દિવ્ય જીવન

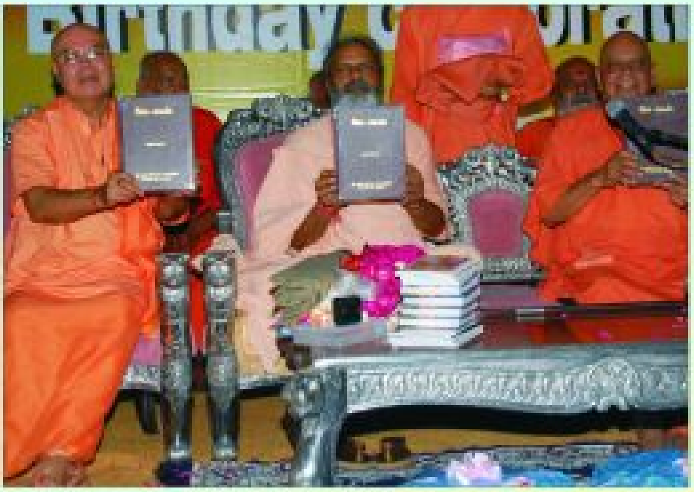
વાર્ષિક લવાજમ : રૂા. ૧૦૦/-

જૂન
૨૦૦૮

ગીતાનો સાર

જે ભગવાનને માટે જ કર્મ કરે છે, જે પોતાના હૃદય અને આત્માથી ભગવાનની સેવા કરે છે, જે ભગવાનને પોતાનું સર્વોચ્ચ લક્ષ્ય સમજે છે, જે ભગવાનને દરેક વસ્તુમાં જુએ છે, જેને દુન્યવી જગતમાં આસક્તિ નથી, જે બીજું કશું નહિ, માત્ર ભગવાનને જ શોધે છે, તે તેમની સાથે એકાકાર થઈ જાય છે.

- સ્વામી શિવાનંદ



શિવ-આનંદ પુસ્તકનું વિમોચન કરતા આચાર્ય મહામંડળેશ્વર શ્રી સ્વામી વિશ્વદેવાનંદજી મહારાજ, મહામંડળેશ્વર શ્રી સ્વામી મંગલાનંદજી મહારાજ અને પૂજ્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ

સુવિચારના 'વૈષ્ણવજન' વિશેષાંકના વિમોચન સમયે શ્રી હરિભાઈ પંચાલ, પૂજ્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ, શ્રી અજય યાજ્ઞિકજી (દિલ્હી)

ભગવાન શ્રી વિશ્વનાથ મહાદેવ મંદિરના ૧૩મા પાટોત્સવ પ્રસંગે હોમાત્મક લઘુરુદ્ર યજ્ઞની પૂર્ણાહુતિ શ્રી સ્વામી નિશ્ચલાનંદજી દ્વારા

રાત્રી સત્સંગમા શ્રી ખાટુ શ્યામ ભક્ત ભજન સમ્રાટ શ્રી નંદુભૈયાજી

શ્રીમતી પૂર્વી દેસાઈ નોર્થ કેરોલીના, યુ.એસ.એ. - શ્રેષ્ઠ વિદ્યાર્થીની Y.T.T.C. May 2008 ને ડો. રમેશ ગોયલ, ઉપકુલપતીશ્રી મ.સ.યુનિ. દ્વારા પ્રમાણપત્ર અને સન્માન

शिवानंद आश्रम में दस दिवसीय योग शिविर संपन्न

९०० शिविरार्थियों ने भाग लिया

ગુજરાત વૈભવ - તા.૨૩-૫-૦૮

સદ્ભાવના દોડ...

યોગટીચરની વધતી ડિમાન્ડ

Enthusiasts learn yoga from Swami Adhyatmanand at Shivanand Ashram in the city on Tuesday

બાળકોની આવાસીય શિબિર પૂર્ણાહુતિ પ્રસંગે યોગ અને સંગીત નિર્દેશન કરતાં બાળકો

શિવાનંદ આશ્રમ ખાતે યોગાસન શિબિર ૯૯૮નું દીપપ્રજ્વલન કરતા ડૉ. ભરતભાઈ ત્રિવેદી

શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની પ્રેરણાથી પ્રકાશિત

દિવ્ય જીવન

વર્ષ : ૫ | અંક : ૬ | જૂન-૨૦૦૮

સંસ્થાપક અને આદ્યતંત્રી :
બ્રહ્મલીન શ્રી સ્વામી યાજ્ઞવલ્ક્યાનંદજી
(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

ॐ

परिच्छिन्न इवाज्ञानात्तन्नाशे सति केवलः ।
स्वयं प्रकाशते ह्यात्मा, मेघापायेंऽशुमानिव ॥

अज्ञानकलुषं जीवं, ज्ञानाभ्यासाद्विनिर्मलम् ।
कृत्वा ज्ञानं स्वयं नश्येज्जलं कतकरेणुवत् ॥

संसारस्वप्नतुल्यो हि, रागद्वेषादिसंकुलः ।
स्वकाले सत्यवद्भाति, प्रबोधेऽसत्यवद्भवेत् ॥

જીવ અજ્ઞાનથી ઢંકાયેલા જેવો જણાય છે. તેનો નાશ થવાથી વાદળાંઓ દૂર થવાથી સૂર્યની જેમ કેવળ આત્મા સ્વયં પ્રકાશે છે.

અજ્ઞાનથી મલિન થયેલા જીવને જ્ઞાનાભ્યાસથી અત્યંત નિર્મળ કરીને જ્ઞાન પોતે જલમાં નાંખેલી કતક (નિર્મળી)ની ભૂકીની જેમ નિવૃત્ત થાય છે.

રાગદ્વેષાદિથી ભરપૂર સંસાર સ્વપ્ન સમાન જ છે, તે પોતાના સમયમાં સત્યના જેવો દેખાય છે, ને જ્ઞાન થાય ત્યારે અસત્ય જેવો થાય છે. **आत्मबोधः-४,५,६**

શિવાનંદ વાણી

ભગવાનમાં સ્થાપિત થઈ ગયેલો ભક્ત કોઈનું બૂરું ઈચ્છતો નથી. તે બધાને પ્રેમ અને કરુણાથી જુએ છે. તે બધાં પ્રાણીઓને પોતાની જાતની માફક જુએ છે. તે કોઈ પણ જીવને તિરસ્કારતો નથી, પછી ભલે તે તેને ઘણી જ પીડા આપતો હોય. જે પીડાતા લોકોની પીડાઓને દયાથી જુએ છે અને તેમને દુઃખમુક્ત કરવા પ્રયત્ન કરે છે તેને કરુણામય મનુષ્ય કહેવાય છે. તે પોતાની જાતને પીડિત લોકોના સ્થાને મૂકીને તેમનાં દુઃખોને જાતે અનુભવે છે. દયા એ દિવ્ય ગુણ છે. ભગવાન સંપૂર્ણ દયાળુ છે. જો તમારે ભગવાન સાથે એક થવું હોય, તો તમારે સંપૂર્ણ દયાળુ થવું પડશે. **- સ્વામી શિવાનંદ**

આવતો અંક જુલાઈ-ઓગસ્ટનો બે માસનો સંયુક્ત અંક
તા. ૫-૭-૨૦૦૮ના દિને પ્રગટ થશે.

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.	ભક્તિયોગ-૫	ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી	૪
૫.	ભક્તિયુગ-૧	શ્રી સ્વામી સત્યાનંદજી	૭
૬.	મનાચે શ્લોક - મનોબોધ	શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી	૧૦
૭.	સિદ્ધિ વિશે-૧	શ્રી યોગેશ્વરજી	૧૨
૮.	આચારાંગ સૂત્ર	આચાર્ય વિજયરત્નસુંદરસૂરિજી	૧૩
૯.	હિન્દુ ધર્મ-સનાતન ધર્મ	શ્રી અરવિંદ	૧૪
૧૦.	યોગ એ જ જીવન (૯)	શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી	૧૫
૧૧.	વિવિધતામાં એકતા	શ્રી મોટા	૧૮
૧૨.	વિષ્ણુ-ષટ્પદી	શ્રી રમણલાલ સોની	૨૦
૧૩.	ઉપનિષદ-યાત્રા	શ્રી ગુણવંતભાઈ શાહ	૨૨
૧૪.	વર્તમાન અધ્યાત્મની વિશિષ્ટતાઓ-૨	શ્રી ભાણદેવ	૨૫
૧૫.	શ્રી ચૈતન્ય મહાપ્રભુ-જીવન પ્રસંગો	શ્રી કનૈયાલાલ મ. પંડ્યા	૨૭
૧૬.	પ્રભુનાં પદચિહ્નો	ડૉ. હરીશ દ્વિવેદી	૨૮
૧૭.	વૃત્તાંત		૩૦

તહેવાર સૂચિ

જુન, ૨૦૦૮

તા.	તિથિ	(વૈશાખ વદ)
૧	૧૨	પ્રદોષપૂજા, ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજીની સંન્યાસ દીક્ષા
૩	૩૦	અમાવાસ્યા
		(જેઠ સુદ)
૧૩	૧૦	ગંગા દશહરા
૧૪	૧૧	નિર્જળા એકાદશી
૧૫	૧૨	પ્રદોષપૂજા
૧૮	૧૫	પૂર્ણિમા
		(જેઠ વદ)
૨૯	૧૧	એકાદશી
૩૦	૧૨	પ્રદોષપૂજા

● ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજીનો ષડંગ યોગ ●

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

સૂર્ય, તાજી હવા અને શુદ્ધ પાણી એ ઈશ્વરદત્ત તંદુરસ્તીનાં સાધનો છે. સૂર્યનાં કિરણો વૃદ્ધિમાં સહાયરૂપ છે અને શક્તિ આપે છે. શુદ્ધ હવા શ્વાસમાં લો. સૂર્યસ્નાન લો. પોષક આહાર લો. શુદ્ધ પાણી પીવો. સ્વચ્છતા રાખો. તમને ઊંચા પ્રકારનું સ્વાસ્થ્ય, જોમ, શક્તિ અને જીવનશક્તિ પ્રાપ્ત થશે.

- સ્વામી શિવાનંદ

"અનુરોધ-અભિલાષા" ગ્રાહકોને :

- રવાનગી સરળતા માટે આપનું પત્રવ્યવહારનું સરનામું પિનકોડ સાથે સંપૂર્ણ હોય તે ઇચ્છનીય 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

ધ્યાનનું મહત્ત્વ : ઉરુવેલા જંગલમાં ભગવાન બુદ્ધે તીવ્ર તપ કર્યું હતું. ભગવાન જીસસે પણ ઉગ્ર તપ કર્યું હતું. સમર્થ રામદાસે 'ૐ શ્રીરામ જય રામ જય જય રામ' એ મંત્રનો જપ ઘણા મહિનાઓ સુધી પાણીમાં ઊભા રહીને કર્યો હતો. તિબેટના સાધુઓ ઘણા માસ સુધી એક નાની ઓરડીમાં પુરાઈ રહીને તપ કરે છે. કેવળ તપથી જ ચંચળ મન નિયંત્રિત થઈ શકે છે. એકાગ્રતા અને ધ્યાન એ તપ છે. ઇંદ્રિયજય એ તપ છે. આત્માનું જ્ઞાન એ તપ છે. દિવ્યતાને લીધે તપસ્વીઓના મુખ પર તેજ હોય છે.

- સ્વામી ચિદાનંદ

સંપાદકીય

શ્રુતિમાં કહેવામાં આવ્યું છે કે,

ન કર્મણા ન પ્રજયા ધનેન ત્યાગેનૈક અમૃતત્વમાનશુઃ ॥

અમૃતની પ્રાપ્તિ કર્મથી, પ્રજા કે ધનથી નહીં પરંતુ એક માત્ર ત્યાગથી જ થાય છે. શાશ્વત અને ચિરંતન શાંતિ પ્રાપ્ત થાય છે. ઉપનિષદોએ પણ ત્યાગીને ભોગવી જાણે; Non-attachmentની વાત કહી છે. એક વખત આ વળગણ છૂટવાની વાત જીવનનાં તાણેવાણે બંધાય ત્યારે જીવન ભયો ભયો થાય. 'આનંદોઽહમ્ આનંદોઽહમ્ આનંદં બ્રહ્માનંદમ્'ના ઉદ્ગાર રાગથી વીતરાગ અને મોહથી ત્યાગની અનુભૂતિ અને આનંદના હૃદયઉદ્ગાર છે.

શ્રી સદ્ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજનો પવિત્ર સંન્યાસ દિવસ પહેલી જૂન છે. ગંગા દશેરા તેરમી જૂને અને નિર્જળા એકાદશી ચૌદમી જૂને છે. ગંગાજી તો બ્રહ્માજીના કમંડળમાં હતાં. ભગવાનના વામન અવતારમાં ત્રણ ડગ પગલાં માપતાં જે ચરણ બ્રહ્મલોકમાં ગયું, ત્યાં બ્રહ્માજીએ ચરણપ્રક્ષાલન કરતાં, ગંગા શ્રીહરિ ચરણારવિંદમાં સમાયાં. ત્યાંથી ગંગાનું આગમન ભગવાન ભોળાનાથની જટામાં થયું. ત્યાર બાદ ગંગાનું પૃથ્વી ઉપર અવતરણ થયું. આમ ગંગા લોકમાતા કહેવાયાં તે પૂર્વે તેમણે બ્રહ્મલોક વૈકુંઠ અને કૈલાસનો ત્યાગ કરવો પડ્યો. ત્રિલોકપથગામિની, સુરસરી લોકમાતા થઈ. ઊંચા આસનેથી સૌને માટે ગંગા સુલભ બની.

ત્યાગ એટલે વસ્ત્રોનો ત્યાગ નથી. વિલાસિતા અહં અને મમત્વનો ત્યાગ છે. આ જીવનમાં આપણું કહેવાય તેવું ખરેખર જો કંઈ હોય તો આપણા નિજી અહંકાર, કામ, ક્રોધ, મોહ, મદ, મત્સર, છળ કે કપટ સિવાય બીજું છે પણ શું ? અને જો આમાંનું કંઈ પણ ત્યાગ થઈ શકે તો આપણાં જીવન મા ભાગીરથી જેવાં સરળ, શીતળ, પરોપકારી અને અંતે સીમિતમાંથી અસીમને પ્રાપ્ત કરી શકે.

ત્યાગ પરિવાર કે પરિજનોનો નથી કરવાનો, પરંતુ તેમના તરફના મમત્વને ત્યાગવાનું છે. ત્યાગ ધનનો નથી કરવાનો, પરંતુ તેના તરફના મોહનો કરવાનો છે. ત્યાગ સમાજનો તો કરી શકાશે જ નહીં, કારણ આપણા જન્મ પૂર્વે આ સમાજ હતો. સમાજના આધારે જ આપણાં જીવન છે. આપણાં મૃત્યુ પછી પણ આ સમાજ રહેવાનો જ છે. સમાજમાં રહીએ પરંતુ સમાજ આપણી અંદર ન વસી જાય, ઘેરો ન કરે તે આવશ્યક છે.

કૂવામાં કૂદવાની છૂટ; નહાઈ ધોઈ તરીને પાછા નીકળવાનું હોય તો જ, કૂદીને મરવા માટે નહીં.

આપણાં વાસ્તવિક જીવનને ફંફોસવાની આપણને જાણે કે ટેવ જ છૂટી ગઈ છે. શ્રી સદ્ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજ કહે છે, 'Turn the gaze' પાછું ફરીને જુઓ. અંતરના ઊંડાણમાં ડોકિયું કરી જુઓ. આપણાં જીવન વિકાસ વાંચ્છે છે. પુલકિત પ્રસન્ન થવા માગે છે. તેને વિકૃત માનસની જડતામાં બાંધી ન દો. મુક્ત બનો. નિર્જળાનું વ્રત આત્મસંયમ માટે છે. જ્યાં સુધી આત્મસંયમ નથી, ત્યાં સુધી શાંતિ, સુલેહ, ભદ્રતા અને ઉત્કર્ષ કે અભ્યુદય ન સંભવી શકે. આપણા વ્યક્તિગત અને સામાજિક જીવનની ગ્રંથિઓ છોડીએ, ગ્રંથિઓ ત્યાગીએ અને સાચા હેતુનું દિવ્ય જીવન પામીએ. ૐ શાંતિ.

- સંપાદક

ભક્તિયોગ - ૫

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

૫. અર્ચન : અર્ચન એ ભગવાનની પૂજા છે. આ પ્રકારની પૂજા ત્રણ પ્રકારે થઈ શકે. (૧) ભગવાનની મૂર્તિની પૂજા કરવી, (૨) ભગવાનના માનસિક રૂપ કે ચિત્રની પૂજા કરવી, (૩) સમગ્ર સૃષ્ટિમાં જે કંઈ છે તે ભગવાનનાં જ વિવિધ રૂપો છે એવું માની તેની સેવા કરવી.

સામાન્ય રીતે ભક્ત તેના મનને રુચે તેવી અને ભગવાનની યાદ દેવડાવે તેવી એક મૂર્તિને કે માનસિક રૂપને પસંદ કરે છે. આ જાતની પૂજામાં ભગવાનના રૂપ ઉપર પૂર્ણ રીતે મનને કેન્દ્રિત કરવું અતિ આવશ્યક છે. આપણી પૂજા દરમિયાન ભૌતિક બાબતોનો વિચાર ન કરવો જોઈએ. યાદ રાખો- પૂજાનો હેતુ જગત સાથેની આસક્તિનો નાશ કરવાનો અને ભગવાન પ્રત્યે શુદ્ધ પ્રેમ વિકસાવવાનો છે.

ભગવાનને ધરેલો પ્રસાદ શુદ્ધ ભાવે ગ્રહણ કરવો જોઈએ. આપણે કેટલીક કથાઓ જાણીએ છીએ જેમાં મહાન ભક્તોએ અનહદ પ્રેમથી ભગવાનને ધરાવેલો પ્રસાદ ગ્રહણ કરવા ભગવાને મનુષ્યનું રૂપ ધારણ કર્યું હતું અને પ્રસાદ ખાધો હતો. આવી ઘટનાઓ જવલ્લે જ જોવામાં આવે છે. આવા ભક્તો પણ દુર્લભ છે.

ભગવાનને ધરેલી ભેટ મોંઘી હોવી જરૂરી નથી. ગજેન્દ્રે સરોવરમાંથી માત્ર એક કમળ જ અર્પણ કર્યું હતું, દ્રૌપદીએ ભાજીનું એક પત્તું જ ધર્યું હતું અને શબરીએ થોડાં જંગલી ફળ અર્પણ કર્યા હતા. આમ છતાંય ભગવાન પ્રસન્ન થયા હતા. ભગવાન પ્રેમ જુએ છે નહીં કે ધરાવેલી વસ્તુની ભૌતિક કિંમત. તે માત્ર પત્ર કે જળથી પણ સંતુષ્ટ થાય છે.

આજના ભક્તો વિવિધ પ્રકારનાં ખાદ્યો ભગવાનના ચરણે ધરે છે. ઘણીવાર આ પ્રસાદ ધરવામાં ભક્તિનો અભાવ જોવા મળે છે તે દુઃખદ છે. ઘણી વાર ઉપવાસ અને પ્રાર્થના, ઉજાણી અને આનંદપ્રમોદમાં ફેરવાઈ જાય છે. જો ભગવાનને ધરેલો થાળ સાચા ભાવથી અર્પણ કરવામાં આવે તો ભક્તનો ઝડપી વિકાસ થાય છે.

આગળ વધેલા ભક્તો તેમને પસંદ પડે તે રીતે ભક્તિ કરી શકે છે. તેમના મનમાં એક માનસિક ચિત્ર હોય છે અને તેને તેઓ કાલ્પનિક પુષ્પો અને માળાઓ અર્પણ કરે છે. આવી પૂજાનો હેતુ ભગવાનને પ્રસન્ન કરવાનો, હૃદયને શુદ્ધ કરવાનો, અહંકાર ત્યાગવાનો અને ભગવાન પ્રત્યેનો ગાઢ પ્રેમ વિકસાવવાનો છે.

ગરીબોની સેવા અને સંતોની પૂજા ભગવાનના વૈશ્વિક સ્વરૂપની પૂજા છે. ભગવાન સર્વ રૂપે પ્રગટ થાય છે. તે તમારા ઘરના નોકરરૂપે પણ દર્શન આપે છે. તે સર્વસ્વ છે. શાસ્ત્રો જાહેર કરે છે કે બ્રહ્માંડની દરેક વસ્તુરૂપે માત્ર ભગવાન જ દેખાય છે. જ્યારે ભક્ત અન્યની સેવા કરે ત્યારે જો તેનામાં આ પ્રકારની ભાવના હોય તો તે પૂજાનું સર્વશ્રેષ્ઠ સ્વરૂપ છે.

૬. વંદન : પ્રાર્થના સહિત નમસ્કાર એટલે વંદન. ભગવાનના પ્રતીક સામે શ્રદ્ધા અને પૂજ્યભાવ સહિત નમ્રતાપૂર્વક કરેલા નમસ્કારને વંદન કહે છે. જીવમાત્રને ભગવાનનાં જ રૂપો માની તેમને કરેલા નમસ્કારને વંદનભક્તિ કહેવામાં આવે છે.

શ્રીકૃષ્ણે ઉદ્ધવને સલાહ આપી હતી, ''ઠઠ્ઠામશ્કરીમાં હસનારા પ્રત્યે ધ્યાન આપ્યા સિવાય, દેહને ભૂલીને, શરમ ત્યાગીને સર્વ જીવોને લળીને નમસ્કાર કરવા જોઈએ. અરે કૂતરા, ગધેડા અને ગાયને પણ ! બધું જ 'હું' છું, બીજું કંઈ નહીં માત્ર 'હું' જ છું.''

જ્યારે અર્જુને શ્રીકૃષ્ણના વિશ્વરૂપનું દર્શન કર્યું ત્યારે તેણે અદ્ભુત રીતે પ્રણિપાત અને નમસ્કાર કર્યા હતા, ''હે સર્વસ્વરૂપ ! આપને આગળથી નમસ્કાર હો ! પાછળથી અને સર્વ બાજુથી નમસ્કાર હો ! અનંત સામર્થ્યવાળા અને અમાપ પરાક્રમવાળા આપ સર્વમાં વ્યાપ્ત છો, તેથી સર્વરૂપ છો.''

વંદન ભક્તિનો હેતુ સંકુચિત અહંભાવનો નાશ કરવાનો છે. ભક્ત સંપૂર્ણ રીતે નમ્ર બની જાય છે. વંદનના શ્રેષ્ઠ રૂપમાં પૂર્ણ વિનમ્રતા હોય છે. આ અવસ્થામાં ભક્ત સર્વ સૃષ્ટિ સાથે એકત્વ અનુભવે છે. તે એક કીડાને પણ ઘણા પૂજ્ય ભાવથી આદર આપે છે. તેનામાં લઘુતા કે ગુરુતાનો ભાવ રહેતો નથી. આવો ભક્ત દુર્લભ છે, માનવજાત માટે આશીર્વાદરૂપ છે. જ્યારે મનુષ્ય પ્રાર્થના, પૂજા અને ભાવિક વંદનથી પોતાના અહંકારનો નાશ કરે છે ત્યારે દિવ્ય કૃપાનું તેની ઉપર અવતરણ થાય છે.

દિવ્ય ગુરુ સ્વામી શિવાનંદ કોઈને પણ બાકાત રાખ્યા વિના સર્વને હંમેશાં નમસ્કાર કરતા હતા. તેઓ મનથી કૂતરાં, પથ્થરો અને ઈંટોને પણ વંદન કરતા.

૭. દાસ્ય ભક્તિ : ભગવાનની સેવા કરવી, તેમની ઈચ્છાને આધીન થવું, તેમના ગુણ, સ્વભાવ અને રહસ્યનું વર્ણન કરવું, પોતાને ભગવાનનો ગુલામ ગણવો એ દાસ્ય ભક્તિ છે.

મંદિરની પ્રતિમાઓની પૂજા કરવી, મંદિરમાં ઝાડુ કાઢવું, ભગવાનનું ધ્યાન કરવું, એક સેવકની માફક માનસિક સેવા કરવી, સંતોની સેવા કરવી, ભગવાનના ભક્તોની સેવા કરવી, માંદા અને ગરીબ - કે જે ભગવાનનાં જ સ્વરૂપો છે - ની સેવા કરવી. આ બધા દાસ્ય ભક્તિના પ્રકાર છે.

દાસ્ય ભક્તિનો હેતુ ભગવાનની ઈચ્છાને આધીન થવાનો છે. ભગવાનની સેવામાં તત્પર રહેલો ભક્ત પોતાની સ્વતંત્ર ઈચ્છાનો નાશ કરે છે. આ રીતે તે પ્રભુની કૃપા પ્રાપ્ત કરે છે અને અમરત્વને પામે છે.

ભક્તે ભગવાનને પૂર્ણ રીતે સમર્પિત થઈ જવું જોઈએ અને પોતાની કોઈ પણ વ્યક્તિગત ઈચ્છા ન રાખવી જોઈએ. અર્જુને ભગવાન શ્રીકૃષ્ણને પ્રાર્થના કરી હતી કે, ''હે પ્રભુ ! હું તમારો શિષ્ય છું, મેં તમારું શરણ ગ્રહ્યું છે. મને ઉપદેશ આપો.''

લક્ષ્મણને તેના ભાઈ શ્રીરામ પ્રત્યે દાસ્ય ભક્તિ હતી. કેટલીક વાર જ્યારે તેનો પ્રેમભાવ પ્રબળ થઈ જતો ત્યારે તે શ્રીરામ સાથે બોલી શકતો ન હતો. હનુમાન દાસ્ય ભક્તિનું બીજું આદર્શ ઉદાહરણ છે. હનુમાનની રામભક્તિ પ્રખ્યાત છે. તેમણે પોતાનું આખું જીવન શ્રીરામની સેવામાં સમર્પિત કરી દીધું. આ બે દિવ્ય સેવકોની ભક્તિ જેવી ભક્તિ પ્રાપ્ત કરવી ખરેખર મુશ્કેલ છે.

દાસ્ય ભક્તિમાં હૃદય શુદ્ધ હોવું જ જોઈએ, મન ખૂબ પાતળું બની જવું જોઈએ, સ્વાર્થી ઈચ્છાઓનો નાશ કરવો જોઈએ. અને તો જ આપણે પ્રભુ પ્રત્યેના પ્રેમનો અનુભવ કરી શકીએ અને તેમની ઈચ્છાને આધીન થઈ શકીએ. સંપૂર્ણ શરણાગતિ એ દાસ્ય ભક્તિનો આદર્શ છે. ભક્ત ભગવાનની સેવાથી સર્વસ્વ પ્રાપ્ત કરે છે, તે કંઈ પણ ગુમાવતો નથી.

