

દિવ્ય જીવન

વાર્ષિક લવાજમ : રૂ. ૧૦૦/-



માર્ચ
૨૦૦૮

ભગવાન શિવની પૂજા

બધું જ ભગવાન શિવનું વ્યક્ત સ્વરૂપ છે. શિવ જ નાસ્તિક અને બ્રહ્મા છે. ભગવાન શિવની પ્રેમલો આનુભવ કરવો જ જોઈએ અને વ્યક્ત કરવો જોઈએ. પ્રાણો, પૂજો, ટડો, વૃત્તય કરો. ભગવાન શિવ ગીતનું સંગીત છે, ફળની મીઠાકાશ છે, મનનો વિદ્યાર છે, આંખનું તેજ છે. યમ હને નિયમલો આભ્યાસ કરો. તમે જલદીઓ શિવનો શાશ્વત આનંદ પામશો.

- સ્વામી શિવાનંદ



'रेमल' भिल्स (वलसाड-वारी)मां उद्घोषण पूर्व
विशाळ वृक्षारोपण यज्ञ (१७-०२-०८)



केरियरलाईन संस्कार, अमदाबादना आयायोलो
समाज समारंभ (१०-०२-०८)



श्रीमद् भागवत कथा - संख्याता आश्रम, अमदाबाद खाते मंगल प्रवचन समये श्रीमद् भागवत कथा श्रवणमां हुएत्तास (ता. २७-०२-०८)



मौन ध्यान साधना निरत साधक-की रंग साधना संदर्भ, नारेक्कर
(ता. ११-०२-०८ थी १५-०२-०८)

શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની પ્રેરણાથી પ્રકાશિત

દિવ્ય જીવન

વર્ષ: ૫

અંક: ૩

માર્ચ-૨૦૦૮

સંસ્થાપક અને આધ્યાત્મિક:

બ્રહ્મલીન શ્રી સ્વામી યાશવલ્લયાનંદજી
(ડૉ. શિવાનંદ અધ્યાત્મ)

સંપાદક મંડળ:

શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

ડૉ. મફતલાલ જી. પટેલી

ડૉ. હરીશ દ્વિવેદી

●

લેખ મોકલવાનું સરનામું:

તંત્રીશ્રી: ડૉ. મફતલાલ જી. પટેલી

૪, વિશ્વભારતી સોસાઇટી,

નવરંગપુરા ટેલિફોન ટાવર પાસે,

અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૦૬

ફોન: ૨૬૪૦૮૪૦૯

●

મુખ્ય કાર્યાલય:

'દિવ્ય જીવન' માસિક, તેમું લવાજમ:

સ્વામીચિદાનંદ 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

માર્તમાં

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

પેટ્રન લવાજમ : રૂ. ૨૫૦૦/-
છુટક નકલ : રૂ. ૧૦/-

વિદેશ માટે:

વાર્ષિક \$ 12 અથવા £8 (એર મેઝિલ)
પેટ્રન \$ 250 અથવા £160 (એર મેઝિલ)
ફેક્સ ડ્રાફ્ટ (અમદાવાદ) દ્વારા

૩૫

વન્દે વિષ્ણું શિવં દેવં વન્દે બ્રહ્માણમીશ્વરમ् ।

વ્યાસં વન્દે શુકં વન્દે વસિષ્ઠં ચ નમામ્યહમ् ॥

મૂકં કરોતિ વાચાલં પછું લઙ્ગ્યતે ગિરિમ् ।

યત્કૃપા તમહં વન્દે પરમાનન્દમાધવમ् ॥

સર્વેષ્વારબ્ધકાર્યેષુ ત્રયસ્તિભુવને શ્વરાઃ ।

દેવા દિશાન્તુ નઃ સિદ્ધિ બ્રહ્મેશાનજનાર્દનાઃ ॥

'ભગવાન વિષ્ણુને અને શિવને હું વંદન કરું છું. બ્રહ્મા અને ઈશ્વરને હું વંદન કરું છું. વાસ ભગવાન, શુકદેવ અને વસિષ્ઠને નમસ્કાર કરું છું.'

'જેમની કૃપા મુંગાને વાચાણ કરે છે અને લંગડાને પર્વત ઓળંગાવે છે, તે પરમ આનંદરૂપ વિષ્ણુને હું વંદન કરું છું.'

'અમારા આરંભેલાં સર્વ કામોમાં ત્રણે લોકના ઈશ્વર બ્રહ્મા, વિષ્ણુ અને મહેશ એ ત્રણે દેવો સફળતા આપો.'

શિવાનંદ વાર્તા

આ કલિયુગમાં, તમારે પૂર્વકાળની જેમ ઘણું તપ કરવાની જરૂર નથી. આ યુગના નબળા સ્વાસ્થ્ય અને ટૂંકા આયુષ્વાળા લોકોને ભગવાને તેમની કૃપા બતાવી છે. આ યુગમાં નિયમિત ધ્યાન દ્વારા મનુષ્ય જલદીથી સાક્ષાત્કાર કરી શકે છે, જો તે આતુર, ગંભીર અને જાગ્રત હશે. જ્યારે તમારે સવારના ચાર વાગ્યાની ટ્રેઇન પકડવાની હોય, તો તમે કેટલા સચેત, ખંતીલા અને સતેજ રહો છો ! તમે સામાન રાત્રે તૈયાર કરી દો છો અને સવાર માટેનો નાસ્તો પણ તૈયાર કરી રાખો છો. ત્રણ વાગ્યાનું એલાર્મ મૂકી દો છો. આ સ્વખ્ન જેવા જીવનમાં તમે ઘણી વસ્તુઓ કરો છો. જો તમે તેવી તૈયારીનો માત્ર દસ્મો ભાગ આધ્યાત્મિક માર્ગ માટે કરો તો તમને છ માસમાં સમાધિ લાગી જાય - સાક્ષાત્કાર થઈ જાય !

- શ્રી સ્વામી શિવાનંદ

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

અનુકમ

૧. શ્લોક	૧
૨. અનુકમ, તહેવાર સૂચિ	૨
૩. સંપાદકીય	સંપાદક	૩
૪. ભક્તિયોગ-૨	ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી	૪
૫. સહીસલામત, સાંદુ અને સુખી જીવન	શ્રી સ્વામી સત્યિદાનંદજી	૭
૬. આચારાંગ સૂત્ર	આચાર્ય વિજયરત્નસુંદરસૂરિજી	૮
૭. મનાચે શ્લોક - મનોભોધ	શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી	૧૦
૮. દૈવી શક્તિનું અવતરણ	શ્રી યોગેશ્વરજી	૧૨
૯. ઉપદેશામૃત-૩	શ્રી રાણેશ્વરાસજી મહારાજ	૧૩
૧૦. યોગ એ જ જીવન (૬)	શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી	૧૪
૧૧. એકાગ્રતા અને ધ્યાન	શ્રી સ્વામી નિભિલેશ્વરાનંદજી	૧૬
૧૨. ઉપનિષદ-યાત્રા	શ્રી ગુણવંતભાઈ શાહ	૧૮
૧૩. જ્યોતિ જ્યોતિ થાનકી	શ્રીમતી જ્યોતિ થાનકી	૨૧
૧૪. સમર્પણ અને કૃપા	સી. રાજગોપાલાચારી	૨૩
૧૫. મહિમા બંધે માનવને, સંયમ અને નિયમ	શ્રી હરિભાઈ કોઠારી	૨૪
૧૬. શ્રી ચૈતન્ય મહાપ્રભુ-જીવન પ્રસંગો	શ્રી કનૈયાલાલ મ. પંડ્યા	૨૬
૧૭. સદ્ગ્રાણી	શ્રી શ્રી મા આનંદમથી	૨૭
૧૮. સત્ય એ જ પરમેશ્વર	ડૉ. હરીશ દ્વિદેશી	૨૮
૧૯. વૃત્તાંત	૩૦

● ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજીનો ઘડંગયોગ ●

● સેવા ● પ્રેમ ● દાન ● પવિત્રતા ● ધ્યાન ● સાક્ષાત્કાર
ભગવાનનાનો મહિમા

જે મોહ, કામ અને લોભથી મુક્ત છે, તે હુઃખ અને ભયને જાણતો નથી. અમર આત્મા કેવો પ્રોત્સંહ હોય છે! શાશ્વત શાંતિનું ધામ કેવું મહિમાવાન-કીર્તિમાન હોય છે! પૂર્ણ પરમાત્માની શાશ્વત શાંતિ કેવી વર્ણનાતીત છે! જેનું હદ્ય સરળ અને પવિત્ર હોય છે, તે સુખનું સાધ્રાજ્ય પામી શકે છે. તમારા સંકલ્પ અને નિશ્ચય પ્રબળ બનાવો. ઝડપથી ઉશ્કેરાવાના તથા આવેશમાં આવી જવાના સ્વભાવથી પર થઈ જાઓ. તેનાથી તમારી ઈચ્છાશક્તિ વધશે. ભગવાનની જાંખી એ વૈશ્વિક અનુભવ છે. જો તમારું હદ્ય પૂર્ણ પવિત્ર હોય, તો તમે એક કણશમાં ભરેલા જળમાં ગંગાજીનું દર્શન કરી શકો છો. - સ્વામી શિવાનંદ

તહેવાર સૂચિ

માર્ચ, ૨૦૦૮

તા. તિથિ (મહા વદ)

૩	૧૧	એકાદશી
૫	૧૩	પ્રદોષપૂજા, શ્રી મહાશિવરાગી
૭	૩૦	અમાવાસ્યા

(ફાગાળ સુદ)

૧૭	૧૧	એકાદશી
૧૮	૧૩	પ્રદોષપૂજા
૨૧	૧૫	પૂર્ણિમા, શ્રી ગૌરાંગ

મહાપ્રભુ જ્યંતી

(ફાગાળ વદ)

૨૨	૧	હોળી
----	---	------

“અનુરોધ-અભિલાષા” ગ્રાહકોને :

- ચાવનગી સરળતા માટે આપનું પત્રચલારનું સરનામું પિનકોડ સાથે સંપૂર્ણ હોય તે ઈચ્છનીય છે.
- આપનો ગ્રાહક નંબર નોંધી લેવા વિનંતી છે, જેથી અંકની પ્રાપ્તિ સંબંધી કોઈપણ પત્રચલાર કરતી વેળા ગ્રાહક નંબરનો ઉત્તેખ વહીવટી સરળતા સર્જ શકે છે.
- સામાન્યતા: દર માસની પાંચમી તારીખે અંક પ્રસિદ્ધ થયા બાદ તેની ચાવનગીનું ક્રમ શરૂ થાય છે. છતાં કોઈ ખાસ કારણોસર પ્રકાશનની નિર્ધારિત તારીખના ૧૦ દિવસ વીત્યે પણ જો આપને અંક ન મળો તો સ્થાનિક ટપાલ કર્યેરીમાં તપાસ કર્યા બાદ વહીવટી કાર્યાલયને જગ્યાવવું. સિલકમાં ડાંસો બીજો અંક મોકલાશે.
- ‘દિવ્ય જીવન’ની સામગ્રી આપને ગમી હશે. તેથી હવે આપનાં પરિચિત વર્તુળોમાં પણ તેની રસલ્લાણ થાય અને ગ્રાહકવૃદ્ધિમાં આપનો નક્કર સહયોગ અમને મળતો રહે તેવી અભિલાષા છે.
- અમદાવાદ જિવાયના ગ્રાહકોએ પોતાનું લવાજમ ડ્રાફ્ટ અગર મનીઓરથી જ મોકલવું.

દિવ્ય સ્કુલિંગ

અમૃ ઉપર દયાન : ઓમ્નિનું ચિત્ર તમારી સામે રાખો. ખુલ્લી આંખે શાંતિપૂર્વક તેની ઉપર એકાગ્રતાથી જુઓ. તેની સાથે શાશ્વતતા, અનંતતા, અમરતા વગેરેના વિચારોથી જોડાઓ. મધમાખીનો ગુંજારવ, રાતે ગાતા નાઈટિંગેલ પક્ષીના મધુરા સ્વર, સંગીતના સાત સ્વરો અને બધા જ ધ્યાનિઓનો ઉદ્ભૂત માત્ર ઓમ્ભ્રમાંથી થયો છે. ઓમ્ભ્ર એ વેદોનો અર્ક છે. એવી કલ્પના કરો કે ઓમ્ભ્ર એ ધૂનુષ્ય છે, મન એક તીર છે અને બ્રહ્મ તે તીરનું લક્ષ્ય છે. ખૂબ ધ્યાનપૂર્વક લક્ષ્ય ઉપર નિશાન તાકો અને તીરની માફક લક્ષ્ય સાથે એકાકાર થઈ જઈ તમે ભગવાન સાથે એકાકાર થઈ જશો. તમે ધ્યાન દરમિયાન ઓમ્નો જ્યુ પણ કરી શકો છો. જો મન વ્યગ હોય, તો ઓમ્નો મોટેથી લયબદ્ધ લાંબો ધ્યનિ કરો.

- સ્વામી શિવાનંદ

સંપાદકીય

આપણા માનવજીવનનું લક્ષ્ય એક માત્ર ઈશ્વર સાક્ષાત્કાર છે. ઋતુઓનાં આવાગમન સાથે આયુ ક્ષણે ક્ષણે ઓછું થઈ રહ્યું છે છતાં “તદપિ ન મુંચતિ આશાવાયુ” આશા તૃષ્ણા વિવાદ આપણાં જીવનમાં વિષાદ સિવાય બીજું કંઈ પણ આપતાં નથી. ઉત્સવો અને બાહ્યાંભર વચ્ચે દંબ તથા દેખાવ વચ્ચે આપણાં આધ્યાત્મિક જીવનનો મૂળ હેતુ વિસ્મૃત જ થઈ રહ્યો છે. પૂજ્ય વિનોભાજીએ તેમનાં ગીતા પ્રવચનોમાં કહ્યું છે, “ટોમી નામનો સૈનિક જાણે છે કે કાલે યુદ્ધ ધમાસાણ થવાનું છે અને આપણે હારી જવાના છીએ. મૃત્યુ જ મળશે તેથી આજે રાતે શરાબ પીઓ, નાચો, ગાઓ અને મૃત્યુની વિસ્મૃતિ કરો.” આપણે પણ અહું મમકાર, પોતાની જાતને જ છળવા કે આત્મવંચનાનો દારુ પીએ છીએ, સમારંભો, ઉત્સવો અને આધ્યાત્મિક આયોજનો વચ્ચે ‘સ્વ’નું સત્ત્વ વિસ્મૃત કરીએ છીએ.

જો આ આધ્યાત્મિક આયોજનો પાછળ એક જ માત્ર હેતુ પ્રભુ પ્રતિ અગ્રસર થવાનો હેતુ હોય તો સદૈવ આ ઉત્સવો આવકાર્ય છે. પરંતુ આપણાં આયોજનો હુંસાતુંસી અથવા સ્વકીય આત્માની આત્મસ્થતાથી પૃથ્ફુ માત્ર આંભર દંબ અને પાયામાંથી જ બાહ્યાચરણમાં જરિત ક્ષિયાકલાપો વચ્ચે પોતાની ગુરુતા પ્રદર્શિત કરવાનો અને અમારા સિવાય ઈતર જનોની લઘુતા સાબિત કરવાનો હેતુ હોય તો તે અધ્યાત્મ ભાગ્યે જ આદર્શ ભક્તિ જ્ઞાન કે ઉચ્ચતમ હેતુ સાર્થક કરે છે.

શિવરાત્રીનું પર્વ શિવ શુભ સત્ય સુંદર અને આત્મરથ થવાની શાશ્વત આલબેલ વગાડે છે. શિવનું શિવત્વ હળાહળ પીને મહાદેવ થવામાં છે, નહીં કે અમૃતપાન કરીને ગુરુતા પ્રાપ્ત કરવામાં. જે કંઈ વાંચ્છે નહીં - ‘ત્યાગેન એકેન અમૃતત્વं’ ત્યાગમાં જ અમૃતની પ્રાપ્તિ છે, તેને જાણે ત્યાં જ શિવરાત્રીનું સાર્થક્ય. અથવા તો ‘તેન ત્યક્તેન ભુંજ્ઞથાઃ’ ત્યાગીને ભોગવી જાણે ત્યાં પણ દિવ્ય જીવનનું સાર્થક્ય.

હોળીનું પર્વ રંગગુલાલનું જ પર્વ નથી. અસત્તુ ઉપર સત્તના જ્યનું પર્વ છે. આસુરી પ્રવૃત્તિ ઉપર દૈવી પ્રવૃત્તિના વિજયનું પર્વ છે. હિંસા દ્વેષ અને વિધ્વંસ સમક્ષ અહિંસા ક્ષમા કારૂણ્ય અને પ્રભુપરાયણતાનું પર્વ છે.

પર્વો શિવરાત્રીનાં હોય કે હુતાસણીનાં, આ બધાં પર્વો આપણને સતત પ્રભુ પરાયણતા પ્રત્યે જ અગ્રસરે છે. ‘હરેનમૈવ કેવલમ्’ને જ્યાં સુધી જીવનમાં આત્મસાત્ત ન કરી શકાય ત્યાં સુધી બધું જ ગૌણા.

હોળી એ શ્રી ચૈતન્ય મહાપ્રભુજીનું પ્રાકટ્ય પર્વ પણ છે. તેમની અષ્પદીમાં પ્રભુએ સ્પષ્ટ કહ્યું છે, ‘તાણખલા જેટલા વિનભ થાઓ. વૃક્ષોથી પણ વધુ સહનશીલ થાઓ. ઝેઓ સન્માનને યોગ્ય નથી તેમને પણ માન આપો પરંતુ સદા પ્રભુ સ્મરણનું સાતત્ય રાખો, ત્યાં જ જીવન સાર્થક્ય.’ ઊં શાંતિ.

- સંપાદક

ભક્તિયોગ - ૨

ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી

【સ્વામી શિવાનંદ જ્ઞાનયજ્ઞ નિધિ પ્રકાશિત શ્રી સ્વામી શિવાનંદજીનાં લખાશો અને ઉપદેશો પર આધ્યારિત 'યોગના પાઠો'માંથી સાભાર - સૌજન્ય : ધી ડિવાઈન લાઈફ સોસાયટી - સાઉથ આફ્ઝિકા】

ભક્તિનાં બીજ યુવાનીમાં વાવો

સ્વાભાવિક રીતે આપણામાં ભક્તનાં લક્ષણો સંપૂર્ણ રીતે હોતાં નથી. આપણો શરૂઆતમાં તે સદ્ગુણો ઓછાવતા પ્રમાણમાં ધરાવીએ છીએ. ભક્ત તરીકે આપણે તેમનો વિકાસ કરવાનો હોય છે. આ સદ્ગુણોનો એક અંશ પણ વિકસાવવા માટે આપણામાં વૈર્ય અને ખંત હોવાં જરૂરી છે. આપણા અંતઃકરણમાં ભક્તિ દેઢ કરવા માટે દરેક ક્ષણનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ. તેથી ભક્તિની નિષ્ઠા માટે આ જ ક્ષણ સર્વશ્રેષ્ઠ છે કે જ્યારે આપણાં શરીર અને મન યુવાન હોવાને લીધે સહેલાઈથી પ્રભુ પ્રત્યે દોરાઈ શકે. ભક્તિને ઉંમર, જ્ઞાતિ, સ્થાન, હોક્કો કે જીત સાથે જરાય સંબંધ નથી. સામાન્ય રીતે જગતથી પ્રભાવિત થયેલા લોકો કહે છે કે : “હું જ્યારે નિવૃત્ત થઈશ ત્યારે ભક્તિ કરીશ.” આ એક દુઃખદ ભૂલ છે. જ્યારે તમારી શારીરિક શક્તિ ક્ષીણ થઈ ગઈ હશે ત્યારે તમે સધન આધ્યાત્મિક સાધના કઈ રીતે કરી શકશો ? તમે પંદર મિનિટ માટે પણ ટવાર બેસી નહીં શકો. તમારી ઈન્ડિયોને શિસ્તમાં રાખવાનું બળ પણ નહીં હોય. યુવાનીમાં જ્યારે હદ્ય નિર્જલંક અને પવિત્ર હોય ત્યારે જ ભક્તિનું આધ્યાત્મિક બીજ વાવી દેવું જોઈએ. ત્યાર પછી તે તેનાં મૂળ ઉડી સુધી નાખશો, પાંગરશો અને જ્યારે વૃદ્ધાવસ્થામાં તમે નિવૃત્ત થશો ત્યારે તેને ફળ આવશે. પછી તમને યમરાજાનો ભય નહીં રહે.

ભક્તિના બીજને સાવધાનીથી પાણી પાવું - વિકાસ માટે પ્રયત્ન કરવો - તે તમારા હાથમાં છે. તેજસ્વી ભવિષ્ય તમારી રાહ જુએ છે.

આપણે જ્ઞાણીએ છીએ કે જ્યારે દેહનું મૃત્યુ થાય છે ત્યારે આત્મા નવો દેહ ધારણ કરે છે. માનવજન્મ મળવો દુર્લભ અને મુશ્કેલ છે. માનવદેહ મળવો તે સૌથી શ્રેષ્ઠ વરદાન છે, કારણ કે મનુષ્યશરીરમાં જ આપણે ઈશ્વરસાક્ષાત્કાર માટે પુલ્લાર્થ કરી શકીએ અને શાશ્વત આનંદ પ્રાપ્ત કરી શકીએ, અન્ય શરીરમાં નહીં. માનવદેહ મેળવ્યા પછી આધ્યાત્મિક જીવન જીવવાની

ઈચ્છા થવી તે દુર્લભતર છે અને તે બધામાં ઈશ્વર સાક્ષાત્કાર માટે તીવ્ર જંખના જગે તે દુર્લભતમ છે. ભગવાનની કૃપાથી જ આ બક્ષિસ મળે છે. માનવદેહ મળ્યા છતાં પણ જે મનુષ્ય પ્રભુપ્રાપ્તિ માટે મથતો નથી તે મૂર્ખ છે. આ બિના આત્મધાત કરતાં સહેજ પણ ઉત્તરતી નથી. તમારા જીવનના વાસ્તવિક અંતની સિદ્ધિ તમારા માટે પહેલેથી મુક્કરર કરેલી છે. તમે તમારી જીતને જેટલો પ્રેમ કરો છો તેટલો જ પ્રેમ પ્રભુને કરવાનું શીખવાનું શા માટે આ ક્ષણે જ શરૂ કરતા નથી ? સાચી સમજવાળા અને શ્રદ્ધાળુ મનુષ્યે જગતના પદાર્થોમાંથી મળતા આનંદની ઈચ્છા છોડી દેવી જોઈએ અને ભગવાનના ચરણકંભળમાં મનને સ્થિર કરવું જોઈએ.

ભગવાન સાથે સોદાબાજુ ન કરો

જો તમે શુદ્ધ દૂધનો સ્વાદ ચાખ્યો હોય તો તમે કોઈ સહેદ ભૂકી ઓગાળેલા પાણી માટે તલસશો ખરા ? તે જ રીતે તમે જો દિવ્ય પ્રેમની મધુરપનો સ્વાદ લીધો હોય તો તમે ઈશ્વરપ્રાપ્તિ સિવાય બીજા કશાની અપેક્ષા રાખશો નહીં. “હું મારા ખારા ભગવાન પાસેથી કશી અપેક્ષા રાખતો નથી. મારું મન સદાય તેમનાં પાદપંકજમાં સ્થિર રહે. મારો આત્મા સદાય તેમની સાથે યુક્ત રહે” - એવું સાચો ભક્ત કહે છે.

ભક્ત પ્રભુલાદને તેની ભક્તિથી પ્રસન્ન થઈને ભગવાને ઈચ્છિત વરદાન આપવાનું કહ્યું. પ્રભુલાદે ઉત્તર આખ્યો, “મારા પ્રભુ ! મને વરદાન આપવાની ઈચ્છા દર્શાવીને કૃપા કરી પ્રલોભિત ન કરશો. હું આપની પાસે ઈચ્છાપૂર્તિ માટે આવ્યો નથી પરંતુ કામનાઓમાંથી મુક્ત થવા આવ્યો છું. મને આપની શુદ્ધ ભક્તિનું દાન કરો. હું માત્ર આપનું શરણ જ ઈચ્છું છું.”

ભક્તિના નામે ભગવાન પાસે માગણીની હાટ ન માંડશો. જે ભગવાન પાસે વરદાન માગે છે તે ભગવાન સાથે વેપાર, સોદાબાજુ અને ધંધો કરે છે. ભક્ત તો પ્રેમનો અને ધર્મનો સોદાગર બને છે.

એક કોલેજિયન ભગવાન સાથે સોદાબાળ કરતાં પ્રાર્થના કરે છે : “ઓ ગણપતિ દાદા ! દયા કરી મને આ વર્ષે પરીક્ષામાં પાસ થવામાં મદદ કરો. હું આપને એક સો આઠ નાળિયેરની ભેટ ધરીશ.” જે આ રીતે ભગવાન સાથે સોદાબાળ કરે છે તે સાચો ભક્ત નથી.

ભક્તિ શ્રવીરનો માર્ગ છે

તો ઉપરોક્ત રીત દ્વારા પ્રભુને પામી શકાતું નથી. ભક્તિની ઉચ્ચ કક્ષાએ ભક્ત ભગવાનને તેનાં દુઃખ અને દિલગીરી, દર્દ અને રોગ, તેની કસોટીઓ અને મુશ્કેલીઓ વગેરે લઈ લેવા માટે પ્રાર્થતા નથી, કારણ કે તે જાણો છે કે તે બધાં પ્રભુની તરફથી ભેટરૂપે આવેલાં હોય છે. ભક્તિનો આ માર્ગ નામદારીનો નથી. તે ઉચ્ચ પ્રકારની વીરતા માગે છે.

પાંચ પાંડવોનાં માતા કુંતાછની પ્રાર્થનાને સદાય યાદ રાખો : “હે પ્રભુ મને સદાય વિપત્તિઓ જ આપ કે જેથી મારું મન સદાય તમારાં પાદપદ્મોમાં સ્થિર રહે.”

આપણે દુઃખમાં ભગવાનને યાદ કરીએ છીએ. દુઃખ આંખ ઉધાડનારું શ્રેષ્ઠ સાધન છે. તે જગતની તુચ્છ મોટાઈથી આપણી આંખોને દૂર લઈ જઈ ભગવાન પ્રતિ દોરે છે. જો આ જગતમાં દુઃખ ન હોત તો માણસ જગતના બંધનમાંથી પોતાને મુક્ત કરવા ક્યારેય પ્રયત્ન ન કરત. તે આ જગતનાં કુદ્ર સુખોથી સંપૂર્ણ સંતુષ્ટ રહેત.

