

યોગ, સ્વાસ્થ્ય અને નૈતિક જીવન મૂલ્યોનું માસિક

દિવ્ય જીવન



વાર્ષિક લવાજમ : રૂ. ૧૫૦/- • વર્ષ - ૧૮ અંક - ૨ ફેબ્રુઆરી-૨૦૨૧

Postal Registration No. GAMC 1417/2021-2023 Valid up to 31-12-2023 RNI No. GUJGUJ/2003/15738
Published on 4th of every month and Posted on 5th of every month at PSO, Ahmedabad-2. Annual Subscription Rs.150/-



દિવ્યતાનાં તેજસ્વી કેન્દ્રો

આપણે દિવ્યતાનાં તેજસ્વી કેન્દ્રો છીએ. તેથી આપણું જીવન દિવ્યતાની અવિરત અભિવ્યક્તિ, મન-વચન-કર્મથી ક્રિયાશીલ પ્રદર્શન બની રહેવું જોઈએ. આપણે જે કાંઈ કરીએ તે તથા આપણા જીવનની બધી પ્રવૃત્તિઓ દિવ્યતા પ્રદર્શિત કરે, આ માટે જ આપણું જીવન હોવું જોઈએ અને તો જ આપણું જીવન વિશ્વાસપાત્ર, યથાર્થ અને સત્ય ગણાય.

- સ્વામી શિવાનંદ



શ્રી દુઃખ ભંજન હનુમાન મંદિરનો ૧૫મો પાટોત્સવ શિવાનંદ આશ્રમ,
અમદાવાદ. તા. ૨૬-૧-૨૦૨૧



શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદમાં
તા. ૧ ફેબ્રુઆરી ૨૦૨૧ થી યોગાસન વર્ગ
નિયમિત ચાલુ થઈ ગયા છે.
પ્રારંભિક (નવા શિષ્યાઉ માટે)
તા. ૧ થી તા. ૧૦ સવારે ૬.૧૫ થી ૭.૩૦
તા. ૧૫ થી તા. ૨૫. સાંજે ૬.૩૦ થી ૭.૪૫ સુધી રહેશે.
પ્રેક્ટિસ વર્ગ..સવારે ૬.૧૫ થી ૭.૧૫,
૭.૦૦ થી ૮.૦૦, ૧૦.૩૦ થી ૧૧.૩૦
૪.૦૦ થી ૫.૦૦ (ફક્ત બહેનો માટે)
૬.૦૦ થી ૭.૦૦ નો વર્ગ.
રેઈકી સેમિનાર
પહેલી ડિગ્રી : તા. ૧૩-૨-૨૦૨૧
બીજી ડિગ્રી : તા. ૨૭-૨-૨૦૨૧
સમય : ૯.૩૦ થી ૫.૩૦

સ્વતંત્ર ભારતના ૭૨મા ગણતંત્ર દિવસ નિમિત્તે
શિવાનંદ આશ્રમમાં ધ્વજવંદન અને પૂજ્ય સ્વામી
અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનો રાષ્ટ્રને નામ સંદેશ (આ
કાર્યક્રમનું Online પ્રસારણ કરવામાં આવ્યું હતું, તેનો
લાભ ભારત ઉપરાંત અમેરિકા, કેનેડા, લંડન અને
તાઈવાનના ભક્તોએ લીધો હતો. તા. ૨૬-૧-૨૦૨૧



મકર સંક્રાન્તિનાં પૂણ્ય પર્વે ગો પૂજન-ગોવાળો સાથે સત્સંગ, રામપુર કંપો (ખેડબ્રહ્મા) તા. ૧૪-૧-૨૦૨૧



અયોધ્યાજી ખાતે શ્રીરામમંદિર નિર્માણ હેતુ શિવાનંદ આશ્રમ,
દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘની વિનમ્ર સેવા-સવા લાભ રૂપિયાનો
ચેક અર્પણ (અમદાવાદ) તા. ૧૧-૧-૨૦૨૧

પવિત્ર શ્રી વાળીનાથ ધામના નૂતન નિર્વાચિત મહંતશ્રી
જયરામગિરિજી મહારાજની યાદર વિધિ. તા. ૯-૧-૨૦૨૧

શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની પ્રેરણાથી પ્રકાશિત દિવ્ય જીવન

વર્ષ : ૧૮

અંક : ૨

ફેબ્રુઆરી-૨૦૨૧

સંસ્થાપક અને આદ્યતંત્રી :

બ્રહ્મલીન શ્રી સ્વામી યાજ્ઞવલ્ક્યાનંદજી
(ડૉ. શિવાનંદ અધ્યયુજી)

સંપાદક મંડળ :

અધ્યક્ષ : શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી (તંત્રી)

શ્રીમતી રૂપા મજમુદાર

○

તંત્રી : શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

લેખ મોકલવાનું સરનામું :

શિવાનંદ આશ્રમ, જોધપુર ટેકરી,
અમદાવાદ - ૩૮૦ ૦૧૫.

ફોન : ૨૬૮૬૧૨૩૪, ૨૬૮૬૨૩૪૫

○

મુખ્ય કાર્યાલય :

'દિવ્ય જીવન' માસિક, તેનું લવાજમ :

સ્વામી શિવાનંદ સર્વજીવસેવાનિધિ

ઈતર પત્રવ્યવહાર અને મહામંત્રીનું કાર્યાલય :

શ્રી યજ્ઞેશભાઈ દેસાઈ

ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ

શિવાનંદ આશ્રમ,

જોધપુર ટેકરી, સેટેલાઈટ માર્ગ,

અમદાવાદ-૩૮૦૦૧૫

ફોન : ૨૬૮૬૧૨૩૪

ટેલિફેક્સ : ૨૬૮૬૨૩૪૫

○

E-mail :

sivananda ashram@yahoo.com

Website : http://www.divyajivan.org

લવાજમ

ભારતમાં

વાર્ષિક લવાજમ : રૂ. ૧૫૦/-

શુભેચ્છક લવાજમ : રૂ. ૧૫૦૦/-
(૧૫ વર્ષ માટે)

પેટ્રન લવાજમ : રૂ. ૩૦૦૦/-

છૂટક નકલ : રૂ. ૧૫/-

વિદેશ માટે (એર મેઈલ)

વાર્ષિક (એર મેઈલ) : રૂ. ૧૮૦૦/-

શુભેચ્છક લવાજમ : રૂ. ૧૫૦૦૦/-

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

ॐ

સર્વે વેદા યત્ પદમામનન્તિ

તપાસિ સર્વાણિ ચ યદ્ વચન્તિ ।

યદિચ્છન્તો બ્રહ્મચર્યં ચરન્તિ

તત્તે પદ્ સંગ્રહેણ સ્ત્રીમ્યોમિત્યેતત્ ॥

કઠોપનિષદ્ - ૧:૨:૧૫

યમરાજ અહીં પરબ્રહ્મ પુરુષોત્તમને પરમ પ્રાપ્ય બતાવીને તેમના વાયક ઝંકારને પ્રતીકરૂપે તેમનું સ્વરૂપ બતાવે છે. તેઓ કહે છે કે સમસ્ત વેદ જુદા જુદા પ્રકાર અને છંદથી જેમનું પ્રતિપાદન કરે છે, સંપૂર્ણ તપ વગેરે સાધનોનું જે એકમાત્ર પરમ અને ચરમ લક્ષ્ય છે તથા જેને પ્રાપ્ત કરવાની ઈચ્છાથી સાધક નિષ્ઠાપૂર્વક બ્રહ્મચર્યનું અનુષ્ઠાન કર્યા કરે છે, તે પુરુષોત્તમ ભગવાનનું પરમતત્ત્વ હું તને સંક્ષેપમાં બતાવું છું - તે છે 'ૐ'; આ એક અક્ષર.

શિવાનંદ વાણી

શ્રદ્ધા અને સદ્ભાવ હોય તો કશું અશક્ય નથી

પ્રકાશમાન આત્મા ! તમારી સામે પથરાયેલું આ વર્ષ તમારા માટે વિકાસ, સંસ્કૃતિ, આધ્યાત્મિકતા અને ઉત્કૃષ્ટ નિઃસ્વાર્થતા, ત્યાગ અને સેવાનાં ઉમદા જીવન કેળવવાની ઉર્ધ્વગમનની, આરોહણની સિડી બની રહો. તમે ઊંચાઈઓ સર કરીને, પેલી પાર દિવ્ય ચેતના, ભગવદ્ - ચેતના, દિવ્ય-સત્માનતામાં પ્રવેશો. દૂર દેખાતી ટોચ પર પહોંચવા માટે દરેક દિવસને, ઉપર જવા માટે આરોહણનો દિવસ બનાવો અને તમે હાલ જે સ્તરે છો તેનાથી ક્યાંક વધુ ઊંચે આવતા વર્ષે પહોંચો.

- સ્વામી શિવાનંદ

ફેબ્રુઆરી - ૨૦૨૧નો દિવ્ય જીવનનો અંક

સૌજન્ય : શ્રીમતી પારૂલ - શ્રી વિજય જાજલ

અનુક્રમ

૧. કઠોપનિષદ્	૩
૨. અનુક્રમ, તહેવાર સૂચિ	૪
૩. સંપાદકીય	તંત્રી, શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી..	૫
૪. મંત્ર-યોગસાધના	ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી.....	૭
૫. મન સમસ્યા બને તે માટે આપવામાં આવ્યું નથી	શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી	૯
૬. સાંખ્યનું સ્વરૂપ-૪	શ્રી સ્વામી કૃષ્ણાનંદજી	૧૧
૭. અહિંસા, સત્ય અને પ્રભુ પ્રેમનો સંગમ મહાત્મા ગાંધીજી	શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી	૧૨
૮. આહાર મનનું નિર્માણ કરે છે-૨	શ્રી સ્વામી સચ્ચિદાનંદજી	૧૩
૯. સ્વામી વિવેકાનંદ અને યુવાવર્ગ	શ્રી સ્વામી નિખિલેશ્વરાનંદજી...	૧૪
૧૦. રામાયણ હકીકત છે, વિદ્વાનોનું કથન છે.	શ્રી અમર તેજસ્વી	૧૬
૧૧. નવી દુનિયામાં-૩	ડૉ. શ્રી શરદચંદ્ર બેહરા....	૧૮
૧૨. આધુનિક યુગનું માધ્યમ-૩	શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી	૨૦
૧૩. અચિત્ય ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદ-૨	શ્રી સ્વામી કૃષ્ણાનંદજી	૨૧
૧૪. ધ્યાનસ્થ દર્શન:	ડૉ. નાનકભાઈ ભટ્ટ	૨૫
૧૫. તેરા તુજકો અર્પણ, ક્યા લાગે મેરા !	શ્રીમતી રૂપા મજમુદાર	૨૬
૧૬. $E = mc^2$ ($E = mc^2$)	શ્રી અતુલ પરીખ	૨૮
૧૭. મારા પ્રત્યુત્તર	ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી	૩૦
૧૮. ગોળ અને ખાંડમાં શું ફેર છે ?	૩૧
૧૯. વૃત્તાંત	૩૨

તહેવાર સૂચિ

માર્ચ - ૨૦૨૧

તા.	તિથિ (મહા વદ)
૫	૭ શ્રીનાથજી પાટોત્સવ (નાથદ્વારા)
૭	૯ શ્રી રામદાસજયંતી
૮	૧૦ શ્રી સ્વામી દયાનંદ સરસ્વતીજયંતી
૯	૧૧ વિજયા એકાદશી
૧૦	૧૨ પ્રદોષ પૂજા
૧૧	૧૩ મહાશિવરાત્રી
૧૩	૩૦ દર્શ અમાવાસ્યા (ફાગણ સુદ)
૧૫	૨ શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસજયંતી
૨૧	૭ હોળાષ્ટક પ્રારંભ
૨૫	૧૧ આમલકી એકાદશી
૨૬	૧૨ પ્રદોષ પૂજા
૨૮	૧૫ પૂર્ણિમા, હોળી, હોળાષ્ટક સમાપ્ત (ફાગણ વદ)
૨૯	૧ ધુળેટી, વસંતોત્સવ
૩૦	૨ સંત તુકારામ બીજ

દર વર્ષની જેમ આગામી શૈક્ષણિક વર્ષ માટે વનવાસી વિદ્યાર્થીઓ માટે સવા લાખ નોટબુક પ્રસિદ્ધ કરવામાં આવનાર છે, જે માટે આર્થિક સહયોગ-દાન આપવા હાર્દિક વિશ્વસિ.

“અનુરોધ-અભિલાષા” ગ્રાહકોને :

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

દિવ્ય સ્ફુલિંગ

લક્ષ્ય

તમે આ માનવજીવનની યાત્રા શા માટે શરૂ કરી છે ? તમારું લક્ષ્ય શું છે ? સર્વોચ્ચ અને અગ્રીમ હેતુ છે: આત્મસાક્ષાત્કાર. આ જ તમારું લક્ષ્ય છે. આ માટે જ તમે આ યાત્રા શરૂ કરી છે. બીજી બધી બાબતો ગૌણ છે. મુખ્ય લક્ષ્યની સાથોસાથ તમે સેવા જેવી બીજી બાબતો કરી શકો.

- સ્વામી ચિદાનંદ

આ સંપાદકીય લખું છું ત્યારે શ્રીરામ મંદિર નિર્માણ અર્થે નિધિના યજ્ઞમાં યોગદાન આપવાનું એકત્ર કરવાનું અભિયાન ચાલુ થઈ ગયું છે. પ્રારંભ આપણા આદરણીય રાષ્ટ્રપતિ મહોદયથી થયો. દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘ, શિવાનંદ આશ્રમે પણ યત્કિચિત સેવા રૂ. સવા લાખનું વિનમ્ર યોગદાન કર્યું. ભારત દેશ શ્રીરામ, શ્રીકૃષ્ણની ભૂમિનો દેશ છે. જેટલાં રામાયણનાં પાત્રો આપણી સંસ્કૃતિ અને સંસ્કાર સાથે એકરૂપ થયાં છે તેટલાં બીજી કોઈ પણ સંસ્કૃતિનાં પાત્રો ત્યાંની પ્રજા સાથે તાદાત્મ્ય કેળવી શક્યાં નથી.

વાલ્મીકિનાં રામાયણ જેટલું બીજું કોઈ પણ મહાકાવ્ય ચારિત્ર્ય, પરસ્પર પ્રેમ, પિતૃભક્તિ, ભ્રાતૃભાવ, ગુરુભક્તિ અને શત્રુ સાથે પણ યુદ્ધના મેદાન સિવાય મૈત્રીભાવની અદ્ભુત ભાવના સમાન ગ્રંથ નથી.

ઋષિ વાલ્મીકિ, શ્રી તુલસીદાસજી તામિલનાડુમાં કંબ રામાયણ અને બંગાળમાં કૃતિવાસનાં રામાયણ અતિરિક્ત અનેક નાના-મોટા ગ્રંથ રામકથા માટે લખાયા છે અને યુગોથી કથાકારો શ્રીરામચરિતને વર્ણવતા આવ્યા છે.

શ્રીરામ ભારતીય સંસ્કૃતિ અને સંસ્કારોનું હૃદય છે. ભારતીય આચાર વિચાર અને વ્યવહારોનો પ્રકાશ પથ છે. સત્ય, નિષ્ઠા, સદાચાર અને સન્મતિના ચતુષ્ઠયનો બેજોડ નમૂનો એટલે શ્રીરામ. માટે જ તેને ભારતીય આચારસંહિતાનો આદર્શ માનવામાં આવે છે.

ભગવાન શ્રીવિષ્ણુના પ્રમુખ દશાવતાર અને નાના-મોટા ચોવીસ અવતાર થયા, પરંતુ શ્રીરામ અને શ્રીકૃષ્ણનાં માત્ર ભારતીયો જ નહીં, દેશ-પરદેશનાં ભક્ત હૃદયની ધડકન જેટલાં બન્યાં તેમ કોઈ પણ ધર્મ કે તેના મસીહાઓ તેમના અનુયાયીઓ કે ભક્તોના ચાહકો બન્યા નથી.

શ્રીરામ મંદિરનું નિર્માણ આવનારી પેઢીઓ માટે

જાગૃત શિક્ષણ, શિક્ષા અને શ્રેષ્ઠ શિક્ષકનું કામ કરશે. એક આદર્શ પુત્ર, આદર્શ ભ્રાતા, આદર્શ પતિ, આદર્શ મિત્ર, આદર્શ ભક્ત અને આદર્શ શત્રુના એક જ વિગ્રહમાં દર્શન એટલે શ્રીરામ. શ્રીરામ એક પત્નીવ્રતા હતા. આજે જ્યારે આ લખાઈ રહ્યું છે, સમાચાર છે, “માસ્ક પહેર્યા વગર સ્કૂટર પર જતી યુવતીને દંડ થયો. યુવતીનું વર્તન બેહુદું હતું. P.S.I. પણ અકળાયો હતો. યુવતીએ ટ્રાફિક પોલીસનો ફોટો પાડ્યો. P.S.I.એ તેનો ફોન નંબર લીધો. પછી ગુડમોર્નિંગ, ગુડનાઈટના વોટ્સએપ ચાલ્યા. યુવતીએ પોતાના પતિ સાથે છૂટાછેડા લીધા. આ P.S.I.ને પરણી ગઈ. પાછળથી ખબર પડી કે તે પરણેલો હતો. યુવતીને ગામડાંમાં સાસુનો ત્રાસ હતો. પછી જેમ થાય છે તેમ આત્મહત્યા વગેરે વગેરે, પરંતુ જ્યાં શીલ નથી, લજ્જા નથી, મર્યાદા નથી ત્યાં આવું થવાનું જ.

એક શિક્ષિકા ઓટોરિક્ષામાં શાળાએ જતી. રિક્ષાચાલક સાથે મૈત્રી થઈ. શારીરિક સંબંધો થયા. પછી ખબર પડી કે તે પરણેલો છે, પછી તે શિક્ષિકાએ ઝેર ખાધું. ખાનગી હોસ્પિટલમાં અઠવાડિયું રહી. ત્યાં ડોક્ટર સાથે પ્રેમસંબંધ બંધાયો. એક દિવસ ડોક્ટરનું અપહરણ થયું. તેઓ બંને શિવાનંદ આશ્રમમાં મહાદેવના મંદિર પાસે બાંકડા ઉપર દરરોજ બેસતાં. અપહરણ થયું ત્યારે સમાચારપત્રોમાં મોટા અક્ષરોએ છપાયું “શિવાનંદ આશ્રમનાં પ્રેમી પંખીડાંઓનું અપહરણ”.

શ્રીરામનું દામ્પત્યજીવન એક આદર્શ ગૃહસ્થાશ્રમનું છે. તેને જાણવું જ પડશે. સાવધાન થઈએ. રામ વ્યક્તિ નથી. રામ વિચાર છે. રામ જનજીવનની ધરાધુરાના પાયાનો પથ્થર છે. આપણા જીવનની ભવ્ય અટ્ટાલિકાઓની આધારશિલા છે. શ્રીરામ મર્યાદા પુરુષોત્તમ છે. માટે રામાયણને જીવંત

રાખવું જ પડશે. હોલિવૂડ, બોલિવૂડ અને ક્રિકેટરોને આપણા આદર્શ ન રાખી શકાય. તે સૌ સ્વકીય સ્થાને શ્રેષ્ઠ હોવા છતાં 'આદર્શ' ક્ષેત્રે કદીયે કોઈ રામની તુલનામાં આવી શકશે નહીં. શ્રીરામ કથાનો મહિમા બાલી, કુંબોડિયા, જાવા, સુમાત્રા, થાઈલેન્ડમાં ખૂબ જ છે. માટે શ્રી રામ મંદિર નિર્માણ હેતુ ઉદારતાથી દાન આપીએ. આ દાન નથી, કર્તવ્ય છે. આપણા ભવિષ્યના જીવનનો અંધકાર, અજ્ઞાનમાં વિલય ન થાય; જ્ઞાન, પ્રકાશ અને વિકાસનો પંથ સદાયે આલોકિત રહે, માટેનો યજ્ઞ છે.

આવો ! સૌ મળીને શ્રીરામનું ધ્યાન કરીએ. શ્રીરામ મંદિર નિધિના યજ્ઞમાં આપણે આપણી યત્નિકૃતિ આહુતિ આપીએ. શ્રીરામ મંદિર-અયોધ્યાનું નથી. કોઈ રાજકારણી વ્યક્તિ વિશેષોનું નથી. ૩૫૦૦થી ૪૦૦૦ વર્ષ શ્રીરામલલ્લા કારાગારમાં હતા. આપણા સંસ્કારોની હોળી પ્રગટેલી હતી. હવે નવો પ્રકાશ આવ્યો છે. નવી આશા અને ઉમંગ છે, માટે જાગો. ઊઠો. શ્રીરામ મંદિર નિધિને અક્ષય બનાવવા કમર કસો. ધન્ય બનો. ઠું શાંતિ.

- સંપાદક

અત્યારની પેઢીમાં આત્મહત્યા કેમ વધી ગઈ છે?

- શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદ

પૂજ્ય સ્વામીજીનાં મકરસંક્રાંતિનાં પ્રવચનમાંથી સાભાર - ખેડબ્રહ્મા

કારણ

૧. આધ્યાત્મિકતા ૦%
૨. સંસ્કાર ૦%
૩. હિંમત ૦%
૪. સાહસ ૦%
૫. સરળ-સાદા વિચાર ૦%
૬. પરિશ્રમ ૦%
૭. આત્મમંથન ૦%
૮. પરંપરાગત રહેણી કરણી ૦%
૯. વર્તન-વિવેક ૦%
૧૦. શારીરિક રમત ૦%
૧૧. પ્રભુ ચિંતન ૦%
૧૨. શ્રદ્ધા-વિશ્વાસ ૦%

માત્ર

- Social Media
- Google
- Youtube
- Tik Tok
- Whats app
- Map
- Facebook
- Twitter

ટૂંકમાં કહીએ તો

- વિશ્વાસ Googleમાં છે, પિતામાં નથી.
- રસ્તો ભૂલી જાય તો માણસને ન પૂછે - Mapમાં ભરોસો કરે.
જે - આમતેમ રખડાવીને પહોંચાડે.
- Facebookમાં ૫૦૦૦ મિત્રો છે, પણ અડધી રાતે દુઃખમાં ભાગ લેવા પાડોશમાં કોઈ મિત્ર નથી.
- ગુરુને કંઈ પૂછે નહીં - Youtubeમાં સર્ચ કરે.
- સાઈકલની ચેન ઊતરી જાય કે ફૂપૂઝ ઊડે તો પણ નેટ ખોલવું પડે.
- ૧૭ X ૫ કેટલા થાય ... કેલ્ક્યુલેટર જુએ.
આ કોઈ વ્યક્તિગત વાત નથી. અત્યારની ૮૫% પેઢીની વાત છે.
- બાળકોની સાથે બેસો, સાથે ભોજન કરો, સાથે પ્રાર્થના કરો. ગૌશાળામાં લઈ જાઓ. પશુ-પક્ષી-પ્રકૃતિને ચાહતાં શીખવો. તમો નહીં હો તો પણ તંદુરસ્તીસભર જીવન જીવશે.
ઠું શાંતિ

મંત્ર-યોગસાધના

ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી

મંત્રયોગસાધનાનું મનોવિજ્ઞાન

મંત્રયોગ વાસ્તવિક વિજ્ઞાન છે. મનનાત્ ત્રાયતે
इति मन्त्रः જેના મનન દ્વારા જન્મ-મરણના ચક્રમાંથી
મુક્તિ મળે છે તે જ મંત્ર.

દરેક મંત્રના દાતા એક ઋષિ હોય છે. વળી, દરેક
મંત્રને વિશેષ શક્તિ આપનાર માત્રા, દેવતા તથા બીજ
હોય છે તથા દરેક મંત્રને પોતાની શક્તિ તથા કીલક
(ખીલો) હોય છે.

