

યોગ, સ્વાસ્થ્ય અને નૈતિક જીવન મૂલ્યોનું માસિક

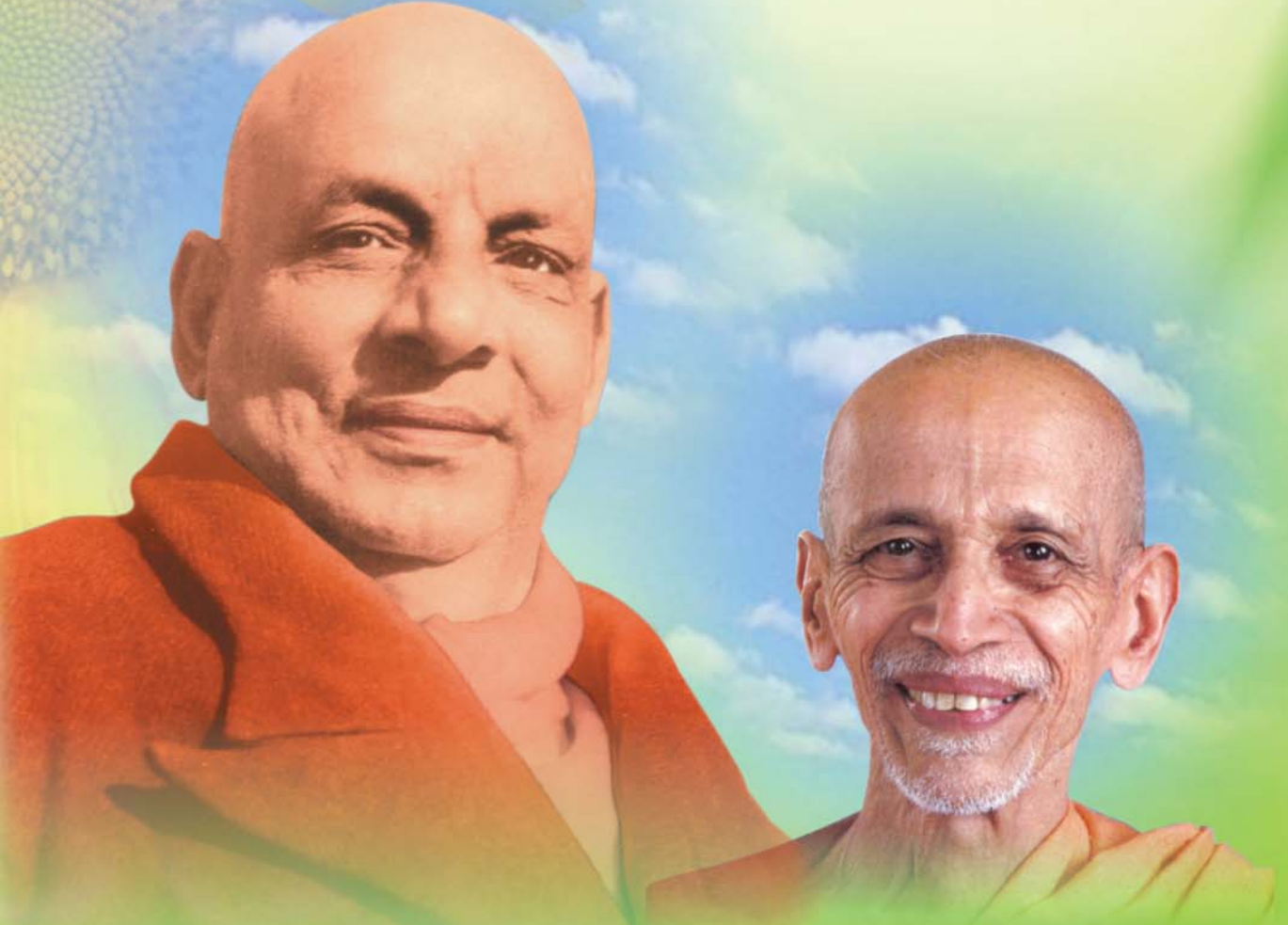
દિવ્ય જીવન



વાર્ષિક લવાજમ : રૂ. ૧૫૦/- ● વર્ષ - ૧૩ અંક - ૬ જૂન - ૨૦૧૬

Postal Registration No. GAMC 1417/2015-2017 Valid up to 31-12-2017 RNI No. GUJGUJ/2003/15738

Published on 4th of every month and Posted on 5th of every month at PSO, Ahmedabad-2. Annual Subscription Rs.150/-



પ્રાર્થનાશક્તિ

એક વાર તમારા હૃદયના ઊંડાણમાંથી કહો કે, “હે પ્રભુ! હું તારો છું. તારો જ બની રહીશ. મારા પર કૃપા કર. હું તારો સેવક અને ભક્ત છું. ક્ષમા કર. મને પથપ્રદર્શન કર. મારી રક્ષા કર. જ્ઞાન પ્રદાન કર.” મનને સ્વાભાવિક ભાવનામય બનાવી દો. પ્રાર્થના તરત જ સંભળાશે. પ્રત્યુત્તર પણ સત્વરે મળી જશે. તમારા દૈનિક જીવનસંગ્રામમાં નિત્ય પ્રાર્થના કરો. પ્રાર્થનાશક્તિનું રહસ્ય સહજ પ્રાપ્ત કરો. આ માટે તમારામાં પ્રબળ આસ્તિક્યબુદ્ધિ હોવી જોઈએ. - સ્વામી શિવાનંદ



શ્રી શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદમાં ભગવાન શ્રી વિશ્વનાથ મહાદેવનો ૨૧મો પાટોત્સવ (તા. ૨૦-૫-૨૦૧૬)



સિંહસ્થ કુંભમેળો - ઉજ્જૈન ખાતે સંત સમાગમ
(તા. ૭-૫-૨૦૧૬)



શ્રી વિશ્વનાથ મંદિર, શિવાનંદ આશ્રમ ખાતે, પૂજા નિરત પૂજ્ય સ્વામીજી,
ડૉ. અનિલ શ્રીવાસ્તવ લખનઉ અને શ્રી રવિ પોનાન્ગી (એટલાન્ટા) (૩-૫-૨૦૧૬)



ગુજરાતી સાહિત્ય પરિષદ, ગાંધીનગર દ્વારા સારસ્વત શ્રી ગુણવંત શાહને 'સાહિત્યરત્ન' એવોર્ડથી નવાજવામાં આયા.
પૂજ્ય સ્વામીજી દ્વારા અભિવાદન (૧) શ્રી ગુણવંત શાહ (૨) શ્રી વિનોદ ભટ્ટ
(૩) માનનીયા આનંદીબેન પટેલ (મુખ્યમંત્રી, ગુજરાત રાજ્ય) અને (૪) પૂજ્ય મોરારિબાપુ

શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની પ્રેરણાથી પ્રકાશિત દિવ્ય જીવન

વર્ષ : ૧૪

અંક : ૬

જૂન-૨૦૧૬

સંસ્થાપક અને આદ્યતંત્રી :

બ્રહ્મલીન શ્રી સ્વામી યાજ્ઞવલ્ક્યાનંદજી
(ડૉ. શિવાનંદ અધ્યયુજી)

સંપાદક મંડળ :

અધ્યક્ષ : શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી (તંત્રી)

ડૉ. મફતભાઈ જે. પટણી

શ્રીમતી રૂપા મજમુદાર

○

તંત્રી : શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

લેખ મોકલવાનું સરનામું :

શિવાનંદ આશ્રમ, જોધપુર ટેકરી,
અમદાવાદ - ૩૮૦ ૦૧૫.

ફોન : ૨૬૮૬૧૨૩૪, ૨૬૮૬૨૩૪૫

○

મુખ્ય કાર્યાલય :

‘દિવ્ય જીવન’ માસિક, તેનું લવાજમ :

સ્વામી ચિદાનંદ સર્વજીવસેવાનિધિ

ઈતર પત્રવ્યવહાર અને મહામંત્રીનું કાર્યાલય :

શ્રી યજ્ઞેશભાઈ દેસાઈ

ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ

શિવાનંદ આશ્રમ,

જોધપુર ટેકરી, સેટેલાઈટ માર્ગ,

અમદાવાદ-૩૮૦૦૧૫

ફોન : ૨૬૮૬૧૨૩૪

ટેલિફેક્સ : ૨૬૮૬૨૩૪૫

○

E-mail :

sivananda_ashram@yahoo.com

Website : http://www.divyajivan.org

લવાજમ

ભારતમાં

વાર્ષિક લવાજમ : રૂ. ૧૫૦/-

શુભેચ્છક લવાજમ : રૂ. ૧૫૦૦/-

(૧૫ વર્ષ માટે)

પેટ્રન લવાજમ : રૂ. ૩૦૦૦/-

છૂટક નકલ : રૂ. ૧૫/-

વિદેશ માટે (એર મેઈલ)

વાર્ષિક (એર મેઈલ) : રૂ. ૧૮૦૦/-

શુભેચ્છક લવાજમ : રૂ. ૧૫૦૦૦/-

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

ૐ

તસ્મિંસ્ત્વયિ કિં વીર્યમિતિ ?

અપીદ્ સર્વમાદદીયમ્, યદિદં પૃથિવ્યામિતિ ॥

તસ્મૈ તૃણં નિદધાવેતદાદત્સ્વેતિ । તદ્રુપપ્રેરાય
સર્વજવેન તત્ર શશાકાદાતું સ તત એવ નિવવૃતે,
નૈતદશકં વિજ્ઞાતું યદેતદ્ યક્ષમિતિ ॥

કેનોપનિષદ્ - ૧, ૧૦

હે વાયો ! એવા પ્રસિદ્ધ ગુણવાળા તથા નામવાળા તારામાં શું સામર્થ્ય છે ? ત્યારે તે વાયુએ કહ્યું, ‘હે યક્ષ ! આ પૃથિવીમાં તથા અંતરિક્ષમાં જે આ સ્થાવર-જંગમ પદાર્થ છે તે સર્વને હું ગ્રહણ કરું એવું મારામાં સામર્થ્ય છે.’

અભિમાનવાળા તે વાયુની આગળ બ્રહ્મિ એક સૂકું તરણું રાખ્યું અને તેને કહ્યું કે, ‘હે વાયો ! આ સૂકા તણખલાને તું મારી આગળ ગ્રહણ કર. જો તું આ તણખલાને ગ્રહણ કરવામાં સમર્થ નહિ થાય તો હું સર્વને ગ્રહણ કરનારો છું, એવા અભિમાનનો ત્યાગ કર; પછી તે વાયુ વેગ વડે તે તૃણની સમીપ ગયો, પણ તેને ગ્રહણ કરવાને તે સમર્થ ન થયો. તૃણને નહિ ગ્રહણ કરી શકાયાથી લજ્જાચુક્ત થયેલો તે યક્ષની પાસેથી પાછો વળીને દેવોની સમીપ ગયો અને ત્યાં જઈને દેવોને કહ્યું કે, ‘હે દેવો ! જે આ યક્ષ છે તેને હું વિશેષ રીતે જાણવાને સમર્થ નથી.’

શિવાનંદ વાણી

યોગ

મન, ઈન્દ્રિય તથા શરીરનો સંયમ એ યોગ છે. શરીરમાં રહેલી સૂક્ષ્મ શક્તિઓનું સંગઠન કરી તે ઉપર નિયંત્રણ કરવામાં યોગ સહાયતા કરે છે. યોગ આપણને પૂર્ણતા, શાંતિ અને નિત્યસુખ પ્રદાન કરે છે. એ તમારા દરેક વ્યવહારમાં તેમ જ દૈનિક જીવનમાં પણ મદદરૂપ થઈ શકે છે. યોગાભ્યાસથી તમારું મન હંમેશાં પ્રશાંત રહેશે. તમને નિશ્ચિંત શાંત નિદ્રા આવશે, તેમ જ અધિક બળ, વીર્ય, આયુષ્ય તથા સુંદર સ્વાસ્થ્યની પ્રાપ્તિ થશે.

યોગ વડે પાશવી પ્રકૃતિનું દિવ્ય પ્રકૃતિમાં રૂપાંતર થાય છે. યોગશક્તિ તમને દિવ્ય મહિમા તથા જ્યોતિના શિખર પર બેસાડી દેશે.

- સ્વામી શિવાનંદ

અનુક્રમ

૧. કેનોપનિષદ્	૩
૨. અનુક્રમ, તહેવાર સૂચિ	૪
૩. સંપાદકીય	તંત્રી.....	૫
૪. સાધનામાં દમન અને તેનું પરિણામ	ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી	૬
૫. જે થાય તે સારા માટે	શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી.....	૧૦
૬. આદર્શ ત્યાગનું પ્રાણતત્ત્વ	શ્રી સ્વામી કૃષ્ણાનંદજી	૧૩
૭. વિશ્વ ફલક પર 'યોગ દિવસ'	શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી.....	૧૪
૮. જીવન યોગ	શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી	૧૫
૯. પદ્મપત્રમિવાંભસા	શ્રી સ્વામી નિખિલેશ્વરાનંદજી.....	૧૬
૧૦. શિવાનંદ કથામૃત	ગુરુદેવના સંન્યાસી શિષ્યો.....	૧૮
૧૧. અમૃતપુત્ર-૨૩	શ્રીમતી રાજલક્ષ્મી દેશપાંડે.....	૨૧
૧૨. ચિંતન	સંકલન શ્રી પરમાનંદ ગાંધી	૨૩
૧૩. યોગના જનક હિરણ્યગર્ભ	શ્રી જયેન્દ્ર ત્રિપાઠી	૨૫
૧૪. માન-અપમાન	શ્રીમતી રૂપા મજમુદાર	૨૮
૧૨. વૃત્તાંત	૩૦
૧૩. જાહેરાત	૩૪

તહેવાર સૂચિ

જૂન - ૨૦૧૬

તા. તિથિ (વૈશાખ વદ)

૧	૧૧	અપરા એકાદશી
		સદ્ગુરુદેવ સ્વામી શ્રી શિવાનંદજી મહારાજનો સંન્યસ્ત દિવસ
૨	૧૨	પ્રદોષ
૪/૫	૩૦	દેવપિતૃ કાર્ય અમાવસ્યા વિશ્વ પર્યાવરણ દિવસ
		(જેઠ સુદ)
૧૧	૭	ગંગા સાતમ
૧૬	૧૧	નિર્જળા / ભીમ એકાદશી
૧૭	૧૨	પ્રદોષ
૧૮	૧૩	વટ સાવિત્રી વ્રત પ્રારંભ
૧૯	૧૪/૧૫	વટ-દેવસ્નાન પૂર્ણિમા
		(જેઠ વદ)
૨૧	૧	આંતરરાષ્ટ્રીય યોગ દિવસ
૩૦	૧૧	યોગીની / પાપમોચીની એકાદશી

“અનુરોધ-અભિલાષા” ગ્રાહકોને :

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

દિવ્ય સ્ફુલિંગ

દિવ્ય ગુણો

તમારા હૃદયના બગીચામાં દિવ્ય ગુણોનાં પુષ્પો ઉગાડો. સદ્ગુણમાંથી તમે પવિત્રતામાં આગળ વધશો, પવિત્રતામાંથી તમે ધર્મપરાયણતામાં આગળ વધશો અને ધર્મપરાયણતામાંથી આગળ વધતાં તમને ઈશ્વરનો અનુભવ થશે. અપવિત્રતામાંથી માણસ પવિત્રતામાં ઊર્ધ્વ ગતિ કરે છે. પવિત્રતા આવ્યા પછી તેનામાં શાણપણનો ઉદય થાય છે. અને શાણપણ આવ્યા પછી તેને ભવ્ય આધ્યાત્મિક અનુભૂતિ થાય છે.

- સ્વામી ચિદાનંદ

ગયા મહિને બુદ્ધપૂર્ણિમા ગઈ. શિવાનંદ આશ્રમ, હૃષીકેશ ખાતે ગુરુભગવાન શ્રીમત્ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજની ટપાલ ટિકિટ ભારત સરકારે પ્રસાર કરી. આ ટપાલ ટિકિટો આપણે પણ શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ ખાતે લઈ આવ્યા. સપ્ટેમ્બર મહિના સુધી આશ્રમની ટપાલો ઉપર આ ટિકિટો લગાવવામાં આવશે.

એક મનોમંથન છે. મોટા ભાગે હવે તો ટપાલ લખવાનું બંધ જ થઈ ગયું છે. SMS, WhatsApp, Face book, E-mail અને Faxની વચ્ચે જ અને નહીં તો મોબાઈલ ફોન વડે દૂર દેશાવરમાં વિચારોનું આદાન-પ્રદાન કરવાનું વધુ સરળ બન્યું છે, પરંતુ જ્યારે ટિકિટોનો પ્રશ્ન આવે ત્યારે એક પ્રશ્ન સહેજે સંભવે, આપણા માંહેના ૮૦% લોકો પોસ્ટલ ટિકિટોને થૂંક વડે (જીભથી ચાટીને) જ ચોંટાડતા હોય છે અને બીજું તે ટિકિટ ઉપર પોસ્ટ ઓફિસના મિત્રો એક જોરદાર ઠપ્પો પણ મારવાના જ છે. આ બંને પ્રક્રિયા આપણી ભક્તિ-ભાવનાના ત્રાજવે કેવી રીતે મૂલવી શકાય?

આપણે મુસલમાન મિત્રોના માનીતા અલ્લા કે હજરત પયગંબર મોહમ્મદ સાહેબનું ચિત્ર-છબિ કે દર્શન ક્યારેય પણ કર્યું નથી. આપણા દુર્ભાગ્યે આપણાં દેવ-દેવીઓને આરસ કે સેરામિક્સ ટાઈલ્સમાં છાપીને હોસ્પિટલો અથવા સરકારી વસાહતો, કોર્ટ-કચેરીઓના દ્વારે - ખૂણામાં જડેલાં રાખેલાં જોયાં છે કે જેથી લોકો ત્યાં પાનની પિચકારી ન મારે, પરંતુ લોકોને આનાથી કંઈ નિસબત નથી. જેમને આમતેમ પાન-તમાકુ-માવા-પડીકીઓની પિચકારી મારવાની ટેવ પડી છે. તેઓ તો ગમે ત્યાં થૂંકવાના જ છે.

મૂળ મુદ્દો આસ્થા, શ્રદ્ધા, વિશ્વાસ, નીતિ અને

નિષ્ઠાનો છે. સ્વચ્છ ભારત એ માત્ર સરકારી ઈજારો જ છે તેવું ન માનીએ. અભણ કે ગરીબ લોકો જેટલી ગંદકી કરતા હોય છે તેથી કંઈએ વધુ કહેવાતો ભણેલો-ગણેલો ધનાઢ્ય સમાજ ગંદકી ફેલાવતો હોય છે. ક્યારેક ગરીબ લોકો બાહ્ય ગંદકી કરતા દેખાય, પરંતુ સમાજમાં ઊંચા આસને આરૂઢ થયેલા મહાનુભાવોની માનસિક ગંદકીનું નિરાકરણ શું?

આવશ્યકતા આંતરિક જાગરણની છે. ગીતા કહે છે; ‘સમસ્યા તમે છો; સમાધાન પણ તમે છો.’ ગઈ સદીમાં યુનેસ્કોની સ્થાપના થઈ ત્યારે તેના દસ્તાવેજના આમુખમાં પ્રારંભે જ લખ્યું છે કે “યુદ્ધ મનુષ્યોના મનમાં શરૂ થાય છે અને શાંતિ સંરક્ષણના ઉપાયો પણ મનુષ્યોના મનમાં જ રચાવા જોઈએ.”

ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજ કહે છે; “શેરીના રખડતા કૂતરાની માફક મનને અહીં-તહીં ભટકવા ન દો, તેને હંમેશાં કાબૂમાં રાખો તો જ તમો સુખી થઈ શકશો.”

“જેણે પોતાનાં મનને શુદ્ધ કર્યું છે તે શક્તિનું કેન્દ્ર બની જાય છે. આ શુદ્ધ અને શક્તિશાળી મન પ્રત્યે બધાં અલ્પ, અશુદ્ધ અને નિર્બળ મન અજાણપણે આકર્ષાય છે; કેમ કે તેઓ આ મહાન અને શુદ્ધ મનમાંથી શાંતિ, શક્તિ અને પ્રેરણા મેળવે છે.”

