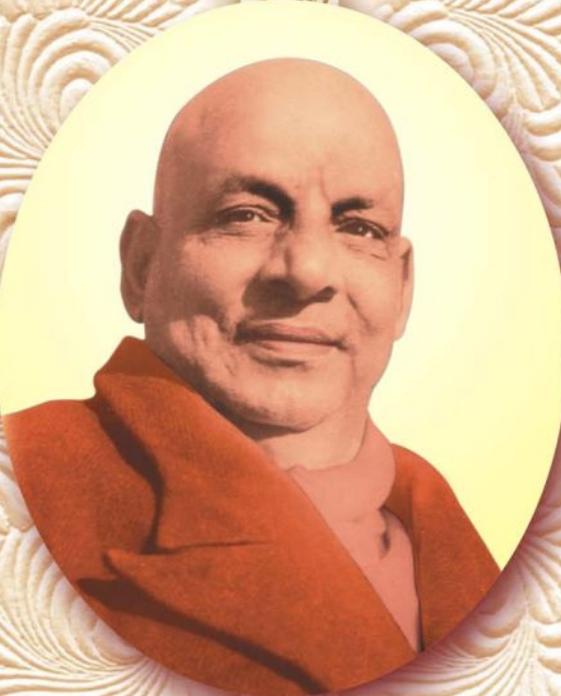


દિવ્ય જીવન



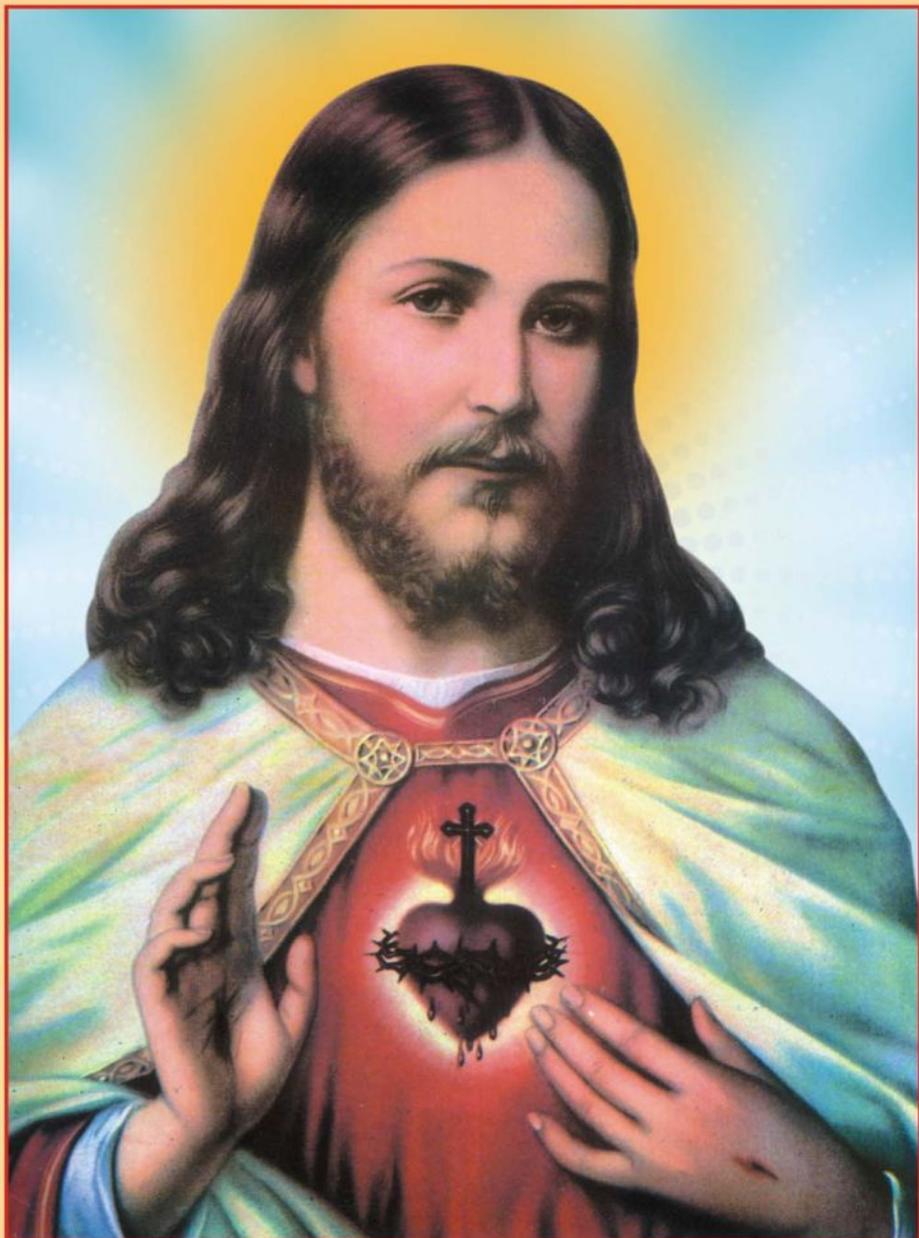
વાર્ષિક લવાજમ : રૂ. ૧૦૦/-



ડિસેમ્બર
૨૦૦૮

વિચારનિયંત્રણ : જ્યારે તમે કામી વિચારોને કાઠૂમાં ન રાખી શકો ત્યારે કમસે કમ શરીરને તો કાઠૂમાં રાખો. તીવ્ર સાધના કરો. એક સમય આવશે જ્યારે તમે દૂષિત વિચારોથી સંપૂર્ણ મુક્ત થઈ જશો. તમારા માટે આ સાખત સંઘર્ષ છે; મારા મિત્ર! જો તમારે શાશ્વત શાંતિ અને અમર જીવન જોઈતાં હશે તો તમારે કોઈ પણ રીતે તે સંઘર્ષ કરવો જ પડશે.

- સ્વામી શિવાનંદ



नाताल प्रसंगे महामानवने प्रशाम

શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની પ્રેરણાથી પ્રકાશિત દિવ્ય જીવન

વર્ષ : ૫

અંક : ૧૨

ડિસેમ્બર-૨૦૦૮

સંસ્થાપક અને આદ્યતંત્રી :
બ્રહ્મલીન શ્રી સ્વામી યાજ્ઞવલ્ક્યાનંદજી
(ડૉ. શિવાનંદ અધ્યયુજી)
સંપાદક મંડળ :
શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી
ડૉ. મફતલાલ જે. પટણી
ડૉ. હરીશ દ્વિવેદી

લેખ મોકલવાનું સરનામું :
તંત્રીશ્રી : ડૉ. મફતલાલ જે. પટણી
૪, વિશ્વભારતી સોસાયટી,
નવરંગપુરા ટેલિફોન ટાવર પાસે,
એલિસબ્રિજ, અમદાવાદ-૩૮૦૦૦૬
ફોન : ૨૬૪૦૮૪૦૬

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

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

લવાજમ

ભારતમાં
વાર્ષિક લવાજમ : રૂ. ૧૦૦/-
શુભેચ્છક લવાજમ : રૂ. ૧૦૦૦/-
(૧૫ વર્ષ માટે)
પેટ્રન લવાજમ : રૂ. ૨૫૦૦/-
છૂટક નકલ : રૂ. ૧૦/-
વિદેશ માટે :
વાર્ષિક \$ 12 અથવા £8 (એર મેઈલ)
પેટ્રન \$ 250 અથવા £160 (એર મેઈલ)
ફેક્સ ડ્રાફ્ટ (અમદાવાદ) દ્વારા

ॐ

દેહેન્દ્રિયગુણાન્કર્માણ્યમલે સચ્ચિદાત્મનિ ।
અધ્યસ્યન્ત્યવિવેકેન, ગગને નીલિમાદિવત્ ॥
અજ્ઞાનાન્માનસોપાધેઃ, કર્તૃત્વાદીનિ ચાત્મનિ ।
કલ્પ્યન્તેઽમ્બુગતે ચન્દ્રે, ચલનાદિર્યથામ્ભસઃ ॥
રાગેચ્છાસુખદુઃખાદિ, બુદ્ધૌ સત્યાં પ્રવર્તતે ।
સુષુપ્તૌ નાસ્તિ તન્નાશે, તસ્માદ્બુદ્ધેસ્તુ નાત્મનઃ ॥

આત્મબોધ:-૨૧,૨૨,૨૩

જેમ અવિવેક વડે આકાશમાં આસમાનીપણું આદિ કલ્પે
છે તેમ શરીર અને ઈન્દ્રિયોના ધર્મોને અને કર્મોને નિર્મલ,
સદ્રૂપ અને ચિદ્રૂપ આત્મામાં અવિવેક વડે કલ્પે છે.

જેમ જલના ચલનાદિ ધર્મો પાણીમાં પડેલા ચંદ્રના
પ્રતિબિંબમાં કલ્પે છે તેમ અજ્ઞાનથી મનોરૂપ ઉપાધિના
કર્તાપણું વગેરે ધર્મો આત્મામાં કલ્પે છે.

રાગ, ઈચ્છા, સુખ અને દુઃખાદિ બુદ્ધિ હોય ત્યારે પ્રવર્તે
છે અને સુષુપ્તિમાં તેનો નાશ થવાથી તે જણાતાં નથી, તેથી
તે બુદ્ધિનાં છે, (પણ) આત્માનાં નથી.

શિવાનંદ વાણી

શુદ્ધ નિઃસ્વાર્થ પ્રેમનો વિકાસ કરવો જોઈએ. ભગવાનનો ડર
રહેવો જોઈએ. સોલોમન કહે છે : 'ભગવાનનો ડર એ જ્ઞાનની શરૂઆત
છે.' આત્મભાવ સહિતની સેવા ધિક્કારનો સંપૂર્ણ નાશ કરે છે અને
જીવનમાં એક્યનો અદ્વૈતિક સાક્ષાત્કાર કરાવે છે. બધાં પ્રાણીઓમાં એક
જ આત્મા છુપાયેલો છે, તો તમે બીજાઓ સામે શા માટે ભવાં યડાવો
છો ? શા માટે બીજાઓનો તિરસ્કાર કરો છો ? શા માટે તમે વિભાજિત
થઈને જુદા પડો છો ? જીવનની એકતાનો સાક્ષાત્કાર કરો. આત્મા
સર્વત્ર છે એવો અનુભવ કરો. પુશ રહો અને સર્વત્ર પ્રેમ અને શાંતિનું
વિકિરણ કરો.

- સ્વામી શિવાનંદ

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

અનુક્રમ

૧. શ્લોક - આત્મબોધ	શ્રીમદ્ આદ્ય શંકરાચાર્ય.....	૧
૨. અનુક્રમ, તહેવાર સૂચિ	૨
૩. સંપાદકીય	સંપાદક.....	૩
૪. શ્રીમદ્ ભાગવત-૩	ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી.....	૪
૫. ભજ ગોવિંદમ્	શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી.....	૭
૬. મનાચે શ્લોક-મનોબોધ	શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી.....	૧૦
૭. શિવાનંદ કથામૃત-૫	ગુરુદેવના સંન્યાસી શિષ્યો.....	૧૨
૮. યોગ એ જ જીવન	શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી.....	૧૩
૯. આચારંગ સૂત્ર	આચાર્ય વિજયરત્નસુંદરસૂરિજી.....	૧૫
૧૦. વિષ્ણુ-ષ્ટપદી	શ્રી રમણલાલ સોની.....	૧૬
૧૧. ઉપનિષદ-યાત્રા	શ્રી ગુણવંતભાઈ શાહ.....	૧૮
૧૩. રામ નામ એક અમોઘ શક્તિ	ડૉ. રમેશભાઈ આઈ. કાપડિયા.....	૨૧
૧૪. વિવિધતામાં એકતા	શ્રી મોટા.....	૨૪
૧૫. સફળતાની ગુરુચાવી	ડૉ. હરીશ દ્વિવેદી.....	૨૬
૧૬. પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજની દિવ્ય યાત્રા-૨૦૦૮ ...		૨૮
૧૭. વૃત્તાંત	૩૦

તહેવાર સૂચિ

ડિસેમ્બર, ૨૦૦૮

તા.	તિથિ	(માગશર સુદ)
૩		શિવાનંદ આશ્રમમાં અખંડ મહામંત્ર સંકીર્તન યજ્ઞની ૬૫મી સંવત્સરી
૮	૧૧	એકાદશી, શ્રી ભગવદ્ગીતા જયંતી
૧૦	૧૩	પ્રદોષપૂજા
૧૨	૧૫	પૂર્ણિમા, શ્રી દત્તાત્રેય જયંતી
(માગશર વદ)		
૨૩	૧૧	એકાદશી
૨૪	૧૨	પ્રદોષપૂજા, કિસમસ-નાતાલનો આગલો દિવસ
૨૫	૧૩	કિસમસ-નાતાલ-દિન
૨૭	૩૦	અમાવાસ્યા
(પોષ સુદ)		
૩૧		શિવાનંદ આશ્રમમાં શ્રી વિશ્વનાથ મંદિરના પ્રતિષ્ઠા મહોત્સવની ૬૫મી સંવત્સરી

● ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજીનો ષડંગ યોગ ●

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

સાંસારિક મનવાળા માણસોના જૂના દૂષિત સંસ્કારોની તપાસ અને સુધારણા માટે એક ક્ષણનો સત્સંગ પણ પૂરતો છે. વિકાસ પામેલા નિષ્ણાત માણસનાં યુંબકીય તેજ, આધ્યાત્મિક આંદોલનો અને શક્તિશાળી વિચારપ્રવાહો સંસારી માણસના મન ઉપર પ્રચંડ અસર કરે છે. જેમ દીવાસળીની એક સળી રૂની વિશાળ ગાંસડીઓને બાળી નાખે છે, તેમ સત્સંગ બધા જ અજ્ઞાનને થોડા સમયમાં જ બાળી નાખે છે.

- સ્વામી શિવાનંદ

“અનુરોધ-અભિલાષા” ગ્રાહકોને :

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

દિવ્ય સ્ફુલિંગ

લોકપ્રિય બનવાનો માર્ગ : જો તમે લાયક મિત્રો બનાવવા ઈચ્છતા હો તો તમે જીવનશક્તિવાળા અને ઉત્સાહી લોકોને અભિનંદો. દા.ત. કોઈ તમને ટેલિફોન પર બોલાવે ત્યારે તે જ માનસશાસ્ત્રનો ઉપયોગ કરો. એવા સ્વરમાં ‘હેલ્લો’ કહો કે જેના ઉત્તરમાં તમે જે બોલો તેનાથી સામાવાળાને લાગે કે તમે સાચે જ તેના ફોનથી ખુશ થયા છો. આવા ગુણોનો વિકાસ કરો અને તમે લોકો સાથેના વ્યવહારુ જીવનમાં સમૃદ્ધ થશો.

- સ્વામી ચિદાનંદ

સંપાદકીય

અમેરિકન ફેડરલ સરકારની ડેમોક્રેટ પાર્ટીના શ્રી બેરક ઓબામાનો વિજય થયો છે. આ સત્ય, શાંતિ, નીતિ અને ચારિત્ર્યનો વિજય છે. શ્રી ઓબામાનું જીવન સંઘર્ષ એટલે જ જીવનનું સાર્થક ઉદાહરણ છે. અત્યંત ગરીબ પરિવારમાંથી આવી ઝૂંપડપટ્ટીમાં રહીને ભણેલ આ યુવક હાવર્ડ યુનિવર્સિટીનું સ્નાતકોત્તર પદ મેળવવાને સૌભાગ્યવાન થયો છે. તેના પારિવારિક જીવન અને અંગત જીવન પર ગંદકી ઉડાડવાના અનેક સક્રિય પ્રયત્નો વિરોધ પક્ષોએ કર્યા; પરંતુ અંતે નિષ્ઠા અને સમર્પણનો વિજય થયો. અભિનંદન.

ડિસેમ્બરની નવમી તારીખે, માગશર સુદ એકાદશીને પવિત્ર દિવસે ગીતા જયંતી છે. બારમી તારીખે માગશર સુદ પૂનમના રોજ શ્રી દત્તાત્રેય જયંતી છે અને ચોવીસમી ડિસેમ્બરના પવિત્ર દિવસે નાતાલ - ઈસુ ખ્રિસ્તના જન્મ પ્રાકટ્ય દિવસની પૂર્વ સંધ્યા. આ ત્રણેય ઉત્સવો શરણાગતિનો પદાર્થપાઠ શીખવે છે. ઈસુના ક્રોસ (✝)નો અર્થ જ અહંકાર (I) નું વિચ્છેદન કરો. તેવો થાય છે અને શ્રીકૃષ્ણ પરમાત્મા પણ 'સર્વ ધર્માન્ પરિત્યજ્ય મામેકં શરણં વ્રજ'નો સંદેશ આપે છે. દત્ત ભગવાનના ચોવીસ ગુરુઓ અર્થાત્ ચોવીસ સ્થાનેથી તેમણે પ્રેરણા મેળવી. સૂર્ય, ચંદ્ર, વાદળ, સમુદ્ર, પાણી, કરોળિયો, ભમરી, શિકારી કે સર્પ અને ખાંડણ ખાંડતી કન્યા પાસેથી તેમણે શિક્ષા ગ્રહણ કરી. આ તમામ પર્વો સરળતા, સહજતા, નિર્મળતા અને સમર્પણના ચતુષ્ટયનાં તાણાંવાણે જ બંધાયેલાં છે.



ગયા મહિનાની છઠ્ઠી તારીખે આદરણીય શ્રી સ્વામી ગુરુકૃપાનંદજી મહારાજની મહાસમાધિ થઈ. તેમનું જીવન જાજરમાન જીવન ભર્યુંભાદર્યું જીવન હતું. તેઓ પૂર્વે શ્રી જામનગર નરેશ દિગ્વિજયસિંહજી અને તે પૂર્વે શ્રી વિભા જામના ભાયાત હતા. તેમનો છઠ્ઠી પોકાર તેઓ સદૈવ પૂજ્યશ્રી સદ્ગુરુદેવ સ્વામી ચિદાનંદજી માટે કરતા. તેમની આવકમાંથી તેમણે ધર્મશાળાઓ બાંધી, અન્નક્ષેત્રોમાં દાન આપ્યાં. શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદમાં બાંધકામ માટે એક રૂમનું સૌથી પહેલું દાન તેમના તરફથી મળેલું. દર વર્ષે ઊભાં ખેતર-ઊભા પાકને સેંકડો ગાયોને ચરાવવાનું, કે વર્ષે બે વખત વિશાળ સત્સંગ આયોજન કરીને હજારો ભક્તો અને અગણિત સંતોને અન્નદાન કરીને જમાડવાનો તેમનો પ્રમુખ સ્વભાવ હતો. તેમનું જીવન આદર્શ યતિ અને સેવા તથા પરોપકારનું મૂર્ત સ્વરૂપ હતું.

તેમણે શિવપુરાણ તથા ભાગવત કથાઓનાં પણ આયોજન કર્યાં. મૃત્યુ ઉપરાંત ચક્ષુદાન અને દેહદાન પણ કર્યું. તેથી ષોડશી ધામધૂમપૂર્વક તેમના ભક્તો દ્વારા એકવીસમી તારીખે શ્રીરામનગર કંપે, ખેડબ્રહ્મા ખાતે સમ્પન્ન થઈ.

માનવ જીવનનો અર્થ જ માનવતા છે, અને જે મહેકે નહીં, જ્યાં સેવા, સમર્પણ, શ્રદ્ધા, વિશ્વાસ અને નિષ્કપટતાની સુવાસ નથી, ત્યાં માનવતા સાર્થક ન થાય. આપણે શિવાનંદ પરિવારનાં પરિજન છીએ. શિવ એટલે પવિત્રતા, દિવ્યતા અને ભવ્યતા. સંકુચિતતામાંથી બહાર આવીએ, હૃદયની વિશાળતા, વિરલતા અને ઉદારતામાં જ આપણું શિવાનંદત્વ સંપાદક થાય છે. ૐ શાંતિ.

શ્રીમદ્ ભાગવત-૩

ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી

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

ધ્રુવની ભક્તિ :

ભક્તિનો મહિમા સમજાવવા માટે શુકદેવજી પરીક્ષિતને ધ્રુવની કથા કહે છે.

બ્રહ્માના પુત્ર મનુને બે પુત્રો હતા - પ્રિયવ્રત અને ઉત્તાનપાદ. સમય જતાં ઉત્તાનપાદ રાજા થયો. તેને બે રાણીઓ હતી - સુનીતિ અને સુરુચિ. રાજાના ઉમદા ચારિત્ર્યમાં માત્ર એક ખામી હતી. તે સુરુચિને વધારે ચાહતો હતો અને દરેક બાબતમાં તે તેની સલાહ પ્રમાણે વર્તતો હતો.

સુરુચિને સુનીતિની ખૂબ ઈર્ષા આવતી હતી. તે મહેલમાં કોઈ પ્રતિસ્પર્ધાને ઈચ્છતી ન હતી. તેણે મોટી રાણીની વિરુદ્ધમાં એક કાવતરું ઘડી કાઢ્યું. છેવટે ગુસ્સે થઈને રાજાએ સુનીતિને મહેલમાંથી કાઢી મૂકી. સ્વમાની સુનીતિ તેના પિયરમાં પાછી ન ગઈ. તેથી તે જંગલમાં ચાલી ગઈ અને વિરક્ત જીવન જીવવા લાગી. તે તેનો બધો જ સમય પ્રાર્થનામાં ગાળતી.

એક વાર એવું બન્યું કે શિકારે નીકળેલો રાજા તેના સાથીઓથી વિખૂટો પડી ગયો. સૂર્યાસ્ત થઈ ગયો હતો. દૂર તેણે એક ઝૂંપડી જોઈ. ઉતાવળે તે ત્યાં પહોંચી ગયો. તેણે ભૂમ પાડી એટલે એક સ્ત્રી બહાર આવી. તેણે આશ્ચર્યથી જોયું કે તે સુનીતિ હતી. તેને મળીને તેને ઘણો આનંદ થયો. આવી અણધારી રીતે પોતાના પતિને મળવાથી સુનીતિને પણ ઘણો આનંદ થયો. તેણે તેના પતિને ઉખાભર્યો આવકાર આપ્યો. રાજા તેની સાથે કેટલાક દિવસ રહ્યો. તેને ખાતરી થઈ કે તે કેટલી ભલી અને બુદ્ધિમાન હતી ! તેણે તેને તેની સાથે મહેલમાં પાછા ફરવાની વિનંતી કરી પણ તેણે ના પાડી.

એક વર્ષ બાદ ઉત્તાનપાદને જાણ થઈ કે સુનીતિએ એક પુત્રને જન્મ આપ્યો હતો. રાજાએ સુનીતિને સંદેશો કહેવડાવ્યો કે બાળકની ખાતર પણ તે મહેલમાં પાછી આવે. આ વખતે તે સંમત થઈ. થોડા સમય પછી સુરુચિને પણ એક પુત્ર જન્મ્યો.

સુનીતિના પુત્રનું નામ ધ્રુવ અને સુરુચિના પુત્રનું નામ ઉત્તમ પાડ્યું. બંને બાળકો એકબીજાને ખૂબ ચાહતાં હતાં અને સાથે રમવાનો આનંદ લેતાં. કમનસીબે સુરુચિની ઈર્ષા વધી પડી. તે સુનીતિ અને ધ્રુવ બંનેને તિરસ્કારવા લાગી.

એક દિવસ ધ્રુવ અને ઉત્તમ શાંતિથી રમતા હતા. ઉત્તાનપાદ તેના કામથી નવરો પડ્યો હતો. તે નીચે બેસીને રમતાં બાળકોને જોઈ રહ્યો હતો. એકાએક ઉત્તમે રાજાને જોયો અને દોડતો તેની પાસે આવ્યો. તે ભાંખોડિયાંભેર થઈને રાજાના ખોળામાં ચઢી ગયો. આ જોઈને ધ્રુવ પણ રાજાની પાસે ગયો અને તેના ખોળામાં ચઢવા પ્રયત્ન કરવા લાગ્યો. તે વખતે સુરુચિ આવી અને ધ્રુવને કઠોરતાથી ઢસડી પાડ્યો અને કહ્યું, “તને રાજાના ખોળામાં બેસવાનો અધિકાર નથી. ઉત્તમ ભવિષ્યનો રાજા છે અને તેને જ માત્ર ત્યાં બેસવાનો અધિકાર છે.”

ધ્રુવ નિરાશ થયો અને ડૂસકાં ખાતાં બોલ્યો, “શું હું મારા પિતાના ખોળામાં ન બેસી શકું ?”

સુરુચિએ તીક્ષ્ણતાથી જવાબ આપ્યો, “ના. જો તારે તારા પિતાના ખોળામાં બેસવું હોય અથવા રાજા થવું હોય તો તારે મારા પુત્ર તરીકે જન્મવું પડશે.”

કડવાશથી રડતો ધ્રુવ તેની માતા પાસે ગયો. સુનીતિએ તેને આલિંગન આપ્યું અને અપમાનજનક ટીકાને ભૂલાવવા માટે પ્રયત્ન કર્યો. પણ ધ્રુવને આશ્વાસન ન આપી શકાયું.

પછી સુનીતિએ કહ્યું, “જો તું તારા દિવ્ય પિતાને કહે તો તારા પિતાએ આપેલા સ્થાન કરતાં અતિ શ્રેષ્ઠ સ્થાન તે તને આપશે.”

તેણે કહ્યું, “હે માતા ! તું મને કહે કે એ સત્ય છે કે હું ભગવાન વિષ્ણુને મારા પિતાના ખોળામાં બેસવાનો અધિકાર આપવા વિનંતી કરું તો તે મારી ઈચ્છા પૂરી કરશે ?”

સુનીતિએ કહ્યું, “હા, મારા દીકરા !”

ધ્રુવનું હૃદય સર્વશક્તિમાન ભગવાન વિષ્ણુ પ્રત્યેની ભક્તિથી ભરાઈ ગયું. તેણે તેની માતાને જણાવ્યું કે તે ભગવાન વિષ્ણુની શોધમાં બહાર જવા માગતો હતો. આ સાંભળીને સુનીતિનું હૃદય ભયભીત થઈ ગયું. ધ્રુવ માત્ર પાંચ વર્ષનું બાળક હતો અને ઘર છોડવા માટે અત્યંત નાનો હતો. સુનીતિએ જંગલના ભયો વિશે ઘણું કહ્યું છતાં ધ્રુવ તેના નિર્ણય પર મક્કમ રહ્યો.

એક રાત્રે જ્યારે તેની માતા નિદ્રાધીન હતી ત્યારે તેણે ઘર છોડી દીધું અને દૂર ચાલ્યો ગયો. પગમાં ભોંકાતા અણીદાર કાંટા, ગરમી, વરસાદ કે બરફના કરાના તોફાનને ગણકાર્યા વિના તે આગળ ને આગળ ચાલતો ગયો. તેનું મન ભગવાન વિષ્ણુના વિચારથી ભરાઈ ગયું હતું અને તેને વિચાર થતો હતો કે તેમને ક્યાં અને કેવી રીતે પામશે. જંગલની મધ્યે તેને સાત ઋષિ મળ્યા. તેણે તેમને તેની માનહાનિની વાત કરી.

