દિવ્ય જીવન

વાર્ષિક લવાજમ : રૂા. ૧૦૦/-

જાન્યુઆરી
૨૦૦૮

દિવ્ય જીવન શું છે ?

પૃથ્વી ઉપર ભગવન્મય જીવવું એ દિવ્ય જીવન છે. અનંત પરમાત્મા સાથે સંવાદિતામાં રહેવું એ દિવ્ય જીવન છે. દિવ્ય જીવનને પોતાનો કોઈ સંપ્રદાય નથી. તે બધા જ સંપ્રદાયોનું સારતત્ત્વ છે. સંવાદિતા, શાંતિ અને એકતા એ દિવ્ય જીવનનું લક્ષ્ય છે.

- સ્વામી શિવાનંદ

શ્રી દુઃખભંજન હનુમાનજી મંદિર પાટોત્સવ ૨૬ જાન્યુઆરી

શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની પ્રેરણાથી પ્રકાશિત

દિવ્ય જીવન

વર્ષ : ૪ અંક : ૧૩ જાન્યુઆરી-૨૦૦૮

સંસ્થાપક અને આદ્યતંત્રી :
બ્રહ્મલીન શ્રી સ્વામી યાજ્ઞવલ્કયાનંદજી
(ડૉ. શિવાનંદ અધ્વર્યુજી)
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-૩૮૦ ૦૦૬
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 :
sivananda_ashram@yahoo.com
Website : http://www.divyajivan.org

લવાજમ

ભારતમાં

વાર્ષિક લવાજમ	:	રૂ. ૧૦૦/-
શુભેચ્છક લવાજમ (૧૫ વર્ષ માટે)	:	રૂ. ૧૦૦૦/-
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

ૐ

ॐ ब्रह्मा स्वयम्भूः । नमो ब्रह्मणे ॥
ॐ ब्रह्मा देवानां प्रथमः सम्बभूव ॥ १ ॥
मङ्गलं भगवान् विष्णुर्मङ्गलं गरुडध्वजः ।
मङ्गलं पुण्डरीकाक्षो मङ्गलायतनं हरिः ॥ २ ॥
सर्वदा सर्वकार्येषु नास्ति तेषाममङ्गलम् ।
येषां हृदिस्थो भगवान् मङ्गलायतनं हरिः ॥ ३ ॥
नित्योत्सवस्तदा तेषां नित्यश्रीर्नित्यमङ्गलम् ।
येषां हृदिस्थो भगवान् मङ्गलायतनं हरिः ॥ ४ ॥

'બ્રહ્મા સ્વયંભૂ છે. બ્રહ્મદેવને નમસ્કાર.'
'બ્રહ્મા બધા દેવોમાં પ્રથમ પ્રકટ થયા.'

'ભગવાન વિષ્ણુ મંગલકારી છે, ગરુડધ્વજ વિષ્ણુ મંગલકારી છે, કમલનયન વિષ્ણુ મંગલકારી છે. હરિ સર્વ મંગલોનું સ્થાન છે.'

'જેમના હૃદયમાં મંગલમંદિર ભગવાન વિષ્ણુ બિરાજમાન છે, તેમનું સર્વદા સર્વ કાર્યોમાં અમંગલ થતું નથી.'

'જેમના હૃદયમાં સર્વ મંગલોના સ્થાનરૂપી ભગવાન હરિ વસે છે, તેમને નિત્ય ઉત્સવ, નિત્ય લક્ષ્મી અને નિત્ય મંગલ મંગલ જ હોય છે.'

શિવાનંદ વાણી

ઇન્દ્રિયો દ્વારા નિયમન કરાતા મનને નાથવું જોઈએ. તેથી તેને કાબૂમાં લાવવા નિરંતર અભ્યાસ અને ભગવાનની મદદ જરૂરી છે. ભગવાનની મદદ માટે અનાસક્તિ જરૂરી છે. જેને તરતાં શીખવું છે, તેણે કેટલાક દિવસ તરવાનો અભ્યાસ કરવો જોઈએ. માત્ર એક દિવસના તરવાના અભ્યાસથી દરિયામાં તરવાનું સાહસ કોઈ ન કરી શકે. તેથી જો તમારે બ્રહ્મરૂપી સાગરમાં તરવું હોય, તો તેમાં તરતા પહેલાં તમારે શરૂઆતમાં ઘણાયે નિષ્ફળ પ્રયત્નો કરવા પડશે. પછી જ તમે સફળતાપૂર્વક તરી શકશો.

- સ્વામી શિવાનંદ

-: દિવ્ય જીવન અંકનું સૌજન્ય :-

આ અંક સ્વ. સવિતાબહેન પ્રભુદાસ પટવારીના સ્મરણાર્થે
હસ્તે શ્રી રન્નાબહેન સૂર્યકાંત શાહ

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

અનુક્રમ

૧.	શ્લોક		૧
૨.	અનુક્રમ, તહેવાર સૂચિ		૨
૩.	સંપાદકીય	સંપાદક	૩
૪.	યોગનો પરિચય-૪	ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી	૪
૫.	આચારાંગ સૂત્ર	આચાર્ય વિજયરત્નસુંદરસૂરિજી	૬
૬.	સુખની શોધ	શ્રી સ્વામી કૃષ્ણાનંદજી	૭
૭.	ગીતાજયંતી - ઉદ્‌બોધન	શ્રી સ્વામી સત્યમિત્રાનંદગિરિજી	૯
૭.	મનાચે શ્લોક - મનોબોધ	શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી	૯
૮.	જીવનની મહાયાત્રા	શ્રી યોગેશ્વરજી	૧૨
૯.	ઉપદેશામૃત-૨	શ્રી રણછોડદાસજી મહારાજ	૧૩
૧૦.	યોગ એ જ જીવન (૫)	શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી	૧૪
૧૧.	એકાગ્રતા અને ધ્યાન	શ્રી સ્વામી નિખિલેશ્વરાનંદજી	૧૭
૧૨.	ઉપનિષદ-યાત્રા	શ્રી ગુણવંતભાઈ શાહ	૧૮
૧૩.	લક્ષ્મીસ્વરૂપો	શ્રી ઉપેન્દ્ર કાજરેકર	૨૧
૧૪.	સંતનું જીવન એ જ તેનો સંદેશ	શ્રી કાંતિલાલ કાલાણી	૨૨
૧૫.	સા વિદ્યા યા વિમુક્તયે	શ્રી હરિભાઈ કોઠારી	૨૪
૧૬.	શ્રી ચૈતન્ય મહાપ્રભુ-જીવન પ્રસંગો	શ્રી કનૈયાલાલ મ. પંડ્યા	૨૬
૧૭.	મન કે જીતે જીત	ડૉ. હરીશ દ્વિવેદી	૨૭
૧૮.	વૃત્તાંત		૩૦

તહેવાર સૂચિ

જાન્યુઆરી, ૨૦૦૮

તા.	તિથિ (માગશર વદ)	
૪	૧૧	એકાદશી
૫	૧૨	પ્રદોષપૂજા
૮	૩૦	અમાવસ્યા
	(પોષ સુદ)	
૧૫	૭	મકરસંક્રાંતિ ઉત્તરાયણ પુણ્યકલા (૫.૫૪ સવારે)
૧૮	૧૧	એકાદશી
૨૦	૧૩	પ્રદોષપૂજા
૨૨	૧૫	પૂર્ણિમા

● ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજીનો ષડંગયોગ ●

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

ગીતા-સાધના

એવી સભાનતા સહિત કાર્ય કરો કે બધું જ આત્મા છે. બધું જ ભગવાન છે. ભગવાન જ પુરુષો અને સ્ત્રીઓ છે. રસ્તા પર લથડિયાં ખાતા વૃદ્ધો પણ ભગવાન છે. બધું આત્મા જ છે. દરેક પ્રાણીમાં તમારું સ્વરૂપ જુઓ. બધાને તમારા આત્માની જેમ ચાહો. શરીરોના ભેદ ન જુઓ, પણ તેમની પાછળ રહેલા સામાન્ય અર્કને જુઓ. જ્યારે તમે કર્મો કરો, ત્યારે નારાયણભાવ રાખો.

- સ્વામી શિવાનંદ

"અનુરોધ-અભિલાષા" ગ્રાહકોને :

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

દિવ્ય સ્ફુલિંગ

સર્વોચ્ચ ધર્મ : દરેક જગાએ દિવ્યની હાજરીનો અનુભવ કરો. દંભ, ઢોંગ અને અભિમાન છોડી દો. ભગવાન, ગીતા અને ગુરુમાં નિશ્ચળ શ્રદ્ધા રાખો. ભગવાનની સંપૂર્ણ શરણાગતિ સ્વીકારી લો અને પ્રાર્થના કરો : 'હે પ્રભુ ! તમારી જ ઈચ્છા પૂર્ણ થાઓ. મારે કશું જ જોઈતું નથી. બધી જ ઘટનાઓમાં સમત્વ જાળવી દિવ્ય ઈચ્છાને તાબે થઈ જાઓ. ભગવાનને બધા જ જીવોમાં જુઓ. કોઈને ધિક્કારો નહિ. ભગવાનને બધો જ સમય યાદ કરો; ઓછામાં ઓછા પથારીમાંથી ઊઠો ત્યારે, કામ કરતાં વિસામો લો ત્યારે અને રાતે સૂતી વખતે. ભગવાનના આશિષ તમારી ઉપર ઊતરો !' **- સ્વામી ચિદાનંદ**

સંપાદકીય

ગીતાનું કથન છે, ''માસાનાં માર્ગશીર્ષોઽહમૃતૂનાં કુસુમાકરઃ'' 'ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ મહિનાઓમાં માર્ગશીર્ષ એટલે માગશર મહિનો અને ઋતુઓમાં સુંદર પુષ્પોની ઋતુ વસંત છે.' જાન્યુઆરીની આઠમી તારીખે માગશર મહિનોપૂરો થાય છે; અને નવમી તારીખે પોષ મહિનાનો પ્રારંભ થાય છે. સૂર્ય ઉત્તરાયણમાં પ્રવેશ કરશે અને માઘ માસના પવિત્ર સ્નાનનો મંગળ પ્રારંભ પોષીપૂનમ - બાવીસમી જાન્યુઆરીથી થશે.

શ્રીમત્ સ્વામી વિવેકાનંદજી મહારાજનું પ્રાકટ્ય ૧૮૬૩ની બારમી જાન્યુઆરીએ થયું હતું. તે દિવસે સૂર્યે માઘ માસમાં પ્રવેશ કર્યો હતો. આ વર્ષથી મકરસંક્રાંતિ ૧૫મી જાન્યુઆરીએ આવે છે. એટલે એનો અર્થ એવો થયો કે સરેરાશ ૪૮ વર્ષે આ સૂર્ય પરિક્રમામાં એક દિવસ મોડું થઈ રહ્યું છે. પ્રકૃતિની પ્રાકૃતતા પર પણ અતિક્રમણ થઈ રહ્યું છે. હવામાં ઓઝોનના પડોમાં ગાબડું પડ્યું છે. ગરમીનું પ્રમાણ ખૂબ જ વધી ગયું છે, તેમ આ વર્ષે બરફ પણ વહેલો પડ્યો અને શરદીનું પ્રમાણ પણ વધી ગયું. આપણે કુદરતની જાળવણી કરશું તો કુદરત આપણી જાળવણી કરશે.

બને તેટલો પાણીનો બગાડ ઓછો કરીએ. શક્ય તેટલું ડિટરજન્ટ-સાબુ ઓછો વાપરીએ. બનશે તેટલા પ્લાસ્ટિકનો વપરાશ ઓછો કરીએ. વૃક્ષોનાં પાંદડાંઓને બાળીએ નહીં, તેનો સંગ્રહ કરી તેનું જ ખાતર કરીએ. ભોજન બગાડીએ નહીં. આવશ્યકતા પૂરતું જ ખાઈએ. વિવાહ-લગ્નસરામાં રોશની, માઈક વગેરેના ઘોંઘાટ ઓછા કરીએ; શક્ય હોય તેટલું ખુલ્લા પગે ચાલીએ. શક્ય હોય ત્યાં સુધી એરકંડીશનરો અને હીટરો ઓછાં વાપરીએ. બને તેટલું સુતરાઉ, ખાદી, રેશમી કે ઉની વસ્ત્રોનો જ વપરાશ કરીએ, તમામ સીન્થેટીક અને મેઈક-અપ સામગ્રીમાં કેમિકલ્સનો ત્યાગ કરીએ. જો આપણે આંગણે થોડી પણ જમીન હોય તો વૃક્ષો ઉછેરીએ, નાનો-આપણાં રસોડાં પૂરતો કીચન-ગાર્ડન કરીએ. તેમાં ધાણાં, મરચાં, ફૂદીનો, મેથી, પાલક, ભીંડો, ગુવાર, રીંગણ, દૂધી, ચોળી, મોગરી, પાપડી, પપૈયું, લીંબુ, સરગવો તો ઉગાડી જ શકાય. મીઠો અને કડવો લીમડો તથા અરડૂસી અને તુળસી પણ આંગણાનાં ઔષધ જ છે. તેટલું કરી શકાય અને સ્નાનઘર કે રસોડાનાં પાણીને બગીચામાં વાળીને બારમાસી, જાસૂદ, મોગરો, ડોલર કે રાતરાણી વગેરે છોડને ખૂબ જ સહેલાઈથી ઉછેરી શકાય છે, તેમને ઉછેરીએ. આ આપણાં આંગણાંની જ શોભા નહીં પરંતુ પૃથ્વી અને પર્યાવરણ પ્રત્યેની આપણી વિષદ સેવા થશે.

તા.૨૬મી જાન્યુઆરીનું પ્રજાસત્તાક પર્વ પુનશ્ચ આઝાદીના હીરક જયંતી વર્ષની આલબેલ વગાડશે. દેશનું સ્વાતંત્ર્ય મેળવતાં અનેક ભારતીય સપૂતોનાં બલિદાનો થયાં છે, તેની વિસ્મૃતિ ન કરીએ. સદૈવ સ્મરણ રાખીએ કે દેશ પહેલાં, સમાજ પછી અને સ્વાર્થ તો કદીયે નહીં. યૌવનમાં રક્તદાન, મૃત્યુ પછી ચક્ષુદાન અને સંભવ હોય તો દેહદાન અવશ્ય કરીએ. પોતાના કે પરિવારનો કોઈ પણ ઉત્સવોમાં થેલીસીમિયાથી પીડાતાં બાળકો માટે રેડક્રોસને ઉદારતાથી દાન આપીએ. તે ક્ષેત્રે વર્ષે એક બે કે ત્રણ - આપણને પોસાય તેટલાં બાળકો દત્તક લઈએ. તે સમાજ સેવા જ નથી. આ જ ખરા અર્થમાં પ્રભુસેવા છે.

શ્રી સદ્ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજનાં નભો મંડળનો એક સિતારો પૂજ્યપાદશ્રી સ્વામી સહજાનંદજી મહારાજ સંસ્થાપક - દિવ્ય જીવન સંઘ - દક્ષિણ આફ્રિકા - ખરી પડ્યો. તેમણે કરેલી સેવાઓ અદ્ભુત હતી. દક્ષિણ આફ્રિકાની સરકારે તેમને ભાવાંજલિ અર્પતાં કહ્યું, ''દક્ષિણ આફ્રિકાનું દિવ્ય જીવન સંઘ, દેશમાં એક પ્રકાશસ્તંભ સમાન હતું. દિવંગત સ્વામી સહજાનંદજીનું જીવન દેશના છેડા સુધી વસેલા ગરીબોના ગરીબ સુધી સેવા નિરત હતું. ૫૫ વર્ષની તેમની રાષ્ટ્ર પ્રત્યેની સેવાઓ અતુલ્ય છે, અને સદા યાદ રહેશે.''

સૂર્ય ઉત્તરાયણ પંથે પ્રવેશ કરશે. ભારત પ્રજાસત્તાક પર્વ ઉજવશે, આપણે જીવન અને આધ્યાત્મિક સાધના પ્રત્યે ગંભીર થઈએ, અને દેશ પ્રત્યેની વફાદારી અકબંધ નિભાવીએ. ૐ શાંતિ. - ***સંપાદક***

યોગનો પરિચય - ૪

ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી

[સ્વામી શિવાનંદ જ્ઞાનયજ્ઞ નિધિ પ્રકાશિત શ્રી સ્વામી શિવાનંદજીનાં લખાણો અને ઉપદેશો પર આધારિત 'યોગના પાઠો'માંથી સાભાર (સૌજન્ય : ધી ડિવાઈન લાઈફ સોસાયટી - સાઉથ આફ્રિકા)]

યોગના વિવિધ પ્રકાર-૨

કુંડલિનીયોગ :

કરોડરજ્જુના નીચલા છેડે જ્ઞાનતંતુના કેન્દ્ર મૂલાધાર ચક્રમાં કુંડલિનીનું સ્થાન છે. ચક્ર એટલે જ્ઞાનતંતુ-કેન્દ્ર. લગભગ બધા લોકોમાં આ શક્તિ સુષુપ્ત હોય છે. જ્યારે તેને યોગના અભ્યાસથી જગાડવામાં આવે છે ત્યારે તે શરીરમાં કરોડરજ્જુ દ્વારા ઉપર ચઢી માથાની ઉપરના ભાગમાં આવેલા સહસ્રાર ચક્રમાં પહોંચી જાય છે. જ્યારે આ સ્થિતિ આવે છે ત્યારે યોગીને ઈશ્વર-સાક્ષાત્કારનો પૂર્ણ પ્રકાશ સાંપડે છે.

કુંડલિની યોગનો હેતુ આ શક્તિને વિવિધ ચક્રો પર એકાગ્રતા સાધી; ક્રિયા, મુદ્રા, પ્રાણાયામ અને ધ્યાનનો જરૂરી અભ્યાસ કરી જગાડવાનો છે. બીજા કોઈ પ્રકારના યોગમાં પૂર્ણતા પ્રાપ્ત થાય ત્યારે કુંડલિની આપમેળે જાગ્રત થઈ જાય છે, પણ કુંડલિની યોગ દ્વારા આ શક્તિને સાધક સચેતપણે જાગ્રત કરે છે. સાધકની પાસે પોતાના ગુરુ હોય અને માર્ગદર્શન આપતા હોય તો જ કુંડલિનીને સચેતપણે જાગ્રત કરવી સલાહ ભરેલું છે. આ એક મુશ્કેલ વિધિ છે. હૃદયની શુદ્ધિ, મજબૂત જ્ઞાનતંતુનું તંત્ર અને સારી એકાગ્રતા શક્તિ પ્રાપ્ત કર્યા પહેલાં સાધકો કુંડલિની યોગનો અભ્યાસ શરૂ કરે તો સમસ્યાઓ સર્જાય છે. જો તેને અકાળે જાગ્રત કરવામાં આવે તો માનસિક અસમતુલા સર્જાય છે.

આ ઉપરાંત જેને કુંડલિની યોગનો અભ્યાસ કરવો હોય તેણે બીજા કેટલાક નિયમો પાળવા પડે છે. તેણે ચુસ્તપણે બ્રહ્મચર્ય પાળવું પડે છે અને આહાર પર કેટલાક અંકુશ મૂકવા પડે છે.

પૂ. સ્વામી શિવાનંદ સાધકોને સચેતપણે કુંડલિનીને જાગ્રત કરવાની સલાહ આપતા નથી પણ કહે છે કે નિષ્કામ સેવા, જપ, ભક્તિ, એકાગ્રતા અને ધ્યાન દ્વારા હૃદય અને મનની શુદ્ધિ થતાં તે પોતાની મેળે જાગ્રત થાય છે.

જ્ઞાનયોગ :

આ જ્ઞાનનો યોગ છે. તે વેદાંતના અભ્યાસ દ્વારા સધાય છે. ઈશ્વર સાથે આપણે એકરૂપ છીએ એવી જાણકારી જ સાચું જ્ઞાન છે. તેને દિવ્ય જ્ઞાન કે બ્રહ્મજ્ઞાન કહેવામાં આવે છે. બધા યોગોનું અંતિમ ફળ જ્ઞાન છે.

છતાં, જ્ઞાનયોગ તાલીમ દ્વારા મેળવાતી પૂર્ણ પ્રણાલી પણ છે, જે દ્વારા સાધક આ જ્ઞાનને સીધું જ પ્રાપ્ત કરે છે. આ પ્રણાલી માટે સાધક, ખૂબ તીવ્ર બુદ્ધિશાળી અને ખૂબ વિકસિત વિવેકશક્તિ અને સમજશક્તિવાળો હોવો જોઈએ. ફક્ત થોડાક ખૂબ અગ્રિજ આત્માઓ જ આ યોગને આપમેળે અનુસરી શકે છે. મોટા ભાગના કેસોમાં સાધકને પહેલાં બીજા યોગોનો અભ્યાસ કરવો પડે છે. અને જ્યારે શુદ્ધિ અને જ્ઞાનનું તેનું અમુક સ્તર આવે પછી જ તે જ્ઞાનયોગનો પથ લે છે. સાધન-ચતુષ્ટયની પાયાની યોગ્યતા મેળવ્યા પછી જ આ સાધકો અંતિમ જ્ઞાન માટે જ્ઞાનયોગનો પથ ગ્રહણ કરે છે.

આપણી સાચી પ્રકૃતિ ઈશ્વર સાથે આપણા સંબંધ વિષે ઊંડી પૃચ્છાથી જ્ઞાનયોગની શરૂઆત થાય છે. આ બાબતમાં પોતાની જાત સાથે પૂર્ણ પ્રમાણિકતા અને દિલની સચ્ચાઈની ખાસ જરૂર છે. સાધક પોતાની જાતને પ્રશ્નો પૂછે છે, ''હું કોણ છું ? હું અહીં કેમ આવ્યો છું ? હું ક્યાં જઈ રહ્યો છું ? હું શું આ મન અને શરીર છું ? અવિનાશી શું છે ?''

ઊંડી પૃચ્છા અને એકાગ્રતા દ્વારા તેમ જ વિશ્વની પ્રકૃતિ, આત્મા અને બ્રહ્મને લગતા પવિત્ર ધર્મગ્રંથોના અભ્યાસ દ્વારા જ્ઞાનયોગીનું મન નિર્મળ બને છે. અંદર ઊંડે સુધી જાય છે અને છેલ્લે ઈશ્વરનું જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરે છે.

જ્ઞાનયોગીઓ યોગવાસિષ્ઠ, બ્રહ્મસૂત્રો, અષ્ટાવક્ર ગીતા વગેરે વેદાંતના ગ્રંથોનો અભ્યાસ કરે છે. ઈશ્વરસાક્ષાત્કાર પામેલા ગુરુના માર્ગદર્શન સિવાય આ ગ્રંથો સમજવા ખૂબ મુશ્કેલ છે. સાથે સાથે આ ગ્રંથો સ્પષ્ટ વિસંગતતાઓથી ભરપૂર છે અને તેથી અક્ષમ સાધક તેમના અભ્યાસ દરમિયાન સહેલાઈથી ભૂલાવામાં પડી જાય છે. એટલા માટે જ્ઞાનયોગના પથ પર ગુરુનું

અંગત માર્ગદર્શન ખૂબ જરૂરી છે.

વેદાંત અથવા જ્ઞાનયોગ પશ્ચિમના સાધકોને બહુ અપીલ કરે છે. કારણ કે તેઓ કુશાગ્ર બુદ્ધિવાળા અને સારી વિવેકશક્તિ ધરાવે છે. તેમને પ્રશ્નો પૂછવા બહુ ગમે છે.

ક્રિયાયોગ :

આ યોગમાં મન, જ્ઞાનતંતુ અને શરીરને શુદ્ધ બનાવવાની વિવિધ રીતોનો સમાવેશ થાય છે. યોગનાં પુસ્તકોમાં શુદ્ધીકરણની વિવિધ રીતો બતાવી છે. કેટલાક સંતો ક્રિયાયોગના સાધકોને વિવિધ ધ્યાન અને પ્રાણાયામની રીતો શીખવે છે. રાજયોગનાં કેટલાંક સોપાન, તપ, સ્વાધ્યાય અને ઈશ્વર પ્રણિધાનને પણ ક્રિયાયોગ કહેવામાં આવે છે. આ બધાનો ઉદ્દેશ મન અને જ્ઞાનતંતુઓને શુદ્ધ કરી કુંડલિની શક્તિને કરોડરજ્જુના નીચેના છેડે નિમ્નતમ મૂલાધાર ચક્રમાંથી મસ્તકના ઉપરના ભાગમાં આવેલા ઉચ્ચતમ સહસ્રાર ચક્રમાં પહોંચાડવાનો છે. ક્રિયા એટલે ''શુદ્ધ કરવું''. આ યોગ મહદંશે શરીર, મન અને જ્ઞાનતંતુઓના શુદ્ધીકરણ સાથે સંબંધિત છે. સૂક્ષ્મ જ્ઞાનતંતુઓની નળીઓને નાડી કહેવામાં આવે છે અને તેમને પ્રથમ યૌગિક ક્રિયાઓ દ્વારા શુદ્ધ કરવામાં આવે છે. ક્રિયાનું સાચી રીતે આચરણ થાય તે માટે નિષ્ણાત ગુરુનું માર્ગદર્શન અહીં પણ જરૂરી છે.

નાદયોગ :

નાદયોગને લયયોગ પણ કહેવામાં આવે છે. તેમાં યોગીને અંદરથી વિવિધ પ્રકારના અનાહત અવાજ અથવા ગૂઢ અવાજ સંભળાય છે. જપયોગને પણ કેટલીક વાર નાદયોગ કહેવામાં આવે છે, કારણ કે સાધક દિવ્ય નામના નાદ ઉપર એકાગ્રતા સાધે છે. આ નાદ ઉપર એકાગ્રતા સાધવાથી અંદરથી બીજા ગૂઢ નાદ ઊઠે છે. ૐ (ઓમ્) આદિકાળનો નાદ છે. તેમાંથી આખા વિશ્વનો ઉદ્ભવ થયો છે. ધ્યાનના અભ્યાસ દરમિયાન યોગી જે ગૂઢ નાદો સાંભળે છે તેમાંનો એક ૐ છે. યોગના અભ્યાસ દરમિયાન સાધક દસ પ્રકારના ગૂઢ નાદ નીચેના ક્રમમાં સાંભળે છે. ૧. ચિની ૨. ચિની ચિની ૩. ઘંટનો નાદ ૪. શંખનો નાદ ૫. તંત્રી (એક પ્રાચીન તંતુવાદ્ય)નો નાદ ૬. કાંસીજોડનો નાદ ૭. બંસીનો નાદ ૮. ભેરી (નગારું)નો નાદ ૯. મૃદંગનો નાદ ૧૦. મેઘનો નાદ.

આ ગૂઢ નાદ મધુર અને રોમાંચક હોય છે. એકાગ્રતા કે ધ્યાન દરમિયાન તે જમણા કાનમાં સંભળાય છે. મન તેમાં મગ્ન થઈ જાય છે અને એકાગ્રતા વધુ દૃઢ બને છે. છેવટે, બધા નાદ શમી જાય છે અને સાધક ભગવાન સાથે એકરૂપ થઈ જાય છે.

તંત્રયોગ :

તંત્રયોગમાં દેવીની પૂજા તથા ભક્તિ કરવામાં આવે છે. શાક્તપંથનું સાચું ઉદ્ગમ સ્થાન ઋગ્વેદમાં આવેલું દેવી સૂક્ત છે. દેવી ફક્ત સૃષ્ટિનો આધાર અને વૈશ્વિક શક્તિ જ નથી પણ તે જ્ઞાનનું ઉદ્ગમ સ્થાન પણ છે.

તાંત્રિક અભ્યાસ ગુરુના માર્ગદર્શન નીચે થવો જોઈએ. જો સાધક હૃદયની પવિત્રતા, વિવેક, વૈરાગ્ય અને બીજા જરૂરી દૈવી ગુણો ધરાવતો ન હોય તો તે આડે માર્ગે ચઢી જાય છે અને તાંત્રિક ક્રિયાઓનો દુરુપયોગ થાય છે.

તાંત્રિક સાધના ખૂબ મુશ્કેલ અને મંત્રો ખૂબ શક્તિશાળી હોય છે. ગુરુની હાજરી સિવાય તે કરવી નહિ. આ ફક્ત મજબૂત જ્ઞાનતંતુઓવાળા, ખૂબ માનસિક બળ તથા નીડરતા ધરાવતા સાધકોને માટે જ છે. ઘણી વાર આ સાધનામાં પૂજા માટે વિવિધ પદાર્થનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે.

તાંત્રિક સાધકને સમસ્યાઓ તથા મુશ્કેલીઓને ટાળવાને બદલે તેનો સામનો કરી તેને દૂર કરવાની હોય છે. દાખલા તરીકે, ભયને જીતવા માટે તેમ જ બહાદુરીના વિકાસ માટે, તેને એકાંત સ્થળ સ્મશાનમાં જઈ મધરાતે મડદા પર બેસી ધ્યાન ધરવાનું કહેવામાં આવે છે.

આ જ પ્રમાણે તેને કામવાસના, લોભ, ક્રોધ વગેરે બીજી નબળાઈઓ પર વિજય મેળવવો પડે છે. ઈશ્વરસાક્ષાત્કાર માટેનો આ ઝડપી અને ટૂંકો પથ છે પણ તે અવરોધો અને મુશ્કેલીઓથી છવાયેલો છે.

શિવાનંદનો સમન્વય યોગ :

આગળ દર્શાવેલા યોગનાં વર્ણન ઉપરથી તમે જોયું હશે કે બધાનો હેતુ મનને શુદ્ધ કરવાનો, તેને શાંત અને સ્વસ્થ કરવાનો અને પછી ઈશ્વરમાં ભળી જવાનો એમ સમાન હેતુ છે. આમ જે અભ્યાસમાં આ સંયુક્ત હેતુઓ હોય તેને યોગ કહી શકાય. ભગવાન કૃષ્ણે ગીતામાં આનું વર્ણન કર્યું છે. તે કહે છે આપણે આપણી જાતને તેને ફક્ત તેને જ સમર્પણ કરીએ તો જે કંઈ કરીએ, જે કંઈ બોલીએ, જે કંઈ વિચારીએ તે તેની તરફ જશે.

પૂ. સ્વામી શિવાનંદ કહે છે કે ત્વરિત આધ્યાત્મિક વિકાસ માટે આપણા સ્વભાવ અને રુચિને અનુરૂપ એક

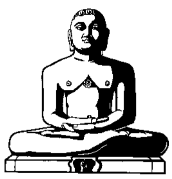
યોગનો અભ્યાસ શરૂ કરો. પછી તેની સાથે બીજા યોગોના થોડાક ભાગને ઉમેરો. તે માને છે કે મનુષ્યના વ્યક્તિત્વનો એકાંગી વિકાસ ઇચ્છનીય નથી. તેનાથી સંવાદિતા તથા સંતુલન મળતાં નથી.

દાખલા તરીકે પૂ. ગુરુદેવ કહે છે કે જો કોઈ વ્યક્તિ ફક્ત ધ્યાનયોગમાં રચીપચી રહે અને બીજી બધી વસ્તુઓ તરફ બેદરકાર રહે તો આવી વ્યક્તિ તેના આંગણે આવેલા માંદા તેમ જ જરૂરિયાતવાળા લોકોની સેવા માટે તે પોતાની રૂમમાંથી બહાર આવશે નહીં. જ્યારે ભગવાન તેની સમક્ષ ભિખારીના સ્વરૂપમાં આવશે ત્યારે આવી વ્યક્તિ ભગવાનને ઓળખી શકશે નહિ. તમે હવે તરત જ સમજી શક્યા હશો કે યોગનો ઉદ્દેશ સમગ્ર રીતે સમજ્યા વગર ફક્ત એક જ યોગ તરફ ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાથી ઈશ્વર સાક્ષાત્કાર થઈ શકશે નહિ. એવું પણ બને કે આનાથી તેનું પતન થાય. સૃષ્ટિમાં રહેલાં પ્રાણીઓ રૂપે ઈશ્વર તરફ પ્રેમ ન દર્શાવાય કે તેમની સેવા ન થાય તેવો યોગ સાચો યોગ જ નથી. તે યોગ સાથે સંબંધ વગરની હલકી ક્રિયા છે.