માન-અપમાન યશ-કીર્તિથી પર પૃથક્ આપણાં ગુરુજનોનાં જીવન હતાં. તેઓનાં જીવન નિષ્પક્ષ, નિષ્કપટ અને પારદર્શક હતાં. ગુરુભગવાન શ્રીમત્ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજના જન્મ શતાબ્દી પર્વે આપણે આપણી જાતને ઢંદોળીએ અને પૂછીએ “હું દિવ્ય જીવન જીવું છું?” ઐ શાંતિ

- સંપાદક

સાધનામાં દમન અને તેનું પરિણામ

ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી

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

સાધનામાં ત્રણ પ્રકારનું અંતર્ગમન

કઠોપનિષદમાં કહ્યું છે કે સ્વયંભૂ બ્રહ્માએ ઈન્દ્રિયોને બહિર્મુખ બનાવી છે અને તેથી જ મનુષ્ય બહારના જગતને જુએ છે પણ અંતરાત્માને જોતો નથી; પરંતુ અમૃતત્વની ઈચ્છા રાખનાર કેટલાક ધીર પુરુષો સ્થિર મનથી દૃષ્ટિને અંતર્મુખ બનાવીને અંતરાત્માનાં દર્શન કરે છે. દૃષ્ટિને અંતર્મુખ કરવાનો અર્થ છે બધી ઈન્દ્રિયોને સમેટી લેવી. પ્રત્યાહાર અને દમનના અભ્યાસથી ઈન્દ્રિયોને પોતપોતાના વિષયોમાંથી સમેટી લઈ શકાય છે. કોઈ પણ યોગ્ય આસનમાં બેસી આંખો બંધ કરીને ત્રિકુટિ (બે ભ્રમરોની વચ્ચે) ધારણા કરો. ગુદાને સંકોચીને મૂલબંધનો અભ્યાસ કરો અને શ્વાસ અંદર ખેંચો. શ્વાસ રોકો અને જાલંદરબંધનો અભ્યાસ કરો. દાઢીને ગળા સાથે લગાડીને એકાગ્રતાનો અભ્યાસ કરો. પ્રાણને સમેટવા, મનને ઈન્દ્રિય વિષયોમાંથી સમેટવું તથા ઈન્દ્રિયોને તેના વિષયોમાંથી સમેટવી-યોગસાધનામાં આ ત્રણેનો અભ્યાસ એકીસાથે કરવામાં આવે છે, ત્રણેના એકત્રિત અભ્યાસથી વધુ લાભ થાય છે. આ શક્તિશાળી યોગસાધનાથી મન સહેલાઈથી નિયંત્રિત થઈ જાય છે. ધીરે ધીરે શ્વાસનું સંચરણ નાસિકામાં જ થશે. મનનો વેગ રોકાઈ જશે અને તે એકાગ્ર બનશે. વાસનાઓ ક્ષીણ થઈ જશે. ઉપદ્રવી ઈન્દ્રિયો શાંત થઈ જશે. સમતા તથા શાંતિનો સંચાર થશે. યોગનિષ્ઠાની પ્રાપ્તિ થશે અને છેવટે થશે નિર્વિકલ્પ સમાધિની પ્રાપ્તિ.

સાધનામાં ધીરજ

યોગની પહેલી આધારશિલા છે નૈતિક પૂર્ણતા-

યમ નિયમનો અભ્યાસ. માટે બધા જ દુર્ગુણોને દૂર કરવા માટે પ્રયત્નશીલ બનો. અંતર્નિરીક્ષણ દ્વારા મનનું વિશ્લેષણ કરો. એક દુર્ગુણ દૂર થતાં બીજો દુર્ગુણ પણ જશે, માટે ધીરજ રાખો. એક પછી એક બધા દુર્ગુણોને દૂર કરો. જો તમારામાં ધીરજ હશે તો તમે જરૂર સફળ થશો. આપણે વર્તમાનપત્રો વાંચવામાં કેટલો બધો સમય ગુમાવીએ છીએ? સંસારના સમાચાર જાણવા માટે તમે સમાચારપત્ર વાંચો છો, પરંતુ આવેગોને ઉત્તેજના આપવાનો તેનો હેતુ ન હોવો જોઈએ. તમારા હલકા આવેગોનું દમન કર્યા પછી જ તમે સાચી શાંતિ પ્રાપ્ત કરશો, ત્યારે જ તમારા માટે આધ્યાત્મિક જીવન સંભવિત બનશે.

તમારું મન શિસ્તમાં નથી તેથી જ તમારે દુઃખ ભોગવવું પડે છે. વાસ્તવિક સુખનું મૂળ શામાં છે તેનો તમે વિચાર નથી કરતા. તમે એવો પણ વિચાર નથી કરતા કે મેં ક્યાં ક્યાં સારાં કાર્યો કર્યાં છે? માતાના ગર્ભમાં દાખલ થતી વખતે આપણે ઈશ્વર સમક્ષ પ્રતિજ્ઞા કરી છે તે પ્રતિજ્ઞાને પણ આપણે ભૂલી જઈએ છીએ. આદર્શને આપણે યાદ નથી રાખતા. ઈશ્વરનું અસ્તિત્વ છે કે નહિ તેના વ્યર્થ વિવાદોમાં પડ્યા વિના ધાર્મિક જીવન વિતાવો. આ વિવાદો તો બધા નકામા છે. ગુસ્સે થવું તો ખૂબ જ ખરાબ છે. કોધનું દમન કરો. જો કોઈ માણસ તમને સહેજ પણ અપ્રિય કહે તો તમે તરત જ તેનો પ્રતિકાર કરો છો. આપણામાં સહનશક્તિનો અભાવ છે. આપણે દુર્બળ છીએ. મનુષ્ય પહેલવાન હોઈ શકે છે; તે છ થી બાર કલાક સુધી શારીરિક વ્યાયામ કરી શકે છે. તે મોટા પથ્થરને પણ ફોડી શકે છે; પરંતુ

કડવું વેણ સહન કરવાની તેનામાં શક્તિ નથી; કારણ મનથી તે દુર્બળ છે. આપણે માનસિક બળ અને સદ્ગુણોનું અર્જન કરવું જોઈએ; પરંતુ સખેદ કહેવું પડે છે કે આપણે આ વાત જલદીથી ભૂલી જઈએ છીએ. આપણે કદી થોડા ઘણા લિખિત જપ કરીએ છીએ અને પછી સિદ્ધિની પ્રતીક્ષા કરીએ છીએ. આ પૂરતું નથી. તમારે ગંભીર સાધના કરવી જોઈએ.

શક્ય હોય તો સાધના માટે એક અલગ ઓરડો રાખો. આ આવશ્યક છે. હંમેશાં સવારે ચાર વાગ્યે ઊઠવાની ટેવ પાડો. કેટલાક લોકો થોડો વખત ઊઠે છે અને પછી વહેલા ઊઠવાનો અભ્યાસ બંધ કરી ફરી વહેલા ઊઠવાની ટેવ પાડવા શરૂઆત કરે છે. આવી ટેવ સારી નથી. બ્રાહ્મમુહૂર્તમાં અભ્યાસ કરવાથી મન જલદીથી એકાગ્ર બને છે. જો મન એકાગ્ર થશે તો ધ્યાનમાં બહુ જ સુગમતા પડશે. અભ્યાસથી નિયત સમયે ધ્યાન લાગવા માંડશે. શરીરમાં દુઃખ હશે તો પણ તે સમયે તમારું મન અંતર્મુખ બની જશે. જો ઊંઘ આવતી હોય તો મોટેથી કોઈ કીર્તન ગાઓ-જેમ કે ચિદાનંદ, ચિદાનંદ.. હૂં, હર હાલ મેં અલમસ્ત સચ્ચિદાનંદ હૂં.. આનાથી તમારામાં સ્ફૂર્તિ પેદા થશે. મન ઉપર વારેઘડિયે પ્રહાર કરો-ચિદાનંદ, ચિદાનંદ, ચિદાનંદ ઝૂં. આ ગાયન ગાઓ અને થોડું ફરો. બધા રોગો દૂર થઈ જશે. તમારામાં ઈશ્વરીય સત્તાનું ભાન કરો. દરેક નામ ઈશ્વરી શક્તિથી ભરેલું છે. ભગવન્નામના જપથી તમે આધ્યાત્મિક ઊંચાઈએ પહોંચી શકશો.

તમારામાં દાન દેવાની ટેવ હોવી જોઈએ. તમારે દાન સહજ જ દેવું જોઈએ. તમારી દાનશીલતાના કારણે તમે તમારાં ભાઈભાંડુઓને બે-ચાર રૂપિયા આપી શકો છો, પરંતુ અજાણી વ્યક્તિઓને આપતા નથી. દાનશીલતા બધા માટે સમાન હોવી જોઈએ. આ સર્વ જગત ઈશ્વરે જ ઉત્પન્ન કરેલું છે. બીજાના દુઃખને જોઈને તમને એવું ભાન થવું જોઈએ કે જાણે તમારા જ શરીરમાં

પીડા થઈ રહી છે. ત્યારે જ તમે ઈશ્વરકૃપા પ્રાપ્ત કરશો, તમામ રિદ્ધિ-સિદ્ધિ તમારા ચરણોમાં આળોટશે; પરંતુ દુર્ભાગ્યવશ તમારું હૃદય ખૂબ જ સંકુચિત છે. તમારી બુદ્ધિ ખૂબ તીવ્ર હોઈ શકે છે; તમે પીએચડી થઈ શકો છો; પરંતુ તમારું હૃદય સંકુચિત છે. આપણામાં આત્મત્યાગની ભાવનાનો અભાવ કેમ છે? કારણ કે આપણે ગીતાના ઉપદેશોનું પાલન કરતા નથી. જે બધાંને ઈશ્વરની અભિવ્યક્તિ સમજી આત્મત્યાગ કરે છે તે જ મહાન યોગી છે. દાનશીલતા તો તમારી પ્રકૃતિ જ બની જવી જોઈએ. ગમે ત્યાં જાઓ તમારા ખિસ્સામાં થોડા છૂટા પૈસા રાખો અને જ્યાં દુઃખ જણાય ત્યાં ધન આપો અને માનવીનાં દુઃખો દૂર કરવા પ્રયત્ન કરો. આમ કરવાથી તમે જીવનનું ધ્યેય પ્રાપ્ત કરવા માટે વધુ ને વધુ લાયક બનતા જશો. ઘણા લોકોએ નિષ્કામ સેવા દ્વારા ભગવત્-દર્શન કર્યાં છે અને તમે પણ તે રીતે તમારું ધ્યેય સિદ્ધ કરી શકો છો. જપ તથા પ્રાર્થના કરો. ઈશ્વરના વિચારોનો પ્રસાર કરો. વિષયસુખના દોષો પર વિચાર કરો. તે વિષે કેટલાક શ્લોકો યાદ રાખો. સૂતાં પહેલાં સારા વિચાર કરો. ધીરે ધીરે તમારે તમારા મનને શિસ્તમાં લાવવું પડશે. સાથેસાથે આધ્યાત્મિક ગ્રંથોના અભ્યાસ પણ બહુ જ જરૂરી છે. ઉપનિષદો વાંચો, પતંજલિનું યોગસૂત્ર-રાજયોગ વાંચો. તમને સૈદ્ધાંતિક જ્ઞાન હોવું જોઈએ. પુસ્તકો આવશ્યક છે. તેનાથી તમારી મુશ્કેલીઓ દૂર થશે.

ભોજન પહેલાં ગીતાના પંદરમા અધ્યાયનો પાઠ કરો. તમારામાંથી બહુ થોડાને જ એ યાદ હશે કે અન્નથી જ મનુષ્યનું શરીર બનેલું છે અને ભોજન ત્યારે જ શુદ્ધ થાય છે કે જ્યારે તમે ભોજન કરતાં પહેલાં આ શ્લોકોનો પાઠ કરો. જુદા જુદા પ્રકારનાં અન્ન જુદા જુદા સંસ્કાર પાડે છે. સાત્ત્વિક અન્નથી મનની એકાગ્રતા વધે છે. અન્ન ઈશ્વરને અર્પણ કરવાથી આત્મત્યાગનું કાર્ય થાય છે. તેથી જો તમે થોડા શ્લોકો યાદ રાખો તો તે ખૂબ

જ ઉપયોગી થશે.

આપણે આપણા જીવનમાં નવાં પૃષ્ઠ ખોલીએ. થોડા જપ અને થોડું કીર્તન પણ પ્રબળ શક્તિ ઉત્પન્ન કરે છે. તેથી આપણે બધા ઈશ્વર-પ્રેમ પ્રત્યે વધુ સાચા બનીએ અને આપણા આદર્શને આપણી સમક્ષ રાખીએ. ગીતા વાંચો. સમય તો વહી રહ્યો છે. ગુસ્સો આવે ત્યારે અવન્તી-બ્રાહ્મણને યાદ કરો. બધી જ પરિસ્થિતિઓ, પ્રલોભનો અને તપાસની ઘડીઓમાં સદા ઈશ્વરનું સ્મરણ કાયમ રાખો. સદા મધુર બોલો. દિન-પ્રતિદિન બળ પ્રાપ્ત કરો. જીવનનો નિશ્ચિત કાર્યક્રમ બનાવી લો. મનુષ્ય જન્મ પ્રાપ્ત કરવો દુર્લભ છે. માટે જીવનને એળે ન ગુમાવો. આપણા દેશના મહાન સંત રામદાસ, શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસ વગેરેને યાદ કરો. આ જીવનમાં જીવનમુક્ત બનવાની શુભેચ્છા સેવો. સદાશિવબ્રહ્મની આ વાત સાંભળો:

સદાશિવબ્રહ્મ એક યોગી હતા. આજે પણ કરુરમાં તેમની સમાધિ છે. તેમણે બ્રહ્મસૂત્ર ઉપર ખૂબ સુંદર ટીકા તથા અન્ય પુસ્તકો લખ્યાં છે. તેઓ વિદ્વાન પંડિત હતા અને તેમના ગુરુના હાથ નીચે શિક્ષણ મેળવી રહ્યા હતા. દરમ્યાનમાં તેમને ઘેરથી તાર મળ્યો કે તેમની પત્નીનું આગમન થયું છે. અધ્યયન પૂર્ણ કરી તેઓ ઘેર ગયા. ત્યાં માતાજી ખુશ થયાં કે તેમનો પુત્ર પાછો આવી ગયો છે. તેમના માટે ખૂબ જ સ્વાદિષ્ટ ભોજન, મિષ્ટાન્ન વગેરે તૈયાર કરવામાં આવ્યાં, પણ તેમ કરતાં તે દિવસે ભોજનનું ખૂબ મોડું થયું અને તેમણે ત્રણ વાગ્યા સુધી રાહ જોવી પડી. તેઓ તો બહુ જ વિવેકી હતા. યોગબ્રહ્મ આત્મા હતા. તેમણે પોતાના પાછલા જન્મને યાદ કરી લીધો અને વૈવાહિક જીવનનાં દુઃખોને યાદ કર્યાં. તત્ક્ષણ તેમણે વિચાર કર્યો કે આજે તો મને ત્રણ વાગ્યે ભોજન મળે છે પણ જ્યારે હું પૂરેપૂરો ગૃહસ્થાશ્રમી થઈશ ત્યારે તો કોણ જાણે ભોજન પણ મળશે કે નહિ? તો પછી

ગૃહસ્થાશ્રમથી લાભ શો? તેમણે તુરત સંસારનો ત્યાગ કરી સંન્યાસ ગ્રહણ કર્યો. તેમને કશું જ બંધનકર્તા ન થયું.

જો તમારે પુત્ર નહિ હોય તો તમને પૂર્વજોનો શાપ લાગશે, આવી કહેવતો ઉપર ધ્યાન ન આપો. સદાશિવબ્રહ્મને કંઈ જ બંધન ન થયું. જ્યારે તેમને સમાધિ લાગી ત્યારે તેઓ જમીનમાં દટાઈ ગયા. ખેતર ખેડતી વખતે કેટલાક ખેડૂતોએ અજાણતાં તેમને ઈજા પહોંચાડી; આથી લોહી નીકળ્યું. તે સ્થાન ઉપર ખોદવાથી સદાશિવબ્રહ્મ નીકળ્યા. આની તો તેમને જરા પણ ખબર નહોતી. સમાધિમાંથી ઊઠ્યા પછી સદાશિવે ઘણા ચમત્કાર બતાવ્યા.

આ બધાથી એમ સ્પષ્ટ થાય છે કે વિવાહ સામાજિક સંસ્થા છે, કારણ કે ઘણા ખરા લોકો કામુક સંસ્કારો સાથે જન્મ લે છે અને આ સંસ્કારોની થોડી તૃપ્તિ મળવી જોઈએ કે જેથી માણસ એ સમજી લે કે આ જગતમાં સુખ નથી મળી શકતું. તેને ઠોકરો ખાવી પડે છે. તેનાં સ્ત્રી બાળકો તેની કામનાની પૂર્તિ નથી કરી શકતાં. આથી તે સંસારથી અસંતુષ્ટ થઈ ધર્મ તરફ વળે છે. આ જ અનુભવ પ્રાપ્ત કરવા માટે મનુષ્ય ગૃહસ્થ જીવનમાં પ્રવેશ કરે છે; પરંતુ જેમનામાં જન્મજાત-આધ્યાત્મિક સંસ્કારો છે તેઓ ગૃહસ્થાશ્રમના અનુભવો પ્રાપ્ત કર્યા વિના જ વૈરાગ્ય પ્રાપ્ત કરી લે છે. ઘણા લોકોએ ગૃહસ્થાશ્રમમાં પ્રવેશ કર્યા વિના જ સંન્યાસ ગ્રહણ કરી લીધો છે.

બ્રહ્મચર્યના નિયમોનું પાલન કરો. આપણે સેંકડો જન્મોમાંથી પસાર થઈ ચૂક્યા છીએ; છતાં પણ બ્રહ્મચર્યના નિયમોનું આપણે પાલન નથી કરતા. ખરેખર વાસના ખૂબ જ જોરદાર છે. પુત્રનો જન્મ થતાં જ પત્ની માતા બની જાય છે. આ યાદ રાખો અને જાનવરો પણ કેવી રીતે કુદરતના નિયમોનું પાલન કરે

છે તે શીખો. કેવળ મનુષ્યમાં જ વિવેકબુદ્ધિ હોવા છતાં તે કુદરતના આ નિયમોની અવહેલના કરે છે. દેવત્વની પ્રાપ્તિ માટે બ્રહ્મચર્ય આવશ્યક છે. સમસ્ત શક્તિનું ઓજસ્-શક્તિમાં પરિવર્તન કરવું પડશે ત્યારે જે જીવનસંગ્રામમાં તેનું વરદાન સ્વરૂપ સિદ્ધ થશે. જેણે પોતાના વીર્યની રક્ષા કરી હશે તે જ આ સંસારમાં મહત્વપૂર્ણ કાર્ય કરી શકશે. અધિક સંપત્તિની પ્રાપ્તિ પણ તે કરી શકે છે. આધ્યાત્મિક સાધક માટે તો તે ખૂબ જ આવશ્યક છે. કારણ બ્રહ્મચર્ય વિના તે ઉન્નતિ કરી શકતો નથી. માટે તમને ફરીવાર કહું છું કે ચાર વાગ્યે ઊઠો તે ખૂબ જ જરૂરી છે. આ જગત ગતિશીલ છે ક્ષણેક્ષણે બદલાય છે. ઈશ્વર છે કે નથી તેના તર્ક હવે તમે ક્યાં સુધી કરતા રહેશો? શક્ય તેટલા વધુ જપ કરો.

સતત સેવા તથા સહજ અને અબાધ દાનશીલતા દ્વારા તમારા મનના મળને ધોવો જોઈએ. બે કરોડ રૂપિયાનો ઘણી સંરક્ષણ ફંડમાં લાખ-બે લાખ રૂપિયા આપે તો તેથી શું? તેમાં શી ઉદારતા? પરંતુ કોઈ ગરીબ પોતાની બે રૂપિયાની મૂડીમાંથી એક રૂપિયો દાન કરે તો તેનો ખરો મહિમા છે. ઉપનિષદોની પણ એ ઘોષણા છે કે ‘ધનસંચય’ ન કરો. ધનને વહેંચતા રહો. કેટલાક લોકો ખૂબ કમાય છે અને તેમાંથી સામાજિક કાર્યો અને સંસ્થાઓ માટે ખૂબ ખર્ચ કરે છે. આ એક મોટી સહાયતા છે, પરંતુ પાપ વિના ધનપ્રાપ્તિ થતી નથી. જે પોતાની થોડી મૂડીમાંથી પણ બીજાને દાન આપે છે તે જ સાચો યોગી છે, નહિ કે કોઈ લાખ-બે લાખ ખર્ચ કરનાર ચાર-પાંચ કરોડનો આસામી. જે માણસ થોડું કમાઈને તેમાંથી થોડું બીજાને આપે છે તે ઈશ્વરને વધુ પ્રિય છે.

તમે એક ગરીબ બ્રાહ્મણ અને તેના કુટુંબની વાર્તા સાંભળી હશે. ઘણા દિવસોના ઉપવાસ પછી તેને થોડું અન્ન પ્રાપ્ત થયું. ત્યારે જેવો તે સપરિવાર ભોજન લેવા બેસવા જતો હતો તેવા જ ભગવાન નારાયણ તેની

દાનશીલતાની પરીક્ષા કરવા અતિથિના સ્વરૂપે આવી ઊભા. તે બ્રાહ્મણ, તેની પત્ની અને બાળકો, બધાંએ, અતિથિને પોતપોતાનું ભોજન આપી દીધું અને બધાંએ ઉપવાસ કર્યો. આ જ સાચું દાન છે. દાન સહજ, અબાધ તથા ઉદાર હોવું જોઈએ. દાન તો આપણા દૈનિક જીવનનું એક અંગ બની જવું જોઈએ. જીવન તો કોઈ પણ ક્ષણે પૂરું થઈ જઈ શકે છે તો પછી ધનને વળગી રહેવું એ તો મૂર્ખતા જ છે.