તેણે કહ્યું, “મેં ભગવાન વિષ્ણુની શોધમાં ઘરનો ત્યાગ કર્યો છે. કૃપા કરી મારી ઈચ્છા પૂર્ણ કરવામાં મને મદદ કરો. હું ઘણો નાનો છું તેથી મને ખબર નથી કે ભગવાનને ક્યાં અને કેવી રીતે પ્રાપ્ત કરવા.”

ઋષિઓ બાળકની ભક્તિથી ખુશ થઈ ગયા. તેમણે તેને આશીર્વાદ આપતાં કહ્યું, “જો તું ભગવાનને પ્રસન્ન કરે તો તને વિશ્વમાં સર્વ સ્થાનોથી પણ ઉપરનું સ્થાન આપશે.”

ધ્રુવ તેમને પગે લાગ્યો અને સમર્પિઓએ તેને આશીર્વાદ આપ્યા.

થોડું અંતર કાપ્યા પછી ધ્રુવને દેવર્ષિ નારદ મળ્યા. સૌ પ્રથમ નારદે આ નાના બાળકને તેનું ધ્યેય છોડી દેવા સમજાવ્યો : “હે નાના છોકરા ! તું પાછો ઘરે જા. જ્યારે તું ઘરડો થાય ત્યારે ભગવાન વિષ્ણુની શોધમાં જજે.”

પણ નાનો ધ્રુવ પાકી માટીનો હતો. કોઈ પણ વસ્તુ તેના મનને બદલી ન શકી. બાળકના દૃઢ સંકલ્પથી પ્રસન્ન થઈ નારદે તેને મદદ કરવાનું નક્કી કર્યું.

નારદે કહ્યું, “મધુવન નામના જંગલમાં જા. જમુના નદીમાં સ્નાન કરજે અને તારા મનને સાંસારિક વિચારોથી મુક્ત કરી નારાયણના નામનું ગાન કરજે.

જ્યાં સુધી તેમનું દર્શન ન થાય ત્યાં સુધી તેમનું નામ જપ્યા કરજે.”

ત્યાર પછી નારદ ધ્રુવનાં માતા-પિતાને મળ્યા અને તેમને આશ્વાસન આપ્યું. “મહાન ઋષિઓ તેમની આખી જિંદગીમાં જે ન મેળવી શક્યા તે તમારો પુત્ર છ માસમાં સિદ્ધ કરશે. શાંતિ રાખજો, કારણ કે તમારો પુત્ર મહાન બનવાને સર્જાયો છે. કોઈ પણ મરણાધીન કરતાં પણ વધારે મહાન.” આમ કહી નારદ અંતર્ધાન થયા.

આ દરમિયાન ધ્રુવે નારદની સૂચના પ્રમાણે કરવા માંડ્યું. દર ત્રીજા દિવસે તે જંગલી ફળો ખાઈને ચલાવતો. પહેલો મહિનો આ રીતે પસાર થયો. બીજા મહિને દર છઠ્ઠે દિવસે એકવાર થોડાં પાંદડાં ખાધાં અને પાણી પીધું. બીજો મહિનો પસાર થઈ ગયો. ત્રીજો મહિનો દર નવ દિવસે પાણી પીને પસાર કર્યો પણ તેને કંઈ નુકસાન થયું નહિ. હવે ધ્રુવ પૂર્ણ ઉપવાસ કરવા લાગ્યો. તે સતત નારાયણના નામનો જપ કરતો હતો. ચોથે મહિને તેણે શ્વાસ લેવાનું બંધ કર્યું. તે એક પગે ઊભા રહીને ધ્યાન કરવા લાગ્યો. અંતે ભગવાન વિષ્ણુએ તેને દર્શન આપ્યાં. અતિશય પ્રેમ અને હેતથી તેમણે કહ્યું, “આંખો ઉઘાડ, હું અહીં છું.”

ધ્રુવે આંખ ખોલી અને પ્રભામંડળથી આવૃત્ત તેની સામે જોઈને સ્મિત કરતાં ભગવાન વિષ્ણુને તેણે સામે ઊભેલા દીઠા. ભગવાનની હાજરીથી તે દિગ્મૂઢ થઈ ગયો અને તેમને પગે પડી ગયો. તે એક પણ શબ્દ બોલી ન શક્યો.

ભગવાને કહ્યું, “હું તારી ભક્તિથી પ્રસન્ન થયો છું. તારી ઈચ્છા પૂર્ણ થશે.”

પરંતુ ધ્રુવનું હૃદય શુદ્ધ થઈ ગયું હતું અને હવે તેને કોઈ ભૌતિક ઈચ્છા રહી ન હતી. હવે તેની માત્ર એક જ ઈચ્છા હતી અને તે પણ ભગવાનની સેવા કરવાની. તેણે ભગવાનને નમસ્કાર કરી કહ્યું, “મારે કોઈ વરદાન જોઈતું નથી, મારે રાજ્ય જોઈતું નથી. મારે માત્ર આપની કૃપાદષ્ટિ જોઈએ છે.”

ભગવાન વિષ્ણુ આ નાના બાળક પ્રત્યે હસ્યા અને કહ્યું, “તો પણ તારી બધી ઈચ્છાઓ પૂરી થશે. તને એવું સ્થાન પ્રાપ્ત થશે કે જે આજ સુધી પહેલાં કોઈને મળ્યું નથી. તે સ્થાન ‘ધ્રુવ તારક’ હશે.”

ધ્રુવ ઘરે પાછો આવ્યો. યોગ્ય કાળે તેના પિતાએ તેને ગાદીએ બેસાડી રાજા બનાવ્યો. તે એક અદ્ભુત સમ્રાટ સાબિત થયો. તે ન્યાયી, દયાળુ, બહાદુર અને નિર્ભય હતો. તેણે એક પિતાની માફક પ્રજાનું પાલન કર્યું. તેની પ્રજા તેને પ્રેમથી ચાહતી હતી. પરંતુ તેના કામ દરમિયાન ધ્રુવ ભગવાન વિષ્ણુને ભૂલતો ન હતો અને દિવસનો મોટો ભાગ તે ધ્યાનમાં ગાળતો હતો.

વાદળ વિનાની રાત્રે તમે ઉત્તર દિશામાં આકાશમાં સાત તારાથી આવરાયેલા ધ્રુવના તારાને ચમકતો જોઈ શકો છો. આ તારો ધ્રુવ પોતે છે જે જગતના મુસાફરોને દિશાસૂચન કરે છે. સાત તારાનું ઝૂમખું એ પેલા સાત ઋષિઓ છે કે જેમણે ધ્રુવને મદદ કરી હતી.

બોધ : માત્ર ભગવાન જ તમારા સાચા મિત્ર છે. મુશ્કેલીના સમયમાં તેમને પ્રાર્થો અને તે ચોક્કસ તમારી મદદે આવશે. પવિત્ર અને બાળક જેવી ભક્તિ સહેલાઈથી ભગવાનને ભક્ત તરફ ખેંચી લાવે છે. આપણા આધ્યાત્મિક ઇતિહાસમાં ધ્રુવનું નામ અમર થઈ ગયું છે અને તે આધ્યાત્મિક મુમુક્ષુઓ માટે મહાન આદર્શ બની ગયો છે.

બ્રહ્માનો મોહ :

રાજા પરીક્ષિતે કહ્યું, “હે ગુરુ ! મને શ્રીકૃષ્ણની કથા કહો. શ્રીકૃષ્ણનાં બાલ્યાવસ્થાનાં અટકચાળાં, તેમનાં પરાક્રમો અને દિવ્ય લીલાઓનું વર્ણન કેવું મધુર હશે ! મારા શેષ આયુષ્ય દરમિયાન મને શ્રીકૃષ્ણનાં સામર્થ્ય, પ્રતિભા, મોહિની અને સુંદરતાના ચિંતનમાં લીન રાખવા હું આપને પ્રાર્થના કરું છું.”

આ પ્રાર્થના સાંભળી શુકદેવજીએ કહ્યું, “હે રાજા ! સાચે જ શ્રીકૃષ્ણની લીલાઓ આશ્ચર્યકારક, અલૌકિક, મધુર અને રહસ્યપૂર્ણ છે. તેમની આશ્ચર્ય પમાડે તેવી લીલાઓનું રહસ્ય માત્ર તે પોતે જ જાણે છે. સ્વયં બ્રહ્મા પણ ભગવાનની લીલાઓનો પાર પામી શક્યા નથી.”

એક દિવસ શ્રીકૃષ્ણ ગોપબાળકોને લઈને યમુના નદીના રેતાળ કાંઠે આવ્યા. જ્યારે તે નાસ્તો કરતા હતા તે દરમિયાન વાછરડાં ભટકી ગયાં અને વિખૂટાં પડી ગયાં. બધાએ ઘણાં શોધ્યાં પણ ન મળ્યાં. વાછરડાંનું નામ-નિશાન ન મળ્યું.

હકીકતમાં ત્યાં બ્રહ્મા આવ્યા હતા અને વાછરડાંને કોઈ ન ખોળી શકે તેવી જગાએ મૂકી આવ્યા હતા. હવે શ્રીકૃષ્ણ પોતે શોધવા ગયા. નિષ્ફળ થઈને તે જ્યારે નદીએ પાછા આવ્યા ત્યારે ત્યાંથી ગોવાળના છોકરાઓ અદૃશ્ય થઈ ગયા હતા. તેમને તરત જ ખ્યાલ આવી ગયો કે આ કામ બ્રહ્માનું હતું. પછી શ્રીકૃષ્ણે ગાયોને આનંદ આપવા વાછરડાંનું રૂપ લીધું, ગોવાળોના છોકરાઓની માતાઓને આનંદ આપવા છોકરાઓનું રૂપ લીધું અને બ્રહ્માને પાઠ ભણાવવાનું નક્કી કર્યું.

તે રાત્રે નવી ગાયો અને ગોવાળોના છોકરા (જેમનું રૂપ શ્રીકૃષ્ણે લીધું હતું) ગામમાં પાછા આવ્યા. છોકરાઓ પોતપોતાને ઘેર ગયા. કોઈને આ ફેરફારની શંકા ન આવી. વાસ્તવમાં લોકો તેમનાં બાળકો અને પશુઓને પહેલાં કરતાં વધુ ચાહવા લાગ્યા. તે એક અદ્ભુત આકર્ષણ હતું કે જે તેઓ સમજી ન શક્યા. આ રીતે એક વર્ષ પસાર થઈ ગયું.

એક વર્ષ પછી બ્રહ્મા વ્રજમાં પાછા આવ્યા. ત્યાં તેમણે શ્રીકૃષ્ણને ગોવાળોના છોકરાઓ અને વાછરડાંની સાથે પહેલાંની જેમ રમતા જોયા. જેમણે શ્રીકૃષ્ણને મોહ પમાડવા પ્રયત્ન કર્યો હતો તે પોતે જ મોહિત થઈ ગયા ! બ્રહ્મા શ્રીકૃષ્ણની મોહક શક્તિથી દિગ્મૂઢ બની ઊભા રહી ગયા. તેમને બધા છોકરા અને વાછરડાંમાં શ્રીકૃષ્ણનાં દર્શન થયાં. બધાં જ શ્યામવર્ણનાં હતાં અને સૌએ પીતાંબર ધારણ કર્યાં હતાં. સૌને ચાર હાથ હતા અને હાથમાં દિવ્ય શસ્ત્રો હતાં. દરેકના શિરે મુગટો હતા. આ અદ્ભુત દૃશ્ય જોઈને બ્રહ્મા આશ્ચર્યચકિત અને અવાક થઈ ગયા.

હવે જ બ્રહ્માને ભાન થયું કે શ્રીકૃષ્ણ સ્વયં સર્વશક્તિમાન અને જગતના શ્રેષ્ઠ શાસક ભગવાન વિષ્ણુ હતા. તે ભગવાનની કીર્તિ ગાતા આંખમાં આંસુ સાથે વારંવાર ભગવાનનાં ચરણોમાં નમસ્કાર કરવા લાગ્યા.

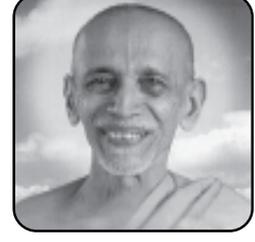
બોધ : ભગવાનને અને તેમના અલૌકિક માર્ગોને સમજવા મુશ્કેલ છે. જો આપણે ખરેખર ભગવાન વિશે બધું જ શીખવા માગતા હોઈએ તો આપણામાં શ્રદ્ધા, પવિત્રતા અને ભક્તિ હોવાં જોઈએ. ભગવાન કંઈ પણ કરી શકે છે અને બધું જ કરી શકે છે. તેમને કોઈ છેતરી શકતું નથી. □ ‘યોગના પાઠ’માંથી સાભાર



ॐ श्री सद्गुरुपरमात्मने नमः

ભજ ગોવિંદમ્

પ્રવક્તા : શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી



[જગદ્ગુરુ આદિ શંકરાચાર્યજીએ જ્ઞાન અને ભક્તિનો સમન્વય કરતું ‘ભજ ગોવિંદમ્’ સ્તોત્ર રચ્યું. પૂજ્ય ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજીએ સંગીત કલામંદિર ટ્રસ્ટ કોલકતા તરફથી ગોઠવાયેલા વાર્ષિક જ્ઞાન-સત્રમાં તે સ્તોત્ર પર પ્રવચનો આપેલાં. તે પ્રવચનોનું સંકલન એટલે ‘ભજ ગોવિંદમ્’ પુસ્તિકા. સ્વામીજી આપણને સંસારમાં રહીને જીવન-લક્ષ્ય કેવી રીતે સાધી શકાય તેની પ્રવચનો દ્વારા સમજણ આપે છે. -સંપાદક]

સમર્પિત દિવ્યતાઓ ! પ્રકાશનાં સંતાનો !

અમૃતસ્ય પુત્રાઃ ! તમારા શરીરના મર્ત્ય પાંજરામાં સંતાયેલા અમર્ત્ય પરમ આત્માને તમારી અંદર જોઈને પ્રાચીન મહાન ઉન્નત અને જ્ઞાની મહાપુરુષોએ તમને આ પ્રમાણે સંબોધ્યા. વેદના સમયના તે મહાન પવિત્ર યુગમાં એવો સમય હતો જ્યારે તે કાળના મહર્ષિઓ અને ઋષિઓ આ ધરતી પરના દૈનિક કઠોર અને અસ્તવ્યસ્ત સાંસારિક જીવનથી દુઃખી થતી માનવજનતાને આ રીતે સંબોધતા, માનવજાતને સંબોધતાં તેમણે કહ્યું : “હે મર્તાઃ શ્રુણુતઃ પરમં હિતં વક્ષ્યામિ સંક્ષેપતઃ । હે મૃત્યુલોકના માનવો ધ્યાન આપો ! હું તમને મહત્તમ કલ્યાણની વાતને ટૂંકમાં કહું છું.”

વેદોએ પ્રગતિ કરી અને કર્મકાંડમાંથી ઉપાસના-કાંડનો વિકાસ થયો, ઉપાસના-કાંડમાંથી જ્ઞાન-કાંડમાં વિકાસ થયો. જ્ઞાન-કાંડમાં અલૌકિક અનુભવોની નોંધો છે. ઉપનિષદના જ્ઞાનોપદેશના સારનો સમાવેશ કરાયો છે. આ બધાને વેદાંત કહેવામાં આવે છે. પાછલા ઉપનિષદ યુગના, આત્મસાક્ષાત્કારના ઘણાં ઊંચાં શિખરને સર કરેલા બ્રહ્મજ્ઞાન, અપરોક્ષ કેવળના સાક્ષાત્કારથી ઉન્નત થયેલા આ જ ઋષિઓ જ્યારે તેઓ સામાન્ય ચૈતન્યમાં પાછા ફર્યા અને તેમના અલૌકિક દર્શનને જોયું ત્યારે તેઓને મૃત્યુ તો કાલ્પનિક વાત છે, તેનું કોઈ અસ્તિત્વ નથી તે જાણીને આશ્ચર્યચકિત થઈ ગયા. શાશ્વત જીવન એ જ એવું અને ફક્ત સાચી વાત હતી. આ મહાન શોધનો આનંદ વ્યક્ત કરતાં બધી માનવજાતને સંબોધન કરતાં કહ્યું : “શ્રુણ્વન્તુ સર્વે અમૃતસ્ય પુત્રાઃ - મને

સાંભળો ! તમે બધા અમરતાનાં સંતાનો છો. તમારે નથી જન્મ કે મૃત્યુ. નથી તમારે કાળ અને દેશની સીમિતતા. તમે શાશ્વત, અજન્મા, પરિપૂર્ણ, સદા મુક્ત આત્મા - નિત્યશુદ્ધ નિત્યબુદ્ધ નિત્યમુક્ત પરિપૂર્ણ આત્મા છો.”

ચૈતન્યની આ કક્ષાએ પહોંચવા માટે આ જ્ઞાન અને ઈશ્વરસાક્ષાત્કારની મહાન ભૂમિ ભારતવર્ષનાં દરેક પુત્ર અને પુત્રીએ ઉપનિષદોનો દૈનિક અભ્યાસ કરવો જ જોઈએ.

તત્ - ત્વમ્ - અસિ

કેવળ અદ્વૈત વેદાંત સિદ્ધાંતના મહાન ભાષ્યકાર શંકરાચાર્યે આ સમગ્ર દૃશ્ય સંસારના દેખાવને એક લાંબું સ્વપ્ન, કાલ્પનિક વાત કે અસ્તિત્વ વગરની વસ્તુ ગણી નકારી કાઢ્યો છે.

શ્લોકાર્ધન પ્રવક્ષ્યામિ યદુક્તં ગ્રન્થકોટિભિઃ ।

બ્રહ્મ સત્યં જગન્મિથ્યા જીવો બ્રહ્મૈવ નાપરઃ ॥

હું તમને અનેક ધર્મગ્રંથોમાં સમજાવેલા ઉપદેશોના સારને અર્ધા શ્લોકથી કહું છું; બ્રહ્મ એકલું જ સત્ય છે, જગત અસત્ય છે જીવાત્મા બ્રહ્મ જ છે, તેનાથી સહેજ પણ જુદો નથી. (બ્રહ્મ-જ્ઞાનાવલીમાલા, ૨૦)

જ્યાં સુધી તમે શાશ્વત ઉચ્ચતર તાત્ત્વિકતા, નિરપેક્ષ તાત્ત્વિકતાનો સાક્ષાત્કાર ન કર્યો હોય ત્યાં સુધી જગત સાપેક્ષ તાત્ત્વિકતા ધરાવી શકે. આ જગત ત્યાં સુધી સત્ય લાગે. દાખલા તરીકે, તમે જ્યારે રાત્રે નિદ્રામાં હો અને સ્વપ્ન આવે ત્યારે તમારે માટે બહારની દુનિયાનું કોઈ અસ્તિત્વ હોતું નથી અને ત્યારે ફક્ત સ્વપ્નની દુનિયા જ સાચી લાગે છે. પણ બારણાંનો ખડખડાટ, ટેલિફોનની રીંગનો અવાજ કે રૂમમાં ઉંદરોના

દોડવાથી થતા અવાજથી તમે જાગી જાઓ છો ત્યારે સ્વપ્નની દુનિયા અદૃશ્ય થઈ જાય છે. આમ, તે તે સમય માટે તે સ્થિતિમાં જ સાચું લાગે છે. પણ જ્યારે તમે જાગો છો ત્યારે તમને લાગે છે કે સ્વપ્નનું અસ્તિત્વ નથી. આમ તેને નિરપેક્ષ તાત્ત્વિકતા કહી શકાય નહિ. તે જ પ્રમાણે શંકરાચાર્ય તેમના અડધા શ્લોકના આ નાના ભાગ દ્વારા સમગ્ર જગતને ભાસ ગણી નકારી કાઢે છે : શ્લોકાર્ષેન પ્રવક્ષ્યામિ યદુક્તં ગ્રન્થકોટિભિઃ । - જે કરોડો ગ્રંથોમાં સમજાવ્યું છે તે હું તમને અર્ધા શ્લોકથી કહું છું.

શ્લોકના પાછલા નકારાત્મક ભાગમાં તે કહે છે : “જગન્ મિથ્યા - જગત સાચું નથી એ વાસ્તવિક-વ્યર્થ- છે.” સકારાત્મક નિવેદન છે. બ્રહ્મ સત્યમ્ - બ્રહ્મ જ સત્ય છે, બીજું જે કંઈ છે તે થોડા વખતનો ભાસ માત્ર છે. પછી તેમણે તમારે માટે કરેલું ચક્રિત કરતું કથન આવે છે : “હે જીવાત્મા ! તું તારી જાતને કાળ અને દેશની તથા નામ અને રૂપની સીમિતતાઓમાં બંધાયેલો જીવ કેમ માને છે ? આ અજ્ઞાન છે, ભૂલ છે. તે વિપરીત જ્ઞાન - ખોટી વિચારણા છે. તે સત્યથી વિરુદ્ધ છે, હકીકતથી વિરુદ્ધ છે. જીવો બ્રહ્મૈવ નાપરઃ - જીવ બ્રહ્મ જ છે, તેનાથી જરા પણ ભિન્ન નથી. તમે શાશ્વત, સર્વવ્યાપી, અનંત વૈશ્વિક આત્મા સિવાય બીજું કંઈ જ નથી.”

તત્ - ત્વમ્ - અસિ - તમે તે છો અને ફક્ત તે જ છો. તમારી તાત્ત્વિકતા તે જ છે. તે શાશ્વત, અનંત સત્ચિદાનંદ છે. તમે તે સત્ચિદાનંદ છો. આ જ ક્ષણે પણ, જ્યારે તમે અહીં સંગીત કલા મંદિરમાં તમારી પુરશીમાં આ શબ્દોને સાંભળી રહ્યા છો ત્યારે તમે સત્ચિદાનંદ આત્મા છો, તમે અજર, અમર, અવિનાશી સત્ચિદાનંદ આત્મા છો. તમારી સાચી ઓળખની આ હકીકત છે. આ સત્ય છે. આ સત્ય છે અને ફક્ત સત્ય, અફર સત્ય છે. આ પ્રમુખ સત્ય વેદાંતને, માનવ-ઈતિહાસના જ્ઞાન અને અજ્ઞાત વ્યાપમાં થયેલાં બધાં સંશોધનોમાં વધુમાં વધુ અદ્ભુત સ્થાન આપે છે. બધાં ઉપનિષદો (અને ગીતા) તમારી દિવ્યતાની હકીકત અને તમારી અમરતાની હકીકતની ઘોષણા અચૂક ઉમંગથી કરી છે.

અહં બ્રહ્માસ્મિ - હું બ્રહ્મ છું,

(બૃહ. ઉપ. ૧, ૪, ૧૦)

તત્ ત્વમસિ - તું તે છે, (છાંદો. ઉપ. ૬, ૮, ૭)

અયમાત્મા બ્રહ્મ - આ આત્મા બ્રહ્મ છે.

(માણુ. ઉપ. ૨)

અજો નિત્યઃ શાશ્વતોડયં પુરાણો ન હન્યતે હન્યમાને શરીરે - જ્યારે શરીર હણાય છે ત્યારે અજન્મા, નિત્ય, અવિકારી અને પ્રાચીન એવો તે હણાતો નથી. (ગીતા ૨, ૨૦)

ઉપનિષદોની સમજની જેમને સુગમતા છે તે દરેક જણ પછી તે સ્ત્રી કે પુરુષ હોય તેને અંતરતમ તાત્ત્વિકતા વિશેના અદ્ભુત સત્યથી સભાન કરવામાં આવે છે. તમે નામ, રૂપ, જાતિ, વય, વંશ, જ્ઞાતિ, પંથથી, કાળ અને દેશથી પર છો. સાચું કહીએ તો તમારું માનવીય વ્યક્તિત્વ ફક્ત સરી જતું સ્વપ્ન છે, તમે હંમેશાં દિવ્ય જ છો. તમે છો અનાદિ, અનંત (આત્મા). તમે સદા હતા, હાલ છો અને જે છો તે રહેવાનું સદા ચાલુ રાખશો. તાત્ત્વિકતા એ છે કે જેમાં કંઈ ફેરફાર ન થાય. તાત્ત્વિકતાનું બધા જ કાળમાં અસ્તિત્વ હોય છે. તાત્ત્વિકતા શાશ્વતીમાં કાળથી પર છે. તમે તે તાત્ત્વિકતા છો. માટે તમે અવિકારી છો.

આ મહાન સત્ય એ ઉપનિષદના જ્ઞાનાનુભવે આપેલી આ મહત્તમ બક્ષિસ છે. ભારતવર્ષના સાંસ્કૃતિક સર્વોપરી અમૂલ્ય, ખજાનામાં હીરા સમાન તેનું સ્થાન છે, પણ કેટલાને મહાન ઉપનિષદનાં સત્યો સમજવાની સુગમતા છે ? તેને માટે સંસ્કૃતના ઊંડા જ્ઞાનની જરૂર છે. વધુમાં, આ સત્યો ખૂબ ટૂંકામાં સંક્ષેપ રૂપમાં આપેલાં છે. તે વિગતવાર નથી. ઉપનિષદો વિગતવાર પાઠ નથી, પણ સર્વોપરી અનુભવનાં કથનો છે. “ઈશા વાસ્યમિદં સર્વં યત્કિંચ જગત્યાં જગત્ - આ વિશ્વમાં આ જે કંઈ જડચેતનરૂપ જગત છે તે બધું ઈશ્વરથી વ્યાપ છે. (ઈશ ઉપ. ૧)”

આ કથનો ઉચ્ચતમ અનુભવનાં છે તેનો અર્થ ખૂબ ઊંડો છે, સામાન્ય માણસને સમજી શકાય તેવો નથી. તેમને વિવિધ બંધબેસતા ઉદાહરણ, વિવિધ દૃષ્ટાંતોથી અને વિવિધ અલંકારોથી વિગતથી

સમજાવવાં પડે છે.

આ વેદાંતના સત્યોને સમજાવવા માટે ભગવાન વિષ્ણુના અંશાવતાર મહાન ઋષિ બાદરાયણ મહર્ષિ વ્યાસે વિગતવાર ટીકાઓ લખી છે તેને પુરાણો કહેવામાં આવે છે. જેવી રીતે ભગવદ્ ગીતા જ્ઞાનોપદેશ કૃષ્ણ અને અર્જુનના સંવાદરૂપે છે તેવી જ રીતે પુરાણોમાં આવા અનેક સંવાદો અને વિવિધ ઉપાખ્યાનો સમાયેલાં છે. તેમાં વેદાંતનાં ઉચ્ચતમ સત્યોને સામાન્ય માણસ સમજી શકે અને તેને વિષય અઘરો કે મુશ્કેલ ન લાગે તેવી ખૂબ રસાળ શૈલીમાં સમજાવવા પ્રયત્ન કર્યો છે.

