

યોગ, સ્વાસ્થ્ય અને નૈતિક જીવન મૂલ્યોનું માસિક

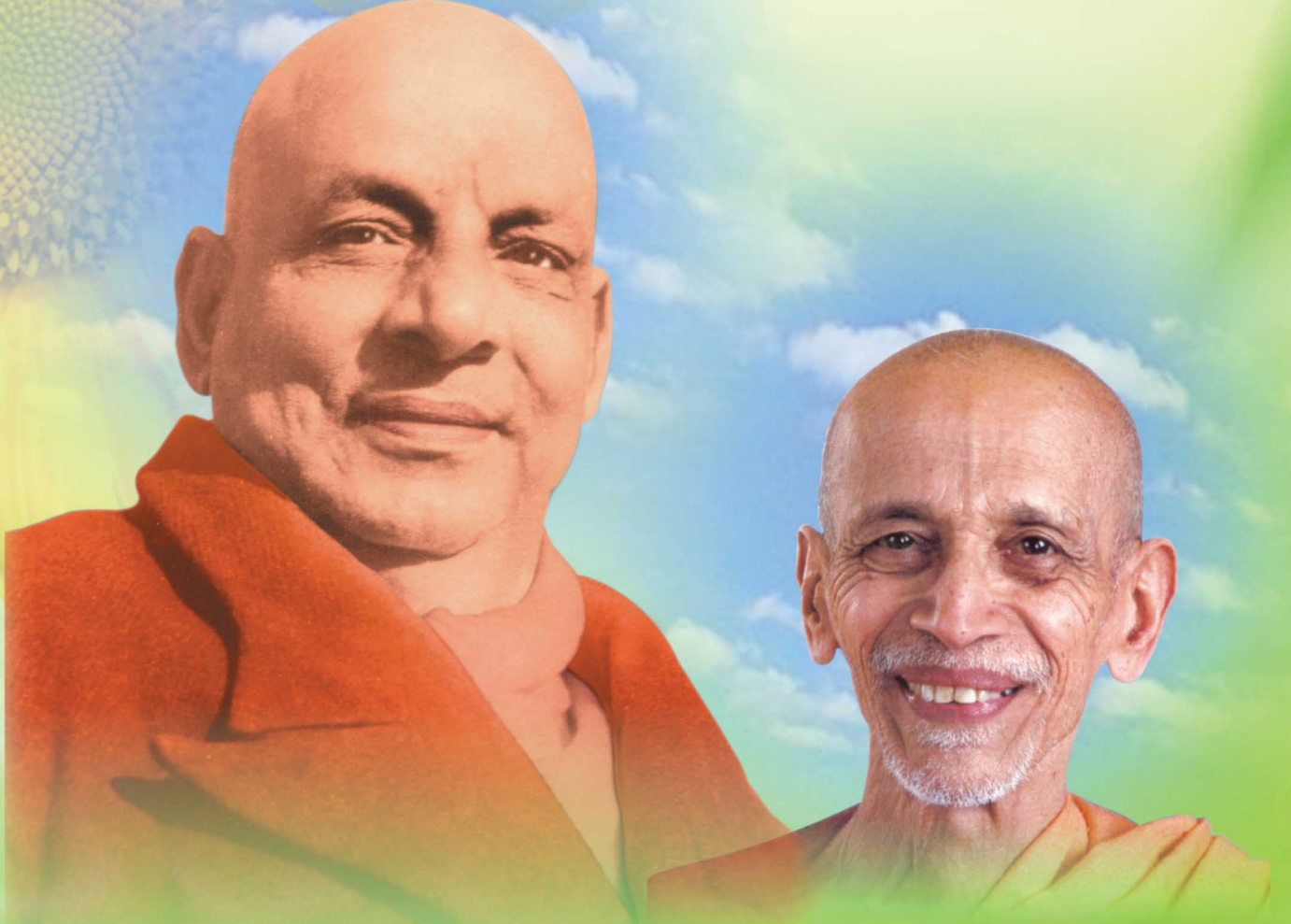
# દિવ્ય જીવન



વાર્ષિક લવાજમ : રૂ. ૧૫૦/- ● વર્ષ - ૧૩ અંક - ૧૨ ડિસેમ્બર-૨૦૧૬

Postal Registration No. GAMC 1417/2015-2017 Valid up to 31-12-2017 RNI No. GUJGUJ/2003/15738

Published on 4th of every month and Posted on 5th of every month at PSO, Ahmedabad-2. Annual Subscription Rs.150/-



## શ્રદ્ધા

ભગવાનની પ્રાપ્તિ માટે કળા અને વિજ્ઞાનની તમારે જરૂર નથી, પરંતુ શ્રદ્ધા, પવિત્રતા અને ભક્તિની જરૂર છે. કષ્ટકષ્ટમાં અને ટીપેટીપામાં પરમાત્માનો અનુભવ કરો. તેની આંખોથી કંઈ ધૂપું નથી. તે સર્વનો સંરક્ષક છે. તેના ઉપર વિશ્વાસ રાખો. તેના મધુર નામનો આશ્રય લો. તેને તમારા જીવનનો આધાર માનો, પછી નિરાશા કેવી અને ભય કેવો ?

- સ્વામી શિવાનંદ





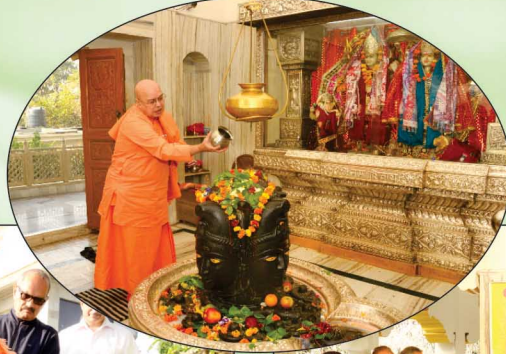
શ્રી રાજીવ ભટનાગર (H.M.A.)ના અધ્યક્ષ દ્વારા  
હરિદ્વાર મેનેજમેન્ટ એસોસિયેશન ખાતે પૂજ્ય  
સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનું સન્માન  
(ભેલ-હરિદ્વાર) તા. ૭-૧૧-૨૦૧૬



હરિયાણા ચેમ્બર ઓફ કોમર્સ ખાતે પૂજ્ય સ્વામીજીનું  
સ્મૃતિ ચિહ્ન આપીને સન્માન કરતા વિવિધ સંસ્થાઓના  
હોદ્દેદારો (કરનાલ) તા. ૧૬-૧૧-૨૦૧૬



હરિદ્વાર મેનેજમેન્ટ એસોસિયેશનનું કાર્યકારી મંડળ (ભેલ (B.H.E.L.) હરિદ્વાર) તા. ૭-૧૧-૨૦૧૬



કર્ણેશ્વર મહાદેવ ખાતે ભગવાન કર્ણેશ્વરને જલાભિષેક, વૃક્ષારોપણ અને સંસ્થાનું સમિતિ મંડળ (કરનાલ) તા. ૨૨-૧૧-૨૦૧૬



# શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની પ્રેરણાથી પ્રકાશિત દિવ્ય જીવન

વર્ષ : ૧૪

અંક : ૧૨

ડિસેમ્બર-૨૦૧૬

સંસ્થાપક અને આઘાતંત્રી :  
બ્રહ્મલીન શ્રી સ્વામી યાજ્ઞવલ્ક્યાનંદજી  
(ડૉ. શિવાનંદ અધ્યયુજી)  
સંપાદક મંડળ :  
અધ્યક્ષ : શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી (તંત્રી)  
ડૉ. મફતભાઈ જે. પટ્ટણી  
શ્રીમતી રૂપા મજમુદાર

તંત્રી : શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી  
લેખ મોકલવાનું સરનામું :  
શિવાનંદ આશ્રમ, જોધપુર ટેકરી,  
અમદાવાદ - ૩૮૦૦૧૫.  
ફોન : ૨૬૮૬૧૨૩૪, ૨૬૮૬૨૩૪૫

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

ૐ

અપનિષદં મો બ્રહ્મીત્યત્કા ત અપનિષદ્  
બ્રાહ્મી વાવ ત અપનિષદમબ્રૂમેતિ ॥૭॥

તસ્યૈ તપો વમઃ કર્મેતિ પ્રતિષ્ઠા

વેવાઃ સર્વાઙ્ગાનિ સત્યમાયતનમ્ ॥ ૮ ॥

યો વા ઇતામેવં વેવાપહત્ય પાપ્માનમનન્તે  
સ્વર્ગે લોકે જ્યેષ્ઠે પ્રતિતિષ્ઠતિ પ્રતિતિષ્ઠતિ ॥ ૯ ॥

કેનોપનિષદ્ - ૪ ૭, ૮, ૯

શિષ્યે આચાર્યને પ્રશ્ન કર્યો હતો કે બ્રહ્મ વિદ્યાનો ઉપદેશ કરો. તેના જવાબમાં આચાર્ય કહે છે, તમારી જિજ્ઞાસા પ્રમાણે બ્રહ્મવિદ્યા સારી રીતે કહી છે, હવે શું ઈચ્છો છો ?

બ્રહ્મવિદ્યાની પ્રાપ્તિ માટે તપ, દમ અને કર્મ આ ત્રણ મુખ્ય સાધનો છે. બીજા સ્વાધ્યાય વગેરે એના માટે ઉપયોગી હોવાથી તટસ્થ સાધનો છે.

જે મનુષ્ય આ બ્રહ્મવિદ્યાને જાણે છે અર્થાત્ ઉપર બતાવેલાં સાધનોના અનુષ્ઠાનથી જેની વૃત્તિ બ્રહ્મમાં લીન થઈ ગઈ છે તે લાંબા સમય સુધી સંચિત (ભેગી થયેલી) પાપમય વાસનાઓને છિન્ન-ભિન્ન કરીને બ્રહ્મના અનામય પદમાં પ્રતિષ્ઠિત થાય છે. છેલ્લો શબ્દ 'પ્રતિષ્ઠિતિ' બે વખત કહ્યો એનો અર્થ એ છે કે આ સનાતન સત્ય છે કે તે બ્રહ્મના અનામય પદમાં પ્રતિષ્ઠિત થાય જ છે.

## શિવાનંદ વાણી

### કર્મયોગ

સાધનાના માર્ગ પર અટલ શ્રદ્ધા, કર્મનિષ્ઠા, પ્રયત્નશીલતા અને નાની નાની બાબતો પ્રત્યે પણ કાળજીપૂર્વક ધ્યાન તેમ જ મુશ્કેલીમાં પણ દૃઢતા, આવી તૈયારી સાથે જીવનના ઉંબરા ઉપર તમારે પગ મૂકવો જોઈએ અને પ્રગતિ કરવી જોઈએ.

કર્તવ્યપરાયણતા એ કર્મયોગ છે. એ નિઃસ્વાર્થ સેવાનો માર્ગ છે. આ માર્ગે આત્મસાક્ષાત્કાર થાય છે. એ કર્મફળના ત્યાગનો યોગ છે.

કર્મયોગના સાધકો માટે કર્મ એ જ પૂજા છે. પ્રત્યેક કાર્ય ભગવાનના ચરણમાં અર્પવાની ભેટ છે. પોતાનાં કર્મનાં ફળ ભગવાનને સમર્પિત કરવાથી કર્મયોગીને કર્મ બંધનકારક થતું નથી. કર્મમાં કુશળતા એ યોગ છે.

- સ્વામી શિવાનંદ

## અનુક્રમ

૧. કેનોપનિષદ્	.....	૩
૨. અનુક્રમ, તહેવાર સૂચિ	.....	૪
૩. સંપાદકીય	તંત્રી.....	૫
૪. વિવેક	ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી	૬
૫. અભ્યાસ અને વૈરાગ્ય	શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી.....	૯
૬. આદર્શ ત્યાગનું પ્રાણતત્ત્વ	શ્રી સ્વામી કૃષ્ણાનંદજી .....	૧૩
૭. ધર્મ-ધમ્મ અને રાજ્યવ્યવસ્થા	શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી.....	૧૪
૮. સમસ્યાનો ઉકેલ શી રીતે કરવો	શ્રી સ્વામી જ્યોતિર્માયાનંદજી ....	૧૬
૯. ઉજ્જવળ ભવિષ્યની પ્રેરણા	શ્રી સ્વામી નિખિલેશ્વરાનંદજી.....	૧૮
૧૦. શિવાનંદ કથામૃત	ગુરુદેવના સંન્યાસી શિષ્યો.....	૨૧
૧૧. અમૃતપુત્ર-૨૩	શ્રીમતી રાજલક્ષ્મી દેશપાડે.....	૨૫
૧૨. પથભ્રાન્ત પથિક	શ્રી પરમાનંદ ગાંધી.....	૨૮
૧૩. સરવૈયું	શ્રીમતી રૂપા મજમુદાર .....	૨૯
૧૪. વૃત્તાંત	.....	૩૧

## તહેવાર સૂચિ

જાન્યુઆરી - ૨૦૧૭		
તા.	તિથિ (પોષ સુદ)	
૧	૩	ખ્રિસ્તી નવું વર્ષ
૫	૭	ગુરુ ગોવિંદસિંહ જયંતી
૮/૯	૧૦/૧૨	પુત્રદા એકાદશી
૧૦	૧૩	પ્રદોષ પૂજા
૧૨	૧૫	પોષી પુનમ, અંબાજી પ્રાકટ્યોત્સવ, માષ સ્નાનારંભ, શાર્કભરી પૂર્ણિમા, સ્વામી વિવેકાનંદ જયંતી (પોષ વદ)
૧૪	૨	મકરસંક્રાંતિ
૧૯	૭	શ્રી રામાનંદાચાર્ય જયંતી,
૨૩	૧૧	એકાદશી, નેતાજી જયંતી
૨૫	૧૩	પ્રદોષ પૂજા
૨૬	૧૪	પ્રજ્ઞાસત્પાકદિન
૨૭	૩૦	મીની અમાવાસ્યા (મહા સુદ)
૩૦	૩	મહાત્મા ગાંધી નિર્વાણદિન
૩૧	૪	શ્રી ગણેશ જયંતી

### “અનુરોધ-અભિલાષા” ગ્રાહકોને :

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

### દિવ્ય સ્કુલિંગ

#### સંતોનું સન્માન

સંતોને સતત યાદ કરવા એટલે જીવનનું ધ્યેય સિદ્ધ કરવાના સતત પ્રયત્નો. આપણે દરરોજ સંતોનાં જીવન-ચરિત્ર વાંચવાં જોઈએ. તેમના પગલે પગલે ચાલવાનો આપણે પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. તેમણે ઘડી કાઢેલા દિવ્ય જીવનના ઢાંચાના ચુસ્ત અનુયાયી બનવાથી તથા તેમના મહાન આદર્શ જીવનની આબેહૂબ પ્રતિમા બનીને આપણે તેમને મહાન અંજલિ આપીશું. સંતોનું સન્માન કરવાની આ જ એક ઉત્તમોત્તમ અને અસરકારક રીત છે.

- સ્વામી ચિદાનંદ



## સંપાદકીય

ઠંડીનું મોજું આકસ્મિક સાંજને ઠારવા માંડ્યું છે. મકાનની અંદર અને ખુલ્લાં નીલાં આકાશની નીચે એમ બે વાતાવરણ અનુભવાય છે. એક આંતરિક અને બીજું બાહ્ય. અંદર ઉષ્મા અને બહાર ઠંડક, પરંતુ ખરેખર તો અંદર ઠંડક જોઈએ અને બહાર ઉષ્મા, તરવરાટ, ઉત્સાહ, ખેલદિલી અને પારદર્શકતા.