મંત્ર ઈશ્વર છે. મંત્ર તથા તેના અધિકાતાદેવ એક
જ છે. મંત્ર ખુદ દેવતા જ છે. મંત્ર શબ્દરૂપી શરીરથી પ્રગટ
થતી એક દેવી શક્તિ છે. શ્રદ્ધા, ભક્તિ તથા શુદ્ધિ સાથે
સતત મંત્રનો જપ કરવાથી સાધકની શક્તિ વધે છે. મંત્રનું
ચૈતન્ય જાગ્રત થાય છે તથા સાધકને મંત્રસિદ્ધિ પ્રાપ્ત થાય
છે. તેને જ્ઞાન, મુક્તિ, શાંતિ, નિત્ય સુખ તથા
અમૃતત્વની પ્રાપ્તિ થાય છે.

મંત્રના સતત જપ કરવાથી સાધક મંત્રના
અધિકાતાદેવના ગુણ તથા શક્તિ પ્રાપ્ત કરે છે.
સૂર્યમંત્રના જપથી સ્વાસ્થ્ય, દીર્ઘાયુષ્ય, વીર્ય અને તેજની
પ્રાપ્તિ થાય છે. તેનાથી શરીર તથા નેત્ર સંબંધી બધા જ
રોગો દૂર થાય છે. દુશ્મન તેનું કંઈ જ બગાડી શકતા નથી.
પ્રાતઃકાળમાં આદિત્યહૃદયનો પાઠ કરવો ખૂબ જ
લાભદાયી છે. અગસ્ત્ય ઋષિએ આપેલા આ
આદિત્યહૃદયનો પાઠ કરવાથી રામને રાવણ ઉપર વિજય
મળ્યો હતો.

સાધારણ રીતે મંત્રોમાં દેવતાઓની સ્તુતિ હોય છે.
તેમાં કરુણા તથા સહાયની માગણી હોય છે. કેટલાક મંત્રો
દુરાત્માઓને રોકે છે અથવા તેમને કાબૂમાં લાવે છે.
શબ્દોનાં લયપૂર્ણ સ્પંદનોથી આકૃતિઓની ઉત્પત્તિ થાય
છે. મંત્રોના ઉચ્ચારણથી તેમના ખાસ દેવતાઓની
આકૃતિઓનું નિર્માણ થાય છે.

સરસ્વતીમંત્ર : ॐ सरस्वत्यै नमः । ना जपथी
તમને જ્ઞાન તથા પ્રખર બુદ્ધિ પ્રાપ્ત થશે અને તમે
પ્રેરણાત્મરી કવિતાઓ કરવા લાગશો. ॐ श्री
महालक्ष्म्यै नमः । ना जपथी તમને સંપત્તિ પ્રાપ્ત થશે
અને તમારી નિર્ધનતાનું નિવારણ થશે .
મહામૃત્યુંજયમંત્રથી અકસ્માત, અસાધ્ય રોગ વગેરેનું
નિવારણ થઈ દીર્ઘાયુષ્ય તથા અમૃતત્વ પ્રાપ્ત થાય છે.
આ મોક્ષ-મંત્ર પણ છે.

सुब्रह्मण्यमंत्र : ॐ शरवणभवाय नमः । ना
જપથી કોઈ પણ કાર્યમાં સફળતા મળશે તથા તમને યશ
પ્રાપ્ત થશે. તે પ્રેતાત્માઓના ખરાબ પ્રભાવને દૂર કરે
છે. શ્રી હનુમાનનો મંત્ર ॐ हनुमते नमः । થી વિજય
તથા બળની પ્રાપ્તિ થાય છે. પંચદશાક્ષર તથા
ખોડયાક્ષર (શ્રી વિદ્યા)ના જપથી ધન, શક્તિ, મુક્તિ
વગેરેની પ્રાપ્તિ થાય છે. તમારી બધી જ મનોકામનાઓ
આનાથી પૂર્ણ થાય છે. આ વિદ્યા તમારે ગુરુ પાસેથી જ
શીખવી જોઈએ.

गायत्री अथवा प्रणव (ॐ) अथवा ॐ नमः
શિવાય, ॐ नमो नारायणाय, ॐ नमो ભગવતે
वासुदेवाय-આમાંથી કોઈ પણ મંત્રના સવા લાખ જપ
ભક્તિ, ભાવ તથા શ્રદ્ધાપૂર્વક કરવાથી મંગલ સિદ્ધિ
પ્રાપ્ત થાય છે.

ॐ, सोऽहम्, शिवोऽहम्, अहं ब्रह्मास्मि-આ
બધા મોક્ષમંત્ર છે. આ બધાથી તમને આત્મસાક્ષાત્કાર
માટે સહાયતા પ્રાપ્ત થશે. ॐ श्री रामाय नमः । ॐ नमो
ભગવતે वासुदेवाय । આ બે સગુણ મંત્રો છે, જેનાથી
પહેલાં સગુણ સાક્ષાત્કાર પ્રાપ્ત થશે અને બાદમાં
નિર્ગુણ સાક્ષાત્કાર થશે.

वींछी तथा सर्पदंशना निवारक मंत्रोનો ગ્રહણ
સમયે જપ કરવાથી સિદ્ધિ વહેલી પ્રાપ્ત થાય છે.

પાણીમાં ઊભા રહીને મંત્રનો જપ કરો. આ અધિક શક્તિશાળી તથા પ્રભાવશાળી છે, જોકે મંત્રસિદ્ધિ પ્રાપ્ત કરવા માટે આ મંત્રોનો જપ બીજા કોઈ દિવસે પણ કરી શકાય છે.

વીંછી તથા સર્પદંશના નિવારક મંત્રની સિદ્ધિ તમે ચાળીસ દિવસમાં પ્રાપ્ત કરી શકો છો. શ્રદ્ધા તથા ભક્તિપૂર્વક મંત્રનો નિયમિત જપ કરો. પ્રાતઃકાળમાં સ્નાન કર્યા પછી જપ કરવા બેસો. બ્રહ્મચર્યનું પાલન કરો તથા ચાળીસ દિવસ સુધી દૂધ તથા ફળાહાર લો અથવા મિતાહારી બનો.

મંત્રોથી અસાધ્ય રોગો પણ દૂર કરી શકાય છે. મંત્રના જપથી આધ્યાત્મિક તરંગો અથવા દિવ્ય સ્પંદનો પેદા થાય છે. તે રોગીના સ્થૂળ તેમજ સૂક્ષ્મ શરીરમાં પ્રવેશ કરીને કષ્ટના મૂળનું નિવારણ કરે છે. તે જીવકોશોને 'સત્ત્વ'થી ભરી દે છે. તે અલ્ટ્રાવાયોલેટ કિરણો કરતાં પણ વધુ શક્તિશાળી છે.

મંત્રશક્તિનો દુરુપયોગ બીજાના વિનાશ કાર્ય માટે કદી નહિ કરવો જોઈએ. જે લોકો મંત્રશક્તિનો દુરુપયોગ કરે છે તેઓ પોતે જ અંતે નાશ પામે છે.

જે લોકો સર્પદંશ, વીંછીનો ડંખ તથા અસાધ્ય

બીમારીઓના ઉપચાર માટે મંત્રશક્તિનો ઉપયોગ કરતા હોય તેમણે કોઈ પણ પ્રકારની ભેટ અથવા ધન લેવું ન જોઈએ. તેમણે સંપૂર્ણ રીતે નિષ્કામ ભાવથી આ કામ કરવું જોઈએ. તેમણે ફળ તથા વસ્ત્રોનો પણ સ્વીકાર ન કરવો જોઈએ. જો સ્વાર્થ ખાતર સિદ્ધિનો ઉપયોગ કરશો તો સિદ્ધિ ચાલી જશે. જો તેઓ સંપૂર્ણ રીતે નિઃસ્વાર્થ રહીને જ સર્વાત્મભાવથી માનવતાની સેવા કરતા હશે તો ઈશ્વરકૃપાથી તેમની શક્તિ વધતી જ જશે.

જેમને મંત્રસિદ્ધિ પ્રાપ્ત છે, તે સર્પદંશ અથવા વીંછીના દંશને કે અસાધ્ય રોગને પોતાના સ્પર્શમાત્રથી મટાડી શકે છે. જો કોઈ માણસને સાપ કરડ્યો હોય તો જેણે મંત્રસિદ્ધિ પ્રાપ્ત કરી છે તેને તારથી અથવા બીજી રીતે ખબર કરવામાં આવે છે, જેથી તે માણસ જપ કરે છે અને સાપનું ઝેર ઊતરી જાય છે. કેટલું આશ્ચર્યજનક છે! શું આનાથી મંત્રની અલૌકિક શક્તિ સિદ્ધ નથી થતી?

તમારા ગુરુ પાસેથી મંત્રદીક્ષા મેળવો. જો ગુરુ પાસેથી મંત્રદીક્ષા મળવામાં મુશ્કેલી જણાતી હોય તો તમારા ઈષ્ટદેવતાને પ્રાર્થના કરો અને કોઈ ખાસ મંત્રનો જપ શરૂ કરો.

□ 'સાધના' માંથી સાભાર

ઈશ્વર કૃપા

પંચદશીના પ્રણેતા શ્રદ્ધેયશ્રી શ્રી વિદ્યારણ્ય મુનિ એક સર્વ સાધારણ બ્રાહ્મણ ગૃહસ્થી હતા. દરિદ્રતાએ તેમનાં જીવનની ધરા ધુરાને ભાંગી નાખી હતી. તેઓએ ગાયત્રી મંત્રના જપ માટે સંકલ્પ કર્યો. સાડાત્રણ કરોડના એક એવાં ત્રણ પુરચ્ચરણ કર્યાં. કંઈ પ્રાપ્ત નહીં થાય, તેવી મનોવેદના સાથે તેમણે તેમની શિખા અને સૂત્ર તોડી નાંખ્યાં. હાથ ઊંચા કરીને 'સન્યસ્ત'ના મંત્રો બોલવા લાગ્યા. કહેવાય છે, કે ત્યાં ગાયત્રી દેવતા પ્રગટ થયા. કહ્યું, 'વરં શ્રુહી; વરદાન માગો.' પરંતુ હવે વિદ્યારણ્ય મુનિને કોઈ ઈચ્છા તૃષ્ણા કે વાસના રહી ન હતી. તેમણે કહ્યું, "કહો! અત્યાર સુધી ક્યાં હતા?" થોડું પાછળ

ફરીને જુઓ. ત્યાં સાત પહાડો બળી રહ્યા હતા. "તમારાં પૂર્વ જન્મોનાં પાપ બળી રહ્યાં છે. તેમાંથી તમારી મુક્તિ ન થાય ત્યાં સુધી કેમ અવાય? બોલો શું હવે શું આપું?" વિદ્યારણ્ય મુનિએ કહ્યું આ ભૂમિને કૃતાર્થ કરો, અહીં કોઈ ભૂખ્યું કે દુઃખી ના રહે, "આજે પણ અહીં ધન વર્ષા થાય છે. આ સ્થળ છે તિરુમલા તિરુપતિ બાલાજી. તિરુમલા એટલે પવિત્ર પર્વતો. આ સ્થળને સાત ગિરિ પણ કહેવાય છે. માટે પૂજ્ય બાપુજી મહાત્મા ગાંધીજી કહે છે, "પ્રભુ સાંભળે છે. વહેલાં કે મોડાં તે આપણી પ્રાર્થનાનો ઉત્તર આપે જ છે."

મન સમસ્યા બને તે માટે આપવામાં આવ્યું નથી

- શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી

પ્રકૃતિનાં આ જગતમાં રજ્જેગુણ પ્રબળ છે. તેથી હંમેશ ગતિ રહે છે. રજ્જેગુણ ગતિશક્તિ છે, ગતિવિધિ છે, સક્રિયતા છે. તમારા સ્વભાવનો તે અંશ છે, પ્રકૃતિનો અંશ છે પણ તમારું નિજ સ્વરૂપ, જે પરિપૂર્ણ છે તેનો ભાગ નથી. પરિપૂર્ણમાં કોઈ ગતિવિધિ નથી, કારણ ગતિવિધિની જરૂર નથી. ત્યાં કંઈ મેળવવાનું નથી, કંઈ પામવાનું નથી, કારણ નિજ સ્વરૂપ નિત્ય પ્રાપ્ત છે, નિત્ય પરિપૂર્ણ સત્તા છે. તેની પૂર્ણતા કદી ઘટે નહિ, કદી બદલાય નહિ. તેનું સાદું કારણ એ છે કે તે સત્ય છે, સત્તા છે. જેમાં કંઈ પરિવર્તન થાય તે સત્તા નથી. સત્તા અપરિવર્તનીય, અવિકારી છે.

જીવનમાં પ્રવૃત્તિ અને ગતિવિધિ અપરિહાર્ય છે, આવશ્યક છે અને જીવનનો અનિવાર્ય ભાગ છે. સમજૂ સાધક આ વાત જાણતો હોઈ ઊંડો વિચાર કરે છે અને આ પ્રવૃત્તિને, આ ગતિવિધિને યોગ્ય માર્ગે વાળવા માટે સૌથી વધુ ડહાપણભરી દિશા પસંદ કરે છે, જેથી આ અપરિહાર્ય, અનિવાર્ય ગતિવિધિ પ્રગતિનું રૂપ લે; જે સઘળું સત્ય, શિવ અને સુંદર હોય તેને આગળ વધારવાનું રૂપ લે; જે બધું ધન્ય, પવિત્ર, ઉમદા, ઉત્કૃષ્ટ, દિવ્ય, અંતિમ પૂર્ણતાનું પ્રતિનિધિત્વ કરતું હોય તેની વૃદ્ધિ કરે.

સાધકના ભાવનો બધો ભાર આ બાબત પર હોય છે. તે આરોહણ છે, તે સ્થગિતતા નથી, તે અધઃપતન નથી. તેમ ક્યાંય પહોંચી ન શકાય તેવું ગોળ-ગોળ ફરવાનું પણ નથી. તે નિષ્ફળ પ્રવૃત્તિ નથી; તે અનુત્પાદક કાર્ય નથી; તે નકામી અને ક્વખતની પ્રક્રિયા નથી. સાધકનું જીવન મન, વચન અને કર્મથી સર્જનાત્મક, વિધાયક હોય છે. તે સાચી દિશામાં છે, કારણ તેને ઈરાદાપૂર્વક સાચી દિશામાં વહાવેલ છે-સારાં જીવન, અંતિમ મહાન લક્ષ્ય પ્રતિ વાળેલ છે.

નૈસર્ગિક વિકાસનો આ સાર છે. જીવનનો સાચા અર્થમાં; પ્રગતિનો સાચો સાર આ છે. કારણ પ્રાપ્તિ માટે, ઉપલબ્ધિ માટે જીવન એક મહાન ભેટ છે. જીવનનો સાર પૂર્ણતા તરફ ગતિ છે, કારણ આ પૂર્ણતા દરેક જીવાત્માને

જન્મજાત મળેલ છે. તેનાં ઉદ્દગમમાંથી જ જીવાત્મા દિવ્ય છે. તે સીમિતતા સાથે પૂર્ણતાનું પ્રગટીકરણ છે. આધ્યાત્મિકતા, યોગ, સાધના, અભ્યાસ અને સાચા જીવનનું ટૂંકમાં વર્ણન કરીએ તો આમ કહી શકાય : જીવની સીમિતતા દૂર કરીને જે હતી જ તે પૂર્ણતાને પ્રગટ કરવાની પ્રક્રિયા.

તમારા વિષેનું આ સત્ય; સર્વસાધારણ સમજણ કહી જાય છે, પરંતુ આપણે બે ને બે ચાર કરતા નથી. જીવાત્મા બાબત સત્ય વાત તો એ છે કે તે અપરિવર્તનીય અને સંપૂર્ણ પૂર્ણ છે; તે અવિનાશી સ્વર્ગીય આનંદ છે, પરંતુ આ પરમાનંદ પ્રકૃતિમાં ગૂંચાયેલો છે. જે ઈચ્છનીય આવશ્યક બાબત છે તે પ્રકૃતિથી પર થઈ એક ફરી વખત વ્યક્તિ જે છે તે બની રહે. પણ પ્રકૃતિથી વ્યક્તિએ મુક્ત થવાની વાત પણ ખોટો શબ્દપ્રયોગ છે પણ માનવીય ભાષાની આ સીમિતતા છે, કારણ કે બ્રહ્મને બાંધવા માટે તેવું બીજું તત્ત્વ ન હોવાથી જ્યારે બ્રહ્મને બંધન હોઈ ન શકે ત્યારે બંધનનો કોઈ પ્રશ્ન જ ઉપસ્થિત થતો નથી.

બે વસ્તુઓ હોય તો એકથી બીજાને બંધાય, પરંતુ બ્રહ્મ તો નિરપેક્ષ, અદ્વિતીય અને એક છે. તેથી બંધનનો પ્રશ્ન ઊઠી જ ન શકે તે અર્થવિહીન વાત છે. જીવાત્મા બ્રહ્મતત્ત્વથી જરા પણ જુદો નથી, તેથી જીવાત્મા માટે પણ બંધનનો વિચાર અર્થવિહીન છે એટલે પ્રકૃતિ તમને બાંધે છે. તેનાથી છૂટવાનો સવાલ નથી પણ તમારે તમારો નિર્બંધ સ્વભાવ પારખવો પડશે. અને તમારી અબાધિત સત્તા (અસ્તિત્વ) સ્વીકારવી પડશે.

પ્રકૃતિની તમારા પર અસર ન થઈ શકે. પ્રકૃતિ ભલેને હોય, પરંતુ નિત્ય-મુક્ત, સદા-પરિપૂર્ણ બ્રહ્મતત્ત્વની અવસ્થા, જે તમારું નિજ સ્વરૂપ છે તેને અસર કરવા પ્રકૃતિ અશક્ત છે, નિઃસહાય છે. હું સદા બંધનમુક્ત, સદા પરિપૂર્ણ, સદા પવિત્ર છું તેવી સભાનતા એ સ્વભાવનો સાર છે. આ સ્વભાવથી વિરુદ્ધ બીજી બધી વૃત્તિઓનું નિકંદન, બીજી બધી પ્રકૃતિમાં રહેલ વૃત્તિઓ જે મન અને બુદ્ધિનાં રૂપે તમારી નજીક

હોય તેને ગતિશીલ અને અપ્રતિરોધ્ય સદા-પ્રવૃત્ત તત્ત્વવિચાર અને વિવેકબુદ્ધિ વડે તેમજ પ્રકૃતિ સાથે તમારી જાતનો એકત્વ-ભાવ દૂર કરવાની, હઠાવી દેવાની પ્રક્રિયાને સાધના કે યોગ કે અભ્યાસ કહેવાય.

સાચી સાધનાની અંદરની કાર્યપ્રણાલી આ છે. જીવાત્માને મન સમસ્યા ઊભી કરે તે માટે નથી આપ્યું. બીજાં ઘણાંની સમસ્યાઓનો ઉકેલ આપવા મન આપેલું છે, કારણ 'ઘણાં'ની ભાવના જ મિથ્યા છે. એક અને એકમાત્ર જ સત્ય છે એટલે 'ઘણાં'ની આ ભ્રાન્તિ દૂર કરવા મન આપ્યું છે. કમનસીબે આપણી ચેતનાના પડદા પર આપણા સત્ત્વિદાનંદ સ્વભાવને પ્રગટ ન કરીને આપણી નિષ્ક્રિયતાને લીધે, આપણી ગફલતના કારણે મનને સમસ્યા બનવા દીધું છે. જેટલો તમારો શ્વાસ અતૂટ સાતત્યથી તમારા પાર્થિવ શરીરમાં પ્રદર્શિત થાય છે તેટલો જ તમારા સ્વભાવના અંદરના માનસિક પડદા પર સત્ત્વિદાનંદ ચેતના પ્રદર્શિત થતી રહેતી જોઈએ. તમારી ચેતનાના અંદરના પડદા પર સત્ત્વિદાનંદનો પ્રકાશ હંમેશ પડતો રહેવો જોઈએ, તેને હંમેશ અજવાળતો રહેવો જોઈએ, જેથી તે સત્ય સભાનતાની અવસ્થામાં રહે.

તે અસ્ખલિત પ્રકાશ પડતો રહેવો જોઈએ, તે માટે કોઈ પ્રયત્નની જરૂર ન હોવી જોઈએ; કારણ તે સ્વયંભૂ છે. પ્રયત્ન કરવાની જરૂર હોય તો આળસ, સુસ્તી, અકર્મણ્યતા, માનસિક ઉદાસીનતા, તમોગુણને દૂર રાખવા માટે છે. આ એક કરવા જેવી બાબત છે. માટે પ્રકૃતિના રજોગુણને ઉત્કૃષ્ટ સત્તાની દિશામાં ગતિશીલ, ઈરાદાપૂર્વકની દિશા આપવી પડશે. બધા પ્રમાદ, આળસ અને ઉદાસીનતાને ચીરી નાખતી સંપૂર્ણ અંતરાત્માની ગતિશીલ આગળ વધતી ગતિવિધિ હોવી જરૂરી છે.

આ લક્ષ્યને સિદ્ધ કરવા તૈયાર થાઓ, કામે લાગો. તે લક્ષ્યને પ્રાપ્ત કરવા "ઉત્તિષ્ઠત જાગ્રત પ્રાપ્ય વરાન્ નિબોધત - ઊઠો, જાગો, જ્ઞાનીજન પાસે જઈ જ્ઞાન પામો. આ સદા-આવર્તિત શાશ્વત હાકલ છે. આ હાકલનો પ્રતિભાવ આપો. તે આવાહન પર ધ્યાન દો. આ લલકાર જે કહે છે તે કરો અને કૃતકૃત્ય બનો. આ છે જીવન! આપણે અહીં તેટલા ખાતર જ અવતર્યા છીએ!"

□ 'મુક્તિપથ'માંથી સાભાર.

‘વંદે માતરમ્’

જ્યારે ડો. અબ્દુલ કલામ સાહેબ રાષ્ટ્રપતિ હતા, ત્યારે તેઓએ કુન્નુર જઈને આદરણીય ફીલ્ડ માર્શલ માણેકશોમ કે જેઓ મિલિટરી હોસ્પિટલમાં સારવાર લઈ રહ્યા હતા. તેમની મુલાકાત લીધી. આ મુલાકાત આકસ્મિક હતી. મુલાકાતમાં ૧૫ મિનિટ પછી શ્રી કલામ સાહેબે તેમનાં સ્વાસ્થ્ય સંબંધી જાણ કરી મેળવી તેમને અનેકશ: શુભેચ્છા આપી, જતાં પૂર્વે ફરીથી માણેકશોમજીનો હાથ પકડીને પૂછ્યું! તમોને કંઈ તકલીફ તો નથીને! હું આપને માટે કંઈક કરી શકું? તમારે મન કંઈ વેદના કે વ્યાધિ તો નથીને? જો કંઈ હોય તો અમો આપની કોઈ આવશ્યક સેવા કરી શકીએ. શોમે કહ્યું, ‘આ એક ફરિયાદ છે.’ દુ:ખ અને વ્યથા સાથે તેમણે કહ્યું. કલામ સાહેબે કહ્યું, ‘ઓહ! કહો શું છે?’ વળતો જવાબ આપતાં માણેકશોમજીએ કહ્યું, ‘મારી પીડા છે કે મારા મહાન ભારતના મહામહિમ રાષ્ટ્રપતિ મારી સામે ઊભા છે અને હું ઊભો થઈને આપને સેલ્યુટ કરી શકતો નથી.’