તેથી મુશ્કેલીઓ, દુઃખ અને દર્દ છૂપા આશીર્વદ છે. જ્યારે આપણે મજબૂત વિન્ધોનો સામનો કરીએ છીએ ત્યારે આપણે શક્તિશાળી બનીએ છીએ. જ્યારે ખેલાડી પોતાના સમાન ખેલાડીનો મુકાબલો કરે છે ત્યારે તેની શક્તિનું સાચું પ્રદર્શન થાય છે. તે જ રીતે જ્યારે આપણે મુશ્કેલીમાં હોઈએ છીએ ત્યારે આપણી ભક્તિ જણાઈ આવે છે. પ્રભુ પ્રત્યેના આપણા પ્રેમને વધુ ગાઢ બનાવવા માટે મુશ્કેલીઓ આપણને પહેલાં કરતાં વધુ સખત રીતે ઝૂમાવે છે.

ભગવાન ભક્તને અંતિમ આશીર્વદરૂપે દર્શન આપતાં પહેલાં ભક્તની આકરી કસોટી કરે છે અને કઠોર પરીક્ષા કરે છે. જ્યારે ભગવાન ભક્તની કસોટી કરે છે તે જ સમયે તે તેને જરૂરી સહનશક્તિ,

આધ્યાત્મિક બળ અને વૈર્ય આપે છે જેથી તે કસોટીને પાર કરી શકે. ભગવાન ઘણા ન્યાયી અને તટસ્થ છે. અસ્વય સ્થિતિ અને સંઘર્ષની ક્ષણોમાં આપણે તેની ઉપર જ આધાર રાખવો જોઈએ.

આમ છતાં તે સત્ય છે કે ભગવાન તેના ભક્તની મુશ્કેલીઓ દૂર કરે છે. આનો ખરો અર્થ એ થાય કે સાચા ભક્તને મુશ્કેલીઓ અને ભયંકર આપત્તિઓ લાંબા કાળ સુધી ભોગવવી પડતી નથી. જે અનુભવોમાં સામાન્ય માનવી અસહાય બની જવાની લાગણી અનુભવે છે તે તે જ અનુભવોને ભક્ત ભગવાનના આશીર્વદ સમજે છે. મુશ્કેલીઓ તો હોય છે પણ તે ભક્તને બોજારૂપ લાગતી નથી. આ રીતે ભગવાન તેના સાચા ભક્તોને તેની દિવ્ય કૃપા દશાવિ છે.

અતે એક અગત્યનો મુદ્રો ચર્ચાએ. એવો પ્રશ્ન થાય કે જગતની કોઈ બાબત માટે પ્રાર્થના કરવી; કોઈ કાર્યની સફળતા માટે પ્રાર્થના કરવી; ભય, નિરાશા, દર્દ અને દુઃખમાંથી મુક્તિ મેળવવા પ્રાર્થના કરવી એ શું સંપૂર્ણપણે નિરર્થક છે ? આવી બાબતોમાં ભગવાનને પ્રાર્થના કરવાનો શું કોઈ ફાયદો નથી ? હા, ભગવાનને કરેલી આવી પ્રાર્થના ફાયદાકારક છે. તે પ્રાર્થનાઓ આગળ દર્શાવ્યા પ્રમાણે અમુક અંશે સ્વાર્થી હોવા છતાં અંતે આપણને ભગવાન પ્રત્યે દોરી જાય છે. જો ભગવાન આપણી ભૌતિક પ્રાર્થનાઓ મંજૂર કરે તો આપણી ભગવાન પ્રત્યેની શ્રદ્ધા દટ થાય અને તે તેની નજીક લઈ જાય છે. છેવટે આપણો તેના પ્રત્યેનો પ્રેમ પવિત્ર અને સ્વાર્થરહિત બનશે. તમે બધા જ સંમત થશો કે આપણામાંના મોટા ભાગના લોકોની ભક્તિ આ રીતે શરૂ થાય છે. તેથી આવા પ્રકારની ભગવાનને કરેલી પ્રાર્થના પ્રત્યે નારાજ ન દર્શાવવી. આપણાં શાસ્ત્રોમાં અને આધ્યાત્મિક મુમુક્ષુઓના જીવનનાં એવાં ઘણાં ઉદાહરણો છે કે સકામ પ્રાર્થનાઓએ ભક્તના જીવનની કારકિર્દીને સંપૂર્ણપણે બદલી નાખી છે અને તેને મહાન ભક્ત બનાવ્યો છે. ભગવાનની લીલા ખરેખર રહસ્યમય અને અદ્ભુત છે. જો તે આપણને તેનાં ચરણકમળમાં લેવા માગતો હોય તો તે ગમે તે રસ્તો અપનાવે છે.

ગુરુભક્તિની મહિતા

આપણે ભગવાનને ચાહવા પ્રયત્ન કરવો જોઈએ

એમ કહેવું એ એક બાબત છે અને તેને અમલમાં મૂકવી એ બીજી બાબત છે. આપણે ભગવાન પ્રત્યેના પ્રેમનો વિકાસ કેવી રીતે કરીશું? સૌથી પહેલાં આપણને એવા રૂપની જરૂર છે કે જેને આપણે ભગવાનનું પ્રતીક ગણીએ અને તે રૂપને આપણાં પ્રેમ અને સેવા અર્પજા કરીએ. આવું બાધ્ય રૂપ કે જેને આપણે ભગવાન માનીએ છીએ તે ગુરુ છે. ગુરુની સેવા અને પૂજા કરવી તે ભગવાન પ્રત્યેના પ્રેમનું સંવર્ધન કરવાનો ઘણો શક્તિશાળી માર્ગ છે.

ગુરુ એ ભગવાનની જીવંત પ્રતિમા છે. જો આપણી સેવા સાચી નહીં હોય અને આપણા પ્રેમમાં ખામી હશે તો ગુરુ આપણને કહીને બતાવશે. તે આપણી ભક્તિની વૃદ્ધિમાં દરેક પગલે માર્ગદર્શન આપશે. તેથી જે ભક્ત ભક્તિના માર્ગ પૂર્ણતા હુંછે છે તેને માટે ગુરુભક્તિ અમૂલ્ય છે.

આપણે ન ભૂલીએ કે ગુરુ, સત્ય અને આત્મા બધાં એક જ છે. ગુરુ ભગવાન છે. ગુરુનો શબ્દ ભગવાનનો શબ્દ છે. તેણે કંઈ શીખવવાની જરૂર નથી. તેની માત્ર ઉપસ્થિતિ અથવા સાત્ત્વિક પ્રેરક અને ઉત્તીકારક હોય છે. ભક્તને માટે ગુરુ સૌથી વધુ વિશ્વાસપાત્ર માર્ગદર્શક છે. તે આપણા પિતા, માતા, બંધુ, સંબંધી અને પરમ મિત્ર છે. તે કરુણા અને સ્નેહની મૂર્તિ છે.

ગુરુનું સ્મિત પ્રકાશ, આનંદ, જ્ઞાન, ખુશી અને શાંતિનું વિકિરણ કરે છે. તે આખી માનવજીત માટે આશીર્વાદરૂપ છે. તે આપણી યાતનાઓમાંથી મુક્તિ અપાવવામાં મદદ કરે છે. તેને અધ્યાત્મપથનું જ્ઞાન હોય છે અને સાધકને માર્ગદર્શન આપવા માટે લાયકાત ધરાવે છે. ભક્તિનું જરણું, ગુરૂથી શિષ્ય તરફ વહે છે.

અધ્યાત્મપથ પર ગુરુની શી આવશ્યકતા છે? શાળામાં ભૌતિક વિષયોનું જ્ઞાન આપવા માટે જેવી રીતે શિક્ષક હોય છે તેવી રીતે ભગવાનની ભક્તિના રહસ્યોનું જ્ઞાન આપવા માટે તથા તે માર્ગનાં વિઘ્નોથી સાવધ કરવા અને તેમનું નિવારણ કરવા તમારે ગુરુની જરૂર છે.

ભક્તિ વિષે પ્રચલિત ખોટી માન્યતાઓ

અંતે ભક્તિ વિષે એક વધુ અગત્યની બાબતનો

ખુલાસો જરૂરી છે. કૃષ્ણભક્ત ચૈતન્ય મહાપ્રભુ જેવા કેટલાક મહાન ભક્તો સદૈવ પરમાનંદની અવસ્થામાં નૃત્ય કરતા અને નામસંકીર્તન કરતા હતા. બધા જ ભક્તો આ રીતે તેમની આનંદની ઊર્મિઓને ખુલ્લી રીતે વક્ત કરતા નથી. તે જ રીતે ગંભીર ભાવવાળા ભક્તો પણ છે.

ભક્તિથી કોધ, અભિમાન, કામુકતા, વિક્કાર જેવી હલકી અને અશુદ્ધ લાગણીઓનો નાશ થાય છે અને તેની જગ્યાએ અનુકૂલા, ક્ષમા, પ્રેમ અને કરુણા જેવા દિવ્ય ભાવોનો વિકાસ થાય છે. ભક્તિ આપણી વૃત્તિઓને શુદ્ધ કરે છે.

આપણે એવી ખોટી કલ્યના ન કરવી જોઈએ કે ભક્તિ નિર્બળતા અને અસહાય શરણાગતિની નિશાની છે. વાસ્તવમાં ભક્ત મહાન અંતઃશક્તિ અને વિનભ્રતાની નિશાની છે. ભગવાનનો ભક્ત નિર્ભય અને હિંમતવાન હોય છે. તે નિર્માલ્ય હોતો નથી. તે બધી જ પરિસ્થિતિઓનો બહાદુરીપૂર્વક સામનો કરે છે.

મંદિરમાં જઈ મૂર્તિપૂજા કરવાની જરૂર નથી એવી ખોટી માન્યતા એ બીજી સામાન્ય ભૂલ છે. માત્ર અજ્ઞાની જ કહેશે : “હું તો પરાભક્તિમાં સ્થિત થઈ ગયો છું. મારે મંદિરોમાં જવાની જરૂર નથી અને વિધિપૂર્વક પૂજા કરવાની જરૂર નથી. મૂર્તિઓની પૂજા કરવાનો, ફૂલ ચઢાવવાનો અને આરતી ઉતારવાનો શો અર્થ છે ?”

એવા ભક્તો ગંભીર બ્રમમાં રહી માત્ર વૈતરું જ કરે છે. સમર્થ માર્ગદર્શન ન મળવાનું આ પરિણામ છે. જેમને શ્રદ્ધા નથી તેમને ખરા અર્થમાં ભક્તો કહી શકાય નહીં. તેઓ તેમના નિઝન મન દ્વારા કુમાર્ગ દોરવાઈ જાય છે. તેઓ કોઈ પણ પ્રકારની આધ્યાત્મિક પ્રગતિ કરી શકતા નથી.

ભક્તિનો વિકાસ કરવો તે સહેલી વાત નથી. ભક્તિના વિકાસનાં પ્રાથમિક સોપાનો સર કરવાં તે આપણા માટે જરૂરી છે. ભક્તિની નિષા માટે શરૂઆતનાં સાધકને મૂર્તિપૂજા ખૂબ મદદ કરે છે. જેમ તમારે સાતમા ધોરણમાં જવા માટે છંદું ધોરણ પાસ કરવું પડે છે તેમ તમારે અવ્યક્ત અને નિરાકારરૂપે ભગવાનને ભજવા માટે મૂર્તિપૂજાનું પગથિયું ચઢવું પડશે.

‘ધોગના પાઠ’માંથી સાભાર

સહીસલામત, સાદું અને સુખી જીવન

- શ્રી સ્વામી સત્યિદાનંદજી (યુ.એસ.એ.)

જો તમે તમારી જાતને પૂર્ણપણે ઈશ્વરના હાથમાં મૂકી દો તો તમારામાંનો દરેક જણ પોતાના જીવનમાં ઘણું બધું કરી શકે. તમારા અહંને દૂર કરો. “મેં આ કર્યું” એવી લાગણીને દૂર કરો. આવી લાગણી જ્યારે આવે છે ત્યારે દરેક વસ્તુ સાથે અથડાય છે. તેને બદલે એવું વિચારો : “ઈશ્વર મારા દ્વારા કાર્યશીલ બનો” ભગવદ્ ગીતાના બધા જ શ્લોકોમાં એક શ્લોક સારદૃપ, સર્વોપરી જેવો છે, ભગવદ્ ગીતામાં છેલ્લે તે આવે છે, તે કહે છે : “દરેક વસ્તુને છોડી દો. દરેક વસ્તુનો ત્યાગ કરો. પછી તે તમારો અહં હોય, તમારો સંકલ્ય હોય, તમારી બુદ્ધિ હોય, તમારી મૂર્ખાઈ હોય કે તમારું સર્વસ્વ હોય.” દરેક વસ્તુને છોડી દો, ત્યાગ કરો. ફક્ત સાદો ત્યાગ નહિ... બધી જ વસ્તુનો સંપૂર્ણ ત્યાગ.

ગીતાના ગ્રંથમાં આપણે તે શ્લોકનો અનુવાદ કરીએ છીએ : “સર્વે ફરજો (ધર્મો) છોડીને એક મારે જ શરણો આવ. હું તને સર્વ પાપમાંથી મુક્ત કરીશ, શોક ન કર” કેટલું અદ્ભુત વચન છે, બધાં જ કર્મો, બધી જ ફરજોનો સંપૂર્ણપણે ત્યાગ કર. ભગવાન કહે છે : “તારી જાત મને સોંપી દે. આ બધું જે થઈ રહ્યું છે તેનો કર્તા હું જ છું, હું જ બધાની સંભાળ રાખું છું” એમ સમજ. હું - એક અને એકલો-બધાનો આશ્રય છું. જો તમે આને અનુસરશો તો “હું તમને બધી જ મુશ્કેલીઓ, બધી જ સમસ્યાઓ, તમારાં પાપ, સદ્ગુણો જે કંઈ હશે તેમાંથી પાર ઉતારીશ.” મનુષ્યનું મન શંકાશીલ હોવાથી તે કહે છે, “સંશય કરીશ નહિ.” આ બધું સાંભળ્યા પછી પણ તમે કહો, “અહા, બધું જ ફિલસ્ફૂરી જેવું હોઈ શકે.” ઈશ્વર મનુષ્યનું મન કેમ કામ કરે છે તે સારી રીતે જાણો છે એટલે, છેલ્લે તે કહે છે, “સંશય કરીશ નહીં, તને હું ખાતરી આપું છું.” અક્ષરશઃ તે કહે છે, “તું મને પ્રિય હોવાથી તને હું વચન આપું છું.”

ભગવદ્ગીતાની શરૂઆતમાં અર્જુન તેની બધી દલીલો અને બૌદ્ધિક કસરતો કરે છે. તે કહે છે, “મારે આ બધું કરવાની શું જરૂર છે? મારે શા માટે શાંત ન રહેવું? એક સામાન્ય કારણ માટે મારે શા માટે યુદ્ધ

કરવું?” કંઈ પણ ન કરવા માટે તે કારણો આપે છે, “મારે આ બધું છોડી દેવું છે. કોઈ ગુફામાં ભરાઈ બેસવું છે. આ બધી વસ્તુઓનો શું અર્થ છે? આ બધા લોકોને બચાવવાનો કે ખરાબ ગણાતા બધા માણસોને મારી નાખીને શું કરવાનું છે? હું તેમને લાયો ન હતો કે હું તેમને લઈ જવાનો નથી. તે કોઈ મારી ફરજ નથી.”

નટખટ ભગવાન ફૃષ્ણાના સ્વરૂપમાં ઈશ્વર અર્જુન તરફ જોઈ રહ્યા અને સ્મિત કર્યું. “ઠીક છે, આગળ બોલ. હજુ પણ વધારે કંઈ કહેવાનું હોય તો બોલી નાખ. હવે કંઈ વધારે કહેવાનું છે?” છેવટે અર્જુનને લાગ્યું કે તે બોલ બોલ કરતો હતો. તેનો કોઈ અર્થ દેખાતો ન હતો. તે દલીલો જોસભેર કરતો હતો એટલું જ, દલીલોમાં કંઈ દમ ન હતો. તેને પોતાના આવા વર્તન માટે શરમ આવી છેવટે અર્જુને કહ્યું, “હું કેવો મૂર્ખ માણસ છું. હું ગમે તેમ બક બક કરીને મારી બુદ્ધિનું દેવાળું કાઢું છું. હું સાદામાં સાદી વાત કેમ કરી શકતો નથી? હે પ્રભુ, પ્રશ્ન તમે જાણો છો. હું તમારા પગે પડું છું. હું તમારા શરણો આવું છું. હવે તમારે જે કંઈ કરવું હોય તે કરો, તેમાં મારે કંઈ જ કહેવાનું નથી. મેં વિશ્વાનું સર્જન કર્યું નથી અને હું તેને બચાવી લેવા કે વિનાશ કરવા શક્તિમાન નથી તે તો તમારે જ કરવાનું છે અને તમે જ તે કાર્ય કર્યું છે. તમે જ બધાનું સર્જન કર્યું છે. મારું સર્જન પણ તમે જ કર્યું છે. તમે જે કંઈ કરો છો તે તમે જાણો છો. તમે જ તે કરો. હું તો તમારો શિષ્ય માત્ર છું.”

પછી સમગ્ર ભગવદ્ગીતા શરૂ થાય છે. ગીતાના અંતમાં ભગવાન કહે છે : “દરેક વસ્તુનો ત્યાગ કર. તું મારા હાથનું સાધન બન. મને જે ખરેખર સાચું લાગે છે તે મને કરવા દે. મને તારા દ્વારા કાર્યશીલ થવા દે. પછી તું કોઈ બાબત માટે જવાબદાર ગણાઈશ નહીં અને હું તારો શ્રેષ્ઠ ઉપયોગ કરી શકીશ.” ઈશ્વરના હાથમાં સોંપવાની આ જૂબી છે. સંત અવ્યાયાટ કહેતા, “બધી કામનાઓનો ત્યાગ કર અને તું સ્વસ્થ થઈ જઈશ.” જો તમે તમારું, હું, મને, મારું છોડી દો તો તમે ખરેખર મુક્ત જ છો. તમે મુક્તિ મેળવી છો. તમારે

તેનું બંધારણ લખવાની જરૂર નહિ રહે. બધું જ ઈશ્વરને સોપી દેવામાં ખરું બંધારણ આવી જ જાય છે અને આ કરવાનું તો ખૂબ સહેલું છે. યાદ રાખો કે વસ્તુઓ આપી દેવાનું સહેલું છે, તેના પર કબજો રાખવાનું મુશ્કેલ છે. કબજો રાખવામાં તો ખૂબ ચિંતા, ભય, ઈર્ષા વગેરે આવી જાય છે.

એક બીજા મહાન સંતના શબ્દો છે : “હે ભગવાન, તમે મારો શું ઉપયોગ કરવાના છો તેની મને કોઈ પરવા નથી. લોકો તો તેમના અભિગ્રાય આપતા રહેશે. કેટલાક તેને સાચું કહેશે, કેટલાક ખોટું કહેશે. મારે તેની શું ચિંતા ? તમે જ એકલા તેને સંભાળનાર છો. તમારી જ્યાં ઈચ્છા થાય ત્યાં તેને હાંકી શકો છો. સિનેમામાં જાઓ, સરસ; નાઈટકલબમાં જાઓ, સરસ; ચર્ચમાં જાઓ, સરસ. તમારે જ્યાં જવું હોય ત્યાં જઈ શકો છો. તમે ચાલક છો અને જો તમને કંઈ મુશ્કેલી આવે તો મને, વાહનને-કારને, કોઈ શિક્ષા થઈ શકો નહિ; તમે જ દોષી છો. તમે એમ કહી નહિ શકો, “કાર મને નાઈટકલબમાં લઈ ગઈ હતી, કાર મને બેંક લૂંટવા લઈ ગઈ હતી. કાર આરોપી છે.” ના. વાહક જવાબદાર છે, વાહન નહિ. દરેક વસ્તુ પાછળ રહેલું વહન કરનારું બળ તે છે.

હું તમને જે કંઈ જાણું છું મારા જીવનમાં જેને અનુસર્યો છું તે કહું છું. જો તમને ગમે તો તેને સ્વીકારો, પ્રયત્ન કરો. તે ખૂબ સાદું છે. ઈશ્વરની શરણાગતિ સ્વીકારો. શરણાગતિની આ વૃત્તિ સાથે દરેક વસ્તુ સમજાઈ જાય છે. તમારે કોઈને શા માટે વિકારવું જોઈએ ? તમને કોઈ ન ગમે તેમ શા માટે ? દરેક વ્યક્તિ સારી છે. દરેક વ્યક્તિ અદ્ભુત છે. દરેક વ્યક્તિ ભગવાનનું સાધન છે. ભગવાન તમારા એકલા દ્વારા જ નહીં પણ દરેક વ્યક્તિ દ્વારા કાર્ય કરે છે. તમે દરેક વસ્તુમાં ભગવાનના હાથને ભગવાનના ચહેરાને જુઓ છો. જો કોઈ વ્યક્તિ આવે અને તમને ધમકાવે તો તે ભગવાન છે. જો કોઈ આવે અને તમારા વખાણ કરે તો તે પણ ભગવાન છે. જે ક્ષણે તમને સમજાય કે ભગવાન તમારી દ્વારા કામ કરી રહ્યો છે તે જ ક્ષણે તમે તે હાથને બધાની દ્વારા કામ કરી રહ્યો છે તેમ માની શકશો. તમે દરેક જ્ઞાને સમદાસ્તી જુઓ છો. તમે તમારી જાતને ચાહો છો તેમ આપમેળે બીજા દરેક જ્ઞાને

પણ ચાહવાનું શરૂ કરશો. સમસ્ત કુદરત આમ વર્તે છે. “ભગવાનની ઈચ્છા વગર એક પરમાણુ પણ ખસી શકે નહિ.” દરેક વસ્તુ તેની ઈચ્છાથી જ ખસે છે. આપણે પણ એમ જ ખસીએ છીએ.

ભગવાનને તેની ઈચ્છા પ્રમાણે કરવા દો. તેને આમ કર એમ કહેવાવાળા આપણે કોણ ? તેને જેમ ફાવે તેમ તે કરે. તેને કંઈ કરવા માટે તમારી રજાની જરૂર નથી. તે તો પોતાનું કાર્ય તેની રીતે કર્યા જ કરે છે. આ રીતે જો તમે તેને શરણે જાઓ તો તમારું જીવન વધુમાં વધુ સલામત, વધુમાં વધુ સાદું અને વધુમાં વધુ સુખી બની જશે. નહિતર તમારો અહીં તમારા દરેક કાર્યમાં દેખાઈ આવશે. તમે જ બધું કરો છો એવું ગણાવશો. શરણાગતિનો એવો અર્થ નથી કે તમારે કંઈ જ કરવાનું રહેતું નથી. તમારે ઓરડામાં જઈ સૂઈ રહેવાનું નથી. જ્યારે ભગવાન તમને કંઈ પણ કરવાની પ્રેરણા આપે કે તરત જ કરવાનું શરૂ કરી દો. યાદ રાખો કે કામ કરવાની પ્રેરણા ભગવાન તરફથી આવે છે. દાખલા તરીકે, તમે અપરાધી હો તેમ લાગે, “આમ કેમ ? હું બેસી રહ્યો છું, કંઈ કરતો નથી. આશ્રમ મને ખવરાવે છે, મારી સંભાળ રાખે છે. મારે કંઈક કરવું જ જોઈએ.” તમે અપરાધી છો એવું કોણ લગાડે છે ? ભગવાન જ. આમ, ભગવાન તમને કંઈક કરવાનું કહે છે અને કરાવે છે. જો કોઈ આવે અને તમને કંઈક કહે તો કોઈ તમને કહે છે તેમ નહિ માનતા ભગવાન જ કહે છે તેમ માનો.

આ પ્રકારની શરણાગતિ માટે તમારે ભગવાનમાં પૂર્ણ શ્રદ્ધા હોવી જોઈએ. “જો હું આમ શરણે થઈ જાઉં તો શું ભગવાન મારી ખરેખર સંભાળ રાખશે ?” તે તમારે નક્કી કરવાનું છે. તમે કેટલી શ્રદ્ધા ધરાવો છો ? જો તમે ઈશ્વરમાં તમે ખરેખર શ્રદ્ધા ધરાવતા હશો તો તમારી પૂરેપૂરી સંભાળ લેવાશે જ. એટલા જ માટે હું કહું છું કે શ્રદ્ધા અને ભય એકી સાથે સંભવી શકે નહિ. જો તમારી સંપૂર્ણ શ્રદ્ધા હશે તો પછી આગળ પ્રશ્ન કરવાનું રહેશે જ નહિ, ભગવાન તમને કદી નીચે પડવા નહિ દે.

કોઈ વાર તમે કહો : “જુઓ મેં ભગવાન પર શ્રદ્ધા રાખી છતાં મને આ મુશ્કેલી આવી છે. ભગવાન હોય પછી કોઈના તરફથી મુશ્કેલી કેવી રીતે આવી શકે ?” ત્યાં જ સાચી શરણાગતિની કસોટી થાય છે. “હે

ભગવાન, તે વ્યક્તિ ભલે મને મુશ્કેલીમાં મૂકે. ટીક છે. તો ભગવાન મને તે વ્યક્તિ મુશ્કેલીમાં મૂકે તેમ કેમ થવા દે છે ? તે મારા પોતાના ભલા માટે પણ હોઈ શકે. કોઈ કારણસર મારે તેવા અનુભવની જરૂર પણ હોય.” કેટલીક વાર બીજા લોકો દરદીને ઓપરેશન માટે હોસ્પિટલમાં દાખલ કરે છે. દરદી આ ઓપરેશન તેને માટે કેટલું જરૂરી છે તે પણ તે જાણતો નથી. તે જ પ્રમાણે, ભગવાન તમારા પોતાના ભલા માટે તમને મુશ્કેલીમાં મૂકે છે. આવું બને ત્યારે કેટલીક વાર ભગવાન પોતે કષ્ટમય પરિસ્થિતિનું નિર્માણ કરે છે અને ત્યાં જ તમારી કેટલી શ્રદ્ધા છે તેની કસોટી થાય છે. જો બધું સારું જ થતું હોય તો બધાની શ્રદ્ધા ટકી રહે છે. પણ જ્યારે સારું ન થતું હોય, ઇતાં શ્રદ્ધા અવિચણ રહે તે જ તેની કસોટી છે. ભગવાન આ રીતે આપણી શ્રદ્ધાની કસોટી કરે છે અને શ્રદ્ધા કેટલી છે તે ચકસે છે.

