિત બનાવી શકે છે. પાપીને પણ તે દિવ્ય બનાવી શકે છે. એથી બધું વેર અને બધો સ્વાર્થ અદૃશ્ય થઈ જાય છે.’ ધ્યાનથી આત્માનો સંપર્ક થતાં આત્માના ગુણો મનુષ્યના જીવનમાં પ્રગટ થાય છે. આત્માના ગુણો છે, પ્રેમ, આનંદ, ત્યાગ, સંવાદિતા, શાંતિ, શક્તિ. કોઈ પણ જાતની વિશેષ મહેનત કર્યા વગર માત્ર દરરોજ નિયમિત ધ્યાન કરવાથી જ આ ગુણો મનુષ્યને સહજપણે પ્રાપ્ત થાય છે. બાકી વિશ્વની કોઈ દુકાને, કોઈ પણ કિંમતે આમાંનો કોઈ પણ ગુણ ખરીદી શકાતો નથી. આથી આત્માના દિવ્ય પ્રકાશમાં જો જીવન ધારણ કરવું હોય તો ધ્યાન અનિવાર્ય છે.

ઊંડા ધ્યાનમાં મનુષ્ય દેહભાવથી પર બની જાય છે. તેને પછી બાહ્ય જગતનું ભાન રહેતું નથી. તેવા

મનુષ્યમાં અપાર તિતિક્ષા, ક્ષમા, ઉદારતા આવી જાય છે. તેનું ઉત્કૃષ્ટ ઉદાહરણ મહાવીર સ્વામીના જીવનમાંથી મળે છે. ભગવાન મહાવીરનું દીક્ષાનું તેરમું વર્ષ પસાર થતું હતું. વિહાર કરતા કરતા તેઓ છમ્માણિ ગામે આવ્યા હતા. સંધ્યા સમયે ગામની બહાર વૃક્ષ નીચે તેઓ ઊંડા ધ્યાનમાં મગ્ન હતા. આવા સમયે બળદનો ગોવાળ મહાવીરને પોતાના બળદોની દેખરેખ રાખવાનું કહીને ગામમાં ગયો. ઊંડા ધ્યાનમાં મગ્ન મહાવીરને ગોવાળની વાત સંભળાઈ નહીં. બળદો તો ચરતા ચરતા ક્યાંય આગળ નીકળી ગયા. ગોવાળ પાછો આવ્યો. પૂછ્યું, ‘મુનિ મહારાજ, મારા બળદો ક્યાં?’ મહાવીર એ જ ઊંડા ધ્યાનમાં લીન હતા. એમને આ પણ સંભળાયું નહીં. એટલે બીજી વાર પૂછ્યું, પણ કંઈ જવાબ ન મળ્યો. ફરીફરીને પૂછ્યું પણ જવાબ જ નહીં, એટલે ગોવાળ ખિજાયો અને બોલ્યો : ‘તું તે કેવો છે ? આટઆટલી વાર બરાડા પાડીને કહ્યું છું તોય તું સાંભળતો નથી ? તારે કાન છે કે કોડિયાં ?’ મહાવીર તો એવા ઊંડા ધ્યાનમાં લીન હતા કે જ્યાં દેહાધ્યાસ હતો જ નહીં. સંભળાય તો જવાબ આપે ને ? પણ કંઈ સંભળાતું જ નહોતું !

ગોવાળ ખૂબ ગુસ્સામાં આવી ગયો. એણે જાડા ખીલા જેવા દર્ભશૂળ લીધા અને તેના બે છેડા કાનમાં નાંખીને બરાબર ઠોક્યા. અને તેના બહાર રહેલા છેડા કાપી નાખ્યા. આટલું બધું કરવા છતાં મહાવીર તો ઊંડા ધ્યાનમાં જ મગ્ન રહ્યા. શારીરિક પીડા કેટલી ભયંકર હશે, પણ તેનીય તેમના ઉપર કંઈ અસર ન થઈ. ધ્યાન પૂરું થયું તોપણ એ જ સ્વસ્થતા અને શાંતિ એમના ચહેરા ઉપર વિલસતાં હતાં. એમના મનમાં ગોવાળ પ્રત્યે સહેજ પણ ગુસ્સાની લાગણી કે વેરભાવના ન આવ્યાં. પછી ફરી ધ્યાનમાં મગ્ન હતા, ત્યારે એ જ કાષ્ટશલાકા તેમના કાનમાંથી બહાર પેંચી કાઢવામાં આવી, ત્યારે પણ તેઓ સ્વસ્થ હતા. આ વેદનાની તેમના પર કોઈ અસર ન થઈ. આ છે ધ્યાનનો ઊંડો પ્રભાવ.

મહાવીર સ્વામી તો સૈકાઓ પહેલાં થઈ ગયા, પરંતુ આ યુગમાં જ સ્વામી વિવેકાનંદના ગુરુભાઈ અને

શ્રીરામકૃષ્ણ દેવના અંતરંગ શિષ્ય સ્વામી તુરીયાનંદજીની પીઠ પર ૧૯૨૧માં એક ઘારું પડ્યું હતું. ડોક્ટરોને, પીઠમાં જ્યાં એ ઘારું પડ્યું હતું ત્યાંથી ઓપરેશન કરી માંસનો એક મોટો ટુકડો કાપી નાખવો જરૂરી લાગ્યો. તે માટે ક્લોરોફોર્મ આપી બેભાન બનાવીને પછી જ આવું ઓપરેશન કરી શકાય તેમ હોવાથી ડોક્ટરોએ એ માટેની તૈયારી કરી, ત્યારે સ્વામી તુરીયાનંદજીએ કહ્યું : ‘ક્લોરોફોર્મની જરૂર નથી. તમે તમારે જે કંઈ કાપકૂપ કરવી હોય તે કરો !’ આવી પીડાદાયક શસ્ત્રક્રિયા વખતે તેમના મુખ પર દુઃખની એક રેખા ફરકી ન હતી. આ જોઈને ડોક્ટરો પણ આશ્ચર્યમાં પડી ગયા હતા ! સ્વામી તુરીયાનંદજીના જીવનમાં બે-ત્રણ વાર શરીર પરની શસ્ત્રક્રિયા થઈ. પણ ક્યારેય તેમણે ક્લોરોફોર્મનો ઉપયોગ કરવા દીધો ન હતો ! ઊંડા ધ્યાનના પરિણામે દેહભાવથી પર થઈ જતાં દેહની પીડાની કોઈ અસર થતી નથી. આવાં ઘણાં ઉદાહરણો આવા યોગી પુરુષોના જીવનમાંથી મળી રહે છે.

સાચો આરામ મેળવવા ધ્યાનની આવશ્યકતા

ખરેખરું ધ્યાન શરીર અને મનને પ્રકૃત્વિત બનાવે છે. શરીર અને મનને આરામ આપે છે. આ વિશે સ્વામી વિવેકાનંદ કહે છે કે, ‘કલાકેકની ધ્યાનાવસ્થા પછી જ્યારે તમે તેમાંથી બહાર આવશો ત્યારે તમને તમારા જીવનના સુંદરમાં સુંદર આરામની અવસ્થાનો અનુભવ થયો લાગશે. તમારા શરીરચંત્રને સારામાં સારો આરામ આપવાનો એકમાત્ર રસ્તો છે, ધ્યાન. જે ગાઢમાં ગાઢ નિદ્રા પણ તમને એવો આરામ નહીં આપે. આમ, ઊંડા ધ્યાનમાં શરીરને, જ્ઞાનતંતુઓને અને મનને સાચો આરામ મળી જાય છે, જે કલાકોની નિદ્રામાંથી પણ મળતો નથી.’ આથી જેઓ ઊંડું ધ્યાન કરતા હોય તેમને નિદ્રાની ઓછી જરૂર પડે છે. અને છતાં તેમનાં તન અને મન તાજગીથી ભરેલાં રહે છે.