આ ડિસેમ્બર મહિનાની ૧૩ તારીખે શ્રી દત્ત જયંતી છે. શ્રી દત્ત ભગવાનને અવધૂત પણ કહેવામાં આવે છે. તેઓ તેમના અંતઃસ્તરે શાંત પ્રગાઢ શાતાની અનુભૂતિને જાળવી રહ્યા છે. જ્યારે બાહ્ય જગત વચ્ચે તેઓ જાગ્રત છે. સંપૂર્ણ જાગ્રતિના પ્રહરી છે. તેમણે કહ્યું, ‘મારે ચોવીસ ગુરુ છે. આકાશ છે, નદી છે, દરિયો છે, ભ્રમરી છે, સાપ છે, પોતાનાં તીરની ધારને તેજ કરતો પારથી છે કે ચોખા-શાળને છડતી કુમારી કન્યા છે, તેમણે સૌ પાસેથી જ્ઞાન મેળવ્યું. તેમના ગુરુજનો એટલે આ પ્રાકૃતિક વનસંપદા, વૈશ્વિક ચેતના. બસ, બધું કુદરતી. કશુંયે અપ્રાકૃતિક નહીં. છળ નહીં, દંભ તો લેશ માત્રેય નહીં અને તેમનો પ્રાદુર્ભાવ તો છળ વચ્ચે થયો ને?’

દેવતાઓની દેવીઓએ પોતાના પતિ દેવતાઓને જગન્માતા સતી અનસૂયાનાં શીલને ભંગ કરવા મોકલ્યા. સતીનું સત આ દેવતાઓથી ન જીરવાયું. તેઓનું દેવત્વ આ પવિત્ર ચારિત્ર્ય, સત્ય અને પ્રામાણિક નિષ્ઠા પાસે શૂન્ય થઈ ગયું.

આપણી મુશ્કેલી જ અહીં છે. કોઈનાં સુખ-સમૃદ્ધિ અને ઓજસ કે તેજસને આપણે જીરવી શકતાં નથી. ઈર્ષ્યા એ કેન્સરથી પણ મોટી બીમારી છે. જ્યાં

ઈર્ષ્યા છે ત્યાં સમરસતા ન હોઈ શકે, ઈર્ષ્યા પણ એક પ્રકારનો માનસિક આતંક જ છે. અને જ્યાં આતંક હોય ત્યાં આતંકીના પોતાનાં જ જીવનનો વૈભવ ડામાડોળ હોય, તે પ્રતિપળ ભય, ભરોસા વગરના નાવમાં હાલક-ડોલક થતાં જીવનના મધદરિયે જૂલતા હોય તેવું સતત અનુભવતા હોય છે.

ગુરુ દત્તાત્રેયને ગુરુ એટલા માટે કહેવાય છે કે તેમની માનસિક સ્થિતિ સંકુચિત નથી. તે ઉદાર છે, આત્મસ્થ છે. ચૈતન્યની ચેતનાનો ધૂણો ધખાવીને બેઠેલા છે. આ ધૂણામાં ધુમાડો નથી. ત્યાં કામના અને વાસનાઓ કે દુન્યવી વૃત્તિઓ રાખ થઈને પડેલી છે. ત્યાં બાહ્ય શીતળતા માંહ્યલી કોર ભારેલા અગન જેવી તપતી હોય છે. હું જગત માટે ‘મૂઢુની કુસુમાદપિ’ જગત માટે પુષ્પો સમાન કોમળ છું, પરંતુ મારા આંતરિક જીવનના અનુશાસન બાબત હું કોઈ બાંધછોડ કરતો નથી.. ‘વજ્રાદપિ કઠોરાણી’ - વજ્ર સમાન હું કઠોર છું, પરંતુ તે મારા જીવનના યમ-નિયમ અને સંયમ માટે.

આવું થઈ શકે તો દત્ત જયંતી સાર્થક. બાકી દત્તબાવની બાવન વાર ગાઈએ કે દત્તમંત્રનો જપ કરીએ તેટલું કદીયે પર્યાપ્ત નહીં થાય. કોઈ પણ પક્ષી એક પાંખે ઊડી શકે નહીં, આ પારાયણો, મંત્ર-જાપ અને તેની સાથે આંતર અધ્યાત્મ વિકાસની જાગરૂકતા અને સતર્કતા હશે તો જ પરમ તત્ત્વને પામી શકાશે. માનવજીવનનું એકમાત્ર લક્ષ્ય છે, ‘હું આ જન્મમાં જ પરમપદને પામું.’

ૐ શાંતિ



## વિવેક

ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી

[પૂજ્ય ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજનું જીવન સાધનાનો પર્યાય હતું. તેઓ સાધના-સિદ્ધ પુરુષ હતા. તેમનાં જીવનની પ્રત્યેક પળ અને પ્રત્યેક શ્વાસ સાધના જ હતાં. તેમનાં જન્મ શતાબ્દી પછીના દશ વર્ષો એટલે ચિદાનંદ દિવ્ય દશક પ્રસંગે આપની સમક્ષ 'સાધના' પ્રસ્તુત કરતાં ખૂબ આનંદ છે.]

જે બ્રહ્મ સાથે એકતાન થયો છે, જેણે પ્રત્યેક વસ્તુનું સત્ત્વ જાણ્યું છે તેણે “હું કંઈ જ કરતો નથી” તેવો વિચાર સતત કરવો જોઈએ. જાગતાં, ઊંઘતાં, જોતાં, બોલતાં, ખાતાં, પીતાં, સૂંઘતાં, સાંભળતાં, ઈન્દ્રિયો ઈન્દ્રિયભોગ્ય પદાર્થો ઉપર ફરતી હોવા છતાં પણ સાધકે તો પોતાની જાતની કેવળ બ્રહ્મ સાથે જ એકતા અનુભવવી જોઈએ. નીચેના શ્લોક ઉપર ધ્યાન અને ચિંતન કરીને તમે તમારી જાતને ઈન્દ્રિયોથી વેગળી કરી શકો છો.

**પ્રકૃત્યૈવ ચ કર્માણિ ક્રિયમાણાનિ સર્વશઃ ।**

**ચઃ પશ્યતિ તથાઽઽત્માનમકર્તારં સ પશ્યતિ ॥**

(ગીતા ૧૩ - ૨૯)

“દેહ અને ઈન્દ્રિયોના આકારમાં પરિણામ પામેલી પ્રકૃતિ જ આ સર્વ કર્મો કરે છે અને આત્મા તો સર્વત્ર અકર્તા છે; છતાં ‘હું કરું છું’ એવું જે જીવાત્માને કર્તાપણાનું અભિમાન થાય છે તે દેહાભિમાનના લીધે જ થાય છે; એ પ્રમાણે જે જાણે છે તે જ યથાર્થ જ્ઞાની છે.” (શ્રીધરી ગીતા)

જગતનો સામાન્ય માનવી પોતાની જાતને આ નશ્વર શરીર સાથે એક માની બેસે છે. વળી, તે અકાયમી વસ્તુઓ, સ્ત્રી-બાળકો, માલ-મિલકત વગેરે સાથે પણ એકતા અનુભવે છે, જેથી તેને સંસારી-બાહ્ય નામરૂપો સાથે આસક્તિ થાય છે. તેથી તેનામાં ‘મમત્વ’ અને હું-પણું પેદા થાય છે અને પરિણામે ભ્રમ, પ્રેમ, ધૃષ્ટા, અહંકાર, આસક્તિ, મિથ્યાભિમાન, ગર્વ વગેરે પેદા થાય છે. તે કહે છે, “હું ધનવાન છું, હું બ્રાહ્મણ છું, હું રાજા છું, હું અત્યંત બુદ્ધિશાળી છું, હું અત્યંત શક્તિશાળી

છું. મારી પત્ની ઊંચા કુળની છે, તે સ્નાતક છે, હું ધારાસભાનો સભ્ય છું” વગેરે વગેરે. તે પોતાના મિથ્યા સૌંદર્યમાં, મિથ્યા મિલકતમાં અને તુચ્છ બૌદ્ધિક સિદ્ધિમાં રાચે છે. આ રીતે તે સતત ગતિશીલ એવા જન્મ-મરણના ચક્રમાં ફસાએલો રહે છે અને આ મૃત્યુલોકમાં ફરી ફરીને જન્મ પામે છે. તે કેવળ અવિવેકના કારણે અનેક પ્રકારનાં દુઃખ, દર્દ અને મુશ્કેલીઓ પામે છે. વિવેકથી આંતરિક શક્તિ અને માનસિક શાંતિ પ્રાપ્ત થાય છે. વિવેકશીલ મનુષ્ય કદી આ સંસારમાં દુઃખ અને મુશ્કેલીઓના ધક્કે ચડતો નથી. તે સદા સજાગ રહે છે અને કશામાં સપડાતો નથી. તેનામાં દીર્ઘ દષ્ટિ આવે છે. આ વિશ્વની પ્રત્યેક ચીજની તે સાચી કિંમત સમજે છે. દુન્યવી સંતોષ આપનારાં છીછરાં રમકડાંની નિસ્સારતાથી તે પૂરેપૂરો વાકેફ હોય છે. કશું જ તેને લલચાવી શકતું નથી. માયા તો તેની પડખે ફરકી પણ શકતી નથી.

સ્વાધ્યાય અને સત્સંગથી મનુષ્યમાં વિવેક પેદા થાય છે. વિવેક તેની પરાકાષ્ટા સુધી કેળવવો જોઈએ. સાધકે તેમાં પૂર્ણ રીતે સ્થિત થવું જોઈએ, વિવેક તેનામાં દૃઢ થવો જોઈએ. સાધકોમાં વિવેક કોઈ કોઈ ક્ષણિક કે પ્રાસંગિક અવસ્થા જેવો ન બનવો જોઈએ. તે તો તેના સ્વભાવનું એક અંગ બની જવો જોઈએ. દરેક વખતે વિના પ્રયત્ને સાધકે વિવેક વાપરવો જોઈએ. જો શરૂઆતથી જ સાધક બેકાળજી રાખશે તો તેનામાં વિવેક આવશે અને જશે, પણ દૃઢ નહિ બને. માટે જ્યાં સુધી સાધકમાં વિવેક જવલંત જ્યોતિની જેમ ઝળહળી ન ઊઠે ત્યાં સુધી તેણે સંત પુરુષોના સમાગમમાં રહેવું જોઈએ.



માયા ખૂબ જ શક્તિશાળી છે. સાધકને અવળે રસ્તે ચઢાવવા તે તનતોડ પ્રયત્ન કરે છે. નવા નવા યુવાન સાધકના માર્ગમાં તે ઘણી અડચણો અને ઘણાં પ્રલોભનો ઊભાં કરે છે. માટે શિખાઉ સાધકો માટે સંત-મહાત્માઓનો સમાગમ તો એક અભેદ કિલ્લા સમાન છે. તેથી કોઈ પ્રલોભનો તેને સતાવી શકશે નહિ; નિ:શંક તે સાચો અને અક્ષય વિવેક કેળવશે અને છેવટે તેનામાં કાયમી સહજ વિવેક પેદા થશે. આમ થયા પછી જ તે પ્રલોભનોથી સાચો અને સંપૂર્ણ રીતે સહીસલામત બનશે અને તેની ભીતિ એ ભૂતકાળની બાબત બની રહેશે. સાચો વિવેકી મનુષ્ય જ આ જગતમાં સૌથી સમૃદ્ધ, સુખી અને શક્તિશાળી બનવા યોગ્ય છે. તે તો એક વિરલ આધ્યાત્મિક રત્ન છે. તે સાચા જ્ઞાનનો મશાલધારી અને પ્રકાશસ્તંભ (દીવાદાંડી) જેવો છે. જો વિવેક જાગ્રત થયો હશે તો બીજા બધા ગુણો આપોઆપ જ આવશે. વિવેકથી જ વૈરાગ્ય જન્મે છે.

જ્યારે તમે આ સાપેક્ષ અને અતિ દુ:ખપૂર્ણ જગતમાં માનવ દુ:ખોની મહાનતાથી પૂર્ણ પરિચિત થશો ત્યારે સ્વાભાવિક રીતે જ તમે સાચા અને જૂઠાનો વિવેક કરવા લાગશો. “બ્રહ્મ સત્ય છે અને જગત મિથ્યા છે.” આ છે વિવેક. તે પછી શ્રદ્ધા અથવા નિષ્ઠાનો જન્મ થશે અને પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર કરવાની તીવ્ર ઉત્કંઠા જાગશે. તે માટે તમારે સત્યનું સદા સ્મરણ રાખવું પડશે અને સતત દૃઢતાપૂર્વક કહેવું પડશે કે “અહમ્ બ્રહ્માસ્મિ.” નિરંતર અભ્યાસથી નામ, રૂપ અને સંકલ્પનો નાશ થશે અને છેવટે બ્રહ્મનો સાક્ષાત્કાર કરી શકશો. આ છે વેદાંતી સાધના. વિવેક, નિષ્ઠા, આકાંક્ષા અને પ્રભુ સ્મરણ એ બ્રહ્મના સાક્ષાત્કારની જુદી જુદી ભૂમિકાઓ છે.

વિવેકની જાગૃતિ સતત સત્સંગ અને શ્રુતિઓ તથા સ્મૃતિઓના શ્રવણથી થાય છે. જેઓએ પોતાના પૂર્વજન્મમાં અગણિત સુકર્મો કર્યા હશે તેમને જ પ્રભુકૃપાથી આ જન્મમાં સાધુ-સંતોનો અને જ્ઞાની-

સંન્યાસીઓનો સમાગમ કરવાનું સૌભાગ્ય પ્રાપ્ત થાય છે -

“સત સંગતિ સંસૃતિ કર અંતા, પુણ્ય પુંજ બિન મિલહિ ન સંતા.”

અથવા

સતાં સગિદ્રઃ સંગઃ કથમપિ હિ પુણ્યેન ભવતિ ।

એક વખત ભોગવેલ સુખ અને આનંદનું મન પુનરાવર્તન ઈચ્છે છે. ભોગવેલ સુખની યાદ મનમાં જાગ્રત થાય છે. આ યાદ આવતાં વિચારો અને કલ્પના પેદા થાય છે. આ રીતે આસક્તિ વધે છે. સુખ-ભોગની પુનરાવૃત્તિથી તેની ટેવ પડે છે. ટેવમાંથી પ્રબળ તૃષ્ણા જાગે છે અને પછી મન ગરીબ, નિ:સહાય, નબળી ઈચ્છાશક્તિવાળા સંસારી જન ઉપર પોતાનો અધિકાર ચલાવે છે, પરંતુ જેવો વિવેક જાગ્રત થાય છે કે તરત જ મન ઢીલું પડતું જાય છે અને અંતે તે પોતાના મૂળ સ્થાન દૃઢ તરફ પીછેહઠ કરે છે. વિવેકથી તેના ભયાનક ઝેરી દાંત ખેંચી કાઢવામાં આવે છે. તે વિવેકની હાજરીમાં કંઈ જ કરી શકતું નથી. તે પદબદ્ધ થાય છે. જ્યારે વિવેક નબળો પડે છે ત્યારે ઈચ્છાશક્તિ પ્રબળ બનતી જાય છે. આ દુ:ખપૂર્ણ સંસારમાંથી મુક્તિ અપાવનાર એ વિવેકને ધન્ય છે. તે કાયમી અને ક્ષણિક, નિત્ય અને અનિત્ય વસ્તુ વચ્ચેના વિવેકને આભારી છે. તેને કહે છે નિત્ય-અનિત્ય-વસ્તુ-વિવેક, સાચા અને જૂઠાનો વિવેક, સત્ અને અસત્નો વિવેક. તત્ત્વ એટલે સાર અથવા સિદ્ધાંત. અતત્ત્વ એટલે અસાર. વિવેકનો જન્મ ઈશ્વરકૃપાથી થાય છે અને સ્વાધ્યાય તથા સત્સંગથી તે દૃઢ બને છે.

