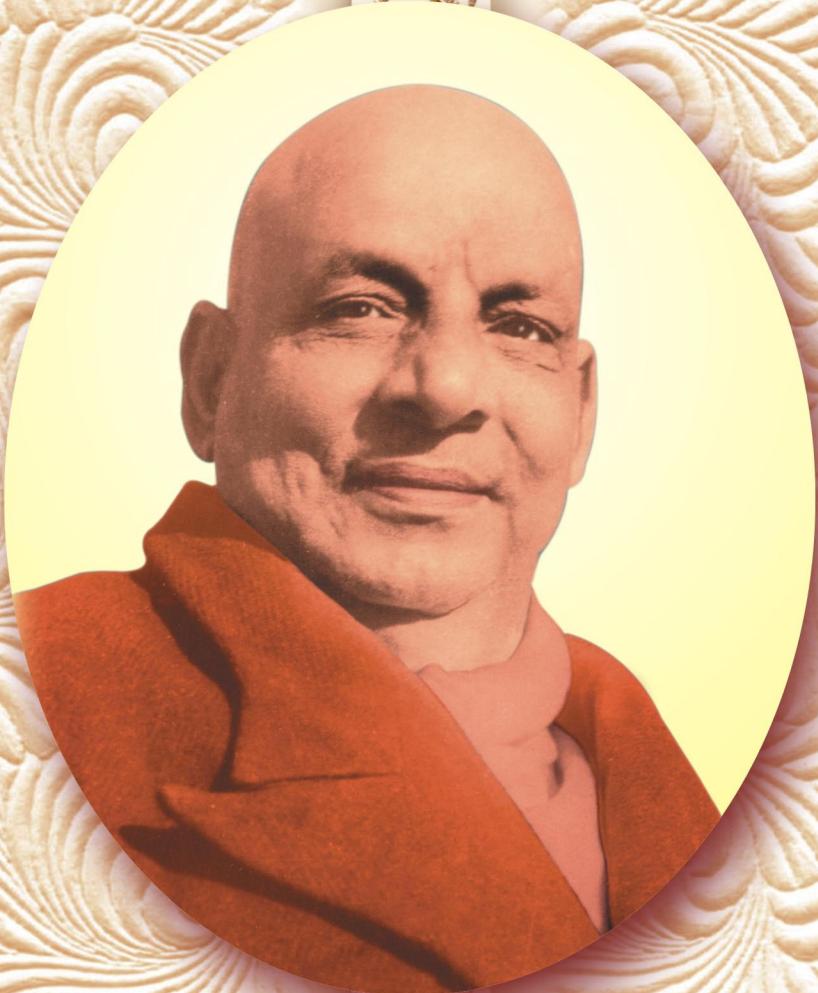


દિવ્ય જીવન



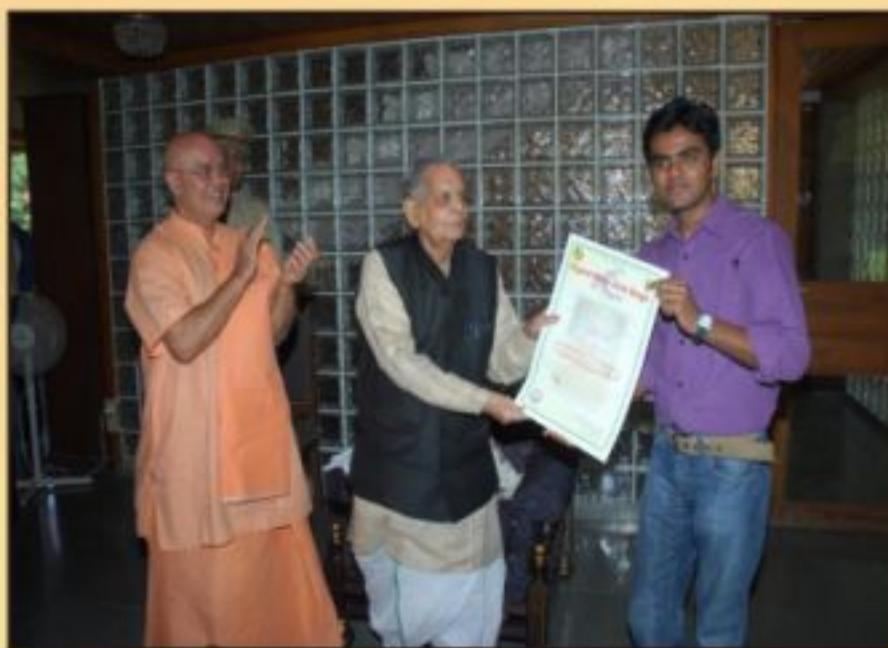
વાર્ષિક લવાજમ : રૂ. ૧૦૦/-



જન્માચારી
૨૦૦૮

મહિત્પાકાંક્ષા અને ઈચ્છા : જ્યારે તમને ઈચ્છાઓ હેરાન કરે ત્યારે એન્દ્રિક જીવનની ખામીઓ જોઈને વૈરાગ્ય કેળવો. વિચારો કે ભોગ દુઃખ ઉત્પન્ન કરે છે અને બધી જ વસ્તુઓ કશ્ય પામી રહી છે. વારંવાર મનને પદાર્�ો તરફથી પાછું ખેંચો અને તેને અમર આત્મા ઉપર કેન્દ્રિત કરો.

- સ્વામી શિવાનંદ



યોગી અંકુરને રાજ્યપાલશ્રીના વરદ હસ્તે
"યોગ પ્રચાર રત્ન"થી સન્માન, તા. ૨૭-૧૨-૦૮



રાજ્યભવન ખાતે યોગશિક્ષક તાલીમાર્થીઓ
દ્વારા યોગ નિર્દેશન, તા. ૨૭-૧૨-૦૮



કૌંચુ બૌદ્ધ મોનેસ્ટ્રીમાં ફો ગુઆંગ શાન રીલિજિયનના
મહામંત્રી સાથે પુજ્ય સ્વામીજી, તા. ૨-૧૨-૦૮



તાઈવાન ખાતે ક્રીલંગના મેયરશ્રી ચાંગ થોંગ લોંગના
વરદ હસ્તે પુજ્ય સ્વામીજી, યોગીઅંકુર અને
કુ. સંગીતા થવાણીનું રાષ્ટ્રીય સન્માન, તા. ૭-૧૨-૦૮



ડૉ. હેલન હોની સ્મૃતિમાં તાઈવાન-ચાઈના યોગ
એસોશિયેશન દ્વારા આયોજિત યોગ વર્કશોપનું
ઉદ્ઘાટન કરતા પુજ્ય સ્વામીજી



ચાઈના યોગ એસોશિયેશન દ્વારા પુજ્ય
સ્વામીજીની નિશ્રામાં તાઈવાનનો રાષ્ટ્રીય
યોગ શિક્ષક સેમિનાર, તા. ૮-૧૨-૦૮

શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની પ્રેરણાથી પ્રકાશિત

દિવ્ય જીવન

વર્ષ: ૬

અંક: ૧

જાન્યુઆરી-૨૦૦૮

સંસ્થાપક અને આધતંત્રી:

બ્રહ્મલીન શ્રી સ્વામી યાજ્વલ્યાનંદજી
(ડૉ. શિવાનંદ અધ્વર્યુજી)

સંપાદક મંડળ:

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

લેખ મોકલવાનું સરનામું:

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

મુખ્ય કાર્યાલય:

'દિવ્ય જીવન' માસિક, તેમનું લવાજમ:
સ્વામી યિદાનંદ સરવર્જવસેવાનિધિ
ઈતર પત્રાચાર અને મહામંત્રીનું કાર્યાલય:
ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંધ્યા
શિવાનંદ આશ્રમ,
જોધપુર ટેકરા, શિવાનંદ માર્ગ,
અમદાવાદ-૩૮૦૦૧૫
ફોન: ૨૬૮૬૧૨૩૪
ટેલિફેક્સ: ૨૬૮૬૨૩૪૫

E-mail:

sivananda_ashram@yahoo.com

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

લવાજમ

ભારતમાં

વાર્ષિક લવાજમ : રૂ. ૧૦૦/-
શુભેશ્વક લવાજમ : રૂ. ૧૦૦૦/-
(૧૫ વર્ષ માટે)
પેટ્રન લવાજમ : રૂ. ૨૫૦૦/-
છૂટક નકલ : રૂ. ૧૦/-

વિદેશ માટે:

વાર્ષિક \$ 12 અથવા £ 8 (એર મેઝિલ)
પેટ્રન \$ 250 અથવા £ 160 (એર મેઝિલ)
ઇક્સ્પ્રેસ ડ્રાફ્ટ (અમદાવાદ) દ્વારા

૩૩

પ્રકાશોડકસ્ય તોયસ્ય, શૈત્યમગનેર્યથોળ્ણતા ।

સ્વભાવ: સચ્ચિદાનન્દનિત્યનિર્મલતાડઢત્મન: ॥

આત્મન: સચ્ચિદંશશ્ચ, બુદ્ધેર્વત્તિરિતિ દ્વયમ् ।

સંયોજ્ય ચાવિવેકેન, જાનામીતિ પ્રવર્તતે ॥

આત્મનો વિક્રિયા નાસ્તિ, બુદ્ધેર્બોધો ન જાત્વિતિ ।

જીવ: સર્વમલં જ્ઞાત્વા, કર્તા દ્રષ્ટેતિ મુહૃત્તિ ॥

રજ્જુસર્પવદાત્માનં, જીવં જ્ઞાત્વા ભયં વહેત् ।

નાહં જીવ: પરાત્મેતિ, જ્ઞાતં ચેન્નિર્ભયો ભવેત् ॥

આત્મબોધ: -૨૪, ૨૫, ૨૬, ૨૭

જેમ સૂર્યનો પ્રકાશ, પાણીનું શીતલપણું અને અજિનો ઉષ્ણતા સ્વભાવ છે તેમ સત્ત, ચિત્ર, આનંદ અને નિત્યનિર્મલતા એ આત્માનો સ્વભાવ છે.

આત્માના સત્ત અને ચૈતન્ય અંશ તથા બુદ્ધિની વૃત્તિ આ બેને એકત્ર કરીને અવિવેકથી હું જાણું છું એવો પ્રયોગ થાય છે.

આત્મામાં વિકાર નથી અને બુદ્ધિમાં કદ્દી પણ જ્ઞાન નથી. જીવ સર્વ મલને જાણીને હું કર્તા છું, હું દ્રષ્ટા છું એવી રીતે મોહ પામે છે.

દોરીમાં સર્પની જેમ આત્માને જીવ જાણીને તે ભયનું વહન કરે છે. હું જીવ નથી, પણ પરમાત્મા છું, એમ જો તે જાણો તો તે નિર્ભય થાય.

શિવાનંદ વાર્ષિક

અજ્ઞાન એ શાન્તુતા, કડવાશ અને ભયંકર યુદ્ધનું કારણ છે. વિષયલોલુપ્તા અને લોભ માણસને ઉત્સર્જિત કરે છે અને તેને તેનાં દિવ્ય સ્વભાવ, વિશ્વબંધુત્વ, માનવીય ઐક્ય, અવતારી પુરુષોના ઉપદેશો તથા શાસ્ત્રોનાં સત્યો ભુલાવી દે છે. તેનું માથું બળવાન અને હૃદય નબળું બને છે. તે બીજાઓને ધિક્કારે છે અને નિર્દ્ય રીતે મારી નાખે છે. માયા કેવી બળવાન છે? ઓ માનવ! અજ્ઞાનનિદ્રામાંથી જાગ, તારી જાતને ઓળખ અને મુક્ત થઈ જા. તારા આત્માની બ્રહ્મ સાથેની એકતાને સમજ. વિવેક કરતાં શીખ અને જ્ઞાની બન.

- સ્વામી શિવાનંદ

અનુક્રમ

૧. શલોક - આત્મબોધ	શ્રીમદ્ આદ્ય શંકરાચાર્ય	૧
૨. અનુક્રમ, તહેવાર સૂચિ	૨
૩. સંપાદકીય	સંપાદક	૩
૪. શ્રીમદ્ ભાગવત-૪	ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી	૪
૫. ભજ ગોવિંદમૂ	શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી	૭
૬. મનાચે શલોક-મનોબોધ	શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી	૮
૭. શિવાનંદ કથામૃત-૬	ગુરુદેવના સંન્યાસી શિષ્યો	૧૧
૮. આચારાંગ સૂત્ર	આચાર્ય વિજયરત્નસુંદરસૂરિજી	૧૩
૯. સિદ્ધિ વિશે-૫	શ્રી યોગેશ્વરજી	૧૪
૧૦. આરાધનાનું પર્વ ગીતાજ્યંતિ	શ્રી મનહરલાલજી મહારાજ	૧૫
૧૧. યોગ એ જ જીવન	શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી	૧૬
૧૨. વિષ્ણુ-ષ્ટ્રપદી	શ્રી રમશલાલ સોની	૧૮
૧૩. ઉપનિષદ-યાત્રા	શ્રી ગુણવંતભાઈ શાહ	૨૧
૧૪. વિવિધતામાં એકતા	શ્રી મોટા	૨૪
૧૫. જીવન પ્રત્યેનો નવો દાખિકોણ ડૉ. હરીશ દ્વિવેદી	૨૭	
૧૬. સોળમો યોગશિક્ષક તાલીમ શિબિર	૨૮	
૧૭. વૃત્તાંત	૩૦

તહેવાર સૂચિ

જાન્યુઆરી, ૨૦૦૬

તા.	તિથિ	(પોષ સુદ)
૭	૧૧	એકાદશી
૮	૧૨	પ્રદોષપૂજા
૧૦/૧૧	૧૪/૧૫	પૂર્ણિમા
		(પોષ વદ)
૧૪	૦૪	મકરસંકાંતિ, ઉત્તરાયણ પુજયકાળ
૨૧	૧૧	એકાદશી
૨૩	૧૨	પ્રદોષપૂજા
૨૬	૩૦	અમાવાસ્યા
		(મહા સુદ)
૩૧	૦૫	વસંતપંચમી

- ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજીનો ઘડંગ યોગ ●
- સેવા ● પ્રેમ ● દાન ● પવિત્રતા ● ધ્યાન ● સાક્ષાત્કાર

તમારા હૃદયમાં સત્યનો પ્રકાશ પ્રકટાવો.
આ પ્રકાશ દરેકના હૃદયમાં સ્થાપવાનો તમારો
આદર્શ બનાવો. સ્વભાવની અચળ મધુરપ
જાળવી રાખવાનું, પવિત્ર અને નમ્ર રહેવાનું તથા
ગમે તે સંજોગોમાં ખુશ રહેવાનું તમારું ધ્યેય હોવું
જોઈએ. આ સુખમય સ્થિતિઓ છે. મનુષ્યના
ચારિત્યની આ સુંદરતાઓ છે.

- સ્વામી શિવાનંદ

“અનુરોધ-અભિલાષા” ગ્રાહકોને :

- રવાનગી સરળતા માટે આપનું પત્રબ્યવહારનું સરનાયનું પિનકોડ સાથે સંપૂર્ણ હોય તે ઈચ્છનીય છે.
- આપનો ગ્રાહક નંબર નોંધી લેવા વિનંતી છે, જેથી અંકની પ્રાપ્તિ સંબંધી કોઈ પણ પત્રબ્યવહાર કરતી વેળા ગ્રાહક નંબરનો ઉલ્લેખ વહીવટી સરળતા સર્જ શકે છે.
- સામાચર્યાત : દર માસની પાંચમી તારીખે અંક પ્રસિદ્ધ થયા બાદ તેની રવાનગીનું ક્રમ શરૂ થાય છે. છતાં કોઈ ખાસ કારણોસર પ્રકાશનની નિર્ધારિત તારીખના ૧૦ દિવસ વીતે પણ જો આપને અંક ન મળે તો સ્થાનિક ટપાલ કંચરીમાં તપાસ કર્યા બાદ વહીવટી કાર્યાલયને જગાવવું. સિલકમાં ડશે તો બીજો અંક મોકલાશે.
- ‘દિવ્ય જીવન’ની સામગ્રી આપને ગમી હશે. તેથી હવે આપનાં પરિચિત વર્તુળોમાં પણ તેની રેસલ્ફાણ થાય અને ગ્રાહકવૃદ્ધિમાં આપનો નક્કર સહયોગ અમને મળતો રહે તેવી અભિલાષા છે.
- અમદાવાદ સિવાયના ગ્રાહકોએ પોતાનું લવાજમ ડ્રાફ્ટ અગર મનીઓર્દથી જ મોકલાશું.

દિવ્ય સ્કુલિંગ

પવિત્ર થાઓ અને રાહ જુઓ : જેમ નાનો બલ્બ વધુ પડતા વોલ્ટેજવાળા વિદ્યુતપ્રવાહને જીરવી શકતો નથી, તેમ જ્યારે મન સખત રીતે પવિત્રીકરણ માટે પ્રયત્ન નથી કરતું હોતું, ત્યારે હૃદય અને જ્ઞાનતંત્રાઓ વૈશ્વિક પ્રવાહને સ્વીકારવા તૈયાર હોતાં નથી. - સ્વામી ચિદાનંદ

સંપાદકીય

ઈસુનાં નૂતન વર્ષનાં અભિનંદન !

ઈસુ સંબંધી એક સુંદર કથાનક છે. એક સુંદર બગીચામાં માતા મેરી અને બાળ ઈસુનું એક સુંદર પૂતળું હતું. આ પૂતળામાં હીરા, માણોક અને મોતી જડયાં હતાં. ત્યાં આ કરુણામયી માતાનાં પૂતળાંનાં શ્રીચરણમાં એક દિવસ સાંજે એક કબૂતરે આશ્રય લીધો. રાત્રે તે પૂતળાંમાંનો એક હીરો ખર્યો. કબૂતરે વિચાર્યુ કે માતા કોઈ દુઃખી વ્યક્તિની સેવા કરવા માગે છે. હું નિમિત્ત બનું છું અને તે હીરાને પોતાની ચાંચમાં પકડીને કબૂતર કોઈ દુઃખી પરિવારને ત્યાં પહોંચાડી આવ્યું.

દરરોજ એક બે હીરા કે મોતી ખરતાં રહ્યાં. કબૂતર તેને આવશ્યકતાવાળા દીન-દુઃખીયારાઓને ત્યાં પહોંચાડું રહ્યું અને એક દિવસ આ બગીચાનો માલિક આવ્યો. તેણે જોયું કે બધાં રતન ખરી પડ્યાં છે. મૂર્તિ બેઢુંદી થઈ ગઈ છે અને મેરીનાં ચરણોમાં કબૂતર બેઢું છે. તેને લાગ્યું કે નક્કી આ કબૂતરે જ બધું બેરવી-ખોરવી કાઢ્યું હશે. તેણે કબૂતરને પકડ્યું અને મારીને કચરામાં ફેંકી દીધું.

વાર્તાનો સાર : મેરી ઈસુ અને કબૂતર સૌ સેવા અને પરોપકાર કરુણા અને દ્યાનાં મૂર્તિ સ્વરૂપ છે. સમાજની રીત અનોખી છે. સેવા કરે તે જ દંડાય. પ્રમાણિક હોય તે જ માર ખાય. કશો વાંધો નહીં ! શ્રીગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજે પણ કહ્યું કે, સેવા કરો, તમો સેવા કરો અને કોઈ તમારું અપમાન કરે, આધાત કરે, અન્યાય કરે તો પણ તમારે તમારું દિવ્ય જીવન - સેવા પરોપકાર અને ઉદારતાનું જીવન છોડવું નહીં.

વર્ષ ૨૦૦૮નું વર્ષ આતંકની ઘટમાળથી ગ્રસ્ત રહ્યું. આપણા શ્રી સંદગુરુદેવ પૂજયશ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજે પણ ચિર વિદાય લીધી. આવન-જીવન એ તો પ્રકૃતિનો નિયમ છે, પરંતુ આ બધાં વચ્ચે આપણે આપણાં સત્ત્વ, તત્ત્વ અને જીવન સૌરભ સુગંધને સાચવી રાખીએ તે વધુ આવશ્યક છે.

પૂજય બાપુજી મહાત્મા ગાંધીજીનો નિવ્રાણ દિવસ ૩૦મી જાન્યુઆરીના રોજ આવશે. પૂજય બાપુનું જીવન ત્યાગ, તપશ્ચર્યા, સેવા અને સમર્પણનું રાષ્ટ્રભક્તિનું જીવન હતું. અહિસા અને સત્યથી તપોપૂત જીવન હતું. આ કૂરબાની તેમણે આપણા માટે કરી. શ્રીગુરુદેવ આપણે માટે જીવ્યા. આપણા માટે મહાપ્રયાણ કર્યું. આપણે તેમના કથન ઉપદેશો, આદેશોને વફાદાર રહીએ. નવ વર્ષમાં પ્રણ લઈએ. સેવા, પરોપકાર, પવિત્રતા, દાન, ધ્યાન અને આત્મસાક્ષાત્કારને જ જીવનમાં અગત્યનું સ્થાન આપીએ. ઈશ્વર પહેલાં, ઈશ્વર પછી, ઈશ્વર વચ્ચે અને ઈશ્વર સિવાય બીજું કશુંયે નહીં. ઈશ્વર જ ! એક માત્ર લક્ષ્ય આપણા પ્રત્યેક વિચાર, વાણી, વર્તન વ્યવહારમાં વિરાજતું રહે, ત્યાં જ જીવન સાર્થક્ય. શ્રીશ્રી મા આનંદમયીમાના શબ્દોને વાગોળીએ. “હરિ કથા હી કથા; બાકી સબ વૃથા વ્યથા !” ઊં શાંતિ.

- સંપાદક

શ્રીમદ્ ભાગવત-૪

ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી

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

રાસલીલા :

પાનખરની સુંદર રાત્રિ હતી. પૂર્ણ ચંદ્ર તેનાં તેજસ્વી અને રૂપેરી કિરણો પૃથ્વી ઉપર રેલાવી રહ્યો હતો. આનંદદાયક પવનની લહેરો પુષ્પોની મધુર સુગંધ ધરતી ઉપર ફેલાવી રહી હતી.

વિશ્વસ્વામી શ્રીકૃષ્ણો તેમની જાહુર બંસીને હોડ ઉપર ધારણ કરી. તેમનો બંસીનાં સાંભળીને પ્રાણીઓ સત્ય થઈ ગયાં. આ દિવ્ય સંગીતને માણવા પંખીઓ ઉત્સુકતાપૂર્વક ધ્યાન દઈને સાંભળવા લાગ્યાં અને નાદીઓનાં નીર થંભી ગયાં. વ્રજમાં ગોપીઓએ બંસીનું આહ્વાન સાંભળ્યું અને જયાં શ્રીકૃષ્ણ વાંસળી વગાડતા હતા તે જંગલમાં દોડતી આવી.

જ્યારે ગોપીઓ નજીક આવી ત્યારે શ્રીકૃષ્ણો તેમને ઉદ્દેશીને કહ્યું, ‘હે ભાગ્યશાળી ! હું તમારી શું સેવા કરું ? રાત્રિ ભયજનક છે. ભયંકર પ્રાણીઓ અહીં તહીં ભટકે છે. વ્રજમાં પાછી જાઓ. પતિભક્તિ એ શ્રેષ્ઠ ભક્તિ છે. પોતાના પતિની સેવા કરવી તે સ્વીનો ધર્મ છે.’

ગોપીઓએ જવાબ આપ્યો, ‘હે સર્વશક્તિમાન પ્રભુ ! આવા નિર્દ્ય શાખ્દો ઉચ્ચારવા તે તમને શોભતું નથી. અમે સર્વસ્વ ત્યાગીને તમારી પાસે આવ્યાં છીએ. હવે તમે અમને ન તરછોડો.’

શ્રીકૃષ્ણને દ્યા આવી અને તેમને ત્યાં રહેવાની રજા આપી. ગોપીઓ તેમની આસપાસ વીટળાઈ વળી. સમર્પિત ગોપીઓની સાથે ગોવિંદ રાસલીલા (દિવ્ય નૃત્ય) આરંભી એકબીજાના હાથમાં હાથ લપેટીને તેમણે વર્તુળ બનાવ્યું. પોતાની દિવ્ય શક્તિથી શ્રીકૃષ્ણ દરેક બે ગોપીની વચ્ચે ઊભા રહ્યા. દરેક ગોપીને લાગ્યું કે તેમના પ્રિય પ્રભુ તેમની પાસે ઊભા છે.

દેવો અને તેમની પત્નીઓના સેંકડો રથોથી આકાશ છવાઈ ગયું. તેમની ઈચ્છા આ દિવ્ય નૃત્યનાં દર્શન કરવાની હતી. ઢોલ વાગવા માંડ્યા. સ્વર્ગમાંથી પુષ્પવૃદ્ધિ થઈ. પોતાના પ્રિયતમ પરમાત્માના સંગને માણી રહેલી ગોપીઓનાં કંકણ, જાંઝર અને ગીજીં ઘંટીઓના અવાજીથી

હવે રાસનૃત્ય વ્યામ થઈ ગયું હતું.

માપનાં ડગલાં ભરતી, હાથનાં આકર્ષક હલનયલન કરતી, કામણગારાં હાસ્ય વેરતી, ભમરોનું સુંદર સંકોચન-પ્રસરણ કરતી, જેમના ગાલ ઉપર એરિંગ જૂલતાં હતાં તેવી, વાળના ગુચ્છાથી ભાલપ્રદેશને આચ્છાદિત કરતી, જેમના ચહેરા પર પરસેવાનાં બુંદ ટપકી રહ્યા હતાં તેવી અને જેમની વાળની ગાંધી ઢીલી થઈ ગઈ હતી તેવી ગોપીઓ ગાવા લાગી. કાળાં વાદળોને અજવાળતી વીજળીના જેવી મનોહારી સૌદર્યવાળી ગોપીઓ શોભતી હતી. આખા જગતને ભરી દેતા બંસીનાંને ગજવતા શ્રીકૃષ્ણના વિચારમાં ગોપીઓ તલ્લીન થઈ ગઈ હતી. પ્રગાઢ પ્રેમ અને ભક્તિથી તેઓ ઉચ્ચ સ્વરે ગાવા લાગી.

શુક્રદેવજીએ કહ્યું, ‘ગોપીઓ કેવી ભાગ્યશાળી હતી !’ જ્યારે તેઓ શ્રીકૃષ્ણ સાથે ફરતી હતી, રમતી હતી, ગાતી હતી, વાતો કરતી હતી અને દિવ્ય આનંદમાં ભાગ લેતી હતી ત્યારે દિવ્ય આનંદની અનુભૂતિ કરતી ગોપીઓનાં શરીર કેવાં શોભતાં હતાં !

શુક્રદેવજીની આંખો મીંચાઈ. તે શ્રીકૃષ્ણના અવતારનો આસ્વાદ લઈ રહ્યા હતા. તેમના હોઠ ઉપર સુંદર હાસ્ય ચમકી રહ્યું હતું. જ્યારે આ મહર્ષિએ શ્રીકૃષ્ણની દિવ્ય લીલા ઉપર મન કેન્દ્રિત કર્યું ત્યારે એક દિવ્યાનંદનું અતિ પ્રબળ મોજું તેમની ઉપર ફરી વળ્યું. આ દશ્ય જોઈને રાજા પરીક્ષિત હેરત પામી ગયો. તે પણ ભગવાનની દિવ્ય લીલાકથાઓનું શ્રવણ કરવા ઉત્સુક અને અધીરો થઈ જંખતો હતો.