પૂ. ગુરુદેવ કહે છે કે મનુષ્યને ઈશ્વરે મસ્તક, હાથ અને હૃદય આપેલાં છે, તેમનો પૂર્ણ રીતે સંવાદિતાથી વિકાસ કરવો જોઈએ. તે કહે છે કે આપણું મસ્તક શંકરાચાર્યનું, હાથ રાજા જનકના અને હૃદય ભગવાન બુદ્ધનું હોવું જોઈએ. મસ્તક એટલે કે બુદ્ધિને ધર્મગ્રંથોનો અભ્યાસ કરીને, હાથને નિષ્કામ સેવા કરીને અને હૃદયને ઈશ્વર અને આપણા લોકો તરફ ભક્તિ વ્યક્ત કરીને વિકસાવવાં જોઈએ.

પૂ. ગુરુદેવ અને બધા મહાન સંતો કહે છે કે જો યોગ્ય રીતે સમજવામાં આવે તો યોગનો અભ્યાસ આપણે જ્યાં હોઈએ ત્યાં થઈ શકે છે. જો આપણે ફરવા જઈએ તો તે યોગ થઈ શકે, જો આપણે જમીએ તો તે પણ યોગ થઈ શકે છે. પ્રાર્થનાના ઓરડાને શણગારીએ તો પણ યોગ થઈ શકે. આપણે સંડાસને સાફ કરીએ તે પણ યોગ થઈ શકે. આપણે રસોડામાં ખોરાક પકાવીએ તે પણ યોગ થઈ શકે. આપણે બગીચામાં કામ કરીએ તે પણ યોગ થઈ શકે. સરવાળે એમ કહી શકાય કે પ્રેમ અને ભક્તિથી કરેલા અને ઈશ્વરને સમર્પિત કરેલા કોઈ પણ કામને યોગ કહી શકાય.

'યોગના પાઠ'માંથી સાભાર



पणया वीरा महावीहिं

આચારાંગ સૂત્ર

આચાર્ય વિજયરત્નસુંદરસૂરિજી

એવરેસ્ટનું શિખર સર કરવા
તત્પર બની જતા પોતાના સાહસિક
પુત્રને બાપ એટલું જ કહે છે કે
બેટા ! પરાક્રમીઓએ ખેડેલો આ માર્ગ છે
એ ખ્યાલમાં રાખીને આ રસ્તે કદમ માંડજે !
મને બરાબર ખ્યાલ છે કે અનંત અનંત કાળથી
આત્માને વળગેલા કુસંસ્કારોની હોળી કરવા તત્પર
બની ગયેલા મને, કર્મોની કાયમી શિરજોરીને સાફ
કરી નાખવા સાધના માર્ગે ડગ માંડવા તત્પર બની
ગયેલા મને આપ સાવધ કરવા આ જ કહી રહ્યા છો
કે કાચી છાતીવાળા માટે તો આ માર્ગ જ નથી. આ
માર્ગ તો ખેડ્યો છે પરાક્રમી પુરુષોએ, જેમણે મસ્તકે
સગડી મુકાઈ ત્યારેય મગજને શીતળ રાખ્યું અને
ચામડા ઉતારનારનેય જેમણે વાત્સલ્ય આપ્યું, એવું
પરાક્રમ દાખવનારા પુરુષોએ ખેડેલો આ માર્ગ છે.
તું ખુશીથી ચાલ્યો આવ આ માર્ગે,
પણ યાદ રાખજે,
તારેય આવું જ પરાક્રમ દાખવવાનું છે.
ક્રોધ સામે ક્ષમા, કપટી સામે સરળતા,
દ્વેષ સામે પ્રેમ, હિંસક સામે અભયદાન
આવું પરાક્રમ દાખવવાની તૈયારી તારા
જિગરમાં ભરીને પછી જ આ માર્ગે
કદમ મૂકજે. જંગ જીતી જઈશ.

'પ્રભુ વીર કહે છે' માંથી સાભાર

સુખની શોધ-૨

- શ્રી સ્વામી કૃષ્ણાનંદજી

ફક્ત બાહ્ય વસ્તુઓને જાણવાની જ મુશ્કેલી નથી, પરંતુ પોતાની જાતને જાણવાની પણ છે. પોતાની જાતને પ્રશ્ન પૂછો : હું કેવા પ્રકારની વ્યક્તિ છું ? ઘણા લોકોની વચ્ચે વિચારવાથી કંઈ મળશે નહિ. તમારા ઓરડામાં ચાલ્યા જાઓ, બારણું બંધ કરો, ટેલિફોન ઊઠાવીને નીચે મૂકો અને પછી આંખો બંધ કરી વિચાર કરો : હું કેવા પ્રકારની વ્યક્તિ છું ? આપના સંબંધી આપમેળે અંદરથી અનુભૂતિ થશે. જે તમારા પોતાના પૂર્વાનુમાનથી જુદી હશે.

સામાજિક સંબંધોથી દૂર, ધન-સંપત્તિથી દૂર, ગાઢ એકાંતમાં એક ખૂણામાં એકલા બેસીને જ્યાં પોતાનું માની શકાય એવું કોઈ જ ન હોય એવી સ્થિતિમાં જો આપ આપની જાતને પૂછો કે ''હું શું છું ?'' તો આપને શું ઉત્તર મળશે. આ પ્રશ્નનો ઉત્તર ફક્ત 'ક્લેષ'માં મળશે. તમને લાગશે કે તમારા હાથમાં કંઈ જ નથી. તમે જેવા આવ્યા હતા તેવા જ જવાના છો અને એવા જ તમે જીવન ગુજારી રહ્યા છો. આપની મહત્તા મુખ્યત્વે આપના સામાજિક સંબંધો તથા આપના દ્વારા રચેલા માનવીય સંબંધોને લીધે છે. તે સંબંધો ન હોય તો તમે શું છો ? જ્યારે કોઈને પણ તમારી જરૂર ન હોય અને જ્યારે તમારી પાસે પોતાનું કહી શકાય તેવું કંઈ જ ન હોય, જ્યારે તમારા પગ નીચેની ધરતી ધ્રૂજતી હોય અને જ્યારે તમે તમારા પગ પર ઊભા રહેવા માટે પણ અક્ષમ હો, જ્યારે તમે બધું જ ગુમાવી બેઠા હો અને પોતાનું કહી શકાય એવું કંઈ પણ બચ્યું ન હોય તે સમયે આપને કેવું લાગશે ? તે સમયે તમે શું છો તેનો તમને અનુભવ થશે.

મનુષ્ય તેના જીવન પર્યન્ત અહંકારરૂપી હવા ભરેલા પરપોટા જેવો છે. અહંકાર તમારું પેટ ભરી શકતો નથી, તે તો તમારા વ્યક્તિત્વનું રક્ષણ કરે છે. અહંકાર તમારી શક્તિને ખેંચીને એવી જ્ઞાનાનુભૂતિ તરફ લઈ જાય છે, કે જે તમને એવા ભ્રમિત કરી દે છે કે તમારી દૃષ્ટિમાં તમે જ મહત્ત્વના લાગો છો, પરંતુ ખરેખર તો તમે જેટલા વધુ અહંકારી બનો છો, એટલા જ વધુ નિર્બળ બની જાઓ છો. આ પરિસ્થિતિમાં તમારી મહત્તાનો દાવો કરનાર તમે કોણ છો ? દરેક વસ્તુ મહત્વહીન બનતી જાય છે, એટલે સુધી કે તમારું શરીર કંપી રહ્યું છે અને મન અનિયંત્રિત ચકરડીની માફક આમતેમ ઘૂમી રહ્યું છે.

મહાકાવ્ય ગીતાના મહાન નાયક અર્જુનને પણ આવું જ થયું હતું, જેનું વર્ણન ગીતાના પ્રથમ અધ્યાયમાં મળી આવે છે : બધું જ જતું રહ્યું, કંઈ પણ બચ્યું નહિ તે સમયે આપને રોવું કે શું કરવું તેની ખબર પડતી નથી. તમે ડૂબી રહ્યા છો, તૂટી રહ્યા છો, ચૂર-ચૂર થઈ રહ્યા છો, વિશ્વને તમારી કોઈને જરૂર નથી એમ લાગી રહ્યું છે. તે વખતે તમારી શું મહત્તા છે ? જો આ સ્થિતિમાં પણ કોઈ મહત્તા બચી રહેલી હોય તો તે તમારો વાસ્તવિક સ્વભાવ છે, પરંતુ જો આ કષ્ટદાયક પરિસ્થિતિમાં તમારી અંદર કંઈ પણ બચ્યું ન હોય તો તમે મુશ્કેલમાં આવી જાઓ છો.

સનત્કુમારે નારદ મુનિને કહ્યું : ''તમે તમારી પંડિતાઈના અહંકારને કારણે મુશ્કેલીમાં મૂકાયા છો. મહામુનિ સનત્કુમાર ક્રમશઃ ઉપદેશો આપી નારદજીના મનને વિશાળ અને વધુ વિશાળ અનુભૂતિ તરફ દોરી ગયા. એક વાત ખાસ ધ્યાનમાં રાખવી જોઈએ કે સાધનાની પ્રક્રિયા એવી છે કે જેમાં આપણે ધીમે ધીમે આપણી જાતને સમજવા જાણવા લાગીએ છીએ. પરંતુ પોતાની જાતને જાણવાની શું જરૂર છે ? ફરીથી આપણે નારદજીએ વર્ણન કરેલી પંડિતાઈના વર્ણનની ઊંડી ખાઈમાં ન પડી જઈએ માટે.''

આ સંદર્ભમાં ધ્યાનમાં રાખવાનું એ છે કે આપણે સામાજિક સંબંધોનું કેન્દ્ર નથી, કારણ કે તે સંબંધો ઈતિહાસમાં આપણે જોઈએ છીએ તે પ્રમાણે ગમે તે ક્ષણે તૂટીને વિખરાઈ જાય છે. ફક્ત આપણું શરીર બચે છે. પણ શરીર તો અવિશ્વસનીય છે. મૃત્યુ તેને કઈ ક્ષણે આવી મળશે તે કહેવાય નહિ.

તમે સારી રીતે જાણો છો કે તમે મૃત્યુ પછી પણ રહેવાના છો. તમને કદીપણ એવો અનુભવ થશે નહીં

કે શારીરિક વ્યક્તિત્વ તેમ જ સામાજિક સંબંધો નષ્ટ થવાથી તમે મટી ગયા છો. તમે સદૈવ 'તમે છો' એવો અનુભવ કરતા રહેશો. આ શરીર છે, મન છે, મિત્રો અને સંબંધીઓ છે, ધનસંપત્તિ છે. આમાંથી કોઈને માટે પણ તમે પોતે છો એમ કહી શકાશે નહિ. આવું એટલા માટે છે કે તમે તમારી જાતને સંબંધોથી મુક્ત કરી રહ્યા છો, તે એટલે સુધી કે શરીરના બંધનથી પણ મુક્તિ ઈચ્છો છો અને આ વિશાળ બ્રહ્માંડમાં તમે ક્યાં ઊભા છો તે જાણવાનો પ્રયત્ન કરી રહ્યા છો.

સનત્‌કુમાર એક મહાન બુદ્ધિમાન મનોવૈજ્ઞાનિક અધ્યાપકની માફક નારદજીને બોધ આપે છે. આ રીતે નારદજી એવા આશ્ચર્યકારક નિષ્કર્ષ ઉપર પહોંચે છે કે કોઈ પણ વસ્તુ પ્રાપ્ત કરવામાં તમારું સુખ સમાયેલું નથી. ખરેખર તો ખરું સુખ તમારી પોતાની જાતને પ્રાપ્ત કરવામાં-ઓળખવામાં સમાયેલું છે. આપણે આગળ કરેલા વિવેચનમાં જોઈ ગયા છીએ કે વિશ્વમાં આપણે કશાને પણ આપણા સ્વામિત્વમાં રાખી શકતા નથી, પછી તે શરીર હોય કે સંબંધીઓ હોય અને છતાં આપણે અસ્તિત્વમાં છીએ અને પોતાની કઠિન પરિસ્થિતિનું યોગ્ય સમાધાન કરવા માટે પ્રયત્ન કરી રહ્યા છીએ.

સનત્‌કુમારનો અંતિમ ઉત્તર એવો છે કે આપણને જ્યાં સુધી દરેક વસ્તુનું જ્ઞાન ન હોય ત્યાં સુધી આપણે કંઈ પણ જાણી શકતા નથી. ઉદાહરણ તરીકે, કોઈ નિષ્ણાત ડોક્ટરને તે જ્યાં સુધી તેને આપણા શરીરની પૂરી રચના તથા શરીરવિજ્ઞાનનું જ્ઞાન ન હોય ત્યાં સુધી શરીરના કોઈ એક ભાગમાં થતી પીડાને સમજી શકતો નથી. શરીરના કોઈ એક ભાગમાં શું થયું છે તે જાણવા માટે પ્રથમ સમગ્ર શરીરનું જ્ઞાન હોવું જોઈએ. જો આપણે એવી જ વિશ્લેષણ વિધિનો પ્રયોગ પોતાના ઉપર કરીએ તો જણાશે કે આપણે વિશ્વની ફક્ત એક વસ્તુની નહીં પણ વિશ્વની દરેક વસ્તુની માગણી કરી રહ્યા છીએ અને તેથી કોઈ વસ્તુ ગમે તેવી સહેલાઈથી મળી શકતી હોય છતાં તેની અધિક સુલભતા આપણને સંતોષ આપતી નથી કારણ કે જેટલું કંઈ આપણી પાસે છે તેનાથી ઘણું અધિક બીજું અન્ય પણ છે તેવો આભાસ આપણને થતો રહે છે અને તેને પણ આપણે કેમ મેળવી શકતા નથી તે ખૂંચે છે.

શક્ય હોય તો આપણે પૃથ્વી પર શાસન કરવા ઈચ્છીશું. પરંતુ સમ્રાટના રૂપમાં આપણે ફક્ત પૃથ્વીની સપાટી પરના શાસનથી અટકીશું નહીં, કારણ કે આકાશ અને તારા વિશેનું આપણું અજ્ઞાન આપણને દુભવતું રહેશે. આકાશ અને તારા વાયુથી ઉપર, પૃથ્વીથી ઉપર છે, જાણે કે તેઓ આપણને કહી રહ્યા હોય કે આપણે તેમના વિશે કંઈ જ જાણતા નથી.

આપણે એવા નિષ્કર્ષ પર આવીએ છીએ કે સ્વામિત્વ જેવું કંઈ છે જ નહિ અને જો એવું હોય તો આપણે પૃથ્વી, આકાશ અને તારાઓના સ્વામી કેમ બની શકતા નથી. તો પછી સુખી થવા માટે આપણે દરેક વસ્તુને જાણવી જોઈએ એમ કહેવાનો શું અર્થ છે ? તમારા ધ્યેયની સાથે અભિન્નતા સ્થાપિત કરીને જ દરેક વસ્તુને જાણવી જોઈએ, કારણ કે જો તમે ધ્યેય (જ્ઞેય)થી અલગ હશો તો તે તમારી પકડથી બહાર રહેશે, પછી તે પૃથ્વી હશે કે તારા હશે કે આકાશ હશે. જે કંઈ તમારાથી બાહ્ય હશે તે તમારી પકડમાં આવશે નહિ. જે કદી તમને છોડશે નહિ અને સદા આપની સાથે રહેશે તે તમારાથી અભિન્ન રહેશે.

તો પછી સનત્‌કુમાર કયા નિષ્કર્ષ ઉપર પહોંચ્યા ? 'यो वै भूमा तत् सुखम्' મનુષ્યની સુખાનુભૂતિના વિષયમાં આ ઉચ્ચતમ ન્યાયાલયનો અંતિમ નિર્ણય છે- 'અનંત જ સુખદાયક છે, સીમિત પીડાદાયક છે.' આપણું શરીર તેમ જ વ્યક્તિત્વ સહિતની વિશ્વની દરેક વસ્તુ સીમિત છે અને તેથી દરેક વસ્તુ વ્યક્તિત્વની અમર્યાદિતતાથી પીડિત છે. દરેક સીમિત જીવના અંતર્તમમાં એક સરખું સામ્રાજ્ય કરી રહેલી અસીમતા દ્વારા જ સીમિત વ્યક્તિત્વની અમર્યાદિત ક્ષમતા પર વિજય પ્રાપ્ત કરવામાં આવે છે. જ્ઞાનાનુભવની સપાટી પર આપણે એક બિંદુ જેવા દેખાઈએ છીએ, પણ તે બિંદુની પાછળ એક સાગર ગરજી રહેલો છે. આ ગરજતો સાગર જ અનંત જીવન છે.

અનંતનો અર્થ સીમિત વસ્તુઓનો વિશાળ ભંડાર એવો થતો નથી. આપણે કહીએ છીએ કે અમુકની પાસે અસીમિત ધન છે. ''અનંત'' શબ્દને આપણે આ સંદર્ભમાં સમજવાનો નથી. અસીમિત ધન એટલે સીમિત ધનના ઢગલાઓનો સંગ્રહ, પરંતુ અનેક સીમિત વસ્તુઓ મળીને અનંતનું સર્જન થઈ શકતું નથી અને તેથી

(અનુસંધાન પાન-૧૫ પર)

ગીતાજયંતી - ઉદ્‌બોધન

પ્રવક્તા : નિવૃત્ત શંકરાચાર્ય મહામંડલેશ્વર શ્રીમત્ સ્વામી સત્યમિત્રાનંદગિરિજી મહારાજ

પરમ તેજસ્વી, મહા ઓજસ્વી યોગાચાર્ય આદરણીય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ તેમની સાથે બિરાજેલ સર્વે સંતો, મહાપુરુષો, આત્મબંધુઓ અને માતૃવૃંદ. આજે હું ઇંદોરથી આવ્યો છું. જામનગરના સુપ્રસિદ્ધ શ્રી આણદાબાવા આશ્રમના પ્રેમી સંત શ્રી દેવપ્રસાદજી મહારાજના પ્રેમ નિમંત્રણે તેમના જ્ઞાનયજ્ઞમાં મારી અંજલિ આપવા જઈ રહ્યો છું. જ્યારે શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રી હરિદ્વાર પધારે છે, ત્યારે મને અમારાં ભારતમાતા મંદિર અથવા રાઘવકુટીરમાં અવશ્ય દર્શન આપે છે, એટલે જ્યારે હું અમદાવાદ આવું ત્યારે મારું પણ કર્તવ્ય અહીં તમો સૌના દર્શને આવવાનું થાય છે, આમ આજે શ્રદ્ધેય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજને મળવા જ માત્ર આવ્યો છું.

પ્રવચન કરવાનું કોઈ કારણ નથી, છતાં આજે પવિત્ર માર્ગશીર્ષ શુકલ પક્ષની એકાદશી અને ગીતા જયંતી છે તેથી તે વિષયે ચિંતન આવશ્યક છે. ઈશ્વરે મને કૃપા કરીને ખૂબ જ લૌકિક સંપત્તિ આપી છે, પરંતુ મારી સૌથી મોટી મૂડી સંતોનો મારા પ્રત્યેનો જે આદર અને પ્રેમ છે, તે જ છે. તમો એક લોખંડની ખીલી લો અને પાણીમાં મૂકો તો તે ડૂબી જશે, પરંતુ આ બધી ખીલીઓ ભેગી થાય અને સામૂહિક તરણનો નિર્ણય કરે તો સંભવ થઈ શકે, લાકડાંની નૌકા બને, તેમાં હજારો ખીલીઓ હોય છે અને બધી જ તરે છે, કારણ કે આ લોખંડે-લાકડાંનો આધાર લીધો છે. ગીતા પણ આવો જ અદ્‌ભુત આધાર છે. જેમણે પણ ગીતાના આશ્રયે જીવન યાપન કર્યું છે, કે ગીતા પ્રમાણે જેઓ જીવન જીવ્યા છે, તેમનાં જીવન સદૈવ સાર્થક થયાં જ છે. ભગવાન ભાષ્યકાર આચાર્ય શંકરથી માંડીને આચાર્ય વિનોબાજી સુધી સૌએ ગીતાનું વિષદ ચિંતન કર્યું છે. જે પણ તત્ત્વચિંતકો ગીતાનું અધ્યયન અધ્યાપન કરે છે, તે સૌ આચાર્ય થયા છે, ક્યારેક તો તેમની આચાર્ય થવાની કોઈ ક્ષમતા જ હોતી નથી, પરંતુ ગીતામનન તેમને આચાર્યપદે સ્થાપિત કરે છે. ગીતાની કૃપા વડે જ તેઓ આચાર્ય બને છે. જેમણે પણ ગીતાના અમૃતનું પાન કર્યું છે, તેઓના જીવન વસ્તુતઃ સાર્થક થયાં છે.

મેં તમોને કહ્યું કે, ગીતાની કૃપા અને સંતોની કૃપા જ માનવ જીવનનો હેતુ સિદ્ધ કરી શકે, આ વાતનું પૂર્ણ સમર્થન તુલસીના ચિંતનથી કરી શકાય.

'સંત વિશુદ્ધ મીલહીં તેહી ચિતવત રામ કૃપા કરી દેહી।'

આપણે ભગવાનને જોઈએ છીએ; ભગવાન આપણને શા માટે ન જુએ. તમો સંતોનાં દર્શન કરો, સંતને નિરખી લો, ભગવાને જોવું જ પડશે. જેને સંતનું સાતત્ય મળ્યું છે, તેના ઉપર ભગવત્ કૃપા અવશ્ય થવાની જ છે.

શબરી સો વર્ષની થવાની હતી. ત્યાં સુધી તેણે સંતોની સેવા કરી. એક મહાત્માએ બાર વર્ષ સુધી ભ્રમણ કરીને શબરીની તપોભૂમિને શોધી કાઢી. લાખો વર્ષો વીત્યા લોકો શબરીને ભૂલ્યા નથી. ત્યાં શબરીની તપશ્ચર્યા સ્થળી ઉપર જબરો મેળો થાય છે. આદરણીય નરેન્દ્ર મોદીએ હેલિકોપ્ટરની વ્યવસ્થા કરી આપેલી, મને પણ આ શબરી-આલયનાં દર્શન કરવાનું સૌભાગ્ય મળ્યું છે. લાખો લોકો ત્યાં આવે છે. શબરી પ્રત્યેની પોતાની શ્રદ્ધાનાં સુમન ત્યાં અર્પણ કરે છે. આપણને આપણી ચોથી પેઢી કોણ ? ભાગ્યે જ ખબર છે. રાવણની ચોથી પેઢી કોણ ? જાઓ લંકા... શોધી કાઢો. પરંતુ આપણને શબરીમાતા પ્રત્યે અનન્ય પૂજ્યભાવ છે. તેણે માતંગ ઋષિનું શરણ સ્વીકાર્યું હતું. સંતે તેને કહ્યું, 'સેવા કર - સ્મરણ કર.' શબરીએ રામ ચિંતન કર્યું. સંતોના આશ્રમોમાં જઈ બ્રાહ્મમુહૂર્તે સંતો સ્નાન સંધ્યા અર્થે નદી તળાવે જાય ત્યારે ત્યાં લીંપણ કર્યું. સમિધો મૂકી. પૂજાર્થે સુગંધિત પુષ્પથાળ મૂક્યા, દૂર્વા મૂકી. સંતો જાણે નહીં, તેમ સેવા કરી. સો વર્ષ સુધી તેણે તેની મૂક સાધના કરી, તેની જાણ કોઈ દિવસે કોઈને પણ થવા દીધી નહીં. એક દિવસ એક સંતે તેને જોઈ કહ્યું, 'તમારા કેશ હવે શ્વેત થયા છે. આંખોની દૃષ્ટિ ઓછી થઈ છે. શરીરમાં જોમ રહ્યું નથી. તમોને હજુ સુધી રામ મળ્યા નથી, આ સેવાની સાર્થકતા શું ?'

'શ્રદ્ધાવાન લભતે જ્ઞાનમ્' શબરીને તેના ગુરુના શબ્દોમાં અખૂટ શ્રદ્ધા હતી, મને મારા ગુરુએ કહ્યું છે, મારું તપ ફળે કે નહીં, મારા ગુરુનું વચન ફળશે જ. લોકો LICની પોલિસી લે છે, વિચાર કરે છે કે ન કરે નારાયણ અને મને કોઈ દિવસ કંઈક થઈ જાય તો ? LICના કાગળો લોકો સાચવી રાખે છે. અરે ! ભજન કરો ! તમારું ઈન્સ્યોરન્સ થયેલું જ છે. સુરદાસની જેમ બંધ આંખે પ્રભુ દર્શન થશે. મીરાંની જેમ અંતરમાં ભગવાન પ્રગટ થશે. બાહ્યદર્શનથી વિશેષ આંતરદર્શન છે. પ્રભુ અંતરતરે પ્રકટ થશે. જેમની વાસનાનો ક્ષય થાય છે, તેમને મોક્ષ મળે. આ ભગવદ્ગીતા વાસના ક્ષયનો માર્ગ છે ગીતાનું ચિંતન, મનન, પાઠ હૃદયમાં ધારણ કરવાથી મોક્ષપ્રાપ્તિનો માર્ગ મળે છે.

ગીતા અતિ પવિત્ર ગ્રંથ છે. તે સાર્વજનિક ગ્રંથ છે તે માત્ર હિંદુ મુસલમાન કે કોઈ જાતિ માત્રના બંધનમાં બંધાયેલો ગ્રંથ નથી. પ્રભુને ખબર હતી, શ્રીકૃષ્ણ અંતરયામી હતા. વિશ્વનું ગ્લોબલાઈઝેશન થશે. ગીતા વિશ્વના જીવ માત્રના કલ્યાણ માટેનો ગ્રંથ છે. ગીતા મારી તમારી નહીં 'સર્વભૂતહિતેરતાઃ' સમગ્ર સંસારના કલ્યાણ માટેનો ગ્રંથ છે. લોકો જંગલનાં પ્રાણી મગરમચ્છ, હરણ, સિંહ, સસલાં કે અજગરને મારે છે. પોતાના સ્વાર્થ માટે હિંસા કરે છે. ગીતાનું અધ્યયન પ્રમાણિકપણે કરવામાં આવે તો અહિંસાની વાત કરવી નહીં પડે. સમગ્ર સંસારમાં પ્રેમનું સામ્રાજ્ય સ્થાપિત થઈ શકે. આતંકવાદ દૂર થઈ શકે. પછી 'એલર્ટ'ની સૂચના આપવી નહીં પડે, પછી રેલગાડીઓ ઊડશે નહીં, શાંતિનું સામ્રાજ્ય સ્થપાશે.

આપણા વેદો બહુ જ પ્રાચીન ગ્રંથો છે. રોમા રોલાં, મેક્ષ મૂલર, શોપનહેર તે વિષયે ચિંતન કર્યું છે, પરંતુ આપણે વેદ જયંતી, રામાયણ જયંતી, ભાગવત જયંતીઓ ઉજવતા નથી. ગીતા જયંતી ઉજવીએ છીએ. ગીતાનો પ્રાકટ્ય મહોત્સવ ઉજવાય છે. ગીતા આકાશ, પાતાળ અવકાશની સીમામાં બંધાયેલ નથી. મેં જ્યારે જાણ્યું કે સુનિતા વિલિયમ આકાશમાં ગઈ ત્યારે પોતાની સાથે ગીતાજી લઈ ગઈ તેથી મને ખૂબ જ આનંદ થયો. ગીતાજીએ અંતરિક્ષની યાત્રા પણ કરી. ગીતાને કર્મકાંડનાં બંધનો નથી. તેની પોતાની મર્યાદા, સંયમ અને નિયમ બહુજનહિતાય માટેના છે. જે ગીતોક્ત આચાર વિચારનું જીવન યાપન કરે છે, તેની આંતરચેતનામાં અલૌકિક શક્તિ સંચાર થાય છે. ગીતા સગુણ સાકાર ભક્તો માટે છે, તેટલી જ વેદાંતીઓ માટે પણ ઉપયોગી છે. 'દ્વે વિદ્યે વેદિતવ્યે પરા શ્ચૈ અપરા ચ' માર્ગ ગમે તે હોય લક્ષ્ય એક જ છે. તમો શિવાનંદ આશ્રમે કોઈ પણ માર્ગે આવો, કોઈ પણ દરવાજાથી આવો, લક્ષ્યે પહોંચવાના જ છો. વાહન ભલેને જુદા જુદા હોય, માર્ગ પણ પૃથક્ પૃથક્ હોય લક્ષ્ય-ગન્તવ્ય પ્રાપ્તિ થશે જ, બસ ચાલ્યા જ કરો.

સુખની પ્રાપ્તિ પદાર્થોથી થતી નથી. સુખની પ્રાપ્તિ આત્માથી મળે છે. તેને આનંદ કહેવાય. પદાર્થો ઐન્દ્રિયજન્ય નાશવાન તાત્કાલિક સુખની ભ્રાન્તિ આપે છે. પદાર્થો પ્રત્યેની આસક્તિનો વિનાશ જ બ્રહ્માનંદપદ આપે છે. આ પરમપદનો માર્ગ ગીતા પ્રદર્શિત કરે છે. ગીતાનો આશ્રય લો, બ્રહ્માનંદની પ્રાપ્તિ થશે જ. ગીતાએ કહ્યું છે કે

તપસ્વિભ્યોઽધિકો યોગી જ્ઞાનીભ્યોઽપિ મતો ધિકઃ ।
કર્મિભ્યશ્ચાધિકો યોગી તસ્માત્ યોગી ભવાર્જુન ॥
(ગીતા ૬-૪૬)

આસન પ્રાણાયામથી લાભ થાય છે. આંતરશુદ્ધિ થાય છે. જે જે ઉપાયથી ચિત્તશુદ્ધિ થાય તે બધા જ ઉપાય યોગમાર્ગે લઈ જાય. તપ કરીએ, કર્મ કરીએ, જ્ઞાન મેળવીએ, અંતે યોગમાર્ગે વળવું જ પડશે. કારણ યોગ જ શ્રેષ્ઠ માર્ગ છે. યોગી શ્રેષ્ઠ છે. યોગ એટલે અનુસંધાન જોડવું. પ્રભુ સાથેનું ઐક્ય. તમો એક વાર પ્રભુની શરણાગતિ સ્વીકારો, પરમાનંદની પ્રાપ્તિ થશે. એક મહાત્મા રોજ સમાજ વચ્ચે-વસતિ વચ્ચે આંટો મારી જતા અને કહેતા - 'આતા હું રોજ બસ્તીમેં મગર રહેતા અપની મસ્તીમેં.' જે પરમાત્માની મસ્તીમાં મસ્ત છે, તેને લોકો હોય કે નહીં ? તેને લોક સમાજનાં બંધન નથી.

ગીતાનો આવિર્ભાવ નદીતટે કે ઋષિમુનિની પર્ણકુટીમાં ગુફા-ગિરિ-કંદરા કે સમુદ્રતટે અથવા હિમગિરિ શૈલશિખરો પર થયો નથી. ગીતા યુદ્ધના મેદાનમાં કહેવામાં આવી છે. અહીં તો તે સૌ મોતના સોદાગર છે. કોઈએ મને કહ્યું કે પુરુષને મોતનો

સોદાગર કહી શકાય તો સ્ત્રીને 'મલિકાએ મોત'નો ખિતાબ પણ આપી શકાય કે નહીં ? મોતની સામ્રાજ્ઞી !!! જગતમાં રહેશો તો આવું બધું સાંભળવા મળશે. જગતમાં અશિષ્ટતા છે. ગીતામાં પાવકતા છે-પવિત્રતા છે, ધન્યતા છે.

પ્રભુ તો કહે છે, ''તસ્માત્ સર્વેષુ કાલેષુ મામ્ અનુસ્મર યુધ્યચ''

ભગવાન કહે છે કંઈ પણ કામ કરો, મને તમારી સાથે તમારાં સ્મરણમાં રાખો, તમારી ભક્તિમાં ઓટ ન આવવા દો. અનુસ્મર કહ્યું છે, વારંવાર પુનઃ પુનઃ સ્મરણ કરો. એક વાર ચા પીવાની ટેવ પડી જાય, પછી ચા વગર ચાલતું નથી. પરમાત્માનાં ચિંતનનું સેવન કરો. પરમાત્માને હૃદયમાં સ્થાપિત કરો. પછી પરમાત્મા સિવાય બીજો કોઈ ભાવ-આકાંક્ષા ઈચ્છા નહીં રહે.

જહાં કામ તહાં રામ નહીં, જહાં રામ તહાં નહીં કામ.
તુલસી દોનો ન રહે, દિન રજની એક ઠામ.