૮. સખ્ય ભક્તિ : ભગવાન સાથે મૈત્રી ભાવનો વિકાસ કરવો તે સખ્ય ભક્તિ છે. સદાય ભગવાનની સમીપ રહેવું, ભગવાનને પોતાના મિત્ર કે કુટુંબના સભ્ય માનવા, સદૈવ પ્રભુના સાન્નિધ્યમાં રહેવું, તેમને પોતાની જાતની જેમ ચાહવા તે સખ્ય ભક્તિ છે. આવા દૃષ્ટિકોણથી ભક્ત ભગવાનનું કોઈ પણ કાર્ય પોતાના મહત્ત્વના કાર્યને છોડી દઈને આનંદથી માથે લઈ લે છે. તે પોતાના હિતને અવગણે છે અને કેવળ પોતાના મિત્ર ભગવાનની રુચિમાં જ રસ ધરાવે છે.

આ જગતમાં સાચા મિત્રો કેવો પ્રેમ રાખે છે ? એકબીજા માટે તેઓ કેટલો પ્રેમ રાખે છે ! આવો પ્રેમ ભગવાન પ્રત્યે વિકસાવવો જોઈએ. ભૌતિક પ્રેમ આધ્યાત્મિક પ્રેમમાં ફેરવાઈ જાય છે. સખ્ય ભક્તિથી ઐહિક જીવન દિવ્ય જીવનમાં પરિવર્તિત થાય છે.

સખ્ય ભક્તને લાગે છે કે જે કંઈ તેનું છે તે બધું જ ઈશ્વરનું છે. જો તેની કોઈ પણ વસ્તુ ભગવાનની સેવામાં ઉપયોગી થાય તો તે શ્રેષ્ઠ આનંદ અનુભવે છે. તે ભગવાનને ઉગ્ર અને ડરામણા વેઠ કરાવનારા શેઠ તરીકે જોતો નથી પણ વહાલા મીઠા મિત્ર તરીકે જુએ છે. તે ભગવાનના દર્શનની અભીપ્સા રાખે છે. તે પોતાનું જીવન અને પોતાની ધનસંપત્તિ વગેરે જે કાંઈ તેની પાસે છે તે બધાંને ત્યારે જ લાભદાયી માને છે કે જ્યારે તે ભગવાનની સેવામાં વપરાય. કારણ કે તે ભગવાન વિના જીવી શકતો નથી.

ભગવાન સ્વયં આદર્શ સખ્ય ભક્તિ બતાવે છે. આ જગતના આપણા મિત્રો આપણને બેવફા નીવડી શકે છે પણ ભગવાન કદાપિ આપણો પરિત્યાગ કરતા નથી. તે આપણા અંતરતમ અને સૌથી વધુ પ્રિય અને સાચા મિત્ર છે.

૯. આત્મનિવેદન : ભગવાનની પૂર્ણ શરણાગતિ સ્વીકારવી તેને આત્મનિવેદન કહે છે. જગતને સાચા માર્ગે કેવી રીતે દોરવું તેની ભગવાનને ખબર છે. કોઈએ એવું ન વિચારવું જોઈએ કે તેનો પોતાનો જન્મ જગતને દોરવા માટે થયો છે. ભગવાન દરેક વસ્તુની એટલી સારી સંભાળ રાખે છે કે મનુષ્ય આવો સ્વપ્રેય વિચાર ન કરી શકે.

આ જાણીને ભક્ત પોતાની જાતને પ્રભુનાં ચરણોમાં સમર્પિત કરી દે છે. તે પોતાના માટે કંઈ રાખતો નથી. તેનું વ્યક્તિગત અસ્તિત્વ હોતું નથી કારણ કે તે પોતાને ભગવાનનું અંગ જ સમજે છે. તે પોતાને માત્ર ભગવાનના હાથ સંચાલિત કઠપૂતળી ગણે છે. હવે તેની સંભાળ લેવાની જવાબદારી ભગવાનની થઈ પડે છે. તે પોતાની સર્વ જવાબદારીઓ ભગવાનના ખભે ચડાવી દે છે કારણ કે પોતાને ભગવાનથી અલગ ગણતો નથી.

આ પ્રકારની સંપૂર્ણ શરણાગતિ માટે ઘણા ઉમદા ગુણોની જરૂર છે. આપણને ઇન્દ્રિયોના સુખોની લાલસા કે વ્યક્તિગત ઇચ્છાઓ ન હોવી જોઈએ. જે માણસ ગમા-અણગમાથી પ્રભાવિત થતો હોય તે કોઈ પણ ક્ષણે ભગવાનની આજ્ઞાનું પાલન કરી શકે ? આપણે દુઃખ અને ગ્લાનિ, આનંદ અને દર્દને પ્રભુ તરફથી મોકલાવેલી ભેટ તરીકે સ્વીકારવાનું શીખવું જોઈએ. આપણે ભૌતિક આનંદ આપનારી કોઈ પણ વસ્તુથી આસક્ત ન થવું જોઈએ. આપણે નિર્ભય બની જવું જોઈએ અને આપણી પાસે ભગવાનની સતત હાજરી છે તેવું અનુભવવું જોઈએ. કોઈ પણ વ્યક્તિ આપણી દુશ્મન બની ન શકે. કોઈ પણ પ્રકારની ચિંતાને આપણા મનમાં સ્થાન ન હોવું જોઈએ. અરે મોક્ષ માટેની આતુરતા કે ચિંતા પણ ન હોવાં જોઈએ! આપણે ભગવાન પાસે કાંઈ પણ ન માગવું જોઈએ કારણ કે તે જ આપણા માટે સારું શું છે તે સૌથી વધુ જાણે છે.

આવી શરણાગતિ ભગવાન પ્રત્યેના પવિત્ર અને નિરપેક્ષ પ્રેમ ઉપર નિર્ભર છે. બીજા કશાથી આવી પૂર્ણ શરણાગતિ પ્રાપ્ત થઈ શકતી નથી. તેથી આત્મનિવેદન દિવ્ય પ્રેમની ઉત્કૃષ્ટ અભિવ્યક્તિ છે. ભક્ત સંપૂર્ણ રીતે ભગવાન સાથે એક થઈ જાય છે.

જે ગીતા અને ભાગવતનો અભ્યાસ કરશે તેને ખબર પડશે કે આત્મનિવેદનનું કેટલું મહત્ત્વ છે. પૂર્ણ શરણાગતિ સ્વયં બ્રહ્મના અંતર્જ્ઞાનની પ્રાપ્તિ છે. હિમશિલા સમુદ્રમાં ઓગળી જાય છે, તણખો અગ્નિ સાથે એક થઈ જાય છે. કિરણ સૂર્યમાં સમાવિષ્ટ થઈ જાય છે. મન શુદ્ધ ચૈતન્યમાં એકરસ થઈ જાય છે. જીવાત્મા પરબ્રહ્મમાં લીન થઈ જાય છે. માણસ ભગવાન બની જાય છે. મરણાધીન અમર થઈ જાય છે. આ છે આત્મનિવેદન.

ભક્તિના આ નવ પ્રકારોથી આપણે જીવનના પરમ લક્ષ્યને પામી જઈએ છીએ. આપણે આ નવમાંથી ગમે તે એકનું અનુસરણ કરી ઉચ્ચ અવસ્થાએ પહોંચી શકીએ છીએ. ભક્તિ અન્ય માર્ગો કરતાં સૌથી સરળ માર્ગ છે અને તે મનુષ્યની પ્રકૃતિને અનુકૂળ છે. તે આપણા માનવસહજ અંતર્જ્ઞાનનો નાશ કર્યા વિના મક્કમપણે પરમાત્મા તરફ લઈ જાય છે. ભક્તિયોગ ભક્તને ગમાર અવસ્થાથી કુશાગ્ર બુદ્ધિમત્તા તરફ દોરી જવાની રીતને અનુસરે છે. ભક્તિ જીવનના ધ્યેય તરફની ક્રમિક, વિકાસાત્મક કૂચ છે.

'યોગના પાઠ'માંથી સાભાર

ભક્તિ યુગ-૧

- શ્રી સ્વામી સત્યાનંદજી

લેખક શ્રી સ્વામી સત્યાનંદ સરસ્વતી (જન્મ ૧૯૨૩) પૂજ્ય ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજીના અનન્ય શિષ્ય અને શિવાનંદ આશ્રમના હાલના પ્રમુખ શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજના ગુરુભાઈ છે. ૧૯૪૩માં તેમને પૂ. ગુરુદેવનાં દર્શન થયાં અને ૧૯૪૭માં ગુરુએ તેમને પરમહંસ સંન્યાસમાં દીક્ષિત કર્યા. ૧૯૫૬માં તેમણે પરિવ્રાજક સંન્યાસીના રૂપમાં ભ્રમણ કરવા માટે આશ્રમ છોડ્યો. ૧૯૫૬માં તેમણે મુંગેર-બિહારમાં આંતરરાષ્ટ્રીય યોગમિત્રમંડળ અને ૧૯૬૩માં યોગ વિદ્યાલયની સ્થાપના કરી. ૮૦થી વધુ ગ્રંથો લખ્યા. ૧૯૮૪માં શિવાનંદ મઠની સ્થાપના કરી. ૧૯૮૮માં પોતાના શિષ્ય સ્વામી નિરંજનાનંદ સરસ્વતીને બધું જ સોંપી ક્ષેત્ર સંન્યાસ અપનાવીને પરમહંસ સંન્યાસીનું જીવન સ્વીકારી રિખિયા (બિહાર)માં વસ્યા છે. ઈશ્વર તેમને સુદીર્ઘ નિરામય આયુષ્ય આપે.

નવી શતાબ્દીમાં બનનારી ઘટનાઓ વિશે મને ઓચિંતો પ્રકાશ-ઝલક મળી છે. આ શતાબ્દીમાં યોગ બાજુમાં રહી જશે, ભક્તિની ભૂમિકા મુખ્ય બનશે. ભક્તિ એટલે કે શ્રદ્ધા, પ્રેમ, કેવળ વિશુદ્ધ પ્રેમ, આ વાત એક માન્યતાના રૂપમાં નહીં પણ એક વિજ્ઞાનના રૂપમાં ચોક્કસ બનશે. જેમ આપણને આધુનિક ઔષધિઓનું સંશોધન કરવાથી તેમની ઉપયોગિતા મળી આવી છે, તેવી જ રીતે મનોવૈજ્ઞાનિકોએ મસ્તક પર સંશોધન કરી મસ્તકના તરંગોની જાણકારી પ્રાપ્ત કરી છે. 'મીરાબાઈ'ની માફક કોઈ ભક્ત પર પ્રયોગ, સંશોધન કરી વૈજ્ઞાનિક ભક્તના શરીરમાં થયેલાં પરિવર્તનો જાણવાનો પ્રયત્ન કરશે. પછી આ પરિવર્તનને શું નામ આપવું તે તેના મસ્તકમાં ઉદ્‌ભવેલા તરંગોના ગુણધર્મો જાણી તે પરથી શોધવાનું રહેશે. 'મીરાબાઈ' ઝેરનો પ્યાલો પી ગઈ છતાં તેને કોઈ અસર ન થઈ. આવું કેમ બન્યું ?

ઈસુ ખ્રિસ્તને ત્રણ દિવસ સુધી શૂળી પર જડી લટકાવી રાખવામાં આવ્યા છતાં તે જીવિત રહ્યા. તે કેવી રીતે જીવિત રહી શકે ? તે તો બહુ કમજોર શરીરવાળા હતા, પણ તેમની પ્રકૃતિ સાધુતામય હતી. તેમના શરીરના કેટલાયે ભાગો પર ખીલા ઠોકવામાં આવ્યા હતા છતાં તેઓ જીવતા રહ્યા આવું કેવી રીતે બની શકે ?

ભક્તિ-માર્ગ આવતી સદીનું વિજ્ઞાન હોય તેમ મને દેખાય છે. આ સદીનું વિજ્ઞાન પ્રયોગશાસ્ત્રનું હતું અને તેને પરિણામે આ સદીમાં વિજ્ઞાનની શોધો થઈ છે. હવે આવતી સદીમાં ભક્તિ વિજ્ઞાન ભક્તિ પર સંશોધન કરશે. વૈજ્ઞાનિકોએ પ્રયોગશાસ્ત્ર, પદાર્થવાદના, વિદ્યુતના સિદ્ધાંતો વગેરે પર સંશોધન કરી આ સદીમાં કેટલીક સુંદર ચમત્કારિક વસ્તુઓ આપી છે. આવતી સદીમાં વૈજ્ઞાનિકો પોતાની દૃષ્ટિ બદલશે. ગઈ શતાબ્દીમાં જેમ તેમણે પદાર્થ, વિદ્યુત, પરમાણુશક્તિ વગેરે પર સંશોધન કર્યાં તેમ હવેની શતાબ્દી-સદીમાં ભક્તિ પર સંશોધન કરશે.

હવેની સદીમાં વિદ્યાનું કાર્યક્ષેત્ર હશે 'શ્રદ્ધા', તેનું કાર્યક્ષેત્ર હશે 'વિશ્વાસ', તેનું કાર્યક્ષેત્ર હશે 'ભક્તિ'. 'માનવ મન, માનવ વહેવાર, માનવ સ્વભાવ અને સમાજ અને સભ્યતામાં ભક્તિનો પ્રભાવ' હવેની સદીના વૈજ્ઞાનિકોને બહુ કઠોર પરિશ્રમ કરવો પડશે. ત્યારે તમે અધ્યાત્મ વિજ્ઞાનને માત્ર ધર્મ કે શ્રદ્ધા નહિ કહો, પરંતુ જીવન-વિજ્ઞાન કહેશો. જ્યારે આપણે ઈલેક્ટ્રોનિક માધ્યમ દ્વારા અંતરિક્ષમાં સંપર્ક સાધવામાં સફળ થયા છીએ, તે જ રીતે આપણે માનવ જાતિ, તેનું જટિલ મન, તેનો વિચક્ષણ વહેવાર, માનવસિદ્ધાંતો અને માનવ મનની સ્વભાવગત વિલક્ષણતાઓના ક્ષેત્રમાં કાર્ય કરવાનું હશે. વિજ્ઞાન પણ માનવમનને નિયંત્રિત કરવામાં સક્ષમ નથી, માનવમન પર કોઈનું પણ નિયંત્રણ નથી. જ્યાં સુધી તમે પોતાના મન અને તેની વર્તણૂક પર સ્વયં નિયંત્રણ રાખવાનું ઇચ્છો નહિ ત્યાં સુધી તેને નિયંત્રિત કરી શકાશે નહીં. એક વાર વૈજ્ઞાનિક આ વાત પર ચિંતન કરવાનું શરૂ કરી દે તો ધર્મનો પુનરુદ્ધાર થઈ જશે.

આવતી સદીમાં એક નવી ક્રાન્તિનું પદાર્પણ થશે. તે ક્રાન્તિ ધર્મની, ભક્તિની હશે. જો હું જીવતો હોઈશ તો તમારાં બાળકો અને છૈયાં-છોકરાં બધાં મને પ્રેમ કરશે, તમને પૂછશે : 'પાપા, ભક્તિ એ શું છે

તે તમે જાણો છો ? મારા શિક્ષક એવું કહેતા હતા કે અમેરિકામાં એક વૈજ્ઞાનિકે શોધ કરી છે અને કહે છે કે ભક્તિ બહુ જરૂરની વસ્તુ છે. તે શારીરિક, ભૌતિક વસ્તુઓ કરતાં વધુ પ્રભાવશાળી છે અને તેણે એમ પણ કહ્યું કે તેણે વિવિધ સાધનોથી શરીરમાંથી ઉદ્ભવતા તરંગોની તપાસ કરી છે. તપાસ દરમિયાન મળેલી વિગતોની ગણતરી પરથી એવું જણાવ્યું છે કે આપણે જેવી રીતે આપણાં પત્ની અને બાળકોને પ્રેમ કરીએ છીએ તેમ પ્રભુને પ્રેમ કરવો જોઈએ. શું તમે પ્રભુને પ્રેમ કરો છો ?' પછી તમે કહેશો, 'આ બાળકને શું થઈ ગયું છે ? લાગે છે કે તેનું ભેજું ચસકી ગયું છે.' તો તે બાળક કહેશે : 'મારું ભેજું ફરી ગયું નથી, હું વિજ્ઞાનની વાત કરી રહ્યું છું.'

ઈશ્વર હવેની સદીનો વિષય છે. આ સદીમાં વૈજ્ઞાનિકોને માટે વિષય હતો 'પદાર્થ'. પદાર્થ પર સંશોધન કરતાં કરતાં તેમણે અનેક વસ્તુઓની શોધ કરી છે, જેની આજે નકારાત્મક પ્રક્રિયા થઈ રહી છે. એટલા માટે હાલ સમાજમાં તથા લોકોમાં પણ ઈશ્વરની ચર્ચા જરૂરી બની ગઈ છે. ભલે યહૂદી માર્ગથી હોય, ખ્રિસ્તી માર્ગથી હોય, ઈસ્લામના માર્ગથી હોય કે હિન્દુ માર્ગથી હોય, ગમે તે માર્ગથી હોય પણ- હવે પારલૌકિક વાતો પર મનને લગાવવું જોઈએ. આ સદીમાં તો ઈશ્વર એવો વિષય હતો, જેના પર લોકો ચર્ચા કરી શકતા ન હતા, પરંતુ હવેની સદીમાં તમે ચર્ચા કરી શકો છો. પણ તેને વ્યવસ્થિત એક વૈજ્ઞાનિક સિદ્ધાંતની માફક કરવી જોઈએ; ઈશ્વરને વિજ્ઞાનના વિષયના રૂપમાં લાવવો જોઈએ.

મેં મારા જીવનમાં કદી ઈશ્વરના વિષયમાં ચર્ચા કરી નથી, પણ હવે હું તે સિવાય બીજા કોઈ વિષય પર બોલી પણ શકતો નથી. ઈશ્વર સાથે તમારો સંબંધ શોધો, તેને સમજવાની કોશિશ કરો. તે માટે તમારે તમારાં કામ-કાજ છોડવાનાં નથી. નથી જ. જો તમે કોઈ છોકરી સાથે કે કોઈ યુવાન સાથે પ્રેમ કરતાં હો છો ત્યારે શું તમે તમારું કામ-કાજ છોડી દો છો ? જ્યારે એક છોકરો કોઈ છોકરીના પ્રેમમાં પડી જાય છે ત્યારે તે શું ખાવાનું છોડી દે છે ? શું તે ઓફિસ કે કારખાને જવાનું છોડી દે છે ? આ તો ચેતનાનો વિષય છે. તેનાથી એકબીજાની ચેતનાનો સંપર્ક થાય છે. છોકરી, છોકરાના વિષયમાં વિચારતી રહે છે, છોકરો છોકરીના વિષયમાં વિચારતો રહે છે, પછી ભલે તેઓ ગમે તે પ્રવૃત્તિ કરતાં હોય. તેમને તેમ કરવામાં આનંદ આવે છે. તેમાં તેઓ મિલનનો અનુભવ કરે છે.

એક દુકાનદાર છે. તે તમને સવાર માટે, સાંજ માટે કે કાલને માટે કંઈક વેચે છે. હું એવો દુકાનદાર નથી કે તમને એવો વેપલો શીખવું. આપણે તો હરિભજનનો વેપાર બારે માસ ચોવીસે કલાક સવાર, બપોર અને સાંજ ગોવિંદ લીધો મોલ અને આપ્યો તરાજુ તોલ. તે શિક્ષણ તમારી આગલી પેઢી માટે આવશ્યક છે, કેમ કે તમારી આગલી પેઢી ધન-દોલત-રૂપિયા-પૈસાની પાછળ દોડનારી હશે નહિ. તે નાનાં બાળકો અને તેમનાં બાળકો પૂછશે, 'ભગવાનની પરિભાષા શું છે ?' જેમ શ્વેતાશ્વતરોપનિષદમાં પૂછ્યું છે.

किं कारणं ब्रह्म कुतः स्म जाता
जीवाम केन क्व च सम्प्रतिष्ठाः ।
अधिष्ठताः कैन सुखेतरेषु
वातमिहे ब्रह्मविदो व्यवस्थाम् ॥ १-१ ॥

આ સૃષ્ટિનું શું કારણ છે ? આ બધાં પ્રાણીઓની ઉત્પત્તિ કેમ થઈ ? તેઓ કેવી રીતે જીવે છે ? તેઓ ક્યાં રહે છે ? કોના આદેશથી તેઓ રહે છે ? તેમનાં સુખ અને દુ:ખનું કોણ નિયંત્રણ કરે છે ? તેઓ કયા નિયમોનું પાલન કરે છે ? બ્રહ્મને કોણ જાણે છે ?

તેઓ આવા બધા પ્રશ્ન પૂછશે. આ ચાલુ પેઢી આવું કંઈ પૂછતી નથી. આજની પેઢીને તો ફક્ત 'ચુંદડીની પાછળ શું છે' તે જાણવામાં જ રસ છે. તેના જીવનમાં ફક્ત કામ અને અર્થ છે. ધર્મ અને મોક્ષ નથી. જે અમે શિખવાડીએ છીએ તે બની શકે કે આજના જનસમુદાય માટે પ્રાસંગિક ન હોય પણ તેને વીસ વર્ષ બાદ યાદ કરશે.

ભક્તિયોગ અને ધર્મનું અભ્યુત્થાન થશે. રાજનેતા ધર્મમાં કોઈ સકારાત્મક તેમ જ સર્જનાત્મક સહયોગ આપી શકતા નથી. ફક્ત બે સમુદાયના લોકો ધર્મને સકારાત્મક સહયોગ આપી શકે છે. એક સાધુ-સંન્યાસી બીજા વૈજ્ઞાનિક એટલે કે ઋષિ-મુનિ. વ્યાપારી, દુકાનદાર, નેતાલોક જેઓ સંસદ કે લોકસભામાં બેઠેલા છે તેઓ ધર્મ અને ભક્તિને આગળ વધારી શકતા નથી. ફક્ત સંત-મહાત્મા અને વૈજ્ઞાનિક એટલે ઋષિ-મુનિ

ધર્મને આગળ વધારી શકે છે; પછી તેઓ ભલે જીવવિજ્ઞાનના ક્ષેત્રમાં કે શરીરવિજ્ઞાનના ક્ષેત્રમાં દષ્ટા હોય. તેઓ પદાર્થથી પરની ચીજને પણ જોઈ શકે છે. તેઓ જે કંઈ જોઈ ચૂક્યા છે તેનાથી પરની ચીજને જોવાનો પ્રયાસ કરે છે. અણુ પછી પરમાણુ પછી પરમાણુના વિભાજિત કણોનું સંશોધન કરી રહ્યા છે. આમ આગળ શોધ વધી રહી છે. તમે જે વિજ્ઞાન ભણો છો તે ફલિત જ્યોતિષ હોય કે ગણિત જ્યોતિષ હોય, તમારાં વ્યક્તિત્વ અને ચેતનાના આધાર પર એક મર્યાદા સુધી તો તેનું જ્ઞાન બૌદ્ધિક રહે છે, પરંતુ કેટલાક સમય પછી તે જ જ્ઞાન તમે જેની શોધમાં છો તે અન્તર્જ્ઞાન બની જાય છે. જ્યાં સુધી તમે એક બૌદ્ધિક કે સૈદ્ધાંતિક પ્રક્રિયાનું પાલન કરો છો ત્યાં સુધી એક નિયમ રહે છે, જે અનુસાર તમે આગળ વધો છો. પછી એક એવું બિંદુ આવે છે કે તમને અનાયાસ અંતર્બોધ થવા લાગે છે. આ અંતર્બોધના પ્રકાશમાં તમારી સાથે એક નવો નિયમ પ્રકટ થાય છે.

પ્રારંભિક ભૂમિ તૈયાર કરવાનું કામ એવા કેટલાય લોકોએ કરવાનું રહેશે, જેઓ પોતે પોતાના જીવનમાં આ દિવ્યતાનો અનુભવ કરી ચૂક્યા છે. મારા મત પ્રમાણે પહેલું ડગલું આ હશે. આ સદીમાં લોકોને દિવ્ય જીવન વ્યતીત કરવાની પ્રેરણા આપી શકે તેવી ઘણી વ્યક્તિઓ મળી શકી નથી. ઘણા ધર્મોપદેશકો થયા છે અને તેમણે ભગવદ્-જીવનના વિષય પર ઉપદેશ તથા પ્રવચનો પણ આપ્યાં છે, પણ તેમનામાં આ ક્ષમતા નથી. ફક્ત ઉપદેશ આપવો પૂરતો નથી. જ્યાં સુધી તે ઉપદેશ વ્યક્તિની અંદર અનુભવાત્મક રૂપમાં પ્રકટ થતો નથી, ત્યાં સુધી બીજાઓને માર્ગદર્શન આપવાથી જરૂરી પરિણામ મળશે નહીં, તેને વાસ્તવિક પ્રેરણા મળશે નહીં.

હવેની સદીમાં જીવનની આ દિશા તરફ અંગૂલીનિર્દેશ કરનાર લોકો વૈજ્ઞાનિક માનસિકતાવાળા લોકો હશે. આ કામ વૈજ્ઞાનિકોનું જ છે. ફક્ત તેમણે જ આ કામ કરવાનું રહેશે. માત્ર શિક્ષણના જ ક્ષેત્રમાં નહિ, પણ ભિન્ન ભિન્ન ક્ષેત્રોમાં પણ કેટલાક લોકોને વિશિષ્ટ પ્રકારનું પ્રશિક્ષણ આપવું જોઈએ.

