

યોગ, સ્વાસ્થ્ય અને નૈતિક જીવન મૂલ્યોનું માસિક

દિવ્ય

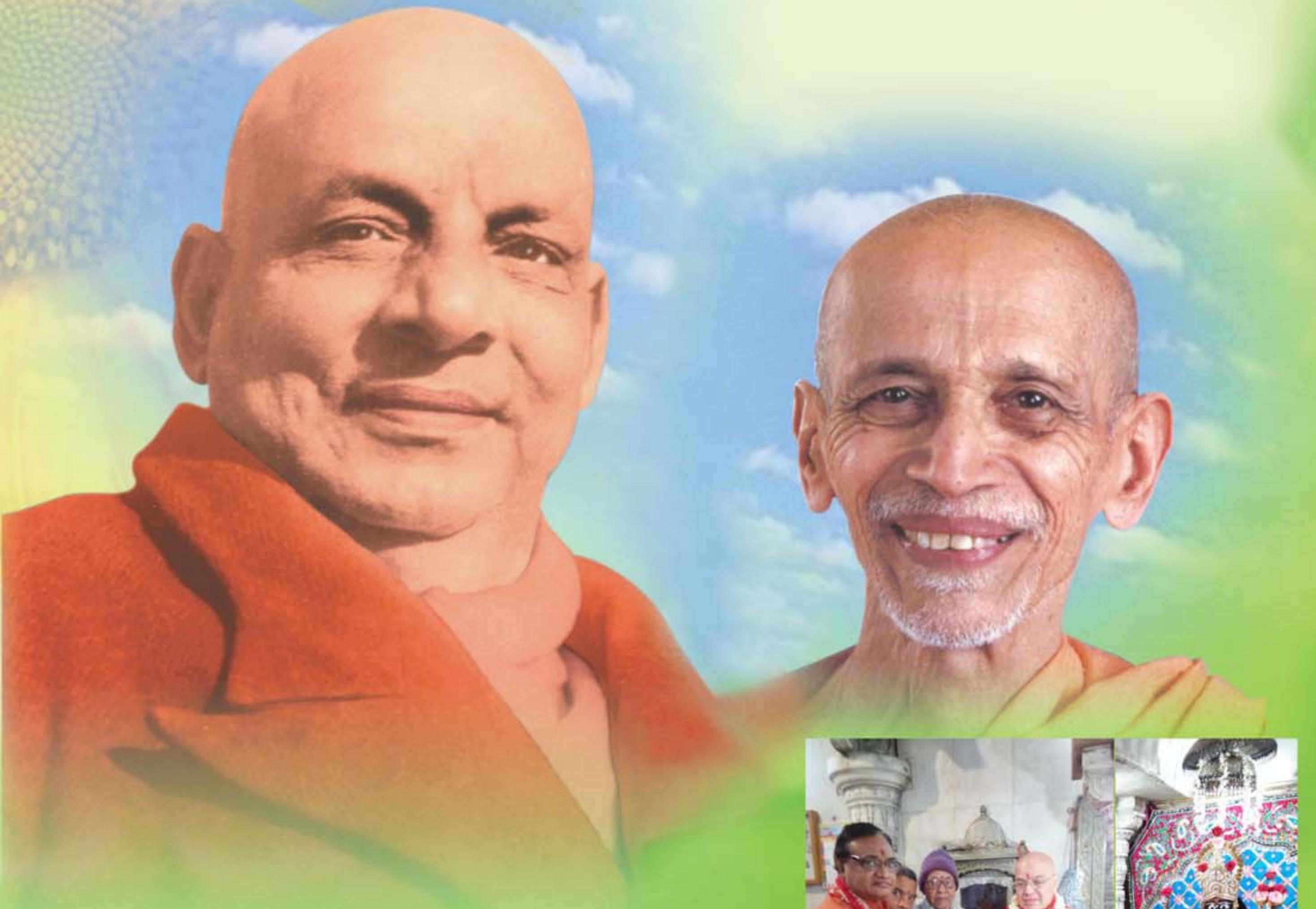


જીવન

વાર્ષિક લયાજમ : રૂ. ૧૫૦/- ● વર્ષ - ૧૬ અંક - ૩ માર્ચ-૨૦૧૬

Postal Registration No. GAMC 1417/2018-2020 Valid up to 31-12-2020 RNI No. GUJGUJ/2003/15738

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



પ્રાર્થના

પ્રાર્થના મનની અશુદ્ધિને દૂર કરી તેને સ્થિર બનાવે છે.
આધ્યાત્મિક ભાવનાઓરૂપી શુદ્ધ જળથી તે હંદયની અશુદ્ધિઓને ધોઈ
નાખી દૂર કરે છે. પ્રભુના દિવ્ય પ્રકાશને અપનાવવા માટે તે મનને તૈયાર
કરે છે. ભય અને વિપત્તિના પ્રસંગોમાં સામૂહિક પ્રાર્થના જાદુઈ અસર સર્જે
છે. પ્રભુને કરેલી સાચા દિલની પ્રાર્થના બધી સમસ્યાઓનું નિવારણ કરે છે.

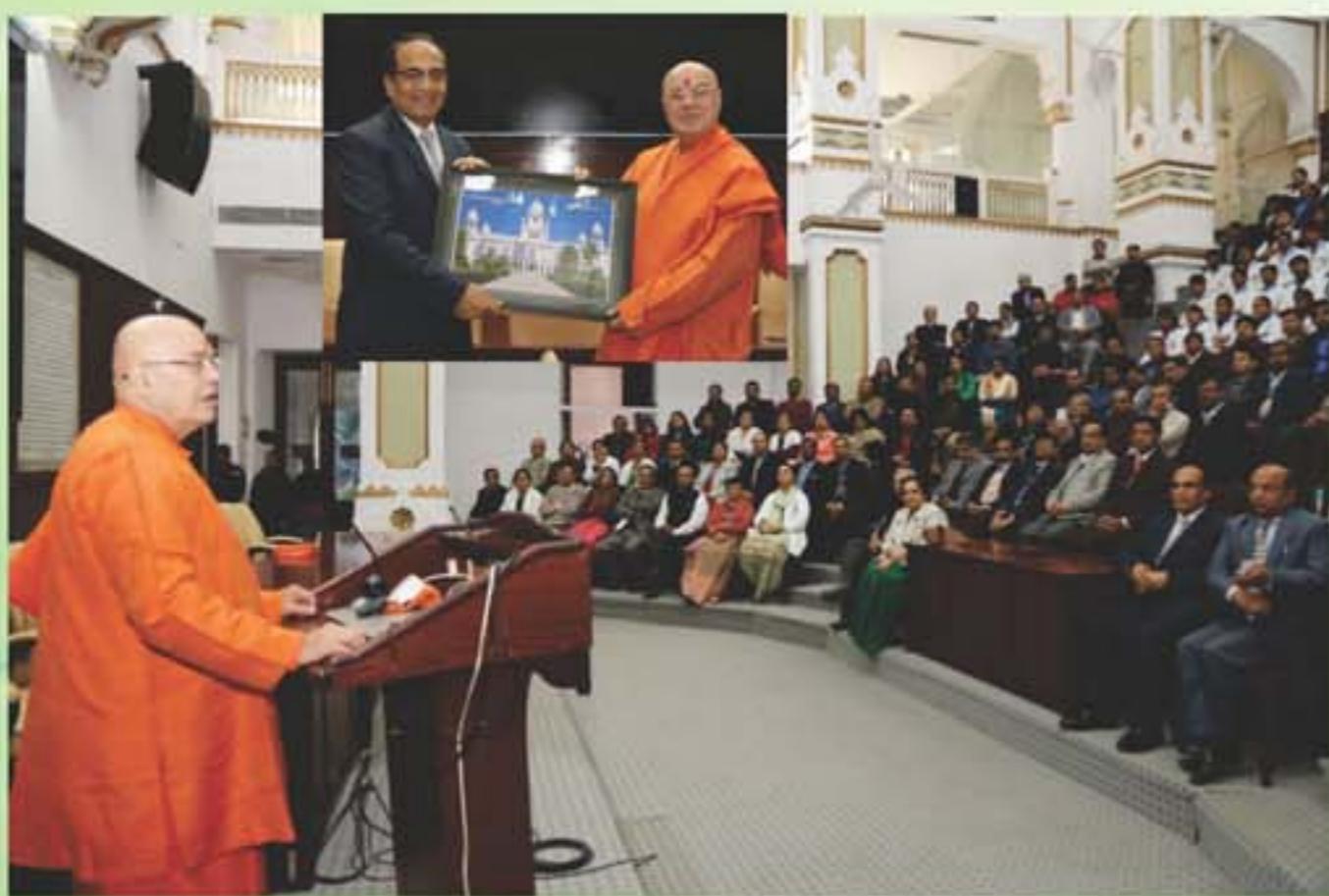
- સ્વામી શિવાનંદ



શ્રીશ્રી ભદ્રકાળી મંદિર, અમદાવાદ ખાતે
પૂજ્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીનું બહુમાન
(તા. ૪-૨-૨૦૧૬)



શ્રી સોમનાથ મંદિર ખાતે ગુજરાત રાજ્યના મુખ્ય મંત્રી શ્રી વિજય રૂપાણીજી અને પૂર્વ મુખ્યમંત્રી શ્રી કેશુભાઈ પટેલની ઉપસ્થિતિમાં 'દ્વિતીય દ્વાદશ જ્યોતિર્લિંગ સમારોહ-૨૦૧૯'નું પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી દ્વારા દીપ પ્રજ્વલન અને પૂજન



કિંગ જ્યોર્જ મેડિકલ યુનિવર્સિટી, લખનऊ ખાતે પૂજ્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીનું ઉદ્બોધન અને વાર્ષિક ચાન્સેલર શ્રી એમ. એલ. બી. ભંડ દ્વારા પૂજ્ય સ્વામીજીનું બહુમાન (તા. ૧-૨-૨૦૧૯)



સ્વામી અધ્યાત્માનંદ પોલીક્લિનિક, લખનऊનું ઉદ્ઘાટન (તા. ૧-૨-૨૦૧૯)

ગુજરાત રાજ્યનાં પ્રથમ મહિલા શ્રીમતી અવિનાશ કોહલીજીનો જન્મદિવસ, રાજભવન ગાંધીનગર ખાતે શિવાનંદ આશ્રમનું શિષ્ટ મંડળ (તા. ૨-૨-૨૦૧૯)

શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની પ્રેરણાથી પ્રકાશિત દિવ્ય જીવન

વર્ષ : ૧૬

અંક : ૩

માર્ચ-૨૦૧૬

સંપુર્ણ અને અપ્લાન્ડની :

મહારાજની સ્વામી પાઠકલદ્યાનંદજી
(શ્રી શિવાનંદ માધ્યમી)

સંપુર્ણ ગૃહની :

અધ્યાત્મ : શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી (તંત્ર)
શ્રીમતી રૂપા માધ્યમદ્વારા

તંત્રી : શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

દેખ મોફાલાનું સરનામું :

શિવાનંદ આશ્રમ, જોધપુર ટેલી,
અમદાવાદ - ૩૮૦૦૧૫.
ફોન : ૨૭૯૬૧૨૨૪૪, ૨૭૯૬૨૨૪૪૫

મુખ્ય કાર્યક્રમ :

દિવ્ય જીવન માટીક, તેજુ વાચન :
સ્વામી શિવાનંદ ધર્મજીવાનેનિ
ઈન્દ્ર પદ્માવતીએ અને મહામંત્રીનું કર્મચાર :
શ્રી પદ્માવતી હેલ્પર
શુદ્ધાત્મક દિવ્ય જીવન સંપ્રદાય
શિવાનંદ આશ્રમ,
જોધપુર ટેલી, રેલેવાઈ માર્ક,
અમદાવાદ - ૩૮૦૦૧૫
ફોન : ૨૭૯૬૧૨૨૪૪
ટેલિફોન : ૨૭૯૬૨૨૪૪૫

E-mail :

sivavanda_naharun@yahoo.com
Website : <http://www.diyajivani.org>

લઘુજીમ

લઘુજીમ	દાન રૂ.
વાર્ષિક લઘુજીમ	રૂ. ૧૫૦/-
પુલેશક લઘુજીમ (૧૫ વર્ષ માટે)	રૂ. ૧૫૦૦/-
પેઢન લઘુજીમ	રૂ. ૩૦૦૦/-
ઘૂસક નક્કે	રૂ. ૧૫/-
વિદેશ પાત્ર (અર ચેરીક)	રૂ. ૧૮૦૦/-
વાર્ષિક (અર ચેરીક)	રૂ. ૧૮૦૦/-
પુલેશક લઘુજીમ (૧૫ વર્ષ માટે) ચેક/ક્રોક (અમદાવાદ) દ્વારા	રૂ. ૧૫૦૦૦/-

૩૦

યે યે કામા દુર્લભા મર્યાદોકે, સર્વાન્ન કામારશ્છન્દતઃ પ્રાર્થયસ્વ ।

ઇમા રામાઃ સરથાઃ સત્તૂર્ધા, ન હીદૂશા લઘુનીથાઃ મનુષ્યૈઃ ।

આભિર્મત્રત્તાભિઃ પરિચારયસ્વ, નચિકેતો મરણ માનુપ્રાણીઃ ।

કઠોપનિષદ : ૧-૧-૨૫

નચિકેતા ! જે જે ભોગ મૃત્યુલોકમાં દુર્લભ છે, તે અધાતું તારીદીઝા અનુસાર ભાગી લે. આ રથ અને વિવિધ પ્રકારના વાદ્ય સહિત સ્વર્ગની જે સુંદરીઓ છે, એવી સુંદરીઓ મનુષ્યમાં ક્યારેય મળી શકતી નથી. મોટા મોટા ઋષિ મુનિ અભના માટે લલચાય છે. હું આ બધું તને સહજતાથી આપું છું. તું અભને લઈ જા અને અભની પણે તારી સેવા કરાવ; પરંતુ નચિકેતા ! આત્મતત્ત્વવિષયક પ્રશ્ન ના પૂછીશ.

શિવાનંદ વાર્તા

દાન આપો, દાન આપો

દાન એટલે બીજી પ્રત્યે સદ્ગુરુજીના કે લાગણીથી પ્રેરાઈને તેનું હિત કરવું તે. દાન એટલે દીન હુંભી જરૂરિયાતવાળાને સમયે મદદ કરવી તે.

દાનથી જ પાપનો નાશ થાય છે. ભગવાન ઈસ્યુ પણ કહે છે, “દાન અનેક પાપને હાકી હેલે.” ગીતામાં પણ કહું છે યારો દાનનંતરશૈવ પાવનાનિ મનીષિણામ । પણ, દાન અને તપથી જ્ઞાનીઓ પણ પાવન થાય છે.

હુંભી માનવજીતનાં હુંખો દૂર કરવા માટે ખૂલ્ય જ ઉદારતાથી દાન કરવું, તેનાથી આપણામાં રહેલી હલકી પ્રકૃતિનો નાશ થાય છે. ધનને પાણીની માફક દાનકૃપી નહીંમાં વહેવા હો. જો તમે દાન કરશો તો આખાયે વિશ્વાનું ધન તમારું જ થઈ જશે. તમને ધન પ્રાપ્ત થશે. આ એક પ્રકૃતિનો અભિન અને અવિચલ સિદ્ધાંત છે. માટે આપો, આપો અને આપો.

- શ્રીમતી શિવાનંદ

અનુકૂળ

૧. કઠોપનિષદ્ધ	૩
૨. અનુકૂળ, તહેવાર સૂત્રિ	૪
૩. સંપાદકીય	૫
૪. મહાકાલ તથા પુરાણોની રાખના ઉ શુલ્કદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી	૬
૫. દસ હજાર જગૃતિનો પ્રદેશ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી	૭
૬. મર્ત્ય અને અમર્ત્ય - ઉ શ્રી સ્વામી કૃષ્ણાનંદજી	૧૧
૭. રમારી રામસ્થાનું રસમાચાન તમો જ છો શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી	૧૨
૮. ચેતના શ્રી સ્વામી સાંચિદાનંદજી	૧૫
૯. કોટેકીના સમયના ઉપાયો શ્રી સ્વામી નિષ્પિલેશચાનંદજી	૧૮
૧૦. શિષ્યત્વનાં વીસ વર્ષ - ઉ ડૉ. શ્રી શરદચંદ્ર બેઠચા	૨૦
૧૧. સંસારના સર્વસ્વ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી	૨૨
૧૨. મહાશિવરાની પર્વ શ્રીમતી રૂપા મજફુદાર	૨૪
૧૩. કિદિયારો કોણ ? 'હું' ? શ્રી પરમાનંદભાઈ ગાંધી	૨૬
૧૪. સંતોષી નર સદ્ગ સુખી - સંકલિત	૨૭
૧૫. આગામી કાર્યક્રમ	૨૮
૧૬. હથીકેશમાં શ્રીમદ્ભૂ ભાગવત કથા	૩૦
૧૭. વૃત્તાંત	૩૧

તહેવાર સૂત્રિ

ઓપ્રિલ - ૨૦૧૮

૧. તિથિ (કાળાં વદ)	
૧ ૧૧ પાપમોચની ચેકાદગી	
૨ ૧૨ પ્રદોષપૂજા	
૪ ૩૦ દર્શાઅમલવિધ્ય	
(દેશ સુદ)	
૬ ૧ ગુરૂ પદવો,	
શૈલીનવરાની પ્રારંભ	
૧૪ ૮ શ્રી રમ સંમી, પૂર્ણ શ્રી રઘુનાની અધ્યાત્માનંદજી મહારાજાનો સંચારદિવસ,	
શ્રી રઘુમિનારાધ્યાજીયાંત્રી	
૧૫ ૧૧ કામદા ચેકાદગી	
૧૭ ૧૩ પ્રદોષપૂજા,	
શ્રી મહાવીરજીયાંત્રી	
૧૮ ૧૫ પૂર્ણિમા, શ્રી દનુષ્માંદ્રાયાંત્રી	
(દેશ વદ)	
૨૮ ૧૦ શ્રી શ્રી અદલલી અધિતાંત્રિયાંત્રી	
૧૮મો પાટોનેસ	
૩૦ ૧૧ વરુણિની ચેકાદગી,	
શ્રી વલલામાચાર્યજીયાંત્રી	

“અનુરોધ-અભિલાષા” ગ્રાહકોને :

- આપનું પત્રવ્યવહારનું ખરનાંથું ચિનકોડ ચાંદ ચંપ્પુર્ણ હોય તે ટપાબ ખાતાના નવા નિયમો મુજબ આનિવાર્ય છે. તેવી ખરનાંથાની બોક્સાઈ માટે રિન્ટાની.
- આપનો ગ્રાહક નંબર નોંધો કેવા વિનંતી છે, જેથી અંકની પ્રાપ્તિ સંબંધી કોઈ પણ પત્રવ્યવહાર કરતી રેખા ગ્રાહક નંબરનો ઉલ્લેખ વહીવટી સરળતા સર્કાર રાખે છે.
- સામાન્યતા: દર માસની પાંચસી તારીખે અંક પ્રચિન્દ વધ્ય બાદ તેની રવાનગીનું કામ કરું શાય છે. ઇતાં કોઈ ખાસ કારણોસર પ્રકાશનની નિર્ધારિત તારીખના ૧૦ દિવસ વીચે પણ જો આપને અંક ન મળે તો સ્પાનિક ટપાબ ક્રેચેરીમાં તપાસ કર્યા બાદ વહીવટી કાર્યાલયને જોગવનું. સિલ્કાંગ્સ હસે તો બીજો અંક મોકલ્યાશે.
- ‘દિવ્ય જીવન’ની સામગ્રી આપને જરૂરી હોય. તેથી હવે આપનાં પરિચિત વર્ષુઓમાં પણ તેની રસલ્વાજી શાય અને ગ્રાહકવૃદ્ધિમાં આપનો નકારસહયોગ અમને મથતો રહે તેવી અભિલાષા છે.
- અમદાવાદ સિવાયના ગ્રાહકોએ પોતાનું લવાજમન્ડ્રાફ્ટ અભર મનીઓર્ડરથી જ મોકલ્યતું.

દિવ્ય સ્નુહિંગ

તમે શું કરી શકો છો ?

તમે તમારા આત્માના નાયક છો.

તમારા ભાગ્યના તમે ઘડવૈયા છો.

કહી પૂછશો નહીં, ‘હું શું કરી શકું ?’

તમે બધું જ કરી શકો તેમ છો.

- સાધુ સિદ્ધા

સંપાદકીય

આપણને જન્મ મળ્યો છે તો મૃત્યુ આવવાનું જ છે. જન્મ આપણી ઈચ્છા, મતિ કે ગતિ પ્રમાણે મળતો નથી અને મૃત્યુ પણ ક્ષાં, ક્ષારે, ક્રે, ક્રેની રીતે થશે તેની કોઈ ધાર્તરી નથી, પરંતુ આ જન્મ અને મૃત્યુ વચ્ચેની યાત્રા તો આપણા જ હાથની વાત છે.

એરોલેન તેના રન-વે ઉપર દોડે, આકાશમાં ઉચ્ચે દોડે, છેક રૂપ,૦૦૦ ફુટ સુધી ઉંચી ઉડાન ભરે તેમ તેનું ઉત્તરાંત્ર પણ...આ બંને પાઈલટના દાખ અને કસબની વાત છે. ક્ષારેક કોઈ મહિલા પાઈલટ હોય કે કોઈ જાગૃત અને સાવધાન પાઈલટ હોય ત્યારે લેન છેક રન-વે ઉપર ઉત્તરાંત્ર કરીને દોડવા લાગે ત્યાં સુધી ખબર પડતી નથી ત્યારે ત્યારે હમેશાં પાઈલટની ડેવિનમાં જઈને વન્ડરકુલ લેન્ડિંગ એવી શાબદી આપવામાં કદીયે યાત્રીઓ કંજૂસી કરતા નથી. પરદેશમાં ત્યાં આખું થાય ત્યારે સૌ તાણીઓના ગડગડાટથી આવાં ભાગ્યે જ થતાં ઉત્તરાંત્રને વધાવી લેતા હોય છે. આ બધું તો પાઈલટના દાખમાં, પરંતુ ટેક ઓફ અને લેન્ડિંગ-ઉડાન અને ઉત્તરાંત્રની વચ્ચેનું શુ?

યાત્રા લાલી હોય તો કોઈ પુસ્તક વાંચો, કોઈ આમતેમ આચરણુચર ખાયા કરો, કોઈ સિનેમા જુબે તો કોઈ સુઈ જાય. આ બધું આપણા હાથની વાત છે. ઉડાન કે ઉત્તરાંત્ર આપણા હાથમાંનથી, પરંતુ યાત્રા-સફર અને તે દરમયાનનો સમય કેમ પસાર કરવો તે આપણે નક્કી કરવાનું છે તેવું જ જન્મ કે મૃત્યુ આપણા હાથમાંનથી, પરંતુ જીવન કેમ જીવું તે પણ આપણે જ નક્કી કરવાનું છે.

સાધારણ રીતે લોકોનું એવું માનવાનું હોય છે કે જન્મ અને મૃત્યુ વચ્ચેની અવધિ એ જ જીવન છે. એ યાત્રા મૃત્યુ ભણીનું પ્રયાશ જ માત્ર છે. સંગીતનાં સાધનને સંગીત ન કહેવાય, તેમાં સંગીત ઉત્પન્ન કરવું પડે, તેવી જ રીતે જન્મ અને મૃત્યુ વચ્ચેનો ગણો જીવન ન કહેવાય, ત્યાં જીવન પ્રાપ્ત કરવું પડે.

લોકો સૂર્યોદિયથી સૂર્યસિંહ સુધી મૌન પાણે, આમ જુબે-તેમ જુબે, કહી વાંચો. વણી બાનીમાં કે અગાસીમાં જઈને ઉભા રહે અથવા રેઝિયો-ટીવી, મોબાઇલ જુબે-સાંભળે કે સુઈ જાય. આ મૌન નથી, ટાઈમ પાસ છે. જીવન ટાઈમ પાસ નથી. વીતેલી પણો પાછી આવતી નથી, માત્ર તેની યાદ જ શેષ રહી જાય છે.