પછી શુક્રદેવજીએ કથા શરૂ કરી. જ્યારે શ્રીકૃષ્ણો સાથે રાસ રમીને ગોપીઓને માન આપ્યું ત્યારે ગોપીઓના મનમાં થોડું અભિમાન આવ્યું. તેઓ એમ માનવા લાગી કે તેઓ જગતની અન્ય સ્વીઓ કરતાં શ્રેષ્ઠ છે. શ્રીકૃષ્ણને તેમના ગુમાનનો ઘ્યાલ આવી જતાં તેઓ તે સ્થળેથી અદશ્ય થઈ ગયા. ભગવાન અંતર્ધાન થઈ જતાં ગોપીઓ ખૂબ બેચેન થઈ ગઈ. તેમણે જંગલે જંગલે ફરીને તેમને શોધ્યા પણ તે કયાંય ન જડ્યા. તે ઊંચે અવાજે ગાવા

લાગી અને શ્રીકૃષ્ણની કીર્તિનાં ગુણગાન કરવા લાગી. તે તેમને જંખતી હતી અને તેમના પ્રત્યે હજુ વધુ ઉંડે દિવ્ય પ્રેમ વિકસાવવાની તેમણે શરૂઆત કરી.

છેવટે ભગવાન તેમની વચ્ચે ફરીથી પ્રગટ થયા. તેનાથી ગોપીઓને બીજું જીવન મળ્યું હોય તેવું લાગ્યું. શ્રીકૃષ્ણ અને ગોપીઓ યમુના નરીના રેતાળ કિનારે ગયાં. શ્રીકૃષ્ણ ગોપીઓની વચ્ચે બેઠા. તેઓ અત્યંત સુંદર લાગતા હતા. ગોપીઓએ શ્રીકૃષ્ણનું મનોહર હાસ્ય અને આનંદી દાસ્તિ સ્વાગત કર્યું.

ગોપીઓએ કહ્યું, ‘હે પ્રિય પ્રલુ ! અમને આસક્તિ અને સાચા પ્રેમ વિશે કહો.’

ભગવાને કહ્યું, ‘હે સખીઓ ! જ્યારે પોતાને કોઈ પ્રેમ કરે ત્યારે જ પ્રેમ કરીએ તો તે સ્વાર્થી હેતુવાળું કર્મ છે. તેઓ પોતાના સ્વાર્થથી દોરાય છે. વાસ્તવમાં તેઓ એકબીજા પ્રત્યે સ્નેહ રાખતા નથી પણ માત્ર પોતાની જાત પ્રત્યે જ આસક્ત હોય છે.’

જ્યારે શુક્લદેવજી મનોહારી કથાઓનું વર્ણન કરી રહ્યા હતા ત્યારે રાજાને ગોપીઓની ભક્તિ અંગે ગંભીર શંકાઓ થવા માંડી. શુક્લદેવજીને તેનો ઘ્યાલ આવી ગયો એટલે એમણે સહાસ્ય રાજાને કહ્યું, ‘કોઈ મૂર્ખતાભર્યો વિચાર તને પણવે છે. જો તારા મનમાં કોઈ શંકા હોય તો મને પૂછતાં અચકાઈશ નહીં, હું તારી શંકાને દૂર કરીશ.’

રાજાએ જવાબ આપ્યો, ‘હે મહાયોગી ! મેં આ દિવ્ય રાસ વિશે ઘણું સાંભળ્યું છે. કીર્તિમાન ભગવાન ધર્મની સંસ્થાપના માટે ધરતી ઉપર અવતાર લે છે. તેથી તેમણે એક આદર્શ ઉદાહરણ પૂરું પાડવું જ જોઈએ. તો તેમણે શા માટે બીજાઓની પત્નીઓ સાથે નૃત્ય કરીને આવી અધિત્ત રીતે વર્તવાનું ધર્મવિરુદ્ધ કાર્ય પસંદ કર્યું ? આમ છતાં આ દેખીતી રીતે અપાર્થિવ ક્રિયાઓનો કોઈ ગૂઢ અર્થ હોય તો તે મારી આગળ પ્રકાશિત કરવાની કૃપા કરો.’

જ્યારે પરીક્ષિતે આવી પ્રાર્થના કરી ત્યારે શુક્લદેવજી હદ્યપૂર્વક હસ્યા. તેમણે કહ્યું, ‘હે રાજન ! શેતાનિયતથી ભરેલા કળિયુગનો આ પ્રભાવ છે. તે કળિયુગ તારામાં પ્રવેશ્યો છે. નહીં તો તને આવી શંકા કદાપિ ન થાત. વિચાર, હું ક્યા પ્રકારની વ્યક્તિ છું. તને ખબર છે કે અપવિત્ર વિચારોનું મારા હદ્યમાં સ્થાન નથી, પણ જો, જ્યારે હું દિવ્ય લીલાનું વર્ણન કરું છું ત્યારે મારું મન

દિવ્ય આનંદથી ભરાઈ જાય છે. શું તે લીલા સામાન્ય પ્રકારની કામલીલા હોઈ શકે ?’

શ્રી શુક્લદેવજીએ આગળ ચલાવ્યું, ‘ગોપીઓનાં ભક્તિ અને સમર્પણને કોઈ મર્યાદા ન હતી. તેઓ પવિત્ર અને ઉન્નત ભાવોથી ભરપૂર હતી. ઉદ્ધવ જેવાએ ગોપીઓને જોઈને કહ્યું, ‘અરે, મારું હદ્ય હજુ સુધી ગોપીઓનાં શ્રીકૃષ્ણ પ્રત્યેના પ્રેમ અને ભક્તિના એક અંશથી પણ પ્રકાશિત થયું નથી. હું ગોપી તરીકે જન્મું એવી મારી ઈચ્છા છે. જો મારું એવું પણ સદ્ગ્રાહ્ય ન હોય તો મારો શ્રીકૃષ્ણ અને ગોપીઓના પગ નીચે ચંગદાતા ઘાસના તશ્ખલા તરીકે જન્મ થાય !’ હે મહારાજ ! જેનું હદ્ય પવિત્ર હોય તે જ માત્ર શ્રીકૃષ્ણની દિવ્ય લીલાઓને સમજ શકે, બીજો કોઈ નહીં.’

બોધ : જો તમારે શ્રીકૃષ્ણનાં દર્શન કરવાં હોય તો તમારે ગોપીઓએ તેમની જેવી સેવા કરી હતી તેવી સેવા કરવી જોઈએ. તમે પોતે જ ગોપી છો એવા માનસિક ભાવ સાથે તેમની પૂજા કરવી જોઈએ. તમારામાં પૂર્ણ શરણાગતિ હોવી જોઈએ. જે ભક્ત ભગવાનની ગોપીભાવે આરાધના કરે છે તે પરમ આનંદને પામે છે. તમે સૌ વ્રજની ગોપીઓની માફક તીવ્ર પ્રેમથી ભગવાનમાં એકાકાર થઈ તમારા હદ્યમાં હંમેશાં રાસલીલા કરો !

ગોપાલ અને ગોપમાળકા

રાજા પરીક્ષિતે કહ્યું, ‘હે ગુરુ ! ગોપાલ ગોપબાળકો સાથે કેવી અદ્ભુત કીડાઓ કરતા હતા તે જાણવાની મારી ઈચ્છા છે.’

ત્યાર બાદ શુક્લદેવજીએ શ્રીકૃષ્ણની દિનચર્યાની વિગતવાર માહિતી આ પ્રમાણે આપી :

ગોપાલ સવારે બ્રાહ્મમુહૂર્તમાં ચારથી છ વચ્ચેના ગાળામાં ઘણા વહેલા ઊઠતા હતા. તે જલદી નહાઈ લેતા હતા. પછી કોઢમાં જઈ તે દિવસે જેમને ચરાવવા લઈ જવાનાં હતાં તે ગયો અને વાછરડાંને પસંદ કરી છૂટાં પાડતાં હતા. તે તેમને પાણી પાતા. જે ઢોરને ચરાવવા લઈ જવાનાં ન હતાં તેમની આગળ આપો દિવસ ચાલે તેટલા ઘાસનો ઢગલો કરી દેતા. પછી બીજી ગાયોને કોઢમાંથી બહાર કાઢી તેમના ઘરની સામેની જગામાં લઈ જતા. ત્યાર બાદ ઘરમાં જઈ ઠડા ભાત અને દહી તથા તેની સાથે અથાણાંનો ટુકડો લઈ લેતા. હવે બધાને એકઠા કરવાનો સમય થતો. તે તેમના

મોટા ભાઈને સાવધ કરતા કે હવે જવાનો સમય થઈ ગયો છે. તેમના મિત્રોને તેમની સાથે જવા માટે તૈયાર રહેવાની ખબર આપવા તે રસ્તા ઉપર ઊભા રહીને શીંગંડું વગાડતા. આ આઢ્ઢવાનનો અવાજ સાંભળીને ગોપબાળો એકાએક કૂદકા મારતા તૈયાર થઈ જતા. તેઓ તેમના નાસ્તાની પોટલીઓ લઈને શ્રીકૃષ્ણે જે કામ માટે તેમને બોલાવ્યા હતા તે માટે યશોદાના ઘરે ઉતાવળે પહોંચી જતા. પછી પોતપોતાની વાંસળી ઉપર મંજુલ સૂર છેડતા અને ગાતા ગાતા રસ્તા ઉપર આગળ વધતા. કેટલાક વૃક્ષો ઉપર કૂજતાં પંખીઓના અવાજની નકલ કરતા. બીજા ગાયોની પીડ ઉપર સૂઈ જઈને તેમનાં મનપસંદ ગીતો આનંદથી ગાતા અને બધો જ સમય ગોપાલ ક્યાં છે અને તે શું કરે છે તેનું આતુરતાપૂર્વક નિરીક્ષણ કરતા. આ રીતે તે જંગલમાં જતા.

ત્યાર પછી ગોપાલ તેમની કમરમાં વાંસળી ખોસી દેતા, ડાબા હાથમાં બપોરના ભોજનની પોટલી પકડી લેતા એ તેમનો સ્વર ઊંચો કરીને મધુર ગીત ગાતા. ગાયો પણ ગીત સાથે સુભેળ સાધી ડગ ભરતી જાણે કે તેમના પગ તાલને મેળવતા હોય ! તેઓ મૂક ભક્તિ અને પ્રશંસારી તેમનાં માથાં અદ્ધર કરતી.

બપોરના ભોજન સમયે બધા વૃક્ષો નીચે બેસતા અને ખોરાકની પોટલીઓ છોડી નાખતા. છોકરાઓ ગોપાલ જ્યાં સુધી પોતાની પોટલી છોડે અને ખાવાનું શરૂ કરે ત્યાં સુધી રાહ જોતા. ત્યાર પછી જ તેઓ પોતે ખાવાનું શરૂ કરતા. ગોપાલ એક કોળિયો ખાય કે તરત જ બધા ખાવાનું શરૂ કરતા. એકવાર ગોપાલ પોતાની પોટલીમાંથી ખાવાનું તેમના સાથીદારોને આપતા અને તેમના ખોરાકમાંથી થોડું ખાવાનું સ્વીકારતા. તે દરેકની પાસે જતા અને પોતાની પોટલીમાંથી ભાગ પડાવવાનું કહેતા. જ્યારે ગોપાલ તેમની થાળીમાંથી થોડું ખાવાનું માગતા ત્યારે ગોપબાળકો અચ્યકતા અને ડરતા પણ, કારણ કે તેઓ પોતાની થાળીમાંથી ખાય તો ખાવાનું એહું થઈ ગયું કહેવાય. આ જોઈને ગોપાલ તેમને ખાતરીપૂર્વક કહેતા કે ભગવાન તે દરેકમાં વસે છે અને તેમણે તેમનાથી અલગ હોવાની લાગણી ન સેવવી જોઈએ.

એક દિવસ કુંગરોના છાંયદે ખડકો ઉપર બેસી તેમણે તેમનું ભોજન લીધું અને તેમના હાથ ધોયા. પછી ગોપાલ ખુલ્લા ગોચરમાં ચરતા ગાયોના પણ તરફ દોડ્યા. તેમના સાથીદારોને આશ્રમ થયું કે શું બાબત હતી ? તેમણે

ગાયોના ટોળા વચ્ચે એક સુંદર વિશાળ આખલાને જોયો. ગોપાલ સીધા તેની તરફ ગયા. તેમણે તેને તેના પાછલા પગ પકડીને માથા ઉપર ઝડપથી ગોળગોળ ફેરવ્યો અને એક ખડક ઉપર જોરથી પદ્ધતિયો. આખલાએ ભયજનક ચીસ પાડી. તેણે એક રાક્ષસનું રૂપ ધારણ કર્યું અને લોહી ઓકતો મરણ પામ્યો. ગોપબાળો આ દશ્ય જોઈને આશ્રમ પામ્યા. તેઓ ઉતાવળે ગોપાલ પાસે દોડ્યા અને તેમને પ્રશ્નો પૂછ્યા લાગ્યા.

ગોપાલે કહ્યું, ‘કંસની સૂચનારી મને મારી નાખવા માટે એક દુષ્ટ રાક્ષસે આ રૂપ ધારણ કર્યું હતું.’

ગોપબાળો આશ્રમ અને ઉતેજનાસહ બોલ્યા, ‘ગોપાલ, તોં તે જેને લાયક હતો તે તેને આપ્યું.’ તેઓ ખૂબ આનંદથી ગોપાલની આસપાસ નાચ્યા અને કૂદ્યા.

બીજા દિવસે ગોપાલે એક ઘણો જ વિશાળ બગલો જોયો. તે પ્રાણીઓને ઉપાડીને ગળી જતો હતો. તેઓ તે સ્થળે ધસી ગયા અને બગલાની ચાંચ પકડી લીધી. આ બગલો બકાસુર નામનો રાક્ષસ હતો. ગોપાલે બગલાની ચાંચ પહોળી કરીને તેને ચીરી નાચ્યો અને તેની અંદરની ગાયોને મુક્ત કરી.

અધાસુરે સાંભળ્યું કે ગોપાલે તેના ભાઈ બકાસુરને મારી નાચ્યો છે તેથી ઉશ્કેરાઈને તેણે તેનો બદલો લેવાની પ્રતિજ્ઞા કરી. તે જંગલમાં આવ્યો અને મોટા અજગર રૂપે ત્યાં પડી રહ્યો. તે મોં ફાડીને ગાયો, ગોપબાળકો, ગોપાલ અને બલરામને ગળી જવા જંગલના માર્ગમાં પડ્યો હતો. તેનું ખુલ્લું મોં લાંબી ગુફા જેવું લાગતું હતું. તે ફાંસલો છે એવું ન જાણતાં છોકરાઓ સીધા જ તેમની ગાયો સાથે તેમાં દાખલ થઈ ગયા. ગોપાલે તેને બીજા દુષ્ટ રાક્ષસ તરીકે ઓળખી લીધો. તેઓ પોતે પણ અજગરના શરીરમાં પ્રવેશ્યા અને વિશાળ રૂપ ધારણ કરીને તેને ચીરી નાચ્યો અને તેમના ઘારા મિત્રો અને પશુઓની જિંદગી બચાવી લીધી.

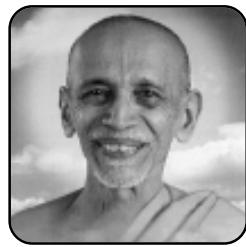
તે દિવસ બાદ ગોપબાળોને ભયનો અંશ પણ ન રહ્યો. તેઓ માનવા લાગ્યા કે ગોપાલ તેમને સર્વ ભયોમાંથી બચાવી લેશે. તેથી તેઓ કોઈ પણ જાતની દરકાર વગર રસ્તા ઉપર ચાલતા અને આજુબાજુ કર્યું પણ ન જોતા. વિશાસથી શ્રીકૃષ્ણ તેમને જ્યાં દોરે ત્યાં જતા.

બોધ : ગોપબાળોને ગોપાલ પ્રત્યે જેવી શ્રુત્વા અને વિશ્વાસ હતાં તેવી શ્રુત્વા અને વિશ્વાસ આપણામાં હોય તો આપણને પણ ભય અને અનિષ્ટથી રક્ષણ મળશે.

□ ‘યોગના પાઠ’માંથી સાભાર



ॐ श्री सद्गुरुपरमात्मने नमः



ભજ ગોવિંદમ्

પ્રવક્તા : શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી

[જગદ્ગુરુ આદિ શંકરાચાર્યજીએ જ્ઞાન અને ભક્તિનો સમન્વય કરતું 'ભજ ગોવિંદમ्' સોત્ર રહ્યું. પૂજ્ય ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજીએ સંગીત કલામંદિર ટ્રસ્ટ કોલકતા તરફથી ગોડવાયેલા વાર્ષિક જ્ઞાન-સત્રમાં તે સોત્ર પર પ્રવચનો આપેલાં. તે પ્રવચનોનું સંકળન એટલે 'ભજ ગોવિંદમ्' પુસ્તિકા. સ્વામીજી આપણને સંસારમાં રહીને જીવન-લક્ષ્ય કેવી રીતે સાચી શક્તિ તેની પ્રવચનો દ્વારા સમજજી આપે છે. -સંપાદક]

જીવનના જોડકા આદર્શો

બધાં જ ધર્મશાસ્ત્રોનો અને બધા જ વિશ્વગુરુઓ, અવતારપુરુષો, જગદ્ગુરુઓ, પેગંબરો, મસીહાઓ અને ઈશ્વરના સંદેશવાહકોના ઉપદેશોનો મુખ્ય ઉદેશ માનવજીતને વરદાનરૂપ બનવાનો અને મનુષ્યને જ્ઞાન તથા શાશ્વપણનો પ્રકાશ આપી આ ધરતી પર તે ઉમદા અને ઉચ્ચ જીવન જીવે અને સદા મુક્ત સત્ત્વચિદાનંદ ચૈતન્યની સ્થિતિ તરફ તેનો આત્મા ઊંચે આગળ વધે તે માટે શક્તિમાન બને તેમ કરવાનો છે.

બધાં જ ધર્મશાસ્ત્રો, મહાન પુરુષોના બધા જ ઉપદેશોનો મુખ્ય સંદેશ છે : 'પરહિત, પરોપકાર અને આત્મસાક્ષાત્કાર માટે પ્રયત્ન કરતું જીવન જીવો અને નિષ્કામ સેવા દ્વારા બીજાનું ભલું કરો અને આત્મસાક્ષાત્કાર પામો.' આપણા અસ્તિત્વનો ફક્ત આ એક જ હેતુ અને લક્ષ્ય છે.

સ્વાર્થને દૂર કરીને લોભ અને લાલસાને છોડી દઈને મનુષ્ય આવું પરોપકારને કેન્દ્રમાં રાખતું જીવન કેવી રીતે જીવી શકે ? બધી જ વસ્તુઓ નશર છે તેના જ્ઞાનથી. સંસારની બધી જ વસ્તુઓ ચંચળ, નાશવંત છે, માટે તેનો સંગ્રહ કરવો તે મૂર્ખાઈ છે, ટૂંકી દાઢિ છે. વસ્તુઓની તાત્ત્વિકતાને સમજવામાં નિષ્ણળતા છે. હંમેશાં યાદ રાખો કે આપણે આ ધરતી પરના મુસાફર માત્ર છીએ. એટલે આપણે જ્યારે અહીં ટૂંકા સમય માટે હોઈએ ત્યારે ધરતી પરના બધાં પ્રાણીઓને મહત્તમ લાભ થાય તેવું જીવન જીવીએ એવો આપણો ઉદેશ અને નીતિ, આપણાં વર્તણૂક અને આદર્શ હોવાં જોઈએ. સર્વભૂતહિતે રતાઃ । (ગીતા ૧૨,૪) સર્વ પ્રાણીના હિતમાં મગ્ન રહેવાનો આદર્શ ગીતાના જ્ઞાનોપદેશમાં ભગવાન કૃષ્ણે મૂર્ખ્યો છે, પ્રકાશ અને સાક્ષાત્કારની આ ભૂમિના તેજસ્વી ભૂતકાળના તમારી સંસ્કૃતિઓએ, તમારા મહાન પૂર્વજીએ, તમારા મહાન વડવાઓએ જાહેર કરેલો આ સર્વપરી આદર્શ

છે. અને એટલા જ માટે આપણા પૂર્વજીએ, આપણા વડવાઓએ, આપણા સંતોષે અને પ્રાચીનકાળના મહાન ઉપનિષદના અને વેદના સમયના દ્રષ્ટાઓએ આપણી સમક્ષ પરોપકાર અને આત્મસાક્ષાત્કારના જોડકા આદર્શો મૂક્યા છે તે મુદ્દાને ઠસાવવા પ્રયત્ન કરી રહ્યો છું.

તેમણે જ કંઈ આપણને શીખવ્યું તેનો સાર નીચે પ્રમાણે આપી શકાય : હંમેશાં ફક્ત તમારા સંસારી સુખના ઉદેશ માટે જે તુચ્છ પ્રયત્ન કરવાને બદલે તમે બધા પ્રાણીઓ, દરેક જંતુ, માખી, પક્ષી, પશુ, જળચર અને દરેક વનસ્પતિના છોડને પણ સુખી કરવાનો ઉદેશ રાખો. બધા માટેના કલ્યાણનું કેન્દ્ર બનો. આ જ કારણે તમારી સમક્ષ મૂકેલો જીવન માટેનો કે મરણ માટેનો આ મુખ્ય સંદેશ અને મુખ્ય આદર્શ છે.

આ ત્રણ દિવસ મારું વક્તવ્ય અને સેવા નીચેની પ્રાર્થનાથી કરી છે.

ॐ સ્વસ્તિ પ્રજ્ઞાભ્યः પરિપાલયન્તાં

ન્યાયેન માર્ગેણ મહીં મહીશાઃ ।

ગોધ્રાશાશ્વોભ્યः શુભમસ્તુ નિત્યં

લોકાસ્મસ્તાઃ સુભિનો ભવિન્તુ ॥

જ્ય હો. બધા લોકોનો જ્ય હો. રાજી પોતાની રૈયત પર ન્યાયી રીતે રાજ્ય કરે. ગાયો અને બ્રાહ્મણોનું શુભ થાઓ. બધા લોકો સુખી થાય.

આપણે એવી રીતે રહેવું જોઈએ કે પ્રાર્થના વાસ્તવિક બને, આ આદર્શને પ્રત્યક્ષ કરવામાં મહત્તમ ફાળો આપી આપણે આ પ્રાર્થના યથાર્થ બને તે માટે જીવવાનું છે. આ પ્રાર્થનામાં હું હંમેશાં નીચેની પ્રાર્થના ઉમેરું છું :

કાલે વર્ષતુ યર્જન્યઃ પુથિવી સર્વયશાલિની ।

દેશોડયં ક્ષોભરહિતો બ્રાહ્મણાઃ સન્તુ નિર્ભયાઃ ॥

લોકોડયં ક્ષોભરહિતસ્સજજ્ઞાસસન્તુ નિર્ભયાઃ ॥

યોગ્ય સમયે વરસાદ વરસો. ધરતી બધા પ્રકારના

ધાન્યથી ભરેલી બનો. આ દેશમાં કોઈ પણ પ્રકારનો ક્ષોભ કે અશાંતિ ન પ્રવર્તો. બ્રાહ્મણો નિર્ભય બને. બધા જ લોકો ક્ષોભ કે અશાંતિમાંથી મુક્ત બને. બધા જ સજ્જનો નિર્ભય બને.

આખા વિશ્વમાં, આખા રાષ્ટ્રમાં અને સમાજમાં શાંતિ સ્થાપવાનો પ્રયત્ન કરીએ અને આપણે આપણી જાતને અહિંસા, કરુણા અને માયાળુપણું તથા અભયનું કુન્ડ બનાવીએ.

આખા વિશ્વને અને બધાં જ પ્રાણીઓને જાહેર કરીએ : ‘તમારે મારા તરફથી કોઈ ભય રાખવાની જરૂર નથી. હું તમને અભયદાનનું વચન આપું છું, મારા તરફથી આ વિશ્વના કોઈ પ્રાણીને કોઈ પ્રકારનો ભય હશે નહીં. મારો કોઈ ખરાબ આશય નથી. ફક્ત બધાં ઈશ્વરના જીવનના, ઈશ્વરનાં બધાં સર્જનના ભલા માટે જ હું અહીં જીવું છું. માટે સર્વે ભવનું સુખિનાઃ । લોકાઃ સમસ્તાઃ સુખિનો ભવન્તુ । સજ્જનાઃ સન્તુ નિર્ભયાઃ ।- બધા લોકો સુખી થાઓ, વિશ્વમાં બધે સુખ પ્રવર્તો. બધા જ સજ્જનો નિર્ભય બને. ફક્ત સજ્જનાઃ સન્તુ નિર્ભયાઃ । જ નહિ, પણ બધા જ જે મારું અનિષ્ટ કરે છે તેમને પણ મારા તરફથી ભયનું કોઈ કારણ રાખવાની જરૂર નથી, કારણ કે તે વ્યક્તિને હું ઈશ્વરને સોણું છું. હું કદી બદલો લેવાનું વિચારીશ નહિ. હું કદી વેરભાવ રાખીશ નહિ. મારા તરફથી કોઈ સહકાર્યકરને, કોઈ જીવને, આ ધરતી પરની કોઈ પણ જીવંત વ્યક્તિને કદી પણ નુકસાન કરવામાં નહિ આવે.’

આ પ્રાર્થના એટલા માટે ગાઉં છું કે જેથી તમને જે કંઈ શીખવ્યું છે, અને છેલ્લે જે કંઈ તમે મેળવ્યું છે તેનો ફક્ત એક જ ઉદ્દેશ હતો કે જે તમને નીચેની વાત માનવા પ્રેરે તેનું તમે બરાબર ધ્યાન રાખો.

‘આ આદર્શ મારામાં વારસાગત આવ્યો છે. મારે સાચા ભારતીય તરીકે મારું જીવન જીવું જોઈએ. મારા જીવનનો ઉદ્દેશ બધા પ્રાણીઓના કલ્યાણ માટે સક્રિય રીતે કામ કરવાનો હો. મારું જીવન બધા પ્રાણીઓ પ્રત્યે કરુણા, માયાળુપણું અને અહિંસા આધારિત હો, જેથી કોઈને પણ મારા તરફથી કોઈ ભય ન થાય.’ આ ‘અતિમાનવ’નો ભારતીય આદર્શ છે, જે અતિમાનવે પૂર્ણતા પ્રામ કરી હોય છે બધાં જ ફરજો અને ઉદ્દેશો પૂરાં કર્યો હોય છે, તેને હવે કશા માટે કોઈ કામના નથી, કે કોઈ ફરજ બાકી રાખી નથી કે હજી કરવાની બાકી છે એવું પણ નથી. પછી તે ‘આમકામ’ અને ‘કૃતકૃત્ય’ તરીકે ઓળખાય છે. તે મહાપુરુષ પોતાનું બાકીનું જીવન ‘મહા-મહા-પરોપકારી’

-નિષ્કામ સેવારત મહાન પુરુષ- તરીકે ગાળે છે. તે પોતાનું જીવન ‘સર્વભૂતહિતે રતાઃ’ બધાનું કલ્યાણ કરવામાં જ મગન થઈને ગાળે છે. આ આપણો આદર્શ છે. આપણો આદર્શ બીજા પર સત્તા ચલાવવાનો પ્રયત્ન કરનાર માણસનો નહિ પણ એવા માણસનો છે જે બધાને અભયદાન આપે અને જેમની સાથે તેને રહેવાનું છે તે ઈશ્વરના સમસ્ત સર્જનને ફાયદો કરી હે.