વિવેક એટલે સત્ત્વ અથવા શુદ્ધિ સંબંધી સદ્ગુણ. તે કાયમી અને ક્ષણિક તથા આત્મા અને અનાત્મા વચ્ચેનો ભેદ પારખે છે. વિવેક એટલે યોગ્ય વખતે યોગ્ય જગ્યાએ યોગ્ય વસ્તુ કરવાની કે આચરવાની શક્તિ. જો તમારામાં વિવેક હશે તો



તમારામાં અક્ષય વૈરાગ્ય પેદા થશે. વિવેક ઈશ્વર કૃપા, નિષ્કામ સેવા, ચિંતન અને સ્વાધ્યાયથી આવશે. આ ગુણને સતેજ અને ઉજ્જવળ રાખો. જો તમે કાળજી ન રાખો, સાવધાની કે જાગૃતિ ન રાખો, જો તમારાં વૈરાગ્ય અને સાધનામાં શિથિલતા આવે કે તમે સંસારી લોકો સાથે ખૂબ છૂટથી હળોમળો તો અવશ્ય તમારામાં વિવેક કુંઠિત થઈ જાય. માટે સાવધાનીપૂર્વક વર્તો.

વિવેક તો ચાળણી જેવો છે. તે બધી જ અનિચ્છનીય બાબતોને દૂર કરે છે અને કેવળ ઈચ્છનીય અને સાચી વસ્તુ-આત્માનો જ સ્વીકાર કરે છે. જો વિવેક બરાબર દઢ નહિ થયો હોય તો તે ઈશ્વરની જેમ ઊડી જશે. માટે હંમેશાં વિવેકનું રક્ષણ કરો અને તેને વધુ ને વધુ તીવ્ર બનાવો. તેથી ‘વિચાર’ આપોઆપ આગળ વધશે. ‘વિચાર’ એ તો વિવેકરૂપી બળતી ધૂપસળીથી ફેલાતી સુવાસ છે. વિચાર એટલે “હું કોણ છું” તેની શોધ. સતત મહાવરાથી અથવા અભ્યાસથી વિવેક અને વિચાર સ્વાભાવિક બની જશે. કામ કરતાં કરતાં પણ આનો અભ્યાસ થઈ શકે છે. જો તમારામાં વિવેક અને વૈરાગ્ય નહિ હોય તો છિદ્રાણુ પાત્રમાંથી ઝરતા પાણીની જેમ તમારી શક્તિ મુક્ત રીતે ઝલી જશે; પરંતુ જો તમારામાં

વિવેક અને વૈરાગ્ય દઢ થયા હશે તો તે ‘નિરોધ-સંસ્કાર’નું કામ કરશે.

વિવેક અને વિચારના અભ્યાસ માટે શરૂઆતમાં ખાસ ઈરાદાપૂર્વકના પ્રયત્નો કરવાની જરૂર પડે છે. પછીથી સતત અભ્યાસના કારણે તે સ્વાભાવિક બની જાય છે અને તમારામાં તે દઢ બની જાય છે. વિવેક અને વૈરાગ્ય એ કેવળ સદ્ગુણો જ નથી, તે તો નિયમિત અને દૈનિક અભ્યાસના પ્રકાર અથવા રીતિ બની જાય છે. જ્યાં સુધી વિવેક અને વૈરાગ્ય તમારામાં સ્વાભાવિક ન બને ત્યાં સુધી તમારે તેનો અભ્યાસ ચાલુ રાખવો જોઈએ. આગળ કહેલાં સૂત્રો ઉપર સતત ધ્યાન. ધરો. (બ્રહ્મ સત્યં જગન્મિથ્યા, જીવો બ્રહ્મૈવ નાડપરઃ ।) આથી વિવેક અને વૈરાગ્ય પેદા થશે.

જો તમે તમારી સાધનામાં નિયમિત અને સાવધાન નહિ રહો તો વિવેક ક્ષીણ થશે. માટે વિવેકને તીવ્ર બનાવો. જો તમારામાં વિવેક હશે તો તમારામાં અનંત વૈરાગ્ય પેદા થશે. જ્ઞાનની ઈમારત વિવેકના મજબૂત પાયા ઉપર જ ઊભી થઈ શકે છે.

□ ‘સાધના’માંથી સાભાર

### (આદર્શ ત્યાગનું પ્રાણતત્ત્વ પાના નં. ૧૩ ઉપરથી ચાલુ)

એવું છે કે જે દષ્ટાની સાથે સાચા અર્થનો કે કોઈ પણ પ્રકારના સેન્દ્રિય સંબંધનો વિરોધ કરે છે, જેથી આપણે આપણા પૂરા હૃદયથી કોઈ વસ્તુને ચાહી શકીએ અને પૂરા હૃદયથી કોઈ વસ્તુને ધિક્કારી પણ શકીએ અને વળી આપણા આત્મા ઉપર તેનો કોઈ પણ જાતનો પ્રભાવ પણ પડતો નથી. આ રીતે આપણી ઈન્દ્રિયો કામ કરે છે. ઈન્દ્રિયજગતનો આવો ઈરાદો હોવા છતાં પણ દરેક પ્રેમની અને દરેક ધિક્કારની-આત્મા-જ્ઞાતા ઉપર અસર તો અવશ્ય થાય છે, કારણ કે પૃથક્ પૃથક્ રહેલા વિષયો અને તેથી અલગ રહેલ દ્રષ્ટાઓથી જ આ જગત બન્યું છે

તેમ માનવું છેવટે સાચું તો નથી એટલે મહાભારતનું યુદ્ધ જેમાં મહાન વીર અર્જુન જોડાયો હતો તે કંઈ ફક્ત કેટલાક લોકોનું કેટલાક લોકો સામેનું યુદ્ધ જ ન હતું. તે અર્જુન તો એક એવા વિશાળ પર્યાવરણમાં પડ્યો હતો કે જેમાંથી પોતાને અલગ કરવાનું તેના માટે માનસિક રીતે ભારે મુશ્કેલ બન્યું હતું. ભગવાન શ્રીકૃષ્ણે તેના દિમાગમાં જે મુખ્ય મુદ્દાઓ ઉતાર્યા તે મુદ્દાઓનું સ્પષ્ટીકરણ ગીતાના બીજા અને ત્રીજા અધ્યાયમાં કરવામાં આવ્યું છે.

□ ‘ગીતાદર્શન’માંથી સાભાર



## અભ્યાસ અને વૈરાગ્ય

- શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી

દુનિયામાં રહીને આધ્યાત્મિક જીવનમાં સફળતા પ્રાપ્ત કરવા માટે ભગવાન કૃષ્ણે બે ખાસ આદેશ આપેલા: અભ્યાસ અને વૈરાગ્ય. અભ્યાસ અને વૈરાગ્ય બે જોડકા ઉપસિદ્ધાંતો છે. તે જુદા ન પડી શકે, તે અન્યોન્યને ટેકો આપે છે. જેટલો વધુ અભ્યાસ કરશો તેટલો વધુ વૈરાગ્ય આવશે. જેટલો વૈરાગ્ય વધુ આચરણમાં ઉતારો તેટલી અભ્યાસમાં વધુ પ્રગતિ થશે અને વધુ અસરકારક થશે. તેઓ પક્ષીની બે પાંખ જેવા છે.

ભગવાન કૃષ્ણના આ પુરાતન દિવ્ય બોધ અને પરમાનંદ તથા ધન્યતા પામવાના આ આદેશને ગુરુદેવે તેમના માનવજાતને આપેલા કાયમી સંદેશમાં સમાવ્યો છે: 'છોડો-જોડો.' છોડો એટલે વૈરાગ્ય. જોડો એટલે અભ્યાસ. પ્રવૃત્તિ અને નિવૃત્તિ બંને વ્યાવહારિક ધર્મમાં આવી જાય છે. એક જ સિક્કાની તે ઊલટી-સૂલટી બંને બાજુ છે.

બીજાનું ભલું કરવું તે ધર્મનું સકારાત્મક પાસું છે. નિષેધાત્મક પાસું કહે છે: બીજાને નુકસાન ન કરવું, લાગણી ન દુભાવવી, ઈજા ન કરવી. સત્સંગનો વિકાસ કરવો, શાણાની સોબત કરવી-નો અર્થ છે જે અસત્ છે તેનો સંગ છોડવો અથવા તમને સત્માંથી ચલિત કરે તેવાનો સંગ છોડવો.

આ કુસંગ ટાળવાનું મહત્વ, સાધના અને આત્મસાક્ષાત્કાર માટે સત્સંગ કરવા જેટલું જ મહત્વનું છે. ભગવાન કૃષ્ણે કહેલું: "ત્રિવિધં નરકસ્યેદં દ્વારં નાશનમ્ આત્મનઃ, કામઃ ક્રોધઃ તથા લોભઃ તસ્માત્ એતત્ ત્રયં ત્યજેત્ - આત્માના નાશ માટેનું નરકનું આ ત્રિવિધ દ્વાર - કામ, ક્રોધ અને લોભ - છે. તેથી માણસે આ ત્રણે તજવાં જોઈએ" અને ગરુદેવે કહેલું, "અહંકાર, કામ, લોભ, ઈર્ષ્યા, ક્રોધ અને ષિક્કારથી અમને મુક્ત કર."

આ પ્રમાણે શાઓ આખાં 'છોડવા અને જોડવા'

સિવાય કશું નથી કહેતાં. સમસ્ત ધર્મ, ધનલાલસારૂપી રાક્ષસથી વિમુખ થવાનું અને ઈશ્વર પ્રતિ આગળ વધવા સિવાય કશું કહેતો નથી. આપણે ધનસંપત્તિ અને ઈશ્વર બંનેને એક જ સમયે ભજી ન શકીએ. તમે સસલાંની ઝડપે દોડી શિકારી કૂતરા સાથે શિકારે ન જઈ શકો.

આ તજવાની પ્રક્રિયા બાહ્ય શિષ્ટાચાર નથી. બહાર કશું તજવાનું નથી. કારણ સઘળું ઈશ્વર જ છે - આ બધું બ્રહ્મ છે : સર્વમ્ બ્રહ્મિદં બ્રહ્મ. આ કશાકની તજવાની ક્રિયા તમારી જાતમાં, તમારા હૃદયમાં, તમારા મનમાં, તમારા વ્યક્તિત્વમાં કરવાની છે. કામ, ક્રોધ અને લોભ બહાર નથી. બહાર કશું તજવાપણું નથી. જો આંતરિક ત્યાગ કર્યો હોય તો બહારથી તજવાની પ્રક્રિયા અર્થ વગરની છે. જે બ્રહ્મચર્યમાં સ્થિત થયો હોય તેને બધો સંગ એકસરખો છે.

તમારી અંદર પણ એવી બાબતો છે, જેને તમારે કેળવી, લાલન-પાલન કરી, આચરણમાં ઉતારવી જોઈએ. અભ્યાસ પણ તમારે અંતરમાં કરવાનો છે. અભ્યાસ દ્વારા સ્વરૂપ સક્રિય રીતે સતત પોતે દૃઢ બને છે. પોતે નિશ્ચયપૂર્વક પ્રતિપાદન કરે છે અને છેલ્લે પોતે પ્રગટ થાય છે.

તમારા અંદરના કુરુક્ષેત્ર (રણમેદાન)માં વૈરાગ્ય અને અભ્યાસ બંને કરવાનાં છે. સાધક એ એવી વ્યક્તિ છે જે પોતાના અંતઃકરણમાં પોતાની સામે લડે છે. તે બે મોરચા પર લડે છે: તેને આંતરિક સ્વરૂપની સક્રિય ઉપસ્થિતિ માટે અભ્યાસ કરવાનો છે અને સાથોસાથ, આ કઠિન અભ્યાસનું ઉપશમન કરતી બધી બાબતો માટે વૈરાગ્ય વિકસાવવાનો છે.

અદ્વૈતમાં દ્વૈત

પરમ દિવ્ય-સત્તા તથા પારલૌકિક, નિરપેક્ષ,

વૈશ્વિક દિવ્ય-આત્માને ભક્તિભાવભર્યા પ્રણામ. તે સૂક્ષ્મતાથી સૂક્ષ્મ પણ મહત્તમથી પણ મહાન, નિકટતમથી પણ નિકટ, દૂરતમથી પણ વધુ દૂર છે, તે અદ્વૈત અને અવૈયક્તિક હોવા છતાં બધી વ્યક્તિનિષ્ઠ વસ્તુઓ કરતાં વધુ વ્યક્તિનિષ્ઠ છે. તે પિતા, માતા, સગાં અને સખાથી પણ વધુ નિકટ તેમજ વધુ વહાલો છે, તમારા જીવનનો તે પ્રાણ છે.

તે વ્યક્તિગત કે અવ્યક્તિગત, દૂર, નિરપેક્ષ, અદ્વૈત, પેલે પારનો હોવા છતાં ઘણો નજીકનો અને આપણો સર્વેસર્વા જાણે કે વિચિત્ર વિરોધાભાસમાં ઊભો છે. તે પુરુષમાં કશા વિરોધાભાસ સિવાય અદ્વૈતતા અને દ્વૈતતા અંતર્નિહિત હોવાનું લાગે છે, તેમાં કોઈ વિરોધોક્તિ જણાતી નથી, કારણ જે સઘળું અસ્તિત્વમાં છે તે 'તે' જ છે.

માટે તે પુરુષ આપણને અસીમ, સર્વવ્યાપી હોઈ બહુરૂપી, અનેક લાગે છે. તે સઘળું હોવો જોઈએ. આ વિરોધાભાસનો ઉકેલ લોકોએ એમ કહી આણ્યો કે તે અનેકમાં એક છે, વિવિધતામાં એકતા છે, “એકો દેવઃ સર્વભૂતેષુ ગૃહઃ - ઈશ્વર, જે એક જ છે તે સર્વ જીવમાં છુપાયેલ છે.” આમ છતાં આ જીવનમાં સઘળે આપણે એકમાં બે જોઈએ છીએ, દરેક વસ્તુમાં દ્વૈત છે. આમ કેમ છે, આવું શા માટે છે તે પર તમારે ચિંતન કરવું જોઈએ અને આ જાણી લઈને તે બાબતને સકારાત્મક મૂડી કેમ બનાવવી અને નકારાત્મક જવાબદારી ન બની જાય તે પર ઊંડો વિચાર કરવો જોઈએ. આ બાબતનો દરેક વ્યક્તિએ પોતાની રીતે ઉકેલ કાઢવાનો છે.

કુદરતનું આપું, ઈશ્વરનું સમસ્ત સર્જન દ્વૈતથી ભરેલું છે. એકાદ કુટુંબ અહીં (આશ્રમમાં) આવે તો તેમને આપણે સૂચન કરીશું કે ગંગા-સ્નાન કરી તેઓ જાતને પવિત્ર કરે. સાથોસાથ ગંગાથી સાવચેત રહેવા, તેના ઊંડાણમાં ન જવા અને સાંકળ પકડી રાખવા ચેતવીશું. અર્થ એ નીકળે કે ગંગા માતા સર્વ પાવનકારી શક્તિ અને

કૃપા ધરાવે છે પણ તે જ વખતે જીવન માટે ભયકારક પણ છે.

