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

સંતદર્શન, શ્રીશ્રીમા આનંદમયી આશ્રમ, ૧૬મો સંયમ સપ્તાહ, ભીમપુરા (૩૧-૧ થી ૬-૨-૨૦૧૪)

ગુજરાત ગોલ્ડ જ્વેલરી શૉ (૧૦-૧-૨૦૧૪) અમદાવાદ

એચ.એલ. કોલેજના એલ્યુમનીના રજત જયંતી ઉત્સવમાં
સૌરભ પટેલ, મંત્રીશ્રી, ગુજરાત રાજ્ય અને
સાધુ બ્રહ્મવિહારીદાસજી (**BAPS**) અમદાવાદ (૧૧-૧-૨૦૧૪)

એ.એમ.એ. પ્રવચન શૃંખલા
(૬ થી ૧૦ જાન્યુઆરી, ૨૦૧૪) અમદાવાદ

શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીમહારાજ અને પંડિત જસરાજજી
સપ્તક સમારંભમાં (તા. ૯-૧-૨૦૧૪)

## ઈશ્વર સાથે અનુસંધાન કરો

આધ્યાત્મિક જીવન એટલે પરમ સમીપે હોવું. તમારા મુખ્ય સ્રોત, સહયોગ અને અંતિમ લક્ષ્ય રૂપ જે પરમ સત્તા છે તેની નજીક જેટલા વધુ પહોંચશો તેટલો વધુ તમે વિશાળ દશ્ય જગતની વ્યાપક પ્રકૃતિના બાહ્ય ખેંચાણને ટાળવા સમર્થ બનશો. માયાની પ્રબળ શક્તિને કારણે જ્યારે તમને સઘળું આકર્ષે, ભ્રમમાં નાખે અને આદર્શથી દૂર લઈ જવા જોર કરે ત્યારે પ્રભુથી જેટલા વધુ નિકટ હોઈએ તેટલા માયાના પ્રબળ ખેંચાણથી દૂર સલામત રહી શકાશે. **- સ્વામી ચિદાનંદ**

Print Vision

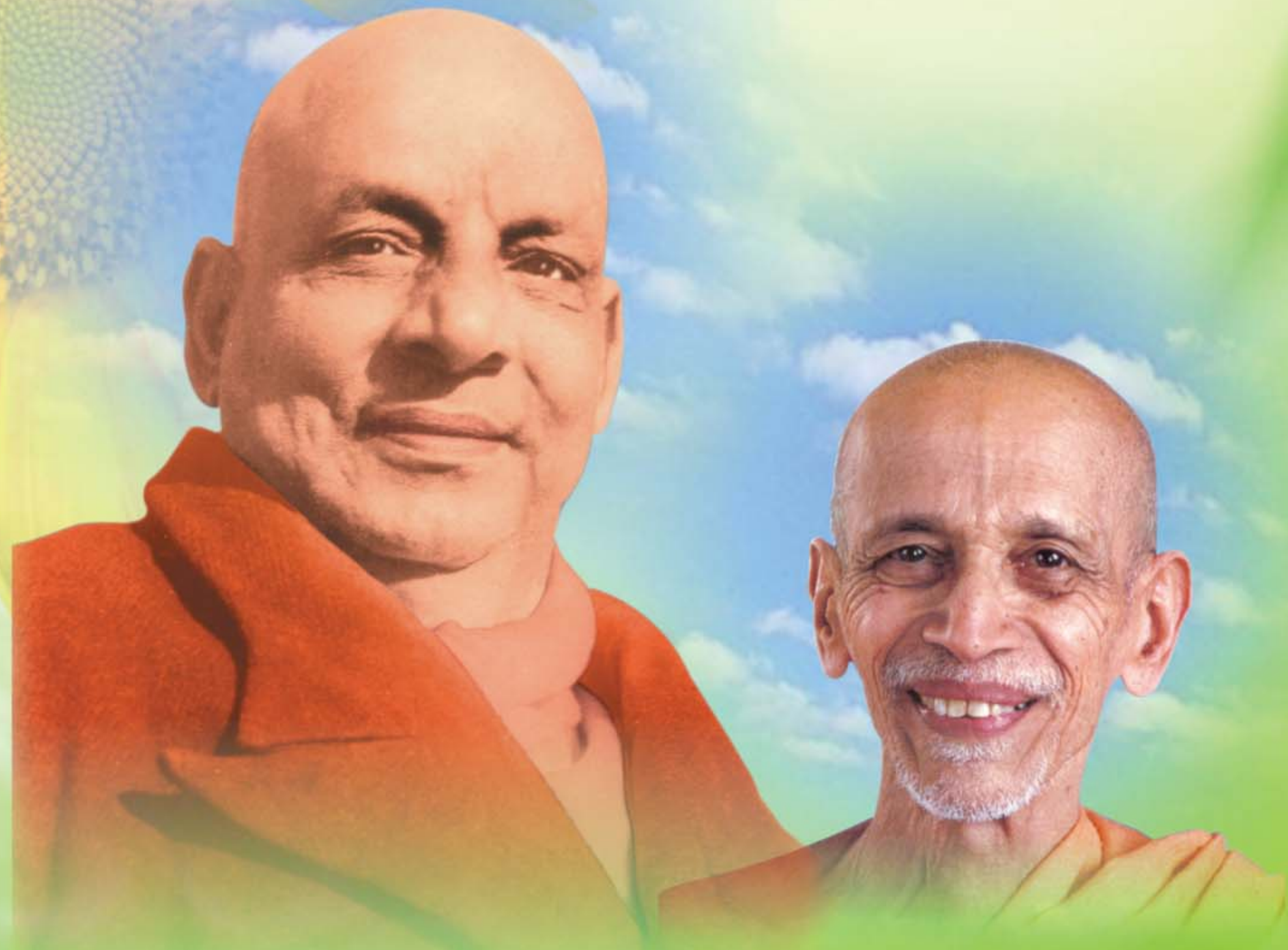
If undelivered return to:
**"Divya Jivan" Gujarat Divya Jivan Sangh** Sivananda Ashram, Opp. ISRO, Ahmedabad-15. Ph.: 079-26861234



યોગ, સ્વાસ્થ્ય અને નૈતિક જીવન મૂલ્યોનું માસિક

# દિવ્ય જીવન

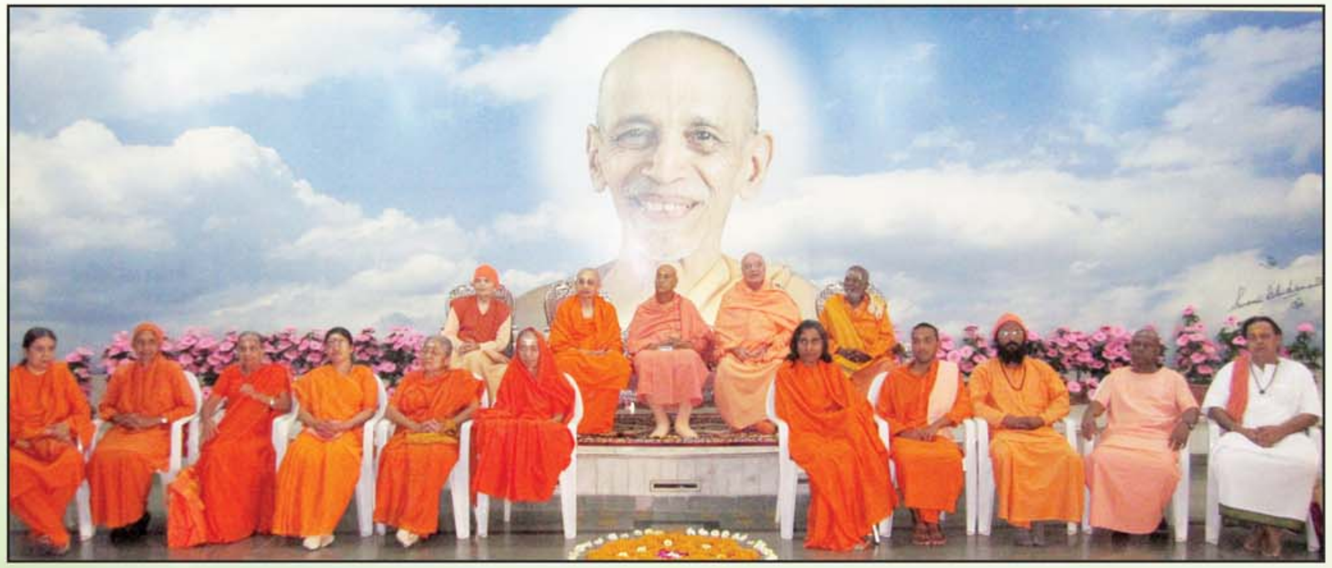
વાર્ષિક લવાજમ : રૂા. ૧૫૦/- ● વર્ષ - ૧૧, અંક - ૨ માર્ચ - ૨૦૧૪
Postal Registration No. GAMC 1417/2012-2014 Valid up to 31-12-2014 RNI No. GUJGUJ/2003/15738
Published on 4th of every month and Posted on 5th of every month at PSO, Ahmedabad-2. Annual Subscription Rs.150/-



## અમર આત્મા

અમર આત્મા હિમાલયના હિમ જેવો શુદ્ધ, સૂર્ય જેવો તેજસ્વી, આકાશ જેવો વ્યાપક, સાગર જેવો ગંભીર, હૃષીકેશની ગંગા જેવો શીતળ છે. તે જગત, શરીર, મન તથા પ્રાણનું અધિષ્ઠાન છે. આત્માથી વધુ મધુર કે સુંદર બીજી કોઈ વસ્તુ નથી. હૃદયને શુદ્ધ બનાવો તથા ધ્યાન કરો. અંતરમાં ઊંડી ડૂબકી લગાવો. તમે આત્માને પ્રાપ્ત કરી શકશો. ઊંડી ડૂબકી લગાવીને શોધવાથી જ તમે આત્મારૂપી મોતી પ્રાપ્ત કરી શકશો. જો કિનારે કિનારે જ ફરશો તો તૂટીફૂટી કોડીઓ હાથ લાગશે.

**- સ્વામી શિવાનંદ**

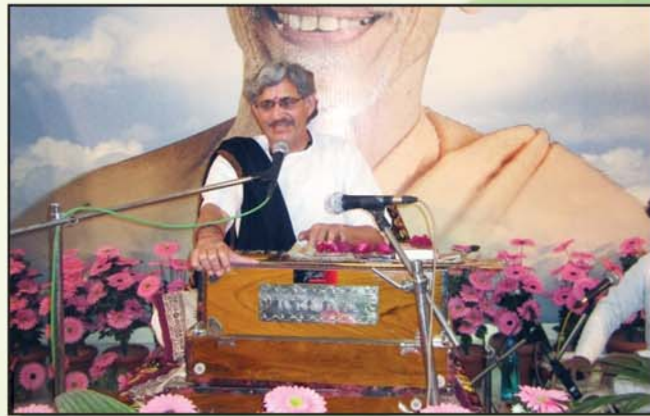


શ્રી ભારતમાતા મંદિર હરિદ્વાર, શ્રી આર્ષ વિદ્યામંદિર થલતેજ અને શિવાનંદ આશ્રમ અમદાવાદના સંતોનો સંગમ (તા. ૩-૧-૨૦૧૪)

ખેડબ્રહ્મા- ગોપૂજન-સત્સંગ (તા. ૧૪-૧-૨૦૧૪)

સંત સમાગમ શ્રી પુનિતાચાર્યજી સાથે, જૂનાગઢ (૯-૨-૨૦૧૪)

નીલકંઠ વિદ્યાલયનો રજતજયંતી મહોત્સવ,
મુક્તમપુર (૧૨-૧-૨૦૧૪)



શિવાનંદ આશ્રમ અમદાવાદ. ધ્વજવંદન શ્રી પી. કે. લહેરી (નિવૃત્ત IAS) દ્વારા અને સુંદરકાંડ પારાયણ પ્રવક્તા શ્રી અજય યાજ્ઞિકજી, દિલ્હી (૨૬-૧-૨૦૧૪)

શ્રી સ્વામિનારાયણ ગુરુકુળ વિશ્વવિદ્યાપીઠમ્, છારોડી, અમદાવાદ (૧૨-૧-૨૦૧૪)

રોટરીનાં નવાં સોપાનનું ઉદ્ઘાટન
(૪-૧-૨૦૧૪) નરોડા, અમદાવાદ

સંતમિલન-ભાગવત કથાકાર શ્રી ભૂપેન્દ્રભાઈ પંડ્યા સાથે,
મણિનગર, અમદાવાદ (૫-૧-૨૦૧૪)

શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની પ્રેરણાથી પ્રકાશિત

# દિવ્ય જીવન

વર્ષ : ૧૧ અંક : ૨ માર્ચ -૨૦૧૪

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

○

તંત્રી : શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

**લેખ મોકલવાનું સરનામું :**
શિવાનંદ આશ્રમ, જોધપુર ટેકરી,
અમદાવાદ - ૩૮૦ ૦૧૫.
ફોન : ૨૬૮૬૧૨૩૪, ૨૬૮૬૨૩૪૫

○

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

○

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

### લવાજમ

**ભારતમાં**

| | | |
|---|---|---|
| વાર્ષિક લવાજમ | : | રૂ. ૧૫૦/- |
| શુભેચ્છક લવાજમ (૧૫ વર્ષ માટે) | : | રૂ. ૧૫૦૦/- |
| પેટ્રન લવાજમ | : | રૂ. ૩૦૦૦/- |
| છૂટક નકલ | : | રૂ. ૧૫/- |

**વિદેશ માટે (એર મેઈલ)**

| | | |
|---|---|---|
| વાર્ષિક (એર મેઈલ) | : | રૂ. ૧૮૦૦/- |
| શુભેચ્છક લવાજમ | : | રૂ. ૧૫૦૦૦/- |

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

ॐ

भाववृत्त्या हि भावत्वं शून्यवृत्त्या हि शून्यता ।
ब्रह्मवृत्त्या हि पूर्णत्वं तथा पूर्णत्वमभ्यसेत् ॥

ये हि वृत्तिं जहत्येनां ब्रह्माख्यां पावनीं पराम् ।
वृथैव ते तु जीवन्ति पशुभिश्च समा नराः ॥

ये हि वृत्तिं विजानन्ति ज्ञात्वाऽपि वर्धयन्ति ये ।
ते वै सत्पुरुषा धन्या वन्द्यास्ते भुवनत्रये ॥

अपरोक्षानुभूतिः १३०, १३१, १३२

ભાવવાળી વૃત્તિ વડે ભાવપણું (છે) ને શૂન્યવૃત્તિ વડે તે (વૃત્તિની) જડતા (છે) અને બ્રહ્માકારવૃત્તિ વડે પૂર્ણતા (છે), માટે (સાધકે) પૂર્ણતાનો અભ્યાસ કરવો જોઈએ.

જેઓ આ પ્રસિદ્ધ બ્રહ્મ નામની પરમ પવિત્ર વૃત્તિનો ત્યાગ કરે છે તે પશુના જેવા મનુષ્યો તો (આ જગતમાં) નકામા જ જીવે છે.

જેઓ (બ્રહ્માકાર) વૃત્તિને સારી રીતે જાણે છે, ને જાણીને (તેમાં) જેઓ વધારો કરે છે, તે સત્પુરુષો સાચે ધન્ય (છે, ને) તેઓ ત્રણ લોકમાં વંદન કરવા યોગ્ય છે.

## શિવાનંદ વાણી

● શરીર ●

- ☐ તમારા સ્વાસ્થ્યને જાળવો.
- ☐ મિતાહારી બનો. સાદું તેમ જ સાત્ત્વિક ભોજન કરો. ભોજન કરતાં પહેલાં ભગવાનને ધરાવો-સમર્પણ કરો.
- ☐ સંતુલિત ભોજન કરો. ભૂખ હોય તેથી વધુ ન ખાઓ. ભોજનમાં શાક, ફળ, દૂધ, દહીં, અનાજ, કંદમૂળ, સૂકો મેવો, ઈત્યાદિ પદાર્થો પ્રમાણસર લો. લાલ મરચાં, લસણ, કાંદા, આમલી, રાઈ, હિંગ વગેરેને નિવારો. માંસ, દારૂ તેમ જ ધૂમ્રપાનનો સંપૂર્ણ ત્યાગ કરો. ખરાબ ટેવો ન પાડો.
- ☐ એકાદશીનો ઉપવાસ કરો. આનાથી ધ્યાન-જપમાં મદદ થાય છે.
- ☐ જિહ્વા સંયમ માટે આપણને જે વધુમાં વધુ ગમતી વસ્તુ હોય તેને પ્રતિવર્ષ એક પખવાડિયું ખાવાની છોડી દો. શાક અને દાળ માટે વધારે મીઠું અને ચા, કોફી કે દૂધમાં વધારે ખાંડ બીજી વાર ન માગો.
- ☐ જીવન ટકાવવા માટે ભોજન કરો. સ્વાદ માટે ભોજન કરવું તે પાપ છે.
- ☐ વહેલા સૂઈ જાઓ. સવારે બ્રાહ્મમુહૂર્તમાં ઊઠી જાઓ. બ્રાહ્મમુહૂર્ત પૂજા, જપ, ધ્યાન માટે અતિ ઉત્તમ સમય છે.
- ☐ રોજ હલકો શારીરિક વ્યાયામ કરો, પ્રાણાયામ કરો. જપ અને ધ્યાન કરો.
- ☐ બીજાઓ સાથે ઓછું હળો-મળો. ખરાબ સોબતથી દૂર રહો.
- ☐ વધારે પડતી ઊંઘ અને નકામી વાતો-ગપ્પાંને નિવારો.
- ☐ ઈશ્વર સિવાય બીજા કોઈની સાથે નિકટનો સંબંધ ન રાખો.

**- સ્વામી શિવાનંદ**

## અનુક્રમ


| | | | |
|---|---|---|---|
| ૧. | શ્લોક - અપરોક્ષાનુભૂતિ | શ્રીમદ્ આદિ શંકરાચાર્ય......... | ૩ |
| ૨. | અનુક્રમ, તહેવાર સૂચિ | ................................. | ૪ |
| ૩. | સંપાદકીય | તંત્રી........................... | ૫ |
| ૪. | વિચારશક્તિ-૧ | ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી.... | ૬ |
| ૫. | ગીતાનો યોગ | શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી.......... | ૧૦ |
| ૬. | ધ્યાનનાં અવરોધક પરિબળો | શ્રી સ્વામી નિખિલેશ્વરાનંદજી.... | ૧૨ |
| ૭. | ધ્યાન | શ્રી સ્વામી અભિરામદાસજી ત્યાગી. | ૧૫ |
| ૮. | મનાચે શ્લોક-મનોબોધ | શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી........ | ૧૭ |
| ૯. | શિવાનંદ કથામૃત | ગુરુદેવના સંન્યાસી શિષ્યો........ | ૧૯ |
| ૧૦. | આનંદ કુટીરનો સાદ | ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી.... | ૨૨ |
| ૧૧. | અમૃતપુત્ર-૨૧ | શ્રીમતી રાજલક્ષ્મી દેશપાંડે....... | ૨૩ |
| ૧૨. | 'એ વેળા આવી ગઈ છે-૨' | શ્રીમતી જ્યોતિબહેન થાનકી..... | ૨૫ |
| ૧૩. | વૃત્તાંત | ................................. | ૩૦ |


## તહેવાર સૂચિ

**માર્ચ - ૨૦૧૪**

| તા. | તિથિ (મહા વદ) | |
|---|---|---|
| ૧ | ૩૦ | અમાવાસ્યા |
| | | **(ફાગણ સુદ)** |
| ૧૨ | ૧૧ | એકાદશી |
| ૧૪ | ૧૩ | પ્રદોષ પૂજા |
| ૧૬ | ૧૫ | પૂર્ણિમા, શ્રી ગૌરાંગ મહાપ્રભુ જયંતી |
| ૧૭ | ૧૫ | હોળી |
| | | **(ફાગણ વદ)** |
| ૨૭ | ૧૧ | એકાદશી |
| ૨૮ | ૧૩ | પ્રદોષ પૂજા |
| ૩૦ | ૩૦ | અમાવાસ્યા |

### "અનુરોધ-અભિલાષા" ગ્રાહકોને :

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

### દિવ્ય સ્ફુલિંગ

**<u>સાધના</u>**

જ્યાં સુધી ભગવદ્દર્શન ન થાય ત્યાં સુધી ગંભીરપણે આધ્યાત્મિક પ્રયત્ન ચાલુ રાખો. ગહન આંતરિક સાધનાને તમારા જીવનનું મુખ્ય ધ્યેય બનાવો. દિવ્ય ચેતનાનું સતત સ્મરણ અને ભગવાનની નિરંતર હાજરીની ભાવનાને તમારા જીવનનો આધાર બનાવો. નિયમિતપણે તથા વ્યવસ્થિત રીતે કરવામાં આવતી સાધના જીવનને આંતરિક શક્તિ તથા પ્રસન્નતા બક્ષે છે.

**- સ્વામી ચિદાનંદ**

# સંપાદકીય

વિદ્વજ્જનોની એક જાહેર સભા. સભા ખીચોખીચ. ત્રણ વક્તા. જેમાંના એક વરિષ્ઠ રાજ્યમંત્રી પણ ખરા. તેઓ અને એક વક્તાની ઉપસ્થિતિ સમય પૂર્વે અદબસર. જ્યારે ત્રીજા વક્તા એક કલાક મોડા. ક્ષોભ વગર બે-અદબ, તેમનું પ્રવચન એક કલાક. તેમનાં પ્રવચનનો ફાળવેલો સમય હતો માત્ર અડધો કલાક. પ્રવચનમાં તેમણે કોમ્પ્યૂટરનાં ખૂણે-ખાંચરેથી ખોતરીને આણેલી મનોરંજક વૈજ્ઞાનિક સામગ્રી. તાળીઓના ગડગડાટ સાથે તેમનાં વક્તવ્યની પૂર્ણાહુતિ.

અહીં એક પ્રશ્ન છે, આ વિજ્ઞાન તમારી વીંટીમાં કોમ્પ્યૂટર આપી શકે છે, લખવાની કલમમાંથી તમો જાસૂસી કરી શકો તેવા રેકોર્ડિંગ કેમેરા ઓડિયો-વીડિયો રેકોર્ડિંગ કરી શકે તેવી કળા આપી શકે છે, શું આ વિજ્ઞાન આપણને સભામર્યાદા અને સામાજિક જ્ઞાન, વિવેક, વિચાર કે મનોબોધ આપી શકે છે?

કબીરે સાચું જ કહ્યું, ''રે મન મુંડના ભાઈ મન મુંડના!'' માથું મુંડાવવાથી શું વળે? મન મુંડ્યાથી મનોજય થાય. વાત બધી આ મનીરામની છે. ડિસેમ્બર અને જાન્યુઆરી મહિનામાં દિલ્હી એરપોર્ટની સેંકડો ફ્લાઈટ્સ કેન્સલ થાય. ધુમ્મસને કારણે અગણિત ટ્રેનો કલાકો સુધી મોડી આવે કે તે પણ રદ કરવામાં આવે. આવું જ આ મન અને ચક્ષુઓ સામેના ધુમ્મસનું છે.

આપણા દુર્ગાસપ્તશતીમાં એક ધૂમ્રલોચનની વાત છે. જેની આંખો સામે ધુમાડો જ હોય તેની જીવનસૃષ્ટિ અને દ્રષ્ટિ બંને સ્પષ્ટ હોઈ જ ન શકે. ધુમ્મસને કારણે જ અકસ્માતો સર્જાય. માનસિક શક્તિનો વિકાસ અને વિચારશક્તિને અવકાશ આ બંને સ્વચ્છ મનના ઊંડાણની પાંખો છે. જ્યાં સુધી આત્મસંયમ નથી ત્યાં સુધી મનોજય નથી. જ્યાં સુધી મનોજય ન થાય ત્યાં સુધી વાસના ક્ષય અને મનોનાશ કે મોક્ષ મળી ન શકે.

વાતો બહુ નાની નાની હોય છે, પરંતુ કાંકરે કાંકરે જ પાળ બંધાય છે અને ટીપે ટીપે જ સરોવર ભરાય છે. બહુ મોટા સજ્જન લોકો સાથે રહેનારા અને દિવસ-રાત સંતોની સેવામાં જીહજૂર કરનારા લોકો સંત કે સજ્જન હોય જ તેવું જરૂરી નથી, કારણ ''વિષ નહીં તજત ભૂજંગ.'' ચંદનના વૃક્ષને વીંટળાઈને રહેનારા સર્પના વ્યક્તિગત સ્વભાવમાં શીતળતા આવતી નથી.

ત્યારે આ બધી સામાજિક વિટંબણાનો ઉપાય શું?

ઉપાય એક જ કે સ્વાધ્યાય કરો. આ સ્વાધ્યાય એટલે સ્વનો અધ્યાય. આત્મવિશ્લેષણ. આપણે એકલા નથી, આપણી સાથે એક બૃહદ સમાજ સંકળાયેલો છે. આ સામાજિક જ્ઞાનવિજ્ઞાન આપતું નથી. વિજ્ઞાન વિનય અને શીલના પદાર્થ પાઠ ભણાવી શકતું નથી. જેમ જેમ વિજ્ઞાનની શોધો વધે છે તેમ તેમ મનુષ્ય નિષ્ક્રિય થતો ગયો છે. આ નિષ્ક્રિયતા સામાજિક અભિશાપ છે, પછી સાધુ નિષ્ક્રિય બેસે કે ગૃહસ્થી બેસે. પશ્ચિમની શોધખોળે પશ્ચિમના માનવને જેટલી નિષ્ક્રિયતા આપી તેમાંથી જ ગુનાખોર માનસનો જન્મ થયો. ગુનાઓ વધવાનું પ્રમુખ કારણ જ્ઞાન વગરનું વિજ્ઞાન છે. સભાનતા વગરનું ભાન છે. આત્માની ચેતનશક્તિ વગરનું શૃંગાર કરેલ દેહલાલિત્ય છે.