આપણે પાપને મારવાનું નથી. તે જાતે મરશે. પ્રભુનું નામ જેટલું તમારી અંદર જશે, તેટલું પાપ ઓછું થશે. પ્રભુનું સ્મરણ જ તમારું રક્ષણ કરશે. પ્રભુને તમારા જીવનનો ભાગીદાર બનાવો. તમો લૌકિક પ્રોજેક્ટ બનાવો છો. સરકારી ટેબલ ઉપર પ્રોજેક્ટ પાસ કરાવવા પેપર વેઈટ મૂકવું પડે છે. પ્રભુને ચાહો. આ જગત બધું તેનું જ છે, તે સંપત્તિ આપ્યા જ કરશે. તમો જે કંઈ પણ ધંધો કરો, લાકડાંનો હોય કે લોઢાનો તે બધું કુદરતમાંથી જ આવે છે. સોનું કે હીરા તે પ્રકૃતિમાંથી જ મળે છે. માટે કુદરતને ચાહો. તે પ્રભુનું સ્વરૂપ જ છે. અભિમાન કદીયે ન રાખશો. આ બધું પ્રભુનું જ છે. તમો તો તેની સફાઈ કરીને રિફાઈન કરીને ઉપયોગ કરો છો. મિત્રોનું, જાતિનું, પુરુષત્વનું, રૂપનું, ગુણનું, ધનનું અભિમાન ત્યાગો પરંતુ અભિમાન રાખવું જ હોય તો દાસત્વનું રાખો.

અસ અભિમાન જાઈ જની મોરે
મૈ સેવક રઘુપતી પતી મોરે ।

જે વિનમ્ર છે, શીલવાન છે, જ્યાં દાસત્વ છે, ત્યાં જ શાંતિ છે, સમૃદ્ધિ છે, માટે પ્રભુના દાસ બનો. તત્ત્વદર્શી મહાત્માઓ પાસે જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરો છાપાંઓમાં બધી બહુ જાહેરાતો આવે છે. સ્વામી વિવેકાનંદે શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસદેવને કહેલું, 'હું તમારી ઈશ્વર ભક્તિ અને સાક્ષાત્કારની વાતો છાપામાં છપાવું ?' શ્રીરામકૃષ્ણદેવે કહ્યું, 'કમળ ખીલે છે, ભ્રમરને આવવા માટે જાહેરાત કરવી પડતી નથી.' ગઈ કાલે ઇંદોરના પ્રવચનમાં હું વિનોદ કરતો હતો, 'મને કળિયુગ મળવા આવ્યો હતો, ભયંકર કાળો ભૂત ભયાનક,' મેં કહ્યું, 'કેમ આવ્યો ? તું સતયુગ, ત્રેતા દ્વાપરમાં ન આવ્યો, હવે કેમ આવ્યો ?' તે કહે, 'હવે સત્ત્વ રહ્યું નથી માટે આવ્યો.' શ્રીકૃષ્ણ કહે છે, 'મનુષ્યાણાં કશ્ચિત્ સહસ્રેષુ' હજારો લોકોમાં કોઈ એક વ્યક્તિ પર પ્રભુકૃપા થાય છે, સંતની કૃપા હોય, તમારી સંતમાં નિષ્ઠા હોય, પવિત્ર વિચાર, વાણી વ્યવહાર હોય, પવિત્ર વાતાવરણમાં રહેતા હો તો કૃપા, ઉપદેશ, આધ્યાત્મિક ઊર્જા અને ઈશ્વર અનુગ્રહ તમારી સાધન સંપત્તિથી અવશ્ય મળશે. તસ્માત્ સર્વેષુ કાલેષુ - અર્થાત્ તમો વિદ્યાર્થી છો, ગૃહિણી છો કે વ્યાપારી છો, તમારાં સૌ સૌનાં જીવનના ચઢાવ-ઉતારના તમામ પ્રસંગે પ્રભુનું વિસ્મરણ ન કરો. આંતરકલહ તો ચાલશે, ત્યાં રાગદ્વેષ ક્રોધ-લોભના યોદ્ધાઓ સંઘર્ષ કરે છે, ભગવાનનું અમોને સાન્નિધ્ય છે, તે પાંડવોને ખબર હતી. તેથી તમામ દુઃખ વચ્ચે પણ તેઓએ માનસિક સંતુલના ન ખોરવી.

સંતો, મહંતો, માતા-પિતા ગુરુજનોની વિનમ્રતાથી સેવા કરો, તેમને પ્રણામ કરો, અભિમાન જશે, અભિમાન ત્યાગ થાય, જિજ્ઞાસા ઉપજે પછી જ જ્ઞાન પ્રાપ્તિ થાય. તમો ગુરુનો ફોટો રાખો, પાદુકાજી પધરાવો પણ આંતરશુદ્ધિ ન હોય તો બધું શું કામનું ? પછી મહાપુરુષના તીરોધાન પછી દુઃખી દુઃખી થઈ જશો. ગુરુ પાસે માત્ર બ્રહ્મજ્ઞાન જ માગો. તેમની પાસે વિવેકમાર્ગની જ આકાંક્ષા કરો. અસત્યના માર્ગેથી સતના માર્ગે સંચરો. પરમાત્માનું ચિંતન તમોને તેનાં દિવ્યરૂપનું દર્શન અવશ્ય કરાવશે. કદાચ તમારી નિષ્ઠામાં હઠ આવે. તો હઠ પણ શ્રીરામ દર્શનની જ રાખવી.

કહા કહો છબી આપકી ભલે બને હો આપ
તુલસી મસ્તક તબ નમે જબ ધનુષ બાણ લો હાથ.

વૃંદાવનના બાંકે બિહારીના મંદિરમાં પ્રભુએ મુરલી ત્યાગીને ધનુષ બાણ હાથમાં ધારણ કરીને તુલસીને દર્શન આપ્યાં.

તમે ભગવાનને જે ભાવે ભજશો, તે ભાવે તે મળશે. *'યે યથા માં પ્રપદ્યન્તે તાં તથૈવ ભજામ્યહમ્.'* તમારી નિષ્ઠા છોડશો નહીં.

એક ભરોસો એક બલ, એક આશ વિશ્વાસ રામ શ્યામ ઘનશ્યામ હિત, ચાતક તુલસીદાસ

તુલસી ચાતક જેવી નિષ્ઠા રામ દર્શનની રાખે છે. સ્વાતિનું બિંદુ વરસે તો જ ચાતક મોં ખોલે અન્યથા નહીં, તેવું કહેવાય. પ્રભુ કહે છે, 'મમૈવાંશો જીવ લોકે જીવ ભૂતઃ સનાતનઃ' તમો પ્રભુના અંશ છો. પ્રભુનું પ્રત્યક્ષ સ્વરૂપ છો, તેનાથી પૃથક્ નથી. સાચું સુખ શાશ્વતી આનંદ બ્રહ્માનંદમાં છે. બાકી બાહ્ય વૈભવમાં નથી. તે જ આનંદ ચિરંતન છે. આજે અહીં સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીને મળવા આવ્યો હતો, તમો સૌ ભગવદ્ સ્વરૂપનાં દર્શન થયાં. તમો સૌ આવ્યા. તમારી પૂજા આ વાક્ય પુષ્પોથી કરવાનું સૌભાગ્ય મળ્યું. માધ્યમ ગીતા જયંતી છે, હું પણ ધન્યતા અનુભવું છું. વાણીને વિરામ આપું છું. ગીતાજીનું અધ્યયન કરજો. નિયમિત કરજો. હરરોજ એક શ્લોક વાંચો, વિચારો ધન્ય થશો. ૐ શાંતિ.

મૌન સાધના શિબિર, નારેશ્વર

દિવ્ય આત્મસ્વરૂપ,

ૐ નમો નારાયણાય. જય શિવાનંદ, સાદર પ્રણામ.

નૂતન વર્ષની સર્વ શુભેચ્છા સાથે પરમ કૃપાળુ પરમાત્માની કૃપા તથા પૂજ્યપાદ ગુરુદેવના આશીર્વાદ સદા આપ સૌ પર રહે તેવી પ્રાર્થના. જણાવતાં આનંદ થાય છે કે ગત વર્ષની જેમ આ નૂતન વર્ષમાં મૌન-ધ્યાન-જપની સાધના શિબિરનું આયોજન કર્યું છે. જે નર્મદામૈયાનાં સાંનિધ્યમાં શ્રીરંગ અવધૂત આશ્રમની બાજુમાં આવેલ શ્રીરંગ સેવા સદન, નારેશ્વરમાં થશે. શિબિરનું આયોજન તારીખ ૧૧ ફેબ્રુઆરી, સોમવારથી ૧૫ ફેબ્રુઆરી, શુક્રવાર ૨૦૦૮ સુધી કરવામાં આવેલ છે. શિબિર સ્થળે તા.૧૧-૨-૨૦૦૮ના રોજ સવારે ૧૦ કલાક સુધીમાં પહોંચવાનું રહેશે. નિત્ય પ્રાર્થના કે પ્રાર્થના સ્તોત્ર સંગ્રહ પુસ્તક, જપમાળા, ગીતાજી વગેરે આપની નિત્ય સ્વાધ્યાય સામગ્રી સાથે લાવવા વિનંતી. લિખિત જપ માટે નોટબુક-પેન અત્રેથી આપવામાં આવશે.

શિબિર માટે સેવા શુલ્ક માત્ર રૂા.૫૦૦/- રાખવામાં આવેલ છે. શિબિરમાં મોળું-મીઠા વગરનું, બાફેલું ભોજન આપવામાં આવશે. ટ્રાન્સપોર્ટની વ્યવસ્થા સાધકે પોતે કરવાની રહેશે. શિબિરમાં મર્યાદિત સાધકોને જ લેવાના હોઈ વહેલા તે પહેલાના ધોરણે નામ નોંધાવામાં આવશે. નામ નોંધાવવા તથા સેવા શુલ્ક આપવા શ્રી અરવિંદભાઈ મહેતા, શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદને તથા શ્રી ઉપેન્દ્રભાઈ પુરોહિત, 'ચિદાનંદ', ૩, શાંતિકુંજ બંગ્લોઝ, ઉત્કર્ષ વિદ્યાલય પાછળ, ગદાપુરા, વડોદરા-૧૫નો સંપર્ક મોડામાં મોડા તા.૩૧-૦૧-૨૦૦૮ સુધીમાં કરવા વિનંતી છે.

મૌન સાધના શિબિર, નારેશ્વરનો દૈનિક કાર્યક્રમ

તા.૧૧-૦૨-૨૦૦૮ના રોજ સવારે ૧૦થી ૧૧ શિબિર સ્થળે આગમન, સ્થળ ઉપરનું રજિસ્ટ્રેશન, રૂમ એલોટમેન્ટ, શ્રી દર્શન દીપ પ્રાગટ્ય સાથે શિબિરનું ઉદ્‌ઘાટન તથા પૂજ્ય સ્વામીજીનું સ્વાગત, શિબિર અંગેની માહિતી/સૂચનો. તા.૧૫-૦૨-૨૦૦૮ના રોજ મધ્યાહ્ન ભોજન બાદ પૂર્ણાહુતિ સમાપન.

સવારે ૦૫-૦૦ થી ૦૭-૦૦ મૌન ધ્યાન - જપ	બપોરે ૦૪-૦૦ થી ૦૪-૩૦ ચ્હા - વિશ્રાંતિ
સવારે ૦૭-૦૦ થી ૦૮-૦૦ અલ્પાહાર-વિશ્રાંતિ	બપોરે ૦૪-૩૦ થી ૦૫-૩૦ મૌન જપ
સવારે ૦૮-૦૦ થી ૧૦-૦૦ મૌન ધ્યાન	સાંજે ૦૫-૩૦ થી ૦૭-૦૦ નર્મદા તટે મૌન વિચરણ - સ્નાન
સવારે ૧૦-૦૦ થી ૧૦-૩૦ વિશ્રાંતિ	સાંજે ૦૭-૦૦ થી ૦૮-૦૦ સાયં ભોજન-વિશ્રાંતિ
સવારે ૧૦-૩૦ થી ૧૨-૦૦ મૌન - જપ	રાત્રે ૦૮-૦૦ થી ૦૯-૦૦ મૌન ધ્યાન
બપોરે ૧૨-૦૦ થી ૦૨-૦૦ ભોજન - વિશ્રાંતિ	રાત્રે ૦૯-૦૦ થી ૦૪-૦૦ સ્વાધ્યાય - શયન-વ્યક્તિગત પ્રાતઃ ચિંતન
બપોરે ૦૨-૦૦ થી ૦૩-૦૦ મૌન - ધ્યાન	
બપોરે ૦૩-૦૦ થી ૦૪-૦૦ મૌન - સ્વાધ્યાય	

મનાચે શ્લોક - મનોબોધ

- શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

અજામિલ

શ્રીમદ્ ભાગવતજીનો ષષ્ટમ્ સ્કંધ અજામિલ ઉપાખ્યાનથી આરંભ થાય છે. કાન્યકુબ્જનગર (કન્નોજ)માં એક દાસીપતિ બ્રાહ્મણ રહેતો હતો. તેનું નામ અજામિલ હતું. દુર્ભાગ્યે તે સદાચાર હીન હતો. સમાજની તમામ નિંદનીય વૃત્તિના આશ્રયે જીવન યાપન કરતો હતો. તેને દસ સંતાનો હતા. અઠ્યાસી વર્ષના આયુષ્યે તેને સૌથી નાનો પુત્ર પ્રાપ્ત થયો હતો. તેનું નામ તેણે નારાયણ પાડ્યું હતું. નાનકડાં બાળકની તોતડી ભાષામાં તેની બાળસુલભ ચેષ્ટાઓ જોઈને તે સદા હર્ષ અનુભવતો.

મૃત્યુ તો અનિવાર્ય છે. યમદૂતોને જોઈને તેણે આકસ્મિક પોતાના વહાલા બાળક નારાયણને બૂમ પાડી અને તે જ ક્ષણે ત્યાં યમદૂતો સાથે વિષ્ણુદૂતો પણ પ્રકટ થયા. આ નારાયણનો પોકાર આર્તનાદ હતો. હૃદયમાંથી ઉદ્ભવેલી વેદનાનું સ્પંદન. નારાયણ ! નારાયણ !

શ્રીમદ્ ભાગવદ્જીમાં વિષ્ણુદૂતો અને યમદૂતો વચ્ચે લાંબો સંવાદ છે.

યમદૂતોનું કહેવાનું હતું, ''જે પ્રાણી કર્મ કરે છે, તેનો સંબંધ ગુણધર્મ સાથે રહે છે. દેહવાન પુરુષ કર્મ વગર રહી જ ન શકે.''

ન હિ કશ્ચિત્ક્ષણમપિ જાતુ તિષ્ઠત્યકર્મકૃત્ ।
કાર્યતે હ્યવશઃ કર્મ સર્વઃ પ્રકૃતિજૈર્ગુણૈઃ ॥

(ગીતા : ૩:૫)

પ્રકૃતિને પરવશ બનીને પણ મનુષ્યે કર્મ કરવાં જ પડે છે અને કર્મ કર્યા વગર તેના જીવનની એક ક્ષણ પણ જતી નથી. યમદૂતો કહે છે, ''વેદોએ જે કર્મોનું વિધાન કર્યું છે, તે ધર્મ છે અને જેનો નિષેધ કર્યો છે તે અધર્મ છે. જે પ્રકારના કર્મ માનવ કરે છે, ધર્મ કે અધર્મયુક્ત તેણે તે જ પ્રકારનું ફળ પણ ભોગવવું પડે છે. દુર્ભાગ્યે અજામિલને કામ-પિશાચે પકડી લીધો હતો તેનું મન કામવાસના, ભોગ વિલાસ અને તેને માટે ચોરી લૂંટ હિંસાથી ધન ઉપાર્જન- પછી તેની ગતિ સદ્ગતિ કેમ થાય ?''

ત્યારે વિષ્ણુપાર્ષદોનું એમ કહેવાનું થયું કે, ''કોટિ કોટિ જન્મોની પાપ-રાશિનું પ્રાયશ્ચિત પ્રભુ નામનું સ્મરણ હૃદયથી આર્ત પોકારથી થાય તો તે જ ક્ષણે તેની સર્વ પાપોમાંથી સદ્યોમુક્તિ થાય છે. ચોર, દારૂડિયો, મિત્રદ્રોહી, બ્રહ્મઘાતી, ગુરુપત્નીગામી, એવા લોકોનો સંસર્ગી, સ્ત્રી, રાજા, પિતા કે ગાયનો હત્યારો અથવા તો ગમે તેવો મોટો પાપી હોય- તેનું બધાંનું પ્રાયશ્ચિત હરિનામનું ઉચ્ચારણ માત્ર છે.''

સ્તેન સુરાપો મિત્રધ્રુગ્બ્રહ્મહા ગુરુતલ્પગઃ ।
સ્ત્રીરાજપિતૃગોહન્તા યે ચ પાતકિનોઽપરે ॥

(ભાગવત : ૬:૨:૯)

યદ્ગોવિન્દેતિ ચુક્રોશ કૃષ્ણા માં દૂરવાસિનમ્ ।
ઋણમેતત્ પ્રવૃધ્ધં મે હૃદયાન્નાપસર્પતિ ॥

ભલે હું દૂર હતો પરંતુ દ્રૌપદીજીએ ગોવિંદ ગોવિંદ એમ જ કહેતાં - કરુણક્રંદન કરતાં જ મારા ઉપર તેમનું ઋણ ચઢી ગયું. મારા હૃદયનો ભાર એક ક્ષણ માટે પણ હું સહન કરી શકતો નથી. અર્થાત્ સત્વરે આવા ભક્તોની વહારે હું દોડી આવું છું.

આ યમદૂતો જ્યારે યમ પાસે અજામિલના પ્રાણ કે જીવ વગર પાછા ગયા, ત્યારે તેમણે યમધર્મ પાસે પણ આ વાત કરી હતી, ત્યારે યમરાજાએ પણ આ વાતનું સુંદર સ્પષ્ટીકરણ કરતાં કહ્યું હતું કે,

અહં મહેન્દ્રો નિર્ઋતિઃ પ્રચેતાઃ
સોમોઽગ્નિરીશઃ પવનોઽર્કો વિરિંચ ।
આદિત્યવિશ્વે વસવોઽથ સાધ્યા
મરુદ્ગણા રુદ્રગણાઃ સસિધ્ધાઃ ॥
અન્યે ચ યે વિશ્વસૃજોઽમરેશા ભૃગ્વાદયોઽસ્પૃષ્ટરજસ્તમસ્કાઃ ।
યસ્યે હિતં ન વિદુઃ સ્પૃષ્ટમાયાઃ સત્વપ્રધાના અપિ કિં તતોઽન્યે ॥

(ભાગવત : ૬:૩:૧૪/૧૫)

હે દૂતો ! હું, ઈન્દ્ર, નિર્ઋતિ (પાપોનો દંડ

આપનાર દેવતા નૈઋત્ય દિશાના અધિપતિ) વરુણ, ચંદ્રમા, અગ્નિ, શંકર, વાયુ, સૂર્ય, બ્રહ્મા, બાર આદિત્ય, વિશ્વદેવતા, આઠ વસુ, સાધ્ય, ઓગણપચાસ મરુત, સિધ્ધો, અગિયાર રુદ્ર, રજોગુણ અને તમોગુણ રહિત ભૃગુ કે પ્રજાપતિ તથા મોટા મોટા દેવતાઓ પણ સત્ત્વપ્રધાન હોવા છતાં ભગવાનની માયાને આધીન છીએ. પ્રભુના નામ સ્મરણ સમક્ષ અમારી કોઈ પણ શક્તિ કે ક્ષમતા સક્ષમ નથી. પ્રભુ સૌના સ્વામી છે. તેમનું નામ તેમનું જ સ્વરૂપ છે. તે સ્વયં પરમ સ્વતંત્ર છે. કોઈના બંધનમાં નથી.

ગુરુવાણીમાં પણ ગુરુનાનક દેવ કહે છે કે, ''નાનક નામ જહાજ ચઢે સો બેડા પાર'' ''નાનક નામ ચઢદી કલા'' નામ એટલે પ્રભુ સ્મરણનું જેણે શરણ સ્વીકાર્ય કર્યું તેનો સદૈવ જયજયકાર. જેણે નામનો આશ્રય લીધો છે, તેને ઉન્નતિ, ઉત્કર્ષ અને અભ્યુદય અવશ્ય વરે છે.

આ જ ભાગવત ધર્મ છે. ભાગવતનું રહસ્ય છે. તેને બ્રહ્માજી, દેવર્ષિ નારદ, ભગવાન શંકર, સનત્કુમાર, કપિલદેવ, સ્વાયમ્ભુવ મનુ, પ્રહ્લાદ, જનક, ભીષ્મપિતામહ, બલિ, શુકદેવજી અને હું (ધર્મરાજ) જ આ રહસ્યને જાણીએ છીએ. (ભાગવત ૬:૩:૨૦)

સંતોએ પણ ગાયું છે કે રામ સે બડા રામ કા નામ.

દિનાનાથ હા રામ કોદંડધારી
પુઢેં દેખતાં કાળ પોટીં થરારી
જના વાક્ય નેમસ્ત હે સત્ય જની
નુપેક્ષી કદા રામ દાસાભિમાની ॥ ૨૮ ॥

પદી રાધાવાચેં સદા બ્રીહ ગાજે;
બળે ભક્તરીપૂશિર્ઝં કાંબિ બાજે,
પુરી વાહિલી સર્વ જેણે વિમાની;
નુપેક્ષે કદા રામ દાસાભિમાની ॥ ૨૯ ॥

શ્રીરામચરિત માનસમાં લંકાકાંડમાં રાવણ જ્યારે પોતાના તમામ પુત્રોનો નાશ થયા પછી નિરુપાય બનીને

સંત રામદાસ સમર્થ સદ્ગુરુ કહેવાય છે, કારણ તેમનું સામર્થ્ય તેમના ત્યાગમાં છે. 'ત્યાગેન એકેન અમૃતત્વં' ત્યાગથી એક માત્ર ત્યાગથી જ અમૃતની પ્રાપ્તિ થાય છે. 'કૌપિનવન્તઃ ખલુ ભાગ્યવન્તઃ (કૌપિનપંચકમ્).' જીસકો કુછ નહીં ચાહીએ વહી શાહન કે શાહ. શ્રી રામદાસજીનું શરણ એક શ્રીરામનું છે. શિવાજી મહારાજે પોતાનું રાજ્ય સંત રામદાસને અર્પણ કરેલું, પરંતુ જેટલા શિષ્ય મહાન તેટલા ગુરુદેવ પણ દિવ્ય, ભવ્ય અને દૈદીપ્યમાન. તેમણે કહ્યું, રાજ્ય મારું, તું ચલાવ. ઝંડો ભગવો રાખ. રામનું છે, રામે આપ્યું, રામ ચલાવે, રામને માટે.

અહીં મનોબોધનાં આ નૂતન પ્રકરણમાં શ્રી રામનો પંથ - સગુણ ભક્તિનું દર્શન કરાવતાં કહે છે કે શ્રીરામનો પ્રતાપ એવો તો મહાન છે કે તેમની તે કોદંડ (ધનુષ્ય) હાથમાં ધારણ કરનારી વીરમૂર્તિ જોતાં જ પ્રત્યક્ષ સર્વભક્ષક યમરાજા પણ ભયથી ધ્રૂજી ઊઠે છે. આ વચન નિરપવાદ સાચું સમજજે. દાસાભિમાની રામ કદી પણ નુપેક્ષા-ઉપેક્ષા કરતા નથી.

શ્રી રામનું પાદ વિભૂષણ ભક્તનું રક્ષણ કરનાર શ્રી રામનું બિરુદ ગર્જીને ત્રિભુવનને કહે છે કે, શ્રી રામ ભક્તના શત્રુઓનાં ધનુષ્ય કાંબી-કામઠું ચૂર્ણ કરી નાખે છે. શ્રી રામ કાળનું કાંઈ પણ ચાલવા દેતા નથી. શ્રીરામ સમસ્ત અયોધ્યાવાસીઓને વિમાને બેસાડી વૈકુંઠ ધામમાં લઈ ગયા.

દીનાનાથ આ રામ કોદંડધારી;
ધ્રૂજી ઊઠતો કાળ સન્મુખ ભાળી,
રહે વાક્ય આ સત્ય નિઃશંક માની;
નુપેક્ષે કદી રામ દાસાભિમાની ॥ ૨૮ ॥

પદે રામના સર્વદા બ્રીહ ગાજે,
બળે ભક્તરિપુ શિરે કાંબી વાગે;
વિમાને અયોધ્યા બધી સાથ લીધી,
નુપેક્ષે કદી રામ દાસાભિમાની.

કુંભકર્ણને જગાડે છે ત્યારે કુંભકર્ણે પણ રાવણને સલાહ આપતાં કહ્યું છે-

હૈ દસસીસ મનુજ રઘુનાયક ।
જાકે હનુમાન સે પાયક ॥
અહહ બંધુ તૈં કીન્હિ ખોટાઈ ।
પ્રથમહિં મોહિ ન સુનાએહિ આઈ ॥
કીન્હુહુ પ્રભુ બિરોધ તેહિ દેવક ।
સિવ બિરંચિ સુર જાકે સેવક ॥
નારદ મુનિ મોહિ ગ્યાન જો કહા ।
તહતેઉ તોહિ સમય નિરબહા ॥
અબ ભરિ અંકભેંટુ મોહિ ભાઈ ।
લોચન સુફલ કરૌં મૈં જાઈ ॥
સ્યામ ગાલ સરસીરુહ લોચન ।
દેખૌં જાઈ તાપ ત્રય મોચન ॥
રામ રુપ ગુન સુમિરત મગન ભયઉ છન એક ।
રાવન માગેઉ કોટિ ઘટ મદ અરુ મહિષ અનેક ॥

(રામચરિતમાનસ. લંકાકાંડ-૬૩)

હે રાવણ ! હનુમાન સમાન જેમના સેવક છે. એ રઘુરામજી શું મનુષ્ય છે ? હાય હાય ભાઈ ! તમે બહુ જ ખોટું કર્યું છે. મને જગાડીને આવું જ બધું દુઃખદ કથન સંભળાવ્યું હોત તો સારું થાત.

હે સ્વામી ! તમે એમનો વિરોધ કર્યો છે, જેમના શિવ, બ્રહ્મા અને દેવતાઓ પણ સેવક છે. નારદમુનિએ મને જે જ્ઞાન કહ્યું હતું, તે મેં તમોને સંભળાવ્યું છે, પરંતુ હવે તો બહુ જ મોડું થઈ ગયું છે.

માટે આવો ! એક વાર મને ભેટી લો ! આ છેલ્લીવારનું છે. કારણ હવે હું જઈને રણભૂમિમાં-મારા નેત્રોનું નેત્રત્વ સફળ કરીશ. ત્રિધા તાપથી મુક્તિ અપાવનાર શ્યામશરીર કમલનેત્ર શ્રીરામજીના દર્શન કરીશ અને શ્રીરામચંદ્રજીના રૂપ તથા ગુણોનું સ્મરણ કરતાં કરતાં ક્ષણભર માટે તો તે પ્રેમ મગન થઈ ગયો... વગેરે.

ખરેખર સંતોએ ગાયું છે...

રામચંદ્ર રઘુવીર, રામચંદ્ર રણવીર,
રામચંદ્ર મમ બંધુ, રામચંદ્ર દયાસિંધુ.
રામચંદ્ર મમ નાથ, રામચંદ્ર જગન્નાથ,
રામચંદ્ર મમ તાત, રામચંદ્ર જગ તાત.
રામ તો-શુદ્ધ બ્રહ્મ પરાત્પર રામ,
કાલાત્મક પરમેશ્વર રામ, શેષતલ્પ સુખ નિદ્રિત રામ

શ્રીરામનો મહિમા અપરંપાર છે.

માટે જ કહ્યું છે કે,

મહાદેવ સતત જપત એક રામ નામ
કાશી મરત મુક્તિ કરત એક રામ નામ.

ભગવાન ભોળાનાથ પણ શ્રીરામનું ચિંતન કરે છે. પૂજ્ય બાપુજીએ પણ શ્રીરામનામને હૈયે ધારણ કર્યું અને રાષ્ટ્રને સ્વતંત્ર કર્યું. કદીયે જે સામ્રાજ્યનો ઝંડો નીચે ન ઉતરે એવા બ્રિટિશ સામ્રાજ્યને પાયામાંથી જડમૂળથી ઉખાડી ફેંક્યું. ત્યારે તેમનું શાસ્ત્ર અને શસ્ત્ર બંને રામનામ જ હતાં. કદાચ આ પ્રકરણ લખતાં શ્રી રામદાસને પણ સમાધિ લાગી જ ગઈ હશે.

ૐ શાંતિ.

(અનુસંધાન પાના નં-૮ પરનું)

ધનાઢ્યતમ વ્યક્તિ, પૃથ્વીનો સમ્રાટ સુખી નથી. અનંત એટલે જેની બહાર કંઈ પણ હોઈ શકે નહીં. તમે તેની બહાર કંઈ પણ જોઈ શકો નહિ. તે જ રીતે ધ્યાનની સ્થિતિમાં તમે તમારી બહાર કશું પણ હશે નહિ. બુદ્ધિના માધ્યમથી સ્વયં બાહ્ય હોય એવું કંઈ પણ શ્રાવ્ય નહિ હશે કે જ્ઞેય પણ નહિ હશે. આ છે મહાન આભામય અનંત. વિશ્વના ધર્મો આ સ્થિતિને ભગવાન કહે છે. દર્શનશાસ્ત્રને જાણનારા તેને પરમાત્મા, સત્ય, પરમપુરુષ કહે છે. આ બધા નામ આ અચંબો કરનાર, ચમત્કારિક, આનંદદાયક, મહિમામય સત્યથી સંબંધિત છે.

આમ હવે સમય આવી ગયો છે કે જેમાં આપણે પોતાના વ્યક્તિત્વનું બારીક રીતે સંશોધન કરીએ અને પોતાના તરફ નિષ્ઠાવાન બનીએ. તો જ તમે બીજા તરફ નિષ્ઠાવાન બની શકશો. પ્રથમ આપણે પોતાના આત્મા પ્રત્યે સાચા બનીએ.

'साधना-अध्यात्मपथ'માંથી સાભાર અનુવાદ

જીવનની મહાયાત્રા

શ્રી યોગેશ્વરજી

આ જીવન અત્યંત મૂલ્યવાન છે. જીવનના રૂપમાં માનવને એક મહાન ભેટ કે તક મળી ગઈ છે. તેનો ઉપયોગ કરીને તે જીવનનો ધારે તેવો વિકાસ કરી શકે છે. માનવજીવન એક એવી ચોક્કસ સીમા પર ઊભું રહ્યું છે જ્યાંથી વિકાસના સુંદર ને સર્વોચ્ચ શિખર પર પણ પહોંચી શકાય ને પતનના પાતાળ પ્રદેશમાં પણ પડી શકાય. જીવન કઈ રીતે જીવાય છે ને તેના વિકાસની કેવીક યોજના બને છે તથા તે યોજનાને અમલી બનાવવા ને સફળ કરવા કેવાં પગલાં ભરવામાં આવે છે તેના પર તેનો આધાર છે. એટલું સાચું છે કે જીવનની ગતિવિધિ નક્કી કરનારાં ને તેને આગળ કે પાછળ લઈ જનારાં જે કેટલાંક પરિબળો આ સંસારમાં છે તેમાં સાહિત્યનું બળ પણ છે ને તે બળ ઘણું મોટું છે. જીવનનો ઘાટ ઘડવામાં તે ઘણો મોટો ભાગ ભજવે છે તેની ના પાડી શકાય તેમ નથી. માણસ શિષ્ટ સાહિત્યને પસંદ કરે ને તેમાંથી જીવનના વિકાસનું બળ મેળવે તે ખૂબ જરૂરી છે. તે દૃષ્ટિએ ઉપનિષદની ચર્ચાવિચારણા અત્યંત ઉપયોગી ઠરે છે ને તેને માટે આપણે નાના ને મોટા, જ્ઞાની ને અજ્ઞાની, સાક્ષર ને નિરક્ષર તેમ જ અશાંત ને શાંત સૌને ભલામણ કરીએ છીએ.