એક બાજુ ભગવાન પ્રાપ્ત સંત અને બીજી બાજુ વૈજ્ઞાનિક બંનેએ મળીને આ કામ કરવું પડશે. આવતી સદી ભક્તિયુગની છે. આ ગઈ સદી ઔદ્યોગિકરણ અને ટેક્નોલોજીની હતી. આ સદીની ઔદ્યોગિક ક્રાંતિ પણ વૈજ્ઞાનિકોની દેન હતી અને હવેની સદીની ભક્તિ-ક્રાંતિ પણ વૈજ્ઞાનિકોની દેન હશે. તમે બધા લોકો અંધવિશ્વાસુ છો. એવો સમય જલદી આવશે જ્યારે ભક્તિને ફરીથી સમજ્યા વગર, પોતાના જીવનમાં ભક્તિને અંગ બનાવ્યા સિવાય માનવ પોતાનાં દુઃખોમાંથી મુક્ત થઈ શકશે નહિ. પીડાથી મુક્ત થવાનો આ એક માત્ર આધાર છે, કારણ કે પીડા એટલે ફક્ત કમરનું જ દરદ એવું તો નથી જ. માનવમનમાં અસંખ્ય પીડાઓ રહેલી છે. માનવીય ચેતનામાં, અંતર્મનમાં ઘણીએ વણઉકેલેલી સમસ્યાઓ છે અને જો દરેક સમસ્યા માટે ભિન્ન ભિન્ન ઉપાય શોધવા જાઓ તો શોધતાં શોધતાં જિંદગી પૂરી થઈ જશે. બધી સમસ્યાઓનું એક સાથે ભક્તિથી નિદાન થઈ શકે છે. માટે શક્ય પ્રયાસ કરવો જોઈએ. કીર્તન કરો, ભજન કરો. સાધુ-સંતોનો સંગ કરો, મહાન સંતોના જીવનચરિત્રોનો અભ્યાસ કરો. તેમની પ્રેરણાઓને જીવનમાં ઉતારો. ભક્તિને કોઈ ધર્મ બનાવી દેશો નહિ, સંપ્રદાય બનાવશો નહિ ! પ્રયત્ન કરો, તેમાં સમય તો લાગશે. આ કોઈ બુદ્ધિ-વિલાસની વસ્તુ નથી. આ બહુ કઠણ કામ છે. મન, બુદ્ધિ, તર્ક, વિતર્ક, કુતર્ક બધાની ખૂબ માથાઝીક છે. માટે ભક્તે તર્ક-વિતર્કમાં પડવું નહીં જોઈએ.

શ્રી અરવિંદે તેમના એક પુસ્તકમાં કહ્યું છે : 'તર્ક એક મદદગાર હતો, હવે તર્ક એક અવરોધ છે.' આ તાર્કિક બુદ્ધિને જો પાર કરી જાઓ તો આ બધાથી ઉપર નીકળી જશો. નારદ ભક્તિ-સૂત્રમાં ભક્તિની વ્યાખ્યા આપવામાં આવી છે : 'ભક્તિ એટલે પોતાના પ્રભુ પ્રતિ અતિશય પ્રેમ. તે અમૃત સ્વરૂપા છે. તેને પ્રાપ્ત કરીને માનવ સિદ્ધ, પૂર્ણ, અમર અને તૃપ્ત થઈ જાય છે. તેને પ્રાપ્ત કરીને મનુષ્ય આકાંક્ષા-રહિત થઈ જાય છે, નથી શોક કરતો, નથી ઘૃણા કરતો, નથી કોઈ વસ્તુમાં આનંદ લેતો અને નથી બહુ ઉત્સાહી બનતો. તેને પામીને મનુષ્ય આત્મસ્થ થઈ જાય છે, શાંત થઈ જાય છે. પોતાના આત્મામાં જ આનંદની અનુભૂતિ પ્રાપ્ત કરે છે.' (ક્રમશઃ)

'भक्ति युग'નું સાભાર ભાષાંતર

મનાચે શ્લોક - મનોબોધ

- શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

શ્રીમદ્ ભાગવતજીમાં ગજેન્દ્ર મોક્ષનું ઉપાખ્યાન છે. ગજરાજ તેમની હાથણીઓને લઈને જળમાં વિહાર કરે છે. સુંદર વૃક્ષવનપૂંજથી શોભતા અને વિવિધ પુષ્પોથી મઘમઘતા આ વનમાં પુષ્કરણી પણ સુંદર હતી. અનેક નલિનીદળો તથા પોયણાંઓથી સુશોભિત હતી. ત્યાં એક ગ્રાહ-મગરમચ્છે હાથી-ગજેન્દ્રનો પગ પકડ્યો હતો. હાથણીઓ દુઃખી થઈ. પરંતુ કંઈ કરી શકી નહીં. યુદ્ધ બહુ દિવસો સુધી ચાલ્યું. ગજેન્દ્ર સ્થળનું પ્રાણી છે. જળમાં યુદ્ધ કરવાનું અને તે પણ ખોરાક લીધા વગર દુષ્કર થવા લાગ્યું. ત્યારે ગજેન્દ્રે સ્તુતિ કરી છે, જે સુપ્રસિદ્ધ છે.

ૐ નમો મૂલપ્રકૃતયે અજિતાય મહાત્મને ।
અનાશ્રિતાય દેવાય નિઃસ્પૃહાય નમોઽસ્તુ તે ॥
નમ આદ્યાય બીજાય આર્ષેયાય પ્રવર્તિને ।
અનન્તરાય ચૈકાય અવ્યક્તાય નમો નમઃ ॥
નમઃ શિવાય શાન્તાય નિશ્ચિન્તાય યશસ્વિને ।
સનાતનાય પૂર્વાય પુરાણાય નમો નમઃ ॥ વગેરે

ત્યારે કહ્યું છે કે...

ભક્તિં તસ્યાનુસંચિન્ત્ય નાગસ્યામોઘ સંભવઃ ।
પ્રીતિમાનભવદ્ વિષ્ણુઃ શંખચક્રગદાધરઃ ॥

ગજેન્દ્રે પીડાથી પીડિત થઈને એક કમળપુષ્પ ઊંચું કર્યું. કહ્યું હે જગદીશ રક્ષ મામ્ ! અને પ્રભુ ગરુડસ્થો જગત્સ્વામી લોકાધારસ્તપોધનઃ... મોક્ષયામાસ નાગેન્દ્રં પાશેભ્યઃ શરણાગતમ્ ॥ અનંતકોટી બ્રહ્માંડના નાયક પ્રભુ તેની વહારે દોડી આવ્યા. સંતો કહે છે કે પ્રભુ વહેલા આવ્યા. ગરુડજી પછી આવ્યા. પ્રભુને તેમના ઉત્તરીય વસ્ત્રોની કાળજી પણ ન હતી. આકસ્મિક વીજળીની જેમ જ પ્રકટ થઈને ભગવાન શ્રી નારાયણે ચક્રથી ગ્રાહના બંધનમાંથી ગજેન્દ્રને મુક્ત કર્યો હતો. માટે જ સૂરદાસજીએ ગાયું છે,

હે ગોવિંદ ! હે ગોપાલ ! હે ગોવિંદ રાખો શરણ
અબ તો જીવન હારે. હે ગોવિંદ.
નીર પીબન હેતુ ગયો, સિન્ધુ કે કિનારે,
સિન્ધુ બીચ બસત ગ્રાહ ચરન ધરિ પછારે,
હે ગોવિંદ...
ચાર પ્રહર જુધ્ધ ભયો, લે ગયો મઁઝધારે,
નાક કાન ડુબન લાગે, કૃષ્ણ કો પુકારે. હે ગોવિંદ...
દ્વારિકામેં શબ્દ ગયો, શોર ભયો ભારે,
શંખ ચક્ર ગદા પદ્મ, ગરુડ લૈ સિધારે. હે ગોવિંદ...
સૂર કહૈ શ્યામ સુનો શરણ હૈ તિહારે,
અબ કી બાર પાર કરો, નંદ કે દુલારે... હે ગોવિંદ...

અહીં ગજેન્દ્ર મોક્ષનું જ વર્ણન છે, પરંતુ સમગ્ર પદનો ભાવાર્થ એટલો જ કે 'શ્રીહરિ હાજરાહજુર છે.' સદ્ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજ સદૈવ વિનોદ કરીને કહેતા It is a question of demand and supply ! આપણે ઈશ્વરને જ ચાહતા નથી. આપણને ઈશ્વરનું વિશ્વ જોઈએ છીએ. ઈશ્વર નહીં.

દિવ્ય જીવન સંઘ, ઉત્તર પ્રદેશના મહામંત્રી શ્રી સ્વામી શિવચિદાનંદજી મહારાજ સદૈવ એક વાર્તા કરતાં કદીયે કંટાળતા નથી. કહે છે, 'એક રાજાએ જાહેરાત કરી, આવો ! રાજકોષમાંથી જે માગો તે મળશે.' દિવસ નક્કી થયો. સમય સૂર્યોદયથી સૂર્યાસ્ત. લોકો ઉમટ્યાં, કોઈ હીરા, તો કોઈ મોતી લાવ્યું. સાંજ પડતાં એક વૃદ્ધ માતા આવી. તેણે કહ્યું, 'મારે રાજાને મળવું છે.' રાજા કહે, 'માડી ! શું જોઈએ ?' ડોસી બોલ્યાં, 'મારે તો તું જ જોઈએ.' લોકોને એક એક નાની મોટી વસ્તુ મળી. ડોસીને સામ્રાજ્યનો માલિક મળ્યો.

સંત રામદાસજી કહે છે, દેવ તો સદાકાળ સમીપમાં જ છે, પરંતુ કૃપાળુપણે તેઓ આપણું ધૈર્ય જુએ છે. આપણાં ધૈર્યની પરીક્ષા કરે છે. તેઓ પોતે સુખસ્વરૂપ છે, આનંદસ્વરૂપ છે. તેઓ આપણને કૈવલ્ય-મોક્ષરૂપ સુખ આપનાર છે, તેઓ ભક્તાભિમાની પોતાના ભક્તને કદીયે ઉપેક્ષતા નથી. (૩૬)

આગળ ઉપર રામદાસજી કહે છે, નદીના બંને કિનારે રહેલું વિરહવ્યાકુળ ચક્રવાક પક્ષીનું જોડું આખી રાત બૂમરાણ કરી મૂકે છે, તેને એ ત્રાસમાંથી સૂર્યનારાયણ

ઉદય પામી મુક્ત કરે છે. એ જ પ્રમાણે ભક્તાભિમાની રામ પોતાના ભક્તના સંકટ સમયે એકદમ દોટ મૂકીને

સદાસર્વદા સન્નીધ આહે
કૃપાળુપણે અલ્પ ધારિષ્ટ પાહે ।
સુખાનંદ આનંદ કૈવલ્યદાની
નુપેક્ષી કદા રામ દાસાભિમાની ॥ ૩૬ ॥

સદા ચક્રવાકાસિ માર્તંડ જૈસા
ઉડી ધાલિતો સંકટો સ્વામિ તૈસા
હરિભક્તિચા ઘાવ ગાજે નિશાણીં
નુપેક્ષી કદા રામ દાસાભિમાની ॥ ૩૭ ॥

... લોગ કહેતે હૈ ભગવાન આતે નહીં, તુમ ધ્રુવ પ્રહલાદ કી તરહ બુલાતે નહીં. લોગ કહેતે હૈ ભગવાન ખાતે નહીં, તુમ વિદુર પત્ની કે જૈસે-માતા શબરી કે જૈસે ખીલાતે નહીં... વગેરે ઉદાહરણો અને આખ્યાયિકાઓથી આપણું અધ્યાત્મ તત્ત્વ ભર્યું ભર્યું છે.

વહાલે મીરાં તે બાઈનાં ઝેર હળાહળ પીધાં રે
વિભીષણને આપ્યું રાજ પાંડવ કાજ કીધાં રે.
વહાલે ઉગાર્યો પ્રહ્‌લાદ હિરણાકશ્યપ માર્યો રે
ધ્રુવને આપ્યું અવિચળ રાજ પોતાનો કરીને સ્થાપ્યો રે.

...પ્રભુ દ્રૌપદીચીરહરણના પ્રકરણમાં વસ્ત્રાવતાર ધારણ કરી શકે છે. તેથી પ્રત્યક્ષ જ છે. આ બધાં દૃષ્ટાંતો આપણે સાંભળ્યાં છે. સાંભળતા આવ્યા છીએ, પરંતુ મને અહીં અમદાવાદ આવ્યાને ચૌદ વર્ષ થયાં છે. ભગવાને પરીક્ષાઓ કંઈ ઓછી નથી કરી. ધૈર્યને પણ તોળ્યું છે. ધીરજને પણ ખંખોળ્યું છે અને કૃપાવર્ષા પણ એટલી બધી કરી રહ્યો છે કે ક્યારેક તો એવું અનુભવાય વારે ચઢે છે. વેદપુરાણોના આ સત્યને હરિભક્તિની નોબતો ગજાવી રહી છે.

સદાસર્વદા દેવ સાન્નિધ્યમાં છે,
કૃપાળુપણે ધૈર્ય થોડુંક વેખે;
સુખાનંદ આનંદ કૈવલ્યદાની,
નુપેક્ષે કદી રામ દાસાભિમાની ॥ ૩૬ ॥

સદા ચક્રવાકો પ્રતિ સૂર્ય જેવા,
મૂકે દોટ તે સંકટે સ્વામી તેના,
હરિભક્તિની નોબતો રહેતી ગાજી
નુપેક્ષે કદી રામ દાસાભિમાની ॥ ૩૭ ॥

કે આપણી યોગ્યતા કરતાંય પ્રભુ વધુ આપી રહ્યા છે. આવી ગૂંગળામણ તુલસીએ પણ અનુભવેલી તેથી જ તેણે કહ્યું હતું કે, 'કૂતરા જેટલી સેવા કરું છું, પણ તમો હાથી જેટલું દાન આપો છો.'

પ્રભુમાં વિશ્વાસ રાખો. 'વો તો ચલે આતે હૈ, વો તો ખીંચે આતે હૈ, એકબાર બુલાકે દેખ તો લો !' ઈશ્વર જેટલો સત્ય, ત્રેતા કે દ્વાપરમાં સત્ય હતો, તેટલો જ જાગૃત પ્રત્યક્ષ પળેપળ હાજર આજે પણ છે. કદાચ આ પંક્તિઓ કે જેને તમો વાંચી રહ્યા છો, તેનાથી પણ વધુ તે નિકટ છે. સંતોએ તેના સથવારાનો આસ્વાદ માણ્યો છે. ગુરુજનોએ તેનો પ્રત્યક્ષ અનુભવ કર્યો છે. મેં પણ કર્યો જ છે. હું તો પળેપળ શ્વાસે શ્વાસે તેની પ્રત્યક્ષ કૃપા, ઉપસ્થિતિનો અનુભવ કરી રહ્યો છું, તમો પણ કરી જ શકો છો. તેમાં વિશ્વાસ રાખો. શ્રદ્ધા રાખો. તેની સદા, સર્વદા, સર્વત્ર ઉપસ્થિતિની અનુભૂતિ થશે. તે અહીં જ છે. તે ખરેખર આપણને ચાહે છે, આવશ્યકતા છે, આપણે પણ તેને ચાહીએ. ૐ શાંતિ.

મોક્ષ એટલે શું ?

સર્વમાં એક જ આત્મા છે તે જ સત્ય છે. આ સત્યનો સાક્ષાત્કાર એટલે મોક્ષ. જુદાઈ બતાવનાર અથવા બનાવનાર અવરોધોનો નાશ એટલે જ મોક્ષ. મોક્ષ એટલે બંધનમાંથી મુક્તિ એમ નહિ પરંતુ મુક્તિની ખરેખર સાચી સમજ તે મોક્ષ, એટલે બંધનના ખોટા ખ્યાલમાંથી મુક્તિ. અવિદ્યાજન્ય અજ્ઞાનને કારણે માનવી પોતાને બંધનમાં બંધાયેલો સમજે છે. જ્યારે આત્મજ્ઞાનથી આ માયારૂપી ભ્રમ દૂર થાય છે તે જ ક્ષણે મોક્ષની પ્રાપ્તિ થાય છે. મોક્ષ મૃત્યુ પછી મળતું નથી, એ તો આ જન્મમાં જ અહીં જ મળે છે. ભ્રમ અથવા તો માયાનું મૂળ ઇચ્છા છે. ઇચ્છાઓ વિચારતરંગોને જન્મ આપે છે અને આ વિચારતરંગો અવિનાશી આનંદસ્વરૂપ આત્માને છૂપાવી દે છે. જ્યારે ઇચ્છાઓનો વિનાશ થાય ત્યારે માનવીમાં બ્રહ્મજ્ઞાનનો ઉદય થાય છે. બ્રહ્મજ્ઞાન એ કોઈ ક્રિયા નથી. જેમ પોતાની જાતને ઓળખ્યા વિના આત્માને જાણી શકાય નહિ તે પ્રમાણે બ્રહ્મને પણ ઓળખી શકાય નહિ.

- ***સ્વામી શિવાનંદ***

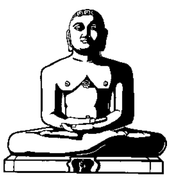
સિદ્ધિ વિશે-૨

શ્રી યોગેશ્વરજી

ભારતના મુખ્ય મુખ્ય ગ્રંથોમાં સિદ્ધિ વિશે સારી એવી માહિતી મળી રહે છે. કેનોપનિષદમાં ઇન્દ્રાદિ દેવો યુદ્ધમાં વિજયી થવાથી અભિમાની બન્યા હતા તે કથા આવે છે. તેમનું અભિમાન દૂર કરવા પરમાત્મા તેમની સામે યક્ષના રૂપમાં પ્રકટ થાય છે. અગ્નિ, વાયુ જેવા દેવો તેમની પાસે જાય છે, પણ નિષ્ફળ થઈ પાછા ફરે છે. છેવટે ઇન્દ્ર તેની પરીક્ષા કરવા જાય છે પણ તે પાસે પહોંચે તે પહેલાં જ યક્ષ અદૃશ્ય થઈ જાય છે. ઇન્દ્ર આશ્ચર્ય સાથે જુએ છે તો યક્ષને બદલે અંતરીક્ષમાં તેને પ્રકાશના પુંજ જેવી અલૌકિક દેવીનું દર્શન થાય છે. ઇચ્છા પ્રમાણે સ્વરૂપ ધારણ કરવાની ને અદૃશ્ય થઈ જવાની સિદ્ધિ તરફ ઉપનિષદે આમ સંકેત કર્યો છે. આ ઉપરાંત, બીજું ઉદાહરણ પણ મળી શકે છે. કઠઉપનિષદ્‌માં આવે છે કે યજ્ઞ કરનાર પિતાનાં 'જા, તને મૃત્યુના હાથમાં સોપું છું.' એવાં વચનો સાંભળતાંવેંત બાળક નચિકેતા યમને ત્યાં પહોંચી જાય છે. એ વાત વાંચનારને ભાગ્યે જ વિચાર થાય છે કે આ કેવી રીતે બન્યું. નચિકેતા મૃત્યુલોકમાંથી યમલોકમાં કેવી રીતે પહોંચી શક્યો ? પ્રાચીન કાળના અસુરો પાસે પણ કેટલીય જાતની સિદ્ધિઓ હતી. તો નચિકેતા તો નીતિપરાયણ ઋષિપુત્ર હતો. ઇચ્છાનુસાર ગમે ત્યાં જવાની સિદ્ધિથી જ તે યમલોકમાં જઈ શક્યો હતો. આ સિદ્ધિ તેને કેવી રીતે મળી તે વાતની ચર્ચા કરવાનું અહીં અસ્થાને છે. આપણે તો એ જ કહેવા માગીએ છીએ કે આ પ્રસંગ સિદ્ધિના પુરાવારૂપ છે. આથી વધારે જાણવાની ઇચ્છા હોય તો બૃહદારણ્યક ઉપનિષદમાં આત્મજ્ઞાનીની સંકલ્પસિદ્ધિ વિશેનું પ્રકરણ જુઓ. સંકલ્પસિદ્ધિની શક્તિથી સાચા જ્ઞાની જે-જે લોકમાં જવા માગે છે તે-તે લોકમાં જઈ શકે છે ને ઇચ્છા પ્રમાણે બધાં જ કામ કરી શકે છે તેનું વર્ણન તેમાં વિસ્તારથી કરેલું છે. મહાભારતમાં પણ મંત્રની સિદ્ધિ દ્વારા ધનુર્વિદ્યાના પ્રયોગોનું કેટલેક ઠેકાણે વર્ણન છે. દ્રોણાચાર્યે આ જ વિદ્યાની સિદ્ધિથી કૂવામાં પડેલા કૌરવપાંડવના દડાને તરત બાણ સાથે કૂવામાંથી બહાર કાઢ્યો હતો. મંત્રશક્તિ દ્વારા બાણ મારીને સર્પ તથા અગ્નિ તથા પાણી ઉત્પન્ન કરી શકાતાં અને અંધકાર તથા પ્રકાશ પણ ફેલાવી શકાતા. એ શક્તિના પ્રભાવથી બાણ પોતાનું ધાર્યું કામ પૂરું કરીને બાણાવળીના ભાથામાં પાછું આવી જતું, ને શત્રુના શિર સાથે પણ આવી જતું. પ્રાચીન ભારતમાં મંત્રશક્તિથી ધનુર્વિદ્યાના કેવા ચમત્કારિક પ્રયોગો કરી શકાતા તેની માહિતી મહાભારતના વાચકને સહેલાઈથી મળી શકે છે. એ પ્રયોગો આગળ તો આજના વિજ્ઞાનના પ્રયોગો પણ છેક જ સાધારણ લાગે, પરંતુ તે બધું વાંચવાની ને વાંચેલું માનવાની મોટા ભાગના માણસોની ઇચ્છા જ નથી એ મોટી કમનસીબી છે. રામાયણમાં સંજીવની બૂટી લાવવા માટે હનુમાનજી લંકામાંથી આકાશમાર્ગે હિમાલય ગયા તે આકાશમાર્ગે ઊડવાની સિદ્ધિ હતી. બૂટી લઈને આવતાં ભરતજી તેમને કોઈ રાક્ષસ માની બાણ મારીને નીચે પાડે છે. પછી બંને વચ્ચે વાર્તાલાપ થાય છે. તેમાં ઘણો વખત વીતી જાય છે. સવાર થતાં પહેલાં હનુમાનજીને લંકામાં પહોંચવું છે. એટલે ભરતજી તેમને મંત્રેલા બાણ પર બેસાડીને ક્ષણ વારમાં લંકામાં પહોંચાડી દે છે. મંત્રશક્તિના પ્રભાવથી જ આ બની શક્યું હતું. સીતાનું હરણ કરનાર રાવણ સીતાને લઈને આકાશમાર્ગે પોતાના રથમાં ઊડ્યો હતો. તેની આજ્ઞાથી તેના મામા મારીચે મૃગનું રૂપ ધારણ કરીને સીતાની પર્ણકુટી પાસે પ્રવેશ કર્યો હતો તે પણ સિદ્ધિના પ્રભાવથી જ. રામાયણની કથાને અંતે સીતાનાં વચન સાંભળતાંવેંત પૃથ્વી ફાટે છે, ને સીતા તેમાં સમાઈ જાય છે, એ વચનસિદ્ધિ, સંકલ્પસિદ્ધિ કે પવિત્રતાની સિદ્ધિ નહિ તો બીજું શું હતું ? ભાગવતમાં પણ સિદ્ધિનું વર્ણન આવે છે. દેવહુતિને આનંદ આપવા કર્દમ ઋષિએ સંકલ્પમાત્રથી પ્રકટ કરેલું દિવ્ય વિમાન આજના કોઈ પણ વિમાન કરતાં ચડિયાતું હતું. રામાયણના પુષ્પક વિમાનની જેમ તે પણ કોઈનીય મદદ વિના, બેસનારની ઇચ્છા પ્રમાણેની દિશામાં ચાલતું. ભાગવતના મૂર્તસ્વરૂપ જેવા પરમ ભાગવત દેવર્ષિ નારદ પ્રભુની કૃપાથી અનેક

લોકોમાં અબાધિત રીતે વિચરણ કર્યા કરે છે. સગરના સાઠ હજાર પુત્રોનો મહર્ષિ કપિલે માત્ર આંખ ઉઘાડીને એકસાથે નાશ કરી દીધો હતો તે મહર્ષિની મહાન સિદ્ધિથી જ બની શક્યું હતું. દ્રૌપદીનાં ચીરહરણ વખતે ભગવાને તેની રક્ષા કરી, ગોપીઓની સાથે અનેક રૂપ ધારણ કરીને રાસલીલા કરી, ને ભાગવતના બારમા સ્કંધમાં કહ્યા પ્રમાણે સદેહે જ પોતાના ધામમાં પ્રયાણ કરીને પોતાની જીવનલીલા પૂરી કરી તે સિદ્ધિના જ પ્રભાવથી કર્યું. ભાગવતમાં આવા અનેક પ્રસંગો છે. ઘેરંડ સંહિતા ને હઠયોગ પ્રદીપિકા જેવા યોગગ્રંથોમાં સાધના દ્વારા સહજ રીતે પ્રાપ્ત થનારી લોકોત્તર શક્તિનું વર્ણન છે. યોગાગ્નિમય શરીરવાળા યોગીપુરુષને વ્યાધિ, વાર્ધક્ય કે મૃત્યુ આવી શકતાં નથી : તે મૃત્યુંજય બની જાય છે. અખંડ યૌવન અને આરોગ્યની પ્રાપ્તિ કરી લે છે, એ યોગના પ્રણેતા મહાપુરુષોનો વિખ્યાત અભિપ્રાય છે. યોગની ખેચરી જેવી મુદ્રા તે પ્રાણાયામની વિવિધ ક્રિયાથી પ્રાપ્ત થતી સિદ્ધિનું વર્ણન યોગગ્રંથોમાં વિસ્તારથી કરેલું છે. આપણે તો તે પ્રત્યે ઈશારો જ કરીએ છીએ. ભારતીય ધર્મગ્રંથોમાં ને સંતોના જીવનમાં સિદ્ધિનું દર્શન ઠેરઠેર થાય છે. તેનો અર્થ એમ નથી કે બીજા ગ્રંથો ને સંતોનાં જીવન તેથી રહિત છે. એ વિશે ભારતની બહારના ગ્રંથોમાં સૌથી વધારે માહિતી બાઈબલમાંથી મળી રહે છે. બાઈબલમાં ઈસુની સિદ્ધિ વિશેના કેટલાય પ્રસંગો મળી રહે છે. ઈસુના વચન અને સ્પર્શમાત્રથી રોગોના રોગો દૂર થઈ જતા તે જાણીતું છે. મારા જ શિષ્યોમાંનો એક મને પકડાવી દેશે એમ ઈસુએ પોતે પકડાતાં પહેલાં કહી દીધું હતું, ને પોતાને પકડાવી દેનાર શિષ્યનો ઉલ્લેખ પણ કર્યો હતો. તે જ શિષ્યે તેમને પકડાવી દીધા. જીવનની આખરે ઈસુને શૂળી પર ચડાવી તેમના શરીરમાં ખીલા ઠોકવામાં આવ્યા. છતાં તેમના મુખમાંથી એક આહ પણ નીકળી નહિ. તેનું કારણ ઈસુની સહનશક્તિ જ ન હતી, પણ તેમની મહાન યોગશક્તિ હતી. યોગના પ્રભાવથી ઈસુમાં પોતાના શરીરને આત્માથી અલગ ને કોઈ વસ્ત્રની જેમ અનુભવવાની ને અલગ કરવાની શક્તિ હતી. તેથી દેહદંડની અસરથી તે મુક્ત રહી શક્યા.