ઘરવખરીમાં મીણબત્તી પેટાવવા કે અગ્નિ ચેતાવવા દીવાસળી અપરિહાર્ય છે, પણ જો તેના ઉપયોગમાં ગાફેલ રહ્યા તો બધું સળગી ઊઠે. જો સ્વાદશક્તિ ચાલી જાય તો બધો ખોરાક સ્વાદહીન અને બેસ્વાદ લાગશે. તે સાથે આધ્યાત્મિક સાધક જે ઈન્દ્રિયનિગ્રહ કરવા માગતો હોય તેની મોટી સમસ્યા-જીભ છે. દષ્ટિ ન હોય તો બધું દૃશ્ય જગત આપણા માટે અસ્તિત્વ ધરાવતું નથી પણ સાથોસાથ સાધકોની મુખ્ય સમસ્યા તેમની આંખ છે.

કાનથી સાંભળીને પ્રેરણાત્મક અને ઊર્ધ્વકર સત્ય આત્મસાત્ કરી શકાય. તમે ભજન, કીર્તન, વેદપાઠ સાંભળી શકો પણ તેની સાથે જો બદનક્ષી, ગામગપાટા, નિંદા સાંભળશો તો સુધારી ન શકાય તેવું નુકસાન તમને થશે. આમ, આ એક જ શ્રવણેન્દ્રિય ભગવત્-ચેતના માટે મોટી ઉપકારક થઈ શકે અથવા તેનો દુરુપયોગ કરો તો એક અભિશાપ, વ્યથાસર્જક અને મનમાં ગૂંચવાડો પેદા કરી શકે.

ભગવદ્ગીતા કહે છે: આત્મા જ આત્માનો મોટો મિત્ર છે અને આત્મા જ આત્માનો મહાન દુશ્મન છે. ઈન્દ્રિયનિગ્રહ કર્યો હોય તો આત્મા સૌથી મોટો મિત્ર છે. જો ઈન્દ્રિયો વશ ન હોય અને તોફાની હોય તો તમારી પોતાની જાત, વ્યક્તિત્વ, મોટી મુસીબત, મોટી સમસ્યા ઊભી કરી શકે છે. આ માટે સમજુ ગુરુઓ તેઓના નેક જિજ્ઞાસુઓને તેમની બધી ઈન્દ્રિયો પર કાબૂ તેમજ પ્રભુત્વ મેળવવા ચેતવણી આપે છે. આંખો હોવા છતાં અંધ જેમ વર્તો, કાન હોવા છતાં બહેરાની જેમ રહો.

આ વિચિત્ર દેખાતી વિરોધાભાસી દરેક વસ્તુની અંદર અને બહાર સ્વાભાવિક દેખાતા દ્વૈતથી સાવચેત રહેવા અને સભાન રહેવા ગુરુદેવે આપણને



ચેતવ્યા છે. ઉદાહરણ લઈએ તો ગુરુદેવે કહ્યું છે કે શરીર ઈશ્વરની મહાન ભેટ છે, કારણ શરીરથી ઈશ્વરના સર્જનની અનંત સેવા થઈ શકે અને તમારું પરમ કલ્યાણ કરવા પણ તેનો ઉપયોગ થાય. બીજી બાજુ તેઓએ જણાવ્યું છે કે શરીર એક મોટું બંધન છે, મોટો શાપ છે. ફરી કદી તમારે શરીર ધારણ કરવું ન જોઈએ, માટે મોક્ષ માટે પ્રયત્ન કરો. જન્મ-મરણના ચક્રમાંથી છૂટવા કોશિશ કરો. આ રીતે શરીર એકસાથે બે દેખીતા વિરોધી આશય ધરાવે છે.

માનસશાસ્ત્રના સ્તર પર ગીતા પણ આ વિરોધાભાસ આપણને ઠસાવે છે. ભગવાન કૃષ્ણ અર્જુનને નકારાત્મક મૂડ કાઢી નાખવા કહે છે. તેઓ તેને ઠપકો આપે છે, તેને ઝાટકે છે, તેના પર દબાણ કરે છે. ભગવાન અર્જુનને આ દયનીય, ખેદજનક, કમનસીબ મનની સ્થિતિમાંથી છટકવા તેની તર્કશક્તિ કામે લગાડવા અપીલ કરે છે.

અને નવાઈની વાત તો એ છે કે આવું આ માનસિક વલણ જે વિક્ષોભિત હતું અને અર્જુનને તોડી પાડવામાં કારણભૂત હતું, તેણે જ જ્યારે કૃષ્ણનો ઉપદેશ ધ્યાન દઈને સાંભળ્યો, અર્થ પકડ્યો, અર્થ પચાવ્યો અને આત્મસાત્ કર્યો ત્યારે તેમાં પરિવર્તન થયું, ચોખ્ખું માનસિક પરિવર્તન થયું. તે જ મન જે અર્જુનને પાડી નાખનાર પથ્થર બનેલ તે જ મન નિશ્ચિત, શંકા મુક્ત થઈ જરૂરી સઘળું કરવા તૈયાર થયું. આનો અર્થ એ છે કે આવા ફેરફારની સુષુપ્ત શક્તિ મનમાં સ્વાભાવિક રીતે હોય જ છે. આમ, વિરોધાભાસનો ઉકેલ જીવાત્માની તાકાતમાં હોય છે.

એમ કહેવાય છે કે ખરું મહાત્મારત તો માનવના અંદરના ક્ષેત્રમાં-મનમાં-ખેલાય છે. તમારે વિરોધાભાસોના ઉકેલ શોધી મનને એક સમતોલ અવસ્થા, સ્થિતપ્રજ્ઞ અવસ્થામાં પ્રસ્થાપિત કરવાનું હોય છે.

આધ્યાત્મિક રાહ પર, નકારાત્મક કે હકારાત્મક બધો આપણો અનુભવ જે બહારથી આવતો દેખાય છે તે ખરેખર અંદરથી ઉદ્ભવે છે, કારણ અદ્વૈતનું સારતત્ત્વ આપણી અંદર છે. તેનો આધાર આપણે તેની સાથે કેવો સંબંધ રાખીએ છીએ, કોઈ બાબતનો કેવો અર્થ કરીએ છીએ, વાતનો કેવો પ્રતિભાવ આપીએ છીએ, કોઈ વસ્તુની કેવી પ્રતિક્રિયા કરીએ છીએ, કોઈ વાતનો કેવો અર્થ ઘટાવીએ છીએ તેના પર છે. ભલેને આપણા કોયડાઓ બહારથી આવતા લાગે, પણ તે અંદરથી પ્રગટ થતા હોય છે.

આ સત્યને ઊંડીથી ચિંતન કરી સમજવાનું છે. તે આપણને વિજયની ચાવી આપશે. આપણે સમાધાન બહાર શોધવાં ન જોઈએ, કારણ સમાધાન બહાર નથી. આપણી સમસ્યાઓ નૈતિક, સામાજિક, માનસિક કે આધ્યાત્મિક, જે હોય તે, તેનું સમાધાન આપણા અંતરમાંથી શોધવાનું છે, કારણ, ખરી વાત એ છે કે સમસ્યા બહારની નથી, અંદરની છે. આપણે અદ્વૈતનું ઉદ્ગમસ્થાન છીએ અને મન જ દ્વૈત તેમજ અદ્વૈત ઊભાં કરે છે. મન જ વિરોધાભાસનું મૂળ છે અને વિરોધાભાસનો ઉકેલ પણ ત્યાંથી જ મળશે.

એક નવોદિત બાળક અને એક સિદ્ધયોગી એક જ જગત જુએ છે. બંનેમાંથી કોઈને અસર થતી નથી. તેઓને કશી ઉપાધિ થતી નથી, પરંતુ જ્યારે આપણે બાળકની કુદરતી નિર્દોષતા અને સરળતા વટાવી ગયા હોઈએ અને જ્ઞાન તેમજ પ્રકાશની પરિપૂર્ણતા-પરિપક્વતા - પ્રાપ્ત ન કરી હોય ત્યારે આપણે સમસ્યાઓનો અમૂટ સ્રોત બની ગૂંચવાડાઓ, જટિલતાઓ, આંટીઘૂંટીઓ રચતા થઈ જઈએ છીએ. આનું કારણ એ છે કે આપણામાં નથી બાળસુલભ સરળતા કે નથી યોગીનું જ્ઞાન અને પ્રકાશ.

આમ, અધવચ્ચે હોઈએ ત્યારે સર્વસામાન્ય સમજણ, સાવચેતી, સતર્કતા અને જાગરૂકતા જરૂરી

બને છે. આ ઉપરાંત આપણામાં યોગ્ય સમજણ અને પાયાના સત્ય પર પકડ જોઈએ કે આપણામાં જ વિરોધાભાસી વિસંગતિ તેમજ તેનો અચૂક, અફર ઉકેલ પણ સમાયેલાં છે, માટે સમજણ, સર્વસામાન્ય બુદ્ધિ અને પરિસ્થિતિની સચેત સભાનતા હંમેશ પ્રબળ બની રહેવાં જોઈએ, કારણ કે આપણા જીવનની દરેક પળમાં આ વિરોધાભાસ છે.

આ બૌદ્ધિક કે માનસશાસ્ત્રીય હકીકત પૂરતી જ જાણવાની વાત નથી, પણ આપણે જ્ઞાન અને મુક્તિ પ્રાપ્ત ન કરી લઈએ ત્યાં સુધી સાધકો અને જિજ્ઞાસુઓ તરીકે આપણે વર્તનમાં ઉતારવી જોઈએ, આચરણમાં મૂકવી જોઈએ. આ વિરોધાભાસી વિસંગતિને વ્યવહારુ ઉપયોગ માટે જાણવી અને બરાબર પકડવી તેમજ

સમજવી જોઈએ. જાણ ખાતર જ નહિ, પણ અમલીકરણ માટે દરરોજ તે અંગે કશુંક કરતા રહેવા માટે આ જાણવું જરૂરી છે.

આપણા આધ્યાત્મિક જીવન અને સાધનામાં રુકાવટ વગરની પ્રગતિ માટે આ જ્ઞાનને સફળતાપૂર્વક કામે લગાડી શકીએ તે માટે ઈશ્વરકૃપા અને ગુરુના આશીર્વાદ આપણને શક્તિમાન બનાવે, જેથી છેલ્લે આ જ્ઞાનથી અને આ જ્ઞાન મારફતે બધી સમસ્યાઓ પાર કરીએ. આ સત્ય આપણાં આધ્યાત્મિક જીવન અને સાધનાને પ્રગતિશીલ, સફળ અને ફળદાયક બનાવે !

□ ‘મુક્તિપથ’માંથી સાભાર

### ( સરવૈયું પાના નં. ૨૯ ઉપરથી ચાલુ )

આપણી જાત વધુને વધુ સમૃદ્ધ-સંપન્ન બને.

ગુરુ ભગવાન સ્વામી શ્રી ચિદાનંદજી મહારાજ કહેતા ‘તમને પરમાત્મા તરફથી સાવ નવાનકોર ઉદ્દેશ દિવસનું મહાદાન પ્રાપ્ત થવા જઈ રહ્યું છે. તમને લાધેલો આ આખે આખો દિવસ ચોવીસ સુવર્ણ કલાકો સમાવીને લાવ્યો છે અને એ પ્રત્યેક કલાકને સાઠ-સાઠ હીરાજડિત મિનિટો પ્રાપ્ત થયેલી છે, જે અત્યંત કિંમતી, અણમોલ અને અતુલનીય છે. તમારે એ વાપરવાની છે અને એ ક્ષણેક્ષણને દિવ્યતા, પ્રેમ, કરુણા, જ્ઞાન-જિજ્ઞાસા, અભીપ્સા અને સંનિષ્ઠ સાધનાથી ભરી દેવાની છે. તમારી જાતને સમૃદ્ધ કરવા આ બધું અને એથી પણ સવિશેષ તમે ઘણું બધું કરી શકો.’

આ ક્ષણે આપણે વીતેલા વર્ષને વિદાય આપીએ છીએ, નૂતન વર્ષના પ્રાંગણમાં પ્રવેશી ચૂક્યા છીએ ત્યારે આ નવું વર્ષ પ્રાર્થના, સાધના, ધર્મગ્રંથોના સ્વાધ્યાયમાં વીતે, જેથી આપણાં જીવનપથ ઉપર આવનારી

મુશ્કેલીઓ, તકલીફો, સમસ્યાઓમાં જરૂરી માર્ગદર્શન મળી રહે અને આગળ ઉપરના ભવિષ્યમાં કલ્યાણ - પ્રાપ્તિ માટેનું ભાથું મળી રહે. આપણે દૃઢ નિર્ધાર કરી લઈએ કે મારું જીવન દિવ્ય બનવું જ જોઈએ. માટે બારેબાર મહિના, દરેક મહિનાનો પ્રત્યેક દિવસ, રોજના ચોવીસ કલાક સભાનતામાં જીવીએ અને આપણા જીવનને દિવ્ય બનાવીએ, પરમાનંદનું કેન્દ્ર બનાવીએ. એ માટે આપણામાં શ્રદ્ધા રાખીએ, આત્મવિશ્વાસ કેળવીએ. આપણને ચોક્કસ પ્રતીતિ થશે કે સાચા સાધક માટે કશું જ અશક્ય નથી.

આપણે ગુરુદેવને પ્રાર્થના કરીએ કે આ નવા વર્ષે ઘોર અંધકારમાંથી બહાર નીકળી પ્રકાશ પામવા માટે અમારાં નયન ખૂલી જાય. અમારું ઘોર અજ્ઞાન મિટાવી અમને દિવ્ય દૃષ્ટિ પ્રદાન કરવા કૃપા કરો, હે નાથ !