આ જીવન અત્યંત ઝડપી છે, પ્રવાહી છે. વહેતી નદીની જેમ તે અત્યંત વેગથી છતાં ચોક્કસ ગતિથી વહ્યા કરે છે. તે કોઈને માટે ઊભું રહેતું કે રોકાતું નથી. તેનો લાભ લઈને તેને વધારેમાં વધારે સમૃદ્ધ કરવાનો પ્રયાસ કરવાની જરૂર છે. તેને માટે અત્યંત જાગ્રત, સચેત ને સાવધાન રહેવાની જરૂર છે. જીવનની કેડી પણ પર્વત પરના મોટરમાર્ગ જેવી જ અટપટી ને કપરી છે ને ! તે કેડી પર કદમ મૂકતાં ને તેના પરથી પસાર થતાં માણસે જરાય ગફલતમાં ન રહેવું જોઈએ; જરાય પ્રમાદી ન થવું જોઈએ. બીજા બધા રસાસ્વાદ ને પદાર્થોમાંથી મનને પાછું વાળીને પોતાની જાત તરફ કેન્દ્રિત કરવું જોઈએ; પોતાની પ્રગતિના પુરુષાર્થમાં જ પરોવી દેવું જોઈએ; પોતાના ધ્રુવપદે પહોંચવાનો મક્કમ નિર્ણય કરીને તે દિશામાં દિનરાત આગળ ધપવું ને વધવું જોઈએ. વિકાસની એવી આતુરતા, ઈચ્છા ને ચોક્કસ યોજનાથી પર્વતમાળાની મુસાફરી કરતાં પણ વધારે કઠિન એવી આ જીવનની મુસાફરીને સહેલાઈથી ને ચોક્કસ રીતે પરિપૂર્ણ કરી શકાય. જીવનની આ યાત્રામાં કોઈ યાત્રીએ નિરાશ થવાની જરૂર નથી. તેની અટપટી ને કઠિન કેડીની કલ્પના કરીને નાહિંમત થવાનીય જરૂર નથી. તેના ભયસ્થાનો ને તેની ભૂલભુલામણીથી ભયભીત થવાની પણ જરૂર નથી. યાત્રા ગમે તેટલી અટપટી ને કપરી હોય તો પણ આપણે તેનો આરંભ કર્યો છે ને એની દિશામાં ડગ ભર્યાં છે. ભરેલાં ડગલાં હવે પાછા લઈ લેવાય તેવી સ્થિતિ નથી. હવે તો આરંભેલી યાત્રાને પરિપૂર્ણ કરવાનું જ કામ બાકી રહે છે. તેને માટે ધીરજ, મક્કમતા, હિંમત, અડગતા ને ચોક્કસ અને સતત સાધના જોઈએ. તેને માટે વધારે ને વધારે તૈયારી કરવાની જરૂર છે. તો પછી તેના ધ્રુવપદને પામી લેતાં વાર નહિ લાગે.

જીવનની આ યાત્રાને છે તેથી વધારે જટિલ, અટપટી, ભારેખમ ને ભયંકર માની લેવાની જરૂર નથી. તેને પાર કરવાનું કામ છે તેથી અત્યંત વધારે કપરું છે એમ સમજીને છાતી બેસાડી દેવાની જરૂર નથી. તેની કલ્પના કરીને કંપવાની કે બીજાને કંપતા કરવાની જરૂર નથી. તે બધી પદ્ધતિઓથી કોઈ જાતનો લાભ નહિ થાય, પરંતુ બદલામાં હાનિ જ થશે. તેથી યાત્રીના પગ પહેલેથી જ ઢીલા થઈ જશે ને રહ્યોસહ્યો ઉત્સાહ પણ ઓસરી જશે. આ યાત્રાને સરળ કરવી કે કઠિન, લાંબી કરવી કે ટૂંકી અને સુખમય કરવી કે દુઃખમય તે યાત્રીના પોતાના હાથની વાત છે. વિવેકી, સંયમી ને ઉત્સાહપૂર્વકના પુરુષાર્થવાળો યાત્રી જીવનની આ મહાયાત્રાને મહોત્સવસમી મંગલ બનાવી દેશે એ નક્કી છે.

ઉપદેશામૃત-૨

શ્રી રણછોડદાસજી મહારાજ

પારમાર્થિક સેવા - નેત્રયજ્ઞ સેવા

સેવા મારે માટે સહજ કર્મ થઈ જાય તેમ હું ઈચ્છું છું. એટલું સહજ બને કે જરા પણ અહંકાર ન થાય. દિવસ દરમિયાન આંખોના કેટલીવાર પલકારા થાય છે કે કેટલા શ્વાસોચ્છવાસ લેવાય છે તે તમે જાણો છો ? તેને માટે કર્યાનો અહંકાર દર્શાવો છો ? શ્વાસ જ જીવન છે, પ્રાણ છે. છતાં કોઈ પણ તેને માટે ગર્વ કરતું નથી. શરીર છે ત્યાં સુધી કોઈને કોઈ પ્રકારનું કર્મ તો થતું જ રહેશે. જેમ 'શ્વાસ નહિ તો જીવન નહિ' તેમ 'સેવા નહિ તો જીવન નહિ' એવા ઉદ્દેશ પર પહોંચવાનો આ પ્રયત્ન છે.

મારી સમજમાં નેત્રયજ્ઞની સેવા આવા લોકો માટે ઉત્તમ છે. કારણ કે જ્યાં નેત્રયજ્ઞ થાય છે ત્યાં આપણે બધાને લોકોને મળવાનો મોકો મળે છે. જેમનું ઓપરેશન કરવામાં આવે છે તે લોકોને જીવનમાં ફરી કદી મળી શકતા નથી. તેથી ઉપકારની સ્મૃતિ અને કર્મનો અહંકાર ચિત્ત પરથી હઠતો જાય છે. ચિત્તશુદ્ધિમાં આ વાત ઘણી મહત્ત્વની છે. આવી માનવસેવાથી મનુષ્યમાં આત્મસમર્પણની ભાવના પ્રગટ થાય છે.

મારી ચિંતા

આજ સુધી મેં બધાને રોતા જોયા છે. હવે હું પણ રોઈ રહ્યો છું. છેલ્લા પંદર દિવસોથી આ હાલ છે. હું કેમ રોઈ રહ્યો છું તેની સમજ પડતી નથી. શું મને મૃત્યુનો ડર છે એટલા માટે રોઈ રહ્યો છું ? કે તમારા લોકોથી હવે છૂટા થવું પડશે એ વિચારથી હું રોઉં છું ? હું તમને બધાને જોઉં છું પણ મારું રુદન કોઈને દેખાતું નથી.

સૌથી વધારે તો મને ભારત માટે રુદન થાય છે. દેશની દશા પ્રતિદિન બગડતી જાય છે. પ્રાંતવાદ વધી રહ્યો છે. બધા પ્રાંત સ્વતંત્ર બનવાની ઈચ્છા ધરાવે છે. ભારતનું જો તેનું સ્વતંત્ર પ્રાંતોમાં વિભાજન થઈ જશે તો દેશનો સર્વનાશ થઈ જશે. મારો કે તમારો નાશ થાય તો પરવા નથી, પણ દેશનું વિભાજન થઈ જશે તો સંસ્કૃતિનો નાશ થઈ જશે. સંસ્કૃતિમાં ભૂતકાળમાં કેટલીક વખત તોડફોડ થઈ છે, નુકસાન પણ થયું છે, છતાં તૂટીફૂટી સંસ્કૃતિને જીવંત રાખવાના તમારા પ્રયાસ ઈતિહાસમાં લખાયેલા છે. દેશસેવા કરવા માટે પદનો મોહ શા માટે રાખો છો ? મોહ તો ફક્ત કર્તવ્યનો રાખવો જોઈએ. પદ તો તેની પાછળ ચાલ્યું આવશે.

સત્સંગ

જીવનમાં કોઈ સાર નથી, સાર છે શરણાગતિપૂર્વક રામભજન કરવામાં. જ્ઞાનની પાછળ દોડવું નહિ જોઈએ. નહિ તો બ્રહ્મજ્ઞાનને બદલે ઊલટા ભ્રમમાં પડી જશો.

શુદ્ધ સત્ત્વનો ઉદય થતાં ઈશ્વરનો સાક્ષાત્કાર થાય છે. પણ આધ્યાત્મિક માર્ગ ખૂબ કઠણ છે. વહેવારિક અશુદ્ધિ જેટલી વધુ તેમ ભૌતિક સંપત્તિ અધિક ! પણ અશુદ્ધિઓથી આધ્યાત્મિક ઉન્નતિ થઈ શકતી નથી એ નહિ ભૂલવું જોઈએ. માળા ફેરવવી, જપ જપ કરવા, મંદિરમાં જવું - આ બધી ક્રિયાઓ વહેવારિક શુદ્ધિ કર્યા વગર ફક્ત આદત જ સાબિત થાય છે ! એવો માનવ મંદિર જાય તો પણ ભગવાનને જોતો નથી અને ભગવાન તેને જોતો નથી.

જે કોઈના પણ સુખનું સાધન ન બને એવા જીવનનો શું અર્થ છે ?

હું બધાને સુખી, નિર્ભય, પ્રસન્ન, ગૌરવશાળી અને નિરામય જોવા ચાહું છું.

દેશની સ્થિતિ દિનપ્રતિદિન નિમ્ન થઈ રહી છે. દેશને બધા ખાડામાં લઈ જઈ રહ્યા છે. આ દેશ અધ્યાત્મવાદનો દાવો કરે છે, પરંતુ તેની પણ દુર્દશા થઈ રહી છે. તે જ મારો રોગ-મારી બીમારી છે, બીજું કંઈ નથી.

મને શારીરિક પીડા શા માટે ?

થાકેલા, હારેલા, ત્રાસેલા ઘણા લોકો મોટી આશા સાથે મારી પાસે આવે છે. તેમની પીડા અને કષ્ટ જોઈને મનમાં ઘણું દુઃખ થાય છે. કર્મફલ-સ્વરૂપે જ મનુષ્યને અસાધ્ય બીમારી થાય છે. અને પૂર્વજન્મના કઠિન કર્મભોગને તો ભોગવવો જ પડે છે. પછી તે લોકો એ ભોગ ભોગવે કે પછી હું ભોગવું ! કોઈ પણ

(અનુસંધાન પાન-૨૦ પર)

'યોગ એ જ જીવન' (૫)

શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

પ્રાણાયામ એટલે પ્રાણશક્તિને અંદર લેવી

[ન્યૂયોર્ક (અમેરિકા)થી 'ગુજરાત ટાઈમ્સ' નામનું સાપ્તાહિક પ્રગટ થાય છે તેના મેગેઝિન વિભાગ સપ્તકમાં પૂ.સ્વામીજી લિખિત 'યોગ એ જ જીવન'ની લેખશ્રેણી પ્રગટ થાય છે. તેમાંથી નીચેનો લેખ આપણે 'દિવ્ય જીવન'માં સાભાર લઈએ લીએ. -સંપાદક**]**

ઈશ્વરની ઈચ્છામાંથી સૃષ્ટિ થઈ. એટલે આપણને પણ ઈચ્છા મળી અને મનના પ્રારંભિક બીજરૂપે, ઈચ્છાનું પ્રાકટ્ય થયું. ઋષિઓએ અસત્ અને સત્‌ને પૃથક કર્યાં અને આ સત્યનું દર્શન કર્યું. હવે જ્ઞાનપ્રકાશનો વિકાસ થયો. તેનાં કિરણો પ્રસર્યાં. ઉપર નીચે, ચોપાસ ચતુર્દિક દિગ દિગન્તે રેલાયાં. પછી ઓજસ્ કાર્યશીલ થયું. તેના મૂળમાં હતો સ્વતઃ પ્રમાણ સિદ્ધાંત અને ત્યાંથી પ્રકટી એક અદ્‌ભુત સર્જનશક્તિ.

આ ગહન ગવાક્ષની અટારી કોણે નિહાળી હતી ? આ બધું ક્યાંથી પ્રકટ્યું, આ પ્રકાશ-પડછાયો ક્યાંથી ? કારણ કે પડછાયામાંથી જ દેવો આવ્યા. આ બધું ક્યાંથી આવ્યું ? કોણ જાણી શકે ? કોણ કહી શકે ? તેનો આધાર શો ? તે પ્રાણ છે. તેનું સત્ત્વ ક્રિયાશીલ પરમાત્મા નિયામક છે. તે સર્વજ્ઞ છે. કારણ તેનો આધાર પ્રાણ છે.

આ પ્રાણશક્તિને આપણી અંદર લેવાની અને છોડવાની કે બહાર કાઢવાની પ્રક્રિયાને જ પ્રાણાયામ કહેવામાં આવે છે. મહર્ષિ પતંજલિને મન તો ચિત્તવૃત્તિઓને નિયંત્રણમાં રાખવાની પ્રક્રિયાનું નામ જ પ્રાણાયામ છે. તમે શ્વાસને અંદર લો, કે નાક વડે અંદર ખેંચો. પછી ધીરે ધીરે નાક વડે જ તે શ્વાસને બહાર કાઢો. આ પ્રક્રિયા થોડી વાર કરી જોશો તો અનુભવાશે કે તમારું મન શાંત થઈ ગયું છે. ચિત્તની ચંચળતાનું શમન થયું છે. તમે ઉદ્વેગ-રહિત થયા છો. આ જ પ્રક્રિયા દરરોજ નિયમિત રીતે કરતા જ રહીએ તો મનની શાતા શાશ્વત રહે. ચિત્તની ચંચળતાનું પણ નિરાકરણ થાય.

ઘેરંડસંહિતા તથા હઠયોગ પ્રદીપિકાના રચયિતા સ્વાત્મારામ તથા અન્ય યોગીઓએ માનવશરીરમાં પ્રાણશક્તિના મુખ્ય ત્રણ પ્રકાર વર્ણવેલા છે. તેને તેઓ ઈડા, પિંગલા અને સુષુમ્ણાના રૂપે ઓળખાવે છે. નાકમાંથી શ્વાસ લઈએ છીએ તેને મેરુદંડના છેડા સુધી લઈ જવાની પરંપરા છે. અર્થાત્ જ્યાં કરોડરજ્જુ પૂરી થાય ત્યાં પાંચ હાડકાંનો એક ગઠ્ઠો છે, તેને સેક્રમ કહેવામાં આવે છે. તેની પાછળ એક કેવિટી કે નાની બખોલ જેવું છે, ત્યાં નાડીતંત્રની મોટી જાળ છે. તેને સેક્રલ પ્લેક્સસ કહેવામાં આવે છે. આપણે જ્યારે શ્વાસ લઈએ ત્યારે આપણે આ કરોડરજ્જુના છેડા સુધી શ્વાસ લઈને જઈએ છીએ તેમ અનુભવવું જોઈએ.

આ કરોડરજ્જુના મણકા અંગ્રેજી આઠડા જેવા છે, તેના છેડે આ સેક્રલ પ્લેક્સસ આવેલું છે. મગજના મૂળ કાર્યક્ષેત્રનું આ એક્સટેન્શન છે. તેથી તેની મહત્તા ઓછી નથી. આ મેરુદંડની જમણી બાજુએ પિંગલા નાડી અને ડાબી બાજુએ ઈડા નાડી આવેલી છે, તેવું માનવામાં આવે છે અને વચ્ચે સુષુમ્ણા નાડી છે. આ કરોડરજ્જુ વચ્ચેથી પોલી હોય છે. તેનો સંબંધ મગજની ચોપાસ રહેલા સેરીબ્રલ ફ્લુઈડ સાથે છે. આ ફ્લુઈડ કે મગજનું પાણી કરોડરજ્જુની વચ્ચે થઈને છેક નીચે સુધી જાય છે. તબીબી વિજ્ઞાનનો વિકાસ ખૂબ જ મોટા પાયા ઉપર થયો હોવા છતાં આ મેરુદંડ વચ્ચેની પોલી નળીમાં જે સેરીબ્રલ ફ્લુઈડ છે તેને સોઈ ભોકીને ત્યાંથી તે પાણી કાઢીને તેનો લમ્બર પંકચર કરીને ટેસ્ટ કરતા હોય છે કે જેથી ખબર પડે કે મગજમાં શી શી ખામી છે ? આ ઈડા અને પિંગલા કે જેનું વર્ણન આગળ ઉપર કર્યું તે દરેક માણસના શરીરમાં કાર્ય કરી રહેલા જ્ઞાનતંતુના પ્રવાહો છે, અને આ બે પ્રવાહો દ્વારા આપણે જીવનનાં બધાં કાર્યો કરી રહ્યાં છીએ. સુષુમ્ણા સૌ કોઈમાં અપ્રગટ રૂપે રહેલી તો છે, પણ તે કાર્યશીલ તો માત્ર યોગીઓના જ કલેવરમાં હોય છે. યોગસાધનાથી શરીરમાં પરિવર્તન આવે છે. યોગસાધના વધે તેમ શારીરિક, માનસિક અને આધ્યાત્મિક જીવનમાં પરિવર્તન થતું જ રહેશે અને પ્રતિ પળ તેને અનુભવી પણ શકાશે.

નૈનિતાલની એડમિનિસ્ટ્રેટિવ ટ્રેઈનિંગ

ઇન્સ્ટિટ્યૂટના દસેક વર્ષ સુધી વિઝિટિંગ પ્રોફેસરના રૂપે જવાનું થયેલું. તે સંસ્થાના એક જોઈન્ટ ડાયરેક્ટર હતા કૃષ્ણકાંત પંત (નામ બદલાવીને લખ્યું છે.) તેઓ બારેય મહિના બીમાર રહેતા. તાવ રહે. ખોરાક પચે નહિ. સ્વભાવ બહુ ચીડિયો. ગુસ્સો તો નાક ઉપર જ વસે. સવારે દસ વાગ્યા સુધી સૂએ. સાંજે ચાર વાગ્યે જ ઘરે પાછા આવતા રહે. તે પછી કે સવારે દસ પહેલાં તેમને મળવાનું મુશ્કેલ. તેમને નિયમિત પ્રાણાયામનો અભ્યાસ કરાવ્યો. પછી આસનો, પછી ધ્યાન. છ મહિના પછી સવારે ચારથી રાત્રે દસ સુધી કામ કરતા થયા. મોડી રાત્રે કોઈ બીમાર હોય તો જાતે ગાડી ડ્રાઈવ કરીને હોસ્પિટલમાં લઈ જાય. સવારે યોગવર્ગ તેઓ લેવા માંડ્યા. વૃક્ષારોપણ અને માઉન્ટેનિયરિંગ ચાલુ કર્યું. તેમનાં ધર્મપત્નીએ મને કાગળ લખ્યો. 'Now my husband is in better human shape - હવે મારા પતિ વધુ માનવ થયા દેખાય છે.' પહેલાં શરીર માનવનું હતું. આકૃતિ અને આવૃત્તિ. હવે પ્રકૃતિ અને પ્રવૃત્તિ પણ બદલાયાં. નિયમિત પ્રાણાયામ સાધના પેલા મેરુદંડની વચ્ચે વહેતા સેરીબ્રલ ફ્લુઈડને ઊર્ધ્વમુખી કરે છે. મગજની ચોપાસ રહેલા તે ફ્લુઈડમાં તરંગો ઉત્પન્ન થાય છે. તેનાથી સેરીબ્રલ અને સેરીબેલમની કાર્યક્ષમતામાં ધરખમ વધારો થાય છે. યોગસાધના વધશે તેમ તેમ વિચારો, તેનો વિનિમય એક નવી જ દિશા ઉત્પન્ન કરે છે. નવી ચેતના, નૂતન ઉષ્મા, નવીન પ્રકાશ, વિકાસ, જ્ઞાન અને શક્તિનો સ્રોત પ્રસ્ફુટી નીકળે છે.

વિષયવતી વા પ્રવૃત્તિરુત્પન્ના મનસઃ સ્થિતિ - નિબન્ધિની ॥ મહર્ષિ પતંજલિ ઉપરોક્ત વિષયસંબંધી બહુ જ સ્પષ્ટ છે. કહે છે કે પ્રાણાયામના અભ્યાસથી જે અલૌકિક વિષયોના અનુભવ થાય છે, તેનાથી મનમાં ખંત કે કાળજી ઊપજે છે. મન પ્રમાદી મટે છે. મન કદી નિરુત્સાહી થતું નથી. મન સદા પ્રસન્ન રહે છે. મન સદા તરવરાટ કરતું રહે છે. તેનો અર્થ મનની ચંચળતા વધતી નથી. મનનો ઉત્સાહ - ઉમંગ વધે છે.

વિશોકા વા જ્યોતિષ્મતી । પ્રાણાયામના અભ્યાસથી શોકનું નિવારણ થાય છે. શોકરહિતતા એટલે આનંદ.

હવે આ બધાંને થોડું વૈજ્ઞાનિક રીતે સમજીએ. જ્યારે પ્રાણાયામ કરીએ છીએ, શ્વાસ લઈએ છીએ, કે ૐકાર અથવા ભ્રમરી પ્રાણાયામ કરીએ છીએ, ત્યાં જ્યારે જ્યારે શ્વાસ અંદર લેવાય ત્યારે ત્યારે આપણું પેટ ફૂલે છે. ત્યારે આપણી છાતી અને પેટ વચ્ચેનો સ્નાયુનો સ્થિતિસ્થાપક પડદો ઉદરપટલ (એબ્ડોમિનલ ડાયાફ્રામ - Abdominal Diaphram) નીચેની તરફ આવે છે. આમ થવાથી બંને ફેફસાં વધુ પહોળાં થવાથી, વધુ પ્રમાણમાં પ્રાણવાયુ ફેફસાંમાં આવે છે. પ્રાણવાયુ ફેફસાં દ્વારા રક્તકણોમાં પ્રાપ્ત થાય છે, અને આમ પ્રાણવાયુ રક્તસંચાર દ્વારા સમગ્ર અવયવ વ્યવસ્થાને ઉપલબ્ધ થાય છે અને ફેફસાંનાં સંકોચનથી કાર્બન ડાયોક્સાઈડની નિકાસ થાય છે. કુદરતી રીતે તો આ પ્રક્રિયા થતી જ હોય છે, પરંતુ પ્રાણાયામના અભ્યાસથી શ્વાસ-પ્રચ્છ્‌વાસના નિયમનથી આ પ્રક્રિયા વધુ સારી રીતે થાય છે. આમ આ પ્રક્રિયા નિયમિત અને દીર્ઘકાળ સુધી કરતાં રહેવાથી નાભિની બંને બાજુ બંને કિડની અને એડ્રિનલ ગ્લેન્ડ તથા સુપ્રારીનલ ગ્લેન્ડને વિશેષ પ્રમાણમાં લોહીનો પુરવઠો મળે છે. આ રક્તસંચારનું પ્રમાણ વધતાં પેન્ક્રિયાઝની કાર્યક્ષમતામાં ધરખમ ફેરફાર થાય છે. બ્લડ-શુગરનું નિયંત્રણ થતાં તમામ એન્ડોક્રીન ગ્લેન્ડની કાર્યક્ષમતા પણ વધુ સારી થાય છે. આમ લીવર, કિડની, પેન્ક્રિયાઝ, સ્પ્લીન, એડ્રીનલ, બ્લેડર અને ઇન્ટેસ્ટાઈન ઉપરાંત હૃદય અને ફેફસાં તથા નાના-મોટા મગજના પણ લાભ જ થતા હોય છે.

ૐકાર, ભ્રમરી કે ઇતર પ્રાણાયામના અભ્યાસથી કોલોસ્ટ્રોલ નિયમનમાં આવે છે. હૃદયની ધમનીઓમાં લોહી જામી જતું નથી. રક્તવાહિનીઓમાં લોહીનું દબાણ ઓછુંવત્તું થતું નથી. કુદરતી રીતે જ સમજી શકાય કે જે હૃદયની દીવાલો મજબૂત હોય, હૃદયને કસરત મળતી હોય તો પછી હૃદયને 'હાર્ટ ફેઈલ' થવાનો કોઈ પ્રશ્ન સંભવતો જ નથી. તદુપરાંત વિશેષ માત્રામાં રક્ત-પરિભ્રમણ અને રક્ત ઉપલબ્ધિને કારણે થાઈરોઈડની કાર્યક્ષમતા અને હોર્મોન્સનું નિયમન થતાં શરીરની ચયાપચયા - મેટાબોલીઝમની ક્રિયામાં પણ વેગ આવે છે. આને કારણે હૃદય પર કે હાઈપો થાયરોડીઝમ થવાની તકો ભાગ્યે જ આવે છે.

ૐકાર, ભ્રમરી, ઉજ્જયી વગેરે પ્રાણાયામથી સ્વરયંત્ર - વોકલ કોડની ભરભરાટ જાય છે અને ક્રમશઃ સ્વરમાં માધુર્ય જાગતાં સ્વર મીઠો રેશમ જેવો થાય છે. આવી જ રીતે વાક્‌શક્તિ, શ્રવણક્ષમતા, ઘ્રાણશક્તિ,

દૃષ્ટિમાં ઉભાર અને તેવી જ રીતે નેઝલ સાયનસ ને નાસિકાને પ્રાણશક્તિ વિશેષ પ્રમાણમાં પ્રાપ્ત થતાં સાયનોસાયટીસ અને નાક તથા ગળાની શરદીની સમસ્યાનું સમાધાન કરે છે. મસ્તકને પ્રાણવાયુનો પુરવઠો વિશેષરૂપે મળવાથી પિચ્યુટરી ગ્લેન્ડની કાર્યક્ષમતામાં પણ વધારો થાય છે.

ૐકાર, ભ્રમરી કે પ્રાણશક્તિના આયામની સૌથી વધુ અસર અને લાભ છે તે શરીરની રોગપ્રતિકારક શક્તિ ઈમ્યુનિટી પાવર પણ વધે છે. પ્રાણાયામનો અભ્યાસ રોગના વિષાણુઓનો હ્રાસ કરે છે. મગજના પ્રત્યેક કોષને વિશેષ પોષણ મળવાથી તમામ કર્મેન્દ્રિયો અને જ્ઞાનેન્દ્રિયોની કાર્યક્ષમતા વધે છે. ત્વચાનું સૌંદર્ય, ચહેરાનો નિખાર, આંખોની ચમક, મેધામાં ઓજસ અને માનસિક શક્તિના વિકાસનું પરમ રહસ્ય અને ગહન સ્રોત તે જ પ્રાણાયામનું અભ્યાસ ફળ છે. આમ શારીરિક સ્વસ્થતા, માનસિક પ્રસન્નતા તથા આંતરચેતનાનો ઉભાર આ પ્રાણાયામના અભ્યાસથી ઉપલબ્ધ થાય છે.

આપણી શ્વસનક્રિયા એટલે કે શ્વાસ લેવાની કે છોડવાની, આપણી રુધિરાભિસરણની ક્રિયા એટલે શરીરમાં લોહીનું ફરવાનું, આપણી પાચનક્રિયા, મળમૂત્રના નિકાસ અને વીર્યની ઉત્પત્તિનું તંત્ર, આપણાં હાડકાંઓનું બંધારણ કે અસ્થિતંત્ર અને છેલ્લે સંવેદનતંત્ર - આ બધાંની સુચારુ રૂપે કાર્યપ્રણાલીની પાછળ જે કંઈ શક્તિ છે તે પ્રાણ જ છે.

સૂર્યનો પ્રકાશ, ચંદ્રની શીતળતા, પુષ્પોની સુગંધ, પતંગિયાંઓના રંગ, સમુદ્રના ભરતી અને ઓટ, દૂર સુધી વિસ્તરેલાં ઘાસનાં લીલાંછમ મેદાનો તથા હિમાચ્છાદિત ગગન સાથે આલાપ કરતો હિમાલય ગિરિશૃંગોનો સમૂહ. આ બધું પ્રાણ થકી જ છે. માટે જ યોગાસન પૂર્વે પ્રાણાયામનો અભ્યાસ આવશ્યક છે.

પ્રાણાયામનો અભ્યાસ એટલે વૈશ્વિક વૈશ્વાનર સત્તા કે સામર્થ્ય (Cosmic Energy) સાથેનું ઐક્ય છે. પ્રાણાયામની સાધના સ્થૂળમાંથી સૂક્ષ્મ અને સૂક્ષ્મમાંથી અતિસૂક્ષ્મ જીવનવિદ્યાનાં દ્વાર ખોલી આપે છે. પ્રાણાયામને જીવનનો આયામ બનાવીએ અને જીવનયોગને જીવી જીવન સાર્થક કરીએ, એ જ મંગલ અભ્યર્થના.

(અનુસંધાન પાના નં-૧૭ પરનું)

બીમારી મૃત્યુની સાથે જ જાય છે. કેટલાકને તે લાંબા સમય સુધી પરેશાન કરે છે. કેટલાકને છ વર્ષ પથારી ભોગવવી પડે છે તો કોઈને છ માસ. બીમારી અનેક પ્રકારની હોય છે. કોઈ બીમારી માત્ર આશીર્વાદથી જતી રહે છે, કેટલાકને જળ આપવું પડે છે તો કેટલાક માટે પોતાને ભોગવવું પડે છે. તેમના બદલે જો હું ભોગવવા માટે તૈયાર હોઉં તો ઈશ્વરકૃપાથી બહુ ઓછા સમયમાં કર્મભોગ સમાપ્ત થઈ જાય છે. કષ્ટપ્રદ બીમારી કોઈને છ સાલ પરેશાન કરે તેના બદલામાં મને છ દિન કે ફક્ત છ કલાક પરેશાન કરી સમાપ્ત થાય તો તેમાં શું ખોટું છે ? કર્મોના પરિણામ તો ભોગવવાં જ જોઈએ.

આ રોગ નથી. આ તો ભોગ છે અને એટલે તેને ભોગવવો જ પડે. 'મારા ગુરુદેવ'માંથી સાભાર

સંકલયિતા : દમયંતીબહેન વાલજી સેજપાલ

પરમવાણી

એઈલીન કેડી

ચાલવા શીખતું નાનું બાળક પડી જાય ત્યારે નિરુત્સાહ થતું નથી પણ ઊભું થઈને ફરી ફરી પ્રયત્ન કરે છે અને છેવટે ચાલવાની કળામાં પ્રવીણ બને છે. આધ્યાત્મિક જીવનનું પણ એવું જ છે. આધ્યાત્મિક માર્ગે આગળ વધતાં, દેખીતા પરાજયોથી કોઈ દિવસ ક્યારેય નિરુત્સાહ થતાં નહિ. પડી જાઓ તો બસ, ઊભાં થઈ જાઓ અને ફરી કોશિશ કરો. પણ ત્યાં ને ત્યાં આત્મદયામાં પડી રહેવામાં ઈતિશ્રી માનીને એવું તો કહેતાં જ નહિ કે જીવન તો અતિઘણું મુશ્કેલ છે અને હવે મારાથી આગળ નહિ વધાય. તમારું વલણ તો હંમેશાં અંદરની એક ખાતરીવાળું હોવું જોઈએ કે એક વાર તમે આધ્યાત્મિક માર્ગ પર પગ માંડ્યા કે અંતે તમે ધ્યેય પર પહોંચવાનાં જ, ભલે રસ્તે ગમે તેટલા અવરોધો નડે ! તમને જણાશે કે મૌન એકાંતમાં ગાળેલો સમય તમારી આધ્યાત્મિકતામાં ફરી શક્તિ સીંચે છે અને જે કાંઈ સામે આવે તેનો, ડગ્યા વગર કે પીછેહઠ કર્યા વગર સામનો કરવામાં મદદ કરે છે. એટલા માટે જ રોજ સવારે મારી સાથે એકાંતમાં ગાળેલો સમય, દિવસ દરમિયાન જે કાંઈ આવી પડે તે માટે તમારું સામર્થ્ય વધારશે. 'ઉઘડતાં દ્વાર અંતરનાં'

અનુ. ઈશા કુન્દનિકામાંથી સાભાર

એકાગ્રતા અને ધ્યાન

શ્રી સ્વામી નિખિલેશ્વરાનંદજી

ધ્યાન અને સત્સંગ

પવિત્ર વાતાવરણમાં રહેવાથી મન પવિત્ર રહે છે. વાસના અને વિકારો પર કાબૂ આવે છે. વિષમ પરિસ્થિતિમાં સંતો પાસેથી સાચું માર્ગદર્શન મળે છે, એટલે જીવન ભાંગી પડતું અટકે છે. આમ, સત્સંગ મનને સ્વસ્થ કરવા માટે એક અનિવાર્ય પરિબળ છે. એટલે જ સંસારની વચ્ચે રહીને ઈશ્વરપ્રાપ્તિ કરવા માટેના જે બે મહત્ત્વના ઉપાયો શ્રીરામકૃષ્ણ દેવે બતાવ્યા છે એમાં એક પ્રાર્થના અને બીજો સત્સંગ. એક ક્ષણના સત્સંગના પુણ્યથી પૃથ્વીને પણ સ્થિર કરી શકાય છે. એટલું મહત્ત્વ સત્સંગનું છે. એની એક કથા છે.