પરિણામે સામાન્ય મનુષ્ય જે કાર્ય કરે છે, તે કાર્ય તેઓ ઓછા સમયમાં વધારે ઝડપથી કરી શકે છે. આથી ધ્યાન દ્વારા સમય અને શક્તિ બંનેમાં વૃદ્ધિ કરી શકાય છે. સ્વામી વિવેકાનંદ કહે છે કે ધ્યાનની શક્તિ આપણને સર્વ કંઈ મેળવી આપે છે. જો તમારે પ્રકૃતિ ઉપર સત્તા મેળવવી હોય તો તે તમને ધ્યાન દ્વારા મળી શકે. જે બધી વૈજ્ઞાનિક શોધો થઈ રહી છે, તે બધી ધ્યાનની શક્તિ દ્વારા થાય છે.

આમ, ધ્યાન દ્વારા શારીરિક સ્વાસ્થ્ય, માનસિક શક્તિઓનો વિકાસ, આંતરિક શક્તિઓની જાગૃતિ, દૈનિક જીવનમાં સ્વસ્થતા, સમતા, સ્થિરતા અને શાંતિ પ્રાપ્ત થાય છે. આજે વિશ્વના મોટા ભાગના દેશો એટલે જ ભારતના યોગ અને ધ્યાન પ્રત્યે આકર્ષિત થયા છે. તાજેતરમાં જ એક વર્તમાનપત્રમાં સમાચાર હતા કે જર્મનીમાં યોગના નવા નવા કેટલાય વર્ગો શરૂ થયા છે. અમેરિકામાં પણ હવે ઘણા લોકો ધ્યાન અને યોગ પ્રત્યે વળ્યા છે. ‘ટાઈમ’ (Time) મેગેઝીનના ઓગસ્ટ ૨૦૦૩ના ધ્યાન વિશેના વિશેષાંકના મુખપૃષ્ઠ પર ધ્યાન કરતી સ્ત્રીનો ફોટો છાપવામાં આવ્યો હતો અને તેમાં લખવામાં આવ્યું હતું કે દરરોજ ઓછામાં ઓછા એક ક્રોડ અમેરિકન લોકો નિયમિત ધ્યાન કરે છે. અમેરિકનોના જીવનમાં ધ્યાન એટલું મહત્વનું બની રહ્યું છે કે બોર્ડરૂમમાં, શૈક્ષણિક સંસ્થાઓમાં, એરપોર્ટ પર બધી જગ્યાએ ધ્યાન માટેની વિશેષ વ્યવસ્થા રાખવામાં આવી રહી છે. ભારતમાંથી કેટકેટલાય સાધુસંતો અમેરિકા અને યુરોપમાં યોગ શીખવવા માટે જાય છે. જેમ જેમ વિજ્ઞાન અને ટેકનોલોજીની સિદ્ધિઓ વધતી જશે તેમ તેમ માનસિક શાંતિ અને સ્વસ્થતા માટે અને સારી રીતે જીવન જીવવા માટે ધ્યાનની પણ એટલી જ જરૂરિયાત વધતી જશે.

□ ‘એકાગ્રતા અને ધ્યાન’માંથી સાભાર

કોઈ પણ જીવન કદાપિ નિષ્ફળ હોઈ શકે નહીં. સંસારમાં નિષ્ફળતા જેવી કોઈ વસ્તુ જ નથી. ભલે સેંકડો વાર મનુષ્ય પોતાને હાનિ પહોંચાડે, ભલે હજારો વાર એ ઠોકર ખાય, પણ આખરે તેને અનુભૂતિ થવાની જ છે કે હું સ્વયં ઈશ્વરરૂપ છું.

- સ્વામી વિવેકાનંદ

શિવાનંદ કથામૃત

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

કથાનક-૧૬

ગુરુદેવ પોતાના વિશે

તે તા.૨૩-૩-૧૯૪૭નો દિવસ હતો. ગુરુદેવ સાથે એક શિષ્ય ગુરુદેવની આધ્યાત્મિક પ્રગતિ વિશે વાત કરી રહ્યો હતો.

‘સ્વામીજી મહારાજ, આપને આધ્યાત્મિક મિશનનો સ્વીકાર કર્યો તે વિશે વહેલામાં વહેલાં ક્યાં ચિહ્નો જણાયાં હતાં ?’

‘મને, મારા મનમાં કે બહાર આધ્યાત્મિક મિશનનો કોઈ નિર્દેશ ન હતો.’ ગુરુદેવે જવાબ આપ્યો.

‘સ્વામીજી, ક્યારે અને કઈ પરિસ્થિતિમાં આપને માનવતાને મદદ કરવાનો આ ઉત્કટ વિચાર આવ્યો?’ શિષ્યે બીજો પ્રશ્ન પૂછ્યો.

ગુરુદેવે કહ્યું : ‘આ મારી સાચી પ્રકૃતિ છે. બાળપણથી જ મને બીજાઓની સેવા કરવામાં વિશિષ્ટ આનંદ આવતો હતો. સંન્યાસ જીવનમાં ફક્ત તેનો વિકાસ જ થયો છે.’

‘પોતાનો દીક્ષાગુરુ કોણ હશે તેની કોઈ આગાહી સ્વામીજીને હતી ? જ્યારે પોતાના ગુરુને રૂબરૂ મળ્યા ત્યારે સ્વામીજીની કેવી લાગણીઓ હતી ?’

‘મને ખરેખર કોઈ આગાહી થઈ ન હતી. હું હૃષીકેશમાં આવ્યો ત્યારે પહેલા જ દિવસે મને મારા ગુરુ વિશ્વાનંદજી ગંગાજીના કિનારા પર મળ્યા અને મને તેમની કુટીરમાં લઈ ગયા. હું કાલીકમલીવાલા ક્ષેત્રમાં ભિક્ષા માટે ગયો પણ હું સંન્યાસી ન હોવાથી તેમણે મને ભિક્ષા આપવાની ના પાડી. આ ના પાડ્યા પછી હું ચાલતો પાછો આવતો હતો ત્યારે પ્રૌઢ સાધુ, સ્વામી વિશ્વાનંદજી રસ્તા પર જ મળ્યા અને મને સંન્યાસદીક્ષા આપવાની પ્રેરણા દર્શાવી. તે જ દિવસે

તેમણે મને ભગવાં વસ્ત્ર આપ્યાં.’

શિષ્યે વધુ પ્રશ્ન પૂછ્યો : ‘સાધના દરમિયાન ક્યા પરિબળે સ્વામીજીને માર્ગદર્શન આપ્યું ? સ્વામીજીએ અપનાવેલો સાધનાનો પ્રકાર ગુરુએ નિર્દેશેલો કે પોતાની પૃચ્છા, અંતર્નાદિ કે અંતઃસ્ફૂર્તિના આવેશ દ્વારા નક્કી થયેલો હતો.’

ગુરુદેવે જવાબ આપ્યો : ‘મને સંન્યાસ કેવી રીતે મળ્યો તે મેં તમને કહ્યું. બીજા જ દિવસે સ્વામી વિશ્વાનંદજી હરદ્વાર જવા નીકળી ગયા. તેમની પાસે મને સાધના માટે સૂચનો આપવાનો કોઈ સમય જ ન હતો. તેમણે હરદ્વારથી મને સંન્યાસ ધર્મ વગેરેનાં બધાં સૂચનો લખી મોકલ્યાં હતાં ! મારી સાધના દરમિયાન મારા પોતાના સારાસારવિવેકે દરેક પગલે મને માર્ગદર્શન આપ્યું હતું. હું સાચી દિશામાં જઈ રહ્યો છું તેનો મને પૂરો ખ્યાલ હતો.’

‘આપની સાધના દરમિયાન આપને ક્યા વિશિષ્ટ આધ્યાત્મિક અનુભવો થયા ?’ શિષ્યે પૂછ્યું.

‘મને મારી સાધના દરમિયાન કોઈ વિશિષ્ટ આધ્યાત્મિક અનુભવો થયા નથી. મારી સાધનાની પ્રગતિમાં કોઈ અંદરનાં કે બહારનાં વિઘ્નો આવ્યાં નથી. મારી સાધનામાં ફક્ત એ જ એક આગળ પડતું લક્ષણ હતું. મેં ધ્યાન - ઊંડું ધ્યાન કર્યું. તે મારી આંતરિક સાધનાની ચાવીરૂપ હતું. તેનાથી મારી પ્રગતિ સરળ અને સતત થતી રહી અને અંતિમ અનુભવનું વહેલું આગમન થયું.’

