



શિવાનંદ આશ્રમ ખાતે ૭૪૭મો યોગધ્યાન-પ્રાણાયામ શિબિર (તા. ૨૧ મે થી તા. ૩૦ મે, ૨૦૧૨)



સંભાનનીય ન્યાયમૂર્તિ શ્રી રવિ આર. ત્રિપાઠીજીના વરદ હસ્તે ૨૭મા યોગશિક્ષક તાલીમ શિબિરનાં  
પ્રથમ વિદ્યાર્થીની કુ. સંજના જલદીપ શાહ તથા સમગ્ર શિબિરના સર્વોત્તમ વિદ્યાર્થી શ્રી બોડેપલ્લી હરિહરનને  
પ્રમાણપત્ર તથા મોમેન્ટો પ્રદાન (તા. ૩૦-૫-૨૦૧૨)



૨૭મો યોગશિક્ષક તાલીમ શિબિર (તા. ૧૧ મે થી તા. ૩૦ મે, ૨૦૧૨)

### દિવ્ય નામ

ભગવાનનું નામ એ સર્વથી મોટો ખજાનો છે. દિવ્ય નામરૂપી ધન ભેગું કરો. જ્યારે તમે ભગવાનનું નામ લો છો,  
ત્યારે ભગવાનનો જ વિચાર કરો. મનને ભટકવાન દો. જે મંત્રનો જ્યુ કરો તે ગુરુએ દીક્ષિત કરેલો હોવો જોઈએ.  
જ્યુ, કીર્તન અને નામસ્મરણ તમારા હૃદયમાં પ્રભુપ્રેમનો દીવો પ્રકટાવશે.

- સ્વામી શિવાનંદ

If undelivered return to:

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

Print Version

# દિવ્ય



# જીવન

વાર્ષિક લવાજમ : રૂ. ૧૫૦/- • વર્ષ - ૬, અંક - ૬, જૂન - ૨૦૧૨

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.100/-



અમદાવાદનાં ૬૦૧ વર્ષની પૂજારૂપુત્ર પ્રસંગે નગરપણી શ્રી અસિત વોરા તથા સુપ્રસિદ્ધ કથાકાર શ્રી ભૂપેન્દ્ર પંડ્યા દ્વારા  
પૂજ્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીનું 'નગરરત' (Gem of Karnavati) ગૌરવ સન્માન (કણ્ણાવતી કલબ, તા. ૧૨-૫-૨૦૧૨)

### સાચી શાંતિ માટે તીવ્ર ઈચ્છા રાખો

તમારી પાસે ડાન બંગલા હોય, વીસ કાર હોય અને બેંકમાં લાખો રૂપિયા હોય, તમારી પાસે જગત આપી શકે તે બધાં ભૌતિક  
સુખો હોય તોપણ તમે આત્મસાક્ષાત્કારથી પ્રાપ્ત થતી પરમશાંતિ મેળવી શકતા નથી.

- સ્વામી શિવાનંદ

## શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની પ્રેરણાથી પ્રકાશિત દિવ્ય જીવન

વર્ષ: ૮

અંક: ૬

જૂન-૨૦૧૨

સંસ્થાપક અને આધતત્ત્વી:

બ્રહ્મલીન શ્રી સ્વામી યાજ્ઞવલ્ક્યાનંદજી  
(ડૉ. શિવાનંદ અધ્યર્થુજી)

સંપાદક મંડળ:

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

○

લેખ મોકલવાનું સરનામું:

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

○

મુખ્ય કાર્યાલય:

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

○

E-mail :  
sivananda\_ashram@yahoo.com  
Website : <http://www.divyajivan.org>

### લવાજમ

ભારતમાં

વાર્ષિક લવાજમ	: રૂ. ૧૫૦/-
શુભેચ્છક લવાજમ (૧૫ વર્ષ માટે)	: રૂ. ૧૫૦૦/-
પેટ્રોન લવાજમ	: રૂ. ૩૦૦૦/-
છટક નકલ	: રૂ. ૧૫/-
વિદેશ માટે (એર મેર્ચિલ)	
વાર્ષિક (એર મેર્ચિલ)	: રૂ. ૧૮૦૦/-
શુભેચ્છક લવાજમ (૧૫ વર્ષ માટે) ચેક/ડ્રાઇટ (અમદાવાદ) દ્વારા	: રૂ. ૧૫૦૦૦/-

ॐ

ઘટત્વેન યથા પૃથ્વી પટત્વેનૈવ તત્ત્વઃ ।

વિનિર્ણીતા વિમૂઢેન દેહત્વેન તથાઽત્મતા ॥

કનકં કુણ્ડલત્વેન તરજ્જત્વેન વૈ જલમ् ।

વિનિર્ણીતા વિમૂઢેન દેહત્વેન તથાઽત્મતા ॥

પુરુષત્વે યથા સ્થાણુર્જલત્વેન મરીચિકા ।

વિનિર્ણીતા વિમૂઢેન દેહત્વેન તથાઽત્મતા ॥

અપરોક્ષાનુભૂતિ: ૭૧, ૭૨, ૭૩

તેમ પૃથ્વી ઘડારૂપે (અને) તાંત્રણાઓ વખરૂપે જ (તેના સ્વરૂપને નહિ જાણનારે નક્કી કરેલ છે) તેમ અજ્ઞાનીએ (આત્માના સ્વરૂપને નહિ જાણનારે) આત્મા દેહરૂપે નક્કી કરેલો છે.

તેમ સોનું કુંડલપણા વડે (અને) જલ તરંગપણા વડે જ (તેના સ્વરૂપને નહિ જાણનારે નક્કી કરેલ છે) તેમ અજ્ઞાનીએ આત્મા દેહરૂપે નક્કી કરેલ છે.

તેમ હૂંકું પુરુષરૂપે (અને) સૂર્યનાં કિરણો જલરૂપે (તેના સ્વરૂપને નહિ જાણનારે નક્કી કરેલ છે) તેમ અજ્ઞાનીએ આત્મા દેહરૂપે નક્કી કરેલ છે.

### શિવાનંદ વાહિ

**વિશ્વ એક મહાન શાળા છે :** વિશ્વ એક મહાન શાળા છે. એ તમારા શિક્ષણ માટે છે. જ્ઞાની બનો. યોગના સત્ત્વમાં જીવો. દરેક તકનો સૌથી વધુ લાભ થાય તે રીતે શક્ય હોય તેટલો ઉપયોગ કરો. 'ખરાબ' કહેવાય તેવી કોઈ વસ્તુ નથી. તમારી શક્તિઓ અને ઈશ્વરાશક્તિનો વિકાસ થશે. તમે વધુ દિવ્ય પ્રકાશ, જ્ઞાન, પવિત્રતા, શાંતિ અને આધ્યાત્મિક બળ મેળવશો. કૂલો અને લીલા ઘાસ સાથે સ્મિત કરો. આંખરાં-છોડવા, અપુણી વનસ્પતિ ફર્ન અને ડાળીઓ સાથે હાથ મિલાવો. બધા પડોશીઓ, કૂતરાં, બિલાડાં, ગાયો મનુષ્યો, વૃક્ષો-હક્કીકતમાં પ્રકૃતિનાં સરજેલા બધાંની સાથે મૈત્રી વિકસાવો. હવે તમારી આંખો ખોલો. ઉંડી નિદ્રા અને ગાઢ જડતામાંથી જાગો. ગુમાવેલી દિવ્યતા પુનઃ પ્રામ કરો. તમે દેવ-દિવ્ય છો તમે ભગવાન સાથે એક છો. આ બાબતનો અનુભવ કરો અને મુક્ત થઈ જાઓ.

- સ્વામી શિવાનંદ

**પ્રકાશક-મુદ્રક :** અરુણ દેવન્દ્ર ઓગા, 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-૩૮૦ ૦૧૮ પથી પ્રકાશિત કર્યું.

## અનુક્રમ

૧. શલોક - આત્મબોધ	શ્રીમદ્ આદિ શંકરાચાર્ય .....	૧
૨. અનુક્રમ, તહેવાર સૂચિ	.....	૨
૩. સંપાદકીય	સંપાદક .....	૩
૪. સત્તસંગ-૩	ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી .....	૪
૫. ટકી રહેતી શ્રદ્ધા	શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી .....	૬
૬. યોગ કેવી રીતે ?	શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી .....	૮
૭. ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંધ, પ્રાન્તીય અધિવેશન .....	.....	૧૧
૮. સ્વામી ચિદાનંદ સ્મૃતિ વ્યાખ્યાન	.....	૨૨
૯. અમૃતપુત્ર-૧૨	શ્રીમતી રાજલક્ષ્મી દેશપાંડિ .....	૨૬
૧૦. તોરા મન દરધન કહેલાયે	ડૉ. હરીશ દ્વિવેદી .....	૨૮
૧૧. વૃત્તાંત	.....	૩૦

## તહેવાર સૂચિ

જૂન, ૨૦૧૨

### તા. તિથિ (જેઠ સુદ)

૧	૧૨	પૂજય શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની સંન્યાસ દીક્ષાનો સંવત્સરી દિન
૨	૧૩	પ્રદોષપૂજા
૪	૧૫	પૂર્ણિમા
		(જેઠ વદ)
૧૫	૧૧	એકાદશી
૧૬	૧૨	પ્રદોષપૂજા
૧૮	૩૦	અમાવાસ્યા
		(અષાઢ સુદ)
૩૦	૧૧	દેવ પોઢી એકાદશી (હરિ સયાની)

### ● ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજીનો ઘર્ણગ યોગ ●

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

ઈશ્વરમાં દટ શ્રદ્ધા નહિ, તો જ્ઞાન નહિ : જીવનનું ધ્યેય આત્મસાક્ષાત્કાર છે. જીવન એ શ્રદ્ધા અને આધ્યાત્મિક પ્રકાશ છે. શ્રદ્ધા એ સાધકની અગત્યની લાયકાત છે. શ્રદ્ધા વિના ભક્તિ નથી. ભક્તિ વિના શ્રદ્ધા નથી. શ્રદ્ધા વિના ભગવાનનું જ્ઞાન નથી. કુસંગ, કામ, લોભ, ખ્રી-પુત્ર-ધન-તરફનો મોહ, અનારોગ્યપ્રદ આહાર એ બધા શ્રદ્ધાના શત્રુઓ છે. સાત્ત્વિક અને સૌભ્ય ખોરાક લો. ધ્યાન કરો. અંતર્જાનિથી અનુભવેલા આનંદનું સુખ માણો.

- સ્વામી શિવાનંદ

### “અનુરોધ-અભિલાષા” ગ્રાહકોને :

- આપનું પત્રચ્યવહારનું સરનામું પિનકોડ સાથે સંપૂર્ણ હોય તે ટપાલ ખાતાના નવા નિયમો મુજબ અનિવાર્ય છે. તેથી સરનામાંની ચોકસાઈ માટે વિનંતિ.
- આપનો ગ્રાહક નંબર નોંધો લેવા વિનંતી છે, જેથી અંકની પ્રાપ્તિ સંબંધી કોઈ પણ પત્રચ્યવહાર કરતી વેળા ગ્રાહક નંબરનો ઉલ્લેખ વહીવટી સરળતા સર્જ શકે છે.
- સામાન્યતા: દર માસની પાંચમી તારીખે અંક પ્રસ્તિક્ષ થયા બાદ તેની ર્વાનગીનું કામ શરૂ થાય છે. છાંં કોઈ ખાસ કારણોસર પ્રકાશનની નિર્ધારિત તારીખના ૧૦ દિવસ વીન્યે 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 સરદારી થાય અને ગ્રાહકવૃદ્ધિમાં આપનો નકકર સહયોગ અમે મળતો રહે તેવી અભિલાષા છે.
- અમદાવાદ સિવાયના ગ્રાહકોએ પોતાનું લવાજમ ડ્રાફ્ટ અગર મનીઓર્ડરથી જ મોકલવું.

## દિવ્ય સ્કુલિંગ

ભગવાનનું અસ્તિત્વ : શું ભગવાનનું અસ્તિત્વ છે? ધારી વાર તમને કોઈ અંદરના અવાજે કોઈ ખોટું કામ કરતી વખતે રોક્યા નથી? તે કોનો અવાજ છે કે જે અંદરથી તમને ચેતવે છે? પાપ કર્યા પછી શું માણસ ઘણી વાર બેચેની અને ચિંતા અનુભવતો નથી? સારું કામ કર્યા પછી શું માણસ આનંદ અનુભવતો નથી? તમારા હૃદયમાં આનંદ રેઝનારું કોણ છે?

- સ્વામી ચિદાનંદ

## સંપાદકીય

(૧લી જૂન, શ્રી ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજના પવિત્ર સંબ્યસ્ત દિવસે, વિશેષ ચિંતન)

ઈશ્વર એક જ છે. ઈશ્વર શુદ્ધ પ્રેમ સ્વરૂપ છે. ઈશ્વરમાં ઐક્ય છે, સાખ્ય છે. તે જ ઈશ્વર આપણાં મંદિરો કે માર્ગિદોમાં રહે છે, તે જ ઈશ્વર ગિરજાધરો કે શુલ્કદારામાં પણ રહે છે. ઈશ્વરની દાસીમાં ગરીબ અને તવંગર વચ્ચે કોઈ ભેદ નથી. ઈશ્વરને માટે સૌ સરખાં છે, સમાન છે. સૌને જન્મ અને મૃત્યુ પણ એક જ પ્રમાણે હોય છે. માટે ઈશ્વરની ભક્તિ અને કોઈ પણ જાત, રૂપ, રંગના ભેદ વગર જીવ માત્ર પ્રત્યેની સેવા એ જ ખરા અર્થમાં ઈશ્વરની સાચી સેવા અને મનુષ્ય માત્રનું આગવું કર્તવ્ય છે.

મોટા મોટા રાજા મહારાજાઓ હોય કે અરબો-ખરબોની દોલતના ઢગલા ધરાવનારા લોકો હોય, આ સૌ કે આ કોઈની તુલના અથવા તો સરખામણી આપણે પ્રભુપ્રેમ સાથે કરી શકીએ નહીં.

માનવ માત્રના હૃદયમાં ઈશ્વરનો નિવાસ છે, જીવ માત્રનાં જીવનમાંથી ઈશ્વર એક કાળ પણ અળગો થતો નથી. જેમણે પણ ગુરુમાં શ્રદ્ધા રાખી છે અને ગુરુની આજ્ઞામાં જે કોઈ પણ રહ્યું છે, તે સૌ કોઈ વહેલું કે મોંઠું ઈશ્વરના સાતત્યનો અનુભવ કરે જ છે.

આપણે જેને હીરા, મોતી, માણેક, પત્રા, પોખરાજ જેવાં વિવિધ નામો આપીએ છીએ, તે બધું મનનું જ સર્જન છે. જો ખરેખર કોઈએ હીરા મોતી પામવા કે માણવા હોય, તેમણે એક માત્ર ગુરુદેવનું શરણ જ સ્વીકારવું જોઈએ.

આપણું દુઃખીય છે કે આપણે ગુરુનો મહિમા જ સમજ્યા નથી. ગુરુની મહત્ત્વા વિશે કોઈ સભાનતા જ નથી. જીવનમાં ગુરુતત્ત્વની આવશ્યકતાને પણ જાણી નથી, અને ‘નુગરા’ છીએ.

માટે શ્રી ગુરુનાં પવિત્ર સ્વરૂપનું ધ્યાન ધરો. શ્રી ગુરુનાં શ્રી ચરણની પૂજા કરો. શ્રી ગુરુના ઉપદેશોને જ તમારો જીવનમંત્ર જાણો. શ્રી ગુરુને આપણા જેવા હાડમાંસના પૂતળાં સમજવા નહીં. શ્રીગુરુના મંત્રને અક્ષરો કે તેમની મૂર્તિ કે છબીજીને માત્ર પથ્થર કે કાગળ જાણવા નહીં. શ્રી ગુરુને જન્મ કે મૃત્યુ જેવું કંઈ હોતું નથી. તેમને આવાગમન નથી, તેઓ શાશ્વત છે. ચિરંતન છે. અજર, અમર, અવિનાશી છે. જ્યારે તેઓ સ-શરીર હોય છે, ત્યારે તેની સત્તા તેમનાં શરીરમાંથી અને આવશ્યક હોય તો અગોચર, અતીન્દ્રિય અવસ્થામાં તેઓ કાર્યશીલ હોય છે. પરંતુ જ્યારે તેઓ શરીર કે આ પંચમહાભૂતનાં પાર્વિવ શરીરનો ત્યાગ કરે છે, ત્યારે જ્યાં જ્યાં આકાશ દશ્યમાન છે, ત્યાં ત્યાં સદા સર્વદા તેઓ અહીં જ છે. જ્યાં સુધી શિષ્યોમાં શિષ્યત્વ પ્રબળ છે, ત્યાં સુધી ગુરુમાં ગુરુત્વ જગૃત છે. જ્યાં સુધી શિષ્યોને મોક્ષ ન મળે, ત્યાં સુધી શ્રી ગુરુ સતત સતર્કતા કેળવી શિષ્યોનાં બહુવિધ માંગલ્ય માટે જાગૃત અને સભાનપણે શિષ્યોનાં દિવ્ય જીવન માટે નિત્ય જીવંત જ રહે છે.

શ્રી ગુરુદેવ સ્વયં બ્રહ્મ પરબ્રહ્મ છે અને શિષ્ય પણ તે જ ‘તત્ત્વમસ્િ’ તે જ તત્ત્વ છે. શ્રી ગુરુનું સાચું શરણ એટલે ‘સર્વ બ્રહ્મમયમ્’ની સભાનતા. ‘પ્રજ્ઞાન બ્રહ્મ’ની જીવનમાં ઉપલબ્ધિ. ‘અહં બ્રહ્માસ્મિ’ના દિવ્ય ભાવમાં જીવનનું આચરણ.

શ્રી ગુરુદેવ નિત્ય, સત્ય, શુદ્ધ, બુદ્ધ, અજર, અમર, ચિરંતન કે શાશ્વત છે, તેમ શિષ્ય પણ તે જ તે છે. શિષ્ય એ ગુરુનું મૂળ સર્જન છે, જેમાં શ્રી ગુરુએ પોતાના પ્રાણની પ્રતિજ્ઞા કરી છે. એવા પ્રત્યેક મહાન ગુરુ અને તેના પ્રત્યેક મહાન શિષ્યોને કોટીશઃ વંદન. ઊં શાંતિ.

- સંપાદક

## સત્તસંગ-૩

ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી

### **સંતોને કેવી રીતે મળવું**

ભયંકર સંસારસાગરને પાર કરી મુક્તિ અને આનંદના કિનારે ઉત્તરવા માટે સત્તસંગ જ સલામત નાવ છે, તેથી તે પ્રામ કરવાની તક ચૂકવી ન જોઈએ.

આપણે સંતોને સાચી ભક્તિથી ભરેલા હૃદયથી ફળ અને અન્ય લેટો લઈને મળવા જવું જોઈએ. જેવા આપણે તેમની પાસે જઈએ તેવા જ નમ્રતાથી ભાવ અને પ્રેમ સહિત તેમને નમસ્કાર કરવા જોઈએ. આ બધા ઉપરાંત સંતના સાન્નિધ્યને માણવા જઈએ ત્યારે એક બાબત યાદ રાખવી જોઈએ - સંતને તેમણે સંન્યસ્ત સ્વીકાર્યું તે પહેલાંના તેમના જીવન વિશે - દા.ત. જન્મસ્થળ, પૂર્વ જીવનનો વ્યવસાય, ઉંમર, શૈક્ષણિક લાયકાત વગેરે - પૂછ્યા ન કરવી જોઈએ. શા માટે? કારણ કે સંત માટે તો આ બધી બાબતો મરી ચૂકી છે. તે સદાય ભગવાનમાં રત રહે છે.

સંતોની હાજરીમાં આપણે સાંસારિક વાતો ન કરવી જોઈએ. પ્રશ્ન પૂછવો હોય તો પહેલેથી તૈયાર રાખો અને ધ્યાન રાખો કે તે પ્રશ્ન આધ્યાત્મિક બાબતને લગતો હોવો જોઈએ. માત્ર વિનોદ માટે પ્રશ્નો પૂછવા ન જોઈએ. આપણે સંતનો સમય નિરર્થક બગાડવો ન જોઈએ.

આપણે સંતને મળવા જઈએ ત્યારે આધા પીળા રંગનું વખ્ટ પણ લઈ જઈ શકીએ. આપણે તેમની જરૂરિયાત શું છે તે પૂછવાની અને તે પૂરી કરવાની તક જવા દેવી ન જોઈએ. આ સાચા પ્રેમ અને ઉત્કઠથી થવું જોઈએ. આપણે તેમની ઈચ્છાઓ પૂરી કરવા તત્પર રહેવું જોઈએ. માત્ર શાબ્દિક સેવા શોચનીય છે. સંતો પૂછ્ય્યી ઉપર જોઈ શકાય તેવા ભગવાન છે. સંતની સેવાથી વધારે મોટો કોઈ યજ્ઞ નથી. તે હૃદયને પવિત્ર કરનાર શક્તિશાળી સાધન છે.

### **સત્તસંગ વખતે અપાતા ઉપદેશો**

તમને એ જ્ઞાનવામાં રસ હશે કે સામાન્ય રીતે સત્તસંગ દરમિયાન સંતો શાના વિશે વાતો કરતા હશે. અહીં સ્વામી શિવાનંદજીનું એક ઉદાહરણ આપવામાં આવ્યું છે. જ્યારે આધ્યાત્મિક જ્ઞાનની તૃપ્તાવાળા સાચા

ભક્તો તેમની પાસે જતા ત્યારે તેઓ આ પ્રમાણે ઉપદેશ આપતા :

‘આ જગત ઘણું સુંદર, ચિતાકર્ષક અને મોહક છે. સ્વાદિષ્ટ પીણાં, અતિ મધુર ફળો, સુગંધીદાર કૂલો, મીઠાઈઓ અને ટોઝી, ચા અને કોઝી, મનમોહક ખીઓ અને ભય બગીચાઓ- આ બધા તરફ મન તરત જ બેંચાઈ જાય છે. જેનામાં વિવેક અને વૈરાગ્ય નથી તે અસહાય રીતે તેનાથી પકડાઈ જાય છે. તે મોહમાં જીવે છે, વિકારી પદાર્થોનો હંમેશાં વિચાર કરે છે અને તે અપવિત્ર આશાઓથી ભરાઈ જાય છે. તે આ જગતમાં આસુરી જીવન જીવે છે.

પણ ક્ષાળ માટે આ જગતના સાચા સ્વરૂપનો વિચાર કરો. આ સુંદર વસ્તુઓની વચ્ચે હંમેશાં એક સતત વહેતો આંતરિક પ્રવાહ છે - જન્મ, મૃત્યુ, ઘડપણ અને દુઃખનો; સંપત્તિના નાશનો, સ્વજનો અને વહાલા મિત્રોના મૃત્યુનો; રોજેરોજ મળતી નિષ્ફળતા અને અપમાનનો. છતાં તમે સુંદર વસ્તુઓ પાછળ ઢોડી રહ્યા છો. તમને નિર્ભેણ સુખ મળશે એમ તમે વિચારતા હોવા છતાં હજુ પણ તમે નિરાશા અને દુઃખમાં ઢૂબી રહ્યા છો. તમે જગતના સાચા સ્વરૂપને હજુ સમજ્યા નથી. આ જગત દુઃખ, દર્દ અને નિરાશાથી ભરેલું છે. આ જગતમાં તમને સાચાં શાંતિ, સુખ અને આનંદ પ્રામ થવાનાં નથી.

તો તે સાચાં સુખ-શાંતિ-આનંદ તમે ક્યાંથી મેળવશો ? આ સતત પરિવર્તન પામતાં નામરૂપોની પાછળ અવિનાશી પરમાત્મા-બ્રહ્મ રહેલા છે. તે જ સર્વ આનંદ, શાશ્વત જ્ઞાન અને પ્રકાશથી પરિપૂર્ણ છે. આ પરમ આત્માને શાસ્ત્રોના અભ્યાસ, ધ્યાન, જ્યોતિર્લિઙ્ગ, કિર્તન અને સત્તસંગ દ્વારા પ્રામ કરો. ત્યાર પછી તમે આ શરીરની મોહજાળ, મનની ગુલામી તથા જન્મ-મૃત્યુની સંકળથી મુક્ત થઈ જશો.’

આવા ઉપદેશો જીવનના ઉચ્ચ આદર્શોને પામવા માટે અંતઃકરણ અને આત્માને પ્રેરણા આપવામાં સફળ નીવડ્યા વગર ન જ રહી શકે તે નિઃશાંક છે. તે આપણા

મનને તુચ્છ બાબતોથી દૂર રાખી દિવ્ય ઉત્ત્રતિ તરફ લઈ જાય છે.

### સત્તંગ આપણી રક્ષા કરે છે

આપણા જીવનના ધેયની સતત યાદ દેવડાવવા માટે સત્તંગ અત્યંત જરૂરી છે. સત્તંગ મુમુક્ષુતાના અભિનને હૃદયમાં બળતો રાખે છે. આપણા આધ્યાત્મિક પ્રયત્નમાં આપણે પ્રમાદમાં સરકી ન જઈએ તે માટે સત્તંગ ઢાલ બનીને આપણું રક્ષા કરે છે. તે આપણને ઈન્દ્રિયોની તૃષ્ણાઓ અને ભગવાનના વિસ્મરણારૂપી જૂના ચીલામાં પાછા સરકી જતાં રોકે છે.