વિશ્વામિત્રે ખૂબ તપશ્ચર્યા કરી પણ એમને બ્રહ્મજ્ઞાન નહોતું થયું. આથી તેમણે જ્ઞાન મેળવવા માટે ભગવાનની આરાધના કરી. ભગવાને કહ્યું, ''તમને જે જ્ઞાન જોઈએ છે તે શેષનાગ આપશે.'' આથી વિશ્વામિત્ર શેષનાગ પાસે જ્ઞાન લેવા માટે ગયા. શેષનાગે કહ્યું : ''આવો મુનિ, તમને હું જ્ઞાન તો જરૂર આપું, પણ મારા માથા પર રહેલી આ પૃથ્વી સતત ફર્યા કરે છે એટલે હું સ્થિર રહીને તમને જ્ઞાન આપી શકું એમ નથી. જો આ પૃથ્વીને તમે તમારા તપના બળથી સ્થિર કરી શકો તો તમને જરૂર જ્ઞાન આપું.'' વિશ્વામિત્રને થયું એમાં કઈ મોટી વાત ! પોતાનું વરસોનું તપ એમણે પૃથ્વીને સ્થિર કરવા માટે આપ્યું પણ પૃથ્વી તો ફરતી જ રહી ! આથી શેષનાગે કહ્યું : ''તપના પ્રભાવથી પૃથ્વી સ્થિર થઈ શકતી નથી, તો હવે તમે કોઈની સાથે સત્સંગ કર્યો છે ? તો એ સત્સંગનું પુણ્ય આપો.'' વિશ્વામિત્રે યાદ કરી જોયું પણ કશુંય યાદ આવ્યું નહીં. આખરે થોડીક ક્ષણો ઋષિ વશિષ્ઠ સાથે વાત કરી હતી તે યાદ આવી અને એ સત્સંગનું પુણ્ય અંજલિ ભરીને પૃથ્વીને આપ્યું અને પૃથ્વી સ્થિર થઈ ગઈ ! ત્યારે વિશ્વામિત્રને સમજાયું કે સત્સંગનો મહિમા કેટલો મોટો છે. પછી એમણે કહ્યું : ''શેષનાગજી, હવે મને જ્ઞાન આપો.'' ત્યાં તો શેષનાગ હસવા લાગ્યા. પૂછ્યું, ''કેમ હસો છો ?'' ત્યારે શેષનાગે કહ્યું, ''જેમના સત્સંગના થોડીક ક્ષણોના પુણ્યથી આવડી મોટી પૃથ્વી સ્થિર થઈ શકે છે એ ઋષિને છોડીને તમે મારી પાસે આવ્યા ? વશિષ્ઠનો સંગ જ તમને બ્રહ્મવિદ્યા આપશે'' અને વિશ્વામિત્ર વશિષ્ઠ પાસે આવવા ચાલી નીકળ્યા. સત્સંગનો આ છે પ્રભાવ. સમસ્ત પૃથ્વીને સ્થિર કરી શકે એ સત્સંગ મનને પણ સ્થિર કરી શકે. જે સાધુપુરુષોએ ઈશ્વરના નામ-સંકિર્તન, જપ-ધ્યાનમાં પોતાનું જીવન વિતાવ્યું હોય એ સાધુપુરુષો સામાન્ય મનુષ્યનાં મનના ત્રિવિધ તાપ અને દોષોનું શમન કરી શકે છે. આધુનિક યુગમાં શ્રીરામકૃષ્ણ પરમહંસના સંગથી ગિરીશ ઘોષ જેવા દારૂડિયા અને લંપટ માણસ સંતકોટીએ પહોંચી શક્યા. અભિનેત્રી વિનોદીની ૨૩ વરસની ઉંમરમાં પોતાની ઉજ્જ્વળ કારકિર્દી છોડીને સંન્યાસીની બની ગઈ. તેને તો શ્રીરામકૃષ્ણનાં દર્શન થોડીક ક્ષણો માટે જ થયાં હતાં. કલકત્તાના સ્ટાર થિયેટરમાં તેણે ચૈતન્યદેવનું પાત્ર ખૂબ સરસ રીતે ભજવ્યું. શ્રીરામકૃષ્ણ દેવ તે જોવા ગયા હતા અને એટલા પ્રભાવિત થઈ ગયા કે બોલી ઊઠ્યા : ''અસલ નકલ એક જ.'' નાટક પૂરું થયા પછી ગ્રીનરૂમમાં જઈને બધા જ કલાકારોને તેમણે આશીર્વાદ આપ્યા અને વિનોદીનીના મસ્તક ઉપર હાથ મૂકીને ''ગુરુ હરિ, હરિ ગુરુ'' એમ ત્રણ વખત બોલ્યા. બસ આટલો જ સત્સંગ અને વિનોદીનીનું નટીનું જીવન સંતનારીમાં પલટાઈ ગયું. એવું જ 'શ્રીરામકૃષ્ણ કથામૃત'ના લેખક શ્રી

(અનુસંધાન પાન-૨૪ પર)

ઉપનિષદ-યાત્રા

શ્રી ગુણવંતભાઈ શાહ

બધું સુખ નિર્દોષતામાં સમાયું છે

ઋષિના શબ્દો : **चित्तमेव हि संसारः तत् प्रयत्नेन शोधयेत् ।**

(મૈત્રાયણી ઉપનિષદ, પ્રપાઠક ૬, મંત્ર ૩૪)

ભાવાર્થ : ચિત્ત એ જ સંસાર, શુદ્ધ કરવું પ્રયત્નથી.

રાજાએ ખરું વરદાન માગ્યું

બૃહદ્રથ નામે એક રાજા હતો. એને ભાન થયું કે મનુષ્યનું શરીર તો નાશવંત છે. ભાનમાંથી સાન પ્રગટી અને એ રાજાને સંસાર પ્રત્યે વૈરાગ્ય થયો. એણે પોતાના મોટા છોકરાને રાજ્ય સોંપી દઈને વનની વાટ પકડી. વનમાં જઈને એણે ઉગ્ર તપશ્ચર્યા આદરી.

એ વનમાં શાકાયન્ય નામના આત્મજ્ઞાની ઋષિ રહેતા હતા. એ ઋષિએ પ્રસન્ન થઈને બૃહદ્રથને કહ્યું : 'હે રાજા ! ઊઠ અને વરદાન માગ.' બૃહદ્રથે ઋષિને પ્રણામ કરીને કહ્યું : 'મને આત્મજ્ઞાન થાય તેવું કરો.' ઋષિએ તેને કહ્યું : 'તું બીજું કોઈ વરદાન માગ. આવું અશક્ય વરદાન ન માગ.' ઋષિની વાત સાંભળી બૃહદ્રથે કહ્યું : 'ભગવન્ ! આ શરીર હાડકાં, ચામડી, સ્નાયુ, મજ્જા, માંસ, વીર્ય, લોહી, આંસુ, વિષ્ટા, મૂત્ર, વાયુ, પિત્ત, કફ વગેરેથી ભરેલું છે અને દુર્ગંધયુક્ત તથા નિઃસાર છે. હું આ શરીર સાથે જોડાયેલા વિષયભોગો માગીને શું કરું ? વળી આ શરીર કામ, ક્રોધ, લોભ, ભય, દુઃખ, ઈર્ષ્યા, પ્રિય વસ્તુના વિયોગ, અણગમતી વસ્તુના સંયોગ, ભૂખ, તરસ, ઘડપણ, મરણ, રોગ અને શોકથી ઘેરાયેલું છે તો પછી શરીરસુખ સાથે જોડાયેલા ભોગો માગીને હું શું કરું ? હે ભગવન્ ! જગત આખું નાશવંત છે. રોજરોજ હું મનુષ્યોને મરતા જોઉં છું. મચ્છર જેવાં જીવજંતુઓ તો પેદા થઈને તરત જ મૃત્યુ પામે છે. અરે ! મોટા મોટા ધનુર્ધારીઓ તથા ચક્રવર્તી રાજાઓ પણ પૃથ્વી પરનું સુખસામ્રાજ્ય છોડીને પરલોક ભણી ચાલતા થાય છે. મનુષ્યો તો ઠીક, પરંતુ યક્ષ, ગંધર્વ, અસુર, ભૂત, પિશાચ અને સર્પ વગેરે પણ મૃત્યુ પછી ક્યાં ચાલી જાય તેની ભાળ મળતી નથી. કાળક્રમે સમુદ્રો સુકાઈ જાય છે, પર્વતો ખતમ થઈ જાય છે, વૃક્ષો જમીનદોસ્ત થાય છે અને પૃથ્વી પણ એક જગ્યાએ ટકી રહેતી નથી. દેવો પણ પુણ્ય ખલાસ થતાં નીચે આવી પડે છે અને નિશ્ચિત જણાતો ધ્રુવનો તારો પણ એક જ સ્થાને ટકી રહેતો નથી. અહંકારથી ભરેલા આ સંસારમાં વિષભોગો પ્રાપ્ત કરીને હું શું કરું ? એ ભોગોમાં રચ્યાપચ્યા રહેનારાઓને તો અનેક વખત જન્મમરણના ચકરાવામાં ભટકાતાં જ રહેવું પડે છે. માટે હે ભગવન્ ! મારા પર કૃપા કરો અને અંધારિયા કૂવામાં પડેલા દેડકાની માફક આ સંસારમાં અટવાઈ રહેલા મારા જેવા માણસનો ઉદ્ધાર કરો.'

આ પ્રસંગ મૈત્રાયણી ઉપનિષદના ઉદ્‌ભવનું નિમિત્ત બની રહ્યો. આ ઉપનિષદના કેટલાક મંત્રો કઠ, પ્રશ્ન, છાંદોગ્ય, બૃહદારણ્યક અને ઈશ ઉપનિષદમાંથી બેઠા લેવાયા છે. ઈશોપનિષદનો 'હિરણ્યમયેન પાત્રેણ' શબ્દોથી શરૂ થતો વિખ્યાત મંત્ર છેલ્લા શબ્દના અપવાદ સિવાય આખો આ ઉપનિષદમાં પણ જોવા મળે છે. વિદ્વાનો માને છે કે આ ઉપનિષદ પ્રમાણમાં પાછળના સમયમાં રચાયું હોવું જોઈએ. શંકરાચાર્ય આ ઉપનિષદ અંગે સંપૂર્ણ મૌન સેવે છે, તેથી પણ આવી માન્યતાને પુષ્ટિ મળે છે.

રાજાની વાણીથી ઋષિ પ્રસન્ન થયા

ઉપરનો પ્રસંગ આગળ વધે છે. રાજા બૃહદ્રથની સુંદર વાણી સાંભળીને ઋષિ શાકાયન્ય અત્યંત પ્રસન્ન થયા. એમણે રાજાને આત્મજ્ઞાન આપવાની તૈયારી બતાવીને કહ્યું : 'હે રાજા ! તું ધન્યવાદને પાત્ર છે. બધાં ઉપનિષદોના સારરૂપ બ્રહ્મવિદ્યા અમને ભગવાન

મૈત્રેય તરફથી પ્રાપ્ત થઈ છે. વાલખિલ્ય નામના મુનિઓએ એક વાર બ્રહ્મદેવને (બ્રહ્માને) પૂછ્યું : 'ભગવન્ ! આ શરીર ગાડા જેવું નિશ્ચેતન છે, તો પછી એને પ્રેરણા આપનાર કોણ ?' બ્રહ્મદેવે જવાબમાં કહ્યું : 'જે વાણીથી પર છે અને જે શુદ્ધ, પવિત્ર, શૂન્ય, શાંત, અનંત, અવિનાશી, સ્થિર, સનાતન, જન્મરહિત તથા સ્વતંત્ર છે એવો આત્મા જ આ શરીરમાં ચેતન પ્રેરે છે. પરિણામે શરીર ક્રિયાશીલ બને છે.' આમ મુનિઓ અને બ્રહ્મદેવ વચ્ચે તત્ત્વજ્ઞાનની ચર્ચાનો પ્રારંભ થાય છે. ચર્ચા આગળ વધે ત્યારે એક તબક્કે ચિત્ત અંગેના વિચારો પ્રગટ થાય છે. બ્રહ્મદેવ મુનિઓને કહે છે :

ચિત્તમેવ હિ સંસારઃ તત્ પ્રયત્નેન શોધયેત્ ।
યચ્ચિત્તસ્તન્મયો ભવતિ ગુહ્યમેતત્ સનાતનમ્ ॥
(મૈત્રાયણી ઉપનિષદ, ૬-૩૪)

બ્રહ્મદેવ કહે છે : 'ચિત્ત એ જ સંસાર છે. પ્રયત્ન દ્વારા એની શુદ્ધિ કરવી જોઈએ. જેવું જેનું ચિત્ત, તેવો તે. આ રહસ્ય સનાતન છે.'

ચિત્તશુદ્ધિ વિના કશું ન વળે

આ મંત્રમાં ચિત્તશુદ્ધિ પર ભાર મૂકવામાં આવ્યો છે. ઘણા લોકો પોતાના જીવનને ઈશ્વર તરફ વાળવા માગતા હોય છે. આવી ઇચ્છા પ્રામાણિક હોય તોય એ માટેની મથામણ ક્યારેક પોલી હોય છે. ક્યારેક કહેવાતા ધાર્મિક લોકોનો વ્યવહાર શુદ્ધ નથી હોતો. પૂજા, પાઠ, ધ્યાન, યોગ અને તીર્થયાત્રા કરે તોય એમના જીવનમાં કોઈ રૂપાંતરણ નથી થતું. કમાણી ગંદી હોય તોય તે એમને ઝાઝી કઠતી નથી. તેઓ ગમે તે માર્ગે પૈસા બનાવે છે અને પછી દાનનો દેખાડો કરે છે. ક્યારેક કોઈ અત્યંત માલદાર આદમીને દાનધરમ કરતો જોઉં ત્યારે મનમાં પ્રશ્ન ઊઠે છે : એણે કેટલા મોરલા માર્યા હશે, કે આજે ચકલાને ચણ નાખવા હાલી નીકળ્યો છે ? આવો પ્રશ્ન લોકોને નથી પજવતો તેથી જ દેશમાં કેટલાક ધર્મલંપટ ઉપદેશકોની ઘરાકી ટકી રહે છે.

વ્યવહારશુદ્ધિ, ચિત્તશુદ્ધિ અને આત્મશુદ્ધિ બાજુ પર રહી જાય છે અને કેવળ બાહ્યાચારની બોલબાલા વધતી રહે છે. ગાંધીજીએ સાધનશુદ્ધિ પર ભાર મૂકેલો એની પાછળ ઊંડી જીવનદૃષ્ટિનું બળ હતું. રાવણ મોટો તપસ્વી હતો પણ એનો વ્યવહાર શુદ્ધ ન હતો. વ્યવહારશુદ્ધિ વિના ચિત્તશુદ્ધિ શક્ય નથી અને ચિત્તશુદ્ધિ વિનાની તપશ્ચર્યા જીવનને ક્ષીણ કરનારી છે. રાવણની લંકા સોનાની હતી. સોનું શુદ્ધ હોય એવો આગ્રહ રાખનાર માણસ, જીવન શુદ્ધ રહે એવો આગ્રહ રાખતો થઈ જાય તો બેડો પાર ! પ્રામાણિક પટાવાળો એના અપ્રામાણિક બોસ કરતાં વધારે આદરણીય ગણાય. આપણી પ્રજા સમ્રાટને સલામ કરે છે, પરંતુ સંતને નમે છે. લાંચરુશવત ન લેનાર અને લોકોનાં વાજબી કામો હોંશપૂર્વક મન દઈને કરી આપનાર ઑફિસ-કર્મચારી અડધો સંત ગણાવો જોઈએ. ધર્મના પાયામાં વ્યવહારશુદ્ધિ રહેલી છે. સ્વરાજ મળ્યું તે પછીના દાયકામાં કિ. ઘ. મશરૂવાળાના ગુરુ કેદારનાથજીએ 'વ્યવહારશુદ્ધિ આંદોલન' શરૂ કરેલું. આજે એવું આંદોલન શરૂ કરે એવા સાચા સાધુની લોકોને પ્રતીક્ષા છે. કેદારનાથજીએ એમના આંદોલન દ્વારા ધર્મની ચોટલી પકડી હતી. એમના મનનીય ગ્રંથનું મથાળું છે : 'વિવેક અને સાધના.' વ્યવહારશુદ્ધિ વગર વિવેક જળવાતો નથી અને ચિત્તશુદ્ધિ વિના સાધનાની ચાસણી કાચી રહી જાય છે. બ્રહ્મદેવ સાચું કહે છે : 'ચિત્ત એ જ સંસાર છે અને પ્રયત્નપૂર્વક ચિત્તશુદ્ધિ કરતાં જ રહેવું જોઈએ.' પ્રામાણિક સુથાર, કાળી કમાણી પર જીવતા વેપારી કરતાં ભગવાનની વધારે નજીક હોવાનો. પ્રામાણિક હોવું એ ધર્મપાલનનું પહેલું પગથિયું છે. ઈસ્લામમાં નેકી પર ઘણો ભાર મૂકવામાં આવ્યો છે.

વ્યવહારશુદ્ધિના પાયા પર અને ચિત્તશુદ્ધિના મોભારા હેઠળ થતી જીવનશુદ્ધિ ચાલતી રહે તો પરિણામ શું આવે ? બ્રહ્મદેવ જવાબ આપે છે :

ચિત્તસ્ય હિ પ્રસાદેન હન્તિ કર્મ શુભાશુભમ્ ।
પ્રસન્નાત્મા આત્મનિ સ્થિત્વા સુખમવ્યયમશ્નુતે ॥
(મૈત્રાયણી ઉપનિષદ, ૬-૩૪)

બ્રહ્મદેવ કહે છે : 'ચિત્ત પ્રસન્નતા પામે ત્યારે શુભ અને અશુભ કર્મો નાશ પામે છે. પ્રસન્નતા પામેલો મનુષ્ય આત્મામાં લીન થાય ત્યારે શાશ્વત

સુખ પ્રાપ્ત કરે છે.'

સાચા સુખની શોધમાં

ઉપરોક્ત મંત્રમાં શાશ્વત સુખનો મહિમા થયો છે. જીવનમાં સતત એક ટક્કર ચાલતી રહે છે. તકલાદી સુખ અને શાશ્વત સુખ વચ્ચેની ટક્કરમાં ઘણુંખરું તકલાદી સુખ માટેની તાલાવેલીનો વિજય થતો રહે છે. પરિણામે ગમે તે રીતે સફળ થવા માટેની પડાપડીમાં સાચું સુખ કોને કહે તે અંગે વિચારવાનો સમય જ નથી મળતો. ફ્રેન્ચ લેખક માર્ગ્યુરાઈટ યોર્કનર કહે છે : 'બધું જ સુખ નિર્દોષતામાં સમાયેલું છે.' વ્યવહારશુદ્ધિ અને ચિત્તશુદ્ધિ દ્વારા આવી નિર્દોષતા જીવનમાં પ્રગટે પછી ખરા અધ્યાત્મની શરૂઆત થાય એમ બને.

ધર્મગુરુ રબ્બાઈ હીમન સ્કેચેલની વાત કાન દઈને સાંભળવા જેવી છે. કહે છે :

તમારે જે જોઈતું હોય
તે પ્રાપ્ત કરવામાં
સુખ મળતું નથી,
પરંતુ
જે તમારી પાસે છે જ,
તે જોઈએ છે એવું લાગવા માંડે
ત્યારે સુખની ભાળ મળે છે

કહેવાતા સુધરેલા સમાજમાં સુખની શોધનું એક મહત્ત્વનું પરિબળ ટેકનોલોજી છે. ટેકનોલોજી મનુષ્યની સગવડમાં વધારો કરનારી છે. પરિણામે એક સગવડપ્રેમી સમાજનું નિર્માણ થયું છે. એ સમાજ વ્યવહારશુદ્ધિ અને ચિત્તશુદ્ધિની માથાકૂટમાં પડવા તૈયાર ખરો ? ટેકનોલોજી બધી સગવડ આપે તોય મનની શાંતિની ખાતરી નથી આપતી. ટેકનોલોજી લગભગ 'તાણમાતા' બની ગઈ છે તેનું આ રહસ્ય છે. એ તાણમાતા યશોદા નથી, પૂતના છે. યશોદા પણ આપણને કહે છે : 'બધું જ સુખ નિર્દોષતામાં રહેલું છે.' નિર્દોષતા છોડ્યા વિના ટેકનોલોજીનો સ્વીકાર કરવાની કળા પ્રાપ્ત થાય તો એકવીસમી સદીમાં સાચા સુખનો સૂર્યોદય થાય.

('પતંગિયાની અમૃતયાત્રા'માંથી સાભાર)

(અનુસંધાન પાના નં-૨૧ પરનું)

મહેન્દ્રનાથ ગુપ્ત-માસ્ટર મહાશયના જીવનમાં પણ બન્યું હતું. સંસારનાં દુઃખોથી ત્રાસીને આત્મહત્યા કરવા નીકળ્યા હતા પણ દક્ષિણેશ્વરમાં શ્રીરામકૃષ્ણનો સત્સંગ થતાં આત્મહત્યાનો ઈરાદો બદલાઈ ગયો અને તેમના અંતરંગ શિષ્ય બની ગયા. આવાં તો અસંખ્ય ઉદાહરણો સત્સંગના પ્રભાવે મનુષ્યજીવન પલટાઈ ગયાનાં જોવા મળે છે. મનને દુઃખમાંથી, ઉદ્વેગમાંથી, હતાશા અને ચિંતામાંથી બહાર કાઢીને સુખ, શાંતિ અને આનંદમાં મૂકવાની જડીબુટ્ટી જે સાધુસંતો પાસે છે, તે ક્યાંય નથી અને એ જડીબુટ્ટી છે સત્સંગની, હરિનામની, ભગવત્‌ભાવની કે જે એલોપેથીની દવાની જેમ રોગ દબાવી દેતી નથી પણ મનના વિકારો અને રોગોને જડમૂળમાંથી દૂર કરીને મનને કાયમ માટે સુસ્થિર અને સ્વસ્થ કરી દે છે.

સદ્‌વાંચનનો પણ ઘણો જ ઊંડો પ્રભાવ પડે છે. વાંચનની મન ઉપર સૂક્ષ્મ અસર પડે છે. આજકાલના યુવાનો, વિદ્યાર્થીઓ રાત્રે હોરર સિરિયલો જુએ અને મોડી રાત્રે પછી સૂવા જાય તેથી એમનાં મન પણ વ્યગ્ર, અશાંત અને ચંચળ હોય છે. એવું જ હોરર કે બિભત્સ પુસ્તકોના વાંચનથી મન વિકૃત થઈ જાય છે અને એવું વિકૃત મન સારી રીતે એકાગ્ર થઈ શકતું નથી. તેના બદલે મનને શાંત કરે તેવાં પુસ્તકો, ઉત્તમ જીવનચરિત્રો, પ્રેરણાદાયી વિચારોનાં પુસ્તકો જો વાંચવામાં આવે અને તેમાંય સૂતાં પહેલાં વાંચવામાં આવે તો રાત્રે મન શાંત થઈ જાય છે અને ખૂબ સારી ઊંઘ આવે છે, અને ધ્યાન પહેલાં જો ગીતા, ઉપનિષદ, કથામૃત,દાસબોધ, બ્રહ્મનિરૂપણ વગેરે પુસ્તકોમાંથી પંદરેક મિનિટ પણ વાંચન કરવામાં આવે તો મન આવાં આધ્યાત્મિક પુસ્તકોના વિચારોમાં એકાગ્ર બને છે અને ત્યાર બાદ પ્રાર્થના કરી જો ધ્યાન કરવામાં આવે તો ધ્યાન ખૂબ જ સારી રીતે થાય છે.

('એકાગ્રતા અને ધ્યાન'માંથી સાભાર)

લક્ષ્મીસ્વરૂપો

શ્રી ઉપેન્દ્ર કાજરેકર

શ્રી લક્ષ્મીને આપણે સહુ અનેક સ્વરૂપે ઓળખીએ છીએ જેમ કે, શ્રીલક્ષ્મી, મહાલક્ષ્મી, શુભલક્ષ્મી, ધનલક્ષ્મી, વૈભવલક્ષ્મી, ભાગ્યલક્ષ્મી વગેરે પણ મુખ્ય સ્વરૂપ છે સુલક્ષ્મી અને અલક્ષ્મી.

આ બંને સ્વરૂપને ઓળખીએ તો જણાશે કે સુલક્ષ્મીમાં ઉપર જણાવ્યા તે સ્વરૂપોનો સમાવેશ થઈ જાય છે. નૈતિક ધોરણોનું જતન કરી, જીવનમાં તેનો અમલ કરી, પરિશ્રમ અને પુરુષાર્થ કરીને મેળવેલી લક્ષ્મી તે જ સુલક્ષ્મી છે. જેની પાસે સુલક્ષ્મી છે તે મનુષ્ય ભાગ્યશાળી છે. શ્રીલક્ષ્મી દેવીની કૃપા તેને મળી છે. આ લક્ષ્મીને કારણે તે સુખી, સમાધાની અને સંતોષી છે.

જીવનના પડકારોનો તેમ જ સંઘર્ષોનો સામનો કરવા તેને માત કરવા તે સમર્થ છે. તેની પાસેની લક્ષ્મીનો વિવેકપૂર્વક ઉપયોગ તે કરે છે. તેનો દુર્વ્યવહાર તે કરતો નથી. અજાણતાં કે જાણતાં તે દુર્વ્યય કરતો જ નથી. આ લક્ષ્મીથી તે લોકકલ્યાણ અથવા સર્વકલ્યાણનો વિચાર કરે છે, કારણ તેની પાસે સદ્‌વિચાર અને સદ્‌બુદ્ધિ આ લક્ષ્મીને કારણે પ્રાપ્ત થયાં છે. ભાગ્યલક્ષ્મીની કૃપાથી તેનું ભાગ્ય ઝળહળી ઊઠે છે, તે પણ આ સુલક્ષ્મીને કારણે જ. સુલક્ષ્મી એટલે ધનવાન, પૈસાદાર કે માલદાર સમજવું તે આપણી ભૂલ છે. એક ચોર, એક લુંટારો, એક ગુંડો પણ ધનવાન હોય છે એટલે તેની પાસે સુલક્ષ્મી છે એમ માનવાને કોઈ કારણ નથી. જેમની પાસે સુલક્ષ્મી હોય છે તેમને ઓળખવા અઘરા નથી. તેના ચહેરા પર ખાસ કરીને કપાળ પર તેજસ્વીતા નજરે પડે છે. તેનું આરોગ્ય ઉત્કૃષ્ટ હોય છે. બુદ્ધિમત્તા સુયોગ્ય એટલે કે વિવેકબુદ્ધિ પુષ્કળ હોય છે. તેના વિચારો સહુને કલ્યાણકારી હોય છે. આવી વ્યક્તિ ન્યાયિક હોય છે. અન્યાય સામે સમર્થતાથી પ્રતિકાર કરી શકે છે. આચાર અને વિચારની અશુદ્ધતા તેને સ્પર્શતી નથી. અશુદ્ધતા માટે તેને ઘૃણા હોય છે. આ વ્યક્તિનું પ્રત્યેક કાર્ય સુઆયોજિત અથવા સુયોજિત હોય છે, પરિણામે તે સિદ્ધિ પ્રાપ્ત કરે છે. તેનામાં અહંનો પ્રાદુર્ભાવ આ સુલક્ષ્મીને કારણે થતો નથી. તેને વાક્ચાતુર્ય પણ આ સુલક્ષ્મીને, ભાગ્યલક્ષ્મીની કૃપાથી પ્રાપ્ત થાય છે. આ વાક્ચાતુર્યનો અર્થ દંભી દલીલો કે અનર્થકારી વાદવિવાદ નહીં પણ તે જે કંઈ બોલે છે તે અર્થપૂર્ણ, ન્યાયસભર અને દંભરહિત, પરકલ્યાણકારી સર્વ હિતકારી હોય છે. આમ સુલક્ષ્મી જેને પ્રાપ્ત થઈ છે અથવા મેળવી છે તેને રિદ્ધિ અને સિદ્ધિ બંનેનો લાભ થાય છે.

અલક્ષ્મીનો પ્રભાવ ઘણો અહિતકારી હોય છે.

કુમાર્ગે, અનૈતિક આચારથી, સ્વાર્થ સાધવાની વૃત્તિથી અન્યોને અન્યાય કરી, દુઃખ આપી, વેદના તેમ જ પીડા આપી પ્રાપ્ત કરેલી લક્ષ્મી એટલે અલક્ષ્મી.

આ પ્રકારે મેળવેલી લક્ષ્મી તે વ્યક્તિને ક્ષણિક સુખ જરૂર આપે છે પણ શાશ્વત સુખ કે આનંદ આપતી નથી અને 'દૂધનું દૂધ અને પાણીનું પાણી' કહેવતને સાર્થક કરતું ક્ષણિક સુખ તે મેળવે છે. આ વખતે તેને પશ્ચાત્તાપ થાય છે પણ 'જબ ચિડિયા ચુગ ગઈ ખેત' ઉક્તિ પ્રમાણે તેની પાસે કોઈ વિકલ્પ રહેતો નથી.

અલક્ષ્મીનો પ્રભાવ વ્યક્તિને સર્વાંગી (આંતરિક અને બાહ્ય) અસમર્થ બનાવે છે. તેનામાં નૈતિક બળ શૂન્ય બરાબર હોય છે. તેના ચહેરા પર તેજસ્વિતાની જગ્યાએ કાળાશની રેખાઓ દેખાય છે. નિસ્તેજ ચહેરા સાથે તે જીવન જીવે છે. તેના ઘરમાં ચમક હોતી નથી. ઘરમાં સતત મુશ્કેલીઓ, પ્રશ્નો અને વિટંબણાઓ સાથે વૈચારિક કે અન્ય કોઈ સુમેળ રહેતો નથી. અથડામણના પ્રસંગો ઊભા થાય છે.

પ્રત્યેક સભ્ય 'સ્વ'નો વિચાર કરે છે. આપ્તકલ્યાણની જગ્યાએ આત્મકલ્યાણ (સ્વાર્થ)નો વિચાર દરેક સભ્ય કરતો હોય છે. હવે આ વ્યક્તિને જનકલ્યાણ કે પરમાર્થનો વિચાર ક્યાંથી સંભવે ? તેની પાસે અલક્ષ્મીનો જે સંચય છે તેનો દુર્વ્યય કરે છે. આ લક્ષ્મી (અલક્ષ્મી) આરોગ્યસંબંધી ખર્ચમાં વપરાય છે, કોર્ટ-કચેરીના કેસોમાં વેડફાય છે. આ કારણે ચિંતા, ટેન્શન અને ઉપાધિઓમાં વૃદ્ધિ થાય છે.

આ બધું આપણે આપણા સમાજમાં થતું સ્પષ્ટ જોઈ શકીએ છીએ. જાગૃત થવાની જરૂર દરેક વ્યક્તિએ સમજવી પડશે નહીંતર કુટુંબ અને ખાનદાનના અહિત સિવાય આપણે કશું જ હાંસલ ન કરી શકીએ.

(અનુસંધાન પાન-૨૯ પર)

સંતનું જીવન એ જ તેનો સંદેશ

શ્રી કાંતિલાલ કાલાણી

ગુજરાતની પ્રજા દક્ષિણ ભારતના મહાન સંત તિરુવલ્લુવરના નામથી ઓછી પરિચિત છે. તેમનો 'કુરળ' ગ્રંથ પાંચમો વેદ ગણાય છે. આ લેખકે તેનો અનુવાદ કરેલો છે અને ગ્રંથની શરૂઆતમાં તેમના જીવનની આછી રૂપરેખા આપી છે.

આમ તો બે હજાર વર્ષ પુરાણી વાત છે; છતાં લોકહૃદયમાં તે સચવાયેલી રહી છે અને પેઢી દર પેઢી લોકમુખે કહેવાતી રહી છે. આપણે સન્માન આપવા નામ આગળ 'શ્રી' શબ્દ લગાડીએ છીએ, તેમ દક્ષિણની તમિળ ભાષામાં 'તિરુ' અથવા 'થિરુ' શબ્દ મુકાય છે. તે સન્માનવાચક શબ્દ છે.

તિરુવલ્લુવર હાલના મદ્રાસના મથલાપુર વિસ્તારમાં વણકરનું કામ કરતા. તે વખતે મદ્રાસ ગામ નહિ હોય, પણ નાનાં નાનાં ગામ આજુબાજુમાં વસ્યાં હશે. તેમાં મથલાપુર નાનકડું ગામડું હતું. તેઓ વસ્ત્રો વણીને પોતાનું ગુજરાન ચલાવતા. એક વખત તેમણે સાડી તૈયાર કરી હતી અને તેને વેચવા બાજુના ગામની બજારમાં લઈ ગયા હતા.

