

શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની પ્રેરણાથી પ્રકાશિત દિવ્ય જીવન

વર્ષ : ૪

અંક : ૮-૯

ઓગસ્ટ-સપ્ટેમ્બર-૨૦૦૭

સંસ્થાપક અને આદ્યતંત્રી :
બ્રહ્મલીન શ્રી સ્વામી યાજ્ઞવલ્ક્યાનંદજી
(ડૉ. શિવાનંદ અધ્યયજી)
સંપાદક મંડળ
શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી
ડૉ. મફતલાલ જે. પટણી
ડૉ. હરીશ દ્વિવેદી

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

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

E-mail :
(1) sivananda_ashram@yahoo.com
(2) sivanandaashram@gmail.com
Website : http://divyajivan.org

લવાજમ

ભારતમાં
વાર્ષિક લવાજમ : રૂ. ૧૦૦/-
શુભેચ્છક લવાજમ : રૂ. ૧૦૦૦/-
(૧૫ વર્ષ માટે)
પેટ્રન લવાજમ : રૂ. ૨૫૦૦/-
છૂટક નકલ : રૂ. ૧૦/-
વિદેશ માટે :
વાર્ષિક 12 અથવા 8 (એર મેઈલ)
પેટ્રન 250 અથવા 160 (એર મેઈલ)
ફેક્સ ડ્રાફ્ટ (અમદાવાદ) દ્વારા

શ્રી કૃષ્ણાનું હું શરણ લઉં છું

પરિપૂર્ણતમ: સાક્ષાચ્છ્રીકૃષ્ણો ભગવાન્ સ્વયમ્ ।
અસંખ્યબ્રહ્માણ્ડપતિર્ગોલોકે ધામ્નિ રાજતે ॥ ગર્ગસંહિતા: ૧/૧/૧૯
'સાક્ષાત્ ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ જ પરિપૂર્ણતમ અવતાર છે.' અસંખ્ય બ્રહ્માંડોના
અધિપતિ તે પ્રભુ ગોલોકધામમાં બિરાજે છે.'

યસ્મિન્ સર્વાણિ તેજાંસિ વિલીયન્તે સ્વતેજસિ ।
તં વદન્તિ પરે સાક્ષાત્ પરિપૂર્ણતમં સ્વયમ્ ॥ ગર્ગ: ૧/૧/૨૪
'જેમના પોતાના તેજમાં અન્ય સંપૂર્ણ તેજ વિલીન થઈ જાય છે, ભગવાનના
તે અવતારને શ્રેષ્ઠ, વિદ્વાન પુરુષ સાક્ષાત્ 'પરિપૂર્ણતમ' કહે છે.'

પરિપૂર્ણતમ: સાક્ષાચ્છ્રીકૃષ્ણો નાન્ય એવ હિ ।
એક કાર્યાર્થભાગ્ય કોટિકાર્યં ચકાર હ ॥
પૂર્ણ: પુરાણ: પુરુષોત્તમોત્તમ: પરાત્પરો ય: પુરુષ પરમેશ્વર: ।
સ્વયં સદાડનન્દમયં કૃપાકરં ગુણાકરં તં શરણં વ્રજામ્યહમ્ ॥

ગર્ગ:૧/૧/૨૬-૨૭
'સ્વયં પરિપૂર્ણતમ ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ જ છે, બીજા નહિ; કારણ કે શ્રીકૃષ્ણે
એક કાર્યના ઉદ્દેશ્યથી અવતાર લઈ અન્યાન્ય કરોડો કાર્યો સંપાદન કર્યા છે.'
'જે પૂર્ણ, પુરાણ, પુરુષોત્તમોત્તમ અને પરાત્પર પુરુષ પરમેશ્વર છે, તે સાક્ષાત્
સદાનંદમય, કૃપાનિધિ, ગુણોના આકાર ભગવાન શ્રીકૃષ્ણાનું હું શરણ લઉં છું.'

શિવાનંદ વાણી

ભક્તિ : પૂજા

ભક્તના હૃદયને પરમાત્માના ચરણકમળમાં સદાય બાંધનાર પ્રેમની પાતળી
દોરી ભક્તિ અથવા પૂજા છે. ભક્તિ એટલે પ્રભુ પ્રત્યે તીવ્ર ભાવ અને તેની સાથે
પરમ જોડાણ, ભક્તિ એટલે પ્રભુ પર સ્વયંભૂ પ્રેમના કળશ ઢોળાયે જ જાય તે. એ
પવિત્ર, નિ:સ્વાર્થી, દૈવી અને શુદ્ધ પ્રેમ છે. ભક્તોએ એનો સન્નિષ્ઠાપૂર્વક અનુભવ
કરવો જોઈએ. ભક્તિ ભવ્ય અને ઉદાત્ત ભાવ છે કે જે ભક્તનું પ્રભુ સાથે જોડાણ
કરે છે. ધાર્મિક જીવનનો ભક્તિ એ પાયો છે. ભક્તિ વાસના અને અહંકારનો
નાશ કરે છે. ભક્તિ મનને ઉન્નત શિખરો પર લઈ જાય છે. જ્ઞાનના ભંડાર ખોલવાની
એકમાત્ર ચાવી ભક્તિ છે. ભક્તિનું રૂપાંતર છેવટે જ્ઞાનમાં થાય છે. ભક્તિ
દ્વૈતમાંથી ઉદ્ભવે છે અને અદ્વૈતમાં પરિણમે છે. પરાભક્તિ અને જ્ઞાન એ બંને
એક જ વસ્તુ છે.

- સ્વામી શિવાનંદ

હવે પછીનો ઓક્ટોબર-૨૦૦૭નો 'દિવ્ય જીવન' અંક પ્રગટ થશે.

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

અનુક્રમ

૧.	શિવાનંદવાણી	૧
૨.	અનુક્રમ, તહેવાર સૂચિ	૨
૩.	સંપાદકીય	૩
૪.	સંદેશા	૫
૫.	જીવન ધ્યેય	ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી	૩૭
૬.	મનાયે શ્લોક-મનોબોધ	શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી	૪૨
૭.	ગુરુ અને શિષ્ય	શ્રી સ્વામી સત્ચિદાનંદજી	૪૪
૮.	આચારંગ સૂત્ર	શ્રી આચાર્ય વિજયરત્નસુંદરસૂરિજી ...	૪૮
૯.	આનંદ કુટિર	શ્રી સ્વામી ચૈતન્યાનંદજી	૪૯
૧૦.	હિન્દુ ધર્મ - સનાતન ધર્મ	શ્રી અરવિંદ	૫૨
૧૧.	સદ્વાણી	શ્રી શ્રી મા આનંદમયી	૫૩
૧૨.	ભગવદ્ ગીતાનો તત્ત્વસાર	શ્રી સ્વામી કૃષ્ણાનંદજી	૫૪
૧૩.	ઈશ્વરની યાદ	શ્રી સ્વામી વ્યંકટેશાનંદજી	૫૮
૧૪.	યોગ એ જ જીવન(૨)	શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી	૬૧
૧૫.	સાદું જીવન અને ઉચ્ચ વિચારો	શ્રી સ્વામી જ્યોતિર્મયાનંદજી	૬૪
૧૬.	યોગ	શ્રી સ્વામી યાજ્ઞવલ્ક્યાનંદજી	૬૭
૧૭.	શ્રીકૃષ્ણનું શરીર ધારણ...	શ્રી યોગેશ્વર	૬૯
૧૮.	માનવ જીવનનું લક્ષ્ય	શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી (સિહોર)	૭૧
૧૯.	એક પત્ર	શ્રી મોટા	૭૪
૨૦.	ઋષિતુલ્ય માનભાઈ...	શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી	૭૬
૨૧.	પ્રસંગ વાર્તા	પપા સ્વામી રામદાસ	૭૭
૨૨.	ઉપનિષદ યાત્રા	શ્રી ગુણવંતભાઈ શાહ	૭૯
૨૩.	વિભીષણ મંદિર	શ્રી ભાણદેવ	૮૨
૨૪.	પ્રત્યાહાર	ડૉ.સી.સી. રાવલ	૮૫
૨૫.	સબ ઘટ મેરા સાઈયાં	શ્રી કાંતિલાલ કાલાણી	૮૭
૨૬.	પ્રેમથી પાવિત્ર્ય પ્રગટે...	શ્રી હરિભાઈ કોઠારી	૯૦
૨૭.	એકાગ્રતા અને ધ્યાન	શ્રી સ્વામી નિખિલેશ્વરાનંદજી	૯૨
૨૮.	શ્રી ચૈતન્ય મહાપ્રભુજી...	શ્રી કનૈયાલાલ મ. પંડ્યા	૯૪
૨૯.	અહિંસા	પ્રા. ડૉ. રક્ષાબહેન પ્ર. દવે.	૯૮
૩૦.	પ્રેમને પામતા પહેલાં...	ડૉ. હરીશ દ્વિવેદી	૧૦૦
૩૧.	શ્રધ્ધાંજલી	૧૦૨
૩૧.	વૃત્તાંત	૧૦૩
૩૨.	જાહેરાત	૧૦૭

તહેવાર સૂચિ

ઓગષ્ટ, ૨૦૦૭

તા. તિથિ (અષાઢ-વદ)

૭	૯	પૂ. સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની ૪૪મી પુણ્યતિથિ આરાધના દિન
૯	૧૧	એકાદશી
૧૦	૧૩	પ્રદોષ પૂજા
૧૨	૩૦	અમાવાસ્યા

(શ્રાવણ-સુદ)

૧૮	૫	શ્રી નાગપંચમી
૨૦	૭	શ્રી ગોસ્વામી તુલસીદાસ જયંતી
૨૪	૧૧	એકાદશી
૨૬	૧૩	પ્રદોષ પૂજા
૨૭/૨૮	૧૪/૧૫	પૂર્ણિમા

(સપ્ટેમ્બર) (શ્રાવણ-વદ)

૪	૮	શ્રી કૃષ્ણ જયંતી
૭	૧૧	એકાદશી
૮	૧૨	પ્રદોષ પૂજા, શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજનો ૧૨૦મો જન્મદિન.
૧૧	૩૦	અમાવાસ્યા

(ભાદરવા-સુદ)

૧૪	૩	શ્રી વરાહ જયંતી
૧૫	૪	શ્રી ગણેશ ચતુર્થી
૧૬	૫	ઋષિ પંચમી
૧૯	૮	શ્રી રાધા અષ્ટમી
૨૩	૧૧	એકાદશી, શ્રી વલ્લભ જયંતી
૨૪	૧૨/૧૩	પ્રદોષ પૂજા
૨૫	૧૫	અનંત ચતુર્દશી
૨૬	૧૫	પૂર્ણિમા મહાલય (પિતૃ પક્ષ શરૂ)

સંપાદકીય

દિવ્ય જીવન – સ્વાર્ણ જ્યંતી પર્વે એક દિવ્ય યાત્રા

પૂજ્ય શ્રી ચરણ સદ્ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજનાં સૌ પ્રથમ દર્શન પૂજ્ય બાપુજી (ડૉ. ભાનુશંકર ગૌરીશંકર અધ્વર્યુજી) એ શ્રી સ્વામીજી મહારાજની અખિલ ભારત અને શ્રીલંકાની યાત્રા દરમિયાન ભારતીય વિદ્યાભવન ખાતે મુંબઈ મુકામે ઈ.સ.૧૯૫૦માં કર્યાં. ત્યારબાદ શ્રી ગુરુદેવની પ્રેરણાથી જ પૂજ્ય બાપુજી મુંબઈ છોડી પાટણ આવીને વસ્યા. ૧૯૫૨માં વીરનગર આવીને તેમણે શિવાનંદ આશ્રમ દ્ષીકેશની યાત્રા કરી અને શ્રી ગુરુદેવની પ્રેરણાથી તેમણે પાટણથી ૧૯૫૬માં ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ અને ‘દિવ્ય જીવન’ માસિકનો આરંભ કર્યો. આજે પાંચ દાયકાના વહાણાં વાયાં છે, ત્યારે દિવ્ય જીવને અનેક તડકા-છાયા અનુભવ્યા છે, તેની વિસ્મૃતિ કરી શકાય તેમ નથી. પાટણથી પૂજ્ય બાપુજી વીરનગર આવ્યા પછી દિવ્ય જીવનનાં રૂપરંગ પણ બદલાયાં છે. અત્યારે જે - સાઈઝમાં અંક આવે છે; તે વચ્ચે ડેમી સાઈઝ પણ થયેલો.

પૂજ્ય બાપુજીના નેત્ર યજ્ઞો ઠેરઠેર થતા; બ્રહ્મલીન શ્રી સ્વામી ભૂમાનંદજી મહારાજ આ નેત્રયજ્ઞો દરમિયાન એક સો રૂપિયા લઈને આજીવન સભ્યપદ માટે નોંધતા.

રાજકોટના કાઠિયાવાડ ટાઈમ્સમાં સુશ્રી કાશ્મિરાબેન વઝીરાણીએ આ અંકનું સંપાદન અને મુદ્રણ અનેક વર્ષો સુધી તેમના કાઠિયાવાડ ટાઈમ્સમાં કર્યું. ત્યારે આવરણ કવર અજંતા પ્રિન્ટર્સ દ્વારા રાજકોટમાં છપાતું.

પૂજ્ય બાપુજીની આંખોની રોશની ઓછી થઈ ગયા બાદ આપણે ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ અને ‘દિવ્ય જીવન’ માસિક બંનેને અમદાવાદ શિવાનંદ આશ્રમ ખાતે લઈ આવ્યા. પૂજ્ય બાપુજીએ અમદાવાદ ખાતે દિવ્ય જીવનને પામેલ નૂતન કલેવરનો ખૂબ જ સંતોષ વ્યક્ત કર્યો.

આરંભમાં પંદરેક વર્ષ તેનું મુદ્રણ સાહિત્ય મુદ્રણાલયમાં થયું. ત્યાં કાર્યક્ષેત્રનું વિભાજન થયા બાદ તેમના જ ઓફિસ્રીંગ સંસ્થાન પ્રિન્ટવિઝનમાં હવે પાંચ વર્ષથી દિવ્ય જીવનનું મુદ્રણ થાય છે.

સંપાદકો બદલાયા છે. જેઓ કામ કરતા રહે, પરસેવો પાડે, જેને ‘દિવ્ય જીવન’નું દાઝે તે રહે, બાકી છૂટા થાય. હવે સંપાદક મંડળમાં શ્રી હરીશભાઈ દ્વિવેદી જોડાયા છે એમને ત્યાં હરિઝં ગ્રાફિક્સમાં દિવ્ય જીવન માસિકનું ડી.ટી.પી.નું કામ પણ થાય છે; મુદ્રણ પ્રિન્ટવિઝન કરે છે; આવરણ સમયે સમયે વધુને વધુ સુંદર રૂપ ધારણ કરતું જાય છે. દિવ્ય જીવનની શાખાઓ અને શિવાનંદ આશ્રમ અમદાવાદ, ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘની પ્રવૃત્તિઓના અહેવાલો સિવાય હવે રંગીન ફોટાઓ પણ છપાતા થયા છે.

સૌથી વધુ શ્રેય તો અમદાવાદમાં દિવ્ય જીવન આવ્યા પછી જો કોઈને હોય તો તે આદરણીય ડૉ.મફતભાઈ જે. પટણી સાહેબને છે. તેમની ૮૬ વર્ષની વયે બે હાર્ટએટેક આવ્યા પછી આ ‘દિવ્ય જીવન’ માસિક જ તેમની જીવાદોરી બની રહ્યું છે. સંતોના લેખોના અનુવાદ, સામયિકોમાંથી સદ્વિચારોનું સંકલન, અને આ માસિક એક માત્ર વાડા કે પંથના આવરણોમાં ન બંધાઈ જાય તેવા મુક્ત અને સંતુલિત જ્ઞાનવર્ધક અને જીવન પથપ્રદર્શક લેખોનું ચયન-ફરીથી કહું તો ડૉ. એમ.જે. પટણી સાહેબને જ આભારી છે. જોડણીના શુદ્ધીકરણ માટે પણ તેમની અનુભવી આંખોને ધન્યવાદ આપવો જ ઘટે.’

સ્થળાંતર થયું ત્યારે બહુ કરજમાં હતા; પરંતુ આદરણીય શ્રી શ્રેયસભાઈ પંડ્યા, સાહિત્ય મુદ્રણાલયની ઉદારતાથી અને શુભેચ્છકોની ઉદારચરિત સહાય વડે બધું જ કરજ ઊતરી ગયું. સાતસો ગ્રાહકોમાંથી ચાર હજાર ગ્રાહકો થયા. આ સ્વર્ણજયંતી પર્વે આ સર્વે સુજાજનોનું સ્મરણ અને તેમને હૃદયપૂર્વક અભિનંદન.

દિવ્ય જીવન માસિક શ્રી સદ્ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજના આશીર્વાદ અને શુભેચ્છાઓ સાથે ચાલુ થયેલું. પૂજ્ય બાપુજીએ તેમની ક્ષમતા હતી ત્યાં સુધી તેમની રીતે ચલાવ્યું. ત્યારબાદ પણ આ માસિક દ્વારા દિવ્ય જીવન પ્રેમી મુમુક્ષુઓનું કલ્યાણ ભારતના ચારેય ખૂણે વસતા ગુજરાતી ભાષાભાષી ભક્તો અને દરિયાપારના શિવાનંદ પ્રેમીઓ સાથે એકમેકને જોડતું આ એકસૂત્રતા આપતું માસિક છે. શ્રી ગુરુદેવના સેવા, પ્રેમ, દાન, પવિત્રતા, આત્મસાક્ષાત્કાર, ભલા બનો, ભલું કરો, ઉદાર બનો, વિચાર કરો, હું કોણ છું- હું નિત્ય સત્ય, શુદ્ધ, બુદ્ધ, અજર અમર આત્મા છું. આ જ સાચું ચિંતન છે. દિવ્ય જીવનનો આ જ સંદેશ છે. દિવ્ય જીવન શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજનું હૃદય છે. તેને શાશ્વત રાખવું પ્રત્યેક શિવાનંદ પરિવારના પરિજનનું આગવું કર્તવ્ય છે.

દિવ્ય જીવન માસિક જ નથી. શ્રી સદ્ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજ અને અનેક સંતો સાથેનો પ્રત્યક્ષ સત્સંગ છે, સાંભળ્યું અથડાય છે. લખ્યું વંચાય છે. રેડિઓ કે દૂરદર્શન અને કથા વાર્તાઓ માધ્યમે સત્સંગો થતા હોય છે, પરંતુ આ સત્સંગ આપણે આંગણે, આપણે ઘરે ઘરે આવીને જ્ઞાનપ્રકાશ વિકાસનું ભાથું બાંધી આપે છે, તેને સદૈવ આવકારીએ, વાંચીએ, વિચારીએ, મનન, નિદિધ્યાસન કરીને જીવન ધન્ય કરીએ; ત્યાં જ જીવન સાર્થક્ય. ॐ શાંતિ.

- સ્વામી અધ્યાત્માનંદ

List of Well-wishers for Divya Jivan Corpus Fund

M/s. Sahitya Mudranalay P. Ltd. , Ahmedabad	Rs. 20,000/-
M/s. Standard Pesticides P. Ltd., Baroda	Rs. 15,000/-
Shri Dinsa Patel, Nadiad	Rs. 11,000/-
M/s. Megna Graphics (India) Ltd., Mumbai	Rs. 11,000/-
Shri Natwarlal M. Patel, Baroda	Rs. 10,000/-
A Wel-wisher, Baroda	Rs. 10,000/-
M/s. Print Vision P. Ltd., Ahmedabad	Rs. 10,000/-
M/s. Flexican Bellows & Hoses P. Ltd., Baroda	Rs. 10,000/-
M/s. Shriji Pesticides P. Ltd., Baroda	Rs. 07,500/-
M/s. Mehta & Associats, Baroda	Rs. 07,500/-
Smt. Santokben M. Swadia Charitable Trust, Baroda	Rs. 05,000/-
Shri U. P. Purohit, Baroda	Rs. 05,000/-
Shri M. J. Patani, Ahmedabad	Rs. 05,000/-
Shri N.C. Patel Foundation, Baroda	Rs. 03,500/-
M/s. Rockman Industries Ltd., Ludhiana	Rs. 02,500/-
Shri Somabhai M. Patel Charitable Trust, Baroda	Rs. 02,000/-

દિવ્ય જીવન વર્ષ ૪ અંક : ૮-૯ ઓગસ્ટ-સપ્ટેમ્બર, ૨૦૦૭

જીવન ધ્યેય

ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી

ગંગા તટસ્થં ચિરયોગીરાજં યોગે રમન્તં શુચિશાંતમૂર્તિમ્ ।
આનંદસંસ્થં વિપિને વસન્તં કાષાયવન્તં સતતં નમામિ ॥

પરમ આનંદ તો માનવીનો સહજ સ્વભાવ છે અને દિવ્યતા એનું મૂળ છે. મનુષ્યનો સ્વભાવ દિવ્ય છે પરંતુ પોતાની પાશવી વૃત્તિને અજ્ઞાનના આવરણને કારણે માનવી તે ભૂલી ગયો છે. અજ્ઞાનના આવરણને લઈને માનવી પોતાને શરીર, મન અને ઈન્દ્રિયો સમજી બેઠો છે. આ બધાંથી પર થતાં જ તે પરમ આનંદ સ્વરૂપ બ્રહ્મ આત્મા સાથે ઐક્ય સાધે છે.

આત્મા જ પૂર્ણ અને પરમ સત્ય છે. માનવીના અંતરમાં તે રહેલો છે. બ્રહ્મ કે આત્માથી પર બીજું કશું જ નથી. માનવી માત્રામાં જ નહિ પરંતુ પ્રાણી માત્રમાં એક જ આત્મા રહેલો છે. ચોર, ગણિકા, ભંગી, રાજા, ધૂતારો, સાધુ, કૂતરો, બિલાડી, ઉંદર વગેરે બધામાં એક જ આત્મા રહેલો છે. શરીર અને મનની વિવિધતા તો માત્ર દેખાવ પૂરતી જ છે. રંગભેદ અને મનભેદ હોઈ શકે પરંતુ આત્મા સર્વમાં એક જ છે.

જો તમે શ્રીમંત હો તો તમે તમારા અંગત ઉપયોગ માટે જહાજ, ટ્રેઈન અને હવાઈ જહાજ રાખી શકો છો, પરંતુ તમારી પાસે તમારો પોતાનો જ કહી શકાય તેવો અલગ આત્મા તો હોઈ શકે જ નહિ. આત્મા તો સર્વમાં એક જ છે, તે કોઈ એક વ્યક્તિની સ્વતંત્ર માલિકીની વસ્તુ હોઈ શકે નહિ. વ્યક્તિનાં રૂપ અને રંગ બદલાતાં રહેશે પરંતુ આત્મા તો સર્વમાં એક જ છે.

આત્મા અને પરમ આનંદ વચ્ચે કશો જ ભેદ નથી. આત્મા એટલે જ પરમાનંદ. ઈશ્વર, પૂર્ણતા, શાંતિ, અમરત્વ, સત્ય, પરમાનંદ, આ બધાં નામો એક જ છે અને તે છે આત્મા. એની પ્રાપ્તિ એ જ જીવનનું ચરમ લક્ષ્ય છે. સત્યનો સહજ સ્વભાવ પરમાનંદ છે અને તેથી જ તેનું આચરણ કરે તે સદા સુખી રહે છે.

આત્માને જાણવો એટલે અવિનાશી આનંદ અને

નિરંતર શાંતિનો અનુભવ કરવો. આત્મસાક્ષાત્કાર દ્વારા અમરત્વ, સત્ય, જ્ઞાન, અને પરમ આનંદ પ્રાપ્ત થાય છે. આત્મસાક્ષાત્કાર વિના કોઈનો ઉદ્ધાર શક્ય નથી. સર્વ દુઃખ સહન કરી, સર્વ સુખ અને વહાલામાં વહાલી વસ્તુ તો શું, પણ જરૂર પડ્યે જીવનનો પણ ભોગ આપી પરમાત્માની શોધ કરવી જોઈએ.

તત્ત્વજ્ઞાનની બધી ચોપડીઓ વાંચો, વિશ્વનો પ્રવાસ કરી ધાર્મિક પ્રવચનો કરો, હિમાલયની ગુફામાં સો વર્ષ સુધી ભરાઈ રહો અને પચાસ વર્ષ સુધી પ્રાણાયામનો અભ્યાસ કરો તો પણ જ્યાં સુધી આત્માના ઐક્યનું જ્ઞાન ન થાય ત્યાં સુધી મોક્ષ મળે નહિ.

મોક્ષ એટલે શું ?

સર્વમાં એક જ આત્મા છે તે જ સત્ય છે. આ સત્યનો સાક્ષાત્કાર એટલે મોક્ષ. જાદુ બતાવનાર અથવા બનાવનાર અવરોધોનો નાશ એટલે જ મોક્ષ. મોક્ષ એટલે બંધનમાંથી મુક્તિ એમ નહિ પરંતુ જે ખરેખર સત્ય છે તે મુક્તિની સમજ. મોક્ષ એટલે બંધનના ખોટા ખ્યાલમાંથી મુક્તિ.

અવિદ્યાજન્ય અજ્ઞાનને કારણે માનવી પોતાને બંધનમાં બંધાયેલો સમજે છે. જ્યારે આત્મજ્ઞાનથી આ માયારૂપી ભ્રમ દૂર થાય છે તે જ ક્ષણે મોક્ષની પ્રાપ્તિ થાય છે. મોક્ષ કાંઈ મૃત્યુ પછી મળતો નથી, એ તો આ જન્મમાં જ અહીં જ મળે છે. ભ્રમ અથવા તો માયાનું મૂળ ઈચ્છા છે. ઈચ્છાઓ વિચાર તરંગોને જન્મ આપે છે અને આ વિચાર તરંગો અવિનાશી આનંદસ્વરૂપ આત્માને છૂપાવી દે છે. જ્યારે ઈચ્છાઓનો વિનાશ થાય ત્યારે માનવીમાં બ્રહ્મજ્ઞાનનો ઉદય થાય છે.

બ્રહ્મજ્ઞાન એ કોઈ ક્રિયા નથી. જેમ પોતાની જાતને ઓળખ્યા વિના આત્માને જાણી શકાય નહિ તે

પ્રમાણે બ્રહ્મને પણ ઓળખી શકાય નહિ.

તર્ક અને અંતર્જ્ઞાન

અંતર્જ્ઞાનનો ઉદય વીજળીના ચમકારાની માફક થાય છે. તે કંઈ થોડે થોડે વધતું નથી. અંતર્જ્ઞાન જીવાત્માને પરમાત્મા સાથે જોડી દે છે. અંતર્જ્ઞાન એ જ ઉચ્ચત્તમ જ્ઞાન છે. એ સત્યનું જ સ્વરૂપ છે, ઈન્દ્રિય જ્ઞાન તો બાહ્ય જ્ઞાન છે, સત્યનું નહિ. ઈન્દ્રિય અથવા વિષય જ્ઞાન તો ખોટું જ્ઞાન છે, આત્મજ્ઞાન જ સાચું જ્ઞાન છે અને તે અંતર્જ્ઞાન દ્વારા જ પ્રાપ્ત કરી શકાય છે. અંતર્જ્ઞાનના વિકાસ સિવાય તો બુદ્ધિશાળી મનુષ્ય અપૂર્ણ છે. સત્યનું જ્ઞાન મેળવવાની શક્તિ બુદ્ધિ પાસે નથી. બુદ્ધિનું રાજ્ય દ્વૈત સ્તર પર ચાલે છે. અદ્વૈતના રાજ્યમાં તે શક્તિહીન બની જાય છે.

બુદ્ધિ અને મન તો માત્ર સાધનો છે અને તે પણ સીમિત. તર્ક પણ સીમિત છે. તે અનંતને સમજી શકે નહિ. અનંત તો અંતર્જ્ઞાનથી જ સમજાય. અનંતને સાબિત કરવાના વિજ્ઞાનના પ્રયત્નો નકામા છે. એને માટે તો અંતર્જ્ઞાન અથવા સહજ જ્ઞાન જ સાચું વિજ્ઞાન છે. ધ્યાન અંતર્જ્ઞાન તરફ દોરી જાય છે. સર્વ નામ રૂપોમાં રહેલ પરમાત્મા અથવા દિવ્યતા પ્રાપ્ત કરવાની એ જ એક જ ચાવી છે.

ધ્યાનની પ્રક્રિયા

ધ્યાન વિના જ્ઞાન મળતું નથી. આત્મમંથનથી સત્યનું દર્શન કરી શકાય છે. નિયમિત ધ્યાન દ્વારા તમે ધીમે ધીમે આધ્યાત્મિક માર્ગે આગળ વધી શકશો અને તમારામાં રહેલી દિવ્ય જ્યોત વધારે તેજસ્વી બનતી રહેશે. ધ્યાન તમને અનંત પ્રકાશ અને અંતર્જ્ઞાન આપશે. ધારણા અને ધ્યાનના સતત પ્રયાસથી મન નિર્મળ બને છે અને ઐહિક સુખોની લાલસા ઓછી થતી જાય છે. આધ્યાત્મિક જાગૃતિનું તેજ વ્યક્તિનું દષ્ટિબિંદુ બદલી નાખે છે અને સાધક હવે અનંત અને અવિનાશી આનંદ તરફ વળે છે. આથી ભૌતિક લાભ તેને મન હવે ગૌણ બની જાય છે.

ધ્યાન માનવીને વધુ ને વધુ અંતર્મુખ બનાવે છે. તે સ્થૂળમાંથી સૂક્ષ્મ, સૂક્ષ્મમાંથી સૂક્ષ્મતર અને ત્યાંથી

પરમાત્મા તરફ દોરી જાય છે. ધ્યાન ધરતાં ધરતાં શરીર ચેતનાથી પર થઈ જતાં આત્મસાક્ષાત્કાર પ્રાપ્ત થાય છે. હવે તેની બધી ઈચ્છાઓ પૂર્ણ થઈ જાય છે.

ધ્યાન તો અમરત્વ અને પરમ આનંદ પ્રાપ્ત કરવાનો રાજમાર્ગ છે. શાંતિ અને પરમાનંદ કાંઈ પુસ્તકો, મંદિરો કે આશ્રમમાં મળતાં નથી. એ તો આત્મજ્ઞાનનો ઉદય થાય ત્યારે જ મળે છે.

માનવી અનેક પુસ્તકો વાંચે છે. તેનો કાંઈ જ ઉપયોગ નથી. મહાન પુસ્તક તો માનવીના હૃદયમાં રહેલ છે. કદાપિ ન ખૂટે તેવા આ પુસ્તકનાં પાનાંઓ ફેરવો. આથી સત્ય જ્ઞાન પ્રાપ્ત થશે.

આંખો બંધ કરો. ઈન્દ્રિયોને અંતર્મુખ કરો. મનને શાંત કરો. વિચાર વમળ બંધ કરો અને આત્મામાં ડૂબી જાઓ. એ દિવ્ય તેજમાં એકાકાર બનો. બધું જ જ્ઞાન આપોઆપ મળી જશે, બધી શંકાઓનો નાશ થશે, બધા માનસિક પરિતાપ શમી જશે અને ઉગ્ર ચર્ચા અને ભાષણોનો અંત આવી જશે. હવે માત્ર શાંતિ અને જ્ઞાન જ રહેશે.

સમાધિનો આનંદ

નિર્વિકલ્પ સમાધિ એટલે પરમ સત્યનો સાક્ષાત્કાર. આ સમાધિ દરમયાન પરમાત્મા સાથે ઐક્યનો અનુભવ થાય છે, અને જીવાત્માની જગ્યાએ પરમાત્માની અનુભૂતિ થાય છે. પૂર્ણતાનો અનુભવ એ જ સમાધિ. એ પરમાનંદ અવસ્થા છે.

સમાધિ એટલે વ્યક્તિત્વનો નાશ નહિ પરંતુ એ તો વ્યક્તિત્વની પૂર્ણતા છે. અહીં પરમાત્મા સિવાય બીજું કશું દેખાશે નહિ, તેના અવાજ સિવાય બીજું કશું સંભળાશે નહિ. માત્ર જ્ઞાનનો જ પ્રકાશ ત્યાં હશે. અને તે પ્રકાશની પ્રાપ્તિ પછી કશું કરવાનું કે મેળવવાનું રહેતું નથી.

આત્મસાક્ષાત્કારનો આનંદ તો શબ્દાતીત છે. ત્યાં તો સર્વોચ્ચ શાંતિ જ હોય છે. ધ્યાન અને સમાધિના આનંદ આગળ વિષયાનંદનું કોઈ સ્થાન જ નથી. માટે વિષયાનંદમાંથી જાગો અને તમે શુદ્ધ અમર આત્મા છો, તે અનુભવો ને પરમ આનંદ અને અમરત્વ પ્રાપ્ત કરો.

‘તું જ આત્મા છે અને આત્મા એ જ તું છે-

' આ સમજો અને મુક્ત બનો. આ અનુભૂતિ કરવામાં કોઈ તમને અટકાવી શકશે નહિ. આત્મસાક્ષાત્કાર એ કાંઈ નવી શોધ નથી, તે તો પોતાની સાચી ઓળખ છે, તે તો જાગૃતિ છે. આત્મસાક્ષાત્કારમાં કાંઈ નવું મેળવવાનું હોતું નથી, પરંતુ પોતે જ આત્મા છો તે જાણવાની અંતઃદૃષ્ટિ ખોલવાની જરૂર છે.

પરમાનંદ તો તમારો સહજ સ્વભાવ છે, એ તમારો જન્મસિદ્ધ હકક છે. એ પરમાનંદના તમે વારસ છો. જ્ઞાન, શાંતિ કે આનંદ માટે બહાર નહિ પણ અંદર જુઓ. મોક્ષ કે મુક્તિ સ્વર્ગમાં કે કૈલાસ પર્વત પર નથી. અવિનાશી, અનંત દેવી ખજાનાનું આત્મારૂપી મોતી શાંતિના કવચમાં તમારા હૃદયમાં જ પુરાયેલું છે. તમારા હૃદયના ઊંડાણમાં જ આ વાસ્તવિક સત્ય શોધો.

માયા અને મન

સત્યમાં દ્વૈત નથી, ભેદભાવ તો ભ્રમ છે. આ વિવિધતા એ જ માયા છે, જીવાત્મા અને પરમાત્માની જુદાઈ માયાનું જ પરિણામ છે. માયા તો ઈશ્વરની ભ્રામક શક્તિ છે. માયાને કારણે આ સૃષ્ટિ છે, નામરૂપી આ જગત માયાની જ ઈન્દ્રજાળ છે. એક છેડે સળગતા લાકડાને જો ઝડપથી ગોળ ગોળ ફેરવવામાં આવે તો અગ્નિનું મોટું વર્તુળ દેખાય છે, તે જ પ્રમાણે જગતની વિવિધતા સર્જ માયા માનવીને છેતરે છે.

માયા મન દ્વારા કાર્ય કરે છે. આપણે આપણી આજુબાજુ જે વસ્તુઓ જોઈએ છીએ તે પદાર્થરૂપે રહેલું આપણું મન જ છે. આખું જગત મનની જ પેદાશ છે, મનની બહાર કોઈ પદાર્થનું અસ્તિત્વ નથી. જમીન, પર્વત અને નદીઓ વગેરે જે બહાર દેખાય છે તે પણ ખરેખર તો મનનો એક ભાગ છે. મનની સહાય વિના જગત જોઈ શકાતું નથી. જેવું મન કાર્ય કરતું અટકી જાય છે તેવું દેખાતું બંધ થાય છે.

જડ અને ચૈતન્ય

આ આખું જગત ઈશ્વરનું જ અંગ છે. એ તો ઈશ્વરનું વિરાટ સ્વરૂપ છે. યુગ યુગાંતરોથી આપણી એક ભૂલ ભરેલી માન્યતા છે કે ભૌતિક અને આધ્યાત્મિક જગત અલગ અલગ છે. જડ ચૈતન્ય જુદાં નથી. અને

જુદાં પાડી શકાય પણ નહિ.

ઈશ્વર પ્રકાશ છે અને તે વિવિધ સ્વરૂપે પ્રકાશતો હોય છે. જુદી જુદી ભાષા દ્વારા બોલતો તે એક જ અવાજ છે. સારાચે વિશ્વના અણુએ અણુમાં વ્યાપેલું જીવન પણ તે જ છે. ઈશ્વર વિનાનું કોઈ સ્થળ નથી. ઈશ્વર અને જગત તાણાવાણાની જેમ વણાયેલાં છે. જેમ સોનું અને તેનાં આભૂષણોમાં ફરક નથી તેમ ઈશ્વર અને જગતમાં પણ કાંઈ જ ફરક નથી. ઈશ્વર સર્વમાં છે. ઈશ્વર સિવાય બીજું કશું છે જ નહિ.

જગત મિથ્યા છે ?

વાસ્તવમાં જગત જેવું કાંઈ છે જ નહિ. દોરડું જેમ સાપ જેવું દેખાય છે તેવું જગત પણ છે. આ નામ રૂપ બધું પડછાયો, મૃગજળ અને આકાશની ભૂરાશ જેવું અસત્ છે.

આખરી સત્ય તો તે છે કે જગત મિથ્યા છે, પણ દેખીતી રીતે તો જગત છે તેનો કોઈ ઈન્કાર કરી શકે તેમ નથી. અનુભવની દૃષ્ટિએ પણ તે સાચું છે. આ જગતને તદ્દન મિથ્યા કેવી રીતે સમજી શકાય ? તમે તેનો અનુભવ કરી શકો છો, તમે તેને સમજી શકો છો, તેમ છતાં તે વાસ્તવિક સત્ય પણ નથી કારણ કે, જ્યારે જ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય છે ત્યારે તે નાશ પામે છે.

આ જગત મિથ્યા છે પરંતુ કોને માટે ? ક્યારે? મુક્તાત્માઓ માટે. દુન્યવી માણસો માટે તો તે નક્કર સત્ય છે. તમે જ્યારે જાગો છો ત્યારે સ્વપ્ન ખોટું બની જાય છે. પરંતુ જ્યારે તમે સ્વપ્ન જુઓ છો ત્યારે તો તે તમને સત્ય જ લાગે છે.

આ સૃષ્ટિ ઈશ્વરનો આભાસ છે. અવિકારી અને એક જ આત્મા જુદા જુદા રૂપે રહેલો છે. બ્રહ્મ અથવા પરમાત્મા પોતે જ વિવિધ સ્વરૂપે જગતમાં પ્રકાશે છે.

અનિષ્ટની સમસ્યા

જેવી રીતે એક દોરો બધાં ફૂલોને જોડીને માળા બનાવે છે તેવી રીતે એક આત્મા બધા જ જીવોમાં રહેલો છે. સર્વમાં એક જ આત્મા નિહાળો. સર્વની સેવા કરો. સર્વ પ્રત્યે પ્રેમ રાખો, સર્વ પ્રત્યે દયાળુ બનો. બધાં જુદાં છે એ વિચારનો ત્યાગ કરો.

જગત સારું કે ખરાબ નથી પરંતુ મન તેને સારું અથવા ખરાબ સર્જે છે. જે સારો છે તેને માટે આખું જગત સારું છે પરંતુ જે ખરાબ છે તેને માટે આખું જગત અનિષ્ટથી ભરપૂર છે. જગતમાં અનિષ્ટ નથી. પરંતુ મનુષ્યના મનમાં છે. માણસ જે કાંઈ જુએ છે તે તેના મનનું જ પ્રતિબિંબ છે. જો તમે પૂર્ણ બનશો તો જગત તમને સારું દેખાશે. જો તમે પ્રત્યેક વસ્તુમાં ઈશ્વરનાં દર્શન કરશો તો તમને ક્યાંય અનિષ્ટ દેખાશે નહિ.

ઐક્ય

એક જ આત્મા સર્વમાં વ્યાપક છે. માનવ જાત એક જ છે. બધામાં એક જ આત્મા રહેલો છે, કોઈ ઉચ્ચ નથી કે કોઈ નીચ નથી. બધા જ સરખા છે. ભેદદષ્ટિ નિરર્થક છે. એ તો માણસે બનાવેલ વાડા છે તેને તોડી પાડવા જોઈએ. ત્યાર પછી જ જગતમાં શાંતિ સ્થપાશે.

વિશ્વમાં એક જ જાત છે અને તે છે માનવતા, એક જ ધર્મ છે અને તે પ્રેમધર્મ. એક જ આદેશ છે અને તે છે સત્ય આચરણનો. વિશ્વમાં એક જ કાયદો છે અને તે છે કાર્યકારણનો નિયમ. વિશ્વમાં એક જ ભાષા છે અને તે છે હૃદયની ભાષા અથવા મૌન. સર્વ જીવો એક જ છે. આ જગત એક ઘર છે અને બધા જ એક જ કુટુંબના સભ્યો છે. સમસ્ત જગત એક પૂર્ણ રચના છે. એનાથી કોઈ માનવી સ્વતંત્ર નથી. મનુષ્ય પોતે પોતાની જાતને અલગ કરી દુઃખી થાય છે. જુદાઈ એટલે મૃત્યુ. એકતા એ જ અમરતા. મનુષ્યને મનુષ્યથી જુદા પાડતી સીમાઓ તોડો. સ્વાભાવિક પૂર્વગ્રહોનો નાશ કરો.

બધા જ પ્રાણીમાં એક જ આત્મા રહેલો છે. તો પછી બીજાને શા માટે ધિક્કારો છો? શા માટે તમે બીજા પર ક્રોધ કરો છો? શા માટે ઘૃણા કરો છો? શા માટે કટુ શબ્દો વાપરો છો? શા માટે દમ્બા કરો છો? શા માટે તમે બીજાને લૂંટો છો? આ બધી શું માનવીની મૂર્ખાઈની પરાકાષ્ટા નથી? શું આ તમારું અજ્ઞાન નથી?

એકમાં અનેક અને અનેકમાં એક છે તેને ઓળખો. તમે અનુભવો કે હું જ સર્વ છું, સર્વમાં હું જ

છું, બધાં જ શરીર મારાં છે, આખું જગત મારું શરીર છે. બધા હાથ દ્વારા હું કામ કરું છું. બધાં મુખથી ખાઉં છું. હંમેશ આ સૂત્રોનું માનસિક રટણ કરો. 'ૐ'નો માનસિક જપ કરો. પ્રત્યેક વિચાર, લાગણી અને ગતિને આત્મિક બનાવો અને તેનું યોગમાં રૂપાંતર કરો.

યોગ અને ધર્માચરણ

પૂર્ણતા પ્રાપ્તિ માટેનો સભાન અને સતત પ્રયત્ન એનું નામ યોગ છે. યોગનું લક્ષ્ય મનને શાંત કરવાનું છે કે જેથી મનથી પર એવા આત્માનું શુદ્ધ સ્વરૂપે દર્શન કરી શકાય.

ઈન્દ્રિયોનું દમન કરો. મનનું નિયંત્રણ કરો. નિયમિત ધ્યાન ધરો. યૌગિક જીવન જીવો અને યોગના મહાન સિદ્ધાંતોનો પ્રચાર અને પ્રસાર કરો. તમે ધારણા અને ધ્યાન કરવાનું ભૂલી ગયા છો. અને તેથી તમે અજ્ઞાન રૂપી અંધારામાં ભટકી રહ્યા છો.

આત્મનિરીક્ષણ કરો અને તમારી ખામીઓને દૂર કરવા પ્રયત્ન કરો. આ જ સાચી સાધના છે. આ ઘણી મુશ્કેલ સાધના છે. કોઈ પણ ભોગે તમારે આ કરવું જ પડશે. બૌદ્ધિક વિકાસ સાધવો સહેલો છે. પરંતુ તેની આધ્યાત્મિક દૃષ્ટિએ બહુ કિંમત નથી. લાઈબ્રેરીમાં ત્રણ-ચાર વર્ષ સુધી ડિક્ષનેરી પાસે રાખી અધ્યયન કરવાથી બૌદ્ધિક વિકાસ થઈ શકે છે. પરંતુ પોતાની ખામીઓ દૂર કરવા માટે તો ઘણાં વર્ષો સુધી સખત અને સતત મહેનત કરવી પડશે.

એવા ઘણાં પંડિતો છે કે જેઓ ગીતા કે ઉપનિષદના એક શ્લોક પર અઠવાડિયા સુધી ભાષણ કરી શકે છે. તેઓ માનના અધિકારી બની શકે છે. પરંતુ લોકોને તે વધારે ગમતા નથી કારણ કે તેઓમાં પણ ઘણી ખામીઓ રહી ગઈ હોય છે. તેનું કારણ એ કે તેઓએ આત્મનિરીક્ષણ કરી પોતાના દોષો દૂર કરવાનો પ્રયત્ન કર્યો નથી. તેઓએ તો માત્ર બુદ્ધિનો વિકાસ કર્યો છે. કેવી કરુણાજનક સ્થિતિ !

જ્યાં બુદ્ધિની હદ આવી જાય છે ત્યાંથી ધર્મની શરૂઆત થાય છે. અશુદ્ધ હૃદય અને ગુમાની બુદ્ધિ ધાર્મિક તત્ત્વને કદી સમજી શકે નહિ. ધર્મ તો માનવીના

હૃદયમાં પ્રકાશિત અવિનાશી દીપની અભિવ્યક્તિ છે. ધર્મનો મુખ્ય હેતુ માનવીમાં રહેલ દૈવત્વને અનાવૃત કરવાનો છે.

પ્રાર્થના અને ધ્યાન એ બે તો ધર્મના મુખ્ય સ્થંભો છે. નિઃસ્વાર્થ સેવા, ત્યાગમય જીવન સાથે સાથે નિયમિત પ્રાર્થના અને ચિંતન એ સર્વોચ્ચ ધર્મ છે. ધર્માચરણ એટલે સત્ય, ન્યાય, પ્રેમ અને પવિત્રતાથી ભરપૂર જીવન. નીતિવાન માનવી જ સાચો ધાર્મિક પુરુષ છે. ધર્મના ગૂંજતા સ્વરો છે. સારા બનો અને સારા કાર્ય કરો. શુદ્ધ બનો. દયાળુ બનો, સહૃદયી બનો. સર્વની સેવા કરો. સર્વમાં ઈશ્વરનું દર્શન કરો.

ધર્મ એટલે જીવન અને જીવન એટલે ત્યાગ. એક માનવી અચૂક ધાર્મિક વિધિ કરતો હોય છતાં તે હૃદયથી અને વર્તનથી તદ્દન અધાર્મિક હોઈ શકે ખરો.

નિષ્કામ સેવાનો માર્ગ

નિઃસ્વાર્થ સેવા હૃદયને શુદ્ધ કરે છે, તેને વિશાળ બનાવે છે અને દિવ્ય તેજ ઝીલવા માટે યોગ્ય બનાવે છે. નિષ્કામ સેવામાં તમારી જાતને ડૂબાવી દો.

નિરાશામાં ડૂબેલા માણસને આનંદિત કરો, દુઃખીનાં આંસુ લૂછો. માયાળુ અને પ્રેમાળ શબ્દોથી માનવીનું દુઃખ ઓછું કરો. જેઓ માર્ગ ભૂલી ગયા છે તેમને માટે તમે પથપ્રદીપ બનો. દર્દથી પીડાતા દર્દીઓ માટે વૈદ્ય કે નર્સ બનો. જેઓ અમરતાને આરે જવા માગે છે તેમને માટે તમે હોડી કે પુલ બનો.

તમારી સંપૂર્ણ શક્તિ વાપરી કામ કરો અને પરિણામ ઈશ્વર પર છોડો. સમર્પણ ભાવે કરેલાં કર્મો તમને બંધનમાં નાખશે નહિ, એ તો શુદ્ધ કરશે. તમારી પ્રવૃત્તિઓ દિવ્ય બનાવો. બુદ્ધ જેવા કરુણાર્દ્ર બનો. ભીષ્મ જેવા શુદ્ધ બનો. હરિશ્ચંદ્ર જેવા સત્યવાદી બનો અને ભીમ જેવા બહાદુર બનો, મનને ઈશ્વરના વિચારોથી ભરી દો.

જીવન ધ્યેય

ઈશ્વરની અપૂર્વ યોજના છે તેમાં આપણે આપણો ભાગ ભજવવાનો છે, જગતના નાટકમાં તમે તમારો ભાગ બરાબર ભજવો પણ તમારી જાતને તેમાં બંધાવા દેશો નહિ. આ હાડમાંસના શરીર પર વધારે અનુરાગ

રાખશો નહિ. જેમ સાપ કાંચળી ઉતારી નાખે છે તેમ તમે આ શરીરને ઉતારી શકો છો. ગમે ત્યારે શરીર છોડવા તૈયાર રહો. જ્યાં સુધી તલભાર પણ દેહાધ્યાસ હશે ત્યાં સુધી તમે સાક્ષાત્કારની આશા રાખી શકો નહિ.

જન્મ અને મૃત્યુ, બંધન અને મુક્તિ, આનંદ અને દુઃખ, લાભ અને નુકસાન- આ બધાં માનસિક સર્જન છે. આ દ્વંદ્વોથી પર બનો. તમારે વળી જન્મ ને મૃત્યુ શું ? તમે તો અમર આત્મા છો. જે આવે છે અને જાય છે તે તો આ ભૌતિક શરીર છે.

અનુભવો કે આત્મા જ માત્ર જીવંત સત્ય છે. આ પછી તમને માયાનો ડર રહેશે નહિ, હવે તે તમારા કાબૂમાં રહેશે. તમે પર્વતની માફક અડગ ઊભા રહો. સિંહની માફક જગતમાં વિચરો. આત્મજ્ઞાનનો પ્રચાર કરો. સર્વને ચાહો. તમારું હૃદય વિશાળ બનાવો. તમારા હૃદયમાં સર્વને સ્થાન આપો, પછી ભલે તે તમને ઝેર આપવા તૈયાર હોય. આધ્યાત્મિક શક્તિ પર નિર્ભર રહો. તમારા પોતાના પગ પર ઊભા રહો. ધન, મિત્રો કે બીજા કોઈના પર આધાર રાખશો નહિ. જ્યારે તમારી સાચી કસોટીનો સમય આવશે ત્યારે ભાગ્યે જ કોઈ મિત્ર ઊભો રહેશે. ભગવાન બુદ્ધ એમના શિષ્યોના વિશ્વાસે પણ રહેતા નહિ. તેઓ ગંભીર બીમાર હતા ત્યારે પણ પાણી પીવા નદી પર પહોંચી જતા. કોઈ સ્થળ, વસ્તુ કે વ્યક્તિ પર માલિકી ભાવ રાખશો નહિ. માલિકી દુઃખ આપે છે.

આત્મજ્ઞાનની સંપત્તિ પાસે ત્રણે લોકનું ધન પણ તણખલા સમાન છે. પરમાનંદના મહાસાગર પાસે ત્રિલોકનો આનંદ પણ એક બૂંદ સમાન છે. બ્રહ્મજ્ઞાન તો અખૂટ સંપત્તિ છે. આ સંપત્તિનો ઉપયોગ કરો. આ સંપત્તિ કોઈ ડાકુ લૂંટી જઈ શકે નહિ. અહીં નથી દેવાળાની બીક, નથી બેન્ક ડૂબવાની બીક. આ આધ્યાત્મિક ખજાના પર માલિકી હક ધરાવો અને નિરંતર આનંદ લૂંટો. હવે તો તમે રાજાના પણ રાજા; શાહના પણ શાહ અને બાદશાહના પણ બાદશાહ છો. આત્મજ્ઞાનની અખૂટ સંપત્તિ સર્વત્ર વહેંચો. તેનો મહિમા સમજાવો. શાંતિ હંમેશ તમારી સાથે જ રહેશે.

‘શિવઆનંદ’માંથી સાભાર

મનાયે શ્લોક - મનોબોધ

- શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી

ઈશ્વરની ભક્તિ માટે જીવો

દ્ષીકેશના શિવાનંદ આશ્રમ, સમાધિ મંદિરમાં વહેલી સવારના ધ્યાન પછી પૂજ્ય સ્વામીજીએ 'શ્રી મનાયે શ્લોક' પર ૪૦ દિવસ સુધી પ્રવચનો આપેલાં. તેનો ભાવાનુવાદ મૂળ મરાઠી શ્લોક તથા તેના ગુજરાતી પદ અનુવાદ સાથે આપની સમક્ષ સાદર મૂકતાં આનંદ અનુભવીએ છીએ. -સંપાદક

પરમ, શાશ્વત પરબ્રહ્મને ભક્તિભર્યા વંદન, તે એક નિરપેક્ષ, અદ્વૈત અસ્તિત્વ, સર્વોચ્ચ રીતે સ્વતંત્ર, બધાં પ્રગટીકરણથી અતીત, પરાત્પર જેવા ભવ્ય રીતે પ્રકાશતા સત્ત્વને ભક્તિભર્યા નમસ્કાર તે સર્વોપરી, અલૌકિક અસ્તિત્વને અમારાં ભાવ ભર્યા અદ્ભુત વંદન. પૂજ્ય અને વહાલા ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજ, જે તે સર્વોપરી સર્વથી અતીત, અદ્વૈત બ્રહ્મના પ્રતિનિધિ છે, તેમને વહાલભરી વંદના.

ગુરુદેવ વેદાન્તિક ગુરુઓની અદ્વૈત પરંપરાને અનુસરનાર સંન્યાસી, સદ્ગુરુ આદિ શંકરાચાર્યના નિરપેક્ષ અદ્વૈતવાદના સમર્થક હતા. આદિ શંકરાચાર્યે ભારતના ચાર ખૂણાઓ (દક્ષિણમાં શૃંગેરી મઠ, પૂર્વમાં ઓરિસામાં પૂરી મઠ, પશ્ચિમમાં જાણીતો દ્વારકા મઠ અને ઉત્તરમાં હિમાલયમાં બદ્રીનાથ પહોંચતાં પહેલાં ૧૮ માઈલ પહેલાં જયોતિર્મઠ)માં ચાર મઠની સ્થાપના કરી. ગુરુઓની આ અતૂટ પરંપરા માટે તેમનો ખૂબ ખૂબ આભાર. તેના દ્વારા શંકરાચાર્યનો ઉપદેશ બારસો વરસથી ચાલુ રહ્યો છે અને સક્રિય રીતે અપાઈ રહ્યો છે.

પવિત્ર ગુરુદેવ આ પરંપરાના હતા. દિવ્ય માતા ગંગાના કિનારા પર આવેલા પવિત્ર આશ્રમ માટે આપણે તેમના આભારી છીએ.

વૃક્ષો અને જંગલોથી ઘેરાયેલા ધીમેથી ઢળતી પહાડની બાજુ પર, ગંગાના કિનારાની લગોલગ શ્રેષ્ઠ આદર્શ વાતાવરણવાળા તે આશ્રમમાં આપણી આધ્યાત્મિક પ્રવૃત્તિઓ (દા.ત. આ વહેલી સવારનું પ્રવચન) કોઈ પ્રકારની રોકટોક વગર આપણે કરી શકીએ છીએ ગુરુદેવે આ બધી સુવિધાઓ આપણને આપી છે. બધાં જ પ્રકારની રુચિઓ અને સ્વભાવવાળા માટેના આધ્યાત્મિક જીવનના અભ્યાસ માટે જરૂરી બધી

સુવિધાઓ અહીં છે. તેમણે નિષ્કામ કર્મયોગ, ભક્તિયોગ, પ્રાર્થના, પૂજા, જપ, સંકીર્તન, મૂક ધ્યાન (રાજયોગ) અને છેલ્લે વેદાંતના અભ્યાસ માટે જરૂરી દરેક વસ્તુની વ્યવસ્થા કરી રાખી છે. આમ, રહેવાની, જમવાની, વીજળીની અને પુસ્તકાલય વગેરેની શરીર અને મનને જરૂરી સુવિધાઓથી સજ્જ આશ્રય મળે તે માટે આપણે કેટલા ભાગ્યશાળી છીએ. આપણને જે કંઈ આપવામાં આવ્યું છે તેનો યોગ્ય ઉપયોગ કરીએ તો આપણે ખૂબ ખૂબ ભાગ્યશાળી બનીશું.

જ્યારે જિજ્ઞાસુઓ કોઈ સમસ્યાભરી પરિસ્થિતિનો અનુભવ કરતા જોયા હતા. ત્યારે જ હું તેમને તે પરિસ્થિતિને બીજી દૃષ્ટિથી તપાસી જવા જણાવતો હતો. જ્યારે શરૂઆતનો ઉત્સાહ અને અપેક્ષા ઘસાઈને જીર્ણ થઈ ગયાં હોય, કોઈ જાતની પ્રગતિ દેખાતી ન હોય ત્યારે હું કહેતો : 'આ બધું તમે લીધેલા ખોટા ઉદ્દેશ- તમે ઈશ્વર સાક્ષાત્કાર પ્રાપ્ત કરવા માટે અહીં આવ્યા છો- ને લીધે છે. આ એક દૂરનું લક્ષ્ય છે જેને પ્રાપ્ત કરવા માટે જાગ્રત રહી કર્યા કરવાનું અને દરરોજ આગળ અને ઉપર તે લક્ષ્યની દિશામાં ગતિ કરતા રહેવાનું છે. સાંસારિક મનવાંચ્છી વ્યક્તિને આકર્ષવા માટે શરૂઆતમાં આ ઉદ્દેશ આપવામાં આવતો.'

'ખરેખર રીતે તો, જીવન ફક્ત ઈશ્વરની ભક્તિ માટે છે, ફક્ત તેનું રટણ કરવા માટે છે, ફક્ત તેની પ્રાર્થના કરવા માટે છે. ફક્ત તેનાં ગુણગાન કરવા માટે છે, ફક્ત મોટે મોટેથી તેની મહાનતા અને કીર્તિ ગાવા માટે છે. જીવનનો બીજો કોઈ ઉદ્દેશ નથી. જો તમે તમારું જીવન ઈશ્વરનાં કીર્તિગાન કરવામાં, તેનો સતત વિચાર કરવામાં, તેનું નામ લેવામાં અને તે જ જીવનની સિદ્ધિ છે એવી તેની દિવ્ય પરિપૂર્ણતાના સાક્ષી હો તેમ રોકાયેલું રાખો ! તમે તમારા અસ્તિત્વને,

ઈશ્વરનાં કીર્તિગાન કરીને, તેની મહાનતા અને ભવ્યતાને બિરદાવીને અને તેનામાં સતત તલ્લીન રહીને. ધન્ય બનાવો છો.’

‘તમે મેળવ્યું નથી એવું કંઈ મેળવવાનો આમાં કોઈ સવાલ નથી. તમે ઈશ્વર માટે જીવો છો. તેની મહાનતા, ભવ્યતા અને કીર્તિના તમે સતત સાક્ષી હો છો. જો તમે તમારા જીવન દરમિયાન આટલું કરો તો તમે જીવન નકામું જીવ્યા એમ કેમ કહેવાય ? તમે ખૂબ સુયોગ્ય જીવન જીવ્યા એમ ગણાય. તમને ખૂબ ખૂબ ધન્યવાદ. આ જ સાચી વાત છે. તમને અહીં મોકલવામાં ઈશ્વરના ઉદ્દેશ- ઈશ્વરનાં કીર્તિગાન કરવાં અને તમારા જીવનમાં અને જીવન દરમિયાન તેની મહાનતાના સાક્ષીરૂપ રહેવું- ને સાર્થક કર્યો છે.’

મના સજ્જના હીત માલે કરાવેં

રઘુનાથકા દેઠ ચિત્તં ધરાવે ।

મહારાજ તો સ્વામિ વાયુસૂતાયા

જના ઉદ્ધરીનાથ લોકત્રયા ॥ ૨૨ ॥

તમારી અંદર ભગવાન રામની સ્થાપના દેઠપણે, નિશ્ચયપૂર્વક અને અડગતા રાખી કરો. જેથી તમારામાં રામ અને રામ એકલા જ વસી રહે. જો આટલું થશે તો તમે ખરેખર મુક્ત જ છો. તમારે માટે બધું જ મળી રહેશે. કારણ કે તે જ બધાં પ્રાણીઓનો મુક્તિદાતા છે.

ન બોલેં મના રાઘવેંવીણ કાંહીં

જનીં વાઉગેં બોલતાં સુખ નાહીં ।

ઘડીનેં ઘડી કાળ આયુષ્ય નેતો

દેહાંતી તુલા કોણ સોઢૂં પહાતો ॥ ૨૩ ॥

ભગવાન રામ સિવાય તમારી વાતચીતનો કોઈ વિષય હોવો જોઈએ નહિ. આ સિવાયના વિષય વિષેની તમારી વાતચીત જીવન માટે નકામી છે. તેમાંથી કંઈ સારું મળી શકે નહિ. તેનાથી તમને કોઈ લાભ મળી શકશે નહિ. જો તમે આવી વાતોમાં સમય બગાડશો તો તમારી સેકંડો, મિનિટો, કલાકો, દિવસો,

રઘુનાથકાવીણ વાયાં સિણાવેં

જનાસારિખેં વ્યર્થ કાં વોસણાવેં ।

સદા સર્વદા નામ વાયેં વસોં દે

અહંતા મનીં પાપિણી તે નસોં દે ॥ ૨૪ ॥

બાવીસમા શ્લોકમાં સમર્થ રામદાસ તેમના મનને મદદ કરવા કહે છે. તેઓ કહે છે કે મન સમસ્યા અને ઉકેલ બંને છે. સમસ્યા તરીકે તે મનુષ્યને ત્રાસ આપે છે અને તેના દુઃખનો અંત લાવવા દેતું નથી. પણ ઉકેલ તરીકે તે મનુષ્યની બધી સમસ્યાઓ ઉકેલી આપે છે. એટલે તેઓ કહે છે, મારાં બધાં દુઃખને ઉત્પન્ન કરનાર સ્ત્રોત (મન)ને જ પકડું; ‘હે મારા મન, તારે મારું ભલું કરવું જ પડશે. મારે તારા સિવાય બીજા કોઈનો આશરો નથી.’ તું અને હું જીવનથી મૃત્યુ સુધી સતત ભેગાં જ રહેલાં છીએ. માટે, મારી વહારે આવ. હું તને મારું મહત્તમ કલ્યાણ કરવાની પ્રાર્થના કરું છું. ગમે તેમ કરીને તું મારું મહત્તમ ભલું થાય એમ ગોઠવ.

મન પ્રજ્ઞ તું હિત મારું કરી લે,

રઘુનાથને ચિત્તમાં તું દેઠી લે;

મહારાજ તે સ્વામી છે મારુતિના,

જનો તારતા નાથ લોકત્રયીના. (૨૨)

રામદાસ ‘ઉદ્ધાર’ શબ્દનો ઉપયોગ કરે છે, તેઓ કહે છે કે રામ ફક્ત મારા અને તમારા જેવા મૃત્યુલોકના જીવાત્માના જ તારણદાર નથી તે તો ત્રણે લોકનો મોક્ષદાતા છે. ‘જના ઉદ્ધરીનાથ લોકત્રયાયા’ માટે તેનું શરણ લે.

કશું રામ વિના ન બોલીશ મન,

વૃથા બોલનું સુખ લોકે નથી જ.

ઘડીએ ઘડી કાળ આયુષ્ય ખેંચે,

તને અંતમાં જોઉં કે કોણ છોડે ? (૨૩)

અઠવાડિયાં, વર્ષો, તમારો સમગ્ર જીવનકાળ તમને ખબર પણ નહિ પડે તેમ પસાર થઈ જશે. જો તમે આવી અનર્થકારી પરિસ્થિતિને ચલાવી લેશો તો તમે મરણપથારીએ હશો અને છેલ્લો શ્વાસ ચાલતો હશે ત્યારે તમારા તરફ કોણ નજર નાખશે ? કોઈ પણ નાખશે નહિ માટે, તેઓ કહે છે.

રઘુનાથ વિના વૃથા બોલવું શું

જનોના સમું વ્યર્થ તે જલાવું શું ?

સદાસર્વદા નામ સુખે વસાવ,

અહંતારૂપી પાપિણી હો ન ઉર. (૨૪)

(અનુસંધાન પાન-૫૬ પર)

ગુરુ અને શિષ્ય

શ્રી સ્વામી સત્ચિદાનંદજી

પૂ. સ્વામી સત્ચિદાનંદજી પૂ. ગુરુદેવને ૧૯૪૮માં આનંદકુટિરમાં મળ્યા. તેઓ લગભગ ૧૭ વર્ષ આશ્રમમાં રહ્યા. ગુરુદેવની ખૂબ સેવા કરી. પછી તેઓ થોડાંક વર્ષ શ્રીલંકામાં ગયા અને છેલ્લે અમેરિકામાં સ્થાયી થયા. વર્જિનિયા સ્ટેટમાં યોગવિલેમાં તેમણે સત્ચિદાનંદ આશ્રમ સ્થાપ્યો. તેમણે બધાં નામ અને રૂપોની પાછળના એક સત્યને દર્શાવવા he ight o rth niversal hrine ની સ્થાપના કરી. જીવનભર વિશ્વશાંતિ અને વૈશ્વિક ઉપદેશો દ્વારા માનવતાનો ઉપદેશ આપ્યો અને ૨૦૦૩માં તેમણે મહાસમાધિ લીધી.

ગુરુનો શબ્દાર્થ શિક્ષક થાય. પણ સામાન્ય રીતે આ શબ્દ આધ્યાત્મિક શિક્ષક માટે વપરાય છે. ગુરુ એટલે તમારા અજ્ઞાનરૂપી પડદાને દૂર કરી તમારા પોતાના આત્માનો સાક્ષાત્કાર કરવા માટે મદદ કરનાર વ્યક્તિ. ગુરુ શબ્દ બે અક્ષરો ‘ગુ’ અને ‘રુ’નો બનેલો છે. ‘ગુ’ એટલે અજ્ઞાન અને ‘રુ’ એટલે દૂર કરનાર. એટલે જે તમારું અજ્ઞાન દૂર કરે તે તમારો ગુરુ.

જ્યારે તમે માર્ગ જાણતા ન હો ત્યારે તમને માર્ગદર્શકની જરૂરિયાત લાગે છે. જો તમે માર્ગ જાણતા હો તો ગુરુની કોઈ જરૂરિયાત નથી. દુન્યવી બાબતોમાં પણ આપણે બીજા કોઈની મદદ લઈ તેમને સમજવાનો પ્રયત્ન કરીએ છીએ. જ્યારે તમે આ દુનિયામાં બાળક તરીકે આવો છો ત્યારે માતા ગુરુ તરીકે વર્તે છે. તમારા પિતાને ઓળખાવી તમારું તે વિષેનું અજ્ઞાન તે દૂર કરે છે અને તમે તેના શબ્દને સ્વીકારી લો છો.

હિંદુ ધર્મગ્રંથો કહે છે કે, દરેકને ચાર ગુરુ હોવા જોઈએ- માતા, પિતા, ગુરુ, ઈષ્ટદેવ. માતા પ્રથમ તમને પિતાની ઓળખ આપે છે, પિતા ગુરુ પાસે લઈ જાય અને છેલ્લે ગુરુ તમને ઈશ્વર તરફ દોરે છે. આપણા સામાન્ય જીવનમાં પણ આપણે ઘણા ગુરુઓની મદદ લઈએ છીએ. જો આપણા સામાન્ય સાંસારિક જીવનમાં પણ અનેક ગુરુઓની મદદ લેવી પડતી હોય તો પછી આધ્યાત્મિક જીવનમાં તો ગુરુની મદદ સિવાય કેવી રીતે ચાલી શકે ? દુન્યવી ગુરુ કરતાં તમારે આધ્યાત્મિક ગુરુની વધુ જરૂરિયાત છે કારણ કે આધ્યાત્મિક જીવન ઘણું વધુ સૂક્ષ્મ છે.

લોકો યોગ અને આધ્યાત્મિક જીવન વિષે ઘણાં પુસ્તકો વાંચે છે પણ એકલાં પુસ્તકો ગુરુનું સ્થાન લઈ

શકે નહિ. જો આપણે પુસ્તકો દ્વારા બધું જ શીખી શકતા હોત તો ફક્ત પ્રકાશન ગૃહો જ હોત વિશ્વ વિદ્યાલયો ન હોત. પુસ્તકો શિક્ષકનું સ્થાન લઈ શકે નહિ કારણ કે તમે જ્યારે પુસ્તક વાંચો છો ત્યારે તમે પુસ્તકમાંથી શીખી શકો છો પણ પુસ્તક તમને કદી શીખવી શકતું નથી. તમારે આ બે વચ્ચેનો તફાવત સમજવો જોઈએ. તમે જે વાંચો તે સાચી રીતે તમારે સમજવાનું હોય છે. લેખક પ્રમાણિક હેતુથી સાચો અર્થ આપતો હોય પણ તમે તમારી રીતે વાંચતા હો છો કારણ કે તમે તમારા મનની મદદથી તેને સમજતા હો છો એટલે તમે સમજો છો કે નથી સમજતા તેની પૂરેપૂરી જવાબદારી તમારી જ રહે છે. તેટલા જ માટે આપણે આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રમાં ઘણી બધી ખોટી રજૂઆતો થતી જોઈએ છીએ. લોકો પુસ્તકો વાંચે છે. પછી તેને પોતાની રીતે સમજે છે, અર્થઘટન કરે છે અને પછી તે અર્થઘટન પ્રમાણે યોગ શું છે તે બીજાને સમજાવે છે. એટલા જ માટે તે માર્ગે જે વ્યક્તિ ગઈ હોય અને લક્ષ્યનો સાક્ષાત્કાર કર્યો હોય તેવી વ્યક્તિ તમને માર્ગદર્શન આપવા માટે જરૂરી છે. એટલે હું કહું છું કે આધ્યાત્મિક ગુરુની ખાસ જરૂર છે.