જીવનને સુગંગિત બનાવવા યત્ન કરીએ. જીવનને

ધૂપસણી જેવું બનાવીએ. હું નિઃશેષ થઈ જઈશ, પરંતુ સુગંઘછોડીને જઈશ. આપણા જીવનની પ્રત્યેક પણ ખૂબ જ કીમતી છે. માટે સાવધાન થઈને જીવના પણ કરીએ. બોલેલા શબ્દો પાછા આવતા નથી, વીતેલી પણો પાછી આવવાની નથી. કરેલા વ્યવહાર સુખ અને દુઃખ પ્રદાયક હોય છે. માટે જ શુદ્ધિ સાવધાન કરે છે. ‘તરસતુ જાગ્રત જાગ્રત’ માટે જાગ્રત થાઓ. વિચાર-વાણી અને વ્યવહારનાં પરિણામ કદાચ તાત્કાલિક ન પણ આવે, પરંતુ લાંબા ગાળે પણ સુખ કે દુઃખદાયક જ થતાં હોય છે.

માટે અંડકાર છોડીએ. કેમ ન થાય? થવું જ જોઈએ! એવી વિશાદું જાવનાઓ અને મગતવને છોડી શકાય તો ભવિષ્ય અંડકાર અને લેકાર થતું બચ્ચી શકે. આપણે જ આપણા મિત્ર છીએ, આપણે જ આપણા શરૂ છીએ. આપણાં સુખ કે દુઃખનું કારણ આપણા જ આપણા જ આગવા અને ઘર કરી ગયેલા જડ સ્વભાવના કારણે જ આ બધું આપણે પામતાને ભોગવતા હોઈએછીએ.

માટે સહેલ યાદ રાખીએ. “હું એકલો નથી, મારો વિચાર, વાણી કે વ્યવહાર મારાં પૂરતાં મયારીહિત નથી. તેનાં સંઘનો મારાં પરિવાર, સમાજ અને રાજ્ય કે અંતરાચ્છ્રિયસુધી વિસરેલાં હોય છે.”

આપણો જન્મ ભલે ખાલી હાથે થયો હોય, પરંતુ મૃત્યુ સમયે સહ્યર્માં, આત્મરોતનાનો વૈભવ, નિષ્ઠાપ સરળ-સહજ અને નિષ્ઠાંક જીવનની સુગંઘ વઈને જીવસંચરેતે આપણા હાથની વાત છે.

કોઈનું ભલું ન થાય તો બરું તો ન જ કરીએ. આપણા સ્વાર્થ અને મહના કારણે આપણા ચોપાસના સમાજની શરીત અને સૌજન્યમાં વિખયાદ ન કરીએ અને આ બધું સંભવ ત્યારે જ થશે કે જીવનનું લક્ષ્ય સ્પષ્ટ હોય. જીવનનું એક જ લક્ષ્ય રાખવું-પરમપદની પ્રાપ્તિ અને તે માટે દ્શાંકાપ, અંડકાર, મહ અને સ્વાર્થનો જાગૃતિપૂર્વક છેડો ફાડવો જ પડશે. સદ્ગંધોનું વાંચન, મનન, ચિત્તન અને નિદિષ્યાસન આપણા જીવનને દિવ્ય ભવ્ય અને પરમાર્થ તથા પ્રભુપરાયાશ બનાવવામાં ચોક્કસ મદદરૂપ થઈ શકે છે. માટે કદીયે ન ભૂતીએ યાદી હે મોક્ષ કો પાના તો ગુરુ કી જા શરણભાઈ. ગુરુનો આક્રાય, ગુરુનું માર્ગદર્શન અને ગુરુનુંપાંવગરકશુંયે સંભવ નથી.

- સંપાદક

મહાકાવ્ય તથા પુરાણોની સાધના-૩

ગુરુહેચ શ્રી સ્વામી સિવાનંદજી

પિંગળાને કહું, “અહો! મન બેકાબૂ થવાથી હું કેટલી બધી અમણામાં પડી રહી. હું કેટલી બધી મૂર્ખ હું. પુરુષ જેવાં શુદ્ધ જંતુઓ પાસેથી હું કામનાતૃપ્તિની આશા રાખુંછું.

સાચા પ્રેમી અને જે મને સાચી તૃપ્તિ આપી શકે તેવા ભગવાન નારાયણ સિવાય કોણ મને શાશ્વત સુખ તથા સંપત્તિ આપી શકે તેમ છે? જે શુદ્ધ પુરુષો મારી કામનાઓ પૂરી કરી શકતા નથી અને કેમનાથી મને હુંઘ, ભ્રમ, રોગ, શોક તથા મોહની પ્રાપ્તિ જ થાય છે તેવાઓને હું ખુશ કરી રહી છું! ખરેખર હું મહાન મૂર્ખ હું. મેં નકામા આ નિન્દિત ધ્યાનમાં મારા આત્માને હુંઘ પહોંચાડ્યું. જેઓ લોભી તથા ઢીઓના ગુલામ છે તેવા દ્યા ઉપજીવે તેવા મનુષ્યોને મારું શરીર વેચ્યોને ફાન તથા સુખની ઈચ્છા રાખી! આ ડાઢમાંસ, ચર્મ, કેશ તથા નખથી ઢેકાયેલા નવ દ્વારાયુક્ત ઘરમાં મારા સિવાય કોણ રહી શકે?

જ્ઞાનીઓથી ભરેલી આ વિહેઠ નગરીમાં હું જ માત્ર એક એવી ઢી છું કે જેણે પોતાનાં સુખ, આશા તથા કામનાને શરીરમાં સ્થાપિત કર્યા છે. હું જ માત્ર એક મૂર્ખ ઢી છું, જે મુક્તિહાતા પરમેશ્વરને છોડીને વિષય પદાર્થમાં સુખની કામના રાખુંછું.

તે જ સાચો મિત્ર, રક્ષક, પ્રભુ, પરમ, ત્રિય, માલિક તથા બધાં પ્રાણીઓનો આત્મા છે. તેને મનાવીને મારા શરીરને તેને જ અર્પણ કરીને લક્ષ્મીની માફક હું તેનામાં શાશ્વત સુખપ્રાપ્ત કરીશ.

બીજાઓની સેવાથી શો લાભ? દેવતાઓ તથા મનુષ્યમાં દેશ, ક્ષમતા તથા અન્ય ઘણાં બંધન છે. ઈન્દ્રિય સુખ મનુષ્ય તથા દેવતા ઢીઓને કેવી રીતે આનંદ આપી શકે? બધાંને આદિતથા અંત છે.

જીરુ મેં મારા પૂર્વજનમાં ભગવાન વિજ્ઞાનાં કોઈ પ્રત વળેરે કર્યો હો ત્યારે જ તેમની હૃપાથી આજે

મારા મનમાં આ વૈરાગ્ય પેહા થયો છે, જે મારી તમામ અપવિત્ર કામનાઓને નિર્ભૂત કરનાર છે. તેમની જ હૃપાથી મેં શાશ્વત શાંતિ તથા સુખનો માર્ગ પ્રાપ્ત કર્યો છે. જે ભગવાન મારા ઉપર પ્રસન્ન ન હોત તો આવી નિરાશા અને તેમાંથી ઉત્પન્ન થયેલા આ વૈરાગ્યનો મારામાં ઉદ્ય જ ન થાત અને હું સર્વ રોગો તથા સુખોને તજવાસમર્થન બની શકત.

હું અત્યેત વિનમ્ર અક્ષિતભાવે ઈશ્વરની આ દેણગીને માણે ચઢાતું છું. હું સર્વ વર્થ ઈશ્વરાઓ તથા કામનાઓનો ત્યાગ કરી પરમ પ્રમુના શરણો જાઉ છું. સંતુષ્ટ બની, ઈશ્વરમાં અખૂદ શ્રદ્ધા રાખી, સંયોગવશ જે મળે તેનાથી જીવનનિર્વાહ કરતાં કરતાં હું પરમાત્માના નિત્ય સુખનો ઉપભોગ કરીશ. જે વિષયાં બની સંસારકૃપી ઊડા ભાડામાં પડીને કામકૃપી અજગરનો શિકાર બની રહ્યો છે, તે જીવને પરમહૃપાળું પરમાત્મા સિવાય બીજું કોણ ઉગારી શકે તેમણે?

જ્યારે મનુષ્ય આ જગતની નશરતાનો સાદ્ધારણ કરે છે, જ્યારે તે જગતને કામકૃપી અજગરના પાશમાં જુબે છે ત્યારે ચોકકસ તે આ લોક અને પરલોકનાં ચલાયમાન, આમક અને તત્ત્વવિહોષાં સુખોની ધૃષ્ણા કરે છે. તે સાવધાન બનીને નકામા પદાર્થીથી દૂર રહેશે તથા પોતાના આત્મામાં જ નિત્ય સુખનો ઉપભોગ કરશે. જ્યારે મનુષ્ય સમસ્ત વિષયપદાર્થો પ્રત્યે ઉપેક્ષા સેવે ત્યારે આત્મા જ આત્માની રક્ષા કરે છે.”

બ્રાહ્મણો કહું : “આ પ્રમાણે નિશ્ચય કરીને પિંગળા પોતાના મનને ઈશ્વરમાં લીન કરીને, પ્રેમીઓ માટેની તેની બધી જ આશાઓ અને તૃષ્ણાઓનો પરિત્યાગ કરીને શાંત ચિંતે પથારીમાં જઈને બેઠી તેણે અશાંતિ ઉત્પન્ન કરનારી બધી જ અપવિત્ર કામનાઓનો ત્યાગ કર્યો અને શાંત મનથી ગાઢ નિદ્રાને

આધીન થઈ. આશા જ બધા હુંખનું મૂળ છે. આશાનો ત્યાગ કરવાથી મનુષ્ય પરમાનંદની પ્રાપ્તિ કરે છે, તે પરમ સુખની અવસ્થા છે. વૈરાગ્ય સુખનું મૂળ છે અને તે પિંગળાના ઉદાહરણથી સ્પષ્ટ થાય છે. તેણે પ્રેમીઓ પ્રત્યેની તૃજ્ઞાનો ત્યાગ કર્યો અને પરમ શાંતિ પ્રાપ્ત કરી.”

જેને મનુષ્ય ખૂબજ પ્રિય માને છે તેની પ્રાપ્તિ જ બધા કલેશો તથા હુંખનું મૂળ છે. સત્યને જ્ઞાનનારો માણસ બધા જ પદાર્થનો ત્યાગ કરીને અસીમ સુખની પ્રાપ્તિ કરે છે.

કાગડો : એક નાના પક્ષીની ચાંચમાં માંસનો ટુકડો હતો. તે જોઈને એક કાગડાએ તે ટુકડો લેવા માટે પેલાં નાના પક્ષીને જઈને ગળથી માંથી પકડ્યું; પરંતુ તરત જ પેલાનાના પક્ષીએ ચાંચમાંથી માંસનો ટુકડો ફેરફારી દીધો અને કાગડાએ પેલો માંસનો ટુકડો લેવા માટે તે પક્ષીને છોડી દીધું. આ રીતે પેલું નાનું પક્ષી સ્વતંત્ર બનીને સુખી થયું. માટે પ્રિય વસ્તુઓનો ત્યાગ સુખકર છે, તેનાથી શાંતિ મળે છે.

બાળક : હું માન અપમાનની ચિંતા નથી કરતો. હું ઘર, ઢી અથવા બાળકોની ચિંતા નથી કરતો. હું આત્મામાં રમણ કરું છું. આત્મામાં કિડા કરું છું તથા બાળકની માફક વિચરણ કરું છું.

આ બે જ વ્યક્તિ હુંખમુક્ત અને સર્વોચ્ચ સુખમાં નિમન્ન છે. એક તો બાળક, જે કંઈ જ જ્ઞાનનું નથી તથા બીજે જેણે પરમાત્માનો સાંકાટક કર્યો છે અને જે ગુણના પ્રભાવથી પર છે તેવો મનુષ્ય.

છોકરી : કોઈ જીવાએ એક છોકરી હતી. તેના વિવાહ સંબંધ માટે આવેલા લોકોનું તેને જીતે જ સ્વાગત કરવાનું હતું, કારણ કે તેના હુંદુંબના લોકો બીજે કયાંક ગયા હતા. તે એકાત્મ જીવામાં અનાજ ફૂટી રહી હતી. આમ કરતો તેની ચૂરીઓથી વણો અવાજ થતો હતો. તે બુદ્ધિમાન છોકરી પોતાની ગરીબાઈથી ખૂબ જ શરમાઈ ગઈ. તેણે વિચાર્યું કે આવેલ મહેમાનોને તેની ગરીબાઈનો ખાલન આવવો જોઈએ. તેણે વારાફરતી બધી જ ચૂરીઓ તોડી

નાખી. ફક્ત બે બે ચૂરીઓ દરેક હાથમાં રહી હતી, પરંતુ અનાજ ફૂટતી વખતે આ બે ચૂરીઓ પણ અવાજ કરતી હતી. તેણે તેણે તેમાંથી પણ એક એક તોડી નાખી. બાકી વખેલી એક એક ચૂરીથી અવાજ ન થયો અને તે પોતાનું કામકરતી રહી.

સત્ય અનુભવોની શોધમાં અમણ કરતો કરતાં મેં આ છોકરીના અનુભવથી એવો ઉપદેશ ગ્રહણ કર્યો કે જ્યાં ઘણા લોકો વસે છે ત્યાં જીવો થાય છે. બે મનુષ્યોમાં પણ વાતથીત અને વિવાદને અવકાશ છે. માટે માણસે એકાત્મવાસનું સેવન કરવું જોઈએ. છોકરીની એક ચૂરીની માફક એકલા શાંત રહેવું જોઈએ. **તીરંદાજ :** શાસને વશ કરી, આસનમાં સ્થિરતા લાવી, મનુષ્ય એક તીરંદાજની માફક પોતાના મનને પરમાત્મામાં એકાગ્ર કરે છે. વૈરાગ્ય, સતત ધ્યાન તથા ક્રમિક સાધના દ્વારા તે સાવધાન થઈને પોતાના મનને સ્થિર કરે. જેમ બધતણનો નાશ થતાં અન્નિ આપોઆપ જ હોલવાઈ જાય છે, તેમ મનની બાદિમુખી વૃત્તિઓનું રોકી રાખવાથી ગુણથી ઉત્પન્ન થયેલી વિકૃતિઓનું નિરાકરણ થાય છે, મન ધીરે ધીરે કર્મના બંધનોનો ત્યાગ કરે છે. કર્મની પ્રવૃત્તિનો સંચાસ કરે છે, સત્તવની વૃદ્ધિથી રજ્જુસ્ત તથા તમસ્સનો ત્યાગ કરે છે તથા ગુણકૃપી દીધાંશ દૂર થતાં તથા દીન્દ્રિય સંઝારોના અભાવથી મન વિલીન થઈને શાંત બની જાય છે અને તે ધ્યેય વસ્તુની સાથે એકરૂપ બની જાય છે. મનને આત્મામાં વિલીન કરી મનુષ્ય આંતરભાવ કંઈ પણ નથી જોતો. જેવી રીતે એક તીરંદાજે તીર ભનાવતી વખતે પોતાના મનને બેટલું બધું એકાગ્ર કર્યું હતું કે રાજીની સવારી તથા સરઘસ તેની આગથી પસાર થયું તે પણ તેણે ન જોયું. તેની પાસેથી હું મનની એકાગ્રતા શરીર્યો.

શાપ : જ્ઞાની મનુષ્યે એકલાએ જ અમણ કરવું જોઈએ. તેણે ઘર વિના અને સાવધાન રહેવું જોઈએ. તેણે ગુફાનો આશ્રય લેવો જોઈએ અને પોતાની યોગ્યતાનું પ્રદર્શન ન કરવું જોઈએ. તેણે મિત્રરહિત રહેવું જોઈએ અને શક્ય હોય તેટલું ઓછું બોલવું જોઈએ.

શરીર નાશવંત તથા ગતિશીલ છે. માટે સાહુ માટે ઘર બાંધવું તે તો નકારું અને હુંખાનું મૂળ છે. જેવી રીતે સાપ બીજાએ બનાવેલા દરમાં પ્રવેશ કરીને આરામથી સમય વિત્તાવે છે તેવી રીતે સંન્યાસીએ પણ જે કંઈ સ્થાન કે નિવાસ મળે તેમાં આરામ કરવો જોઈએ. તેના માટે કોઈ એક નિયિત સ્થાનની આવશ્યકતા નથી.

કરોણિયો : જેવી રીતે કરોણિયો પોતાનામાંથી તોતણો કાઢે છે અને તેના થી જીવાફેલાવે છે, તેમાં રમે છે અને ફરી તેને જ પેટમાં નાખી હે છે તેવી રીતે પરમાત્મા પણ પોતાનામાંથી જ નિગૃહીમાચા દ્વારા જગતને બહાર લાવે છે, તેમાં જ લીલા કરે છે અને પોતે જ ચંકેલી લે છે.

ભમરી : પ્રેમ, ધૂષા અથવા ભમથી જે વસ્તુ ઉપર મનુષ્ય સંદૂધાન રાખે છે તે ભમર કીટન્યાયથી કાળાતરે તે જ વસ્તુનું રૂપ ધારણ કરી લે છે. જેવી રીતે ભમરી એક કિડાને

પોતાના દરમાં લઈ જઈને પૂરી દે છે અને તેને વારંવાર ઉખ મારે છે; પછી ‘હવે તે મને ઉખ મારશે’ એવા ડરનો માર્યો ભમરીનું જ વિંતન કરતાં કરતાં તદ્વપ (ભમરી) બની જાય છે. તેથી મનુષ્યે બીજી વસ્તુનું વિંતન ન કરતાં ફક્ત પરમાત્માનું જ વિંતન કરવું જોઈએ.

આ રીતે ઉપર કહેલા ચોવીસ ગુરુઓ પાસેથી મેં શિક્ષણ પ્રાપ્ત કર્યું છે. હે રાજ ! સાંભળો, મેં મારા પોતાના શરીર પાસેથી પણ શિક્ષણ મેળવ્યું છે. આ શરીર પણ મારો શુરૂ છે. તે મને વિવેક તથા વૈરાયનું શિક્ષણ આપે છે. મરવું તથા જીવનું તેની સાથે જ લાગેલું છે, જોકે આ શરીર વેતત્તનો વિચાર કરવામાં સહાયતા મળે છે, છતાં પણ હું તેને મારું પોતાનું કહી માનતો નથી. હમેશાં એ નક્કી જ છે કે એક દિવસ આ શરીરને કાગડા કૂતરાં ફડી ખાશે.

□ ‘સાધના’ માંથી સાભાર

ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘનું પ્રાદેશિક સંમેલન તા. ૨૮-૪-૨૦૧૬ રવિવાર

પ્રથમ સભા

સવારે ૬.૩૦ થી ૧૦.૦૦	: પ્રાર્થના
સવારે ૧૦.૦૦ થી ૧૧.૦૦	: શ્રી શ્યામસુંદર પાદ્યિવાલજી સરપંચ પીપલાંત્રી (તા. રાજસંહાર, રાજ્યાન)
	વિષય : રાષ્ટ્રીય વિકાસ - હમારી કન્યાયે ઔર પર્યાવરણ રક્ષા દ્વારા
સવારે ૧૧.૦૦ થી ૧૨.૦૦	: ડૉ. નિરજા અરુણ ગુપ્તા, પ્રિન્સિપાલ લભન્સ કોલેજ, અમદાવાદ
	વિષય : વર્તમાન શિક્ષા - આપણું ભવિષ્ય
બપોરે ૧૨.૦૦ થી ૧૨.૩૦	: ભાધારૂન ધ્યાન
બપોરે ૧૨.૩૦ થી ૨.૦૦	: ભોજન વિરામ

દ્વિતીય સભા

બપોરે ૨.૦૦ થી ૨.૩૦	: શ્રી વિષ્ણુ સહસ્રનામ સામુહિક પાઠ
બપોરે ૨.૩૦ થી ૩.૦૦	: શ્રી અરુણ ડી. ઓંકાર, પ્રન્યાસી દિવ્યજીવન સાંસ્કૃતિક સંઘ
	વિષય : સંસ્ક્રાન્તિક સંઘ
બપોરે ૩.૦૦ થી ૪.૦૦	: શ્રી હિંપકભાઈ શાહ
	વિષય : ‘આચાર પ્રભવો ધર્મः’
બપોરે ૪.૦૦ થી ૪.૧૫	: વિરામ
બપોરે ૪.૧૫ થી ૫.૧૫	: ડૉ. સ્વામી મુકુતાનંદજી મહારાજ, અલવર, રાજ્યાન
	વિષય : વર્તમાન ભારત કે પરિપેક્ષમે - હમારા કર્તવ્ય

સાંજે ૫.૧૫ થી ૫.૩૦

સાંજે ૫.૧૫ થી ૫.૩૦	: પૂણાહિતિ પ્રાર્થના
તૃતીય સભા	
સાંજે ૬.૦૦ થી ૭.૩૦	: અલ્લાકુમારી દીહી શિવાનીજી

વિષય : માનસિક શાંતિના સચોટ ઉપાય

શરે ૭.૩૦ થી ૮.૩૦ : મહાપસાદ

દસ હજાર જગૃતિનો પ્રદેશ

- શ્રી સ્વામી ચિદાનંદ

થોડી પેઢીઓ પૂર્વે એક લેખક હતો. તે પૂર્વત્ય કિલસુર્ફી, વિચાર અને આધ્યાત્મિકતાનો ખૂબ ચાહક હતો. તે હિંદ અને તિબેટ અવારનવાર આવતો. તે આશ્રમો પર જતો અને મનેયાદ છે, એક વાર તે શુલ્કદેવને મળવા આવો હતો. તેણે એક પુસ્તક “૧૦,૦૦૦ બુદ્ધોનો દેશ” નામનું લખેલું, કેવું અર્થપૂર્વિકાર!

આપણે તો એક જ ખૂદ, ઐતિહાસિક “જગૃત પુરુષ”ને જાણીએ હીએ, જે ૨૫૦૦ વર્ષ પહેલાં અવતરેલ. તે રાજકુટુંબમાં જન્મેલા અને ખૂબ એશભારામમાં ઉંઘરેલા. એવી બ્રવસ્થા કરેલી કે તેમના જીવનમાં બધે સુખ જ મળે, કોઈ જીતની નકારાત્મકતાનું નામ નહિ. છેવટે તેઓ એક સુંદર હુંવરીને પરણ્યા. તેમને એક પુત્ર હતો. આથી વધુ રમણીય જીવનની કલ્પના શક્યનથી.

પરંતુ ધીમે ધીમે લગભગ કુદરતી, તત્કાળ, આજ્ઞાધારી રીતે તેમનાં હદ્ય મન અને બુદ્ધિમાં એક જગૃતિ પ્રગટવા માર્ગી. તેમણે એવાં દશ્યો જોયાં જેથી તે જીવન અને જીવન શાનું બન્યું છે તે વિષે ઊરી વિચાર કરતા થઈ ગયા. તેમણે જે જોયું અને તેનો જે અનુભવ કરી શક્યા અને જે બાબત તે સમજી શક્યા તેના પર તેમણે ઉંડું શ્રિતન ઝ્ર્યુ; તેથી તેમનું આખું બ્રહ્મિત્વ જગૃતિના પ્રકાશથી પ્રજ્વલિત થઈ ગયું.

આ જીવનના પલટાના પ્રસંગે તે આજ્ઞાતના એક વિસ્તૃત પ્રેરણની ખોજમાં વિહરવા લાગ્યા. શાહી ડાઢના ખોળામાથી તે જેગલમાં ગયા જ્યાં તેઓ એક અદ્ભુત પર્યાતક હતા અને એવું કંઈક શોધી રહ્યા હતા, જેનું પોતાને કશું જ્ઞાન ન હતું. પરંતુ તેમને એઠલો જ્યાલ હતો કે તે એવી ખોજ હતી, જે તેમને હુઃખની પેલે પાર લઈ જઈ શકે. આ રાહ તેને પરમ ધર્મતાના પ્રદેશમાં દોરી જવો જોઈએ, જ્યાં હુઃખનો અંત હોય.

કારણ આ જગતને અંદર તેમજ બહારથી તપેલો અજિનો ગોળો હોય તેમ તેમણે જોયું. અહીં સુખનો એક કણ પણ નથી. આ જગ્યા તો તાપત્રયાનું કામ છે: (૧) આપણી કાબૂ બહારનાં તત્ત્વોથી ઉદ્ભવતો તાપ (૨) જીવનના બીજાં સ્વરૂપો દ્વારા થતો તાપ અને (૩) આપણી અંદર ઈર્ષા, અસ્યા, અંકાર, કોષ, હતાશા, નિરાશા, હતોત્સાહ, વૃષ્ણા, અપ્રસાન્તતા, અસંતોષ અને એવી સો પ્રકારની આંતરિક અવસ્થાઓથી ઉદ્ભવતો તાપ.