## આદર્શ ત્યાગનું પ્રાણતત્વ

- શ્રી સ્વામી કૃષ્ણાનંદજી

આપણી લાગણીઓ એટલી બધી બળવાન છે કે તે આપણી બૌદ્ધિકતાને અને તર્કોને તે ગમે તેટલા તાત્વિક અને આધ્યાત્મિક હોય તો પણ નીચે પછાડી દે છે. આપણા તર્કોની તાત્વિક મજબૂતી ગમે તેટલી હોય છતાં આપણે એમ ન માની લેવું કે આપણી લાગણીઓ અને આવેશો તેમના કરતાં નબળાં છે. આ આવેશો પ્રસ્તુત વાતને પોતાના હાથમાં લઈને એવા તર્કો કરે છે કે જે તરફ પણ આપણે વિરોધ પક્ષોની પેઠે સરખું ધ્યાન આપવું પડે છે અને પહેલા અધ્યાયમાંની અર્જુનની બધી દલીલો તેની થોડા દિવસો પહેલાં જ કે કદાચ થોડી મિનિટો પહેલાં જ કરેલી દલીલોની વિરુદ્ધ હતી તેવી લાગણી કે આવેશવાળી દલીલો તેણે કરી છે. આનું કારણ ફક્ત એટલું જ છે કે આપણી સામે સામનો કરે તેવી વસ્તુની પ્રકૃતિ એવી હોય છે કે આપણે આધ્યાત્મિકતાના ધ્યેયથી - આપણને પહેલાં ખૂબ આકર્ષતા આદર્શથી આપણે જુદા પડી જઈએ છીએ, કારણ કે આ આદર્શની પ્રકૃતિની પૂરી પિછાન આપણામાં વ્યાપકરૂપે નહોતી. કોઈ માણસ પોતાની જિંદગીપર્યંત આત્માની ગંભીરતા, સાવધતા કે શાણપણ જાળવી શકતો નથી, કારણ કે તેણે ભીંતર રહેલા રજસ અને તમસની પ્રકૃતિ બરાબર રીતે પિછાની હોતી નથી. જે વસ્તુથી આપણે આપણને ત્યાગની ભાવનાપૂર્વક પાછા ખેંચી લઈએ છીએ તે છોડેલી વસ્તુઓ થોડા વખત પછી કોઈક ક્ષણે, કોઈક પ્રસંગે અનુકૂળ સંજોગો મળતાં યોગ્ય મોકો પકડી આપણી પાસે પોતાની ઓળખાણ માગે છે, કારણ કે સામાન્ય રીતે ધાર્મિક દષ્ટિએ કરાતો ત્યાગ લગભગ બધા દાખલાઓમાં કહેવાતા બુદ્ધિમાન સાધકો વિશે પણ અવળા માર્ગ તરફનું વલણ બનેલું જોવા મળે છે. આ બધાનું કારણ એ છે કે આપણે આપણી જ્ઞાનેન્દ્રિયોએ આપેલાં જ્ઞાન-સમજણ દ્વારા જ બધાં કાર્યો કરીએ છીએ અને લગભગ ઘણા અંશે આપણા ઈશ્વર-

સંબંધી વિચારો, આપણા અધ્યાત્મ સંબંધી વિચારો, આપણી ત્યાગપ્રવૃત્તિ - આ બધું જ ઈન્દ્રિયજન્ય જ્ઞાનથી સાપેક્ષ બનેલું હોય છે. જે કોઈ વસ્તુ આપણને સુખ અને દુઃખ આપતી હોય અને જે વસ્તુનો કોઈ પણ સમયે કે કોઈ પણ ક્ષણે આપણા કહેવાતા આધ્યાત્મિક આદર્શ સાથે મેળ ન ખાતો હોય તેવી વસ્તુનો ત્યાગ એ જ ખરો ત્યાગ ગણાય. એમાં અનુકૂળ સ્ત્રી-પુરુષો કે વસ્તુઓને બંધનકર્તા સમજીને એમનો ત્યાગ કરવો જોઈએ એમ આપણે માનીએ છીએ. આ બંધનકારક પદાર્થને આપણે 'શેતાનનું કારખાનું' ગણીએ છીએ. આપણે પોતાને એમાંથી જેમ બને તેમ જલદી જુદા પાડવા મથીએ છીએ. આપણો ઈશ્વર-સંબંધી વિચાર પણ ઈન્દ્રિયગત છે. આ વાત નો ગંભીરપણે વિચાર કરશો ત્યારે તમે સમજી શકશો કે આપણે ઈશ્વર-સંબંધી વિચારોને પણ છેવટ સુધી ઈન્દ્રિયજન્ય પ્રત્યક્ષના પરિઘમાંથી મુક્ત કરી શકતા નથી. આપણે આપણા ઈશ્વર-સંબંધી કે અધ્યાત્મ-સંબંધી આદર્શને ભલે ભૌતિક કે બાહ્ય પદાર્થના સ્વરૂપવાળો ન માનતા હોઈએ પણ ઈન્દ્રિયોનું વાતાવરણ કંઈક આવશ્યક રીતે ભૌતિક વાતાવરણ હોતું નથી, જેને આપણે ઈન્દ્રિયોનું કાર્યક્ષેત્ર કહીએ છીએ તે તો સભાનપણાનું એક વિશિષ્ટ વ્યવસ્થાતંત્ર છે. જ્યારે હું ઈન્દ્રિયજગતની વાત કરું છું ત્યારે તે ઈન્દ્રિયોના સંબંધમાં આવતા પદાર્થો અને વસ્તુઓની વાતને એની સાથે આવશ્યક રીતે સાંકળતો હોતો નથી. તે તો સભાનપણાની એક વ્યવસ્થા જ છે, જે દ્વારા તે વિષયપણા અને વિષયીપણાને જુદા પાડે છે. દૃશ્ય (જ્ઞેય) વિષયને દૃષ્ટા (જ્ઞાતા) આત્માથી અલગ કરે છે અને પોતાની અને પોતાના વિષયની વચ્ચેના કોઈ પણ મૂળભૂત સંબંધનો નિરાદર કરે છે. ઈન્દ્રિયોનું કાર્યક્ષેત્ર (અનુસંધાન પાન નં. - ૮)

## ધર્મ-ધમ્મ અને રાજ્યવ્યવસ્થા

શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

સાંચી યુનિવર્સિટી ઓફ બૌદ્ધ અને ભારતીય તત્ત્વ ચિંતન (ભોપાલ-મધ્યપ્રદેશ) ઈન્ડિયન કાઉન્સિલિંગ ફોર ફિલોસોફિકલ રિસર્ચ ન્યુ દિલ્હી અને મધ્ય પ્રદેશ સરકારના મિનિસ્ટ્રી ઓફ ધર્મ અને લોકકલ્યાણના સંયુક્ત તત્વાવધાનમાં ઓક્ટોબર મહિનાની ૧૮ થી ૨૧ તારીખ સુધી એક જ્ઞાનસત્રનું આયોજન થયું. તેનું ઉદ્ઘાટન મધ્ય પ્રદેશના મુખ્યમંત્રી શ્રી શિવરાજસિંહજી ચૌહાણ અને સમાપન મધ્યપ્રદેશના સન્માનનીય રાજ્યપાલ મહોદયશ્રી ઓમપ્રકાશ કોહલીજીએ કર્યું. વિશ્વનાં નવ રાષ્ટ્રો અમેરિકા, યુનાઈટેડ કિંગડમ, જાપાન, ચીન, કોરિયા, સિંગાપોર, હોંગકોંગ, તાઈવાન, શ્રીલંકા તથા ભારતના બસ્સોથી વધુ વિદ્વાનોની આ દિવ્ય સભા હતી. આ સભામાં છ મુખ્ય સભાઓ અને બાર ગૌણ સભાઓમાં કુલ ૨૪ વક્તાઓ ઉપરાંત ૧૭૨ પેપર્સનાં પ્રસ્તુતિકરણ થયાં. રાત્રી ભોજન મુખ્યમંત્રીશ્રી અને વાઈસ ચાન્સેલરશ્રી તરફથી પીરસવામાં આવ્યું. 'હસ્તિનાપુર' નાટક અને 'વાલીવધ' નામની નૃત્ય નાટિકાએ સૌનાં મન મોહ્યાં. આ જ્ઞાન સભાનું દર્શન એવું હતું કે જાણે જનક વિદેહીની જ્ઞાનસભામાં યાજ્ઞવલ્ક્ય, વશિષ્ઠ, ગાર્ગી, મૈત્રેયી જેવા મૂર્ધન્ય વિદ્વાનો ઉપસ્થિત હોય. અહીં પૂજ્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ પણ સત્રના બીજા દિવસે પ્રથમ પ્રમુખ સભાના અધ્યક્ષ હતા. અહીં તેમનાં અધ્યક્ષીય સંભાષણનો સાર પ્રસ્તુત કરતાં આનંદ અનુભવીએ છીએ.

-સંપાદક

### નમસ્કાર

આપણે ધર્મ અને રાજ્યવ્યવસ્થા સંબંધી વાત કરવાની છે. ધર્મ એ રાજ્યવ્યવસ્થાનો પાયો છે. ધર્મના મંડાણ વગર રાજ્ય વ્યવસ્થાની અઠ્ઠાલીકાને ઊભી કરી શકાય નહીં.

ધર્મ વિષેની આપણી સમજણને થોડી સ્પષ્ટ કરવી પડશે. વેદ, ઉપનિષદ, ગીતા કે ભારતીય સંસ્કૃતિના સત્ સાહિત્ય અને ગ્રંથોમાં ધર્મની વિશદ વ્યાખ્યા છે, પરંતુ દુર્ભાગ્યે મત-મતાંતરના ગળે આપણે ધર્મનાં પાટિયાં બાંધ્યાં છે. હિન્દુ, મુસલમાન, જૈન, બૌદ્ધ, ખ્રિસ્તી, શીખ કે પારસી વગેરે. આ બધા વિવિધ મત છે, તે ધર્મનો બોધપાઠ શીખવે છે, ધર્મ નથી. ધર્મ એટલે કર્તવ્ય. ધર્મ એટલે નિષ્ઠા, ધર્મ એટલે વિવેક અને ધૈર્ય, સત્ય અને અહિંસા, પવિત્રતા અને ચારિત્ર્ય.

આપણા નરસિંહ મહેતાએ ધર્મની વ્યાખ્યા બહુ સરળ શબ્દોમાં કરી છે, “જે પીડ પરાઈ જાણે રે” અને તુલસીદાસજીએ પણ કહ્યું: “પરહિત સરીસ ધરમ નહીં ભાઈ” અમારા ગુરુદેવે ધર્મનાં સોપાનો કહ્યાં, ‘સેવા, પ્રેમ, પરોપકાર, પવિત્રતા, ધ્યાન અને આત્મ સાક્ષાત્કાર.” શ્રીકૃષ્ણ પણ ગીતામાં પહેલાં કર્મની જ વાત કરે છે. શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસદેવ કહે છે, “તીરકીટ ધા” બોલવાનું સરળ છે પરંતુ મૃદંગ લઈને વગાડવાનું મુશ્કેલ છે. ધર્મની વાતો કરવામાં પાંડિત્ય હોવાનો કોઈ અર્થ નથી. જ્યાં સુધી આપણા આચરણમાં ધર્મ ન હોય. ‘આચારો પ્રભવો ધર્મ’ એવું શ્રી વિષ્ણુસહસ્રનામમાં ભીષ્મ પિતામહ યુધિષ્ઠિરને મહાભારતના યુદ્ધ પછી કહે છે કે તમારું આચરણ, જેને અંગ્રેજીમાં ‘Attitude’ કહે છે, તે ધર્મ છે.

આપણે રાજ્યવ્યવસ્થાની વાત કરીએ તો આપણાં ઉપનિષદોમાં અનેક ઉદાહરણો છે. અશ્વપતિ કેકેય છાંદોગ્ય ઉપનિષદમાં કહે છે, મારા રાજ્યમાં કોઈ ચોર નથી, દારૂડિયો નથી, બાળકોને ભણવાની યોગ્ય વ્યવસ્થા છે. વડીલોને આદર છે, સ્ત્રીઓનું સન્માન છે. રાજ્યમાં સૌ પોતપોતાની રીતે ધર્મ



આચરણ કરી શકે છે, કોઈ 'કર' નથી. પ્રજા પોતે જ રાજ્યના સંચાલન માટે રાજ્યને આર્થિક સહાય પૂરી પાડે છે. આ છે આદર્શ રાજ્ય ધર્મ.

બીજા એક ઉદાહરણમાં જાનશ્ચુતિ નામના રાજા રેકવમુનિ પાસે પોતાનો રસાલો, દોમ-દોમ સાહ્યબીનો ત્યાગ કરી વિનમ્રતાથી જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવા જાય છે. આ બધું કહે છે કે રાજા વિવેકી હોવો જોઈએ. રાજા શીલવાન અને સત્યમાં પ્રતિષ્ઠિત હોવો જોઈએ. રાજા પ્રજાનો હિતચિંતક હોવો જોઈએ. રાજા માટે રાષ્ટ્ર જ પ્રથમ દેવતા અને પ્રજાનું કલ્યાણ એ જ તેનું રાજ્ય ગૌરવ હોવું જોઈએ.

અશોકે તેવું કર્યું હતું. બીબીસાર પણ એ જ પગલે ચાલ્યા હતા. વિક્રમાદિત્ય તો પરદુઃખભંજન જ કહેવાતા હતા. આ બધાંનાં ચારિત્ર્યને આપણે વાગોળવાં પડશે.

બાકી સૌથી સરળ-સહજ વાત કરીએ કે આપણો ધર્મ એટલે કેવું કર્તવ્ય? સુંદર ઉદ્યાનમાં ભોજન સમારંભમાં જઈએ તો બધે કચરો કરીને ન આવીએ. આપણને જે પસંદ ન હોય તેવું આચરણ બીજાંઓ સાથે ન કરીએ. સત્ય બોલીએ પણ કડવું તો કદીયે નહીં. અસત્ય તો ન જ બોલીએ. જાણ્યે કે અજાણ્યે મન, વચન કે કર્મથી હિંસા ન કરીએ. ખરા અર્થમાં માનવ બનીએ.

બાકી આપણે જન્મથી હિન્દુ-મુસલમાન, જૈન કે બૌદ્ધ નથી. એક માનવ તરીકે આપણો જન્મ થયો છે, તેથી

'માનવતા' એ જ આપણો સાચો ધર્મ છે. આ ધાર્મિક વ્યક્તિના ગુણો અમારા ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજીએ કહ્યા તે આ છે, - સ્વસ્થતા, નિયમિતતા, નિરાડંબરતા, સહૃદયતા, નિખાલસતા, સત્યશીલતા, સમતા, સ્થિરતા, અનુત્તેજિતતા, અનુકૂલનીયતા, નમ્રતા, ચીવટતા, અખંડતા, કુલીનતા, મહાનુભાવતા, દાનશીલતા, ઉદારતા, નિર્મળતા અને આધ્યાત્મિકતા.

ધર્મ એટલે તિલક કે છાપ નથી. માથાનું મુંડન કે કાપાય વસ્ત્રો તો કદીયે નથી. આ બધી બાહ્ય વેશભૂષા છે, તે અયોગ્ય નથી, પરંતુ ટાગોરના શબ્દોને વાગોળવા જ પડશે. 'અંતર મમ વિકસિત કરો અંતર તર હે'. આપણે આપણા માંહલાને જગાડીએ. આત્મસ્થ થઈએ. આપણો ખરો અને એકમાત્ર માનવ ધર્મ એ કે સેવા અને પરોપકારની બે પાંખો ઉપર પ્રશાસનનાં સામ્રાજ્યમાં ઊંચી ઉડાન ભરીને પરમ પદને આ જ જન્મમાં પ્રાપ્ત કરીને માનવ-જન્મને ખરા અર્થમાં સાર્થક કરીએ ત્યાં જ આપણો ખરો ધર્મ, સાચું કર્તવ્ય, જીવનસાર્થક્ય અને વ્યક્તિગત જીવનમાં વ્યવસ્થા થાય તો પછી સામાજિક અને રાજ્યવ્યવસ્થા સ્વતઃ જ વ્યવસ્થિત અને ધાર્મિક થઈ જશે. ઠું શાંતિ.

### શિવાનંદ આશ્રમ (અમદાવાદ)ના આગામી કાર્યક્રમો

- (૧) તા. ૧૧-૧૨-૨૦૧૬, રવિવાર થી ૩૦-૧૨-૨૦૧૬ સુધી - ૩૮મો આવાસીય યોગશિક્ષક તાલીમ શિબિર.
- (૨) તા. ૧૩-૧૨-૨૦૧૬, મંગળવાર, માગશર સુદ પૂનમ : શ્રી દત્તાત્રેય જયંતી (શ્રી દત્તયજ્ઞ અને અર્ચના-આરતી તથા પ્રસાદ) સમય : સવારે ૯-૩૦ થી ૧૧-૩૦ કલાક સુધી

## સમસ્યાનો ઉકેલ શી રીતે કરવો

- શ્રી સ્વામી જ્યોતિર્મયાનંદજી

માનવજીવન સમસ્યાઓથી ઘેરાયેલું છે. બાળપણથી માંડીને વૃદ્ધાવસ્થા સુધી સમસ્યાઓ વ્યક્તિના જીવનમાં વણથંભી ફૂચની માફક ચાલ્યા જ કરે છે - તંદુરસ્તીની, એકબીજા મનુષ્યો સાથેના સંબંધોની, ઈચ્છાઓ અને તેની પૂર્તિના સંઘર્ષની, જ્ઞાન અને શક્તિની વગેરે સમસ્યાઓ, માનવના જગત સાથેના સંબંધોમાંથી ઉદ્ભવેલી બીજી અનેક સમસ્યાઓ પણ આવે છે.