શંકરાચાર્યનું ‘ભજ ગોવિંદમુ’ ફક્ત ફિલસૂઝ, વિદ્ધાન કે પંડિત માટે નથી. તે જ્ઞાન મેળવવા ખાતર કંઈક જ્ઞાનવાની ઈચ્છા કરનાર માટે પણ નથી. પણ તે તો રોજિંડા જીવનને ઉદાત્ત બનાવવા માટે દરેક માણસને માર્ગદર્શન આપે છે. તે ધર્મશાસ્કોનું ઉચ્ચતમ સત્ય તથા પરોપકાર અને સમજદાર જીવનના બેવડા આદર્શાનું પ્રદાન કરે છે, કે જેથી તમારું જીવન તમારા સર્વોપરી લક્ષ્ય, ઉચ્ચતમ ધન્યતા અને પરમ પુરુષાર્થ પ્રાપ્તિના માર્ગમાં અવરોધરૂપ ન બને અને તમારું જીવન લક્ષ્યને પહોંચવામાં મદદરૂપ બને તથા આત્મસાક્ષાત્કારના મહાન લક્ષ્ય તરફ આગળ વધવામાં મદદરૂપ બની જય. શંકરાચાર્યે આપણને જીવન જીવા માટેના કેટલાક સાદા સામાન્ય સમજમાં આવે તેવા સિદ્ધાંતો આચ્યા છે. તે દૈનિક જીવન માટેનો દરેક માણસ માટે જરૂરી ગુટકો છે. તેના ઉપયોગથી મનુષ્ય મૂખ્ય છોડી શાણો બને અને બીજાઓનું ભલું કરવાની વૃત્તિ ધરાવતો થાય છે. માનવીય ભૂલો, અપૂર્ણતાઓ અને નબળાઈઓ જાણીને તે બીજાઓની અપૂર્ણતાઓ તરફ સહાનુભૂતિવાળો બને. લોકો ખરાબ અને દુરાચારી છે એવા નિર્જર્ખ પર એ કદી કૂદી ન પડે, પણ તે કહે, ‘ના, તેણે આમ કર્યું તે ખોટી વાત નથી. અહીં કોઈ જ પૂર્ણ નથી, તેણે જે કર્યું છે તે તેની જાણ બહાર નથી. માટે, તે માણસે મારા તરફ જે વર્તાવ કર્યો છે તે સારો ન હોવા છતાં માણસના સ્વભાવમાં સારાં અને ખોટાં તત્ત્વો હોય છે તે સમજીને હું તેને ધીરજપૂર્વક વર્તવાનો અને તેની સાથે સહાનુભૂતિપૂર્વક વર્તવાનો અને માફ કરી ભૂલી જવાનો પ્રયત્ન કરીશ. આ સમજ પદ્ધી બીજાઓનું મારા તરફ ગમે તેવું ખરાબ વર્તન હશે તોપણ હું કોઈના પર ગુમ આશયનું આરોપણ કરીશ નહિ. હું તેમની મૂખ્યમાં તરફ શાંત અને સહાનુભૂતિ દર્શાવતો રહીશ. તેમને સમજીશ અને કોઈ પ્રકારની રીસ કે ગુસ્સો રાખીશ નહિ.’

આમ, બીજાઓ સાથે અનુકૂળ બનો, ધીરજવાન બનો, બીજાઓને માફ કરો, સાથે સાથે તમારા પોતાના જીવનને શાણા થઈ સરળતાથી આગળ ધપાવો.

□ ‘Bhaja Govindam’માંથી સાભાર અનુવાદ

મનાચે શ્લોક - મનોબોધ

- શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

કઠોપનિષદ્ધના દ્વિતીય અધ્યાયની દ્વિતીય વહીમાં
આચાર્ય યમધર્મ આત્માની પ્રત્યક્ષ સર્વત્ર સ્થિત અવસ્થાનું
દર્શન કરાવતાં કહે છે કે;
અભિન્યથીકો ભુવનં પ્રવિષ્ટો રૂપં રૂપં પ્રતિસ્થો બભૂવ ।
એકસ્તથા સર્વભૂતાન્તરાત્મા રૂપં રૂપં પ્રતિરૂપો, બહિશ્ર ॥
(ક્ષ.૩.૨.૨.૬)

જે પ્રમાણે આ જગતમાં પ્રવેશેલો એક અભિન્યથીકો પદાર્થ અનુસાર ભિન્નરૂપ થાય છે. તે પ્રમાણે સર્વ પદાર્થનો અંતસ્તમ આત્મા પ્રત્યેક વસ્તુને અનુરૂપ થાય છે અને સર્વથી પર છે.
વાયુથીકો ભુવનં પ્રવિષ્ટો રૂપં રૂપં પ્રતિરૂપો બભૂવ ।
એકસ્તથા સર્વભૂતાન્તરાત્મા રૂપં રૂપં પ્રતિરૂપો બહિશ્ર ॥
(ક્ષ.૩.૨.૨.૧૦)

જે પ્રમાણે એકમાત્ર વાયુ આ જગતમાં પ્રવેશેલો પ્રત્યેક પદાર્થ અનુસાર ભિન્નરૂપી થાય છે, તે પ્રમાણે સર્વ પદાર્થનો અંતસ્તમ આત્મા પ્રત્યેક વિષયાનુસાર બહુરૂપ થાય છે અને એ બધાથી પર છે.

આ બંને શ્લોકોમાં પરમાત્માની વ્યાપકતાનો નિર્દેશ થયો છે. બ્રહ્મ જગતની અપાર અનેકતાનું એકમાત્ર આધતમ કારણ છે. પરંતુ એ જગતથી અલાયદું રહેતું નથી. એ સર્વ વસ્તુમાં ચૈતન્યરૂપે પ્રવેશ છે (Involution). અનેન જીવેન આત્મના અનુપ્રવિશ્ય (ધા.૩.૬.૩.૨) જે પ્રમાણે એક જ અભિન્ન ભિન્ન દાધ્ય વસ્તુઓને અનુરૂપ સૂરજ, વીજળી કે દીવા તરીકે દેખાય છે. જેમ વાયુ બધા દેહોમાં પ્રાણ તરીકે જુદાં રૂપો લે છે, તેમ પરમાત્મા વિશ્વની ભૂત વસ્તુઓમાં ઉત્તરી જઈ તે તે વસ્તુ અનુસાર રૂપ ધારણ કરે છે.

આ વિષયની વ્યાખ્યા ઈમરસને પણ પોતાના ઉદ્ગારોમાં કરી છે. ગીતાંજલિમાં રવિબાબુ કહે છે :

The same stream of life that runs through my veins and day runs through the world and dances in rhythmic measures. It is the same life that shoots in joy through the dust of the earth in numberless blades of grass and breaks

into tumultuous waves of leaves and flowers. It is the same life that is rocked in the ocean cradle of birth and death in ebb and in flow,
(ગીતાંજલિ, ૬૮)

સ્બસ્તાં બેસ એ ડિવિડ
ઇન સમુદ્ર એ એન્ટિડિવિડ
થેરે હોલેન્સ રોલ
ઓફ સેપારેટેડ સૌલ્સ - Emerson.
બ્રહ્મ બહિ; બહાર જગતથી અતીત પણ છે. સ
ભૂમિ વિશ્વાંતો વૃત્તા અત્યતિષ્ઠત્ દશાંગુલમ્ (જગવેદ,
પુરુષસૂક્ત, ૧૦.૮૦) એ વિરાટ પુરુષ સકળ વિશ્વમાં
પથરાઈ જાય છે અને વળી ‘દશ આંગળ’ ઉપર પણ
રહે છે. બ્રહ્મ વ્યાપક (Immanent) છે, અને અતિકાંત
(Transcendent) છે.

કાલિદાસે કહ્યું, ‘વ્યાપ્ત સ્થિતં રોદસી’ પૃથ્વી
તથા આકાશને વ્યાપીને રહેલો. અને આ વિચારને
ગીતાંજલિમાં તો વારંવાર વાગોળવામાં આવ્યો છે.
સાતમા અધ્યાયથી આરંભીને પંદરમા અધ્યાય સુધી તો
કહ્યું જ છે, છતાં દશમો અને અગ્નિયારમો અધ્યાય
વિભૂતિ યોગ અને વિશ્વરૂપદર્શન યોગ માત્ર આ એક
જ વિચારનું દર્શન કરાવે છે.

આ વિચાર માટે Pan-en-theism શબ્દ મયોજવા
જેવો છે. એના બે અર્થો થઈ શકે. God in all; તથા
All in God. પહેલો અર્થ બ્રહ્મની વ્યાપકતા બતાવે
છે. બીજો અર્થ બ્રહ્મની અતિશયતાનું નિરૂપણ કરે છે.
એનામાં આપણું વિશ્વ તો શું આવા અસંઘ્ય વિશ્વો સુદ્ધાં
આરામથી સમાઈ જાય તેમ છે. જેમ અનંત આકાશમાં
અગણિત આકાશગંગાઓ સમાઈ જાય તેવી આ વાત
છે. એનામાં અનંત કોઈ બ્રહ્માંડો નિર્માણ કરવાની
અનંત શક્તિ ગર્ભિત છે. તેથી પરમાત્માની સર્વરૂપતા
પરથી કોઈ એમ ન માની લે કે એ જગત જેવડો જ
છે; અને એને વ્યાપવામાં જ એ પૂરો થઈ ગયો કે ખર્ચાઈ
ગયો છે.

બ્રહ્મની વ્યાપકતા પણ એક પ્રકારની અતીતતા

(Transcendence) જ કહેવાય, કારણ કે એક તત્ત્વ વस્તુઓના વિશિષ્ટ ભેદોને વટાવી જાય છે અને તેઓની એકતા સ્થાપે છે. (Coincidentia oppositorum).

જગતનો પ્રત્યેક જીવ દિવ્ય અંશ ધરાવતો જ હોય છે, તેથી તે ગમે એટલો કુદ્ર જ્ઞાય તો પણ આધ્યાત્મિક દસ્તિખે એ શુચિ (Sacred) છે. ભારતીય સંસ્કૃતિની સર્વ પ્રાણીઓ પ્રત્યે અહિંસા અને અનુકૂળપાની ભાવના પડા આ જ વિચારમાંથી આવી છે.

જ્ઞાન વેદોમાંથી ઉપાર્જન કરવાનું હોય,
મના જે ઘડી રાધવેંવીણા ગેલી,

જનીં આપુલી તે તુવાં હાનિ કેલી ।
રધુનાયકાવીણ તો શીણ આહે

જનીં દક્ષ તો લક્ષ લાપૂનિ પાહે ॥ ૪૬ ॥

મને લોચને નીરખે શ્રીહરિને;

જગે ભક્ત જ્ઞાની થઈને રહે તે;
કર્મ સાધનાના સગુણો પ્રીતિનો,

જગે ધન્ય તે દાસ સર્વોત્તમીનો ॥ ૪૭ ॥

તેના મનમાં અને લોચનમાં એટલે અંતરમાં અને બાધ્યતત્ત્વમાં તેને સતત શ્રીરામ જ દેખાય છે. અંતર્ભાવ રામ હોવાને કારણે તેને જ્ઞાની કહેવો તેમ ભક્ત પણ કહેવો. તેની અંદર ભક્તિ અને જ્ઞાન એકરૂપ થયેલાં હોય છે. તે પૂર્ણ જ્ઞાની છતાં સગુણમાં પ્રેમ અને સાધનાનો કર્મ રાખીને વર્તે છે. આવા સર્વોત્તમ ભક્તને ધન્ય છે.

માટે જ ઉપનિષદ કહે છે કે;
સ્વખાનં જાગરિતાનં ચોભૌ યેનાનુપશ્યતિ ।
મહાનં વિભુમાત્માનં ભત્વા ધીરો ન શોચતિ ॥ (કદ:૨:૧:૪)

પ્રભુતત્ત્વ પ્રત્યેક વસ્તુ પદાર્થમાં સમાનપણે અવતીર્ણ છે. (ઈશાવાસ્યમ્ ઈંડ સર્વમ્) એના વૈયક્તિક પાસામાં એ આત્મનું કહેવાય છે. આત્મા દરેક વસ્તુનું સારભૂત તત્ત્વ (Essence) છે. શ્રીરામદાસજી તેને ‘રામ’ નામથી ઓળખે છે. ‘જગત રામ હી, સોવત રામ હી, સપને મેં દેખ્યો રાજી રામ હી’.

માટે જ મીરાંનો આગ્રહ છે... મનુઆ રામનામ રસ પીજૈ... ત્યજ કુસંગ સત્સંગ બૈઠ નિત હરિ ચર્ચા સુન લીજૈ । કામ કોધ મદ મોહ કો ચિત સે બહાયમ

ઉપનિષદોમાંથી, પુરાણોમાંથી કે સંતોના હૃદયની ભાવનાઓમાંથી સત્યનું તારણ એક જ છે કે ઈશ્વર ચિત્તન વગરની એક પણ પળ ગુમાવવી નહીં. શ્રીરામદાસજી કહે છે; હે મન ! રામચિત્તન વિનાની જે ઘડી ગઈ તે તે વર્થું જ ગુમાવી અને તેં જ તારો હાથે કરીને ઘાત કર્યો છે એમ સમજજે. રામને છોડીને જે કાર્ય કરીશ, તે કેવળ પરિશ્રમકારક જ-કાલાયક જ સમજજે. માટે તે જ ખરો દક્ષ-કુશળ છે કે જે સદા રામનું જ અનુસંધાન રાખીને વર્તે છે.

ઘડી મન જે રામ વિના ગુમાવી,

જન તેં જ તારી કરી હાનિ ભારી;
રધુનાથ વિના બધું કષ્ટ લોકે,

જેને દક્ષ તે લક્ષ રાખી વિલોકે ॥ ૪૬ ॥

મનીં લોચનીં શ્રીહરીં તોચિ પાહે

જનીં જાણતા ભક્ત હોઉનિ રાહે ।
ગુણીં પ્રીતિ રાખે કમૂ સાધના ચા

જગીં ધન્ય તો દાસ સર્વોત્તમાચા ॥ ૪૭ ॥

દીજૈ... મીરાં તાહી કે રંગમેં ભીજૈ...

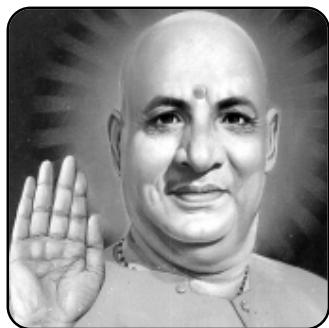
જે રામ છે, તે જ આ સૂચિનો પ્રાણ કે આત્મા છે. તે સચેતન સૂચિમાં છે, અને ઈન્દ્રિયોને તેની પ્રવૃત્તિઓ માટે મૂળ શક્તિ પૂરી પાડનાર આત્મા છે. કવિવર રવિન્દ્રનાથ ટાગોર સ્વાનુભૂતિનાં પણ ફિઝોસ્ટાં ગીતાંજલિમાં કહે છે;

I feel my limbs are made glorious by the touch of this world of life. And my pride is from the life-throb of ages dancing in my blood this moment (ગીતાંજલિ ૬૮)

આત્માના અસ્તિત્વની અભિવ્યક્તિ એના ચૈતન્ય (Energy Life force) અને ચિત્ત (Consciousness) દ્વારા થાય છે. માટે જ ભગવાન ભાષ્યકાર આદિ શંકરાચાર્યજી કહે છે કે, ચૈતન્ય સચેતન અને અચેતન બંનેમાં રહેલું છે. તફાવત માત્ર એના વિભાવન (Expression, manifestation)નાં જ છે. (બ્ર.સૂ.ભા.૨.૧.૬) સચેતનમાં જીવનતત્ત્વ વ્યક્ત થયેલું છે. અચેતનમાં જીવનતત્ત્વ અપ્રકટ છે. કહેવાતા જરૂર, અનુસંધાન પાન-૧૩ પર)

શિવાનંદ કથામૃત-૬

[ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજને આનંદ કુટીર હૃદીકેશમાં 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 શિખ્યો ચીવટપૂર્વક નોંધી લેતા. આ નોંધ એટલે શિવાનંદ કથામૃત. તેમાં ઘણી વ્યક્તિગતોનો ફાળો છે. મુખ્ય ફાળો સ્વામી વંકટેશાનંદનો છે. આ ઉપરંતુ સ્વામી શિવાનંદ હદ્યાનંદ, સ્વામી ચૈતન્યાનંદ, સ્વામી સંતાનંદ, સ્વામી ગુરુશરણાનંદ, સ્વામી પરમાનંદ તથા બીજાઓએ સેવા આપી હતી.]



ગુરુમાં ધ્યાન

આશ્રમ છોડીને એકાંત ગુરુમાં ધ્યાનનો અભ્યાસ કરવા ગયેલી અને પછી પાછી આવેલી એક વ્યક્તિને ગુરુદેવે કહ્યું : ‘જો તમે ધ્યાનના અભ્યાસ માટે ગુરુઓમાં જાઓ તો ફક્ત બે વસ્તુઓ બનશે- નિદ્રા અને હવામાં ડિલ્વા બાંધવા.’

ઈશ્વરની ધરણા

‘સ્વામીજી, આપ માનવતાની સેવાના ક્ષેત્રમાં ગાંધીજીની માફક કેમ જોડાયા નથી ? તમે તો રાજકીય ક્ષેત્રમાં જોડાવાને બદલે ગંગાડિનારે એકાંતમાં રહેવાનું સ્વીકાર્યું છે.’ શ્રી અશ્વત્થનારાયણે પૂછ્યું.

ગુરુદેવનો પ્રથમ જવાબ સૌભ્ય હતો, પણ સાથે સાથે ઊડા આધ્યાત્મિક તાત્પર્યથી અર્થપૂર્ણ હતો. ‘ઈશ્વરે દરેક માણસને વિશિષ્ટ કાર્યક્રમતા બદ્ધી છે અને તેને માટે સેવાનું ક્ષેત્ર પણ નક્કી કરેલું હોય છે. આ કાર્યક્રમતાને શોધી કાઢી તેને તેની ઈશ્ચા પ્રમાણે માનવતાની નિર્જામ સેવામાં કામે લગાડવામાં જ શાશપણ રહેલું છે. ગાંધીજીનું ક્ષેત્ર રાજકીય સેવાનું હતું. મારું ક્ષેત્ર ત્યાગ અને સંન્યાસનું છે. અમારે માટે ક્ષેત્રો બદલવા એ મોચી અને દરજ પોતપોતાનાં ક્ષેત્ર બદલે તેના જેવું થાય.’ ગુરુદેવે આગળ વધતાં કહ્યું : ‘પણ મન એમ ન માને કે જે વ્યક્તિ રાજકીય ક્ષેત્રમાં છે તે જ ભગવાનમાં બાળકોની સેવા કરે છે. તમે અહીં

અંતનાિદ

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

કેવી રીતે આવ્યા ? આ આશ્રમનું અસ્તિત્વ છે અને આત્મસાક્ષાત્કાર માટે તમે અહીં સાધના કરી શકો છો એમ તમે કેવી રીતે જાણ્યું ?’

‘તમારાં પુસ્તકો દ્વારા, સ્વામીજી.’
‘તો પછી તમે કબુલો છો કે પુસ્તકો દ્વારા તમારી સેવા કરાઈ છે.’

‘ચોક્કસ, સ્વામીજી.’
‘અહીં થતી ગતિશીલ પ્રવૃત્તિઓનું પરિણામ પુસ્તકો છે. અહીં તમને જેવા કાર્યકરો મળશે તેવા આખી દુનિયામાં કદાચ નહિ ભણે. ત્યાં તમને ઘડિયાળના કાંઠે કામ કરતા કાર્યકરો મળશે. ઘડિયાળમાં પાંચ વાગે કે પેન મૂડી દેનારા મળશે. પણ અહીં સંન્યાસીઓ દિવસ-રાત સતત કામ કરે છે. હજારોને ફાયદો થયો છે. હજારોને જીવનના લક્ષ્યનું અને પથનું યોગ્ય જ્ઞાન મળ્યું છે, લાખો લોકો પુસ્તકોની મદદથી સાધના કરે છે અને પૂર્ણતા તરફ પ્રગતિ કરી રહ્યા છે. શું તે સેવા નથી ?’

‘હા, સ્વામીજી, રાજકીય મંચ પરની વક્તૃત્વની સેવા કરતાં તે સેવા ખરેખર વધુ મોટી છે.’

‘મેં પણ આખા દેશની યાત્રા કરી છે. ૧૯૭૦થી ૧૯૮૦ના દસ વર્ષના ગાળામાં મેં પંજાબ, કાશ્મીર, સંયુક્ત પ્રાંતો, બિહાર અને બીજા રાજ્યોના વિવિધ સ્થાનોની વારંવાર મુલાકાત લીધી છે. ૧૯૫૦માં મેં

આખા દેશની યાત્રા કરી હતી. જાહેર પ્રવચન એ એક રીતે ખૂબ સારું છે, પણ હંમેશાં મુસાફરીમાં હોવાનો એક ગેરજાયદો છે. પ્રવચનથી તમે થોડાક લોકોને જ જગત કરી શકો છો. તમે શ્રોતાગણને મુગધ કરી શકો છો. પણ જો તેમને તમે પુસ્તકોના રૂપે તરત જ પ્રોત્સાહન ન આપી શકો તો લોકો તેમના દૈનિક સાંસારિક જીવનની ધમાલમાં પ્રવચન વિશેનું બધું તરત જ ભૂલી જાય છે.'

જો હું હંમેશાં સતત મુસાફરી કરતો રહેતો હોતો તો આ પુસ્તકો હું લાવી શકત નહિ. હું અહીં એકાંતમાં છું તે ભગવાનનાં બાળકોની સેવાના લાભમાં છે. આધ્યાત્મિક સાહિત્ય લખવા માટે આવું એકાંત ખૂબ જરૂરી છે. આપ મેં કહ્યું તે સમજ્યા ?

'હા, સ્વામીજી, હું પહેલાં પણ આપના શ્રેષ્ઠ કોટિનું કાર્યને જાણતો હતો. પણ મારા મિત્રો અને બીજા લોકો ઘણી વખત આવા પ્રશ્નો મને પૂછતા અને મને તેનો જવાબ કેમ આપવો તે ખબર ન હતી. એટલે મેં આપની સમક્ષ પ્રશ્ન મૂક્યો. મને તેની આપના તરફથી જે સ્પષ્ટતા મળી તે માટે હું આપનો ખૂબ આભારી છું.'

પોતાની જતની સુધારણા

અ એ બ ને અડ્યા કલાક માટે તેણે કરેલી ગેરવર્તણૂક માટે ઠપકો આપ્યો હતો. આ બધું ગુરુદેવની પરમસુખમય હાજરીમાં બન્યું. ગુરુદેવે બંનેને શાંત પાતી છુટા પાડ્યા અને કહ્યું : 'તમે બંને સાચા છો.' જેનો અર્થ થાય 'તમે બંને ખોટા છો.'

અ ના જવાળામુખી જેવા ઉગ્ર સ્વભાવનો ઉલ્લેખ કરીને ગુરુદેવે પાછળથી કહ્યું : 'તેને માટે પોતાનો સ્વભાવ ફેરવવાનું શક્ય નથી. છેલ્લાં વીસ વર્ષથી તે આવો જ છે અને તેણે હજી તેના આ સ્વભાવ પર કાબુ મૂક્યા માટે કોઈ પ્રયત્ન જ કર્યો નથી. થોડાક દિવસ જાય કે તેને કોઈની સાથે કે બીજાની સાથે લડ્યા વગર ચાલતું નથી.'

આ જ પ્રમાણે સ્વામી કરે કોઈ જાહેર સભા કે કોઈ પ્રવચન દરમિયાન કોઈ વ્યક્તિની ટીકા કર્યા વગર અને કોઈ માણસો કે જીથોની નાખુશી વહોરા વગર ચાલતું નથી. તેણે એક વખત આર્યસમાજાઓ સાથે મોટો જઘડો કર્યો હતો. તેઓએ તેના પ્રવચનની ટીકા કરતી પત્રિકાઓ છાપી વહેંચી હતી. આજે પણ

તે એવો જ છે, કોઈ ફેરજાર નથી.

'આ અ ને હજી પણ એવું લાગતું નથી કે લોકોને ગાળો દેવાનું અને જિજાસુઓ સાથે જઘડો કરવાનું યોગ્ય નથી. પછી તે પોતાનામાં કેવી રીતે સુધારો કરી શકે ? સુધરવા માટેનું પહેલું પગલું પોતાની ભૂલની સાચી સભાનતાનો એકરાર માત્ર છે. વ્યક્તિએ ઊંડું આત્મનિરીક્ષણ કરીને પોતાની છુપાયેલી બધી નબળાઈઓ અને ક્ષતિઓને તેમને શોધી કાઢી દૂર કરવી જોઈએ.'

અપમાન કેવી રીતે સહેતું

સ્વામી અ ગુરુદેવને મળ્યા અને ફરિયાદ કરી કે સ્વામી બ એ તેમને મારવાની ધમકી આપી અપમાન કર્યું હતું.

ગુરુદેવે શાંતિથી જવાબ આપ્યો : 'જો તે તમને માર મારે તો તમને શું વાંધો છે ? સંન્યાસ લેતી વખતે તમે વિરજ હોમની ધાર્મિક કિયા કરી છે. તે અનુસાર તમે શરીર વગરના છો. વિરજ હોમનો આ ભાવાર્થ છે. તમારે હંમેશાં યાદ રાખવું જોઈએ કે તમે તો આત્મા છો અને જો માર મારવામાં આવે કે અપમાન કરવામાં આવે તો પણ સૌખ્ય અને શાંત રહેવું જોઈએ. જોકે તેનું આચરણ ખૂબ મુશ્કેલ છે છતાં તેને તમારા આદર્શ તરીકે સ્વીકારો. જ્યારે તમારું કોઈ અપમાન કરે તો જાતને પૂછો : 'આ કોનું અપમાન થાય છે ? તે શરીરનું થાય છે. પણ હું તો શરીર નથી. અપમાન કોણ કરે છે ? જે મારા શરીરમાં છે અને દરેકના શરીરમાં છે (આત્મા) તે જ સત્તા અપમાન કરે છે. આમ હું મારું જ અપમાન કરું છું આમ વિવેકનો ઉપયોગ કરી તમારાં શાંતિ અને સંતુલનને જગતી રાખો. શરૂઆતમાં તમને આના આચરણમાં સફળતા નહિ મળે, પણ તમારે વારંવાર પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. સમય જતાં તમે સફળ થશો. પછી પ્રશંસા અને અપમાન તમારે માટે એકસરખાં થઈ જશે.'

'તમારું ગળું કપાય તો પણ તમારે પથ્થરની માફક શાંત અને મૂક રહેવું જોઈએ. થોડીક પણ ગાળ લોકોના મનને ઉશ્કેરી મૂકે છે. જો તેમને કોઈ ગંધેડો કહે તો તમે એકદમ ગુસ્સે થઈ જાઓ છો. તમે શું ખરેખર ગંધેડા બની ગયા ? તમને ચાર પગ ઊગી ગયા ? અપમાન એ તો અવકાશ (ઈથર)માં થતું કંપન માત્ર છે.'