ભૂતકાળમાં ભારતવર્ષમાં લોકોની પાસે સમય હતો; જીવન એટલું બધું દોડધામવાળું ખૂબ ઝડપી કે દબાણ ભરેલું ન હતું એટલે તેમને નવરાશ હતી. જીવન ધીમે ધીમે ચાલતું હતું. તે ઘડિયાળના કાંટે નહિ પણ આકાશમાં રહેલા સૂર્યના સહારે ચાલતું હતું. એટલે લોકો પાસે ઘેર રહી એક પછી બીજું એમ પુરાણો વાંચવાનો સમય હતો. આ ઉપરાંત તેઓ ગામડામાં ઝાડ નીચે ભેગા થઈને પણ પુરાણો વાંચતા હતા. વળી પુરાણોની કથા કહેનારા પુરાણીઓ પણ હતા. તેઓ એક ગામથી બીજે ગામ જતા અને પુરાણોની કથા કરતા. આ તેમનો વ્યવસાય થઈ ગયો હતો. ગામના અને કસ્બાના લોકો પુરાણીઓને આમંત્રણ આપી પોતાના સ્થળે કેટલાક દિવસો અરે, મહિનાઓ સુધી તેમની પાસેથી કથા સાંભળતા અને બદલામાં તેમની સગવડો સાચવતા તથા દક્ષિણા આપતા. પણ હવે આપણી પાસે સમય નથી. અને જો સમય હોય તો ટીવીની સામે બેસી બિનજરૂરી વસ્તુઓ આપણા મનમાં ભરીએ છીએ. અને તેમાંથી જન્મે છે ફક્ત અશાંતિ અને વિક્ષેપ અને મન ચકડોળે ચઢી જાય છે. આપણે છાપાં વાંચીએ છીએ, પણ આપણી પાસે પુરાણો વાંચવાનો સમય નથી.

દંભી માણસો, ખોટા ગુરુઓ, બનાવટી પેગંબરો પણ હોય છે. પણ તેમના હોવાથી અમૂલ્ય, નિર્દોષ હીરા કે મોતીના મૂલ્યમાં કશો ઘટાડો કરી શકતા નથી. તમે તેમનો દોષ કાઢી શકો નહિ. તે આપણા

વિવેક પર આધાર રાખે છે. આપણે આપણાં નેત્રો અને કાન ઉઘાડાં રાખીને આપણી આધ્યાત્મિક તૃષ્ણાને પૂરેપૂરી ઠારી શકે તેવા ઉદ્દગમ તરફ જવું જોઈએ. આ દેખાતા મહાન લોકોનો લાભ ઉઠાવીને કેટલાક ઢોંગી સંન્યાસીઓ તેના વેશ દ્વારા લોકોને ઠગવાનો પ્રયત્ન કરે છે. તેમાં કંઈ નવું નથી. આ કોઈ આજની ઘટના નથી. રાવણે પણ રામ પાસેથી તેમની ધર્મપત્નીને છીનવી લેવા માટે સીતાને છેતરી હરણ કરવા માટે સંન્યાસીનું રૂપ લીધું હતું. તે તો કળિયુગ ન હતો, તેનાથી ઉચ્ચતર દ્વાપર યુગ પણ ન હતો તે તો ત્રેતા યુગ હતો. એટલે આવું તો હંમેશાં ચાલતું રહેતું હશે તેમ લાગે છે.

આ દુનિયાનું સર્જન થયું ત્યારથી વિરોધ એ તેનો એક ભાગ હોય તેમ લાગે છે. દુર્ગા સપ્તશતી જે દેવી માહાત્મ્ય અથવા ચંડીપાઠ તરીકે ઓળખાય છે તેનું ઉદાહરણ લઈએ. આ સૃષ્ટિની શરૂઆતનો જ સમય છે. ગ્રંથના પ્રસંગમાં ભગવાન નારાયણ યોગનિદ્રામાં છે અને તે યોગનિદ્રાના સમયમાં બ્રહ્માને ડારતા મધુ અને કેતભનો ઉદ્ભવ થાય છે. તે ભયંકર જોખમી પરિસ્થિતિમાં બ્રહ્મા ભગવતી મહામાયાને ભગવાન નારાયણને તેમની યોગનિદ્રામાંથી જગાડવા માટે સ્તુતિ કરે છે, જેથી તેઓ મધુ-કેતભના હુમલામાંથી બ્રહ્માનો છુટકારો કરે. આમ, સર્જન શરૂ થયું તે પહેલાં, આદિકાળમાં દ્વંદ્વોનું અસ્તિત્વ હતું. તો પછી આજે હોય તેમાં કંઈ નવાઈની વાત ન ગણાય. એટલે આપણે વિવેકબુદ્ધિવાળા થવું જોઈએ.

સાદી સમજૂતી એ છે કે પ્રકૃતિએ જ આત્માસની દુનિયાનું સર્જન કર્યું છે. બ્રહ્મને તો કોઈ સર્જન કરવાની જરૂર નથી, કારણ કે તે ‘પરિપૂર્ણ’ છે. ગૂઢ રીતે અપ્રકટ પ્રકટ થાય છે અને પ્રકૃતિએ આ દુનિયાના ખેલ, આ મેળાનો ઉદ્ભવ કર્યો. પ્રકૃતિ દ્વંદ્વોની બનેલી છે. જો પ્રકાશ હોય તો અંધકાર હોવો જ જોઈએ, જો સારું હોય તો નરસું હોવું જોઈએ. પ્રકૃતિ ત્રણ ગુણોની બનેલી છે. સત્ત્વ ગુણ દિવ્યનું પ્રતિબિંબ છે, રાજસ આ આત્માસની દુનિયામાં રહેલો છે અને તમસ દિવ્યનો પરમ વિરોધી છે.

□ ‘Bhaja Govindam’માંથી સાભાર ભાષાંતર

મનાયે શ્લોક - મનોબોધ

- શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતાનો પ્રાણ સ્થિતપ્રજ્ઞલક્ષણ છે. ત્યાં શ્રીકૃષ્ણ કહે છે કે,
“ધ્યાયતો વિષયાન્પુંસઃ સંગસ્તેષૂપજાયતે ।
સંગાત્સંજાયતે કામઃ કામાત્કોધોડભિજાયતે ॥
કોધાદ્ભવતિ સંમોહઃ સંમોહાત્સ્મૃતિવિભ્રમઃ ।
સ્મૃતિભ્રંશાદ્ બુદ્ધિનાશો બુદ્ધિનાશાત્પ્રણશ્યતિ ॥”

ગીતા ૨ :૬૨:૬૩ ॥

જે પુરુષ વિષય વિકારમાં વિલાસ કરે છે, તેઓ પછી તેવી જ વિષયાવૃત્ત વૃત્તિવાળા મિત્રોનો સંગ કરે છે. જ્યારે અયોગ્ય સંગ થાય ત્યારે અયોગ્ય અને આવાંછનીય કામનાઓ કે ઈચ્છાઓ પણ જાગે. આવી ઈચ્છાઓની જ્યારે પૂર્તિ ન થાય ત્યારે ઘવાયેલા અહંકારવાળું ચિત્ત કોધાવેશમાં આવે, પછી સંમોહ, સ્મૃતિવિભ્રમ બુદ્ધિનાશ અને જીવનનો હાસ થાય છે.

ભગવાન ભાષ્યકારે સત્સંગનો મહિમા ગાયો છે. સંગ કરવો પરંતુ સંતોનો અને સત્ય કે શાસ્ત્રોનો સંગ કરવો. સાધનાપંચક્રમાં કહ્યું, “સંગઃ સત્સુ વિધીયતાં જયાચેનિ સંગે સમાધાન ભંગે

અહંતા અકસ્માત યેઉનિ લાગે ।
તયે સંગતીચી જનીં કોણ ગોડી ?

જિયે સંગતીનેં મતી રામ સોડી ॥ ૪૫ ॥

જેની સંગતિ થતાં સમાધાન-મનની સ્થિરતાનો ભંગ થાય; અહંકારનું ભૂત ભરાય અને રામનામથી પરાંગમુખ થવાય એવી સંગતિમાં સુખ-સંતોષ ક્યાંથી હોય ?

આપણા જન્મ પૂર્વે આ સંસાર હતો. મૃત્યુ પછી પણ આપણા અંત્યેષ્ટિ આ સંસાર જ કરવાનો છે. જીવન યાપન અર્થે સંસારની સહાય અનિવાર્ય છે. પછી સંસારનો સંગ ત્યાગ કરવો ? જી ના ! એવું નથી. જીવનનો હેતુ કલ્યાણમાર્ગનો છે. શ્રેયસ અને પ્રેયસ બંને ભિન્ન છે. તેમનાં પ્રયોજન પણ પૃથક્ પૃથક્ છે. એક બંધન આપે છે, બીજું મુક્તિ કે મોક્ષ. શ્રેયસની સ્વીકૃતિ કલ્યાણને અને પ્રેયસનો માર્ગી જીવનલક્ષ્યથી ચ્યુત થાય છે.

ભગવતો ભક્તિદેહા ધીયતાં... અને... સદ્ધિદ્વાનુપસર્પ્યતાં પ્રતિદિનં તત્પાદુકા સેવ્યતાં, વગેરે તદ્દુપરાંત ભજગોવિંદમ્ સ્તોત્રમાં કહ્યું કે સત્સંગથી અસંગ થવાય; તેમાંથી જ નિર્મોહત્વ પમાય, નિર્મોહ થયા પછી જ નિશ્ચલ તત્ત્વની સમજણ ઉપજે; અને તેથી જ જીવનમુક્તિનાં દ્વાર ઉઘડે.”

ભક્ત કવિ નરસિંહ મહેતાએ તો ઉઘાડે છોગ ઢોલ વગાડીને કહ્યું કે, કૂળને તજિયે; કુટુંબને તજિયે તજિયે મા ને બાપ રે... જેમ તજે કંચુકી સાપ રે... નારાયણનું નામ જ લેતાં વારે તને તજિયે રે... વગેરે.

વળી એક સંતે કહ્યું,

તજોરે મન હરિ વિમુખન કો સંગ,
જાકે સંગ તે કુમતિ ઉપજે પડત ભજનમેં ભંગ;
કાગકો કહા કપૂર ચુગાયે; શ્વાન નહાયે ગંગ;
ખરકો કહા અરગજા લેપન; મરકટ ભૂષણ અંગ...

અહીં આજે સંત રામદાસજી પણ દુઃખી થઈને જ કહે છે કે હે મન ! જેના સંગથી તારાં મન અને જીવનનું સંતુલન ખોરવાય તેવો સંગ કરવો નહીં.

સમાધાનવૃત્તિ તૂટે જેહ સંગે;

અહંતા અકસ્માત્ જ્યાં આવી લાગે;
થતાં સંગતિ તેની શો લાભ લોકે ?

થતાં સંગ જેનો મતિ રામ ચૂકે ॥ ૪૫ ॥

આપણી સમક્ષ શ્રેયસ અને પ્રેયસ બંને છે. મનન જરૂરી છે. ચિંતન આવશ્યક છે. શાંત મને વિચાર કરીને વિવેકપૂર્વક ચયન કરવાનું છે. માટે જ પ્રાણજનો પ્રેયસને માર્ગે જતા નથી; શ્રેયસનો જ સ્વીકાર કરે છે. જ્યારે જેઓ દીર્ઘ દષ્ટિવાળા નથી, તેઓ મંદબુદ્ધિવાળા લોકો છે તે પ્રેયસને ઈચ્છે છે. આ પ્રેયસ એટલે વિષયભોગવાળી વૃત્તિપૂર્ણ પદાર્થોની ચાહનાની નકારાત્મકતાનું આપણે ત્યાં નચિકેતાનું બહુ જ સુંદર ઉદાહરણ અને કથાનક કઠોપનિષદમાં વર્ણવવામાં આવ્યું છે.

યમ નચિકેતાને વરદાન માગવાનું કહે છે. નચિકેતા

પૂછે છે, ‘કહો ! મૃત્યુ પછી આત્માનું શું થાય ?’ યમ કહે છે, આ જ્ઞાન તને નહીં મળે, કંઈક વધુ મોંઘું માગ ! શતાયુષઃ પુત્રપૌત્રાન્વૃણીષ્વ બહૂન્વશૂન્હસ્તિહિરણ્યમશ્વાન । ભૂમેર્મહદાયતનં વૃણીશ્ચ સ્વયં ચ જીવ શરદો યાવદિચ્છસિ ॥ ઈમા રામાઃ સરયાઃ સતૂર્યા ન હી દશા લમ્ભનીયા મનુષ્યૈઃ ॥ આભિર્મત્રતાભિઃ પરિચારયસ્વ નચિકતો મરણં માનુપ્રાક્ષીઃ ॥

(કઠ : ૧:૨૩ અને ૨૫)

‘શતાયુષી પુત્રો તથા પૌત્રો, અસંખ્ય ગાયો, હાથીઓ, ઘોડાઓ તથા સુવર્ણ તું માગી લે. પૃથ્વીનું વિશાળ સામ્રાજ્ય પસંદ કર અને તું પોતે જેટલી ચાહે તેટલી શરદઋતુ સુધી જીવ.’

‘જે જે ભોગો મર્ત્યલોકમાં દુષ્પ્રાપ્ય છે, તે બધા મના જે ઘડી રાઘવેવીણ ગેલી,

જનીં આપુલી તે તુવાં હાનિ કેલી ।

રઘુનાથકાવીણ તો શીણ આહે,

જનીં દક્ષ તો લક્ષ લાભૂનિ પાહે ॥ ૪૬ ॥

હે મન ! રામચિંતન વિનાની જે ઘડી ગઈ તે તેં વ્યર્થ જ ગુમાવી અને તેં જ તારા હાથે કરીને ઘાત કર્યો છે, એમ સમજજે. રામને છોડીને જે કાર્ય કરીશ, તે કેવળ પરિશ્રમકારક જ કષ્ટદાયક જ સમજજે. માટે તે જ ખરો દક્ષ-કુશળ છે કે જે સદા રામનું જ અનુસંધાન રાખી વર્તે છે. માટે જ ‘ખાલસ’ કહે છે :

રામ (નામ) જપન કર્યો છોડ દિયા ? ક્રોધ ન છોડા, ઝૂઠ ન છોડા; સત્ય વચન કર્યો છોડ દિયા ? ઝૂઠે જગમેં દિલ લલયાકર; અસલ વતન કર્યો છોડ દિયા ? કોડી કો તો ખૂબ સમ્હાલા; લાલ રતન કર્યો છોડ દિયા ? જિહિ સુમિરનતે અતિ સુખ પાવે; સો સુમિરન કર્યો છોડ દિયા ? ખાલસા ઈક ભગવાન ભરોસે, તન મન ધન કર્યો ન છોડ દિયા ?

તન મન કે ધન છૂટે તો છૂટે પરંતુ રામનું નામ ન છૂટવું જોઈએ ! માટે જ શ્રીકૃષ્ણ કહે છે :

મન્મના ભવ મદ્ભક્તો મદ્યાજી માં નમસ્કુરુ ।

મામેવૈષ્યસિ યુક્તૈવમાત્માનં મત્પરાયણઃ ॥

(ગીતા ૯:૩૪)

મન મને સોંપ. મારો ભક્ત થા. મારું જ ભજન કર. મને જ નમસ્કાર કર. મારામાં એકત્વનો ભાવ રાખ. અંતે તું મને જ પ્રાપ્ત થઈશ.

ભગવાન ભાષ્યકાર શ્રી આદિ શંકરાચાર્યજી

જ ભોગો સ્વેચ્છાપૂર્વક માગી લે. આ રહી રમણીય કન્યાઓ, રથો તથા વાઘો સહિત; એના જેવી મનુષ્યોને કદીય નહીં મળે, વગેરે પરંતુ હે નચિકેતા, મૃત્યુ વિશે પૃચ્છા ન કર.’

અને નચિકેતાનો જવાબ ખૂબ જ ટૂંકો અને સ્પષ્ટ છે.

‘તવૈવ વાહાસ્તવ નૃત્યગીતે’ ‘તમારાં નૃત્ય અને ગીત તમો જ રાખો !’ એને અંગ્રેજીમાં કહી શકાય ‘wrong number sir !’ કેટલી બધી દૃઢતા છે. વિષયભોગ કે વિલાસમાં લેશ માત્રેય ચિત્ત નથી. લક્ષ્ય સ્પષ્ટ છે. એક રામ ! પ્રભુ પ્રત્યે જેની પ્રીતિ છે, પ્રભુ જ જેનું લક્ષ્ય છે, તેમને આ હીરામોતી એ બધું શંખલાં કે છીપલાં જેવાં છે. માટે શ્રીરામદાસજી કહે છે :

ઘડી મંન જે રામ વિના ગુમાવી,

જને તેં જ તારી કરી હાનિ ભારી ।

રઘુનાથ વિના બધું કષ્ટ લોકે,

જેને દક્ષ તે લક્ષ રાખી વિલોકે ॥ ૪૬ ॥

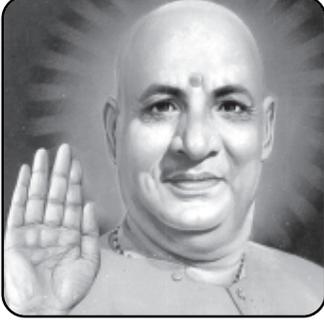
મહારાજશ્રી કે જે અદ્વૈત વેદાંતના પ્રતિપાદક હતા; તેમણે પણ ભગવદ્ ભક્તિ અને ભજનને ભૂલ્યાં નથી. તેઓ કહે છે. સત્સંગ તો કરવો જ પડશે. સત્સંગથી જ નિઃસંગ થવાશે. નિર્મોહત્વની પ્રાપ્તિ સત્સંગ થકી જ થશે. મનની નિશ્ચળતા અને જીવન મુક્તિનું પ્રભુ સ્મરણ જ દ્વાર છે. માટે પ્રભુ સ્મરણ કરો. હરિ ભજન કરો. ગોવિંદને જ ભજો.

શ્રીરામદાસજી મહારાજ જીવનના પ્રત્યેક શ્વાસે શ્વાસ શ્રીરામનું સ્મરણ કરવાનું કહે છે. સંતોએ પણ અનન્ય ભાવે પ્રભુસ્મરણને મહત્ત્વ આપ્યું છે. શ્રી ચૈતન્ય મહાપ્રભુનું કહેવાનું છે : ‘ભાઈ ! જે શ્વાસ અંદર આવ્યો છે, તે બહાર આવશે કે કેમ ? તેનો વળી શો ભરોસો ?’ નિશ્વાસે ક: વિશ્વાસ: ? કદારૂઘ્ધો ભવિષ્યતિ ? માટે પ્રત્યેક શ્વાસ શ્રી રામને જ સમર્પણ કરીએ. ‘જગત રામહી, સોવત રામહી સપને મેં દેખ્યો રાજા રામ હી’ હૃષીકેષમાં એક મસ્તરામ બાબા હતા; કહેતા, ‘રામ ગાઓ, રામ પીઓ, રામ ખાઓ, રામ હો જાઓ...’ રામ જ જીવન, રામ ધન, ‘રામ રતન ધન પાયો રાણાજી મેં તો’ આ એક માત્ર સંત રામદાસજીના જ મનોબોધ કે દાસબોધના વિચારો નથી. આ તો વૈશ્વિક

(અનુસંધાન પાન-૨૫ પર)

શિવાનંદ કથામૃત-૫

[ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજને આનંદ કુટીર 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.]



નમ્રતા

ગુરુદેવ સત્સંગમાં આવતા હતા ત્યારે તેમના દર્શન માટે આવેલ એક મહિલા ભક્તે તેમને દંડવત્ પ્રણામ કર્યા. ગુરુદેવે તેને આવકાર આપ્યો અને તેનાં વખાણ કર્યાં. તેણે જવાબ આપ્યું : “સ્વામીજી, હું તો શૂન્ય છું.” ગુરુદેવે કહ્યું : “જ્યારે તમે શૂન્ય બનો છો ત્યારે જ તમે બધું બની શકો છો. તમે જ્યારે તમારી જાતને ખાલી કરી દો છો ત્યારે જ તમે ભરાઈ જશો.”

એકમાંથી અનેક

પ્રસંગ હતો : એક મુલાકાતીના હાથમાંથી કાચનો ગ્લાસ પડતાં તેના અનેક ટુકડા થઈ ગયા.

બધા હસી પડ્યા !

ગુરુદેવે કહ્યું : “આ પ્રમાણે વિશ્વનું સર્જન થયું. શરૂઆતમાં ફક્ત એક જ હતો. એકે અનેક બનવાની ઈચ્છા કરી અને તરત જ અનેક થઈ ગયા.”

ઈશ્વર માટે રડો

એક છોકરી ઈન્ટરમિડિયેટ પરીક્ષામાં પ્રથમ વર્ગ ન આવતાં રડતી હતી. તેને બીજો વર્ગ મળ્યો હતો. ગુરુદેવે તેને કહ્યું : “તારી પરીક્ષાના પરિણામ માટે રોઈશ નહિ; ઈશ્વરથી તું જુદી પડી તે માટે રો.”

સત્સંગનું મહત્ત્વ

ગુરુદેવે એક મહિલા ભક્તને ઓફિસમાં બેઠેલી જોઈ. તેમણે તેને બે-ત્રણ દિવસ પહેલાં સત્સંગમાં જોઈ

અંતર્નદ

મેં અંદરથી નાદ સાંભળ્યો : “શિવ, જાગ્રત થા !
અને તારા જીવનના પાત્રને આ અમૃતથી ભરી દે;
તેને બધાની સાથે વહેંચ,
હું તને તે માટે બળ, શક્તિ, સામર્થ્ય અને જ્ઞાન આપીશ.”
હું તેના આદેશને અનુસર્યો;
તેણે પાત્રને ભરી જ દીધું;
અને મેં તે બધાંને વહેંચ્યું. - શિવાનંદ

હતી ત્યાર પછી જોઈ ન હતી. ગુરુદેવે એમ માન્યું હતું કે તે ઘેર પાછી ગઈ હશે.

ગુરુદેવે પૂછ્યું : “હજી તમે અહીં જ છો ?”

તેણે કહ્યું : “હા, સ્વામીજી.”

ગુરુદેવે કહ્યું : “પણ કાલે તમે સત્સંગમાં ન હતાં.”

તેણે કહ્યું : “મને ઠીક ન હતું.”

ગુરુદેવે કહ્યું : “તો તેનો ઉપાય તો સત્સંગમાં આવવાનો જ હતો.”

ભંગાણ કરતાં પરિભળો

“જ્યારે તમે આશ્રમ શરૂ કરો છો ત્યારે કંઈ સારી પ્રવૃત્તિઓ કરી કીર્તિ મેળવો છો, પછી પ્રતિક્રિયાનાં પરિભળો ફરી વળે છે. માયા પ્રમાણિકતા અને ન્યાયીપણાના વિકાસ માટે પૂરી મોકળાશ આપતી નથી. પાડોશીઓ તમારા પર દ્રેષ કરે છે. બીજા આશ્રમના વ્યવસ્થાપકો તમારી નિંદા કરે છે. સમાજના લોકોના મનમાં ઝેર રેડવા માટે વિવિધ વાતો ઉપજાવી ફેલાવવામાં આવે છે. માનવતાનું ભલું કરવાના તમારા પ્રયત્નોની સાથે આ બધું પણ ચાલતું હોય છે” ગુરુદેવે ઉપરના શબ્દો કોઈ વ્યક્તિ કે કોઈ પ્રસંગનો ઉલ્લેખ કર્યા વગર આપોઆપ કહ્યા.

ગુરુદેવે આગળ કહ્યું : “બહુ થોડા શાણા લોકો (અનુસંધાન પાન-૨૫ પર)

યોગ એ જ જીવન

- શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

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

યોગમય જીવન

આ જગત એક મહાન શાળા છે. આપણી કેળવણી માટે જગત એક નિશાળ છે. દરરોજ અમૂલ્ય પાઠો આપણે ભણીએ છીએ. મળેલી બધી જ તકોને યોગના ભાવથી સારામાં સારી રીતે સમજવાનું ડહાપણ હશે, તો આપણી શક્તિઓ અને મનોબળ આશ્ચર્યકારક પ્રમાણમાં વિસ્તરશે. આપણે મહાન બનવા કશોય જવાની જરૂર નથી.

મહાન થવાની કળાનો સ્ત્રોત આપણી અંદર છે. જીવન-યોગનું ઝરણું આપણી સૌની અંદર શાંતપણે વહી રહ્યું છે. એક વાર આત્મસ્થ થવાનો પ્રયત્ન કરો. મહાનતાનાં દ્વાર સ્વયં ખૂલી જશે. તમે આગળ વધશો. તમારું હૃદય વિશાળ થશે. પ્રગતિ સર્વતોમુખી થશે. ચંચળ મન અને છીછરા વિચારોના પડદાઓ હટી જશે. બધાં બંધનો અને અડચણોનો નાશ થશે. બધી જ બેડીઓ અને જંજીરો તૂટી જશે. પછી હું અને તું, મારું અને તારું, ઊંચ અને નીચ, કાળું અને ધોળું - બધાંની વચ્ચે આપણું મન સ્વસ્થતા અનુભવશે. દિવ્ય પ્રકાશ, જ્ઞાન, પવિત્રતા, શાંતિ-આધ્યાત્મિક બળ વધુ ને વધુ પ્રાપ્ત થશે.

આપણા ભવિષ્યના ઘડવૈયા આપણે છીએ. તમે જ તમારું નસીબ સર્જ્યું છે. તેની સંપૂર્ણ જવાબદારી તમારી છે. તમારા આનંદ અને શોકના તમે જ કર્તા છો. જેવી રીતે કરોળિયો જાળું રચે છે અને રેશમનો કીડો પોતાની ફરતો કોશેટો રચે છે, તેમ તમારાં જ કૃત્યોથી, આકર્ષણો અને અપાકર્ષણોથી, ખોટા અહંથી તમે આ માનવપિંજર ધારણ કર્યું છે. તમે તમારા શરીરના, તમારા મનના, તમારી અસંખ્ય ઈચ્છાઓના ગુલામ બન્યા છો. ઊંડા અજ્ઞાનના અંધકારમાં પણ કદાચ ભટકતા હશો.

જોકે હવે નિરાશ થશો નહિ, ચિંતા કરશો નહિ. આકર્ષક અને પ્રતિભાવંત તમારું ભવિષ્ય છે. હમણાં જ, આ જ ક્ષણે માયાના આ ખોટા પિંજરમાંથી બહાર આવી શકાશે. તમારો આ દિશામાં સાચો પ્રયત્ન જોઈએ. તમારે સહૃદયી થવું પડે. You should find time for the self !!! પત્ની છે, બાળકો છે. મમ્મી-

ડેડી છે. બંગલો છે. કાર, ફોન, ફન બધું જ છે, પરંતુ તમને શાંતિ છે ?