હું તમને એક ઉદાહરણ આપું. સ્વર્ગાશ્રમમાં એક ધનવાન માણસે એક મંદિર બંધાવ્યું. તેઓ એક કોન્ટ્રાક્ટર હતા અને ખૂબ ધન કમાતા હતા. પરમાત્મા તેમના કામથી ખુશ હતા. તેમણે ખાંડનું એક કારખાનું કાઢ્યું અને તેમાં લાખો રૂપિયા કમાયા. ધીમે ધીમે તેમનામાં આધ્યાત્મિક લગની વધતી ગઈ. તેઓ સાધના કરવા લાગ્યા પણ કોઈ ખાસ લાભ ન થયો. તેમનામાં કોઈ રોગનાં લક્ષણ જણાવા લાગ્યાં અને અંતે એક દિવસ તેમનું અવસાન થયું. તેમની પાસે એક કરોડ રૂપિયા હતા. તેમાંથી તેઓએ એક હોસ્પિટલ અને બીજાં કેટલાંયે ધર્માર્થ કાર્યો કર્યાં હતાં; પરંતુ ખરું પુછો તો તેઓ બુદ્ધિમાન નહોતા. ખરો બુદ્ધિમાન તો તે જ છે કે જે પોતાનું બધું જ ધન ધાર્મિક કાર્યોમાં ખર્ચી નાખે. પરમાત્માએ ઓછામાં ઓછી આ એક ક્ષણ તો તમને આપી છે, તેનો દુર્વ્યય તો ન જ કરો. બીજાનું વધુ ને વધુ ભવું કરવામાં જ તમારી દરેક ક્ષણનો ઉપયોગ કરો. હોસ્પિટલ વગેરે બંધાવવી સારી છે, તેનાથી હૃદયનો વિકાસ થાય છે; પરંતુ નિર્ધન વ્યક્તિ જો દાન દે તો તે ઈશ્વરની પ્રિય બને છે; કારણ કે તેનું હૃદય દાનશીલ છે. જેમની પાસે ધન છે તેમણે તો અવશ્ય વાપરવું જ જોઈએ. કાલની કોને ખબર? ભલાં કામો કરવા માટે તો ઈશ્વર તમને ધન આપે છે ને?

□ ‘સાધના’માંથી સાભાર

જે થાય તે સારા માટે

- શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી

જીવન દેખાય છે તેવું નથી. અવરોધો ખરેખર આડખીલીરૂપ ન પણ હોય. દુઃખ થાય તે અનિચ્છનીય ન પણ હોય. દેખીતી મુસીબતો તમારા મિત્રો હોઈ શકે. કારણ હરીચ્છા મુજબ માનવજીવનનો સર્વોપરી આશય જો ઉત્ક્રાંતિ, પૂર્ણતા તરફ પ્રગતિ હોય તો પછી જે કંઈ રસ્તે આવી મળે તેમાં આ ઉત્ક્રાંતિની પ્રક્રિયામાં મદદ કરે તેવું અંતર્હિત કંઈક હોવું જોઈએ.

લોકો ગંદા, ગુસ્સે કરનારા કે પરેશાન કરનારા હોય, તમારી વિરુદ્ધ વર્તન કરતા હોય, છતાં તેઓ તમારા મિત્ર હોઈ શકે. ઈશ્વરે તમને એ કારણે મોકલ્યા હોય કે તમે અસહિષ્ણુ, અધીરા, દુર્ભાવ ધરાવતા, ઈર્ષાળુ, બદલો વાળવાની ભાવનાવાળા કે વેરભાવ રાખવાવાળા છો તે તમને બતાવી શકાય.

તમારા રાહ આડે આવતી અનેક અનાધ્યાત્મિક પ્રતિક્રિયાઓ આવી બધી હોય છે. આ બધી પ્રતિક્રિયાઓને છંછેડો નહિ ત્યાં સુધી તમને કેમ જાણ થાય કે તમારામાં આ દૂષણો પડ્યાં છે? તે જ પ્રમાણે અમુક પ્રલોભનો તમને બતાવે કે સત્ય અને બ્રહ્મચર્યનાં તમારાં વ્રતો તેઓ તોડાવી શકે છે તેવું પણ તમને જ્ઞાન થાય.

એટલે આપણે સદાકાળ જોતાં રહેવું જોઈએ કે ઈશ્વર આપણને કઈ રીતે જાગ્રત કરવા માગે છે, આપણા ઉચ્ચતર સ્વભાવને પ્રગટ કરવા આપણને કઈ રીતે મદદ કરી રહ્યો છે. આમ કરવાથી જીવન રસપ્રદ થશે. દરેક પળે કંઈક જાણવાનું હશે.

ઓર્ચિતી મુશ્કેલીઓ નવો પ્રકાશ નાખશે. કશુંક ચીડાવાના બદલે, દૂર કરવાના બદલે તેમાં કોઈ પડકાર, કોઈ ગર્ભિત ચેતવણી કે મદદ આપતો હાથ લંબાવેલ હોય તેમ બને. તેમાં એવું કશુંક હોય જે આપણા ઉચ્ચતર સદ્ગુણને બહાર લાવે.

દૈનિક જીવન-આંતરિક સાધનાની કસોટી

ગુરુદેવે આ આશ્રમ દ્વારા એક એવી સુવિધાની કૃપા કરી છે, જેનાથી ચારેય યોગો માટેના અભ્યાસ માટેની શક્યતા અને ક્ષેત્ર મળી રહે છે. શરીર, મન, બુદ્ધિ અને આત્મા આ બધાની ક્વાયત માટેનું કાર્યક્ષેત્ર આપ્યું છે. આ આશ્રમ અલ્પતમથી પરમ સુધી તમારું સમસ્ત વ્યક્તિત્વ ખીલી શકે તે માટેનું સ્થાન છે. માનવીય અવસ્થાથી લોકોત્તર જ્ઞાન અને ધન્યતાની સ્થિતિ માટેના વિકાસ માટે આ કેન્દ્ર છે. માનવત્વથી દેવત્વ વચ્ચેનો આ સેતુ છે.

આ પ્રકારે જે તેને ઓળખી અને કામમાં લાવી શકે તેને માટે આ આશ્રમ પવિત્ર ગુરુદેવની એક મૂલ્યવાન ભેટ છે, તેને જ્ઞાન માટેની સીડી બનાવાય, સંપૂર્ણ દિવ્ય પરિપૂર્ણતા, મોક્ષ અને શાશ્વત આનંદની સીડી બનાવી શકાય. કારણ અપૂર્ણ માનવીય દૃષ્ટિથી ન જોતાં તેને જો જાગ્રત આધ્યાત્મિક દૃષ્ટિએ અને જ્ઞાનમય દિવ્ય દૃષ્ટિથી તેના પ્રત્યે આગળ ધપીએ તો આ આશ્રમ ઉપર કહ્યું તે સઘળું છે.

આમ હોવાનું સાદું કારણ એ છે કે ગુરુદેવે આ સુસ્પષ્ટ આશય માટે આ આશ્રમ વિકસાવ્યો છે. અહીં તેમણે આપણી ઉત્ક્રાંતિ માટે આ સમસ્ત કાર્યક્ષેત્ર અને સગવડતા ઊભી કરેલી એવું તેમણે કહેલું. જો આશ્રમ તરફનો આપણો અભિગમ આવો રાખીએ, નિષેધો ખંખેરી નાખીએ, આપણા પૂર્વકલ્પિત ખ્યાલો ખાલી કરી દઈએ અને આપણા પોતાના માનવીય સ્વભાવ - જે મત-મતાંતરોનું કેન્દ્ર છે, ખ્યાલો, જન્મજાત પ્રતિક્રિયાઓ, પૂર્વગ્રહો અને પક્ષપાતોનો ભંડાર છે તે - સાથેના ગાઢ પૂર્વાધિકાર પર કાબૂ મેળવીએ તો જ્યાં જ્યાં જઈશું ત્યાં આપણને ખાતરી થશે કે આ સમસ્ત

આશ્રમ એક અદ્વિતીય હીરા સમાન છે, સંપૂર્ણ ઉત્ક્રાંતિ અને પરિપૂર્ણતા માટે એક અજોડ ભેટ છે.

ઉપર ટપકે દેખાતાં ઋણાત્મક અંગો જે આપણા નિમ્નતર માનવ-સ્વભાવ આધારિત અને પક્ષપાતી સમજણથી બધી બાધાઓ, સમસ્યાઓ અને આપણી પ્રગતિને અવરોધતાં આડખીલીરૂપ અંગો લાગે છે, તેઓ પણ ઓચિંતાના મૂલ્યવાન અવસરો અને તકો જેવાં દેખાશે. આપણે તે બધાંનો ઉપયોગ કરવાનો છે. આપણી જાતને ચકાસવાના આ મોકાઓ છે, તેનાથી દુઃખી થવાનું નથી, તેને સહન કરી લેવાના નથી, તેનો બોજો નિભાવી લેવાનો નથી, પરંતુ તે તકોને ઓળખવાની છે અને આપણા લાભમાં, સર્વોચ્ચ ભલામાં તેનો ઉપયોગ લેવાનો છે.

આ આશ્રમ જીવન-સમસ્તનું જાણે કે પુનરાવર્તન કરે છે. હરિ-ઈચ્છાથી આપણે જે કોઈ પર્યાવરણ કે પરિસ્થિતિમાં મુકાયા હોઈએ, તેમાં રહેલાં પરિબળો, આપણે તે સમયે અને સ્થળે, જે અવસ્થામાં હોઈએ તે માટે જરૂરી હોય છે, જેથી આપણી પરિપૂર્ણતા તરફ કામ કરવા આપણે શક્તિમાન થઈએ. કારણ આપણે દરેકે અનેક વસ્તુઓ પર જીત મેળવવાની, અનેક વસ્તુઓ તજી દેવાની અને ફેંકી દેવાની હોય છે અને અમુક પરિસ્થિતિ કે સંજોગ આપણને આપવામાં આવે છે, જે આપણી દિવ્ય નિયતિ પ્રત્યે પ્રગતિ કરતાં રોકી રાખતાં પરિબળોથી આપણને મુક્તિ મેળવવાની તક આપે છે.

આમ, જો સાચી આધ્યાત્મિક દૃષ્ટિથી આપણે ઉપર મુજબ જીવનને જોઈશું અને સમજીશું તો દિવસોદિવસ જે બાબતો બને છે આવે છે તેના તરફની આપણી સમગ્ર પ્રતિક્રિયા તે બાબતો પ્રત્યે રચનાત્મક પ્રતિક્રિયા રહેશે, એક પ્રખર વિશ્લેષણાત્મક પ્રતિક્રિયા રહેશે. આપણે વિચારીશું: “આ પરિસ્થિતિમાંથી મારે શું શીખવાનું છે? ઈશ્વરે જરૂર કોઈ નક્કી કરેલ યોજના અને

પ્રયોજનપૂર્વક આ મને આપ્યું છે. કઈ રીતે આ સંજોગોમાંથી હું લાભ પામું, મને ફાયદો થાય તેમ વર્તું અને આગળ ધપું? કોઈ અર્થ વગર આમ બને, આ રીતે દરેક પરિસ્થિતિ, દરરોજ ઊભા થતા સંજોગો, આવે છે -બને છે - થાય છે. કારણ તે દિવસે, તે ટાણે તેની આવશ્યકતા હોય છે.

આપણું બાહ્ય જીવન, આપણાં જપ, ધ્યાન, અંતર્દર્શન, અવલોકન, ચિંતન અને એકાગ્રતાના આંતરિક આધ્યાત્મિક જીવન સાથે નિકટનો અનિવાર્ય સંબંધ ધરાવે છે. તેઓ એકબીજા માટે જરૂરી છે. આપણી આંતરિક આધ્યાત્મિક શિસ્તને તેની વિશ્વસનીયતા, તેની અસલિયત, તેની અસરકારકતા માટે ચકાસવી આવશ્યક હોય છે અને દરેક જાગ્રત દિવસે, પ્રાતઃકાળથી સંધ્યાકાળ સુધી આમ કરવાનું કાર્યક્ષેત્ર અને શક્યતા મળતાં રહે છે.

આપણા આંતરિક સ્વાધ્યાય, વિચાર-વિમર્શ, જપ અને ધ્યાન દરમિયાન જે આધ્યાત્મિકતા મેળવીએ તેનો ઉપયોગ કરવાની દૈનિક જીવનમાં તક મળે છે. દૈનિક જીવન એ આપણી દરરોજની ખરેખર પ્રગતિ બની રહે તે માટેની ચકાસણીનું ક્ષેત્ર છે. ચકાસીને, પ્રમાણિત કરીને, મેળવીને આધ્યાત્મિકતાને આપણી કરી લઈએ છીએ. જ્યાં સુધી ચકાસાય નહિ, સિદ્ધ થાય નહિ, ત્યાં સુધી તે આપણી પોતાની ન ગણાય, તે આપણા સ્વભાવનો હિસ્સો બનતી નથી.

આ રીતે કરવાથી દરેક આધ્યાત્મિક પગલું આગળ વધતાં વધતાં આપણા સ્વભાવમાં આત્મસાત્ બની જાય છે. જે કાર્ય કરી પ્રયોગમાં મૂકીએ તે જ દૃઢ પાયો નાખે છે અને હંમેશ માટે ખરેખર તમારો બને છે. આમ, તમારી દૈનિક સાધના અને દૈનિક જીવન વચ્ચે અનિવાર્ય સંબંધ છે.

તમારી આધ્યાત્મિક પ્રગતિ દૈનિક જીવનના સંદર્ભમાં જ તમે ખરેખર ક્રિયાશીલ થઈ આચરણમાં

ઉતારી શકો છો અને ચકાસી શકો છો. તમારી દૈનિક સાધનાના સંદર્ભમાં જ દિન-પ્રતિદિન તમારા દૈનિક જીવનની ગુણવત્તા આગળ ધપે છે અને સમૃદ્ધ થાય છે. ક્રમે કરીને, રોજ-બ-રોજ સંસ્કૃતિનાં ઉચ્ચતર પરિમાણોમાં, પરિષ્કૃતિમાં અને પલટાયેલ આધ્યાત્મિક સ્વભાવમાં તે વધુ ઉચ્ચ થાય છે. અલબત્ત, તમારા આધ્યાત્મિક આંતરિકતાના દૈનિક આરોહણથી છેવટે તમારા દૈનિક બાહ્ય જીવનની સમૃદ્ધ થવાની દૈનિક પ્રક્રિયા, તમારા સ્વભાવ અને અભ્યાસ, તમારી ક્રિયાઓ અને પ્રતિક્રિયાઓના સદંતર ઈશ્વરીકરણની પરાકાષ્ટાએ પહોંચે છે.

આપણા આંતરિક અને બાહ્ય જીવનને તે બંનેના એકત્વસ્વરૂપથી આપણે ઓળખીએ. બે અલગ, અલગ, એકબીજાના પ્રતિબંધક અને એકબીજાનાં વિરોધી પાસાંવાળાં ન સમજીએ. તે બે ભિન્ન નથી. તે આધ્યાત્મિક ઉત્ક્રાંતિની અખંડ અને એકત્વ આપતી પ્રક્રિયા છે.

જે વ્યક્તિ આ બાબત જોઈ-સમજી શકે છે તે સંપૂર્ણપણે સંતુલિત વ્યક્તિ બને છે. આધ્યાત્મિકપણે દિન-પ્રતિદિન ઉત્ક્રાંતિ થવાની એક સંમિલિત પ્રક્રિયાથી જીવન જીવવાની કળા અને વિજ્ઞાનનું જ્ઞાન ધરાવનાર તે ખરેખરી વ્યક્તિ બને છે અને આપણા માટે તો આ આધ્યાત્મિક હકીકતની પ્રાસંગિકતા, આપણે જે આશ્રમ-જીવન જીવીએ છીએ તેને સમજવાનો અને આંતરિક અને બાહ્ય જીવનને સ્પર્શતાં બધાં પરિબળોને સમજવાનો એક જરૂરી ભાગ છે.

ભગવાનની કૃપા અને ગુરુદેવના આશીર્વાદ આપણને આપણે જેવા છીએ તેવા જોવા માટે શક્તિ આપે તેમજ આપણું જીવન અને આપણા પરિસરને પણ જેવાં છે તેવાં જોવા-સમજવા શક્તિ આપે. આ રીતે આ બમણું જ્ઞાન તમારી નિયમિત આધ્યાત્મિક ઉત્ક્રાંતિ માટે સાધન બને અને તેમાં થતી પ્રગતિ તમને અંતિમ પાન અને મુક્તિ અર્પે!

□ ‘મુક્તિપથ’માંથી સાભાર

સ્થિતપ્રજ્ઞ

ડૉ. નરેન જોષીનું અમરેલીના શિવાનંદ માર્ગ ઉપર દવાખાનું એટલે મોડર્ન ક્લિનિક. વહેલી સવારથી મોડી રાત સુધી દૂરદરાજના ગામોમાંથી દરદીઓ કીડીઓની માફક ઊભરાય. આમ તો જોષીકાકા માત્ર M.B.B.S. પરંતુ તેમનું તબીબી જ્ઞાન ખૂબ ઊંડું. દરરોજ તબીબી વિજ્ઞાનનાં મેગેઝિનો, લેખો, નવાં સંશોધનો સાથે તેમનું જ્ઞાન ટોચનું. અડધી રાત્રે પણ કોઈ બોલાવે તો ક્ષણ માત્રનો વિચાર કર્યા વગર ચાલી નીકળે. મોટા મોટા ડોક્ટરોનાં નિદાન સામે ડોક્ટર જોષીકાકાનું નિદાન સો ટચનાં સોના જેવું. સ્પષ્ટ વક્તા-ધીરગંભીર વિચારોના ધણી અને આતમનાં અજવાળાને પોંખેલા પુરુષ એટલે ડૉ. નરેન જોષી.

તેમનો ડ્રાઈવર તે જ તેમનો કમ્પાઉન્ડર. તે એક તરવરિયો મુસ્લિમ છોકરો હતો. કોણ જાણે કેમ? એક દિવસ તેનું મગજ ફટક્યું. જ્યારે ડોક્ટર કાકા ક્લિનિકમાં

હતા. તે જોષીકાકાના ઘરે ‘આષુતોષ’ ગયો. આકોશમાં આવીને તેણે ડોક્ટર સાહેબનાં પત્ની વીરબાળાબહેન અને દીકરી ગાયત્રી ઉપર છરીથી આઠ-દસ ઘા કરી દીધા. સારવાર ચાલી. ગંભીર અવસ્થામાંથી ડોક્ટર સાહેબની પ્રભુમાં આસ્થા અને અગણિત દરદીઓની દુવાથી મા-દીકરી બંને બચી ગયાં.

પોલીસ તો ગુનેગારને પકડે જ ને?

ડોક્ટર કાકાને કહ્યું. “FAR નોંધાવો.” કાકાએ કહ્યું, “છોકરો ડાહ્યો છે, તેને કહેજો કાલથી કામ ઉપર આવી જાય”.

આપણે ‘સ્થિતપ્રજ્ઞ’ને અગણિત વાર વાંચ્યા હશે, ગાયા હશે, કદાચ કંઠસ્થ પણ હશે, પરંતુ આચરણમાં આવો જાગૃત સ્થિતપ્રજ્ઞ ક્યાં જોવા મળશે! એવા મહાન આત્માને મૂક વંદના.