સત્તંગ આપણો શ્રેષ્ઠ મિત્ર છે. તે આપણું આધ્યાત્મિક પોષણ છે. ભૌતિક શરીરને માટે આહાર જેટલો મહત્વનો છે તેનાથી વધુ આત્મા માટે સત્તંગ મહત્વનો છે. તે આપણાં માતા-પિતા કરતાં વધારે મહાન છે કારણ કે તે આપણને ભગવાન તરફ દોરે છે. ભગવત્ - સાક્ષાત્કાર પ્રામ કરવા અને જીવનમાં શાંતિ તથા કૃતકૃત્યતા પ્રામ કરવા માટે સત્તંગ અનેક મહત્વનાં સાધનોમાંનું એક છે.

જ્યારે જ્યારે સત્તંગ થાય છે ત્યારે ત્યારે ત્યાં મહાત્માઓ અને મોટા સંતો એકઠા થાય છે. તેઓ આપણને તેમનાં દર્શન અને આશીર્વાદ પ્રવચનો કે શાંત આધ્યાત્મિક આંદોલનો દ્વારા આપે છે. તેઓ આપણને પરમેશ્વરની યાદ અપાવે છે અને સાંસારિક નાશવંત પદાર્થોના જગમગાટ સામે રક્ષણ પૂરું પાડે છે. તેઓ ભયંકર સંસારસાગરથી આપણને બચાવે છે. તેમનું યશસ્વી ઉદાહરણ આપણને પ્રેરણા આપે છે. આત્માનો ઉત્કર્ષ કરનારા તેમના ઉપદેશો આપણા માર્ગદર્શક બને છે. સત્તંગમાં આપણે મનના નિયંત્રણ, એકાગ્રતા અને ધ્યાનના અનુભવસિદ્ધ પાઠો શીખીએ છીએ.

સંતો હુંમેશાં કઠિન સાધના કરતા આત્માઓને પોતાના આધ્યાત્મિક અનુભવોનો લાભ આપવા ઈચ્છતા હોય છે. તેથી સમાજની સેવાના રૂપમાં તેઓ સત્તંગ યોજે છે. એમ કરીને તેઓ સાંસારિક જીવનની જળમાં ફસાઈને ભૂલો કરતા માણસને છોડાવે છે. સત્તંગો ગોઠવવાનો એક માત્ર હેતુ આ છે - માણસ ધર્મપરાયણતા અને પ્રેમનો માર્ગ અપનાવે અને અજ્ઞાનને કારણે ઉત્પન્ન થયેલાં ઘિક્કાર, અહંકાર, વેર અને ઈખાને છોડી દે.

માયા ઘણી બળવાન છે. આપણા ઈરાદા ખૂબ શુભ હોવા છતાં આપણે જીવનનું પરમ કર્તવ્ય-ભગવાનનો સાક્ષાત્કાર-ભૂલી જઈએ છીએ. તેથી આપણે સત્તંગની જરૂરિયાતવાળી કક્ષાએ જ છીએ એમ વિચારી સત્તંગનો કદાપિ ત્યાગ ન કરવો તે અત્યંત મહત્વનું છે. એવો સમય કદી નહીં આવે જ્યારે આપણે સત્તંગની જરૂર ન હોય. આપણે હંમેશાં સંતો અને યોગીઓના સંપર્કમાં રહીને વહેવારિક સાધના અંગે માર્ગદર્શન પ્રામ કરવું જોઈએ.

### સત્તંગમાં નિયમિતતા

આપણે જપ, ધ્યાન, કીર્તન અને પ્રાર્થના જેવી આધ્યાત્મિક સાધનામાં નિયમિત રહેવું જોઈએ. જો આપણે નિયમિત સત્તંગમાં જઈએ તો આપણી આ સાધના ઉત્સાહથી કરવાની ટેવ બની જશે. દુલ્ભિયની વાત છે કે ઘણા લોકો સત્તંગ અને કીર્તનમાં અનિયમિત હોય છે. પરિણામે તેઓ તેમની સાધના પૂરેપૂરી છોડી દે છે. આ દુઃખદ ભૂલ છે. સાધનામાં નિયમિતતાનું ઘણું જ મહત્વ છે.

ગમે તેમ કરો પણ સત્તંગમાં નિયમિત રહેવું જ પડશે કારણ કે જ્યાં સુધી મનને સત્તંગમાં રસ નહીં પડે ત્યાં સુધી સત્તંગ ચૂકી જવા અંગે મનમાં આંતરિક સંઘર્ષ રહ્યા કરશે. આ દુનિયાની ટળવળાવતી ખોટી ઝમકથી આકર્ષિદ્ધ ન જાઓ. ભૌતિક સંપત્તિથી કદાપિ કોઈ સંતુષ્ટ થયું નથી. તમારી પાસે બંકોમાં અઠળક પૈસા હશે, મોટરકારનો કાફલો હશે અને રહેવા માટે વિશાળ બંગલો હશે પરંતુ આ બધાથી મનની શાંતિ પ્રામ નહીં થાય. તમે જો જપ, ધ્યાન, કીર્તન અને સત્તંગમાં નિયમિત હશો તો જ તમને માનસિક શાંતિ મળશે.

સાચો સત્તંગ હોલ આપણા હૃદયમાં છે. તેનું બાંધકામ નિયમિત, પદ્ધતિસરના જપ અને પ્રાર્થનાથી કરો અને ભગવત્ સાક્ષાત્કાર કરો. આ સાક્ષાત્કાર અજ્ઞાત ભવિષ્યમાં નહીં, હમણાં જ, આ સેકંડ જ કરો. જીવનધ્યેય ન ભૂલો.

હોઠ ઉપર સતત દિવ્ય નામનો જપ કરો. ભલા બનો. ભલું કરો. ઉદાર બનો. નભ બનો. ઉમદા બનો. સત્તંગ દ્વારા સાક્ષાત્કાર કરો. ભગવાનના તમારા સૌ ઉપર આશિષ હો ! □ ‘યોગના પાઈ’માંથી સાભાર

## એકી રહેતી શ્રદ્ધા

શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી

આ વર્તમાન સમય તમે આધ્યાત્મિક જીવનની શરૂઆત કરો છો તેથી આ પૃથ્વી પરની માનવવ્યક્તિઓમાં અતિ ભાગ્યવાન ગણાઓ છો. તમને શાશ્વત તરફ બેંચાણ છે. તમારામાં મુમુક્ષા છે, જિજ્ઞાસા છે, સત્ત અને અસત્ત વચ્ચેની, શાશ્વત અને અશાશ્વત વચ્ચેની, નિત્ય અને અનિત્ય વચ્ચેની વિવેકબુદ્ધિ છે. તમને વિવેક અને વૈરાગ્ય જેવા અમૂલ્ય આશીર્વાદો ભેટ મળ્યા છે.

તમે ઘણા જ નસીબદાર છો, તમારી સમસ્ત જિંદગીને પરમોચ્ચ તરફ વાળવાના જીવનના આ રાહ પર ચઢ્યા છો તે કારણે તમે ખૂબ જ ધન્ય છો. તમને તમારી ઉત્કાંતિ માટે બધી સગવડો, બધી સુવિધાઓ મળી છે. તમને પણ અગવડો, અડચણો, મુશ્કેલીઓ અને સમસ્યાઓ નડે છે જેથી તેની સાથે કામ પાડી તેમની પર પ્રભુત્વ કેમ મેળવવું તે તમે જાણી શકો. આ બધા અવરોધો વચ્ચે તમે આધ્યાત્મિક પ્રગતિ સાધી શકો. તમારી મુશ્કેલીઓને હળવી કરી શકો અને તમારાં આંતરિક સાધનોને જાગૃતિમાં રાખી શકો.

આમ, તમને બધી સગવડો મળી હોઈ, બધી અનુકૂળતા મળી હોઈ તમે નસીબદાર છો. વળી, બધી અગવડો પણ વેશ બદલીને આશિષો જ બની છે, કારણ તે દેખીતી સમસ્યાઓ હોવા છતાં વધુ ને વધુ વિકાસનાં સાધનો બની છે. સહનશીલતા, સર્વસામાન્ય સમજણ, જન્મજાત ડહાપણ જેવા તમારી અંદર રહેલાં આંતરિક સાધનોને જગાડવાના જરૂરી ઘટકો છે. તે વચ્ચે આવતા પથરોને ગોઠવી સીરીનાં પગથિયાં બનાવવાનું શીખવે છે, જન્મજાત ડહાપણથી વસ્તુઓને જુદા દાણિકોણથી જોતાં શીખવે છે. આમ, તમે દિવ્ય પૂર્ણતા તરફ ગતિ કરો તેવી તમારી નિયતિ હોઈ, તે માટે જરૂરી દરેક વસ્તુ દરેક પ્રકારે તમને પૂરી પાડવામાં આવી છે.

આમ જોતાં, કૃપા મોટી થઈ છે, આશિષ વધુ મોટી મળી છે અને સૌથી મહત્વની વાત તો એ છે કે બધાં દેખીતાં કઠોર અડચણો અને અવરોધો છતાં

તે બધાંને પાર કરી જવાનો તમે દૃઢ નિશ્ચય કર્યો છે : ‘આ બધું ભગવાને મારે માટે નિર્માણ કરેલ યોજનાનો ભાગ છે. હું તેનો સંપૂર્ણ સ્વીકાર કરું છું અને જેમ પુરાણા જમાનામાં ખરા જિજ્ઞાસુઓએ જેમ સમજુ થઈ, સમજણ કેળવી, ધૈર્ય અને બંત રાખી પરિસ્થિતિને હાથ પર લઈને સંવર્ષ કરીને સોનેરી પેદાશ લણી તેમ હું પણ મેળવીશ.’

‘મને દિવ્યમાં પૂરો વિશ્વાસ છે. જ્યારે ભગવાને મને આ જીવન આપ્યું છે, તો તે મને કદી તજશે નહિ. હાલ મારે જે બધું ભોગવવું પડે છે તેની પાછળ કશોક અર્થ અને આશય રહેલો હશે જ. ઊરી ઊરી મને લાગે છે કે ‘તે’ મારા દિલમાં બધી વસ્તુઓમાં મારી જોડે છે. દિવ્ય કદી તરફેદે નહિ. જે ઈશ્વરમાં વિશ્વાસ રાખે, તે કદી ગુમરાહ ન થાય. ઈશ્વરના હાથમાં આપણો હાથ સોંપીએ પછી ગંતવ્ય પર પહોંચવાની ખાતરી. જ્યારે ઈશ્વરે મને આ જીવન આપ્યું છે, ત્યારે અંતિમ બિંદુ સુધી જીવું તેમ તે ઈછે છે. મેં હવે હળ હાંકવા માટે હાથ મૂક્યા છે તે હવે પાછા ન લેવાય. હું સમૃદ્ધ પાકનું ખણું લણવા શક્તિમાન થઈશ ત્યાં સુધી હું લાગેલો રહીશ, બંતપૂર્વક મહેનત કરતો રહીશ.’

જેઓ પામે છે તેમની આવી ગુણવિશેષતા હોય છે - તે આવી મારીનો માનવી હોય છે; જિજ્ઞાસુઓ કેવા ભવ્ય અને પ્રેરણા પામેલા હોવા જોઈએ તેનાં ઉદાહરણોથી ઉપનિષદ્ધો ભરેલાં છે. માટે જ, તમને સૌને લાગી રહેવા, બંતથી મહેનત કરવા, પાછળ દસ્તિ ન કરવા અને આગળ ધપવા કહું છું ! દિવ્યમાં જીવો. ફક્ત દિવ્યની જ સભાનતા રાખો. દિવ્યતાનો જ વિચાર કરો.

તમે જેના અવિભાજ્ય અંગ છો, જેની સાથે તાત્ત્વિક રીતે તમે એક છો તે પરમ સત્તા પર તમારું મન, બુદ્ધિ, હદ્ય, સમસ્ત સ્વભાવ જોડો. તે જ એક, અજોડ સત્તા છે. તમારા જન્મસિદ્ધ હક્કની માફક તમને જે ભવ્ય નિયતિ મળી છે તેના પર તમારો સ્વભાવ

જોડો, દિવ્ય ચેતનાથી તે જરા પણ ઉત્તરતી નથી; તે સભાનતાની બધી સીમિત સ્થિતિથી પર છે; સ્થળ-કાળ, નામ-રૂપ અને અલ્ય, કુલ્લક, જુઝી, છેતરામણી માનવીય ઓળખાજાથી પર છે.

આ માનવીય ઓળખાજ બધી અડયણોમાં મોટામાં મોટી છે. તેને છેલ્લે દૂર કરી શકાય છે. સાચું કહીએ તો તે જ એકમાત્ર અડયણ છે. આ એક- ‘હું’-જ મોટો અવરોધ છે, બીજા બધા તેના ફણગા છે.

‘જ્યારે ‘હું’નો અંત આવશે ત્યારે હું મુક્ત થઈશ. હું જ મારી સમસ્યા છે. મને બાંધતી સાંકળ પણ હું છે. મને બાંધી રાખતી બેડીઓ પણ હું છે. હું જ છે સંસાર, હું પ્રપંચ છે, હું છે માયા, હું છે મારું બંધન.

પણ ‘હું’ ન હોય, તો હું હંમેશ મુક્ત જ છું. હું કદ્દી બંધાયેલો નથી. હું શાશ્વતપણે શુદ્ધ, જાગ્રત અને દિવ્યપણે પૂર્ણ છું. મને નથી જન્મ કે મૃત્યુ; નથી ઘડપણ કે રોગ, તેવો હું છું. પરંતુ મારો સાક્ષાત્કાર થતાં, હું જે વાસ્તવિકપણે છું તેની અનુભૂતિ થતાં આડે ‘હું’ આવે છે.

**મનોબુદ્ધ્યહંકારચિતાનિ નાડહં, ચિદાનંદરૂપ:**

**શિવોડહં શિવોડહમ્**

હું મન કે બુદ્ધિ નથી, અહંકાર પણ નથી, કે નથી ચિત્ત પણ. હું તો શુદ્ધ ચૈતન્ય સ્વરૂપ અને આનંદ સ્વરૂપ છું. ખરેખર હું મંગળમયતા અને આનંદ છું. હું વિચારું છું તે બધું, હું જે સઘણાં સાથે બંધાયેલો છું, તે હું નથી.’

આ વર્તમાન ભૌતિક શરીરના જન્મથી દિવ્ય તત્ત્વ તમારી ઉપર કૃપા વરસાવતું રહેલું છે તેમ કૃપા વરસાવવી ચાલુ રહે. તમારી જ્ઞાન બહાર શૈશવકાળથી બાળપણ પછી કિશોરાવસ્થા અને ત્યાંથી ગ્રૌઢાવસ્થા સુધી દિવ્ય તત્ત્વ તમને ધીરે ધીરે આ ઉમદા, ઉદાત્ત જીવન માટે જુદા જુદા ઉપાયો દ્વારા ઘડી રહેલ છે. ઈશ્વર કામ કરી રહ્યો છે, માર્ગદર્શન આપે છે, ઘડે છે, તમારા રાહ પર તકો ધરે છે, અવરોધો લાવે છે, જીવન શું છે તે તમે સમજો માટે કડવા અનુભવો આપે છે અને ઉમદા અનુભવો પણ લાવે છે જેથી ઈશ્વરની ભલમનસાઈમાં તથા માનવ-સ્વભાવની ભલાઈમાં

તમારો વિશ્વાસ દઢ બને.

મા જેમ નિઃસહાય બાળક માટે કરે છે તેમ ઈશ્વર જે કંઈ આવશ્યક છે તે તમને આપે છે. તે આ ભવ્ય ત્યાગ માટે તૈયાર કરે છે, આ ભવ્ય નિવૃત્તિ માર્ગ જે માર્ગ સમયથી પર એવી શાશ્વતતામાં લઈ જાય છે, શાશ્વત પરમ સત્તા પર પહોંચાડે છે તેને માટે તૈયાર કરે છે.

પાર્શ્વભૂમિમાં દણ્ણ કરશો તો તમે ઘણા પ્રસંગો સમજ શક્યા ન હતા તે હવે સમજશો. ભગવાન સૂર્યપ્રકાશ, વનભોજન તથા સુખદ અનુભવો દ્વારા જેટલા ચમત્કારો કરે છે તેનાથી વધુ ચમત્કારો હુંખદ અને અણગમતા અનુભવો આપી કરે છે. આપણે જ્યારે સમજાએ છીએ ત્યારે આપણે ઉપકારવશ થઈ જઈએ છીએ અને આપણને નવાઈ લાગે છે કે આપણે આટલું પહેલાં કેમ ન સમજ શક્યા ! આજના જગત પર દણ્ણ કરો કે બસ, તમને સમજાઈ જશે કે તમને કેવી બાબતોથી મુક્તિ મળી છે. આપણા જીવનમાં ઈશ્વરની સદા-બહાર કૃપા અને આશીર્વાદની સ્વીકૃતિથી તથા ‘તેમની’ અસ્ખલિત કૃપાના નમ્ર સ્વીકારની ઊરી ભાવનાથી આપણે સભર થઈ જઈએ છીએ.

તમે જે સૌ અહીં બેઠા છો તેને હું સાચું કહું છું : દિવ્યે તમને અસ્ત્રમાંથી સત્રમાં ઉપર ઉંચક્યા છે. તમને હું ખરેખરી ખાતરી આપું છું કે ઈશ્વર તમને અંધકારમાંથી ‘પ્રકાશમાં’ લાવ્યા છે અને આ વાત ગ્રશ્વાર સત્યમાં અને હકીકિતમાં પૂર્ણતાની અવસ્થા જેને આપણે બ્રહ્મ કે ‘તે’ અથવા અલ્લાહ કે નિર્વિષ કે સ્વર્ગનું સામ્રાજ્ય કહીએ છીએ તે શાશ્વત દિવ્ય ચેતનામય અનન્ત જીવન અને અમરતાની મહાન ઊર્ધ્વગતિમાં, આધ્યાત્મિક મૃત્યુમાંથી વહેતા જરામાં આપણને ભગવાને ઉપર ઉંચક્યા છે. તમને ભગવાને અસત્યો માંહેથી પરમ સત્ય સુધી ઉંચક્યા છે; અંધકારમાંથી પ્રકાશમાં, મૃત્યુમાંથી અનંત જીવનમાં - એક એવી સભાનતામાં જેને આપણે આ બધા જુદા જુદા શાદ્યોથી ઓળખીએ છીએ - ઉઠાવ્યા છે.

આનંદો, નમ્ર બનો, અહેશાનમંદ રહો અને લક્ષ્ય સુધી પહોંચો નહિ ત્યાં સુધી અટકશો નહિ. બીજ કોઈ દિશા પકડશો નહિ. કોઈ તક ગુમાવતા નહિ. આત્માના

પોતાના ઘરમાં, તેની સ્વાભાવિક સ્થિતિમાં, સત્તયિદાનંદ-ચૈતન્યની તેની શાશ્વત કુદરતી સ્થિતિમાં તેનું આરોહણ થતું રહે તે માટેની એક પણ ક્ષણ વિફળ જવા દેશો નહિ, કારણ આ એક જ અસલ બાબત છે જે હરહેમેશ માટે રહે છે, જે હંમેશાં અસ્તિત્વ ધરાવે છે.

ઈશ્વર અહીં અને અત્યારે જ છે તે સભાનતામાં જીવો. ભગવાન તમારી અંદર વાસ કરે છે અને તમે હંમેશ ઈશ્વરમાં વસો છો - આ એક જ સત્ય છે, બીજી

બધી કલ્પિત કથાઓ છે; બીજી બધી કપોળ-કલ્પિત વાતો, વિલક્ષણ રચનાઓ છે. અહીં અને અબધારીનો ઈશ્વર જ એકમાત્ર સત્ય છે. અને સાથોસાથ ઈશ્વર તમારામાં રહે છે અને તમે ઈશ્વરમાં રહો છો તે જ સાચી હકીકત છે. આ સત્યમાં જીવો ! તમને દરેકને ધન્યવાદ ! ઈશ્વરે તમારા પર આવી કૃપા કરી છે તે માટે ઈશ્વરનો જ્ય જ્યકાર હો !

□ ‘મુક્તિપથ’માંથી સાભાર

### (તોરા મન દરપન કહેલાયે - અનુસંધાન પાના નં.૨૮ ઉપરથી ચાલુ)

જ બન્યું સમજવું. ચોરપગલે નિષેધાત્મક હીન ભાવનાઓ મનમાં ચોક્કસ પ્રવેશી જઈને આપણા મનને કલુષિત કરી નાખશે. અને માટે જીવનમાં સતત જગતાં રહેવાની ખૂબ જ આવશ્યકતા છે.

જીવનમાં આપણો આ ‘જગતે રહો’ની મોટી મોટી વાતો તો કરતા હોઈએ છીએ. એની માત્ર વાતો કરવાથી કે ચર્ચા કરવાથી જીવનમાં જગૃતિ આવવાની નથી. પણેપળની એ સતર્કતા માટે આત્મનિરીક્ષણને આપણા જીવનનો ફેન્ડ, ફિલોસોફર અને ગાઈડ બનાવવો પડશે. એ આપણો સહૃથી નિકટનો મિત્ર છે. એ આપણને હંમેસા સાચી સલાહ આપવાનો છે. એનો પોતાનો એમાં કોઈ સ્વાર્થ નથી. કૃષ્ણ અને અર્જુનની જેમ એ આપણો પરમ સખા-મિત્ર છે. એના ઉપર આપણે પૂરેપૂરો વિશ્વાસ રાખી શકીએ તેમ છીએ. સંસ્કૃતમાં મિત્ર શબ્દ સૂર્ય માટે વપરાતો હોય છે એ અર્થમાં પણ આપણા સહુની અંદર રહેલ આત્મરવિ એ જ આપણો સાચો મિત્ર છે. એ હંમેશા આપણને ઉત્તુના માર્ગ તરફ દોરી જતો હોય છે.

હવે વાત આવી ફિલોસોફર-તત્ત્વજ્ઞાનીની. આત્મનિરીક્ષણ પણ તત્ત્વજ્ઞાનીની જેમ એકદમ તટસ્થ રહીને નિરપેક્ષભાવે આપણને સલાહસૂચન આપે છે. અહીં તત્ત્વવધાન કરનાર તત્ત્વજ્ઞાનીની વાત છે. શાસ્ત્રોના જ્ઞાનને કંદસ્થ કરી પોપટની જેમ માત્ર બોલી જનારા પંડિતોના જેવો એ નથી. ‘તત્ત્વ વભૂ અસિ-તે તું છે.’ એ જીવન સત્યને આત્મસાત્ર કરનાર એ પરમજ્ઞાની છે. જીવનમાં હંમેશા સત્યના માર્ગનું અનુસરણ કરવાનું આપણને એ શીખવે છે. ‘તમસો મા જ્યોતિર્ગમ્ય’ અજ્ઞાનરૂપી અંધકારમાંથી આપણને પ્રકાશની યાત્રાએ લઈ જતી એ તત્ત્વ જ્યોતિ છે.

બહારની દુનિયામાં તો આપણે કદાચ ભોમિયા

વિના ઉંગરા ખૂંદી શકીશું. પરંતુ અંદરની દુનિયામાં તો એના વિના ભૂલા પડી જઈશું. અને માટે અંદરની એ દુનિયાને જેણે પૂરેપૂરી જાણી હોય અને માણી હોય એવા સાચા સદ્ગુરુની ખૂબ જ આવશ્યકતા રહે છે. જે આપણને જીવનમાં સત્ય, શિવ અને સુંદરતાના માર્ગ તરફ દોરી જાય છે. આત્મનિરીક્ષણ આ અર્થમાં આપણો સાચો પથપ્રદર્શક છે. આપણી અંદર રહેલી સુષુપ્ત શક્તિઓ તરફ આપણું એ ધ્યાન દોરે છે. જીવનને એક નવા દાખિકોણથી જોતાં શીખવે છે.

આ રીતે આત્મનિરીક્ષણ એ આપણો સાચો મિત્ર, તત્ત્વજ્ઞાની અને પથપ્રદર્શક છે. એ ગ્રણોયની પાસેથી આપણે ધાર્ણ ધાર્ણ શીખવાનું છે. એના દ્વારા આપણો કેટલો આત્મવિકાસ થયો એ જાણવા માટે આપણે મનની આરસીમાં આપણું આંતર પ્રતિબિંબ જોઈ લેવાની જરૂર છે. એ ચહેરાને આપણે કદી જોયો નથી. એટલે કદાચ એને ઓળખી પણ નહિ શકીએ. બહારના દર્પણમાં જોવાની તો આપણને ખૂબ જ પ્રેક્ટિસ છે અને એ પ્રમાણે પોતાની જાતને ટીપટોપ તૈયાર કરીને પછી જ ઘરની બહાર આપણે નીકળતા હોઈએ છીએ.

એ જ રીતે રોજેરોજ આપણા મનરૂપી દર્પણમાં આપણા સ્વરૂપને બરાબર નિહાળી આત્મનિરીક્ષણના સૌન્દર્ય પ્રસાધનો દ્વારા એનાં રૂપ સૌન્દર્યને પૂર્ણ રીતે ખીલવવાની કળા આપણે શીખવાની હજુ બાકી છે. એને માટે કોઈ ખાસ વિશેષ પ્રયત્ન કરવાની પણ જરૂર નથી. બધી સાધનસામગ્રી પણ તૈયાર છે. આપણે તો માત્ર પેલા સંસ્કૃત સુભાષિતમાં કહું છે તે પ્રમાણે ‘પ્રત્યહં પ્રત્યવેક્ષેત નર: ચરિતમાત્મન:’ અર્થત્તુ આપણે તો પ્રતિદિન એ દર્પણમાં પોતાના સાચા અંતરરૂપને માત્ર એક વાર જોઈ લેવાની જ જરૂર છે !