તો, આપણે પૂર્ણ, પૂર્ણ શ્રદ્ધા ધરાવીએ. કહો, “ભગવાન, હું તારો હું. મારી પાસે કાર્ય કરાવ. તારા કરાવ્યા વગર મારા જીવનમાં હું કંઈ પણ કરી શકું તેમ નથી. સમસ્ત વિશ્વમાં આમ જ થાય છે. હું સમજું હું કે તું જ સર્વ કાઈ સર્વ દ્વારા કરે છે. મને પણ તેનો સાક્ષાત્કાર કરાવ.” પ્રથમ, ઈશ્વર હંમેશાં તમારા દ્વારા કાર્ય કરે છે તેનો અનુભવ કરો. પછી દરેકની દ્વારા કાર્ય કરતો ઈશ્વર અને તમારી દ્વારા કાર્ય કરતો ઈશ્વર એક જ છે તેનો અનુભવ કરો. જો આટલી સમજણ આવી જાય તો પછી કોઈ પણ સમસ્યા, કોઈ પણ શિંતામાંથી તમે પૂર્ણપણે મુક્ત બનો છો. દરેક જણ મારા સમાન છે. દરેક જણને હું ચાહું છું.

તમે બધા આ પ્રકારના અનુભવ પામેલા સાધન બનો. ભગવાન દરેક વ્યક્તિ દ્વારા કાર્ય કરી રહ્યો છે. તમારા અહુંને સાકાર ન થવા દો અને “મેં સરસ કર્યું, મેં ખોટું કર્યું” એમ ન માનો. તમે સારું કે ખોટું કંઈ જ કરી શકતા નથી-ના સત્યનો જ્યાલ રાખી લો અને ભગવાનને તમારા દ્વારા કાર્ય કરવા દો. આવો શરણાગતિભાવ પ્રામ થાય તો તે મનુષ્યને મળી શકતી મોટામાં મોટી ઉપલબ્ધ છે. આપણે બધાં ઈશ્વરના હાથનાં સારાં સાધનો બનીએ. ઈશ્વર આપણા દ્વારા કામ કરી રહ્યો છે તે સમજાયો. તેના પર છોડી દેવું તે સીધામાં સીધી વસ્તુ છે. સ્વસ્થ રહો. તે પરમ પ્રેમનો ઉપભોગ કરો.

‘How to find Happiness’માંથી સાભાર અનુવાદ



સવ્વાઓ પમત્તસ્સ ભયં,
સવ્વાઓ અપ્પમત્તસ્સ
નતિથ ભયં...

આચારાંગ સૂત્ર
આચાર્ય વિજયરત્નસુંદરસૂરિજી

ગુનો જ ન કરે
અને સાખી ડરવાનું કયાં રહે છે ?
ખાવામાં ગરબડ જ ન કરે
અને પેટ બગડવાનો ભય કયાં રહે છે ?
ચોપડામાં જે ખોટી નોંધ કરતો જ નથી
અને ઈન્કમટેક્સ ઓફિસરનો ભય
કયાં રાખવો પડે છે ?
જે પ્રમાદ કરતો જ નથી,
કખાયનો શિકાર બનતો જ નથી,
ઇન્દ્રિયોની ગુલામી કરતો જ નથી,
મનને સ્વચ્છંદ કે ઉચ્છ્રંખલ બનવા દેતો જ નથી
અને અસમાધિનો કે દુગીતિનો,
હુઃખનો કે દુબુદ્ધિનો ભય
રાખવાનો જ કયાં રહે છે ?
જે પ્રમાદ છે, અસાવધ છે,
મૂર્ચિંઘ છે, વિષયાધીન છે,
કખાયદુષ છે અને
કોનો ભય નથી એ પ્રશ્ન છે.
અને રોગનો પણ ભય છે તો મોતનો પણ ભય છે,
હુઃખનો પણ ભય છે તો દુગીતિનો પણ ભય છે,
સંકલેશનો પણ ભય છે તો પ્રતિકૂળતાનો પણ ભય છે.

પ્રભુ !

દારુંદિયાને અપ્રમાદ રહેવામાં
જો સફળતા મળે તો મારા જેવા મોહાધીનને અપ્રમાદ
રહેવામાં સફળતા મળે !
આપ જ કંઈક એવી કૃપા વરસાવો કે
મારો મોહનો નશો જીતરી જાય
અને અપ્રમાદ રહેવામાં મને સફળતા મળતી જાય.
‘પ્રભુ વિર કહે છે’ માંથી સાભાર

મનાચે શલોક - મનોભોદ્ધ

- શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

શ્રીરામકથામાં આવતું અહલ્યા પ્રકરણ ખૂબ જ ગહન ચિંતન માગી લે છે. ત્યાં ગ્રાણ પાત્રો વચ્ચે બે પ્રકારની પાત્રતા છે. એકમાં રહેલો પુરુષ અને બીજામાં રહેલું ખીટવ. આદિ કાળથી પુરુષે સદૈવ ખીઓને વામણી અને પોતાનામાં ગુરુતાંત્રાંથિનો જ અનુભવ કર્યો છે. પછી તે દેવરાજ ઈન્દ્ર હોય કે ઋષિ ગૌતમ હોય. શ્રીરામકથા ત૩૦૦થી વધુ આદિ અને અનાદિ પ્રાચીન અને અવાચીન લેખકો દ્વારા લખાયેલી જાણમાં છે. એક કથાનકનું એમ કહેવાનું છે કે ઈન્દ્ર દેવરાજ છે અને તેણે ગૌતમનારી - અહલ્યા સાથે દુર્ઘટાદાર કર્યો તેથી આકોશમાં આવી ગૌતમ ઋષિએ શાપ આપીને અહલ્યાને પથર બનાવી દીધી. એક બીજું મંત્ર એવું છે કે ઈન્દ્રની શોભાયાત્રા નીકળી હતી. તેને જોવાને ઉત્સુક થયેલ ઋષિપત્ની પ્રત્યે ઋષિ આકોશ કરે છે. બંને પક્ષે સ્વીની સરળતા ઉપર પુરુષનું વર્યસ્વ પ્રભુત્વ દર્શાવવામાં અને વર્ણવવામાં આવ્યું છે. શ્રીરામકૃપા સંબંધી પણ બે મંત્ર છે; એક તો શ્રીરામ પોતાના પાવન પવિત્ર ચરણનો પથર-શિલા બનેલી અહલ્યાને સ્પર્શ કરે છે, તેનો ઉલ્લેખ આગળ ઉપર ગંગા પાર કરતી વખતે

અહલ્યા શિલા રાધવેં મુક્ત કેલી
પદી લાગતાં દિવ્ય હોઉનિ ગોલી ।
જ્યા વર્ણિતાં શીષલી વેદવાણી
નુપેક્ષી કદા રામ દાસાભિમાની ॥ ઉર ॥

પોતાના પતિ ગૌતમ ઋષિના શાપથી શિલારૂપ થઈ પડેલી અહલ્યાને તે શિલારૂપમાંથી શ્રીરામે મુક્ત કરી. તેમનો ચરણસ્પર્શ થતાં જ તેની કાયા દિવ્ય થઈ ગઈ. એવા શ્રીરામના શરણે તું જા. એ રામના અનંત ગુણો છે. તેને વર્ણવતાં વેદવાણી પણ અટકી પડે છે, વગેરે... માં પણ શ્રીરામની કરુણાનાં જ દર્શન થાય છે. શ્રીરામ અનંતગુણધન છે.

હમણાં થોડા દિવસો પૂર્વે જ મજૂલસે કુર્ચાનિમાં થલતેજ ખાતે ભાગ લેવાનું સૌભાગ્ય મળ્યું. શ્રીરામના કે પરબ્રહ્મના જે મહિમાનું દાસબોધ-મનોબોધ ગાયન કરે છે, તેનું જ ગાયન વેદ અને કુર્ચાન પણ સમસ્વરે કરે છે; તેવું અધ્યયન અને ચિંતન પછી અનુભવાયું. અહીં

નાવિક પણ કરે છે કે 'હે પ્રભો ! આપનાં ચરણના સ્પર્શે કે ચરણરજના સ્પર્શે જો પથર નારી બની જતો હોય તો મારી નૌકાનું નારીમાં રૂપાંતરણ મારી આજીવિકા છીનવી લેશે !' જ્યારે બીજું કથન એવું છે કે 'શ્રીરામ તો મર્યાદા પુરુષ છે. ઋષિ પત્ની સજીવ હોય કે નિર્જીવ તેને ચરણ વડે સ્પર્શ કરવાનો પ્રશ્ન જ થતો નથી. શ્રીરામનાં પાવન ચરણોને સ્પર્શ કરીને આવતો શીળો શીતળ વાયુનો સ્પર્શ જ શલ્યા બનેલી અહલ્યામાં નૂતન પ્રાણ સંચાર કરે છે.' તો ત્રીજું એક મંત્ર એવું છે કે 'અહલ્યા પથર થયાં નથી, પથર સમાન જડ થઈ ગયાં છે કારણ કે ગૌતમ ઋષિ અહલ્યાના અવાંછનીય વર્તનથી પોતે જ આશ્રમનો ત્યાગ કરી ગયા છે. ઋષિના આશ્રમ ત્યાગ અને પતિએ પોતાના કરેલા પત્નીના ત્યાગથી હતપ્રભ બનેલાં ઋષિપત્ની જડવત્ત થઈ ગયાં હતાં. ત્યાં સાંત્વના, પ્રેમ, સદ્ગ્રાવ, કરુણા, કથમા, ઔદ્ઘર્ય, શીલ અને પરોપકાર મૂર્તિ શ્રીરામનું પધારવું જ માત્ર ઉજ્જડ બનેલ સમગ્ર ગૌતમ-આશ્રમને નારી સહિત ચેતના બક્ષે છે.' આપણે ઈન્દ્ર, ગૌતમ ઋષિ કે અહલ્યાનાં કથાનકને ગૌણ ગણીએ તો પણ મનોબોધની આ ઓળિ....

કરી મુક્ત રામે શિલા જે અહલ્યા
પદસ્પર્શ થાતાં થઈ દિવ્ય કાયા,
ખૂટી વર્ણિતાં જેમને વેદવાણી
નુપેક્ષી કદી રામ દાસાભિમાની ॥ ઉર ॥

વાંચન પ્રમુખ નથી. અનુભવજન્ય જ્ઞાનધારમૃતનું આચ્યમન પ્રમુખ બને છે.

યજુર્વેણી ઋષા કહે છે, શં નઃ કુરુ પ્રજાભ્યઃ ।
પ્રભુ ! અમારાં સંતાનોનું કલ્યાણ કરો. (યજુર્વેણ, ઉદ્દ:૨૨)

વ અસ્તિહ લી ફી જુર્યિયતી. હે અલ્લાહ !
મારાં સંતાનોમાં મારા માટે ભલાઈ (ની લાગજી) પેદા
કર. હે અલ્લાહ ! મારાં સંતાનોનું ભલું કર. (કુર્બાન
૪૬:૧૫)

તંનો અનાતમ ઉત ત્રાતા । તું અમારી અત્યંત
નજીક અને (અમારો) રક્ષક છે. (ઋગવેદ ૫:૨૪:૧)

વ નષ્ટનું અકરબુ ઈલયાહિ મિન હબ્બિલ વરીદ
અને તું તો તેની (સજીવની) શાસનળીથી પણ વધુ તેની

નિકટ છે. (કુર્અન ૫:૧૬)

ન યસ્ય ઘાવાપૃથિવી અનુ વયો ન સિન્ધવો
રજસો અન્તમાનશુ: । નોત સ્વવૃષ્ટિ અસ્ય યુધ્યત એકો
અન્ય ચ યકૃષે વિશ્વમાનુષક ॥ ન પૃથ્વી અને આકાશ
તે પરમેશ્વરની વ્યાપકતાની સીમાને પામી શકે છે અને
ન અન્ય ગ્રહ અને ન આકાશથી વરસવાવાળી વર્ષા.
તે એક સિવાય કોઈ બીજું આ જગત પર સામર્થ્ય
ધરાવતું નથી. (કુર્અને ૧:૫૨:૧૪)

વલાયુહીંતુ નબિરોઈમિન ઈલિહી ઈલ્લા બિમા
શાઅ વસિઅ કુર્સિખુહુસમાવાતિ વલઅર્જ. અને તે
લોકો તેના જ્ઞાનના કોઈ ભાગનો વ્યાપક આભાસ નથી
કરી શકતા, સિવાય એટલું કે કે તે (અલ્લાહ) સ્વયં
ઈચ્છે છે. તેનું સામર્થ્ય આકાશો અને પૃથ્વી પર વિસ્તૃત
છે. (કુર્અન ૨:૨૨૫)

વ યુનજજીલુલુ ગયસ. અને તે જ વર્ષા ઉતારે
(વરસાવે) છે. (કુર્અન ૩૧:૧૩૪)

પતિર્ભૂથાસમો જનાનામેકો વિશ્વવસ્ય ભવનસ્ય
રાજા । એ માનવજીતનો સ્વામી છે, જેના સમકક્ષ કોઈ

નથી, તે તમામ લોકનો (મૃત્યુલોક, પરલોક વગેરે)
એકમાત્ર શાસક છે. (કુર્અને ૬:૩૬:૪)

જાલિકુમુલ્લાહુ રખ્ખુક્મ લહુલ્મુલ્ક ઈલાહ ઈલ્લા
હુવ. તે અલ્લાહ સહુનો સ્વામી છે, સમ્પૂર્ણ રાજ્ય તેનું
જ છે, તેના સિવાય કોઈ પૂજ્ય નથી. (કુર્અન ૩૭:૬)

આ બધાં ચિંતનનો મૂળ હેતુ એટલું જ કહેવાનો
છે કે શ્રીરામ દાસાભિમાની છે. જેણે પણ શ્રીપ્રભુની
શરણાગતિ સ્વીકારેલ છે, ઈશ્વર સદૈવ તેની સાથે જ
રહ્યા છે અને હું તમારી વહારે રહીશ એવું વચન પણ
તેમણે આપેલું જ છે...

તેખામહં સમુદ્રત્રા મૃત્યુસંસારસાગરાત્.

ભવામિ ન ચિરાત્પાર્થ... વગેરે (ગીતા ૧૨:૭)

માટે જ કહું છે, શ્રીરામ ન બીસાર બંદે - ખાલી
આના ખાલી જાના ઈસ દુનિયામેં ક્યાં ભરમાના... શ્રુતિ
પ્રમાણ છે. દ્વે વિદ્યે વેદીતથે પરાશ્રેવડપરા ચ । ઈહોકાનાં
તમામ કાર્યો કર્મો વચ્ચે પરમાત્માનું સતત સાંનિધ્ય રાખીએ,
એ જ સાચો તારણાધાર છે, તે જ હે મન આજનો બોધ
છે, તેવું સંત રામદાસજીનું મંત્રય છે. અં શાંતિ.

શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ ખાતે એપ્રિલ અને મે ૨૦૦૮ના ઉત્સવો

(૧) ચૈત્ર નવરાત્રી આરાધના : ચૈત્ર નવરાત્રી નિમિત્ત
વિશેષ આરાધના હેતુ ૦૯ એપ્રિલ ૨૦૦૮થી તા.૧૩ એપ્રિલ
૨૦૦૮ સુધી દરરોજ સાંજે ૪ થી ૭ દરમિયાન
શ્રીરામચરિતમાનસ પારાયાશનું આયોજન કરેલ છે.

(૨) શ્રીરામ પ્રાકટોત્સવ : તા.૧૪ એપ્રિલ ૨૦૦૮ના
રોજ સવારે ૮ થી ૧૨ સુધી સત્સંગ, ૪૫, પ્રાકટોત્સવ આરતી,
પ્રસાદનું આયોજન કરેલ છે.

(૩) શ્રી હનુમાન જયંતી ઉત્સવ : તા.૨૦ એપ્રિલ
૨૦૦૮ના રોજ સવારે ૭ થી ૧૧-૩૦ સુધી શ્રી મારુતિયજ્ઞ,
સત્સંગ, પ્રસાદનું આયોજન કરેલ છે.

(૪) ગાંધીકથા : પૂજ્ય મહાત્મા ગાંધીજીના અંગત
સચિવ શ્રી મહાદેવભાઈ દેસાઈના સુપુત્ર શ્રી નારાયણભાઈ
દેસાઈના મધુરકે સંગીતમય હિન્દીમાં ગાંધીકથા શિવાનંદ
આશ્રમ, અમદાવાદ ખાતે તા.૨૦ થી ૨૮ એપ્રિલ ૨૦૦૮
સુધી દરરોજ સાંજે ૫ થી ૮ કલાક સુધી આયોજન કરવામાં
આવેલ છે.

(૫) શ્રી શ્રી શ્રી અષ્ટલક્ષ્મી ભવન અને શ્રી સ્વામી
ચિદાનંદ ધ્યાન-યોગ મંદિરનો સાતમો પાઠોત્સવ : તા.૨૮
એપ્રિલ ૨૦૦૮ના રોજ સવારે ૭ થી ૮ સુધી સામ્ભૂહિક શ્રીયેત્ર
પૂજા, શ્રી નવચીર્ણિયજ્ઞ સવારે ૯-૩૦થી સાંજે ૯ કલાક સુધી
મહાઆરતી સાંજે ૯-૩૦ કલાકે.

(૬) શ્રીરામકથા : તા.૩૦ એપ્રિલથી તા.૩ મે ૨૦૦૮
સુધી દરરોજ સાંજે ૫-૦૦ થી ૮-૦૦ કલાકે શ્રી અજ્યભાઈ
યાણીક (દિલ્હી) દ્વારા હિન્દીમાં સંગીતમય શ્રીરામકથા

(અરજ્યકાંડ, કિર્ણિકાંડ, સુંદરકાંડ, લંકાકાંડમાં શ્રીરામેશ્વરની
સ્થાપના સુધી) કરવામાં આવશે.

(૭) પરમ પૂજ્ય શ્રીમત્ સ્વામી અધ્યાત્માનંદજ મહારાજનો
૬૪મો પ્રાકટોત્સવ : તા.૩૪ મે ૨૦૦૮ના રોજ આયુષ્માનો
સવારે ૮ થી ૧૧-૩૦ સુધી, બંડારો બપોરે ૧૨ કલાકે,
રક્તદાન શિબિર સવારે ૭ થી ૧૨ સુધી, સત્સંગ સાંજે
૬-૩૦થી ૮-૦૦ કલાક સુધી.

(૮) બાલયોગ શિબિર : તા.૪ એપ્રિલથી ૧૦ એપ્રિલ
૨૦૦૮ સુધી દરરોજ સવારે ૬ થી ૭-૩૦ કલાક સુધી.

(૯) શ્રી આદિ શંકરચાર્ય જયંતી : તા.૬ મે ૨૦૦૮ના
રોજ શ્રી આદિ શંકરચાર્ય જયંતી નિમિત્ત સત્સંગ સાંજે ૬-
૩૦થી ૮-૦૦ કલાક.

(૧૦) ૧૫મો યોગશિક્ષક તાલીમ શિબિર : તા.૧૧થી
૩૦ મે ૨૦૦૮ સુધી ૧૫મો યોગ શિક્ષક તાલીમ શિબિર
(આવાસીય)નું આયોજન કરવામાં આવેલ છે. સમગ્ર
અભ્યાસક્રમ અંગ્રેજ ભાષામાં રહેશે. તાલીમ લેવા ઈચ્છા
ધરાવનારે આશ્રમના કાર્યાલયનો સંપર્ક કરવા વિનંતી.

(૧૧) યોગાસન શિબિર-૬૮૮ : તા.૧૨ મેથી ૨૧ મે
સુધી દરરોજ સવારે ૬થી ૭-૩૦ સુધી.

(૧૨) શ્રી વિશ્વનાથ મહાદેવ મંદિરનો ૧૭મો પાઠોત્સવ :
તા.૨૦મી મે ૨૦૦૮ના રોજ પૂજ્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજ
મહારાજની નિશ્ચામાં હોમાત્મક લધુરૂદ્યજ્ઞ સવારે ૮-૩૦થી
સાંજે ૬ કલાક, મહાઆરતી સાંજે ૬-૪૫ કલાકે, મહાપ્રસાદ-
બંડારો રાત્રે ૭ થી ૮ કલાક.

દૈવી શક્તિનું અવતરણ-૨

શ્રી યોગેશ્વરજી

સાધક પોતાના વ્યક્તિગત સાધનાત્મક અભ્યાસથી, પોતાની અંદર રહેલી એ પરમ ચેતના અથવા તો પરમ દિવ્ય શક્તિના સંપર્કમાં આવે છે અથવા તો એનો સાક્ષાત્કાર કરે છે, એ વાત તો સર્વવિદિત તથા સર્વસ્વીકૃત જેવી છે. ભારતીય ધર્મ, સાધના તથા ભારતના લગભગ બધા જ પ્રામાણિક સાધકોનું એ ધ્યેય રહ્યું છે. એને પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર અથવા તો આત્મદર્શન પણ કહેવામાં આવે છે. કેટલાકનું કહેવું છે કે ભારતીય ધર્મ કે સાધનાનું ધ્યેય આટલું જ હતું : એ પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર કરીને જ પરિતૃપ્ત થવામાં કે કૃતાર્થ બનવામાં માનતી હતી. એમના અભિપ્રાય કે કથન સાથે આપણે સંમત નહિ થઈએ. એમને આપણે કહીશું કે તમારું મંતવ્ય બરાબર નથી. તમે ભારતીય ધર્મને ને સાધનાને સારી પેઢે સમજ્યા નથી એમ લાગે છે. નહિ તો તમે આવું મંતવ્ય ન રજૂ કરત. ભારતીય ધર્મ અને સાધના પરમાત્માના સાક્ષાત્કારમાં તો માને જ છે, અને એનો પોતાના ધ્યેય તરીકે સ્વીકાર પણ કરે છે, પરંતુ એટલામાં જ એ પરિતૃપ્ત કે કૃતાર્થ થઈને બેસી નથી રહેતી. એ પોતાના ધ્યેયની દિશામાં થોડીક આગળ વધે છે ને કહે છે કે પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર કરનાર પરમાત્મા તુલ્ય અથવા પરમાત્મા જ બની જાય છે. બ્રહ્મવિદ् બ્રહ્મોવ ભવતિ । એ સંદેશને કેમ ભૂલી ગયા ? એ ઉપનિષદ-વચનમાં કહેવામાં આવ્યું છે કે જીવનના આધ્યાત્મિક વિકાસની બે મહત્વની ભૂમિકાઓ છે : એક તો બ્રહ્મવિદ્દ થવું એટલે કે પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર કરવો ને બીજી પરમાત્મા કે બ્રહ્મ જ બનવું. ભારતીય સાધના કે સંસ્કૃતિએ એવા ઉભયવિધ આત્મિક વિકાસના આદર્શ તરફ અંગુલિનિર્દેશ કરેલો છે, અને એ પણ આજથી નહિ, પરંતુ એના ઉદ્ભબવકાળના આરંભથી જ. એ અંગુલિનિર્દેશને કોઈ ભૂલી જાય એટલે કાંઈ એવું થોડું જ કહેવાય કે ભારતીય સાધનાનો સંદેશ અધૂરો છે ?

★

એટલે પરમાત્માના અથવા તો પરમ શક્તિના સાક્ષાત્કારથી અટકવાને બદલે, એથી આગળ વધીને, એ

શક્તિ સાથેની એકરૂપતાની સિદ્ધિ કરવાનું ધ્યેય ભારતના ઋષિવરોએ નજર સમક્ષ રાખ્યું હતું. વખતના વીતવાની સાથે એ ધ્યેય ભુલાતું ગયું, એકાંગી બની ગયું, એ સાધના દ્વારા એકમાત્ર પરમાત્મસાક્ષાત્કાર જ ઈષ છે એવું માનતું રહ્યું. એમાં સાધનાનો દોષ છે એમ ન કહી શકાય. દૈવી શક્તિના અવતરણના અથવા તો એ શક્તિ સાથેની એકરૂપતાના ભુલાયેલા આદર્શને નાથ સંપ્રદાયે મહત્વનો માન્યો હતો. એટલા માટે તો એ સંપ્રદાયમાં સ્વર્ણ, નિરોગી, અખંડ યૌવનવાળા શરીરનો, સર્વજ્ઞતાનો અને ઈશ્વરસંદર્શ અસાધારણ શક્તિઓનો તથા અખંડ ઈશ્વરપરાયણતાનો આદર્શ કે પેટા આદર્શ તરીકે સમાવેશ કરવામાં આવ્યો હતો. નાથ સંપ્રદાયના કેટલાક યોગીપુરુષો એ આદર્શના સાકાર સ્વરૂપ સરખા બની રહ્યા હતા.

★

અને જે વૈદિક ઋષિએ પરમાત્માસંદર્શ થવાનો આદર્શ રજૂ કર્યો, તે તો એ આદર્શનું મૂર્તિમંત સ્વરૂપ હશે જ ને ? એ આદર્શની સિદ્ધિ માટે એમણે તો પોતાના જીવનમાં પ્રામાણિક પુરુષાર્થ કર્યો જ હશે ને ? એ પુરુષાર્થને પરિણામે કોઈક નક્કર વસ્તુ પણ મેળવી હશે ને ? ત્યારે જ એ આવો સર્વોત્તમ સંદેશ આપી શક્યા.

‘સાધના’માંથી સાભાર

ઇશ્વર

દોડ મા ગમાર દૂર, ઈશ્વર છે આંહી, પૂર્ણ ને પ્રકાશમાન, માન સર્વ માંડી, અંતર છે એક ધામ, શ્રીનિવાસ કેરું, બહિદાસિ રૂપ પડ્યો, મધ્યમાંહી મેરુ, નામરૂપ સર્વ એ વિના ન લેશ ભાસે, શાનરૂપ થઈ રહ્યો, સહેવ સર્વ પાસે. જગત સર્વ છે વિવર્ત, શુદ્ધરૂપ પોતે, તે અનાદિ દેવને, બહાર કેમ ગોતે ? અંતર્મુખ હંત્રિયો કરી, વિચાર વહાલા, કેશવ હરિ આમતેમ, મળે કેમ કાલા ?

- ભક્તકવિ કેશવ

‘અસ્તિત્વનો ઉત્સવ’માંથી સાભાર

ઉપદેશામૃત-૩

શ્રી રણધોડાસજી મહારાજ

પરમાર્થમાં દ્વાન રાખો

પરમાર્થ કરવા માટે ત્રણ વાતો ધ્યાનમાં રાખવી જોઈએ.

- (૧) નિઃસ્વાર્થ સેવા અને ત્યાગ (૨) ઉદારતા અને (૩) સમત્વ.

પૈસાની ચિંતા ન કરશો. ઈશ્વર પર દઢ નિષ્ઠા અને વિશ્વાસ રાખવો. ‘જગત શું કહેશે’ તેની પરવા નહિ કરવી. તો જ પરમાર્થ થઈ શકશે. માતાપિતા અને પુત્ર અને ધોડી લઈ જાત્રાએ નીકળ્યાની વાત તો તમે જાણો છો. ધોડી ઉપર કોઈ પણ બેસશે તો સંસાર તો ટીકા કરશે અરે ધોડી પર કોઈ નહિ બેસે તો પણ તેમને ચેન પડશે નહિ.