આદર્શ ત્યાગનું પ્રાણતત્ત્વ

- શ્રી સ્વામી કૃષ્ણાનંદજી

સત્ત્વ, રજસૂ કે તમસૂ પૈકીના એક યા બીજા ગુણના આપણી ચૈતન્યકક્ષામાં થતા આગમનને લીધે એ પરિવર્તનનાં કારણોને આપણે સમજી શકતા નથી. આ ત્રણ ગુણો કે કક્ષાઓ, જેમ માનસિક અને વ્યક્તિગત છે, તેવી જ રીતે ભૌતિક અને વિશ્વગત પણ છે! એ ભાતભાતની રીતે કામ કરે છે અને ઈન્દ્રિયોના વિષયરૂપ આકારોને સર્જે છે; એટલું જ નહિ પણ આપણા વિષયીનાં-અનુભવ કરનારાનાં શરીરોનેય ઘડે છે. તદુપરાંત સૂક્ષ્મ રીતે આપણા માનસિક અવયવને પણ ઘડે છે. એથી જ ગીતાએ એક સ્થળે કહ્યું છે કે આ સત્ત્વ, રજસૂ અને તમસૂ નામના ત્રણ ગુણોના મિશ્રણ કે જોડાણ વગરની કોઈ પણ વસ્તુ આ સંસારમાં છે જ નહીં. શું પૃથ્વી પર કે શું સ્વર્ગમાં, ગમે ત્યાં, ગમે તે વસ્તુ આપણે જોઈએ છીએ તે આ ત્રણ ગુણોના મિશ્રણ કે સંયોજન વગરની કોઈ શકે જ નહીં. ભલે કોઈ સ્વર્ગનો દેવતાઈ પુરુષ હોય કે અહીં પૃથ્વી પરનો મર્ત્ય જીવ હોય, પણ આ બધાં રૂપો, ત્રણ ગુણોની રચનાઓ છે. તેથી દરેક માનવપ્રાણી, માનવીય સંદર્ભમાં પોતાને આ ત્રણ બળોના સંઘર્ષની રંગભૂમિની વચ્ચે જ ઊભેલો નિહાળે છે. એને ‘જીવનસંગ્રામ’ કહેવામાં આવે છે કારણ કે એ બીજું કશું નહિ, પણ ફક્ત ત્રણ ગુણોની ક્રિયા-પ્રતિક્રિયાનું જ સ્વરૂપ છે. મહાભારતની લડાઈ હોય કે બીજી ગમે તે લડાઈ હોય, બહારની લડાઈ હોય કે ભીતરની - અંદરની - લડાઈ હોય, પણ એ લડાઈઓ તે વૈશ્વિક ઉત્ક્રાંતિની કામનાથી ભેગી મળેલી આ ત્રણ ગુણશક્તિઓએ સર્જેલા કેવળ ભાતીગળ રંગો જ અને વિવિધ આકારો જ છે. આ ત્રણ ગુણશક્તિઓ એકબીજી સાથે અથડાય છે. પૂર્વનિરૂપિત આ વાતને વધારે સ્પષ્ટતાથી કહેવી હોય તો આપણે કહી શકીએ કે ‘વાદ’ અને ‘પ્રતિવાદ’ - ઊભયની વ્યમતાની ઊર્ધ્વગામિતા માટેના ઉચ્ચતર હેતુ માટે જ

‘વાદ’ અને ‘પ્રતિવાદ’ની આ અથડામણ થાય છે, અને જાણે નવી સંતતિનો જન્મ થતો હોય તેમ એકદમ અભિનવ વસ્તુ જન્માવવા માટે તે બંનેનું મિલન થાય છે. એનું નામ ‘સંવાદ’ છે. એ ‘સંવાદ’ તેનાથી નીચેની પરસ્પર-વિરોધી કક્ષાઓથી પર રહેલી હોય છે. શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતાના પ્રથમ અધ્યાયનો સંદર્ભ, ભયંકર શસ્ત્રાસ્રસજ્જ યુદ્ધભૂમિના વાતાવરણનો છે. એમાં એકબીજા પર જીત મેળવવા ઈચ્છતા, એકબીજાને પછાડવા ચાહતા ઊભયપક્ષી વીરોની લાગણીઓથી ભર્યું વાતાવરણ છે. શરૂ થનારા યુદ્ધમાં દરેક પક્ષ મળી શકતી બધી જ તાકાતને ભેગી કરીને એને દોર મૂકવા મથે છે! બરાબર એ જ રીતે દરેક વ્યક્તિ પણ સંસારમાં પોતાની સામે પોતાનાં કાર્યો અને એનાં વિરોધી બળોની સામેની હસ્તીનો અનુભવ કર્યા જ કરે છે! એક બાળક પોતાના અબોધ ઉત્સાહમાં કલ્પના કરે છે કે તે આ દુનિયામાં બધું જ કરી શકે છે, બધું જ મેળવી શકે છે, બધું જ માણી શકે છે, બધાંથી પર જઈ શકે છે, બધાનો ઉપયોગ કરી શકે છે, પોતાની હેતુસિદ્ધિ માટે સુસજ્જ બની શકે છે પણ આપણે જેમ જેમ મોટા થતા જઈએ છીએ તેમ તેમ આપણે વસ્તુસ્થિતિ જાણતા-સમજતા થઈએ છીએ કે દુનિયા તો આપણા માટે ઘણી ઘણી વિશાળ છે. જેમ સાગર કિનારે બેસીને સાગરદર્શન કરતાં આપણે અહોભાવ અને ભય અનુભવીએ છીએ તેવી રીતે આ દુનિયાની વિશાળતા આપણને એ વખતે ભયભીત કરી મૂકે છે. આપણી સામે રહેલી આ ભયંકર વિશાળતાને કારણે આપણે ભડકી ઊઠીએ છીએ. દુનિયાનો આ પરિઘ કેટલો વિશાળ છે! પંચમહાભૂતોની આ શક્તિઓનો વિચાર કરવો - સમગ્ર દુનિયાને - પ્રકૃતિને અવલોકવી - કેટલું બધું દુષ્કર કામ છે!

□ ‘ગીતાદર્શન’માંથી સાભાર

(છેલ્લાં વીસ અઠવાડિયાથી DD ગિરનાર (દૂર દર્શન ગિરનાર) ઉપર દર અઠવાડિયે સોમ, મંગળ અને બુધવારે સવારે ૭.૦૦ થી ૭.૩૦ સુધી શ્રી રામદેવ મસાલા પ્રાયોજિત 'જીવનયોગ' કાર્યક્રમ આવે છે; તે કાર્યક્રમ માટે પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ દ્વારા લખાયેલું આ ગીત ૨૧ જૂનના રોજ વિશ્વયોગ દિવસ છે, તે નિમિત્તે પ્રસ્તુત કરતાં હર્ષ અનુભવીએ છીએ.)

જીવનયોગ

યોગ દિવસ હૈ

જીવન યોગ જીવન યોગ

ગીતકાર સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

જીવન યોગ જીવન યોગ

(આંતરરાષ્ટ્રીય યોગ દિવસ ૨૧-૬-૨૦૧૬ના

ધર્મ અર્થ અને કામ મોક્ષનો મારગ છે

પાવન પ્રસંગ નિમિત્તે સામૂહિક

આ યોગ-જીવન યોગ.

ગાયન માટે રચાયેલું ગીત)

ચિત્તની ચંચળતા; અહીં ટળે.

યોગ દિવસ હૈ । યોગ દિવસ હૈ ।

મનને મોટી શાતા મળે.

યોગ દિવસ હૈ । યોગ દિવસ હૈ ।

અંતર આનંદ ઉપજે જ્યારે,

રાષ્ટ્રસંઘ કી પૂર્ણ માન્યતા કા પ્રેમસભર દિવસ હૈ ।

દૂર થાય ભવ રોગ-જીવન યોગ.

યોગ દિવસ હૈ ॥

અનુશાસન અહીં દેહ ગેહનાં, અષ્ટ અંગ છે, યમ નિયમનાં

કર્મ ભક્તિ ઔર જ્ઞાન ધ્યાન કે

ધ્યાન ધારણા અને સમાધિ, લક્ષ્ય છે માનવ હિતકારી

એકરૂપ યહ દિવસ હૈ

કર્મ કુશળતા,

શ્વેત શ્યામ કે ભેદ મિટાને કા યહ ઉત્સવ હૈ

કર્મ સંતુલને, ચિત્તની વૃત્તિ ઉગારી;

યોગ દિવસ હૈ ॥

સ્થિર આસન ક્રિયા મુદ્રાથી પ્રાણનો કરો નિરોધ

કિંચિત્ આસન; અલ્પસી મુદ્રા, સહજ પ્રાણાયામ

જીવન યોગ.

તમસ નિવારણ, રજસ ભૂલાવન, સત્વ ઉધારણ ધામ ।

યોગ દિવસ હૈ ॥

જીવન ઝંઝા સુખદુઃખના રસ્તા છે અટપટા

વિશ્વ એકતા ઔર અખંડતા માનવતા કે નિજ વૈભવ કા ।

ગુલાબ કેરી ગંધ માણવા, વાગે છે વળી કાંટા

ભારત કે અરમાન અમન કા વિશ્વ મેં ગૌરવ કા ।

વીથિ વિસ્તારો અંતરમાં, યોગની અલખ જગાવો

યોગ દિવસ હૈ ॥

માનવજીવન છે અતિ મોંઘું, સુખદ સ્વાસ્થ્ય ત્યાં લાવો-

આઓ પ્યારોં હિલમિલ બૈઠેં, આપસી ભેદ ભુલાયે ।

જીવન યોગ.

યોગ કે હેતુ મેલજોલ સે પ્રેમ કી જ્યોત જગાયે ।

વિશ્વકે દશોં દિગ્ દિગંત મેં ભારત કી શાન બઢાયેં ।

યોગ દિવસ હૈ ॥

ગીતામાં ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ કહે છે કે, ‘સંસારમાં જળકમળવત્ રહેવું. કમળ કાદવમાં ખીલે છે, પાણીમાં રહે છે, પણ કાદવનો કે પાણીનો તેને સ્પર્શ પણ થતો નથી. તેનું આંતરિક સૌંદર્ય, કાદવ કે જળથી ખરડાતું નથી. જે અલિપ્ત રહી શકે તે જ સાચું સુખ અને શાંતિ પ્રાપ્ત કરી શકે.’

પરંતુ સામાન્ય મનુષ્ય માટે આ રીતે રહેવું ઘણું જ મુશ્કેલ છે, કેમ કે દરેક મનુષ્યમાં ભગવાને આસક્તિ મૂકેલી છે. આ આસક્તિ એટલે કોઈ પણ વિચાર, વસ્તુ કે કાર્ય પ્રત્યે મનુષ્યનો એવો લગાવ કે જે એના સમગ્ર અસ્તિત્વનો કબજો લઈ લે. આ લગાવ મનુષ્યને કાર્યમાં પ્રેરનારું અને જીવનની વિષમ પરિસ્થિતિઓમાં ટકાવી રાખનારું બળ છે. આ વિશે મહાભારતમાં એક સુંદર દૃષ્ટાંત કથા છે : ભયાનક જંગલમાં એક બ્રાહ્મણ ભૂલો પડ્યો. ત્યાં એક સ્ત્રી જાળ પાથરીને બેઠી છે. તેનાથી બચવા તે ભાગ્યો તો એક અવાવરું કૂવામાં પડ્યો. પડતાં પડતાં કૂવામાં લટકતી એક વેલ તેના હાથમાં આવી ગઈ એટલે તેને પકડીને તે લટકી રહ્યો. તેણે નીચે જોયું તો ફૂંફાડા મારતો સાપ હતો. ઉપર જોયું તો તે જે વૃક્ષની વેલને પકડીને લટકી રહ્યો હતો તે વૃક્ષને છ મસ્તક અને બાર પગવાળો હાથી હલાવી રહ્યો હતો. વળી, તેણે જોયું તો કાળા અને ધોળા ઉંદરો એ વેલને કાપી રહ્યા હતા. એટલે હવે તે ગમે ત્યારે નીચે પડશે તેવો તેને ભય હતો અને નીચે તો હતો, યમદૂત જેવો સાપ. ઉપર હતો જંગલી હાથી, જંગલમાં હતી જાળ બિછાવેલી સ્ત્રી. આમ, ચારે બાજુ ભય ને ભય જ હતો. એવામાં ઝાડ ઉપર રહેલા મધપૂડામાંથી તેણે મધનાં ટીપાં પડતાં જોયાં, તો બસ તે મોઢું ખુલ્લું રાખીને આ મધનાં ટીપાં ખાવા લાગ્યો. આ કથા સાંભળીને ધૃતરાષ્ટ્ર વિદુરને પૂછે છે કે ‘વિદુર ક્યાં છે આ બ્રાહ્મણ ? શું ખરેખર આવું હોઈ શકે ?’ ત્યારે વિદુર કહે છે કે આપણે બધા જ એ બ્રાહ્મણ છીએ. કૂવો એ

અજ્ઞાન છે. કાળરૂપી સાપ ગમે ત્યારે ડસી લે છે. છ ઋતુઓ અને બારમાસવાળો સંવત્સરરૂપી હાથી આયુષ્યના વૃક્ષને સતત હલાવી જ રહ્યો છે. જે વેલ છે, તે આશારૂપી વેલ છે. તેનાથી પ્રત્યેક મનુષ્ય લટકી રહ્યા છે. ધોળા અને કાળા ઉંદર એ દિવસ અને રાત છે, જે આશાની વેલને સતત કાપે જાય છે. ઉપરથી ટપકતું મધ એ જીવનની આસક્તિ છે. આટલા બધા ભયોની વચ્ચે પણ મનુષ્ય એ મધનાં ટીપાંને વળગી રહ્યો છે. પ્રતિક્ષણ દરેક મનુષ્ય કાળના મુખ પ્રત્યે જઈ રહ્યો હોવા છતાં જીવન જીવવાની લાલસારૂપી મધમાં આસક્ત થઈને બધું જ ભૂલી જાય છે, કેમ કે આસક્તિમાં આનંદ રહેલો છે.

પરંતુ આ આનંદ સ્થાયી આનંદ નથી. આસક્તિનું કેન્દ્ર જ્યારે ખસી જાય છે ત્યારે વ્યક્તિને પારાવાર દુઃખ થાય છે, કેમ કે એ કેન્દ્ર વસ્તુ કે વ્યક્તિ હોવાથી તેને ખસી જતાં વાર લાગતી નથી. એક વખત એક યુવાન હાથમાં છરી લઈને શ્રીરામકૃષ્ણ આશ્રમના એક સંન્યાસી પાસે આવ્યો અને ટેબલ ઉપર છરી મૂકતાં કહ્યું, ‘સ્વામીજી, આ છરી તમારી પાસે રાખો. જો મારી પાસે એ હશે તો અનર્થ થઈ જશે.’ ‘કેમ રે ? શી બાબત છે ? તારે વળી છરીની જરૂર કેમ પડી ?’ ‘સ્વામીજી, અત્યારે તો મંદિરમાં શ્રીરામકૃષ્ણદેવની મૂર્તિની સામે અર્ધો કલાક બેસીને આવ્યો છું એટલે મન કંઈક શાંત થયું છે, નહીંતર આ છરીથી હું એનું ખૂન કરી નાંખવાનો હતો.’

‘પણ તારે કોઈનું ખૂન શા માટે કરવું પડે ?’

‘હા, સ્વામીજી, વાત એમ છે કે હું તેને ખૂબ જ પ્રેમ કરતો હતો. તે પણ મને અત્યંત ચાહતી હતી. અમે લગ્ન કરવાનાં હતાં. અયાનક મેં તેને બીજા યુવાન સાથે જોઈ. તપાસ કરતાં ખબર પડી કે હવે તેની સગાઈ યુવાન સાથે નક્કી થઈ છે. મેં તેને પૂછ્યું તો કહે, ‘હા,

એ મને વધારે પસંદ છે. હું તેની સાથે લગ્ન કરીશ.’ આ સાંભળીને મને અત્યંત આઘાત લાગ્યો. એણે મારી સાથે પ્રેમનું નાટક કર્યું. મારી લાગણીઓનો ગેરલાભ ઉઠાવ્યો. હવે હું તેને જીવતી નહીં છોડું. આથી મેં બજારમાં જઈ છરી ખરીદી. તેને મારવા જતો હતો. અહીં આશ્રમ પાસેથી પસાર થયો તો મને એવું લાગ્યું કે જાણે મને કોઈ ખેંચી રહ્યું છે એટલે હું અવશપણે મંદિર તરફ ગયો, મંદિરમાં બેઠો. જાણે કોઈ મને કહી રહ્યું હતું. ‘તું મારી સામે જો.’ હું મૂર્તિની સામે જોવા લાગ્યો અને થોડી વારમાં મારું મન શાંત થઈ ગયું. પછી જ્યારે હું બહાર નીકળ્યો તો મારાં પગલાં એના ઘરને બદલે આપોઆપ મારા ઘર તરફ વળ્યાં. પણ પછી થોડા દિવસ બાદ પાછું એ જ ભૂત મગજ ઉપર સવાર થઈ ગયું. છરી લઈ નીકળ્યો. રસ્તામાં આશ્રમ તો આવે જ. ફરી એ જ અવશપણે મંદિરમાં ખેંચાયો. ત્યાં બેઠો. મન શાંત થઈ ગયું અને પાછો ઘેર ગયો. આજે ત્રીજી વાર એવું બન્યું છે. જાણે કોઈ પ્રયંસ શક્તિ મને અહીંથી આગળ જવા જ દેતી નથી. અહીં આવું છું અને મન શાંત થઈ જાય છે. પણ પછી બેચાર દિવસ પછી મન પાછું હતું એવું ને એવું જ ઉગ્ર બની જાય છે. એથી થયું કે તમને જો આ છરી આપી દઉં તો અનર્થમાંથી બચી જઈશ.’

‘હા બેટા, ખરેખર તું બચી ગયો. ભગવાનની તારા ઉપર અનહદ કૃપા કહેવાય. નહીંતર આવેશમાં આવીને તું અધમ કૃત્ય કરી બેસત તો કેટલા બધા લોકો દુઃખી થઈ જાત અને તારું જીવન તો સાવ રોળાઈ જાત.’ પછી તેને સ્વસ્થ કરીને સ્વામીજીએ સમજાવ્યું કે એ એનો પ્રેમ નથી, પણ ભયંકર આસક્તિ છે. તેમણે કહ્યું કે ‘જો તેં ખરેખર એને પ્રેમ કર્યો હોત તો તેના આનંદમાં તારો આનંદ હોત. સાચો પ્રેમ કદી આવું ન કરે. તે તો પ્રેમી ખાતર પોતાના જીવન સુધ્યાંનો ત્યાગ કરી દે તો આ તો એને તારી સાથેના સંબંધમાંથી મુક્ત કરવાની વાત હતી. પહેલાં તું જેના વગર એક ક્ષણ પણ રહી શકતો ન હતો તેને હવે તું મારી નાંખવા તૈયાર થયો. આ પ્રેમ નથી પણ પ્રેમની વિકૃતિ છે, એમાંથી જલદીથી બહાર નીકળી જા.’

પછી સ્વામીજીના સત્સંગથી એ યુવાન સન્માર્ગે વળી ગયો, પણ આવા કહેવાતા પ્રેમની પાછળ પાગલ થતાં અને પછી આખું જીવન બરબાદ કરતાં યુવાભાઈ-બહેનો કંઈ ઓછાં નથી. આવી ઘોર આસક્તિનું પરિણામ દુઃખમાં, ચિંતામાં, આત્મહત્યામાં અને જીવનની બરબાદીમાં આવે છે. સ્વામી વિવેકાનંદ ‘કર્મ અને તેનું રહસ્ય’ લેખમાં કહે છે. ‘દુઃખનું કારણ આ છે કે આપણે મોહમાં પડીએ છીએ, આપણે પકડાઈ જઈએ છીએ.’ તેથી જ ગીતા કહે છે, ‘સતત કાર્ય કરો, કાર્ય કરો, પણ આસક્ત ન થાઓ. તેમાં સપડાઓ નહીં. જેના માટે જીવાત્મા ખૂબ જ ઝંખે તેવી પ્રિય વસ્તુમાંથી પણ અનાસક્ત થવાની શક્તિ તમારામાં જન્માવો. વસ્તુ છોડી દેવી પડે, ત્યારે ભલે ગમે તેટલું દુઃખ થાય છતાં પણ જ્યારે ઈચ્છા થાય ત્યારે છોડી દેવાની શક્તિ કેળવો!’

સામાન્ય રીતે લોકો જેને પ્રેમ કહે છે તે પ્રેમ નથી, પણ એક પ્રકારની સોદાબાજી છે, વ્યાપારિક લેવડદેવડ છે. પ્રેમ કરનારાઓ એવું માને છે કે ‘મેં એને આટલો બધો પ્રેમ કર્યો એટલે બદલામાં તેણે પણ મને આટલો જ પ્રેમ કરવો જોઈએ.’ આવી વૃત્તિ હોય તો એ પ્રેમ નથી પણ સોદો છે. સાચો પ્રેમ તો બસ કશાયની અપેક્ષા વગર આપતો જ રહે છે. બદલામાં એને કશું પણ જોઈતું નથી. જેને કોઈ અપેક્ષા જ નથી તેને પછી દુઃખ કે નિષ્ફળતા મળે કેવી રીતે? કંઈ જોઈતું હોય અને ન મળે તો દુઃખ અને નિષ્ફળતા છે. સ્વામી વિવેકાનંદ કહે છે, ‘કોઈ પણ વસ્તુ માગો નહીં, બદલામાં કશાની અપેક્ષા રાખો નહીં. તમારે જે આપવાનું છે, તે તમે આપો. તે તમારી પાસે પાછું આવશે પણ અત્યારે તમે તેનો વિચાર ન કરો. તે હજારગણું થઈને તમારી પાસે આવશે, પરંતુ તમારું ધ્યાન તેના તરફ લાગેલું ન હોવું જોઈએ અને તો પણ આપવાની શક્તિ કેળવો. બસ, આપો અને ત્યાં જ એની સમાપ્તિ ગણો.’

પ્રેમ ફક્ત આપવાનું જ જાણે છે, એની સાથે ત્યાગ સંકળાયેલો છે. એમાં નિઃસ્વાર્થતા અને ઉદારતા

રહેલી છે, જ્યારે આસક્તિમાં સ્વાર્થ અને સંકુચિતતા છે. પ્રેમમાં સ્વાર્પણ અને ત્યાગ છે, આસક્તિમાં માલિકીપણાની ભાવના છે. પ્રેમમાં સદાકાળ સહજ પ્રસન્નતા છે. આસક્તિમાં ક્ષણિક આનંદ, પછી દુઃખ ને દુઃખ જ છે. પ્રેમ હંમેશાં ઊંચે ને ઊંચે લઈ જાય છે, તે છેક પરમાત્મા પાસે લઈ જવાની શક્તિ ધરાવે છે, જ્યારે આસક્તિ મનુષ્યને નીચે લઈ જાય છે, પરમાત્માથી દૂર ને દૂર લઈ જાય છે. પ્રેમ અને આસક્તિ વચ્ચેનો આ તફાવત સમજાઈ જાય તો પછી મનુષ્ય આસક્તિમાંથી જલદીથી મુક્ત થઈ શકે છે. જ્યાં સુધી આસક્તિ છે ત્યાં સુધી કદી સાચું સુખ કે શાંતિ મળી શકતાં નથી.