## યોગ કેવી રીતે ?

- શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

યોગ કરતી વખતે અમુક બાબતોનો ખાસ જ્યાલ જરૂરી છે, જેમ કે

૧. રોગનિવારણ માટે યોગાભ્યાસ અનુભવી યોગશિક્ષકના પ્રત્યક્ષ માર્ગદર્શન સાથે જ કરવો જોઈએ.
૨. અનુશાસન, શ્રદ્ધા, આત્મવિશ્વાસ, ગ્રેમ, પ્રયત્ન, પ્રમાણિકતા અને અખૂટ આત્મીયતાની સમપદીના મંડાણ સાથે જ યોગનો અભ્યાસ નિયમિત અને અસ્થિલિત ભાવ સાથે કરવો જોઈએ.
૩. સવારે દાંત સાફ કરી, જ્ઞબની ઉલ ઉતારી, કોગળા કરી અને શૌચાદિ પ્રાતઃકર્મથી પરવારીને યોગ-અભ્યાસ કરવો આવશ્યક છે.
૪. આસનોના અભ્યાસ પૂર્વે મળ-મૂત્રનો ત્યાગ કરવો ખૂબ જ જરૂરી છે. ખાસ કરીને રોગનિવારણ માટે. વિશેષ આસનોના અભ્યાસ માટે તો બ્લેડર ખાલી હોવું તથા આંતરડાં હળવાં હોવાં ખૂબ જ જરૂરી છે.
૫. આસનોના અભ્યાસ પૂર્વે જો કુદરતી હાજરી ન આવે તો ગરમ પાણીનો ગ્લાસ, ચાનો એક કપ, કોઝી, કોકો કે મિલ્કચોકલેટ વગેરે કંઈ પણ ગરમ પીણું પીવાથી પેટ ખાલી થઈ જશે. જો હળવા નાસ્તા પછી યોગાભ્યાસ કરવો હોય તો નાસ્તા પછી આશરે ઓછામાં ઓછો એકાદ કલાકનો ગાળો રાખવો જ જોઈએ. ભોજન પછી ચાર કલાક વીત્યા પહેલાં યોગાભ્યાસ કરવો નહીં. યોગાભ્યાસ કર્યા પછી અડધા કલાક પછી જ નાસ્તો કે ભોજન કરવાં.
૬. સ્નાન કર્યા પછી આસનો કરવામાં આવે તો શરીરમાં આવેલી હળવાશ આસનોના અભ્યાસ માટે ખૂબ જ સહાયપ્રદ બની રહે છે. ગરમીના કારણે યોગાભ્યાસ દરમિયાન પરસેવો થાય તો ફરીથી અભ્યાસના અડધા કલાક પછી શોવર લઈ શકાય. આસનોના અભ્યાસ પૂર્વે અને પછી બને સમયે શોવર વોશ-બાથ લેવાથી તાજગી, પ્રસંગતા અને મનની હળવાશ પણ રહે છે.
૭. આસનોનો અભ્યાસ સમયની સગવડતા પ્રમાણે સવારે અથવા સાંજે કોઈ પણ સમયે કરી શકાય.
૮. આસનોનો અભ્યાસ ખુલ્લી હવામાં અથવા તો હવા-ઉજાસવાળી તેમ જ જીવજંતુઓ વગરની જગ્યાએ કરવો જોઈએ.
૯. ખુલ્લી જમીન કે અસમતલ જમીન ઉપર યોગ-અભ્યાસ કરવો નહીં. જમીન ઉપર શેતરંજી અને ત્યારબાદ તેના ઉપર ધાબળો પાથરી સંતુલિત જગ્યા ઉપર જ અભ્યાસ કરવો જોઈએ.
૧૦. આસનોના અભ્યાસ દરમિયાન ચશ્માં કે ઘરેણાં પહેરવાં નહીં. તેની સાથે અભ્યાસ કરવાથી કદાચ તેમના તૂટી જવાનો ભય રહે અથવા તો તે પહેરીને અભ્યાસ કરવાથી ઈજા પણ થઈ શકે.
૧૧. તડકામાં લાંબો સમય ફર્યા પછી તાત્કાલિક આસનોના અભ્યાસ કરવો નહીં.
૧૨. આસનોના અભ્યાસ દરમિયાન ચહેરાની માંસપેશીઓ પર ખેંચાણ ન આવવું જોઈએ, તેમ જ આંખો, કાન કે શાસોચ્છવાસમાં બળજબરી કે દબાણ આવવું જોઈએ નહીં.
૧૩. તમામ આસનોનો અભ્યાસ લયબદ્ધ - કોઈ પણ પ્રકારની ઉતાવળ કે આકસ્મિક ધક્કા વગર કરવો જોઈએ.
૧૪. આસનોના અભ્યાસ સમયે શારીરિક થાક, માનસિક તનાવ અથવા તો શરીર અક્કડ હોય તે યોગ્ય નથી, માટે તેને નિવારવાં જોઈએ.
૧૫. આસનોનો અભ્યાસ જો માત્ર યંત્રવટ્ જ કરવામાં આવે તો તે અભ્યાસથી કંઈ વિશેષ લાભ મેળવી શકાય નહીં, માટે દરેક સમયે, પ્રત્યેક અભ્યાસ માનસિક સંતુલન, સમજણ અને આસનોની અસરના અનુભવની ભાવના સાથે કરવો જોઈએ.
૧૬. આસનોના અભ્યાસ દરમિયાન અનાવશ્યક

વातचीत कરવी નહીં.

૧૭. આસનોના અભ્યાસ દરમિયાન આરંભમાં આંખો ખુલ્લી રાખવી, કે જેથી તમો જોઈ અને જાણી શકો કે તમે શું અને કેમ કરી રહ્યા છો, તે ખરું છે કે ખોટું તે તમો જાણી શકશો. પછી જ્યારે તમો યોગાભ્યાસમાં પૂર્ણત્વ પ્રાપ્ત કરી લો; ત્યારે આંખો બંધ રાખો; જેથી શરીરના અનુશાસન અને નિયંત્રણ સાથે, જે આસનો જે આંતરિક ગ્રથિ કે અવયવોને લાભ પહોંચાડી રહ્યાં છે તેના ઉપર તમો મનને એકાગ્ર કરી શકો.
૧૮. આસનોના અભ્યાસ દરમિયાન શરીર જ કાર્યરત રહેવું જોઈએ. મન શાંત અને પ્રસન્ન રહેવું જોઈએ. જો મન વ્યગ અથવા વિપરીત દિશામાં કાર્યશીલ રહે તો આસનો દરમિયાન થતી ભૂલોને જાણી ન શકાય. મન આસનોમાં સહાયપ્રદ બને તે માટે સહૈવ ગ્રયન્ટશીલ રહેવું.
૧૯. તમામ આસનોના અભ્યાસ દરમિયાન શાસ નાક વડે જ લેવો; મોં વાટે લેવો નહીં. આવી ટેવ માટે સતર્ક રહેવું અને શ્વાસોચ્છ્વાસને યોગ-આસનોના આગળ-પાછળના ઝુકાવ સાથે લયબદ્ધ લેવો.
૨૦. બધાં આસનો કર્યા પછી ઓછામાં ઓછું દસથી પંદર મિનિટ સુધી શવાસનનો અભ્યાસ જરૂર કરવો, આમ થવાથી જો કોઈ પણ કારણોસર શરીરના કોઈપણ ભાગમાં શ્રમ થયો હોય તો તે દૂર થઈ જશે અને શરીર હળવું ફૂલ અનુભવાશે.
૨૧. બ્લડપ્રેશર વધારે હોય કે ઓછું; બંને અવસ્થામાં આગળ ઝૂકીને કરવાનાં તમામ આસનો મદદરૂપ થઈ શકે છે.
૨૨. જેમના કાનમાં પરુ વહેતું હોય, જેમને આંખો વધુ પડતી નબળી હોય અથવા તો જેમની આંખોની કીકી કે પડદામાં કંઈ ખામી હોય તેમણે શીર્ષસિન કે સર્વિંગાસન અને હલાસન અથવા તો માથું નીચે અને પગ ઉપરની તરફ આવે તેવાં કોઈ પણ આસનો કરવાં જોઈએ નહીં.
૨૩. ઉતાવળથી કે ખોટા અથવા વેઠ જેવા કરવામાં

આવતા યોગાભ્યાસની વિપરીત અસર થોડા જ દિવસોમાં જણાઈ આવશે. આનાથી અભ્યાસમાં આવશ્યક સુધારો કરવાનું તરત જ સમજાશે. અને જો તમને તમારી ભૂલ ન સમજાય તો તમારે માટે એ ખૂબ જ જરૂરી છે કે તમો કોઈ એવી વ્યક્તિનું માર્ગદર્શન લો કે જે નિયમિત આસન-પ્રાણાયામનો અભ્યાસ કરતી હોય અને જેને યોગવિજ્ઞાનનું વિષદ જ્ઞાન હોય. પોતે જ્ઞાન ધરાવે અને બીજાને શિક્ષણ આપવામાં જેની રૂચિ પણ હોય તે આવશ્યક છે. જ્ઞાન પણ હોય, રૂચિ પણ હોય સાથે જેને શીખવવાનું છે તેની સમજણના સ્તરે આવીને શિક્ષણ આપવું જોઈએ.

૨૪. જો પદ્ધતિસર, વૈજ્ઞાનિક રીતે, સરળતાથી, સહજતાથી, રસપૂર્વક યોગાભ્યાસ કરાવવામાં આવે તો મુમુક્ષુને તેના લાભની અસર પણ થોડા જ દિવસોમાં જણાઈ આવે છે. મુમુક્ષુને શરીરમાં હળવાશ, મનની પ્રસન્નતા, ચિત્તની ચંચળતાનો અભ્યાસ, ભૂખમાં ઉઘાડ, ખુલાસાબંધ હાજત આવવી; પ્રગાઢ નિત્રા આવવી તથા વરસાદ પછી નીકળેલા તડકા જેવા ઉજ્જાસ જેવો તન, મન અને આત્માના અજવાળાનો અનુભવ થશે !
૨૫. યોગનો નિયમિત અભ્યાસ મુમુક્ષુની પ્રતિભામાં અસાધારણ ફેરફાર કરે છે. તેના નિષ્ઠ-વ્યક્તિગત જીવન અને સામાજિક જીવનમાં તે વધુ પ્રમાણિક બનશે. તેના ખાનપાન અને આહારવિહારમાં અનેક પ્રકારનું અનુશાસન જોઈ શકાશે તથા અનુભવી શકાશે. તેને નવજીવનની પ્રાપ્તિ થશે.
૨૬. બારથી ચૌદ વર્ષ સુધીનાં નાનાં બાળકોને યોગનાં તમામ આસનો શીખવવાં નહીં.
૨૭. યોગ-અભ્યાસમાં શ્રદ્ધા રાખવી. મુમુક્ષુ પોતાની જાતને પ્રમાણિક રાખીને યોગનો અભ્યાસ કરે, તો તે મહાન ભયથી પોતાની જાતનું રક્ષણ કરી શકે છે. ઊં શાંતિ.

□ ‘યોગ અને આરોગ્ય’માંથી સાભાર

## ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ, પ્રાન્તીય અધિવેશન

વક્તા : પૂજ્યપાદ સ્વામી શ્રી પરમાત્માનંદજી મહારાજ, આર્થ વિધાલય, રાજકોટ

વિષય : વર્તમાન પરિપ્રેક્ષમાં વેદાંત વિચારની આવશ્યકતા અને ધર્મસંરક્ષણ

વર્તમાન પરિપ્રેક્ષ એટલે શું ?

વેદાંત એટલે શું ?

ધર્મ એટલે શું ?

અત્યાર સુધી ‘શાસ્ત્ર’ દ્વારા એટલે કે ધર્મગુરુઓ દ્વારા અને ‘શાસ્ત્ર’ દ્વારા એટલે કે રાજાઓ દ્વારા માનવજીવન ચાલી રહ્યું છે. માનવ સમાજનું નિર્મિણ કરવા માટે નવું પરિબળ છે - અર્થશાસ્ત્ર.

આજે અર્થશાસ્ત્ર માનવસમાજનું પ્રધાન અંગ બન્યું છે.

સદીઓ સુધી શાસન રાજશાહીથી ચાલ્યું. ૨૦મી સદીમાં પરિવર્તનના પવન ઝૂંકાયા. નવી પદ્ધતિઓ આવી. રાજશાહી લુમ થઈ અને છેલ્લા ૨૦-૨૫ વર્ષમાં એવો પવન ઝૂંકાયો કે લોકશાહી જ હોવી જોઈએ.

વર્તમાન પરિપ્રેક્ષમાં શાસન માટે નવા માપદંડ ઉભા થયા, નવો અભિગમ ઉભો થયો. તેની પાછળ ધાર્મિક દિક્કોણ છે.

ઉપભોક્તા ભગવાને પોતાના પ્રતિબિંબરૂપ માણસને બનાવ્યો અને તેના ઉપભોગ માટે વિશ્વનું સર્જન કર્યું.

વર્તમાન પરિપ્રેક્ષમાં વ્યવહારિક સ્તરે, હવે તો કેમ કરી આપણું આર્થિક સ્તર ઊંચું આવે, આવક કેમ કરવાથી વધે, એ જ વિચાર રહી ગયો છે.

વર્તમાન પરિપ્રેક્ષ ટેકનોલોજીનું બજાર છે. દિવસે-દિવસે ભિન્ન ભિન્ન પ્રકારનું ઉત્પાદન કરવું. દરેક ચીજમાં વિકલ્પ હોવા જ જોઈએ. નહાવાનો સાખુ હોય કે કપડાં ધોવાનો સાખુ તેમાં પણ કેટલાં વિકલ્પ !

વર્તમાન પરિપ્રેક્ષમાં માણસની ભોગવૃત્તિને વધારે ઉદ્દીપ બનાવે, માણસની કામેચ્છા કેમ વધારે ઉદ્દીપ થાય તે માટે જાહેરાતોનું પ્રમાણ વધ્યું છે. મોટરની, મકાનની અને સ્લીપરની પણ જાહેરાત હોય. આજે તો અધ્યાત્મની પણ જાહેરાત થાય છે. કોઈપણ રીતે

માણસની ભોગેચ્છા, કામેચ્છા પ્રદીપ કરો અને તેની સંગ્રહવૃત્તિ વધારો એ જ પ્રયત્ન થઈ રહ્યા છે.

વેદાંતની ભાષામાં આને સમજવાનો પ્રયત્ન કરીએ તો દિવસે-દિવસે માણસની ઈચ્છાઓનો ભરાવો કરવો, કામનાઓનો વધારો કરવો અને એની પૂર્તિ થાય તેવાં ઉત્પાદન કરવાં.

વિજ્ઞાને સગવડ ઉભી કરી છે. શરીરને કષ ન પડે તેવું શોધાય છે. આંગળીના ટેરવે કામ થાય છે. હવે એ સ્વર્ગ ઉભું કર્યું, પણ એ ભોગવવા પૈસા જોઈએ અને જેટલાં પૈસા ઉભા કરો એટલા પુણ્યનો ક્ષય થાય છે.

બાધ્ય જગતમાં ઘણાં પરિવર્તન આવ્યાં છે, માટે આપણું જીવન સ્વર્ગ સમાન બની ગયું છે. ખરીદશક્તિ વધી છે. વેપારના ક્ષેત્રમાં એક નવો માપદંડ આવ્યો છે, હું આગળ હોવો જોઈએ. સ્પર્ધાનો સમય છે, કાપાકાપીનો સમય છે. ઉત્પાદકને, ખરીદારને સારામાં સારું જોઈએ છે. કાચો માલ મેળવવા માટે, નિયંત્રણ માટે, દેશની સત્તાનો ઉપયોગ થાય છે. જે દેશ અર્થતંત્રની દાટિએ વિકાસશીલ હોય તે વધારે વિકાસ કરવા માટે બે દેશ વચ્ચે સંઘિ પણ થાય અને યુક્તિ પણ થાય. જેનું અર્થતંત્ર સબળ છે, તેના માટે જ બધું થાય રણનીતિ ઘડીને કરવું, એવી આંતરરાષ્ટ્રીય નીતિઓ શાસનની કરવી, તેથી વિષમતા વધી છે અને વધતી જ જશે. આપણા દેશના ૧ ટકા લોકો પાસે ૬૦ ટકાથી વધારે સંપત્તિ છે.

વેદાંત ધર્મ સામાજિક જીવનમાં, વેપારમાં, શાસનમાં પણ ભાગ જોવે છે.

કામ, કોધ, લોભ નરકનાં દ્વાર છે. કામ અજ્ઞિ સમાન છે. જેમ તૂમ કરો તેમ વધે છે. જેમાંથી મહાપાપ થાય છે. કામ અધર્મને પ્રોત્સાહિત કરે છે. અનીતિને જન્મ આપે છે. ક્ષણિક આવેગ એટલો પ્રબળ હોય છે, માણસની બુદ્ધિ, સંકલ્પશક્તિ ઢંકાઈ જાય છે. માણસ

માણસ છે ત્યાં સુધી બુદ્ધિ કામ કરે છે, નહિતર પશુ સમાન છે.

વર્તમાન સમયમાં માણસનો કામ ઉદ્દીપ થાય છે, એટલું જ નહીં અધર્મ ઉદ્દીપ થાય છે. અધર્મ કરવાની પ્રેરણા મળે છે. તામસી બુદ્ધિ થઈ ગઈ છે.

જીવનધોરણ ઊંચું આવ્યું છે, જીવનની ગુણવત્તા નીચી ગઈ છે. જીવન ધોરણના આદર્શ, લાગણીઓ જેમાં આવે છે તે દિવસે દિવસે ઘટતું જાય છે.

અશાંતસ્ય કુતઃ સુખમ् ?

આંતરિક પ્રસન્નતા, શાંતિ, કૌટુંબિક, રાષ્ટ્રીય સુમેળતાની વાત જીવનધોરણમાં આવે છે.

વર્તમાન સમયમાં Standard of Living ઊંચું લાવવું, તે માપદંડ છે ત્યારે ગાડી ઊંધી દિશામાં છે. બધું જ હોવા છતાં, સમય બચે તે માટે હજાર સાધન શોધ્યાં, પણ કોઈ માંદું છે, તો તેની ખબર કાઢવાનો સમય નથી.

સંવેદના પણ વ્યક્ત થાય છે-ઉજિટલથી. સંવેદના સમજવાની ક્ષમતા દિવસે દિવસે ગુમાવી રહ્યા છીએ. સંવેદનશીલતાની ધાર તેજસ્વી કરવા માટે, કામ-કોષ્ટ જ મર્યાદાનું ઉલ્લંઘન કરાવે છે. આંતરરાષ્ટ્રીય, રાષ્ટ્રીય, કૌટુંબિક કે વ્યક્તિગત દરેક સ્તરે આ મર્યાદાનું ઉલ્લંઘન આપણે જોઈએ જ છીએ. સાંપ્રદાત સમયમાં ધર્મની જ જરૂર છે.

ધર્મ સંરક્ષણની જરૂર છે.

સાંપ્રદાયિકતા ધર્મ નથી. મૂર્ત્વિવેષ, ગ્રંથવેષને માનવું એ સાંપ્રદાયિકતા છે. આસ્થા હોઈ શકે. ધર્મ ફરજવાચક છે, કર્તવ્યવાચક છે.

જીવનમાં કર્તવ્યને પ્રધાનતા આવે, મર્યાદા પ્રધાનતા આવે, તો જ સુખ-શાંતિ પ્રાપ્ત થાય છે. ઈન્દ્રિયતૃપ્તિ માટે ઘણી રાહત આપો પણ પોતે સ્વર્ણ નહીં હોઈએ તો આપણે સુખી નહીં થઈએ. કારણ ધર્મની વિમુખતા છે.

**વક્તા : શ્રી પ્રવીણભાઈ લહેરી સાહેબ, પૂર્વ મુખ્ય સચિવશ્રી, ગુજરાત રાજ્ય**

**વિષય : વર્તમાન પરિપ્રેક્ષમાં રાષ્ટ્રીય એકતા**

આપણે સાંપ્રદાત સ્થિતિને સારી રીતે સમજીએ.

જુદા જુદા મુદ્દા પર ચિંતન કરીને શું કરવું અને શું ન કરવું, તેનો વિચાર કરીએ. આપ સૌની સમક્ષ બોલવાની

કલ્યાણતા છે કે ધર્મની રક્ષા થાય, એવું આપણે કહેવું પડે છે. ઘણા દેશો ધર્મની વ્યાખ્યા જ જાણતાં નથી. ધર્મ જીવન દસ્તિ પ્રધાન કરે છે. વેદાંત સત્ય છે. વિચારનો વિષય નથી, સમજવાનો વિષય છે. અધિકારીત્વ હોય તો જ સત્ય સમજ શકો.

બ્રહ્મ સત્ય, જગત મિથ્યા. આ વેદનું તત્ત્વ (સાર) વેદાંત છે.

I am the one, who is known by the Vedas.

હું જ જાણવા યોગ્ય છું, એ વેદનો સાર છે.

આ સત્યને જાણવા માટેની જીવનરીતિ, એનું નામ ધર્મ છે. આ સત્યને આત્મસાત્ત્વ કરવા માટેની જીવનરીતિ ધર્મ છે. ધર્મ શાબ્દ વિશાળ ફલકમાં સમજવો જોઈએ. ૮૪ લાખ યોનિમાંથી આ માનવજન્મ આપવામાં આવ્યો હોય તો,

‘હું કોણ છું’ તે જાણીએ.

બીજું બધું, બીજી યોનિમાં થઈ શકે.

જીવનનું અસ્તિત્વ, હોવાપણું જાણવું. મોક્ષ એ જ અંતિમ સાધ્ય છે.

આપણી સંસ્કૃતિએ તપ, જ્ઞાન, વૈરાગ્યને પ્રધાનતા આપી છે.

જીવનનું ધ્યેય સમજવા વેદાંત દર્શન અને ધર્મ આવશ્યક છે.

આંતરરાષ્ટ્રીય સ્તરે અભિગમ બદલાયો છે. બુદ્ધિની સૂક્ષ્મતા જરૂરી છે. આજની શિક્ષણ પદ્ધતિ એવી છે કે બુદ્ધિ સૂક્ષ્મ બનતી જાય છે. સમજવું સહેલું બને છે, આત્મસાત્ત્વ કરવું અધરું છે.

વર્તમાન પરિપ્રેક્ષમાં વેદાંત ભણાવવું સહેલું છે પણ આ વ્યવસ્થા અધર્મ, કામની વધારે પ્રેરણા આપે છે.

આગામી પેઢીને વધારે દઢ બનાવવાની છે. આપણે એવા કાર્યમાં સંમિલિત થઈએ, એ અપેક્ષા સાથે ઊં તત્ત્વ સત્ત.

મજાકમાં પ્રશ્ન કર્યો : ‘સર્વોત્તમ ધર્મ કયો છે ?’ એમને એવી આશા હતી કે : ‘ટિબેટિયન ધર્મ’ એમ કહેશે. પરંતુ તેમના આશ્ર્ય વચ્ચે શ્રી દલાઈલામાએ ઉત્તર આપ્યો કે ‘સારો ધર્મ એ છે કે જે તમને સારો મનુષ્ય બનાવે.’

પ્રોફેસરે પેટાપ્રશ્ન પૂછ્યો, ‘વધારે સારો મનુષ્ય એટલે શું ?’

શ્રી દલાઈલામા : ‘જેમનામાં સંવેદના, સેવાની વૃત્તિ, પ્રલોભન લલચાવી ન શકે તેવો નિષ્ઠાવાન હોય તેને સારો માણસ કહેવાય.’

વેદાંતની પરિભાષા સરળ શબ્દોમાં વ્યક્ત કરી. ત્યારે પ્રોફેસર લખે છે કે ‘મને સારું તત્ત્વજ્ઞાન લાધ્યું.’ સારું ગ્રહણ કરવા ધર્શું બધું છોડવું પડે.

જ્યારે ઔદ્ઘોણિક કાંતિ થઈ ત્યારે જર્મની, જેકોસ્લોવેકિયામાં પાદરીઓએ બળવો કર્યો. સંપત્તિ પ્રાપ્ત કરો, નફો કરો, દુનિયા ભોગવવા માટે છે, તમે જ સર્વોત્તમ છો. તેના ઉપર અમેરિકાએ ભૌતિક વિકાસનું અજોડ મોડલ ઊભું કર્યું. ચુંબકીય અસર ધણી વધારે છે. આપણે તેની સરખામણીમાં હિણપતનો ભાવ અનુભવીએ છીએ.

ગાંધીજીને પ્રશ્ન પૂછવામાં આવ્યો હતો. ‘પાશ્ચાત્ય સંસ્કૃતિ વિશે તમારી શું ધારણા છે ?’

ગાંધીજીએ મજાકમાં કહ્યું, ‘પાશ્ચાત્ય સંસ્કૃતિ જેવું કંઈ હોય તો તમે મને સમજાવો.’

રાષ્ટ્રીય એકતાની વાત કરીએ તે પહેલાં સૌથી ઉપર જેને માનીએ છીએ કે આશુમાં પરમાત્મા છે, ચેતન છે તે ક્યારે કાર્યાન્વિત થાય તે રાહ જોવાની છે. શલ્યાની અહલ્યા ક્યારે થાય ! બેદ હોય ત્યાં બ્રમ હોય, મુશ્કેલી હોય.