કોઈ કોઈ વખત માણસને એટલું જ નિરાકરણ મળે છે કે ભૂતપૂર્વ સમસ્યાઓ જુદા સ્વરૂપે ફરી ઊભી થઈ છે. થોડી સમસ્યાઓ દબાઈ જાય છે, થોડી બીજીના બદલે આવે છે અને થોડી જીવન સાથેની અનેક વિશ્વ ભાગીદારીના રૂપે આવે છે.

જીવાત્માના સ્વભાવ પ્રત્યે ઊંડી સમજ અને તેની શક્તિક વિશ્વ પ્રક્રિયાની હિલચાલના મુખ્ય ઉદ્દેશની સૂઝ વિના માનવજીવનની એક પણ સમસ્યાનો ઉકેલ શોધવો કઠિન છે. જો કોઈ વ્યક્તિને પોતાની સમસ્યાઓના સચોટ અને પૂર્ણ ઉકેલની ચાવી મળી જાય તો તેનું જીવન પરમ શાન્તિ અને સ્વર્ગીય સુખનું શાશ્વત ઝરણું બની જાય.

સમસ્યાઓના સમાધાન માટેની મનોવૈજ્ઞાનિક સૂઝ

જ્યારે તમે કોઈ સમસ્યાનો સામનો કરો ત્યારે તમારું મન ઉશ્કેરાઈ જાય છે. જો તમારું મન પ્રશાંત અને સમતોલ હોય તો તમને સમસ્યાની સાચી હસ્તી જ જણાશે નહીં. જેમ અંધકારમાં કાલ્પનિક ભૂતાવળો વસે છે તેમ સમસ્યાઓની વ્યગ્રતા માનવ મનમાં વસે છે.

જો તમારું મન 'રજસ' અને 'તમસ'ના જોરથી (બાહ્ય અસ્તિત્વ અને જડતાના જોર વડે) દબાઈ ગયું હોય તો તમે સતત વણથંભી સમસ્યાઓથી ઘેરાયેલા રહેશો પણ જો તમારું મન 'સત્ત્વ' (પવિત્રતા અને સંવાદિતાનો

સિદ્ધાંત) તરફ ઢળે તો તમને બધી જ સમસ્યાઓનો માર્ગ મળશે.

'સત્ત્વ'ના અંકુશ દ્વારા તમને દરેક સમસ્યાની એવી સાહજિક ઊંડી સમજણ મળશે, જેથી આગળની દરેક સમસ્યા પાતળી હવામાં ઓગળી જશે.

જો તમે તમારું ચિત્ત પવિત્ર હેતુના ઉમદા કિરણો અને ભક્તિરૂપી ઝરાથી દૂર રાખશો તો તમારા જીવનમાં મૂંઝવણમાં મૂકી દેતી કાંટાળી શાખાઓ રૂપી સમસ્યાઓ ફૂટી નીકળશે.

સમસ્યાઓનું તત્ત્વજ્ઞાન

જેમ ચક્રવાતના પવનો એક આભાસી 'આંખ' સર્જીને તેની આસપાસ ઘૂમરીઓ ફેરે છે તેમ જ વમળોયુક્ત મન 'સમસ્યા' નામના એક આભાસી કેન્દ્રનું નિર્માણ કરે છે. જેમ જેમ મનમાં વધુ વમળો ઉત્પન્ન થાય તેમ સમસ્યાની તીવ્રતા વધારે.

બરેબર 'સમસ્યાઓ'ની કોઈ હસ્તી જ હોતી નથી. અજ્ઞાનથી ગ્રસ્ત મન સમસ્યાઓ ખડી કરે છે અને તેની સાથે સંઘર્ષ કર્યા કરે છે. જ્યારે તમે ભર ઊંઘમાં હો છો ત્યારે કોઈ સમસ્યા નડતી નથી, પરંતુ જાગ્રત થાવ ત્યારે તમારા મન સાથે તાદાત્મ્ય સાધો છો - આ જ સર્વ સમસ્યાઓનું મૂળ છે.

અજ્ઞાનથી દોરાઈને તમે જગતના પદાર્થોનું મૂલ્ય નક્કી કરો છો, તેના વિષે વારંવાર વિચાર્યા કરો છો. અહંકારયુક્ત વિચારથી સતત કોઈ પદાર્થનું ચિંતન આંતરિક આસક્તિ પેદા કરે છે, આસક્તિ અનેકવિધ વાસનાઓનો સ્રોત બને છે, વાસનાઓ અહમ્ને વધુ તીવ્ર બનાવે છે અને ફળસ્વરૂપે અહંકારયુક્ત કલ્પનાશક્તિ વડે ગ્રસ્ત થાય છે. જ્યારે વાસનાઓનો ગુણાકાર થાય ત્યારે હેતુના પ્રકાશ પર માનસિક ઉશ્કેરાટરૂપી ધૂળના વાદળનો પરદો છવાઈ જાય છે. પ્રયોજન માટેની



પ્રકાશમય જ્યોતિની ગેરહાજરીમાં સમસ્યાઓની ભૂતાવળ મનુષ્યના વ્યક્તિત્વનો પીછો પકડે છે.

આત્મા દરેક સમસ્યાઓથી મુક્ત છે. એ માનસિક પ્રક્રિયામાં તેની અભિવ્યક્તિ કરે છે અને સ્વતંત્ર જીવાત્મા તરીકેનો પાઠ ભજવે છે. અજ્ઞાનથી દબાઈ જઈને જીવાત્મા 'માનસિક - ચૈતન્યશીલ - ભૌતિક' વ્યક્તિત્વ સાથે એકરૂપ થાય છે અને પોતાના આવશ્યક સ્વભાવ - અંતરાત્મા - પ્રત્યેની સમજણ ગુમાવે છે. બધી જ સમસ્યાઓ અજ્ઞાનયુક્ત અહમ્ના આધિપત્ય પર તથા અજ્ઞાનરૂપી આંતરિક પરદા પર નિર્ભર છે. આથી અજ્ઞાન દરેક સમસ્યાઓનું બીજ છે અને અહંકાર એ બીજમાંથી ઉત્પન્ન થતો અંકુર છે.

સમસ્યાથી ડરવાના બદલે તેની 'આંખો'માં દૃષ્ટિ કરો. મન સંયમિત સ્થિર રાખો. આનાથી તમને સૌ પ્રથમ સમસ્યાનો અસરકારક ઉકેલ સૂઝશે અને પછી જણાશે કે આવી સમસ્યા હતી જ નહીં.

જ્યારે તમારી કલ્પનાશક્તિની સીમા મર્યાદિત હોય ત્યારે તમે વધુ વિશાળ કલ્પનાશક્તિની સીમાની યથાર્થતાનો અર્થ જાણ્યા વિના જ અમુક ખાસ વિકાસ થતો જુઓ છો. મનુષ્યની કલ્પનાશક્તિની સાંકડી સીમાઓમાં જે વસ્તુ નકારાત્મક જણાય તે વિશાળ ફલક દ્વારા રચનાત્મક લાગે છે.

જો તમે તમારા જીવનની સહજ દેખાતી મુશ્કેલીઓ પાછળનો દિવ્ય હેતુ સમજી શકો તો તમે બીજી કોઈ સમસ્યા પ્રત્યેના પક્ષપાતી વિચારથી એવી મુશ્કેલીઓથી પીછેહઠ કરશો નહીં. તમે તમારા આંતરિક પવિત્ર હેતુ પાસેથી જ માર્ગદર્શન મેળવી શકશો અને તમારી સમસ્યાઓના અસરકારક ઉકેલ માટે શક્તિમાન થશો.

**સમસ્યાના ઉકેલ માટેની રીતો**

સારી સોબત, પુરાણોનો અભ્યાસ અને માનવજાતની નિઃસ્વાર્થ સેવાનો આશ્રય લો. તમારા જીવનમાં આધ્યાત્મિક સમજણને પ્રોત્સાહિત કરો. તમારા મનની સાંકડી સીમાઓથી છુટકારો મેળવો.

વિશ્વવ્યાપી જીવનની સ્વચ્છ તાજી હવા શ્વાસમાં ભરી દો. તમારા હૃદયના કોહવાઈ ગયેલ ખૂણામાં ઉછરતા સમસ્યાઓના કીડા જ્યારે તમારા આંતરુંખ જીવનમાં વિવેક-વિચારની જ્યોતિ પ્રકાશ પથરાશે ત્યારે ઊભા રહેશે નહીં.

જ્યારે નિષેધાત્મક પરિસ્થિતિનો સામનો કરવો પડે ત્યારે ચિત્તને ઉશ્કેરાટ ભરેલું રહેવા ન દો. પ્રાર્થના કરો, શરણાગતિ સ્વીકારો અને હળવા બનો. થોભો અને રાહ જુઓ. તમારામાં હોય તેટલી શ્રેષ્ઠ આવડત અને સમજણથી તમારી ફરજ નિભાવો. મૂંઝવણમાં મૂકી દેતી સમસ્યાઓથી ફરી વળેલી હતાશામાંથી બહાર નીકળવા તમને ચમત્કારિક હાથ માર્ગદર્શન આપતો જણાશે.

દરરોજ ધ્યાનનો અભ્યાસ કરો. વ્યગ્ર મન જ બધી સમસ્યાઓનો સ્ત્રોત છે. જ્યારે તમે ધ્યાન અને એકાગ્રતાનો અભ્યાસ કરો છો ત્યારે તમારા મનની અર્ધજાગ્રત અને સુષુપ્ત અવસ્થાનાં ઊંડાણો માપવાની શરૂઆત કરો છો. સમસ્યાથી હતપ્રભ થઈ જવાના બદલે તમારા અર્ધજાગ્રત મનને તેનું સમાધાન સોંપો. તમને જણાશે કે તણાવયુક્ત જીવન સમસ્યાને જટિલ બનાવે છે, જ્યારે હળવાશભર્યું જીવન ભ્રમથી ભરેલા પરપોટાની માફક તેને હલ કરે છે.

પુરાણોના ચિંતન દ્વારા, આત્માના આધ્યાત્મિક સ્વભાવની અનુભૂતિ દ્વારા અને અદ્વૈત બ્રહ્મના ધ્યાન દ્વારા તમારા માટે આવશ્યક સ્વભાવની શોધ કરો. જે આત્મા અનંત, પરમ સુખી, અનંત જ્ઞાન અને અનંત શક્તિ ધરાવતો હોય તેને કોઈ સમસ્યા શી રીતે હોઈ શકે? તમે એ દિવ્ય આત્મા છો.

જ્ઞાનના પ્રકાશ વડે અજ્ઞાનનો પરદો હટાવી દો. તમે વ્યક્તિત્વલક્ષી સમસ્યાથી મુક્ત થશો; હંમેશ માટે વિષાદ અને શોકથી મુક્ત થશો.

ઈશ્વર તમારું કલ્યાણ કરો.

□ 'રચનાત્મક વિચારશૈલી'માંથી સાભાર

## ઉજવળ ભવિષ્યની પ્રેરણા

- શ્રી સ્વામી નિખિલેશ્વરનંદજી

વર્તમાનનું દુઃખ ભોગવતાં ભોગવતાં વ્યક્તિમાં એક આત્મવિશ્વાસ પણ જાગે છે. વ્યક્તિ એવું વિચારતી થઈ જાય છે કે આ વર્તમાન દુઃખ મારાં પૂર્વનાં કર્મોનો સંચય થઈને મને પ્રારબ્ધરૂપે મળ્યું છે તો પછી મારાં વર્તમાન કર્મોથી હું મારા ભવિષ્યના પ્રારબ્ધનું નિર્માણ અવશ્ય કરી શકીશ. મારું ભવિષ્ય મારાં અત્યારનાં કર્મો દ્વારા ઘડાશે ! આ સમજ જાગ્રત થતાં વ્યક્તિમાં એક અદ્ભુત શક્તિનો સંચાર થવા લાગે છે, પછી તે વર્તમાન દુઃખના બોજા હેઠળ ક્યહાતાં, રિબાતાં, દુઃખ રડતાં, આંસુ સારતાં જીવન વિતાવવાના બદલે ઉત્તમ કર્મો દ્વારા ભવિષ્ય નિર્માણના કાર્યમાં લાગી જશે અને એથી એનું વર્તમાન દુઃખ આપોઆપ ઓછું થઈ જશે. વ્યક્તિને જ્યારે ખબર પડે છે કે 'મારા જીવનનું સ્ટિયરિંગ વ્હીલ મારા જ હાથમાં છે અને હું ધારું તે રીતે તેને લક્ષ્યાંકે પહોંચાડી શકું તેમ છું' ત્યારે તે દુઃખ રડવામાં અને માથે હાથ દઈને બેસી રહેવામાં સમય વેડફી નાખવાના બદલે વર્તમાન સત્કાર્યો દ્વારા ભવિષ્યને ઘડવામાં લાગી જશે. તે માટેની તેનામાં અપૂર્વ હિંમત આવી જશે.

આ ઉપરાંત મનુષ્યમાં કર્મ અને તેના ફળ વિશે ચિંતન કરતાં કરતાં તેનામાં અંતર્દષ્ટિ ખીલે છે. તેને થાય છે કે શું આ કર્મના વહેતા પ્રવાહમાં પોતે હંમેશાં વહે જ જવાનું છે? કર્મનાં સારાં કે માઠાં ફળ ભોગવવાં જીવનમરણના ચક્રમાંથી વારંવાર પસાર થયા જ કરવાનું છે ? શું આમાંથી ક્યારેય મુક્ત થઈ શકાશે નહિ ? આ ચિંતનમાંથી એની સમક્ષ ખૂલ્યો છે એક નવો માર્ગ. કર્મ અને તેનાં ફળના નિયમની પેલે પારનો માર્ગ અને તે છે ભગવદ્કૃપાનો માર્ગ, શરણાગતિનો માર્ગ.

### કૃપા હી કેવલમ્

ભગવાનની અદ્ભુત સ્વયંસંચાલિત વ્યવસ્થા તો છે જ કે 'કરે તેવું પામે.' આ વ્યવસ્થામાં ભગવાન પોતે પણ દખલ કરતા નથી. તેઓ પોતે પણ જો અવતાર ધારણ

કરીને પૃથ્વી ઉપર આવે તો તેમણે પણ કર્મ પ્રમાણે ફળ ભોગવવાં જ પડે. ભગવાનના દશે અવતારોની કથા દ્વારા આ જાણી શકાય છે, તો પ્રશ્ન થાય છે કે શું કર્મફળમાંથી કોઈ રીતે મુક્તિ મળી શકે નહીં ? ભગવાનના નિયમો એટલા બધા યુક્ત અને જડ છે કે તેમાં કોઈ જ પરિવર્તન થઈ શકે નહીં ? અલબત્ત, સામાન્ય મનુષ્ય માટે તો આ નિયમ અફર છે જ, પણ એમ છતાં આ નિયમો જડ નથી. એમાં પરિવર્તન લાવી શકાય છે. મનુષ્ય પોતાના અંતરની તીવ્રતમ પ્રાર્થના દ્વારા, નામજપ દ્વારા આમાં પરિવર્તન લાવી શકે છે. શ્રીમા શારદાદેવી કહે છે કે 'જેઓ ભગવાનના નામનું સતત રટણ કરે છે, તેમના વિધિએ લખેલા લેખ વિધાતા પોતે પોતાના હાથેથી ભૂંસી નાખે છે. એટલે કે ભાગ્યને પલટાવવાની, પ્રારબ્ધ કર્મોમાંથી મુક્તિ આપવાની શક્તિ ભગવાનની કૃપામાં રહેલી છે, જેઓ ભગવાનના શરણમાં આવે છે અને તેમની કૃપા પ્રાપ્ત કરે છે, તેઓ કર્મબંધનમાંથી મુક્ત થઈ જાય છે.'