તમારી અંદર શાંતિનો સ્ત્રોત છે. તેને જાણો અને માણો એટલે જ યોગ ! જો તમે આ દિશામાં ખરા અર્થમાં પ્રામાણિક હશો અને તમારી પૂરેપૂરી શક્તિ, ક્ષમતા તથા શૌર્યથી પ્રયત્ન કરશો તો અજ્ઞાનનાં તમામ વાદળો તમે તમારી કૃપાથી જ હટાવી શકશો. ઈશ્વરકૃપા, ગુરુકૃપા, શાસ્ત્રકૃપા તો સૌના ઉપર છે. આવશ્યકતા છે આત્મકૃપાની, સ્વકીય પ્રયત્નની, પોતાની જાતના ઊંડાણમાં એક વાર ઊંડી અને શાંતભાવે ડૂબકી મારવાની. એક વાર પ્રયત્ન કરી જુઓ. તમે તમારાં દિવ્ય તેજ અને તમારી નિષ્કલંક પ્રતિભાથી પ્રકાશી ઊઠશો.

યોગનો અભ્યાસ, પ્રાણાયામની સાધના આરંભમાં તો શારીરિક સ્વાસ્થ્ય માટે જ કરવાની છે. 'શરીરં આદ્યં ખલુ ધર્મસાધનમ્'. જીવનનાં કોઈ પણ કાર્યો માટે શરીર તો પ્રથમ આવશ્યક સાધન છે. 'ધર્મર્થ કામમોક્ષાણાં આરોગ્યં મૂલં ઉત્તમમ્' - ધર્મ, અર્થ, કામ કે મોક્ષ - આ સાધનચતુષ્ટયમાં આરોગ્ય તો પાયાની આવશ્યકતા છે. છતાં બધો વખત શરીરની જ આળપંપાળ કરવી, શરીરનું જ ધ્યાન રાખવું. અરીસામાં મોં જોયા કરવું, બ્યુટીપાર્લરો, પેડીક્યોર, મેનીક્યોર, ફેસિયલ, બ્લીચિંગ, વેક્સિંગની વચ્ચે જ આપણું જીવન આટાપાટા રમ્યા કરે તો કંઈ અનુચિત થઈ રહ્યું છે, તે જાણવું જોઈએ. યોગ હવે વજન ઉતારવાનો જ કીમિયો થઈને રહી ગયો છે. અમેરિકન કંપનીઓ યોગના પેટન્ટ બનાવવાની તડાફતીમાં લાગી છે. યોગ તો પ્રાકૃતિક સ્વરૂપ છે.

યોગ કોઈ જડ વસ્તુપદાર્થ નથી કે તેને પેટન્ટ આપી શકાય અને ખરેખર તો જડ વસ્તુ જેવી કોઈ ચીજ છે જ નહિ, દરેક વસ્તુમાં ચૈતન્ય છે. પથ્થરના ટુકડામાં ચૈતન્ય છે. દરેક વસ્તુમાં જીવન ધબકી રહ્યું છે. 'જલે વિષ્ણુઃ સ્થલે વિષ્ણુઃ વિષ્ણુઃ પર્વતમસ્તકે જવાલમલાકુલે વિષ્ણુઃ વિષ્ણુમયં અયં જગત્'! 'ઈશાવાસ્યમ્ ઈદં સર્વમ્ યત્કિંચ જગત્યાં જગત્'!

‘જીધર દેખતા હું ઉધર તું હી તું હૈ.’ આ બધાં અનુભવજન્ય સત્યો છે. યોગ સત્ય છે, શાશ્વત છે, ચિરંતન છે. આધુનિક વિજ્ઞાને પણ સર્વત્ર ચેતનની વાત નિઃશંક સિદ્ધ કરી આપી છે. ફૂલો અને લીલાંછમ ઘાસ સાથે હસી જુઓ. તેઓ હસશે. પતંગિયાં અને ભ્રમર સાથે મલકી જુઓ. છોડ, ઝાડી-ઝાંખરને વળગી જુઓ, કુમળી ડાળીને વહાલ કરી જુઓ, તે મલપશે. મેઘધનુષ, પવન, નક્ષત્રો અને સૂર્ય તથા ચંદ્ર સાથે પણ વાત કરી શકાય છે. વહેતાં ઝરણાં અને સમુદ્રનાં તોફાની મોજાંઓ સાથે વાર્તાલાપ કરી શકાય છે. તમારી ફરવા જવાની લાકડી અને બૂટ પહેરવાની લાંબી જીવી સાથે પણ મીઠી સોબતનો આનંદ માણી શકાય છે.

તમારા બધા જ પડોશીઓ, કૂતરાં, બિલાડાં, ગાયો, આંગણે આવતાં પક્ષીઓ, માનવ, પ્રાણીઓ, ઝાડપાન, કુદરતની બધી જ કૃતિઓ સાથે મૈત્રી કેળવી શકાય છે. તમારું જીવન વિસ્તૃત થશે, પૂર્ણ થશે, વૈભવશીલ અને ભ્યુભાદર્યુ થશે, તમે ખરા અર્થમાં યોગમય જીવનના અધિકારી બનશો. ચોક્કસ શબ્દોમાં આ આત્મીય આનંદનું વર્ણન શક્ય નથી. આ તો તમારી અંદર રહેલી દિવ્યતાનો વ્યાપ છે. પતિ અને પત્ની વચ્ચે પ્રેમસંબંધ કેવો હોય ? કોણ કહે ? તે કહી શકાય જ નહિ. પ્રકૃતિ અને પુરુષ વચ્ચે પ્રેમ કેવો હોય ? ભક્ત અને ભગવાન વચ્ચે સંબંધ કેવો હોય ? શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસદેવ કહે છે કે, ‘મીઠાની પૂતળી સમુદ્રને માપવા ગઈ, ઊંડાણમાં ગઈ, પાછી આવી જ નહિ.’ યોગની દિવ્ય અનુભૂતિ આવી છે.

છતાં, પહેલાં તો આપણે સ્થૂળથી જ આરંભવું પડશે. યોગાસન, પ્રાણાયામ, ક્રિયા, મુદ્રા, બંધ વગેરે. પછી ધીરે ધીરે સૂક્ષ્મ અને અંતે સૂક્ષ્માતિસૂક્ષ્મને પામી શકાશે.

કરોડો વર્ષોથી, અનેક કલ્પોથી, પાપાણયુગથી પ્રભુપ્રાપ્તિની સાધનાની વાતો ચાલતી આવે છે. જેમ જેમ વ્યક્તિમાં આ સમજણ વધુ ઝડપથી આવે, તેમ તેમ તેના ભૂતકાળનું બળ તેની સાધના અને તેની અનુભૂતિને વેગ આપે છે. ઉત્ક્રાંતિમાં જે બળો દેખાય છે અને ખુલ્લાં થાય છે, તેમની શક્તિ વધુ પડતું બળ મેળવે છે, જ્યારે ધાતુ તે વિશિષ્ટ ક્ષમતાસમ્પન્ન બળ પ્રાપ્ત કરે ત્યારે તે વનસ્પતિસૃષ્ટિમાં પરિણમે છે. અંતે વનસ્પતિશક્તિ પ્રાણીજગતમાં પ્રવેશે તેનો અનુભવ પ્રાપ્ત કરી તે તત્ત્વ માનવસૃષ્ટિ તરીકે પ્રગટ થાય છે.

હવે આ માનવ જ્યારે સાધનાવિરત થાય અને પ્રકૃતિ-શક્તિ સાથે યોગ-ધ્યાન-પ્રાણાયામ દ્વારા ઐક્ય સાધે ત્યારે તે માનવ પુરુષમાંથી પુરુષોત્તમ પદની પ્રાપ્તિ કરે છે. ઉત્ક્રાંતિનો આ છેલ્લો તબક્કો, અંતિમ સોપાન ‘યોગ’ છે. ખરા અર્થમાં અહીંથી જ યોગસાધનાનો આરંભ થાય છે.

જે દિવસથી યોગતત્ત્વને આ દૃષ્ટિથી જોઈ શકાશે તે જ ક્ષણે આ વિચિત્ર લાગતી બધી જ વાતો તમને ચિરપરિચિત લાગશે, દેખાશે, અનુભવાશે. પછી તમને નવાઈ જેવું કંઈ પણ નહિ લાગે. પુરુષમાંથી પુરુષોત્તમ થવાનું છે. એક એવા પ્રદેશમાં પ્રવેશ છે કે, જ્યાં દિવ્યતાનો આલોક છે, પ્રકાશ છે. આંતરચૈતન્યનો અનુભવ છે.

એ પછી દ્વન્દ્વો મટી જશે. હું અને તું, રાય અને રંકના ભેદ ખરી જશે. ‘દ્વન્દ્વાતીતં ગગનસદૃશં તત્ત્વમસ્યાદિ લક્ષ્યમ્’ની અનુભૂતિ થશે. હૃદય, ભાવના, સમજણની ક્ષિતિજો વિસ્તરશે, આકાશવત્. પછી બસ સર્વત્ર ‘એકમ્ નિત્યમ્’ - ‘સત્યં જ્ઞાનં અનંતં બ્રહ્મ, એકં નિત્યં આનંદં બ્રહ્મ’નું જ્ઞાન થશે. પશુ તેમ જ પક્ષી, પુરુષ કે સ્ત્રી, પથ્થર કે લાકડું-બધામાં પરમતત્ત્વની અનુભૂતિ થશે. સજીવ અને નિર્જીવ વચ્ચેની ભેદરેખા મટી જતી અનુભવાશે, આત્મા એકાંગી નથી. જૈન મતાવલંબીઓ અને એકાંતવાદ અને અનેકાંતવાદમાં સમજાવે છે, તેવું જ કંઈક. પછી યોગપ્રાપ્તિનો માર્ગ સરળ થઈ જશે.

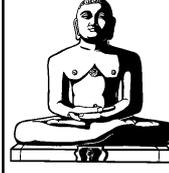
અમારા ગુરુદેવને આંગણે મૂકેલાં ફૂલછોડનાં કૂંડાને ચાર દિવસ પાણી નહિ પાવામાં આવે તો તેઓ ઉપવાસ કરે. ‘આ બધાં આપણાં મહેમાનો છે, તેમને ભૂખ્યાં રાખીને મારાથી કેમ જમાય ?’ પ્લાસ્ટિકની ટ્રાન્સપેરન્ટ થેલીમાં પાંચ કિલોનું પપૈયું તે પ્લાસ્ટિક થેલીના નાકાથી પકડ્યું હોય તો તેઓ કહેશે : ‘અરેરેરે ! આ થેલીને નીચેથી પકડો.’ જાણકે છોકરાને કાનથી ઉપાડ્યું હોય તેવો તેમનો અનુભવ. કોઈ એક ગોળબજાણિયો નાની રિંગમાંથી એકસો વાર નીકળી બતાવે તો તેને સ્વામી શિવાનંદજી હજાર રૂપિયા બક્ષિસમાં આપતા. કોઈ સેવક ટોકે અને કહે, ‘આટલા બધા પૈસા ?’ તો કહેશે ‘તમે એક વાર નીકળી બતાવો જોઈએ. તેણે સાધના કરી છે.’ મદારીને પણ યોગવેદાંત અરણ્ય અકાદમીનું ‘સ્નેક ચાર્મિંગ ક્લા પ્રવીણ’ પ્રમાણપત્ર શાલ દુશાલા સહિત આપવાનો એમનો સ્વભાવ હતો. આ કેળવેલી વૃત્તિ નથી. સર્વત્ર બ્રહ્મદર્શન છે. મંદિરનાં ચાંદીનાં વાસણો

ચોરાયાં અને ચોર પકડાયો તો તેનું પણ સન્માન ! કારણ, રુદ્રીપાઠમાં શિવને 'તસ્કરાણાં પતયે નમઃ' ચોરોના સરદારને નમસ્કાર એવું કહ્યું છે, તો સરદારને ત્યાં પણ ધાડ પાડી શકે તે પણ ગૌરવ છે ને !'

'વિનોદની નજરે' પુસ્તકમાં વિનોદ ભટ્ટે વસુભહેન ભટ્ટની વાત લખી છે. 'તેઓ મુંબઈ આકાશવાણીનાં ડાયરેક્ટર હતાં, તેમને ત્યાં ચોરી થઈ, ચોર પકડાયો. તો કહે, 'અરે, આ તો અમારો મિત્ર છે. ચોરને પોતાને ઘરે લઈ ગયાં, ચોરી કરેલો સામાન લઈ જવા કહ્યું, અને કહ્યું, બીજું કંઈ જોઈએ તો પણ લઈ જા. જમીને જજે. ચાલ, મને કંપની આપ. આવતા અઠવાડિયે તારા પરિવારને લઈને આવજે, આપણે બધાં સાથે હેંગિંગ ગાર્ડન ફરવા જઈશું.' યોગ એ જંગલમાં બેસીને જીવવાની કળા નથી. પ્લેન ઊપડી જાય તો હાયવોય કર્યા વગર બીજી ફલાઈટની વ્યવસ્થા કરવી. બીજી વખત મોડું ન થાય તેની કાળજી રાખવી. આ બધું સ્થૂળ છે. આ સ્થૂળમાંથી જ સૂક્ષ્મ ઊપજશે.

જીવનની પ્રત્યેક નાની નાની વાતોમાં જાગ્રત થઈએ. અનુભવાશે કે જીવન નવા રંગ લઈ રહ્યું છે. અમે દિવાળીની રાત્રે કાર્યક્રમ આપવા ગયેલા. ઓરલાન્ડો (ફ્લોરિડા)ની વાત છે. પડોશી તેની લોન કાપતો હતો. તેનાથી ધ્યાન બહાર અમારા ભાગમાંની પાણીની પાઈપ કપાઈ ગઈ. (ઓરલાન્ડો અને ફ્લોરિડામાં મોટા ભાગે કમ્પાઉન્ડ વોલ નથી) પાણી ફુવારાની માફક ઊડ્યું (ત્યાં પાણીનું તળ ખૂબ જ નીચું છે). તેણે તાત્કાલિક SOSને બોલાવેલ ત્યાં સુધી તો આખો રોડ પાણીથી ભરાઈ ગયો.

કાર પાર્કિંગમાં પણ 'ડલ' ઝીલ જેવું થઈ ગયું. SOSએ આવીને તૂટેલી પાઈપને સાંધી. પાણી બંધ કર્યું. સડકના પાણીનો નિકાલ કર્યો. અમારા પાર્કિંગ પ્લોટને પણ ડ્રાય અપ કર્યો, જેટલું ઘાસ ખોદી કાઢ્યું હતું, તે બધું 'જૈસે થે' - આ બધી વાત ચિઠ્ઠીમાં લખી. સાથે 'ક્ષમાપના' - એપોલોજી લખી અમારે બારણે ચોડી રાખ્યું. મોડી રાત્રે અમે આવ્યા. નૂતન વર્ષની તારીખ બદલી ગઈ હતી. અમેરિકન સભાનતા, નાગરિક કર્તવ્ય, પડોશીની ફરજમાંથી જ જીવનજાગૃતિ આવે છે. વાતો બહુ નાની હોય, પરંતુ એક એક નાના નાના સત્યમાંથી જ જીવનયોગનું નિર્માણ થાય છે. અસંભવ નથી. પ્રયત્ન જ કરવો જોઈએ. જાગ્રત થવું પડે. ત્યાં ખરા યોગમય જીવનનું પ્રત્યક્ષ દર્શન થાય. □



અપેક્ષાતન્તુવિચ્છેદઃ
સમતાયાઃ ફલં પ્રચક્ષતે
વિચક્ષણાઃ

યોગાભિંદુ

આચાર્ય વિજયરત્નસુંદરસૂરિજી

પેટમાં

પધરાવેલાં દ્રવ્યોની

ફળશ્રુતિ શી ?

ક્ષુધાશાંતિ.

સંપત્તિપ્રાપ્તિની

ફળશ્રુતિ શી ?

અગવડ સમાપ્તિ.

મસ્ત આવી ગયેલી

નિદ્રાની ફળશ્રુતિ શી ?

શ્રમસમાપ્તિ.

પણ હૃદયમાં પ્રતિષ્ઠિત

થઈ જતી સમતાની

ફળશ્રુતિ તો છે

અપેક્ષાઓની વણઝાર

પર પૂર્ણવિરામ !

દુઃખ ઓછું મળ્યાનું નથી હોતું,

ઓછું લાગ્યાનું હોય છે !

અને અપેક્ષાઓની આ જ

તો રામાયણ છે !

એ ગમે તેટલું મળે છે

તોય ઓછું જ લગાવ્યા કરે છે !

પ્રભુ !

આપ અમને અગવડમુક્ત કરી દો એમ અમે નથી

કહેતા, અમે તો એટલું જ કહીએ છીએ કે આપ

અમને અપેક્ષામુક્ત બનાવી દો અને એ માટે

અમને સમતાના સ્વામી બનાવી દો. અમને પૂર્ણ

શ્રદ્ધા છે આપની કરુણાનજર પર કે એ અમને

સમતાના સ્વામી બનાવીને જ રહેશે.

'પ્રભુ વીર કહે છે' માંથી સાભાર

વિષ્ણુ-ષ્ટપદી

શ્રી રમણલાલ સોની

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

ષ્ટપદી : પાંચમું પદ

મત્સ્યાદિભિરવતારૈરવતારવાતાઽવતા સદા વસુધામ્ ।

પરમેશ્વર પરિપાલ્યો ભવતા ભવતાપભીતોઽહમ્ ॥ ૫ ॥

‘પ્રભુ, મને આશ્રય આપો ! તમારી પાંખો હેઠળ લો ! તમે નિરાધારના આધાર છો, ભાંગ્યાના ભેરુ છો. તમે શરણાર્થીનું શરણ છો. હે પરમેશ્વર ! હું તમારો શરણાર્થી છું, તમારું શરણ માગું છું. તમે મારું રક્ષણ કરો !’ ભક્ત પ્રાર્થના કરે છે : ‘હે પ્રભુ ! હું જાણું છું, તમે કૃપાનિધાન છો. હું તમારા હાથે રક્ષાવાને પાત્ર છું (‘પરિપાલ્યોઽહમ્’). મત્સ્ય, કચ્છપ, વરાહ વગેરે રૂપે અવતાર લઈને ભક્તની આવી આર્ત સ્વરની પ્રાર્થના ભગવાન સાંભળે જ. કીડીના પગના ઝાંઝરનો ધ્વનિ પણ સાંભળે છે, તો આવી અંતર વલોવીને કરેલી પ્રાર્થના ભગવાન સાંભળે જ અને તે સંભળાય તો જ ભક્તોને ભગવાનનું શરણ મળી રહે છે.’

આ પદમાં આચાર્યશ્રીએ અવતારોનો મહિમા કર્યો છે. આ પૃથ્વીને (વસુધાને) અનેક વખત ઉદ્ધારી છે, તારી છે અને તેને સમૃદ્ધ કરી છે. આ કૃપા પર મને અચલ વિશ્વાસ છે. મને વિશ્વાસ છે કે તમે આ ભવ-તાપમાંથી બચાવશો, જે મને અસહ્ય લાગે છે. જે એની ભભૂકતી જવાળાઓ મારી ચારે તરફ મને રૂંવે-રૂંવે દઝાડી રહી છે, એમાંથી છૂટવાનો માત્ર એક જ માર્ગ મને દેખાય છે અને તે તમારું શરણ. વિદ્વાન વિચારકો કહે છે કે ભગવાન સર્વવ્યાપી છે. તેને આદિ નથી, મધ્ય નથી અને અંત નથી. તેમનાં ચરણ સિવાય ક્યાંય બચવાનો આરો નથી. જેને આદિ નથી, મધ્ય નથી કે અંત નથી - એ અસીમ છે. આવો અસીમ ભગવાન મનુષ્યદેહમાં કેમ કરીને સમાય ? મત્સ્ય, કચ્છપ અને વરાહની વાતને હસી કાઢવા જેવી છે. બાળકોને ફોસલાવવાની પરીકથા જેવું લાગે છે.

નરેન્દ્ર (સ્વામી વિવેકાનંદ) કોલેજમાં ભણતા

હતા ત્યારે યુરોપનાં પુસ્તકો વાંચી રામકૃષ્ણ પરમહંસની આગળ દલીલો કરતા કે અવતારની વાત સાવ ‘હંબગ’ છે. રામકૃષ્ણ માત્ર હસતા. પછી જેમ-જેમ રામકૃષ્ણનો સત્સંગ વધતો ગયો તેમ-તેમ તેમના સંશયો છેદાવા માંડ્યા અને તેમને સાતે કોઠે અજવાળું થઈ ગયું. તેઓ અવતારનું રહસ્ય સમજ્યા. જે ભગવાન સકલ સૃષ્ટિરૂપે પોતાને પ્રગટ કરે છે, જે આંખે દેખાય નહિ એવાં જંતુ, કીડી ને કુંજર, જળચર ને ગગનચર તમામ પશુપંખી, પહાડ, પર્વત, જળ, અગ્નિ, વાયુને પ્રગટ કરી શકે છે તેને મનુષ્યમાં નવું પ્રગટ થવાપણું છે જ નહિ ! અંશરૂપે તો એ સર્વત્ર છે. તે અંશ છે તો એ અંશનો વિસ્તાર અંશનો માલિક કેમ ન કરી શકે ? એની ઈચ્છાથી સર્વ કંઈ થાય છે. એના પર કોઈની ઈચ્છા ચાલતી નથી, કારણ કે એના સિવાય ક્યાંય કોઈ છે જ નહિ. એની ઈચ્છા સર્વોપરી છે. એ જે ઈચ્છે તે કરી શકે છે. એ મનુષ્યમાં ધારે એવા રૂપમાં, એવી શક્તિમાં, એવા મહિમામાં પ્રગટ થઈ શકે છે. તેવી રીતે બીજા કોઈ પણ પ્રાણી-પદાર્થમાં થઈ શકે છે. એની ઈચ્છાને શું કોઈ સીમા છે ? મર્યાદા છે ? એવી મર્યાદા મૂકનારા અને એ એની ઈચ્છા પ્રમાણે અવતાર લઈ ન શકે એવો ફેંસલો કરનારા આપણે કોણ ? શું આ ઈશ્વર આપણો તાબેદાર છે ? આપણી હકૂમતમાં છે ? તાબેદાર તો આપણે છીએ, હકૂમતમાં આપણે છીએ.

ભગવાન નિરંજન, નિરાકાર કે સર્વવ્યાપી અને અનંત છે. એની મૂર્તિ હોઈ શકે નહિ, એ વાત સાચી. ઋષિમુનિઓ પણ કહેતા નથી કે અમે ભગવાનને પૂર્ણરૂપે જોયા છે. તેઓ માત્ર ભગવાનનો અણસાર પામ્યા છે ને તેટલી જ વાત કરે છે. આવા જે ભગવાન,

તેમની મૂર્તિ કેમ હોઈ શકે ? માણસ તેની કલ્પના કરી શકતો નથી, એટલે પ્રતીકરૂપે ભગવાનને ભજે છે. ભજવા માટે તેને કંઈ આધાર જોઈએ છે. ભરતે રામની પાસે એમની પાવડીઓ માગી હતી. શું કામ ? એ પાવડીઓ રામ નથી, પણ એને જોઈને રામનું સ્મરણ થાય છે, એટલે એ રામનું પ્રતીક છે. દૂર વિદેશ વસતા સ્નેહીની વીંટી કે કિતાબ કે કોઈ તેનો સ્પર્શ પામેલી વસ્તુને આપણે કાળજીથી સાચવીએ છીએ. શા સારુ ? એટલા સારુ કે એ ચીજ જોઈને આપણને એ ભેટ એ સ્નેહીની યાદ અપાવે છે. એ ભેટ સ્નેહીજન નથી.

એક પથ્થરને કે લાકડાના ટુકડાને પણ એવું પ્રતીક બનાવી શકાય. પણ એવા ઢંગઘડા વગરના આકાર કરતાં, ઢંગઘડા વગરના પ્રતીક કરતાં આંખને આનંદ આપે, જોવી ગમે તેવી મનોહર મૂર્તિ શું ખોટી ? જુઓ ને, આપણી મૂર્તિઓ કેટલી સુંદર છે ! શિલ્પના ઉત્તમ નમૂનારૂપ છે. પૂજો નહિ તોય એના તરફ પૂજ્યભાવ થાય. એને જોઈ ચિત્તમાં સુખનો અનુભવ થાય. એટલે અવતાર કે મૂર્તિની વાત વાળી-ઝૂડી નાખવા જેવી નથી. મનુષ્યના જીવનમાં એનું સ્થાન છે જ અને રહેશે.

માનવા ન માનવાની ભગવાને આપણને સ્વતંત્રતા આપી છે. એટલા માટે ભગવાને આપણને બુદ્ધિ આપી છે. એ બુદ્ધિના જોરે આજે આપણે આ સમૃદ્ધિ ઊભી કરી છે. ગુફામાં ભરાઈ રહેતો આદિમાનવ ઘર બાંધતો થયો, ખેતી કરતો થયો, કપડાં પહેરતો થયો, પશુઓ પાળતો થયો ને સમાજ બાંધી સમાજ-હિતનો વિચાર કરતો થયો, ત્યારથી માણસ પોતાની બુદ્ધિનો પરચો જોતો આવ્યો છે. આમ, આજે એ બુદ્ધિ ક્યાંની ક્યાં પહોંચી છે અને આગળ જશે. ભગવાન આ બુદ્ધિનો પ્રેરક છે. ભગવાનની યોજના મનુષ્યનો પૂર્ણ વિકાસ સાધી, એને સંપૂર્ણ મનુષ્યની કક્ષાએ પહોંચાડવાની છે.

ભગવાન પરમ સહિષ્ણુ છે. શ્રીમદ્ શંકરાચાર્યજી પોતાના ‘ભજ ગોવિંદમ્ સ્તોત્ર’માં વિષ્ણુને સર્વસહિષ્ણુ કહે છે અને આપણને સૂચવે છે કે ભગવાન જેવા સર્વસહિષ્ણુ છે તેવા સૌ બનો ! ભક્તો ભગવાનની

સ્તુતિ કર્યા કરે છે. સામાન્ય સ્વસ્થ માણસને પણ કોઈ પોતાની હદ બહાર સ્તુતિ કરે એ ગમતું નથી, તો ભગવાનને એ કેમ ગમતું હશે ? પણ ભગવાન ભક્તનો ભાવ જાણે છે, એટલે એને કરવા દે છે. ભગવાનને મતે ભક્તની આ બધી ભક્તલીલા છે. એ લીલા જોવામાં એમને મજા પડે છે. ભક્ત બાલિશ છે, તો ભગવાન પણ ઓછા બાલિશ નથી. ભગવાન જેમ સ્તુતિ સહી લે છે તેમ નિંદા કે અપેક્ષા કે અવગણના પણ આનંદથી સહી લે છે.

