યોગ, સ્વાસ્થ્ય અને નૈતિક જીવન મૂલ્યોનું માસિક

દિવ્ય જીવન

વાર્ષિક લવાજમ : રૂા. ૧૫૦/- ● વર્ષ - ૧૨ અંક - ૬ જૂન - ૨૦૧૫

Postal Registration No. GAMC 1417/2015-2017 Valid up to 31-12-2017 RNI No. GUJGUJ/2003/15738
Published on 4th of every month and Posted on 5th of every month at PSO, Ahmedabad-2. Annual Subscription Rs.150/-

ક્રોધનું તત્ત્વજ્ઞાન

મનુષ્ય પહેલાં ઈન્દ્રિયોના વિષયોનું ચિંતન કરે છે, તેનાથી એ વિષયોમાં આસક્તિ થાય છે. આ આસક્તિમાંથી તૃષ્ણા ઉત્પન્ન થાય છે. તૃષ્ણામાંથી ક્રોધ પેદા થાય છે. ક્રોધમાંથી સંમોહ અને સંમોહમાંથી વિસ્મૃતિ જન્મે છે. વિસ્મૃતિમાંથી બુદ્ધિનાશ થાય છે અને બુદ્ધિનાશથી મનુષ્યનો સર્વનાશ સર્જાય છે. રાગ કે આસક્તિ એ ક્રોધનો દીર્ઘકાલીન સાથી છે.

- સ્વામી શિવાનંદ

રાજકોટ ખાતેના વ્યાખ્યાનમાં પૂજ્ય સ્વામીજી અને
શ્રદ્ધેય જિનચંદ્રજી મહારાજ (૫-૪-૨૦૧૫)

'સર્જનહાર-શિવ' નૃત્યનાટિકા પ્રસ્તુતીકરણ
નૃત્યભારતી, અમદાવાદ (તા. ૧-૫-૨૦૧૫)

શ્રી સ્વામી ચિદાનંદ જન્મ શતાબ્દી વ્યાખ્યાનમાળામાં શ્રોતાગણ
રાજકોટ ખાતે, પ્રવક્તા : પૂજ્ય જિનચંદ્રજી મહારાજ (તા. ૫-૪-૨૦૧૫)

ગીતા વિદ્યાલય, જામનગર ખાતે ગીતાજ્ઞાન યજ્ઞનો
મંગળદીપ પ્રાગટ્ય સાથે પ્રારંભ (તા. ૬-૪-૨૦૧૫)

શ્રી સત્ય સાંઈ સંસ્થાન, ગુજરાતના કાર્યકરોનું બે દિવસનું
મહાસંમેલન, પૂજ્ય સ્વામીજી દ્વારા ઉદ્‌ઘાટન અને
ઉદ્‌બોધન, ઊંઝા (તા. ૫-૪-૨૦૧૫)

શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની પ્રેરણાથી પ્રકાશિત

દિવ્ય જીવન

વર્ષ : ૧૨ અંક : ૬ જૂન-૨૦૧૫

સંસ્થાપક અને આદ્યતંત્રી :
બ્રહ્મલીન શ્રી સ્વામી યાજ્ઞવલ્ક્યાનંદજી
(ડૉ. શિવાનંદ અધ્વર્યુજી)
સંપાદક મંડળ :
અધ્યક્ષ : શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી (તંત્રી)
ડૉ. મફતભાઈ જે. પટણી
શ્રીમતી રૂપા મજમુદાર

○

તંત્રી : શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી
લેખ મોકલવાનું સરનામું :
શિવાનંદ આશ્રમ, જોધપુર ટેકરી,
અમદાવાદ - ૩૮૦ ૦૧૫.
ફોન : ૨૬૮૬૧૨૩૪, ૨૬૮૬૨૩૪૫

○

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

○

E-mail :
sivananda_ashram@yahoo.com
Website : http://www.divyajivan.org

લવાજમ

ભારતમાં

વાર્ષિક લવાજમ	:	રૂ. ૧૫૦/-
શુભેચ્છક લવાજમ (૧૫ વર્ષ માટે)	:	રૂ. ૧૫૦૦/-
પેટ્રન લવાજમ	:	રૂ. ૩૦૦૦/-
છૂટક નકલ	:	રૂ. ૧૫/-
વિદેશ માટે (એર મેઈલ)		
વાર્ષિક (એર મેઈલ)	:	રૂ. ૧૮૦૦/-
શુભેચ્છક લવાજમ	:	રૂ. ૧૫૦૦૦/-

(૧૫ વર્ષ માટે) ચેક/ડ્રાફ્ટ (અમદાવાદ) દ્વારા

ॐ

શિષ્ય ગુરુદેવને પૂછે છેઃ

ॐ केनेषितं पतति प्रेषितं मनः केन प्राणः प्रथमः प्रैति युक्तः ।
केनेषितां वाचमिमां वदन्ति चक्षुः श्रोत्रं क उ देवो युनक्ति ॥

તેના ઉત્તરમાં ગુરુદેવ કહે છેઃ

श्रोत्रस्य श्रोत्रं मनसो मनोयद्वाचो ह वाचं स उ प्राणस्य प्राणः ।
चक्षुषश्चक्षुरतिमुच्य धीराः प्रेत्यास्माल्लोकादमृता भवन्ति ॥

केनोपनिषद् - १, २

કોના દ્વારા સત્તાસ્ફૂર્તિ મેળવીને અને પ્રેરિત થઈને આ મન (અંતઃકરણ) પોતાના વિષયો સુધી પહોંચી જાય છે; કોના દ્વારા નિયુક્ત થઈને બીજા બધાથી શ્રેષ્ઠ એવો પ્રાણ ચાલે છે, કોના દ્વારા ક્રિયાશીલ થયેલી આ વાણીને લોક બોલે છે અને કોણ પ્રસિદ્ધ દેવ, નેત્રેન્દ્રિય (આંખ), કર્ણેન્દ્રિય (કાન)ને પોતપોતાના વિષયમાં કાર્યરત કરે છે? (૧)

જે મનનું મન, પ્રાણનો પ્રાણ, વાચા વાક્‌ઇન્દ્રિયનું, કાન શ્રવણેન્દ્રિયનું અને ચક્ષુ ચક્ષુઇન્દ્રિયનું. આમ, સમસ્ત જગતનું પરમ કારણ છે એવા તે પરબ્રહ્મ પરમાત્મા છે. જ્ઞાનીજનો તેને જાણીને જીવનમુક્ત થઈને આ લોકને છોડી દીધા પછી મૃત્યુ બાદ અમર થઈ જાય છે અથવા જન્મમૃત્યુથી સદાને માટે છૂટી જાય છે. (૨)

શિવાનંદ વાણી

સાધના

હે માનવ! જાગ્રત થા. માનવજન્મ મહામૂલો છે. ખાવાપીવામાં અને પ્રમાદમાં તેને વેડફીશ નહીં. ઉગ્ર યોગાભ્યાસ કરી આત્મસાક્ષાત્કાર પામવા કે અતિચેતના મેળવવા આ જન્મ મળ્યો છે. સાધના પહેલું અને છેલ્લું સત્ય છે. સાધના વિનાનું જીવન મૃતાવસ્થામાં જીવવા બરાબર છે. સાધના સિવાયનું જીવન, જીવન નથી. આપણે આ મહાન આદર્શ તદ્દન વિસરી ગયા છીએ. આપણે સાધના તરફ બેદરકાર રહ્યા છીએ. આ જીવન એક સાધના શિબિર છે. આ જન્મ સાધના માટે અને આત્મસાક્ષાત્કાર માટે મળ્યો છે, તેથી આપણે સાધનાને જીવનમાં કેન્દ્રસ્થ ગણવી જોઈએ. તે તેનું સાચું તેમ જ યોગ્ય સ્થાન છે.

- સ્વામી શિવાનંદ

અનુક્રમ

૧. કેનોપનિષદ્		૩
૨. અનુક્રમ, તહેવાર સૂચિ	....	૪
૩. સંપાદકીય	તંત્રી.......................	૫
૪. ભગવદ્દર્શન - ૫	ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી....	૬
૫. બધાંમાં પ્રભુનાં દર્શન કરો	શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી...........	૯
૬. સકારાત્મક વિચારનું ધ્યેય	શ્રી સ્વામી જ્યોતિર્મયાનંદજી.......	૧૧
૭. ગુરુદેવની શરણાગતિ	શ્રી સ્વામી અભિરામદાસજી ત્યાગી..	૧૪
૮. સાધનાચતુષ્ટય	શ્રી સ્વામી વેંકટેશાનંદજી........	૧૬
૯. આનંદ કુટીરનો સાદ	ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી....	૨૦
૧૦. શિવાનંદ કથામૃત	ગુરુદેવના સંન્યાસી શિષ્યો.......	૨૧
૧૧. ચિદાનંદ દર્શન	....	૨૫
૧૨. શ્રદ્ધા અને સામર્થ્ય	શ્રી સ્વામી વિવેકાનંદજી	૨૬
૧૩. ગુરુકૃપા પ્રસાદ	શ્રીમતી રૂપા મજમુદાર...........	૨૭
૧૪. નિત્ય સ્વાધ્યાય	શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી..........	૩૦
૧૫. વૃત્તાંત	....	૩૧
૧૬. જાહેરાત	....	૩૩

તહેવાર સૂચિ

જૂન - ૨૦૦૧૫

તા.	તિથિ (જેઠ સુદ)	
૧	૧૪	પૂ. સ્વામી ચિદાનંદ મહારાજની સંન્યાસ દીક્ષાની સંવત્સરી
૨	૧૫	પૂર્ણિમા
	(જેઠ વદ)	
૧૨	૧૧	એકાદશી
૧૪	૧૩	પ્રદોષ પૂજા
૧૬	૩૦	અમાવાસ્યા
	(અષાઢ સુદ)	
૨૮	૧૧	એકાદશી
૨૯	૧૧	પ્રદોષ પૂજા

"અનુરોધ-અભિલાષા" ગ્રાહકોને :

- **આપનું પત્રવ્યવહારનું સરનામું પિનકોડ સાથે સંપૂર્ણ હોય તે ટપાલ ખાતાના નવા નિયમો મુજબ અનિવાર્ય છે. તેથી સરનામાની ચોકસાઈ માટે વિનંતી.**
- 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

કર્મ

સંચિત કર્મ એટલે જે ભેગાં થયાં છે તે કર્મો. આ સંચિત કર્મનો વિચાર ન કરો. પ્રારબ્ધને તો અત્યારે ભોગવીએ છીએ અને આપણો કેવળ ભોગ ઉપર જ અધિકાર રહેલો છે તેને બદલી શકાતાં નથી, પરંતુ ક્રિયમાણ કર્મ પર આપણો અધિકાર છે. ક્રિયમાણ કર્મમાં ભવિષ્યમાં આવનાર જીવનને સ્વરૂપ આપવાની શક્તિ છે, જે આપણા હાથમાં છે અને આ જ પુરુષાર્થ છે.

- સ્વામી ચિદાનંદ

સંપાદકીય

પહેલી જૂન એટલે શ્રી ગુરુદેવ શ્રીમત્ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજનો પવિત્ર સંન્યસ્ત દિવસ. શ્રી ગુરુદેવના જીવનને ફંફોસીએ તો જે જીવનદર્શન થશે તેમાં મંડાણ એકમાત્ર ત્યાગ જ છે. તેમનું જીવન ઔપનિષદિક ઋષિમુનિઓનું જીવનદર્શન હતું. તેઓએ તેમના ધીકતો ધંધો-નામ, યશ અને કીર્તિનો ત્યાગ કર્યો હતો. તેમના અંતઃસ્તરમાં ઊછાળા મારતી સેવા, પરોપકાર, પવિત્રતા, દાનની ભાવનાઓ સભર તેઓ જીવન જીવ્યા છતાં સતત કર્મઠ જીવનની સરવાણીનો તેમણે ત્યાગ કર્યો ન હતો.

ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજે કદીયે બ્રહ્મવિદ્યાનો કેડો મૂક્યો નહીં. તેઓ સતત દિવ્ય સભાનતામાં જીવ્યા અને અંતે દિવ્યત્વમાં વિલીન પણ થયા. તેઓએ ખરા અર્થમાં 'અહમ્ બ્રહ્માસ્મિ'ના વેદ વાક્યને જીવનમાં આત્મસાત્ કર્યું હતું. 'તત્ત્વમ્ડસિ'ની મહાન અનુભૂતિથી પણ તેઓ કદીયે અનભિજ્ઞ ન રહ્યા. 'પ્રતિષ્ઠા શુકરીવિષ્ટા' ''પ્રતિષ્ઠાની લાલસા એટલે ભૂંડની વિષ્ટાની વાસના'' એવા શ્રુતિવાક્યથી તેઓ સદૈવ સભાન રહ્યા.

પૂજ્ય ગુરુદેવનું જીવન દંભ અને આડંબરથી કોશો દૂર રહ્યું. તેમનાં સાધના-તપ, તપશ્ચર્યા અને લેખનકાર્યે તેમને જગવંદિત અને જગવિદિત કર્યા; પરંતુ તેમણે એક વાર સંન્યસ્ત ગ્રહણ કર્યા પછી ગંગાતટનો કદીયે ત્યાગ કર્યો નહીં. તેમનાં ધ્યાન અને ઈશ્વરકૃપાના અવગાહનમાં તેમને જે જ્ઞાન પ્રાપ્ત થયું; સત્ત્વરે તે જ ક્ષણે સમગ્ર વિશ્વને તે જ્ઞાનની પ્રાપ્તિ થવી જ જોઈએ તેવી તેમની મહત્ અને સર્વોચ્ચ 'બહુજન હિતાય-સુખાય ચ'ની કામના હતી.

બાળક સમાન નિર્દોષ, અહંશૂન્યતાની પરાકાષ્ઠાનું મૂર્ત સ્વરૂપ અને જગતના તમામ પદાર્થોમાં પરમ વૈરાગ્યના જીવનના તેઓ ચિરંતન સ્વરૂપ હતા.

કાર્યાલયમાં આવે ત્યારે એક શ્રેષ્ઠ વિશ્વસેવકની જેમ સૌની સાથે હળેમળે અને કાર્યદક્ષતાનું સુંદર દર્શન કરાવે, પરંતુ કાર્યાલયમાંથી ઊભા થાય એટલે કહે, ''ના હમ ના તુમ દફતર ગુમ''. શ્રી ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજ સદૈવ કહેતા કે, ''સાચો સંન્યાસી જ એક શક્તિશાળી પુરુષ છે. તે જગત પાસે એક જ અપેક્ષા રાખે છે કે મેં જે જીવનમુક્તિ મેળવી છે; તે તમો સૌને પણ મળો.'' તે જગત પાસેથી કંઈ પણ લેવાની આકાંક્ષા ભાગ્યે જ રાખે છે; તે સદા પોતાની પાસે જે કંઈ હોય તે બધું જ ''પરમ'' આપવાને જ તત્પર હોય છે.

તેમનું કહેવાનું હતું કે જેવી રીતે વિજ્ઞાન, માનસશાસ્ત્ર, તત્ત્વજ્ઞાન, ખગોળ કે ભૂગોળના સ્નાતક અનુસ્નાતક થયા પછી તેના તત્ત્વવિદો સંશોધનોમાં આગળ વધે છે તેમ તેવી જ રીતે સંન્યાસીઓ શાસ્ત્રઅભ્યાસુ હોય, પ્રસ્થાનત્રયીના ચિંતક હોય અને ત્યારબાદ આત્મદર્શન તથા ધ્યાનની ઉચ્ચતમ અવસ્થાના સંશોધકો અનુસ્નાતકોત્તર અભ્યાસવાળા મુમુક્ષુ હોવા જોઈએ.

શ્રી ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજ ત્યાગ, તપશ્ચર્યા, જ્ઞાન-વિજ્ઞાન-આત્મતત્ત્વના ઉપાસક હતા. સિદ્ધસાધક હતા. આપણા યુગના વીસમી સદીના મહામાનવ હતા. તેઓમાં રહેલા પરમોચ્ચ દૈવી પુરુષને કોટી કોટી વંદના.

તેઓ અત્યારે ભલે તેમના પાર્થિવ શરીર સાથે આપણી વચ્ચે ન હોય, પરંતુ તેમના દ્વારા રચિત વિશાળ શિવાનંદ સાહિત્યના શબ્દે શબ્દે શબ્દબ્રહ્મસ્વરૂપે તેઓ ચિરકાળ સુધી અમર રહેશે. **ૐ શાંતિ.**

ભગવદ્દર્શન - ૫

ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી

ઋષિ-એક અધ્યાત્મવીર

ઋષિ, તપસ્વી કે સંત ખરેખર અધ્યાત્મવીર છે. તે લોકોમાં પહેલેથી જ પ્રખ્યાત છે. તે સંપૂર્ણ રીતે કામના, તૃષ્ણા, ભય, મોહ, અભિમાન અને અહંવૃત્તિથી પર હોય છે. તે વિશ્વનો સાચો સમ્રાટ છે.

તપસ્વી અધ્યાત્મશક્તિનું પાવરહાઉસ છે. તે તેના આધ્યાત્મિક પ્રવાહો જગતના વિવિધ ખૂણે ફેલાવે છે અને હજારો લોકોને પ્રભાવિત કરે છે.

સંતની સામે બેસો, તમારી શંકાઓ આપોઆપ દૂર થઈ જશે. તેની હાજરીમાં તમે વિશિષ્ટ રોમાંચ અને શાંતિનો અનુભવ કરશો. તેની હાજરી ઉત્તેજક અને પ્રેરક હોય છે.

સંત ખરેખર વીર છે. સંસારમાં આસક્ત થયેલા અને દુઃખમાં ડૂબેલા લોકોને તે મુક્ત કરે છે. તેઓ મુમુક્ષુઓને ભગવદ્દર્શન પ્રાપ્ત કરવા માટે માર્ગદર્શન આપે છે. જેઓ સંસારસાગરમાં ડૂબી રહ્યા છે તેમના જીવનની તે રક્ષા કરે છે. તે મૌન દ્વારા તેમના વિદ્યાર્થીઓને માર્ગદર્શન આપે છે.

સંત ગાળો અને અપમાનને સહી લે છે તથા તેમને તે માળા તરીકે ગળામાં ધારણ કરે છે. તેનો દૃષ્ટિકોણ નવીન હોય છે. ગાળોનો વરસાદ થતો હોય, માનહાનિ થતી હોય કે ટીકા થતી હોય ત્યારે તે મક્કમ રહે છે. તે ખડક જેવો નિશ્ચળ હોય છે. તેને કોઈ હલાવી શકતું નથી. તેણે આ નવું આધ્યાત્મિક બળ પ્રબળ માનસિક શિસ્ત અને સંયમથી મેળવેલું હોય છે.

શાશ્વત આનંદની ગૌરવપૂર્ણ સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરતાં પહેલાં સંત વીરોચિત રીતે ઝઝૂમે છે. સતત અને સઘન પ્રયત્નથી તે ઊંચાઈ સર કરે છે. તે તીવ્ર અને કડક આધ્યાત્મિક સાધના કરે છે. તે પ્રગાઢ ધ્યાન કરે છે. તે નિદ્રાવિહીન રાત્રિઓ પસાર કરે છે. તે ઘણા પ્રસંગોમાં જાગૃતિ રાખે છે. તે ખૂબ ધૈર્ય અને ખંતથી સતત પ્રયાસ કરે છે. તે ઘણાં વિઘ્નો ઉપર વિજય પ્રાપ્ત કરે છે. તે નિરાશા, હતાશા અને ઉદ્વેગને જીતી લે છે. તેની આ વીરતાપૂર્ણ મથામણને લીધે તે છેવટે જગત માટે દીવાદાંડીરૂપ બની જાય છે. યાદ રાખો કે તે પણ એક વાર આપણી માફક સંસારીપણાના કળણમાં ખૂંપેલો હતો. જો ઉગ્ર મુમુક્ષુતા સેવીએ તો આપણે પણ આધ્યાત્મિકતાના શિખરે પહોંચી શકીએ છીએ.

સંતોની રીતભાત

સંતોની રીતભાત સારી પેઠે જુદી પડે છે. કોઈ રાજાશાહી ઠાઠમાં રહે છે તો કોઈ ભિખારી બનીને રહે છે. ભગીરથે રાજાશાહી જીવન ગુજાર્યું. દત્તાત્રેય પરિવ્રાજક હતા, તે દિગંબર ફકીર હતા.

એક મુનિ સદાયે ધ્યાનાવસ્થામાં જ રહે છે. તે કંઈ કામ કરતા નથી કે વાત પણ કરતા નથી. તે હંમેશાં એકાંતમાં રહે છે. જડભરત આવા પ્રકારનું જીવન જીવતા હતા. બીજા સંત ધમધમાટ શહેરમાં રહે છે. તે સેવામાં ડૂબેલા રહે છે. તે લોકો સાથે વાતો પણ કરે છે અને તેમને માર્ગદર્શન આપે છે. તે પ્રવચનો આપે છે, ધાર્મિક વર્ગો ચલાવે છે અને પુસ્તકો લખે છે. શંકરાચાર્ય આવું જીવન જીવ્યા હતા. તેમણે સમગ્ર ભારતમાં આશ્રમો સ્થાપ્યા.

તમને આશ્ચર્ય લાગશે કે આ બધી રીતભાતોમાં શ્રેષ્ઠ કઈ હશે? તેનો જવાબ એ છે કે બધી જ રીતો સમકક્ષ જ છે. તેમનામાં રહેલી વિવિધતા ભગવાનની ઇચ્છાને લીધે છે. દરેક સંતની પોતાની આગવી રીતો હોય છે. દરેક સંત પાસે ભગવાન દ્વારા નિર્ધારિત થયેલું પોતાનું કર્મ હોય છે અને તે તેણે પાર પાડવાનું હોય છે. જો બધા જ મહાત્માઓના જીવનમાર્ગ તથા તેમનાં કાર્યો

એકસમાન હોત તો આ જગત જેલ જેવું બની ગયું હોત. વિવિધતા આ જગતની યથાર્થ પ્રકૃતિ છે.

તપસ્વી સમાજના માનવસર્જિત નિયમોથી બંધાયેલો હોતો નથી. તે લોકઅભિપ્રાયથી પર હોય છે. તેનો અર્થ એવો થતો નથી કે તે સચ્ચારિત્રના પાયાના નિયમોનું ઉલ્લંઘન કરે. તે જે કંઈ કરે છે તે શાસ્ત્રકથિત નિયમોને અનુરૂપ જ હોય છે.

સંત લોકોમાં ફરે છે પણ તેને કોઈ ઓળખી શકતું નથી. તેને લોકો એક સામાન્ય માણસ જ માની લે છે. સંત જ સંતને ઓળખી શકે છે. કેટલીક વાર સંત સર્વજ્ઞ તરીકે બહાર આવે છે તો કોઈ વાર અજ્ઞાની માણસ જેવો દેખાય છે. તેને ક્યારે સંત તરીકે વર્તવું અને ક્યારે મૂર્ખ તરીકે વ્યવહાર કરવો તેની ખબર હોય છે. તેને તમારી મરજી મુજબ ન મૂલવો. જો તમે યોગ્ય શ્રદ્ધાથી, ભક્તિભાવથી અને આધ્યાત્મિક તરસથી તેની પાસે જશો તો તે તમને સર્વશ્રેષ્ઠ જ્ઞાન આપશે. જો તમે તેની પાસે ખરાબ ઈરાદાથી જશો તો તે ગાંડાની જેમ વર્તન કરી તમને અકળાવશે. તે વખતે તમને ઘણું નુકસાન થશે.