‘શું સ્વામીજી, મહેરબાની કરીને તે અંતિમ પ્રકાશની તારીખ અને સ્થળ આપી શકો ?’ શિષ્યે હિંમતથી પૂછી નાખ્યું.

ગુરુદેવે તરત જ જવાબ આપ્યો : ‘આ બાબતમાં

ઉપનિષદો સ્પષ્ટ છે. કોઈએ પણ અંતિમ પ્રકાશનું સ્થળ અને દિવસ આપવાં જોઈએ નહિ. કોઈ એમ કહે કે તેને પ્રકાશ અમુક દિવસે અને સ્થળે લાધ્યો હતો તો તે યોગ્ય નથી, હું તેમાં માનું છું. તે ઈશ્વરનું રહસ્ય છે. મને તે ખોલવાની સત્તા નથી.’

ગુહામાં ધ્યાન

તા.૨૩-૩-૧૯૪૭ના દિને ગુરુદેવ કેવલ્ય ગુહા (ભોંયરું)માં ધ્યાન માટે દાખલ થયા. યજ્ઞશાળાનું બાંધકામ કરતો એક શિલ્પી તેની છીણી અને હથોડો લઈ હાજર થયો અને કેવલ્ય ગુહાની ભીંત પાસે અને તેના ધાબા પર પથ્થરો ઘડવાનું શરૂ કર્યું. તેમાંથી આજુબાજુ પ્રચંડ અવાજ સંભળાવા લાગ્યા.

એક શિષ્ય આ બધું જોઈ રહ્યો હતો અને ગુરુદેવ ગુહામાં હતા તે પણ જાણતો હતો. તેને આશ્ચર્ય થયું કે જેના ધાબા ઉપર પથ્થરો ઘડાતા હોય તે ગુહામાં બેસી ગુરુદેવ શાંતિપૂર્વક ધ્યાન કેવી રીતે ધરી શકતા હશે.

જ્યારે અડધા કલાક પછી ગુરુદેવ ગુહામાંથી બહાર આવ્યા ત્યારે ભેગા થયેલા શિષ્યો તેમની પાસે આવ્યા અને પ્રશ્ન કર્યા. ગુરુદેવ તેમના પોતાના સામાન્ય સ્મિતવાળા મિજાજમાં હતા અને બધાંની સાથે વિનોદ અને વાતો કરતા હતા. વાત કરતાં કરતાં શિષ્યોમાંના એકે ગુરુદેવનું ધ્યાન પથ્થર ઘડનારે કરેલા અવાજ તરફ દોર્યું અને આ અવાજમાં ધ્યાન કેવી રીતે શક્ય બને તે પણ પૂછ્યું.

‘પથ્થરકામ કરનારે ક્યારે તેનું કામ શરૂ કર્યું?’ ગુરુદેવે પૂછ્યું. ‘હું જ્યારે ગુહામાં ગયો ત્યારે તે ન હતો. મને તેના અવાજની કંઈ જ ખબર નથી.’

બધાને ગુરુદેવની એકાગ્રતાની પ્રબળતા જોઈ આશ્ચર્ય થયું.

સિગારેટની જાહેરાત કરનારા

ગુરુદેવનાં ભગવાનના નામના પ્રસારણ માટેની આતુરતા અને ઉત્સાહ બેહદ હતાં. હરદ્વારમાં ૧૯૩૮ના કુંભમેળા વખતે સિગારેટની જાહેરાત કરનારની એક મંડળી બીભત્સ સંગીત વગાડતી ફરી રહી હતી. ગુરુદેવે તેમને જોયા. તેમને બોલાવી ચા, બિસ્કિટ અને ફળ આપ્યાં અને તેમને કીર્તન કરવા માટે સમજાવ્યા.

‘ઓ જી, તમે ઘણી સિગારેટો વેચી છે. તમાકુના મહિમા વિશે ઘણું ગાન કર્યું છે. તો હવે હરિનું નામ કેમ ગાતા નથી? આવો, મારી સાથે ગાઓ.’ આખી જગા ભગવાનના નામથી ગાજી ઊઠી.

પછી ગુરુદેવે તે મંડળીને બક્ષિસ તરીકે પાંચ રૂપિયા આપ્યા અને ઘણું આધ્યાત્મિક સાહિત્ય આપ્યું અને તેમને વિનંતી કરી કે તેમનાં સિગારેટનાં ગાયનો પછી થોડાંક કીર્તન પણ ગાવાં. સિગારેટની જાહેરખબર સાથે આ આધ્યાત્મિક સાહિત્ય પણ જનતાને વહેંચ્યો.

શરીરની સંભાળ રાખવી

એક શિયાળુ રાત્રે, એક નેપાળી ઉમરાવ રાત્રિનો સત્સંગ પૂરો કર્યા પછી આશ્રમના ભજનહોલમાં નીચે આવતા હતા ત્યારે તેમણે જોયું કે રસોડામાં એટલા મોડા પણ અગ્નિ બળી રહ્યો હતો. તે ગુરુદેવની પાસે આવ્યા.

‘શું, સ્વામીજી, તમે દરેક વસ્તુનું ધ્યાન રાખો છો? ઉપર અખંડ કીર્તન ચાલે છે અને અહીં નીચે અખંડ રસોડું ચાલે છે!’

ગુરુદેવે ગંભીરપણે જવાબ આપ્યો : ‘તમારી વાત સાચી છે. જોકે હું તો અખંડ રસોઈ અને અખંડ કીર્તન બંનેમાં માનું છું. કારણ કે રસોઈ વગર કીર્તન થઈ શકે નહિ, જ્યાં સુધી તમારે ભૌતિક શરીર પાસેથી કામ લેવાનું હોય ત્યાં સુધી. અખંડ ચા, અખંડ દૂધ અને ફળ અને અખંડ પૂરીઓ આપીને હું મહેનતુ અને નિખાલસ કાર્યકરોનું પોષણ કરું છું. તેના પરિણામે દિવ્ય જીવન સંઘ દરેક સ્થળે અદ્ભુત કામ કરી રહ્યો છે.’

સંભારણાં

ગુરુદેવ વ્યક્તિના સ્વાસ્થ્યની સંભાળ પર વધુમાં વધુ ભાર મૂકતા. આ વિષય પર તેઓએ ૧૯૪૦ના અંતે પોતાના શિષ્યોને સંબોધતાં કહ્યું : ‘પૈસા હોય કે ન હોય પણ તમારા શરીરની સંભાળ રાખવી જ જોઈએ. જો તમે ઈશ્વરે આપેલા તે સાધનની ઉપેક્ષા કરશો તો તમે દુર્ગાની ભક્તિ બરાબર કરો છો એમ કહેવાય નહિ. દુર્ગાની શ્રેષ્ઠ ભક્તિ આ શરીરને તેના સંકલ્પને શ્રેષ્ઠ રીતે પાર પાડી શકે તે માટે યોગ્ય સ્થિતિમાં જાળવવામાં છે.’

આમ બોલીને, ગુરુદેવ તેમના સ્વર્ગાશ્રમના દિવસોની યાદમાં ડૂબી ગયા; તે વખતે તેમણે કરેલી તપશ્ચર્યાને હાલ આનંદ કુટીરમાં ભોગવાતી સુવિધાઓ સાથે સરખાવતા હતા.