### કોને કૃપા મળે?

જેઓ ભગવાનના સંપૂર્ણ શરણાગત છે, સાચા ભક્ત છે, તેઓ જ કૃપાપાત્ર છે, પણ જેઓ સ્વાર્થી વૃત્તિવાળા છે, ભગવાનનું ભજન-પૂજન પણ સ્વાર્થ માટે જ કરતા હોય છે એવા ભક્તોને કૃપા મળતી નથી. શ્રીરામકૃષ્ણદેવ આવા ભક્તોને પટવારી બુદ્ધિના ભક્તો એટલે કે વ્યાપારી બુદ્ધિવાળા ભક્તો કહે છે. તેઓ એમ કહેતા હોય છે કે 'બધું જ ઈશ્વરની ઈચ્છાથી થાય છે. હું બજાર ચાર કરું તો એ પણ ઈશ્વરની ઈચ્છાથી થાય છે. એણે મને એવી બુદ્ધિ આપી. એવું સુઝાડવું એટલે મેં એવું કર્યું. એમાં મારો કોઈ દોષ નથી. મારી કોઈ જવાબદારી નથી.' આવા લોકો કરે છે પોતાની મરજી પ્રમાણે અને જવાબદારી ભગવાન ઉપર નાખી દે છે. આ વિશે શ્રીરામકૃષ્ણદેવ એક સુંદર દષ્ટાંતકથા કહે

છે, 'એક માણસે સુંદર બગીચો બનાવ્યો, પણ એક ગાય દરરોજ બગીચામાં ઘૂસીને છોડવાઓ ખાઈ જતી. એક દિવસ તેને ખૂબ ગુસ્સો ચઢતાં જેવી ગાયને જોઈ કે પાસે પડેલું એક લાકડું ઉપાડીને જોરથી ગાયને માર્યું અને ગાય મરી ગઈ. તેથી હવે ગોહત્યાનું પાપ તેની પાસે આવ્યું ત્યારે તેણે એ પાપને કહ્યું, 'ગાય કંઈ મેં નથી મારી. મારા હાથે મારી છે અને હાથના દેવતા તો ઈન્દ્ર છે. તેથી તું ઈન્દ્રદેવ પાસે જા.' ગોહત્યાનું પાપ ઈન્દ્રદેવ પાસે પહોંચ્યું. ઈન્દ્રે બધી હકીકત જાણી. પછી તે બ્રાહ્મણનું રૂપ લઈને તે માણસ પાસે આવ્યો અને બગીચાનાં વખાણ કરી કહ્યું, 'વાહ, આવો સુંદર બગીચો કોણે બનાવ્યો?' 'મેં બનાવ્યો.' તેણે કહ્યું, 'આવાં સુંદર વૃક્ષો કોણે વાવ્યાં?' 'મેં વાવ્યાં.' તેણે અભિમાનથી કહ્યું અને પછી ઈન્દ્રે પૂછ્યું, 'આ ગાય કોણે મારી?' 'તો તેણે કહ્યું : 'ઈન્દ્રે મારી.' 'વાહ રે ! આ બધું તેં કર્યું અને ગાય ઈન્દ્રે મારી? લે, આ તારું ગોહત્યાનું પાપ.' આમ કહીને ઈન્દ્રે તેને ગોહત્યાનું પાપ આપી દીધું અને ત્યાંથી અંતર્ધ્યાન થઈ ગયા.

આ દૃષ્ટાંતકથા એ બતાવે છે કે માણસો મોટાભાગે સારું કર્યાનો યશ પોતે લે છે અને દુષ્ટત્યોની જવાબદારી ઈશ્વર ઉપર નાખી દે છે. આવા મનુષ્ય અને ભક્તો માટે કૃપા કામ કરતી નથી. એમને તો કર્મોનાં ફળ ભોગવવાં જ પડે છે.

#### શરણાગત ભક્તો અને કૃપા

જેઓ ભગવાન ઉપર સંપૂર્ણપણે નિર્ભર છે એવા શરણાગત ભક્તો માટે ભગવાનની કૃપાધારા નિરંતર વહે છે. આવા ભક્તોના મનમાં કદી એવો વિચાર આવે જ નહીં કે 'પાપ કરીએ તો તેની જવાબદારી મારી નહીં પણ ભગવાનની.' એમના મનમાં પાપનો વિચાર પણ આવતો નથી. જેમ નિષ્ણાત નૃત્યકારના પગ કદી બેતાલ પડતા નથી તેમ ભગવાનને આધીન ભક્તની ચેતના ભગવાન સાથે એકાકાર હોવાથી તેનાથી કદી ખોટું આચરણ થતું નથી. જીવનમાં આવતાં સઘળાં સુખદુઃખને ભગવાનની પ્રસાદી માનીને આવા ભક્તો આનંદથી

સ્વીકારી લે છે. નરસિંહ મહેતાના જીવનમાં કેટકેટલાં દુઃખો આવ્યાં હતાં. એકનો એક પુત્ર મરી ગયો. ભક્તિમતી સતી સાખ્વી એવી પત્નીનું મૃત્યુ થયું ત્યારે સહેજ પણ વિચલિત થયા વગર કે ભગવાન આગળ ફરિયાદ કર્યા વગર તેમણે ગાયું કે 'ભલું થયું ભાંગી જંજાળ સુખે ભજશું શ્રીગોપાળ!' આ છે સંપૂર્ણ શરણાગત ભક્તનો ભાવ. તેમનામાં એવી અતૂટ શ્રદ્ધા હોય છે કે ભગવાન જે કંઈ કરે છે તે મંગલ જ હોય છે. એ રીતે જોતાં સામાન્ય મનુષ્યને જે દુઃખરૂપ જણાય છે તે ભક્તોને જણાતું હોતું નથી. પ્રહ્લાદ, સુધન્વા, નરસિંહ મહેતા, મીરાંબાઈ, સુરદાસ આ બધા ભક્તોને સામાન્ય મનુષ્યની દૃષ્ટિએ તો કેટલું બધું દુઃખ હતું ! પરંતુ તેઓ ભગવાનની ઈચ્છા માનીને સઘળાં દુઃખો સ્વીકારી લે છે એવા જ ભક્તોનું સઘળું યોગક્ષેમ ભગવાન વહન કરે છે. એમના માટે જ કૃપાનો માર્ગ ખુલ્લો થાય છે. ભગવાનની કૃપા અનેક જન્મનાં બંધનો એક જ જન્મમાં કાપી નાખે છે. આ ભગવદ્કૃપાના કાયદાને લઈને જ તો દુષ્ટમાં દુષ્ટ, પાપીમાં પાપી અને અધમમાં અધમ મનુષ્ય માટે પણ દિવ્યતાના દરવાજા ખુલ્લા રહે છે પરંતુ મનુષ્યે કૃપાને પાત્ર બનવું જોઈએ અને તે માટે સતત પ્રયત્ન કરવો જોઈએ.

#### મુઝ સા બૂરા ન કોઈ

જો આપણે આપણા જીવનનું નિરીક્ષણ કરીએ તો માનસિક અશાંતિનું એક કારણ 'અન્યના દોષ જોવા તે છે.' મોટા ભાગના મનુષ્યનો સ્વભાવ બીજાના દોષ જોવાનો હોય છે. જેઓ સતત બીજાના દોષ જોતા રહે છે, એમનું જીવન પણ પછી એ ખામીઓવાળું બની જાય છે કેમ કે અન્યની ભૂલો અને ખામીઓ સતત નિરીક્ષણ કરતાં, એનું ધ્યાન કરતાં અન્યને રસપૂર્વક એની વિગતો આપતાં એમનું મન સતત આ દોષોમાં જ રચ્યું રહે છે અને તેથી પછી એ દોષો એમની ચેતનામાં સંક્રમિત થઈ જાય છે. શ્રીમદ્ ભાગવતમાં કહ્યું છે,



‘यति तत्कत् सरुपताम्’ - એટલે કે માણસ જેનું ધ્યાન કરે છે, ચિંતન કરે છે, તેના જેવો તે બને છે. બીજાના દોષોનું જો કોઈ ધ્યાન કરે તો તે એ દોષોવાળો બની જાય છે. અને એથી એની શાંતિ તો ગુમાવી દે છે, પણ અન્યની શાંતિને પણ હરી લે છે.

એને કંઈ આવડતું નથી, ખાલી મોટી વાતો જ કરે છે, એ તો ભારે કંજૂસ છે. એના તો ચાવવાના જુદા અને બતાવવાના જુદા છે - એને હું ઓળખું ને? કામ કરે કંઈ નહીં અને જાણે બધું પોતે કર્યું હોય એવો દેખાવ કરતાં તેને ભારે આવડે છે-આમ શું ઘરમાં કે શું બહાર - સમાજમાં, ઓફિસમાં, બેન્કમાં, લગભગ દરેક સ્થળે બધા એકબીજા પર દોષારોપણ સતત કર્યા કરતા હોય છે. જ્યાં દષ્ટિ જ દોષદેખી બની ગઈ હોય ત્યાં પછી કોઈનું કંઈ સારું દેખાતું જ નથી. જો માણસ પોતાના સમયનું વિશ્લેષણ કરે તો તેને મળેલા કુરસદના સમયનો મોટો ભાગ આ દોષ-દર્શનમાં જ વીતતો હોય છે. જ્યાં મન બીજાના દોષોથી ભરેલું હોય ત્યાં એવા મનમાં શાંતિ ઊતરે ક્યાંથી? શાંતિને આવવા માટે જગ્યા તો જોઈએ ને? અહીં તો બીજાએ શું કરવું જોઈએ, કેવી રીતે રહેવું જોઈએ-એ બીજાઓથી મન આખું ભરેલું છે, ત્યાં પોતાના માટે જગ્યા પણ ક્યાં છે? બીજા બધા ખરાબ, હલકા, બચાર્યારી, વિશ્વાસઘાતી છે, માત્ર પોતાનામાં જ બધા ગુણો છે એમ મનુષ્ય માને છે. આ સંદર્ભમાં એક સંતે કહ્યું હતું કે જ્યારે તમે બીજાના દોષો સામે આંગળી ચીંધો છો ત્યારે યાદ રાખજો કે તેની સામે તો એક આંગળી તકાય છે, પણ બાકીની ત્રણ આંગળી તમારી તરફ રહે છે, એ ધ્યાન રાખો એટલે કે જે અવગુણો બીજામાં છે, તેના કરતાં ત્રણ ગણા અવગુણો તમારી અંદર છે, એનું તો પહેલાં જુઓ. કબીરજીએ પણ કહ્યું છે,

‘બૂરા જો દેખન મૈં ચલા, બૂરા ન દિખા કોઈ  
જો દિલ દેખા આપના, મુઝસા બૂરા ન કોઈ’.

સંત કબીર બૂરા મનુષ્યને શોધવા નીકળ્યા તો તેમને કોઈ ખરાબ માણસ જ ન મળ્યો. પણ પોતાની અંદર

જોતાં તેમને જણાયું કે મારા જેવો ખરાબ તો બીજો કોઈ નથી એટલે કે બીજાના દોષ જોવા કરતાં પોતાના દોષ જોવા જોઈએ.

શ્રીમા શારદાદેવીએ પોતાની અંતિમ વિદાયના ત્રણ દિવસ પૂર્વે એક ભક્ત સ્ત્રીને ઉપદેશ આપતાં કહ્યું હતું, ‘દીકરી, જો શાંતિ ઈચ્છતી હોય તો કોઈના દોષ જોઈશ નહીં. દોષ પોતાના જોજે. આ જગતમાં કોઈ પારકું નથી. બધાં પોતાનાં છે.’ ખરેખર જેઓ જગતમાં બધાંને પોતાનાં માને છે અને કોઈના દોષ જોતા નથી એમને કોઈ જાતનો ભય હોતો નથી, કોઈ ઉદ્વેગ થતો નથી. અન્યના દોષ જોવા જેવી તદ્દન નકામી બાબતમાં તેમનાં સમય અને શક્તિ વેડફાતાં નથી. એ સમય-શક્તિનો ઉપયોગ અન્ય મહત્વના કાર્ય માટે કરી શકવાથી એમના પોતાના જીવનનો ઝડપી વિકાસ કરી શકે છે. વળી એમના મનમાં કોઈના દોષોનો કૂડો-કચરો ન હોવાથી મન સ્વચ્છ અને સ્વસ્થ રહે છે, પ્રસન્ન રહે છે. વળી, વ્યક્તિ પોતાના દોષ પ્રત્યે જાગૃત થવાથી એની નબળાઈઓ અને ખામીઓને દૂર કરવા તે પ્રયત્નશીલ બને છે, જેમ જેમ મનુષ્ય પોતાના દોષો દૂર કરતો જાય છે, તેમ તેમ તેને જીવનમાં વધુ ને વધુ આનંદ મળતો જાય છે. કંઈક મેળવ્યાની તૃપ્તિ અનુભવે છે. એના જીવનમાં વધુ ને વધુ શાંતિ ઊતરી આવે છે. મહાત્મા ગાંધીજીના ઓરડામાં ત્રણ વાંદરાઓની મૂર્તિ હતી, તેમાં એકે બંને હાથથી આંખો ઢાંકેલી હતી, બીજાના બંને હાથથી કાન ઢંકાયેલા હતા અને ત્રીજાના બંને હાથ મુખ ઉપર હતા. એ એમ સૂચવતા હતા કે કોઈનું બૂરું જોવું નહીં, કોઈનું બૂરું સાંભળવું નહીં અને કોઈનું બૂરું બોલવું નહીં. જો મનુષ્ય પોતાના જીવનમાં આ ત્રણ વાંદરાની વાત ચરિતાર્થ કરે તો એને જીવનમાં શાંતિ તો મળે જ, પણ સાથે-સાથે જીવનનો આનંદ પણ મળે જ.

□ ‘આધુનિક માનવ શાંતિની શોધમાં’ માંથી સાભાર

## શિવાનંદ કથામૃત

[ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજને આનંદ કુટીર દષ્ટીકેશમાં 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 વ્યંકટેશાનંદજીનો છે. આ ઉપરાંત સ્વામી શિવાનંદ દેવ્યાનંદજી, સ્વામી ચૈતન્યાનંદજી, સ્વામી સંતાનંદજી, સ્વામી ગુરુશરજ્ઞાનંદજી, સ્વામી પરમાનંદજી તથા બીજાઓએ સેવા આપી હતી.]

### ભક્તિ

પરમાર્થ બેન્ક, દષ્ટીકેશના જનરલ મેનેજર શ્રી માથુર વહેલી સવારે ગુરુદેવની કુટીર પાસે તેમની રાહ જોઈ રહ્યા હતા. ગુરુદેવ જેવા કુટીરમાંથી બહાર આવ્યા કે શ્રી માથુર ધરતી પર તેમના પગમાં પડી ગયા. ગુરુદેવના ચરણ પર થોડાક ચાંદીના સિક્કા મૂક્યા.

“સ્વામીજી મહારાજ, આજે મારો જન્મદિન છે. હું આપના આશીર્વાદ લેવા આવ્યો છું જેથી હું હંમેશાં સચ્ચાઈના પથ પર રહું અને ભગવાનનું સ્મરણ કરતો રહું.”