સંત તેની શક્તિઓનું પ્રદર્શન કરે કે ન કરે. કેટલીક વાર તે તેના ભક્તોમાં શ્રદ્ધા દૃઢ કરવા શક્તિનું પ્રદર્શન પણ કરે અને નિસર્ગાતીત અસાધારણ ઘટનાઓના અસ્તિત્વની ખાતરી પણ કરાવે. રાણી ચુડાલાએ તેના પતિ શિખિધ્વજમાં શ્રદ્ધા ઉત્પન્ન કરવા પોતાની શક્તિ બતાવી હતી. તે ધરતીથી ઘણા ફૂટ અધ્ધર રહીને ઊભી રહી હતી, પછી તેના પતિએ તેનો ગુરુ તરીકે સ્વીકાર કર્યો હતો.

કેટલીક વાર સંત બીજાનાં કર્મ લઈ લે છે અથવા તેને તેની પીડાઓમાંથી થોડા સમય માટે મુક્ત કરે છે અથવા તેનાં કર્મફળની મોડી અસર થાય તેમ કરે છે અથવા બીજા જીવન સુધી પણ મુલતવી રાખે છે.

મુક્તાત્મા સંત બુદ્ધિશાળી વ્યક્તિ હોય જ એવું જરૂરી નથી. તે પ્રોફેસર કે સારો વક્તા હોય તેવું પણ જરૂરી નથી, પણ તે હંમેશાં શાંત અને સૌમ્ય હોય છે. તેનું મૌન તેનું શ્રેષ્ઠ વક્તવ્ય છે. તેનામાં દિવ્ય અને સહજ જ્ઞાન હોય છે. તેની હાજરીમાં બધી શંકાઓ નાશ પામે છે.

સમાધિના પ્રકારો

સમાધિ વિષે એક પ્રચલિત માન્યતા છે કે- સમાધિમાં બેસનાર માણસ લંગોટી પહેરીને બેઠો હોય, તેનો શ્વાસોચ્છ્વાસ રોકાઈ ગયો હોય અને તે શરીર અને તેની આસપાસના વાતાવરણથી અભાન હોય. સામાન્ય માણસ એવું વિચારે છે કે જેણે સમાધિ પ્રાપ્ત કરી છે તે માણસને શરીરનું ભાન ન હોય અને સંવેદનારહિત થઈ ગયો હોય, તેના શરીરમાં છરી ભોંકી દીધી હોય તો પણ તેને કંઈ ખબર ન પડે. જોકે આવી સમાધિ પણ હોય છે. તેને 'જડ સમાધિ' કહે છે. આવી સમાધિ હઠયોગની ક્રિયાઓને સિદ્ધ કરવાથી પ્રાપ્ત થઈ શકે છે.

હઠયોગી એક વિશિષ્ટ પ્રકારના પ્રાણાયામના અભ્યાસથી પેટીમાં પુરાઈ જાય છે અને તે પેટી મહિનાઓ સુધી જમીનમાં દાટી રાખવામાં આવે છે. નિઃશંક રીતે આ મુશ્કેલ તો છે જ પણ તે ભગવાનનું જ્ઞાન આપતું નથી. માણસ આ સમય દરમિયાન મરણ પામ્યો હોય તે રીતે રહે છે. આ દીર્ઘ ઊંડી નિદ્રા જેવું જ કંઈક છે કોઈને આવી સમાધિથી ફાયદો થતો નથી. જગત માટે તે મૂલ્યહીન છે. જ્યારે માણસ આ સ્થિતિમાંથી મૂળ સ્થિતિમાં આવે છે ત્યારે તેનામાં કોઈ ફેરફાર થયેલો હોતો નથી. તેની પુરાણી આદતો અને કામનાઓ યથાવત્ જ રહે છે અને તેનામાં ભગવાન સંબંધી કોઈ જ્ઞાન આવતું નથી. આ આંતરિક અંગકસરતનો એક પ્રકારનો ખેલ છે. આવી સમાધિ મુક્તિ ન અપાવી શકે. સાંસારિક લોકો આવી ક્રિયાઓથી છેતરાઈ જાય છે.

સાચી સમાધિ ઇન્દ્રિયાતીત જ્ઞાન આપે છે. યોગી સાચી સમાધિથી નવા દિવ્ય જ્ઞાન સહિત બહાર આવે છે. આને 'ચૈતન્ય સમાધિ' કહેવામાં આવે છે એમાં પૂર્ણ જાગૃતિ હોય છે. જડ સમાધિમાં માણસને કંઈ

પણ ભાન રહેતું નથી. ચૈતન્ય સમાધિમાં સર્વ શંકાઓ, મોહ અને અજ્ઞાનની ત્રણે ગાંઠી, ઈચ્છાઓ અને કર્મ એ બધાનો જ્ઞાનરૂપી અગ્નિથી નાશ થાય છે. તે સંપૂર્ણ નિર્ભયતા અને મનની શાંતિ પ્રદાન કરે છે.

કામ કરતા હોઈએ તે દરમિયાન પણ ચૈતન્ય સમાધિ રાખી શકાય છે. સમાધિસ્થિત યોગી તેનાં શરીર અને મનને બરાબર સમતોલ રાખે છે અને તેમનો ઉપયોગ માનવજાતની સેવામાં કરે છે; તે સર્વ જીવોને પોતાનું સ્વરૂપ સમજે છે. તે હંમેશાં સમાધિમાં રહે છે. આ સ્થિતિમાં 'સમાધિમાં જવું' કે સમાધિમાંથી બહાર આવવું' જેવું કંઈ હોતું નથી. આ સમાધિની અંતિમ કક્ષા છે; તેને 'સહજાવસ્થાની સમાધિ' કહે છે.

સાચી સમાધિ જેમ ધ્યાન દરમિયાન રહે છે તેવી રીતે કાર્ય કરતી વખતે પણ રહેવી જોઈએ. માણસના આંતરિક બળ અને સાક્ષાત્કારની આ સાચી કસોટી છે. પર્વતોની ગુફાઓમાં અને જંગલોમાં આંખો બંધ કરીને જે સમાધિ લગાડવામાં આવે છે તે કાર્ય વખતે ભંગ થાય તો તે સમાધિ નથી. સમાધિ કુદરતી કે સહજ હોવી જોઈએ.

સમાપન

આપણા જીવનનું કાર્ય ઈશ્વરદર્શન પ્રાપ્ત કરવા પ્રયત્નશીલ રહેવાનું છે. તે સિવાયનું કાર્ય નકામું અને મહત્ત્વરહિત છે.

સ્વામી શિવાનંદ આપણને તેમની સૌમ્ય અને પ્રેમાળ રીતે રીઝવતાં કહે છે : ''હે અજ્ઞાની માનવ! તું શા માટે ઈન્દ્રિયોનાં ચંચળ સુખો પાછળ દોડી રહ્યો છે? તે વિષયસુખોમાંથી જેમાં દુઃખ ન ભળેલું હોય તેવું સુખ કદાપિ મેળવ્યું છે? હવે બહુ થયું! ભગવાનને શોધ. તારામાં અમર આત્મા રહેલો છે. તારી અંદર આનંદનું અમૃત રહેલું છે. તારી અંદર આનંદનો ફુવારો છે. મોડું ન કર. જલદી કર. શાશ્વત જીવનનું પીયૂષ મુક્ત રીતે વહી રહ્યું છે. ધ્યાન ધર અને મઝાથી પી.''

'મુક્તિ' એ હિંદુઓનું જીવનસૂત્ર છે. પોતાને પદાર્થો અને મનના બંધનથી તથા જન્મ-મૃત્યુના બંધનથી મુક્ત કરવામાં જ મુક્તિ રહેલી છે. દિવ્ય જ્ઞાનના શિખર ઉપર આરોહણ કરવું, પૂર્ણતાની ટોચે ચડી જવું અને આધ્યાત્મિક કીર્તિની પરાકાષ્ઠા પ્રાપ્ત કરવી તે ભારતના ઋષિ-મુનિ તપસ્વીઓની અતિપ્રિય ઉત્સુકતા અને જિજ્ઞાસા રહી છે.

તમે સૌ આ જ જન્મમાં સંત અને ઋષિ બનો! દિવ્ય કૃપા સદાય તમારા ઉપર વરસતી રહો!

☐ **'યોગના પાઠ'માંથી સાભાર**

"યોગશિક્ષક ઘરે આવે છે" નવી શિવાનંદ યોગ DVD

પૂજ્ય ગુરુદેવ શ્રીમત્ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજના જન્મ શતાબ્દી સ્મૃતિ નિમિત્તે ૮૪ આસનોની એક નવીન DVDનું ગુજરાતી, હિન્દી અને અંગ્રેજીમાં નિર્માણ કરવામાં આવ્યું છે.

આ DVDનું બે ભાગમાં ધ્વનિ અને ચિત્રકરણ કરવામાં આવ્યું છે. (૧) પીઠ ઉપર સૂઈને (૨) પેટ ઉપર સૂઈને (૩) જમીન ઉપર બેસીને (૪) ઊભાં થઈને (૫) સંતુલનવાળાં આસનો અને (૬) પ્રાણાયામની ઝલકને આ બંને DVDમાં આવરી લેવામાં આવેલ છે. રામબાગ અને શિવાનંદ આશ્રમના પ્રાંગણમાં ચિત્રકરણ પામેલી આ બંને DVDના એક સંપુટનું ન્યોછાવર Rs. 150/- રહેશે. બહારગામથી મંગાવનારે પોસ્ટ કે કુરિયર ખર્ચ અલગથી આપવાના રહેશે.

આશ્રમના શિવાનંદ પુસ્તક ભંડારમાં આ બંને DVD દરરોજ સવારે ૮.૦૦ થી ૧૨.૦૦ અને સાંજે ૪.૩૦ થી ૮.૦૦ વાગ્યા સુધી મળી શકશે.

– વ્યવસ્થાપક, શિવાનંદ આશ્રમ

બધાંમાં પ્રભુનાં દર્શન કરો

શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી

પ્રફુલ્લ આત્મા! ગુરુપૂર્ણિમાનો મહાન દિવસ આવી રહ્યો છે ત્યારે 'એકમ્ એવ અદ્વિતીયમ્'ને મારી ભાવભરી ભક્તિ અર્પું છું. પુરાણકાળથી આજ સુધી તેના વિષે આપણા પૂર્વજો અને મહાન લોકોએ જાહેરમાં કહ્યું છે: ''અમે તે પુરુષનાં દર્શન કર્યાં છે, તેને જોયા પછી મર્ત્ય માનવી અમર થઈ જાય છે. મુક્ત થવાનો એક રસ્તો તેનાં દર્શન કરવાનો છે – બીજો કોઈ રાહ નથી.'' તમારો અંતરયામી જે દરેકના હૃદયમાં બિરાજી રહ્યો છે, જેને લીધે તમારાં શરીર હરતાં-ફરતાં મંદિર છે તેને ભક્તિપૂર્ણ શ્રદ્ધાંજલિ! તમે બધા સભાન રહો કે ઈશ્વર અંદર તેમજ બહાર સર્વત્ર છે અને તે તમારામાં ઓતપ્રોત છે અને તમારી ચોપાસ પણ છે, તેથી તમારા બધા વહેવારો તેને લાયક રાખો. સમસ્ત સર્જનમાં જે કણેકણમાં છે તે દિવ્યતાને અનુરૂપ આપણા સૌનું વર્તન હો!

જીવમાત્ર પવિત્ર છે. માટે બધાં સાથે આદરપૂર્વક વર્તો. બધાં જીવજંતુઓ દિવ્યતાનાં ધામ છે, કારણ ઈશ્વર સૌમાં મોજૂદ છે. આ પરમ તત્ત્વનો સ્વીકાર કરો. તમારું વર્તન ઉચ્ચ અને ભવ્ય રાખો, બધા તરફ માયાળુ રહો. બધા તરફ આદરભાવથી અને ન્યાયી રીતે વર્તો. એકેએક જીવંત પ્રાણીની પવિત્રતા, શૌચ અને પાવનતાનું બહુમાન કરો. વિચાર, વાણી અને વર્તનમાં શુદ્ધ રહો. તમારા સર્વ જાતભાઈઓ માટે સારા વિચારો સેવો, ઉમદા ઉત્કૃષ્ટ વિચારો સેવો, ભલી લાગણી અને શુભેચ્છાઓ રાખો. બીજા સાથેના તમારા દૈનિક વ્યવહારમાં નમ્ર અને વિનયી બનો. કોઇ પણ વ્યક્તિ માટે કુભાવ ન સેવો. કોઈને માટે પણ દુર્ભાવ ન રાખો. કોઈની ટીકા-ટિપ્પણ ન કરો. કોઈની ગેરહાજરીમાં તેનું બૂરું ન બોલો; કોઈ માટે સાચી-ખોટી વાતો વહેતી ન કરો. બધા લોકોમાં ઈશ્વરનો વાસ છે એ પાયાની વાતથી ઉપલું નકારાત્મક વલણ વિરુદ્ધ છે.

બધા લોકો આપણાં આદર, માન અને શુભેચ્છાને લાયક છે. અન્યની સ્વતંત્રતાને માન આપો. યુધિષ્ઠિરના રાજસૂય યજ્ઞમાં હાજરી આપવા આવેલ મહેમાનોના પગ ભગવાન શ્રીકૃષ્ણે ધોયા તે કાર્ય અકારણ ન હતું. લક્ષ્મણે મોઢું ઊંચકી સીતામાતાનું મુખ કદી ન જોયું તે નિષ્કારણ ન હતું. શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસ એક હરિજનની ઝૂંપડી વાળવા ગયા તે પણ સકારણ હતું. સર્વ જીવોમાં ભગવાનની જીવંત હાજરી છે, તેના આધાર પર આપણી વર્તણૂંક હોવી જોઈએ, બીજા તરફનો, જગત તરફનો આપણો દૃષ્ટિકોણ આ આધાર પર રચાવો જોઈએ.

સિયારામમય સબ જગ જાની,
કરહું પ્રણામ જોરી જુગ પાની''

આ આખું જગત મારા ઈષ્ટ દેવતા – સીતા અને રામચંદ્રથી વ્યાપ્ત છે. એમ માની ''મારા બન્ને હાથ જોડી હું નમન કરું છું.''

આ એક નાના દુહાથી સંત તુલસીદાસે હું જે કહી રહ્યો છું તે કહી દીધું છે. શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતાના અગિયારમા અધ્યાયમાં ભગવાને અર્જુનને જ્યારે ભવ્ય વિશ્વરૂપદર્શન આપ્યું ત્યારે અર્જુને આ બાબત અનુભવી. વિશ્વરૂપ જોઈને અર્જુન બીજું કશું ન કરી શક્યો; તે આશ્ચર્ય અને આદરથી ભગવાનને પગે જ લાગતો રહ્યો. જ્યાં તેની દૃષ્ટિ પડી ત્યાં તેને ભગવાન જ દેખાયા. તેથી કોને નમન કરવું તે અર્જુનને સમજાયું નહિ. તેથી તેણે દસે દિશાઓમાં વંદન કર્યાં. તેણે કહ્યું, ''હું તને સામેથી નમન કરું છું, પાછળથી, જમણે, ડાબે, ઉપર, નીચે બધી બાજુએથી નમન કરું છું. સર્વતઃ પાણિપાદમ્ – હાથ અને પગ દરેક સ્થળે રાખીને હું તને સાષ્ટાંગ પ્રણામ કરું છું. એક સાચા, સહૃદયી, આધ્યાત્મિક સાધક અને મુમુક્ષુ જે પોતાના જીવનમાં,

જીવન દ્વારા, વિશ્વરૂપદર્શન પામવા ઇચ્છે છે, જે પોતાના ખાસ અધ્યયન અને ધ્યાન તેમજ મનનના સંયમ પૂરતો જ નહિ પણ સદા ''અરે હા, ઈશ્વર સર્વત્ર છે'' એવી દૃષ્ટિ રાખે છે. તેની વર્તણૂક, તેનો દૃષ્ટિકોણ, તેનો અભિગમ, તેનું દર્શન આ આધાર પર રચાયેલું હોવું જોઈએ.

આંધ્ર પ્રદેશના એક મહાન સિદ્ધ સંતે એક પુસ્તક લખ્યું છે - 'વ્યવહારિક વેદાન્તી.' તેઓ કહે છે : વેદાન્ત તમારા અધ્યયન કક્ષ કે ધ્યાન કક્ષ પૂરતું જ નથી; તેનો પ્રયોગ દૈનિક પ્રક્રિયામાં કરવાનો છે. આ સત્ય પર તમારું જીવન આધારિત હોવું જોઈએ. આ તમારી આંતરિક લાગણી, દૃષ્ટિકોણ હોવો જોઈએ. બીજાની ભાવના ખાતર તમે તેને તમારામાં સીમિત ભલે રાખો, તમે તેનું પ્રદર્શન ન કરો, કારણ નહિ તો તમને ઊથલાવી પાડતો અહં તે બની જશે. બીજા જાણે તેવી કશી જરૂર નથી પરંતુ તમારા જાગ્રતકાળ દરમિયાન વ્યવહાર વખતે આ સભાનતા રહેવી જોઈએ ''હું ભગવાનમાં છું, ભગવાન મારામાં છે, ભગવાન સઘળામાં છે. હું ઈશ્વર સાથે જ પનારો પાડું છું. તેની ઉપસ્થિતિને લઈને આખો પ્રસંગ ઉચ્ચ સ્થિતિનો બની રહે છે.'' આ ભાવ-અદ્વૈત હંમેશાં ટકવો જોઈએ. ''ભાવાદ્વૈતમ્ સદા કુર્યાત્'' (માણસે ઐક્યનો ભાવ સદા જાળવવો જોઈએ) - આ આદેશ છે.

આપણા ઉપનિષદોએ એક મહાન સત્ય ''સર્વમ્ ખલ્વિદમ્ બ્રહ્મ'' -(આ સઘળું બ્રહ્મ છે.) આપેલ છે. તે વાત કદી ધ્યાન બહાર જવી ન જોઈએ. ઈશ્વરની હાલ અને અહીં ઉપસ્થિતિ છે તે સત્ય, તે હકીકત, તે કેન્દ્રીય ગૂઢ વાત આપણા હૃદયમાં પરમ પ્રકાશ સાથે ઝળહળતી રહેવી જોઈએ. ''હું પ્રકાશમાં છું. પ્રકાશ મારામાં છે. હું પ્રકાશ છું.'' યો માં પશ્યતિ સર્વત્ર સર્વં ચ મયિ પશ્યતિ... (જે મને સર્વત્ર જુએ છે અને મારામાં બધું જ જુએ છે...) તે ઈશ્વરની સભાનતાથી કદી જુદા ન પડવાનો રાહ છે, ઈશ્વરમાં હંમેશ રહેવાનો રાહ છે. આ ભવ્ય શ્લોકથી તેણે આ વાત આપણને સ્પષ્ટપણે કહી છે. વિશ્વના લોકો આ હકીકતથી વધુ સભાન થઈ રહ્યા છે. ફક્ત તેઓ તેને આચરણમાં ઉતારવા શક્તિમાન નથી.

માટે ગુરુપૂર્ણિમા જેમ નજીક આવતી જાય છે. તેમ આપણા બધા વહેવારનો પાયો આ હકીકત રહેવી જોઈએ. ''અંદર રામ, બહાર રામ, સામે રામ, ઉપર રામ, નીચે પણ રામ, પાછળ પણ રામ, જમણે રામ, ડાબે રામ, સર્વ સ્થળે રામ જ રામ. હું ગુરુદેવને વહાલભર્યા પ્રણામ પાઠવું છું. તેમણે આ સત્ય ખૂબ સ્પષ્ટતાથી આપણને આપ્યું છે. બધા લોકો સમજી શકે તે અર્થે ગુરુદેવે આ અદ્વૈતનો અનુભવ સામાન્ય ભાષામાં કહ્યો.

બધાંનાં મુખડાંમાં ઈશ્વરનાં દર્શન કરો, ઈશ્વર જે બધાં પ્રાણીઓમાં છે તેમની સેવા ભગવાનની પૂજા ગણીને કરો. આ ફક્ત કર્મયોગનો આધાર નથી, ઈશાવાસ્યમિદમ્ સર્વમ્ યત્ કિઞ્ચજગત્યામ્ જગત્ (આ બધું જગતમાં સ્થાવર, જંગમ જે કંઈ છે તેમાં ઈશ્વર વસેલો છે.)- આ ઉપનિષદોની આહ્‌લેક છે; ભવ્યતમ વેદાંતની ઘોષણા છે. તમે 'તેના'થી દૂર કદી, ક્યારેય હોઈ શકો જ ક્યાંથી? ''તદ્દૂરે તદ્વન્તિકે'' - (તે આત્મા-દૂર છે અને નજીક પણ છે.) - તમે જ્યાં હો ત્યાં એ તો હાજરાહજૂર છે. તે સર્વત્ર છે! અહીં જ છે!

ભગવાન અને ગુરુ તેમની કૃપા અને આશિષ તમારા પર વરસાવે, તમને આ સત્યની પ્રતીતિ કરાવે અને સત્યની સભાનતામાં તમારા જીવનનો હર-એક દિવસ વીતે. ભગવાન અને ગુરુનાં ચરણોમાં આ મારી નમ્ર યાચના છે.

વાંધો નહિ, સો વાર ભૂલી જાઓ કે હજાર વાર ભૂલી જાઓ, છતાં મન સાથે ગાંઠ વાળો કે આ આંતરિક અનુભૂતિ, આ વૈશ્વિક સભાનતાની હાજરીનો ખ્યાલ તમારી નજરથી કદી દૂર ન થાય. દૈનિક જીવનમાં આ એક મહત્ત્વની દિનચર્યા રાખો. તેને વળગી રહો. એક દિવસ તમારો જય થશે. તમારા માટે તે સહજ થઈ રહેશે, ત્યાં સુધી તેને કદી છોડશો નહિ.

ભગવાન તમારું કલ્યાણ કરો.

☐ **'સાધનામાં અંતરદૃષ્ટિ'માંથી સાભાર**

સકારાત્મક વિચારનું ધ્યેય

- શ્રી સ્વામી જ્યોતિર્મયાનંદજી

સકારાત્મક વિચારની આદર્શ સ્થિતિ મનને નિર્ગુણ બ્રહ્મ તરફ લઈ જવાની છે. ખરેખર તો મનનું ઈશ્વર તરફનું વહન એ જ સકારાત્મક વિચારોનું ધ્યેય છે. સકારાત્મક વિચારોનું લક્ષ્ય ઈશ્વર છે. જો તમે તમારા મનને સકારાત્મક વિચારો કરવા પ્રેરિત કરશો અને તમારી સમક્ષ આત્મસાક્ષાત્કારનું ધ્યેય હશે તો સકારાત્મક વિચારો કરવા માટેના તમારા પ્રયત્નો સફળ જશે.