અહીં વિજ્ઞાનને નકારવાનું નથી, પરંતુ વિજ્ઞાનના અંતરતરમાંથી આત્મજ્ઞાનનું નવનીત મેળવવાનું છે અને જ્યાં સુધી મનોમંથન ન થાય ત્યાં સુધી કૈવલ્યપ્રાપ્તિનું નવનીત ન મેળવી શકાય.

આપણા વિચારો સ્વતંત્ર નથી. ''વ્યાસસ્ય ઉચ્છિષ્ઠં સર્વં અયં જગત'' આપણે જે કંઈ કહીએ છીએ કે કરીએ છીએ તે બધું વેદવ્યાસે મહાભારતમાં વર્ણવેલ જ છે. માટે આપણા વ્યક્તિગત જીવનની રામાયણ અને આપણા પારિવારિક મહાભારતના માંહ્યલાને મથવું તો પડે જ.

આ મંથનમાંથી જ નિઃસૃત થશે, અમૃતધારા. જીવનપ્રકાશ - આત્મવિકાસ અને જીવન ઝંકૃતતા.

વાત ભલે નાની હોય, તેનો ભાગ છેક અવનીના બીજા છેડે કે અનંતના ઓવારાઓને સ્પર્શતો હોય છે, માટે સતર્કતાપૂર્વક સભાનતા કેળવીએ અને વિજ્ઞાનના પાયા ઉપર આત્મજ્ઞાનનું મંડાણ કરીએ. ૐ શાંતિ.

- સંપાદક

# વિચારશક્તિ-૧

**ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી**

## પરિચય

તમે સતત કોઈ રમત રમી શકો છો? તમે સતત નિદ્રાવસ્થામાં રહી શકો છો? તમે સતત કંઈક ખાઈ શકો છો? તમે સતત કંઈક વાત કરી શકો છો કે સતત શાંત રહી શકો છો? ના. પણ એવી કઈ વસ્તુ છે, જે તમે સતત કરતા રહો છો? હા, તમે સતત વિચારતા રહો છો. તમે સતત તમારા વિચારોને વહાવતા રહો છો. કદાચ, તમે તમારા વિચારોથી હંમેશાં જાગ્રત ન હો પણ વાસ્તવિક્તા એ છે કે તમે સતત વિચાર કરતા રહો છો.

તમે જ્યારે લાઈટનું બટન દબાવો ત્યારે શું થાય છે? તરત જ પ્રકાશ થાય છે. તમને જાણવું ગમશે કે પ્રકાશનું કિરણ એક સેકન્ડમાં ૨,૯૭,૬૦૦ કિલોમીટરની ઝડપથી ગતિ કરે છે. તમે જાણો છો કે વિચારો લગભગ શૂન્યવત્ સમયમાં વહી જાય છે. તમે કલ્પના કરી શકો છો કે તે કેટલી તીવ્ર ગતિથી વહેતા હશે? આ સમજવું ખૂબ કઠિન છે.

વિચાર એક મોટું બળ છે. તે હંમેશાં તમારે આધીન છે. તમે જો ખરેખર આ વિશ્વને સુધારવાની ઈચ્છા રાખતા હો તો તમારે જાહેર મંચ ઉપર બેસીને પ્રવચનો આપવાની જરૂર નથી. તમારે કેવળ તમારા વિચારો શુદ્ધ કરવાની જરૂર છે. શુદ્ધ વિચાર કરતાં બીજું કોઈ પણ પરિબળ વધુ શક્તિશાળી નથી. તમે તમારા શુદ્ધ વિચારોની શક્તિથી આખા જગતમાં પરિવર્તન લાવી શકો છે.

દરેક વિચાર તમને ઈશ્વરની નજીક લઈ જાઓ. દરેક વિચાર તમારી આધ્યાત્મિક ઉત્ક્રાંતિને આગળ ધપાવો.

## વિચારોનું ક્ષેત્ર

તમે જ્યારે અમદાવાદમાં રેડિયો ચાલુ કરો છો ત્યારે તરત તમે દિલ્હીમાંથી પ્રસાર થતો સંદેશો મેળવી શકો છો. તમારું મન પણ વાયરલેસના એકમ જેવું છે. તે અનેક વિચારોનું ગ્રહણ પણ કરે છે અને અનેક વિચારોનું પ્રસારણ પણ કરે છે. મન વિચારો ક્યાંથી મેળવે છે? અને તેમાંથી ઉદ્ગમ પામતા વિચારો ક્યાં જાય છે?

શાંત, સ્થિર અને સંવાદિતાસભર બાળક હંમેશાં શાંતિ અને પ્રેમનાં સ્પંદનો વહેતાં કરે છે. પ્રેમ અને શાંતિના વિચારો તમામ દિશાઓમાં તીવ્ર ઝડપથી ગતિ કરે છે. તે તમામ જગ્યાએ માનવીઓના મનમાં પ્રવેશી તેમાં પ્રેમ અને શાંતિના વિચારો નિષ્પન્ન કરે છે. બીજી બાજુ, કોઈ વ્યક્તિ જેનું મન હંમેશાં ઈર્ષ્યા, વેરભાવ અને ધિક્કારથી ભરાયેલું છે તે હંમેશાં નુકસાનકર્તા વિચારોને ઉત્પન્ન કરી વહાવે છે. જે હજારો માનવીના મનમાં પ્રવેશીને તેમનામાં ધિક્કાર અને વેરભાવનાના વિચારો ઉપજાવે છે. આ રીતે તમારા વિચારોનો આખા જગત ઉપર પ્રભાવ પડે છે.

તમે જ્યારે તળાવમાં અથવા શાંત પાણીના હોજમાં પથ્થર નાખો છો ત્યારે શું થાય છે? જે બિંદુએ પથ્થર પાણીમાં પડે છે ત્યાંથી એક પછી એક, આ બિંદુથી દૂર જતાં વર્તુળાકાર મોજાંનું નિર્માણ થાય છે. આ જ રીતે જ્યારે સારો કે ખરાબ વિચાર માણસના મન સાથે ટકરાય છે ત્યારે માનવીના માનસિક જગતમાં તરંગો સર્જાય છે. આ તરંગો તમામ દિશાઓમાં દૂર સુધી ગતિ કરે છે.

આમ, આપણે જોઈ શકીએ કે આપણે વાસ્તવિકતામાં વિચારોના જગતમાં રહીએ છીએ. એમ કહેવું ખોટું નહીં કહેવાય કે કેવળ વિચારો જ આખું જગત છે. આપણું મન જે બધા વિચારોનું ઉદ્ગમ છે તે નાશ પામે તો બાહ્ય જગતના પદાર્થો પણ રહે નહીં.

આ વાત તરત આપણને એક મહત્ત્વનો પાઠ શીખવે છે. મિત્ર અને શત્રુ, સદ્ગુણ અને દુર્ગુણ, સુખ અને દુઃખ, આ કેવળ મનની જ નીપજ છે. દરેક વ્યક્તિ

પોતાની કલ્પનાઓ અનુસાર સારા અને નરસા જગતની રૂપરેખા નક્કી કરે છે. મીઠાઈની મીઠાશ અને લીંબુની ખટાશ વસ્તુતઃ તે પદાર્થમાં નથી જેટલી આપણા મનમાં છે. આપણા વિચારો આપણને આ જગત સાથે બાંધી દે છે. જે પોતાના વિચારોનું નિયંત્રણ કરી શકે છે તે સૃષ્ટિ પરનો સાક્ષાત્ ઈશ્વર છે.

## વિચારોનાં આંદોલનોની અદ્ભુતતા

આપણે આગળ જોયું તેમ વિચારો એક વ્યક્તિથી બીજી વ્યક્તિ સુધી મોકલી શકાય છે. તમે વિચારોના સાગરથી ઘેરાયેલા છો. તમે વિચારોના સાગરમાં તરી રહ્યા છો. તમે કેટલાક વિચારોને ગ્રહણ કરો છો અને કેટલાકને નહીં સ્વીકારીને દૂર ધકેલી દો છો. ચાલો, આપણે જોઈએ કે આવું કેવી રીતે થાય છે.

તમે જે પણ વિચારનું નિર્માણ કરો છો તે એક આંદોલન છે. તે ક્યારે પણ નાશ નથી પામતું. વિચારનાં આંદોલનો સૃષ્ટિના કણે કણ ઉપર તેની અસર ઉપજાવે છે.

તમારા વિચાર ઉમદા, પવિત્ર અને શક્તિશાળી હોય તો તે બીજી વ્યક્તિઓના મન પર એવા જ વિચારો ઉપજાવી એવાં આંદોલનોનું નિર્માણ કરશે, જે તમારા વિચારો સાથે સંવાદિત હોય. આમ, અજાણતાં પણ જેઓ તમારા જેવા છે તે તમારા વિચારો ગ્રહણ કરી પ્રતિભાવ રૂપે તે વિચારો વહેતા કરે છે. આની ફલશ્રુતિ એ છે કે તમારી જાણ વિના પણ તમે એવી મહાન શક્તિનો સંચાર કરી રહ્યા છો, જે સાથે મળીને ઘાતકી અને સ્વાર્થી મનુષ્યોએ ઉત્પન્ન કરેલા નિમ્ન અને અનુચિત વિચારોનો પરાભવ કરે.

ક્યારેક તમે તમારા મિત્ર પાસે તમારા ગુસ્સા પરનો કાબૂ ગુમાવ્યો હશે. તમે તમારી જાતને પૂછ્યું કે આમ કેમ થયું ? મિત્રોની વચ્ચે પણ ગેરસમજનું કારણ એ હોય છે કે દરેક વ્યક્તિની વિચારવાની અને સમજવાની એક વિશિષ્ટ રીત હોય છે, જે તેની મુખાકૃતિ તેમજ તેના અવાજની જેમ અન્ય કરતાં તદ્દન ભિન્ન હોય છે. જેમ કોઈ પણ બે વ્યક્તિ સરખી નથી દેખાતી તેમ કોઈ પણ બે વ્યક્તિ સરખું નથી વિચારતી. તમે જ્યારે અન્ય કોઈ વ્યક્તિનું દૃષ્ટિબિંદુ નથી સમજી શકતા ત્યારે ઘર્ષણ થાય છે. નિકટના મિત્ર ઉપર પણ ક્રોધ થઈ આવે છે. મૈત્રી લાંબી ટકતી નથી.

આ સમસ્યાનું નિરાકરણ ત્યારે જ થઈ શકે જ્યારે તમે અન્ય વ્યક્તિના વિચારોનાં આંદોલનો સાથે તાલ મેળવો. આમ કરવું બહુ વિકટ લાગે છે, પણ તે ખરેખર મુશ્કેલ નથી. આપણી સમજશક્તિ શેનાથી ધૂંધળી થાય છે? એવું શું છે, જેનાથી આપણી બુદ્ધિમત્તા વિપરીત થાય છે; આપણી સ્મરણશક્તિ નાશ પામે છે અને મન ગૂંચવાઈ જાય છે. આના માટે ઘૃણા, ઈર્ષ્યા, કામવાસના અને સ્વાર્થના વિચારો જ કારણભૂત છે. આવા નુકસાનકર્તા વિચારો મનમાં ખંડિત ચિત્ર ખડું કરે છે અને આપણી સમજશક્તિનો નાશ કરે છે. તેથી આપણે જો હંમેશાં પ્રેમ, ઉદારતા, મૈત્રી અને પવિત્રતાના વિચારોનું સેવન કરીએ તો આપણે સહેલાઈથી અન્યના વિચારો સાથે તાલ મિલાવી શકીશું.

## વિચારો એ પ્રબળ શક્તિ છે

વિચારની શક્તિ બહુ પ્રબળ છે. વિચારોથી દર્દ નિવારી શકાય છે. વિચારોથી માનવીની મનોવૃત્તિ બદલી શકાય છે. વિચારોથી કંઈ પણ થઈ શકે છે. તે અદ્ભુત રીતે કામ કરી શકે છે. તેની શક્તિ કલ્પનાતીત છે.

બધા વિચારોની શક્તિ સમાન નથી. જે વ્યક્તિનું હૃદય શુદ્ધ છે, તેનામાં સૌથી શક્તિશાળી વિચારો ઉદ્ભવ પામે છે. પૌરાણિક સમયના ઋષિઓના વિચારો એટલા સક્ષમ હતા કે તે આજના માનવીને પણ અસર કરે છે. તે અવકાશમાં મક્કમતાપૂર્વક નોંધાઈ ગયા છે.

આપણે જે ખોરાક ખાઈએ છીએ તે શુદ્ધ હોય તો વિચારો પણ શુદ્ધ બને છે, જેનામાં શુદ્ધ વિચારો છે તે હિંમતપૂર્વક બોલી શકે છે અને સાંભળનારના મનમાં ઊંડી છાપ ઉપસાવી શકે છે. તે હજારો વ્યક્તિઓના મન પર પોતાના શુદ્ધ વિચારોથી પ્રભાવ પાડી શકે છે.

શુદ્ધ વિચાર એ બ્લેડની ધાર કરતાં પણ વધુ ધારદાર છે. માટે હંમેશાં શુદ્ધ અને ઉમદા વિચાર કરો. સારા વિચારોનું ઘડતર કરવા માટે તમારે આ પાઠમાં પાછળથી દર્શાવેલ વિભાગોનો કાળજીપૂર્વક અભ્યાસ કરવો પડશે.

વિચાર એ સૃષ્ટિ પરનું મોટામાં મોટું બળ છે. માનવીના શસ્ત્રસરંજામમાં તે સૌથી વધુ સક્ષમ શસ્ત્ર છે. રચનાત્મક વિચાર આપણું પરિવર્તન કરે છે પુનર્જીવનનો સંચાર કરે છે અને પુનઃ ઘડતર કરે છે. તે વીજળી કરતાં પણ વધુ શક્તિશાળી છે. વિચારો આપણા જીવનનું નિયંત્રણ કરે છે. તે આપણા ચારિત્ર્યનું ઘડતર કરે છે અને પ્રારબ્ધનું નિર્માણ કરે છે.

એક વિચાર ટૂંક સમયમાં જ કેવી રીતે અનેક વિચારોમાં વિસ્તરણ પામે છે તેનો અભ્યાસ કરો. માની લો કે તમારા મિત્રો માટે પાર્ટી રાખવાનો વિચાર કરો છો. ચાનો એકમાત્ર વિચાર ખાંડ, દૂધ, કેક, બિસ્કિટ, ચાના કપ, ટેબલ-ખુરશી, ટેબલ-ક્લૉથ તથા નેપકીન અંગેના વિચારોને પ્રેરિત કરશે.

આખું જગત કંઈ નહીં પણ વિચારોનો વિસ્તાર છે. વિચારો જ્યારે વિકાસ પામી જગતના બાહ્ય પદાર્થો પ્રતિ અભિમુખ થાય છે ત્યારે આપણને બંધન લાગે છે. આનાથી વિરુદ્ધ વિચારોને છોડી દઈ તેને ત્યજી દેવાથી આપણે મુક્ત થઈ જઈએ છીએ અને આપણને શાશ્વત આનંદ પ્રાપ્ત થાય છે.

### વિચારો વસ્તુઓ છે

વિચારો વસ્તુઓ જેવા છે. જેવી રીતે તમે તમારા મિત્રને નારંગી આપી શકો અને પાછી લઈ શકો તેમ તમારા મિત્રને તમે એક સબળ વિચાર આપી શકો છો, લઇ પણ શકો છો.

દરેક વિચાર વજન, આકાર, કદ, રંગ, ગુણવત્તા અને શક્તિ ધરાવે છે. યોગીપુરુષ જેને પોતાના વિચારો ઉપર સંપૂર્ણપણે અંકુશ છે તે યૌગિક દૃષ્ટિથી આ બધું જોઈ શકે છે. દરેક વ્યક્તિ આવી શક્તિ કેળવી શકે છે.

તમારું મન પ્રશાંત હોય અને વિચારોથી સંપૂર્ણ મુક્ત હોય ત્યારે જેવો એક વિચાર સ્ફુરે ત્યારે મન તરત જ તે વિચારનું સ્વરૂપ ધારણ કરે છે. આપણને સ્ફુરી શકતા તમામ વિચારોને કોઈ ચોક્કસ નામ, રૂપ સાથે સાંકળી શકાય.

નામ, રૂપ અને વિચાર અભિન્ન છે. જ્યારે આ ત્રણમાંથી એક હાજર હોય ત્યારે બીજા બે પણ હાજર જ હોય છે. જ્યાં નામ છે, ત્યાં રૂપ અને વિચાર પણ હોય જ છે.

વિચારોને રંગ પણ હોય છે, જેમ કે પ્રેમમય વિચારનો રંગ પીળો હોય છે. ક્રોધ અને ઘૃણાસભર વિચારનો રંગ ઘાટો લાલ હોય છે. સ્વાર્થમય વિચારનો રંગ કથ્થાઈ હોય છે.

દરેક વિચારનું એક પ્રતિબિંબ હોય છે જેમ કે ટેબલ એટલે આપણે જેને ટેબલ તરીકે જાણીએ છીએ તે બાહ્ય પદાર્થ અને તેનું માનસિક પ્રતિબિંબ. તમે જે પણ વસ્તુ બહાર જુઓ છો તેની મનમાં એક પ્રતિકૃતિ હોય છે. વિશાળ પર્વતનું નાની આંખો દ્વારા જોઈ શકાતું પ્રતિબિંબ મનમાં કેવી રીતે અંકિત થાય છે? આ એક આશ્ચર્યનું પણ આશ્ચર્ય છે.

વાસ્તવિકતા એ છે કે પર્વતનું સ્થાયી ચિત્ર મનમાં છવાયેલું હોય છે જ. મન કેનવાસના મોટા પડદા સમાન છે. બાહ્ય જગતના તમામ પદાર્થોનાં ચિત્ર તેની પર અંક્તિ થયેલાં હોય છે.

### વિશ્વ-વિચારોનું પ્રક્ષેપન

તમે અત્યાર સુધી જે શીખ્યા તેનું ચિંતન કરશો તો જણાશે કે આખું વિશ્ન તમારા મનનું પ્રક્ષેપન જ છે. આ એક મહાન શોધ છે. તે આપણને આપણા જીવનના ઉદ્દેશના હાર્દ સુધી લઈ જાય છે. મન એ અગણિત જન્મો દરમ્યાન નિષ્પન્ન થયેલા સંસ્કારો અને મન પર પડેલી છાપોનું સંગ્રહસ્થાન છે. બધા યોગના માર્ગોનો મુખ્ય ઉદ્દેશ આવા મનને શુદ્ધ અને નિયંત્રિત કરવાનો છે.

વિચારો આપણને કાર્ય કરવા પ્રેરે છે. પ્રવૃત્તિ

નવી માનસિક છાપો ઉત્પન્ન કરે છે અને મનમાં નવા વિચારોનું નિર્માણ કરે છે. આમ થવાથી વિચારો અને કર્મોની અનંત હારમાળાઓનો આરંભ થાય છે. યોગ આ વિષચક્રના મૂળમાં જ પ્રહાર કરે છે. આવું કેવી રીતે થાય છે? યોગ, મનના મુખ્ય કાર્ય-વિચાર-ને નિયંત્રિત કરવાનું, તેના પર કાબૂ રાખવાનું અને તેને બંધ કરવાનું કાર્ય કરે છે. જ્યારે વિચારોનું નિયંત્રણ થાય છે ત્યારે ઈશ્વરતત્ત્વનું જ્ઞાન તેને લાધે છે.

વિચારો આંખના પલકારામાં વિશ્વનું સર્જન કરી શકે છે અને લય પણ કરી શકે છે. મન તેના વિચારો અનુસાર તેના વિશ્વનું સર્જન કરે છે. મન એ વિશ્વરૂપી વૃક્ષના અસ્તિત્વનું મૂળ કારણ છે. આપણે જો આપણા વિચારોનું નિયમન કરતાં શીખીએ તો આપણે આ વૃક્ષનો વિશ્વમાં તત્કાલ નાશ કરી આપણી જાતને હંમેશ માટે મુક્ત કરી શકીએ.

સામાન્ય રીતે આપણા મનમાં કેટલીયે બિનઉપયોગી માહિતીનો સંગ્રહ કરીએ છીએ. આપણને જે ઉપયોગી નથી તે શીખવાની જરૂર નથી. ત્યારબાદ જ તમે તમારા મનને દિવ્ય વિચારોથી ભરી શકશો. તમે જ્યારે મનના વીખરાયેલાં કિરણોનું એકીકરણ કરી તેને ઉપયોગી હેતુ માટે કેન્દ્રિત કરશો ત્યારે તમને નવી માનસિક શક્તિ પ્રાપ્ત થશે.

આ માટે ખૂબ જ ધીરજ અને સતત પુરુષાર્થની જરૂર છે અને આ પ્રયત્ન ચોક્કસ કરવા યોગ્ય છે. જ્યારે મનમાં બધા વિચારો વિલીન થઈ જશે ત્યારે તમને પરમાનંદનો અનુભવ થશે. આ સ્થિતિનું વર્ણન કરવું પણ મુશ્કેલ છે. તમારે જાતે જ તેનો અનુભવ કરવો પડે.

જ્યારે બધું બળતણ સળગી જાય છે ત્યારે અગ્નિ તેના મૂળ સ્રોતમાં સમાઈ જાય છે; તે જ પ્રમાણે જ્યારે બધા વિચારોનો લય થાય છે ત્યારે મન તેના મૂળ સ્રોત – ઈશ્વર-માં સમાઈ જાય છે. આ અદ્‌ભુત સ્થિતિ વિવિધ નામોથી ઓળખાય છે, જેમ કે વૈશ્વિક ચેતના, આત્મસાક્ષાત્કાર, મોક્ષ, સમાધિ વગેરે. માનવીની બધી પ્રવૃત્તિઓનું આ અંતિમ લક્ષ્ય છે.

☐ **'યોગના પાઠ'માંથી સાભાર**

**(ગીતાનો યોગ પાન નં. ૧૨ ઉપરથી ચાલુ)**

આચરણમાં ઉતારીએ. પોતે સર્જેલ વિશ્વમાં પોતે જ વિરાજે છે એવા તે અનેકોમાંના એકને આપણે નીરખવા યત્ન કરીએ. ગીતા, ગીતાની દૃષ્ટિ, ગીતાના અભિગમનું આપણે સતત મનન કરીએ, ચિંતન કરીએ અને ગીતાનું દર્શન અને ગીતાભ્યાસ વિકસાવીએ. તમારા જીવનનો તેને પાયો બનાવો. તમારી અંદર ગીતાદર્શન જગાડો. ગીતાનું મહેનત લઈ અધ્યયન કરો.

અગરબત્તી પ્રગટાવતાં જેમ અગરબત્તીમાં છુપાયેલ મહેક બહાર પ્રસરે છે, હવા તેને બધે સ્થળે લઈ જાય છે અને વાતાવરણને મઘમઘતું કરે છે તેમ તમારી અંદર વસેલો ઈશ્વર તમને તેનું દર્શન આપવા કૃપા કરે અને તેની ઉપસ્થિતિમાં તમે રહો જેથી તેના સાન્નિધ્યનો મધુર પમરાટ તમારા જીવનને સુગંધિત બનાવે. આ જ્ઞાનાગ્નિ, આ સભાનતાનો સતત પ્રજ્વલિત અગ્નિ, તમારી અંદરથી તમારી દિવ્ય અસલિયતની મહેક બહાર ખેંચી લાવો!

તમારી અંદરથી નીકળી આવતી આ દિવ્યતાની મહેક તમારી આસપાસ ફેલાય અને બધાંને સુગંધિત કરે! તમારી વાણી, વિચાર અને વર્તનમાં આ પરિમલ પ્રદર્શિત થાય અને તમે જ્યાં જાવ ત્યાં દરેક સમયે આ દિવ્ય પમરાટ તમારી સાથે લઈ જાઓ અને તમારી આસપાસનું વાતાવરણ મઘમઘતું બની રહે. આ દિવ્ય જીવન છે! અંતર્યામી દેવતા તમારું કલ્યાણ કરે!

☐ **'સાધનામાં અંતરદૃષ્ટિ'માંથી સાભાર**

# ગીતાનો યોગ

શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી

દિવ્ય ઉપસ્થિતિને વંદનપૂર્વક નમસ્કાર. જે બધું અસ્તિત્વ દેખાય છે તે તેનું જ પ્રદર્શન છે, તે અનંત છે. આપણે સતત સદ્‌ગુણી બનીએ તે માટે, આપણી સતત ઉન્નતિ થાય તે માટે અને તેની સર્વવ્યાપકતાને યાદ કરીએ તે માટે તેણે અસંખ્ય નામરૂપો ધર્યાં છે. આ સર્વવ્યાપકતાનો અનુભવ કરવો તે જ સાચી દૃષ્ટિ છે. સર્વવ્યાપકતા ન અનુભવાય તે દૃષ્ટિનો અભાવ ગણાય. આ દૃષ્ટિ દૃશ્યથી પર જાય છે અને અદૃશ્યનાં દર્શન કરે છે.

શ્રીમદ્‌ભગવદ્‌ગીતા તેના જ્ઞાનોપદેશ દ્વારા આવી આધ્યાત્મિક દૃષ્ટિ આપે છે. બધી વસ્તુઓ વિષેની આવી સમજણ આપણે ધરાવીએ અને બધી વસ્તુ પ્રત્યેના અભિગમમાં આ પાયાગત સમજણ રાખીએ તેમ ઈચ્છે છે. તે મુજબ દૃશ્યથી પરાદૃષ્ટિ રાખી અદૃશ્યને નિહાળવું એવો અભિગમ ધરાવતાં શીખવે છે. ગીતા કહે છે, ''બધી વસ્તુઓમાં છુપાયેલ સાર હું છું. નશ્વરની અંદર ગુપ્ત રહેલો હું શાશ્વત છું.''