તે દિવસે ધનવાન માબાપના કેટલાક સ્વચ્છંદી છોકરાઓ બજાર ભરાયેલી તે જોવા આવેલા. તેમાંથી એક યુવાનની નજર તિરુવલ્લુવરે વણેલી સુંદર સાડી પર પડી. તેમનો દેખાવ જોઈને યુવાનને લાગ્યું કે આ માણસનું વ્યક્તિત્વ જુદું પડી જાય છે. એ ભલે વણકર હોય, પણ સાધુ જેવોય લાગે છે. એટલે તેણે આ માણસ વિશે કોઈકને પૂછ્યું પણ ખરું. તેને ઉત્તર મળ્યો કે એ સંતપુરુષ છે. તે ક્યારેય ગુસ્સે થતા નથી.

યુવાન આ વાત માનવા તૈયાર નહોતો. તે પોતાની દૃષ્ટિએ બીજાને જોતો હતો. કોઈ મનુષ્ય ગુસ્સે જ ન થાય તે કેવી રીતે શક્ય બને ? યુવાનની અંદર રહેલી અવળચંડાઈ સક્રિય બની ગઈ. તેણે નક્કી કરી નાખ્યું કે સાડી વેચનારને ગુસ્સે કરવો. તેની પાસે લાંબી બુદ્ધિ નહોતી. કોઈ પણ માણસને ગુસ્સે કરવો હોય તો તેને નુકસાન પહોંચાડવું જોઈએ. ઈરાદાપૂર્વક કરેલું નુકસાન કોઈ સહન કરી શકે નહિ.

તે તિરુવલ્લુવર પાસે જઈને ઊભો રહ્યો અને હાથમાં સાડી લઈ તેનું વણાટકામ કેવું છે તે જોતો હોય એવો દેખાવ કરવા લાગ્યો. પછી કહે : મારે આ સાડી ખરીદવી છે. તેની કિંમત શું છે ?

'બે રૂપિયામાં વેચવાની છે.' તિરુવલ્લુવરે કહ્યું.

યુવાને સાડીના બે ટુકડા કરી નાખ્યા અને અરધી સાડી બતાવીને કહે : આ અરધી સાડીની કિંમત શું લેશો ? તેને એમ હતું કે ખૂબ મહેનતથી તૈયાર કરેલી સાડીને ફાડી નાખીશ એટલે તેઓ ચોક્કસ ગુસ્સે થશે. પણ અંતે ગુસ્સે થવાને બદલે કહ્યું : આમ તો હું અરધી સાડી વેચતો નથી. અરધી કોણ લે ? છતાં તારે અરધી સાડી લેવી છે તો એક રૂપિયો આપી દે.

યુવાનની દાનત ખોટી હતી. તેને સાડી લેવી નહોતી એટલે અરધી સાડીના બે ટુકડા કરી નાખ્યા. તેમાંનો એક ટુકડો તેમની સામે ધરીને કહે : આ કટકાનું શું લેશો ? સંતના મુખ પરના હાવભાવ સહેજ પણ બદલાયા નહિ. તેમણે જાણે કાંઈ જ ન બન્યું હોય તેમ કહ્યું : આઠ આના આપ. માલ અને મજૂરીના જ પૈસા માગું છું.

યુવાન તેમને ગુસ્સે કરવા ઈચ્છતો હતો અને તેઓ ઠંડે કલેજે વર્તતા હતા, એટલે તેને ખૂબ નવાઈ લાગી. તેણે સાડીના માલિકને ગુસ્સે કરવાનું નક્કી કર્યું હતું, એટલે સાડીના ઘણા બધા ટુકડા કરી નાખ્યા. પછી કહે : આ નાના નાના ટુકડાને લઈને હું શું કરું ? મારે આ ટુકડા નથી જોઈતા.

સંતે સહેજ પણ અકળાયા વિના કહ્યું : તારી વાત સાચી છે. આ ટુકડા કશા ખપમાં ન આવે. ભલે, પાછા મૂકી દે.

યુવાન શરમિંદો પડી ગયો. એક આખી સાડી પોતે તદ્દન નકામી બનાવી દીધી તેનો તેને વસવસો થયો. અવિચારી કૃત્ય થઈ ગયું તેનો હવે એક જ ઉપાય હતો. સાડીની કિંમત ચૂકવી દેવી. તેણે કહ્યું : આપની સાથે મેં બેહૂદું વર્તન કર્યું. મને એમ કે હું તમને ગુસ્સે કરી શકીશ. તેમાં મને સફળતા ન મળી અને વધુમાં આખી સાડી મેં નકામી કરી નાખી. મને ખૂબ પસ્તાવો થાય છે. આપ સાડીના રૂપિયા બે લઈ લો.

સંતે કહ્યું : આવા ટુકડાના પૈસા મારાથી ન લેવાય. હું આ ટુકડાઓનો કોઈ ને કોઈ રીતે ઉપયોગ કરી લઈશ. તું એનો બોજો ન રાખીશ.

યુવાને કહ્યું : મારી પાસે ઘણા રૂપિયા છે. વળી આ સાડીના આટલા બધા ટુકડા મેં કર્યા છે. મારે તેની નુકસાની તમને આપવી જ જોઈએ.

સંતે ગંભીર થઈને કહ્યું : યુવાન, તારે થોડો વિચાર કરવા જેવો છે. તું એમ સમજે છે કે તું મને બે રૂપિયા આપી દઈશ એટલે હિસાબ ચોખ્ખો થઈ જશે. દુનિયાની દૃષ્ટિએ તારી વાત બરાબર છે, પણ આ સાડી તૈયાર થઈ તેની પાછળ જે મહેનત થઈ છે તે ગણતરીમાં લઈ શકાય તેવી નથી. ખેડૂતની મહેનત અને કાળજી; તૈયાર થયેલા રૂને પીંજવું, કાંતવું, સૂતરને રંગવું અને સાળ પર વણવું, સાડી તૈયાર થયા પછી તેને બજારમાં લાવી વેચવી, આ બધાનાં તું બે રૂપિયા ગણે છે, કારણ કે મેં તને બે રૂપિયા કહ્યા. અમે બે રૂપિયા કમાવા આટલી મહેનત નહોતી કરી. અમારી ઇચ્છા કોઈ બહેન, દીકરી કે માતાને શણગારવાની પણ હતી. આ સાડીમાં અમે પ્રાણ રેડ્યો હતો; હૃદયના રંગ પૂર્યા હતા. તેનાથી કોઈ પણ સ્ત્રીનું અંગ શોભી ઊઠત અને તે રાજી થઈ જાત. તેં સાડી ફાડી નાખી એટલે સૌની મહેનત તો ધૂળમાં મળી ગઈ, પણ તેમાંથી જે આનંદ મેળવવો હતો તે પણ ઝૂંટવાઈ ગયો.

સંતની વાત સાંભળી યુવાન અંદરથી ધ્રૂજી ગયો. સાડીના ટુકડા કરતી વખતે તેને કલ્પના પણ નહોતી કે તેનું કૃત્ય અક્ષમ્ય છે. તેની આંખોમાંથી અશ્રુઓ વહેવા લાગ્યાં. તેણે સંતનાં ચરણ પકડીને કહ્યું : મારાથી ઘોર અપરાધ થઈ ગયો. મારી ઉચ્છૃંખલતા મર્યાદા વટાવી ગઈ. આપ મને શિક્ષા કરો.

સંતે તેની પીઠ પર હાથ ફેરવતાં કહ્યું : બેટા, તને તારી ભૂલ સમજાઈ એ જ મોટી વાત છે. આવી ભૂલ ભવિષ્યમાં ફરી ન થાય તેની જાગ્રતિ રાખજે. એક સાડી નકામી થઈ ગઈ તે સાચું, પણ અમે મહેનત કરી બીજી સાડી તૈયાર કરી દઈશું; પણ જીવન જો બગડે તો એને પાછું ક્યાંથી લાવી શકાય ? એક સાડીના ભોગે તને તારી ભૂલ સમજાઈ તેમાં મને મારી કિંમત મળી જ ગઈ છે.

યુવાનનો અવાજ રુંધાઈ ગયો. તે બોલવા ઇચ્છતો હતો, પણ બોલી ન શક્યો. તે સંતની સામે જોઈ રહ્યો. સંતની દૃષ્ટિમાંથી જે અમી ઝરી રહ્યું હતું તેનું તે પાન કરતો રહ્યો.

સંત વલ્લુવરના સંપર્કમાં આવા કેટલા યુવાનો આવ્યા હશે તે કહેવું મુશ્કેલ છે, પણ અન્ય યુવાન વિશેનો પણ પ્રસંગ નોંધાયો છે. એક યુવાન સાધુજીવન ગાળવા ઇચ્છતો હતો, પણ તે પોતે સાધુ થવાનો નિશ્ચય કરી શકતો નહોતો. જીવનભર બ્રહ્મચારી રહી સાધુ જીવન ગાળવું ઇષ્ટ કે ગૃહસ્થાશ્રમમાં રહી ઈશ્વરને સાધી લેવા વધારે ઇષ્ટ તે બાબતની અવઢવ દૂર કરવા તે ગૃહસ્થી સંત તિરુવલ્લુવર પાસે પહોંચી ગયો. તેણે સંતને પ્રશ્ન કર્યો કે લગ્ન અંગે તમે શું સલાહ આપો છો ? સંતે તેને થોડા દિવસ રોકાઈ જવા કહ્યું. યુવાન રોકાઈ ગયો.

એક દિવસ બંને જણા સવારમાં ઠંડા ભાતનો નાસ્તો કરતા હતા. તે વખતે સંતની પત્ની વાસુકી આંગણામાં આવેલા કૂવામાંથી પાણી ખેંચી રહ્યાં હતાં. તિરુવલ્લુવરે પત્નીને બૂમ પાડીને કહ્યું કે ભાત એટલો બધો ગરમ છે કે ખાઈ શકાતો નથી. યુવાન જાણતો હતો કે ભાત ઠંડો છે. વાસુકીને પણ ખબર હતી કે નાસ્તામાં ઠંડો ભાત જ આપ્યો છે. છતાં પતિએ બૂમ પાડી એટલે ઘડાને કૂવામાં લટકતો રાખી તે જ ક્ષણે પતિ પાસે આવી અને ભાતને ઠંડો કરવા પંખો નાખવા લાગી !

યુવાનની હાજરીમાં બીજી ઘટના બની. સંત બપોરે સાળ પર કાપડ વણવાનું કામ કરતા હતા. તે વખતે હાથમાંથી બોબિન પડી ગયું. સૂર્યનો ભરપૂર પ્રકાશ હતો અને બોબિન નાનું નહોતું, છતાં તેમણે પત્નીને બૂમ પાડી જલદી દીવો લાવવા કહ્યું ! પતિની માગણી બેહૂદી છે તેવો વિચાર કર્યા વિના વાસુકી તત્કાળ દીવો લઈને પહોંચી ગયાં.

યુવાને આ બધું જાતે જોયું. વાસુકી જેવી પત્ની મળે તો પ્રભુ ભજવામાં ગૃહસ્થાશ્રમ બાધારૂપ ન બને એવું આ પ્રસંગો પરથી યુવાનને સ્પષ્ટ થઈ ગયું, પણ આવી પત્ની મળે જ તેની કોઈ ખાતરી ખરી ? વાસુકી અપવાદરૂપ સ્ત્રી હતી. આવા શુભ ઋણાનુબંધ અને આવી સદ્‌ગુણી પત્ની આકસ્મિક મળે. તે માટે જોખમ ખેડવું પડે. જોખમ ખેડવાની તૈયારી ન હોય તો તપસ્વીનું જીવન પસંદ કરવું પડે.

સંતે પોતાની પ્રશંસા ન કરી; પોતે કેવું ભગવદ્‌મય જીવન જીવે છે અને પત્નીનો કેટલો આદર કરે છે તે પણ ન કહ્યું. તેમણે યુવકને થોડા દિવસ પાસે રાખ્યો, જેથી સાધુજીવન કેવું હોય તેનો યુવાનને આપોઆપ ખ્યાલ આવી જાય. આમ, મહાપુરુષોનું આચરણ જ બોલતું હોય છે અને તેમનું જીવન એ જ તેમનો સંદેશ હોય છે.

'મુક્તિનું રહસ્ય'માંથી સાભાર

ક્ષણે ક્ષણની જાગૃતિ ઝંખતું શિક્ષણ

શ્રી હરિભાઈ કોઠારી

''ક્ષણશઃ કણશશ્ચૈવ વિદ્યામર્થં ચ ચિન્તયેત્ ।
ક્ષણત્યાગી કુતો વિદ્યા કણત્યાગી કુતો ધનમ્ ॥''

''ક્ષણક્ષણ તેમ જ કણ કણ કરીને માણસે વિદ્યા અને અર્થનો વિચાર કરવો જોઈએ. ક્ષણ ગુમાવનારને વિદ્યા ક્યાંથી મળે તેમ જ કણ ગુમાવનારને ધન ક્યાંથી પ્રાપ્ત થાય ?'' અર્થાત્ ક્ષણને સાચવે તે વિદ્વાન થાય અને કણને સાચવે તે ધનવાન થાય.

બનારસ વિશ્વવિદ્યાલય માટે ફાળો મેળવવા મદનમોહન માલવિયાજી કલકત્તાના એક મારવાડી વેપારીને ત્યાં ગયા. વાર્તાલાપ દરમ્યાન તે શેઠે પોતાના નોકરને દીવો પ્રગટાવવા કહ્યું. નોકરે દીવો પ્રગટાવવા દીવાસળી સળગાવી. દીવાસળી ઓલવાઈ જતાં તેણે બીજી સળગાવી. આ જોઈને શેઠે એને ધમકાવી નાખ્યો. માલવિયાજી તો આ જોઈને હેબતાઈ ગયા. તેમને થયું કે એક દીવાસળી માટે પોતાના નોકરને ધમકાવી નાખનાર શેઠ મને શું ફાળો આપશે ! તેમણે માગવાનું જ માંડી વાળ્યું.

માલવિયાજી ઊઠવા લાગ્યા ત્યારે શેઠે તેમને આગ્રહપૂર્વક તેમના આગમનનું પ્રયોજન પૂછ્યું. ડરતાં ડરતાં માલવિયાજીએ ફાળાની વાત કરી. શેઠે કહ્યું, 'તમારું કામ અતિશય પવિત્ર છે. લખી લો મારા સવા લાખ રૂપિયા!' માલવિયાજીને તો આશ્ચર્યનો આઘાત લાગ્યો. તેમણે શેઠને કહ્યું, 'તમે એક દીવાસળી માટે તમારા નોકરને આટલો બધો ધમકાવી નાખ્યો, એ જોયા પછી મારી તો ફાળો માગવાની હિંમત જ નહોતી ચાલતી. તમે આટલું મોટું દાન આપવા તૈયાર થઈ ગયા, એ જોઈને મારું તો મગજ જ બહેર મારી જાય છે.' તે શેઠે બહુ સુંદર જવાબ આપ્યો. 'હું જો આવી રીતે નકામી દીવાસળીઓ બાળ્યા કરું તો તમને આપવા માટે મારી પાસે પૈસા ક્યાંથી રહે ?'

ઉપરોક્ત ઘટના ખૂબ જ સૂચક છે. શક્તિ વેડફી નાખવા માટે નથી, વાપરવા માટે છે. જાગૃતિપૂર્વકનો વિત્તનો વિનિયોગ માણસને મહાન બનાવે છે. તેવું જ સમયના બારામાં છે. સમયને સાચવનારને સમય સાચવે છે જ્યારે સમયને વેડફનારનું પોતાનું જીવન જ વેડફાઈ જાય છે. વિલાસને માટે સમય અને શક્તિ વેડફી નાખનાર પાસે વિકાસને માટે એ વસ્તુઓ રહેતી નથી. સમય અને શક્તિનો સંયમ તેમ જ ચોક્કસ પ્રકારની જાગૃતિપૂર્વકનો તેમનો ઉપયોગ માણસને ઉન્નતિના શિખરો સર કરવામાં સહાયક બને છે.

બચપણથી જ આવા પ્રકારની જાગૃતિ જરૂરી બની રહે છે. બાળક નાનું હોય ત્યારથી જ તેના માબાપે તેના વિકાસના બારામાં જાગૃત રહેવું જોઈએ. શિક્ષણક્ષેત્રને વગોવનાર કે શિક્ષકો પર દોષારોપ કરનાર મોટા ભાગના વાલીઓ પોતાનાં બાળકો પ્રત્યે અક્ષમ્ય એવી ઉદાસીનતા સેવતા હોય છે. વળી એ પ્રકારની બેદરકારી માટે શરમ અનુભવવાને બદલે તેઓ એનું ગૌરવ લે ત્યારે તો એ બાબત અતિશય ચિંતાજનક બની જાય છે.

આવા માબાપોને ચીમકી આપતાં કહેવાયું છે કે,

''માતા શત્રુ, પિતા વૈરી યેન બાલો ન પાઠિતઃ
ન શોભતે સભામધ્યે હંસમધ્યે બકો યથા.''

અર્થાત્ ''પોતાના બાળકને સુયોગ્ય શિક્ષણ ન આપનાર માતા તેની શત્રુ છે અને પિતા વેરી (દુશ્મન) છે. અશિક્ષિત માનવ, હંસોમાં બગલાની માફક, સભામાં શોભતો નથી.'' ઉપનિષદમાં પણ કહ્યું છે કે 'માતૃવાન, પિતૃવાન અર્થાત્ સંસ્કારી માબાપનાં સંતાનોને જ સાચું જ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય છે.' 'માતૃદેવો ભવ, પિતૃદેવો ભવ' કહીને શ્રુતિ જેમને બિરદાવે છે તેવા માબાપે પોતાના કર્તવ્યનું યથોચિત પાલન કરવું જોઈએ.

અબ્રાહમ લિંકને પોતાના વહાલસોયા પુત્રને શાળામાં મોકલતી વખતે શાળાના આચાર્યશ્રીને ઉદ્દેશીને એક પત્ર લખ્યો હતો. અમેરિકાના પ્રમુખનો એ પત્ર અતિશય મનનીય તેમ જ સૌને માર્ગદર્શક હોવાથી તેમના જ શબ્દોમાં અત્રે રજુ કરું છું.

''હું જાણું છું કે તેણે શીખવું પડશે કે બધા માણસો ન્યાયપૂર્વક વર્તતા નથી અને બધા માણસો સાચા હોતા નથી. પણ તેને શીખવજો કે સમાજમાં જેમ લુચ્ચા માણસો હોય છે તેમ સારા માણસો પણ હોય જ છે, સ્વાર્થી રાજકારણી માણસો હોય છે તેવી જ રીતે સમર્પણની ભાવનાવાળા આગેવાનો પણ નિશ્ચિતરૂપે હોય છે જ. એને એ પણ શીખવજો કે દુશ્મનો હોય

છે તો સાથે સાથે મિત્રો પણ હોય છે.

હું જાણું છું કે આપને આ શીખવતાં વખત લાગશે પણ બની શકે તો શીખવજો કે સાચી રીતે કમાયેલો રૂપિયો મફતમાં મળેલા પાંચ રૂપિયા કરતાં અનેકગણો કીંમતી છે. એને ખેલદિલીથી હારતાં શીખવજો અને જીતવાનો આનંદ માણવાનું પણ શીખવજો. તેને અદેખાઈથી દૂર રાખવાનો પ્રયત્ન કરજો અને શાંત મલકાટનો, છૂપો આનંદ અનુભવતાં પણ શીખવજો. તેને અત્યારથી જ એ બોધ આપશો કે ગુંડાઓને મહાત કરવા એ સહેલું છે.

તમારાથી બની શકે તો તેને પુસ્તકોની અજાયબ દુનિયાની સમજ આપજો. એને થોડોક નિરાંતનો સમય પણ આપજો કે જેથી તે શાંતિથી એકલો બેસીને આકાશમાં ઊંચે ઉડતાં પક્ષીઓ, સૂર્યના પ્રકાશમાં ગણગણતી મધમાખીઓ અને સુંદર લીલીછમ ટેકરીઓ ઉપર ઊગેલાં અનુપમ પુષ્પોનું શાશ્વત રહસ્ય શોધવાનો આનંદ માણી શકે.

શાળામાં એને એટલું તો જરૂર સમજાવજો કે પરીક્ષામાં ચોરી કરી પાસ થવું તેના કરતાં નાપાસ થવું એ ઘણું વધારે માનભર્યું છે. બીજા બધા એના વિચારો ખોટા છે તેમ કહે તો પણ જો એ ખરેખર માનતો હોય કે એના વિચારો ખરા છે, તો એમાં શ્રદ્ધા રાખતાં એને શીખવજો. એને સારા માણસો જોડે સલુકાઈથી અને આકરા માણસો સાથે આકરી રીતે વર્તવાનું શીખવજો. મારા પુત્રમાં એ શક્તિ પણ રોપજો કે બધાં જ જ્યારે પવન પ્રમાણે પીઠ ફેરવતાં હોય ત્યારે ટોળાને અનુસરવાને બદલે તે એકલવીર બની શકે. એને બધાંની જ વાત શાંતિથી સાંભળવાની ટેવ પાડજો પણ એ શીખવજો કે તેમાંથી સત્યની ચાળણીમાંથી ચાળીને જે સારું હોય એ જ એ ગ્રહણ કરે.

તમારાથી બને તો તેને દુઃખમાં પણ હસતાં શીખવજો, અને એ પણ સમજાવજો કે આંસુ પાડવામાં કોઈ શરમ નથી. વક્ર દૃષ્ટિવાળા માણસને તરછોડવાનું અને ખુશામતીઆઓથી ચેતતા રહેવાનું પણ શીખવજો. વળી પોતાની બુદ્ધિ અને શક્તિની વધારેમાં વધારે કિંમત ઉપજાવતાં શીખવાડજો, પણ પોતાના આત્મા અને હૃદયને પૈસા માટે વેચી ન દે તેવું પણ ખાસ શીખવાડજો.

ટોળાની બૂમોથી ઝૂકી ન પડે અને તે સાચો છે એમ માનતો હોય તો અડગ ઊભો રહી લડત આપે તેવું શીખડાવજો. એને મૃદુતાથી સંભાળજો પણ વધુ પડતાં લાડ લડાવી બગાડશો નહીં, કારણ કે અગ્નિમાં તપીને જ લોખંડ પોલાદ બની શકે છે. એને વ્યગ્રતાની ક્ષણોમાં સાહસ અને શૌર્યની ક્ષણોમાં ધીરજ રાખતાં શીખવજો. પોતાની જાતમાં પણ અડગ વિશ્વાસ રાખતાં શીખવાડજો કારણ કે તેથી જ માનવજાતમાં એને અડગ વિશ્વાસ આવશે.

હું જાણું છું કે આ બધું જ શીખવવું અતિશય મુશ્કેલ છે પણ હું તમને વિનંતી કરું છું કે તમારાથી આ અંગે જે કંઈ કરી શકાય તે જરૂર કરજો, કારણ કે મારો પુત્ર એક મજાનો માણસ છે. ''માનવ માત્રમાં આવા પ્રકારની જાગૃતિ નિર્માણ થાય તો શિક્ષણનું ક્ષેત્ર સોળે કળાએ ખીલી ઊઠે અને સૃષ્ટિનું ઉદ્યાન માનવતાની સૌરભથી મહેકી ઊઠે.''

(અનુસંધાન પાના નં-૨૫ પરનું)

એક વિદ્વાને લખ્યું છે કે મનુષ્ય જીવનને જરૂરી દરેક વસ્તુ જોઈ તપાસીને મેળવે છે, ખરીદે છે પણ લક્ષ્મી પ્રાપ્ત કરતી વખતે, લેણ-દેન કરતી વખતે જોઈ તપાસી લેવાનો આગ્રહ તે સેવતો નથી. આ કારણે આજે આ અલક્ષ્મીનો પ્રભાવ સમાજમાં, રાષ્ટ્રમાં અને દુનિયાભરમાં ખૂબ જ ફેલાયો છે. આ દુષ્પ્રભાવથી બચવા અને નિર્મૂળ કરવા વ્યક્તિએ આ અલક્ષ્મીનો થોડો ભાગ ધર્મકાર્યમાં ખર્ચે છે, દાનવીર તરીકે નામના મેળવવા પ્રયત્ન કરે છે અને કલંકને ભૂંસવા ઈશ્વરને પણ છેતરવાનો અસફળ પ્રયાસ કરે છે. જે સર્વજ્ઞ છે, સર્વ વ્યાપક છે તેને છેતરીને પુણ્ય કમાવવા નીકળે છે અને પોતાના અહંમાં ઉમેરો કરે છે. આમ અલક્ષ્મીને કારણે અહંકાર પણ વધે છે.

અહંકારનું ફળ હંમેશાં તૂરું, ખાટું કે કડવું હોય છે. તેમાં મધુરતા નથી હોતી. આ અહંકાર વ્યક્તિને સારાસારના વિચારોથી દૂર લઈ જાય છે, કુટુંબ અને સમાજથી અળખામણા બનાવે છે. આના કારણે ક્યારેક તે વ્યક્તિ ગુનાહિત કૃત્યો અને અસામાજિક બદીમાં ફસાય છે. બરબાદી તરફ ધકેલાય છે.

ઈર્ષા અને મત્સર જેવા દુર્ગુણોને પોષણ પ્રાપ્ત થાય છે. વાલિયા લૂંટારાની વાર્તા યાદ કરીએ તો જણાય છે-જે બ્રહ્મજ્ઞાન તેને મળ્યું અને વાલ્મીકિ ઋષિ બન્યો એવું જ આપણે સહુએ વાર્તાના ઉદાહરણને અનુસરીને અલક્ષ્મીનાં દુષ્પરિણામથી બચીએ અને આપણી ભાવિ પેઢીને સુસંસ્કાર, સુનીતિ અને કલ્યાણકારી જીવન તરફ વાળીએ.

'ધર્મદર્શન-દિવ્ય ભાસ્કર'માંથી સાભાર

શ્રી ચૈતન્ય મહાપ્રભુજી - જીવન પ્રસંગો

શ્રી કનૈયાલાલ મ. પંડ્યા

દુષ્ટાત્મા જગાઈ - મધાઈનું જીવનપરિવર્તન

ગૌરાંગદેવ શ્રીચૈતન્ય મહાપ્રભુના સમયમાં બંગાળના નવદ્વીપમાં બે ક્રૂરકર્મા બ્રાહ્મણો રહેતા હતા. તેમના નામ 'જગાઈ' (જગન્નાથ) અને 'મધાઈ' (માધવ) હતાં. તેઓ એ વખતે ગૌડ દેશના રાજાના કોટવાળ હતા. એ બે જણ ભાઈઓ હતા અને છત્ર વિનાના બાદશાહ હતા. તેઓ થોડું લશ્કર સાથે રાખી ફર્યા કરતા અને પ્રજાની ઉપર અમાનુષી અત્યાચારો કરતા હતા. તેઓ પ્રજાને લૂંટીને તત્કાલીન કાજીને ઘણું ધન આપતા હતા, તેથી તેમની વિરુદ્ધ કોઈ કાર્યવાહી થતી ન હતી. તેમનાં ઘર ભગવતી ગંગાજીના કિનારે હતાં, પરંતુ તેઓ સદા એક મહોલ્લાથી બીજા મહોલ્લામાં ૧૫-૨૦ દિવસ પડ્યા રહેતા હતા. જે મહોલ્લામાં તે ડેરો નાખતા ત્યાંના લોકોના પ્રાણ સુકાઈ જતા. કોઈ તેમની સામે હરફ પણ ઉચ્ચારી શકતું ન હતું. કોઈ તેમની સામેથી પસાર થાય તો આંખો મીચીને દોડી જતું. તેમના અત્યાચારો પરાકાષ્ઠા પર પહોંચી ગયા હતા.

મહાપ્રભુના બે સંન્યાસી શિષ્યો ભક્ત હરિદાસ અને અવધૂત નિત્યાનંદ નવદ્વીપમાં પ્રભુના સંકીર્તન-આંદોલનના પ્રચારક બનીને ઘેર ઘેર નામસંકીર્તન કરવાનો સંદેશો લઈને ફરી રહ્યા હતા. રસ્તામાં તેમણે નશામાં ચકચૂર, ઉન્નત પાગલોની માફક પ્રલાપ કરતા, લાલ-લાલ આંખોવાળા, ભયંકર દેખાવવાળા, પ્રજાને ભય પમાડતા જગાઈ-મધાઈને જોયા. તેમની આવી શોચનીય અને વિચિત્ર દશા જોઈ નવદ્વીપમાં નવા નવા આવેલા નિત્યાનંદજી લોકોને તેમના વિષે પૂછવા લાગ્યા. લોકોએ કહ્યું કે, 'એ બે ભાઈ બ્રાહ્મણકુળમાં જન્મેલા છે, છતાં રાક્ષસો જેવું વર્તન કરે છે. પાપીઓ યમરાજાથી ડરે તેના કરતાં વધુ લોકો આ બે નરપિશાચોથી ફફડી રહ્યા છે. જોજો તમે એમને ન ભટકાતા. એ લોકોને સાધુઓ પર ખૂબ ચીડ છે. જો તમને એ લોકો જોઈ જશે તો તમારી ખેર નથી.'

નિત્યાનંદજીને તેમની ઉપર દયા આવી. તેમણે વિચાર્યું કે, 'જે લોકોને ભગવાન્નામમાં શ્રદ્ધા છે અને તે સદા સત્કર્મરત રહે છે, તે લોકો આપણા કહેવાથી નામ-કીર્તન કરે, તેમાં ખાસ નવાઈ નથી. તેમાં અમારા મહાપ્રભુની વિશેષ મોટાઈ સિદ્ધ થતી નથી. પ્રશંસનીય તો એ જ કહેવાય કે આવા પાપી પણ પાપ છોડીને ભગવાન્નામનો આશ્રય ગ્રહણ કરી પ્રભુના શરણે આવી જાય. નામનું સાચું મહત્ત્વ તો ત્યારે જ પ્રકટ થશે. આવા લોકો જ અધિક કૃપાને પાત્ર છે. તેમના જેવા લોકોને જ નામ-ઉપદેશની પરમઆવશ્યકતા છે. કોઈ પણ રીતે તેમનો ઉદ્ધાર થવો જોઈએ.'

નિત્યાનંદજીના વિચાર સાથે સંમત થઈ હરિદાસ પણ તેમની સાથે જગાઈ-મધાઈના ડેરા તરફ ચાલ્યા. નિત્યાનંદજીએ ઘણા મધુર સ્વરમાં કહ્યું.

કૃષ્ણ કહો, કૃષ્ણ ભજો, લેહુ કૃષ્ણ નામ ।
કૃષ્ણ માતા, કૃષ્ણ પિતા, કૃષ્ણ ધન પ્રાણ ॥

અવધૂત તપસ્વીના મુખથી નીકળેલો મધુર ધ્વનિ જગાઈ-મધાઈના કાને પડ્યો ત્યારે તેમણે આ બે સંતોને કહ્યું, 'તમે લોકો કોણ છો ? અને શું ચાહો છો ?'

હરિદાસે કહ્યું, 'અમે ભિક્ષુક છીએ, આપની પાસે અમે ભિક્ષા માગીએ છીએ કે તમે તમારા મુખથી ઉચ્ચારણ કરો : શ્રીકૃષ્ણ ગોવિંદ હરે મુરારે ! હે નાથ નારાયણ વાસુદેવ ॥ આ જ અમારી ભિક્ષા છે.'

આટલું સાંભળતાં જગાઈ-મધાઈએ ક્રોધ કરી તેમને મારવા અને પકડવા માણસોને દોડાવ્યા. બંને સંતો પૂરી શક્તિ લગાવી નાઠા. પાછળ દોડાવેલા લશ્કરના માણસોએ વિચાર્યું, 'આ નશામાં ચૂર બદમાશોનો આદેશ માનીને સાધુઓને પકડીને શું મેળવીશું ?' એમ વિચારી તેમણે તેમનો પીછો છોડી દીધો. નિત્યાનંદ અને હરિદાસ દોડતા પ્રભુ પાસે પહોંચ્યા. એ વખતે પ્રભુ ભક્તોને કથા કહી રહ્યા હતા. તેમને જોઈ પ્રભુ બોલ્યા : 'લો, ભાઈ ! પ્રચારકમંડળની જુગલજોડી આવી ગઈ. હવે આપ તેમના મુખથી નગરના સમાચાર સાંભળો.'