ગુરુ સ્થિતપ્રજ્ઞ હોવા જોઈએ અને તેમણે આત્મસાક્ષાત્કાર કરેલો હોવો જોઈએ. આ આત્મસાક્ષાત્કાર થતાં તમે એટલા સ્થિર મનના થઈ જાઓ છો કે તમે કદી અસ્વસ્થ બનતા નથી. તમે હંમેશાં શાંત બની જશો. તમને કોઈ પણ અસ્થિર બનાવી શકશે નહિ. તમારી પ્રજ્ઞા કદી ઝાંખી પડશે નહિ કે કદી અસ્પષ્ટ થશે નહિ; તે હંમેશાં પ્રકાશિત રહેશે. આવા ઉન્નત માણસને તમે ‘સ્થિતપ્રજ્ઞ’ કહી શકો. તે

શરીરની મનની કે બુદ્ધિની સમજણ નથી- તે આત્મા છે જેને તમે ગુરુ કહો છો. ફક્ત આત્મામાં જ જ પૂર્ણ સમતા હોઈ શકે છે. યાદ રાખો કે તે 'દિવ્ય'- મનુષ્યની અંદર હોતું નથી. મનુષ્યની પાસે તે કદી પણ હોઈ શકે નહિ. જ્યારે તમે કોઈ વ્યક્તિને જુઓ અને તેને 'ગુરુ' કહો ત્યારે તેના શરીરને કે બુદ્ધિને તમે ગુરુ કહેતા નથી પણ તેના આત્માને કહો છો.

તે આત્મા દરેક વસ્તુમાં દરેક વ્યક્તિમાં હોય છે એટલે ગુરુ પણ દરેક વસ્તુમાં હોય છે. ખરેખર તો તમારામાંનો દરેક ગુરુ છે. પણ મુશ્કેલી એ છે કે આ વાત ફક્ત થોડાક જાણતા હોય તેમ લાગે છે, ઘણા ખરા તે જાણતા જ નથી. આપણે જ્યારે જન્મ્યા ત્યારે બધા આ જ્ઞાન સાથે જન્મ્યા હતા, પણ ગમે તેમ પણ આપણે તે જ્ઞાન ગુમાવી દીધું છે. આને આપણે વૃદ્ધિ કહીએ છીએ. આપણે એ પણ જાણીએ છીએ કે, અનિષ્ટની વૃદ્ધિ આગળ વધે તો તેને દૂર કરવી જ રહી અને તમે જેને ગુરુ કહો છો તેનું આ કાર્ય છે. કેટલીકવાર તે સૌમ્ય રીતે ક્રિયા કરે છે, કેટલીકવાર ખૂબ મુશ્કેલ ક્રિયા હોય છે, કેટલીક વાર થોડીક સ્થાનિક બેભાન કરનારી દવા સાથે ક્રિયા કરે છે, ત્યારે કેટલીકવાર પૂર્ણ બેભાન કરનારી દવા વાપરે છે.

તે સ્થિતપ્રજ્ઞ સાગર જેવો- પૂર્ણ સંતોષી હોય છે. પૂરેપૂરો નિષ્કામી હોય છે. નિષ્કામી એટલે શું ? તેને કોઈ જરૂરિયાત હોતી નથી. તેને કંઈ પણ જોઈતું નથી. અને તેને કોઈ જ વસ્તુ નહિ જોઈતી હોવાથી એવું લાગે છે કે, જે વસ્તુઓ બીજા લોકોને સામાન્ય રીતે જોઈએ છે, તે બધી તેને આવી મળે છે. કોઈ પણ ગુરુને શિષ્યો કરવામાં રસ હોતો નથી. ખરું કહીએ તો કોઈ ગુરુ પોતાની જાતને ગુરુ તરીકે જાહેર કરશે નહિ. શિષ્યો જ તેને ગુરુ તરીકે પિછાણે છે અને તેને ગુરુ બનાવે છે. જો શિષ્યો ન હોય તો તે પોતે પોતાની જાતને કેવી રીતે ગુરુ કહી શકે ? શિષ્ય જેની પાસેથી કંઈક શીખે છે તેને તે ગુરુ કહે છે.

બીજા શબ્દોમાં કહીએ તો તે કોઈ પ્રકારનું

જુદાપણું દર્શાવશે નહિ. ગુરુ સંપૂર્ણપણે નિષ્પક્ષ હશે. તે કોઈ પાપીને જુએ કે સંતને જુએ, તેની દૃષ્ટિ સૂર્યની માફક પૂરેપૂરી તટસ્થ હશે. સૂર્ય ફક્ત મહેલ ઉપર જ પ્રકાશતો નથી. તે તો સમાનપણે ભાંગી-તૂટી ઝુંપડી પર કે વેરાન દરિયાના કિનારા પર પણ પ્રકાશે છે. તમે કુદરતમાં સર્વત્ર સમતા જુઓ છો. ગુલાબને તમે ખરીદ્યુ હોય, ક્યાંકથી લાવ્યા હો કે ચોર્યું હોય તો પણ તે બધે જ એકસરખી સુગંધ ફેલાવશે. તે એમ કહેશે નહિ : 'ના, ના, તમે મને ખરીદેલું નથી, કોઈની પાસેથી લાવ્યા છો કે બગીચામાંથી ચોરી લાવ્યા છો માટે સુગંધ નહિ આપું.' ફક્ત માનવો જ આ પ્રકારના ભેદ પાડે છે. આ ભેદ ભાષાના, વર્ણના, જાતિના કે રાષ્ટ્રના હોય છે. પણ કુદરત કે ઈશ્વર તો સમદર્શી- સમાન દૃષ્ટિ ધરાવે છે. અને આ પણ સ્થિતપ્રજ્ઞ મનુષ્યનું લક્ષણ છે.

ગુરુ કદી ઉશ્કેરાતા નથી કે નથી નિરુત્સાહી થતા. તે કેન્દ્રસ્થ રહે છે, કારણ કે તેને અંદરથી સતત જાગૃતિ મળતી રહે છે. તે બહારની વસ્તુઓને ફક્ત સામાન્ય, ક્ષણજીવી અને ફક્ત રમૂજ ભરેલી વસ્તુઓ લેખે છે. તેમને અંદરથી હંમેશાં જાગૃતિરૂપી નશો મળતો રહે છે, જેથી બીજું કોઈ પણ તેમને વધુ નશો ચઢાવી શકતું નથી.

સાચું કહીએ તો, તમે તે ગુરુ છો- તમે તે આત્મા છો અને એકાદવાર તમને તેનો અનુભવ થાય કે તમે તરત જ આ બધા સુંદર ગુણોથી વિભૂષિત બની જાઓ છો. તમને કોઈ પણ ડગાવી નહિ શકે. આવું ન બને ત્યાં સુધી તમને બીજું કોઈ બચાવી પણ નહિ શકે. માટે આપણે સૌ પ્રથમ તે આત્માનો સાક્ષાત્કાર કરીએ. જો તમે પોતે કોણ છો તે જાણતા હો તો તમારે બીજાના અભિપ્રાયોની ચિંતા કરવાની જરૂર નથી. તમને, આનંદ કે પીડા, વખાણ કે નિંદા કશાની અસર થશે નહિ. આ સ્થિતપ્રજ્ઞ માણસનું કે ઈશ્વરના સાચા ભક્ત (ગુરુ)નું લક્ષણ છે. આ બધું ફક્ત બુદ્ધિનો ખેલ છે એવું પણ નથી. આવો માણસ કોઈ માનસિક ગોઠવણ કરે છે એમ પણ નથી. જો એવું હોત તો તે કોઈ વાર ખોટી

ગોઠવણ કરે તેવું બની શકે. જો કાર ખાડા ટેકરાવાળા માર્ગ પર દોડતી હોય તો શક્ય છે કે એલાઈન્મેન્ટ (રેખાંકન) બદલાઈ જાય અને તેને વારંવાર રેખાંકનમાં રાખવી પડે. આમ આ ફક્ત બૌદ્ધિક સમજણ નથી. આપણે પ્રથમ આત્માને બૌદ્ધિક રીતે સમજીએ. પણ છેલ્લે તો આપણે તેને અનુભવવાનો હોય છે અને જ્યારે આપણે કોણ છીએ તે નિઃશંકપણે જાણીએ પછી જ અનુભવ આવે છે.

ફરી ફરીને હું તમને યાદ કરાવું છું કે તમારે ગુરુ તરીકે તેમનું ભૌતિક શરીર કે બુદ્ધિને પણ ધ્યાનમાં લેવાનાં નથી, પણ ફક્ત તેમના આત્માને લેવાનો છે. તેમણે આત્માનો સાક્ષાત્કાર કરેલો હોવાથી તેમની બુદ્ધિ વધુ પ્રકાશિત બનેલી છે અને તેનો સાક્ષાત્કાર તેમની પ્રકાશિત બુદ્ધિ દ્વારા પરાવર્તિત થાય છે. પછી તે બુદ્ધિ તે અનુભવને લીધે કંઈક કહે છે. યાદ રાખો કે ફક્ત એકલી બુદ્ધિ જ કંઈ જ કરી શકતી નથી. એટલે જ્યારે તમે કોઈ વ્યક્તિને ગુરુ કહી સંબોધો ત્યારે તમે તમારા આત્માને સંબોધો છો. આ વાતને બરાબર સમજી લેજો. ધર્મગ્રંથો કહે છે : ‘ગુરુ ભગવાન શિવ છે, ગુરુ દિવ્ય છે, ગુરુ તમારા સંબંધી છે, ગુરુ તમારું શરીર છે, ગુરુ તમારો આત્મા છે, ગુરુ તમે જાતે છો. ગુરુ સિવાય બીજું કંઈ જ નથી.’ આ બધા કથનોનો એવો અર્થ થાય કે છેલ્લે દરેક વસ્તુ આત્મા જ છે. આ વર્ણન પછી ગુરુ કોણ નથી ? ‘હું ગુરુ છું, તમે નથી’ એમ હું કેવી રીતે કહી શકું ! ના, દરેક જણ ગુરુ છે. પણ જો તમે તે જાણતા ન હો તો તમે મારી પાસે આવીને કહો : ‘અરે, તું તે છે.’ જ્યારે શિષ્ય સમજવાને લાયક હોય ત્યારે ગુરુ શિષ્યને ફક્ત છેલ્લું સૂચન કરે છે : તત્ ત્વમ્ અસિ-તું તે છે.’

શિષ્યની શું લાયકાત હોવી જોઈએ ? વ્યક્તિ ગુરુને કેવી રીતે મેળવી શકે ? શિષ્ય થવા ઈચ્છનાર વ્યક્તિ નિખાલસ હોવી જોઈએ અને તેણે ગુરુને જણાવવું જોઈએ કે તે (આધ્યાત્મિક બાબતમાં) કંઈ જ જાણતી નથી. તેણે એમ ન કહેવું જોઈએ : ‘હું કંઈક જાણું છું. તેમાં આપે ઉમેરો કરવાનો છે.’ આને પૂર્ણ

શરણાગતિ કહેવામાં આવે છે. તમે તમારા અજ્ઞાનનો સ્વીકાર કરો છો; પછી અહં માંથી તમે પૂરેપૂરા મુક્ત. તમે સ્વચ્છ પાત્ર સાથે આવ્યા છો. જ્યાં સુધી પાત્રમાં અહં હશે ત્યાં સુધી ગુરુ જે કંઈ આપશે તેની સાથે અહંની ભેળસેળ થતી રહેશે. મને એક ઝેન વાર્તા યાદ આવે છે. ગુરુની પાસે એક શિષ્ય જ્ઞાન પામવા માટે જાય છે. ગુરુએ કહ્યું : ‘ઠીક છે, હું તને ઉપદેશ આપીશ, પણ પહેલાં આપણે યા પી લઈએ.’ તેમણે શિષ્યના કપમાં યા રેડવાનું શરૂ કર્યું. તે રેડતા જ ગયા; છેવટે કપ પરથી યા ઉભરાઈને નીચે પડવા માંડ્યો. છતાં તેમણે રેડવાનું ચાલુ જ રાખ્યું.

શિષ્યે કહ્યું : ‘ગુરુદેવ, કપ તો ભરાઈ ગયો છે અને છતાં આપ તો યા રેડી જ રહ્યા છો. હવે યા કપમાં જતો નથી, જમીન પર ઢોળાય છે. ગુરુએ કહ્યું : ‘એમ થાય છે. ઠીક તારા મનનું પણ એવું જ છે તે પૂરેપૂરું ભરાયેલું જ છે. હું જે કંઈ કહું છું તે કપ (મન)માં જઈ શકતું નથી. ઉપરથી ઉભરાઈ જાય છે. તું પાછો જા, તારા કપ (મન)ને ખાલી કર અને પછી મારી પાસે પાછો આવ. પ્રબોધનના જિજ્ઞાસુએ કહેવું જોઈએ : ‘હું ખાલી જ છું. તમે પવિત્ર છો. મહેબાની કરીને તમારી પવિત્રતા મારામાં રેડો.’

જો તમારામાં શ્રદ્ધા નહિ હોય તો ગુરુ તમને જે આપવા માગતા હશે તે તમે સ્વીકારી શકશો નહિ. ભક્તિ એટલે ગુરુમાં તમે મૂકેલી પૂરેપૂરી શ્રદ્ધા. આ શ્રદ્ધા જ ગુરુ સાથે જોડતી કડી છે. જો એકવાર વિશ્વાસ સ્થાપિત થાય તો પછી ગુરુ તમને શીખવવાની ના પાડે તો પણ તમે તેમના દ્વારા શીખશો; કારણ કે શ્રદ્ધાની આટલી મોટી શક્તિ છે. તમારી પોતાની શ્રદ્ધા દ્વારા તેમના મનમાં જે કંઈ હશે તે તમે સમજી શકશો, તેઓ તમને કહે તેની પણ જરૂર નહિ પડે. તેમનું મુખ ખોલ્યા વગર તમે તેમને સમજી શકશો, કારણ કે તમે સાચો સંસર્ગ સ્થાપી દીધેલો છે. સાચું શિક્ષણ, અથવા સાચા જ્ઞાનને આપવાની ક્રિયા સાધારણ રીતે શબ્દોથી, વાણીથી થતી નથી તે બરાબર યાદ રાખવું જોઈએ. ગુરુ

કલાકોના કલાકો સુધી પ્રવચનો આપે, પણ તે એક મિનિટ માટે મૂક શિક્ષા આપે તેની સરખામણીમાં કંઈ જ નથી. વાણીને તેની પોતાની સીમિતતા છે. પણ મૂક સ્થિતિમાં યોગ્ય સંસર્ગ થતાં તમે સંવેદના દ્વારા ગુરુ પાસેથી ઘણું બધું મેળવો છો.

ગુરુ પ્રત્યેના અનન્ય ભાવને ગુરુભક્તિ કહેવામાં આવે છે. પણ તે ઘણા ઉચ્ચ પ્રકારની ભક્તિ છે. તે ઉચ્ચત્તમ છે. હું કહીશ કે તેની પ્રાપ્તિ ખૂબ મુશ્કેલ છે. કોઈ મૂર્તિની પાસે તમે દર્શનાર્થે જાઓ ત્યારે દરેક વખતે તે એક સરખી લાગે છે, તેમાં કદી કોઈ ફેરફાર દેખાતો નથી. તે ઓછાવત્તા અંશે શાશ્વત કહી શકાય. તે તમને સદા ઈશ્વરની ઝાંખી કરાવે છે. પણ ગુરુની બાબતમાં આવું હોતું નથી. એક દિવસ તે તમને મહાન શિક્ષક, મહાન ગુરુ, આત્મસાક્ષાત્કાર પામેલા આત્મા લાગશે; તો બીજા દિવસે બીજી કોઈ વસ્તુ જેવા સામાન્ય લાગશે. તમને તેમનામાં હંમેશાં દિવ્ય ગુણો રહેલા દેખાશે નહિ. કોઈવાર તે તમને શેતાન, અસ્થિર ગાંડી વ્યક્તિ જેવા પણ લાગે. તે આ બધાના મિશ્રણ જેવા પણ લાગે. વળી ગુરુ તમે તેમને જેવા ધાર્યા હોય તેવા ન પણ હોય. ગુરુ કેવા હોવા જોઈએ તે માટે તમારી પોતાની કલ્પના હોઈ શકે. આમ ગુરુની સેવા ખૂબ મુશ્કેલ હોવાથી તેને સેવાનાં બીજા સ્વરૂપે કરતાં ઉચ્ચતર સ્થાને ગણવામાં આવી છે.

ગુરુની પસંદગી માટે તમને તે કેવા લાગે છે તે જોવું જોઈએ. તમારા હૃદયમાં તમને લાગવું જોઈએ; ‘હા, તે મને મારા પથ વિષે માર્ગદર્શન આપી શકશે.’ અથવા તમે તમારી બુદ્ધિનો ઉપયોગ કરી તેમના શિષ્યોને પૂછી શકો : ‘તે કેવા છે? તેઓ તમને બરાબર ભણાવે છે ? જો તમને ગુરુ શોધવામાં ખરેખર રસ હશે તો તે તીવ્ર રસ જ તમને માર્ગ બતાવશે. તેની તમારે ચિંતા કરવાની રહેશે નહિ. જો તમે કંઈ નિર્ણય ન કરી શકો તો કહો : ‘ઠીક છે કેટલોક સમય એક, બે, કે ત્રણ માસ માટે તમારા માર્ગને અનુસરીશ. જો કંઈ પરિણામ નહિ મળે તો છોડી દઈશ. મને થોડી

અભિરુચિ થશે, જો મને લાગશે કે કંઈક યોગ્ય છે તો હું થોડો વધુ સમય રોકાઈશ.’

ગુરુ તમારી અંદર હોય છે. તમારી અંદર એવી કોઈ વસ્તુ રહેલી છે જે તમારામાં શું ચાલી રહ્યું છે તે સદા જાણતી હોય છે. આમ તમે બધું જ જાણતી વ્યક્તિ હોવાથી તમે પ્રકાશ છો, તમે ગુરુ છો. આ જ્ઞાનનો ઉપયોગ જે વસ્તુઓને તમે જાણતા ન હો તે જાણવામાં કરો. જો તમે તમારી જાણકારીનો ઉપયોગ કેમ કરવો તે જાણતા ન હો તો જેની પાસે આવી ક્ષમતા હોય તેની પાસે જાઓ. તમારી અંદર રહેલો તમારો આત્મા, તમારી સભાનતા જ સાચો ગુરુ છે, તે તમારી પોતાની ચેતના છે. તમારા, મારામાં બધામાં રહેલી ચેતના સમાન એક જ છે. તે વૈશ્વિક ચેતનાનો એક ભાગ છે. તે તમારી અંદર રહેલો ઈશ્વર છે, જે તમારું હંમેશાં ધ્યાન રાખે છે. તે તમને માર્ગદર્શન આપે છે અને તમે સાચું કરો છો કે ખોટું તે જણાવે પણ છે.

પણ કેટલીક વાર આપણે એટલા નબળા હોઈએ છીએ કે તે ચેતનાના સૂચન તરફ ધ્યાન આપી શકતા નથી. આ માટે તમારે જેમણે આંતરિક સત્યનો સાક્ષાત્કાર કરેલો હોય અને દરેક વખતે પોતાની ચેતનાને અનુસરતા હોય તેવા બહારના ગુરુની જરૂર પડે છે. તે ગુરુ તમને શું સાચું છે અને શું ખોટું છે તે પારખવામાં મદદ કરે છે. તમને મદદ કરવાની સાથે સાથે તેઓ તમને આંતરિક ગુરુને કેમ જાણવા અને તેને કેમ અનુસરવા તે પણ ધીમે ધીમે શીખવે છે. તે તમને કદી પણ તેમના પર આધાર રાખતા બનાવશે નહિ. ગુરુ હંમેશાં તમને મુક્તિ આપવા માટે હોય છે, તેમના પર આધાર રાખતો કરવા માટે નહિ. હું માનું છું કે, ભૌતિક વ્યક્તિની માફક ગુરુ સાથે શાશ્વત જવાબદારી હોતી નથી, પણ તમારી પોતાની ચેતનાથી ભિન્ન નહિ એવી તેમની ચેતના સાથે તમે શાશ્વત રીતે જોડાયેલા હો છો.

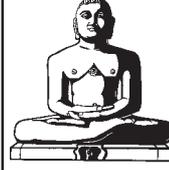
સાચી રીતે તો આપણી જાતને આપણે દિવ્ય પ્રતિકૃતિ, ઈશ્વરની પ્રતિકૃતિ સમજીએ. ગમે તે રીતે પણ આપણા અહંનો પડદો આ સત્યનો અનુભવ કરતા

આપણને અટકાવે છે. ફક્ત આ અહંને દૂર કરવાનો છે. આ બધાં માનસિક નાટક જેને આપણે માયા કહીએ છીએ-નું મૂળ તે જ છે. તે બધા પ્રકારની સમસ્યાઓ મુશ્કેલીઓ, ભય અને ચિંતાઓ ઊભી કરે છે. એટલે, તમારા અહંને તાત્કાલિક દૂર કરો. તેને હવે વધુ વખત તમારી પાસે રહેવા દેશો નહિ. એકવાર તે જશે કે તમે નમ્ર બનશો અને તમારું મન તમારા પૂરા કાબૂમાં રહેશે. તમે સ્વામી બની જશો.

આ માટે, હું તમને કોઈ અભ્યાસ સૂચવવા માગતો નથી, તમને જે યોગ્ય લાગે તે કરો. પણ એટલું ધ્યાનમાં રાખજો કે તમારું મન સદા પવિત્ર, સ્વસ્થ અને તટસ્થ રહે. કોઈ પણ ગુરુ તમારામાં નથી પ્રકાશ રેડી શકતા કે નથી- તમને ઈશ્વર સમક્ષ મૂકી શકતા. અને તેમને તેમ કરવાની જરૂર પણ પડતી નથી, કારણ કે, તમારામાં તે ક્ષમતા છે જ. જો તમારે તે તેમની પાસેથી લેવાની હોય તો એક દિવસ તે લીધેલી વસ્તુ જતી પણ રહે. તેને બદલે તમારી પાસે તે છે જ. તમે તે છો, તત્ત્વમ્ અસિ । ગુરુ તો ફક્ત આ સત્યની જાણકારી આપે છે. અહં અને તેને લીધે ઉદ્ભવતી અશાંતિને લીધે તમે તે પ્રકાશને પામી શકતા નથી. માટે મનને શુદ્ધ કરો. મનને કાબૂમાં રાખો. અથવા પ્રથમ શરીરને અને પ્રાણને કાબૂમાં લાવો અને જ્યારે તે સ્વસ્થ થાય ત્યારે મન આપમેળે શાંત, સ્વસ્થ, થઈ જશે. પછી સત્ય ખુલ્લું થશે. તમે સરસ થઈ જશો. જો તમે સરસ થશો, પવિત્ર થશો તો તમે ધન્ય થઈ જશો. અને પછી તમારી અંદર રહેલો ઈશ્વર પ્રકાશી ઊઠશે. તમે જાણો છો કે, તમે ઈશ્વર છો અને બીજાઓ પણ જાણશે કે તમે ઈશ્વર છો.

તે મહાન ગુરુ, તે સર્વવ્યાપક ગુરુ તમારી સંસ્કારિતાના ખૂણે ખૂણેથી પ્રકાશિત થાઓ. આ મારી હાર્દિક પ્રાર્થના છે. તે ગુરુ તમારી પોતાની પવિત્રતા, નમ્રતા, માનવપ્રેમ અને ઉદારતા દ્વારા પોતાને પ્રગટાવે કે જેથી આખું વિશ્વ તમારા દ્વારા શાંતિનો આનંદ અનુભવી શકે.

‘How to find Happiness’માંથી સાભાર અનુવાદ.



આત્મન આનન્દરસં ક્ષપયતિ શોષયતીતિ પાપમ્

સ્થાનાંગ સૂત્ર

આચાર્ય વિજયરત્ન સુંદરસૂરિજી

પાણીને શોષવાનું કામ જો તાપ કરે છે,
જીવને શોષવાનું કામ જો સાપ કરે છે
તો આત્માના આનંદને શોષવાનું કામ પાપ કરે છે.

પ્રભુ !

પાપની આ તાકાત સાંભળ્યા
પછી ખ્યાલ આવે છે કે આપે
આ સંસારના સુખોને પણ ભયંકર કેમ કહ્યાં છે ?
એ સુખો એટલા માટે ભયંકર છે કે
આત્માને આનંદથી વંચિત રાખી દે છે.
સામગ્રીની પ્રાપ્તિ અને ભોગવટા
દ્વારા જ આવતી મજા એ સુખ છે,
જ્યારે આનંદનો અનુભવ તો સામગ્રી નિરપેક્ષ છે.
કારણ કે આનંદ એ તો આત્માનો સ્વભાવ છે.

પ્રભુ !

કેવા મૂરખ બન્યા અમે ?
દુઃખમાંથી સુખમાં જવાના પ્રયત્નો તો
અમે જીવનભર કર્યા પણ
સુખમાંથી આનંદમાં જવાની
વાત તો અમે ભૂલી જ ગયા.
આશિષ આપો અમને કે અમે આત્માના આનંદરસને
શોષી નાખે કે ખતમ કરી નાખે એવા એક
પણ પ્રકારના પરિબળને ન હૃદયમાં સ્થાન આપી
બેસીએ કે ન જીવનમાં અપનાવી બેસીએ !

‘પ્રભુ વીર કહે છે’ માંથી સાભાર

આનંદ કુટિર

- શ્રી સ્વામી ચૈતન્યાનંદજી

પૂ. સ્વામી ચૈતન્યાનંદજી મહારાજ (૧૯૨૬-૨૦૦૩) ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજના અગ્રગણ્ય શિષ્યોમાંના એક સરળ સ્વભાવના નિરાભિમાની સંત હતા. પૂ. સ્વામીજી શરૂઆતનાં વર્ષો શિવાનંદાશ્રમમાં સેવા આપ્યા પછી પૂ. ગુરુદેવની અનુજ્ઞા લઈ ૧૯૫૮માં ઉત્તરકાશીમાં સ્થિર થયા. પૂ. ગુરુદેવે તેમને ત્યાં એક નાનો પણ સાધના માટે ઉત્તમ આશ્રમ મળશે તેવું ભવિષ્યકથન કર્યું હતું. સમગ્ર જીવન ઉત્તર કાશીમાં સંન્યાસીઓ તથા જિજ્ઞાસુઓને જીવનધ્યેય તથા ઉપનિષદનું શિક્ષણ આપ્યું. તેઓ એક વહેવારુ વેદાન્તી હતા. ૨૦૦૩માં તેમણે મહાસમાધિ લીધી. આનંદ કુટિરમાં તેમના શરૂઆતના દિવસો, પરિસ્થિતિ તથા જીવન વિષે તેમના જ શબ્દોમાં જોઈએ. -સંપાદક

લાંબી મુસાફરી પછી હું હૃષીકેશ-આનંદ કુટિર પહોંચ્યો. પૂ. સ્વામીજી સામાન્ય રીતે સાંજે ૪-૦૦ વાગે મને જણાવ્યા પ્રમાણે ઓફિસમાં આવતા અને દર્શન, મુલાકાત અને પત્રોના જવાબ આપતા. હું તેમના પ્રથમ દર્શન માટે રાહ જોઈ રહ્યો હતો. અત્યારની પોસ્ટ ઓફિસ તેમની ઓફિસ હતી. તેઓ ત્યાં ગંગા મૈયા તરફ દૃષ્ટિ રાખી ઊભા હતા. હું ખુલ્લા દરવાજામાંથી પસાર થયો અને ભવ્ય ગુરુદેવનાં દર્શન કર્યાં. મારું હૃદય જોરથી ધબકવા લાગ્યું. મારું મન તેમને ઓળખી ગયું અને ગણગણવા લાગ્યું. 'એક વખત ધ્યાનમાં દર્શન થયેલાં તે જ આ સ્વામી છે.' હું થોડાંક ડગલાં આગળ વધ્યો અને કહ્યું : 'પ્રણામ મહારાજ'. તેમણે મારી તરફ દૃષ્ટિ ફેરવી. મેં કહ્યું : 'સ્વામીજી, મેં આપને લખ્યું હતું અને આપનો જવાબ મળ્યા પછી હું આવ્યો છું.'

'મેં તને અહીં આવવા માટે રજા આપેલી ?'

'ના, સ્વામીજી તમે રજા આપી ન હતી.'

'મેં રજા આપી ન હતી તો કેમ આવ્યો ?'

'સ્વામીજી, અહીં આવવાની મારી ખાસ ઈચ્છા હતી એટલે આવ્યો.'

હું સ્વસ્થતાથી પણ ભારપૂર્વક તેમને શરણે થઈ ગયો. સ્વામીજી જોરપૂર્વક હસી પડ્યા. પછી તેમણે મને મારા શિક્ષણ વિષે, હું ટાઈપિંગ જાણું છું કે કેમ અને આશ્રમમાં કેવા પ્રકારની સેવા કરી શકીશ તે પૂછ્યું. મેં કહ્યું કે હું ટાઈપિંગ જાણતો નથી, પણ શીખી લઈશ. આ ઉપરાંત આશ્રમમાં રહેવા તથા સેવા માટે જે કંઈ જરૂરી હશે તે શીખી લઈશ.'

સ્વામીજીએ મને તેમની સાથે લીધો અને મંત્રી, સ્વામી નિજબોધ પાસે લઈ ગયા અને તેમને કહ્યું : 'આ એક યુવાન છે. તેને આશ્રમમાં રહેવું છે. તેની સાથે વાત કરો.' એમ કહી સ્વામીજી જતા રહ્યા.

દાઢીવાળા મંત્રીએ મને પૂછ્યું : 'કેટલો સમય રહેવું છે?' મેં કહ્યું : 'જ્યાં સુધી ઈશ્વરસાક્ષાત્કાર ન થાય ત્યાં સુધી.' તેઓ જોરથી હસી પડ્યા. થોડાક પ્રશ્નોત્તર થયા પછી તેમણે કહ્યું : 'ઠીક છે. કાલથી તારે મુક્ત વિભાગમાં (Free Department) માં કામ કરવાનું છે. મુક્ત વિભાગનું કાર્ય સ્વામીજીએ સહી કરેલા પુસ્તકોને પેક કરવાનું, તેમના પર સરનામાં કરવાનું, પછી સ્વામીજીને બતાવી આશ્રમમાં જ આવેલી એક નાની રૂમમાં આવેલ પોસ્ટ ઓફિસ દ્વારા રવાના કરવાનું હતું. પછીનું કામ સ્વામી પૂર્ણબોધને કરવાનું હતું.'

સ્વર્ગમાં

આશ્રમમાં હું આવ્યો તે જ સમયે ૧૯૪૭ની ઈસ્ટરની રજાઓમાં યોજેલી સાધના સપ્તાહની શરૂઆત થતી હતી. ઘણા મુલાકાતીઓ, ભક્તો તે પ્રસંગે આવેલા અને સંસ્થામાં રહેતા સાધુઓ અને આવેલા સાધકો પણ હતા. વહેલી સવારના સત્સંગ, આસનો, સૂર્યનમસ્કાર, નાસ્તા, બપોરનું સમૃદ્ધ સ્વાદિષ્ટ ભોજન, સાંજના પ્રવચન, ગંગાસ્નાન અને રાત્રિનાં કીર્તન-ભજન અને શ્રીધર રાવજી (સ્વામી ચિદાનંદજી), કૃષ્ણાનંદજી અને બીજા વક્તાઓનાં પ્રવચનો- આ બધાંથી મારું મન તદ્દન સ્વસ્થ અને આનંદિત બની ગયું. છેલ્લાં બે વર્ષથી મારું મન અને શરીર આત્મસાક્ષાત્કારને ઝંખતા હતાં. પણ જે ઘડીએ મને ગુરુદેવનાં આધ્યાત્મિક સ્પંદનોથી ભરેલી આનંદ કુટિર, ગંગા મૈયા અને ભવ્ય હિમાલયનાં દર્શન

થયાં કે મારા આત્માને પરમ શાંતિ થઈ અને મારાં મન અને શરીરે ટાઢક અનુભવી. મને લાગ્યું કે, ‘પૃથ્વી પરનું આ સ્વર્ગ છે.’ અને મેં મારા સદ્ભાગ્યનો આભાર માન્યો.

સ્વામીજી મહારાજ જે સોફા પર બેસતા તેની સામે હું બેસતો. પદ્મનાભન મારી સામે બેસતા. તેઓ શિવાનંદ પબ્લિકેશન લીગ સંભાળતા. તેમની પાસે ઓફિસના પત્રો અને લેખો, ટાઈપ કરનાર બ્રહ્મચારી શિવપ્રેમ બેસતા. કોઈ મુલાકાતી સ્વામીજીનાં દર્શન માટે આવે તો તેને માટે હું થોડોક ખસી જગા કરી આપતો. જો બે મુલાકાતી આવે તો તેને જગા આપવા માટે હું ઓફિસમાંથી નીકળી જતો. ત્રણ આવે તો પદ્મનાભન બહાર આવી જતા જો ચાર આવે તો શિવપ્રેમ અને ઘણા આવે તો સ્વામીજી પોતે બહાર આવી જતા.

છ માસ વીત્યા હશે, ગુરુદેવની સાથે હું એકલો જ બેઠો હતો. ગુરુદેવ મારી તરફ ફર્યા અને કહ્યું : ‘ઓ જી કેશવ, તારાં મા-બાપને તું પત્ર લખે છે ?’ મે કહ્યું : ‘ના, સ્વામીજી’, ‘સારું કર્યું, લખતો નહિ. આશ્રમમાં જમવાનું તને કેમ રહે છે ? મેં કહ્યું : ‘ઘર કરતાં સારું છે.’

થોડાક સમય પછી ગુરુજીએ કહ્યું : ‘તું મજૂરીકામ કરવા માટે સરજાયો નથી. તને ગમે છે- ધ્યાન, અભ્યાસ, આત્મનિરીક્ષણ, મૌન અને એકાંત. મારા તરફના આદરને લીધે તું હાલનું કામ કરી રહ્યો છે.’

મારા વિષે સ્વામીજી આટલું બધું જાણે છે તે જોઈ મને આશ્ચર્ય થયું. મેં આ વિષે કોઈને વાત કરી ન હતી અને સ્વામીજીને તો નહિ જ. સ્વામીજીએ વાત પૂરી કરતાં કહ્યું : ‘તું વેદાંતી છે, તારું મન પૂજા અને કર્મકાંડ તરફ નથી.’

તે સમયે અમે લગભગ સો આશ્રમવાસીઓ હતા. અને આશ્રમની આવક તદ્દન સામાન્ય હતી. આશ્રમના દરરોજના કામ ઉપરાંત આશ્રમવાસીઓને બળતણ તથા કોલસાને ઉતારવાનું, રસોડા માટે લાકડા ફાડવાનું, કુટિરોના પાયા ખોદવા તથા પૂરવાનું, રસોડા તથા ગુરુદેવની કુટિર માટે ગંગામાંથી પાણી લાવવાનું વગેરે પ્રસંગોપાત વધારાના કામ રહેતાં. પદ્મનાભન અને હું વિશ્વનાથ મંદિર માટે, વૃદ્ધ સ્વામીજીઓ માટે

અને શારીરિક રીતે નિર્બળ સ્વામી કૃષ્ણાનંદજી જેવા લોકો માટે ગંગાજીનું પાણી લાવી આપતા. આ માટે એક વાંસને બે છેડે કેરોસીનના બે ડબા બાંધી કાવડ બનાવી, તેને ખભા પર મૂકી પાણી લાવતા. આશ્રમમાં ફક્ત એક પગારદાર રસોયો દયારામ હતો. આશ્રમવાસીઓને પોતાને થાળી વાટકો વગેરે તથા રૂમો સાફ કરવાની રહેતી. વીજળી કે જાજરૂ ન હતાં. રાત્રે સૂવા માટે પૂરતા રૂમ પણ ન હતા. કોઈ વાર મનમાં વિચાર ઝબકી જતો : આપણે અહીં આધ્યાત્મિક સાધના કરવા આવ્યા છીએ, મજૂરી કરવા નહીં, અને આમ થોડોક નિરાશ થઈ જતો. સ્વામીજીને આનો ખ્યાલ આવતાં કહેતાં : ‘ઓ જી, નકામું વૈતરું કરી તમારું જીવન અહીં બગડશે તેમ જરા પણ નહિ માનતો. જે કોઈ અહીં સેવા આપશે તેનું નસીબ ઘણું ઉજ્જવળ બની જશે.’ છેલ્લાં પાછલાં વર્ષોમાં જેમણે નેકીથી આશ્રમની સેવા કરી તેઓ વિવિધ યોગોમાં નામાંકિત થયા અને શાંતિ તથા કીર્તિભર્યું જીવન જીવ્યા.

‘જ્યારે શુદ્ધ હૃદયની કોઈ વ્યક્તિ પોતાના માટે કે બીજાના માટે જે કંઈ ઈચ્છે છે તે મળી જ જાય છે. માટે, પોતાના કલ્યાણના ઈચ્છુકે આત્માના જ્ઞાતાની પૂજા અને સેવા કરવાં જોઈએ.’

મારી સાથે રહેતા પદ્મનાભને જોયું કે મારું ગણિત સારું હતું- એટલે તેમણે મને પોસ્ટ ઓફિસમાં બદલવા માટે મંત્રીશ્રીને ભલામણ કરી. પોસ્ટ ઓફિસની તે શાખામાં યુવાન મહારાષ્ટ્રિયન આત્મારામજી મુખ્ય હતા. આ પોસ્ટ માસ્તરનો સ્વભાવ એટલો ચીડિયો, આત્મશ્લાધી અને મનસ્વી હતો કે તેની સાથે કોઈ તેના હાથ નીચે લાંબા સમય સુધી રહી શકતું નહિ. મને પણ તેની સાથે ફાવ્યું નહિ. છતાં તેની સાથે ગોઠવાવા નેકીથી જેટલો બને તેટલો પ્રયત્ન કર્યો. એક દિવસ તેની આપખુદીથી હું ગુસ્સે થઈ ગયો અને મેં તેને આ જગા છોડી દેવાનું જણાવ્યું. તેને લાગ્યું કે ઘણા વખતે મળેલો એક સારો સહાયક તે ગુમાવશે. તેણે મારી માફી માગી અને હવેથી સારા વર્તાવની ખાતરી આપી. તેની પાસેથી પોસ્ટ ઓફિસનું બધું જ કામ હું શીખી ગયો. થોડા જ સમયમાં આશ્રમમાં તે ગોઠવાઈ શકશે નહિ તેમ તેને લાગતાં મને બધું કામ સોંપી તેના વતન ચાલ્યો ગયો.

આનંદ કુટિરમાંથી શિવાનંદનગર

એક દિવસ ઉપપ્રમુખ સ્વામી નારાયણાનંદજી મારી પાસે આવ્યા અને કહ્યું : 'જો રાજેન્દ્રનગર હોય, નહેરુનગર હોય અરે મોદીનગર હોય તો પછી શિવાનંદનગર શા માટે નહિ હોવું જોઈએ?' મેં તેમને કહ્યું કે દિવ્ય જીવન સંઘ ટ્રસ્ટની એક મિટિંગ બોલાવો અને તેમાં પોસ્ટના હેતુ માટે આનંદકુટિરને બદલે તે પ્રદેશનું નામ શિવાનંદનગર રાખવાનો ઠરાવ પસાર કરી તે માટે પોસ્ટ ડિપાર્ટમેન્ટને વિનંતી કરો. ઠરાવની એક નકલ મને આપો. મેં તે લખનૌ પોસ્ટ માસ્ટર જનરલને યોગ્ય કરવા મોકલી આપી. થોડા જ સમયમાં પોસ્ટનાં નવાં સીલ અને ટિકિટો આવી ગયાં. આમ આનંદકુટિરમાંથી શિવાનંદનગર થઈ ગયું.

સંસ્કૃતનો અભ્યાસ

એક દિવસ ગુરુદેવે મને કહ્યું : 'ઓ જી કેશવ, તારે સંસ્કૃત શીખવું જોઈએ. તું યુવાન છે અને બુદ્ધિશાળી છે. સંસ્કૃતનું જ્ઞાન તને ભવિષ્યમાં ખૂબ ઉપયોગી થશે. દરરોજ એક કલાક અભ્યાસ કર, તને ફાવી જશે. મેં પ્રયત્ન કરીને ભાંડારકરના પ્રથમ ભાગના ૭૦ પાન તૈયાર કર્યા પણ પછી વિવિધ કારણસર બીજી પ્રવૃત્તિઓને લીધે આગળ વધી શક્યો નહિ. મેં વિચાર્યું કે હવે આવતા જન્મમાં જ શીખીશ.'

આમ ગુરુદેવની સલાહને ગંભીરપણે અનુસરવાને બદલે તેને વિસારી દીધી. જો કે, જ્યારે જ્યારે હું ગુરુદેવને મળતો ત્યારે તેઓ સંસ્કૃતની યાદ અપાવતા. લગભગ એક વર્ષ વીત્યા પછી એક રાત્રે બે વાગે હું અચાનક જાગી ગયો અને મારી જાતને ઠપકો આપવા માંડ્યો : 'જો, જ્યારે પણ સ્વામીજી તને મળે છે ત્યારે ધીરજપૂર્વક પોતાની સલાહ-સંસ્કૃત શીખવાની- તને આપે છે અને તું તેને લક્ષ્યમાં લેતો નથી. આશ્રમમાં રહેવું અને ગુરુદેવની અવગણના કરવી તે અયોગ્ય છે. જો તારે તેમનું કહ્યું માનવું ન હોય તો તારે આશ્રમ છોડી દેવો જોઈએ.'

પછી મેં ગુરુદેવના આદેશ મુજબ સંસ્કૃત શીખવા માટે પ્રયત્ન કરવાનું નક્કી કર્યું. મેં સ્વામી કૃષ્ણાનંદજીને સંસ્કૃત શીખવવા માટે વિનંતી કરી. તેમણે ના પાડી. અને આ દેવભાષા હોવાથી તું શીખી શકશે નહિ તેમ

જણાવ્યું. મને મનમાં ગુસ્સો આવ્યો અને કોઈની મદદ વગર પોતાની મેળે શીખવાનો નિશ્ચય કર્યો. દરરોજ એકાંતમાં એક કલાક અભ્યાસ કરવાનો નિશ્ચય કર્યો. ભાંડારકરના સંસ્કૃતના પ્રથમ ભાગને સાત માસમાં પૂરો કર્યો. તેમાં એક કાવ્ય આવતું હતું તેનો અનુવાદ કરવાનું મને ફાવતું ન હતું. આ માટે હું તે સમયે બ્રહ્માનંદ આશ્રમ- હૃષીકેશ-માં રહેતા તપોવન મહારાજને મળ્યો. તેમને પણ મુશ્કેલી પડી. પણ એક અઠવાડિયામાં તેમણે કાવ્યનો અનુવાદ કરી આપ્યો.

પછી મેં બીજા ભાગની શરૂઆત કરી. એક અઠવાડિયામાં કેટલાંક વાક્યોનો સંસ્કૃતમાંથી અંગ્રેજીમાં અને અંગ્રેજીમાંથી સંસ્કૃતમાં અનુવાદ કર્યો. પછી મેં તે અનુવાદ સ્વામી કૃષ્ણાનંદજીને બતાવવાનું વિચાર્યું. અનુવાદનાં તે ત્રણ પાનાંને જોઈને તેઓ ખૂબ ખુશ થયા. ખાસ ભૂલો વગરના અનુવાદને જોઈ તેમણે ખૂબ સંતોષ વ્યક્ત કર્યો. ત્યાર પછી આ બાબતમાં કદી સ્વામી કૃષ્ણાનંદજી પાસે ગયો નથી. પછી મેં ત્રીજો ભાગ શરૂ કર્યો અને સાથે વી.એસ. આપ્ટેનું 'ગાઈડ ટુ કોમ્પોઝીશન' એક વર્ષમાં પૂરાં કર્યાં. પછી મેં ઉપનિષદ, ભગવદ્ ગીતા અને શંકરાચાર્યની ટીકા સાથેના બ્રહ્મસૂત્રો વાંચવાનું સમજવાનું શરૂ કર્યું. મને જ્યાં સમજવામાં મુશ્કેલી પડે ત્યાં સંસ્કૃતના જાણકાર લોકો પાસેથી મદદ લેતો હતો.

ગુરુ મહારાજે ભાષ્યા પ્રમાણે સંસ્કૃતના અભ્યાસથી મને ખૂબ લાભ થયો અને તેથી આજે પણ ઉત્સુક વિદ્યાર્થીઓને સંસ્કૃત ભણાવું છું.

આ માટે સદ્ગુરુ મહારાજનો તેમની કાળજી, માર્ગદર્શન અને આશીર્વાદ માટે જય હો.

સ્વતંત્રતા માટે ગુરુદેવનો પ્રેમ

એક દિવસ ગુરુદેવે અમને બધાને કહ્યું : 'મને મારા પોતાના માટે સ્વતંત્રતા ગમે છે અને તમને બધાને સ્વતંત્રતા આપું છું, તમે કોલેજના વિદ્યાર્થીઓ જેવા છો. વ્યાખ્યાતા વર્ગમાં આવી વ્યાખ્યાન આપે છે. જે વિદ્યાર્થીઓને રસ હોય તે સાંભળે છે, નોંધ કરે છે અને પછી તેનો અભ્યાસ કરે છે; જ્યારે બીજા ઊંઘતા હોય છે કે બહાર ફરતા હોય છે અને પરીક્ષામાં નાપાસ થાય છે; તે જ પ્રમાણે તમે બધાં તમારાં પોતાનાં/વિવેક અને વૈરાગ્યથી અહીં આવ્યા છો.

(અનુસંધાન ૮૬માં પાને)

હિન્દુ ધર્મ – સનાતન ધર્મ

શ્રી અરવિંદ

एष धर्मः सनातनः (આ સનાતન ધર્મ છે.) હિન્દુ ધર્મ સંપ્રદાય નથી અથવા આગ્રહી સિદ્ધાંતોવાળી ધાર્મિક માન્યતા નથી, રૂઢ નિયમોનું પોટલું નથી, સામાજિક નિયમાવલી નથી, પરંતુ એક શક્તિશાળી શાશ્વત અને વૈશ્વિક સત્ય છે. ભગવાનના અનન્ત અસ્તિત્વ સાથે એક થઈ જવાની દિવ્ય પરાકાષ્ટા માટે માનવીના આત્માને તૈયાર કરવાના રહસ્યને તેણે જાણી લીધું છે.

પરંતુ હિન્દુધર્મ શું છે ? જેને આપણે સનાતન, શાશ્વત કહીએ છીએ તે આ ધર્મ શું છે ? તે હિન્દુ ધર્મ છે, માત્ર એટલા જ કારણસર કે હિન્દુ રાષ્ટ્રે તેને જાળવ્યો છે, કેમ કે આ દ્વીપકલ્પમાં સમુદ્રના અને હિમાલયના એકાન્તમાં તે ઊછર્યો, કેમ કે આ પવિત્ર અને પ્રાચીન દેશમાં યુગો સુધી સાચવી રાખવા માટે આર્ય પ્રજાને તે આપવામાં આવ્યો હતો. પરંતુ તે કોઈ એક દેશની સીમાઓથી બંધાયેલો નથી, તે વિશિષ્ટ રીતે અને સદાયને માટે જગતના કોઈ સીમાબદ્ધ ભાગની માલિકીનો નથી. જેને આપણે હિન્દુ ધર્મ કહીએ છીએ તે ખરેખર તો શાશ્વત ધર્મ છે કેમ કે તે વૈશ્વિક ધર્મ છે જે બીજા બધા ધર્મોને પોતાનામાં સમાવી લે છે. જો ધર્મ વૈશ્વિક ન હોય તો તે શાશ્વત ન હોઈ શકે. સંકીર્ણ ધર્મ, સાંપ્રદાયિક ધર્મ, અન્ય પ્રતિબંધક ધર્મ માત્ર મર્યાદિત સમય અને મર્યાદિત હેતુ માટે જીવિત રહી શકે. આ એક જ ધર્મ એવો છે જે વિજ્ઞાનની શોધોને અને ફિલસૂફીનાં અનુમાનોને પોતાની અંદર સમાવીને તથા પહેલેથી કલ્પી લઈને ભૌતિકવાદ ઉપર વિજય મેળવી શકે. આ એક જ ધર્મ એવો છે જે માનવ જાતના મનમાં એમ ઠસાવે છે કે ભગવાન આપણી નિકટ છે, અને જેમના દ્વારા મનુષ્ય ભગવાન પાસે જઈ શકે તેવા શક્ય બધા જ માર્ગોનો પોતાના પરિઘમાં સમાવેશ કરતો હોય. આ એક જ ધર્મ એવો છે કે જે પ્રત્યેક ક્ષણે બધા ધર્મોએ માન્ય રાખેલા એ સત્ય પર ભાર દે છે કે ભગવાન બધા મનુષ્યોમાં અને બધી વસ્તુઓમાં રહેલા છે અને તેમનામાં આપણે ગતિ કરી રહ્યા છીએ અને આપણું અસ્તિત્વ ધારણ કરી રહ્યા છીએ. આ એક જ ધર્મ એવો છે જે આ સત્ય આપણને માત્ર સમજવા અને

માનવા માટે જ નહીં, પરંતુ આપણા સ્વરૂપના પ્રત્યેક અંશમાં તેનો સાક્ષાત્કાર કરવા માટે આપણને શક્તિમાન બનાવે છે. આ એક જ ધર્મ એવો છે જે જગતને બતાવે છે કે જગત શું છે, જે બતાવે છે કે તે વાસુદેવની લીલા છે. આ એક ધર્મ એવો છે જે આપણને બતાવે છે કે લીલામાં, તેના સૂક્ષ્મતમ કાયદાઓમાં અને તેના ઉદાત્તમ નિયમોમાં, આપણે આપણો ભાગ ઉત્તમ રીતે કેવી રીતે ભજવી શકીએ. આ એક જ ધર્મ એવો છે જે જીવનને નાનામાં નાની કોઈ પણ વિગતમાં ધર્મથી અલગ પાડતો નથી, જે જાણે છે કે અમરત્વ શું છે અને જેણે આપણામાંથી મૃત્યુની વાસ્તવિકતાને સંપૂર્ણપણે દૂર કરી દીધી છે.

બીજા ધર્મો મુખ્યત્વે શ્રદ્ધા અને માન્યતાના ધર્મો છે, પરંતુ સનાતન ધર્મ ખુદ જીવન જ છે; એ એક એવી વસ્તુ છે જેને જેટલી જીવવાની છે તેટલી માનવાની નથી. આ એવો ધર્મ છે જેનું પ્રાચીન કાળથી આ કલ્પદ્વીપના એકાન્તમાં માનવજાતની મુક્તિ માટે જતન કરવામાં આવ્યું હતું. ભારત દેશ જે ઉત્થાન પામી રહ્યો છે તે આ ધર્મ આપવા માટે. તે બીજા દેશોની માફક પોતાની જાત માટે, અથવા પોતે જ્યારે બળવાન બને ત્યારે નબળાઓને પોતાના પગ તળે કચડવા માટે, ઉત્થાન પામી રહ્યો નથી. તે તેને સોંપવામાં આવેલો શાશ્વત પ્રકાશ જગત ઉપર પાથરવા માટે ઉત્થાન પામી રહ્યો છે. ભારતનું અસ્તિત્વ હંમેશા માનવજાતિ માટે રહ્યું છે અને નહીં કે તેને પોતાને માટે, અને તેણે માનવજાતિ માટે અને નહીં કે તેને પોતાને માટે મહાન થવું જોઈએ.

‘હિન્દુ ધર્મ એટલે શું’માંથી સાભાર.

સદ્વાણી

શ્રી શ્રી મા આનંદમયી

શ્રી શ્રી મા આનંદમયી (૧૮૮૬-૧૯૮૨)નું મૂળ નામ નિર્મળાસુંદરી હતું- લગ્ન પછી ગૃહસંસાર સ્થાપવાનો સમય આવ્યો ત્યારે માની આધ્યાત્મિક ઓરાનો ખ્યાલ કુટુંબના બધા સભ્યોને આવી ગયો. શ્રી માના શરીરમાં અલૌકિક સાધનાની ક્રિયાઓ આપમેળે થતી હતી. શ્રી માને કોઈ સંપ્રદાય નથી. ધીમે ધીમે ભક્તમંડળ વધવા માંડ્યું. તેઓ માતૃશક્તિનું સાક્ષાત્ સ્વરૂપ હતાં. ભારતમાં અનેક સ્થળે આશ્રમો સ્થાપ્યા. જે આજે પણ સરસ રીતે ચાલી રહ્યા છે. છેલ્લા શબ્દો હતા “આ શરીર મનુષ્યદેહે આવ્યું છે તેથી તે જ રીતે જશે.” સહુનાં મા એવા શ્રી મા આનંદમયીએ તા.૨૭-૮-૧૯૮૨ના દિને મહાપ્રયાણ કર્યું.

સાયું સુખ

આનંદ, પરમ-પુરુષ, આત્મા એક જ વસ્તુ છે. ખરો આનંદ શું છે તે જાણો છો? તે તો એ છે કે એક વસ્તુ છોડી બીજી તરફ જવાની ઈચ્છા જ ન થાય; અને તે સ્વયંપ્રકાશ, સ્વયંપૂર્ણ સત્ય તથા નિત્ય હોય. હવે સંસારનાં સુખનો વિચાર કરો. સાંસારિક રૂપ, રસ વગેરે ભોગવવાથી તમને સુખ તો મળે છે, પરંતુ ક્ષણભરનું હોવાથી મન હંમેશાં ક્ષુબ્ધ રહે છે. એક પછી બીજું સુખ મેળવવા તમારું મન ભટક્યા કરે છે અને ચંચલ મનને સાયું સુખ મળતું જ નથી. આનંદ તો એવો હોય કે તમારો અંતરાત્મા સંતુષ્ટ બની જાય. તેથી જ એવો પરમાનંદ પ્રાપ્ત કરવા ઉત્સાહ તથા દૃઢતા સાથે નિશ્ચય કરો, જેથી એ રસેશ્વરની પ્રાપ્તિ થતાં ઈન્દ્રિયોના ગુલામ બની ભિખારીની માફક એક ઘેરથી બીજે ઘેર ભટકવું ન પડે.

આત્મજ્યોત

સૂર્ય, ચંદ્ર વગેરેના બાહ્ય પ્રકાશથી તમારું કામ કેટલા દિવસ ચાલશે? જ્યારે આંખોની રોશની કમી થશે, શરીરના સાંધા ઢીલા પડશે અને બુદ્ધિ કામ નહિ કરે, ત્યારે બહારનો કોઈ પણ પ્રકાશ મદદરૂપ નહિ બને. માટે જ, સમય છે ત્યાં સુધીમાં આંતર-પ્રકાશની શોધ કરો. મનરૂપી ભઠ્ઠીમાં આત્મચિત્ત નામનો અગ્નિ પ્રગટાવો તથા સાધુસંગ અને ઉપાસનાની હવાથી તેને પ્રજ્વલિત કરો. ધીરે ધીરે એ પ્રકાશ સ્થિર બનશે; ત્યારે એ આત્મજ્યોતની રોશની તમારી અંદર અને બહાર એવો પ્રકાશ પાથરશે, જેનાથી આત્મસાક્ષાત્કારનો પંથ સરળ બની જશે.

ઈશ્વરેચ્છા બળવાન

‘જે બનવાનું છે તેમ જ બનશે’- એ સત્ય છે.

તમારા જીવનનો તથા બીજાઓના જીવનનો ઈતિહાસ જુઓ, તો જણાશે કે મનુષ્ય પોતે કેટલું અલ્પ કરી શકે છે, જ્યારે મહાશક્તિ પોતાના અદૃશ્ય હાથ મારફત કેટલા બધા અસાધારણ ફેરફારો કરી શકે છે. એ જગન્નિયન્તા પરમાત્માની ઈચ્છાશક્તિ વડે ચાલતું આ જગત વ્યવસ્થિત છે. ‘જેવી સ્થિતિમાં એ મને રાખશે તેનો હું સહર્ષ સ્વીકાર કરીશ,’ એ સિદ્ધાંત જેટલી શ્રદ્ધાપૂર્વક જીવનમાં ઉતારશો તેટલા જ વધુ તમે એ મહાશક્તિની નજીક પહોંચશો. ઈશ્વરીશક્તિ પ્રત્યેના એ વિશ્વાસ અને ભક્તિના પરિણામે હૃદયના પ્રેમચક્ષુ ખૂલી જશે.

ઈશ-કૃપા

કેટલાક કહે છે કે ભગવાનની કૃપા વિના તેનું ભજન થઈ શકતું નથી. પરંતુ તેની તો તમારા પર હરહંમેશ કૃપાવૃષ્ટિ જ વરસી રહી છે અને તેથી તો આજ સુધી સંસારમાં તમારું અસ્તિત્વ ટકી રહ્યું છે. જરા ધીરજથી શાંતિપૂર્વક તમારી પોતાની જાત તરફ જ નજર નાખો, તો તેની કૃપાનો આસ્વાદ પામશો. જગતમાં ઠેકઠેકાણે અનેક ચીજો પડી છે, તેને એકઠી કરવા વિવિધ કારખાનાઓ તથા વૈજ્ઞાનિક ઉપાયો અજમાવવામાં આવે છે, બસ, એ જ પ્રમાણે ભગવાન અથવા તેની કૃપા મેળવવા જીવજાન પ્રયત્ન શરૂ કરો અને જુઓ કે તેની કૃપાનો પ્રત્યક્ષ લાભ મળે છે કે નહિ! તે મહાશક્તિનો પ્રકાશ શુદ્ધ ભાવથી કરેલાં કર્મો દ્વારા મળે છે. હરિરસામૃત પાતાં ભજનો દ્વારા હૃદયની જડતાને દ્રવીભૂત કરી દો, એટલું થતાં સૂર્ય-ચંદ્રની માફક તમે એનું પ્રેમભરપૂર સાન્નિધ્ય અનુભવશો.

‘માતૃદર્શન’માંથી સાભાર

ભગવદ્ગીતાનો તત્વસાર

શ્રી સ્વામી કૃષ્ણાનંદજી

પૂ. સ્વામી કૃષ્ણાનંદજી (૧૯૨૨-૨૦૦૧ શિવાનંદ આશ્રમ, હૃષીકેશમાં ગુરુદેવના દર્શનાર્થે ગયા ત્યારે પૂ. ગુરુદેવે તેમને ગીતા વિષે કંઈ જાણો છો તેમ પૂછતાં તેઓ ગીતાનો અગિયારમો આખો અધ્યાય બોલી ગયા. ગુરુદેવ ખુશ થયા. થોડા સમયમાં તેઓ આશ્રમના મહામંત્રી થયા. પૂ. ગુરુદેવની મહાસમાધિ પછી પોતાના જીવન દરમિયાન શિવાનંદ આશ્રમનું મહામંત્રીપદ કુશળતાપૂર્વક શોભાવ્યું. સાથે સાથે ભગવદ્ ગીતા, ઉપનિષદો તથા બ્રહ્મસૂત્રો પર વિદ્વતાભર્યાં વિવરણ પ્રગટ કર્યાં. સન ૨૦૦૧માં તેમનું મહાપ્રયાણ થયું. શિવાનંદ આશ્રમને તેમના પ્રયાણથી એક કાર્યકુશળ મહામંત્રી અને સમર્થ વેદાંતીની ખોટ પડી છે.

ભગવદ્ગીતાનો એક એક અધ્યાય, સાધકને ભગવત્પ્રાપ્તિનો માર્ગ બતાવે છે. ધીરે ધીરે ક્યા માર્ગે આગળ વધવાનું તેનો ખ્યાલ આપે છે. શરૂઆતમાં એવું લાગશે કે આ કોઈ ઐતિહાસિક લડાઈની વાત છે, પરંતુ એમાં આવતી વાત તે આપણા રોજિંદા જીવનની કહાણી છે. કોઈ ને કોઈમાં વિશ્વાસ નથી. સૌ પોતાના સ્વાર્થમાં રચ્યાપચ્યા છે. દિવસ અને રાત, પળે પળે આપણાં જીવનમાં જ દ્વંદ્વ યુદ્ધનું ધમસાણ મચી રહ્યું છે.

તેથી આપણે સભાનતાપૂર્વક આપણી ફરજો બજાવવાની છે. દેશ, કાળ અને પરિસ્થિતિ જોઈ-સમજીને વર્તવાનું છે. આજે કોઈ એક જગ્યાએ તમારા જે સમય-સંજોગ છે તે આવતીકાલે બીજી કોઈ જગ્યાએ, બીજા સ્થળે તેના તે જ નથી રહેવાના અને તેથી ગીતામાં વારંવાર સમજદારી અને વિવેકબુદ્ધિ પર ખૂબ જ ભાર આપ્યો છે.

ક્યારેક આપણને થાય છે કે, એક બાજુ આપણે એકલા છીએ- પાંડવોની માફક અને બીજી બાજુ કૌરવોની સેના જેવી આખી આ દુનિયા ! આવડી આ અફાટ સમુદ્ર જેવડી દુનિયા સામે આપણે એકલા તે કેવી રીતે લડી શકીશું ?! કોઈને તો વળી એમ થાય છે કે, આ દુનિયાને તો તાબે કરીને રાજ કરવું છે. સાત સમુંદર અને પાંચ ભૂખંડ પર મારી આણ વર્તે તેમ જીવવું છે. આ બધા શરૂઆતના ઉધામા છે. બાકી આ દુનિયામાં કોઈનુંય, ક્યારેય શાશ્વત રાજ ચાલ્યું નથી. ભલભલા રાજા-મહારાજાઓ, ધૂરંધરોએ કોઈ રાજકીય ઘટના કે સામાજિક સંજોગોના પરિણામરૂપે થોડો સમય બાદશાહી ચલાવી હશે પણ આખરે તો એ બધા છે માત્ર

ઈતિહાસનું એક ગતકડું ! શાણો માણસ સમજીને આવા ઉધામા કરતો નથી.

મહાભારતના ઉદ્યોગપર્વમાં અર્જુને કહેલ સરસ વાત આવે છે. મહાયુદ્ધ શરૂ થતાં પહેલાંની આ વાત છે. અર્જુન કહે છે કે, 'કૌરવો સમજે છે શું ? હું મારા ગાંડિવનો ટંકાર કરીશ ને બધા ઢીલાઢસ થઈ જશે. એ લોકોને મારી તાકાતની ખબર નથી.' પરંતુ ખરેખર જ્યારે અર્જુન યુદ્ધના મેદાનમાં જાય છે ત્યારે એનો આ બધો ધમંડ સૂરજનું કિરણ પડતાવેંત ધુમ્મસ પીગળી જાય તેમ ગાયબ થઈ ગયો.

ખરા સંઘર્ષના સમયે જ માનવીની સાચી ઓળખ થાય છે અને માણસ પોતાની જાતને ત્યારે જ ઓળખી શકે છે. ઈશ્વરની ખરી તાકાતનો પણ આપણને ત્યારે જ ખ્યાલ આવે છે કે, જ્યારે આપણે એનો પણ પૂરી તાકાતથી વિરોધ કરીએ. ભગવાન નૃસિંહ, રામ કે કૃષ્ણના અવતારો આપણને એ રીતે મળેલા છે. પરિસ્થિતિનો સામનો કરવાનું થાય ત્યારે આપણે પૂરી તાકાત બતાવવી જોઈએ.

દિવ્ય અને આસુરી પરિબળો

ગીતામાં કહ્યું છે કે, આપણી અંદર દિવ્ય અને આસુરી પરિબળો પડેલાં છે. આસુરી વૃત્તિ આપણને કહે છે કે, આ દુન્યવી માયાજાળને પહોંચવાનું આપણું કામ નહીં. આવડા મોટા બ્રહ્માંડમાં આપણી પૃથ્વીની પણ કોઈ વિસાત નથી. તેમાં વસતો હું ક્યાં પહોંચી શકું ? મારું ગજું શું ?

પરંતુ આપણામાં વસેલ દિવ્ય ગુણો કહે છે કે, 'નહીં, નહીં. ઊભો થા. અને તારી તાકાત બતાવ.

આ પૃથ્વી તો શું, સમગ્ર બ્રહ્માંડ, ગ્રહો, નક્ષત્રો અને તારાઓ સમગ્ર જગત જે ઈશ્વરની રચના છે તે બધાંને તું તારા કરી શકે છે અને ભગવત્પ્રાપ્તિ કરી શકે છે.’

ધીરેથી આંતરશક્તિ જગાડવાની છે. આ જગતમાં જ રહેવાનું છે તેની સામે ફરિયાદ કર્યા કરવાનો અર્થ નથી.

ભાગેડુ વૃત્તિ નહીં ચાલે. અર્જુન તો કહે છે કે, જંગલમાં રહીશ ને ફળફૂલ ખાઈને ગુજારો કરીશ. મારે આ યુદ્ધ નથી લડવું. એ રીતે પડી ભાંગે નહીં ચાલે. કપડામાં વણાયેલો કોઈ એક દોરો એમાંથી નીકળી ન જઈ શકે, તેમ સમાજમાં આપણે એ રીતે આપણી જાતને અલગ કરીને ભાગી ન જઈ શકીએ.

પરિસ્થિતિનો સામનો કરવાનો છે, ભાગી નથી જવાનું. જે ફરજ છે તે બરાબર બજાવવાની છે. જો સાગરનો આપણે સામનો કરવાનો હશે તો આપણે પણ ઘૂઘવતા સાગર બનીને જવું પડશે, એક બુંદ બનીને નહીં જવાય. દરેક બુંદમાં જે સાગર બનવાની તાકાત છે, તેને જગાવવાની છે.

આપણે જગતની બહાર નથી અને જગતને આપણાથી જુદું ન ગણી શકાય. કૌરવ અને પાંડવ આપણી ભીતરના જ દંદ છે. એક સિક્કાની બે બાજુ જેવા છે. તે વ્યાસ ભગવાનની જ રચના છે. એક માણસના બે હાથ છે અથવા તો એક જ કુટુંબમાં રહેતા બે પિતરાઈ ભાઈઓ છે. પાંડવોને ક્યારેક કુરુ કલ્યા છે અને કૌરવોને પણ એ નામે ઓળખ્યા છે. એક જ વ્યાસે આ બંનેને રચ્યા છે. એ જ રીતે સંસાર અને આપણી, બંનેની રચના એક જ નિયંતાએ કરેલી છે. વ્યાસજીનું આ રૂપક, આપણું વ્યક્તિત્વ એ સમાજનો જ એક ભાગ છે, તેમ સરસ રીતે સમજાવે છે.

મૂંઝાયેલા અર્જુનને ભગવાન શ્રી કૃષ્ણનો સંદેશ છે કે, ખરા સમયે ઊભો થા ! યુદ્ધના સમયે બધા જ લડવૈયાઓએ એકી અવાજે ઊભા થઈને રણમેદાનમાં મરણિયા થઈને લડવાનું હોય છે અને જંગ જીતવાનો હોય છે. તાકાત એકઠી કરવાની છે. શરીર, મન અને ચેતનાની પૂરી તાકાત એકઠી કરીને લડવાનું હોય છે. ગીતાના બીજા અને ત્રીજા અધ્યાયમાં આ જ વાત છે.

આપણામાં કેટલી સમજ છે ? ખરેખર તો આપણને બધું ઊંધું જ દેખાતું હોય છે. પણ સાચી સમજદારી કેળવવાની છે. કોઈ જ બાબતમાં અંદર-બહાર વિરોધ ન રહેવો જોઈએ. સમગ્ર જગત એક સર્પિકાર સીડીની માફક ઉપર ને ઉપર પરમ તત્ત્વને પામવા જઈ રહ્યું છે. આપણે તેને સાક્ષાત્કાર કહીએ છીએ. આટલું બધું કલ્યા છતાં તમને અંદરથી થશે કે, ‘તમે કહો છો તે બધું સમજાય છે પણ કરવું કેમ ? આ જગતનો સામનો કઈ રીતે કરવો ? પૂરી વાત ગળે ઊતરે છે પણ થાય છે કે એ તાકાત મારામાં નથી !’

ઈશ્વરનો અવતાર

દરેક માનવીમાં એક દિવ્યત્વનો અંશ પડેલો હોય છે, જે એને પ્રેરણા આપે છે, રસ્તો બતાવે છે. હજાર હાથવાળાની નજર આપણી સમક્ષ છે જ. આપણા એક એક શ્વાસની ત્યાં એની પાસે નોંધ છે. આપણાં નાનાંમાં નાનાં કાર્યોનો ત્યાં હિસાબ છે. આપણે અહીં છાનાં છૂપાં કરેલા કર્મોનો પણ ત્યાં અંદાજ છે. માટે તમે એકલા, અટૂલા છો તેવા ભ્રમમાં બિલકુલ ન રહેશો.

‘હે જીવ ! તું શાથી ગભરાય છે ? હું તારી સાથે જ છું. તું જ્યારે ભયમાં હોઈશ, મુશ્કેલીમાં હોઈશ, હું તને બચાવીશ.’ આવું વચન પરમકૃપાળુએ આપેલું છે. શાને ગભરાવાનું ? એ પરમાત્માની ઈચ્છા વગર એક પાંદડુંય હલતું નથી કે એક ચકલું પણ મરતું નથી.

ગીતાના ચોથા અધ્યાયમાં પ્રભુના અવતારની વાત આવે છે. તેમાં ભગવાને ખુદ ભક્તને વચન આપ્યું છે, ‘હું તને પરેશાન નહીં થવા દઉં. મારા ભક્તનો નાશ ન થાય.’ આવું અભય વચન સાંભળીને આપણે તો થનગની ઊઠવું જોઈએ. સાચા અર્થમાં ભક્ત થઈ જાવ, તો કોઈ જ મુશ્કેલી નથી અને પ્રભુનાં આ અભય વચનની વાત લોકોને પહોંચાડો. આ માટે રેડિયો, ટેલિવિઝન, વર્તમાનપત્રનો ઉપયોગ કરો- પણ લોકોને કહો કે, પ્રભુની સાચા દિલથી ભક્તિ કરો. એ આપણને જરૂર આ ભવસાગર પાર કરાવશે.