પરમાર્થ કોયલાની દલાલી છે. તેમાં હાથ જરૂર કાળા થશે પણ તે હાથ મોં પર ન લાગવા જોઈએ. આટલો ઘ્યાલ રાખો તો બેડો પાર છે.

આયા હે સો જાયેગા, રાજી રંક ફીરી,
યશ બાકી રહે જાયેગા, ડિ બાકી રહે કલંક.

સૂકો કે લીલો દુકાણ શા મારે ?

‘આ કળિયુગનો પ્રભાવ છે’ અને આપણે પણ તેને માટે ઓછા જવાબદાર નથી. લોકોમાં સ્વાર્થવૃત્તિની કોઈ સીમા રહી નથી. નીતિ, સદાચાર કે દયા જેવું કંઈ રહ્યું જ નથી. જેમની પાસે અનાજ છે તેઓ રાતદિન એમ વિચારે છે કે જો દુકાણ પડે તો આ અનાજથી તેઓ લખપતિ થઈ જાય. દરેક ક્ષેત્રમાં આ હાલ છે. ખરાબ વિચારોથી ખરાબ પરમાણુ બને છે અને તેની કુદરત પર અસર થાય છે. જો સુખી રહેવું હોય, દેશને સમૃદ્ધ બનાવવો હોય તો દરેક મનુષ્ય સારા-ભલા વિચાર કરે. ઉત્તમ પરમાણુ બનાવે, સ્વાર્થને છોડે. ભગવાનને પ્રાર્થના કરો કે દેશમાં કુદરતજનિત કોઈ આપત્તિ ન આવે જેથી આપણે બીજાં સત્કાર્યો કરી શકીએ.

મારી વેદના, મને શું દરદ છે તે ડોક્ટર લોકો શોધે છે. દેશની દુર્દ્શા જ મારી બીમારી છે. મને ફક્ત આ જ ચિંતા છે, બીજો કોઈ રોગ નથી. મને બહારથી અને મંગાવવું પડે છે તેની ચિંતા છે, હિંદુસ્તાન ગરીબ

નથી. દેશમાં પૈસાનો નહિ હદ્યનો અભાવ છે. આ સંગ્રહવૃત્તિ ક્યારે છૂટશે ?

સાધુની સાધુતા

ભાઈ, આપવું એ બહુ સાધારણ વાત છે. આપણા અરવિંદભાઈ (મફતલાલ)ને જુઓ કેટલો મોટો કારભાર કરે છે ! પણ દરેક સ્થળે અરવિંદને જવું પડતું નથી. તેમણે પસંદ કરેલા વિશ્વાસુ આદમી પોતાની ઈચ્છા અને બુદ્ધિ અનુસાર મિલોનું વિવિધ કામ કરે છે. જગતને એક મિલ સમજો અને ભગવાનને તેનો માલિક સમજો. ભગવાનના કારોબારમાં સાધુઓને ખાસ પ્રકારની સત્તા આપવામાં આવી છે. કારણ કે સાચા સાધુઓ ભગવાનના મેનેજર છે. ઘણા બધા લોકોને કોઈ ને કોઈ પ્રકારની મુશ્કેલીઓ હોય છે. એટલે આશીર્વદ આપતી વખતે ભગવાન કોઈ સારા સાધુ જીવને ભક્તને ત્યાં મોકલે છે. સાચો સાધુ લેખ પર પણ મેખ મારી શકે છે.

સાચી વાત તો એ છે કે સાધુની સાધુતા તેનો મુખ્ય ચ્યામ્ટકાર છે. તેનો સ્વભાવ, સંકલ્પ અને આદર્શ જીવન ચ્યામ્ટકાર કરવા સમર્થ હોય છે. તેનો ઈશ્વરમાં દઢ વિશ્વાસ એ તેની મહાન શક્તિ છે. ભગવાનમાં તેની જે પાકી નિષ્ઠા છે તે જ તેનું ધન છે. સાચો સાધુ સિદ્ધિઓને લાત મારે છે. સાચો સાધુ કે યોગી કદી માગતો નથી. તે હંમેશાં આપે જ છે. સાધુ કોઈનું કંઈ પણ રાખતો નથી, કદાચ કંઈ પણ લે તો તેને મોટો બદલો ચૂકવવો પડે છે.

આત્મસાક્ષાત્કાર

ભગવદ્ શરણાગતિ કે વ્યવહારશુદ્ધિ વગર આત્મસાક્ષાત્કાર થવો દુષ્કર છે. કંઈ જો પ્રસત્ર થઈ જાય તો આપણાને મીઠાઈ બનાવવાની રીત બતાવે અને ખૂબ ખુશ થાય તો મીઠાઈ આપણા હાથમાં પણ આપી દે. પણ મીઠાઈનો સ્વાદ કેવો છે તે તે બતાવી શકતો નથી. સ્વાદ તો જ્યારે આપણે મીઠાઈ ખાઈએ ત્યારે જ ખબર પડે. આત્મસાક્ષાત્કારનું પણ એવું જ છે.

સંકલયિતા : દમ્યંતીબહેન વાલજી સેજપાલ

‘યોગ એ જ જીવન’ (૬)

શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

[ન્યૂયોર્ક (અમેરિકા)થી ‘ગુજરાત ટાઈસ્સ’ નામનું સાપ્તાહિક પ્રગટ થાય છે તેના મેગેਜિન વિભાગ સપ્તકમાં પૂર્ણસ્વામીજી લિખિત ‘યોગ એ જ જીવન’ની લેખશ્રેષ્ઠી પ્રગટ થાય છે. તેમાંથી નીચેનો લેખ આપણે ‘દિવ્ય જીવન’માં સાભાર લઈએ છીએ. -સંપાદક]

આસન સ્થિર અને સુખમય હોવું જોઈએ

જે જે નાડીઓની અગાઉ આપણે ચર્ચા કરી તે નાડીઓ નરી આંખે જોઈ શકતી નથી. નાનીમોટી આ બધી કુલ ૭૨,૦૦૦ નાડીઓ માનવામાં આવે છે, જેમાં હડા, પિંગળા અને સુષુભૂષા મુખ્ય છે અને તેમાં પડા સુષુભૂષા પ્રમુખ નાડી છે. આ નાડીઓ અપાર્થિવ પદાર્થની બનેલી અપાર્થિવ નળીઓ છે અને તેઓ પ્રાણના પ્રવાહનું વહન કરે છે. તેને અપાર્થિવ નેત્રો વડે જ જોઈ શકાય છે.

નાભિની ઉપરની પ્રાણશક્તિને પ્રાણ અને નાભિની નીચેની પ્રાણક્ષમતાને અપાનના નામે ઓળખવામાં આવે છે. માટે જ ગીતામાં શ્રીકૃષ્ણ કહે છે કે, ‘અહુ વૈશ્વાનરો ભૂત્વા પ્રાણિનાં દેહમાશ્રિતઃ । પ્રાણાપાનસમાયુક્તઃ પચાભ્યનં ચતુર્વિધમ् ।’ (ગીતા : ૧૫:૧૪) (હું વૈશ્વાનર-જઠરાજિન થઈને પ્રાણીઓના શરીરમાં રહું છું અને પ્રાણ તેમ જ અપાનયુક્ત બનીને ચાર પ્રકારનું અન્ન પચાવું છું.

આ વૈશ્વાનર (કોસ્મિક એનજી) તેનું ઉત્પત્તિનું સ્થાન જ પ્રાણાયામ છે. માટે આ પ્રાણ અને અપાન વાયુનું સંયોજન કરવાની કિયાનું નામ પ્રાણાયામ કહી શકાય. પ્રાણાયામને આપણે ચાર વિભિન્ન કિયાઓમાં વહેંચી શકીએ (સાધારણ રીતે અત્યાર સુધી તમામ યોગ અભ્યાસીઓ, યોગીઓ અને પ્રચારકો કે લેખકો આ વિશે એકમત હતા કે ત્રણ વિભિન્ન કિયાઓ છે.)

પૂરક, કુંભક અને રેચક પરંતુ સંશોધન પછી શાસને અંદર રોકવાની સાથે સાથે રેચક કર્યા પછી બાબ્ય કુંભક કરવાનું પડા ધણું જ અગત્યનું છે, તેમ પુરવાર થયું છે. આ કિયાઓ એટલે (૧) પૂરક (શાસ અંદર લેવો) (૨) રેચક શાસ બહાર કાઢવો કે છોડવો અને (૩) કુંભક - શાસ રોકવો. હવે જો પૂરક કર્યા પછી શાસ અંદર રોકવાનો હોય તો તેને આંતરકુંભક અને જો રેચક કર્યા પછી શાસ બહાર રોકવાનો હોય તો તેને

બાબ્ય કુંભક કહેવામાં આવે છે. પ્રાણાયામનાં આ ચારેય અંગો પૂરક, આંતર કુંભક, રેચક અને બાબ્ય કુંભરને પ્રાણવ પ્રાણાયામ પણ કહી શકાય, અકાર, ઉકાર, મકાર અને ચંદ્રબિંદુ. ભાગવતજ્ઞમાં અકાર, ઉકાર, મકાર, નાદ અને બિંદુ આમ પાંચ અંગો પ્રાણાયામ માટે પ્રાણવ પ્રાણાયામનાં વર્ણવિવામાં આવ્યાં છે. ‘પિંડ વાચ્યાનિસંશુદ્ધે હત્પદ્યસ્થાં પરાં ભમ । અણી જીવકલાં ધ્યાયેનાદાન્તે સિદ્ધભાવિતામ્ ॥’ (ભા. ૧૧:૨૭:૨૩)

સુખાસન, પદ્માસન, સ્વસ્તિકાસન, સિદ્ધાસન કે વજાસનમાં બેસીને પ્રાણાયામનો અભ્યાસ કરી શકાય. આવશ્યક એટલું જ છે કે મસ્તક, ગળું, છાતી એક જ લાઈનમાં સીધાં હોવાં જોઈએ. મેરુંડ સીધો રાખીને બેસવાનું; પ્રાણાયામના અભ્યાસ માટે ખૂબ જ આવશ્યક છે. ‘સમં કાયારીશરોગ્રીવં’ ‘સ્થિર સુખમાસનં’, આસન સ્થિર અને સુખપૂર્વકનું હોવું જોઈએ. ‘નાત્યુચ્છિતં નાતિનીં’ બહુ ઊંચું કે બહુ નીચું આસન રાખવું નહિ. ‘શુ ચૌ દેશે પ્રતિષ્ઠાપ્ય’ પ્રાણાયામ માટેનું સ્થાન કે આસન સ્વચ્છ અને પવિત્ર તથા ઘોંઘાટ વગરની જગ્યાએ રાખવું. આવાં બધાં સૂચનો શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતાના છાંદ્ર અધ્યાય - આત્મસંયમ યોગમાં વિસ્તારથી વર્ણવિવામાં આવ્યાં છે.

કપિલોપાદ્યાનમાં ભાગવતજ્ઞમાં માતા દેવહૂતીને સાંખ્યયોગનું જ્ઞાન આપતાં કપિલમુનિએ પ્રાણાયામ માટે વિસ્તારથી જ્ઞાન સંપાદન કર્યું છે.

‘હવે હું સબીજ યોગનું લક્ષણ કહું છું, જેના દ્વારા ચિત્તશુદ્ધિ અને મનને ગ્રસની પ્રસન્નતા પ્રાપ્ત થાય છે, અંતે કમશઃ સાધક પરમાત્માના માર્ગમાં પ્રવૃત્ત થઈ જાય છે. પ્રત્યેક સાધકે યથાશક્તિ શાખસંમત સ્વધર્મનું પાલન કરવું જોઈએ. શાશ્વતિરુદ્ધ આચરણનો ત્યાગ કરવો જોઈએ. વિનન્દ્રા કેળવવી જોઈએ અને સંતોષ તો કેળવવો જ પડશે. જે કાર્યોથી વિષયોની વાસના વધે

તेवां कार्योथी सदा दूर रहेवा प्रामाणिक प्रयत्न करवो. भोजन पवित्र अने आवश्यकता पूरतुं ज परिमित करवुं. जे कार्योथी भोड वधे तेट्लां कार्यो ओछां करवां. निर्भय थઈने एकांतमां रहेवानो प्रयत्न करवो. मन, वाणी अने शरीरथी कोई पश ज्ञवने हुःभी न करवो, साचुं बोलवुं, चोरी न करवी, आवश्यकताथी वधु वस्तुओनो संग्रह न करवो, सदाचारी बनवुं, धर्मपालन माटे आवश्यक होय तो कष्ट सहन करवुं, तपस्या करवी, अंदर-बहार वाणी, विचार, व्यवहारमां पवित्रता जगववी, शास्त्रोनुं अध्ययन करवुं, प्रभुप्रार्थनाने ज्ञवननुं अविभाज्य अंग बनाववुं. वाणीनो संयम करवो. स्थिर आसन उपर बेसीने, धीरे धीरे प्राणायाम द्वारा शासने ज्ञतवो. प्रामाणिक प्रयत्नपूर्वक मन द्वारा ईन्ड्रियोने विषयोथी हटावीने हृदयमां-आत्मामां स्थिर करवी. मूलाधारमांथी प्राणोनी उधर्गति करवी. शुद्ध आचरणसभर ज्ञवन ज्ञवुं. कुसंगनो त्याग करवो. कुमार्गामी हुष्ट चित्तने धीरे धीरे एकाग्र करीने प्राणायाम परायण बनवुं.’

पहेलां आसनज्यी बनवुं, पछी प्राणायाम माटे स्वच्छ पवित्र स्थानमां कुश आहि उचित आसन बिघावीने सुखपूर्वक बेसीने प्राणायाम करवा. आरंभ पूरक, कुंभक, रेचक अने पछी विपरीत कममां रेचक, कुंभक, पूरक करवा. तेनाथी प्राणनुं शोधन थशे - तेनाथी चित्त स्थिर अने निश्चण थशे.” (भागवत : ३:२८:१थी ८)

(१) प्राणायामनो अभ्यास करतां आरंभ सदा डाबा नसकोराथी करवो. डाबा नाके शास लो अने डाबा नाके ज शास छोडो. दररोज सवार बपोर सांज रात ऐम चार वर्षत पांचथी पंदर भिनिट सुधी शास लो अने छोडो. (२) पंदरेक दिवस पछी जमणा नाकथी पश शास लो अने जमणा नाकथी ज छोडो. आ प्रक्षिया दरभियान डाबाथी डाबे अने जमणाथी जमणे तेम अभ्यास करवो. जेटलुं बने तेटलुं धीरे धीरे शास लेवो अने जेटलुं बने तेटलुं धीरे धीरे शास छोडवो. (३) हवे एक भाणिनाना उपरोक्त कथा प्रमाणे शास लीधा पछी डाबेथी शास लो अने जमणेथी छोडो, अने जमणेथी शास लर्ह डाबेथी छोडो (४) बीजा पंदर दिवस

पछी डाबेथी शास लो, अंदर रोको, जमणेथी छोडो, बहार रोको. हवे जमणेथी शास लो, अंदर रोको, डाबेथी शास छोडी बहार रोको... आम आ एक सुखपूर्वक प्राणायाम थशे. जे शासने रोकीअे नहि अने मात्र लहीअे तथा छोडीअे अथवा तो पूरक अने रेचक ज करीअे तो तेने अनुलोभ विलोभ, नारीशोधन किया अथवा तो जे जमणा नाकेथी शास लेवानो आरंभ करवामां आवे तो तेने सूर्यभेद प्राणायाम पश कहेवामां आवे छे.

शास लेवा, रोकवा, छोडवा अने बहार रोकवानो एक कम पश छे,

आरंभमां १:१

पछी १:१:१:१

१:२:२:२

१:३:२:३

१:४:२:४

अहीं आ १:१ एटले पूरक अने रेचक. त्यार पछी पूरक, आंतर कुंभक, रेचक अने बाह्य कुंभक, कुंभकनी अवधि धीरे धीरे वधारीने तेनो कम १:४ अने पूरक रेचकनो कम (Ratio) १:२ राखवो ज्ञोईअ. एटले तेनो अर्थ ऐवो थाय के जे एक सेंडनो पूरक होय तो बे सेंड रेचक थाय. समय बमणो थयो एटले गति (Speed) अडधी थई जशे. आ जेटलुं सहेलाईथी वंचाय छे तेटलुं करवानुं सहेलुं के सरण नथी, परंतु असंभव पश नथी, माटे ज महर्षि पतंजलि कहे छे ‘स तु दीर्घकालनैरन्तर्य-सत्कारासेवितो दृष्टभूमिः ।’ (Everyday, Systemetically, scientifically, regularly, without fail and with interest) दररोज, विधि प्रमाणे, वैज्ञानिक रीते, नियमित रीते, भूत्या के आणस कर्या वगर तथा रसपूर्वक प्राणायामनो अभ्यास के योगमय ज्ञवननो अभ्यास करवानो छे. ‘तत्र स्थितौ यत्नोऽत्यासः’ वृत्तिओने त्यां (चित्तमां) संपूर्ण स्थिर राखवानो निरंतर प्रयत्न, तेनु नाम ज अभ्यास. अने ‘अभ्यास वैराग्यात्यां तन्निरोधः ॥’ अभ्यास अने वैराग्य द्वारा ज तेमनो निरोध थई शके छे.

(अनुसंधान पान-२० पर)

અકાગ્રતા અને દ્વાન

શ્રી સ્વામી નિભિલેશ્વરાનંદજી

દ્વાનનું સ્વરૂપ

ધ્યાનથી અંતર્નિહિત સુષુપ્ત શક્તિઓ પ્રગટ થાય છે, ત્યારે વ્યક્તિ આશ્રય અનુભવે છે કે, “ઓહ આટઆટલી શક્તિઓ મારી અંદર રહેલી હતી અને મને તેની ખબર જ નહોતી ! પછી ધ્યાનમાં વધુ ને વધુ ઊંડાણમાં જવાનો પ્રયત્ન કરતાં તો સર્વ ઐશ્વર્યોના સ્વામી એવા ભગવાનનો સાક્ષાત્કાર થતાં એને એમ લાગે છે કે ખરેખર જીવનમાં આવીને કરવા જેવું કાર્ય તો આ જ છે. આવો આનંદ, આવી શાંતિ, આવો પ્રેમ બીજે ક્યાંયથી મળ્યો નથી. આમ, ધ્યાન જીવનની સર્વોચ્ચ સફળતાના શિખરે મનુષ્યને લઈ જાય છે. ધ્યાનની આટલી બધી મહત્વા જાણ્યા પછી કોઈ ધ્યાન કરવા પ્રેરાય તો પ્રશ્નો એ ઉઠે છે કે ધ્યાન કેવી રીતે કરવું ? ક્યાં કરવું ? ખરેખર ધ્યાન છે શું ? એનું સ્વરૂપ કેવું છે ?” વગેરે...

ધ્યાન એટલે મનને બહારથી પાછું વાળીને પોતાની અંદર એકાગ્ર કરવું. સ્વામી વિવેકાનંદના શિષ્ય સ્વામી શુદ્ધાનંદ તેમને પૂછ્યું હતું : “ધ્યાનનું સાચું સ્વરૂપ કેવું હોય ?” તેના ઉત્તરમાં તેમણે જ્ઞાનયું હતું કે “ધ્યાન એટલે એકાદ વિષય પર ચિત્તને કેન્દ્રિત કરવું તે. મન જો એક વસ્તુ ઉપર કેન્દ્રિત થઈ શકે તો તેને ગમે તે પદાર્થ કે વસ્તુ પર કેન્દ્રિત કરી શકાય.” ધ્યાનનો અભ્યાસ કેવી રીતે કરવો, તે અંગે પણ માર્ગદર્શન આપતાં તેમણે કહ્યું હતું : “પહેલાં તો મનમાં એકાદ વિષય કે પદાર્થ રાખીને ધ્યાનનો અભ્યાસ કરાય છે. અગાઉ હું કોઈ કાળા બિન્દુ ઉપર મારા મનને કેન્દ્રિત કરતો. છેવટે તે બિંદુ જ જોઈ શકતો નહીં અથવા તે મારી સામે છે, તેનો ઘ્યાલ જ ન રહેતો. મનમાં તેનું અસ્તિત્વ રહેતું નહીં. મનની વૃત્તિનો એક તરંગ પણ ઊઠતો નહીં. જાણે કે હવાના લેશ પણ સંચાર વગરનો પ્રશાંત મહાસાગર ન હોય ! એ અવસ્થામાં ઈન્દ્રિયાતીત સત્યોની મને જાંખી થતી, તેથી હું માનું છું કે એકાદ તુસ્ય બાબુ વિષયના ધ્યાનનો અભ્યાસ પણ ચિત્તને એકાગ્રતા તરફ લઈ જાય છે.”

છતાં એ સત્ય હકીકત છે કે જે વિષય પર મનનું વલણ સહજ રીતે સ્થિર થવાનું હોય તેના ઉપર જ

ધ્યાનનો અભ્યાસ કરવામાં આવે તો મન બહુ સહેલાઈથી શાંત બની જાય છે. આ કારણો જ આપણા દેશમાં દેવ-દેવીઓની મૂર્તિની આટલી ઉપાસના થાય છે.

સ્વામી વિવેકાનંદે ધ્યાનની ત્રણ ભૂમિકા બનાવી છે. પ્રથમ ભૂમિકામાં મનને કોઈ પણ પદાર્થ પર એકાગ્ર કરવાનું હોય છે. આ ભૂમિકા એ ધારણાની ભૂમિકા છે. તેઓ દાયાંત આપીને સમજાવે છે કે “હું મારા મનમાંથી બીજા પદાર્થને બહાર કાઢીને આ કાચના ઘાલા પર તેને એકાગ્ર કરવાનો પ્રયાસ કરું છું. એ છે ધારણા. પણ મન ચંચળ છે. છતાં એ ધીમે ધીમે એમાં એકાગ્ર બને તો એ છે ધ્યાન. બીજી ભૂમિકા. પણ પછી ધ્યાન ગણન થતાં ઘાલા અને મારી વચ્ચેનો ભેદ અદશ્ય થઈ જાય એ છે ત્રીજી ભૂમિકા સમાધિ. એમાં બધી ઈન્દ્રિયોના બીજા માર્ગો દ્વારા કાર્ય કરી રહેલી બધી શક્તિઓ મનની અંદર એકાગ્ર થઈ જાય છે, ત્યારે ઘાલા મનની શક્તિને આધીન બને છે. આનો સાક્ષાત્કાર કરવાનો છે.”

૧. અષ્ટાંગ યોગમાં દ્વાનની ભૂમિકા

મુનિ પતંજલિએ આપેલા અષ્ટાંગ યોગમાં ધ્યાન તો છે, સાતમું સોપાન. રાજ્યોગનાં છ સોપાનો સિદ્ધ કર્યા પછી જ સાતમું સોપાન સિદ્ધ કરી શકાય. એ પછીનું આઠમું સોપાન છે સમાધિ. આ આઠ સોપાનો છે : યમ, નિયમ, આસન, પ્રાણાયામ, પ્રત્યાહાર, ધારણા, ધ્યાન અને સમાધિ. એકધારી લાંબી સાધના દ્વારા છ સોપાનો સિદ્ધ કરીને પછી ધ્યાન સિદ્ધ થાય છે. આ છ સોપાનોની સાધના દ્વારા સાતમું સોપાન સહજ ને સરળ બની જાય છે. એ સાધનાઓ છે :

યમ : અહિસા, સત્ય, અસ્તેય, બ્રહ્મચર્ય અને અપરિગ્રહને યમ કહેવામાં આવે છે. આ યમ મનને અને ચિત્તને શુદ્ધ કરે છે. મન, વચ્ચન અને કર્મથી કોઈનેય દૂષભવવા નહીં એનું નામ અહિસા છે. સર્વ વસ્તુઓ સત્યમાં જ રહેલી છે, અને સત્ય દ્વારા જ પ્રાપ્ત થાય છે. જે હકીકત કહેવા જેવી હોય તે જ કહેવી તેનું નામ સત્ય.

કોઈની વસ્તુ ચોરી કરીને કે બળજબરીથી ન

લેવી તે છે અસ્તેય. મન, વચન અને કર્મમાં હંમેશાં અને દરેક પરિસ્થિતિમાં ઈન્ડ્રિયસંયમ પણવો તે બ્રહ્મચર્ય છે. ગમે તેવી વિપત્તિ આવી પડે પણ કોઈ પાસેથી દાન ન લેવું તે છે અપરિગ્રહ. આ છે યમનાં પાંચ તપ.

નિયમ : નિયમ છે પાંચ આચારવતો. એ છે તપ, સ્વાધ્યાય, સંતોષ, શૌચ અને ઈશ્વરપ્રણિધાન. આ આચારવતોનું પાલન કરવાથી ધ્યાન જલદીથી સિદ્ધ થાય છે.

આરાન : ધ્યાન માટે શારીરિક સ્થિતિ કેળવવા માટેનું આ સોપાન છે. તેમાં ધ્યાનમાં બેસતી વખતે શરીર સ્થિર રહે, કરોડરજજુ વાંકી ન હોય, છાતી, માથું અને ખભા ટંકાર રહે. એ સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરવાની રહે છે, જેથી શરીર એકાગ્રતામાં બાધક ન બને.

પ્રાણાયામ : પ્રાણ એટલે શરીરને ટકાવી રાખનારી જીવનશક્તિ. તેને નિયંત્રણમાં રાખવી તે છે પ્રાણાયામ.

પ્રત્યાહાર : આપણી બહિર્મુખ જ્ઞાનેન્દ્રિયોને ઈચ્છાશક્તિમાં નિયંત્રણ હેઠળ લાવવી તે છે પ્રત્યાહાર.

ધારણા : મનને મસ્તકના મધ્યમાં (બ્રહ્મચંદ્રમાં) કે હૃદયકળમળમાં અન્ય કોઈ પ્રત્યય પર સ્થિર કરવું તે છે ધારણા.

ધ્યાન : મન જ્યારે એક જ પ્રત્યય ઉપર એકાગ્ર બને તે છે ધ્યાન.

સમાધિ : જ્યારે પ્રત્યય પણ ન રહે અને મનની બધી જ વૃત્તિઓ એકાકાર બની જાય તે છે, સમાધિ.

પ્રત્યય કોને કહેવાય? પ્રત્યય એટલે જેણું ધ્યાન ધરવામાં આવે છે, તે પદાર્થ, વસ્તુ કે ઈશ્વર.