પરંતુ આપણી કમનસીબી છે કે સામાજિક એકતા આપણા માટે દુઃસ્વમ લાગે છે, એવી મનોવૃત્તિનું ઘડતર થયું છે. સામાજિક એકતા કરવા માટે જુદા જુદા સંગઠનો, દુરાગઢ (ભાષા, ધર્મ કે જ્ઞાતિ, આહાર, પહેરવેશના નામે હોય તે બેદભાવ) દૂર કરવા જ રહ્યા. ‘સોને કી ચિંતિયા’ એટલે કે આપણો દેશ સમગ્ર વિશ્વવ્યાપારમાં માત્ર ર ટકા હિસ્સો ધરાવે છે, જે પહેલાં ૨૩ ટકા હિસ્સો હતો. કોલંબસ અમેરિકા શોધવા

નહોતો ગયો, ભારતની શોધ માટે નીકળ્યો હતો પણ અમેરિકા જ મળ્યું એટલે ઈતિહાસ બદલાયો.

અલગ અલગ રજયનું હોવું, એ મોટો પ્રશ્ન નહોતો, સાંસ્કૃતિક એકતા મજબૂત હતી. આપણે ત્યાં રાષ્ટ્રીય એકતા નહોતી પણ આર્થિક મુક્તિ હતી. અધિકાર હતો. હવે આપણે રાષ્ટ્રીય એકતાનો સાંપ્રત સમાજમાં વિચાર કરીએ.

તાત્ત્વિક દણિએ આપણે શું માનીએ છીએ ? તાત્ત્વિક દણિએ એવું શીખવ્યું નથી કે આપણે જુદા છીએ. પણ દણિ ટૂંકી પડે છે. સમાજમાં સંઘર્ષ, અરાજકતા થાય છે. અમેરિકાએ ક્યારેય બીજાના માનવીય મૂલ્યોની કદર કરી નથી.

આપણે ત્યાં શું સ્થિતિ છે ? ગાંધીજી, સરદાર, નેતાજી, નહેરુ કોઈપણ આગેવાન હોય તો તેણે ભારતનો એક દેશ તરીકે, રાષ્ટ્ર તરીકે વિચાર કર્યો, એમાં કોઈ મતભેદ નહોતો. કર્મને કારણે વિભાજન થયું. કોણે વિભાજન કરાવ્યું, તે ઈતિહાસ બતાવે છે. એ વ્યવસ્થિત કાવતરાના ભાગરૂપે આ કરવામાં આવ્યું. આજે આ વ્યવસ્થાનાં માણાં પરિણામ સૌં ભોગવી રહ્યા છે.

રાષ્ટ્રીય એકતા સુષુપ્ત શક્તિ છે.

આપણા બંધારણના આમુખમાં જ ‘સત્તાનું મૂળ કોણ છે ?’

‘અમે ભારતના પ્રજાજનો’

રાષ્ટ્રીય એકતા ટકાવવી હોય ત્યાં ન્યાય જરૂરી છે, નહિતર સ્થિરતા નહીં આવે. આજે રાષ્ટ્રીય કક્ષાએ આવી નેતાગીરીનો અભાવ છે. ગામડે ગામડે જેને સામાન્ય માણસ કહીએ છીએ, તેમની પાસે પરંપરાગત મૂલ્યો છે. તેમનામાં કોઠાસૂઝ રહેલી છે. આ રાષ્ટ્રીય એકતાને જેણે જગત કરી તે દ્યાનંદજ હોય કે વિનોબાજ હોય, પણ આ આપણી મૂડી છે. જો એને સાચવી ન શકીએ તો તેનો દુરૂપયોગ થયો ગણાશે. આજનું શિક્ષણ કારકીર્દી માટે છે. ‘ભમે એને મળે’ એ જ વિચાર છે. આપણી પેઢીને વારસો આપી શકીએ. આપણી સમજ આપવી હોય તો તેને ઉજાગર કરવી જોઈએ. તેનો પ્રતિસાદ સામાન્ય કુટુંબમાંથી મળે છે, પ્રયત્ન યથાર્થતાથી કરવા જોઈએ.

એક સમૂહને જ પ્રેમ આપું, બ્રાતૃભાવ રાખું

એવી ભાવના ન હોવી જોઈએ પણ સમાજ માટે સંવેદના હોવી જોઈએ. સમાજ સંવેદનહીન બનતો જાય છે. ટી.વી.નો અવાજ મોટો હોય અને ધીમો કરવા કહીએ તેમાંથી પિસ્તોલ મારી દે, એવી સહનશીલતા વગરનો સમાજ ઊભો થયો છે.

રાષ્ટ્રીય એકતામાં બંધુત્વની ભાવના ના આવે તો એકતા ભડકે બળે.

ભારત સૌથી વધારે ચમત્કારિક દેશ છે. ‘Incredible India’

કોઈ જગ્યાએ બધું જ અલગ-અલગ હોય છતાં રાષ્ટ્રીય એકતા ટકી રહી હોય તો આપણે ગર્વથી માધું ઉંચું રાખી શકીએ.

રાષ્ટ્રીય ભાવનાનું બીજ સૂકાઈ ના જાય, આપણા વડવાઓએ જે રોધ્યું છે તે સૂકાઈ ના જાય તે માટે સભાન પ્રયત્નો કરવા જોઈએ.

માણસને જો સંસ્કાર નહીં મળે તો ક્યારેય બીજાનો વિચાર કરશે નહીં. માટે પરિવારે પાયાનું કામ કરવાનું છે. તે બાબત અંગે જાગ્રત થવાનું છે. માનવ કલ્યાણ માટે રાષ્ટ્રીય એકતા જરૂરી છે. સર્વે ભવનું સુખિનઃ ।

આવી ઉત્તમ અને ઉદાત્ત ભાવનાને ચરિતાર્થ કરવા માટે રાષ્ટ્રીય એકતા કે સામાજિક જવાબદારી ઉપાડીએ.

મહાત્માજીની રચના છે :

‘નભ્રતાના સાગર, અમને એવી દસ્તિ આપ, જેનો અભિપેક ગંગા, યમુના, બ્રહ્મપુત્રા કરે છે. તને ઓળખીને દેશને ઓળખીએ અને સેવા કરવાને લાયક બનીએ.’

આ માનવીય સંવેદનામાંથી જન્મેલી કૃતિ છે અને આ જ આપણો પરમધર્મ છે, તેમાં કોઈ અતિશયોક્તિ નથી.

### વક્તા : સુ શ્રી છન્દુભેન કાઠધરે

#### વિષય : વર્તમાન પરિપેક્ષમાં ભારતીય શિક્ષણ પદ્ધતિની આવશ્યકતા

સવારનાં બંને સત્રોમાં સંસ્કૃતિ, સમાજ, વેદાંત અંગે વાત થઈ, પરંતુ આજે પરિસ્થિતિ વિકટ છે. ભોગ આપણને નિયંત્રિત કરતા હોય તેવું લાગે છે.

આનો ઉપાય શિક્ષણ છે.

સંકટોનું નિવારણ શિક્ષણ છે.

રાષ્ટ્રીય સ્તર પર આનો વિચાર થવો જોઈએ.

શિક્ષિત લોકોની જવાબદારી છે કે શિક્ષણનો સંદર્ભ કેવો હોવો જોઈએ.

સામાજિક પરિપેક્ષ અને રાષ્ટ્રીય પરિપેક્ષમાં આપણે શિક્ષણનો અર્થ સમજુશું.

ઈ.સ. ૧૮૧૫માં મેક્સમૂલર પંડિત હતા. જેમને કારણે યુરોપ, અમેરિકાને આપણા વેદ, સંસ્કૃત કાવ્યોનો પરિચય થયો. તેમણે સંસ્કૃતનું અધ્યયન કર્યું અને યુરોપિયન ભાષામાં ભાષાંતર કર્યા. પંડિત મેક્સમૂલરને ઈસ્ટ ઈન્ડિયા કંપનીએ નોકરીમાં રાખ્યા હતા. ધર્મ જાણનારને સરકાર નોકરીએ રાખે તેવી પહેલાં નીતિ નહોતી. આ પહેલી ઘટના હતી. તેનું પ્રયોજન શું ?

૧૮૬૮માં મેક્સમૂલરે તેમના મિત્રને પત્રમાં લખ્યું હતું કે,

‘આપણે ભારતને એક વખત જીતી લીધું છે. પરંતુ હજુ આ વિજય પૂર્ણ નથી. સર્વત્મ ભારતને જીતી લેવાની જરૂર છે. ભારતને, રાજા-પ્રજા, બધી વ્યવસ્થાને પૂરેપૂરી જીતી લેવી હશે તો શિક્ષણના માધ્યમનો ઉપયોગ કરવો પડશે.’

અત્યારની આ શિક્ષણ વ્યવસ્થા એ પ્રયોજનથી શરૂ કરેલી છે. અંગેજોએ શાલો, કૂટનીતિનો ઉપયોગ કર્યો. સામ, દામ, દંડ, ભેદની નીતિ અપનાવી. લાંબા ગાળાના ચિરસ્થાયી જીવન માટે શિક્ષણનો ઉપયોગ કર્યો.

ધર્મ નિરપેક્ષ કરું હોઈ જ ન શકે.

ધર્મ સાપેક્ષ જ હોઈ શકે.

ધર્મ દ્વારા નિયંત્રિત,

ધર્મના નિયમનમાં રહેનાર,

ધર્મથી અવિરોધી પ્રવૃત્તિ નહીં.

ધર્મ જ્યારે સાપેક્ષ હોય ત્યારે એ ટકી શકે.

ધર્મની વ્યુત્પત્તિ શું છે ?

ધારણ કરે છે તેને ધર્મ કહે છે.

પ્રજાને ટકાવે છે, સુખ, સંસ્કૃતિ, પરમ કલ્યાણ સુલભ બનાવે છે, તે ધર્મ છે. પ્રજાને આ ટકાવવું હશે

તો ધર્મ સાપેક્ષ બનવું જ પડશે.

ધર્મ જેનાથી અભ્યુદ્ય થાય,

સર્વ પ્રકારની ઉત્ત્તિ, (ભૌતિક ઉત્ત્તિમાં એમાં જ આવી જાય), વૈભવ ધર્મથી પ્રાપ્ત થયેલો હોય.

ધર્મની સંસ્થાપના કરવા માટે સમર્થ બનાવે તે શિક્ષણ કહેવાય, પછી તે સામાજિક હોય કે રાષ્ટ્રીય હોય.

ધર્મ ઉપર આધારિત બધી સંસ્થા હોય તેને ધાર્મિક સંસ્થા કહેવાય.

આ સમાજને વ્યવસ્થિત જીવવા માટે ન્યાય વ્યવસ્થા, કાનૂન વ્યવસ્થા, ઉત્પાદન વ્યવસ્થા, અર્થનીતિ વ્યવસ્થા, દંડ વ્યવસ્થા, ઉદ્યોગ વ્યવસ્થા, શિક્ષણ વ્યવસ્થા, કુટુંબ વ્યવસ્થા, ધર્મ વ્યવસ્થા છે.

આ બધામાં સર્વોપરી કોણ છે ? બધા ધર્મો નિયંત્રિત થતા હોય તો તે વ્યવસ્થા ધર્મતંત્ર છે.

ધર્મતંત્ર બધાથી ઉપર હોય, જે માર્ગદર્શન આપે છે, વિનયશીલ બનાવે છે, કોઈના કાયદાકાનૂન તેને બંધનકર્તા ના હોય તેને ધર્મ સંસ્થાપના કહેવાય.

હુન્યવી તંત્રમાં સમાજ વ્યવસ્થા શ્રેષ્ઠ હતી.

સમાજ તંત્રમાં આશ્રમ વ્યવસ્થા છે.

સમાજ તંત્રમાં વર્ણ વ્યવસ્થા જ બંધું ગોઠવી દેતી હતી.

રાજ્ય તંત્ર પણ સમાજ તંત્રને આધીન હોય.

રાજી પ્રજાનો સેવક છે, સ્વામી નથી.

સમાજતંત્ર અને રાષ્ટ્રતંત્ર બંને ધર્મતંત્રને આધીન હોય.

વિનયશીલતા હોય,

વ્યવહારથી પણ સ્વીકારે.

રાજ્યાભિષેક વખતે રાજદંડને ત્રણ વખત ઊંચો કરી રાજી ઘોષણા કરે છે :

‘મને દંડ દેવાનો અધિકાર છે’

તે વખતે ધર્મગુરુ ઉભા થાય અને ધર્મદંડ રાજ્યા માથા પર ત્રણ વખત મારીને કહે : ‘ધર્મ દંડ્યોસિ’

‘તમે પ્રજા માટે દંડાધિકારી છો, તમને દંડ દેવાનો અધિકાર ધર્મ પાસે છે.’

હજારો વર્ષોથી આ વાત સિદ્ધ થઈ છે અને તો

જ આપણે ટકી શકીશું.

શિક્ષણ ધર્મતંત્રનું પ્રતિનિધિ છે. પહેલાં વિદ્યાપીઠમાં ધર્મનું સામ્રાજ્ય ચાલતું હતું. ભારત શિક્ષણનો પ્રાણ છે.

પ્રજાએ ભેગા થવું પડે. સૌના હદ્યમાં આ ભાવના જાગ્રત થાય તો જ આ કાર્ય થાય.

ધર્મચિરણથી શિક્ષણ શરૂ થાય.

ધર્મના સંસ્કારથી શરૂ થાય.

મૂલ્ય શિક્ષણ ધર્મ શિક્ષણ છે.

મૂલ્ય એટલે સદ્ગુણ અને સદ્દાચાર. આની શરૂઆત નાના નાના આચારથી થાય, જીવનદિની કેળવવાથી થાય.

સારા માણસ બનવા માટે શિક્ષણનો વિચાર અતિઆવશ્યક છે.

(૧) મૂલ્ય શિક્ષણ એ ભાવાત્મક શિક્ષણ છે.

- મનનું શિક્ષણ છે.

- મનને કેળવવાનું શિક્ષણ છે.

- નહીંતર મન ચંચળ છે, કામના છે.

- હુંમેશા ‘જોઈએ છે, જોઈએ છે’ થાય.

- લોભ થાય.

- બીજાની સારી સારી જોઈ જીવ બળે.

- કોઈપણ પ્રકારનું પાપ કરી શકે.

- ખડરિપુઓ આપણી બોચી પર બેઠા છે, માટે સારા માણસ બનવા માટેનું શિક્ષણ છે.

આ મૂલ્ય શિક્ષણનો સાર છે.

સારાપણું માતાના ગર્ભમાં જીવ આવે ત્યાંથી શરૂ થાય. જન્મ થાય એ પહેલાંથી શરૂ થાય છે. એ વખતે જે સંસ્કાર પડ્યા તે જન્મજાત છે, પ્રકૃતિ છે, બદલી શકતા નથી. ગર્ભધારણ થાય ત્યારે સ્વીએ શું કરવું અને શું નહીં કરવું - તે પ્રભાવનીય હતું. જન્મ પછી હાલરડાં, ઘરના લોકોનો પ્રભાવ વગેરેની અસર બાળકના સ્વભાવ પર પડે છે.

શ્રદ્ધાવાન્ લભતે જ્ઞાનમ् ।

જે પોતાની ઈન્દ્રિયોને સંયમમાં ન રાખે, તત્પરતા ના હોય, એવી શ્રદ્ધા ના હોય, વિનયશીલ ના હોય, સેવાની વૃત્તિ ના હોય તેને મૂલ્યશિક્ષણમાં પ્રવેશ ન મળે.

સદ્ગુણ, સદાચાર કેળવ્યા હોય તેને જ મૂલ્યશિક્ષણમાં પ્રવેશ મળવો જોઈએ.

હજુ આજે પણ આપણે બાળકનો વિચાર તો કરીએ જ છીએ. બાળકો સારા બને, વિકાસ થાય એવી ઈચ્છા તો છે જ. માટે આપણાં ધરો જ

‘સંસ્કાર કેન્દ્ર’ બનવાં જોઈએ.

‘મા’ પ્રથમ ગુરુ છે.

‘ધર’ પાઠશાળા બનવી જોઈએ.

ધરને મૂલ્યશિક્ષણનું કેન્દ્ર બનાવવું જોઈએ. પિતળના લોટાને માંજને ચમકદાર કરીએ તોય બીજા દિવસે ધૂળ ચેદે જ છે, માટે એકવાર મૂલ્યશિક્ષણ મળી ગયા પછી રોજ પાલન થવું જોઈએ.

આપણા બાળકોની જવાબદારી આપણી છે. સમાજને આપણું બાળક સારી વ્યક્તિ તરીકે મળવું જોઈએ. ધર Production Centre છે. બધા નાટારા લોકો મા-બાપના પેટે જ જન્મ્યા છે. આવા બાળકો સમાજની જવાબદારી છે.

(૨) કર્મશિક્ષણ :

- હાથથી કશું કરતાં આવડવું જોઈએ.
- આજે સીધી લીટી દોરતાં આવડતું નથી.
- સારા અક્ષરે લખતાં આવડતું નથી.
- દફતર ઊંચકવાની તાકાત ના હોય તો અંદર લખેલું જ્ઞાન પચાવવાની બૌદ્ધિક તાકાત ના જ હોય.
- કરક્સર, ત્રેવહની સમજ નથી.
- માંગણવેડા ના કરવા જોઈએ તેને ખાનદાની ના કહેવાય, આ Concept તો ખબર જ નથી.

રાજની કુવરીને રસોઈ બનાવવાની ના હોય, છતાં સીતાને રસોઈ આવડતી હતી અને લક્ષ્મણને પર્ણકૃટિ બાંધતાં આવડતું હતું. બંને રાજનાં જ સંતાન હતાં.

ટોચાં ખાઈ ખાઈને જ ધંધો શીખાશે.

બધું જ આવડવું જોઈએ.

પૈસા કમાવા હોય તો પણ અને ના કમાવા હોય તો પણ હાથથી કામ કરતાં આવડવું જોઈએ. જીવનનો આનંદ એમાંથી આવે છે. Excellence (ગુણવત્તા, શ્રેષ્ઠતા) એમાંથી જ આવે છે.

૧૮મી સદીમાં યુરોપમાં ઔદ્યોગિક કાંતિ થઈ.

યંત્રોથી ઉત્પાદન થવા લાગ્યું. કાપડનો ઉદ્યોગ ભારતમાં સદીઓ પુરાણો છે. દુનિયાનું શ્રેષ્ઠ સ્પીનીંગ યંત્ર જે કાપડ તૈયાર કરતું, તેના કરતાં આપણા વણકરો હાથેથી વધારે સારી જાતનું કાપડ બનાવતાં કાશ્મીરી પશ્મિના અને ઢાકાની મલમલ વિશ્વભરમાં વખણાતી. તેને આપણે પછાત કર્યા. માણસની પ્રતિષ્ઠા નથી, યંત્રની પ્રતિષ્ઠા છે. કર્મશિક્ષણમાંથી વૈભવ આવે.

આજે આપણે હાથેથી કશું જ ન કરીને બીજા પાસે કરાવવું (Management) એવું માનસ ધરાવીએ છીએ. માટે Human resource કહીએ છીએ. કોઈ કોઈને Subordinate નથી. માણસનું જ ગૌરવ નહીં તો પરમાત્મા જેમાં પ્રગટ છે, તેને કેમ કરી સમજ શકીએ? કોઈસ્ટુડ્યુને દબાવી દઈને બધું કરીએ છીએ. તેને ફરીથી પ્રસ્થાપિત કરવું જોઈએ.

બાળકનો પાંચ વર્ષની ઉંમર સુધી લાલનપોષણ કરવાનું છે, સદ્ગુણ સદાચારનો વિકાસ કરીને, પંદર વર્ષ સુધી ઘડાવાનો સમય છે. સંયમ, નિયમપાલન, કેળવણી માટેનો છે. સ્વાદસંયમ, વાણીસંયમ, સમયસંયમ અને અર્થસંયમ ખૂબ જરૂરી છે.

સાચા શિક્ષકો માતા-પિતા છે, સંત-મહાત્મા છે, સમજદાર લોકો છે.

આજની શિક્ષણ પદ્ધતિ અભારતીય વ્યવસ્થા છે અને તે અધિકૃત Stream છે. તે સંસ્કારને અસંસ્કારના દાસ બનાવે છે. આજે મહાન Streamની આવશ્યકતા છે.

ભારતમાં વિદ્યા જ્ઞાનાર્જન માટે છે, અર્થોપાર્જન માટે નથી.

જો ધર્મમાં આસ્થા હોય તો આત્મબળ કેળવવું પડશે.

આચારમાં ધર્મ આવવો જોઈએ.

ભારત ફરીથી ભારત થશે તો જ વિશ્વને બચવાની આશા છે.

અધિમુનિઓએ તપશ્ચર્યા કરીને જે મેળવેલું છે અને આપણને આપ્યું છે, તે સવાયું કરીને આપવું છે.

છે એને નષ્ટ કરવું નથી.

છે એને વધારીને આપવું છે.

**વક્તા : પૂજ્યપાદ સ્વામી શ્રી અદ્યાત્માનંદજી મહારાજ, અદ્યાત્મા, ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ**

**વિષય : સ્વામી વિવેકાનંદજી અને સંસ્થા સંગઠન**

ગુરુ મહારાજ સ્વામી શ્રી શિવાનંદજી મહારાજને  
પ્રણામ.

પરમાત્માના પ્રત્યક્ષ સ્વરૂપ સ્વામી શ્રી ચિદાનંદજી  
મહારાજને પ્રણામ.

શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસ દેવે એવું કહેલું કે,  
'મને ધ્યાનમાં એવું દેખાયું કે સમર્થિઓ  
આકાશમાં ધ્યાનમાં બેઠા છે. એક દેવજ્ઞાઓ સમર્થિના  
ખોળામાં બેસી વળગ્યું. સમર્થિએ આંખો ખોલી.  
બાળક કહ્યું હું જઉં છું,  
બાળક કહ્યું હું જવું છું,  
તમારે આવવાનું છે,  
આવશો ને ? સમર્થિએ સ્મિત કર્યું. નરેન્દ્ર સમર્થિ  
અને બાળક હું.'

સ્વામી વિવેકાનંદજીનું કલકત્તાના એક પરામાં  
પ્રાગટ્ય થયું. સમૃદ્ધ પરિવાર હતો. સ્વામી વિવેકાનંદજી  
શિવની ફૂપાથી થયેલા માટે તેમનું નામ વિશ્વજીત કે  
વિશ્વભર કહેતા, પછી નરેન્દ્ર પડ્યું.

તેઓમાં અદ્ભુત સંગઠન શક્તિ, ઉદારતા,  
સરળતા, સહજતા, કરુણા હતાં. જ્ઞાન સમાન હતા.  
સારું વસ્ત્ર, ખાવાનું હંમેશાં બીજાને આપી દેતા. એ અને  
હું ભિન્ન નથી. એની ખુશીમાં મારી ખુશી છે એવું  
ઔદ્યાર્ય હતું.

આ પાયાની સમજણ છે; તે મોટા થયા પછી  
સંસ્થાના સંગઠન અને સંવર્ધનનો પાયો છે. જે  
સંસ્થા ઊભી થતી હોય, તેના પાયામાં રહેલા  
લોકોના જીવનના સંઘર્ષ છે, તેનાથી સંસ્થા ઊભી  
થાય છે.

શ્રી રામકૃષ્ણ દેવની સમાધિ થઈ ત્યારે અને  
ત્યારબાદ પણ બધા સંતો અને છોકરાઓમાં ત્યાગ,  
વૈરાગ્ય, ગુરુ પ્રત્યે નિષા અને સંપૂર્ણ શરણાગતિ  
હતી. કોઈપણ સંસ્થાના અભ્યુદય પાછળ પાયાની  
આ ચાર આવશ્યકતા છે. અડગ વિશ્વાસ જરૂરી છે.

શ્રી રામકૃષ્ણ દેવના પાછલા જીવનમાં કેન્સર  
થયું હતું. એમણે મોગલાઈ ખીચડી ખાવાની ઈચ્છા  
વ્યક્ત કરી. ભયંકર કેન્સર હતું પણ ઠાકુરે કહ્યું  
એટલે થવું જ જોઈએ. નરેન્દ્ર અને છોકરાઓએ  
પૈસા ઉઘરાવી ખીચડી બનાવી. ઠાકુરે કહ્યું, 'તમે

ખાવ, તમારા મોટે હું ખાઈશ.'

સમાધિ પછી વરાહનગર મઠમાં તેઓ રહેતા.  
એકે બારી નહીં. મચ્છર, જાળાં વચ્ચે રહેતા. બધાંની  
વચ્ચે પહેરવા માટે પણ એક જ વસ્તુ હતું.

સ્વામી વિવેકાનંદજીએ કવિતા લખી હતી :

'હું નાસી જવા માગું છું,

નાસીને કયાં જવું ?

કોઈ માર્ગ જ નથી.

જગત કૂતરાની પૂછણી જેવું છે.'

જગત આવું જ રહેશે. સ્વામી શિવાનંદજીએ  
કહ્યું છે,

Adapt, Adjust, Accommodate.

સ્વામીજીએ આંધી, હુઝરતા સહન કરી.  
ગુરુસમાધિ પછી પાયો હચમચી જાય તેવી દશા થઈ.  
તેઓ રાજસ્થાનમાં પાવાહારી બાબા પાસે ગયા અને  
કહ્યું,

'મને જ્ઞાન આપો, સહારો આપો.'

પણ રામકૃષ્ણ ગુરુદેવે પ્રગટ થઈ થપ્પડ મારી.

ગુરુદેવે કહ્યું, 'મારી તમામ સાધના, સિદ્ધિઓ  
આપી દીધી. હું ભિખારી થઈ ગયો છતાં તું ભીખ માગે  
છે ?'

ઉંબરાના દેવ છોડીને કુંગરાના દેવ પૂજવા  
નહીં. ગુરુના આદેશમાં ગમે તે થાય તો પણ મારા  
ગુરુ એટલે મારા ગુરુ. ગુરુ દારુના પીઠામાં ગયા  
હોય તો પણ મારા ગુરુ મારા જ ગુરુ છે, આવી  
નિષા હોવી જ જોઈએ. આ સંસ્થાના સંગઠનની  
ચાવી છે.