‘હું જ્યારે સ્વર્ગાશ્રમમાં હતો ત્યારે મેં તેલને સ્પર્શ કર્યો નથી. આજે મારે કેટલાયે પ્રકારનાં તેલ જોઈએ છે. શરીરના બધા કોષો એટલા જલદી કંપિત થાય છે કે શરીરમાં પ્રબળ ઉષ્મા ઉદ્ભવે છે. હું સ્વર્ગાશ્રમમાં હતો ત્યારે ભોંય પર સૂઈ જતો પણ હવે મારે માટે સુવિધાવાળો પલંગ છે, જે કંઈ કામ કરવું પડે છે તેને માટે તે જરૂરી છે, હું ઘણી વાર શરીરને ખરબચડું કરું છું, અને તપશ્ચર્યાના એક ભાગ રૂપે તેને દીવાલો સાથે ઘસું છું. પણ ઘણી વાર તેને માટે પણ મને સમય મળતો નથી. કામ બાકી પડ્યું જ હોય છે.’

‘સેવા તમારી પાસે મોટી અને વધુ ને વધુની માગણી કરે છે. તમારા શરીરને જોઈએ તે બધું તમારે આપવું જોઈએ. તમે પૂરતી તપશ્ચર્યા કરી છે. જો તમે હજી પણ આકરી તપશ્ચર્યા કર્યા જ કરશો તો તમારું શરીર ભાગી જશે; તમે નકામા થઈ જશો. તમારે પૌષ્ટિક ખોરાક લેવો જોઈએ. તમારે મગજનું પ્રચંડ કામ કરવાનું છે. તમને ફળોનો રસ મળવો જોઈએ. હાલ મારી પાસે ઔષધોની વીસ બાટલીઓ છે, કેટલીક ડાયાબિટીસ માટે, કેટલીક મારા પેટ વગેરે માટે છે. મારી પાસે દાંત સાફ કરવા માટે, કોગળા કરવા માટે, દાંતનો પાઉડર વગેરે પણ છે.’

ગુરુદેવનો રૂમ

૧૯૪૯ના શિયાળાની શરૂઆત હતી. ગુરુદેવ

એક મુલાકાતીને તેમના નિવાસમાં લાવ્યા.

બંને કુટીરમાં દાખલ થયા કે ગુરુદેવે કહ્યું : ‘અહીંથી હિમાલય અને ગંગા નદીનો ભવ્ય દેખાવ જોવા મળે છે. તમે અહીં વરંડામાં બેસો કે રૂમમાં હો ત્યારે ગંગાનો પ્રણવનાદ સદા સંભળાયા જ કરશે.’

પછી બંને અંદરની રૂમોમાં ગયા.

વિસ્મિત થયેલા મુલાકાતીએ પૂછ્યું : ‘સ્વામીજી, તમે આ રૂમમાં રહો છો ? શા માટે, કેદ-ખાનાની ખોલી જેમ હવા-ઉજવાસ તદ્દન નહિવત્ છે. બપોર સિવાય તમને પ્રકાશ મળી શકે નહિ. આ રૂમ નથી પણ ગુફાઓ છે અને ખૂબ જ નાની છે. તમે શું આવડી અને આવી રૂમમાં કામ કરો છો ? તમારાં હસ્તલિખિત પ્રતો અને પુસ્તકો પણ તેમાં સમાવી શકાય તેમ નથી. કોઈ વસ્તુ પર પગ મૂક્યા વગર કે તેને ખસેડ્યા વગર તમે ફરી શકો તેમ પણ નથી. સૂવાનો રૂમ ભેજવાળો અને શ્વાસ લેતાં પણ મુશ્કેલી પડે તેવો છે. આપ તેમાં કેવી રીતે રહી શકો છો તેનું જ મને આશ્ચર્ય છે !’

મુલાકાતીએ બોલવાનું ચાલુ રાખતાં કહ્યું : ‘જોકે હું અહીં હોઉં છું ત્યારે મને આધ્યાત્મિક પ્રફુલ્લતાની વિધાયક લાગણી થાય છે; છતાં મને લાગે છે કે આ કુટીરમાં મારે રહેવાનું હોય તો શરીર અને આત્માને છ માસ ભેગા રાખી શકું નહિ. સ્વામીજી, આપ સારા રહેઠાણમાં રહેવા માટે શા માટે જતા નથી ?

‘ના, ના, હું અહીં બરાબર છું.’ ગુરુદેવે ખાતરી આપી. મુલાકાતીએ પ્રણામ કર્યા અને ગયા.

□ ‘શિવાનંદ કથામૃત’માંથી સાભાર

સાત મુશ્કેલ વસ્તુઓ

- સ્વામી શિવાનંદજી

- (૧) માનવ જન્મ મેળવવો ખૂબ મુશ્કેલ છે.
- (૨) વિષયાસક્ત પદાર્થોનો ત્યાગ કરવો ખૂબ મુશ્કેલ છે.
- (૩) મુક્તિ માટે પ્રબળ ઈચ્છા હોવી ખૂબ મુશ્કેલ છે.
- (૪) સત્સંગ અને સાચા ગુરુ મેળવવા ખૂબ મુશ્કેલ છે.
- (૫) મનને વશ કરવું એ ખૂબ મુશ્કેલ છે.
- (૬) સદૃશ અવસ્થા પ્રાપ્ત કરવી ખૂબ મુશ્કેલ છે.
- (૭) તત્ત્વ-દર્શન પ્રાપ્ત થવું કે બ્રહ્મનો સાક્ષાત્કાર થવો ખૂબ મુશ્કેલ છે.

પૂજ્ય શ્રીચરણ શ્રીમત્ સ્વામી મંગલાનંદજી મહારાજનું મહાપ્રયાણ

ગીતામંદિરના પરમાધ્યક્ષ, અટલ અખાડાના આચાર્ય મહામંડળેશ્વર તથા અખિલ ભારતીય સાધુ સમાજના પરમાધ્યક્ષ ૧૦૦૮ બ્રહ્મનિષ્ઠ શ્રોત્રીય દ્વાદશદર્શનાચાર્ય પરમ ભાગવદીય પુણ્યશ્લોક પરમાત્મસ્વરૂપ શ્રીમત્ સ્વામી મંગલાનંદજી મહારાજનો દેહવિલય થયો છે.

પૂજ્ય સ્વામીજી મહારાજ નાગપુર ગીતામંદિર ખાતે ગીતાજયંતી ઉત્સવ હેતુ પધાર્યા હતા, ત્યાં બુધવારે તા.૨૬-૧૨-૨૦૧૨ની મહાનિશામાં રાત્રે બાર વાગ્યે તેમનું મહાપ્રયાણ થયું હતું. તેમની ઉંમર ૮૫ વર્ષની હતી. હાર્ટકેલ થવાથી નિધન થયું હતું. મોટર માર્ગે તેમના પાર્થિવ દેહને અમદાવાદ ગીતામંદિર ખાતે તા.૨૮-૧૨-૨૦૧૨ની વહેલી સવારે આશરે ચાર વાગ્યાના સુમારે લાવવામાં આવ્યો હતો. સવારે સાતથી નવ વાગ્યા સુધી તેમનાં દર્શનાર્થે હજારો લોકોનું માનવમહેરામણ ઊભરાયા પછી ખાડિયા, રાયપુર, સારંગપુર વિસ્તારમાં તેમની શોભાયાત્રા ફર્યા બાદ, વડોદરા ગીતામંદિરે ભક્તોને દર્શન કરાવી, ચાંદોદ કરનાળી ખાતે તા.૨૮-૧૨-૨૦૧૨ના સાંજે પાંચ વાગ્યે નર્મદાના પવિત્ર નીરમાં જળસમાધિ આપવામાં આવી હતી.

ગીતામંદિરની સ્થાપના બ્રહ્મલીન શ્રીમત્ સ્વામી વિદ્યાનંદજી મહારાજશ્રીએ કરેલી. શ્રી સદ્ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજ તેમની ભારત યાત્રા દરમિયાન અમદાવાદ ખાતે ગીતામંદિરમાં ત્રણ દિવસ રોકાયા હતા. તેથી દિવ્ય જીવન સંઘ, શિવાનંદ આશ્રમનો પરસ્પર ત્રણ પેઢીનો સંબંધ રહ્યો છે.