કોઈ પણ જાતના વિકેપ વગર એક પ્રત્યય પર ૧૨ સેકંડ ધ્યાન રહે તે ધારણા કહેવાય. જો $12 \times 12 = 144$ સેકંડ ધ્યાન રહે, તો તે ધ્યાન થયું કહેવાય અને જો $12 \times 12 \times 12 = 1728$ સેકંડ ધ્યાન રહે તો તે સમાધિ કહેવાય. સમાધિના પણ સંપ્રણાત અને અસંપ્રણાત એવા બે પ્રકારો પડે છે. આમ, શરીર, મનને તૈયાર કર્યા પછી જ ધ્યાન સિદ્ધ થાય છે. એ તો સ્વામી વિવેકાનંદ જેવા જન્મથી જ ધ્યાનસિદ્ધ યોગી હોય તેમનું મન ગમે તે સમયે, સ્થળે ધ્યાનમાં એકાગ્ર બની શકે.

પરંતુ સામાન્ય મનુષ્યો માટે તો દીર્ઘકાળ સુધી ધૈર્યપૂર્વક અભ્યાસ કરતાં રહેવાથી ધ્યાન લાગે છે. મનની પ્રકૃતિ જ બ્રહ્માજીએ એવી ઘણી છે કે તે બહારના

પદાર્થો પર જ જાય છે. હવે આ તો તેની પ્રકૃતિ બદલવાની વાત છે. તેને બહાર નહીં પણ અંતરમાં વાળવાની વાત છે એટલે નદીના સામા પ્રવાહે તરવા જેવું કઠિન કામ છે. આથી ‘ધ્યાન, ધર્મ અને સાધના’ પુસ્તકમાં સ્વામી બ્રહ્માનંદજી કહે છે કે “દરરોજ નિયમિત રીતે ઓછાવતા પ્રમાણમાં ધ્યાન કરવું. ધ્યાન એ તો કહીવી દવા જેવું છે. શરૂઆતમાં નીરસ લાગશે. પણ પછી બે-ત્રણ વરસ બાદ ખૂબ આનંદ આવશે. પરીક્ષામાં પાસ થવા માટે લોકો કેટકેટલી તૈયારી કરે છે ? તો આ તો ભગવાનને મેળવવાની વાત છે. એ કંઈ વગર તૈયારીએ મળશે ? છતાં એમાં તો ઘણી ઓછી તૈયારી કરવી પડે છે. ત્રણ વરસ ધ્યાનનો અત્યાસ કરો અને જો આધ્યાત્મિક પ્રગતિ ન થાય તો મને તમાચો મારજો.” ધ્યાનમાં એકાગ્રતા પ્રાપ્ત કરવા માટે અસીમ ધૈર્ય રાખીને સતત અભ્યાસ કરવો જોઈએ. શરૂઆતમાં કંટાળો આવે છે, કંઈ પ્રાપ્તિ થતી ન જણાય તોપણ ધ્યાન ચાલુ રાખવું જોઈએ.

મીરાં કહે છે :

“હરિ સે લાગી રહો રે ભાઈ, તારે બનત બનત બન જાય.” આ સંદર્ભમાં શ્રીરામકૃષ્ણ દેવ બે પ્રકારના ખેડૂતોની વાર્તા કહે છે. એક છે, ખાનદાની ખેડૂત અને બીજો છે, ધંધાદારી ખેડૂત. ધંધાદારી ખેડૂત ખેતીમાં થતો લાભ જોઈને ખેતી કરવા લલચાય છે. સબસીડી મળે, જમીન-મહેસૂલમાં રાહત મળે, વરસ સાદું જતાં ખૂબ લાભ મળે, માટે તે ખેતી કરે છે. પણ જો એક વરસ દુકાળ પડે, બીજે વરસે પૂર આવે, તો ધંધાદારી ખેડૂત ખેતી છોડી દે છે. પણ બીજા પ્રકારનો જે ખેડૂત છે તે સાચો ખેડૂત છે. જે ખાનદાની ખેડૂત છે. તે બે વરસ શું પણ પાંચ વરસ નબળાં જાય તોપણ ખેતી છોડતો નથી. એ જ રીતે સાધકો પણ બે પ્રકારના છે. પ્રથમ પ્રકારના સાધકોને લાભ જોઈએ છે, પણ ધીરજપૂર્વક મહેનત કરવી નથી. થોડી મહેનત કરવાથી તેઓ થાકી જાય છે અને પછી આ માદું કામ નહીં એમ માનીને પ્રયત્ન છોડી દે છે. જ્યારે બીજા પ્રકારના સાધકો કહે છે કે ધ્યાન લાગવું જ જોઈએ. આજે નહીં તો કાલે જરૂર લાગી જશે એમ માનીને દરરોજ પ્રયત્ન કરે છે. રોજરોજ પ્રયત્ન કરવાથી તેમનું મન તૈયાર થઈ જાય છે અને તેમને ધ્યાનમાં સફળતા ચોક્કસ મળે છે.

‘એકાગ્રતા અને ધ્યાન’માંથી સાભાર

ઉપનિષદ-યાત્રા

શ્રી ગુણવંભાઈ શાહ

ગાંધીજીનો સોચી પ્રિય ઉપનિષદ મંત્ર

અધિના શબ્દો : ઈશાવાસ્યમ् ઈદમ् સર્વમ् । (ઇશોપનિષદ, મંત્ર ૧)

ભાવાર્થ : સર્વત્ર ઈશનો આવાસ, કષે કષે એની સુવાસ ।

ઇન્દ્રિયગ્રામના સરપંચ પ્રાણ છે

ઇન્દ્રિયોના સમૂહને માટે ગીતામાં ‘ઇન્દ્રિયગ્રામ’ શબ્દ છે. ઇન્દ્રિયગ્રામમાં એક વાર તકરાર જામી પડી. ઘરના બાળમાં સવારના સમયે ગુલાબનું ફૂલ ખીચ્યું હતું. એના સૌંદર્ય પર આંખ વારી ગઈ. એની સુવાસનો અનુભવ કર્યો તેથી નાકે ધન્યતા અનુભવી. ત્વચા એનો કોમળ સ્પર્શ પામીને પ્રસન્ન થઈ. જીભથી ન રહેવાયું અને એણે તો ગુલાબની કોમળ પાંદી ચાખી પણ લીધી. ચારે જ્ઞાનેન્દ્રિયો આનંદવિભોર બની ગઈ.

ગુલાબનો જયજ્યકાર સાંભળીને કાનની મુંજવણ વધી પડી. કાને એ ચારે ઇન્દ્રિયોને થોડીક અશ્રદ્ધા અને થોડાક અણગમા સાથે કહ્યું : ‘કેવું ગુલાબ અને કેવી વાત ! હવે બકવાસ બંધ થાય તો સારું. આજની આ સવારે પંખીઓ કલરવ કરી રહ્યાં છે, તેનો તમને ખ્યાલ છે ?’ સૌ શાંત થઈ ગયાં. કાનના આનંદનો પાર ન હતો. થોડી વારે આંખ બોલી : ‘કલરવનો ક્યાંય પત્તો નથી.’ નાકે ટેરવું ચડાવ્યું. જીભે ચાળા પાડ્યા. ત્વચાએ મૌન જાળવ્યું. કાનને માહું લાગ્યું. પોતાના સિવાય કોઈને પણ કલરવનો ખ્યાલ નહોતો.

બરાબર એ જ સમયે વાદળની વચાળે મેઘધનુષના સાત રંગો આકાશમાં પ્રગટ થયા. આંખે એ રંગો નિહાળ્યા ત્યારે એના વિસ્મયનો પાર ન રહ્યો. આંખ કશુંય બોલી નહીં. નાક, કાન, જીભ અને ત્વચાને કંઈ જ સમજ ન પડી. મેઘધનુષ હતું, પણ એના અસ્તિત્વની નોંધ કેવળ આંખે જ લીધી. બાકીની ચારે જ્ઞાનેન્દ્રિયો માટે મેઘધનુષ જેવું કશુંક હતું જ ક્યાં ! તકરાર ન થઈ કારણ કે બધી ઇન્દ્રિયોને સમજાયું કે પોતપોતાની મર્યાદાને કારણે કોઈ બાબત

ન સમજાય ત્યારે શ્રેષ્ઠ ઉપાય શાંત રહેવાનો છે. વિશ્વમાં બધી જ બાબતો ઇન્દ્રિયોની પહોંચમાં નથી. જે ઇન્દ્રિયાતીત હોય તેને ઇન્દ્રિયો દ્વારા ન પામી શકાય. શાંતિપૂર્વક એ બધી ઇન્દ્રિયગ્રામના સરપંચ પાસે પહોંચી. ઇન્દ્રિયગ્રામના સરપંચ પ્રાણદેવતાએ થોડી ક્ષાળો માટે મૌન જાળવ્યું. આસપાસ શાંતિ છવાઈ ગઈ. છેવટે, પ્રાણે કેવળ ત્રણ શબ્દો કહ્યા : ‘ઈશાવાસ્યમ् ઈદમ् સર્વમ् ।’

અધિ દીર્ઘતમસનો મધુર મંત્ર

આ જગતમાં ઈશતત્ત્વ જેવું કંઈક છે ખરું ? આ પ્રશ્ન જેટલો મૂળભૂત છે, તેટલો જ પ્રામાણિક છે. ઉપનિષદના અધિ જેને ઈશ કહે છે, તેને લોકો ઈશ્વર, અત્માહ, ગોડ, માલિક, પરવરણીગાર, સાહબ, ઠકુર, પરમાત્મા કે આકાશનો પિતા કહે છે. જગતમાં જ્યાં જુઓ ત્યાં ચેતનાના ઈશારા છે અને અણાઈઠના અણસારા છે. ઇન્દ્રિયોની પકડમાં કશુંક નથી આવતું. જે ઇન્દ્રિયગમ્ય ન હોય તેનું અસ્તિત્વ ‘નથી’ એમ કહેવામાં વિજ્ઞાનને નામે ઉતાવળ થતી રહે છે. જે ‘નથી’ તે કઈ કક્ષાએ નથી ? આંખ કક્ષાએ, કાન કક્ષાએ, નાક કક્ષાએ, જીભ કક્ષાએ કે ત્વચા કક્ષાએ જે કશુંક ન પકડાય, તે ‘નથી’ એમ કહી દેવાનું અધિઓને મંજૂર નથી. આકાશ એટલે શું ? જે ‘નથી’ તેની વિરાટ કવિતા ! વિજ્ઞાન અનુભવજન્ય માહિતીનો આદર કરે છે. અધ્યાત્મ અંતઃરૂપજ્ઞાત્મક પ્રતીતિનો આદર કરે છે. પોતાની પ્રતીતિને આધારે ઈશોપનિષદના અધિ દીર્ઘતમસ મંત્રમાં કહે છે : ઈશાવાસ્યમ् ઈદમ् સર્વમ् યતિક ચ જગત્યામ્ભ જગત્ । તેન ત્યક્તેન ભુંછ્યાઃ મા ગૃધઃ કસ્ય સ્વિદ્ ધનમ્ ॥

અધિ સમજાવે છે :

ઈશથી વસવા યોગ્ય આ સૌ જે ચાલતું જગે,
ત્યાગી તે ભોગવો. થાશો લોભી ના. કોનું છે ધન ?

(અનુવાદ : ઉમાશંકર જોશી)

સમાજવાદનો વિશ્વમંત્ર

ઉપનિષદોના મંત્રોમાં આ મંત્ર કદાચ સૌથી વધારે જાળીતો છે. એને આપણે સર્વોદયનો વિશ્વમંત્ર કહી શકીએ. જગતમાં જે બધું (ઇદમ્ સર્વમ્) છે તે ઈશમય છે. ભોગવવાની ના નથી, પરંતુ ત્યાગ વગરનો ભોગ કલ્યાણકારી બને ખરો ? એમાંથી લોભવાદ અને લાભવાદ જન્મે છે. આખરે આપણું ધન તે કોનું ? જેતર આપણા નામ પર છે, પણ એ આપણું બરું ? આપણું ગણાતું ધર ખરેખર કોનું ? આવા પ્રશ્નો મનમાં ઊઠવા લાગે ત્યારે જ કદાચ અધ્યાત્મની શરૂઆત થતી હોય છે. ગાંધીજીને આ મંત્ર અત્યંત પ્રિય હતો. એમના શબ્દો છે : ‘... and I have come to the final conclusion that if all the Upanisads and all the other scriptures happened all of a sudden to be reduced to ashes, and if only the first verse of the Isopanisad were left intact in the memory of Hindus, Hinduism would live for ever.’ (Speech at Quilon, Harijan, 30-1-1937, page 405) ગાંધીજી કહે છે : ‘... અને હું એવા આખરી નિર્જર્ખ પર આવ્યો છું કે જો બધાં ઉપનિષદો અને અન્ય સર્વ શાસ્ત્રો અચાનક ભરમરૂપ બની જાય અને ઈશોપનિષદનો માત્ર પહેલો શ્વોક જ હિંદુઓની સ્મૃતિમાં અકંધ રહે તો પણ હિંદુ ધર્મ ચિરંતન રહેશે.’

ઉપનિષદનો પ્રિય શબ્દ : વિશ્વ

ભારતીય સંસ્કૃતિની સુગંધથી આજના યુવાનો અપરિચિત રહી જાય તેવી શક્યતા પણ પ્રબુદ્ધ નાગરિકોને પીડા પહોંચાડનારી છે. ઉપનિષદોના ઘોડાઘણા અધ્યયનને અંતે ભારતીય સંસ્કૃતિ અંગે ગૌરવની લાગણી થાય તેવી બે બાબતો જરી છે :

(૧) ઉપનિષદોમાં ક્યાંય ‘ભારત’ શબ્દ જોવા મળતો નથી. આપણા ઋષિમુનિઓનો પ્રિય શબ્દ ‘વિશ્વ’ છે.

(૨) ઉપનિષદોમાં ક્યાંય ‘આર્થ’ શબ્દ જોવા મળતો નથી. ઋષિઓ ‘મનુષ્ય’ અંગે જ વિચારે છે.

આ દેશમાં લોકતાંત્રિક કિલસૂઝીના મહત્વના અંશ તરીકે ‘સેક્યુલરિઝમ’ અંગે લાંબી અને ક્યારેક તો સંકુચિત રાજકીય ગણતરીથી ખરડાયેલી ચર્ચા ચાલ્યા કરે, તે તો આપણી હજારો વર્ષ જૂની સાંસ્કૃતિક પરંપરાનું આડકતસું અપમાન જ ગણાય. કોઈ પણ ભારતવાસીને સર્વર્ધમાં-સમભાવ અંગે જાણું સમજાવવું ન પડે. અહીંની ધરતીમાં અભેદની, એકત્વની, અદ્વૈતની અને આત્મૌપમ્યની વૈદિક સુગંધ પડેલી છે. ચાલાક રાજકારણીઓ પહેલાં દુર્ગંધ ફેલાવે છે અને પછી સુગંધની વાતોનાં વડાં થતાં રહે છે. જ્યાં બ્રહ્મની જ વાતો હોય ત્યાં સરહદ ક્યાં રહી ? જ્યાં સમાન જંખનાઓ (સમાની વ આકૃતિઃ) ધરાવતી મનુષ્યતાનો જ્યાંજ્યકાર હોય ત્યાં કોમવાદ, જ્ઞાતિવાદ, પંથપ્રપંચ અને મુલ્લા-મહંત-પાદરીના કાવાદાવા ટકે ખરા ? સ્વીકારવું પડશે કે આપણે ક્યાંક ગોથું ખાઈ ગયા. ત્યાગ અને ગરીબી સાથોસાથ ટકી જ ન શકે. જેની પાસે કશુંય ન હોય તે શેનો ત્યાગ કરે ? અધ્યાત્મ અને સંકુચિતતા વચ્ચે કોઈ મેળ હોઈ જ ન શકે. બ્રહ્મવિદ્યા અને ગુલામી વચ્ચે સહઅસ્તિત્વ હોઈ ન શકે. આજે એવી પશ્ચિમિત્ત્ર ઊભી થઈ છે કે ભારતીય સંસ્કૃતિની સુગંધ વિશે વધારે કહેવા જઈએ તો તે મિથ્યાભિમાનમાં ખપે છે.

ત્યાગ અને ભોગ વચ્ચે સુમેળ

મૈથિલીશરણ ગુપ્તના મહાકાવ્ય ‘સાકેત’માં ભારતવર્ણની સાંસ્કૃતિક સુગંધ આવી સુંદર પંક્તિઓમાં પ્રગટ થઈ છે :

ભરતખંડ કા દ્વાર વિશ કે લિએ ખુલા હૈ,
ભુક્તિ-મુક્તિ કા યોગ જહાં પર મિલા-જુલા હૈ ।

ત્યાગ અને ભોગ (ભુક્તિ) વચ્ચે કોઈ આંતરવિરોધ નથી. બંને વચ્ચે સુમેળ હોય ત્યાં સમૃદ્ધ આપોઆપ જળવાય છે. ત્યાગ અને ભોગને ધર્મને નામે, મુક્તિના નામે અને તપને નામે બિલકુલ છૂટા પાડી દેવામાં સાર નથી. મહારાષ્ટ્રના સાધુચરિત વિદ્વાન સદ્ગત ભાઉ ધર્માધિકારીએ મારા ગ્રંથ ‘કૃષણનું જીવનસંગીત’નો અનુવાદ મરાಠીમાં કર્યો ત્યારે મને લખેલા એક પત્રમાં ભુંજીથાઃ શબ્દનો મૌલિક અર્થ સમજાવેલો. ‘ભુંજીથાઃ’ એટલે ‘ભોગવવું’, એ તો સાવ

સપાટ અર્થધટન ગણાય. ધમાધિકારીજીએ પત્રમાં લખ્યું : ‘ભુંજુથાઃ એટલે to live through. જે કંઈ સર્વ આવી મળે તેમાંથી જીવનપૂર્વક પસાર થઈ જવાનું છે.’ ક્યાંય થોભવાપણું નથી કારણ કે આ જગત સ્વભાવે જ ગતિમાન છે. મંત્રમાં જે ‘જગત’ની વાત ઋષિએ કરી તે એના ગત્યાત્મક સ્વભાવને ધ્યાનમાં રાખીને મંત્રના અનુવાદમાં ઉમાશંકરભાઈએ શબ્દો પ્રયોજ્યા : ‘આ સૌ ચાલતું જગે.’ આ જગતમાં પરિવર્તન સિવાય બીજું કશુંય કાયમી નથી. કશું જ જ્યાં કાયમી ન હોય ત્યાં વળી ધન તે કોનું ? કહેવાતો ધનપતિ કેટલો હંગામી !

આપણા વિદ્યાર્થીઓ કોરા ને કોરા !

કોઈ પણ પ્રજા પોતાની ઓળખ-અસ્મિતા-આઈડન્ટિટીથી જ અપરિચિત રહી જાય એના જેવી હુંઘદ ઘટના બીજી ન હોઈ શકે. આ દેશમાં રામ થઈ ગયા. આપણા યુવાનોને રામની કથા સાથે કોઈ લેવાદેવા ખરી ? તેઓ યુનિવર્સિટીમાં ઘણુંબધું ભાગો છે અને તોય લગભગ કોરા રહી જાય છે. જો તેઓમાં થોડીક ભીનાશ બચી હોય તો મૈથિલીશરણ ગુપ્તની પંક્તિઓ તેમને જરૂર ઝંકૂત કરી શકે :

રામ તુમ્હારા વૃત્ત સ્વયં હી કાય હૈ,
કોઈ કવિ બન જાય, સહજ સંભાવ્ય હૈ ।

આપણા અવકાશ-વિજ્ઞાની ડૉ. યશપાલે કહ્યું હતું કે યુનિવર્સિટીના શિક્ષણમાં ક્યાંય ભારતીય સંસ્કૃતિનો પરિચય મળે તેવું આયોજન અભ્યાસક્રમમાં સામેલ થતું નથી. ડૉ. યશપાલની વાત સાવ સાચી છે. કહેવાતા ‘ધર્મશૂન્ય’ સેક્યુલરિઝમના નામે આપણો કદાચ જાણીજોઈને આપણાં સાંસ્કૃતિક મૂળિયાં કાપી રહ્યાં છીએ. મહાભારતમાં કહ્યું છે : ‘જેમ ગાયોના રંગ જુદા જુદા હોવા છતાં એમનું દૂધ એક જ રંગનું (ધોળું) હોય છે, તેમ ધર્મ-સંપ્રદાયો ભિન્ન ભિન્ન હોવા છતાં એમના દ્વારા પ્રગટ થતું તત્ત્વ તો એક જ છે (તત્ત્વમેક પરં સ્મૃતમ્).’ શું આ શ્લોકમાં ભારતીય સંસ્કૃતિમાં સહજપણે રસાયેલું સેક્યુલરિઝમ નથી ? જ્યાં સર્વત્ર ઈશની આજા હોય ત્યાં બેદભાવ ટકી ન શકે. અધ્યાત્મ એટલે બેદથી અભેદ ભજીની ગતિ માટેની ઉપાસના.

‘પંતંગીયાની અમૃતયાત્રા’માંથી સાભાર

યોગ એ જ જીવન....

(અનુસંધાન પાન-૧૫ પરનું ચાલુ...)

હવે પ્રશ્ન છે, મહારાજ ! આ એક સેક્ંડ કે ચાર સેક્ંડ... તેની ખબર કેમ પડે ? આ પ્રશ્ન પૂજ્યશ્રી ચરણ શ્રીમત્ સ્વામી વિવેકાનંદજ મહારાજને પણ અમેરિકામાં જ પૂછવામાં આવ્યો હતો. પૂજ્ય સ્વામીજ મહારાજનો પ્રત્યુત્તર હતો કે ‘ભારતીય લોકોમાં ઈશ્વર પ્રત્યે દઢ શ્રદ્ધા અને વિશ્વાસ છે. જેટલા લોકો છે, તેટલા દેવતાઓ છે, માટે તમે જ્યારે ગ્રાણાયામ કરો, ત્યારે તમારા ગુરુમંત્ર અથવા ઈષ્મંત્રનું સ્મરણ કરો. દા.ત. તમે શિવભક્ત છો.’

ઊં નમઃ શિવાય મનમાં એક વાર બોલાય તેટલી વારમાં જેટલો શાસ લેવાય કે પૂરક કરીએ તેટલા શાસને ચાર વખત ઊં નમઃ શિવાય મનમાં બોલીએ કે સ્મરણ કરીએ તેટલી વાર સુધી શાસ અંદર રોકવો જોઈએ અને બે વખત બોલાય તેટલી વાર સુધીમાં શાસને બહાર છોડવો જોઈએ અથવા રેચક કરવો જોઈએ અને તે જ પ્રમાણે બાબ્ય કુંભક પણ ઊં નમઃ શિવાય ચાર વખત મનમાં બોલીએ તેટલી વારમાં બાબ્ય કુંભક કરવો જોઈએ - તમે ઈશ્વરના કયા નામનું ઉચ્ચારણ કરો છો તે ગૌણ છે, પછી તે અલ્લાહ હોય કે આહુરમજદા, જીહોવાહ હોય કે જંદેવસ્ત, વાહેગુરુ હોય કે સતનામ, જીસસ હોય કે મોસસ, બુદ્ધ કે મહાવીર, શ્રીરામ કે શ્રીકૃષ્ણ, તમે ઈશ્વરના નામનું સ્મરણ કરો. જે નામ તમને પ્રેરણા આપે તેનું સ્મરણ કરો.

કારણ નામોચ્ચારણ સાથે તેનું ચિત્ર તમારા માનસપટલ ઉપર પ્રગટ થાય છે. તે વિચારોનું સાતત્ય તમારામાં જે-તે ઈષ્ઠના ગુણ, ક્ષમતા, શક્તિ અને સામર્થ્ય ઉત્પત્ત થાય છે. (How you thinketh so you becomest) (Old testament) તમે જેવા વિચાર કરો, તેવું તમારું ઘડતર થાય.

પ્રાણાયામ માત્ર શાસ લેવા છોડવા કે પૂરક-રેચકની પ્રક્રિયા નથી. Positive thinking - સકારાત્મક જીવનું વિજ્ઞાન છે. પ્રાણાયામના પ્રત્યેક શાસ વૈશ્વિક ક્ષમતા તમારી અંદર લાવે છે, બહાર જતો પ્રત્યેક શાસ તમારા આનંદ, ઊર્જા અને અસ્મિતા તથા ગૌરવ ગરિમાનું વિશ્વને વિતરણ કરે છે. પ્રાણાયામનો અભ્યાસ તમને વિશ્વમાનવ બનવાના દિવ્ય તથા ભવ્ય રાજમાર્ગ દોરે છે.

ઊં શાંતિ.

પ્રભુના નામનું સતત રટણ એટલે જ્ય. સૂક્ષ્મ જગતનો નિયમ છે કે મનમાં પણ જો કોઈને સતત બોલાવવામાં આવે તો તે વસ્તુ કે વ્યક્તિ પાસે આવે જ. પણ એ ક્યારે આવે તેનો સમય નિશ્ચિત હોતો નથી. એવી જ રીતે ભગવાનના નામનું સતત રટણ કરનાર ભક્તની સમીપ ભગવાનને આવવું જ પડે છે. ભગવાનને પામવાનો સહૃદી સહેલામાં સહેલો રસ્તો જપનો છે. જ્ય કરવામાં નથી કોઈ વિધિ કરવી પડતી કે નથી કોઈ આકરું તપ કરવું પડતું કે નથી લાંબાં લાંબાં ધ્યાન કરવાં પડતાં. ફક્ત પ્રભુના નામનું સતત રટણ કરવાનું હોય છે. ભગવાનના નામનું સતત રટણ કરવાથી સ્થૂલ ભौતિક મન પર તેના વિદ્યુત તરંગો સતત પડતા રહે છે અને તેથી સ્થૂલ મન વધારે સૂક્ષ્મ બનતાં સૂક્ષ્મ જગતની અનેક વસ્તુઓ દેખાવા લાગે છે. પહેલાં જે નહોતું સમજાતું તે સમજાવા લાગે છે. એ અવિરત ચાલતી જ્યધારામાં જો મન ઓગળી જાય તો પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર થાય છે.