હરિદાસે જગાઈ-મધાઈના નગરની પ્રજા પર થઈ રહેલા અત્યાચારોની વાત કહી તથા પોતે કેવી રીતે ભાગી છૂટ્યા એ પણ કહ્યું. પ્રભુએ હસતાં હસતાં કહ્યું, 'હવે એ કેટલા દિવસ ક્રૂરતા કરી શકશે ? શ્રીપાદ

(નિત્યાનંદ)નાં દર્શન જેમને થઈ જાય અને તેમના મનમાં તેમનો ઉદ્ધાર કરવાનો સંકલ્પ થઈ જાય પછી એ પાપીઓ શું પાપી બની રહી શકે ખરા ? શ્રીપાદ ગમે તેટલા મોટા પાપીને પણ ભક્ત બનાવી શકે છે.' નિતાઈની પ્રાર્થનાથી પ્રભુએ એ બંને ભાઈઓના ઉદ્ધારનું આશ્વાસન આપી દીધું.

'સાધુનાં દર્શનં પુણ્યં તીર્થભૂતા હિ સાધવઃ ।
કાલેન ફલતે તીર્થં સદ્યઃ સાધુસમાગમઃ ॥'

'સાધુઓના દર્શનથી પુણ્ય પ્રાપ્ત થાય છે, સાધુઓ ખરેખર તીર્થસ્વરૂપ છે. તીર્થોમાં જવાનું ફળ તો કાલાંતરે મળે છે, પરંતુ સાધુઓનો સમાગમ તત્કાળ ફળ આપે છે.'

જે દિવસે જગાઈ-મધાઈએ અવધૂત નિત્યાનંદ અને મહાત્મા હરિદાસનાં દર્શન કર્યાં, તે જ દિવસે તેમના શુભ દિવસોના શ્રીગણેશ થઈ ગયા. સંયોગવશ હવે જ્યાં મહાપ્રભુનું ઘર હતું ત્યાં જ એમણે પોતાનો ડેરો નાખ્યો હતો. લોકો એકબીજાને કહેવા લાગ્યા : 'હવે કીર્તનવાળાઓ ઉપર આપત્તિ આવી જ સમજો. આ બે રાક્ષસ તેમને છેડ્યા વિના નહીં રહે.' કોઈ કીર્તનવિરોધી બોલ્યો : 'સારુ થયું, આ લોકોના આખી રાતના કીર્તનના ઘોંઘાટથી ઊંઘ આવતી ન હતી, હવે ઊંઘ આવશે. શક્ય છે કે આ કીર્તન બંધ કરવામાં આવશે અને નહીં બંધ કરે તો એની મજા ચાખશે.'

આમ છતાં પ્રભુની હાજરીથી રાત્રિ-કીર્તન થયું. કીર્તનધ્વનિ કાને પડતાં તે ભાઈઓ અધિક ઉન્મત્ત થઈ ગયા. ગરમીના દિવસો હતા. તેઓ ઘરની બહાર પલંગો પર સૂતા સૂતા કીર્તન-રસામૃતનું પાન કરતાં અહા - અહા ! કહી હુંકાર કરવા લાગ્યા. ક્યારેક ભાવાવેશમાં આવી પાગલ જેવા થઈ ગયા. એક દિવસ દૂરથી કીર્તનધ્વનિ સાંભળતાં જ તેમના હૃદયની કઠોરતા ઘણી ખરી જતી રહી. સંકીર્તન શ્રવણ કરતાં કરતાં તે બે ભાઈઓ સૂઈ ગયા. સવારે પ્રભુના સંકીર્તનધ્વનિથી પ્રસન્ન થઈ અન્ય લોકોએ પોતાને ઘેર સંકીર્તન કરાવ્યું અને સંકીર્તન આંદોલન ચાલવા માંડ્યું પણ એક દિવસ સંકીર્તનમાં જતી વખતે રાત્રે મધાઈએ નિતાઈ (નિત્યાનંદ)ને માથામાં પથ્થર મારી લોહી વહેવડાવ્યું ત્યારે નિત્યાનંદે પ્રભુને એ પાપીઓનો ઉદ્ધાર કરવા પ્રાર્થના કરી. લોહીવાળા માથા સહિત ક્રોધ કર્યા વિના નિતાઈને કીર્તન કરતા જોઈ મધાઈ પણ વધુ ચિડાયો. તેણે ફરી પ્રહાર કરવા પ્રયત્ન કર્યો, પણ મધાઈ કરતાં થોડી વધુ કોમળ પ્રકૃતિના દયાવાન જગાઈને નિત્યાનંદ પર ઘણી દયા આવી. પ્રહાર કરવાવાળા પર પણ ક્રોધ ન કરતાં તે આનંદ સહિત નૃત્ય કરતા હતા. ઊલટા તે અપરાધીના કલ્યાણ માટે પ્રભુને પ્રાર્થના કરતા હતા. તેથી જગાઈનું હૃદય પીગળી ગયું. તેણે મધાઈને કહ્યું, 'તું આ શું કરી રહ્યો છે ? એક સંન્યાસીને કંઈ પૂછ્યા-જાણ્યા વિના મારી રહ્યો છે, તે સારી વાત નથી.'

મધાઈએ કહ્યું, 'આ સાધુ એનું સીધી રીતે નામ-ગામ બતાવતો નથી.' સરળતાથી જગાઈએ કહ્યું, 'આ પરદેશી સંન્યાસી પોતાનું નામ-ગામ શું બતાવે ? જોતો નથી, એ માગીને ખાય છે અને ગમે ત્યાં પડ્યો રહે છે ?'

પછી મધાઈ શાંત પડ્યો અને તેણે નિત્યાનંદ પર પ્રહાર ન કર્યો. નિત્યાનંદ આનંદોન્મત્ત થઈ નૃત્ય કરી રહ્યા હતા. તેમના માથામાંથી રક્ત વહી રહ્યું હતું. પ્રભુને સમાચાર મળતાં પોતાના પ્રિય ભાઈની પાસે તે દોડી આવ્યા. નિતાઈના માથાનો રક્તપ્રવાહ જોઈ પ્રભુ હુંકાર કરી આકાશ તરફ જોઈ જોરથી ચક્ર-ચક્ર એમ કહેવા લાગ્યા. નિત્યાનંદે વિનીતભાવે કહ્યું, 'પ્રભો ! પાપીઓ પ્રતિ આપના હૃદયમાં આવેલો ક્રોધ દૂર કરો. આપ તો પતિતપાવન છો. આપ દીનાનાથ છો. એમના જેવા પતિત ઉદ્ધાર માટે આપને ક્યાંથી મળશે ? આપ આપનાં ચરણ તેમના મસ્તક પર મૂકી ઉદ્ધાર કરો.'

નિતાઈની પ્રાર્થનાથી પણ પ્રભુનો ક્રોધ ઓછો ન થયો. એ વખતે ભક્તોમાં ઉત્તેજના વ્યાપેલી જોઈ જગાઈ-મધાઈ ડરના માર્યા થરથરવા લાગ્યા. સંપૂર્ણ નગરમાં કોલાહલ મચી ગયો. નિતાઈએ કહ્યું, પ્રભુ જગાઈ તો આપનો અપરાધી નથી. તેણે તો મધાઈને બીજી વાર પ્રહાર કરતાં રોકીને મારી રક્ષા કરી છે. એ સાંભળી પ્રભુએ પ્રસન્ન થઈ ગદ્‌ગદ કંઠે જગાઈને ગળે લગાવ્યો અને કહ્યું, 'તમે મારા ભાઈને બચાવ્યો છે.'

પ્રભુનું આલિંગન પામી જગાઈ પ્રેમવિહ્વળ થઈ મૂર્છિત થઈ ગયો અને પ્રભુનાં ચરણે પડ્યો. તેનાં પાપો ક્ષય પામ્યાં. તે ધ્રૂસકે ધ્રૂસકે રડવા લાગ્યો. પોતાના ભાઈને પ્રેમમાં અધીર થઈ રુદન કરતો જોઈ મધાઈના હૃદયમાં પણ પશ્ચાત્તાપની જ્વાળા જલવા લાગી. તેને પોતાના દુષ્કૃત્ય પર લજ્જા આવી. ગદ્‌ગદ્ કંઠે તેણે

પ્રભુને કહ્યું, 'પ્રભો ! અમે બંને ભાઈઓએ મળીને પાપ કર્યાં છે. આપે મારા ભાઈને અપનાવ્યો તેમ મને પણ અપનાવો. અમારા બંનેની રક્ષા કરો.' એમ કહી મધાઈ પણ અશ્રુપાત સહિત પ્રભુનાં ચરણે પડ્યો.

નદિયાના બેતાજ બાદશાહોને આમ ધૂળમાં લોટતા જોઈ સર્વ નરનારી અવાક્ રહી ગયાં. લોકો તેમના પ્રત્યે દયાના ભાવ પ્રદર્શિત કરવા લાગ્યા. અહો ! નમ્રતામાં કેટલું ભારે આકર્ષણ છે !

પ્રભુએ મધાઈને કહ્યું : 'મધાઈ ! હું તને ક્ષમા નથી કરી શકતો. હું મારા અપરાધીને ક્ષમા કરી શકું છું, પણ તેં શ્રીપાદ નિત્યાનંદજીનો અપરાધ કર્યો છે. જો તે તને ક્ષમા આપે તો તું મારો પ્રિય બની શકે છે. તું નિત્યાનંદના શરણે જા.'

અસ્તવ્યસ્ત ભાવથી પ્રભુનાં ચરણો છોડી મધાઈ નિત્યાનંદજીનાં ચરણોમાં પડ્યો અને ખૂબ રડ્યો. તેને પોતાના કુકૃત્ય પર ઘણી શરમ આવતી હતી. તેની ગ્લાનિથી તે અધીર થઈને મોટેથી રડી રહ્યો હતો. પ્રભુએ નિત્યાનંદને કહ્યું : 'શ્રીપાદ! આ મધાઈએ તમારો અપરાધ કર્યો છે, આપ ક્ષમા કરી શકો છો. તેને ક્ષમા આપવાની મારી ક્ષમતા નથી. બોલો શું કહો છો ?'

દીનભાવે નિત્યાનંદ બોલ્યા : 'પ્રભો ! આપ એના ઉદ્ધારનું શ્રેય મારા શિરે લાદવા માગો છો. હું તેના પ્રત્યે જરાયે દ્વેષ ધરાવતો નથી. મેં જન્મજન્માંતરોમાં કરેલાં સુકૃત્યોનું ફળ હું મધાઈને અર્પણ કરું છું. પતિતપાવન આપ જ છો.'

એટલું સાંભળી પ્રભુએ દોડીને મધાઈને ખોળામાં લઈ જોરથી આલિંગન કરી કહ્યું : 'મધાઈ ! હવે તમે મારા અત્યંત પ્રિય થઈ ગયા છો. શ્રીપાદે તમને ક્ષમા કરી દીધી અને વૈષ્ણવ બનાવી દીધા. તમે આજથી મારા અંતરંગ ભક્ત બની ગયા. શ્રીપાદની કૃપાથી તમે નિષ્પાપ બની ગયા ! પ્રભુનું આલિંગન પામી મધાઈના આનંદની સીમા ન રહી. તે મૂર્છિત થઈ પ્રભુનાં ચરણોમાં પડી ગયો.'

એ જ વખતે પોતાના ચરણે પડેલા બંને ભાઈઓને ઉઠાવી પ્રભુએ ભક્તોને સંકીર્તન કરવાની આજ્ઞા આપી. નગરનાં સર્વ નરનારી સંકીર્તનમાં જોડાયાં :

હરે રામ હરે રામ રામ રામ હરે હરે ।
હરે કૃષ્ણ હરે કૃષ્ણ કૃષ્ણ કૃષ્ણ હરે હરે ॥

વચ્ચે વચ્ચે ગૌરહરિના જયજયકારોથી આકાશમંડળ ગૂંજવા લાગ્યું. સૌને સ્વેદ, કંપ, અશ્રુ આદિ સાત્ત્વિક ભાવ દેખાવા લાગ્યા. બધા પ્રેમમાં પાગલ જેવા બનેલા હતા. સંકીર્તન કરતા ભક્તો જગાઈ-મધાઈને સાથે લઈ પ્રભુને ઘેર ગયા. પછી પ્રભુ જગાઈ-મધાઈને સાથે લઈ ગંગાજી ગયા. ત્યાં કીર્તન કર્યું. પછી કીર્તન બંધ કરાવી પ્રભુએ બંને ભાઈઓને કહ્યું : 'જગાઈ-મધાઈ ! તમે બંને પોતપોતાના હાથમાં જળ લઈ આજ સુધી તમે બંને ભાઈઓએ જેટલાં પાપ કર્યાં છે - આ જન્મ કે પૂર્વજન્મોમાં - એ બધાનું મને દાન કરી દો.' જગાઈ-મધાઈએ સંકલ્પ કરી પોતાનાં બધાં પાપો પ્રભુને અર્પી દીધાં. પછી પ્રભુ બોલ્યા : 'હવે તમે બંને નિષ્પાપ થઈ ગયા. હવે તમે મારા અત્યંત પ્રિય પરમ ભાગવત વૈષ્ણવ બની ગયા. આજથી જો કોઈ તમારાં જૂનાં પાપની યાદ દેવડાવી તમારા પ્રત્યે ઘૃણા કરે તેને વૈષ્ણવદ્રોહી સમજવામાં આવશે. તેને ઘોર વૈષ્ણવાપરાધનું પાપ લાગશે. એમ કહી પ્રભુએ ફરીથી બંનેને ગળે લગાડી દીધા. બંને ભાઈ મૂર્છા ખાઈને જળમાં પડી ગયા. તે વખતે પ્રભુના અત્યંત અંતરંગ ભક્તોને તપાવેલા સોના સમાન રંગવાળું પ્રભુનું શરીર થોડું કૃષ્ણવર્ણનું પ્રતીત થતું લાગ્યું. પાપ ગ્રહણ કરવાથી તે કાળા થઈ ગયા. ત્યાર પછી બધા ભક્તોએ આનંદોલ્લાસ સહિત ખૂબ સ્નાન કર્યું અને અર્ધરાત્રિથી અધિક સમય વીતી જતાં બધા પોતાને ઘેર ગયા, પરંતુ જગાઈ-મધાઈ એ બંને ભાઈ ઘેર ન ગયા, પરંતુ શ્રીવાસ પંડિતને ઘેર રહેવા લાગ્યા.'

અપિ ચેત્સુદુરાચારો ભજતે મામનન્યભાક્ ।
સાધુરેવ સ મન્તવ્યઃ સમ્યગ્વ્યવસિતો હિ સઃ ॥
ક્ષિપ્રં ભવતિ ધર્માત્મા શશ્વચ્છાન્તિં નિગચ્છતિ ।
કૌન્તેય પ્રતિજાનીહિ ન મે ભક્તઃ પ્રણશ્યતિ ॥

ગીતા : ૯/૩૦-૩૧

'ગમે તેટલો મોટો દુરાચારી પણ અનન્યભાવે મારો ભક્ત બનીને મને ભજે છે, તો એ સાધુ જ માનવા યોગ્ય છે; કારણ કે એણે ખરો નિશ્ચય કરી લીધો છે કે પરમેશ્વરના ભજન જેવું બીજું કશું સત્ય નથી એ સત્વરે ધર્માત્મા થઈ જાય છે અને સદા રહેનારી પરમ શાન્તિ પામે છે : હે અર્જુન ! તું નિશ્ચયપૂર્વક સત્ય જાણે કે મારો ભક્ત નાશ પામતો નથી.' (ક્રમશઃ)

('ભગવદ્ગીતાનું દિવ્ય જીવનરહસ્ય અને શ્રી ચૈતન્ય મહાપ્રભુનું જીવન અને તત્ત્વદર્શન'માંથી ઉદ્ધૃત)

મન કે જીતે જીત

-ડૉ. હરીશ દ્વિવેદી

જીવનને ક્યારેક નિરંતર અસ્ખલિત વહેતી ધારાની સાથે સરખાવવામાં આવ્યું છે તો ક્યારેક એને અંધકાર અને પ્રકાશની સંતાકુકડીની રમતના જેવું બતાવવામાં આવ્યું છે અને ક્યારેક એને એક મહાસંગ્રામનું સ્વરૂપ પણ આપવામાં આવ્યું છે. જીવનના આ સંગ્રામમાં આપણે છેલ્લી ઘડી સુધી ઝઝૂમતા રહેવું એનું નામ જ જિંદગી છે. અર્જુનની માફક હથિયાર હેઠે મૂકી બેસી ગયા તો સમજવું કે જીવનસંગ્રામમાં આપણે હારી ગયા. એટલા માટે તો મહાભારતની રણભૂમિ ઉપર ભગવાન શ્રીકૃષ્ણે અર્જુનને ''તતો યદ્ધાય યુજયસ્વ'' અને ''મામનુસ્મર યુદ્ધ ચ'' જેવો ક્રાંતિકારી ઉપદેશ આપી યુદ્ધ માટેની પ્રેરણા આપી હતી.

જીવન જીવવામાં ડગલે ને પગલે યુદ્ધ તો અનિવાર્ય છે. મનની રણભૂમિ ઉપર પણ બુદ્ધિ વિરુદ્ધ લાગણીઓનું તુમુલ યુદ્ધ હંમેશાં ચાલ્યા જ કરતું હોય છે. આપણા આ નાનકડા મનની પારાવાર શક્તિઓનો તો કોઈ અંદાજ લગાવી શકાય તેમ નથી. વૈજ્ઞાનિકો એની ક્ષમતાઓને જાણવા માટે જેમ જેમ નવા પ્રયોગો કરતા જાય છે તેમ તેમ તેઓ વધુ ને વધુ આશ્ચર્યમાં ગરકાવ થતા જાય છે. આ મન જ આપણા સઘળા સુખ-દુઃખ અને સફળ-નિષ્ફળતાનું મૂળભૂત કારણ છે.

મન વિશે સરસ મજાની વાત કહેવામાં આવી છે કે, ''મન કે જીતે જીત'' અર્થાત્ મનને જીતી લીધું પછી સદા-સર્વદા આપણી જીત-વિજય નિશ્ચિત છે. પરંતુ મનથી જો હારી ગયા તો સમજવું કે જિંદગીથી હારી ગયા પછી તો બધા જ ક્ષેત્રે આપણી હાર અને પીછેહઠ શરૂ થઈ જશે. એટલા માટે ખૂબ સાવધાન રહેવાની જરૂર છે. મનને નબળું બનાવી દે એવો કોઈ વિચાર મનમાં ઘૂસી ન જાય એ હંમેશાં જોતાં રહેવાનું છે.

પરંતુ બહારથી ધસમસતાં આવતા વિચારોના પ્રવાહને આપણે રોકી પણ શકતાં નથી. પરિણામે મનથી આપણે હારી-કંટાળીને બેસી જતાં હોઈએ છીએ. જ્યારે જીવનનું ચક્ર કદી અટકતું હોતું નથી. એ તો હંમેશાં ગતિશીલ હોય છે. એની પ્રત્યેક ક્ષણ આપણા માટે કોઈક નવું જ નજરાણું લઈને ઉપસ્થિત થતી હોય છે. એનું પ્રેમપૂર્વક સ્વાગત કરીને જીવનને નિત-નવી દૃષ્ટિએ જોતાં શીખવાનું છે.

જીવનની કુતૂહલવૃત્તિ અને યૌવનની વસંતને સદાબહાર રાખવાનો કીમિયો આપણા મનની પાસે છે. સદાબહાર અભિનેતાની વાતો તો આપણે ઘણી વાર કરતા હોઈએ છીએ. જીવનની રંગભૂમિ ઉપર એવા સદાબહાર અભિનેતા બની જીવતાં શીખવાનું છે. જીવનની એ મોટામાં મોટી કળા છે.

આવા એક સદાબહાર જીવનવીર અને મહાન સર્જક વોલ્ટેરના જીવનનો એક સુંદર પ્રસંગ છે. ફ્રાંસની સુવિખ્યાત ક્રાંતિના તેઓ અગ્રગણ્ય સૂત્રધાર હતા. ક્રાંતિને લગતી અનેકવિધ પ્રવૃત્તિઓની સાથે વિપુલ પ્રમાણમાં એમણે સાહિત્યનું સર્જન પણ કર્યું છે. એમના મન સાર્થક જીવનનું સમીકરણ હતું સક્રિયતા અને સર્જનાત્મકતા સાથે સાથે એમણે હાસ્યને પણ જીવનમાં ખૂબ મહત્ત્વ આપ્યું હતું. કારણ કે કુદરતે ફક્ત માણસને જ હસવાની શક્તિ આપી છે. માણસજાતની આ એક મોટામાં મોટી મૂડી છે. જે જીવનને હંમેશા ચેતનવંતુ અને સદાબહાર પ્રફુલ્લિત રાખે છે. વોલ્ટેરે હાસ્યની આ ગજબની તાકાતને પીછાણી લીધી હતી એમ લાગે છે.

ફ્રાંસની ક્રાંતિને લગતી અનેક ભારેખમ પ્રવૃત્તિઓની વચ્ચે પણ વોલ્ટર હંમેશાં હસતો રહેતો અને લોકોને પણ હસાવતો રહેતો. એના હાસ્ય-વિનોદ અને કટાક્ષ ખૂબ જાણીતાં છે. ફ્રાંસની રાજાશાહીનો એક મોટો વિરોધી હતો. એ વખતે રાજાશાહી વૈભવ અને દોર-દમામ પાછળ લખલૂટ

ખર્ચ થતો. એ ફિજૂલ ખર્ચને બંધ કરાવવા વોલ્ટરે અનેક પ્રયત્નો કર્યા હતા, પરંતુ એનું ધાર્યું પરિણામ આવતું નહીં. એક વાર રાજાએ વધારાના ખર્ચ ઉપર કાપ મૂકવા કરકસરના પગલાંરૂપે દરબારી તબેલામાંથી અડધાથી પણ વધુ ઘોડા વેચી નાખ્યા. આ વાતની વોલ્ટરને ખબર નહોતી. એટલે રાજ્યના મુખ્ય સચિવે આ વાતની જાણ કરતા વોલ્ટરને કહ્યું કે હવે તો તમને સંતોષ થશે ને ? રાજાએ રાજ્યની તિજોરીના ખર્ચ ઉપર કાપ મૂકવા કેવડું મોટું ક્રાંતિકારી પગલું લીધું છે. અડધાથી પણ વધુ ઘોડા વેચી નાખી ખોટા ખર્ચમાં ભારે કાપ મૂક્યો છે. બોલો, રાજાનો આ નિર્ણય તમને કેવો લાગ્યો ? હવે તો રાજીને ?

એના પ્રત્યુત્તરમાં ભારે કટાક્ષ કરતાં વોલ્ટરે કહ્યું કે દરબારી તબેલાના શાહી ઠાઠમાઠના ખર્ચાને ઓછો કરવા અડધા ઉપરાંતના ઘોડાઓનો નિકાલ કર્યો એ તો જાણે સારી વાત છે. રાજાનું આ પહેલું વિચારયુક્ત યોગ્ય પગલું છે. પરંતુ સાથે-સાથે શાહી દરબારીઓમાંથી અડધા ગધેડાઓને પણ છૂટા કર્યા હોત તો વધુ સારું થાત !

હાસ્યની સાથે કેવો મર્મયુક્ત કટાક્ષ વોલ્ટરે ખૂબ સહજ રીતે ઉપરના શબ્દોમાં મૂકી દીધો છે. આજે આપણી લોકશાહીના દોરદમામ અને પ્રજાના પૈસે મોટા પાયે થતી ફિજુલ ખર્ચીને પણ એટલું જ લાગુ પડે છે. લોકોની સેવા અને કલ્યાણની વાતો તો મોટી મોટી થાય છે. બસ એટલું જ, કામ તો નામ માત્રનું જ થતું હોય છે અને જે રીતે સરકારી તિજોરીમાંથી પ્રધાનો દ્વારા આંધળા ખર્ચ કરવામાં આવી રહ્યા છે, એનો તો કોઈ અંદાજ લગાવી શકાય તેમ નથી. એ પરિસ્થિતિનું ભાન કરાવવા આજે એક નહીં પરંતુ અનેક વોલ્ટેરની જરૂર પડે તેમ છે.

જીવનમાં અને વ્યવહારમાં સત્યને આ રીતે નિર્ભિકપણે બતાવી શકે એવા વીરલાઓની આજે ખૂબ આવશ્યકતા છે. ભારતને સ્વતંત્રતા મળ્યા પછી મહાત્મા ગાંધીની સાથે એક આખો યુગ આથમી ગયો. આઝાદીની વેદી ઉપર કરવામાં આવેલ નાના, મોટા અનેક ત્યાગ અને સમર્પણોને આજે આપણે સાવ ભૂલી ગયાં છીએ. ક્યારેક ક્યારેક એ બધાને યાદ કરતા રહેવાની પણ જરૂર છે. એવો એક ભવ્ય પ્રસંગ મોતીલાલ નહેરુના જીવનનો છે. આઝાદીની ચળવળની શરૂઆતના એ દિવસો હતા. ગાંધીજીની સત્યાગ્રહની લડતમાં મોતીલાલજી પણ સ્વેચ્છાએ જોડાયા હતા. એ સમયે ખ્યાતનામ એડવોકેટ તરીકે મોતીલાલ નહેરુનું નામ આદર સાથે લેવામાં આવતું હતું.

એ દરમિયાનમાં બ્રિટિશ સરકાર તરફથી કોઈ અગત્યનો કેસ લડવા માટે મોતીલાલને આમંત્રણ મોકલવામાં આવ્યું હતું અને એની ફી તરીકે એમને લગભગ એ વખતે નેવું લાખ રૂપિયા મળે તેમ હતું. હવે કરવું શું ? ગાંધીજીને એમણે તરત લખી જણાવ્યું. એના પ્રત્યુત્તરમાં ગાંધીજીએ એમને ટેલિગ્રામ કરી જણાવ્યું કે, ''તમે બ્રિટિશ સરકારની એ ઓફર સ્વીકારશો તો સત્યાગ્રહી મોતીલાલ પછી મોતીલાલ રહેશે નહીં.''

અને મોતીલાલ નહેરુએ જીવનની એ મોટામાં મોટી ઓફરને ઠુકરાવી દીધી હતી. જીવનમાં પૈસા કરતાં અનેકગણી મહત્ત્વની બીજી વસ્તુઓ પણ હોય છે અને ઘણી બધી સારી વસ્તુઓ પૈસા વડે ખરીદી પણ શકાતી હોતી નથી. શરીરનું આરોગ્ય અને મનના સુખ-શાંતિ અને આનંદ પૈસાથી ખરીદી શકાય તેમ નથી. આ પ્રસંગ પછી મોતીલાલજીને ગાંધીજી સાથે મળવાનું થયું. મોતીલાલજી નાની-નાની વાતોમાં પણ જલદીથી ગુસ્સે થઈ જતા. આ વાતનું ધ્યાન રાખી ગાંધીજીએ એમને એક વાર પૂછ્યું કે તમે તમારો મિજાજ આટલો જલદી કેમ ગુમાવી દો છો ?

એનો હસતાં હસતાં જવાબ આપતાં મોતીલાલજીએ કહ્યું કે, બાપુ, હવે બીજું ગુમાવવા જેવું મારી પાસે બાકી પણ શું રહ્યું છે ? એક માત્ર મિજાજ ગુમાવી શકું તેમ છું અને મોતીલાલજીના એ શબ્દોની સાથે નાનકડા ખંડમાં હાસ્યનું મોજું ફરી વળ્યું. જીવનમાં આવી નાની-નાની રમૂજી વાતોની હળવી ક્ષણો જીવનને ચેતનવંતુ અને મનની વસંતને સદાબહાર રાખતી હોય છે. ●

આવાસીય - ગહન ધ્યાન નિઃશુલ્ક શિબિર

દિવ્ય જીવન સંઘ વડોદરાના ભક્ત એડવોકેટ અને સત્યનિષ્ઠ સાધક શ્રી વિનાયકભાઈ દેસાઈ દ્વારા પ્રાયોજીત ગહન ધ્યાન પ્રણવ-ૐકાર ઉપાસના શિબિરનું આયોજન ફેબ્રુઆરી મહિનાની ૨૫ તારીખે બપોરથી માર્ચ મહિનાની ૩જી તારીખે મધ્યાહ્ન સુધી શિવાનંદ આશ્રમ અમદાવાદ ખાતે કર્યું છે.

આ શિબિરનું સંચાલન આદરણીય શ્રી સ્વામી પ્રણવારણ્યજી મહારાજશ્રી કરશે. તેઓશ્રી સ્વામી પ્રોટોપ્લાઝમના નામથી ઓળખાય છે. તેઓનું આ પ્રણવ ધ્યાન શિબિરનું આયોજન દેશ-વિદેશમાં અનેક વાર થયેલું છે. શિબિરનો આરંભ દરરોજ સવારે ત્રણ વાગ્યે થશે. દરરોજ દિવસમાં ત્રણ-ત્રણ કલાકની ચાર બેઠકો થશે. તે દરમિયાન ધ્યાન-પ્રણવ ઉચ્ચારણ સમૂહમાં, વૈખરી, ઉપાંશુ, માનસિક પ્રણવજપનું શિક્ષણ આપવામાં આવશે. ભોજન ફળાહાર શાકભાજી વગેરે મસાલા વગરનું આપવામાં આવશે. 'ચ્હા' આપવામાં આવશે નહીં. મૌન રાખવાનું નથી, પરંતુ સાધનાની પ્રખર ભાવનાથી જ આવનારા સાધકોને પ્રવેશ આપવામાં આવશે. પંદરમી ફેબ્રુઆરી ૨૦૦૮ પહેલાં સેક્રેટરી, શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ-૩૮૦૦૦૮ આપના આગમનની લેખિત જાણ કરવી. આટલો બધો સમય બેસી શકાય તેમ ન હોય તેવા અશક્ત સાધકોએ પ્રવેશ માટે પ્રાર્થના કરવી નહીં. ૐ શાંતિ.

(૧)
શ્રી દુઃખભંજન હનુમાન મંદિરનો ૩જો પાટોત્સવ

શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ સ્થિત સુપ્રસિદ્ધ શ્રી દુઃખભંજન હનુમાનજી મહારાજની પ્રતિષ્ઠા ૧૯૯૪માં થઈ હતી. તે જૂના અને નાના મંદિરનું નવીનીકરણ અને બૃહદ્કરણ ૨૦૦૪ની ૨૬મી જાન્યુઆરીના રોજ મહામંડલેશ્વર શ્રીમત્ સ્વામી સત્યમિત્રાનંદજી મહારાજ અને સુપ્રસિદ્ધ કથાકાર શ્રી કિશોર વ્યાસ (હવે શ્રી સ્વામી ગોવિંદદેવગિરિજી મહારાજ)ના પવિત્ર હસ્તે કરવામાં આવ્યું હતું. ત્યાં હવે શ્રી હનુમાનજી સાથે શ્રી રામ પરિવાર, શ્રી દત્તાત્રેયજી, શ્રી જગન્નાથજી પરિવાર બિરાજીત છે, તેમનો તૃતીય પાટોત્સવ શનિવાર ૨૬મી જાન્યુઆરી ૨૦૦૮ના રોજ સવારે શ્રી મારુતિયજ્ઞ અને સાંજે શ્રી અજય યાજ્ઞિકજી (દિલ્હી) દ્વારા સંગીતમય સુંદરકાંડ સાંજે ૬-૦૦થી ૯-૦૦ સુધી આયોજવામાં આવેલ છે. સૌ ભક્તોને લાભ લેવા પ્રાર્થના.

(૨)

આવી જ રીતે ગુરુવાર તા.૩૧-૧-૨૦૦૮ની સાંજે ૬-૦૦થી ૯-૦૦ શ્રી અશ્વિનભાઈ પાઠકજી દ્વારા સુંદરકાંડનું આયોજન થશે. તેઓશ્રી અત્યાર સુધી હજારો પારાયણ-દરરોજ એકના હિસાબે કરી ચૂક્યા છે. તે પવિત્ર સંતના દર્શન અને સુંદરકાંડ પારાયણનો લાભ લેવા સૌને પ્રાર્થના.