ભગવાનના અસ્તિત્વનો જ ઈન્કાર કરનારાઓને પણ ભગવાન સહી લે છે. ભગવાનને કોઈ શત્રુ નથી. સકળ સૃષ્ટિનો જે કર્તા તેને વળી દુશ્મન ક્યાંથી હોય ? આચાર્યજીનું એક સ્તોત્ર છે, જેમાં તેમણે ભગવાનની વિશ્વંભરા માતા તરીકે આરાધના કરી છે. આચાર્યજી કહે છે, હે માતા, હું તારો પુત્ર કુપુત્ર પાક્યો, પણ તું મારો આમ ત્યાગ કરે એ તને શોભતું નથી, કારણ કે સંસારમાં પુત્રને કુપુત્ર થતો જોયો છે, પણ ક્યાંય માતા કુમાતા બનતી નથી. કુપુત્રો જાયેત ક્વચિદપિ કુમાતા ન ભવતિ ।

આનું નામ ભગવાન ! ભક્તે આવા આ ભગવાનને પામવાનું છે. એને પામવા માટે ભગવાને એક સમર્થ સાધન આપ્યું છે - બુદ્ધિ. મનુષ્યે જે જાણવું જ જોઈએ તે જાણવા માટે આ બુદ્ધિ છે. અને જે જાણવા જેવું છે તે જાણતો નથી એ અજ્ઞાની છે.

ભગવાન સમય-સમય પર સૃષ્ટિને સત્પંથે દોરવા માટે અવતાર લે છે, તેમ સમય-સમય પર સંત-મહાત્માઓ પણ એ કામ કરે છે. દરેક દેશમાં એવા મહાપુરુષો જોવા મળશે. ભગવાન મનુષ્યની કેટલી કાળજી રાખે છે તે આ પરથી જણાશે. સૃષ્ટિ રચીને તે આઘો ખસી ગયો નથી, પણ સૃષ્ટિની અંદર સૃષ્ટિની સાથે રહ્યો છે. ભગવાનની આ લીલા છે. અહીં ટૂંકમાં આ પદનો સાર જોઈએ :

૧. ભગવાને અનેક અવતારો દ્વારા પૃથ્વીને ઉગારી, તારી ને સમૃદ્ધ કરી છે.

૨. સંસારના તાપ-ક્લેશથી વાજ આવી ગયેલાનું આશ્રયસ્થાન એકમાત્ર ભગવાન છે. એનો જ આશ્રય લેવો. □

ઉપનિષદ-યાત્રા

શ્રી ગુણવંતભાઈ શાહ

લીલી મનુષ્યતા માવજત માગે છે

ઋષિના શબ્દો : આપો વાવાનાદ્ ભૂયઃ । (છાંદોગ્ય ઉપનિષદ, અધ્યાય-૭, ખંડ-૧૦, મંત્ર-૧)

ભાવાર્થ : આરાધન જલનું મોટેરું, અન્નથીયે જલ છે ઊંચેરું !

જલબ્રહ્મની ઉપાસના

આજકાલ સૌરાષ્ટ્રમાં કારમો દુકાળ છે. જીવજંતુ, પશુપક્ષી અને મનુષ્ય પાણી વિના ટળવળે ત્યારે એક વાત નક્કી જાણવી કે ક્યાંક ભૂલ થઈ છે. ઇતિહાસ દ્વારા કેટલીક ભૂલો આપણા ધ્યાનમાં આવે છે અને કેટલીક નથી આવતી. કેટલીક ભૂલો એટલી તો સૂક્ષ્મ હોય છે કે ઇતિહાસનો પનો ટૂંકો પડે. દુકાળ પડે તે માટે એક એવી સૂક્ષ્મ ભૂલ જવાબદાર છે, જેને કદાચ ઉપનિષદના ઋષિ જ પકડી શકે. દુકાળ અંગે ઉપનિષદીય દર્શન સમજવા જેવું છે. ભૂલ જેટલી સૂક્ષ્મ, તેટલું જ દર્શન વેધક હોવું ઘટે.

આપણે ત્યાં અસંગ્રહ કે અપરિગ્રહ માટેના આગ્રહને વ્રતનો દરજ્જો પ્રાપ્ત થયો. મહાત્મા ગાંધીજીએ અગિયાર વ્રતોમાં એને સ્થાન આપ્યું અને કહ્યું : 'વણજોઈતું નવ સંઘરવું.' અસંગ્રહ ન હોય તો ચોરી ક્યાંથી હોય ? અગિયાર વ્રતોમાં 'ચોરી ન કરવી' (અચોર્ય) જેવું વ્રત પણ સામેલ છે. આ બંને વ્રત વચ્ચે અનુબંધ છે. ઉપનિષદના ઋષિ કદાચ આ બંને બાબતોને સાવ જ જુદી દૃષ્ટિએ નિહાળે છે. સૂક્ષ્મ ભૂલને સમજવામાં એમનું આગવું દર્શન મદદરૂપ થઈ શકે તો સરવાળે ધર્મલાભ જ છે.

અન્નથીયે જલ ઊંચેરું

ઉપનિષદમાં અન્નબ્રહ્મની માફક જલબ્રહ્મનો પણ મહિમા થયો છે. ઋષિ કહે છે : 'જે મનુષ્ય જળને બ્રહ્મ સમજીને એની ઉપાસના કરે છે, તેની સર્વે કામનાઓ તૃપ્ત થાય છે, તેથી તે તૃપ્તિમાન બની રહે છે (સ યો'પો બ્રહ્મેત્યુપાસ્ત આપ્રોતિ સર્વાન્કામાંસ્તૃપ્તિમાન્ ભવતિ).' ઋષિ જળને અન્ન કરતાંય વધારે ઉત્કૃષ્ટ દ્રવ્ય ગણાવે છે અને કહે છે : આપો વાવ અન્નાદ્ ભૂયઃ । શંકરાચાર્ય આ વાત સમજાવતી વખતે કહે છે કે : 'અન્નનું કારણ જળ

છે, તેથી જળ અન્નથીયે ઊંચેરું તત્ત્વ છે.' મંત્રમાં આગળ કહ્યું છે : 'જ્યારે સારો વરસાદ ન થાય ત્યારે પ્રાણ એટલા માટે દુઃખી થાય છે કે અન્ન ઓછું પાકશે. જ્યારે સુવૃષ્ટિ થાય ત્યારે પ્રાણ એટલા માટે સુખી થાય છે કે ખૂબ અન્ન પાકશે. આ પૃથ્વી તો વાસ્તવમાં મૂર્તિમંત જળ છે અને અંતરિક્ષ, ઘુલોક, પર્વતો, દેવો, મનુષ્યો, પશુપંખી, તૃણ, વનસ્પતિ, જંગલી હિંસક પશુઓ અને કીડી પતંગિયાં જેવાં સર્વે પ્રાણીઓ પણ જળસ્વરૂપ છે, માટે તું જળની ઉપાસના કર.' આપણે ત્યાં નિર્વૈર્ય માણસ માટે લોકો કહે છે : 'એનામાં પાણી નથી.' આમ પાણી છે, તો પ્રાણ છે અને પ્રાણ છે, તો પરાક્રમ છે.

અસંગ્રહના વ્રતની જરૂર એટલા માટે પડી કે સંગ્રહ કરવાની વૃત્તિ હાજર છે. આમ, પ્રત્યેક માનવીય વૃત્તિને વ્રત દ્વારા સખણી રાખવાનો ઉપક્રમ વાજબી તો છે, પરંતુ ઋષિ સંગ્રહ સાથે જરા જુદી રીતે કામ પાડવા માગે છે. સંગ્રહવૃત્તિનો સામનો કરવાનો બીજો મૌલિક ઉપાય છે : પુષ્કળતા, પ્રચુરતા, બહુલતા કે છલોછલતા અને રેલમછેલતા. હવાની ખોટ નથી તેથી હવાનો સંગ્રહ નથી અને હવાની ચોરી નથી. ટ્રેનમાં મુસાફરી કરતી વખતે ક્યારેક છત પર લટકતા પંખાને કોઈ પેસેન્જર પોતાના તરફ મચડી લેતો હોય છે. આવા મીઠા અપવાદને ભૂલી જઈએ તો ક્યાંય હવાનો પરિગ્રહ અને હવાની ચોરીની સમસ્યા નથી. હવાની પુષ્કળતાને કારણે મનુષ્યને પરિગ્રહ કરવાનું કે ચોરી કરવાનું મન નથી થતું. હવા પરિગ્રહ અને ચોરીથી પર છે, તેથી અસંગ્રહ અને અચોર્ય (અસ્તેય) જેવા વ્રતથી પણ પર છે.

પરિગ્રહ સામે પુષ્કળતા

આ તર્કને થોડોક આગળ વધારીને એમ કહી શકાય કે હવા, પાણી અને અન્નની પુષ્કળતા હોય એવા

સમાજમાં સંતૃપ્તિ કે સંતુષ્ટિ ખાસી ઉપકારક બને. ઉપનિષદના ઋષિએ તેથી કહ્યું : 'અન્નં બહુ કુર્વાતિ, તદ્ પ્રતમ્ ।' અન્ન બહુ પેદા કરવું એ પ્રત છે. આગળ કહ્યું, 'ન કંચન વસતો પ્રત્યાચક્ષીત તદ્ પ્રતમ્ ।' ઘરે આવેલા કોઈને (અન્ન માટે) પ્રતિકૂળ જવાબ ન આપવો એ પ્રત છે. ઋષિનું મૌલિક દર્શન એવું છે કે અન્નની પુષ્કળતા હોય ત્યાં ઘરે આવેલા અજાણ્યા માણસને અન્નની ના નહીં પાડવાનું પ્રત હોય ત્યાં કદી અન્નની ચોરી થાય ખરી ? ટૂંકમાં ચોરી ટાળવાના બે ઉપાયો છે : અસંગ્રહ અને પુષ્કળતા. વૈદિક ઋષિને બીજો ઉપાય વધારે માનવીય અને તેથી વધારે આધ્યાત્મિક જણાયો છે.

પ્રત અને વૃત્તિ વચ્ચેની કશમકશમાં ક્યારેક માનવી ખાનગીમાં ભારે પીડા અનુભવતો હોય છે. કેટલાક આદર્શવાદીઓ 'પ્રતકઠોરતા' નામના રોગથી પીડાતા હોય છે. તેઓ જીવનના લયને ભારે આક્રમકપણે ખોરવી નાખે છે અને પ્રતને વળગી રહે છે. પ્રતની સાધના પણ સહજને કિનારે થવી જોઈએ. ઋષિ સામાન્ય મનુષ્યો માટે અને વળી સંસારી ગૃહસ્થો માટે કરુણાવાન છે અને અન્નની પુષ્કળતા (affluence)ને પ્રતની કક્ષાએ લઈ જનારા છે. આવું વેધક દર્શન જે સંસ્કૃતિમાં ઊગ્યું હોય તેવા ભારતમાં પણ ગરીબી ટકી શકે એમાં ક્યાંક પેલી 'સૂક્ષ્મ ભૂલ'નો ફાળો રહેલો જણાય છે. ભારતમાં ક્યારેક તો અસંગ્રહની સાથોસાથ ગરીબીનો પણ મહિમા થયો. ગરીબીના ઉકરડા ઉપર બેઠેલી અરાજકતા અંગે ટકોર કરતી વખતે જાણીતા અમેરિકન રાજપુરુષ જહોન ગેલબ્રેથે કહ્યું : India is a functioning anarchy (ભારત એટલે કામ કરતી અરાજકતા).

ગરીબીનો મહિમા ન હોય

ગરીબી એટલે શું ? ગરીબી એટલે અન્નબ્રહ્મ, પ્રાણબ્રહ્મ, મનોબ્રહ્મ અને વિજ્ઞાનબ્રહ્મનું અપમાન. દુકાળ વખતે જે અછત પ્રગટ થાય છે તે માનવીય અવિવેકની ઝેંઠ છે. નોબલ પારિતોષિક વિજેતા એવા આપણા વિખ્યાત અર્થશાસ્ત્રી અમર્ત્ય સેનની પાયાની થીસિસ એ છે કે, જ્યારે માણસો ભૂખે મરે છે ત્યારે અન્નની અછત નહીં પણ વ્યવસ્થાનો અભાવ વધારે જવાબદાર હોય છે. શ્રી સેનની વાતમાં ભારોભાર તથ્ય

જણાય છે. ઈઝરાયલમાં પાણીનું બજેટ હોય છે તેથી ત્યાં રણમાંય કશુંક લીલુંછમ જણાય છે. એથી ઊલટું ચેરાપુંજીમાં દુનિયાનો સૌથી વધારે વરસાદ પડે છે તોય ત્યાં પાણીની અછતની સમસ્યા છે. પુષ્કળતા પણ વિવેક વગર નથી શોભતી. દુનિયાની કુલ વસતિના છ ટકા લોકો જ્યાં વસે છે તે અમેરિકા દુનિયાની કુલ ઊર્જાના છત્રીસ ટકા વાપરી ખાય છે. અમેરિકન પુષ્કળતાને વિવેકનો સંગાથ નથી. છાંદોગ્ય ઉપનિષદમાં અન્ય એક મંત્રમાં ઋષિ જલબ્રહ્મને આ રીતે સમજાવે છે :

મનુષ્ય જે જળ પીએ
તેની ત્રણ ગતિ થાય છે :
એનો જે સ્થૂળમાં સ્થૂળ ભાગ હોય
તે મૂત્ર બની જાય છે.
એનો જે મધ્ય ભાગ હોય
તે લોહી બની જાય છે.
એનો જે સૂક્ષ્મતમ ભાગ હોય
તે પ્રાણ બની રહે છે.

(છાંદોગ્ય, અધ્યાય-૬, ખંડ-૫, મંત્ર-૨)

શ્રુતિમાં કહ્યું છે : 'પ્રાણ જલમય છે, તેથી તું જલપાન કરતો રહેશે તો તારો પ્રાણ નષ્ટ નહીં થાય (આપોમયઃ પ્રાણો ન પિબતો વિચ્છેત્સ્યસે ઇતિ ।).'

વેરાન ભૂમિમાં વૃક્ષો પણ શોકમગ્ન

જે દેશમાં આવું ઊંડું જળચિંતન થયું હોય ત્યાં એક ડોલ પાણીના સાંસા ! ક્યાંક જબરી ભૂલ થઈ ગઈ છે. આદિમાનવે કદી પણ વેડી ન હોય એવી પીવાના પાણીની મુશ્કેલી એકવીસમી સદીના પાદર પર બેઠેલો માનવ વેઠે એવી પરિસ્થિતિ વધતી જતી વસ્તીની સમસ્યાએ ઊભી કરી છે. પાણી પીનારાં મોઢાંની સંખ્યા ઝડપભેર વધી રહી છે અને માણસદીઠ પાણીનો વપરાશ પણ વધ્યો છે. મીઠા જળનો સીધો સંબંધ સંસ્કૃતિની જાળવણી સાથે રહ્યો છે. માણસે ઓછા પાણીથી જેમતેમ ચલાવી લેવું પડે તેવી સ્થિતિ જીવનબચાવ (survival) માટે ઠીક છે, પરંતુ જલબ્રહ્મનું સૌંદર્ય તો પાણીની રેલમછેલતા વગર પ્રગટ નથી થતું. પાણીનો ધોધ શોભે, પાણીની દદૂડી ન શોભે. કોઈ એક ગાગર પાણી માગે ત્યારે બે ગાગર ભરીને પાણી અપાય તેમાં જ મનુષ્યતાની શોભા પ્રગટ થાય છે. વેરાન ભૂમિમાં વૃક્ષો પણ શોકમગ્ન દેખાતાં હોય છે. તળાવની

છાતીમાં મોટી મોટી તિરાડો પડી જાય છે. ગાયોની આંખોમાં મોતનો ઓછાયો હોય છે અને ગરીબીના નેસડા વચ્ચે એકલો-અટૂલો નળ પણ સૂકોભઠ હોય છે. લીલી મનુષ્યતા નષ્ટ થાય એવું આયોજન વિકાસને નામે થતું રહ્યું છે. ઋષિ લાચાર છે.

વરસાદ, વરસાદ અને બસ વરસાદ !

યાઓ ગ્રેહામ કહે છે કે પાણી એ તો એકવીસમી સદીનું પેટ્રોલ છે. લોરેન ઈઝીલ જેવો ચિંતક કહે છે : 'જો દુનિયામાં ચમત્કાર જેવું કંઈક હોય તો તે પાણીમાં રહેલું છે.' બેન્જામિન ફ્રેંકલિન કહે છે : 'જ્યારે કૂવો સૂકાઈ જાય ત્યારે આપણને પાણીનું મૂલ્ય સમજાય છે.' પશ્ચિમ આફ્રિકામાં કહેવત છે કે ગંદું પાણી ધોઈ શકાતું નથી. આમ સ્વચ્છ અને મીઠું જળ આપણું જીવન છે.

ઈરાક જેવા રણપ્રદેશમાં વરસાદ એટલે શું ?

ઈરાકના કવિ બદ્ર શેકર અલ સાયાબનો કાવ્યસંગ્રહ, 'ઉનશુદાત અલ માતર' પ્રગટ થયો છે તેમાં એક કાવ્ય વરસાદ પર છે. એ કાવ્યનો અંગ્રેજી અનુવાદ રોજર એલને કર્યો છે. અનુવાદિત પંક્તિઓ પ્રસ્તુત છે :

વરસાદના પ્રત્યેક ટીપામાં,
રાતા-પીળા પુષ્પની કળીમાં,
નાગા-ભૂખ્યા લોકોનાં અશ્રુબિંદુમાં,
ગુલામોના શરીરમાં વહેતાં રક્તબિંદુમાં,
પ્રતીક્ષા છે : નવા હોઠો પર ઊગેલા સ્મિતની !
આવતી કાલની યુવાન દુનિયામાં
હે જીવનદાતા !

વરસાદ, વરસાદ અને બસ વરસાદ !

આખું ઈરાક ખીલી ઊઠશે વરસાદમાં.

□ 'પતંગિયાની અમૃતયાત્રા'માંથી સાભાર

સંવેદના



શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદના અંતેવાસી પૂજ્ય દાદા સ્વામીજીનું મહાપ્રયાણ તા.૧૯મી નવેમ્બરની રાત્રે નવ વાગે થયું. તેમનું યોગપટ 'સ્વામી શંકરાનંદ સરસ્વતી' હતું. તેર વર્ષ પૂર્વે તેમની ૮૦ વર્ષની ઉંમરે તેઓ અમદાવાદ શિવાનંદ આશ્રમના અધ્યક્ષ શ્રીમત્ સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજને મળ્યા હતા અને સંન્યાસ આપવા માટે વિનંતી કરી હતી. પૂજ્ય સ્વામીજીએ તેમને આ બાબત આવેદનપત્ર લખી આપવા કહ્યું હતું. આ વિનંતીપત્ર પૂજ્ય સદ્ગુરુદેવ બ્રહ્મલીન શ્રીમત્ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજને દહેરાદૂન મોકલવામાં આવ્યો હતો. પૂજ્યશ્રીએ આજ્ઞા કરી કે, 'આટલી મોટી ઉંમરે તેમને છેક હૃષીકેશ સુધી સંન્યાસ અર્થે ન મોકલવા. વિધિવત્ વિરજા હોમ સાથે સ્વામીજી મહારાજ જ તેમને અમદાવાદ ખાતે સંન્યાસ આપે. શ્રી સ્વામી નિરાકારાનંદજી મહારાજે વિરજા હોમના મંત્રો દર્શન મહાવિદ્યાલયમાંથી મોકલતાં ૧૯૯૬ની શિવરાત્રીના રોજ તેમને વિધિવત્ સંન્યસ્ત દીક્ષા આપી સ્વામી શંકરાનંદ સરસ્વતી યોગપટ આપવામાં આવ્યું હતું. સંન્યસ્ત દીક્ષા પછી તેઓ પંદર દિવસ માટે હૃષીકેશ શિવાનંદ આશ્રમ જઈને પણ રહ્યા હતા.'

શાંત, તપોમૂર્તિ, સ્વાધ્યાયી, અંતસ્થ વીતરાગ સંત ભક્તિસભર સાધનાનું જીવન યામન કરતા હતા. કમશઃ તેમની દષ્ટિ ક્ષીણ થતાં સાધનાના અંતિમ દિવસોમાં તેઓ તેમના ભક્તોને ત્યાં જઈને રહ્યા હતા.

તેમનું પૂર્વાશ્રમનું નામ શ્રી છોટુભાઈ રાવલ હતું. સિદ્ધપુરમાં તેઓ સાશનાધિકારી (શાળાધિકારી) હતા. વૈદક તેમનો વહાલો વિષય હતો. તેમની આજ્ઞામાં અનેક રોગીઓ નીરોગી થયા હતા. કેરીકલ્પ તેમનો પ્રાણપ્રિય વિષય હતો. એકાદશી તેમની સાધનાનો પ્રાણ હતો. દેવોત્થાન એકાદશીથી તેમણે જળનો પણ ત્યાગ કર્યો હતો, દસ દિવસીય નિર્જળા પછી તેઓ પરમગતિને પ્રાપ્ત થયા હતા.

તેમની અંતિમ પળો ગણાઈ રહી છે, તેવું લાગતાં શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજે દૂરભાષ વડે તેમને તારકમંત્ર આપ્યો હતો અને પૂજ્ય સ્વામીજીએ લાંડનમાં પોતાના મુખમાં તુલસીપત્ર અને ગંગાજળ પધરાવીને ભારતમાં અહીં અમદાવાદ ખાતે તેમના નશ્વરદેહમાંથી પવિત્ર આત્માને મોક્ષમાર્ગે સંચાર કર્યો હતો.

તા.૨૦મી નવેમ્બર ગુરુવારે સૂર્યોદય સમયે તેમના પાર્થિવ દેહનું ભડ્ડય નર્મદાજીના હૃદયમાં જળસમાધિ સ્વરૂપે વિસર્જન કરવામાં આવ્યું હતું. વહાલા દાદા સ્વામીજીની ષોડશી શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ ખાતે ચોથી ડિસેમ્બરે સાધુ સંઘની યથાર્થ પૂજા, ભીક્ષા, દક્ષિણા સાથે સમ્પન્ન કરવામાં આવશે. સરળતા અને સહજતા પ્રભુને ગમે છે. વહાલા દાદા સ્વામીજી પ્રભુના પ્યારા હતા, પ્રભુને પ્યારા થયા છે. ઝૂં શાંતિ. □

રામ નામ એક અમોઘ શક્તિ

ડૉ. રમેશભાઈ આઈ. કાપડિયા

વર્ષામાં ૨૦૦૩ની સાલમાં ઓલ ઈન્ડિયા નેચરોપથીની કોન્ફરન્સ હતી. તેમાં મુખ્ય વક્તા તરીકે મને નિમંત્રણ મળ્યું. મેં વ્યવસ્થાપકોને જણાવ્યું કે હું એલોપેથીનો ડૉક્ટર છું અને એલોપેથીમાં મારો વિશ્વાસ જરા પણ ડગ્યો નથી. વધુમાં મારી સિત્તેર વર્ષની વયમાં માંદગીનો કોઈ અનુભવ કર્યા વિના રોગ થતો અટકાવવા એલોપેથીની દવાઓનો ઉપયોગ છેલ્લા પંદર વર્ષથી કરું છું. તેમણે મારી વાત સાંભળી છતાં તેમના નિમંત્રણ માટે આગ્રહ રાખ્યો.

કોન્ફરન્સમાં મારા વક્તવ્યમાં મને મહાત્મા ગાંધીના ‘રામનામ એક રામબાણ ઔષધ’ની યાદ આવી. ગાંધીજીએ પોતાના સ્વાસ્થ્ય માટે તેનો અત્યંત શ્રદ્ધાથી ઉપયોગ કર્યો હતો. તેમના જીવનની અંતિમ પળોમાં તેમણે લખ્યું કે, ‘રામનામમાં મારો વિશ્વાસ એટલો પ્રબળ બન્યો છે કે હવે મારું મૃત્યુ જો કોઈ શારીરિક બીમારીથી થાય તો મેં આજસુધી જે કાંઈ કહ્યું તે વ્યર્થ સમજજો.’ સ્પષ્ટતા કરતાં તેમણે ઉમેર્યું કે, ‘રામનામમાં મારી શ્રદ્ધા એ આપણા સહુમાં રહેલા સર્વવ્યાપી રામમાં છે.’

મહાત્મા ગાંધીએ રામનામ વિશે કહેલી ઉક્તિઓ વિશે એક પુસ્તક સંપાદન થયું છે. તેના ઉપર વિનોબાજીએ ચિંતન કરીને ‘રામનામ એક ચિંતન’ નામની પુસ્તિકા લખી છે. તેનું મેં વારંવાર અધ્યયન કર્યું. મને આ પુસ્તિકામાં કરેલ ચિંતન ઘણું વૈજ્ઞાનિક લાગ્યું.

કોન્ફરન્સમાં મેં એમ કહેલું કે મારી ઈચ્છા હૃદયરોગના નિષ્ણાતની રૂએ રામનામના મહિમા ઉપર એક પુસ્તિકા લખવાની છે. મારું ચિંતન સર્વ કોઈને-અદના માનવીને પણ પોસાય એવી સફળ સારવાર માટે હંમેશાં રહ્યું છે.

અનાયાસે ૨, ઓક્ટોબર ૧૯૯૧ના ગાંધીજયંતીના દિવસે કોરોનરી હૃદયરોગના દર્દીઓ માટે અમે એક કાર્યક્રમ શરૂ કર્યો. થોડા સમયમાં એવી પ્રતીતિ થઈ કે કાર્યક્રમથી હૃદયરોગમાં રાહત મળે છે. એન્જઈનાથી થતા છાતીના દુખાવાની માત્રા ઘટે છે પણ એથીયે વિશેષ બધી વ્યક્તિમાં અનોખું પરિવર્તન જોવા મળે છે. તેનામાં કોધ અને આવેશની માત્રા ઘટે છે.

સમભાવ અને સમત્વ રાખવાની શક્તિ મળે છે એવું અનેક કિસ્સાઓમાં જોવા મળ્યું. તેથી આ કાર્યક્રમ સમગ્ર વ્યક્તિને તંદુરસ્ત કરનાર, સમાજને સાજો કરનાર યુનિવર્સલ હીલિંગ કાર્યક્રમ તરીકે પ્રચલિત થયો. દરેક ક્ષેત્રની વ્યક્તિઓએ રોગમાં રાહત મેળવવાના હેતુથી કાર્યક્રમમાં ભાગ લીધો. પણ અકસ્માતે એક નવી સમજ આવી - એક નવો લાભ દેખાયો. શવાસનના લાભ હૃદયરોગ પૂરતા મર્યાદિત ન હતા. પણ વ્યક્તિને સમગ્રપણે સ્વસ્થતા પ્રદાન કરતા હતા. કાર્યક્રમનાં સફળ પરિણામો પર સતત ચિંતન કરતાં આ પુસ્તિકા લખવાની પ્રેરણા થઈ.