ઘણી વખત માણસનું મન ખૂબ અશાંત બની ગયું હોય છે, જીવનમાં ચારે બાજુ નિરાશા વ્યાપી ગઈ હોય છે. જીવનનો રસ ઊરી ગયો હોય છે. ચારે બાજુથી ઘેરાઈ ગયા હોય તેવું લાગે ત્યારે બીજું કંઈ ન કરતાં, બસ ભગવાનના નામનો મોટે મોટેથી જ્ય કરવો જોઈએ. જેમ વ્યક્તિ પોતાના માતાપિતા કે મિત્રને બોલાવે તેમ મોટે મોટેથી ભગવાનને બોલાવવા. વારંવાર એમના નામનું રટણ કરવાથી વ્યક્તિની આંતરિક સ્થિતિ આશ્રયકારક રીતે બદલાઈ જાય છે. તેના મનમાં શાંતિ ઉત્તરી આવે છે. એ શાંત મનમાં વિચાર કરતાં તેને જણાય છે કે ‘આટલી નાની અમસ્તી મુશ્કેલીમાં કઈ મરી જવા જેવું નથી. પછી અંદરથી જ તેને હિંમત મળે છે અને તેની નિરાશા ક્યાંય ચાલી જાય છે. મનુષ્યની આંતરિક સ્થિતિને ઊંચે ઉઠાવવાની અદ્ભુત શક્તિ ભગવાનના નામમાં રહેલી છે. ઘણી વખત એવું પણ બને છે કે નિરાશ

અને હતાશ બની ગયેલો મનુષ્ય નામસ્મરણ કરે તો પછી તેના બાધ્ય સંજોગો પણ આશ્રયકારક રીતે બદલાઈ જાય છે. તે એવી વ્યક્તિઓના સંપર્કમાં આવે છે કે જેના દ્વારા તેને ભરપૂર સહાય મળે છે. તે પોતાના જીવનની કટોકટીમાંથી ઊગરી જાય છે.’

શ્રી માતાજી કહે છે કે એ કદી ન ભૂલશો કે તમે એકલા નથી. પ્રભુ તમારી સાથે છે અને તમને મદદ કરે છે, માર્ગદર્શન આપે છે. એ એક એવો સાથી છે, જે કદી દગ્ગો દેતો નથી, એવો મિત્ર છે, જેનો પ્રેમ આશ્વાસન આપે છે ને બલ પ્રેરે છે. જ્યારે જ્યારે તમને એવું લાગે કે તમે એકલા છો, ત્યારે ત્યારે તમે તેની પ્રકાશમાન હાજરીની અનુભૂતિ કરવા વધારે તૈયાર બનો છો. શ્રદ્ધા રાખો અને તે તમારા માટે બધું જ કરી આપશો. ભગવાન સદાય સાથે છે ને તેમની સહાય અચૂક મળી રહી છે, એમાં શ્રદ્ધા રાખવી જોઈએ. આ સંદર્ભમાં એક અજ્ઞાત અંગ્રેજી કવિનું સુંદર કાવ્ય છે, ‘ફૂટ પ્રીન્ટ્સ’ રેતીમાંનાં પગલાં - એમાં એક માણસ સ્વખામાં જુઓ છે કે તે પોતે પ્રભુની સાથે રેતી પર ચાલી રહ્યો છે. ત્યાં અચાનક આકાશપટ પર એના જીવનની ઘટનાઓનાં દશ્યો દેખાવા લાગ્યાં. તેની સાથે સાથે એ રેતીમાં ચાર ચાર પગલાંની નિશાનીઓ તે જોવા લાગ્યો. તેણે જીયું કે બે પગલાં તેનાં હતાં, અને બે પગલાં પ્રભુના પણ સાથે સાથે જ હતાં. અચાનક એનું ધ્યાન ગયું તો વચ્ચે વચ્ચે એક જ મનુષ્યનાં પગલાં દેખાતાં હતાં તેણે આકાશપટ પર જીયું તો એ સમયગાળો તેના જીવનની ભારે મુશ્કેલીનો ને કટોકટીનો એ સમય હતો ત્યારે રેતીમાં એક જ પગલાંની જોડ દેખાતી હતી. તેણે ભગવાનને પૂછ્યું, “જ્યારે મને તમારી સહૃદી વધારે જરૂર હતી, ત્યારે તમે મને છોડીને ચાલ્યા ગયા? એ મુશ્કેલીની વચ્ચે એકલો મૂકી દીધો?” ત્યારે ભગવાને કહ્યું, “વત્સ, એ પગલાં તારાં નથી પણ મારાં છે. તારી એ કટોકટીના સમયે મેં તને ખભા પર ઊંચકી

લીધો હતો, એટલે તારાં પગલાં ક્યાંથી હોય ?” ભગવાન એમના બાળકોને દુઃખમાં ઉંચકી લેતા હોય છે, પણ આપણને એમની કૃપા-કરુણામાં વિશ્વાસ હોતો નથી.

જ્યુ કયા નામનો કરવો ?

પ્રભુના જે સ્વરૂપમાં શ્રદ્ધા હોય એના નામનો જ્યુ કરવાથી મન જલદી એકાગ્ર થાય છે. એ સ્વરૂપ પ્રત્યે પ્રેમ હોવાથી તેમાં હૃદયના ભાવ ભળે છે. ઉત્કટ્ઠા વધે છે. તેથી પરિણામ જડપી આવે છે. જો ગુરુએ ઈષ્ટમંત્ર આપ્યો હોય તો તેના જ્યુ કરવાથી સિદ્ધિ જલદી મળે છે. કેમ કે ગુરુએ એ મંત્રને પોતાની ચેતનામાં સિદ્ધ કર્યો હોય છે. શિષ્યની ચેતનાને અનુરૂપ એ મંત્ર હોવાથી એ મંત્ર ખૂબ જલદીથી ફળે છે. પણ જો ગુરુ ન હોય તો પ્રભુના કોઈ પણ નામનો જ્યુ કરી શકાય છે. પણ જ્યમાં પૂરી શ્રદ્ધા હોવી જોઈએ અને એકાગ્રતાપૂર્વક કરવો જરૂરી છે. ઘણી વાર એવું બનતું હોય છે કે માણસના હાથમાં જ્યમાળા ફરતી હોય, તેના હોઠ ફરફાતા હોય, પણ મન ક્યાંય ભટકતું હોય તો પછી આવો જ્યુ ટેપરેકોર્ડરની કેસેટ વાગ્યા કરતી હોય, એવો બની જાય છે. એકની એક કેસેટ ટેપરેકોર્ડરમાં વારંવાર વાગે છે, તો પણ ટેપરેકોર્ડરમાં કંઈ ફેરફાર થતો નથી. એવી જ રીતે જો યંત્રવત્ જ્યુ કરવામાં આવે તો મનમાં કંઈ પરિવર્તન આવતું નથી. એમાં કોઈ ભાવ જાગતો નથી. ઈષ્ટમંત્રનો જ્યુ કરતી વખતે ભગવાન ચાથેનું અંદર્થ અનુસંધાન થવું જોઈએ. મન તેમાં દૂબવું જોઈએ તો જ મંત્ર સિદ્ધ બને છે.

જ્યુ કેવી રીતે કરવો ?

એ પણ એક પ્રશ્ન ઉઠે છે. જ્યુ મનમાં પણ થઈ શકે. મોટેથી પણ થઈ શકે. જ્યમાળાથી પણ થઈ શકે. જ્યમાળા વગર પણ થઈ શકે. શરૂઆતમાં માનસિક સંતોષ ખાતર જ્યમાળા દ્વારા ગણત્રીપૂર્વકના જ્યુ કરવામાં આવે તો માનસિક સંતોષ રહે છે, અને ઉત્સાહ વધે છે. પછી તો એવી સ્થિતિ આવી જાય છે કે બાધ્ય કાર્યો કરતાં કરતાં પણ અંતરમાં એ જ્યુ સતત ચાલુ રહે છે. પ્રભુના નામસ્મરણની ધારા

અવિરત ચાલતી રહે છે. પછી નામ ને નામી એકરૂપ બની જાય છે. ભેદ ભુસાઈ જાય છે. શ્રીમા આનંદમયીએ, હરિના નામ જ્ય દ્વારા સચ્ચિદાનંદ સ્વરૂપની પ્રાપ્તિ કરી હતી. તેઓ તો કંઈ ભણેલાં નહોતાં. સાસરે હતાં ત્યાં આખો દિવસ સખત કામ રહેતું. પણ રાત્રે ‘હરિબોલ’ ‘હરિબોલ’ આ મંત્રનું અવિરત રટણ કરતાં. આખી રાત જ્યુ ચાલતો રહેતો પછી તો દિવસના ભાગમાં પણ અંદર એ જ્યુ સતત થવા લાગ્યો. એમાં એમનું બાધ્ય ભાન લુખ્ય થવા લાગ્યું. સહજ સમાધિ થવા લાગી, નામ-નામી એક બની ગયાં. સમગ્ર વિશ્વ શ્રીહરિરૂપ બની ગયું. તેમના મુખમાંથી વેદની ઋચાઓ જેવા સૂક્તો પ્રગટવા લાગ્યા. એમના હૃદયમાંથી સ્વયંભૂપણે મંત્ર પ્રગટ્યો અને અંતર્યામી ભગવાન ગુરુ બન્યા ને પોતાની દીક્ષા પોતે જાતે જ લીધી. પછી પોતાના પતિને દીક્ષામંત્ર આપી પ્રથમ શિષ્ય બનાવ્યા. આ યુગમાં પણ પ્રભુના નામના જ્યુ દ્વારા માત્ર પ્રભુનો સાક્ષાત્કાર જ નહીં, પણ સચ્ચિદાનંદ સ્વરૂપ બની શકાય છે તેનું આ ઉત્કૃષ્ટ ઉદાહરણ આપણી સમક્ષ છે.

શરૂઆતમાં મનને જ્યમાં કંટાળો આવે, થાક લાગે, તે છટપટવા લાગે છે કેમ કે એનો સ્વભાવ જ ચંચળ છે. એને કોઈ એક વસ્તુમાં એકાગ્ર થવું ગમતું નથી. પણ સંકલ્પપૂર્વક જો જ્યુ ચાલુ રાખવામાં આવે તો મંત્રના પ્રભાવથી મન એકાગ્ર થવા લાગે છે. જ્યુ દ્વારા થતા ભગવાનના નામના એકધારા રટણથી મનમાં, શરીરમાં એનાં આંદોલનો પ્રસરવા લાગે છે. આ આંદોલનોને પરિણામે ભૌતિક શરીરમાં પણ એવી રાસાયણિક પ્રક્રિયા થવા લાગે છે કે તેનાથી શરીર હળવું ને સ્ફૂર્તિદાયક બને છે. આ અંગેના ઘણા પ્રયોગો પણ વૈજ્ઞાનિકોએ કરેલા છે. મંત્રજ્યથી શરીરની રોગપ્રતિકારક શક્તિ પણ વધે છે ને શરીર તેજસ્વી બને છે. હંહિઓં આશ્રમના પૂજ્ય શ્રીમોટાએ નામજ્ય દ્વારા પોતાનો અસાધ્ય રોગ દૂર કર્યો હતો. માત્ર શરીરની જ નહીં પણ સમગ્ર ચિત્તની અને અંતકરણની શુદ્ધિ પ્રભુના નામજ્યથી થાય છે.

‘ચાલો ભગવાનને મળવા જઈએ’માંથી સાભાર

સમર્પણ અને કૃપા

શ્રી. રાજગોપાલાચારી

ગીતા અવૈયક્તિક અને નિરપેક્ષ રીતે થતી ઉપાસનામાં આવતી મુશ્કેલીઓને સ્વીકારે છે. એટલા માટે, સાધકને પોતાની રીતે ઈશ્વરનું ધ્યાન વિશ્વના પ્રેમાળ શાસક તરીકે ધરવાનું કહેવામાં આવે છે. તેને મનમાં રાખીને આપણે બધી પ્રવૃત્તિઓ કરીએ અને તે બધા કામને ઈશ્વરની તેની સેવા અને ભક્તિ રૂપે સમર્પણ કરીએ. છેલ્લે તો ફક્ત તેની કૃપા જ આપણને આત્મસંયમની શક્તિ, જ્ઞાન અને શાંતિ આપી લાલય, શંકા, નબળાઈ અને ગુંયવાડામાંથી બચાવે છે. હિંદુ ધર્મનું આ પાસું મોક્ષના ભક્તિ-પથ તરીકે ઓળખાય છે. તે વ્યક્તિના ભાગે આવતી ફરજોની બજવણી નિષ્કામ અને અનાસક્તપણે કરવાની ભાવનાના વિકલ્પરૂપે નથી પણ તેના પૂરક તરીકે છે. કૃપાની ધ્યાના કરવી અથવા ફરજોનું પાલન કરવું આ બંનેમાંથી કઈ પ્રવૃત્તિ વધુ મહત્વની છે એવો કોઈ પ્રશ્ન નથી. ગીતાના ઉપદેશ પ્રમાણે આ બેમાંથી ગમે તે એકને મુખ્ય અને બીજાને તેના પૂરક તરીકે ગણી શકાય. અનાન્યાશ્વિન્તાયતો માં યે જનાઃ પર્યુપાસતે તેણાં નિત્યાભિયુક્તાનાં યોગક્ષેમં વહાય્યહમ્ || ૮-૨૨ ||

બીજા કોઈનો પણ વિચાર કર્યા સિવાય જેઓ એકલા મને ભજે છે તે નિત્ય ભક્તોના યોગ (અપ્રાપ્તની પ્રાપ્તિ) તથા ક્ષેમ (પ્રાપ્ત થયેલાની રક્ષા)નું હું વહન કરું છું ને હું સંભાળું છું.

માર્ગિતા મદ્ગતપ્રાણા બોધ્યનાઃ પરસ્પરમ્ || ૧૦-૮ ||

મારામાં ચિત્ત પરોવનારા અને મને પ્રાણ અર્પણ કરનારા, એકબીજાને બોધ આપતા અને મારું જ નિત્ય કીર્તન કરતા તેઓ સંતોષપૂર્વક આનંદમાં રહે છે.

તેણાં સતતયુક્તાનાં ભજતાં પ્રીતિપૂર્વકમ્ || ૧૦-૧૦ ||

એવા નિત્યયુક્ત અને પ્રીતિપૂર્વક ભજનારાને હું વિવેકયોગ (બુદ્ધિયોગ-જ્ઞાનયોગ) આપું છું, જેનાથી તેઓ મને પામે છે.

તેણામેવાનુક્રમાર્થમદ્મદ્વાનાજં તમઃ || ૧૦-૧૧ ||

નાશયામ્યાત્મભાવસ્થો જ્ઞાનદીપેન ભાસ્વતા || ૧૦-૧૧ ||

તેમના પરની અનુકૂળાને કારણે જ તેમના અંતરમાં રહેલો હું તેજસ્વી જ્ઞાનરૂપી દીપકથી તેમના અજ્ઞાનરૂપી અંધકારને નષ્ટ કરું છું.

ક્લેશોડવિકતરસ્તોધામવ્યક્તાસક્તાયેતસામ્ || ૧૨-૫ ||

અવ્યક્તા હિ ગતિદ્વિંદં દેહવદ્ધભિરવાઘ્યતે || ૧૨-૫ ||

જેમનાં ચિત્ત અવ્યક્ત (નિર્ણિષ બ્રહ્મ)માં આસક્ત છે તેમની મુશ્કેલી વધુ છે; કારણ કે દેહધારીઓ માટે અવ્યક્તના ધ્યેયને પહોંચવું અતિ કઠિન છે.

યે તુ સર્વાંશિ કર્માંશિ મયિ સંચસ્ય મત્પરાઃ || ૧૨-૬ ||

અનાન્યેનેવ યોગેન માં ધ્યાયન્ત ઉપાસતે || ૧૨-૬ ||

પરંતુ જેઓ મારામાં બધાં કર્મોનો ત્યાગ કરીને (મને અર્પણ કરીને) અને મને પરમ ગતિ માનીને અનન્ય (અવિચણ) યોગથી મારું ધ્યાન ધરતાં મને ભજે છે.

તોધામહં સમુદ્રતાર્ || મૃત્યુસંસારસાગરાત् || ૧૨-૭ ||

ભવામિ ન ચિરાત્ પાર્થ મયાવેશિતયેતસામ્ || ૧૨-૭ ||

હે પાર્થ, જેમનું ચિત્ત મારામાં સ્થિર છે તેમનો ખરેખર હું મૃત્યુરૂપી સંસારમાંથી ઉદ્ધાર કરું છું.

માં ચ યોડવ્યભિચારેણ ભક્તિયોગેન સોવતે || ૧૪-૨૬ ||

સ યુષાન્સમભીત્યેતાન્ બ્રહ્મભૂયાય કલ્પતે || ૧૪-૨૬ ||

અને જે મારી અવિચણ ભક્તિથી સેવા કરે છે તે ગુણાતીત બને છે, તે બ્રહ્મ થવા માટે યોગ્ય બને છે. નીચેના શ્લોકો ગીતાના ઉપદેશનું સારતત્ત્વ ધરાવે છે અને આ વિષય પરના અંતિમ વચ્ચનો છે. ઈશ્વરને પૂર્ણ આત્મસમર્પણ અને તેની કૃપા પર આધારનો આગ્રહ જ જરૂરી છે :

તમેવ શરણં ગરદ્ધ સર્વભાવેન ભારત ||

તત્ત્વસાદન્પરાં શાન્તિસ્થાનં પ્રાપ્ત્યસિ શાશ્વતમ્ || ૧૮-૬૨ ||

હે ભારત, સર્વ ભાવથી તેને જ શરણે જા. તેની કૃપાથી તું પરમ શાંતિ (અને) શાશ્વત પદ પ્રાપ્ત કરીશ. સર્વ ગુહ્યાત્મં ભૂય: શૃષ્ટુ મે પરમં વચ્ચ: | ઈષ્ટોકસિ મે દેખભિતિ તતો વક્ષ્યામિ તે હિતમ્ || ૧૮-૬૪ ||

સર્વ રહસ્યોમાં ગુણતત્ત્વ રહસ્ય એવું મારું પરમ વચ્ચન તું ફરીથી સાંભળ. તું મને અતિશય પ્રિય છે તેથી હું તને તારું હિત કહીશ.

(અનુસંધાન પાન-૨૫ પર)

મહિમા બક્ટે માનવને, સંયમ અને નિયમ

શ્રી હરિમાઈ કોઠારી

ભૂતકાળનો વારસો, વર્તમાનની વિચારધારા અને ભવિષ્યની આશાનો સુભગ સમન્વય એટલે વિદ્યાર્થી. બાળક એ આવતીકાલના સમાજનો નકશો છે અને તેથી જ 'A child is the father of the man !' કહીને એને બિરદાવવામાં આવે છે. શિક્ષણક્ષેત્રે સામ્રાજ્ય ભોગવતી આ બાલ્યાવસ્થાનું મનુષ્યજીવનમાં પણ અનોખું સ્થાન છે. વિદ્યાર્થી અવસ્થા એ માનવના જીવનનો સુવર્ણકાળ ગણાય છે. એ નિશ્ચિત અવસ્થામાં બાળકે કોઈની કશી ફિકર કરવાની હોતી નથી. ઉલટા બધા એની ફિકર કરતાં હોય છે. ભગવાન રામ પણ 'તે હિ નો દિવસાઃ ગતાઃ' એમ કહીને એ અવસ્થા ચાલી ગઈ તેનો અફ્સોસ વ્યક્ત કરે છે.

આ રીતે વિદ્યાર્થી અવસ્થા એ જો જીવનનો સુવર્ણકાળ ગણાયો હોય તો એ વેડફાઈ ન જાય તેના માટે સૌએ સજાગ રહેવું જોઈએ. વિદ્યાર્થી જીવન એટલે શક્તિ અને સમયને સાચવવાનો કાળ. આ અવસ્થામાં સંયમ અને નિયમનું પાલન ખૂબ જ મહત્વનું ગણાય. સંયમના પાલનથી શક્તિસંયય થાય અને નિયમના પાલનથી સમય સચવાય. જે સંયમિત છે અને જે નિયમિત છે તે જ સાચો વિદ્યાર્થી.

સંયમ એ સ્વૈચ્છિક સ્વીકારણું બંધન છે. બંધન વગર વિકાસ શક્ય નથી. વૃક્ષ જમીનનું બંધન સ્વીકારે છે તેથી તેનું જીવન સફળ થાય છે. તે જો પક્ષીની માફક આકાશમાં ઊડવા લાગે તો તેને ફળ લાગે નહીં અને તેનું જીવન નિષ્ફળ બને. વીજાના તાર પણ સામસામેની બે ખૂટીઓનું બંધન માન્ય કરે છે તેથી જ તેમાંથી સંગીત પ્રગટે છે. અસ્ખાલિત પ્રવાહથી વહેતી નદી પણ ડિનારાઓનું બંધન માન્ય કરે છે તેથી જ તેનું ઊંડાણ અને પરિણામે અસ્તિત્વ ટકી રહે છે. આપણે પણ આપણું જીવન સફળ, સંગીતમય અને ચિરંજીવ બનાવવું હોય તો કેટલાંક બંધનો સ્વેચ્છાએ સ્વીકારવાં જોઈએ.

સંયમથી શક્તિનું ડેન્નિકરણ થાય છે અને એકાગ્ર થયેલી શક્તિ મહાન કાર્યો કરવા સમર્થ બને છે. સંયમિત વરાળ મોટા મોટા એન્જિનો ચલાવવા સમર્થ છે. બહિગોળ કાચ પર ડેન્નિત કરાયેલાં સૂર્યકિરણો તેની

નીચે મૂકેલા કાગળને બાળવા સમર્થ બને છે. વિદ્યાર્થીમાં રહેલી વિભિન્ન શક્તિઓને એકાગ્ર કરવાની આ વૃત્તિને જ પ્રાચીનકાળમાં બ્રહ્મચર્યોપાસના કહેવામાં આવતી. આજે છાત્રશક્તિ અનેક માર્ગે વેડફાઈ જાય છે અને તેથી જ મોટા ભાગના વિદ્યાર્થીઓ નબળા, મંદ અને થાકી ગયેલા જણાય છે. નિસ્તેજતા, ઉદાસીનતા તેમ જ કોઈ પણ કામ માટેનો અનુત્સાહ એ બ્રહ્મચર્યના અભાવનું પરિણામ છે.

ત્રિભુવનને ઘાસના તણખલાની જેમ તુચ્છ સમજનાર લવકુશની તેજસ્વિતા, વૈભવના ઢગલાથી મોહિત ન થતાં આત્મજ્ઞાનને માટે યમરાજની સામે અડગતાથી ઊભા રહેનાર નચિકેતાની અદ્ભુત જીવનનિષ્ઠા અને સૌંદર્યની સાક્ષાત્ પ્રતિમા સમી રંભા તરફ માતૃદિષ્ટી જોનાર શુક્દેવની ચારિન્યનિષ્ઠા એ બ્રહ્મચર્યોપાસનાનું ફળ છે. 'ઉધ્વરિતસ્' એવા બ્રહ્મચારીની બધી જ શક્તિ કેવળ વિદ્યોપાસનામાં જ ખરચય છે. વિદ્યાર્થી સુખપર્યાવસાયી ન હોવો જોઈએ. વિદ્યાર્થીને સુખની પરવા હોતી નથી અને સુખાર્થીને વિદ્યા મળતી નથી.

શક્તિસંયયની માફક આ અવસ્થામાં સમયને પણ સાચવવો જોઈએ. સમયને વેડફનારો માણસ કાળકે પોતાના જીવનને જ વેડફી નાખે છે. સમયને સાચવનારને સમય પણ સાચવી લે છે... કાળની ઉપેક્ષા કરનારનું જીવન સમાજમાં ઉપેક્ષિત બની જાય છે. પ્રાપ્ત સમયનો માણસે સદૃષ્યોગ કરી લેવો જોઈએ. સમય અને સમંદરની ભરતી કદી કોઈની રાહ જોવા ટેવાયેલાં નથી. આળસુ માણસને સમય મળતો નથી જ્યારે ઉધ્મીને કદી સમય ઓછો પડતો નથી.

A busy man can always find time but a lazy man can never find time !

સમયના બારામાં આપણાને સાવધાન કરતાં સંતો કહે છે કે,

'કલ કરે સો આજ કર, આજ કરે સો અબ,
પલમેં પરલે હોયગી તો બહુરિ કરોગે કબ ?'

વિદ્યાર્થી આળસુ ન હોવો જોઈએ. આળસ એ

માણસના શરીરમાં જ રહેનારો એનો મહાન શત્રુ છે. ગયેલો સમય પાછો આવતો નથી તેથી સમયના બારામાં સેવેલી શિથિલતા એ એક પ્રકારનો અક્ષમ્ય અપરાધ છે. ધાર્થીવાર આળસુ માણસો પોતાની આળસનું સમર્થન કરતા જોવા મળે છે. આવા પ્રમાદીઓનું જીવનસૂત્ર હોય છે.

‘આજ કરે સો કલ કર, કલ કરે સો પરસો, પરસો પરસો ક્યાં કરે ? તુજે જીના હૈ બરસો !’

ખરી રીતે જોતાં કાળ એ શાશ્વતતાનું એક નાનકું એકમ છે. કાણોના સરવાળાથી જ મહાન યુગ સર્જિય જાય છે. કાળ એ ભગવાનની વિભૂતિ છે તેથી સમયપાલન કરનાર માણસ પ્રભુની જ પૂજા કરે છે એ નિર્વિવાદ ઘટના છે. આપણે ભારતીઓ સમયપાલનના બારામાં ગુનાહિત લાપરવાઈ સેવીએ છીએ. આપણા કોઈપણ કાર્યક્રમો સમયસર ભાગ્યે જ શરૂ થતા હોય છે. પરિણામે ‘Indian Time’નો ઉત્ક્રિય વંગમાં થવા લાગ્યો છે.

આપણે કોઈને સમય આપતી વખતે સહજ ભાવે કહીએ છીએ કે ‘હું તમારે ત્યાં સાંજે સાત સાડાસાતે આવીશ.’ કેમ જાણો સાત અને સાડાસાતમાં કંઈ ફરક જ ન હોય ! એ અઠ્થો કલાક શું એ માણસ અદબ વાળીને આપણી રાહ જોતો બેસી રહે ? જાપાનમાં નિયત સમય કરતાં પાંચ મિનિટથી વધારે કોઈ કોઈની રાહ જોતું નથી. સમયની પાબંદી તેમ જ સતત ઉદ્ઘોગે જાપાનની કાયાપલટ કરી નાખી છે.

આપણે પોતાનો સમય બગાડીએ છીએ તેમ જ બીજાનો કિંમતી સમય પણ ચોરી લઈએ છીએ. સામેના માણસના સમયની દરકાર કર્યા વગર આપણે વિના કારણ કોઈને ત્યાં કલાકો ગાળી આવીએ છીએ. આવા ત્રાસથી બચવા કેટલાક લોકો પોતાની દુકાને કે ઓફિસમાં “કામ વગર બેસવું નહીં.” એવું પાટિયું લગાડે છે. આપણા રાષ્ટ્રની ભાવિ પેઢીના ઘડવૈયાઓ પાસે, બગાડવા માટે જોઈએ તેટલો સમય છે. નાટક-સિનેમા જોયા કરવાં. નિષ્યોજન ભટકતા રહેવું, ઠઢા-મશકરી કરવાં, કિકેટની કોમેન્ટરી સાંભળવી કે ટી.વી. પાસે નિષ્ય મનોરંજન માણસાં કલાકેના કલાકો બેસી રહેવું-એ આધુનિકતાની આદતો છે. વિવિધ પ્રકારનાં વ્યસનો, અનાવશ્યક ઊંઘ કે અકારણ કલાક કરવામાં જેમનો સમય બતીત થાય તેને શાખકારોએ મૂર્ખ ગણ્યા છે.