'સાધના'માંથી સાભાર



रसान्तरेण हि रसो बाध्यते बलवानपि

ત્રિષષ્ટિ શલાકા પુરુષ ચરિત્ર

આચાર્ય વિજયરત્નસુંદરસૂરિજી

દૂધ ભલે ને વીસ લિટર જેટલું છે,
લીંબુનાં માત્ર બે-ચાર ટીપાં એમાં પડે છે
અને બધું જ દૂધ ફાટી જાય છે.
રૂમમાં અંધકાર ભલે ને ગાઢ છે,
સૂર્યનું એક જ કિરણ અંદર પ્રવેશે છે
અને ગાઢ પણ અંધકાર રવાના થઈ જાય છે.
તપશ્ચર્યાની મૂડી ભલે ને તમારી પાસે જબરદસ્ત છે,
માત્ર બે-ચાર વખતનું જ અત્યંત આસક્તિપૂર્વકનું
તમારું ભોજન, તમારી તપશ્ચર્યાની એ મૂડીને
રફેદફે કરી શકે છે. કુસંસ્કારો અને કર્મોનું જોર
આત્મા પર ભલે ને ભારે છે, માત્ર અંતર્મુહૂર્તનું
તમારું શુકલ ધ્યાન તમારા આત્માને
કુસંસ્કારો-કર્મોથી મુક્ત કરી શકે છે.

પ્રભુ !

'બળવાન એવો પણ રસ, રસાન્તરથી અર્થાત્ અન્ય રસથી બાધિત થાય છે'ની વાત કરીને આપે અમને ભારે ચીમકી આપી દીધી છે. બળવાન પણ ધર્મ, નાનકડા પણ પાપથી બાધિત થઈ શકે છે એ જો હકીકત છે તો બળવાન એવું પણ પાપ, નાનકડા પણ ધર્મથી બાધિત થઈ શકે છે એય હકીકત છે. આપ એવી કૃપા વરસાવો અમારા પર કે અમે ધર્મને પાપથી ક્યારેય બાધિત થવા જ ન દઈએ અને પાપને સતત ધર્મ દ્વારા બાધિત કરતા જ રહીએ.

'પ્રભુ વીર કહે છે' માંથી સાભાર

હિન્દુ ધર્મ - સનાતન ધર્મ

- શ્રી અરવિંદ

ધર્મનો સાચો હેતુ અને હિન્દુ ધર્મની સાર્વજનિનતા

પ્રકૃતિએ આંતર સ્વને ખોલી નાખવાના તેના પ્રયત્નમાં મુખ્યત્વે ચાર માર્ગોનું અનુસરણ કર્યું છે - ધર્મ, ગૂઢવિદ્યા, આધ્યાત્મિક વિચાર અને અંદરનો આધ્યાત્મિક સાક્ષાત્કાર અને અનુભવ : પહેલા ત્રણ આંતર સ્વ તરફ લઈ જતા માર્ગો છે, જ્યારે છેલ્લો પ્રવેશ માટેનો નિર્ણાયક માર્ગ છે. આ ચારેય શક્તિઓએ વધતે ઓછે અંશે પરસ્પર સંકળાઈને એક સાથે કરાયેલી ક્રિયાઓ દ્વારા કાર્ય કર્યું છે, કેટલીકવાર બદલાતા રહેતા સહકાર દ્વારા, કેટલીકવાર પારસ્પરિક ઝઘડામાં, તો કેટલીકવાર અલગ સ્વતંત્રતામાં. ધર્મે પોતાના કર્મકાંડમાં, વિધિવિધાનોમાં, સંસ્કારોમાં ગૂઢ તત્ત્વને સ્વીકાર્યું છે; તેણે બળ મેળવવા આધ્યાત્મિક ચિંતન ઉપર આધાર રાખ્યો છે, અને તેમાંથી કેટલીકવાર કોઈ ધાર્મિક માન્યતા કે બ્રહ્મવિદ્યા તારવી છે, તો કેટલીકવાર તેનું સમર્થન કરતી આધ્યાત્મિક ફિલસૂફી. આમાંથી પહેલી સામાન્ય રીતે પાશ્ચાત્ય પદ્ધતિ છે, બીજી પ્રાચ્યઃ પરંતુ આધ્યાત્મિક અનુભવ ધર્મનું છેવટનું લક્ષ્ય અને ઉપલબ્ધિ, તેનું આકાશ અને શિખર રહ્યાં છે...

ઉત્ક્રાન્તિ પામતી પ્રકૃતિની વ્યાપક અને લવચીક પદ્ધતિ મનુષ્યની ધાર્મિક ખોજને વધુમાં વધુ તક આપે છે અને તેના સાચા આશયને જાળવી રાખે છે તેનો ખ્યાલ ભારતમાં થયેલા ધર્મવિકાસ પરથી આવી શકે છે કે જ્યાં પુષ્કળ સંખ્યામાં ધાર્મિક સિદ્ધાંતોને, સંપ્રદાયોને અને સાધનામાર્ગોને સાથે સાથે ચાલુ રહેવા દેવામાં આવ્યા હતા એટલું જ નહીં પરંતુ તેમને ઉત્તેજન પણ આપવામાં આવ્યું હતું અને પ્રત્યેક મનુષ્ય તેના વિચાર, ભાવ, સ્વભાવ અને તેની પ્રકૃતિના ઘડતરને જે અનુકૂળ હોય તેનો સ્વીકાર કરવા અને તેનું અનુસરણ કરવા મુક્ત હતો. તેથી પ્રયોગાત્મક ઉત્ક્રાંતિમાં આ નમનીયતા હોય તે યોગ્ય અને તર્ક સંગત છે : કેમકે ધર્મનું સાચું કાર્ય છે મનુષ્યનાં મન, પ્રાણ અને શારીરિક અસ્તિત્વને તૈયાર કરવું કે જેથી આધ્યાત્મિક ચેતના તેના પર કાર્ય કરવા તેને હાથમાં લઈ શકે. તેણે મનુષ્યને એવી ભૂમિકાએ દોરી લઈ જવાનો છે જ્યાં અંદરનો આધ્યાત્મિક પ્રકાશ સંપૂર્ણપણે ઉદય પામવાની શરૂઆત કરે છે. આ જ ભૂમિકાએ ધર્મે પોતાને ગૌણ બનાવી દેવાનું શીખવું જોઈએ, તેણે પોતાનાં બાહ્ય વિશિષ્ટ લક્ષણોનો આગ્રહ રાખવાનો નથી, પરંતુ આંતરિક આત્મા પોતે જ પોતાનું સત્ય અને પોતાની વાસ્તવિકતા વિકસાવે તે માટે તેને પૂરેપૂરો અવકાશ આપવાનો છે. એ દરમિયાનમાં તેણે મનુષ્યની માનસિકતા, પ્રામાણિકતા, શારીરિકતાને શક્ય એટલા વધુ પ્રમાણમાં હાથ ધરવાની છે અને તેની બધી જ પ્રવૃત્તિઓને આધ્યાત્મિક દિશા તરફ વાળવાની છે, તેમનામાં રહેલા આધ્યાત્મિક અર્થને પ્રકટ કરવાનો છે, એક આધ્યાત્મિક સંસ્કારિતાની છાપ ઊપસાવવાની છે, એક આધ્યાત્મિક લક્ષણનો આરંભ કરાવવાનો છે.

જે પોતાનામાં વિજ્ઞાન અને શ્રદ્ધા, ઈશ્વરવાદ, ખ્રિસ્તીધર્મ, ઈસ્લામ અને બૌદ્ધધર્મને સમાવિષ્ટ કરે છે અને છતાં જે આમાંનો એકપણ નથી તે એ ધર્મ છે જેના તરફ વિશ્વ-આત્મા ગતિ કરી રહ્યો છે. જે બધામાં સૌથી વધુ સંશયી છે અને સૌથી વધુ શ્રદ્ધાવાન છે, સૌથી વધુ સંશયી કારણ કે તેણે સૌથી વધુ પ્રશ્નો પૂછ્યા છે અને પ્રયોગો કર્યા છે, સૌથી વધુ શ્રદ્ધાવાન કારણ કે તેની પાસે ઊંડામાં ઊંડો અનુભવ છે અને સૌથી વધુ વૈવિધ્યપૂર્ણ અને હકારાત્મક જ્ઞાન છે, - એ વિશાળ હિન્દુધર્મ કે જે આગ્રહી સિદ્ધાંત કે સિદ્ધાંતસમૂહ નથી પણ જીવનનો ધર્મ છે, જે કોઈ સામાજિક માળખું નથી પરંતુ ભૂતકાલીન અને ભાવિ ઉત્ક્રાંતિનું હાર્દ છે, જે કશું જ ઈન્કારતો નથી પરંતુ દરેક વસ્તુનું પરીક્ષણ અને અનુભવ કરવાનો આગ્રહ રાખે છે અને પરીક્ષણ અને અનુભવ થઈ ગયા પછી તેને આત્માના ઉપયોગો તરફ વાળી દે છે તે આપણા પોતાના આ હિન્દુધર્મમાં આપણને ભાવિ વિશ્વધર્મનો પાયો પ્રાપ્ત થાય છે. આ સનાતન ધર્મનાં ઘણાં શાસ્ત્રો છે - વેદ, વેદાંત, ગીતા, ઉપનિષદ, દર્શન, પુરાણ, તંત્ર, અને તે બાઈબલ કે કુરાનને ઈન્કારતો નથી; પરંતુ તેનું સાચું, સૌથી વધુ પ્રમાણભૂત શાસ્ત્ર છે હૃદયમાં કે જ્યાં શાશ્વત પ્રભુએ તેમનું નિવાસસ્થાન રાખ્યું છે. આપણી અંદરના આધ્યાત્મિક અનુભવોમાં જ આપણને મળશે જગતનાં શાસ્ત્રોનો પુરાવો અને ઉદ્‌ગમસ્થાન, જ્ઞાન, ભક્તિ અને વર્તનનો ધર્મ...

'હિન્દુ ધર્મ એટલે શું'માંથી સાભાર

'યોગ એ જ જીવન' (૯)

શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

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 છીએ. -સંપાદક

ઇચ્છાશક્તિ, ક્રિયાશક્તિ અને જ્ઞાનશક્તિ

આપણી ચોપાસના વિશ્વમાં જે કંઈ દશ્યમાન છે કે સાંભળી શકાય છે તે બધાંની અંદર રહેલી શક્તિ, સ્ફૂર્તિ અને ચેતનાનો સરવાળો એટલે પ્રાણ. તે સૂક્ષ્માતિ સૂક્ષ્મ છે. શ્વાસ તે પ્રાણશક્તિનું બાહ્ય સ્વરૂપ છે. સ્થૂળ શ્વાસનું નિયંત્રણ કરવાથી સૂક્ષ્મ શ્વાસ પર નિયંત્રણ કરી શકાય. અર્થાત્ સ્થૂળ બાહ્ય દશ્યમાન પ્રાણક્ષમતાનું નિયમન કરી શકવાથી સૂક્ષ્મ અંતરચેતનાનું નિયંત્રણ કરી શકાય.

આપણા શરીરની બધી જ પ્રક્રિયાઓ એકમેકથી જોડાયેલી છે. શરીરથી પ્રાણ, પ્રાણથી ઇન્દ્રિયો, ઇન્દ્રિયોથી મન, મનથી બુદ્ધિ અને 'યઃ બુદ્ધેઃ પરસસ્તુ સઃ' તે પરમતત્ત્વ બુદ્ધિથી અગોચર અને પૃથક તેનાથી દૂર છે. 'યતો વાચો નિવર્તન્તે અપ્રાપ્ય મનસા સહ', ત્યાં વાણી વિરામ લે છે. લય પામે છે અને પ્રાણાયામની સાધનાના સાતત્યથી તેને પ્રાપ્ત કરી શકાય છે. તેથી જ તેને 'અવાંગમનસ ગોચર' કહેવામાં આવ્યું છે. તે સ્થૂળ નથી, તેથી ઇન્દ્રિયજન્ય નથી, તે છે.

તે 'મનસો જવીયો' મનથી પણ પ્રાપ્ત થાય તેમ નથી. પરંતુ પ્રાણથી જ મનનું નિયંત્રણ થાય છે. પ્રાણની સહાય વગર મન કાર્ય કરી શકતું નથી. આ સૂક્ષ્મ પ્રાણ અને મન એકમેક સાથે સંકળાયેલાં છે. માટે જ માનવશરીરમાં અદશ્ય એવી શક્તિ, ઊર્જા કે ક્ષમતાનો સરવાળો એટલે જ પ્રાણ. ઉષ્ણતા, પ્રકાશ, વિદ્યુત, ચુંબકત્વ એ બધા જ પ્રાણના પ્રકારો છે. પ્રાણનું તાદાત્મ્ય મન સાથે છે. આ મન દ્વારા જ ઇચ્છાશક્તિ, ક્રિયાશક્તિ કે જ્ઞાનશક્તિ કાર્યનિરત બને છે.

આપણા શરીરમાં છ મુખ્ય પ્રક્રિયાઓ છે : ૧. શ્વસનતંત્ર, ૨. રુધિરાભિસરણતંત્ર, ૩. પાચનતંત્ર, ૪. ઉત્સર્ગતંત્ર (મળમૂત્રનો નિકાસ અને વીર્યની ઉત્પત્તિ), ૫. અસ્થિતંત્ર, ૬. ચેતનાતંત્ર. આ બધી જ પ્રક્રિયાઓ પ્રાણ વડે જ થાય છે. પ્રાણનું નિવાસસ્થાન એટલે હૃદય. પ્રાણ એક જ છે. છતાં જેમ ઇલેક્ટ્રિસિટી એક જ છે, છતાં એરકન્ડિશનમાંથી તે ઠંડક પહોંચાડે છે અને હીટરમાંથી તે ગરમી ઉત્પન્ન કરે છે. ફ્રીજમાં તે પાણીનો બરફ બનાવે છે, પંખામાંથી હવાનું સર્ક્યુલેશન વધારે છે, રેડિયોમાં બોલે છે, જ્યારે ટેલિવિઝનમાં બોલે તો છે જ, પરંતુ દેખાડે પણ છે તેવી જ રીતે પ્રાણ આપણા શરીરમાં જે પ્રકારે વિવિધ કાર્યો કરે છે તેનાં કાર્યો પ્રમાણે તેમને વિવિધ નામો પણ આપવામાં આવ્યાં છે, જે પ્રમુખત્વે પ્રાણ, અપાન, સમાન, ઉદાન અને વ્યાનના નામથી ઓળખાય છે.

પ્રાણશક્તિ જ ઇચ્છાશક્તિ, ક્રિયાશક્તિ અને જ્ઞાનશક્તિમાં રૂપાંતરિત થાય છે. આમ આ અધિકૃત નિયમન હેઠળ જ ચોક્કસ કાર્ય માટે ચોક્કસ પ્રાણશક્તિ કાર્યનિરત બને છે. ઇચ્છાશક્તિના આધિપત્ય હેઠળ વિચારપૂર્વક પ્રેરિત પ્રાણ તે નવ સૃષ્ટિ શક્તિ પ્રદાયક બળ છે અને તેને સભાનતાપૂર્વક આત્મવિકાસ માટે તેમ જ અસાધ્ય રોગના નિવારણ અને અન્ય ઉપયોગી કાર્યકલાપ માટે પ્રયોજી શકાય છે. પ્રગાઢ નિદ્રામાં મન જાગ્રત નથી હોતું પરંતુ પ્રાણ સદૈવ જાગૃત હોય છે, માટે જ હઠયોગી માટે મનતત્ત્વ કરતાં પ્રાણતત્ત્વનું મહત્ત્વ વધુ હોય છે.

આપણે આપણાં નાનાંમોટાં પ્રત્યેક દૈનિક કાર્યો કરીએ છીએ ત્યારે આ પ્રાણતત્ત્વનાં નાનાંમોટાં મોજાંઓનું મન દ્વારા નિયંત્રણ કરી શકાય છે. તે જ પ્રમાણે મનના તરંગો પર પણ અતિક્રમણ અને નિયંત્રણ આ પ્રાણના

આયામ દ્વારા કરી શકાય છે. માનવ માટીનો પિંડ નથી જ. પથ્થર પણ નથી. આપણે અનેક લાગણીઓ હોય છે, ભાવનાઓ પણ. શારીરિક સુખદુઃખ, માનઅપમાનના તાણાવાણામાં બંધાયેલા સૌ જીવ, જીવનની દરેક પળે મનને સંતુલિત રાખી શકતા નથી. ક્યારેક ભાંગી પડે છે, તો ક્યારેક હાઈ બ્લડપ્રેસર, હાઈપરટેન્શન, પેરેલિસિસનો પણ ભોગ બનતા હોય છે. તો ક્યારેક ન સહન કરી શકાય તેવા પ્રસંગોએ હાર્ટએટેક આવી જતા હોય છે. તો ક્યારેક લોકો આ જીવનકવનની વાટે આવેલી કડવી ઝંઝાને સહન ન કરી શકતાં આત્મહત્યા પણ કરી લેતા હોય છે.

જો કે જેમણે પણ પ્રાણાયામને જીવનનું દૈનિક અને અવિભાજ્ય અંગ બનાવ્યું છે તે સુખદુઃખ, રાગદ્વેષ, માન-અપમાનની જીવનઝંઝા વખતે પણ અડગ અચળ થઈને ટકી શકે છે. માટે જ જે યોગી આ રહસ્યને જાણે છે તે કદી વિચલિત થતો નથી. તેને કોઈ પણ બાહ્ય પરિબળોનો ભય હોતો નથી. તે અભય હોય છે, કારણ કે વિશ્વના સર્વ શક્તિસ્રોતોના આવિર્ભાવો પર તેનું પ્રભુત્વ હોય છે.

પ્રાણ વિશે આટલું જાણ્યા પછી સાધકે પ્રાણાયામનો અભ્યાસ આરંભ કરવો જોઈએ કે જે તેને નાડી શુદ્ધીકરણ માટે સહાયપ્રદ બની શકે. યમ અને નિયમયુક્ત બધી વાસનાઓ કે કુસંગનો ત્યાગ કરીને, સત્ય તેમ જ સદ્‌ગુણમાં જ આનંદ પામનાર માણસે ક્રોધને જીતીને ગુરુસેવામાં જ સમર્પિત જીવન જીવીને, તમારા આચાર-વિચારનું સદાચારપૂર્વક પ્રેમપૂર્વક - રુચિપૂર્વક પાલન કરી એકાંતમાં યોગાભ્યાસ કરવો જોઈએ.

કાળપ્રવાહના પરિવર્તન સાથે યોગ પ્રશિક્ષણની નવી નવી રીતો અને લોકોને આકર્ષવા માટેના કીમિયાઓ શોધાયા હોવા છતાં કદીયે પરિવર્તન ન કરી શકાય તેવા જીવનમૂલ્યોનું તો પ્રત્યેક યોગપ્રેમીઓએ જીવનમાં આચરણ કરવું જ પડશે. નાડી શુદ્ધીકરણથી અને નિયમિત દીર્ઘકાળના પ્રાણાયામના અભ્યાસથી જીવનમાં વિસંવાદિતા રહેતી નથી. જે મનમાં હોય તે જ લોકો બોલે કે કહે અને કરે. તેમાં પછી પૃથકતા નહિ આવે. દંભ, છળ અને કપટ તો ક્યારેય નહિ હોય. પ્રાણાયામનો નિયમિત દીર્ઘકાળનો અભ્યાસ માનવજીવનમાં માત્ર નાડીશુદ્ધિ માટે જ નહિ; વિચાર, વાણી અને વ્યવહારશુદ્ધિ માટે પણ પાયાનું કામ કરે છે.

હઠયોગના અભ્યાસમાં નાડીશુદ્ધિ ખૂબ જ

પંચ પ્રાણ

નામ	*રંગ*	*સ્થાન*	*પ્રદેશ*	*કાર્ય*	*ઉપપ્રાણ*
પ્રાણ	પીળો	અનાહત ચક્ર	છાતી	શ્વસનક્રિયા	નાગ-સ્ફોટ અને શ્વાસનળીની ઉઘડવાસ કરે છે.
અપાન	રાતો નારંગી	મૂલાધાર ચક્ર	ગુદા	મળમૂત્ર ઉત્સર્ગ	કુર્મ, નિમિષોન્મેષનું કાર્ય કરે છે.
સમાન	લીલો	મણિપુર ચક્ર	નાભિ	પાચન	કૃકલ, ભૂખ-તરસનું ભાન પેદા કરે છે.
ઉદાન	ભૂરો જાંબલી	વિશુદ્ધ	ગળું	ગળવું	દેવદત્ત-ઊંઘમાં જીવને બ્રહ્મ પાસે લઈ જાય છે ને બગાસાં લાવે છે અને દેહને સૂક્ષ્મ દેહથી અલગ કરે છે.
વ્યાન	ગુલાબી	સ્વાધિષ્ઠાન ચક્ર	આખો દેહ	રુધિરાભિસરણ	ધનંજય, શરીરમાં વિઘટન કરે છે.

નોંધ : મુખ્ય પ્રાણ પાંચ છે. પ્રાણ, અપાન, સમાન, ઉદાન અને વ્યાન. તે સિવાય નાગ, કુર્મ, કૃકલ, દેવદત્ત અને ધનંજય ઉપપ્રાણ છે.

આવશ્યક છે. જો નાડીઓમાં અશુદ્ધિ હોય તો કુંડલિની શક્તિનું મૂલાધારથી સહસ્રાર સુધીનું ઉર્ધ્વગમન સહજ સરળ નથી બનતું. પરંતુ તેના બદલામાં તે ગંભીર રીતે અવરોધ ઉત્પન્ન કરે છે. જેવી રીતે ઘડિયાળના બે કાંટામાંથી એક કાંટાને દબાવી રાખો તો તેની સાથે જોડાયેલાં ગતિમાન ચક્રો રોકાઈ જતાં ઘડિયાળમાંનાં બધાં જ ચક્રો ચાલતાં બંધ થઈ જશે. તેવી જ રીતે સૂક્ષ્મ ચેતસ પ્રાણ પર શ્વાસ નિયંત્રણ દ્વારા કાબૂ લાવી શકાય છે અને તેના દ્વારા દેહની બધી જ ઈન્દ્રિયો પર પણ નિયંત્રણ લાવી શકાય છે. તેથી જ પ્રાણાયામ પ્રાણના નિયમન તરીકે કે આયામ તરીકે ઓળખવામાં આવે છે.

નાડીશોધન પ્રક્રિયામાં ઉજ્જાયી પ્રાણાયામ પ્રમુખ ભાગ ભજવે છે. સુખાસન, પદ્માસન અથવા સિદ્ધાસનમાં કરોડરજ્જુ સ્થિર અને સીધી રાખીને ઉજ્જાયી પ્રાણાયામ કરી શકાય. પ્રાણાયામ એક શુદ્ધ, સ્પષ્ટ અને ચોક્કસ વિજ્ઞાન છે. માટે જ પ્રાણાયામના અભ્યાસ માટે ગહન એકાગ્રતા અને અભ્યાસમાં રુચિની આવશ્યકતા છે. તેનો અભ્યાસ ભેજ વગરના, હવાઉજાસવાળા ઓરડામાં અથવા ધુમાડા વગરના ચોખ્ખા ખુલ્લા ભાગમાં બેસીને કરી શકાય.

ઉજ્જાયીના અભ્યાસ પૂર્વે બંને નસકોરાંથી ખૂબ જ ધીરે ધીરે એકસરખો ઊંડો શ્વાસ લેવો અને બંને નસકોરાં વડે ધીરે ધીરે શ્વાસ છોડવો. આ જ પ્રાણાયામ બંને નાકથી શ્વાસ લઈને જમણા અંગૂઠાથી જમણું નાક બંધ કરીને ડાબાં નસકોરાંથી શ્વાસ છોડીને કરી શકાય છે.

શ્વાસ લેતી વખતે છાતી ફુલાવવી, મૂળબંધ અને ઉડ્ડિયાન બંધ પણ કરી શકાય તો વધુ લાભ મેળવી શકાય. શ્વાસ રોકી શકાય - કોઈ પણ પ્રકારના તનાવ વગર - આરામથી શ્વાસને રોકવો. ધીરે ધીરે શ્વાસના પૂરક, આંતરકુંભક, રેચક અને બાહ્યકુંભકનો ક્રમ આપણે આગળ ઉપર ચર્ચા કરી ગયા છીએ તે પ્રમાણે ૧:૪:૨:૪ એમ રાખવો. ખાસ વાત જે યાદ રાખવાની તે એ કે શ્વાસ લેતી અને છોડતી વખતે ગળામાં નીચે પાછળ ગ્લોટિસને સામાન્ય સ્પર્શ કરીને જ શ્વાસનું આવાગમન થવું જોઈએ. તદ્ઉપરાંત આ સ્પર્શ સમયે ગળામાંથી એક ખાસ પ્રકારનો અવાજ પણ સાંભળી શકાય. જેવી રીતે બારીબારણાં બંધ હોય અને બહાર આંધી ઊઠી હોય, હવા તેજ હોય ત્યારે જેવો અવાજ આવે તેવો અવાજ થવો જોઈએ. આ પ્રાણાયામ આરંભમાં ૨૦ વખત કરવો. ધીરે ધીરે સમય વધારીને ૮૦ વખત સુધી નિર્ભયતાથી કરી શકાય. આ વિશે વધુ વિગતે ચર્ચા આવતે અંકે કરીશું. ૐ શાંતિ. (ક્રમશઃ)

શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ ખાતે આગામી કાર્યક્રમોની સૂચના

(૧) રથયાત્રા : તા. ૪-૭-૨૦૦૮, શુક્રવારના રોજ ભગવાન શ્રી જગન્નાથજીની રથયાત્રા સાંજે ૪-૦ કલાકે આશ્રમના પરિસરમાં યાત્રા કરશે.

(૨) શ્રી ગુરુપૂર્ણિમા ઉત્સવ : તા.૧૮-૭-૨૦૦૮, શુક્રવારના રોજ શ્રી ગુરુપૂર્ણિમા સત્સંગ તથા શ્રી ગુરુપાદુકા પૂજન સાંજે ૬-૦૦ થી ૮-૦૦ અને ભંડારો સાંજે ૮-૦૦ કલાકે.

(3) આરાધના દિન ઉત્સવ : તા.૨૬-૭-૨૦૦૮, શનિવારના રોજ બ્રહ્મલીન સદ્ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજના ૪૫મા મહાસમાધિ દિન નિમિત્તે સત્સંગ તથા શ્રી ગુરુપાદુકા પૂજન સાંજે ૬-30 થી ૮-૦૦ કલાકે.