માનવદૃષ્ટિમાં બે દોષ રહેલા છે, માનવદૃષ્ટિ નામરૂપ પર મંડાઈ છે; નામરૂપમાં રહેલા ગુહ્ય તત્ત્વને સમજવાનું તે ચૂકી જાય છે. તેની દૃષ્ટિ હંમેશ બાહ્ય રહે છે અને તેથી જે અંદર છે, જે વધુ નજીક, વધુ પાસે છે તેને માનવની બુદ્ધિ ગ્રાહ્ય કરી શકતી નથી.

આંતર્‌દૃષ્ટિ કરો. ભગવદ્‌ગીતાના છઠ્ઠા અધ્યાયમાં ગીતાજ્ઞાન બોધમાં ભગવાન આદેશ આપે છેઃ ''હે માનવ, તારી બાહ્ય દૃષ્ટિ હોવાને કારણે તું મને જોઈ શકતો નથી. હું તારી હૃદયગુહામાં પ્રકાશી રહ્યો છું. અંદર દૃષ્ટિ કર. તત્કાળ મારી હાજરી તને જણાશે.''

તે જ ભાવમાં, યમધર્મરાજ, સ્પષ્ટ શબ્દોમાં જિજ્ઞાસુ અને મુમુક્ષુ એવા બાળ-સાધક નચિકેતાને કહે છે કે તેણે 'આવૃત્ત-ચક્ષુઃ' - વિષયવસ્તુ પરથી ઉઠાવી લીધેલ દૃષ્ટિવાળા-થવું પડશે. બાહ્ય છે તે નહિ પણ જે અંદર છે તેને જોવાની ઈચ્છા હોવી જોઈએ તો જ અમરતા પ્રાપ્ત થાય.

ગીતામાં આવતા ઘણા શ્લોકો શબ્દશઃ કઠોપનિષદમાં દેખાય છે. વારંવાર તે બન્ને શિસ્તની વાત કરે છે. દૃષ્ટિ અંતર્મુખ કરવાનું કહે છે, ઈન્દ્રિયો વશ કરવા કહે છે અને અંદર જે છે તે જોવાની ઈચ્છા રાખવા કહે છે-આવૃત્ત-ચક્ષુઃ પ્રત્યગ્ આત્માનમ્ ઐક્ષત્ (વિષયવસ્તુ પરથી દૃષ્ટિ હઠાવી તે અંતરાત્માને જુએ છે) બહાર છે તે નહિ; અંદર પ્રકાશે છે, તે જોવા ચાહે, કારણ બહારના સઘળા પ્રકાશને એકઠો કરવા છતાં અંદરનો પ્રકાશ વધુ પ્રકાશવાન દેખાય છે. બધા અંધકારથી પર તે તેજોનું તેજ છે; સૂર્ય, ચંદ્ર, તારાઓ, અગ્નિ, વીજળી આ દરેક પ્રકાશને આપણે જાણીએ છીએ તેના કરતાં અંતઃપ્રકાશ વધુ પ્રકાશવાન અને સતેજ છે.

**''ન તત્ર સૂર્યો ભાતિ ન ચંદ્રતારકમ્<br>
નેમા વિદ્યુતો ભાન્તિ કૂતોઽયમ્ અગ્નિઃ।<br>
તમેવ ભાન્તં અનુભાતિ સર્વં<br>
તસ્ય ભાસા સર્વમિદં વિભાતિ ॥....**

સૂર્ય ત્યાં પ્રકાશતો નથી કે નથી ચંદ્ર કે તારા પ્રકાશતા તેમ વીજળી પણ ઝબકતી નથી, અગ્નિ તો ત્યાં શું પ્રકાશે? જ્યારે 'તે' પ્રકાશે છે, બધું જ તેના પ્રકાશથી પ્રકાશે છે - 'તે'ના પ્રકાશથી આ બધું પ્રકાશે છે.

તે તમારા હૃદયમાં બિરાજે છે, માટે દૃષ્ટિ અંદર કરો. તે દિવ્યતાનો પ્રકાશ છે. માટે અંદર આવેલ આધ્યાત્મિક હૃદય જે સૌથી મહત્ત્વની જગા છે તેના તરફ તમારે દૃષ્ટિ કરવાની છે. 'ઈશ્વરઃ સર્વભૂતાનાં હૃદ્દેશે અર્જુન તિષ્ઠતિ' (હે અર્જુન, ભગવાન બધાં પ્રાણીઓના હૃદયમાં વસે છે) વિશ્વમાં સૌથી વધુ મહત્ત્વની જગા કહીએ તો તે આંતરિક આધ્યાત્મિક હૃદયનો પ્રદેશ છે. આપણી દૃષ્ટિ વિવિધ લૌકિક વસ્તુઓ પર હોવાથી આપણે તેને વિસરી ગયા છીએ.

માટે જો તમારે વિવિધ વસ્તુઓ નિહાળવી ન હોય, દૃષ્ટિને અંદર વાળીને, આંતર્-પ્રકાશનું ભાન કરવું

હોય, તમારા આધ્યાત્મિક હૃદય પ્રદેશમાં જોવું હોય તો એકાંતમાં મૌન રાખી વસ્તુઓ ન હોય ત્યાં બેસવાનો અભ્યાસ પાડવો જોઈએ. તેથી જ આધ્યાત્મિક મુમુક્ષુઓ ખૂણામાં બેસી, દીવાલ તરફ મોં રાખે છે અને તેમના ઈષ્ટનું રૂપ કે ૐનું ચિહ્ન - તેમાંથી તેમને જે જોવાની ઈચ્છા હોય તે સિવાય કશું નીરખતા નથી.

જો દીવાલ સામે મુખ ફરીને બેસો, દુનિયા તરફ પીઠ રાખો તો એક ઝાટકે, ઘણી વસ્તુઓ તમને બેધ્યાન કરવા અશક્ત થઈ જશે. માટે જ સાધકો એવી જગાઓમાં જાય છે, જ્યાં વધુ વસ્તુઓ ન હોય. પછી એક ઈશ્વરને માટે સભાન થવામાં, તેને અંતર્ચક્ષુથી જોવામાં તકલીફ ઓછી પડે છે. માટે થોડો સમય એકલા બેસો, બાહ્ય વસ્તુઓ પરથી દૃષ્ટિ ખેંચી લો, પરમ સત્તા પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરો. આ કહેવાય અભ્યાસ, આ ગીતાયોગ છે.

તમે એકલા જઈ ખૂણામાં દીવાલ તરફ ફરી બેસી ન શકો, તમારે જગત તરફ ફરી જોવું પડે, બધે નજર કરવી પડે, બધી વસ્તુઓ જોવી પડે તેમ હોય તે સમયે શું કરવું? કોઈ સમસ્યા નથી. ગીતા કહે છે, કે જે તમે તેવા સમયે જે કંઈ જોઈ રહેલા હો તે પણ તમે જેની ખોજ કરો છો તે જ છે. અંતિમ સત્તા એ જ છે. ફક્ત એટલું કરોઃ તેની ગૂઢ હાજરી અનુભવો.

''બધી વસ્તુઓમાં હું જ વાસ કરું છું. હું બધી વસ્તુમાં ઓતપ્રોત છું. આ સમસ્ત વિશ્વ અને તેમાંની સઘળી ચીજોને ઘેરીને બેઠો છું, છતાં હું મારા લોકોત્તર રૂપમાં પણ છું. હું સઘળી વસ્તુઓથી પર હોવા છતાં હું બધામાં પણ છું. તમારા ફરતી વસ્તુઓ બનીને હું તમને વીંટળાઈ વળ્યો છું. હું એક જ હોવા છતાં અનેક રૂપે દેખાઉં છું. હું બધી વસ્તુઓમાં છું. વિવિધ દેખાતી વસ્તુઓ વચ્ચે પણ હું એકસરખું અસ્તિત્વ ધરાવું છું. ગળાની માળામાં પરોવાયેલ મોતીના મણકાની અંદરથી પસાર થતા દોરાની જેમ મારી હસ્તી છે. મણકા ઘણા છે, જુદી જુદી જાતના છે, અલગ અલગ છે, પણ દોરો એક છે. - એકનો એક, સળંગ, અખંડ. હું સૂત્રાત્મા (સૂક્ષ્મ શરીરોની સમગ્રતાનો અંતર્યામી ઈષ્ટદેવ) છું. મને આવો જાણ, આવો જો અને આ દૃષ્ટિમાં આત્મસાત્ બન.''

**સમં સર્વેષુ ભૂતેષુ તિષ્ઠંતં પરમેશ્વરમ્**
**વિનષ્યત્સુ અવિનષ્યંતં યઃ પશ્યતિ।**

પરમાત્માને બધી વસ્તુમાં એકસરખો રહેલો જે જુએ છે, તે જુએ છે - આ વિનાશશીલ વસ્તુઓમાં રહેલા અવિનાશીને. આ ગીતાનો બાહ્યયોગ-લડાઈના મેદાનનો કહેવાતો યોગ - છે, તેમાં અનેકની અંદર વસેલા એકને જોવાનો છે.

રૂની બનાવેલી સેંકડો જુદી જુદી વસ્તુઓમાં સર્વસામાન્ય બાબત રૂ છે. સોનાની સેંકડો બનાવટમાં સર્વસામાન્ય વસ્તુ સોનું જ છે. કુંભારની દુકાનમાં રાખેલ એક સો કુંડાં અને શકોરાંમાં સર્વસામાન્ય વસ્તુ માટી છે તેવી જ રીતે લાખો જુદી જુદી વસ્તુઓમાં સર્વસામાન્ય રહેલા ભગવાન જ છે, દિવ્યતા જ છે, આત્મા જ છે. 'ઈદં સર્વં વસન્ આત્મા' - હે પ્યારા, આ બધા આત્મા જ છે. પહાડી વ્યક્તિત્વ ધરાવતા, મહાન ઋષિ યાજ્ઞવલ્ક્ય તેની પત્ની મૈત્રેયીને કહે છેઃ હે ''મૈત્રેયી, તું સાંભળ, સમજ, આ સઘળું વૈશ્વિક સત્તા સિવાય બીજું કશું નથી, તે પરમાત્મા જ છે - 'ઈદમ્ સર્વમ્'. આ બધું અહીં આત્મા સિવાય કશું નથી.''

આ છે ગીતાયોગ. આ છે ગીતાની દૃષ્ટિ. આ છે ગીતાઅભ્યાસ. જો ભગવત્-સ્મરણ, ભગવદ્-વિચાર, ભગવદ્-દર્શન કરવાં હોય, અનેકોમાં એકને જ જોવો હોય, આ જગતની બધી વસ્તુઓ અને તેના દ્વારા ભગવાનને જોવો હોય, જો ઈશ્વરસ્મરણના આંતરિક પ્રવાહને અખંડ સતત નિભાવી રાખવો હોય તો આ એક જ વસ્તુ કરવાની જરૂર છે, પછી તો ધ્યાનની સ્થિતિ કાર્યશીલ અવસ્થામાં પણ ચાલુ રાખી શકાય છે.

આ દિવસોમાં જ્યારે આપણે શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતા જયંતી તરફ આગળ વધી રહ્યા છીએ ત્યારે ચાલો આપણે આ વિવિધ યોગની પ્રક્રિયાઓને

**અનુસંધાન પાના નં. ૯ ઉપર**

# ધ્યાનનાં અવરોધક પરિબળો

શ્રી સ્વામી નિખિલેશ્વરાનંદજી

અતિઉત્સાહમાં આવીને કેટલાક લોકો ધ્યાનના અભ્યાસનો પ્રારંભ કરે છે, પણ પછી તેમને ધ્યાનમાં કંટાળો આવવા લાગે છે. ધ્યાનની પ્રક્રિયા યંત્રવત્ જણાય છે, કંઈ મજા આવતી નથી. ઘણીવાર મોટા અનુભવી સાધકોને પણ ધ્યાનમાં મંદતાના ગાળા આવતા રહે છે. એનું કારણ ધ્યાનમાં અવરોધક પરિબળો પણ કાર્યરત હોય છે, તે હોઈ શકે છે. આથી સાધકે આ પરિબળોનો સામનો કરીને આગળ વધવાનું હોય છે. એ અવરોધક પરિબળો આ પ્રમાણે છે:

**લય**

લય એટલે મનની જડ સ્થિતિ અને એ સ્થિતિમાં થતું તમોગુણનું આક્રમણ. તમોગુણથી શરીરમાં જડતા અને આળસ આવે છે. મનમાં પ્રમાદ આવે છે. પ્રાણશક્તિમાં શિથિલતા આવી જાય છે. આ સ્થિતિમાં પ્રયત્ન કરવા છતાંય ધ્યાન થઈ શકતું નથી. એનો ઉપાય તમોગુણમાંથી એટલે કે નિષ્ક્રિયતામાંથી સક્રિયતામાં એટલે કે રજોગુણમાં જવું એટલે ક્રિયાશક્તિ વધશે. એ પછી સત્ત્વગુણમાં જવું કારણ કે અતિપરિશ્રમ કરી શરીરને થકાવી દેવાથી પણ ધ્યાન સારી રીતે થઈ શકતું નથી.

**વિક્ષેપ**

વિક્ષેપમાં મનમાં આડાઅવળા અનેક પ્રકારના વિચારો શરૂ થઈ જાય છે. મન ચારે દિશામાં ભટકવા લાગે છે. આ સ્થિતિમાં રજોગુણનો પ્રભાવ વિશેષ હોય છે. સ્વામી બ્રહ્માનંદજી કહે છે કે આ સ્થિતિમાં ધ્યાન કરવા બેસવું નહીં. જો તાત્કાલિક ધ્યાન કરવામાં આવે તો મન સ્થિર થશે જ નહીં. એટલે પહેલાં તો મનનું નિરીક્ષણ કરવું. મન સાથે સી.આઈ.ડી.ની જેમ વર્તન કરવું. મનની પાછળ પાછળ જવું. ચોકી કરવી એટલે મન સતેજ થઈ જશે અને મનની આસક્તિ ક્યાં છે તે જાણી શકાશે. એ દૂર થતાં પછી મન ધ્યાનમાં લાગી જશે.

**કષાય**

સાધનામાં આગળ વધતાં આ અવરોધ આવે છે. આગળ વધેલા સાધકોમાં જડતા આવી જાય છે. તેમને માટે પણ ધ્યાન યંત્રવત્ બની જાય છે ત્યારે તેમને એમ થાય છે કે યતો નષ્ટઃ તતો ભ્રષ્ટઃ એટલે કે ન તો ધ્યાનમાં મજા આવે છે કે ન તો સંસારમાં. બેય બગડ્યાં. મોટા ભાગના સાધકોને આ પરિસ્થિતિમાંથી પસાર થવું પડે છે, કેમ કે અંદર રહેલા જન્મોજન્મના સંસ્કારો બહાર આવતાં આ સ્થિતિ સર્જાય છે. આમાંથી ધીરજપૂર્વક પસાર થવું પડે છે. પ્રયત્નો ચાલુ રાખીને સદ્‌ગુરુના માર્ગદર્શનથી આ પરિસ્થિતિ સહેલાઈથી પાર થઈ શકે છે.

**રસાસ્વાદ**

ધ્યાનમાં ખૂબ આનંદ આવવા લાગે ત્યારે સાધકને આ આનંદ છોડવાનું મન થતું નથી, પછી સાધક આ આનંદમાં જ અટકી જાય છે. આગળ વધી શકતો નથી. આ પણ મોટો અવરોધ છે, પરંતુ સદ્‌ગુરુના માર્ગદર્શનથી આ અવરોધને પણ પાર કરી શકાય છે.

**નિદ્રા**

નિદ્રા પણ ધ્યાનનું અવરોધક પરિબળ છે. ખાસ કરીને ધ્યાન ધરવા બેસે ત્યારે જ ઝોકાં આવવાં શરૂ થઈ જાય છે અને કેટલાય લોકો ધ્યાન કરવાને બદલે ઊંઘી જતા હોય છો, પણ જો પૂરતી છ કલાકની ઊંઘ લીધી હોય તો શરીરને બરાબર આરામ મળી ગયો હોય છે. આથી વધારે ઊંઘની જરૂર પડતી નથી એટલે શરૂઆતમાં કદાચ ઊંઘ આવે પણ પછી સતત પ્રયત્ન ચાલુ રાખવાથી અને તેમાં રસ પડવાની ઊંઘ આવતી નથી, પરંતુ જો શરીર અસ્વસ્થ હોય, થાકેલું હોય, બીમાર હોય તો ઊંઘમાં સરી પડવાની એની સ્વાભાવિક પ્રક્રિયા હોય છે તો આ સમયે પરાણે ધ્યાનમાં બેસવાથી લાભ થવાને બદલે હાનિ થવાની શક્યતા છે. ઘણીવાર ધ્યાનમાં બેસવામાં આળસ

આવે છે. વહેલા ઊઠવાથી સુસ્તી અને શરીરમાં જડતા અનુભવાય છે. પછી ધ્યાન સારી રીતે થઈ શકતું નથી. આ માટેનો ઉપાય છે, ઊઠીને પહેલાં વ્યાયામ કરવો. આથી શરીરમાં સ્ફૂર્તિ આવશે. ઊંઘ ઊડી જશે અને પછી તાજગીભર્યા શરીરથી ધ્યાન સરસ રીતે થશે. આ ઉપરાંત ઊંઘના વિજ્ઞાનને અનુસરવાથી પણ પછી ઊંઘ આવતી નથી. ઊંઘનું એક ચક્ર હોય છે. તે દર દોઢ કલાકે બદલાય છે. આથી જ્યારે આ ગાળો બદલાતો હોય ત્યારે ઊઠી જવામાં આવે તો સહેલાઈથી ઊઠી જવાય છે અને પછી ઊંઘનો એટેક આવતો નથી દા.ત. પાંચ વાગે દોઢ કલાકનો એક ગાળો પૂરો થયો. જો પાંચ વાગે ઊઠી જઈએ તો સહેલાઈથી ઊઠી શકાય છે, પણ જો સાડા પાંચે ઊઠવાનું કહીએ તો નહીં ઉઠાય, કેમ કે ત્યારે એ ગાળાની ઊંઘ ચાલતી હોય છે પણ પછી દોઢ કલાક બાદ સહેલાઈથી ઊઠી શકાય છે. આથી પોતાની ઊંઘની 'સાઈકલ' જાણીને એ પ્રમાણે વહેલા ઊઠવાનું ગોઠવીને ધ્યાન કરવાથી પછી ધ્યાનમાં નિદ્રા હુમલો નહીં થાય.

**શંકા**

ધ્યાનનું મોટું અવરોધક પરિબળ શંકા છે. થોડો વખત પ્રાર્થના અને ધ્યાન કરે અને કંઈ દિવ્યદર્શન ન થાય એટલે શંકાનો કીડો મનમાં સળવળવા લાગે કે ''મારો રસ્તો તો સાચો છે ને! ક્યાંક ખોટા રસ્તે જઈને હું મારું જીવન બરબાદ તો નથી કરી રહ્યો ને! શું આમ ભગવાન મળશે?'' આવી શંકાઓથી મન ભરાઈ જાય પછી એ મન ભગવાનમાં એકાગ્ર થાય ક્યાંથી? શંકાનું કાર્ય જ ભગવાનના રસ્તે જનારને આડા માર્ગે લઈ જવાનું છે. આથી શંકા જેવી ઉદ્‌ભવે કે પ્રબળ આત્મશ્રદ્ધાની તલવારથી એને કાપી જ નાખવી જોઈએ. આત્મશ્રદ્ધા અતૂટ હશે તો શંકાનો ગમે તેવો જોરદાર હુમલો હશે, તોપણ તેમાંથી બચી જવાશે. નહીંતર ગીતામાં પણ ભગવાને કહ્યું છે તેમ ''संशयात्मा विनश्यति' સંશય આવ્યો એટલે આગળ વધવાનું અટકી જવાનું. ધ્યાનની શરૂઆત ભલે ધીમી હોય, પણ પ્રબળ આત્મશ્રદ્ધાથી કરવામાં આવે કે ''મને આમાં સફળતા મળશે જ.'' તો પછી મનનું વલણ એવા પ્રકારનું થઈ જાય છે. કોઈને જલદી તો કોઈને લાંબે ગાળે પણ સફળતા મળે જ છે.

**સદ્‌ગુરુનો અભાવ**

સદ્‌ગુરુના અભાવથી જ શંકાનો કીડો બળવત્તર બનતો જાય છે અને ઘણા લોકો પાટલીબદલુ બની જાય છે. આજે એક સાધુ પાસે ગયા. બે-ચાર દિવસ તેમના ઉપદેશનું અનુસરણ કર્યું. વળી, બીજા મહાત્મા આવ્યા ને લોકો તેનાં વખાણ કરવા લાગ્યા એટલે તેની પાસે ગયા. આમ, જગ્યાએ જગ્યાએ ભટકવાથી કંઈ પ્રાપ્તિ થતી નથી. કૂવો ખોદવો હોય તો દશ જગ્યાએ બે-બે ફૂટ ખોદવાથી પાણી નહીં મળે પણ એક જ જગ્યાએ ઊંડું ખોદવું જોઈએ. એમ એક જ ગુરુના આશ્રય તળે જપ-ધ્યાન કરવાં જોઈએ. ઘણા લોકો એમ માને છે કે અમારે કોઈ ગુરુની જરૂર નથી પણ ગુરુની જરૂર શરૂઆતથી માંડીને છેક સુધી રહે છે. સંગીત, નૃત્ય, વિદ્યાભ્યાસ બધાંમાં ગુરુની જરૂર પડે છે, તો આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રમાં જો ગુરુ નહીં હોય તો ખૂબ ભટકવું પડે છે. સદ્‌ગુરુ જ જાણી શકે છે કે કયા શિષ્યનો તેની પ્રકૃતિ પ્રમાણે કયો માર્ગ છે. એક માટે જે માર્ગ સારો હોય એ બીજાને માટે ન પણ સારો હોય. બીજાના માર્ગનું અનુસરણ કરવાથી તો અન્યાશ્રય દોષ થાય છે. સદ્‌ગુરુ જ સાધકના ભટકતા મનને પ્રત્યય પર સ્થિર કરવાના ઉપાયો બતાવી શકે છે. ઘણીવાર પુસ્તકોમાં વાંચીને ધ્યાન કરવામાં આવે અને પ્રાણાયામનો અભ્યાસ કરવામાં આવે તો એકાએક કુંડલિની શક્તિ જાગૃત થઈ જતાં અને તે ઊંચે ચડી જતાં સાધકની માનસિક સમતુલા પડી ભાંગે છે. એક યુવાનની બાબતમાં આવું થયું હતું. તે પોતાની મેળે પ્રાણાયામ અને ધ્યાન કરતો હતો. એકાએક તેની કુંડલિની જાગૃત થઈ ઉપર ચડી જતાં તે વિહ્‌વળ બની ગયો હતો. પછી મિશનના એક વરિષ્ઠ અનુભવી સંન્યાસીના માર્ગદર્શન

હેઠળ રહ્યા પછી એકાદ વરસે તે માંડ પૂર્વવત્ સ્થિતિમાં આવી શક્યો. યોગ્ય ગુરુના માર્ગદર્શન વગર ધ્યાન-પ્રાણાયામની સાધના કરવી જોખમકારક છે એ વાત સ્વામી વિવેકાનંદે 'રાજયોગ' પુસ્તકમાં કરી છે.

ધ્યાન કરવાથી ઘણી વખત પ્રકાશના વિવિધ રંગો દેખાય. ઘણી વખત સિદ્ધિઓ પણ મળે છે પણ યોગ્ય ગુરુનું માર્ગદર્શન ન મળે તો સાધક પોતાને મહાન માનવા લાગે છે અને તેનું પતન થઈ જાય છે. સિદ્ધિઓ સાધકના માર્ગમાં વિઘ્નરૂપ છે એ સમજાવતાં શ્રી રામકૃષ્ણદેવ એક સાધકનું ઉદાહરણ આપતાં કહે છેઃ ''એક માણસ સમુદ્રકિનારે બેઠો બેઠો ધ્યાન કરતો હતો. સમુદ્રમાં તોફાન ઊઠ્યું અને આ યોગીનું ધ્યાન તૂટી ગયું. તેણે પોતાની સિદ્ધિનો ઉપયોગ કરીને કહ્યું : ''તોફાન શાંત થઈ જાઓ'' અને એ તોફાન તુરત શમી ગયું. પણ એકાએક તોફાન શમી જતાં મુસાફરોથી ભરેલી એક સ્ટીમર પોતાની સમતુલા ન જાળવી શકી અને તે ડૂબી ગઈ અને અસંખ્ય માણસો મરી ગયાં. આ માણસોના મૃત્યુનું કારણ પેલા યોગીની સિદ્ધિ હતી. આથી બધાનાં મૃત્યુનું પાપ એ યોગીને લાગ્યું, પરંતુ તેને જો કોઈ યોગ્ય ગુરુ મળ્યા હોત તો તેણે આવું પગલું ભર્યું ન હોત. સ્વામી વિવેકાનંદ ત્યારે કાશીપુરમાં શ્રીરામકૃષ્ણ દેવની સેવા-સુશ્રુષા અર્થે બધા યુવાન ગુરુભાઈઓ સાથે રહેતા હતા. તેઓ બધા શ્રીરામકૃષ્ણદેવના માર્ગદર્શન પ્રમાણે જપ-ધ્યાન પણ કરતા રહેતા. યુવાન નરેન્દ્રને મનમાં થયું કે તે બીજામાં શક્તિપાત કરી શકે છે કે નહીં તેની ચકાસણી કરું. એ માટે તેઓ અને તેમના મિત્ર કાલીચરણ ધ્યાનમાં બેઠા ત્યારે નરેન્દ્રે કહ્યુંઃ ''કાલી, હું ધ્યાનમગ્ન થઈ જાઉં, એ પછી થોડી મિનિટો બાદ મને સ્પર્શ કરજે.'' કાલીચરણે એ રીતે કર્યું. થોડી મિનિટો પસાર થઈ ગઈ. પછી નરેન્દ્રે આંખ ખોલીને તેને પૂછ્યું : ''તને કેવો અનુભવ થયો?'' વીજળીની બેટરીને અડતાં જેવું લાગે તેવું મને થયું. એવું લાગતું હતું કે જાણે મારી અંદર કંઈ આવી રહ્યું છે અને હાથ પણ ધ્રૂજવા લાગ્યો.'' એ પછી મધ્યરાત્રિએ કાલીચરણ ઊંડા ધ્યાનમાં લીન થઈ ગયા હતા. એમની બાહ્ય ચેતના લુપ્ત થઈ ગઈ હતી! આથી નરેન્દ્રને ખાતરી થઈ ગઈ કે તેમનામાં અન્યમાં શક્તિ સંચાર કરવાની સિદ્ધિ આવી ગઈ છે.