કલામ સાહેબે માણેકશોમનો હાથ પકડ્યો. બંનેની આંખોમાં આંસુ હતાં. ફરીથી કલામ સાહેબે પૂછ્યું... અને હવે પછીની વાત અંતરને અજવાળે તેવી છે. અહીં માણેક શોમે કહ્યું, ‘તેમની નિવૃત્તિ પછીનું પેન્શન ફીલ્ડ માર્શલ માણેકશોમને વીસ વર્ષથી નથી મળ્યું’.

મનમાં શોભ લઈને રાષ્ટ્રપતિ શ્રી કલામ સાહેબે દિલ્હી જઈને તેમનું બાકી રહેલું પેન્શન અને તેનું એરિયર્સ એક જ સમાહમાં માણેક શોમને પહોંચતું કર્યું. તે ચેક રૂ. ૧.૨૫ કરોડનો હતો. ડીફેન્સ સેક્રેટરીએ સ્વયં જ્યાં માણેક શોમ સાહેબ આર્મી હોસ્પિટલમાં હતા ત્યાં વિલિંગડન-ઊટી સ્પેશિયલ પ્લેનમાં જઈને આ ચેક તેમને સુપ્રત કર્યો.

આદરણીય એ.પી.જેની આ મહાનતા હતી, પરંતુ આ ચેક મેળવીને ફીલ્ડ માર્શલ માણેક શોમ સાહેબે સત્વરે જ તેને આર્મી રિલિફ ફંડમાં દાનમાં આપી દીધો.

સલામ કોને કરવી!!! વંદે માતરમ્

સાંખ્યનું સ્વરૂપ-૪

શ્રી સ્વામી કૃષ્ણાનંદજી

જ્ઞાન એ કર્મની પૂર્વ ભૂમિકા છે. જે રીતે આપણે વર્તવું પડે છે, જગતમાં આપણું જીવન પસાર કરવું પડે છે, તેનું જ્ઞાન એ એક કાર્ય પદ્ધતિ છે. આમ, તત્ત્વની સમજણ અને એનો કર્મમાં વિનિયોગ સાથે-સાથે જ ચાલે છે. જ્ઞાન અને કર્મ છૂટાં પાડી શકાતાં નથી. સામાન્ય બુદ્ધિનો અર્થ જેને 'કર્મ' કહે છે, તે 'યોગ' કહેવાય નહિ પણ કર્મ જ્યારે માણસનાં અસ્તિત્વનાં મૂળરૂપમાંથી ઉદ્દગમ પામે ત્યારે જ તે 'યોગ' કહેવાય છે અને આ યોગનો મહાવરો જેમ જેમ વધતો જશે તેમ તેમ ધીરે ધીરે મનુષ્યનાં અસ્તિત્વનું પરિમાણ વધુ ને વધુ વિશાળ અને વ્યાપક બનતું જશે અને છેવટે એ પૂર્ણતા પામશે. શ્રીકૃષ્ણે કહ્યું: "આ યોગ-ધર્મનું સ્વલ્પ અનુસરણ પણ મોટા ભયમાંથી બચાવે છે." "નેહાધિક્રમ નાશોઽસ્તિ" - "આત્માની પૂર્ણાત્મા સાથેની આ ભવ્ય અભિમુખતામાં કોઈ પણ પ્રકારની હાનિ થતી નથી." સાચી દિશામાં ભરેલું એક નાનકડું પગલું પણ એક મોટું જમા પાસું છે. ભલેને તે પ્રયત્ન ગમે તેટલો નાનો હોય, 'કંઈક સારું કર્યું છે' એમ સમજી મનુષ્યે આવી બાબતમાં આનંદ અનુભવવો જોઈએ અને આ 'સાંખ્ય'ની પૂરી સમજણથી જે કંઈ પણ કરવામાં આવ્યું હોય એ બધું સારું અને સાચું જ હોય છે. જ્ઞાનની આ પાર્શ્વ ભૂમિકા વગર કરેલું કર્મ હોય તો તે સારું-સાચું નથી જ હોતું અને તે કર્મ કરનારાનું બંધનનું કારણ-બંધનમાર્ગ-બની રહે છે. આપણો કર્મ કરવાનો અધિકાર છે. કર્મચિરણનાં કોઈ પણ ફળની અપેક્ષા રાખવાનો આપણને અધિકાર નથી. ભગવદ્ગીતાના ઉપદેશનો આ સૌથી વધુ મહત્ત્વ ધરાવતો પ્રધાનસૂર છે. આ એક એવી વાત છે કે જેને આધુનિક મન સમજી શકતું નથી. કારણ કે એ તો બીજા વાવ્યાં પહેલાં જ ફલાશાના કીચડમાં ખૂંપી ગયું છે. જે સમાજમાં આપણે રહીએ છીએ તેના તરફની આપણી દેખીતી ફરજોને ઉવેખીને જગત પાસેથી આપણે બસ હકની માગણીઓની આશાઓ પાછળ દોડી રહ્યા

છીએ. તમે તમારાં કર્મનાં ફળની આશા રાખી શકો નહિ, આવી આશાઓ રાખવી એ મોટી ભૂલ છે. કારણ કે ફળો પામવાં એ તમારા હાથની વાત નથી. જ્યારે કર્મ - ધર્મ - ફરજ એ તો તમારા ઉપરનું ઋણ છે. ખેતરમાં બીજ વાવવાનો એક સામાન્ય દાખલો લો. કોઈ ખેડૂતના કામ તરફ નજર માંડો, તે પોતાની ફરજ સારી રીતે અદા કરે છે. પણ એનું ફળ બધું એના જ હાથમાં છે એમ તમે કહી ન શકો. ખેતરમાં જે ફસલ એણે પકવવાની છે તે ઉત્પાદનના ફળમાં ફાળો આપતી એવી કેટલીય બાબતો છે કે જે ખેડૂતોના હાથમાં નથી. વરસાદ આવવો જોઈએ, હવામાનની પરિસ્થિતિ અનુકૂળ હોવી જોઈએ, અને બીજી એવી ઘણી વસ્તુઓ છે, તે તમે જાણો છો, કર્મનું ફળ - પરિણામ - તો માનવવ્યક્તિ સમજણ બહાર હોય એવી કેટલીક બાબતો નક્કી કરે છે, અને તેથી કોઈ કર્મના ખાસ ફળની આશા રાખવી તે માણસ માટે અજ્ઞાનની પરિસીમા છે. આપણે કેટલાંક કામ કરીએ છીએ, અને એના ખાસ પ્રકારની ફળની આશા રાખીએ છીએ, તેથી જ આપણે દુઃખી થઈએ છીએ અને આપણે આશા રાખેલાં એ ફળ મળતાં નથી. એનું સીધું સારું કારણ એ છે કે ફળની ઉત્પત્તિ માટે બીજી કેટલીક શરતો પૂરી કરવી પડે છે. કહેવાતો કર્મ કરનાર કેવળ નિર્ણય કરી નાખે એટલું જ પૂરતું નથી. હું એક પ્રતિનિધિ-કર્મ નિર્ણય કરનાર - તરીકે ભલે કર્મ ફળની શરતો માંહેની એક શરતરૂપ હોઉં. હા, એ સ્વીકાર્ય છે પણ હું એ કંઈ એકમાત્ર શરત નથી. અને મને જ એકમાત્ર કર્મ ફળની ઉત્પત્તિ પાછળની શરતના - સાપેક્ષતાના - સિદ્ધાંત તરીકે ગણવામાં આવે, તો એ અજ્ઞાન છે અને સાંખ્યના જ્ઞાનનો અભાવ છે. આથી આપણને આ ઉપદેશમાં વારંવાર કહેવામાં આવ્યું છે કે ફળની આશા રાખવી તદ્દન અયોગ્ય છે. □ 'ગીતાદર્શન' માંથી સાભાર

અહિંસા, સત્ય અને પ્રભુ પ્રેમનો સંગમ મહાત્મા ગાંધીજી

શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

સમગ્ર વિશ્વમાં ઠેર ઠેર પૂજ્ય મહાત્મા ગાંધીનાં પૂતળાંને તેમના જન્મદિવસે હારતોરા થાય છે. ગાંધીજીના જેવું કદાચ પૂર્વે કોઈએ આ યુગમાં નહીં કર્યું હોય અને ભવિષ્યમાં કરશે કે કેમ તે એક પ્રશ્ન છે, નહીં તો પોતાની આત્મકથામાં આટલું સ્પષ્ટ સત્ય કોઈ લખે? તે પ્રશ્ન હતો, “દુર્ભાગ્યે ત્યારે મને કામુક્તાએ ઘેરો ઘાલ્યો. મારાં પત્ની ગર્ભવતી હતાં. સ્વાસ્થ્ય અને સદાચાર બંને તથા તેમની ઈચ્છા વિરુદ્ધ મેં મારી વાસનાની ભૂખને સંતોષી. હું જ્યારે પિતાશ્રીના ઓરડે આવ્યો ત્યારે તેમનું મૃત્યુ થઈ ગયું હતું. તેમની અંતિમ ક્ષણે મેં દુષ્કર્મ આચર્યું. આ આઘાત મારાથી સહન થયો નહીં ને મારાં પત્નીને પણ મૃત બાળક અવતર્યું ત્યારથી મેં કસ્તૂરને કસ્તૂરબા કહેવાનું નક્કી કર્યું.”

પ્રાર્થના કે જીવનનાં મંડાણ કુમળી વયમાં જ થતાં હોય છે. મોહનને નાની ઉંમરમાં નિશાબે જતાં બીક લાગતી હતી. રસ્તામાં ભૂત છે, પરંતુ ઘરની કામવાળી બાઈએ બાળક મોહનને સમજાવ્યું, ‘રામ રામ બોલ. ભૂત ભાગી જશે.’ અને આ રામનામના આધારે પૂજ્ય બાપુએ ઈસ્ટ ઈન્ડિયા કંપનીનું ભૂત ભગાડ્યું.

પોતાનાં મૃત્યુના થોડા જ દિવસો પૂર્વે બાપુએ કોઈને પત્રમાં લખ્યું હતું (આ પત્ર સાબરમતી આશ્રમમાં છે.) મૃત્યુ પૂર્વે હું બેભાન અવસ્થામાં લાઈફ સપોર્ટિંગ સિસ્ટમ ઉપર હોઉં ને મૃત્યુ પામું તો જાણજો કે હું ઢોંગી હતો. મેં મારી જાતને અને દેશને છેતર્યાં છે, પરંતુ જો હું પ્રાર્થના કરતો હોઉં કે પ્રાર્થના કરવા આવતો કે જતો હોઉં અને મને કોઈ ગોળી મારે એ સમયે હું રામનામ બોલીને મરું તો સમજજો કે હું સત્યનું જીવન જીવ્યો છું. મેં મારી જાતને છેતરી નથી. મેં ઈશ્વરને સાચા દિલથી ભજ્યા છે

અને જગ વિદિત છે કે બાપુ એક વાર નહીં ‘હે રામ !’ બે વાર બોલ્યા હતા અને વસમી વિદાય લીધી હતી.

પૂજ્ય બાપુજીનું જીવન આભૂષણ તેમની પ્રાર્થના હતી. તેઓ સદૈવ કહેતા, ‘પ્રાર્થના કરો. મનથી પ્રાર્થના કરો. હૃદયના ઉદ્ગારથી પ્રાર્થના કરો. પ્રાર્થના એટલે કંઈ માગવાનું નથી. પ્રાર્થના તો પ્રભુ સાથે જોડતો સેતુ છે. કોઈ પણ પ્રાર્થના કદી પણ નિષ્ફળ જતી નથી. વહેલી મોડી તમામ પ્રાર્થનાઓનો પ્રત્યુત્તર પ્રભુ આપે જ છે, આ મારી અનુભૂતિ છે.’ બાપુનું જીવન એક સત્યવ્રતી, નિર્મોહી અને રાષ્ટ્રને સમર્પિત હતું. તેનો પાયો હતો - અંગત જીવનનું અનુશાસન, આત્મનિષ્ઠા અને દૃઢ સંકલ્પશક્તિ.

જ્યાં સુધી સત્યનો પ્રશ્ન છે પૂજ્ય બાપુજીને મન સત્ય એટલે ઈશ્વર અને ઈશ્વર એટલે સત્ય. સત્ય તેમના હૃદયનું સ્પંદન હતું. આ સમગ્ર વિશ્વ ‘સત્’ ના આધારે જ ટકી રહ્યું છે.

પૂજ્ય બાપુજીએ ‘સત્ય’ વિચાર, વાણી કે વર્તન વિશે લેશમાત્ર બાંધછોડ કરી નથી. એમનાં જીવનની સ્પષ્ટ સમજણ એટલે જ્યાં સત્ય છે, ત્યાં જ સત્ ચિત્ આનંદ છે. સત્ સિવાય બીજું કંઈ પણ જ્ઞાન હોઈ જ શકે નહીં. ચિત્ અથવા જ્ઞાન એટલે પણ ઈશ્વર જ થાય અને જ્યાં જ્ઞાન (Bliss) હોય ત્યાં અજ્ઞાન, શોક કે દુઃખ પણ ન જ હોય. સત્યમાં નિષ્ઠા, શ્રદ્ધા અને વિશ્વાસ એ જ માનવ જીવનનાં અસ્તિત્વની આધાર શિલાઓ છે. આપણી બધી જ પ્રકૃતિઓ સત્યને જ કેન્દ્રમાં રાખીને કરવી જોઈએ. ખરેખર, સત્યનો જ જય છે. સત્યથી મોટો કોઈ ધર્મ નથી.

આહાર મનનું નિર્માણ કરે છે - ૨

- શ્રી સ્વામી સચ્ચિદાનંદજી

યોગી તરીકે અમે બીજાને ઓછામાં ઓછી તકલીફ પડે તેમ ઈચ્છીએ. જો અમારી જીભને માંસ ખાવાનું મન થાય તો તેને નિયંત્રિત કરવાનું સહેલું છે. અમે કહીએ : “વનસ્પતિમાં પણ ચૈતન્ય છે.” વનસ્પતિમાં નિઃશંક ચૈતન્ય છે અને વૈજ્ઞાનિકોએ પ્રયોગો દ્વારા તેની સાબિતી પણ આપી છે. જ્યારે આપણે તેનો ખોરાક તરીકે ઉપયોગ કરીએ છીએ ત્યારે તેને ઈજા કરતાં હોઈશું પણ આ વાતનો સૂક્ષ્મ રીતે વિચાર કરવો જોઈએ. વનસ્પતિ, પ્રાણીઓ અને મનુષ્ય વચ્ચેનો તફાવત તેમના ચૈતન્યની વિસ્તૃતતા પર છે. વૃક્ષમાં ચૈતન્ય છે પણ તે ઓછા-વત્તા પ્રમાણમાં સ્વખાવસ્થા સ્થિતિ જેટલું હોય છે. પથ્થરમાં પણ ચૈતન્ય છે. તેનું પ્રમાણ સુષુપ્તાવસ્થાના ચૈતન્ય જેટલું હોય છે. દરેક પદાર્થમાં ચૈતન્ય હોય છે, પરંતુ ચૈતન્યની વિસ્તૃતતા તથા વ્યક્તતાનું પ્રમાણ ભિન્ન ભિન્ન હોય છે. મનુષ્યમાં ચૈતન્ય વધુમાં વધુ વિસ્તૃત તેમજ વ્યક્ત હોય છે અને તેથી મનુષ્યમાં વધુમાં વધુ લાગણીશીલતા પણ હોય છે. વસ્તુનું ચૈતન્ય જેમ વધુ વિસ્તૃત તેમજ વધુ વ્યક્ત તેમ તે વધુ સંવેદનશીલ. સહેજ પણ સ્પર્શની તરત અસર થાય.

આ સંવેદનશીલતા બધા મનુષ્યમાં એકસરખી હોતી નથી. ચાલીસ વિદ્યાર્થીઓના વર્ગનો વિચાર કરીએ. શિક્ષક વર્ગમાં દાખલ થાય છે ત્યારે બે વિદ્યાર્થીઓ તોફાન કરતા જણાય છે. તેમાંનો એક ભણવામાં ખૂબ હોશિયાર છે અને બીજો તદ્દન ઠોઠ છે. શિક્ષક ગુસ્સે થઈ કહે છે; “અરે મૂખાઓ તમે શું કરી રહ્યા છો?” તેમના ઠપકાથી તેમની લાગણી ઘવાશે? હા, પણ કોના મન પર વધુ અસર થશે? આપણને કોઈ ફિલસૂફ કે માનસશાસ્ત્રીનો જવાબ જોઈતો નથી. સામાન્ય સ્તરથી વિચારીએ તો ભણવામાં ખૂબ હોશિયાર વિદ્યાર્થી પર શિક્ષકના ઠપકાના શબ્દોની વધુ અસર થશે. બીજો કદાચ હસી કાઢશે : “હા-હા તેમણે મને મૂર્ખ કહ્યો. તેમણે મને

મહત્વ તો આપ્યું.” તેની સાથે ભાગ્યે જ બોલતા શિક્ષકના શબ્દોથી મગરૂર પણ બન્યો હોય. તે આ રીતે પણ ધ્યાન ખેંચી શક્યો તેનો આનંદ પણ થયો હોય પણ વધુ તેજસ્વી વિદ્યાર્થી તેની સંવેદના ઘવાઈ હોવાથી થોડીક રાત્રિઓ શાંતિથી ઊંઘી નહિ શક્યો હોય.

આ બુદ્ધિના વિકાસ અને ચૈતન્યની વિસ્તૃતતાના તફાવતના લીધે છે. જેમ વધુ વિકસિત તેમ વધુ લાગણીશીલ. જો ખોરાક માટે કોઈને મારી નાખવાનું જ હોય તો તમે મનુષ્યને મારી નાખવા કરતાં પ્રાણીને મારી નાખવાનું વધુ પસંદ કરશો, કારણ કે તમે જાણો છો કે પશુ કરતાં મનુષ્ય વધુ સંવેદનશીલ હોય છે. તે જ પ્રમાણે વનસ્પતિની સંવેદનશીલતા પ્રાણીની સંવેદનશીલતા કરતાં ઘણી ઓછી હોય છે. ખોરાક માટે આપણે કોઈકને તો ઈજા પહોંચાડવાની જ હોય તો જેની સંવેદનશીલતા ઓછી હોય તેનો જ ઉપયોગ કરીએ.

આ જ મુદ્દો છે : શક્ય હોય ત્યારે ઓછામાં ઓછી ઈજા થાય તે લક્ષમાં રાખવું. પછી કોઈ વૃક્ષ ઉપરથી ફળ તોડવાનું હોય તો પણ કાચું સફરજન જલ્દી જોર કર્યા વગર તૂટતું નથી પણ બીજા પાકાને તમે અડો કે તરત જ તમારા હાથમાં આવી જાય છે. ક્યું ફળ લેવાથી વૃક્ષને ઓછી ઈજા થશે? તમે જ્યારે પાકું ફળ તોડો ત્યારે વૃક્ષને કદાચ આનંદ થશે, કારણ કે તે આપવા માટે તૈયાર છે અને તમે તેનો સ્વીકાર કરો છો. બીજું ફળ કહી શકે : “મને તોડશો નહિ, હું હુજું કાચું છું.” પછી જો તેને બળજબરીથી તોડો તો તેને ઈજા થાય. તમે કોઈને ઈજા ન થાય તે માટે સજાગ હો તો આવાં સૂક્ષ્મ ચેતનાના વિચારનાં ઉદાહરણો નોંધી શકાય.

જો ખોરાક તમને ખૂબ સહેલાઈથી મળી શકે તો તમે ખાઈ લો પણ જો તે તમારાથી દૂર ભાગે તો તેને

અનુસંધાન પાનં નં ૧૭ ઉપર

સ્વામી વિવેકાનંદ અને યુવાવર્ગ

શ્રી સ્વામી નિખિલેશ્વરાનંદજી

આંતરરાષ્ટ્રીય યુવા વર્ષના ઉપક્રમે ૧૯૮૫માં ભારત સરકારે એક મહત્વપૂર્ણ નિર્ણય લીધો હતો - સ્વામી વિવેકાનંદના જન્મદિન ૧૨ જાન્યુઆરીને પ્રતિવર્ષ રાષ્ટ્રીય યુવાદિનના રૂપમાં ઊજવવો. ભારત સરકારે આનું કારણ આપતાં કહ્યું છે કે - 'એવું જોવામાં આવે છે કે સ્વામી વિવેકાનંદનું દર્શન અને જે આદર્શોનું એમણે પાલન કર્યું તથા જેમનો એમણે ઉપદેશ આપ્યો એ ભારતના યુવાવર્ગ માટે પ્રેરણાનો મહાસ્રોત બની શકે તેમ છે.' આના સંદર્ભમાં ભારત સરકારે રાષ્ટ્રીય યુવા સપ્તાહ (૧૨થી ૧૯ જાન્યુઆરી) ઊજવવા જે કાર્યક્રમ યોજવા નિર્દેશ આપ્યા છે તેમાં સ્વામી વિવેકાનંદના આદર્શ પર વિચાર કરવાને મહત્વપૂર્ણ સ્થાન આપ્યું છે. ભારત સરકારનું આ પગલું અત્યંત પ્રશંસનીય છે. ખરેખર તો આ ઘોષણા આઝાદી પછી તરત જ થવી જોઈતી હતી. ખેર, જગ્યા ત્યારથી સવાર.

ચિર યુવા સ્વામી વિવેકાનંદ યુવાવર્ગ માટે સદાય આદર્શરૂપ છે. સ્વામી વિવેકાનંદે ૩૯ વર્ષની વયમાં જ મહાસમાધિ લીધી અને આમ પોતાની યુવાવસ્થામાં જ મહાનતાનાં શિખર આંબી લીધાં હતાં. ભૌતિક તથા ભાવરૂપે બંને રીતે તેઓ સદા યુવા રહ્યા. ૧૨ ભાગોમાં પ્રગટ થયેલ સ્વામી વિવેકાનંદના સંપૂર્ણ સાહિત્યનું અધ્યયન કરવાથી જોવા મળશે કે તેમણે લખેલા મોટા ભાગના પત્ર પોતાના યુવા ગુરુભાઈઓ અથવા આલાસિંગા પેરૂમલ, ભગિની નિવેદિતા વગેરે યુવક-યુવતીઓને લખેલા, મોટા ભાગના તેમના વાર્તાલાપ શરતચંદ્ર ચક્રવર્તી વગેરે યુવકો સાથે થયેલા. મોટા ભાગનાં તેમનાં વ્યાખ્યાનના શ્રોતાઓ યુવકો (ભારતમાં) અને યુવતીઓ (વિદેશમાં) હતાં. તેમનાં વ્યાખ્યાન સાંભળી અથવા વાંચીને ઘણાં યુવક-યુવતીઓએ પોતાનું

જીવન ભારતવર્ષ માટે સમર્પિત કરી દીધું હતું. ભગિની નિવેદિતા, શ્રી અરવિંદ, સ્વામી રામતીર્થ, મહાત્મા ગાંધી, સુભાષચંદ્ર બોઝ, જવાહરલાલ નહેરુ, ચક્રવર્તી રાજગોપાલાચારી, ડો. રાધાકૃષ્ણન વગેરે તથા યુવક-યુવતીઓના પ્રેરણા-સ્રોત હતા, સ્વામી વિવેકાનંદ.

ગાંધીજીએ કહ્યું હતું, 'હું તેમનાં (સ્વામી વિવેકાનંદનાં) લખાણો સાંગોપાંગ ઝીણવટથી વાંચી ગયો છું અને એ પૂરેપૂરાં વાંચી લીધા પછી મારામાં રહેલો સ્વદેશપ્રેમ હજાર ગણો વધી ગયો.' સુભાષચંદ્ર બોઝે કહ્યું હતું, 'શ્રીરામકૃષ્ણ અને સ્વામી વિવેકાનંદ તરફનું મારું ઋણ હું શબ્દો દ્વારા કેવી રીતે વ્યક્ત કરી શકું? તેમના પવિત્ર પ્રભાવ તળે જ મારા જીવનની પહેલી જાગૃતિ થઈ હતી. સ્વામીજી આજે જો જીવિત હોત તો મારા ગુરુ બન્યા હોત'. તેમણે સ્વીકાર્યું છે કે, 'અમારા સમયમાં વિદ્યાર્થીવર્ગ પર સ્વામીજીનાં ભાષણો અને લેખોનો જેવો પ્રભાવ પડ્યો તેવો બીજી કોઈ વ્યક્તિએ પાડ્યો નહોતો. તેમણે જાણે કે તેઓની આશા અને અરમાનોને સંપૂર્ણપણે વ્યક્ત કર્યાં હતાં.'