વિવિધતામાં એકતા

શ્રી મોટા

એક ગરીબ ભંગી હતો. તે વાંસ ફાડીને ટોપલા બનાવે અને એ ટોપલા વેચે. એ ધંધો બિચારાનો. એ ગરીબ માણસ ભગવાનનાં ભજન કર્યા કરે. નાનકડી જમીન એ ખેડે અને એ જમીનમાંથી જે પૈસા આવે તે ખાય. રોજ સાંજ પડે બાકીની મજૂરી કરે. એના પર એક સામટું દુઃખ આવી પડ્યું. એના મોટાભાઈ ગુજરી ગયા. એક વાણિયાએ આવીને એને કહ્યું, 'ભાઈ, તારા ભાઈ તો મરી ગયા, એ મારી પાસેથી ૧૫૦ રૂપિયા લઈ ગયા હતા. ત્રણ વરસ થયા તે આટલું વ્યાજ ચઢ્યું છે.' એટલે કેટલા બધા રૂપિયા-૨૫૦ રૂા. બતાવ્યા. 'ભાઈ, તારે આ આપવા પડશે. હું કોર્ટમાં જઉં કે આપણે નિરાંતે બેસીને ન્યાય કરીએ ?' તો પેલો કહે 'ભાઈ, મારા ભાઈ લઈ ગયા છે. પણ હું કંઈ જાણતો નથી. એ રકમ મારા બધા કુટુંબને માટે લઈ ગયા હશે કે તેમને એકલાને માટે લઈ ગયા હશે તે હું કંઈ જાણતો નથી.' 'ભાઈ, તું શહેરમાં રહી આવેલો છે એટલે આવી વાતો કરે છે. તે સારી વાત છે. પણ રૂપિયા તારે આપવા પડશે.' એ ગામની છોડીઓ મારા આશ્રમમાં ભણે એટલે અવારનવાર રજાઓમાં જ્યાં જ્યાં છોકરાંઓ રહેતાં હોય ત્યાં હું ગામડાઓમાં જઉં. પણ ચોરામાં-ગામનો ચોરો હોય-તે સાફસૂફ કરીને ઊતરું. ત્યાં પાણી-બાણી મંગાવું-કરું. ફરતાં ફરતાં મેં પેલા ભંગીની હકીકત જાણી. તે ભંગીએ કહ્યું, 'ભાઈ સાહેબ, આવું થયું છે.' મેં કહ્યું, 'તારાથી અપાય જ નહિ. તારે આપવા નહિ. તે આ કુટુંબના ખર્ચ માટે લીધા કે અંગત લીધા હશે તે એ જાણે. અમે જાણીએ નહિ. અમારા ખર્ચમાં, કુટુંબના સ્વાર્થ માટે એમણે પૈસા લીધા નથી. એટલે એમણે પૈસા અંગત લીધા છે એમ જ કહેવાનું અને ચાલ મારી સાથે. મારી સાથે આવ્યો અને અમને બેસાડ્યા. એ વાણિયો એવો મારો બેટો ! કમાલ વાણિયો, બોલવામાં તો એના જેવો બીજો કોઈ મળે નહિ. આપણને ગોળ-ગોળ કરી દે. પણ આપણે સમજીએ કે આપણું ધ્યેય શું છે ? મેં કહ્યું, 'રહેવા દો આ બધી ગોળ-ગોળ વાત અને મુદ્દા પર આવો. મારે પાછું બીજે ગામ જવું છે.' તે કહે, 'શું મુદ્દો ?' 'તો તમે જ કહો, કામ તમારું છે કે મારું છે ?' 'કામ તો મારું ને આ રાઘવજી-બેનું છે.' 'આ રાઘવજી વતી હું છું ને તમારા વતી તમે છો. તમે બોલો. હવે શું કામ છે ? હવે તમે બોલો. એનો આપણે તોડ પાડી નાખીએ.' 'તે એના ભાઈએ આટલા રૂપિયા મારી પાસેથી લીધેલા. એની આ સહી છે. આ સાક્ષી છે.' 'એની કોઈ ના નથી પાડતું. લીધેલા તે બરોબર.' 'આટલું વ્યાજ ચડ્યું છે.' 'એ ભલે. વ્યાજ તો તમે ઘોડાપૂર ચઢાવો છો. પણ વાત શી છે હવે ?' 'તે આ રૂપિયા રાઘવજીએ આપવા જોઈએ.' 'એ પહેલાં તો એ સાબિત કરો કે એણે અંગત માટે લીધા છે કે કુટુંબને માટે લીધા છે ? કુટુંબને માટે ન લીધા હોય તો રાઘવજીભાઈ જવાબદાર નહિ એ વાત ચોક્કસ. તમારે દાવો માંડવો હોય તો દાવો માંડો. દાવામાં અમે કોર્ટમાં પુરવાર કરીશું. બીજી કંઈ વાત કરશો નહિ અને હવે કોઈપણ રીતે તમે આ રાઘવજીને હેરાન કરશો તો પાછો હું આવીને ઊભો રહીશ. એકલો નહિ આવું. પાંચસાત જુવાનિયા માણસો સાથે આવીશ. તો તમે પછી ગભરાશો. માટે સાચી રીતે નિકાલ કરો. તમારા રૂપિયા દૂધે ધોઈને આપવા છે. મારે તમારા રૂપિયા ખાઈ જવા નથી.' તો કહે, 'એમ કરો સમાધાન, માસ્તર.' મેં કહ્યું, 'હું માસ્તર નથી. હું તો સંઘનો વિદ્યાર્થી છું.' તો કહે, 'ભાઈ તમે જે હોવ તે. આપણે સમાધાન કરો.' 'શું સમાધાન કરવું ?' તો કહે, 'આ ૧૫૦ રૂપિયા અને ૭૫ રૂપિયા વ્યાજ. ૨૨૫ રૂપિયા કે બસો રૂપિયામાં નિકાલ કરો.' મેં કહ્યું 'હોય કંઈ ? તમે તો કેવી વાત કરો છો ?' 'ચાલો ૧૭૫ રૂપિયા' મેં કહ્યું, 'કંઈ બનશે નહિ. ૧૭૫ રૂપિયા તમારે લેવા હોય તો આજે નહિ અપાય. અમે જાણીએ છીએ કે અમે કોર્ટમાં જઈએ તો અમે ખરા સાબિત થવાના. તમે ખોટા સાબિત થશો. તમારા બધા રૂપિયા જશે અને જો તમે કોર્ટમાં જશો તો અમે અનેક રીતે સાબિત કરીશું. અમારી પાસે પુરાવા છે' તે વખતે મારી પાસે કંઈ નહિ. મેં તો પેલા વાણિયાને ખાલી દમ દીધેલો મારા બેટાને. મેં કહ્યું, 'અમારી પાસે એટલા બધા પુરાવા છે કે આ પૈસા કુટુંબને માટે એણે લીધેલા નથી. એ કોર્ટમાં અમે સાબિત કરી બતાવીશું. તમે ત્યાં બધાની વચ્ચે ભોંઠા પડો એ અમને ગમે નહિ અને અમારા હાથે-અમે ગરીબ

માણસ કહેવાઈએ અને અમારા હાથે તમે ભોંઠા પડો એ અમને સારું ના લાગે. પછી તમને જેમ લાગે તેમ કરો. બાકી અમે વધારે પૈસા આપવાના નથી. આ તો અમે તમારી શરમે અને લાજે આપવાના છીએ. અમારે તો આમાંથી એક પાઈ પણ આપવાની નથી. પણ અમારો સગો ભાઈ હતો અને તેણે પૈસા લીધા છે અને વાપર્યા છે એટલે ભાઈના નામે તો ગમે તેમ અમારે આટલા પૈસા આપવા છે. તમારે લેવા હોય તો લો. બાકી હરિ હરિ.' એમ કરી અમે તો ઊઠવા માંડ્યા, વાણિયાને થયું : 'આ તો આનાથી વધારે નહિ આપે અને કોર્ટમાં જાય તો એનાથી સાબિત થાય એમ હતું નહિ અને અમે સાબિત કરી શકીએ એમ હતા એમ તેને લાગેલું.' આ રકમ તો એમણે અંગત લીધેલી. એમાં કુટુંબના અમુક અમુક પ્રસંગ આવેલા તે વખતે એણે પૈસા લીધેલા ખરા-એ વાત વાણિયો પણ જાણે-મારો બેટો ! ના જાણે એમ નહિ. પણ કોઈ પણ રીતે આ લોકો ઉપર ઠોકી બેસાડવું. આ લોકો બિચારા ગરીબ એવા કે દૂધે ધોઈને પૈસા આપે. કોઈના પૈસા ડુબાડે નહિ. આ કોમ કોઈના પૈસા ના ડુબાડે. પઠાણ લોકોના પણ પૈસા એણે ડુબાડ્યા નથી. વ્યાજ સાથે આપ્યા છે અને એનું તો કેટલું જબરજસ્ત વ્યાજ. પણ પૈસા આપ્યા છે.

પેલાને લઈને હું મેજિસ્ટ્રેટ પાસે ગયેલો. મેજિસ્ટ્રેટને મેં કહ્યું કે 'સાહેબ, પવિત્ર માણસો છે. બધા આમને સતાવે છે.' આ તો ૧૯૨૪ની સાલની વાત કહું છું. કાંઈ કશું વાણિયાનું ચાલ્યું નહિ. એના વકીલનું પણ ના ચાલ્યું અને મેજિસ્ટ્રેટે રૂપિયા ૭૫ આપવાનું કહ્યું. બસ તે ૭૫ રૂપિયા તેને આપ્યા. પણ આવી રીતે હજુ ગામડાઓમાં ચાલે છે. આવા લોકોને ન્યાય મળે એવો કાયદો થાય. હજુ નથી ચાલતું એમ નહિ.

આ નવો કાયદો કર્યો છે કે ધીરધારનો ધંધો કરવો હોય તેણે સરકારમાં પોતાનું નામ રજિસ્ટર કરાવવું. આમ કરાવવું, તેમ કરાવવું એવા કાયદા થયા છે, પણ કાયદાનું પાલન-રામ તારી માયા ! કાયદાનું પાલન થતું નથી. કોક રડ્યો ખડ્યો જાય. જો બહુ આવડતવાળો હોય, બહુ લાગવગવાળો હોય તો જીતે. ગરીબ માણસ હોય તો બિચારો હારે. આવા કેટલાય કેસ મેં જોયા.

રઘાભગત હતા. એટલા બધા ઉચ્ચ વિચારના હતા. જાતે ભંગી હતા પણ બ્રાહ્મણ કરતાંય ચડી જાય. એની વાણીમાંથી બ્રહ્મજ્ઞાન નીકળે. તંબૂરો લઈને ભજનો પણ લલકારે. કેટલી બધી લાંબી ઉંમર સુધી કુંવારા રહ્યા. પછી લગન કર્યું. એથી પૈસાનું દુઃખ પડ્યું. મારી પાસે પૈસા માગવા આવેલા. મેં કહ્યું, 'આ કામમાં હું પૈસા નહિ આપું. મારા અંગત પૈસામાંથી આપું, પણ સંસ્થામાંથી મળે નહિ.' મારી સાથે ઘણો વખત રહેલા. જ્યારે હું છૂટો થયો ત્યારે એનું ઠેકાણું પાડવું પડે ને ? એટલે 'નવજીવન'માં મૂકેલો. પગાર પણ સારો મળતો. ઘર કરાવ્યું. પરણવાનું મન થયેલું ત્યારે મેં કહ્યું, 'ભાઈ, જવા દે. હવે દુઃખી થઈશ. બાકીનું જીવન તને વાંધો નહિ આવે.' 'મારે પરણવું છે.' 'તો પરણ.' અત્યારે એ જીવે છે ખરો, પણ એનું બધું ડહોળાઈ ગયું. આત્મામાં સંનિષ્ઠ ન થયો હોય ને આવું સંસારી જીવન જીવવા જાય તો એનું કરેલું પણ માર્યું જાય. સંસ્કાર જતા ના રહે. બીજા જીવનમાં ખપ લાગે એ જુદી વાત છે. પણ આ જીવનમાં તે બગડી જાય. એના સંસ્કાર જે ઊંધા પડે એ સંસ્કાર બીજા જીવનમાં પાછા ભાગ ભજવે ને ! એ પેલાની સામે ભાગ ભજવે એટલે એને પંચાત જ પડે !

મારી પાસે બહુ ફ્રેંક હતા. મેં કહેલું કે 'રઘા ભગત, તમને ચોપ્પન વર્ષ થયાં. તમને આ ઉંમરે પરણવાનું મન કેમ થયું ?' 'મોટા, મને પંદર દિવસથી રાતે આવાં ખરાબ સ્વપ્નાં આવે છે. હું ગભરાયો. આ વિકારની વૃત્તિઓ પડી છે એને હું યોગ્ય સ્થાન નહિ આપું તો બગડી જશે. એ વિચારથી પરણ્યો. પરણ્યા પછી મને એમ થાય છે કે આ ન હોત તો સારું. કારણ કે સત્તરસેં વસ્તુ જોઈએ. મારી પાસે પૈસા મળે નહિ એટલે મારે માટે આ દુઃખનું જ કારણ છે !'

એની પાસે જમીન હતી, કોઈક બહારવટિયો ત્યાં કામ કરતો હતો તે એનો માલિક થઈ પડ્યો. એ ઘણું કરગર્યા. એ ધારાળો ન માન્યો. દોઢ મણ અનાજ એ આપે છે.

ઉચ્ચ જીવન જીવવામાં જોડીદાર સાથવાળો ન હોય તો હેરાન થઈ જાય છે. ટોલ્સ્ટોયને જુઓને, એની બૈરીએ કેટલો હેરાન કર્યો !

સાથીદાર એવો મળે કે ના મળે ? મળે ખરો, પણ એવો સાથીદાર મેળવવાની એને ઝંખના જોઈએ. ટોલ્સ્ટોયને એવી ઝંખના નહોતી. એનું લક્ષ્ય ગરીબી અનુભવવાનું હતું.

'વસંતે બહાર'માંથી સાભાર

વિષ્ણુ-ષટ્પદી

શ્રી રમણલાલ સોની

શ્રીમદ્ શંકરાચાર્યજીએ અનેક સુંદર સ્તોત્રો લખ્યાં છે, જેમાંનું આ એક છે. આ સ્તોત્રો મધુર છે, સુંદર છે. ઝરણું વહે તેમ એ વહે છે. વળી એ ઝટ કંઠસ્થ થઈ જાય તેવાં છે. ષટ્પદ એટલે છ પગવાળો ભમરો. આ કવિતા છે, એટલે એને ષટ્પદી કહી. ષટ્પદી એટલે છ પદ (કડી)વાળી કવિતા, સ્તોત્ર. આ સ્તોત્રમાં ભગવાન વિષ્ણુની સ્તુતિ છે અને પ્રાર્થના છે. સાતમી કડી સમાપનની છે.

ષટ્પદી : બીજું પદ

दिव्यधुनिमकरन्दे परिमलपरिभोगसच्चिदानन्दे ।
श्रीपतिपदारविन्दे भवभयखेदच्छिदे वन्दे ॥ २ ॥

ભક્ત ભગવાનનાં ચરણકમળને પ્રણામ કરે છે. મસ્તકને નહિ, શિરોભાગને નહિ, પણ ચરણને પ્રણામ કરે છે. ભગવાનના મુખ સામે જોવાની કોની હિંમત છે ? ભગવાનને એમના ભગવત્-સ્વરૂપમાં-વિશ્વરૂપમાં જોયા છે કોણે ? ગીતામાં ભગવાન પોતે કહે છે કે એક અર્જુન સિવાય કોઈએ મારા આ સ્વરૂપનાં દર્શન કર્યાં નથી. અને અર્જુન પણ ક્યાં પૂરાં દર્શન કરી શક્યો હતો ? ભગવાનના તેજોમય સ્વરૂપને જોઈ પહેલાં તો રાજી રાજી થઈ જાય છે ને 'અદ્ભુત ! અદ્ભુત !' પોકારે છે, પણ તે ભગવાનનું કાળસ્વરૂપ નિહાળી ભયભીત થઈ જાય છે ને બોલી ઊઠે છે : 'પ્રભુ ! મારાથી આ નથી ખમાતું. તમારું આ રૂપ સંકેલી લો ! હું તો તમને મારા સખા કૃષ્ણ તરીકે જ જોવા ચાહું છું.' આ જ એકમાત્ર પ્રભુદર્શનનો માર્ગ છે. એટલે મૂર્તિનું, પ્રતિમાનું, પ્રતીકનું મહત્ત્વ છે. માણસ અનંત અવ્યય સર્વવ્યાપી પ્રભુની કલ્પના કરી જ શકતો નથી. ભગવાને પોતે ગીતાના બારમા અધ્યાયમાં આ કહ્યું છે. પ્રતિમા એ ભગવાન નથી, પણ પ્રતિમા દ્વારા ભગવાનની સમીપ પહોંચાય છે. એ એક પ્રતીક છે. તેવું જ પ્રતીક ૐ છે. પ્રલંબ સ્વરે ૐનો ઉચ્ચાર ભક્તને પ્રભુના સર્વવ્યાપીપણાનું દર્શન કરાવે છે. ૐ એ જ બ્રહ્મ, એ જ વિશ્વેશ્વર અને એ જ વિશ્વ. ભક્ત કૃષ્ણની પ્રતિમામાં પરમાત્માનાં દર્શન કરે છે, એટલે એ પ્રતિમા પૂજનીય બને છે. મીરાંબાઈએ કૃષ્ણની પ્રતિમા દ્વારા ભગવાન સાથે નાતો બાંધ્યો, એવો કે ગાંઠ કદી છૂટે નહિ.

મીરાંબાઈ કહે છે - 'મેરે તો ગિરિધર ગોપાલ, દૂસરો ન કોઈ !'

ઘડીભર વિચાર કરો કે રાજકુળમાં જન્મેલી અને ચિતોડના રાજકુળ જેવા, સર્વ રજપૂત કુળોમાં શ્રેષ્ઠ મનાતા કુળમાં પરણેલી મીરાંએ કૃષ્ણની ભક્તિમાં ઘર છોડ્યું ને દેશ છોડ્યો અને વિશાળ ધરતી પર એકલપંડ ચાલી નીકળી. તેને આજે રૂઢિનાં બંધન આકરાં લાગે છે અને ભલભલા એ તોડી શકતા નથી, તો મીરાંબાઈના સમયમાં ચારસો-પાંચસો વર્ષ પહેલાં તો એ બંધન કેવાં સજ્જડ હશે ! અને મીરાંબાઈએ એ તોડ્યાં. તો એની કૃષ્ણભક્તિ કેટલી બળવત્તર હશે ! એનું મનોબળ કેવું પ્રચંડ હશે ! એની ઈશ્વરશ્રદ્ધા કેવી વજ્જર સમી હશે ! મને તો મીરાંબાઈ વિશ્વભરની સર્વથી મહાન સ્ત્રી લાગે છે. મને તો મીરાંબાઈ આપણા દેશની અદ્ભુત નારી લાગે છે. મીરાંબાઈનું જીવન કૃષ્ણ પર પ્રીતિ અને સમર્પણ એટલે શું તેનું સચોટ દૃષ્ટાંત છે. પ્રતિમા હવે પ્રતીક નથી, સ્વયં કૃષ્ણ છે. પ્રતિમા દ્વારા મીરાંબાઈ કૃષ્ણની સાથે વાતચીત કરે છે. વિરલ પુરુષોના જીવનમાં આવું બને છે. શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસ મંદિરમાં માતાજીની પ્રતિમા સાથે વાત કરતા એ તો ઘણાએ નજરે જોયેલી ઘટના છે. આવા બીજા પ્રસંગો આ જમાનામાં પણ બનતા રહ્યા છે. એટલે ભક્તજન ભગવાનના પ્રતીક-રૂપ પ્રતિમામાં ભગવાનને હાજરહજૂર જુએ તો એની હાંસી કરતાં પહેલાં બાર વાર વિચાર કરજો. આ કડીમાં ભક્ત ભગવાનનાં ચરણકમળને વંદન કરે છે. કેવાં છે તેનાં ચરણકમળ ?

ભગવાનનાં ચરણને કમળ કહેવામાં ઘણું ઔચિત્ય છે. કમળ સુંદર છે. તમામ પુષ્પોમાં એ સુંદરતમ છે. કમળનો જન્મ પંકથી થાય છે તેથી તો પંકજ કહેવાય છે, પણ પંકથી એ અલિપ્ત છે. કમળ જળમાં રહે છે, પણ જળનો એને સ્પર્શ થતો નથી. ભગવાનનાં ચરણને કમળ કહેવાથી કમળનું માન વધી જાય છે. ભગવાન સૃષ્ટિના કર્તા છે, ભગવાન સૃષ્ટિરૂપ છે, છતાં સૃષ્ટિનાં સુખદુઃખથી અલિપ્ત છે.

એક બીજી વાત. પણ કમળમાં પરાગ હોય છે. કમળનો પરાગ ક્ષણિક છે, ભગવાનનો પરાગ સત્-ચિત્-આનંદ છે. જેને સત્-ચિત્-આનંદની ગરજ હોય

તે ભગવાનનાં ચરણકમળનો આશ્રય લે છે.

પુણ્યવતી ગંગાજીએ ભગવાનનાં ચરણકમળનો આશ્રય લીધો છે. કમળનો પરાગ માણવા ભ્રમર આવે છે અને પરાગ ચૂસવામાં એવો મગ્ન થઈ જાય છે કે એ પોતાની જાતને ભૂલી જાય છે ને સંધ્યાકાળે કમળની પાંખડીઓ બિડાઈ જાય છે ત્યારે એ કમળમાં કેદ થઈ જાય છે. લાકડું કોરી ખાનારો આ ભ્રમર કમળની કોમળ પાંખડીને છેદી શકતો નથી. કમળને હાનિ પહોંચે એવું એ નહિ કરે. જેણે પરાગ દીધો એને ડંખ કેમ દેવાય ? ભ્રમર એ સમજે છે, ભલે માણસ ન સમજે !

ભ્રમરની પેઠે ગંગાજી ભગવાનના સત્‌થી આનંદરૂપ પરાગનું સેવન કરવામાં એવાં મગ્ન છે કે ભગવાનનાં ચરણ છોડી ક્યાંય જવાની એમને ઇચ્છા નથી. તેઓ ભગવાનનાં ચરણકમળમાં જ પુરાઈ રહે છે.

આવો છે ભગવાનનાં ચરણારવિંદનો મહિમા ! ગંગાજી જેને છોડવા રાજી નથી, તે ચરણને ભક્તો કેમ છોડે ? ભક્તો એ ચરણની સેવામાં જ લાગેલા રહે છે - ભ્રમરની જેમ.

આચાર્યજીએ ભગવાનનાં ચરણારવિંદને 'ભવ-ભય-ખેદને છેદનારાં' કહ્યાં છે. ભવ એટલે જન્મ. ભગવાનની ચરણોપાસનાથી જન્મના ભયનું દુઃખ દૂર થાય છે, ફરી ફરી જન્મવું નથી પડતું.

તો શું જન્મ એ દુઃખ છે ? નરસિંહ મહેતા તો કહે છે કે 'હરિના ભક્ત મુક્તિ ન માગે, માગે જનમોજનમ અવતાર રે !'

મારે મોક્ષ નથી જોઈતો. મારે તો ફરી ફરી જન્મવું છે ને ભગવાનની ભક્તિ કરવી છે.

ભક્ત દયારામ પણ આવું જ કહે છે :

વ્રજ વહાલું રે, વૈકુંઠ નહિ આવું,
ત્યાં મુજ નંદકુંવર ક્યાંથી લાવું ?

ભક્ત કહે છે કે સ્વર્ગ કહો, વૈકુંઠ કહો કે અક્ષરધામ કહો, મારે એમાંનું કંઈ જોઈએ નહિ. મારે તો બાલકૃષ્ણ જોઈએ. અને બાલકૃષ્ણ-ગોપાલકૃષ્ણ તો આ પૃથ્વી પર છે, વૈકુંઠમાં નથી. એટલે વૈકુંઠ કરતાં મને આ પૃથ્વી વધારે વહાલી છે. ભગવાનનાં ચરણકમળમાં ભ્રમરની પેઠે ભાન ભૂલી પરાગવશ થઈ રહેવાની આ વાત થઈ ને ! ભક્ત ભગવાનનાં ચરણકમળનો કેદી ભ્રમર છે. એને એ સુખ પૃથ્વી પર જન્મ ધારણ કરી ભગવાનની ભક્તિ કરવા મળે છે, પછી એ શું કરવા જન્મથી કે મૃત્યુથી ડરે ? એને મન ભય ચીજનું અસ્તિત્વ જ નથી. તો પછી આચાર્યજીએ ભગવાનનાં ચરણ ભવ-ભયને હરનારાં છે તેવું કેમ લખ્યું ?

આચાર્યજીએ ભૂલ નથી કરી. જન્મ-મરણનો ભય જેમને સતાવે છે તેમના માટે તેમણે આ લખ્યું છે અને તેમને ધરપત બંધાવી છે કે ગભરાશો નહિ. ભગવાનનાં ચરણકમળની સેવા તમને આ ભયમાંથી સદંતર મુક્ત કરી દેશે. તાત્ત્વિક દૃષ્ટિએ વિચારીએ તો ભય એ જ અનિષ્ટ છે. ભયથી બીવાથી ભય હટતો નથી, ઊલટું વધુ બળવાન બને છે. ભયથી બીવું નહિ, એની પરવા કરવી નહિ, એને દાદ દેવી નહિ - એ જ ભયમાંથી છૂટવાનો માર્ગ છે. ભગવાનનાં ચરણકમળ ભક્તને આ માર્ગે લઈ જાય છે, એટલે ભક્તનો ભય બીને ભાગી જાય છે. ભયને બિવડાવી મારી કાઢવાની ભગવાનની આ રીત છે. એટલે આચાર્યજી કહે છે તે સાચું છે. ભગવાનનાં ચરણકમળ ભવના ભયનો નાશ કરનારા છે. ભય સ્વભાવે બીકણ છે. એ બિવડાવી જાણે છે અને જે એનાથી બીએ તેને વધારે પજવે છે. આવો ભય તે ભક્તની સમીપ ડોકાતાં બીએ છે, કારણ, ત્યાં ભગવાનનાં ચરણ છે, ભગવાનનાં ચરણનો આશ્રય છે. જન્મનો કે મરણનો કોઈ ભય ભક્તને સતાવતો નથી. સુખદુઃખ, લાભહાનિ, જયપરાજય કશું ભક્તને સ્પર્શતું નથી. જે જળ કમળને સ્પર્શ પણ કરી શકતું નથી તેનાથી કમળે બીવાની શી જરૂર ? તેમ જે ભય ભગવાનનાં ચરણ-કમળના પરાગથી બીને એનાથી લાખ ગાઉ દૂર ભાગે છે તેનાથી ભક્તે શા સારુ બીવું ? એટલે ભય કેવળ મિથ્યા છે એવું પાકું જ્ઞાન ભગવાનનાં ચરણકમળની સેવાથી ભક્તને મળે છે. ભગવાનનાં ચરણકમળનો આ મહિમા આચાર્યજીએ અહીં સુંદર કાવ્યમય રીતે વર્ણવ્યો છે. શું કહેવાયું છે તે ટૂંકમાં જોઈ લઈએ :

૧. ભગવાનનાં ચરણકમળની સેવાનો મહિમા ઘણો છે. એ ચરણની સેવાથી ભક્તને સત્-ચિત્-આનંદનો અનુભવ થાય છે.
૨. ભગવાનનાં ચરણની સેવાથી ભક્તનો જન્મ-મરણનો ભય હટી જાય છે. ભક્તમાં અપાર શૌર્ય પ્રગટે છે.
૩. ભક્તજન ભગવાનનાં ચરણની સેવામાં ભ્રમરની પેઠે લાગેલો રહે છે.