પરંતુ બીજે દિવસે વહેલી સવારે શ્રીરામકૃષ્ણે એમને બોલાવ્યા અને કહ્યું : ''કેમ રે, કંઈ જમા થયું નથી ને ખર્ચ? કાલીની અંદર તારો ભાવ પ્રવેશાવીને તેં એનું કેટલું નુકસાન કર્યું છે. એ તો જો ભલા.'' શ્રીરામકૃષ્ણે આધ્યાત્મિક શક્તિનો પ્રયોગ કરવા માટે નરેન્દ્રને ગંભીરપણે ઠપકો આપ્યો. ચેતવણી આપી કે ભવિષ્યમાં આવી રીતે શક્તિને વેડફવી નહીં. આથી સામી વ્યક્તિને પણ નુકસાન થાય છે. એની સમતુલા તૂટી જાય છે. આમ, સદ્‌ગુરુ જ શિષ્યોને સાચું માર્ગદર્શન આપીને ધ્યેય સુધી પહોંચાડી દે છે. સદ્‌ગુરુના અભાવમાં ધ્યાન ફંટાઈ જતું હોવાથી એમાં વિક્ષેપ પડતો હોય છે. વળી, સદ્‌ગુરુએ શિષ્યની પ્રકૃતિ પ્રમાણે મંત્ર આપ્યો હોવાથી અને ગુરુએ એ મંત્ર પોતાની ચેતનામાં સિદ્ધ કર્યો હોવાથી મંત્રજાપ દ્વારા ધ્યાન સહેલાઈથી લાગી જાય છે. ધ્યાન-જપ વગેરે દ્વારા શિષ્યની ચેતનામાં આવતાં પરિવર્તનોની સ્પષ્ટ સમજ પણ ગુરુ પાસેથી મળતાં આધ્યાત્મિક માર્ગનાં જોખમો બિલકુલ રહેતાં નથી. આ રીતે જો સદ્‌ગુરુ નહીં હોય તો સાધનાનો માર્ગ વાંકોચૂંકો અને ઘણો લાંબો બની જાય છે. આથી સદ્‌ગુરુ હોવા જોઈએ.

ધ્યાનનાં આ બધાં બાધક પરિબળોનો સામનો વત્તે-ઓછે અંશે દરેક સાધકે કરવો પડે છે, પરંતુ જો સંકલ્પશક્તિ દૃઢ હોય, આત્મશ્રદ્ધા પ્રબળ હોય અને સદ્‌ગુરુનું માર્ગદર્શન હોય તો ગમે તેવો વિકટ પથ પણ સરળ બની જાય છે અને ધ્યેયપ્રાપ્તિ અવશ્ય થાય છે. આ માટે મનનું સ્વરૂપ કેવું છે તેની માહિતી મનને એકાગ્ર કરવામાં સહાયરૂપ નીવડે છે.

☐ 'એકાગ્રતા અને ધ્યાન' માંથી સાભાર

# ધ્યાન

- શ્રી સ્વામી અભિરામદાસજી ત્યાગી

જીવે અજ્ઞાનને લીધે પોતાને પરમાત્માથી અલગ માની લીધો છે. સત્સંગ, સ્વાધ્યાય તથા પ્રભુકૃપા દ્વારા તેને પરમાત્માને ફરી મળવાની ઈચ્છા થાય છે. શરીરની રચનામાં પાંચ મહાભૂતો (આકાશ, વાયુ, અગ્નિ, પાણી અને પૃથ્વી)નું વિશેષ યોગદાન છે. એટલા માટે શરીરને સ્વસ્થ તેમજ સબળ રાખવા માટે સમષ્ટિ (સમગ્રતઃ) પંચ મહાભૂતોથી સંબંધ રાખવો પડે છે. આહારના રૂપમાં, શ્વાસના રૂપમાં, જળના રૂપમાં આપણે તેમનું સેવન કરીએ છીએ. આ રીતે શરીરની ચેતનાને પરમ ચેતના સાથે જોડવી આવશ્યક છે.

શરીરનું કોઈ પણ અંગ જો શરીરથી અલગ થઈ જાય તો તે નિર્જીવ બની જાય છે. તે જ પ્રમાણે જો જીવ પરમાત્માથી અલગ થઈ જાય તો શક્તિહીન જડ થઈ જાય છે. તેને પરમાત્મા સાથે જોડાવાથી જ પરમ શાંતિ, આનંદ તથા ચેતના (જ્ઞાન)નો અનુભવ થાય છે.

**જીવ** અને પરમાત્માને જોડનાર વિજ્ઞાનનું નામ યોગ છે.

મહર્ષિ પતંજલીએ અષ્ટાંગ યોગનું વર્ણન કર્યું છે. તેનાં આઠ અંગ છેઃ યમ, નિયમ, આસન, પ્રાણાયામ, પ્રત્યાહાર, ધારણા, ધ્યાન અને સમાધિ.

**યમ**માં અહિંસા, સત્ય, અસ્તેય (ચોરી ન કરવી તે) બ્રહ્મચર્ય અને અપરિગ્રહ (ત્યાગ)નો સમાવેશ થાય છે.

**નિયમ**માં પાંચ આચાર વ્રતો છે. તપ, સ્વાધ્યાય, સંતોષ, શૌચ અને ઈશ્વરપ્રણિધાન. આપણે બધા યમ અને નિયમથી સુપરિચિત છીએ.

**આસનઃ** જ્યારે સાધક એક આસન પર ત્રણ કલાક નિશ્ચલ (સ્થિર) બેસવા અભ્યાસ કરી શકતો નથી ત્યાં સુધી સાધનામાં પ્રગતિ કરવી મુશ્કેલ છે. એટલા માટે આસનનો અભ્યાસ જરૂરી છે. આસનો દ્વારા શરીરને સ્વસ્થ રાખવાનો પણ ઉદ્દેશ છે, સ્વસ્થ શરીરથી સ્વસ્થ મન દ્વારા સ્થિરતાપૂર્વક સાધના કરવામાં આવે છે. આસનોમાં યોગસાધના માટે સ્વસ્તિક, પદ્મ, સિદ્ધ આસન બરાબર છે. વીર આસન અને વજ્ર આસનમાં પણ બેસી શકાય છે. યોગી સિદ્ધાસનને અધિક મહત્ત્વ આપે છે, કારણકે તેનાથી બ્રહ્મચર્યપાલન માટે મનને સ્થિર રાખવામાં વિશેષ સહયોગ મળે છે. આ આસન મહિલાઓ માટે વર્જ્ય છે. પદ્મ આસન પણ મનની સ્થિરતા માટે સારું છે. આસન કરતી વખતે મેરુદંડને સીધો રાખવો આવશ્યક છે.

**પ્રાણાયામઃ** મન અને પ્રાણનો ઘનિષ્ઠ સંબંધ છે. પ્રાણને સ્થિર કરવાથી મન સ્થિર થાય છે. મન સ્થિર થવાથી પ્રાણ પણ સ્થિર થવા માંડે છે. પ્રાણાયામ કોઈ અનુભવી વ્યક્તિ પાસેથી શીખી લેવા જોઈએ. પ્રાણાયામ દ્વારા પ્રાણને સુષુમ્ણામાં સ્થિર કરવામાં આવે છે, તેનાથી મૂલાધારથી સહસ્રારદલ કમળનો વિકાસ કરી યોગી સમાધિનો આનંદ પ્રાપ્ત કરી શકે છે.

**પ્રત્યાહારઃ** ઈન્દ્રિયોને મન દ્વારા નિયંત્રિત કરી તેમને અંતર્મુખ બનાવવાની હોય છે. સાધારણ રીતે ઈન્દ્રિયો બાહ્ય વિષયોનો ઉપભોગ કરે છે. પ્રત્યાહાર અથવા મનની પ્રેરણાથી ઈન્દ્રિયોને નિયંત્રિત કરવાની હોય છે. આ સાધનામાં ઈન્દ્રિયને વિષયમાંથી મનને સંકલ્પ-વિકલ્પરહિત બનાવી એકાગ્ર કરવાનો અભ્યાસ કરવાનો હોય છે.

**ધારણાઃ** ધારણામાં મનને કોઈ પ્રત્યય પર બાંધી દેવાની હોય છે. તેની અંદર અને બાહ્ય એમ બે પ્રકારની ધારણા બને છે. તેના પણ પાંચ વિભાગ પાડી શકાય.

૧. પાર્થિવ ધારણામાં પરમાત્માના શ્રી વિગ્રહ (મૂર્તિ)ને લક્ષ્ય માનીને તેના પર મનને સ્થિર કરવાનું હોય છે. પરમાત્માનાં નામ શ્રી રામ, ૐ અક્ષર અથવા કોઈ મહાપુરુષના ચિત્ર પર મનને સ્થિર કરવાનું હોય છે.

૨. કોઈ જળાશયના કિનારા પર બેસીને જળના તરંગો પર મનને સ્થિર કરી શકાય છે.

૩. દીવાની જ્યોત કે એવા પ્રકાશના સાધન પર મનને સ્થિર કરી શકાય છે.

૪. શ્વાસ પ્રશ્વાસની ગતિ પર મનને એકાગ્ર કરી શકાય છે.

૫. શબ્દ, જપ કે ગંગાના પ્રવાહના હર હર ધ્વનિ પર મનને કેન્દ્રિત કરી ધારણાને દૃઢ કરી શકાય છે.

ઉપરોક્ત ધારણાઓ બાહ્ય કે અંતરંગ થઈ શકે છે. તેમને અભ્યાસ દ્વારા પરિપક્વ સ્થિતિમાં લાવવાની છે.

**ધ્યાનઃ** જ્યારે ધારણાઓ દૃઢ કરતાં કરતાં એવી સ્થિતિ આવી જાય કે જેમાં લક્ષ્ય સિવાય અન્ય દેશ કાળ વસ્તુનું જ્ઞાન ન રહે. આ સ્થિતિને ધ્યાન કહેવામાં આવે છે. તેમાં તેલ ધારાની માફક લક્ષ્ય સતત સામે રહે છે. મન અન્યત્ર જતું નથી.

સાધકે ધ્યાન માટે ધારણાનું કોઈ પણ સ્વરૂપ, જેમાં તેની સ્થિતિ ખૂબ જલ્દી સ્થિર થઈ શકે તેને સ્વીકારવાનું હોય છે.પરમાત્માના ચરિત્રની ઘટનાઓ, મહાપુરુષોની લીલાઓ કે પરમાત્માના સ્વરૂપનું માનસિક પૂજન વગેરે દ્વારા પણ ધારણા-ધ્યાન કરવામાં સત્વરે આવી શકે છે. ધ્યાન કરતાં કરતાં જ્યારે સાધકનો દેહાધ્યાસ મટી જાય છે. ફક્ત એકમાત્ર પરમાત્માંજ મન સ્થિર થઈ જાય છે. તે સ્થિતિને સમાધિ કહેવામાં આવે છે. સમાધિની સ્થિતિ પ્રકૃતિનાં અનેક રહસ્યને પ્રકટ કરે છે. આત્મસાક્ષાત્કાર થાય છે.

ધ્યાનમાં સૌથી અધિક મહત્ત્વ પ્રેમનું છે. પ્રેમી તો પ્રેમાસ્પદના ધ્યાનમાં કોઈ સાધન વગર પણ નિમગ્ન રહે છે. તેને પ્રેમીથી અલગ કરવું કઠણ છે.

સાધનાકાળમાં સ્વચ્છ પવિત્ર આધ્યાત્મિક સ્પંદનોથી પરિપૂર્ણ વાતાવરણમાં રહેવું જોઈએ. આહારવિહાર સાત્વિક હોવાં જોઈએ.

પરમાત્માથી અલગ કરનારા સંગદોષથી દૂર રહેવું જોઈએ.

☐ **'પરમાર્થ પ્રકાશ'માંથી સાભાર અનુવાદ**

**(શિવાનંદ કથામૃત પાન નં. ૨૧ ઉપરથી ચાલુ)**

હોય તેમ કહ્યું: ''તો પછી આ શંકા શા માટે? જો તમે તેને સારી રીતે જોયું હોય તો તે સાચું જ છે.''

**દિવ્ય રહસ્યો**

સુશીલા વિદ્મે, એક ડૉક્ટર ભક્ત (સુરેન્દ્રનગર, ગુજરાત) ૧૯૫૮માં આશ્રમમાં આવ્યાં હતાં.

ગુરુદેવ સાથેની તેમની વાતચીત દરમિયાન તેમણે એક શંકા વ્યક્ત કરી. ''સ્વામીજી મેં આપના વિષે જાણ્યું તે પહેલાં જ મને સ્વપ્નમાં આપનાં દર્શન કેવી રીતે થઈ શકે? આપની કૃપાથી મને કેટલાક પ્રોત્સાહક અનુભવો થયેલા પણ તમને સમજવા માટે મારા પ્રયત્નોમાં હું સફળ થઈ શકી નથી.''

ગુરુદેવે જવાબ આપ્યોઃ ''આ બાબતોમાં ઊંડાણથી તપાસ કરવાનો પ્રયત્ન કરશો નહિ. તે બધી દિવ્ય બાબતો છે. અનુભવો અને આનંદ પામો, પણ તેમને ઉકેલવાનો પ્રયત્ન કરશો નહિ. તમારા ભૂતકાળની આધ્યાત્મિક સાધના અને કઠોર જીવનનાં ફળ મળી રહ્યાં છે. તમને તેનો બદલો મળી રહ્યો છે.''

**પાછલો જન્મ**

એક માણસને તેના પાછલા જન્મ વિષે જાણવું હતું. આ વિચિત્ર કામનાથી ઘેરાયેલો તે માણસ ગુરુદેવને પોતાનો પાછલો જન્મ જાણવા માટે મળ્યો અને ખૂબ આજીજી કરી. ગુરુદેવે થોડીક પળો માટે આંખો બંધ કરી. પણ આંખો ખોલ્યા પછી બીજાં કામ કરવાનું શરૂ કર્યું. જ્યારે તે ગરીબ મુલાકાતીએ આગ્રહ કર્યો ત્યારે ગુરુદેવે તેને ગંભીરતાથી કહ્યું: ''મહારાજ, તમે ગયા જન્મમાં શું હતા તે તમને કહ્યું હોત તો તમે ભયથી ધ્રુજી ઊઠત.''

મુલાકાતીએ આગળ પૂછવાનું માંડી વાળ્યું.

☐ **'શિવાનંદ કથામૃત'માંથી સાભાર**

# મનાચે શ્લોક-મનોબોધ

શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

**ન વેંચે કદા ગ્રંથિચે અર્થ કાંહીં**
**મુખેં નામ ઉચ્ચારિતાં કષ્ટ નાહીં।**
**મહાઘોર સંસાર શત્રૂ જિણાવા**
**પ્રભાતે મનીં રાવ ચિંતીત જાવા ॥ ૭૨ ॥**
**નહિ ગાંઠનું દ્રવ્ય ખર્ચાય કાંઈ,**
**નહિ નામ ઉચ્ચારતાં કષ્ટદાઈ;**
**મહાઘોર સંસાર શત્રુ ઝીકી દે,**
**પ્રભાતે મને રામને ચિંતવી લે. ॥ ૭૨ ॥**

નામસ્મરણ કેટલું સુલભ છે તે જુઓ. નામ લેતાં ગાંઠના પૈસા ખર્ચાતા નથી અને નામ લેતાં કશું કષ્ટ પણ થતું નથી. આવા સુલભ તથા સર્વસાધ્ય નામસ્મરણરૂપી પરમ સાધનથી મહાભયંકર એવા સંસાર-શત્રુને જીતી લે -નામસ્મરણનો આવો પરમ લાભ હોવાથી પ્રભાતમાં શ્રીરામનું હૃદયમાં ધ્યાન કરી લે

**નારાયણ જિન નામ લિયો, તિન ઔર કો નામ લિયો ન લિયો**
**જિન ગંગાજલ કો પાન કિયો તિન કૂપ કો નીર પિયો ન પિયો**
**જિન નામામૃત કો પાન કિયો, તિન ઔર કછુ પાન કિયો ન કિયો**
**જિન કે હૃદય પ્રભુ રામ બસૈ, તિન ઔર કો ધ્યાન કિયો ન કિયો**

ભાગવતજીમાં કહ્યું છે,
**ન તથા હ્યઘવાન્ રાજન્ પૂયેત તપઆદિભિઃ।**
**યથા કૃષ્ણાર્પિત પ્રાણસ્તત્પુરુષ નિષેધ યા॥** (ભા.૬:૧:૧૬)

ભગવાનને આત્મસમર્પણ કરવાથી અને ભગવત્ ભક્તોની સેવા કરવાથી પાપીજનોની શુદ્ધિ તપશ્ચર્યા વગેરેથી નથી થતી.

ભગન્નામ-સ્મરણથી પાપોથી જે શુદ્ધિ થાય છે, તે શુદ્ધિ શમ, દમ કે તપથી થતી નથી. શુકદેવજી મહારાજ કહે છે, હે રાજન્! (પરીક્ષિતને સંબોધીને) તમો તમારા પ્રાણ ભગવાનને અર્પિત કરો. આત્મહત્યા કરવાની નથી. અહંશૂન્ય થવાનું છે. ભગવાન નારાયણને પ્રાણ અર્પણ કરવાનો અર્થ પ્રત્યેક શ્વાસમાં નારાયણ મંત્રનો જપ કરવાનો, જે મુમુક્ષુ, જે સાધક, જે ભક્ત પ્રાણ પ્રાણથી, શ્વાસ-શ્વાસમાં ઈશ્વરના નામનું અખંડ સ્મરણ કરે છે, પ્રત્યેક કાર્યમાં ઈશ્વરનું અનુસંધાન કરે છે. (સૂત્રે મણિગણા ઈવ - જેવી રીતે મણિની માળાના મણકાઓ વચ્ચે સૂત્ર કે દોરો હોય છે) તેવી રીતે ચાલતાં, હરતાં, ફરતાં, ઊઠતાં બેસતાં, સૂતાં, જાગૃત, સ્વપ્ન, સુષુપ્તિ, કાયા, વાચા, મનથી, ઈન્દ્રિયથી, જાણ્યે-અજાણ્યે સતત પ્રભુ નામ સ્મરણનું વળગણ રાખે છે તેને પાપ પ્રવૃત્તિ થતી નથી માટે જ શ્રીકૃષ્ણ પણ ગીતાજીમાં કહે છે, ॥ **મામ્ અનુસ્મર યુધ્ય ચ** ॥ મારું સ્મરણ કર અને તારો સંસાર પણ કર.

જ્યાં સુધી પરમાત્મામાં પ્રીતિ ન થાય ત્યાં સુધી વાસનાનો નાશ થતો નથી, વાસનાનું મૂળ અજ્ઞાન છે. ઈશ્વર અને જગતના સ્વરૂપનું જ્ઞાન જ અજ્ઞાનનો નાશ કરી શકે. જ્ઞાનના સાતત્યને જાળવવા માટે પ્રભુના સ્મરણસાતત્યની પરમ આવશ્યક્તા છે. જ્યાં સુધી વાસના નષ્ટ નથી થતી ત્યાં સુધી જીવ પાપોનો કર્તા બની જ રહે છે.

જ્ઞાની કેવળ ઈન્દ્રિયોને જ વિષયો તરફ જતાં રોકે છે. પરંતુ તેનાથી વાસનાનો ક્ષય નથી થતો. ઈન્દ્રિયોને રોકવાથી નહીં, પરંતુ તેને પ્રભુ તરફ, પ્રભુ સન્મુખ વાળવાથી વાસના ક્ષય થાય છે. પ્રત્યેક ઈન્દ્રિયોને પરમાત્માનું સાતત્ય આપો. મન પવિત્ર થશે. આંખોને ભગવતસ્વરૂપમાં સ્થિર કરો. આંખો જ પાપનું દ્વાર છે આ દ્વારમાં પ્રભુને સ્થાપો. ભાગવતજીમાં ધ્યાન, અર્ચન અને નામસ્મરણની વાત છઠા સ્કંધમાં કરવામાં આવી છે. સાધક જ્ઞાનમાર્ગનો હોય કે કર્મ અથવા ભક્તિ માર્ગનો, પ્રભુ નામસ્મરણ વિના જ્ઞાન, કર્મ કે યોગ કોઈનો પણ ઉદ્ધાર સંભવ નથી.

ગીતાએ તો ઢોલ વગાડીને કહ્યું છે,
**નાહં વેદૈર્ન તપસા ન દાનેન ન ચ ઈજ્યયા ।**
વેદ, તપ, દાન, અને યજ્ઞથી મારી પ્રાપ્તિ થતી નથી. પરમાત્માના નામસ્મરણથી જ મનનું શુદ્ધીકરણ થાય છે. નામસ્મરણથી જ એકાગ્રતા અને ધ્યાનમાં તદ્રુપતા આવશે. સીતાજી ધ્યાનમાં પ્રભુ રામનું સ્મરણ એટલું બધું કરતાં હતાં કે અશોક વાટીકાનાં વૃક્ષોનાં પાંદડાંઓમાં પણ શ્રીરામ નામનો ધ્વનિ થતો.

પરમાત્માના નામમાં નિષ્ઠા થવાનું બહુ દુષ્કર છે. નામસ્મરણ વખતે જ નિદ્રા આવે. જીભ ગોટાળા કરે. પગ લથડિયાં ખાય. નામમાં જ્યાં સુધી રુચિ ન ઊપજે, અંતરથી પ્રેમ ન ઊપજે ત્યાં સુધી નામસ્મરણ ન થઈ શકે, માટે નામસ્મરણમાં અટલ નિષ્ઠા રાખવી, પરમાત્માના નામનો સતત જપ કરવાનો અભ્યાસ એક વાર કેળવાય ત્યારે મૃત્યુ પણ દૂરથી સંચરે. આપણે એવું માનીએ કે ઘડપણમાં ગોવિંદ ગાશું; તો જો આખા યે જીવનમાં નામસ્મરણ ન કર્યું હોય તો મૃત્યુ સમયે હરિસ્મરણ કદીયે ન થાય. નામનિષ્ઠા સિવાય કલિકાળમાં માનસિક શાંતિ, આત્મોત્કર્ષ અને આત્મોદ્ધાર માટે બીજો કોઈ ઉપાય જ નથી.

નામજપનો મહિમા મોટો છે. જપ કરવાથી જન્મકુંડળીના ગ્રહ અને નક્ષત્રો પણ પોતાનાં સ્થાન બદલી નાખે છે, માટે જ તુલસીદાસજી એ કહ્યું.

**મંત્ર મહામનિ વિષય વ્યાલકે! ચેટત કઠિન કુએક ભાલકે ॥**
**ભાવ કુભાવ અનખ આલસહુ। નામજપત મંગલ દિશિ દશહુ ॥**

આપણે ભક્તિમતિ સંત સાધ્વી જનાબાઈની વાત સાંભળી છે. તે છાણાં થાપતી વખતે પણ વિઠ્ઠલ વિઠ્ઠલ બોલતી. એક દિવસ તેનાં છાણાં ચોરાઈ ગયાં. તેને પડોશણ ઉપર શંકા આવી. મામલો કોટવાલીમાં ગયો. કોટવાલ કહે, ''આ છાણાં તારાં છે અને તેનાં નહીં, તેની ખાતરી શું?'' જનાબાઈએ કહ્યું: ''બાપ દરેક છાણાંને કાન પાસે મૂકી જુઓ, જો તેમાંથી વિઠ્ઠલ વિઠ્ઠલ ધ્વનિ સંભળાય તો મારાં, નહીં તો મને દંડજો બાપ!'' અને સૌના આશ્ચર્ય વચ્ચે બધાં છાણાંમાંથી વિઠ્ઠલ વિઠ્ઠલ ધ્વનિ સંભળાયો.