સ્વામી વિવેકાનંદનો સંદેશ દરેક યુવા પેઢી માટે પ્રેરક છે. આ સંબંધમાં શ્રી જવાહરલાલ નહેરુએ રામકૃષ્ણ મિશન, દિલ્હીમાં ૧૯૪૯માં જે કહ્યું હતું તે આજની યુવા પેઢી માટે પણ એટલું જ લાગુ પડે છે. તેમણે કહ્યું હતું, 'અત્યારે યુવા પેઢીના કેટલા લોકો સ્વામી વિવેકાનંદના લેખો અને ભાષણો વાંચે છે તે હું જાણતો નથી પણ હું એટલું કહીશ કે મારી પેઢીમાંના ઘણા લોકો સ્વામીજીની પ્રબળ અસર હેઠળ આવેલા અને આજની પેઢી સ્વામીજીનાં લેખો અને ભાષણો વાંચશે તો તેમને પણ તે ખૂબ લાભદાયી થશે એમ હું માનું છું.'

કાકા કાલેલકર જ્યારે પોતે તરુણ હતા ત્યારે તરુણો પર સ્વામી વિવેકાનંદની કેવી જબરદસ્ત અસર થઈ હતી તેનું વર્ણન કરતાં તેઓ કહે છે, 'જે સમયે સ્વામી વિવેકાનંદે દુનિયા અને ભારત પર પોતાનો તેજસ્વી પ્રભાવ પાડ્યો તે સમયનો હું એક તરુણ છું. સ્વામી વિવેકાનંદ પહેલાં અમે કેવી રીતે વિચાર કરતા હતા અને ત્યાર પછી કઈ રીતે વિચાર કરતા થયા, આ આખું પરિવર્તન મેં પોતે અનુભવ્યું છે.'

કવિવર રવીન્દ્રનાથ ટાગોરે રોમા રોલાને કહ્યું હતું, 'તમારે ભારતવર્ષને સમજવું હોય તો વિવેકાનંદનું અધ્યયન કરો. તેમનામાં બધું જ વિધેયાત્મક છે, કશું જ નિષેધાત્મક નથી.'

રોમા રોલાએ સ્વામી વિવેકાનંદનું જીવનચરિત્ર ફ્રેંચ ભાષામાં લખ્યું ત્યારે સ્વામી વિવેકાનંદની મહાસમાધિને લગભગ ૩૦ વર્ષ થઈ ગયાં હતાં, તેમાં તેઓ સ્વામી વિવેકાનંદના ગ્રંથોની તેમના પરની અસરનું વર્ણન કરે છે - 'તેમના (સ્વામી વિવેકાનંદના) શબ્દોને જ્યારે સ્પર્શું છું, જે ૩૦ વર્ષ પૂર્વેના ગ્રંથોનાં પાનાંમાં ફેલાયેલો છે ત્યારે મારા દેહમાં વિદ્યુતનો એક આંચકો અનુભવ્યા વગર રહી શકતો નથી.'

સુષુપ્તપણે રહેલી યુવાશક્તિને જગાડવા માટે આજે આવા વિદ્યુતના આંચકાની જરૂર છે અને યુવાવર્ગને એ મળશે સ્વામી વિવેકાનંદના ગ્રંથોમાંથી. એશ-

આરામની આશામાં ડૂબેલી, ફક્ત નોકરી મેળવવામાં જ જીવનનું સર્વસ્વ માનનારી આજની યુવા પેઢીને પોતાનાં ચારિત્ર્ય નિર્માણ અને દેશના પુનર્નિર્માણના કાર્યમાં લાગી જવાની પ્રેરણાશક્તિ સ્વામી વિવેકાનંદનાં લખાણોમાંથી મળશે.

આજનો યુવાવર્ગ ઉચિત માર્ગદર્શનના અભાવમાં પોતાની શક્તિને કેવી રીતે વેડફી રહ્યો છે ! કૂડ ઓઈલને જ્યારે રિફાઈન કરવામાં આવે છે ત્યારે જ તેમાંથી પેટ્રોલ, ડીઝલ વગેરે મૂલ્યવાન પદાર્થો મળે છે તેવી જ રીતે આજની યુવાશક્તિને પણ રિફાઈન (શુદ્ધિકરણ) કરવાની આવશ્યકતા છે. આ રિફાઈનિંગની પ્રક્રિયા માટે અને યુવાવર્ગના ઉચિત માર્ગદર્શન માટે સ્વામી વિવેકાનંદના ગ્રંથો અત્યંત ઉપયોગી નીવડી શકે તેમ છે.

આજે આપણો દેશ જ્યારે ભયંકર કટોકટીમાંથી પસાર થઈ રહ્યો છે, ત્યારે યુવાવર્ગની જવાબદારી વધી જાય છે. સ્વામી વિવેકાનંદની યુવાવર્ગ પાસેથી ઘણી અપેક્ષા હતી. તેમણે કહ્યું હતું - 'મને યુવા પેઢીમાં આધુનિક પેઢીમાં શ્રદ્ધા છે, મારા કાર્યકરો આ પેઢીમાંથી જ આવવાના છે. સિંહની માફક તેઓ સમગ્ર પ્રશ્નોનું નિરાકરણ કરશે.'

□ 'સફળતાનું રહસ્ય-સર્વાંગી વ્યક્તિત્વ વિકાસ' માંથી સાભાર



પુણ્યસ્મૃતિ

શિવાનંદ આશ્રમ, વ્યવસ્થાના સભ્ય આદરણીય શ્રી કમલેશ ખન્નાજીનાં કરૂણામયી અને પૂજ્યા માતૃશ્રી શ્રીમતી સરલાદેવી હરિરામ ખન્નાનું દેહાવસાન તા. ૨૧-૧-૨૦૨૧, શાર્કભરી નવરાત્રી અષ્ટમીની સવારે થયું છે. તેમનું વય ૯૪ વર્ષનું હતું. મોતીના દાણા જેવા અક્ષરોમાં તેમણે અંતકાળ સુધી મંત્રલેખન કર્યું. તેમનાં હૃદય ઉપર બંને ગુરુ ભગવંતોનાં પાદુકાજી પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજે પધરાવ્યાં હતાં. હરિ ઐં અને ઐં નમો નારાયણાય સ્વમુખે ઉચ્ચારીને તેમણે અંતિમ શ્વાસ લીધા. દિવંગતનો આત્મા તો પરમતત્વને પામશેજ. શોકગ્રસ્ત પરિજનોને 'મા'ની પુણ્ય સ્મૃતિ હેત્વે પ્રાર્થના.

ૐ શાંતિ - શિવાનંદ આશ્રમ.

રામાયણ હકીકત છે, વિદ્વાનોનું કથન છે.

શ્રી અમર તેજસ્વી
સમાચારપત્ર - સંપાદક DC
હેદરાબાદ, જૂન ૧૭, ૨૦૨૦

આપણા પૂર્વજો કે જેમની વાતો આપણાં મહાકાવ્યોમાં છે, તે જનજાતિને ઓળખી શકાય છે.

દિલ્હી વિશ્વવિદ્યાલયનાં મહાકાવ્યો સંબંધી સંશોધન વિભાગે અધિકૃત માહિતી આપતાં કહ્યું છે કે હજારો વર્ષ પૂર્વે જે રામાયણની ઘટના બની તે વાસ્તવિક છે.

વૈજ્ઞાનિકોનું કથન છે કે અમારા સંશોધનમાં જણાયું છે કે રામાયણમાં જે જે જાતિઓ - જનજાતિઓ, જેવી કે ગોંડ, કોલ કે ભીલનાં વર્ણન છે, તેમાં પ્રમુખત્વે ગોંડ સમુદાય આદીલાબાદ (જિલ્લો - તેલંગાણા) ખાતે હજુ પણ આદિવાસી વિસ્તારોમાં જોવા મળે છે.

૬૦,૦૦૦ વર્ષ પૂર્વેની આ પ્રજાનાં પગરણ સંશોધકો દાવા-પુરાવા-અધિકાર સાથે રામાયણમાં વર્ણવેલી આ પ્રજાઓની વાસ્તવિકતાની ઉપલબ્ધિની સાક્ષી પૂરે છે, જેનાં લક્ષણો ૧૨,૦૦૦ વર્ષ પૂર્વેથી જે રામાયણમાં વર્ણવેલાં છે તે આ પ્રજા છે.

ગોંડ, કોલ અને ભીલ સંબંધી એવું માનવામાં આવે છે કે તેઓ પૌરાણિક આદિવાસી છે કે જેઓ જે પ્રદેશોમાં મળી આવ્યા છે તે પ્રદેશોનું વર્ણન રામાયણમાં કરવામાં આવ્યું છે.

આપણાં આ પૌરાણિક પાત્રો અને ઇતિહાસ સંબંધી અનેક વાર અગણિત પ્રશ્નો પૂછવામાં આવ્યા છે. જ્યારે આ સંબંધી અધિકૃત માહિતીનું ઉદ્ઘાટન રામાયણનાં કથન અને સત્ય ઘટના સંબંધી પૂછપરછ વર્તમાન યુગમાં થોડી વધી જ ગઈ છે.

દિલ્હી વિશ્વવિદ્યાલયના પુરાતત્ત્વ માહિતી વિભાગના પ્રાધ્યાપક આદરણીય શ્રી ડો. વડલામુડી રાઘવેન્દ્ર રાવ કે જે તેમનાં એક સંશોધનમાં કહે છે કે, “રામાયણમાં વર્ણવવામાં આવેલી તમામ ઘટનાઓ સત્ય ઘટના છે. અમારું સંશોધન કહે છે કે, વર્તમાન પ્રજામાં

પૌરાણિક પાત્રોનાં આનુવંશિક ગુણો ધરાવતી પ્રજા છે અને ગહન દષ્ટિકોણ અને સંશોધનમાં આ હકીકત પુરવાર પણ થઈ છે.”

આપણા પૂર્વજોનાં અસ્તિત્વનાં સંશોધન વિષયક સંશોધક શ્રી જ્ઞાનેશ્વર ચૌબે (વૈદિક સંશોધન વિજ્ઞાન) ડો. સરોજ બાલાનંદ અને ડો. રાઘવેન્દ્ર રાવ દ્વારા આ સંશોધન કરવામાં આવ્યું છે.

મહાકાવ્ય રામાયણમાં વિશેષ કરીને ભીલ, કોલ અને ગોંડ ભારતીય આદિવાસી તથા જનજાતિઓનું વર્ણન કરવામાં આવ્યું છે. ખાસ કરીને અયોધ્યાકાંડ, અરણ્યકાંડ અને કિષ્કિંધાકાંડમાં ગોંડ પ્રજાતિનાં અનુવંશજો આદીલાબાદ જિલ્લામાં અને ઈતર રાજ્યમાં પણ મળી આવ્યાં છે, જેની ગણના લગભગ ૪૦ લાખ જેટલી તો કરી જ શકાય.

સંશોધનનો અભ્યાસ એમ કહે છે કે, “આ જનજાતિ અને પ્રજાતિ પથ્થર યુગથી અસ્તિત્વમાં છે; જે વંશજો - આનુવંશિક પ્રજાનું રામાયણમાં વર્ણન છે તે તેને પુરવાર કરે છે.

સંશોધકોનું કથન છે કે આ આદિવાસીઓના સમૂહના ખૂબ જ નિકટતાનો સંબંધ ‘દ્રવિડિયન’ પરિવારોમાં મળી આવે છે કે જેને આપણે દક્ષિણ ભારતીય પ્રજા તરીકે ઓળખીએ છીએ.

આર્યો-આર્યપ્રજા ભારતમાં બહારનાં રાષ્ટ્રમાંથી આવ્યા છે કે નહીં તે સંબંધી ફરી વાદ-સંવાદ થઈ રહ્યો છે.

સંશોધનકારોનું કથન છે, અને સ્પષ્ટપણે - દઢતાપૂર્વક કહેવાનું છે કે ૧૨,૦૦૦ વર્ષ પૂર્વે આર્યો ભારતના બાહ્ય પરિસર - માંથી આવ્યા તે કથન-સત્ય નથી. તેને નકારવામાં આવેલ છે.

દિલ્હી વિશ્વવિદ્યાલયનાં મહાકાવ્ય સંબંધી

સંશોધન વિભાગ દ્વારા હાથ ધરવામાં આવેલ સંશોધનમાં સ્પષ્ટીકરણ કરવામાં આવ્યું છે, “અમારા ખૂબ જ ગહન સંશોધન અને પૃથક્કરણમાં અમે અનુભવ્યું છે કે પરંપરાગત ત્રણ જનજાતિ કે પ્રજાતિના આદિવાસીઓના વંશેજો કે જે વિશાળ સમૂહમાં વર્તમાન ભારતમાં જોવામાં આવે છે તે મૂળ તો ભારતીય જ છે, કે જેને આપણે ‘દ્રવિડિયન’ તરીકે ઓળખીએ છીએ. તેઓ ભારતની બહારથી આવેલી પ્રજા નથી.” આવું સંશોધન દ્વારા માનવામાં આવે છે.

ડૉ. વડલામુડી રાઘવેન્દ્ર રાવ કે જેઓ આ સંશોધનના એક પ્રમુખ પ્રવક્તા છે. તેમણે કહ્યું. “DNA-આનુવંશિક ગુણોના સંશોધન દ્વારા આ સત્ય સામે આવેલ છે, અને DNA સંશોધન આ પ્રકારના વિષયમાં સંભવ પણ છે. અમને અમારા સંશોધનમાં સફળ પરિણામ મળેલ છે કે આ આદિવાસીઓનાં પગરણ બાહ્ય પ્રજાઓનું પરિણામ નથી, પરંતુ આપણી જ ભૂમિ પર અસ્તિત્વમાં

આવેલ પુરાતન પ્રજા છે.”

પરંતુ વૈજ્ઞાનિકોનું કથન છે કે ભારતમાં આવેલી આર્ય પ્રજા દક્ષિણ આફ્રિકામાંથી, ભૂમધ્ય રાષ્ટ્રમાંથી ભારતમાં પ્રવેશેલ પ્રજા છે કે જેની ભારતના ભૂખંડ ઉત્તરપૂર્વીય પ્રદેશોમાં આજે ઉપલબ્ધ છે.

જ્યારે ભારતના ભૂખંડમાંથી જ પાશ્ચાત્ય પ્રદેશો (યુરોપ વગેરે)માં ભારતીય પ્રજાએ સ્વકીય અસ્તિત્વ ઊભું કરેલ છે, જેનો અત્યારે બહુચર્ચિત આ વિષય સંબંધી સમાચાર વિષયક અન્ય વૈજ્ઞાનિકો અને સંશોધકોએ મત આપ્યો છે કે આ ભારતીય પ્રજાના અસ્તિત્વને આધાર કરવાનું એટલે “કેસરિયા રંગ”ના પ્રચારનું કાર્ય છે.

DC - પત્રકાર, હૈદરાબાદ - જૂન ૧૭, ૨૦૨૦
(DC = ડેક્કન કોનિકલ હૈદરાબાદનું પ્રમુખ સમાચારપત્ર છે, જે હવે આ વર્ષથી ચેન્નઈમાં શરૂ થયું છે.)

(આહાર મળવું નિર્માણ કરે છે - ૨ પાન નં ૧૩ ઉપરથી ચાલુ)

લેતા નહિ. જ્યારે તમે પ્રાણીને મારો અને તે ચીસ પાડે તો તેને તમે ન ખાઓ તો સારું. તમે એમ માનતા હશો કે પશુઓનું સર્જન મનુષ્યજાતના ઉપયોગ-સેવા માટે કરવામાં આવ્યું છે, જો કે પશુઓને આવું કંઈ કહેવામાં આવતું નથી અથવા તેમણે કંઈ ધર્મશાસ્ત્ર વાંચ્યાં હોતાં નથી. આ તો આપણે માણસો જ તેઓ આપણી સેવા માટે છે તેમ ઈચ્છીએ છીએ. તમારા ઉપયોગ માટે પ્રાણીઓનો ઉપયોગ કરવો તેનો અર્થ મને તમારે ખાઈ જવું એવો ન જ હોય. જો તમે સારી રીતે ખવડાવશો તો ગાય દૂધ આપશે. બળદ ખેતીના કામમાં આવશે અને ઘોડો ગાડી ચલાવશે કે તેના પર સવારી થઈ શકશે.

જો તમારે ત્યાં માંસનું ભોજન પસંદ કરતાં મહેમાન કે માતા-પિતા આવે તો તમારે શું કરવું જોઈએ? આપણા દૈનિક જીવનમાં આવું બનતું હોય છે. કેટલીક વાર એવું પણ બને કે દંપતીમાંના એકને શાકાહાર ફાવતો હોય, બીજાને માંસાહાર ગમતો હોય. આવી

પરિસ્થિતિમાં આપણે આપણો નહિ, બીજાનો વિચાર કરવો જોઈએ. જે ખાણું તૈયાર કરતું હોય તેણે પોતાનું ખાણું તૈયાર કરવાની સાથે પોતાના પતિ કે પત્ની તેમજ મહેમાનો માટે સહેજ પણ મોં બગાડ્યા વગર ખાણું તૈયાર કરી પીરસવું જોઈએ. આ ખૂબ મોટી સિદ્ધિ અને મહાન સદ્ગુણ ગણાય છતાં તમે તમારી પસંદગી મુજબ જમી શકો છો પણ આ બધી વાતો ખૂબ અંગત છે. તમને જે ગમે તે બીજાને ગમાડવું જોઈએ તેવો આગ્રહ નહિ રાખવો જોઈએ. જો તમારા કોઈ મિત્રને તમારે વધુ સારા આહાર તરફ વાળવો હોય તો સારા ઉપાયો છે; જ્યારે તે માંદો પડે ત્યારે તમારી સારી તબિયત જોઈ તમારી સલાહ પૂછે તો તમે તેને વધુ સ્વાસ્થ્યકારક ખોરાક માટે સલાહ આપી શકો. તમારી સલાહ તે વખતે વધુ સામર્થ્યવાળી અને સ્વીકાર્ય બનશે.

□ ‘આતમની અટારીએથી’માંથી સાભાર

નવી દુનિયામાં-૩

- ડૉ. શ્રી શરદચંદ્ર બેહરા

૧૩ એપ્રિલે સ્વામીજીએ સાન ફ્રાન્સિસ્કો છોડ્યું અને પોર્ટલેન્ડની ટૂંકી મુલાકાત લઈ મોન્ટ્રીઅલ આવી પહોંચ્યા. મોન્ટ્રીઅલમાં, ૨૦૨૯, સ્ટેન્લે સ્ટ્રીટમાં આવેલા શિવાનંદ યોગ વેદાંત કેન્દ્રની પ્રવૃત્તિઓને તેમણે માર્ગદર્શન આપ્યું. આ કેન્દ્રના અધ્યક્ષ સ્વામી વિષ્ણુ દેવાનંદ ત્યારે ત્યાં હાજર નહોતા. અહીં એમણે યોગનાં તથા ભારતીય સંસ્કૃતિનાં વિવિધ પાસાં અંગે વ્યાખ્યાનશ્રેણી ચલાવી. ૧૯મી મેએ તેઓ મોન્ટ્રીઅલથી વાનકુવર ગયા, જ્યાં સ્વામી રાધા (શ્રીમતી હેલ્મેન) તથા અન્ય ભક્તોએ એમનું ઉમળકાભેર સ્વાગત કર્યું. સાઉથ બુર્નાબીના ૬૫૯૧, માર્લબરો એવન્યૂમાં આવેલા આ શિવાનંદાશ્રમમાં ધ્યાન ઉપર એમણે નિયમિત વર્ગો ચલાવ્યા અને યોગની વિવિધ શાખા ઉપર વ્યાખ્યાનમાળા ચલાવી. પતંજલિનું યોગસૂત્ર, ભગવદ્ગીતા અને ઉપનિષદોને પોતાના જાતઅનુભવને આધારે સમજાવ્યાં. ઓગસ્ટના મધ્ય સુધી એમણે કેનેડાના આ પશ્ચિમી વિભાગમાં ગુરુદેવના મિશનને પાર પાડ્યું અને પછી ગુરુ દેવના આદેશથી ત્રીજા તથા ચોથા અઠવાડિયામાં એક અંગત કામ માટે પશ્ચિમ જર્મની પણ જઈ આવ્યા.

ઓગસ્ટ આખરમાં તો તેમણે પશ્ચિમ જર્મની છોડી દીધું અને પાછા લોસ એન્જલ્સ આવી પહોંચ્યા. હોલિવુડમાં ઈસ્ટ-વેસ્ટ કલ્ચરલ સેન્ટરના ઉપક્રમે તેમણે 'યોગના સિદ્ધાંતો' તથા 'જીવનનાં આધ્યાત્મિક મૂલ્યો' ઉપર દશ વ્યાખ્યાનો આપ્યાં. ત્યાંથી ફરી પાછા તેઓ થોડા આરામ માટે વાનકુવર ગયા. આ દરમિયાન તો આ વિશાળ દેશના ખૂણે ખૂણે સ્વામીજીની કીર્તિ ફેલાઈ ગઈ હતી. એશિયન સ્ટડીઝની અમેરિકન એકેડેમી તરફથી સાન ફ્રાન્સિસ્કોમાં અતિથિ પ્રાધ્યાપક તરીકે વ્યાખ્યાનમાળા ચલાવવા માટેનું નિમંત્રણ તેમને મળ્યું એટલે સાન ફ્રાન્સિસ્કો જવા માટે વાનકુવર છોડ્યું અને અમેરિકન એકેડેમી ઓફ એશિયન સ્ટડીઝના વિદ્યાર્થીઓ

સમક્ષ ચાર મહિના સુધી વેદાંત તથા ભારતીય વારસા ઉપર પ્રવચન આપ્યાં. આ દરમિયાન અનેક વર્ગો તેમજ જાહેર વ્યાખ્યાનના કાર્યક્રમ પણ થયા. ઘણી વખત શનિ-રવિમાં પૌલા માતાજી પાસે પણ જઈ આવતા, ત્યારે તે કેન્દ્રનું વાતાવરણ આશ્રમમાં પલટાઈ જતું અને સર્વત્ર આધ્યાત્મિક હવા જાણે ફેલાઈ જતી. અહીં સ્વામીજી તેમનો પૂરો સમય વાતલાપ, સત્સંગ, સામૂહિક ધ્યાન, યોગાસનના વર્ગો તથા સાધકોનાં ચિત્તના સંદેહ ટાળવા માટેની મુલાકાતોમાં વિતાવતા. ત્યાંના એક નગરગૃહમાં બે વખત એમણે જાહેર વ્યાખ્યાન પણ આપ્યાં. ખાસ કોઈ પ્રચાર પણ નહોતો થયો, તેમ છતાંય આખું સભાગૃહ લોકોની ભીડથી હકડેઠક થઈ ગયું. ઊભરાતા સાધકોની ભીડ માટે એક આત્મસાક્ષાત્કારી દિવ્યાત્માના સત્સંગ દ્વારા અનુભવાતાં આધ્યાત્મિક સ્પંદનો એ એક નવતર અનુભવ હતો. સ્વામીજી સૌને પોતાની કૃપા તથા જ્ઞાનનો પ્રસાદ વહેંચી પ્રેમની લહાણ કરતા.