શ્રી સ્વામી મંગલાનંદજી મહારાજ ભારત અને અમેરિકા ખાતે સ્થિત ૧૬ ગીતામંદિરોના અધ્યક્ષ હતા. શ્રીમત્ સ્વામી વિદ્યાનંદજી મહારાજ પછી શ્રી સ્વામી સદાનંદજી મહારાજ ગાદી પર આવ્યા હતા. ત્યાર બાદ છેલ્લા ૩૪ વર્ષથી પૂજ્ય

શ્રીચરણ મંગલાનંદજી મહારાજ ગીતા મંદિરોના અધ્યક્ષ રહ્યા. તેમના મંડળેશ્વરપદના રજત જયંતી પર્વે તેમની રજતતુલા કરવામાં આવી હતી, જેમાં સમગ્ર ભારતમાંથી અગણિત સંતો, મહંતો, મંડળેશ્વરો તેમ જ ગુજરાતના મુખ્યમંત્રી શ્રી નરેન્દ્ર મોદી પણ ઉપસ્થિત રહ્યા હતા.

શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ અને પૂજ્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ પ્રત્યે તેમનો વિશેષ પ્રેમ હતો. શ્રી સદ્ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની પાદુકા લઈને સંત મંડળ પધાર્યું, ત્યારે સૌ પ્રથમ સ્વાગત કાર્યક્રમ ગીતા મંદિર ખાતે જ પૂજ્ય શ્રી સ્વામી મંગલાનંદજી મહારાજની અધ્યક્ષતામાં થયેલો. આશ્રમના યોગસત્ર માટે એકવાર મોડી રાત્રે કોઈ મંત્રીશ્રીએ ઉદ્ઘાટન માટે પધારી નહીં શકે, તેવા સમાચાર આપતાં શ્રીમત્ સ્વામી મંગલાનંદજીને ફોન કરતાં બ્રહ્મમુહૂર્તમાં સવારે પાંચ વાગ્યે ઉપસ્થિત રહી પાતંજલ યોગદર્શન ઉપર ખૂબ જ મનનીય વ્યાખ્યાન આપેલું. આશ્રમના સર્વે ઉત્સવોમાં તો તેઓ અવશ્ય પધારતા જ, પરંતુ છેલ્લા બે વર્ષથી દિવાળીના અન્નકૂટના દર્શને અવશ્ય પધારી સૌને આશીર્વાન કરી કૃત્યકૃત્ય કર્યા હતા. તેઓએ જ શ્રી અષ્ટલક્ષ્મીભવનને ‘શ્રી આદિશક્તિપીઠ’ ઘોષિત કરેલ. તેમના ઉત્તરાધિકારી તરીકે મહામંડળેશ્વર શ્રી સ્વામી સત્યાનંદજી મહારાજની વરણી કરવામાં આવી છે.

પૂજ્ય શ્રી ચરણ સ્વામી મંગલાનંદજી મહારાજના આકસ્મિક દેહવિલય અને મહાપ્રયાણથી ભારતીય સાધુ સમાજને ખૂબ જ મોટી ખોટ પડી છે. તેમનો વિકલ્પ નથી. ઉદારચરિત, બાલસહજ સરળ સ્વભાવના, વિદ્વતાના અંબાર, મહામહોપાધ્યાય શ્રીમત્ સ્વામી મંગલાનંદજી મહારાજની પવિત્ર સ્મૃતિને અનેકશઃ પ્રણામ સહ ઊં નમો નારાયણાય. હરિઊં શાંતિ.

સહર્ષ સ્વીકૃતિ

ડૉ. હરીશ દ્વિવેદી

એકવીસમી સદીના આપણા આ 'કોમ્પ્યુટર યુગ'ના જમાનામાં આપણને કોઈ આત્મા, પરમાત્મા કે અધ્યાત્મ-જીવન વિશે વિચારવાનું કહે તો આપણે એને તરત જવાબ આપી દઈશું કે, ભાઈ એ બધા વિશે વિચારવાનો અમારી પાસે બિલકુલ સમય નથી અને બજારમાં એ વિષયના રેડીમેડ સોફ્ટવેર પણ મળતા નથી, તો પછી અમારે કરવું શું ? હવે તો અમે વિચારવાનું કામ પણ કોમ્પ્યુટરના સહારે કરવા લાગ્યા છીએ. બીજું એ કે આ બધા વિશે તો જીવનમાંથી નિવૃત્ત થયા પછી કંઈક વિચારી શકાય. આ રીતે અધ્યાત્મને આપણે વૃદ્ધાવસ્થાનો વિષય બનાવી દીધો છે. છતાં કોઈક આગ્રહપૂર્વક એ વિશે વિચારવાનું કહે તો આપણી પાસે એક જ જવાબ હશે કે, હજુ તો માથે અનેક જવાબદારીઓ છે, સાથે નોકરી-ઘંઘો તો ખરો જ. એ બધામાંથી આ વિશે વિચારવાની ફૂરસદ જ ક્યાં મળે છે ? આવાં એક નહીં પણ અનેક બહાનાં કાઢી આપણે છટકી જતાં હોઈએ છીએ. પરંતુ સમયની ગતિ ક્યાં કોઈને માટે રોકાતી હોય છે ?

આપણાં સહુના જીવનમાં જોતજોતામાં વૃદ્ધાવસ્થા આવીને બારણે ટકોરા મારવા લાગતી હોય છે. ત્યારે આપણે હાંફળા-ફાંફળા થઈ આમ-તેમ દોડવા લાગતાં હોઈએ છીએ અને પોતે જ રચેલી માયાજાળમાં કરોળિયાની માફક ગૂંચવાઈ જતાં હોઈએ છીએ. ત્યારે સમજાતું હોય છે કે જીવન વિશે વિચારવામાં ઘણું મોડું થઈ ગયું છે. જો એ અંગે પહેલેથી વિચાર્યું હોત તો જીવનને વધુ સારી રીતે, વધુ અર્થપૂર્ણ રીતે જીવી શક્યા હોત ! એવી અફસોસની એક ઊંડી લાગણી ત્યારે અનુભવાતી હોય છે.

આવી અનુભૂતિ પણ બધાને કંઈ થતી હોતી નથી. જીવન વિશે આટલા સંવેદનશીલ બની વિચારનારા વીરલાઓ તો બહુ જૂજ સંખ્યામાં જોવા મળતા હોય છે. બાકી તો શંકરાચાર્યજીએ

ચર્પટપંજરિકામાં મોહ, માયા અને આસક્તિમાં બંધાયેલા વૃદ્ધ પુરુષને સંબોધીને કહ્યું છે તે પ્રમાણે “અંગં ગલિતં પલિતં મૂંડમ્, દશનવિહિનં જાતં તુંડમ્ ! વૃદ્ધો યાતિ ગૃહિત્વા દંડમ્, તદ્દપિ ન મુગ્ધ્યતિ આશા-પિંડમ્ !!” અર્થાત્ શરીરના બધા અંગો શિથિલ બની ગયા છે. માથે સફેદ પળિયાં આવી ગયાં છે. મોઢું પણ દાંતવિહોણું બની ગયું છે. લાકડીના સહારે એ ચાલી શકતો હોય છે. આ રીતે મૃત્યુની સાવ નજીક પહોંચેલ મનુષ્ય પણ આશા-તૃષ્ણાને છોડી શકતો નથી.

જીવનનું આ એક મોટામાં મોટું કટુ સત્ય છે. આશા, તૃષ્ણા, મોહ અને આસક્તિને છેક છેવટ સુધી આપણે ત્યજી શકતાં નથી. એટલા માટે જ શંકરાચાર્યજી આપણને સહુને સાવધાન કરતાં કહે છે, “તસ્માદ્ જાગૃહિ જાગૃહિ - જાગો જાગો, મોહનિદ્રામાં આ રીતે ક્યાં સુધી ગોથાં માર્યા કરશો ?” મૃત્યુના સમયે વ્યાકરણનો પાઠ તને કામ લાગવાનો નથી એટલા માટે જ વારંવાર તેઓ કહે છે, “ભજ ગોવિદં ભજ ગોવિદં ગોવિદં ભજ મૂઢમતે” પ્રભુસ્મરણ એ જ એક માત્ર તરણોપાય છે. એમ છતાં આપણે જો આ મૂઢ દશામાંથી જાગીશું નહીં તો પછી “પુનરપિ જનનં, પુનરપિ મરણં...” એ રીતે લક્ષ્યોર્થાસીની આવન-જાવનમાં અટવાયા કરીશું. આપણને સહુને પણ ‘ભજ ગોવિદં’ દ્વારા સાવધાન કરતું શંકરાચાર્યજીનું આ એક ખૂબ જ સરસ મનનીય સ્તોત્ર છે.