સ્વામી ચિદાનંદજી એક વખત દારુના પીઠામાં  
ગયા. આંખ બંધ કરી, શ્લોકો બોલવા લાગ્યા.  
આકસ્મિક એક યુવાને સ્વામીજીનું ઉપરનું વસ્ત્ર બેંચી  
કાઢ્યું છતાં પણ સ્વામીજી પ્રાર્થના કરતા જ રહ્યા.  
અદ્યા કલાક પછી સ્વામીજી બહાર નીકળતા હતા  
ત્યારે કોઈએ તેમની ઉપર દારુ પણ રેઝ્યો. પણ  
તેમાંથી એક જણાને ખોટું થયાનો અહેસાસ થયો.  
તે સ્વામીજીના સત્સંગમાં આવતો થયો. ધીમે ધીમે

તેના મિત્રો પણ સત્સંગમાં આવવા લાગ્યા અને  
જીવન પરિવર્તિત થયું.

સાધુજીવન લોઢાના ચણા ચાવવા જેવું છે, દુષ્કર  
છે.

સ્વામીજીએ પોતાનો ઘણો કિંમતી સમય સંસ્થાના  
સંચાલન માટે અને સંસ્થા અર્થે જોડાયેલા લોકોની સેવા  
માટે આપ્યો. સ્વામીજી ગુજરાતમાં વધુ રહ્યા. વિદ્ધાનો  
સાથે રહ્યા.

સારું કાર્ય કરવા જાવ એટલે શાંત પાણીમાં  
પથરો નાખનારા નીકળશે જે. સ્વામીજીને નર્તકીના  
નાચ પસંદ નહોતા, એટલે નર્તકીએ રસોઈયાને કહ્યું  
કે એમને ઝેર આપવાની કોશિશ કર. ખૂબ ગ્રાસ  
ગુજરાતવામાં આવ્યો હતો. પરંતુ સરળતા, સહજતા,  
જ્ઞાન, વૈભવ, તપનું તેજ, ગુરુકૃપા એમનું ધરેણું હતું,  
સંપત્તિ હતી.

કોઈએ પ્રશ્ન કર્યો, ‘મંદિરો, મૂર્તિપૂજાની શી  
આવશ્યકતા છે ?’

સ્વામીજીએ કહ્યું, ‘મૂર્તિમાં પ્રાણપ્રતિજ્ઞા કરી  
હોય તો ભગવાન કેમ ના કહી શકાય ?’

સ્વામીજીએ શિકાગોમાં વિશ્વ ધર્મ પરિષદમાં  
એટલું સુંદર, અદ્ભુત પ્રવચન કર્યું હતું કે બધી શેરીઓ  
એમના ફોટોથી ભરાઈ ગઈ હતી.

સ્વામીજી પરદેશથી પાછા ફર્યા પછી કોઈએ  
પ્રશ્ન કર્યો, ‘દુંગલેન્ડ, અમેરિકા ફર્યા પછી આપણો દેશ  
પદ્ધત નથી લાગતો ?’

સ્વામીજીએ કહ્યું, ‘પહેલાં મને માન હતું, પણ  
હવે મને ભારતની ભૂમિના એક એક કણ માટે ગર્વ  
છે, પૂજનીય છે.’

પોતે શિવકૃપાથી મ્રગટ થયા માટે એમણે  
શિવજીની ઘણી સુતિઓ કરી છે પરંતુ ગુરુને જ  
ભગવાન માન્યા છે. ગુરુમાં ઈશ્વરની નિષ્ઠા છે.

ભક્તોને ગુરુમાં નિષ્ઠા છે એટલે જ સંસ્થાનો  
વિકાસ થાય છે.

શ્રી હરિવંશરાય બચ્ચનની કવિતા છે- જ્ડ કી  
મુસકાન.

વૃક્ષ પર બેઠેલા પક્ષીઓથી, ફળોથી, પાંદડાથી  
વૃક્ષની શોભા નથી, મૂળથી છે.

મૂળ મજબૂત હોવું જોઈએ.

સ્વામી વિવેકાનંદજીને ગુરુદેવમાં નિષ્ઠા હતી.

સ્વામીજી કહેતા,

સાધુને દિવસે જોવો, રાત્રે જોવો,

જાહેરમાં જોવો, એકાંતમાં જોવો.

શ્રી રામકૃષ્ણ દેવ કહેતા એક ઘડો લેવો હોય

તો ચાર દુકાનમાં ભાવ પૂછી ટકોરા મારી લેવો.

સંસ્થામાં પણ તપાસ કરીને જવું. ગયા પછી શરણાગતિ  
સ્વીકારી લેવી.

રામકૃષ્ણ મિશન પહેલાં કોઈ સંગઠિત સંસ્થા  
નહોતી, પણ આજે છે. સંસ્થાનું સંચાલન સંસ્થામાં પ્રેમ  
રાખનારાઓમાં આજ્ઞાંકિતતા જરૂરી છે. ત્યાગ,  
આજ્ઞાંકિતતા, પરસ્પર પ્રેમ નહીં હોય તો કોઈપણ સંસ્થા  
સંગઠિત નહીં રહી શકે.

સ્વામી વિવેકાનંદજીની તપશ્ચર્યા હતી. એક  
વખત રેલવે સ્ટેશન પર ત્રણ દિવસ રહ્યા. બધા  
પંડિતો ચર્ચા, સત્સંગ કરી જાય. એક મોચી આ જોતો  
હતો. એણે સ્વામીજીને ખાવાનું આવ્યું. ત્યારે  
સ્વામીજીએ કહ્યું કે પંડિતોના પાંડિત્ય કરતાં તારામાં  
ભૂખ્યાને ખાવાનું આપવાની ભાવના છે, એ શ્રેષ્ઠ  
છે.

સંસ્થાના સંગઠન-સંચાલન માટે આવશ્યક છે  
કે શ્રેય અને પ્રેયનો વિચાર કરવો પડે. આલોક અને  
પરલોક બંનેની વિદ્યામાં સાથે ચાલવું પડે. ગુરુ કરે  
તેમ નહીં, કહે તેમ કરવું. જેને તમે પરમપુરુષ કહો  
છો તેમાં તમારી નિષ્ઠા હોવી જોઈએ, શરણાગતિ  
હોવી જોઈએ.

દરેક સંસ્થાના વડીલને ગુરુ તરીકે જ  
પૂજવા. ખુરશી સમર્પિત કરો તો ગુરુમાં નિષ્ઠા  
ધરાવવી જ પડે. તેની યોગ્યતા છે કે નહીં તે  
નહીં વિચારો પછી સંસ્થા સંચાલનમાં કોઈના  
અહંકારનું પોષણ કરવું નહીં. સેવાનો મોકો  
નહીં છોડો. ધ્યાન, જ્ઞાન, જ્યોતિસ, સ્વાધ્યાય કરવો પડશે.  
ગુરુગ્રંથ વાંચો.

જીવનનું લક્ષ્ય આત્મસાક્ષાત્કાર સિવાય બીજું  
કાંઈ જ નથી અને જગતના હિતમાં જ આત્માનું  
કલ્યાણ છે.

## વકતા : પૂજ્યપાદ સ્વામી શ્રી અસંગાનંદજી મહારાજ

### વિષય : પૂજ્ય શિવાનંદજી મહારાજનો “દિવ્ય જીવન”ના સંદર્ભમાં માનવતાનો સંદેશ

ભારતીઓ વિપરીત સ્થિતિમાં પોતાનું આગાવું સ્થાન મેળવે છે, જેના મૂળમાં આપણી સંસ્કૃતિ, જ્ઞાન છે.

ભારતીય સંસ્કૃતિનું મૂળભૂત જ્ઞાન કારણભૂત છે. આપણી ભાષા સંસ્કૃતમાંથી ઉદ્ભવેલી છે. કોઈપણ ભાષાને આપણી ભાષામાં લખી શકીએ. જેમ કે Student = સ્ટુડન્ટ.

દુનિયાના દરેક ભાષાના ઉચ્ચારને આપણે વાપરીએ છીએ.

જ્ઞાન પ્રાપ્તિ બહારના અવલોકનથી અને અંતઃપ્રેરણથી થાય છે. ભારતમાં મોટાભાગનું જ્ઞાન સમાધિથી આવેલું છે, તેના મૂળમાં યોગ છે.

સ્વામી શિવાનંદજીએ દુનિયા સામે યોગનું જ્ઞાન ખુલ્લું મૂક્યું.

યોગીઓના દેશ તરીકે ભારતને માન મળી રહ્યું છે, તેના મૂળમાં ગુરુદેવ છે.

માણસમાં પશુતા, કૂરતા છે તેવું ગુરુદેવે અનુભવ્યું. માણસમાં દૈવી તત્ત્વ પ્રગટ થાય, સત્ત્વ પ્રગટ થાય, તેનું સાચું સ્વરૂપ પ્રગટ થાય એ આશયથી ‘દિવ્ય જીવન સંધ’ની સ્થાપના થઈ.

દિવ્ય જીવન સંધનો સંદેશ જોવો હોય તો તેમનું જીવન જુઓ.

વિદ્યાર્થીકાળમાં ખૂબ અધ્યયન કર્યું. હું સેવા કરીશ. સેવાનું ક્ષેત્ર મેડિકલ લાગ્યું એટલે મેડિકલમાં ગયા. આજે એવી પરિસ્થિતિ ઊભી થઈ છે કે સેવાનો ભાવ જ નથી. સ્વામીજીએ સેવાના ભાવથી જ અધ્યયન કર્યું. મલાયા ગયા.

જોબ માટે અંગ્રેજ અધિકારીએ પૂછ્યું તમે મેનેજમેન્ટ ચલાવી શકશો? ગુરુદેવે કહ્યું હું એક નહીં, ત્રણ હોસ્પિટલ ચલાવી શકું.

તમસમાંથી રજસમાં પ્રવેશ કરવો સારો છે. વ્યસ્તતાનો ઉપદેશ છે. જે ક્ષેત્રમાં છો, ખૂબ મહેનત કરો. તમસથી બહાર આવો. આગળ ધ્યાન-સમાધિ માટે તમસયુક્ત મન કામ નહીં આવે. મનને કેળવવા માટે સભાનતા જરૂરી છે. સક્રિયતા જોઈએ. પણ જો તેનો આધાર ભય અને લોભ છે, યુદ્ધના ધોરણે હશે,

સંઘર્ષ હશે તો એ પરિસ્થિતિ શાતા નહીં આપે, સંતોષ નહીં આપે. એની પીડા દુનિયામાં આપણે અનુભવી રહ્યા છીએ. માનવતા નહીં, નૈતિકતા નહીં.

ભારતમાં બહારથી કેઓસ દેખાય પણ અંદર પ્રસરતા છે. જ્યારે બીજા દેશોમાં બહારથી બધુ વ્યવસ્થિત છે પણ અંદરથી કેઓસ છે, અધૂર્ય છે.

સક્રિયતા નિષ્કામ નહીં થાય તો સુખ, શાંતિ, સંતોષ આપનારી થતી નથી, એ ગુરુદેવ એમના જીવનથી સંદેશ આપે છે.

- દિવસ-રાત દર્દીઓની સેવા કરે, થાક નહીં, સ્વાર્થ નહીં.

આ જ દિવ્યતા પ્રગટ થવાની છે, પરમાત્મા પ્રગટ થવાનો છે તેની નિશાની છે. કોથ, હિંસાથી ભરેલાં મનમાં પરમાત્માનું પ્રાગટ્ય ના થાય.

એના માટે નિર્મળ ચિત્ત જોઈએ.

બીજાના દુઃખથી દુઃખી થતો હોય, તેવું ચિત્ત જોઈએ.

તે શ્રેષ્ઠ યોગી છે.

સંવેદનાથી ભરેલું હદ્ય જોઈએ.

બીજાના દુઃખ માટે સંવેદનશીલ ચિત્ત હોય તે ધ્યાન કરી શકે.

- સેવા કરતાં ગુરુદેવને વિચાર આવો શું આ જ જીવન છે ?

માત્ર સુખ, દિવ્યતા, પવિત્રતા હોય એવું જીવન નથી ?

ખૂબ સક્રિયતા અને નિષ્કામતાથી કામ કરતાં આવો ભવ્ય અને દિવ્ય પ્રશ્ન પ્રગટે.

જનમ-જનમના સારા કર્મો કર્યા હોય તેને જ જીવનનું રહસ્ય શું ? તે પ્રશ્ન થાય.

- આ પ્રશ્નથી બધું છોડીને ભારત આવી ગયા. તીર્થોનું બ્રહ્મણ કર્યું.

મહાપુરુષોને મળ્યા, સત્સંગ કર્યો.

ગુરુની શોધમાં હથીકેશ આવ્યા.

હથીકેશમાં સંન્યાસની ઈચ્છા થઈ.

સંન્યાસ લેવાનો ધ્યેય એ છે કે જેનું લક્ષ્ય માત્ર 'આત્મસાક્ષાત્કાર' છે.

અંતર ઉપાસના કરવી છે.

સેવાના મૂળમાં જ્ઞાન છે.

સેવા સહજતાથી થતી હોય છે.

આત્મભાવથી થતી સેવા સૌથી શ્રેષ્ઠ છે.

આત્મજિજ્ઞાસા સાથે સંન્યાસ લીધો.

સેવા સાથે સાધના કરી છે.

જીવન જ ઉપદેશ છે.

ઘણા સાધકો તેમની પાસે આવવા લાગ્યા.

કોઈપણ દબાણ વગર એમની રૂચિને જાણીને સેવા કરવા દેતા.

શિષ્યની અંદર અંતઃપ્રેરણાથી મન થાય તેવું ઈચ્છતા.

સેવા છેક સુધી અભિવ્યક્ત થતી.

પ્રેરણમૂર્તિ આપણા ગુરુદેવ છે.

પવિત્ર પરંપરાથી જોડાયેલા છીએ.

એક અંશ માત્ર પણ ગ્રહણ કરી શકીએ, તો પણ આપણા માટે છે.

મહાપુરુષો તપશ્ચર્યા કરે છે, તે આપણને થોડા અંશમાં પ્રાપ્ત થાય છે.

આપણી અંદર સેવા, જિજ્ઞાસા, સાધનાનું બળ આવે અને સંઘ ભાવથી કામ કરી શકીએ એવી પ્રાર્થના કરીએ.

### વક્તા : શ્રી અરુણભાઈ ઓળા

### વિષય : દિવ્ય જીવન સંઘના સંગઠનનો વિચાર

દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘની સ્થાપના ૧૯૬૮-૭૦માં થઈ. ત્યારથી હું આ સંસ્થા સાથે સંકળાયેલો હું. પહેલાં હું સહમંત્રી હતો.

ગુરુદેવની કૂપા કેવી હોય છે ? એ તો જેણે અનુભવ્યું હોય તેને જ ખબર પડે.

પહેલાં હું શ્રી લક્ષ્મીકાંતભાઈ દવેને ત્યાં પાછુકા પૂજનમાં જતો, ગુરુસેવા કરતા અને પ્રસાદ લેવા જતા. વિદ્યાર્થી પરિષદમાં હું એક્ઝિટિવ થયો પછી તેઓ મને સલાહ પણ આપતા.

પરમ પૂજય સ્વામીજીનું મેં 'વિદ્યાર્થીનું યશસ્વી જીવન' પુસ્તક વાંચ્યું. તેમાંથી બહુ પ્રેરણ મળી. ઈ.સ. ૧૯૭૧માં દિલ્હીમાં વિદ્યાર્થીનું અધિવેશન થયું. મને હણીકેશ જવાની પ્રેરણ થઈ. શિવાનંદ આશ્રમમાં રહ્યા, સત્સંગમાં ગયા. મજા આવી.

સ્વામી ચિદાનંદજીએ મને પૂછ્યું : 'ગુજરાતથી આવ્યા છો ? તમારામાંથી કોઈને ભજન આવડે છે ?'

કલ્પનાબેને ગીત ગાયું.

સ્વામીજીએ ગીત સાંભળ્યું.

સ્વામીજીએ વન્ડરરૂલ કહી આપ્યું ગીત translate કરી આપ્યું.

એક પાઠી સ્વામીજીનો મારો આ પહેલો અનુભવ.

૧૯૭૨માં સ્વામી શ્રી ચિદાનંદજીને મેં પત્ર લખ્યો. એમને વિદ્યાર્થી સંમેલનમાં પધારવા વિનંતી

કરી. સ્વામીજી મોડા આવ્યા. સ્વામીજી પાછલી સીટમાં બેસી ગયા. ખૂબ વિનંતી કરી પછી આગળ આવ્યા. મેં કહ્યું હવે સ્વામીજી ઉપદેશ કરશે. ત્યારે સ્વામીજીએ શું કહ્યું, ખબર છે ?

'આજ યે સાધુ ઉપદેશ દેને યોગ્ય નહીં હૈ. મોડા આવીને મેં ખોટું ઉદાહરણ પૂરું પાડ્યું છે.'

અમે સ્વામીજીને કહ્યું કે આપ કાળ, સમય સાથે બંધનમાં નથી.

સ્વામીજીએ કહ્યું કે 'હું સમાજમાં રહું છું અને નિયમમાં બંધાયેલો છું.'

મેં સ્વામીજીને કહ્યું કે જો આપ ઉપદેશ નહીં કરો તો અમે નિરાશ થઈ જઈશું.

અને સ્વામીજીએ તરત જ કહ્યું કે 'સ્વામીજી બધું કરી શકે, કોઈને નિરાશ નહીં કરે.' અને એમણે અદ્ભુત, ખૂબ પ્રેરણાદારી ગ્રવચન કર્યું. અમદાવાદના મંત્રીએ બધાનો આભાર માન્યો.

આપણે સૌઅસ્ત્રું છે કે સ્વામી વિવેકાનંદજી પાસે એક મા પોતાના દીકરાને લઈને આવી. અને સ્વામીજીને વિનંતી કરી કે, 'સ્વામીજી, આને સમજાવોને, એ ગોળ બહુ ખાય છે.' સ્વામીજીએ માને કહ્યું એને દસ દિવસ પછી મા ફરીથી દીકરાને લઈને સ્વામીજી પાસે આવી અને સ્વામીજીએ નાના છોકરાને એટલું

જ કહ્યું કે, ‘બેટા, ગોળ બહુ ના ખવાય, નુકસાન કરે.’ છોકરો તરત માની ગયો. માને આશર્ય થયું કે સ્વામીજીએ આટલું જ કહેવું હતું તો મને દસ દિવસ પછી કેમ બોલાવી ? પહેલાં હું આવી ત્યારે જ કહી દીધું હોત તો ? એણે સ્વામીજીને આ પ્રશ્ન કર્યો. સ્વામીજીએ બહુ પ્રમાણિકતાથી જવાબ આપ્યો કે, ‘મા, એ વખતે હું જ ગોળ બહુ ખાતો હતો. એટલે હું દીકરાને સલાહ આપવાને લાયક નહોતો. એટલે પહેલાં મેં ગોળ ખાવાનું બંધ કર્યું, પછી હું દીકરાને

કહી શક્યો.’

ઈતિહાસના પાનામાં આ વાંચ્યું છે. આજે આ પ્રત્યક્ષ ઉદાહરણ આજે આપણે નજરે નિહાળ્યું.

સ્વામીજીએ મને આશીર્વાદ આપ્યો કે ‘તમે સારા વકીલ બનશો.’ આ આત્મશ્લાઘા માટે નથી કહેતો. આશય એક જ છે, active બનો અને દિવ્ય જીવનના સંગઠન અને વિસ્તારમાં સાથ આપો. યોગ્ય કાર્ય, યોગ્ય દિશામાં કરીએ તો ગુરુદેવના આશીર્વાદ આપણી ઉપર જ હોય છે.

(અમૃતપુન્ન-૧૨ અનુસંધાન પાના નં.૨૮ ઉપરથી ચાલુ)

મૂર્તિમાં જે કંઈ સૌદર્ય છે, તેનું બધું જ શ્રેય તેના મૂર્તિકારને... શ્રી ગુરુદેવને જ મળવું જોઈએ. સ્વામી ચિદાનંદના દિવ્ય આધ્યાત્મિક યંત્રના યાંત્રિક કે ચાલક તો ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજ જ છે. પછી તેમણે પોતાના બુલંદ શંખનાદ સમાન અવાજમાં જ્યદોષ કર્યો....

‘અનંતકોટી બ્રહ્માંડનાયક મહારાજાધિરાજ સદ્ગુરુ શ્રી સ્વામી શિવાનંદ મહારાજ કી...’

‘જ્ય’ શબ્દદોષ સમગ્ર ગગનમાં ગુંજુ ઊઠ્યો.

સ્વામીજીના સુખદ સ્વાસ્થ્ય, દીર્ઘ આયુષ્ય અને બહુવિધ માંગલ્ય માટે સૌએ મૃત્યુંજ્ય મંત્રનો જપ કર્યો. અં અભ્યક્ત યજ્ઞમહે સુગંધિ પુષ્ટિવર્ધનમ् । ઉર્વારુકમિવ બંધનાનુ મૃત્યોમુક્ષીય માડમૃતાત્ ॥

એક દિવસની વાત છે.

બપોરના અઢી વાગ્યા હતા. મધ્યાહ્ન ભોજન અને વામકુક્ષિ પછી ફરીથી સૌ પોતપોતાની સેવામાં વળગ્યા હતા.

અચાનક હરિદ્વારથી સ્વામી ચિદાનંદજીનો સંદેશ આવ્યો... ‘અહીં બહુ મોટા સંત પધાર્યા છે, બસની વ્યવસ્થા કરી છે, સૌએ સત્વરે તેમનાં દર્શન માટે આવવું.’

નાનામોટા સૌ ઉત્સાહપૂર્વક હરિદ્વાર જવા રવાના થઈ ગયા. અરે ! સ્વામી ચિદાનંદજીએ જેને મોટા કહ્યા છે, તે ખરેખર ખૂબ મોટા મહાત્મા જ હશે ને ? સ્વામીજીએ નામ તો નહોતું કહ્યું... છતાં હિમાલયની ગાણ ગુફાઓના કોઈ દિવ્ય સંત હશે.

‘સાથે ભેટ પૂજા માટે કૂલના હાર, ફળ, મીઠાઈ

દક્ષિણા લઈ જવાનું નથી ?’ કોઈએ પૂછ્યું.

‘ના, ના, અત્યારે એ બધાં માટે એટલો બધો સમય નથી. મોંડું થઈ જશે. માટે સત્વરે સૌ ચાલો.’ આવું ડ્રાઈવરે કહ્યું. શિવાનંદ આશ્રમથી સંતોની સ્પેશિયલ બસ હરિદ્વાર માટે રવાના થઈ અને એક સિનેમાઘર પાસે ઊભી રહી. ડ્રાઈવરે કહ્યું, ‘ચાલો, સૌએ અહીં ઉત્તરી જવાનું છે.’

‘અરે ! આ શું તમાશો કરો છો ભાઈ ! આપણે સત્સંગમાં જવાનું છે, આ સિનેમા હાઉસ પાસે કેમ રોકાયા ?’ સૌએ પૂછ્યું.

‘પરંતુ સ્વામીજ અહીં જ છે, તેમણે આપને સૌને અહીં જ લાવવાનું કહ્યું છે.’

અને સ્વામીજ સિનેમાઘરના દરવાજ પાસે હાથમાં ટિકિટ લઈને ઊભા હતા, હસતાં હસતાં બોલ્યા,

‘અહીં જ છે, સત્સંગ બપોરે ૩-૦૦ થી ૬-૦૦ વાગ્યા સુધી છે. ત્યાં જ આપણને તે સંતનાં દર્શન થશે.

તે ટોકિઝમાં ફિલ્મ હતી... ‘સંત શાનેશ્વર.’

બાળપણમાં જોયેલી આ ફિલ્મનો પ્રભાવ એટલો બધો ઊંડો હતો કે સંન્યાસ પછી પણ તેઓ સૌને આ લાભ મળે તે માટે ખૂબ જ ઉત્સુક હતા.

આ ફિલ્મના કલાકાર કે જેમણે જ્ઞાનેશ્વરનું પાત્ર ભજવ્યું હતું તેઓ હતા તો મૂળ મરાઈભાષી પરંતુ પ્રિસ્ટી ધર્મના અનુયાયી હતા ‘શાહુ મોહક’. જેમણે આ ફિલ્મમાં કામ કર્યા પછી જીવનના અંતિમ શ્યાસ સુધી જ્ઞાનેશ્વરીનું સતત અધ્યયન કર્યું.

□ ‘અમૃતપુન્ન’માંથી સાભાર

## સ્વામી ચિદાનંદ સ્મૃતિ વ્યાખ્યાન

**વક્તા : શ્રી સ્વામી નિબિલેશ્વરાનંદજી મહારાજ, અધ્યક્ષ, રામકૃષ્ણ મિશન, વડોદરા**  
**વિષય : સ્વામી વિવેકાનંદ - રાષ્ટ્રને આઢવાન**

પોતાના ગુરુ શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસ વિશે સ્વામી શ્રી વિવેકાનંદ એક પત્રમાં લખ્યું છે : ‘આ પુરુષે પોતાની એકાવન વર્ષની આવરદામાં રાખ્ણના આધ્યાત્મિક જીવનમાં પાંચ હજાર વર્ષ જીવી બતાવ્યાં અને ભાવિ પેટીઓ માટે એ એક આદર્શ બની રહેવાની કોટિએ પહોંચી ગયા.’