આવું અભય વચન અને ઉપર જણાવ્યું તેવી

સમજદારી જેમ જેમ કેળવાતી જાય તેમ ખરા અર્થમાં આપણે ત્યાગની સાચી ભૂમિકામાં ઊભા રહી શકીએ છીએ. પાંચમા અધ્યાયમાં જણાવ્યું છે તેવો સમજદારીપૂર્વકનો ત્યાગ આપણે કેળવી શકીએ છીએ. માત્ર ઘરબાર છોડીને જંગલમાં જતા રહેવું તે ત્યાગ નથી. એ તો ભાગેડુ વૃત્તિ છે, નાસમજ છે. આપણી સમજદારીપૂર્વકની આવી મનોભૂમિકા એક સાચા સાધકે પ્રાપ્ત કરવાની છે.

ત્યાગ ઉપર !

જગતનો તમે ત્યાગ કરશો તો પણ જિંદગીનો સ્વાદ તમને છોડશે નહિ. તમે ભલે ત્રણ મહિનાથી ખીર નથી પીધી કે હલવો નથી ખાધો, પણ એનો સ્વાદ તમને ખબર છે. તમે કહી શકો છો કે, સ્વાદ પણ જતો રહ્યો છે ? એક સાચા સંન્યાસી માટે તો એ સ્વાદની સમજણ એ સુખચેતનો અંદાજ પણ એને ચોપડે ઉધાર પાસામાં લખાય અમારી પાસે કશું જ નથી એમ કહે, ખાસ અર્થ નથી કોઈ જગ્યાએ યોગાચાર્યે કોઈને કહ્યું છે કે, માત્ર ઈન્દ્રિયોને બંધ કરી દેવાથી ત્યાગી થવાતું નથી. ઈન્દ્રિય નિગ્રહનો અર્થ એકે એ સ્વાદ, સુગંધના હોવા સુદ્ધાંની ખબર ન હોય. કોઈ વસ્તુ જોઈને એની સામે આંખ બંધ કરી દેવી તે સાચો ત્યાગ નથી.

પહેલાં જે ત્યાગ હતો તે પરિપક્વ નહોતો. સમજદારીપૂર્વકનો ન હતો. ખરો ત્યાગ આધ્યાત્મિક છે, ભૌતિક, આર્થિક કે સામાજિક નથી અને પાંચમા અધ્યાયમાં આ સાચા અર્થમાં જે ત્યાગ છે તે અંગે વાત છે. આ ભૂલોકની કોઈ જ ચીજમાં રસ ન રહે તે વાત વારંવાર મગજમાં ઠસાવવાની છે.

ગહન આધ્યાત્મિક ખોજ

જ્યારે આ મનોભૂમિકા ઊભી થાય ત્યારે આપણે હવે સમગ્ર જીવનના સત્યનો સામનો કરવા તૈયાર છીએ અને એની સુંદર વાત છઠ્ઠા અધ્યાયમાં કરેલી છે.

ઉદ્ધરેદાત્મનાત્માનં નાત્માનમવસાદયેત્ ।
આત્મૈવહ્યાત્માનો બન્ધુરાત્મૈવરિપુરાત્મનઃ ॥૫૧॥
બન્ધુરાત્માત્મનસ્તસ્ય યેનાત્મૈવાત્મના જિતઃ ।
અનાત્મનસ્તુ શત્રુત્વે વર્તેતાત્મૈવ શત્રુવત્ ॥૬૧॥

મનુષ્યે આત્મા વડે (શરીર, મન, ઈન્દ્રિયોના સંપત દ્વારા) આત્માનો ઉદ્ધાર કરવો, પણ તેને અધોગતિએ ન લઈ જવો. આ રીતે મનુષ્ય પોતે જ પોતાનો બંધુ અને પોતે જ પોતાનો શત્રુ છે. (૫)

જેણે આત્માના બળથી મનને જીત્યું છે તે જ પોતાનો બંધુ છે, જેણે આત્માના બળથી મનને જીત્યું નથી તે પોતાના જ પ્રત્યે શત્રુ થઈને વર્તે છે. (૬)

આખા છઠ્ઠા અધ્યાયનો સાર આ બે શ્લોકમાં આવી જાય છે. યોગાભ્યાસ દ્વારા ચેતનાશક્તિને ખૂબ જ ઉપર લઈ જવાની છે, પણ એનો અર્થ શો ? આપણામાં જે દિવ્યપશું છે, જે ચેતનાશક્તિ છે તે આપણા ક્ષુલ્લક અને આ ભૌતિક ‘સ્વ’ને ઉપર લઈ જાય છે અને જેમ સૂરજનાં પ્રજ્જવલિત કિરણોથી બરફ ઓગળી જાય તેમ ચેતનાશક્તિ સમક્ષ આપણો સંપૂર્ણ ‘સ્વ’ ઓગળી જવો જોઈએ. પણ આ પરમશક્તિ છે ક્યાં ? કેટલે દૂર છે ?

સ્વપ્ન અને જાગૃતિ વચ્ચે કેટલું અંતર છે ? કેટલે દૂર જવાનું છે ? માઈલોના માઈલો જ નહીં, હજારો-કરોડો પ્રકાશવર્ષ દૂર ! આ અંતરનો અંદાજ આવી શકે, પણ માપી શકાતું નથી. આ અંતર ખરેખર માપી શકાતું નથી, ગણી શકાતું નથી; એ તો સમજી શકાય છે. ચેતનાશક્તિ અને સમજદારી વચ્ચે મનુષ્ય અને પરમતત્ત્વ વચ્ચે બિલકુલ અંતર નથી.

દિવ્ય શક્તિ અને આપણી ચૈતન્ય શક્તિ વચ્ચે ખરેખર તો કોઈ અંતર નથી, મિત્રતા છે. જેમાંથી આપણે ગમે તે ઘડીએ રસપાન કરી શકીએ છીએ. પરંતુ જ્યારે વયમાં પાછી આપણી અહંકારવૃત્તિ સવાર થાય છે ત્યારે તે આપણા બધા પ્રયત્નોને પાછા પાડી દઈને વિકાસમાં બાધા લાવે છે. તૈત્તરીય ઉપનિષદમાં તો કહ્યું છે કે, આ પરમ આકાશ પણ એક આનંદ જ છે. નહીં તો શ્વાસ પણ કોણ લેશે ? શ્વાસ લેવામાં મજા જો નહીં હોય તો જીવશે કોણ ? અને એ સુંદર નિબિડ આકાશનું દર્શન એ જ કેવડો મોટો આનંદ છે. અસ્તિત્વ માત્ર પરમ આશીર્વાદ સમાન છે.

ક્યારેક આપણે કહીએ છીએ કે, ધાર્યું ધણીનું થાય. આપણા હાથમાં કશું નથી. આવું થવાનું કારણ તો એ છે કે, આપણે જ્યારે નિરર્થક વિચારોમાં

અટવાઈએ છીએ ત્યારે પરમ ચેતના એનો નાશ કર્યા કરે છે. પણ જો એ ચેતના-શક્તિ સાથે દોસ્તી હશે, તો આવું નહીં થાય. એવી કઈ વ્યક્તિ છે જેને આ ચેતનાશક્તિ સાથે દોસ્તી છે ?

તમે કોઈ મહાનુભાવ સાથે હાથ મિલાવવા માગતા હો તો પહેલાં તમારે એમના જેવી લાયકાત મેળવવી પડે છે. તેવી જ રીતે આ પરમ શક્તિ સાથે દોસ્તી કેળવવા માટે, કેટલાક ગુણોની આવશ્યકતા છે. ક્યા છે આ ગુણો ? તે છે જાતને જીતવાનો ગુણ- 'આત્મજય.'

મહાભારતના ઉદ્યોગપર્વમાં ધૃતરાષ્ટ્રને આવો સવાલ સંજયને કરતા બતાવ્યો છે. એ પૂછે છે કે, 'હું પાંડવોના એ પરમદૂતને જોઈ શકું ? મને એકવાર એની ઝાંખી થઈ શકે ?'

ધૃતરાષ્ટ્રનો શાણો પ્રધાન સંજય કહે છે કે, અકૃતાત્મ એવો તું, કૃતાત્મ શ્રી કૃષ્ણનું દર્શન ન કરી શકે. જેનું મન દુન્યવી બાબતોમાં ભટકે છે, જે વૃત્તિઓનો ગુલામ છે, તે 'સ્વ'ના અધિકારી શ્રી કૃષ્ણને ન મળી શકે.

વૃત્તિઓને સંભાળવી અને મનોનિગ્રહ રાખવો તે જ 'સ્વ'ને સંભાળવાની વાત છે. આપણી તમામ એષણાઓ ઓગળી જવી જોઈએ.

સંજય ધૃતરાષ્ટ્રને કહે છે કે, 'જે એકમાં જ સર્વસ્વ છે, તેની સમક્ષ કૌરવો અને તેમની લાખોની સેના વામણી છે તે જાણજો.' આ દુનિયાના તમામ સુખો, સૌંદર્ય, મજા, બધાંથી પર જે સ્થિર ઊભો છે, તે આ સમગ્ર દુનિયાથી પણ વિશેષ છે. તેથી કૌરવોને માટે સેનાની પસંદગી કરીને દૂર્યોધને મોટી ભૂલ કરી, જ્યારે અર્જુને શ્રી કૃષ્ણને માગીને ડહાપણનું કામ કર્યું.

પહેલાં તો અર્જુન, સામે ઊભેલી સેના જોઈને ભયભીત થઈ જાય છે. રાજા, મહારાજા, મહારથીઓ જોઈને તે હચમચી જાય છે. ગાત્રો ઢીલાં પડી જાય છે. પણ જેવો તે શ્રીકૃષ્ણ સામે નજર કરે છે, ને તેનામાં શક્તિનો સંચાર થાય છે.

સમગ્ર માનવજાતના ઈતિહાસમાં થયેલા કાર્યો, કિરતારની આ સૃષ્ટિ સમક્ષ કોઈ જ વિસાતમાં નથી.

કોણ એવું કહી શકે કે, સૂર્ય આકાશમાં કશું જ કરતો નથી ? એ તો પોતાનું કામ ચૂપચાપ કર્યે જાય છે. એ આખી સૃષ્ટિને ટકાવી રાખે છે. આપણી જેમ દોડાદોડી કરતો નથી.

અને ખરેખર, જ્યાં સુધી દુન્યવી બાબતોમાં રચ્યાપચ્યા રહીશું ત્યાં સુધી રઘવાટ છે, દોડાદોડી છે, પણ પરમ ચેતનાની ઉપલબ્ધિ પ્રાપ્ત થતાં બધા જ ઉધામા શમી જાય છે. આ અવસ્થામાં માત્ર 'હોવું' પર્યાપ્ત છે.

ઉપસંહાર

સાતમાથી અગિયારમા અધ્યાય સુધીમાં, ધીરે ધીરે વધુ ને વધુ આગળ ચેતનાશક્તિને ઉપર ઉઠાવવાની વાત છે. શરૂઆતમાં ભગવાન અલગ લાગશે. ધીરે ધીરે, જેમ જેમ નજીક આવતા જશો, તેમ તેમ નજીક ને નજીક લાગશે પછી અભિન્ન અને છેવટે એકરૂપ લાગશે. વિશ્વરૂપદર્શનમાં બતાવ્યા પ્રમાણે ઈશ્વર આપણે સ્વયં છીએ. છેલ્લે શ્રીમદ્ ભગવદ્ ગીતા આપણને આશ્વાસન દેતો સંદેશ આપે છે :

'જ્યારે નિરપેક્ષ અને સાપેક્ષ એકબીજામાં મળી જાય છે, ત્યારે મૃત્યુ જીવન બને છે બધામાં બધાં દેખાય છે અને ત્યાં સદા સમૃદ્ધિ, વિજય, સુખ અને અવિચળ નીતિ હોય છે.'

'સ્વરૂપચિંતન'માંથી સાભાર

કસોટીઓ તમારી પરીક્ષા કરે છે

જો તમે સ્વસ્થ રહી શકો,

જ્યારે વગર કારણે તમારું અપમાન કરવામાં આવે.

જ્યારે તમારે લાંબા સમય સુધી રાહ જોવી પડે,

જ્યારે તમને વીંછીએ ડંખ દીધો હોય,

જ્યારે તમારા પર રોગનો હુમલો થયો હોય,

જ્યારે તમને કંઈ ખાવાનું ન મળ્યું હોય

જ્યારે તમને કોઈના મૃત્યુની ખોટ કે વિરહ થયો હોય

ત્યારે તમે ૫૦% આત્મસંયમ મેળવ્યો છે એમ કહી શકાય. તમારા સંકલ્પબળની કસોટી કરવા માટે હંમેશાં ઈશ્વર કસોટીઓ અને કષ્ટો મોકલતો રહે છે માટે સૌમ્ય અને સ્વસ્થ રહો. - સ્વામી શિવાનંદ

ઈશ્વરની યાદ

શ્રી સ્વામી વ્યંકટેશાનંદજી

પૂ. સ્વામી વ્યંકટેશાનંદજી ગુરુદેવ સ્વામી શ્રી શિવાનંદજીના વહાલા શિષ્ય હતા. તેઓ લગભગ ૧૭ વર્ષ ગુરુદેવના સાન્નિધ્યમાં રહ્યા અને તેમની સેવા કરી. સાથે સાથે 'શિવાનંદ ૩ ટુ-૩'નું સર્જન કર્યું. ગુરુદેવના આશીર્વાદ સાથે તેઓ વિદેશ ગયા. મોરિશિયસ, આફ્રિકા, કેનેડા વગેરે દેશોમાં રહી વિવિધ આધ્યાત્મિક પ્રવૃત્તિઓની સામે ગુરુદેવના વિશાળ સાહિત્યનું સંકલન કર્યું. ૧૯૮૨માં નાની વયે તેઓ મહાસમાધિસ્થ થયા.

શરૂઆતમાં સત્સંગ ઘણો જ કડક હતો; ત્યાં સુધી કે મંજીરાં પણ ઉપયોગમાં લેવા દેવાતાં નહીં. વીજળીના દીવા નહોતા એટલું જ નહીં, બીજા દીવડા પણ ઘણા ઓછા હતા. સામાન્ય રીતે સત્સંગ તદ્દન અંધારામાં જ કરવામાં આવતો એક માત્ર યજ્ઞવેદી પર નાનકડા દીપક અને વાંચવા માટે જ્ઞાનસના અપવાદ સિવાય ગુરુદેવ હંમેશાં પ્રેમ અને ભક્તિની નિષ્ઠાપૂર્વકની અભિવ્યક્તિ માટે તત્પર રહેતા. તેઓ દંભ-ઢોંગને ઉત્તેજન આપતા નહીં. તેઓ એમ કહેતા કે જ્યારે તમે કીર્તન કરતા હો ત્યારે તમે ઈશ્વરની સન્મુખ ગાઈ રહ્યા છો એવા ભાવ સાથે આંખો મીંચીને બેસવું જોઈએ, સભાગૃહનું મનોરંજન કરતા હો એ રીતે નહીં. જે ભાવચિત્રની ગુરુદેવ અમને ભલામણ કરતા તે લગભગ સૂરદાસ બાળકૃષ્ણની પાસે બેસીને ગાતા સાંભળતા તેને હૂબહૂ મળતું આવતું હતું. તમે એ પ્રમાણે ગાઓ ત્યારે તમને તમારા સ્વર વિષે કોઈ ચિંતા રહેતી નથી, તમારા ગળાની સ્થિતિ વિષે કે તમારી ભક્તિભાવથી ગાવાની વિશેષતા પરત્વે પણ કોઈ વિચાર મનમાં હોતો નથી.

જન્માષ્ટમી કે શિવરાત્રી જેવા પ્રસંગોએ જ્યારે સત્સંગ રાત્રીના ૧૦ પછી લંબાવવામાં આવતો ત્યારે અમને થોડા મંજીરાં લઈ ઊભા ઊભા કે ચાલતાં ચાલતાં તાલબદ્ધ ગાયનની છૂટ આપવામાં આવતી. આવા પ્રસંગોએ પણ સ્વામીજી લગભગ ઘણી વખત ઊભા પણ ન થતા. તેઓ મંદિરમાં પ્રવેશ કર્યા પછી ડાબી તરફના પ્રથમ થાંભલા પાસે બેસતા અને અમે સહુ બૂમો પાડતા હોઈએ તો પણ તેઓ તદ્દન શાંતિપૂર્વક આંખો મીંચીને અને ઊંડા સ્વરથી 'ૐ નમઃ શિવાય'નું ગાન કરતા. માત્ર તેઓ જ આ કરી શકતા, અમે (એમ કરવા જઈએ તો) ઊંઘી જઈએ. આમ કરવા માટે પ્રયંડ સાવધાનીની આવશ્યકતા છે. તેઓ એકલા જ તે જગ્યાએ આ રીતે સતત બેસી શકતા. તેઓ ભાગ્યે જ તેમની બેઠક પરથી રાત્રીના નવ વાગ્યાથી વહેલી

સવારના ત્રણ વાગ્યા સુધીમાં ઊઠતા હતા.

જ્યારે તમે બેસીને કીર્તન કરતા હો ત્યારે એ માત્ર ભક્તિયોગ નથી પરંતુ તેમાં રાજયોગ પણ આવી ગયો છે. તમે મનનના ભાવમાં હો છો. જપ પણ ચિંતન ભાવથી થવો જોઈએ કે જેથી કર્મ અને ચિંતન એ બંનેનું એકીકરણ થઈ શકે. સામાન્ય રીતે આપણે એમ માનીએ છીએ કે જ્યારે આપણે બીજી કોઈક ક્રિયા ન કરતા હોઈએ ત્યારે જ ચિંતન/ધ્યાન થઈ શકે છે. ગુરુદેવ આ વાત સ્વીકારતા નહીં. તમે કદાચ લડતા હો તો તે વખતે પણ તમે ધ્યાન કરવા સક્ષમ હોવા જોઈએ, પરંતુ પ્રથમ તેમાં વિરોધાભાસ કે મૂંઝવણ છે એમ માનવાને બદલે કીર્તન કે જપ જેવી કોઈ પણ ક્રિયા કરતી વખતે ધ્યાન/ચિંતન શરીર કોઈ પણ ક્રિયા કરતું હોય તો પણ ચિંતન-ભાવને સ્થિર કરવાનું શક્ય છે. એ વિચાર જ્યારે તેમ કરવું ખૂબ સરળ હતું ત્યારે અમે જ્યારે મંત્રગાન કરતા હતા ત્યારે દાખલ કરાયો હતો. કીર્તન ગાન કરતા કે જપ કરતાં પણ તમે આ ભાવને સ્થિર કરીને ઊભા થઈને મંદિરની આસપાસ ચાલી શકો? જો આ કરી શકાય તો તમારે માટે કોઈ પણ ક્રિયા કરતા હો તો પણ એ ભાવ સ્થિર કરવાનું શક્ય છે.

વિચારની પશ્ચાદ્ભૂમિકાનું નિર્માણ એ બીજું મહત્વનું પાસું હતું અને બધા પ્રકારનું 'દુનિયાદારીની પ્રવૃત્તિઓ' તરીકે સામાન્ય રીતે ઓળખાતું એવું કાર્ય, જપ અથવા ઈશ્વરના નામની પુનરુક્તિને સમાવિષ્ટ કરવાનું ત્રીજું પાસું હતું. હું તમને થોડાં દૃષ્ટાંત આપીશ. સૌથી પહેલું રસોડાનું કામ. સ્વામીજી પોતે જ કોઈ કોઈ વાર શરૂઆતના દિવસોમાં ડોલ લઈને પીરસતા, અને કઈ રીતે પીરસવું એ તેઓને અમને શીખવાડ્યું : 'રોટી રોટી' એવું મોટેથી બોલવાને બદલે તેઓ કહેતા 'રોટી ભગવાન, રોટી માતાજી, રોટી મહારાજ, રોટી નારાયણ' અને રોટલી

હળવેથી પીરસતા. આ રીતે તમે આ કામમાં ઈશ્વરના નામનો ઉપયોગ કરો છો. એ શક્ય છે કે થોડા સમય પૂરતું તમે એ યંત્રવત્ કરો છો, પરંતુ એક યા બીજા સમયે તમે અચૂક ભાવમાં પડી જવાના. જેવા તમે ‘રોટી ભગવાન, રોટી નારાયણ’ એમ બોલતા જાવ એટલે તમે કઠોર થતાં અચકાશો, કેમ કે ભગવાનની સામે તમે ભૂમો પાડતા નથી. તેથી તમે તમારી ઈશ્વરાભિમુખતાને ખાણું પીરસવાના સાદા કાર્યમાં પ્રસ્થાપિત કરો છો. વળી ‘ઠું નમો નારાયણાય, ઠું નમઃ શિવાય’ ‘હરિ ઠું’ એમ કહી એક બીજાને શુભેચ્છા આપવાનું પણ કદાચ યંત્રવત્ બની જાય, પરંતુ જાગૃતાવસ્થામાં, અજાગૃતાવસ્થામાં કે અર્ધ-જાગૃતાવસ્થામાં આ પ્રવાહ ચાલુ જ રહેશે. સ્વામીજી દરરોજ થોડા પાનાં લખતા અને લખાણની પહેલી થોડી પંક્તિઓમાં હંમેશા ‘ઠું... ઠું... ઠું... ઠું... ઠું...’ એમ લખતા. એમ કરવાથી જાગૃતાવસ્થા અભાનતા વિચારોની પશ્ચાદ્ભૂમિકા તરફ ધકેલાય છે, જે દિવ્ય વિચાર છે, કે જેથી આ (વિચાર) લુપ્ત થયા પહેલાં થોડીવાર પહેલાં જ તમે કાર્ય કરતા હો અને મન ઈશ્વર તરફ ઢળે છે. સ્વામીજી બુક પેકેટ અને પારસલો રવાના થાય એ પહેલાં તેની ઉપરનાં સરનામાં બરાબર છે કે કેમ તેની ચકાસણી કરતા, જેમ જેમ દરેક પેકેટ તેમને બતાવીએ તે જોઈને તે બરોબર છે’ એમ કહેવાને બદલે કહેતા ‘ઠું તત્ સત્’ ‘ઠું તત્ સત્’ ‘ઠું તત્ સત્’.

આમ, જો તમે ધારો તો આવો ચિંતન ભાવ લાવવા માટે કોઈક રચનાત્મક રીત જરૂર અપનાવી શકો. ભલે આ બધી રસમો અતિ સરળ યાંત્રિક જણાતી હોય તો પણ તે અચૂક કામ કરે છે. સત્ય ઘણું જ સાદું-સરળ છે. જો તમે તમારા જીવનમાં આવી સરળ રીતભાત દાખલ કરો તો તેનું ઉત્તરોત્તર વધતું જતું પરિણામ વિલક્ષણ હોય છે. સ્વામીજીને વિશ્વાસ હતો કે વિચારોની પશ્ચાદ્ ભૂમિકા તેની માનસિક અથવા આધ્યાત્મિક અસરમાં શ્રેષ્ઠ હતી, જેથી તેઓ જીવનની દરેક સમસ્યાના ઉકેલ માટે તેની ભલામણ કરતા. એક વખત એક મોટા દેશ-નેતા તેઓને મળવા આવ્યા. અહીં બે મહાન દેશ-નેતા હતા. એક રાજકીય અને બીજા આધ્યાત્મિક. એ સજ્જને કહ્યું : ‘સ્વામીજી, હું તમને વિશ્વની હાલતનું અને દેશની હાલતનું ચિત્ર બતાવીશ’ તેમણે પીસ્ટાલીસ મિનિટ સુધી ખૂબ સુંદર સંભાષણ આપ્યું. એ અદ્ભુત હતું. (સ્વામીજી, વચ્ચે વચ્ચે

‘હં...’ ‘હં...’ એ સિવાય કંઈ બોલ્યા નહીં) ‘દુનિયાની આ સ્થિતિ છે. એનો વિસ્ફોટ થવાની તૈયારી છે અને આપણા દેશની આ દશા છે. એનું પતન થવાની તૈયારી છે.’ પછી એમણે પૂછ્યું : ‘સ્વામીજી, મેં તમને દુનિયાની પરિસ્થિતિ અને આપણા દેશની પરિસ્થિતિ વિષેની મારી ધારણાનું ચિત્ર આપ્યું, હવે આ માટે તમારો ઉકેલ શો છે? આપણે શું કરવું જોઈએ એમ તમે સૂચવો છો?’ ‘તે સજ્જન અર્ધા કલાકની વળતી ચર્ચા માટે પોતાની જાતને તૈયાર કરવાની તૈયારીમાં હતા, પરંતુ સ્વામીજીએ માત્ર એટલું જ કહ્યું : ‘રામ-નામનું રટણ કરો એ જ એક માત્ર ઉકેલ છે.’ તેઓ વિષયને ટાળવા માગતા નહોતા પણ તેમના વિચારમાં ગંભીર હતા.

એવું કહેવાય છે કે સાધના અશક્ય છે, અને તમે યમ-નિયમ પ્રસ્થાપિત કર્યા વિના તેનો અભ્યાસ ભયાવહ પણ છે. સ્વામીજીએ એવો ઉપદેશ ગ્રહણ કર્યો હતો કે આ બધાં વિના ગંભીર પણ સાધના શક્ય નહોતી. તેઓ રમૂજમાં કહેતા. (જ્યારે જ્યારે તેમને કોઈ ગંભીર વિધાન કરવું હોય ત્યારે તેની રમૂજ રજૂઆત કરતા) કે સાધનાના અભ્યાસનો પ્રયાસ કરતા પહેલાં જો યમ-નિયમમાં પ્રસ્થાપિત થવાની રાહ જોશો તો તમે સાધના લગભગ છોડી દેશો, કારણ કે તમારા માટે ઘણી જિંદગીઓ સુધી યમ-નિયમ પૂર્ણપણે સ્થાપિત કરવા શક્ય નથી તમારામાં એક શિસ્ત (નિયમ)નું પદાર્પણ કરવા માટે (દા.ત. અહિંસા) પણ ઘણા જન્મો જોઈશે. ‘સત્યમ્’ વળી બીજા થોડા જન્મો લેશે અને ત્યાં સુધીમાં તો તમારી અહિંસા જતી રહી હશે ! રૂઢિચુસ્ત માન્યતા પ્રમાણે જો તમે સતત બાર વર્ષ સુધી અભ્યાસ કર્યો હોય તો તમે આમાંથી એક યમ (કે નિયમ)માં સ્થિત થઈ શકો. તેથી જો તમે અહિંસાનો અભ્યાસ કરવા ઈચ્છતા હો તો તમે વિચાર, વાણી અને કર્મમાં ૧૨ વર્ષ સુધી સંપૂર્ણ રીતે અહિંસક રહેવા જોઈએ તમે આનું પાલન ૧૧ વર્ષને ૧૧ માસ સુધી કરેલ હોય, અને એક દિવસ સવારે અચાનક મચ્છર કરડે, ને તમે એને મારો, એટલે તમારી અહિંસાનો નાશ થાય. ત્યારે તમારે બીજા બાર વર્ષ માટે ફરી શરૂઆત કરવી પડે છે ! આ પૈકી એક જ સદ્ગુણ ને પ્રસ્થાપિત કરવા માટે તમારે કેટલો લાંબો સમય લાગશે ? તેથી સ્વામીજીએ બતાવ્યું કે આસન, પ્રાણાયામ પ્રત્યાહાર વિ.ના અભ્યાસની શરૂઆત કર્યા પહેલાં આ બધા ગુણો સ્થાપિત કરવા જેટલા સમયની રાહ જોવાને બદલે એ દરેકનો એક વખતે અભ્યાસ કરવો વધુ સારો છે.

યમ-નિયમની ઉપેક્ષા નહીં કરો, પરંતુ સાથોસાથ થોડા જપ, ચિંતન-મનન, પ્રાણાયામ અને આસનોનો પણ અભ્યાસ કરો. બધું જ થોડું થોડું, એ શક્ય છે કે બીજા કોઈને મદદકર્તા થાય અને તમારો સંવાદિતાભર્યો વિકાસ થાય. આ તેઓનો ખ્યાલ હતો.

સ્વામીજી રૂઢિચુસ્ત માન્યતાનો વિરોધ કરતા નહીં. વાસ્તવમાં તેઓનાં તમામ પુસ્તકો રૂઢિચુસ્ત માન્યતાનો પ્રચાર કરે છે, છતાં તેમાં પણ તેઓનું પોતાનું વ્યક્તિત્વ પોતાની વિશિષ્ટતા તમને દેખાશે, જે માન્યતાઓને વળગી રહીને પણ રૂઢિચુસ્ત અભ્યાસની સાથે ડહાપણની યોગની અનુભૂતિ કરવાની પ્રેરણા રેડે છે. ત્યારે તમારે માટે એકી વખતે ચોતરફ સંવાદિતા પૂર્વકનો વિકાસ શક્ય છે. આ બધા અભ્યાસમા સમજણ ખૂબ જ મહત્વની બને છે. કર્મયોગ, ભક્તિયોગ કે તમારો યમ-નિયમ, આસન, પ્રાણાયામ અને સમાધિનો અભ્યાસ યાંત્રિક રીતે કરી શકાય નહીં. આ બધું જ હોંશિયારીપૂર્વક ઊંડી સમજણથી કરવું જોઈએ અને તેની અનુભૂતિ અને અર્થની સમજણ, અને એ પ્રકારની સમજણ કે તમે ચોકસાઈથી પ્રેરણાના ઉદ્ભવનું નિરીક્ષણ કરી શકો. તમે આ બધું કોઈ ખાસ ઉદ્દેશ્ય, હેતુ કે ધ્યેય માટે કરતા નથી.

તમે સાંભળ્યું હશે કે ઈશ્વરની અનુભૂતિ-સાક્ષાત્કાર-એ જીવનનું ધ્યેય છે. (સ્વામીજી પણ આ વાક્યનો ઉપયોગ કરતા), પરંતુ જો તમે તેનો અર્થ શું છે એ સમજી શકો તો તમને ભાન થશે કે ખરેખર એ ધ્યેય નથી. અનુભૂતિ-સાક્ષાત્કાર શું છે? જ્યારે કોઈ જાદુ કરે અને કોઈ પદાર્થને પ્રત્યક્ષ બતાવે છે ત્યારે તેનું સ્થૂલ સ્વરૂપ થાય છે. દાખલા તરીકે, તે હાથ હલાવે છે અને તેની આંગળીઓમાંથી ભસ્મ ખરે છે. તેનો અર્થ એ થાય કે તે ભસ્મને પ્રત્યક્ષ સ્થૂલ સ્વરૂપે બતાવે છે. વળી તેનો અર્થ એમ પણ થાય કે ભસ્મ તેના આધ્યાત્મિક સ્વરૂપમાં હાજર હતી અને તેને તેણે પ્રત્યક્ષ કરી બતાવી. જે માત્ર આધ્યાત્મિક અદૃશ્ય હતું તેને પ્રત્યક્ષ સ્વરૂપ આપ્યું. હવે, એ જ પ્રમાણે ‘અનુભૂતિ કરી’ એટલે શું? જે સાચું નહોતું તે સાચું થયું. કે સાચું કરવામાં આવ્યું પરંતુ જ્યારે તમે ઈશ્વરની અનુભૂતિ (સાક્ષાત્કાર)ની વાત કરો છો ત્યારે એમ કહેવા માગો છો કે ઈશ્વર સત્ય નથી અને જ્યારે હું અને તમે બેસીને સાધના કરીએ ત્યારે ઈશ્વર સત્ય બને છે? ના, બિલકુલ નહીં. ઈશ્વર તો સદૈવ સત્ય છે જ પરંતુ જો આપણે આપણા

વિચારો, આપણી વાણી અને આપણા કર્મોનું નિરીક્ષણ કરીએ, જો આપણે જીવનમાં થતા અનુભવોનું નિરીક્ષણ કરીએ તો જણાશે કે આપણને તે એવું દર્શાવતા નથી કે ઈશ્વર સત્ય છે તેની અનુભૂતિ આપણને થઈ છે. જો તમને ખરેખર જ્ઞાન હોય કે ઈશ્વર સત્ય છે તો શું તમે કરો છો એવો વ્યવહાર કદી પણ કરો ખરા? તમે જિંદગીને તમારી મુનસફી મુજબ મૂલવો ખરા? ના, જીવનમાં તમારી પ્રવૃત્તિઓ, તમારા વિચારો, વાણી અને કર્મ જ એ સ્પષ્ટ કરે છે કે તમે ઈશ્વર સત્ય છે એ પણ સ્વીકારતા નથી. આમ, આ સત્યનો અસ્વીકાર, સત્યને જોવાનો ઈન્કાર, સત્યની ઓળખાણનો અભાવ એ સત્ય વિષેનું અજ્ઞાન છે. આ અજ્ઞાનને નિર્મૂળ કરવું એટલે ઈશ્વરનો સાક્ષાત્કાર છે, હું કે તમે ઈશ્વરને સત્ય બનાવીએ છીએ તેવું નથી. તમારા માટે હાલની જેમ જ, ઈશ્વર અસત્ય છે કારણ કે સચ્ચાઈ અજ્ઞાનના પડદા પાછળ છૂપાયેલી છે. અજ્ઞાનના આ પડદાનો નાશ કરવો તે ઈશ્વરસાક્ષાત્કાર છે. દાખલા તરીકે, ગાઢ અંધકારમાં તમે આ ઓરડામાં દાખલ થાવ તો તમને મેજ દેખાશે નહીં. જ્યારે લાઈટ થશે ત્યારે મેજ દેખાશે. આ લાઈટની યાંપ દાખવાની ક્રિયા યોગનું પ્રતીક છે. લાઈટની યાંપ દાખવાથી મેજ બની જતું નથી પરંતુ એ (લાઈટ) જે વસ્તુ ત્યાં ઘણાં સમયથી હાજર જ હતી તે સત્યનું સમર્થન કરે છે. તેથી ઈશ્વર-સાક્ષાત્કાર ધ્યેય હોઈ ન શકે, અથવા તે થઈ ન શકે. આમ, આપણે જેને માટે તે કરીએ છીએ તે ધ્યેય, એવો નથી, પરંતુ એ એવી આંતરિક જયોતિ છે કે જેમાં કદી હેતુના પડછાયાનો ઉદ્ભવ થતો નથી.

યોગને કદી કોઈ લક્ષ્ય હોતું નથી. યોગ સૂત્રોમાં પતંજલિએ એમ દર્શાવ્યું છે કે જે કંઈ આપણે કરીએ છીએ તે માત્ર સભાનતાના સરળ પ્રવાહને વહેતો રાખવા માટેના અવરોધોને દૂર કરવાનો પ્રયત્ન છે. ભગદ્ ગીતામાં છઠ્ઠા અધ્યાયમાં શ્રી કૃષ્ણ સૂચન કરે છે ‘પોતાની આત્મશુદ્ધિ માટે મનુષ્યે યોગનો અભ્યાસ કરવો જોઈએ.’ જ્યારે તમે તમારી જાતની શુદ્ધિ કરો છો ત્યારે સદૈવ અને સર્વ સ્થળે (અને તમારામાં શુદ્ધાં) ઉપસ્થિત સત્ય લેશ માત્ર મુશ્કેલી વિના પ્રગટ થાય છે. આ યોગનો અભ્યાસ બધા સ્તર પર કરવો જોઈએ, હંમેશા કરવો જોઈએ. એ કોઈ એવી વસ્તુ નથી કે જેની અઠવાડિયામાં એક દિવસ અથવા તો દિવસમાં એક વખતની મર્યાદા બાંધી શકાય, પરંતુ એનો અભ્યાસ આપણા જીવનપર્યંત થવો જોઈએ. સ્વામી શિવાનંદનું આ જ શિક્ષણ હતું.

‘શિવાનંદ યોગ’માંથી સાભાર

‘યોગ એ જ જીવન’ (૨)

શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

ઝંકાર સાધના એ આધ્યાત્મિક સાધનાનો પ્રાણ છે

ન્યૂયોર્ક (અમેરિકા)થી ‘ગુજરાત ટાઈમ્સ’ નામનું સાપ્તાહિક પ્રગટ થાય છે તેના મેગેઝિન વિભાગ સપ્તક્રમાં પૂ.સ્વામીજી લિખિત ‘યોગ એ જ જીવન’ની લેખ શ્રેણી પ્રગટ થાય છે. તેમાંથી નીચેનો લેખ આપણે ‘દિવ્ય જીવન’માં સાભાર લઈએ લીએ. -સંપાદક

‘ગુજરાત ટાઈમ્સ’ આપણા સૌનું મુખપત્ર છે. અઠવાડિયા માટેની વાચનસામગ્રી અને જીવનયાપન માટે પાથેય આપે છે. ઝંકારનું વિષદ ચિંતન થવું જ જોઈએ, કારણ કે માનવજીવન કંઈ એક સરળ સીધી રેખા જ નથી. અહીં આરોહ છે. અવરોહ છે. વસંત છે. તો પાનખર પણ છે. વસંત હોય તો પાનખર પણ હોય જ ને ! આ ઝંકાર જીવન જીવવાની જડીબુટ્ટી છે. ભારેલા અગ્નિ જેવાં આપણા જીવન આપણને જ તસ્ત કરતાં હોય છે. માટે જ ધમ્મપદ કહે છે,

અત્તના વ કતં પાપં અત્તજં અત્તસંભવં ।
અભિમંથતિ દુમ્મદં વજિરં વ ‘મ્હમયં મણિ ॥’
આત્મનૈવ કૃત પાપં, આત્મજમાત્મસમ્ભવમ્ ।
દુર્મેધસં હિ મથ્નાતિ વજ્જમિવાશ્મનો મણિમ્ ॥

(ધમ્મપદ પ્રસાદ ૨:૭:૩૫:૧૬૧)

જેવી રીતે પથ્થરમાંથી ઉત્પન્ન થયેલું વજ્ર પથ્થરને જ કાપે છે તેમ આત્માથી કરેલું, આત્માથી જન્મેલું, આત્માથી ઉત્પન્ન થયેલું પાપ જ દુર્મેદ્ (દુર્બુદ્ધિ) પુરુષનો નાશ કરે છે.

અતા હિ અત્તનો નાથો કો હિ નાથો પરો સિયા ।
અત્તના હિ સુદંતેન નાથં લભતિ દુલ્લભં ॥
આત્મા સ્યાદાત્મનો નાથઃ કો હિ નાથઃ પરો ભવેત્ ।
આત્મના હિ સુદાન્તેન, નાથમાપ્રોતિ દુર્લભમ્ ॥

(ધમ્મપદ પ્રસાદ ૨:૭:૩૬:૧૬૦)

મનુષ્ય પોતે જ પોતાનો સ્વામી છે. (ગીતામાં કહ્યું છે, તેમ... ઉદ્ધરેત્ આત્મનાત્માનં... આત્મૈવરાત્મનઃ બંધુ આત્મૈવ રિપુરાત્મનઃ) બીજો કોણ તેનો સ્વામી હોય ? પોતાનું સારી રીતે દમન કરનાર પોતે જ (સુદાંત આત્મા) દુર્લભ સ્વામિત્વ પ્રાપ્ત કરે છે. આગળ ઉપર ધમ્મપદ કહે છે, ‘યો સહસ્સં સહસ્સેન

સંગામે માનુસે જિને । એકં ચ જેય્યમત્તાનં સ વે સંગામજુત્તમો. (ધમ્મપદ પ્રસાદ ૨:૭:૩૮:૩૩) અર્થાત્ ‘યુદ્ધમાં હજારના હજાર મનુષ્યોને જીતનાર કરતાં પોતે પોતાને જીતનાર આત્મવિજેતા મહાન યુદ્ધ વિજેતા છે’ અને આ પ્રાપ્તિ માટેનો માર્ગ પણ અત્રે પ્રદર્શિત કરવામાં આવ્યો, કહેવામાં આવ્યું. ‘ઈદનં ચપલં ચિત્તં દુરકખં દુન્નિવારયૈ । ઉજુ કરોતિ મેધાવી ઉસુકારો વ તેજનં ॥ (ધમ્મપદ પ્રસાદ ૨:૭:૩૮:૩૩) ‘ચંચળ અને ચપળ ચિત્તને એક જગ્યાએ રોકી રાખવાનું અને ભટકવા ન દેવાનું દુષ્કર છે. જેમ બાણાવળી બાણને સીધું કરે છે તેમ ચિત્તને ઝંકારનો અભ્યાસ એકાગ્ર કરે છે. ઋજુ, સરળ અને સીધું બનાવે છે.

ધમ્મપદે બીજી એક ખૂબ સુંદર વાત કહી કે, ‘જેવી રીતે સારી રીતે છાવરેલાં છાપરાંમાંથી વરસાદનું પાણી ઘરમાં સોંસરવું પડતું નથી, તેવી જ રીતે સુભાવિત (ઝંકારના નિત્ય નિયમિત દીર્ઘકાળના અભ્યાસથી નિરત) સારી ભાવનાવાળા ચિત્તમાં રાગ (વિષયવિકાર) પ્રવેશી શકતાં નથી.’ કારણ કે આપણા સૌના જીવનમાં સુખ અને દુઃખનાં કારણોમાં સૌ પ્રથમ તો આપણું મન જ છે. ‘મન એવ મનુષ્યાણાં કારણં બંધ મોક્ષયોઃ’ મુક્તિ અને બંધનનું કારણ આપણું પોતાનું જ મન છે. અહીં આ મન એટલે મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત અને અહંકાર એમ ચારેય સમજવાં જોઈએ. કારણ જેનું ચિત્ત સ્થિર નથી, જે સદ્ધર્મને જાણતો નથી, જેની શ્રદ્ધા કલુષિત થઈ છે- ડામાડોળ છે એની પ્રજ્ઞા પરિપૂર્ણ થતી નથી. આ ચિત્ત તેના ચંચળ સ્વભાવને કારણે મરજીમાં આવે ત્યાં, મોજ પડે ત્યાં ભમે છે. જેવી રીતે મતવાલા ગાંડા હાથીને મહાવત અંકુશ વડે કાબૂમાં લાવે તેવી જ રીતે દીર્ઘ કાળની પ્રજ્ઞાવ ઉચ્ચારણની સાધના ચિત્તને વશમાં કરે છે.

અકાળે વૃદ્ધાવસ્થાનું કારણ વ્યસનો છે. કામ ઉપભોગ છે. દુર્ભાગ્યે આપણે ભોગો ભોગવતા નથી, ભોગો જ આપણને ભોગવતા હોય છે. આવા સંજોગોમાં મહર્ષિ પતંજલિના કહ્યા પ્રમાણે 'સ તુ દીર્ઘકાલનૈરન્તર્યસત્કારાસેવિતો દઢભૂમિઃ । ધ્યેય કે લક્ષ્યની પૂર્તિ માટે ખૂબ જ આદરપૂર્વક લાંબા સમય સુધી પ્રયત્ન કરતા રહેવાથી તે દઢ બને છે અને આ બધું જ યોગના પાયામાં જ રહેલું મહત્વનું - આવશ્યક જ્ઞાન છે. આપણે માત્ર યોગને આસનોમાં જ ઘટન કરીએ તેટલું પર્યાપ્ત નથી. મહર્ષિ પતંજલિએ તો તેમના યોગસૂત્રોના આરંભમાં જ કહ્યું છે કે, 'યોગશ્ચિત્તવૃત્તિનિરોધઃ ।' ચિત્તની વૃત્તિઓ જેવી રીતે આટાપાટા રમે છે, તેને બંધ કરવાનું કે તેના પર નિયંત્રણ લાવવાનું નામ જ યોગ છે.

એક વાર લોસ એન્જલ્સમાં આપણા આયોજકને કોઈ કહેવાતા યોગશિક્ષકના સ્ટુડિયોમાં (પરદેશમાં યોગ વર્ગો જ્યાં ચાલે તેને યોગ સ્ટુડિયો કહેવામાં આવે છે) મને લઈ આવવાનું કહેલું. પહેલાં તેમને ઘરે લઈ ગયા. ત્યાં જમવાનું હતું. તે શિક્ષક પંજાબી હતા. અમેરિકામાં સ્થિર થવા માટે અમેરિકન મહિલા સાથે લગ્ન કરીને રહેતા હતા. તેની માતા મને ભેટી પડી. ખૂબ રડી. કહે, સ્વામીજી ! અહીં આ બંને મને નોકરાણીની જેમ ખૂબ ત્રાસ આપીને રાખે છે. ઘરની બહાર જવાનું નહિ. કોઈને મળવાનું નહિ. તે પોતે પરણેલો છે, દેશમાં તેનાં પત્ની અને બાળકો છે. અહીં એક આ નવી 'ભૂતડી'ને લઈને રહે છે, વગેરે... ત્યાર પછી તેના સ્ટુડિયોમાં ગયા. ત્યાં દસ-બાર અમેરિકન ભાઈ-બહેનો વિદ્યાર્થીરૂપે હતાં. આ શિક્ષક જેવી રીતે ભાંગડા નૃત્યમાં રેશમી રંગબેરંગી લુંગી ઉપર ઝગમગાટ કરતો ઝભ્મો, સાથે તુર્રાદાર કલગીવાળી પંજાબી પાઘડી, ગળામાં ઢગલાબંધ સ્ફટિક અને રુદ્રાક્ષની માળાઓ... હશે પણ; આપણે જ્યારે યોગ વર્ગ ચાલુ કરીએ ત્યારે ઝંકાર પ્રણવનો ઉચ્ચાર કરીએ ત્યારે તેમણે એક ભયંકર ચીસ પાડી. અમેરિકામાં યોગનો પ્રચાર ઘણો જ છે. હોટ યોગ છે. ડોગ યોગ પણ છે, પરંતુ યોગના નામે લોકોને ધૂતનારાઓનો પણ પાર જ નથી. પ્રામાણિકતાથી પરંપરાગત યોગાભ્યાસનાં કેન્દ્રો છે. પરંતુ યોગને વટાવી ખાવા 'સેક્સ યોગ'ના વર્ગો ચાલતા થાય ત્યારે મન વ્યથિત થાય તે સંભવ છે. માટે જ

પતંજલિ મહર્ષિ ચિત્તની ચંચળતાનું શમન કરવાનું કહે છે. આ ચિત્ત એટલે શું ? અને તેની વૃત્તિઓ એટલે શું ?

સ્વામી વિવેકાનંદજીએ તેમનાં રાજયોગનાં પ્રવચનોમાં આ વિષયની ખુબ જ સરળ ભાષામાં સ્પષ્ટતા કરી છે. આપણને આંખો છે, પરંતુ મગજમાં એક કેન્દ્ર સાથે જોડાણને કારણે જ આંખો જોઈ શકે છે. એ દર્શન કેન્દ્રથી તેનો સંબંધ વિચ્છેદ થતાંની સાથે જ આંખો જોવાનું બંધ કરી દેશે. આંખો ગૌણ છે. દર્શન કેન્દ્ર તો મગજમાં રહેલું છે. આવું જ કાન, નાક, જીભ કે હાથપગનું પણ ખરું. બાહ્ય ઈન્દ્રિયોનું નિયંત્રણ અંતઃસ્થ શક્તિ ક્ષમતાથી થાય છે, અને તે છે તેમની સાથે જોડાયેલું મન. મન એ સંવેદનને તેથી વધુ અંદર નિશ્ચયાત્મક કેન્દ્રો સુધી દોરી જાય છે. આમ ઈન્દ્રિયો સાથે મન અને મન સાથે બુદ્ધિ તથા અંતે આ બધું અહંકાર સાથે જોડાયેલું છે. આ બધાંને અંતઃકરણ ચતુષ્ટય કહેવામાં આવે છે.

આ બધું જે ભેગું થાય તેનું જ નામ ચિત્ત. ચિત્તમાં તરંગ એટલે પાણીમાં વમળ. પાણી સ્થિર હોય, સ્વચ્છ હોય તો તેમાંનો પડછાયો-પ્રતિબિંબ સ્વચ્છ દેખાય, પણ પાણી ડોળાયેલું હોય, અસ્થિર હોય તો તેમાં પ્રતિબિંબ દેખાય જ નહિ... બધું ડામાડોળ... પરંતુ આ ઝંકારના પ્રણવ ઉચ્ચારણના દીર્ઘકાળના નિયમિત અભ્યાસથી આ સમગ્ર કારોબારનું નિયંત્રણ થાય છે. ઝંકારના ઉચ્ચારથી નીચેથી ઉપરની તરફ ધસી આવતા લોહીને કારણે નાના અને મોટા મગજની ચોપાસ જે સેરીબ્રલ ફલ્યુઈડ છે, તેમાં તરંગ ઉત્પન્ન થાય છે, તે આ બધાં કેન્દ્રોને સબળ-સક્ષમ કરે છે, જેવી રીતે થાકેલા શરીર પછી શરીરને ચોળીને હુવારા નીચે નહાઈ લઈએ ત્યારે કેવી સ્ફૂર્તિ અનુભવાય છે ? શું થયું. બ્લડ સરક્યુલેશન વધ્યું. તેનાથી તમામ જોડાણોમાં લુબ્રિકેશન થયું. સાઈકલ, મોટર મશીનમાં લુબ્રિકેશન થયા પછી તેની કાર્યક્ષમતામાં ઓજસ, તેજસ પ્રાણ પ્રગટે તેવું જ કંઈક આ તંત્ર છે. આમ ઝંકારના અભ્યાસથી ચિત્તની ચંચળતાનું શમન થાય છે. ચિત્તની વિવિધ અવસ્થાઓ છે : ક્ષિપ્ત, મૂઢ, વિક્ષિપ્ત, એકાગ્ર અને નિરુદ્ધ. ક્ષિપ્ત અવસ્થા એટલે ચંચળતા. તેનું સ્વરૂપ સુખ કે દુઃખના રૂપે પ્રગટ થાય. મૂઢ અવસ્થા એટલે જડતા. તેમાં ચિત્તને બીજા લોકો

કે પરિસ્થિતિને નુકસાન પહોંચાડવાની જ વૃત્તિ હોય છે. પ્રથમ સ્થિતિ દૈવી છે, બીજી આસુરી વૃત્તિ છે. વિક્ષિપ્ત અવસ્થામાં સંઘર્ષ છે; સ્થૈર્ય કેળવવાનો. જ્યારે એકાગ્ર અવસ્થામાં સ્થિરતા પ્રાપ્ત થયેલી હોય છે. જો આ સ્થિરતા દીર્ઘકાળ સુધી રહે તો તે ધારણા, ધ્યાન, પછી સમાધિ અવસ્થામાં પ્રવેશ કરાવી શકે છે. માટે જ કહ્યું છે કે યોગ એટલે ચિત્તની વૃત્તિઓનો નિરોધ, ઝંકાર સાધના સંભવ છે અને સરળ પણ છે, પરંતુ આ ઝંકાર પ્રણવ સાધના નિયમિત, દીર્ઘકાળ સુધી, દૃઢ વિશ્વાસ અને શ્રદ્ધા સાથે તથા રુચિપૂર્વક કરવામાં આવેલી હોવી જોઈએ. જો આમ થઈ શકે તો પ્રમાણ, વિપર્યય, વિકલ્પ, નિદ્રા, સ્મૃતિ વગેરે ક્લિષ્ટ અને અક્લિષ્ટ વૃત્તિઓનું પણ શમન કરી શકાય છે, જેને માટે મહર્ષિ પતંજલિ કહે છે, ‘અભ્યાસવૈરાગ્યાભ્યાં તન્નિરોધઃ’ અભ્યાસ અને વૈરાગ્યથી આ બધું સંભવી શકે.

આપણે આ પૂર્વે વિચારી ગયા છીએ કે ઝંકારના ઉચ્ચારનું મૂળ નાભિમાં છે, જે કમશઃ મસ્તિષ્ક સુધી આ કંપન જાય છે. તેને યોગની ભાષામાં મણિપુરથી સહસ્ત્રાર સુધીની યાત્રા કહેવાય. તેને માટે પાતંજલ યોગ દર્શનનું કહેવાનું છે કે ‘નાભિયકે કાયવ્યૂહજ્ઞાનમ્’ નાભિયકમાં સંયમ કરવાથી શારીરિક રચનાનું જ્ઞાન થાય છે.

‘કંઠકૂપે ક્ષુન્નિપાસા નિવૃત્તિઃ’ જ્યારે ખૂબ ભૂખ લાગી હોય અને ઝંકાર કરતી વખતે ઉકારના ઉત્પન્ન સ્થાનમાં ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાથી ભૂખ ઊડી જાય છે. ‘મૂર્ધ જ્યોતિષિ સિદ્ધદર્શનમ્’ મસ્તકમાં રહેલી જ્યોતિ ઉપર ‘સંયમ’ કરવાથી ‘પ્રાતિભાદ્વા સર્વમ્’ પ્રતિભા વડે જ્ઞાનની પ્રાપ્તિ થાય છે. ‘હૃદયે ચિત્ત સંવિત્’ બીજાનાં મનનું જ્ઞાન થાય છે અને ‘કૂર્મનાડ્યાં સ્થૈર્યમ્’ શારીરિક તથા માનસિક સ્થિરતા આવે છે.

અંતે તો ઝંકાર નાદબ્રહ્મ છે. ધ્વનિ છે. ધ્વનિ એ પરબ્રહ્મનો પ્રથમ આવિર્ભાવ છે. છાંદોગ્ય ઉપનિષદમાં ઝંકાર એકાક્ષર અથવા ઉદ્ગીથને નામે ઓળખાય છે. તેથી પ્રણવ સાધનાને આપણે ઝંકાર પ્રાણાયામ કહીએ છીએ, તેમ અનેક યોગશિક્ષકો તેને ઉદ્ગીથ પ્રાણાયામ તરીકે પણ ઓળખાવે છે.

સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજ કહે છે કે, ‘ઓમ્નું સ્મરણ કરો. સોડહમ્, ઓમ સોડહમ્, શિવોડહમ્, અહં બ્રહ્મ અસ્મિ કે અનલહક (કુરાને શરીરનું મહાવાક્ય- બંદા ખુદા સે જુદા નહિ) વગેરેનું ચિંતન કરો.’ ઝંકાર સાધના એ આધ્યાત્મિક સાધનાનો પ્રાણ છે.

(મનાયે શ્લોક પાન-૪૩ થી ચાલુ)

માટે, જાગી જાઓ ! તમારા વિચારોને રામ પર કેન્દ્રિત કરો. તમારા હૃદયમાં તેનું સ્થાપન કરો. તમારા મનને દૃઢપણે રામમાં સ્થિત કરો, તેને અને ફક્ત તેને જ તમારી વાતચીત- સંભાષણ- નો વિષય બનાવો, તેની જ સતત વાત કરો, સતત વિચાર કરો, સતત તેના પર ધ્યાન કરો. તેને તમારું સર્વસ્વ બનાવો. આમાં જ તમારું પરમ ભલું અને પરમ કલ્યાણ છે.

આમ શિવાજીના ગુરુ સ્વામી સમર્થ રામદાસ તેમની મહાન નાની પુસ્તિકા ‘મનાયે શ્લોક’ દ્વારા ઉપદેશ આપે છે. આપણે આજે ૨૨, ૨૩ અને ૨૪ શ્લોકો જોયા. તેમાં તેઓ મનને રામ તેમના મનમાં દૃઢપણે સ્થિત થાય તે માટે મદદ કરવા વિનંતી કરે છે. એકવાર રામ તમારા મનમાં સ્થાપિત થયા પછી તમારે શેની ચિંતા કરવાની ? તે જ ત્રણે લોકનો તારણહાર છે.

આમ આપણને ત્રણ શ્લોકની મર્યાદામાં પરમ જ્ઞાન અને મહાન ઉપદેશની નાનકડી ગોળી મળી. તેમાં કેટલો મહાન વારસો, કેટલો મહાન ખજાનો આપણે માટે તેઓ મૂકી ગયા છે ? તેઓ તો હયાત નથી, છતાં આ નાનકડો લાગતો ખજાનો આપણાં જીવનને ઉદાત્ત બનાવવા માટે પૂરેપૂરો સક્ષમ છે. માટે, આપણે સમર્થ રામદાસ મહારાજનો, જેમ આપણે પરમ કૃપાળુ પરમાત્માનો અને આપણા વહાલા ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજનો આભાર માનીએ છીએ તેમ આભાર માની ખૂબ લાગણી સાથે તેમને પ્રણામ કરીએ. સાથે સાથે, હું પણ આપના બધાંનો આપની દિવ્ય હાજરી માટે, આપના ધ્યાનપૂર્વકના શ્રવણ માટે અને આ બેઠક પરથી આપે જે કંઈ પ્રેમપૂર્વક ગ્રહણ કર્યું તે માટે ખૂબ આભારી છું અને વંદું છું. ઈશ્વર આપણને બધાંને આશીર્વાદ આપે.

‘Verses addressed to the Mind’નો સાભાર ભાવાનુવાદ

સાદું જીવન અને ઉચ્ચ વિચારો

શ્રી સ્વામી જ્યોતિર્મયાનંદજી

પૂ. સ્વામી જ્યોતિર્મયાનંદજી એ માત્ર ૨૨ વર્ષની યુવાન વયે પૂ. ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજ પાસેથી સંન્યસ્ત દીક્ષા ગ્રહણ કરી. શરૂઆતના વર્ષોમાં શિવાનંદ આશ્રમમાં 'યોગ વેદાન્ત'ના તંત્રી પદે રહી ૧૯૬૯માં સ્વામીજી મીઆમી (અમેરિકા) ગયા. 'યોગ રિસર્ચ ફાઉન્ડેશન' નામનો આશ્રમ સ્થાપ્યો. 'યોગ ગાઈડ' પત્રિકા દ્વારા તેઓ વિશ્વભરમાં જાણીતા છે. સતત આધ્યાત્મિક પ્રવૃત્તિઓમાં રત રહે છે. -સંપાદક

પ્રત્યેક ગૂઢ અને આધ્યાત્મિક પ્રવૃત્તિઓનો પાયો સાદું જીવન અને ઉદાત્ત વિચારસરણી છે. આ બંને મુદ્દાઓ એકી સાથે ધ્યાનમાં રહેવા જોઈએ. જો કોઈ મનુષ્ય માત્ર સાદગી બતાવવા ખાતર સાદું જીવન જીવે તો એ ખરેખર સાદું જીવન નથી. સાદું જીવન એ પૂર્ણતાનું સાધન છે અને તે ઉચ્ચ વિચારોને અનુમોદન આપતું જ હોવું જોઈએ. ત્યારે જ સાદું જીવન પ્રમાણભૂત ગણાય.

મહત્વહીન જીવન અને સંકુચિત વિચારો

આ મુદ્દો સમજવા માટે આપણે સાદું જીવન અને મામુલી જીવન વચ્ચેનો ભેદ સમજીએ. મોટા ભાગના લોકો આંટીઘૂટીવાળું જીવન જીવે છે; એટલે કે તેમના ઘરમાં વિસંવાદિતા હોય છે, કુટુંબના સભ્યો કે મિત્રોને ખોટાં વચનો આપવામાં આવે છે, ખરાબ સોબતવાળા ઘણા બિનજરૂરી સંબંધો, ગેરકાયદેસર વ્યવહારો, દંભ, પોતે ઊભી કરેલી મહત્તા અને મહાનતા વગેરે જે ખરેખર મનુષ્યના પોતાનામાં હોતું નથી અને છતાં તેની વધુ ને વધુ પ્રાપ્તિ માટેની તીવ્ર ઝંખના કરે છે. બાહ્ય જગત અસંખ્ય દેખાવની ચીજો વડે ઝબકતું દેખાય છે. જેમ કે, સુંદર નેકટાઈ, અદ્ભુત સૂટ અને આકર્ષક વ્યક્તિઓ સાથેની મિત્રાચારી, મોટા ભાગના લોકો જેમાં વ્યસ્ત હોય છે તેવા જીવનનું આ સામાન્ય ચિત્ર છે.

જ્યાં મહત્વહીન જીવન હોય ત્યાં સંકુચિત વિચારધારા હોય છે. વિચારો તેની સહુથી અધમ કક્ષાએ પહોંચે છે. લોકો તેમની માનસિક તંદુરસ્તી માટે દરકાર રાખતા નથી. ક્રોધ, ધિક્કાર કંજૂસાઈ વગેરે દુર્ગુણોને મન દિવસે દિવસે સંઘરતું જાય છે. જ્યાં આવા સંકુચિત, નિર્માલ્ય વિચારો હોય ત્યાં જીવન બંધિયાર બને છે. આવા મનુષ્યનું ભાવી અંધકારમય અને ભેંકાર હોય છે.

સાદગી અને ઉન્નતિ

આથી ઊલટું, વ્યક્તિત્વના સંપૂર્ણ વિકાસમાંથી સાદું જીવન ઉદ્ભવે છે. જેને પોતાની સુષુપ્ત કાર્યશક્તિના

ઊર્ધ્વીકરણમાં રુચિ હોય, જેને જીવનના આધ્યાત્મિક મૂલ્યની કદર હોય, જેને એવું જ્ઞાન હોય કે બાહ્ય અધિકાર નિરર્થક છે તેને માટે માનસિક શાન્તિ એક મહાન સોદો છે. ઘણી ચીજોની પ્રાપ્તિનો અર્થ કંઈ નથી, સંતોષની કિંમત ઘણી છે. જે એ સમજે છે કે આધ્યાત્મિક મૂલ્યો ભૌતિક પદાર્થોથી ઘણાં ચડિયાતાં છે તે સાદગી અને ઉત્કૃષ્ટ વિચારોયુક્ત જીવન માટેની કાળજી રાખે છે. હજી થોડા વર્ષો પહેલાં જ મહાત્મા ગાંધી આવું જીવન જીવ્યા હતા. તેમના તમામ ઉપદેશોનું હાર્દ બની શકે તેટલું સાદાઈથી રહેવું એ જ હતું.

ખોટી સાદગી

સાદગી એ અંત માટેનું સાધન હોવું જોઈએ, પરંતુ ખુદ અંત નહીં. લોકો સાદાઈના નામે અતિરેક કરે છે. દાખલા તરીકે, એક સાધક આશ્રમમાં નવ વર્ષ સુધી એક જ પહેરણ પહેરીને રહે છે. જ્યારે કોઈ તેને મળવા આવે ત્યારે એ કહે છે, 'મારું પહેરણ જુઓ. હું છેલ્લા નવ વર્ષથી તે પહેરું છું. શું આ અદ્ભુત નથી?' અથવા તો કદાચ તે તાડપત્રીનો ચાહક હશે; મોટા ભાગના લોકો તે એકાદ માસમાં તોડી નાખે છે. ત્યારે એ તાડપત્રીને એવી ને એવી સ્થિતિમાં ચાર-પાંચ વર્ષ સુધી સાચવી રાખે છે. ઘણાંને એ અદ્ભુત સાદગી જણાશે. તેમ છતાં, એવી સાદગીની સાથે જે ગર્વ-અહંકાર ઉદ્ભવે છે. ('સાદાઈથી રહેવા' માટે તે) ટકાવેલો અનિવાર્ય સંબંધથી ઉદ્ભવે છે તે ખૂબ વધી જાય છે. આવી વ્યક્તિની તમામ શક્તિ બીજાંઓની પ્રશંસા મેળવવામાં જ ખર્ચાઈ જાય છે.

લોભની ગેરહાજરી

સાચી સાદગી યમ અને નિયમોની ઊંડી સમજ, ખાસ કરીને અસ્તેય (ચોરી ન કરવી) અને અપરિગ્રહની સમજણથી જ આવે છે. અસ્તેયના અભ્યાસથી યોગી કદી

ગેરકાયદેસર કે છળકપટથી બીજાની માલિકીની કોઈ ચીજ-વસ્તુનો દુરુપયોગ કરતો નથી. વળી, તે અતિ લોભના રહસ્યમય પ્રકારોથી દૂર રહેવા પ્રયાસ કરે છે. જો કોઈને સોનાની ચેઈનવાળી ઘડિયાળ પહેરેલી જોઈને તેને મારી પાસે 'આ હોત તો ?' એવી લાગણી ઉદ્ભવે તો મનથી તો તેણે બીજાની માલિકીની વસ્તુ લીધાની ભાવના કરી કહેવાય. આવા વર્તનમાં (બીજાની માલિકીની વસ્તુ લેવામાં) ઘણા લોકોને પોતાની પાસે ખરેખર શું હોવું જોઈએ કે શાની જરૂરત છે તેનું જ જ્ઞાન હોતું નથી. પણ જ્યારે તેઓને અન્ય ને કોઈ ચીજ મળેલી જુએ ત્યારે એ જ ચીજ પોતાને મેળવવાની ઈચ્છા થાય છે. બીજાઓ પાસે હોય તે તેમને પણ મળવું જોઈએ. આ જ અસ્તેય છે- એક વિચિત્ર અપ્રમાણિકતા, ચોરી કરવાની એક વિચિત્ર રીત !

અપરિગ્રહ (બિનલોલુપતા) એ પણ અતિલોભ ન રાખવા જેવું જ લક્ષણ છે. પરંતુ અપરિગ્રહ એટલે ઘણું જ ઓછું-જરૂરિયાત પૂરતું જ રાખવું. 'અસ્તેય'માં પોતાની ન હોય તેવી વસ્તુ રાખવા પર પ્રતિબંધ હોય છે, જ્યારે 'અપરિગ્રહ'માં મનુષ્ય કાયદેસર રીતે કે સાચી રીતે ઘણી વસ્તુઓ મેળવી શકે તેમ હોય તો પણ આના પર નિયંત્રણ રાખે છે; માત્ર અહંકાર કે બદલાની ભાવનાથી તે મેળવતો નથી.

અપરિગ્રહના અભ્યાસીનું લક્ષ્ય એ ધ્યાનમાં રાખવાનું છે કે આ ક્ષણિક જગતમાં પોતે અલ્પમાં અલ્પ વસ્તુ મેળવે. તમારી નજર સામે નષ્ટ થતી જોવા માટે જ શા માટે વધુ ને વધુ વસ્તુઓ એકઠી કરવી ?

ખરેખર તમે જેટલો ખપ હોય તેટલું અનું થોડું ઘણું એકઠું કરો. પશ્ચિમની સંસ્કૃતિથી આ વિરોધી છે. ત્યાં કોઈ પણ વ્યક્તિ પોતે કેટલું વધુ પામી શકે અને કેટલું વધુ સુંદર રીતે રહી શકાય તેનો જ પ્રયાસ કરે છે. પરંતુ ખરેખર તો પોતાનું અસ્તિત્વ ટકાવી રાખવા માટે જરૂરી હોય તેટલું જ વ્યક્તિ માટે મેળવવું જરૂરી છે- એ જ આત્મજ્ઞાન છે.

માનવ જાતની સેવા

દરેક મનુષ્ય આ જગતમાં અજાણ્યા માનવી તરીકે આવે છે અને દરેક મનુષ્ય એક દિવસ આ દુનિયા છોડી જશે. તો પછી પોતે જ વસ્તુઓને સાથે લઈ જઈ શકે તેમ નથી અને પોતાની પાછળ છોડી જવાનો છે તેવી

વસ્તુઓને એકઠી કર્યા કરવામાં શા માટે સમય વેડફી નાખવો જોઈએ ? શા માટે સોનાની ઈંટો એકથી બીજી જગ્યાએ લઈ જવાની જોયા કરવામાં જીવન વિતાવવું ? એને બદલે જો પોતાની પાસે જે વસ્તુ હોય તે માનવ જાતની સેવા માટે વાપરવાની દૃષ્ટિ હોય તો પોતે 'અપરિગ્રહ'નો અભ્યાસી હોવા છતાં પણ આખું જગત પોતાની માલિકીનું બનાવી શકે છે; પોતાની માલિકીની વસ્તુઓ તેને માનવ સેવામાં મદદરૂપ અને માર્ગદર્શક બને છે કારણ કે 'બધું જ દિવ્ય આત્મા'નું છે એ જ્ઞાન તેને પ્રાપ્ત થાય છે.

આ પ્રમાણે વ્યક્તિ બધાની માલિકી ધરાવી શકે અને છતાં અત્યંત સાદગીભર્યું જીવન જીવી શકે.

બાહ્ય સંપત્તિ અને આંતરિક સાદગી

ઘણા મહાપુરુષોએ સાદગીના આ સિદ્ધાંતને મૂર્તિમંત કર્યો છે. ૧૬ અને ૧૭મી સદીમાં ભારતમાં ઘણા મહાન રાજાઓ હતા. એક ઈસ્લામી રાજા નસીરુદ્દીન અલી ભારત પર શાસન કરતો હોવા છતાં તદ્દન સાદગીભર્યું જીવન જીવતો હતો. તેની પત્ની કાપડ વણવાનું અને સીવવાનું કામ કરતી અને રાજા ખુદ કારકુનની કામગીરી કરતો. જ્યારે રાજ્ય પ્રત્યેની ફરજોમાંથી મુક્ત થાય ત્યારે બંને પતિ-પત્ની પોતાના ભરણ પોષણ માટે કામ કરતાં અને કમાણી કરતાં.