જીવનની કોઈપણ ક્ષણે વિચારવા જેવો આ પ્રશ્ન છે અને એ વિશે વિચાર્યા વગર ચાલે તેમ પણ નથી, તો પછી એમાં વિલંબ શાને ? આગ લાગે ત્યારે કૂવો ખોદવા બેસવાનો કોઈ અર્થ ખરો ? જીવનમાં કટોકટીની ક્ષણો તો ગમે ત્યારે આવીને ઊભી રહી જતી હોય છે, એવા સમયે શાહમૃગની માફક મોઢું છૂપાવી દેવાથી ચાલવાનું નથી. જીવનમાં અચાનક આવીને ઊભી રહી જતી ગમે તેવી વિકટ પરિસ્થિતિનો પણ સહર્ષ સ્વીકાર

કરી લેતાં શીખવાનું છે. એને સ્વીકાર્યા વગર આપણો છૂટકો પણ નથી. એને આપણે બે રીતે સ્વીકારી શકીએ તેમ છીએ. પહેલી રીતમાં જે આપણે વર્ષોથી કરતાં આવ્યા છીએ તે પ્રમાણે હંમેશાં ફરિયાદ કરતાં કરતાં ખૂબ દુઃખી અને નિરાશ થઈને પરિસ્થિતિનો સ્વીકાર કરતાં હોઈએ છીએ.

આપણી આ નિષેધાત્મક સ્વીકૃતિનું પરિણામ તો સ્પષ્ટ જ છે. એના લીધે જીવનમાં દુઃખ, ચિંતા, નિરાશા, ટેન્શન અને અશાંતિનું વાતાવરણ સર્જાતું હોય છે. આજે આપણા સહુની આ એક કોમન ફરિયાદ હોય છે કે, જીવનમાં સુખ-સગવડ પૈસો, પ્રતિષ્ઠા બધું જ છે પણ મનની શાંતિ અને નિરાંત નથી. મોજ, મસ્તી અને આનંદ નથી. તો પછી બાકી શું રહ્યું? આજે સહુને માટે જીવન એ મોજની જગ્યાએ બોજ બની ગયું છે. જ્યાં જોઈએ ત્યાં માત્ર ઢસરડા થતા જ જોવા મળે છે. બીજી રીતે કહીએ તો આપણે સભાનતાપૂર્વક જીવતાં હોતાં નથી. માત્ર શ્વાસોચ્છ્વાસ લઈએ છીએ. ખાઈએ છીએ, હરીએ-ફરીએ છીએ એ અર્થમાં આપણાથી માત્ર જીવાઈ રહ્યું છે.

જીવન જીવવાની આપણી આ જૂની પુરાણી ઘરેડની બહાર આવી સહર્ષ સ્વીકૃતિનો બીજો વિધેયાત્મક માર્ગ આપણે જો સ્વીકારીશું તો બોજરૂપ બની ગયેલ જીવન ફરીથી મોજરૂપ બની જશે. એને માટે સહુપ્રથમ તો ગમે તેવી વિકટ પરિસ્થિતિનો સહર્ષ સ્વીકાર કરતાં શીખવું પડશે. જો આપણે આટલું કરી શકીએ તો આપણી સમસ્યાઓનો અડધો ઉકેલ તો આપણને આપોઆપ જ મળી જશે. આ સંદર્ભમાં પૂ. વિમલાતાઈએ ખૂબ સરસ મજાની વાત કરતાં કહ્યું છે કે “જીવન એક એવી યાત્રા છે જેનો કોઈ મુકામ હોતો નથી. જીવન એટલે સતત નવું શીખતાં રહેવાની અવસ્થા, જેને જોવાનું-શીખવાનું બાકી છે, તે યુવાન મન છે. પરંતુ જે ભૂતકાળની સ્મૃતિઓમાં વહી જાય છે અને ભવિષ્યના સ્વપ્નાઓમાં ખોવાઈને ક્ષીણ થઈ જાય છે, તે વૃદ્ધ મન છે. એટલા માટે જ જીવનમાં ખૂબ સાવધાન રહેવાની જરૂર છે. અધ્યાત્મ એ નિરંતર સાવધાન

રહેવાની પ્રક્રિયા છે.”

“અધ્યાત્મ” શબ્દની આનાથી સુંદર વ્યાખ્યા બીજી કઈ હોઈ શકે? વાસ્તવમાં જીવનના પ્રત્યેક વ્યવહારમાં ખૂબ જ સાવધાનીપૂર્વક જીવતા શીખવાનું હજી બાકી છે. આ રીતે ખૂબ સાવધાન બનીને સભાનતાપૂર્વક સહર્ષ સ્વીકૃતિના માર્ગે આપણે આગળ વધીશું, તો ગમે તેવી સમસ્યાનું નિરાકરણ આપણને એની અંદરથી જ આપોઆપ મળી રહેશે. એને માટે આપણાં મનરૂપી ગોડાઉનની સહુપ્રથમ તો સાફ-સફાઈ કરવી પડશે. એમાં અસ્તવ્યસ્ત પડેલા વિચારોના સામાનને વ્યવસ્થિત રીતે ગોઠવી બાકીના કચરાને ઉપાડીને બહાર ફેંકી દેવો પડશે. આપણાં મનના આ સફાઈ અભિયાનમાં ઘણો બધો ફાલતું કચરો બહાર નીકળી જતાં મન એકદમ હળવું ફૂલ બની જશે. આપણને ત્યારે આશ્ચર્ય થશે કે ખાલી ખોટાં નકામા વિચારોનો કેટલો ભારે બોજ મન ઉપર લાદીને આપણે ફરતાં હતાં! એ બધાને કારણે જ જીવન ભારે બોજરૂપ બની જતું હોય છે. એ બધાની સફાઈ થઈ જતાં મન સાવ નિર્ભર બની જતું હોય છે.

આવું મુક્ત અને નિર્ભર બનેલું મન ગમે તેવી વિકટ પરિસ્થિતિઓ અને પડકારોનો સામનો કરવા હંમેશાં પ્રતિબદ્ધ હોય છે. જીવનમાં આવી પડેલ અણધારી સમસ્યાઓથી એ કદી ગભરાઈને ભાગી જશે નહીં, પરંતુ એક જીવનવીરને છાજે એ રીતે બહાદૂરીપૂર્વક એ બધાનો સહર્ષ સ્વીકાર કરી આગળ વધશે અને એ રીતે હંમેશાં આગળ વધતાં સમસ્યાઓનો ઉકેલ પણ એમાંથી જરૂર મળી રહેતો હોય છે.

જીવનને આ રીતે વિધેયાત્મક રીતે જોવાની આ બીજી પદ્ધતિ છે. સહર્ષ સ્વીકૃતિનો એ સહજ માર્ગ છે. બધી જ સમસ્યાઓનું સમાધાન એમાં રહેલું છે અને ત્યારે જીવનમાં દુઃખ, ચિંતા, ક્લેશ, નિરાશા અને અશાંતિને સ્થાને આશા, પ્રેમ, આનંદ, શાંતિ અને સંવાદિતાનું વાતાવરણ સર્જાઈ જશે અને બોજરૂપ બનેલ જીવન મોજમસ્તીથી ગાતાં એક ઝરણાં જેવું બની વહેવા લાગશે.