રામનામ એટલે શું ? : ગાંધીજીના શબ્દોમાં ‘મારો રામ તો સનાતન છે તે કદી જન્મ લેતો નથી. મારો રામ સીતાપતિ દશરથનંદન કહેવાતો છતાં સર્વ શક્તિમાન ઈશ્વર જ છે. એનું નામ હૃદયમાં હોય તો સર્વ દુઃખો નાશ પામે છે.’ રામનામ એટલે ઈશ્વર અલ્લાહ કે ગોડ, જેને જે ઠીક લાગે તે નામ લે. તેમાં તેની હાર્દિક શ્રદ્ધા હોવી જોઈએ. રામનામ એટલે જગતના સર્વ જીવો પ્રત્યે કરુણા અને પ્રેમ. રામનામ એટલે જીવન જીવતા હરેક પળે ભાવનામાં સમત્વ જાળવવાનો અથાગ પ્રયાસ, હૃદયરોગના નિષ્ણાત તરીકે દાયકાઓથી પ્રેક્ટિસ કરતા અને યુનિવર્સલ હીલિંગ કાર્યક્રમનાં લાભદાયી પરિણામો જોતાં સમજાયું કે રામનામમાં શ્રદ્ધા એટલે દરેક પ્રત્યે અંતરના ઊંડાણમાં એક્યની ભાવના. એ ભાવનાની અનુભૂતિ થતાં - એ ભાવનાનો ઉદય થતાં જે કોઈ ઉપચાર કરવામાં આવે તેની અસર ઘણી વધી જાય છે. એ સારવાર લેનાર અને સારવાર આપનાર બંનેને કોઈ પણ પ્રકારની ઉપચાર પદ્ધતિમાં સફળતા બક્ષે છે. અત્યંત આધુનિક પદ્ધતિનો આશરો લીધા પછી પણ સાથે રામનામની મનોભાવના હોય તો એ સારવાર સફળ થવાની શક્યતા ઘણી વધી જાય છે.

ક્ષણે ક્ષણે રામનામનું રટણ એટલે ગમે તેવી બાહ્ય પરિસ્થિતિ હોય તો પણ મનમાં સંવાદિતા (harmony) રહે. મહાત્મા ગાંધીએ અનેક બાહ્ય અનિષ્ટ પરિબળો

સામે ઝડૂમતાં એમના અંતરમાં હરેક જીવો પ્રત્યે સમતા જળવાય એ માટે પૂરેપૂરી ક્ષમતા કેળવી હતી. રામનામમાં તેમની શ્રદ્ધા દિન-પ્રતિદિન વધતી જ રહી. તેમણે એક સમયે એવું પણ ઉચ્ચાર્યું હતું કે હું સદી વટાવી એકસોવીસ વર્ષ જીવવા માગું છું. તેના ઉપર ત્રણ વખત પ્રાણઘાતક હુમલા થયા પણ બચી ગયા. દેશને આઝાદી મળ્યા પછી જે પરિસ્થિતિ સર્જઈ તેનાથી નિરાશ થઈ તેમણે કહેલું કે હવે મને લાંબું જીવવામાં રસ નથી. રામનામની અડગ શ્રદ્ધાથી એમના મૃત્યુના એક દિવસ પહેલાં એમણે લખેલું કે ‘રામનામમાં મારી શ્રદ્ધા એટલી મજબૂત બની છે કે હવે કોઈ શારીરિક માંદગીથી મારું મૃત્યુ થાય તો મેં આજપર્યંત જે ચિંતવ્યું તે મિથ્યા માનજો.’ અને બીજે દિવસે એક ઉશ્કેરાટભરી વ્યક્તિના ગોળીબારનો ભોગ બન્યા.

રૂઝ લાવવાની કુદરતી પ્રક્રિયા : માનવશરીરમાં મૂળભૂત તંત્રો - રુધિરાભિસરણ તંત્ર, પાચન તંત્ર, અંતઃસ્નાવી તંત્ર, સ્નાયવિક તંત્ર, સ્વાયત્ત સ્નાયવિક તંત્ર અને પ્રતિરક્ષક તંત્રો આવેલાં છે. આ તંત્રોની કાર્યક્ષમતા વધારવા માટે બીજાં બે તંત્ર ઘણાં જ અગત્યનાં છે. તે ઉપેક્ષિત રહ્યાં છે. આ બે સ્વાસ્થ્યપ્રદ (healing) અને આસ્થા તંત્ર છે, એ સ્પષ્ટ સમજવું જોઈએ કે ગંભીર માંદગી માટે નિષ્ણાતની સંભાળનું સ્થાન કેવળ આસ્થા તંત્ર લઈ શકે નહીં. ખરેખર તો બંને આવશ્યક છે. આસ્થા તંત્ર વૈજ્ઞાનિક વાસ્તવિકતા છે.

આધુનિક વિજ્ઞાનના આઘપિતા હિપોક્રેટીસે કહ્યું છે કે માનવશરીરમાં કોઈ પણ વ્યાધિ થાય તો તેમાંથી પુનઃસ્વસ્થ થવાની કુદરતી શક્તિ શરીરમાં જ રહેલી છે. આસ્થા તંત્ર એ કુદરતી શક્તિને પ્રોત્સાહિત કરે છે. દર્દીની આંતરિક શક્તિઓનો પૂરેપૂરો ઉપયોગ કરવામાં આવે ત્યારે સારવાર પરિપૂર્ણ બને છે. તબીબી વ્યવસાયની સમસ્યા એ છે કે તબીબો બીમાર વ્યક્તિ કરતાં વ્યક્તિના રોગ વિશે વધારે જ્ઞાન ધરાવે છે. સ્વાસ્થ્યની પુનઃપ્રાપ્તિ માટે દવાની જરૂર હોય કે ન હોય, પરંતુ સાજા થવાની આસ્થા હંમેશાં જરૂરી છે. આસ્થાથી હીલિંગ તંત્ર વધુ કાર્યશીલ બને છે. આશા, શ્રદ્ધા, પ્રેમ અને ભાવનાઓ મહત્ત્વ વિનાની છે એ વિચારસરણી સ્વાસ્થ્ય માટેના વિશાળ અભિગમને અનુરૂપ નથી. બલકે વિજ્ઞાન કસોટીઓ કરીને તેને અનુમોદન આપતું જાય છે. પરોપકારી મનોભાવો સ્વાસ્થ્ય

પ્રાપ્તિ માટે આવશ્યક છે.

સ્વાસ્થ્યની પુનઃપ્રાપ્તિ માટે આધુનિક ઉપચારોની ક્ષમતા વધારવા ડૉક્ટરનો દર્દી પ્રત્યેનો અભિગમ- ડૉક્ટરનો માનવીય વહેવાર ખૂબ જ અગત્યનો ભાગ ભજવે છે.

સ્વાસ્થ્ય ઉપર અસર કરનારું બીજું એક પરિબળ અળગાપણાની ભાવના છે.

અળગાપણું : અળગાપણું શું એ સમજવું જરૂરી છે. આપણે જેને એકાંતપ્રિયતા કહીએ છીએ એ અળગાપણું નથી. કોઈ વ્યક્તિ એકાંતમાં સમગ્ર વિશ્વ સાથે એક્ય અનુભવી શકે, જ્યારે બીજી વ્યક્તિ કુટુંબીજનો, સાથીઓ અને મિત્રો વચ્ચે રહેવા છતાં અળગાપણું અનુભવે એવું પણ બની શકે.

આપણે સહુ ભિન્ન ભિન્ન વ્યક્તિઓ છીએ, તેમ છતાં આપણા સૌનું ઉદ્દગમસ્થાન એક મૂળ તત્ત્વમાં રહેલું છે. આપણું ભિન્ન સ્વરૂપ એ પેલા મૂળ તત્ત્વનો આવિષ્કાર છે. મૂળ તત્ત્વના ગુણો પ્રેમ, કરુણા અને સંવાદિતા છે. આપણે સમય અને કાળમાં મર્યાદિત છીએ. નશ્વર છીએ. જે સ્તરે આપણે સહુ એક છીએ એ તત્ત્વ શાશ્વત છે. આવિષ્કાર થયેલું સ્વરૂપ મૂળ તત્ત્વથી જેટલું દૂર થાય એટલી અળગાપણાની ભાવના તીવ્ર થાય છે. તે સ્વાસ્થ્યને નબળું પાડે છે જ્યારે આવિષ્કાર થયેલ સ્વરૂપ મૂળ તત્ત્વને ઓળખતું થાય છે ત્યારે તમામ વિષમ ભાવો શમી જાય છે. અદ્ભુત શાતા અનુભવાય છે અને તંદુરસ્તીનો માર્ગ મોકળો થાય છે.

અળગાપણું ઉદાસીનતા, ક્રોધ, સ્વાર્થવૃત્તિ અને તિરસ્કારભરી ટીકાવૃત્તિને પોષે છે. આ બધાં લક્ષણો કોરોનરી હૃદયરોગ માટે ઝેર સમાન ગણાય છે. આ વૃત્તિઓથી કોરોનરી ધમનીઓ સંકોચાય છે, લોહીના પ્લેટલેટ્સ ઘટકોની ચીકાશ વધતાં લોહી વધુ ઘટ્ટ બને છે, એટલું જ નહીં પણ અનુકંપી તંત્ર સતેજ થવાથી હૃદયના ધબકારા ઝડપી અને અનિયમિત બની શકે છે. ઉપરાંત ચામડીનાં દર્દો, ખરજવું, સોરાયસીસ પણ અળગાપણાને કારણે હોઈ શકે. અળગાપણાને દૂર કરવા અળગાપણાને ઓળખવું એ પ્રથમ પગથિયું છે. અત્યંત સફળતા કે નિષ્ફળતા વ્યક્તિને અળગી બનાવી શકે. વ્યક્તિ જ્યારે અળગાપણું અનુભવે ત્યારે માનસિક અને શારીરિક થાકની ફરિયાદ કરે છે. અનિદ્રા અને ચીડિયાપણું પણ

અળગાપણાનાં લક્ષણો છે.

અળગાપણાને વધુ સમજવા હૃદયરોગના એક દર્દીનો પ્રતિભાવ તપાસીએ. દર્દીએ કહ્યું કે, ડોક્ટર, યુનિવર્સલ હીલિંગ કાર્યક્રમના પહેલા જ દિવસે તમારું વક્તવ્ય સાંભળી મેં તમને કહ્યું હતું કે મને આજે જડીબુટ્ટી મળી. હું મિતાહારી, શાકાહારી હોઈ સપ્રમાણ વજન ધરાવું છું, કોઈ કુટેવ નહીં, કોલેસ્ટરોલ નોર્મલ, ડાયાબિટીસ કે બ્લડ પ્રેશર નહીં, વંશપરંપરાગત વલણ નહીં છતાં હાર્ટએટેક આવેલો. તેનું કારણ મને કોઈ સમજાવી શક્યું ન હતું. પણ તમે સ્વભાવની ઉગ્રતા, નરી સ્વાર્થવૃત્તિ, તિરસ્કારભર્યું ટીકાત્મક વલણ વગેરે લક્ષણોની વાત સમજાવી ત્યારે મને મારી જાતનું અવલોકન કરવાનું મન થયું. હું કેટલો દુરાગ્રહી હતો. હું જે કહેતો કે કરતો તે જ સાચું અને એ જ રીતે મારા કુટુંબીજનો અને સાથીઓ વર્તે એવો આગ્રહ રાખનારો, અજાણતાં જ મારી જાતને નુકસાન કરી બેસતો.

યુનિવર્સલ હીલિંગ કાર્યક્રમમાં શીખવાતી સ્ટ્રેચિંગ અને રિલેક્સેશનની હળવી કસરતો, શવાસન અને ધ્યાનની પ્રક્રિયાથી વ્યક્તિમાંથી અળગાપણું દૂર થાય છે અને ઐક્યની ભાવના ખીલે છે એમ અમે ઉત્તરોત્તર જોયું. એનું વર્ણન કરવું મુશ્કેલ છે. એ અનુભૂતિ છે.

રામ નામનું વિજ્ઞાન

એલોપથીના પિતામહ હિપોક્રેટીસે અઢી હજાર વર્ષ પહેલાં કહેલું કે આપણું મન કેવળ મસ્તકમાં નથી, પણ શરીરમાં અણુએ અણુમાં વ્યાપેલું છે.

આપણા મનને શાંત કરવું કઠીન છે, પણ જ્યારે આપણે શરીરના દરેક સ્નાયુને ખેંચીને શિથિલ કરીએ ત્યારે મન આપમેળે શાંત થાય છે. મન જ્યારે શરીરના કોષકોષમાં વ્યાપેલું છે ત્યારે એ સમજી શકાય કે મન શાંત થતાં તેની અસર શરીરના અણુએ અણુમાં થાય છે. એ કોષો શાંતિની અસર અનુભવતાં તંદુરસ્તી તરફ વળે છે. મનની શાંતિ અનુભવાતાં ઉપચારની ક્ષમતા વધે છે. પછી એ ઉપચાર નેચરોપથીનો હોય કે આયુર્વેદનો હોય, સર્જરી કે એલોપથીની દવાઓનો હોય.

મનમાં અસંવાદિતા (discord) જન્મે તેની અસર શરીરના કોષો પર થયા વિના રહેતી નથી. પ્રત્યેક કોષમાં કોષને જીવંત રાખતી અને તંદુરસ્ત રાખવા નિરંતર ચાલતી બધી ક્રિયાઓ અસંવાદિતા અનુભવાતાં મંદ પડે છે.

સંવાદિતા (harmony) એટલે આપણી ભાવનાઓમાં અને અંતરના ઊંડાણમાં પ્રસન્નતાનો અનુભવ. કોઈ પણ કારણસર આપણી પ્રસન્નતા ખોરવાય અને આપણે ઉદ્વેગ અનુભવીએ એ અસંવાદિતા.

આપણે જ્યારે કોધની લાગણી અનુભવીએ ત્યારે આપણું ધ્યાન વિસંવાદિતા ઉપર રહે છે. તેટલો સમય આપણે આપણા મૂળ તત્ત્વથી દૂર થઈએ છીએ. તે સમયે મનને કેમે કરી શાંત કરી અગાઉના કોઈ પ્રસન્નતાભર્યા પ્રસંગને યાદ કરી તેવી પ્રસન્નતા મનમાં લાવી, આપણા મૂળ તત્ત્વની શક્તિને ઉપાય સુઝાડવાનું સૌંપી બધું મંગળ બનશે એવી અડગ શ્રદ્ધા રાખીએ તો એ રામનામમાં એટલે કે પરમતત્ત્વમાં શ્રદ્ધા રાખી કહેવાય.

તંદુરસ્તીભર્યા દીર્ઘાયુ જીવન માટે મેડિકલ વિજ્ઞાને છેલ્લા થોડા દાયકાઓમાં જે પ્રગતિ કરી એથી સ્પષ્ટ થયું છે કે માનવશરીરના પ્રત્યેક કોષની સર્વ પ્રક્રિયાઓ પર મનની ભાવનાઓની અસર થાય છે. આગળ જોયું તેમ મન કેવળ મસ્તકમાં નથી પણ શરીરના પ્રત્યેક કોષમાં વ્યાપેલ છે. મનની ભાવનાઓમાં અસંવાદિતા ઉત્પન્ન થતાં કોષોની સ્વાભાવિક પ્રક્રિયા જે સ્વયંભૂ તંદુરસ્તી માટે સર્જાયેલ છે તે મંદ પડે છે. એટલું જ નહીં પણ અસંવાદિતા જો ચાલુ રહે અને ક્રમે ક્રમે વધતી રહે તો કોષોની શક્તિ ક્ષીણ થાય છે અને કોષોને નિષ્પ્રાણ બનાવવા તરફ લઈ જાય છે.

શ્રીમદ્ રાજચંદ્રે સો વરસ પહેલાં ઉચ્ચારેલું ‘ક્ષણે ક્ષણે ભાવ મરણે કાં રાચી રહો !’ જ્યારે આપણી ભાવનાઓમાં ઐક્યને બદલે જુદાપણું આવે અને પ્રેમની ભાવના ન હોય તો આ ભાવ મરણ છે. આવા ભાવોથી કોષોની ગતિ મરણ તરફી થાય છે.

વિજ્ઞાનને સમજાયું છે કે આપણાં દરેક કાર્ય, વિચારો અને લાગણીઓ પાછળની ભાવનાઓ જો મંગળકારી હશે, સર્વનું મંગળ ઈચ્છતી હશે તો આપણું શારીરિક તંત્ર આરોગ્ય તરફી હશે.

આપણી શરીરની રચના કુદરતી રીતે એવી છે કે બાહ્ય અનેક પરિબળો તેના પર વિપરીત અસર કરતાં રહે છે. તેમ છતાં માનવજીવન એ બધા વચ્ચે ટકી રહ્યું છે. તે જોતાં શરીરનું જીવંત રહેવું અને તંદુરસ્ત રહેવું એ કુદરતની એક અજાયબી છે.

□ ‘ચિદાનંદ જ્યોત’માંથી સાભાર

વિવિધતામાં એકતા

શ્રી મોટા

ગંગોત્રીના નગ્ન સાધુ

ઈતિહાસમાં કોઈએ વાંચ્યું હોય તો પંડિત માલવિયાજીએ હિંદુ યુનિવર્સિટીમાં કાશીવિશ્વનાથ જેવું મંદિર બનાવેલું. શહેરના કાશીવિશ્વનાથ મંદિરની નક્કલ કરાવી એમણે ત્યાં પણ ગંગાની નહેર બનાવેલી. બધે પાણી જેવું બનાવેલું. બધું તૈયાર થયેલું. પણ એની પ્રાણપ્રતિષ્ઠા કોણ કરે? પ્રાણપ્રતિષ્ઠા વિના પૂજાય નહિ.

હિંદુ યુનિવર્સિટીની અંદર બનાવેલું. પછી એની પ્રાણપ્રતિષ્ઠા કરવી પડે ને? તો પ્રાણપ્રતિષ્ઠા કરવા માટે કોઈલાયક માણસ પણ જોઈએ ને? એ લાયક માણસ શોધતા હતા. માલવિયાજીને સાધુસંતો સાથે સહવાસ પણ વધારે. એ માટે માલવિયાજી ફર્યા. તે ફરતાં ફરતાં જડ્યું કે હિમાલયમાં ગંગાજીનું મંદિર છે, તેની પેલી બાજુ એક નાગા સાધુ છે. તે આવા જ્ઞાની પરમપુરુષ છે એવી એમને ખબર પડી. એટલે એ પોતે જાતે ત્યાં ગયા. એમ ને એમ તો એ માને એવા હતા નહિ. આપણે દર્શન તો કરીએ. ત્યાં ગયા, બેઠા. બેત્રણ દિવસ થયા. ત્યાં આગળ બહુ પહેલાંની હિંદુઓની એક સંસ્થા છે. કાલીકામળીવાળા બાબાની સંસ્થાઓ ઠેકાણે ઠેકાણે છે. માણસો રહી શકે એવી બધી સગવડો રાખે. કાળીકામળીવાળા બાવાએ કરેલી. માલવિયાજી મહારાજ બે દિવસ એમ ને એમ બેસી રહ્યા. એમ ને એમ બેસે, બધું જુએ, તપાસે. માલવિયાજી સંસ્કૃતના બહુ જાણકાર ને જ્ઞાની હતા. પછી કંઈ વાત ઉપાડી. પેલા બરાબર જવાબ આપતા. એવા જવાબ આપતા કે માલવિયાજી ખુશ થઈ ગયા. પછી ઈશ્વર વિશે બીજા બધા પ્રશ્નો પૂછતા. એના પણ બધા સાચા જવાબ આપ્યા. એટલે આ પણ અનુભવ સાચો. આમ માલવિયાજીને ખાતરી થઈ. 'બીજું કંઈ કારણ નથી. જેમ કાશીમાં કાશીવિશ્વનાથ છે, એવું એક મંદિર અમે બનાવ્યું છે. યુનિવર્સિટીમાં હજારો વિદ્યાર્થીઓ ત્યાં ભણે છે અને ત્યાં ગંગાજીની નહેર કાઢી છે. એ પણ આગળ-પાછળ ફરે છે. બરોબર પ્રોટોટાઈપ કાશીવિશ્વનાથ મંદિર જેવું કર્યું છે. એની પ્રાણપ્રતિષ્ઠા કરવી છે. ઘણા વખતથી હું ખોળતો હતો કે કોઈ એવો અનુભવી પુરુષ મળે કે જેના હાથે પ્રાણપ્રતિષ્ઠા થાય. પછી હું તમને આ જ સ્થિતિમાં મૂકી જઈશ.' 'બહુ કપડાં લતાં પહેરીશ

નહિ. તારે મને લઈ જવો હોય તો લઈ જા. કપડાં બપડાં નહિ પહેરું.' 'તમારા માટે ફર્સ્ટ ક્લાસનો સ્પેશિયલ ડબો રાખીશ અને ફૂલનો પહેરવેશ આપીશ.' 'મને ફૂલનો વાંધો નથી. ગમે તેવા ફૂલ નહિ ચાલે. સુગંધીવાળાં ફૂલ જોઈએ.' 'તૈયાર રાખીશ.' અને મહારાજ હિમાલયની તળેટી સુધી તો નાગા રહેલા. પછી સ્ટેશન પર આવ્યા ત્યાર પછી ફૂલના શણગાર કરેલા. માથે મુગટ, ગળામાં માળા. આ બધું ફૂલનું તૈયાર કરેલું તે મહારાજને પહેરાવી દીધું. પછી ત્યાં બેસાડ્યા. એ તો કશું બોલે-કરે નહિ. આ બધું વર્ણન મેં 'હિંદુ'માં વાંચેલું. એટલે મને થયું કે 'આ મહારાજનાં દર્શન કરીએ તો બહુ સારું. કંઈ કૃપા થવાની હોય તો થાય. એટલે આ મહારાજનાં દર્શન કરવાને માટે ઓગણીસસો ચોત્રીસની સાલમાં ગુફામાં ગયેલો. ત્યાં જઈને બેઠો. માલવિયાજીએ મહારાજ માટે ઘણી સારી સગવડ કરી આપેલી. પહેલાં અહીં ઓરડી મળે નહિ. શિયાળામાં, ઉનાળામાં તે એક જ સ્થિતિમાં ત્યાં જ પડ્યા રહે. પછી માલવિયાજીએ એમને માટે ઘર કરાવ્યું. એમને માટે જોઈતી વસ્તુઓ મળે એવી વ્યવસ્થા ત્યાં આગળ કરાવી. અમુક વખતે બંધ થઈ જાય, ને છ મહિના ચાલે, છ મહિના પછી બરફ પડવા માંડે, એટલે બંધ થઈ જાય. એટલે છ મહિના પછી પણ વસ્તુઓ રહે એવી સગવડ કરી આપી. એમની સેવામાં પોતે ઓળખતા હતા એવી એક બાઈ રાખી હતી. બે માણસો રાખ્યા. માલવિયાજીએ બધી વ્યવસ્થા પાકી કરી અને નીચે ઊતરી આવ્યા. એવું બધું મેં વાંચેલું છે.'

હું ત્યાં ગયેલો. કેટલાય માણસો એ મહાત્માનું ભૂંડું બોલે. મહાત્માનું ખરાબ બોલે.

ભલો સ્ટેશન માસ્તર

એક સ્ટેશન માસ્તર હતો. પંચમહાલમાં જંગલમાં ફરતો હતો ત્યારે ખબર પડેલી. જંગલમાં બિચારો સ્ટેશન માસ્તર અટૂલો હોય. પૈસાથી ભરેલી ચામડાની થેલી તૈયાર કરી એને સીલ મારી ગાડીમાં આપવા જતો હતો. ત્યાં ઝૂંટ મારીને કોઈક એ થેલી લઈ ગયો. એણે પોલીસમાં ફરિયાદ કરી કે 'મારી આવી સ્થિતિ છે અને ચોરી થઈ ત્યારે આટલા માણસો હાજર હતા.' પોલીસે તપાસ કરી કે વાત સાચી છે કે ખોટી? સરનામાં લખી લીધાં. પછી ત્યાં જઈ તપાસ કરી આવ્યા કે વાત સાચી

છે. અમારા દેખતાં જ ચામડાની એ થેલી કોઈ ઉપાડી ગયું. બીજું એ કંઈ જાણતા નથી એ માણસ કોણ હતો? કેવો હતો? કંઈ જ જાણતા નથી. એ લઈ ગયો હતો. સ્ટેશન માસ્તર તો રડ રડ કરે. પણ એની બેરી એને વારંવાર કહે-પંચમહાલમાં ભીલોમાં હું કામ કરતો એટલે હું ત્યાં જ હતો-બેરી કહે, 'રડ રડ શું કરો છો? રડવાથી શું વળવાનું છે? આપણે કંઈ ચોરી કરી નથી. તમે ભગવાનને પ્રાર્થના કરો. આપણે ભગવાનને પ્રાર્થના તો કરીએ. એ મળવાનું હશે તો મળશે. નહિ મળવાનું હોય તો નહિ મળે. પણ પ્રાર્થના તો કરીએ. ભગવાનની આગળ પ્રાર્થના કરીએ આપણે ભગવાનને ના માનતા હોઈએ, પણ આપણે નથી માનતા એવું કંઈ હોતું નથી. આપણે ના માનીએ એ જુદી વાત છે. પણ એ આપણને નથી માનતો એવું નથી. માટે આપણે પ્રાર્થના કરો.' પેલો કહે, 'તું તારે કર. મારા મોંમાંથી પ્રાર્થનાના શબ્દો ન નીકળે.' એ બેરીએ પ્રાર્થના કરી-બરાબર રડતાં રડતાં પ્રાર્થના કરી. એવા શબ્દોથી ભગવાનને પ્રાર્થના કરી કે જે માણસ પેલી થેલી લઈ ગયો હતો એ થેલી પાછી આપવા રાત્રે આવ્યો. એને પછી બહુ પસ્તાવો થયો. કહે, 'મારી બેરી મને બહુ લઢી.' અને કહ્યું, 'જંગલમાં બિચારા સ્ટેશન

માસ્તર એકલા રહે છે. એની પાસે પૈસો નહિ અને તે આવું કર્યું? તો એની શી વલે થશે? સરકારમાંથી એની નોકરી જશે, બીજે કંઈ ચોરી કરજે પણ આ ના કરીશ.' પેલી બાઈ પ્રાર્થના કર્યા કરતી હતી, એના લીધે હોય કે ગમે તેમ હોય, પણ થેલી પાછી આવી. એ જોઈને એ બહુ રાજી થયો. એ તો થેલી જોઈને નાચવા લાગ્યો. થેલી લઈને આવનારને બાથમાં લઈને બેસાડ્યો. એની પત્નીએ ચાપાણી કરાવ્યાં, નાસ્તો કરાવ્યો, જમાડ્યા બરાબર. અને ભગવાનને પ્રાર્થના કરી કે, 'હે પ્રભુ, આવા સંકટમાં તમે જે મદદ કરી, કૃપા કરી ઉગાર્યાં-બેરી તો બરાબર માની ગયેલી-હું એ વખતે હાજર હતો. ધણી માનતો ન હતો. એ તો કહે, 'આ તો બને ઓટોમેટીક (=આપોઆપ) બન્યું.' પત્ની કહે, 'આ તો બને નહિ ને બન્યું.' ભગવાનને ના માનતા હો તો ના માનો. ગમે તેમ મળી ખરી. જઈને પછી સ્ટેશન માસ્તરે વાત કરી કે 'જે લઈ ગયો હતો, તે પાછી આપી ગયો.' પણ એ સ્ટેશન માસ્તરના નામ પર ચડ્યું તે ચડ્યું. એ છૂટ્યો ત્યાં સુધી નીકળ્યું નહિ, કે એણે જ આ ગોલમાલ કરેલી. પેલા માણસને તૈયાર કરીને ચોરી કરાવી છે. □ 'વસંતે બહાર'માંથી સાભાર

(મનાચે શ્લોક...અનુસંધાન પાન-૧૧ પરનું ચાલુ)

વાંગમય છે. વિશ્વની ચેતનાનું પ્રત્યક્ષ સત્ય છે. સનાતન સત્ય છે. આંતરિક તથ્ય છે. શ્રીરામ જ પૃથ્વી જળ, તેજ વાયુ આકાશ થઈ રહ્યો છે. પેલા નરસિંહના શબ્દો અહીં સાચા ઠરે છે, પવન તું, પાણી તું, ભૂમિ તું ભૂધરા. પેલી જૂની પણ ચિરંજીવ કવિતાને વાગોળીએ... પ્રભો ! અંતરયામી ! જીવન જીવના ! દીન શરણા ! પિતા ! માતા ! બંધુ, અનુપમ સખા ! હિત કરણા ! પ્રભા, કીર્તિ, કાન્તિ ધન, વિભન સર્વસ્વ જનના ! નમું છું, વંદું છું, વિમલ મુખ સ્વામી જગતના. પિતા પેલો આથે જગત વીંટતો સાગર વહે,

અને વેગે પાણી સકલ નદીનાં તે ગમવહે; વહો એવી નિત્યે મુજ જીવનની સર્વ કરણી, દયાના, પુણ્યોના તુજ પ્રભુ મહાસાગર ભણી. થતું જે કાયાથી, ઘડીક ઘડી વાણીથી ઊચરું, કૃતિ ઈન્દ્રિયોની મુજ મન વિશે ભાવ જ સ્મરું; સ્વભાવે, બુદ્ધિથી શુભ અશુભ જે કાંઈક કરું, ક્ષમા દષ્ટિ જોજો, તુજ ચરણમાં નાથજી વીનવું. માટે જ શ્રીગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદ મહારાજના આદેશને શીરોધાર્ય કરીએ અને કહીએ 'હે નાથ ! હું તારો છું. તું મારો છે. તારી ઈચ્છા પ્રમાણે બધું થાઓ. ઠું શાંતિ.'