આસક્તિનું ઉત્તમ ઉદાહરણ રાજા ભર્તૃહરિની અમરફળની કથા છે. એક સાધુએ રાજા ભર્તૃહરિને અમરફળ ભેટ આપ્યું. રાજાને પોતાની રાણી પિંગલા અત્યંત પ્રિય હતી, તેથી તેણે વિચાર્યું કે ‘રાણી વગર એકલો હું અમર થઈને શું કરીશ, એના કરતાં એ ફળ રાણીને જ આપું.’ આથી તેણે એ ફળ રાણીને આપ્યું. રાણી અશ્વપાલના પ્રેમમાં આસક્ત હતી, તેથી તેણે તે ફળ અશ્વપાલને આપ્યું. હવે અશ્વપાલ ગણિકાના પ્રેમમાં દિવાનો હતો. તેણે એ ફળ ગણિકાને આપ્યું. ગણિકાએ વિચાર્યું કે મારા જેવી સ્ત્રી આ ફળ ખાઈને શું કરશે? એના કરતાં રાજા અમર થશે તો અનેક સારાં કાર્યો એમના હાથે થતાં રહેશે. આથી તેણે એ ફળ રાજાને આપ્યું. જ્યારે રાજાને એ ફળ પાછું મળ્યું ત્યારે તેમણે તપાસ કરાવી. તેમને બધી બાબતોની જાણ થતાં દુન્યવી પ્રેમ જોઈને તેમની આંખો ખૂલી ગઈ અને તેમને સંસાર પ્રત્યે વૈરાગ્ય આવી ગયો અને સાધુ થઈ ગયા. ‘વૈરાગ્યશતકમ્’માં તેમણે આ વિશે એક શ્લોક લખ્યો છે કે ‘જેનું હું ચિંતન કરું છું, તે મારાથી વિરક્ત છે, તે અન્યને ઈચ્છે છે અને વળી તે જણ પણ બીજામાં આસક્ત છે અને તે બીજું અમારામાં આસક્ત છે. તેને (રાણીને), તે મનુષ્યને (અશ્વપાલને), એ ગણિકાને અને મને ધિક્કાર હો,’ આમ રાજા ભર્તૃહરિને સંસારની આસક્તિનો આવો અનુભવ થતાં એ જ ક્ષણે એમણે સંસારનો ત્યાગ કરી દીધો, પણ

સામાન્ય રીતે મનુષ્ય આસક્તિને લઈને ખૂબ દુઃખી થતા હોવા છતાં તેમાંથી મુક્ત બની શકતા નથી.

હવે પ્રશ્ન એ થાય છે કે આ અસક્તિ કેવી રીતે આવે છે અને ક્યાંથી આવે છે? આ પ્રશ્નના ઉત્તરમાં કહી શકાય કે આસક્તિ ગમે તે રીતે આવે છે અને ગમે ત્યાંથી આવે છે અને ગમે તે વ્યક્તિને આવી શકે છે. એક ચિંતકે હિન્દીમાં કહ્યું છે, ‘આસક્તિ કમ્પી ખી આ સક્તી હૈ, કિસીકો ખી આ સક્તી હૈ.’ એવું નથી કે તે સામાન્ય મનુષ્યને જ આવે છે. તે સંતો, ઋષિ-મુનિઓ અને તપસ્વીઓને પણ આવે છે. આપણી પુરાણકથાઓમાં આ અંગેનાં ઘણાં ઉદાહરણો જોવા મળે છે. જડભરત મૃગલામાં આસક્ત થયા હતા, વિશ્વામિત્ર મેનકામાં આસક્ત થયા હતા, પરાશર મુનિ મત્સ્ય કન્યા સત્યવતીમાં આસક્ત થયા હતા, નારદમુનિ વિશ્વમોહિનીમાં આસક્ત થયા હતા અને આ દરેકને પોતાની આસક્તિનું ફળ ભોગવવું પડ્યું હતું. ભોગ્ય પદાર્થોનાં દર્શન અને ચિંતનમાંથી આસક્તિનો જન્મ થાય છે અને તેનું પરિણામ સર્વનાશમાં આવે છે. ગીતાના બીજા અધ્યાયના ૬૨-૬૩ શ્લોકમાં શ્રીકૃષ્ણ ભગવાને આ અંગેની સ્પષ્ટ સમજૂતી આપતાં કહ્યું છે:

‘વિષયોનું ચિંતન કરનારા પુરુષોને પછી વિષયોમાં આસક્તિ ઊપજે છે. આસક્તિ વધતાં પછી વિષયોની કામના જાગે છે. કામનામાં અવરોધ ઊભો થતાં પછી ક્રોધ ઊભો થાય છે. ક્રોધ વધતાં મોહ થાય છે. મોહ વધવાથી સ્મૃતિભ્રમ થઈ જાય છે. સ્મૃતિભ્રમ થતાં બુદ્ધિનો નાશ થાય છે.’ આમ, વિષયોનું ચિંતન એ આસક્તિનું મૂળ છે, અને સર્વનાશ એ તેનું પરિણામ છે. આવી આસક્તિમાંથી કેવી રીતે મુક્ત બની જળકમળવત્ રહી શકાય? આ માટે શું કરવું જોઈએ?

- વધુ આવતા અંકે

□ ‘આધુનિક માનવ શાંતિની શોધમાં’માંથી સાભાર

શિવાનંદ કથામૃત

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

જડ સાધના

સવારનો અભ્યાસનો વર્ગ પૂરો થયો હતો.

શ્રીધર સ્વામીજીના ‘સાધનામાં નમ્રતા અને અહંકારપણાની મહત્વની જરૂરિયાત’ અને ‘સાધકમાં પવિત્રતા કેમ વધી શકે’ તે પર બોધ આપનારાં પ્રવચનોએ વિદ્યાર્થીઓને વિચારતા કરી દીધા હતા.

ગુરુદેવે તોફાની સ્મિત સાથે કહ્યું: “શ્રીધર સ્વામીજી, તમને એમ નથી લાગતું કે ઘણાં બધાંને અમૂલ્ય મદદ કરવા ઉપરાંત આ પ્રવચનો તમારા પોતાના વિચારો અને તમારા પોતાના વિકાસને સ્પષ્ટ કરવા માટે મદદરૂપ બને છે!”

“હા, સ્વામીજી” શ્રીધર સ્વામીજીએ કબૂલ્યું.

“પહેલાં તમે એમ કહેતા હતા કે જ્યાં સુધી મને ઈશ્વર-સાક્ષાત્કાર નહિ થાય ત્યાં સુધી પ્રવચન આપીશ નહિ” ગુરુદેવે હસતાં હસતાં કહ્યું.

શ્રીધર સ્વામીજીએ કંઈ જવાબ ન આપ્યો.

“તમારી વાતો હવે કેટલી ઉપયોગી સેવા આપે છે તે જુઓ. તમારી અને કૃષ્ણાનંદજીની વાતોએ ઘણા લોકોને લાભાન્વિત કર્યા છે, સાથેસાથે તમારા પોતાના વિચારો પણ વધુ સ્પષ્ટ બને છે. જ્યારે તમે પ્રવચન માટેની તૈયારી કરો છો ત્યારે તે વિષય પર ઊંડો વિચાર કરો છો, સાથેસાથે તમને પોતાને આત્મનિરીક્ષણ માટેની સારી તક મળે છે.”

“આ વિચાર-સ્વરૂપોને સતત ચાલુ-ઊભાં કરવાની ટેવ ફક્ત મંત્રના રટણ કરતાં પણ સાધનામાં વધુ ઉપયોગી બને છે. તમે ‘ઓમ્ નમઃ શિવાય’ના જપનું રટણ કરો છો, તે નિઃશંકપણે ખૂબ સારું છે પણ મન તરત

જ જડ-નિષ્ક્રિય-સ્થિતિમાં સરી જાય છે અને જડ સાધના બની જાય છે. બીજી બાજુ જો તમે તમારી સમક્ષ વિચાર-સ્વરૂપોને રાખી શકો તો સકારાત્મક સભાનતા રહે છે. તમારે ગીતામાંથી થોડાક શ્લોકો બોલી તેમના ભાવાર્થ અને મહત્વ-ભગવાન શું શીખવે છે, વ્યક્તિએ ઉપદેશોને આચરણમાં કેવી રીતે મૂકવા જોઈએ, તેમાં આવતો અવરોધ, તેને કેવી રીતે દૂર કરવો વગેરે - પર ધ્યાન ધરવું જોઈએ. આમ કરવાથી તમારું ધ્યાન ખૂબ સરસ થશે. આવા ધ્યાનની શરૂઆતમાં અને અંતે તમે જપ અને કીર્તન કરી શકો છો. પછી આ અદ્વિતીય દિવ્ય આનંદ આપની સાધના બની જશે.”

પરિસ્થિતિના ફેરફારની જરૂર નથી. અહીંથી બીજે ક્યાંય જવાની પણ જરૂર નથી. આ પ્રકારની સાધના માટે આ સ્થળ પોતે જ શ્રેષ્ઠ છે. કંઈક કામ કરવાની જરૂર છે, તેની સાથે ધ્યાન પણ કરવું જોઈએ, પછી તે ગતિશીલ સાધના બની જશે.

મૂક વક્તૃત્વ

ગુરુદેવ શિષ્યો સાથે બાંધકામ વિષે ચર્ચા કરી રહ્યા હતા.

બાંધકામ ચાલુ છે એવાં આપણાં આ વિશાળ બાંધકામોની બાજુમાં ખીચોખીચ ભરેલી જગાથી દૂર કેટલીક કુટીરો બાંધવી જોઈએ.

જંગલમાં જગા પસંદ કરીને સાદી અને સુઘડ, ધ્યાન માટે સુંદર અને સુઘડ કુટીરો હોવી જોઈએ. પાણીનું પાત્ર, થોડાંક પુસ્તકો અને ધાબળા સિવાય તેમાં કંઈ જ રાખવું ન જોઈએ. જેમને પ્રવૃત્તિથી દૂર થોડાક સમય માટે ધ્યાન કરવું છે એવા સ્વામી કૃષ્ણાનંદજી જેવા

લોકોએ આ કુટીરોમાં આવવું જોઈએ. જમવાનું તેમને પહોંચાડવું જોઈએ એટલે તેમને તે માટેની કોઈ ચિંતા રહે નહિ. ત્યાં તેઓ કેટલાક દિવસો માટે તેમને ફરીથી કાર્યશીલ થવાની ઈચ્છા ન થાય ત્યાં સુધી પ્રબળ સાધના કરી શકે છે.

ત્યાં એક ધ્યાનનો હોલ હોવો જોઈએ. તે પણ વસ્તીથી થોડોક દૂર હોવો જોઈએ. તે પૂર્ણ રીતે સ્વચ્છ અને એક-બે ફોટા સિવાય ફર્નિચર વગરનો હોવો જોઈએ. હોલની અંદર અને બહાર પૂરેપૂરી શાંતિ જળવાવી જોઈએ, જેની ઈચ્છા હોય તે હોલમાં જઈ ધ્યાનમાં બેસી શકે તેની છૂટ હોવી જોઈએ.”

“પછી હાલના ભજનહોલ જેવો બીજો ભજનહોલ હોવો જોઈએ, જેમાં ભક્તો જઈ ભજન ગાઈ શકે. ત્યાં હાર્મોનિયમ, તાનપુરા, તબલાં અને બીજાં સંગીતનાં વાદ્યો રાખેલાં હોવાં જોઈએ. જો તે મંદિરની પાસે હશે તો યાત્રિકો અને મુલાકાતીઓ પણ ભજન દ્વારા પ્રોત્સાહન અને આનંદ મેળવી શકશે.”

“આ પ્રમાણે તે આખું સ્થળ જુદા જુદા યોગો અને ઉત્ક્રાંતિના વિવિધ તબક્કાની સમજૂતી આપતું સ્થળ બની રહે. ત્યાં જે લોકો આવે તેને બોલ્યા વગર યોગ શીખવવામાં આવે. તેની બાંધણી જ એવી હોય જે તેમને પ્રોત્સાહન આપે.”

“આપણી પાસે મંદિર અને યજ્ઞશાળા છે જ. અખંડ કીર્તન પણ ચાલી રહ્યું છે. બધા જ બ્રહ્મચારીઓએ અહીં વેદના નિયમો પ્રમાણે દરરોજ આહુતિ આપવી જોઈએ. મહામૃત્યુંંજય મંત્ર અને મહામંત્રના હવન થવા જોઈએ. આ બધી પ્રવૃત્તિઓની લાંબા સમયે પ્રયંડ અસર થશે.”

મુર્તિસ્પુરના શ્રી ત્યાગરાજન્ ગુરુદેવનાં વચનો સાંભળી રહ્યા હતા. તેમણે તરત જ ગુરુદેવના પગ આગળ આશ્રમમાં એક કુટીર બનાવવા માટેના શુકન તરીકે રૂ. ૧૦/- મૂક્યા.

વ્યક્તિગત સ્વતંત્રતા

એક રાત્રે ગુરુદેવ ભજનહોલ તરફ જતાં રસ્તામાં ઓફિસ પર આવ્યા. એક સંદેશ આવ્યો હતો અને તેમને તે જોવો હતો.

“ઓમ્કાર સ્વામીજી, અહીં મારાં ચશ્માં છે?”

“હા, સ્વામીજી” ઓમ્કાર સ્વામીજીએ તરત જ જવાબ આપ્યો.

“હું એક ચશ્માં પર આધાર રાખતો નથી. જુઓ, મેં મારાં ચાલુ ચશ્માં મારી કુટીરમાં મૂકેલાં છે, જો અહીં આ ચશ્માં રાખ્યાં ન હોત તો અહીંનું કામ ખોટી થાત. હું જ્યારે દષ્ટીકેશની બહાર જાઉં છું ત્યારે હું ત્રણ ચશ્માં રાખું છું. જો એક તૂટી જાય તો તરત જ બીજાને ઉપયોગમાં લઈ શકાય. સમય બગડે નહિ, સેવામાં પણ કોઈ વાંધો આવે નહિ.”

“પાકીટની બાબતમાં હું તે જ નિયમને અનુસરું છું. જ્યારે અમે મુસાફરી પર જઈએ છીએ ત્યારે હું અમારી સાથેના પૈસાને ત્રણ ભાગમાં વહેંચી નાખું છું. એક પાકીટ સ્વરૂપાનંદજી સાથે અને બીજું આત્માનંદજી પાસે હોય. જો એકની પાસેથી ગુમ થાય તો બીજાથી કામ ચાલી જાય.”

“તેનો બીજો પણ ફાયદો છે, જે લોકો મારી સાથે મુસાફરી કરતા હોય તેઓને કોઈ વસ્તુ જોઈતી હોય તો મારી પાસે પૈસા માગવા ન પડે. કેટલાક લોકો શરમાળ હોય છે. તેમને પૈસા માગવાનું ગમતું નથી, પણ હું તેમને જે કંઈ ખાવું હોય કે ખરીદવું હોય તે માટે પૂરી કાળજી રાખું છું એટલે હું તેમને પાકીટ જ આપી રાખું છું.”

['અમૃતપુત્ર'ના અંશો પૂજ્યશ્રી ગુરુદેવ શ્રીમત્ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજ સમક્ષ લોનાવલા-ખંડાલા અને દહેરાદૂનમાં વાંચવામાં આવેલા. મૂળ મરાઠી લેખન અને પછી હિન્દી ભાષાંતર શ્રીમતી રાજલક્ષ્મી દેશપાંડેએ કર્યું છે. તેમની અનુમતિથી આ ગુજરાતી ભાષાંતર દિ.જી.ના ગુરુભક્ત સાધકોની સેવાર્થે પ્રસ્તુત કરવાનો આનંદ છે. -સંપાદક]

દરેક નાની નાની દૈનિક ઘટનાઓમાં સ્વામીજીનાં અલૌકિકત્વનાં દર્શન થતાં રહેતાં. શું આ બધા સદ્ગુણો આપને આ જ જન્મમાં પ્રાપ્ત થયા હતા ?

કંઈક તો જનમથી જ હતા. કંઈક પારિવારિક સંસ્કારોમાં મળ્યા હતા. થોડા સદ્ગુણોનું તેમણે જાતે જ ઉપાર્જન કર્યું હતું. ઉચ્ચ કોટીનો માનવ બનવાની હોડમાં માનવી ધારે તો ભગવાન પણ બની શકે છે. આ પણ તેમણે જીવનમાં પ્રાપ્ત કર્યું છે. હિમાલયના કોઈ દુર્ગમ શિખર પર એકાંતવાસ અને ધ્યાન ધારણા કરવી, ઈશ્વર સાથે એકરૂપ થવું, તે જ આકાંક્ષા હતી.... આપની, પરંતુ દિવ્ય જીવનનો સંદેશ જન જન સુધી પહોંચાડવા માટે તેમણે લોકસંગ્રહ કરવો પડ્યો. તેમણે કોઈ દિવસ... 'મારી ભક્તિ કરો' તેવી અપેક્ષા રાખી જ નહીં... પરંતુ લોકો જ તેમની પાછળ આવતા... જેમ તરસ્યો માણસ ગંગા તરફ દોડતો આવે તેવું. એક દિવસ એક યુવાન તેમની પાસે આવીને બોલ્યો... 'સ્વામીજી, મને મંત્રદીક્ષા આપો. હું આપનો શિષ્ય થવા માગું છું.'

સ્વામીજીએ હસીને કહ્યું, 'તમો મંત્રદીક્ષા મારી પાસે જ શા માટે ઈચ્છો છો ?'

'લોકો પાસેથી મેં આપના માટે ખૂબ સારું સારું સાંભળ્યું છે.'

'લોકો પાસેથી ?' અને ફરીથી સ્વામીજી હસી પડ્યા અને બોલ્યા :

'જુઓ, આવી કાને સાંભળેલી વાતો માની લેવાની કોઈ જરૂર નથી. પોતાના ગુરુની પરખ પોતે... જાતે જ કરવી જોઈએ. તેમના વિચાર સાંભળો, વાંચો. સંભવ હોય તો તેમની વર્તણૂક જુઓ અને જો તેમનામાં

કોઈ દુર્ગુણ નજરે ન આવે તો તેમનો ગુરુ તરીકે સ્વીકાર કરો. શું જ્યારે લગ્ન કરવાનું હોય તો લોકો વાત કરે એટલે જોયા-જાણ્યા વગર કોઈ લગ્ન કરી લે છે ? જે છોકરી સાથે લગ્ન કરવાનું નક્કી કરવાનું હોય. વેવિશાળ કરતાં પૂર્વે તેની સાથે બેસીને વિચાર-વિમર્શ કરી, તેને જાણી જોઈ, સમજીને પછી જ લોકો બધું નક્કી કરે છે ને ? પહેલાં બધું પારખવું, કામ પૂરેપૂરું પાકું કરવું પછી જ જીવનસાથી નક્કી કરવો...

શિવાનંદજી કે ચિદાનંદજી... કોઈએ પણ કદીયે અંધશ્રદ્ધાનો પક્ષ નહતો લીધો. 'હું કહું છું માટે માનો' તે બંને આ વાતથી કોશો દૂર હતા. શિવાનંદ જન્મશતાબ્દી અને ડિવાઈન લાઈફ પ્રથમ આંતરરાષ્ટ્રીય સંમેલન

૮મી સપ્ટેમ્બર, ૧૯૮૭ના રોજ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજનો જન્મશતાબ્દી ઉત્સવ હતો. ૧૯૮૬-૮૭ ને જન્મશતાબ્દી વર્ષ તરીકે ઊજવવામાં આવ્યું હતું.

સ્વામી ચિદાનંદજીના પ્રત્યેક શ્વાસમાં ગુરુભક્તિની સુગંધ છે. 'શિવાનંદ' એ નામ તો આપને માટે પરબ્રહ્મથી પણ મોટું છે.

ગુરુદેવના જન્મશતાબ્દી વર્ષમાં સંકીર્તન, ભજન, સત્સંગ સમારોહના વિવિધ કાર્યક્રમો તો થવાના જ હતા, પરંતુ સ્વામીજી આ પ્રસંગ નિમિત્તે કંઈક ઠોસ-કાયમી કાર્ય કરવા માગતા હતા. દિવ્ય જીવન સંઘના વરિષ્ઠ સેવકોની મિટિંગમાં પટ્ટમડાઈ ખાતે અર્થાત્ ગુરુદેવના જન્મ... પ્રાકટ્ય સ્થળે એક વિશાળ સત્સંગ ભવન બાંધવાનો નિર્ણય લેવાયો હતો.

આ સભાગૃહ માટે ઉદારતાથી દાન આપવા અપીલ પણ કરવામાં આવી... અને તે માટે આશ્રમમાં રૂપિયા પણ આવવા માંડ્યા.