'અંધત્વનું અજવાળું'માંથી સાભાર

ઉપનિષદ-યાત્રા

શ્રી ગુણવંતભાઈ શાહ

જેનો વ્યવહાર શુદ્ધ, તેનું અંતઃકરણ શુદ્ધ !

ઋષિના શબ્દો : आहारशुद्धौ सत्त्वशुद्धिः । सत्त्वशुद्धौ ध्रुवा स्मृतिः । *(છાંદોગ્ય ઉપનિષદ, અધ્યાય ૭, ખંડ ૨૬, મંત્ર ૨)*

ભાવાર્થ : આહારે સત્ત્વની શુદ્ધિ, સત્ત્વ શુદ્ધ તો સ્મૃતિ નિશ્ચલ

મનુષ્ય હોવું એ જેવી તેવી વાત નથી

નાઈજીરિયામાં એક કહેવત પ્રચલિત છે : 'બસો પશુઓ કેવળ એક જ લાકડીના કાબૂમાં હોય છે, પરંતુ બસો મનુષ્યો માટે તો બસો લાકડીઓ જોઈએ.'આ કહેવતમાં પ્રગટ થતું સત્ય સાવ સરળ છે. પ્રત્યેક માનવ સ્વાયત્ત છે અને અનન્ય છે. માનવતા અને જાનવરતા વચ્ચે રહેલો મૂળભૂત તફાવત કહેવતમાં સહજપણે પ્રગટ થયો છે. મનુષ્ય વિચારશીલ જીવ છે. પ્રત્યેક મનુષ્ય પોતાની રીતે વિચરે છે અને વળી વિચારે છે તેથી સ્વતંત્ર છે. ગાયોનું ધણ હોઈ શકે. ભેંસોનું ખાડું હોઈ શકે. તમ્મરનાં લાકડાંનો ભારો હોઈ શકે. મનુષ્યત્વ સ્વભાવે અદ્વિતીય છે કારણ કે એના હોવાનો નાળસંબંધ પરમ અસ્તિત્વ (सत्+त्व) સાથે છે. મનુષ્યને ચાર મૂલ્યવાન બક્ષિસ ઈશ્વર તરફથી પ્રાપ્ત થઈ છે : મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત અને અહંકાર. આ ચારે બાબતોના ભેગા નિવાસસ્થાનને अंतःकरण (કૉન્સિયન્સ) કહે છે. મનુષ્ય હોવું એ જેવી તેવી વાત નથી.

વ્યવહારશુદ્ધિ દ્વારા સત્ત્વશુદ્ધિ

ઉત્ક્રાંતિની લાખો સદીઓ બાદ જ્યારે આદિમાનવ બે પગ પર ટટ્ટાર ઊભો રહેતો થયો ત્યારે એક ઘટના બની. એ ટટ્ટાર આદિમાનવ (હોમો ઈરેક્ટસ) ઊંચી ડોકે વિશાળ આકાશ ભણી નજર માંડી શક્યો. આવું બન્યું તોય એના પગ ધરતી પર જ રહ્યા. દૃષ્ટિ વિશાળ વ્યોમમાં અને પગ ધરતી પર રાખીને મનુષ્યે ઉત્કૃષ્ટ વિચારો સેવ્યા તે સાથે એ વિચારોને ચરિતાર્થ કરે તેવા આચારો કેળવ્યા. ધરતી અને આકાશનું મિલન જાણે આચાર અને વિચારના સુમેળનું પ્રતીક બની રહ્યું. ઉપનિષદોમાં આવો સુમેળ વારંવાર પ્રગટ થતો રહ્યો છે. ઋષિ કેવળ બ્રહ્મ, આત્મા અને આનંદબ્રહ્મની વાતો કરીને અટકી નથી જતા. જ્યાં પણ તક મળે ત્યાં તેઓ જીવનના વ્યવહાર સાથે આત્મભાવ કે બ્રહ્મભાવનો અનુબંધ રચવાનું ચૂકતા નથી. ઉપરોક્ત મંત્રમાં શુદ્ધ આહારની વાત કરીને તેમણે સત્ત્વશીલતા અને સત્ત્વશુદ્ધિ દ્વારા પ્રાપ્ત થતા સ્મૃતિલાભની વાત કરી છે. ઉપનિષદ વાંચતી વખતે વારંવાર એવી પ્રતીતિ થાય છે કે ઋષિની દૃષ્ટિમાં આનંદસ્વરૂપ આકાશ છે તોય તેઓ કદી આચારભૂમિ છોડતા નથી. વ્યવહારશુદ્ધિ વિના સત્ત્વશુદ્ધિ શક્ય નથી. ગીતાના સોળમા અધ્યાયમાં પ્રથમ શ્લોકમાં દૈવી સંપત્તિનાં લક્ષણો ગણાવતી વખતે કૃષ્ણ અભય પછીના બીજા ક્રમે સત્ત્વસંશુદ્ધિનો મહિમા કરે છે. આહારશુદ્ધિ અને સત્ત્વશુદ્ધિ વચ્ચે રહેલો સૂક્ષ્મ સેતુ સમજવા જેવો છે.

ગીતાએ આહારના ત્રણ પ્રકારો પાડી બતાવ્યા છે : સત્ત્વગુણી, રજોગુણી અને તમોગુણી. માણસનો આહાર સ્વચ્છ હોય, સ્વાદયુક્ત હોય તે સાથે આરોગ્યપૂર્ણ હોવો જોઈએ. શારીરિક કક્ષાએ આ ત્રણે શરતો જળવાય તોય સત્ત્વશુદ્ધિની ખાતરી નથી મળતી. હિંસા, શોષણ અને જૂઠની કમાણી દ્વારા પ્રાપ્ત થતો આહાર પૌષ્ટિક હોઈ શકે, પવિત્ર ન હોઈ શકે. માણસની આજીવિકા ગંદી હોય તો તેના દ્વારા મળતો રોટલો સત્ત્વને સંકોરનારો નથી હોતો. ભગવાન બુદ્ધે અષ્ટાંગ માર્ગની આઠ શરતોમાં 'સમ્યક્ આજીવ' પર ભાર મૂકીને આહારશુદ્ધિનો મહિમા પ્રામાણિકતાની કમાણી પર ભાર મૂકીને કર્યો. આમ, સ્થૂળ અને સૂક્ષ્મ આહારશુદ્ધિ જ સત્ત્વશુદ્ધિ માટે ઉપકારક બની શકે. આહારશુદ્ધિ અને વ્યવહારશુદ્ધિ લગભગ એકરૂપ છે.

રતન નિરાલા પાઈયા

કેટલાંક ઘરોમાં સ્વચ્છતા એટલી તો પ્રભાવશાળી હોય છે કે મહેમાન આભા બની જાય. જે ઘરમાં બધું જ ચોખ્ખુંચણક હોય ત્યાં રહેનારાઓનાં અંતઃકરણ સ્વચ્છ હોય જ એવું ખરું ? અંતઃકરણને શુદ્ધ રાખવાનો પ્રયત્ન એ જ સાધના છે. સ્વચ્છ અંતઃકરણ એટલે એવું એરપોર્ટ, જ્યાં દિવ્ય કૃપા (ડિવાઈન ગ્રેસ)નું ઉતરાણ

શક્ય બને. ઘરનું આંગણું વાળીઝૂડીને સ્વચ્છ કરવામાં આવે એમ અંતઃકરણને પણ પરિશુદ્ધ કરવા મથવું પડે છે. જે માણસ મનનો મેલો હોય, જેની બુદ્ધિ બીજાના અકલ્યાણમાં રાચતી હોય, જેનું ચિત્ત રાગદ્વેષમાં રમમાણ હોય અને જેનો અહંકાર ઊંચા પર્વતની ટોચ પર સદીઓથી જામી ગયેલા બરફ જેવો હોય, તેનું અંતઃકરણ દિવ્ય કૃપા ઝીલવા અસમર્થ બની રહે છે. દિવ્ય કૃપા એટલે નિશ્ચલ સ્મૃતિ. આવી સ્થિર સ્મૃતિ જેને પ્રાપ્ત થાય તેને બીજું કશું પ્રાપ્ત કરવાની ઈચ્છા ન રહે. કબીરની માફક તે પણ કહી શકે : 'રતન નિરાલા પાઈયા'. હું આત્મા છું એવો ભાવ અખંડ રહે તેવી અવસ્થા મોટી ઉપલબ્ધિ ગણાય. ઋષિ માટે બ્રહ્મભાવ કે આત્મભાવ સહજ સ્થાયીભાવ હોય એમ પણ બને. આપણે મથવું પડે. સ્મૃતિ એટલે આપણા અસલ આત્મસ્વરૂપનું અખંડ સ્મરણ. चिदानंदरूप: शिवो'हम् शिवो'हम् ।

ત્રણ ગુણોની લીલા

સત્ત્વગુણ, રજોગુણ અને તમોગુણના મિશ્રણવાળી ત્રિગુણાત્મક પ્રકૃતિની છણાવટ ગીતામાં સુપેરે થઈ છે. તમોગુણનો સંબંધ પદાર્થ સાથે, રજોગુણનો સંબંધ ક્રિયા સાથે અને સત્ત્વગુણનો સંબંધ જ્ઞાન સાથે હોય છે. આ ત્રણે ગુણોની બનેલી પ્રકૃતિ જ જગતનું ઉપાદાનકારણ છે. એ પ્રકૃતિ અવ્યક્ત છે અને અક્ષર છે. એ જ્યારે વ્યક્ત થાય ત્યારે ક્ષર (નાશવંત) બને છે. અક્ષર અને અવ્યક્ત પ્રકૃતિને પરાપ્રકૃતિ કહે છે, જ્યારે ક્ષર અને વ્યક્ત પ્રકૃતિને અપરાપ્રકૃતિ કહે છે. સત્ત્વ, રજસ્ અને તમસ્ જ્યાં સુધી સામ્યાવસ્થામાં રહે ત્યાં સુધી પ્રકૃતિ અવ્યક્ત રહે છે. ક્ષોભને કારણે પ્રકૃતિ સામ્ય અવસ્થામાંથી હટીને વિષમ અવસ્થા પ્રાપ્ત કરે ત્યારે તે વ્યક્ત થાય છે. વ્યક્ત પ્રકૃતિને મહાન્ કહે છે. મહાન્ તત્ત્વ પર ચિત્ત પ્રતિબિંબિત થાય ત્યારે અહંકારનો જન્મ થાય છે. અહમ્ ભોક્તા છે તેથી એને ભોગ્ય એવી પંચમહાભૂતોની શુદ્ધ અને સૂક્ષ્મ તન્માત્રાઓ ઉત્પન્ન થાય છે. આમ, મહાન્ સમગ્ર સૃષ્ટિની યોનિ છે. ગીતામાં કહ્યું :

सर्वयौनिषु कौन्तेय, मूर्तय: संभवन्ति या: ।
तासां ब्रह्म महद् योनिर् अहं बीजपद: पिता ॥ (૧૪, ૪)

સર્વ યોનિ વિશે જે જે વ્યક્તિઓ જન્મ પામતી,
તેનું ક્ષેત્ર મહદ્ બ્રહ્મ પિતા હું બીજદાયક.

આમ, ત્રણ ગુણોની બનેલી પ્રકૃતિની વાત ગીતામાં મૌલિક રજૂઆત પામી છે. ગીતામાં કૃષ્ણાર્જુનસંવાદ થયો તેને ઉપનિષદનો દરજ્જો પ્રાપ્ત થયો છે.

તમોગુણ અજ્ઞાનમાંથી પ્રાપ્ત થાય છે અને માણસને આળસુ તથા પ્રમાદી બનાવી મૂકે છે. રજોગુણ રાગાત્મક છે અને તે આસક્તિમાંથી પેદા થાય છે. એ માણસને ફળની ઝંખનાવાળાં કર્મોથી બાંધે છે. સત્ત્વગુણમાંથી જ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય છે અને તમસ્ દૂર થાય છે. સત્ત્વગુણનું ફળ નિર્મળતા છે. અંતઃકરણ સત્ત્વગુણ વગર નિર્મળ ન બને. ગીતા અને ઉપનિષદ આ મુદ્દા પર લગોલગ આવી જાય છે. ગીતા એક ડગલું આગળ વધીને કહે છે કે ત્રણે ગુણોથી પર એવી ગુણાતીત અવસ્થામાં પ્રિય-અપ્રિય, સુખ-દુઃખ, સોનું-પથ્થર બધાં સરખાં બની રહે છે. ગુણાતીત અવસ્થા પરિશુદ્ધ અંતઃકરણ (સત્ત્વશુદ્ધિ)નું પાકેલું પુણ્યફળ ગણાય.

સનત્કુમાર નારદને આત્મભાવનો ઉપદેશ આપે છે

છાંદોગ્ય ઉપનિષદમાં સનત્કુમાર નારદજીને આત્મભાવની ખૂબીઓ સમજાવે છે અને કહે છે કે જ્ઞાની મનુષ્ય મૃત્યુ, રોગ અને દુઃખને ગણકારતો નથી. જે માણસ આત્મભાવ જાળવીને જીવે છે તેને સ્મૃતિ સાંપડતાં સર્વ બંધનો ઓગળી જાય છે. આ મંત્રને સમજાવતાં શંકરાચાર્ય પોતાના ભાષ્યમાં કહે છે : 'આ પ્રમાણે ઉપર જે કહ્યું તેના મૂળમાં ઉત્તરોત્તર થતી આહારશુદ્ધિ રહેલી છે માટે તે અવશ્ય કરવી રહી.' (यत एतदुत्तरोत्तरं यथोक्तमाहारशुद्धिमूलं तस्मात्सा कार्येत्यर्थ: ॥) ઋષિની આકાશવૃત્તિ પણ કેવી ધરતીનિષ્ઠ હોઈ શકે તેનું આ ઉત્તમ ઉદાહરણ છે. ઊંચા આદર્શને આંબવા માટે સ્વચ્છ વ્યવહાર જોઈએ એ વાતનું પ્રતિપાદન આહારશુદ્ધિ પર ભાર મૂકીને કરવામાં આવ્યું છે.

ગંગા પવિત્ર ખરી, પરંતુ એનું પાણી પ્રદૂષિત હોય તો એની પવિત્રતા ન જળવાય. પવિત્રતાનો સંબંધ આકાશવૃત્તિ સાથે છે, જ્યારે સ્વચ્છતાનો સંબંધ ધરતીના વ્યવહારો સાથે છે. અપ્રામાણિક જીવનવ્યવહાર માટે જાણીતા માણસો ક્યારેક સંતઘેલા, ગુરુઘેલા, મંદિરઘેલા અને કથાઘેલા જોવા મળે છે. મનોવિજ્ઞાનની દૃષ્ટિએ આવી અંધશ્રદ્ધાળુ ઘેલછા એમની બચાવપ્રયુક્તિ (ડિફેન્સ મિકેનિઝમ) ગણાય. આવા લોકો દેખાવે ભોળા કે ભોટ નથી હોતા. તેઓ ભગવાનને છેતરવા મથે છે કારણ કે સત્ત્વશુદ્ધિ (નિર્મળ અંતઃકરણ) લગભગ ગેરહાજર

હોય છે ત્યારે આત્મવંચનાનું ચડી વાગે છે.

કબીરના સમયમાં પણ બાવાઓ, પીર, દિગંબર, યોગીઓ, બ્રાહ્મણો અને સંન્યાસીઓ હતા. બધા માયાના ચક્કરમાં પડેલા હતા. ક્યારેક તો બાવાઓ બજારમાં સમાધિ લગાવીને બેસી જતા હતા. પંથપ્રપંચને કારણે તોપ તથા બંદૂકોના ધડાકા પણ થતા. કબીરે આવા મંદમતિ બાવાઓ સામે પ્રશ્ન ઉઠાવ્યો :

नारद कब बंदूक चलाया, व्यासदेव कब बंब बजाया ।
करहि लडाई मति कै मंदा, ई अतीत की तरकस बंदा ॥

સ્વચ્છ કમાણીનો મહિમા

આપણી પ્રજાના વિનિપાતના મૂળમાં રહેલા દોષને પકડી પાડવાની જરૂર છે. આપણે ત્યાં મોક્ષની વાતો બહુ થઈ, પરંતુ સાત્ત્વિક જીવનચર્યાની અવગણના થઈ. આપણે ત્યાં સ્થૂળ બ્રહ્મચર્ય પર બહુ ભાર મુકાયો, પરંતુ પરિશુદ્ધ પ્રેમની અવગણના થઈ. આત્મા-પરમાત્માની વાતોનાં વડાં ખૂબ થયાં, પરંતુ કર્મમૂલક યજ્ઞભાવનાનો ઉદય ન થયો. પૂજ્ય રવિશંકર મહારાજે સૂત્ર આપ્યું : ‘ઘસાઈને ઊજળાં થઈએ.’ ઈસુએ ‘બ્રેડ લેબર’નો મહિમા કરીને શ્રમનિષ્ઠા પર ભાર મૂક્યો. આપણું અધ્યાત્મ શ્રમવિમુખ અને ક્યારેક તો શોષણપ્રિય રહ્યું. ઉપનિષદના ઋષિ આપણને ચૂંટી ખણીને જગાડે છે અને કહે છે : ‘પહેલાં તો તું તારી કમાણી સ્વચ્છ બનાવ. તારો વ્યવહાર સ્વચ્છ બનશે તો તારો આહાર શુદ્ધ થશે. તારો આહાર શુદ્ધ થશે તો તારું અંતઃકરણ (સત્ત્વ) શુદ્ધ થશે. તારું સત્ત્વ શુદ્ધ થશે તો તારો આત્મભાવ નિશ્ચલ થશે.’ સનત્કુમારે નારદજીને અજ્ઞાન દૂર કરવાનો રસ્તો બતાવ્યો. આપણું કલ્યાણ એ રસ્તે ચાલવામાં રહેલું છે.

(‘પતંગિયાની અમૃતયાત્રા’માંથી સાભાર)

વિચાર વલોણું

- ડૉ. કલાબેન પટેલ

સાચી સ્વતંત્રતા

સ્વતંત્રતાની સ્પષ્ટ સમજ હશે તો જ સર્વ પરાધીનતામાંથી છૂટી જવાશે. માટે પ્રથમ સ્વતંત્રતાનો સ્પષ્ટ ખ્યાલ મેળવો.

માનવી અને જગત બંનેનો સંબંધ એક દ્વન્દ્વ-જોડકું છે. માનવ દશ્યજગતથી પરાધીન છે. દશ્યજગત વગર તેને ચાલતું નથી. દશ્ય ક્યારે કહી શકાય જ્યારે સામે દ્દષ્ટા પોતે હોય તો. આમ બંને સાપેક્ષિત-પરસ્પર અવલંબિત છે. બંનેની કોઈ નિજી સ્વતંત્ર સત્તા નથી.

માટે જ, માનવ અને જગત બંનેનું એક સામાન્ય અધિષ્ઠાન, મૂળ, એક સ્વતંત્ર સત્તા હોવી જ રહી, જેને કારણે બંનેનું ગૌણ અસ્તિત્વ, સત્તા, ટકેલી છે, તે છે ઈશ્વર સત્તા; યા આત્મસત્તા; જે સર્વનું અધિષ્ઠાન હોઈ, સર્વથી અભિન્ન હોઈ, સર્વવ્યાપક અને અતિ સૂક્ષ્મ છે, જે દશ્યમાન નથી, સર્વથી પર છે. તો હવે દશ્યજગતનો વિચાર કરો. તે સાથે દ્દષ્ટા માનવનો પણ વિચાર થશે.

જગત એટલે જે જન્મે અને જાય. જે સદા પરિવર્તનશીલ અને અનેક નામો તથા રૂપોવાળું છે. કેવળ જગતના પદાર્થો જ નહીં, પરંતુ સર્વ ભાવનાઓ, પરિસ્થિતિઓ, સર્વ ક્રિયાઓ-તેનાં કર્મફળો, સર્વ દેશ અને કાળ પણ દશ્ય પ્રપંચ જગતમાં આવી જાય છે. એટલું જ નહીં તમારો દેહ, ઈંદ્રિયો, મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત, અહંકાર પણ જગતની અંતર્ગત જ છે.

હવે આપણું જીવન જોઈએ તો સ્વતંત્ર અધિષ્ઠાન આત્મા વગરનું જે સર્વ અનાત્મા છે, તેને જ આપણે પરાધીન રહ્યા છીએ; આપણને પોતાના સાચા સ્વતંત્ર એવા આત્માનું જ્ઞાન ન હોવાથી, મન કે અહંકાર યા શરીરને જ આત્મા માનીને જીવીએ છીએ, પરિણામે પોતાને મર્યાદિત અલ્પ ગણી તે સ્વીકાર્ય ન હોઈ, પૂર્ણ થવા જગત તરફ દોડ લગાવી, દશ્ય વસ્તુઓનો પરિગ્રહ-સંગ્રહ કરી તુષ્ટ થવા પ્રયત્નશીલ છીએ. આમ જગતને પરાધીન છીએ. એક વાર સ્વતંત્રતાનો સાચો અર્થ જાણી લીધો કે ત્યાં વિષયાકાર નામરૂપો સમી તમામ વૃત્તિઓ મિથ્યા જણાવાની જ, શરીરમાં રહેલો કર્તાભોક્તાનો ભાવ કે અહંકાર પણ ઢીલો પડવાનો જ, પરિણામે સાચી સ્વતંત્રતાનું આત્મગૌરવ અનુભવવાથી સર્વવ્યાપક ઈશ્વરતા પ્રેમનું સામ્રાજ્ય જ નજરે પડશે. મારા તારાનો - રાગદ્વેષનો ભેદભાવ અદશ્ય થઈ જશે. તૃષ્ણા માટેના વલખાં મોળાં પડી જશે. સઘળું ઈશ્વરની પ્રસાદી કે ઈશ્વર સમાન જ જણાશે. તૃષ્ણારહિત થવાથી જે કાંઈ આવી મળે તે પ્રતિક્રિયારહિત સ્વીકાર્ય બનશે. આ જ સાચી સ્વતંત્રતાની અનુભૂતિ છે.

વર્તમાન અધ્યાત્મની વિશિષ્ટતાઓ-૨

શ્રી ભાણદેવ

વિદ્રોહી વલણ :

આધુનિક માનસ વિદ્રોહી માનસ છે. દરેક ક્ષેત્રની જેમ અધ્યાત્મના ક્ષેત્રમાં પણ આ તત્ત્વનો પ્રવેશ થયો છે. વ્યક્તિપૂજા, પરંપરાગત માન્યતાઓ, શાસ્ત્રપ્રમાણ આદિ તત્ત્વોને આધુનિક સાધકો ચકાસે છે. તેમની સામે પ્રશ્નો ઉપસ્થિત કરે છે અને તેમની સામે વિદ્રોહ પણ કરે છે. આ યુગ શ્રદ્ધાનો નથી, શંકાનો છે. આધુનિક માનસ આજ્ઞાંકિત નથી, પરંતુ વિદ્રોહી છે.

સામાન્યતઃ અધ્યાત્મના ક્ષેત્રને વિદ્રોહમુક્ત ક્ષેત્ર માનવામાં આવે છે, પરંતુ યુગની અસર સર્વત્ર પડે જ છે. આધુનિક યુગમાં સાધકો પણ પ્રામાણ્યને પડકારતા થયા છે. કોઈ હકીકત અમુક વ્યક્તિ દ્વારા કહેવાયેલ છે માટે તે સત્ય છે, તેમ સમજ્યા વિના સ્વીકારવાનો આધુનિક યુગના સાધકો ઈનકાર કરે છે. “જે સત્ય તમે કહો છો તે સત્યને ચકાસ્યા વિના અમે સ્વીકારતા નથી.” આવું વલણ આધુનિક યુગના સાધકોમાં પણ જોવા મળે છે.

આવો વિદ્રોહ જો માત્ર વિદ્રોહ ખાતર હોય કે આક્રોશને અભિવ્યક્ત કરવા માટે જ હોય તો તે હાનિકારક અને તેથી ત્યાજ્ય છે. પરંતુ વિદ્રોહ પણ જો સત્યપ્રાપ્તિની તમન્નામાંથી આવ્યો હોય તો તે વિધાયક હોવાથી આખરે યોગ્ય માર્ગે દોરી જાય છે.

સામાન્યતઃ અધ્યાત્મના ક્ષેત્રમાં - ગુરોરાજ્ઞાડવિચારણીયા । એમ માનવામાં આવે છે, પરંતુ વર્તમાનકાળના અધ્યાત્મ જિજ્ઞાસુઓ ગુરુની આજ્ઞાને પણ ચકાસણીને પાત્ર ગણે છે.

બહિરંગ કરતાં અંતરંગ સાધના પર વિશેષ ભાર :

બહિરંગ સાધના અને અંતરંગ સાધના પરસ્પર પૂરક છે. બહિરંગમાંથી અંતરંગમાં અને અંતરંગમાંથી પરાત્પરમાં જવાય છે, પરંતુ આધુનિક માનસ બહિરંગ સાધના કરતાં અંતરંગ સાધના તરફ વધુ અભિમુખ જણાય છે. બહિરંગ સાધના ક્રિયાત્મક છે અને અંતરંગ સાધના ધ્યાનાત્મક છે. આધુનિક યુગના સાધકમાં ક્રિયાત્મક સાધના પ્રત્યે વિમુખભાવ જોવા મળે છે. તેમનું ચિત્ત સીધું જ ધ્યાનમાં જવા ઉતાવળ કરે છે.

આધુનિક યુગના સાધકોમાં સમાધિમાં પહોંચી જવાની ઉતાવળ જોવા મળે છે અને કાંઈક અંશે તેઓ બહિરંગ સાધનાને અર્થહીન પણ ગણે છે.