આ વિધાન સ્વામીજીના પોતાના જીવનને પણ એટલું જ યથાર્થ રીતે લાગુ પડે છે. ઓગણચાળી વર્ષની જીવનમર્યાદામાં એમણે કેટલું કેટલું કરી બતાવ્યું ! એમના જીવનનો પરિચય કરાવવો એટલે આધ્યાત્મિક જીવનમાં અવગાહન કરવું.

એમના જીવનમાં આપણે શ્રદ્ધા અને શંકાની ભારે મથામણ, પ્રયંડ નૈતિક બળ અને આધ્યાત્મિક જીગૃતિની સમગ્ર સાધનાનાં દર્શન થાય છે. એક મનુષ્ય તરીકે તેમ જ એક વેદાન્તી તરીકે તેમણે પુરુષાર્થમાં જ ખરી પવિત્રતા જોઈ અને પવિત્રતામાં જ ખરું પુરુષાતન જોયું. એમની સ્વદેશભક્તિ એમના ધર્મદર્શનમાંથી પ્રકટ થઈ હતી. એમનું સમગ્ર જીવન અંબંડ કર્મયોગ અને ઈશ્વરપરાયણતાથી પરિપૂર્ણ હતું. દિવ્ય જ્ઞાનથી પાવન થયેલી દસ્તિનું એ પરિણામ હતું. દૂરથી આવતા દેવી આદેશો એમણે સાંભળ્યા, જીત્યા અને યુગને પરમ ધન્ય બનાવ્યો.

આ યુગપુરુષનો જન્મ કલકત્તાના સુપ્રસિદ્ધ દત્ત કુટુંબમાં થયો હતો. એ કુટુંબ પાસે કેટલીય પેટીઓથી એકઠી થયેલી સંપત્તિ અને પ્રતિષ્ઠા હતી. દાનવીર સ્વભાવ, સ્વતંત્ર ભિજાજ અને વિદ્યાવ્યાસંગ માટે આ કુટુંબ પ્રભ્યાત હતું. સ્વામી વિવેકાનંદના પિતા વિશ્વનાથ દત્ત અને માતાનું નામ ભુવનેશ્વરીદેવી હતું. સુયોગ્ય અને પ્રભાવશાળી માતાપિતાને ત્યાં આ પુત્રનો જન્મ થયો. તેણે સમસ્ત વિશ્વને હલાવી મૂક્યું અને પ્રાચીન સંસ્કૃતિનો નવેસરથી પાયો નાખ્યો.

સને ૧૮૭૮માં પ્રાવેશિક પરીક્ષા પસાર કરીને

તેઓ કોલેજમાં દાખલ થયા. પરંતુ અંદર ઈશ્વર દર્શનની તીવ્ર જંખના હતી અને એમને શ્રી રામકૃષ્ણ દેવ યાદ આવ્યા. ધાર્મિક દસ્તિ, તપશ્ચર્યા અને આધ્યાત્મિક અનુભવોથી ભરપૂર એવા પ્રાચીન ભારતવર્ષના શ્રી રામકૃષ્ણ મૂર્તસ્વરૂપ હતા. સ્વામી વિવેકાનંદનું ચિત્ત એ વખતે સંશોધી ભરેલું હતું. પ્રત્યક્ષ પ્રમાણ વગર ધર્મના ઉત્તમ સત્યોને સ્વીકારવા તૈયાર નહોતા. પરંતુ ગુરુદેવ સાથેના પ્રથમ મેળાપની તેમની પર ઊંડી અસર થઈ અને ગુરુદેવે કહ્યું, ‘ઈશ્વરને જોઈ શકાય છે. ખ્રી, પુત્ર, દાન અને સંપત્તિ માટે લોકો આંસુની નદીઓ વહાવે છે, પરંતુ ઈશ્વરને માટે એમ કોણ કરે છે ? જો કોઈ મનુષ્ય ઈશ્વર ખાતર સાચા હૃદયથી આંસુ સારે તો જરૂર એને ઈશ્વરનાં દર્શન થાય.’ આ કથનની સ્વામીજી ઉપર સચોટ અસર થઈ.

સ્વામીજીમાં ભરપૂર આત્મશ્રદ્ધા, સત્યનિષ્ઠા અને આધ્યાત્મિકતા હતી. સ્વામી વિવેકાનંદ વિશ્વધર્મ પરિષદના સૌથી મહાન વ્યક્તિ હતા એમાં શંકા નથી. ધર્મપરિષદ ઉપર તેમ જ મોટા ભાગના અમેરિકન લોકો પર હિંદુ ધર્મના જેટલા ઊંડો પ્રભાવ બીજ કોઈ ધર્મ પાડ્યો નથી. હિંદુ ધર્મના સૌથી વિશેષ અગત્યના અને લાક્ષણિક પ્રતિનિધિ સ્વામી વિવેકાનંદ હતા. સૌથી પ્રિય અને પ્રભાવશાળી પુરુષ પણ એ જ હતા.

સ્વામીજીના વ્યાખ્યાનોમાં મુખ્ય સૂર દેશભક્તિનો હતો. એમની દેશદાઝ અત્યંત તીવ્ર હતી. જે રીતે એ ‘મારો દેશ’ એ શબ્દો ઉચ્ચારે, તે અત્યંત હૃદયસ્પર્શી હતું. કેવળ એટલા જ શબ્દો એમને એક માત્ર સંન્યાસી તરીકે નહીં, પરંતુ પોતાના દેશભાઈઓના આત્મીય જન તરીકે પ્રગટ કરી દેતા.

વ્યક્તિના ઉદ્ઘાર કરતાં દેશબાંધવોની સેવાનું મહત્ત્વ વધારવાનું હતું, એ દુષ્કર કાર્ય સ્વામીજીએ પાર પાડ્યું. સ્વામીજી કહેતા, ‘સંન્યાસીનો જન્મ તો આ જગતમાં આત્માના મોક્ષ માટે અને જગતના હિત માટે

થયો છે. અન્ય લોકોનું ભવું કરવા માટે પોતાના જીવનની આહૃતિ આપવી, લાખો લોકોના દુઃખનું નિવારણ કરવું, વિધવાના આંસુ લૂછવાં, સંતાન ખોઈ બેઠેલી માતાને સાંત્વન આપવું, અભિષ્ણ લોકોને આગળ આવવા માટે સહાય કરવી અને તેમને પગભર કરવા,

તમામ લોકોની ભૌતિક અને આધ્યાત્મિક ઉત્ત્રતિ માટે કશા બેદભાવ વગર ઉપદેશ કરવો, જ્ઞાનરૂપી પ્રકાશ ફેલાવીને તમામ મનુષ્યોના હૃદયમાં રહેલા બ્રહ્મરૂપી સિંહને જગાડવો. આ બધું પાર ઉતારવા માટે સંન્યાસીનો જન્મ થયો છે અને આ જ રાષ્ટ્રને આહુવાન છે.

**વક્તા : શ્રી સ્વામી માધવપ્રિયદાસજી મહારાજ, અધ્યક્ષ, સ્વામિનારાચણ ગુરુકુળ, છારોડી**

**વિષય : જીવનમાં સ્વાધ્યાય અને સત્સંગની આવશ્યકતા**

સ્વાધ્યાય અને સત્સંગ પર્યાયવાચી છે. સ્વાધ્યાય જ સંતના સમાગમમાં લઈ જાય છે. સત્સંગ માટે સ્વાધ્યાય જરૂરી છે.

શ્રવણ, મનન, કીર્તન, ધર્મપુસ્તકોનું વાંચન, સંતોના ઉપદેશ, સંતોના જીવનચરિત્ર સ્વાધ્યાય દઢ કરે છે. સ્વઅધ્યયન દ્વારા કાદવ, કૂડો, કચરો આપણાં કુસંસ્કાર, કુવિચાર મીટાવી શકાય છે અને સત્સંગ તરફ પ્રયાણ થાય છે. સત્સંગ વ્યક્તિમાં સાચું જ્ઞાન અને પ્રેમ ઉત્પત્ત કરવા શક્તિમાન છે.

સંતોના શબ્દોમાં સ્વાભાવિક ચારિત્રનું બળ હોય છે, તેજ હોય છે. તેથી તે સાંભળનારના હૃદયને ખૂબ અસર કરે છે. અવગુણ દૂર થતાં માનવ પવિત્ર બને છે અને પરમાત્માને શરારો જાય છે. તેથી જ સંતસમાગમ પ્રભાવશાળી ગણાયો છે.

કહેવાય છે કે પદ તપસ્યા, પૂજા, અત્મ-વસ્ત્ર તથા ગૃહદાન, વેદાભ્યાસ વગેરેથી પ્રામ થતું નથી. તે સત્સંગથી ઘણી સાધારણ વ્યક્તિ પણ કરી શકે છે.

ઈશ્વરનો અનુરૂપ સંતપુરુષોની સેવા અને સહવાસથી સહજ થાય છે. સંત સમાગમ થવો ખરેખર દુષ્કર છે. ક્યારે અને કેવી રીતે કોઈ વ્યક્તિ સંતસમાગમ પામશે તે કહેવું મુશ્કેલ છે. પણ એક વખત સંત સમાગમ-સત્સંગ સાચી વ્યક્તિનો અને સાચા દિલનો થાય તો પછી બેડો પાર થઈ જાય છે.

પ્રભુની કૃપા હોય તો સત્સંગ સરળ બને છે. કારણ આત્મા અને પરમાત્મામાં કાંઈ તફાવત-બેદભાવ

છે જ નહીં.

જો ધૂળ પવનના સંગમાં આવે તો તે જીચે ચેડે છે, પણ જો ડહોળા પાણીના સંગમાં આવે તો કાદવ બને છે. તેવી જ રીતે સાધુપુરુષ સાથેના સત્સંગવાળો માણસ જ્ઞાન પ્રામ કરે છે અને શાશ્વત આનંદના પ્રદેશમાં ઊંચે ચેડે છે. જો સત્સંગ નહીં અપનાવીએ તો ભૌતિકવાદના અંધકારમાં પથભાસ થઈશું. અત્યારે આયુષ્ય ઘણું ટૂંકું થઈ ગયું છે. સમય વહી રહ્યો છે. તેને કોઈ અટકાવી શકે તેમ નથી. જો સમયને હરાવવો હોય તો એક જ ઉપાય છે અને તે એ કે સમયની ઝડપ કરતાં વધુ ઝડપથી આપણે પ્રગતિ કરવી. સત્સંગ દ્વારા આભદર્શન પ્રામ કરવા તેનો લાભકારી ઉપયોગ કરો.

સત્સંગ એ જ તમને સંસારમાંથી મોક્ષરૂપી બીજે કિનારે લઈ જનાર સહીસલામત નૌકા છે.

રોજ એક-બે કલાક જીતા, ઉપનિષદ, રામાયણ, યોગવાસિષ્ઠ કે ભાગવતનું વાચન કરી શકો. આથી ધીમે ધીમે તમારું મન શુદ્ધ થશે. તમને આધ્યાત્મિક માર્ગ સાચો રસ ઉત્પત્ત થશે. ધીમે ધીમે તમને સત્સંગના અગણિત ફાયદા જણાશો.

'આવતીકાલ' પર રાખશો તો તે કદી આવવાની જ નથી. આ માનવજન્મની ફરીથી પ્રાપ્તિ થવી ઘણી મુશ્કેલ છે. સત્સંગ દ્વારા આત્મ-સાક્ષાત્કાર માટે તેનો સદ્દુપયોગ કરો. સત્સંગથી સત્ત ચિત્ર આનંદ આત્માનો અનુભવ કરો. તો જ તમે મુક્ત થઈ શકશો.

**વક્તા : મહામંડલેશ્વર સ્વામી વિશ્વેશરાનંદગિરિજી મહારાજ, અધ્યક્ષ, સંન્યાસ આશ્રમ, મુંબઈ**

**વિષય : આધ્યાત્મિક શિક્ષણની આવશ્યકતા**

આધ્યાત્મિક જીવન એટલે ઈન્દ્રિયજન્ય, ક્ષણભંગુર, અશાશ્વત, અવસ્તાવિકતાઓને પેલે પાર

જીવાનો ઉત્કટ પ્રયત્ન કરનારું જીવન. દિવ્ય તાત્ત્વિકતાનો અનુભવ કરવો. આ સતત બદલાયા જતા

અને નિરંતર સરતા જતા આ દશ્ય જગતને પેલે પાર પહોંચી ઊધરોહણ કરવું.

જેવી રીતે વચ્ચમાં સૂતરના તાણાવાણા, માટીના વાસણમાં પૃથ્વી, સુવર્ણ અલંકારમાં સોનુ હાજર છે, તે જ રીતે પરમાત્મા સદૈવ હાજરાહજૂર છે. તે નિત્ય ઉપસ્થિત જ છે.

જેવી રીતે તેલાબિયાંમાં તેલ છૂપું હોય છે. એવું આ તત્ત્વ છે. બહારથી બી કોરુંધાકોર લાગે, પરંતુ એની ભીતર સ્લિંગ તેલ સમાયેલું છે જ. જે રીતે દૂધમાં માખણ છે, એ જ રીતે આ મિથ્યા જગતમાં અપ્રગટ સત્ય છુપાયેલું છે.

સર્વ જીવોમાં પરમાત્મા ગુમ રૂપે હાજર છે. એની સૂક્ષ્મતાને કારણે એ ગુમ છે. આપણને માણસોને નામ અને રૂપના આધારે જ ચિંતન કરવાની ટેવ છે, પરંતુ એ નામ અને રૂપથી પર એવું સત્ત્વ છે, સત્તા છે. તેજોમય ચૈતન્યસ્વરૂપ છે. નિત્ય બદલાતા અને સતત સરતા જતા આ જીવનમાં તમારે સૂક્ષ્મ દણ્ઠિ કેળવવી જોઈએ. આ સૂક્ષ્મ દણ્ઠિ તમારી ચિત્તશુદ્ધિ દ્વારા જ મેળવી શકાય. આપણી દણ્ઠિ પવિત્ર થાય, ચિત્ત સૂક્ષ્મતા જીવી શકે એવી પવિત્રતા કેળવવા માટે જીવનમાં આધ્યાત્મિક શિક્ષણ અતિ આવશ્યક છે.

### વક્તા : ડૉ. નરેશ વેદ

### વિષય : નૈતિક શિક્ષણ એક અંગ શિક્ષણનું

આજના શિક્ષણ જગતમાં ડોક્યુનું કરીએ તો આપણને નથી લાગતું કે આપણે પથભ્રષ્ટ થયા હોઈએ. આપણે પાશ્વાત્ય શૈલીનું અનુકરણ કર્યું પરિણામે ઋષિમુનિઓએ ચીધેલા માર્ગથી ચ્યુત થયા હોઈએ એવું ભાસે છે. સા વિદ્યા યા વિમુક્ત્યેની ભાવના હ્રાસ પાણી છે. પંચમુખી શિક્ષણ વિભાવના ભૂલી ગયાં છીએ. વિદ્યાર્થીનો સર્વાંગી વિકાસ થાય તો તે પૂર્ણ માનવ બને. મા કુઝે જન્મ લેવાથી માનવ નથી થવાતું. હુમન બીંદુગ થવાની સાધના-પ્રક્રિયા એટલે શિક્ષણ. શિક્ષણ ઘડતર અને ચણતરની પ્રક્રિયા છે. પ્રથમ પાંચ વર્ષ ઘરમાં કૌદુર્યબિકળનો વચ્ચે રહી ઘર વિદ્યાલય સમજ વિકાસ સાધવાનો. ઇ વર્ષથી પંદર વર્ષ પૂર્વજોએ નિશ્ચિત કરેલ વિદ્યાલયનું શિક્ષણ જેમાં વિદ્યાર્થીનો

માનવીના બધા પુરુષાર્થનું એક જ લક્ષ્ય છે - પરમ સુખ અને શાંતિ. સંસાર આમાંનું કશું જ નહીં આપી શકે. પરંતુ સંસારમાં રહીને પણ માણસ આધ્યાત્મિક જીવનમાં સુખ, શાંતિ અને સંતોષ પામી શકે.

આધ્યાત્મિક જીવન એટલે પ્રભુમય બનવું, પ્રભુતાને વધુ ને વધુ પ્રગટ કરવી. જ્ય, કીર્તન, પૂજા, સ્વાધ્યાય, આસન, પ્રાણાયામ અને ધ્યાન જેવા સાધનાના વિવિધ પ્રકારો એ માણસની સામાન્ય માનવીય પ્રકૃતિને પ્રભુમય દિવ્ય પ્રકૃતિમાં પરિવર્તિત કરે છે. ખાતાં-પીતાં-વાતો કરતાં, બીજા સાથે વ્યવહાર કરતા તમારા બાધ્ય જીવનને તમારી ભીતરની આ સાધના ટેકો આપે છે અને બાધ્ય જીવનને દિવ્ય જીવનમાં રૂપાંતરિત કરે છે.

એટલે પૃથ્વી પર રહીને, તમારે પૃથ્વીથી પર એવા કોઈ જગતના જીવ બનવાનું છે. બહારથી માનવીય રૂપ, ભીતરથી પ્રભુનું દિવ્ય રૂપ વિકસાવવાનું છે. આધ્યાત્મિક શિક્ષણનું આ જ રહસ્ય છે.

એટલે પૂરા સાન-ભાનપૂર્વક તમારે આધ્યાત્મિક પથ પર આગળ વધવું જોઈએ. સૌથી પહેલાં સમજણ હોવી જરૂરી છે, બીજું છે - આ સમજણને પ્રત્યક્ષ વ્યવહારમાં ઉતારવી. ત્રીજું છે - ધીરજ અને ખંત, જે આપણને દિવ્ય જીવન બક્ષી શકે.

શારીરિક, માનસિક, બૌદ્ધિક, વ્યવસાયિક અને આધ્યાત્મિક વિકાસ સાધવાનો છે. વર્તમાન પરિપેક્ષમાં SQ-IQ-EQ સ્પીરીચ્યુઅલ, ઇન્ટેલીજન્સ અને ઇમોશનલ એજયુકેશન વધારવા સિવાય બીજો કોઈ ઇલમ નથી. મનુષ્ય અવતાર દુર્લભ છે. સંવેદનશક્તિ અને સ્મૃતિશક્તિ મનુષ્યને ઈશ્વરે આપેલી છે. એના દ્વારા જ માનવજીવન પૂર્ણ બની શકે.

શિક્ષક શબ્દ શિક્ષા પરથી આવ્યો. જે બાળકને શીખવી શકે, જ્ઞાનની નવી ક્ષિતિજોને આંબવા પેરી શકે તે શિક્ષક. શિસ્ત, ક્ષમા અને કર્ષણાની મૂરત એટલે શિક્ષક; કેળવણી શબ્દ કેળવવા પરથી આવ્યો. બાળકને જીવન જીવવાની તેની ઊર્ભિઓની કિયા જે સહજ રીતે કરી શકે તે શિક્ષક. આથી શિક્ષક જીવનઘડતર કરનાર

સર્વોત્તમ-શિલ્પી છે. પૂર્વે બાળકને ગુરુકુળમાં મૂકી મા-  
બાપ નચિંત થઈ જતાં. ગુરુકુળનો છેદ ઉડતાં સંકુચિતતા  
નિર્માણ થઈ. આજનો માનવી કવિ પ્રિયકાંત મણિયારે  
કહ્યું છે તેવો થઈ ગયો છે-  
“પોષના પરબીદ્યા જેવું ઘર છે મારું, ને સ્ટેમ્પ  
જેવી બારી;

એક છાપાની હજાર પ્રતસમા, ભોરાં પહેરી ફરીએ  
છીએ આપણે.”

### ૦૦૦

આજે જીવનનું ચૈતન્ય ચાલી ગયું છે. સંસ્કૃતિના  
ચિરંતન સંભો દીવાદાંતી સમા હતા તે જાણે કે હોલવાતા  
લાગે છે. સાર્વત્રિક છિભાનિતા કે અસ્તવ્યસ્તતા ભાસે  
છે. મને એક કાચ્યપંક્તિ યાદ આવે છે-

“ઓચિંતો ફયૂઝ જતાં મારા માળામાં અંધારું ધબ  
કોઈક બૂમ પાડી કહ્યું અત્યા નરસિંહ, નાનક,  
તુલસીદાસ, રહીમ ક્યા ?

કોઈ ઈલેક્ટ્રિક્શનને તો બોલાવો, મીરાંએ સ્વસ્થ  
થઈ કહ્યું ગિરિધરગોપાલ ઈલેક્ટ્રિક્શન આવે ત્યાં સુધી  
મીણબતી તો લાવો. ત્યારથી મારા દેશમાં ચાલી  
મીણબતીની શોધાશોધ.”

### ૦૦૦

પશ્ચિમી આકમણ સામે આપણે આપણું  
અસ્તિત્વ ખોઈ બેઠાં છીએ. તેને માર્ગદર્શન કોણ  
કરશે. આપણી વિદ્યાપીઠો, વિદ્યાલયો. આ સંદર્ભમાં  
નૈતિક શિક્ષણ- Moral Education જે Code of  
Conducts છે તે શેમાંથી મળે ? આપણી શુત્તિ-  
સ્મૃતિ-સંહિતા-વેદ-ઉપનિષદ જ્ઞાનના અગાધ ભંડાર  
છે. જેમાંથી નીતિમત્તાનું શિક્ષણ મળી રહે છે. જે

અભ્યુદ્ય, શ્રેયસ્કર માર્ગે આગળ ધપાવે તે  
નીતિશિક્ષણ. નીતિશાસ્ત્ર, હિતોપદેશ, પંચતંત્રમાંથી  
નૈતિક શિક્ષણ મળી રહે છે. જે આપણા મન, બુદ્ધિ,  
ચિત્ત, અહંકાર પર આંતરિક અસર કરી વિદ્યાર્થીને-  
વ્યવહારિક, અધ્યાત્મિક શિક્ષણ આપી પૂર્ણ બનાવા  
પ્રયત્ન કરે છે. સાચા અર્થમાં સા વિદ્યા યા વિમુક્તયેની  
ભાવના ચરિતાર્થ કરી આપે છે. નીતિનો સંબંધ  
હૃદય, ભાવના અને ઉર્મિઓ સાથે છે. વડીલોને  
આદર, મૈત્રી, સંન્માન, જેવા સદ્ગુણો ખીલવવાનું  
કાર્ય નીતિશિક્ષણનું છે. નીતિશિક્ષણ દ્વારા આપણી  
સંસ્કૃતિ તરફ ભાવ જાગે અને અંતિમ ધ્યેય  
ચરિત્રનિર્માણનું સાકારિત થઈ શકે. વિચારવાન  
નાગરિકો તૈયાર કરવાનું કામ નીતિશિક્ષણનું છે.  
નીતિશિક્ષણ દ્વારા રાષ્ટ્રપ્રેમ જાગૃત કરી શકાય.  
નીતિશિક્ષણને જીવનનો ધોરણમાર્ગ બનાવીએ તો  
ઉત્તમ નાગરિકો નિર્માણ થઈ શકે. આજે સાર્વત્રિક  
માનવ મૂલ્યોનો ડ્રાસ થઈ રહ્યો છે, બ્રાચ્યારનો  
ભોરિંગ ભરડો લઈ રહ્યો છે. ટી.વી. ચેનલોના  
આકમણ અને મોબાઇલ, ઈમેલની દુનિયામાં બાળક  
ગુમરાહ થઈ રહ્યો છે ત્યારે નિશ્રેયસ્કર-અભ્યુદ્યનું  
શિક્ષણ કોણ આપી શકશે ? મને તો નીતિશિક્ષણ  
એક માત્ર ઉપાય સૂજે છે. અતે એક પંક્તિ ટાંકી  
લઉ -

“નિર્માણો કે પાવન યુગમે હમ ચરિત્ર નિર્માણ ન ભૂલેં  
સ્વાર્થસાધના કી આંધી મેં સંસ્કૃતિ કા સંન્માન ન ભૂલેં  
શીલ, વિનય, આદર્શ શિષ્ટતા તાર બીના ઝંકાર નહીં  
ભૌતિકતા કે ઉત્થાનો મેં હમ ચરિત્રનિર્માણ ન ભૂલેં.”

સંકલન : શ્રી ચંદ્રકાંત વ્યાસ

## આગામી કાર્યક્રમો

- (૧) ગુરુવાર, તા. ૨૧મી જૂન, અખાઢી બીજની સાંજે ૪-૩૦થી ૫-૩૦ સુધી આશ્રમ પરિસરમાં આશ્રમસ્થિત ભગવાન શ્રી જગમાથ મહાપ્રભુ, શ્રી બળભદ્રજી અને શ્રીશ્રી સુભ્રાજીની રથયાત્રા થશે. સૌ ભક્તોને આ પવિત્ર લાભ લેવા હાર્દિક નિમંત્રણ છે.
- (૨) તા. ૩૪ જુલાઈ મંગળવારના રોજ ગુરુપૂર્ણિમા

અને તા. ૧૨મી જુલાઈ ગુરુવારના રોજ બ્રહ્મલીન શ્રી સદ્ગુરુદેવ શ્રીમત્ર સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજનો ૪૮મો મહાસમાધિ-આરાધના દિવસ, બંને દિવસે શિવાનંદ આશ્રમમાં સાંજે ૫-૩૦ થી ૭-૦૦ વાગ્યા સુધી ગુરુપાદુકાપૂજન તથા ભંડારો-પ્રસાદ થશે, સૌ ભક્તોને લાભ લેવા હાર્દિક નિમંત્રણ છે.