વૃત્તાંત

શ્રી દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘ, અમદાવાદ : ડિસેમ્બરની પહેલી તારીખે રાત્રે અમદાવાદના શ્રી આસ્તિક સમાજ દ્વારા આયોજિત નામસંકીર્તન ઉત્સવ અને બીજી તારીખે સવારે ભગવાન શ્રી ઐયપ્પા-હરિહર પુત્રનું લક્ષાર્ચન તથા દિપારાધના ઉત્સવ ખૂબ જ ભક્તિભાવપૂર્વક આશ્રમની શ્રીશ્રી અષ્ટલક્ષ્મી આદિ શક્તિપીઠ ખાતે થયો.

શિવાનંદ આશ્રમ, હૃષીકેશ ખાતે સંચાલિત અખંડ રામનામના ૬૮ વર્ષની પૂર્ણાહુતિ ઉજી ડિસેમ્બરે થઈ, તે પ્રસંગે શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ ખાતે પણ શ્રીરામનામ સંકીર્તન આયોજાયું. પ્રારંભિક યોગ પ્રશિક્ષણ વર્ગ દર મહિને ડૉ. સ્નેહલ અમીન દર મહિનાની એકથી દસ તારીખે સવારે અને કુ. સોનલ તથા શ્રીમતી મંજુ નારંગ દર મહિનાની પંદરથી પચીસ તારીખે સાંજે ચલાવે છે, તે સુરેખ પ્રમાણે ચાલ્યા. તા.૧૦મી ડિસેમ્બરથી ૨૦મી ડિસેમ્બર સુધી પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ સંચાલિત બૃહદ યોગ પ્રશિક્ષણ સત્ર નં.૭૫૭નું આયોજન આશ્રમની વિશાળ લોન ઉપર થયું. જેમાં વિશાળ સંખ્યામાં યોગપ્રેમીઓએ ભાગ લીધો, તા.૧૬-૧૨ને રવિવારે રક્તદાન શિબિર પણ આયોજાયો. શ્રી સરદાર વલ્લભભાઈ પટેલના મહાપ્રયાણ પર્વે શ્રી સરદાર સ્મૃતિભવન, શાહીબાગ ખાતે પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીનું ખૂબ જ પ્રેરણાસ્પદ પ્રવચન થયું. સરદારશ્રીની સેવા પરાયણતા, ‘વજ્રાદિપિ કઠોરાણિ મુદ્દુનિ કુસુમાદિપિ’ વજ્રથી પણ કઠોર અને ફૂલોથી પણ કોમળ સ્વભાવના અનેક ઉદાહરણો અને અમદાવાદ શહેર પ્રત્યેથી તેમની સેવાઓથી આરંભી ભારતના વિશાળ ફલકની સેવા સ્વતંત્રતા સંગ્રામ ઉપરાંત પોતાના પરિવારના પરિજનો પ્રત્યેનાં કર્તવ્યને પણ તેઓ કદી ભૂલ્યા ન હતા, છતાં નિર્માની, આડંબર રહિત, દેશદાઝથી ઊભરાતું છતાં શાંત અને મક્કમ જીવનના તેઓ ધણી હતા વગેરે વાતો પૂજ્ય સ્વામીજીએ પ્રસંગો ટાંકીને કરી. તા.૨૩મી ડિસેમ્બરે પવિત્ર ગીતા જયંતી ઉત્સવ ગીતા પારાયણ સાથે સમ્પન્ન થયો. પારાયણમાં ભાગ લેનાર

દરેકને પૂજ્ય ગુરુદેવ કથિત ‘ગીતા ચિંતન’ પુસ્તિકા ભેટ આપવામાં આવી.

શ્રી દત્તજયંતી નિમિત્તે તા.૨૭ને ગુરુવારના રોજ શ્રી દત્તયજ્ઞ, અષ્ટોત્તરશત અર્ચના તથા મહાપ્રસાદનું આયોજન થયું.

શ્રી સ્વામિનારાયણ ગુરુકુળ રાજકોટ સંચાલિત શ્રી સ્વામિનારાયણ ગુરુકુળ વિશ્વ વિદ્યા પ્રતિષ્ઠાનમ્ છારોડી અમદાવાદ ખાતે અખંડ ભગવત્ પરાયણ પૂજ્યપાદ શ્રી જોગી સ્વામીની પવિત્ર સ્મૃતિમાં આયોજિત સદ્ગુરુવંદના મહોત્સવ ૨૫થી ૩૧ ડિસેમ્બર-૨૦૧૨ સુધી ખૂબ જ ધામધૂમથી ઉજવાયો.

આ પ્રસંગે અધ્યક્ષ શ્રી પરમપૂજ્ય ગુરુવર્ધ શાસ્ત્રીશ્રી માધવપ્રિયદાસજી મહારાજની વ્યાસપીઠે ‘શ્રી સદ્ગુરુ ગાથા’ કથા પારાયણ આયોજાયું. પૂજ્યપાદ શ્રીમત્ સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીનું ઉદ્બોધન ૨૮મી ડિસેમ્બરની સાંજે આયોજાયું. આ પ્રસંગે ગુજરાત સિવાય બહારથી મ.મં.શ્રી સ્વામી સત્યમિત્રાનંદજી મહારાજ, આ.મ.મં. શ્રી સ્વામી અવધેશાનંદજી મહારાજ, શ્રી સ્વામી ગુરુ શરણાનંદજી મહારાજ, સ્વામી દયાનંદજી મહારાજ, શ્રી રામદેવજી, શ્રી સ્વામી ચિદાનંદ મુનિ વગેરે સંતો પધાર્યા.

ગુરુમહિમાનું ગાયન કરતાં પૂજ્ય સ્વામીજીએ કહ્યું, ‘જેમના જીવનમાં સદ્ગુરુનું સ્થાન નથી, તેઓ માત્ર ‘નુગરા’ જ નથી, તેઓ ‘ન-ગુણ’ ગુણરહિત ગુણ વગરના પણ હોય છે. ગુરુ થકી જ વિનમ્રતા, શીલ, સંસ્કાર અને ભદ્રતા જીવનમાં પાંગરે છે.’

૨૮મા યોગશિક્ષક તાલીમ સત્રનું સમાપન તા.૩૦મી ડિસેમ્બરે મધ્યાહને થયું. પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીના વરદ હસ્તે પ્રમાણપત્ર વિતરણ થયું. આ સત્રમાં પ્રશિક્ષણ અર્થે ભારત ઉપરાંત અમેરિકા, કેનેડા અને તાઈવાનના પ્રશિક્ષણાર્થીઓ પણ જોડાયા.

આશ્રમની સર્વે પ્રવૃત્તિઓ અન્નદાન, તબીબી સેવાઓ, ગરીબ બાળકોને પૌષ્ટિક ભોજન, મંદિરની

સેવાઓ, સત્સંગ વગેરે નિયમિતપણે પૂર્વવત થયા.

શ્રીશ્રી મા આનંદમયી નામ-સ્મરણ સ્થળીના પવિત્ર ઉદ્ઘાટન પ્રસંગે શ્રીમા આનંદમયી સંઘના ૨૭ સંતો અને ભક્તો આશ્રમમાં આવીને ચાર દિવસ રહ્યા.

મુંબઈ : બ્રહ્મલીન શ્રીમત્ પ્રેમપુરીજી મહારાજ, પંચમ પીઠાધીશ્વર કેલાશ બ્રહ્મવિદ્યાપીઠના ૫૪મા નિર્વાણદિન પ્રસંગે આયોજિત શ્રીમદ્ ભાગવત કથાની પૂર્ણાહુતિ અને યજ્ઞ-ભંડારામાં સામેલ થવાનો ભાવ-આગ્રહપૂર્વકના નિમંત્રણે પૂજ્ય સ્વામીજી ત્રણ દિવસ માટે તા. ૬, ૭, ૮ ડિસેમ્બરના રોજ મુંબઈ પધાર્યા હતા. પ્રેમપુરી આશ્રમના ટ્રસ્ટીઓના આગ્રહથી શ્રીનારાયણીધામ લોનાવલા ખાતે ૫૬ ભોગ ઉત્સવમાં પણ પધારી પૂજ્ય સ્વામીજીએ સૌને આનંદ આપ્યો હતો.