વ્યક્તિમાં રહેલો અહમ્‌ભાવ બધી મુશ્કેલીઓનું મૂળ છે, કારણ કે તે આત્મા અને ઈશ્વર વચ્ચેની દીવાલ તરીકે કામ કરે છે. જે લોકોને આધ્યાત્મિક જ્ઞાન ન પ્રાપ્ત થયું હોય અથવા જેઓ તાત્ત્વિક ચિંતન તરફ ઉપેક્ષા સેવે છે તેઓ એવી જિંદગીમાં રત છે કે જે પ્રથમ નજરે જ આત્મશ્રદ્ધા ભરેલી લાગે છે. તેઓના શબ્દકોશમાં 'હું' અને 'મારું' એ બે શબ્દો અગત્યના હોય છે. તેઓ જે કંઈ કરે છે એ એવા આશયથી કે તેમને એમાંથી શું લાભ મળશે અથવા તેમના કામથી કોને લાભ થશે. આવા લોકો ખરેખર તેમની ભીતરમાં 'હું' પદ માટે જ કામ કરે છે અથવા તો એવા લોકો માટે કરે છે કે જેમને તેમના અહમ્ સાથે સંબંધ હોય. આ સિવાયની આખી દુનિયાની તેઓ ઉપેક્ષા કરે છે.

પરંતુ સાચું જગત (આધ્યાત્મિક સ્વાતંત્ર્યની અનુભૂતિ) 'હું' અને 'મારાં' થી પર છે. સાચું જગત આત્મા છે, સાચું જગત એ ફેલાવો/વિસ્તાર છે. અધ્યાત્મ મૂલ્ય જીવનનું રહસ્ય તમારી જાતને અહમ્‌ના કેન્દ્રસ્થાનેથી અળગી કરવી એ છે કે જેથી તમે મહાન આત્મા તરફ કેન્દ્રિત થઈ શકો. આ બધું દરરોજ ભક્તિ અને વિવેકપૂર્ણ વિચારોના અભ્યાસ દ્વારા કરવું જોઈએ.

ભક્તિ અને વિવેક વિચાર દ્વારા અહમ્‌નો લોપ.

તમે જેમ જેમ તમારામાં તથા અન્યમાં રહેલા પરમાત્માને જાણો અને એ દિવ્ય (આત્મા)ની દોરવણી મુજબ ચાલો તો તમે ઘણી ઉચ્ચ સ્તરની આધ્યાત્મિક સાધનાનો અભ્યાસ કરો છો તેમ જાણવું.

તમારા અહમ્‌નો ક્રમે ક્રમે લોપ કરનાર આધ્યાત્મિક અનુશાસનનો અભ્યાસ. આ અભ્યાસ ભક્તિ યોગનો કેન્દ્રવર્તી/મુખ્ય માર્ગ છે. ભક્તિયોગ તથા જ્ઞાનયોગ એકબીજાના પૂરક છે. ભક્તિ એ તમારી લાગણીઓ અને ઊર્મિઓનો માર્ગ છે. જ્ઞાન એ તમારા પ્રયોજનનો માર્ગ છે. માનવ-વ્યક્તિત્વરૂપી વસ્ત્રમાં લાગણીઓ અને હેતુ એકબીજાંની સાથે વણાઈ ગયા હોય છે.

જેમ જેમ તમે ભક્તિના માર્ગમાં પ્રગતિ કરો છો તેમ તમે 'ઈશ્વર તમને માર્ગદર્શન આપી રહ્યા છે' એવા વર્તનને વિકસાવો છો-એ વાતને સમર્થન આપો છો કે ઈશ્વર તમારામાં રહેલું સત્ય છે અને તમે મનુષ્યત્વમાં ઈશ્વરની સેવા કરવા માટે જીવો છો. તમને એવો અનુભવ થાય છે કે તમે માત્ર 'હું' અને 'મારા' પૂરતી હસ્તી ધરાવતા નથી, પરંતુ એ 'હું' અને 'મારું' ને પ્રત્યેક જીવનમાં રહેલા ઈશ્વરને આધીન કરવા માટે જીવો છો.

આવી દૃષ્ટિ વિકસાવવામાં ઉપનિષદોનો અભ્યાસ તમને મદદરૂપ થશે અને સમૃદ્ધ બનાવશે, જે તમને એવી જાગૃતિ આપશે કે તમારામાં રહેલો અહંકાર એ સત્ય નથી. તમારા અહમ્‌ની પુષ્ટિ માટે તમે જે કંઈ કરો છો તે હવામાં બાચકાં ભરવા બરોબર છે, કારણ કે અહમ્ એ બદલાતી જતી સ્થિતિ છે. જે તમારા અહમ્‌ને આજ પોષતું હોય તે થોડાં વર્ષો પછી તદ્દન ઓછું અથવા તો બિલકુલ પસંદ નહીં પડે. કોઈ આકસ્મિક નકારાત્મક પ્રસંગને કારણે જો તમારા અહમ્‌ને નિરાશા સાંપડે તો તે તમારું પોતાનું નુકસાન નથી, કારણ કે તમે ખુદ 'અહમ્' નથી. આથી ઊલટું, કોઈ નસીબવંતા પ્રસંગોના

પરિવર્તનથી તમારું 'અહમ્' ઉત્સાહિત બને તો તે (ઉત્સાહ) પણ તમારો નથી કારણ કે તમે 'અહમ્' નથી. હું તમને એક સરળ દૃષ્ટાંત આપીશ.

વાંદરા માટેના અહમ્‌ની બોધકથા

ધારો કે કોઈએ એક વાંદરો પાળ્યો છે અને એ વાંદરો એ ઘરમાં ઘણા જ મહત્ત્વના પ્રાણી તરીકે રહે છે. તેનો માલિક માત્ર એ જ હેતુથી જીવે છે કે કોઈ ને કોઈ રીતે એ વાંદરો ખુશ રહે. વખત જતાં તેને એવું લાગે છે કે તેની પોતાની હસ્તીનું કોઈ અસ્તિત્વ જ નથી. સવારથી માંડીને મોડી રાત સુધી માત્ર તે વાંદરાનો મિજાજ જોયા કરે છે અને તે મુજબ વર્તન કરે છે. આમ છતાં, તેના માલિકે તેનાં વખાણ કરવા છતાં અને તેને ખુશ રાખવાના પ્રયત્ન છતાં તે વાંદરો કદી ખુશ થતો નથી. કોઈક વખત એ વાંદરો અતિશય તોફાન કરે છે તો કોઈક વખત તે શાંત બની જાય છે. આથી તેના માલિકનું જીવન દિવસે દિવસે અજંપાભર્યું બનતું જાય છે.

એક દિવસ તે આ સ્થિતિની - યથાર્થતા સમજે છે અને જાહેર કરે છે, ''શું આ ઘર મારી માલિકીનું નથી? આ વાંદરો મારે શું ખપનો છે? જ્યાં સુધી એ મેં પાળેલો છે ત્યાં સુધી હું એને કાઢી નહીં મૂકું, પરંતુ તેના ચેનચાળા પાછળ મારે મારી માનસિક શાન્તિ શા માટે ગુમાવવી ?'' આમ નિર્ણય કરીને એ વાંદરાને તેની યોગ્ય જગ્યાએ મૂકી આવે છે. એ (પછી) એવું ભારપૂર્વક માને છે કે તે તેના મકાનનો જ માલિક છે.

લગભગ આ રીતે જ, તમારા અહમ્ પેલા વાંદરા જેવો છે. તમે આ વાંદરાને ખુશ રાખવાના લાખો પ્રયાસ કરો છો તેમ છતાં તમે હંમેશાં નિષ્ફળતા પામો છો. જ્યારે તમે તમારા અહમ્‌ને જગતમાંની સહુથી મહત્ત્વની વસ્તુ ગણો ત્યારે તમે તમારી માનસિક સ્વસ્થતાને ખલેલ પહોંચાડો છો. જેમ જેમ આ ક્રિયા ચાલુ રહે તેમ આ અહમ્‌ને ખાતર તમે જુદાં જુદાં કર્મોનું સર્જન કરતા રહો છો.

પરંતુ સત્સંગ અથવા સંગતિ, અભ્યાસ તથા યોગ્ય પ્રતિભાવથી તમને પ્રતીત થાય છે કે તમારો અહમ્ એ તમારો અંતરાત્મા નથી અને અહમ્‌ની દુનિયા સીમિત છે, તમે ખરેખર એ દુનિયા સાથે સંબંધ ધરાવતા નથી, તમે તેનાથી પર છો. તેથી, તમે જીવન માટેનો ભિન્ન રાહ અપનાવો છો. 'હું' અને 'મારું'થી તમારી જાતને મુક્ત કરવાનું શરૂ કરો છો. આને બંધનમુક્તિ અથવા 'વૈરાગ્ય' કહેવાય છે. તમને આંતરપ્રેરણા થાય છે કે તમે આ શરીર નથી. એક અતિમહત્ત્વના સત્ય તરીકે તમે જેને તમારા મનમાં સ્થાન આપ્યું છે એ તો માત્ર એક પ્રતિબિંબ છે. જે વસ્તુઓને તમે તમારી હોવાનું માનો છો તે ખરેખર તમારી માલિકીની નથી.

અહમ્ આ દુનિયામાં કોઈ પણ વસ્તુનું નિયંત્રણ કરતું નથી. એવી સમજણ કેળવો અને પ્રતિપાદન કરો, ''કોઈ જ વસ્તુનું (ખરેખર) અસ્તિત્વ નથી અને કંઈ જ મારું નથી.''

આના પર સતત ચિંતન કરવાથી તમે તમારી જાતને અહમ્‌થી દૂર લઈ જવામાં કારગત નીવડશો અને તમારી જાતને મહાન આત્મા તરફ દોરી શકશો. સૂક્ષ્મ આત્મા તરફથી પરિવર્તન દ્વારા મહાન આત્મા તરફ ગતિ કરવી એ આધ્યાત્મિક જીવનનું રહસ્ય છે.

કર્મયોગનું મહત્ત્વ

આ પ્રવૃત્તિનું અતિમહત્ત્વનું પાસું કર્મયોગ અથવા તો સ્વૈચ્છિક સેવા છે. તમારી પ્રવૃત્તિઓનું કર્મયોગના સિદ્ધાંતને અનુરૂપ આયોજન કરવું જોઈએ. આનો અર્થ શું છે?

જ્યારે તમારામાં અહંકાર કાર્યરત હોય ત્યારે તમે ખંતપૂર્વક કાર્ય કરો છો, કારણ કે તમે એમ માનો છો કે એ તમારા અહમ્‌ને અથવા તો અહમ્ સાથે સંબંધિત વસ્તુઓ માટે લાભપ્રદ થશે, પણ ધારો કે તમે તમારું કાર્ય સાધી શકો ત્યાં સુધીમાં જે લોકો માટે તમે કાર્ય કરતા હતા તે મૃત્યુ પામે અથવા તો અન્યત્ર જતા રહે તો પછી શું કરવું?

આ તબક્કે ઘણા લોકો પોતે જે પ્રાપ્ત કર્યું હોય તેને હડસેલી દે છે અને વિષાદ અને કષ્ટમય જિંદગી જીવે છે. આ પ્રમાણે થવું જોઈએ નહીં. જો તમારામાં કર્મયોગની સાચી લગન હોય તો તમને જ્ઞાન થશે કે

લોકો તમારા નથી. જે કંઈ સિદ્ધિઓ તમે મેળવો તે અન્ય પ્રત્યે ઈશ્વરની પ્રાર્થના રૂપે સમર્પિત કરવી જોઈએ. તમારી આસપાસની દુનિયા કદી પણ નાશ પામશે નહીં. એ હંમેશા તમારી સમીપ રહેશે. જીવાત્માઓ હંમેશા ઉત્ક્રાન્તિની ક્રિયા સ્વરૂપે વારંવાર આ જગતની પરંપરામાં ફરી આવતા રહે છે. મનમાં આ ખ્યાલ સાથે તમારે તમારી ફરજો અહંકાર વિના બજાવવી જોઈએ.

ભગવદ્ ગીતામાં અર્જુનનું દૃષ્ટાંત

જો તમે આવા ખ્યાલ સાથે તમારાં કર્મ કરશો તો તમારામાં અનિચ્છાઓનો વિકાસ થશે. કોઈ ચોક્કસ પ્રકારની પરિસ્થિતિની આકાંક્ષા રાખવાને બદલે તમે ઈશ્વરને રાજી રાખવા માટે કર્મ કરશો. ગીતાનો આ સાર છે. યુદ્ધની શરૂઆતમાં અર્જુને પોતે બાળપણમાં જેના ખોળામાં રમ્યો હતો એવા ભીષ્મ, તેના પ્રિય ગુરુ દ્રોણાચાર્ય સહિત ઘણાં સગાં-સંબંધીઓ એકઠાં થયેલાં જોયાં. અચાનક તેનું મન શૂન્યમનસ્ક થઈ ગયું, ''હું જેને ચાહું છું એવા આ બધા લોકોને યુદ્ધમાં ગુમાવીને હું શું મેળવીશ? શું હું સુખી થઈશ? આ બધા લોકોનો વિનાશ કરીને મેળવેલ રાજ્યનો શું હેતુ છે?'' અર્જુનનું મન આ રીતે વિચારતું હતું અને તેના એ વિચારમાં ભૂલ હતી.

તેની દલીલો સાંભળીને અને તેની ભય-ગ્રંથિઓનું નિરીક્ષણ કરીને ભગવાન શ્રીકૃષ્ણે અર્જુનને ઉપદેશ આપ્યો કે આ જગમાં જે કંઈ ઘટનાઓ બને છે તે દિવ્ય આયોજન છે. કોઈ પણ મનુષ્ય આ પૃથ્વી પર પોતાના અહમ્‌ને પોષવા માટે આવેલ નથી. આ જગત અહમ્ પોષવા માટે બનાવવામાં આવ્યું નથી, પરંતુ આધ્યાત્મિક પ્રગતિ માટે છે. એ આધ્યાત્મિક પ્રક્રિયામાં અહમ્‌નું પરિવર્તન થવું જોઈએ અને તેનો ભોગ આપવો જોઈએ.

ઈશ્વરની સાચા ભાવપૂર્વક સેવા કરવામાં તમારી ફરજ બજાવવી જોઈએ. તમારી સેવાના બદલાની કોઈ પણ અપેક્ષા રાખ્યા વિના. તમે કોઈનો નાશ કરી નાખશો અથવા તો બીજાઓ તમારો નાશ કરશે એ વિચાર ખોટો છે. તમારી અંદર રહેલો જીવાત્મા અવિચળ અને શાશ્વત છે. એ આત્માને શોધો, તેની સાથે એકરૂપ બનો અને તે આત્માને પિછાણો. જ્યારે તમે આત્માનો સાક્ષાત્કાર કરશો ત્યારે તમે અસીમ રીતે આનંદ પામશો અને તમારા તમામ કષ્ટો દૂર થઈ જશે.

એક સાધક તરીકે તમારે એ સત્ય પર ભાર મૂકવો જોઈએ કે તમો એ મહાન આત્મા માટે જીવી રહ્યા છો, શરીર ખાતર નહીં, એક વખત તમે આ પ્રક્રિયાની શરૂઆત કરશો ત્યારે તમારું મન ઉચ્ચ પ્રકારના આ સકારાત્મક વિચાર 'ઈશ્વર તરફ જવાની પ્રક્રિયા' તરફ વળશે.

☐ **'સકારાત્મક વિચારશૈલી'માંથી સાભાર**

પરમ પૂજ્ય ભાગવતાચાર્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીનું ઋણસ્વીકાર સહ સન્માન

શ્રી દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘ, શિવાનંદ આશ્રમના ઉપક્રમે શ્રીમત્ પૂજ્ય શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજીના જન્મ શતાબ્દી વર્ષના પ્રારંભની પૂર્વતૈયારીના ભાગરૂપે 'શ્રીમદ્ ભાગવત કથા'નું જે આયોજન કરવામાં આવ્યું તેનાથી અમો શ્રોતાઓને સતત સાત દિવસ ભક્તિરસનો રસથાળ આપે પીરસ્યો છે, તેમાંય વિશેષ કરીને આપ પ્રસિદ્ધ યોગાચાર્ય દેશ-વિદેશમાં છો અને એ રીતે અષ્ટાંગયોગ, પાતંજલયોગ સૂત્રના નિષ્ણાત અને સંપૂર્ણ અધિકારી તો છો જ અને તેના વિવેક સ્વરૂપે શ્રીમદ્ ભાગવત કથા દરમ્યાન ભક્તિયોગ, જ્ઞાનયોગ અને કર્મયોગના ત્રિવેણી સંગમ દ્વારા વર્તમાનમાં માનવજીવનના પરિપેક્ષ્યમાં ખૂબ જ સરળ અને સહજ રીતે અનેક દૃષ્ટાંતો આપી લોકભોગ્ય ભાષામાં જે રીતે બધાંને તરબોળ કર્યાં છે તેનાથી વ્યક્તિગત અને આધ્યાત્મિક જીવનને સમૃદ્ધ બનાવવાનું ભાથું મળ્યું છે, જે જીવનને નવી દિશા તરફ ગતિ પ્રાપ્ત કરવા સહયોગી બની રહેશે તેવા વિશ્વાસ સાથે અમે સૌ શ્રોતાઓ આપના હંમેશ ઋણી રહીશું. આપના સુખી-સ્વસ્થ અને દીર્ઘાયુ માટે પ્રભુ ચરણમાં પ્રાર્થના.

આ કથાના સુંદર આયોજન બદલ અમે સૌ આયોજકોના આભારી છીએ.

સ્થળ : અમદાવાદ તારીખ : ૨૭-૪-૨૦૧૫

- શ્રીમદ્ ભાગવતકથાના સૌ શ્રોતાગણ

ગુરુદેવની શરણાગતિ

- શ્રી સ્વામી અભિરામદાસજી ત્યાગી

પરમાત્મા સુધી પહોંચવાનું જે (એક-) માધ્યમ છે : તે છે 'ગુરુ' !

જો (તમારે-) પરમાત્મા સુધી પહોંચવું જ છે તો હું નક્કી જ કહી શકીશ કે અન્ય સાધનો છોડી દો અને ગુરુદેવની શરણાગતિ સ્વીકારી લો!

શરણાગતિનો અર્થ શો થાય છે?

(અહીં-) શરણાગતિનો અર્થ એ થાય કે જે પ્રકારે ગુરુ આપણને રાખવા ચાહે તેમાં આપણને અંદરથી પણ કોઈ પણ પ્રકારની પરેશાની ન હોય. જો તેઓ કહે કે... સારું તમે નામ જપ કરો (તો-) નામ જપ કરો. જો તેઓ કહે કે નહિ નહિ... તમે અમુક જગ્યાએ રહીને આ પ્રકારનું સેવા કાર્ય કરો (તો તે પ્રમાણે કરો.) અર્થાત્ તેમની પ્રત્યેક આજ્ઞા ઈચ્છા.......! આજ્ઞા તો જરા આગળની વાત થઈ. હજી પણ જરા વધુ ઊંડાણમાં જઈએ તો... તેમની પ્રત્યેક ઈચ્છા પ્રમાણે આપણે વર્તવા લાગીએ એ જ સાચી શરણાગતિ છે. જો આપણે તેમની ઈચ્છાથી વિપરીત કંઈ પણ કરવાનું વિચારીએ અથવા વિચારી શકીએ તો તે શરણાગતિ નથી અને.... જો આપણે ગુરુદેવની શરણાગતિ નહીં સ્વીકારી શકીએ તો પછી પરમાત્માની શરણાગતિમાં તો કેવી રીતે પહોંચી શકીશું, કારણ કે પરમાત્મા તો આપણે માટે હજી ઘણા દૂરની વાત છે. હા....ગુરુ... કે જેનો આપણને પરિચય થયો છે, જેનું આપણને સાંનિધ્ય પ્રાપ્ત થયું છે; જેનો આપણે ચરણસ્પર્શ કર્યો છે, જેનો વરદ્ હસ્ત આપણા મસ્તક પર આવ્યો છે... આ બધું સૌભાગ્ય તો આપણને મળી ચૂક્યું છે. અને (જો-) આપણે તેમના શાસનમાં નથી રહી શકતા. (તો...તો...)

મેં આગળ ઘણી વાર એ વાત સ્પષ્ટ કરી દીધી છે કે શિષ્ય તેને કહે છે કે જે ગુરુના શાસનમાં રહી શકે. શિક્ષાર્થી કે વિદ્યાર્થીને શિષ્ય કહી શકાતો નથી. શિષ્ય તો... ગુરુના શાસનમાં ચાલી શકે અને ગુરુનું જે શાસન છે તે આપણા માટે કલ્યાણકારી હશે.

આજે થોડા વખત પહેલાં જ કહી રહ્યો હતો કે ગુરુ જ એક એવું તત્ત્વ છે ......! જુઓ ભાઈ ! ગુરુ અને શિષ્યનો એક પવિત્ર સંબંધ છે; ગુરુ જ એક એવું તત્ત્વ છે (કે-) જે ચાહે છે કે શિષ્ય મારા સમાન બને! અરે! મારાથી પણ આગળ વધે. પિતા પણ ક્યારેક ક્યારેક એવી અપેક્ષા રાખે છે કે જે હું ન કરી શક્યો તે મારો પુત્ર કરીને બતાવે, પરંતુ... પુત્ર અને શિષ્ય તેમજ પિતા અને ગુરુમાં અંતર છે.

પિતા ઐહલૌકિક (દુન્યવી) કામનાઓ રાખે છે કે પુત્ર આ સંસારમાં તેનું નામ રોશન કરે. પુત્રનાં કાર્યો એવાં હોય; તેના વડે જે કંઈ પણ કાર્યો થાય તેનાથી તેનું નામ પ્રકાશિત થાય. સૌ મારું નામ સન્માનની સાથે લે...!... કે આ તો અમુકનો પુત્ર છે, પરંતુ ગુરુ... પારમાર્થિક લોકમાં લઈ જવાની વાત કરે છે. તેઓ કહે છે કે નામ-પ્રતિષ્ઠાથી ઉપર ઊઠો, એ બધી તો દગો આપનારી વસ્તુ છે. તેનાથી ઉપર ઊઠી જાઓ. આમ ગુરુ જે ચાહે છે તે તો...! તેઓ એવું નથી ચાહતા કે (શિષ્ય) મારું નામ રોશન કરશે. શિષ્ય મારું નામ પ્રસિદ્ધ કરશે - ઉજાળશે. તેઓ એવી અપેક્ષા નથી રાખતા. તેઓ તો ચાહે છે કે શિષ્ય પરમ કલ્યાણની પ્રાપ્તિ કરે, પરમાર્થની પ્રાપ્તિ કરે, - પરમાત્માની પ્રાપ્તિ કરે. આમ... આ જે સંબંધ છે (એ-) પવિત્ર સંબંધ છે. ગુરુના શાસનમાં ચાલવાનો બીજો કોઈ અર્થ નથી. આપણા કલ્યાણનો જે માર્ગ આપણને મળ્યો છે તેના પર આપણે ચાલવું!