આવી માનસિક સ્થિતિઓ જીવાત્માને હુઃખી કરે છે. સાચું પૂછો તો તે તો આ સઘબાધી પરમ રીતે ઉપર અને પર છે, હંમેશ જે છે તે છે, કોઈ માનસિક સ્થિતિ તેને સ્થર્થતી નથી, તે તો છે અવિકારી સત્તા, તે છે મહાન નિશ્ચલતા, અગામ નીરવતા, ઊરી શાપ્તિ, છતાં તે જીવાત્મા આવા અનુભવથી દૂર જતો રહ્યો છે અને માણસના બ્રહ્મિત્વને ખૂબ નિભ કલાંબે લઈ જ્યા તેવી વસ્તુઓમાં તે સંડોવાયો છે, સપ્તાયો છે, ફસાયો છે અને પૂરેપૂરો જીવમાં પક્કાયો છે. બ્રહ્મિત્વ જ્યારે પોતાના કેન્દ્રથી દૂર પડી જ્યા છે ત્યારે અનાત્મામાં જકાઈ જ્યા છે.

વિવેક ચુડામણિ નામના મહાન, શાનભર્ય અને પ્રેરણાદાયી પુસ્તકમાં શોકારાચાર્ય આ પ્રક્રિયા વર્ણવિછે. પોતાના આત્મસ્વરૂપમાં હંમેશ વાસકરવાના બદલે મનુષ્ય નીચે સરકી અનાત્મા સાથે સારુધ્યની સ્થિતિ પામે છે; પરિણામે ચેતના નિભ સ્તરમાં આવી જ્યા છે. આમ બનવાનું કારણ પાચાની ભૂલો વિષે પૂર્ખાનો અભાવ તથા શાશ્વત અને અશાશ્વત, વાસ્તવિકતા અને આભાસ, આત્મા અને અનાત્મા વચ્ચેના વિવેકનો અભાવ છે. આ ભૂલના કારણે, અનાત્મા સાથેના અધ્યાત્મના અસલી પાપના લીધે,

હંમેશ વિદ્યમાન 'હુંછું', અંદર વસેલ દિવ્યતા, જેઓપણે છીએ; તેની સભાનતા, પાયાની દૂર જવાની અસરથી અને વધુમાં આ 'વસ્તુ'ના વિશ્વ સાથે સંકળાવાથી, માણસ ત્રીજા તાપથી પોડાવા તૈયાર થાય છે. આ તાપ પોતાનામાંથી ઉદ્ભવેલો, સ્વ સર્જિત છે અને આ નશર, અવિદ્યમાન અહીં પર આધારિત છે. અહીં તુચ્છ હોવા છતાં તેની સાથેના આપણા સાચુંચ્યથી સામર્થ્યથી તે બધું જ કરી શકે છે.

આપણે આપણા કુલ્લક વિચારના લીધે, આપણું માનવ બ્યક્તિત્વ, જે આપણને મોકણના સાધન તરીકે આપવામાં આવ્યું છે તેને, નિભા બાબુ શારીરિક પાસાં સાથેના અધ્યાસથી બંધાનનું સાધન બનાવી દઈએ છીએ. જ્યારે શાહી રાજકુમાર સિદ્ધાર્થ જાણ્યું કે બધું આંદોલ છે; બધું બૃદ્ધભંગુર, નારી જરૂર, અનિત્ય, નશર, આભાસ માત્ર છે ત્યારે તેમણે અંદર રૂબાકી મારી. સિદ્ધાર્થ એક મોહું પગલું ભર્યું. ઘણી સમસ્યાઓ અને પ્રલોભનોનો તેમના પર હુમલો થયેલો, પરંતુ શાંતિ હોય કે તોફાનથી વહાણ ગમે તેટલું પવન અને સમુકનાં મોજંથી હાલક હોલક થાય છતાં નાવિકના હોકામ્યેનો કાંઠો હંમેશ ઊર તરફ જ મંડાયેલો રહે છે તેમ સિદ્ધાર્થે પણ પોતાનું મન અંતિમ ઘેય પર જ હંમેશ ચોટાડી રાખ્યું.

આ જ પ્રમાણે જો તમે તમારા માનવ બ્યક્તિત્વમાં, તમારી ઓખખની સભાનતાની અંતરસમ રિષ્ટિતિમાં હંમેશ પરમ સત્તામાં જ વાસ કરશો તો પછી તમારા માટે કોઈ બંધનનથી. ભલે દેખાય કે બંધન છે પણ તમે મુક્તિની દશા જ ભોગવતા રહેશો.

આ પ્રક્રિયા શરૂ કરી, ચાલુ રાખી, ક્રમશ: કરવાની છે. કારણ આધ્યાત્મિક પ્રદેશ ૧૦,૦૦૦ જગૃતિઓનો પ્રદેશ છે. જૂના સંઝારો ખૂબ ઊડા મૂળ ઘાલી પડેલા છે. આ સંઝારો માણસને અભાનપણાની ઊંઘમાં પાછા ખેચી જતા હોય છે. ઓંતિમેરેલ ચેતનાની ઊંઘમાં ખેચતા હોય છે, તેથી માણસે અતૂર સાતત્યથી તેની સામે થવાની પ્રક્રિયા હંમેશ પુનરાવર્તી જગૃતિની

પ્રક્રિયા, બહાર આવતો જ પાછા હંમેશ વિદ્યમાન સત્તાના આંશ હેતા સુર્યપ્રકાશથી સભાન થઈ આ વિશ્વની એક ભવ્ય હકીકિતફ્લે જે સત્ય પ્રવર્તી રહ્યું છે તેની સભાનતાની વધતી પ્રક્રિયા ચાલુ જ રાખવી પડશે.

કોઈ બંધન છે જ નાણિ. મુક્તિ એક જ ખરી સ્થિતિ છે. અંદર તેમજ બહાર સર્વત્ર તે શાશ્વતપણે વિદ્યમાન છે, અણુએ અણુમાં મુક્તિ જ છે. સર્વર્થથે, ફક્ત મુક્તિ જ વિદ્યમાન છે: જ્ઞાન જ ફક્ત હાજર છે: પેલી આરામદાયી દિવ્ય ચેતના, પૂર્ણતાની મહાન સ્થિતિ જ વર્તમાન છે, કારણ તે ભ્રાબ છે, તે 'તાઓ' છે અને તે અનંત, સર્વત્ર વિદ્યમાન છે.

બીજું કંઈ પણ હોય તેને નકારી શકાય તે અસતું છે તેમ કહી શકાય, પરંતુ સીમિત મન તેને કલ્પિત કહી શકે તે અશક્ય છે. આ એક 'હકીકત' છે, તે અસ્તિત્વની આધારશિલા છે. જગૃતિ, સભાનતા, પૂર્ણતા, સ્વર્ગયિ આનંદ, હર્ષ, ધ્યાત્ત્વ તે એક અસ્તિત્વની અપરિવર્તનીય 'હકીકત' છે અને બ્યક્તિએ 'તે'માં જગૃત રહેવાનું છે.

આમ, આપણે સમજી લઈએ કે આપણે ૧૦,૦૦૦ જગૃતિઓના પ્રદેશમાં જીવીએ છીએ. ખરેખર તે જ આધ્યાત્મિકતા છે અને આ શરીરમાં જ, આહી અને અત્યારે જ, જેને પરમ કૂતુર્યતા પામવી છે તેના માટે આધ્યાત્મિક જીવન આવું જ બની રહેવું જોઈએ.

જગૃતિ સત્ય છે. જગૃતિ માટે જ તમારું અસ્તિત્વ છે. તે અનુભવ અંદર બહાર અને સહા વર્તમાન છે. બધા જીવત્માંના આ શક્યતા સુષુપ્ત પડી છે. તમે બધા લોકો આ સંભવિતતાને સ્પષ્ટ, પ્રત્યક્ષ કરી શકો તે માટે તમને પૂરેપૂરો અવકાશ મળ્યો છે; તેને તમારા અનુભવ તરીકે પ્રગટ કરવા તમને અવસર મળ્યો છે તે માટે તમે નસીબદાર છો.

□ 'મુક્તિપથ'માંથી સાભાર

મત્ય અને અમત્ય - ૩

- શ્રી સ્વામી કૃષ્ણાનંદજી

માનવસ્યભાવની તત્ત્વજ્ઞાનની બાજુ, એક વિશ્વાસ રીતે એનાં પ્રયોગાત્મક પાચાં સાથે જોડાયેલી છે. બીજા અધ્યાયની શરૂઆતમાં જ, કૃષ્ણ આત્માની અમરતાના વિદ્યાતને સ્પર્શે છે. શું આપણે ખરેખર મરીએ હીએ? મૃત્યુની ઘટના તો એક વસાયેલું પુષ્કરસ્થા છે. કોણ મરે છે? અને મૃત્યુનો અર્થ શો છે? મૃત્યુનો અર્થ સામાન્ય રીતે 'નાશ' એવો કરવામાં આવે છે. કોઈ વર્તુનો સંપૂર્ણ વિનાશ તર્ક-સાધ્ય છે ખરો? કોઈ વર્તુનો ખરેખર નાશ થાય છે ખરો? હવે જે કંઈ છે તેના સંપૂર્ણ નિષેધને 'નાશ' કહેવાય છે અને જે 'છે' એને 'વાસ્તવિક' કહેવાય છે, જ્યારે કંઈક ખરેખર અસ્તિત્વ ધરાવતું હોય તો એને 'ઘટના' કે 'વિચલન'ની કલામાં મૂકી ન શકાય. સાચી વર્તુ (સત્ત) વિચલનશીલ હોતી નથી અને જે 'ચલિત' હોય તે 'સાચી' હોઈ શકે નાહિ. 'સત્ત' હોય છે અને એટલે જ તે વાસ્તવિક છે અને 'અસત્ત' હોઈ શકતું નથી. એથી એના સંબંધમાં કોઈ પ્રકારની શંકા કે જ્યા રાજવાની જરૂર નથી. દરેક વર્તુ 'સત્ત' હોય અથવા તો 'અસત્ત' હોય છે. એ માટે આપણે ત્રીજો નિકલ્ય કલ્યી શકતા નથી. કંઈક કે કોઈક મરેછે તો એ વર્તુ કે માણસ 'સત્ત' છે કે 'અસત્ત'? આ વિશેની તર્કપ્રણાલીનો વિચાર કરતી વખતે આપણા મનમાં આપણે સ્પષ્ટ રહેવું જોઈએ. જો તમે મૃત વર્તુને 'સત્ત' માનતા હો, તો તમે તમારું જ ખંડન કરો છો કારણ કે, જો તે 'સત્ત' હોત, તો તેનો નાશ ન થયો હોત. 'સત્ત' માટે મરણ નથી. તમે જ કહો છો કે તે 'સત્ત' છે અને 'સત્ત' ક્યારેય 'અસત્ત' બની શકે નહીં. અને 'અસત્ત' ક્યારેય 'સત્ત' બની શકે નહીં. આમ, જે 'સત્ત' છે, તે વિનાશશીલ નથી. જો તમે એમ કહો કે 'મૃત' વર્તુ 'સત્ત' નથી, 'અસત્ત' છે, તો તો પછી એના મરણનો પ્રસ્તુ જ રહેતો નથી. તમે એને 'અસત્ત' કદીને પહેલાંથી જ 'મૃત' કહી દીધી છે. હસ્તીન ધરાવતી વર્તુનો નાશ ગળે ન જ ઉત્તરે, એ રીતે હસ્તી ધરાવતી વર્તુનો નાશ પણ ગળે ન જ ઉત્તરે. કારણ કે, જે વર્તુ હસ્તી ધરાવે છે, એનો 'નાશ' થતો નથી અને જેનો નાશ થાય છે, તેને અસ્તિત્વ ધરાવતી વર્તુ કહેવાય નાહિ. ત્યારે મળે છે શું? મૃત્યુની ઘટના

આપણી આંખોથી જોવાય છે એનું કારણ આપણા વિચારોની થયેલી સેબનેજ છે. એને તત્ત્વજ્ઞાનની પરિદ્ધિમાંથી 'અધ્યાત્મ' કહેવાય છે. એક વર્તુનું બીજું વસ્તુમાં મિથ્યા દેખાવું તે અધ્યાત્મ છે. તમે એકમાં બીજો અને બીજામાં પહેલો અર્થ જુઓ, તે અધ્યાત્મ. જે હસ્તી ધરાવે છે તે મરતું નથી, અને જે મરે છે તે હસ્તી ધરાવતું નથી. તેથી શું મરે છે તે કોઈ કદી શકતું નથી. મરણની પ્રક્રિયા એક સંકમણ-ફેરફાર-છે, એ કશાંનો નાશ નથી. સ્થિતિપરિવર્તનને જ આપણે મરણ કહીએ હીએ. વિશેની ઉલ્કાતિના કાન્યુનને આ પરિવર્તન કે સંકમણની અપેક્ષા છે. ખરી રીતે આપણે કણો કણો મરીએ હીએ. આપણા શરીરનો દરેક કોશ કણો કણો પરિવર્તન પામે છે અને શરીરશાખીઓનો અભિપ્રાય છે કે દર સાત વર્સે આપણું આખું બ્યક્ટીરિયુલ શારીરિક રીતે બદલાઈ જાય છે. શરીરના બધા કોશો એવી રીતે બદલાઈ જાય છે કે સાત વર્સે પછી આપણે તદ્દન નવા જ થઈ જઈએ હીએ. એટલું જ નાહિ. દરશેજ આપણે જેમ મોટા થતા જઈએ હીએ તેમ આપણું રૂપાંતર થતું રહે છે. આજે આપણે શૈશવથી ડિશોરસવસ્થામાં આવ્યા, પછી તારુણ્ય આવ્યું, પણ આપણે ક્યારેય એન જાણ્યું કે આપણે કેવી રીતે મોટા થયા હીએ. મોટા થવાની આ પ્રક્રિયા અહશ્ય રહી હતી અને આ મોટા થવું, જો કેવળ પરિવર્તન માત્ર હોય તો તે અહશ્ય કેમ રહેતું હશે? પ્રતિક્ષણે આપણે જુદા જ બનીએ હીએ એ વાત આપણે ક્યારેય જાણી નથી. બીજાં પરિવર્તનો તો જોવાય છે, અનુભવાય છે, સમજાય છે પણ આપણી પોતાની આ મોટા થવાની બાબતમાં આપણે ક્યારેય જોઈ-જાણી-સમજ શકતા નથી! આપણું પરિવર્તન આપણે ક્યારેય અનુભવ્યું નથી. આ બધાનું કારણ એ છે કે, આપણામાં કંઈક એવું છે, કે, જે બદલાતું નથી. આપણામાં રહેલી અપરિવર્તનશીલ અને રહસ્યમય હસ્તીની વિરોધતા જ આપણા મરણભય અને જવનપ્રેમનું સ્વરૂપ છે.

□ 'ગીતા દર્શન' માંથી સાભાર

તમારી સમસ્યાનું સમાધાન તમો જ છો

You are the solution of your own problems શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

લખણોની ડિગ જ્યોર્ઝ મેડિકલ યુનિવર્સિટી પાતે પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનું તા. ૩૦-૦૧-૨૦૧૬ના રોજ વ્યાપ્તિના વિષયે
નેંસો સારાંશ પ્રસ્તુત કરતું આનંદની લાગણી અનુભવાય છે. - સંપાદક)

નમસ્કાર!

તમો ચૌં ડેક્ટર છો. મારાં સંચસ્ત જીવન પહેલાં અમારા પરિવારમાં પણ ઘણા ડેક્ટર હતા. નાનપણથી જ મને પોસ્ટઓર્ટમ જોવાનો શોખ હતો. જીલને તરફ્ફાની જેમ ડાગળી કાપીને તેમાં સેરીબ્રમ સેરીબેલમ જોયાં છે. હાર્ટ, લન્ઝ્સ, લિવર, કિડની, પેન્નિયાસ, બ્લેડર, સ્ટોલન, એન્ઝિનલ, પ્રોસ્ટેટ, ઓવરાઇન અને યુટરસ જોયાં છે, પરંતુ અહીં કયોય જેને આપણે મન કહીએ છીએ તે જોવા મળ્યું નથી.

આપણી વ્યક્તિગત, પારિવારિક, સામાજિક કે રાષ્ટ્રીય અથવા તો આંતરરાષ્ટ્રીય સમસ્યાઓનું મૂળ જ આ આપણું મન છે. ગીતામાં અજૂને શ્રીકૃષ્ણને પ્રશ્ન પૂછ્યો છે કે પોતાની ઈંચાઓ નહીં હોવા છતાં ઈંચા વિરુદ્ધ માનવી પાસે બધજબરીથી કોણ પાપનું આચરણ કરાવે છે? આ પ્રશ્નનો ઉત્તર આપતાં શ્રીકૃષ્ણે કહ્યું છે કે કામ એષ કોષ એષ રજોગુણસમુદ્રભવા આપણી વૃત્તિઓમાં રહેલ કામ એટલે કે ઈંચાઓ અને કોષ એ બધું આપણામાં રહેલા રજોગુણના કારણે છે. તે મહાશનઃ (મોટો ખાઉધરા) મહાપાપમા (મહાપાપી) અને તે જ આપણા શત્રુઓએ.

આ શત્રુઓનું નિવાસસ્થાન તે આપણી ઈન્દ્રિયો, મન અને બુદ્ધિ છે. તેથી આ સમસ્યાઓના મૂળ ઈન્દ્રિયોને પહેલાં કાબૂમાં લઈને જ્ઞાન અને વિજ્ઞાનનો નાશ કરનાર તે પાપી તત્ત્વનો નાશ કરવો જોઈએ. આ જ્ઞાન એટલે શાસ્ત્રોના અભ્યાસ દ્વારા મેળવેલું જ્ઞાન. આ પરોક્ષ જ્ઞાન છે અને વિજ્ઞાન એટલે પ્રત્યક્ષ (અપરોક્ષ) જ્ઞાન અથવા આત્મસાંશક્તાર દ્વારા મેળવેલો સ્વાનુભવ.

આપણા શરીરમાં આપણી ઈન્દ્રિયો બહુ બધવતર છે. ઈન્દ્રિયોથી મન અને મનથી બુદ્ધિ વધુ ચાડિયાતી છે, પરંતુ આ બુદ્ધિ કરતાં પણ આત્મા વધુ ચાડિયાતો છે. આમ, સમસ્યા મન બુદ્ધિ, ચિત્ત અંડકાર દ્વારા ઉત્પન્ન થાય છે, પરંતુ તેનું સમાધાન આ મનને આત્મસંસ્થથી મનાં ફૂતવા ન કીયિએ ચિન્તયેતુ (ગીતા: ૬.૨૫)

જ્યાં સુધી મન સ્વતંત્ર છે, સ્વચ્છંદ છે ત્યાં સુધી વિકારો ઉપજવાના જ, પરંતુ જે મનને આત્મામાં સ્થિત રિથર કરી શકાય તો વિકાર, વાસના, કામના, ઈંચા, તૃષ્ણાઓ જન્મી જ શકે નહીં.

આ બધું જેટલું હું બોલું છું અને તમો સોભણો છો તેટલું સહેલું નથી. શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસ કહેતાં: ‘તીરકીટ પા’ સરબતાથી બોલી શકાય, પરંતુ મૃહંગમાંથી તે અવાજ ઉત્પન્ન કરવો હોય તો પ્રામાણિકતા અને ખંતપૂર્વકનો અભ્યાસ જરૂરી છે.

સૂક્ષ્મ શરીર ભૌતિક શરીર કરતાં વધારે સૂક્ષ્મ છે. માનસિક કોષ એ સૂક્ષ્મ કોષ કરતાં વધારે સૂક્ષ્મ છે. આપણા શરીરોનું બંધારણ અન્નમય કોષ, પ્રાણમય કોષ, મનોમય કોષ, વિજ્ઞાનમય કોષ, આનંદમય કોષ દ્વારા ઘણાયેલું છે. વિકેપશક્તિ એ પણ મનનું જ સ્વરૂપ છે.

ખરેખર તો આપણો સ્વભાવ આનંદમય જ છે. ચિદાનંદરૂપ: શિવોહલમુશિવોહલમુ. નિત્ય સત્ય, શુદ્ધ બુદ્ધ, અજર અમર, અવિનાશી આનંદમય આપણું સ્વરૂપ છે. આપણો સ્વભાવ છે, પરંતુ તે આનંદતત્ત્વ અને લાલા ગાળે ઈશ્વરતત્ત્વથી આપણને

દૂર રાખે છે તે આપણું મન જ છે.

ઈચ્છાઓની ટૃપ્તિ માટે અવકાશ આપવો નહીં. માકૃદ્ય પુરાણમાં હુર્ગ સપ્તશતીમાં એક પાત્ર રક્તબીજ છે. જેટલાં રક્તબીજ હો ભૂમિ ઉપર પડે તેટલાં જ બીજાં રક્તબીજ રાખસો ઉત્પન્ન થઈ જાય. આપણે જેમ જેમ જેટલી ઈચ્છાઓને સંતોષવાળો પ્રયત્ન કરીશું તેમ તેમ તેટલી જ વધુ ઈચ્છાઓ ઉત્પન્ન થતી જશે.

મનની સમસ્યા માત્ર ઈચ્છાઓ જ નથી. પોતાની જીતને હું કંઈક હું બેવી મોટપની ભાવના, તો ક્યારેક અરેરે! અમારો તો ત્યા ગજ ક્યાંથી વાગે? તેવી હીજપતની ભાવના. ક્યારેક મોટપ તો ક્યારેક હીજપતવૃત્તિ પરાવતા લોકોની વૃત્તિઓ જ તેમનાં ફુફનું કારણ હોય છે.

પ્રત્યેક માનવ આધિ વ્યાધિ અને ઉપાયિની ત્રિપાદ શુખલાથી બંધાયેલો છે. આ વ્યાધિઓ આધિ ભૌતિક, આધિ દૈવિક અને આધ્યાત્મિક વ્યાધિઓ હોય છે. પાંચસો રૂપિયાની નોટબંધી કે પેટ્રોલના ભાવ જિયે જવાતે ભૌતિક સમસ્યા છે, જ્યારે અતિવૃદ્ધિકેનાવૃદ્ધિ વગેરે દૈવિક સમસ્યા છે. જ્યારે આપણામાં રહેલ કામ કોષ, લોભ મોઠ, મદ માન, મોહ છલકપટ, દંબ આ દશાનાન એ આપણી આધ્યાત્મિક સમસ્યા છે. સમસ્યા વ્યક્તિગત, પારિવારિક, આર્થિક, નૈતિક, જીતીય કે સામાજિક હોઈ શકે, પરંતુ આ બધી જ સમસ્યાઓનું મૂળ આપણા વ્યક્તિગત મન છે. હુર્ગ સપ્તશતીમાં સૌથી પઢેલો વધુ મહિષાસુરનો વર્ણવિવામાં આવો છે. મહિષ ઐટલે પાડો કે આખલો. આપણા જીવનનો આ મોટો રાક્ષસ આપણા વ્યક્તિગત અહંકાર જ છે.

આ ઉપરોક્ત આપણી વૃત્તિઓ તમોગુણ અને રજેણુણ તે સત્ત્વગુણથી આખદ છે કે નહીં? તે વિશે વિચારનું જોઈએ.

અંતે જે મન સાત્ત્વિક બને તો જીવન સૌરભવાન બની શકે ત્યારે તેનો પ્રારંભ ક્યાંથી કરવો? આરેબ

આપણે આપણા ખોરાકથી કરવો જોઈએ. મનનું નિમાણ આપણા અન્ન કે આહારથી થાય છે. ગીતાનું કથન છે, કડવું ખાણું, ખાણું અતિ ગરમ, સ્વાદવિહીન સરીને ગંધ મારવું, બગડેલું બેંકું, અપવિત્ર ભોજન તામસિક ભોજન છે.