'આ ઉદાહરણો તમારામાં રહેલા આધ્યાત્મિક

બળને શોધી કાઢવાની તક આપે છે. તમારા ધ્યાનનો તમારી દૈનિક પ્રવૃત્તિઓ સાથે મેળ હોવો જોઈએ. જો તમે ઉંચું ધ્યાન ધરો અને માનો કે તમે સર્વવ્યાપી આત્મા છો, તો તમારા પર અપમાનની અસર શા માટે થવી જોઈએ? દરેક અપમાનને તમે તમારા આધ્યાત્મિક બળની કસોટી કરવા માટે ઈશ્વરે અર્પેલી તક સમાન ગણો. જો તમે કસોટીમાં નિષ્ફળ જાઓ તો જપ અને ધ્યાનમાં વધારો કરો અને સર્વવ્યાપી ચૈતન્યમાં, 'તમે બ્રહ્મ છો' એવા ચૈતન્યમાં સ્થિત થાઓ અને આમ તમારે ભૌતિક શરીર નથી તેમ જાણો.'

ગુરુદેવની શાશ્વી સલાહની સ્વામી અ પર સારી અસર પડી; અને પોતાની સીમિતતાનો ઘ્યાલ આવતો ફરિયાદ કરવાનું માંડી વાળી રજા લઈ જવાનું પસંદ કર્યું.

ગુરુદેવે તેને કહ્યું : 'હું સ્વામી બ ને ભવિષ્યમાં હવેથી તમારા તરફ વિનયશીલ રહેવા જણાવીશ.' - Sivananda's Gospel of Divine Lifeમાંથી સાભાર અનુવાદ

(મનાચે શ્લોક....અનુસંધાન પાન-૧૦ પરનું ચાલુ) નિર્જવ પદાર્થોમાં પણ અતિ સૂક્ષ્મ ચૈતનાશક્તિ (Energy) પરમાણુઓમાં ગતિ (Dynamism) તથા અન્યોન્ય કિયાઓ (interactions) પ્રેરે છે. એટલે જ આપણું ઉપનિષદ કહે છે, 'અણો: અણીપાન્'

Matter is never quiescent, but always in a state of motion. Macroscopically, the materials around us may seem dead and inert. But if you magnify a piece of metal or stone, you realize that it is full of activity. Modern physics pictures matter not as passive and inert, but as continually dancing and vibrating. It speaks of the continuous dance of subatomic matter which goes on all the time. It's "Energydance". The metaphor of the cosmic dance. The metaphor of the cosmic dance has found its most beautiful expression in India in the image of Shiva Natraja.' F.capru.

ચૈતન્ય અને ચિત્ત એક જ છે. (સત્તા એવ બોધઃ) ચિત્ત દ્વારા આપણામાં સભાનતા, સ્વભાનતા (Self-awareness) ઉત્પત્ત થાય છે. તેના વગરનું જીવન અસ્તિત્વ શૂન્ય છે. રામ વિના-કૃષ્ણ વિના બીજું સર્વ કાચું... ઊં શાંતિ (કમશઃ)



મમૈવાયં દોષો
પરપરિભવે નાર્જિતમહો
મયા શુભમ्

ધર્મબિંદુ
આચાર્ય વિજયરત્નસુંદરસૂરિજી

પગો થઈ જતા ફેક્ચરની જવાબદારી જાત પર લેવામાં ખાસ તકલીફ પડતી નથી. ધંધામાં ખાધેલા મારમાં જાતની અણાવડતનો સ્વીકાર કરી લેવામાં ખાસ વાંધો આવતો નથી. શરીરમાં પેદા થઈ જતા રોગની પાછળ જાતની ભૂલ જોવામાં ખાસ મુશ્કેલી પડતી નથી; પણ દેખીતા કોઈ પણ જાતના નક્કર કારણ વિના જ્યારે વ્યક્તિ તરફથી અપમાન થાય છે, હેરાનગતિ થાય છે, નુકસાનીના ભોગ બનવું પડે છે ત્યારે એમાં જવાબદાર જાતને માનવા માટે મન કોઈ હિસાબે તૈયાર થતું નથી. પણ

પ્રભુ!

આપે સ્પષ્ટ શબ્દોમાં કહી દીધું છે કે 'કોઈ પણ ક્ષેત્રમાં, કોઈ પણ વ્યક્તિ તરફથી થતા તારા પરાભવમાં જવાબદારી તારી પોતાની જ છે. પૂર્વભવમાં તેં સત્કાર્યોના સેવન દ્વારા પુણ્યોપાર્જન કર્યું નથી એ જ તારા પરાભવનું એક માત્ર કારણ છે.' આપની આ વાત જો અમારી શ્રદ્ધાનો વિષય બની જાય તો પરાભવમાં અમારી સમાધિ ટકી જાય અને વર્તમાન જીવનમાં સાધના શરૂ થાય એ માટેનું સત્ત્વ અમારામાં પેદા થઈ જાય.

'પ્રભુ વિર કહે છે' માંથી સાભાર

સિદ્ધિ વિશે-૫

શ્રી યોગેશ્વરજી

યોગદર્શનમાં ભગવાન પતંજલિ કહે છે કે ‘જન્મ, મંત્ર, તપ, ઔષધિ ને સમાધિ દ્વારા સિદ્ધિ મળે છે.’ ટ્યુકમાં કહીએ તો ભક્તિના પ્રભાવથી ભગવાનની પૂર્ણ કૃપા થતાં અને યોગની સાધનાની સિદ્ધિ મળે છે. તો કેટલીક વાર કોઈને પૂર્વજન્મના સંસ્કારને લીધે બાલપણમાં પણ સિદ્ધિ મળી જાય છે. ઔષધિ અને મંત્ર દ્વારા પણ વિરોધ શક્તિ મળે છે. શુક્ટેવ અને શંકરાચાર્યને જન્મથી જ સિદ્ધ કહી શકાય. કૃષ્ણા ભગવાનને પણ એવા કહી શકાય. વિશ્વામિત્ર ને વસિષ્ઠ મંત્ર ને તપથી સિદ્ધ મેળવી શકેલા. સમાધિ દ્વારા યોગીઓ દૂરદર્શન જેવી કેટલીય સિદ્ધિઓ મેળવે છે. કેટલીક ઔષધિઓથી વૃદ્ધાવસ્થા દૂર થાય છે, દિવસો સુધી ભૂખ-તરસ લાગતી નથી, બીજાના રોગો સારા થાય છે ને બીજાં અલોકિક કામો કરી શકાય છે. ઈશ્વર જેને યોગ્ય ધારે તેને વતીઓછી શક્તિ આપે છે. કોઈને એક તો કોઈને બે, એમ શક્તિ મળતાં તે તૃમુખ પણ થઈ જાય છે. કોઈક જ બડભાગી ભક્ત કે યોગીને બધા પ્રકારની શક્તિ કે અષ્ટ સિદ્ધ મળતી હશે. આ સમયમાં તો ભાગ્યે જ. છતાં પૃથ્વી બીજ વિનાની નથી. વળી ભારત તો સંતતપસ્વીઓની ભૂમિ છે. આ ભૂમિમાં પૂર્ણ સિદ્ધિવાળા યોગીપુરુષો પણ છે. અધિકારી જનોને તેમનાં દર્શનનો લાભ મળી શકે છે. છતાં આ વિશે છેલ્લે છેલ્લે ફરી કહી દઉં કે સામાન્ય માણસોને માટે તો પોતાની જાતનો, પોતાના ઘરનો ને કુટુંબ તથા સમાજનો સુધાર એ જ મોટામાં મોટી ને મહત્વની સિદ્ધિ છે. સાધકોને માટે પણ હદ્યશુદ્ધ કે સાત્ત્વિકતાની ને ઈશ્વરકૃપાની પ્રાપ્તિ જ ઈચ્છા જેવી સિદ્ધિ છે. તે મળતાં પરમ શાંતિ મળી જાય છે ને જીવનની ધર્યતા પણ ગ્રામ થાય છે એટલે તે તરફ જેટલું વધારે ધ્યાન અપાય તેટલું મંગલકારક છે.

આ ઉપરાંત, માણસે ખૂબ સાવધાન રહેવાની ને વિવેકી બનવાની જરૂર છે. સાચાખોટાને પારખતાં શીખવાની જરૂર છે. કેટલાક લેભાગુ માણસો જુદા જુદા સ્વાંગમાં સમાજમાં ફરી રહ્યા છે. તે પોતાને સિદ્ધ બતાવીને લોકોને ઠગે છે, ને પૈસા લઈને ચાલતા થાય છે. સમાજમાં લોભી ને દુઃખી માણસો તેમના શિકાર બને છે. સોનું બનાવવાના ને ઝૂપિયા તથા ધરેણાં બમણાં કરી આપવાના કીમિયાવાળા કેટલાય સાધુને ફરીરો સમાજમાં ફરે છે. કેટલા ભૂતભાવિ જાણવાનો દાવો કરીને ભોળા માણસોને ઠગે છે. કેટલાક વાળમાંથી દૂધ કાઢી

બતાવીને પૈસા પડાવે છે, કોઈ માતાને નામે હાથમાંથી કેક કાઢે છે તો કોઈ જુદા જુદા આશીર્વાદ આપે છે. બિહારના છેલ્લે છેલ્લે બહુ ગવાયેલા નેપાલી બાબાની વાત પણ જાણીતી છે. તેમની આશીર્વાદી રોગ દૂર કરવા ને સંતાન મેળવવા રોગી ને નિઃસંતાન માણસોએ ભીડ કરી દીધેલી. છતાં થોડાક કે વધારે ઠગવિદ્યાવાળા માણસો પરથી સાચા સિદ્ધિપ્રામ પુરુષો વિશે છેવટનો અભિપ્રાય બાંધી લેવાનું બરાબર નથી. આ દેશમાં પોલ બ્રાન્ટન નામે એક અંગ્રેજ ગૃહસ્થ યોગી પુરુષોની શોધ માટે આવેલા. તેમને કેટલાક સિદ્ધ પુરુષો મળેલા. તેનું વર્ણન તેમણે પોતાના ‘સર્વ ઈન સિકેટ ઈન્ડિયા’ નામે પુસ્તકમાં કરેલું છે. હજુ તેવા સિદ્ધ ને સાચા પુરુષોનું દર્શન કોઈ પણ જિજ્ઞાસુને થઈ શકે છે. ફક્ત તેવા પુરુષોને મેળવવાની તાલાવેલી લાગી જવી જોઈએ. સંસારમાં કોઈ પણ વસ્તુનો સંદર્ભ અભાવ નથી, મહાપુરુષોનો તો નહિ જ. પણ તેમનાં દર્શન અને સમાગમની ઉત્કટ ઈચ્છાવાળા માણસનો જ અભાવ દેખાય છે. તે અભાવ દૂર થાય અને પ્રભુકૃપા થાય તો આજે ને કોઈ પણ કાગે સાચા મહાપુરુષોના મિલનનું સદ્ગ્રાઘ્ય મળવાનું કામ કઠિન નથી જ.

બધી વસ્તુને સામુહિક લાભની દાખિથી મૂલવવાની વૃત્તિના આ વખતમાં એમ પણ વિચાર આવવાનો સંભવ છે કે સિદ્ધિપ્રામ મહાપુરુષોએ પોતાનું મંગલ તો કરી લીધું પણ તેમની સિદ્ધિથી સમાજને શો લાભ ? સમાજના ઘડતરમાં તે સિદ્ધ કામ લાગે ખરી ? તેના ઉત્તરમાં આપણે કહીશું કે જરૂર કામ લાગે. મહાપુરુષોની સિદ્ધ કે શક્તિથી સંસારને વતોઓએ લાભ પહોંચે જ છે. જે માણસો તેમના સમાગમમાં આવે છે ને તેમની મદદની ઈચ્છા કરે છે તે માણસોને તેમની દ્વારા લાભ મળે જ છે. ઈતિહાસમાં આ વાતની સત્યતા પુરવાર કરનારા પ્રસંગો ઘણા છે. સર્મથ રામદાસ, શંકરાચાર્ય અને જ્ઞાનેશ્વર જેવા સંતપુરુષોએ સમાજ ને દેશની સૂરત પલટાવવા પોતાની શક્તિનો શક્ય ઉપયોગ કર્યો હતો. સાંઈબાબા દ્વારા પણ અનેક ભક્તોને લાભ પહોંચ્યો હતો તેવી રીતે સિદ્ધિપ્રામ પુરુષો ઈશ્વરની સમાજ, દેશ કે દુનિયાને માટે પોતાની શક્તિ વાપરી શકે છે ને માનવજાતનું જુદી જુદી રીતે મંગલ પણ કરી શકે છે. એટલે સિદ્ધિપ્રામ પુરુષો બીજાને માટે લાભકારક નથી થતા એ માન્યતા ભૂલભરેલી છે. ‘સાધના’માંથી સાભાર

ભગવદ્ગીતાની આરાધનાનું પર્વ ગીતાજ્યંતી

-બ્રહ્મલીન ભાગવતાચાર્ય પૂ. શ્રીમનહરલાલજી મહારાજ

ભગવદ્ગીતા એ શ્રીકૃષ્ણના શ્રી મુખેથી વ્યક્ત થયેલું વિશ્વનું શ્રેષ્ઠ જ્ઞાનસભર મહાકાવ્ય છે. તેમ જ પૌરાણિક ધર્મશાસ્ત્રોમાં અત્યંત જાણીતું અને અનેક ભાષાઓમાં અનુવાદિત થયેલું શાખ છે. ધનુધરીઓના રથના ફરકતા ધ્વજો, સામસામે વ્યૂહમાં ગોઠવાયેલી અને લડવા સજ્જ થયેલી બે મહાસેનાઓનું દશ્ય એ તેની પૃષ્ઠભૂમિ છે. અર્જુન પોતાના પ્રિય સખા તથા રથના સારથી શ્રીકૃષ્ણને પાયાનો પ્રશ્ન પૂછે છે 'યુદ્ધે ચડી મારે સગાં-સંબંધીઓ તથા વડીલોને હથવાનાં છે ?' અર્જુનની અનિષ્ટાયિક સ્થિતિને દૂર કરવા જગતના શ્રેષ્ઠ જ્ઞાનસભર તથા બોધવાયી મહાકાવ્યનું સ્વયં શ્રીકૃષ્ણના શ્રીમુખે ગાન થયું. પોતાના આત્મીય સખાના વિખાદ રોગનું નિદાન તથા તેનો ઉપચાર કરવા પરમાભાએ અર્જુનને પોતાના વિશ્વરૂપનું દર્શન કરાયું. ભગવાન શ્રીકૃષ્ણો કુરુક્ષેત્રના મેદાનમાં અર્જુનને ભગવદ્ગીતાનો ઉપદેશ આપ્યો છે કારણ કે, અર્જુન શ્રીકૃષ્ણના ભક્ત, શિષ્ય તથા અંતરંગ મિત્ર હતા. આ મિત્રતા અને ભૌતિક જગતમાં જોવામાં આવતી મિત્રતા વચ્ચે જમીન-આસમાનનો તફાવત છે. દરેક વ્યક્તિનો ભગવાન સાથે અમુક વિશિષ્ટ સંબંધ તો હોય જ છે, અને તે સંબંધને ભક્તિની પૂર્ણતા વડે જાગૃત કરી શકાય છે. અર્જુનને ભગવદ્ગીતા કેવી રીતે ગ્રહણ કરી તેનું ગીતાજીના દશમા અધ્યાયના ૧૨મા શ્લોકમાં નિરૂપણ થયું છે.

અર્જુન ઉવાચ :

પરં બ્રહ્મ પરં ધામ પવિત્રં પરમં ભવાન् ।

પુરુષં શાશ્વતं દિવ્યમ् આદિવેમ् અં વિભુમ् ॥

પૂર્ણ પુરુષોત્તમ પરમેશ્વર પાસેથી

ભગવદ્ગીતાનું શ્રવણ કર્યા પછી અર્જુને શ્રીકૃષ્ણનો પરંબ્રહ્મ તરીકે સ્વીકાર કર્યો છે. આમ તો પ્રત્યેક જીવ બ્રહ્મ છે. પરં ધામનો અર્થ એ થાય છે કે, તેઓ પ્રાણી માત્રાના સર્વોપરી આશ્રયસ્થાન છે.

ભગવદ્ગીતામાં વણવિલો ભક્તિયોગ માત્ર કાવ્યની ઊર્મિ નથી પરંતુ ભક્તિથી સરળ રીતે પરમાત્માને મેળવવાનો માર્ગ દર્શાવતું અદ્ભુત પ્રકરણ છે. ભગવદ્ગીતાનો ઉદેશ છે, સમસ્ત માનવજીતને સાંસારિક અજ્ઞાનમાંથી મુક્ત કરી મનુષ્યજીવનના સાચા હેતુથી પરિચિત કરાવવાનો. ભગવદ્ગીતાના વિષયમાં પાંચ મૂળભૂત સત્યોની સમજ રહેલી છે. જેમાં ઈશ્વર શું છે ?

જીવ કોણ છે ? જીવના કર્મો શું છે ? પ્રકૃતિ શું છે ? દશ્ય સૃષ્ટિ શું છે ? કાળ તેને કેવી રીતે નિયંત્રિત કરે છે ? વગેરે વિષયોથી એ સિદ્ધ કરવામાં આવ્યું છે કે પરમાત્મા એ જીવમાત્રાના સર્વોપરી નિયંતા ઈશ્વર છે.

ભગવદ્ગીતા ગીતોપનિષદ તરીકે પણ ઓળખાય છે. તે વૈદિક જ્ઞાનનો સાર છે. ગીતાજીના પ્રત્યેક શ્લોકમાં જીવન રહસ્યો તથા પરમગતિ પામવાનું માર્ગદર્શન સમાવિષ્ટ છે. ભગવદ્ગીતામાં વેદોનો આખરી સિદ્ધાંત દર્શાવાયો છે કે આ ભૌતિક શરીર કાળકમે નાશ પામે છે, પરંતુ આત્મા અમર છે. (અન્તવન્ત ઈમે દેહ નિત્ય-સ્યોકતા શરીરિણ : ૨-૧૮) આ સિદ્ધાંત મુજબ શરીર વખ્ત સમાન છે અને વખ્ત પરિવર્તનનો શોક શાને કરવો ? આ જડ દેહનું અસ્તિત્વ ક્ષાણભંગુર છે એ વાત પર ગીતાજી આપણને આત્મસાક્ષાત્કાર કરી ઈશ્વર પ્રાપ્તિ માટે પ્રેરે છે. જેવી રીતે અર્જુન કુરુક્ષેત્રનું યુદ્ધ કરવા મુશ્કેલીમાં હતા, તેવી રીતે દરેક મનુષ્ય અનેક પ્રકારે મુશ્કેલીમાં હોય છે. અર્જુને શ્રીકૃષ્ણનું શરણ લીધું અને અર્જુનને નિમિત્ત બનાવી ભગવાને ભગવદ્ગીતાનો સંદેશ સમગ્ર માનવજીતને આપ્યો. માત્ર અર્જુન જ નહીં, પરંતુ આપણામાંની પ્રત્યેક વ્યક્તિ આ ભૌતિક અસ્તિત્વને કારણે ચિંતાઓથી ગ્રસ્ત હોય છે. જેમાંથી માત્ર થોડાક જ એવા છે કે જેઓ ખરેખર પોતાની સ્થિતિ જાણવા જિજાસુ છે. આથી જે મનુષ્યો એવા પ્રશ્ન કરવાની શરૂઆત કરે છે કે, પોતે શાથી દુઃખ ભોગવી રવા છે, આવી વિષમ પરિસ્થિતિમાં પોતે શા કારણે મૂકાયા છે, તેઓ જ ભગવદ્ગીતાને સમજવા માટેના સુયોગ ભાવિકો છે.

મનુષ્યો જ્યારે જીવના વાસ્તવિક ઉદેશને ભૂલી જાય છે ત્યારે પરમાત્મા તે ઉદેશની પુનઃસ્થાપના માટે અવતરે છે. શ્રીકૃષ્ણના પરમ સખા હોવાને કારણે અર્જુન સર્વ અજ્ઞાનથી પર હતા, પરંતુ કુરુક્ષેત્રની યુદ્ધભૂમિમાં વિખાદ તથા મોહને કારણે તે ભગવાનને જીવનની સમસ્યાઓ વિષે પ્રશ્ન કરીને અજ્ઞાનની અવસ્થામાં મૂકાયા હતા; કે જેથી ભગવાન ભાવિ પ્રજાના હિત માટે સમસ્યાઓનું સ્પષ્ટીકરણ કરે અને આદર્શ જીવનની યોજના ઘડવાની રૂપરેખા આપે. પ્રત્યેક મનુષ્યે એ ભગવદ્ગીતાના દર્શાવિલા માર્ગને અનુસરીને માનવજીવનનો ઉદેશ પરિપૂર્ણ કરવો જોઈએ.

યોગ એ જ જીવન

- શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

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

ષટક્ષિયા-૧

બ્રહ્મલીન પૂજ્યપાદ શ્રીમત્ સ્વામી વિવેકાનંદજી મહારાજશ્રીએ અમેરિકામાં અષ્ટાંગયોગ ઉપર વિગતવાર પ્રવચનો કરેલાં. તેમનું રાજયોગ પુસ્તક સૌથી વધુ પ્રચાર અને વેચાણમાં છે. તેમનાં પ્રવચનો દરમિયાન તેમને હઠયોગ વિશે પ્રશ્ન પૂછવામાં આવેલો. પ્રત્યુત્તર આપતાં તેમણે કહેલું કે, 'જલનેતિ કિયા બહુ જ ઉપયોગી છે. યોગીઓ નાક વાટે પાણી પીએ છે. તેથી તેમનું મન સદૈવ શાંત અને ઉદ્દેગ વગરનું રહે છે.' આ હઠયોગ પણ અષ્ટાંગયોગનો જ ભાગ છે. મહર્ષિ પતંજલિના અષ્ટાંગયોગમાં યમ, નિયમ, આસન, પ્રાણાયામ, પ્રત્યાહાર, ધારણા, ધ્યાન અને સમાધિ - આમ આઠ અંગોનું નિર્દેશન કરવામાં આવેલું. આ વિષયની ચર્ચા આપણે આગળ ઉપર કરીશું. અહીં આ આસન અને પ્રાણાયામ તે બંને હઠયોગના જ ભાગ છે. હઠયોગમાં આસન, પ્રાણાયામ, કિયા, મુદ્રા, બંધ, શિથિલીકરણનો સમાવેશ થાય છે.

આજે આપણે જેની ચર્ચા કરવાની છે તે ષટક્ષિયા છે. આપણે સવારે દાંત સાફ કરીએ, મોહું ધોઈએ, મળમૂત્ર ત્યાગ કરીએ, સ્નાન કરીએ નહાઈ લઈએ એટલે હલકાફૂલ. સ્વસ્થ અને તાજગીભર્યું અનુભવી શકાય. આ બધી સ્થૂળ સફાઈ છે. આ ઉપરાંત ઘૌંઘિક પ્રક્રિયાઓમાં શરીરની આંતરશુદ્ધિનો ઉલ્લેખ છે.

દા.ત. અમેરિકામાં ક્યારેક ક્યારેક જેકશન ઉપર કોઈ સ્કૂલના વિદ્યાર્થીઓ અથવા તો બેલેટ ટુપની છોકરીઓ 'ડોલર ડ-કારવોશ'નાં બોર્ડ લગાવીને ઊભાં રહેતાં હોય છે. વીકએન્ડમાં કે લોંગ વીકએન્ડમાં તેઓ પોતાની કમાણી માટે આવું કરતાં હોય છે. આ કારવોશ તો આપણા સાધારણ સ્નાન જેવું થયું, પરંતુ વરસાદ પછી અથવા તો ચાર-દિન મહિને આપણે 'ઓવરહોલિંગ' કરાવતા હોઈએ છીએ.

બધા સ્પેરપાર્ટને કેરોસીનથી ધોઈને તેમાં નવું ગ્રીસ લગાડીને બોલબેરિંગ, નટબોલ બધું ફરીથી ચકાચક-

ટાઈટ અને સાફ કરીને લગાડીએ છીએ, તેવું જ આપણા શરીરનું ઓવરહોલિંગ કરવા માટે શંખપ્રકાલનક્ષિયા છે. તેની વાત પછી કરીશું, પરંતુ જે સર્વસાધાસણ કિયાઓ યોગી લોકો કે સાધકો કરી શકે, અને આપણે પણ ઘરમાં કરી જ શકીએ તે છ કિયાઓ છે :

૧. નેતિ : જળનેતિ અથવા તો સૂત્રનેતિ
૨. ધૌતી અથવા ગજકરણી : જળધૌતી અથવા વસ્ત્રધૌતી

૩. બસ્તી :

ગુદાદ્વારથી પાણી ત્રાહણ કરીને આંતરડાંની સફાઈ-એનિમાનો એક પ્રકાર



૪. નૌલી :

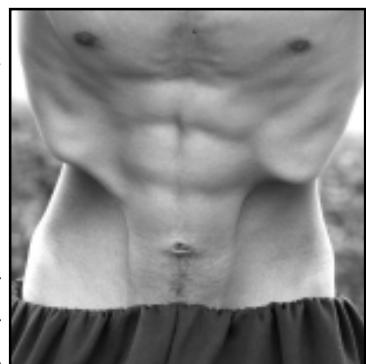
પેટના મસલ્સને અંદર બેંચી ઉડિયાન અને અનિસાર કિયા પછી ડાબે,

જમણે અને વચ્ચે એકાગ્રિત કરીને આંતરડાંની સફાઈ

૫. ત્રાટક :

આંખોની કસરત,

એકાગ્રતા માટેની સાધના, દીવા અથવા કોઈ બિંદુ ઉપર



એકાગ્રતાનો અભ્યાસ

૬. કપાલભાતિ : નાકનાં છિદ્રો, શાસનળી અને શ્વસનતંત્રની સફાઈ

નેતિ : નેતિકિયા બે પ્રકારે કરવામાં આવે છે :

જળનેતિ અને સૂત્રનેતિ. જળનેતિ સહેલી છે. કોઈ પણ વ્યક્તિ ખાસ વિશેષ માર્ગદર્શન વગર પણ કરી શકે. બે કપ ચાની કીટલી હોય તેવું આ એક નેતિપાત્ર છે. તેને નેતિલોટો પણ કહે છે. ભારતમાં કૈવલ્યધામ અને

વિવેકાનંદ કેન્દ્રના પોતાના સિરામિક્સ અને પ્લાસ્ટિકના આવા ‘નેતિપોટ’ બજારમાં સરળતાથી મળે છે. આ પાત્રમાં થોડું હલકું ગરમ કે નવશેરું પાણી લેવું. તેમાં થોડું મીઠું પણ નાખવું. આ પાણી બહુ ગરમ ન હોવું જોઈએ. મીઠાનું પ્રમાણ અડધા લિટર પાણીમાં એક ચમચી જેટલું પાણીમાં ઓગળી જાય તેમ મેળવવું.

જળનેતિ : હવે નેતિક્ષિયા કરતાં પહેલાં બંને નાકને છીંકી લેવાં. સાફ કરી લેવાં. પછી માથાને એક તરફ ઝુકાવવું. ઉપરના નાકના ફણામાં નેતિલોટાનું મોકું ભરાવવું.

લોટાને એવી રીતે વાંકો પકડવો કે પાણી નાકમાં પ્રવાહિત થાય. આ કિયા દરમિયાન મોઢાને થોડું ખુલ્લું રાખવું.