જેવું ઈચ્છશો તેવા બનશો

મનુષ્ય જેવો વિચાર કરે છે તેવો જ તે બની જાય છે. કુદરતનો આ મહાન સિધ્ધાંત છે. જો તમે વિચારશો કે - 'હું શુદ્ધ છું.' તમે શુદ્ધ બની જશો. આ વિચારમાં પૂર્ણ દઢતા હોવી જોઈએ. તમે એમ વિચારશો કે - 'હું બ્રહ્મ છું', તો તમે સ્વયં બ્રહ્મ બની જશો. સુંદર સ્વભાવ વિકસાવો. બીજાને સુખી કરવા માટે જીવો. આત્મશક્તિ કેળવો. મન અને ઈન્દ્રિયોને અંકુશમાં રાખો. કોઈ પણ જાતના સંકલ્પ કરતા પહેલાં પૂરેપૂરો વિચાર કરો. ઉતાવળ ન કરશો. એક વાર સંકલ્પ કરો પછી દઢતાથી તેનું પાલન કરો. મિલનસાર અને મધુર સ્વભાવ કેળવો. સર્વને અનુકૂળ બનો.

- સ્વામી શિવાનંદ

પૂજ્યપાદ શ્રીમત્ સ્વામી સહજાનંદજી મહારાજની વસમી વિદાય

ધી ડિવાઈન લાઈફ સોસાયટી ઓફ સાઉથ આફ્રિકાના અધ્યાત્મિક વડા તરીકે શ્રી સદ્‌ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજે બ્રહ્મલીન શ્રી સ્વામી સહજાનંદજી મહારાજની નિમણૂક ૧૧ નવેમ્બર ૧૯૪૯ના રોજ કરી હતી. શ્રી ગુરુદેવનો આદેશ હતો દીનદુઃખીઓની સેવા કરો. ૫૮ વર્ષ સુધી તેમણે સેવાક્ષેત્રે ૩૧૬ શાળાઓ, વૃદ્ધાશ્રમો, દવાખાનાઓ, શાંતિ અને ઉત્કર્ષ કેન્દ્રો, શિવાનંદ ઘાટ - ગંગા તળાવ અને હાઈડ્રોફોનિક ઉદ્યાનોની સ્થાપના કરી અને ખૂબ જ સુચારુ રૂપે સંચાલન કર્યું.

તેમને અમેરિકન સરકારે માર્ટીન લ્યુથર કીંગનો શાંતિદૂત તરીકેનો એવોર્ડ આપીને નવાજ્યા હતા, તો ભારતમાં પ્રવાસી ભારતીય સન્માનથી તેમને વિભૂષિત કરાયા હતા. તેમની શાંતિ સુલેહ અને સેવાની કદરરૂપે તેમને દેશ-પરદેશના ૪૦થી વધુ એવોર્ડ મળ્યા હતા. આ પ્રત્યેક એવોર્ડ સ્વીકારતાં તેઓ કહેતા કે આ ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજ અને તેમના કાર્યોનું સન્માન છે, તેમના વતી હું આ સન્માન સ્વીકાર કરું છું.

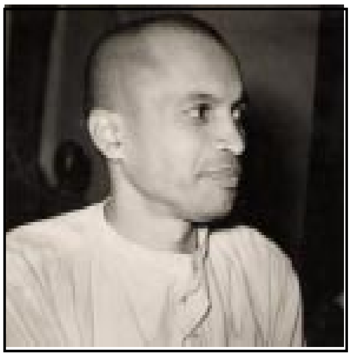
દક્ષિણ આફ્રિકાની કવાઝુલુ-નાટાલ યુનિવર્સિટીએ તેમને તેમના અદ્વિતીય સેવા કાર્યોના ક્ષેત્રે એક નવો જ ઈતિહાસ રચવા માટે ડૉક્ટરેટની માનદ ડિગ્રી આપી સન્માનવાનું જાહેર કર્યું છે.

ધ્રાંગધ્રા ખાતે ૧૯૭૪ના નવેમ્બર માસમાં આયોજાયેલી ગુજરાત દિવ્ય જીવન પરિષદ ખાતે પૂજ્યશ્રી ગુરુ ભગવાન શ્રીમત્ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજ, શ્રી સ્વામી કૃષ્ણાનંદજી મહારાજ, શ્રી સ્વામી માધવાનંદજી મહારાજ, ડૉ. સ્વામી હૃદયાનંદ માતાજી, શ્રી સ્વામી ભૂમાનંદજી મહારાજ સાથે ત્રણ દિવસ સ્વામી સહજાનંદજી મહારાજનું આતિથ્ય કરવાનું સૌભાગ્ય ગુજરાતને મળ્યું હતું. શ્રી સદ્‌ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજશ્રીનાં આ અણમોલ શિષ્યરત્નનાં શ્રીચરણે કોટીશઃ વંદના, તેમની ખોટ કદીયે પૂરી કરી શકાશે નહીં. આફ્રિકાના અગણિત આપ્તજનો તેમની આકસ્મિક વિદાયથી નિરાધાર બન્યાં છે. સંસ્થા તેમને સંભાળશે, પરંતુ પિતૃતુલ્ય વાત્સલ્ય કોણ આપશે ? ૐ શાંતિ.

મહામંડલેશ્વર શ્રીમત્ સ્વામી વિદ્યાનંદજી મહારાજશ્રીનું મહાપ્રયાણ

કૈલાશ પીઠાધીશ્વર બ્રહ્મનીષ્ઠ શ્રોત્રીય દ્વાદશ દર્શનાચાર્ય ૧૦૦૮ મહામંડલેશ્વર શ્રીમત્ સ્વામી વિદ્યાનંદગિરિજી મહારાજનું મહાપ્રયાણ ગુરુવાર તા.૧૩ ડિસેમ્બરના બ્રહ્મમુહૂર્તે થયું. હરિદ્વાર, હૃષીકેશ, પંચપુરીમાં અને સમગ્ર ભારતવર્ષના સંત સમુદાયના સામ્રાજ્યમાં તેઓ તેજસ્વી નક્ષત્ર સમાન હતા. જ્ઞાનગંગાની ગંગોત્રી અને સરળતાની મૂર્તિ બ્રહ્મલીન સ્વામીજી મહારાજે ૩૮ વર્ષ સુધી સમગ્ર ઉત્તરાખંડમાં આદરણીય એવી વેદાન્ત દર્શન શિક્ષણની ત્રિવેણી સમાન વિદ્યાપીઠ પર આસીન થઈને અગણિત મુમુક્ષુઓને વેદાંત શિક્ષાનું અધ્યયન કરાવ્યું હતું.

સદ્‌ગુરુ ભગવાન શ્રીમત્ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની સન્યસ્ત દીક્ષાનો વિરજાહોમ શ્રી કૈલાશ આશ્રમમાં થયો હતો, તેથી શિવાનંદ આશ્રમ માટે કૈલાશ આશ્રમ સદા ગુરુસ્થાને રહે છે. બ્રહ્મલીન મહામંડલેશ્વર શ્રીમત્ સ્વામી વિષ્ણુદેવાનંદજી મહારાજશ્રીની મહાસમાધિ પછી બ્રહ્મલીન શ્રી સ્વામી વિદ્યાનંદગિરિજી મહારાજનું જ્ઞાન, આશ્રમ વ્યવસ્થા, લોક સંગ્રહ અનોખાં હતાં, તેમણે તેમના ૩૮ વર્ષના કાર્યકાળમાં ભારતમાં ૨૨થી વધુ આશ્રમોની સ્થાપના કરી. વિશાળ શિષ્ય સમુદાય અને અનેક વિદ્વત્ મુમુક્ષુરત્નોનું વિશાળ બહુમૂલ્ય ધન તેઓ છોડતા ગયા છે, જે આર્ષવિદ્યા અધ્યયનની ભારતવર્ષ માટે શાશ્વતરૂપે મહામૂલી મોંઘી મૂડી બની રહેશે. તા.૨૮ ડિસેમ્બરના રોજ તેમની ષોડષીનું આયોજન કરવામાં આવ્યું. વેદાંતકેસરી શ્રીમત્ સ્વામી દિવ્યાનંદ સરસ્વતીજી મહારાજશ્રીને નૂતન કૈલાશ પીઠાધીશ્વર મહામંડલેશ્વરપદે સ્થાપિત કરવામાં આવ્યા. ૐ શાંતિ.



ॐ

Om Shanti

News received about departing of Most Worshipful and revered H. H. Swami Sahajanandaji Maharaj, is simply shocking.

He was no ordinary person. He lived most simplest way and was simply divine and with heavenly personality. Sri Swami Sahajanandaji Maharaj was divine Gem of The Sivananda's kingdom and radiant star of His divine Galaxy.

We were fortunate to host him at Gujarat in the year 1974 at grand and immemorable Divine Life conference at Dhrangadhra. That was really a unique confluence of Sivananda family. Most Worshipful and Rev. H.H. Sri Swami Chidanandaji Maharaj, Srimat Swami Krishnanandaji Maharaj, Srimat Swami Madhavanandaji Maharaj, H. H. Sri Swami Sahajanandaji Maharaj, Dr. Swami Hridayananda Mataji, Yogiraj Swami Bhumanandaji Maharaj, Yogi Swami Manuvaryaji Maharaj, Maha Mandaleshwar Swami Ganeshanandaji Maharaj, Maha Mandaleshwar Atmaprakashanandaji Maharaj, Swami Asheshanandaji, Swami Adhyatmanandaji, Swami Ananda (Tatwala Baba), Dr. Sivananda Adhvaryooji, Br. Vishnu Chaitanya and many more were present on one stage at a time.

We have experienced Sri Swami Sahajanandaji Maharaj's tenacity towards his mission of service to the Sivananda literature. His hard working and strict discipline to the core and confinement to his divine Gurudev and his mission and nothing else but simply unique. He was incomparable. His departing is not the loss to the global Sivananda family but the printing technology as well in the global family of excellent printing.

Brahmalin Srimat Swami Sahajanandaji Maharaj was unity in unity. He had no diversity. He was Yogi of synthesis of yoge. He was indeed an abode of Sivananda's teachings; specially one can observe all 18 virtues of eighteen Ities sung by Gurudev Sri Swami Sivanandaji Maharaj in him.

His "Ganga Talao" at the Divine Life Society of South Africa, Durban, his compilation of 18 Volume of Science of Yoga, Gospel of Sivananda and his editing Rev. Gurudev's literature will be cherished by lovers of Sivananda literature for ages.

We pray for continuity of his divine grace from his heavenly abode. He was "ajatshatru" monk having no enemy. He has merged in the absolute Bliss of Sivananda Abode, will ever shine like North pole (DHRUV) star for ever and ever.

Om Shanti.

In the Service of Gurudev Sri
Swami Sivanandaji Maharaj,
Sevak,

Dt. 10-12-2007

(Swami Adhyatmananda)
President, Sivanand Ashram, Ahmedabad
Sri Divya Jivan Sanskrutik Sangh

વૃત્તાંત

દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘ, અમદાવાદ : દર મહિનાની એકથી દસ તારીખ સુધી ડૉ. સ્નેહલ અમીન યોગાભ્યાસના નૂતન દીક્ષિત વિદ્યાર્થીઓને યોગશિક્ષાનું જ્ઞાનાર્જન કરાવે છે. તદ્ઉપરાંત દર બુધવારે તથા શુક્રવારે યોગ દ્વારા રોગ નિવારણ અર્થે સાંજે ૭-૪૫થી ૯-૦૦ સુધી સેવા આપે છે. તેમાં આ મહિને તેઓશ્રી પાસે અલ્સરેટીવ કોલાઈટીસ એન્કઝાઈટીસ સાથે, સીવીયર થ્રોટ ઈન્ફેક્શન સાથે મેમરીલોસ, એલર્જીક અસ્થમા, હાઈપર એક્ટિવ ચાઈલ્ડ-પ્રોટીન અને ફેટ મેટાબોલીઝમ ડીસઓર્ડર, શ્યુડો ઈફ્યુઝશન સ્પાઈનલ કોડમાં, ડી-મીનરલાઈઝેશન ઈન સ્પાઈનલ કોડ, ઉપરાંત બીજા અનેક રોગીઓને પ્રાણાયામ, આસનો, ફ્લેક્ષીબીલીટીસ, રીલેક્ષેસનનું જ્ઞાન આપ્યું.

ડિસેમ્બરની તા.૫, ૬ તથા ૭મી તારીખે હૃષિકેશસ્થ સ્વર્ગાશ્રમના અતિ પવિત્ર સંત શ્રી સ્વામી હંસાનંદજી મહારાજશ્રીનાં વેદાંત પ્રવચનો દરરોજ સાંજે ૬-૩૦થી ૮-૦૦ વાગ્યા સુધી થયાં. તેઓશ્રી ૧૦૩ વર્ષનું આયુષ્ય ધરાવે છે અને હૃષિકેશમાં અવધૂત અવસ્થામાં જ રહે છે. શિવાનંદ આશ્રમ હૃષિકેશ ખાતે વાર્ષિક સાધના સપ્તાહમાં તેમના દર્શન અને સત્સંગનો લાભ છેલ્લા ૨૫ વર્ષોથી તેઓશ્રી આપે છે. પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રી પ્રત્યેના તેમના અપાર પ્રેમ અને દિવ્ય સદ્ભાવનું દર્શન તેમની ઓજસ્વી વાણી અને વ્યવહારમાં સૌને થયું.

તા.૧૧/૧૨ થી ૩૦/૧૨ સુધી શિવાનંદ ઈન્ટરનેશનલ વેદાંત અને યોગ અકાદમીનો ૧૪મો યોગ શિક્ષક તાલીમ શિબિર આશ્રમ ખાતે યોજાયો. તેમાં ફિલિપાઈન્સ, ઓસ્ટ્રેલિયા, કેનેડા, યુ.કે., હોલાંડ, યુ.એસ.એ., સિક્કીમ, પંજાબ અને ગુજરાતના યોગશિક્ષકો જોડાયા. પૂજ્ય સ્વામીજી ઉપરાંત આદરણીય ડૉ. શ્વેતાંગ પંચોલી (કાર્ડિઓલોજીસ્ટ), ડૉ. વર્ષા દવે (ગાયનેકોલોજીસ્ટ), ડૉ. ઈના પટેલ (પેથોલોજીસ્ટ), ડૉ. વિશાલ (ડાયાબિટોલોજીસ્ટ), ડૉ. અમીષ ક્ષત્રિય (ઓર્થોપેડિક સર્જન), પ્રા. શ્રીમતી રૂપા મજમુદાર, પ્રા. ભદ્રેશ (વડોદરા), યોગાચાર્યા સંગીતા થવાણી, શ્રીમતી ચીદ્રૂપીણી ક્ષત્રિય (ડાયેટીશીયન), યોગાચાર્યા શ્રીમતી સુરેખા સોનાર, રેકી ગ્રાન્ડમાસ્ટર તપન મંકોડી ઉપરાંત, યોગી ધવલ, યોગી અંકુર વગેરેએ સમગ્ર પ્રશિક્ષણ કાર્યનું સંચાલન કર્યું. દરેક વિષયની લેખિત પરીક્ષાઓ લેવામાં આવી, યોગાસન પ્રાણાયામની મૌખિક અને પ્રેક્ટિકલ પરીક્ષાઓ પણ થઈ. આ યોગ સત્રના શ્રેષ્ઠ વિદ્યાર્થીની શ્રીમતી અવનીતકૈાર બગ્ગા હતાં. તા.૩૦-૧૨ની રાત્રે સમાપન સમારંભ થયો. શ્રી રઘુનંદન પ્રસાદ(ડેપ્યુટી જનરલ મેનેજર, વેસ્ટર્ન રેલ્વે)ના વરદ હસ્તે પ્રમાણપત્ર વિતરણ કરવામાં આવ્યાં.

તા.૧૭-૧૨ના રોજ પૂજ્યા સ્વામીની ગંગાનંદ સરસ્વતીમાતાજી અને તા.૧૯-૧૨ના રોજ આદરણીય પ્રા. ડૉ. જગન્નાથ મોદગીલજીની સંવત્સરી નિમિત્તે પ્રાર્થના સભા, દરિદ્રનારાયણ ભોજન વગેરેનું આયોજન થયું.

તા.૨૦-૧૨ની સાંજે આશ્રમના શ્રીશ્રી અષ્ટલક્ષ્મી ભવનમાં ગીતા પારાયણ ઉપરાંત નિવૃત્ત શંકરાચાર્ય ૧૦૦૮ મહામંડળેશ્વર શ્રીમત્ સ્વામી સત્યમિત્રાનંદજી મહારાજ (હરિદ્વાર)નું ખૂબ જ મનનીય પ્રવચન-સત્સંગ આયોજાયો. જેનો વિશાળ ભક્ત સમુદાયે લાભ લીધો. તા.૨૩-૧૨ને પોષીપૂર્ણિમાની પવિત્ર સવારે આશ્રમના શ્રી દત્તાત્રેય મંદિરમાં શ્રી દત્તયજ્ઞ, અર્ચના, અભિષેક ઈત્યાદિ થયાં, આખો દિવસ ભગવાનશ્રી વિશ્વનાથ મહાદેવના મંદિર સામે યજ્ઞશાળામાં લઘુરૂદ્ર, હોમાત્મક થયો, સાંજે પૂર્ણાહુતિ પછી ભંડારો-મહાપ્રસાદનું વિતરણ કરવામાં આવ્યું. તા.૨૪-૧૨ની રાત્રે નાતાલની પૂર્વસંધ્યાનું આયોજન યોગ શિક્ષક તાલીમ શિબિરના વિદ્યાર્થી મંડળે કર્યું. ખૂબ જ પ્રેરણાસ્પદ અને ભક્તિસભર કાર્યક્રમ આયોજાયો.

તા.૩૧-૧૨ની રાત્રે ઈસુનાં નૂતનવર્ષને આવકારવા રાત્રી સત્સંગ પછી મહાનિશા ધ્યાનનું આયોજન કરવામાં આવ્યું.

ઉસ્માનપુરા શાખા અમદાવાદ : (૧) ગુરુ પાદુકા પૂજન તા.૨-૧૨-૦૭ના રોજ શ્રીમતિ જયશ્રીબેન ઠાકરના સાનિધ્યમાં કર્યું. (૨) ડૉ. સી.સી. રાવલે તા.૧-૧૨-૦૭થી તા.૧૦-૧૨-૦૭ દસ દિવસ યોગાસન કેમ્પ મેડિકલ એસોસીયેશન ખાતે યોજ્યો. પંદર સભ્યોએ ભાગ લીધો. તેમને પુસ્તિકાઓ અને સોસાયટી તરફથી દરરોજ ફ્રૂટનો પ્રસાદ આપવામાં આવ્યો.

મોહાલી (પંજાબ) : શિવાનંદ ફોટો કંપની ચંડીગઢનું ઉદ્ઘાટન પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીએ વીસેક વર્ષ પૂર્વે કરેલું. ત્યાર બાદ પંદરેક વર્ષ પૂર્વે મોહાલી (પંજાબ) ખાતે ગ્રોવર-શિવાનંદ ફોટો કંપનીનું ઉદ્ઘાટન કર્યું હતું. પહેલી ડિસેમ્બરની સવારે પૂજ્ય સ્વામીજી મહારાજે અહીં રૂપિયા સત્યાવીસ લાખની કિંમતનું એક પ્રિન્ટિંગ મશીનનું ઉદ્ઘાટન કર્યું. સદ્ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજને લેખનકાર્ય-પ્રિન્ટિંગ કેટલાં વહાલાં હતાં, વગેરે વિષયને આવૃત્ત કરતો સત્સંગ પણ આયોજાયો. આ પ્રસંગે મોહાલી સરકારના અધિકૃત અધિકારીઓ વિશાળ સંખ્યામાં ઉપસ્થિત રહ્યા.

ચંડીગઢ (યુનિયન ટેરેટરી) : તા.પહેલી ડિસેમ્બરને

મધ્યાહ્ને પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનું ચંડીગઢ ખાતે આગમન થયું. પૂજ્ય સ્વામીજીએ પેટ્રોલિયમ પ્રોડક્ટ અને વિક્રેતાઓની સભાને સંબોધન કર્યું. જેનું આયોજન શ્રી અશ્વની સુદ અને દેવગર પરિવાર દ્વારા કરવામાં આવ્યું. ડૉ. નિર્મળ ભાટિયા તથા શ્રી ધર્મવીર ભાટિયા I.A.S.ને ત્યાં સત્સંગનું આયોજન થયું. પૂજ્ય સ્વામીજીએ ભક્તોને ત્યાં પધરામણી કરી, સૌને ધર્મલાભ આપ્યો.

પચકુલા (હરિયાણા) : તા.પહેલી ડિસેમ્બરની ઢળતી બપોરે પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રી અત્રે પધાર્યા. 'મૃત્યુને પેલે પાર' એવું ખૂબ જ મનનીય પ્રવચન ડૉ. અક્ષય ગુપ્તા મેમોરીયલ પ્રવચનમાળામાં સેક્ટર ચાર ખાતે આપ્યું. ડૉ. મીના ગુપ્તા, ડૉ. કાકલી ગુપ્તા, ડૉ. આષુતોષ ગુપ્તાએ આ સત્સંગ સમારોહનું આયોજન કર્યું. રાત્રે અશ્વની સુદ અને દેવગર પરિવારને ત્યાં પણ સત્સંગ લાભ અનેક ભક્તોએ લીધો, જેમાં ભક્તો પાલમપુર, શીમલા વગેરેથી પણ આવ્યા.

અમૃતસર (પંજાબ) : અંબાલા દિવ્ય જીવન સંઘના ડૉ. ઓમપ્રકાશ શર્માજી દ્વારા અમૃતસરમાં પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજના સત્સંગનું આયોજન થયું. પૂજ્ય સ્વામીજી સુપ્રસિદ્ધ લક્ષ્મીનારાયણ મંદિર (દુર્ગયાણ) ખાતે પધાર્યા. ત્યાં તેમનું વિશેષ સન્માન હાર-તોરા શિરપાવ સાથે કરવામાં આવ્યું. ત્યાંથી પૂજ્ય સ્વામીજી જલિયાંવાલા બાગ ગયા, ત્યાં પૂજ્ય સ્વામીજીએ રાષ્ટ્રની એકતા અખંડતા ઉત્કર્ષ અને અભ્યુદય માટે ધ્યાન અને પ્રાર્થના કર્યા. ત્યાર બાદ સ્વામીજી સુપ્રસિદ્ધ હરિમંદીર સાહેબ શીખોના પવિત્ર યાત્રાધામ ગુરુદ્વારા સાહેબ પધાર્યા, ત્યાં પૂજ્ય સ્વામીજી માટે વિશેષ દર્શનની વ્યવસ્થા કરવામાં આવી. શિરપાવ અને વિશેષ પ્રસાદ સાથે સન્માન કરવામાં આવ્યું. બપોરનો સત્સંગ શ્રી રામપાલજીને ત્યાં રાની કા બાગમાં થયો. ત્યાંથી પૂજ્ય સ્વામીજીએ સદ્ગુરુદેવશ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજના ભક્તોને ત્યાં પધરામણી કરી, ત્યાર બાદ તેમણે જલંધર ભણી પ્રયાણ કર્યું.

જલંધર (પંજાબ) : બ્રહ્મલીન શ્રીમત્ સ્વામી પ્રેમાનંદજી મહારાજ શ્રીમદ્ સદ્ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજના શિષ્યરત્નોમાંના એક હતા. તેમના ભક્તોએ પૂજ્ય સ્વામીશ્રીજીની સ્મૃતિમાં દિવ્યપ્રેમ મંદિરનું નિર્માણ કર્યું છે. પૂજ્ય સ્વામીજી મહારાજના ભક્તોના પ્રેમપૂર્ણ આગ્રહને માન આપી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનું અત્રે આગમન થયું. પૂજ્ય સ્વામીજીએ ત્યાં રવિવારીય સત્સંગ કર્યો, સમીપસ્થ ભક્તોને ત્યાં પધરામણી કરી, જલંધર શહેરમાં અનેક ભક્તોને ત્યાં પધરામણી કરીને મોડી રાત્રે લુધિયાના પાછા ફર્યા.

લુધિયાના (પંજાબ) : પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજના આગમનથી અત્રે ખૂબ જ આનંદ વરતાયો. રખબાગ અને ઓશવાલ વુલ ઈન્ડસ્ટ્રીઝમાં પૂજ્ય સ્વામીજી મહારાજના સત્સંગો ૩જી તારીખે યોજાયા. ચોથી તારીખે સવારે પૂજ્ય સ્વામીજીનો વિશેષ સત્સંગ અને સ્વામીજીની પવિત્ર ઉપસ્થિતિમાં સુપ્રસિદ્ધ ૧૪૦' ઊંચા કષ્ટભંજન હનુમાન-ફીલૌર ખાતે યોજાયો.

કરનાલ (હરિયાણા) : સુપ્રસિદ્ધ લીબર્ટી જોડા (Footwear) બનાવનારી કંપની લીબર્ટીપુરમ્ પાસે શ્રી કર્ણેશ્વર મહાદેવના મંદિરમાં ચોથી તારીખે મધ્યાહ્ને સત્સંગ, દર્શન અને ભંડારો થયાં. પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનું સ્વાગત મંદિરના ટ્રસ્ટીઓ, લીબર્ટીપુરમ્ના એક્ઝિક્યુટીવ ડાયરેક્ટરશ્રી સતીષ ગોયલ અને કર્ણયોગ એસોસીએશનના સભાસદોએ કર્યું.

દિલ્હી : તા.૯ની સવારે પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીનું આગમન સરકારી અધિકારીઓ (IAS ઓફિસર્સ કોલોની)ની વસાહતમાં થયું. મધ્યાહ્ને સત્સંગ અને ભોજન સમારંભ આયોજાયો, તેની સમગ્ર વ્યવસ્થા ટેક્ષટાઈલ્સ મીનીસ્ટ્રીના સચિવશ્રી અંજનીનંદન શરણ સાહેબે તથા તેમના શ્રીમતી ડૉ. અમીતા શરણે કરી. શિકાગો ગાયત્રી પરિવારનાં શ્રીમતી કુસુમબહેન પટેલનાં વિશેષ નિમંત્રણે પૂજ્ય સ્વામીજીનું દિલ્હી આગમન થયું હતું. તેમનો ગાયત્રી પરિવારનો વિરાટ સત્સંગ શેખસરાય ખાતે આયોજાયો.

ફરીથી પૂજ્ય સ્વામીજી હીરોહોન્ડા પરિવાર દ્વારા આયોજિત શ્રી ગાયત્રી યજ્ઞ અને શ્રી સુનીલ મુંજાલના સ્વર્ણજન્મજયંતિ પ્રસંગે આયોજાયેલ ઉત્સવમાં ભાગ લેવા ૧૬મી ડિસેમ્બરે દિલ્હી પધાર્યા હતા.

નેનપુર : ગાયત્રી પરિવાર શિકાગોના અધીક્ષક શ્રીમતી કુસુમબેન દ્વારા આયોજિત ૧૦૮ કુંડી ગાયત્રી મહાયજ્ઞનું આયોજન મહેમદાવાદ પાસે નેનપુર ગામના શ્રી જલારામ મંદિરના પ્રાંગણમાં થયું. પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ અત્રે પ્રમુખ વક્તા તરીકે પધાર્યા. 'જપ એ જ શ્રેષ્ઠ યજ્ઞ' વિષયક ખૂબ જ મનનીય પ્રવચન પૂજ્ય સ્વામીજી મહારાજશ્રીએ કર્યું. અન્નપૂર્ણા ભવનમાં બેસીને વિશાળ ભંડારાના નૈવેદ્યના અને મહાપ્રસાદના આયોજનમાં રોટલીઓ વણી, સૌને આનંદ આપ્યો. આયોજકોએ કહ્યું, 'સ્વામીજી તેજનો અંબાર અને આનંદનો મહાસ્રોત છે. જ્યાં પધારે છે ત્યાં સર્વત્ર પ્રકાશ અને નિર્મળ આનંદના આંદોલનો ઉત્પન્ન કરે છે.'

જામનગર : જામનગરના સુપ્રસિદ્ધ આણંદાબાબા આશ્રમના સંસ્થાપક સંતની ૩૩૩મી જન્મજયંતિ પ્રસંગે વર્તમાન પીઠાધીશ્વર શ્રી દેવપ્રસાદજી મહારાજના પ્રેમપૂર્ણ આગ્રહને માન આપી પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રી તા.૨૯ના રોજ અત્રે પધાર્યા. 'મામેકં શરણં વ્રજ' વિષય પર ખૂબ જ ચિંતનીય અને સાધનાપ્રેરક પ્રવચન આપી સૌ ભક્તોને લાભાન્વિત કર્યા. અનેક ભક્તોને ત્યાં પધરામણી કરી, સૌને ધર્મલાભ આપ્યો.

જામનગર - આણંદાબાબા આશ્રમખાતે મહારાજશ્રીનો ૩૩૩મો પ્રાગટ્ય મહોત્સવ - ૨૯-૧૨-૨૦૦૭

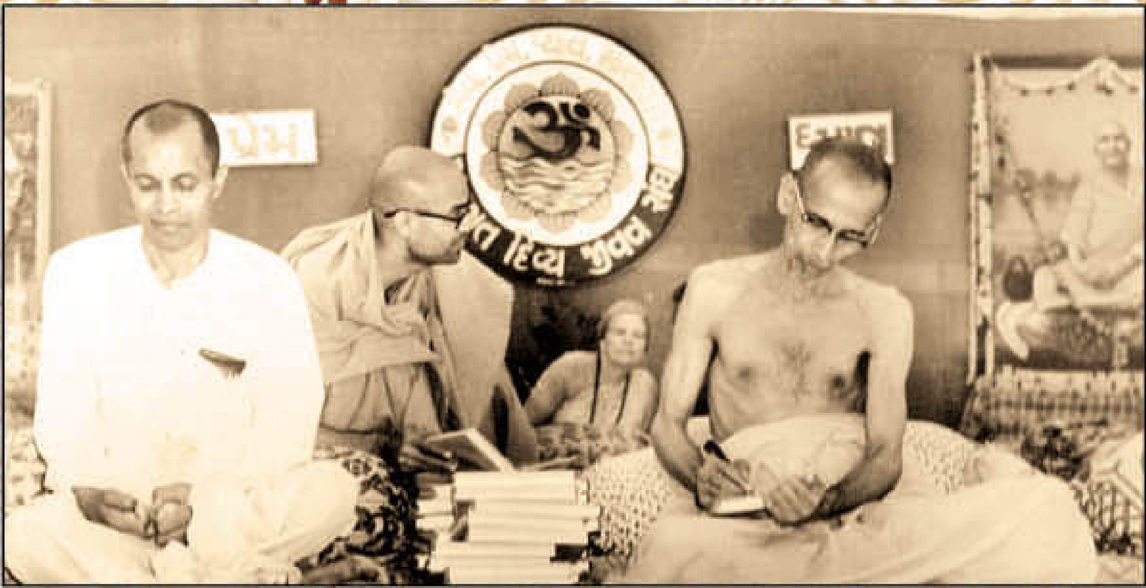
ગુજરાત રાજ્ય વિધાનસભાના ધારાસભ્ય
સુશ્રી માયાબહેન કોડનાની આશ્રમમાં શ્રીગુરુપાદુકા પૂજન મગ્ન

અનુપમ મિશન મોગરી ખાતે સત્સંગ સ્વર્ણ જયંતી મહોત્સવ પ્રસંગે,
શિવાનંદ આશ્રમ- અમદાવાદનું શિષ્ટ મંડળ પૂજ્યશ્રી સાહેબજી સાથે

ॐ **14th YOGA TEACHERS' TRAINING COURSE** ॐ
DECEMBER - 2007

SIVANANDA ASHRAM, AHMEDABAD.

Postal Registration No. GAMC 1417/upto 31-12-2008 RNI No. GUJGUJ/2003/15738
Posted on 5th of every month at PSO, Ahmedabad - 380 002. Annual Subscription Rs. 100/-



બ્રહ્મલીન શ્રીમત્ સ્વામી સહજાનંદજી મહારાજની પાવન સ્મૃતિ -
ગુજરાત દિવ્ય જીવન સર્વધર્મ પરિષદ - ધ્રાંગધ્રા (૧૯૭૪)

ગીતા જયંતી - ૨૦૦૭ 'આનંદોડહમ્'

શાશ્વત સંદેશ

આત્માનો સાક્ષાત્કાર કરો

સાચો આત્મા આપણી ઇચ્છાઓરૂપી વાદળાંની પાછળ છુપાયેલો હોય છે. આત્માનો સંદિગ્ધ-પડછાયા જેવો ભાગ પાંચ ઇંદ્રિયોની મદદથી કામકરે છે. વાસ્તવિક આત્માનો અણસારો-અસ્પષ્ટ ખ્યાલ-પાછળ છુપાયેલો હોય છે. તેથી છુપાયેલા આત્માની આ ગાંઠ બળપૂર્વક ખોલો અને અંતે આત્માનો આનંદ માણો.

- સ્વામી ચિદાનંદ

Print Vision