બહિરંગ સાધનાના પર્યાપ્ત પરિશીલન વિના અંતરંગ સાધનામાં પ્રવેશ થતો નથી અને પ્રવેશ થાય તો પણ તેમાં સ્થિરતા આવતી નથી. તેથી સાધકે બહિરંગ સાધનાનું પર્યાપ્ત પરિશીલન કરવું જોઈએ પરંતુ આધુનિક સાધકોમાં આવી સમજ અને તે માટેની ધીરજ જોવા મળતા નથી. આધુનિક માનસ સીધું જ સમાધિમાં છલાંગ મારવા ઈચ્છે છે.

આમ હોવાને કારણે ઘણી વાર એમ પણ જોવા મળે છે કે આધુનિક સાધકો બંને સાધના સ્વરૂપોથી વંચિત રહી જાય છે. બહિરંગ અને અંતરંગના સુભગ સમન્વયમાં જ કલ્યાણ છે, તે સત્ય ભૂલી જવાથી અતો ભ્રષ્ટ તતો ભ્રષ્ટ જેવી સ્થિતિ થાય છે.

મૂર્તોપાસના કરતાં અમૂર્તોપાસના પર વિશેષ ભાર :

આધુનિક માનસ સાકાર કરતાં નિરાકારને, સગુણ કરતાં નિર્ગુણને અને મૂર્ત કરતાં અમૂર્તને વધુ પસંદ કરે છે.

પરમાત્મા અનંત છે તે સગુણ પણ છે અને નિર્ગુણ પણ છે; સાકાર પણ છે અને નિરાકાર પણ છે; તે મૂર્ત પણ છે અને અમૂર્ત પણ છે. તેથી પરમાત્માની ઉપાસનાના અનેક સ્વરૂપો અને અનેક પદ્ધતિઓ છે. આ બધી પદ્ધતિઓને તેમની ખામીઓ અને ખૂબીઓ બધું જ છે, પરંતુ આધુનિક સાધકની સ્વાભાવિક રુચિ અમૂર્ત, નિરાકાર, નિર્ગુણ તરફ વિશેષ જોવા મળે છે. આનો અર્થ એમ નહિ કે સાકાર-સગુણની ઉપાસના છે જ નહિ. તે પણ છે જ અને બાઅદબ છે. પરંતુ આધુનિક માનસની વિશેષ રુચિ નિર્ગુણ-નિરાકાર તરફ હોય તેમ જોવા મળે છે, એટલું જ !

સદ્યોફલદાયી સાધના તરફ વિશેષ આકર્ષણ :

આધુનિક યુગ તીવ્ર ગતિનો યુગ છે. અહીં દરેક માનવ દોડી રહ્યો છે. ધીમી ગતિએ જીવવું કોઈને પરવડે તેમ નથી. આધુનિક માનસની આ લાક્ષણિકતાની આધ્યાત્મિક ક્ષેત્ર પર પણ અસર જોવા મળે છે. વર્ષો સુધી એકાંત સ્થાને બેસીને ધૈર્યપૂર્વક અને એકનિષ્ઠભાવે સાધના કરવાનું મનોવલણ વિરલ બનતું જાય છે. હવે સાધકોને સાધના પણ સદ્યોફલદાયી જોઈએ છે. અધ્યાત્મના

ક્ષેત્રમાં પણ ત્વરિત ગતિએ પ્રવેશ કર્યો છે. આધુનિક સાધકો પણ સદ્યોફલદાયી સાધનાની શોધમાં રહે છે.

અધ્યાત્મ તો અનંતની યાત્રા છે. અધ્યાત્મના ક્ષેત્રમાં તો ઉતાવળે આંબા પાકતા નથી. સદ્યોફલદાયી સાધનાની શોધને કારણે સાધકો ઘણી વાર ગેરમાર્ગે પણ દોરાય છે. એક સપ્તાહમાં સમાધિના અભ્યાસક્રમો પણ શરૂ થયા છે ! આવા ટૂંકા રસ્તાની માગને કારણે સાધકો ખોટે રસ્તે પણ ચડી જાય છે અને ભ્રમણાનો ભોગ થઈ પડે છે.

અધ્યાત્મપથ પર સમયનો અનાવશ્યક બગાડ ન થાય, અકારણ વિલંબ ન થાય તે બરાબર છે પરંતુ સદ્યોફલદાયી સાધનાની શોધ કરતાં ખોટા અને ભ્રામક રસ્તે ન ચડી જવાય તેની પણ કાળજી રાખવી જોઈએ.

અધ્યાત્મમાં વિજ્ઞાનનો પ્રવેશ :

આધુનિક યુગમાં વિજ્ઞાન સર્વ ક્ષેત્રોમાં પ્રવેશ્યું છે, તેમ અધ્યાત્મમાં પણ પ્રવેશ્યું છે.

હવે આપણી પાસે એવા વૈજ્ઞાનિક સાધનો ઉપલબ્ધ થયા છે કે આપણે અધ્યાત્મની અનેક ઘટનાઓને વૈજ્ઞાનિક રીતે સમજી-સમજાવી શકીએ છીએ.

અધ્યાત્મપથની ભિન્નભિન્ન સાધનાઓ અને અધ્યાત્મની ભિન્નભિન્ન ભૂમિકાઓને હવે વૈજ્ઞાનિક રીતે ચકાસવાનું શરૂ થયું છે. ધારણા, ધ્યાન, સમાધિની અનેકવિધ ભૂમિકાઓને માપી શકાય, સમજી શકાય, ચકાસી શકાય તેવાં સાધનો અને પદ્ધતિઓનો વિકાસ થયો છે અને થઈ રહ્યો છે. ઈલેક્ટ્રો ઈન્ફન્ટ્રોગ્રામ જેવાં સાધનો દ્વારા હવે સમાધિની યથાર્થતાને પણ ચકાસી શકાય છે, અર્થાત્ કોઈ સાધકની સમાધિ યથાર્થ છે કે ભ્રામક છે તે હવે વૈજ્ઞાનિક રીતે તપાસી શકાય છે.

યોગાસન, પ્રાણાયામ, શોધનકર્મ આદિ યૌગિક ક્રિયા એના સ્વરૂપ વિશે વૈજ્ઞાનિક ધોરણે સંશોધન કાર્ય અનેક સ્થળે ચાલી રહ્યું છે.

આમ અધ્યાત્મ અને વિજ્ઞાન હવે નજીક આવી રહ્યા છે. અધ્યાત્મના ક્ષેત્રમાં વિજ્ઞાનના પ્રવેશથી અધ્યાત્મનું ક્ષેત્ર વધુ સમૃદ્ધ થયું છે. વિજ્ઞાન અને અધ્યાત્મના સુભગ મિલનથી કેટલાક મૂલ્યવાન પરિવર્તનો આવી રહ્યા છે.

(૧) આધુનિક માનસ માટે વિજ્ઞાનની સરાણે ચડેલાં સત્યો વધુ સ્વીકૃત બને છે. વિજ્ઞાનના સહયોગ અને સ્પર્શને કારણે અધ્યાત્મ હવે વધુ ને વધુ સ્વીકૃત બની રહ્યું છે.

(૨) અધ્યાત્મને નામે જે વહેમ, અંધશ્રદ્ધા, પાખંડ આદિ તત્ત્વો અધ્યાત્મના ક્ષેત્રમાં પ્રવેશી ગયાં હતાં તેમનું હવે નિરસન થવા માંડ્યું છે. અધ્યાત્મ તેના શુદ્ધ સ્વરૂપે વિકસી રહ્યું છે.

(૩) અધ્યાત્મની અસર હવે વિજ્ઞાન પર પણ થવા માંડી છે. વિજ્ઞાન પણ હવે કોઈક સ્વરૂપના પરાભૌતિક તત્ત્વોનો સ્વીકાર તરફ ગતિ કરી રહ્યું છે.

સ્વસ્થ અધ્યાત્મ :

આધુનિક માનસ સ્વસ્થ અધ્યાત્મનો આગ્રહ રાખે છે. જે અધ્યાત્મપથ શરીરને રુગ્ણ તથા મનને વિકૃત બનાવે તેવા અધ્યાત્મપથને આધુનિક માનસ સ્વીકારવા તૈયાર નથી.

સ્વસ્થ શરીર અને સ્વસ્થ મન, સ્વસ્થ જીવનનો પાયો છે. જો આ પાયો જ અસ્વસ્થ હોય તો જીવન અકારું બની જાય છે. તેથી અધ્યાત્મપથનું સ્વરૂપ પણ એવું હોવું ઘટે કે સાધકની અધ્યાત્મયાત્રા અને તેથી જીવનયાત્રા પણ સ્વસ્થ અને સમતોલ રહે.

આવું સ્વસ્થ અને સમતોલ અધ્યાત્મ આધુનિક માનસને અનુકૂળ પડે છે અને પસંદ આવે છે; તેથી વિપરીત નહિ.

અધ્યાત્મપથ આનંદયાત્રા બને :

આધુનિક માનસ અધ્યાત્મપથને આનંદયાત્રા ગણે છે. જે અધ્યાત્મપથ કષ્ટપ્રદ અને પીડાકારક કે દુઃખદાયી હોય તેવા અધ્યાત્મને આધુનિક માનસ પસંદ કરતું નથી.

અધ્યાત્મપથ પરમાનંદની શોધની યાત્રા છે. પરમાનંદની પ્રાપ્તિ વેદનાના માધ્યમથી નહિ પરંતુ આનંદના માધ્યમથી થાય છે. તેથી અધ્યાત્મપથનું સાધ્ય જ નહિ પરંતુ સાધન પણ આનંદયુક્ત હોય; લક્ષ્ય જ નહિ પરંતુ રસ્તો પણ આનંદયુક્ત હોય તેવી આધુનિક યુગની અપેક્ષા છે.

અધ્યાત્મયાત્રા દુઃખયાત્રા નહિ પરંતુ આનંદયાત્રા બની રહે તેવી આધુનિક યુગની માન્યતા અને માગણી બને છે.

ઉપસંહાર : કોઈ પણ તત્ત્વ યુગના પ્રભાવથી સર્વથા અલિપ્ત રહી શકતું નથી. અધ્યાત્મના સ્વરૂપ પર પણ યુગનો પ્રભાવ પડે છે. અધ્યાત્મ તેના મૂળ સ્વરૂપે તો સર્વથા યથાવત રહે છે છતાં તેના બહિરંગ સ્વરૂપ પર યુગની અસર પડી છે. આ રીતે જોઈએ તો યુગ અધ્યાત્મને કંઈક અંશે ઘડે છે, તે સાચું છે. તે સાથે એ પણ સાચું છે કે અધ્યાત્મ યુગને ઘડે છે. પાત્રથી ઘીની અને ઘીથી પાત્રની રક્ષા થાય છે.

'અધ્યાત્મવિદ્યા'માંથી સાભાર

શ્રી ચૈતન્ય મહાપ્રભુજી - જીવન પ્રસંગો

શ્રી કનૈયાલાલ મ. પંડ્યા

એ દિન અશ્રુભીનાં રે, હરિનાં લોચનિયાં મેં દીઠા

ગૌરહરિ શ્રીચૈતન્ય મહાપ્રભુના એક અંતરંગ ભક્ત હતા - શ્રીવાસ પંડિત. તેમને ત્યાં રોજ આખી રાત સંકીર્તન થતું. પ્રભુ પણ પધારતા. સંકીર્તનમાં ખાસ પસંદગીના ભક્તોને જ તેમાં પ્રવેશ મળતો હતો અને કીર્તન વખતે બારણાં અંદરથી બંધ કરવામાં આવતાં. શ્રીચૈતન્ય મહાપ્રભુ સાક્ષાત્ શ્રીહરિ નારાયણ જ છે, તેવા પ્રત્યક્ષ અનુભવ ભક્તોને અનેક વાર થઈ ગયા હતા. તેથી પ્રભુની હાજરીમાં બધા જ પ્રભુની કૃપાથી લગભગ ભાવાવેશની સ્થિતિ અનુભવતા હતા.

એક દિવસ બધા ભક્તો મળીને શ્રીવાસના આંગણામાં પ્રેમપૂર્ણ સંકીર્તન કરી રહ્યા હતા. એટલામાં પ્રભુ પણ કીર્તનમાં સામેલ થઈ ગયા. પ્રભુ પણ સર્વ ભૂલીને દિવ્ય નૃત્ય કરી રહ્યા હતા. તેમના શ્રીઅંગમાંથી દિવ્ય પ્રભા પ્રકટ થઈ રહી હતી અને શ્રીમુખના તેજની સામે એકીટશે જોઈ પણ શકાતું ન હતું. બધા જ ભક્તો ભાવમાં નૃત્ય સહિત કીર્તન કરવા લાગ્યા.

એવામાં અંદરથી એક નોકરાણીએ શ્રીવાસને ઈશારાથી અંદર બોલાવ્યા. તેમના એકના એક પુત્રનું અવસાન થયું હતું. શ્રીવાસનાં પત્ની માલતીદેવીનાં નેત્રોમાંથી અશ્રુધારા વહી રહી હતી, પરંતુ તે બળપૂર્વક ડૂસકાંને રોકી રહ્યાં હતાં. શ્રીવાસે આ સ્થિતિ જોઈ. આ વખતે પ્રભુનાં માતાજી શચીદેવી પણ હાજર હતાં. તેમના પ્રાણપ્રિય પુત્રના મૃત્યુથી તેમને તમ્મર આવી ગઈ, પરંતુ પ્રયત્નપૂર્વક સ્વસ્થતા જાળવી તે બોલ્યા : 'જો જો આક્રંદ ન કરતા. આ આપણી કસોટીનો સમય છે. સાક્ષાત્ પ્રભુ આપણા આંગણામાં નૃત્ય કરી રહ્યા છે. તેમની ઉપસ્થિતિમાં આપણા પ્રિય પુત્રે પ્રાણ છોડ્યા છે. એ એનું ઘણું મોટું સદ્ભાગ્ય છે. મહાપ્રભુ તો સૌના સ્વામી છે.' એમ કહી સ્વસ્થતા જાળવી શ્રીવાસ કીર્તનમાં બેઠા.

ધીરે ધીરે આ વાત ભક્તોમાં પ્રસરવા લાગી અને જેમણે જાણ્યું તે કીર્તન બંધ કરી બેસી ગયા. થોડી વારમાં પ્રભુને પ્રસંગની ગંભીરતા સમજતાં વાર ન લાગી. તેમણે શ્રીવાસને કહ્યું : 'પંડિતજી ! આપના ઘરમાં કોઈ દુર્ઘટના તો થઈ નથી ને ? કોણ જાણે મારા મનમાં ઉદ્વેગ થવાને કારણે સંકીર્તનમાં ચિત્ત ચોંટતું નથી. શું વાત છે ?' શ્રીવાસ તો બોલી જ ન શક્યા, ડૂમો ભરાઈ આવ્યો અને બળપૂર્વક રોકી રાખેલાં આંસુ વહેવા લાગ્યાં. ત્યારે એક ભક્તે કહ્યું, 'નાથ ! શ્રીવાસનો એકનો એક પુત્ર પરલોકવાસી થઈ ગયો છે.'

ચોંકીને પ્રભુએ શ્રીવાસને કહ્યું, 'હેં શું કહ્યું ? તમારા પુત્રનો સ્વર્ગવાસ ? ક્યારે થયો ? પંડિતજી કેમ કંઈ કહેતા નથી ?' શ્રીવાસ બોલ્યા : 'પ્રભો ! સાત કલાક પહેલાં મારો લાલ આપના લોકમાં પહોંચી ગયો છે. આપના આનંદમાં વિઘ્ન ન થાય એટલે વાતને દબાવી રાખી હતી.' એમ કહી શ્રીવાસ ધૈર્ય ગુમાવી બેઠા અને મુક્ત મને રુદન કરવા લાગ્યા. તે સાંભળી પ્રભુની આંખોમાંથી અશ્રુધારા વહેવા માંડી. ગદ્ગદ્ કંઠે તે બોલ્યા, 'શ્રીવાસ ! આજે તમે શ્રીકૃષ્ણને ખરીદી લીધા. ઓહો ! આટલી ભારે દૃઢતા ! એકના એક પુત્રને મૃત છોડીને તમે સાત કલાક પ્રેમપૂર્વક કીર્તન કરતા રહ્યા. ધન્ય છે તમારી ભક્તિને અને ધન્ય છે આપના કૃષ્ણપ્રેમને ! સાચે જ આપના જેવા ભક્તોના દર્શનથી કોટિ જન્મોનાં પાપો નાશ પામે છે.' એમ કહી પ્રભુ ધ્રૂસકે ધ્રૂસકે રડવા લાગ્યા.

શ્રીવાસ બોલ્યા : 'પ્રભો ! પુત્રશોક કરતાં આપનું રુદન અસહ્ય થઈ ગયું છે. હે પ્રાણીમાત્રના એકમાત્ર આશ્રયદાતા ! આપ આપનાં કમલનયનોમાંથી અશ્રુ વહાવી મારા હૃદયને વધુ દુઃખી ન કરો. નાથ ! હું આપને રડતા જોઈ શકતો નથી.'

એટલામાં કેટલાક ભક્તો શ્રીવાસના મૃત પુત્રને લઈને આંગણામાં આવ્યા. પ્રભુ તેના માથા આગળ બેસીને બોલ્યા, 'હે જીવ ! તું ક્યાં છે ? આ શરીરનો ત્યાગ કરી કેમ ચાલ્યો ગયો ? થોડો વધુ સમય આ શરીરમાં રહી જા.' મૃત શરીર દ્વારા જીવ બોલ્યો : 'પ્રભો ! હું કર્માધીન છું. આટલા દિવસ સુધી મારા આ શરીરમાં સંસ્કાર હતા. હવે હું ઘણા ઉત્તમ સ્થાનમાં છું અને ઘણો પ્રસન્ન છું.'

જીવનું કથન સાંભળી બધા લોકોનો, શ્રીવાસનો અને ખાસ કરીને માલતીદેવીનો શોક દૂર થયો. પછી શ્રીવાસને આશ્વસ્ત કરતાં પ્રભુ બોલ્યા, 'પંડિતજી ! આપનો આટલા દિવસનો પુત્ર સાથેનો સંસ્કાર પૂરો થયો. તમે મને અને નિત્યાનંદને આપના પુત્ર જ સમજો.' એ સાંભળી શ્રીવાસ પ્રેમને કારણે વિહ્વળ થઈ અશ્રુ વહાવવા લાગ્યા. તે પછી ભક્તોએ એ મૃત શરીરના વિધિવત્ અંતિમ સંસ્કાર કર્યા.

'ભગવદ્ગીતાનું દિવ્ય રહસ્ય અને શ્રી ચૈતન્ય મહાપ્રભુ જીવન અને તત્ત્વદર્શન'માંથી સાભાર

પ્રભુનાં પદચિહ્નો

-ડૉ. હરીશ દ્વિવેદી

ભક્ત અને ભગવાનની વચ્ચેના અનોખા રિશ્તાનો એક મજેદાર પ્રસંગ છે. ભગવાનનો એક પરમ ભક્ત હતો. ભગવાનમાં એને ખૂબ જ વિશ્વાસ. એક ક્ષણ માટે પણ ભગવાનથી એ વિખૂટો પડે નહિ. એટલી હદ સુધી કે સ્વપ્નમાં પણ ભગવાન તો એની સાથે ને સાથે જ હોય ! ભગવાન સાથે હોય તો કદાચ સ્વપ્નું જોવાની ઓર મજા આવતી હશે ! એકવાર આવું સ્વપ્નું જોતાં જોતાં ભક્તરાજ પોતાના ભૂતકાળને જોવા લાગ્યો. ત્યાં એણે સમયની રેતી પર પોતાનાં પગલાંની સાથે હંમેશા પ્રભુનાં બે પદચિહ્નોની નિશાની પણ જોઈ. એ જોઈને પ્રભુ હંમેશા એની સાથે જ હોય છે એનો પરમ સંતોષ એને થયો.

આ સમાંતર ચાલતી પગલીઓમાં ભક્તે આગળ જતાં જોયું તો ક્યારેક ક્યારેક પ્રભુની બે પગલીઓ દેખાતી બંધ થતી. ભક્તને ખૂબ આશ્ચર્ય થયું. એણે એ અંગે વિચારી જોયું તો એને ખૂબ નવાઈ લાગી. આવું બની જ કઈ રીતે શકે ? જ્યારે જ્યારે એ ખૂબ જ મુશ્કેલીભરી ને વિકટ પરિસ્થિતિમાંથી પસાર થઈ રહ્યો હતો; એવા કસોટીના સમયે જ પ્રભુનાં પદચિહ્નો દેખાતાં બંધ થતાં. ભક્તની તો ધીરજ ખૂટી ગઈ.

ભગવાનની સાથે એનો ખૂબ નિકટનો આત્મીય સંબંધ હતો અને ભગવાન પણ સાથે જ હતા. તરત એણે મિત્રભાવે ભગવાનને પૂછ્યું કે, હે મારા વ્હાલા મિત્ર અને માર્ગદર્શક આવું કેમ ? તમારી કૃષ્ણાવતાર વખતની નટખટ હરકતોને હજુ તમે ભૂલ્યાં લાગતાં નથી. ઘોર આપત્તિના સમયે મને એકલો અટૂલો મૂકીને તમે ક્યાં ચાલ્યા ગયા હતા ? તારા જેવો ખેલાડી મેં કોઈ જોયો નથી. અમારે ત્યાં અંગ્રેજીમાં તો એમ કહેવાય છે કે : 'A friend in need, is a friend indeed.' પરંતુ તું તો મારી ખાસ જરૂરિયાતના સમયે જ બરાબર ગાયબ થઈ જતો ! વાહ, પ્રભુ તેરા ભી કોઈ જવાબ નહિ !

ભગવાનને એક સામટું આટલું બધું સંભળાવી દીધા પછી પ્રત્યુત્તરની આશા રાખી ભગવાનની સામે એ જોવા લાગ્યો ત્યારે 'ભગવાન' તો એની સામું જોઈ મરક મરક હસી રહ્યા હતા. ભક્તને થોડો અકળાવવાની પણ ભગવાનને મજા પડતી હશે ! ભક્તની તો ધીરજ હવે સાવ ખૂટી ગઈ. એણે તો આગળ ચલાવ્યું અને ભગવાનને કહી નાખ્યું કે, લોકો ભલે તમને કરુણાનિધાન અને ભક્તવત્સલ કહેતા હોય પરંતુ એ માનવાને હવે હું તૈયાર નથી.

ત્યારે ભગવાને હસતાં હસતાં ભક્તના ખભે હાથ મૂકીને કહ્યું કે, ભક્તરાજ બસ તમને મારામાં આટલો જ વિશ્વાસ છે ? તારી સાથે ચાલતાં ચાલતાં બે પગલાં દેખાતાં બંધ થયાં, એટલે તેં માની લીધું કે તને મુશ્કેલીઓની વચ્ચે મૂકીને હું ક્યાંક અદશ્ય થઈ ગયો ! પરંતુ એવું કદી શક્ય છે ? ગીતામાં સહૃદય સાચા ભક્તને અભયવચન આપતા મેં કહ્યું છે કે 'ન મે ભક્તઃ પ્રણશ્યતિ' અને તું તો મને ખૂબ જ પ્રિય છે. ભગવાન તો હંમેશા ભક્તની સાથે જ હોય છે. તને જ્યારે જ્યારે એક જ વ્યક્તિનાં પગલાં દેખાયાં છે, એને તું બરાબર જોતો ખરો કે એ કોનાં છે ? તેં તો બરાબર જોયા વગર જ માની લીધું છે, એ પગલાં તારાં હશે. પરંતુ વાસ્તવમાં એ પદચિહ્નો તો મારાં છે.

ભક્તને પોતાની ભૂલ સમજાઈ. ક્ષમા માગતાં એણે પ્રભુને કહ્યું કે, પ્રભુ સાચે જ એ પદચિહ્નો તો આપનાં જ છે, પણ ત્યારે હું ક્યાં હતો ? પ્રત્યુત્તરમાં ભગવાને કહ્યું કે, એ વખતે મેં તને ઊંચકી લીધો હતો અને મારા ખભા ઉપર તને બેસાડી દીધો હતો, જેથી કરીને વિપત્તિઓના તાપની આંચ સરખી તને લાગે નહિ. ભક્તની પાસે પ્રભુનો આભાર માનવા માટે કોઈ શબ્દો હતા નહિ. બસ એની આંખોમાં હર્ષનાં આંસુ હતાં.

આપણે સહુ પણ ભગવાનને ખૂબ જ પ્રિય

છીએ. એ તો પરમ કૃપાળુ છે. એની કરુણાનો કોઈ પાર નથી. જીવનમાં ભારે આપત્તિ અને મુશ્કેલીના સમયે એ આપણને ઊંચકી લેતો હોય છે. પ્રભુના આવા જ એક પરમભક્ત એડવિન માર્ખામે કહ્યું છે : 'Who soever falls from God's right hand is caught into his left.' અર્થાત્ પ્રભુના જમણા હાથથી પડેલો ડાબા હાથે ઝીલાઈ જતો હોય છે. પરંતુ આપણી એના પ્રતિની શ્રદ્ધા પાકી હોતી નથી. નાની અમથી મુશ્કેલીના સમયે પણ આપણે સ્વસ્થતા ગુમાવી દેતાં હોઈએ છીએ.

આપણી શ્રદ્ધા તરત ડગમગવા લાગી જાય છે. આપણે અધીરા બનીને તરત પ્રભુની પાસે ફરિયાદ કરવા પહોંચી જતાં હોઈએ છીએ. ત્યાં સુધી તો ઠીક છે પરંતુ આપણે તો મુશ્કેલીમાંથી બહાર કાઢવા માટે ભગવાનને પ્રલોભનો આપતા પણ થઈ ગયા છીએ ! વાહ ! પ્રભુ, વાહ ! તારા બનાવ્યા સહુ આજે તને બનાવે છે.

વાસ્તવમાં એવા કસોટીના સમયે આપણે ખૂબ સ્વસ્થ ચિત્તે વિચારવાની જરૂર છે. વારંવાર એને ફરિયાદ કરતા પહેલાં આપણી ઉપરના એના અનંત ઉપકારોને આપણે 'ફરી યાદ' કરી લેવાની જરૂર છે. એને આપણે ફરી ફરી યાદ કરતા રહીશું તો જીવનમાં ક્યારેય ફરિયાદ કરવાની રહેશે નહિ. પછી તો સર્વત્ર આપણને પ્રભુનાં સૌંદર્યનાં દર્શન થશે અને ત્યારે કવિ કલાપીની સાથે આપણે પણ આનંદવિભોર થઈ ગાઈ ઉઠીશું.

'જ્યાં જ્યાં નજર મારી ઠરે, યાદી ભરી ત્યાં આપની...
જ્યાં જ્યાં ચમન જ્યાં જ્યાં ગુલો, ત્યાં ત્યાં નિશાની આપની.'