આપણે સાધારણ રીતે શાકાહારી જ છીએ. આ ભોજન છ કલાકમાં પચી જાય છે. માંસાહારને પચતો ચોવીસ કલાક થાય છે. જ્યારે તામસિક ખોરાક અને મેંદો કે મેંદાની બનાવટની કોઈ પણ વાનગી ચોવીસ કલાક પછી પચવાનું ચાલુ કરે છે. ઐટલે આરોગ્યની દ્રષ્ટિએ તો સારું નથી જ, હિમોઝોબિન પણ ઓછું રહે. તહુપરાંત પેટના વિકારો સાથે મનોમાલિન્ય પણ સહજ છે.

માટે આહારશુદ્ધિ સત્ત્વશુદ્ધિ જાળીને સાત્ત્વિક આહાર બ્રહ્મણ કરવો. સૂર્યોદિય પૂર્વે ઊઠવાની ટેવ પાડવી. ખુલ્લી ડવામાં, બળીચામાં, અગાશીમાં સવારે ઊડા ચાસ લઈને થોડું ફરી આવવું. થોડો આસન, થોડા પ્રાણાયામ, થોડું ઘાસ, થોડું સારું સ્વર્સ્થ વાંચન આપણી વિચારશક્તિ ઉપર સારો પ્રમાવ પાડેછે.

શ્રીકૃષ્ણો તો કોલ વગાડીને કહ્યું છે:

મધ્યેવ મન આધત્સ્વ મયિ ખુદ્ધિ નિવેશય।

નિવસિષ્યસિ મધ્યેવ અત ઉર્વં ન સંશય:

(ગીતા: ૧૨:૮)

તારું ચિત્ત મારામાં જ સ્થિર કર, મારામાં તારી બુદ્ધિ રાખ. ત્યાર પછી નિઃસેશમ તું મારામાં જ રહીશ. તે માટે પ્રયત્ન કર, અભ્યાસ કર. તે પણ ન થાય તો તારાં બધાં કર્માંતું મારા માટે કર.

આમ, કમશ: આપણામાં ન મુત્તા દુભરાહિતતા, અહિસા ક્ષમા, આર્જવ ગુરુની સેવા, પવિત્રતા સ્થિરતા અને આત્મસેધમ આવતાં અંતરમાં અજવાણું થશે, ઈન્દ્રિયો વિશે વૈરાગ્ય અનુભૂતિ અનુભૂતિ. અહંકારનો નાશ થશે, અનાસક્તિ અનુભૂતિ.

આપણી સમયા આપણામાં રહેલ રાગ દેખ છે તે સૌની સાથે મૈંની કેળવીને, કરુણા દાખવીને, નિરહકારી થઈને, સુખ અને હુખ બેનેથી મુક્ત અથવા તો તેવી કપરી પગે વામાવાન બની શકાય છે, પછી સંતોષ વધશે. મનમાં દફતા આવશે, અકળાઈ નહીં જવાય, ભય ઉદ્દેગ નહીં પમાય. ચિંતા ઉત્પાત, અજોપા શોકથી રહેત થવાથી બ્રહ્મવીદું થઈ શકાય છે. જે બાંઝી બ્રહ્મને જીવો છે તે સહેવ તત્ત્વવિદું અને કદાપિ પોતાના વિચાર વાળીને બ્યવહાર અથવા કર્મથી કોઈને પણ ઈજી કરતો નથી, તેનાથી કોઈ ભય પામતું નથી, તેને કોઈ અપેક્ષા રહેતી નથી. તે પવિત્ર, નિષ્ઠાત, જગતથી ઉદાસીન અને બથારહિત હોય છે, પછી તેનું દફય કરુણા ક્ષમા, ઉદારતા અને વિશ્વેમથી પરિપૂર્ણ થઈજાય છે. ત્યારે તે બાંઝી બાંઝી નહીં, પરંતુ સમાચિત ચેતનાનો અધિકારી બને છે અને જ્યારે બાંઝી નહીં પણ પ્રકારનો વિધાદ કે વિભવાદ હોતો નથી.

હવે આ માટે ખોરાકશુદ્ધિ સિવાય બીજું એક કામ કરવાનું કે દરરોજ સૂર્યોદય પૂર્વે જીવો. હાથ મોં પોઈને પલાંડી વાળીને શાંતિ સ્વસ્થતાથી માથું ગળું તથા છાતી

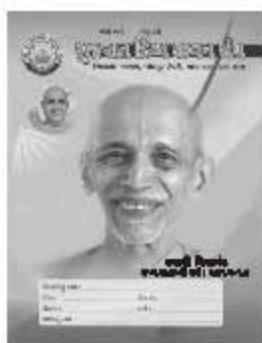
એક પંક્તિમાં સીધાં રાખીને આંખો બંધ કરીને બેસો, થોડી વાર દીર્ઘ પ્રણાય ઉચ્ચારજ કરો, પછી પ્રારંભમાં માત્ર તમારા દફયના પબકારા સાંભળો. બે ત્રણ મહિના પછી તમારી તમામ ચેતના અને એકાશ્રતાને તમારા શાસોચ્છવાસ ઉપર કેન્દ્રિત કરો. મનમાં વિશ્વકલ્યાણ માટે પ્રાર્થના કરો. સૌનું શુભ થાઓ તેવો સંકલ્પ કરો. આવી રીતે દરરોજ એક સ્થાને એક નક્કી કરેલા સમયે પૂર્વાલિમુખ થઈને બેસો.

ઇશ્વર તમારી અંદર બહાર સર્વત્ર છે. તે સર્વાક્ષિતમાન છે. સર્વાન્યાભી છે. તેની પાસે કંઈ માગવાનું નથી, કોઈ ગુરુ પાસે મંત્ર મહ્યો હોય તો તેનો જ્યે કરો. સ્થિર બેસતો શીખો. આરંભ વીસ મિનિટથી કરો. પૂર્વે પ્રાર્થના પછી ઈન્દ્રિયો, ત્યાર બાદ મન બુદ્ધિ અને આત્મામાં સ્થિરતા કરાવશે.

ભૂલશો નહીં, સમયા બહાર નથી, આપણી અંદરથી જ ઉપશુદ્ધ છે અને સમાધાન પણ બહારથી નહીં જ આવે. સમાધાન પણ તમારી અંદર જ છે. તમારી સમયાઓનું સમાધાન તમારી અંદરથી જ પામો અને ધન્યાલનો.

ॐ શાંતિ

પણાત વિસ્તારના ગરીબ વિદ્યારીઓ માટે વિનામ્ર આપીદ



દર વર્ષની ફેબ્રુઆરી મુનાથી દર્શાવા રીસિટ્યુક વર્ષ માટે ૧,૨૫,૦૦૦ નોટબુક અને ૫૦,૦૦૦ ચોપદાની પણ આવેલ છે. નોટબુક વિનામ્રાયે અંતરિયાળ પણાત વિસ્તારના ગરીબ-વનવાસી વિદ્યારીઓને આપવામાં આવે છે. ૨૦૧૮-૧૯ પૂર્વ સ્વામી વિદ્યાનંદશાળા દિવ્ય દશકાના ઉપયોગમાં મુખપૃષ્ઠ લીપર સ્વામીલાના રંગીન છાયાચિત્ર સાથે તેમોદીના વૃદ્ધ પૂર્વ સ્વામી વિદ્યાનંદશાળા પણ અસીવાઈ છાયાચિત્ર સાથે અંકિત કરવામાં આવશે. આરતીય સંકુલિતનાં ઘનવ કલ્પનાની ઉત્કૃષ્ટિમાં અમૃત્ય વારસાને ઉજાગર કરતો પૂર્વ સ્વામી અધ્યાત્માનંદશાળાને વિદ્યારીઓને પ્રેરણાદાયક સંદેશ ઉપરાંત સૂર્યનપસ્કારની આર સ્થિતિ, શ્રી સરસ્વતી મંત્ર, રિચાર્ડન, શ્રી મહામૃત્યુજી મંત્ર અર્થ સાથે આપવામાં આવે. ‘Song of Eighteen Ideas’ પ્રાર્થનાયો, ધ્યાન-ગ્રાસાયામ અને પોથેના કાલ અને આવસ્થા સૂધાનામો અને મહાપુરુષોના પ્રેરણાદાયી ચંદેશાલોપરિદ્ધ કરવામાં આવશે. આપી સેવાખ્રાણી પ્રવૃત્તિ માટે આર્થિક સાધારણી આપીદ.

આપનું અમૃત્ય યોગદાન “ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંદેશ” નામના ચેક અથવા બેન્ક ડ્રાઇટ દારા, અધ્યક્ષ, ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંદેશ, શિવાનંદ આશ્રમ, જોધપુર ટેકરી, અમદાવાદ - રૂ૧૦૦૧૫, ગુજરાતના સરનામે મોકલવા પ્રાર્થના. ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંધેને આપવામાં આવતું દાન ભારત સરકારના ઈન્કમટેક્સ અન્યાં ૮૦-૮૮ ને પાત્ર છે.

ચેતના

- શ્રી સ્વામી સંચિહાનંદશુ

આ બધું અનંત ચેતના છે, નથી કોઈ પ્રાપ્ત કરનાર કે નથી કોઈ પ્રાપ્તિ. તે ડેવણ ભવ્ય મૌન છે. અજ્ઞનમા અને અમર સ્થિતિ છે.

આપણે જેને અજ્ઞાત, અર્થજ્ઞાત, જ્ઞાત અને અધ્યક જ્ઞાત સ્થિતિઓ કહીએ છીએ તે બધી આ અનંત ચૈતન્યની મિના મિના સ્થિતિઓ છે, જે આપણામાં સામાન્ય રીતે જ્ઞાત અને અજ્ઞાત હોય છે. દરેક માનવ સ્રૂત્ભરૂપ એકમ હોય છે તેને વૈચિક ચેતના હોય છે. નિભ સ્તરવાળાં પશુઓ, વનસ્પતિ, ખનિજ વગેરે રૂપોમાં પણ વૈચિક ચેતના ઓછા વત્તા પ્રમાણમાં હોય છે.

સાગરનું એક ઉદાહરણ લઈએ. તે પાણી સિવાય બીજું કાઈ નથી પણ તે જ પાણીનાના મોટાં મોંઝાં, ફીઝાં, પરપોટા, તરતો બરફ અને વાદળરૂપ વરાળ એમ વિવિધરૂપે દેખાય છે. આ બધાં એક જ સાગરનાં પાણીનાં ક્ષણિક વિવિધ રૂપોસિવાય બીજું કંઈ જનથી.

આધ્યાત્મિક એકત્વ આવું છે, જેનો અનુભવ કરવાનો છે. આપણા જીવનનું આ લક્ષ્ય છે. ફક્ત માનવજ્ઞત આ મહાન સત્યને સમજી શકે તેવી બુદ્ધિના સત્તે પહોંચેલી છે. મનુષ્ય જ એક પાણી છે, જે આ સત્યને સ્વીકારવા કે નકારવા માટે સ્વતંત્ર છે. જ્યારે જ્યારે તે આ સત્યને નકારે છે ત્યારે તેને જીવનમાં શાંતિ અને સુખ પ્રાપ્ત કરવામાં નિષ્ફળતા સાંપડે છે. આવી નિષ્ફળતાઓ છેવટે તેને આ સત્યને સ્વીકારવા મજબૂર કરે છે. આ સત્યનો સાક્ષાત્કાર એટલે અજ્ઞનમા અને અમર સ્થિતિ. આ ચેતના માટે જન્મહિન કે મૃત્યુહિન જેતું કંઈ હોતું નથી. આ કાલાતીત સ્થિતિમાં ભૂત, વર્તમાન કે ભવિષ્યકાળ જેતું કંઈ હોતું નથી. ગયું વર્ષ કે નયું વર્ષ જેતું હોતું નથી. જે કંઈ છે તે હાલ અહીં છે.

માનવમનનાં વિવિધ સત્તર કષા હોય છે. તમારા મનનું એક પાણું સાધા તેના સાચા સ્વભાવથી સભાન હોય

છે. તે અનંત ચેતના છે. ખરી રીતે તો તમે વિભાગિત છો. તમે જેને સાચો ‘તમે’ કહો છો તે નાના ‘તમે’થી મિના છે. મોટો ‘હું’ અને નાનો ‘હું’ પણ હોય છે.

આમ, મન પોતે વિવિધ સત્તરોમાં વહેચાયેલું છે. મનના એક ભાગને એક વસ્તુ જોઈએ છે, બીજો ભાગ વિવેકથી તેની સારા સારતા ચકાસે છે. નીજો ભાગ સંકલ્પ કરે છે. તે ‘અહં’ છે, જે કહે છે, “મારે જોઈએ છે.”

જે કષે તમે કોઈ વસ્તુ જુઓ છો “અરે, તે સરસ છે” અને કામનાનું સર્જન થાય છે. વિવેકથી ચકાસનાર ભાગ કહે છે: “હા, તે સરસ છે, પણ તારે તેની જરૂર છે?” અને નીજું સતર ‘અહં’ કહે છે: “દીક છે મારે તેની જરૂર ન હોય છતો મારે તેને લેવાની ઈચ્છા છે.” આમ, એક જ મન હોવા છતો તે વિમિના સત્તરે કામ કરતું હોવાથી આવું બને છે. મનના આ બધા વિભાગોના કુલ સરવાળાને સંસ્કૃતમાં ‘ચિત્ત’ કહેવામાં આવે છે. તેમાં જ્ઞાત, અર્થજ્ઞાત અને અજ્ઞાત મનનો સમાવેશ થાય છે.

સમગ્ર પ્રકૃતિ ત્રણ ગુણોથી વ્યાપ્ત છે અને તેથી મનમાં પણ આ ત્રણ ગુણો રહેલા છે. તેમનો સંસ્કૃત નામ છે: તમસ્, રજસ્ અને સત્ત્વ. તમસ્ એટલે પૂર્ણ અંધકાર અથવા અજ્ઞાન. રજસ્ તદ્દન વિશ્વાસ પ્રકારનો ગુણ છે અશાંત, ચંચળ અથવા ઘણો પ્રવૃત્તિશીલ. સત્ત્વ એટલે શાંતતા સ્વસ્થતા. તેમાં બન્ને બાજુ સારી રીતે સંતુલિત હોય છે. તમે સ્વસ્થ હો છો અને સાથે સાથે પ્રવૃત્તિશીલ પણ હો છો. પ્રવૃત્તિ અને નિવૃત્તિ અનેનું સરસ સમિશ્રણ હોય છે, જે મનને સ્વસ્થતા અને નિર્મિતતા બને છે.

આ ત્રણોય ગુણો એકબીજાથી તદ્દન મિના નથી. કેટલીક વાર તે જ મન વિવિધ સ્થિતિ બરફ,

પાણી અને વરાળની માફકમાં હોય છે, બરફ તમસનું પ્રતીક છે. તે જીમી ગયેલું, દરી ગયેલું હોવાથી કોઈ ડેકાણે તે ફરી શકતું નથી. પાણી રજસનું પ્રતીક છે, તે અહીંથી તહીં વચ્ચા કરશે દોડચા કરશે. પાણી કદી ઉપરની દિશામાં વહેશે નહિ. હમેશાં નીચેની બાજુએ નીચેલી સપાટીએ જવાનો પ્રયત્નકરશે. વરાળ સત્ત્વનું પ્રતીક છે તે ઊચે જાય છે. વરાળની માફક સત્ત્વનો રંગ સંકેદ છે.

મનનું પણ કંઈક આવું જ છે. જ્યારે તમે પ્રસાન હોછો ત્યારે મનતેના કુદરતી ગુણ સત્ત્વથી ભરેલું હોય છે. મન પ્રકૃતિથી સાત્ત્વિક હોય છે પણ જ્યારે મન અશાન્ત અથવા અસ્વસ્થ થાય છે ત્યારે તે રાજસિક બને છે. જો તમે સુસ્ત અને ઊંઘે વેરાયેલા હો તો મન તામસિક બને છે. આપણે મનને ખૂબ તામસિક કે રાજસિક સ્થિતિમાં જવા દેવું જોઈએ. નહિ પણ તેને સાત્ત્વિક ગુણમાં રાખવાનો પ્રયત્નકરવો જોઈએ.

કેટલીક વાર તમને ખૂબ સંતોષ આપનાર સુંદર સ્વખ દેખાય છે. શું તે મનની કોઈ કરામત હશે? મનનો બધી બાબતમાં હોષ કાઢવો નહિ. મન ઘણી વખત સુંદર ચીજોને સર્જે છે. ઘણી વાર તે સારો મહદુકર્તા બને છે. જ્યારે મન શુદ્ધ અથવા સાત્ત્વિક સ્તરમાં હોય છે ત્યારે તે તમારો શ્રેષ્ઠ મિત્ર હોય છે. જ્યારે તે રાજસિક સ્તરમાં આવે છે ત્યારે કોઈ વાર સમયા ઊભી કરે છે. તેજ મન મિત્ર કે હુશ્મન બની શકે છે. તેનું તમારે વિશ્વેષણ કરવું જોઈએ. પૂછો: “આ દશ્ય, કામના કે અનુભવ મને મહદુકરશે અથવા કંઈ મુશ્કેલી ઊભી કરશે?”

તમારી પોતાની બુદ્ધિનો ઉપયોગ કરો. જો અનુભવ કોઈ સમયા ઊભી કરે તેવું લાગે તો મનની કરામત સમજવી. તેને છોડી હો. પણ જો મન તમને કોઈ ઉપયોગી વસ્તુ આપે તો તેનો સ્વીકાર કરો.

કેટલીક વખત જ્યારે મન સાત્ત્વિક, તામસિક કે રાજસિક વૃત્તિનું પ્રાબલ્ય પરાવતું હોય ત્યારે મનનો એક ભાગ હમેશાં સાત્ત્વિક રહે છે. તે ભાગ બીજી ભાગોને હમેશાં કહે છે: “હું મારી સ્થિતિમાં સુખી છું. તમે શા માટે

અસ્વસ્થતા અને સુસ્તી મેદા વચ્ચે આગળ પાછળ જોલાં ખાખા કરો છો?” સાત્ત્વિક ભાગ જરા પણ જોલાં ખાતો નથી. તે હમેશાં શાંત સ્થિર હોય છે. જ્યારે પણ તમારું જીવન જોલાં ખાતું હોય તેવું અસ્વસ્થ લાગતું હોય ત્યારે યાદ રાખો કે તમે હમેશાં પરમ શાંત આત્મા સાથે જોડાયેલા છો, જેના પર જોલાની કોઈ અસર થતી નથી.

યોગનો અર્થ છે બેગા થવું, જોડાવું. યોગ દ્વારા તમે જે ઈચ્છા દા.ત. ધન, નામ, કીર્તિ, બીજા લોકો, મિલકત તેની સાથે જોડાઈ શકો છો. યોગથી આ બધું શક્ય બને છે. દરેક વસ્તુની સાથે જોડાવાથી તમને બહારનું છે તે ગમે, પરંતુ જ્યાં યોગ અથવા જોડાણ તમારી અંદરની બાજુ ન થાય ત્યાં સુખી તે શક્ય નથી. તમને જે કંઈ બહાર જોવાની ઈચ્છા થાય તે તમારી અંદર પ્રથમ થવી જોઈએ. આ સોનેરી નિયમયાદ રાખો: “જે કંઈ બહાર દેખાય છે તે તમારા મનનું પ્રક્રોપણ છે. જ્યાં સુખી તમે મન દ્વારા ફિલમનું પ્રક્રોપણ ન કરો ત્યાં સુખી પડા પર કંઈ જ નહિ હોય. તમારાં મનના રંગ પ્રમાણે તમારાં મનના આકાર, સાઈઝ અને ઘનતા અથવા નિર્મિતા પ્રમાણે જગતના પડા પર તમે વસ્તુઓ જુઓ છો. જો તમે સુંદર સમાચાર, કુદરતી દશ્યો અને વાતાઓ રેકોર્ડ કરી રાખેલાં હશે તો તમને બહાર સરસ વસ્તુ જોવાની મળશે. તમારે જે કંઈ બહાર જોવાની ઈચ્છા હોય તેને અંદરની બાજુ વિકસાવવી જોઈએ અને પછી તેનું બહાર પ્રક્રોપણ કરવું જોઈએ.

માનવો વિચાર કરતાં પશુઓ છે. માનવ તેના ભૌતિક શરીરના લીધે માનવ નથી પણ તેના મનના લીધે છે. સંસ્કૃત વાક્ય છે: ‘જેવું મન તેવા માનવ.’ ઐટલા માટે સૌપ્રથમ તમારે તમારો વિચારો સુધારવા જોઈએ. ઐટલા જ માટે આંતરિક યોગ ખૂબ જરૂરી છે. આ માટે તમારા મનને સતત અંતર્મુખ રાખો.

તમારે સદા તમારી જીતને બીજાઓની સાથે તકલીફમાં મૂકવાની હોતી નથી. તમારે જે બહાર શોધવાનું છે તે તમારામાં છે. જો તમારે ઈશ્વરને બહાર

જેવો હોય તો તમારા માં જુઓ. તે તમારા માં પ્રતિકૃતિકૃપે રહેલો છે. તમારી સાચી પ્રતિકૃતિને ઓળખો. અંદર જુઓ, અંદર સાંભળો. દરેક વસ્તુનો અંદર અનુભવ કરવા માટે, દરેક વસ્તુ અને દરેકની સાથે આપણો એક છીએ તે લાગવા માટે તમારા પૂરા બ્યક્ઝિસ્ટ અને બાંધી જ ઈન્ડિયોને અંદરની બાજુ વાળી જોઈએ.

તમે બહાર ઘણાને જુઓ છો, કારણ કે તમે તમારી જીતને ઘણામાં વિભાજિત કરી દીધી છે. તમે વિભાજિત બ્યક્ઝિસ્ટ જેવા દેખાઓ છો. તમે જ્યારે એમ કહો : “હું જાડો છું” ત્યારે તમે ભૌતિક બ્યક્ઝિત છો. તમે જ્યારે કહો : “હું બુદ્ધિશાખી છું” ત્યારે તમે બુદ્ધિશાખી બ્યક્ઝિત છો. જ્યારે તમે કહો : “હું તને ચાહું છું.” તમે ભાવનાશીલ બ્યક્ઝિત છો. આમ, તમે તમારી જીતને ઘણી વસ્તુઓ તરીકે ઓળખાવો છો. તમારી જીતનું વિભાજન કરવાના બહલે તમારી જીતને એકત્રિત કરી મૂકો. તમારા માં તે યોગ છે તે જુઓ. પોતાની જીત વડે જીતને ઓળખો.

તમારો મનને તમારા પર કાબૂ લેવાન હો. મનને ખલેલ પહોંચડે તેવા કોઈ પણ વિચારથી મનને દૂર રાખી તેના પર કાબૂ મેળવવાનું શરૂ કરો. સ્વાર્થી વિચારો, શિંતા, ભય અને નિશાને પ્રેરે છે. આ હુનિયાની મોટામાં મોટી શક્તિ વિચારશક્તિ છે, પરંતુ તમે તમારા વિચારો શક્તિશાખી બનાવો તે પહેલાં મનને શૂદ્ધ કરો. જો તમને કોઈ વખત બગ્ગે કરતા વિચારો હેરાન કરે તો તેને દૂર કરવાનો કે દખાવી રાખવાનો પ્રયત્ન ન કરો. બગ્ગે કરતા વિચારને બહલે વધુ શાંતિપૂર્ણ અથવા ગમતા વિચારને મનમાં દાખલ કરો. તમારો બધાં કાર્યો અને વિચારો મનમાં એક છાપ મૂકતા જ્યાય છે. આ છાપ નિશાની, એક નાના બીજની માફક ધીમે ધીમે ખરીને જગત મનમાંથી અર્ધજગત મનમાં અને છેવટે અજગત મનમાં જઈ સંઘરાય છે પણ આબીજ સપાઠી ઉપર આવી ઊગી શકે તેવી તકની રાહ જોતાં હોય છે. તમારા

ભૂતકાળનાં પેલાં બીજાં ફળને નિર્ભૂત કરવા માટે મનમાં ચોષ્ય છાપ પાડવાનું કાર્ય તમારે કરવાનું રહે છે. તે બીજ જીવો તે પહેલાં જે મને ખોદી કાઢવા માટે પેલા સ્વાર્થી વિચારોના બહલે સકારાત્મક વિચારો અને કર્મ કરો.