એક દિવસ તેની પત્નીની આંગળીઓ દાઝી ગઈ. તેણીએ રડતાં રડતાં અલીને કહ્યું, 'આપણે વધુ સુખ્યેનથી રહી શકીએ તે માટે તમે કેમ રાજ્યના ખજાનામાંથી પૂરતા પૈસા લેતા નથી ?' પરંતુ અલીએ ભારપૂર્વક જણાવ્યું કે એ ખજાનો તેના અંગત ઉપયોગ માટેનો નથી પણ પ્રજાની માલિકીનો છે; પોતાને તો તેની શક્તિ મુજબની કમાણીમાંથી જેટલું મળે તેમાંથી જ ગુજરાન ચલાવવાનો હક્ક છે. તેની આ સાદગી આત્મજ્ઞાનની સાથે કોઈ સંબંધ ધરાવતી ન હોવા છતાં તે આત્મજ્ઞાનને ઉત્તેજન આપે છે. તે જ પ્રમાણે જે પ્રવૃત્તિ માલિકીપણાના ગૌરવથી ન દોરવાઈ જવાનો આદર્શ અને જટિલતામાં પરિણમતી જિંદગીથી મુક્ત એવી પ્રવૃત્તિ પણ તેને આત્મજ્ઞાન માટે ઉત્તેજન આપશે. આ આદર્શ ધીરે ધીરે સાદગીભર્યા જીવનને ઉત્તેજન આપે છે- એવું જીવન, જે ચિંતા, ભય અને સતત અજંપાથી ઘેરાયેલું ન હોય.

આંતરિક પૂર્ણતા સાદગીને ઉત્તેજન આપે છે

આનો ભાવાર્થ એ જ કે જે લોકોને ઓછી પ્રાપ્તિ થઈ હોય તેઓ જૂઠા અભિમાન અને દંભ વડે પોતાની સામાન્ય ઉપલબ્ધિઓને વધુ વળતર માટે ફાંફાં મારે છે. પરંતુ જે લોકો આંતરિક સંપત્તિ ધરાવે છે તેમણે કદી કોઈ ચીજ માટે વળતરના ઉપાયો કરવા પડતા નથી; તેમને કોઈ ચીજનો અભાવ હોતો નથી. તેથી ખાસ પરિસ્થિતિઓમાં થોડી વિનમ્રતા અને ધૈર્ય તેને નુકસાન કરતા નથી.

પરંતુ જે મનુષ્ય પોતાની જાતમાં ઉપલબ્ધિ કે પ્રાપ્તિની અનુભૂતિ કરી શકતો નથી તે સતત તેના વળતર માટે બાહ્ય પરિસ્થિતિ પર નિર્ભર થઈ જાય છે. દરેક સંજોગોમાં આવા મનુષ્યના કાન સરવા થઈ જાય છે- ‘કોઈ મારી ટીકા કરે છે?; કોઈ મારું અપમાન કરે છે? જો હું મારું અપમાન થવા દઈશ તો શું થશે? આથી હું કોણ છું તે લોકોને કહી દેવું જોઈશે. હું શક્તિશાળી દેશમાંથી આવું છું- જગતના સહુથી સમૃદ્ધ દેશમાંથી આવું છું. હું એક શ્રેષ્ઠ નાગરિક છું.’ આમ, જે લોકો આંતરિક રીતે તકલાદી કે પોકળ હોય તેમને આંતરિક જરૂરિયાતને ઓળખવાની અને તેના પર ધ્યાન આપવાની જરૂર છે. આ દ્વારા જટિલતા ભરેલું જીવન જીવવાનું વલણ પુનઃ સ્થાપિત થાય છે.

જે લોકો દિવ્ય પરમાત્માના આયોજન વિષે સભાન છે તે તેના સર્જન પાછળની દિવ્ય સંવાદિતાને જાણે છે. તેઓને કોઈ પ્રયાસ કરવા પડતા નથી- આપોઆપ જ, સ્વાભાવિકપણે તેઓ સાદાઈયુક્ત બને છે. આથી, સાદગી એ એકરૂપ વ્યક્તિત્વની અભિવ્યક્તિ છે. એ સદ્દેયતા, બાળક જેવી પવિત્રતા, નિરાંતબર, સરળતા અને દિવ્ય આત્મામાં અગાધ વિશ્વાસ, વગેરે સદ્ગુણોનું સંમિશ્રણ છે. જે મનુષ્ય સાદો સરળ હોય તેનો એ દિવ્ય આત્મા એવી સમજણ ધરાવતો થાય છે કે- જગતના હાર્દમાં સર્વ પૂર્વગ્રહ વિનાનું છે અને મિથ્યાભિમાન એ માત્ર હાંસીપાત્ર વિકાસ છે.

સાચી સાદગીને ઉત્તેજન આપો

સાદગી એ સુવાસ જેવી છે. કેટલાંક ફૂલો અમુક ખાસ પ્રકારની સુગંધ ફેલાવે છે; એ ફૂલોથી તદ્દન નજીક ઊભેલ માણસ એ સુગંધ લઈ શકતો નથી. પરંતુ એ ત્યાંથી થોડો દૂર જાય ત્યારે તીવ્ર સુગંધ આવે છે. લગભગ આ

જ રીતે, સાદગી વારંવાર મનુષ્યને છેતરે છે. સંતો અને મહાત્માઓ બાહ્ય રીત-ભાતમાં એટલા સરળ હોય છે કે જેઓ પૂર્વગ્રહથી પીડાતા હોય તેઓ તેમની દક્ષતાનું મૂલ્ય સમજતા નથી.

વળી, જે સાદું જીવન જીવે છે એ મહાન કરકસરવાળો બને છે. તેના શબ્દોમાં કરકસર અને ખુલ્લાપણું હોય છે. તે કદી દંભી કે વિચિત્ર રીતે પોતાની વાત કહેતો નથી કારણ કે, તેનો સમસ્ત વ્યવહાર નિખાલસતાથી ભરપૂર હોય છે. જો સાદગી ખરેખર ગમતી હોય તો એ સાદગી વચ્ચેમાં, પ્રત્યેક હલન-ચલનમાં અને જે કંઈ પ્રવૃત્તિ કરીએ તેમાં વ્યક્ત થાય છે; કશું જ બિનજરૂરી રીતે ગૂંચવણ ભરેલું હોતું નથી. કાર્ય ઘણું જ થાય છે પરંતુ તે તદ્દન સાદી રીતથી. જો કોઈ મનુષ્ય પોતાનાં કાર્યો કરવામાં કલાત્મક બને તો લોકો માને છે કે તે આળસુ છે, તે કશું જ કરતો નથી. પરંતુ સાદગીને લીધે તેનામાં સચોટપણું આવે છે અને તે ઘણી વસ્તુઓ સિદ્ધ કરે છે.

અગાઉ સમજાવ્યા પ્રમાણે સાદગીને બાહ્ય અસ્તિત્વ સાથે ગૂંચવી ન નાખવી જોઈએ. ચિંથરેહાલ વચ્ચો પહેરવાં અને અવ્યવસ્થિત દેખાવમાં ફરવું એ બિલકુલ સાદગીની રીત નથી. સાદાં વચ્ચો રાખવાં એ ઘણું સારું છે, પરંતુ જે કંઈ સાદાં વચ્ચો હોય તે સ્વચ્છ હોવા જોઈએ. આરોગ્યના નિયમોનું અવશ્ય પાલન કરવું જોઈએ. સાદગીમય જીવનનો અવ્યવસ્થિત રીતભાતના જીવન સાથે ગૂંચવાડો ન કરવો જોઈએ.

અહંકારના પૂર્વગ્રહોથી મુક્ત મન એટલે ઉચ્ચ વિચારોની પરાકાષ્ઠા. આમ બને ત્યારે જ એ જગતમાં બધું સારું અને સુંદર હોય તેને પોષી શકે તેવા ચમકતા વિચાર-સ્રોતની ધારા બની શકે. બુદ્ધ, સોક્રેટીસ કે જીસસ જેવું- અહંકારમુક્ત પૂર્વગ્રહોથી મુક્ત મન રાખો. એવું મન, કે જે આંતરિક સૂઝ ધરાવતું હોય, જે મન વિવેકબુદ્ધિ અને તટસ્થતાથી પાંખો ફફડાવતા, વિશાળ આકાશમાં વિચરતા હંસની માફક સ્વૈર-વિહાર કરતું હોય. આવું મન ધરાવવું અને સંપૂર્ણ સાદગીભર્યું જીવન વ્યતીત કરવું એ જ સર્વ સંતો અને મહાત્માઓનો આદર્શ રહ્યો છે; આ આદર્શનો આદર કરવો જોઈએ, તેને માટે પ્રવૃત્ત રહેવું જોઈએ તથા તેને મૂર્ત કરવો જોઈએ.

‘રચનાત્મક વિચારશૈલી’માંથી સાભાર

યોગ

શ્રી સ્વામી યાજ્ઞવલ્કયાનંદજી

ગુજરાતમાં 'દિવ્ય જીવન સંઘ'ના પ્રચાર તથા પ્રસારનું શ્રેય મુખ્યત્વે પૂ. સ્વામી શ્રી યાજ્ઞવલ્કયાનંદજી (૧૯૦૬-૧૯૮૯)ને ફાળે જાય છે. ગુજરાતમાં તેઓ ડૉ. શિવાનંદ અધ્વર્યુ અથવા પૂ. બાપુજીના નામે જાણીતા હતા. દિવ્ય જીવન સંઘની પ્રવૃત્તિઓની સાથે અગણિત નેત્રયજ્ઞો કરી જીવનભર જનતાની સેવા કરી. આ 'દિવ્ય જીવન' માસિક તેમણે ૫૦ વર્ષ પહેલાં શરૂ કર્યું હતું. આજે પણ વીરનગરમાં શિવાનંદ મિશનના નામથી આંખ તથા બીજા રોગો માટેની હોસ્પિટલ ચાલે છે અને ગરીબ જનતાને આશીર્વાદરૂપ છે. -સંપાદક

યોગ એક જ સાંકડો માર્ગ નથી કે જેમાંથી પ્રત્યેક મુમુક્ષુને પસાર થવું પડે. માણસ અનેક પ્રકારના છે તેમ યોગના પણ અનેક પ્રકાર છે. માનવીને વિકાસને માર્ગે જવાનો અવકાશ રહે છે. તો પછી યોગની વ્યાખ્યા પણ એક જ હોઈ શકે નહિ. યોગની પણ અનેક વ્યાખ્યાઓ છે.

ભગવદ્ ગીતાના નામથી તો આપણે સૌ સુપરિચિત છીએ. આમ છતાં, જેમ આપણે કોઈને કહીએ કે એ તો ભીંત ભૂલ્યો છે એમ ઘણાં અંશે માનવી ભીંત ભૂલ્યો છે. તે ભગવદ્ ગીતાની પૂજા કરે છે. તેને દેવી સમજીને પૂજન કરે છે. તેને એક પવિત્ર પુસ્તક સમજે છે. છતાં, માનવી એ સમજતો નથી કે ગીતાનો માર્ગ, ગીતાનું જ્ઞાન તો એક માર્ગદર્શિકા છે. તેના જ્ઞાનને આચરણમાં મૂકવું જોઈએ. ગીતા તો વિચારસંહિતા છે. એ તો વિકાસસંહિતા છે. એને તો આચારસંહિતા પણ કહી શકાય. તેનાથી થોડું પણ જો આપણે સમજીને જીવનમાં ઉતારીએ તો જીવનમાં લાભ થાય. માત્ર પૂજન કરવાથી શું વળે ?

ભગવદ્ ગીતા જ્ઞાન, ભક્તિ અને કર્મને સાંકળીને યોગ-માર્ગની હિમાયત કરે છે. કારણ ? યોગ માર્ગ વૈજ્ઞાનિક દૃષ્ટિનો માર્ગ છે. તે પ્રત્યેક વિચારશીલ માનવીને સ્પર્શે છે. તો આપણે પહેલાં ભગવદ્ ગીતાનો આધાર લઈએ.

શ્રીકૃષ્ણ પૂર્ણ પુરુષ છે. શ્રી કૃષ્ણ અર્જુનને ઉપદેશ આપે છે, આદેશ આપે છે કે, 'યોગી ભવ અર્જુન ! - હે અર્જુન તું યોગી બન.' આપણે એ તો જાણીએ છીએ કે તે તો અર્જુનને લડાઈ માટે તૈયાર કરતા હતા તો પછી આવો આદેશ કેમ આપ્યો હશે ? એટલા માટે 'યોગી'નો અર્થ એકાંતમાં વસનાર કાંઈક વિચિત્ર વર્તનવાળો માનવી નહિ અહીં યોગી એટલે કર્મયોગી. કોઈ પણ વસ્તુ જ્યારે ગમે તે વ્યક્તિને કહેવામાં આવે ત્યારે જો સમજપૂર્વક કહેવામાં ન આવે, તેને ગળે ઊતરે

એવી રીતે સમજાવીને કહેવામાં ન આવે તો તે માની લે છે ખરો, પરંતુ તે માન્યતા બની રહે છે. તેની પાછળ સમજ નથી હોતી, તેના પર દૃઢ વિશ્વાસ પેદા થતો નથી. આથી તો કૃષ્ણ અર્જુનને આવો આદેશ આપતાં પહેલાં કહે છે તું વિચાર કર.

શ્રી કૃષ્ણ કહે છે- 'તપસ્વીઓ કરતાં યોગી વધારે સારો છે.' (ગી. ૬.૪૬) અહીં તપસ્વીનો અર્થ માત્ર જડ શારીરિક તપશ્ચર્યા આપણે સમજવી જોઈએ. કારણ કે, યોગી પણ સમજણપૂર્વકની તપશ્ચર્યા તો કરે જ છે. અત્યારે તો શ્રી કૃષ્ણ જે અર્થમાં તપશ્ચર્યા કહે છે તેવી તપશ્ચર્યા આપણે સમાજમાં જોઈ રહ્યા છીએ. માત્ર વધારે પડતા ઉપવાસ કે એવી બીજી માત્ર શરીરને કષ્ટ આપવાની તપશ્ચર્યાને સમાજમાં મહત્વ અપાઈ રહ્યું છે. આવી તપશ્ચર્યામાંથી કાંઈ જ ફાયદો થતો નથી. માટે કહે છે કે યોગી તપસ્વી કરતાં ઉત્તમ છે.

આગળ જતાં શ્રી કૃષ્ણ કહે છે કે જ્ઞાની કરતાં પણ યોગી ઉત્તમ છે, જ્યારે બીજી જગ્યાએ એવું પણ કહે છે કે જ્ઞાન સર્વશ્રેષ્ઠ છે. તો પછી અહીં આવું કેમ કહેતા હશે ? અહીં જ્ઞાનીનો અર્થ છે માત્ર પંડિતાઈ, માત્ર શાબ્દિક જ્ઞાન કે જેઓ ઉપદેશ આપવામાં, પ્રવચન કરવામાં અને શાસ્ત્રોની ચર્ચા કરવામાં જ નિપુણ હોય છે. તેઓએ જ્ઞાન પચાવ્યું નથી, એટલે તેઓ તે જ્ઞાનને આચરણમાં ઉતારતા નથી. આવા જ્ઞાની કરતાં યોગી ઉત્તમ છે. કારણ કે, જેટલું તે જાણે છે તેટલું તે જીવનમાં ઉતારે છે.

કર્મકાંડીઓ કરતાં પણ યોગીને અધિક કહે છે. કર્મકાંડીઓ એટલે ક્રિયાકાંડ કરનારા. તેઓ શાસ્ત્રમાં વર્ણવેલી ક્રિયા કરે છે ખરા. પરંતુ તેનો અર્થ કે રહસ્ય સમજતા નથી. તેઓ તો ઘેટાંઓની જેમ અનુકરણ જ કરે છે. કઠોપનિષદે તેવાઓને 'આંધળાની પાછળ

જનાર અંધ'ની ઉપમા આપી છે. આ રીતે માત્ર જડ તપસ્વી, પંડિત અથવા તો આંધળું અનુકરણ કરનાર કર્મકાંડીઓ કરતાં યોગી ઉત્તમ છે. બુદ્ધિગમ્ય રીતે અર્જુનને દલીલપૂર્વક યોગનું તત્ત્વ સમજાવ્યું છે.

યોગની વ્યાખ્યાઓ તો ઘણી છે, પરંતુ આપણે પોતાને ઉપયોગી નીવડે તેટલી વિચારીશું તો યોગ વિશેના આપણા ખ્યાલો સ્પષ્ટ થશે. ગીતામાં કહે છે: 'યોગઃ કર્મસુ કૌશલમ્' કાર્ય કરવામાં કુશળતા એ યોગ છે. આપણે આના પર વિચાર કરીશું તો પોતપોતાના કાર્યમાં કુશળ તો ઘણા માણસો હોય છે. તેને આપણે યોગી સમજવા ખરા ? અહીં 'કર્મ' શબ્દનો પ્રયોગ વિશિષ્ટ રીતે કરવામાં આવ્યો છે. ઉપર જણાવેલ લોકો પોતપોતાને માટે કાર્ય કરતા હોય છે. તેના પરિણામની આશાએ કાર્ય કરતા હોય છે. આને સકામ કર્મ કહેવામાં આવે છે. પરંતુ જે કાર્ય બીજાના હિત માટે કરવામાં આવે, માનવજાતના ભલા માટે કરવામાં આવે અને તેમાં કાર્ય કરનાર કોઈ પણ પ્રકારનો લાભ ન હોય છતાં તે કાર્ય કરવામાં દક્ષતા રાખે તેનું નામ યોગ છે. સામાન્ય રીતે, આપણને જોવા મળે છે કે જે કાર્યમાંથી કાંઈ લાભ મેળવવાનો ન હોય તેમાં વધારે દરકાર રખાતી નથી.

કાર્યો કર્યા વિના તો માનવી રહી શકતો નથી. આપણે શરીરને પડી રહેવા દઈએ, તો પણ પાચનશક્તિ કાર્ય કરે છે. આંખ જુએ છે અને મન વિચાર પણ કરે છે. આ બધાં કાર્યો જ ગણાય. કાર્યનું પરિણામ તો તેના નિયમ પ્રમાણે આવવું જ જોઈએ. આમ બને એટલે કાર્યનું ફળ તે કર્મ બને. આમ હારમાળા ચાલ્યા જ કરવાની. આ તૂટે કેવી રીતે ? તેનો ઉપાય ગીતા બતાવે છે. ફળની આશા રાખ્યા વિના કાર્યો કરવામાં આવે તે કાર્યો બંધનરૂપ થતાં નથી. ઉપનિષદ કહે છે, 'ન કર્મ લિપ્યતે નરે' નિષ્કામ કર્મો બંધન કરતાં નથી. સેવાપ્રધાન મનુષ્યને આ વ્યાખ્યા અનુકૂળ છે, તેથી તે નિષ્કામ કર્મ દ્વારા યોગ સાધે છે.

'સમત્વમ્ યોગ ડચ્યતે' સમત્વ એ જ યોગ કહેવાય છે. સમત્વનો અર્થ છે સમાનભાવ, અથવા વૃત્તિની એકરૂપતા. જો ફળની આશા કે આસક્તિ રાખવામાં ન આવે તો જ આવો સમભાવ શક્ય બને

છે. પરિણામ સારું આવે તો આનંદ અને પ્રતિકૂળ આવે તો દુઃખ થાય છે. આવી રીતે સુખ દુઃખ થાય તે યોગ નથી. આથી તો પાતંજલ યોગ-દર્શન કહે છે :

'યોગઃ ચિત્તવૃત્તિ નિરોધઃ' । યોગ એટલે ચિત્તની વૃત્તિઓનો નિરોધ. પ્રત્યેક કાર્યનું પરિણામ કંઈક ને કંઈક ભાવ ઉત્પન્ન કરે છે, પછી તે આનંદ હોય કે દુઃખ હોય. કારણ કે, આપણે પોતાનાં ચિત્તને તેના ફળ પર લગાવી દઈએ છીએ. અહીં આપણે યોગમાં વપરાતા ચાર શબ્દ- મન, બુદ્ધિ, અહંકાર અને ચિત્ત સમજી લઈએ. જે સંકલ્પ-વિકલ્પ કરે, વિચાર કરે તે મન. એ વિચાર યોગ્ય છે કે નહિ તેનો નિર્ણય કરે તે બુદ્ધિ. 'હું કેવો', એવું જે અભિમાન હોય તે અહંકાર. આવા અહંકારને અત્યારે સ્વમાન શબ્દથી જ ઓળખવામાં આવે છે. આ વૃત્તિ-વિચાર વગેરેનું ઉગમસ્થાન તે ચિત્ત.

આ બધાનાં મૂળ ચિત્તમાં રહે છે. આથી તો પાતંજલ દર્શન એમ નથી કહેતું કે મનના વિચારોને રોકો, પણ ચિત્તની વૃત્તિઓ જે વિચારોનું મૂળ છે, તેને રોકવાનું, તેનો નિરોધ કરવાનું કહે છે. કારણ કે, વૃત્તિ ચિત્તમાં જન્મે, મનમાં આવતાં તે વિચારનું સ્વરૂપ લે, સ્વાર્થમાં રંગાયેલ બુદ્ધિ તેને મહોર મારે અને અહંકારની સહાયથી કાર્ય પરિણમે છે. માટે મૂળમાંથી જ વિરોધ કરવો. બંધનકર્તા કાર્યને અટકાવવાનો આ સર્વશ્રેષ્ઠ માર્ગ છે. આ બંને વ્યાખ્યાઓ સ્વલક્ષી વૃત્તિશાસ્ત્રના અભ્યાસીઓને સંતોષે છે. એટલે તેઓ આ રીતે યોગસાધના કરવા પ્રેરાય છે.

'યોગમ્ ઇતિ મન્યતે સ્થિરમ્ ઇન્દ્રિયધારણામ્' ।

શરીર, ઇન્દ્રિય વગેરેને સ્થિર કરીને એકાગ્ર થવું તે યોગ. આ વ્યાખ્યા હકથોગ અને પ્રાણાયામ સાધનાનો માર્ગ બતાવે છે. અંતમાં તો તેનું ધ્યેય પણ ઉપરની જેમ મન અને ચિત્તની વૃત્તિઓનો નિરોધ કરી એકાગ્રતા પ્રાપ્ત કરવાનો છે. પરંતુ તેમાં ત્યાં પહોંચવાનો માર્ગ જુદો બતાવ્યો છે. આસનથી શરીરને સ્થિર કરો. પ્રાણાયામથી પ્રાણને સ્થિર કરો. આથી ઇન્દ્રિયોની એકાગ્રતા સાધી શકાશે. આનું જ નામ યોગ. જેનું શરીર સશક્ત હોય તે આસન અને પ્રાણાયામના અભ્યાસ દ્વારા આ યોગમાર્ગે વિકાસ કરે છે.

(અનુ. ૭૮માં પાના પર)

શ્રી કૃષ્ણનું શરીરધારણ અને તિરોધાન

શ્રી યોગેશ્વર

શ્રીમદ્ ભગવદ્ ગીતાના ચોથા અધ્યાયમાં શ્રી કૃષ્ણે અર્જુનને કહ્યું છે કે :

જન્મ કર્મ ચ મે દિવ્યમેવં યો વેતિ તત્ત્વતઃ ।

ત્યક્ત્વા દેહં પુનર્જન્મ નૈતિ મામેતિ સોઽર્જુન ॥

‘હે અર્જુન, મારો જન્મ અને મારાં કર્મ અલૌકિક છે એવું જે તાત્વિક રીતે જાણી લે છે તે શરીરમાંથી છૂટ્યા પછી ફરીવાર જન્મવાને બદલે મારી પ્રાપ્તિ કરી લે છે.’

એ શ્લોકમાં શ્રી કૃષ્ણ ભગવાને પોતાના જન્મની દિવ્યતા તરફ અંગુલિનિર્દેશ કરી બતાવ્યો છે. એમનો એ અંગુલિનિર્દેશ અથવા ઉલ્લેખ એમના પ્રાકટ્ય કે અવતરણનો વિચાર કરવાથી સાચો ઠરે છે. શ્રી કૃષ્ણનો જન્મ કોઈ પ્રાકૃત પુરુષની પેઠે નથી થયો એ વાતની યાદ દેવડાવતાં ગોપીઓએ ભાગવતના દસમા સ્કંધના એકત્રીસમા અધ્યાયમાં સ્પષ્ટતાપૂર્વક કહ્યું છે કે, ‘તમે કેવળ યશોદાનંદન નથી, પરંતુ સમસ્ત શરીરધારીઓના હૃદયમાં રહેનારા સાક્ષી અથવા અંતર્યામી છો, બ્રહ્માજીની પ્રાર્થનાને લક્ષમાં લઈને, વિશ્વની રક્ષા કરવાના એકમાત્ર હેતુથી પ્રેરાઈને તમે યદુકુળમાં પ્રકટ થયા છો.’

ન ખલુ ગોપિકાનંદનો ભવાનખિલવિશ્વનામન્તરાત્મદેક ।
વિખનસાર્થિતો વિશ્વગુમયે સખ ઉદેયિવાન્ સાત્વતાં કુલે ॥

ભગવાન શ્રી કૃષ્ણના દિવ્ય જન્મ, પ્રાકટ્ય કે અવતરણનો ઉલ્લેખ કરતાં ભાગવતમાં શુકદેવે પરીક્ષિતને કહ્યું છે, ‘એ સર્વપ્રકારના શુભ ગુણોથી સંપન્ન સુંદર સમય આવી પહોંચ્યો. રોહિણી નક્ષત્ર હતું. આકાશનાં બધા ગ્રહો, નક્ષત્રો તથા તારાઓ શાંત દેખાતા’તાં. દિશાઓ પ્રસન્ન હતી. નિર્મળ આકાશમાં તારા ટમકી રહેલા. સમસ્ત સૃષ્ટિ મંગલમય લાગતી’તી. નદીઓનું નીર નિર્મળ થઈ ગયું. રાત્રિના વખતે પશુ સરોવરમાં કમળ ખીલી રહેલાં. વનમાં વૃક્ષોની પંક્તિ રંગબેરંગી ફૂલોની હારથી સુશોભિત બની ઊઠેલી.

શીતળ, મંદ, સુગંધિદાર વાયુ બધે સુખ આપતો વાયા કરતો’તો. સંત પુરુષોના મન એ વખતે એકાએક પ્રસન્નતાથી ભરાઈ ગયાં. ભગવાનના આવિર્ભાવનો અવસર આવતાં સ્વર્ગમાં દેવતાઓ વાઘો વગાડવા લાગ્યા. કિન્નર ને ગંધર્વ સુમધુર સ્વરમાં ગાવા લાગ્યા તથા સિદ્ધ અને ચારણ ભગવાનના મંગલમય ગુણોની સ્તુતિ કરવા માંડ્યા. વિદ્યાધારી અપ્સરાઓ સાથે નાચવા લાગી. મોટા મોટા ઋષિ ને દેવતાઓ આનંદથી સ્તુતિ કરવા લાગ્યા. મધરાત્રિનો સમય હોવાથી ચારે તરફ અંધકારનું સામ્રાજ્ય હતું. એ વખતે પૂર્વ દિશામાં સોળે કળાયુક્ત પૂર્ણ ચંદ્રનો ઉદય થાય તેમ, સૌના હૃદયમાં બિરાજમાન ભગવાન વિષ્ણુ, દેવકી માતાની કૃપથી પ્રગટ થયા.

વસુદેવે કંસના કારાગારને પોતાના કામચલાઉ નિવાસસ્થાનમાં, પોતાની આગળ ઊભેલા એક અદ્ભુત બાળકનું દર્શન કર્યું. એ અલૌકિક અસાધારણ આશ્ચર્યકારક બાળકનાં નેત્ર કમળ જેવાં કોમળ ને વિશાળ હતાં. એના ચાર હાથમાં શંખ, ચક્ર, ગદા અને પદ્મ હતાં. વક્ષઃસ્થળ પર અત્યંત સુંદર સુવર્ણમયી રેખા હતી. ગળામાં કૌસ્તુભમણિ હતો. વર્ષાકાલીન વાદળ જેવા પરમ સુંદર શ્યામલ શરીર પર પીતાંબર ધારણ કરેલું. બહુમૂલ્ય વૈદ્યમણિના કિરીટ અને કુંડળની કાંતિથી સુંદર દેખાતા વાંકડિયા વાળ સૂર્યનાં કિરણની પેઠે ચમકી રહેલા. કમર પર કંદોરો તથા બાહુ પર બાજુબંધનાં એ આભૂષણોથી અલંકૃત બાળકના અંગની શોભા એકદમ અદ્ભુત હતી.

વસુદેવને ખબર પડી કે મારે ત્યાં પુત્રના રૂપમાં ભગવાન પોતે જ પધાર્યા છે- ત્યારે સૌથી પહેલાં તો એમના આશ્ચર્યનો પાર ના રહ્યો. પછી એ આશ્ચર્ય આનંદમાં પરિણમ્યું. એમનું રોમેરોમ પરમાનંદથી પ્રભાવિત બની ગયું. શ્રી કૃષ્ણના જન્મના ઉત્સવના અતિરેકમાં એમણે એ જ વખતે બ્રાહ્મણોને દસ હજાર

ગાયોનું દાન કરવાનો સંકલ્પ કર્યો. વસુદેવને ત્યાં પરમ પુરુષ પરમાત્મા પધાર્યા છે એવી માહિતી મળતાં, સર્વે પ્રકારના ભયથી મુક્ત બની ગયા. મનને સ્થિર કરીને ભગવાનના ચરણમાં મસ્તક નમાવી, એ હાથ જોડીને સ્તુતિ કરવા લાગ્યા.

દેવકી પણ પોતાના પુત્રમાં પુરુષોત્તમ પરમાત્માના સઘળાં લક્ષણો જોઈને વિસ્મય પામી. એને કંસનો ભય તો લાગ્યો જ, પરંતુ પછી એણે પણ પ્રસન્નતાપૂર્વક સ્તુતિ કરવા માંડી.

ભગવાન શ્રી કૃષ્ણના પ્રાકટ્યનો પ્રસંગ એવો અનેરો હતો. વાસુદેવ તથા દેવકીના પુત્રરૂપે એ પ્રકટ થયા તેનું કારણ શું ? એ પ્રશ્નનો ઉત્તર વસુદેવને દેવકીની પ્રાર્થનાની પૂર્ણાહુતિ પછી એમણે કહેલા વચનોમાંથી સહેલાઈથી મળી રહે છે.

ભગવાન શ્રી કૃષ્ણે પ્રાર્થનાના પ્રત્યુત્તરમાં સ્પષ્ટીકરણ કરતાં કહ્યું : ‘સ્વયંભુવ મન્વંતરમાં તમારો પ્રથમ જન્મ થયો ત્યારે તમારું નામ પ્રશ્નિ હતું અને વસુદેવ સુતપા નામના પ્રજાપતિ હતા. તમારા બંનેનાં હૃદય શુદ્ધ હતાં. બ્રહ્માએ તમને પ્રજોત્પતિ માટે આદેશ આપ્યો ત્યારે તમે બંનેએ ઈન્દ્રિયોનું દમન કરીને તીવ્ર તપશ્ચર્યા કરી. વરસાદ, પવન, ઠંડી, ગરમીનાં વિવિધ કષ્ટો સહન કરતાં, તમે પ્રાણાયામની સાધના દ્વારા મનના મેલને ધોઈ કાઢ્યા. કોઈ વાર સૂકાં પાંદડાં ખાઈને તો કોઈ વાર વાયુભક્ષણ કરીને તમે સમય પસાર કરતા. તમારું મન ઘણું શાંત હતું. એવી રીતે મારી કૃપાની કામનાથી તમે મારી આરાધના કરી. મારામાં મન લગાડીને એવું તીવ્ર તપ કરતાં દેવતાઓનાં બાર હજાર વરસ વીતી ગયાં. એ તપથી હું તમારા બંને પર પ્રસન્ન થયો. તમને વરદાન આપવા માટે હું તમારી સામે આ જ સ્વરૂપમાં પ્રકટ થયો. મેં તમને વરદાન માગવા કહ્યું. ત્યારે તમે બંનેએ મારા જેવા પુત્રની માગણી કરી. ત્યાં સુધી તમે વિષય ભોગોથી મુક્ત હતાં ને તમારે કોઈ સંતાન પણ ન હતું. એટલે મારી માયાથી મોહિત થઈને તમે મોક્ષની માગણી ના કરી. તમારી ઈચ્છા પ્રમાણે મેં તમને વરદાન આપ્યું. મેં જોયું કે દુનિયામાં શીલ, સ્વભાવ, ઉદારતા તથા

બીજા ગુણોમાં મારા જેવું બીજું કોઈ નથી, તેથી હું જ તમારો પુત્ર થયો. એ વખતે મારું નામ પ્રશ્નિગર્ભ હતું, બીજા જન્મમાં તમે અદિતિ અને વસુદેવ કશ્યપ થયા. એ વખતે પણ હું તમારો પુત્ર થયો. એ વખતે મારું નામ ઉપેન્દ્ર હતું. નાનું શરીર હોવાથી લોકો મને વામન કહેતા. આ તમારા ત્રીજા જન્મમાં પણ હું તમારો પુત્ર થયો છું. મારી વાણી સદા સાચી હોય છે. તમને મારું આ રૂપ હું એટલા માટે બતાવી રહ્યો છું કે તમને મારા પહેલાંના અવતારોનું સ્મરણ થઈ જાય. કેવળ માનવ શરીરથી તમને મારા અવતારની ખાતરી ના થાત.’

એ પછી ભગવાને પોતાની યોગમાયાથી પોતાનું દિવ્યરૂપ સંકેલી લઈને તરત જ એક સાધારણ શિશુનું સ્વરૂપ ધારણ કરી લીધું. એવી રીતે એમનો જન્મ ખરેખર અલૌકિક હતો.

આ વર્ણનથી આગળ વધીને જુદી જુદી રીતે વિચારીએ તો પણ, જન્મીને એમણે જે કર્મો કર્યા તે કર્મો પણ કાંઈ સાધારણ ન હતાં. એ કર્મોનો વિચાર કરતાં સમજાય છે કે શ્રી કૃષ્ણના રૂપમાં પ્રકટેલી વિભૂતિ કોઈ સામાન્ય વિભૂતિ ન હતી. એમનો જન્મ કેવળ યદુકુળ અથવા ગોકુળ-વૃંદાવનને માટે જ નહિ પરંતુ સમસ્ત સંસારને માટે આશીર્વાદરૂપ હતો. એમની અસર એ વખતના સમાજ પર જ નહિ પરંતુ સર્વકાળના સમાજ પર પડી છે. એ એમના જન્મની અસાધારણતાથી પ્રતીતિ કરાવે છે.

બીજો વિષય એમના શરીર ત્યાગનો અથવા તિરોધાનનો છે. ભગવાન શ્રી કૃષ્ણ સામાન્ય માનવીની પેઠે પોતાના શરીરને છોડી ગયા હતા એવું વર્ણન શ્રીમદ્ ભાગવતમાં નથી મળતું. ભાગવતમાં તો જુદી જ જાતનું વર્ણન કરવામાં આવ્યું છે. શ્રી કૃષ્ણ સશરીર આ પૃથ્વીનો ત્યાગ કરી ગયા હતા, અદૃશ્ય થઈ ગયા કે તિરોધાન થયા હતા એવો ઉલ્લેખ એમાંથી મળી આવે છે.

યોગી પુરુષોને માટે એવી રીતે અદૃશ્ય થવાનું અશક્ય નથી હોતું. પોતાનાં શરીર, મન, તથા ત્રિગુણાત્મિકા પ્રકૃતિ પર એમણે સંપૂર્ણ વિજય પ્રાપ્ત

(અનુ. ૭૫ માં પાના પર)

માનવ જીવનનું લક્ષ્ય

શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી (સિહોર)

શ્રી સ્વામી ચિદાનંદ સરસ્વતી (સન ૧૮૮૮-૧૯૬૭) એ વિદ્વત્ સંન્યાસ પોતાના ગુરુદેવ પાસેથી ૧૯૪૮માં ગ્રહણ કર્યો. જીવનના છેલ્લાં આઠ વર્ષ સ્વામીશ્રીએ સિહોરમાં ગાળ્યા. શરૂઆતમાં જપસાધના પછી ગુરુદેવે આપેલી 'અહંબ્રહ્મ' ઉપાસના કરી. આ ઉપાસનાથી તેમની ઈચ્છાઓ નષ્ટ થઈ. અહંકાર ઓગળી ગયો અને સ્વસ્વરૂપનો અનુભવ થયો. અધ્યાત્મને માર્ગદર્શન આપતા તેમના લેખો હિંદી માસિક કલ્યાણ અને ગુજરાતી અખંડ-આનંદ, ઉત્થાન, જનકલ્યાણ વગેરેમાં છપાયા હતા. -સંપાદક

યઃ પ્રાપ્ય માનુષં દેહં, મોક્ષદ્વારમપાવૃત્તમ્ ।
ગૃહેષુ યગવત્ સક્તઃ ત્ તમારુઢચ્યુતં વિદુઃ ॥

“મોક્ષનાં દ્વાર જેવા આ પામી માનવદેહને પક્ષી પેઠે ગૃહે મોહ્યો, યડી ઊંચે તે પડ્યો”

અહીં 'આરૂઢચ્યુત' શબ્દ સમજવા જેવો છે. 'આરૂઢ' એટલે ઉપર ચડેલો, છેક ટોચે કે શિખરે પહોંચેલો, અને 'ચ્યુત' એટલે છેક નીચે પડેલો. તાત્પર્ય એમ છે, કે ચોરાસી લાખ યોનિમાં માનવશરીર સર્વોત્તમ છે- દેવો પણ માનવશરીરની ઝંખના કરે છે. સ્વર્ગમાં તો કેવળ ભોગવિલાસ જ છે. અને તેની મુદત પૂરી થતાં ક્ષીણે પુણ્યે મર્ત્યલોકં વિશન્તિ તે ગીતા વચન પ્રમાણે તેને મૃત્યુ લોકમાં આવવું પડે છે.

શ્લોકનો ભાવાર્થ તો એટલો જ છે કે, માનવ શરીર મળ્યું એટલું મોક્ષ-મંદિરના દરવાજા ઊઘડી ગયા. રસ્તા ઉપરનાં સંસારી જીવનના ભોગોમાં આસક્ત ન થતાં સીધું ત્યાં ચાલ્યા જવાનું જ કામ છે. દરવાજો ઉઘાડવાનો પણ શ્રમ કરવો પડે તેમ નથી.

કોઈને પણ પોતાનું સ્થાન છોડવું ગમતું નથી. પછી કીટથી માંડી બ્રહ્માપર્યંત. પ્રભુની માયા જ એવી છે કે દરેક પોતે પોતાને મન પોતાનું સુખ શ્રેષ્ઠ છે એમ માને છે મળનો પતંગ-ગીગો જે સુખ મળમાંથી મેળવે છે તે સુખ તેને કમળવનના ભ્રમર કરતાં ચડિયાતું લાગે છે. વાસ્તવિક તેને સમજ-વિચાર કે વિવેક જ નથી. સુખ શું છે? અને તે કેમ પ્રાપ્ત થાય? તેની જ તેને ખબર નથી. માનવમાં પણ પામર અને વિષયી જીવો આ પ્રકારના જ છે.

આહારનિદ્રાભય મૈથુનં ચ ॥

પશુમાં અને માણસોમાં કાંઈ તફાવત તાત્ત્વિક દૃષ્ટિએ નથી. જે વિષયીસુખ રાસભ ભોગવે છે અને ઈન્દ્ર જે સુખ ભોગવે છે તે સરખાં જ છે. ઈન્દ્રની દૃષ્ટિમાં મનુષ્યના ભોગ તુચ્છ લાગે અને મનુષ્યને શ્વાનના અને

રાસભના ભોગ તુચ્છ લાગે. સ્વદૃષ્ટિએ તો દરેક પ્રાણીને એક સરખા સુખનો જ અનુભવ થાય એટલે વિષયસુખની પ્રાપ્તિ એ કાંઈ મનુષ્યશરીરનું ધ્યેય કહેવાય નહિ, કારણ કે તે તો દરેક યોનિમાં સમાન પ્રાપ્ત છે.

લઙ્ઘ્વા સુદુર્લભમિદં बहुसंभवान्ते,
માનુષ્યમર્થ દમનિત્યમપીહ ધીરઃ ।

તૂર્ણયતેત ન પતેદનુમૃત્યુ યાવન્,

નિઃશ્રેયસાય વિષયઃ ખલુ સર્વતઃ સ્યાત્ ॥

શ્રીમદ્ ભાગવતમાં એકાદશ સ્કંધમાં ભગવાન શ્રી કૃષ્ણ ઉપસંહાર કરતાં ઉદ્ભવને ઉપરનો શ્લોક કહે છે. શું મજાનો શ્લોક છે? દરેક લીટીનો પહેલો શબ્દ લઈએ એટલે આખાય શ્લોકનું અરે ! આખાય એકાદશસ્કંધનું રહસ્ય સમજાય જાય એવી ગોઠવણ છે. ચાલો જોઈએ.

‘લઙ્ઘ્વા માનુષં તૂર્ણયતેત નિઃશ્રેયસાય’ એટલે કે

આ મનુષ્ય શરીર મળ્યું છે તો વગર વિલંબે આત્મકલ્યાણ સાધી લેવું. કોઈ પૂછે કે વગર વિલંબે શા માટે? ઘડપણમાં ગોવિંદ ગાઈએ તો ન ચાલે? તો જવાબમાં કહે છે કે આ શરીર ક્ષણભંગુર હોઈ તેનો ક્યારે નાશ થઈ જશે તે ખબર જ પડતી નથી. મૃત્યુ પાંચ પંદર દિવસ અગાઉથી સૂચના પણ નથી મોકલતું કે હું આવું છું તેમ જ આ ભાઈના બધાં મનોરથો પૂરા થઈ ગયા કે નહિ તે પૂછવા પણ ખોટી થતું નથી, તે તો વખત થયે ટપાક દઈને માણસને એક ક્ષણની પણ આગળથી ખબર પડવા દીધા વગર આવી જાય છે માટે ઉપાડી લ્યે છે. માટે જ કહ્યું છે કે બિલકુલ પ્રમાદ કર્યા વગર યત્ન કરવા મંડી પડવું. કોણે

યત્ન કરવો તો કહે છે કે ધીર પુરુષે અર્થાત્ ચતુર પુરુષે કે જે પુરુષ પોતાનું હિતાહિત સમજતો હોય. મનુષ્યજન્મ મળ્યા છતાં જે પુરુષ પોતાનું હિત નથી સમજતો તેને શાસ્ત્રો આત્મહત્યારો કહે છે.

સ ભવેદાત્મઘાતકઃ શ્રુતિ
શ્રી તુલસીદાસજી કહે છે-

જો ન તરૈ ભવસાગર નર સમાજ અસ પાઈ ।
સો કૃતનિંદક મંદમતિ આત્મહન ગતિજાઈ ॥

હવે પુરુષનું હિત શેમાં છે તે જોવું રહ્યું આ જ પ્રસંગ ઉદ્ભવજીને સમજાવતાં શ્રી કૃષ્ણ ભગવાન કહે છે કે-

एषा बुद्धिमत्तां बुद्धिः मनीषा च मनीषिणाम् ।
यत् सत्यमनृतेनेह मर्त्येनाज्जोति माऽमृतम् ॥

એટલે કે ચતુર માણસની ચતુરાઈ અને બુદ્ધિમાનની બુદ્ધિ આમાં જ છે કે આ સંસારમાં આવા ક્ષણભંગુર અને વિનાશશીલ દેહદ્વારા મારી અવિનાશીની પ્રાપ્તિ કરી લેવી.

હવે મનુષ્યશરીરની મહત્તા બતાવતાં કહે છે કે-
इदं बहु संभवान्ते (लब्धं) अतः सुदुर्लभम्- આ મનુષ્યશરીર ચોર્યાશી લાખના ફેરા ફર્યા પછી પ્રભુકૃપાથી પ્રાપ્ત થાય છે. માટે તેને સુદુર્લભ એટલે કે અતિશય દુર્લભ કે દેવદુર્લભ કહ્યું. કારણ દેવતાઓ પણ મનુષ્યશરીર મેળવવા ઝંખ્યા કરે છે. કોઈ પૂછે શા માટે ? તો કહે છે **अनित्यमपि इह अर्थदम्** એટલે કે મનુષ્યશરીર જો કે છે અનિત્ય છે તો પણ આ લોકમાં આ મર્ત્યલોકમાં તે અર્થને દેવાવાળું છે અહીં અર્થ શું એ સમજવું જોઈએ. અર્થ ચાર છે- ધર્મ, અર્થ કામ અને મોક્ષ. આ ચારે અર્થ મનુષ્યજન્મમાં પુરુષે પ્રાપ્ત કરવા જોઈએ તેટલા માટે તે પુરુષાર્થ ચતુષ્ટય કહેવાય છે. હવે આ ચાર પુરુષાર્થમાં વચલા બે એટલે અર્થ અને કામ તો પ્રારબ્ધ પ્રમાણે પ્રાપ્ત થયા કરે છે અને થોડે ઘણે અંશે તો દરેક યોનિમાં વિનાશ્રમે મળ્યા કરે છે, એટલે હવે ખાસ યત્ન કરવાનો તો ધર્મ અને મોક્ષની પ્રાપ્તિ માટે. આમાં પણ ધર્મચરણ દ્વારા જ મોક્ષની પ્રાપ્તિ થઈ શકે છે એટલે ધર્મ તો મોક્ષની પ્રાપ્તિનું સાધન થયું એટલે મનુષ્ય શરીરમાં જન્મમાં પરમ પુરુષાર્થ તો મોક્ષની પ્રાપ્તિ જ થયો. એટલા માટે પ્રસ્તુત શ્લોકમાં પણ નિઃશ્રેયસ-મોક્ષને માટે જ યત્ન કરવાનું લક્ષ્યું છે.

હવે બીજા શરીરોથી માનવશરીરની વિલક્ષણતા બતાવવા કહે છે. **विषयः खलु सर्वतः स्यात् ।** એટલે કે વિષયભોગ અર્થાત્ વિષયોના સંયોગ જન્ય સુખ તો બધી યોનિઓમાં સમાનરૂપ પ્રાપ્ત જ છે.

મોક્ષની પ્રાપ્તિ ન થાય તો આ જીવન વેડફાઈ જાય છે.

मानुष जन्म मिला जगमांही,
दाव जीत कर फिर किम हारो.

અર્થાત્ મનુષ્યજન્મ મળ્યો એટલે દાવ તો જીતી ગયો તો પણ વિષયોમાં ફસાઈને કાં હારી જા ?

આ વાત ગીતામાં આમ સમજાવી છે.

त्रिभिर्गुणमयैर्भावैरेभिः सर्वमिदं जगत ।

मोहितं नाभिजानाति, मामेभ्यः परमव्ययम् ॥

મારી માયાના ત્રણ ગુણોથી ઉત્પન્ન થયેલા આ જગતનાં પ્રાણીપદાર્થોમાં, પ્રાણીઓ મોહ પામી જાય છે. આથી કરીને ત્રણ ગુણથી પર એવા મને અવિનાશીને તેઓ જાણી શકતા નથી. તાત્પર્ય એમ છે કે જ્યાં સુધી માણસ વિષયોમાં જ આસક્ત રહે છે, ત્યાં સુધી ઈશ્વરનું ભજન કરી, તેને પ્રાપ્ત કરી લેવાની વાત તેને યાદ જ આવતી નથી. આમ પોતાના લક્ષ્યથી ભ્રષ્ટ થઈ ઘણાં પુણ્યના પ્રતાપે સાંપડેલો અમૂલ્ય અવસર એળે ચાલ્યો જાય છે.

દરવાજાની અંદર આવવું એટલે મનુષ્ય શરીરની પ્રાપ્તિ થવી. સમય બતાવતી ટિકિટ ઉપાડવી એટલે શરીર ઉત્પન્ન થતાંની સાથે જ તેનું આયુર્નિર્માણ થઈ ગયેલું હોય છે, અને તે સમય દરમ્યાન તેણે પોતાનું લક્ષ્ય સિદ્ધ કરી લેવાનું હોય છે. લક્ષ્ય ઉપર જ દૃષ્ટિ સ્થિર રાખે અને બીજું કંઈ કરવા ન મંડી જાય તો જ તે લક્ષ્ય સુધી પહોંચી શકે.

હાથમાં ઘડિયાળ લઈ એક માણસ તેની સાથે થઈ જાય છે તે તેનું મૃત્યુ. શરીર જન્મે છે તેની સાથે જ તેનું મૃત્યુ પણ જન્મે છે અને તેની સાથે સાથે ચાલતું રહી સમય થયે તેને ઉપાડી લ્યે છે.

मृत्युर्जन्मवतां वीर देहेन सह जायते ।

अद्यवाडब्द शतान्ते वा मृत्युर्वै प्राणिनां ध्रुवम् ॥

પોતાના મૃત્યુની આકાશવાણી સાંભળી, કંસ જ્યારે દેવકીજીને મારવા તલવાર ઉપાડે છે ત્યારે વસુદેવજી તેને આ શ્લોક કહે છે.

‘તમો તો વીર છો, વીર પુરુષો મૃત્યુથી ડરતા નથી. વળી દેહધારીનું મૃત્યુ તો દેહની સાથે જ જન્મે છે, અને અવધિ પૂરી થતાં તેનો નાશ કરે છે, ભલે આજ કે પછી સો વર્ષે- પણ દરેક દેહધારીનું મૃત્યુ તો ચોક્કસ છે.’

આ બાબત પાતંજલ યોગદર્શનનું સૂત્ર આમ છે. **સતિ મૂલે, તદ્વિપાકો જાત્યાયુર્ભોગા: ॥** જ્યાં સુધી સંચિત કર્મરૂપી મૂળ છે ત્યાં સુધી તેમાંથી ફલોન્મુખ કર્મનાં ફળ ભોગવવા જીવને શરીર ધારણ કરવું જ પડે છે. તે તે કર્મોનાં પ્રમાણમાં તે જીવને કેવું શરીર જોઈશે તે પહેલાં નક્કી થાય છે. પછી સુખ-દુઃખના ભોગ નક્કી થાય. અને તે ભોગવવા માટે જેટલો સમય જોઈએ તેટલું તેના આયુનું નિર્માણ થાય. તાત્પર્ય એમ છે કે અર્થ અને કામ માટે માણસે ખાસ પરિશ્રમ કરવાનો નથી. તે તો શરીરના જન્મ સાથે જ નિર્માણ થયેલા હોય છે. પુરુષાર્થ કરવાનો છે તે તો ધર્માચરણ કરી, ચરમ પુરુષાર્થ-મોક્ષની પ્રાપ્તિ કરી લેવા માટે. આ વાત પ્રહ્લાદજીએ તેમના સહાધ્યાયીઓ પ્રત્યે આમ કહી છે-

સુખમૈન્દ્રિયકં દૈત્યા, દેહયોગેન દેહિનામ્ ।

સર્વત્ર લભ્યતે દૈવાદ્, યથા દુઃસ્વમયત્નતઃ ॥

દેહનાં સુખ તો દૈત્યો, જન્મની સાથ નિશ્ચિત;
સર્વત્ર તે મળે સહેજે, જેમ દુઃખ મળે જ છે.

હે દૈત્યપુત્રો ! શરીરને પ્રાપ્ત થનારાં સુખના ભોગ તો દેહ ઉત્પન્ન થતાંની સાથે જ નક્કી થઈ ગયેલા હોય છે, તેથી તે તો, જેમ દુઃખ વિના પરિશ્રમે તેમ જ ઈચ્છા પણ કર્યા વગર આવી મળે છે, તેમ જ સુખના ભોગ પણ યથાસમયે તેની મેળે જ આવી મળશે.

ભક્ત કવિ નરસિંહ મહેતાએ પણ ગાયું છે કે:

**‘ઋતુ લતા પત્ર ફળ ફૂલ આપે યથા,
માનવી મૂર્ખ મન વ્યર્થ શોયે;
જેહના ભાગ્યમાં જે સમે જે લખ્યું,
તેહને તે સમે તે જ પહોંચે.’**

પણ માણસો તો ઊંધા જ ચાલે છે. અર્થ અને કામ જે પ્રારબ્ધને આધીન છે. તેને માટે આખી જિંદગી મહેનત કર્યા કરે છે. પણ પ્રારબ્ધથી અધિક તો કોઈને મળતું નથી. જ્યારે ધર્મ અને મોક્ષ માટે પુરુષાર્થની જરૂર છે. તો તે બાબત તેનું લક્ષ જ જતું નથી !

‘કિલ્લામાં પુરાઈ જવું’ એટલે ફરીવાર માતાના

ઉદરમાં આવવું. મનુષ્યજન્મ મળ્યો હતો ઈશ્વરની પ્રાપ્તિ કરી લેવા માટે જ. પણ જીવ માયામાં મોહ પામી પોતાનું લક્ષ્ય ચૂકી જાય છે, અને ઈશ્વરને આપેલું વચન પણ ભૂલી જાય છે. પરિણામે, વિષયસેવનમાં જ સારુંયે જીવન પૂરું કરી નાંખે છે. એટલે જન્મમરણના ફેરામાં પાછો જઈ પડે છે. મુક્તિલાભ માટે, મનુષ્યશરીર સિવાય બીજા કોઈ પણ શરીરમાં યોગ્યતા નથી અને તેથી એક મનુષ્યશરીર છૂટતાં જીવને પાછું ચોરાશી લાખના ફેરામાં ફરવું પડે છે.

માનવશરીર છે અતિ દુર્લભ, પણ ક્ષણભંગુર છે, એટલે તે ક્યારે અશક્ત થઈ જશે કે નાશ પામશે તેની કંઈ પણ ખબર પડતી નથી. એટલા માટે સમજુ માણસે બનતી ઉતાવળે મુક્તિ પ્રાપ્ત કરી લેવાની છે. ‘ઘડપણમાં ગોવિંદ ગાશું’ એમ વિચાર કરી બેસી રહેવાથી તો પસ્તાવાનો જ વખત આવે.

ભર્તુહરિએ ઠીક જ કહ્યું છે કે, આ કાયારૂપી ઘર જ્યાં સુધી સાજું- સારું હોય, વળી વૃદ્ધાવસ્થાની સવારી આવી પહોંચી ન હોય, અને તેથી ઈન્દ્રિયો તેમ જ મન-બુદ્ધિ પોતપોતાનું કામ કરવા સમર્થ હોય, અને આયુષ્ય બાકી હોય, તે પહેલાં જ સમજુ માણસે આત્મકલ્યાણનું સાધન કરી લેવું જોઈએ. કેમ કે, ઘડપણમાં કશું જ બની શકતું નથી માટે આગ લાગ્યા પછી કૂવો ખોદવા. જેવી મૂર્ખાઈ કરવી નહિ.

હવે માનવજીવનનું લક્ષ્ય શ્રુતિભગવતી શું બતાવે છે તે જોઈ વિષય સમાપ્ત કરીશું.

લઙ્ઘ્વા કથંચિન્નરજન્મ દુર્લભમ્,

તત્રાપિ પુંસ્ત્વમ્ શ્રુતિપારદર્શનમ્

યસ્ત્વાત્મમુક્તૌ ન યતેત મૂઢધીઃ,

સ હ્યાત્મહા સ્વં વિનિહન્ત્યસદ્ગ્રહાત્ ॥

જ્યારે મહાપુણ્યના પ્રતાપે પરમ દુર્લભ માનવશરીર મળ્યું હોય, અને તેમાં પણ શ્રુતિઓનું રહસ્ય સમજવાના અધિકારવાળું પુરુષશરીર પ્રાપ્ત થયું હોય, તો પણ જે મૂર્ખ પોતાની મુક્તિ માટે યત્ન નથી કરતો, તેને દેવો ‘આત્મહત્યારો’ કહે છે જે શરીરથી પરમપદની પ્રાપ્તિ કરવાની હતી, તેનો ઉપયોગ વિષય-ભોગવવામાં જ કર્યો. તે તો પોતાની મુખાઈને લીધે, કાચના બદલામાં પારસમણિ વેચ્યો. પોતાની જ ઘોર ખોટી રહ્યો છે.

ૐ શાન્તિઃ શાન્તિઃ શાન્તિઃ

‘અધ્યાત્મ માર્ગદર્શન’માંથી ટૂંકાવીને સાભાર

‘આ વાત હું તમને બધાંને કહું છું’ – શ્રી મોટા

તેર ચૌદ કે તેથી ઉપરની ઉંમરનાં બેય જાતિનાં (કિશોર અને કિશોરી)ને વિષય વાસનાના વિચારો નથી જ આવતા તેવું હોતું નથી. તેનો વિકાર બંનેમાં જાગેલો હોય છે જ. યોગ્ય રીતે તેમને સમજાવવાનું કોઈ કરતું પણ નથી. વળી આ પ્રકારનો વિકાર શરીરને શ્રમ પડે એવી મહેનત વિના આપોઆપ શમતો પણ હોતો નથી. એને યોગ્ય સ્થિતિમાં રહેવાને કાજે શરીરની મહેનત હોય તો જ તે કાબૂમાં રહી શકે છે. મહેનત કે શ્રમ વડે શરીર લોથપોથ થતું હોય, તેનામાં તેવો વિકાર ઝાઝો ફેલાતો હોતો નથી. એથી અસલના સમયમાં ઘરમાં પણ બાળકો કને કામકાજ કરાવવાની રીત હતી. એથી કરીને બાળકના શરીરને શ્રમ મળે. આ રીત ઉત્તમ હતી. આજે તે વ્યવસ્થા ભાંગીને ભૂકી થઈ ગઈ છે.

આજે મહેનત કરવામાં કોઈ માનતું નથી. મહેનત અને શ્રમ કરવામાં અને કરાવવામાં ઘણાંને તો વળી નાનમ લાગે છે. તેથી હાલના કાળમાં બંને જાતિના બાળકોમાં વિષયનો વિકાર વધારે વિકસેલો જણાય છે. ઘણાંને સેંકડે ૯૫ ટકાને હસ્તદોષની કુટેવ પડેલી જ હોય છે. તે સુધારવાને નથી કોઈ મા-બાપને પડી હોતી. કેળવણીની સંસ્થામાં પણ કોઈ તેના પરત્વે કશું લક્ષ દેતા જ હોતા નથી. પહેલાં તો કેળવણીમાં પણ મહેનતને જ સ્થાન હતું, ને કેળવણીનો હેતુ જીવનને ઉપયોગી હોય તેવા ગુણો કેળવવાપણાનો હતો. આજે હાલની કેળવણીમાં તો શ્રમ કે મહેનતને જરાકે સ્થાન રહેલું નથી. તેથી જ શરીરનું કથળવાપણું બન્યું છે. શરીરને વ્યાયામ કરાવવાની પણ કશી જ યોગ્ય વ્યવસ્થા નથી. ઘરમાં પણ મા-બાપ પોતાના બાળકોનાં શરીર તંદુરસ્ત રહે કે એને અન્નાદિ પચાવવા પૂરતી યોગ્ય કસરત મળી શકે તેવું પણ કોઈ વિચારતા નથી, ને બાળકોને એવું કશું કરાવતાં હોતાં પણ નથી.

બેઠાં જીવનમાં વિષયવિકાર જેટલો ફાલે છે તેટલો બીજી કશી સ્થિતિમાં ફાલતો નથી. એટલે હાલની

કેળવણીની પ્રથા આ બાબતમાં વિકાર વધારવામાં મદદરૂપ બનતી હોય છે. વધારામાં આજે કેળવણીમાં શરીરનો ભભકો વધે ને વિલાસ વધે એવી જાણ્યે-અજાણ્યે પેરવી થતી હોય છે વળી હાલનું વાતાવરણ પણ વિષય વિકારને ઉત્તેજિત કરનારું હોય છે. જુવાન છોકરા-છોકરીઓની વાતો એવી બાબતમાં ખૂબ રસ ધરાવે છે ને એવી એવી વાતોમાં મશગૂલ હોય છે. હાલનું સાહિત્ય પણ બાળકોને તે દિશામાં ઉત્તેજન દેનારું હોય છે. એટલું જ નહિ, પણ એ બાબતમાં, એને રસ પણ લગાડે છે. સમાજ હંમેશાં ઊંચા વર્ગનું અનુકરણ અને અનુસરણ કરતો હોય છે. હાલના ઊંચા ગણાતા લોકોની રીતભાત, રહેણીકરણની ઢબ, ઓઢવા-પહેરવાની રીત-રસમ ને એની રહેણીકરણી અને વિચારસરણી વિષયવિકારને પોષણ મળે તેવી જ છે. ને ઊંચો કહેવાતો વર્ગ મોજશોખને વૈભવ-વિલાસમાં જ મહાલી રહેલ છે. શરીરશ્રમને તો તે તુચ્છકારતો પણ હોય છે. એવા સમાજની અસર મધ્યમવર્ગની રહેણીકરણી પર પડ્યા વિના રહેતી નથી. ને તેને લીધે વિષયવિકારનો ફેલાવો વધે છે. વળી હાલના જમાનામાં સિનેમા જોવા જવું એ તો એક શિષ્ટતા થઈ ગયેલી જણાય છે. અઠવાડિયામાં એક વાર જવું જ જોઈએ ને કુટુંબને પણ જવું જોઈએ એવો મેનિયા પ્રવર્તેલો છે. એમાં નાના-મોટાં છોકરાંઓનો સમાવેશ પણ થતો હોય છે. જુવાન વર્ગને તો એની ઘેલછા વ્યાપેલી છે. ગરીબવર્ગ પણ એમાં સંડોવાયેલ છે.

સિનેમાના ચિત્રપટો એવાં હોય છે કે જે જોઈને મનનો વિષય વિકાર શમવાની વાત તો ક્યાં રહી, પણ તે વધે જ છે. વળી રૂપનો મોહ ને લાલસા માનવીના મનમાં વધારે છે, ને એનો તે બાબતનો વિકાર વધારે છે.

સમજુ જુવાન વર્ગ અને સમજુ માતા-પિતા આ બાબતમાં પોતાનો, પોતાનાં બાળકો પ્રત્યેનો ધર્મ સમજી વિચારીને એમને યોગ્ય દોરવણી આપે એ પણ જરૂરનું

છે. 'સિનેમાથી કળા ખીલે છે, મનને નિર્દોષ આનંદ મળે છે, મન હળવું બને છે'- એવી અનેક દલીલો થતી સંભળાય છે, પણ સમગ્રપણે જીવનને તે રચનાત્મકપણે લાભ કરતાં હાનિકારક જ નીવડે છે. સમાજમાં કોઈ પણ દિશાએ સંયમની ભાવના આજે જાણે જીવતી જ ના હોય એવું લાગે છે. સમાજને દોરનારો નેતાવર્ગ-વિચારક વર્ગ અધ્યાપકવર્ગ-એવા વર્ગમાંના લોકનું ધ્યાન પણ બાળકોનાં જીવનને પાયમાલ કરનારી આ ભારે કુટેવના ગંભીર પરિણામો પરત્વે ગયેલું જ નથી. કોઈ ચેતાવવાનું પણ કરતું નથી. ધર્મને માથે લઈને ફરનારા એવા આચાર્યો, વિદ્વાનો, પંડિતો, સાધુ-સંન્યાસીઓ જેઓના જીવનનો આધાર સમાજ પર છે, તેવા લોક પણ સમાજને જિવાડવાને કાજે એમને ચેતાવવાનું કરી શક્યા નથી. સમાજનું ઋણ એવા લોક પર પણ છે ને તે ઋણ અદા કરવાનો પણ તેમનો ધર્મ છે ને સમાજની સેવા તેને ચેતાવવામાં, તે ન ચેતે તો એને વારંવાર ટકોરી ટકોરીને સમજાવવામાં છે. તે વર્ગ પણ આ ભયંકર બદી જાણે તેમને જાણ જ ન હોય તેમ પ્રવર્ત્યા કરે છે. એ પણ આપણી કમનસીબી છે.

એટલે જો આપણે એક સશક્ત પ્રજા તરીકે જીવવું હશે તો મોડાં વહેલાં પણ આ કુટેવમાં આપણાં બાળકો ફસાતાં બચે ને જીવનનું જોમ જળવાઈ રહે તે બાબતમાં યોગ્ય વ્યવસ્થા થાય તેવું કેળવણી દ્વારા બનશે ત્યારે જ આમાં સુધારો થવાની શક્યતા છે.

સંયમની ભાવનાની કેળવણી વિના વિષયનો વિકાર કદી શમી શકે નહીં, એ વાસનાને કાબૂમાં રહેવાને કાજે શરીરના શ્રમની ઘણી જ જરૂર રહે છે. તેથી બાળકોને કામ મળે તેની ઘણી જ જરૂર હું તો જોઉં છું. શરીરને કોઈ પણ મહેનત ન મળે તો શરીર સુધરવાને બદલે કથળે છે. આજે તો જ્યાં ને ત્યાં બધે જ મહેનત કે શ્રમ કરવા તરફ બધાંને જ કંટાળો હોય છે એવું જોઉં છું.

આ કાગળની નકલ કરાવીને અન્ય સ્વજનોને પણ મોકલાવી છે. જેથી તેઓ પોતા વિષે અને પોતાનાં બાળકો વિષે વિચારી શકે. □

(શ્રી કૃષ્ણનું શરીર : અનુ. ૭૦માં પાનાથી ચાલુ) કર્યો હોવાથી શરીર ધારવામાં, છોડવામાં અને અદૃશ્ય થવામાં કે પ્રકટ બનવામાં એ સર્વ સ્વતંત્ર હોય છે. સિદ્ધયોગીમાં એવી શક્તિ હોઈ શકે છે તો પછી ભગવાન શ્રી કૃષ્ણ તો યોગીઓના પણ યોગી હતા. એમનું શરીર એમની ઈચ્છાનુસાર અંતર્ધ્યાન થયું હોય એમાં આશ્ચર્ય જેવું કશું જ નથી.

ભગવાન શ્રી કૃષ્ણના અંતર્ધ્યાન પ્રસંગની પુષ્ટિ ભાગવતના એકાદશ સ્કંધના એકત્રીસમા અધ્યાયનું અવલોકન કરવાથી સહેલાઈથી થઈ રહે છે એ અધ્યાયમાં કહ્યા મુજબ 'ભગવાનના સારથિ દારૂકની વિદાય પછી બ્રહ્મા, શિવ-પાર્વતી, બ્રહ્માદિ લોકપાલ, મરીચિ જેવા પ્રજાપતિ, મોટા મોટા ઋષિ મુનિ, સિદ્ધ, પિતૃ, ગંધર્વ તથા વિદ્યાધર, નાગ, ચારણ, યક્ષ-રાક્ષસ, કિન્નર-અપ્સરા, તેમજ મૈત્રેય વગેરે મહાપ્રતાપી સંતપુરુષો ભગવાન શ્રી કૃષ્ણના પરમધામ ગમનને જોવા માટે આવી પહોંચ્યા. એ બધા ભગવાનના જન્મ અને કર્મનું જયગાન કરી રહ્યા હતા. આકાશ એમના વિમાનોથી ભરાઈ ગયેલું. ખૂબ જ શ્રદ્ધાભક્તિથી એ ભગવાન પર પુષ્પવૃષ્ટિ કરી રહેલા. શ્રી કૃષ્ણ ભગવાને બ્રહ્માને તથા પોતાની વિભૂતિરૂપ દેવતાને જોઈને પોતાના આત્માના સ્વરૂપમાં સ્થિતિ કરી અને કમલસદૃશ નેત્રો બંધ કરી દીધા. ભગવાનનો શ્રીવિગ્રહ ઉપાસકોની ધ્યાનધારણાના મંગલમય આધારરૂપ અને બ્રહ્માંડના એકમાત્ર આશ્રયરૂપ છે. એટલા માટે યોગીઓની પેઠે એમણે એને અગ્નિદેવતા સંબંધી ધારણા કરીને બાળી નાખવાને બદલે, પોતે સશરીર પોતાના ધામમાં ચાલ્યા ગયા. એ વખતે સ્વર્ગમાં નગારાં વાગવા લાગ્યાં અને આકાશમાંથી ફૂલોની વર્ષા થવા લાગી. ભગવાનની ગતિ મન તથા વાણીથી પર હોવાથી, એ પોતાના ધામમાં પ્રવેશ કરવા લાગ્યા ત્યારે બ્રહ્માદિ દેવ પણ એમને ના જોઈ શક્યા. મેઘમંડળને મૂકીને આકાશમાં પ્રવેશનારી ચપલાની ચાલને મનુષ્ય નથી જોઈ શકતા, તેવી રીતે મોટા મોટા દેવતાઓ પણ એમની ગતિ સંબંધમાં કશું ના સમજી શક્યા, બ્રહ્મા તથા શંકર જેવા દેવો ભગવાનની એ પરમયોગમયી ગતિ જોઈને, અત્યંત વિસ્મયપૂર્વક એમની પ્રશંસા કરતા પોતપોતાના લોકોમાં ચાલ્યા ગયા.'

ઋષિતુલ્ય માનભાઈનું શતાબ્દીપર્વ

શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

‘મારા મૃત્યુ પછી મારી રાખ અને અસ્થિ પુષ્પોને પ્રયાગ- ગંગામાં વિસર્જન કરાવની જરૂર નથી, તેને શિશુવિહારના કીડાંગણમાં પાથરજો, જેથી અણગિત બાળકોના પગ તળે મારું શેષ રહેલું અસ્તિત્વ રગદોળાય’ આ શબ્દો ઋષિતુલ્ય પૂજ્ય અને પ્રિય શ્રી માનભાઈ ભટ્ટના હતા. તેમના ૧૦૦મા જન્મદિને (તા.૨૮-૮-૦૭) સદ્ગતને હૃદયપૂર્વક વંદન.

જેમ સંત કબીરે એક વડવાઈને કોળવીને તેમાંથી કબીરવડ કર્યો, તેમ માનભાઈએ શિશુવિહારના પ્રાંગણમાં એક હીંચકો બાંધ્યો હતો; કમે કરીને ત્યાં વિશાળ કીડાંગણ થયું. સેંકડો હીંચકાઓ બંધાયા. હજારો બાળકો પ્રત્યેક દિવસ શિશુવિહારના પ્રાંગણને કિલ્લોલિત કરે છે.