ગુરુ તત્ત્વ તો એ જ તત્ત્વ છે કે જેણે પોતાના જીવનમાં તે પરમાત્માની પ્રાપ્તિ કરી છે; પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર કર્યો છે અને ... તેમના અનુભવથી.....,

તેમના બતાવેલા માર્ગ પર આપણે ચાલીશું તો એ સુનિશ્ચિત છે કે આપણું કલ્યાણ થશે.

ક્યારેક ક્યારેક એવું થાય છે કે શિષ્યની ભાવનાને, નિષ્ઠાને દઢ કરવા માટે ગુરુદેવ કંઈક બીજા પ્રકારના આદેશ આપી દે છે પછી.... ક્યારેક ક્યારેક એવું થાય છે, (તેઓ-) જુએ છે કે શિષ્યની અત્યારે ધનમાં આસક્તિ છે, સંતતિમાં આસક્તિ છે, સંસારમાં આસક્તિ છે તો તે આસક્તિને તોડવા માટે... તેના રહસ્યને સમજવાને અને સમજાવવાને માટે તે ચીજોને આપીને અથવા તો તે ચીજોને છીનવીને (બંને પ્રકારે, વિધિથી અથવા નિષેધથી) આસક્તિને તોડે છે. ત્યાર પછી તેઓ જુએ છે કે શિષ્ય અત્યારે દેહ સ્તરમાં જીવી રહ્યો છે; શરીરના સ્તરમાં જીવી રહ્યો છે તો તેને નિષ્કામ કર્મની પ્રેરણા આપે છે. (શિષ્ય દ્વારા-) આશ્રમની સેવા વગેરે જે કરાવવામાં આવે છે તેની પાછળ બીજું કોઈ રહસ્ય નથી. તેઓ (ગુરુ-) જાણે છે કે અત્યારે એ (શિષ્ય-) દેહના સ્તરમાં જીવી રહ્યો છે; શરીરના સ્તરમાં જીવી રહ્યો છે. માટે તેના દ્વારા નિષ્કામ કર્મયોગ જ સારો છે. અત્યારે જો તેને કહીશ કે ધ્યાન કરવા બેસો; સ્વાધ્યાય ઈત્યાદિ કરો કે જપ અનુષ્ઠાન કરો (તો-) કોઈ લાભ નથી. સારું તો એ જ છે કે જ્યાં સુધી તે દેહના સ્તરમાં જીવી રહ્યો છે (ત્યાં સુધી તેને-), નિષ્કામ કર્મ યોગમાં- સેવામાં લગાવી દેવામાં આવે. જ્યારે તે (શિષ્ય) તેનાથી આગળ ઉપર વધે છે- બૌધ્ધિક સ્તરમાં આવે છે ત્યારે તેને કહે છે કે... હા! હવે તમે સ્વાધ્યાય કરો, હવે તમે જપ કરો. હવે તમે ધ્યાન કરો. અને જ્યારે .... તે .... ક્રમશઃ એક-એક સ્તરને પાર કરતાં હૃદયના સ્તરમાં આવી જાય છે ત્યારે તેને ભક્તિનો માર્ગ બતાવે છે. ભક્તિમાં તેનો પ્રવેશ કરાવે છે. આમ.... આ જે ભિન્ન-ભિન્ન સ્થિતિઓ છે તે અનુસાર ગુરુદેવ ભિન્ન-ભિન્ન પ્રકારના આદેશ આપે છે, પરંતુ એ બધાની પાછળ એક જ ભાવના હોય છે કે (શિષ્ય-) પરમાત્માની પ્રાપ્તિ કરે અને પછી ત્યાર બાદ જે થવાનું છે......! પરમાત્માની પ્રાપ્તિ પછી શું થવાનું છે? -પ્રેમાભક્તિ, નિષ્કામ સેવા, શ્રીરામ.

☐ 'પ્રેમામૃત'માંથી સાભાર

(ગુરુકૃપા પ્રસાદ પાના નં. ૨૯ ઉપરથી ચાલુ)

- ઈશ્વર જ સઘળું થઈને સર્વત્ર સર્વસ્થળે સમયે રહેલો છે તેવી સભાનતા એક વાર અંતરસ્તરે પ્રગટે અને સ્થિત સ્થિર થાય પછી આનંદનો મહાસાગર હૈયે રેલાય, પછી રાગ, દ્વેષ, કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ, છળ, કપટ, દંભ, આડંબરના તાણાવાણાઓનાં બંધન તૂટે. આવશ્યકતા છે-એક ચિનગારીની!

- આનંદ તમારું સ્વરૂપ છે, જે બનવાનું છે તે ઈશ્વરની ઈચ્છા પ્રમાણે બન્યા જ કરે છે તો પછી તણાવ ઉત્પન્ન કરવાની જરૂર શા માટે? ચિંતા શા કારણે? આવી પરિસ્થિતિમાં ક્ષમાપના પ્રત્યેક પળે કેળવવી.

-જાણો, માણો અને આનંદો!

આનંદોઽહમ્ આનંદોઽહમ્ આનંદ બ્રહ્માનંદમ્

ૐ શાંતિઃ શાંતિઃ શાંતિઃ ....

સર્વભૂતહિતે રતાઃ (ગીતા ૫,૨૫) તમામ પ્રાણીઓના હિતમાં ગળાડૂબ સ્વામીજી મહારાજની અહૈતુકી કૃપા આપણા સૌ પર શાશ્વત રહે એ જ પ્રાર્થના સાથે-

ઓમ્ નમામિ અધ્યાત્માનંદં
અધ્યાત્માનંદં સહજાનંદમ્।
સહજસ્વરૂપં શુભ્રવર્ણં
ત્રિલોકનાથં ઓમ્ ગુરુદેવમ્॥

પ.પૂ સ્વામીજી મહારાજને પ્રાકટ્ય દિવસની હાર્દિક શુભેચ્છા.

સાધનાચતુષ્ટય

- શ્રી સ્વામી વેંકટેશાનંદજી

સ્વામી શિવાનંદે અધ્યાત્મમાર્ગમાં સાધના ચતુષ્ટયની સર્વોપરી અને અગત્યની જરૂરિયાતનો સ્વીકાર કર્યો હતો. જ્યારે સનાતની ઋષિ અને સંતો, યોગીઓ કે પવિત્ર પુરુષો અનુભવી જિજ્ઞાસુઓને (જે તૈયાર હોય, જે શિસ્તબદ્ધ હોય અને જેને સાધનાનો અનુભવ હોય) તેમના શિષ્ય તરીકે લેવાની રાહ જોતા હોય ત્યારે સ્વામી શિવાનંદે વિચાર્યું કે આ આધુનિક જગતમાં રહેતો બધી બાજુથી વિક્ષેપો અને લાલચોથી ઘેરાયેલો મનુષ્ય વિવેક અને વૈરાગ્યનો વિકાસ સાધેલો હોય એવી આશા વધુ પડતી છે. તેમણે જણાવ્યું કે નિષ્ફળતાથી ડગી જઇ ઘર છોડી દેનાર મનુષ્યમાં એવો તણખો હોવો જોઇએ, જેને સમારીને-ફૂંકીને-તેમાંથી મોટી જ્વાળા પ્રગટાવી શકાય. કોઇ વખત જો તણખો પણ ન હોય તો તેઓ તેને પ્રગટાવી શક્તા હતા. સ્વામી શિવાનંદ પાસે આ માટેની વિશિષ્ટ કળા હતી.

ગુરુદેવે અપનાવેલી રીતોમાંની એક હતી. મોટા પાયે આધ્યાત્મિક જ્ઞાનનો પ્રસાર, જે પૂરેપૂરો તારતમ્યરહિત-પરસ્પર મેળ વગરનો હતો. તેઓ એવા ગુરુ હતા જે કંઇ વિચાર વગરનું દાન કરતા અને કોઇ ગણતરી વગર આધ્યાત્મિક જ્ઞાનનું વિતરણ કરતા. તેમને એવી આશા હતી કે તેમણે મોકલેલું સાહિત્ય-એકાદ ચોપાનિયું કે પુસ્તક કોઇ ને કોઇ વિશિષ્ટ માનસિક ક્ષણે મળી જાય જે તેનામાં સાચો વિવેક, સાચી મહત્ત્વાકાંક્ષા પ્રગટાવે. ગુરુદેવ ભક્તોને અને બીજા લોકોને પણ પુષ્કળ પ્રમાણમાં નિઃશુલ્ક આધ્યાત્મિક સાહિત્ય મોકલતા. આવાં નિઃશુલ્ક પુસ્તકો મેળવનાર સર વિન્સ્ટન ચર્ચિલ (પ્રાઇમ મિનિસ્ટર, લંડન, ગ્રેટ બ્રિટન) પ્રેસિડેન્ટ ટ્રુમેન (વોશિંગ્ટન, ઉ. અમેરિકા) અને માર્શલ સ્ટેલિન (મોસ્કો) હતા. એક વાર કોઇએ સ્વામીજીને કહ્યું, ''સ્વામીજી, આ સાહિત્ય તેમને કદી પહોંચવાનું નથી.'' તેમણે જવાબ આપ્યો, ''તેની કોઇ ચિંતા ન કરો. ગમે તેમ પણ તે પુસ્તકો તેમને લંડન, મોસ્કો, વોશિંગ્ટન મોકલવામાં આવ્યાં છે એટલે તેઓ ત્યાં જશે જ. કોઇક તેમાં શું છે તે જોવા પાર્સલને ઉઘાડશે. તે તેમને વાંચશે.

હવે એક બીજો રસપ્રદ બનાવ કહું છું. એક દિવસ એક ગવર્નમેન્ટ ડિપાર્ટમેન્ટમાંથી પત્ર મળ્યો. તેના ઉપર તે વિભાગના હેડનું સરનામું અને નામ હતું. સ્વામીજીએ તરત જ એક પુસ્તક પર પોતાની સહી કરી અને 'ઈશ્વર તમારું ભલું કરે, આદર, પ્રેમ અને ઓમ્ સાથે, શિવાનંદ'' લખી તેના સરનામે મોકલી આપ્યું. તે માણસનું નામ નિઃશુલ્ક 'દિવ્ય જીવન' મેગેઝિન મોકલવાના લિસ્ટમાં ઉમેરવામાં આવ્યું. તેને પુસ્તક મળ્યું અને થોડાક દિવસ પછી 'દિવ્ય જીવન'ની એક પ્રત મોકલવામાં આવી-કદાચ તેણે તે ફેંકી દીધી હશે. પછીના મહિને ફરીથી 'દિવ્ય જીવન' મોકલવામાં આવ્યું. તે મળતાં જ તેણે તેના સહાયકને દિવ્ય જીવન સંઘને કડક પત્ર લખવાનું કહ્યું, ''મને આ સાહિત્ય મોકલવાનું બંધ કરો. તમારો સમય બરબાદ ન કરો. મને તેમાં કોઇ જ રસ નથી.'' જ્યારે કાર્યાલયને આવો પત્ર મળ્યો ત્યારે સ્વામીજીએ કહ્યું, ''તેને ખરેખર આ ગમતું નથી તો તેનું નામ નિઃશુલ્ક રજિસ્ટરમાંથી કાઢી નાખો. તેના ઉપર તેની ઇચ્છા વિરુદ્ધ આપણે કંઇ પણ લાદવા માગતા નથી.'' એમ લાગ્યું કે આ વાત હવે પૂરી થઇ છે, પણ ના, બે વર્ષ પછી તે માણસે સ્વામીજીને પત્ર લખ્યો, જે વાંચી અમને બધાંને સાનંદાશ્ચર્ય થયું: ''મને આપના તરફથી એક પુસ્તક બે વર્ષ પહેલાં મળ્યું હતું. મારું નામ અને સરનામું આપને કેવી રીતે મળ્યાં તે ભગવાન જાણે, પણ તે વખતે હું એવો અહંકારી અને તોરી હતો કે જ્યારે મને તમારું પુસ્તક મળ્યું ત્યારે તેને મેં ફેંકી દીધું. તે વખતે હું નોકરીમાં ઉચ્ચ કક્ષાએ હતો પછી નોકરી ગઇ, પૈસા અને બધું જ જવા માંડ્યું. મને આપઘાત કરવાના વિચારો આવવા માંડ્યા. જે મળ્યું તે વાંચવા માડ્યો, કારણ કે કંઇ કરવાનું ન હતું.

નિરુત્સાહી મિજાજમાં મને આપે બે વર્ષ પર મોકલેલું ‘જીવનમાં સફળતા મેળવવાના અચૂક માર્ગ અને ઈશ્વરસાક્ષાત્કાર’ પુસ્તક મારાં પુસ્તકોના ઢગલામાંથી મળી ગયું. પુસ્તક ખોલ્યું અને વાંચ્યું ‘કદી નિરાશ ન થાઓ’. મને તરત જ યાદ આવ્યું કે તે પુસ્તક મને આપના તરફથી મોકલવામાં આવ્યું હતું અને મેં તે કચરાપેટીમાં ફેંકી દીધું હતું, પણ મારા નોકરે બીજા દિવસે નવા જ પુસ્તકને કચરાપેટીમાં જોઇ તેને સાફ કરી બીજાં પુસ્તકો સાથે ગોઠવી દીધું હતું. આમ હું તેનો તથા આપનો પણ ખૂબ આભારી છું. તે પુસ્તકે મારું જીવન બચાવ્યું છે. પછી તેણે પ્રયત્નો કર્યા અને જીવનમાં ફરીથી સફળતા પ્રાપ્ત કરી.

આ હતી ગુરુદેવની પદ્ધતિ. મને પૂરી ખાતરી છે કે તેમની પાસેથી પુસ્તકો અને મેગિઝિન મેળવેલા એવો હજારો અને હજારો લોકોમાંથી ફક્ત થોડાક લોકોએ તેનો આ રીતે ઉપયોગ કર્યો હશે, પણ તે કોઇ વ્યક્તિના હૃદયને કોઇ સ્થળે, કોઇ સમયે સહાનુભૂતિ આપનાર ચોક્કસ બની શકે. સ્વામીજીની બાબતમાં તે સારાસારભેદ વગરના આધ્યાત્મિક જ્ઞાનના પ્રસાર માત્ર હતું. જો તમે તેના પર થોડોક વિચાર કરો તો તમને ઘણું કરીને લાગશે (મારી માફક) કે તેઓ પોતે દિવ્ય અવતારી પુરુષ હોવા જોઇએ, કારણ કે ફક્ત ઈશ્વર જ આવું વલણ અપનાવી શકે છે. ફક્ત ઈશ્વરના સ્વભાવમાં જ આવો અભિગમ જોવા મળે. તમે કોઇ બીયાંવાળાં ફળ લાગેલા વૃક્ષને જોશો ત્યારે આ ફિલસૂફીને ખૂબ સુંદર રીતે સમજી શકશો. એક વૃક્ષ એક મોસમમાં કેટલાં બીજ ધારણ કરી શકે છે તેની સંખ્યા તમે ગણી શકશો? ધારો કે જો તેમાંનાં બધાં ઊગે અને વૃક્ષ બની જાય તો શું થાય? તો એક જ પ્રકારનાં વૃક્ષોને સમાવવા માટે આ ધરતી પર જગા નહિ હોય પણ આવું બનતું નથી. ઈશ્વરે ફળવાળું વૃક્ષ ઉત્પન્ન કર્યું છે, તે વૃક્ષ દરેક મોસમમાં હજારો ફળ આપે છે, પણ તેમાંનાં બધાં ઊગતાં નથી. આ સર્વજ્ઞ સર્વશક્તિમાન અને સર્વવ્યાપી ઈશ્વર તેનાથી પૂરેપૂરો સંતુષ્ટ છે. દલીલ કરો કે બાકીનાં ફળ ખાતર બની જાય છે. સરસ, આ મને ગમ્યું! ટૂંકમાં કહું તો સ્વામી શિવાનંદે આમ જ કર્યું. તેમણે હજારો અને હજારો બીજ વાવ્યાં. તેમાંનાં થોડાંક ઊગ્યાં અને પોતાની રીતે મજબૂત વૃક્ષ પણ બન્યાં. બાકીનાં ભવિષ્યની વાવણી માટે ખાતર તરીકે કામ આવી ગયાં (આવે છે). એવા લોકો જેમને સ્વામી શિવાનંદે ચાહ્યા, તાલીમ આપી, સેવા કરી અને માર્ગદર્શન આપ્યું, જેમનામાં સ્વામી શિવાનંદે આધ્યાત્મિક આકાંક્ષાનાં બીજ રોપ્યાં તેઓ જુદા જુદા ગુરુઓ સાથે જોડાયેલા છે અને ત્યાં તેઓ મોટા યોગી, મહાન મહાત્મા, મોટા જિજ્ઞાસુ તરીકે જાણીતા થયા છે. આમ, તેમણે જે બીજ વાવેલાં હતાં તે ઊગ્યાં છે અને કેટલાંક મોટાં વૃક્ષ બની ગયાં છે. બાકીમાંનાં કેટલાંક ઘણું કરીને બીજા જિજ્ઞાસા વગરના લોકોની ચેતનાને ફળદાયી બનાવી તેમને જિજ્ઞાસુ બનાવ્યા છે. જ્યારે તેઓ આંતરિક રીતે જાગ્રત થયા ત્યારે તેમને કોઇ પવિત્ર પુરુષનો સંગ થઇ ગયો અને તેમના શિષ્ય થઇ ગયા. ગુરુદેવનો આ સુંદર અભિગમ હતો. તેઓ એક અસાધારણ આશાવાદી હતા. તેમને લાગતું હતું કે જો આ પ્રકારના સારાસારભેદ વિનાના આધ્યાત્મિક જ્ઞાનના પ્રસારણને સ્વીકારવામાં આવે તો દરેકને અંતિમ પથ અને લક્ષ્ય મળી શકશે.

આમ, તેમણે સ્વીકાર્યું હતું કે સાધનાચતુષ્ટય અથવા વિવેક, વૈરાગ્ય, ષટ્સંપત અને મુમુક્ષુત્વ (મોક્ષ માટેની તીવ્ર ઇચ્છા) સાધના માટે જરૂરી પૂર્વાવશ્યક વસ્તુઓ છે; તેમના વગર તમને ક્યાંયથી કંઇ જ મળવાનું નથી. તમને તમારા ગુરુની ઓળખ પણ થશે નહિ અને તમને જે કંઇ તાલીમ મળશે તે નકામી અને નિષ્ફળ જશે, પણ તેમણે આગ્રહ રાખ્યો હતો કે પ્રબુદ્ધ પુરુષો (અથવા વડીલ આધ્યાત્મિક ઉમેદવારો)ની ધરતી તૈયાર છે કે નહિ તેની પરવા કર્યા વગર બીજને તેમાં રોપવાની ફરજ છે. તે આપણી સેવા છે. આ બીજ આજે નહિ તો કાલે ઉગવાનાં છે જ.

એક બીજા ખૂબ રસપ્રદ વિશિષ્ટ મહત્ત્વના લક્ષણ વિષે વિચારીએ. હવે આશ્રમ આધુનિક બન્યો છે. જીવન સારા પ્રમાણમાં સ્વસ્થ આરામદાયક બન્યું છે. સન ૧૯૪૦ની શરૂઆતના જિજ્ઞાસુઓની કેવી દશા

હશે? તેમાંના કેટલાકે સ્વામી શિવાનંદનાં જુસ્સાવાળાં લખાણો વાચ્યાં હતાં. તેમાંનાં ગુરુદેવનાં કેટલાંક મૂળ લખાણો એટલાં ઉત્સાહપ્રેરક હતાં કે જો તમે તેને વાંચો તો તમે તમારાં બધાં વસ્ત્રો ફાડી નાખી હિમાલયમાં નાસી જાઓ અને ત્યાં ઉગ્ર તપસ્યા કરી તે જ ઘડીએ આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરો. તેમની શૈલીની આ વિશિષ્ટતા હતી. તેમનાં લખાણોથી પ્રોત્સાહિત થઇને ઘણા લોકો અહીં આવ્યા. તેમાંના ઘણા પહેરેલા કપડે જ આવેલા, કારણ કે તેમણે સ્વામી શિવાનંદના પુસ્તક 'વૈરાગ્ય કેવી રીતે પ્રાપ્ત કરવો'માં વાંચેલું કે 'બધાંનો ત્યાગ કરો' અને તેઓએ દરેક વસ્તુનો ત્યાગ કર્યો; ''એકાંતમાં રહો'' અને તેથી તેઓ અહીં એકાંત શોધવા આવ્યા હતા. આ આશ્રમમાં આવીને કેટલાકે જાણ્યું કે જે લોકો અહીં વહેલા આવ્યા હતા તેમને સરસ કોટ આપવામાં આવ્યો હતો. તેમની ત્યાગવૃત્તિ ઘણી પ્રખર હતી. ''ઓહ, તેમણે કોટ લઇને પથ ગુમાવ્યો છે, પથ ચૂકી ગયા છે. હું કેવો વૈરાગી છું તે જુઓ. તે લોકો કરતાં મારી આકાંક્ષા સ્વામી શિવાનંદની સાથે લાંબો સમય રહેલા છે તેમના કરતા ઘણી વધુ તીવ્ર છે, તેઓ તપસ્યા, વૈરાગ્ય, મુમુક્ષુત્વ વિષે જાણતા નથી. હું દરરોજ સવારે ૪ વાગ્યે ધ્યાનમાં બેસું છું. આ જૂના આશ્રમવાસીઓ તરફ જુઓ.'' સ્વામીજી તેમનું ધ્યાન રાખતા અને પ્રશંસા કરતા. તમે જે કંઇ કર્યું તેનાથી પ્રથમ હિંમત-ઉત્સાહ આવ્યાં, પછી તે ધીમેથી આગળ વધે છે અને ઉત્સાહ ખૂબ સારો ગુણ છે. તમારી આકાંક્ષા તેજસ્વી અને અદ્ભુત છે. તમે સર્વોત્તમ છો. તમે શુકદેવ જેવા છો, પણ નાદાન ઉત્સાહ સારો નથી. જિજ્ઞાસુને પહેલાં ખૂબ માખણ અને પછી થોડીક કડવી ગોળી આપવી એ ગુરુદેવની રીત હતી, તમારે કદી પણ નાહિંમત ન થવું જોઇએ. તમને એમ લાગવું ન જોઇએ કે તમે જે કંઇ કરી રહ્યા છો તે સંપૂર્ણપણે ખોટું છે. ના કરો, તે સરસ છે, પણ ખાતરી કરો કે તે ફક્ત નાદાન ઉત્સાહ નથી. તીવ્ર આકાંક્ષા જરૂરી છે, પણ તે સ્થિર હોવી જોઇએ. બલૂનની માફક એકદમ ઉપર જાય અને એકદમ નીચે આવે એવી અસ્થિર હોવી ન જોઇએ. જો તે સાચી આકાંક્ષા હશે તો તે જીવનભર તમારામાં ચાલુ રહેશે જો તે કાઇ પ્રકારના નાદાન ઉત્સાહને લીધે હશે તો થોડાક સમયમાં અદૃશ્ય થઈ જશે, એટલું જ નહિ પણ વિરુદ્ધ પ્રતિક્રિયા આપશે. દાખલા તરીકે તમે છ માસ માટે લગભગ નગ્ન ફરો છો, કોઇની સાથે વાત કરતા નથી અને ખૂબ ઓછું જમો છો. આમ કરવામાં તમારો ઇરાદો શું છે તે ભગવાન જાણે. તમારા મન તથા હૃદયમાં શું ચાલી રહ્યું છે તે પણ ભગવાન જાણે. જો છ માસ પછી તમને ગમે તેમ એમ લાગ્યું હોય કે જે કંઇ કર્યું તે નકામું હતું ત્યારે તમે સતત વાત કરતા હશો. સતત ખાતા હશો અને આમ તમે વિરુદ્ધ છેડાનું વર્તન કરતા હશો.