અને તમે જેમ જેમ સરસ, ચુંદર મનોરથો વિષે વિચારશો તેમ તેમ તમારા શરીરમાં પણ ફેરફાર થતો જશે. હિંબ મનોરથોથી તમે હિંબ શરીર બનાવી શકો. તમારી ઉદાત વિચારસરણીથી તમારા ભૌતિક શરીરમાં ચોષ્યો ફેરફાર થાય છે. તમારું શરીર તમારા મનથી ખૂબ મિન્ન છે તેમ વિચારતા નાછિ. મન બાધની માફક સૂક્ષ્મ શરીર છે. શરીર એ ઘનીભૂત બાધની માફક મૂર્ત મન છે. જ્યારે તમે મનને થીજી જવા હો છો ત્યારે તે શરીર બને છે.

તમે તમારી માતાના ગર્ભમાં આ જ પ્રમાણે વત્યાહતા. તમે તમારી માતામાં શરીરકૃપે દાખલ થયા ન હતા. તમે સત્તવકૃપે દાખલ થઈ પછી તમારી જીતને ઘનકૃપ આપવાનું શરૂ કર્યું. તમારી માતાએ તેમાં જરૂરી વસ્તુઓનો ઉમેરો કર્યો અને તમારા શરીરનો વિવિધ સ્તરે વિકાસ થયો. મન અને શરીર એક જ છે તે બતાવવાનો આ બીજો માર્ગ છે.”

મનને જોઈ શકતું ન હોવાથી તેને શરીર દ્વારા સ્પષ્ટ રીતે દર્શાવવામાં આવે છે. તમારા શરીરને ફક્ત તમારા વિચાર દ્વારા શરીરમાં રૂપાંતર કરવાની તમારા માં ક્ષમતા છે. જો તમે સહા ઉદાર વિચારોને મનમાં સ્થાન આપતા હશો અને લોકો માટે તેમને પ્રિય પ્રવૃત્તિઓ કરતા હશો તો તે તમારા ચહેરા અને શરીર પર દેખાઈ આવશે. લોકો તમને જોતાં જ કહેશે : “જુઓ કેવી અદ્ભુત બ્યક્ઝિત છે! જો હેવફૂટ ન હોય !”

□ ‘આતમની ઓળખ’માંથી સાભાર

કટોકટીના સમયના ઉપાયો

- શ્રી સ્વામી નિભિલેશ્વરાનંદજી

કટોકટીના સમયે પ્રાર્થના, નામ સ્મરણ અને ધ્યાન કરવાથી મનમાં પરિસ્થિતિનો સામનો કરવાની શક્તિ આવે છે, આત્મરિક સ્થિતિ બહલાઈ જાય છે. આથી કંઈ પણ ઉત્તાવથિયું પગલું ભરવા કરતો ચુપચાપ ભગવાનનું નામ લેવું એ સરળમાં સરળ ઉપાય છે.

આ ઉપરાંત બીજા ગૌણ ઉપાય પણ છે, જેનો આ બધા ઉપાયોની સાથે સાથે અમલ કરવાથી મનની સ્થિતિમાં ખૂબ ઝડપથી બહલાવ આવે છે, એ ઉપાયોમાં એક તો છે, મહર્ષિ પતંજલિએ યોગસૂત્રમાં બતાવેલો ઉપાય.

'વિતર્કબાધને પ્રતિપક્ષભાવનમ्'(૨/૩૩)

એટલે કે પ્રતિબંધક વિચારોને અટકાવવા માટે તેમના વિરોધી વિચારોનું વિનિતન કરવું, જો આત્મહત્યાના વિચારો આવતા હોય તો જીવન કેવું સુંદર છે, મૂલ્યવાન છે, પ્રેમભર્યું છે, આવા વિચારો કરવાથી નકારાત્મક વિચારોનું જોર ઓછું થઈ જાય છે. નિરાશાના વિચારોને આશાર્યદિવિચારોથી, નકારાત્મક વિચારોને વિષેયાત્મક વિચારોથી દૂર કરી શકાય છે. જો નકારાત્મક વિચારો પીછો છોડતા ન હોય તો મનને મનગમતી વસ્તુઓમાં પરોવી હેવું. એ માટે ભજન સંગીત કે સુગમ સંગીત એકાચ થઈને સાંભળવું. આપણા સંગીતની સુરાવલિઓમાં મનને શાંત કરી હેવાની અદ્ભુત શક્તિ રહેલી છે.

આ ઉપરાંત જેનું મન ખૂબ વિખાદ્ધી ભરાઈ ગયું હોય અને જેને ક્યાંય ચેન પડતું ન હોય તેવી બ્યક્ટિને બણજીબરીથી પણ સારી વસ્તુઓ ખવડાવી હેવાથી તેનું મન શાંત થાય છે. આવેગ ઓછો થાય છે. જ્યારે બ્યક્ટિ ભાવનાઓના અતિરેકમાં રૂભેલી હોય ત્યારે તે મનોમય કોષમાં હોય છે અને આ કોષમાં તેનું મન આવેગમાં વહી રહ્યું હોવાથી નિયમિત હોતું નથી. આ મનને જો સૂચનો

દારા વિજ્ઞાનમય કોષમાં લઈ જવામાં આવે તો મનની સ્થિતિ બહલાઈ જાય છે પણ એ તો સિદ્ધ યોગીઓ જ કરી શકે. એવા યોગીપુરુષોને તો આવો પ્રશ્ન જ હોતો નથી, પરંતુ સામાન્ય મનુષ્યના મનના સ્તરને બહલી શકાતું નથી. આથી જો એમને ભરપેટ ભોજન જમાડવામાં આવે તો ચેતના અન્નમય કોષમાં આવે છે અને આવનો અતિરેક દૂર થતો પછી તે સ્વસ્થ રીતે વિચારી શકે છે.

આ રીતે આ બધા મુખ્ય અને ગૌણ ઉપાય દારા કટોકટીની સ્થિતિમાં મનને સ્વસ્થ કરી શકાય છે પણ એક વખત કટોકટી પાર કરી એટલે ફરી વાર જીવનમાં નહીં આવે તેવું તો જીવનનું નથી. કટોકટીઓ અને મુશ્કેલીઓ તો આવતી જ હોય છે પણ મનની સ્થિતિ એવી હોવી જોઈએ કે ગમે તે પરિસ્થિતિ આવે તો પણ શાંતિ ન ગુમાવે એવી મનની સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરવા શું કરવું જોઈએ?

કોઈ પણ પરિસ્થિતિમાં બ્યક્ટિએ વિષેયાત્મક વલશ અપનાવવું જોઈએ. જ્યારે બધું જ ગુમાવી હેવામાં આવ્યું હોય છે ત્યારે કશુંક તો બચ્ચી જ ગયું હોય છે. જે બચ્ચી ગયું હોય છે તેના ઉપર ખ્યાન કેન્દ્રિત કરવાથી હયમચ્ચી નહીં જવાય. જ્વાસ અર્ધી ખાલી છે એમ જોવાના બહલે અર્ધી ભરેલો તો છે, આટલો જ તફાવત દિનિમાં કરવાની જરૂર છે. એથી મનને આગળ વધવાની શક્તિ અને હિમત મળે છે.

તે ઉપરાંત કટોકટીના સમયે બ્યક્ટિએ પોતાની આત્મશ્રદ્ધા જાગૃત કરવી જોઈએ. 'દરેક બ્યક્ટિની અંદર દિવ્યતા સુષુપ્તાપણે રહેલી છે. તેને જાગૃત કરવી એ મનુષ્યનું ઘેય છે.' સ્વામી વિવેકાનંદનું આ વાક્ય પ્રત્યેક કટોકટીમાંથી મનુષ્યને ઉગારી દેવાની પ્રયોગ શક્તિ ધરાવે છે. કેમ કે અંદર રહેલી દિવ્યશક્તિને

જગૃત કર્યા પછી કોઈ જ સમસ્યા માનવીને શુભ કરી શકતી નથી. આથી મનુષ્યે હંમેશા યાદ રાખવું જોઈએ કે પોતાની અંદર મહાન શક્તિ રહેલી છે. એ શક્તિથી અજ્ઞાણ હોવાના કારણે જ તેને પરિસ્થિતિનો સામનો કરવાનો ભય લાગે છે. આ સંદર્ભમાં સ્વામી વિવેકાનંદ સિંહના બચ્ચાની વાર્તા કહે છે :

એક સિંહણ જંગલમાંથી પસાર થઈ રહી હતી ત્યારે રસ્તામાં ઘેટાનું રોણું જઈ રહ્યું હતું. સિંહણે રસ્તો પાર કરવા છલોંગ લગાવી ત્યારે તેના પેટમાં રહેલું બચ્ચું પડી ગયું. સિંહણ રસ્તાની સામે પાર પડી અને મરી ગઈ. આ બચ્ચું ઘેટાના ટોળામાં મોહું થવા લાગ્યું. તે ઘેટાની જેમ જ ઘાસ ખાવા લાગ્યું, બે બે કરવા લાગ્યું. એક વાર એક સિંહ ત્યાંથી પસાર થતો હતો. તેણે ઘેટાના ટોળામાં નાનકડા સિંહને બે બે કરતો જોયો અને તેને આશર્ય થયું. તે તેની પાસે ગયો અને કહ્યું, ‘તું સિંહ છો, છતાં ઘેટાની જેમ કેમ બે બે કરે છે?’ ત્યારે એ નાના સિંહ બે બે કરતાં કહ્યું, ‘હું તો ઘેરું છું, સિંહ નથી.’ મોટા સિંહ તેને સમજીવવાના ઘણા પ્રયત્ન કર્યા, છતાં તે નાનો સિંહ માન્યો નહીં. પછી મોટો સિંહ તેને તળાવના કંડે લઈ આવ્યો અને કહ્યું, ‘મૂર્ખ, આ પાણીમાં તારો પડુણ્યો જો. તારો ચહેરો ઘેરા જેવો છે કે મારા જેવો? સિંહ જેવો છે?’ નાના સિંહ જ્યારે પોતાનો ચહેરો જોયો ત્યારે તેના અજ્ઞાનનો પડદોદૂર થયો અને તેને સમજાયું કે તે ઘેરું નથી.

પણ સિંહ છે અને તેણે પછી સિંહની જેમ ગર્જના કરી. તે નિરાબની ગયો જંગલનો રાજું બની ગયો.

આ વાર્તા દ્વારા સ્વામી વિવેકાનંદ સમજાવે છે કે જ્યારે આપણે આપણી આંતરશક્તિને ઓળખીશું, મિથ્યા અમને ખંખેરી દઈશું ત્યારે જ સિંહનું બળ અનુભવીશું. સ્વામી વિવેકાનંદના આ શલોમાં નિર્બાધતા, હતાશા, નિરાશા, ચિંતાને હટાવીને મનુષ્યને અંદર રહેલી અનંત શક્તિને જગૃત કરવાનું પ્રયોગ સામર્થ રહેલું છે. તેઓ કહે છે, ‘તમે તો ઈશ્વરના સંતાન છો. અક્ષય સુખના અધિકારી છો. પવિત્ર અને પૂર્ણ આત્માઓ છો. અરે ઓ, પૃથ્વી ઉપરના હિંદુ આત્માઓ ઓ, તમે પાપી? મનુષ્યને પાપી કહેવો એ જ પાપ છે. મનુષ્ય પ્રકૃતિને એ કાયમી લાંછન લગડવા જેવું છે. અરે, ઓ સિંહ! તો આથાર્યાઓ અને ‘અમે ઘેટા છીએ એવા ભમને ખંખેરી નાખો, તમે તો અમર આત્માઓ છો, મુક્ત છો, ધર્મ છો, નિત્ય છો. તમે જરૂર પદાર્થ નથી, શરીર નથી, જરૂર પદાર્થ તમારો હાસ છે. તમે એના હાસ નથી.’ મનુષ્યની અંદર રહેલી આત્મશક્તિને જગૃત કરવા વિવેકાનંદ આવાફન આપે છે. આત્મશક્તિ પછી હતાશા અને નિરાશાના ઘનઘોર વાણાને વિભેરીને મનુષ્યને ચિરશાંતિના પ્રહેશમાં લઈ જાય છે.

□ ‘આધુનિક માનવ શાંતિની શોધમાં’માંથી સાભાર

તમારી અંગત ગ્રાર્થના તો કરો જ.

પરંતુ પરિવાર સાથે બેસીને પણ ગ્રાર્થના કરો.

પરિવાર બોજન અને ભજન સાથે કરે.

પારિવારિક એકતામાં જ

રાખ્યની એકતા અને

અખંડતા સંભવી શકે.

- સ્વામી અધ્યાત્માનંદ

પારિવારિક પરસ્પર ગ્રેમ, સદ્ગ્રાવ, સન્માન,

ઉદારતા, ન્યોચણાવરથી જ

પરિવાર સભળ બને.

સ્વાર્થત્યાગ અને પરમાર્થની

ભાવનાથી જ ભારતીય

સંસ્કૃતિ ટકી રહી છે.

શિષ્યત્વના વીસ વર્ષ - ૩

ડૉ. કી શરદચંદ્ર બેહરા

રાવ સ્વામીજીની કરુણા મનુખો તરફ જ નહીં, પશુપંખી, જીવજેણું તમામ સુધી વિસ્તરેલી હતી. એક વખતે આશ્રમના કાર્યાલયના બારણા પાસે એક ઝૂતરાને સૂતેલો જોયો. એના આખ શરીરે ઘારાં અને ચોંદાં પડ્યાં હતાં. આ કરુણ દશ્ય જોઈને રાવ સ્વામીજીનું કોમળ હૈયું ઘવાઈ ગયું. થોડીક દવા ચોપડી, ઈજેક્શન આપી પાટાપીડી કરીને પછી આખી રાત અને થાલુંતા એની પાસે જ સ્વીચ્છ રહ્યા. સવારે આશ્રમવાસીઓએ એમને ઝૂતરા પાસે સૂતેલા જોયા ત્યારે તો સૌ સત્ય થઈ ગયા, ત્યારે ગુરુદેવ બોલી ઊઠેલા કે રાવ સ્વામીજી એ કોઈ માનવી નથી, બલકે કરુણાના સાક્ષાત્ અવતાર છે ! કરુણાસભર આ માનવીની સર્વ્યાદી અને ભક્તિ એવાં હતાં કે પોતે એ ઝૂતરાની દેખરેખ બેમહિના સુધી કરી અને એ પૂરેપૂરો સાજો ન થયો ત્યાં સુધી અને ત્યાં જ રાખ્યો. ગુરુદેવ આ પ્રસેગ પર માર્મિક ટકોર કરી કે ‘ડૉ. રાવ તો ડૉ. શિવાનંદ કરતાં ય ચરી ગયા.’ આવો આ ડૉક્ટરોનો ય ડૉક્ટર, જેણે મેડિકલ કોલેજમાં જઈને કશો જ અભ્યાસ કર્યો નહીંતો તે ચિકિત્સામાં નિષ્ણાત બની ગયો. અને પર્વતીય પ્રદેશના ગામડે ગામડે રખડીને સાધારણ લોકોને શારીરિક સારવાર પહોંચાડો થઈ ગયો. એ દિવસોમાં દવા દારુની સગવડના અભાવે લોકો મોટી સંખ્યામાં ભરતા હતા એટલે એવા લોકો માટે તો શિવાનંદ આશ્રમનો આ કરુણામય બ્રહ્મચારી સાક્ષાત્ ધન્યવંતિરિસમો ભાસતો. એ દિવસો દરમાન હખીકેશની આસપાસના વિસ્તારોના પીડિત લોકોની હેસેવા આ રાવ સ્વામીજીએ કરી અને તેમાં એમના કરુણા, સમર્પણ, નભત્તા અને ઉદારતા જેવા ગુણોનો જે પરમ પ્રકર્ષ પ્રગટયો તેનું વર્ણન કરવા તો સાક્ષાત્ સરસ્વતી હેવીને બોલાવવાં પડે. ક્યારેક કોઈક આ અંગે કશું કહેવા જાય તો તરત જ આ સીધાસાદા સ્વામીજી નભત્તાપૂર્વક કહી હેતા કે પોતે તો પોતાના

ગુરુદેવના જીવનમાંથી જ હજુ ઘણું થોડું શીખ્યા છે અને તરત જ પોતાના ગુરુદેવની સેવાઓની અનેક કિરસા કહાજીઓ કહી સંભળાવતા, જ્યારે સ્વામી શિવાનંદજી ગંગા નહીને કિનારે સ્વર્ગશ્રિમભૂમાં રહેતા ત્યારે શરૂઆતના દિવસોની પ્રખર સાધના તથા તપશ્ચર્યા કરતા હતા. ગુરુદેવ કેવી રીતે વૃદ્ધ સાધુ સંતો તથા માંદા લોકોની સારવાર કરતા, એમને માટે ગંગા નહીંએથી પાણી લઈ આવતા, તેમની ઓરરીમાંથી કથરો કાઢતા, તેમનો કપડા પણ થોઈ આપતા અને એમના સંતાસ પણ સાફ કરી આપતા એ બધી વાતોનું ઊરી સફ્ફૂલવાનાપૂર્વક વર્ણન કરવા લાગતા. દૈનિકસાધના

નાનપણથી જ શ્રીધરમાં સત્ય, શુદ્ધ અને સાર્વભૌમ યેમના ત્રિવિષ ગુણ જીત્યા હતા. આ પરિપૂર્ણ નૈછિક બ્રહ્મચારીમાં આધ્યાત્મિક ઉદાતશક્તિ અથવા ઓજસશક્તિનું તેજ સહેવ જગછતું. જગતની ચરાચર સંઘળી ચીજેમાં હાજરાહજૂર એવા પરમાત્માના પડઘાને જીલી લઈ એમની ઉપાસનામાં એ સંદર્ભ રહેતા એટલે એના માટે નિત્ય સાધનાનું કડક નિયમન જરૂરી નથી તેવું આપજને લાગે પરતુ તોતાપુરીનું પેલું પ્રસિદ્ધ સૂત્ર એ હંમેશાં યાદ રાખતા કે તમારા તાંખાના લોટાને તમારે ચમક્કો રાખવો હીએ તો એને રોજ માંજવો પડશે. ગુરુદેવની જેમ એ પણ આ વાત પર ભાર મૂક્તા કે ‘અંત સુધી તમારું શરીર એ ગંગેડો છે અને તમારું મન એ માંકનું’ એટલે તિતિક્ષા, તપ, ત્યાગની સોટી અને આધ્યાત્મની ચાલુક હંમેશા વીજેલી જ રાખવી. એ જ રીતે ‘તમે જીવનમુક્ત થઈ ગયા હો તો પણ તમારે સાવધાન રહેવું જોઈએ.’ ગુરુદેવની આ વાત સાથે પણ તેઓ પૂરા સંમત થતા.

ગુરુદેવના શબ્દો મુજબ 'રાવ સ્વામીજી એ જન્મસિદ્ધ પુરુષ હતા, છતાંય પોતે પોતાને હમેશાં એક નવા નિશાણીયા તરીકે આવેલી આધ્યાત્મિક કોત્રમાં પા પા પગલી ભરે છે તેમ વિચારતા એટલે અવારનવાર ઉપવાસ પણ કરતા અને તપ્યા પણ ઓચિત્તા આદરી બેસતા.

આશ્રમમાં પહોંચા એ પહેલાં જ શ્રીધરે પોતાનામાં સહિષ્ણુતાના ગુણે ખૂબ ઉત્કર રીતે કેળવી લિખે હતો. એક દિવસ એવો ખાલી જતો નહીં હોય જ્યારે એ પોતાની જીતને એક ચા બીજા પ્રકારની આકર્ષી કસોટીઓમાંથી શુદ્ધરતા ન હોય. તિતિક્ષા એ તો સંન્યાસીનું સાચું ધન છે. ગીતામાં ભગવાન સાધકને સુખ હુંબ તથા શીતોષ્ણને સમાન આવેખવા કહે છે, કારણકે તે ક્ષણજીવીને. રાવ સ્વામીજીને તો પોતાના ગુરુ શિવાનંદનું તિતિક્ષાનું જીવનું ઉદાહરણ નજર સામે હતું, જેમાંથી વળી ઓર પ્રેરણા મળતી. પોતાની આધ્યાત્મિક સાધનાના આરંભકાળમાં પણ ગુરુદેવના આ સહિષ્ણુતાના ગુણની ભારે જબરી પ્રતિષ્ઠા હતી. રખે ને પોતાની સાધનામાં વચ્ચે વચ્ચે દખલ થાય એટલે પોતાનું રોજનું માપસરનું ભોજન કરવા અન્નકોત્રમાં જવાના બહલે પોતે એકઠા કરી રાખેલા રોટલીના વાસી દુકડા પર નભાવી લઈને દિવસો સુધી પોતાનું ધ્યાન ચાલુ રાખતા. પોતાની પાસે આવી થોડીક સૂકી ચંચળ થઈ ગમેલી રોટલી રાખી મૂકતા અને ભૂખ લાગે ત્યારે ગંગાજળમાં એ દુકડા

બોળાને ખાઈ લેતા. આનો અર્થ એ થયો કે ઘણી વાર એક જ દિવસના અનાજ ઉપર આખું અઠવાડિયું ચલાવવું પડતું. ડેઢ સુધી આ તિતિક્ષાના ગુણે વળગી રહેલા ગુરુદેવની આ બાબતમાં રાવજી પર ખૂબ ઊરી અસર પરી બેનું ગુરુદેવના આંતરિક જીવન એંગે Light Fountain (પ્રકાશ ફુવારો) પુસ્તક વાંચીએ છીએ ત્યારે ધ્યાનમાં આવે છે. ગુરુદેવનું જીવન તો એક ખૂલ્લી કિતાબ જેવું હતું. પરંતુ શ્રીધરની જેમ વિવેક અને સમજણ દાખવીને બહુ થોડા લોકો એને આત્મસાત્ર કરી શકે. વળી એના અધ્યયનથી લાભ મેળવનાર તો વળી ઓર ઓછા હોય. ગુરુદેવના સ્વર્ગશ્રદ્ધમના પ્રારંભના દિવસોની વાતો સાંભળીને તો રાવ સ્વામીજીને એવી પ્રેરણા થઈ આવી કે એમના સેવકો પાસેથી સાંભળ્યા મુજબ એક દિવસે પોતાનું શરીર ખૂબ અમનચ્યમનમાં દીછ્યું એટલે એને કદક પાઠ શીખવવા માટે નક્કી કર્યું. શિયાળાની કડકડતી ઢીમાં એક રાતે કશું જ ઓછવાનું લિધા સિવામ પરોહ સુધી એ બહાર ફરતા રહ્યા. એમના જીર્ણ થઈ ગમેલા શરીરમાં ડેઢ અંદરનાં હાડકાં સુધી થથરાવતો પવન ઝૂકતો રહ્યો અને પોતે એને શાંતિથી જીલતા રહ્યા. આમ, તપની પરંપરાને એમણે પોતાના જીવનમાં સ્થિર અને સતત ટકાવી રાખી.

□ 'કરુણાસાગર ચિદાનંદ'માંચી સાભાર

ગુજરાતી માધ્યમમાં

૪૩મો યોગશિક્ષક આવાસીય-તાલીમ શિબિર

તા. ૧૧ ૦૫ ૨૦૧૮ થી ૩૦ ૦૫ ૨૦૧૮ સુધી ૪૩મો યોગશિક્ષક આવાસીય-તાલીમ શિબિર. જે યોગ પ્રેમીઓ પોતે પ્રારંભિક યોગપદ્ધતિનોનું જ્ઞાન ધરાવે છે; અને બીજાને શિખવવા ઈચ્છા છે અને ગુજરાતી માધ્યમમાં જ્ઞાન સંપૂર્ણ કરી શકે છે તેમ્ભોને શિબિરમાં મળેશ. મળેશ માટે પુનિવર્સિટીનો સ્નાતક કલ્યાણો અભ્યાસ કરેલો હોવો જરૂરી છે. જેમનું શરીર સ્વસ્થ છે, જેઓ કોઈ પણ વ્યક્તિના વસ્તુની નથી તેઓને પ્રવેશ આપવામાં આવરો.