પ્રકૃતિના સૌંદર્યમાં એનાં સર્જનહારની અમીટ છાપ જોવા મળે છે. જમીનમાંથી ફૂટી નીકળતી કોમળ ઘાસની કૂંપળો પણ પ્રભુનો સ્પર્શ લઈને આવતી હોય છે અને પ્રભુની એ ચૈતન્યમયી સૃષ્ટિમાં મનુષ્ય તો એનું સર્વશ્રેષ્ઠ સર્જન છે. એની ત્રણ વિશેષતાઓ છે એ સત્, ચિત્ અને આનંદ. આનંદ એ જો આપણો સ્વભાવ હોય, આપણું એ સ્વરૂપ હોય તો પછી આજે આપણે સહુ એનાથી આટલા વિમુખ કઈ રીતે બન્યા ? જીવનમાં આજે આટલા દુઃખ, નિરાશા અને વિષાદ શાને ?

આપણા સહુના જીવનનો આ મૂળભૂત પ્રશ્ન છે આપણા સહુની દશા કસ્તુરીમૃગના જેવી છે. કસ્તુરીની સુગંધ મૃગની પોતાની પાસે છે, પણ એને પામવા વન-ઉપવનમાં ખૂણે ખૂણે એ ફરી વળે છે. આપણે સહુ પણ એ શાશ્વત સુખ અને આનંદને પામવા બહારની દુનિયામાં આમતેમ ભટકતાં ફરીએ છીએ.

તો પછી હવે એનો ઉપાય શું ? પ્રશ્ન જેટલો અઘરો લાગે, એટલો સરળ એનો ઉત્તર પણ હોય છે. આનંદ એ આપણો સ્વભાવ હોય તો એનો અર્થ એ થયો કે એ કોઈ બહારની વસ્તુ નથી. એ આપણું આંતરિક સ્વત્વ છે. જેવી રીતે પુષ્પનો સ્વભાવ સુગંધ છે, પછી સુગંધ લેવા માટે એણે બહાર બીજા કોઈની પાસે જવાની જરૂર નથી. હવાનો સ્પર્શ થતાં જ એ સુગંધ આપોઆપ ફેલાવા લાગશે. આસપાસનું વાતાવરણ એની મીઠી સુગંધથી ભરાઈ જશે. પ્રકાશ એ સૂર્યનો સ્વભાવ છે. એની સામે ગમે તેટલો ઘોર અંધકાર પણ ટકી શકે નહિ. હા, કવચિત્ મોટાં વાદળોનું આવરણ થોડા સમય માટે સૂર્યના પ્રકાશને અવરોધી શકે છે. પરંતુ એ દૂર થતાં જ પાછો એનો એ જ પ્રકાશ ઝળહળી ઊઠે છે.

શાશ્વત સુખ અને આનંદનું પણ લગભગ કંઈક આવું જ હોય છે. સચ્ચિદાનંદ તો આપણો સ્વભાવ છે. એ આપણને બહારથી કોઈ આપી શકે તેમ નથી. ખુદ પરમાત્મા પણ એ આપી શકે તેમ નથી. આપણા એ સ્વરૂપને દુઃખ, ગ્લાનિ અને ચિંતારૂપી વાદળોએ ઘેરી લીધું છે. આપણે તો માત્ર એ અવરોધોને જ દૂર કરવાના છે. એ આવરણ દૂર થતાંની સાથે જ આપણા આનંદમય સ્વરૂપનાં તેજોમય પ્રકાશથી આપણી 'તમસો મા જ્યોતિર્ગમય'ની યાત્રાનો પ્રારંભ થશે. આનંદ, મોજ અને મસ્તીની અનંત લહેરોનો મહાસાગર આપણી અંદર હિલોળા લેવા લાગશે અને ત્યારે સચ્ચિદાનંદનો એ મહાસાગર આપણા અંતર્યામી રૂપે આપણી અંદર બિરાજી આપણાં હૃદયની ગાગરને સાગરથી ભરી દેશે.

વૃત્તાંત

દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘ, અમદાવાદ : રાષ્ટ્રીય પર્વ લેબર ડે અને ગુજરાત ડે ૧લી મેનો દિવસ પ્રાર્થના, સત્સંગ, વૃક્ષારોપણ દ્વારા આશ્રમમાં ઉજવાયો. વહેલી સવારે ૫-૩૦ થી ૬-૩૦ સુધી પ્રાર્થના, સવારે ૯-૦૦ થી ૧૧-૦૦ સુધી સામૂહિક જપ અને બપોરે ૪-૦૦ થી ૫-૦૦ વાગ્યા સુધી શ્રી સદ્‌ગુરુ દર્શન - સત્સંગ - શ્રી સદ્‌ગુરુદેવ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજનાં પ્રવચનો-સત્સંગ વિડિયો-વીસીડી માધ્યમે સૌએ માણ્યાં. સાંજે ૬-૩૦ થી ૮-૩૦ સુધી દિલ્હીના સુપ્રસિદ્ધ શ્રી રામકથાકાર આદરણીય શ્રી અજય યાજ્ઞિકજી દ્વારા શ્રીરામકથાના દ્વિતીય ચરણમાં આજે કિષ્કિન્ધાકાંડનું પારાયણ થયું.

બીજી મેનો કાર્યક્રમ આગલા દિવસની જેમ જ થયો, પરંતુ સાંજની કથા સુંદરકાંડ અને લંકાકાંડ રાત્રે ૯-૦૦ વાગ્યા સુધી ચાલી, સૌ શ્રીરામરસમાં તરબોળ થયા.

ત્રીજી મેના રોજ પૂજ્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીનો ૬૪મો પ્રાકટ્યોત્સવ પ્રાર્થના, સેવા અને સત્સંગ દ્વારા ઉજવવામાં આવ્યો. સવારે ૫-૩૦ થી ૬-૩૦ સુધી સામૂહિક પ્રાર્થના અને ધ્યાન બાદ ૬-૩૦ થી ૭-૩૦ સુધી સર્વે યોગપ્રેમીઓએ Rejoice and Rejoice ગાઈને પ્રસાદ વિતરણ સાથે ઉજવ્યો. પૂજ્ય સ્વામીજી સૌ વડીલો અને મંદિરોના દર્શને પધાર્યા બાદ આયુષ્યહોમ માટે પધાર્યા, તે પૂર્વે રક્તદાન શિબિરનો મંગળ પ્રારંભ પ્રાર્થનાથી કરાવ્યો. આયુષ્યહોમ પછી નારાયણ સેવામાં ઝૂંપડપટ્ટીમાં સૌને શ્રીખંડ, પૂરી, પાતરાં, બટાકાવડાં, દાળ-ભાતનું પ્રેમપૂર્ણ ભોજન ખૂબ જ વિનમ્રતાથી પીરસવામાં આવ્યું. આશ્રમમાં પણ મહાપ્રસાદ ભંડારો થયો. બપોરે ૪-૦૦ થી ૫-૦૦ સુધી શ્રી સદ્‌ગુરુદેવ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજનાં દર્શન અને સત્સંગનો કાર્યક્રમ થયો.

સાંજની સભાનો આરંભ સુરમણિ ડૉ. મોનિકાબેન શાહનાં ભક્તિ સંગીતથી થયો. સત્સંગ સભામાં આચાર્ય મહામંડળેશ્વર શ્રીમત્ સ્વામી વિશ્વદેવાનંદજી મહારાજ (સંન્યાસ આશ્રમ, અમદાવાદ) મહામંડળેશ્વર શ્રી સ્વામી મંગળાનંદજી મહારાજ (અધ્યક્ષ, અખિલ ભારત સાધુ સમાજ, ગીતામંદિર, અમદાવાદ) આદરણીય શ્રી જસભાઈ સાહેબ (અધ્યક્ષ, શ્રી અનુપમ મિશન મોગરી, આણંદ) બ્રહ્માકુમારી ઉષાદીદી (બ્રહ્મકુમારીઝ વિદ્યાલય મણિનગર, અમદાવાદ) સરદાર શ્રી ગુરુશરણસિંહજી (ગ્રન્થી-જત્થેદાર, શ્રી ગોવિંદધામ ગુરુદ્વારા, ગાંધીનગર-સરખેજ રોડ, અમદાવાદ) પરમપૂજ્ય શ્રીમત્ સ્વામી ગુરુસેવાનંદજી મહારાજ (દિવ્ય જીવન સંઘ, ઉત્કળ પ્રદેશ) પૂજ્યા બ્રહ્મચારીણી દિવ્ય દેવ ચૈતન્ય માતાજી (દિવ્ય જીવન સંઘ, કેન્દ્રપાડા, ઓરિસ્સા) શ્રીમત્ સ્વામી નિશ્ચલાનંદજી (દિવ્ય જીવન સંઘ, હનુમાન મંદિર, દવાડા, જિ. મહેસાણા) શ્રીમત્ સ્વામી નારાયણ સ્વરૂપાનંદજી મહારાજ (શિવાનંદ આશ્રમ, હૃષીકેશ) વગેરે સંતો ઉપસ્થિત રહ્યા.

મહામહિમ રાજ્યપાલ ગુજરાત રાજ્ય, આદરણીય પંડિત નવલકિશોર શર્માજી મહારાજ તેમના નાદુરસ્ત સ્વાસ્થ્યને કારણે પધારી ન શક્યા. પરંતુ તેમણે તેમના એ.ડી.સી. અને પરિચાયકને એક ક્ષમાપત્ર તથા પુસ્તકોનાં વિમોચનની પ્રસન્નતાનો પત્ર, પૂજ્ય સ્વામીજી માટે સુંદર શાલ તથા સદાબહાર પુષ્પોની સુંદર માળા મોકલ્યાં હતાં.

સાડા નવ વાગ્યાથી સાડા દસ સુધી મહાપ્રસાદ ભંડારા પછી આદરણીય શ્રી અજયભાઈ યાજ્ઞિકજીના મધુરકંઠે શ્રી જગદંબાની સ્તુતિઓ અને ગરબાની રમઝટ રાત્રે ૧૧-૪૫ સુધી ચાલી. ૧૧-૪૫ થી ૧૨-૩૦ સુધી પૂજ્યપાદ શ્રીમત્ સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીએ ધ્યાન કરાવ્યું. રાત્રે સાડા બારથી એક વાગ્યા સુધી શાંત પ્રાર્થના થઈ. એક વાગ્યે Birth Day ગાયન, શંખવાદન, ઘંટારવ અને ચોસઠ ભક્ત ભગીની-બંધુઓ દ્વારા ભવ્ય આરતી, ૧૬ કિલોની કેક જેમાં એક સુરતથી આવેલી હતી, તે કાપવામાં આવી. ત્યાર બાદ ઉપસ્થિત વિશાળ સમુદાયને કેશર-હાફુસ કેરી, ડેસ્કકેલેન્ડર અને કેકનો પ્રસાદ પૂજ્ય સ્વામીજીના વરદ હસ્તે વિતરણ કરવામાં આવ્યો. જે સમગ્ર કાર્યક્રમ રાત્રે ૩-૦૦ વાગ્યે સમાપન થયો. (નોંધ : પૂજ્ય સ્વામીજીનું પ્રાકટ્ય ૩જી મેની રાત્રે ૧-૦૦ વાગ્યે છે, અર્થાત્ ચોથી મેની વહેલી સવારે- તેથી આ પ્રમાણે ભવ્ય આયોજન થયું.) ભક્તોનો ઉત્સાહ અપરંપાર હતો. સાંજના કાર્યક્રમમાં શ્રી સદ્‌ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજના પુસ્તક "શિવ-આનંદ"ની ચતુર્થ આવૃત્તિ તથા શ્રીમત્ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજનાં પુસ્તક "સદાસર્વદા અહીં જ"ની બીજી આવૃત્તિનું વિમોચન સંતો દ્વારા કરવામાં આવ્યું.

પાંચમી મેથી નવમી મે સુધી સાતથી બાર વર્ષના ૭૦ બાળકો માટે આવાસીય શિબિરનું આયોજન કરવામાં આવ્યું. સવારે ૬-૦૦ થી ૭-૩૦ સુધી પ્રાર્થના અને ધ્યાન ઉપરાંત આસનો અને પ્રાણાયામનું પ્રશિક્ષણ યોગી અંકુર દ્વારા આપવામાં આવ્યું. ત્યાર બાદ સવારે ૯-૦૦ થી ૧૦-૦૦ પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીએ તેમને શ્લોક ગાન અને શ્રી હનુમાન ચાલીસા, જય ગણેશ પ્રાર્થના ઇત્યાદિ શીખવ્યાં.

આદરણીય શ્રીમતી ડૉ. મોનીકાબેન શાહ, સુરમણિ (અધ્યક્ષા, આરાધના સંગીત વિદ્યાલય) અને તેમની શિષ્યાઓ દ્વારા સવારે ૧૦-૦૦ થી ૧૧-૦૦ સુધી સંગીતનું જ્ઞાન ઉપાર્જન કરાવવામાં આવ્યું. જે ખરેખર અદ્‌ભુત હતું. મોનીકાબેન સ્વયં શ્રેષ્ઠ ગાયિકા તો છે જ પરંતુ શ્રેષ્ઠ શિક્ષિકા પણ છે જ તે એક નિર્વિવાદ સત્ય છે. ત્યાર બાદ ટાઈમ્સ ઓફ ઇન્ડિયાનાં સુશ્રી રિદ્ધિ મન્ના દ્વારા ચિત્રકામનું પ્રશિક્ષણ ૧૧-૦૦ થી ૧૨-૩૦ વાગ્યા સુધી આપવામાં આવ્યું.

તેઓશ્રી નેશનલ ઇન્સ્ટિટ્યૂટ ઓફ ડિઝાઈનનાં સ્નાતક છે તથા એક હસ્તઉદ્યોગ ઔદ્યોગિક સંકુલનાં ફાઉન્ડર પ્રેસીડેન્ટ તથા માલિક પણ છે.

બપોરે શ્રીમતી રૂપાબેન મજમુદાર (રેકી ગ્રાન્ડ માસ્ટર) દ્વારા રેકી, વાર્તાકથનના વર્ગો થયા. ત્યાર બાદ જુડો-કરાટે અને સાંજે પૂજ્ય સ્વામીજીએ સૌને વિવિધ રમતગમત પછી ધ્યાન કરાવડાવ્યું. રાત્રી સત્સંગમાં બાળકોની વ્યક્તિગત પ્રતિભાઓ બહાર આવી. જબરદસ્ત નાસ્તા, જમણ ઉપરાંત તાજાં ફળોના રસ અને દરરોજ આઈસ્ક્રીમની લહાણ બાળકોએ માણી. બાળકોની આવાસીય શિબિરની પૂર્ણાહુતિનો કાર્યક્રમ તા.૯મીની સાંજે થયો. YO BIKE કંપનીના મિત્રો દ્વારા બધા જ બાળકોને 'કેપ' આપવામાં આવી. શ્રેષ્ઠ ચિત્રોને સન્માનિત પુરસ્કૃત કરવામાં આવ્યાં. યોગી અંકુર દ્વારા નિર્દેશિત બાળકોનું યોગાસન પ્રદર્શન અને ડૉ. મોનિકાબેન દ્વારા નિર્દેશિત બાળકોનું ગાયન સૌને મંત્રમુગ્ધ કરી ગયું. પૂજ્ય સ્વામીજીએ તેમના ઉદ્બોધનમાં કહ્યું કે, 'માતાપિતા બાળકોને જન્મ આપે છે, જીવન આપતાં નથી. બાળકના ઉછેર, તેની રુચિમાં રસ લેતાં થઈએ, નાનપણથી જ તેના શુભેચ્છક મિત્ર છીએ, તેવું તે અનુભવશે તો તે કદીયે ડ્રગ કે વ્યસનોને માર્ગે નહીં જાય.'

ગાંધી વિચારક દિવંગત શ્રી પ્રભુદાસ પટવારીજીનાં સુપુત્રી સુશ્રી રત્નાબેનના વરદ હસ્તે બાળકોને પ્રમાણપત્ર વિતરણ કરવામાં આવ્યાં.

બાળકો અને તેમના અભિભાવકોએ આશ્રમની શીતળ લોનમાં દાબડા ઉજાણી માણી. રાત્રે પૂજ્ય સ્વામીજીના પ્રમુખપદે ટાગોર હોલમાં નૃત્યાચાર્યા શ્રીમતી ખમ્માબેનની ચાર શિષ્યાઓનું આરંગેત્રમ્ થયું. પૂજ્ય સ્વામીજીએ તેમને પ્રમાણપત્ર આપી દીક્ષિત કર્યાં.

તા.૧૧ મેથી ૩૦મી મે સુધી ૧૫મો યોગ શિક્ષક તાલીમ શિબિર શિવાનંદ ઇન્ટરનેશનલ વેદાન્ત-યોગ અકાદમી (SIVA), દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘ હેઠળ, ગુજરાત યુનિવર્સિટી દ્વારા માન્યતા પ્રાપ્ત વીસ દિવસનો ચલાવવામાં આવ્યો. દરરોજ ધ્યાન, પ્રાર્થના, યોગાભ્યાસ, રેકી ઉપરાંત કાર્ડિયોલોજીસ્ટ, ડાયાબિટોલોજીસ્ટ, ગાયનેકોલોજીસ્ટ, ઓર્થોપેડિક સર્જન, ડાયેટીશિયન, મેનેજમેન્ટ એક્ષપર્ટ, રાજયોગ, એજ્યુકેશનલ સાયકોલોજી, સંતુલનાત્મક વિશ્લેષણ-યોગ અને ગીતાજીનું જ્ઞાન સંપાદન કરવામાં આવ્યું. બધાં પ્રશિક્ષણની લેખિત, પ્રેક્ટિકલ મૌખિક પરીક્ષાઓ લેવામાં આવી અને ૩૦મી તારીખે સમાપન સમારંભમાં ગુજરાત યુનિવર્સિટી દ્વારા માન્યતા પ્રાપ્ત પ્રમાણપત્ર વિતરણ કરવામાં આવ્યાં. આ કોર્સમાં આ વખતે ૧૭ પ્રશિક્ષાર્થીઓ જોડાયા જેમાં એક થાઈલેન્ડ, બે અમેરિકાથી, એક ભરૂચ, એક ગાંધીનગર, એક રાજકોટ બાકી ૧૧ અમદાવાદના વિદ્યાર્થીઓ રહ્યા.

તા.૨૭મી મેના રોજ શંખ પ્રક્ષાલનની ક્રિયા કરાવવામાં આવી. બાકી ત્રાટક, કુંજલક્રિયા, જલનેતી વગેરેનું પ્રશિક્ષણ પણ આપવામાં આવ્યું.

હવે પછીનો આગલો ૧૬મો યોગ શિક્ષક પ્રશિક્ષણ શિબિર ડિસેમ્બર ૧૧ થી ૩૦ સુધી શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ ખાતે આયોજવામાં આવશે. તે માટે ગ્રેજ્યુએટ હોવું અને અંગ્રેજી માધ્યમમાં શિક્ષા પ્રાપ્ત કરવાની તૈયારી હોવી આવશ્યક હોય છે.

૬૯૮મો યોગ ધ્યાન પ્રશિક્ષણ શિબિર તા.૧૨મી મેથી ૨૧મી મે સુધી આશ્રમના પ્રાંગણમાં ૯૨૭ તાલીમાર્થીઓ સાથે સંપન્ન થયો. વાડીલાલ સારાભાઈ મેડિકલ કોલેજના એનોટોમીના પ્રાધ્યાપક અને ડીન ડૉ. ભરત ત્રિવેદી અને સાંસદ શ્રી સુરેન્દ્રભાઈ પટેલ દ્વારા દીપપ્રજ્વલન કરીને ઉદ્ઘાટન કરવામાં આવ્યું. તા.૨૦મીના રોજ ઓપોઝીશન પાર્ટીના લીડર શ્રી શક્તિસિંહ ગોહેલજી પણ યોગવર્ગમાં જોડાયા. હવે પછીનો આવો યોગ શિબિર અમદાવાદ ખાતે ડિસેમ્બર મહિનામાં આયોજાશે.

તા.૯મી મે, ૧૧મી મે તથા ૨૩મી મેના રોજ અમદાવાદના ટાગોર હોલ અને અટીરા (અમદાવાદ ટેક્ષટાઈલ્સ ઇન્ડસ્ટ્રીઝ રીસર્ચ એસોસીએશન)ના થિયેટરમાં કુલ ચાર આરંગેત્રમમાં પૂજ્ય સ્વામીજી પ્રમુખપદે બીરાજ્યા.

૨૦મી મેના રોજ ભગવાન શ્રી વિશ્વનાથ મહાદેવનો બારમો પાટોત્સવ ખૂબ જ ધામધૂમથી આયોજવામાં આવ્યો. બ્રાહ્મમુહૂર્તથી પૂજાપાઠ, અભિષેક, અર્ચના અને લઘુરૂદ્ર, મહાપ્રસાદ ભંડારો, ભસ્મ મહાઆરતી પછી રાત્રે ભજન સમ્રાટ શ્રી નંદુજી (ખાટુ શ્યામ સત્સંગ ફેઈમ)ના દિવ્ય ભજન સંકીર્તનનો ભવ્ય કાર્યક્રમ થયો. જેનો અનેક ભક્તજનો દ્વારા લાભ લેવામાં આવ્યો.

૩૧મી મેની વહેલી સવારે શાહીબાગ ખાતે 11 DIV મિલિટરી કેન્ટોનમેન્ટ ખાતે પૂજ્ય સ્વામીજીનું ઉદ્બોધન થયું.

આ ઉપરાંત યોગ દ્વારા રોગ નિવારણ, એક્યુપ્રેશર ટ્રીટમેન્ટ, અનાજ વિતરણ, ભોજન વિતરણ, યોગ વર્ગો વગેરે ઉપરાંત સત્યનારાયણ કથા, ગાયત્રી યજ્ઞ, સુંદરકાંડ પારાયણો, નિત્યસત્સંગ, પાદુકાપૂજન, રવિવારીય મંત્રજપ અને સત્સંગો થયા.

વડોદરા : ૪થી મેના રોજ સવારે દસથી બાર સુધી O.N.G.C. વડોદરા ખાતે પૂજ્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનું પ્રવચન અને વૃક્ષારોપણનો કાર્યક્રમ થયો. પૂજ્ય સ્વામીજીએ ભક્તોને ત્યાં પધરામણી કરી, સૌને દિવ્ય આનંદ આવ્યો.

કડી : શ્રી અનુપમ મિશનના પ્રાંતીય સંમેલનમાં પૂજ્ય શ્રી જસભાઈ સાહેબજીનાં ઉમળકાભર્યાં નિમંત્રણે પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ તા.૨૪મી મેની રાત્રે કડી પધાર્યા, સત્સંગનો લાભ આપી સૌને ભગવત ભજનનો દિવ્ય લાભ આપ્યો.

સુરત : તા.૩૧મી મેની સાંજે શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ અને શ્રીમત્ સ્વામી નારાયણ-સ્વરૂપાનંદજી મહારાજનું આગમન અત્રે થયું. ભક્તોને ત્યાં પધરામણી ઉપરાંત વિઠ્ઠલવાડીમાં પૂજ્ય સ્વામીજીનું મનનીય પ્રવચન ''યોગક્ષેમં વહામ્યહમ્'' થયું.

ટાઈટલ–૧

ગીતાનો સાર

જે ભગવાનને માટે જ કર્મ કરે છે, જે પોતાના હૃદય અને આત્માથી ભગવાનની સેવા કરે છે, જે ભગવાનને પોતાનું સર્વોચ્ચ લક્ષ્ય સમજે છે, જે ભગવાનને દરેક વસ્તુમાં જુએ છે, જેને દુન્યવી જગતમાં આસક્તિ નથી, જે બીજું કશું નહિ, માત્ર ભગવાનને જ શોધે છે, તે તેમની સાથે એકાકાર થઈ જાય છે.

- સ્વામી શિવાનંદ

ટાઈટલ–૪

આધ્યાત્મિક જીવન એ સતત સંઘર્ષ છે, એ સંઘર્ષ બાહ્ય દુષ્ટ બળો સામેનો નથી. પણ વધુ વિચિત્ર રીતે અને વારંવાર મૂંઝવતો મનુષ્યના નિમ્ન સ્વભાવની સાથેનો સંઘર્ષ છે. ધર્મ ભારપૂર્વક જણાવે છે કે વિશ્વનાં દરેક પ્રાણીઓમાં તે શાશ્વત આત્મા વહી રહ્યો છે, જેને પુરાતન દૃષ્ટાઓએ 'બ્રહ્મ' અથવા 'અનંત' નામ આપ્યું છે.

- સ્વામી ચિદાનંદ

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/-

પૂજ્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજના ૬૪મા પ્રાકટ્ય મહોત્સવ પ્રસંગે

પૂજ્ય શ્રી સ્વામી ગુરુસેવાનંદજી મહારાજ (દિવ્ય જીવન સંઘ, ઓરિસ્સા)તથા
પૂજ્યા બ્ર.દિવ્યસ્વરૂપ ચૈતન્ય માતાજી (દિવ્ય જીવન સંઘ, કેન્દ્રપાડા ઓરિસ્સા)

આચાર્ય મહામંડળેશ્વર શ્રી સ્વામી વિશ્વદેવાનંદજી મહારાજનું અભિવાદન કરતા શ્રી પ્રકાશભાઈ સોની

મહામંડળેશ્વર શ્રી સ્વામી મંગલાનંદજી મહારાજ

જ્ઞાની શ્રી રતનસિંહજી, ગોવિંદધામ ગુરુદ્વારા

સંસ્થાના ટ્રસ્ટી શ્રી અરુણભાઈ ઓઝા

પૂજ્ય શ્રી જશભાઈ સાહેબજી,
અનુપમ મિશન, મોગરી

આદરણીય શ્રી ઊષાદીદી,બ્રહ્માકુમારી
ઇશ્વરીય વિશ્વ વિદ્યાલય, મણિનગર

શાશ્વત સંદેશ

આધ્યાત્મિક જીવન એ સતત સંઘર્ષ છે, એ સંઘર્ષ બાહ્ય દુષ્ટ બળો સામેનો નથી. પણ વધુ વિચિત્ર રીતે અને વારંવાર મૂંઝવતો મનુષ્યના નિમ્ન સ્વભાવની સાથેનો સંઘર્ષ છે. ધર્મ ભારપૂર્વક જણાવે છે કે વિશ્વનાં દરેક પ્રાણીઓમાં તે શાશ્વત આત્મા વહી રહ્યો છે, જેને પુરાતન દ્દષ્ટાઓએ ‘બ્રહ્મ’ અથવા ‘અનંત’ નામઆપ્યું છે.

- સ્વામી ચિદાનંદ

Print Vision