આ બધા સત્સંગ યોજનારી કોઈક અગોચર શક્તિનો ઉલ્લેખ કરતાં સ્વામીજીએ પૌલા માતાજીને લખ્યું કે, 'જો ઈશ્વરેચ્છાનું પ્રબળ જોર અને તમારા અખંડ સ્મરણનું જમાપાસું ના હોત તો મારા પશ્ચિમ જગતના નિવાસ દરમિયાન વારંવાર જેમ્સ ટાઉન આવવા મને ક્યાંથી ફરજ પડી હોત?' પૌલા માતાજીની સ્વામીજી પ્રત્યેની ભક્તિ એ સાચે જ એક અદ્વિતીય અને રોમાંચક ઘટના છે. સ્વામીજીનો એમના પર એટલો બધો પ્રભાવ હતો કે સ્વામીજીએ જ્યારે અમેરિકા છોડ્યું ત્યારે માતાજીએ પોતાની તમામ માલ-મિલકત વેચી દીધી, પોતાની સઘળી ભૌતિક સુખ-સગવડ તજી દીધી અને શિવાનંદ આશ્રમમાં કાયમ માટે આવી જઈ પ્રમુખની કુટિર પાસે ઊંઠું કુટિર બંધાવીને પોતાનું જીવન પરમાત્માના ધ્યાન, પ્રાર્થના

તથા પ્રાણીઓની સેવામાં વિતાવવા લાગ્યા. જ્યારે એમનો અંતિમ સમય આવ્યો ત્યારે તેમની અંતિમ ઈચ્છા એટલી જ હતી કે સ્વામીજીના જ સ્વહસ્તે એમની કાયાને ગંગા નદીમાં વહેવડાવવામાં આવે. સ્વામીજીએ એમની અંતિમ ઈચ્છા અવશ્ય પૂરી કરી. આમ, શું પૂર્વમાં કે શું પશ્ચિમમાં, સ્વામીજી સ્થૂળ કાર્યક્રમ કરતાં પોતાના ભક્તો તથા સાધકો સાથેના પોતાના અનુસંધાનને જાળવી રાખવાને વધારે મહત્ત્વ આપતા. સાન ફ્રાન્સિસ્કોથી સ્વામીજી લોસ એન્જલ્સ ગયા. પછી ત્યાંથી ૧૯૬૧ના આરંભમાં હ્યુસ્ટન (ટેક્સાસ), મિલવોકી (વિસ્કોન્સીન) અને બીજાં કેટલાંક શહેરોમાં ફરીને ગુરુદેવના સંદેશનો પ્રચાર અને પ્રસાર કર્યો. ત્યાર બાદ તેઓ મોન્ટ્રીઅલના શિવાનંદ-યોગ-વેદાંત-કેન્દ્રમાં થોડા દિવસ ગાળવા ગયા. લગભગ દોઢેક વર્ષ સુધી સ્વામીજીએ ઉત્તર અમેરિકામાં યોગ અને વેદાંતનો પ્રચાર કર્યો. ૧૯૬૧ના માર્ચમાં મોન્ટ્રીઅલ છોડીને તેઓ ન્યૂયોર્ક તથા લંડનમાં એક-એક અઠવાડિયું રહ્યા. સ્વિટ્ઝર્લેન્ડમાં એક મહિના સુધી વાર્તાલાપ આપ્યા અને સેન્ટ ગોલની નજીક ટ્રોજનમાં 'ઈસ્ટર સ્પિરિટ્યુઅલ રીટ્રિટ' શિબિર ચલાવ્યો.

ત્યાર પછી જૂરિચ, બાઝલ અને બર્નમાં જાહેર પ્રવચન આપ્યાં. સ્વિટ્ઝર્લેન્ડથી તેઓ ખ્રિસ્તી સંત પાદ્રેપોનાં દર્શનાર્થે ઈટાલી ગયા. આ ખ્રિસ્તી પાદરી ફાંસના સાધુ હતા અને એમના બેઉ હાથે, બેઉ પગે તથા શરીરની એક બાજુ પર પાંચ ઘાનાં નિશાન હતાં. પોતાની આ પીડાને ઈશુની યાતના સાથે સરખાવી આ પાંચ ઘાની નિશાની પોતે મેળવી છે તેવું કહ્યું. જ્યારે સ્વામીજી એમને મળ્યા ત્યારે તેઓ સિત્તેર વર્ષના ખાસ્સા વયોવૃદ્ધ પાદરી હતા. આવા વયોવૃદ્ધ સંતે યુવાન ભારતીય સ્વામી પર કૃપાપૂર્ણ આશીર્વાદ વરસાવ્યા. સ્વામીજીએ આ આશીર્વાદ મેળવીને પોતાની ઊંડી કૃતજ્ઞતા દાખવી. આ પ્રમાણે ઈશ્વરમાં જેમણે પોતાના ચિત્ત તથા સમગ્ર હસ્તી તલ્લીન કરી મૂક્યાં છે તેવા ઈશ્વરભક્તો એકમેકને સમૃદ્ધ કરે છે તથા અજવાળે છે. સ્વામીજી ઈટાલીથી લંડન તરફ આગળ વધ્યા અને ત્યાંથી ફરી ન્યૂયોર્ક જઈ થોડા દિવસ ત્યાં ગાળી દક્ષિણ અમેરિકા માટે રવાના થયા.

□ 'કરુણા સાગર ચિદાનંદ'માંથી સાભાર

“નિર્વ્યાજ પ્રેમ”

હવે શિવાનંદ આશ્રમમાં નિયમિત યોગ વર્ગો પ્રારંભ કરવા તમામ યોગ શિક્ષકોની એક સભા રવિવારે સાંજે બોલાવવામાં આવી. તે સમયે ખૂબ કાળો, વિખરાયેલા વિચિત્ર સ્થિતિના વાળ અને અનેક સ્થળોએથી ફાટેલાં વસ્ત્રો પહેરેલો એક યુવક આવ્યો. સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીએ તેને પ્રેમથી આવકાર્યો અને બેસવા માટે કહ્યું. સભા વિસર્જન પછી સ્વામીજીએ પૂછ્યું, “કેમ આવવાનું થયું?” યુવકે કહ્યું, “વિંછિયાથી આવું છું.” આ વિંછિયા આશ્રમથી ૩૦ કિ.મિ. દૂર થાય. ત્યાં આશ્રમ દ્વારા નારાયણ સેવા કરવામાં આવે છે. “વિંછિયાથી?” “હા બાપુ” “બોલ આટલી ઠંડીમાં કેમ આવ્યો?” “બાપુ તમારા આશીર્વાદથી મને નોકરી મળી ગઈ છે, તેથી હું તમારી સેવા માટે.....” એક પોટલી

તેણે મૂકી. તેમાં ત્રણ વાર આછા ગુલાબી રંગનું શર્ટનું કાપડ અને બે ગમછા હતા. સ્વામીજીએ ખૂબ પ્રેમથી તે વસ્ત્રો લીધાં. પછી પૂછ્યું, “તને ઠંડી નથી લાગતી?” “ઈતો ઈંનું કામ કરે”

સ્વામીજીએ એક યોગાચાર્યને પોતાની કુટિરની ચાવી આપી કહ્યું, “અંદરના રૂમમાં આખી બાંયનું ‘પુલોવર’ છે, લાવો.” તે લાવવામાં આવ્યું. પેલા યુવકે પહેર્યું પણ ખરું. તે તાઈવાનના ભક્તોની ભેટ હતી પરંતુ સ્વામીજીએ કહ્યું, ‘આનાથી ઠંડી નહીં ઉડે ત્યાં બીજું પણ છે. ખૂબ કિંમતી અમેરિકન પુલોવર સ્વામીજીએ તેને પહેરાવ્યું. બંને આંખોમાં રાજીપો હતો સંતોષ હતો એક મેકના નિર્વ્યાજ પ્રેમનો.

- શ્રીમતી રૂપા મજમુદાર

આધુનિક યુગનું માધ્યમ - ૩

- શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી

આજના ભારતનો યુવાન આવતી કાલના રાષ્ટ્રનો આધાર સ્તંભ છે. આજની યુદ્ધથી પીડિત પેઢીના ઉપરાંત તેમણે દેશની લગામ સંભાળવાની છે. માટે બ્રહ્મચર્યની શક્તિ જ તેમને ભવિષ્યનાં કષ્ટપ્રદાયક કાર્યોને સફળતાપૂર્વક સંપન્ન કરવા માટેની યોગ્યતા પ્રદાન કરશે. ભારતના યુવાવર્ગને શક્તિશાળી, ઉત્સાહી, શુદ્ધ હૃદયી તથા આત્મવિશ્વાસુ બનાવવામાં સ્વામીજીનું આ ખૂબ જ મહત્વપૂર્ણ યોગદાન છે; આશા છે કે બધાં જ માતાપિતા, બધા જ શિક્ષકગણ, બધા જ ઉપદેશકો તથા સમસ્ત વિદ્યાલયો, મહાવિદ્યાલયો, પુસ્તકાલયો તથા વાચનાલયો આ પુસ્તકને લઈ, રાખી, વાંચી અને વંચાવીને ગૌરવનો અનુભવ કરશે.

એક વાર જ્યારે હું નવયુવકોની આવશ્યકતાઓ વિષે વિચારી રહ્યો હતો, ત્યારે એક વિચાર મારાં મસ્તકમાં ચમક્યો. ક્યારેક એવું પણ બનતું હોય છે કે જ્યારે માણસ રોટલો માગતો હોય પણ તેને પથરા મળતા હોય!

ઉપહાર આપવાના અવસરો પર; જેમ કે જન્મદિવસ, નવું વર્ષ, વિવાહ કે યજ્ઞોપવીત સંસ્કાર સમયે આપણે ઉપહાર માટે શ્રેષ્ઠ પુસ્તકો આપવાનું જ નક્કી કરવું જોઈએ. રેશમી શર્ટ, ગરમ કોટ, કાંડા ઘડિયાળ, ફાઉન્ટેનપેન તથા અન્ય અર્થહીન ઉપહારોથી પુસ્તકોનો ઉપહાર હજાર ગણો વધુ સારો છે. શેષ વસ્તુઓ તો ક્યારેય પણ ખરીદી શકાય છે. આવી વસ્તુઓ તો માનવને હંમેશા મોહ તો પમાડે જ છે, સાથે સાથે છળ પણ કરે છે. ભલું થાઓ આજની યંત્રયુગની સભ્યતાનું અને લોભાવે તેવી જાહેરાતોની કળાચાતુરીનું!

‘જીવનમાં સફળતાનું રહસ્ય’ (Sure Ways for Success in Life), ‘બ્રહ્મચર્યસાધના’ (Practice of Brahmacharya), ‘યોગાસન’ (Yoga Asanas)

તથા ‘યોગસાધના’નો બીજો ભાગ જેવાં, પુસ્તકોનો અમૂલ્ય ઉપહાર આજીવન ઉપયોગી સિદ્ધ થતો હોય છે; કારણકે જેને પણ આ ઉપહાર મળશે, તે અવશ્ય જીવન પર્યન્ત આભારી રહેશે. વિદ્યાલયોમાં પણ વાર્ષિકોત્સવના અવસરો પ્રસંગે જો પુસ્તકોને જ પુરસ્કારરૂપે વિતરણ કરવામાં આવે, તો પુરસ્કારનું મૂલ્ય પણ સો ગણું વધી જાય છે.

અને હવે અંતે ‘Inspiring Messages’ અર્થાત્ ‘પ્રેરણાસ્પદ સંદેશ’નું આલેખન કરીને સ્વામીજીએ સમાજના દરેક વર્ગના સ્ત્રી પુરુષો માટે લાભદાયક સંકેત, સુઝાવ, નિર્દેશ તથા ઉપદેશો પ્રદાન કર્યાં છે. આ પુસ્તકમાં ડોક્ટર, વકીલ, શિક્ષક, માતા-પિતા, વિવાહિત, અવિવાહિત, વાનપ્રસ્થી, સંન્યાસી, સેવા નિવૃત્ત વ્યક્તિ, નારી વર્ગ, સાધક ગણ, નાસ્તિક અને રોગી લોકો વગેરે સૌને માટે શિક્ષાપ્રદ સંદેશ આપેલા છે.

સ્વામીજીની રચનાઓની વિવિધતા અને વિશેષતા પણ ઉલ્લેખનીય છે. શિવાનંદ સાહિત્યનું અધ્યયન કરનાર પ્રત્યેક વ્યક્તિને પોતાની ડુચિ અને હિતનો એકાદ ફકરો તો અવશ્ય મળી જ જાય છે. સાચા સાધકો તથા આધ્યાત્મિક પથના પથિકો માટે તો તેમાં આધ્યાત્મિક અનુભવ અને જ્ઞાનનો તો મૂલ્યવાન સ્રોત જ ભરેલો પડ્યો છે. આત્યંતિક સત્યને દર્ષાંતો તથા કથાઓ દ્વારા સમજવાની ઈચ્છા ધરાવતા સાધક માટે પણ પરમ ઉપયોગી તેવાં બે પુસ્તકો છે. ‘દાર્શનિક કથાઓ’ અને ‘યોગવાસિષ્ઠની વાતઓ’. આ બંને રચનાઓમાં ધર્મ અને તત્ત્વદર્શનને ખૂબ જ સરળ, સ્પષ્ટ તથા રોચક શૈલીમાં પ્રસ્તુત કરવામાં આવેલ છે. ગંભીર વિષયોમાં ડુચિ ન રાખનારા લોકો માટે આ બંને પુસ્તક

અનુસંધાન પાન નં ૨૪ ઉપર

અચિંત્ય ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી-૨

- શ્રી સ્વામી કૃષ્ણાનંદજી

(પૂજ્યપાદ શ્રીમત્ સ્વામી કૃષ્ણાનંદજી મહારાજની ૧૯મી પુણ્યતિથિ નિમિત્તે વિશેષ પ્રસ્તુતિ)

આજે પણ મને થોડી ઘટનાઓ યાદ છે, જેણે મને આંચકો આપ્યો હતો અને છતાં હું તે ઘટનાઓને ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજીની મહાનતાની નિશાની તરીકે પ્રેમથી યાદ કરું છું. તે કપરા દિવસો હતા, આશ્રમની આર્થિક સ્થિતિ બહુ સારી ન હતી. આશ્રમમાં કોઈએ ફળ ચાખ્યાં પણ નહોતાં. તો ખાવાની વાત ક્યાં કરવી ! શ્રી ગુરુદેવ માટે થોડાં ફળ ખરીદવામાં આવતાં હતાં. ફક્ત તેમના માટે જ. તે વયોવૃદ્ધ હતા અને દરેક આશ્રમવાસી કાળજીપૂર્વક તેમનું ધ્યાન રાખતા. દરરોજ થોડાં ફળ ખરીદવામાં આવતાં અને ગંગાના કાંઠે આવેલી ગુરુદેવની કુટીરનાં નાના રસોડામાં રાખવામાં આવતાં. એક દિવસ કેટલાક મુલાકાતીઓ આવ્યા અને ગુરુદેવને પ્રણામ કર્યાં. સ્વામીજી તેમને આશીર્વાદ સ્વરૂપે પ્રસાદીમાં એક કે બે ફળ આપવા માગતા હતા.

પૂજ્ય ગુરુદેવે રસોઈયાને પૂછ્યું, “તમારી પાસે કેટલાં ફળ છે?”

“ના, સ્વામીજી, અહીં એક પણ ફળ નથી” રસોઈયાએ જવાબ આપ્યો. બિચારો ફળ આપે પણ ક્યાંથી? કારણ કે થોડાં જ ફળ હતાં, જે સ્વામીજી માટે જ ખરીદવામાં આવ્યાં હતાં. સાવ થોડાં ફળ - કદાચ બે કે ત્રણ સફરજન અને અમુક સંતરાં હતાં.

પૂજ્ય ગુરુદેવે કહ્યું, “જાવ અને જુઓ. કેટલાંક ફળ હશે.”

“ના, એકેય ફળ નથી” રસોઈયાએ કહ્યું.

મુલાકાતીઓ પ્રણામ કરીને પરત ફર્યા. પછી શ્રી ગુરુદેવે રસોઈયાને ફરી પૂછ્યું, “કોઈ ફળ નથી?”

“ના સ્વામીજી, એક પણ ફળ નથી” રસોઈયાએ જવાબ આપ્યો.

પૂજ્ય ગુરુદેવ સીધા રસોડામાં ગયા. તે વખતે ત્યાં કંઈ મોટું રસોડું નહોતું. કુટીરના એક ખૂણામાં જ સાવ

નાનું રસોડું હતું અને ત્યાં તેમને ફળની એક નાની ટોપલી મળી આવી, જેમાં થોડાં સફરજન અને સંતરાં હતાં. ગુરુદેવ બોલ્યા, “અહીં તો ફળ છે. તમે કેમ કહ્યું કે કોઈ ફળ નથી. હું મુલાકાતીઓને કેટલાંક ફળ આપવા માગતો હતો.”

“ના સ્વામીજી. આ ફક્ત તમારા માટે જ છે” રસોઈયાએ જવાબ આપ્યો.

“ઓહ ! મારા માટે?” આમ કહી તરત જ પૂજ્ય ગુરુદેવે ટોપલી લીધી અને વાંદરા તરફ બધાં ફળ ફેંકી દીધાં. તમે ગુરુદેવના આ વર્તન માટે શું કહેશો? ફળની આખી ટોપલી ફેંકી દીધી. આ દૃશ્ય જોઈ તમે શું કરશો? રડશો, આર્કદ કરશો કે આ વર્તણૂક સમજવાની કોશિશ કરશો?

મને હંમેશાં એવું લાગે છે કે કોઈ પણ ગ્રંથ કે મહાન ઉપનિષદ પણ, સંતોના જીવનચરિત્ર સામે નાનાં પડે છે. કદાચ સંતોના જીવનચરિત્રનો અભ્યાસ, શાસ્ત્રના અભ્યાસ કરતાં વધારે શ્રેયસ્કર હોઈ શકે. શ્રી મહીપતિ દ્વારા રચિત ‘મહાભક્ત વિજય’માં આપણને સંતોનાં પ્રેરણાત્મક જીવન પ્રસંગોનું વર્ણન મળશે. ભક્તિમાર્ગના પથપ્રદર્શક એવા ‘ભોમિયા’ની રોમાંચકારી, હૃદયસ્પર્શી અને ભક્તિભાવનો ઉમળકો વધારતી ઘટનાઓનું વર્ણન મળશે. આ કથામૃત ગ્રંથમાં ‘વારકરી’ સંપ્રદાયના ઘણા મરાઠી અને કન્નડ સંતોના જીવનચરિત્રની મહાન કથાઓ છે. આ સંત-કવિઓ ‘દુન્યવી’ દૃષ્ટિએ સાધારણ હશે, પણ તેઓ ‘અલૌકિક’ દૃષ્ટિએ મહાન ભક્તો હતા. એકનાથ, નામદેવ, પુરંદરદાસ અને તુકારામ જેવા સંતો સમૃદ્ધ જમીનદાર અથવા કરોડપતિ પરિવારનાં બાળકો ન હતાં. ‘ગરીબી’ એ તેમની એકમાત્ર સંપત્તિ હતી. તેમની પાસે ‘ગરીબી’- ‘સંપૂર્ણ ગરીબી’ સિવાય કશું જ નહોતું પણ

‘ઈશ્વરભક્તિ’ આ સંતોની પરમ સંપત્તિ હતી. તેઓ આધ્યાત્મિકતાના ભાવથી સંપન્ન હતા. પ્રભુ માટેનો તેમનો પ્રેમ જ તેમની પૂંજી હતી. ભક્ત અને ભગવાન બંને અનહદ પ્રેમની સગાઈએ બંધાયેલા હતા. આપણે લોકો ભગવાન પાસે યાચના કરીએ છીએ. પણ ઈશ્વર ખુદ આવા સંતોની સેવા કરવાનું પસંદ કરે છે, તથા ધન્યતા અનુભવે છે. ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ સ્વયં, ‘કાંડિયા કિખના’ના રૂપમાં સંત શિરોમણી નામદેવજીના ઘરે સેવાકાર્ય બજાવતા હતા. નાના બાળકના સ્વરૂપે ભગવાન પોતે પોતાના આ મહાન ભક્તનાં મેલાં કપડાં ધોતા, તેનાં ઁઠાં વાસણ માંજતા અને તેના ઘરનાં કચરા-પોતાં પણ કરતા. કથા પ્રસંગમાં એવું વર્ણન આવે છે કે વિકલનાથ-વિકોબાનાં દર્શનાર્થે, જ્યારે બીજા કોઈ સંત પંઢરપુર ગયા તો એમને કહેવામાં આવ્યું કે ભગવાન સ્વયં તો નામદેવના ઘરે સેવા બજાવે છે. પ્રભુની આવી લીલા સાંભળી આ સંત તો આશ્ચર્યચકિત થઈ ગયા અને કુતૂહલતા વશ તેઓ તરત જ હાંફળા-ફાંફળા નામદેવજીના ઘરે દોડી ગયા. તેમને એવી ઉત્કંઠા હતી કે પંઢરીનાથ વિકોબા કોઈ ‘ગરીબ’ના ઘરે કેવી રીતે હોય? પણ તરત જ બાળસ્વરૂપે આવેલા ભગવાને પોતાની લીલા સંકેલી લીધી અને ત્યાંથી અંતર્ધન થઈ ગયા. કોઈને ખબર ન પડી કે તેઓ ક્યાં ગયા. તેઓ કોઈને ન જાણ્યા.

મહાન ગુરુજનોના અંતરંગ શિષ્યોએ શી કઠણાઈઓ ભોગવી છે તે સમજવું અઘરું છે. તમે નહિ સમજી શકો કે જે દેખીતી રીતે દુઃખદાયક મુશ્કેલીઓ આવા મહાન ગુરુજનોના શિષ્યોએ વેઠી છે તે તેમના સ્વભાવના ઘડતરમાં શી ભૂમિકા ભજવે છે? અમારામાંના અમુક સાધુઓ નસીબદાર છે. જે શ્રી સ્વામી શિવાનંદજીના સંપર્કમાં આવ્યા. આવા કદની વ્યક્તિના સંપર્કમાં આવવું ખૂબ જ દુર્લભ છે. તેઓ ઈસુ ખ્રિસ્ત જેવા ઉદાર અને ક્રુણાસાગર તથા તેમનું હૃદય અતિશય વિશાળ હતું. તેઓ પોતાના સર્વસ્વનું દાન કરી શકતા. આવી ઉદારતાનાં દર્શન આવા ગુરુજનોમાં જ થાય. કોઈક વાર ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજીને પોતાના

શિષ્યોને આધ્યાત્મિક સિદ્ધાંતોનો ઉપદેશ આપવાનો વિચાર આવતો અને તેઓ આની તત્કાલ ઘોષણા કરતા. આવી ઘોષણાઓ અચાનક થતી. પહેલાંથી પ્રવચન કે ઉપદેશની કોઈ જાતની જાણ કરવામાં ન આવતી.

આશ્રમમાં, કોલકાતાનો એક યુવાન છોકરો રહેતો હતો. એક નાના ઓરડામાં જ્યાં દવાખાનું હતું, ત્યાં તે કમ્પાઉન્ડર તરીકે ફરજ બજાવતો હતો. એક દિવસ, આ યુવકને ગુરુદેવે અચંબિત કરી દીધો. સવારે લગભગ નવ વાગે ગુરુદેવ અચાનક આવ્યા અને બહારથી આ યુવકના ઓરડાના દરવાજાને તાળું વાસી દીધું અને પાછા તેમની કુટીરમાં આવી ગયા. કોઈને ખબર નહોતી કે આ મામલો શું છે.