## અમૃતપુત્ર-૧૨

- શ્રીમતી રાજલક્ષ્મી દેશપાંડે

[‘અમૃતપુત્ર’ના અંશો પૂજ્યશ્રી ગુરુદેવ શ્રીમતુ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજ સમક્ષ લોનાવલા-ખંડલા અને દહેરાદૂનમાં વાંચવામાં આવેલા. મૂળ મરાઠી લેખન અને પછી હિન્દી ભાષાંતર શ્રીમતી રાજલક્ષ્મી દેશપાંડે કર્યું છે. તેમની અનુમતિથી આ ગુજરાતી ભાષાંતર હિ.જ.ના ગુરુભક્ત સાધકોની સેવાર્થી પ્રસ્તુત કરવાનો આનંદ છે. -સંપાદક]

રાત્રીના દસ વાગ્યા હતા. આશ્રમમાં રાત્રીનો સત્સંગ પૂરો થવામાં હતો. સ્વામીજીએ પ્રાર્થના કરી.  
**‘સર્વે ભવન્તુ સુખિનઃ, સર્વે સન્તુ નિરામયાઃ ।**

**સર્વે ભદ્રાણિ પશ્યન્તુ, મા કશ્ચિત્ દુઃખમાખ્યાત् ॥**

એટલામાં સત્સંગ હોલમાં કોઈએ આવીને કહ્યું...  
 બહાર એક રોગી સ્વામી ચિદાનંદજીની રાહ જોઈ રહ્યો છે. હાથમાં ટોર્ચ લઈને સ્વામી ચિદાનંદજી બહાર આવ્યા. ખૂબ જ ખરાબ હોલમાં એક પંજાબી સાધુ બહાર પડ્યો હતો. સ્વામીજીએ તેના તરફ જોયું અને મનમાં ને મનમાં બોલ્યા...

‘આપનું ત્રિભુવનસુંદર રૂપ છોડીને આવા આ સાડેલા હાથ-પગ લઈને અહીં શા માટે પધાર્યા પ્રભુ ! તમે બહુરૂપી છો, મને છેતરી શકો તેમ નથી. નાથ ! હું આપને ઓળખી ગયો છું. ભગવન્ ! કસ્તૂરીતિલક અને ચંદનની સુગંધ ધૂપાવવા માટે આ રોગી શરીરની ગંધ સમગ્ર વાતાવરણમાં લઈને આવ્યા છો, દીનાનાથ ! ચાલો ! હવે આપની પૂજા આ સ્વરૂપે કરવાનું સૌભાગ્ય આપવા બદલ દાસ આપનો ઋષી રહેશે... પરંતુ પ્રભો ! આપની પૂજા કરવાનું મારું કામ રોકાઈ જવાનું નથી જ... !

‘ધૂપ, અત્તર અને સુગંધિત પુષ્પોથી જ શું સેવાની સુગંધ પ્રસરે છે ?’

‘જુઓ, હવે કલોરોફોર્મ, ટર્પેન્ટાઈન અને બીજી દવાઓની સુગંધ માણો..’

સ્વામીજીએ તેમને આશ્રમના દવાખાનામાં રાખવા માટે શ્રી ગુરુદેવની આજ્ઞા માગી. તેઓ તો ડોક્ટર હતા. સંન્યાસી પણ ખરા જ. સમગ્ર માનવ જાતિ માટે પ્રેમ અને કરુણા વરસાવનાર, હવે આ સેવાને માટે ના કેવી રીતે કહે ?’

ચિદાનંદજીએ પોતાની કુટીરની સામે જ આ સાધુ માટે એક જૂંપડી બનાવડાવી. દવાઓ લગાડીને તેના

શરીરમાંથી કીડાઓ કાઢ્યા. તેના જ્યારો ઉપર પોતાને હાથે જ મલમપડી કરી. પોતાનાં શરીરધર્મ માટે પણ ઊઠી-બેસી શકવાની ક્ષમતામાં એ ન હતો. આમ સ્વામીજીએ તેનાં મળમૂત્ર સ્વચ્છ કરવાની પણ સેવા કરી. વાળંદે તેના વાળ કાપી આપવા માટે ના પાડી દીધી, એટલી હદે તેનું શરીર ગંધાતું હતું. પરંતુ સ્વામી ચિદાનંદજી માટે તો કંઈ પણ... બધું દાકુર સેવા જ હતી. તેઓએ માતાના વાત્સલ્યથી એ પંજાબી સાધુની સેવા કરી, પરંતુ પરમાત્મા પણ તેમના સેવાભાવને પરખતા હતા. એવામાં જ એક રાત્રે ભયંકર તોફાન આવ્યું અને તે સાધુની જૂંપડી પડી ગઈ. હવા ખૂબ જ જોરથી ફૂંકાતી હતી. વાદળ ગરજતાં હતાં. કોઈ પણ ક્ષણે જોરદાર વરસાદ પડવાનાં અંધાણ હતાં. ચારેય તરફ અંધારું થઈ ગયું હતું. તેની સાથે જ ભયંકર ભયાવહ વીજળીના કડાકા પણ થતા હતા. સૌ પોતપોતાની કુટીરોમાં બેઠા હતા, અને બહાર આ અસહાય જીવ ! પરંતુ તે એકલો ન હતો. ભલે આખુંયે જગત મોહું ફેરવી લે, પરંતુ જેને માથે ભગવાનનો હાથ છે, તે ભલા એકલો કેમ હોઈ શકે ? સ્વામીજી આ તોફાનમાં પોતાની કુટીરથી બહાર આવ્યા. પોતાના હાથે તેને ઊંચકીને તેને નિકટની સુરક્ષિત જગ્યાએ સુવડાવ્યો. તેનો ખાટલો, તેની જરૂરી ચીજો બધું જ તેની જૂંપડીમાંથી લાવી તેની પાસે મૂક્યું. રાતની વ્યવસ્થા તો થઈ ગઈ. બીજે દિવસે તેને માટે નવી જૂંપડી બનાવડાવી - ક્યારેક તે મીઠાઈ ખાવાની ઈચ્છા કરતો. આશ્રમમાં તે વળી મીઠાઈ ક્યાંથી લાવવાની ? ત્યાં તો સાધકો માટે સાદાં ભોજનની જ વ્યવસ્થા હતી. તે સાધુ મીઠાઈ બનાવવાની વિધિ દરરોજ બતાવતો અને સ્વામીજી એ મીઠાઈઓ પોતાના હાથે બનાવીને તેને જમાડતા. ધીરે ધીરે તે સાજો થઈ ગયો. હરવા ફરવા

લાગ્યો. પોતાની જાતે નહાવાધોવા લાગ્યો. તે જ દિવસોમાં સ્વામીજીને શ્રી ગુરુદેવ સાથે તેમની અવિસ્મરણીય ભારત-શ્રીલંકા યાત્રામાં જવાનું હતું અને તે પંજાબી સાખુએ પણ અમૃતસર ખાતે પોતાના આશ્રમમાં જવાની ઈચ્છા વ્યક્ત કરી. ટિકિટના પૈસા આપીને સ્વામીજીએ સ્નેહપૂર્વક તેને વિદાય આપી.

પરંતુ સ્વામીજીની આવી સેવાઓ માત્ર એક જ વ્યક્તિ પૂરતી સીમિત ન હતી.

સાંજે સ્વામીજી ગંગાતટે ફરવા ગયા હતા. ત્યાં કુષ્ટરોગીઓની ખાસ્સી મોટી લાઈન ભીખ માગવા માટે બેસેલી હતી. સ્વામીજીને જોઈને તેઓ વિચારતા હશે કે આ સંન્યાસી જે પોતે જ બિક્ષા વહન કરીને જીવન યાપન કરે છે, તે વળી અમને શું આપશે ?

પરંતુ સ્વામીજીના મસ્તિષ્કમાં તેમનું ભલું શું અને કેમ કરી શકાય તે જ વિચાર ચાલતો હતો. તેમનો વિચાર... તેમની ચિંતા એક દુર્ઘટનાને કારણે કાર્યમાં પરિણાત થઈ ગઈ. ૧૮૫૮માં ભયંકર વર્ષાતંડવમાં... મુશળધાર વૃદ્ધિને કારણે મુનીકી રેતીમાં રહેતા કુષ્ટરોગીઓની ઝૂંપડીઓ પાણીમાં તશાઈ ગઈ. સંકટના સમયે બાળક જેમ પોતાની માતા પાસે દોડીને જાય, તેવી રીતે બધા જ કુષ્ટરોગીઓ શિવાનંદ આશ્રમના આશ્રયે દોડી આવ્યા. અને ફરીથી એકવાર સ્વામી ચિદાનંદજીએ તેમની સેવાર્થે કમર કસી. શ્રી ગુરુદેવની અનુમતિ લઈને સૌને ગરમાગરમ ભોજન-જમણ જમાડ્યું. ત્યારબાદ તેમણે જિલ્લાધીશ-કલેક્ટરનો સંપર્ક કર્યો. ગામના લોકોની સભા બોલાવીને 'કુષ્ટનિવારણ સમિતિની રચના કરી. તેમણે હણીકેશ બદરીનારાયજી માર્ગ પર બ્રહ્મપુરી નામની કુષ્ટરોગીઓની વસાહતની સ્થાપના કરી. તેમના જીવનનિર્વાહ અને અનાજ્ઞાણી મળી રહે માટે એક ફંડ ઉભું કર્યું. તેમને માટે એક ડોક્ટરની નિમણૂક કરી. આ બધાં સામે સ્વામીજીની એક જ શરત હતી કે... ફરીથી તમો ભીખ નહીં માગો... અને આંગળીઓ વગરના અગણિત હાથ આકસ્મિક જ જોડાઈ ગયા. તેમની આંખો ભીની થઈ. આર્ત હૃદય વ્યાકુળ બન્યું... અરે ! આ તો કોઈ પથગંબર છે... એમ લોકો કહેવા લાગ્યા... પરંતુ આ પથગંબર તો તેના નિશ્ચ જીવનની રફતારમાં જીવે જ

જતો હતો. તેને માટે તો સેવા એ જ જીવનનો પર્યાય હતો... તે શાંતિથી જીવી રહ્યો હતો... જાણો... તેણે કંઈ કર્યું જ નથી.

શ્રી ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજનો પ્રાકટ્ય દિવસ આઠમી સાઢેભરે ઉજવવામાં આવતો હતો. તેમના શિષ્યો દર વર્ષે આ ઉત્સવ આનંદ અને ઉમંગથી ઉજવતા હતા. તે દિવસે સત્સંગ, ભજન ઉપરાંત બ્રહ્મપુરીમાં ફળ અને મિષ્ટાન વહેંચવામાં-પીરસવામાં આવતાં હતા. આ વર્ષે શ્રી ગુરુદેવના મનમાં પોતાના વહાલા શિષ્યનો જન્મોત્સવ ઉજવવાનો વિચાર આવ્યો. તેમણે કહ્યું,

'આપણે ચોવીસમી જૂનના રોજ સ્વામી ચિદાનંદજીનો જન્મોત્સવ ઉજવશું...' 'પરંતુ... તેમની જન્મતારીખ તો ચોવીસ સાઢેભર છે' તેવું નિજબોધ સ્વામીજીએ કહ્યું.

શ્રી ગુરુદેવ થોડું હસ્યા... મલક્યા... પદ્ધી બોલ્યા.

'હા, એ તો છે. પરંતુ આઠમી સાઢેભર પદ્ધી ચોવીસમી સાઢેભર ઉજવવામાં આવે તો તેનું કંઈ વિશેષ મહત્વ નહીં રહે. સ્વામી ચિદાનંદજીનો જન્મોત્સવ તો ખૂબ ધામધૂમથી ઉજવવો જોઈએ. તેમની પૂજા તે સાક્ષાત્ પરમાત્માની પૂજા છે. તેઓ તમારા ગુરુ છે. મારા પણ ગુરુ છે. આ તેમનો છેલ્લો જન્મ છે. હવે તેમના જીવનમાં આ જન્મમરણના ચક્કનું કંઈ વિશેષ મહત્વ કે પ્રયોજન નથી.

આશ્રમમાં ચોવીસમી જૂને ખૂબ જ ભક્તમહેરામણ ઊભરાયો. સ્વામી ચિદાનંદજીના ગુરુભાઈઓના મનમાં પણ તેમના પ્રત્યે ખૂબ જ આદર, પ્રેમ, ભક્તિ અને સદ્ગુરૂભાવ હતો. તેઓ સૌના વહાલા હતા. આમ પ્રત્યેક ગુરુભાઈના મનમાં પોતાના વહાલસોયા ભાઈના પ્રત્યે આદર અને પ્રત્યેકના મનમાં રહેલ સ્નેહ તથા સૌજન્યને વ્યક્ત કરવાનો અવસર હતો.

બધા ગુરુભાઈઓ અને ભક્તોએ મળીને તેમને ઊંચા આસને બેસાડ્યા. દૂધ અને ગંગાજળથી તેમનાં શ્રીચરણોને પખાળ્યા. તેમના કંઠમાં પુષ્પમાળાઓ પહેરાવવામાં આવી, ધૂપ-કપૂરથી તેમની આરતી

ઉતારવામાં આવી. પરંતુ શ્રી ગુરુદેવની સામે બેસીને શું સ્વામી ચિદાનંદજી આવી પૂજા ગ્રહણ કરી શકે ? તેમણે મનોમન બધી જ પૂજા શ્રી ગુરુદેવના શ્રીચરણે અપેણા કરી.

પોતાના ગુરુભાઈઓની ભીડમાં પણ તેઓ ગહન ધ્યાનમાં હતા. તેઓ દેહાતીત અવસ્થામાં હતા કે તેમના શરીર પર કરવામાં આવતા ઘોડશોપચાર તો તેમને કે તેમના મનને સ્પર્શી પણ નહીં.

ચિદાનંદજીના ગૌરવ માટે સૌ સાધુઓ કંઈક ને કંઈક બોલવા માગતા હતા. તેનો પ્રારંભ શ્રી ગુરુદેવે કર્યો. તેમણે કહ્યું, ‘સ્વામી ચિદાનંદજીના પ્રાગટ્યઉત્સવની પૂજા પ્રત્યક્ષ પરમાત્માની પૂજા છે.’ સ્વામી ચિદાનંદજીએ આ સાંભળી માથું ખૂબ નીચે ગૂકાવી રહ્યું. અરે ! આ શું થઈ રહ્યું છે. તેમના મનમાં ભારે ગડમથલ ચાલી. હું જેને ઈશ્વર માનીને પૂજું છું તે ઈશ્વર જ પોતાના ભક્તની પૂજા કરી રહ્યો છે. ‘ખુદા બંદ કી ઈશ્વરાદત કર રહા હૈ ?’ તેમણે બહુ જ શરમનો અનુભવ કર્યો.

શ્રી ગુરુદેવ કહી રહ્યા હતા... ‘આવા મહાન આત્માઓનો જન્મ દિવસ ઉજવતી વખતે આપણે તેમનાં સત્કાર્યો અને તેમનાં જીવનચરિત્ર વિશે વિચારીએ છીએ. તેમનો સંદેશ સાંભળીએ છીએ. તેઓ કયા શુભ માર્ગ ચાલ્યા. તેમણે પોતાનું જીવન કેવી રીતે જવ્યું ? એ બધું આપણે સાંભળીએ છીએ. આમ તેમના તમામ સદ્ગુણોની મૂર્તિ આપણી સમક્ષ ખડી થાય છે; આ બધાંનો હેતુ છે આપણે પણ તેમના જેવું જીવનયાપન કરવા માટે પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. તેમના સદ્ગુણો આપણા દૈનિક જીવનમાં આત્મસાતૃ થાય તદર્થે જાગૃતપણે પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. આજે અહીં ઉપસ્થિત પ્રત્યેક વ્યક્તિએ સ્વામી ચિદાનંદજી વિશે કંઈક જાણ્યું અને સાંભળ્યું હશે. હવે આજે તે મનોમન નિશ્ચય કરે કે, ‘હું પણ ચિદાનંદજી જેવો બનવાનો પ્રયત્ન કરીશ.’ તે મહા ભાગ્યવાન હશે.

આપણે સારી વાતો જલદીથી ભૂલી જઈએ છીએ. પરંતુ મનને વારંવાર સારાં બનવાની યાદ અપાવવા માટે જ આ જન્મોત્સવો હોય છે, માટે જ આવા જન્મસમારોહો ધામધૂમથી ઉજવવા જોઈએ.

આટલું કહેતાં ફરીથી શ્રી ગુરુદેવે કહ્યું, ‘મહાન વ્યક્તિઓના જન્મ દિવસ, જયંતી, પુણ્યતિથિ શા માટે ઉજવવી જોઈએ ? તેમના ઉદ્ભોધનમાં જમાવટ થતી જતી હતી...’

‘દ્યા, સેવાવૃત્તિ, સમગ્ર પ્રાણીમાત્ર માટે પ્રેમ, ભક્તિ આ સદ્ગુણોનો વિકાસ કરો. ખૂબ જ્યે કરીને મનને નિરંતર વશમાં રાખો.’ અને અંતે બોલ્યા- ‘દરેક વ્યક્તિ સ્વામી ચિદાનંદજી જેવી મહાન વ્યક્તિ બને.’

સ્વામી પરમાનંદજીએ જીવનમુક્ત સંતની છબી સ્વામીજીને ઉપહારમાં આપી. તેમણે કહ્યું, ‘સ્વામી ચિદાનંદજી જીવનમુક્ત છે. કૂતરાં, બિલાડાં કે વાંદરાઓને પણ પ્રેમ આપે છે, પ્રેમથી જમાડે છે. બીમાર પ્રાણીઓની જીવન રક્ષાર્થી મોંઢાં ઈન્જેફ્શનો આપે છે. તેમને પોતાના અંગત જીવન ભણી જોવાની કુરસાદ જ નથી. પરંતુ રોગી અને ત્રસ્ત લોકોની સેવામાં તે કલાકો સુધી સેવાનિરત રહે છે. ચિદાનંદજીનું જ્ઞાન, ક્ષમતા અને તેમની નિષ્ઠાનો હજારમો ભાગ પણ જો મારા જીવનમાં હોત તો હું ત્રોટકાચાર્યનું સ્થાન પામી શક્યો હોત.’ સ્વામી હરિશરણાનંદજીએ કહ્યું, ‘સ્વામીજી જે નિષ્ઠામ સેવા કરે છે, તેની વ્યાખ્યા કરવી દુષ્કર છે. તેમની પાસે જે કોઈ પણ આવે તે નારાયણ જ છે... તેવી ભાવનામાં જ તેઓ પ્રત્યેક શ્વાસ લઈ રહ્યા છે.’

‘હા !’ નારાયણ સ્વામીજીએ કહ્યું. ‘તમો તો અનેક કળાઓના અધિકારી છો. આદર્શ સાધક છો. તત્વજ્ઞાની અને રાજ્યોગી પણ છો. આપ જન્મજાત મહાન સંત છો.’

હવે ચિદાનંદજી ઉભા થયા, અને શ્રી ગુરુદેવને સાણંગ દાડવત્ત પ્રણિપાત કર્યા. ગુરુદેવે કહ્યું, ‘ઉઠો, અધ્યાત્મજ્ઞાનજ્યોતિ !’

‘અધ્યાત્મજ્ઞાનજ્યોતિ’ આ પદવી શ્રી ગુરુદેવે તેમને આપી હતી. બહુ જ દીનભાવે શ્રી સ્વામીજીએ કહ્યું, ‘આપ સૌની શુભેચ્છાઓ અને આશીર્વાદને હું શિરોધાર્ય કરું છું. પરંતુ આ બધાને તો ગુરુકૃપાનું મૂર્ત સ્વરૂપ જ અનુભવું છું. ‘ચિદાનંદ’ નામની માટીની આ (અનુસંધાન પાના નં. ૨૧ ઉપર)

## તोરा મન દરપન કહેલાયે

ડૉ. હરીશ દ્વિવેદી

‘તોરા મન દરપન કહેલાયે,  
ભલે બુરે સારે કર્મો કો દેખે ઔર દિખાયે...’

આપણા મનને અહીં દર્પણની સાથે સરખાવવામાં આવ્યું છે. એ દર્પણની અંદર આપણે આપણા પ્રત્યેક કર્મનું પ્રતિબિંબ જોઈ શકીએ છીએ. આખું કાચ ખૂબ જ સુંદર છે. તેની વાત ક્યારેક ફરી કરીશું પરંતુ આ દર્પણમાં આપણું પ્રતિબિંબ જોવું કઈ રીતે? એને માટેની સૌથી સીધી અને સરળ રીત તે આત્મનિરીક્ષણ છે.

એને માટે સહૃદય તો જીવનમાં આત્મનિરીક્ષણ કરતાં શીખવું પડશે. આ આત્મનિરીક્ષણનો એકડો અમે ફાખર વાલેસ પાસેથી શીખ્યા હતા. કોલેજ જીવનનું એ પ્રથમ વર્ષ હતું. આખી કોલેજમાંથી અમને બાર વિદ્યાર્થીઓને પસંદ કરી માઉન્ટ આખું લઈ જવામાં આવ્યા હતા. નવું નવું જીવનાની અને શીખવાની સહૃદને ખૂબ જ ઈંતેજારી હતી. અમારાં નિત્યક્રમમાં રાત્રે સૂત્રા પહેલાં લગભગ એક કલાકનો સમય આત્મનિરીક્ષણ માટે નિશ્ચિત રાખવામાં આવ્યો હતો. એ દરમિયાનમાં મૌન રહેવાની સૂચના પણ આપવામાં આવી હતી. દિવસ દરમિયાન સારા-નરસા જે કંઈ વિચારો મનમાં આવ્યા હોય એની નોંધ અમે રાખતા હતા. બીજા દિવસે એ અંગે મુક્ત મને ચર્ચા પણ કરવામાં આવતી હતી.

આત્મનિરીક્ષણની અમારી એ સહૃદય તાલીમ હતી. પોતાની જાત સાથે સંવાદ કરવાનો એ પહેલો અનુભવ હતો! એનાં સ્પંદનો આજે પણ એટલાં જ રોમાંચકારી છે. એ વાતને આજે તો જ્ઞાને ઘણાં વર્ષો વીતી ગયાં છે. પરંતુ યુવામન ઉપર પડેલ એની અમીટ છાપ હંમેશને માટે પ્રેરણ આપતી રહી છે.

આપણા શરીરના અદ્ભુત યંત્રમાં લોહીના શુદ્ધીકરણની પ્રક્રિયા સ્વયંસંચાલિત રીતે ચાલ્યા જ કરતી હોય છે. એટલે એ તરફ આપણે કોઈ ધ્યાન આપવાની જરૂર રહેતી નથી. પરંતુ મનમાં પ્રવેશતાં અશુદ્ધ કે નિષેધાત્મક વિચારો ઉપર આપણું કોઈ નિયંત્રણ ન હોવાથી એમના પ્રત્યે આપણે ખૂબ જ સભાન રહેવાની જરૂર છે. એના માટે આપણા મનના પ્રવેશદ્વાર ઉપર એક જાગૃત પહેરેદારને આપણે બેસાડવો પડશે. જેની રજામંદી સિવાય કોઈ વિચાર અંદર પ્રવેશી શકે નહીં.

આપણા મનના આ પહેરેદારને બહાર શોધવા

જવાની પણ જરૂર નથી. આપણા સહૃદની સેવામાં એ હંમેશને માટે હાજરાહજૂર છે. એનું નામ છે વિવેક. માણસ જાતને મળેલી એ મોટામાં મોટી બક્ષિસ છે. એ એની આગવી વિશેષતા છે. સહૃદય તો આપણા મનની સમક્ષ કોઈપણ વિચાર આવીને ઉભો રહી જતો હોય છે. એને અંદર પ્રવેશ આપતાં પહેલાં બે ક્ષણ માટે આપણે એને થોભી જવા માટે કહેવું પડશે. એ બે ક્ષણ ખૂબ જ મહત્વની હોય છે. એ દરમિયાનમાં તટસ્થ રહીને નીરક્ષિરનો વિવેક કરતી શક્તિ (Discrimination) નિર્ણય લઈને એને સ્વીકારવો કે નહિ એ નક્કી કરે છે. આ રીતે ઘોડાપૂરના વેગે આવતા વિચારોને બે ક્ષણ માટે થોભી જવાનું કહેતાં એ થોડા શાંત પડી જતા હોય છે અને પછી એમાંથી કોને અંદર પ્રવેશ આપવો એ આપણી વિવેકદિષ્ટ નક્કી કરે છે.

આ રીતે આપણા મનમંદિરની પવિત્રતાનો આધાર આપણા મનનો દ્વારપાળ કેટલો જાગૃત છે, એના પર નિર્ભર છે. એનું કામકાજ કોમચ્યુટરના જેવું છે. એકવાર આપણે એને જે પ્રકારનાં સૂચનોનો ડેટા ફીડ કરી દઈશું, તે પ્રમાણેનો જ આદેશ તે આપવાનો છે. કુદરતે આપણને આવી અજાયબી ભરી કેટકેટલી સુંદર ભેટસોગાદો આપેલી છે, પરંતુ આપણાને સહૃદને એ બધું ખૂબ સહજ રીતે મળી ગયું છે એટલે આપણે મન એનું કોઈ મૂલ્ય નથી. બાકી સૂચિનું પ્રત્યેક સર્જન એના સર્જનહારને ચીંધું હોય છે. એનું સમગ્ર સર્જન સત્ય, શિવ અને સુંદરથી મંડિત હોય છે. એની મંગલમય સૂચિનો અક્ષય ભંડાર આપણી સમક્ષ ખુલ્લો પડ્યો છે. એનો વધુમાં વધુ ઉપયોગ કરતાં આપણે શીખવાનું છે.