શાસ્ત્ર ભણવાથી જ્ઞાન ઉપજતું નથી. મીરાંબાઈની વાણી પાછળ શાસ્ત્રો દોડતાં હતાં. નામદેવ, તુકારામ, નિવૃત્તિનાથ, નરસિંહ મહેતા, મીરાંબાઈ, કનકદાસ, રવિદાસ, કબીરદાસ, રૈદાસ, ત્યાગરાજ, આંડાલ, રામદાસ આ બધા સંતોની કૃતિઓ ઉપર લોકો આજે સંશોધન કરીને Ph.D. ડૉક્ટરેટની ડિગ્રી મેળવે છે, તેમાંના કોઈ પણ સંત યુનિવર્સિટીમાં ભણવા ગયા ન હતા. તેમનું લક્ષ્ય, તેમનું ભણતર, ગણતર કે ચિંતન તો એક જ હતું; ''મ્હારો રે ગિરધર ગોપાલ દૂસરા ન કોઈ'' પાંચ કરોડ જપ કરે તેને આત્મજ્ઞાન અવશ્ય થાય. તેર કરોડ જપ કરવાથી જીવ અને ઈશ્વરનું મિલન થાય છે. અધિકારી ગુરુ દ્વારા મંત્રગ્રહણ કરવાથી મંત્રમાં દિવ્ય શક્તિ આરોપિત થાય છે, ''અજામિલ, ગીધ, ગણિકાભી-તારી'' આ બધાં જૂનાં નામો છે.

પૂજ્ય ડોંગરે મહારાજ, કે પૂજ્ય મોરારિબાપુ, આ બંને કથાકારોનો આશ્રય પ્રભુસ્મરણ જ છે. એકે શ્રીકૃષ્ણનું અને બીજાએ શ્રીરામનું શરણ સ્વીકાર્યું અને પ્રભુ નામસ્મરણના સાતત્યે તેઓ આજે જગવંદિત અને વિદિત થયા છે.

વેદાંન્તનાં પ્રવચનો કરવાવાળાઓનો પણ હવે રાફડો ફાટ્યો છે. પરંતુ એ બધું વાક્‌વૈખરી. વેદાન્તના સિદ્ધાંતોને સમજવાનું સરળ નથી, આચરણ તો મહામુશ્કેલ છે. આત્મા કેવળ દ્રષ્ટા છે અને દુઃખ તો માત્ર શરીરને જ થાય છે, તમો શરીર નથી, આત્મા છો. આત્મા તો સુખ અને દુઃખથી પર છે. આ બધું પોકળ પાંડિત્ય છે. સત્ય હોવા છતાં જ્યાં સુધી અનુભવજન્ય જ્ઞાનની પ્રપ્તિ ન થાય ત્યાં સુધી બધું મિથ્યા. માટે નામનો જ આશ્રય રાખવો.

ભાગવતજીમાં અજામિલની વાત આવે છે. આ 'અજા' એટલે માયા. માયામાં અટવાયેલો જીવ એટલે અજામિલ. ભાગવતજીએ કહ્યું છે

**સાંકેત્યં પરિહાસ્યં વા સ્તોત્રં હેલનમેવ વા।**
**વૈકુંઠનામગ્રહણમશેષાઘહરં વિદુઃ॥**
**પતિતઃ સ્ખલિતો ભગ્નઃ સંદષ્ટસ્તપ્ત આહતઃ।**
**હરિરિત્યવશેનાહ પુમાન્નાર્હતિ યાતનાઃ ॥**
**(ભા.૬.૨.૧૪/૧૫)**

મોટા મોટા મહાપુરુષો પણ જાણે છે કે સંકેતથી, પરિહાસથી, તાન કે આલાપથી, અથવા તો કોઈની અવહેલના કરવામાં પણ જો ભૂલથી પણ પ્રભુસ્મરણ કે ભગવન્નામ ઉચ્ચારણ થઈ જાય તો પણ તે જીવના પાપનો નાશ થાય છે. માટે જ શ્રી સંત રામદાસજી કહે છે, હે મન! આવાં મંગલમય પ્રભુનાં નામના ઉચ્ચારણ માટે પૈસો ખર્ચવાનો નથી, ઉચ્ચારતાં કષ્ટ પડતું નથી. મહાઘોર સંસારના શત્રુ સમક્ષ જીત અપાવે છે, તેવા પવિત્ર નામને પ્રભાતે ચિંતવી લે. **ૐ શાંતિ (ક્રમશઃ)**

# શિવાનંદ કથામૃત

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

## ગુરુદેવનો સેવા પ્રત્યેનો પ્રેમ

એક દિવસ આશ્રમમાં એક મુલાકાતીની સાથે વાત કરતાં ગુરુદેવે તેને તેમની પાસેની કેટલીક નોટબુકો, પેનો અને ઘડિયાળો બતાવ્યાં.

પછી કૉલ-બેલને રમાડતાં રમાડતાં કહ્યું: ''લોકો વિચારે છે કે સંન્યાસીએ આ રાખવું કે વાપરવું જોઈએ નહિ, પણ હું એમ માનતો નથી. સેવા એ જ મહત્ત્વની છે. માનવતાના કલ્યાણ માટે બસ કામ, કામ અને કામ કરો. તે માટે જરૂરી સાધનો-શરીર અને મન - કામ કરવા માટે લાયક અને સ્વસ્થ સ્થિતિમાં રાખો. હું જુદા પ્રકારનો સંન્યાસી છું. મને સેવા કરવી ગમે છે. લોકો માને છે કે સંન્યાસીએ હંમેશાં ગંભીર રહેવું જોઈએ અને આમ બેસવું જોઈએ (અહીં ગુરુદેવ આંખો બંધ કરીને ટટ્ટાર બેઠા); અને તેમને પોતે મુક્તિ પામેલા સંત છે એમ દેખાડવું જોઈએ. પણ હું જુદા પ્રકારનો છું. સેવા તમારું ધ્યાન હોવું જોઈએ. આ મારી રીત છે.''

## હમણાં જ કરો, Do it Now (DIN)

તા. ૧૧-૭-૧૯૫૦ના દિને એક ભક્ત-બાઈની ગુરુદેવને ઓળખાણ આપવામાં આવી.''સ્વામીજી, આ બનીબાઈ છે, છેલ્લાં પચીસ વર્ષથી દક્ષિણ ભારતમાં તે હરિકથા કાલક્ષેપમ્' કરે છે. તેમની અહીં પણ 'કાલક્ષેપમ્' ગોઠવવાની ઈચ્છા હતી.''

તે વ્યક્તિ વાક્ય પૂરું કરે તે પહેલાં ગુરુદેવે કહ્યું: ''હા, હા, હું આજે રાત્રે જ કથા માટે ગોઠવીશ. આ ગંગાજીના કિનારા પરનું પરમ પવિત્ર સ્થાન છે. આ તક ભાગ્યે જ મળે. અમને બધાને પ્રેરણા મળશે અને ઉન્નત થઈશું.''

ભક્તે સંકોચથી કહ્યું: ''પણ સ્વામીજી, સાંજે તો અમે જવાના છીએ.''

ગુરુદેવે કહ્યું: ''તો પછી હું હમણાં જ તેની ગોઠવણ કરું છું! ઓ રાજગોપાલજી, ઘંટ વગાડો, પાલજીને તબલાં વગાડવા માટે બોલાવો. હાર્મોનિયમ અને તાનપુરા લાવો. દરેકને બોલાવો. પુરુષોત્તમ થોડીક સાકર અને કાળાં મરી લાવો. અહીં પાણીની વ્યવસ્થા રાખશો. વિશ્વનાથ, શેતરંજીઓ પાથરવા માંડ. પાડોશીઓને પણ બોલાવો. નિત્યાનંદજી, કથા પૂરી થયા પછી વહેંચવા માટે પ્રસાદની વ્યવસ્થા કરો.''

પાંચ મિનિટમાં બનીબાઈએ તેમની કથા - 'કાલક્ષેપમ્' શરૂ કરી.

## પૂર્ણત્વ

તા. ૩-૮-૧૯૫૬ના દિને ગુરુદેવે હૃષીકેશમાં એક બજારનો શિલારોપણનો વિધિ કર્યો. કુટીરમાં પાછા આવ્યા પછી તેમના શિષ્યો તેમણે શિલારોપણ કર્યું તેની રીત વિષે ચર્ચા કરતા હતા. ઘણાને એમ લાગ્યું કે તેમણે ખરેખર કડિયાકામ કરવાની તસ્દી લેવાની કોઈ જરૂર ન હતી.

''સ્વામીજી, સામાન્ય રીતે મોટા લોકો કોઈ મહત્ત્વના મકાનનું શિલારોપણ કરતા હોય છે ત્યારે શિષ્ટાચાર તરીકે લેલાથી ફક્ત ચૂનાનો થોડોક ભાગ મૂકતા હોય છે.''

''પણ હું કોઈ મોટો માણસ નથી.'' વાંધો ઉઠાવતાં ગુરુદેવે આ બાબતમાં પોતાનો અભિપ્રાય દર્શાવ્યો: ''આપણે જે કંઈ કરીએ તે આપણે પૂરા દિલ અને આત્માથી અને શક્ય તેટલી વધુ પૂર્ણ રીતે કરવું જોઈએ. કહેવત છે: 'મરણ પામેલી વ્યક્તિ કચરો વાળનાર સ્ત્રી હોય છતાં તેના અંતિમ સંસ્કાર સારી રીતે

થવા જોઈએ.' જો મારે એક પળે કડિયો થવાનું હોય તો મારે તે કામ સારી રીતે, મને સંતોષ થાય તેમ કરવું જોઈએ. મારા માટે શિષ્ટાચારનો કોઈ સવાલ નથી. મને જે કંઈ કામ સોંપવામાં આવે તે મારે સારી રીતે કરવું જોઈએ."

### માંદાની સારવાર

૧૯૪૯ના શિયાળાની એક રાત્રે ગુરુદેવ રાત્રિના સત્સંગ પછી ભજનહૉલની બહાર આવ્યા.

''તમે બાલમ્મલનું ટેમ્પરેચર સાંજે માપ્યું?'' તેમણે આશ્રમના કાર્યકરને પૂછ્યું. તેણે નકારમાં જવાબ આપ્યો.

ગુરુદેવ તરત જ દરદીના રૂમમાં ગયા અને દરદી સંબંધી ઝીણામાં ઝીણી બધી વિગતો જાણ્યા પછી જ કુટીર તરફ ગયા.

પછી તેમણે સમજાવ્યું: ''તમારી જાતને દરદીની જગાએ મૂકો. ઝીણામાં ઝીણી વિગતો તરફ ધ્યાન આપવાનું કેટલું જરૂરી છે તેનો ખ્યાલ આપવા માટેનો આ શ્રેષ્ઠ માર્ગ છે. જો તમે એમ માનો કે તમે ડૉક્ટર છો તો તમે કેટલીક વસ્તુઓ જતી કરી શકો છો. તમારે કઈ કઈ વસ્તુઓની જરૂર પડશે? દરદીને તે બધી વસ્તુઓ મળી શકે તે જુઓ. તમારે દરદીના ભાવથી કામ કરવું જોઈએ. સાચી સેવાનો આ જ અર્થ છે."

અને પછી સૂચન આપતાં કહ્યું: ''બેડ-પાન (પેશાબ-ઝાડા માટેનું પાત્ર) હોવું જોઈએ. ખાસ કરીને આ મહિલા જેવાં વૃદ્ધ દરદીની બાબતમાં આ ખૂબ મહત્ત્વનું છે. દીવો, દીવાસળી, એક ડોલમાં પાણી અને પવાલું હાજર હોવાં જોઈએ. આ બધી વસ્તુઓ રૂમમાં એવી રીતે સફાઈથી ગોઠવાયેલી હોવી જોઈએ કે દરદીને ખાસ મુશ્કેલી વગર તે મળી શકે. પથારીની ગોઠવણમાં તમારે ખાસ ધ્યાન રાખવું જરૂરી છે. પથારી ગોઠવવામાં સહેજ પણ બેદરકારી થશે તો તેથી કુદરતની શ્રેષ્ઠ દવા–દરદીની ઊંઘ – હરામ થઈ જશે. પથારીને ગમે તેમ કરો તે નહિ ચાલે. તંદુરસ્ત માણસને જે વસ્તુથી થોડીક અસુવિધા લાગે તે જ વસ્તુ માંદા માણસ માટે અસહ્ય મહાભય બની જાય છે. હંમેશાં આ વાત ધ્યાનમાં રાખો."

### ઉતાવળ ન કરો

એક વાર આશ્રમવાસીઓ રામાનંદ નામના આશ્રમવાસી મરણ પામતાં તેની અંતિમક્રિયા કરવાનું વિચારતા હતા.

એટલામાં ગુરુદેવ આવ્યા અને ચહેરા પરની શાંતિ જોઈને સલાહ આપી: 'ઉતાવળ કરશો નહિ. પહેલાં કૃત્રિમ શ્વાસોચ્છ્વાસ કરાવો. બેએક જરૂરી ઈન્જેકશન આપો. તે બેભાનાવસ્થામાં નથી તેની પૂરી ખાતરી કરો."

આશ્રમવાસીઓ આમતેમ દોડ્યા. બે જણે રામાનંદના પગને લીનામેન્ટ ટર્પેન્ટાઈનથી માલિસ કરી, બીજા બેએ કૃત્રિમ શ્વાસોચ્છ્વાસ આપવાનું શરૂ કર્યું. એક સ્વામીએ ઈન્જેકશન આપ્યાં. ગુરુદેવ પથારી પાસે બેઠા અને છાતી પર 'હરે રામ' કીર્તન સાથે માલિસ કર્યું.

જ્યારે કૃત્રિમ શ્વાસોચ્છ્વાસ આપતા હતા ત્યારે એક જણની પાસેથી રામાનંદનો હાથ છૂટી ગયો કે તે લવચીક હોય તેમ પડી ગયો ત્યારે ગુરુદેવે કહ્યું:

''ઠીક છે, હવે 'કૃષ્ણ ભગવાનની જય, બોલો." તેમણે જોયું કે જે શક્ય હતું તે બધું કરી ચૂક્યા છીએ. પછી તેમણે આશ્રમવાસીઓને તેની અંતિમક્રિયા માટે રજા આપી. તેમણે તેના મૃતશરીર પર એક ડોલ ભરીને ગંગાજળ રેડ્યું અને પંચાક્ષર કીર્તન કર્યું.

### ગુરુદેવનો અનુભવ

૧૯૫૬માં અમેરિકાના ખ્રિસ્તી ધર્મપ્રચારક સ્ટેન્લી જોન્સે આશ્રમની મુલાકાત લીધી. તા. ૧૪-૩-૫૬ના દિને સવારે મળેલી ગોળમેજી ચર્ચામાં રેવ. જોન્સ, ગુરુદેવ અને બીજા કેટલાકોએ પોતાના 'અનુભવો'નું બ્યાન આપ્યું.

જ્યારે ગુરુદેવનો વારો આવ્યો ત્યારે તેમણે ફક્ત કહ્યું: ''શોધો, મેળવો, પ્રવેશ કરો અને સ્થિર થાઓ. હું આ સૂત્ર ગાઉં છું. આ સૂત્રમાં હું રહું છું, હું ભલો બનવા પ્રયત્ન કરું છું. હું સદ્‌ગુણોનું ઉપાર્જન કરું છું. આ મારો

અનુભવ છે.''

**બધાંમાં ઈશ્વરદર્શન**

અમેરિકન ફિલસૂફ ડૉ. થોમ્પસને ગુરુદેવને સીધો પ્રશ્ન પૂછ્યોઃ ''સ્વામીજી, તમે ઈશ્વરને જોયો છે?''

ગુરુદેવે કહ્યુંઃ ''હું ઈશ્વર સિવાય બીજું કંઈ જ જોતો નથી. હું જે ખોરાક ખાઉં છું તેમાં, હું જે પાણી પીઉં છું તેમાં, હું જેમને સન્માનું છું તે લોકોમાં અને આપનામાં, ડૉ. થોમ્પસન, મને ઈશ્વર સિવાય કંઈ જ દેખાતું નથી.''

**સંતોની કૃપા**

એક દિવસ, સદ્હેતુવાળા એક શિષ્યે ગુરુદેવને પૂછ્યુંઃ ''ઘણા ભોળા લોકો આપની પાસે અલૌકિક સિદ્ધિઓ છે એમ માને છે. લોકો કહે છે તેવી એલૌકિક શક્તિ પોતાની પાસે નથી એમ તેમને જણાવવાનું આપ કેમ વિચારતા નથી?''

''સંતોના દિવ્ય સ્પર્શથી અસાધ્ય રોગોને મટાડવા અને કોઈ વખત મૃતને જીવન પાછું આપવાના સાચા બનાવો આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રમાં જોવા મળે છે.'' ગુરુદેવે સમજણ આપતાં કહ્યું. ''આ ચમત્કારો નિઃશંકપણે કોઈ દલીલથી સમજાવી શકાતા નથી, પણ ઘણી વખત ચમત્કાર જાણીતા નિયમને ફક્ત રદ કરે છે એટલું જ નહિ પણ આવા ચમત્કાર અજ્ઞાની જોનાર જેનાથી તે પોતે તદ્દન અજ્ઞાત છે એવા ઉચ્ચતર નિયમના ભાવને જગાડવા તથા તેને અમલમાં મૂકવા તેને અભિપ્રેત કરે છે અને આમ થવાથી, જોનાર આશ્ચર્ય અને વિસ્મય અનુભવે છે. જ્યારે તમારી જ્ઞાનની મર્યાદાથી કારણ છૂપું હોય અને જો ઘટનાક્રમની ગેરહાજરીમાં ફક્ત અસર જ દેખાતી હોય ત્યારે એમ લાગે કે કંઈક અલૌકિક બની રહ્યું છે.''

અને ગુરુદેવે ઉમેરતાં કહ્યુંઃ ''કેટલાક સંતો તેમની ઘણી માનસિક કે આધ્યાત્મિક સિદ્ધિઓનો જાણી-જોઈને ઉપયોગ કરતા નથી; પણ પોતાની શ્રદ્ધાના બળે, તેના ભક્તો જ્યારે તેઓ જોખમકારક માંદગીમાં, કપરી દશામાં કે ભૌતિક ભયમાં હોય ત્યારે આશ્ચર્યકારક ઘટના દ્વારા ઊગરી જાય છે. વધુમાં સંતનું વિશુદ્ધ ચેતનાબળ જે ભક્તો મન અને આત્માથી સંતની મદદ માટે પ્રાર્થના કરે છે તેની સહાયમાં ધસી જાય છે.''

**ચમત્કાર**

તા. ૧૪-૩-૧૯૫૫ના દિને જ્યારે સત્સંગ માટે જઈ રહ્યા હતા ત્યારે ગુજરાતના પ્રવાસથી પાછા ફરેલા સ્વામી આત્માનંદે ગુજરાતમાં થયેલા એક ચમત્કારનો વિગતવાર હેવાલ આપ્યો.

અમદાવાદ શહેરમાં ગુરુદેવ એક ભક્તના ઘરમાં દેખાયા હતા. ઘરની મહિલાએ ગુરુદેવનાં ચરણોની પૂજા કરી અને પ્રસાદ ધરાવ્યો. તેમના ગયા પછી બે પાદુકાઓ અને તેમનો ફોટો ઉપરથી પડ્યાં. તે જ પ્રમાણે તેણે ગુજરાતીમાં રચેલાં કેટલાંક ભજનો પણ મળ્યાં.

જ્યારે ગુરુદેવે આ બધું સાંભળ્યું ત્યારે ગુરુદેવે આજુબાજુ જોઈ પાસે બેસેલા ભક્તોને કહ્યુંઃ ''શું આ ચમત્કાર નથી?'' પછી આત્માનંદ તરફ ફરી તેમણે પૂછ્યુંઃ ''તમે તે ભજનોની એક પ્રત કેમ લેતા ન આવ્યા? તે બહેનને લખો અને મેળવી લો.''

પછી ગુરુદેવ સત્સંગ ભવન તરફ ગયા. ફરી તેમણે પોતાની સાથેના શિષ્યોને પૂછ્યુંઃ ''શું આ ચમત્કાર નથી?''

એક શિષ્યે હિંમત કરીને તેમને પૂછ્યુંઃ ''શું આ સ્વામીજી પહેલાંથી જાણતા હતા?''

ગુરુદેવે ભારપૂર્વક કહ્યુંઃ ''હું કંઈ જ જાણતો નથી. ઈશ્વર જ દરેક વસ્તુ મારા માટે કરે છે.''

**ગુરુદેવની દૂર દૃષ્ટિ**

એક નેક સાધકને વતનમાં તેના ઘેર ગુરુદેવનો આભાસ થયો. તેણે જ્યારે તે આશ્રમમાં આવ્યો ત્યારે તે વાત ગુરુદેવને કરી અને ગુરુદેવને તે સત્ય હતું કે ભ્રમણા હતી તે વિષે પૂછ્યું. જિજ્ઞાસુની શંકાનું નિવારણ કરવાનું હતું એટલે ગુરુદેવે તેને પૂછ્યુંઃ

''તમે પોતે આભાસ જોયો છે ને?''

જિજ્ઞાસુએ કહ્યુંઃ ''હા, ગુરુદેવ.''

ગુરુદેવે તેના તરફ જોઈ પૃચ્છાભાવે તેને પૂછતા

અનુસંધાન પાના નં. ૧૬ ઉપર

# આનંદ કુટીરનો સાદ

ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી

### બ્રહ્મવિદ્યા

પ્રકાશનાં બાળકો, તમે ઘણાં વિજ્ઞાનો ભણો છો-જીવવિજ્ઞાન વનસ્પતિશાસ્ત્ર, મનોવિજ્ઞાન વગેરે, પણ એક એવું વિજ્ઞાન છે કે જે જાણ્યા પછી અદૃષ્ટ વસ્તુ દૃષ્ટ બને છે, અશ્રુત બાબતો સાંભળી શકાય છે. અજ્ઞાત વસ્તુ જ્ઞાત બને છે, વિચારથી પર બાબતો વિચારી શકાય છે. આ વિજ્ઞાન બધાં વિજ્ઞાનોનું વિજ્ઞાન છે. તમે જ્યારે આ વિજ્ઞાન ભણશો ત્યારે તમે શાશ્વત અને નિરંતર આનંદ પ્રાપ્ત કરશો. આ વિજ્ઞાનોનું વિજ્ઞાન તે બ્રહ્મવિદ્યા કહેવાય છે.

બધાં નામ તથા રૂપનો મૂળ આધાર બ્રહ્મ-પરમાત્મા-છે. બ્રહ્મવિદ્યા તમારાં મન, ઈન્દ્રિયો અને પ્રાણને પ્રકાશ આપે છે. આ જ એક માત્ર વિજ્ઞાન છે-આત્માનું વિજ્ઞાન-જે તમને સર્વશ્રેષ્ઠ ખજાનો પ્રાપ્ત કરવામાં મદદરૂપ થશે. તેને કોઈ ચોર તમારી પાસેથી ચોરી નહીં શકે. તમને આ અખૂટ ધન મળશે, જે તમને અનંતકાલીન સંતોષ આપશે. ત્યાર પછી મન જગતની બીજી કોઈ વસ્તુ મેળવવાની આકાંક્ષા નહીં કરે, કારણ કે ભગવાન પરિપૂર્ણ છે. તમારી બધી જ ઈચ્છાઓ તૃપ્ત થશે. ઈશ્વર સાક્ષાત્કાર માટે જ તમને માનવજન્મ મળ્યો છે. બધા જ લોકો આ ધ્યેય તરફ ગતિ કરી રહ્યા છે પણ ખૂબ ઓછા લોકો તેનાથી સભાન છે. તેઓ ભૌતિક જીવનમાં ગૂંચવાઈ ગયા છે.

તમે ગમે તેટલા બુદ્ધિશાળી હો, ગમે તેટલા ધનવાન હો પણ જો તમે આ વિજ્ઞાનોના વિજ્ઞાનને ન જાણો તો તમારું જીવન દુઃખદ રીતે નિષ્ફળ ગયું છે. તમને પૂર્ણતા પ્રાપ્ત નહીં થાય, હંમેશાં જીવનમાં અભાવની જ વૃત્તિ રહ્યા કરશે.

### યુનિવર્સિટીના શિક્ષણનું મૂલ્ય

આજની કેળવણીમાં તમને ભગવાન તરફ લઈ જાય તેવું કશું નથી. તે તમને જ્ઞાનથી પ્રગટેલો વિવેક નહીં આપી શકે. જો તમારામાં વિવેક જાગશે તો તમે જીવનની એકાત્મતા અનુભવી શકશો. તમે તે શાળામાંથી નહીં મેળવી શકો.

શાંતિ પ્રાપ્ત કરવી તે સહેલી વાત નથી. શાંતિ બજારમાંથી ખરીદી શકાય તેવી કોઈ વસ્તુ નથી. તે એવો ગુણ નથી જે કેટલાંક વર્ષ પુસ્તકાલયનાં પુસ્તકો વાંચીને વિકસાવી શકો. તે એવી કોઈ નથી, જે મહાનિબંધ લખીને મેળવી શકો. યુનિવર્સિટીની ડિગ્રીથી તમે કેવળ થોડા પૈસા કમાઈ શકો. તમારી પાસે લાખ રૂપિયા હોય તો પણ ભગવાનના દિવ્ય ધન વિના તમે ભિખારી જેવા જ રહેવાના.

જો તમે રાજાઓના પણ રાજા બનવા માગતા હો તો તમારામાં નચિકેતા જેવું તત્ત્વ હોવું જોઈએ. નચિકેતા દસ વર્ષનો છોકરો હતો. મૃત્યુના દેવ યમે તેને વિવિધ રીતે લલચાવી જોયો. પણ તેણે બધી જ વસ્તુ લેવાની ના પાડી. ''આ બધી જ વસ્તુઓ ઈન્દ્રિયોનું તેજ હરનારી છે. તમે મને દેવોનું આયુષ આપવાનું કહ્યું છે. એ આયુષ પરમાત્માની પ્રાપ્તિ કરવાથી મળતા શાશ્વત જીવનની સરખામણીમાં નગણ્ય છે. બધું જ ધન, સુંદર તરુણીઓ અને દિવ્ય રથો તમારી પાસે જ રાખો. મને એવું વિજ્ઞાન શીખવો, જે મને અમર બનાવે, જે મને એવી સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરાવે જે કાર્ય-કારણ, સુખ-દુઃખ, સદ્ગુણ-દુર્ગુણ, ઈષ્ટ-અનિષ્ટ એવાં દ્વંદ્વોથી પર હોય.''