દરરોજ સાડા અણિયાર કલાકાંના શિક્ષક્ષમાં યોગપદ્ધતિ, પ્રકાશયામ, મુદ્રા, બંધ, ડિપાઓ, શિથિલીકરણ ઉપરાત તથા તથીઓ દ્વારા શરીર વિશ્લેષણ અને આરોગ્યસાધ, બગવદ્ધગીતા, પારંજીબ યોગદર્શિન, રેલ્ડી ડિગ્રી-એક અને બેનું જ્ઞાન સંપદન કરવવામાં આવશે. આ ગુજરાત યુનિવર્સિટીની માન્યતા પ્રાપ્ત સંસ્થા દ્વારા કરેલો સર્ટિફિકેટ કેર્સ છે. પ્રવેશ ઈજિટા મુખ્યમાંથી તૃતી એપ્રિલ પૂર્વે પ્રવેશપત્ર બરી લેતું. પ્રવેશપત્ર 'divyaJivan.org' પરથી મેળવી શકશે.

સંસારના સર્વર્ષય

- શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી

એક ચિત્ર મારા ભસ્તકમાં નિરેતર ઊભરાયા કરે છે. એક વાંકુચુંકુ, લાંબું પહોંચું ખાડાખડબાવાણું મેહાન છે, જે ચુંકું અને જમીન કઠળ છે. ત્યાં કોઈ ડેરી પગદી નથી. હા, થોડાં પગલાંનાં નિશાન અવસ્થય છે, જે હુર્ગમ માર્ગ ઉપર દૂર ક્રૈટિજ સુધી જતાં દાઢિગોચર થાય છે. વાદળાં વગરના આકાશમાં નિર્મભત્તાપૂર્વક ચમકતા તાપથી પરતીની સપાટી ચીરાઈ ગઈ છે. આવા વિશાળ મેહાનમાં જેને એકથી બીજે છે ક્યાંય છોયો અને આશ્રયનું નામ નથી. ક્યાંય કોક ઊછરેલા છોડ છે જે કંઈ આશ્રય આપી શકે તેવા નથી. સૂર્યનાં પ્રયંક અને અસર્ય કિરણોને સહન કરતાં સુદૂર રહેલાં વૃક્ષની લીલીછમ ડાળીઓ સ્પષ્ટ દાઢિગોચર થઈ રહી છે.

ક્યારેક તો આકસ્મિક જ ઋતુપરિવર્તન થાય છે. આકાશમાં ઘનઘોર વાદળાં છવાઈ જાય છે. પરતીને અચાનક અજવાબતી વીજળી ચમકી જાય છે. વાદળોના રૌદ્ર સ્વરૂપ ગડગડાટસાથે મુશળધાર વખનો પ્રારંભ થઈ જાય છે. આ બંને સ્વરૂપ ક્યારેક નિર્જીવ નિઃસ્તબ્ધતાને જન્મ આપે છે. જ્યારે પવનની એક પણ લહેરખી ન હોય, ત્યારે એવું લાગે છે કે માનો પરતી જીવનરહિત છે પરંતુ ના, ના, આ ગહન અંધકારના આવરણમાં પણ અનેક ભયાનક જીવજેંતુઓ આમતેમ સરી રહ્યો છે, સરકી રહ્યાં છે. ઊડતાં કીટ પતંગો એકમેકને જે તેમની સામે આવે છે તેમને ગળી જવા માટે તત્પર થઈને દોડે છે.

આ ભયાનક પરતી પરના અંધકારમાં ઢોકરો ખાતા, હુંબથી તડપતા વખતિં કાપીને પૂરુજતા, ગરમીથી તપેલી પરતી ઉપર પરસે વાથી લથપથ હાંફતા માનવજીવનનો સતત સંઘર્ષ ચાલુ જ છે. આવી રીતે દૈવી પ્રકોપ સહન કરીને, વિષધર જંતુઓથી સાચવીને, બચ્ચીને, રસ્તોચૂકી જવાના ભયથી વેરામેલો મનુષ્યથી સ પારી ઉંડે છે, “હાય ! ક્યાંક તો આશરો મળે, ક્યાંક તો

શરણ મળે. અરે ! છોયો કયાં છે ? આશરો કયાં મળશે ? હાય ! સુકાયેલા હોઠને થોડા ભીના કરવા માટે એક ટીપું કંડા પાણીનું પણ કયાંથી મળે ?”

ભયના તાવથી પીડિત જનસમૂહને તે ઉજ્જવલ મેહાનમાં પણ થોડાં આશાસ્પદ વૃક્ષો દાઢિગોચર થાય છે. તેની છાયામાં તેમને આશરો મળે છે. આમાંના બાળાંની પાસે પહોંચી શકાય તેમ નથી. થોડા તો લિંચા તુંગરા ઉપર છે, નીચે આશરો મળવાની કોઈ સંભાવના જનથી, પરંતુ આમાંના બે લિંચા વૃક્ષો પાસે જ છે તેમાંનું એક તો ખૂબ ફેલાયેલું પીપળાનું જાડ છે. લીલીછમ હરિયાળીથી ભરપૂર કંડા છાયા સહિત આ વૃક્ષના મૂળની પાસે શીતળ અને શુદ્ધ જાણનું એક ઝરણું વહી રહ્યું છે. આ મનોહર વૃક્ષની છાયા અને આશ્રમે હજીરો તરસ્યા યાત્રાથુંઓને તેમની ઉત્તાવથી રઘવાટાણી યાત્રામાં પણ આશરો આપ્યો છે. આ એક એવું વિશ્રામસ્થળ છે કે જે કેવળ આશરો જ નથી આપતું, પરંતુ તડકો, વરસાદ અને વીજળીથી પણ રક્ષા કરે છે. આ વૃક્ષના મૂળમાંથી એક પગદી નીકળેલી ફેખાય છે. હવે ઉત્સાહ, અજ્ઞાત વિશ્વાસ અને ઉત્સાહ સાથે યાત્રીઓ પોતાની યાત્રાને ચાલુ રાખે છે.

જ્યારે પણ હું ગંગા નહીને તટે સ્થિત કુટીરમાં નિવાસ કરવાના આ સુવિભ્યાત સંતના વિષયમાં વિચાર કરું છું, ત્યારે દરેક વખતે મારા માનસપટ પર આ જ ચિત્ર ઉપરી આવે છે. તેઓ પોતાની જીતને માનવતાના સાથી અને સેવકના સ્વરૂપમાં જ સ્વીકાર કરે છે, બીજા કોઈ રૂપમાં નહીં. વાતવાતમાં ક્યારેક તેઓ કહેતા હોય છે “અહીં મારું કાંઈ જનથી આ બધું આપ સૌનું જ છે. જ્યાં સુધી શક્ય છે ત્યાં સુધી હું બીજા લોકોની સેવા માટે જ જીવતો રહેવા માણું છું અને આ નશર શરીર તો હું ગમે ત્યારે છોડી શકું છું. માટે જ ઈજું

છું કે વધુમાં વધુ લોકો મારી પાસે આવે અને શરીરની સમાચિથાય તે પૂર્વે જે કંઈ હું (જ્ઞાનની) લહાણી કરવા માગું છુંતેને પ્રાપ્ત કરે.”

જે લોકો જ્ઞાન, પથ પ્રદર્શન, શાંતિ અને પ્રેરણાપ્રાપ્તિ માટે તેમની પાસે પહોંચે છે તે અસંખ્ય લોકોને તેઓ શરૂઆત અને આશ્રમ આપે છે. આજના અંધકારમય ભૌતિકવાદી વિશ્વ અસ્તિત્વના જેગલમાં, જ્યારે વિશ્વ પદ્ધિમી સભ્યતાથી ઉત્પન્ન થતી અરાજકતાનું સાક્ષી બની રહ્યું છે ત્યારે સ્વામીજી એક વિશાળ છાયાવાણ અશોક કે પીપળાના જાણી જેમ સૌ શરણાગતની રક્ષા કરે છે. આધ્યાત્મિક ઉદેશની પ્રાપ્તિ માટે તેઓ તેમને સજ્જગ કરે છે તેથા પથ પ્રદર્શન દ્વારા જીવનના હેતુ તરફ પ્રેરિત કરે છે. તેનો અનુભવ તેમને જ છે જેમની મુશ્કેલીઓ, શકાઓ તથા સમસ્યાઓનું સમાધાન સ્વામીજીએ જાતે કર્યું છે અને તેવા લોકોની સંખ્યા થોડીનથી અસંખ્ય છે.

એક વાર નાગપુરના ડોક્ટર બી.એ. વૈદ્ય પોતાના પત્રમાં સ્વામીજીને લખ્યું “તમારે તમારા માટે કંઈ જ કરવાનું નથી. તમોને તમારી પોતાની કોઈ ચિંતા નથી, છતો સેકડો પરિવારોની જવાબદારી આપ જાતે વહનકરો છો.”

અને ખરેખર એવું જ છે. સ્વામીજીનો પરિવાર અફલ્યુનીય રૂપમાં ખૂબ જ મોટો છે. આ પરિવારના અનેક પ્રકારના સંદર્ભનાં અનેકવિષ્ય એકમો વિશાળ ઉપમહાદ્વિપ (ભારત)ના દરેક ભાગમાં છે એટલું જ નહીં પોલેન્ડ, રોમાનિયા, યુગોસ્લાવિયા, અમેરિકા, ઇંગ્લેન્ડ વગેરે દેશોના નિવારીઓ પણ પોતાને આ વિશ્વકુટુંબના સંદર્ભ માને છે.

સ્વામીજીને આ પ્રકારે વિભિન્ન ક્ષેત્રોથી સંબંધિત વિષયોમાં અતિશાય વ્યસ્ત દેખીને મને જિજ્ઞાસા થતી હતી. સ્વામીજી આ હકીકતને જીણી ગયા અને કહ્યું “હું વિચારું છું કે મારો ગૃહસ્થાશ્રમ વિશ્વના હજ્જરો

ગૃહસ્થ કરતાં પણ ખૂબ જ વિશાળ છે. તેમના ગૃહસ્થ જીવનજીની અંતાભોની એક સીમા છે; પરંતુ મારા પરિવારની કોઈ સીમા નથી. અસીમ કર્તવ્યની પણ ગણના નથી થઈ શકતી. મારા જીવનબ્યવહારનો વિસ્તાર એટલો મોટો છે કે આચામ માટે તો હું વિચારી પણ શકતો નથી. તમને આશ્રમ થતું હશે અને તમો વિચારતા હશો કે આ સ્વામીજી પણ કેટલી વ્યસ્ત બક્ઝિત છે!”

તેમણે ફરીથી કહ્યું, “મેં તો ક્યારેય સ્વખમાં પણ વિચાર્યું ન હતું કે ઈશ્વર મને આ બધી સમર્થ્યાઓ માં જુકરી લેશે. મેં તો સર્વસ્વનો લાગ કર્યો, બધાં બંધનો તોડી નાખ્યાં. એમ વિચાર્યું હતું કે હવે મસ્ત બનીને મધુર રામનામનું સહા સમરૂપ કરતાં એકાત્મનો આનંદ લઈશ; પરંતુ જુઓ તો ખરા ઈશ્વર મને આટલો મોટો વિશાળ પરિવાર આપી દીધો અને આ પરિવારનાં સર્વ પરિજીનો મારી સાથે એટલાં બધાં સંલગ્ન થઈ ગયાં છે કે હું ઈશ્વરું કે ન ઈશ્વરું તેઓ તો બધાં મને પોતાનો ખાસ માને છે. શું બજર, ભગવાને મને આટલા માટે જ જન્મ આપ્યો હશે? જ્યાં સુધી કોઈ મારાથી થોડો પણ લાભાન્વિત થતો રહેશે, હું તેમાં જ પ્રસન્ન રહીશ કે સંપૂર્ણપણે હું તેમનો જ પોતાનો થઈને રહ્યું. જે મને સર્વસ્વ સમજે છે; તેમના માટે હું પણ સર્વસ્વ સમર્પણ કરી દઉંછું.”

એટલું તો ચોક્કસપણે સત્ય છે કે સ્વામીજી પણે વિશ્રામ માટે કોઈ સમય નથી. પરમાર્થ માટે તેઓ પોતાના શારીરિક સુખની લેશમાત્ર પરવા નથી કરતા. શરીરને તો તેઓ પોતાનું માનતા જ નથી. તેમની સાથે એ ગજ દિવસના સંપર્કમાં જ એટલું તો સ્પષ્ટ થઈ જ શ્વય કે તેમનો મોટા ભાગનો સમય આ દિવ્ય પરિવારના હજ્જરો બાળકોની સમર્થ્યાઓ, મુશ્કેલીઓ, હુંખોતથાસંશયોના નિરાકરણમાં જ બતીત થાય છે.

□ ‘પ્રકાશપુંજ’ માંથી સાભાર

મહાશિવરાત્રી પર્વ

- શ્રીમતી રૂપા મજમુદાર

ભગવાન વિષ્ણુને અલંકાર પ્રિય છે, શિવજીને જલધારા પ્રિય છે, સૂર્યનારાયણને નમસ્કાર પ્રિય છે, મનુષ્યમાત્રને ઉત્સવ પ્રિય છે.

દર્ઢી મધુર છે, મધ્ય મધુર છે, અમૃત મધુર છે, જેણું મન જ્યાં લાગી જ્યા તે તેને માટે મધુર છે. ઉત્સવો સૌને મધુર લાગે છે. ઉત્સવમાં જે ઉત્ત્વાસ રહેલો છે તે એમાંનો પ્રેરણ ભાગ છે, પરંતુ ઉત્સવમાં રહેલું જીવનદર્શિન એ એનો શ્રેય ભાગ છે. ઉત્સવ પ્રેરણ અને શ્રેયનો સમન્વય છે. ઉત્સવ એટલે જે 'ઉર્ધ્વજન્મકરાવે તે.'

મહાપુરુષોનું જીવન આપણને આપણું જીવન ઉચ્ચ અને ઉદાત્ત બનાવી શકીએ તેવી પ્રેરણા પૂરી પડે છે. ઉત્સવો પાછળની દિનિક પકડાય, તેની પાછળ રહેલા મંત્રાનું જે મનન થાય તો આપણા સાંસ્કૃતિક ઈતિહાસના સર્જક ગ્રણિમુનિઓ પ્રત્યે આપણે ફૂટશીતાથી નત્તમસ્તક થઈ જઈએ. ઉત્સવો ઐક્યના સાખક, પ્રેમના પોખક, પ્રસન્નાત્માના પ્રેરક, ધર્મના સરક્ષક અને ભાવના સંવર્ધક છે.

મહા વદ ચૌંદસના દિવસે આવતું મહાશિવરાત્રીનું પર્વ માનવને શિવ બનવાની પ્રેરણ આપે છે. સક્લ સુદ્ધિને તે શિવત્વનો સંદેશ સુણાવે છે. ભગવાન શિવ પ્રથમ સ્તોમ્બરુપે પ્રગટ થયા હતા, પછી પોતાના સાંખ્યાત્મક રૂપમાં. એ વખતે બ્રહ્મા અને વિષ્ણુએ તેમની વિષિવત્ત પૂજા કરી હતી, તે પવિત્ર દિવસ એટલે મહાશિવરાત્રી.

શિવરાત્રીના દિવસે એક પારથીના થયેલા હદ્ય પરિવર્તનની પૌરાણિક કથા પણ આપણને વિહિત છે. હરણાંભોના વચ્ચન પર વિશ્વાસ રાખી પારથી તેમને તેમના બાળકોને મળવા જવાની રજી આપે છે. હરણાંભોની રાહ જોતો શિકારી આખી રાત બીલીના વૃક્ષ પર બેસી રહે છે. આખા દિવસનો ઉપવાસ, રાતભરનું

જીગરજી અને બીલીપત્રો તોડી તોડીને નીચે નાખતા જવાથી વૃક્ષ નીચે રહેલા શિવદિગનું અનાયાસે થયેલું પૂજન આબાદી વાતો તેનામાં એક વિશિષ્ટ મનોભૂમિકા સર્જેછ, તેમાં પણ સવાર પડતો જ હરણાંભોને સહફુદ્દેખ પાછા આવેલા જોઈને તેણું હદ્ય પીગળી જ્યા છે. હરણાંભોનું વચ્ચનપાલન અને વાત્સાલ્ય તેના હદ્યને દ્રવિત કરે છે. બે પગનો માનવ ચાર પગનો પ્રાણીઓને તેમની મહાનતા માટે ભાવપૂર્વક નમસ્કાર કરે છે. આ નમની અને સાચી સ્થૂલ પારથીનું હદ્ય પરિવર્તન કરે છે અને તેનામાં પણ શિવત્વ અગટ કરે છે.

આ ઘોર કણિકાયમાં જીવ તામસી સ્વભાવયુક્ત બન્યા છે, પુષ્પકમથી દૂર થયા છે, દુરાચારમાં ફસાયેલા છે, અન્યની નિંદામાં રત રહે છે, પોતાના શરીરને જ આત્મા માને છે, મૂક અને જડભુદ્ધિવાળા થયા છે, પોતાના માતા પિતાની અવગણના કરે છે, અધર્મ આચરતા થયા છે. કણિયુગમાં ઘણી ળીઓ પણ મનસ્વી વર્તન કરતી થઈ છે, ઘરને અસ્તાલ્યસ્ત રાખે છે, પોતાના પતિની આકાશમાં રહેતી નથી, પતિનું અપમાન કરનારી થઈ છે, સાસુ સસરાની સેવાથી વિમુખ થઈ છે. આ જીવસમુદ્દાયને શુદ્ધ હેવી સંપ્રદાના ગુણોથી યુક્ત બનાવવાનો સર્વશ્રેષ્ઠ ઉપાય છે. ભગવાન શિવની ભક્તિ, ધર્મ, અર્થ, કામ અને મોકા ચારેમ પુરુષાર્થનું ફળાપનાર છે. ભગવાન શિવની ભક્તિ.

ભગવાન શિવ પરાત્પર બ્રહ્મ છે. શિવ સંપૂર્ણ વિશ્વના આધાર છે. શિવ અજન્મા છે. શિવજીના વિશ્વનું સર્જન કરનાર સ્વરૂપને બ્રહ્મા, પાલન કરનાર સ્વરૂપને વિષ્ણુ અને સંહાર કરનાર સ્વરૂપને રૂદ્ર કથ્યા છે. પૂર્ણી, જણ, તેજ, વાયુ અને આકાશ આ

પંચમહાભૂત તથા શબ્દ, સ્વર્ગ, રૂપ, રસ, ગંધ પાંચ તત્ત્વાન્નાઓમાં શિવતત્ત્વનું જ પ્રગટીકરણ છે. શિવ બ્રહ્માંમાં પુરુષરૂપે અને દેહમાં જીવરૂપે ઓળખાય છે, લહેરોનો જે સંબંધ સમુદ્ર સાથે છે, ડિરણોનો જે સંબંધ દીવા સાથે છે, ચિનગારીનો જે સંબંધ અંજિ સાથે છે, પરાગનો જે સંબંધ ફૂલો સાથે છે, ડાણીઓ, પાંડડો, ફૂલ અને ફળનો જે સંબંધ વૃક્ષ સાથે છે, આભૂષણોનો જે સંબંધ સુવર્જણસાથે છે, બુંદનો જે સ્વભાવ પાણીસાથે છે; એ જ સંબંધ વ્યાચિનો સમાચિ સાથે છે, જીવનો શિવ સાથે છે. શિવ પોતે અંતઃકરણમાં પ્રવેશ કરી મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત, અંહકારરૂપે કાર્યશીલ છે.

જેમ બધાં જ સાગરો અને મહાસાગરમાં વસતાં જળથર પ્રાણીઓ પાણીના માધ્યમથી એકબીજના સંપર્કમાં છે તેવી જ રીતે બ્રહ્માંમાં જે કંઈ સર્જયું છે, જે કંઈ અસ્તિત્વમાં છે તે બધું જ શિવચેતનામાં જ વિચરે છે. આ સાહી સરળ પણ ખૂબ જ અગત્યનો સિદ્ધાંત સમજ્ય તો પછી માનવ તરફે કુદરતની વ્યવસ્થામાં આપણું યોગ્ય સ્થાન લઈને ઈશ્વરીય યોજનામાં આપણી ભૂમિકા ઉચ્ચિત રીતે ભજવી શકીએ. માટે સદ્ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજ કહે છે કે રોજ ધ્યાન પરો:

- હું સર્વબ્યાપી આત્માણું, ઊં ઊં ઊં
- હું અનંત શાશ્વત શિવતત્વ છું, ઊં ઊં ઊં ઊં
- હું સચ્ચિદાનંદ ઘનસ્વરૂપ છું, ઊં ઊં ઊં

આ પ્રમાણે નિયમિત ધ્યાન કરવાથી આપણા માટે આખું વિશ્વ શિવાલય બની જશે, પ્રત્યેક કાર્ય શિવની પૂજા બની જશે, પ્રત્યેક હલનયલન શિવની પરિચિત્તા બની જશે અને જીવનમાં જે કંઈ ઘટે છે તેમાં એકમાત્ર શિવની કૃપાનાં જ દર્શન થશે. આપણે આધ્યાત્મિક શક્તિનો ઓત બનીશું અને આપણા માધ્યમથી આનંદ, શાંતિ અને શક્તિનો પ્રસાર કરી શકીશું.

દિવ્ય જીવન

પત્રિકાની માલિકી અને અન્ય જાગ્રતોનું વિવરા

ફોર્મ-૪

(ગિયર - ૮ મુજાન)

(૧) પ્રકાશનનું ખણ	: શુજાત દિવ્યજીવનસંઘ શિવાનંદ આશ્રમ, જોધપુર ટેકરી, સેટેલાઈટ, અમદાવાદ ૩૮૦૦૧૫.
(૨) પ્રકાશનતારીખ	: દરેક માસની ચૌથી તારીખ
(૩) પ્રકાશનનું નામ	: અરુણાદેવેન્દ્ર ઓળા
રાષ્ટ્રીયતા	: ભારતીય
સરનામું	: શુજાત દિવ્યજીવન સંઘ, શિવાનંદ આશ્રમ, જોધપુર ટેકરી, સેટેલાઈટ, અમદાવાદ ૩૮૦૦૧૫. કોન: ૨૬૮૬૯૨૩૪
(૪) મુદ્રણનું નામ	: અરુણાદેવેન્દ્ર ઓળા
રાષ્ટ્રીયતા	: ભારતીય
સરનામું	: શુજાત દિવ્યજીવન સંઘ, શિવાનંદ આશ્રમ, જોધપુર ટેકરી, સેટેલાઈટ, અમદાવાદ ૩૮૦૦૧૫.
(૫) પ્રાઇંગ ગ્રેશ	: પ્ર-૨ વિઝન પ્રા.વિ.
સરનામું	: પ્ર-૨ વિઝન હાઉસ, આંબાવાડી, અમદાવાદ ૩૮૦૦૦૯
(૬) તત્ત્વનું નામ	: શ્રીસ્વામી અધ્યાત્માનંદજી
રાષ્ટ્રીયતા	: ભારતીય
સરનામું	: શિવાનંદ આશ્રમ, જોધપુર ટેકરી, સેટેલાઈટ, અમદાવાદ ૩૮૦૦૧૫.
(૭) પત્રિકાની માલિકી	: શુજાત દિવ્યજીવનસંઘ, (દ્વદ્દી) શિવાનંદ આશ્રમ, જોધપુર ટેકરી, સેટેલાઈટ, અમદાવાદ ૩૮૦૦૧૫.

હું અરુણા દેવેન્દ્ર ઓળા, આથી જીહેર કું છું કે અપરી માહિતી મારી માન્યતા અને જીવાની મુજબ ખરીછે.

- અરુણા દેવેન્દ્ર ઓળા

તા.૦૪ ૦૩ ૨૦૧૯

આપણને ખબર નથી કે આપણે કોઈને શા માટે મળીએ છીએ; આપણને ભલે ખબર ન હોય, આપણે લોહીની સગાઈએ જોડાયેલા પણ ન હોઈએ છિતાં આપણે સૌ એકમેકને ચાહીએ છીએ, ગમીએ છીએ, કારણકે ઈશ્વરે જ આપણને ભેગા કર્યાછે, તે સંબંધો સાચવવા તેનું જ નામ 'સંબંધયોગ'.

- સ્વામી અધ્યાત્માનંદ

કઠિયારો કોણ ? 'હું' ?

- શ્રી પરમાનંદભાઈ ચંદ્રી

મહાકવિ ભાસે ખૂબ જ માર્ગિક રીતે મૃત્યુનું રહસ્ય સમજીવતાં કહ્યું છે : કહેં શકો રાખિતું મૃત્યુકાલે

।

રંજુછોદે કે બટં ધારયતિ ॥

મૃત્યુના સમયે કોણ કોણી રક્ષા કરવા સમર્થ છે ? જ્યારે દોરનું નૂટે ત્યારે ઘડાને કોણ ધારણ કરી શકે ? મતલબ ફૂટો બચાવી શકે ?