મો વડે શાસ લેવાનો નથી. Just try to be very natural. પાણી આપોઆપ બીજા નાક વડે બહાર નીકળશે. જો માથું ડાબી તરફ ઝુકાવેલું હોય તો જમણે નસકોરેથી પાણી અંદર લેવું અને ડાબે નસકોરેથી બહાર કાઢવું અને માથું જમણી તરફ ઝૂકેલું હોય તો ડાબે નાકેથી પાણી અંદર લેવું અને જમણે નાકેથી બહાર કાઢવું. બસ, લોટાને પકડવાની રીત અને માથાનો ઝુકાવ બરોબર હોય અને ગભરાઈ જઈને તમે મો વડે શાસ અંદર ન ખેંચો તો ‘ભયો ભયો’; નહિ તો અંદર ખેંચેલી હવા લોટામાં આવશે અને પાણીમાં બડ બડ અવાજ થશે.

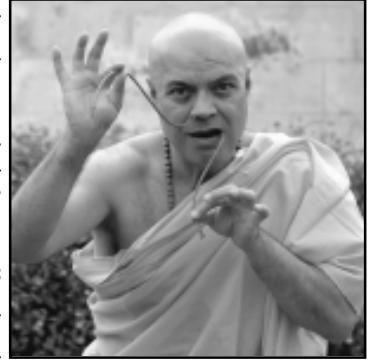
આ પ્રક્રિયા સવારે કરવી. નાચા પછી સવારે જ કરી લેવી. પ્રક્રિયા જલનેતિ કર્યા પછી બંને નાકને રખી 30 વખત ડાબે જમણે માથું ઝુકાવીને છીંકી નાખવાં, જેથી પાણી નાકની નળીમાં કે અંદર કેવિટીમાં ક્યાંય રહી જાય નહિ. આ કિયા ડાબેથી જમણે અને જમણેથી ડાબે બંને તરફથી કરવી. જો આરંભમાં નાકમાં પાણી જવાની સરળતા ન લાગે તો રાત્રે સૂતાં પૂર્વે થોડું સહન થાય તેટલું અને તેવું ગરમ ‘ધી’ બેચાર ટીપાં બંને નાકમાં નાખીને સૂવું. તેથી સવારે નાકમાંનું લુબ્ધિકેશન પાણીને સરળતાથી જતું-આવતું કરશે.

ખાસ જે વાતને યાદ રાખવાની છે તે એ કે જલનેતિ કર્યા પછી, બે પગ પહોળા કરીને ઊભા રહેવું.

થોડું આગળ ઝૂકવું. બંને હાથ પીઠ પાછળ બાંધીને (જમણા હાથથી ડાબા હાથનું કાંકું પકડવું) રાખવા. હવે માથાને જમણેથી ડાબે અને ડાબેથી જમણે ઝપાટાબંધ ફેરવવું અને નાકની અંદરનું બધું જ પાણી કાઢી નાખવું. ઉપર કચ્ચા પ્રમાણે આ પ્રક્રિયા રખી 30 વખત કરવી. આમાં આણસ કરવી નહિ. નહિ તો બકરું કાઢતાં ઊંટ પેઢા જેવું થશે. જો પાણી રહી જાય તો અકારણે શરદી થવાની કે માથું ભારે થવાની સંભાવના છે.

જ્યાં સુધી નાક સાફ કરવાની વાત છે, જમણું નાક બંધ કરીને ડાબું અને ડાબું નાક બંધ કરીને જમણું પણ રખી 30 વખત સાફ કરી શકાય. એક વાતનો ઘ્યાલ રાખવો કે બને ત્યાં સુધી મધ્યાહન પહેલાં જ જલનેતિ કરી લેવી, જેથી કોઈ પણ અવસ્થામાં નાકને કોઈ પણ ખૂંઝો ક્યાંય પણ પાણી રોકાઈ ગયું હોય તો તે નીકળી જાય.

સૂત્રનેતિ : સૂત્રનેતિ અમે અમારા યોગવર્ગમાં હવે શીખવતા નથી. પહેલાં વણેલા દોરાઓની બે મિલીમિટર જારી દોરીને દોઢથી બે હંચ જેટલી કાપીને તેને ગરમ પાણીમાં ઉકાળી લેવી. પછી તેના એક છેડા ઉપર થોડું મીણ લગાડી લેવું, જેથી તે ભાગ કડક થઈ જાય અને નાકમાં તેનો પ્રવેશ કરાવવામાં સહેલું પડે. તેના મોઢા ઉપર અને નાકમાં તેનો પ્રવેશ કરાવવામાં સહેલું પડે. તેના મોઢા ઉપર અને નાકમાં તાજું માખણા, ધી કે ટોપરાના તેલથી થોડું લુબ્ધિકેટિંગ કરી લેવાથી આ દોરીનો



પ્રવેશ વધું સહેલો થઈ જાય છે. એક દિવસના અભ્યાસમાં કદાચ આ શક્ય ન બને. દોરીનો છેડો એક નાકમાં ભરાવતાની સાથે છીંકો આવવા માંડે તો ગભરાવું જોઈએ નહિ. દરરોજ બે-ત્રણ વાર પ્રયત્ન કરી શકાય તો એક દિવસ નહિ તો બે-ત્રણ દિવસમાં તો તેનો છેડો બીજા નાકમાંથી બહાર નીકળી જ જશે. કદાચ એવું પણ બને કે તે ગળામાંથી પણ બહાર નીકળે તો પણ કંઈ ખોડું નથી. નાક, કાન અને ગળું આ બધું એકમેકથી જોડાયેલું જ છે. મેડિકલ રોસ્માં જીરો પોઈન્ટનું કેથેટર પણ મળે

છે. તે રબરની ટ્યૂબને પણ સ્ટરિલાઈઝ કરીને દોરીની જગ્યાએ સૂત્રનેતિ કરવા માટે વાપરી શકાય છે, જે વધુ સરળ છે.

છેડો નાકમાંથી બહાર આવે કે ગળામાંથી, તેને થોડો અંદર-બહાર કરવો જોઈએ, જેથી તેટલા નેસલ પેસેજમાં જામેલી ગંદકીની સફાઈ થઈ શકે. પહેલાં જલનેતિ કર્યા પછી આ સૂત્રનેતિનો અભ્યાસ કરવો, જેથી તે પ્રક્રિયા કરવી સહેલી થશે. પહેલી વાર સૂત્રનેતિ કરવા માટે યોગ્ય યોગશિક્ષકની ઉપસ્થિતિમાં જ કરવી જોઈએ; જલનેતિ માટે તેવું જરૂરી નથી.

આ બંને પ્રક્રિયાઓમાંની નેતિક્રિયાના અભ્યાસથી શાસોચ્છ્વાસની પ્રક્રિયા ખૂબ જ સરળ થાય છે. વારંવાર જેને શરદીનો કોઠો રહેતો હોય તેમને માટે તો ખૂબ જ મોટું યોગગુરુઓનું વરદાન છે. નાકના ફણામાં જો માંસલ અવરોધ હોય, સામાન્ય સોજો રહેતો હોય, નાક વારંવાર બંધ થઈ જતું હોય તો તેમને માટે પણ આ જલનેતિ અને સૂત્રનેતિનો અભ્યાસ આશીર્વિદ્ધ સમાન પુરવાર થયો છે. આંખોની રોશની, મનની એકાગ્રતા, સાયનોસાઈટિસ, ઈયોઝોનોફિલિયા, હંમેશાં નાકનું ગળ્યા જ કરવું અને માથાનો દુખાવો - આ બધા માટે તો જલનેતિ અને સૂત્રનેતિ પ્રક્રિયા ખૂબ જ લાભદાયક છે.

નાકની અશુદ્ધિઓ તથા જીવાણું શ્લેષ્મોનો નિકાસ થાય છે. વાયુરન્ધ્રદોષ સિવાય અનિદ્રાથી પીડિત લોકો માટે પણ મહાગુણકારી છે. કાન, આંખ, ગળા અને નાકના દોષો, બહેરાપણું, દૂર સુધી જોઈ શકાય, પરંતુ પાસેનું જોવાની તકલીફ (Short Sightedness-ફ્રસ્ટિક્ષિદોષ), ગળામાં વારંવાર કદ્દ અથવા તો ખરજ આવ્યા કરવી, અવાજ ભારે હોવો અથવા તો Adenoids - શ્લેષ્મ ગળવું, ગ્રંથિદોષ માટે પણ ઉપયોગી છે.

એપીલેટ્રિક ફીટ્રસ કે બેંચાશ થતું હોય, બહુ કોંધશીલ સ્વભાવ હોય, નાકમાં ગંધની પરખ ચાલી ગઈ હોય ત્યાં પણ જલનેતિનો અભ્યાસ ઉપયોગી સિદ્ધ થયો છે. ધ્યાનયોગી માટે જલનેતિનો અભ્યાસ તેને અજ્ઞાયકમાં સ્થિતિપ્રદાન કરાવે છે. તેની ચેતના પિચ્ચુટરી ગલાન્ડમાં સ્થિર થતાં, થોડી વધુ સાધના કરવાથી સહજ્ઞારમાં સરળતાથી પ્રવેશ કરી શકાય છે. જલનેતિનો અભ્યાસ એડવાન્સ યોગીઓ જીવાસથી દૂધ નાક વડે પીને પણ કરતા હોય છે. □

પૂજ્યપાદ શ્રીમતુ સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજની તાઈવાન યાત્રા

તાઈવાન-ચાઈના યોગ એસોસીએશન અને કી લંગ યોગ અને સ્પોર્ટ્સ એસોસીએશનના ડાયરેક્ટર જનરલના પ્રેમબર્યા નિમંત્રણને માન આપીને પૂજ્યપાદ શ્રીમતુ સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ, ચિ. બેન સંગીતા થવાણી અને યોગી અંકુર તા. ૨૭-૧૧ થી ૮-૧૨ સુધી તાઈવાનની સાંસ્કૃતિક યાત્રાએ ગયા હતા.

તાઈપી એરપોર્ટ પર આ સુસંસ્કૃત મંડળનું ખૂબ જ ઉભાબર્યું સ્વાગત કરવામાં આવ્યું. ઇન્ડો તાઈવાન કલ્યારલ એસોસીએશનના અધ્યક્ષ શ્રી વુ ઝાફરી સિવાય અન્ય અનેક યોગશિક્ષા સંસ્થાનોના વરિષ્ઠ અધિકારીઓ એરપોર્ટ પર હાજર રહ્યો.

૨૮-૧૧ થી ૮-૧૨ સુધી સમગ્ર મંડળનો નિવાસ સુપ્રસિદ્ધ હોટલ એવરગ્રેનામાં કીલંગ ખાતે રહ્યો.

તાઈવાનના નિવાસ દરમિયાન કીલંગ યોગ એન્ડ સ્પોર્ટ્સ ઓથોરિટી દ્વારા તાઈવાનનો રાષ્ટ્રીય યોગ શિક્ષક સેમિનાર ત્રણ દિવસ માટે સવારે નવથી સાંજે નવ વાગ્યા સુધી થયો. ડૉ. હેલન હો-સુપ્રસિદ્ધ યોગપ્રેમી માતાની સ્મૃતિમાં તાઈવાન ચાઈના યોગ વિદ્યાર્થીઓ માટે સવારે ૮-૦૦ થી સાંજે ૬-૦૦ વાગ્યા સુધી એક દિવસનો યોગ વર્કશોપ થયો. આ બધા દિવસોમાં પીઠ ઉપર સૂઈને, પેટ ઉપર સૂઈને, બેસીને, ઊભા રહીને અને સંતુલનવાળાં તથા એડવાન્સ આસનો પર વૈજ્ઞાનિક ચર્ચા-વિચારણા તથા અભ્યાસ કરવામાં આવ્યો.

તાઈવાનના નિવાસ દરમિયાન પૂજ્ય સ્વામીજી કી લંગ, તાઈપી, કૌચુ, ચીંગ ચો શહેરોમાં પણ ગયા. કૌચુ ખાતે 'યોગી વુ'ના નૂતન યોગસદનનું (દ્રુધાટન-ગૃહપવેશ પૂજ્ય સ્વામીજીએ કરાવ્યો). કૌચુની સુપ્રસિદ્ધ બૌદ્ધ મૌનેસ્ટ્રીમાં પણ પૂજ્ય સ્વામીજીનું સ્વાગત ત્યાંના વરિષ્ઠ બૌદ્ધ ભીજું થો કુઅંગ સાન રીલિજિયનના મહામંત્રી શ્રી કૌચુ દ્વારા કરવામાં આવ્યું.

આ તમામ ઉપરાંત સ્વતંત્ર તાઈવાન રાષ્ટ્રના પ્રથમ રાષ્ટ્રપ્રમુખ ચાંગ થોગ લોંગના સ્મૃતિભવનમાં પણ યોગવર્ગો ચાલ્યા. તહુપરાંત અનેક યોગશિક્ષકોની હંચાથી પૂજ્ય સ્વામીજીની પદ્મરામણી તેમના યોગ સ્ટુડિયોમાં થઈ. રાષ્ટ્રીય સન્માન પણ મેરસ્સી દ્વારા કરવામાં આવ્યું. ભારતની પરત યાત્રામાં મંડળ સીંગાપોરની યાત્રાએ પણ ગયું. આ સમગ્ર કાર્યક્રમનું આયોજન પૂજ્ય સ્વામીજીના શિષ્ય યોગી જેમસ લો દ્વારા કરવામાં આવ્યું.

- સંપાદક

વિષ્ણુ-ષટ્પદી

શ્રી રમણલાલ સોની

[શ્રીમદ્ શંકરાચાર્યજીએ અનેક સુંદર સ્તોત્રો લખ્યાં છે, જેમાંનું આ એક છે. આ સ્તોત્રો મધુર છે, સુંદર છે. જરણું વહે તેમ એ વહે છે. વળી એ જટ કંદસ્થ થઈ જાય તેવાં છે. ષટ્પદ એટલે છ પગવાળો ભમરો. આ કવિતા છે, એટલે એને ષટ્પદી કહી. ષટ્પદી એટલે છ પદ (કડી)વાળી કવિતા, સ્તોત્ર. આ સ્તોત્રમાં ભગવાન વિષ્ણુની સુતિ છે અને પ્રાર્થના છે. સાતમી કી સમાપનની છે.]

ષટ્પદી : ૪૩૫ ૫૬

દામોદર ગુણમન્દિર સુંદર વદનારવિન્દ ગોવિન્દ ।
ભવજલધિમથનમન્દર પરમ દરમપનય ત્વમ મે ॥ ૬ ॥

હે દામોદર કૃષ્ણ ! સર્વ ગુણોના નિવાસસ્થાન
(મંદિર) ! હે સુંદર વદનકમળવાળા ગોવિન્દ ! હે
સંસારસાગરનું મંથન કરનાર ! મારામાં ખૂબ જ
અહંકાર છે, ઘમંડ છે તે દૂર કર ! મારા હાથ હેઠા
પડ્યા છે. હવે શું કરું ? તારા સિવાય મારો બીજો કોઈ
સહારો નથી. ભક્તના આર્તસ્વરની આ પ્રાર્થના છે.
ભક્ત ભગવાનને દામોદર કહી સંબોધે છે. હે પ્રભુ !
હે બાલકૃષ્ણ ! તમે જેમ દામણે બંધાયા હતા તેમ હું
બંધાયેલો હું. ધૂટવા મથું હું, પણ ધૂટાતું નથી.

બાલકૃષ્ણને માતા જશોદાજીએ દામણે બાંધ્યા
હતા. કૃષ્ણ વગર ગોપીઓને ચેન પડતું નહિ. કૃષ્ણનાં તોઝાનો તેમને ગમતાં હતાં. કૃષ્ણ એમનાં
ઘરોમાં ઘૂસી શીકાં તોડે, માખજા ઢોળે તે તેમને
ગમતું. કૃષ્ણનું માખજાથી લીપાયેલું મો તેમને બહુ
ગમતું. એટલે ફરી-ફરી કૃષ્ણની એ બાળલીલા જોવા
તેઓ ખોટેખોટો ગુસ્સો કરીને જશોદામાને ફરિયાદ
કરતી. મા કેવાં ગુરસે થાય છે ને કૃષ્ણને શું કરે
છે તથા કૃષ્ણ શું કહે છે તે જોતું એમને ગમતું. પણ
માના ઠપકા સાથે કૃષ્ણનો દયામણો ચહેરો જોઈ
એમની આંખોમાંથી આંસુની ધાર વહેતી. માતા
યશોદાજના પણ આવા જ હાલ હતા. બાલકૃષ્ણને
દામણે બાંધતાં એમની આંખોમાંથી નેવાં વરસતાં
હતાં. કૃષ્ણને દામણે બાંધ્યાની વાત સાંભળી ગોપીઓ
એકબીજીની સામે જોઈ કહેતી : ‘હાય રે ! અલી !
તેં આ શું કર્યું ! તું કઠોર હૃદયની છે. તારામાં દયાનો
છાંટો નથી.’ આવું કહેતી. પણ ખરેખર કહેતી હતી
પોતાને. અજબ દુનિયા હતી એ !

ભક્ત આ દામોદર કૃષ્ણને યાદ કરે છે. કહે

છે : ‘હે દામોદર ! તું ગુણનું નિવાસસ્થાન છે. દેવનું
નિવાસસ્થાન એ દેવમંદિર-, તેમ ગુણનું નિવાસસ્થાન
ગુણમંદિર. મંદિર શાબ્દ ખૂબ સુંદર, મધુર અને પવિત્ર
છે. ભગવાનને ગુણભંડાર નથી કહ્યા. ભંડાર એટલે
ધનને પૂરી રાખવાની જેલ ! ધન સંસાર છે, તે
સંસારમાં લોભ, દ્વેષ, વેરઝેર, લાલસા, વાસના,
તૃષ્ણા વગેરે ફેલાવે છે. એ જઘડા, અસંતોષ, ઈર્ધ્વા,
અત્યાચારના રોપા રોપનારું છે, તેથી એને તિજોરીની
જેલમાં પૂરી રાખવામાં આવે છે. એટલે ગીતામાં
ભગવાને વર્ણવ્યા છે તે દેવી ગુણો એવું ધન છે, જે
વાપરવાથી શોભે છે, જીવન ઊજણું બને છે. ભગવાન
આ સર્વ ગુણનું મંદિર છે. આ મંદિરમાં ગુણસ્વરૂપે
ભગવાન બિરાજમાન છે.’

એવા તે કેટલા ગુણો આ મંદિરમાં છે ? એક
જાણીતું સૂત્ર છે -

સાગરનો ખડિયો કરી, પર્વતની કરી શાહી,
કલ્પતરુની લેખણે, લખે શારદા માઈ
પૃથ્વી કેરી પાટી પર સદાકાળ દિનરાત,
ગાયે તારા ગુણ તણો પાર ન પામે તાત.

પ્રભુ ! મહાસાગરનો ખડિયો કરી, એમાં
હિમાલયની શાહી ભરી આજે કલ્પતરુની કલમ વડે
આ પૃથ્વીની સ્લેટ (પાટી) પર સરસ્વતી તારા ગુણ
લખવા મારે, તોયે અને સદાકાળ રાત ને દિવસ લખ્યા
જ કરે તોયે તારા ગુણ વર્ણવી શકે નહિ ! ભગવાનના
ગુણનો ભક્તો આવો મહિમા કરે છે. ભગવાન આવા
ગુણમંદિર છે.

ભક્ત કહે છે, હે બાલકૃષ્ણ ! હે ગુણના મંદિર !
હે સુંદર વદનકમળવાળા - ભગવાનને કમળ જેવા

સુંદર મનોહર મુખવાળા ગોવિંદ કહ્યા છે. ગોવિંદ એટલે ગાયોને ચારનારા ! ગોવિધાના જાણનારા ! ગાયોની પ્રકૃતિ જાણો, ગાયોના હિલને જાણો તે ગોવિંદ ! બાલકૃષ્ણ આવા ગોવિંદ છે. એ ગાયોને ઓળખે છે ને ગાયો એમને જાણો છે (ઓળખે છે). ગાયો કૃષ્ણનાં પગલાં ઓળખે છે અને એ પગલે-પગલે ‘હંભા ! હંભા !’ કરતી કૃષ્ણની પાસે પહોંચી જાય છે અને બાલકૃષ્ણ એ ગાયની ગળાની ગોદડીએ વહાલથી બાજી પડે છે. કેવું નયનરથ્ય દશ્ય છે ! કૃષ્ણ જ એ સરજ શકે.

કૃષ્ણને કમળવદન કહ્યા છે. કૃષ્ણનું મુખ કમળ જેવું સુંદર છે એમ કહે છે. અરે બાબા ! ભગવાનની તે કોઈની સાથે સરખામણી થઈ શકે ? ગીતાના ૧૧મા અધ્યાયમાં અર્જુન ભગવાનની સ્તુતિ કરતાં કહે છે કે ન ત્વત્સમોડસ્ત્યન્યः - તારા જેવો બીજો કોઈ ક્યાંય છે નહિ, પછી તારાથી અધિક તો કોઈ હોય જ ક્યાંથી ? એવા ભગવાન કૃષ્ણને ભક્ત કમળવદન કહે છે, તે ધૂષ્ટતા જેવું લાગે છે. પણ ભગવાનના સૌદર્યને કેમ વર્ણવવું તેની ભક્તને સમજ પડતી નથી. એ મુંજાય છે, એટલે કોઈ સહારો શોધે છે. એને કમળ યાદ આવે છે. કમળ તમામ પુષ્પોમાં સુંદરમાં સુંદર છે, તેથી ભક્ત એનો આશરો લે છે. આમાં ભગવાનની તો કંઈ નાનમ થતી નથી, પણ કમળની મોટાઈ થાય છે. એને અપૂર્વ માન મળે છે. કમળ ભગવાનની કૃતિ અને એને ભગવાનનાં વદન અને ચરણ જોડે પૂજાભાજન બનાવવામાં આવે એ કમળનું કેટલું મોટું સદ્ગ્રાઘ છે ! ભક્ત-કવિજનની કૃપાથી કમળને આ અજોડ ગૌરવ પ્રાપ્ત થયું છે.

ભક્ત કહે છે કે હે ભવજલધિમંથન કરનાર મંદરાચલ ! હે ભગવાન ! તું આ સંસારસાગરને વલોવનારો મંદર પહાડ છે. દેવ-દાનવોએ મંદર પહાડનો રવૈયો કરી સમુદ્રનું મંથન કર્યું હતું ને ચૌંદ રત્નો મેળવ્યાં હતાં. ભગવાન આ સંસારમંથનમાંથી કંઈ રત્ન બહાર આણે છે ખરા ? ભગવાન સંસારસાગરને વલોવી તારવેલાં રત્નો તે આપણા સંતો, ભક્તો છે. ભગવાને આ નવનીતની આપણાને લેટ ધરી છે. ફાલતુની કદમબોસી કરવાને બદલે કોઈ

સારા ભગવદ્-ભક્ત સંતનું શરણું લો. શેઠ તમને નોકર બનાવશે. માલિક તમને ગુલામ બનાવશે. સંત તમને સ્વતંત્ર કરશે, સ્વતંત્ર રાખશે. તમને પ્રભુપદે પહોંચવાનો, પ્રભુની કૃપા પ્રાપ્ત કરવાનો મારગ દેખાડશે કે દોરશે. એટલે તો કહે છે કે :

તત્ત્વિષ્ટ જાગ્રત પ્રાપ્ત વરાન નિબોધત

એટલે તો કઠોપનિષદ્ધના ઋષિ કહે છે કે ઉઠ, જાગ અને સંતનું શરણ લે ! માણસ સફાળો ઉઠે ત્યારે આંખો ચોળતો ઉઠે. તે વળી એ પૂરો ભાનમાં ન હોય, પછી ભાનમાં આવે. તેથી ઋષિ ઉઠીને જાગવાનું કહે છે અને ખરેખરું પગલું શું સાચું છે ને શું ખોટું છે તે સમજવું, જીવનનો હેતુ સમજવો, તેને ઋષિ જાગવું કહે છે. આવું જગાય નહિ ત્યાં લગી આંખે ભાર છે. હવે જાણ્યો છું તેની ખાતરી થઈ છે કે હું નિરાધાર છું અને તું જ એકમાત્ર મારો આધાર છે. એટલે કહું છું કે ‘ગ્રલુ ! મારામાં ખૂબ જ ઘમંડ છે. મારા એ ઘમંડને તું દૂર કર. મને હળવોકૂલ કર ! મારે બંધાઈ રહેવું નથી, મારે છૂટવું છે ને વિહરવું છે. ઊંચે પાંખો પ્રસારી ઉડવું છે. આ ઘમંડ મને સોનાની સાંકળે બાંધી રાખે છે. સોનાનો ચળકાટ મને ભ્રમિત કરે છે અને હું સાંકળ તોડી શકતો નથી. મેં ઘણા ધમપછાડા કર્યા, પણ બધા નકામા ગયા. હવે તું કંઈ કર !’

ભક્તને નિરાધાર કેમ કહેવાય ? ભક્ત કોઈ કાળે નિરાધાર નથી, લાચાર નથી. ભગવાનનો એને સખિયારો છે કે મા ઐં : બીશ મા. હું તારી સાથે છું. એવી શ્રદ્ધા છે એટલે તો ભક્ત આસાનીથી આ પ્રાર્થના કરી શકે છે.

હવે ટૂંકમાં જે કહેવાયું તે સમેટી લઈએ :

૧. દામણે બંધાયેલા દામોદર ! મને બંધાયેલાને તાર !

૨. હે સકળ ગુણોના નિવાસસ્થાન ! કમલમુખ ગોવિંદ ! ગાયને જાણો તેમ મને પણ જાણો છે !

૩. તું સંસારસાગરના સમુદ્રને વલોવી રત્નો કાઢે છે તેમ મારા દુષ્ટ ઘમંડને મારી કાઢ ! હું તારે શરણે છું.

□ ‘અંધત્વનું અજવાણું’માંથી સાભાર

ઉપનિષદ-યાત્રા

શ્રી ગુણવંતભાઈ શાહ

કર્મને માધુર્યદીક્ષા પ્રાપ્ત થવી જોઈએ

ऋષિના શબ્દો : કર્મણામ् આત્મા ઉક્થમ् । (બૃહદારણ્યક ઉપનિષદ, અધ્યાય-૧, પ્રાણાદ, મંત્ર-૩)

ભાવાર્થ : કર્માનું મૂળ છે આત્મા, આત્મા છે કુળ કર્માનું. બ્રહ્મ અક્ષર છે કર્મ, બોધ એ સામગ્નાનનો.

નામ, ઇપ અને કર્મની લીલા

આ વિશ્વમાં સતત એક વિરાટ ખેલ ચાલતો રહે છે. પ્રબુદ્ધ લોકો એને લીલા કહે છે. ઋષિ કહે છે કે ખેલમાં ત્રણ બાબતો મુખ્ય છે : નામ, રૂપ અને કર્મ. નરસિંહ મહેતાએ જગતમાં ચાલતી નામ, રૂપ અને કર્મની લીલાનો સાર બે જ શબ્દોમાં કહી દીધો : ‘વિવિધ રચના.’ ચીની તત્ત્વજ્ઞાનમાં નામ અને રૂપની વિવિધતા માટે શબ્દો પ્રયોજના : ‘દસ હજાર ચીજો.’ આપણે દુનિયામાં નામ, રૂપ અને કર્મના ખેલને જોઈ શકીએ છીએ, પરંતુ એ ખેલના મૂળસ્વરૂપ આત્માને જોઈ શકતા નથી. ઋષિ આપણને સમજાવે છે કે બધાં કર્માનું મૂળ (ઉક્થ) આત્મા જ છે.