(શિવાનંદ કથામૃત...અનુસંધાન પાન-૧૨ પરનું ચાલુ)

તેમના પોતાના ધંધામાં, તેમની પોતાની સુધારણામાં, તેમના પોતાના મિશનમાં રસ ધરાવે છે. કિંમતી સમય, શક્તિ અને ધનના મોટા ભાગનો દુરુપયોગ ફક્ત બીજાઓને ઉતારી પાડવા, નિંદા કરવામાં થાય છે. સારો સંચાલકને બધા પ્રકારના જોખમોનો સામનો કરવો પડે છે. તેણે તેના પાડોશીઓ ખુશ રહે તે માટે પ્રયત્ન કરવા પડે છે; તેને સમાજની ટીકાઓની આદરપૂર્વક અવગણના કરવી પડે છે અને પ્રેમપૂર્વક તેણે નક્કી કરેલું સારું કામ તેને કરવું પડે છે."

"ખાસ મુશ્કેલી તો એવા લોકો ઊભી કરે છે જેઓ દુનિયાને છોડી દીધી છે અને બીજું શું કરવું તે જાણતા નથી. તેઓ કોઈ હેતુ વગરનું જીવન વીતાવે છે અને માયાના હાથમાં વધુમાં વધુ અસરકારક સાધન બની જાય છે. તમારી જાતને દિવસ-રાત બધાની સેવામાં રોકાયેલી રાખો. છેવટે સત્ય પ્રકાશશે જ." □

સફળતાની ગુરુચાવી

-ડૉ. હરીશ દ્વિવેદી

આજે તો તમે આટલા ઉદાસ કેમ દેખાવ છો ? કોઈ વાતની ચિંતા છે ? તમને શાનું ટેન્શન છે ? કોઈ સહૃદય મિત્ર કે વડીલ આપણને આવું પૂછે તો આપણે તરત બોલી ઊઠીશું કે, ના એવું કોઈ ટેન્શન કે ચિંતા તો નથી... પણ આજે કંઈ ગમતું નથી, મૂડ સારો નથી... થોડું ડીપ્રેશન જેવું લાગે છે... ગાડી હવે પાટા ઉપર આવી... આ બધા એકવીસમી સદીના રોગો છે. એમાં આપણો શો વાંક ? વાસ્તવમાં આપણો ચહેરો એ તો અંતરનો અરીસો છે. આપણી અંદર શું ચાલી રહ્યું છે, તે બધું એ પ્રગટ કરી દેતો હોય છે. બહુ ઓછી વ્યક્તિઓના ચહેરા પર પ્રસન્નતાના મધુર હાસ્યની ઝલક આજે જોવા મળતી હોય છે.

યંત્ર યુગમાં જીવતો માનવી પણ આજે હાસ્ય વિનાના યંત્ર જેવો બની ગયો છે. મને લાગે છે માણસ જાતે ફરીથી હાસ્ય શીખવા માટે કોઈ કોમ્પ્યુટરનો સહારો લેવો પડશે ! આ કોમ્પ્યુટરને પણ હાસ્ય શીખવનાર તો પાછું કોઈ માણસનું ભેજું જ હશે. તો પછી હવે કોમ્પ્યુટર આપણને એના સોફ્ટવેરનો ચાર્જ લઈને હસતાં શીખવાડે એની રાહ જોવાની શી જરૂર છે ? તો ચાલો સાથે ભેગાં થઈને હસી પડીએ. એ જ આપણા બધા રોગોનો રામબાણ ઈલાજ છે. ચિંતા, મૂડ, ડીપ્રેશન બધું જ બરાબર થઈ જશે. બાકી દુનિયામાં દુઃખ અને દર્દ ક્યાં ઓછા છે ? એમાં આપણા દુઃખ અને ચિંતા અને શોકનો ઉમેરો કરવાની જરૂર નથી. જગતનાં દુઃખોના હિસાબ-કિતાબ અંગે એક સરસ મજાની કલ્પના કરવામાં આવી છે. આખી દુનિયાના લોકો દુઃખ-દર્દનો એક મોટો ડુંગર બનાવવામાં આવે અને પછી એને સમાન ભાગે વહેંચવાનું નક્કી કરવામાં આવે તો છેવટે સહુ પોત પોતાના દુઃખની પોટલી લઈને ચાલવા માંડશે !

હાસ્યવૃત્તિ આવાં દુઃખ અને ચિંતાગ્રસ્ત જીવનને જોવાની એક નવી દ્રષ્ટિ - નવો અભિગમ આપે છે. આપણા કહેવાતા ધર્મોએ માણસને ખૂબ ભારેખમ ગંભીર અને ઉદાસીન બનાવી દીધો છે. એવા ધર્મનું

આપણે હવે કામ નથી. માણસને આનંદ-ઉલ્લાસથી ભરી દે અને જીવનની હર હાલતમાં પ્રસન્ન રહેતાં શીખવાડે એવા ધર્મની આજે ખૂબ આવશ્યકતા છે.

રમૂજવૃત્તિ અને હાસ્ય આપણા શારીરિક તથા માનસિક સ્વાસ્થ્ય માટે એક પણ પૈસો આપ્યા વિના ખરીદી શકાય તેવું અમૂલ્ય ઔષધ છે. કુટુંબના બધા જ સભ્યોને તે એક તાંતણે બાંધી રાખે છે. સાથે સાથે આપણા સંપર્કમાં આવતા લોકોની સાથે પણ તે આત્મીયતાનો સેતુ બાંધી આપતો હોય છે. સૂક્ષ્મ રમૂજવૃત્તિ અને હાસ્ય એ નહેરુ પરિવારની આગવી વિશેષતા હતી. મોતીલાલજીનાં શ્વેત વસ્ત્રો, શ્વેત વાળ અને મુક્ત શ્વેત હાસ્ય સહુને આકર્ષી લેતાં હતાં. જવાહરલાલજીના જીવનમાં પણ આ હાસ્ય અને રમૂજવૃત્તિના અનેક પ્રસંગોએ દર્શન થાય છે. એમાંનો એક સુંદર પ્રસંગ છે.

આઝાદીની ચળવળનો એ ક્રાંતિકારી યુગ હતો. અને એ માટે જેલવાસ ભોગવવો એ મોટો લ્હાવો ગણાતો હતો. નહેરુ કુટુંબ એમાં મોખરે હતું. કુટુંબના ઘણાં બધાં સભ્યોને જેલ ભેગાં થવું પડ્યું હતું. પરંતુ જવાહરલાલજીનાં નાનાં બહેન કૃષ્ણાને હજુ સુધી જેલમાં જવું પડ્યું નહોતું. તેમની ઉંમર ત્યારે સોળેક વર્ષની હતી. તેઓ પોતાની આત્મકથામાં લખે છે કે, “આઝાદી માટે જેલવાસ ન ભોગવ્યાની અધૂરપ તેમને સાલતી હતી. તે દિવસો દરમ્યાન તેમની એક માત્ર મહેચ્છા જેલમાં જવાની હતી !”

અને છેવટે ૧૯૩૦ની આઝાદીની ચળવળ દરમ્યાન એ શુભ દિવસ આવ્યો ખરો ! મધરાતે તેમની ધરપકડ થઈ. કૃષ્ણાજી તો એ માટે ક્યારનાંય તૈયાર બેઠાં હતાં ! પરંતુ એ જેલવાસ શરૂ થાય તે પહેલાં ફક્ત બાર કલાકની અંદર જ તેમને જેલમાંથી મુક્ત કરી દેવામાં આવ્યાં. અને જેલમાંથી પાછાં ફરતાંની સાથે શુભેચ્છાના અનેક સંદેશાઓ, પુષ્પગુચ્છો અને અભિનંદનોની વર્ષા શરૂ થઈ ગઈ !

ત્યારે આવા બધા શુભેચ્છા સંદેશાથી સાવ ભિન્ન

અને એકદમ નિરાળો એક નાનકડો સંદેશ કૃષ્ણાજીને મળ્યો. આ સંદેશ તેમના મોટાભાઈ જવાહર તરફથી તેમને મળ્યો હતો. જવાહર તે સમય દરમિયાન જેલમાં હતા. કૃષ્ણાની ધરપકડના પ્રસંગ વિશે સાંભળી પોતે જેલમાં હોવા છતાં, પોતાના સ્વભાવ પ્રમાણે એમને રમૂજ કરવાનું સૂઝ્યું. તેમને પોતાની નાનકડી બેનને માટે એક ખૂબ જ રમૂજભરી ચિઠ્ઠી લખી મોકલી. તેમાં એમણે લખ્યું હતું :

“મને ખબર છે કે, તારી બહાદુરીના આ પ્રસંગે પુષ્પગુચ્છો, અભિનંદનો અને શુભેચ્છા-સંદેશાઓનો તો કોઈ પાર નહીં હોય ! પણ આ બધું તારા કયા પરાક્રમની ઉજવણી રૂપે છે ? જેલમાં ગાળેલ થોડાક અમથા કલાકોના માનમાં આવું મહાકાવ્ય તને ન શોભે ! એનાથી તારા મગજમાં રાઈ ભરાઈ ન જાય તેનું ધ્યાન રાખજે. અરે !... પણ હું તો ભૂલ્યો !! સાવ મગજ ન હોય, તેના કરતાં તો રાઈ ભરેલ મગજ હોય તો પણ ચાલશે !! ખરું ને ?”

- સપ્રેમ જવાહર

અને કૃષ્ણાજી આ વાંચીને ખડખડાટ હસી પડ્યાં. આપણા સહુના જીવનમાં આજે આવા મુક્ત હાસ્યની ખૂબ જરૂર છે. આપણી હાસ્યવૃત્તિને જાણે પેરાલિસીસ થઈ ગયો હોય એવું લાગે છે. આપણી આસપાસ જ્યાં જોઈએ ત્યાં બધે જ ગંભીર ચહેરાઓનું ઉજ્જડ વન જોવા મળે છે. નિર્દોષ મુક્ત હાસ્ય ખૂબ જવલ્લે જ જોવા મળતું હોય છે. ચિંતા, વ્યગ્રતા, કંટાળો, નિરાશા અને ટેન્શનને આપણે આપણા રોજ-બરોજનાં સાથી બનાવી દીધાં છે.

તો પછી આ બધામાંથી હવે બહાર નીકળવું કઈ રીતે ? એ પણ આપણા હાથની જ વાત છે અને ખૂબ સરળ છે. આખી સૃષ્ટિમાં એક માત્ર મનુષ્ય જ હસી શકે તેવું પ્રાણી છે. હાસ્યવૃત્તિ એ આપણી આગવી વિશેષતા છે. એટલું જ નહિ, પરંતુ એનો અક્ષય ભંડાર આપણા સહુમાં ભરેલો પડ્યો છે.

આપણા આ અમૂલ્ય ખજાના તરફ તો આપણું કદી ધ્યાન ગયું જ નથી. સત્, ચિત્ અને આનંદ તો આપણો સ્વભાવ છે. એને ક્યાંક બહાર ગોતવા જવું પડે તેમ પણ નથી. જેવી રીતે પુષ્પનો સ્વભાવ સુગંધ

છે, એને સુગંધ લેવા બહાર બીજા કોઈની પાસે જવાની જરૂર નથી એવી જ રીતે આનંદ આપણો સ્વભાવ છે અને સાથે સાથે આપણો એ જન્મસિદ્ધ અધિકાર પણ છે.

આપણા આ આનંદી સ્વભાવ અને હાસ્યવૃત્તિને દુઃખ, નિરાશા, કંટાળો અને વિષાદનાં વાદળોએ ઘેરી લીધાં છે. એ વાદળોનું આવરણ દૂર થતાં જ જીવનમાં પ્રકાશ ફેલાઈ જશે. હાસ્ય અને આનંદનાં ઈન્દ્રધનુષ રચાવા લાગશે. તો પછી આ હાસ્ય અને રમૂજને આપણા જીવનનું એક અંગ બનાવી લઈએ તો કેવું સારું ? ખૂબ જ સરસ વિચાર છે. અને સારો વિચાર તે કહેવાય જેને આપણે અમલમાં મૂકીએ. હાં, તો હાસ્યને આપણા રોજના નિત્યક્રમમાં જરૂરથી સામેલ કરી શકાય. અમારાં એક જાણીતાં ખૂબ જ પ્રસન્ન દંપતી મિત્રના રોજના જીવનક્રમમાં થોડું સંગીત, ખુલ્લી હવામાં થોડું હરવું ફરવું, એકાદ ફૂલ સુંઘવું, એકબે કવિતા વાંચવી અને મુક્ત મને થોડું હસી લેવું. આટલી વાતોનો સમાવેશ થાય છે.

બસ, પછી જીવનમાં આનાથી વિશેષ જોઈએ પણ શું ? હાસ્ય આપણા જીવનનું એક અંગ બની જાય પછી તો ગમે તેવી પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિમાં પણ આપણે પ્રસન્ન રહી શકીએ. બાળપણથી જ બાળકોને હાસ્યવૃત્તિ કેળવવાની ટેવ પાડવા જેવી છે. આપણા અભ્યાસક્રમમાં પણ પ્રસન્નતાના પાઠ શીખવે એવી કેળવણીની આજે ખૂબ આવશ્યકતા છે. એના દ્વારા બાળકોની અનેક આંતરિક શક્તિઓનો વિકાસ થતો હોય છે.

આ રમૂજ અને હાસ્યવૃત્તિ આપણાં શરીરનો કાયાકલ્પ કરી નાખવાની શક્તિ ધરાવે છે. એટલું જ નહિ, આપણા ચારિત્ર્યને પણ એક મોટું બળ પૂરું પાડે છે. પ્રસન્નતાના આ સેતુ દ્વારા આપણે બીજી વ્યક્તિના હૃદય સુધી પહોંચી શકીએ છીએ અને એનાં મોજાંઓ તો માઈલો સુધી વિસ્તરતાં જાય છે. આ રીતે આપણા સહુના જીવનમાં સુખ-શાંતિ, પ્રેમ-મૈત્રી અને આનંદનો એ સંચાર કરે છે. ટૂંકાણમાં કહેવું હોય તો કહી શકાય કે, હાસ્ય અને આનંદની વૃત્તિ આપણી બધી જ સફળતાઓની ગુરુચાવી છે. □

પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજની દિવ્ય યાત્રા-૨૦૦૮

વિનીપેગ (કેનેડા) : કેનેડાના મનીટોબા રાજ્યનાં સુપ્રસિદ્ધ દૈનિક ફ્રીપ્રેસ દ્વારા તાજેતરમાં મનીટોબાના શ્રેષ્ઠ મહાન પુરુષો-સ્ત્રીઓનું ચયન થયું. ૩૫૦ નામોનાં સૂચનો મળ્યાં. તેમાંથી પચાસ પર શ્રેષ્ઠતાની મહોર મારવામાં આવી. આમાંથી ત્રીસ વ્યક્તિઓનું ચયન થયું. તેમાંથી દશને પ્રમુખત્વ મળ્યું. તેમાં મનીટોબાના સંરક્ષક પછી બીજું નામ એક ભારતીયનું હતું, તેઓશ્રી શ્રી ડૉ. નરંજન એસ. ઢલ્લા હતા. તેઓ FRSC, MD (Hon.) DSC (Hon.) PhD. તો છે જ તદ્દુપરાંત ફિઝિયોલોજીના અતિ વિશિષ્ટ પ્રોફેસરપદ અતિરિક્ત ડાયરેક્ટર ઓફ કાર્ડિઓવેસ્ક્યુલર ડેવલપમેન્ટ; ‘મોલેક્યુલર એન્ડ સેલ્યુલર બાયોકેમેસ્ટ્રી’ના એડીટર-ઇન-ચીફ અને સેન્ટર ફોર એડવાન્સમેન્ટ ઓફ મેડીસીનના સિનિયર ફેલો પણ છે. તેમનું શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ ખાતે આપણે ‘ભારત સેવા રત્ન’ એવું બિરૂદ આપીને સન્માન કરેલું. તેમણે પૂજ્ય સ્વામીશ્રી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીને ૨૦૦૬માં ‘લાઈફ ટાઈમ એચીવમેન્ટ એવોર્ડ’ મનીટોબાની સંસ્થા ઇન્ડિયા કેનેડા કલ્ચર એન્ડ હેરીટેજ એસોશિયેશન દ્વારા સન્માન કર્યું હતું. તેમણે આ વખતે પણ પૂજ્ય સ્વામીજીનાં સન્માનમાં ભોજન સમારંભનું આયોજન કર્યું. તેમના સુપુત્ર ચિરંજીવી રોમેલ ઢલ્લાના નૂતન નિવાસસ્થાનનો ગૃહપ્રવેશ અને ત્યાં ભોજન સમારંભ થયો જ્યાં બધા કેનેડિયન મિત્રો જ ઉપસ્થિત રહ્યા.

વિનીપેગની સુપ્રસિદ્ધ મનીટોબા ક્લબ ૧૫૦ વર્ષ જૂની છે. ત્યાં પૂજ્ય સ્વામીજીનું ઉદ્દબોધન અને પ્રશ્નોત્તરી માત્ર તેમના સભ્યો માટે જ થઈ, કાર્યક્રમમાં ભોજન સમારંભ પણ થયો. મનીટોબાના ઇતિહાસમાં પ્રથમ વાર ભારતીય સાધુનું ઉદ્દબોધન આવી સ્વ સ્વરૂપ પ્રતિષ્ઠાસંપન્ન ક્લબમાં થયું. આ ક્લબની પ્રતિષ્ઠા અને પ્રણાલીથી વિરુદ્ધ આ સમગ્ર સમારંભમાં કોઈ પણ પ્રકારનાં માદક પીણાં (દારૂ કે વાઈન, વ્હીસ્કી, બિયર, રમ, જીન, વોડકા) પીરસવામાં નહોતાં આવ્યાં અને ભોજન પણ શાકાહારી જ પીરસવામાં આવ્યું. ચાલીસ ડોલરનાં ડીનર-લન્ચમાં સલાડ, ફ્રુટ, નટ્સ અને બાફેલાં વેજીટેબલ તથા પાણી જ પીરસવામાં આવ્યાં. કેનેડિયન પ્રજાએ ભારતીય ગૌરવ ગરીમા અને સંસ્કૃતિ સંસ્કારની આર્ષ વિચારધારા સાથે શાકાહારી ભોજનનો આસ્વાદ માણ્યો.

શ્રી રાજ પાંડે હિન્દુ મંદિરના ડૉ. ગુપ્તા સભાગાર

અને ડૉ. આર.સી. પટેલ વ્યાયામ ભવનમાં પૂજ્ય સ્વામીજીના યોગવર્ગોનું સંચાલન કરવામાં આવ્યું. દિવાળી સંમેલન, ગુજરાતી સમાજનું નૂતન વર્ષાભિનંદન-સંમેલન, શ્રી જલારામ જયંતી મહોત્સવ, સ્કંદ ષષ્ટિ મહોત્સવ દાબડા ઉજાણી ઉત્સવો પૂજ્ય સ્વામીજીની ઉપસ્થિતિ અને અધ્યક્ષસ્થાને ઉજવાયા.

અનેકાનેક ભક્તોને ત્યાં પધરામણી ઉપરાંત પૂજ્ય સ્વામીજી વડીલો (૭૦ થી ૧૦૩ વર્ષ)ની હોસ્પિટલમાં ગયા. ત્યાં તેઓની સાથે પ્રેમાલાપ-સદ્ભાવ વાર્તા કરી પૂજ્ય સ્વામીજીએ સૌને સત્સંગનો લાભ આપ્યો. પૂજ્ય સ્વામીજીને વિનીપેગ રેડિયો સ્ટેશનનું આમંત્રણ પણ મળ્યું.

પૂજ્ય સ્વામીજીનો નિવાસ શ્રીમતી ભૂમિ અને શ્રી કેતન જોષીને ત્યાં રહ્યો. સ્વામીજી મહારાજની વિનીપેગ યાત્રાની બધી જ વ્યવસ્થા આદરણીય શ્રીમતી અને શ્રી સુરેન મહેતાએ કરી. શ્રી સુરેન મહેતા પૂજ્યશ્રી સ્વામીજી મહારાજશ્રીના ૧૯૭૪-૭૫થી ભક્ત છે. દિવ્ય જીવન સંઘ રાજકોટમાં તેઓશ્રી દંપતી-બાળકો સાથે સ્વામીજીનાં સત્સંગ અને યોગવર્ગોમાં આવતા. રાજકોટ લાયન્સ ક્લબ માધ્યમે રાજકોટનાં શિવાનંદ બાલ સંસ્કાર કેન્દ્રને ટેબલટેનિસની પણ ભેટ આપેલી.

પૂજ્ય સ્વામીજી આ સૌ મિત્રોના ઋણી અને આભારી છે. ઈશ્વર અને ગુરુકૃપા તેમનું સૌનું મંગલ કરો. અહીં સ્વામીજી ૨૮-૧૦ થી ૬-૧૧ સુધી રહ્યા.

ટ્રોય (મીશીગન) : પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીનું અમેરિકા ખાતે પુનરાગમન તા.૬-૧૧ની સાંજે થયું. કેનેડા, વિનીપેગથી સવારે ૫-૩૦ વાગ્યે યાત્રા કરીને સાંજે ચાર વાગ્યે ડીટ્રોયટ એરપોર્ટ પર આવી પહોંચ્યા હતા. સાંજે પ્રસિદ્ધ ભારતીય હિન્દુ ટેમ્પલ ખાતે પરંપરાગત સ્વાગત થયું હતું; તેના ભવ્ય ઓડીટોરિયમમાં ‘શ્રીકૃષ્ણ ભાવના અને કર્મયોગ’ વિષય પર ખૂબ જ ગંભીર અને મનનીય પ્રવચન થયું હતું. ડૉ. અરવિંદ પટેલ અને શ્રીમતી મંજુલા પટેલને નિવાસસ્થાને ગીતા સ્વાધ્યાય મંડળમાં પૂજ્ય સ્વામીજીનું ખૂબ જ મનનીય અને હૃદયસ્પર્શી પ્રવચન થયું. ગીતાના ચોથા અધ્યાયમાંથી આદર્શ કર્મયોગી પૂજ્ય સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજનાં દૃષ્ટાંતોથી પૂજ્ય સ્વામીજી અને સર્વે શ્રોતાઓ ભાવવિભોર થયા.

તા.૭મીની સાંજે શ્રીમતી રશ્મિ અને શ્રી સુનિલ શેખરીના નિવાસસ્થાને 'શ્રીરામ-હનુમાન જીવન સંદેશ' અને તા.૮, ૯ તથા ૧૦મી તારીખે ગીતાની ત્રણ પાંખો કર્મ, ભક્તિ અને જ્ઞાન વિષયક પ્રવચનો સુપ્રસિદ્ધ બાલાજી મંદિરમાં થયાં હતાં. પૂર્ણાહુતિ પ્રસંગે પૂજ્ય સ્વામીજીએ બાલાજીના નિર્માણાધીન મંદિર માટે વિશાળ ભંડોળ એકત્ર કરવા હાકલ કરી હતી અને આ ત્રિદિવસીય સત્સંગ દરમિયાન મળેલ તમામ દક્ષિણા પૂજ્યશ્રીએ આ મંદિર નિર્માણ નિધિમાં અર્પણ કરી હતી.

દેવોત્થાન એકાદશીને પવિત્ર દિવસે શ્રી મીતૂલ પટેલને ત્યાં પવિત્ર તુલસી વિવાહ, ત્રયોદશીના દિવસે શ્રીમતી મીરાં અને શ્રી અનીલલાલને ત્યાં શ્રી સત્યનારાયણ કથા-પૂજન અને ડૉ. જયશ્રી અને ડૉ. જગમોહનને ત્યાં પણ સત્સંગ થયા. તદુપરાંત ડૉ. કેતન રાણા તથા શ્રીમતી મીન્ટી અને શ્રી રવિ કપૂરને ત્યાં પણ સત્સંગો-ભોજન સમારંભો થયા.

પૂજ્ય સ્વામીજી ડૉ. રશ્મિ અને શ્રી નીલ દેસાઈને ત્યાં પણ પધાર્યા અને ભીક્ષા તથા સત્સંગ આયોજાયેલ.

શ્રી સુનીલ શેખરી, શ્રીમતી મીરાં અને શ્રી અનીલલાલ દ્વારા આ સર્વે કાર્યક્રમોનું આયોજન કરવામાં આવ્યું. પૂજ્ય સ્વામીજી શ્રી લાલ દંપતીને ત્યાં રહ્યા. 'દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘ' સંસ્થા અહીં અમેરિકન ફેડરલ સરકારમાં 'નોન પ્રોફીટેબલ' સંસ્થા સ્વરૂપે રજીસ્ટર થયેલી છે, તેથી આ નામથી અમેરિકામાં મળતું બધું જ દાન અમેરિકામાં જ ૧૦૦% કરમુક્ત છે.