સ્વામીજી આવી પરિસ્થિતિથી પૂરેપૂરા સજાગ હતા અને શિષ્યોને પણ તેમણે આ બાબતમાં સજાગ રહેવાનું જણાવ્યું હતું. એક દાખલો આપું : હું જ્યારે આશ્રમમાં આવ્યો ત્યારે મારી સાથે એક યુવક પણ આશ્રમમાં રહેવા આવ્યો હતો. આ યુવાન એક સરસ વ્યક્તિ હતો. તેનામાં કંઇ પણ ખરાબ ન હતું. અહીં તે ગુરુદેવનો અને તેમની પ્રવૃત્તિઓનો પરમ ભક્ત હતો. તેણે સ્વામી શિવાનંદના એક જ્યેષ્ઠ શિષ્ય સાથે અસામાન્ય મિત્રતા બાંધી હતી. આ કુદરતી છે – જો તમે અહીં છ માસ કે વધુ રહો તો જ્યેષ્ઠ મહાત્માઓ સાથે સંપર્ક થાય. થોડાક સમય પછી આ જ્યેષ્ઠ સ્વામીએ આશ્રમ છોડવાનો નિર્ણય કર્યો. મારા યુવાન મિત્રે પણ એકાએક આશ્રમ છોડવાનો નિર્ણય કર્યો. તે આશ્રમથી નિરાશ થયો હતો, કારણ કે જે સ્વામીનાં તે વખાણ કરતો હતો તે આશ્રમ છોડી જતા હતા. તેમણે મને આશ્રમ છોડી તેની સાથે જોડાવા કહ્યું. મેં તેમને કહ્યું, ''હું તમારી સાથે જ આશ્રમમાં આવ્યો છું, પણ હું તમારી સાથે પાછો જવા ઇચ્છતો નથી.'' તે દિવસોમાં હું ભજનહૉલમાં રહેતો હતો અને સ્વામીજી નીચે ગંગાના કિનારે રહેતા હતા. તેઓ દિવસ દરમિયાન ત્રણથી ચાર વખત ઉપર – નીચે આવતા અને જતા. તે સમયે ઘાટનાં પગથિયાં ન હતાં. ગુરુદેવ ટેકરીની બાજુમાં થઇને ઉપર આવતા. તેઓ મને પ્રથમ વાર મળ્યા અને કહ્યું, 'મને લાગે છે કે તે આશ્રમ છોડી જઇ રહ્યો છે. તેને આશ્રમ ન

છોડવાનું કહો. તે આશ્રમમાં એક વર્ષ રહ્યો છે અને હવે જો તે પાછો જાય તો મોટી પ્રતિક્રિયા થશે. તેણે અત્યાર સુધીમાં જે કંઈ મેળવ્યું છે તે ગુમાવશે.'' મેં ગુરુદેવની આ વાત તેને કરી. તેણે મને કહ્યું, ''ના, મારા પિતાશ્રીને ઠીક નથી, મારી માતાને પણ ઠીક નથી અને મારે મારા કુટુંબનું ભરણપોષણ કરવા જવું પડશે.'' હું નીચે ગયો અને સ્વામીજીને આ બધું કહ્યું, થોડાક સમય પછી ગુરુદેવ પાછા ઉપર આવ્યા અને કહ્યું, '' તે કેટલું કમાશે? આપણે તેનાં માતુશ્રીને જરૂરી રકમ મોકલીશું.'' તે દિવસોમાં આશ્રમની આર્થિક સ્થિતિ બહુ ખરાબ હતી, છતાં તેમણે કહ્યું, ''અમે તમારા ભરણપોષણ જેટલું આપીશું. તમારા કુટુંબનો ગુજારો તેમાંથી થશે. આધ્યાત્મિક સંપત્તિ ખૂબ કીમતી છે.'' ગુરુદેવ જાણતા હતા કે સાધનાચતુષ્ટય સંપત, ઊંચે ચઢવાની આકાંક્ષારૂપી સંપત્તિ ખૂબ નાજુક છે. આધ્યાત્મિક આકાંક્ષા એ મનુષ્યના હૃદયમાં કુદરતી વસ્તુ તરીકે મળી આવતી નથી તે તમારી અંદર ઊંડે ધરબાયેલી હોય છે, પણ તે એટલે ઊંડે હોય છે અને તે આકાંક્ષાની આજુબાજુ એટલાં મેલ અને રાખનાં પડ જામી ગયાં હોય છે કે તેને દૂર કરવાં ખૂબ મુશ્કેલ હોય છે. ગુરુદેવ બીજને રોપેલું અને ફક્ત તેઓ જ જાણે કે તે કેટલું ભારે કિંમતનું, કેટલું મૂલ્યવાન હશે તેમજ તેને પ્રતિક્રિયા સામે રક્ષવાનું કેટલું જરૂરી હશે. તે હતો ગુરુદેવનો સાધનાચતુષ્ટય તરફનો અસાધારણ પ્રેમ અને અસાધારણ સ્થિર મત.

નવા વિદ્યાર્થીઓ ફક્ત અણઘડ જ નહિ, જાગ્રત પણ ન હોવાથી ગુરુદેવને તેમને જાગ્રત કરવાનું કાર્ય કરવાનું રહેતું. જે લોકો આશ્રમમાં ઘણીવાર આવતા તેઓ પણ પોતાની ખરાબ ટેવો સાથે જ આવતા. ગુરુદેવ તેમને યોગ્ય રીતે વર્તવા માટે કેવી રીતે જાગ્રત કરતા હશે? ઘણી વાર તેઓ કેટલીક સાધારણ કુટેવો તરફ ખાસ લક્ષ ન આપતા. હું જાણું છું કે કેટલાક પ્રસંગોએ સ્વામીજીના ખૂબ જયેષ્ઠ શિષ્યો (જે આશ્રમમાં કાર્યકર્તા પણ હોય) આશ્રમના જિજ્ઞાસુઓ સામેની વિવિધ પ્રકારની ફરિયાદો લઈ સ્વામીજી પાસે જતા. ગુરુદેવને આ કાર્યકર્તાઓને પણ ખુશ રાખવા પડે. તેઓ ખૂબ ગુસ્સે થવાનો ડોળ કરે. કાર્યકારી મંત્રીને સંતોષ થતો અને માને કે યુવાન જિજ્ઞાસુઓને સ્વામીજી યોગ્ય ઠપકો આપશે પરંતુ તેને બદલે જે વ્યક્તિ સામે ફરિયાદ કરવામાં આવી હતી તેને પ્રથમ બે કેળાં આપવામાં આવતાં. તે દિવસોમાં ગુરુદેવની સેવામાં એક કિશોર હતો, તે દોડતાં દોડતાં તમારી પાસે આવે અને કહે, ''સ્વામીજીએ તમને પ્રસાદ તરીકે કેળાં આપ્યાં છે.'' અડધા કલાક પછી કોઈ બીજું તમારી પાસે દોડતું આવે અને કહે, ''સ્વામીજીએ તમારા માટે કૉફી મોકલાવી છે.'' કલાક પછી ગુરુદેવનાં દર્શન થાય. તેઓ કહે, ''તું તેજસ્વી છે, હોશિયાર છે, તું સરસ રીતે ધ્યાન કરે છે. તું જપ પણ કરે છે – સરસ. તું વેદાંત ભણે છે? ખૂબ સરસ. બધી ફરિયાદોનું શું થયું? તેઓ જિજ્ઞાસુઓને આપેલું આ પ્રકારનું પ્રોત્સાહન કેવું કામ કરે છે તેનું બરાબર ધ્યાન રાખે, તમે ખરાબ વ્યક્તિ છો એવું કહેવાને બદલે ગુરુદેવ તમારામાં જે સારા ગુણો હોય તેના પર ખાસ ધ્યાન રાખવાનો આગ્રહ રાખતા. તેઓ કહેતા કે તમારામાં આધ્યાત્મિક આકાંક્ષા કે ભક્તિ ન હોવા છતાં તમે ખૂબ સારા કાર્યકર છો. દરેક માણસમાં કેટલાક સારા ગુણો હોય છે તો તેમને શા માટે ઉત્તેજન ન આપવું? તેઓ કહેતા, ''તમે ખૂબ શક્તિશાળી કાર્યકર છો. તમારા જેટલું સખત કામ કોઈ પણ કરતું નથી.'' આમ, તેઓ આકાંક્ષાનાં બીજને રોપતા. આ બીજ રોપવાનું કાર્ય મહત્ત્વનું છે પછી ધીમેથી ઉમેરતા. ''જ્યારે જ્યારે તમે કંઈ કાર્ય કરો ત્યારે દરેક વ્યક્તિમાં ભગવાનને જુઓ. તમે રસોડામાં જઈ મહેમાનોને જમવાનું કેમ પીરસતા નથી? તમે ભારે મોટા માણસ છો, તમારું શરીર સરસ અને અવાજ મધુર છે. જ્યારે તમે રોટલી પીરસો છો ત્યારે કહો, 'રોટી ભગવાન, રોટી નારાયણ, રોટી મહારાજ.''

આમ, આ રીતે આકાંક્ષાનું બીજ રોપવામાં આવતું હતું.

☐ 'Sivananda Yoga'માંથી ગુજરાતીમાં ભાવાનુવાદ

આનંદ કુટીરનો સાદ

ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી

જીવનની બક્ષિસ

જીવન એ તમારી સૌથી મોટી બક્ષિસ છે. તેથી દરેક ક્ષણનો ઉપયોગ જ્ઞાનથી કરો અને તેનો લાભ ઊઠાવો. જે હિંમત રાખે છે અને કર્મ કરે છે તેમને જ સફળતા સાંપડે છે.

જીવનને શાશ્વત આનંદ બનાવી દો. સત્યમાંથી આનંદ પ્રાપ્ત કરો, તપથી આનંદ મેળવો, દાન, સત્કાર્ય અને દયામાંથી આનંદનો આસ્વાદ લો. સાદું અને નિયમિત જીવન જીવો. કઠોર જીવન જીવો. દરેક દિવસનો એવો ઉપયોગ કરો કે જાણે તે છેલ્લો દિવસ છે. દરેક ક્ષણ ધ્યાન, પ્રાર્થના અને સેવામાં વીતાવો. તમારું જીવન સતત યજ્ઞમય બની રહો. વર્તમાનમાં જીવો. ભૂતકાળને ભૂલી જાઓ અને સ્વપ્નની માફક તેની અવગણના કરો, ભવિષ્યની આશાના મિનારા ચણવાના છોડી દો. જીવનનો અર્થ સારી રીતે સમજી લો અને શોધ શરૂ કરો. આ અતિમહત્ત્વની શોધ કરવામાં વિલંબ ન કરો.

ફૂલો અને લીલા ઘાસની સાથે સ્મિત કરો. પતંગિયાં, પક્ષીઓ અને હરણાં સાથે રમો. નાનાં ઝાડવાં, કૂંપળો અને નાની ડાળખીઓ સાથે હાથ મિલાવો. મેઘધનુષ, પવન, તારા અને સૂર્ય સાથે વાતો કરો. વહેતાં ઝરણાં અને સમુદ્રના તરંગો સાથે વાતો કરો. તમારા પડોશીઓ, કૂતરાં, બિલાડાં, ગાયો, વૃક્ષો અને ફૂલો સાથે દોસ્તી બાંધો, પછી તમારું જીવન વિશાળ અને પૂર્ણ બની જશે. તમારું જીવન ભર્યું ભર્યું અને રસાળ બની જશે. તમારામાં કશાનો અભાવ નહીં રહે. તમે જીવનના એકત્વની અનુભૂતિ કરશો. માનવજીવનનું સર્વોચ્ચ ધ્યેય આ જ છે. આ દિવ્ય જીવન છે.

અમરને શોધો

જીવનનો કાળ ક્ષણે ક્ષણે ઘટી રહ્યો છે,
યુવાની મૂરઝાઈ રહી છે,
જીવન પરપોટા કે વીજળી જેવું ક્ષણિક છે,
સૌંદર્ય ક્ષીણ થઈ રહ્યું છે,
મૃત્યુ તમને ફાડી ખાવાની રાહ જોઈ રહ્યું છે,
ધન એક હાથથી બીજા હાથમાં સરકી રહ્યું છે,
અહીં કશું કાયમી નથી;
સુખ તમને છેતરી રહ્યું છે,
દુઃખ અને દર્દ તમને પીડી રહ્યાં છે,
મુશ્કેલીઓ અને ચિંતાઓ તમને ત્રાસ આપી રહી છે,
આ જીવનમાં સાચા સુખનો કણ પણ નથી.
હે સખા! ચિંતન કર અને ડાહ્યો થા,
કરુણામય પ્રભુને શોધ,
તેનાં ચરણોમાં શરણ શોધ,
અને તેમાં શાંતિથી નિવાસ કર.

☐ 'યોગના પાઠ' માંથી સાભાર

શિવાનંદ કથામૃત

[ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજને આનંદ કુટિર ઋષીકેશમાં મળવા માટે અનેક આગંતુકો, મુલાકાતીઓ અને ભક્તો આવતા. તેઓ ગુરુદેવને વિવિધ વિષયો પર અનેક પ્રકારના પ્રશ્નો પૂછતા. ગુરુદેવ તેનો યોગ્ય જવાબ આપતા. આ પ્રશ્નો તથા તેના જવાબ ગુરુદેવની સાથે રહેતા સંન્યાસી શિષ્યો ચીવટપૂર્વક નોંધી લેતા. આ નોંધ એટલે શિવાનંદ કથામૃત. તેમાં ઘણી વ્યક્તિઓનો ફાળો છે. મુખ્ય ફાળો સ્વામી વ્યંકટેશાનંદનો છે. આ ઉપરાંત સ્વામી શિવાનંદ હૃદયાનંદ, સ્વામી ચૈતન્યાનંદ, સ્વામી સંતાનંદ, સ્વામી ગુરુશરણાનંદ, સ્વામી પરમાનંદ તથા બીજાઓએ સેવા આપી હતી.]

સાચો ચિંતક

ગુરુદેવને એક વ્યાઘ્રચર્મ ભેટમાં મળ્યું. તેમની ઈચ્છા તેને કોઈ લાયક જિજ્ઞાસુને તે આપવાની હતી. તે બાબતનો વિચાર કરતાં તેમણે જણાવ્યું, ''વ્યાઘ્રચર્મ ઘણાં છે પણ ચિંતક, ધ્યાન કરનારા કોઈ નથી.''

જ્યારે શ્રી યોગેશે વ્યાઘ્રચર્મ માટે ઈચ્છા વ્યક્ત કરી ત્યારે ગુરુદેવે કહ્યું: ''તને વ્યાઘ્રચર્મ આપ્યા પહેલાં હું કોલસાની કસોટી કરીશ.''

ગુરુદેવની કોલસાની કસોટીમાં ચિંતક કે ધ્યાનસ્થ જ્યારે ચિંતન કે ધ્યાનમાં હોય ત્યારે તેના શરીરના કોઈ ભાગ પર સળગતો કોલસો મૂકવામાં આવે છે. જો વ્યક્તિ ખરેખર ચિંતન કે ધ્યાનમાં હોય તો તે શરીરની ચેતનાથી પર હોવાથી કોલસાની દાહક અસર થાય નહિ.

મનની શાંતિ

સ્વામી એસ.એ ગુરુદેવને જણાવ્યું કે મનની શાંતિ માટે તે કાશ્મીર જવા ઈચ્છતા હતા.

ગુરુદેવે તરત જ કહ્યું: 'જો તમારે મનની શાંતિ જોઈતી હોય તો જપ કરો – શું શાંતિ જપ કરવાથી મળશે કે કાશ્મીર જવાથી?'' જોકે, પાછળથી ગુરુદેવે તેને જવાની રજા આપી.

ચાતુર્માસ

સ્વામી શ્રીનિવાસાનંદને દાઢી ઉગાડતા જોઈને ગુરુદેવે ધાર્યું કે ચાતુર્માસ આવતા હશે અને પૂછ્યું: ''તમે ચાતુર્માસ કેવી રીતે પાળો છો? તેમાં ફક્ત દાઢી વધારવાની જ હોય છે?''

સ્વામી શ્રીનિવાસાનંદે કહ્યું કે તેમનું એક વ્રત કોળું નહિ ખાવાનું પણ છે.

''રૂઢીચુસ્ત લોકો બનારસ જાય અને કોળું ન ખાવાની બાધા રાખે તેમ કોળું છોડવાનો શું અર્થ છે?'' ગુરુદેવે કહ્યું: ''તમે અહં, આકર્ષણ-અપાકર્ષણ અને ક્રોધ છોડ્યાં છે? તમે ચાલો ત્યારે કીડી અને બીજાં પ્રાણીઓ કચરાઈ ન જાય તે માટે નીચે જોઈને ચાલો છો?''

સ્વામી શ્રીનિવાસાનંદે ગુરુદેવનાં સૂચનોની નોંધ કરી.

અવંતિ બ્રાહ્મણ

આશ્રમના એક આશ્રમવાસીએ ગુરુદેવને ફરિયાદ કરી કે બીજો આશ્રમવાસી તેને મારવા માટે આવ્યો હતો. તેને દિલાસો આપી ગુરુદેવે કહ્યું: ''તમે અવંતિ બ્રાહ્મણની વાત જાણો છો? ભગવાન કૃષ્ણે કહેલી આ વાત સાંભળો. એક બ્રાહ્મણ હતો. તેણે પોતાની પત્ની, સંપત્તિ અને બધી મિલકત ગુમાવી હતી. ગુંડા લોકોએ તેના બન્ને હાથ બાંધી તેના પર થૂંક્યા ત્યારબાદ તેને માર માર્યો હતો. બ્રાહ્મણે બધા જ જુલમો ધીરજથી સહન કર્યા હતા. આવી ધીરજ તારે પણ વિકસાવવી જોઈએ. આ વાત યાદ રાખ અને ધીરજનો વિકાસ કર.

ગેરુ રંગનું મૂલ્ય

એક આશ્રમવાસી ગુરુદેવની પાસે ગયો અને રસોડાના લોકો તેની જરૂરિયાત પૂરી પાડવામાં સહકાર આપતા નથી એવી ફરિયાદ કરી.

તેના પર ટીકા કરતાં ગુરુદેવે પાછળથી કહ્યું: 'લોકો ગેરુ રંગનું મૂલ્ય સમજતા નથી. જો કોઈને દૂધ

સવારમાં કે સાંજે ન મળે કે સમૂળગું ન મળે તો તેમાં શું ઓછું થઈ જવાનું છે? તે દિવસોમાં હું બે રોટલી અને થોડીક દાળની ભિક્ષા માટે હૃષીકેશમાં ત્રણ માઈલ ચાલીને જતો. હવે સંન્યાસીઓ પણ એશઆરામી થઈ ગયા છે.''

ગુરુદેવની ઉદારતા

ગુરુદેવને દિવ્ય પ્રવૃત્તિઓ માટે હજારો રૂપિયાનાં દાન મળતાં હોવા છતાં તેઓ બીજા દિવસ માટે કંઈ રહ્યું છે કે કેમ તેની કદી ચિંતા કરતા નહિ. તેમના શિષ્યો કેટલીયે વાર તેમને ભિખારીને સો રૂપિયા જેવી રકમ આપી દેતા જોયેલા.

તેઓ કહેતા, 'તેને રાજી થવા દો. તેણે જીવનમાં આનંદ શું છે તે કદી અનુભવ્યું નથી.''

તેમનાં પુસ્તકો ખૂબ આર્થિક મુશ્કેલીમાં છપાઈ તૈયાર થતાં હોવા છતાં બે દિવસમાં તેઓ હજારો પુસ્તકો નિઃશુલ્ક વહેંચી દેતા. કેટલીક વાર શિષ્યો કહેતા કે સ્વામીજી, હવે વેચાણ માટે કોઈ પુસ્તક રહ્યું નથી ત્યારે તેઓ કહેતાઃ ''કંઈ ચિંતા ન કરો. તેનાથી એક જ હેતુ સરે છે. આપણે માનવતાના લાભ માટે જ પુસ્તકો વેચીએ છીએ. તેમને નિઃશુલ્ક આપવાથી પણ તેમને જ લાભ થાય છે. માટે તમે શું કરવા ચિંતા કરો છો?''

શિષ્યો કહેતાઃ ''સ્વામીજી, આપની વાત સાચી છે, પણ કેટલીક વાર પુસ્તકો એવા લોકોને આપવામાં આવે છે કે જે લોકો તેમને કદી વાંચે નહિ. તો પછી આમ સારાસારની ભેદ વગર પુસ્તકો વહેંચવાનો શો હેતુ?''

જવાબ આવતોઃ ''તેઓ ભલે ન વાંચે, પણ તેઓ કોઈ બીજાને આપશે, જે તેને વાંચી લાભાન્વિત થશે. જે વાંચશે તેને લાભ થવાનો છે. તેટલા માટે હું પુસ્તકો આપું છું. ખરાબમાં ખરાબ એમ બને કે તે પુસ્તકને ફાડી તેમાં ચણાનાં પડીકાં બંધાય. ચણાનું પડીકું ખરીદનાર તે ખોલશે અને તે પાના પરનું લખાણ વાંચશે.''

શીખવવાની રીત

એક વાર એક જિજ્ઞાસુ યોગ શીખવા માટે આશ્રમમાં આવ્યો. ટી. બી.થી પીડાતા એક મુલાકાતી પણ આશ્રમમાં રહેતા હતા. ગુરુદેવે તે માણસનાં કપડાં ધોવાની જિજ્ઞાસુને વિનંતી કરી. જિજ્ઞાસુ પોતાને સોંપેલું કામ કરતાં અચકાયો. તેને એમ લાગ્યું કે તે આશ્રમમાં યોગ શીખવા માટે આવ્યો છે, નહિ કે માંદા માણસનાં કપડાં ધોવા.

પાછળથી માલૂમ પડ્યું કે ગુરુદેવ પોતે ગંગાકિનારે જઈ તે માંદા માણસનાં કપડાં ધોઈ નાખતા હતા.

અપમાન સહન કરો

એપ્રિલ, ૧૯૫૩માં આશ્રમમાં મળેલી 'ધર્મોની પરિષદ'માં દેશના વિવિધ ભાગમાંથી તથા પરદેશમાંથી આધ્યાત્મિક નેતાઓ અને ધર્માધિકારીઓ આવ્યા હતા.

પરિષદના કાર્ય દરમિયાન, કાર્યક્રમમાં સ્થાન નહોતું તેવા એક સ્વામી બોલવા માટે તક આપવાનો દુરાગ્રહ કરી રહ્યા હતા. સંચાલકો પ્લેટફૉર્મ પર તેને બોલાવવા ખુશી ન હતા. ગુરુદેવને ઉત્પાતનો ખ્યાલ આવ્યો અને તેને બોલવા માટે રજા આપવા માટે સંચાલકોને વિનંતી કરી.