તમે આ વિજ્ઞાન ભણ્યા છો ? તમે તમારા ભૌતિક જગતના જ્ઞાનના ગર્વથી ફુલાઈ ન જાઓ. નમ્ર બનો. આ આત્માના વિજ્ઞાનને ભણો, આ વિજ્ઞાન જે લોકો વિનમ્ર હશે તે જ શીખી શકશે. તમારે ભણતરના ખોટા અભિમાનને છોડી દેવું જોઈએ. તમે જે શીખ્યા છો તે બહુ અલ્પ છે. તમારે હજુ સાગર જેટલું વિશાળ ભણવાનું છે. તમારે સર્વશ્રેષ્ઠ જ્ઞાન મેળવવાનું છે. માત્ર આ જ્ઞાન જ તમને અમરત્વ પ્રદાન કરશે. આ જ્ઞાન જ તમને બળવાન બનાવશે. જ્યારે તમે યુવાન છો ત્યારે હમણાં જ બી વાવી દો. ભવિષ્યમાં તમે તેનું ફળ પ્રાપ્ત કરશો.

☐ 'યોગના પાઠ' માંથી સાભાર

# અમૃતપુત્ર-૨૧

- શ્રીમતી રાજલક્ષ્મી દેશપાંડે

['અમૃતપુત્ર'ના અંશો પૂજ્યશ્રી ગુરુદેવ શ્રીમત્ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજ સમક્ષ લોનાવલા-ખંડાલા અને દહેરાદૂનમાં વાંચવામાં આવેલા. મૂળ મરાઠી લેખન અને પછી હિન્દી ભાષાંતર શ્રીમતી રાજલક્ષ્મી દેશપાંડેએ કર્યું છે. તેમની અનુમતિથી આ ગુજરાતી ભાષાંતર દિ.જી.ના ગુરુભક્ત સાધકોની સેવાર્થે પ્રસ્તુત કરવાનો આનંદ છે. -સંપાદક]

લંડનના દિવ્ય જીવન સંઘની શાખામાં સૌ ભક્તો સ્વામીજીની રાહ જોઈ રહ્યા હતા. એટલામાં કોલબેલ વગાડીને એક ભારતીય મહિલા અંદર આવી. બધા લોકોને આશ્ચર્ય થયું. આવી રીતે અચાનક, ફોન કર્યા વગર, કોઈને ત્યાં જવાનું... આ એટીકેટની બહારની વાત હતી, પરંતુ તેણીએ જ કહ્યું, 'માફ કરજો. હું આગળથી ફોન કર્યા વગર આવી છું, પણ મને ખબર નથી કે હું અહીં શા માટે આવી છું. હું હઠયોગના વર્ગમાં ગયેલી, બસ, ત્યાંથી જાણે કોઈ મને અહીં ખેંચી લાવ્યું. એક તીવ્ર ઈચ્છા, મને મારી અંદરથી ધક્કો મારી રહી હતી. કારણ? ક્ષમા કરજો, મને ખબર નથી.

અને અંદર આવતાં આકસ્મિક તે શ્રીમતી ઈવૉન પાસે આવી અને બોલી... 'ઓહ! હવે મને સમજાયું કે હું અહીં શા માટે આવી છું. તમારે ભારત જવાનું છે ને? હૃષીકેશ? ચિંતા ન કરો. તમો જરૂર જઈ શકશો. મને લાગે છે કે સદ્‌ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજે જ મને અહીં મોકલી છે, કારણ કે તેઓને જ હું બરાબર જાણું છું કે ભક્તોના હૃદયમાં તેઓ ભક્તિનો જુવાળ ઊભો કરે છે... બસ, તમારા માટે જ... તમારા જ માટે મને અહીં લાવવામાં આવી છે.

શ્રીમતી ઈવૉન દેશ-પરદેશ ભ્રમણ કરતાં હતાં. પોતાની બીમારી કોઈના ઉપર બોજો ન બની જાય તે માટે તો તેમણે ગૃહત્યાગ કર્યો હતો, પરંતુ હવે તે ભારત જવા માગતાં હતાં. ભારતમાં હૃષીકેશ ખાતે શિવાનંદ આશ્રમમાં રહેવા માગતાં હતાં. બસ... હંમેશાં... હંમેશાં માટે, પરંતુ તે શું એટલું બધું સહેલું હતું? સ્વામીજી તેને પોતાને ઘરે પાછી ફરવા માટે કહી રહ્યા હતા. પોતાના પરિવાર સાથે રહેવા કહી રહ્યા હતા, પરંતુ હવે તેણીને ઘર કે પરિવાર કોઈનો પણ મોહ ન હતો.

એટલામાં એક દિવસ તેના પતિનો પત્ર આવ્યો. જ્યારે તેણીએ આ વાત સ્વામીજીને કહી ત્યારે સ્વામીજીએ કહ્યું, 'હવે તો તમારા ઘરે પાછાં ફરી જ જવું જોઈએ. ઘરમાં રહીને પણ તમો પ્રભુભજન અને સેવા કરી શકો છો. માટે જાઓ.તમારા પતિ, પુત્રો, દીકરા-દીકરીઓ સૌને જઈને કહો, 'હું તમારા માટે પાછી આવી છું, તમારી સેવા કરવા માટે અને તે સૌમાંથી જો એકને પણ આપની આવશ્યકતા હોય તો તમારે તેમની સેવા માટે ઘરમાં જ રહેવું જોઈએ. ઘર છોડવાની આવશ્યકતા નથી.

પોતે સંન્યાસી હોવા છતાં સ્વામીજીએ ગૃહસ્થાશ્રમ પ્રતિ કદીએ ઘૃણાની દૃષ્ટિથી જોયું ન હતું. બ્રહ્મચારી, વાનપ્રસ્થાશ્રમી અને સંન્યાસીઓના આશ્રયદાતાના રૂપમાં તેમણે ગૃહસ્થાશ્રમને સદા સર્વશ્રેષ્ઠ જ ગણાવ્યો હતો. આધ્યાત્મિક સાધના માટે પોતાના દૈનિક જીવનથી, સંસારથી મોઢું ફેરવી લેવાનું તેમણે કદી પણ શીખવ્યું ન હતું, પરંતુ જ્યાં પણ રહો, જે પણ અવસ્થા પરિસ્થિતિ કે સમાજમાં, ત્યાં પોતાનું પ્રત્યેક કાર્ય સારામાં સારી રીતે કરવાનું જ સૂચવ્યું હતું, કારણ સ્વામીજીનું તત્ત્વજ્ઞાન કઠોર અને એકાંગી ન હતું. માત્ર કર્મકાંડને જ મહત્વ આપવું અને પારિવારિક કર્તવ્ય અને નિષ્ઠા ગૌણ તે વાતને તેમણે કદીયે મહત્ત્વ આપ્યું ન હતું. સ્વામીજીનો પરમાર્થ તો વીસમી સદીનું સરળ જીવનયાપન કરતો કોઈ પણ યતિ સંન્યાસી ખૂબ જ સરળ રીતે જીવન જીવીને સાંસારિક સંબંધોમાં જ પ્રભુ ભજન કરી શકતો. માટે જ શ્રીમતી ઈવૉનને ગૃહત્યાગ કરીને ભારત આવવા માટે સ્વામીજીએ પ્રોત્સાહન ન આપ્યું.

પરંતુ શ્રીમતી ઈવૉન હવે મનમાં તમામ દુન્યવી બંધનોથી મુક્ત થઈ ગયાં હતાં. પોતાની લાંબી માંદગીમાં જે ભારતીય યોગપરંપરાએ તેમને રાહત આપી, હવે તેઓ તેને ત્યાગવા માગતાં ન હતાં, છતાં સ્વામીજીની

આજ્ઞા શિરોધાર્ય માનીને તેઓ ઘરે પાછાં ફરી ગયાં... ફ્રાન્સમાં.

ઘરે પાછા ફરીને તેમણે પરિવારજનોને કહ્યું, 'હું તમો સૌના માટે..તમારી સૌની સેવા માટે પાછી આવી છું.'

પરંતુ પરિવારનાં નાનાં-મોટાં સૌ સમજી ગયાં હતાં કે.... 'હવે તેઓ અમારાં રહ્યાં નથી.'

તેઓ પત્ની છે, માતા પણ છે. પોતાનું પ્રત્યેક કર્તવ્ય સારી રીતે નિભાવે છે, છતાં દિલથી તે અલિપ્ત છે. તેના મનમાં હવે એક સાંસારિક મહિલા જેવો ઉમળકો નથી. આ ઈવૉન... તે જૂના દિવસોની વાત્સલ્યમૂર્તિ માતા... વહાલી પત્ની, હવે ખોવાઈ ગઈ છે, તે હવે કોઈ બીજી જ સ્ત્રી હોય તેવું લાગે છે. બહુ જ ભલી છે.... પરંતુ તે 'પોતાની' તો લાગતી જ નથી, અને એક દિવસ તેમના પુત્રે તેમને કહ્યું:

'મા, હું બાળપણમાં ડરતો હતો. મને લાગતું હતું કે તું ખ્રિસ્તી સાધ્વી બનીને... અમને છોડીને... ચાલી જશે, પરંતુ તું ખોવાઈ ન જાય... એટલા માટે તો હું મધરાતે પણ તારી પાસે આવતો હતો અને તું ખડખડાટ હસીને કહેતી... પાગલ નહીં તો... અરે! હું તને છોડીને ક્યાં જાઉં! કદીયે નહીં. એવું કેમ બને?' પરંતુ મા હવે મને સમજાયું છે કે તું પાછી ભલે આવી, પરંતુ તારો જીવનપથ ભારતમાં જ અજવાળાશે. તે જ તારા જીવનનો રાહ છે. મા! જા મા જા. તું ભારત જા અને સુખી થા. તારાં જ સુખમાં અમારું સુખ છે. અમારી ચિંતા ન કર...' અને તેનાં પરિજનોએ હૃદયપૂર્વક તેણીને ભારત જવા અનુમતિ આપી... આમ, શ્રીમતી ઈવૉન ભારત આવ્યાં.

ભારતની ભૂમિને સ્પર્શ કરતાં જ તે ફ્રેન્ચ મહિલાએ તેને પ્રણામ કર્યા. ભારતની પવિત્ર માટીને મસ્તક પર લલાટમાં સ્પર્શ કરાવી તેના ખૂબ જ આર્ત... હૃદય ગવ્હરમાંથી શબ્દ નિઃસૃત થયા... 'India...Mother India'. આ તે જ ભૂમિ છે કે જ્યાંથી સમગ્ર વિશ્વને માર્ગદર્શન આપનારું તત્ત્વજ્ઞાન ઉત્પન્ન થયું છે. આ તત્ત્વજ્ઞાન અહીં ખીલ્યું, ફૂલ્યું, ફાલ્યું અને વિશ્વમાં વિસ્તૃત થયું. આ વીરોની જનની, જ્ઞાનીઓની ભૂમિ, ભક્તોની માતા, સંતોની જન્મદાત્રી... આ ધરતીના કણકણમાં ધર્મ છે, ધર્મ છે, ધર્મનો મર્મ છે. ભારતનાં સંતાનોના સીધા-સાદા સહજ જીવનમાં એક શ્રેષ્ઠ તત્ત્વજ્ઞાન સમાયેલું છે.

શ્રીમતી ઈવૉને ભારતને ઊંડા અંતરથી નિહાળ્યું. તેણે જોયું અહીં લોકો ઝૂંપડાંઓમાં રહે છે. તેમની ભૂખ ભાગ્યે જ સંતોષાતી હતી અને પીવા માટે પૂરતું ચોખ્ખું પાણી પણ ન હતું. આવી વિષમ દૈન્ય પરિસ્થિતિમાં હોવા છતાં તેમના ચહેરાઓ ઉપર એક અપૂર્વ સંતોષ અને સમાધાન દેખાતું હતું. તેમના ધૂળથી ભરેલા કાળા-શ્યામ પણ સલોના-નમણા ચહેરાઓ પર એકમાત્ર આત્મીય આનંદની લહેરખીઓ આટાપાટા રમતી હતી. તેમનો દેહ થનગનતો હતો. તેમનાં જીવન થનગનાટથી સભર હતાં. એક અદ્ભુત ઉત્સાહ... એક અવર્ણનીય આનંદ. આવો આનંદ! રોજ એક નવી કાર ખરીદવાવાળા ધનવાનોના નબીરાઓ કે જે અનેક પ્રકારનાં પ્રસાધનોથી પોતાના ચહેરા રૂપાળા દેખાય તે માટે પ્રયત્નશીલ છે, તેમના ઉપર પણ કદીયે જોવા નહોતો મળ્યો. અહા! આ તે વળી કેવો આનંદ! કેટલું બધું માનસિક સમાધાન. શું આનો મૂળ સ્રોત ભારતીય તત્ત્વજ્ઞાનમાં તો નહિ હોય? તેણીના માટે આ પ્રશ્ન એક કોયડો બની ગયો હતો.

હિમાલયનાં ઉત્તુંગ શિખરો હવે તેને પોતાનાં લાગતાં હતાં. ગંગાજીના પ્રશાંત નિર્મળ નીરમાં તેનું હૈયું ભીંજાઈ ગયું. આશ્રમનું પ્રવેશદ્વાર તમામ ધર્મોના અનુયાયીઓ માટે સદા સર્વદા ખુલ્લું હતું. દિવ્ય જીવનનો અર્થ જ સર્વધર્મ-સદ્ભાવ. દિવ્ય જીવન સંઘનો લોગો (બોધચિહ્ન) પણ કેટલો અર્થસભર છે. એક વિકસિત કમળ, તેના હૃદયમાં ભક્તિનું જળ અને જ્ઞાનનો સૂર્ય, કર્મના બે હાથ સેવા, પ્રેમ, ધ્યાન અને આત્મસાક્ષાત્કારની આલબેલ વગાડે છે, પરંતુ આ બધાનું કેન્દ્ર તો ૐકાર છે, જે મધ્યસ્થે રહેલો છે.

અને, ઉત્કંઠિત મને શ્રીમતી ઈવૉને આશ્રમમાં પ્રવેશ કર્યો.

❑ 'અમૃતપુત્ર'માંથી સાભાર

# 'એ વેળા આવી ગઈ છે-૨'

- શ્રીમતી જ્યોતિબહેન થાનકી

બીજે દિવસે સમગ્ર શહેરમાં અને આજુબાજુના પ્રદેશોમાં ભારે શોધ કરવા છતાં કુમારની ક્યાંયથી ભાળ ન મળી. સાત જ દિવસના બાળપુત્રને, પોતાને અને સમગ્ર રાજવૈભવને છોડીને જગતકલ્યાણનો માર્ગ શોધવા માટે કુમાર તપસ્યા કરવા ચાલી નીકળ્યા છે, એ વાત ગોપા પોતાના અંતર દ્વારા જાણી ચૂકી, પણ છતાં આ વાસ્તવિકતાનો સ્વીકાર કરવા તેનું મન તૈયાર નહોતું. તેનું હૃદય વ્યાકુળ બની આક્રંદ કરી ઊઠતું, અને તેના મનમાં વારંવાર એક પ્રશ્ન ઉદ્ભવતો હતો કે, 'કુમાર શા માટે મને ઊંઘતી મૂકીને ચાલ્યા ગયા? શું હું એમના મહાન કાર્યમાં બાધારૂપ હતી? એમના હૃદયમંથનની તો હું સાક્ષી હતી, અત્યારે આ વેળાએ તેઓ મને અને આ સાત દિવસના બાળકને મૂકીને કેમ ચાલ્યા ગયા? મારા ખોળામાં એમનો આ વારસદાર છે, નહીંતર હું પણ એમની સાથે ચાલી નીકળત! ના, એમનાં કાર્યોમાં, વિચારોમાં, ચિંતનોમાં, હું ક્યારેય અવરોધરૂપ બની નથી, અને હજુ પણ, તેમની તપસ્યાના માર્ગમાં હું અવરોધરૂપ નહીં, પણ સહાયરૂપ બનીશ. ભલે તેમને તપસ્યા કરવા વનમાં જવું પડ્યું તો હું મહેલમાં રહીને તપસ્યા કરીશ.' આમ, પોતાના અંતરમાંથી બળ મેળવીને ગોપાએ આંખમાં ધસી આવતાં આંસુઓને હૃદયમાં જ ધરબી દીધાં અને મક્કમ નિર્ધાર કરી બાલ રાહુલને છાતીસરસો ચાંપી બોલીઃ 'બેટા, હવે તો તું જ મારો આધાર છે!'

એ જ ક્ષણથી ગોપાએ પોતાનાં સુંદર વસ્ત્રાલંકારોને ત્યજી દીધાં. સુંદર ભોજન અને સ્વાદિષ્ટ પદાર્થો ખાવાના છોડી દીધા. સુંવાળી શય્યાને ત્યજી દીધી અને તપસ્વિનીનું કઠોર જીવન અંગીકાર કરી લીધું. આ જોઈને મહારાણી ગૌતમીએ તેને સમજાવતાં કહ્યુંઃ 'બેટા, તું રાજ્યની કુલવધૂ છો. રાજપુત્રની માતા છો. તારું આવું કઠોર જીવન અમારાથી જોઈ શકાતું નથી.' ગૌતમના પિતાજી પણ કહે છે કે, 'આવાં આકરાં વ્રતનિયમોથી તારી જાતને વધુ દુઃખી ન કર. આ બાળપુત્રને ખાતર પણ તું આવી ઉગ્ર તપશ્ચર્યા છોડી દે.

'મા, જ્યારે આ રાજપ્રસાદમાં આવી ત્યારે આપે જ તો મને પતિવ્રતાનો ધર્મ શીખવ્યો હતો. જો કુમાર સર્વસ્વનો ત્યાગ કરી તપસ્યા કરી રહ્યા છે અને મારું તો સર્વસ્વ એમની સાથે એકાકાર થઈ ગયેલું છે તો હું હવે કેવી રીતે સુખોપભોગ માણી શકું? હવે તો મારો ધર્મ જ બદલાઈ ગયો છે. આપ મને આશીર્વાદ આપો કે હું મારા ધર્મમાંથી ક્યારેય ચલિત ન થાઉં.' ગોપાને સમજાવવા આવેલાં મહારાણી ગૌતમી પણ સંયમનો પાઠ શીખીને પાછાં ફર્યાં.

હવે ગોપાનું સંપૂર્ણ ધ્યાન રાહુલમાં હતું. તેમ છતાં બાળપુત્રને જોતાં જોતાં તે સ્થિર થઈ જતી અને તેમાં તેને ધ્યાનમાં ડૂબેલા કુમારનું મુખ દેખાવા લાગતું. અર્ધી રાત્રે ઝબકીને જાગી જતી ત્યારેય તેનું મન તપશ્ચર્યારત તેના સ્વામી પાસે પહોંચી જતું. તેને સમાચાર મળ્યા કે રાજગૃહીની પાસેના વનમાં કુમાર ઘોર તપશ્ચર્યા કરી રહ્યા છે. એક વાર ત્યાં જઈને એમના દર્શન કરવાની તીવ્રતમ ઈચ્છા જાગી ઊઠી, પણ તેના માટે ત્યાં જવું અશક્ય જ હતું. આથી મનોમન પ્રાર્થના કરતી રહી કે દેવોની કૃપાથી કુમારને જલદી સિદ્ધિ સાંપડે અને એક વખત તેમનાં જરૂર દર્શન થાય. આમ તેના તપશ્ચર્યાપૂર્ણ દિવસો પણ પસાર થતા રહ્યા અને બાળપુત્ર પણ મોટો થવા લાગ્યો.

એક દિવસ ગોપા નદીકિનારે બેઠી બેઠી રાહુલની બાળરમતો જોઈ રહી હતી. ત્યાં આકાશમાં ઊડી રહેલાં પક્ષીઓ પર તેની દૃષ્ટિ પડી અને તે પક્ષીઓને ઉદ્દેશીને કહેવા લાગી, 'ઓ ગગનવિહારી પક્ષીઓ, તમે તો આકાશમાં ઊડીને સર્વત્ર વિહરો છો. જો કયારેય તમે મારા સ્વામીને જુઓ તો મારા પ્રણામ પાઠવશો અને કહેજો કે તમારા મુખેથી શબ્દ સાંભળવા અને એક ક્ષણ

તમારો સ્પર્શ પામવા માટે જ તમારી આ દાસી જીવી રહી છે.' ત્યાં તો દાસી દોડતી આવી ને શ્વાસભેર બોલીઃ 'નાનાં રાણીબા, રાજકુમારજીના સમાચાર લઈને બે વણિકપુત્રો આવ્યા છે. આપને મહેલમાં બોલાવે છે.' રાહુલને લઈને તે ઝડપથી પોતાના મહેલમાં આવી ત્યારે તેણે એ વ્યાપારીઓના મુખે સાંભળ્યું કે ગયા પાસેના ગાઢ વનમાં રાજકુમારજીએ ઘોર તપશ્ચર્યા કરી. આખરે ગયા પાસે એક વૃક્ષની નીચે એમને જ્ઞાન પ્રાપ્ત થયું અને તેઓ બુદ્ધ બની, હવે અસંખ્ય લોકોને સત્યમય જીવનનો ઉપદેશ આપતા આવી પહોંચ્યા છે.' આ સમાચાર સાંભળી ગોપાનું રોમેરોમ પુલકિત થઈ ઊઠ્યું. તેણે આ વ્યાપારી પુત્રોને રત્નો આપી રાજી કર્યા અને બાલ રાહુલને કહેવા લાગી : બેટા, તારા પિતાજી બુદ્ધ બનીને આવી રહ્યા છે! તું કેટલો ભાગ્યશાળી છે!'

'મા, હું પણ પિતાજી સાથે જઈશ ને તને પણ સાથે લઈ જઈશ.' આઠેક વર્ષનો એ બાળક ઉત્સાહપૂર્વક બોલી ઊઠ્યો ત્યારે મનોમન ગોપા બોલી ઊઠી, 'બેટા એ એટલું સહેલું નથી!'

બીજે જ દિવસે કપિલવસ્તુની શેરીઓમાં ફરતા બુદ્ધને જોવા નગરજનો ઊમટી પડ્યા. ત્યાં સમાચાર મળ્યા કે બુદ્ધદેવ રાજપ્રસાદ તરફ આવી રહ્યા છે. તેમને સત્કારવા મહેલમાં ભારે હલચલ મચી રહી છે અને ગોપાના હૃદયમાં પણ ક્યાં ઓછી હલચલ મચી હતી? પણ તે કોઈ જાણતું નહોતું. પોતાના પ્રાણપ્રિય સ્વામીનાં દર્શન કરવા તે આતુર બની ગઈ હતી. તેનું હૈયું હાથ ન રહ્યું. તે મહેલની અટારીએ ચઢી ગઈ અને ત્યાંથી તેણે પોતાના સ્વામીને દૂરથી જોયા! હવે ક્યાં હતા એ રેશમી વાળના જુલફાવાળા, સુંદર વસ્ત્રાલંકારોથી શોભતા, સુગઠિત દેહયષ્ટિથી સૌંદર્યના મૂર્તિમંત સ્વરૂપ એવા કુમાર સિદ્ધાર્થ? તેને સ્થાને તો હતા મુંડિત મસ્તક, પાતળી દેહયષ્ટિ, ભગવાં વસ્ત્ર, હાથમાં ભિક્ષાપાત્ર અને ઉઘાડા પગ લઈને ચાલ્યા આવતા સંન્યાસી! આ દૃશ્ય તે જોઈ ન શકી. તેની આંખમાંથી આંસુ વહેવા લાગ્યાં. આ ક્ષણ માટે તો તેણે વરસો સુધી તપશ્ચર્યા કરી હતી. પોતાની જાતને અનેકવાર તૈયાર પણ કરી હતી. મનોમન તે આ દૃશ્યમાંથી કેટલીયે વાર પસાર પણ થઈ હતી પણ જ્યારે વાસ્તવિકતા સામે આવી ઊભી રહી, ત્યારે બધી જ દૃઢતા, બધા જ વિચારો સરી પડ્યા અને હૃદયનો બંધ છૂટી ગયો, પણ થોડી જ વારમાં તેણે પોતાની જાતને સંભાળી લીધી. મનોમન બોલી ઊઠીઃ 'અરેરે, આ હું શું કરી રહી છું? જેમની ચરણધૂલિથી આજ સમગ્ર કપિલવસ્તુ પાવન બની ગયું છે, જેમનાં દર્શન માત્રથી સર્વના સંતાપ ટળી જાય છે એવા મારા મહાન સ્વામીના આગમનની વેળાએ આ રુદન મને ન શોભે. એણે પોતાનો સઘળો શોકમોહ ખંખરી નાખ્યો અને તે સ્વસ્થ બની. જાણે કે બુદ્ધના દૂરથી કરેલાં દર્શને જ તેના આત્મા પર છવાયેલાં આસક્તિના પડળને હઠાવી દીધું. બુદ્ધને દૂરથી જ પ્રણામ કરી તે મહેલમાં નીચે આવી ત્યારે દાસીઓ તેને શોધી જ રહી હતી! રાજમાતા ગૌતમીનો સંદેશ આપ્યો કે બુદ્ધ રાજમહેલમાં પધારી રહ્યા છે એટલે દર્શન માટે રાહુલ સાથે ગોપા આવે.