તે યુવકે સ્નાન નહોતું કર્યું, બપોરનું ભોજન પણ ન મળ્યું. સૂર્યાસ્ત નજીક આવ્યો, પરંતુ પૂજ્ય ગુરુદેવ દ્વારા દરવાજા ખોલવાનો કોઈ સંકેત ન મળ્યો. છોકરાએ આખો દિવસ કંઈ પણ ખાધું ન હતું. જ્યારે મારે તે રસ્તેથી પસાર થવાનું બન્યું ત્યારે તે છોકરો બારીમાંથી ડોકિયું કરતો હતો. તેણે મને આ બનાવ અંગેની વાત કરી પણ હું શું કરી શકું? અમારામાંથી કોઈ પણ શું કરી શકે? શું કરવું તે અમને કોઈને પણ ખબર ન પડી. અમે બધાં ચોંકી ગયાં હતાં. તે યુવક પાસે નહાવા-ધોવા માટે પાણી પણ ન હતું. તેના માથે તો જાણે આભ ફાટી પડ્યું. તે ખૂબ દુઃખી હતો.

જેમ તેમ કરી તેણે આખો દિવસ અને આખી રાત ભારે દુઃખમાં પસાર કર્યાં. તે રડતો હતો અને વિચારતો હતો કે આ શું છે? આ શું થઈ ગયું?

બીજા દિવસે શ્રી ગુરુદેવ તેમના હાથમાં એક સંતરું લઈને આવ્યા. દરવાજા ખોલીને પૂછ્યું, “તું દિવસ-રાત શું વિચારી રહ્યો હતો?” “તે દિવસ અને રાતમાં કેટલી વાર ભગવાનને યાદ કર્યાં?” તમારી શું કલ્પના છે? આ યુવાન છોકરો શું વિચારી રહ્યો હશે?

યુવકે કહ્યું, “બધા પ્રકારના વિચાર કર્યા પણ ભગવાનનો વિચાર નથી કર્યો.”

“તો પણ તું એક ડાહ્યો છોકરો છે. તે એક મહાન તપ કર્યું છે.” પૂજ્ય ગુરુદેવ બોલ્યા અને તેને પ્રસાદમાં સંતરું આપી દીધું.

આશ્રમના સંતો હોય કે કામદારો હોય કે સહયોગીઓ, અમારામાંથી કોઈને પણ તેમના તરફથી આવા પ્રકારનાં સખત વર્તનથી મુક્તિ નથી મળી. મને યાદ છે કે એક દિવસ કોઈ કારણસર તેમણે મને આજ્ઞા કરી હતી કે બ્રહ્મપુરી નજીક ક્યાંક એકાંતમાં જઈ સાધના-તપશ્ચર્યા કરો. જંગલમાં કોઈ ખાલી પડેલી ઝૂંપડીમાં રહેવાનું. તે દિવસોમાં હું અમુક પ્રકારના કામમાં ખૂબ જ વ્યસ્ત હતો, પરંતુ પૂજ્ય ગુરુદેવે કહ્યું “જાવ અને ત્યાં જ રહીને ધ્યાન કરો.” આ આદેશ અચાનક હતો. કોઈ પણ જાતની સૂચના વિના - તત્કાળ - તત્ક્ષણ. તેઓ કોઈ દિવસ “કાલે જાઓ” તેમ ન કહેતા. તેઓ કહેતા “હમણાં જ, આ જ ઘડીએ જાઓ.”

મેં કહ્યું, “થોડું કામ છે.”

જ્યારે મેં કામ વિશે વાત કરી ત્યારે પૂજ્ય ગુરુદેવ નારાજ થઈ ગયા અને બોલ્યા “કામ? કોનું કામ? શું કામ?” તેમણે કહ્યું, “કામ એટલે શું? જ્યારે કોઈ દુનિયાનું જ અસ્તિત્વ નથી તો પછી કામ ક્યાંથી હોય?” આ તે જ શબ્દો છે, જે શ્રી ગુરુદેવે ઉચ્ચાર્યા હતા. “તમારી સમક્ષ જ્યારે કોઈ જગત જ નથી તો આ મિથ્યા જગતમાં કામ ક્યાંથી હોય?” આ શબ્દો બોલી તેઓ ચાલ્યા ગયા. તે વિષય પર ફરી મારી સાથે કોઈ દિવસ વાત નથી કરી, પરંતુ, તે કાર્યક્રમ પછીથી કેટલાંક અન્ય કારણસર બંધ રહ્યો.

ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી સુવર્ણ સમા ‘મધ્યમ માર્ગ’ના પ્રણેતા હતા. તેઓ તમામ વિચારો અને ક્રિયાઓમાં મધ્યમ માર્ગની હિમાયત કરતા. તેઓ એવી વ્યક્તિની ટીકા કરતા જે આખો દિવસ તીવ્રતાથી સક્રિય રહેતી અને તે વ્યક્તિની પણ ટીકા કરતા જે આખો દિવસ કાંઈ ન કરતી. કોઈ પણ વાત પૂજ્ય ગુરુદેવની જાણ બહાર ન રહેતી. એવા પણ લોકો હતા, જે જપ કે માળા ફેરવવા સિવાય કોઈ પણ અન્ય પ્રવૃત્તિમાં ભાગ ન લેતા. આ લોકો

ફક્ત શ્રીમદ્ ભાગવત મહાપુરાણ કે રામાયણ વાંચતા અથવા માળા ફેરવતા પણ ગુરુદેવ તેમની ટીકા કરતા. તેઓ કહેતા, “આ પ્રકારની ભક્તિ તમને કઈ ગતિ અપાવશે? આ પ્રકારની ભક્તિ તમને શું ફાયદો કરાવશે? આના બદલે ખૂબ કામ કરો. મહેનત કરો !” ભક્તિની આ પદ્ધતિને શ્રી ગુરુદેવ ‘વૃંદાવન પદ્ધતિ’ કહેતા. તેઓ કહેતા, “વૃંદાવન પદ્ધતિની ભક્તિ કામ નહિ લાગે. આ પદ્ધતિ યોગ્ય નથી.” તેઓ આવા લોકોની ‘માળા ફેરવવાની રીત’ની નકલ કરતા અને કહેતા કે ગૌમુખીમાં કે ઉપવસાની નીચે જે હાથ ફરે છે તે ઢોંગ છે. ખોટું પ્રદર્શન છે. જો કોઈ વ્યક્તિ ખૂબ મહેનતુ હોય તો ગુરુદેવ તેને કહેતા, “તમને કામનું બંધન છે, કામનું વળગણ છે. આ બંધન ખૂબ જ ખરાબ છે. કામ પ્રત્યેનો લગાવ પણ ખૂબ ખરાબ છે. થોડા જપ કરો, થોડો અભ્યાસ કરો અને થોડો વિશ્રામ પણ કરો” પરંતુ જો કોઈ વ્યક્તિ જપ જ કરે અને પ્રવૃત્તિમાં અને કામમાં ભાગ ન લે તો કહેતા કે ‘તમે આળસુ છો. તમારે કર્મયોગ કરવો જોઈએ. સખત મહેનત કરવી જ જોઈએ. તમારે પરસેવો પાડવો જ પડશે અને કામ કરવું જ પડશે.

સંતોમાં નિષ્કામ કર્મયોગ અને ઉપાસનાનો સમન્વય જોવા મળે છે. તેઓ ઈશ્વર નિર્મિત આ સૃષ્ટિમાં, સર્વત્ર સમભાવે બ્રહ્મનાં દર્શન કરે છે. સંતો કઠોર સાધનાની ફલશ્રુતિરૂપે જ્ઞાન ઉપાર્જન કરે છે. જ્ઞાનના ‘મહાસાગર’માં ડૂબકી મારીને, ‘મરજીવા’ જેવા આ ગુણાતીત સંતો, ‘મોતી’ રૂપી પોતાના આત્મસાક્ષાત્કાર અને અપારો જ્ઞાનુભૂતિના અનુભવોની અનરાધાર વર્ષા કરે છે. આપણે ‘કિનારે’ ઊભા રહીને આપણી ક્ષમતા અનુસાર આ ‘મોતી’ રૂપી તેમના અનુભવોને ઝીલવાના છે. આજે વિચારીએ તો એમ લાગે કે પૂજ્ય ગુરુદેવના જીવનની આ ગાથા કોઈ ઐતિહાસિક કે પૌરાણિક કથા અથવા ‘અરેબિયન નાઈટ્સ’ની વાર્તા જેવી લાગે. આપણે જે પરિસ્થિતિમાં આજે જીવીએ છીએ તેનાથી તે દિવસો એકદમ જુદા હતા. ખૂબ કષ્ટદાયક દિવસો હતા-‘પ્રતિકૂળ

પરિસ્થિતિ અને ભારે પરિશ્રમ'. ફક્ત આહાર, કપડાં અને સામાન્ય દૈનિકીકોષથી જ નહિ પણ બૌદ્ધિક અને ભાવનાત્મક દૈનિકી પણ ઘણા કષ્ટદાયક દિવસો હતા.

શરૂઆતના દિવસોમાં ગુરુદેવ ક્યારેય કોઈને પુસ્તક વાંચવાની મંજૂરી આપતા નહોતા. કોઈએ કંઈ પણ વાંચવું નહિ. 'કામ કરો અને સેવા કરો' - એ જ એમનો મંત્ર હતો. એક દિવસ એક સ્વામી ગુપ્ત રીતે કૈલાસ આશ્રમ ગયા, પરંતુ ગુરુદેવને ખબર પડી ગઈ કે તે ત્યાં ગયા છે.

“તમે ક્યાં ગયા હતા?” ગુરુદેવે પૂછ્યું.

“હું સામે કૈલાસ આશ્રમ ગયો હતો”, સ્વામીએ જવાબ આપ્યો.

“શું કામ?” ગુરુદેવે પૂછ્યું.

“હું વિવેક ચૂડામણિના વર્ગમાં ગયો હતો”,

સ્વામીએ ઉત્તર આપ્યો.

ગુરુદેવે તરત જ કહ્યું, “તમારા ‘માથા પર શિંગડાં’ ઊગશે. વિવેક ચૂડામણિ ભણીને તમે તો હવે મહાન વિદ્વાન બની ગયા છો” આમ કહી શ્રી ગુરુદેવ ત્યાંથી ચાલ્યા ગયા. પૂજ્ય ગુરુદેવનો ઈશારો ઘમંડ અને અભિમાનરૂપી શિંગડા તરફ હતો. પૂજ્ય ગુરુદેવ વાંચનની મંજૂરી નહોતા આપતા. એવું ન હતું કે ગુરુદેવ બૌદ્ધિક શુદ્ધીકરણના કોઈ પણ પ્રયત્નની વિરુદ્ધ હતા, પરંતુ તેઓ આવા ‘નવા નિશાળિયાઓ’ જેવા સાધકોના મનમાં કોઈ પણ પ્રકારનો અહંભાવ ધારણ કરે તે પહેલાં જ તેમને સાવધ કરતા. કોઈ પણ રીતે ભક્તોના મનના તદ્દન નાના અહંકારની ચિનગારીને પણ તેઓ તરત જ દૂર કરતા.

(અનુવાદ: ડૉ. શીતલ ઉપેન્દ્ર પારેખ)

(આધુનિક યુગનું માધ્યમ - ૩ પાન નં ૨૦ ઉપરથી ચાલુ)

ખૂબ જ લાભદાયક છે. આ બંને નાની પુસ્તિકાઓ રોચક અને શિક્ષાપ્રદ હોવાની સાથે સાથે જીવનના ચરમ સત્યને પ્રભાવશાળી શૈલીમાં સમજાવે છે.

'Lives of Saints' અર્થાત્ 'સંતોનાં જીવનચરિત્ર'માં મહાત્માઓનાં જીવનનાં સંક્ષિપ્ત વૃત્તાંતો દ્વારા ભક્ત લોકોને દિવ્ય જીવન સંબંધી રોમાંચકારી ઘટનાઓ તથા ઉપાખ્યાનોથી અવગત-પરિચય કરાવવામાં આવેલ છે. સંતોનાં જીવન-ચાપનને પોતાનો આદર્શ માનનારા લોકો માટે આ કૃતિઓ બહુ જ પ્રેરણાસ્પદ છે. આ સંક્ષિપ્ત પુસ્તકમાં સ્વામીજીએ પ્રાચીન ભક્તોનાં જીવનને આકર્ષક અને પ્રશિક્ષણપ્રદ સરળ તથા સ્પષ્ટ શૈલીમાં રજૂ કરીને તેમને પુનર્જીવિત કર્યા છે. તેમની આ સફળતા ખરેખર સ્પર્ધાનો વિષય છે.

લોકોની રુચિઓ તો ભિન્ન ભિન્ન હોય છે. એટલા માટે સ્વામીજીએ થોડા લોકોની રુચિને અનુકૂળ બનાવવા માટે ધર્મના વિવેચનને વાર્તાલાપના રૂપમાં 'Dialogues from the Upanishads' and 'Conversation in Yoga' (ઉપનિષદોના સંવાદ તથા

યૌગિક વાર્તાલાપ) પુસ્તકોમાં પ્રસ્તુત કરેલ છે. આ પ્રકારની રચનાઓની એ વિશેષતા છે કે આમાં પ્રશ્નોત્તર શૈલી અપનાવીને સાધકોની સમસ્યાઓ અને શંકાઓના સમાધાનને ખૂબ જ સુંદર રૂપે દર્શાવવામાં આવ્યું છે. જિજ્ઞાસુઓ દ્વારા કરવામાં આવેલ અનેક પ્રશ્નોના ઉત્તર સહિત સાધકો સુધી પહોંચાડવા માટે આ પુસ્તકોની રચના કરવામાં આવેલ છે.

પ્રેરણાસ્પદ પત્રોનો ક્રમબદ્ધ સંગ્રહ સ્વામીજીની રચનાઓનો પાંચમો પ્રકાર છે. આ પણ તેમની અમૂલ્ય કૃતિઓમાંથી એક છે; કારણ કે આમાં દેશના ચારેય ખૂણેથી અલગ અલગ રુચિઓ ધરાવતા લોકોના પત્રો અને સ્વામીજી દ્વારા આપવામાં આવેલા ઉત્તરોનું તેમાં સંકલન છે. આમાં સંશય નિવારણ, સમસ્યાઓનાં સમાધાન, મુશ્કેલીઓનાં નિરાકરણ, ઉપચારો માટેના ઉપાયો, પરસ્પર સમજણ તથા પ્રેરણાસ્પદ ઉપદેશોનો સમાવેશ તેની મેળે જ થઈ ગયો છે.

□ 'પ્રકાશપુંજ'માંથી સાભાર

ધ્યાનસ્થ દર્શન: સ્વયંથી પ્રશ્ન સ્વયંને પ્રત્યુત્તર

ડૉ. નાનકભાઈ ભટ્ટ

ભાષા અને માનવ મસ્તિષ્કના વિકાસની વિગતો તપાસતાં જણાય છે કે મનુષ્ય જગતે બાહ્ય અવલોકનોને કાર્યકારણ સાથે જોડવા તર્કનો સહકાર લીધો છે અને જે બનાવો તર્કથી સમજવામાં મુશ્કેલ જણાય છે ત્યાં ફિલસૂફી (તત્ત્વજ્ઞાન)નો આશ્રય લેવામાં આવે છે. એક દૃષ્ટિકોણથી તત્ત્વજ્ઞાન માનવ સ્વભાવના અહંનું પ્રતિફલન (રિએક્શન) છે. તત્ત્વજ્ઞાનને સામાજિક, ધાર્મિક અને અધ્યાત્મ મૂલ્ય આપી મનુષ્ય પોતાના તર્કને વધારે યથાર્થ ગણાવી રહ્યાનું જોવા મળે છે.

જોકે અધ્યાત્મના માર્ગે સહજ વિનમ્રતાથી પોતાના અસ્તિત્વને પણ જેઓએ મિટાવ્યું છે તેવા કબીર, રામકૃષ્ણ પરમહંસ, રમણ મહર્ષિ કે પાનબાઈએ જીવનનાં રહસ્યને અત્યંત સરળતાથી તર્ક અને દર્શનના આધાર વિના માપી દેખાડ્યા છે.

ભક્તિ, કર્મ અને જ્ઞાનમાર્ગ મનુષ્યના આચરણથી દર્શિત કરવામાં આવે છે પરંતુ કર્મ તરીકેની ભાવ પ્રક્રિયા દરમિયાન મનુષ્યનાં શરીરમાં જે રાસાયણિક ફેરફાર થાય છે તેની વૈજ્ઞાનિક જાણ આપણી પાસે નથી. કફ, પિત્ત અને વાયુ એ ખોરાકની જ રાસાયણિક આડપેદાશ છે અને નિશ્ચિત રીતે શરીરમાં બદલાવ લાવે છે. આ ફેરફારથી શરીર જે અનુકૂળતા-પ્રતિકૂળતા અનુભવે છે તેની સ્પષ્ટ નોંધ ચરકસંહિતા પ્રકારના આધારમાં ઉપલબ્ધ છે.

યોગ પ્રક્રિયામાં પ્રાણવાયુના વિશેષ ઉપયોગથી મનુષ્ય શરીરની ઊર્જાનું સ્તર બદલાય છે. આ વિગતો હવે કેરોલીન ફોટોગ્રાફ અથવા સ્કેનિંગ દ્વારા સ્પષ્ટ જોઈ શકાય છે પણ આ જ પ્રક્રિયા થકી મનમાં ઉદ્ભવતા શાંતિ અને આનંદભાવ પાછળ રહેલા રાસાયણિક બદલાવને હજુ અંકિત કરાયાનું જાણમાં નથી.

વિજ્ઞાનનું ક્ષેત્ર હવે માનવ મસ્તિષ્કની ગૂંચ ઉકેલવા ઠીક-ઠીક સમર્થ બની રહ્યું છે ત્યારે શાંતિ અને આનંદના સાતત્યથી મળતા મોક્ષ-નિર્વાણ પ્રકારના ભાવ પાછળ રહેલ રાસાયણિક બદલાવનું અંકન કરવું જોઈએ. ઈલેક્ટ્રો-મેગ્નેટિક વેલ્ડ પાછળ રહેલ સાઉન્ડ વાઈબ્રેશન

દ્વારા શરીરમાં થતા રાસાયણિક ફેરફાર વિષયે હજુ સમજવાનું બાકી રહે છે.

જોકે શરીરનું શાશ્વત આનંદ સ્વરૂપ તો “ઈલેક્ટ્રો-મેગ્નેટિક કેમેસ્ટ્રી” બને જ છે. આથી વિજ્ઞાનની મદદથી માનવ શરીરને સમજવું જોઈએ. જ્યાં સહભાગીય અવલોકન (participative observation) નિષ્ફળ ગયું છે. ત્યાં તર્કનો વિકાસ થયો છે. જ્યાં તર્ક નિષ્ફળ ગયો છે, ત્યાં ફિલસૂફી વિકાસ પામી છે અને ફિલસૂફી પ્રશ્નોનું નિરાકરણ આપી શકતી નથી ત્યાં વિજ્ઞાન અને તકનિક આપરી બને છે. આથી ૨૧મી સદીએ અગાઉનાં બે ક્ષેત્રોને છોડી દેવાં જોઈએ અને જીવનશાસ્ત્રને નવા દૃષ્ટિકોણથી માપવું જોઈએ. જૂના માપદંડને ગૌરવ તરીકે ક્યાં સુધી પકડી રાખીશું? જૂના પરિમાણથી સમાજનું અંકન કરતાં રહીશું તો પછાતપણું કાયમ રહેશે અને અહંનાં ગુણગાન ગવાતાં રહેશે.

તાર્કિક રીતે તો એવું સમજાય છે કે પૂર્વજન્મ જેવું કંઈ નથી. વ્યક્તિનું અસ્તિત્વ ફરી જેમનું તેમ પ્રગટ થાય તેવું નથી. તેમ અસ્તિત્વ સ્વર્ગ-નરકમાં પુણ્ય-પાપના આધારે પહોંચે છે તેવું પણ કંઈ નથી. વૈજ્ઞાનિક તથ્ય જણાવે છે કે પુપ્તવયનાં સ્ત્રી-પુરુષના જિન્સમાંથી નવા માનવપિંડ બને છે. રંગસૂત્રની શોધ અનુસાર પ્રત્યેક વ્યક્તિમાં તેની માતાના પક્ષે બીજા ૭ વ્યક્તિ અને પિતાના પક્ષે બીજા ૭ પૂર્વજોના જિનેટિકલ લક્ષણ (સંસ્કાર) સંગ્રહિત થયેલ હોય છે. આમ, પૃથ્વી પર અવતરતું પ્રત્યેક બાળક પોતાની માતા અને પિતા પક્ષે ૭-૭ અને પોતે સ્વયં એક તેમ ૧૫ વ્યક્તિઓની સરેરાશ ૩૫૦ વર્ષના અનુભવ સાથે જન્મે છે.

મૃત્યુ પામતી વ્યક્તિ પોતાની રચનાત્મકતામાંથી મળેલ આનંદ અને શાંતિની ઊર્જાની સાથોસાથ પોતાના કર્મથી મેળવેલ દુઃખ અથવા તિરસ્કાર ભાવનાની ઊર્જા વર્તુળને સાથે બાંધી ચૈતન્યરૂપે સફર પ્રારંભે છે. મૃત્યુ

અનુસંધાન પાનં નં ૨૯ ઉપર

તેરા તુજકો અર્પણ, કયા લાગે મેરા !

શ્રીમતી રૂપા મજમુદાર

એક વખત પૂજ્યપાદ શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ ગુરુભગવાન શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજ સાથે અધ્યાત્મયાત્રા અર્થે ટ્રેનમાં પ્રવાસ કરી રહ્યા હતા. કોઈ બાંધકામના કારણે આકસ્મિક ટ્રેન રસ્તામાં ખાસ્સો સમય ઊભી રહી. ત્યાં કામ કરતા મજૂરોનાં નાનાં બાળકો એક તૂટેલી પાઈપલાઈનમાંથી પાણીનો ફુવારો ઊડતો હતો તેમાં આનંદકિલ્લોલ કરતાં છબછબિયાં કરતાં નાહી રહ્યા હતાં. ગુરુમહારાજે સ્વામીજીને કોઈ ભક્તે એમને આપેલી સ્વીસ - જર્મન ચોકલેટ બાર લઈ જઈ એ દરેક બાળકને આપવાનું કહ્યું અને કહ્યું કે, 'જ્યારે બાળકો ચોકલેટ હાથમાં લે ત્યારે તેમની આંખો નિહાળજો.' સ્વામીજી મહારાજે આ પ્રસંગે સ્વયંનો અનુભવ વ્યક્ત કરતાં કહ્યું કે, 'નિર્દોષ બાળકોના હાથમાં ચોકલેટનો આટલો મોટો બાર આવતાં તેમની આંખો પહોળી થઈ ગઈ. હરણ જેવી વિશાળ આંખોમાં જાણે ચમકારો થયો અને ઈશ્વરની ઝલક એ પ્રત્યેક બાળકનાં પ્રસન્ન વદનમાં થઈ.' વાત નાની છે પણ અનુભૂતિ મહાન છે. આનંદ અનેરો છે. કોરોનાકાળમાં લોકડાઉનમાં પણ પૂજ્યપાદ સ્વામીજીની અધ્યક્ષતામાં આપણા આશ્રમમાં દરિદ્રનારામણ સેવા અવિરતપણે ચાલુ જ રહી છે. અંતરિયાળ વિસ્તારોમાં જઈ આપણા આશ્રમ તરફથી અનેક પરિવારોને પૂરતી માત્રામાં ખાદ્યસામગ્રી પહોંચાડવામાં આવી. સ્વામીજી મહારાજ માટે 'સેવા' એ મહાયજ્ઞ છે અને 'આપવું' એ મહાકાર્ય છે.