શિકાગો : દેવદિવાળીની પવિત્ર સંધ્યાએ તા.૧૩-૧૧ની સાંજે પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીનું શિકાગો ખાતે આગમન થતાં શ્રીમતી ડૉ. મિનલ અને શ્રી ડૉ. ભરત નાયકના નિવાસસ્થાને પ્રેમસભર સ્વાગત કરવામાં આવ્યું. આ પવિત્ર ઘરમાં શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજ, શ્રી સ્વામી ચિન્મયાનંદજી મહારાજ, શ્રી સ્વામી વિમલાનંદજી મહારાજ તથા અનેક સાધુસંતોનાં પુનિત પગલાં થયાં છે.

તા.૧૪ તથા ૧૫મીના રોજ ડૉ. પરીખના નર્સિંગ હોમમાં મેડિકલ ચેકઅપ સિવાય શ્રીમતી રમા અને શ્રી હરીશ કપૂરના નિવાસસ્થાને સત્સંગ સિવાય પૂજ્યશ્રી પૂજ્ય પ્રમુખ સ્વામીજીનાં પવિત્ર BAPS સંસ્થાનાં સ્વામિનારાયણ મંદિરે દર્શન માટે ગયા. તદુપરાંત કેન્સરથી પીડિત એક ગુજરાતી અને એક મેક્સિકન મહિલા 'અન્ના'ને ત્યાં પણ ગયા.

અહીં શિકાગોથી તા.૧૫-૧૧ની સાંજે પૂજ્ય

સ્વામીશ્રી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીએ હીથ્રો લંડન માટે અમેરિકન યાત્રા પૂરી કરીને પ્રયાણ કર્યું. આ સમગ્ર યાત્રાનું સુભગ અને ખૂબ જ વ્યવસ્થિત આયોજન કરવા માટે તથા સમગ્ર યાત્રા દરમિયાન પ્રત્યેક ફ્લાઈટ્સના રિઝર્વેશન કન્ફર્મેશન, આયોજકોની સાવધાની, પૂજ્ય સ્વામીજીના ખોરાક, નિવાસ, ઉચિત કાર્યક્રમો, આવશ્યક જાહેરાતો વગેરે સર્વે સૂચના કરવાનું મહાન યજ્ઞકાર્ય શ્રીમતી ડૉ. મિનલબેન અને ડૉ. ભરતભાઈ નાયકે કર્યું. તદુપરાંત સમગ્ર યાત્રા દરમિયાન બધા જ કાર્યક્રમોના સ્થળે પુસ્તકો (શિવાનંદ સાહિત્ય, સી.ડી. અને ડી.વી.ડી.) વગેરે પહોંચાડવાનું કાર્ય આદરણીય શ્રી અજિત ભાટિયા (ન્યુ જરશી)એ કર્યું. 'દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘ'નું રજીસ્ટ્રેશન અમેરિકન ફેડરલ ગવર્નમેન્ટ ખાતે છે. તેથી આ નામ પર મળેલ (ચેકથી) દાન ૧૦૦% ઈન્કમટેક્સ ડીક્કશનને પાત્ર થાય છે, તેનું ચાર્ટર્ડ એકાઉન્ટનું સેવા બિઝ્નેસ આદરણીય નીતિન દેસાઈ અને બેન્કિંગ શ્રીમતી મીરાં તથા શ્રી અનીલલાલ કરે છે, તે સૌના આપણે સૌ હૃદયપૂર્વક આભારી રહીશું. તદુપરાંત ઈંગ્લેન્ડ, અમેરિકા અને કેનેડા ખાતે શ્રીમતી બેન ચંદ્રમણિ, શ્રી યોગી જોગેન્દ્રભાઈ અને અનુપમ મિશન યુ.કે.ના શ્રી હિંમત સ્વામી, યુ.એસ.એ.ના શ્રી જયેશ શાહ સિવાય, શિકાગો, વિસ્કોનસીન, ન્યુ જરશી, ટોરન્ટો, ટોલીડો, બ્લુમીંગ્ટન ઈન્ડિયાના, એટલાન્ટા, રોમ (જયોજીયા) શાર્લોટ (નોર્થ કેરોલીના), અલાબામા, ટેમ્પા (ફ્લોરીડા) કોર્પસ ક્રીસ્ટી (ટેક્સાસ), રોઈદોસો (ન્યુ મેક્સિકો) ટુશાન (એરીઝોના) લોસ એન્જલ્સ (કેલિફોર્નિયા), કેલગરી અને વિનીપેગ (કેનેડા) ટ્રોય (મિશીગન) અને ફરીથી શિકાગો, લંડન, બ્રીસ્ટોલ વગેરેના તમામ આયોજકો, ભક્તો, યોગપ્રેમીઓના વ્યક્તિગત રીતે પૂજ્ય સ્વામીજી આભારી છે જ, અને શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ પણ આ દિવ્ય ટૂર-૨૦૦૮ના સુંદર, સફળ આયોજન માટે આભારી રહેશે.

લંડન (યુ.કે.) : લંડન, બ્રીસ્ટોલમાં પૂજ્ય સ્વામીજી ૧૬મી નવેમ્બર થી ૧૮મી નવેમ્બર સુધી રહ્યા. ભક્તોને ત્યાં પધરામણીઓ તથા સત્સંગ પણ થયા. અનુપમ મિશન ખાતે પણ પૂજ્ય સ્વામીજી અધ્યાત્માનંદજીનો સત્સંગ પણ થયો. તા.૨૦મી નવેમ્બરની વહેલી સવારે પૂજ્ય સ્વામીજી ભારત માટે રવાના થયા.

લંડનના કાર્યક્રમો માટે પૂજ્ય સ્વામીજી આદરણીયશ્રી યોગી જોગેન્દ્રભાઈ, શ્રીમતી ચંદ્રામણિબેન ટેલર અને શ્રદ્ધેય શ્રી હિંમત સ્વામીના આભારી છે. □

વૃત્તાંત

દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘ, અમદાવાદ : શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ ખાતે પ્રારંભિક અને દૈનિક યોગાસન વર્ગો નિયમિત ચાલે છે જેમાં ૩૫૦ થી વધુ યોગ જિજ્ઞાસુઓએ લાભ લીધો. રેઈકીની પ્રથમ અને દ્વિતીય બંને ચરણના વર્ગોમાં આ માસે વધુ જિજ્ઞાસુઓએ લાભ લીધો. ત્રણ માસની વિદેશયાત્રાએથી પરત આવતાં ડૉ. સ્નેહલ અમીન સાહેબે રોગ નિવારણ સંબંધી યૌગિક સલાહ કેન્દ્રમાં પુનઃ સેવાઓ પ્રારંભ કરેલ છે. એક્યુપ્રેશર સારવાર કેન્દ્રમાં ડૉ. મોનાબેન કોન્ટ્રાક્ટર નિયમિત સેવાઓથી ઘણા લાભાર્થીઓને લાભ મળી રહ્યો છે. નારાયણ સેવા મારફતે બાળકોને આહારવિતરણ અને વિશ્વનાથ સેવા કેન્દ્રના માધ્યમે ૬૦૦ કિલો ઘઉંનું વિતરણ કરવામાં આવ્યું. દૈનિક સત્સંગ અને મંદિરોમાં પૂજા અર્ચના નિયમિત થાય છે.

તા.૫મીના રોજ આશ્રમના ટ્રસ્ટી અને ઉપપ્રમુખ શ્રી અરુણભાઈ ઓઝાના ૬૦મા વર્ષમાં પ્રવેશ પ્રસંગે શ્રી શ્રી શ્રી અષ્ટલક્ષ્મી માતાજીના સાનિધ્યમાં આયુષ્યહોમ, અભિષેક કરવામાં આવ્યા. આશ્રમ વતી તેઓને શાલ, માળા, ફળનો ટોપલો આપવામાં આવ્યા. આ પ્રસંગે પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજે તેઓશ્રીને ફોન ઉપર આશીર્વાદ આપ્યા હતા.

તા.૬ઠ્ઠીના રોજ પૂજ્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ સંન્યાસ દીક્ષિત પૂજ્ય શ્રી સ્વામી ગુરુકૃપાનંદજી મહારાજના સમાધિસ્થ દેહને શિવાનંદ આશ્રમ ખાતે અંતિમ દર્શનાર્થે લાવવામાં આવ્યો. આ પ્રસંગે અંતિમ દર્શન સાથે મહામંત્ર સંકીર્તન અને સત્સંગ બાદ તેઓની ઈચ્છાનુસાર વી.એસ. હોસ્પિટલમાં દેહદાન કરવામાં આવ્યું જે સમયે હોસ્પિટલના એનેટોમીના ઈન્ચાર્જ ડીન ડૉ. શ્રીમતી ડિમ્પલબેને સમગ્ર સ્ટાફની સાથે ફુલહારની સાથે સ્વામીજીના સમાધિસ્થ દેહનું હોસ્પિટલમાં સ્વાગત કર્યું.

તા.૧૫મીના રોજ “વન એડવર્ટાસિંગ એન્ડ કોમ્યુનિકેશન સર્વિસ લિ.”ના ૭૫ સભ્યોના સ્ટાફ માટે આશ્રમમાં એક દિવસીય યૌગિક સેમિનાર આશ્રમના યોગ શિક્ષક કુ. સંગીતા થવાણીના નિર્દેશનમાં યોજાયો.

તા.૨૮મી જુલાઈથી દિવ્ય ટૂર-૨૦૦૮ની પવિત્ર પરદેશ યાત્રામાં ગયેલા પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ તા.૨૧મીની વહેલી સવારે અમદાવાદ આવી પહોંચ્યા હતા અને એરપોર્ટથી સીધા જ અંબાજી (આબુ) જવા રવાના થઈ ગયા હતા. જે ૨૧મીની મોડી રાત્રે અમદાવાદ પાછા આવ્યા હતા. ૨૨મીની સાંજે પૂજ્ય સ્વામીજીની ઉપસ્થિતિમાં સ્નેહમિલન આયોજવામાં આવ્યું હતું. જેમાં

આશ્રમના ટ્રસ્ટીઓ, કારોબારીના સભ્યો અને આશ્રમના શુભેચ્છકોનું એક વિશાળ મંડળ હાજર રહ્યું હતું. પૂજ્ય સ્વામીજી તા.૨૩ નવેમ્બરની વહેલી સવારે ટૂંકા રોકાણ માટે દિલ્હી ગયા હતા અને તા.૨૫મી નવેમ્બરે સવારે પાછા આવ્યા હતા. પૂજ્ય સ્વામીજી, યોગાચાર્યા અને યોગ પ્રચાર રત્ન કુ. સંગીતા થવાણી તથા ચિરંજીવી યોગી અંકુરનું શિષ્ટમંડળ તા.૨૭મી નવેમ્બરે તાઈવાનની સાંસ્કૃતિક મુલાકાતે ગયું હતું જે તા.૮મી ડિસેમ્બરે પાછું ફરશે.

શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ દ્વારા આયોજિત સોળમા યોગ શિક્ષક તાલીમ શિબિરમાં તા.૧૧-૧૨ થી ૩૦-૧૨ સુધી પૂજ્ય સ્વામીજી શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ ખાતે જ હાજર રહેશે.

ઉસ્માનપુરા શાખા : તા.૬-૧૦-૦૮ના રોજ ગુરુજી સ્વામી ચિદાનંદ ભગવાનની પાદુકા પૂજા બધા સભ્યોએ કરી. પૂજ્ય સ્વામીના દેહ વિલય તા.૨૮-૮-૦૮ને યાદ કર્યો. પ્રાર્થના કરી.

શ્રી ડૉ. સી.સી. રાવળે પૂજ્ય ભગવાન સ્વામી ચિદાનંદજીની ષોડશી વખતે હાજર રહી રૂ.૩૦૦૦/- ચેકથી દિ.જી. સંઘ હેડક્વાર્ટર્સને આપ્યા અને ષોડશીના દર્શન કર્યા. વળી ગંગા આરતીના તથા હજારો દીવડાઓનાં દર્શન કર્યા.

હવે તા.૧૬-૧૧-૦૮ના રોજ દિવ્ય જીવન સંઘ, ઉસ્માનપુરા શાખાના નવા વર્ષના સંકલ્પ અને સ્નેહ માટે સિનિયર તથા જુનિયર સભ્યોનો મિલન સમારંભ રાખ્યો છે. ડૉ. મુકુંદભાઈ મહેતાને ખાસ આમંત્રણ પાઠવ્યું છે.

પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીના અમેરિકાના પ્રવાસનાં સ્મરણો વાંચી બધા જ સભ્યોને આનંદ થયો છે.

શ્રીમતી જયશ્રીબેન પી. ઠાકરે ગુરુ જન્મદિને પાદુકાપૂજા શિવાનંદ આશ્રમ ખાતે કરાવી.

ખેડબ્રહ્મા (રામનગર કંપો) : રામનગર કંપા અને ખેડબ્રહ્માના પૂજ્ય શ્રી સ્વામી ગુરુકૃપાનંદજી મહારાજ તા.૬ નવેમ્બરના રોજ પરમગતિને પામ્યા હતા. દિવંગતની ઈચ્છા પ્રમાણે તેમની આંખોનું નેત્રદાન અને શરીરનું દેહદાન અમદાવાદની વાડીલાલ સારાભાઈ મેડિકલ કોલેજને કરવામાં આવ્યું હતું. શિવાનંદ આશ્રમ અમદાવાદથી પૂજ્ય શ્રી સ્વામી નારાયણસ્વરૂપાનંદજી મહારાજ, પૂજ્યશ્રી સ્વામી ગુરુસેવાનંદજી મહારાજ અને અન્ય ભક્તો તથા આશ્રમ મંદિરના પૂજારીશ્રી સૌ રામનગર કંપે પધાર્યા હતા. પૂજ્યશ્રી ગુરુકૃપાનંદજી મહારાજશ્રીના પાર્થિવ શરીરને નમસ્કૃત્, ચમકમ્ અને રુદમ્ તથા પુરુષસૂક્ત, શ્રીસૂક્ત, ગીતાજીના પારાયણ સાથે ષોડશ વિધિથી સ્નાન, ક્ષીરાભિષેક, પુષ્પ અર્ચના ઇત્યાદિ તથા

ભજન કીર્તન સાથે સન્માનપૂર્વક વિદાય કરવામાં આવેલ હતી. તે દેહને રામનગર કંપેથી શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ ખાતે લઈ જવાયો હતો. ત્યાં સેંકડો ભક્તોએ પૂજ્ય મહારાજશ્રીનાં અંતિમ દર્શન કરી ભાવભીની પુષ્પાંજલિ સમર્પિત કરી હતી.

પૂજ્ય સ્વામીજીના નિવાસસ્થાને સોળ દિવસ સુધી નિત્ય ભજન, કીર્તન પછી તા.૨૧મીના રોજ ષોડશી તથા સમષ્ટિ ભંડારા અને જાહેર સત્સંગનું આયોજન થયું હતું. અમદાવાદથી મહામંડલેશ્વરશ્રી ભારતીબાપુ, શ્રીમત્ સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ અને ઈતર કુલ અગિયાર સંતો પધાર્યા હતા. ખેડબ્રહ્મા વિસ્તારના દશનામી સંન્યાસીઓ મળીને કુલ સોળ સંન્યાસીઓનું વિધિવત્ પૂજન અર્ચન અને ષોડશોપચાર દાન આદિ કરવામાં આવ્યાં હતાં. સાંજે સમષ્ટિમાં ત્રણેક હજાર ભક્તોએ મહાપ્રસાદ ગ્રહણ કરીને ધન્યતાનો અનુભવ કર્યો હતો. પૂજ્ય સ્વામીજી મહારાજની સ્મૃતિમાં રક્તદાન શિબિરનું આયોજન પણ કરવામાં આવ્યું હતું.

અંબાજી (આબુ) : શ્રીમત્ સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રી અને સંતોનું મંડળ તા.૨૧મી નવેમ્બરની વહેલી સવારે શ્રી શ્રી મા ભગવતી જગદંબાના દર્શને પધાર્યું હતું. પૂજ્ય સ્વામીજી તેમના વિદેશના પ્રવાસ પૂર્વે પણ અહીં દર્શને પધાર્યા હતા.

જામનગર : તા.૨૫મીના રોજ પૂજ્ય સ્વામીજી મહારાજ શ્રી જ્યોતિન્દ્રભાઈ રીંડાણીના આમંત્રણે તેઓ દ્વારા આયોજિત મહારુદ્રયાગમાં પધારી સત્સંગ કરી ભક્તોને ત્યાં પધરામણી કરી તુરત જ પરત પાછા ફર્યા.

દિલ્હી : હીરો હોન્ડા પરિવાર સાથે પૂજ્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનો ઘણો જ સારો સ્નેહ સંબંધ છે. તેમના આમંત્રણે પૂજ્ય સ્વામીજી તા.૨૩મી નવેમ્બરની વહેલી સવારે દિલ્હી પધાર્યા હતા. હીરો હોન્ડાના બે વિશાળ આયોજનના કાર્યક્રમો અતિરિક્ત અન્ય અનેક ભક્તોને ત્યાં પૂજ્ય સ્વામીજીની પધરામણી અને સત્સંગો થયા હતા.

તાઈવાન : યોગી 'જો'ના નિમંત્રણે પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ, યોગાચાર્યા- યોગ પ્રચાર રત્ન કુ. સંગીતા થવાણી અને યોગી અંકુર તાઈપી ખાતે તા.૨૮મી નવેમ્બરની વહેલી સવારે આવી પહોંચ્યા હતા. યોગી 'જો' શિવાનંદ આશ્રમના ૧૪મા યોગશિક્ષક તાલીમ શિબિરના પ્રશિક્ષક છે. તે પૂર્વે ડૉ. હેલન હો (ડરમેટોલોજિસ્ટ) પૂજ્ય સ્વામીજી મહારાજ પાસે યોગાભ્યાસ શીખેલાં, તેમની પ્રેરણાથી ચાલીસ શિક્ષકો જાન્યુઆરી ૨૦૦૪માં અમદાવાદ, શિવાનંદ આશ્રમ ખાતે આવેલા. હવે અહીં તાઈવાન સરકાર રાષ્ટ્રીય યોગ સમારંભ આયોજી રહી છે, તેમાં હજારો યોગપ્રેમીઓ પૂજ્ય સ્વામીજીનું અભિવાદન કરશે. આ કાર્યક્રમ નવમી ડિસેમ્બર સુધી ચાલશે.

ત્રિદિવસીય સુવર્ણ જયંતી સાધના શિબિર સુરેન્દ્રનગર દિવ્ય જીવન સંઘ

સુરેન્દ્રનગર : અહીંની દિવ્ય જીવન સંઘ સંસ્થાની ૫૦ વર્ષોની સામાજિક-આધ્યાત્મિક પ્રવૃત્તિન પરિપાકરૂપે યોજાયેલી ત્રિ-દિવસીય સાધના શિબિરનું સમાપન શિવાનંદ આશ્રમ હૃષીકેશથી પધારેલ સંન્યાસીવૃંદના આશીર્વાચનોથી તા.૯-૧૧-૨૦૦૮ના રોજ થયું હતું.

વર્ષભર આદરાયેલા જીવસેવા-માનવસેવાથી સભર કાર્યક્રમો પછી વિશિષ્ટ પ્રકારે યોજાયેલી તા.૭-૧૧-૦૮થી તા.૯-૧૧-૦૮ની ત્રિ-દિવસીય સાધના શિબિર, સ્વામિનારાયણ ગુરુકુળના મહંતશ્રી અને કે.પી. બોયુઝ/ગર્લ્સ હાઈસ્કૂલના વહીવટીતંત્રના સક્રિય નિઃસ્વાર્થ સહયોગથી સ્વામિનારાયણ ગુરુકુળ હાઈસ્કૂલ સામેના પ્લોટમાં ગુજરાતભરમાંથી તેમ જ ચેન્નઈ, ક્ષાટિક, દિલ્હી, રાજસ્થાન અને કેરાલાથી આવેલા ૫૦૦થી આધિક સધકોની હાજરીથી સભર રહી હતી. આ સાધના શિબિરનાં વિશિષ્ટ પાસાં એ રહ્યાં હતાં કે આ સાધના શિબિર સુરેન્દ્રનગર શાખા દ્વારા તદ્દન નિઃશુલ્ક રખાઈ હતી તેમ જ પ્રત્યેક સાધકોને શાખાએ સુવર્ણ જયંતી વર્ષ નિમિત્તે પ્રકાશિત કરેલાં ૧૦ આધ્યાત્મિક પુસ્તકો અને સ્મરણિકા એક મોટા થેલા સહિત ભેટરૂપે આપ્યાં હતાં.

આ શિબિરનું અન્ય મહત્વનું પાસું એ હતું કે શિબિરનો આરંભ દરરોજ બ્રાહ્મમુહૂર્તમાં પ્રાતઃ ૫-૦૦ કલાકે પ્રાર્થના ધ્યાનથી થતો હતો અને પ્રાતઃકાલીન ઉદ્બોધન પછી પ્રભાતફેરીથી પ્રથમ સત્ર પૂરું થયા બાદ સાધકોને ચા-નાસ્તા પછી દ્વિતીય ૯-૦૦ થી ૧૨-૦૦ના સત્રમાં પૂજ્ય સંન્યાસીઓનાં ઉદ્બોધનનો લાભ પ્રાપ્ત થતો હતો. ભોજન અને વિશ્રામ બાદ બપોરના ૩-૦૦ થી ૬-૦૦ના સત્રમાં પણ પૂજ્ય સંન્યાસીઓના આવો જ સત્સંગ મળતો રહ્યો હતો. રાત્રી ભોજન બાદ ફરી રાત્રે ૮-૩૦ થી ૧૦-૦૦ પણ સત્સંગ કાર્યક્રમથી આ શિબિર જીવંત બની રહેતી.

પૂર્વાશ્રમમાં સમાહર્તા તરીકે વ્યવહારજગતમાં કાર્ય બજાવી સંન્યાસીધર્મ સ્વીકાર કર્યો હોય તેવા સ્વામી નિર્લિપ્તાનંદ સરસ્વતીનાં પ્રાતઃકાલીન ઉદ્બોધન અને દિવસ દરમ્યાનના ઉદ્બોધનો પ્રેરણાપ્રદ રહ્યાં હતાં. જ્યારે શિવાનંદ આશ્રમ હૃષીકેશથી પધારેલ સ્વામી પદ્માનાભાનંદજી, સ્વામી ગુરુસેવાનંદજી, સ્વામી ધર્મનિષ્ઠાનંદજી, સ્વામી નિરાકારાનંદજી, સ્વામિની ભક્તિપ્રિયાજી અને ગુજરાતના સંન્યાસીઓ સ્વામી ત્યાગવૈરાગ્યાનંદજી અને સ્વામી આસુતોષાનંદજીના દર્શન સત્સંગનો લાભ પણ શિબિરાર્થીઓને પ્રાપ્ત થયો હતો. જ્યારે યુવા સંન્યાસી સ્વામી ભક્તિભાવાનંદ અને બ્રહ્મચારી આત્મનિષ્ઠચૈતન્ય દ્વારા ભજન કીર્તન મળ્યાં હતાં.

શાખાએ પ્રત્યેક સાધકોને જીવદયાનું કાર્ય કરવા જૈન શ્રેષ્ઠીઓના યોગદાનથી, કીડિયારાં, પક્ષીયણ, શ્વાનભાગ ભરેલી કાપડની એક થેલી સાથે જપમાળા આપી જીવસેવા સાથે સાધનાનું ભાથું પણ સમાપનના દિવસે પૂરું પાડ્યું હતું. □



ધનતેરસના રોજ સામૂહિક લક્ષ્મીપૂજા, શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ (તા. ૨૬-૧૦-૦૮)



દિવાળીના રોજ શ્રી શ્રી અષ્ટલક્ષ્મી માતાજી, ભવ્ય અન્નકૂટ દર્શન (તા. ૨૮-૧૦-૦૮)



ખેડબ્રહ્મા ખાતે સ્વામી ગુરુકૃપાનંદજી મહારાજની ધોડશી પ્રસંગે સત્સંગ (તા. ૨૧-૧૧-૦૮)

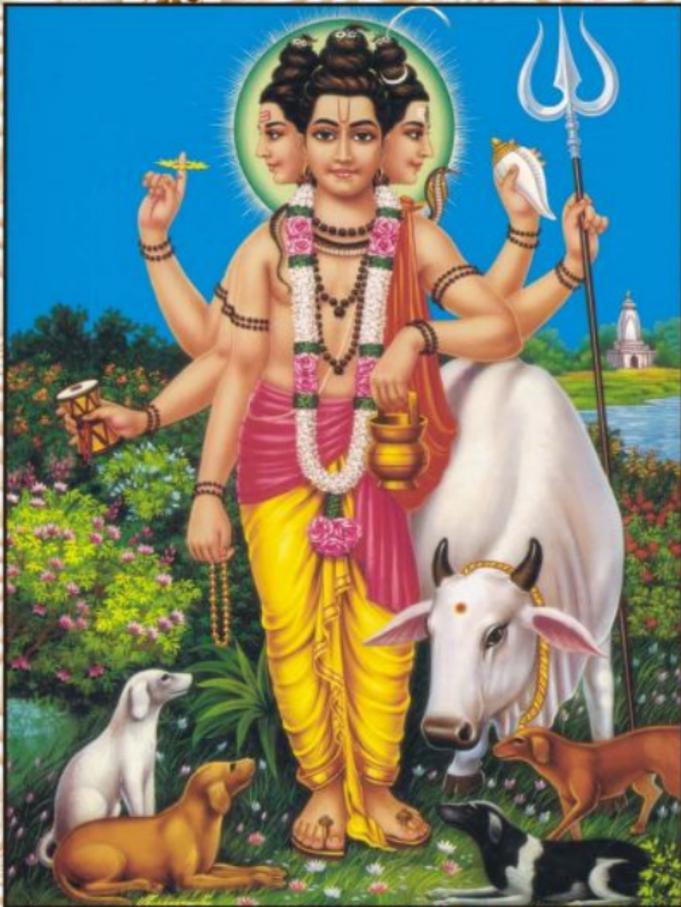


સ્વામી ગુરુકૃપાનંદજી મહારાજની ધોડશી પ્રસંગે રક્તદાન શિબિર, ખેડબ્રહ્મા (તા. ૨૧-૧૧-૦૮)



પૂજ્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજની 'દિવ્ય યાત્રા ૨૦૦૮' પુનરાગમને સ્વાગત સત્સંગ, શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ (તા. ૨૨-૧૧-૦૮)





ॐ દ્રાં દત્તાત્રેયાય નમઃ

હંમેશાં ખુશખુશાલ રહો : ઘણા લોકો હંમેશાં ઉત્સાહભંગ થયેલા હોય છે. તેમનો ચહેરો ગમગીન હોય છે. તેઓ સ્વભાવે ચીડિયા અને હંમેશાં દુઃખી રહે છે. તે એક ભયંકર રોગચાળાની માફક સર્વત્ર વિષાદ અને હતાશા ફેલાવે છે. હતાશા બધી શક્તિનો ક્ષય કરે છે, તેથી ઉમંગી રહેવાની ટેવનો વિકાસ કરો.

- સ્વામી ચિદાનંદ