તે સ્વામીએ ધર્મ અને આધ્યાત્મિકતા વિષે બોલવાને બદલે નિંદાત્મક ભાષણ દરમિયાન રાષ્ટ્રભાષા હિન્દીને બદલે અંગ્રેજીમાં લખવા માટે અને બોલવા માટે ગુરુદેવની ભારે ટીકા કરી.

ગુરુદેવ તો હંમેશ માફક જાણે તે ભાષણ સાંભળતા જ નથી તેમ બેસી રહ્યા.

જ્યારે ગુરુદેવને બોલવાનો વારો આવ્યો તેમણે સ્વામીનો 'તેમણે અદ્‌ભુત પ્રવચન આપ્યું' એમ કહીને ઉલ્લેખ કર્યો.

તે જ પ્રમાણે, એક પતિ અને તેની પત્ની બન્ને

હંમેશાં ગુરુદેવની નિંદા કરતાં હતાં અને ઋષીકેશ તથા હરદ્વારમાં બદનામ કરતાં હતાં. તેનાથી શિષ્યો બહુ ગુસ્સે હતા. ગુરુદેવ પોતાના શિષ્યોને પાઠ ભણાવવા ઈચ્છતા હતા. એટલે તેમણે ભપકાદાર ડિનરનું આયોજન કર્યું અને તેમાં જોડાવા માટે તે પતિપત્નીને આમંત્રણ આપ્યું. ગુરુદેવે પતિને પોતાની જમણી બાજુએ અને પત્નીને ડાબી બાજુએ બેસાડ્યાં અને શિષ્યોને પ્રેમપૂર્વક પીરસવાનું કહ્યું.

રૂપાંતર

ગુરુદેવનાં એક ભક્ત શિષ્યા આશ્રમમાં જોડાયાં અને સંન્યાસ લીધો, તેનાથી તેમનાં બાળકો અને કુટુંબના સભ્યો ખૂબ દુઃખી થયાં હતાં. તેમને પાછાં આવવા માટે પ્રયત્નો પણ કરેલા પણ સફળ નહિ થયેલાં.

એવું બન્યું કે તેમના દીકરાને દહેરાદૂનમાં હવાઈદળમાં તાલીમ લેવા માટે આવવાનું થયું. તેણે દહેરાદૂનથી ફક્ત વીસ માઈલ દૂર ઋષીકેશમાં આશ્રમમાં જઈ પોતાની માતાને મળવાની તક લેવાનું વિચાર્યું. કુટુંબના સભ્યોને બીક હતી કે તે તેની માતાને આશ્રમમાં મળવા માટે જાય તો તેને સમજાવી આશ્રમમાં જ રોકી લે - એટલે એવું નક્કી કર્યું કે તે કોઈ પણ સંજોગોમાં આશ્રમમાં જાય જ નહિ, તેની માતાને બહાર કોઈ સ્થળે મળી લે.

યુવાન પુત્રે તેની માતાને લખી જણાવ્યું કે તે તેમને મળવા માટે ઋષીકેશ આવશે પણ કુટુંબના સભ્યો સાથે થયેલી સમજૂતી પ્રમાણે તે આશ્રમમાં આવી શકશે નહિ. માતાએ જણાવ્યું કે તેણે આશ્રમમાં આવવાની જરૂર નથી. આશ્રમની પાસે આવેલા પોલીસ-સ્ટેશનની પાસે તે મળશે. ગુરુદેવને તેણે આ માટે કોઈ વાત કરી ન હતી.

આ ગોઠવણ પ્રમાણે છોકરો ટેક્સીમાં પોલીસ-સ્ટેશન પાસે આવ્યો. માતા ત્યાં પહોંચી ગયાં અને બન્ને મળ્યાં અને માતાએ પોતે આશ્રમમાં જોડાવાનું પગલું શા માટે લીધું તે જણાવ્યું છતાં માતાને એમ ખાસ ઈચ્છા હતી કે જ્યારે પુત્ર આટલે સુધી આવ્યો છે તો તેણે ગુરુદેવનાં દર્શન તો કરવાં જોઈએ. જો તે ગુરુદેવના આશીર્વાદ વગર જશે તો તેને ખૂબ દુઃખ થશે.

દીકરાએ માતાને સ્પષ્ટપણે જણાવ્યું કે તેણે કુટુંબીજનોને વચન આપ્યું છે કે તે આશ્રમમાં જશે નહિ એટલે તે આશ્રમમાં તો નહિ જ આવે. માતાને ગુરુદેવનાં દર્શનની તક દીકરો ગુમાવશે તે વિચારથી તેમની આંખમાં આંસુ આવી ગયાં.

તે જ સમયે, તેમના આશ્ચર્ય અને નવાઈ વચ્ચે તેમણે ગુરુદેવને પાસેની કુટીરમાંથી તેમની તરફ આવતા જોયા. શિષ્યોએ ગુરુદેવને બહાર ગોઠવેલી એક બેઠક પર બેસતા જોયા. તરત જ ગુરુદેવે તેમને કહ્યું: "હું તેને મળવા જાઉં છું." અને તરત જ બેઠક પરથી ઊઠી તેમનાં જોડાં પહેર્યા વગર જ ચાલવા લાગ્યા. શિષ્યો જોડાં લઈ તેમની પાછળ દોડ્યા.

ગુરુદેવે છોકરાને પ્રેમપૂર્વક બોલાવ્યો અને પોલીસ-સ્ટેશનની પાસેની એક બેઠક પર બેઠા. તેમણે કોફી અને નાસ્તો મંગાવ્યો. તેમણે એક હાર મંગાવી તેને પહેરાવ્યો. લગભગ પિસ્તાલીસ મિનિટ સુધી તેની સાથે વાત કરી. ગુરુદેવ તેમની કુટીરમાં પાછા ગયા.

માતાએ હવે પુત્રને ગુરુદેવના પ્રેમ અને તેમની મહાનતાની તેને પ્રતીતિ થઈ કે કેમ તે પૂછ્યું. તેણીએ તેને પોતાની સાથે આવી ગુરુદેવ તરફ આદર દર્શાવવા વિનંતી કરી. પુત્રે હા પાડી, પણ જણાવ્યું કે તે ગુરુદેવને ફક્ત પ્રણામ કરશે. દંડવત્ પ્રણામ કરશે નહિ, પણ જ્યારે તે ગુરુદેવની સન્મુખ આવ્યો કે તરત જ સ્વેચ્છાથી જ તેમના ચરણોમાં પડી ગયો!

પુત્ર પૂરેપૂરો જિતાઈ ગયો.

ઈશ્વર પર ભરોસો

સ્વામી ક પોસ્ટ ઓફિસ અને હિસાબ વિભાગમાં કાર્યશીલ અદ્ભુત કાર્યકર્તા હતા. તેઓ સદા કાર્યરત હોઈ દિવસ-રાત કામ કરતા જ દેખાતા. દરેક જણ તેમની પ્રશંસા કરતા, કારણ કે તે દિવસના

લગભગ ચોવીસે કલાક કામમાં જ રહેતા. તેમણે ગુરુદેવના ઉપદેશોની એક પુસ્તિકાનું સંકલન પણ કર્યું હતું. કોઈને પણ એવું લાગતું ન હતું કે આ સ્વામી એક દિવસ બધી જ રોકડ રકમ ઉઠાવીને નાસી જશે. તે સામાન્ય રીતે સવારે પાંચ વાગ્યે પોસ્ટ ઑફિસ ઉઘાડતા. એક સવારે તેઓ અદૃશ્ય થઈ ગયા હતા. તેમના ઉપર શંકાની શરૂઆત ગુરુદેવે મુંબઈ કોઈને એક મનીઑર્ડર મોકલ્યું હતું તેનાથી થઈ. રકમનું કવર હતું પણ રકમ ગુમ હતી. પછી તપાસ કરતાં જણાયું કે બચતખાતામાં અને કૅશ બૉક્સમાં નાણાં ન હતાં અને બધાથી વધુ ખરાબ તો એ હતું કે પોસ્ટ ઑફિસમાં રાખેલાં ગવર્નમેન્ટ સિક્યોરિટીનાં નાણાં પણ ગુમ હતાં. કેટલાક ગરીબ લોકોએ ખોલેલાં બચતખાતાની રકમ પણ ન હતી.

હૃષીકેશના દુકાનદારોને આ વાતની ખબર પડી કે તેમણે આશ્રમને હવેથી ઉધાર આપવાનું બંધ કરી દીધું. આ દરેક દુકાનનું આશ્રમને એક હજાર કરતાં વધુ દેવું હતું.

પોસ્ટના ઈન્સ્પેક્ટર અને પોલીસ આવી ગઈ. ગુરુદેવ હંમેશ મુજબ સ્મિત કરતા હતા. તેમના ચહેરા પર કોઈ વિષાદ દેખાતો ન હતો.

''અરે, ના! તે ખૂબ સારો કાર્યકર હતો. તેણે કેવી સરસ પુસ્તિકાનું સંકલન કર્યું છે તે જુઓ.'' જ્યારે કોઈ તેમના પાસે આવે અને તેના વિષેની વાત કરે તે પહેલાં તેઓ કહી દેતા.

પણ મુખ્ય સમસ્યા દરરોજના ખાણાનો બંદોબસ્ત કરવા માટેની હતી. દરરોજ ખોરાક માટે જેટલી રકમ જોઈતી તે જાદુઈ રીતે મળી રહેતી. પહેલા દિવસે, જેને આ બનાવની કંઈ જ ખબર ન હતી તે અંદર આવ્યો અને તેના જન્મદિન પ્રસંગે બધા જ સ્વામીઓને જમાડવા માટે દાન આપ્યું.

ગમે તેમ પણ કટોકટીની પાર ઊતરી ગયા. ગુરુદેવ શાંતિથી કહેતાઃ તે નથી મારી જવાબદારી કે તમારી, પણ તે તો તેની જવાબદારી છે.''

આવા કટોકટીના તબક્કે પણ ગુરુદેવ લોકોને આશ્રમમાં દાખલ કરતા હતા. સેક્રેટરી ફરિયાદ કરતાં કહેતાઃ ''સ્વામીજી, આપણે આર્થિક કટોકટીમાં છીએ અને છતાં તમે તો આશ્રમમાં વધુ લોકોને પ્રવેશ આપ્યા જ કરો છો.''

ગુરુદેવ સમજાવતાં કહેતાઃ ''દરેક માણસ તેનું 'રેશનકાર્ડ' તેની સાથે લઈને જ આવે છે, જેના પર તેનું પ્રારબ્ધ લખેલું હોય છે. જો ઈશ્વર એક માણસને આ આશ્રમમાં મોકલશે તો તે તેનો ખોરાક આગળથી મોકલી આપે છે. આપણે તો તેને પ્રવેશ આપવાનો છે.''

☐ **'શિવાનંદ કથામૃત'માંથી સાભાર**

<u>શિવાનંદ આશ્રમના આગામી કાર્યક્રમો</u>

(૧) આ વર્ષે બે અષાઢ છે; બીજા અષાઢની બીજ ૧૮ જુલાઈના રોજ આશ્રમમાં રથયાત્રાનું આયોજન સાંજે ૪.૩૦ વાગ્યે થશે. સૌને લાભ લેવા આમંત્રણ છે.

(૨) આ વર્ષે શ્રાવણ મહિનાનો પ્રારંભ ૧૫મી ઑગસ્ટ, ૨૦૧૫થી થાય છે. આશ્રમના શ્રીશ્રી અષ્ટલક્ષ્મી આદિ શક્તિપીઠ ખાતે સમગ્ર શ્રાવણ મહિના દરમ્યાન દરરોજ સાંજે ૫.૩૦ થી ૭.૦૦ સુધી ભાગવત કથાનું આયોજન કરવામાં આવ્યું છે. વ્યાસપીઠ પર આચાર્યશ્રી વિનોદ પંડ્યાજી બિરાજશે.

આ તમામ પ્રસંગો દરમ્યાન આશ્રમમાં આવીને રહેવા માગતા ભક્તોએ અગાઉથી પત્ર લખી, તેમના આગમનની પૂર્વસૂચના આપી, અનુમતિ પ્રાપ્ત કર્યા પછી જ આવવા યોગ્ય કરવું.

- વ્યવસ્થાપક, શિવાનંદ આશ્રમ

ચિદાનંદ દર્શન

(પૂજ્ય ગુરુભગવાન શ્રીમત્ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજના આગામી જન્મશતાબ્દી પર્વ નિમિત્તે તેમનાં પુણ્ય સંસ્મરણો સંકલન કરીને પ્રસ્તુત કરતાં આનંદ થાય છે. - સંપાદક)

ભૂકંપપીડિતોને-બીડી

૧૯૯૨ની દશેરાની ઢળતી રાત્રે ઉત્તરાખંડમાં ભયંકર ભૂકંપ આવેલો. વહેલી સવારે ૫.૩૦ વાગ્યે અમને જાણ થઈ કે ભૂકંપની તારાજી ઉત્તરકાશીની આજુબાજુમાં છે. સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીના નેતૃત્વમાં, બીજા ચાર સંતો સવારે ઉત્તરકાશીથી જવા રવાના થયેલા. ભૂકંપ મળસ્કે ૩.૫૫ કલાકે આવેલો. ઉત્તરકાશીની આગળ ગવાણા, નેતાલા, હીના વગેરે ગામોનાં ગામ ભાંગી પડેલાં. મરેલાં, દબાયેલાં ને જીવતાં પણ દબાયાં. સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીએ એક લિસ્ટ બનાવ્યું. ઘઉંના લોટથી આરંભ કરી, ચોખા, દાળ, હીંગ, જીરૂ, મીઠું, મરચું, હળદર, ખાવાનું તેલ, માચીસ, મીણબત્તી, ફાનસથી આરંભી પહેરવાનાં કપડાં, બધી જણસો રાખવા માટે પતરાંની મોટી પેટીઓ-ટ્રંક, ધાબળા, જાનવરો માટે ટીન શેડ ઊભાં કરવાનાં પતરાં અને તારપોલીનના તંબુઓ વગેરે કશુંયે ખૂટતું નથી ને? તે બે-ચાર વાર વિચારી જોયું - નીચે નોંધ લખી. ''અત્યારે ઈશ્વર આપણી સમક્ષ ભૂકંપપીડિતોના સ્વરૂપમાં આવ્યો છે, તેની સેવા કરવાની તેણે તક આપી છે, બધું યોગ્ય કરવું. અહીં જે સ્વયંસેવકો આવે તે પોતાની વ્યવસ્થા કે સુખ-સગવડ ન ઈચ્છે તેવા જ આવે વગેરે...

બીજે દિવસે સાંજે બે ટ્રક ભરીને સામાન અને એક બસ ભરીને આશ્રમના સંતો, સાધકો અને સ્વયંસેવકો આવી પહોંચ્યા. માલસામાનની જે યાદી મોકલાવેલી હતી તે કાગળ પણ પાછો આવ્યો હતો. સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજના દ્વારા 'ટીક માર્ક' કરવામાં આવેલું તે દેખીતી રીતે જ ઊડીને આંખે વળગતું હતું. અંતે એક આઈટમ ઉમેરવામાં આવી હતી - 'બે ટન બીડી.'

ગઢવાલનો જીવ બીડી વગર ભલા કેમ જીવી શકે? તમાકુ ખાવી, પીવી કે સુંઘવી તે વ્યસન છે, પરંતુ ગઢવાલીને જીવાદોરી છે.

સ્વામી ચિદાનંદજીનો આત્મા વિશ્વાત્મા છે. તેમનામાં રહેલી વૈશ્વિક ચેતના જીવ જડ હોય કે ચેતન, સૌના અંતરસ્તરને સ્પર્શીને રહેલી છે. ગઢવાલ ભૂકંપની તારાજીમાં રાહતસામગ્રીમાં બીડી આપવાની સેવા સ્વામી ચિદાનંદજીની મહત્ તત્ત્વમાં એકાત્મતાની પ્રતીતિ કરાવે છે અને તેથી આવા સંતો વિરલ હોય છે. સ્વામી ચિદાનંદજી અકલ્પ્ય સત્ત્વ અને અપ્રતિમ વિભૂતિ છે. અતુલ્ય સંત છે, સાચા સંત છે.

☐ 'અમૃતધારા'માંથી સાભાર

શ્રદ્ધા અને સામર્થ્ય

- શ્રી સ્વામી વિવેકાનંદજી

■ નિઃસ્વાર્થતા વધુ લાભ દાયક છે, પરંતુ તેનું આચરણ કરવા જેટલું ધૈર્ય લોકોમાં હોતું નથી.

■ ઉચ્ચ સ્થાન ઉપર ઊભા રહીને અને હાથમાં થોડાક પૈસા રાખીને ગરીબ માણસને એમ નહીં કહો, 'આવ, આ લે ભાઈ,' પરંતુ ઉપકાર માનો કે ગરીબ માણસ સામે ખડો છે એટલે તમે તેને દાન આપીને તમારી જાતને જ સહાય કરી શકો છો. લેનાર નહીં પણ દેનાર જ ધન્ય છે. ઉપકાર માનો કે આ જગતમાં તમારી ઉદારતા તથા દયાની શક્તિને પ્રગટ કરવાનો અને એ રીતે શુદ્ધ અને પૂર્ણ બનવાનો તમને અવસર પ્રાપ્ત થયો છે.

■ બીજાનું ભલું કરવાના સતત પ્રયત્નો કરીને આપણે પોતાની જાતને ભૂલી જવા મથીએ છીએ; આ રીતે પોતાની જાતને ભૂલી જવી એ જીવનમાં આપણે શીખવાનો એક મહાન બોધપાઠ છે. માણસ એવું માનવાની મૂર્ખાઈ કરે છે કે પોતે પોતાને સુખી કરી શકશે, પણ વર્ષોના સંઘર્ષ પછી આખરે તેને સમજાય છે કે સાચું સુખ તો સ્વાર્થત્યાગમાં રહેલું છે અને પોતાના સિવાય અન્ય કોઈ માણસ તેને સુખી કરી શકશે નહીં.

■ સ્વાર્થ એટલે અનીતિ અને સ્વાર્થત્યાગ એટલે નીતિ. ખ્યાલ રાખો કે સમગ્ર જીવન આપતાં રહેવું તે પ્રકૃતિ જ તમને આપતાં રહેવાની ફરજ પાડશે એટલે રાજીખુશીથી આપો.... તમે સંગ્રહ કરવા માટે જીવન ધારણ કર્યું છે? મુઠ્ઠી ભરીને તમે બધું લઈ લેવા ઈચ્છો છો, પરંતુ પ્રકૃતિનો પંજો તમારા ગળા ઉપર પડે છે અને તમારા હાથની મુઠ્ઠી ઉઘડાવે છે. તમે ઈચ્છો કે ન ઈચ્છો, તમારે આપવું જ પડશે. જે ક્ષણે તમે કહો છો 'હું નહીં આપું' તે જ ક્ષણે ફટકો પડે છે; તમે ઝખમી બનો છો, આ જગતમાં એવું કોઈ પણ નથી કે જેને આખરે તો બધું છોડી દેવાની ફરજ ન પડે.

■ તમામ પૂજા-ઉપાસનાઓનો સાર છે - શુદ્ધ થવું અને બીજાનું ભલું કરવું. જે મનુષ્ય દીનદુર્બળ અને રોગી લોકોમાં શિવનું દર્શન કરે છે એ જ સાચા અર્થમાં શિવનો ઉપાસક છે; પરંતુ જો તે કેવળ મૂર્તિમાં જ શિવનું દર્શન કરતો હોય તો તેની ઉપાસના કેવળ પ્રાથમિક દશાની છે.

■ નિઃસ્વાર્થવૃત્તિ જ ધર્મની કસોટી છે. જે મનુષ્યમાં આવી નિઃસ્વાર્થવૃત્તિ વધારે પ્રમાણમાં હોય તે વધુ આધ્યાત્મિક અને શિવ ભગવાનની વધુ સમીપ છે... જો કોઈ મનુષ્ય સ્વાર્થી હોય, પછી ભલે તે બધાય મંદિરોમાં જતો હોય, ભલે બધાં તીર્થધામોની યાત્રા તેણે કરી હોય અને ભલે એ દીપડાની માફક પોતાની જાતને અનેક ટીલાંટપકાંથી શણગારી હોય તો પણ ભગવાન શિવથી તે ઘણો દૂર છે.

■ હું કેવળ પ્રેમ અને પ્રેમનો જ ઉપદેશ આપું છું- અને પરબ્રહ્મની એકતા અને સર્વવ્યાપકતાનું વેદાંતનું મહાન સત્ય એ મારા ઉપદેશનો પાયો છે.

■ પહેલાં અન્ન પછી ધર્મ. જ્યારે ગરીબ લોકો ભૂખે મરતા હોય છે ત્યારે આપણે તેના ઉપર વધુ પડતો ધર્મ લાદીએ છીએ. મતવાદોથી કંઈ ભૂખની જ્વાળા શાંત પડે નહીં.... તમે ભલે લાખો સિદ્ધાંતોની વાત કરો, તમે ભલે કરોડો સંપ્રદાયો ઊભા કરો, પણ જ્યાં સુધી તમારી પાસે સંવેદનશીલ હૃદય ન હોય, વેદના ઉપદેશ પ્રમાણે જ્યાં સુધી એમના માટે લાગણી ન ધરાવો, જ્યાં સુધી તમને એવું ભાન ન થાય કે તેઓ તમારા શરીરના અંગરૂપ છે, જ્યાં સુધી તમને એવું ભાન ન થાય કે તમે સૌ રંક અને ધનિક, સંત અને પાપી એ તમામ, જેને તમે બ્રહ્મ કહો છો એવા એક અનંત વિરાટના ભાગરૂપ છો ત્યાં સુધી એ બધું વ્યર્થ છે.

☐ 'શક્તિદાયી વિચાર'માંથી સાભાર

ગુરુકૃપા પ્રસાદ

- શ્રીમતી રૂપા મજમુદાર

આધુનિક યુગમાં પ્રત્યેક માણસ માનસિક અને શારીરિક યાતનાઓ ભોગવી રહ્યો છે. એના મનને શાંતિ નથી. સંઘર્ષ અને પ્રતિકૂળતા એને પજવે છે. પારિવારિક પ્રશ્નો પણ એમની મૂંઝવણનો વિષય છે. આવા સંજોગોમાં સંતો જ મોટું આશ્વાસન પૂરું પાડે છે. પ્રત્યક્ષ રીતે અથવા તેમનાં રચિત પુસ્તકો, ગ્રંથો દ્વારા તેઓ શાસ્ત્રોનાં રહસ્યો ખોલી દે છે. મનુષ્ય પોતે જ પોતાનો ઉદ્ધારક બને એવી ગુરુચાવી આપણા હાથમાં મૂકી દે છે, પછી આપણી આધ્યાત્મિક યાત્રા શરૂ થાય છે.

ભારતમાતા પુણ્યભૂમિ છે. દેવો પણ આ વસુંધરા પર જન્મ લેવા ઉત્સુક છે. અહીં સમયે સમયે મહાન આત્માઓનું અવતરણ થયું છે અને થયા કરે છે.