પૂ. વિનોબા ભાવેજીએ કહ્યું કે : ‘જે તપસ્વી હિમગિરિ કંદરાઓના એકાંતમાં જઈને રહે, તેઓ સમાજ વચ્ચે રહી શકતા નથી, કોઈ બાળક સાંકળ ખખડાવે તો તેમને ત્રાસ થતો હોય છે. તેઓ નાદબ્રહ્મની ઉપાસના કરે છે, પરંતુ બાળબ્રહ્મના નિનાદ-કલરવને સહન કરી શકતા નથી.’ આ શિશુવિહારના પ્રાંગણમાં જ્યારે બાળકોનો કિલ્લોલ થાય ત્યારે પૂજ્ય માનભાઈ કીડાંગણના દરવાજે બેસતા. આવતા જતા પ્રત્યેક બાળકના હાથ અને પગના નખ તપાસતા. જો નખ વધેલા હોય તો તે દરવાજે બેસીને નખ કાપવાની મોટી ‘ક્લીપર’થી તેમના નખ કાપી આપે.

મને ખબર મળ્યા કે તેઓનું શરીર સારું નથી. કંઈક અસાધ્ય રોગ છે. ખૂબ જ કષ્ટદાયક છે. અમો તાત્કાલિક તેમને ઘરે ગયા. પૂછ્યું, ‘ભાઈ ક્યાં?’ જવાબ મળ્યો, ‘ભાઈ તો શિશુવિહારમાં જ હોય ને?’ તેઓનું જીવન માત્ર ઋષિતુલ્ય જ ન હતું. તેઓ દેહાતીત અને મનોતીત યોગી હતા. ‘રોગની પીડા તો શરીરને છે ને? આપણે શું?’ આ ‘નિર્માનમોહા જિતસંગદોષા અધ્યાત્મનિત્યા વિનિવૃત્તકામા: ।’નું મૂર્ત સ્વરૂપ માનભાઈ હતા.

તેમના જીવનમાં પ્રમાદ નામનું તત્ત્વ જ નહીં આળસનો છાંટો પણ નહીં. ચરેવૈતિ ચરેવૈતિ ચરેવૈતિ ‘સંઘર્ષ એટલે જ જીવન, અને સ્થગિતતા એટલે મૃત્યુ’ એ તેમનો જીવન મંત્ર હતો.

ગાંધીવાદ તેમના જીવનનો પર્ચાય હતો કે અપરિગ્રહ શું છે એ જો જાણવું હોય તો તેમણે માનભાઈનાં જીવનમાં જ ડોકિયું કરવું જોઈએ. ટૂંકી ચડી, ખુલ્લું

પહેરણ, તેમાં પણ પાછળ ‘રામ રહીમ એક હૈ’ તેવું લખ્યું હોય, સાયકલની સવારી. નાનકડી દ’Xટ’ ની ઓરડીમાં જ તેમનું સમગ્ર જીવન વિસ્તર્યું અને સંકેલાયું. એક નાનકડું કાંસાનું છાલિયું તે તેમના ભોજન માટેનું સાધન, સાધુઓની જેમ બધું જ ‘માધુકરી અન્ન’ ભેગું કરીને ખાઈ લેવાની તેમની પ્રકૃતિ.

સાદગી, સરળતા, સેવા અને સંસ્કૃતિ સંપન્ન સંસ્કારોની જાળવણી તે તેમની પ્રમુખ જીવનધારા. કોઈ પણ જગ્યાએ કંઈ પણ સારું જુએ એટલે તેને શિશુવિહારમાં અપનાવવાનું. સારું વાંચે એટલે તેટલું છાપીને આવતા જતા સૌને વિતરણ કરવાનું. કરકસર તો તેમના હૃદયનો ધડકાર. કાગળની એકેય કાપલી આમ તેમ ઊડવા ન દે. તેમાં લખે અને છાપે કે છપાવે પણ ખરા. પરબીરિયામાં આવતી તમામ ટપાલોનાં પરબીરિયાં ધીરજપૂર્વક ખોલે, તે પરબીરિયાને ઊંઘા વાળી ફરી પાછું શિશુવિહારની ટપાલ મોકલવા તેનો ઉપયોગ કરે. બાળકોની ચિત્રસ્પર્ધા થાય તેમનાં ચિત્રોની પાછળના કોરા ભાગમાં બધું જે કંઈ સદ્વિચારનું વાચન હોય તેને છપાવીને વિતરણ કરે.

યૌવનમાં રક્તદાન, મૃત્યુ પછી ચક્ષુદાન અને સંભવ હોય તો દેહદાનની તેમની પ્રવૃત્તિએ તેમને સાધારણ માનવ કે ભાવનગરના નાગરિકમાંથી ભાવનગરના ઘરેણા (e el) સમાન બનાવ્યા હતા.

પૂજ્ય માનભાઈના શિશુવિહારમાં સેન્ટ જોન્સ એમ્બ્યુલન્સ પ્રવૃત્તિ, બાળમંદિર, શિશુવિહાર, શાળા, ગૃહઉદ્યોગ, હુન્નરશાળા, સ્કાઉટ-પ્રવૃત્તિ, નેત્રચક્ષુ, કીડાંગણ, બુધવારિયું, કવિ સંમેલનો અને તેમાં સૌમાં શિરમોર સમી દિવ્ય જીવનની પ્રવૃત્તિમાં માનભાઈ જીવંત છે, ધબકે છે, શતાબ્દી જ નહીં સહસ્રવર્ષો સુધી તેઓ શાશ્વત રહેશે. શિશુ વિહારની પ્રત્યેક ઈંટમાં માનભાઈ જાગૃત છે, શાશ્વત છે, ચિરંતન છે, અને રહેશે.

‘ૐ શાંતિ’

પ્રસંગવાર્તા

પપા સ્વામી રામદાસ

પૂજ્ય પપા સ્વામી રામદાસે (૧૮૮૪-૧૯૬૩) ૩૮ વર્ષની વયે સંસારત્યાગ કર્યો, તેઓ રામમય બની ગયા. રામ પર આધાર રાખીને આખા ભારતની યાત્રા કરી. તેમણે 'ૐ શ્રી રામ જય રામ જય જય રામ' મંત્રનો પ્રચાર કર્યો. માતા કૃષ્ણાબાઈ સ્વામીશ્રીની સાથે ૧૯૩૦માં જોડાયાં. પપાએ ભારતની યાત્રા પછી સ્વીટ્ઝર્લેન્ડ, જર્મની, ફ્રાંસ, ઈંગ્લેન્ડ, અમેરિકા તથા પૂર્વના દેશો જાપાન, મલેશિયા વ. દેશોની યાત્રા કરી. તેઓએ કન્હનગઢમાં 'આનંદાશ્રમ' સ્થાપ્યો. આજે આ આશ્રમ ફક્ત ભારતમાં જ નહિ વિશ્વમાં વિખ્યાત છે. ગુજરાતમાં પપા સ્વામીનો આશ્રમ ભાવનગરમાં છે.-સંપાદક

ભાવનગરથી ૮૦ માઈલ દૂર જસદણની પાસે કાનપર કરીને ગામ છે. ત્યાં લવજી કરીને એક વૃદ્ધ રહેતો હતો. ઘરનો ખૂબ ગરીબ, ફેરી કરીને જેમ તેમ ગુજરાન ચલાવે. ભગત જીવ. ભણેલો નહિ, પણ સાધુ-સંતોની સેવામાં રહી ગીતા, ઉપનિષદ, રામાયણ, ભાગવત વગેરે ગ્રંથોનું સારું શ્રવણ કરેલું અને સમાધાનથી જીવતાં શીખી ગયેલો. એણે સ્વામી રામદાસ વિષે સાંભળ્યું, અને એ સંત ભાવનગર પધાર્યા છે એવું જાણી એનો જીવ હાથ ન રહ્યો. પાસે ગાડીભાડા જેટલીય રકમ નહોતી એટલે ચાલીને સ્વામીજીનાં દર્શન કરી આવવાનો એણે સંકલ્પ કર્યો અને એ સંકલ્પ પ્રમાણે ઘેરથી નીકળી પડ્યો. ઘરડા શરીરે ૮૦ માઈલની ખેપ કરીને મધરાતે એ ભાવનગર આવ્યો. એક તો મધરાત અને તેમાં પાછો એનો ભિખારડા જેવો વેશ ! એટલે એને કોઈએ આશ્રમમાં પેસવા દીધો નહિ. શિયાળાની કડકડતી ટાઢમાં એ બહાર પડી રહ્યો. ફાટેલું પહેરણ અને ફાટેલા ધોતિયા સિવાય પહેરવાનું એની પાસે કંઈ ન હતું. તો ઓઢવાનું તો ક્યાંથી હોય ? રાત જેમ તેમ બહાર પડી રહીને પૂરી કરી. સવારે આશ્રમના એક સેવકે એને જોયો. એણે પપાને વાત કરી કે કોઈ કંગાળ દૂરના ગામડામાંથી આપનાં દર્શને આવ્યો છે. પપાએ તરત જ કહ્યું : 'એને હમણાં જ અંદર લઈ આવો ! આવા ભક્તને મળી રામદાસને આનંદ થાય છે.'

વૃદ્ધ અંદર પગ મૂક્યો. ત્યાં પપાએ પહેલો જ પ્રશ્ન પૂછ્યો : 'રામનામનો જપ કેવો ચાલે છે ?' એને જોતાં જ પપા એના મનની હાલત સમજી ગયા હોય એવું લાગ્યું.

વૃદ્ધ માથેથી ટોપી ઉતારી પપાને દંડવત પ્રણામ કરવા નમ્યો, ત્યાં એની આંખો આંસુથી ઊભરાઈ ચાલી. બાળકની પેઠે જોરથી ડૂસકાં ખાતાં ખાતાં એણે કહ્યું : 'ચાલે છે, ઠીક ચાલે છે !' મહાપરાણે ડૂસકું દાબી પોતાની છાતી તરફ હાથ કરી એણે કહ્યું : 'બાપજી, આ ગાંઠ કાપી નાખો ! ગુરુકૃપા વગર હવે નહિ બને !'

પપાએ કહ્યું : 'ધીરજ રાખો ! ભગવાનની કૃપા બધું કરશે.'

વૃદ્ધે કહ્યું : 'કૃપા છે જ, નહીં તો આ ભવે તમારાં દર્શન કેમ કરી પામું ?'

પપાએ પ્રેમથી એનો વાંસો થાબડી એના માથે હાથ ફેરવ્યો.

આ પછી પપાએ એને એના ઘરની ને કુટુંબની વાતો પૂછી જાણી લીધું કે તેઓ ૮૦ માઈલ ચાલીને એમનાં દર્શન કરવા આવ્યા છે ! માતાજી અને સચ્ચિદાનંદ તે વખતે ત્યાં હાજર હતાં. સચ્ચિદાનંદે પોતે એનો વૃત્તાંત લખ્યો છે. તેઓ લખે છે : 'આખો વખત હાથમાં માળા લઈને તેઓ ભગવાનનું નામ જ જપ્યા કરતા હતા. ભજન વખતે એક ખૂણામાં બેસી સૌની સાથે ગાતા. તે વખત તેઓ આનંદમાં મસ્ત છે એવું સ્પષ્ટ દેખાતું.'

ગુજરાતના જાણીતા લેખક શ્રી મુકુંદરાય પારાશર્ય તે વખતે સ્વામીજીની સેવામાં હતા; અને આ આખાય પ્રસંગના પોતે સાક્ષી હોઈ તેમણે પણ એનો સુંદર હૃદયદ્રાવક વૃત્તાંત લખ્યો છે. તેઓ લખે છે : 'વિદાય વખતે સ્વામીજીની રજા લેવા જતાં ભક્ત ખૂબ રડ્યા. સ્વામીજીએ એમના વાંસે હાથ ફેરવી એમને બેઠા કર્યા.'

માતાજી ભક્ત માટે નવાં કપડાંનું બંડલ લઈ ઊભા હતાં. તેમણે તે ભક્તને આપવા માંડ્યું, પણ ભક્ત ફરી રડી પડ્યા. માતાજી કહે : 'પ્રસાદ છે, લઈ લો !'

ભક્ત કહે : 'દયા કરો ! મારો જીવ ના કહે છે.'

સ્વામીજીએ પણ આગ્રહ કર્યો. પણ ભક્ત કહે : 'કૃપાનાથ, ઘેરથી સંકલ્પ કરીને નીકળ્યો છું !'

માતાજીએ કહ્યું : 'જશો કેવી રીતે ? ચાલીને?'

ભક્તે કહ્યું : 'જી, હા !'

સ્વામીજીએ કહ્યું : 'એ ન બને, આ લો !'

આમ કહી એમણે પચ્ચીસ રૂપિયા આપવા માંડ્યા. છેવટે ભક્તે કહ્યું : 'આપની આજ્ઞાનું ઉલ્લંઘન ન થાય અને મારું પણ રહે તેમ કરો ! જસદણની રેલવે ટિકિટના ત્રણ રૂપિયાથી વધુ નહિ થાય.'

આમ ભક્તે માત્ર ત્રણ રૂપિયા લીધા.

તે પછી ફરી તેમણે પપાના પગમાં માથું મૂક્યું, ને પ્રાર્થના કરી : 'મહારાજ, ભગવાનનું નામ કાયમ મારી જીભે રહે, અને મરતી વખતે તમે યાદ આવો એટલું માગું છું.' બોલતાં બોલતાં બાળકની પેઠે એ રડતા હતા. પપાએ ફરી એમના મસ્તક પર હાથ મૂક્યો અને એમનો વાંસો થાબડી આશીર્વાદ આપ્યા : 'તમારી ઈચ્છા પૂર્ણ થશે !'

હવે વૃદ્ધ ભક્ત ઊભા થયા. એમના ગાલ પર થઈને આંસુનો પ્રવાહ વહી જતો હતો. લાગણીથી એ એવા અભિભૂત થઈ ગયા હતા કે બે હાથે પોતાનું શરીર દાબતા હતા. ફરી તેઓ પપાના પગમાં પડ્યા અને કેટલીય વાર સુધી ડૂસકાં ખાતા પડી રહ્યા. પપાએ તેમને બેઠા કર્યાને ફરી આશ્વાસન આપ્યું.

હવે માતાજીને પગે પડ્યા અને તે વખતે કમરામાં જે કોઈ હતા તે સૌને તેમણે પ્રણામ કર્યા. પછી ફરી પપાના ચરણમાં પ્રણામ કરી પપાએ આપેલા પેલા ત્રણ રૂપિયા ગુપચુપ પપાના ચરણમાં ધરી દઈ, છલકાતી આંખે આશ્રમ છોડી ચાલી ગયા.

આ વખતે સૌની આંખો આ વૃદ્ધ ભક્ત અને પપા પર- ભક્ત અને ભગવાન પર ઠરેલી હતી. સૌની આંખોમાં આશ્ચર્ય હતું.

પપા કહે : 'ભક્તોની રીત અનોખી હોય છે !'

'પપા સ્વામી રામદાસ'માંથી સાભાર

(યોગ : અનુ. ૬૧માં પાનાથી ચાલુ)

દુઃખના સંયોગનો વિયોગ કરવો તેનું નામ યોગ છે. વિચારશીલ માનવી પ્રત્યેક પ્રસંગે વિચારે છે કે દુઃખનું કારણ શું ? વિચાર કરતાં જણાય છે કે ઈન્દ્રિયો વિષયોની પાછળ ભટકે છે. વિષયોમાં તેને ક્ષણિક સુખ મળે તો પછી તેનો અભાવ દુઃખ આપે છે. તે વિષયો મળતા નથી એટલે દુઃખ થાય છે. આ રીતે ઈન્દ્રિયો અને બહારના વિષયો મળતા નથી એટલે દુઃખ થાય છે. આ રીતે ઈન્દ્રિયો અને બહારના વિષયો તથા પદાર્થોનો સંબંધ એ જ દુઃખનું મૂળ છે. ભગવાન બુદ્ધે પણ તેમના અષ્ટાંગ માર્ગમાં કહ્યું છે કે દુઃખનું મૂળ ઈન્દ્રિયોની વિષયમાંની રમતમાં છે. વિષય અને ઈન્દ્રિયોનો સંયોગ એ જ દુઃખનું મૂળ છે. આને કેવી રીતે અટકાવી શકાય ? ઈન્દ્રિયો પણ રહેવાની અને વિષયો પણ રહેવાના. આ બંનેનો સંયોગ ન થવા દેવો એ છે આ મંત્રનો સાર. એ જ છે 'સમત્વમ્ યોગ ઉચ્યતે' નું રૂપાંતર, 'યં સંન્યાસં ઇતિ પ્રાહુઃ યોગં તં વિદ્ધિ પાંડવ ।' જેને સંન્યાસ કહેવામાં આવે છે તેને જ હે અર્જુન તું યોગ સમજ. આનો અર્થ એવો નથી કે જેને સમાજ સંન્યાસી માને છે તે સર્વે યોગી છે. શ્રીકૃષ્ણ તો કહે છે કે જેને સંન્યાસ કહેવાય છે તેને તું યોગ સમજ તો સંન્યાસ કોને કહેવો ? શ્રી કૃષ્ણ સંન્યાસની વ્યાખ્યા આ પ્રમાણે આપે છે- 'કામ્યાનાં કર્મણાં ન્યાસં સંન્યાસં કવયો વિદુઃ ।' કામ્ય કર્મનો ત્યાગ કરનારને વિદ્વાન લોકો સંન્યાસ કહે છે. કામ્ય કર્મ એટલે સકામ કર્મ. ઉપર પણ આપણને યોગની વ્યાખ્યામાં નિષ્કામ કર્મ અથવા તો કર્મયોગ એ જ યોગ છે એમ કહેવામાં આવ્યું છે. એ જ સત્ય અહીં જુદી રીતે દર્શાવ્યું છે. આંતરજયોતિનો ઉપાસક આ રીતે સંન્યાસને સમજે અને તે તરફ વળે તે પણ યોગ છે. પરંતુ માત્ર ભગવાં કપડાં પહેરવાં એ સંન્યાસ નથી, એવો અર્થ આ વ્યાખ્યામાંથી નીકળે છે તે સમજવું જોઈએ. આવી જુદી જુદી અનેક વ્યાખ્યાઓ જુદી જુદી જગ્યાઓએ મળે છે. પરંતુ એ તો 'એકમ્ સત્ વિપ્રાઃ બહુધા વન્દતિ' જેવું છે.

જુદી જુદી રીતે, જુદા જુદા સ્વભાવના મનુષ્યોને સમજાવવા માટેના આ પ્રયત્નો છે. બધા જુદે જુદે માર્ગે વિકાસપથ કાપે, પરંતુ સૌને પહોંચવાનું તો એક જ સ્થાને છે- તે છે પૂર્ણ વિકાસ.

'જીવન-દર્શન'માંથી સાભાર

પાંદડે પાંદડે પુરુષોત્તમ !

ઋષિના શબ્દો : 'પ્રજ્ઞાનેત્રો લોકઃ । પ્રજ્ઞા પ્રતિષ્ઠિતા । પ્રજ્ઞાનં બ્રહ્મ ॥

ઐતરેય ઉપનિષદ, અધ્યાય ત્રીજો, (મંત્ર-૩)

ભાવાર્થ :

છે સૃષ્ટિમાં પક્ષીઓ, પ્રાણીઓ ને વનસ્પતિ, એ સૌ પામે સતત, પરમ થકી નિજ શક્તિ.
છે સર્વશક્તિનું, એ જ ખરું આદ્યસ્થાન, એ જ છે પ્રજ્ઞાસ્વરૂપ પરમતત્ત્વનું જ્ઞાન !

ઈશ્વરનો હાઈવે રહસ્યમય છે

મોટર ગાડી હાઈવે પર પૂરપાટ દોડી રહી હતી. અંદર બેઠેલા સૌ ગુરુજીને મળવા જઈ રહ્યા હતા. ગુરુજી ચુસ્ત સમયપાલનમાં માનતા હતા. એકાએક ગાડી ધીમી પડી ગઈ. કોઈ કાર રસ્તાની બાજુએ પડી હતી અને એક યુગલ મદદની આશાએ ઊભું હતું. બગડેલી કાર ચાલુ ન થઈ તે ન જ થઈ. છેવટે એ યુગલને સાથે ગાડીમાં બેસાડીને સૌ ગુરુજી પાસે પહોંચી ગયાં. મોડા પડવાનું કારણ જાણીને ગુરુજી ખુશ થયા અને બોલ્યા : 'રસ્તે તમે અજાણ્યાને મદદરૂપ થયાં તે ખૂબ સારું કર્યું. કદાચ એવું પણ બને કે પાછાં ફરો ત્યારે તમને એવી મદદની જરૂર પડે. મિત્રો, ઈશ્વરનો હાઈવે ભારે રહસ્યમય છે !'

આપણું આ જગત ઈશ્વરનો હાઈવે છે. એ હાઈવે પરના ટ્રાફિક નિયમને કર્મનો કાયદો કહે છે. હાઈવે પર જે કંઈ બને તે બધું નથી સમજાતું. ક્યારેક થોડું સમજાય છે તોય ઘણું બધું સમજણમાં નથી સમાતું. કોઈ વાતની રોકડી સાબિતી નથી મળતી, પણ પ્રતીતિ થતી રહે છે. હાઈવે પર સઘળું ગતિમય છે. એ હાઈવેનું બીજું નામ સંસાર છે. તેથી કહ્યું : **સરતિ ઈતિ સંસારઃ**. જે સરતો રહે તે સંસાર કહેવાય. એમાં કાયમી કોઈ નથી અને કશું નથી. આપણે સૌ કાળના વિરાટ કન્વેયર બેલ્ટ પર ઊભાં છીએ અને અંત તરફ પ્રતિક્ષણ ખસતાં રહીએ છીએ.

કાળનો કન્વેયર બેલ્ટ એક ક્ષણ માટે પણ થોભતો નથી. એ સતત ગતિમાન પટ્ટાને ચલાવનાર મહાસત્તા રહસ્યમય છે. રહસ્યને સમજવા માટે **પ્રજ્ઞા**

જોઈએ. પ્રજ્ઞા પ્રાપ્ત થાય ત્યાં રહસ્ય સમજાય અને દર્શન લાધે. તે દર્શનને ઋષિ **પ્રજ્ઞાનેત્ર** કહે છે. રહસ્ય ખુલ્લું થાય ત્યારે જે જ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય તે **પ્રજ્ઞાનં બ્રહ્મ !** પછી કશુંય શોધવાનું બાકી ન રહે. હાઈવે પરના બધાં દોડંદોડા સમાપ્ત થાય. એમ બને ત્યારે મનુષ્યની પ્રજ્ઞા **પ્રતિષ્ઠિતા** (સ્થિર અને સુદૃઢ) બને. આ ગતિમાન બ્રહ્માંડમાં રહેલું જડચેતન જગત (જગત્યાં જગત) છે તે પરિવર્તનશીલ છે. સંસારની પરિવર્તનશીલતાની પ્રતીતિ થાય, એ જ ખરી સંપ્રાપ્તિ.

દ્રવ્ય, ઊર્જા, માહિતી, જ્ઞાન અને શાણપણ

સદીઓથી એક ખેલ ચાલતો રહ્યો છે. એ ખેલની મજા સૂક્ષ્મીકરણને સમજવામાં રહેલી છે. માનવજાત પેદા થઈ પછીની હજારો સદીઓ સુધી કેવળ દ્રવ્યની જ બોલબાલા રહી. દ્રવ્ય વધારે તેમ સુખ પણ વધારે ! સુખ અને દ્રવ્ય લગભગ સમાનાર્થી શબ્દો બની રહ્યા ! સદીઓ વીતી પછી અગ્નિની શોધ થઈ ત્યારે માણસને પહેલીવાર સમજાયું કે દ્રવ્ય ઉપરાંત ઊર્જા (એનર્જી) પણ એના સુખમાં વધારો કરી શકે છે. અગ્નિ ઊર્જાનો સંકેત બની રહ્યો અને માણસે અગ્નિપૂજા કરીને શક્તિસ્વરૂપા ઊર્જાનું અભિવાદન કર્યું. સહસ્રાબ્દીઓ પછી વિદ્યુતઊર્જાની ભાળ મળી ત્યારે દ્રવ્ય અને ઊર્જા લગભગ સરખાં મહત્ત્વનાં બની ગયાં. આજે એવી સ્થિતિ છે કે પરિવારોમાં દ્રવ્ય પાછળ થતા ખર્ચ કરતાં ઊર્જા પાછળ થતો ખર્ચ વધી ગયો છે.

દ્રવ્ય અને ઊર્જાના તબક્કા પછીના ત્રીજા તબક્કે માહિતી આવે છે. માહિતી યુગની શરૂઆત થોડાં વર્ષો

પહેલાં થઈ ગણાય. માહિતીની બોલબાલા આજકાલ વધી પડી છે. લોકોને સમજાતું જાય છે કે સ્થૂળ માહિતી પણ જ્ઞાન વિના અધૂરી છે. પ્રબુદ્ધ જનોને સમજાઈ ગયું છે કે જ્ઞાન કરતાંય શાણપણ (વૈદગ્ધ્ય)નું સ્થાન ઊંચેરું છે. સંસારના હાઈવે પર જે રહસ્ય ઝટ સમજાતું નથી તે રહસ્ય પામવામાં શાણપણ ખપ લાગે છે. સૂક્ષ્મીકરણની પ્રક્રિયા સ્થૂળ તરફથી સૂક્ષ્મ તરફ ચાલતી જ રહી છે. એ પ્રક્રિયાના પડાવ પર ક્રમશઃ જે તબક્કા પ્રગટ થયા તે દ્રવ્ય, ઊર્જા, માહિતી, જ્ઞાન અને શાણપણ તરીકે ઓળખાયા. ‘ઈશ્વરનો હાઈવે ભારે રહસ્યમય છે,’ એવી સમજણમાં પણ શાણપણ પ્રગટ થતું દીસે છે.

અંતર મમ વિકસિત કરો

ભગવદ્ ગીતામાં બીજા અધ્યાયના અંતભાગે સ્થિતપ્રજ્ઞનાં લક્ષણો અર્જુનને સમજાવતી વખતે કૃષ્ણ અઢાર શ્લોકોમાં ચાર વખત કહે છે : ‘તસ્ય પ્રજ્ઞા પ્રતિષ્ઠિતા ।’ આમ પ્રજ્ઞા સાથે ‘પ્રતિષ્ઠા’ જોડાઈ જાય છે. ‘પ્રતિષ્ઠા’ શબ્દની અર્થઝણાયા વ્યાપક છે. પ્રતિષ્ઠા એટલે આધારસ્થાન, પાયો, નિવાસ, દઢતા, સ્થિરતા, ટેકો, શોભા, કીર્તિ, સિદ્ધિ ઇત્યાદિ. આ મંત્રના સંદર્ભે પ્રજ્ઞાની પ્રતિષ્ઠા એટલે સમજણનો સ્થાયીભાવ, એમ કહી શકાય. નિઃસંશય થયા વિના શ્રદ્ધા દઢ થતી નથી તેથી રવીન્દ્રનાથે ભજનમાં ગાયું હતું :

અંતર મમ વિકસિત કરો અંતરતર હે !
નિર્મલ કરો, ઉજ્જવલ કરો, સુન્દર કરો હે !
જાગ્રત કરો, ઉદાત કરો, નિર્ભય કરો હે !
મંગલ કરો, નિરલસ નિઃસંશય કરો હે !

ગીતા આવી નિશ્ચયાત્મિકા અને સંશયરહિત પ્રજ્ઞાને વ્યવસાયાત્મિકા બુદ્ધિ કહે છે. જ્યાં સંશય છે ત્યાં શ્રદ્ધા પાતળી પડે છે. ગીતા તેથી કહે છે : સંશયાત્મા વિનશ્યતિ. ગીતાનો આદર્શ સ્થિતપ્રજ્ઞ છે. જીવનમાં પ્રતિષ્ઠિતા પ્રજ્ઞાનું મહત્ત્વ ઘણું છે. અર્જુનના સંશયથી ગીતાનો આરંભ થાય છે. અને અર્જુનના સમાધાનથી ગીતા વિરામ પામે છે. છેક છેવટે એ કૃષ્ણને કહે છે : સ્થિતો’સ્મિ ગત સંદેહઃ કરિષ્યે વચનં તવ । (૧૮, ૭૩) આમ સાધનાપથ પર સ્થિર હોવાનું, પ્રતિષ્ઠિત હોવાનું, અસંશય હોવાનું, દઢ હોવાનું અને વ્યવસાયાત્મિકા બુદ્ધિ ધરાવવાનું ખૂબ જ મહત્ત્વનું છે. ઋષિ કહે છે : આવી પ્રતિષ્ઠિતા પ્રજ્ઞા એ જ બ્રહ્મ છે.

પ્રજ્ઞા એટલે અંદરથી ઊગેલા સંશયરહિત શાણપણની ચરમસીમા.

આપણા મનમાં ક્યાંક મંદિર હોય એમ ન બને? એ મંદિરના ગર્ભદ્વારમાં પ્રતિષ્ઠિત કોઈ મનોમય મૂર્તિ હોય એમ પણ બને. એ મૂર્તિની રહસ્યમય ચેતનાનું સૌંદર્ય પામવાની વાત છે. પ્રેમનું મંદિર કેવળ બહારનું નહીં, પણ અંદરનું હોય ત્યારે જ પ્રતિષ્ઠિત બનતું જણાય છે. અંદરનું સૌંદર્ય એટલે સંવાદિતા. સંવાદિતા લયસ્વરૂપા હોવાની. સંસારના હાઈવે પર લય તૂટે તેને મોહભંગ કહે છે. સંસારના હાઈવે પર પરિવર્તનની લીલા સતત ચાલતી રહે છે. એ લીલાને નીરખવી, પરખવી અને પ્રમાણવી એ જ પ્રજ્ઞાનું લક્ષણ છે.

ઘરના બાગમાં પરમ ચેતનાની લીલા !

ઘરના બાગમાં બેઠા બેઠા એક કૌતુક જોયું. એક ચકલી રબરની પાણીની ખાલી પાઈપના મોં આગળ પોતાની ચાંચ દાખલ કરીને પાણીનું ટીપું મેળવતી દીઠી. એ ચકલીની એકોતેર પેઢીમાં કોઈએ આ રીતે પાણી પીધું નહીં હોય. એ ચકલીને આવું શાણપણ કોણે આપ્યું? ચકલીની ચેતના મનુષ્યની ચેતનાથી ભિન્ન નથી. જો ચેતનાની અભિન્નતા અંગેની સમજણ વિકસે તો આપણે પ્રાણીમાત્રને મૈત્રીભાવે નીરખી શકીએ. માનવજાત માનવેતર પ્રાણીઓ પ્રત્યે કેટલી ક્રૂર છે ? એ પ્રાણીસૃષ્ટિ એટલે આપણે મન જાણે ગુલામ જીવોની દુનિયા, જેને ખાઈ શકાય, વાપરી શકાય અને જોતરી શકાય. વિલિયમ ઈન્ગે સાવ સાચું કહે છે : ‘જો એ પશુપક્ષીઓ કોઈ ધર્મનું માળખું રચવામાં સફળ થાય તો જરૂર એમના સેતાનનું સ્વરૂપ માનવી જેવું હોય!’ પ્રજ્ઞા એટલે જ અભિન્નતાબોધ. ચકલીની ચેતના આપણી ચેતનાથી જુદી નથી એવું શાણપણ ઊગે તો ઋષિની વાત સમજાય. એ વાતનું ટૂંકું અને ટ્ય સૂત્ર છે : પ્રજ્ઞાનં બ્રહ્મ । આવું અર્થગર્ભ સૂત્ર મૂળે ઋગ્વેદનું છે.

બ્રહ્મ વિશે લખનારને કાંઈ બધું ન સમજાય. એ વિશે પ્રવચન કરનાર પણ ક્યારેક પોતાનું અજ્ઞાન વહેંચતો હોય એમ પણ બને. આવી સુંદર વાતો લખતી વખતે હૃદયમાં ભાવનાની ભરતી ચડી ત્યારે ઊગેલી પંક્તિઓ :

ડાળીએ ડાળીએ ડાંડિયારાસ,
ને પાંદડે પાંદડે પુરુષોત્તમ !
કળીએ કળીએ કમળાપતિ,

ને પુષ્પે પુષ્પે પરમેશ્વર !

થોડાક દિવસો પર આદરણીય જૈન મુનિ શ્રી ચંદ્રશેખરવિજયજી સાથે એકાદ કલાક સુધી સત્સંગ થયેલો. વાતચીત દરમ્યાન એમણે સામાયિક શબ્દનું સૌંદર્ય પ્રગટ કર્યું : ‘સામાયિક એટલે સર્વ જીવો સાથે મધુરતાની પ્રભાવના.’ જૈન ધર્મમાં સામાયિકનું મહત્ત્વ ઘણું છે. બધી પ્રાર્થના અને ઉપાસનાનો સાર છે : ‘અંતર મમ વિકસિત કરો.’ વિકસિત અંતરાત્મા પશુપંખીને પરાયાં નહીં ગણે. વિકસિત અંતરાત્મા શત્રુનો પણ દ્વેષ નહીં કરે. વિકસિત અંતરાત્મા જંગલોનો નાશ નહીં કરે. વિકસિત અંતરાત્મા અન્યનું શોષણ નહીં કરે. વિકસિત અંતરાત્મા પર્યાવરણની રક્ષા કરવા તત્પર રહેશે.

શ્રી ચંદ્રશેખરવિજયજીએ ‘હિન્દુ’ શબ્દની વ્યાખ્યા જણાવીને કહ્યું : ‘એક ભવમાંથી બીજા ભવમાં જવાનું છે એવું જે માને તે હિંદુ.’ ‘(હિન્ડુતે ભવાદ્ ભવં ઇતિ ચે મન્યતે તે હિન્દવઃ 1) પુનર્જન્મની માન્યતા કર્મના કાયદા સાથે અતૂટપણે જોડાયેલી છે. હિંદુ, જૈન અને બૌદ્ધ દર્શન સમાનપણે કર્મના કાયદા સાથે સંકળાયેલા પુનર્જન્મમાં માને છે. ચકલીની ચેતના અને આપણી ચેતના વચ્ચેનો સેતુ સમજાય પછી હિંસા કરવાનું શક્ય નથી. આવી સમજણ પાકી થાય ત્યારે પ્રજ્ઞા ઉદય પામે. આવી પ્રજ્ઞાને ઉપનિષદનાં ઋષિએ બ્રહ્મની પ્રતિષ્ઠા અર્પીને કહ્યું : પ્રજ્ઞાનં બ્રહ્મ ।

મનુષ્યની પ્રાર્થના હોવી જોઈએ : ‘હે પ્રભુ ! મારી બુદ્ધિને સન્માર્ગે દોરજો.’ બુદ્ધિ નુકસાનકારક બની શકે છે. આપણે ત્યાં સદ્બુદ્ધિનો, સદ્વિચારનો અને સદ્વર્તનનો મહિમા થયો છે. સદ્ગત કવિ શ્રી મધુવચરામ હોરાની પંક્તિઓમાં આવી ભીની પ્રાર્થના પ્રગટ થઈ છે :

આહા પ્રભુ મનુષ્યને મન બુદ્ધિ આપી,
સત્તા વડી સહુ જીવો પર તેની થાપી;
એવું રૂડું સદૈવ પાલન જે કરે છે,
તેને ભૂલી નહિ ભજે જન પાપી તે છે.
માગું સુબુદ્ધિ પ્રભુજી નીતિપંથ વાળો,
ભુલાવતા સરવ સંશય મુજ ટાળો;
છે મુજ ધર્મ ગણી કામ બધાં કરું રે,
સદ્ભક્તિથી પ્રભુતણા ચરણે ધરું રે.

ગાંધીજીથી ડરવાનું મધુર કારણ

અંગ્રેજો ગાંધીજીથી ડરતા, એમ કહીએ તો ઘણા લોકો હસી પડે. અહિંસાના મસીહાથી કોઈ સરકાર શા માટે ડરે ? જેનાથી કોઈને ડરવું પડે, તે મહાત્મા હોઈ શકે ? વાત વિચિત્ર છે છતાંય એમાં તથ્ય છે. મહાત્માનો ડર કેવો ભવ્ય હોઈ શકે તેનો ખ્યાલ આવે તે માટે એક પ્રસંગ પ્રસ્તુત છે.

પેટ્રિક ફેન્યના પુસ્તક ‘લિબર્ટી ઓર ડેથ’માં ગાંધીજીએ અંગ્રેજ સરકારને લખેલા એક પત્રનો ઉલ્લેખ છે. એ પત્રમાં ગાંધીજીએ પોતાની સાથે જેલમાં પ્યારેલાલ અને સરદાર વલ્લભભાઈ રહે તેવી ગોઠવણ માટે વિનંતી કરેલી. સરદારને આંતરડાની બીમારી હતી અને તેમની કાળજી પોતે લઈ રહ્યા હતા તેવી દલીલ ગાંધીજીએ પત્રમાં કરેલી. વાઈસરોય લોર્ડ લિન્લિથગોને આ વાત બિલકુલ માન્ય ન હતી. એમણે મુંબઈના અંગ્રેજ ગવર્નરને ગાંધીજીની વિનંતી ફગાવી દેવા અંગે મૌખિક સૂચના આપી. ના પાડવાની હતી, પણ લખાણમાં એ વાત જણાવવાની ન હતી. મૌખિક સૂચનામાં ગાંધીજીનો ડર કેવો ભવ્ય હોઈ શકે તે વાતની પ્રતીતિ થાય છે. ગાંધીજીને મળવા જનારા અંગ્રેજ કલેક્ટરને સરકાર તરફની સૂચના આપવામાં આવી : he collector should be on his dignity re se to allo himsel to be on over by andhi s charm and care lly avoid any nd e geniality. (પાન-૧૬૪)

સરકાર તરફથી ના પાડવા માટે જે કલેક્ટર જાય તેણે પોતાની ગરિમા સાચવવાની હતી અને ‘ગાંધીની મોહિની’ એને જીતી ન લે તેની ખાસ કાળજી રાખવાની હતી તથા બિનજરૂરી સૌમ્યતા કાળજીપૂર્વક ટાળવાની હતી. આ વાત અંગ્રેજ સરકારના દસ્તાવેજોમાં સચવાયેલી છે. (એટલે ટ્રાન્સફર ઓફ પાવર.) ગાંધીજીની મોહિનીથી અંગ્રેજ સરકારે ડરવું પડે એ બાબતનું રહસ્ય સમજાય તો મથાળે મૂકેલા ઉપનિષદ-વિધાનનો મર્મ સમજવામાં સરળતા રહેશે. પ્રકરણના પ્રારંભે મૂકેલા શબ્દો સહિત આખો મંત્ર નીચે પ્રમાણે છે.

यो वै स धर्मः सत्यं वै तत् ।

तस्मात् सत्यं वदन्तमाहुर्धर्मं वदतीति ॥

‘પતંગિયાની અમૃતયાત્રા’માંથી સાભાર

વિભીષણ મંદિર

શ્રી ભાણદેવ

એકવાર મારી દક્ષિણ ભારતની યાત્રા ચાલતી હતી. હું એકલો જ હતો. યાત્રાના ક્રમ પ્રમાણે રામેશ્વર પહોંચ્યો. રામેશ્વરથી મારી ઈચ્છા ધનુષ્યકોટિ જવાની હતી, મેં તપાસ કરી. મને જાણવા મળ્યું કે બસ છેક ધનુષ્યકોટિ સુધી તો નહિ, પરંતુ રસ્તો છે ત્યાં સુધી જાય છે. આ સ્થાન સુધી જતી બસ રસ્તામાં થોડી ફંટાઈને સમુદ્રની વચ્ચે આવેલા એક સ્થાન, 'વિભીષણ મંદિર' સુધી પણ જાય છે.

સવારે દશ વાગે બસમાં બેસીને હું નીકળ્યો. અહીં દરિયાની વચ્ચે પહોળો પણ સાવ નીચો પાળો બાંધેલો છે તેના પર રસ્તો છે, અને આ રસ્તા પર બસ ચાલી જાય છે. બહુ નવો અને આહ્લાદક અનુભવ છે.

આવી રીતે બે ત્રણ કિલોમીટર અંદર ગયા પછી ચારે બાજુ દરિયો જ દરિયો છે. આગળ, પાછળ, ડાબે અને જમણે - સર્વત્ર દરિયો છે. અમે હવે દરિયાની વચ્ચે પહોંચી ગયા છીએ. દરિયાની વચ્ચે એક સાંકડી અને બે એક ફૂટ ઊંચી સડક પરથી અમારી બસ પસાર થઈ રહી છે.

આ રીતે બીજા બે કિલોમીટર આગળ ચાલ્યા પછી દરિયામાં એક સ્થાન આવ્યું. બસ ઊભી રહી, કંડકટરે સૌ યાત્રીઓ સાંભળે તેમ કહ્યું-

‘વિભીષણ મંદિર’

અમે બધા યાત્રીઓ નીચે ઊતર્યા. પાંચ હજાર ચો.મી.ના મોટો પ્લોટ હોય તેટલી ખુલ્લી જગ્યા અહીં છે. ચારે બાજુ દરિયો છે. દરિયાની વચ્ચે આટલી થોડી જમીન છે. સર્વત્ર રેતી જ રેતી છે. જમીનની સપાટી દરિયાની પાણીની સપાટીથી બહુ ઊંચી નથી. બંને વચ્ચે માત્ર બે એક ફૂટનો તફાવત છે.

આ ખુલ્લી જમીનની વચ્ચે એક પચીસેક ફૂટ ઊંચો ટેકરો છે. આ ટેકરા પર એક મંદિર છે. મંદિર સુધી પહોંચવા માટે પથ્થરનાં બનાવેલાં પગથિયાં છે. આ મંદિરને જ વિભીષણ મંદિર કહે છે.

અમે સૌ યાત્રીઓ પગથિયાં ચઢીને મંદિરમાં ગયા. પથ્થરનું બનાવેલું નાનું, સાદું મંદિર છે. આ

રામજીમંદિર છે. ભગવાન રામનું મંદિર છે. આમ છતાં આ સ્થાનને વિભીષણ મંદિર કહેવાય છે. કારણ કે પ્રચલિત માન્યતા પ્રમાણે રાવણથી તરછોડાયેલા વિભીષણજી ભગવાન રામના શરણે આવ્યા. વિભીષણજી પ્રથમવાર ભગવાન રામને મળ્યા, અને તેમનું શરણ સ્વીકાર્યું તે ઘટના આ સ્થાન પર બનેલી, તેથી આ સ્થાનને વિભીષણ મંદિર કહેવામાં આવે છે. મંદિરના પૂજારી એક રામાનંદી સાધુ છે. તેમણે સૌ યાત્રીઓને ભગવાનનાં દર્શન કરાવ્યાં, પ્રસાદ આપ્યો, અને સ્થાનનું માહાત્મ્ય ટૂંકમાં સમજાવ્યું. મંદિર તો સાવ નાનું છે. અહીં રહેવા માટે બીજું તો કોઈ સ્થાન જણાતું નથી. આ પૂજારી સાધુ ક્યાં રહેતા હશે ?

બધા યાત્રીઓ ચાલ્યા ગયા, પછી હું અને પૂજારી સાધુ બે જ રહ્યા ત્યારે મેં તેમના રહેઠાણ વિશે પૂછ્યું: તેમણે બાવળના ઝુંડની વચ્ચે દેખાતી એક નાની સૂની કુટિયા તરફ આંગળી ચીંધી. તે એકાંત કુટિયા જ તેમનું નિવાસસ્થાન છે. આ એકાંત સ્થાનનું વાતાવરણ મને સ્પર્શી ગયું. મનમાં વિચાર ઝબકી ગયો- અહીં એકાદ દિવસ રહી શકાય તો ! ને તુરત મેં સાધુ મહારાજને પૂછ્યું, ‘આપ અનુમતિ આપો તો અહીં એકાદ દિવસ રહેવાની ઈચ્છા થાય છે તે શક્ય છે ?’

સાધુ મહારાજે કહ્યું, ‘આનંદથી રહો. અહીંનું ભોજન અહીંને અનુરૂપ છે. તમને ફાવશે ને ?’

મેં એમને ધરપત આપી, ‘તે અંગે નચિંત રહો.’

બધા યાત્રીઓ બસમાં બેસી ગયા. મેં બસ પાસે પહોંચીને કંડકટરને કહ્યું, ‘હું એક દિવસ માટે અહીં રોકાઉં છું. આવતીકાલે આ જ બસમાં તમારી સાથે આવીશ.’ કંડકટર બિચારો ડઘાઈ ગયો. મેં બસમાં ચડીને મારો થેલો નીચે ઉતાર્યો. કંડકટરને સ્મિતપૂર્વક વિદાય આપી, હું મંદિર તરફ ચાલ્યો. હવે એક દિવસ માટે અહીં સમુદ્રની વચ્ચે રહેવાનું હતું.

અમે પૂજારીજીની કુટિયા પર ગયા. એક સાવ નાની ઓરડી હતી. અમે બંને બહાર સમુદ્ર કિનારે બેઠા. પૂજારીજીએ કહ્યું, ‘અહીં પાણી પણ બહારથી લાવવું

પડે છે, ચા-દૂધ, શાકભાજી, ફળો- આમાંનું કશું જ ન મળે માત્ર દાળરોટી મળી રહે છે.’

મેં તેમને આશ્વાસન આપ્યું, ‘અરે ! અહીં ભગવાન શ્રી રામ શરણાગત વત્સલ સ્વરૂપે બિરાજે છે ! આ સમુદ્ર છે. આ આકાશ છે. દાળરોટી મળી રહે છે. બીજું શું જોઈએ ?’ તેઓ મારા વિશે નચિંત થયા. તેમને ખાતરી થઈ કે મારી દૃષ્ટિ સુખ-સુવિધા પાછળ નથી. આવા સ્થાનમાં એકાદ રાત્રિ પણ રહેવું તે બહુ મોટી વાત છે.

બપોરે અમે સાથે ભોજન બનાવ્યું. મંદિરમાં જઈને થાળ ધરાવ્યો. થાળમાં માત્ર દાળ અને રોટી - જેવું દેહને તેવું દેવને !

આ સાધુસંસ્કૃતના સારા જાણકાર છે. સામાન્ય રીતે રામાનંદી સાધુઓ ‘રામચરિત માનસ’ને પોતાના સંપ્રદાયનો અને તેથી પોતાનો પણ શિરમોર ગ્રંથ ગણે છે. પરંતુ આપણા આ સાધુ મહારાજને રામચરિત માનસથી પણ વાલ્મીકિય રામાયણ વધુ પ્રિય છે. વાલ્મીકિય રામાયણનાં અનેક આવર્તનો તેમણે કર્યાં છે, અને હજુ પણ તેઓ રામાયણનો નિત્યપાઠ અચૂક કરે છે.

આપણા આ સાધુબાબાને સમગ્ર વાલ્મીકિય રામાયણ પ્રિય છે, પરંતુ તેમાં પણ એક પ્રસંગ તો તેમને અતિપ્રિય છે. આ પ્રસંગની પ્રિયતા જ તેમની અહીં સાગર વચ્ચે ખેંચી લાવી છે. વિભીષણની શરણાગતિનો પ્રસંગ તેમને અતિપ્રિય છે. વાલ્મીકિય રામાયણના યુદ્ધકાંડમાં ચૌદમાથી ઓગણીશમા અધ્યાય સુધી- પાંચ અધ્યાયમાં આ સમગ્ર પ્રસંગનું અતિ સુંદર વર્ણન છે. વિભીષણ રાવણને સમજાવે છે કે સીતાજીને આદરપૂર્વક રામજીને પાછા સોંપી દો, અને ભગવાન રામનું શરણ સ્વીકારો. વિભીષણની આ સલાહ રાવણને અપમાનજનક અને કડવી લાગે છે. રાવણ વિભીષણનો તિરસ્કાર કરે છે, અપમાનિત કરે છે, અને ત્યાગ કરે છે. ભક્ત વિભીષણ ભગવાન શ્રીરામનું શરણ સ્વીકારવા ઈચ્છે છે. આકાશ માર્ગે વિભીષણજી રામજી પાસે આવે છે, અને પોતાનો સ્વીકાર કરવા પ્રાર્થના કરે છે.

સુગ્રીવ, અંગદ, લક્ષ્મણજી, જંબુવાનજી વગેરે સૌ ભગવાન શ્રી રામને વિભીષણનો સ્વીકાર ન કરવા સૂચવે છે. આ સમયે ભગવાન શ્રી રામ પોતાનું એક

વ્રત બતાવે છે.

ભગવાન શ્રી રામ કહે છે -

સકૃદેવ પ્રપન્નાય તવાસ્મીતિ ચ યાચતે ।
અભયં સર્વભૂતેભ્યો દદામ્યેતદ્ વ્રતં મમ ॥

‘જે વ્યક્તિ માત્ર એકવાર શરણે આવીને ‘હું તમારો છું’ તેમ કહીને, મારી પાસે રક્ષણની પ્રાર્થના કરે છે તેને સમસ્ત ભૂતોથી હું અભય આપું છું. આ મારું વ્રત છે.’

ભગવાન શ્રી રામની શરણાગત વત્સલતાથી આપણા આ સાધુ મહારાજ અતિ પ્રભાવિત થયા છે. ભગવાન શ્રી રામની શરણાગત વત્સલતા તે જ આ સાધુના જીવનનો, તેની અધ્યાત્મ સાધનાનો આધાર છે. તેથી જ તેમને આ પ્રસંગ ખૂબ પ્રિય છે. અને તેમાં પણ ભગવાન શ્રી રામનું આ વચન.

‘સકૃદેવ પ્રપન્નાય...’ તો તેમના જીવનનો તેમના અધ્યાત્મપથનો મહામંત્ર છે, પ્રધાન આધાર છે. તેઓ આખો દિવસ, આ શ્લોકને મહામંત્ર ગણીને તેનો પાઠ કર્યા કરે છે.

રામેશ્વરની બાજુમાં સમુદ્ર વચ્ચે આવું કોઈ સ્થાન છે, તેવી તેમને જાણ ન હતી.

દક્ષિણની તીર્થયાત્રાએ આવ્યા ત્યારે અહીં આવીને તેમણે જોયું કે સમુદ્રની વચ્ચે રમણીય તીર્થ છે. ભગવાન રામનું મંદિર છે, પરંતુ અહીં કોઈ પૂજારી નથી. અહીં કોઈ માનવીનો વસવાટ નથી. સાધુબાબાના ચિત્તમાં જે પ્રકારનો ભાવ છે, તેને અનુરૂપ આ સ્થાનમાં આવીને તેઓ ભાવવિભોર થઈ ગયા. આ સ્થાનમાં પૂજા થતી નથી, ભગવાન રામનો શ્રીવિગ્રહ અપૂજ રહે છે, તે જાણીને તેમને લાગી આવ્યું. તેઓ અહીં રહી ગયા. મંદિરમાં સેવાપૂજાનું કાર્ય તેમણે શરૂ કર્યું. તેમણે પોતાના આ પ્રિય સ્થાનમાં આસન જમાવ્યું.

અહીં રહેવું ઘણું કઠિન છે. અહીં પીવાનું પાણી પણ ન મળે તો તેવા સાવ નિર્જન સ્થાનમાં સમુદ્રની વચ્ચે સતત વસવું સરળ નથી. પરંતુ ભક્તિમાં એવું દૈવત છે કે તેના પ્રભાવથી કઠિન પણ સરળ બની જાય છે. બસના ડ્રાઈવર-કંડકટર કેરવો ભરીને પાણી લાવે છે. ઘઉંનો લોટ અને મગની દાળ પણ આવી જાય છે. પોતે પણ કોઈ વાર રામેશ્વર જઈને વસ્તુઓ લઈ આવે છે, અને તેમ કામ ચાલે છે.

રાત્રે અમે મંદિરના પ્રાંગણમાં મોડી રાત સુધી બેઠા. સત્સંગની જાણે હેલી જામી. વાલ્મીકિય રામાયણના વિભીષણ-શરણાગતિના પાંચે અધ્યાય તેમને મુખાગ્રે છે. તે પંચાધ્યાયીનો નિત્ય પાઠ કરવાનો તેમનો નિયમ છે. શુદ્ધ ઉચ્ચારથી અને મધુરકંઠે તેઓ પોતાના આ પ્રિય સ્તોત્રનો પાઠ કરે છે, વચ્ચે વચ્ચે પોતાના ભાવની અભિવ્યક્તિ પણ કરે છે, અને હું શ્રવણ ભક્તિનું અનુષ્ઠાન કરું છું. આ પાઠ દરમિયાન તેમની આંખમાંથી અશ્રુ વહી રહ્યાં છે. આ રીતે પાઠ કરતાં કરતાં તેમનો પ્રિય શ્લોક અને શ્રી રામની શરણાગત વત્સલતાનો મહામંત્ર આવ્યો,

સકૃદેવ પ્રપન્નાય...

અને પછી તો શું પૂછવું ? તેમના હૃદયના બંધ છૂટી ગયા. આ સાધુ ચોધાર આંસુએ અને ધ્રુસકે ધ્રુસકે રડવા માંડ્યા. તે એક જ શ્લોકના, તેમના આ પ્રિય મહામંત્રના વારંવાર આવર્તનો કરવા લાગ્યા. લગભગ એક કલાક સુધી તેમનો આ મહામંત્રનો જપ ચાલ્યો તેમની તન્મયતા, ભાવવિભોરતા જોઈને મારું હૃદય આ સાધુને નમી પડ્યું. તેમણે મહામહેનતે ભાવનું સંવરણ કર્યું, અને પાઠ આગળ ચાલ્યો અને પૂરો થયો.

એક જ રાતમાં અમારી વચ્ચે પ્રગાઢ આત્મીયતા બંધાઈ છે. આ આત્મીયતાના આધાર પર મેં તેમને થોડા પ્રશ્નો પૂછ્યા.

૧. મહારાજ, આપની પ્રધાન સાધના શું છે ?

ભગવાન શ્રી રામના ચરણોમાં સંપૂર્ણપણે સમર્પિત થઈ જવું તે મારી પ્રધાન નહિ, એકમાત્ર સાધના છે. તેથી 'સકૃદેવ પ્રપન્નાય' આ મહામંત્રજ મારો જપમંત્ર છે. હું આ મહામંત્રનો જપ કરતો રહું છું. રામાયણનો અને વિશેષતઃ શરણાગત પંચાધ્યાયીનો પાઠ કરું છું, નામજપ પણ કરું છું, અહીં સેવા-પૂજા પણ કરું છું. પરંતુ તે બધી સાધના બહિરંગ સાધના છે, અને શરણાગતિની પરિપૂર્ણતા માટે છે. મારી પ્રધાન, અંતરંગ અને તેથી કહો કે એકમાત્ર સાધના છે- સમર્પણ !

જો આપણું સમર્પણ સાચું હોય, પરિપૂર્ણ હોય તો પછી બીજું કંઈ જ કરવાની જરૂર રહેતી નથી. પછી તો તે બધું કરી દે છે. પરંતુ આપણું સમર્પણ સાચું અને પરિપૂર્ણ હોવું જોઈએ.

૨. આપ હવે અહીં જ રહેશો ?

તે તો તે જ જાણે. તે જેમ રાખે તેમ રહેવું, તે જ્યાં રાખે ત્યાં જ રહેવું- તે જ સાચી જીવન પદ્ધતિ છે. નિર્ણય તેનો અમલ અમારો.

૩. આપને અહીં કોઈ કષ્ટ લાગે છે ?

જે કષ્ટ અનુભવાય છે, તે મારી શરણાગતિની અપૂર્ણતાનું સૂચક છે. જેની શરણાગતિ પરિપૂર્ણ હોય તેને કોઈ કષ્ટ અનુભવાય નહિ.

૪. અહીં આ સમુદ્ર આટલો શાંત કેવી રીતે બની ગયો છે ?

અહીં સમુદ્રનું શરણાગત સ્વરૂપ છે. ભગવાન રામનું રુદ્ર સ્વરૂપ જોઈને સમુદ્ર ભગવાનને શરણે આવ્યો, તે પ્રસંગ રામાયણમાં છે. સમુદ્ર શરણે આવ્યો હતો તે ઘટના અહીં જ બની હતી, તેથી અહીં સમુદ્ર પણ શરણાગતરૂપે છે, અને તેથી શાંત છે. જે શરણાગત હોય તે શાંત જ હોય ને !

૫. શરણાગતિ એટલે શું ?

મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત, અહંકાર, ઈચ્છાઓ, આયોજન, સંકલ્પો- આ સર્વનું, પોતે જ છે તે અને પોતાની પાસે જે છે તે સર્વ ભગવાનને સોંપી દેવું તે શરણાગતિ છે. આપણે ભગવાનને બધું આપીએ પણ આપણી જાત ન આપીએ તો તે શરણાગતિ ન ગણાય. 'સ્વ'ની શરણાગતિ ખરી શરણાગતિ છે. ભગવાનના મંદિરમાં રૂપિયાની નોટો ફેંકવી તે શરણાગતિ નથી. ભગવાનના ચરણોમાં અહંકારનું વિસર્જન કરવું, તે શરણાગતિ છે.

ભગવાનની શરણાગતવત્સલતામાં સંપૂર્ણ શ્રદ્ધા, બધું ભગવાન કરે છે, અને તે જે કરશે તેમાં જ મારું પરમહિત છે, તેવી અબાધિત શ્રદ્ધા શરણાગતિનો પાયો છે. શ્રદ્ધા વિના શરણાગતિ થાય કેવી રીતે ?

શ્રદ્ધા શરણાગતિનો આધાર છે, અને અહંકારનું નિઃશેષ વિસર્જન શરણાગતિનું પરિણામ છે.

મોડી રાત સુધી અમારો આ શરણાગતિ સત્સંગ ચાલ્યો આખરે મારી ગોદમાં બાળક સૂઈ જાય તેમ અમે ભગવાન રામના આ શરણસ્થાનમાં સૂઈ ગયા.

બીજે દિવસે બસમાં હું નીકળ્યો. આ પ્રેમી સાધુએ વિદાય વખતે મને એક શાલિગ્રામ ભેટરૂપે આપ્યો એક સાધુ બીજા સાધુને આથી મોટી બીજી કઈ ભેટ આપી શકે ?

'ભારતયાત્રાના પાવક પ્રસંગો'માંથી સાભાર

પ્રત્યાહાર

-ડૉ. સી.સી. રાવલ

પ્રત્યાહાર એટલે આંતરમુખ થવું. બધી જ ઈન્દ્રિયો - પાંચ કર્મેન્દ્રિય અને પાંચ જ્ઞાનેન્દ્રિયો ઉપર મનનો કાબૂ છે. મન ઈન્દ્રિયો દ્વારા સુખ અને દુઃખ અનુભવે છે. 'મન એવ મનુષ્યાણાં કારણં બંધમોક્ષયોઃ' છે. માનવીનું મન તેને સંસારરૂપી માયામાં જકડી રાખે છે. અને પ્રભુની હાજરીનો અનુભવ થવા દેતું નથી. જો મન ખાલી વિચારશૂન્ય અને ચોખ્ખું થાય, તો અંદર બેઠેલો આત્મા જોઈ શકાય છે. જે પરમાત્માનો અંશ છે. ગીતામાં ભગવાને કહ્યું છે :

અસશયં મહાબાહો મનો દુર્નિગ્રહં ચલમ્ ।

અભ્યાસેન તુ કૌંતેય વૈરાગ્યેણ ચ ગૃહ્યતે ॥૬-૩૫॥

મનનો નિગ્રહ મુશ્કેલ છે. પરંતુ અશક્ય નથી, અભ્યાસ અને વૈરાગ્યનો સમન્વય કેળવી માણસ ખંત રાખી મનને બહારના વિષયોમાં જતું રોકી આંતરમુખ કરી શકે છે. અંતઃકરણનો પ્રકાશ અને અવાજ સાંભળી શકાય છે. આને જ પ્રત્યાહાર કહેવાય. ખરો રાજયોગ યોગના આ પાંચમા પગલાથી જ શરૂ થાય છે. આસન સિદ્ધ કરો. કરોડરજજુ સીધી કરો અને નાસિકા પર સ્થિર દષ્ટિ કરો. પ્રાણાયામ કરી આપણા પાંચ પ્રાણ ઉપર કાબૂ મેળવ્યા પછી જ આ પ્રત્યાહારરૂપી દિવ્ય યજ્ઞ કરવાથી લાભ મળે છે. આપણા જ્ઞાનતંતુઓને તનાવરહિત કરવા એ જ કળા છે. યોગ્ય આસન અને યોગ્ય ગુરુની પ્રત્યક્ષ દોરવણી નીચે આ યજ્ઞ કરવો. પ્રત્યાહાર એટલે મન તથા ઈન્દ્રિયોને આંતરમુખ કરવાની ક્રિયા.

ઈન્દ્રિયો, મન, ચિત્ત, બુદ્ધિ અને અહંકારને પ્રભુ ચરણે ધરી દેતાં પ્રભુનો સાક્ષાત્કાર હૃદયગુહામાં થાય છે.

એક પછી એક ચક્રો જેને મેડિકલ વિજ્ઞાનમાં પ્લેક્સસ કહે છે. તેમાંથી નીકળતી જ્ઞાનતંતુઓની શાખાઓને ઢીલી કરવાની છે. તેમાં વહેતો પ્રવાહ બંધ કરવાનો છે. એક પછી એક ચક્ર શાંત કરવાનું છે. સાત ચક્રો વીંધવાનાં- મનથી જોવાનાં છે. આ યોગ અભિમન્યુ તેની માતાના ગર્ભમાં શીખ્યો હતો. ભગવાનને મળવા માટે પણ આ યજ્ઞ કરવો જ પડે. ભગવાને ગીતાના ચોથા અધ્યાયના ૨૯-૩૦ શ્લોકમાં અર્જુનને સ્પષ્ટ બતાવ્યું કે, 'તું પ્રાણ-અપાનનો યજ્ઞ કરીશ તો જ મને મળી શકીશ, બ્રહ્મજ્ઞાન સહજ થશે, કુંડલિની જાગ્રત થશે. પ્રાણાયામ કરનાર યોગી પ્રાણ અને અપાનની ગતિને રોકી પૂરક, રેચક અને કુંભક રૂપી દિવ્ય યજ્ઞ કરે છે અને સંયમપૂર્વક આહાર કરનાર આ યોગીઓ પ્રાણમાં અપાનનો હવન કરી

યજ્ઞત્વને જાણી બ્રહ્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરે છે, અર્થાત્ મને આવી મળે છે. તેથી જ તું યોગી થા. ભગવાનનાં અંતઃકરણને સ્થિર કરીને જે યોગી શ્રદ્ધાથી મને ભજે છે તે પરમશ્રેષ્ઠ યોગી છે, અને આવો તપસ્વી, જ્ઞાની અને કર્મો કરતો યોગી જગદીશને જલદી પ્રાપ્ત કરી શકે છે.' યોગમાં ચક્રોની માત્ર કલ્પના જ કરવામાં આવેલી છે. શરીરશાસ્ત્ર પ્રમાણે આ ચક્રો અથવા પ્લેક્સસમાંથી જ્ઞાનતંતુઓની સૂક્ષ્મ શાખાઓ (નાડીઓ) નીકળે છે.

મુલાધાર ચક્ર

(osi le s)

: કરોડરજજુને છેડે, ગુદા અને જનનેન્દ્રિયના મૂળ વચ્ચે (જ્યાં આપણી કુંડલિની સુષુપ્ત દશામાં પડી છે) હોય છે. તે (પૃથ્વી તત્ત્વ)ની ઉપર મન કેન્દ્રિત કરી એક મિનિટમાં ચાર, બત્રીસ આંગળ (નાકથી મૂલાધાર ચક્ર સુધીનું અંતર)માં ઊંડા પ્રાણ (શ્વાસ) લો અને ધીરેથી મૂકો. આ ચક્રમાંથી ચાર પુરુષાર્થ ધર્મ, અર્થ, કામ અને મોક્ષરૂપી ચાર નાડીઓ નીકળે છે. તે સુષુપ્ત શક્તિઓને જાગ્રત કરે છે. યોગી પૃથ્વી તત્ત્વ ઉપર વિજય પ્રાપ્ત કરીને દૂરદર્શન કરી શકે છે અને જમીનથી અદ્ધર પોતાની જાતને ઊંચકી શકે છે.

સ્વાધિષ્ઠાન ચક્ર

(ebral le s)

જનનેન્દ્રિયના મૂળ આગળ સુષુમ્ણા નાડીમાં આવેલું છે. તે (જળ તત્ત્વ)ની ઉપર મન કેન્દ્રિત કરી એક મિનિટમાં છ ચોવીસ આંગળ ઊંડા પ્રાણ લો. જીભ તાળવે ચોંટાડી ઉજ્જયી પ્રાણાયામ કરો અને ધીરેથી મૂકો. આ ચક્રમાંથી છ નાડીઓ નીકળે છે, જે આપણા કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ, મદ અને મત્સર (કુલ છ) દોષોને દૂર કરે છે. યોગી ચક્ર પર ધ્યાન કરતાં તેને જળનો ભય રહેતો નથી. બધી ઈન્દ્રિયો તેના કાબૂમાં રહે છે. યોગી મૃત્યુંજયી બને છે.

મણિપુર ચક્ર

(olar le s)

નાભિસ્થાનમાં આવેલું છે. તેમાંથી દસ નાડીઓ નીકળે છે. તેના ઉપર મન કેન્દ્રિત કરી એક મિનિટમાં અગ્નિનાં પ્રતીકો સમા નવ ગ્રહ અને એક બ્રહ્માનો ગણી કુલ દસ, વીસ આંગળ ઊંડા પ્રાણ (શોષ પ્રાણાયામ) લો અને મૂકો.

અનાહત ચક્ર

(hosesic le s)

સુષુમ્ણા નાડીમાં સૂક્ષ્મ કેન્દ્ર

હૃદયમાં આવેલું છે. તેમાંથી બાર યોગ નાડીઓ નીકળે છે. તેની ઉપર મન કેન્દ્રિત કરી એક મિનિટમાં બાર, સોળ આંગળ ઊંડા પ્રાણ (શીતલી પ્રાણાયમ) લો અને મૂકો. એક પ્રાણ બે સેકન્ડમાં લેવાનો, ત્રણ સેકન્ડમાં મૂકવાનો; એમ કુલ પાંચ સેકન્ડ થશે. અહીં જો હૃદયના ધબકારા સંભળાય તો માનવું કે તમે અનાહત ચક્રમાં સ્થિર થયા છો, જ્યાં પ્રભુ વિરાજમાન છે. આ ચક્ર ઉપર ધ્યાન કરનાર યોગીનો વાયુ તત્ત્વ પર કાબૂ આવે છે. તેને ભૂચરી, ખેચરી મુદ્રા અને કાયાસિદ્ધિ પ્રાપ્ત થાય છે. તેનામાં દિવ્ય ભાવ આવે છે.

વિશુદ્ધ ચક્ર

(ercical le s) સુષુમ્ણા નાડીમાં કંઠના મૂળ સ્થાન પાસે આવેલું છે. તેમાંથી સોળ યોગ નાડીઓ નીકળે છે. તેની ઉપર મન કેન્દ્રિત કરી એક મિનિટમાં સોળ, બાર આંગળના પ્રાણ લો અને મૂકો. યોગની દૃષ્ટિએ આકાશમાં આજે પણ સોળ ઋષિઓ-ધ્રુવ, પ્રહ્લાદ, વસિષ્ઠ, વિશ્વામિત્ર વગેરે- હયાત છે. તેમને ચારે દિશામાં એક એક પ્રાણ સમર્પિત કરતાં આપણે પ્રભુ સમીપ પહોંચી શકીએ. આ ચક્રનું ધ્યાન કરનાર યોગી પ્રલયકાળે પણ નાશ પામતો નથી. તેને દિવ્ય જ્ઞાન અને યશ મળે છે.

આજ્ઞા ચક્ર

(rontal in s) બે ભમર વચ્ચે આવું આ મનનું સ્થાન છે. તેમાંથી બે યોગ નાડીઓ નીકળે છે. તેના ઉપર મન કેન્દ્રિત કરી મિનિટમાં બે પૂર્ણ પ્રાણાયમ કરવા. અહીં શિવ અને શક્તિ એટલે કે જીવ અને પ્રકૃતિનું મિલન થઈ બંને સાથે બ્રહ્મરંધ્રમાં પ્રવેશ કરે છે. આ ચક્ર મજાતંતુની સીધી રેખામાં છે. આ ચક્ર ઉપર ધ્યાન કરનાર યોગીનો પાછલા કર્મોનો નાશ થાય છે. યાદ શક્તિ અને સર્વ સિદ્ધિઓ પ્રાપ્ત થાય છે.

સહસ્રાર ચક્ર

(ase o rain) મસ્તકના ઉપરના ભાગમાં આવેલું છે. તે ભગવાન શિવનું નિવાસસ્થાન છે. તેમાં અસંખ્ય સૂક્ષ્મ કેન્દ્રો આવેલાં છે. સૂર્ય અને ચંદ્ર નાડી સ્થિર બનતા તેની સાથે સુષુમ્ણા (કલ્પિત) નાડી જોડાય છે. વૈજ્ઞાનિક દૃષ્ટિએ સેરીબ્રો સ્પાઈનલ ફ્લ્યુઈડ (પ્રવાહી)માં મગજ અને કરોડરજજીની શાખાઓ તરે છે. મજાતંતુ પ્રકાશનો પુંજ છે. તેનો પ્રકાશ પ્રવાહી સ્થિર થતાં બે ભમર વચ્ચે બંધ આંખે જોઈ શકાય છે, યોગી બ્રહ્મનાદ સાંભળી શકે છે. બ્રહ્મરંધ્રમાં અબજો કોષો છે. તેઓ ઈલેક્ટ્રોન જેવા છે. મગજ મોટા કોમ્પ્યુટર સમાન કાર્ય કરે છે. કુંડલિની જાગ્રત થતાં અનેક પ્રકારની સિદ્ધિઓ મળે છે. જીવ અને શિવ સાથે જોડાઈ જાય છે. 'યોગ અને સ્વાસ્થ્ય'માંથી સાભાર

(આનંદ કુટિર અનુ. ૫૧માં પાનાથી ચાલુ)

આશ્રમમાં તમારી પ્રગતિ માટે તમને સગવડ આપવામાં આવે છે. અહીંથી પ્રગટ થતાં પુસ્તકો દ્વારા જરૂરી માર્ગદર્શન આપવામાં આવે છે. તે ઉપરાંત, હું તમને વારંવાર તમારી સાચી ફરજ અને સાધનાના મહત્ત્વ વિષે યાદ આપતો રહું છું. પણ તેને માટે કડક શિસ્ત લાદતો નથી.' 'તમારે તમારા જીવનને ઉચ્ચ બનાવવું કે નિમ્ન બનાવવું તે તમારા હાથમાં છે.'