મૃત્યુનું ગણિત પણ સમજવા જેવું છે. દરેકના જીવનમાં એ ઘટના ઘટે છે. એ સ્વાભાવિક છે, પરંતુ મનુષ્ય સહજ રીતે તેને સ્વીકારવા તૈયાર નથી. પાનખરણાતું આવેછે તે વસ્તુતાને લાવવા નિમિત્ત બને છે. પાનખર ન હોય તો વસ્તુતાની સંભાવના પણ ન હોય ન ! આમ, નાતુરાયક ફરે છે.

જીવનના કાળયકની વિચારણા કરીએ તો વૃદ્ધાવસ્થા એ મૃત્યુએ આપેલી નોટિસ જ છે ન ? ઘરપણથી થાકીને માણસ મૃત્યુને યાદ કરતો હોય છે, પરંતુ અંતરથી તો મૃત્યુને વિકારતો હોય છે અને બહારથી મૃત્યુને આવકારતો એ મૃત્યુના સ્વરૂપને સમજતો નથી અને જે મૃત્યુને ન સમજે તે જીવનનું મહત્વ શી રીતે સમજવાનો ?

એક કઠિયારો આખી જિંદગી જેંગલમાંથી લાકડા કાપી એનો ભારો બનાવી વેચતાં વેચતાં ઘરડો થઈ ગયો.

ભગવાનની આ સુંદર સૂચિ તેને કંટાખાજનક લાગવા માંડી. જીવન એને ભારરૂપ લાગ્યું.

એક સાજે જેંગલમાંથી લાકડાનો ભારો ઉપાડીને આવતો હતો. થાક લાઘ્યો એટલે રક્તા ઉપર ભારો નાખી એક વૃક્ષ નીચે આરામ કરવા બેઠો, પણ જીતરમાં તેણું મન થાકી ગયું હતું. નિરાશાઓથી વેરાયેલો તેનાથી બોલ્ચી જવાયું કે 'ભગવાન હવે આ જિંદગીનો થાક લાઘ્યો છે. ક્યા સુધી આવા ભાર ઉપાયા કરીશ ? હવે તો ઉપાડી લે તો સાણું. હવે તો દોરી જેણીલે.'

વાક્ય પૂર્ણ થયું ત્યાં તો આકાશમાંથી યમદૂત આવીને ઊભો રહ્યો. કઠિયારાએ આ જેણું અને યમકી ગયો. તેણે વિચાર્યું, આ તો યમદૂત છે. મને મારી જ નાખશે.

આવેલા યમદૂતે કહ્યું, "તમે મને સંભાર્યો તેથી હું આવ્યો છું. મારું કર્તવ્ય છે કે જે મને સંભારે તેના ત્યાં મારે તરત પહોંચી જવું જોઈએ. તમે મને ઉપાડી લેવાનું કહ્યું હતું ને ?"

કઠિયારાએ તરત વાત બહલી નાખી, "હા, હા, ઉપાડી લેવાનું તો કહ્યું હતું. આ ભારો લાકડાનો ભારો ઉપાડી લેવાનું કહ્યું હતું. મહેરભાની કરી આ ભારો ઉપાડીને મારા માથા ઉપર ચડાવોને ! મારાથી તે જીચકાતો નથી" કઠિયારાએ વિનંતી કરી.

તો સહેજ પૂછવાનું રહ્યા સાથે મને જીચી અહીંસાને

શાસ આપડી અંદર આવે છે. શાસ બહાર પણ જાય છે.

તમોને તેની ખબર નથી. કારણ બધું પ્રાઇતિક રીતે ચાવે છે,

પરંતુ હવે જાગૃત થાઓ. ગ્રત્યેક શાસ ઉપર ચોકી પહેરો મૂકો.

એક ગ્રત્યાત્મા વધશે. મન વધુ આત્મિય શાંતિ અનુભવશે. - સ્વામી અધ્યાત્માનંદ

સંતોષી નર સદા સુખી

એક વખત ભગવાને બેદેવદૂતને બોલાવ્યા અને ચોક્કસ કામ માટે તેમની નિમણૂક કરી. આ નિમણૂક થયા પછી પહેલો દેવદૂત દિવસ રાત સ્વર્ગલોકમાંથી પૃથ્વીલોક અને પૃથ્વીલોકમાંથી સ્વર્ગલોકમાં દોડાહોડ કરવા લાગ્યો. તેની પાસે ખાવા પીવા કે સૂવાની પણ ફૂર્સાદ નહોંતી, જ્યારે બીજો દેવદૂત આરામથી ખાઈ પીને જલસા કરતો હતો.

એક દિવસ બને દેવદૂત ભેગા થઈ ગયા. બીજો દેવદૂત પહેલા દેવદૂતને પ્રશ્ન કર્યો, ‘ભાઈ ! તું કેમ આટલી બધી દોડાહોડ કરે છે ? ભગવાને તને એવું તે શું કામ સોખ્યું છે કે તારી પાસે સમય જ નથી ?’ પહેલા દેવદૂતે કહ્યું, ‘ભગવાને મને પૃથ્વીલોકના મનુષ્યની તકલીફી, સમર્યા શું છે તે જ્ઞાનને એમની સમક્ષ રજૂ કરવાનું કામ સોખ્યું છે. પૃથ્વી પર મનુષ્યની એટલી બધી ફરિયાદો છે કે હું એમની પાસે જઈને તે જ્ઞાની કાગળ ઉપર લખ્યું હું અને સ્વર્ગમાં આવી ભગવાનને બતાવું હું. એટલે ભગવાન એનાં સમાધાન લાવે છે. આ કામમાં મારા રાત દિવસ જ્યા છે પણ એમની ફરિયાદો ઓછી થતી જ નથી, માટે મને એમાંથી જસમય મળતો નથી.’

પછી પહેલા દેવદૂતે બીજો દેવદૂતને પૂછ્યું, ‘ભાઈ ! મેં જોખ્યું છે કે તારે મોટા ભાગે આરામ હોય છે તો ભગવાને તને શું કામ સોખ્યું છે ?’ બીજો દેવદૂતે જવાબ આપ્યો, ‘ભાઈ ! તું જે સમર્યાઓ અને ફરિયાદો લઈને આવે છે, ભગવાન તેનાં નિરાકરણ લાવે છે. મનુષ્યની ફરિયાદોનો ઉકેલ આવ્યા પછી કેટલા લોકો ભગવાનને

‘Thank you’ કહે છે, તે નામ લઈને આવી મારે ભગવાનને બતાવવાનાં હોય છે, પણ એક સમર્યાનું સમાધાન મળ્યા પછી મનુષ્યને બીજુ સમર્યા ઊભી થઈ જાય છે માટે ભગવાનને કોઈ ‘Thank you’ કહેતું જનથી. માટે મારે કોઈ કામ જનથી હોતું.’

આ વિષયવાતનો સાર એટલો જ છે કે ભગવાને આપણને આપણી હેઠિયત કરતાં પણ ઘણું વિશેષ આપ્યું છે પણ આપણને એની કદર જ નથી. આપણને રહેવા માટે એક છાપરું જોઈએ પણ આપણી પાસે સરસ ઘર છે, પહેરવા માટે બે વસ્ત્ર જોઈએ પણ આપણી પાસે હગલાબંધ વલ્લ છે, ખાવા માટે મુદ્દી ધાન જોઈએ પણ આપણી પાસે કોડાર ભરીને અનાજ છે, ભૌતિક સુખ સુવિધાનાં અનેક સાધનો છે, પ્રેમ કરવા માટે હુંદુંથ, સગાં વહાલાં, મિત્રો છે અને જેઓ આ ભૌતિક સુખ સુવિધા પ્રત્યે અનાસકત છે તેમને આધ્યાત્મિક આનંદ પણ આપેલો છે. આ જગતમાં કોઈ વસ્તુની ખોટ નથી. ખોટ છે તો આપણા મનમાં છે. જ્યાં સુધી આપણે આ અસ્તોષમાંથી બહાર આવી પ્રચુરતાના ભાવમાં નહીં આવીએ ત્યાં સુધી ભગવાનની કૃપાના અધિકારી નહીં થઈએ. અસ્તોષની કોઈ સીમા નથી. પરમાત્માએ આપણને શું શું આપ્યું છે તેનો વિચાર કરીશું તો આપણું ફદ્ય તેમના પ્રત્યે ફૃતક્ષતાથી છલકાઈ જશે અને પ્રેમ, શાંતિ, આનંદ આપણા જીવનમાં ડિલોણાં લેશે. આજથી જ ભગવાનની અસીમ કરુણાની કદર કરતાં શીખીએ.

- સંકલિત

ક્ષમાશીલતા એ આત્મા માટે મલામ સમાન છે.

તે મનના ધારને રુજાવે છે અને તેને જલદી શાંત કરે છે.

- સ્વામી અધ્યાત્માનંદ

શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદમાં યોજનારા આગામી કાર્યક્રમો

તા.૦૪-૦૩-૨૦૧૯, સોમવાર:	શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદમાં શ્રી વિશ્વનાથ મંદિરમાં બ્રાહ્મુદ્ઘર્તે સવારના ૩.૪૫થી બપોરના ૪.૦૦ વાગ્યા સુધી પૂજાઓ-લઘુરૂપ વગેરે આયોજાશે. સાંજના ૫.૦૦થી ૮.૦૦ સુધી શુંગારદર્શન. સાંજના ૭.૦૦ વાગ્યે ભરમ આસ્તી (૧) શ્રી સ્વર ગુજન હાટકેશ શુખના ડૉ. વસાવડાચાહેબ દ્વારા ભક્તિસંગીત સાંજના ૫.૦૦ થી ૮.૦૦ સુધી (૨) ડૉ. મૌનિકાબહેન શાહ (ચૂરમણિ) દ્વારા કાર્યક્રમ રાત્રિના ૮.૦૦થી ૧૦.૩૦ વાગ્યા સુધી (૩) શ્રી પંડિત નીરજ પરિવાર દ્વારા શિવાંજલિ રાત્રિના ૧૦.૩૦થી ૧.૩૦ વાગ્યા સુધી. રાત્રિના ૧.૩૦થી સવારના ૪.૦૦ વાગ્યા સુધી અન્ય ભક્તો દ્વારા ભક્તિસંગીત જ્યુનનેથાન.
તા.૦૫-૦૩-૨૦૧૯, મંગળવાર:	સવારના ૧.૧.૩૦ વાગ્યે નંડાશે-મહાપ્રસાદ.
તા.૧૬-૦૩-૨૦૧૯, મંગળવાર:	ડૉ. મૌનિકાબહેન શાહ (ચૂરમણિ) દ્વારા 'ઉત્ત અભીલ શુલ્કાલ'-હુમરી, દાદરા શાખીય સંગીત, કાજરી, ટાળા, ફાગ વગેરે સમય: સાંજના ૬.૩૦ થી ૮.૦૦ આશ્રમના ભક્તો દ્વારા શ્રી માતા વૈષ્ણોહેવી (કટરા), અમૃતસરની યાત્રા
તા.૨૩-૦૩થી ૨૮-૩-૨૦૧૯:	શિવાનંદ આશ્રમનો વાર્ષિકોત્સવ શ્રી રામનવમી સુધી વૈત્રી નવરાત્રી નિમિત્તે શ્રીશ્રી આશ્લલભી ભવનમાં દરરોજ શ્રી તુલસીકૃત રામાયણાનું નવાન્હ પારાયણ, સમય: દરરોજ સાંજના ૪-૦૦થી ૭.૦૦
તા.૧૪-૦૪-૨૦૧૯, રવિવાર:	શ્રી રામનવમી નિમિત્તે શ્રી રામ-દુઃ્ખલંજન હનુમાન મંદિરમાં શ્રી રામ પ્રાગટ્યોત્સવ અને હવન સવારે ૮.૦૦થી ૧૧.૦૦
તા.૧૮-૦૪-૨૦૧૯, શુક્રવાર:	સાંજના ૬.૦૦થી ૮.૩૦ સુધી શાખી શ્રી નંદકિશોર શાખી દ્વારા શ્રી સુંદરકંડ પારાયણ
તા.૧૮-૦૪-૨૦૧૯ શુક્રવારથી	પૂજય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજની નિશ્ચામાં ૮૦૫મો પોતાસન, પ્રાણાયામ, ધ્યાન શિખિત. પૂજય સ્વામીજી આ વર્ષ ઉપરા વર્ષમાં પ્રવેશતા હોઈ થોગશિખિતમાં પ્રવેશથે ૩.૭૫ માત્ર નોંધાવર રામવામાં આવેલાછે.
તા.૨૭-૦૪-૨૦૧૯ શનિવાર:	શ્રી હનુમાનજ્યંતી નિમિત્તે મારૂતિ પદ્મ સવારે ૮.૦૦થી ૧૧.૦૦
તા.૧૬-૦૪-૨૦૧૯, શુક્રવાર:	બપોરના ૩.૩૦થી સાંજે ૭.૩૦ વાગ્યા સુધી પૂજયપાદ શ્રીમતુ સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજની વ્યાસપદે શ્રીમદ્ દેવી ભાગવત કથાનું આયોજન
તા.૨૭-૦૪-૨૦૧૯ શનિવાર:	કરવામાં આવેલાછે.
તા.૨૧-૦૪-૨૦૧૯ રવિવાર:	રાત્રે ૮.૩૦થી ૧૦.૦૦ ગરબા મુખ્ય સ્વર: શ્રીમતી બંસરી ભંડ
તા.૨૩-૦૪-૨૦૧૯ મંગળવાર:	રાત્રે ૮.૦૦થી ૧૦.૦૦ 'માતા કી ચોકી' ગાયક: શ્રી અજ્ય યાલિકજ (દિલ્હી)
તા.૨૭-૦૪-૨૦૧૯ શનિવાર:	નૃત્યાંજલિ: ડૉ. સિતા શાખીનાં શુપદ્વારા સાંજે ૭.૩૦થી ૮.૦૦

તા.૨૮-૦૪-૨૦૧૯, રવિવાર ગુજરાત હિંદ્ય છુબન સંઘનું પ્રાહેશિક સંમેલન
(વિગતવાર માહિતી માટે જુઓ પાના નં. ૮)

તા.૨૯-૦૪-૨૦૧૯, સોમવાર શ્રીશ્રીશ્રી અષ્ટલક્ષ્મી આહિશક્તિપીઠનો ૧૬મો બ્રહ્મોત્સવ

સવારના ૭.૦૦થી ૮.૦૦ વિશે અનુષ્ઠાનિક મધ્યમસાદ
સાંજના ૬.૦૦ થી ૭.૩૦ પ્રવચન : પૂજયા સ્વામિની વિદ્યાપ્રકાશાનંદ માતાજી,
તત્ત્વતીર્થ વિષય : ‘ઈછાનાંદીં હોવા છતાં મનુષ્ય પાપ શા માટે કરે છે?’
૭.૩૦થી ૮.૦૦ નૃત્યોત્સવમસ્તુતિ : ડૉ. વિજય શિવરામ, મસાદ

તા.૩૦-૦૪-૨૦૧૯, મંગળવાર :

સવારે ૮.૩૦થી ૧.૧.૩૦ સામુહિક મહામૃત્યુંજ્ય મંત્રજ્ઞ
સાંજના ૬.૦૦થી ૭.૩૦ પ્રવચન : પૂજયપાદ સ્વામિની અનંતાનંદ માતાજી
વિષય : ‘અધ્યાત્મયાત્રાની બે પાંખ - વિવેક અને વૈર્ય’

તા.૦૧-૦૫-૨૦૧૯, શુક્રવાર :

સવારે ૮.૩૦થી ૧.૧.૩૦ સામુહિક મહામૃત્યુંજ્ય મંત્રજ્ઞ
સાંજના ૬.૦૦થી ૭.૩૦ પ્રવચન : પૂજયપાદ શ્રીમત્સ્વામી અસંગાનંદજી મહારાજ,
શાન સાધન આશ્રમ, હેરંજ વિષય : ‘અંતરયાત્રા’

તા.૦૨-૦૫-૨૦૧૯, ગુરુવાર :

સવારે ૮.૩૦થી ૧.૧.૩૦ સામુહિક મહામૃત્યુંજ્ય મંત્રજ્ઞ
સાંજના ૬.૦૦ થી ૭.૩૦ પ્રવચન : પૂજયપાદ શ્રીમત્સ્વામી નિભિલેશ્વરાનંદજી
મહારાજ અધ્યક્ષ શ્રી રામકૃષ્ણ આશ્રમ, રાજકોટ
વિષય : ‘અધ્યાત્મદર્શનનું મૂર્તસ્વરૂપ-ભગવાન શ્રી રામકૃષ્ણાદેવ’

તા.૦૩-૦૫-૨૦૧૯, શુક્રવાર :

૭.૩૦થી ૮.૦૦ સંસ્કૃત ગરબા
પૂજયપાદ શ્રીમત્સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનો ઉપમોગ્રાંથોત્સવ
સવારે ૫.૩૦ થી ૭.૦૦ પ્રાર્થના, ધ્યાન, અભિવાદન
૭.૩૦થી ૮.૩૦ અલ્પાહાર,

૮.૩૦થી ૧૨.૩૦ મંદિર દર્શન, શ્રી ગુરુદેવનું પાદ્માપૂજન અને આધુષ્યહોમ-
મહાપ્રસાદ-નારાયણ સેવા

સાંજે ૫.૩૦ થી ૬.૦૦ પ્રાર્થના-ભજન

સાંજે ૬.૦૦થી ૭.૦૦ ગુજરાત રાજ્યના રાજ્યપાલ શ્રી ઓમપ્રકાશ કોહલીજી દ્વારા
સ્વામી શિરદાનંદ સ્મૃતિ વ્યાખ્યાન ‘માનવતા સે’ અને શ્રી પ્રવિષ્ણ ડે. લહેરી (નિવૃત
આઈ.એ.એસ.)નું બહુમાન

રાત્રે ૭.૦૦ થી ૮.૦૦ સુધીસંતોના આશીર્વાદ અને શિવાનંદયોગસ્થુર્દિયો, તાઈપી-
તાઈવાનના વિદ્યાર્થીઓ દ્વારા કાર્યક્રમ પ્રસ્તુતિ, મહાપ્રસાદ (ભંડારો)

રાત્રે ૧૦.૦૦થી ૧૨.૩૦ શાલીય ભક્તિસંગ્રહિત

કલાકારો : પરીખ પરિવાર (શ્રી વિકાસ, નીરજ અને માતંગ દ્વારા)

રાત્રે ૧૨.૩૦થી ૧.૦૦ મહાનિશાધાન અને પ્રસાદ ચિત્રરાશા

તા.૦૪-૦૫-૨૦૧૯, શનિવાર :

સવારે ૧.૧.૦૦ વાગ્યે સંતોદ્વારા સત્સંગ અને સંતો માટે ભડારો,

સાંજે ૬.૩૦થી ૮.૩૦ સુંદરકાંપારાયણ-શાલી શ્રી ભરતભાઈ સાધુ દ્વારા, પ્રસાદ

આવરણક સુચના :

આ તમામ પ્રસંગોનો લાભ લેવા સૌને આમન્ત્રણ છે. આ હિંદ્ય પ્રસંગો દરમિયાન બહારગામથી આવતા જે ભક્તો
આશ્રમમાં આવીને નિવાસ કરવા ઈશ્વત્તા હોય તેમણે અગાઉથી લેખિત સૂચના મોકલીને આવલું, જેથી તેમના સૌના માટે
આવાસ-નિવાસ માટે ઉચ્ચિત પ્રબંધ કરી શકાય.

આશ્રમના ઉત્સવો માટે આપનું દાન આવકાર્ય છે. તમારા ચેક ‘હિંદ્ય છુબન સાંસ્કૃતિક સંઘ’ના નામના આશ્રમના
સરનામે મોકલવા આપનું દાન ૮૦-થી અન્યાં કરમુકા છે.



હથીકેશમાં શ્રીમદ્ ભાગવત કથા

શ્રી હિન્દુ જીવન સાંસ્કૃતિક સંધ્ય, શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ દ્વારા આયોજિત પૂજય સ્વામી શ્રી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજના અમૃત મહોત્સવ (૭૫ વર્ષ) નિમિત્તે આગામી દિવાળી વેકેશનમાં કારતક સુદુર-૪, તારીખ ૩૧-૧૦-૨૦૧૯થી કારતક સુદુર-૮ તારીખ ૬-૧૧-૨૦૧૯ સુધી હથીકેશમાં મા ગંગાજીના કિનારે શ્રી પરમાર્થ નિકેતન આશ્રમમાં શ્રીમદ્ ભાગવત સપ્તાહનું આયોજન કરેલ છે તો સર્વે ભક્તોને આ હિન્દુ ભાગવત સપ્તાહનો લાભ લેવા નામ વિનંતી.



વ્યાસસ્વરૂપ વક્તા
શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ
કથાનો સમય : સવારે ૮-૩૦ થી ૧-૦૦

ભાગવત કથાતા, ૩૧ ૧૦ ૨૦૧૯ થી તારીખ ૬ ૧૧ ૨૦૧૯ સુધીસવારે ૮ ૩૦ થી ૧ ૦૦ સુધીરહેશ. તહુપરોત્તતા, ૩૧ ૧૦ ૨૦૧૯ થી તા. ૬ ૧૧ ૨૦૧૯ સુધી જે ભક્તો આવેલ હોય અને તેમાં જે ભક્તોને ધ્યાન, પ્રાર્થણાયામ, યોગમાં રૂચિ હશે તેમના માટે શિવાનંદ આશ્રમના યોગ શિક્ષકો દ્વારા સવારે ૬ ૩૦ થી ૭ ૩૦ સુધી યોગાસનના વર્ગ પણ ચાલશે અને દરરોજ સાંજે ગંગાજીની આરતી પણ ત્યાં થશે અને રાત્રિના ભોજન પછી રોજરાત્રે સત્તસંગ, કીર્તન ગરબાનો કાર્યક્રમ પણ રહેશે. ભાગવત કથા પેટે ન્યોધાવરરૂ. ફોન્/સાફેલાઇફ જેમાં આશ્રમમાં રોકાણ, નાસ્તો અને બે વખતના ભોજનનો સમાવેશ થાય છે. ટ્રેન-એલેનની ટિકિટનો આ ન્યોધાવરમાં સમાવેશ થતો નથી. તો આમાં લાભ લેવા માગતા ભક્તો એની ચેના નંબર પર સંપર્ક કરી નામ નોંધાવવા નામ વિનંતી.

(૧) પૂનમબહેન : ૯૮૯૯૯૪૫૪૮૦ (૨) વિરેન્દ્રભાઈ : ૯૪૨૮૮૦૫૦૧૫ (૩) રૂપાબહેન : ૯૮૭૯૯૨૩૪૬૩૦
(૪) વિજયભાઈ : ૯૮૨૫૦૧૨૩૭૯ તેમજ શિવાનંદ આશ્રમના કાર્યલિમમાં અથવા ત્રણેય મંડિરના પંડિત પાસે.

હથીકેશ વ્યવસ્થા કરવાના હેતુથી આપનું રજિસ્ટ્રેશન તા. ૩૧-૫-૨૦૧૯ પહેલાં કરવા વિનંતી.