પરંતુ ચિદાનંદજી ચિંતનમાં ડૂબ્યા હતા. સ્વામી શિવાનંદજી ડોક્ટર હતા. જગતનાં દુઃખ-દર્દ જોયા બાદ પોતાની એશ-આરામની જિંદગી છોડીને તેમણે સંન્યાસ લીધો હતો. જપ, તપ, ધ્યાનના માર્ગે પરમાત્મા પ્રાપ્તિ કરી હતી અને તે દિવ્ય અલૌકિક સુખ નિરામય આનંદ સૌ લોકોને મળે એટલા માટે શ્રદ્ધાયુક્ત જીવન જીવવાનો ઉપદેશ તેમણે આપ્યો હતો, પરંતુ આધ્યાત્મિક સાધનામાં પણ શારીરિક સ્વાસ્થ્યનું સ્થાન ખૂબ મહત્વનું છે તે વાત તેઓ ભૂલ્યા ન હતા. ગેરુ વસ્ત્રો ઉપર રુદ્રાક્ષ ધારણ કરવાના બદલે તેઓ સ્ટેથોસ્કોપ પણ રાખતા. સાધારણ ડોક્ટરોનું આ અર્થોપાર્જનનું સાધન તેમના માટે સેવાનું સાધન હતું. સાધુ સંન્યાસી તથા લોકો હિમાલયના ચારધામની યાત્રાએ પગપાળાએ જ જતા, તેમની સૌની સેવા સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજે કરી. લોકો તેમને એક આનો આપે. તો તેમાંથી એક પૈસાની દવા, એક પૈસાનું દૂધ, એક પૈસાનાં ફળ અને એક પૈસો દાનમાં કે પત્રવ્યવહાર... આ બધું સેવાર્થે... પોતાને-જાતને માટે કશું જ નહીં. આશ્રમની સ્થાપના થયા બાદ પણ અને વિટંબણાઓ હોવા છતાં... રોગીઓની નિઃશુલ્ક સેવાને તેમણે હંમેશાં પ્રમુખ સ્થાન જ... કે મહત્ત્વ આપ્યું. હોસ્પિટલ... દવાખાનું ઊભું કર્યું. આશ્રમની વિવિધ સેવાઓ વચ્ચે રોગીઓની ચિકિત્સા, ઉપચાર માટે તેઓ સદૈવ સજાગ રહેતા. તેમના વિચારો સ્પષ્ટ હતા. સુરેખ હતા. તેઓ કહેતા, ‘મંદિરમાં મંત્ર જપ, પૂજાપાઠ અને અર્ચના જેટલાં આવશ્યક છે, તેથી વિશેષ રોગીઓની સેવા પ્રત્યક્ષ નારાયણની સેવા છે, ગુરુદેવ એવા તો ડોક્ટર હતા કે તેમની પાસે ઈલાજ કરાવ્યા પછી બીજા કોઈ ડોક્ટર પાસે જવાની કોઈ દિવસ જરૂર જ લોકોને ન પડતી. તેટલા માટે જ તેમણે પોતાના વૈદ્યકીય ગ્રંથો અને

સ્વકીય અનુભવમાંથી જનસાધારણને કેવી રીતે આહાર-વિહાર કરવો તે કહ્યું, સમજાવ્યું અને પોતાના ગ્રંથોમાં પણ લખ્યું.

સ્વામીજીને યાદ આવ્યું... કે... એક વાર એક સંન્યાસી કોઈ માંદગીનો ઉપચાર કરાવવા ગુરુદેવ પાસે આવ્યો હતો. તેને તપાસીને ગુરુદેવે આવશ્યક દવાઓ પણ આપી. તેના ચાલ્યા ગયા બાદ ગુરુદેવને ધ્યાનમાં આવ્યું કે તે સાધુને અમૃતધારા આપી હોત તો વધુ સારું થાત. તેની વર્તમાન પરિસ્થિતિ માટે તે જ યોગ્ય છે. તેમના મનમાં વસેલો ડોક્ટર બેચેન થઈ ગયો. દવા તો છે, પરંતુ દરદી ક્યાં? તે દરદી ક્યાં ગયો હતો તે તેમને ખબર હતી. ફુલચટ્ટી!... છ માઈલ દૂર... અને ગુરુદેવ દોડતા ત્યાં સુધી ગયા અને કહ્યું, ‘ભગવાન ! આપને જે દવા આપી છે, તે ઉપરાંત આ અમૃતધારા તો ચોક્કસ લેજો તે સત્વરે શાતા આપશે. હું આપને આ આપવાનું ભૂલી ગયો હતો ત્યારે સ્થૂળકાય શરીરવાળા સ્વામી શિવાનંદજીને હાંફતા તે સાધુ જોઈ જ રહ્યો. ગુરુદેવ માટે તો આ પૂજાનો એક ભાગ હતો. તેમનો પરમાત્મા પીડાઈ કેમ શકે! તેમના માટે તો તેની સેવા એ જ ઈશ્વરપૂજા હતી, કારણ તેમનો ઈશ્વર જ આજ તેમની સામે ધગધગતા તાવથી પીડિત હતો.

પ્રાર્થના, ભજન, કીર્તન, નામસ્મરણથી શરીરના જ્ઞાનતંતુઓ માંસપેશીમાં એક પ્રકારની ચેતના, શક્તિ અને નવજીવન મળે છે, તેનો અનુભવ ગુરુદેવે કર્યો હતો. તેટલા માટે જ દિવ્ય જીવન સંઘમાં આધુનિક વૈદ્યકીય જ્ઞાન અને આત્મજ્ઞાન પરસ્પર એકમેકનો હાથ પકડીને ચાલે છે. સ્વામીજીને અચાનક પ્રેરણા થઈ. ગુરુદેવનું જન્મસ્થાન પટ્ટમડાઈ આવશ્યક તબીબી સારવારની સગવડો વગરનું છે. ત્યાં એક સુંદર આધુનિક સર્વ-સગવડતા-સમ્પન્ન હોસ્પિટલનું નિર્માણ કરવામાં આવે તો આપણે ગ્રામલોકો માટે, અડોશ-

અનુસંધાન પાના નં. ૨૪ ઉપર

મમ એટલે મૃત્યુ: - ન મમ એટલે અમૃત

વિદેહી કહેવાય એવા જનક રાજાએ કોઈ વાર અપરાધમાં આવેલા બ્રાહ્મણને સજા ફરમાવતાં કહ્યું કે 'મારા રાજ્યમાંથી નીકળી જા.'

ત્યારે બ્રાહ્મણે કહ્યું, 'મહારાજ! તમારા રાજ્યની સીમા મને કહો તો મને ખ્યાલ આવે કે મારે કઈ સીમામાંથી બહાર નીકળવાનું છે.'

બ્રાહ્મણનું આ વચન અર્થસભર હતું. જનકના અંતરમાં અજવાળું થયું. તેને થયું કે, 'મારા બાપદાદાના રાજ્યમાં તો ઘણાં જનપદો છે કે તે મારા સ્વાધીન છે, પણ એમાં મારું કાંઈ નથી અને આમ જુઓ તો મારા રાજ્યમાં શું છે? મિથિલામાં પણ મારું કાંઈ નથી ને રાજમહેલમાં પણ મારું કાંઈ જ નથી.

આવું દર્શન તેને લાઘું અને પછી તે જનક વિદેહી ગણાયા. દેહ હોવા છતાં વાસના માત્ર છૂટી ગઈ હતી. સંપૂર્ણ જીવનમુક્ત થયા હતા.

એક વાર મિથિલાના રાજમહેલમાં બેઠા હતા ત્યારે નગરીમાં આગ લાગી. નગરવાસીઓ જાન બચાવવા હાંફળાફાંફળા બની દોડવા લાગ્યા. અરે, નદીમાં સ્નાન કરવા કેટલાક સંન્યાસીઓ નદીકાંઠે મૂકેલી લંગોટીઓ બચાવવા દોડ્યા તો અન્ય નગરવાસીઓ

ઘડાની મર્યાદાથી વધુ ધન કોઈ ભરી શકે નહીં

તદ્ધીરો ભવ વિક્તવત્સુ કૃપણાં વૃત્તિં વૃથા મા કૃથા: ।

કૂપે પશ્ય પયોનિધાવપિ ઘટો ગૃહ્ણાતિ તુલ્યે જલમ્ ॥

(ભર્તૃહરિ)

'તો હે ભાઈ ! ધીરજ રાખ. ધનવાનોની પાસે નિરર્થક યાચકવૃત્તિ ન રાખ. જો તો ખરો. ઘડાને મહાસાગરમાં નાખો કે કૂવામાં. તે તો સરખું જ જળ લેવાનો છે. (મતલબ તારા ભાગ્યનું હશે તે જ તને

તેમનું જરઝવેરાત બચાવવા દોડ્યા.

એટલામાં રક્ષકોએ મહેલમાં આવી જનક રાજાને કહ્યું 'મહારાજ, મિથિલા બળી રહી છે. વિચારમગ્ન બેઠેલા જનકે કહ્યું, 'મિથિલાયાં પ્રદીપ્તાયાં ન મે દહતિ કિચ્ચયન ।' મિથિલા બળે છે તો તેમાં મારું કાંઈ બળતું નથી.'

જેણે બધું ત્યજવું છે એવા સંન્યાસીને તેના મમત્વના લીધે લંગોટીનો મોહ છૂટતો નથી પણ જેને આત્મજ્ઞાન થયું છે તેવા મિથિલાનરેશ રાજમહેલમાં રહેવા છતાં મમત્વરહિત હતા. તેમને મન સમગ્ર રાજ્ય તુચ્છ હતું.

કોઈએ સરસ કહ્યું છે. મમત્વ એટલે સંસાર અને મમત્વનો ત્યાગ એટલે મોક્ષ. આ અત્યંત સરળ સમીકરણ છે. સંસ્કૃતમાં એક સરસ શ્લોક છે.

દ્વયક્ષરસ્તુ ભવેન્મૃત્યુસ્ત્રયક્ષરે બ્રહ્મ શાશ્વતમ્ ।

મમેતિ ભવેન્મૃત્યુ ન મમેતિ ચ શાશ્વતમ્ ।

મમ-અમારું છે-એવા બે અક્ષરનો શબ્દ જ મૃત્યુ છે. ન મમ - આ મારું નથી-એ ત્રણ અક્ષરનો શબ્દ જ અમૃત છે. તે જ શાશ્વત બ્રહ્મ છે.

મળવાનું છે.)

એક કઠિયારો, શિવભક્ત હતો પરંતુ તે હૃદયની ભક્તિથી રંગાયો ન હતો. તેની અનેક ઈચ્છાઓ હતી અને આવા લોકો પર શિવજીની કૃપા ક્યારેય ઊતરતી નથી.

એક વાર સાંજે જંગલમાંથી પસાર થતો હતો. તેના પગ ચાલતા હતા, જીભ ચાલતી હતી અને શિવ,

શિવ, શિવ એમ રટણ કરતો ચાલતો હતો.

“ભોળાનાથ ! કુબેર ભંડારી તો તારો મિત્ર છે. તારા એક જ ઈશારે મારા ધનભંડાર ભરાઈ જશે, કૃપા કરો કરુણાનિધિ” તેવું તેનું મન વિચારતું હતું.

યોગાનુયોગ એ જ વખતે આકાશમાર્ગે શિવ-પાર્વતી વિહારે નીકળ્યાં. પાર્વતીએ આ ભક્તની પ્રાર્થના સાંભળી. શિવને વિનંતી કરી, ‘નાથ ! તમારા ભક્તની આરજૂ પૂરી કરોને !’

ભગવાન શિવે કહ્યું, “દેવી! એના કર્મ પ્રમાણે એને જે મળ્યું છે તે પૂરતું છે. ધન પણ કર્મ અને ધર્મને આધીન છે.”

“એ તો ખરું, પણ કૃપા કરીને તેને કશુંક આપો” પાર્વતીએ આગ્રહ કર્યો.

શંકરે કહ્યું, “જુઓ ત્યારે, હું તેના માર્ગમાં સોનામહોર વેરું છું.”

કઠિયારો જતો હતો તેનાં થોડાં પગલાં આગળ ભગવાન શિવજીએ સોનામહોર વેરી દીધી.

ચાલતાં ચાલતાં કઠિયારાને ઠોકર વાગી. તે સોનામહોર ઉપર પડ્યો. સોનામહોર ઢંકાઈ ગઈ. તે ઊઠીને ચાલવા લાગ્યો અને આ રીતે સુવર્ણમહોર લેવાની તેની તક ગઈ.

શિવે કહ્યું, “દેવી ! આ વસુંધરા તો ધનથી ભરેલી છે પણ પ્રત્યેક જીવરૂપી ઘડાને એ ધન ગ્રહણ કરવાની મર્યાદા છે. ધન સામે પડ્યું હોય તો પણ તેને ભરી શકાતું નથી કારણ કે તેના ઘડાની મર્યાદા તેટલી જ છે.”

□ ‘સરગમ’માંથી સાભાર

(અમૃતપુત્ર પાના નં. ૨૨ ઉપરથી ચાલુ)

પડોશની પ્રજા માટે એક સારું સુખદ અને ગુરુદેવને પ્રિય તેવી સેવાનું સંકુલ ઊભું કરી શકીએ. બસ... જન્મશતાબ્દી વર્ષ માટેનો આ શુભ સંકલ્પ આશ્રમના શુભેચ્છકોની સાધારણસભા બોલાવીને આ વિચારનો પ્રસ્તાવ સત્વરે રાજીખુશીથી સૌએ મંજૂર કર્યો.

સત્સંગ ભવન કે સભાગૃહનો નિર્ણય માંડી વાળવામાં આવ્યો. જેમણે તે યોજના માટે મદદ કરી હતી તેમને પત્રો મોકલવામાં આવ્યા. ‘તમોએ સત્સંગ ભવન-સભાગૃહ માટે મદદ મોકલાવી હતી... તેને બદલે હવે હોસ્પિટલ બને છે... આપનું ઉદાર ચરિત દાન આ કાર્ય માટે વાપરી શકાય ? આપની અનુમતિ છે ? જો આપની મંજૂરી ન હોય તો ખૂબ જ સન્માન અને ધન્યવાદ સાથે આપના પૈસા પરત કરતાં અમોને પણ આનંદ જ થશે.’ પરંતુ આ પવિત્ર કાર્ય માટે ભલા કોણ ના કહે ?

દુનિયાભરમાંથી દિવ્ય જીવન સંઘના અનુયાયી ભક્તોના અગણિત હાથ આગળ આવ્યા. ડોક્ટર્સ, નર્સ, સેવકો, એન્જિનિયર્સ આવ્યા. સૌએ સાથે મળીને આ

શિવાનંદ સેવામંદિર માટે સ્વયંસેવકોનું કર્તવ્ય બજાવ્યું. ભક્તોની આર્થિક સહાયથી ઈમારતના નિર્માણ માટે સામાન, બીમાર માટે દવા, આવશ્યક સાધન-સામગ્રી બધું આવતું જ ગયું.

સ્વામીજીએ અસ્પૃશ્યતા નિવારણનું કામ હંમેશાં કર્યું છે. હોસ્પિટલ માટે એક ગાંધી નામની હરિજન મહિલાએ સાડા ચાર એકર જમીન દાનમાં આપી. ચિદાનંદ સ્વામીજી પટ્ટમઝાઈ આવ્યા. પવિત્ર ધૂળને મસ્તકે ચઢાવી. થોડાં વર્ષ પૂર્વે સ્વામીજી જ્યારે ભારત ભ્રમણમાં હતા, ત્યારે પટ્ટમઝાઈમાં કોઈ સેવા સંકુલ ઊભું કરવાનો સંકલ્પ તેમણે કર્યો હતો. તે સંકલ્પ આજે રુગ્ણાલય-હોસ્પિટલના સ્વરૂપમાં પૂરો થઈ રહ્યો હતો. નીચે જૂકેલા સ્વામીજી ઉપર પવનની એક લહેરખી... તેમને થપથપાવી ગઈ - માનો ગુરુદેવે સ્વામીજીને પોતાનો વહાલભર્યો આશીર્વાદ આપતો મંગલ સ્પર્શ કર્યો હોય.

□ ‘અમૃતપુત્ર’માંથી સાભાર

યોગેન ચિત્તસ્ય પદેન વાચાં
મલં શરીરસ્ય ચ વૈદ્યકેન ।
યોડપાકોસ્તં પ્રવરં મુનિનાં
પતંજલિ પ્રાંજલિરાનતોડસ્મિ ॥

પૌરાણિક કથા અનુસાર પતંજલિ દ્વાપર યુગના અંતમાં થઈ ગયા. નથુરામ શર્મા તેમના વિશે ઉપરોક્ત શ્લોકમાં ઉલ્લેખ કરે છે. તે જણાવે છે કે યોગ દ્વારા ચિત્તનો, વ્યાકરણ દ્વારા વાણીનો, વૈદક દ્વારા શરીરનો મેલ દૂર કરનાર મુનિઓમાં શ્રેષ્ઠ પતંજલિને હું બન્ને હાથ જોડીને પ્રણામ કરું છું. આ પ્રમાણે ખરેખર તો પતંજલિ ત્રણ શાસ્ત્રોના રચયિતા છે - (૧) યોગશાસ્ત્ર (૨) આયુર્વેદ (૩) વ્યાકરણ.

ભગવાન પતંજલિનો જન્મ ઉત્તરમાં ઈલાવૃત્ત વર્ષમાં બ્રહ્માના દ્વિતીય પાર્શ્વના શ્વેતવારાહ કલ્પના વૈવસ્વત મન્વન્તરના અઠ્ઠાવીસમા દ્વાપર યુગના અંતમાં થયો હતો. પુરાણોમાં આ અંગે માહિતી મળે છે. તેમના પિતાનું નામ અંગી અને માતાનું નામ ગોણિકા હતું. બન્યું એવું કે એક વાર અંગી ઋષિ અને માતા ગોણિકા પુત્રપ્રાપ્તિ અર્થે સૂર્યને અર્ધ આપી રહ્યાં હતાં ત્યારે તેમની અંજલિમાં પાણી સાથે એક સર્પનું બચ્ચું પણ આવી ગયું. જ્યારે બન્નેએ સર્પના બચ્ચાને જોયું ત્યારે જળ પાછું મૂકવા જતાં સર્પના બચ્ચાએ કહ્યું કે તે હવે તેમના ત્યાં જ જન્મ લેશે. તે સર્પનું બચ્ચું જ સ્વયં શેષનાગ હતું. આમ, આ પ્રસંગ ઉપરથી તો એમ જ જણાય છે કે પતંજલિ સ્વયં શેષનાગના અવતાર હતા. એટલે જ વ્યાકરણના વિદ્વાન પંડિતો પતંજલિના વાક્યોને ઇત્યાહ ભગવાન્ શેષઃ કહીને ઉલ્લેખ છે.

એક બીજી દંતકથા પ્રમાણે ગોણિકાની અંજલિમાં બાળક પડ્યું હતું. બાળકે માતાને ઉદ્દેશીને કહ્યું

કે હું હવે તમારા ત્યાં જ જન્મ લઈશ. પછી એ જ પતંજલિ તરીકે જન્મ લઈને આવ્યા. તેમણે ગોનર્દ પ્રદેશમાં લાંબો સમય નિવાસ કર્યો હતો. તેથી તેમને ગોનર્દીય પણ કહેવાય છે. તેઓ એક ઉત્તમ વૈદ્ય પણ હતા. મહાભારતમાં લખાયું છે કે ગોનર્દીયઃ તુ આહ । એટલે કે વાતિકં પૈતિકં શ્લેષિકમ્ । દધિત્રપુષં પ્રત્યક્ષો જ્વરઃ ।

અર્થાત્ કે - દહીં અને કાકડી જોડે ખાવાથી જ્વર થાય છે. કારણ કે વાત, પિત્ત અને કફના ઉપદ્રવથી શરદી ઉત્પન્ન થાય છે. આ ઉલ્લેખ પણ જોવા મળે છે.

વળી, એક દંતકથા પ્રમાણે ગોનર્દ પ્રદેશમાં પાણિનિ પ્રાતઃકાળે સૂર્યને અર્ધ આપી રહ્યા હતા. બરાબર તે જ વખતે તેમની અંજલિમાં એક સર્પનું બચ્ચું પડ્યું. તે બાળક થઈ ગયું ત્યારે પાણિનિએ તે બાળકને પ્રશ્ન કર્યો કે તું કોણ છે? પણ તે ઉતાવળે ભૂલથી 'કો ભવાન્' ના બદલે 'કોર્ભવાન્' બોલી ગયા. બાળક પણ જવાબમાં 'સર્પોડહમ્' બોલવાના સ્થાને 'સપોડહમ્' બોલી ઊઠ્યો ત્યારે પાણિનિએ પૂછ્યું કે 'રેફઃ કુત્ર ગતઃ' એટલે કે સર્પનો રેફ ક્યાં ખોવાઈ ગયો? તરત બાળક બોલ્યું કે રેફ તો તમે જ લઈ લીધો છે. કેમ કે તમે 'કોર્ભવાન્' બોલ્યા હતા. પાણિનિ બાળકના જવાબથી ખૂબ જ પ્રસન્નચિત્ત થઈ ગયા. તેથી જ બાળક અંજલિમાં પડ્યું હોવાથી પતંજલિ કહેવાયો.

પ્રાચીન ગ્રંથોમાં પતંજલિનાં એકાધિક નામોનાં દર્શન થાય છે, જેમાં ગોનર્દીયે, ગોણિકાપુત્ર, નાગનાથ, અહિપતિ, ફણિભૂત, ફણિપતિ, ચૂર્ણિકાકાર, પદકાર, શેષ, વાસુકિ, ભોગીન્દ્ર, અહિ ઈત્યાદિ. એવું કહેવાય છે કે આયુર્વેદાચાર્ય કનિષ્કની

કન્યાને રોગમુક્ત કરી હતી, જેનો સમય ઇ. સ. ૨૦૦ હતો.