પણ ગુરુદેવ સદા જાગ્રત રહેતા અને અમારા માટે ચિંતા ધરાવતા. તેઓ અમારું ખૂબ ધ્યાન રાખતા અને અમારામાં રહેલી છૂપાયેલી શક્તિઓ, છૂપાયેલી વૃત્તિઓ, ગમો-અણગમો શોધી કાઢી દરેકને તેને માટે યોગ્ય રીતે જરૂરી માર્ગદર્શન આપતા.

એકવાર વહેલી સવારે ૪-૦૦ વાગે મારું બારણું ખખડવા માંડ્યું. હું જાગી ગયો અને થોડોક ગુસ્સે થઈને કોણ છે અત્યારે ? તેમ પૂછ્યું. 'શું હજી તું ઊંઘે છે' ગુરુદેવનો ધીમો અવાજ સંભળાયો. મેં ઝડપથી પથારીમાંથી ઊભો થઈ બારણું ઉઘાડ્યું. સ્વામીજી સામે ઊભા હતા. તેમણે વિષય બદલીને મને પૂછ્યું : તું કાલે સવારના વર્ગમાં વૈરાગ્ય કે એવા કોઈ વિષય પર બોલી શકીશ ?' મારા મનમાં દ્વિધા થઈ. છેવટે મેં ખૂબ વિચારને અંતે કહ્યું : 'હા સ્વામીજી, હું બોલીશ.'

'સરસ. એટલે કાલે સવારે તું બોલીશ.'

બીજી સવારે, વર્ગ શરૂ થાય તે પહેલાં સ્વામીજીએ કહ્યું : 'કૃષ્ણાનંદજી. થોભો. બ્રહ્મચારી કેશવ બોલવા ઈચ્છે છે. ક્યા વિષય પર કેટલા સમય માટે બોલવાનો છે તે મને ખબર નથી પણ બોલશે ચોક્કસ.'

આશ્રમમાંનું મારું આ પ્રથમ પ્રવચન ૪૦ મિનિટ ચાલ્યું. જ્યારે મેં પ્રવચન પૂરું કર્યું ત્યારે ગુરુદેવે કહ્યું : 'હવે ભવિષ્યમાં મારે ચિદાનંદજી કે કૃષ્ણાનંદજી પર જ આધાર રાખવો પડશે નહિ. ઓ જી, કેશવ, હંમેશાં તૈયાર રહેજે. જ્યારે જરૂર પડશે ત્યારે તને બોલવાનું કહીશ.' જો કે બોલવાની મારી અનિચ્છા જોતાં ગુરુદેવે કહ્યું : 'તું બોલી શકે છે, પણ તારે બોલવાની ઈચ્છા હોતી નથી.' અને પછી તેમણે કદી મને બોલવાનું કહ્યું નહિ.

'A Saga of Spiritual Unfoldment' માંથી ભાવાનુવાદ.

સબ ઘટ મેરા સાઈયાં

શ્રી કાંતિલાલ કાલાણી

શરીરધારી રામનું નિવાસસ્થાન અવધપુરી હતું. વ્યાપક તત્ત્વ શરીરમાં પ્રવેશ કરે ત્યારે સ્થળ-કાળની વચમાં આવે; પણ શરીર છૂટી જતાં ફરી વ્યાપકરૂપે રહે. જોકે આત્મા અને પરમાત્મા કોઈ એક શરીરમાં મર્યાદિત હોતા નથી. જીવ શરીરના કોયલામાં પુરાઈને તેને પોતાનું માની બેસે છે. આત્માના ગુણધર્મ અનુક્રમે નિર્મળતા અને વ્યાપકતા છે. પરમાત્મા સત્તારૂપે સર્વવ્યાપકપણે રહેલા છે અને તેમને પોતા વિશે કદી વિસ્મૃતિ થતી નથી. એટલે આત્મા અને પરમાત્મા જીવને સહાયરૂપ થવા અનુક્રમે ભરણપોષણ અને રક્ષણનું જ્ઞાન આપે છે; જ્યારે પરમાત્મા જીવ પર નિયામક સત્તારૂપે કામ લે છે. જીવ કર્મના અટળ નિયમોને અને લેણદેણના સંબંધોને પૂરેપૂરો અનુસરે તેનું ધ્યાન નિયામક સત્તા રાખે છે. હવે જો આત્માની અને પરમાત્માની હાજરી જ ન હોય તો જીવ એની મેળે શું કરી શકવાનો હતો ? એટલે પરમાત્માના પ્રતીકરૂપ રામ સત્તારૂપે સર્વત્ર વસેલા છે. તેમની ઈચ્છા વિના પાંદડું પણ હલચલ કરી શકતું નથી.

સંત કબીરની વાણીમાં 'રામ' ક્યાં વસે છે તેનો સ્પષ્ટ સંકેત કરી દીધો છે :

કબીર ખોજત રામકો ફિરતા સાગરદ્વીપ,
રામ બસે ઘટ ભીતરે હૂવા યહ પરતીત.

સબ ઘટ ભીતર મેં બસું, મોકોં મિલે ન કોય,
જો હોતા સૌ મેં કરૂં, નામ દાસકા હોય.

સબ ઘટ મેરા સાઈયાં, ખાલી ઘટ નહિ કોય;
બલિહારી (ઉસ) ઘટકી સહી, જા ઘટ પરગટ હોય.

ચૌસઠ દીયા જોડ કર, ચઉદૈ ચંદા માહિં;
તિસ ઘર કેસા ચાંદના, જિસ ઘર ગોવિંદ નાહિ ?

કોઉક પાવે સંતજન, જાકે પાંચો હાથ;
જાકો પાંચોં બસ નહીં, તાકો હરિ ન સાથ.

કબીરે શરૂઆતમાં રામને ક્યાં શોધવા પ્રયત્ન કર્યો ? મોટા ભાગના લોકો પરમાત્માને સાગર અને બેટમાં શોધવા પ્રયત્ન કરે છે. પુરાણો અનુસાર ભગવાન નારાયણ ક્ષીરસાગરમાં બિરાજે છે. શેષનાગની શય્યા પર યોગનિદ્રામાં પોઢેલા ભગવાનની તસવીરો પણ લોકમાનસમાં એટલી દઢ થઈ ગઈ છે કે તેઓ તેમને સાગરકાંઠે આવેલા જગન્નાથપુરીમાં, દ્વારકામાં કે બેટ દ્વારકામાં શોધે તો આશ્ચર્ય ન લાગે ! જેમણે પરમાત્માને માત્ર સાકાર માની લીધા છે તેઓ તેમના સાકાર સ્વરૂપની શોધમાં જીવન વિતાવી દેવાના. આમ તો પરમાત્મા જીવપ્રાણીમાત્રમાં સત્તારૂપે રહેલા છે અને એ રીતે તેઓ સાકાર છે, પણ આપણને તો પુરાણોમાં જે રીતે પરમાત્માનું વર્ણન કરવામાં આવ્યું છે તેવા ચતુર્ભુજ શંખ-ચક્ર-ગદા-પદ્મધારી, ભગવાન જોઈએ છે. મનોજગતમાં પરમાત્માની આવી મૂર્તિ નિર્માણ કરી શકાય, પણ આપણે સ્પર્શી શકીએ એવું સ્વરૂપ શી રીતે પ્રગટ થઈ શકે ? એટલે મોટા ભાગના લોકોને વહેલો મોડો એ પ્રયાસ છોડી દેવો પડે છે. જે આવો પ્રયાસ નથી કરતા તેઓ મૂર્તિમાં એમની હાજરી કલ્પી લે છે. કબીરને સાધનાની અમુક ભૂમિકાએ એવી પ્રતીતિ થઈ ગયેલી કે તીર્થાદિમાં પરમાત્માની ખોજ કરવાને બદલે પોતાના ઘટમાં જ તેમની હાજરીનો અનુભવ થઈ શકે.

એક બાજુ આપણે એવું પ્રતિપાદન કરીએ કે પરમાત્મા સર્વવ્યાપક છે, અને બીજી બાજુ એમ નક્કી કરીએ કે તેઓ તીર્થોમાં, મંદિરોમાં, દેવાલયો કે દેરાસરોમાં, દેવળોમાં કે મસ્જિદોમાં જ બિરાજે છે, તે કેમ ચાલે ? સર્વવ્યાપક એટલે સર્વવ્યાપક. પણ તેમની સર્વવ્યાપકતા કઈ રીતે રહેલી છે તે સ્પષ્ટ ન થાય તો પરમાત્મા પ્રત્યેક શરીરધારીમાં વસે છે એવી ખાતરી ન થાય. આ વિશ્વમાં પરમાત્મા સત્તારૂપે સર્વવ્યાપક છે.

આ વિશ્વમાં જે કાંઈ છે તે પરમાત્માને કારણે છે. એમના અભાવે અસ્તિત્વ શક્ય જ નથી એવી સમજણ દ્વારા જ આવી પ્રતીતિ થઈ શકે. પરમાત્માની સર્વવ્યાપકતા બીજી કઈ રીતે સિદ્ધ કરી શકાય ?

રામ શબ્દના મૂળમાં 'રમ્' ધાતુ છે. 'રમ્'નો અર્થ આનંદ પામવું, આનંદ માણવો, કશાકમાં રત રહેવું, કશાકથી હર્ષ પામવો, કીડા કરવી, રમણ કરવું એવો થાય છે. એટલે કે જે શક્તિરૂપે સૌમાં રમી રહ્યા છે તે રામ છે, અને શક્તિરૂપે પરમાત્મા કોનામાં નથી? શક્તિ વિના કોઈ ટકી શકે ખરું ? એટલે મનુષ્યે અંતર્મુખ થઈ આ પરમ શક્તિ શું છે, તે કેમ કાર્ય કરી રહી છે ઈત્યાદિ બાબતોને સમજવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. ગણપતિ સમગ્ર પૃથ્વીને પ્રદક્ષિણા કરવા નીકળ્યા નહોતા. તેમણે માતા-પિતાની પ્રદક્ષિણામાં આખી પૃથ્વીની પ્રદક્ષિણા થઈ ગઈ એવી ખુદ શિવ-પાર્વતીને ખાતરી કરાવી દીધી હતી. તેમ જે પરમાત્માની બાહ્ય શોધ કર્યા કરે છે તે ભવસાગરમાં ક્યાંકને ક્યાંક રોકાઈ જાય છે; પણ જે પોતાના અસ્તિત્વના પાયામાં કોણ છે તેનું સતત નિરીક્ષણ અને પરીક્ષણ કરતો રહે છે તેને પરમાત્માનું પોતાના અણુએ અણુમાં સ્પંદન થઈ રહ્યું છે તેનો અનુભવ થઈ જાય છે. કાખમાં છોકરું રાખ્યું હોય અને કોઈ તેને શોધવા નીકળે એ કેવું લાગે ? શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસ હોકાના બંધાણીનું ઉદાહરણ આપતાં કહે છે કે, એક માણસને રાતે હોકા પીવાની ઈચ્છા થઈ. તે પાડોશીને ઘેર દેવતા માગવા ગયો. રાત્રે મોડું થઈ ગયું હતું. એટલે પાડોશીના ઘરનાં બધાં સૂઈ ગયાં હતાં. તેણે ઘણીવાર બારણું ખટખટાવ્યું ત્યારે એક માણસ બારણું ખોલવા મેડી પરથી નીચે આવ્યો. બારણું ખોલ્યું ત્યાં પાડોશીને જોઈને કહે : કેમ ભાઈ, આટલી મોડી રાતે એવું શું કામ પડ્યું કે જોરજોરથી બારણું ખખડાવવું પડ્યું ? બંધાણીએ કહ્યું: શું કામ પડ્યું એમ પૂછો છો ? તમે સારી રીતે જાણો છો કે મને હોકાનું બંધાણ છે. મારાં ઘરવાળાં આજે અગ્નિ રાખવાનું ભૂલી ગયાં. અગ્નિ પ્રકટાવવા દિવાસળીય નથી. અગ્નિ લેવા આવ્યો છું. ભરઊંઘમાંથી જાગીને આવેલા માણસે કહ્યું : વાહ ભાઈ! તમેય ખરા

માણસ છો! મધરાતે આટલી તકલીફ વેઠી બારણું ખટખટાવ્યું! આ તમારા હાથમાં ફાનસ તો બળી રહ્યું છે! એનો ઉપયોગ કરવાનું કેમ ન સૂઝ્યું!

માણસને જે જોઈતું હોય તે પાસે જ હોય છતાં તેને શોધવા ઠેકઠેકાણે ભ્રમતો હોય ! માણસની હાલત દરિયામાં રહેલા વહાણના કૂવાથંભ પર બેઠેલા પક્ષી જેવી છે. વહાણ મધદરિયે પહોંચ્યું ત્યાં સુધી એ પક્ષીને કિનારે પહોંચવાનો વિચાર ન આવ્યો. જ્યારે તેને વિચાર આવ્યો ત્યારે કિનારાનો પત્તો નહિ. તેણે વારાફરતી બધી દિશામાં ઉડ્યન કરી જોયું, પણ કિનારો ક્યાંય દેખાયો નહિ, એટલે થાકીને પાછું કૂવાથંભ પર આવી ગયું. એટલે તો સંત સૂરદાસે એક પદમાં ગાયું કે-

મેરો મન અનત કહાં સુખ પાવૈ;

જૈસે ઉડિ જહાજ કૌ પંચ્છી,

ફિરિ જહાજ પર આવૈ.

મારું મન અન્યત્ર ક્યાં સુખ મેળવી શકવાનું હતું! જહાજ પરનું પક્ષી ઊડીને પાછું જહાજ પર જ આવે છે. એવી રીતે મનુષ્ય પરમાત્માની બહાર શોધ કરીને થાકે છે ત્યારે જ તેને સમજાય છે કે તેની હાજરી આપણી અંદર પણ છે.

ભગવાને તો કહી જ દીધું છે કે 'સબ ઘટ ભીતર મેં બસૂં...' હું જ સર્વના ઘટમાં વસું છું છતાં મને મળવાની કોઈ ઈચ્છા કરતું નથી. એમાં મારો શો દોષ? મનુષ્ય જે કાંઈ કરી રહ્યો છે તે મારી શક્તિની હાજરીને કારણે જ થઈ રહ્યું છે. અગ્નિ, વાયુ અને વરુણ જેવા સમર્થ દેવો પોતાના બળથી કાંઈ કરી શકતા નથી, તો માણસનું શું ગર્જું ? પણ માણસ નામરૂપમાંથી અને કર્તાભાવમાંથી મુક્ત થઈ શકતો નથી. જો તે તેના નામરૂપથી છૂટો પડી જાય અને કર્તાહર્તા નારાયણ છે અને પોતે નિમિત્તમાત્ર છે એવું સમજતો જઈ થાય તો તેને મારી જ્ઞાનશક્તિ, ઈચ્છાશક્તિ અને ક્રિયાશક્તિનો અનુભવ થયા વિના ન રહે. પણ મનુષ્યને આ બાબતનું વિસ્મરણ થઈ જાય છે એટલે સંત કબીરને યાદ કરાવવું પડે છે કે 'સબ ઘટ મેરા સાઈયાં, ખાલી ઘટ નહિ

કોય...’ સકલ મનુષ્યોના ઘટમાં પરમાત્મા વસેલા છે. એક પણ ઘટ તેમના વિનાનું નથી. પણ લોકોને આ વાત સમજાતી નથી. જેને આ બાબતની પ્રતીતિ થઈ ગઈ છે તેનો કબીરે મહિમા કર્યો છે : ‘બલિહારી (ઉસ) ઘટકી સહી, જા ઘટ પરગટ હોય.’ જે ઘટમાં પરમાત્મા પ્રગટ થાય છે અથવા પોતાનામાં પરમાત્માની હાજરી છે તેનો જેને ખ્યાલ આવી જાય છે તેની બલિહારી છે.

આ પરમાત્માની અનુભૂતિ કરવા સૌ પ્રથમ વ્યાપક અને નિર્મલ બનવું પડે. વ્યાપકતા અને નિર્મલતા સિદ્ધ કર્યા વિના પરમાત્માની સર્વવ્યાપકતાનો, તેમના સર્વાધારપણાનો અને તેમના પરમ જ્ઞાનસ્વરૂપનો ખ્યાલ આવતો નથી. તે માટે નામરૂપને અને હુંપણાના તેમજ મારાપણાના ભાવને છોડવા પડે. પણ તેને બદલે તેમનો અનુભવ કરવા કોઈ પોતાના ઘટમાં કે મંદિરમાં ચોસઠ દીવાનાં ઝુમ્મર પ્રગટાવે અથવા ચૌદ ચન્દ્ર લાવીને લટકાવે તેથી કાંઈ તે સ્થાનમાં ખરો પ્રકાશ થવાનો નહિ; કારણ કે ત્યાં હજી ગોવિંદની- પરમાત્માની હાજરી નથી. હુંપણાની અને મારાપણાની, દેહભાવની હાજરી ટળે એટલે આપોઆપ હરિની હાજરી સ્થપાય. હરિ જ્ઞાનસ્વરૂપ છે. જ્યાં જ્ઞાન છે ત્યાં પ્રકાશ છે. ઉછીનો લીધેલો કે કૃત્રિમ પ્રકાશ ક્યાં સુધી રહે? એમ ઉછીનું લીધેલું જ્ઞાન કે માહિતીજ્ઞાન આત્માની કે પરમાત્માની અનુભૂતિ માટે ઉપયોગી નથી.

કબીર કહે છે કે જેણે પાંચેય ઈન્દ્રિયોને વશ કરી છે તેવા વિરલ સંતજનો જ પરમાત્માની અનુભૂતિ કરી શકે છે. જેને પાંચેય ઈન્દ્રિયો વશ નથી તેવા મનુષ્યની હરિ સોબત કરતા નથી; તેના ઘટમાં હરિની હાજરી હોવા છતાં વરતાતી નથી; જાકો પાંચો બસ નહીં, તાકો હરિ ન સાથ.’ કબીરે ઈન્દ્રિયોનો નિગ્રહ કરવાની વાત કરી છે. જીવ, અન્તઃકરણ અને ઈન્દ્રિયો સ્વભાવે બહિર્મુખ છે. જે બહિર્મુખ છે તેનો સંગ ન કરાય; તેનો ઉપયોગ કરાય. જેને શરીરનો પરમાત્મા માટે ઉપયોગ કરતાં આવડી ગયો તેને પરમાત્માની ભાળ મળવાની પણ જે શરીરને જ સર્વસ્વ માની તેમાં રોકાઈ ગયો તેને ઘટમાં જ વસી રહેલા પરમાત્માની અનુભૂતિ ક્યાંથી થાય ?

‘હૃદય સૂનું હરિ નામ વિના’માંથી સાભાર

શ્રી શિવમહાપુરાણ જ્ઞાનયજ્ઞ (હિન્દીમાં)

પવિત્ર શ્રાવણ માસ (તા. ૧૫-૮-૨૦૦૭ થી તા. ૧૩-૯-૨૦૦૭) દરમ્યાન ભગવાન શિવની ભક્તિરસમાં અવગાહન કરાવવા પૂજ્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનાં શ્રીમુખે શ્રીશ્રીશ્રી અષ્ટલક્ષ્મી ભવન ખાતે દરરોજ સાંજે ૫-૩૦ થી ૭-૦૦ સુધી શ્રી શિવમહાપુરાણ જ્ઞાનયજ્ઞ હિન્દીમાં યોજવામાં આવેલ છે. સૌ ભાવિક ભક્તો, મુમુક્ષુઓ, જીજ્ઞાસુઓ, સાધકો સર્વને હાર્દિક આમંત્રણ છે.

જન્માષ્ટમી ઉત્સવ

તા. ૪-૯-૦૭, મંગળવારના રોજ ભગવાન શ્રીકૃષ્ણના પ્રાગટ્યનો જન્માષ્ટમી ઉત્સવ નિમિત્તે રાત્રે ૯-૦૦ થી ૧૨-૦૦ દરમ્યાન શ્રીકૃષ્ણ ભક્તિરસમાં તરબોળ કરવા ‘છેલ છોગાળો કાન’, ભક્તિ સંગીત શ્રીમતી સીમાબહેન ત્રિવેદી અને શ્રી જયેશ નાયક વૃંદ દ્વારા રજૂ કરવામાં આવશે. આ ભક્તિ સંગીત સંધ્યાનું રસસ્વાદન પૂજ્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ કરાવશે.

યોગ શિક્ષક તાલીમ શિબિર

શિવાનંદ આશ્રમ, જોધપુર ટેકરા, અમદાવાદ ખાતે તા. ૧૧ ડિસેમ્બરથી ૩૦ ડિસેમ્બર, ૨૦૦૭ સુધી સંપૂર્ણ આવાસીય યોગ શિક્ષક તાલીમ શિબિરનું આયોજન કરવામાં આવેલ છે. યોગનું પ્રારંભિક જ્ઞાન ધરાવતા અને નિયમિત અભ્યાસ કરતા ૨૫ વર્ષથી વધુ ઉંમરના સ્નાતકો માટે ગુજરાત યુનિવર્સિટી માન્ય આ સર્ટિફિકેટ કોર્સમાં યોગાસનો, પ્રાણાયામ, મુદ્રા, બંધ ઉપરાંત શરીર વિજ્ઞાન, પાતંજલ યોગદર્શન વિષયોના નિષ્ણાત તજજ્ઞો દ્વારા શિખવવામાં આવશે. અભ્યાસક્રમની લેખિત, મૌખિક અને પ્રેક્ટિકલ પરીક્ષામાં ઉત્તિર્ણ થનારને સર્ટિફિકેટ આપવામાં આવે છે. વધુ માહિતી માટે શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ, ફોન નં. ૦૭૯-૨૬૮૬૧૨૩૪, ૨૩૪૫ સંપર્ક કરવો અથવા .divyajivan.org ઉપર વધુ માહિતી મળી શકશે.

-શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ

પ્રેમથી પાવિત્ર્ય પ્રગટે, પૂજ્યતા પાવિત્ર્યથી

શ્રી હરિભાઈ કોઠારી

માણસ તનથી સ્વચ્છ, મનથી પવિત્ર તેમજ બુદ્ધિથી નિર્મળ હોવો જોઈએ. પાણીથી તન સ્વચ્છ થાય છે, ભક્તિથી મન પાવન બને છે અને સ્વાધ્યાય બુદ્ધિને નિર્મળ બનાવે છે. પ્રાચીન તપોવનોમાં ગુરુ-શિષ્યો આવા ત્રિવિધ સ્નાન દ્વારા તનની ગંદકી, મનના રાગદ્વેષો અને બુદ્ધિની જડતાને સદા દૂર રાખતા, પરિણામે તપોવનનું વાતાવરણ સહજવનની સ્નેહસૌરભથી સદા મહેકતું રહેતું. ગુરુનું ગૌરવ કરવામાં શિષ્ય આનંદ અનુભવતો, તો શિષ્યના વિકાસને માણવામાં ગુરુ સદા મોખરે રહેતા.

‘ગુરુબ્રહ્મા ગુરુર્વિષ્ણુઃ ગુરુર્દેવો મહેશ્વરઃ

ગુરુઃ સાક્ષાત્પરં બ્રહ્મ તસ્મૈ શ્રી ગુરવે નમઃ’

ગુરુનું ગૌરવ કરતા આ શ્લોકની સાર્થકતા ગુરુના જીવનમાં જોવા મળતી. શિષ્યના જીવનમાં સદ્વૃત્તિનું સર્જન કરતાં ગુરુ બ્રહ્મા સમાન ભાસતા તો એના સદ્ગુણોનું પાલન કરવાની કાળજી લેનાર ગુરુમાં શિષ્યને વિષ્ણુનાં દર્શન થતાં. શિષ્યના જીવનમાંથી દુર્ગુણો તેમજ દુર્વૃત્તિઓને દૂર કરવાનું કાર્ય અદા કરીને ગુરુ મહેશ્વરનું પાત્ર પણ ભજવતા.

ગુરુના હોઠ કરતાં તેમનું હૈયું વિશેષ બોલતું અને તેમનું મૌન તો શબ્દની શક્તિને પણ અતિક્રમી જતું. વાણી કરતાં વર્તનની અસર અનેકગણી છે, એ વાત પ્રાચીન ગુરુઓને સુવિદિત હતી. વિચાર, વાણી અને વર્તનની એકવાક્યતા જ આચાર્યપદને ગૌરવ બક્ષે છે. કેવળ વિચારો વહેવડાવતો રહે તે માણસ ‘વિચાર્ય’ ગણાય, જ્યારે વિચાર મુજબ જે આચરે બતાવે તેને જ ‘આચાર્ય’ કહેવાય. આવા જીવનવીરોને જ આપણી સંસ્કૃતિએ ‘આચાર્યદેવો ભવ’ કહીને નવાજ્યા છે.

શિક્ષણના ઉચ્ચ આદર્શોને આંબવામાં જો આપણે સફળ ન થતાં હશું તો તેનાં કારણો હોઈ શકે, સંજોગો, પરિસ્થિતિ, સમાજનાં વિવિધ પરિબળો, રાજકીય

હસ્તક્ષેપ વગેરે અનેક બાબતોને કારણભૂત ગણી શકાય. પરંતુ પ્રત્યેક પરદોષદર્શનને બદલે આત્મનિરીક્ષણ કરવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. અન્ય પર દોષારોપ કરવાની પલાયનવાદી વૃત્તિ કોઈ પણ સમાજને માટે શોભાસ્પદ નથી.

‘શિક્ષકો ભણાવતા નથી’ એમ વિદ્યાર્થીઓ કહે અને વિદ્યાર્થીઓ રખડુ અને બેજવાબદાર છે એમ શિક્ષકો કહે. વાલીઓ વળી બેઉને કામચોર અને નકામા કહીને નગણ્ય ઠરાવે. પરસ્પરના આવા દોષારોપથી કોઈ પણ સમસ્યાનો ઉકેલ શક્ય નથી. શિક્ષણે પ્રત્યેકમાં આત્મખોજ પ્રેરવી જોઈએ. ‘મારા પતન કે ઉત્થાનનો જવાબદાર હું જ છું’ એ પાયાની વાતનો સ્વીકાર કરવાની હિંમત જો માણસ ખોઈ બેસે તો એ શિક્ષિત કે ભણેલો છે એમ કેમ કહી શકાય ?

મા સરસ્વતીનો પનોતો પુત્ર પરિસ્થિતિ પરાંડ્રમુખ થવાને બદલે ગમે તેવા સંજોગોનો હિંમતથી સામનો કરવામાં ગૌરવ અનુભવે છે. બધાં જ જો સમસ્યાઓથી ગભરાઈને કે મોહું ફેરવીને ચાલ્યા જાય તો પછી એમનો મુકાબલો કોણ કરે ? કોઈકે તો પડકાર ઝીલવો જ જોઈએ. ‘હું કંઈક કરીશ’ એવો નાનકડો સંકલ્પ, ‘કંઈક તો થવું જ જોઈએ- કરવું જ જોઈએ’ એવી મોટી ગર્જનાથી વધારે મહત્વનો છે. વિધાયક વાણી જ કાર્યસાધક બની શકે. ગીતામાં પણ કહ્યું છે કે, ‘નિયતં કુરુ કર્મ ત્વં’ ત્વમ્ અર્થાત્ બીજાની ફિકર કર્યા વગર તું તારું નક્કી થયેલું કામ નિષ્ઠાપૂર્વક કરતો રહે.

સાચો શિક્ષક કદી અગવડોમાં અટકતો નથી કે સાધનો માટે રડતો બેસતો નથી. મહત્વ તો માણસનું છે અને નહીં કે સાધનોનું ! પ્રતિકૂળતાને અનુકૂળતામાં ફેરવી નાખવાની દીક્ષા પ્રાચીન ગુરુઓ સૂર્ય પાસેથી પ્રાપ્ત કરતાં. સૂર્યપૂજાથી તેમના જીવનમાં તેજસ્વીતા, નિયમિતતા તેમજ અવિરત કર્મધારા પાંગરતી. સંસ્કૃત સાહિત્યમાં એક સરસ સુભાષિત છે :

‘રથસ્યૈકં ચક્રં ભુજગયમિતા સમતુરગાઃ,
નિરાલંબો માર્ગઃ ચરણવિકલો સારથિરપિ ।
રવિર્યાત્યેવાન્તં પ્રતિદિનમપારસ્ય નભસઃ,
ક્રિયાસિદ્ધિઃ સત્ત્વે ભવતિ મહતાં નોપકરણે ॥’

અર્થાત્ ‘સૂર્યના રથનું એક જ પૈડું છે, સાપની લગામથી સંયમિત એવા સાત ઘોડાઓ છે, માર્ગ આલંબનરહિત છે, સારથિ અરુણ પગ વગરનો (વિકલાંગ) છે અને તેમ છતાં સૂર્ય પ્રતિદિન અગાધ એવા આભની પ્રદક્ષિણા કરે છે કેમ કે મહાન પુરુષોના કાર્યની સિદ્ધિનો આધાર તેમના પોતાના સત્ત્વ ઉપર હોય છે અને નહીં કે બાહ્ય સાધનો ઉપર !’

સૂર્યોપાસક આચાર્ય કદી ‘કાળ બગડ્યો છે’ એમ કહીને રડતો નહીં બેસે પણ કાળને બદલવા માટે કટિબદ્ધ થઈને યથાશક્તિ કર્મયોગ આરંભી દેશે. વિદ્યા, વિદ્યાર્થી અને વિદ્યાલય માટેનો એનો પ્રેમ એને ત્યાગ અને બલિદાનની દીક્ષા આપે છે. જેના માટે પ્રેમ હોય તેના માટે માણસ ઘસાઈ છૂટે છે અને એની એ તપશ્ચર્યા જ એને પાવિત્ર્ય બક્ષે છે. માને દીકરા માટે પ્રેમ છે. તેથી તે દીકરા માટે અનેક કષ્ટ વેઠે છે અને પરિણામે આવી તપશ્ચર્યાપૂત મા દીકરા માટે પવિત્ર અને પૂજ્ય બની રહે છે.

સ્વચ્છતા અને પવિત્રતાનો ભેદ સ્પષ્ટ કરતાં એક ચિંતકે કહ્યું હતું કે, ‘વેશ્યાનું વસ્ત્ર સ્વચ્છ હોય તો પણ અપવિત્ર છે.’ જ્યારે ‘માનું વસ્ત્ર મેલું હોય તો પણ પવિત્ર છે’ આ સંદર્ભમાં ‘માતૃદેવો ભવ, પિતૃદેવો ભવ, આચાર્યદેવો ભવ’ એ સૂત્રોને સમજવાનો આપણે પ્રયત્ન કરવો જોઈએ.

શિક્ષકને જેમ વિદ્યાર્થી માટે વાત્સલ્ય હોવું જોઈએ તેમ પોતાના સહકાર્યકર માટે પણ સાચો સ્નેહ હોવો જોઈએ. શાળા કે મહાશાળામાં કામ કરતાં શિક્ષકોનો પરસ્પરનો સંબંધ આત્મીયતાપૂર્ણ હોવો જોઈએ. એક શિક્ષક બીજા શિક્ષકનું ઘસાતું બોલે તો નહીં જ. પરંતુ અન્ય કોઈ બોલતું હોય તો તે સાંભળી પણ ન

લે. આવા પ્રકારની સંઘભાવના જો શિક્ષકોમાં નિર્માણ થાય તો તેમના સંબંધોમાં યાંચ મારવાની અન્ય કોઈને જગ્યા જ મળે નહિ.

આજે સંઘનિષ્ઠાને અભાવે, તોફાની વિદ્યાર્થીઓ, આછકલા વાલીઓ, મીઠા મુખ્ય શિક્ષકો તેમજ જડોન્મત વ્યવસ્થાપકો શિક્ષકોની કમજોરીનો યથેચ્છા ફાયદો ઉઠાવે છે. અનધિકારીઓ દ્વારા ચલાવાતી ‘ભેદ પાડો અને શાસન કરો’ની નીતિ શિક્ષકોને પજવતી રહે છે અને વાતાવરણને વિષમય બનાવી દે છે. ‘વિષ ઓકે તે ખોટો જગમાં જેર પીએ તે મોટો’- એ વાત સૌએ હૃદયમાં કોતરી રાખવા જેવી છે.

‘સમુદ્રમંથન’માંથી નીકળેલાં રત્નો સૌએ લીધાં, અમૃતપાન બધાએ કર્યું પણ વિષ આવતાં જ બધાં ભાગ્યાં. ભગવાન શિવજીએ જેર પચાવી નાખ્યું. અમૃત પીનાર ‘દેવ’ કહેવાયા જ્યારે જેર પચાવનાર શિવજી ‘મહાદેવ’ કહેવાયા. કુટુંબમાં, સંસ્થામાં, સમાજમાં, રાષ્ટ્રમાં કે સમગ્ર વિશ્વમાં જેર પચાવવાની જવાબદારી મોટા માણસની છે. મોટો માણસ જો વિષપાન કરવાને બદલે એના છાંટણાં ચારે તરફ કરવા લાગે તો સમગ્ર વાતાવરણ કલુષિત બની જાય. સરસ્વતીના મંદિરમાં જેને મહત્ત્વનું સ્થાન મળ્યું હોય તેણે ત્યાંના વાતાવરણની પવિત્રતા ટકાવવા પોતાના પ્રાણ પાથરવા તૈયાર રહેવું જોઈએ.

‘શાળામાં કામ કરતો રહેલો પ્રત્યેક શિક્ષક મારો ભાઈ છે. તેને હલકો પાડીને મળતી રહેલી મોટાઈ મને જોઈતી નથી.’ એવો ભાવ જો બધામાં નિર્માણ થાય તો દરેક જણ બીજાને મોટાઈ આપવાનો પ્રયત્ન કરશે. તેમનો આ ત્યાગ તેમને પવિત્રતા પ્રદાન કરશે અને પૂજ્યતા તો હંમેશા પવિત્રતાને જ અનુસરે છે.

ધાકધમકીથી પરાણે પૂજ્ય થઈ બેઠેલા પામરો, કાગળના ફૂલ જેવા છે જ્યારે પાવિત્ર્યતાના પરિમલથી પૂજ્યતાને વરેલા પ્રજ્ઞાપુરુષો, મા સરસ્વતીના બાગને સદા મહેકતો રાખે છે.

‘સા વિદ્યા યા વિમુક્તયે’માંથી સાભાર

એકાગ્રતા અને ધ્યાન

શ્રી સ્વામી નિખિલેશ્વરાનંદજી

ધ્યાનનું મહત્ત્વ

આધુનિક યુગમાં વિજ્ઞાન અને ટેકનોલોજીએ ભલે સ્થળ અને કાળનાં અંતરો ઓછાં કરી નાખ્યા છે, ભૌતિક સુખસગવડનાં સાધનો અને કગણાં વધારી આપ્યાં છે, ચીજવસ્તુના ઉત્પાદનના ઢગલે ઢગલા સર્જ દીધાં છે અને સ્વર્ગના જેવાં મનોરંજનનાં સાધનો ઉપલબ્ધ કરી દીધાં છે. પણ એમ છતાં જોઈ કોઈ પણ મનુષ્યને પૂછીએ તો તે એમ જ જણાવશે કે એના જીવનમાં સુખશાંતિ નથી. દરેક મનુષ્યનું જીવન તનાવથી ભરેલું જણાય છે. તેથી જ માનસિક રોગો અને આત્મહત્યાનું પ્રમાણ દિન-પ્રતિદિન વધી રહ્યું છે. એ સંજોગોમાં મનુષ્યને જો કોઈ સાચાં સુખશાંતિ આપી શકે તેમ હોય તો તે એકમાત્ર ધ્યાન છે. આ ઉપરાંત અનેક રોગો વધી ગયા છે. મોટા ભાગના મનુષ્યો અનિદ્રાના રોગથી પીડાઈ રહ્યા છે. મનોરોગીઓનું પ્રમાણ વધતાં મેન્ટલ હોસ્પિટલો વધુને વધુ પ્રમાણમાં ખૂલી રહી છે. આવી પરિસ્થિતિમાં સાચા સુખ અને શાંતિ માટે ધ્યાનની જેટલી આવશ્યકતા આધુનિક યુગમાં રહેલી છે, તેટલી ક્યારેય નહોતી.

સ્ટ્રેસ મેનેજમેન્ટ માટે ધ્યાનની આવશ્યકતા

આજકાલ તો ઉદ્યોગધંધાઓમાં આંતરરાષ્ટ્રીય હરીફાઈ તીવ્ર બની છે. તેમાં ટકવા માટે ઉદ્યોગપતિઓ પણ સતત દોડધામ કરી રહ્યા છે. ઉપરાંત મજૂરોના પ્રશ્નો, મંદી, વગેરેને લઈને ધંધાકીય ક્ષેત્રે પણ તનાવ જોવા મળે છે. આથી જ મેનેજમેન્ટમાં ‘સ્ટ્રેસ મેનેજમેન્ટ’ મહત્ત્વનો વિષય બની ગયો છે. દેશ-વિદેશની અનેક કંપનીઓએ પોતાના અમલદારો અને ઓફિસરોના માનસિક તનાવને દૂર કરવા ધ્યાનના વર્ગો પણ શરૂ કર્યાં છે. ‘મહિન્દ્રા એન્ડ મહિન્દ્રા’ જેવી કંપનીઓ આ માટે અમેરિકન મનોવૈજ્ઞાનિક એલિસ એલ્બર્ટ દ્વારા પ્રતિપાદિત આર.ઈ.ટી. .E. (ational Emotive heory) વિધિનો ઉપયોગ કરી રહી છે. ‘બિઝનેસ ટુડે’માં જણાવ્યું હતું કે લાર્સન એન્ડ ટુબ્રો, ડી.સી.એમ., સોમટેલ ઈન્ડિયા, એચ.પી.સી.એલ., બી.એચ.ઈ.એલ., વગેરે અનેક મોટી કંપનીઓએ આ માટે ધ્યાન અને યોગનો સહારો લીધો છે. આજે આર્થિક ક્ષેત્રે વિશ્વકક્ષાએ ગળાકાપ હરીફાઈ ચાલી રહી છે તેથી મોટી મોટી કંપનીઓના મેનેજરોમાં માનસિક તનાવ વધી રહ્યો છે. ઈન્ટરનેશનલ સર્વે રિસર્ચ કોર્પોરેશન શિકાગોના સર્વેક્ષણ

અનુસાર હવે અમેરિકાની ૪૦ ટકા કંપનીઓ સ્ટ્રેસ મેનેજમેન્ટ માટે નિયમિત કાર્યક્રમોનું આયોજન કરે છે.

એમસ્ટરડેમના મેનેજમેન્ટ કન્સલટન્ટ શ્રી થીસત અનેક કંપનીઓમાં ધ્યાન અને કુંડલિનીયોગ કરાવી રહ્યા છે. તેમણે પોતાના પુસ્તક hythm o anaging માં આ વિશે વિસ્તૃત ચર્ચા કરી છે.

માનસિક તાણ દૂર કરવા ધ્યાન બહુ જ ઉપયોગી છે. એ અંગે ઘણા પ્રયોગો થઈ રહ્યા છે. જાપાનના ન્યુરોસાઈકિયાસ્ટ્રીસ્ટ શ્રી કાસ્માત્સુ અને શ્રી હીરાઈએ ઈ.ઈ.જી. દ્વારા ઝેન સાધુઓ ધ્યાન કરતા હતા ત્યારે ધ્યાનની મગજ ઉપરની અસરો વિશે પ્રયોગો કર્યા. તેમણે પહેલાં તો ૧૦ થી ૧૨ સી.પી.એસ.ના આલ્ફા તરંગો જોયા. પછી તરંગોની ફ્રિક્વન્સી ઘટીને ૮ થી ૧૦ સી.પી.એસ. થઈ ગઈ અને આ પછી ૪ થી ૭ સી.પી.એસ.ના થીટા તરંગો દેખાયા. થીટા તરંગો ચિત્તની પ્રશાંતિની માત્રાના સૂચક છે. આમ, વૈજ્ઞાનિક પ્રયોગો દ્વારા સિદ્ધ થયું છે કે ધ્યાન મનને શાંત કરવામાં મહત્ત્વનો ભાગ ભજવે છે.

શારીરિક સ્વાસ્થ્ય માટે ધ્યાનની આવશ્યકતા

શરીરના રોગોને દૂર કરવા માટે ધ્યાન અસરકારક ઉપાય છે. એ ભારતના ઋષિમુનિઓએ પાંચ હજાર વર્ષ પહેલાં જે સાબિત કરીને પોતાના નિરામય શતાયુ દ્વારા બતાવ્યું હતું, તે હવે આજના વૈજ્ઞાનિકો સ્વીકારવા લાગ્યા છે. હાર્વર્ડ મેડિકલ સ્કૂલના પ્રોફેસર ડૉ. હર્બર્ટ બર્ન્સને પ્રયોગો દ્વારા પુરવાર કરી આપ્યું છે કે ધ્યાનથી મન ઉપર એટલી બધી અસર થાય છે કે ‘બ્લડપ્રેસર’ ઓછું થઈ જાય છે. પોતાના આ પ્રયોગો અને તેના પરિણામ તેમણે he ela ation esponses નામના પુસ્તકમાં પ્રકાશિત કર્યાં છે.

મોટા ભાગના શારીરિક રોગોનું કારણ મન છે. મનમાં જો ચિંતા હોય, હતાશા કે નિરાશા હોય તો શરીર અવશ્ય માંદું પડે છે. વૈજ્ઞાનિકો જણાવે છે કે, સામાન્ય રીતે મગજને ૨૦ ટકા લોહી જોઈએ છે. પણ જો મગજમાં તનાવ હોય તો વધારે લોહી જોઈએ. આ વધારાનું લોહી મગજ, પેટ કે કરોડરજજીના સ્નાયુમાંથી લઈ લે છે. આથી અલ્સર, રક્તચાપ, હૃદયરોગ,

સ્પોન્ડીલિસિસ વગેરે રોગો થાય છે. ડૉ. દીપક ચોપ્રાએ પોતાના સુપ્રસિદ્ધ પુસ્તકો ધ ક્વોન્ટમ હિલિંગ, ધ એઈજલેસ બોડી એન્ડ ટાઈમલેસ માર્શન્ડ વગેરેમાં ધ્યાનની માનસિક અને શારીરિક તંદુરસ્તી ઉપર કેવી અસર પડે છે, તે જણાવ્યું છે.

શરીર પર મનની કેવી અસર પડે છે તે વિશે એક રસપ્રદ પ્રસંગ પૂ.સ્વામી યતીશ્વરનંદજી મહારાજ દ્વારા લખાયેલ પુસ્તક ‘મેડિટેશન એન્ડ સ્પીરીચ્યુઅલ લાઈફ’માં ટાંકવામાં આવ્યો છે. એક સ્ત્રી સંધિવાના રોગથી પીડાતી હતી. ઘણી દવા કરી પણ રોગ મટતો ન હતો. આ રોગથી તે કંટાળી ગઈ હતી. તે ‘ડીપ્રેશન’માં આવી ગઈ હતી એટલે તે એક ‘સાઈકીએટ્રીક’ પાસે ગઈ. તે મનોચિકિત્સકે તેની બધી વાતો ધ્યાનથી સાંભળી. પછી તેના પરિવારજનો વિષે તેને પ્રશ્નો પૂછ્યા અને ઘણી માહિતી મેળવી. તેમાંથી તેને તે સ્ત્રીના રોગનું મૂળ કારણ મળી ગયું. એ કારણ હતું, તેની બહેન સાથેનો અણબનાવ. એ ચિકિત્સકે તેને કહ્યું. તમારો રોગ હવે ગયો જ સમજજો. પણ તમારે તમારી બહેન સાથે પ્રેમભર્યો વર્તવ કરવો પડશે. તમે તેને ખરા દિલથી ચાહશો તો તમે સાજાં થઈ જશો.’

‘ના એને તો જિંદગીભર બોલાવીશ નહીં. એણે મારા વિશે બધાંને કેવું ખોટું ભરાવી દીધું એ માફીને લાયક જ નથી.’

‘તો પછી તમે જિંદગીભર આ આંગળાની અકડાઈ અને સંધિવાના દર્દની પીડા ભોગવ્યા કરો.’

‘આવું તે નિદાન કદી હોય?’ એમ કહેતી કહેતી તે સ્ત્રી ચાલી ગઈ. પણ બેએક મહિના પછી તે હસતી હસતી પાછી આવી અને આભાર માનતાં તેણે એ મનોચિકિત્સકને કહ્યું : ‘ખરેખર, તમારી સલાહ માનીને હું સામે ચાલીને મારી બહેનના ઘરે ગઈ અને કહ્યું : ‘આખરે તો આપણે બેય સગી બહેનો છીએ. આપણી વચ્ચે આવા અબોલા શોભતા નથી. ચાલ, મેં તને બધું માફ કરી દીધું.’ પછી તો મારી બહેન મને ભેટીને રડવા લાગી, તેણે પણ ભૂલ કબૂલ કરી લીધી. આમ, અમારી વચ્ચે પહેલાં જેવો જ પ્રેમનો તંતુ જોડાઈ ગયો. અને આશ્ચર્ય ! મારા સાંધાઓનું અક્કડપણું ધીમે ધીમે ઓછું થવા લાગ્યું. અને હવે તો હું લગભગ સાજા થઈ ગઈ છું.’ મનના ભાવોની શરીર પર કેટલી ઊંડી અસર પડે છે, એનું આ સચોટ ઉદાહરણ છે. ધ્યાનથી મન શાંત અને સ્થિર થાય છે અને તેથી શરીર પણ સ્વસ્થ અને તંદુરસ્ત રહે છે.

મનની અવસ્થાનો પ્રભાવ શરીર પર પડે છે. આ વિશે રાલ્ફ વાલ્ડ્રો ટ્રાઈને પોતાના પુસ્તક ‘ઈન ટ્યુન વીથ ધ ઈનફિનિટ’માં એક અન્ય દૃષ્ટાંત આપ્યું છે. એક વખત પ્લેગની

દેવી બગદાદ તરફ જઈ રહી હતી, ત્યારે એક મુસાફરને તેનો ભેટો થતાં તેણે પૂછ્યું : ‘તમે કઈ તરફ જઈ રહ્યા છો?’ ત્યારે તેણે કહ્યું : ‘હું પાંચ હજાર માણસોને મારવા બગદાદ જાઉં છું.’ ફરી તે જ્યારે પાછી ફરતી હતી ત્યારે એ મુસાફર પાછો તેને મળ્યો અને કહ્યું : ‘તમે તો પાંચ હજાર મનુષ્યોને મારવાનું કહેતા હતાં અને મેં સાંભળ્યું છે કે પચાસ હજાર માણસો પ્લેગથી મરી ગયાં!’ ત્યારે એ દેવીએ કહ્યું : ‘મેં તો તને કહ્યું હતું, તેમ પાંચ હજાર માણસોને જ માર્યા છે, પણ બીજા બધા તો ભયથી અને ચિંતાથી મરી ગયાં!’ અને ખરેખર આવું જ બને છે. ભય અને ચિંતાથી શરીરમાં રોગો વધારે ઝડપથી ફેલાય છે અને સાજાસમા માણસો પણ મરી જતાં હોય છે ! ભય અને ચિંતાથી શરીરમાં જીવનપ્રવાહ વહેવાના માર્ગો સંકોચાઈ જાય છે. શરીરમાં પ્રાણશક્તિ બહુ જ ધીમેથી વહેવા લાગે છે. પરંતુ ધ્યાન કરવામાં આવે તો આશા અને શાંતિના સંચાર દ્વારા શરીરમાં જીવનપ્રવાહના માર્ગો વધારે વિકસિત અને ખુલ્લા થાય છે. શરીરમાં પ્રાણશક્તિ વેગથી કૂદકા મારતી વહેવા લાગે છે. એટલે શરીરમાં રોગો ટકી શકતા નથી. એક પ્રખ્યાત અમેરિકન ડોક્ટરે મનુષ્યના મનનો આંતર શક્તિઓ જ કરે છે. એક પ્રખ્યાત સર્જને આ વિષે પોતાનો સ્પષ્ટ અભિપ્રાય આપતાં કહ્યું હતું : ‘શરીરને પોષણ આપનાર ખરું તત્ત્વ જે જીવનશક્તિ છે, તેનો ઘણા સમયથી વૈદકશાસ્ત્રમાં બિલકુલ ઉપયોગ કરવામાં આવ્યો નથી. બધા ડોક્ટરોનું ધ્યાન મન પર જડ પદાર્થની શી અસર થાય છે, એના ઉપર જ કેન્દ્રિત થયેલું છે. અને તેને લગતા જ ઉપાયો આપવામાં આવેલા છે. આનું પરિણામ એ આવ્યું કે ડોક્ટરો સમયની સાથે પ્રગતિ કરી શકતા નથી અને તેથી શરીરના રોગો દૂર કરવામાં મન કેટલો અગત્યનો ભાગ ભજવે છે, તેનો અભ્યાસ ઊંડાણપૂર્વક થયો નથી. ક્યાંક ક્યાંક માત્ર બીજ રૂપે એ વિચાર જોવામાં આવે છે. પરંતુ હવે ડોક્ટરો પણ શરીર ઉપર થતી મનની અસરો વિષે જાગ્રત થયા છે. અને આધુનિક યુગમાં ડોક્ટરો એના પ્રયોગો કરવા લાગ્યા છે.’

આપણા સાધુ-મહાત્માઓ અને યોગીઓ દ્વારા પોતાના મન ઉપર નિયંત્રણ કરી પોતાના શરીરનું આરોગ્ય જાળવી રાખતા હતા. સ્વામી બ્રહ્માનંદજી મહારાજ પણ પોતાના ‘ધ્યાન, ધર્મ અને સાધના’ પુસ્તકમાં કહે છે : ‘ધ્યાનથી ફક્ત મનમાં જ શાંતિ આવે છે, એવું નથી. તેનાથી શારીરિક સ્વાસ્થ્ય પણ સારું થાય છે.’ આમ, શારીરિક સ્વાસ્થ્ય માટે પણ ધ્યાન કરવું જરૂરી છે.

‘એકાગ્રતા અને ધ્યાન’માંથી સાભાર

શ્રી ચૈતન્ય મહાપ્રભુજી - જીવન પ્રસંગ

શ્રી કનૈયાલાલ મ. પંડ્યા

૧. મહાપ્રભુજીનો દ્વિવિધભાવ-ભગવદ્ભાવ અને ભક્તભાવ

વાસ્તવમાં પ્રાણી ભાવમય છે. જેનામાં જેવા ભાવ હશે તેને તે વસ્તુમાં તેવા ભાવ દેખાશે. મહાપ્રભુના શરીરમાં પણ ભક્તો પોતપોતાની ભાવનાનુસાર વિવિધ રૂપોનાં દર્શન કરવા લાગ્યા હતા. કોઈને વરાહ, કોઈને નૃસિંહ, કોઈને વામન તો કોઈને શ્યામસુંદરનાં દર્શન થતાં. કોઈને શંખ, ચક્ર, ગદા, પદ્મ સહિત ચતુર્ભુજ ભગવાનનાં દર્શન થતાં. જેને પ્રભુનું જ્યોતિર્મય શરીર દેખાતું તેમને પ્રભુ પ્રકાશપુંજરૂપે દેખાતા, સામાન્ય લોકોને તેમના ગૌરવરૂપનાં જ દર્શન થતાં.

સામાન્યતયા પ્રભુના શરીરમાં ભગવદ્ભાવ તથા ભક્તભાવ બંને દેખાતા. જ્યારે તેમને ભગવદ્ભાવ થયો ત્યારે તે નિઃસંકોચભાવથી દેવમૂર્તિઓને હટાવી ભગવાનના સિંહાસન પર વિરાજમાન થઈ જતા અને પોતાને ભગવાન કહેતા. એ અવસ્થામાં ભક્તો તેમની વિધિવત્ પૂજા કરતા. પ્રભુ તેમની પૂજા ગ્રહણ કરી તેમને વરદાન પણ આપતા. કોઈ કોઈ વાર તેમનામાં વિવિધ દેવી-દેવતાઓનો ભાવ પણ આવી જતો. કોઈ વાર 'બલદેવ' ભાવમાં હુંકાર કરતા અને શરાબ માગતા. કોઈ વાર ઈન્દ્રના આવેશમાં આવી વજ્ર ધૂમાવતા, કદી સુદર્શનચક્રનું આહ્વાન કરવા લાગતા.

એકવાર એક જોગી સુમધુર સ્વરથી ડમરુ વગાડતા શિવજીનાં ગીતો ગાઈ ગાઈને ભિક્ષા માગતા હતા. તેમનાં ગીતો સાંભળી પ્રભુને મહાદેવજીનો ભાવ આવી ગયો અને પોતાની લટોને વિખેરીને શિવજીના ભાવમાં તે ગાનારના ખભે ચઢીને મોટેથી બોલવા લાગ્યા, 'હું જ શિવ છું, હું જ શિવ છું; તમે વરદાન માગો. હું તમારી સ્તુતિથી પ્રસન્ન છું.' થોડીવાર પછી એ ભાવ સમાપ્ત થતાં તે તેમના ખભા પરથી અચેતન જેવા ઊતરી પડ્યા અને યથેચ્છ ભિક્ષા આપી તેમને વિદાય કર્યાં.

આ રીતે પ્રભુને વિભિન્ન દેવી-દેવતાઓના ભાવ આવવા લાગતા. જ્યારે એ ભાવ શાંત થઈ જતા ત્યારે એ ભાવમાં તેમણે કહેલી વાતો તે ભૂલી જતા ને દીન-

હીન વિનમ્ર ભક્ત જેવું આચરણ કરવા લાગતા. તે વખતે તેમનો દીનભાવ પથ્થર જેવા હૃદયવાળા માણસને પણ પીગળાવી દેતો. તે સમયે તે પોતાને અતિદીન, અધમ અને તુચ્છ બતાવી જોરથી રુદન કરતા. ભક્તોનું આલિંગન કરી રોતાં રોતાં કહેતા, 'શ્રી કૃષ્ણ ક્યાં ચાલ્યા ગયા?' ભાઈઓ ! મને શ્રીકૃષ્ણ મેળવી આપી મારા પ્રાણોને શીતલ કરી દો. મારી વિરહવેદના શ્રીકૃષ્ણનું ઠેકાણું બતાવીને શાંત કરો. મારા મોહન મને તડપતો છોડીને ક્યાંક ચાલ્યા ગયા?'

આ રીતે પ્રેમવિહ્વળ થઈ અદ્વૈતાચાર્ય વગેરે વૃદ્ધ ભક્તોને પગે પડી માથું રગડવા લાગતા. બધાને વારંવાર પ્રણામ કરતા. જ્યારે તે સાધારણ ભાવમાં રહેતા, ત્યારે એક અમાની ભક્તની સમાન શ્રદ્ધા-ભક્તિ સહિત ગંગાજીને સાષ્ટાંગ પ્રણામ કરતા, ગંગાજળનું આચમન કરતા, ઠાકોરજીનું વિધિવત્ પૂજન કરતા તથા તુલસીને જળ ચઢાવતા ને તેમની ભક્તિભાવથી પ્રદક્ષિણા કરતા. ભગવદ્ ભાવમાં એ બધી વાતો ભૂલી જઈ સ્વયં ઈશ્વરીય આચરણ કરતા. ભાવાવેશ પછી તે કહેતા, 'ભૈયા ! મને કંઈ યાદ નથી, હું અચેતનાવસ્થામાં ન જાણે શું શું બકી ગયો. તમે એ વાતનું ખોટું ન લગાડશો. મારા અપરાધોને ક્ષમા કરતા રહો અને મને એવા આશીર્વાદ આપો, જેનાથી અચેતનાવસ્થામાં પણ મારા મુખથી એવી વાત ન નીકળે જેને લીધે હું આપ તથા શ્રીકૃષ્ણની સામે અપરાધી બનું.'

સંકીર્તનમાં પણ તે બે ભાવોથી નૃત્ય કરતા. ભક્તભાવથી ઘણી સરળતાથી નૃત્ય કરતા. તે સમયનું તેમનું નૃત્ય ઘણું મધુર થતું. સંકીર્તન કરતાં કરતાં ભક્તોની ચરણરજ માથે ચઢાવતા અને તેમને વારંવાર પ્રણામ કરતા. વચ્ચે વચ્ચે પછડાઈ પડતા. કોઈ કોઈ વાર તો એટલા જોરથી પછડાઈ પડતા કે બધા ભક્તો તેમની દશા જોઈ ગભરાઈ જતા. તેમની માતા શચીદેવી તો એ જોઈ અધીરતાથી રોતાં રોતાં પ્રાર્થના કરતાં, 'હે અશરણ-શરણ ! મારા નિમાઈને આટલું બધું દુઃખ

ન દો.' તેથી બધા ભક્ત સંકીર્તન વખતે તેમની ઘણી સંભાળ રાખતા અને તેમને ચારે બાજુથી પકડી રાખતા કે ક્યાંય તે મૂર્છિત થઈ પડી ન જાય.

કોઈ કોઈ વાર તે ભાવાવેશમાં આવી જઈને પણ સંકીર્તન કરવા લાગતા, ત્યારે તેમનું નૃત્ય ઘણું જ અદ્ભુત અને અલૌકિક થતું. એ સમયે ભક્ત તેમનો સ્પર્શ કરવાની હિંમત કરી ન શકતા; કારણ કે તે નૃત્ય વખતે મોટેથી હુંકાર કરવા લાગતા. એમના હુંકારથી દિશાઓ ગૂંજવા લાગતી. અને પદાઘાતથી પૃથ્વી હાલવા લાગતી. એ સમયે બધા કીર્તન કરનારા ભક્તો વિસ્મય પામી વિશિષ્ટ આકર્ષણથી ખેંચાઈ મંત્રમુગ્ધની માફક બધી ક્રિયાઓ કરતા. તેમને જરાય બાહ્યજ્ઞાન ન રહેતું એ નૃત્યથી બધાને ઘણો જ આનંદ પ્રાપ્ત થતો. આ રીતે કીર્તન પૂરી રાત અને બીજા દિવસના સૂર્યોદય સુધી ચાલતું શ્રીવાસને ઘેર ઘણા ભાવુક લોકો સંકીર્તનમાં ભાગ લેવા બહારગામથી આવીને રહેતા અને સંકીર્તનમાં સંમિલિત થતા. ધીરે ધીરે ભક્તોને એક સારો મોટો પરિકર બની ગયો. તેમાં અદ્વૈતાચાર્ય, નિત્યાનંદ પ્રભુ અને હરિદાસ પ્રધાન ભક્ત સમજવામાં આવતા હતા તે ત્રણે સર્વત્યાગી, પરમવિરક્ત અને મહાપ્રભુના ઘણા જ અંતરંગ ભક્ત હતા.

૨. અનન્ય ભક્તોને પોતાના ઈશ્વરત્વનો પરચો આપતા મહાપ્રભુ

નિમાઈ પાસે દૂર દૂરથી ૧૦ થી ૪૦ વર્ષની ઉંમરના છાત્રો વ્યાકરણ, અલંકાર તથા ન્યાયશાસ્ત્ર ભણવા આવતા. જ્ઞાનના સાગર સમા નિમાઈએ આજીવિકાના સાધનરૂપ પાઠશાળાનું અધ્યાપનકાર્ય છોડી દીધું હતું અને સંપૂર્ણ ઉપરામ બની શ્રીકૃષ્ણકીર્તન દ્વારા કલિયુગના જીવોનો ઉદ્ધાર કરવાનું કાર્ય આરંભી દીધું હતું. કેટલાક વિદ્વાનો અને પરમ વૈષ્ણવ ભક્તોને તેમણે પોતે સાક્ષાત્ નારાયણના અવતાર હોવાના પ્રત્યક્ષ અનુભવો આપી દીધા હતા. તેથી ખીલેલા સુગંધીદાર પુષ્પની આસપાસ ઊડવા કરતા ભમરાઓની માફક તેમના દર્શન માટે સદાય ભક્તોની ભીડ જામી રહેતી. નિમાઈના સંસારમાં વિધવા માતા અને પતિપરાયણા પત્ની વિષ્ણુપ્રિયાજી હતાં. તેમની સંભાળ પણ તેમના ભક્તો જ લેતા. શ્રીવાસ પંડિતનું ઘર

નિમાઈ (ગૌરાંગ શ્રીચૈતન્ય મહાપ્રભુ)ના કીર્તનનું મુખ્ય સ્થાન હતું.

એક દિવસ સવારથી જ શ્રીવાસના ઘરમાં ભક્તોની ભીડ જામી. તેમા અદ્વૈતાચાર્ય, નિત્યાનંદ (નિતાઈ), શ્રીવાસ, ગદાધર, મુરારિ ગુપ્ત, મુકુંદદત્ત, નરહરિ, ગંગાદાસ, મહાપ્રભુના માસા ચંદ્રશેખર આચાર્યરત્ન, સ્વરૂપદામોદર, વકેશ્વર, દામોદર, જગદાનંદ, ગોવિંદ, માધવ, વાસુદેવ ઘોષ, સારંગ તથા મુસલમાન ભક્ત હરિદાસ મુખ્ય હતા. એક પ્રહર દિવસ ચડતાં પ્રભુ પધાર્યા અને ભક્તોના હૃદયોમાં જાણે જીવનનો સંચાર થઈ ગયો. પ્રભુને કીર્તન થતાં જ ભગવદવેશ આવી ગયો અને તે સીધા જ ભગવાનના સિંહાસન પર બેસી ગયા. પ્રભુના વિગ્રહ (શરીર)માંથી દિવ્ય પ્રકાશ પ્રસરી રહ્યો હતો. કોઈ તેમની સામું સ્થિર નજરે જોઈ શકતા ન હતા. પ્રભુના નખોની જ્યોતિ આકાશનાં નક્ષત્રોની માફક ચમકી રહી હતી. ભક્તો જડવત્ તેમનાં દર્શન કરતા જ રહ્યા. આ નીરવ સ્થિતિમાં ઘણો સમય રહ્યા પછી પ્રભુએ ગંભીરતાપૂર્વક કહેવા માંડ્યું : 'ભક્તવંદ! આજે હું તમારા બધાંની મનોકામના પૂર્ણ કરીશ. તમે મારો વિધિસર અભિષેક કરો.'

પ્રભુની આજ્ઞા મળતાં સર્વને અત્યંત આનંદ થયો, પરંતુ તેમાં શ્રીવાસની પ્રેમમય દશા વર્ણવી શકાય તેવી ન હતી. ભગવાનને એક બાજુ પર બેસાડી તેમને ગંગાજળથી સ્નાન કરાવ્યું. આ સ્નાન કલાકો સુધી ચાલ્યું; કારણ કે બધા જ ભક્તો ગંગાજી જઈને ઘડા ભરીને જળ લાવી લાવીને અભિષેક કરવા લાગ્યા હતા. પછી પ્રભુના વિગ્રહને સ્વચ્છ વસ્ત્રથી લૂછી સુંદર રેશમી વસ્ત્રો પહેરાવ્યાં અને તેમને સુંદર સિંહાસન પર બિરાજમાન કર્યાં. પછી કપૂર કસ્તુરીયુક્ત ચંદનનો લેપન, તુલસી તથા પુષ્પના હાર ચડાવ્યા. હાર લેવા લોકો બજારમાં દોડ્યા. માળાઓથી પ્રભુનો કંઠ ભરાઈ ગયો. એ બધી પુષ્પમાળાઓ પ્રસાદરૂપે વહેંચવામાં આવી.

શ્રીવાસ પંડિત તો દરિદ્રને પારસમણિ મળી જતાં જેમ પાગલ થઈ જાય તેમ બેશુદ્ધ જેવા થઈ ગયા હતાં. તેમને પ્રભુનાં માતાજી શચીદેવી વૈષ્ણવોને કહ્યા કરતાં

કે, તમે લોકોએ મારા સાદા સીધા નિર્માઈને ખરું-ખોટું શિખવાડીને બગાડી મૂક્યો છે. એથી શ્રીવાસને કહ્યું કે, આજે શચીમાતાને બોલાવીને બતાવીશ કે મા! જુઓ તમારો પુત્ર અસલમાં શું છે? તે સંપૂર્ણ જગતનો પિતા છે. શચીમાતા આવ્યા ત્યારે અદ્વૈતાચાર્યે કહ્યું, ‘માતા! સામે જુઓ. જેને તમે તમારો કહેતા હતા તે હવે કેવળ તમારો રહ્યો નથી. તેમના દર્શન કરો અને જીવનને સફળ બનાવો.’

શચી માતા તો ચકિત થઈ ગયાં. એમને શું કરવું તે સૂચ્યું નહીં. માતાની આ દશા જોઈ શ્રીવાસે દીનભાવથી પ્રાર્થના કરી કહ્યું, ‘પ્રભો! આ જગન્માતા શચીદેવી ઉપર કૃપા કરી તેમને આપના અસલી સ્વરૂપનાં દર્શન દો. એવી મારી પ્રાર્થના છે.’ હુંકાર કરીને પ્રભુ બોલ્યા, ‘શચીમાતા પર કૃપા નહીં થઈ શકે; કારણ કે સદા વૈષ્ણવોનું બોલે છે કે વૈષ્ણવોએ મળીને નિર્માઈને બરબાદ કર્યો છે.’ એ સાંભળી અદ્વૈતાચાર્ય બોલ્યા : પ્રભો! એ તો આપના પ્રત્યેનો વાત્સલ્યભાવ છે. તેમનામાં વૈષ્ણવો પ્રતિ કોઈ દ્વેષભાવ નથી. તેમની ઉપર અવશ્ય કૃપા હોવી જોઈએ.’

શ્રીવાસે શચીમાતાને કહ્યું, ‘મા! તમે પ્રભુના ચરણોમાં પ્રણામ કરો. પરંતુ માતાને પુત્રને પ્રણામ કરતાં સંકોચ થતો હતો. ત્યારે અદ્વૈતાચાર્યે કહ્યું, ‘મા! હવે તમે આ નિર્માઈ છે- એવું ભૂલી જાઓ. તેમને ભગવદ્ભુદ્ધિથી પ્રણામ કરો. વાર કરવાનો આ સમય નથી.’ પછી શચીમાતાએ સાષ્ટાંગ દંડવત્ પ્રણામ કરી પ્રાર્થના કરી. ‘ભગવન્! હું અજ્ઞાની સ્ત્રી આપને ઓળખતી નથી. આપ જે હો તે મારી ઉપર કૃપા કરો.’ માતાને પ્રણામ કરતા જોઈ પ્રભુએ તેમના મસ્તક ઉપર પગ પધરાવ્યા અને કહ્યું, ‘જાઓ, બધા જ વૈષ્ણવ-અપરાધ ક્ષમા કર્યા. તમારી ઉપર પૂર્ણ કૃપા થઈ.’

પછી વારાફરતી સૌએ પ્રભુની પૂજા કરી અને ભોગ ધરાવ્યા, પ્રભુએ તે દિવસે કેટલું આરોગ્ય તેનું કોઈ અનુમાન કરી ન શક્યું. ત્યાર પછી પ્રભુએ સર્વને રાજભોગ અને પાનનાં બીડાંનો પ્રસાદ આપી સૌની ઉપર દિવ્ય દૃષ્ટિ કરી અમૃતમય વાણી ઉચ્ચારી : એ વખતે ભક્તો સંસારના પ્રપંચોથી સંપૂર્ણ મુક્ત થઈ ગયા હતા; તેમને પોતે કોઈ દિવ્ય લોકમાં બેઠા હોય તેવો

અનુભવ થયો. આ રીતે રાત પડી ગઈ, દીવા, બત્તી, રોશની કરવામાં આવ્યાં. હજુ પણ પ્રભુના એ દિવ્ય ભાવમાં કંઈ જ પરિવર્તન આવ્યું ન હતું. લોકો બેઠા જ રહ્યા પછી મહાઆરતી કરવામાં આવી.

શ્રીવાસ પંડિત એકવાર દેવાનંદ પંડિતના ઘરમાં ભાગવત શ્રવણ કરતાં મૂર્છિત થઈ ગયા હતા. શિષ્યો તેમને ઊંચકીને ઘેર મૂકી આવ્યા હતા. પછી તેમને કોઈ દિવ્યશક્તિએ સચેત કર્યા હતા. આ વાત શ્રીવાસે કોઈને કરી ન હતી. પ્રભુએ એ ગુપ્ત પ્રસંગ યાદ કરાવીને શ્રીવાસને કહ્યું, ‘એ દિવ્ય શક્તિ હું જ હતો.’ શ્રીવાસના આશ્ચર્યનો પાર ન હતો. તેમને પ્રભુના ઈશ્વરત્વની સાબિતી મળી ગઈ.