હવે વિચારી રહી કે બુદ્ધ તો સંસારમાયાનાં સઘળાં બંધનોથી મુક્ત બની ગયા છે, પણ પોતે? હજુ પોતાનો સ્વામીભાવ નિર્મૂળ થયો નથી. આ સ્થિતિમાં તેમને મળવું, તેમના સંન્યાસ ધર્મમાં કદાચ બાધારૂપ નહીં બને ને? આમ વિચારીને તેણે રાહુલને કહ્યું : 'બેટા, તારા પિતાજી આવ્યા છે.'

'હે મા, પિતાજી આવ્યા છે? ચાલ જલદી, આપણે એમની પાસે જઈએ.'

'ના બેટા, તારે જવાનું છે. મારો સમય હજુ નથી આવ્યો. તું એમને પ્રણામ કરીને કહેજે કે હે તાત, મને પિતૃધન આપો.'

'પણ મા, મેં તો તેમને ક્યારેય જોયા નથી તો હું તેમને કેવી રીતે ઓળખી શકીશ?'

'પુરુષોમાં જે સિંહ સમાન છે, જેમના મુખ ઉપર દિવ્ય તેજ ઝળહળી રહ્યું છે, એ તારા પિતાને તું જરૂર ઓળખી જઈશ'. આમ કહીને પોતાના જીવનના એકમાત્ર આધારરૂપ પુત્રને છેલ્લી વાર છાતીસરસો

ચાંપીને કલ્યાણ વાંછતી માતાએ પુત્રને આત્મકલ્યાણના એ જ રસ્તે જવા પ્રેર્યો કે જે રસ્તે એના પિતા ગયા હતા!

માતાએ આપેલી ઓળખાણ પ્રમાણે રાહુલ સીધો બુદ્ધ પાસે જ ગયો અને પ્રણામ કરી પિતૃધન આપવા કહ્યું! આવા સુકુમાર બાળકના મુખે પિતૃધનની માગણી સાંભળી બુદ્ધ વહાલથી તેને નીરખી રહ્યા!

'બેટા, પિતૃધન એટલે શું તે તું જાણે છે?'

'હા, પિતાજી. તમારો જ્ઞાનવારસો મને આપો.'

'વત્સ, એ તો બહુ જ કઠિન માર્ગ છે.'

'બીજાને માટે હશે, મારા માટે નહીં' દઢતાથી રાહુલે કહ્યું. 'માએ મને એના માટે તો તૈયાર કર્યો છે, મારે તો તમારા જેવું થવું છે.' બુદ્ધે ઘણી ચકાસણી કરી, પણ રાહુલની મક્કમતા આગળ તેમને પણ ઝૂકવું પડ્યું, અને તેમણે પછી પોતાના શિષ્ય આનંદને કહ્યું: 'આને કાષાય વસ્ત્ર અને ભિક્ષાપાત્ર આપો.' આમ, બુદ્ધના સંઘમાં સહુથી નાનામાં નાનો ભિક્ષુ એમનો પુત્ર રાહુલ બન્યો! રાહુલની માતાનો આ કેટલો મોટો ત્યાગ હતો અને સંન્યાસી પતિનાં ચરણોમાં કેવી અપૂર્વ ભેટ તેણે ધરી દીધી!

હવે ગોપાનું સંપૂર્ણ એકાકી જીવન શરૂ થયું. તે મહેલમાં રહીને પણ આકરી તપશ્ચર્યા કરવા લાગી. બુદ્ધના ઉપદેશથી માતા ગૌતમી અને રાજા શુદ્ધોધનને પણ સંસારની ક્ષણભંગુરતા સમજાવા લાગી હતી. આથી રાજમહેલમાં રંગરાગને બદલે વ્રત-ઉપાસના ને તપસ્યા થવા લાગ્યાં હતાં. ઉગ્ર તપશ્ચર્યાથી ગોપાએ પોતાની અંદરની મલિનતાને ધોઈ નાખી હતી. હવે તેનું મન શુદ્ધ બની ગયું હતું. રાજા શુદ્ધોધનના અવસાન પછી માતા ગૌતમી પણ બુદ્ધના શરણમાં જવા તત્પર બન્યાં હતાં. એ સમય દરમિયાન બુદ્ધ બીજી વખત કપિલવસ્તુ આવ્યા. તે સમયે માતા ગૌતમી અને ગોપા તપસ્યાપૂર્ણ જીવન જીવી રહ્યાં હતાં. આ વખતે ગોપા પોતે જ માતા ગૌતમીની સાથે બુદ્ધને મળવા ગઈ. હવે તેનું આંતરમન વિશુદ્ધ બની ગયું હતું. આસક્તિનાં બંધનો છૂટી ગયાં હતાં. જીવનનું પરમ લક્ષ્ય તેને સમજાઈ ગયું હતું. બુદ્ધનો કલ્યાણ માર્ગ એ જ હવે પોતાનો પણ માર્ગ છે એવી એને અંતરમાંથી પ્રતીતિ થઈ ચૂકી હતી. આથી બુદ્ધને પ્રણામ કરી તેણે પ્રાર્થના કરી કે, 'ભગવન્ મને પ્રવજ્યા આપો. મને પણ આપના કલ્યાણમાર્ગે લઈ જાઓ.' બુદ્ધે સ્થિર દૃષ્ટિથી તેની સામે જોયું. ક્યાંય વિકારની આછી છાયા પણ તેનામાં જોવા ન મળી એટલે પ્રસન્ન થઈ ગયા અને તેમને થયું કે હવે એ વેળા આવી પહોંચી છે. એ સાથે માતા ગૌતમીએ પણ બુદ્ધને, પોતાને દીક્ષા આપવા આજીજી કરી. આમ, બુદ્ધે પોતાની પત્ની અને માતાને સર્વપ્રથમ ભિક્ષુણી બનાવ્યાં એ પછી તો ઘણી સ્ત્રીઓએ દીક્ષા લીધી અને થોડા સમયમાં તો ભિક્ષુણીઓનો સંઘ રચાઈ ગયો અને ગોપા તેની અધ્યક્ષા બની. પ્રવજ્યા પછી તો ગોપાનું સમગ્ર ધ્યેય આત્મકલ્યાણ બની રહ્યું. તેની તપસ્યા વધુ ઉગ્ર બની. અધ્યક્ષા હોવા છતાં તે સંઘના કઠોર વ્રત-નિયમોનું ચુસ્તપણે પાલન કરતી હતી, પરંતુ ક્યારેક તેના મનમાં એક વિચાર ઝબકી જતો. આથી તેણે એક દિવસ ભગવાન બુદ્ધને પ્રણિપાત કરીને કહ્યું : 'ભગવાન મને ક્ષમા કરો, પણ ક્યારેક મારા મનમાં વિચાર ઝબકી જાય છે કે' ભૂતકાળની છાયાથી આપના નિર્વાણમાં કોઈ વિક્ષેપ તો થતો નથી ને?'

કરુણાભરી દૃષ્ટિથી તેની સામે જોઈને બુદ્ધ બોલ્યા: 'નિર્વાણના સાગરમાં કોઈ લહેર ઊઠે તો તેથી તેની શાંતિનો કોઈ  ભંગ થતો નથી. એ લહેરો પણ નિર્વાણ સાગરનું જ સ્વરૂપ છે. નિર્વાણની પરમ શાંતિમાં ભૂતકાળની કોઈ છાયા ટકી શકતી નથી. હા, પણ નિર્વાણ પ્રાપ્તિની પહેલાંની સ્થિતિ જુદી હતી. ત્યારે, હું જ્યારે ધ્યાનમાં એકાગ્ર થતો ત્યારે દિવ્યતેજથી મંડિત ગોપાની આકૃતિ મારી સમક્ષ પ્રગટતી અને મને મારા લક્ષ્યે જવા પ્રેરતી. જ્યારે મા અને તેની પુત્રીઓ મને લલચાવવા આવ્યાં ત્યારે પણ એ તેજોદીપ્ત મધુર આકૃતિ મારી સંરક્ષિકા બની રહી. છેલ્લું અંતિમ શસ્ત્ર તો એ હતું કે એક અપ્સરા ગોપાનું રૂપ લઈને મને લલચાવવા આવી પણ મારી દૃષ્ટિ સામે રહેલી એ પવિત્ર તેજમંડિત ગોપાની સામે નકલી ગોપા ઝાંખી પડી ગઈ અને ખુલ્લી પડી જતાં

તે કંપી ઊઠી ને પછી અદશ્ય થઈ ગઈ! પછી તો નિર્વાણના શાંત અતલ સાગરમાં મારું સમગ્ર અસ્તિત્વ ડૂબી ગયું અને હવે તો તેમાં વિક્ષેપનો પ્રશ્ન જ ઊઠતો નથી, પણ હે સાધ્વી; તારા તપત્યાગ અને વિશુદ્ધ પ્રેમે મારું અહર્નિશ રક્ષણ કરી મને બુદ્ધત્વના માર્ગે પ્રેર્યો છે!'

બુદ્ધના મુખે આ સાંભળીને સાધ્વી ગોપાના અંતરના ઊંડાણમાં છુપાયેલી એક આછી પાતળી શંકાની લહેર પણ ઓગળી ગઈ. તેને મનમાં ક્યારેક થતું રહેતું કે, 'તે બુદ્ધના માર્ગમાં અવરોધરૂપ તો નથી ને?' પણ બુદ્ધની આ વાણીથી તેને પોતાની તપસ્યા જ નહીં પણ પોતાના જીવનની સાર્થકતાનો અનુભવ થયો અને પછી તે સંપૂર્ણપણે પોતાની સાધનામાં રત બની ગઈ.

એક દિવસ તે ઊંડા ધ્યાનમાં ડૂબેલી હતી ત્યારે તેને તેના હજારો પૂર્વજન્મોનું દર્શન થયું. આ ઉપરાંત પણ તેને ઘણી સિદ્ધિઓ પ્રાપ્ત થઈ હતી. તેથી ભિક્ષુણી સંઘના પદવીદાન સમારંભમાં તેને મહાભિજ્ઞા પ્રાપ્ત કરનાર ભિક્ષુણી તરીકેનું અગ્રસ્થાન આપવામાં આવ્યું. ભિક્ષુણી સંઘમાં મહાભિજ્ઞા પ્રાપ્ત કરનાર તે એકમાત્ર હતી. અભિજ્ઞા એટલે દિવ્ય શ્રવણ, દિવ્ય દૃષ્ટિ, વિકારોનું શમન, અન્યના વિચારોને જાણવાની શક્તિ વગેરેની સિદ્ધિ. જ્યારે મહાભિજ્ઞા તો એથીય ઉચ્ચ પ્રકારની સ્થિતિ છે, તે તેણે પ્રાપ્ત કરી હતી.

કુમાર સિદ્ધાર્થે રાજ્યવૈભવ, પત્ની, પુત્ર સઘળાનો ત્યાગ કર્યો અને બુદ્ધત્વ પ્રાપ્ત કર્યું પણ ગોપાનો ત્યાગ પણ કંઈ ઓછો નહોતો. ભરયુવાન વયે મહેલોના વૈભવની વચ્ચે તપોમય સાધ્વી જીવન, સંન્યાસી પતિના ચરણોમાં પોતાના એકના એક પુત્રની ભેટ અને પછી પોતાના જીવનનું પણ સંન્યાસી પતિનાં ચરણોમાં સમર્પણ કરી ઘણી જ ઊંચી આધ્યાત્મિક ભૂમિકા સંપન્ન કરનાર આ પતિવ્રતા નારીને લોકોએ યશોધરાનું એટલે કે સદાકાળ યશકીર્તિને ધારણ કરનારી નારીનું નામાભિધાન કર્યું. અપૂર્વ ત્યાગના મૂર્તિમંત સ્વરૂપ એવી યશોધરા આજે પણ ભારતની આધ્યાત્મિક નારીઓમાં રત્નની પેઠે ઝળહળી રહી છે અને નારીઓને કલ્યાણમાર્ગે જવા પ્રેરી રહી છે.

☐ 'ભક્તિ અને શક્તિ'માંથી સાભાર

## ૐ શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ ખાતે યોજનારા આગામી કાર્યક્રમો ૐ

| | |
|---|---|
| માર્ચ ૩૧,૨૦૧૪ સોમવાર<br>થી એપ્રિલ ૭, ૨૦૧૪ સોમવાર | ચૈત્ર નવરાત્રી, દરરોજ સાંજે ૪:૩૦ થી ૬:૩૦ સુધી<br>શ્રીરામચરિતમાનસ, નવાન્હ પારાયણ |
| એપ્રિલ ૮, ૨૦૧૪ મંગળવાર | શ્રીરામનવમી નિમિત્તે, સવારે ૧૦:૦૦ થી બપોરે ૧૨:૦૦<br>નવાન્હ પારાયણ પૂર્ણાહુતિ-યજ્ઞ-શ્રીરામ જન્મોત્સવ, અર્ચના-આરતી |
| એપ્રિલ ૧૫, ૨૦૧૪ મંગળવાર | શ્રી હનુમાન જયંતી નિમિત્તે<br>સવારે ૯:૦૦ થી બપોરે ૧૨:૦૦ શ્રી મારુતિ યજ્ઞ |
| એપ્રિલ ૨૧, ૨૦૧૪ સોમવાર<br>થી મે ૨, ૨૦૧૪ શુક્રવાર | દરરોજ સવારે ૭:૦૦ થી ૮:૦૦<br>કેન-ઉપનિષદ પ્રવચનો, પ્રવક્તાઃ શ્રી સ્વામી ઉમેશ્વરદેવ, કૈલાસ આશ્રમ, હૃષીકેશ |
| એપ્રિલ ૨૧, ૨૦૧૪ સોમવાર<br>થી એપ્રિલ ૨૬, ૨૦૧૪ શનિવાર | દરરોજ સાંજે ૬:૩૦ થી ૮:૦૦ કેન-ઉપનિષદ પ્રવચનો,<br>પ્રવક્તાઃ શ્રી સ્વામી ઉમેશ્વરદેવ, કૈલાસ આશ્રમ, હૃષીકેશ<br>દરરોજ રાત્રે ૮ થી ૯, પ્રવક્તા સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી<br>આત્મસંયમ યોગ-ભગવદ્ગીતા અધ્યાય છઠ્ઠો |
| એપ્રિલ ૨૭, ૨૦૧૪<br>રવિવાર | ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘનું વાર્ષિક સંમેલન<br>સવારે ૯:૦૦ થી ૧૨:૦૦ બપોરે ૩:૦૦ થી ૬:૦૦ |
| મે ૩, ૨૦૧૪ - શનિવાર | પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીનો ૭૦મો પ્રાગટ્યોત્સવ |

## ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી પ્રિય સંકીર્તન - ગીત-અઢાર સદ્‌ગુણોનું

ૐ શ્રી રામ જય રામ જય જય રામ ૐ ।
શ્રી રામ જય રામ જય જય રામ ૐ ॥

સત્યતા, દયાળુતા, શુદ્ધતા,
પ્રસન્નતા, નિર્મળતા, નિયમિતતા,
અશત્રુતા, મિત્રતા, આર્જવતા,
સમાનતા, એકાગ્રતા, અક્રોધતા,
યુક્તતા, નમ્રતા, દૃઢતા,
એકતા, શાલીનતા, ઉદારાત્મતા,
અભ્યાસ કરો નિત્ય આ અઢાર સદ્‌ગુણોનો,
જો ઈચ્છો તમો સત્વરે પ્રાપ્ત કરવા અમરતા.

અદ્વિતીય બ્રહ્મ જ એક સત્યતા,
સંસારના ઈતર સંબંધો તદ્દન મિથ્યા.
પ્રાપ્ત કરો અમરધામ અને અનંતતા
દેખો સર્વ ભિન્નતામાં એક જ ઐક્યતા
મળે ન આ જ્ઞાન વિશ્વવિદ્યાલયોમાં;
મળે નિશ્ચયે શ્રી ગુરુચરણે આ શાશ્વતતા.

ૐ શ્રી રામ જય રામ જય જય રામ ૐ ।
શ્રી રામ જય રામ જય જય રામ ૐ ॥

- સ્વામી શિવાનંદજી

## વનવાસી-આદિવાસી વિસ્તારના આર્થિક રીતે નબળા વિદ્યાર્થીઓ માટે સેવાની સુંદર તક

ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ દ્વારા દર વર્ષની જેમ આગામી વર્ષ માટે ૨૦૦ પાનાંની ૧,૦૦,૦૦૦ નોટબુકોનું વિતરણ ગયા વર્ષે સાબરકાંઠા, પ્રાંતિજ ડેડિયાપાડા (ડાંગ) અને અમદાવાદના પટણી સમાજ (ચાલી કે છાપરાં અને કૂબાઓમાં ઝૂંપડીઓ બાંધીને રહેતો સમાજ) વચ્ચે વિતરણ કરવામાં આવ્યું. આ નોટબુકો વિનામૂલ્યે અંતરિયાળ પછાત વિસ્તારનાં બાળકોને દિવ્ય જીવન સંઘ-શિવાનંદ પરિવારના ભક્તો દ્વારા રૂબરૂ જઈને વિતરણ કરવામાં આવે છે.

જેમાં વિદ્યાર્થીઓને ઉપયોગી તેવી માહિતી સૂર્યનમસ્કાર, પ્રાણાયામ વિષેના લાભ, મૃત્યુંજય મંત્ર, વિદ્યાર્થીઓ માટે ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદનાં સૂચનો, અબ્રાહમ લિંકનનો અવિસ્મરણીય પત્ર પણ પ્રસિદ્ધ કરવામાં આવે છે.

આ ઉપરાંત બે હજાર સ્લેટ, ડસ્ટર, ચોક અને એક હજાર બ્લેક બોર્ડનું વિતરણ પણ કરવામાં આવે છે.

વિદ્યાર્થીઓની માગણી મુજબ આ સેવાને પહોંચી વળવા આ પરમ પરોપકારના યજ્ઞમાં આપનો સહયોગ આવકાર્ય છે.

આપનું ઉદાર ચરિત દાન ''ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ''ના નામે અધ્યક્ષ, ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ, શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ-૩૮૦૦૧૫ના નામે મોકલવા યોગ્ય કરવું. આપનું ઉદાર ચરિત યોગદાન સરકારશ્રીની કલમ ૮૦-G અન્વયે કરમુક્ત રહેશે.

- મંત્રી, ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ


## દિવ્ય જીવન

**પત્રિકાની માલિકી અને અન્ય બાબતોનું વિવરણ**
**ફોર્મ-૪**
**(નિયમ - ૮ મુજબ)**

(૧) પ્રકાશનનું સ્થળ : ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ
શિવાનંદ આશ્રમ, જોધપુર ટેકરી, સેટેલાઈટ, અમદાવાદ-૩૮૦૦૧૫.

(૨) પ્રકાશન તારીખ : દરેક માસની ચોથી તારીખ

(૩) પ્રકાશકનું નામ : અરુણ દેવેન્દ્ર ઓઝા
રાષ્ટ્રીયતા : ભારતીય
સરનામું : ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ, શિવાનંદ આશ્રમ, જોધપુર ટેકરી, સેટેલાઈટ, અમદાવાદ-૩૮૦૦૧૫.
ફોન : ૨૬૮૬૧૨૩૪

(૪) મુદ્રકનું નામ : અરુણ દેવેન્દ્ર ઓઝા
રાષ્ટ્રીયતા : ભારતીય
સરનામું : ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ, શિવાનંદ આશ્રમ, જોધપુર ટેકરી, સેટેલાઈટ, અમદાવાદ-૩૮૦૦૧૫.

(૫) પ્રિન્ટિંગ પ્રેસ : પ્રિન્ટ વિઝન પ્રા. લિ.
સરનામું : પ્રિન્ટ વિઝન હાઉસ, આંબાવાડી, અમદાવાદ-૩૮૦૦૦૬

(૬) તંત્રીનું નામ : શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી
રાષ્ટ્રીયતા : ભારતીય
સરનામું : શિવાનંદ આશ્રમ, જોધપુર ટેકરી, સેટેલાઈટ, અમદાવાદ-૩૮૦૦૧૫.

(૭) પત્રિકાની માલિકી : ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ, (ટ્રસ્ટ) શિવાનંદ આશ્રમ, જોધપુર ટેકરી, સેટેલાઈટ, અમદાવાદ-૩૮૦૦૧૫.

હું અરુણ દેવેન્દ્ર ઓઝા, આથી જાહેર કરું છું કે ઉપરની માહિતી મારી માન્યતા અને જાણકારી મુજબ ખરી છે.

- અરુણ દેવેન્દ્ર ઓઝા

તા.૦૪-૦૩-૨૦૧૪

# વૃત્તાંત

● **૧-૧-૨૦૧૪ અમદાવાદઃ** ઈસુના નૂતન વર્ષને વધાવવા, જનગણના બહુવિધ માંગલ્ય અર્થે આશ્રમમાં વિશેષ પ્રાર્થના અને સત્સંગ આયોજાયો. પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીએ કહ્યું, ''હે પરમાત્મા! સૌનું કલ્યાણ કરો. સૌનું ભલું થાઓ. સૌ સુખી થાઓ. સૌને પરસ્પર નિષ્કપટ, નિષ્પાપ પ્રેમ રહે, સૌ વડીલો, દુઃખી, દરિદ્ર અને વિકલાંગોની સેવા કરે. હે નાથ! વિશ્વમાં વિટંબણાઓનું શમન થાઓ. આંધી, તોફાન, ભૂસ્ખલન, અતિવૃષ્ટિ, હીમવૃષ્ટિથી પ્રકૃતિનું રક્ષણ થાઓ. હે પ્રભો! ભારતને સુયોગ્ય નેતૃત્વ મળે. રાષ્ટ્રની દાઝ હોય તેવો, રાષ્ટ્રને પ્રેમ કરે તેવો નિઃસ્વાર્થ નેતા મળે. ભારતનું વિશ્વમાં ગૌરવભર્યું ઉન્નત મસ્તક રહે.

● **૩-૧-૨૦૧૪:** જય ભગવાન ટ્રસ્ટ (મુંબઈ) આયોજિત એક્યુપ્રેશર સારવાર અને તે માટેની નિઃશુલ્ક તાલીમ શિબિરનું પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજે દીપ પ્રજ્વલન કરીને ઉદ્ઘાટન કર્યું. પૂજ્ય સ્વામીજીએ કહ્યું, ''૧૯૭૬માં દિવ્ય જીવન સંઘની મલાડ (મુંબઈ) શાખામાં આ જય ભગવાન ટ્રસ્ટનું લોકાર્પણ કરવાનું મને સૌભાગ્ય મળ્યું હતું. આજે ૩૯ વર્ષ પછી આ શરીરથી રોપાયેલા છોડને વિશાળ વટવૃક્ષરૂપે જોઈને આનંદ અનુભવું છું. કબીરે કોળવેલી દાતણની ચીરીમાંથી જેમ વડલો થયો તેમ આ સંસ્થાના સ્થાપક બ્રહ્મલીન શ્રી ચીમનભાઈ દવેનો આત્મા આ પ્રસંગે હરખાતો હશે. તમો સૌ નિઃશુલ્ક સેવાઓ આપો છે. તમારા હૃદયમાં રામને ધારણ કરીને તમારા રોગીઓના શરીરનો સ્પર્શ કરજો, આ તમારી, સેવા, પૂજા, સાધના, આરાધના અને ઉપાસના થશે.'' કાર્યક્રમનું આયોજન ગુજરાત એન્જિનિયર્સ એસોસિયેશન દ્વારા સુપ્રસિદ્ધ ગજ્જર હોલમાં થયું હતું.

● **૪-૧-૨૦૧૪:** આંતરરાષ્ટ્રીય રોટરી ક્લબની એક નવી પ્રશાખા-રોટરી ક્લબ, નરોડાનું ઉદ્ઘાટન પૂજ્ય સ્વામીજી અને રોટરી ડિસ્ટ્રિક્ટ ૫૦૩૧ના ગવર્નર આદરણીય ડૉ. નાગેશ્વરરાવ (M.D.)ના વરદ હસ્તે થયું. આ કાર્યક્રમની યજમાન કાંકરિયા ક્લબ હતી. નરોડાના ચાર્ટર્ડ પ્રેસિડેન્ટ શ્રી દ્વિતાલ પરીખ અને તેમના વિશાળ સંસ્થા સભ્યોએ શપથગ્રહણ કરી સેવાનું પ્રણ લીધું.

પૂજ્ય સ્વામીએ કહ્યું, ''૧૦૦ વર્ષથી પણ વધુ જૂની આ સંસ્થા માટે મુખ્યત્વે આપણો દેશ ભારતવર્ષ અને પછી સમગ્ર વિશ્વ આભારી રહેશે કે રોટરી આંતરરાષ્ટ્રીયના સંઘર્ષ અને જહેમતથી આજે આપણે પોલિયો મુક્તિનો શ્વાસ લઈ શકીએ છીએ. રોટરી ક્લબ નથી, સેવા અને સમર્પણનું સંસ્થાન છે, તેની કદીયે વિસ્મૃતિ કરશો નહીં.''

● **૫-૧-૨૦૧૪:** આદરણીય સુપ્રસિદ્ધ કથાકાર શ્રી ભૂપેન્દ્રભાઈના પ્રેમાળ આગ્રહે પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ રવિવાર તા. ૫-૧ -૨૦૧૪ની સાંજે શ્રીકૃષ્ણ પ્રાકટ્ય મહોત્સવ-ભાગવત કથામાં પધાર્યા. આત્મોત્થાનસભર શ્રીકૃષ્ણ કીર્તન કરાવીને સમગ્ર સભાના આધ્યાત્મિક સ્તરને ઉન્નત કર્યું.