આ બધી વાતોનો બચાવ કરવા આપણે ત્રણ અક્ષરનો એક પ્રશ્ન આડો ધરી દઈએ છીએ- ‘એમાં શું ?’ ‘સવારે પાંચ વાગ્યે ઊઠવું જોઈએ પણ આઠ વાગ્યે ઊઠચા, એમાં શું ? ચાર રોટલીથી પેટ ભરાઈ ગયું પણ છ ખાઈ નાખી, એમાં શું ? શાળા-કોલેજમાં નિયમિત હાજરી આપવી જોઈએ પણ અનિયમિત રહ્યા, એમાં શું ? રાત્રે સમયસર સૂર્ય જવું જોઈએ પણ મધરાત સુધી ગાળ્યાં મારતા રહ્યા, એમાં શું ?’ એમ કહેનાર માણસને કહેવું જોઈએ કે તો પછી ‘તારામાં ય શું ?’ સંયમ અને નિયમ વગર જીવનને યોગ્ય આકાર મળતો નથી.

ત્રણ હેઠળની કેળાની છાલ જેમ છ ફૂટના માણસને પાડી નાખવા સમર્થ છે તેમ ત્રણ અક્ષરનો આ પ્રશ્ન ‘એમાં શું ?’ ગમે તેવા મોટા માણસનું પતન સર્જવા સમર્થ છે. વિચાર, વાણી અને વર્તનમાં રહેલી સંયમિતતા અને નિયમિતતા જ માનવની ઉત્ત્તીમાં સહાયક બને છે. જે દેશના છાત્રો પોતાના સુવર્ણકાળનો ઉપયોગ પોતાના જીવનને સોનેરી બનાવવામાં ખર્ચે તે રાષ્ટ્રનું ભાવિ અતિ ઉજ્જવળ બને એ નિઃશક વાત છે.

‘સા વિદ્યા યા વિમુક્તયે’માંથી સાભાર

(સમપણ અને કૃપા...અનુસંધાન પાન-૨૩ પરનું ચાલુ..) મનમના ભવ મદ્દભક્તા મધ્યાળમાં નમસ્કુર / મામેવેષ્યસિ સત્યં તે પ્રતિજ્ઞાને પ્રિયોકસિ મે || ૧૮-૬૫ ||

મારામાં પરાયણ થા, મારો ભક્ત થા, મારે અર્થે યજન (નિષ્ણામ પ્રવૃત્તિ) કર, મને નમસ્કાર કર. તું મને જ પામીશ, હું તને સત્ય વચ્ચન આપું છું, (કારણ કે) તું મને ગ્રિય છે.

સર્વધર્માન્યરિત્યજ્ઞ મામેકં શરણં ત્રજ / અહે ત્વા સર્વપાપેભ્યો મોક્ષયિષ્યામિ મા શુચઃ || ૧૮-૬૬ ||

સર્વ ધર્મો (સત્કર્મો કે દુષ્કર્મો - બધાં જ કર્મો) છોડીને એક મારે જ શરણે આવ; હું તને સર્વ પાપમાંથી મુક્ત કરીશ, શોક કરીશ નહીં.

જો આપણે પોતાનાં પાપો માટે હાર્દિક પશ્ચાતાપ કરીશું અને આપણી જાતને તેની કૃપાને સમર્પિત કરી દઈશું તો બીજી કોઈ મદદ ન હોય તો પણ ઈશ્વર અને તે (પરબ્રહ્મ) આપણાં ગમે તેટલાં પાપો હશે તો પણ નિઃશંકપણે આપણાને બચાવી લેશે.

‘Bhagavad-Gita’નો અનુવાદ

શ્રી ચૈતન્ય મહાપ્રભુ - જીવન પ્રસંગો

શ્રી કનૈયાલાલ મ. પંડ્યા

ગદાધર પંડિતને શ્રીકૃષ્ણપ્રેમની પ્રાપ્તિ

ગદાધર પંડિત નિમાઈ પંડિત (ગૌરાંગ શ્રીચૈતન્ય મહાપ્રભુ)ના અંતરંગ સેવક અને ભક્ત હતા. એક વાર પ્રભુને ભોજન પછી મુખશુદ્ધ માટે ગદાધર પાનનું બીજું આપી રહ્યા હતા ત્યારે પ્રેમાવેશમાં આવી પ્રભુ બોલ્યા, ‘ગદાધર ! ભાઈ ! તું જ મને બતાવ કે મારા શ્રીકૃષ્ણ મને છોડીને ક્યાં ચાલ્યા ગયા ? હું એમના વિના જીવિત નહીં રહી શકું. તું સાચેસાચ તેમનું ઠેકાણું મને બતાવ ; એ જ્યાં હશે ત્યાં જઈને હું તેમની શોધ કરી, તેમને ભેટીને ધરાઈને રોઈશ. તું બસ મને સ્થાન બતાવી દે.’

ગદાધરે કહ્યું : ‘આપ તો નકામા અધીર થયા કરો છો. ભલા, તમારા કૃષ્ણ તમને છોડીને બીજે ક્યાંય જઈ શકે છે ? એ તો હરસમય આપના હદ્યમાં બિરાજમાન રહે છે.’ અધીરાઈથી પ્રભુ બોલ્યા : ‘શું પ્રાર કૃષ્ણ હમણાં પણ મારા હદ્યમાં બેઠા છે ?’ ગદાધરે કહ્યું : ‘બેઠા કેમ નથી ? હમણાં પણ તે આપના હદ્યમાં બિરાજમાન છે જ અને સદાય રહે જ છે.’

એટલું સાંભળતાં આનંદોલ્લાસથી પ્રભુ પોતાના મોટા મોટા નખોથી હદ્યને ચીરવા લાગ્યા. તે કહેવા લાગ્યા. ‘હું હદ્ય ફાડીને મારા કૃષ્ણનાં દર્શન કરીશ. તે મારી પાસે છુપાઈને બેઠા છે અને મને દર્શન પણ આપતા નથી ! આ હદ્યને હું ચીરી નાખીશ.’ આમ કરતા જોઈ ગદાધરને ઘણું દુઃખ થયું અને તેણે જાતજાતના અનુનય-વિનય કરી તેમને એ કામથી રોક્યા. ત્યારે ઘણી વાર પછી તે હોશમાં આવ્યા. એક દિવસ રાતે પ્રભુ શથ્યા પર શયન કરી રહ્યા હતા. ગદાધરે તેમની ચરણસેવા કરતાં કરતાં પોતાનું મસ્તક પ્રભુના ચરણકમળોમાં મૂકી ગદગદકંઠે પ્રાર્થના કરી કે, ‘પ્રભો ! આ અધમને કયા પાપોના પરિણામે આપના જેવા શ્રીકૃષ્ણપ્રેમની પ્રાપ્તિ થતી નથી ? આપ તો દીનવત્સલ છો, મને સાધનનું બળ નથી અને હું શુલ્ષ કર્મો પણ કરી શકતો નથી. તીર્થયાત્રા જેવાં પુરુષ કાર્યોથી પણ વંચિત છું; મને તો માત્ર આપનાં શ્રીચરણોનો જ સહારો છે. મારી ઉપર કૃપા ક્યારે થશે પ્રભો ? હું આ રીતે ક્યાં સુધી પ્રેમવિહીન શુષ્ણ જીવન વિતાવીશ ?’

ગદાધરની હુંખી વાણી સાંભળી પ્રભુ ઘણા પ્રસન્ન થયા અને આશાસન આપતાં બોલ્યા : ‘ગદાધર ! તું અધીરો ન થા. તું તો શ્રીકૃષ્ણનો અત્યંત ખારો છે. દીન ભક્તો જ ભગવાનને સૌથી વધુ પ્રિય હોય છે. દીન-હીન બન્યા વિના કોઈ પ્રભુને પ્રાપ્ત કરી શકતું નથી. જેને પોતાનાં શુલ્ષ કર્મનું અભિમાન છે અથવા ઉગ્ર સાધનો પર ભરોસો છે, તે પ્રભુની મહતી કૃપાનો અધિકારી કદી બની શકતો નથી. પ્રભુ તો અકિંચનપ્રિય છે. નિર્ઝિયન બને તેની ઉપર જ કૃપા વરસે છે. તારો ભાવ પૂરા નિર્ઝિયન ભક્ત જેવો છે. હવે તને શ્રીકૃષ્ણપ્રેમની પ્રાપ્તિ થવામાં વાર નહિ લાગે કાલે ગંગાસ્નાન પછી તને પ્રભુની પૂર્ણ કૃપાનો અનુભવ થવા લાગશે.’ ગદાધરની પ્રસન્તતાનો પાર ન રહ્યો. તે આખી રાત પ્રેમમજન થઈ આનંદાશ્ચુ વહાવતા રહ્યા. પ્રાતઃકાળની પ્રતીક્ષામાં તે પાગલ જેવા થઈ ગયા. ઘરીમાં ઊભા થઈ બેસી જાય, ઘડીમાં ઊભા થઈ નૃત્ય કરવા લાગી જાય. ઘડીમાં સૂર્ય જાય અને મનોમન કંઈક વિચારીને જોરથી હસવા માંડે. પ્રભુ તેમની પ્રેમદશા જોઈ પ્રસન્ન થયા. પ્રાતઃકાળે ગંગાસ્નાન કરતાં જ ગદાધર આનંદવિભોર થઈ નૃત્ય કરવા લાગ્યા, જાણે મનોજા-મહિરાનો નશો ન ચક્યો હોય ! તેમણે પ્રેમાસવના નશાથી ભારે થયેલાં નેત્રે પ્રભુની સામે જોઈ તેમના ચરણોમાં પ્રાણામ કર્યા અને કૃતજ્ઞતા પ્રકટ કરતાં બોલ્યા : ‘પ્રભો ! આપે આ અધમ પાપીને પણ પ્રેમદાન કરી પોતાના ‘પતિતપાવન’ નામનો પરિચય આપી દીધો છે. આપની કૃપા જીવો પર સદા અહેતુકી જ થાય છે. મારા જેવા સાધનહીનને પણ દુસ્સાથ પ્રેમની પરિષિ સુધી પહોંચાડી દીધો. આપ સર્વસામર્થ્વવાન છો, આપ કંઈ પણ કરી શકો છો.’ પ્રભુએ ગદાધરની આવી દશા જોઈ અધિરતાથી કહ્યું : ‘ગદાધર ! કૃપાણુ શ્રીકૃષ્ણે તમારી ઉપર કૃપા કરી દીધી છે, હવે તેમે તેમને મારા માટે પણ પ્રાર્થના કરજો.’ અત્યંત દીનતાથી ગદાધર બોલ્યા : ‘પ્રભો ! હું તો આપને જ તેનું કારણ સમજું છું. આ પ્રેમને આપની જ દયાનું ફળ સમજું છું.’ એમ કહેતાં કહેતાં ગદાધર પ્રેમવિહૂવળ થઈ રૂદ્ધ કરવા લાગ્યા.

(ક્રમશઃ)

સદવાણી

શ્રી શ્રી મા આનંદમયી

【શ્રી શ્રી મા આનંદમયી (૧૮૮૮-૧૯૮૮)નું મૂળ નામ નિર્ભિલાસુંદરી હતું- લગ્ન પછી ગૃહસંસાર સ્થાપવાનો સમય આવ્યો ત્યારે માની આધ્યાત્મિક ઓરાનો ખ્યાલ કુટુંબના બધા સભ્યોને આવી ગયો. શ્રી માના શરીરમાં અલૌકિક સાધનાની કિયાઓ આપમેળે થતી હતી. શ્રી માને કોઈ સંપ્રદાય નથી. ધીમે ધીમે ભક્તમંડળ વધવા માંડયું. તેઓ માતૃશક્તિનું સાક્ષાત્ સ્વરૂપ હતાં. ભારતમાં અનેક સ્થળે આશ્રમો સ્થાપા. જે આજે પણ સરસ રીતે ચાલી રહ્યા છે. છેલ્લા શબ્દો હતા. “આ શરીર મનુષ્યદેહે આવ્યું છે તેથી તે જ રીતે જશે.” સહુનાં મા એવાં શ્રી મા આનંદમયીએ તા.૨૭-૮-૧૯૮૮ના દિને મહાપ્રયાજ્ઞ કર્યું.]

મનુષ્ય ઈશ્વરની પ્રતિમૂર્તિ

મનુષ્ય ઈશ્વરની પ્રતિમૂર્તિ છે. માનવજન્મ તમામ યોનિઓમાં સર્વશ્રેષ્ઠ છે. મનુષ્યના હૃદયમાં એવી શક્તિઓ દુઃખાયેલી પરી છે જે જગતમાં ક્યાંય નથી. સમુદ્રમાં દૂબકી મારનારાઓની માફક તમે પણ તમારા હૃદયના ગંભીર ઉંડાણમાં દૂબો, શોધ કરો અને અમૂલ્ય શક્તિનો ભંડાર હાથ કરો. અંતરાત્માના પરમપ્રકાશની પ્રાપ્તિ કરી સમસ્ત સંસારને તેના વડે પ્રકાશિત કરો. એ જ માનવજન્મનો મહાપુરુષાર્થ છે.

લાલ્ય કરો

જેટલું હસાય તેટલું હંમેશાં હાસ્ય કરો. એથી શરીરની જરૂરથી ખૂલ્લી જશે. પણ યાદ રાખો, માત્ર બહારના હાસ્યથી કામ નહીં ચાલે. અંદર અને બહાર બંનેનું ઐક્ય કરીને હસવું પડશે. એ હાસ્ય કેવું હોય છે તે જાણો છો? એવા હાસ્યમાં આખું શરીર હચ્ચમચ્ચી ઊઠે છે અને શરીરનું પ્રત્યેક અંગ સ્કૂર્ટિમય બની જાય છે. તમે લોકો તો ઉપર ઉપરથી હસો છો અને મનમાં તો કાંઈ જુદી જ વાત દબાવી રાખો છો. હું તો તમે શરીર, મન અને હૃદયના ભાવોને વહેતા મૂકી ખુલ્લું હાસ્ય કરો એમ ઈશ્વરું હું. એવા હાસ્ય સાથે આત્મશક્તિ પર દફ વિશ્વાસ રાખી આંતરબાધ્યનું અનુસંધાન કરવા પ્રયત્ન કરો. જીવનમાં ભાવનાશુદ્ધિ કરતા રહી સ્વાર્થ અને પરમાર્થના તમામ ભાવ સાથે એ મહાશક્તિના ચરણે આભસમર્પણ કરી દો. ત્યારે તમારી અંદર એક એવું હાસ્ય ઉત્પન્ન થશે કે સમસ્ત સંસાર તમારી સાથે હસતાં હસતાં લોટપોટ થઈ જશે.

ઇશ્વર કૃપા

ભગવાનનું એક નામ ચિંતામણિ છે. પ્રત્યેકની મનોકામના એ પૂરી કરે છે. તેથી જીવ પણ જો તેની

ચિંતા કરે, તો તેને સંસારમાં બીજી કોઈ ચિંતા કરવાની જરૂર નથી અને એ મહાભાવમાં જીવ મસ્ત બની જાય છે. એ ચિંતા ખૂબ વ્યાકુળ ચિંતે થવી જોઈએ. ધન મેળવવા ફાંકાં મારનાર અથવા પુત્રપ્રાપ્તિ માટે ઝંખનાર રાત-દિવસ જેમ તે તે પદાર્થોની ઝંખના કરે છે, તેવી જ ઝંખના તેને માટે થવી જોઈએ. જીવનયાત્રાની તમામ ઈશ્વરાઓમાં ઈશ્વરપ્રાપ્તિની ઈશ્વરાને જ જો એક માત્ર લક્ષ્ય બનાવવામાં આવે અને રાતદિવસ હૃદય એ માટે જ વ્યકૃતતાપૂર્વક પુકારતું હોય, તો તે પણ પ્રેમી ભક્તની ચિંતાઓનો બોજો પોતાના માથે ઉઠાવી લઈ તેને તમામ ચિંતાઓમાંથી મુક્ત કરે છે. ત્યાંગી, સંન્યાસી, ભોગી, સંસારી તેમ જ પશુપક્ષી - કોઈ પણ તેની કૃપાના અધિકારી બની શકે છે. જીવનનૈયાનું સુકાન તેને હાથ સોંપી તેના શરણમાં નિશ્ચિત બનીને બેસી જાવ. તેની કૃપાનો વાયુ નાવને સલામત પાર પહોંચાડશે.

તીથિલ - સમુદ્રતાટે સાધના શિબિર

(૧ થી ૬ જૂન)

આ વર્ષે આ સાધના શિબિર આદરણીય બંધુત્વપુટીના પવિત્ર આશ્રમમાં તા. ૧થી ૬ જૂન સુધી આયોજવામાં આવશે. જેમાં સવારે છથી સાંજે છ વાગ્યા સુધી મૌન પાળવાનું રહેશે. સાંજે સંતોના સત્સંગ અને ભોજન સાધારણ સાત્ચિક આપવામાં આવશે. ભાગ લેવા માગતા સાધકોએ ત૦મી એપ્રિલ પૂર્વે રૂ. એક હજાર દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘ, અમદાવાદને પહોંચાતા કરીને નામ નોંધાવવા પ્રાર્થના. શરીરે અક્ષમ લોકોએ નામ નોંધાવવાની નહીં.

- સંપાદક

સત્ય એ જ પરમેશ્વર

ડૉ. હરીશ દ્વિવેદી

સત્તુ, ચિત્ર અને આનંદને ઈશ્વરનું સ્વરૂપ માનવામાં આવ્યું છે. એમાં ‘સત્તુ’ શબ્દનો અર્થ છે ‘હોવું’ અસ્તિત્વનો પર્યાયવાચી એ શબ્દ છે. વ્યવહારમાં એને આપણે ત્યાં સત્યમૂ, શિવમૂ અને સુંદરમૂની અભિવ્યક્તિ દ્વારા ઓળખીએ છીએ. એમાં પણ ‘સત્ય’ એ સહૃદ્યુપ્રથમ છે. એના વિના બધું જ એકડા વગરના મીઠા જેવું છે.

‘સત્ય’ એ તો આપણા સહૃદાના અસ્તિત્વની આધારશિલા છે. અસ્તિત્વની એ નિરંતર વહેતી ધારા છે. એની ઉપાસના અને આરાધના એ જ આપણા જીવનનું લક્ષ્ય છે. સત્ય શબ્દનો અર્થ માત્ર સાચું બોલવું એટલો જ નથી. એ તો આપણા સમગ્ર અસ્તિત્વને વ્યાપીને રહેલો છે. સહૃદ્યુપ્રથમ તો આપણાં વિચારો સત્યપૂત હોવા જોઈએ. વિચારોમાં સત્ય હશે તો એ વાણીમાં પ્રગટ થશે અને ત્યાર બાદ આપણાં નાનાં-મોટાં દરેક આચરણમાં એ વ્યાપી જશે.

સત્યના આવા એક મહાન પૂજારી અને ‘સત્ય એ જ પરમેશ્વર’ એવું દફાપણે માનનારા હતા મહાત્મા ગાંધી. સત્યના આવા ઉપાસકો તો અનેક થઈ ગયા, પરંતુ આધુનિક સમયમાં સત્યને આ રીતે જીવી જાણનારા વીરલાઓ કેટલા ? એમની આત્મકથા એ સાચા અર્થમાં સત્યના પ્રયોગો જ છે. નાનપણમાં સત્યવાદી રાજી હરિશ્ચંદ્ર નાટક જોયા પછી એમના બાળ માનસ ઉપર એની કેવી ચિરસ્થાયી છાપ પે છે, એનો એક સુંદર પ્રસંગ છે.

ત્યારે મોહનદાસ ગાંધી રાજકોટની આલ્ડેડ હાઈસ્ક્યુલમાં અભ્યાસ કરતા હતા. શિક્ષણ ખાતાના એ સમયના સૌથી મોટા અધિકારી શાળાના ઈન્સ્પેક્શન માટે આવ્યા હતા. મોહનદાસ જે વર્ગમાં ભણતા એમના વર્ગમાં જઈ ઈન્સ્પેક્ટરે કેટલાક અંગ્રેજ શબ્દો બોલી એના સાચા સ્પેલિંગ લખવા માટે વિદ્યાર્થીઓને કહું - એમાંનો એક શબ્દ હતો ‘કેટલ’ મોહનદાસ એનો સાચો સ્પેલિંગ લખી શક્યા નહોતા. વર્ગશિક્ષકનું ફરતાં ફરતાં એ તરફ ધ્યાન ગયું. એમણે પોતાના પગથી મોહનદાસનો પગ દબાવી આગળના વિદ્યાર્થીમાંથી જોઈ

એ પ્રમાણે કોણી કરવાનો ઈશારો કર્યો. પરંતુ મોહનદાસે એ પ્રમાણે કર્યું નહીં. વર્ગના બાડીના બધા જ વિદ્યાર્થીઓના સ્પેલિંગો સાચા પડ્યા.

ઇન્સ્પેક્ટર ચાલ્યા ગયા બાદ શિક્ષકે મોહનદાસને કહ્યું કે, ‘મોહન તું તો સાવ બુદ્ધ છે - મેં તને આગળના વિદ્યાર્થીમાં જોઈને સાચો સ્પેલિંગ લખવા માટે કહ્યું હતું. તું ખરેખર બુદ્ધ જ રહ્યો.’

એ વર્ગશિક્ષકને એ વખતે ક્યાંથી ઘ્યાલ પણ આવે કે આગળ જઈને મહાત્મા ગાંધીના રૂપે સત્યના પ્રયોગો લખનાર મોહનદાસનો હંમેશાં સત્યનો આગ્રહ રાખવાનો આ પહેલો પદાર્થપાઠ હતો. તેઓ પોતાની આત્મકથાની પ્રસ્તાવનામાં લખે છે. ‘મારે મન સત્ય જ સર્વોપરી છે. એમાં અગણિત વસ્તુઓનો સમાવેશ થઈ જાય છે. આ સત્ય એ માત્ર સ્થૂલ વાચાનું જ સત્ય નથી. એ જેમ વાચાનું તેમ વિચારનું પણ સત્ય છે. આ સત્ય એ આપણે કલ્પેલું સત્ય જ નહીં, પણ સ્વતંત્ર ચિરસ્થાયી તત્ત્વ એટલે કે પરમેશ્વર જ છે. પરમેશ્વરની વ્યાખ્યાઓ અગણિત છે કેમ કે તેની વિભૂતિઓ પણ અગણિત છે. એ વિભૂતિઓ મને આશ્ર્યચંદ્રકિત કરે છે. એ મને ક્ષણવાર મુગ્ધ પણ કરે છે. પણ હું પૂજારી તો સત્યરૂપી પરમેશ્વરનો જ છું.’

એ એક જ માત્ર સત્ય છે અને બીજું, બધું મિથ્યા છે. એ સત્ય મને જહું નથી. પણ એનો હું શોધક છું. એ શોધવાને અર્થે જે વસ્તુ મને પ્રિય હોય તેનો ત્યાગ કરવા હું તૈયાર છું અને એ શોધરૂપી યજ્ઞમાં આ શરીરને પણ હોમવાની મારી તૈયારી છે... પણ એ સત્યનો હું સાક્ષાત્કાર ન કરું ત્યાં લગી મારો અંતરાત્મા જેને સત્ય ગણે છે તે કાલ્પનિક સત્યને મારો આધાર ગણી, મારી દીવાદંડી ગણી તેને આશ્રયે મારું જીવન હું વ્યતીત કરું છું.

આ માર્ગ જો કે ખાંડાની ધારે ચાલવા જેવો છે, છતાં મને એ સહેલામાં સહેલો લાગ્યો છે. એ માર્ગ જતાં મારી ભયંકર ભૂલો પણ મને નજીવી જેવી લાગી છે કારણ કે, એ ભૂલો કરવા છતાં હું બચી ગયો છું અને મારી સમજણ પ્રમાણે આગળ પણ વધ્યો છું. દૂર દૂરથી વિશુદ્ધ સત્યની ઈશ્વરની ઝાંખી પણ કરી રહ્યો

ધું. માત્ર સત્ય જ છે, એ સિવાય બીજું કંઈ જ આ જગતમાં નથી-એવો મારો વિશ્વાસ દિન-પ્રતિદિન વધતો જાય છે.

ઈશ્વરને હું વ્યક્તિ તરીકે જોતો નથી. મારે મારું સત્ય એ જ ઈશ્વર છે. હું તો સત્યના માર્ગ જ ચાલનાર એક વટેમાર્ગું માત્ર ધું. હજુ સત્ય મને સાંપડવું નથી. પૂર્ણ સત્ય સાંપડવું એટલે આત્મસાક્ષાત્કાર કરવો અને પૂર્ણવસ્થાએ પહોંચવું. હું તો મથામણ કરવાવાળો સામાન્ય જીવ ધું. હું સંપૂર્ણપણે સત્યમય થવાને જંબું ધું. આ ચઢાણ સીધું, કઠણ અને કષ્ટદાયક છે. પણ એ કષ્ટ મને આનંદ આપે છે. એ ચઢાણ પર આગળ પગ માંડતો જાઉં ધું તેમ તેમ દરેક પગલે હું વધારે મજબૂત અને તેથી આગળનું પગલું માંડવાને વધારે લાયક થતો જાઉં ધું એવું મને લાગે છે.

બાળપણથી સત્યનો ઉપાસક હોવાનો મારો દાવો છે. મારે માટે એ સૌથી સહજ વસ્તુ હતી. મારી ભક્તિભરી ખોજને પરિણામે ‘ઈશ્વર સત્ય છે’ એ પ્રચલિત સૂત્રને બદલે ‘સત્ય એ જ ઈશ્વર છે’ એ વસ્તુસ્થિતિનું હાર્દ પ્રગટ કરનારું સૂત્ર મને લાધું. એ સૂત્રની સહાયથી જ હું જાણે કે ઈશ્વરનું ગ્રત્યક્ષ દર્શન કરી શકું ધું. મારી રગેરગમાં હું તેને વ્યાપી રહેલો અનુભવ ધું.