સદ્ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજનું સૂત્ર છે, 'આપો, આપો અને બસ આપો.' 'Spend spend spend, HE will send send send.' આપણે આપીશું તો બે હાથથી આપીશું, આપવાવાળો હજાર હાથવાળો છે, વરસશે. બસ, આપવાનું ચાલુ તો કરો. આ જગતમાં જે અસમતુલા દેખાય છે તેનું કારણ જ છે -

'પરિગ્રહ'. બધાંને વધુ ને વધુ જોઈએ છે પણ આપવાની ભાવના ઘણાં ઓછામાં છે. જેમની પાસે ઘણું છે તે છોડવા માગતા નથી. એવી કેટલીય વસ્તુઓ છે, જે આપણે વરસમાં એક વાર પણ વાપરતા નથી, છતાં પણ જેને તેની જરૂરિયાત છે તેને ખુલ્લાં મનથી આપી શકતા નથી.

ગુરુદેવના ષડંગયોગમાં પહેલાં ત્રણ અંગ છે - સેવા, પ્રેમ અને દાન. આ બહિરંગ છે, જેમાં 'આપવાની' ભાવના છે. સેવા આપો, પ્રેમ આપો, દાન આપો. ત્યારબાદ જ પછીનાં ત્રણ અંગ - જે અંતરંગ છે - પવિત્રતા, ધ્યાન અને સાક્ષાત્કારની ઉપલબ્ધિ થશે. જ્યારે આપવાની વાત આવે છે ત્યારે સ્વામીજી મહારાજ કહે છે, 'તમારી પાસે જે શ્રેષ્ઠ છે, તે આપો. જૂનું-પુરાણું, ઊતરી ગયેલું, વાસી થઈ ગયેલું અન્ન કે વસ્તુઓ ન આપો. ગ્રહણ કરનાર વ્યક્તિ પ્રેમથી તે વાપરી શકે તેવું આપો.

કઠોપનિષદમાં નચિકેતાના પિતાશ્રીએ મોટો યજ્ઞ કર્યો અને તેની પૂર્ણાહુતિ પછી જ્યારે દાન આપવાની ઘડી આવી ત્યારે તેમણે બ્રાહ્મણોને વસુકી ગયેલી ગાયો દાનમાં આપવા માંડી ત્યારે બાળક નચિકેતા તેના પિતાને કહે છે 'પિતાશ્રી, આવી ગાય દાનમાં આપવાથી તો ઊલટાનું તમને પાપ લાગશે. યજ્ઞનો ઉદ્દેશ સિદ્ધ નહીં થાય. કંઈક શ્રેષ્ઠ આપો !' ત્યારે ગુસ્સે થયેલા પિતાશ્રીથી બોલાઈ ગયું કે, 'જા ! હું તને યમરાજાને દાનમાં આપું છું.' યમરાજાના દ્વારે ઊભેલા નચિકેતાનું સ્વરૂપ, ભાવના અને દૃઢ સંકલ્પબળ જોઈ તેઓ તેને દુર્લભ 'આત્માનું જ્ઞાન' પ્રદાન કરે છે. ભલે ! આ જગતમાં આપણને એક વસ્તુ પર એક વસ્તુ મફતમાં મળે છે, પણ સૂક્ષ્મ જગતનો કાયદો અલગ છે. ત્યાં 'એકની સામે અનેકગણું' આવીને મળે છે. માટે

આપણે શું આપવું છે તે આપણે નક્કી કરવાનું છે - જે નક્કી કરવાનો હક પણ આપણને આપવામાં આવ્યો છે. સારા, મધુર, કોઈની ચેતનાને સાંત્વના આપતા શબ્દોનો ઉપયોગ કરવો છે કે કોઈને દુઃખી, અપમાનિત, હડધૂત, નિંદા, કટાક્ષ કરતા શબ્દોનો ઉપયોગ કરવો છે? કોઈને પ્રેમાળ, લાગણીસભર સ્પર્શ કરવો છે કે એ વ્યક્તિ આપણાથી દૂર થઈ જાય એવો ધક્કો મારવો છે? આપણે સૌને ગમતા રહીએ અને કોઈ આપણું થઈને રહે એવું વર્તન કરવું છે કે સૌ હૃદયથી આપણાથી દૂર થઈ જાય એવું વર્તન કરવું છે?

સદ્ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજ તો 'SIVANAND' ના બદલે 'GIVANAND' કે 'SEWANAND' ને નામે જ ઓળખાતા. લોકો તેમને ધર્મરાજા રહેતા. ગુરુદેવે જેને જે જોઈતું હતું તે આપ્યું છે. ક્યાંય કસર કરી નથી, ગુરુદેવ કહેતા, 'જે ઉપવાસ કરે છે, તે પ્રભુના માર્ગે છે. જે પ્રાર્થના કરે છે, તે પ્રભુના બારણે છે. જે દાન આપે છે, તે પ્રભુના ખોળે છે, માટે આપો, આપો અને બસ આપો.' અન્ન, વસ્તુઓ, કપડાં તો આપવાના જ છે પણ પ્રેમ આપો, શાંતિ આપો, આનંદ આપો, ખુશી આપો, સ્નેહ આપો, નવજીવન આપો, કુરુણા આપો, અભયદાન આપો, ક્ષમા આપો, સાંત્વના આપો, સહાનુભૂતિ આપો - આ બધું જ આપો. આપવાથી જ આપણો આત્મા ઉન્નત બનશે અને લક્ષ્યની પ્રાપ્તિ થશે જ.

આપણે જ્યારે કોઈને મદદ કરીએ છીએ ત્યારે આપણી અપેક્ષા એમ રહે છે કે મેં તેને મદદ કરી એટલે મારે જરૂર હોય ત્યારે એણે મને મદદ કરવી જોઈએ અને

જ્યારે એવું બનતું નથી ત્યારે આપણે દુઃખી થઈ જઈએ છીએ અને આપણી આપવાની ભાવના મોળી પડતી જાય છે પરંતુ યાદ રહે 'કરેલી સેવા અને આપેલા દાન' ક્યારેય નિષ્ફળ જતાં નથી. તેનો બદલો કોઈ પણ સ્વરૂપે આવીને મળે જ છે. આવશ્યક નથી કે તમે જેને મદદ કરી તેના તરફથી જ મદદ આવે, ક્યાંયથી પણ, અનપેક્ષિત જગ્યાએથી પણ મદદ આવી શકે. આપણે બેંકમાં જમા કરાવેલા પૈસા ઉપાડવા જઈએ ત્યારે જમા કરાવ્યા તે વખતે જે નંબરની નોટો આપી હતી, તે જ નોટો પાછી મળતી નથી. આપણું દાન પરમાત્માના ચોપડે જમા થઈ જાય છે અને આપણને જરૂર હોય ત્યારે ચોક્કસ કોઈ પણ માધ્યમથી પાછું મળે જ છે - તે પણ અનેકગણું થઈને - માટે આપો, આપો અને બસ આપો.

જીવનનો આનંદ છે..... આપવાનો આનંદ..... સેવાનો આનંદ..... પ્રેમ કરવાનો આનંદ..... પ્રાર્થનાનો આનંદ..... ધ્યાનનો આનંદ..... વહેંચવાનો આનંદ..... જીવન એક એવી નિશાળ છે, જેમાં દરેક દુઃખ, દરેક વ્યથા, દરેક હતાશા કીમતી પાઠ શીખવે છે. 'આપવાથી' અખૂટ સંતોષ, બળ અને આનંદ પ્રાપ્ત થાય છે, જે બધી મુશ્કેલીઓને બહાદુરીથી હટાવી દે છે.

'લેવું છે, લેવું છે'ની ઈચ્છામાં આપણું આનંદ સ્વરૂપ તિરોધાન થઈ ગયું છે. 'આપવાના' અભ્યાસથી પુનઃ આનંદ સ્વરૂપમાં પ્રતિષ્ઠિત થઈએ અને આનંદનો સાક્ષાત્કાર કરતાં ગાઈએ -

'તેરા તુજકો અર્પણ, ક્યા લાગે મેરા!'

માનવ-મનના ગુણો-અવગુણોને ગુરુ ખૂબ જ સારી રીતે જાણે છે. તેથી જ તો તેઓ ગુરુ છે. ગુરુને જાણ છે કે શિષ્યનાં ચેતન-અચેતન મનમાં કેવો વંટોળ મચી રહ્યો છે. ગુરુ બંને અવસ્થામાં શિષ્યની સમસ્યાઓનું સમાધાન ઈચ્છે છે. અજ્ઞાનનો મૂળ ક્રોધ અચેતન મનમાં છે, માટે પ્રકાશનું કિરણ પણ ત્યાંથી જ પ્રગટે છે.

- સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

$$\text{ॐ} = mc^2 \quad (E = mc^2)$$

- શ્રી અતુલ પરીખ

વિશ્વ વિખ્યાત નોબલ પારિતોષિક વૈજ્ઞાનિક ડૉ. આલ્બર્ટ આઈન્સ્ટાઈને $E = mc^2$ સમીકરણ આપીને વિજ્ઞાન જગતને એક નવી દિશા પ્રદાન કરી, કે જેણે માનવ સંસ્કૃતિના ઉત્ક્રાંતિમાં અદ્વિતીય ફાળો આપ્યો છે.

$E = \text{Energy} - \text{શક્તિ/ઊર્જા}$ $m = \text{mass} - \text{દ્રવ્ય}$
 $c = \text{પ્રકાશની ગતિ (૧,૮૬,૦૦૦ માઈલ/સેકન્ડ)}$
ॐ = યુનિવર્સલ એનર્જી

મહત્તમ શક્તિ યા ઊર્જા મેળવવા જો અણુને ન્યુક્લિયર પાવર પ્લાન્ટમાં તોડવામાં આવે તો તે દ્વારા અકલ્પનીય ઊર્જાઓ ઉત્પન્ન થઈ શકે. આના એક દષ્ટાંતરૂપે જો એક ગ્રામ પાણીને શુદ્ધ ઊર્જામાં $E = mc^2$ ના સમીકરણ પ્રમાણે રૂપાંતરિત કરવામાં આવે તો ૨૦,૦૦૦ ટન - TNT વિસ્ફોટ જેટલી ઊર્જા ઉત્પન્ન થઈ શકે. આ સમીકરણ દ્વારા આઈન્સ્ટાઈને Quantum Physics (પરિમાણ ભૌતિક વિજ્ઞાન) દ્વારા ઊર્જા અને દ્રવ્ય વચ્ચેના પારસ્પરિક સંબંધો વિષે નવા સિદ્ધાંત તેમ જ નવી સંભાવનાઓ માટેનાં દ્વાર વિશ્વ સમક્ષ ખુલ્લાં કર્યાં. આ દ્વારા આઈન્સ્ટાઈને ન્યુક્લિયર ઊર્જા, ન્યુક્લિયર મેડિસીન તેમજ બીજી અનેક સંભવિત ટેકનોલોજી માટેનાં દ્વાર ખુલ્લાં કર્યાં. ક્વોન્ટમ થિયરી દ્વારા તેમણે નવો સિદ્ધાંત આપ્યો કે દ્રવ્ય યા મેટર અને ઊર્જા યા શક્તિ બંને એકબીજાથી અલગ નથી. એટલે કે દરેક અણુમાં અનંત ઊર્જા સંભવિત છે. બે દ્રવ્ય વચ્ચેના જથ્થાનો ગર્ભિત સંબંધ ગુરુત્વાકર્ષણના અધિનિયમ તેમ જ ઈલેક્ટ્રો મેગ્નેટિક રેડિએશન દ્વારા સ્થાપિત થાય છે.

આઈન્સ્ટાઈને આ સમીકરણ દ્વારા એવું ફલિત કર્યું કે જેમ દ્રવ્યમાં સંભવિત અનંત શક્તિ યા ઊર્જા છે, તે જ પ્રમાણે અદૃશ્ય શક્તિમાંથી દ્રવ્ય ઉત્પન્ન કરી શકાય. વિશ્વમાં કુલ દ્રવ્યનો જથ્થો એક સરખો છે પરંતુ તેમાં રહેલી અનેક સંભાવનાયુક્ત શક્તિ નિત્ય ચલિત છે. વાસ્તવમાં બ્રહ્માંડ પ્રકાશની ગતિથી પણ વધારે ગતિથી અવિરત વિસ્તૃત થઈ રહ્યું છે. તેમજ બ્રહ્માંડમાં સમસ્ત ઊર્જાનું હંમેશા રૂપાંતર થયા કરે છે. આ વૈશ્વિક શક્તિ યા કોસ્મિક એનર્જી અલગ અલગ સ્વરૂપમાં જોવામાં આવે છે. દ્રષ્ટાંત તરીકે

ઈલેક્ટ્રો મેગ્નેટિક તરંગોનો પ્રવાહ જે પ્રકાશની ગતિ સાથે ફેલાય છે (૧,૮૬,૦૦૦ માઈલ/સેકન્ડ). આ પ્રકાશના તરંગોનો પ્રવાહ એક મોજાંની જેમ હોય છે. દા. ત. રેડિયો વેવ, માઈક્રો વેવ, ઈન્ફ્રારેડ વેવ, અલ્ટ્રાવાયોલેટ રેડિએશન, ગામા વેવ વગેરે.

ક્વોન્ટમ ફિક્શન એ વસ્તુ યા દ્રવ્ય અને ઊર્જા વચ્ચેના પારસ્પરિક સંબંધોની માહિતી આપે છે. અણુ ઊર્જા એ દ્રવ્ય બંધારણના પાયામાં છે. અણુ એ દ્રવ્યનો નાનામાં નાનો પાર્ટિકલ કે તેથી વિશેષ તેનું વિભાજન અશક્ય છે. આ અણુની અંદર સમાહિત ન્યુક્લિયરની આસપાસ ઈલેક્ટ્રોન અને પ્રોટોન એક ચોક્કસ ભ્રમણ કક્ષામાં સતત ભ્રમણ કરે છે. જે વસ્તુ આપણને નરી આંખે સ્થિર દેખાય છે તેના દરેક અણુમાં ઈલેક્ટ્રોન અને ન્યુટ્રોન તેના ન્યુક્લિયરની ભ્રમણ કક્ષામાં એક સેકન્ડમાં ૭,૦૦૦ ટ્રીલિયનની ગતિથી સતત ભ્રમણ કરે છે. એટલે કે ૨,૨૦૦ કિલોમીટર/સેકન્ડની ગતિથી ફરે છે. આ ગતિથી માત્ર ૧૮ સેકન્ડમાં પૃથ્વીની પરિક્રમા પૂરી થાય. જે રીતે સૂર્યમંડળમાં ગ્રહો તેની કક્ષામાં લાખો વર્ષથી સૂર્યની આસપાસ ભ્રમણ કરે છે. તે જ સિદ્ધાંતના આધારે અણુની રચના થયેલ છે.

માનવ શરીર અબજો કોષોનું બનેલું છે અને તેમાં પણ સતત વિદ્યુત ચુંબકીય તરંગો (ઈલેક્ટ્રો મેગ્નેટિક વેવ) ઉત્પન્ન થયા કરે છે. મનમાંથી ઉદ્ભવતો દરેક વિચાર મગજમાંથી લાખો વિદ્યુત ચુંબકીય તરંગો પ્રવાહિત કરે છે. આપણા મનમાં ઉદ્ભવતો વિચાર પણ એક શક્તિ પુંજ છે અને આ વિચારની ગતિ પ્રકાશના તરંગની ગતિ કરતા ઘણી વધારે છે. આપણાં વેદ-વિધાન પ્રમાણે જગતએ માત્ર એક વિચાર અથવા કલ્પના છે. શરીરના અંગોમાં રહેલ દરેક કોષ તેના કાર્યનું સંપૂર્ણ જ્ઞાન ધરાવે છે. તે જ પ્રમાણે શરીરમાં રોજ અબજો નવા કોષોની પ્રક્રિયા સતત ગતિશીલ છે. તેમ જ આ કોષોમાં પણ તેની કાર્ય રચનાનો ડાટા તેમાં સામેલ હોય છે. દા.ત. લીવર, હોજરી, કિડની, હૃદય વગેરે દરેક અંગોમાં સ્વયં

સંચાલિત રીતે તેમના કાર્ય કરે છે.

વિશ્વમાં કોઈ પણ વસ્તુ સ્થિર નથી પણ સતત ચલિત છે; તેમ જ તે શાશ્વત નથી પણ નાશવંત છે. બ્રહ્માંડમાં અબજો તારા અને કરોડો સૂર્યમંડળ એ સર્વે એક ચોક્કસ વિદ્યુત ચુંબકીય શક્તિ દ્વારા તેના નિયત ક્ષેત્રમાં પરિભ્રમણશીલ છે. અણુથી માંડીને આખું બ્રહ્માંડ માત્ર એક જ શક્તિ દ્વારા સ્વયં સંચાલિત છે. આ એક રહસ્ય શક્તિ કે જેને વૈશ્વિક ચેતના કહી શકાય કે જે શક્તિ આખા બ્રહ્માંડમાં વ્યાપ્ત છે. તેમ જ એક નાનામાં નાના અણુમાં પણ તે શક્તિ સમાયેલી છે. તે જ પ્રમાણે આ શક્તિ આપણા શરીરના દરેક કોષમાં સમાયેલ છે. તેથી જ આપણા વેદમાં “અહમ્ બ્રહ્માસ્મિ”. એટલે કે હું બ્રહ્માંડનો અંશ છું. આ દિવ્ય ચેતના શક્તિને વેદાંતમાં સર્વસ્વ, સર્વવ્યાપી અને સર્વજ્ઞાની તરીકે વર્ણવવામાં આવી છે.

ક્વોન્ટમ ફિઝિક્સ, ક્વોન્ટમ લાઈટ અને ક્વોન્ટમ રેડિએશનના સિદ્ધાંતો ઉપર એક દૃષ્ટિ એટલે કરી કે તેનો સીધો સંબંધ આધ્યાત્મિક વિજ્ઞાન (Meta-Physics) જોડે છે. મેટા ફિઝિક્સ યા આધ્યાત્મિક વિજ્ઞાનની એક

પેટાશાખા ઉદ્ભવી છે કે જેને Ontology (ઓન્ટોલોજી) કહે છે. ઓન્ટોલોજીનો અનુવાદ ‘પંચીકરણમ્ વિદ્યા’ થાય. આધ્યાત્મિક વિજ્ઞાન અસ્તિત્વ શું છે અને તેનો વિશ્વ સાથે શું સંબંધ છે યા હું કોણ છું તેમ જ અસ્તિત્વનું સનાતન સત્ય શું છે વગેરે પ્રશ્નોની છણાવટ કરે છે. પંચીકરણમ્ વિદ્યા એટલે કે પંચમહાભૂતના મિશ્રણ દ્વારા સર્જિત આખું જગત અને જીવ વિશેનો તત્ત્વાર્થ. આ વિષે આદિશંકરાચાર્યજીએ ‘પંચીકરણમ્’ પુસ્તકમાં વિસ્તૃત સમજ આપી છે.

The whole universe is field of energy and information. એ જ પ્રમાણે આપણું ભૌતિક અને સૂક્ષ્મ શરીર પણ ચૈતસિક શક્તિ અને માહિતીથી પૂર્ણ છે. આપણે હજારો વર્ષથી શક્તિની ઉપાસના અલગ અલગ સ્વરૂપમાં કરીએ છે. જેમકે નવરાત્રીમાં નવ દિવસ મા દુર્ગાની સ્તુતિ તેમજ મા અંબા- મા કાલી, મા ગાયત્રી તેમજ બ્રહ્મા, વિષ્ણુ, મહેશ દેવતાઓની પવિત્ર શક્તિનું આપણે આવાહન કરીએ છીએ.

વધુ આવતા અંકે

સૌજન્ય : નવગુજરાત સમય

(ધ્યાનસ્થ દર્શન: સ્વયંથી પ્રશ્ન સ્વયંને પ્રત્યુત્તર પાળ નં ૨૫ ઉપરથી ચાલુ)

પછી પ્રાણીમાત્રની અવસ્થાને એનર્જી બોલ તરીકે કલ્પીશું તો જણાશે કે ઊર્જા સંકુલ પોતાના રંગસૂત્રના આંદોલન અનુસાર પુનઃ શરીર ધારણ કરવા સ્વતંત્ર રહે છે, કોઈ ઊર્જા પોતાના જીવનકાર્યને બળવત્તર બનાવતા સમુદાય સાથે પ્રેરણારૂપે રહે છે તો કોઈ ઊર્જા અનંતમાં ભળી જાય છે જેને દર્શનશાસ્ત્ર મોક્ષ અથવા નિર્વાણ કહે છે.

પ્રોસેસ ઓફ નેચરલ સિલેક્શનથી થતો વિસ્તાર તર્કબદ્ધ લાગે છે, પરંતુ એ વાત પણ તાર્કિક જણાય છે કે અસ્તિત્વ વહેંચાયા કરે છે, સમાપ્ત થતું નથી. માણસના મસ્તિષ્કની સમજ પંચમહાભૂતના સંદર્ભમાં જ વિદ્યમાન છે, આથી સ્થૂળ શરીરથી પર પણ કંઈક હોઈ શકે છે તેમ કલ્પના કરવાનું મુશ્કેલ છે. અસ્તિત્વ દેખાય છે, પરંતુ અસ્તિત્વનો નાશ થયા પછી પંચેન્દ્રિય તેની પ્રતીતિ આપી શકતું નથી અને માત્ર મસ્તિષ્કના જે ભાગો ઈલેક્ટ્રો મેગનેટિક વાઈબ્રેશન પકડી શકે છે ત્યાંથી જ કંઈ અણસાર

મેળવવાનો રહે છે. સ્વપ્ન આ સ્થિતિની એક વૈજ્ઞાનિક સાબિતી બની રહે છે, પરંતુ સ્વપ્નની મર્યાદા એ છે કે તે વૈયક્તિક છે, જાગૃત અવસ્થામાં શક્ય નથી. તેનું દસ્તાવેજીકરણ પણ શક્ય નથી.

આ સ્થિતિ વચ્ચે ધ્યાન એક એવું માધ્યમ છે કે પંચેન્દ્રિયની હયાતી વચ્ચે જાગૃત અવસ્થામાં માણસ ચૈતન્યના સ્વરૂપ અને ગતિના દ્રષ્ટા બની શકે છે જોકે અહીં ફરી એક મર્યાદા એ પહોંચે છે કે આ બાબતોની અભિવ્યક્તિ અવ્યક્ત છે. પ્રાણીજગતને ઈન્દ્રિય છે અને અસ્તિત્વના આનંદ-શાંતિના પરમ ઉદ્દેશને સદેહે પણ અવતરિત કરી શકાય છે. આથી જ ભક્ત કવિ નરસિંહ મહેતાએ પણ ગાયું છે, આપણે આપણો ધર્મ સંભાળવો અને કર્મનો મર્મ લેવો વિચારી. અર્થાત્ જ્યાં છીએ તે સ્થિતિ-મર્યાદાના વર્તુળમાં રહી આનંદિત રહેવું. માનવદેહે શાંત અને આનંદિત રહેવું એ જ એકમાત્ર હાથવગો ઉપાય છે.

મારા પ્રત્યુત્તર

- ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી

જો આત્મા અમર હોય તો સ્વામીજી, શરીરની સાથે જોડાયેલી તમારી જન્મતિથિ તમે શા માટે ઊજવો છો?