● **તા.૬-૧ થી તા. ૧૦-૧-૨૦૧૪:** અમદાવાદ મેનેજમેન્ટ એસોસિયેશન દ્વારા આયોજિત પ્રવચન શ્રેણી ''કર્મમાં કૌશલ'' વિષયક પ્રવચનો તા. ૬-૧ થી તા. ૧૦-૧ સુધી અંગ્રેજીમાં થયાં (જે Utube પર સાંભળી શકાય છે.) શહેરના સુજ્ઞ અને વિદ્વાન સમાજની ઉપસ્થિતિથી પૂજ્ય સ્વામીજીને પણ Excellence in Action વિષય સંબધી વધુ મંથન કરવાનો આત્મીય આનંદ પ્રાપ્ત થયો. (આ પ્રવચનોની DVD, A.M.A., અમદાવાદ-અટિરામાંથી પ્રાપ્ત કરી શકાય છે.)

પૂજ્ય સ્વામીજીએ કહ્યું, ''કોઈ પણ કાર્ય માત્ર વિચાર અને વ્યવહારથી સંપન્ન થતું નથી, તેમાં આત્માને રેડવાથી જ કૌશલ પ્રાપ્ત થઈ શકે. આ આત્મા અને કૌશલ વચ્ચેનું વ્યવધાન તે આપણા વ્યક્તિગત અહંકાર છે, માટે સરળ, સહજ અને સમર્પિત જીવનયાપન કરી માત્ર કર્મ જ નહીં, સમગ્ર જીવન કૌશલનું સ્વરૂપ ગ્રહણ કરશે.''

● **૧૦-૧-૨૦૧૪:** ૫મું ગુજરાત સ્વર્ણ આભૂષણ પ્રદર્શન પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજના વરદ હસ્તે ખુલ્લું મૂકવામાં આવ્યું. આ પ્રદર્શન ગુજરાત યુનિવર્સિટીના કન્વેન્શન હોલમાં આયોજાયું હતું. દીપપ્રજ્વલન કરતાં પૂજ્ય સ્વામીજીએ કહ્યું, ''શ્રીમદ્ ભાગવતજીમાં કળીયુગને ચાર સ્થાનમાં રહેવાની અનુમતિ પરીક્ષિત રાજાએ આપી હતી, જેમાં પ્રથમ સ્થાને સોનું, પછી મદ્યપાન, જુગાર અને સ્ત્રી એમ છે. આ 'સોનું' પવિત્ર પણ છે. હવે આપણે નક્કી કરવાનું છે કે સોના થકી આપણે પવિત્ર થવાનું કે અપવિત્ર. તમો બધા ભેગા થાઓ છો, ૩૦૦થી વધુ નાના-મોટા વેપારીઓ એક છત્ર નીચે એકત્રિત થયા છો. આ કાર્યક્રમના પહેલા વર્ષે ૪૦ વેપારીઓએ ભાગ લીધો હતો. અભિનંદન, પરંતુ આમ ભેગા થઈને પરસ્પર પ્રેમ, સદ્ભાવ અને ધંધામાં મુશ્કેલી હોય તો સાથે બેસીને નિરાકરણ કરી શકાય તો ઉન્નતિ થશે, બાકી જો પદ અને સત્તા માટે વૈમનસ્ય સર્જાશે તો ભવિષ્ય ઉજ્જવળ નહીં હોય. તમો સૌ સમજુ છો, ઘરેણાં ઘડાય, ટીપાય ત્યારે શોભા વધે, થોડું એકમેક માટે ઘસાઈ જવું પડે તો વાંધો નહીં, પરંતુ તમારી એકતા અને અખંડતા જાળવી રાખજો.'' સમગ્ર પ્રદર્શનનું સફળ આયોજન શ્રી પીયૂષ આચાર્યે કર્યું હતું. અભિનંદન.

● **તા.૧૧-૧-૨૦૧૪:** અમદાવાદની સુપ્રસિદ્ધ એચ.એલ.કોલેજના જૂના વિદ્યાર્થીઓનું સંમેલન તેમના સંયોજનના રજત જયંતી પર્વરૂપે (૧૯૮૯-૨૦૧૪) શુક્રવાર તા. ૧૦-૧ થી રવિવાર તા. ૧૨-૧ સુધી આયોજાયું. કાર્યક્રમના પ્રમુખ વક્તા પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી હતા. આ જૂના વિદ્યાર્થીઓમાં ગુજરાત રાજ્યના વરિષ્ઠ મંત્રી શ્રી સૌરભ પટેલ પણ હતા, તેઓ તથા BAPSના સાધુ બ્રહ્મવિહારીદાસજીનાં ઉદ્બોધનો પણ થયાં. આ પ્રસંગે જૂના વિદ્યાર્થીઓ દ્વારા પ્રદત્ત

વિશાળ ધનરાશિમાંથી કોલેજ માટે સ્ટેડિયમ બનાવવાનો નિર્ણય લેવાયો; તે પ્રાજેક્ટનું લોકાર્પણ પૂજ્ય સ્વામીજીના વરદ હસ્તે કરવામાં આવ્યું.

• **તા. ૧૨-૧-૨૦૧૪:** મુક્તમપુર, ઉત્તર ગુજરાતના મુક્તમપુર ગામની નીલકંઠ વિદ્યા સંસ્થાનાં ચાલીસ વર્ષની પૂર્ણાહુતિ પ્રસંગે, સંસ્થાના જૂના વિદ્યાર્થીઓનું સંમેલન સ્વામી વિવેકાનંદજીના ૧૫૨મા પ્રાકટ્ય પ્રસંગે ૧૨-૧-૨૦૧૪ના રોજ આયોજાયું. આ પ્રસંગે પૂજ્ય સ્વામીજીએ રૂ. એક કરોડના ખર્ચે બંધાયેલ પ્રાર્થના મંદિર અને સ્વાસ્થ્ય મંદિરનું લોકાર્પણ કર્યું. ૫૦ છોડવા-વૃક્ષારોપણ નિમિત્તે રોપવામાં આવ્યા, જેમાં ઉંબરો (ઉદુંબર), બોરસલી, અર્જુન, રાયણ વગેરે છોડ પ્રમુખ હતા. પૂજ્ય સ્વામીજીની પ્રાર્થનાને ધ્યાનમાં રાખી સ્વૈચ્છિક રક્તદાન શિબિરનું આયોજન કરવામાં આવ્યું જેમાં ૧૨૨ રક્તદાતાઓએ સ્વૈચ્છિક રક્તદાન કર્યું. ૭૦૦૦થી વધુ દરિદ્રનારાયણોને પૌષ્ટિક ભોજન આ પ્રસંગે પીરસવામાં આવ્યું. આ તકે ઉત્તર ગુજરાત વિશ્વ વિદ્યાલયના ઉપકુલપતિ શ્રી રતનલાલજી ગોડારા પણ ઉપસ્થિત રહ્યા.

• શ્રી સ્વામીનારાયણ ગુરુકુળ વિશ્વવિદ્યાલય છારોડી ખાતે શ્રીમત્ સ્વામી વિવેકાનંદજી મહારાજના ૧૫૨મા પ્રાકટ્ય દિવસે સંતો અને ભક્તોનું વિશાળ સ્નેહમિલન આયોજાયું. પરમ આદરણીય શ્રી સાધુ માધવપ્રિયદાસજી મહારાજ અને પરમાત્મસ્વરૂપ પૂજ્ય સાધુ બાલકૃષ્ણદાસજી મહારાજના નિમંત્રણે પૂજ્ય સ્વામીજી પણ આ સંમેલનમાં સંમ્મિલિત થયા અને પોતાનાં ઈષ્ટ વચનોથી સૌને લાભાન્વિત કર્યા.

• **૧૪-૧-૨૦૧૪: ઉત્તર ગુજરાત, રોજંટો,** બ્રહ્મલીન શ્રીમત્ સ્વામી ગુરુકૃપાનંદજી મહારાજ સંચાલિત અને સંસ્થાપિત ગાયની સેવાઓનો વાર્ષિક કાર્યક્રમ મકરસંક્રાંતિના પવિત્ર પર્વે આયોજાયો. રોજંટાની આજુબાજુના ગામની આશરે ૫૦૦ ગાયનું સવારે ૮.૩૦ કલાકે આગમન થયું. પૂજ્ય સ્વામીએ ગાયનું પૂજન કર્યું. અને ત્યારબાદ લીલોતરીના ઊભા પાકમાં દોડી જતી ગાયનું દર્શન વિહંગમ્ હતું. સત્સંગ અને પ્રસાદ પછી સૌ ખેડબ્રહ્મા જવા રવાના થયાં.

• **ખેડબ્રહ્મા:** પૂજ્ય સ્વામીજીની મંડળી યોગી આનંદના નિમંત્રણે તેમના ગૃહસ્થાશ્રમની મુલાકાતે ગઈ, ત્યાં પણ સત્સંગ થયો.

• **રામપુર કંપા:** બ્રહ્મલીન શ્રીમત્ સ્વામી ગુરુકૃપાનંદજી મહારાજ સંસ્થાપિત વાર્ષિક મકરસંક્રાંતિ સત્સંગ આ વર્ષે પણ પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીના અધ્યક્ષપદે ઊજવાયો, સવારે ૯.૦૦ થી બપોરે ૧૨.૩૦ સુધી સંતોના સત્સંગ, કથા-વાર્તા-પ્રવચનો પછી વિશાળ ભંડારાનું આયોજન પણ થયું. દિવ્ય જીવન સંઘની ખેડબ્રહ્મા, કડિયાદરા, ભજપુરા શાખાઓ દ્વારા સામૂહિક રીતે આ સમારોહનું આયોજન થયું, જેનાં મુખ્ય યજમાન માતા પૂજ્યા હેતીબેન પટેલ, શ્રી વસ્તાભાઈ પટેલ, શ્રી રમણભાઈ, શ્રી મનુભાઈ પટેલ અને તેમના પરિવારનાં પરિજનો હતાં. તેમની સૌની આ પ્રેમસભર સેવાઓ અર્થે અભિનંદન.

• **અંબાજી:** પૂજ્ય સ્વામીજીની મંડળી આશરે લગભગ બપોરે ૨.૦૦ વાગ્યે અંબાજી પધારી, રાજરાજેશ્વરી મા જગદંબાનાં દર્શન પછી, સત્સંગ કરી સૌ હિંમતનગર ભણી રવાના થયાં.

• **હિંમતનગર:** હિંમતનગર નગરપાલિકાનાં નિવૃત્ત મેયર શ્રીમતી પલ્લવીબહેન ગાંધી અને આદરણીય શ્રી દિલીપભાઈ ગાંધી પરિવારને ત્યાં સાંજનો સત્સંગ અને અલ્પાહાર થયાં. ત્યાં પૂજ્યા માતૃસ્વરૂપ નિલાંજનાબહેનના સ્વાસ્થ્યના કુશળ સમાચાર પૂછી તેમના સુપુત્રને-નવદંપતી લક્ષ્મી નારાયણ સ્વરૂપ દર્શન કરી, સૌ રાત ઢળ્યે અમદાવાદ પાછા ફર્યા.

• **૧૬-૧-૨૦૧૪ અમદાવાદ:** સુપ્રસિદ્ધ વાઘ-બકરી હાઉસ ખાતે સંસ્થાના અધ્યક્ષ શ્રીમાન પીયૂષભાઈ દેસાઈના 'ખયાલ'થી તેમને ત્યાં 'ગીતાચિંતન'ના આરંભનું દીપપ્રજ્વલન પૂજ્ય સ્વામીજીએ કર્યું. આ પ્રસંગે સ્વામીજીએ કહ્યું, ''કોઈ પણ કાર્યની શ્રેષ્ઠ ફળશ્રુતિ માટે માત્ર શરીર અથવા મનથી જ નહીં તેમાં પ્રાણ પણ પૂરવો પડે. કામ કરવાની ઈચ્છા ન હોય અને બળજબરી કરવી પડે તો તેને 'વેઠ' કહેવાય. તેવું કામ બોજો બને અને કામ પણ બોદું થાય. માટે પ્રત્યેક કામ પ્રાણ પૂરીને કરવું તેવો ગીતાનો કાર્ય કરવા સંબંધી નૈતિક આદેશ છે.''

• **૧૯-૧-૨૦૧૪ નારદીપુર:** નારદીપુર સનાતનધર્મ આશ્રમનો વાર્ષિકોત્સવ ''ધર્મસભા''ના સ્વરૂપે ૧૯મી જાન્યુઆરીના રોજ સંપન્ન થયો. જૂનાગઢના ભારતી આશ્રમના મહામંડળેશ્વર શ્રી સ્વામી કલ્યાણાનંદજી મહારાજ, ગાંધીનગર, નિરંજન અખાડાના શ્રી સ્વામી રામસ્વરૂપાનંદગિરિજી મહારાજ, વળાદના શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજ, ગીતામંદિર, અમદાવાદના કોઠારી શ્રી સ્વામી વિવેકાનંદજી મહારાજ અને અન્ય સર્વે સંતોની ઉપસ્થિતિમાં પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનું અતિથિવિશેષપદેથી પ્રવચન થયું. મધ્યાહ્ને શ્રીમદ્ ભાગવત સપ્તાહનો પ્રારંભ થયો. તે પૂર્વે વિશાળ સાધુભોજન અને ભંડારાનું આયોજન પણ થયું.

• **૨૬-૧-૨૦૧૪ અમદાવાદ:** ૬૪મા રાષ્ટ્રીય ગણતંત્ર દિવસ પર્વે શિવાનંદ આશ્રમમાં સવારે ૯.૪૫ કલાકે ધ્વજવંદન થયું. ધ્વજવંદન આદરણીય શ્રી પ્રવીણકુમાર કે. લહેરી સાહેબ (નિવૃત્ત આઈ.એ.એસ.) સદ્‌વિચાર પરિવારના મેનેજિંગ ટ્રસ્ટી દ્વારા થયું. તેમણે તેમના ઉદ્‌બોધનમાં કહ્યું, ''દેશે પ્રગતિ ઘણી કરી છે, છતાં રાષ્ટ્રને વિશ્વસ્તરે મૂકવા માટે આપણે સૌએ એક જાગૃત નાગરિક થઈને જીવવું પડશે.''

• સવારે ૯.૦૦ થી બપોરના ૧૨.૩૦ સુધી આશ્રમના દુ:ખભંજન હનુમાનજીના દશમા પાટોત્સવ નિમિત્તે મારુતિ યજ્ઞ થયો.

• સાંજે દિલ્હીના સુપ્રસિદ્ધ રામાયણી આદરણીય શ્રી અજય યાજ્ઞિકજી દ્વારા સુંદરકાંડનું સંગીતમય પારાયણ-કથાનું આયોજન થયું. રાત્રે કથા સમાપન બાદ આશરે ૪૦૦ ભક્તોએ જલેબી ઊંધિયું-પુરીનો પ્રસાદ ગ્રહણ કર્યો.

• **૨૭-૧-૨૦૧૪:** અમદાવાદની સુપ્રસિદ્ધ શિક્ષા સંસ્થા 'તુલિપ' ખાતે પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનું ઉદ્‌બોધન થયું.

• **૩૦-૧-૨૦૧૪:** સાબરમતી આશ્રમ, અમદાવાદ ખાતે પૂજ્ય બાપુજી મહાત્મા ગાંધીજીની ૬૬મી પુણ્યતિથિ નિમિત્તે

આયોજાયેલી સર્વધર્મ સદ્‌ભાવ પ્રાર્થનાસભાનું નેતૃત્વ પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજે કર્યું. આ પ્રસંગે વિવિધ ધર્મના અગ્રણીઓએ પણ ધાર્મિક ગ્રંથોમાંથી પ્રાર્થનાઓ કરી.

મધ્યાહ્‌ને નિવૃત્ત શંકરાચાર્ય અને હરિદ્વારના ભારતમાતા મંદિરના સંસ્થાપક મહામંડળેશ્વર શ્રીમત્ સ્વામી સત્યમિત્રાનંદજી મહારાજ તથા આર્ષવિદ્યા મંદિર, અમદાવાદના પૂજ્ય શ્રી સ્વામી વિદિતાત્માનંદજી મહારાજ તથા તેમનાં શિષ્ય વૃંદનું શિવાનંદ આશ્રમ અમદાવાદ ખાતે આગમન થયું. તેમના હાથે વૃક્ષારોપણ બાદ ભિક્ષા-પ્રસાદ-આશીર્દાનથી સૌના હૃદયને આનંદ થયો.

● **૩૦-૧ થી ૭-૨-૨૦૧૪ ભીમપુરા:** શ્રીશ્રીમા આનંદમયી માના ભીમપુરા આશ્રમ ખાતે આયોજિત વાર્ષિક સંયમ સપ્તાહમાં પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ ઉપસ્થિત રહ્યા. નિયમિત ધ્યાનવર્ગો ઉપરાંત તેમણે દરરોજ રાત્રે ''શ્રીશ્રી માતૃ કથા'' કહીને શ્રીશ્રીમા આનંદમયી માતાની પ્રત્યક્ષ ઉપસ્થિતિની અનુભૂતિ કરાવી. સપ્તાહ ૩૦-૧ની સાંજથી ૭-૨ના મધ્યાહ્‌ન સુધી આયોજિત થયો.

● **૯-૨-૨૦૧૪ જૂનાગઢ:** શ્રી હાટકેશ હોસ્પિટલ, જૂનાગઢ ખાતે 'ફેકો' આંખનાં ઓપરેશનના રૂપીયા ૬૨ લાખની કિંમતના નૂતન મશીનનું તથા ઓર્થોપેડિક્, ગાયનેકોલોજી તેમજ ડેન્ટલ વિભાગનું લોકાર્પણ પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજના વરદ હસ્તે થયું. આ પ્રસંગે જૂનાગઢનાં સુપ્રસિદ્ધ ભૂતનાથ મંદિરના વિશાળ સત્સંગ ભવનમાં જાહેર સભાનું આયોજન થયું. જીલ્લા કલેક્ટર શ્રી આલોકકુમાર IAS, ધારાસભ્યો તથા વિશાળ સંખ્યામાં ડૉક્ટરો આ પ્રસંગે ઉપસ્થિત હતા.

જૂનાગઢના નિવાસ દરમિયાન પૂજ્ય સ્વામીજી ભારતી આશ્રમના સંસ્થાપક મહામંડળેશ્વર અને જૂના અખાડા-સૌરાષ્ટ્ર પરિસરના અધ્યક્ષ શ્રી સ્વામી ભારતીબાપુ તથા શ્રી દત્તાત્રેયના પરમભક્ત ''બાપુશ્રી''નાં દર્શને શ્રી પુનિતાચાર્યજીના આશ્રમે પણ ગયા હતા.

● **૧૨-૨-૨૦૧૪ ચાંગોદર:** પૂજ્યપાદ શ્રીમત્ સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજે આજરોજ સરખેજ-બાવળા રોડ ઉપર ચાંગોદર ખાતે ''માનસી'' સંસ્થાના દ્વિતીય ચરણનો શિલાન્યાસ કર્યો. દશ વર્ષ પૂર્વે પૂજ્ય સ્વામીજીએ આ સંસ્થાનો શિલાન્યાસ કરેલો. અત્યાર સુધીમાં સંસ્થાએ વિકાસ કરીને વિકલાંગ બાળકોના વાલીઓ સાથે મળીને સોસાયટી ફોર ધી વેલ્ફેર ઓફ ધી મેન્ટલી રિટાર્ડેડ (S.W.M.R.) ચાલુ કર્યું. અહીં બાળકોના સર્વાંગી વિકાસ માટે 'આસ્થા' નામના ફોરમ તળે વૉકેશનલ ટ્રેનિંગ કેન્દ્ર પણ ચાલુ થયું. જેનું બાળકોએ બનાવેલ આર્ટિકલ્સના વેચાણમાંથી તેમણે રૂપિયા આઠ લાખ જેવી માતબર રકમની કમાણી કરેલ છે. સંસ્થાના પ્રમુખ શ્રી રાજેન્દ્રભાઈ શાહ વિકલાંગોની સેવાના સમર્પિત ભેખધારી સંન્યાસી છે, તેમને અને સંસ્થાને અભિનંદન.

● **૧૩-૨-૨૦૧૪ રુદ્રમાળ:** સાબરકાંઠા વિસ્તારના રૂદ્રમાળ ખાતે ખંડિત શિવમંદિરનો જીર્ણોદ્ધાર રૂપિયા ૬૦ લાખના ખર્ચે કરવામાં આવ્યો, તેની પુનઃ પ્રાણપ્રતિષ્ઠા પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજના વરદહસ્તે તા. ૧૩-૨-૨૦૧૪ ને ગુરુવારે મહા સુદ ચૌદસના અભિજાત મુહૂર્તે કરવામાં આવી.

● **૧૬-૨-૨૦૧૪ અમદાવાદ:** દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘ અને શિવાનંદ આશ્રમની યુવા પ્રવૃત્તિના એક ભાગરૂપે રવિવાર તા.૧૬-૨-૨૦૧૪ની સવારે આશ્રમમાં શીઘ્ર વક્તૃત્વ હરીફાઈનું આયોજન થયું. અમદાવાદ શહેરની અઢાર કોલેજોનાં પાંત્રીસ વિદ્યાર્થી ભાઈ-બહેનોએ તેમાં ઉત્સાહથી ભાગ લીધો. વક્તૃત્વ ગુજરાતી અને અંગ્રેજી ભાષામાં થયું. ગુજરાત યુનિવર્સિટીના વરિષ્ઠ પ્રોફેસરોએ નિષ્ણાત સ્વરૂપે સેવાઓ આપી. પ્રથમ, દ્વિતીય, તૃતીય વિદ્યાર્થીઓને અનુક્રમે રૂ. ૧૦૦૦, ૭૦૦, ૫૦૦ રકમના પારિતોષિક ઉપરાંત બધા જ સ્પર્ધકોને પ્રમાણપત્ર અને શિવાનંદ સાહિત્ય પ્રસાદરૂપે આપવામાં આવ્યું. શ્રેષ્ઠ કોલેજને મોમેન્ટો આશ્રમના સચિવ અને ટ્રસ્ટી શ્રી રાજીવ શાહના વરદ હસ્તે આપવામાં આવ્યો. સમગ્ર કાર્યક્રમનું સંચાલન ડૉ. ચિરાગ પંડ્યા દમ્પતીએ કર્યું.

● **૨૧-૨-૨૦૧૪ અમદાવાદ:** શિવાનંદ યોગ સ્કૂલ, તાઈવાન (તાઈપી)ના ૨૧ યોગપ્રેમીઓ માટે એક વિશેષ A.Y.T.T.C. એડ્‌વાન્સ યોગશિક્ષક તાલીમ શિબિરનું આયોજન કરવામાં આવ્યું. દરરોજના સાડા અગિયાર કલાક લેખે અધ્યયનમાં યોગાસનો, પ્રાણાયામ, ધ્યાન ઉપરાંત ભગવદ્‌ગીતા, પાતંજલ યોગસૂત્રો સિવાય રેઈકીની ડિગ્રી 3-ABનું પ્રશિક્ષણ પણ આપવામાં આવ્યું. આ પ્રશિક્ષણ શિબિર ૧૩ માર્ચ, ૨૦૧૪ સુધી ચાલશે. યોગી જેમ્સ લો તાઈપી-તાઈવાનના ડાયરેક્ટર ફોર યોગ અને રમતગમતની અધ્યક્ષતામાં આ શિબિર પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજની પ્રેરણા અને તેમની પ્રત્યક્ષ ઉપસ્થિતિમાં ચાલી રહ્યો છે.

● **૨૬-૨-૨૦૧૪ માંડલ :** બ્રહ્મલીન પૂજ્ય માંડલ બાપુ પ્રેરિત શ્રી સેવા નિકેતન, માંડલ ખાતે નવનિર્માણ થનારી આંખની હોસ્પિટલનો શિલાન્યાસ પૂજ્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજે બુધવાર તા. ૨૬-૨-૨૦૧૪ના રોજ અભિજાત મુહૂર્તે કર્યો.

● **૨૬-૨-૨૦૧૪ અમદાવાદ:** અમદાવાદની સુપ્રસિદ્ધ શિક્ષા સંસ્થા IDP વિદ્યાલય, મોટેરા ખાતે 'Knowledge to Wisdom Week' જ્ઞાનયજ્ઞ સપ્તાહનું સમાપન પૂજ્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજે " Relevance of Bhagavad Gita in Modern Life" વિષય ઉપર પ્રેરક ઉદ્‌બોધન સાથે કર્યું.

● **૨૭-૨-૨૦૧૪:** આજના શિવરાત્રીના પવિત્ર પ્રસંગે બ્રાહ્મમુહૂર્ત ૩.૪૫ કલાકે પૂજ્ય સ્વામીશ્રી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજે વિશ્વકલ્યાણ અર્થે શ્રી વિશ્વનાથ મંદિરમાં અભિષેક કર્યો. સવારે ૪.૦૦ વાગ્યાથી લઘુરુદ્ર અને અભિષેક અર્ચનાઓ છેક બીજા દિવસે સવારે ચાર વાગ્યા સુધી ચાલ્યાં. મંદિરના પ્રાંગણમાં સામૂહિક શિવપૂજા પૂજ્ય સ્વામીજી અને મંદિરના પૂજારી શાસ્ત્રી કમલેશ મહારાજના નેતૃત્વમાં શાસ્ત્રોક્ત વિધિથી થઈ. સાંજની ભસ્મ આરતી પૂજ્ય સ્વામીજીએ કરી. સાંજે ચાર વાગ્યાથી બીજા દિવસે સવારે ચાર વાગ્યા સુધી ડૉ. જયંતભાઈ વસાવડા, ડૉ. મોનિકાબહેન શાહ, પંડિત નીરજચંદ્ર પરીખ અને ભરૂચના પંડિત ઓમકારનાથ ઠાકુર સંગીત મંડળના સંગીતજ્ઞો દ્વારા ભક્તિસંગીત થયું. તા. ૨૮-૨ની સવારે ભંડારો-મહાપ્રસાદ સૌને પ્રાપ્ત થયો.