આપણી બહારની દુનિયા નામ, રૂપ અને કર્મની ન્યિર્વેણી છે. ઋષિ ફોડ પાડીને કહે છે કે નામો ઘણાં છે, પરંતુ એમાનું મૂળ (ઉક્થ) વાણી છે. વાણી ન હોય તો નામ ન હોઈ શકે. આમ વાણી એટલે અસંખ્ય નામોનું બ્રહ્મ. વાણી એટલે સામગ્નાનમાં પ્રગટ થતો લય. શબ્દબ્રહ્મનો આધાર વાણી છે.

કર્મમાં લય પ્રગટે ત્વારે

આપણી આંખ બધાં રૂપોનું ઉક્થ (મૂળ) છે. વિવિધ રૂપો આંખ વડે જ જોઈ શકાય છે. આંખ બધાં રૂપોનું સામગ્નાન (‘સામગ્નાન’ એટલે સામવેદના મંત્રોનું ગાન) છે. ટૂંકમાં આંખ બધાં રૂપોનું બ્રહ્મ (આધારસ્થાન) ગણાય. આંખ ન હોય તો રૂપ જોઈ ન શકાય. રૂપબ્રહ્મનો આધાર આંખ છે. નામ અને રૂપની વિવિધતા અંગે આટલું કહ્યા પછી ઋષિ કર્મની વાત પર આવે છે એને કહે છે : બધાં કર્માનું મૂળ (ઉક્થ) આત્મા છે. શબ્દબ્રહ્મ, રૂપબ્રહ્મ અને કર્મબ્રહ્મની લીલા જગતમાં સતત ચાલતી જ રહે છે. આ ત્રણે બાબતો જુદી દેખાય છે ખરી, પરંતુ ત્રણેયનાં મૂળિયાં આત્મામાં રહેલાં છે. આત્મા એક જ છે, છતાં ત્રણે દ્વારા જુદે જુદે સ્વરૂપે

પ્રગટ થાય છે. (આત્મા એક : સત્તેતત્ત્વ ત્રયમ્ભ). આ પ્રાણસ્વરૂપ આત્મા અમર છે (પ્રાણો વા અમૃતમ્ભ). નામ અને રૂપ વડે આ પ્રાણાત્મા ઢંકાઈ ગયો છે (તાભ્યામયં પ્રાણશશ્બાસઃ).

‘વિવિધ રચના’ તો ઈશ્વરે કરી, પરંતુ એમાં આપણું કશુંય ચાલતું નથી. ઈશ્વરે રચેલી આ નામ-રૂપની લીલા સાથે મનુષ્ય પોતાનાં કર્મ થકી જોડાય છે. બહારની નામ-રૂપ સૂચિ સાથેની આંતરક્ષિયા કર્મો દ્વારા ચાલતી રહે છે. ઋષિ કહે છે કે બધાં કર્મો આત્મામાંથી ઉદ્ભબે છે. (અતો હિ સર્વાણિ કર્માણિ ઉત્તિજન્તિ) એક ડગલું આગળ જઈને ઋષિ તો ત્યાં સુધી કહે છે કે આત્મા તો કર્માનું સામગ્નાન છે (અનેઠું એખાં સામ). જ્યાં સામગ્નાન હોય તો ત્યાં લય હોય. થોડીક છૂટ લઈને એમ પણ કહી શકાય કે કર્મબ્રહ્મ અને લયબ્રહ્મનું આધારબિંદુ આત્મા છે. આવું વિચારીએ તો કર્મ પ્રત્યે જોવાની આપણી દંદિ જ બદલાઈ જાય. કર્મમાં લય પ્રગટવો જોઈએ.

વિવેકને અજવાળે કર્મો કરવાં રહ્યાં

ગીતામાં કૃષ્ણ અર્જુનને કહે છે : મારી અધ્યક્ષતા હેઠળ પ્રકૃતિ સ્થાવર તથા જંગમ જગતને ઉત્પન્ન કરે છે (૮, ૧૦). આવી જ ભાષા શેતાશતર (ઉપનિષદમાં પણ વાંચવા મળે છે) : ‘આત્મા સર્વ પ્રાણીઓમાં કેવળ સાક્ષીરૂપે નિર્ગુણપણે વસેલો છે અને તે કર્મધ્યક્ષ છે (કર્મધ્યક્ષઃ સર્વભૂતાધિવાસઃ સાક્ષી ચેતા કેવલો નિર્ગુણશ્ચ)’ (૬, ૧૧). આત્માને અધ્યક્ષના સ્થાને પ્રસ્થાપીને કર્મો કરવાનાં છે. ક્યારેક મનમાં પ્રશ્ન ઉઠે કે જો પરમાત્મા નામ-રૂપની લીલાનો અને આપણી ભીતર વસનારો અધ્યક્ષ હોય તો પછી આપણે કરવાનું શું ? કૃષ્ણ કહે છે કે માણસ એક ક્ષણ માટે પણ કર્મ કર્યા વગર રહી શકતો નથી. આમ મરજી પ્રમાણે કર્મ કરવાની સ્વતંત્રતા આપણને મળી છે. એ સ્વતંત્રતા શી રીતે ભોગવવી ? જવાબ એક જ છે. જે કંઈ કરીએ તે વિવેકને અજવાળે

કરવું રહ્યું. કર્મભય જીવનમાં તેથી વિવેકનું સ્થાન મુગટ પર જડેલા મણિ જેવું છે. શંકરાચાર્ય પોતાના ગ્રંથનું મથાળું રાખ્યું : ‘વિવેકચૂડામણિ.’ સંત કેદારનાથજીએ પોતાના ગ્રંથનું મથાળું રાખ્યું : ‘વિવેક અને સાધના.’

ગાય અંદરથી પ્રોગ્રામ્

લીલા ઘાસના ઢગલા પાસે સૂકા ઘાસનો ઢગલો પડ્યો છે. ગાય તરત લીલા ઘાસ ભણી વળી જશે. આવું હજારો ગાયો કરશે. એક પણ અપવાદ નહીં જડે. ગાય અંદરથી પ્રોગ્રામ્ છે. એ જે કંઈ કરે તેમાં ઈચ્છાશક્તિ કે વિવેકને કોઈ સ્થાન નથી. મનુષ્યની વાત જુદી છે. એની સામે બે વિકલ્પો હોય, જેમાં એક બાજુ ગુલાબજાંબુ હોય અને બીજી બાજુ રોટલો હોય તો બધા જ મનુષ્યો ગુલાબજાંબુ પસંદ નહીં કરે. મનુષ્ય પણ પ્રોગ્રામ્ તો છે, પરંતુ ઈચ્છાશક્તિને કારણે એ કર્મ કરે તેમાં પસંદગી (ચોઈસ) નું તત્ત્વ ભળે છે. અસ્તિત્વવાદી ચિંતક સાર્ત્ર ‘ચોઈસ’ પર ઘણો ભાર મૂકતો. જ્યાં પસંદગી હોય ત્યાં વિવેકની જરૂર પડે જ. આત્માની સૌથી નજીકનો સદ્ગુણ વિવેક છે. કદાચ એમ પણ કહી શકાય કે આત્મભાવ અને કર્મને જોડતા સેતુ પર ક્યાંક વિવેક વિરાજમાન છે.

માણસ પાસે પોતાના હોવાની સભાનતા (અવેરનેસ) છે. એ અરીસામાં ડોક્યું કરે ત્યારે પોતે પોતાના પ્રતિબિંબથી જુદો છે એવું વિચારી શકે છે. એ કોઈને છેતરે ત્યારે પણ પોતે છેતરી રહ્યો છે તે અંગે સભાન હોય છે. એ દેખાવ ખાતર રડે ત્યારે પણ એને ખબર હોય છે કે એ પોતે દેખાવ ખાતર રડી રહ્યો છે. આવી સભાનતા પશુઓ પાસે નથી હોતી. માણસ જે કોઈ કર્મ કરે તે બને તેટલી સભાનતાથી કરે તો ધીરે ધીરે કર્મની ગુણવત્તા બદલાતી જાય છે. હું આ કાણે સામે ઉભેલા ગ્રાહકને ઉલ્લુભાવનારો રહ્યો હું, એવી સભાનતા ક્યારેક દુકાનદારના વિવેકને જાગ્રત કરનારી બની શકે છે. વિવેક જાગ્રત થયા પછી એને સમજાય કે બીજાને ઉલ્લુભાવનારો ખરેખર કશુંય પામતો નથી. વિનોભાજીએ એક વેપારીને પ્રશ્ન પૂછેલો : ફાયદે સે ક્યા ફાયદા ? પોતાનાં કર્મો વિશે જાત સાથે થતી ઊલટપાસ આત્મનિરીક્ષણને સંકોરનારી છે. વિવેકને મદદ પહોંચાડવામાં આત્મનિરીક્ષણનો ફાળો ઘણો હોય છે. કર્મવિવેક એટલે કે કાર્યકાર્યવિવેકનો નાળસંબંધ

આત્મા સાથે જણાય છે. મનુષ્ય હોવું એ જેવી તેવી વાત નથી. એ ઈશ્વરની એવી અહેતુકી કૃપા છે, જેનો બદલો સુંદર રીતે જીવી જઈને જ ચૂકવી શકાય. સુંદર જીવન એટલે જ સુંદર કર્મથી શોભતું જીવન. પ્રત્યેક કર્મમાં જીવન રેવાનું છે, જેથી કર્મજડતા ન પેસી જાય.

બિલાડી, કુક્કર અને માણસ

મનુષ્યતા સતત માવજત માગે છે. જીવન સતત ઊલટપાસ માંગે છે. સોકેટિસ કહે છે કે અપરીક્ષિત જીવન (un-examined life) એ જીવન નથી. જો કર્મનું ઓડિટ બરાબર કરવામાં ન આવે તો મનુષ્યતા ધીરે ધીરે બે પગ ઉપર ઊભેલી પશુતા બની રહે છે. ચર્ચિલનું એક વિધાન મનુષ્ય હોવાના આપણા મિથ્યાભિમાનને ઠેસ પહોંચાડનારું છે. કહે છે :

બિલાડી માણસને

નીચી નજરે જોઈ રહેશો,

કૂતરો માણસને

ઉંચી નજરે જોઈ રહેશો,

પરંતુ

કુક્કર તો તમારી

આંખમાં આંખ પરોવીને

એવી રીતે જોયા કરશે

કે જાણો તમે એની સમક્ક્ષ હો !

ધેતરનું કર્મનો લય તોડે છે

કર્મનાં મૂળિયાં આત્મામાં રહેલાં છે એમ જણાયા પછી કર્મબ્રહ્મના સ્વરને ઋષિ સામગ્રાન સાથે સરખાવે છે. કર્મ યાંત્રિક રીતે થાય તેમાં ઉત્પાદકતા હોઈ શકે, ઉત્સવ ન હોઈ શકે. જાપાનમાં કર્મછર્તા ઘણી, પરંતુ તેમાંથી લોકો કર્મને નશાની કક્ષાએ લઈ જઈને ‘વકર્હોલિક’ બન્યા. કર્મ સાથે જોડાયેલું વૈતરણ કર્મલય તોડે છે અને કર્મલય તૂટે ત્યારે જીવનલય પણ ખોરવાય છે. સામગ્રાન (કર્મસંગીત) કર્મલય વગર ન પ્રગટે. ગાયો ચરાવવા જેવા સ્થળું કર્મને કૃષ્ણાની વાંસળીના સૂર માધુર્યદીક્ષા આપે છે. નામ-રૂપની દુનિયામાં ઢંકાઈ ગયેલો પ્રાણ પ્રગટ થાય તે માટે પ્રાણ રેડીને કર્મ કરવું રહ્યું. કર્મનો આત્મા એટલે આત્મવાન (પ્રાણવાન) કર્મ. જે શિક્ષક પ્રાણ રેડીને ભણાવે તે જુદો પડી આવે છે. એ જ પ્રમાણે સમાજમાં જુદા પડી આવનાર સુથારોની, દાક્તરાની, લુહારોની, પલભારોની,

કારકુનોની, સેવકોની, નેતાઓની, પ્રધાનોની અને નર્સોની જરૂર છે. તેમનો પગાર કે પુરસ્કાર અન્ય સાથીઓથી વધારે નથી હોતો, પરંતુ એમના કર્મને પ્રાણદીક્ષા ગ્રામ થઈ હોવાથી જે કર્મસંગીત પ્રગટે છે તે અનોખું હોય છે.

સમાજમાં એવા મનુષ્યોની પ્રતિષ્ઠા હોવી જોઈએ, જેઓ પોતાના કર્મને પગાર સાથે જોડવાને બદલે પોતાના માંથ્યલા સાથે જોડે છે. આવું કરનાર ઝડપવાળો કે મોચી વંદનીય છે. આવું કરનાર પટાવાળો પ્રશંસનીય છે. ઘરની મજૂરણ પણ જ્યારે મન પરોવીને કામ કરે ત્યારે અન્ય મજૂરણથી જુદી પડી આવે છે. કર્મ વિના સમાજ ટકી ન શકે અને વળી ઉદાત કર્મો વિના સમાજ ઊજળો ન બની શકે. કર્મ દ્વારા માણસને રોટલો ગ્રામ થાય છે અને કર્મલય દ્વારા કોળિયો મીઠો બને છે. પરિશ્રમનો રોટલો મીઠો મીઠો !

ભગવદ્ગીતાના અભ્યાસ વિના મોડન મેનેજમેન્ટની સમજણ અધૂરી છે. ભારતની ગરીબી

માટે સંપત્તિનો અભાવ નહીં, પરંતુ મેનેજમેન્ટનો અભાવ જવાબદાર છે. ગોકુળ-આઠમનું નવું નામ આપવું હોય તો એને 'મેનેજમેન્ટ-આઠમ' કહી શકાય. કૃષ્ણ ભક્તપ્રિય છે અને ભક્ત કૃષ્ણપ્રિય છે. ગીતાની કર્મમીમાંસા જેટલી મૌલિક છે, તેટલી માર્ભિક છે અને માંગલિક છે. એમણે જ્ઞાન અને કર્મને ભક્તિની દીક્ષા આપી. જ્ઞાન, ભક્તિ અને કર્મનો સમન્વય ગીતામાં પ્રગટ થયો. ગીતા જેવો સેક્યુલર ગ્રંથ બીજો જરૂરો મુશ્કેલ છે. ગીતા એટલે યોગેશ્વર કૃષ્ણના શ્રીમુખે સર્જપિલું વિચારોનું વૃદ્ધાવન ! કર્મને જ્યાં માધુર્યદીક્ષા મળે ત્યાં વૃદ્ધાવન સર્જય છે. ગાયોને ચારવાના કર્મ સાથે વાંસળીના સૂર વહેતા થાય ત્યારે કર્મને માધુર્યદીક્ષા ગ્રામ થાય છે. નાનો હતો ત્યારે મારી બા મળસ્કે વહેલી ઊઠીને ધંટી પર અનાજ દળવા બેસતી ત્યારે ભજનો ગાતી. દળવાના સ્થૂળ કર્મને માધુર્યદીક્ષા ગ્રામ થતી.

□ 'પતંગિયાની અમૃતયાત્રા' માંથી સાભાર

વિચાર વલોણું

ડૉ. કલાબેન પટેલ

ભારતમાં બે પ્રકારનાં જીવન

સામાન્ય રીતે બે પ્રકારનાં જીવન જીવાતાં હોય છે. (૧) ત્યાગી, નિવૃત્તિમાર્ગી (૨) ભોગી, પ્રવૃત્તિમાર્ગી-સંસારી.

ત્યાગી સાધુઓ ભોગી સંસારીઓ પર નિર્ભર છે. ભોગી સંસારીઓ સાધુઓની સેવા કરનારાઓ છે.

આ બંનેની જિંદગી આ રીતે જુદી જુદી રીતે જોવાની મળે છે. એક છે અંતર્યાત્મીયો. બીજી છે બહિર્યાત્મીયો. પ્રશ્ન એ છે કે વાસ્તવિક દર્શિએ જોવા જતાં આ બંને પ્રકારની જિંદગી સાદી, પવિત્ર કે આદર્શની છાપ ઊભી કરતી નથી.

સંસારી ભોગી ગમે તે રીતે ધનની કમાણી કરીને તેનો ઉપયોગ પુણ્ય કમાવા, સાધુ પ્રત્યે આદર સેવે છે, તેમને ધન વહેંચે છે અને ત્યાગી સંન્યાસીઓ પણ પોતાનો ભોગ ઓછો હોય એવી છાપ પેદા કરતા નથી.

સામાન્ય રીતે એવું કહી શકાય કે સાધુ સંન્યાસીનું જીવન કેટલું આદર્શમય છે, તેનું મૂલ્ય સામાન્ય જન આંકી શકતો નથી. તેઓ તો પોતાની બુદ્ધિ શક્તિ પ્રમાણે પોતાની રીતે તેમનો આંક આંકતા હોય છે. પ્રશ્ન થશે કે યથર્થ ચીજ શું હોઈ શકે ?

જેઓ સંસારી કે બહિર્યાત્મીઓ છે, તેઓ ધ્યાનમાં લે કે, પોતાનો વ્યવહાર નીતિમૂલ્યોથી, સદાચારથી, યુક્ત હોય, પવિત્ર હોય. તેઓ પરિવારમાં પણ આનંદપૂર્વક અને પ્રીતિપૂર્વક જ જીવે. કોઈ પુણ્ય મેળવવા ખોટી કમાણીમાં કે લોભ લાલચમાં પડી ફસાય નહીં, અને એ રીતે ધનપ્રાપ્તિ કરે નહીં.

ધંધામાં કે નોકરીમાં ગણિત, તર્ક કે બુદ્ધિનો ઉપયોગ જરૂર કરે, પણ ઘેર આવ્યા પછી આખા ધંધાની કે ઓફિસની વાતો ઘેર લઈ નહીં આવે. ઘરની વ્યક્તિઓ જોડે પૂરા સ્નેહથી મજા મસ્તીથી આનંદ કરે અને કરાવે. ઘરને જ મંદિર બનાવી દે. ઘર પ્રેમનું સ્થળ છે. બહારનો મુખવટો ઘરમાં હટાવી દે. ઘરમાં પ્રવેશતી વખતે જેમ જોડા ચંપલ બહાર ઉતારી દો છો તેમ સંઘળી ખટપટ બહાર ઉતારીને જ ઘરમાં પ્રવેશો. અને ફરી બહાર જતી વખતે પૂરી વ્યવહારુ અને શિસ્તની નીતિથી, જવાબદારી અદા કરવા સર્જ થઈને બહાર જાઓ. વ્યવહારમાં પણ ધર્મ જરૂર આચરશો તો વિશેષ પુણ્યની પોટલી ઊભી કરવાની જરૂરત રહેશે નહીં. માટે વિચારો. ઊં

વિવિધતામાં એકતા

શ્રી મોટા

દેવી અહમ

વિચાર કરી કરીને કર્મ ન થાય. આપમેળે કર્મની સ્હુરણા થાય. સ્વયં પ્રેરણાથી કર્મ થાય. અહમ્ ઘટતું જતું હોય તો વિચારોની પરંપરા ઘટે. વિચારો કરી કરીને કર્મ ન થાય. મમત્વ ઘટતું જાય.

જે કંઈ થવાનું હોય તે પ્રેરણાથી થાય. આશા-અભિલાષા ન થાય. આંતરસ્વરૂપ વધારે ચેતનવાળું થાય એટલે પ્રેરણાથી થાય. નિર્વિચારપણાની સ્થિતિ પ્રગટી જાય.

પછી પણેશનની વૃત્તિ નીકળી જાય. ‘આ મારું છે’ એ વૃત્તિ ઘટી જાય. એ કંઈ કશાને પકડી ના રાખે. આગ્રહોને નીકળી જતા અનુભવે.

અત્યારે બુદ્ધિથી એમ લાગે છે કે કર્મ કોઈક શક્તિથી થાય છે. પણ અહમ્ મોણું પડે ત્યારે એનો આપણાને અનુભવ થાય. દેવી પ્રકારનું અહમ્ થયું હોય ત્યારે આવું થાય.

દેવી પ્રકારના અહમ્માં તર્ક, વાદવિવાદ, ચર્ચા ન હોય. બુદ્ધ શ્રદ્ધાથી દોરવાય. પ્રાણમાં સદ્ગ્રાવ ને સમ્ભાવ રહે. મનમાં વિચારોની પરંપરા ન ઉઠે. બુદ્ધિમાં સદ્ગ્રાવથી પ્રેરાયેલું જે ઉઠે એની પાછળ મન ચાલે. સંકલ્પવિકલ્પ ના કરે.

સમજણ પણ આપમેળે સૂઝે. ‘હું આ કરીશ, તે કરીશ’ એવા વિચારો ન આવે. કર્મની સમજણ પણ આપમેળે ઊગે. સમાધાનની વૃત્તિ રહે. કોઈની સાથે તકરારમાં ઊતરી શકાય નહિ. એના મનાદિકરણની એવી વૃત્તિ થઈ જાય. જેમ થતું હોય તેમ થવા દે.

પ્રત્યક્ષ વહેવારમાં એવો માણસ કેવી રીતે વર્તે? ગરીબાઈને લીધે ઘરમાં જોઈતું ના લાવી શકું, ત્યારે મા મને બોલે. હું શાંત જ રહું. એમ વધારે ગુરુસે થાય. હું કંઈ બોલું નહિ.

ગોધરાના પુરુષોત્તમ ભગત થઈ ગયા. એમને ‘બાપજી’ કહેતા. એમનાં પત્ની કર્કશા હતાં. ઘણું લઢે. ગાળો ભાંડે. તો પણ એ તદ્દન શાંત રહેતા. કશું બનતું નથી એમ જ માને. મારે પણ ખરાં. તોપણ એનો પ્રત્યુત્તર ના આપે. બહારનો માણસ પણ સ્વભાવથી

ગુરુસે થાય તોય શાંત રહે.

અહમ્ ઉર્ધ્વ પ્રકારનું થાય એ હુંદ્રાતીત પહેલાંની સ્થિતિ હોય છે. આ વખતે કોઈક કહે પણ ખરા કે, ‘તારા મોઢામાં મગ ભર્યા છે, કેમ બોલતો નથી?’ મારી મા મને કહેતી. પણ જ્યારે એ શાંત થાય ત્યારે એને વહાલ કરીને કહું ખરા કે, ‘બા, તું અમસ્તી ગુરુસે થાય છે. પૈસા ન હોય તો કશી વસ્તુ શી રીતે લાવું? તમને બધાંને અડયણ પડે એવું મારું મન થોડું હોય? વસ્તુ વિના તને અડયણ પડે ને બોલે હું સમજી શકું છું.’ આવી રીતે હું હસી-હસાવીને સમજાવું ખરા. કસ્તૂરબા કેટલીક વાર ગુરુસે થઈને ગાંધીજીને કહે કે, ‘તમે ઘણી બહેનોને ને પુરુષોને વખત આપો છો અને મને એકલીને જ તમારી સાથે વાતો કરવાનો વખત નથી આપતા! જાણો બિલકુલ વહેવાર જ ન હોય એમ વર્તો છો.’

ગાંધીજી કહે ‘બા, તમારી વાત કહેલી સાચી છે. રાત્રે સૂતી વખતે તમે મારા પગ દબાવો છો તે વખતે વાતો કરવી.’ કસ્તૂરબા પગ દબાવે એટલામાં તો ગાંધીજી ઊંઘી ગયા હોય! એટલે કસ્તૂરબાને એમ થાય કે કયાં જગાડવા? એટલે વાત કરવાની રહી જાય. પછી કહે, ‘તમે વખત આપો છો ત્યારે તો તમે ઊંઘી જાઓ છો?’

વિવિધતા, વિસ્તાર અને સંંગતા

જીવનમાં કેટલીક વખત એવી મુશ્કેલીઓ આવે છે કે એ મુશ્કેલીઓ આર્થિક કે બીજા કોઈ પ્રકારની હોય-પણ દરેકને મુશ્કેલીઓ આવે છે આવે છે ને આવે છે. જગતમાં કોઈ બાકી નથી.

મુશ્કેલીઓ આવે છે ત્યારે જે ગુંચવાય છે પછી તે બહાર નીકળી શકતો નથી. મુશ્કેલીઓ આવે ત્યારે ઘડીવાર એમ ભલે થાય, પણ તરત જ સ્વસ્થ થઈને એ મુશ્કેલીમાંથી નીકળવાનો માર્ગ ખોળવો એ ડાખા માણસનું કામ છે. જો આપણે એક વખત એમાં ફાયા, બીજી વખત ફાયા તો પછી આપણે એટલા બધા નિશ્ચિત થઈ જઈએ છીએ કે ‘આવવા દે મુશ્કેલી ને! હું એનો ઉકેલ કરી શકીશ.’ આપણાને એવો

આત્મવિશ્વાસ આવી જાય છે કે આ તો રોજની વાત છે !

એટલે ગમે તેવી સ્થિતિ આવે તે વખતે હિંમત રાખીને મનન ચિંતવન કરીને ઉકેલ કાઢવો અને તે પ્રમાણે વર્તવું-તો જ જીવનમાં આગળ વધાય. તે સિવાય આગળ ન વધાય.

શ્રીનિવાસ શાસ્ક્રી હતા. આપણા દેશમાં એક સારી મોટી પ્રતિષ્ઠિત સંસ્થા છે. ‘સર્વનટ્સ ઓફ ઇન્ડિયા સોસાયટી’. ગોખલેજીએ કાઢેલી. એ એના પ્રમુખ હતા. એ ગાંધીજીની વિલુદ્ધમાં લખે કે, ‘ભાઈ, તમે આ બધી રીતો અજમાવો છો પણ એ બધી તમારી સામે આવશે. જ્યારે એ સામે વપરાશે ત્યારે પંચાત પડશે !’ ગાંધીજીએ જવાબ આપેલો કે, ‘કબૂલ કરું છું કે આ સામે વપરાશે. પણ મને આ સરકાર સામે થવાનો બીજો રસ્તો સૂર્જતો નથી. આ સરકાર જવી જ જોઈએ એવો મારો દઢ નિશ્ચય છે. એટલા માટે યોજું છું. વર્ષો પહેલાં જે કંઈ થયું છે એનું પુનરાવર્તન થયા જ કરે છે-આવો એક ઇતિહાસ છે માટે. આપણે જે કંઈ કરીશું એ આપણી સામે આવશે એ બીકથી આપણે કરવાનું ન કરીએ તે બરાબર નહિ. તમે પણ જાણો તો સારું.’

શ્રીનિવાસ શાસ્ક્રી બહુ વિચારવંત માણસ. એમનું થિક્કિંગ રીપ અને સ્પષ્ટ. ગાંધીજી વિશે લખે પણ અદેખાઈ વિના. ગાંધીજી પણ શ્રીનિવાસ શાસ્ક્રીનું લખાણ વાંચતા. પણ પોતાની વિલુદ્ધ લખનાર એની બિસન્ટનું નહિ વાંચતા. કારણ કે શાસ્ક્રી રાગદેખ વિનાના માણસ. મદ્રાસમાં એ માંદા હતા ત્યારે ગાંધીજી ત્રણ વખત ગયેલા. ગાંધીજી બહુ વિવેકવાળા.

લોકો બીજાનાં માટે આખી જિંદગી કામ કરે છે. એની બિસન્ટ જેવું-તે પરદેશથી હિન્દુસ્તાનમાં આવ્યાં ને કામ કર્યું એનું કારણ પૂર્વજન્મનું નહિ. પહેલા બે પુરુષો થયેલા. મને એમનાં નામ ખબર નથી. એ લોકોએ અભ્યાસ કરેલો. વેદના અભ્યાસ ઉપરથી એમને લાગેલું કે ખરો ધર્મનો વિચાર તો આ લોકોનો જ છે. આપણું બાઈબલ તો એની આગળ રમકું છે. એવો ખ્યાલ-ખેલેવેટ્સ્કી કે એવું નામ હતું-એમણે સૂર્જાદેલું. એની બિસન્ટ એ ગ્રંથો વાંચવા પ્રેરાયાં અને હિંદમાં આવીને કામ કર્યું. એ પછી બે ત્રણ માણસો થયાં. એમણે આખી જિંદગી આમાં જ-થિયોસોફીમાં જ ગાળી.