इदं हि योगेश्वर योगनैपुणं

हिरण्यगर्भो भगवान जगाद् यत् ॥ ५-११-१३॥ (श्रीमद् भागवत)

હે યોગેશ્વર ! આ યોગકૌશલ્ય જેને ભગવાન હિરણ્યગર્ભે કહ્યું હતું એ જ છે. ખરેખર તો હિરણ્યગર્ભ તરીકે બ્રહ્માજી ઓળખાય છે. તેનાં જ વિરંચિ, અજ, ચતુર્ભુજ ઇત્યાદિ નામ છે. આમ, હિરણ્યગર્ભ

યોગદર્શનના પ્રથમ આચાર્ય છે, એટલું જ નહીં પણ હિરણ્યગર્ભ શબ્દ જેમ બ્રહ્માજી માટે વપરાય છે તેમ વિષ્ણુજી માટે પણ વપરાય છે. વિષ્ણુસહસ્રનામમાં હિરણ્યગર્ભ વિષ્ણુનું જ નામ છે. હિરણ્યગર્ભ પછી કપિલમુનિ પંચશિખ, આસુરિ, સનતકુમાર, સનતસુજાત વગેરે યોગીશ્વરો ગણાય છે.

આવી રીતે પતંજલિની પણ ગણના હિરણ્યગર્ભ સાથે કરવામાં આવે છે તેવું પંડિતોનું માનવું છે.

યોગના ફાયદાઓ

- ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી

આજનું જીવન દુઃખ અને સંતાપોથી ભરપૂર છે. જો માણસ યોગના કેટલાક પ્રાથમિક સિદ્ધાંતોને પણ અમલમાં મૂકવા યત્ન કરે તો આવી વિક્ષુબ્ધ સ્થિતિમાં પણ સારી રીતે જીવન જીવી શકે.

યોગ વડે પૂર્ણતા, શાંતિ અને શાશ્વત સુખ પ્રાપ્ત થાય છે. યોગના મહાવરાથી હંમેશાં તમારું મન શાંત જ રહેશે અને તમારી શક્તિ, તાકાત તથા તંદુરસ્તીનું સ્તર ઊંચું આવશે. થોડા સમયમાં જ તમે ઘણું ઉત્તમ કાર્ય કરી શકશો. જીવનના દરેક તબક્કે તમને સફળતા પ્રાપ્ત થશે. યોગ તમારા હૃદયમાં નવું બળ અને આત્મવિશ્વાસ પેદા કરશે. તમારું શરીર અને મન તમારા કાબૂમાં રહેશે.

યોગ તમારા આવેગોને કાબૂમાં રાખશે. તે તમારા કાર્યની એકાગ્રતા વધારશે. યોગની શિસ્ત પ્રત્યેકના જીવનમાં અનેરી સુસંવાદિતા દાખલ કરે છે. યોગ દ્વારા માણસ ઈશ્વરને ઓળખી શકે છે અને માનવ તથા ઈશ્વરના સંબંધને પણ જાણી શકે છે.

અજ્ઞાનમાંથી જ્ઞાન તરફ, દુર્બળતામાંથી બળ તરફ, વિસંવાદિતામાંથી સંવાદિતા તરફ, ઈર્ષ્યામાંથી

પ્રેમ તરફ, અછતમાંથી તૃપ્તિ તરફ, ભિન્નતામાંથી એકતા તરફ અને અપૂર્ણતામાંથી પૂર્ણતા તરફ લઈ જનાર ફક્ત યોગ જ છે. યોગ દુઃખીઓને દિલાસો, નિર્બળને બળ, માંદા માણસને તંદુરસ્તી અને અજ્ઞાની લોકોને જ્ઞાન આપે છે.

યોગની શિસ્ત દ્વારા મન, શરીર અને વાણીના અવયવો સંવાદિતાથી કાર્ય કરે છે. યોગના આરાધકને નવું જીવન, નવીન તંદુરસ્તી અને નવીન તત્ત્વજ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય છે.

સત્તાલોલુપતા, ભૌતિક લાલસા, ઈન્દ્રિયોની ઉત્તેજનાઓ, સ્વાર્થ, ધનલોલુપતા અને નિમ્ન બુભુક્ષાઓ માનવીના જીવનની સાચી શક્તિને દુન્યવી ભોગો તરફ ખેંચે છે. જો માનવી સમજણપૂર્વક, દિલથી યોગના સિદ્ધાંતોનું પાલન કરે તો તે દિવ્ય કીર્તિને ફરીથી પ્રાપ્ત કરી શકે. યોગ પશુ જેવા સ્વભાવનું દિવ્ય સ્વભાવમાં રૂપાંતર કરી શકે છે અને અંતે તેને દિવ્ય કીર્તિ અને પરમાનંદની ટોચ પર મૂકી દે છે.

વહાલા જોષીકાકાની વસમી વિદાય



ગીતા જ્ઞાનસરોવરના રાજહંસ

ડૉ. નરેન બી. જોષી

આદરણીય ડૉ. નરેન જોષી સાહેબનું તા. ૨૦-૫-૨૦૧૬ની બપોરના સવા બે વાગ્યે મહાપ્રયાણ થયેલ છે.

ડૉ. જોષીકાકાના નામે ઓળખાતા ડૉ. નરેનભાઈની કર્મભૂમિ અમરેલી. અમરેલીમાં રૂક્મણી બાલમંદિરના સભાખંડમાં ૧૯૭૫ના અરસામાં સ્વ. શ્રી પ્રસન્નકુમાર મંકોડી, સ્વ. શ્રી ઉછરંગરાય સ્વાદિયાજી, પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ, આદરણીય પૂજ્ય બાપુજી (ડૉ. શિવાનંદ અધ્વર્યુજી) અને દિવ્ય જીવન સંઘ, ભાવનગરનાં ભક્તમંડળની ઉપસ્થિતિમાં દિવ્ય જીવન સંઘ, અમરેલી શાખાની સ્થાપના પૂજ્ય ડૉ. નરેન જોષીના પ્રમુખપદે કરવામાં આવેલી.

પછી તો દર વર્ષે પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ અમરેલી પધારતા. ડૉ. નરેન જોષી સાહેબનું ઘર-શિવાનંદ આશ્રમ સમાન થઈ જતું.

નાગનાથ મંદિરના ગણપતિ હોલમાં અને કોલેજો શાળાઓ આઈટીઆઈ વગેરે અને અખાડામાં પૂજ્ય સ્વામીજીના યોગ વર્ગો અને પ્રવચનો થતાં.

ડૉ. નરેન જોષી સાહેબની નિશ્રામાં પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજની વ્યાસપીઠે અમરેલીમાં ગીતાજયંતી ઉત્સવ, ભાગવત કથા, શિવપુરાણ, દેવી ભાગવત કથાઓ આયોજાઈ.

શ્રી સ્વામી શિવાનંદ જન્મ શતાબ્દી પ્રસંગે નીકળેલી ગુરુપાદુકાની યાત્રા પ્રસંગે અમરેલીમાં 'શિવાનંદ માર્ગ' ઘોષિત કરવામાં આવ્યો જે આજે પણ છે.

અને એક દિવસ ડૉ. નરેન જોષી સાહેબનાં અન્નજળ અમરેલી ખાતે પૂરાં થયાં. તેઓ સ-પરિવાર ભાવનગર આવીને વસ્યા. યુવાન દીકરો અને ધર્મપત્નીની વિદાય પ્રસંગે ડૉ. જોષીકાકાની સ્થિતપ્રજ્ઞતાનાં દર્શન થયાં.

શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતાના ઊંડા અભ્યાસી, જ્ઞાન સરોવરના રાજહંસ સમાન જોષીકાકાએ અમરેલીમાં સ્મશાન અને મંદિરોનો જીર્ણોદ્ધાર કરાવ્યો. સદા સખાવત અને ઉદારતાના મૂર્તસ્વરૂપ ડૉ. નરેન જોષીકાકા છેલ્લાં વીસેક વર્ષથી ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘના પ્રન્યાસી (ટ્રસ્ટી) હતા. ગરીબ લોકોને આપવામાં આવતી નોટબુકો માટે પણ તેઓ ઉદાર ચરિતે યોગદાન આપતા હતા.

ધીરે ધીરે તેમનું શરીર નાદુરસ્ત થતું ગયું, પરંતુ મન એકમાત્ર કૃષ્ણાશ્રય અને ગીતામય હતું. ખૂબ જ શાંતભાવે શુક્રવારે ૨૦-૫-૨૦૧૬ના બપોરના ૨.૧૫ કલાકે તેમણે અંતિમ શ્વાસ લીધા.

વહાલા ડૉ. નરેન જોષીનો દેહવિલય થયો છે; પરંતુ તેમની ચેતના તેમની બંને પુત્રીઓ શ્રીમતી કલ્પનાબેન પંડ્યા અને શ્રીમતી ગાયત્રીનાં જીવનમાં અક્ષુણ્ણ ભાવે વહેતી રહેશે. વહાલા નરેન જોષી કાકાની સ્મૃતિને મૂક વંદના. તેમનાં સૌ પરિજનોને આ વસમી વિદાય સહન કરવાની પરમાત્મા શક્તિ આપો એ જ અભ્યર્થના. ઠું શાંતિ

- ગુજરાત દિવ્ય જીવનના સૌ ટ્રસ્ટીઓ અને શિવાનંદ પરિવારનાં પરિજનો

પૂજ્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ કેટલાક ભક્તો સાથે એક જૈન મહારાજ સાહેબના પ્રવચનમાં ગયા અને સૌની સાથે છેલ્લી હરોળમાં સહજ રીતે બેસી ગયા. જ્યારે મુનિ મહારાજનું ધ્યાન તેમની તરફ ગયું તો તરત જ તેમણે તેમને સ્ટેજ પર આવી બેસવા માટે આમંત્રણ આપ્યું. તો એટલી જ સહજતાથી સ્ટેજ પર સ્થાન ગ્રહણ કર્યું ત્યાં પણ ખુશી - અહીં પણ ખુશી - બધી પરિસ્થિતિમાં આનંદ.

‘હર હાલમેં અલમસ્ત સચ્ચિદાનંદ હૂં।

કૈવલ્ય કેવલ કૂટસ્થ આનંદ હૂં। - જે સ્વામીજી હંમેશા કહે છે, તેની જ પ્રત્યક્ષ અનુભૂતિ આવી સરળતા-સહજતા કેવી રીતે સંભવી શકે?

ગુરુ ભગવાન શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજ એક વાર લાંબી મુસાફરી શરૂ કરતાં પહેલાં પ્લેટફોર્મ પર કીર્તન કરાવતા હતા. ભક્તોએ તેમનો સામાન તેમની રિઝર્વ બર્થ પર ગોઠવી દીધો હતો. દરમિયાનમાં કોઈ વેપારી વગર રિઝર્વેશને મુસાફરી કરતો હશે. તેણે સ્વામીજીનો સામાન ખસેડી પોતાનો બિસ્તરો પાથરી દીધો. ટ્રેન ઊપડવાનો સમય થતાં સ્વામીજી એક ગૃહસ્થ ભક્ત સાથે અંદર દાખલ થયા. વેપારી આ ગૃહસ્થને ઉદ્દેશીને કડવાશથી વ્યંગમાં કહેવા લાગ્યો કે પારકે પૈસે સંન્યાસીઓ પહેલા વર્ગમાં મુસાફરી કરે છે, જેથી અમને હાડમારી પડે છે. ગૃહસ્થ કડક શબ્દોમાં પ્રત્યુત્તર આપવા જતા હતા પણ સ્વામીજીએ તેમને વાર્યા અને કહ્યું, ‘એમની વાત સાચી છે. સંન્યાસીને સુખ-સગવડની જરૂર નથી’ અને કોઈ પણ જાતના વિરોધ કે કચવાટ સિવાય પોતાનો કાયદેસરનો હક છોડી દઈ નીચે ફરસ પર સહજ ભાવે સ્વામીજી સૂઈ ગયા.

પછી વેપારીને પસ્તાવો થયો. પોતાના અપકૃત્યને આટલી સરળતાથી સહી લઈને અગવડતા સ્વીકારી લેનાર સ્વામીજીની માફી માગી વેપારીએ તેમને તેમની જગ્યા પર આવી જવા વિનંતી કરી. વેપારીએ જ્યારે આગ્રહ કર્યો ત્યારે સ્વામીજી નિર્લેપ ભાવે પોતાની જગ્યા પર સૂઈ ગયા.

આવી આશ્ચર્યજનક સ્થિતપ્રજ્ઞતા કેવી રીતે સંભવી શકે?

સદ્ગુરુદેવ સ્વામી શ્રી શિવાનંદજી મહારાજ તો વિનમ્ર બનીને સૌને પગે લાગતા. તેઓ દુરાચારી માણસોની પણ સેવા કરતા. ૧૯૩૦ની સાલમાં એક શિષ્યને તેમણે પત્રમાં લખ્યું હતું, ‘ભલે મારી આજુબાજુ એવા માણસો હોય કે જેઓ મને ગાળ દેતા હોય, મારું ઘસાતું બોલતા હોય, મારું અપમાન કરતા હોય અને મને મારવા માટે મારા ઉપર હુમલો કરતા હોય, મારે તેમની સેવા કરવી છે. તેમને જ્ઞાન આપવું છે. હું તેમને ઊંચે ઉઠાવવા માગું છું. તેમના હૃદયનું મારે પરિવર્તન કરવું છે.’

આવી આંતરિક સ્થિતિ કેવી રીતે શક્ય બને?

ત્યારે જ જ્યારે વ્યક્તિ માન-અપમાનથી પર હોય. માટે જ ભગવાન ગીતામાં કહે છે -

‘જિતાત્મનઃ પ્રશાન્તસ્ય પરમાત્મા સમાહિતઃ।

શીતોષ્ણસુખદુઃખેષુ તથા માનાપમાનયોઃ॥ (૬,૭)

‘જે સફળતાથી વધુ પડતો ઉત્તેજિત થતો નથી કે દિલગીરીથી દુઃખી થતો નથી. જે અત્યંત પ્રતિકૂળ સંજોગોમાં, માન કે અપમાનમાં, નિંદા કે પ્રશંસામાં, ધનવાન હોય ત્યારે કે ગરીબ હોય ત્યારે તેમ જ

જીવનની દરેક પરિસ્થિતિમાં મનને સમતોલ રાખે છે, પોતાના સ્વરૂપ પ્રત્યે સદા સભાન રહે છે, મનનાં તત્ત્વો અને રૂપાંતરોથી અપ્રભાવિત રહે છે, તે સંસ્કારના સુંદર ફૂલનું પાકું ફળ છે. તે એક પૂર્ણ માનવ છે, જે ઈન્દ્રિયોના માર્ગે દોરાઈ જતો નથી, પણ મનની બધી જ ઈચ્છાઓને છોડી દઈ આત્માથી આત્મામાં સંતુષ્ટ રહે છે.’

સ્વામી શિવાનંદજી કહેતા - ‘અપમાન અને ગાળ ! સાધકને મન એની ગણના કેટલી ? થોડા શબ્દો ગળામાંથી નીકળે છે અને થોડો અવાજ સંભળાય છે. આ અવાજ એટલે હવામાં થતાં થોડાં આંદોલનો ! આનાથી વિશેષ તેઓ શું છે ? તેમ છતાં આ ક્ષણિક આંદોલનો તમને ઊંચાનીચા કરી નાખે છે. તમને આકુળવ્યાકુળ બનાવી દે છે. તમે દિવ્ય જીવન ફગાવી દો છો. આ શું વિવેકબુદ્ધિની ગળે ઊતરે તેવી વાત છે ? સાચો સાધક માન અને પ્રતિષ્ઠાને કંઈ જ મહત્ત્વ આપતો નથી. તે ફક્ત પ્રભુની દરકાર કરે છે.’

સાધકે અપમાન અને નિંદા સહન કરવાની શક્તિ મેળવવી જોઈએ. જો કોઈ માણસ અપમાન અને નિંદા સહન કરી શકતો ન હોય તેની સાધના ફળી નથી એમ સમજવું.

પ્રકૃતિનું ઉદાહરણ લઈએ. સૂર્યનારાયણની સવારી આવે છે, આખા જગતને પ્રકાશિત કરે છે. જો આપણા ઘરનાં બારી-બારણાં ખુલ્લાં હશે તો તે ઘરમાં સહજ પ્રવેશ કરી જશે, પણ જો તે બંધ છે તો તે બહાર જ રહેશે, તેમાં એને અપમાન નથી લાગતું. જ્યારે આપણે નાનાં-નાનાં કારણોને લઈને ‘મારું અપમાન થયું’ એમ વિચારી સામેની વ્યક્તિ માટે ગ્રંથિ બાંધી દઈએ છીએ. કેટલીક વાર સમયની સાથે આ ગ્રંથિ ઓગળી જાય છે પરંતુ ઘણીવાર આપણી માફ નહીં કરવાની વૃત્તિના કારણે આપણા જ શરીરમાં શક્તિના અવરોધ પેદા કરીએ છીએ, જેથી શરીરમાં રોગનાં બીજ વવાય છે. આ માન-

અપમાનની હોળીમાં અત્યાર સુધીમાં કેટલાય સંબંધો હોમાઈ ગયા, કેટલીય વ્યક્તિઓ હોમાઈ ગઈ, કેટલાયનાં ભવિષ્ય હોમાઈ ગયાં અને કેટલાયનાં સુખ-શાંતિ ભસ્મીભૂત થઈ ગયાં.

સ્વામી શિવાનંદજી એ એક સૂત્ર આપ્યું છે -

‘Bear Insult and injury’

‘અપમાન અને અન્યાય સહન કરતાં શીખો’

આ સૂત્ર સમજવું અત્યંત આવશ્યક છે કારણ કે તેમાં આપણાં કર્મો કપાય છે. જો કોઈ પૂર્વનું સંચિત કર્મ ઉદિત થયું હશે તો જ કોઈ અપમાન કે અન્યાય કરવા પ્રેરાયું હશે. તે વ્યક્તિ તો નિમિત્તમાત્ર છે, મૂળ તો આપણું જ કર્મ છે, જે નિવૃત્ત થઈ રહ્યું છે. સહન કરીને આપણે મુક્તિ તરફ જઈ રહ્યા છીએ, માટે જ ભગવાને ગીતામાં કહ્યું છે -

‘માનાપમાનયોસ્તુલ્યસ્તુલ્યો મિત્રરિપક્ષયો :।

સર્વારમ્ભપરિત્યાગી ગુણાતીતઃ સ ઉચ્યતે ॥ (૧૪, ૨૫)

‘જે માન-અપમાનમાં સમ છે, મિત્ર અને વેરી પક્ષમાં પણ સમ છે તેમ જ સર્વ કર્મોમાં કર્તાપણાના અભિમાન વિનાનો છે એ પુરુષ ગુણાતીત કહેવાય છે.’

માન-અપમાનનું કેન્દ્રબિંદુ અહંકાર છે. જ્યારે આપણો અહંકાર શૂન્ય થવા લાગશે, માન માગવાની જરૂર નહીં પડે, માન સામેથી મળશે ત્યારે આપણને તેની સ્પૃહા પણ નહીં હોય.

આપણે માન-અપમાનથી પર થઈ, કોઈ ચેતના આપણી પાસે ઉદાસ, નિરાશ કે રડતી આવી હોય તે આનંદથી હસતી-રમતી રૂમતી-ઝૂમતી જાય તેવી ગુરુદેવ આપણને ક્ષમતા આપે તે જ પ્રાર્થના.