ગૃહા

- તા.૦૧-૦૨-૨૦૧૯, લખનઉ : અભિલ ભારતીય મનોવૈજ્ઞાનિક વિડિઓક મહાસમેલનમાં વિશેષ ઉપસ્થિતિ ઉપરાંત ડિગ જ્યોર્જ મેડિકલ યુનિવર્સિટી અને લખનઉ મેડિકલ એસોસિયેશન દ્વારા આયોજિત સમાર્ગભમાં પૂજ્ય સ્વામીજીના આઘ્યાન આયોજયાં, યુનિવર્સિટીના વાઈસ ચાન્સેલર ડૉ. એમ.એલ.બી. ભડે પૂજ્ય સ્વામીજીનું શાલ-દુશાલા અને પુષ્પથી બહુમાન કર્યું. યુનિ.ના મધ્યખંડમાં ‘આપની સમસ્યાઓનું સમાધાન આપ જ છો’ -વિષયક ઉદ્ઘોષન થયું. લખનઉ મેડિકલ એસોસિયેશન ખાતે જ્ઞાન ક્લાન્ડ ચાલેલી કાર્યશાળામાં પૂજ્ય સ્વામીજીએ ‘ધોગના આંતરિક સ્વરૂપ અને આંતરસતતની યાત્રા-ધ્યાન’ વિશે ખૂબ જ મનનીય ઉદ્ઘોષન કર્યું. અહીં પણ પૂજ્ય સ્વામીજીનું ગૌરવપૂર્વક સન્માન કરવામાં આવ્યું. પૂજ્ય સ્વામીજીએ ડૉ. રેણુ (એમ.ડી., ડી.જી.ઓ.), ડૉ. અનિલ શ્રીવાસ્તવ, (સી.એમ.ઓ.) સિવિલ હોસ્પિટલ, લખનઉના ‘શ્રી સ્વામી અધ્યાત્મમાનંદ પોલીક્લિનિક’નું ઉદ્ઘાટન પણ કર્યું હતું.
- તા.૦૨-૦૨-૨૦૧૯, ગાંધીનગર : આજરોજ ગુજરાત રાજ્યના મધ્યમ મહિલા શ્રીમતી અવિનાશ કોહલીજ (લેડી ગવનરી)નો જન્મદિવસ હોઈ ગવનરી હાઉસમાં રક્તદાન દિવસ ડેજવચામાં આવ્યો. પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્મમાનંદજી તથા આશ્રમના ભક્તોએ ગવનરી હાઉસમાં જઈને શ્રીમતી અવિનાશ માતાજીનું બોરસલીનાછોડાનને શ્રીશ્રી અષ્ટવધ્રી-પ્રસાદ-વલ્લ આપીને સન્માન કર્યું. પૂજ્ય સ્વામીજી સાથે ગયેલા ભક્તોએ રક્તદાન કર્યું. પૂજ્ય સ્વામીજીના વરછદસ્તે સૌ રક્તદાતાઓને પ્રમાણપત્ર વિતરણ કરવામાં આવ્યો. ૮૫૭ સ્વૈચ્છિક રક્તદાતાઓએ રક્તદાન કર્યું. સૌને ભોજનપ્રસાદ પણ આપવામાં આવ્યો.
- તા.૦૩-૦૨-૨૦૧૯, અમદાવાદ : ભારત સરકારના નિર્ણય પ્રમાણે હવે દેના બેન્ક અને વિજ્યા બેન્ક, બેન્ક ઓફ બરોડામાં જોડી દેવામાં આવશે. તેથી વિજ્યા બેન્કના સર્વે ભારતભરના અધીક્ષકોની એક સમાનું આયોજન અમદાવાદ ખાતે થયું. આ પ્રસંગે પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્મમાનંદજી મહારાજે ‘આપણે આપણું કર્તવ્ય અને આપણી રાષ્ટ્ર પ્રત્યેની નિર્જા’ વિષયક મનનીય ઉદ્ઘોષન કર્યું.
- અમદાવાદ નિર્ણય અચલા એજ્યુકેશન ફાઉન્ડેશન દ્વારા તા. ઉ ઇંદ્રુઅરીની સાંજે ચાર વાર્ષે ગુજરાત યુનિવર્સિટીના વિશેષ સભાગારમાં સારસ્વતોના સન્માનનો મહોત્સવ આયોજયો. આ પ્રસંગે ઉદ્ઘોષકોના વિમોચન-

લોકાર્થીં કરવામાં આવ્યા. પાંચ ક્રેઝ શિક્ષકો, પાંચ ક્રેઝ લેખકો અને પરદેશમાં રહીને ગુજરાતી સાહિત્યની સેવા કર્યારા પાંચ સારસ્વતોનું સન્માન કરવામાં આવ્યું. કાર્યક્રમની અધ્યક્ષતા ગુજરાત રાજ્યના મહામહિમ આદરણીય રાજ્યપાલ શ્રી ઓમપ્રકાશ કોહલીજએ કરી. આ પ્રસંગે પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્મમાનંદજી તથા ગુજરાત રાજ્યના નિવૃત્ત પ્રમુખ સચિવ તથા સોમનાથ ટ્રસ્ટના મહામંત્રી અને પ્રન્યાસી શ્રી પ્રવીષભાઈ કે. લહેરીસાહેબના ઉદ્ઘોષનો થયાં. સમગ્ર કાર્યક્રમનું આયોજનસંસ્થાના પ્રમુખ શ્રીમહિતભાઈ પટેલ અને તેમના સુપુત્રી શ્રીમતીનારાઠેલા દ્વારા કરવામાં આવ્યું.

- તા.૦૪-૦૨-૨૦૧૯, અમદાવાદ : વિશ્વ ભાલ્યશ સમાજના પરમાણુક અને અમેરિકા નિર્ણય વિશ્વ હિન્દુ પરિષદના અધ્યક્ષ શ્રી ઉમેશ શુક્લાજી તથા વિશ્વ હિન્દુ પરિષદ, અમેરિકાના કોષાઅધ્યક્ષ શ્રીમતી પણ્ણુ સૌદાનીજનું આશ્રમમાં આગમન થયું. રાત્રે અમદાવાદ ભાલ્યશ સભાના હોદારોની મિટિંગ આશ્રમમાં યોજાઈ.

● કાર્યક્રમનીનગરીની આધ્યક્ષતિ નગરમાતા શ્રીશ્રી ભજ્ઞકાળી માતાજી ખાતે આયોજયેલ દેવી ભાગવત કથાનું પ્રથમ પૂજન કણશ સ્થાપન, ગણપતિપૂજન, નાંદી શ્રાદ્ધ વગેરે પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્મમાનંદજી મહારાજના વરછદસ્તે થયું. આ પ્રસંગે પૂજ્ય સ્વામીજી અને તેમની સાથે પદ્મારેલ ભક્તમંડળનું ભજ્ઞકાળી મંદિરના નિજ મંદિરમાં પૂજન કરવામાં આવ્યું. પૂજ્ય સ્વામીજીએ પણ શ્રીશ્રી માભજ્ઞકાળી માતાજીની પદ્મકાંની પૂજા કરી.

- તા. ૦૫-૦૨-૨૦૧૯ થી તા. ૦૭-૦૨-૨૦૧૯, શીમપુરા, વડોદરા, નિર્દિયાદ : તા.૦૫-૦૨-૨૦૧૯ની મધ્યાહને પૂજ્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્મમાનંદજી મહારાજ શ્રીશ્રીમા આનંદમયીમાના શ્રીમપુરા આશ્રમ (વાયા ચાંદોદ) નર્મદાના પદ્મારેલ. તે દિવસે રાતે તથા ઇ-રની સવારે અને સાંજે પૂજ્ય સ્વામીજીના જ્ઞાન પ્રવચન ઉપરાંત તા. ૭-ના રોજ યજ્ઞ અનુષ્ઠાન અને શ્રીશ્રીમાની પૂજા તથા સંતોના ભંડારા-મહાપ્રસાદનો લાલ વર્ષ પૂજ્ય સ્વામીજી શ્રીશ્રીમા આનંદમયી સંખના પરમાણુક શ્રીમતી સ્વામી અસ્યુતાનંદજી મહારાજ સાથે વડોદરા ડે. મર્યાદાને ત્યાં પછી નિર્દિયાદ શ્રી સંતરામ મંદિરના ઉત્સવમાં તથા શ્રી સંતરામ મંદિર-સમાધિના દર્શન કરી મોડી રાતે અમદાવાદ પદ્માર્ય.

● ता. १०-०२-२०१८, उंडा : उंडा अंगवाणी मंडण अने पटेल समाज सेवा समिति द्वारा आयोजित कार्यक्रम माटे पूज्य स्वामी अध्यात्मानंदજ्ञ महाराज उंडा पधार्या. आजे वसंतपंचमी उत्सव, श्री मा उमिया माताज्ञो मार्गटोत्सव अंतो. श्री मा उमियाना निज मंदिरमां माताज्ञी पादुकाओना पूजन पछી पूज्य स्वामीજ्ञાએ બોરસલી અને ચાયશાળા છોડનું વૃક્ષારોપણ કર્યું. આ સમગ્ર વર્ષ દરમિયાન જે જે પરિવારોએ પોતાનાં સ્વજ્ઞનોના દેહનું દાન કર્યું તેવાં ઉદ્ઘાટનાનું બહુમાન સમાજથી શ્રી ઓમપ્રકાશ કોહલીજી (રાજ્યપાલ મધોદુયક્રી, ગુજરાત રાજ્ય) અને પूજ्य સ्वામીજ્ઞના વરદુ હસ્તે થયું. પूજ्य સ्वામીજ્ઞાએ યૌવનમાં રહ્યાનાં, મૃત્યુ પછી ચંદ્રદાન અને સંભવ હોય તો દેહદાન કરવા માટે અપીલ કરી અને પ્રેરણાયાએ.

સાંજે શ્રી ભજકાળી મંદિરમાં દેવી ભાગવત પ્રસંગે પूજ્ય સ્વામીજ્ઞના આશીર્વાચન ઉપરાંત શ્રીકૃતી શ્રીમતી ભજકાળીજ્ઞનું પૂજન પણ કરવામાં આવ્યું.

● ता. ११-०२-२०१८, જામણ (લીમડી) : શ્રી લકુલીશ યોગ યુનિવર્સિટીના સંસ્થાપક પूજ્યપાદ શ્રીમત્ર સ્વામી શ્રી રાજરી મુનિજ્ઞનો ૮૮મો પ્રાગટોત્સવ ધામધૂમથી ઉજવાયો. આ પ્રસંગે પूજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજ્ઞ મહારાજ અતિથિવિરોધપદે ઉપસ્થિત રહ્યા. આજે સમગ્ર વિશમાં ‘ખેડી મુદ્રા’ના જાગ્રાત અને તેની સિદ્ધિ મેળવાનાર આએક જ સત્ત છે, તેમ કહી તેમના તથા બ્રહ્મલીન ગુરુદેવ શ્રીમત્ર સ્વામી કૃપાલ્યાનંદજ્ઞ મહારાજના સંસરણો કહીને પूજ્ય સ્વામીજ્ઞાએ સૌને ભાવવિભોરકર્યા.

● ता. १३-०२-२०१८, અમદાવાદ : અમદાવાદના સુપરસિદ્ધ કોશી હાઉસ-શાંતસુસુ-દ્વારા દિલ્હીના સુપરસિદ્ધ રામાયણી પूજ્યક્રી અધ્ય યાણિકજ્ઞના શ્રીમુખે સંગીતમય સુંદરકાંડનું પારાયણ આજરોજ સાંજે રૂ. ૧૦.૦૦ વાગ્યા સુધી થયું. આકૃતીરમકથાનું મંગલાચારણ પूજ્યપાદ શ્રીમત્ર સ્વામી અધ્યાત્માનંદજ્ઞ મહારાજે કર્યું.

● ता. १४-०२-२०१८, વલસાડ : દિવ્ય જીવન સંઘ, વલસાડના આદરશીય અને ખૂબ વધાવા શ્રી જીતેન્દ્ર શાહ (જીતુકાકા)ના દેહાવસાનના સમાચારથી સૌને પારાવાર શોક થયો હતો. ખૂબ જરૂરી, ઉત્સાહમૂર્તિ, સેવાનું સૌરભ લઈને ચાલનારા પવિત્ર ચારિત્ર અને ભક્ત વધાવા જીતુકાકાની આત્મશપ્તિ અને સફુગણ માટે આયોજયેલ પ્રાર્થનાસત્તામાં પૂજ્ય સ્વામી શ્રી અધ્યાત્માનંદજ્ઞ પધાર્યા હતા. આ પ્રસંગે શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ દ્વારા પ્રકાશિત શ્રી વિષ્ણુસહસ્રનામ પુસ્તક તથા માનસિક શાંતિના સચોટ ઉપયુક્તિનાનું વિતરણ કરવામાં આવ્યું હતું. તા. ૧૫-૨૦૧૮ની બપોરે પૂજ્ય સ્વામીજ્ઞ અમદાવાદ પછાણ્યું હતા.

● તા. ૧૭-૦૨-૨૦૧૮, અમદાવાદ : અંધ કન્યા વિદ્યાલય, રાશીપના નૂતન નિર્મિત નિવાસસ્થાનનું લોકપણી પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજ્ઞ મહારાજે કર્યું. આ પ્રસંગે ઉપસ્થિત ઉદારચરિત સુશીળનોએ શ્રીવાનંદ આશ્રમ, ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘના પછાત વિસ્તારના વિદ્યાર્થીઓને અપાતી સહય માટે માતાપદાન આપ્યું.

● તા. ૨૨-૦૨-૨૦૧૮થી તા. ૨૫-૦૨-૨૦૧૮, સોમનાથ (વેશવણ) : શ્રી સોમનાથ દ્રસ્ત દ્વારા આયોજિત સ્વયંભૂ જ્યોતિર્લિંગનોના મહોત્સવ અર્થે સંસ્થાના પ્રમુખ શ્રી કેશુભાઈ પટેલ (પૂર્વ મુખ્ય મંત્રીક્રી, ગુજરાત) અને સોમનાથ દ્રસ્તના સેકેટરી તથા દ્રસ્તી શ્રી પવીષભાઈ કે. લાલેરિસાહેબના ભાવપૂર્વકના નિમન્ત્રણે પૂજ્ય સ્વામીજ્ઞ આ નિદિવસીય મહોત્સવમાં સોમનાથ પદાર્થ પદાર્થ. તા. ૨૪-૦૨-૨૦૧૮ના રોજ મહામૃત્યુંજ્ય યજ્ઞ પણ પૂજ્ય સ્વામીજ્ઞની વિશેષ ઉપસ્થિતિ સાથે થયો. આ પ્રસંગે બાર જ્યોતિર્લિંગદર્શન અર્થે શ્રી કેશુભાઈ પટેલ, શ્રી વિજય રૂપાણી (પુર્વ મંત્રી ગુજરાત રાજ્ય) ઉપરાંત અનેક રાષ્ટ્રીય નેતાઓ અને વિદ્ધાનો ઉપસ્થિત રહ્યા.

ભારતીય સંસ્કૃતિ, સંકાર, આપણી પરંપરાઓ, વૈદિક વાંગમ્યો વગેરે વિશ્વ વિદ્ય ઉપર ચચસિભા ઉપરાંત સંસ્કૃતના વિદ્ધાનોને સુવાચિદ્દક તથા શિરપાવ-શાલથી નવાજવામાં આવ્યા. ચારે શ્રી શામલ સૌમિત્ર અને સુશીલેખાભોસલેનાં ભજનનો કાર્યક્રમ થયો.

● તા. ૨૫-૦૨-૨૦૧૮, અમદાવાદ : શ્રી જ્ય ભગવાન દ્રસ્ત મુલાઈના સૌજન્યથી આદરશીય ડૉ. નવનીતમાઈ શાહના અધ્યક્ષ પદે શિવાનંદ આશ્રમ આતે એક નિઃશુલ્ક એક્યુપ્રેશર દ્વારા ચિહ્નિત્તા અને તાલીમ પ્રદાયક શિબિર આયોજાયો. પૂજ્ય સ્વામીજ્ઞાએ આ સેવાયજ્ઞનું ઉદ્ઘાટન દીપ પ્રજ્વલન કરીને કર્યું. આ પ્રસંગે બોલતાં સ્વામીજ્ઞાએ કહ્યું, ‘તમારા હાથ, હથ અને પવિત્ર હોય તો તમારો સ્વર્ણ ભાસ્તાંનો સર્વ હશે. એક્યુપ્રેશરની સેવા કરનારા પ્રત્યેક સેવકોના જીવન અધ્યાત્મમાં સાધનાના ઉદાહરણ બને તો જ આસેવાસફળ થઈ શકે.’

● આજરોજ સવારે પૂજ્ય શ્રી મોરાર્ઝિબાપુની શ્રીરામકથામાં અને ઉપ ૧/૪ ફૂટ ઉંચા રૂપાણના શિવલિંગની સ્થાપનાના ઉદ્ઘાટન પ્રસંગે પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજ્ઞ પદાર્થ.

● તા. ૨૭-૦૨-૨૦૧૮, હિમતનગર : વિશ મંગલમૂર્ત્તિવાણી મંડળ, વિદ્યાનગરી, સંચાલિત મહિલા કોલેજના રજતજ્યાંતી પર્વે પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજ્ઞ મહારાજના પ્રમુખ પદે સમગ્ર સમાર્થમાં આયોજાયો.

SUVARNAKALA®

Gold, Diamond & Silver Jewellery
BIS Approved Jeweller

અભૂષણ
જે આકર્ષણ જગાવે...



અમદાવાદ

શી.જી. રોડ

“નેશનલ પ્લાન્ઝ”

વાલ બંગલાની સામે

સેટેલાઇટ

“વીનસ ઓપેડીયર્સ”

જોધપુર ચાર રસ્તા BRTS બસ સ્ટેન્ડ સામે

www.suvarnakala.com





સ્વાદ અને ગુણવત્તાની પરંપરા



શ્રેષ્ઠ ગુણવત્તાની પરંપરા ભારા દેશ-વિદેશના અસંખ્યા ગ્રાહકો સુધી પહોંચાવાનો અમારો નિર્ધાર છે.

ભારતીયતાનું સ્વાદ સભર ગૌરવ!



મસાલા • ઈન્જિનિયર મિક્સ • બ્લેન્ડેડ મસાલા • હિંગ વગેરેની વિશાળ શ્રેણી અને પેક સાઈઝ



રામદેવ કૂડ પ્રોડક્ટ્સ પ્રા. લિ.

રામદેવ વર્ક્સ, સરનેજ-બાવળા લાઈફે, ચંગોડા-ઝીએ ૨૧૩, અમદાવાદ. • www.ramdevfood.com



Quality



શ્રીશ્રી મા આનંદમથી સંઘના આંતરરાષ્ટ્રીય અધ્યક્ષ
પૂજ્યપાદ શ્રીમત્ સ્વામી અચ્યુતાનંદજી મહારાજશ્રીનું
શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદમાં આગમન (તા. ૮-૨-૨૦૧૬)

શ્રીરામકથા - અમદાવાદ ખાતે પૂજ્ય મોરારિબાપુજુનું
અભિવાદન પૂજ્ય સ્વામીજી દ્વારા
(તા. ૨૬-૨-૨૦૧૬)



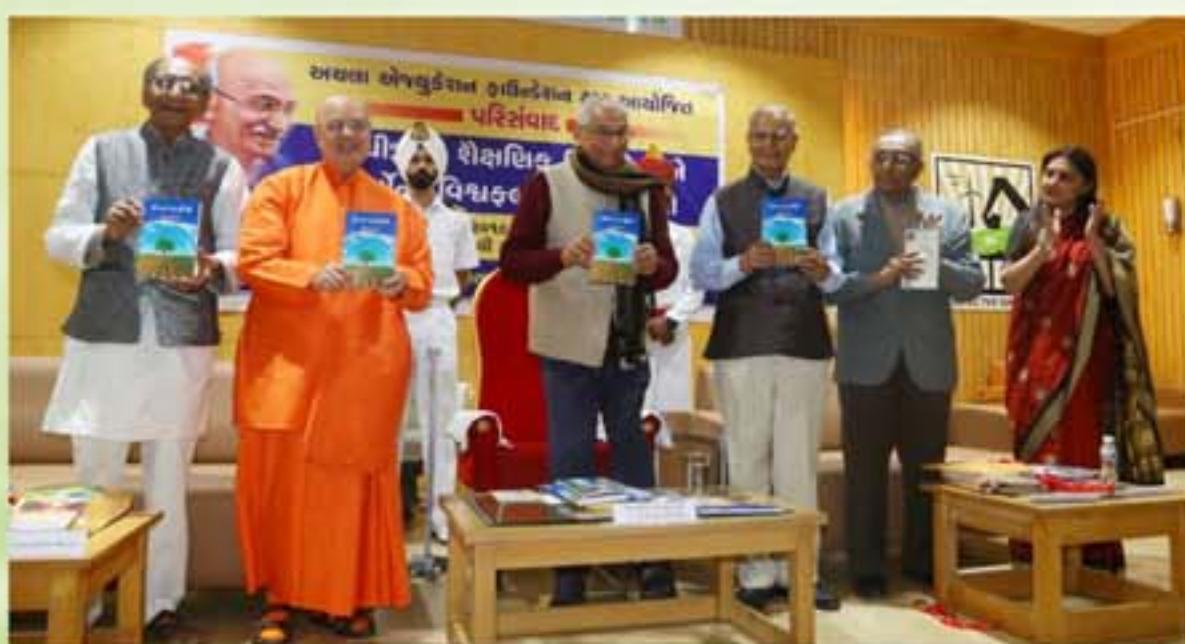
અંધ કલ્યાણ કેન્દ્ર - રાણીપ, અમદાવાદના નવનિર્મિત ભવનનું ઉદ્ઘાટન (તા. ૧૭-૨-૨૦૧૬)



વિજયા બેન્ક, અમદાવાદના રાષ્ટ્રીય મહાઅધિવેશનમાં પૂજ્ય સ્વામીજીનું બહુમાન (તા. ૩-૨-૨૦૧૬)



વિશ્વમંગલમ્ કેણવણી મંડળ, વિદ્યાનગરી હિમતનગર દ્વારા સંચાલિત મહિલા કોલેજનો રજતજ્યંતિ મહોત્સવ (તા. ૨૭-૨-૨૦૧૯)



અચલા એજ્યુકેશન ફાઉન્ડેશન ખાતે
પુસ્તક વિમોચન, અમદાવાદ (તા. ૩-૨-૨૦૧૯)



ભારતની પુરુષ પોષાક પ્રદાન કરતી સંસ્થા (Jade Blue)ના
મેનેજિંગ ડિરેક્ટર અને શિવાનંદ આશ્રમના પરામર્શ દાતાશ્રી
જાતેજ ચૌહાણનું સુશ્રી સ્મૃતિ ઈરાની-વલ્લ મંત્રાલય દ્વારા બહુમાન

ગુજરાત દિવ્યજીવનનાં માસિક મુખ્યપત્ર 'દિવ્યજીવન'ના મુદ્રકને

શ્રેષ્ઠ પ્રિન્ટિંગના ૭ નેશનલ એવોર્ડ મેળવવા બદલ
ગુજરાતના માનનીય રાજ્યપાલ શ્રી ઓ.પી. કોહલીજિના
વરદ હસ્તે પ્રિન્ટ વિઝન પ્રા. લિ.ના ડિરેક્ટર શ્રી યજોશ પંડ્યાનું
વિશિષ્ટ સન્માન કરવામાં આવ્યું



તા. ૧૫-૨-૨૦૧૯ના રોજ ગુજરાતના રાજ્યપાલ માનનીય શ્રી ઓ.પી.
કોહલીજિના વરદ હસ્તે રાજ્યભવન, ગાંધીનગર ખાતે ICSW દ્વારા આયોજિત
"જલોરી ઓફ ગુજરાત" એવોર્ડના ભવ્ય સમારૂંભમાં 'ઉત્કૃષ્ટ મુદ્રણકાર્ય' માટેના
૭ નેશનલ એવોર્ડ મેળવવા બદલ 'પ્રિન્ટ વિઝન'ના ડિરેક્ટર શ્રી યજોશ પંડ્યાને
'પ્રિન્ટ વિઝન' ટીમના શ્રી અલ્કેશ ઠાકર અને શ્રી યુવરાજ જાલા સાથે વિશિષ્ટ
સન્માનિત કરવામાં આવ્યા. આ પ્રસંગે ઉપરિથિત રહેલા ગુજરાત-મહારાષ્ટ્રના
જાણીતા મહાનુભાવોએ પણ તેમના કાર્યને બિરદાવ્યું હતું.

આંતરિક સ્વરૂપ

આપણી વૈદિક જીવનપરંપરામાં આપણાં જીવન ધાર્મિક વિચારધારા પર અવલંબિત છે. તમે ખરેખર જેવા છો
તેવાજ તમારી જાતને વફાદાર રહી જીવો અને દિવ્ય વિચાર, દિવ્ય વાણી, દિવ્ય વ્યવહાર સાથે દિવ્ય જીવન જીવી શકો તો
તમારી સાચી પ્રતિભાનો વિકાસ થશે અને તેજ તમારો ધર્મ છે, કારણ કે આમ કરવાથી તમારું જે ખરેખર આંતરિક સ્વરૂપ
છે તેને જ તમારે બહાર પ્રકાશમાં લાવવાનું છે.

- સ્વામી ચિદાનંદ