મદ્રાસમાં દરિયા કિનારા પર બહુ મોટી જગ્ગા લીધેલી છે અને ત્યાં બહુ મોટાં મંદિરો છે. દરેક જાતિનાં મંદિરો છે. હિંદુ, મુસલમાન, પારસી વગેરેનાં મંદિરો છે.

ઘણા માણસો કહે કે આપણો મોટો દેશ ને આટલા બધા ધર્મો. કુદરતની એક લીલા જોઈએ-વિચારીએ તો એમાં વિવિધતા અને વિસ્તાર છે. એવી રીતે સમાજમાં આવી જાતની વિવિધતા રહેવાની જ. એ હકીકત છે. એને કોઈ નાબૂદ નહિ કરી શકે. ધર્મો કે સંગ્રદાયોમાં જુદા જુદા લોકોના માનસને-સ્વભાવને સાનુકૂળતા લાગી એમાં એ લોકો ગયા. આજે માનતા હોય કે ન માનતા હોય એ જુદી વાત છે. પણ જ્યાં જે પ્રકારનો ધર્મ છે એનું જે લોકો પાલન કરે છે એ એમના સ્વભાવને સાનુકૂળ છે. અને સ્વભાવ સામૂહિક રીતે પણ એક હોય છે. પંજાબ અને ગુજરાત-એક જ દેશના છે. પણ બંનેના સ્વભાવમાં ઘણો તફાવત છે. તેવી રીતે આપણા ધર્મમાં અને એમના ધર્મમાં તફાવત. એટલે આખી દુનિયામાં એક જ ધર્મ હોય એવું કદી કાળે શક્ય નથી. બધા ‘એક ધર્મ’ એવું બોલે ખરા, પણ એ કોઈ કાળે બને નહિ. કેમ કે એ કુદરતનો ધર્મ છે-વિવિધતા અને વિસ્તાર એ કુદરતના અંગ છે. એને કોઈ તોડી ન શકે. એ કાયમ રહેવાનાં. એટલું જ નહિ, પણ આપણા પ્રત્યેક માનવના એક જ જીવનને જોઈએ તો એમાં ઘણી વિવધતા અને વિસ્તાર પોતાનામાં છે. માણસ જો આનું ઇન્ટ્રોસ્પેક્શન (=આંતર નિરીક્ષણ) કરે તો એને આ સમજાય.

અનેક વિવિધતાઓની વચ્ચેથી આપણે પસાર થવાનું છે. પણ એની સાથે માણસે જો ધ્યેય ન રાખ્યું તો આમતેમ અથડાઈ પડાશે. માટે બધામાં ધ્યેય-આઈડિયલ-આર્થર્શ જરૂરી છે. એ આઈડિયલ ભગવાન માટેનો જ હોય એવું કંઈ નથી. તમારા વેપાર માટે હોય, પણ આદર્શને સામે રાખીને સકળ કર્મ કરવા. પણ દુનિયાભરનાં મોટાભાગનાં લોકો યદ્વાતદ્વા જીવન જીવે છે. જેમની પાસે કોઈ જાતનું ધ્યેય નથી. ધ્યેય માટેનું મનન-ચિંતવન નથી એવા તો એમ ને એમ જ રખડવાના.

ઈસુ પ્રિસ્તને અને મહંમદ પયગંબર સાહેબને હું તો બહુ પ્રેક્ટિકલ ગણું છું. આપણે જે કરી શકતા નથી એના વિશે વિચાર કરવો નકામો છે. જે પ્રેક્ટિકલ

થઈ શકે એવું છે એટલું કહ્યું. એનો અર્થ એમ નહિ કે હિંદુસ્તાનમાં જ્ઞાન વેદમાં છે એટલું એનામાં નહોતું ! ઈસુ પ્રિસ્ત કે પયગંબર સાહેબમાં એવું જ્ઞાન નહોતું એમ માનવામાં આપણે ટૂંકા પડીએ. એમનામાં પણ એ જ્ઞાન હતું. પણ કોની આગળ દર્શાવવું ? ભટકતી ટોળીઓને આ બધું કહેવાનો કંઈ અર્થ નહિ.

જેટલું સમજી શકે, પચાવી શકે એટલું એમણે કહ્યું, બાકીનું કહેવાની કંઈ જરૂર નહોતી. એટલું બાકીનું કહ્યું નહિ. ઈસુ પ્રિસ્તે પણ એમ જ કર્યું. માટે એ એટલું જ સમજતા હતા અને એટલા જ જ્ઞાની હતા એમ નહોતું. તે કાળના ધર્મ પ્રમાણે લોકો સમજી શકે એવી રીતે એમણે વાત મૂકી. એમનામાં એટલી બધી જ્ઞાનો હતી કે માંહોમાંહે લડી મરતી હતી. જુદા જુદા પથ્થરોને પૂજતા અને એથી માંહોમાંહે લડાઈ થતી. એમાંથી એમને ઉગારવા માટે મહંમદ સાહેબે આ પ્રયત્નો કરેલા. બધામાં એકતા આણવા આખી જિંદગી વીતાવી. જુદી જુદી ટોળીઓમાં એકતા આણવાનો પ્રયત્ન કર્યો. મુસલમાનોમાં આજે જે સંપ અને એકતા છે એવા આખી દુનિયામાં આજે નહિ મળે. મેં આના પર વિચાર કરેલો છે. ભગવાન મહંમદે આ સમાજને કેટલો બધો એક કર્યો છે. આ કોમમાં સંપ આણ્યો. એક ભાવ એમણે મૂક્યો જે આજે જીવતો છે. આ સંપ કંઈ આકાશમાંથી નથી આવ્યો. પણ મહંમદ સાહેબથી પ્રેરાયેલો છે.

હંગેન્ડની, જર્મનીની, રિશિયાની પ્રજા જુઓ તો ત્યાં પણ વિવિધતા છે. માટે દરેકને આપણી રીતે સમજી નહિ શકાય. માટે તેમની તેમની રીતે એમને સમજવા જોઈએ. તો આપણે યોગ્ય રીતે સમજી શકીએ. આપણી રીતે સમજવા જઈએ તો ભૂલ થાપ ખાઈ જઈએ.

વિવિધતા, વિસ્તાર અને સંણગતા-કન્ટીન્યુઈટી પણ છે. કન્ટીન્યુઈટી ન હોય તો કશું ટકે નહિ માટે આ ગ્રાણ સાથે છે.

મેં વેદ વાંચ્યા નથી પણ સાંભળ્યું છે એ પ્રમાણે વેદમાં કોઈ એક વ્યક્તિ, કોઈ એક સમાજ, કોઈ એક વર્ગને માટે લખાયું નથી. બધાને લાગુ પડે એ રીતે લખાયું છે. પછી આપણે લઈ મંડ્યા કે ‘આ અમારું છે.’ બાકી એણે નથી જોયો બ્રાહ્મણધર્મ કે વૈષ્ણવધર્મ. એ રીતે આપણા ધર્મનો કોઈએ વિચાર નથી કર્યો.

□ ‘વસંતે બહાર’માંથી સાભાર

ચિર વિદાય



અ.સૌ. માતૃસ્વરૂપ શ્રીમતી બીના શ્રેયસ પંડ્યાનું દેહાવસાન તા. ૧૪-૧૨-૨૦૦૮ની વહેલી સવારે થયું. અ.સૌ. બીનાબેન છેલ્લાં પોણાત્રણ વર્ષથી કેન્સરથી પીડિત હતાં. કેન્સર હોસ્પિટલના ડાયરેક્ટર ડૉ. પંકજ શાહ સાહેબ અને અમદાવાદના અનેક ડોક્ટરોએ ખૂબ જ જહેમત કરી, પરંતુ ઈશ્વરને જે ગમ્યું, તેમ જ થયું.

અ.સૌ. બીનાબેન સ્વ. શ્રી વિષ્ણુપ્રસાદ પંડ્યાજી, સાહિત્ય મુદ્રણાલયના જ્યેષ પુત્રવધૂ થાય. શ્રી વિષ્ણુભાઈ પહેલાં પૂજ્યશ્રી મોટા અને પછી પૂજ્યશ્રી ગુરુદેવ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજના અનન્ય ભક્ત હતા. તેથી કરીને શ્રીમતી બીનાબેન અને શ્રી શ્રેયસભાઈના પરિવારમાં સંતો પ્રત્યે શ્રદ્ધા અને સન્માનનો આગવો પ્રતિભાવ હતો.

અ.સૌ. બીનાબેન ઉત્સાહી, કર્મઠ, નિખાલસ અને ખૂબ જ મળતાવડાં સ્વભાવનાં હતાં. ઉદાર ચરિત અને નિર્મણ જીવનની અધીષ્ઠાત્રી આ માતાનું જીવન એક વિરલ જીવન હતું. તેઓશ્રી જે સમાજમાં રહ્યાં, ત્યાં તેમના જીવનની સુગંધ અને સૌરભની સરવાણી તેમનાં નિર્ધન પછી અનેક દિવસો સુધી અનુભવાતી રહી. તેઓશ્રીનો પૂજ્ય ગુરુદેવ શ્રીમત્તુ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજશ્રી પ્રત્યે અનન્ય પ્રેમ અને શ્રદ્ધા હતાં. તેઓ તેમનાં જીવનમાં દિવ્ય જીવનનું આદર્શ મૂર્તિ સ્વરૂપ હતાં. સેવા, પરોપકાર, ઉદારતા, પવિત્રતા અને ધર્મધ્યાન તેમનાં જીવનનાં અવિભાજ્ય અંગ હતાં. અત્યંત અનુશાસિત જીવન યાપન કરી, દુભ્યિયે તેઓ પોણા ગર્જ વર્ષ પૂર્વી કેન્સર-રોગથી ત્રસ્ત થયાં. જ્યા, રેકી અને અનેક પ્રકારના ઉપયોગીની તેમના જીવન સંરક્ષણ અર્થે પ્રયત્નો કરવામાં આવ્યા. પરંતુ ૧૪-૧૨-૨૦૦૮ની વહેલી સવારે ૩-૩૦ વાગ્યે તેમણે અંતિમ શાસ લીધા.

તેમની સુપુત્રી ચિ.અ.સૌ. બહેન મેઘનાનાં લગ્ન પ્રસંગે પૂજ્ય ગુરુદેવ શ્રીમત્તુ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજશ્રી પદ્ધાર્યા હતા. તેમને નિવાસસ્થાને પૂજ્યશ્રી અનેકવાર રહ્યા હતા. આવી કલાણમણી માતાની ચિર વિદાય દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંધ, શિવાનંદ આશ્રમ માટે ખાસ પરંતુ આદરણીય શ્રી શ્રેયસભાઈના જીવનમાં એક ખૂબ જ મોટું સ્થાન ખાતી કરી ગઈ છે. આ રીકત સ્થાનની કદીયે પૂર્તિ કરી શકાશે નહીં.

દિવંગતના આત્માને શ્રીશ્રી પ્રભો આત્મશાંતિ, સદ્ગતિ અર્પો એજ પ્રાર્થના. વહાલાં બીનાબેનના પરિવારનાં સર્વે સ્વજનોને આ આધાત સહન કરવાની શક્તિ આપો એ જ અત્યર્થના. ઊં શાંતિ. ઊં શાંતિ.

જીવન પ્રત્યેનો નવો દંદિકોણ

-ડૉ. હરીશ દ્વારેદી

પાણીથી અડધો ભરેલો જ્વાસ જોતાંની સાથે આપણે તરત બોલી ઊઠિશું કે એ તો અડધો ખાલી છે ! આપણે સહુ આ રીતે જોવા અને વિચારવા ટેવાયેલા છીએ. પાણીથી અડધો ભરેલો જ્વાસ આપણે જોતાં નથી પરંતુ એ અડધો ખાલી છે, એ આપણને તરત દેખાય છે. આપણું મન આ રીતે જ વિચારવા ટેવાયેલું છે અને એના આદેશ પ્રમાણે આંખો પણ એટલું જ જોઈ શકતી હોય છે. આપણી આ જોવાની અને વિચારવાની પદ્ધતિમાં જ કોઈક મૂળભૂત ખામી રહી ગઈ હોય એમ લાગે છે.

આપણી પાસે જે છે તે આપણને દેખાતું હોતું નથી. એનું આપણે મન કોઈ મૂલ્ય પણ હોતું નથી. પરંતુ જે નથી, જે ખાલી છે તેને ભરવા માટે આપણે રાત-દિવસ એક કરી જીવનની અમૂલ્ય ક્ષણોને વેડફી નાખતા હોઈએ છીએ અને છતાં એ જામ તો અડધો ખાલી જ રહી જતો હોય છે ! પેલા યક્ષે આપેલા સોનામહોરના ચરુની માફકા એ કદી ભરાતો હોતો જ નથી.

ખૂબ સરસ મજાની વાત છે. ગાંધર્વલોકમાં વસતા કોઈક યક્ષની તમારા મારા જેવા કોઈક માણસની સાથે મૈત્રી થઈ ગઈ. ગાંધર્વનગરીમાં તો તમે જે ઈચ્છા કરો, તે પ્રમાણેની વસ્તુ તમારી સેવામાં હાજર થઈ જાય. જ્યારે મનુષ્યલોકમાં તો જીવન-નિર્વાહ માટે પણ પરિશ્રમ કરવો પડે અને અનેક પ્રકારની આધિ-વ્યાધિ અને ઉપાધિઓથી હુંમેશા એ ઘેરાયેલો રહે. આજે આ વસ્તુ નથી એની ચિંતા તો કાલે બીજા કોઈની. યક્ષે પોતાના મિત્રની આવી દશા જોઈ એને સોનામહોરથી ભરેલો એક ચરુ બેટમાં આયો.

માણસના આનંદનો તો કોઈ પાર રહ્યો નહીં. આખી જિંદગી સખત પરિશ્રમ કરે તો પણ આટલું સોનું એ કદી પામી શક્યો ન હોત ! સોનામહોરનો ચરુ લઈ એ પોતાના ઘરે આવે છે. ઘેર આવીને યક્ષે આપેલા ચરુને એ ખોલે છે અને જુઝે છે, તો ઘડો સોનામહોરથી અડધો જ ભરેલો છે. માણસને સોનાથી ભરેલો અડધો ચરુ મેળવવાનો તો કોઈ આનંદ રહ્યો જ નહિ. પરંતુ એ અડધો ખાલી છે, એ જોઈ એ ખૂબ ઉદાસ થઈ ગયો

અને એ અડધા ખાલી ઘડાને કઈ રીતે ભરવો ? એની ચિંતામાં એ ડૂબી ગયો. સોનામહોરથી અડધા ભરેલા એ ઘડાને ઘરમાં સુરક્ષિત જગ્યાએ મૂકી એને કઈ રીતે પૂરેપૂરો ભરી દેવો એની ચિંતામાં એ રહેવા લાગ્યો. તાં અચાનક જ એના મનમાં વિચાર સ્હુર્યો કે, અડધા ઘઢાને સોનામહોરથી ભરતાં કેટલી વાર ? રાત-દિવસ મહેનત કરી એ ખાલી ઘડાને થોડા દિવસમાં હું પૂરેપૂરો ભરી દઈશ. એમ વિચારી ઘડાને બને તેટલો જલદીથી ભરી દેવાની તજવીજમાં એ પડી ગયો. એની ઊંઘ પણ હરામ થઈ ગઈ. રાત-દિવસ એ ચિંતામાં ને ચિંતામાં વગ્ર રહેવા લાગ્યો.

સોનામહોરથી ખાલી અડધા ઘડાને બની શકે તેટલો જલદી ભરી દેવાની ચિંતામાં માણસ વધુ ને વધુ પરેશાન રહેવા લાગ્યો. માણસનું મન પણ કેવું વિચિત્ર હોય છે ! સોનાથી ભરેલા અડધા ચરુનો એને મન કોઈ આનંદ નથી, પણ પેલા અડધા ખાલીપણાનો અભાવ એને સતત ખટક્યા કરે છે. એને ભરવાની ચિંતામાં એ પોતાના ગજ બહારની મહેનત કરવા લાગ્યો, પરંતુ કેમેય કરીને એ ખાલી ઘડો ભરાતો નહોતો. એટલે માણસની ચિંતા ઓર વધી ગઈ. પોતાની આ પરેશાનીની વાત એણે ઘરે આવેલા એક મહાત્માને કરી. તેઓ પરિસ્થિતિને તરત પામી ગયા. તેમણે કહ્યું, ભાઈ તારી બધી ચિંતા અને વ્યગ્રતાનું કારણ સોનામહોરનો એ ચરુ છે. એ યક્ષનું દાન છે. એ ઘડો તારાથી કદી ભરી શકાવાનો નથી. જો તારે ખરેખર સુખ અને શાંતિ જોઈતા હોય તો એને તું યક્ષને પાછો આપી આવ. માણસને મહાત્માના વચન ઉપર પૂરો ભરોસો હતો. યક્ષનો ચરુ એને પાછો આપી આવે છે અને ત્યાર પછી એની બધી જ પરેશાની દૂર થઈ જાય છે અને નિરાંતે સુખચેનપૂર્વક એ જીવી શકે છે.

આપણા સહુની પણ આ વાત છે. જીવનમાં આપણને જે કંઈ મળ્યું છે, તેનું આપણે મન કોઈ મૂલ્ય નથી. જે નથી મળ્યું, તેને મેળવવા માટે હાથમાં રહેલી વર્તમાનની ક્ષણોને પણ આપણે વેડફી નાખતા હોઈએ છીએ અને આ રીતે જીવન ક્યાં પૂરું થઈ જતું હોય

છે એની ખબર પણ પડતી નથી. મહાકાળનું ચક તો નિરંતર ચાલી જ રહ્યું છે. એ કદી અટકતું નથી અને એમાં ભૂતકાળ કે ભવિષ્યકાળ જેવું પણ કંઈ હોતું નથી. સમયનું એક જ રૂપ હોય છે અને તે છે વર્તમાન અને એની ગતિ હોય છે ચકાકાર. મહાકાળના આ ઘડિયાળની સાથે આપણી ઘડિયાળને મેળવી દેવાની વાત છે.

હવે પ્રશ્ન એ છે કે, આપણી ઘડિયાળને મહાકાળની સાથે મેળવવી કઈ રીતે ? આપણા માટે એ થોડું અધરું એટલા માટે છે કે, આપણા સહુની ઘડિયાળનો એક કાંટો હુમેશાં ભૂતકાળની તરફ પાછો ફરતો હોય છે. જ્યારે બીજો કાંટો ભવિષ્યની તરફ જરૂરથી દોડી રહ્યો છે. વર્તમાનની કાણ ઉપર તો કોઈ કાંટો સ્થિર હોતો જ નથી. આપણે કદી વર્તમાનની કાણને જીવતા હોતા નથી. કાં તો ભૂતકાળની ભૂતાવળમાં અથડાઈ જતાં હોઈએ છીએ અથવા તો ભવિષ્યમાં રંગીન સ્વરૂપોમાં વર્તમાનની કાણ હાથમાંથી સરી જતી હોય છે. ભવિષ્યમાં આમ કરી નાખીશ અને આટલું મેળવી લઈશ અને સોનામહોરના અડધા ખાલી ઘડાને પૂરેપૂરો ભરી દઈશ !

ત્યારે બે મિનિટ ઊભા રહી પોતાની જાતને જ પ્રશ્ન પૂછવાનું મન થાય છે કે, અરે એ મૂરૂખના સરદાર, તને તો સોનામહોરથી અડધો ભરેલો કુંભ મળેલો છે. એને પૂરેપૂરો છલોછલ ભરી નાખવાની પળોજણમાં પડ્યા વિના, તારી પાસે જેટલી સુવર્ણ મુદ્રાઓ છે તેને તો તું વાપરી જો. પરંતુ આપણને મળેલી સમૃદ્ધિનો ઉપયોગ કરવામાં આપણે ભારે કંજૂસ છીએ. આપણને ભય છે કે, મારી સુવર્ણમુદ્રાઓનો ખજાનો ખલાસ થઈ જશે તો ? અને એ ભયને કારણે આપણો એ ખજાનો જિંદગીભર અકબંધ રહી જતો હોય છે. નથી એને આપણે પોતે વાપરી શકતા કે નથી બીજા કોઈને લૂંટાવી શકતા.

પરંતુ આપણને સહુને મળેલ એ આંતરિક ખજાનાનો નિયમ સામાન્ય નિયમ કરતાં સાવ જુદો જ છે. ધન-વૈભવના બાબ્ય ખજાનાને વાપરવાથી એ ઘટવાનો છે. જ્યારે આપણી અંદરના એ અક્ષય ભંડારને વાપરવાથી એ વધતો હોય છે. એને આપણે જેટલો વધુ વાપરીશું એટલો એ વધવાનો છે. તો પછી

એને વાપરવામાં આપણે કૃપણ શા માટે બનવું ?

પ્રેમ, આનંદ, સત્ય, શાંતિ અને સૌદર્યનો અક્ષય ભંડાર આપણા સહુની અંદર ભરપૂર ભરેલો પડ્યો છે. એનો ઉપયોગ કરવો એ આપણા હાથની વાત છે. આપણી એ આંતરિક સમૃદ્ધિનો સમુચ્ચિત ઉપયોગ કરવો એ જ તો આપણા જીવતા હોવાની નિશાની છે, બાકી તો પછી આપણા અને મરેલામાં ફેર શો ? “જીવ લક્ષણઃ ઉપયોગः” અર્થાત્ મળેલી વસ્તુનો ઉપયોગ કરવો એ જીવતા હોવાનું લક્ષણ છે. પ્રામ વસ્તુનો વિવેકપૂર્વક ઉપયોગ કરવો એ જ આપણા જીવતા હોવાનું મોટામાં મોટું પ્રમાણપત્ર છે.

અને આપણા એ ખજાનાનો આપણે સહેજ પણ ઉપયોગ કર્યા વિના અને હતો તેવો ને તેવો જ રાખી મૂકીએ તો ? તો પછી ઉપરની વ્યાખ્યા પ્રમાણે જીવતા હોવાનું સર્ટિફિકેટ આપણને મળે નહીં. હા, શાસોઅધ્યવાસ લેતા હોઈએ છીએ અને હરતાફરતા હોઈએ છીએ એ અર્થમાં જીવતા હોવાનું આશ્વાસન આપણે જરૂર લઈ શકીએ. બાકી જીવનને એના સાચા અર્થમાં સમગ્રરૂપે આપણે જીવતા હોતા નથી.

આપણને સહુને સહેજ રીતે મળી ગયેલા એ આંતરિક ખજાનાના હજારમા ભાગનો ઉપયોગ પણ આપણે કરતા હોતા નથી. આપણી એ આંતરિક ઊર્જાશક્તિને સાવ વર્થમાં આપણે વેડફી નાખતા હોઈએ છીએ. વાસ્તવમાં અભાવ કે ખાલીપણાનું તો કોઈ અસ્તિત્વ જ હોતું નથી. અંધકાર એ પ્રકાશનો અભાવ માત્ર જ છે. એનું કોઈ સ્વતંત્ર અસ્તિત્વ હોતું નથી અને આઈનસ્ટાઈનના સાપેક્ષવાદના સિદ્ધાંત પ્રમાણે જીવનનું પાત્ર અડધું ખાલી છે એમ નહીં પરંતુ અડધું ભરેલું છે, એ રીતે જોવાની-વિચારવાની એક નવી પદ્ધતિ આપણે જીવનમાં અપનાવવી પડશે.

તો પછી હવે એમાં વિલંબ શાને ? શુભસ્ય શીધમ્. આપણને સહુને મળેલ એ આંતરિક સમૃદ્ધિના ખજાનાને પિછાણી એનો શક્ય હોય એટલો વધુમાં વધુ ઉપયોગ કરી “**Ler us honour the truth of life by using it properly**” અર્થાત્ “આપણી શક્તિઓનો સમુચ્ચિત ઉપયોગ કરી જીવનના સત્યનો આપણે સમાદર કરીએ.” □

**સોળમા યોગશિક્ષક તાલીમ શિબિરાર્થીઓને માનનીય રાજ્યપાલશ્રી,
ગુજરાત રાજ્યનું સંબોધન, ગાંધીનગર : ૨૭ ડિસેમ્બર**

આપ સૌને મળીને મને ખૂબ જ આનંદ થયો છે. શિવાનંદ આશ્રમના શ્રી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ પાસેથી તમોએ ભારતની આર્થિક યોગ-પ્રાણાયામનું જ્ઞાન સંપાદન કર્યું છે, તેનો પણ મને હર્ષ છે.

તમારા અભ્યાસક્રમમાં તમારે દરરોજ સાડા અગિયાર કલાક ભણવાનું હતું. કદાચ તમારામાંના અનેક લોકોને આ અભ્યાસક્રમ આકરો પણ લાગ્યો હશે. પરંતુ આ તો ભારતની આગવી ગુરુકુળ પરંપરા છે. ભારતનાં ગુરુકુળોનું શિક્ષણ અને શિક્ષા પદ્ધતિ દુષ્કર હતી. પરંતુ યોગ્ય હતી. આજનું શિક્ષણ મૂલ્ય, નૈતિક સત્ત્વ અને આધ્યાત્મિક શિક્ષા વગરનું શિક્ષણ થઈ ગયું છે, જે વર્થ છે. શિક્ષણ તો એવું હોવું જોઈએ કે જે માત્ર શારીરિક સ્વસ્થતા જ ન આપે, પરંતુ સાધારણ જનજીવનમાં તનાવ પણ ઓછો કરે.

આપણે સૌ આંતરરાષ્ટ્રીય વિશ્વમાં જીવીએ છીએ. આ વિશ્વ ઉપભોક્તાઓનું વિશ્વ છે. અહીં ધંધા-રોજગારમાં ચડસા-ચડસી છે. ભાગ્યે જ કોઈ શાંતિમય જીવન જીવતું હશે. આપણા સમાજમાં આજે સુખી કોણ છે? ડાયાબિટીસ, હાઈ બ્લડપ્રેશનનો હાઉ બધાંને ભડકાવી રહ્યો છે. લોકો બીજા અનેક રોગોથી ત્રસ્ત છે.