શ્રીધર નામનો એક વૃદ્ધ ભક્ત કેળનો ગર્ભ (ખોલ) વેચીને ગુજરાન ચલાવતો હતો. લોકો તેને તંગ કરતા અને સસ્તાભાવે ખોલ લઈ લેતા હતા. આ ગરીબ શ્રીધર રાત-દિવસ ‘શ્રીકૃષ્ણ ગોવિંદ હરે મુરારે, હે નાથ નારાયણ વાસુદેવ’નો જપ કર્યા કરતો. તે પ્રભુ પર ખૂબ પ્રેમ રાખતો. પ્રભુને પણ તેના માટે હૃદયપૂર્વક પ્રેમ હતો. શ્રીવાસના ઘરથી શ્રીધરનું ઘર ઘણું દૂર હતું. તે કીર્તનમાં આવી શક્યો ન હતો. પ્રભુએ આજના ભગવદ્ભાવમાં શ્રીધરને યાદ કરીને બોલાવ્યો. તે તો પ્રભુએ તેનું સ્મરણ કર્યું છે- એ જાણી પ્રેમવિહ્વળ થઈ ધડામ દઈને પૃથ્વી પર પડ્યો. પ્રભુએ પોતાના કોમળ કરકરકમળોથી તેને ઉઠાડ્યો અને કહ્યું : ‘શ્રીધર! તમે મારા રૂપનાં દર્શન કરો. તમારી ઘણા લાંબા સમયની મનોકામના પૂર્ણ થઈ.’ શ્રીધરે રોતાં રોતાં પ્રભુના તેજોમય રૂપનાં દર્શન કરી પ્રાર્થના કરવા માંડી. તેણે કહ્યું : ‘પ્રભો! હું ઘણો મોટો અપરાધી છું. આપના યથાર્થ મહિમાને ન જાણી હું આપની સાથે પણ ઝગડતો હતો. આપ મને વારંવાર સમજાવતા હતા, પરંતુ માયામાં ફસાયેલો હું આપના ગૂઢ રહસ્યને સમજતો ન હતો. આજે આપના યથાર્થ રૂપનાં દર્શનથી મારો અજ્ઞાનરૂપ અંધકાર દૂર થયો છે. હું મારા સમસ્ત અપરાધોની ક્ષમા માગું છું.’

પ્રભુએ ગદગદ કંઠે કહ્યું : ‘શ્રીધર! હું તમારી ઉપર સંતુષ્ટ છું. તમે તમારી ઈચ્છાનુસાર વર માગો. શ્રીધરે કહ્યું : પ્રભો! આપ મળ્યા એટલે મને બધું જ

મળી ગયું, પણ આપ કહો છો તો માગું છું- જે બ્રાહ્મણ કુમારો કેળની ખોલ ખરીદતી વખતે મારી સાથે ઝગડા કર્યા કરતા હતા, તે સદા મારા હૃદયમાં બિરાજમાન રહે. કેટલી નિઃસ્પૃહતા!’

મુરારિ ગુપ્ત પોતાને હનુમાન સમજતા હતા. તે સીતારામના ભક્ત હતા. તેમણે પ્રભુમાં સીતારામના દર્શન કર્યા. પ્રભુએ તેમના મસ્તક પર ચરણ પધરાવી તેમને કૃતાર્થ કર્યા.

મુસલમાન ભક્ત હરિદાસને ભગવાને કહ્યું : હરિદાસ તમે પોતાને નીચ ન સમજો. તમે સર્વશ્રેષ્ઠ છો. તારી અને મારી જાતિ એક છે. જે તમારું સ્મરણ કરશે તે મારા જ સ્મરણનું ફળ પામશે. નવાબે તમારી પીઠ ઉપર લાકડીઓના જે પ્રહાર કર્યા હતા તે મેં મારી પીઠ પર ઝીલ્યા હતા. જુઓ તેનાં નિશાન મારી પીઠ પર હજુ પણ છે.’ એમ કહી પ્રભુએ પોતાની પીઠ બતાવી. ભક્તો પ્રભુની પીઠ પર સોટીઓનાં નિશાન જોઈ ચકિત થઈ ગયા. તેમને પ્રભુ સાક્ષાત નારાયણ છે, તેની ખાતરી કરાવી. પ્રભુના કહેવાથી હરિદાસે વરદાન માગ્યું કે, ‘હે પ્રેમાવતાર! હું સદા દીન-હીન, નિષ્કિંચન તથા અમાની બની રહું મને પ્રભુના દાસ હોવા સિવાય અન્ય અભિમાન ન થાઓ. હું સદાય વૈષ્ણવોની ચરણરજને મારા મસ્તકનું પરમ આભૂષણ સમજતો રહું, તેમનાં ચરણોમાં સદા પ્રીતિ રહે.’ એ સાંભળી ભક્તમંડળીએ હરિદાસજીની ભક્તિભાવનાની પુષ્કળ પ્રશંસા કરી.

આ રીતે અનેક ભક્તોની અભિલાષા પૂર્ણ કરતાં પૂરા સાત પ્રહર (૧ પ્રહર = ૩ કલાક) વીતી ગયા. લોકો એ જ સ્થિતિમાં બેસી રહ્યા અને પ્રભુના ઐશ્વર્યમાં પણ જરાય પરિવર્તન ન દેખાયું. ત્યારે બધાની વતી શ્રીવાસે પ્રાર્થના કરી : ‘પ્રભો! હવે આપ આપનું આ ઐશ્વર્ય સમેટી લો અને આપના મૂળ ગૌરરૂપનાં દર્શન કરાવો. આ તેજથી અમે સંસારી જીવ બળી જઈશું. અમારામાં તેને આથી વિશેષ સહન કરવાની શક્તિ નથી.

ભક્તોની પ્રાર્થના સાંભળી પ્રભુએ જોરથી હુંકાર કર્યો. હુંકાર કરતાં તેમને મૂર્છા આવી ગઈ. તે બોલ્યા,

‘તો લો, હવે હું જાઉં છું’ ભક્તોએ પ્રભુને સુંદર આસન પર સુવડાવ્યા અને વિવિધ ઉપાયોથી હોશમાં લાવવા પ્રયાસો કર્યા. છેવટે બધાએ મહામંત્રનું સંકીર્તન કરી પ્રભુને મુચ્છમુક્ત કરવાનો છેલ્લો પ્રયાસ કર્યો.

‘હરે રામ હરે રામ રામ રામ હરે હરે.’

‘હરે કૃષ્ણ હરે કૃષ્ણ કૃષ્ણ કૃષ્ણ હરે હરે’

કીર્તન ધ્વનિનું શ્રવણ થતાં પ્રભુ નિદ્રામાંથી જાગેલા મનુષ્યની માફક ઊભા થયા. ઈશ્વરભાવમાં લીન થયેલા લોકો ખાધાપીધા વિના ત્રીસ કલાક સુધી બેસી રહ્યા હતા. પ્રભુ આંખ ખોલીને ચારે બાજુ જોઈ બધી પૂજા-અભિષેક આદિની સામગ્રીઓ પડેલી જોઈએ પૂછવા લાગ્યા, ‘આ બધું શું છે? હું ક્યાં આવી ગયો?’ તમે બધા અહીં કેમ એકઠા થયા છો? તમે બધા આ રીતે વિચિત્ર ભાવથી અહીં કેમ બેઠા છો?’

શ્રીવાસને સંબોધીને પ્રભુ બોલ્યા : ‘પંડિતજી! બતાવોને શું વાત છે? મારાથી કોઈ ચંચળતા તો નથી થઈ ગઈ ને? અચેતન અવસ્થામાં મારાથી કોઈ અપરાધ થઈ તો થઈ ગયો નથી ને?’

પોતાનું હાસ્ય રોકીને શ્રીવાસ પંડિત બોલ્યા : ‘હવે અમને બહેકાવો નહીં, અજાણ્યા બનવાનું નાટક ન કરો. હવે અમે છેતરાવાના નથી. કંઈ બન્યું નથી. આ સંકીર્તનમાં અચેત થઈ ગયા હતા, તેથી આપને ચૈતન્યલાભ કરાવવા બધા ભેગા મળી કીર્તન કરી રહ્યા હતા. એ સાંભળી શરમાઈ જતાં પ્રભુ બોલ્યા : ‘એમ વાત છે! તમને બધાને મારે લીધે ઘણું કષ્ટ થયું, મને ક્ષમા કરો. ઘણો સમય વીતી ગયો. હવે જઈને સ્નાન-સંધ્યાદિ કરવાં જોઈએ.’

એ સાંભળી ભક્તો સંધ્યા નિમિત્ત ગંગાજી તરફ ચાલવા માંડ્યા. અવતારી પુરુષો આ રીતે પોતાના ઈશ્વરત્વની ખાતરી કરાવી જ દે છે. જેણે તેમને ઓળખ્યા તેમને માટે ભગવાન, ન ઓળખ્યા તેને મન સામાન્ય જન.

(ક્રમશઃ)

‘ભગવદ્ગીતાનું દિવ્ય જીવનરહસ્ય અને શ્રીચૈતન્ય મહાપ્રભુજનું જીવન અને તત્ત્વદર્શન’માંથી સાદર.

અહિંસા

પ્રા. ડૉ. રક્ષાબહેન પ્ર. દવે

સત્ય, અહિંસા, અસ્તેય, બ્રહ્મચર્ય, અપરિગ્રહ-આ પાંચ 'યમ' કહેવાય છે. યમ એટલે સંયમ, નિગ્રહ. રાજયોગનાં જે આઠ પગથિયાં છે- યમ, નિયમ, આસન, પ્રાણાયામ, પ્રત્યાહાર, ધારણા, ધ્યાન, સમાધિ- તેમાંથી પહેલું પગથિયું યમ છે અને તેમાં જે પાંચ યમ છે એમાંનો એક 'અહિંસા' છે. આ પાંચેય સનાતન મૂલ્યો છે. સનાતન એટલે હંમેશનું, શાશ્વત, સર્વમાન્ય. ગમે તેટલી જીવનરીતિ બદલાય, વિચારો બદલાય, ધર્મ બદલાય છતાં માણસે સ્વીકારવું જ પડે કે 'આ પાંચ ઉત્તમ ગુણ છે. હું તેને આંબી શકતો નથી તેમાં મારો વાંક છે. હું ટૂંકો પડું છું. પણ આ પાંચ ગુણો સર્વકાલિન છે.' તેમાંથી અહિંસાનો વિચાર કરીએ.

કોઈને મારવું નહિ તે અહિંસા. થપાટ ન મારવી, પાટું ન મારવું, ધબ્બો ન મારવો તો પછી છરી કે ગોળી તો ક્યાંથી મરાય ?

આ તો અહિંસા છે જ, પણ હજુ ઊંડે જવાનું છે. કોઈના હૃદયને દુઃખ ન લાગે એવી વાણી બોલવી તે પણ અહિંસામાં જરૂરી છે. કોઈના મનને આપણી વાણીથી ઠેસ વાગે તે પણ હિંસા છે.

મહાત્મા ગાંધીજી કહેતા કે, 'સત્ય મારો પરમેશ્વર છે અને અહિંસા તે પરમેશ્વર સુધી પહોંચવાનો માર્ગ છે.' આ માર્ગનાં બધા જ પગથિયાં ચઢવાનો તેમનો નિર્ધાર હતો અને તેથી જ તેઓ એવું પણ કહી ગયા છે કે, 'ભાષામાં આવતો અવિવેક પણ હિંસા જ છે.' આવો સૂક્ષ્મ વિચાર કરી તે પ્રમાણે આચરવું જોઈએ. મહાત્મા કબીરે ગાયું છે કે,

'ડાલી તોડું ના, પાતી તોડું

ના કોઈ જીવ સતાઉ ।

પાત પાત મેં પ્રભુ બસત હૈ

વોહી મેં પ્રીત લગાઉ ।'

પાંદડું તોડવું તે પણ હિંસા છે તો એકહજાર એકસો આઠ બિલિપત્રો તોડી આપણે કેટલી હિંસા કરી કેટલું પાપ એકઠું કરતા હશું? - આવું વિચારવું આપણને નહીં ગમે, પણ અહિંસાની નિસરણી ચડશું તો એક સોપાન આ પણ આવશે એ હકીકત છે. અને એ સોપાન ચઢવું જોઈએ.

(૧) અહિંસાની નિસરણીના એક અગત્યના પગથિયાની વાત કરવી છે કે જેને વિશે કોઈ વિચારતું નથી. વાસ્તુ-વિધિમાં કોળું વધેરવાની એક ક્રિયા આવે છે. ચોકમાં જઈ તલવારથી કોળું વધેરાય અને પછી પાછળ જોયા વિના બધા બ્રાહ્મણો ઘરે પાછા આવે (ડાઘુઓ પણ પાછળ ફરીને જોતા નથી. એની ખબર હશે તમને.) પછી આપણે પાણીની ડોલ અને પાણી આપીએ એટલે તે સૌ હાથ-પગ-મોઢું ધોઈ નાખે. પછી આપણે ભીની માટીના ગોળા કરી કરીને તેમાં નાની નાની સળી વાળી રંગીન કાપડની ધજાઓ ખૂંચાડીને આપણા નવા મકાનની અગાશીની વંડી ઉપર હારબંધ મૂકીએ છીએ. આ બધાનો અર્થ એ કે આપણે કોઈ અનિષ્ટ તત્ત્વને તલવારથી હણી નાખ્યું. તેનું બલિદાન દઈ દીધું અને તેના આનંદમાં પછી ધજાઓ લહેરાવી. મારા ઘરનું વાસ્તું હતું. ત્યારે મેં બ્રાહ્મણ દેવને પૂછેલું કે, 'કોળું વધેરવું તે શું છે?' તેમણે કહ્યું હતું કે, 'એક પ્રકારનું બલિદાન જ છે.' 'તો પછી તમે શું કામ એ વિધિ કરો છો?' તો કહે, 'ન કરીએ તો યજમાનો વિચારે કે આ ગોરને તો કોળું વધેરવાનો વિધિ ય નથી આવડતો એટલે અમે આગે સે ચલી આતી હૈ' એમ માની કર્યા કરીએ છીએ.' મેં કહ્યું : 'જે બ્રાહ્મણ આ વિધિ કરવાના છે તેમને દક્ષિણા આપી દઉં. હવે તેમનું તમારે કામ ન હોય તો તેમને વિદાય કરો. અમારે કોળું વધેરાવવું નથી. અનિષ્ટનું બલિદાન નથી દેવું. કવિ સુન્દરમે ગાયું છે કે-

હણો ના પાપીને, દિગુણ બનશે પાપ જગનાં

લડો પાપો સામે અડગ દિલના ગુપ્ત બળથી'

ભલે કોળું કાપીએ ત્યારે તેમાંથી લોહી ન નીકળતું હોય, પણ છે તો તે બલિદાનનો જ વિધિ. કોળું એ બલિ થનાર જીવની 'પ્રોકસી' તરીકે લેવામાં આવે છે. હવે પહેલાં થતી સ્થૂળ હિંસા પ્રતીક હિંસાનું સ્વરૂપ પામી છે. પ્રગટમાંથી પ્રતીક સુધી આપણે પહોંચ્યા છીએ તે સારું છે પણ હવે તે પ્રતીક હિંસાને પણ છોડવી જોઈએ. એકડે એકથી સો સુધી આવડ્યું? સારી વાત છે, પણ હવે ત્યાં અટકવાને બદલે એકથી દાણ (દસનો ઘડિયો) સુધી પહોંચવું જોઈએ ને ?

(૨) વાસ્તુયજ્ઞમાં લોકો બીડું હોમવાને સમયે દોડીને પહોંચી જાય છે. પણ બીડું હોમવું તે પણ બલિદાનનો જ વિધિ છે. એક કાળે તે બીડું હોમવાને વખતે જીવહિંસા થતી'તી તે વિશ્વામિત્ર ઋષિએ માંડ માંડ બંધ કરાવી. મૂરખ યજમાનોએ બ્રાહ્મણોને તેમને સમજાવ્યું કે, 'જુઓ, આ નાળિયેર. તેમાં બે આંખ અને એક મોઢું છે કે નહીં? ઉપર શિખા પણ છે. બસ, જીવહિંસાને બદલે હવે નાળિયેર વધેરવાનું અને નારિયેળ હોમવાનું રાખો. લોહી છાંટવાને બદલે નારિયેળનું પાણી છાંટવાનું રાખો.' લોકોએ વળી તે સ્વીકાર્યું. એટલે પ્રગટ હિંસા બંધ થઈ. પણ, આ પ્રતીક હિંસા શરૂ થઈ. તો હવે એ પણ બંધ થવી જોઈએ. યજ્ઞ-નારાયણને પૂર્ણફલ દક્ષિણા તરીકે નારિયેળ ધરવું, પણ હોમવું નહીં.

એવી જ રીતે માતાજીનાં મંદિરોમાં નારિયેળ ધરવું, પણ વધેરવું નહીં. મેઘ એટલે યજ્ઞ. પહેલાં આપણે ત્યાં નરમેઘ થતો, તેમાંથી સુધરીને માણસ અશ્વમેઘ સુધી આવ્યો. પછી ને પણ બંધ થયો. અજ એટલે બકરો. પણ સમજણા લોકોએ તે પણ બંધ કર્યું. હવે શ્રીફળ મેઘ પાસે બધું અટક્યું છે. ધડામ કરતું માથું ફોડીને કે કાપીને લોહી છાંટવાને સ્થાને નારિયેળ વધેરી પાણી છાંટવાનું શરૂ થયું તે શરૂ જ રહ્યું છે. નર, અશ્વ કે અન્ય ને સ્થાને નારિયેળ હોમવાનું શરૂ કરીને હિંદુઓ અહિંસક બન્યા ખરા. અન્ય કોમો કરતાં તે દશાંગુલ ઊંચે ઊઠ્યાં ખરા, પણ હજુ શતાંગુલ ઊંચે ઊઠવાનું બાકી છે. નાળિયેરનાં બધાં છોલાં ઉખાડી તેને ગલગોટાના હારથી વીંટાળીને યજ્ઞના કાષ્ટપાત્રમાં મૂકીને શકાદય સ્તુતિ મોટેથી બરાડીને અંતે તે નાળિયેરને યજ્ઞમાં હોમી દેવું તે બલિ-વિધિ કોઈ ભક્તિભાવને બદલે હત્યા-ભાવને જ વિશેષ ઉપસાવે છે. એ હત્યાને કોઈ વિદ્વાન, પંડિત, કર્મકાંડી ગમે તેટલી શાસ્ત્રીય ગણાવે તો પણ તે ક્રિયા ઘેટાને કરેણનો હાર પહેરાવી, ચાંદલો કરી હલાલ કરી નાખવાની ક્રિયાથી જરાય જુદી લાગતી નથી. નાળિયેર હોમવામાં પ્રતીક હત્યા છે અને ઘેટું હોમવામાં પ્રગટ હત્યા હતી. બંનેમાં આટલો મોટો તફાવત હોવા છતાં બલિની ઘૃણિત ભાવનાથી બંને ક્રિયાઓ સરખી કલુષિત છે. કોઈનો બલિ દેવો, બલિ લેવો, બીડું હોમવું- આ બધી માણસાઈથી વિરુદ્ધની બાબતો છે. એકને આપણે હોમ કહીએ છીએ

અને બીજીને આપણે હત્યા કહીએ છીએ, પણ ભાવના બંનેમાં એક જ છે એ સત્ય સામે આપણે આંખ મીંચીએ છીએ- તે બરાબર નથી. તેમાં સમજદારીનો અભાવ છે. નાનપણથી જ મને બીડું હોમવાની આ પ્રથા ગમગીનીભરી અને ગંભીર, કુત્સિત અને ગુનાહિત લાગી છે અને તે એટલી હદે કે તેને કારણે હું કદી શકાદય સ્તોત્ર મોઢે કરી શકી નથી. કારણ કે તે સ્તોત્રનું ઉદ્દગાન બીડું હોમવાને સમયે કરવામાં આવે છે. હોમવું, વધેરવું આ ક્રિયાપદો બલિના વાયક છે તેથી તે પણ નહીં પ્રયોજવાં જોઈએ. 'નાળિયેરમાંથી જલ કાઢો' એમ બોલવું જોઈએ.

(૩) યાત્રા શરૂ કરતી વખતે બસના પૈડા કે નાળિયેર વધેરીને પૈડા પર રેડાતું પાણી અને કન્યા વળાવતી વખતે તેની મોટરના પૈડા નીચે નાળિયેર વધેરીને પછી તેના પૈડા પર રેડાતું પાણી પણ મને કોઈનું માથું ચગદીને લોહી રેડાતું હોય તેવું લાગે છે. પહેલાં આવું ઘૃણિત ખૂન થતું- તેની સ્મૃતિ કરાવે છે. ભગવાને આપણને પીવા માટે બનાવેલું મિષ્ટ શ્રીફળ જળ પૈડા પર વેડફી દેવામાં મૂર્ખાઈ છે અને એ ક્રિયા લોહી છાંટવાની ક્રિયાની 'પ્રોકસી' જેવી જ છે. તેથી હવે આપણે આ વિધિ પણ ત્યજવો જોઈએ. મેં મારે ઘરે કન્યા વિદાય વખતે મોટરના પૈડાની પૂજા દ્રવ્યોથી પૂજા કરવા દીધી છે પણ નાળિયેર વધેરવા દીધું નથી, તેનું પાણી છાંટવા દીધું નથી. કર્મકાંડ કરવા આવેલા ભૂદેવોએ મારી આ કાંતિને વખાણી છે, પણ તેઓ આ વિચારનો ફેલાવો કરી શકતા નથી. એનો ફેલાવો યજમાનોએ કરવો જોઈએ. નાળિયેર ઉત્તમ ફળ છે તેથી ભગવાનને તે ભેટ ધરાય. પણ તેને હોમીએ કે વધેરીએ તે બલિ આપ્યા સમાન છે. બલિ આપવો તે હિંસા છે તેથી અહિંસાના દિવ્ય માર્ગ ચાલનારાઓએ આ પ્રથાઓ બંધ કરાવવી જોઈએ. અને ત્યારે ત્યારે મોટે અવાજે ભેળા થયેલા લોકોને આ કહેવું જોઈએ કે, 'જુઓ, અમે બીડું હોમતા નથી. તેમ તમે પણ નહીં હોમાવજો. આ અહિંસાની ભાવનાનો પ્રસાર કરજો. જુઓ, અમે નાળિયેર નથી વધેરતા. તમે પણ નહીં વધેરતાં. નાળિયેર વધેરવું તે એક પ્રકારની હિંસા જ છે. માટે તે પ્રથાનો નાશ કરો.' આવું, જાહેર કરજો જેથી અહિંસાનો પ્રસાર કરવાનું તમને પુણ્ય મળે, કે જે પુણ્ય આ લેખ લખીને આજે હું વિરમું છું.

પ્રેમને પામતાં પહેલાં....

-ડૉ. હરીશ દ્વિવેદી

જ્યોર્જ બર્નાડ શો એમના માર્મિક વિનોદ અને ટીખળ માટે ખૂબ જાણીતાં છે. એકવાર કોઈક યુવતીએ એમને પોતાના મનની વાત કહેતા કહ્યું કે, છેલ્લાં ઘણાં સમયથી એ એક ભારે મૂંઝવણ અનુભવી રહી છે. એને પરણવા માટે એક ઉમરાવ, એક ડોક્ટર અને એક ઈજનેર તૈયાર છે. એમાંથી 'હા' કોને પાડવી એ પ્રશ્ન એને મૂંઝવી રહ્યો હતો.

બર્નાડ શોને આ નાજુક પરિસ્થિતિમાંથી બહાર નીકળવાનો કોઈ ઉપાય બતાવવા એણે વિનંતી કરતાં કહ્યું કે, હવે તમે જ કહો કે, આ ત્રણમાંથી હું કોને પરણું ?

એનો જવાબ આપતાં શોએ કહ્યું કે, આ પ્રશ્ન લગભગ દરેક યુવતીનો હોય છે. હવે રહી પસંદગીની વાત. એ ત્રણમાંથી તું ગમે તેને પરણી શકે છે, પરંતુ સૌથી પહેલાં તે એક સારો માણસ હોવો જરૂરી છે. પછી તે ઉમરાવ, ડોક્ટર કે એન્જિનિયર ગમે તે હોઈ શકે છે, પરંતુ એક સાચા માણસને તું પરણજે. લગ્ન માટેની એ સૌથી મોટામાં મોટી યોગ્યતા છે.

વાહ, બર્નાડ શો, વાહ ! એક સુંદર, વાત તમે અહીં હસતાં હસતાં કહી નાંખી છે. જીવનનું આ એક મોટામાં મોટું સત્ય છે. સૃષ્ટિનું સર્વશ્રેષ્ઠ સર્જન હોવાથી માણસ સર્વોપરી છે, પરંતુ માણસથી પણ ઉપર કંઈક હોય તો તે છે એની માણસાઈ એનું કોઈ મૂલ્ય આંકી શકાય તેમ નથી.

કોઈ કવિએ સાચું જ કહ્યું છે કે, 'હું' માનવી માનવ થાઉં તો ઘણું' મનુષ્ય તરીકે જન્મ તો આપણને સહુને મળ્યો છે, એમાંથી માનવતા આપણે પ્રગટાવવાની છે. જીવનમાં એક સાચા નેકટિલ ઈન્સાન બનવાની જરૂર છે. આજે આવા પ્રામાણિક માણસને, મુલ્લા નસરૂદીનની માફક, દિવસના અજવાળામાં પણ હાથમાં ફાનસ લઈને શોધવા નીકળવું પડે તેમ છે, પણ માણસાઈ હજુ મરી પરવારી નથી, ક્યાંક ક્યાંક એનાં દર્શન હજુ પણ થતાં રહે છે. જીવનની એ ધન્યતાની

ક્ષણો હોય છે.

ધન-વૈભવ, ધંધો-કારકિર્દી, માન-પ્રતિષ્ઠા એ બધાં કરતાં માણસાઈનું મૂલ્ય વધુ હોય છે. જીવનમાં બાકી બધું જ ગૌણ છે. એટલા માટે જ આપણો નાનો-મોટો પ્રત્યેક વ્યવહાર ખૂબ જ પ્રેમપૂર્ણ હોવો જોઈએ. આપણે તો નાની અમથી વાતથી પણ મગજ ગુમાવી દેતા હોઈએ છીએ. ખરેખર જો આપણે કશુંક ગુમાવવું જ હોય તો કુટેવોની ખાસ્સી લાંબી યાદી આપણે બનાવી શકીએ તેમ છીએ, પહેલાં એ બધાંથી મુક્ત બનવાની જરૂર છે. અત્યારે તો આપણે જે કંઈ કરીએ છીએ તે કશાકની પ્રતિક્રિયારૂપે કરતાં હોઈએ છીએ. કોઈકે આપણને કશુંક કહ્યું તો એના પર વિચાર કર્યા વિના જ પ્રતિક્રિયારૂપે એનો સામો જવાબ આપી દેતા હોઈએ છીએ અને એમાંથી સર્જાય છે- 'શબ્દોનું મહાભારત યુદ્ધ'. પરિણામે ચારે તરફ દુઃખ, અશાંતિ, કલેશ-કંકાસનું કલુષિત વાતાવરણ સર્જાઈ જતું હોય છે.

અહીં જે વિષયકની વાત કરવામાં આવી એની શરૂઆત તો આપણા પોતાનાથી જ થતી હોય છે. પછી તે ઘર, સમાજ, રાષ્ટ્ર અને વિશ્વયુદ્ધ સુધી ફેલાઈ જતી હોય છે અને છેવટે વિશ્વયુદ્ધની નોબત આવીને ઊભી રહી જતી હોય છે.

આમાંથી બચવાનો કોઈ ઉપાય ખરો ? હા, એનો ઉપાય પણ છે અને એની શરૂઆત પણ આપણાંથી જ કરવાની છે. અત્યાર સુધી આપણે જે કંઈ વિચારતાં આવ્યા છીએ અને જે રીતે શબ્દોનો ઉપયોગ કરતાં હોઈએ છીએ. તે બધું જ નિષેધાત્મક હોય છે. શબ્દોનો ઉપયોગ આપણે કાતરની જેમ કરતાં હોઈએ છીએ અને પરિણામે દરેક વસ્તુના કટકા અને વિભાજન કરવામાં જ જિંદગી પૂરી થઈ જતી હોય છે, પરંતુ એ પરંપરા તો ચાલુ જ રહેતી હોય છે. એના કારણે જ આજે સંસારમાં આટલી અશાંતિ, દુઃખ, ઈર્ષ્યા, દ્વેષ, અને વેર-ઝેર જોવા મળે છે.

એને માટે વિચારો અને શબ્દોનો સર્જનાત્મક ઉપયોગ કરતાં શીખવું પડશે. સુખ-શાંતિ અને સર્વના કલ્યાણનો આ એક જ માર્ગ આપણાં માટે ખુલ્લો છે. શબ્દોનો કાતરની જેમ ઉપયોગ કરવાને બદલે એમની પાસેથી સોયનું કામ લેતા શીખવું પડશે. સોય હંમેશા ટુકડાઓને જોડવાનું કામ કરે છે. આપણે જે કંઈ બોલીએ તે ખૂબ વિચારીને બોલીએ. શબ્દોનો ખૂબ વિવેકપૂર્વક ઉપયોગ કરીએ. શબ્દોને આપણે પુષ્પગુચ્છની જેમ આપતાં શીખીએ, જેથી લેનારને એનો સહેજ પણ આઘાત પહોંચે નહિ.

ખરેખર તો આપણે જે કંઈ બોલીએ છીએ તેના દ્વારા આપણું વ્યક્તિત્વ પ્રગટ થયું હોય છે. એટલા માટે જ થોડી સભાનતાની (areness) જરૂર છે. ક્યા શબ્દનો કઈ રીતે ઉપયોગ કરવો, એની પસંદગી આપણે જ કરવાની હોય છે. શબ્દો એ કમાનમાંથી છૂટેલા તીર જેવા હોય છે. જ્યાં સુધી એ અંદર હોય છે ત્યાં સુધી એના ઉપર આપણો પૂરેપૂરો અધિકાર હોય છે, પરંતુ બહાર નીકળ્યા પછી તો એ નિશાન સુધી સહેજ પણ બચકાયા વિના પહોંચી જતા હોય છે. એટલા માટે શબ્દોનાં તીરનો ખૂબ જ સાવધાનીપૂર્વક ઉપયોગ કરવાનો હોય છે અને બની શકે તો એને કામદેવનાં પુષ્પબાણની જેમ સાવ હલકાંફૂલ બનાવી દેવાની કળા આપણે શીખવાની હોય છે.

શબ્દોનો આ રીતે સર્જનાત્મક ઉપયોગ કરતાં શીખીશું, પછી આપણે કોઈ ફરિયાદ કરવાની રહેશે નહિ, પ્રેમ, આનંદ, સુખ-શાંતિ એ શબ્દો બોલતાંની સાથે એ પ્રમાણેનું વાતાવરણ સર્જઈ જશે. અત્યારે તો એ બધા શબ્દો પણ સાવ ખાલી ખોખલાં બની ગયેલ છે. એટલે જ સત્યમ્ શિવમ્ અને સુંદરમ્ જેવા શબ્દોની પણ કોઈ અસર આપણાં ઉપર થતી જોવા મળતી નથી. આ બધાં શબ્દોમાં પ્રેમનું અમૃત ભરી એમને જીવંત બનાવતાં શીખવાનું છે.

હવે પ્રશ્ન એ થાય છે કે, શું આ જ પ્રેમ અને આનંદનું રૂપાંતર તિરસ્કાર અને દુઃખ કે ગ્લાનિમાં થઈ જતું હશે ? ખૂબ સરસ મજાનો પ્રશ્ન છે, પોતાની

પ્રિયતમાને પોતાના પ્રાણથી પણ અધિક ચાહવાની વાતો કરતો યુવક થોડાંક જ વર્ષોમાં પત્નીને ધિક્કારવાની હદ સુધી પહોંચી જતો હોય છે. વાતવાતમાં એ એનું અપમાન અને તિરસ્કાર કરતો હોય છે.

પ્રેમની બાબતમાં આટલો મોટો વિરોધાત્માસ કેમ? શું પ્રેમ કદી ધિક્કાર બની શકે ખરો ? એટલું જ નહિ, ક્યારેક તો પ્રેમ સાવ મરી પરવાર્યો હોય એવું પણ લાગતું હોય છે. વાસ્તવમાં પ્રેમ કદી મરતો હોતો નથી. પ્રેમ એ તો જીવનની અમરવેલ છે. એક જીવંત ધબકાર છે. સમયના વહેણની સાથે એ અવનવાં રૂપો લઈ બદલાતો રહેતો હોય છે, પરંતુ એનું રૂપાંતરણ ધિક્કારમાં કદી શક્ય નથી, જે પ્રેમ ધિક્કારનું સ્વરૂપ ધારણ કરી શકે તેને સાચો પ્રેમ કહેવો કઈ રીતે ? સાચો પ્રેમ તો કોઈ પણ પરિસ્થિતિમાં હંમેશા પ્રેમ જ રહેવાનો. એ કદી અપ્રેમ થઈ શકે જ નહિ.

પ્રેમના આવા સમજી ન શકાય તેવા સ્વરૂપ વિશે કોઈક ચિંતકે સાચું જ કહ્યું છે કે, પ્રેમ કદી મરતો નથી કે એનું ધિક્કારમાં રૂપાંતરણ પણ થતું હોતું નથી, પરંતુ સમયના વહેણની સાથે પ્રેમ માટેની જરૂરી લાયકાત મરી જતી હોય છે અને એના લીધે જ જીવનમાં અનેક સમસ્યાઓ ઊભી થતી હોય છે. એનાથી બચવા માટે પ્રેમ માટેની એ જરૂરી લાયકાતને આપણે લાયસન્સની જેમ રીન્યુ કરાવતાં રહેવી પડશે. પછી જીવનભર પ્રેમને આપણે જીવંત રાખી શકીશું. પ્રેમ એ તો શૂરવીરનો માર્ગ છે. ખાંડાની ધાર પર ચાલવા જેવું કઠિન છે, પરંતુ અશક્ય નથી. એને માટે સૌંદર્યને પામતાં પહેલાં સુંદર બનવાની કવિએ જે વાત કરી છે તે પ્રેમને માટે પણ કહી શકાય તેમ છે, પ્રેમને પામતા પહેલાં પ્રેમરૂપ બનવું પડે.

દિવ્ય કૃપા પામો

કૃપાની માત્રા સમર્પણની માત્રાના સમપ્રમાણમાં હોય છે.

પૂર્ણ સમર્પણ કરો અને દિવ્ય કૃપા પામો.

પરમ શાંતિ અને શાશ્વત પરમસુખ પામવાનો આ ભવ્ય અને મહામૂલો માર્ગ છે.

-સ્વામી શિવાનંદ

વૃત્તાંત

દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘ : અમદાવાદ : જયેષ્ઠ અમાવાસ્યાના રોજ શ્રી જગન્નાથ મંદિરમાં વિરાટ સાધુ સમારોહ અને સમષ્ટિ ભંડારામાં પૂજ્યપાદ શ્રીમત્ સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ, શ્રીમત સ્વામી નારાયણસ્વરૂપાનંદજી મહારાજ (શિવાનંદ આશ્રમ, હૃષીકેશ) તથા શ્રીમત્ સ્વામી ગુરુસેવાનંદજી મહારાજ તથા શ્રી બીરેન્દ્રદાસજી પધાર્યા હતા.

અષાઢ સુદી એકમની સાંજે સમસ્ત વડનગરા નાગર મંડળ દ્વારા આયોજિત શકાદય સ્તુતિગાન, શ્રી શિવમહિમ્ન પાઠ, શાંતિ મંત્ર પાઠ અને સંધ્યાવંદન મંત્રપાઠ તથા મંત્ર લેખન (ગાયત્રી)ની સ્પર્ધાનો સમારોહ, લઘુદ્રુદ્ર અને પાટોત્સવનું પ્રમુખપદ પણ પૂજ્ય સ્વામીજીએ શોભાવ્યું હતું.

અષાઢી બીજે આશ્રમનું ભક્તમંડળ શ્રી જગન્નાથ મંદિરે બ્રાહ્મ મુહૂર્તે સાડા ત્રણ વાગ્યે ગયું હતું. શિવાનંદ આશ્રમના પ્રાંગણમાં પણ શ્રી જગન્નાથ યાત્રા ખૂબ જ ઉત્સાહ અને આનંદપૂર્વક ધામધૂમથી કાઢવામાં આવી હતી. દૂધપાક, માલપૂઆ, મગ, જાંબુનો પ્રસાદ પણ વહેંચવામાં આવ્યો હતો. ખૂબ જ મોટા પ્રમાણમાં ભક્તમંડળ જોડાયું હતું.

અષાઢી બીજે શ્રીશ્રીશ્રી અષ્ટલક્ષ્મી ભવનમાં ૧૦૮ શ્રીસૂક્તમ્નો હોમ કરવામાં આવ્યો હતો. આશ્રમના ભક્ત દિવંગત શ્રી કુંજબિહારીભાઈ દેવેની સ્મૃતિમાં એક વિશેષ સત્સંગનું આયોજન આશ્રમમાં કરવામાં આવ્યું. પૂજ્ય સ્વામીજીએ મૃત્યુ પછી કરવામાં આવતી ક્રિયાઓ, પીંડદાન, દશાહ, એકાદશાહ, શૈયાદાન, અસ્થિવિસર્જન વગેરેની આવશ્યકતા અને તેનું વૈજ્ઞાનિક પૃથક્કરણ કર્યું હતું.

ગુરુપૂર્ણિમા (તા. ૨૯-૭-૦૭)નો પવિત્ર અને દિવ્ય ઉત્સવ આશ્રમમાં તા. ૨૯મીએ રવિવારના રોજ ભક્તિભાવ શ્રદ્ધા અને વિશ્વાસ સાથે ઉજવવામાં આવ્યો. જયગણેશ પ્રાર્થના ગુરુસ્તોત્ર શાંતિપાઠ ઉપરાંત શ્રીમતી મયૂરિકાબેન ઓઝા અને શ્રી ચંદ્રકાંતભાઈ તથા શર્મિષ્ઠાબેન ત્રિવેદીનું ભક્તિ સંગીત થયું. પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજે પાઠુકા પૂજન કરાવ્યું. પાઠુકાઓનાં પૂજન પુષ્પાંજલિ પછી ભંડારા-પ્રસાદનું આયોજન પણ કરવામાં આવ્યું.

ટ્રસ્ટી મંડળ તથા સામાન્ય સભાનો અહેવાલ

જુલાઈની પહેલી તારીખે શ્રી દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘની ટ્રસ્ટી મંડળની મિટિંગ યોજાઈ જેમાં ગતવર્ષનો અહેવાલ તથા આગામી વર્ષના કાર્યક્રમોના આયોજન અંગે વિસ્તૃત ચર્ચા થઈ. આ મિટિંગમાં નાણાકીય વર્ષ ૨૦૦૬-૦૭ના ઓડિટેડ હિસાબો રજૂ થયા જે વિસ્તૃત ચર્ચાને અંતે ઠરાવ પસાર કરી સર્વાનુમતે ગ્રાહ્ય રાખવામાં આવ્યા.

ટ્રસ્ટી મંડળની બેઠક બાદ તરત જ વાર્ષિક સામાન્ય સભા મળી જેમાં ગત સામાન્ય સભાની મિનિટ્સ વાંચન બાદ ગ્રાહ્ય રાખવામાં આવી. ઓડિટેડ હિસાબો રજૂ કરવામાં આવ્યા જે ચર્ચાના અંતે મંજૂર રાખવામાં આવ્યા. આ સભામાં નવા વર્ષના નીચેના હોદ્દદારો તથા અગિયાર કારોબારી સભ્યોની નિયુક્તિ પણ સર્વાનુમતે કરવામાં આવી.

પ્રમુખ : પ. પૂ. સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ

કાર્યકારી પ્રમુખ : શ્રી પ્રવીણભાઈ પટેલ

ઉપપ્રમુખ : શ્રી અરુણભાઈ ઓઝા

શ્રી મરુતભાઈ દવે

શ્રી જગદીશભાઈ પટેલ

મંત્રી : શ્રીમતી પૂનમબેન થવાની

સહમંત્રી : ડૉ. ચિરાગભાઈ પટેલ

શ્રી અતુલભાઈ પરીખ

ડૉ. સ્નેહલભાઈ અમીન

પજાનચી : શ્રી હરકાંતભાઈ વઘરાજાની

આ ઉપરાંત નવ આમંત્રિત સભ્યો પણ નક્કી કરવામાં આવ્યા.

સત્સંગ - પૂજાઓ

આખાથે મહિના દરમિયાન સત્સંગો, પૂજાઓ, અન્નદાન, દરિદ્રનારાયણ સેવા ઇત્યાદિ સર્વે કાર્યક્રમો આયોજાયા હતા.

ભરૂચ : તા. ૪ની સાંજે પૂ. સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનું અત્રે આગમન થયું હતું. દિવ્ય જીવન સંઘ ભરૂચના અધ્યક્ષશ્રી મહેન્દ્રભાઈ શ્રોફને ત્યાં તેઓ પધાર્યા હતા. મંત્રીશ્રી સુમનભાઈ દેસાઈ અને અન્ય ભક્તો સાથે સત્સંગ યોજાયો હતો.

(૧) જૂન, જુલાઈ-૨૦૦૭માં શિવાનંદ સત્સંગ ભવનમાં યોગના વર્ગ નિયમિત ચાલે છે. તેમાં શ્રી ભૂપેન્દ્રભાઈ મહેતા યોગના વર્ગનું નિયમિત સંચાલન કરે છે. જૂન-૨૦૦૭માં ૩૫ અને જુલાઈ-૨૦૦૭માં ૨૮ વ્યક્તિઓએ લાભ લીધો. આ યોગના વર્ગ એક મહિના માટે ચાલે છે. આ પ્રતિ માસના વર્ગ આખું વર્ષ નિયમિત રીતે થાય છે.

(૨) વિશ્વ શાંતિ માટે 'ગુરુકૃપા' ૧૪ દિવાલી સોસાયટીમાં દરરોજ શાંતિ પ્રાર્થના અને સત્સંગ રાત્રે ૭-૩૦ થી ૮-૦૦ નિયમિત યોજવામાં આવે છે. તેમજ દરેક મહિનાની પૂનમના દિને રાત્રે સ્પેશ્યલ સત્સંગ ૭-૩૦ થી ૮-૩૦ રાખવામાં આવે છે.

(૩) દર શનિવારે ગુરુકૃપા-૧૪ દિવાલી સોસાયટીમાં બપોરે ૩-૩૦ થી ૫-૦૦ સુધી સામૂહિક સુંદરકાંડનું આયોજન કરવામાં આવે છે.

(૪) દિ. જી. સંઘ ભરૂચ સંચાલિત એલ. જી. એમ. શિવાનંદ હોસ્પિટલમાં નીચેના ડોક્ટર્સ સેવા આપે છે.

(એ) ભરૂચના સુપ્રસિદ્ધ અનુભવી જનરલ સર્જન અને લેપ્રોસ્કોપીક નિષ્ણાત ડૉ. નવીનભાઈ સી. મોદી દરરોજ સવારે ૧૦-૩૦ થી ૧૧-૩૦ સેવા આપે છે અને ઉપરોક્ત સેવા ઉપરાંત સર્જરીના જે દર્દીઓ આવે છે. તેમને બધાને જ હોસ્પિટલમાં આવીને તપાસી યોગ્ય માર્ગદર્શન આપે છે અને બધી જ જાતના ઓપરેશનો કરે છે. ડૉ. અલ્પાબેન પટેલ એમ. ડી. ફીજીશ્યન ફુલટાઈમ સેવા આપે છે. તેઓ ક્રિખા મેડિકલ કોલેજ કરમસદમાં પાંચ વર્ષથી પ્રોફેસર તરીકે સેવા આપી છે. તેમજ કોઈમ્બતુર (તામિલનાડુ) હોસ્પિટલમાં ન્યૂફીજીશ્યન અને કાર્ડિઓલોજીસ્ટ

તરીકે પણ ટ્રેઈન્ડ છે. તેઓએ દર્દીઓનો સહાનુભૂતિપૂર્વક સહકાર મેળવ્યો છે. તેમની ઉમદા સેવાથી હવે અમે હવે હૃદયરોગ સિવાયના દર્દીઓ માટે એક નાનું આઈ.સી.યુ. શરૂ કરવા વિચારીએ છીએ. હૃદયરોગના દર્દીઓ માટે ભરૂચમાં સરસ સગવડવાળી હોસ્પિટલ છે જ. એટલે દર્દીને જે સગવડ અહીં નથી મળી શકતી તેને જ શરૂ કરવા વિચારીએ છીએ. દાઝેલા દર્દીઓ માટે પણ અહીં સરસ સગવડ ઊભી કરી છે. ડૉ.નવીનભાઈ સી. મોદી સાહેબે આ બે મહિનામાં દસ દર્દીઓને દાખલ કરી ઓપરેશન કરી રાહતદરે ખૂબ જ સરસ સારવાર આપી. ડૉ.અલ્યાબેન પટેલ એમ.ડી. ફીજીશ્યને પણ ૨૦ દર્દીઓને દાખલ કરી રાહત દરે ખૂબ જ સરસ સેવા આપી. અહીં સદ્ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદ મહારાજના સેવાના સિદ્ધાંત મુજબ બધા જ રોગોના બધા જ દર્દીઓને ખૂબ જ રાહતદરે સારામાં સારી તબીબી સારવાર આપવાના પ્રયત્નો કરી રહ્યા છીએ. એમાં જનતા જનાર્દનનો સહયોગ મળતો જ રહે છે અને દર્દી નારાયણની સેવાનું કાર્ય સરસ ચાલતું જ રહેશે. આ ઉપરાંત મગજની બિમારી માટે ડૉ.સુનિલ શ્રોત્રીય, ડૉ.રાજીવ અંતાણીએ પણ અહીં દર્દીઓને દાખલ કરી સારવાર આપી. ડૉ.પ્રકાશભાઈ પટેલ (એમ.ડી. ફીજીશ્યન), ડૉ.પ્રફુલ્લ પંડ્યા (એમ.એસ.ઓર્થો.), ડૉ.એન.એલ. માડુ (એમ.એસ.ઓર્થો.), ડૉ.મનસુરી (એમ.ડી. ગાયનેક), ડૉ. જયંતીભાઈ વસાવા (એમ.એસ. જનરલ સર્જન) વિ. ડોક્ટર્સ તરફથી પણ અહીં દર્દીઓને દાખલ કરી સરસ તબીબી સારવાર આપવામાં આવી. સંસ્થાનું ટ્રસ્ટ રજીસ્ટર્ડ છે. કરવેરામાંથી મુક્તિ માટે ૮૦-જની પણ સગવડ છે જ. દર્દીઓને મેડીકલેઈમ પણ અહીંથી મળી શકે છે. હોસ્પિટલમાં જ મેડીકલ સ્ટોર અને લેબોરેટરીની પણ વ્યવસ્થા છે જ. એમ્બ્યુલન્સ સેવા પણ અહીં ઉપલબ્ધ છે. ૨૪ કલાક મેડિકલ ઓફિસર અને પેરામેડિકલ સ્ટાફ પણ હાજર રહી સેવા આપે છે.

નવસારી : તા.પમીની સાંજે શ્રીમત્ સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ, શ્રી સદ્ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજીના ભક્ત શ્રી ભીખુભાઈ દેસાઈ (૯૩ વર્ષ)ની નાદુરસ્ત તબિયતના સમાચાર જાણી તેમના દર્શને પધારેલા. સવારે પૂ. સ્વામીજી શ્રી અક્ષરપુરુષોત્તમ સંસ્થાના સ્વામીનારાયણ મંદિરમાં પણ પધાર્યા હતા, ત્યાં સંતો સાથે સત્સંગ કથાવાર્તામાં પણ સ્વામીજીએ ભાગ લીધો હતો.

તઈપી (તૈવાન) : ટુ યોગ સંસ્થાના નિમંત્રણે પૂ. શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ તા. ૧૭મીના રોજ બપોરે અભિજાત મુહૂર્તે પધાર્યા હતા. ત્યાં ચુંગશીયો સેન્ટર અને એશિયા વર્લ્ડ સેન્ટર ખાતે તા. ૧૮/૭ થી ૨૨/૭ સુધી બપોરે અને સાંજે ^૧ 'ચારિત્ર્ય વિકાસ', ^૨ સ્ટ્રેસ મેનેજમેન્ટ શ્રુ યોગ, ^૩ ટેન્શન ઈન ડેઈલી લાઈફ એન્ડ હાઉટુ ઓવરકમ ઈટ શ્રુ યોગ, ૪, ધ્યાન, તેની પ્રક્રિયા, પ્રાણાયામ અને ધ્યાન, ૫) શાંતિ શક્તિ અને ઉન્નતિ માટે યોગના વર્કશોપ આયોજાયા હતા. આ સમગ્ર કાર્યક્રમનું તાઈપી દૂરદર્શન પર પ્રસારણ કરવામાં આવ્યું હતું. આ પ્રસંગે ઈન્ડો-તાઈપી સાંસ્કૃતિક મૈત્રીના ચેરમેન શ્રી જેફરી શીવુ પણ ઉપસ્થિત રહ્યા હતા. સમગ્ર કાર્યક્રમનું સંચાલન શ્રીમતી શૈલી ટંગે કર્યું હતું.

દિલ્હી : શ્રીમત્ સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનું તાઈવાનથી

તા. ૨૪ જુલાઈની વહેલી સવારે આગમન થયું હતું. સવારે અગિયાર વાગ્યે આકાશવાણી દિલ્હી ખાતે તેઓશ્રીની મુલાકાતનું રેકોર્ડિંગ કરવામાં આવ્યું હતું. મધ્યાહ્ન ભોજન પછી પૂજ્ય સ્વામીજીનો સત્સંગ આઈ.એ.એસ. અધિકારીઓની કોલોનીમાં થયો હતો. ઢળતી બપોરે પૂજ્ય સ્વામીજી નૈનીતાલ જવા રવાના થયા હતા. નૈનીતાલથી પૂજ્ય સ્વામીજી તા. ૨૮/૭ની સાંજે પધાર્યા હતા. સાંજે તેમનો સત્સંગ દિલ્હીની નવનિર્મિત લોકાલીટી દ્વારકા ખાતે ઈન્ડિયન એરલાઈન્સના અધિકારીઓ અને તેમના પરિવારજનોના લાભાર્થે આયોજાયો હતો. શ્રી ગુરુપૂર્ણિમાની પવિત્ર સવારે બ્રાહ્મમુહૂર્તે તેઓશ્રી અમદાવાદ જવા રવાના થયા હતા.

સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીના આગામી કાર્યક્રમો

તા. ૪/૮ થી ૮/૮	જયપુર
તા. ૮/૮ થી ૨૪/૮	અમદાવાદ
તા. ૨૬/૮ થી ૨૯/૮	ત્રિવેન્દ્રમ, ગુરુવાયુર, કોચીન
તા. ૨૯/૮ થી ૧૮/૧૧	અમદાવાદ
તા. ૧૮/૧૧ થી ૨૪/૧૧	હરિદ્વાર
તા. ૨૫/૧૧	યમુનાનગર
તા. ૨૬/૧૧ અને ૨૭/૧૧	કરનાલ
તા. ૨૮/૧૧	અંબાલા
તા. ૨૯, ૩૦, નવેમ્બર અને ૧લી ડિસેમ્બર,	લુધિયાણા
૨/૧૨, તા. ૩/૧૨	અમૃતસર
તા. ૪/૧૨	દિલ્હી
તા. ૫/૧૨ થી ૨/૧/૦૮	અમદાવાદ
૩/૧ થી ૮/૧	અંકલેશ્વર
૧૦/૧ થી ૧૬/૧	વલસાડ
૧૭/૧ થી ૨૩/૧	નવસારી
૨૪/૧ થી ૩૧/૧	અમદાવાદ
૧/૨ થી ૧૦/૨	ભરૂચ
૧૧/૨ થી ૧૫/૨	મૌન શિબિર નારેશ્વર

રાજકોટ શાખા :

દર રવિવારે શાખામાં સત્સંગ થાય છે. દર શનિવારે શહેરમાં નીલકંઠ મહાદેવના મંદિરે સત્સંગ કરવામાં આવે છે. દર શુક્રવારે શાખામાં મહિલા મંડળ સત્સંગ થાય છે. તથા દરરોજ રેલનગર વસાહતમાં નારદ ભક્તિ સૂત્ર, ભક્ત માલા તથા રામચરિત માનસ ઉપર સત્સંગ રાખવામાં આવે છે.

શાખામાં ગીતા પારાયણ થાય છે.

૧૪-મે, ૨૦૦૭ના રોજ શાખાને દાતા તરફથી મકાન મળ્યું તેને રીનોવેટ કરી તેને 'શિવાનંદ ભવન' નામકરણ સાથે દિવ્ય જીવન સંઘ મુખ્ય મથક હૃષીકેશના મહામંત્રી પૂ. શ્રી સ્વામી શ્રી વિમલાનંદજી મહારાજના શુભહસ્તે બ્ર. પૂજ્યપાદ ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની પ્રતિમાનું ઉદ્ઘાટન કરવામાં આવ્યું છે જે પ્રસંગે સ્વામીજી મહારાજે પ્રાસંગિક પ્રવચન કર્યું. આ પ્રસંગે સંસ્થાના યોગાચાર્ય પૂ. સ્વામી શ્રી ધર્મનિષ્ઠાનંદજીએ ઉદ્બોધન કર્યું હતું. આ સાથે હવે શાખાની સઘળી

પ્રવૃત્તિઓ આ વિશાળ ‘શિવાનંદ ભવન’માં થાય છે.

તા.૨૭, એપ્રિલ-૨૦૦૭ના રોજ રામનવમી પ્રસંગે મહામંત્રના જપ, સુંદરકાંડના પાઠ, ભજન તથા પ્રવચનનો લાભ સેંકડો ભક્તોએ લાભ લીધો હતો.

તા.૧૫, જુન-૨૦૦૭ના રોજ ભવ્ય ભજન સંધ્યાનો કાર્યક્રમ થયો.

આરોગ્ય સેવા તરીકે હોમિયોપથી, નિ:શુલ્ક સારવાર અઠવાડિયામાં ચાર દિવસ માટે થાય છે તે ઉપરાંત દર મહિનાના બીજા શનિવારે વાંકાનેરમાં હોમિયોપથી સારવાર આપવામાં આવે છે તે સેવા ડૉ. મેઘાણી આપે છે. તેવી જ રીતે તા.૧૬, જૂન-૨૦૦૭ના રોજ દંત ચિકિત્સા યજ્ઞ યોજવામાં આવ્યો હતો જેનો ૯૨ દર્દીઓએ લાભ લીધો હતો.

વલસાડ : દર વર્ષની જેમ ચાલુ વર્ષમાં ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ વલસાડ શાખા દ્વારા આયોજિત પૂ. શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજની ૬૬૮મી યોગાસન, પ્રાણાયામ અને ધ્યાન શિબિર અહીં તા.૧૫-૧-૨૦૦૭ થી તા.૨૧-૧-૨૦૦૭ દરમિયાન થઈ હતી. દરમિયાન વલસાડની આવાંબાઈ હાઈસ્કૂલના વાડિયા હોલમાં જાહેર સત્સંગ સાંજે ૬-૦૦ થી ૭-૩૦ સુધી ‘મન-સમસ્યા અને સમાધાન’ વિષય ઉપર રાખવામાં આવ્યો હતો. આ જાહેર સત્સંગનો કાર્યક્રમ વલસાડ શહેરના લોકો માટે વલસાડની સત્યા ટીવી ચેનલ દ્વારા પ્રસારિત થયો હતો. તે ઉપરાંત પૂજ્ય સ્વામીજી મહારાજને રેલવે પોલીસ સંરક્ષણદળના ૮૭મા તાલીમસત્રના સમાપન સમારંભમાં નિમંત્રિત કર્યા હતા. આ પ્રસંગે રેલવેના કેન્દ્રીય રાજ્યમંત્રીશ્રી રાઠવા, પશ્ચિમ રેલવેના વરિષ્ઠ પોલીસ અધીક્ષક, વલસાડ તાલુકાના ધારાસભ્ય શ્રી દોલતભાઈ દેસાઈ વ. અધિકારીઓ હાજર રહ્યા હતા. પૂજ્ય સ્વામીજીએ પારડી ખાતે આવેલ પંડિત સાતવળેકરજીના સ્વાધ્યાય મંડળની પણ મુલાકાત લીધી હતી. સ્વામીજીની વલસાડના અનેક ભક્તોને ત્યાં પધરામણી થઈ હતી. સ્વામીજી બંધુત્રિપુટીના તીથલ આશ્રમમાં પણ પધાર્યા હતા. તે ઉપરાંત વલસાડની વિવિધ સ્કૂલો તથા પોલિટેકનિક કોલેજમાં ઉદ્બોધનો તથા વૃક્ષારોપણ કર્યા હતાં. તા.૨૧મી જાન્યુઆરીના રોજ વલસાડ જિલ્લાના આદિવાસી તાલુકા કપરાડાના મોટાપોંઢાના ઓમકચ્છ ગામ ખાતે આચાર્ય મંડળેશ્વર ધર્મ ચક્રવર્તી ૧૦૦૮ શ્રીમત્ સ્વામી વિદ્યાનંદજી મહારાજના નિમંત્રણે અત્રે પૂજ્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ પધાર્યા હતા. ઓમકચ્છ ગામ ખાતેથી સેલવાસ સુધી ૬૦ કિ.મી. લાંબી શોભાયાત્રામાં વરિષ્ઠ સંતો-મહંતો સાથે પૂજ્ય સ્વામીજી પણ જોડાયા હતા. તા.૨૨મી જાન્યુઆરીના રોજ ઓમકચ્છ ખાતે લક્ષ્યંડી કોટીયાગનું વિધિવત્ ઉદ્ઘાટન ગુજરાત રાજ્યના મહામહિમ રાજ્યપાલશ્રી પંડિત નવલકિશોર શર્માજી અને સંતોએ દીપ પ્રજ્વલિત કરીને કર્યું હતું. આ પ્રસંગે ભારતમાતા મંદિરના મહામંડળેશ્વર શ્રીમત્ સ્વામી સત્યમિત્રાનંદજી મહારાજ તથા પૂજ્ય સ્વામી શ્રી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનાં ઉદ્બોધનો થયાં હતાં. તા.૨૩મી જાન્યુઆરીના રોજ ગુજરાતના મુખ્યમંત્રીશ્રી નરેન્દ્ર મોદી પણ પધાર્યા હતા. દરરોજ રાત્રે પ્રસંગોપાત ઉપસ્થિત મહામંડળેશ્વર શ્રીમત્ સ્વામી સત્યમિત્રાનંદજી, મ. મં. શ્રીમત્ સ્વામી દયાનંદ વેદપાઠીજી, મ.મં. સ્વામી અર્જુનપુરીજી, મ.મં. શ્રી સ્વામી

જગદીશપુરીજી, શ્રીમત્ સ્વામી મુક્તાનંદજી તથા શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનાં પ્રવચનો, સત્સંગો થતાં હતાં. આ પ્રસંગે મહામહિમ રાજ્યપાલશ્રીની ઉપસ્થિતિમાં સર્વે મહામંડળેશ્વરોએ અને આચાર્ય મહામંડળેશ્વર શ્રી સ્વામી વિદ્યાનંદજી મહારાજે શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજને મહામંડળેશ્વર ઘોષિત કર્યા હતા, જેના પ્રત્યુત્તરમાં ખૂબ જ વિનમ્રતાથી સ્વામીજી મહારાજે કહ્યું હતું કે, “હું મહામંડળેશ્વર નથી એક સાધારણ સંન્યાસી છું અને ગુરુદેવ શ્રીમત્ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજનો એક દાસસેવક છું.”

તા. ૧ થી ૬ જૂન, ૨૦૦૭ સુધી દર વર્ષની જેમ વલસાડના તીથલ ખાતે આવેલ ઓશો આશ્રમમાં નિવાસી મૌન-ધ્યાન શિબિરનું આયોજન થયું હતું, જેમાં જામનગર, રાજકોટ, સુરેન્દ્રનગર, ભાવનગર, અમદાવાદ, વડોદરા, ભરૂચ, સુરત, નવસારી, મુંબઈ, નાસિકથી ભક્તો જોડાયા હતા. દરરોજ દોઢ-દોઢ કલાકની છ બેઠકમાં ધ્યાન, મૌન, મંત્ર, જપ, મંત્રલેખન અને મૌન સ્વાધ્યાય સામૂહિક રીતે થયાં હતાં. તદ્દુપરાંત બ્રાહ્મમુહૂર્ત ધ્યાન તથા સાયંભ્રમણ દરિયાકિનારે થયું હતું. પૂર્ણાહુતિ પ્રસંગે બંધુત્રિપુટીના સંત શ્રી જનચંદ્રજી મહારાજસાહેબ, શ્રી રંગઅવધૂત પરિવારના શ્રી ભરતભાઈ દેસાઈ, ઓશો પરિવારના સંતો તથા દિવ્ય જીવન સંઘ-વલસાડના પરિવારજનો ઉપસ્થિત રહ્યા હતા. આ છ દિવસના મૌન શિબિરમાં મૌન અને કેરીકલ્પનો પ્રયોગ સૌ સાધકોએ આનંદભેર માણ્યો અને આત્મસંયમનું ભાથું બાંધીને સૌ છૂટા પડ્યા હતા. આ મૌન શિબિરની સંપૂર્ણ વ્યવસ્થા વલસાડ શાખાના પરિવારજનોએ કરી હતી.

તે ઉપરાંત દરરોજ યોગાસનનો નિ:શુલ્ક વર્ગ શ્રી મુકેશભાઈ દેસાઈના નિર્દેશન હેઠળ સવારે ૬-૦૦થી ૭-૦૦ દરમિયાન થાય છે તથા દર મહિને તા.૨થી ૬ તારીખ દરમિયાન શરીરસંતુલન શિબિરનું આયોજન પણ શ્રી રામજીભાઈ કનોજિયાના માર્ગદર્શન હેઠળ કરવામાં આવે છે.

આંતરિક દિવ્ય જીવન એટલે પૂર્ણ
સ્વરૂપમાં ઉત્ક્રાંતિની પ્રક્રિયાનું જીવન.
તમારે આંતરિક દિવ્ય જીવન જીવવું
હોય તો તમારા હૃદયમાં સદા યોગાગ્નિ
પ્રજ્વલિત રહેવો જોઈએ. યોગ,
ધર્મપાલન, ભક્તિ, પ્રાર્થના,
આધ્યાત્મિકતા દ્વારા સતત પ્રયત્નશીલ
રહીને તમારી આંતરિક ચેતનાના
સર્વાંગી દિવ્ય પરિવર્તન માટેનું જીવન
દિવ્ય જીવન છે.

-સ્વામી ચિદાનંદ

શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ ખાતે આગામી કાર્યક્રમો

દિવ્ય આત્મનું

ઊંનમો નારાયણાય. જય શિવાનંદ. સાદર પ્રણામ.

ભગવાન શ્રી વિશ્વનાથ મહાદેવ, શ્રીશ્રીશ્રી અષ્ટલક્ષ્મી માતાજી અને ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની અહેતુકી કૃપા વડે આ વર્ષે ઓગસ્ટ થી ઓક્ટોબર-૨૦૦૭ દરમિયાન શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ ખાતે નીચેના કાર્યક્રમોનું આયોજન કરવામાં આવેલ છે. સૌ ભક્તો, શુભેચ્છકો, સાધકો અને રસ ધરાવતા ઈશ્વરપ્રેમીઓને આ સમગ્ર આત્મઉત્કર્ષ તથા અભ્યુદયના પવિત્ર કાર્યમાં સક્રિય ભાગ લેવા વિનંતી છે.

-આપનો સદા ગુરુસેવામાં, પ્રવિણભાઈ પી. પટેલ (કાર્યકારી પ્રમુખ)

૧) આરાધના ઉત્સવ : તા.૭-૦૮-૨૦૦૭ મંગળવાર

બ્રહ્મલીન સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજના ૪૪મા મહાસમાધિ દિન નિમિત્તે સત્સંગ તથા શ્રી ગુરુપાદુકા પૂજન સાંજે ૬-૦૦ થી ૮-૦૦ કલાકે.

૨) પવિત્ર શ્રાવણ માસ : તા.૧૩-૦૮-૦૭, સોમવાર થી તા. ૧૧-૦૯-૨૦૦૭ સુધી.

ભગવાન શ્રી વિશ્વનાથ મહાદેવની આરાધના, પૂજન, અર્ચન, અભિષેકાત્મક અને હોમાત્મક લઘુરુદ્રો દ્વારા કરવામાં આવશે. જે ભક્તો આ સમય આત્મઉત્કર્ષ તથા અભ્યુદયના પવિત્રકાર્યમાં ભાગ લેવા માગતા હોય છતાં રૂબરૂ આવી કરતા ન હોય તેના વતી આ પૂજાઓ કે યજ્ઞ કરાવવા માગતા હોય તેમણે મંત્રીશ્રી, શ્રી દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘ, શિવાનંદ આશ્રમ, શિવાનંદ માર્ગ, અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૧૫. ફોન : ૦૭૯-૨૬૮૧૨૩૪, ટેલિફોન : ૦૭૯-૨૬૮૬૨૩૪૫ સંપર્ક કરવા વિનંતી.

-: પૂજાઓની વિગત :-

- | | |
|---|----------------------------|
| ૧. અભિષેકાત્મક લઘુરુદ્ર (દર સોમવારે) આશ્રમ તરફથી. | ૨. સવાલક્ષ બિલિપત્ર અર્ચના |
| ૩. અભિષેકાત્મક લઘુરુદ્ર (ગમે તે દિવસે) | ૪. વિશિષ્ટ પૂજા. |
| ૫. રુદ્રાભિષેક પૂજા | ૬. પ્રદોષ પૂજા |
| ૭. શ્રી પાર્થિવેશ્વર પૂજા | ૮. શિવઅષ્ટોત્તર અર્ચના |
| ૯. બ્રહ્મભોજન | ૧૦. શિવભોગ પ્રસાદ |

૧૧. હોમાત્મક લઘુરુદ્ર (શ્રાવણી અમાસ)

પવિત્ર શ્રાવણ માસ દરમિયાન દરરોજ સાંજે ૫-૩૦ થી ૭-૦૦ સુધી શ્રી શિવપુરાણ કથા (હિન્દીમાં) સ્થળ : શ્રીશ્રીશ્રી અષ્ટલક્ષ્મી ભવન, શિવાનંદ આશ્રમ, વક્તા : પૂજ્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ.

૩) શ્રી જન્માષ્ટમી ઉત્સવ તા. ૪-૯-૨૦૦૭, મંગળવાર : શ્રી કૃષ્ણ જન્મોત્સવ રાત્રે ૯-૦૦ થી ૧૨-૦૦ સુધી. ભક્તિસંગીત-છેલછોગાળો કાન - ગાયકો શ્રીમતી સીમા ત્રિવેદી અને શ્રી જયેશ નાયક વૃંદ- રસાસ્વાદ: શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

૪) સદ્ગુરુદેવનો ૧૨૦મો જન્મોત્સવ : તા.૮-૯-૨૦૦૭, શનિવાર

બ્રહ્મલીન ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજનો ૧૨૦મો જન્મજયંતી ઉત્સવ તથા બ્રહ્મલીન શ્રી સ્વામી પવિત્રાનંદજી મહારાજની ચૌદમી પુણ્યતિથિ પ્રસંગે સત્સંગ તથા શ્રી ગુરુપાદુકાપૂજન સાંજે ૬-૩૦ થી ૮-૦૦ કલાકે.

૫) શ્રી શ્રાવણી અમાવસ્યા : તા.૧૧-૯-૨૦૦૭, મંગળવાર

બ્રાહ્મમુહૂર્તમાં વિશિષ્ટ પૂજાઓ તથા હોમાત્મક લઘુરુદ્ર સવારે ૧૦-૦૦ થી સાંજે ૫-૩૦, મહા આરતી સાંજે ૬-૩૦ ભંડારો સાંજે ૭-૦૦ કલાકે.

૬) પૂજ્ય ગુરુદેવનો ૯૨મો જન્મોત્સવ : તા. ૨૪-૯-૨૦૦૭, સોમવાર

પૂજ્ય ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજના ૯૨માં જન્મજયંતીની ઉજવણી નિમિત્તે સત્સંગ અને શ્રી ગુરુપાદુકા પૂજન સાંજે ૬-૩૦ થી ૮-૦૦ કલાકે.

૭) શ્રી નવરાત્રી ઉત્સવ : તા.૧૨-૧૦-૨૦૦૭, શુક્રવારથી તા.૨૧-૧૦-૨૦૦૭, રવિવાર

શ્રી યંત્ર તથા માતાજીના સ્થાપનની પૂજા, આરતી સવારે ૬-૦૦ કલાકે તથા સાયં આરતી સાંજે ૭-૦૦ કલાકે. દરરોજ સવારે ૯-૩૦ થી ૧૨-૦૦ શ્રીમદ્ ભગવદ્ ગીતા પારાયણ તથા સાંજે ૪-૦૦ થી ૭-૦૦ શ્રી દુર્ગા સપ્તશતી (ચંડીપાઠ) પારાયણ.

તા.૧૯-૧૦-૨૦૦૭, શુક્રવાર અષ્ટમીના રોજ યજ્ઞ તથા કુમારિકા અને બટુકપૂજન, સવારે ૧૦-૩૦ કલાકે. માતાજીના ગરબા દરરોજ રાત્રે ૯-૦૦ થી ૧૧-૦૦ કલાકે.

વિશેષ નોંધ : ઉત્સવો દરમિયાન જે કોઈ ભક્તો/સાધકો અને મુમુક્ષુઓ આશ્રમમાં આવી સાધના, જપ, મૌન, સાધના માટે રહેવા ઈચ્છા ધરાવતા હોય તેઓએ સત્વરે આશ્રમના કાર્યાલયનો સંપર્ક કરી અગાઉથી લેખિત સંમતિ મેળવવી જરૂરી છે. આવા સમયે વધુ ભક્તો આવતા હોઈ આપની સગવડતા સચવાય તે માટે સત્વરે સંપર્ક કરવા વિનંતી.

- શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ.

શ્રી ગુરુપૂર્ણિમા સંદેશ-૨૦૦૭

- શ્રીમત્ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજ

ૐ

હરે રામ હરે રામ રામ રામ હરે હરે, હરે કૃષ્ણ હરે કૃષ્ણ કૃષ્ણ કૃષ્ણ હરે હરે
સદ્ગુરુદેવ સદ્ગુરુદેવ સદ્ગુરુદેવ ભગવાન શિવાનંદ, સદ્ગુરુદેવ સદ્ગુરુદેવ સદ્ગુરુદેવ ભગવાન શિવાનંદ
હરિ ૐ હરિ ૐ હરિ ૐ

પવિત્ર શ્રી ગુરુપૂર્ણિમા ઉત્સવ સત્વરે આવી રહ્યો છે. આ પરમ પવિત્ર પુણ્યકાળ છે. આ પરમ પવિત્ર તિથિ છે. તમામ શિષ્યો માટે આ પરમ પવિત્ર પર્વ છે, કારણ કે તેમને તેમના ગુરુએ આધ્યાત્મિક પંથે દીક્ષિત કર્યા છે, જેમણે મને આ ગુરુપૂર્ણિમા સંદેશ આપવાનું કહ્યું છે તેમનો હું આભારી છું.

આ ગુરુપૂર્ણિમા સૂર્યપ્રકાશથી પ્રકાશિત એવા પ્રકાશમય દિવસે (રવિવારે) આવે છે. ખાસ કરીને આ પૂર્ણ ચંદ્રનો-પૂર્ણિમાનો દિવસ છે. ઘણા થોડા લોકો સમજે છે કે આ પૂર્ણિમાના ચંદ્રનો પ્રકાશ તેનો પોતાનો પ્રકાશ નથી, જેવી રીતે સૂર્યને પોતાનો પ્રકાશ છે, તારાઓને પોતાનો પ્રકાશ છે. અનેક તારાઓ પૃથ્વીના પ્રમાણમાં ખૂબ જ મોટા છે. ઘણા બધા તારાઓ તો આપણા પ્રમાણમાં બહુ જ મોટા છે. તેઓ ફૂટબોલ જેવા મોટા છે. આપણે રાઈના દાણા જેટલા જ છીએ. એક નાના એવા કાળા કણ જેટલા છીએ.

આ પૂર્ણિમા કેવી રીતે થાય છે? ચંદ્રને તો પોતાનો પ્રકાશ નથી; તો પછી પૂર્ણિમા કેવી રીતે થાય? પૂર્ણ ચંદ્ર કેવી રીતે બને ? જો ચંદ્રમાને પોતાને પોતાનો પ્રકાશ નથી, પરંતુ તેનામાં પ્રકાશને પરાવર્તન કરવાની તો ક્ષમતા છે જ અહીં આ સૂર્યનો પૂરેપૂરો પ્રકાશ જ્યારે ચંદ્રમા ઉપર આવે છે ત્યારે જ પૂર્ણિમા આવે છે. આ સંપૂર્ણ પ્રકાશમય ચંદ્રને સંસ્કૃતમાં કે હિન્દીમાં પૂર્ણિમા કહેવામાં આવે છે. આ સંપૂર્ણ પ્રકાશ પરિવર્તનના કારણે જ ચંદ્રમા સંપૂર્ણપણે પ્રકાશિત થાય છે અને પૃથ્વીને પણ પોતાના પ્રકાશના અજવાળાથી ઘોળી ઘોળાયેલી ચાંદનીથી અજવાળે છે અને તેવી જ રીતે શિષ્ય પણ તેના ગુરુ સાથેનો આ જ પ્રકારનો સંબંધ ધરાવે છે, જે શિષ્ય ગુરુ પાસેથી જે કંઈ સૂચનાઓ પ્રાપ્ત કરે છે, તેનું પાલન કરે છે અને બધી જ આજ્ઞાઓનું શત-પ્રતિશત આજ્ઞાંકિત જીવન જીવે છે. સોએ સો ટકા તે જ પ્રમાણે જીવન યાપન કરે છે, તે શિષ્ય પૂર્ણિમાના ચંદ્રની જેમ પ્રકાશિત થાય છે, કારણ કે તેવી જ રીતે ગુરુ પોતાનો પૂરેપૂરો પ્રકાશ સૂર્યની માફક શિષ્યને આપે છે. અહીં શિષ્યની આવશ્યકતાઓ શું છે? ઈશ્વરસાક્ષાત્કાર.

ઈશ્વરસાક્ષાત્કાર બધા જ નિયમોથી ઉપર અને આગળ છે. માત્ર હિન્દુ ચિંતનમાં જ નહીં, પરંતુ જૈન, બૌદ્ધ કે તિબેટિયન બૌદ્ધ ચિંતનમાં પણ સર્વ સ્થળે આ જ પરંપરા છે. ગુરુ પૂર્ણત્વને પ્રાપ્ત કરેલ છે. શિષ્ય જે ઈચ્છે તે પ્રાપ્ત કરી શકે છે. તે તેની કેટલી ક્ષમતા છે તેના ઉપર આધાર રાખે છે. તે કેટલી સાધના, સ્વાધ્યાય, ધ્યાન કે ધારણા કરે છે, જે કંઈ સૂચનાઓ ગુરુ પાસેથી મળેલ છે, તેનું કેટલું પાલન કરે છે, જે કંઈ આધ્યાત્મિક શિક્ષણ ગુરુ પાસેથી પ્રાપ્ત થયું છે તેને સોએ સો ટકા જીવનમાં પાળે, ગુરુના જ્ઞાનોપદેશને પોતાના આધ્યાત્મિક જીવનમાં ચરિતાર્થ કરે તો તેનું મહત્ કલ્યાણ થાય. તેને આ જ જીવનમાં આધ્યાત્મિક સાક્ષાત્કાર અવશ્ય થાય.

આ સત્યને પુનર્જાગરણ કરવા માટેનું પર્વ ગુરુપૂર્ણિમા છે. ગુરુપૂર્ણિમા-ગુરુ સૂર્ય છે અને શિષ્ય પૂર્ણ ચંદ્ર છે. પૂર્ણિમા સમાન છે. તે પોતાના ગુરુની શિક્ષાને - ગુરુપદેશને સંપૂર્ણપણે પ્રકાશમાન કરે છે. આ પર્વ ફરી ફરીથી આપણને સૌને યાદ અપાવે છે, સભાન કરે છે, માટે જ આ પવિત્ર ઉત્સવ દર બાર મહિને-વર્ષોવર્ષ ઊજવવામાં આવે છે અને આપણને આ સત્ય સમજાવે છે કે ગુરુ સૂર્ય છે અને શિષ્ય ચંદ્રમા છે. પૂર્ણ ચંદ્ર-પૂર્ણિમાનો ચંદ્ર છે.

માટે શિષ્યે પોતાના ગુરુ સાથેના આધ્યાત્મિક સંબંધને ગુરુના શિક્ષાતત્ત્વનું સદા સર્વદા સ્મરણ રાખવું જોઈએ.

શ્રી ગુરુપૂર્ણિમા નિમિત્તે મારો આ જ સંદેશ છે.

(www.sivanandaonline.org પરથી સાભાર)

Sri Sri Jagadguru Shankaracharya



श्री श्री जगद्गुरु शङ्कराचार्य महासंस्थानम्,
दक्षिणाम्नाय श्री शारदापीठम्, श्रृङ्गेरी
Sri Sri Jagadguru Shankaracharya Mahasamstanam
Dakshinamnaya Sri Sharada Peetham, Sringeri-577 139

Date : 29/6/07

Sri Sumantra C. Desai
Gujarat Divya Jivan Sangh
Sivananda Ashram
Sivananda Marg
Jodhpur Tekari
AHMEDABAD-380 015

Dear Sir,

We acknowledge receipt of your letter dated 20/05/2007 and the contents of same were submitted at the Lotus Feet of His Holiness.

I convey the Gracious blessings of His Holiness for successful publication of "DIVYA JIVAN" Gujarati Journal.

Asirmanthrakshata and Sri Sharada Archana Prasadam blessed by His Holiness are enclosed.

Yours sincerely

(V. R. GOWRISHANKAR)

Phone : 08265-250123 / 250192 Fax : 08265-250792
E-mail : info@sringerisharadapeetham.org Visit us :
www.sringerisharadapeetham.org

Swami Satyamitrananda Giri



Swami Satyamitrananda Giri

(Ex Jagadguru Shankracharya)

Founder President: Bharatmata Mandir

Date: 5-6-07

Sant Shiromani

Swami Adhyatmananda Ji Maharaj,

President,

Gujarat Divya Jivan Sangh,

Sivananda Ashram, Ahmedabad.

Om Namō Narayan.

The occasion of the Golden Jubilee Celebration of '**Divya Jivan**' Monthly (Gujarati) is beyond all doubts a very special and joyful event. **His Holiness Swami Sivananda Ji Maharaj** was himself a 'Legendary Figure' on the spiritual scene of India and abroad. His relevance will never be outdated. The Monthly magazine 'Divya Jivan' which serves the Gujarati speaking populace, is carrying out Swamiji Maharaj's legacy further to spread the eternal message of **Serve-Love-Give-Purify-Meditate and Realise**.

This holy endeavour is being carried out under the patronage of 'Gujarat Divya Jivan Sangh' under your able guidance and competent leadership, I am sure the magazine will go on providing its uninterrupted services to the Gujarati people for the years to come and shall celebrate its Centenary eventually.

I extend my heartfelt compliments and best wishes for the success and prosperity of the project and pray Lord Almighty to bestow progress and happiness on all the members who are instrumental to the publication of this monthly. May God bless all.

In the service of humanity,

Swami Satyamitrananda
3j

(Swami Satyamitranand Giri)

SAMANVAYA KUTIR, SAPTA SAROWAR

HARIDWAR-249 410 (UTTARANCHAL) INDIA

Telephone : Office : 01334-260256, Fax : 01334-260981

Residence : 0133-460135

Bharat Sadan : 0133-460111, Fax : 0133-460010

શ્રી નવલ કિશોર શર્મા

નવલ કિશોર શર્મા
રાજ્યપાલ, ગુજરાત



રાજભવન
ગાંધીનગર-૩૮૨ ૦૨૦

સંદેશ

ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘના સામયિક “દિવ્ય જીવન”નો ઓગસ્ટ-૨૦૦૭નો સુવર્ણ જયંતી વિશેષાંક પ્રકટ થનાર છે, જાણી આનંદ થયો.

સંતો-મહાત્માઓ આ જગતમાં હરતા-ફરતા તીર્થ, “જગ જંગમ તીર્થરાજ” સમાન છે. શ્રી સ્વામી શિવાનંદજીએ વિશ્વભરમાં “દિવ્ય જીવન”ના આધ્યાત્મિક માનવતાપૂર્ણ સંદેશ અને જ્ઞાનનો અસીમ પ્રસાર કર્યો છે. તેમના ઋષિકાર્ય અને ઉપદેશને ખૂણે-ખૂણે પહોંચાડી સેવા, પ્રેમ, દાન, પવિત્રતા, ધ્યાન અને આત્મસાક્ષાત્કારના ઉચ્ચ હેતુસર “દિવ્ય જીવન” સામયિક છેલ્લાં ૫૦ વર્ષથી ઉત્તમ સમાજસેવા કરી રહ્યું છે. તેની આધ્યાત્મિક પ્રકાશ પાથરવાની યાત્રા વધુ તેજસ્વી બને તેવી અભ્યર્થના સહ ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘની સુવર્ણજયંતી વર્ષ ઉજવણી તેમજ “દિવ્ય જીવન”ના સુવર્ણજયંતી વિશેષાંકના પ્રકાશનની સફળતા અર્થે હું હાર્દિક શુભકામનાઓ પાઠવું છું.

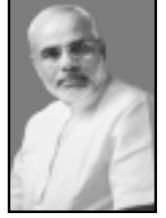
નવલ કિશોર શર્મા

નવલ કિશોર શર્મા

શ્રી નરેન્દ્ર મોદી



सत्यमेव जयते



સંદેશ

ભારતીય સંસ્કૃતિ સમૃદ્ધ વારસો અને ભવ્ય પરંપરાઓ ધરાવે છે. જ્ઞાનની સાથોસાથ આપણે ત્યાં સાંસ્કૃતિક રાષ્ટ્રવાદને પણ પૂરતું મહત્ત્વ આપવામાં આવ્યું છે, પરંતુ ગુલામીના સમયમાં આપણને અંધકારમાં ધકેલી દેવામાં આવ્યા પરિણામે આપણે પશ્ચિમનું અનુકરણ કરતા થયા, પરંતુ સ્વામી શિવાનંદજી જેવા મહાપુરુષોએ અધ્યાત્મની જ્યોતને જલતી રાખી સદ્જ્ઞાનનો પ્રકાશ પાથર્યો છે.

ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ દ્વારા ઓગસ્ટ ૧૯૫૭થી પ્રગટ થતા સામયિક દિવ્ય જીવનની સુવર્ણ જયંતી ઊજવાઈ રહી છે અને આ પ્રસંગે વિશેષાંક પ્રગટ કરવામાં આવી રહ્યો છે તે જાણીને આનંદ થયો. પૂર્વ અને પશ્ચિમના સંતો અને વિદ્વાનોના ઉપદેશપ્રેરક લેખોના સમાવેશ સાથેનો આ વિશેષાંક વાચકોને ઉપયોગી બની રહેશે એવી આશા સાથે તેના પ્રકાશનની સફળતા માટે હાર્દિક શુભેચ્છાઓ પાઠવું છું.

સૌનો,

(નરેન્દ્ર મોદી)

પ્રતિ,
સ્વામી શ્રી અધ્યાત્માનંદજી- ટ્રસ્ટી અને પ્રમુખ,
ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ,
શિવાનંદ આશ્રમ, શિવાનંદ માર્ગ,
જોધપુર ટેકરા, અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૧૫

નરેન્દ્ર મોદી
મુખ્ય મંત્રી, ગુજરાત રાજ્ય

Shri Amit Shah

AMIT SHAH
Mayor



Ahmedabad Municipal Corporation

18-6-2007

To,
Shri M. J. Patni
Trustee & Vice President
Gujarat Divya Jivan Sangh
Swami Chidananda Seva Jiva Seva Nidhi
Sivananda Ashram
Jodhpur Tekra
Ahmedabad.

Shri Patniji,
Namaskar,

I am glad to know through your letter dt. 20-5-2007 which has been received by me just to-day that "DIVYA JIVAN" the Gujarati monthly journal is completing its Golden Jubilee Year in August-2007. Started in early years of 1957 by everyone's Pujya Bapuji, this spiritual Gujarati journal has very successfully completed its journey of services to the Gujarati speaking and reading community. This journal has spread the message of services to human kind with love, purity, piousness etc. with the blessing of H. H. Shri Swami Sivanandaji Maharaj.

On this auspicious occasion I convey my heartfelt best wishes and hope that this journal will provide more and more spiritual & knowledgeable services to the public at large.

Thanking you,

Yours faithfully,

(Amit Shah)
MAYOR

Sardar Patel Bhavan, Municipal Corporation, Ahmedabad-380 001, Gujarat, INDIA.
Phone : 079 2532 9009 (O), 079 2646 3445 Mayor's Bungalow, 079 2663 4080 (R), 98256 00596
Mobile : 079 2535 2988 Fax, E-mail : mayor@egovamc.com Website : www.egovamc.com

Sri Swami Muktanandaji Maharaj

ANANDASHRAM

Founded in 1931 by H H Swami Ramdas

Anandashram Post 671531, Kanhangad, Kerala, INDIA * Telephones: 0467 2203036, 2209477
Website: www.anandashram.org * E-mail: papa@anandashram.org

7th June 2007

Revered Swamiji Maharaj:

Om Namo Narayanaya!

Om Sri Ram Jai Ram Jai Jai Ram!

Your loving letter of the 20th of may has been received.

Magazines, generally, are used for casual, light reading. Some readers would, of course, go through some selected articles that appeal to them, more carefully.

But there are some magazines, especially spiritual ones, which are brought out with a mission to help aspirants progress on their spiritual path. In many cases a casual glance of such a Journal has become instrumental in directing an individual Godward.

Journals published by various spiritual institutions serve to kindle spiritual values lying dormant in the minds of seekers/aspirants. Majority of such journals highlight the teachings of Mahatmas who have started their institutions. Therefore, the articles that appear in these magazines must not only be read, but studied, by reading them as many times as each individual may find necessary.

DIVYA JIVAN, a monthly in Gujarati, is one such spiritual journal, which does a great seva in disseminating the lofty and sublime ideals of Gurudev His Holiness Swami Sivanandaji Maharaj. On the joyous occasion of the journal entering into its Golden Jubilee year of Seva, we pray for Gurudev/Beloved Papa Swami Ramdas s blessings on DIVYA JIVAN so that the theme brought out therein reaches as many seekers as possible which would hasten their spiritual progress.

The teachings and outpourings of Gurudev and other Mahatmas that are published in **DIVYA JIVAN** give aspirants much food for thought. The readers can derive the fullest benefit only when the theme contained therein is contemplated upon, assimilated and put into practice in daily life. After reading these articles, it would be worthwhile to discuss them with like-minded people. This would help clarify the messages conveyed through the articles and the salient points would get stamped in the hearts of the readers and consequently it will have some impact on their thoughts and actions. If this is achieved, the magazine would have fulfilled its mission.

Ever your Self



Swami Muktananda

Sri Swami Tejomayanandaji Maharaj

Pujya Swami Sivanandaji Maharaj's life was indeed divine. It has inspired countless souls to live a divine life.

I am glad that 'Divya Jivan' has for the last 50 years spread the message of this great Master to many in Gujarat. May it continue to do so with God's Grace and blessings of Maharaj.

**With Prem & Om.
Swami Tejomayananda**

Dadi B. K. Prakashmaniji



Prajapita Brahma Kumaris Ishwariya Vishwa Vidyalaya

International Headquarters: Pandav Bhawan, Mount Abu-307 501, Rajasthan, India

Phones: 02974 - 238261 to 238268, Fax Nos.: 02974 -238952 & 222116

E-mail: madhuban@bkwsu.org Websites: www.brahmakumaris.com, www.bkwsu.org

MESSAGE

Your Holiness Swami Adhyatmananda,

Please accept greetings of peace from Mount Abu, Rajasthan.

It gives me great happiness to learn that the Divine Life Society and Gujarat Divya Jivan Sangh are celebrating the Golden Jubilee issue of '**Divya Jivan**', a monthly Gujarati journal that presents articles of saints and sages from both East and West.

The written word has always been a very powerful medium of communicating, teaching and carrying on great thinking, culture and beliefs. The pure desire to share words of wisdom with one and all is a beautiful, selfless service to humanity. The motto of 'Serve, Love, Give, Purify, Meditate and Realise' is very inspirational and one that we aspire to as well.

On behalf of all the Brahma Kumaris and Brahma Kumars, I extend my hearty congratulations for this golden milestone and wish the publication continued success for decades to come!

With pure wishes,

On Godly Service,

B. K. Prakash Mani

B.K. Dadi Prakash Mani
Chief of Brahma Kumaris

મુનિશ્રી જિનચંદ્રજી (બંધુત્રિપુટી)



‘દિવ્ય જીવન’ની સુવર્ણજયંતી પ્રસંગે પ્રભુને પ્રાર્થના

- મુનિશ્રી જિનચંદ્રજી (બંધુત્રિપુટી)

ભારતની ભૂમિ એ સંતોની ભૂમિ છે. અહીં સમયે સમયે અનેક સંતો, મહંતો, અરિહંતો થતા જ રહ્યા છે કે જેઓ માત્ર પોતાના જ સુખ માટે નહિ, પરંતુ સહુના સુખ માટે જીવન જીવી જતા હોય છે, તેમને મામકા-પરાયાના, ગરીબ-તવંગરના, નાત-જાતના કે ધર્મ-સંપ્રદાયના કોઈ ભેદભાવ હોતા નથી.

આવા સંતો જ ભારતની એ ભવ્ય ગરિમાને જીવંત રાખતા હોય છે અને પોતાના દિવ્ય જીવનની સુવાસ દીર્ઘકાળ સુધી મહેકાવતા રહે છે. સંતોની આવી દિવ્ય પરંપરામાં ૧૯મી શતાબ્દીમાં કેટલાક વિશિષ્ટ સંતો ભારતને જે પ્રાપ્ત થયા તેમાં પરમ શ્રદ્ધેય સ્વામીશ્રી શિવાનંદજી મહારાજનું નામ પ્રથમ હરોળમાં મૂકી શકાય તેવું છે.

પરમ આદરણીય પરમ શ્રદ્ધેય સંતવર્ય પૂજ્ય સ્વામીશ્રી શિવાનંદજી મહારાજની પ્રેરણા અને દિવ્ય દૃષ્ટિથી સ્થપાયેલ ‘દિવ્ય જીવન સંઘ’ વિશ્વના અનેક દેશોમાં તેની ૩૫૦થી પણ વધુ શાખાઓ દ્વારા ભારતની ભવ્ય સંસ્કૃતિ અને આધ્યાત્મિકતાનો દિવ્ય વારસો વિસ્તારી રહ્યું છે.

પૂજ્ય સ્વામીજીનો દિવ્યતાનો આ સંદેશ ગુજરાતમાં પણ ઘર ઘરમાં ગૂંજતો થાય અને દરેક વ્યક્તિનું જીવન દિવ્ય જીવન બને એ દૃષ્ટિથી, વંદનીય સંત સ્વામી યાજ્ઞવલ્ક્યાનંદજી (ડૉ. શિવાનંદ અધ્વયુ) એ ગુજરાતીભાષી સમાજ ઉપર અનુગ્રહ કરીને ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘના ઉપક્રમે ‘દિવ્ય જીવન’ નામનું માસિકપત્ર શરૂ કર્યું તે માસિકપત્ર ૫૦ વર્ષની લાંબી સફર સફળતાપૂર્વક પૂર્ણ કરીને આજે તેની સુવર્ણ જયંતી ઊજવી રહ્યું છે, તેથી મન ઊંડી પ્રસન્નતા અનુભવે છે.

‘દિવ્ય જીવન’ માસિકપત્ર દ્વારા હજારો લોકોને અનેક સંતોની અનુભવવાણી અને જ્ઞાનપ્રસાદીનો લાભ મળ્યો છે. સાંપ્રદાયિક સંકુચિતતાઓથી મુક્ત રહી, દરેક ધર્મપંથોમાંથી નીતરતું આધ્યાત્મિક સત્ય સરળ અને રસમય શૈલીમાં પીરસતા રહીને સંતોએ પ્રેરણાનું અદ્ભુત ભાથું પૂરું પાડ્યું છે.

આ મહાન જ્ઞાનયજ્ઞના ઋષિ, સેવા, સાધના અને સૌજન્યની સાક્ષાત્ મૂર્તિસમા, પરમ વંદનીય સંતવર્ય શ્રી યાજ્ઞવલ્ક્યાનંદજી મહારાજના દિવ્ય આત્માને આ ક્ષણે આપણે ભાવપૂર્વક વંદન કરીએ અને તેમણે વાવેલો આ વડલો અમારા આત્મીય બંધુસમા અને ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘના વર્તમાન અધ્યક્ષ આનંદમૂર્તિ સ્વામી શ્રી અધ્યાત્માનંદજીના કુશળ નેતૃત્વ અને વિશિષ્ટ દૃષ્ટિ હેઠળ વધુ ને વધુ વિકસતો રહે એવી પરમકૃપાળુ પરમાત્માનાં ચરણોમાં ભાવપૂર્વક પ્રાર્થના કરું છું.

મણિનગર શ્રી સ્વામિનારાયણ ગાદી સંસ્થાન



Maninagar Shree Swaminarayan Gadi Sansthan

Shree Muktajeevan Swamibapa Suvarna Jaynti Mahotsav Smarak Trust
Shree Swaminarayan Temple Maninagar, Ahmedabad-380 008
Tel (079) 2546 8029/5757 Fax (079) 25450027
maninagar@swaminarayanGadi.com



તા. ૧૦-૬-૨૦૦૭

પરમ આદરણીય સ્વામીશ્રી અધ્યાત્માનન્દજી
અધ્યક્ષશ્રી, ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ
શિવાનંદ આશ્રમ, શિવાનંદ માર્ગ,
જોધપુર ટેકરી, અમદાવાદ-૧૫

જય શ્રી સ્વામિનારાયણપૂર્વક નિવેદન જે 'The Divine Life'ની ગુજરાતી આવૃત્તિ સમા 'દિવ્ય જીવન'ના પ્રકાશનની સુવર્ણજયંતીને આવકારતાં ઘણો આનંદ થાય છે. પ્રાચીનકાળથી આપણી સંસ્કૃતિ સર્વે દિશાઓમાંથી શુભ અને માંગલ્યવર્ધક પવિત્ર વિચારોને આવકારતી આવી છે, પરંતુ વર્તમાનકાળે સર્વે દિશાઓમાંથી અને વિવિધ માધ્યમો દ્વારા તેના ઉપર ભ્રષ્ટ અને વિકારોત્તેજક વાવાઝોડાં તૂટી પડ્યાં છે. એ સંયોગોમાં સેવાનો, ત્યાગનો, પવિત્રતાનો અને ઈશ્વરશ્રદ્ધાનો સંદેશો આપનારા 'દિવ્ય જીવન' જેવા સામયિકોની ઘણી જરૂર છે.

ગુરુરાજ શ્રી મુક્તજીવન સ્વામીબાપાએ કહ્યું છે કે, કોઈ પણ ધર્મ યા સંપ્રદાયે કરવા જેવું કામ તો એ છે કે, તે માનવીને દિવ્યત્વ સાથેના તેના સંબંધથી પરિચિત કરે. એ દિવ્યતાના સ્પર્શે આપણે સહુ નિર્માની, વિવેકી અને વિનયી થઈએ અને પરસ્પર પ્રેમસભર સંવાદ અને સહકારપૂર્ણ જીવન જીવી પરમ કૃપાળુ શ્રી સ્વામિનારાયણ ભગવાન, જીવનપ્રાણ શ્રી અબજીબાપાશ્રી તેમ જ ગુરુરાજ શ્રી મુક્તજીવન સ્વામીબાપાની પરમ પ્રસન્નતા પ્રાપ્ત કરીએ અને તે માટે ભગવાનને પ્રાર્થતા રહીએ કે, 'દિવ્ય જીવનની જ્યોત જગાવો, આપ કર્તા થઈ કાર્યો દીપાવો; મંગલમય સુખ નિત્ય દેનારા, જય ઘનશ્યામ જય જય કરનારા....'

અને એ સાથે અંતરની શુભેચ્છા કે, સમગ્ર સમાજમાં શુદ્ધિનું, સમસંવેદન શીલતાનું, સંયમનું અને સ્વાર્પણનું વાતાવરણ સર્જવામાં 'દિવ્યજીવન' વધુ ને વધુ સફળ થતું રહે.

શ્રી સ્વામિનારાયણ ગાદીના આચાર્ય

સ્વામી. પુત્રહૃતમહિમદાસજી

જય શ્રી સ્વામિનારાયણ

શ્રી મુકુંદજીવનદાસજી સ્વામી, દિલ્હી

જય સ્વામિનારાયણ



શ્રી અક્ષરપુરુષોત્તમ
(સ્વામિનારાયણ)
મંદિર

‘તાડદેવ’, કાકાજી લેન, સ્વામિનારાયણ માર્ગ, અશોકવિહાર: ફેઝ-III, દિલ્હી-110 052 (ભારત)

દૂરભાષ : 27001327, 47091281/82

ફેક્સ: 47091280 : ઇ-મેઈલ- taaddev@ydsd.org

॥ સ્વામીશ્રીજી ॥

તા. ૧૨-૬-૨૦૦૭

પ.પૂ.કાકાશ્રીનો પ્રાકટ્યદિવસ !

પરમ આત્મીય-પ્રાત: સ્મરણીય પરમ પૂજ્ય અધ્યાત્માનંદસ્વામીજી

પ્રણામપૂર્વક જય સ્વામિનારાયણ !

જનમાનસના મંગળ માટે આધ્યાત્મિક જ્ઞાન પીરસતા ‘દિવ્ય જીવન’ના પ્રકાશનને ૫૦ વર્ષ થાય છે એનો અતિ હર્ષ છે. ગુજરાતની ભૂમિ ઘણી પાવન છે, જ્યાં અનેક અવતારો, સંતો અને ભગવાન સ્વામિનારાયણના પદ પંકજ પડ્યા ! પ્રજા પણ ધર્મપ્રિય કહું કે ધર્મભીરુ ? - પણ, અધ્યાત્મ જ્ઞાનને ઝંખનારી છે.

આપનું આ પ્રકાશન મુમુક્ષુઓની આ તરસને છેલ્લાં ૫૦ વર્ષથી સંતોષે છે અને સરળ ભાષા દ્વારા જન જનમાં યોગની-અધ્યાત્મની સૂઝ આપી સર્વોપરી સેવા કરી રહ્યું છે; એ માટે અભિનંદન ! ‘યા વિદ્યા સા વિમુક્તયે’ એ ઉક્તિ મુજબ પ્રાત: સ્મરણીય પરમ શ્રદ્ધેય સદ્ગુરુ સ્વામીશ્રી શિવાનંદજીના અનુભવસિદ્ધ અધ્યાત્મ જ્ઞાનને ગુજરાતી માનસમાં રેડી એક અનોખી મુમુક્ષુતા અને અલખ જગાડી રહ્યા છો. આપના આ પ્રકાશનથી વધુ ને વધુ લોકો ચિરકાળ સુધી માર્ગદર્શન મેળવી લાભાન્વિત થાય એ જ ભગવાન સ્વામિનારાયણ, બ્રહ્મસ્વરૂપ કાકાજી મહારાજ અને સહુ ભગવત્સ્વરૂપ સંતોના ચરણે પ્રાર્થના !

આપના સ્નેહાધીન,

સ્વામી મુકુંદજીવનદાસ અને

સમગ્ર ગુણાતીત પરિવારના હાર્દિક જય સ્વામિનારાયણ

શ્રી ગિરનાર સાધના ટ્રસ્ટ-ત્રિમૂર્તિ શ્રી ગુરુદત્ત સેવા ટ્રસ્ટ



Trust Regd. No. E-206

GIRNAR SADHANA ASHRAM

BHAVNATH TALETI, JUNAGADH-362 004 (GUJARAT) Phone: (0285) 2624547, Fax : (02850) 2621980
e-mail : dattaad1@sancharnet.in website:www.sahajyoga.org

પ્રતિ,
સ્વામી શ્રી અધ્યાત્માનંદજી
ટ્રસ્ટી અને પ્રમુખ

ગુજરાતી સમાજ અને ગુજરાતી સમાજ સિવાય ગુજરાતમાં વસતા તેમ જ ગુજરાત બહાર દેશ-પરદેશમાં વસતા ગુજરાતી ભાષાના જાણકારો માટે પ્રેરણારૂપ માસિક 'દિવ્ય જીવન' કે જેનો બ્રહ્મલીન સ્વામીજી શ્રી યાજ્ઞવલ્ક્યાનંદજી દ્વારા શુભારંભ થયેલ છે. આ માસિક સમાજના ઉત્થાન માટે, ચેતનાની જાગૃતિ માટે અને યોગ્ય પથપ્રદર્શન માટે ખૂબ જ લાભદાયક સિદ્ધ થઈ રહ્યું છે. અત્યારે સમાજ ત્રિવિધ તાપમાં શેકાઈ રહ્યો છે ત્યારે આવાં માસિક સમાજને શાંતિ પ્રદાન કરવા માટે અને આધ્યાત્મિક જીવન જીવવા માટે મદદરૂપ બની રહ્યાં છે.

'દિવ્ય જીવન' માસિકની સુવર્ણજયંતી નિમિત્તે મારી હાર્દિક શુભેચ્છા છે કે આ માસિક વધારે ને વધારે લોકોના હૃદય સુધી પહોંચે અને માનસિક શાંતિ પ્રદાન કરે.

શુભેષી

શુભેષી
પુત્રીના ચક્રી

Goswami Shree Dwarkeshlalji Maharaj



Sshasthpathadhishwar Goswami Shree Dwarkeshlalji Maharaj

"Sasthpath" Shree Kalyanraiji Mandir, Bajwada, Shree Kalyanraiprabhu Marg, Mandvi, Vadodara-390 001. (Guj) India.
Ph.: 0265 - 2423322,2426942, Fax.: 2437172, E-mail: yadunathji@icenet.net

To

Date: 04 June, 2007

Resp. Swami Adhyatmanandaji
Gujarat Divya Jivan Sangh - President
Sivananda Ashram, Sivananda Marg,
JodhpurTekari, Ahmedabad- 380015
Gujarat, INDIA.

Resp. Swami Adhyatmanandaji,

PRANAMS

I am pleased to learn that "**Divya Jivan**" Gujarati journal being published by your esteemed organization Gujarat Divya Jivan Sangh is completing its Golden Jubilee year. I extend my warm wishes on this auspicious occasion.

Indeed it is a matter of immense pride that for all these years an imperative publication such as **Divya Jivan** is continuously pouring its sincere efforts for masses to proliferate the essence of Dharma, culture, service as well as humanitarian virtues & construe them into a more relevant & universal principles of life.

Also, spiritual guidance & mission of H.D.H. Shri Sivanandaji Maharaj being the driving force & soul behind it, Divya Jivan has flourished its man making journalism over the years and is the sole reason for its significant impact on the society.

I wish your publication may, like always, contribute in escalating the human virtues-ethics to newer heights to strengthen our society & Nation.

Yours,

(Goswami Shree Dwarkeshlalji)

"Shree Mahaprabhuji Baithak"
Opp. Krishna Talkies, Naroda,
Ahmedabad-382 325.
Ph.: 91 - 79 - 2613444,
2613477, 2811477.

Shree Kalyanraiji Mandir,
Dhal ki Pole, Astodia Darwaja,
Ahmedabad (Gujarat),
Ph. : 079 - 2148570.

Shree Goverdhannathji Mandir,
Majith Mandi,
Amrutsar (Punjab),
Ph. : 0133-2547607

Shree Goverdhannathji
Mandir,
Shree Madan Mohanji Mandir,
Swamighat, Mathura. (U.P.)

Shree Kalyanraiji Mandir,
Satghara ki Gali,
B/h. Shree Gokulnathji Mandir,
Shreemad Gokul,
Dist. Mathura, (U.P.)

શ્રી દિનશા પટેલ

દિનશા પટેલ
DINSHA PATEL



જૂન ૨૬, ૨૦૦૭
પ.પૂ. સ્વામીજી અધ્યાત્માનંદજી
શિવાનંદ આશ્રમ, શિવાનંદ માર્ગ
જોધપુર ટેકરી
અમાવાદ-૩૮૦ ૦૧૫

રાજ્ય મંત્રી
પેટ્રોલિયમ એવં પ્રાકૃતિક ગૈસ
ભારત સરકાર
નई દિલ્હી - 110 001
MINISTER OF STATE FOR
PETROLEUM & NATURAL GAS
GOVERNMENT OF INDIA
NEW DELHI - 110 001

પ.પૂ. સ્વામીજી,

સૌ પ્રથમ તો 'પ્રિન્ટ વિઝન'ના પ્રસંગ નિમિત્તે આપની સાથે થયેલા સહજ સત્સંગ બદલ આભાર અને ઊંડો આનંદ વ્યક્ત કરું છું. આંબરના આવરણ વગરનું વ્યક્તિત્વ કેવું હૃદયંગમ હોય છે તેનો અનુભવ આપની ઉપસ્થિતિમાં હું સતત કરતો હતો, પણ આ કેવો વિરોધાભાસ ? માણસને આંબરની ગેરહાજરી ગમતી હોય છે, પણ એને આંબર વગર ચાલતું નથી ! આંબરની બહાર નીકળવું ખરેખર ભગીરથ પુરુષાર્થ માગી લે છે.

'દિવ્ય જીવન' વનમાં પ્રવેશે છે એ એક અનોખી ઘટના છે. અનોખી એટલે અન્યથી નોખી ! જે અન્યથી નોખા ચાલે છે એ કંઈક આપી શકે છે. 'દિવ્ય જીવન' સામયિકે તેનાં પચાસ વર્ષમાં કંઈક આપવાનું કામ કર્યું છે. આપવાનું કામ તો ઘણા કરે છે. ફૂલ કહોવાય ત્યારે દુર્ગંધ આપવાનું કામ કરે છે ! 'દિવ્ય જીવન'ના ફૂલને વર્ષની પાંખડીઓ વધતી ગઈ તેમ તેના કહોવાની શક્યતાઓ વધતી ગઈ, પણ તેમ ન થયું. કેમ ? જે ઓર્ગેનિક હોય તે કહોવાય. જે સ્પિરિચ્યુઅલ હોય તે ખીલ્યા કરે ! એટલે જ 'દિવ્ય જીવન' ખીલ્યા કરે છે.

સાચી વાત તો એ છે કે પૂજ્ય ગુરુદેવ શિવાનંદજી મહારાજ અને પૂજ્ય બાપુજીની દિવ્ય ચેતનાનો અમૃતપ્રવાહ અને આપની પવિત્ર ઉપસ્થિતિ 'દિવ્ય જીવન'ના ફૂલને સતત ખીલતું અને મહેકતું રાખે છે. સમાજમાં અધ્યાત્મ અને ધર્મનાં અનેક સામયિકો પ્રગટ થતાં રહે છે. એ બધાં મોટે ભાગે તો પ્રગટ થવાનું જ કામ કરે છે, સુવાસ પ્રસરાવવાનું નહીં. કેમ ? એની પાછળ પેલી દિવ્ય ચેતના અને આધ્યાત્મિક પવિત્રતા નથી.

મારા બે શબ્દોને આ 'અનોખી' ઘટનાનો પડઘો ઝીલવાનો અવસર પ્રાપ્ત કરાવવા બદલ આપ સૌનો ઋણી બન્યો છું.

મારે લાયક કામકાજ જણાવશો. કુશળ હશો.

આપનો

૨

દિનશા પટેલ

ડો. ઉર્મિલાબહેન પટેલ



DR. URMILABEN PATEL

Special Invitee : Congress Working Committee Member (A.I.C.C.)

Chairperson : Human Right Committee, Gujarat (A.I.C.C.)

Ex. Member of Parliament-(Rajya Sabha)

Ex. Union Minister of States for Power-(Govt. of India)

વંદનીય સ્વામીશ્રી અધ્યાત્માનંદજી તથા ટ્રસ્ટીમંડળ

નમો નારાયણાય

સાદર નમસ્કાર

ધી ડિવાઈન લાઈફ સો. છેલ્લાં લગભગ ૫૦ વર્ષથી ગુજરાતમાં આધ્યાત્મિક પ્રેરણા જનતામાં આપવાનું કામ વિવિધ પ્રવૃત્તિઓ દ્વારા ચલાવી રહેલ છે. સંસ્થા સાથે જોડાયેલ નથી, પણ પ્રસંગોપાત સંસ્થાની પ્રવૃત્તિઓ નજીકથી જોવાનો મોકો અવારનવાર મળ્યો છે. સંસ્થાએ “દિવ્ય જીવન” માસિક દ્વારા આ સંદેશ ઘરેઘરે પહોંચાડવાનું અસરકારક કામ સફળતાપૂર્વક કરેલ છે. વંદનીય અને પ્રાતઃસ્મરણીય સદ્ગુરુ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજીનો માનવપ્રેમ, સેવા, સદ્ભાવના, આત્મશુદ્ધિ જેવાં મૂલ્યો આધારિત પવિત્ર જીવન દ્વારા આત્માની ઉન્નતિ અને ઈશ્વરપ્રાપ્તિ સુધીનો જીવનરાહ સુધી પહોંચવાનો સંદેશ ગુજરાતી ભાષી લોકો સુધી પહોંચાડેલ છે. દિવ્ય જીવનની સુવર્ણજયંતી પ્રસંગે સંસ્થાના આ પ્રયાસોને બિરદાવું છું અને જુદા જુદા ધર્મના અને દેશોના સંતજનો વિશેના લેખો વિશ્વના તમામ ધર્મો દ્વારા માનવજાતને મળેલી આધ્યાત્મિકતાની પ્રતીતિ કરાવશે.

સ્વ. પૂ. સ્વામી શ્રી શિવાનંદજી અને સ્વામીશ્રી પૂ. અધ્યાત્માનંદજીને વંદન સાથે આ શુભ પ્રસંગે યાદ કરવા બદલ ગૌરવ અનુભવું છું અને આભાર માનું છું.

આપના અને આપના દ્વારા પરમ કૃપાળુ પરમાત્માના આશીર્વાદ સાંપડો એ જ પ્રાર્થના સાથે,

લિ.
ઉર્મિલાબહેન પટેલ

Shri P. K. Laheri



Sardar Sarovar Narmada Nigam Ltd.

(A Govt. of Gujarat undertaking)

Block No. 12, 1st Floor,

New Sachivalaya Complex, Gandhinagar-382 010. India

Phone : 079-23223719, 23252611 Fax : 079-23252370

Web site : www.sardarsarovardam.org.

E-mail : cmd-ssnml@gujarat.gov.in

Date : 12/06/2007

MESSAGE

I had the rare privilege of knowing Dr. Sivananda Adhvaryooji. Gujarat can be proud of a professional Ophthalmology surgeon who performed lakhs of Eye operations without charging any fee. Dr. Sivanandaji was deeply committed to removal of misery suffered by family human beings.

Such distinguished personality commences the publication of Divya Jivan, a monthly magazine in Gujarati from August 1957. Divya Jivan has become a vehicle of spreading knowledge as well as inspiring people to render service to the community. I am happy that Divya Jivan is completing Golden Jubilee this August.

The Golden Jubilee issue of Divya Jivan would definitely become unique on account of coverage it proposes to give to the learned people from East as well as West.

I wish Divya Jivan to motivate more and more people in leading better life and emulate the example of selfless service of Dr. Sivananda Adhvaryooji, the Founder of the Divya Jivan magazine.

Yours sincerely

(P. K. Laheri)

Chairman & Managing Director

Shri Arvind Agarwal

Lane No. 16,
Bungalow No. 302
Satyagrah Chhavni Hsg. Soc.
Satellite Road
Ahmedabad-380 015

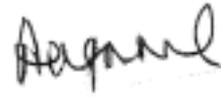
June 29, 2007

MESSAGE

Rev. Sri Gurudev Swami Adhyatmanandaji,

It is heartening to know that 'Divya Jivan' Gujarati Journal's July-August 2007 issue is a Special Golden Jubilee issue. Gujarat Divya Jivan Sangh is doing yeomen service in spreading the philosophy of Sadgurudev Sri Swami Sivanandaji Maharaj. I wish all success in your endeavours and hope that the efforts of the Sangh shall enlighten the society as a whole.

May the Almighty cherish his blessings on one and all.



Arvind Agarwal

Shri Shreyasbhai Pandya

Shreyas V. Pandya
Director
Sahitya Mudranalaya Pvt. Ltd.

Former President
Gujarat Chamber of Commerce & Industry
Ahmedabad Printing Press Association
Former Vice President (West)
All India Federation of Master Printers

June 25, 2007

To,
H.H. Swami Adhyatmananda,
Trustee & President,
Gujarat Divya Jivan Sangh,
"Divya Jivan" Monthly &
Swami Chidananda Serva Jiva Seva Nidhi,
Sivananda Ashram, Sivananda Marg,
Jodhpur Tekari, Ahmedabad-380 015

MESSAGE

Rev. Shri Swami Adhyatmanandaji Maharaj,
Om Namō Narayan,

It is a matter of immense pleasure that the Monthly Journal "Divya Jivan" (Gujarati) commenced by Swami Yagnavalkyanandaji Maharaj (Dr. Sivananda Adhvaryooji) is completing its Golden Jubilee in August, 2007. With the efforts of Brahmlin Swami Shri Yagnavalkyanandaji Maharaj, your Holiness and Shri Mafatbhai Patani the Journal has spread the message of H.H. Swami Shri Sivanandaji Maharaj to the Gujarati community in their own language. The Monthly Journal has been inspirational media for many devotees and I am grateful to you and Trustees for keeping me associated for printing this Monthly Journal for more than a decade.

Under the divine guidance of your goodness and Shri Patani, the journal will be more and more popular in serving the Divine Message of H.H. Swami Shri Sivanandaji Maharaj and H.H. Swami Shri Chidanandaji Maharaj.

Wishing you all the best,



(Shreyas V. Pandya)

Off. : City Mill Compound, Kankaria Road, Ahmedabad-380 022.

Phone : (Off.) 25 46 9101 -02 • Fax : (079) 25 46 9103 • (Resi.) 26 76 2262 • E-mail : sahitya@icenet.net

પ્રા. જનાર્દન દવે

॥ શ્રી હરિઃ ॥

મંગલાશાસન

ભાગવતાચાર્ય

ભાવનગર

(મો) ૯૮૨૪૨ ૪૭૬૧૬

તા.૨-૬-૦૭

રાધાં કૃષ્ણસ્વરૂપાં તુ કૃષ્ણાં રાધાસ્વરૂપિણમ્ ।

કલાત્માનં નિકુંજસ્થં ગુરુરૂપં સદા ભજે ॥

ભગવાન ભાષ્યકારે અષ્ટાદશ રત્નોમાંના એક 'શતશ્લોકી'ના મંગલાચરણમાં બહુ અદ્ભુત વાત કરી છે.

દષ્ટાન્તો નૈન દષ્ટસ્ત્રિભુવનજઠરે સદ્ગુરોર્જ્ઞાનિદાતુ :

સ્પર્શશ્ચેત્ તત્ર કલ્પ્ય : સ નયતિ યદશે સ્વર્ણતામશ્મસારમ્ ।

ન સ્પર્શત્વં તથાપિ શ્રિતચરણયુગે સદ્ગુરુઃ સ્વીયશિષ્યે

સ્વીયં સામ્યં વિધત્તે ભવતિ નિરૂપમસ્તેન વાડલૌકિકોપિ ॥

અર્થાત્ : જ્ઞાનપ્રદાતા સદ્ગુરુ ભગવાન સાથે સરખાવવા ત્રણે જગતમાં કોઈ દષ્ટાંત મળશે જ નહીં, છતાં તમે પારસમણિનું દષ્ટાંત લો, પારસમણિ તો સ્પર્શે પછી જ લોખંડને સોનું બનાવે. પોતાના સમાન પારસ થોડો બનાવશે ? સદ્ગુરુ તો સ્વચરણાશ્રિત શિષ્યને વિના સ્પર્શે પોતાના સમાન બનાવે છે. આ ઉપમા સહજ અને અલૌકિક છે.

આવા એક પરબ્રહ્મની વિભૂતિરૂપ પ.પૂ. સદ્ગુરુ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજે પોતાના જેવા કેટલા સમર્થ પારસમણિઓ જગતને ભેટ આપ્યા ! ગણવા માંડો.

આવા શત સદ્ગુરુ શ્રીમદ્ વલ્લભાચાર્ય સમર્થ

ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ બોલ્યા છે :

ન હ્યમ્ભયાનિ તીર્થાનિ ન દેવા મૃચ્છિલામયા : ।

તે પુનન્ત્યુરુકાલેન દર્શનાદેવ સાધવઃ ॥ ૧૦-૪૮-૩૧

આવા વૈશ્વિક, વિશ્વોદાર, વિશ્વવંદ્ય સંત શ્રીમદ્ શિવાનંદજીના ઈલામૂત્ર કલ્યાણગામી સદ્બોધને ગુજરાતી-દિવ્ય જીવન માસિકનું રૂપ પરમોદાર પરમ ભાગવત સંત ડો. શિવાનંદ અધ્વર્યુ મહારાજે ૧૯૫૭માં આપ્યું.

આ દિવ્ય પ્રકાશનના સુવર્ણજયંતી અવસરે પ્રકાશિત થનારા વિશેષાંકના અવસરે સહર્ષ, સાદર, સસ્નેહ મંગલાશાસન પાઠવું છું.

નાસ્તિ તત્ત્વં ગુરોઃ પરમ્ ॥

સૌને પ્રણામ...

-પ્રા. જનાર્દન દવે

श्री रमेशचंद्र के. पंड्या

रमेशचंद्र के. पंड्या

12, उषादीप सोसायटी, जाहनवी रेस्टोरां के सामने
एल.डी. इंजिनियरिंग कोलेज रोड,
आंबावाडी, अहमदाबाद-15

जोधपुरग्रामविस्तारे शिवानंदं प्रतिष्ठितम् ।
दिव्यजीवनसंघोऽयं स्वामी शिवानंदेन स्थापितः ॥
डीवाईन सोसायटीयं समग्र विश्वे प्रकीर्तिता ।
दिव्याति दिव्यं भव्यं च आध्यात्मिकं धर्मप्रेरितम् ॥
सेवास्नेहयोगध्यानसहितं पवित्रं निर्मलं महत् ।
जीवनं धन्यतां याति जीवनं सार्थक्यं लभेत ॥
अत्र अस्माकं मासिकं 'दिव्य जीवनं' यशस्वीनम् ।
तस्य सुवर्ण महोत्सवे रम्ये नरीनृत्यन्ति मनांसि नः ॥

शिवानंदं दिव्यं परंज्ञानभूषं

चिदानंदरूपं चिदानंदख्यातम् ।

महान्तं पवित्रं पवित्रानंदवर्यः

प्रणमन्तं तपस्वी श्री अध्यात्मानन्दम् ॥

महत्प्रतिष्ठः अयं परम तपस्वी

श्री अध्यात्मानंद स्वामी यशस्वी ।

सौजन्यसिन्धुः अति विरलो वरिष्ठः

साष्टाङ्गवन्दनमहं अधुना करोमि ॥

पूज्याः ननुवंदनीय चरणाः वन्द्याति वन्द्याः शुभाः

भव्यां भारत संस्कृतिं च वरदां संचारयन्तो बुधाः ।

कल्याणस्य परंपरां सुविमलां विस्तारयन्तं ध्रुवम् ।
एतेषां दिव्याति दिव्य जीवने भूयात् सदा मङ्गलम् ॥
सत्यं स्वाश्रयस्नेहसंयमयुतं त्यागः तपः संयुतम्
सिद्धि, संयम, ब्रह्मवर्चसमिदं दिव्याति दिव्यं शुभम् ।
नित्यं यः कल्याणमेवतनुते सर्वभूतहिते रताः
एतेषां भव्यातिभव्यजीवने भूयात् सदा मङ्गलम् ॥

यावद् साब्रमती अत्र यावत् कर्णावती इयम् ।
यावद् भूमण्डलं धत्ते तावत् दिव्य जीवनं उदीरयेत् ॥
मार्मिकं अति पवित्रं च सर्वं कल्याण दर्शितम् ।
शुद्धबुद्धकान्तकमनीयं प्रासादिकं सुमनोहरम् ॥
धर्म-मानवतास्नेहयुक्तं दयादाननिदर्शनम् : ।
दिव्यं गुर्जर मासिकं एतद् दिव्यजीवनं प्रकाशयेत् ॥

भवतः भवदीय एव

-रमेशचंद्र के. पंड्या

શ્રી સુમંતરાય દેસાઈ

THE DIVINE LIFE SOCIETY

BHARUCH BRANCH

દિવ્ય જીવન સંઘ ભરૂચ શાખા-સંચાલિત
શ્રીમતી લાભુબેન ગોવિંદભાઈ મિસ્ત્રી
સાર્વજનિક હોસ્પિટલ



NEAR S.T. DEPOT, SHRI FALSHRUTI NAGAR, BHARUCH-392 001. PH. : 252482, 571969

Shri Mahendrabhai P. Shroff

(President)

Ph. : (02642) (R) 231585, 231501

Shri Sumantrai C. Desai

(Secretary)

Ph. : M : 93774 25404 (R) 246496

પૂજ્યપાદ સદ્ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની પ્રેરણાથી પ્રકાશિત “દિવ્ય જીવન” ગુજરાતી માસિક...
પ્રતિશ્રી પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદ સરસ્વતી,

પ્રમુખ,

ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ, અમદાવાદ...

દિવ્ય અમર આત્મનું,

સાદર સવિનય વંદન સહ જણાવવાનું કે, ‘દિવ્ય જીવન’ માસિકના સંસ્થાપક અને આદ્યતંત્રી પરમ પૂજ્ય સ્વામી યાજ્ઞવલ્ક્ય સરસ્વતી, ડૉ. શિવાનંદ અધ્યયુજીએ ઓગસ્ટ-૧૯૫૭માં “દિવ્ય જીવન” માસિકની શરૂઆત સદ્ગુરુદેવ પૂજ્યપાદ શિવાનંદજી મહારાજની પ્રેરણાથી, તેમના ઉપદેશામૃતના પ્રચાર-પ્રસાર અર્થે કરી હતી.

હું દિવ્ય જીવન સંઘમાં ૧૯૬૭ના જાન્યુઆરી માસમાં દિવ્ય જીવન સંઘના વર્તમાન પ્રમુખ-પૂજ્યપાદ સદ્ગુરુ ભગવાનના પ્રત્યક્ષ દર્શનથી અને તેમની અહૈતુકી કૃપાવર્ષાથી જોડાયો હતો. તે સમયે રાજકોટમાં રાષ્ટ્રીય શાળામાં અખિલ ભારત દિવ્ય જીવન પરિષદ યોજવામાં આવી હતી. આ દિવ્ય જીવન માસિક ત્યારે પૂ. ડૉ. શિવાનંદ અધ્યયુજી સૌરાષ્ટ્ર સેન્ટ્રલ હોસ્પિટલ વીરનગરમાં ચીફ મેડિકલ ઓફિસર હતા એટલે વીરનગરથી પ્રગટ થતું હતું.

પૂજ્ય ડોક્ટર શિવાનંદ અધ્યયુજીસાહેબ ખૂબ જ ઉદાર સ્વભાવના વ્યક્તિ હતા એટલે ખૂબ જ ઓછી રકમમાં માસિકના આજીવન સભ્ય બનાવતા હતા. તેમ જ તેમના મિત્રો, વેપારીઓ અને સ્નેહીજનોને પણ આ માસિક મોકલતા હતા. ત્યારે તેઓ જે નેત્રયજ્ઞ કરતા હતા તેમાં પણ પૂજ્ય સ્વામી ભૂમાનંદજી દ્વારા આ માસિકના આજીવન સભ્યો નોંધવામાં આવતા હતા. પરમ પૂજ્ય ડૉ. અધ્યયુજી (બાપુજી)નું વ્યક્તિત્વ એવું મહાન હતું કે, નેત્રયજ્ઞમાં પધારનાર મહેમાનો, નેત્રયજ્ઞમાં લાભ લેનાર દર્દીઓ, તેમનાં સગાં-સંબંધીઓ આ દિવ્ય જીવન માસિકના આજીવન સભ્યો બની જતા હતા અને માસિકનું કામ સરસ રીતે થતું હતું.

કોઈ પણ સામયિક માટે પચાસ વર્ષનો સમય નાનો ન કહેવાય. આ પચાસ વર્ષમાં “દિવ્ય જીવન” માસિકે અનેક

ચઢાવ-ઉતાર જોયા છે. અનેક સંઘર્ષોનો સામનો કરવો પડ્યો છે. સદ્ગુરુદેવ પૂજ્યપાદ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજ સદા કહેતા કે માત્ર વાતો કરવાથી જ કે ફક્ત ઈચ્છા પ્રગટ કરવાથી સમાજ હિતનાં કાર્યો થતાં નથી. ફક્ત અંતઃકરણની દૃઢ શ્રદ્ધા અને સતત પુરુષાર્થ વડે જ દરેક કાર્યની સફળતા પ્રાપ્ત થાય છે. ઈતિહાસ પણ આ વાતની સાક્ષી પૂરે છે કે પ્રયંડ-આશાવાદ સાથે, સદ્ગુરુએ ચીંધેલા માર્ગે અને તેનાં સિદ્ધાંતો ઉપર અડગ શ્રદ્ધા સાથે ગુરુચરણમાં ભક્તિ અને આઘશક્તિની કૃપા દ્વારા જ સમાજ ઉન્નતિ અને પ્રતિષ્ઠા પ્રાપ્ત કરી શકે છે.

દિવસે દિવસે મોંઘવારી વધતી જ જાય છે. કાગળોની કિંમત-પ્રકાશનની કિંમત-બાઈન્ડિંગ ક્રિયાના ભાવ વધતા જ રહ્યા છે છતાં સદ્ગુરુદેવ પૂજ્યપાદ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજના અમોઘ આશીર્વાદ સતત વરસતા રહેવાથી આજે આ દિવ્ય જીવન માસિક પહેલાં કરતાં પણ વધુ ને વધુ સુંદર, આકર્ષક અને વાચકોની પ્રિય રુચિવાળા સાહિત્ય સાથે પ્રકાશિત થતું જ રહ્યું છે અને પ્રકાશિત થતું જ રહેશે.

આ માસિકમાં માનવના દૈનિક જીવનમાં ઉપયોગી એવી બધી જ માહિતી છાપવામાં આવે છે. દિવ્ય જીવન માસિકના પ્રકાશક તરીકે મારી આપ સૌ વાચકોને નમ્ર વિનંતી છે કે, આ માસિકને વધુ અને વધુ સુંદર અને મજબૂત બનાવીએ અને દિવ્ય જીવન માસિકના વધુ ને વધુ ગ્રાહકો બનો અને આપના મિત્રોને પણ આ માસિકના ગ્રાહકો બનાવો.

આપ સૌ ઉપર પૂજ્યપાદ સદ્ગુરુદેવ શ્રી શ્રી સ્વામી શિવાનંદના સતત અમોઘ આશીર્વાદ પ્રાપ્ત થાવ અને આપ સૌ સુખી, સ્વસ્થ અને સમૃદ્ધ બનો એ જ સદ્ગુરુ ચરણે પ્રાર્થના સહ.

લિ.

સદ્ગુરુચરણે સદા આપનો જ

સુમંત દેસાઈ, સેક્રેટરી,

દિ.જી. સંઘ, ભરુચ અને દિવ્ય જીવન માસિકના પ્રકાશક

શ્રી હરિભાઈ કોઠારી

10, Krishna Niwas, 2nd Floor, Phone : + (91-22) 2564 7770, 5621 6660
Valji Ladha Cross Road, TeleFax : + (91-22) 2591 3418, 5598 9758
Mulund (West), E-mail : hariko@vsnl.com
Mumbai-400 080. India Website : http://www.haribhaikothari.org



॥ હરિ: ઓમ્ ॥

પરમ પૂજ્ય સ્વામી શ્રી શિવાનંદજીએ ૧૯૩૬માં સ્થાપેલ 'દિવ્ય જીવન સંઘ'ની અમૂલ્ય વિચારધારાને ગુજરાતી ભાષામાં વહેતી મૂકવાનો પ્રશસ્ય પ્રયાસ સ્વામી યાજ્ઞવલ્ક્યાનંદજીએ કર્યો. પાંચ દાયકાની સફળ સફર કર્યા પછી 'દિવ્ય જીવન' માસિક સુવર્ણ મહોત્સવ ઊજવે છે એ આનંદદાયક ઘટના છે. કોઈ પણ કાર્ય શરૂ કરવું સહેલું છે, પરંતુ તેનું સાતત્ય ટકાવવા માટે અવિરત સાધના જરૂરી હોય છે. શ્રદ્ધેય સ્વામી શિવાનંદજીના આશીર્વાદ, સંનિષ્ઠ કાર્યકરોની જહેમત અને પરમ કૃપાળુ પરમાત્માની કૃપાથી આવી જવલંત સિદ્ધિ હાંસલ થઈ છે.

'દિવ્ય જીવન' માસિકે લાખો લોકોનાં દિલ જીતી લીધાં છે, તેમાં આવતી જ્ઞાનસામગ્રી અનેકોના જીવનમાં પ્રકાશ નિર્માણ કરે છે. અધ્યાત્મ, યોગ, સાધના, ચિંતન, પ્રેરક લેખો તેમ જ અનુભવના ઓજસથી માસિક વૈવિધ્યસભર અને જીવનવિકાસમાં સહાયક બને છે. કાવ્ય અને શાસ્ત્રનો એમાં સુભગ સમન્વય જોવા મળે છે. કાવ્ય હૃદયને સ્પર્શે છે, શાસ્ત્ર મસ્તિષ્કને તરબતર કરે છે, સૌને જ્ઞાન સ્પર્શી જાય છે. 'મનોમંથન વિના સાચું જ્ઞાન નથી હોતું' એ વાતનું સતત ધ્યાન રખાય છે. માણસે સરળ થવું જોઈએ, પણ હલકા નહીં. જ્ઞાન સાથે સરળતાનું આટલું જ પ્રયોજન છે.

સાહિત્યનો સ્પર્શ ધર્મને સુગમ બનાવે છે તો ધર્મનું પીઠબળ સાહિત્યની ઉચ્ચ કક્ષાને જાળવી રાખે છે. જીવન એક ગંભીર ઘટના છે, પણ તેને હળવાશથી માણતાં શીખવું જોઈએ, એ વાતનું સરસ દિગ્દર્શન 'દિવ્ય જીવન' માસિક સદા કરાવતું રહે છે. આવાં માસિકોની ઉત્તરોત્તર પ્રગતિ પરમાત્માના પ્રસાદ અને જનસમાજની જાગૃતિનો પરિચય કરાવે છે. 'સુવર્ણજયંતી મહોત્સવ નિમિત્તે આ પ્રકલ્પ ચિરકાળ સુધી સૌના હૃદયમાં સુવર્ણાક્ષરે અંકિત બની રહે એ જ અંતઃકરણપૂર્વકની પ્રાર્થના !'

ગુરુવાર, તા.૭/૬/૨૦૦૭

- હરિભાઈ કોઠારી
મુલુંડ, મુંબઈ

શ્રી અનિલ હીરાલાલ મહેતા

દિવ્ય આત્મસ્વરૂપ,

પ્રાતઃ સ્મરણીય પ.પૂ. શ્રી યાજ્ઞવલ્ક્યાનંદજી દ્વારા શરૂ થયેલ “દિવ્ય જીવન”ની પચાસ વર્ષ અવિરત યાત્રા ગંગાજીની ધારા સમાન અનંત કાળપર્યંત વહેતી રહે, બસ વહેતી રહે, જેથી એમાં ડૂબકી મારનાર જિજ્ઞાસુ સાધકોનું જીવન નિત્ય શુદ્ધ બુદ્ધ બની રહે.

‘દિવ્ય જીવન’ એટલે સંતોનું સાહિત્ય. પ.પૂ. ગુરુદેવ સ્વામીશ્રી શિવાનંદજીના જ્ઞાનની અખૂટ પ્રસાદી પ્રદાન કરનાર આ માસિક પ.પૂ. ગુરુદેવ સ્વામીશ્રી ચિદાનંદજી પ.પૂ.સ્વામી શ્રી અધ્યાત્મનંદજી તેમ જ પ.પૂ. કૃષ્ણાનંદજી મહારાજ, પ.પૂ.યોગેશ્વરજી, પ.પૂ.પાંડુરંગશાસ્ત્રીજી તથા અન્ય સંતો તથા મહાત્માઓ અને વિચારકોના સદ્વિચારોનો પડઘો. એ સહુના જ્ઞાન-વિજ્ઞાનનું સુપેરે સંકલન કરી જિજ્ઞાસુ સાધકોને વેદાન્ત સુલભ કરાવનાર ‘દિવ્ય જીવન’ જેનું બીજ આજીવન લોકસેવક શ્રી શિવાનંદ અધ્વર્યુજીએ ૫૦ વર્ષ પહેલાં અંકુરિત કર્યું, જે આજે એક સરસ મઝાનું ઘટાદાર વૃક્ષ બની રસાળ ફળોથી લચી રહેલ છે અને સાધકોની આત્મ સાક્ષાત્કાર તરફની આગેકૂચમાં વિસામો તેમ જ ક્ષુધા તૃપ્તિનું કામ કરે છે.

એમાં આવતા લેખો સરળ ભાષામાં હોવાથી દરેક કક્ષાના વાચકો માટે સુગમ છે. દિવ્ય જીવન પરિવારનું એ સંપર્કસૂત્ર છે. શાખાઓ અને પર્ણોનું આશ્રય સ્થાન છે.

‘દિવ્ય જીવન’ એટલે ‘દિવ્ય જીવન’. ઉત્તરોત્તર એના વાચકવર્ગમાં વૃદ્ધિ થતી રહે અને પવિત્ર, શુદ્ધ વિચારો દ્વારા વિશ્વભરમાં શાંતિનો સંદેશદૂત બની રહે.

અત્યારના વ્યવસ્થાપક ભાઈ-બહેનોને વંદન તેમ જ અભિનંદન

તા. ૨૭-૦૬-૦૭

દિવ્યજીવન યાત્રી

અનિલ મહેતા

મંદુભાઈ રોડ

મલાડ (પૂર્વ), મુંબઈ-૪૦૦૦૯૭

Astalaxmi Bhavan

Sadhak Nivas

શ્રદ્ધાંજલી

શ્રી સૂરજનારાયણ સબરવાલનું દેહાવસાન



દિવ્ય જીવન સંઘ, જામનગરની શાખા અત્યારે પપ્પીયે વધુ વર્ષ જૂની શાખા છે. પહેલાં શ્રી ભગદેવ, પછી હવાઈ ચોકના ડૉ. બક્ષી અને ત્યાર બાદ ડૉ. સુરેશ બક્ષીસાહેબ તેના અધ્યક્ષ હતા. ડૉ. સુરેશ બક્ષીસાહેબ અધ્યક્ષ નિમાયા ત્યારે શાખા સાપ્તાહિક સત્સંગ કરતી થઈ હતી, અન્યથા જામનગરના સ્મશાનમાં શ્રી સદ્ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની મૂર્તિની સ્થાપના થઈ ત્યાં સુધી જામનગરમાં દિવ્ય જીવન સંઘની શાખા છે તેવી ભાગ્યે જ લોકોને ખબર હશે.

શ્રી સૂરજનારાયણ સબરવાલ, બ્રિગેડિયર લક્ષ્મીનારાયણ સબરવાલસાહેબના અનુજ છે, તેમની પ્રેરણાથી પૂજ્ય ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજ અને શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ જામનગર પધાર્યા. શ્રી સૂરજભાઈસાહેબને ત્યાં ભાઠા ભવનમાં રહ્યા. આ આગમન શ્રી જામનગર ગીતા વિદ્યાલયના રજતજયંતી પર્વ નિમિત્તે હતું. બ્રહ્મલીન શ્રી મનહરલાલજી મહારાજશ્રીના નિમંત્રણે જામનગર આવવાનું થયેલું. આમ, પરિચયનાં બીજ રોપાણાં. સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીને સૂરજભાઈસાહેબે વર્ષોવર્ષ બોલાવ્યા. તેઓશ્રીની પ્રમુખ તરીકે વરણી કરવામાં આવી. દિવ્ય જીવન સંઘનું અસ્તિત્વ પુનઃ જીવનને પામ્યું. યોગાસન શિબિરો અને ગીતા પ્રવચનોના ભરચક કાર્યક્રમો તેમણે યોજ્યા, જામનગરનાં આ યોગસત્રો અને ધન્વંતરિ મંદિર, આયુર્વેદિક વિશ્વવિદ્યાલય ખાતેનાં ગીતા-પ્રવચનો સદૈવ અવિસ્મરણીય રહેશે. આ બધું આયોજન શ્રી સૂરજ સબરવાલસાહેબની કાબેલિયતથી થયું.

તેમના નૂતન નિર્મિત નિવાસસ્થાન 'આશીર્વાદ' ખાતે પણ પૂજ્ય ગુરુભગવાન શ્રીમત્ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજશ્રી પધાર્યા. તેમણે મોરબી જઈને શ્રીશ્રીમા આનંદમયીમાના આશીર્વાદ પણ પ્રાપ્ત કર્યા હતા.

શ્રી સૂરજ સબરવાલ આર્મી, નેવી અને એરફોર્સના શિવિલ કોન્ટ્રેક્ટર હતા. તેમણે ધાર્યું હોત તો સરકારી ખજાનામાંથી કરોડો રૂપિયાની કમાણી તેઓ કરી શક્યા હોત, પરંતુ તેઓ પ્રામાણિકતા, સરળતા, સત્ય, સેવા અને પરોપકારનું મૂર્ત સ્વરૂપ હતા. અભદ્રતા તેમના વિચારમાં કદીયે સ્વપ્નમાં પણ ઊપજી ન હતી. તેમનું જીવન આદર્શ ભારતીયનું જીવન હતું. તેમના નિધનથી ભારતમાતાએ એક આદર્શ સંતાન અને ભારતવર્ષે- રાષ્ટ્રએ એક નાગરિક ખોયો છે, તેમની ખોટ કદી પૂરી શકાશે નહિં.

છેલ્લા એક વર્ષથી તેઓ કેન્સરથી પીડાતા હતા. તેમણે શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ આવીને રહેવા માટે ઈચ્છા પણ વ્યક્ત કરી હતી, પરંતુ તેમનું સ્વાસ્થ્ય કથળતું જ ગયું અને તા. ૧૭.૭.'૦૭ ઉત્તરાયણના સમાપન પર્વે તેમણે દેહત્યાગ કર્યો.

તેમનો દિવગંત આત્મા ચિરંતન શાતા, આત્મશાંતિ અને સદ્ગતિને પામે એ જ પ્રાર્થના. પ્રભુ તેમના પરિવારનાં સર્વે આપ્તજનોને આ આકસ્મિક આવી પડેલા દુઃખને સહન કરવાની શક્તિ આપે, એ જ અભ્યર્થના. ઊં શાંતિ.