સત્યના આવા એકનિષ્ઠ પરમ ઉપાસકને આપણાં કોટિ કોટિ વંદન હજો. સત્યનો એ માર્ગ એ શૂરવીરોનો માર્ગ છે. પોતાના નાનકડા સ્વાર્થને ખાતર દિવસમાં હજારવાર જૂઠું બોલતાં કાયર પુરુષોનું ત્યાં કામ નથી એમાં પ્રથમ પહેલું મસ્તક મૂકવાની વાત છે. અર્થાત્ અહંકાર અને સ્વાર્થત્યાગ એ એની પહેલી શરત છે. આ સાંભળી આપણે તરત બોલી ઊઠીશું કે, તો પછી આ આપણું કામ નહીં. એ રીતે જોઈએ તો આપણે સહૃદ્ય જ ડરપોક અને ભીરું છીએ. થોડુંક કંઈક અધરું કામ કરવાની વાત આવે એટલે હાથ ઊંચા કરીને આપણે હાર કબૂલી લઈએ છીએ. વાસ્તવમાં મહાત્મા ઈમર્સને કહ્યું છે તે પ્રમાણે ‘We all are Victory-oriented’ અર્થાત્ વિજય અને સફળતા તો આપણાં અધિકાર છે, પરંતુ ઘણી બધી વાતોની જેમ એ પણ આપણે ભૂતી ગયા છીએ.

ગામમાં આવેલા કોઈ એક સંત મહાત્માની પાસે

જઈ આપણા જેવા એક જિજાસુએ પ્રશ્ન પૂછ્યો, ‘બાપજી, બીજું બધું તો ઠીક પણ આ ઘોર કળિયુગમાં હજારો જૂઝાણાંની વચ્ચે સાચું બોલવું કઈ રીતે?’ મહાત્માજીએ પ્રશ્નનું હાર્દ પામી જઈ હસતાં હસતાં કહ્યું, ‘અસત્ય એ કદી લાંબું ચાલી શકતું નથી. સો નહીં પરંતુ હજારો જૂઝાણાં ભેગાં કરો તો પણ તેમાંથી સત્ય બહાર આવ્યા વિના રહેવાનું નથી. એટલું જ નહીં જૂઠું બોલનારા લોકો પણ હંમેશાં સત્યના માર્ગ ચાલનાર લોકો ઉપર જ વિશ્વાસ કરે છે. એમનો આદર-સત્કાર કરે છે. એવું પણ કહેવામાં આવે છે કે, સત્યને જે પ્રગટ કરતો રહ્યો છે એનું વચ્ચન સિદ્ધ થઈ જતું હોય છે. એ બધો સત્યનો મહિમા અને પ્રતાપ છે.’

સાથે સાથે એક નાનકડી બીજી વાત પણ યાદ રાખવા જેવી છે કે, ‘સત્ય બ્રૂયાત્, પ્રિય બ્રૂયાત્’ અર્થાત્ હંમેશાં સત્ય તો બોલવું જ પરંતુ સત્યને પ્રગટ કરતાં આપણી વાણી કટુ ન બની જાય - વિષાકત ન બની જાય એનું ખાસ ધ્યાન રાખવાનું છે. થોડી અધરી લાગે એવી વાત જરૂર છે પણ અશક્ય નથી. તો ચાલો એ દિશામાં પ્રયત્ન તો કરી જોઈએ. હંમેશાં સત્યનો જ વિજય થતો હોય છે. ‘સત્યમેવ જયતે.’

દિવ્ય જીવન

દી રજિસ્ટ્રેશન ઓફ ન્યૂજ પેપર્સ સેન્ટ્રલ રૂલ્સ (૧૮૫૫) અન્વયે દિવ્ય જીવન પત્ર અંગેની માહિતી ફોર્મ નંબર-૪ (જુઓ રૂલ નં.૮)

- (૧) પ્રકાશનનું સ્થળ : ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંધ, શિવાનંદ આશ્રમ, જોધપુર ટેકરી, શિવાનંદ માર્ગ, અમદાવાદ-૩૮૦૦૧૫
- (૨) પ્રકાશનની સામયિકતા : માસિક
- (૩) મુદ્રકનું નામ : પ્રિન્ટ વિઝન પ્રા.લિ., પ્રિન્ટ વિઝન હાઉસ, આંબાવાડી, અમદાવાદ-૩૮૦૦૦૬
- (૪) રાષ્ટ્રીયતા : ભારતીય
- (૫) પ્રકાશકનું નામ : શ્રી સુમંતરાય સી. દેસાઈ, ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંધ, શિવાનંદ આશ્રમ, જોધપુર ટેકરી, અમદાવાદ-૩૮૦૦૧૫
- (૬) તંત્રીનું નામ : ડૉ. એમ.જી. પટેલી (સંપાદક મંડળ વતી) હું સુમંતરાય સી. દેસાઈ, ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંધ વતી આથી જાહેર કરું ધું કે ઉપર જણાવેલી વિગતો મારી વધુમાં વધુ જાણ અને માન્યતા મુજબ સાચી છે.

તા.૦૧-૦૩-૨૦૦૮ ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંધ, અમદાવાદ

પુસ્તક

દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘ, અમદાવાદ : આશ્રમની દૈનિક પ્રવૃત્તિ સિવાય દસમી ફેબ્રુઆરીએ એક વિશેષ સમારંભનું આયોજન થયું. આજે પ્રતેક યુવાન તેમના ભવિષ્ય માટે ચિહ્નિત છે. યુનિવર્સિટીના સર્વ સાધારણ અધ્યયન અધ્યાપન સિવાય આ યુવાનો અંગેજી, ગણિત, ભાષાકીય પ્રભુત્વ અથવા તો રાષ્ટ્રીય અને આંતરરાષ્ટ્રીય સરે ઉક્ખવળ કારકિર્દી કેળવે માટે તેમને તાવીમ આપવા એક પ્રયાસ છેલ્લા છ વર્ષથી 'કેરીયરલાઈન' સંસ્થાના માધ્યમથી આપવામાં આવી રહ્યો છે. પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ સંદેશ યુવાનોની પ્રેરણામૂર્તિ રહ્યા છે, પરંતુ આ યુવાનો જ આગળ આવે તે જેટથું આવશ્યક છે, તેથીયે વિશેષ આ યુવાનોને પ્રશિક્ષણ આપતા આચાર્યા-શિક્ષાવિદોનું સંન્માન અને ગૌરવ કરવાનું તેથીયે મહત્વનું છે. તેવા અમદાવાદના બાર આચાર્યોનાં સંન્માન અને ગૌરવ પ્રદાન સમારંભનું આયોજન કરવામાં આવ્યું. શિક્ષા, શિક્ષણ અને શિક્ષકો વિશે પૂજ્ય સ્વામીજીએ ઉદ્ભોધન કર્યું. આચાર્યા સમગ્ર ગુજરાતમાં વિવિધ કેન્દ્રો પોતાના વિદ્યાર્થીઓને વિશિષ્ટ ક્ષમતાસમ્પત્ત કરે તર્થે પ્રેરણાપર્વ આયોજાયું. આ સમગ્ર કાર્યક્રમના સંયોજક ગુજરાત રાજ્યના સચિવ વિશેષ આદરણીય ડૉ. ચેટરજી IAS રહ્યા.

કરનાલ હરિયાણાથી એક સંતસમૂહ આદરણીયશ્રી અમરિકસિહ્જ સ્વામીના પ્રમુખપદે શિવાનંદ આશ્રમના દર્શને પદ્ધાર્યું. સૌઅં આશ્રમનો નિવાસ કરી અત્યંત શાતાની અનુભૂતિ કરી.

આદરણીય શ્રી સ્વામી પ્રોટોપ્લાજમ (સ્વામી પ્રજ્ઞારાષ્યજ) મહારાજની નિશ્રમામાં તા.૨૫-૨૮ની સાંજથી ગહન ધ્યાનનો શિબિર આયોજાયો. સવારે ત્રીજી દ, ત્યાર બાદ ત્રીજી ૧૧, બપોરે ત્રીજી ૪ અને પાછું સાંજે પથી ૮ આમ ચાર બેઠકોમાં સાધકોએ દરેક પહેલા કલાકમાં ઊંકાર ઉચ્ચારણ, બીજા કલાકમાં ઊંકાર-પ્રશ્ન ધ્યાન અને ત્રીજા કલાકમાં પૂજ્ય સ્વામીજી દ્વારા સૂચના અને સાધના માટેનું માર્ગદર્શન સરળ અંગેજમાં આપવામાં આવ્યું.

ભોજનમાં બાફ્કલાં તથા કાચાં શાકભાજી, ફળ, પલાળેલા મોળા પૌંઝા અને ખજૂર તથા દહી આપવામાં આવ્યું. સાધક જીવનનો આ અદ્ભુત અનુભવ હતો. આ શિબિર માર્યની ત્રીજી તારીખ બપોર સુધી ચાલવાની છે.

ગુજરાતના સુપ્રસિદ્ધ સમાચારપત્ર સંદેશ દ્વારા આ વર્ષે વિરાટ જ્ઞાનસત્રનું આયોજન સરદાર વલ્લભભાઈ પટેલ સ્ટેડિયમમાં કરવામાં આવ્યું. તેની ભવ્ય પૂજારીદુષ્ટિ

તા.૨૮-૨૯ રોજ પૂજ્ય શ્રી ચરણ સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રી દ્વારા કરવામાં આવી. આ જ્ઞાનસત્રમાં અનેક વરિષ્ઠ સંતો, મહંતો અને વિદ્વાન વક્તાઓ દરરોજ સાંજે ચારથી સાત વાગ્યા સુધી પદ્ધાર્ય. આ જ્ઞાનસત્રમાં જૈન, શીખ, બ્રહ્મકુમારી, સ્વામિનારાયણ, હરેકૃષ્ણ, વૈષ્ણવ તથા રામાનંદ મહાપુરુષોનાં ઉદ્ભોધનો થયાં.

ભરત્ય : ગુજરાત દિવ્યજીવન સંઘના ઉપક્રમે દિવ્યજીવન સંઘ ભરુચની શાખા દ્વારા પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીનો ફલ્લામો ધ્યાન, પ્રાણાયામ યોગસન શિબિર અને ગીતાજ્ઞાન યજ્ઞ સમારંભ તા.૧થી તા.૧૦ સુધી બ્રહ્મલીન પૂજ્યપાદશ્રી નારાયણ બાપુના આશ્રમમાં આયોજવામાં આવ્યો. પ્રાતાકાલીન યોગસત્ર અને સાયંકાલીન ગીતાજ્ઞાન યજ્ઞમાં પૂજ્ય સ્વામીજીના કર્મયોગ, ગીતા અધ્યાય ગ્રીજા ઉપર ખૂબ જ મનનીય પ્રવચનો થયાં.

પૂજ્યશ્રીના ભર્ય નિવાસ દરમિયાન શ્રી સ્વામીજી મહારાજ જાદેશ્વર, રાજપીપળા અને છેક સુદૂર શ્રીરામંદિર સ્થાપના ઉત્સવમાં ઉત્તરવાહિની નર્મદાના તટે પૂજ્યશ્રી અભિરામ બાપુના આશ્રમમાં ગુવાર ગામે પદ્ધાર્ય. અતે ઉદ્ઘાટન સમારંભમાં પૂજ્ય સ્વામીજી મહારાજ અને પૂજ્ય મોરારીબાપુ સિવાય હજારો વૈષ્ણવ રામાનંદજી સાધુઓના લઘુ કુંભમેળા જેવું વાતાવરણ સર્જાનું હતું. લાખો લોકોએ આ દિવ્ય સમારોહમાં હરિસ્મરણ અને સાધુદર્શન તથા રેવાસ્નાનનો લાભ લીધો.

પૂજ્ય સ્વામીજીના સાયં સત્સંગમાં ભરુચના ભક્તો અને સંગીતશોએ દરરોજ ભાવ-ભક્તિપૂર્વક દિવ્ય સંગીત પીરસ્યું.

ભરુચના નિવાસ દરમિયાન અનેક ઔદ્ઘોગિક સંકુલોમાં પૂજ્ય સ્વામીજી મહારાજનાં પ્રવચનો યોજયાં તથા શતાવિક ભક્તોને ત્યાં પૂજ્ય સ્વામીજીની પદ્ધરામણી થઈ તથા વૃક્ષારોપણના કાર્યક્રમો થયાં.

નર્મદા ફિટ્લાઈઝસમાં તથા રોટરી ભરુચના રોટરીભવનમાં શ્રી સંગીત માર્ટડ પંડિત ઓમકારનાથ ઠાકુરની સ્મૃતિમાં આયોજિત સંગીત સમારોહમાં શ્રી મોહમ્મદ વકીલ (સારેગમપ ફેઇમ-જ્યાપુર) અને પંડિત રાજન-સાજન મિશ્રા (વારાણસી)ના પૂજ્યશ્રીને દીપ પ્રજીવલન અને આશીર્વદ્યન અર્થે નિમંત્રિત કરવામાં આવ્યા.

નારેચર : બ્રહ્મલીન પૂજ્યપાદ શ્રી રંગઅવૃત્તજી મહારાજના પવિત્ર સમાધિસ્થળ પાસે નર્મદાતટે શ્રી નર્મદા

જ્યંતીના પવિત્ર પર્વ તા. ૧૧-૨થી તા. ૧૫-૨ સુધી ગહન ધ્યાન અને મૌન શિબિરનું આયોજન ગુજરાત દિવ્યજીવન સંધ દ્વારા કરવામાં આવ્યું. જેમાં સમગ્ર ગુજરાતભરમાંથી ભક્તો ઉપસ્થિત થયા. પરંતુ જે ભક્તો પ્રમાણિકપણે મૌન ધારણ કરી અને દરરોજ છ સત્રોમાં સાડા નવ કલાક જ્પથ્યાન સાધના કરે તેમને જ પ્રવેશ આપવામાં આવ્યો. ભોજન કોઈ પણ પ્રકારના ભસાલા કે મીઠા વગરનું તદ્દન બાંદું આપવામાં આવ્યું.

ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંધના મહામંત્રી આદરણીય શ્રી ઉપેન્દ્રભાઈ પુરોહિત અને પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ આ શિબિરમાં બધા દિવસો ઉપસ્થિત રહ્યા.

આ સાધના સ્થળ, ભોજન, નિવાસ અને અદ્ભુત આધ્યાત્મિક પરિસરનો બંદોબસ્ત કરવા માટે રંગ ઉપાસના સંદર્ભના શ્રી ડૉ. ઈન્દ્રભાઈ દવે અને તેમના સર્વે ટ્રસ્ટીઓનો ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંધ સહેવ આભારી રહેશે.

આ સાધના શિબિરમાં મંત્રલેખન માટે નોટબુક, પેન, સ્વાધ્યાય માટે પાંચ પુસ્તકો એક સુંદર ખાદીના થેલામાં રાખીને સર્વે સાધકોને ભેટ આપવામાં આવ્યા.

વલસાડ : ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંધના ઉપક્રમે દિવ્ય જીવન સંધની વલસાડ શાખા ખાતે પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીનો હટપ્રો યોગશિબિર અને જાહેર પ્રવચનો 'વૈષ્ણવજન તો' વિષય પર શહેરના ઘુનિસિપલ ટાઉનહોલમાં તા. ૧૬થી ૨૧ તારીખ સુધી રાખવામાં આવ્યા. યોગસત્ર સુપ્રસિદ્ધ કિકેટ બંગલાની વિશાળ લોનમાં આયોજન થયું. ગુજરાત કિકેટ એસોસીએશનના ઉપપ્રમુખ શ્રીકાંતભાઈ દેસાઈની આ ઉદારચરિતતા માટે દિવ્ય જીવન સંધ, વલસાડ સદા આભારી રહેશે.

અગણિત પદ્ધરામણીઓ સિવાય એકલ ઈન્ડસ્ટ્રીઝમાં 'હું જ સમસ્યા અને હું જ સમાધાન', વાપી ખાતે યુનાઇટેડ ફાર્ક્સ્ટોર્સ કંપનીમાં 'મેજક ઓફ યોગ ફોર ટોટલ હેલ્થ', રેમંડ કંપનીમાં 'યોગ એ જ જીવન', અને વાપી ઈન્ડસ્ટ્રીયલ એસોસીએશનના વિશાળ સભાગારમાં 'પ્રોબલમ્સ ઓફ પ્રોડક્શન મેનેજમેન્ટ એન યોગ' પ્રવચનો તથા સર્વત્ર વિશાળ પાયા ઉપર વૃક્ષારોપણ થયાં. શ્રી યજેશ દેસાઈ, શ્રી મુકેશ દેસાઈ, શ્રી પ્રતાપભાઈ દેસાઈ તથા શ્રી જિતેન્દ્રભાઈ શાહ આ સર્વે કાર્યક્રમોના સુહૃદ અને સફળ આયોજકો રહ્યા. તહુપરાંત વલસાડ જિલ્લાના જીવનવીમાના એજન્ટોની સભાને પણ સ્વામીજીએ સંબોધિત કરી.

મિલ્કરાકોડી (નિનાર) : સંતમત સમાજની સ્થાપના ઉપો વર્ષ પૂર્વ થયેલી. તેમના વર્તમાન અધ્યક્ષ શ્રી શાહી મહારાજે તેમના સદ્ગુરુદેવ મહર્ષિ મેહી મહારાજની સ્મૃતિમાં આયોજિત ૮૭મા અભિલ ભારતીય સંતમત સંમેલનના

અતિથિવિશેષરૂપે પૂજ્ય ઋષિ શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદ બાબાજી મહારાજ રહ્યા. આ પૂર્વે સર્વધર્મ સંમેલનમાં પટના ખાતે ૨૦૦૪માં પણ પૂજ્ય બાબાજી ઉપસ્થિત રહ્યા હતા. ૫૦૦થી વધારે સંતો અને પાંચ લાખથી વધુ ભક્તોનું આ સંમેલન અદ્ભુત હતું. જે પટનાથી ઉપો ડિ.મી. દૂર પૂર્ણિયા જિલ્લાના બડહારકોડી તાલુકાના વાસુદેવપુર ગામ (વસ્તી પંદર હજાર) ખાતે તા. ૨૩, ૨૪, ૨૫ કેષ્બુઅરી ૨૦૦૮ આયોજયું હતું. પૂજ્ય ઋષિ સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીબાબા મહારાજ (અમદાવાદ)ની ઉપસ્થિતિથી સંતમત સમાજનું ગૌરવ વધ્ય છે.

પૂજ્ય સ્વામી બાબાએ ખૂબ જ સરળ ભાષામાં કથાવાર્તા અને ઉદાહરણો સહિત મહાત્મારત, ભાગવત, ગીતા, ઉપનિષદ, વેદ, પુરાણ અને લોકકથાઓના માધ્યમે ગુરુમહિમા, જપયોગ, ભક્તિયોગ, શાંતિ, કર્મયોગ, સાધના અને મોક્ષ વિષયક ખૂબ જ મનનીય અને લોકભોગ્ય ભાષામાં ઉદ્ભોધન કરીને સર્વે ઉપસ્થિત મુસુકુનાં હદ્યમાં અમીટ સ્થાન ગ્રહણ કર્યું હતું.

આદરણીય શ્રીશ્રી બાબા સ્વામી શાહી મહારાજે કહ્યું પૂજ્ય સ્વામીજી બાબા મહારાજ પવિત્રતા સરળતા અને જ્ઞાનનો સ્નોત છે. પૂજ્ય સ્વામીજીની ઉપસ્થિતિ સંતમત સમાજના હદ્યમાં અવિસ્મરણીય રહેશે. (રિપોર્ટ- ડૉ. રામજિસિંહ, નિવૃત્ત વાઈસ ચાન્સેલર રાજ્યથાન યુનિવર્સિટી)

પરના : તા. ૨૨ અને તા. ૨૬ ફેબ્રુઆરીના રોજ શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનું અને આગમન થયું હતું. તા. ૨૨-૨ના રોજ કંકડબાગ ખાતે પૂજ્ય સ્વામીજીનું ખૂબ જ ઉમળકાપૂર્વક સ્વાગત કરવામાં આવ્યું હતું. સત્સંગ પણ આયોજ્યો હતો. ૨૬-૨ના રોજ સવારે તેમણે ડૉ. અરવિંદુકુમાર સિંહના નૂતન સર્જકલ હોમ અને કિલનીકનું ઉદ્ઘાટન કર્યું હતું. ડૉ. અરવિંદે પૂજ્ય સ્વામીજીનું બ્લાગેશર ચેક કર્યું હતું જે ૧૨૦-૮૦ હતું તે જોઈને સર્વે ઉપસ્થિત મેડિકલ એસોસીએશનના તબીબોએ ખૂબ જ પ્રસન્તતા વ્યક્ત કરી હતી.

પૂજ્ય સ્વામીજી મહારાજે પટના વિશ્વવિદ્યાલયના ભાષાભવનની મુલાકાત પણ દરખંગા હાઉસ ખાતે લીધી હતી. ભારતની વિવિધ ભાષાઓનું એકમાંથી બીજી ભાષામાં કોમ્પ્યુટરથી પણ વધુ જરૂરી ભાષાંતર કરીને સૌને આશર્યચક્રિત કર્યું હતા. પૂજ્ય સ્વામીજી કાલીબાડી દર્શને અને પવિત્ર ગંગાસનાન માટે પણ ગયા હતા.

દિલ્હી : ફેબ્રુઆરીની ૨૧ તારીખે અને ૨૬ તારીખે પૂજ્ય સ્વામીજી શ્રીમતુ અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીનું આગમન અત્રેના દ્વારકા પરિસરમાં થયું હતું. તા. ૨૬-૨ની બપોરે ૩-૦૦થી ૫-૦૦ સુધી ઓલ ઈન્ડિયા મેડિકલ સાયન્સ સંસ્થાન, મીનીટ્રી ઓફ ટેક્સ્ટાઇલ્સ અને એર ઈન્ડિયાના કર્મચારીઓ માટે ગ્રાણાયામ અને ધ્યાનનો વિશેષ વર્ગ આયોજ્યો હતો.



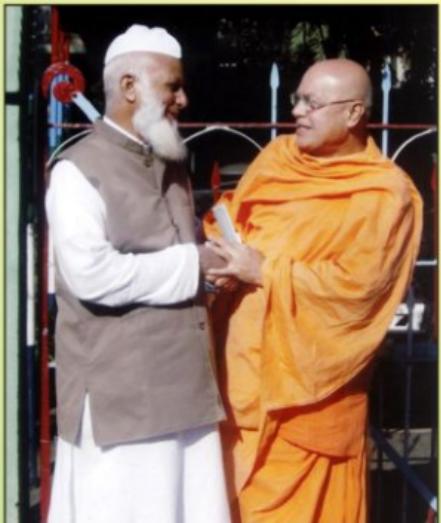
પૂજય ઐનાચાર્ય શ્રીમહ્ રાજયશ સૂરીયતરજુ મહારાજસાહેબ -
આત્મહિલાસ (તા. ૨૧-૦૨-૦૮)



પરમ પૂજય ગોસ્વામી ૧૦૮ શ્રી ઘણ્ઠિરાબેટીજીનું
અભિવાદન (તા. ૨૭-૦૨-૦૮)



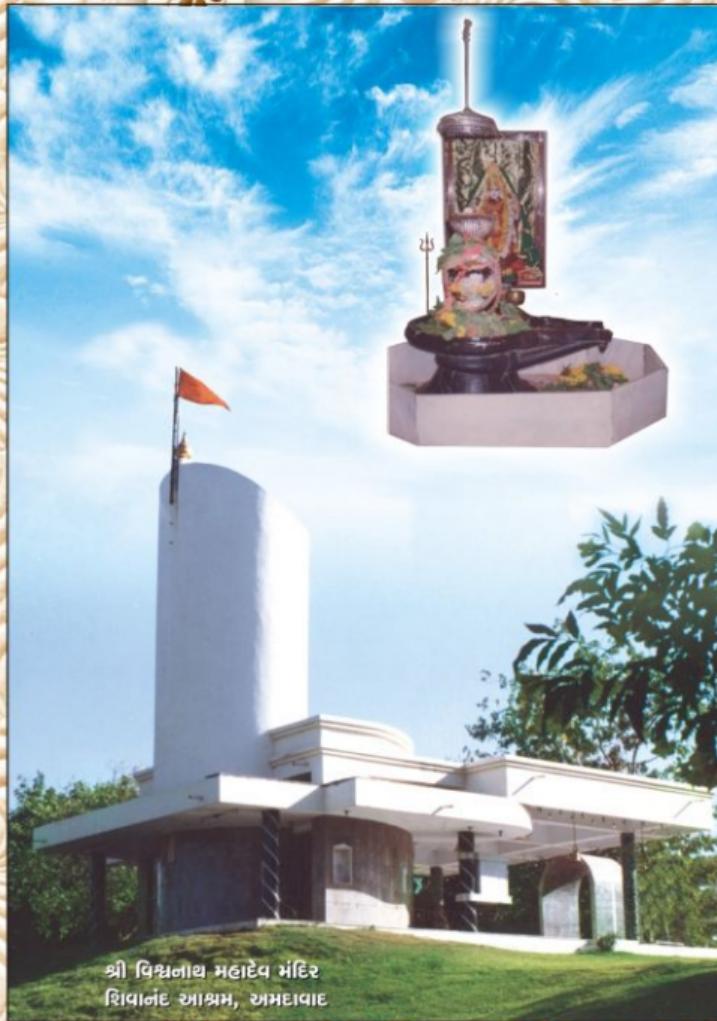
ધર્મ એટલે કર્તવ્ય-ધર્મ એટલે જીતિ-ધર્મ એટલે જીવન જીવવાળો શ્રેયસ્કર રાજમાર્ગ
'સંદેશ' અને 'છર્સકોન' કારા અમદાવાદ ખાતે આચ્યુતયેલ વિરાટ જ્ઞાનસંકાર ઉત્સવનું દિવ્ય દર્શન (૨૧-૦૨-૦૮ થી ૨૮-૦૨-૦૮)



દિવ્ય જીવન સંઘ, વલસાડ ખુદા કે બંદે (તા. ૧૫-૦૨-૦૮)



'ઝેં શાંતિ' ઈશ્વરીય ખલ્ખાકુમારીઓ સંસ્થાન-વલસાડ (તા. ૨૦-૨-૦૮)



શ્રી વિશ્વાનાય મહાદેવ મંદિર
શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ

સંકીર્તન

જેમ મુંગો માણસ મધ્ય ખાઈએ તેનો સ્વાદ વરસી રાકડો નથી તેમ બકત છે આનંદ કીર્તન દ્વારા મેળવી શકે છે તે શબ્દાંતરીત છે. તમારે જાતે જ કીર્તન કરીને તે આનંદ અનુભવો પડશે, જ્યારે તમે કીર્તનગાળ કરો ત્યારે તમારે ભરાનાના ચરણકમળનું ધ્યાન કરવું જોઈશે અને તેમના દિવ્ય ગુણોને યાદ કરવા જોઈશે, પછી જ તમને જલદીથી ભાવસમાધિ લાગશે.

- સ્વામી શિવાનંદ