- જગતમાં પ્રેમ, પ્રકાશ, સુખ અને કરુણાનાં પવિત્ર કિરણો ફેલાવવા

- દુઃખી અને અસહાયોની મદદ કરવા
- નિરાધાર અને અનાથોને સાંત્વના આપવા
- અજ્ઞાનીઓને જ્ઞાનપ્રકાશ આપવા
- જગતમાં આધ્યાત્મિક જ્ઞાનનો પ્રચાર કરવા

- માનવજાતને માટે વિશુદ્ધ સુખ અને આનંદ લાવવાના એકમાત્ર ઉદ્દેશથી વિશ્વના અનેક દેશોમાં સંતો, ગુરુઓ, યોગીઓએ અવતાર ધારણ કરીને ધરાને વિભૂષિત કરી છે.

તેથી જ ગુરુ મહિમા ગાતાં કબીરજી જણાવે છે કે ''ગુરુ અને ગોવિંદ બંને સાથે હોય તો મારાં પ્રથમ પ્રણામ ગુરુજીને છે, કારણ કે ગોવિંદની અનુભૂતિ કરાવનાર તો ગુરુ જ છે. ગુરુ પોતાનામાં ગોવિંદ તત્ત્વ ધારણ કરી અનુભૂતિ કરાવે છે.''

ભગવાનનો ઈશ્વરી પ્રેમ આપણી વચ્ચે અવતાર લઈને મૂર્ત સ્વરૂપ લઈને પ્રગટ થાય છે.

આપણા ગુરુઓ, સંતો, ફિરસ્તાઓ અને ઉદ્ધારકો આવા અવતારો છે. તેઓ મનુષ્યનું રૂપ લઈ પ્રગટે છે, જેથી મનુષ્યો તેમને મળી શકે. જો તેઓ અપાર્થિવ વ્યક્તિત્વ લઈને અવતરે તો આપણે તે સ્વરૂપ સહન ન કરી શકીએ. ગુરુ એ શરીર નથી, દિવ્યતા છે. આપણે શરીરની અંદર શરીરના ભાન સાથે જીવીએ છીએ, જ્યારે ગુરુ શરીરમાં પરમાત્મ ચેતના સાથે જીવે છે. તે ભગવદ્ ચેતના સ્વરૂપ છે. તે આત્મજ્ઞાનનો પ્રકાશ છે.

ગુરુ એટલે કરુણાસાગર. કદાચ પ્રકૃતિમાં પરિવર્તન થાય, કદાચ સૂર્ય તપવાનું બંધ કરી દે, ચંદ્રમા શીતળતારહિત બને, જળ વહેવું છોડી દે, દિવસની રાત-રાતનો દિવસ કેમ ન થઈ જાય, એક વાર મળેલી ગુરુકૃપા વ્યર્થ જતી નથી. આ કૃપા શિષ્ય સાથે જન્મ જન્માંતર સુધી રહે છે. માણસ ગમે તે દેશમાં જાય, તેનો પાપપુંજ ફલિત થવા માટે તક શોધતો જ હોય છે, તેવી જ રીતે શિષ્ય ઉપર થયેલી ગુરુકૃપા પણ ક્રિયાશીલ થવા માટે શિષ્યની પાછળ-પાછળ ફરતી રહે છે.

આધ્યાત્મિક માર્ગે ચાલનારને ગુરુની ખાસ જરૂર છે.જેમ દીવો પ્રગટાવવા પ્રજ્વલિત જ્યોત જોઈએ, તે જ પ્રમાણે પ્રકાશમય આત્મા જ બીજા આત્માને પ્રકાશિત બનાવી શકે. આધ્યાત્મિક માર્ગમાં આવતાં વિઘ્નો કે અડચણોથી બચવા ગુરુની આવશ્યકતા છે. માત્ર ગુરુ જ આપણા દોષો શોધી આપશે. ગુરુ હંમેશાં નિર્ભય હોય છે. તેઓ સ્પષ્ટ વાણીનો પ્રયોગ કરે છે. જો ચિકિત્સક રોગી પાસે, ગુરુદેવ શિષ્ય સાથે સ્પષ્ટ અને નિર્ભય વાણીનો પ્રયોગ ન કરે તો તેમનામાંથી કોઈનું કલ્યાણ થતું નથી.

આપણા દુર્ગુણો અને દોષોને જડમૂળમાંથી દૂર કરવા ગુરુના આશ્રયે જવું જોઈએ. ગુરુનો સત્સંગ એ સંસારનાં પ્રતિકૂળ પરિબળો અને લાલચોથી રક્ષા કરનાર કવચ છે.

ઉજી મે, સદ્‌ગુરુદેવ સ્વામી શ્રી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનો પ્રાગટ્ય દિવસ છે. આવા દિવ્યાત્માઓ માનવરૂપે પ્રગટ દિવ્યતા છે, વિભૂતિ છે. વિભૂતિ તત્ત્વરૂપે તો માનવ છે, પરંતુ દિવ્ય તત્ત્વો, દિવ્ય તેજ તથા ગુણોથી સભર છે જેના કારણે એમના વ્યક્તિત્વમાં રહેલી વિભૂતિની હાજરી જ આપણને ઈશ્વરીય તત્ત્વ હોવા વિશે નિઃશંક કરે છે. તેઓ અમૃતસ્વરૂપ પરમાત્મા અને માનવ વચ્ચે કડીરૂપે છે. માનવ માનવ પાસેથી જ શીખે છે એટલે જ માનવશરીર દ્વારા જ શિક્ષણ આપે છે.

- જીવમાત્રમાં પરમાત્માનાં દર્શન કરતાં પૂ.સ્વામીજી મહારાજે 'ગ્લોબલ વોર્મિંગ'ના ભયાનક ખતરાથી સમગ્ર વિશ્વ અને પર્યાવરણની રક્ષા માટે ૧ કરોડથી વધુ વૃક્ષારોપણ કર્યું છે.

- 'માનવસેવા એ જ પ્રભુસેવા' માની સ્વયં એકસોથી વધુ વખત રક્તદાન કર્યું છે અને ૨૩૦થી વધુ રક્તદાન શિબિરોનું આયોજન કરી હજારો લોકોને રક્તદાન કરવા પ્રેરિત કર્યા છે.

- શારીરિક અને માનસિક સ્વાસ્થ્ય પ્રાપ્ત કરી શરીર-મન-આત્માનું અનુસંધાન સાધવાના ઉદ્દેશથી વિશ્વના અનેક દેશોમાં ભ્રમણ કરી ૭૭૪ જેટલી યોગાસન શિબિરોનું આયોજન કર્યું છે.

- જ્ઞાનપિપાસુઓને વેદ-ઉપનિષદ તેમ જ ભક્તિના રંગે રંગાયેલા ભક્તોને શ્રીમદ્‌ ભાગવત , શ્રીમદ્‌ ભગવદ્‌ગીતા, શિવપુરાણ, દેવીપુરાણ તથા અન્ય પુરાણોનું અમૃતપાન કરાવ્યું છે.

'મન્ત્રમૂલં ગુરોર્વાક્યમ્‌'

પૂ. સ્વામીજી મહારાજના દિવ્ય પ્રવચનોમાંથી કેટલાક અંશ અહીં પ્રસ્તુત કરું છું, જે જ્ઞાનને જીવનમાં આત્મસાત્‌ કરીએ અને જીવનને વધુ સંગીન, વધુ સમૃદ્ધ, વધુ ભવ્ય અને વધુ ઐશ્વર્યવાન બનાવીએ.

પ્રેરક વચનો

- આનંદમાં રહો. આનંદ આપો. દુઃખી થાઓ નહીં, દુઃખી કરો નહીં. ભગવાનને ભૂલો નહીં. ખડખડાટ હસતાં શીખો.

- કુદરતની મૈત્રી રાખીએ. વહેલાં ઊઠીએ, સૂર્યોદય પૂર્વેના આકાશને જોઈએ. થોડું ખુલ્લી હવામાં ફરી આવીએ. સવારનો પક્ષીઓનો કલરવ મનને આહ્‌લાદિત કરશે. ચેતનામાં નૂતન પ્રાણનો સંચાર કરશે.

- સંઘર્ષ એટલે જ જીવન, સ્થગિતતા એટલે મૃત્યુ. જે પાણી બંધાઈ જાય તે ગંધાઈ જાય. જે પાણી પહાડ ઉપર પડે; ત્યાંથી ઝરણાં કે ધોધરૂપે નીચે પડેલા પથ્થરો ઉપર પછડાય, અફળાય તેમાં જ સૌંદર્ય, તેમાં જ માધુર્ય, તેમાં જ ગૌરવ અને ગરિમા.

- પિતા-પુત્ર, ભાઈ-ભાઈ, ગુરુ-શિષ્ય, પતિ-પત્ની, શેઠ-ગુમાસ્તાઓ વચ્ચે જે તડો પડે છે તેનું પ્રમુખ કારણ આપણાં જીવનમાં સહનશીલતાનો અભાવ અને અહંકાર તથા મમત્વની જડતા જ છે.

- તણાવ બહારથી આવતો નથી, તેમ આક્રોશ કે ક્રોધ પણ બહારથી આવતા નથી, જો પવન ફૂંકાયા કરે તો સરોવરમાં પાણી હાલક-ડોલક થયા કરેઃ આપણા જીવનમાં પણ વિષયોના પવનો ફૂંકાયા જ કરે છે અને તેથી જ મન સદૈવ વિક્ષિપ્ત રહ્યા કરે છે.

- કુસંગથી જ કામના, વાસના,મોહ, તૃષ્ણા અથવા તો હવસ પ્રકટે છે, જે બુદ્ધિનો નાશ અને અંતે સર્વનાશ કરે છે.

- આપણને જૂની વાતોને વાગોળવાનું અને તેને જ ચૂંથ્યા કરવાનું ગમે છે. 'આઈડલ ગોસિપિંગ' અને 'સ્કેન્ડલ બેકબાઈટિંગ'. અને તેનું કારણ જીવનસાધના ભક્તિ અથવા તો ઉપાસના-આરાધનાના માર્ગે નથી.

-If you rest, you rust. જીવન દુષ્કર લાગે તો ભલે લાગે, ભૂલો થાય તો કશો વાંધો નહીં, પરંતુ કર્મશીલ તો રહો જ.

- દેશ-પરદેશમાં સંયુક્ત કુટુંબો શા માટે તૂટવા

લાગ્યાં છે? આપણા વ્યક્તિગત જીવન, પારિવારિક જીવનમાં અને સામાજિક જીવનમાં મન અને જીવન સ્વતંત્રતા માગે છે. આ સ્વતંત્રતા ક્રમશઃ સ્વચ્છંદતામાં પરિણમે છે. પેઢીઓ વચ્ચે વિચારો સંસ્કૃતિ અને સંસ્કારનું સામ્ય ખોરવાતું જાય છે અને તેથી જ પરિવારોમાં વિભાજન થાય છે.

-સૌથી મોટી આવશ્યક વાત છે; ઈશ્વરમાં શ્રદ્ધા અને ગુરુમાં વિશ્વાસ. જો બંને પક્ષ મજબૂત હોય તો આપણને તણાવ, ચિંતા, ભય કે ઉદ્વેગ નહીં ઉપજે.

- આપણા સમાજની જો સૌથી મોટી વિષમતા હોય તો તે દંભ, આડંબર અને છળ છે. સામે મળે ત્યારે ગુરુજી, ગુરુજી કહેનારા લોકો ગુરુજીને આત્મહત્યા કરી લેવી પડે તેવું 'હલકું' બોલવામાં લજ્જિત થતા નથી, કારણ જીવન સરળ નથી.

-દૃષ્ટિમાંથી જ સૃષ્ટિ ઉત્પન્ન થાય છે. શુભ્ર દૃષ્ટિ કેળવવા પ્રામાણિક પ્રયત્ન કરવા જ પડશે. માટે જ પ્રભુસ્મરણનું સાતત્ય આંતરચેતનામાં પ્રભુત્વનું પ્રાકટ્ય અને દર્શન કરાવવા સમર્થ છે.

- હરિનામ-સ્મરણ કરવા માટે કાશી, મથુરા, બદરીનાથ કે કેદારનાથ જવાની આવશ્યકતા નથી. મિથ્યા વાર્તાવિનોદ અને પ્રલાપથી પૃથક્ પ્રભુના ગુણગાન ગાઓ. પ્રભુ છે, સાંભળે છે, અહીં જ છે.

- પ્રભુસ્મરણ જેટલું તમારી અંદરથી થશે અને અંદર જશે તેટલી પરમાત્માની વધુ ને વધુ શક્તિ તમારી અંદર પ્રકટ થશે, માટે માત્ર પ્રભુને પ્રાર્થો.

- જે કંઈ દેખાય છે તે બધું જ નાશ પામશે. જે શાશ્વત છે, ચિરંતન છે તે માત્ર પરમેશ્વર છે. એક વાર પ્રભુ-સ્મરણમાં દેહાતીત અને ઇન્દ્રિયાતીત અવસ્થાનો આનંદ માણી તો જુઓ. ત્યાં અમૃતવર્ષા થશે.

- તે (પરમાત્મા) બહાર નથી, આપણી અંદર છે. આપણે જ જ્ઞાનનું જ્ઞાન છીએ. તમો જ જ્યોતિઓની જ્યોતિ છો. ચેતનાની ચેતના છો. ઓજસનું ઓજસ અને તેજસનું તેજસ છો, માટે તમારી પોતાની અંદર ડૂબકી લગાવશો તો તે મળશે જ!

- જેનું મન સત્સંગમાં હોય, સાધુસંગમાં હોય, પ્રભુભજનમાં હોય તેનું મન શાંત સ્વસ્થ અને સુરેખ હોય છે.

- જીવનની આપાધાપીનું કારણ આપણે આપણા જીવનને અનુશાસિત નથી કર્યાં તે છે. બીજું જીવનવ્યવસ્થા માટે કોઈ નક્કી કરેલ માપદંડ નથી. જીવનયાપન માટેના કોઈ નીતિ-નિયમ નથી.

- સેવાથી કદી શ્રમ લાગતો નથી, કારણ પ્રેમ હોય તો જ સેવા થાય. માતા બાળકો માટે રસોઈ બનાવે, પત્ની પતિની સેવા કરે, શિષ્યો ગુરુની સેવા કરે, ભક્તો ભગવાન માટે સેવા કરે, કદી શ્રમ પડતો નથી.

- સેવા કરવા માટે જાહેરાત કરવાની આવશ્યકતા નથી. જ્યાં સેવાનો લાભ મળતો હોય ત્યાં સેવા કરવા નિમંત્રણની રાહ જોયા વગર આગળ આવવું જ જોઈએ.

- ઈશ્વર સર્વત્ર વિદ્યમાન છે. ઈશ્વર સર્વાન્તર્યામી છે. ઈશ્વર સર્વ દેશકાળનાં બંધનથી મુક્ત નિત્ય સત્ય શુદ્ધ બુદ્ધ છે. સેવા અને પરોપકારનું ફળ આપણા જીવનને નિત્ય સત્ય શુદ્ધ બુદ્ધ કરે છે તે નિર્વિવાદ સત્ય છે.

- જ્યાં સુધી અહંકાર છે ત્યાંસુધી શરણાગતિ સંભવ નથી.

-લોકસંપર્ક સરળ છે. પોતાની જાતનો સંપર્ક જ દુષ્કર છે. માટે શાંત અને સ્વસ્થ એકાંતમાં બેસતાં શીખીએ.

-તમે પૂર્ણ છો તે જાણો. 'હર હાલ મેં અલમસ્ત સચ્ચિદાનંદ હું' અનુભવો.

- પ્રત્યેક શ્વાસ કીમતી છે. જીવન ક્ષણભંગુર છે, માટે તેને વેડફીએ નહીં. પ્રભુ માટે, પ્રભુ થકી જ જીવન જીવવાની ખેવના! પછી અંધકાર અને અજ્ઞાન નહીં રહે, પ્રકાશ અને જ્ઞાન રેલાશે.

અનુસંધાન પાના નં. ૧૫ ઉપર

નિત્ય સ્વાધ્યાય

- શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી

હૃદય-દ્વાર ખુલ્લાં રાખો !

બ્રહ્મવિદ્યાના સૌ ગુરુજનોને અને મહાત્માઓને સાષ્ટાંગ દંડવત્ પ્રણામ અને નમસ્કાર! પરમમુક્તિ, અમરતા કાજેના તેઓ જ મહાસેતુ છે. પરમ ચૈતન્યનાં સિંહદ્વાર તેઓ જ છે. પરમોચ્ચ કૈવલ્ય સામ્રાજ્ય મોક્ષનાં તેઓ જ મંગળદ્વાર છે. પરમ ચૈતન્ય ભણી લઈ જતા આ મહાન પંથના તેઓ જ પ્રણેતા છે, જે પ્રાપ્ત કરીને દુઃખ-દર્દ ભર્યા આ સંસારમાં પાછા ફરવાપણું નથી રહેતું. સમયની રેતી પર તેઓ પોતાનાં પાદચિહ્ન મૂકતા ગયા છે. તમે સૌ પણ એ જ પથ પર આગળ વધો અને તેમને સિદ્ધ કરી પરમપ્રાપ્તિ મેળવો!

એમના પ્રતાપે તો આ હિંસા, ઘૃણા, સંઘર્ષ, ક્લેશ, સ્વાર્થ અને ક્ષણભંગુરતાના પડદા પાછળ છુપાયેલાં નિર્મળતા, પવિત્રતા, પૂર્ણતા અને ભલાઈના તેજસ્વી આધ્યાત્મિક જગતનો આપણને અનુભવ થયો. આ જ પળે, આ જ સ્થળે દિવ્યતાનું તેજસ્વી જગત વિદ્યમાન છે. એ જગતમાં જીવવા માંડો, આ બાહ્ય સ્થૂળ જગતમાં નહીં. જે કાંઈ દેખાય છે તે યથાર્થ નથી, ન દેખાતું જ યથાર્થ છે. બાહ્ય દૃશ્યમાન જગત એ સાચું જગત નથી, અદૃશ્ય જ સાચું જગત છે. એ સત્ય પર કેન્દ્રિત થાઓ અને માનવજાતિ માટે આદર્શરૂપ, દૃષ્ટાંતરૂપ સાધુ-સંતો દ્વારા રચાયેલા અનંતતા-શાશ્વતી ભણી લઈ જતા સેતુને પાર કરો.

એમનાં મક્કમ ચરણચિહ્નો પાછળ ચાલીને તમે તમારી સન્મુખ ઉપસ્થિત એવા માર્ગને અપનાવી શકો અને તમારી જ સભાનતા અને જાગૃતિપૂર્વક જ્ઞાનપ્રકાશ મેળવી શકો કે દૃશ્ય જગતને પેલે પાર કશુંક અદૃશ્ય વિદ્યમાન છે, અંધકાર પાછળ કોઈ પ્રકાશ છે. પડદા પાછળ સૌંદર્યોની પણ સૌંદર્ય એવી કોઈ અતિસુંદરતા છે, સદા તેજોજ્જ્વલ પ્રભા! આ દેહમંદિરની ભીતર કોઈક ગોપિત સત્ત્વ પડેલું છે, જેના પર એકાગ્ર થવાનું છે, જેને તમારા અંતરમાં સુસ્થિર કરવાનું છે અને પછી તમારા જ વિચારજગતમાં પ્રત્યારોપણ કરવાનું છે. ધીરેધીરે એક સ્વયંસ્પષ્ટ આદર્શ અને જીવનધ્યેય ભણી તમે સુનિશ્ચિતપણે, સ્થિર પગલે આગેકૂચ કરતા જશો.

આધ્યાત્મિક પ્રગતિ માટે, ગત-આગત એવાં બેઉ વર્ષોના સંગમસ્થાન પર બેઉ દિશામાં પરમ આનંદ અને મંગળમયતાની સત્ત્વથી ભરેલી અનંત સંભાવનાઓ ભરી પડી છે એટલે આ સંગમકાળનો ભરપૂર લાભ મેળવો. તેજસ્વી અને ફરી ફરી ઊઠતી આધ્યાત્મિકતાનાં તમામ વિધાયક પરિબળો પરમ આનંદપૂર્વક આ મિલનબિંદુ પર હાજર હોય છે. એવું કદાપિ ન થવા દેશો કે તમારા પર આશીર્વાદોની વર્ષા થઈ હતી અને છતાંય તમે એ મેળવી ન શક્યા. મા આનંદમયી હંમેશાં કહેતાં કે – ''વરસાદ તો વરસતો રહે, પણ જો નીચેનું વાસણ જ ઊંધું હોય તો એક ટીપું પાણી પણ એમાં પડી નહીં શકે.'' તમારા વાસણને કાળજીપૂર્વક સાચી દિશામાં ખુલ્લું રાખો. એટલા માટે તમારા અંતરનાં દ્વાર ખુલ્લાં રાખો. બારણે ટકોરા મારવા પડે એવી સ્થિતિમાં ન રહેશો.

☐ 'નિત્ય સ્વાધ્યાય'માંથી સાભાર

વૃત્તાંત

• **તા. ૧-૫-૨૦૧૫ થી ૩-૫-૨૦૧૫, અમદાવાદ :** શિવાનંદ આશ્રમનો વાર્ષિકોત્સવ અને ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘનું વાર્ષિક સંમેલન ખૂબ જ ધામધૂમ અને આનંદભેર ઊજવાયું. બીજી તારીખે વહેલી સવારથી મોડી સાંજ સુધી વિદ્વાન વક્તાઓનાં ઉદ્‌બોધનો થયાં. સાંજે BAPSના પૂજ્ય શ્રી સાધુ બ્રહ્મવિહારીદાસજી મહારાજે શ્રીમત્ સ્વામી ચિદાનંદ જન્મશતાબ્દી સ્મૃતિ વ્યાખ્યાનના એક ભાગ રૂપે ''સ્વામી ચિદાનંદ-શાંતિના ધર્મદૂત'' વિષયક ખૂબ જ મનનીય વ્યાખ્યાન આપ્યું. ત્રીજી તારીખે પૂજ્ય ચરણ શ્રીમત્ સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનો ૭૧મો પ્રાગટ્ય ઉત્સવ આનંદભેર ઉજવાયો. (આ ઉત્સવો, પ્રવચનોની વિગતવાર માહિતીનો મે-૨૦૧૫ના દિવ્ય જીવનના અંકમાં સમાવેશ કરવામાં આવેલ છે.)

• **તા. ૪-૫-૨૦૧૫, અંબાજી, ખેડબ્રહ્મા, રામનગર :** દિલ્હી, ઝુમરીતીલૈયા, લખનૌ, મુંબઇ, જામનગર, રાજકોટ તથા અમદાવાદ - વડોદરાનું એક વિશાળ ભક્ત મંડળ શ્રી શ્રી અંબાજીનાં દર્શને બ્રાહ્મમુહૂર્તમાં ગયું. પાછા ફરતાં ખેડબ્રહ્મા અંબાજીનાં દર્શન પણ કર્યાં. બ્રહ્મલીન શ્રીમત્ સ્વામી ગુરુકૃપાનંદજી મહારાજના પૂર્વાશ્રમના પરિવારના પારિવારિક ઉત્સવને સૌએ રામનગર કંપે માણ્યો. ત્યારબાદ ઢળતી બપોરે સૌ અમદાવાદ પાછાં ફર્યાં.