આપણું સૌભાગ્ય છે કે આપણને આપણા ગુરુજનો, વેદો, સ્મૃતિઓ વગેરેનું માર્ગદર્શન મળેલું છે. આ ગુરુજનોના જીવન નિઃસ્વાર્થ હતાં. તેઓનાં જીવન પરોપકારી અને કલ્યાણકારી હતા. ઉદાહરણ સ્વરૂપે આપણા સદ્ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજ અને તેમના પ્રિય તથા પ્રમાણિક શિષ્ય તમારી સામે જ છે. તમો સૌએ તો શિવાનંદ આશ્રમ જોયો છે. તે કેટલો સ્વચ્છ, સુંદર અને સાત્ત્વિક વાતાવરણથી પરિપૂર્ણ છે. આ આશ્રમમાં તમો આવતાંની સાથે જ અદ્ભુત શાંતિ, સ્વસ્થતા અને માનસિક શાતાની અનુભૂતિ કરો છો. તમો સૌને તો ખબર છે કે હું આ રાજ્યનો ગવર્નર છું. તેથી રાજ્યનો વરિષ્ઠ પુરુષ પણ છું. તેથી આ આશ્રમમાં મારે અનેકવાર જવાનું થયું છે. મને ત્યાંથી ખૂબ જ પ્રેરણા મળે છે. આશ્રમના તમામ કાર્યક્રમોમાં પૂજ્ય સ્વામીજી મહારાજ અને આદરણિયા બહેન પૂનમાતાજી મને નિમંત્રે છે અને હું કદીયે આ નિમંત્રણ ચૂકવા માગતો નથી. મેં બહુ બધી દુનિયા જોઈ છે. ૩૦ દેશોની યાત્રા કરી છે. પરંતુ આવા ત્યાગી,

તપસ્વી સંત સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી જેવા ક્યાંય જોયા નથી. જ્યારે હું પહેલીવાર શિવાનંદ આશ્રમ ગયો, ત્યારથી જ મારાં હદ્દું ઉપર એક ભાવનાપૂર્ણ વિશિષ્ટ છાપ અંકિત થઈ છે. મેં અનેક દેશો જોયા છે, પરંતુ ભારતની ભવ્યતા, ગૌરવ અને ગરિમાની તુલનામાં બીજાં રાષ્ટ્રો ખોખલાં છે. તેમાં સત્ત્વ જેવું કંઈ દેખાયું કે જ્યાયું નથી. પરંતુ તેનો અર્થ એ નથી કે ઈતર રાષ્ટ્રો પ્રત્યે મારી કોઈ સદ્ગુરુવના નથી. તમો બધાં જે જે યુ.કે., યુ.એસ.એ. ઈત્યાદિ દેશોમાંથી આવ્યાં છો, તે બધાં જ સન્માનનીય છે. તમો પણ સન્માનને પાત્ર છો. પરંતુ દરિયાપારનાં દેશોનાં જીવન યાંત્રિક જીવન છે. દુર્ભાગ્યે ભારત પણ હવે આ અસરમાં દબાવા લાગ્યું છે. માનસિક તનાવનો ચેપ ભારતનો પણ ભરડો લેતો જાય છે. આ બધી આંતરરાષ્ટ્રીય રાજસત્તાઓની હુંસાતુંસી છે. પરંતુ આપણા આ શિવાનંદ આશ્રમ જેવી સંસ્થાઓ, સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ જેવા સંતો, પૂનમ માતાજી તથા આશ્રમના અન્ય સેવકો તથા શુભેચ્છકો જેવા સંપૂર્ણ કર્ત્વનિષ્ઠ અને નિઃસ્વાર્થ સેવાભાવી લોકો કેટલા ?

મારાં હદ્દયની તો એક જ ભાવના છે કે તમો બધાં અને સર્વ જગતનાં લોકો શાંત, સ્વસ્થ અને આનંદપૂર્ણ જીવન જીવો. આ કેવી રીતે થાય? જ્યારે શરીર સ્વસ્થ હોય, મન પ્રસન્ન હોય ત્યારે થાય. આવી તન-મન-હુરસ્તીવાળા એક એક વ્યક્તિથી જ સમાજનું ઘડતર થાય છે. પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી આ દિશામાં જ કાર્યશીલ છે. હું સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીનો પ્રશંસક છું. તેમનો શિષ્ય નથી. તેમના શિષ્ય થવાની યોગ્યતા કે ઉંમર નથી. કારણ હું ૮૪ વર્ષનો છું. તેમની પાસેથી આ દિવ્યજ્ઞાની શિક્ષા-દીક્ષા કેવી રીતે લઈ શકું? પરંતુ મને તેમના પ્રત્યે ખૂબ જ સન્માન અને સદ્ગુરુવ છે. આ વર્થ પ્રશંસસા નથી. હું ખરેખર તેમનો સાચો પ્રશંસક છું. હા ! તે મને યોગાસન તો ન શિખવી શકે, પરંતુ પ્રાણાયામ તો શિખવી જ શકે.

તમો સૌ યુ.કે., યુ.એસ.એ. જે જે રાષ્ટ્રોમાંથી આવ્યાં છો તે તમો સૌને અભિનંદન આપું છું. તમો સૌને મળીને પ્રસન્ન છું અને હદ્દું પણ પુલકિત થયું છે. ધ્યાનવાદ.

વृतांत

દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘ, અમદાવાદ : આસ્તિક સમાજ દ્વારા આશ્રમનાં શ્રીશ્રી અષ્ટલક્ષ્મી ભવનમાં વિરાટ શ્રી શાસ્તપૂજન કરવામાં આવ્યું. શ્રી શાસ્તાને હરિહરપુત્ર પણ કહેવામાં આવે છે. દક્ષિણ ભારતમાં ખાસ કરીને અધ્યત્મિકલનાહુમાં ચાણીસ દિવસનું કડક શિસ્ત સાથેનું ગ્રત આ શાસ્ત્ર યાત્રા પૂર્વે કરવામાં આવે છે. આશ્રમનું પ્રાંગણ સ્વારથી મોડી રાત સુધી નાદસ્વરમ્ના સ્વરો અને દક્ષિણ ભારતીય પરંપરાગત વેદિક મંત્રોચ્ચારથી સ્પંદિત રહ્યું.

દશમી તારીખની સાંજે નૃત્યગુરુ શ્રીમતી કેતા ઠક્કરની સંસ્થા અર્થનાં નિરદશાખાની નિમિત્તે આયોજયેલ દસ દિવસીય નૃત્ય સમારંભના કાર્યક્રમની પૂર્ણાહૃતિ, ટાગોર હોલમાં પૂજ્ય સ્વામી શ્રી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજના પ્રમુખસ્થાને થઈ.

દસમીની સાંજે ૫-૦૦ થી ૬-૦૦ સુધી ૧૫મા યોગશિક્ષક તાલીમ સત્રનો વિધિવત્તુ પ્રારંભ કરવામાં આવ્યો. આ સત્રનું પ્રશિક્ષણ ૧૧ થી ૩૦ ડિસેમ્બર સુધી થયું. જેમાં અમેરિકા, કેનેડા, લંડન અને તાઈવાનથી અગિયાર સભ્યો જોડાયા. કુલ ૨૩ યોગશિક્ષકો આ સત્રમાં ઉતીર્ણ થયા. તેમને યોગાસન, પ્રાણાયામ, મુદ્રા, બંધ, કિયા, ધ્યાન, શંખ પ્રક્ષાળન ઉપરાંત, શરીર વિજ્ઞાન અને આરોગ્યાખાનનું જ્ઞાન, ડૉ. શૈતાંગ પંચોલી (કાર્થ્યોલોજિસ્ટ), ડૉ. વર્ષા દવે (ગાયનેકાલોજિસ્ટ), ડૉ. અમીષ ક્ષત્રિય (ઓથેપિઝિક), ડૉ. ઈના પટેલ (પૈથોલોજી), ડૉ. વિશાલ (ડાયાબીટોલોજિસ્ટ) દ્વારા આપવામાં આવ્યું. પૂજ્ય સ્વામીજીએ યોગ ફિલોસોફી, શ્રીમતી રૂપા મજમુદારે પાતંજલ યોગ દર્શન અને રેકીનું જ્ઞાન આવ્યું. કુ. સંગીતા થવાણીએ અજ્યુકેશન સાયકોલોજી, ડૉ. ભાવેશ રંજન માંડલ (એકાઉન્ટન્ટ જનરલ, મહારાષ્ટ્ર અને ડાયરેક્ટર વિજિલન્સ હિન્દુસ્તાન પેટ્રોલિયમ) તથા શ્રી સુરેશ પટેલ સાહેલ દ્વારા મેનેજમેન્ટનું શિક્ષણ આપવામાં આવ્યું. ડૉ. રાજલ શુક્રે આયુર્વેદ અને યોગનું શિક્ષણ આવ્યું. પ્રથમ વિદ્યાર્થીની ભિન્નિલા શાહ અને વિશિષ્ટ વિદ્યાર્થીની તરીકે શ્રીમતી શેરોન (સુધી) એલીટ (યુ.એસ.એ.) રહ્યા.

આ જ્ઞાનસત્રનો પવિત્ર પૂર્ણાહૃતિ સમારંભ ગુજરાત રાજ્યના મહામહિમ રાજ્યપાલ શ્રી પંડિત નવલ કિશોર શર્માજીના અધ્યક્ષપદે તેમના નિવાસસ્થાન રાજ્યભવન, ગાંધીનગર ખાતે આયોજાયો. સર્વ યોગ પ્રશિક્ષાર્થીઓને પ્રમાણપત્ર ઉપરાંત યોગી અંકુરને 'યોગ પ્રચાર રન્ન' ટાઈટલથી અત્રે વિભૂતિપત્ર કરવામાં આવ્યા. સમગ્ર કાર્યક્રમનું સંચાલન શ્રી તપન મંકોડી દ્વારા કરવામાં આવ્યું.

મારવાડી સમાજ દ્વારા આયોજિત શ્રીમદ્ ભાગવત મહાપુરાણ યજનનું ઉદ્ઘાટન શ્રી રાની સતી મંદિર ખાતે પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજે તા. ૧૮-૧૨ની બપોરે કર્યું.

તા. ૨૨-૧૨ની સવારે યુનિવર્સિટી પીસ ફાઉન્ડેશન દ્વારા આયોજિત શાંતિ માટે ધર્મ ચર્ચા-વિચારણામાં પૂજ્ય સ્વામીજી મહારાજનું ઉદ્ભોધન ખૂબ જ પ્રભાવશાળી રહ્યું.

તા. ૨૨-૧૨ થી ૩૧-૧૨ સુધી શિવાનંદ આશ્રમના પ્રાંગણમાં પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ સંચાલિત ઉર્પમા યોગસત્રનું આયોજન થયું. તેનું ઉદ્ઘાટન શ્રીમતી જ્યંતિ રવી આઈએએસ, કમિશનર હૃપર એજયક્યુનેશન, ગુજરાત રાજ્ય દ્વારા દીપ પ્રજ્વલન કરીને કરવામાં આવ્યું. આ યોગસત્રમાં ૭૨૫ પ્રશિક્ષાર્થી જોડાયા.

તા. ૨૪-૧૨ની સાંજે આશ્રમના શ્રીશ્રીશ્રી અષ્ટલક્ષ્મી ભવનમાં ૧૬મા યોગ શિક્ષક તાલીમના વિદ્યાર્થીઓ દ્વારા નાતાલની ખૂબ જ ભવ્ય ઉજવાણી કરવામાં આવી.

તા. ૨૭-૧૨ની સવારે ચેખર ઓફ કોર્મસ, અમદાવાદ દ્વારા આયોજયેલ 'લીડરશીપ' પરિસંવાદમાં પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ દ્વારા 'નેતૃત્વ માટે અધ્યાત્મ શિક્ષણની આવશ્યકતા' હેતુ પર ખૂબ જ મનનીય ઉદ્ભોધન કરવામાં આવ્યું. સુપ્રસિદ્ધ મેનેજમેન્ટ સંસ્થાન આઈઆઈએમ અમદાવાદ-મુંબઈના વરિષ્ઠ અધીક્ષકો શ્રી ગાયકવાડ સાહેબ, શ્રી અત્રેયજી, શ્રી શેલત સાહેબ સર્વેએ પૂજ્ય સ્વામીજીના વક્તવ્યની ખૂબ જ સરાહના કરી. આ સેમિનાર યુનિવર્સિટીના પ્રાથ્યાપકો અને વિદ્યાર્થીઓ માટે આયોજવામાં આવ્યો હતો.

તા. ૨૮-૧૨નો દિવસ શિવાનંદ આશ્રમના પ્રાંગણમાં એક વિશેષ દિવસ હતો. પૂજ્ય સ્વામીજી લિભિત 'યોગ એજ જીવન' લેખમાળા (ગુજરાત ટાઇમ્સ-ન્યૂઝોક્રિસ્ટ)નું ગુજરાતી અને અંગ્રેજી પુસ્તક સ્વરૂપમાં લોકપણ અમદાવાદના સુપ્રસિદ્ધ ડોક્ટરો ડૉ. તેજસ પટેલ, ડૉ. મહૂર પટેલ, ડૉ. શૈતાંગ પંચોલી, ડૉ. અમિષ ક્ષત્રિય, ડૉ. ઈના પટેલ, સ્વામી નારાયણ સ્વરૂપનાંદજી મહારાજ વગેરે દ્વારા કરવામાં આવ્યું. આ પુસ્તકનું પ્રકાશન ગુજરાતી ટાઇમ્સના નિવાસી તંત્રી શ્રી રમેશ તશા અને ગુજર ગ્રથરના કાર્યાલય દ્વારા કરવામાં આવ્યું. પુસ્તક વિમોચન કાર્યક્રમ ઉપરાંત રક્તદાન શિબિર પણ થઈ.

૨૮મીની રાતે ગરબા અને દાખા ઉજાણીના ઉત્સવે આશ્રમ પ્રાંગણને વિવિધ રંગોથી વિભૂતિત કર્યો. આ ઉપરાંત આશ્રમના સર્વ યોગ, રેકી વર્ગો, યોગ દ્વારા રોગ નિવારણ, ગરીબોને અશરદાન, બાળકોને પૌષ્ટિક ખોરાક વિતરણ વગેરે સર્વ કાર્યક્રમો યથાવતુ થયા. આશ્રમની નિત્ય પૂજાઓ, સત્સંગો, મંત્રજપ, પૂર્ણિમાની સાંજે મહિલા સંઘ દ્વારા શ્રી લલીતા સહસ્રનામ, શ્રી સત્યનારાયણ મહાપૂજા, શ્રી દાતાત્રેય જ્યંતિ, પ્રત્યેક શનિવારની સાંજે સુંદરકંડ પારાયણ ખૂબ જ આનંદ અને ઉત્સાહ સાથે સંપત્ત થયાં.

ઉસ્માનપુરા : દિવ્ય જીવન માસિકના ચાર નવા સભ્યો નોંધાયા છે. દિવાળી સ્નેહમિલન અને સંગીત સભા તા. ૧૬-૧૧-૦૮ના રોજ શિવાનંદ યોગ કેન્દ્ર ખાતે ચાખી હતી. ૧૨૦ સભ્યો હાજર રહ્યા. નારણપુરા કેન્દ્રની બહેનો અને વિકમભાઈ પટેલના સભ્યોએ સારાં ભજન રજૂ કર્યો. રમશભાઈ મુલવાનીએ

બધી વ્યવસ્થા સંભાળી. શ્રી સુરેશભાઈ માલુ, શ્રી સમુભાઈ શાહ અને પૃષ્ઠાબેન ખેચકાની તરફથી નાસ્તો અને આઈસ્કીમનો લાભ મળ્યો. શ્રીમતી જયશ્રીબેને પાહુકાપૂજા કરી. અમારી શાખાના ત્રણ સભ્યોશ્રી ઠાકરસાહેબ, શ્રી મહીભાઈ પટેલ અને જયશ્રીબેને સુરેન્દ્રનગર ખાતે દિવ્ય જીવન સંધની ગુજરાતની શાખાના હીરક મહોત્સવમાં લાભ લીધો. ગુરજી અને ભગવાન ચિદાનંદની પાહુકા અને ફીટાઓ ભેટમાં લાભા તે શિવાનંદ યોગ કેન્દ્ર ખાતે પ્રસ્થાપિત કર્યા છે. યોગ અને આરોગ્ય માટેના વર્ગો હુંમેશાં ૮થી ૮-૩૦ સુધી ચાલે છે.

વડોદરા : વડોદરા મેટ્રોપોલિટન જે.સી. (જુનિયર ચેમ્બર્સ)ના જ્ઞાનવર્ષના પદવી સમારંભ ખાતે શ્રી તારક માંડડ જે.સી.ના નિમંત્રણે પૂજ્ય સ્વામીજી તા.૧૮-૧૨ના રોજ પદ્ધાર્ય હતા. તે દિવસે હિન્દુસ્તાન પેટ્રોલિયમની કારોબારી

સભાને પણ પૂજ્ય સ્વામીશ્રી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીએ હોટેલ વેલકમમાં સંભોધિત કરી હતી. વડોદરા દિવ્ય જીવન સંધના પ્રમુખ સભાસદ શ્રીમતી કોડિલાબેન ઉપેન્દ્રભાઈ પુરોહિતને એક્ઝિટેન્ટ અને મેજર ઓપરેશન કરવામાં આવેલ છે. પૂજ્ય સ્વામીજી પરદેશની યાત્રાએ હતા, તેથી તેમને ત્યાં ‘ચિદાનંદ’માં તેમના દર્શને ગયેલા.

નારેશ્વર : તા.૨૧-૧૨ના રોજ શ્રી દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘ, અમેરિકાના અંતેવાસી ડૉ. શ્રીમતી મીનળબેન અને ડૉ. ભરતભાઈ નાયક તેમના માતુશ્રી (સાસુશ્રી)ના અસ્થિવિસર્જન માટે શિકાગોથી નારેશ્વર પધારતાં પૂજ્ય સ્વામીજી નારેશ્વર પધાર્ય હતા. શ્રીશ્રીશ્રી રંગ અવધૂતજી મહારાજની મહાસમાધિનાં દર્શન કરી, નર્મદાસ્નાનનો આનંદ માણી સૌ અમદાવાદ પાછાં આવ્યાં હતાં.

આગામી કાર્યક્રમ

શ્રી સ્વામી ચિદાનંદ મેમોરિયલ પ્રવચન : શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ ખાતે કાર્યક્રમનું પ્રથમ પ્રવચન મહામંદલેશ્વર શ્રીમતું સ્વામી સત્યમિત્રાનંદજી મહારાજ (નિવૃત્ત શંકરાચાર્ય અને ભારતમાતા મંદિરના સંસ્થાપક) તા.૧૩ જાન્યુઆરી, ૨૦૦૮ મંગળવારના રોજ સાંજે ૬ થી ૮ સુધી આયોજિત કરેલ છે.

શ્રી દુઃખભંજન હનુમાનજી મંદિરનો ચતુર્થ પાઠોત્સવ : પરમ પૂજ્ય શ્રીમતું સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજની પાવન નિશ્ચામાં તા.૨૬-૧-૨૦૦૮, શનિવારના રોજ સવારે શ્રીમારુત્યિજ્ઞા, બંડારો બપોરે ૧૨ કલાકે અને શ્રી અજ્યભાઈ યાણ્ણિક (દિલ્હી) દ્વારા સંગીતમય સુંદરકાંડ પારાયણ સાંજે ૭-૩૦ થી ૧૦-૩૦ કલાકે. શ્રી અશ્રિનભાઈ પાઠકના મધુર કંઠે સંગીતમય સુંદરકાંડ તા.૩૧-૧-૨૦૦૮, શનિવારના રોજ સાંજે ૭-૩૦ કલાકે.

મોન દ્યાન શિબિર : ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંધ દ્વારા આયોજિત મૌન સાધના શિબિર તા.૧ ફેબ્રુઆરીથી ૫ ફેબ્રુઆરી દરમિયાન નર્મદાસૈયાના પવિત્ર સાંનિધ્યમાં આયોજિત કરવામાં આવેલ છે. શિબિરમાં આવનાર સાધકોએ ૧૫૦ ફેબ્રુઆરીના રોજ બપોરના ભોજન બાદ સ્વસ્થાને પરત જઈ શકશે. નારેશ્વર નિવાસ દરમિયાન સર્વે સાધકોએ પૂર્ણ મૌન પાળવાનું રહેશે. પોતાની મૌન સાધના માટે સૌ સાધકોએ પોતાની સર્વે આધ્યાત્મિક સ્વાચ્છાય સામગ્રી પોતાની સાથે લઈને આવવા વિનંતી. માત્ર ૨૫ સાધકો જ લેવાના હોઈ સત્તવે વડોદરા શ્રી ઉપેન્દ્રભાઈ પુરોહિત (૦૨૬૫-૨૩૫૨૦૫૮) અથવા શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદમાં શિબિર શુલ્ક રૂ.૫૦૦/- જમા કરાવી નામ નોંધાવી લેવા વિનંતી.

મહાશિવરાત્રી ઉત્સવ : ભગવાન શ્રી વિશ્વાનાથ મહાદેવની અસીમ કૃપાથી ૨૩ ફેબ્રુઆરી ૨૦૦૮, સોમવારના રોજ મહાશિવરાત્રી ઉત્સવ પૂજ્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજની પાવન નિશ્ચામાં ઉજવવામાં આવશે. ઉત્સવ દરમિયાન આશ્રમમાં નિવાસ, ફલાહાર અને વિવિધ પૂજાઓનું આયોજન કરવામાં આવેલ છે. આપ આશ્રમમાં કેટલા વ્યક્તિઓ, ક્યારે પહોંચશો તેની લેખિત સૂચના આપવાથી સારી વ્યવસ્થા થઈ શકે. કોઈ કારણસર આપ આવવાની સૂચના ન આપી શકે તો પણ આ ઉત્સવ આપનો જ સમજુને આપ આવી શકે છો. આપ જો આ પાવન પ્રસંગે આપના તરફથી કોઈ પૂજા કરવા કે કરાવવા ઈચ્છા ધરાવતા હો તો કૃપા કરીને આશ્રમના કાર્યાલયનો સત્તવે સંપર્ક કરવો અત્યંત જરૂરી છે. જેની સૂચના મંત્રીશ્રી, શ્રી દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘ, શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ ખાતે મનીઓર્ડર કે ડિમાન્ડ પ્રાફ્ટ સાથે લેખિતમાં જ્ઞાન કરવી જરૂરી છે. પૂજા માટે ભક્તગણ હંમેશાં છેલ્લે સુધી રહે જુએ છે તેથી તેઓને અનુરૂપ પૂજા માટેનો સમય ફાળવવામાં મુશ્કેલી પડતી હોઈ વિનંતી કે આપ સર્વેનો સહકાર આશ્રમને આપવા વિનંતી.

મહાશિવરાત્રી ઉત્સવ કાર્યક્રમ

અભિપ્રેકાત્મક લધુરૂદ્ર તથા મહાપૂજા અને મહાઆરતી
વિશીષ પૂજા અને રૂપ્રાભિપ્રેક પૂજાઓ
સર્વે ભક્તો માટે મંદિરનું ગર્ભગૃહ પૂજા તથા દર્શન માટે ખુલ્લું રહેશે
અભિપ્રેકાત્મક લધુરૂદ્ર અને રૂપ્રિપાઠ
મંદિર શુંગાર દર્શન માટે ખુલ્લું રહેશે
ભર્મ આરતી
પ્રહરપૂજા અને પ્રહર રૂપ્રિપાઠ (દરેક કલાકે પૂજા થશે)
મહાઆરતી
ભક્તિ સંગીતમાં શ્રી શ્વામ ભજન સંધ્યા (સૌજન્ય : શ્રી શ્વામ સેવા મંડળ), ડૉ. મોનિકાબેન શાહ (સુરમણી), પંડિત શ્રી કૃષ્ણાંતભાઈ પરીખ, પંડિત શ્રી નિરજચંદ્ર પરીખ, પંડિત વિકાસચંદ્ર પરીખ, શ્રીમતી મયૂરિકાબેન ઓર્જા, પંડિત ઓમકારનાથ સંગીતસભા, ભર્મયના કલાકારો પ્રસ્તુત કરશે.

ટાઈટલ-૧

મહિત્વાકાંક્ષા અને ઈચ્છા

જ્યારે તમને ઈચ્છાઓ હેરાન કરે ત્યારે એંડ્રિક જીવનની ખામીઓ જોઈને વૈરાગ્ય કેળવો. વિચારો કે ભોગ દુઃખ ઉત્પન્ન કરે છે અને બધી જ વસ્તુઓ ક્ષય પામી રહી છે. વારંવાર મનને પદાર્�ો તરફથી પાછું ખેંચો અને તેને અમર આત્મા ઉપર કેન્દ્રિત કરો.

- સ્વામી શિવાનંદ

ટાઈટલ-૪

આત્મપરીક્ષા

મનુષ્ય તેના અહંકેન્દ્રિત વલણથી બીજાઓનાં ચારિત્યનો અને તેમની રીતભાતનો ન્યાય કર્યા કરે છે; જ્યારે તેના પોતાની અંદર અસંખ્ય નબળાઈઓ અને ખામીઓ હોય છે. તેમનું બારીકાઈથી નિરીક્ષણ કરીને તેમને દૂર કરવી જોઈએ. લોકોને પોતાની ખામીઓની અવગાશના કરવાની અને અન્યના દોષોને મોટા કરીને જોવાની ટેવ જ હોય છે. લોકોના દોષો જોવાની ટોર્ચને પોતાની તરફ વાળવી જોઈએ. માણસે પોતાના મનમાં ઘર કરી ગયેલા અહંકારને કચરાપેટીમાં નાખી દેવો જોઈએ.

- સ્વામી શિવાનંદ



મહામહિમ રાજ્યપાલશ્રીનું બોરસલીના છોડથી
અભિવાદન કરતા પુજ્ય સ્વામીજી, તા. ૨૭-૧૨-૦૮



શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ ખાતે યોગાસન શિબિર-
૭૨૫નું દિપ પ્રાગટ્ય કરતાં હાયર એજ્યુકેશન
કમિશનર શ્રીમતી જ્યંતી રવિ(આઈ.એ.એસ.)



શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ ખાતે નાતાલની ઉજવણી
તા. ૨૪-૧૨-૦૮



ગુજરાત યુનિ. ખાતે યુનિવર્સિટી પીસ ફડરેશનમાં
પુજ્ય સ્વામીજીનું શાંતિ ઉદ્ભોધન, તા. ૨૬-૧૨-૦૮



દિવ્ય જીવન સંઘ, સુરેન્દ્રનગરના સુવર્ણ જ્યંતિ વર્ષ નિમિત્તે પરમપુજ્ય
શ્રીમત્ સ્વામી નિર્લીમાનંદજી મહારાજની અધ્યક્ષતામાં ત્રીદિવસીય સાધના શિબિરમાં સંતવૃંદ



શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ ખાતે શ્રી વિશ્વનાથ મહાદેવની
 પુજામાં મંજુન પંડિત જશરાજજી તથા પંડિત વિકાસ પરીખ
 તા. ૩૧-૧૨-૦૮



શહેરના પ્રસિધ્ય ડોક્ટરો દ્વારા પુજ્ય સ્વામીજી લિખીત
 "યોગ એ જ જીવન" ગુજરાતી અને અંગ્રેજી ભાષામાં
 પુસ્તકોનું લોકાપ્લાણ, તા. ૨૮-૧૨-૦૮



૧૬ મોયોગશિક્ષક તાલીમ શિબિર ડિસેમ્બર ૨૦૦૮

આત્મપરીક્ષણ : મનુષ્ય તેના અહંકેન્દ્રિત વલણથી બીજાઓનાં ચારિત્યનો અને તેમની રીતભાતનો ન્યાય કર્યા કરે છે; જ્યારે તેના પોતાની અંદર અસંખ્ય નબળાઈઓ અને ખામીઓ હોય છે. તેમનું બારીકાઈથી નિરીક્ષણ કરીને તેમને દૂર કરવી જોઈએ. લોકોને પોતાની ખામીઓની અવગણના કરવાની અને અન્યના દોષોને મોટા કરીને જોવાની ટેવ જ હોય છે. લોકોના દોષો જોવાની ટોર્ચને પોતાની તરફ વાળવી જોઈએ. માણસે પોતાના મનમાં ઘર કરી ગયેલા અહંકારને કચરાપેટીમાં નાખી દેવો જોઈએ.

- સ્વામી ચિદાનંદ