વારાણસી : મહામના શ્રી મદનમોહન માલવીયાજીના ૧૫૦ વર્ષની પૂર્ણાહુતિના ઉત્સવ બનારસ

હિન્દુ વિશ્વ વિદ્યાલય ખાતે તેના સમાપન સત્રમાં તા. ૧૯ ડિસેમ્બરથી ૨૪ ડિસેમ્બર સુધી ઉજવવામાં આવ્યો. આ સત્રનું ઉદ્ઘાટન શ્રી શારદાપીઠાધીશ્વર જગતગુરુ શંકરાચાર્ય શ્રીમત્ સ્વામી સ્વરૂપાનંદજી મહારાજે કર્યું. સમાપનમાં દીક્ષાંત મહોત્સવ ભારતના રાષ્ટ્રપતિ આદરણીય શ્રી પ્રણવ મુખર્જી પધાર્યા. આ ઉત્સવમાં તા. ૨૨-૧૨ અને ૨૩-૧૨ના રોજ પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીનાં પ્રવચનો આયોજાયાં. માગશર સુદ એકાદશી પવિત્ર ગીતા જયંતીના પર્વે આયોજિત સમારંભનું પ્રમુખસ્થાન પૂજ્ય સ્વામીજીએ શોભાવ્યું.

તેઓશ્રીની આ ત્વરીત વારાણસીની યાત્રા દરમિયાન પૂજ્ય સ્વામીજી બાબા વિશ્વનાથ મહાદેવ, માતા અન્નપૂર્ણાજી અને શ્રી આનંદમયી આશ્રમના દર્શને પણ ગયા. તદુપરાંત ભક્તોની પ્રાર્થનાને ધ્યાનમાં રાખી તેમને ત્યાં પધરામણી સત્સંગ કરી સૌને લાભ આપ્યો.

શ્રી પૂનમભાઈ આચાર્યની ચિર વિદાય



દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘ અને શિવાનંદ આશ્રમ અમદાવાદના ઉપાધ્યક્ષ શ્રી પૂનમભાઈ આચાર્યનું દુઃખદ અવસાન ૭મી ડિસેમ્બર, ૨૦૧૨ના રોજ થયું છે. કર્મઠ, સત્વશીલ, માતૃભક્ત અને સેવાપરાયણ પૂનમભાઈનું અકાળે દેહાવસાન અગણિત લોકોને માટે દુઃખનો પહાડ ઉમડવા જેવું થયું છે.

૨૪મી નવેમ્બર ૧૯૫૧ના રોજ તેમનો જન્મ ડીસા ખાતે થયો. મિલનસાર સ્વભાવ, સદા હસમુખ ચહેરો અને પરોપકારી જીવ પૂનમભાઈ હતા. વ્યાપારે પેટ્રોલિયમ પ્રોડક્ટના વેચાણનું કામ પારિવારિક રીતે ધરાવતા હતા. પરંતુ પરગજુ સ્વભાવને કારણે ડીસા પાંજરાપોળ અને શ્રી જલારામ મંદિરના માધ્યમે થતી જીવનદયાની પ્રવૃત્તિ સાથે

તેઓ ખૂબ જ સંકળાયેલા હતા. પોતાનાં વૃદ્ધ માતા પૂજ્યા વારાંબેન પ્રત્યે તેમની અનન્ય ભક્તિ અને નિષ્ઠા હતાં.

શ્રી પૂનમભાઈના દેહાવસાનના સમાચાર જાણી જાણે આખું ડીસા અમદાવાદ ખાતે તેમના નિવાસસ્થાને ઉતરી આવ્યું હતું. તેમના આત્માની શાંતિ અને સદ્ગતિ માટે અમદાવાદ ડીસા ખાતે ત્રણ (બેસણાં) પ્રાર્થનાસભાઓ થઈ તેમાં તેમના પ્રેમથી પરિતૃપ્ત, સેવાની સુગંધથી સભર જીવનને શ્રદ્ધાંજલિ આપવા એક વિશાળ માનવ મહેરામણ ઊભરાયું હતું.

તેમનાં જીવન સંગીની સુશ્રી સીતાબેન અને પુત્ર ચિરંજીવી પિયૂષ ઉપર આવેલી આકસ્મિક વેદનાને સહન કરવાની પ્રભુ તેમને શક્તિ અને સામર્થ્ય આપો.

શ્રી પૂનમચંદભાઈનો દિવંગત આત્મા ચિર શાંતિ, સદ્ગતિ અને પરમાત્મ પ્રાપ્તિને પામો એ જ પ્રાર્થના. ઊં શાંતિ.

આગામી કાર્યક્રમ

તા. ૨૬મી જાન્યુઆરી, ૨૦૧૩ શનિવારની બપોરે ચાર વાગ્યાથી સાંજે સાત વાગ્યા સુધી શ્રી સુંદરકાંડનું સંગીતમય પારાયણ આદરણીય શ્રી અજય યાજ્ઞિકજીના મધુર કંઠે રાખવામાં આવેલ છે, સૌને લાભ લેવા હાર્દિક આમંત્રણ છે.

- શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ



સ્વાદ અને ગુણવત્તાની પરંપરા



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



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



રામદેવ ફૂડ પ્રોડક્ટ્સ પ્રા.લિ.

સ્પાઈસ વર્લ્ડ, સરખેજ-બાવળા હાઇવે, ચાંગોદર-૩૮૨ ૨૧૩, અમદાવાદ. • www.ramdevfood.com





શિવાનંદ આશ્રમ ખાતે આસ્તિક સમાજ દ્વારા શ્રી અચ્યપ્પાપૂજન-દીપારાધના (તા. ૧-૨ ડિસેમ્બર, ૨૦૧૨)



શ્રી દત્તજયંતી ઉત્સવ-શ્રી દત્ત યજ્ઞ, સંતો અને ભક્તો (તા.૨૭-૧૨-૨૦૧૨)



શ્રીમતી નિશી અને શ્રી નીતિન મુકેશ દ્વારા આશ્રમ પ્રાંગણમાં વૃક્ષારોપણ (તા.૨-૧૨-૨૦૧૨)



બ્રહ્મલીન મ.મં. શ્રી પ્રેમપુરીજી મહારાજના ૫૩મા નિર્વાણ મહોત્સવ પ્રસંગે મુંબઈ ખાતે પૂજ્ય સ્વામીજી તથા તેમની સાથે કેલાસપીઠાધિશ્વર મ.મં. શ્રી સ્વામી દિવ્યાનંદજી મહારાજ (તા.૮-૧૨-૨૦૧૨)



૨૮મી યોગશિક્ષક તાલીમ શિબિરના શ્રેષ્ઠ વિદ્યાર્થી શ્રી શેશવ શાહને પ્રમાણપત્ર અને મોમેન્ટો અર્પણ કરતા સંસ્થાના ટ્રસ્ટીશ્રી અને સચિવ શ્રી રાજીવ શાહ (તા.૩૦-૧૨-૨૦૧૨)



મહામના મદનમોહન માલવિયાજીની ૧૫૧મી જન્મજયંતી પ્રસંગે બનારસ હિન્દુ વિશ્વ વિદ્યાલય ખાતે ગીતાજયંતી સમારોહમાં શ્રી માલવિયા ભવનમાં પૂજ્ય સ્વામીજીનું ઉદ્ઘોષન (તા.૨૩-૧૨-૨૦૧૨)



અમદાવાદ ખાતે શ્રીશ્રી આનંદમયીમા નામ-સ્મરણ સ્થળીનું ઉદ્ઘાટન (તા.૧૫-૧૨-૨૦૧૨), પૂજ્ય મોરારિબાપુ અને સંતવંદ



શ્રીશ્રી મા આનંદમયીમા નામ-સ્મરણ સ્થળીના ઉદ્ઘાટન પ્રસંગે શ્રીશ્રી માના સંત-શિષ્ય મંડળે આશ્રમમાં ચાર દિવસ સ્થિરતા કરી (તા.૧૫-૧૨-૨૦૧૨થી તા.૧૮-૧૨-૨૦૧૨)