• **તા. ૫-૫-૨૦૧૫ થી ૮-૫-૨૦૧૫, ઈન્દોર-ઉજ્જૈન :** શ્રીશ્રીમા આનંદમયીમાનો જન્મોત્સવ શ્રી શ્રી આનંદમયી આશ્રમ ઈન્દોર ખાતે ધામધૂમથી ઊજવાયો. આશ્રમના સંસ્થાપક પૂજ્ય શ્રીચરણ કેદારબાબાના હાર્દિક નિમંત્રણે પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ અને શ્રી દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘ, અમદાવાદના ઉપપ્રમુખ શ્રી મરુતભાઇ દવે ઇન્દોર પધાર્યા. દરરોજ સવારે ૧૦.૦૦ થી ૧૨.૦૦ સુધી પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજે શ્રીશ્રીમાના સાંનિધ્યનો પ્રત્યક્ષ શબ્દાનુભવ સૌને કરાવ્યો. ઉપસ્થિત વિશાળ ભક્તસમુદાયે માનો કે શ્રીશ્રીમાની પ્રત્યક્ષ ઉપસ્થિતિની દિવ્ય અનુભૂતિ કરી.

ઈન્દોરના નિવાસ દરમ્યાન હરિૐ યોગ સંસ્થા, શ્રી પરમાનંદ ભંડાર અને દૂરદર્શન ઈન્દોરના નિમંત્રણે તેમના કાર્યક્રમોમાં પધાર્યા.

શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદના ઉજ્જૈન નિવાસી એક ભક્તની ઇચ્છાએ પૂજ્ય સ્વામીજી અને શ્રી મરૂત દવેજી ઉજ્જૈન પધાર્યા, ત્યાં શ્રીશ્રી હરસિદ્ધિમાતાજી (શક્તિપીઠ) અને જ્યોતિર્લિંગ ભગવાન મહાકાલેશ્વરનાં દર્શન કર્યાં. ત્યારબાદ તા. ૯-૫-૨૦૧૫ની સવારે પૂજ્ય સ્વામીજી અમદાવાદ પરત પધાર્યા.

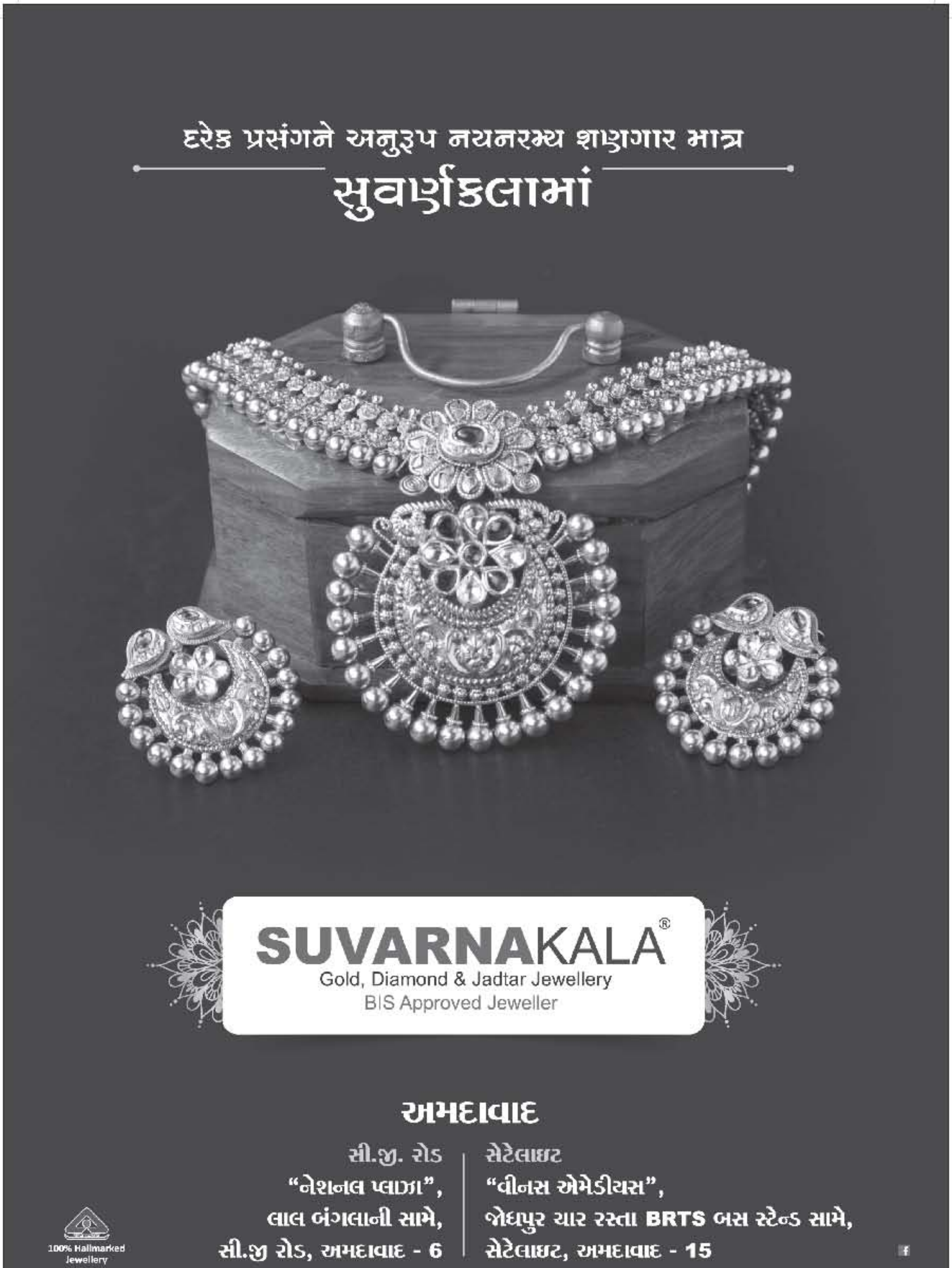
• **તા. ૯-૫-૨૦૧૫, અમદાવાદ :** આજરોજ વહેલી સવારથી મોડી સાંજ સુધી પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ સ્ટુડિયોમાં રહ્યા. શ્રી સ્વામી ચિદાનંદ જન્મ શતાબ્દી સ્મૃતિ ''શિવાનંદ યોગ'' નામની બબ્બે DVDઓ માટે ગુજરાતી, હિન્દી અને અંગ્રેજી માટે રેકોર્ડિંગ કરાવ્યું. આ બંને DVDમાં પીઠ ઉપર સૂઇને કરવાનાં, પેટ ઉપર સૂઇને કરવાનાં, બેસીને કરવાનાં, ઊભાં રહીને કરવાનાં અને સંતુલનાવાળાં ૮૪ આસનોના અભ્યાસક્રમનો સમાવેશ કરવામાં આવેલ છે. આશ્રમના યોગશિક્ષકો દ્વારા યોગાસનોનું નિર્દેશન થયું. પૂજ્ય સ્વામીજીની અનુભવ વાણીના અસ્ખલિત પ્રવાહની અનુભૂતિ અને દર્શન આ બંને DVD દ્વારા થાય છે. યોગના અભ્યાસુઓ માટે પ્રારંભિક શિક્ષણથી એડ્વાન્સ આસનોનું પ્રશિક્ષણ અહીં પ્રાપ્ત થાય છે.

• **તા. ૧૦-૫-૨૦૧૫, માંડલ :** બ્રહ્મલીન પૂજ્ય માંડલ સ્વામીજી મહારાજની તપશ્ચર્યા ભૂમિ ઉપર ગયા વર્ષે પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજે આંખની હોસ્પિટલ માટે શિલાન્યાસ કર્યો હતો. આજરોજ પૂર્વ આરોગ્ય મંત્રી શ્રી જયનારાયણ વ્યાસ સાહેબ અને

અનેક સંતો-કથાકારોની ઉપસ્થિતિમાં પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીએ આ આંખની હોસ્પિટલનું ઉદ્‌ઘાટન કર્યું. પ્રાંગણમાં વૃક્ષારોપણ પણ કર્યું.

આ પ્રસંગે બોલતાં પૂજ્ય સ્વામીજીએ કહ્યું; પૂજ્ય માંડલ સ્વામીજી મહાન તપસ્વી અને પરોપકારી-ત્યાગી સંત હતા. અનેક મોટાં પ્રસિદ્ધ કથાકારો પણ પૂજ્ય માંડલ સ્વામીજી મહારાજ પાસે વિનમ્રભાવે આવતા અને બેસતા. શિવાનંદ નેત્ર ચિકિત્સાના પ્રણેતા બ્રહ્મલીન પૂજ્ય બાપુજી - ડૉ. શિવાનંદ અધ્વર્યુજી (શ્રી સ્વામી યાજ્ઞવલ્કયાનંદજી મહારાજ) અહીં અગણિત વખત પધાર્યા અને પૂજ્ય માંડલ સ્વામીજીની નેત્ર સેવાઓના યજ્ઞના અધ્વર્યુ બન્યા.

- **તા. ૧૧-૫-૨૦૧૫ થી ૩૦-૫-૨૦૧૫, અમદાવાદ :** ૩૪મા યોગશિક્ષક તાલીમ શિબિરનું આયોજન શિવાનંદ આશ્રમ અમદાવાદ ખાતે ૧૧-૫ થી ૩૦-૫ સુધી થયું. ગુજરાત, મુંબઈ સિવાય ઈટાલી, સ્પેન અને સાઈપ્રસથી પણ યોગશિક્ષકોએ આ ૩૪મા YTTCનો લાભ લીધો. યોગાસન, પ્રાણાયામ, ધ્યાન, ક્રિયાઓ ઉપરાંત ગીતા, પાતંજલ યોગદર્શન, શરીર વિજ્ઞાન, આરોગ્યશાસ્ત્ર, રેઈકી (ડિગ્રી-એક અને બે) યોગ તત્ત્વદર્શન, યોગ માનસશાસ્ત્ર અને આયુર્વેદ વગેરેનું પ્રત્યક્ષ પ્રશિક્ષણ વિશિષ્ટ ક્ષમતા સમ્પન્ન તજજ્ઞો દ્વારા આપવામાં આવ્યું. પાઠ્યક્રમના અંતે વિષયોની પરીક્ષા લેવામાં આવી. જેમાં પ્રથમ સ્થાન સ્પેનની શિક્ષાર્થિની કુ. માર્ટા વાલાલુપે મોરેનો ઘે લા શાંતા નિયતોએ પ્રાપ્ત કર્યું. યોગ પ્રશિક્ષણ શિબિરનું સમાપાન શુક્રવાર તા. ૨૯-૫-૨૦૧૫ની સાંજે શ્રી ચિદાનંદ યોગધ્યાન મંદિરમાં થયું. પ. પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીના વરદહસ્તે પ્રમાણપત્રોનું વિતરણ કરવામાં આવ્યું. પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી સમગ્ર કાર્યક્રમના સૂત્રધાર રહ્યા. શ્રી દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘ યોગ તાલીમ માટે ગુજરાત યુનિવર્સિટી દ્વારા માન્ય સંસ્થા છે.
- **તા. ૧૮-૫-૨૦૧૫, ગાંધીનગર :** આગામી ૨૧મી જૂનના રોજ વિશ્વયોગ દિવસની ઉજવણી કેવી રીતે કરવી? તે બાબત સલાહ-સૂચનો મેળવવા આદરણીય શ્રી ભૂપેન્દ્રસિંહ ચૂડાસમા (શિક્ષણ મંત્રી, ગુજરાત રાજ્ય) અને શ્રીમતી પ્રો. વસુબહેન ત્રિવેદી (મહિલા અને બાળ વિકાસ રાજ્યમંત્રી, ગુજરાત રાજ્ય) દ્વારા એક ખાસ સભાનું આયોજન નર્મદાભવન, સ્વર્ણિમ સંકુલ-૧, ગાંધીનગર ખાતે થયું. પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીને પણ આ વિશેષ સભામાં વિશેષજ્ઞ તરીકે આમંત્રવામાં આવ્યા.
- **તા. ૨૦-૫-૨૦૧૫, અમદાવાદ :** આજરોજ આશ્રમમાં શ્રી વિશ્વનાથ મંદિરનો ૨૦મો પાટોત્સવ લઘુરુદ્ર, ભસ્મ આરતી, ભજન સંધ્યા અને મહાપ્રસાદ ભંડારા સાથે આંતરિક ઉત્સાહ અને આનંદ સાથે ઊજવવામાં આવ્યો. ડૉ. જયંત વસાવડા સાહેબના નિમંત્રણે શ્રીમતી મયૂરિકા ઓઝા, કુ. ધૈર્યા માંકડ, જ્યોતિ વસાવડા, દ્યુતિ વસાવડા, આશાબહેન ડેલીવાલા, નિરાલી શુક્લ અને જયમીન વૈદ્ય વગેરે કલાકારોએ ખૂબ જ મધુર કંઠે ભજનો પ્રસ્તુત કર્યાં.
- **તા. ૨૪-૫-૨૦૧૫, અમદાવાદ :** ૨૧મી જૂનના રોજ વિશ્વયોગ દિવસ પ્રસંગે પૂજ્ય સ્વામીજી સવારે અમેરિકા અને સાંજે કેનેડા ખાતે હશે, આમ, ગુજરાતનાં ગિરનાર દૂરદર્શન દ્વારા આ પ્રસંગે પ્રદર્શિત કરવા માટે ગુજરાતી અને હિન્દીમાં એક ખાસ યોગ વર્ગ શિવાનંદ આશ્રમના પ્રાંગણમાં આયોજવામાં આવ્યો જેમાં આશ્રમના તમામ યોગવર્ગોના પ્રશિક્ષાર્થીઓ ઉપરાંત આશ્રમ સાથે સંકળાયેલા તમામ યોગશિક્ષકો આ વિશાળ યોગ વર્ગમાં જોડાયા. યોગ સાધના આશ્રમના પ્રશિક્ષાર્થીઓ પણ તેમાં જોડાયા હતા.
- **તા ૨૫-૫-૨૦૧૫, નડિયાદ :** પૂર્વ રાજ્યમંત્રી સન્માનનીય શ્રી દિનશા પટેલજી દ્વારા તેમના ટ્રસ્ટ દ્વારા સંચાલિત નર્સિંગ કોલેજ અને ઈતર શિક્ષા સંસ્થાનોના વિદ્યાર્થીઓના આવાસ-વિકાસ માટે નવનિર્મિત અદ્યતન છાત્રાવાસનું ઉદ્‌ઘાટન-લોકાર્પણ પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજે કર્યું.
- **તા. ૩૦-૫-૨૦૧૫, અમદાવાદ :** આજરોજ સાંજે પૂજ્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ તેમની ત્રણ મહિનાની વિદેશયાત્રાએ જવા રવાના થયા. પૂજ્ય સ્વામીજીનું અમદાવાદ શિવાનંદ આશ્રમમાં પુનરાગમન ૧-૯-૨૦૧૫ના રોજ થશે.


દરેક પ્રસંગને અનુરૂપ નયનરમ્ય શણગાર માત્ર
સુવર્ણકલામાં
SUVARNAKALA®
Gold, Diamond & Jadtar Jewellery
BIS Approved Jeweller
અમદાવાદ
સી.જી. રોડ
“નેશનલ પ્લાઝા”,
લાલ બંગલાની સામે,
સી.જી રોડ, અમદાવાદ - 6
સેટેલાઇટ
“વીનસ એમેડીયસ”,
જોધપુર ચાર રસ્તા BRTS બસ સ્ટેન્ડ સામે,
સેટેલાઇટ, અમદાવાદ - 15
100% Hallmarked Jewellery

ISO 22000 ફૂડ સેફ્ટી પ્રમાણિત કંપની

સ્વાદ અને ગુણવત્તાની પરંપરા

શ્રેષ્ઠ ગુણવત્તાની પરંપરા દ્વારા દેશ-વિદેશના અસંખ્ય ગ્રાહકો સુધી પહોંચવાનો અમારો નિર્ધાર છે.

ભારતીયતાનું સ્વાદ સભર ગૌરવ!

રામદેવ

મસાલા • ઈન્સ્ટન્ટ મિક્ષ • બ્લેન્ડેડ મસાલા • હિંગ વગેરેની વિશાળ શ્રેણી અને પેક સાઈઝ

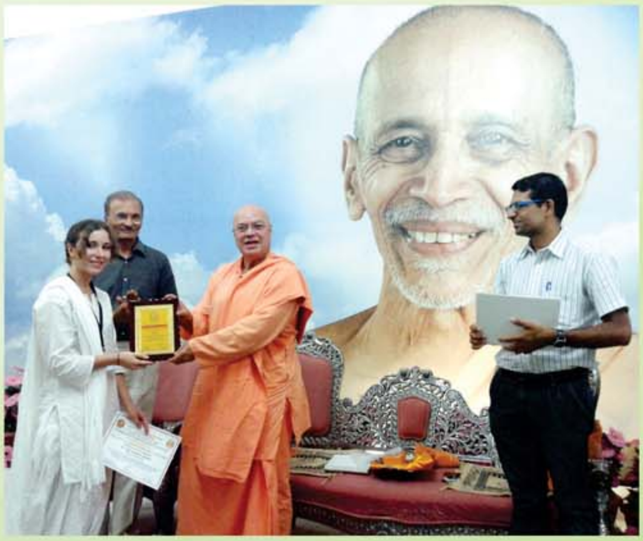
રામદેવ ફૂડ પ્રોડક્ટ્સ પ્રા. લિ.

સ્પાઈસ વર્લ્ડ, સરખેજ-બાવળા હાઈવે, ચાંગોદર-૩૮૨ ૨૧૩, અમદાવાદ. • www.ramdevfood.com

Identity

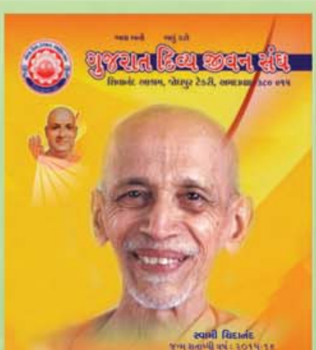
શ્રીમતી કુંદનબહેન દિનશા પટેલ હોસ્ટેલ, નડિયાદનું
પૂજ્ય સ્વામીજી દ્વારા લોકાર્પણ (તા. ૨૫-૫-૨૦૧૫)

માંડલ આંખની ફ્રી હોસ્પિટલના લોકાર્પણ સમયે
વૃક્ષારોપણ (તા. ૧૫-૫-૨૦૧૫)



કુ. માર્ટા વાલાલુપે મોરેનો ઘે લા શાંતા નિયેતો (સ્પેન)
૩૪મા યોગ શિક્ષક તાલીમ શિબિરનાં
પ્રથમ ક્રમે ઉત્તીર્ણ શિક્ષાર્થિની (તા. ૩૦-૫-૨૦૧૫)

શ્રી સ્વામી ચિદાનંદ જન્મ શતાબ્દી નિમિત્તે નિર્મિત "શિવાનંદ યોગ"
૮૪ આસનોની બે D.V.D. નું લોકાર્પણ (તા. ૨૯-૫-૨૦૧૫)



પછાત વિસ્તારના ગરીબ વિદ્યાર્થીઓ માટે વિનમ્ર અપીલ

દર વર્ષની જેમ આગામી જૂનથી શરૂ થતા શૈક્ષણિક વર્ષ માટે ૧,૨૫,૦૦૦ નોટબુક અને ૫૦,૦૦૦ ચોપડીની માગ આવેલ છે. નોટબુક વિનામૂલ્યે અંતરિયાળ પછાત વિસ્તારના ગરીબ-વનવાસી વિદ્યાર્થીઓને આપવામાં આવે છે. ૨૦૧૫-૧૬ પૂજ્ય સ્વામી ચિદાનંદજીના જન્મ શતાબ્દી વર્ષના ઉપલક્ષ્યમાં મુખપૃષ્ઠ ઉપર સ્વામીજીના રંગીન છાયાચિત્ર સાથે તેઓશ્રીના ગુરુ પૂ. સ્વામી શિવાનંદજીના પણ આશીર્વાદ છાયાચિત્ર સાથે અંકિત કરવામાં આવશે. ભારતીય સંસ્કૃતિનાં માનવ જીવનની ઉત્ક્રાંતિમાં અમૂલ્ય વારસાને ઉજાગર કરતો પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીના વિદ્યાર્થીઓને પ્રેરણાદાયક સંદેશ ઉપરાંત સૂર્યનમસ્કારની બાર સ્થિતિ, શ્રી સરસ્વતી મંત્ર, વિશ્વપ્રાર્થના, શ્રી મહામૃત્યુંજય મંત્ર અર્થ સાથે આપવામાં આવશે. **'Song of Eighteen Ities'** પ્રાર્થનાઓ, ધ્યાન-પ્રાણાયામ અને યોગના લાભ અને આવશ્યક સૂચનાઓ અને મહાપુરુષોના પ્રેરણાદાયી સંદેશાઓ પ્રસિદ્ધ કરવામાં આવશે. આવી સેવાભાવી પ્રવૃત્તિ માટે આર્થિક સહયોગ આવકાર્ય છે.

Printed and Published by ARUN DEVENDRA OZA on behalf of GUJARAT DIVYA JIVAN SANGH and Printed at Print Vision Private Limited, "Print Vision House", Opp. Old Central Bank of India, Ambawadi, Ahmedabad-380 006 and published from Gujarat Divya Jivan Sangh, Sivananda Ashram, Jodhpur Tekri, Sivananda Marg, Satellite, Ahmedabad-380 015. Editor- SWAMI ADHYATMANANDAJI

આગામી વિશ્વયોગ દિવસના ઉપલક્ષ્યમાં શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદમાં વિશાળ યોગ-ધ્યાન કાર્યક્રમ

શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ ખાતે ૩૪મા યોગશિક્ષક તાલીમ શિબિરના પ્રશિક્ષાર્થીઓ અને શિક્ષકો (તા. ૩૦-૫-૨૦૧૫)

દિવ્ય ગુણો

તમારા હૃદયના બગીચામાં દિવ્ય ગુણોનાં પુષ્પો ઉગાડો. સદ્‌ગુણમાંથી તમે પવિત્રતામાં આગળ વધશો. પવિત્રતામાંથી તમે ધર્મપરાયણતામાં આગળ વધશો અને ધર્મપરાયણતામાંથી આગળ વધતાં તમને ઈશ્વરનો અનુભવ થશે. અપવિત્રતામાંથી માણસ પવિત્રતામાં ઊર્ધ્વ ગતિ કરે છે. પવિત્રતા આવ્યા પછી તેનામાં શાણપણનો ઉદય થાય છે અને શાણપણ આવ્યા પછી તેને ભવ્ય આધ્યાત્મિક અનુભૂતિ થાય છે.

- સ્વામી ચિદાનંદ

Print Vision

If undelivered return to:
"Divya Jivan" Gujarat Divya Jivan Sangh Sivananda Ashram, Opp. ISRO, Ahmedabad-15. Ph.: 079-26861234