વૃત્તાંત

- તા. ૧-૫-૨૦૧૬ થી ૩-૫-૨૦૧૬, અમદાવાદ : શ્રી દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘનો વાર્ષિકોત્સવ આ વર્ષે તા. ૨૯-૪-૨૦૧૬થી ૩-૫-૨૦૧૬ સુધી ઉત્સાહ અને આનંદ સાથે સમ્પન્ન થયો. તા. ૧-૫-૨૦૧૬ ને રવિવારના રોજ ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘનું વાર્ષિક સંમેલન યોજાયું. રાત્રે શાસ્ત્રીય સંગીત અને બીજી તારીખે રાત્રે અવિસ્મરણીય એકપાત્રિય અભિનય ‘સૂરદાસ’ પદ્મશ્રી શ્રી શેખર સેન દ્વારા પ્રસ્તુત થયો. ત્રીજી તારીખે પૂજ્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનો ૭૨મો પ્રાકટ્યોત્સવ ભક્તિભાવપૂર્વક સંપન્ન થયો. (આ સમગ્ર વૃત્તાંત વિગતવાર મે-૨૦૧૬ના દિવ્ય જીવનમાં પ્રગટ થઈ ચૂક્યું છે.)
- તા. ૪-૫-૨૦૧૬, મોટાં અંબાજી અને ખેડબ્રહ્મા : તા. ૪-૫-૨૦૧૬ ને બુધવારે વહેલી સવારે પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ અને ભક્તમંડળનું એક વિશાળ વૃંદ મોટાં અંબાજીનાં દર્શને ગયું. પાછાં ફરતાં બધાં બ્રહ્મલીન પૂજ્ય શ્રી સ્વામી ગુરુકૃપાનંદજી મહારાજના પવિત્ર આશ્રમે રામનગર કંપે રોકાયાં. સત્સંગ અને પ્રસાદ પછી સૌ ઢળતી સાંજે અમદાવાદ પાછા આવ્યાં.
- તા. ૫-૫-૨૦૧૬ થી ૭-૫-૨૦૧૬, ઉજ્જૈન : આચાર્ય મહામંડળેશ્વર જૂના પીઠાધીશ્વર ૧૦૦૮ શ્રીમત્ સ્વામી અવધેશાનંદજી મહારાજના ભાવસભર આગ્રહથી પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ અને આશ્રમના ભક્તોનું એક વિશાળ વૃંદ ઉજ્જૈન ગયું. ઉજ્જૈનમાં સૌ પ્રભુ પ્રેમી સંઘના ઉતારામાં રહ્યું. ભગવાન શ્રી મહાકાલ, ભગવતી હરસિદ્ધીમાતાના દર્શન, ક્ષીપ્રા નદીનું સ્નાન, સાંજે સંઘ્યા આરતીનાં ભવ્ય દર્શન અને સાધુસંતો-મહામંડળેશ્વરોના દર્શન-સત્સંગનો પવિત્ર લાભ લઈ સૌ ભક્તિવિભોર થઈને પાછાં ફર્યાં.
- તા. ૮-૫-૨૦૧૬, નાસિક : શ્રી વસંત નાયક સ્મૃતિ વ્યાખ્યાનમાળા નાસિક ખાતે છેલ્લાં પચાસેક વર્ષથી ગોદાવરી તટે શ્રી રામઘાટ ઉપર આયોજાય છે; જેનો એક મહિના સુધી (૧ મે થી ૩૧ મે સુધી દર વર્ષે) દરરોજ સાંજે ૩૫૦૦૦ થી ૪૦૦૦૦ લોકો તે પટાંગણમાં બેસીને લાભ લે છે. આ વર્ષે પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીને પણ આ વ્યાખ્યાનમાળામાં નિમંત્રવામાં આવ્યા હતા. પૂજ્ય સ્વામીજીએ મરાઠીમાં બે કલાક સુધી આપણાં પ્રાચીન શાસ્ત્રોની વિરાસત અને તેનો દૈનિક જીવનમાં વિનિમય વિષય ઉપર પ્રવચન કરી સૌને મંત્રમુગ્ધ કર્યા હતા, જેની નોંધ ‘સકાળ’ સાથે બીજાં અનેક દૈનિકપત્રોએ લીધી હતી.
- તા. ૯-૫-૨૦૧૬, મુંબઈ : નાસિકથી પાછાં ફરતાં પૂજ્ય સ્વામીજી શ્રી ગૌરક્ષ આશ્રમ, બોરીવલી ખાતે પધાર્યા હતા. આદરણીય સંતશ્રી ગુલાબનાથજી મહારાજને ત્યાં સત્સંગ કરી સાંજે અમદાવાદ આવી પહોંચ્યા હતા.
- તા. ૧૦-૫-૨૦૧૬ થી ૧૧-૫-૨૦૧૬, દિલ્હી : તા. ૧૦-૫-૨૦૧૬ની વહેલી સવારે પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ દિલ્હી પધાર્યા હતા, દિલ્હીના દ્વારકા અને હોજ ખાસ ખાતે સત્સંગ અને મહાપ્રસાદનું આયોજન થયું હતું.
- તા. ૨૦-૫-૨૦૧૬ : શિવાનંદ આશ્રમ સ્થિત ભગવાન શ્રી વિશ્વનાથ મહાદેવનો ૨૧મો પાટોત્સવ ખૂબ ભક્તિભાવપૂર્વક ધામધૂમથી ઊજવાયો. સવારના ૭.૦૦ થી બપોરના ૧૨.૦૦ સુધી હોમાત્મક લઘુરુદ્રમાં સાત ભક્ત દંપતીઓએ બેસીને ધર્મલાભ કર્યો. સાંજે મહા-ભસ્મ-આરતી પછી મહાપ્રસાદ ભંડારાનો ૬૦૦થી વધુ ભક્તોએ લાભ લીધો. આ

દિવસે ગરમી ખૂબ હતી. આશ્રમ દ્વારા પશુપંખીને પાણી અને દાણા માટે કૂંડાં વિતરણ કરવામાં આવ્યાં.

રાત્રે નારાયણ સેવામાં સૌ દરિદ્રનારાયણોને લાડુ, ભજિયાં, દાળ, ભાત, શાક, પૂરીનું જમણ પ્રેમથી જમાડવામાં આવ્યું.

● તા. ૨૧-૫-૨૦૧૬ થી તા. ૨૨-૫-૨૦૧૬, પટૌડી (હરિયાણા) : કિકેટના ખેલાડી સુપ્રસિદ્ધ નવાબ ઓફ પટૌડીના ગામમાં બ્રહ્માકુમારીઝની સંસ્થાએ ૧૫મું અખિલ ભારતીય ગીતા સંમેલન કર્યું. અનેક યુનિવર્સિટીઓના ઉપકુલપતિઓ, નિવૃત્ત ન્યાયાધીશો, વર્તમાન સરકારના અગણિત પદાધિકારીઓ, સંતો, મહામંડળેશ્વરો અને અતિ વિશાળ સંખ્યામાં સમગ્ર ભારતભરમાંથી પધારેલા ભક્તોની ઉપસ્થિતિમાં પંજાબ, હરિયાણા અને ચંડીગઢના ગવર્નર શ્રી પ્રો. કપ્તાનસિંહજી દ્વારા દીપ પ્રજ્વલન અને ઉદ્ઘાટન પ્રવચન કરવામાં આવ્યું.

ગીતાના કૃષ્ણ, ગીતામાં હિંસા-અહિંસા, ગીતાનો સાર, સાદ, ગીતાનું આહ્વાન વગેરે વિષયો વિષદપૂર્વક ચર્ચવામાં આવ્યા.

● તા. ૨૧-૫-૨૦૧૬, અમદાવાદ : ૩૭મો યોગશિક્ષક તાલીમ શિબિર આજરોજથી પ્રારંભ થયો. ગુજરાત, મહારાષ્ટ્ર, હિમાચલ-પ્રદેશ, આંધ્રપ્રદેશ ઉપરાંત અમેરિકા, પોર્ટુગલ અને રશિયા તથા લંડનના યોગ પ્રશિક્ષાર્થીઓ આ તાલીમ શિબિરમાં જોડાયા.

પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજે યોગ પ્રશિક્ષણ સિવાય ભગવદ્ગીતા અને પાતંજલ સૂત્રોનું અધ્યાપન કરાવ્યું. ડૉ. વર્ષા દેવે, ડૉ. અમીષ ક્ષત્રિય, ડૉ. અશોક નિર્વાણ, ડૉ. ભાવદીપ ગણાત્રા, શ્રીમતી રૂપાબેન મજમુદાર, સુશ્રી સંગીતા થવાણી અને શ્રીમતી ચિદ્રૂપિણી ક્ષત્રિય, ગાયનેકોલોજી, ઓર્થોપેડિક, શરીર વિજ્ઞાન અને આરોગ્યશાસ્ત્ર, આયુર્વેદ, રેઈકી, એજ્યુકેશન સાઈકોલોજી અને આહાર વિજ્ઞાનનું જ્ઞાન ૨૨૦ કલાકમાં આપવામાં આવ્યું. તમામ વિષયોની

લેખિત, મૌખિક અને પ્રેક્ટિકલ પરીક્ષાઓ લેવામાં આવી. ગુજરાત યુનિવર્સિટીની માન્યતા પ્રાપ્ત પ્રમાણપત્ર સૌને તા. ૯ જૂનની સાંજે સમારંભમાં આપવામાં આવ્યાં.

હવે પછીનો ૩૮મો યોગશિક્ષક તાલીમ શિબિર ૨૦૧૬ના ડિસેમ્બરની ૧૦મી તારીખથી ૩૦મી તારીખ સુધી આયોજાશે. જે લોકો બેઝિક આસનો સારી રીતે કરી શકતા હોય, સ્નાતક કક્ષાનો અભ્યાસ કરેલો હોય અને અંગ્રેજી માધ્યમમાં ભણી શકે તે સૌએ હમણાંથી જ પ્રવેશ માટે સંપર્ક કરવો.

● તા. ૨૩-૫-૨૦૧૬, અમદાવાદ : પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજના નિર્દેશનમાં ૭૮૫મા યોગાસન પ્રાણાયામ અને ધ્યાન શિબિરનું આયોજન તા. ૨૩-૫ થી ૧-૬ સુધી કરવામાં આવ્યું. આશ્રમના યોગશિક્ષકોની મદદથી આ વિશાળ યોગસત્રના સફળ સંચાલનમાં ફેલેક્સિબિલિટીઝ, પ્રમુખ અને હળવાં આસનો, પ્રાણાયામ, ત્રાટક, ધ્યાન અને રિલેક્સેશનનું જ્ઞાન સંપાદન કરવામાં આવ્યું. તા. ૨૮-૫-૨૦૧૬ને શનિવારે રાત્રે દાબડા ઉજાણીમાં સર્વે યોગ મુમુક્ષુઓ સપરિવાર પધારતાં આશ્રમ પ્રાંગણ આનંદ કિલ્લોલથી પુલકિત થયું. દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘના ટ્રસ્ટી શ્રી પ્રકાશભાઈ સોનીએ યોગસત્રનો પ્રારંભ મંગળદીપ પ્રગટાવીને કરાવ્યો. યોગસત્રમાં શહેરના અગ્રગણ્ય ડોક્ટરો, એન્જિનિયરો, ISROના વૈજ્ઞાનિકો અને વિશાળ સંખ્યામાં બહેનોએ પણ ઉત્સાહપૂર્વક ભાગ લીધો.

● તા. ૨૩-૫-૨૦૧૬, ઘારોડી : ઘારોડી (સરખેજ-ગાંધીનગર રોડ) સ્થિત નિરમા યુનિવર્સિટીમાં દર વર્ષે ૩૦ થી ૩૫ નવા પ્રાધ્યાપકોની ભરતી કરવામાં આવે છે. ઊનાળુ વેકેશન દરમ્યાન આ તમામ પ્રાધ્યાપકો માટે 'ઓરીએન્ટેશન' કાર્યક્રમનું આયોજન કરવામાં આવે છે. આજરોજ આ નૂતન જ્ઞાનસત્રનો મંગળ પ્રારંભ થયો. પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજે

આ પ્રસંગે 'પોઝિટિવ એટિટ્યૂડ' વિષય પર સાંજે ૪.૦૦ થી ૬.૦૦ વાગ્યા સુધી ઉદ્બોધન કરી સૌને નવીન જીવન દિશાસૂચક માટે ખૂબ જ પ્રોત્સાહિત કર્યા.
તા. ૨૯-૫-૨૦૧૬, ભાવનગર : ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘના ટ્રસ્ટી આદરણીય શ્રી ડૉ. નરેન જોષીજીના

દેહાવસાનના સમાચાર પ્રાપ્ત થવાથી પૂજ્ય સ્વામીજી ભાવનગર તેમના પરિવારનાં શોક સંતપ્ત પરિજનો પાસે દિવંગતની આત્મશાંતિ અને પ્રાર્થના હેતુ ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘનાં ટ્રસ્ટી તથા શ્રીમતી પૂનમ થવાણી, શ્રી ચંદ્રકાંત દક્ષીણી સાથે ગયા હતા.

શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ ખાતે આગામી કાર્યક્રમો

- તા. ૧-૬-૨૦૧૬ : ગુરુભગવાન શ્રીમત્ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજનો ૯૨ મો સન્યાસ દિવસ રાત્રે ૮.૩૦ થી ૯.૩૦ વિશેષ સત્સંગ
- તા. ૧-૬-૨૦૧૬ : ૭૮૫મા યોગ ધ્યાન શિબિરની પૂર્ણાહુતિ
- તા. ૨૧-૬-૨૦૧૬ : વિશ્વ યોગ દિવસ - સવારે ૫.૩૦ થી ૬.૪૫ સામૂહિક યોગવર્ગ ૭.૦૦ થી ૮.૦૦ દિવ્યાંગો - પ્રજ્ઞાયક્ષુઓ મૂક બધીર મિત્રો દ્વારા યોગ વર્ગ.
- તા. ૬-૭-૨૦૧૬ : શ્રી જગન્નાથજીની રથયાત્રા - સમય સાંજે ૪.૩૦ વાગ્યે.
- તા. ૧૯-૭-૨૦૧૬ : શ્રી ગુરુપૂર્ણિમા નિમિત્તે સાંજે ૬.૦૦ થી ૭.૩૦ સુધી શ્રી ગુરુ પાદુકા પૂજન સત્સંગ અને ભંડારો (મહાપ્રસાદ)
- તા. ૨૭-૭-૨૦૧૬ : ગુરુભગવાન શ્રીમત્ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની ૫૩મી પુણ્યતિથિ - આરાધના પર્વ. શ્રી ગુરુ પાદુકા પૂજન; સાંજે ૬.૦૦ થી ૭.૩૦ અને સત્સંગ
- તા. ૩-૮-૨૦૧૬ થી ૧-૯-૨૦૧૬ : શ્રાવણમાસ નિમિત્તે પૂજ્યચરણ શ્રીમત્ સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજની વ્યાસ પીઠે શિવપુરાણ કથા. સમય દરરોજ સાંજે ૫.૩૦ થી ૭.૦૦ વાગ્યા સુધી.
- તા. ૨૫-૮-૨૦૧૬ : જન્માષ્ટમી મહોત્સવ
- તા. ૧-૯-૨૦૧૬ : શ્રાવણી અમાવસ્યા, લઘુરુદ્ર સવારે ૯.૦૦ થી સાંજે ૬.૦૦ વાગ્યા સુધી, મહાઆરતી-ભંડારો.
- તા. ૫-૯-૨૦૧૬ : શ્રી ગણેશ ચતુર્થી સોમવાર થી તા. ૨૨-૯-૨૦૧૬ સુધી ગુરુ ભગવાન શ્રીમત્ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજના જન્મ શતાબ્દી પ્રસંગ નિમિત્તે શ્રીગણપતિ હોમ અને શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતા અષ્ટાદશ પારાયણ - વ્યાખ્યાન - પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજની વ્યાસપીઠે.
- તા. ૨૩-૯-૨૦૧૬ : શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતા યજ્ઞ (હોમાત્મક)
- તા. ૨૪-૯-૨૦૧૬ : ગુરુ ભગવાન શ્રીમત્ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજનો ૧૦૧મો પ્રાકટ્ય દિવસ. સાંજે ૬.૦૦ થી ૭.૩૦ સુધી શ્રી ગુરુપાદુકાપૂજન. ૭.૩૦ વાગ્યે નારાયણસેવા અને મહાપ્રસાદ-ભંડારો.

CLASSIC BANGLES

COLLECTION



SUVARNAKALA®

Gold, Diamond & Jadtar Jewellery
BIS Approved Jeweller

સમઢાવાઢ

સી.જી. રોડ
“નેશનલ પ્લાઢા”,
લાલ ઢંગલાની સામે,
સી.જી રોડ, સમઢાવાઢ - 6

સેટેલાઈટ
“વીનસ ડેમેડીયસ”,
ઢોઢપુર ચાર રસ્તા BRTS ઢસ સ્ટેન્ડ સામે,
સેટેલાઈટ, સમઢાવાઢ - 15


100% Hallmarked
Jewellery

f

સ્વાદ અને ગુણવત્તાની પરંપરા



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



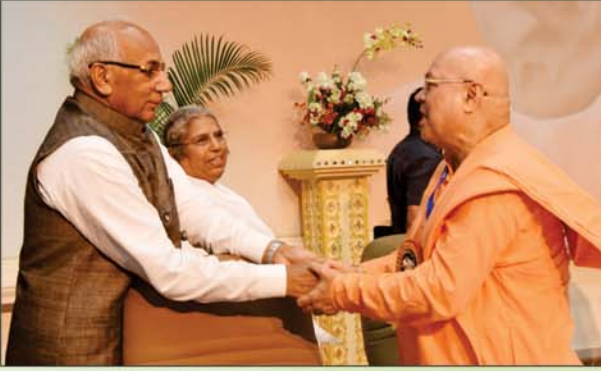
મસાલા • ઈન્સ્ટન્ટ મિક્ષ • પ્લેન્ડેડ મસાલા • હિંગ વગેરેની વિશાળ શ્રેણી અને પેક સાઈઝ



રામદેવ ફૂડ પ્રોડક્ટ્સ પ્રા.લિ.

સ્પાઈસ વર્લ્ડ, સરખેજ-ભાવળા હાઈવે, ચાંગોદર-૩૮૨ ૨૧૩, અમદાવાદ. • www.ramdevfood.com





ब्रह्मकुमारीज संस्था द्वारा आयोजित १५वा आंतरराष्ट्रीय गीताज्ञान संभेलननुं टीप प्रजवलन. पंजाब, हरियाणा अने यंडीगढना मडामडिम राज्यापाल प्रो. डधानसिंहज द्वारा अभिवादन अने आता ब्रह्मकुमार ब्रजमोहनज द्वारा पूज्य स्वामी अध्यात्मानंदज मडाराजनुं विशेष सन्मान (ता. २२-५-२०१६, पटौडी - हरियाणा)

वैदिक काळापासून देश, धर्माला महत्त्व : स्वामी अध्यात्मानंद

य. म. पटांगण

सकाळ वृत्तसेवा

नाशिक, ता. ८ : हिंदुस्थान म्हणजे धर्म, संस्कृती, शील यांची सुंदर परंपरा असून, वैदिक काळापासून सर्वधर्मीय शास्त्रांनी देश आणि धर्माला प्राधान्य दिले आहे. प्रथम देश व नंतर समाज, असे मत स्वामी अध्यात्मानंद यांनी आज येथे व्यक्त केले.

देवमामलेदार यशवंत महाराज पटांगणावर सुरू असलेल्या माधवराव काळे स्मृती वसंत व्याख्यानमालेचे आठवे पुष्प गुंफताना ते बोलत

होते. सायंकाळी पाऊस झाल्याने गुप्ते महाराज समाधी मंदिरात व्याख्यान झाले.

स्वामी अध्यात्मानंद म्हणाले, "जगातील कोणत्याही धर्मशास्त्रात हिसेचे समर्थन केलेले नाही. देशाला प्राधान्य देण्याऐवजी आज स्वार्थाला ते दिले जात आहे, हे आपले दुर्दैव आहे. आज सर्वत्र मतलबी व स्वार्थ साधला जात असून, माणसामाणसांत धार्मिक वाद निर्माण केले जात आहेत. चांगली इमारत उभी राहण्यासाठी पाया भक्कम असावा लागतो. अविश्वासाच्या पायावर उभ्या असलेल्या इमारती फार काळ टिकू शकत नाहीत. तंत्रज्ञानाच्या प्रगतीमुळे आज आपण

सर्व वेगळ्या दुनियेत वावरत असलो, तरी त्याचा पाया आपल्या शास्त्रांनी घातला आहे. आपल्या शास्त्रांमार्गे विज्ञान असून, त्याचा शोध घेऊन आजच्या युवा पिढीने ते आत्मसात करण्याची गरज आहे. सध्या दुर्दैवाने तंत्रज्ञानाचा अतिवापर सुरू आहे. मात्र, अतितंत्रज्ञानाच्या वापरानंतर कफल्लक होणाऱ्या पुढील पिढीला शास्त्रच केवळ वाचवू शकेल.

आजचे व्याख्यान

- विषय : सायकल चळवळ- काल, आज आणि उद्या
- वक्ते : किरण चव्हाण
- वेळ : सायंकाळी ७.१५

नासिक - मडाराष्ट्र भाते श्री वसंतराव नायक ज्ञानयज्ञमां पूज्य स्वामीजना उद्बोधननो सारांश - 'सकाण' दैनिक द्वारा (ता. ८-५-२०१६)



શ્રી શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ ખાતે ૭૮૫મા યોગ શિબિરનું ઉદ્ઘાટન દીપ પ્રજ્વલન,
પ્રન્યાસી શ્રી પ્રકાશ સોની દ્વારા (૨૩-૫-૨૦૧૬)



શ્રી શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ ખાતે ૩૭મો યોગશિક્ષક તાલીમ શિબિર
શિક્ષકો અને સ્નાતકો (તા. ૨૧-૫-૨૦૧૬)

પ્રેમભાવ

ધિક્કાર એ હકારાત્મક ગુણ નથી. ધિક્કાર જેવી કોઈ ચીજ જ નથી. ધિક્કાર છે એનો અર્થ એવો થાય, પ્રેમ કે માયાળુપણું નથી. તેથી તે પ્રેમની ગેરહાજરીની સ્થિતિનો જ માત્ર નિર્દેશ કરે છે અને જે પ્રેમ અને દયાનો ભાવ કેળવે છે તેનામાં ધિક્કારનો ભાવ રહેતો નથી. પ્રેમભાવ આવે છે કે તરત જ ધિક્કારભાવ અદૃશ્ય થઈ જાય છે, કારણ કે જે હકારાત્મક છે તે વાસ્તવિક છે અને જે નકારાત્મક છે તે અવાસ્તવિક છે. જેમ જેમ હકારાત્મક ગુણ વિકસે છે તેમ તેમ નકારાત્મક ગુણ લય પામે છે.

- સ્વામી ઘિદાનંદ