હું મારી જન્મતિથિ ઊજવતો જ નથી. ભક્તો તેની ઊજવણી કરે છે. આવા જન્મદિનની ઊજવણી પરબ્રહ્મની પૂજા સમાન છે. ગુરુની પૂજા તે પરબ્રહ્મની પૂજા છે. ભક્તોને ગુરુના જન્મદિનની ઊજવણીમાં આનંદ આવે છે. તેનાથી તેમને લાભ થાય છે અને ઉન્નત બને છે. દર વર્ષે જ્યારે જન્મદિનની ઊજવણી થાય છે ત્યારે એક આધ્યાત્મિક મોજું ઉદ્ભવે છે અને વધુ ને વધુ માનવોને દિવ્ય જીવન સંઘ અને મારા ઉપદેશોને જાણવા તથા સમજવાનો લાભ મળે છે. જન્મદિનની ઊજવણીથી ભક્તોને દર વર્ષે તેમના જીવનનો સાચો ઉદ્દેશ શું છે તે યાદ અપાવવામાં આવે છે. તેમની સાધનામાં આ ઊજવણી પ્રેરણા આપે છે. આવા પ્રસંગે પ્રગટતો પવિત્ર અને ગ્રહણશીલ ભાવ ભક્તોને ગુરુ અને ઈશ્વરની કૃપા તરફ લઈ જાય છે. જન્મદિનની ઊજવણી પ્રસંગે ભેગા મળેલા અસંખ્ય ભક્તોએ દર્શાવેલા શાંતિ, પ્રેમ, ભક્તિવાળા વિચારો તે પ્રદેશમાં શાંતિ, સંવાદિતા અને આધ્યાત્મિક વાતાવરણને પુષ્ટ કરે છે.

હિંદુઓ, ધાર્મિક અગ્રગણ્યો, સંતો અને ઋષિ મુનિઓ જેવા કે બુદ્ધ, શંકર, મહાવીર વગેરેની જન્મજયંતી ઊજવે છે તે કંઈ હેતુ વગર ઊજવતા નથી. હિંદુ પંચાંગમાં આવી ઘણી જન્મજયંતી અને તહેવારો હોય છે. આ જન્મજયંતી અને તહેવારોની ઊજવણી લોકોને જરૂરી આધ્યાત્મિક પ્રેરણા આપે છે અને તેઓ વધુ ને વધુ ખંતથી જીવનના ઉદ્દેશ-આત્મસાક્ષાત્કારની પ્રાપ્તિ માટે ખૂબ પ્રયત્ન કરી શકે છે. જેમ આવા ખાસ પવિત્ર દિવસો વધારે તેમ આપણી આધ્યાત્મિક પ્રગતિને બળવત્તર કરવા માટે પ્રોત્સાહિત થવાની વધુ સંભાવના છે.

સાક્ષાત્કાર પામેલા આત્માએ ફક્ત પોતાનો જ મોક્ષ મેળવ્યો હોવાથી તેને સ્વાર્થ ન ગણાય? જો બધા જ ત્યાગી બને તો શું પરિણામ આવે?

પ્રશ્ન ખોટી પરિકલ્પના ઉપર આધારિત છે. જો બધી જ સ્ત્રીઓ વાંઝણી હોય, જો બધા જ વકીલ કે ડોક્ટર લૂંટારા હોય તો દુનિયાનું શું થાય તેના જેવો આ વાહિયાત પ્રશ્ન છે. જેમની પાસે આધ્યાત્મિક સંસ્કારની સંપત્તિ ભેગી થઈ હોય તેવી બહુ ઓછી વ્યક્તિઓ વૈરાગ્ય અને ત્યાગ અપનાવી શકે છે.

સંત આખા જગતને પવિત્ર બનાવે છે. તે સ્વાર્થી હોઈ જ ન શકે. શંકર, રામાનુજ અને બીજા સંતોએ સમસ્ત માનવજાત માટે કાર્ય કર્યું. જે સંતો એકાંતવાસી હોય અથવા ગુપ્ત વેશમાં હોય તેઓ પોતાના વૈચારિક પ્રવાહોથી જગત પર અસર પાડી શકે છે. આધ્યાત્મિક પથ પરનો નવો માણસ પણ તેના શુદ્ધ વિચારો દ્વારા દુનિયાનું ઘણું ભલું કરી શકે છે. સંતો અને સંત જેવા માનવોનાં વર્તન તેમજ તેમની પ્રવૃત્તિઓ અપવિત્ર મનવાળી વ્યક્તિ સમજી શકતી નથી.

મોક્ષ માટે સમ્યક્ દૃષ્ટિ જોઈએ. હું ખૂબ જૂનવાણી માનસવાળો છું અને અસ્પૃશ્યતામાં પૂર્ણ રીતે માનું છું. કોઈ અસ્પૃશ્ય કે હરિજનને હું છેટેથી જોઉં છું તો પણ તરત જ સ્નાન કરી કપડાં ધોઈ નાખું છું. આ નિયમો પાળવા જોઈએ?

ઈશ્વરને એવી પ્રાર્થના કરો કે તે એવો દિવસ તમને દેખાડે જ્યારે તમે એકત્વભાવથી પ્રેમપૂર્વક ઝાડું વાળનાર હરિજનને ભેટી પડો. આ તમારા માટે ધન્ય દિવસ હશે. તમારું હૃદય ખૂબ સાંકડું સંકુચિત છે. તેને વિશાળ બનાવવા પ્રયત્ન કરો. 'અસ્પૃશ્યતા'ને છોડી દો. તે તમારી આધ્યાત્મિક પ્રગતિમાં ખૂબ બાધારૂપ છે. તમારામાં 'અસ્પૃશ્યતા'નાં મૂળ એટલાં ઊંડાં ઊતરેલાં છે કે તેને દૂર કરતાં લાંબો સમય લાગશે. આ જ ક્ષણે માનવ માનવને જુદા પાડતા અંતરાયને કઠોર થઈ દૂર કરો. તમને અવર્ણનીય આનંદ અને પરમ શાંતિ પ્રાપ્ત થશે.

'મારા પ્રત્યુત્તર' માંથી સાભાર

ગોળ અને ખાંડમાં શું ફેર છે ?

આયુર્વેદમાં લખ્યું છે કે શરીરને ભોજનમાંથી મળવાવાળી જે સાકર છે તે ઝડપથી પેટમાં પચે તેમાં રસ્તામાં કોઈ ખલેલ ન પડે. એવી કોઈ વસ્તુ ભોજનમાં ના હોવી જોઈએ, જે પાચનક્રિયાને રોકે....

આપણા દેશમાં એક ખૂબ જ મોટી લેબોરેટરી છે, જેનું નામ CDR (Central Drug Research Institute) છે. રાજ્યભાઈ ત્યાં ગયા, વૈજ્ઞાનિકો સાથે વાત કરી કે તમે જણાવો કે ભોજનમાં એવી કઈ કઈ વસ્તુ છે, જે આપણા ભોજનની કુદરતી સાકરને શરીર માટે મદદરૂપ થવામાં અડચણરૂપ થાય છે તો બધા વૈજ્ઞાનિકોએ એક જ અવાજ જે વસ્તુનું નામ લીધું હતું તેનું નામ ખાંડ હતું.

તેની જગ્યાએ શું ખાઈએ?

જવાબ છે-ગોળ

ગોળ અને ખાંડમાં ફરક !

બન્નેમાં ઘણો ફરક છે, ખાંડ બનાવવા માટે શેરડીના રસમાં ૨૩ ઝેર (કેમિકલ) ભેળવવાં પડે છે અને તે બધાં શરીરની અંદર તો જાય છે, પરંતુ બહાર નથી નીકળી શકતાં અને ગોળ એક જ એવો છે, જે કોઈ પણ ઝેર ભળ્યા સિવાય સીધેસીધો બને છે. શેરડીના રસને ગરમ કરતાં જાઓ, ગોળ બની જાય છે, તેમાં કઈ પણ ભેળવવું પડતું નથી. માત્ર તેમાં દૂધ ભેળવવાનું છે બીજું કઈ ભેળવવાનું નથી.

ગોળથી પણ સારી વસ્તુ તમે ખાઈ શકો છો, તેનું નામ છે - કાકવી. જો તમે ક્યારેય ગોળ બનતાં જોયો હશે તો ખબર પડી જશે. આ કાકવી ગોળથી પણ સારી છે, કાકવીને ડોલમાં ભરીને રાખો તે ખરાબ થતી નથી, એક વર્ષ આરામથી રાખી શકો છો. કાકવીનો ભાવ પણ ગોળ જેટલો જ હોય છે. હવે તમે કાકવી ખાવ નહીં તો ગોળ ખાવ. જો તમને કાકવી મળી રહે છે તો સમજી લો કે તમે રાજા છો, જો કાકવી ન મળે તો ગોળ મળી રહ્યો છે તો નાના રાજા છો.

ખાંડે આખી દુનિયાનો સત્યાનાશ કરી નાખ્યો છે. જ્યારથી ખાંડ બનાવવાનું અને ખાવાનું શરૂ કર્યું છે ત્યારથી સૌના શરીરની હાલત ખરાબ છે.

ભારતને છોડી દુનિયાના દેશોમાં ગોળ અને કાકવીની ખૂબ જ માગ છે, કેમ કે ખાંડથી બનેલી મીઠાઈ જલ્દી ખરાબ થઈ જાય છે, તેમાં ગુણવત્તા હોતી નથી, પરંતુ ગોળમાંથી બનેલી મીઠાઈ ઘણા મહિના સુધી બગડતી નથી અને સારી ક્વોલિટીની હોય છે. તમને સાંભળીને નવાઈ લાગશે કે ગામમાં ગોળનો ભાવ ૩૦-૪૦ રૂપિયે કિલો હોય છે, પરંતુ ઈઝરાઈલમાં ગોળ ૧૭૦ રૂપિયે કિલો વેચાય છે. જર્મનીમાં ગોળનો ભાવ ૨૧૦ રૂપિયે કિલો છે, કેનેડામાં ભારતના રૂપિયાના હિસાબે ગોળનો ભાવ ૩૩૦ રૂપિયે કિલો છે. આ બધા દેશોમાં ગોળની ખૂબ જ માગ છે. ખાંડ ત્યાં સસ્તી છે, કેમ કે તેમને ખબર છે કે ખાંડ ઝેર છે અને ગોળ અમૃત છે.

જો ખાંડ તમે ખાધી તો તેને પચાવવી પડે છે અને તેમાં એટલાં નુકસાનકારક તત્ત્વો હોય છે કે આસાનીથી પચતાં નથી. જો ગોળ ખાશો તો ગોળ એટલી સરસ જાત છે કે જે પણ ગોળ સાથે તમે ખાધું છે, તેને ગોળ પચાવી દે છે.

ગોળ ભોજનને માત્ર ૪ કલાક ૪૦ મિનિટમાં પચાવી દે છે. એટલા માટે ભોજન સાથે ગોળ જરૂર ખાવ અને ખાંડ બિલકુલ ન ખાઓ.

આ સૂત્રનું પાલન કરશો તો ડાયાબિટીસ, આર્થ્રાઈટિસ, અસ્થમા, ઓસ્ટિયોપોરોસીસ જેવી ૧૪૮ ગંભીર બીમારીઓ જિંદગીમાં ક્યારેય નહિ આવે. તમે તમારી જિંદગીમાંથી ખાંડને કાઢી નાખો, કેમ કે આપણને કુદરતી ખાંડ ફળમાંથી કે બીજી વસ્તુઓમાંથી મળી જ રહે છે, આ ખાંડ તમને પચવાના રસ્તામાં મોટી અડચણ છે.

તમે એક વાત યાદ રાખો. જો ત્યાગવાની કોઈ વસ્તુ છે ને સૌથી વધુ નફરત કરવી છે તો ખાંડથી કરો.

ગોળ ખાઓ કાકવી ખાઓ.

ખાંડની આપણે ચીન વગેરે દેશમાંથી આયાત કરવી પડે છે. જ્યારે ગોળ આપણાં પોતાના દેશની પ્રોડક્ટ છે... તેને ભોજનમાં વિશેષ સ્થાન આપીએ... દેશને આર્થિક રીતે પણ સમૃદ્ધ કરીએ.

વૃત્તાંત

● તા. ૯-૧-૨૦૨૧-તરભ (વીસનગર) : શિવધામ, શ્રી વાળીનાથજી અખાડાના આદરણીય અનંત વિભૂષિત શ્રી શ્રી ૧૦૦૮ બ્રહ્મલીન મહંતશ્રી બળદેવગિરિજી ગુરુશ્રી સૂરજગિરિજી મહારાજની મહાસમાધિનાં પૂજન અને ધોડશી ભંડારાનું ભવ્ય આયોજન તા. ૯-૧-૨૦૨૧ના રોજ થયું. બ્રહ્મલીન સ્વામીજીને પૂજ્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ સાથે ખૂબ જ સ્નેહ હતો. તેઓ શિવાનંદ આશ્રમ દ્વારા આયોજિત તમામ સમારોહ અને સાધુ પ્રીતિ ભોજ-ભંડારાઓમાં પધારતા અને આશ્રમને પાવન કરતા તથા આશીર્વાદ આપતા.

આ પ્રસંગે પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજને ધોડશી ભંડારામાં વિશેષ આમંત્રણ હતું. નૂતન નિર્વાચિત મહંતશ્રી જયરામગિરિજી મહારાજની ચાદરવિધિ પણ હતી. આ પ્રસંગે દેશ-પરદેશથી એક લાખથી વધુ ભક્તોનો મહેરામણ ઊમટ્યો હતો. ૩૦,૦૦૦થી વધુ સાધુ-સંતોની ઉપસ્થિતિ હતી. બ્રહ્મલીન મહંતશ્રી બળદેવગિરિજી મહારાજને માત્ર બાર વર્ષની ઉંમરે જ ગાદી પર બેસાડવામાં આવ્યા હતા. તેઓ ૧૦૩ વર્ષનું આયુષ્ય ભોગવીને ૯૧ વર્ષ સુધી મહંતપદે બિરાજી મહાસમાધિ લીધી, જે તેમના જીવનની પવિત્રતાની સુગંધનું એક અદ્ભુત ઉદાહરણ હતું.

● તા. ૯-૧-૨૦૨૧ - અમદાવાદ : શ્રીમતી રૂપા મનીશ મજમુદાર આશ્રમનાં સહમંત્રી છે. રેઈકી ગ્રાન્ડ માસ્ટર છે, તથા 'દિવ્ય જીવન' માસિકનાં સંપાદિકા પણ છે. સાડા નવ મહિનાના અંતરાલ પછી ફરી શિવાનંદ આશ્રમમાં તેમના રેઈકી વર્ગો તા. ૯-૧-૨૦૨૧ના રોજથી પ્રારંભ થયા. અત્યાર સુધીમાં દેશ-વિદેશના ૧૫,૦૦૦થી વધુ મુમુક્ષુઓએ રેઈકીની ફર્સ્ટ અને સેકન્ડ ડિગ્રીનું પ્રશિક્ષણ તેમની પાસે લીધું છે.

● તા. ૧૨-૧-૨૦૨૧ - મહેસાણા : શ્રી પંચદશનામ નિરંજની અખાડાના મહંત ૧૦૦૮ અનંતશ્રી વિભૂષિત પૂજ્ય શ્રીચરણ શ્રીમત્ સ્વામી શિવનાથપુરીજી ભીમનાથ મહાદેવ પરા (મહેસાણા)ના મહારાજનો ધોડશી ભંડારો તા. ૧૨-૧-૨૦૨૧ના રોજ મહેસાણા ખાતે આયોજાયો. પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજને પણ ધોડશી પૂજાર્થે નિમંત્રવામાં આવ્યા હતા. મહેસાણાથી પાછા ફરતાં પૂજ્ય સ્વામીજી શિવાનંદ આશ્રમના જૂના સંત શ્રી સ્વામી નિશ્ચલાનંદજી મહારાજનાં દર્શને ખડદા-દવાડાનાં તેમનાં એકાંત નિવાસ આશ્રમમાં જઈને આશ્રમ પાછા પધાર્યા.

● તા. ૧૪-૧-૨૦૨૧ - શ્રી રામનગર કંપા(ખેડબ્રહ્મા) - અંબાજી : બ્રહ્મલીન પૂજ્યપાદ શ્રીમત્ સ્વામી ગુરુકૃપાનંદજી મહારાજના પૂર્વાશ્રમનાં પરિજનો દ્વારા પ્રતિવર્ષ મકરસંક્રાન્તિ પર્વે ગો-પૂજન-સત્સંગનો કાર્યક્રમ રાખવામાં આવે છે. અમદાવાદ-શિવાનંદ આશ્રમનું એક ભક્ત મંડળ આ વર્ષે પણ આ ઉત્સવમાં ઉપસ્થિત રહ્યું. આડોસ - પાડોસનાં ગામની આશરે ૨૫૦ ગાયોને ઊભી ખેતી - પાક ખવડાવવામાં આવ્યો. પૂજ્ય સ્વામીજીએ ગો પૂજન કર્યું. સત્સંગ પછી, મહાપ્રસાદ ગ્રહણ કરી સૌ અંબાજીનાં દર્શને ગયા. સાંજના ૭.૩૦ વાગ્યે સૌ શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ ખાતે પાછાં ફર્યા.

● તા. ૧૮-૧-૨૦૨૧ - અમદાવાદ : પૂજ્યપાદ શ્રીમત્ સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજની નિશ્રામાં ૮૧૪મો યોગાસન, પ્રાણાયામ, ધ્યાન શિબિર આયોજાયો. આ જ્ઞાનસત્રનું દીપ પ્રજ્વલન આશ્રમના વયોવૃદ્ધ સ્વામી શ્રી કમલાનંદજી મહારાજે કર્યું. COVID-19 માટેની સૂચનાઓને ધ્યાનમાં રાખી પ્રત્યેક યોગપ્રેમીને આઠ-આઠ ફૂટના અંતરે બેસાડવામાં આવ્યા અને સંખ્યા પણ મર્યાદિત જ લેવામાં આવી. આ જ્ઞાનસત્રનું સમાપન તા. ૨૭-૧-૨૦૨૧ના રોજ થયું.

● સુપ્રસિદ્ધ યુવા કથાકાર શ્રી જિજ્ઞેશદાદાજીની વ્યાસપીઠે શિવાનંદ આશ્રમમાં શ્રીમદ્ ભાગવત કથાનું આયોજન થયું, જેમાં પણ ખૂબ જ મર્યાદિત ભક્તોની social distance સાથે બેઠક વ્યવસ્થા કરવામાં આવી. પૂજ્ય સ્વામીજી દરરોજ સાંજે કથામાં ઉપસ્થિત રહ્યા.

● તા. ૨૧-૧-૨૦૨૧થી તા. ૩-૨-૨૦૨૧ અમદાવાદ : શ્રી શ્રી મા આનંદમયી સંઘના સર્વોચ્ચ પ્રધાનાધ્યક્ષ પૂજ્યપાદ શ્રીમત્ સ્વામી અચ્યુતાનંદજી મહારાજે શિવાનંદ આશ્રમમાં નિશ્રા કરી સૌને ધર્મલાભ આપ્યો. તેમનું વય ૮૫ વર્ષનું છે. પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી પ્રત્યેના ભાવ અને પ્રેમ થકી દર વર્ષે તેઓ અમદાવાદ પધારે છે.

● તા. ૨૬-૧-૨૦૨૧ - અમદાવાદ : આજે ગણતંત્ર દિવસ હોઈ આશ્રમમાં પૂજ્ય સ્વામીજીએ ધ્વજવંદન કર્યું. દેશ પ્રત્યે વફાદારી, રાષ્ટ્રપ્રેમ અને રાષ્ટ્ર જ પહેલાં, રાષ્ટ્રનાં હિતમાં જ આપણું હિત-ની વાત કરી.

સવારે ૯.૦૦ થી મધ્યાહન બાર વાગ્યા સુધી મારુતિ યજ્ઞ થયો. સાંજે દિલ્હીના સુપ્રસિદ્ધ રામાયણી શ્રદ્ધેય શ્રી અજય યાજ્ઞિકજી દ્વારા સંગીતમય સુંદરકાંડ પારાયણ થયું.



શુદ્ધતા અને અતુટ વિશ્વાસની પરંપરા

SUVARNAKALA®

Gold, Diamond, Jadtar & Silver Jewellery
BIS Approved Jeweller

અમદાવાદ

મણીનગર : TGB બેકરીની સામે,
મણીનગર ચાર રસ્તા
+91 63 5600 2200

સી.જી.રોડ : નેશનલ પ્લાઝા,
લાલ બંગલોની સામે
+91 99 2490 2223

સેટેલાઈટ : વિનસ અમેડીયસ,
BRTS જોધપુર ચાર રસ્તા
+91 97 1400 8200





સ્વાદ અને ગુણવત્તાની પરંપરા



શ્રેષ્ઠ ગુણવત્તાની પરંપરા દ્વારા દેશ-વિદેશના અસંખ્ય ગ્રાહકો સુધી પહોંચવાનો અમારો નિર્ધાર છે.
ભારતીયતાનું સ્વાદ સભર ગૌરવ!



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



રામદેવ ફૂડ પ્રોડક્ટ્સ પ્રા.લિ.

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



Identity

૩૪ દિવ્ય જીવન ♦ વર્ષ ૧૮ ♦ અંક : ૨ ♦ ફેબ્રુઆરી-૨૦૨૧



કર્ણાવતી મહાનગરીનાં આઘકુળદેવી મા ભદ્રકાળીનાં નિજમંદિરમાં પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ દ્વારા નિરાજનમ્. તા. ૩૦-૧-૨૦૨૧



શ્રીશ્રીમા આનંદમયી સંઘના પરમાધ્યક્ષ પૂજ્યપાદ શ્રીમત્ સ્વામી અચ્યુતાનંદજી મહારાજશ્રીની શિવાનંદ આશ્રમમાં નિશ્રા-ધર્મલાભ. તા. ૨૧-૧-૨૦૨૧ થી ૩-૨-૨૦૨૧



શ્રી પંચદશનામ નિરંજની અખાડાના નૂતન મહંતશ્રી પ્રકાશ પુરીજીની ચાદર વિધિ. (શ્રી ભીમનાથ મહાદેવ પરા- મહેસાણા) તા. ૧૨-૧-૨૦૨૧



‘સ્વાસ્થ્ય’ સંસ્થા દ્વારા Online આયોજિત ડાયાબિટીસ કોન્ફરન્સ (૨૦,૦૦૦ પાર્ટીસિપન્ટ્સ)નું પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ દ્વારા દિપ પ્રજ્વલન - ઉદ્ઘાટન, અમદાવાદ. તા. ૧૮-૧-૨૦૨૧



શિવાનંદ આશ્રમમાં શ્રીમદ્ ભાગવત કથા તા. ૨૪-૧-૨૦૨૧ અને શ્રી સુંદરકાંડ પારાયણ. તા. ૨૬-૧-૨૦૨૧ (અમદાવાદ)





શિવાનંદ આશ્રમનાં ભક્ત વૃંદે મોટાં અંબાજીનાં દર્શન તથા શ્રી રામપુર કંપે - ગોપૂજન સત્સંગનો લાભ લીધો. તા. ૨૬-૧-૨૦૨૧

ડૉ. વિનુભાઈ - સંપાદિત પુસ્તક 'જીવન જીવી જાણો'નું શિવાનંદ આશ્રમમાં લોકાર્પણ તા. ૨૬-૧-૨૦૨૧



શિવાનંદ આશ્રમ ખાતે રેઈકી પ૩૦મો ફર્સ્ટ ડિગ્રી સેમિનાર. તા. ૮-૧-૨૦૨૧



શ્રી નારાયણ સેવા. તા. ૮-૧-૨૦૨૧

શિષ્ય

'શિષ્ય' એટલે શું ? 'શિષ્ય' કોને કહેવાય ? જે ગુરુના માર્ગદર્શન મુજબ ચાલે, તેમના ઉપદેશ મુજબ પોતાની જાતને ઘડવા પ્રયત્ન કરે અને સદ્ગુરુ જે સૂચનો આપે તે પ્રમાણે જીવવા અને વર્તવા યત્ન કરે તે શિષ્ય. આવું શિષ્યત્વ તમને વિકાસના રાહ પર ચડાવી આત્મસાક્ષાત્કારના મહાન અનુભવ તરફ લઈ જશે.

- સ્વામી ચિદાનંદ