આપણા સહૃદના શરીર અને મનના મૂળભૂત બંધારણાનાં તત્ત્વો તો એક સમાન જ હોય છે. જીવનમાં આપણે એમાંથી કઈ ભાવનાઓને, ક્યા વિચારોને, કેવા આદર્શને અપનાવીને સ્વીકારતાં હોઈએ છીએ. તેના આધારે આપણી ટેવો અને તે પ્રમાણે ચારિત્રણનું ઘડતર થતું હોય છે. એટલા માટે જ જીવનમાં પ્રત્યેક ક્ષણે આપણે ખૂબ સાવધાન રહેવાની જરૂર છે. જે સહેજ પણ ગફલતમાં રહ્યા અથવા આપણા વિવેકરૂપી દ્વારપાળે સહેજવાર માટે પણ ઝોકું ખાઈ લીધું તો આવી

(અનુસંધાન પાના નં.૮ ઉપર)

## વૃત્તાંત

**દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘ, અમદાવાદ :** મે મહિનાની પહેલી તારીખે ટળતી બપોરે અમદાવાદની ગુજરાતમાં ઓપડપણી વિસ્તારના બાળકો દ્વારા ચિત્રકામ કરેલા મહાભારતનાં ચિત્રોનું ઉદ્ઘાટન પૂજયશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીએ કર્યું. શ્રી કૌશિક પટેલ ‘માલવણિયા’ની સંસ્થા કૃષ્ણ કલા કલરવ દ્વારા આ કાર્યક્રમનું આયોજન થયું. કિયાંશીકલા કેન્દ્ર અને કૃષ્ણ કલાના સંયુક્ત તત્ત્વવધાનમાં ચિત્રકામ શિખતાં આ ભૂલકાંઓનાં ચિત્રોને જાપાનની આંતરરાષ્ટ્રીય બાળ ચિત્રસર્વધ્ય આયોજતી સંસ્થા યેનો છિકારી આર્ટ એસોસીએશન અને કોલાસરા આર્ટ સોસાયટી (આંધ્રપ્રદેશ) દ્વારા રાષ્ટ્રીય અને આંતરરાષ્ટ્રીય સ્તરે પારિતોષકો મળેલાં છે.

આ ચિત્ર પ્રદર્શનમાં પંદર બાળ કલાકારોના ૧૧૦ ચિત્રોનો સમાવેશ થયો. જેમાં વેદવ્યાસજી ગણેશજીને મહાભારત લખાવે છે તે પ્રસંગથી પ્રારંભ કરીને અંતે પાંડવો છિમાળો ગાળવા ગયા ત્યાં સુધી મહાભારતના તમામ પ્રમુખ પ્રસંગોને આવરી લેવામાં આવેલ. પૂજય સ્વામીજીએ ઉદ્ઘાટન સમયે કહ્યું, ‘આજનું બાળક આવતીકાલના ભારતનું ભવિષ્ય છે. બાળકોમાં રહેલી શક્તિઓને યોગ્ય વિકાસની તક મળે તો બાળક પોતાની ઊર્મિઓને પ્રસ્તુત કરવા માટે મૌન પરિભાષા દ્વારા ચિત્રોમાં તેમની ભાવનાને આકૃત કરી શકે છે. બાળકોનું પોતાનું મનોરાજ્ય છે. આ ઉમરમાં પડેલા સદ-અસદ સંસ્કારોની અસર સમગ્ર જીવન સુધી રહેતી હોય છે, માટે શ્રી કૌશિક પટેલનો પ્રયાસ સ્તુત્ય છે, આવકારદાયક તો છે જ અને પ્રેરક પણ ખરો જ.’

નિરમા યુનિવર્સિટી ખાતે નવા આવેલા શૈક્ષણિક સ્ટાફને આવકારવાનો કાર્યક્રમ ૭મી મેની સવારે ૮-૩૦ વાગ્યે આયોજાયો. પૂજયપાદ શ્રીમત્ સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજે દીપ પ્રાકટ્ય કરીને આ સત્રનું ઉદ્ઘાટન કરી, ઉદ્ઘાટન પ્રવચન કર્યું. ત્યારબાદ શિક્ષા, શિક્ષણ અને શિક્ષણ અને લક્ષ્યહેતુપૂર્વકનું, ચારિત્ર્ય નિર્માણ કરે તેવું શિક્ષણ વિશે પૂજય સ્વામીજીએ વિશદમાં ઉદ્ભોધન કર્યું.

ઇન્દ્રિયન રેડ્કોસ દ્વારા વિશ્વ થેલેસીમિયા દિવસનું આયોજન તા. આઠમીના રોજ અમદાવાદ મેનેજમેન્ટ એસોસીએશનના વિશાળ ઓડિટોરિયમમાં થયું. પૂજયપાદ શ્રીમત્ સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીના પ્રમુખપણે અને શ્રી

સુદર્શન આયંગરજી, ગુજરાત વિદ્યાપીઠના ઉપકુલપતિશ્રી, શ્રી અસીત વોરા મેયરશ્રી, અમદાવાદ મ્યુનિસિપલ કોર્પોરેશન અતિથિવિશેષ રહ્યા હતા. ઇન્ડિયન રેડ્કોસના અધ્યક્ષ શ્રી મુકેશ પટેલની વિશેષ ઉપસ્થિતિમાં ઇન્ડિયન રેડ્કોસના મુખ્ય સચિવ ડૉ. શ્રી મહેશ ત્રિવેદીના પુસ્તક ‘આશાકિરણ’નું વિમોચન કરવામાં આવ્યું. આ પુસ્તક લોહી તરસ્યા રાક્ષસ રોગ થેલેસીમિયા સામે સતત લડતા બાળકોના સંગ્રામની કથાઓનું આલેખન કરવામાં આવ્યું છે.

આ પ્રસંગે થેલેસીમિયા પીડિત બાળકોની સેવાર્થે શિવાનંદ આશ્રમ વતી પૂજય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રી રૂ. ૧,૦૦,૦૦૦/- રૂપિયા એક લાખનું દાન ઇન્ડિયન રેડ્કોસને ખૂબ જ વિનાગ્રતાથી આપ્યું. આ પ્રસંગે શહેરનો વિશાળ શિષ્ટ સમાજ ઉપસ્થિત હતો.

તા.૮મી મેના રોજ સરદાર વલ્લભભાઈ પટેલ ઇન્સ્ટિટ્યુટ ઓફ પલ્બિક એડમિનિસ્ટ્રેશન ખાતે નિવૃત્ત થતા સરકારી અધિકારીઓ માટે ‘નિવૃત્ત જીવનનો આનંદ’ વિષય પર ગ્રાન્ટ કલાકનો એક સેમિનાર પૂજય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીની નિશ્ચામાં આયોજાયો.

૨૭મો યોગશિક્ષક તાલીમ શિબિર તા. ૧૦ મેની સાંજથી શરૂ થયો. ૨૬ યોગ પ્રેમીઓને તેમાં પ્રવેશ મળ્યો. તેમાં ગુજરાત સિવાય આંધ્ર, ઉત્તરાંધ્ર, રાજસ્થાન, હિમાયલ તથા જાપાન, વિયેટનામ, જર્મની અને થાઈલેન્ડના શિક્ષાર્થીઓ જોડાયા. આ યોગ સત્રમાં આસન, પ્રાણાયામ, ધ્યાન, કિયા, મુદ્રા, બંધ, શંખ- પ્રક્ષાલન, ગ્રાટક (ઉપરાંત ગીતા, પાતંજલ યોગદર્શન ઉપરાંત એનોટોમી-ફિઝિયોલોજી સાથે ગાયનેકોલોજી, ઓર્થોપેડિક, ફૂડ અન્ડ ન્યૂટ્રીશન, પેથોલોજી, ડાયાબિટોલોજી, મેનેજમેન્ટ, એજયુકેશન સાયકોલોજી આયુર્વેદ અને શિક્ષા પદ્ધતિ વિશે વિશાદ રીતે અધિકારી વક્તાઓ, ડૉક્ટરો, વૈદો તથા પ્રશાસનિક તજ્જ્ઞો દ્વારા પ્રવચનો થયાં. રેકી ભાગ-૧ તથા રન્નું શિક્ષણ પણ આપવામાં આવ્યું. આ બધા વિષયોની લેખિત અને યોગ વિષયની મૌખિક તથા પ્રેક્ટિકલ પરીક્ષાઓ પણ થઈ. ઉત્તીર્ણ થનારા તમામ પ્રશિક્ષાર્થીઓને ગુજરાત યુનિવર્સિટીને માન્ય પ્રમાણપત્ર જસ્ટિસ શ્રી આર.કે. ત્રિપાઠી સાહેબના વરદ હસ્તે આપવામાં આવ્યાં.

તા. ૨૧ મેથી ૩૦ મે સુધી યોગ-ધ્યાન પ્રશિક્ષણનો ૭૪૭મો શિબિર શિવાનંદ આશ્રમના પ્રાંગણમાં દરરોજ

સવારે ૫-૧૫ થી સવારે ૭-૦૦ વાગ્યા સુધી આયોજાયો.  
જેનો પપપથી વધુ યોગ પ્રેમીઓ લાભ લીધો.

મે મહિનાની ૨૦મી તારીખે ભગવાન શ્રી વિશ્વનાથ મહાદેવનો ૧૮મો પાટોત્સવ ધામધૂમથી ઉજવાયો. બ્રાહ્મમુહૂર્તથી શ્રી વિશ્વનાથ મંદિરમાં હોમાત્મક લઘુરૂદ્રનો મંગળ પ્રારંભ થયો. સોળ વજ્ઞમાન દૂપતી દ્વારા સમ્પત્ત થયેલ યજણની પૂજાહૃતિ પૂજય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજના વરદ હસ્તે સમ્પત્ત થઈ. સાંજે ભસ્મ આરતી પણ પૂજય સ્વામીજીએ કરી. રાત્રે દરિદ્રનારાયણ સેવા પાંકુ ભોજન પીરસીને થઈ ઉપરાંત ૭૫૦થી વધુ ભક્તોએ ભગવાન વિશ્વનાથનો કૃપા પ્રસાદ પ્રાપ્ત કરી ધન્યતા અનુભવી.

તા.૨૬ મેની સવારે ‘સ્વાસ્થ્ય’ તબીબી સેવા સંકુલના સુપ્રસિદ્ધ ડાયાબીટીક ડૉ. મયૂરભાઈ પટેલનું જહેર પ્રવચન આશ્રમની લોનમાં સ્લાઇડ શો સાથે આયોજયું. તા.૨૭મી મેના રોજ ૫૦૦થી વધુ શિબિરાર્થીઓનું રક્ત પરીક્ષણ (લોહીની તપાસ) કરવામાં આવ્યું. આ પ્રસંગે રક્તદાન શિબિરમાં ૩૩ રક્તદાતાઓએ સ્વૈચ્છિક રીતે રક્તદાન કર્યું.

તા.૩૦મી મેની સવારે સન્માનનીય જસ્ટિસ શ્રી આર.કે. ત્રિપાઠી સાહેબની ઉપસ્થિતિમાં ૭૪૭મા યોગ ધ્યાન શિબિરનો સમાપન સમારંભ થયો. આ પવિત્ર પ્રસંગે ઉપસ્થિત રહેવાનું મારું સૌભાગ્ય છે, તેવું કહેતાં તેમણે કહ્યું, ‘આ યોગશિબિર જ માત્ર નથી, આ સંસ્કાર યજ છે. પૂજય સ્વામીજી અથક અને અનવરત શ્રમ લઈને સંસ્કૃતિ સંસ્કાર અને રાષ્ટ્ર પ્રેમની આલબેલ વગાડી રહ્યા છે, તમો સૌને અભિનંદન. સ્વામીજીને કોટીશઃ વંદન.’

ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંધના નેતૃત્વમાં દિવ્ય જીવન સંઘની શાખાઓના પ્રયાસથી દક્ષિણ ગુજરાત, સાબરકાંઠા, ગુજરાત, મહારાષ્ટ્ર અને ગુજરાત રાજ્યસ્થાન સરહદે વસતા આદિવાસી બાળકોને તથા ખાસ કરીને અમદાવાદ સરસ્પુર વિસ્તારના પટણી પરિવારોના બાળકોને એક લાભ વીસ

હજાર નોટબુકોનું વિતરણ શ્રી અરુણભાઈ ઓજા, શ્રી અરુણભાઈ ઉપાધ્યાય, શ્રી પ્રમોદભાઈ દેસાઈ (અંકલેશ્વર), શ્રી લાલજીભાઈ તથા શ્રી હરિભાઈ પટેલ ખેડુભાસા, હરીપુરા વગેરેની ખાસ જહેમતથી તથા શ્રી સંજ્ય પટેલ (ટ્રસ્ટી, ગુ.દિ.જી. સંઘ)ની વિશેષ ઉદારચરિત સખાવત ઉપરાંત અનેક દાતાઓના ઉદારચરિત યોગદાનથી આ જ્ઞાનયજસ-સેવાયજ સફળ થશે. શ્રી ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજનો આ વાર્ષિક સેવાયજ છેલ્લા પાંચ વર્ષથી પ્રારંભાયો છે, જે હવે ધીરે ધીરે નોટબુકો, ચોપડા, જ્વેકબોર્ડ, પાટી-પેન હજારોની સંખ્યામાં વિતરણ કરીને આવતી પેઢીને અક્ષરજ્ઞાન પ્રાપ્તિ માટે સહાયપ્રદ થઈ રહ્યો છે. સર્વે મૂક સેવકોને અભિનંદન.

**ખેડુભાસા :** પૂજયપાદ ૧૦૦૮ મહામંડળેશ્વર શ્રીમત્ સ્વામી અદ્વૈતાનંદજી મહારાજ, પૂજય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ અને દિલ્હી, લખનऊ, ઓરિસાથી જામનગર પથારેલાં પૂજયા માતાજી બ્ર. દિવ્ય સ્વરૂપ અને નાના મોટા પંદર ભક્તો આબુ ખાતે શ્રીશ્રી અંબાજીના મંગળા-શુંગાર આરતીના દર્શન કરી, ખેડુભાસા-રોજન્ટા ખાતે સત્સંગ પ્રસાદ ગ્રહણ કરી, ભક્તોને આશીર્દિન આપી સૌને લાભાન્વિત કર્યા.

**ગુંદાસરા :** રાજકોટ-ગોડલ રસ્તે રીબડાથી ઉગમળી દિશામાં ગુંદાસરા ગામે શ્રી સ્વામિનારાયણ ગુરુકુળના સુપ્રસિદ્ધ બ્રહ્મલીન જોગી સ્વામીના ૧૦૮મા પ્રાગટ્ય મહોત્સવના વિરાટ સામૈયામાં પૂજય સ્વામી માધવપ્રિયદાસજી મહારાજના નિમંત્રણે પૂજયપાદ શ્રીમત્ સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ તા.૫મી મેની સવારે ૮-૩૦ કલાકે ગુંદાસરા પથાર્યા, ત્યાં વડતાલ આચાર્ય સ્વામી અને અગણિત સંતોની વિરાટ સભામાં પૂજય સ્વામીજીએ વહાલા જોગી સ્વામીનો ગુણાનુવાદ કર્યો. પૂજય જોગી સ્વામી ૧૦૭ વર્ષ જીવ્યા હતા. તેમના દર્શન સત્સંગનો લાભ સ્વામીજીએ ખૂબ જ પ્રાપ્ત કર્યો હતો.

## દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘની વાર્ષિક સામાન્ય સૂચના

આથી સંસ્થાના સર્વે સભ્યશ્રીઓને જ્ઞાનવવાનું કે સંસ્થાની વર્ષ ૨૦૧૧-૨૦૧૨ની વાર્ષિક સામાન્ય સભા તા.૧૭-૦૬-૨૦૧૨ રવિવારના રોજ સવારે ૧૧-૦૦ કલાકે શ્રી શિવાનંદ આશ્રમ, જોધપુર ટેકરી, અમદાવાદ-૩૮૦૦૧૫ ખાતે રાખવામાં આવેલ છે. તો સર્વે સભ્યોને સમયસર હાજર રહેવા નમ્ર વિનંતી છે.

દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘનો વર્ષ ૨૦૧૧-૧૨ માટેનો ઓડિટો છિસાબ-સરવૈયું તથા વાર્ષિક અહેવાલ ટપાલ મારફતે મોકલવામાં આવેલ છે, તેની નોંધ લઈ યોગ્ય કરવું.

- મંત્રી, દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘ



## સ્વાદ અને ગુણવત્તાની પરંપરા



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



મસાલા • ઈન્સ્ટન્ટ મિક્સ • બ્લેન્ડેડ મસાલા • હિંગ વગોરેની વિશાળ શ્રેણી અને પેક સાઈઝ



રામદેવ ફૂડ પ્રોડક્ટ્સ પ્રા.લિ.

સ્પાઈસ વર્ક્સ, સરખેજ-બાવળા હાઇવે, ચાંગોડા-ઢેર ૨૧૩, અમદાવાદ. • [www.ramdevfood.com](http://www.ramdevfood.com)



Identity

## ટાઈટલ-૧

### સાચી શાંતિ માટે તીવ્ર દર્શાવા રાજો

તમારી પાસે ડાન બંગલા હોય, વીસ કારો હોય  
અને બેંકમાં લાખો રૂપિયા હોય, તમારી પાસે જગત આપી  
શકે તે બધાં ભૌતિક સુખો હોય, તોપણ તમે આત્મ-  
સાક્ષાત્કારથી પ્રામ થતી પરમશાંતિ મેળવી શકતા નથી.

- સ્વામી શિવાનંદ

## ટાઈટલ-૪

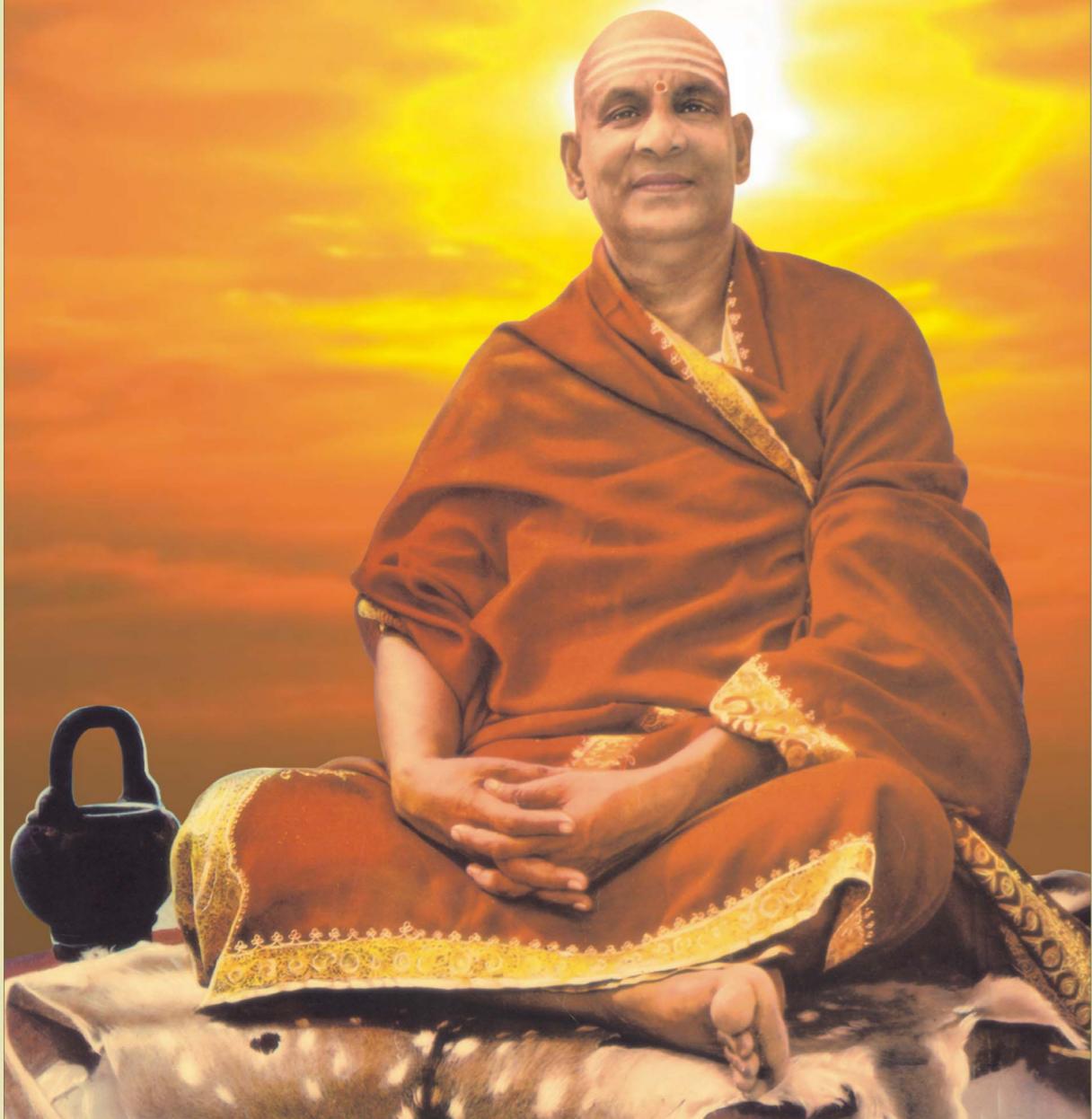
### દિવ્ય નામ

ભગવાનનું નામ એ સર્વથી મોટો ખજાનો છે. દિવ્ય  
નામરૂપી ધન બેગું કરો. જ્યારે તમે ભગવાનનું નામ લો  
છો, ત્યારે ભગવાનનો જ વિચાર કરો. મનને ભટકવા ન  
દો. જે મંત્રનો જપ કરો તે ગુરુએ દીક્ષિત કરેલો હોવો  
જોઈએ. જપ, કીર્તન અને નામસ્મરણ તમારા હદ્યમાં  
પ્રભુપ્રેમનો દીવો પ્રકટાવશે.

- સ્વામી ચિદાનંદ

કલિયુગમાં તમારે ઘણું તપ કરવાની જરૂર નથી. જપ કરો. પ્રભુનું સ્મરણ કરો. રામ નામનું સાતત્ય રાખો. પ્રત્યેક શાસ સેવા અને સ્મરણને સમર્પિત કરો, જીવન ધન્ય થશે. ભક્તિ, મુક્તિ અને શાંતિનો આ જ સાચો માર્ગ છે.

- સ્વામી શિવાનંદ



શ્રી સદ્ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજ (તા. ૧ જૂન, સંન્યાસ ટિવસ-૧૨૫મું જન્મજયંતી વર્ષ)



શ્રી સ્વામી ચિદાનંદ સ્મૃતિ વ્યાખ્યાન દીપ પ્રજ્વલન (તા. ૧ મે, ૨૦૧૨)



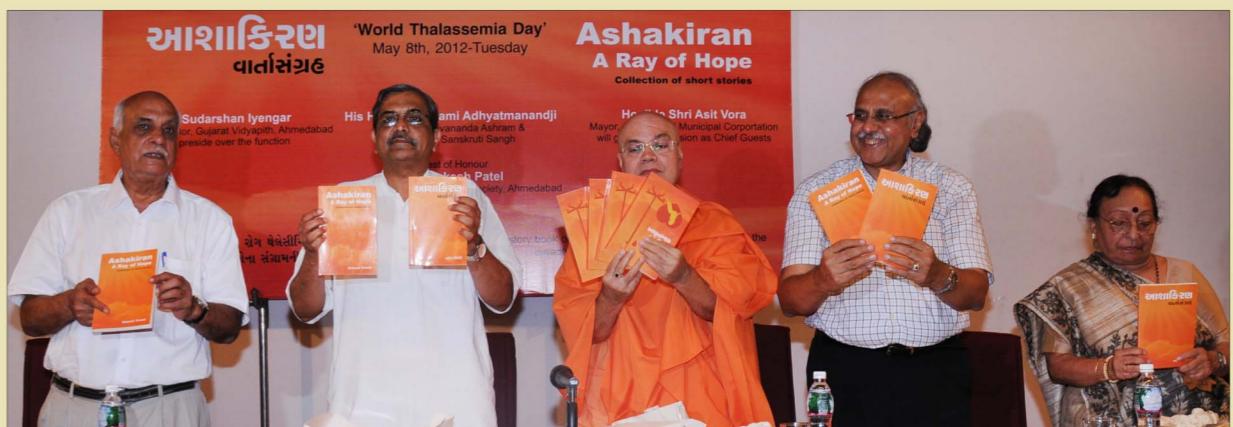
સ્લબ વિસ્તારનાં બાળકો દ્વારા ચિત્રિત મહાભારતનાં ચિત્રોના પ્રદર્શન અને તે ચિત્રોના મુક્તિ ગ્રંથનો વિમોચન સમારંભ (અમદાવાદની ગુફા, તા. ૧-૫-૨૦૧૨)



શિવાનંદ આશ્રમમાં રક્તદાન શિબિર (તા. ૨૭-૫-૨૦૧૨)



લઘુરૂપ યજ્ઞ : શ્રી વિશ્વનાથ મહાદેવ, શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદનો ૧૮મો પાટોત્સવ (તા. ૨૦-૫-૨૦૧૨)



વિશ્વ થેલેસિભિયા દિવસે અમદાવાદ મેનેજમેન્ટ એસોસિયેશનના ઓડિટોરિયમ ખાતે તા. ૮-૫-૨૦૧૨ના રોજ થેલેસિભિયાપીડિત બાળકોની વ્યથાના પુસ્તક 'આશાકિરણ'નું વિમોચન (સ્ટેજ પર પૂજ્ય સ્વામીજી, શ્રી સુદર્શન આયંગર (કુલપતિ, ગુજરાત વિદ્યાપીઠ), શ્રી અસિત વોરા (મેયર, અમદાવાદ મ્યુનિ. કોર્પોરેશન) તથા શ્રી મુકેશ પટેલ (પ્રેસિડેન્ટ, ઇન્ડિયન રેડ કોસ) તથા શ્રીમતી અને શ્રી ડૉ. મહેશ ત્રિવેદી