ગુરુદેવે તેમને આશીર્વાદ આપ્યા અને સાથે સોનેરી સલાહ પણ આપી.

પાછળથી ગુરુદેવે શ્રી માથુર વિષે બોલતાં કહ્યું:

“માથુરજી ખૂબ પવિત્ર અને ઉમદા આત્મા છે. તેમને ઘણું કામ કરવાનું હોવા છતાં તેઓ સાધનામાં ખૂબ નિયમિત છે. તેમની ભક્તિ તો જુઓ! તેઓ દષ્ટીકેશથી અહીં સુધી આવ્યા છે. તેમણે સંન્યાસ પણ લીધો હોત, પણ તેમની કૌટુંબિક પરિસ્થિતિ એવી છે કે તેઓ તેમ કરી શકે તેમ નથી, હાલમાં તેઓ લગભગ સંન્યાસીનું જ જીવન જીવી રહ્યા છે.

### આશીર્વાદ

દિલ્હીનાં શ્રીમતી કાન્તારાણી છેલ્લા કેટલાક દિવસથી આશ્રમમાં રહેતાં હતાં. તે આધ્યાત્મિક સંસ્કારો ધરાવતાં યુવાન મહિલા હતાં. તેમણે ગુરુદેવને જણાવ્યું કે તેમના સસરા નિવૃત્ત ઈજનેર છે, તેમણે આશ્રમની જગ્યામાં એક કુટીર બાંધવાનો નિર્ણય કર્યો છે અને ત્યાં જ રહેવાનું વિચાર્યું છે. તેમણે આજે તેનું ખાતમુહૂર્ત

ગુરુદેવના હસ્તે કરાવવાનું વિચાર્યું છે.

“તે ખૂબ ઉત્તમ વિચાર છે; જેમનામાં આધ્યાત્મિક સંસ્કારો સિંચાયેલા હોય છે તેઓ જ આવી વૃત્તિ ધરાવે છે. તે ભાગ્યે જ જોવા મળતી મહત્વાકાંક્ષા છે.”

ગુરુદેવે આગળ કહ્યું: “કદી એમ માનતાં નહિ કે તમારા પતિ ગુમાવ્યાથી તમે દુઃખી છો, આ બધું જ ઈશ્વરની ઈચ્છા પ્રમાણે ચાલે છે અને તે આપણો પોતાનો પિતા હોવાથી તે જે કંઈ કરે છે તે હંમેશાં આપણા ભલા માટે હશે. ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ પોતે શ્રી ભાગવતમાં કહે છે કે તે જેને ખૂબ ચાહે છે તેનાં બધાં જ સુખનાં કેન્દ્રો લઈ લે છે. હું તમને એ વાર્તા કહું છું તે ધ્યાનપૂર્વક સાંભળો!”

“શ્રીકૃષ્ણ અને અર્જુન એક વખતે એક અજ્ઞાણ્યા શહેરમાંથી પસાર થઈ રહ્યા હતા. તેઓ એક ધનિક માણસના ઘેર ગયા અને ખાવા માટે માગણી કરી. તે ઉગ્ર માણસે તેમને ખૂબ ખરાબ શબ્દોમાં ગાળો દઈ ભોજન આપવાની ના પાડી અને જતાં જતાં લાકડીનો માર માર્યો. અર્જુનને ખૂબ ગુસ્સો આવ્યો. કૃષ્ણે આ જોતાં તે સ્થળનો ત્યાગ કરવાનો વિચાર કર્યો પણ તે કરતાં પહેલાં તે ધનિક માણસને તેની પાસે છે તેના કરતાં સો ગણી ગાયો થાય, બંગલા અને ઘણી સંપત્તિ મળે તેવા આશીર્વાદ આપ્યા.”

અર્જુનને ભગવાનના આ વર્તનથી ખૂબ આશ્ચર્ય થયું પણ મૌન રહ્યો પછી તેઓ એક ગરીબ માણસને ત્યાં ગયા.

આ માણસ ચીંથરેહાલ હાડપિંજર જેવો હતો

પણ ભગવાનનો તે પરમ ભક્ત હતો. જ્યારે દિવ્ય મુસાફરો તેની પાસે ભોજનની માગણી માટે ગયા ત્યારે તે ઘરમાં દોડી ગયો અને તેની પાસે તે સમયે જે હાજર હતું તે - સરસ દૂધ, ઘી - શ્રીકૃષ્ણ અને અર્જુનને ખાટલા પર બેસાડી પ્રેમપૂર્વક ધર્યું. તેઓ બન્ને છૂપા વેશમાં હોવાથી તે તેમને ઓળખી શક્યો નહિ.

“ભગવાન, આપનાં બન્નેનાં દર્શન કરીને હું ધન્ય બન્યો છું. આપ ભગવાનના મોટા ભક્તો જણાઓ છો. આ બધું તમારું જ છે. મને આદેશ આપો! હું આપના માટે શું કરી શકું?”

“ભગવાને તેના હૃદયની ઉત્કટ આધ્યાત્મિક ઈચ્છા જાણી. તેમણે આજુબાજુ જોતાં તેમને જણાયું કે તેની એકમાત્ર મિલકત બાજુમાં પડેલી માંદી ગાય હતી. જેવા તેઓ ઘરમાંથી બહાર નીકળ્યા કે ભગવાને શાપ આપતાં કહ્યું: “આ ગાય મરણ પામો!”

અર્જુન ભગવાને પોતે કરેલા આવા અતિ કૂર વર્તનથી રોષે ભરાયો.

“આ શું? જેણે આપણો ખૂબ પ્રેમપૂર્વક સત્કાર કર્યો તે ગરીબ માણસને તમે શાપ આપ્યો અને જે ઉગ્ર માણસે તમારો તિરસ્કાર કરી કાઢી મૂક્યા તેને આશીર્વાદ આપ્યા! કેવો અન્યાય!”

શ્રીકૃષ્ણે જવાબ આપ્યો: “વહાલા અર્જુન, શાંત પડ! આ ગરીબ માણસ મારો મોટો ભક્ત છે. હું પણ તેને ખૂબ ચાહું છું. તેના માટે આસક્તિનું એકમાત્ર કેન્દ્ર ગાય હતી. તે કેન્દ્ર હવે જતું રહેવાથી તે મારી પૂરી ભક્તિ કરી શકશે. તેને તરત જ મોક્ષ મળશે. બીજા બાજુ ધનિક માણસને તેની સંપત્તિ ખૂબ વધી ગઈ છે તેમ જોતાં તેનાં અહંકારમાં વધારો થશે. તેનાં બંધનો અને તેની ચિંતાઓ પણ વધશે.”

“માટે જ્યારે આપણી આનંદ માટેની વસ્તુઓ છિનવાઈ જાય ત્યારે આપણે ખુશ થવું જોઈએ. તમે હાલ ચોવીસે કલાક માટે સાધના કરવા માટે મુક્ત છો. તમારા

સસરા સારા જિજ્ઞાસુ છે. તેઓ હાલ સામાજિક જીવનમાંથી નિવૃત્ત થયા છે. તેમણે હવે શા માટે ચિંતા કરવી જોઈએ? તેમણે પણ તેમના છેલ્લા દિવસો શાંતિપૂર્વક ગંગાકિનારે મૌન રહી મજામાં ગાળવા જોઈએ. એકાંત જ તમને શાન્ત શાંતિ અને આનંદ આપશે. મિત્રો અને સંબંધીઓની સાથે હવે પૂરતું રહ્યા છો!”

“જો તમે દિલ્હીમાં રહેશો તો તમારામાં આધ્યાત્મિક વૃત્તિ હશે તો પણ ત્યાં ખૂબ ખલેલ-અશાંતિ હશે. અહીં તમે શાંત વાતાવરણમાં રહી શકશો.”

જ્યારે શ્રીમતી કાન્તારાણીએ આશ્રમ છોડ્યો ત્યારે ગુરુદેવે શિષ્યોને નિવૃત્ત લોકો વિષે કહ્યું: “તેઓ પોતાનો બધો જ સમય સાધના માટે આપી શકે તેમ છે. પણ તેમાંના કેટલા તે કરે છે! શ્રી શ્રોક સારા જિજ્ઞાસુ છે. શ્રીમતી કાન્તા જેમ માનસિક સંન્યાસીની છે તેમ તેઓ પણ માનસિક સંન્યાસી છે.”

“તમને બીજા કેટલાક માનસિક સંન્યાસીઓના પ્રકારની ખબર છે? તેઓ મોટી મોટી વાતો કરે છે અને વેદાંત તથા ઉચ્ચ ફિલસૂફીની ચર્ચા કરે છે. તેઓ ગાય છે, નાચે છે અને જપ પણ કરે છે, પણ જ્યારે તમે તેમને વિનંતી કરો: ‘મહારાજ, આપની પાસે પચાસ હજાર છે. મહેરબાની કરીને આશ્રમને ફક્ત એક હજાર આપો. તેને હાલ જરૂર છે.’ તો તેમની પોલ તરત જ પકડાઈ જાય છે. તેમને તેઓ પૈસો પણ નહિ આપે. આ બનાવટી માનસિક સંન્યાસનો એક પ્રકાર છે.”

“પણ શ્રી શ્રોક એવા નથી. તેઓ આશ્રમમાં એક કુટીર બાંધવાનું ઈચ્છે છે. તેનો તેઓ ન હોય ત્યારે સોસાયટી પોતાને જરૂર હોય તે પ્રમાણે ઉપયોગ કરી શકે.”

સેવાનો સાચો જુસ્સો

ગુરુદેવ ઓફિસમાં આવ્યા કે તરત જ તેમણે



વિષ્ણુ સ્વામીજીને પૂછ્યું: “વિષ્ણુજી, તમે સવારે શ્રી શ્રોફજીને આસન શિખવાડવા માટે તેમની કુટીરમાં ગયા હતા?”

“હા, સ્વામીજી.”

“તે ખૂબ સારું કર્યું. આ વૃદ્ધ લોકોમાંના કેટલાકને વર્ગમાં આસનો કરવામાં શરમ આવે છે. તેમને એમ લાગે કે શીર્ષાસન કરતાં તેઓ પડી જાય તો બધાં તેમને હસે એટલે તેઓ આસનના વર્ગમાં આવતાં શરમાય છે. આવા લોકો માટે તમારે રૂમ પર જવું અને તેમને આસન શીખવવાં. સેવાનો આ સાચો જુસ્સો છે.”

“બીજી મહત્ત્વની વાત એ છે કે આસન પૂરાં થયા પછી તરત જ પાછા આવવાના બદલે થોડીક મિનિટો નામજપ અને પ્રાર્થના તથા બે મિનિટ ધ્યાન ધરવાનું રાખવું. આમ, આ આસનનો વર્ગ પણ સમન્વય યોગના વર્ગમાં ફેરવાઈ જશે. આવા આસનના અભ્યાસની અસર ખૂબ વધુ અસરકારક બની રહેશે.”

### શિલારોપણ વિધિ

શ્રી શ્રોફજીની કુટીરના શિલારોપણ દિને ગુરુદેવ પહોંચ્યા ત્યારે તે એકાંત સ્થાનમાં કોઈ જ ન હતું. કામ કરનાર કડિયા સુદ્ધાં કોઈ હતું નહિ. તેમણે તરત જ પૂજાસામગ્રી માટે મંદિરમાં સૂચના મોકલી અને કેટલાક લોકોને હાજર રહેવાનું કહેવા માટે મોકલ્યા.

એક પછી એક બધા આવવા લાગ્યા. જ્યારે શ્રી શ્રોફ આવી ત્યારે ગુરુદેવ તેમને ટેકરી પર શિલારોપણ માટેનો ખાડો જોવા માટે લઈ ગયા.

“આ પૂરતી ઊંડાઈ છે? વધુ ઊંડો હોય તો વધારે સારું.”

શ્રી શ્રોફનો પણ એવો જ અભિપ્રાય થયો અને કડિયાએ તેનું કામ શરૂ કર્યું, જોકે આ કામ વહેલું કરવું જોઈતું હતું.

સ્વામી ચિદાનંદજીની રાહબરી નીચે કીર્તન શરૂ થયું.

ગુરુદેવે શરૂઆત કરી: “આજે પૂર્ણિમાનો

પવિત્ર દિવસ છે. તે ધન્ય દિવસ છે, જે આપણને ભગવાનના સ્વભાવ-બ્રહ્મ કે આપણા પોતાના આત્માની યાદ અપાવે છે. તે અપૂર્ણ નથી. તે એક સમરૂપ, અખંડ અને પૂર્ણ અસ્તિત્વ છે. પૂર્ણ ચંદ્ર આ બધાની યાદ આપે છે. બીજા દિવસોએ ચંદ્ર ફક્ત આંશિક હોય છે. આજે ચંદ્ર બધી સોળે કળા કે કિરણો ધરાવે છે. આ અજ્ઞાન અને જડતાનો નવા ચંદ્રનો દિન નથી. આજનો દિવસ પ્રકાશ અને પરમાનંદનો પૂર્ણ ચંદ્ર છે.”

“આ પરમ પવિત્ર દિવસે આપણે દિલ્હીના શ્રી શ્રોફ તરફથી કુટીર બાંધવાની દરખાસ્ત મુજબ એકાંતવાસ માટેની કુટીરનો શિલારોપણ વિધિ કરીએ છીએ. તેઓ નિવૃત્ત ઈજનેર છે અને અહીં દષ્ટીકેશમાં રહી એકાંતમાં તેમના જીવનનો શેષ સમય દિવ્ય મનન અને સાધના કરવામાં ગાળવા ઈચ્છે છે. તેઓ અને ઉમદા આત્મા ધરાવતાં શ્રીમતી કાન્તારાણી જેઓ ભગવાનના નામની અઢળક સંપત્તિ અને તેનાં ચરણોની ભક્તિ કરવામાં તીવ્ર રસ ધરાવે છે તેઓ બન્ને આ પવિત્ર જગ્યા પર જીવનલક્ષ્યને પ્રાપ્ત કરવા તપશ્ચર્યા કરવાનો ઈરાદો ધરાવે છે.”

“જીવનલક્ષ્ય છે ઈશ્વર-સાક્ષાત્કાર. તેના સિવાયનું બીજું કંઈ જ કામનું નથી. મનુષ્ય વસ્તુઓના આનંદની મોહકતામાં ડૂબી જાય છે. ઈન્દ્રિયના ભોગો કદી શાશ્વત સુખ આપી શકતાં નથી. તમારી પાસે ભલે એક ડાઝ બંગલા હોય, વીસ મોટરકાર હોય, તમારા નામે બેંકમાં કરોડો રૂપિયા હોય અને નોકરોની ફોજ, સુંદર પત્ની અને ઘણાં બાળકો હોય, જગતમાં જે શક્ય હોય તે બધા ભોગો હાજર હોય; છતાં આત્મસાક્ષાત્કારથી તમને જે પરમ શાંતિ મળી શકે છે તે કદી મળી શકે નહિ. ફક્ત એકલા આત્મામાં જ ઊંડી કાયમી શાંતિ રહેલી છે. આ ઈન્દ્રિયના ભોગોથી કદી છેતરાતા નહિ. જ્યારે બેંક કાચી પડે છે ત્યારે તમે રુદન કરો છો. જેમ વધુ સંપત્તિ તેમ વધુ ચિંતા. તમારી કામનાઓ સંતોષાતાં જ તેઓ અનેકગણી બને છે.

તેમને સંતોષ આપતાં તે કદી નાશ પામતી નથી. તમે જ્યાં સુધી ઈચ્છા વગરના ન બનો ત્યાં સુધી તમે શાંતિ પ્રાપ્ત કરી શકો નહિ.”

“હિમાલય ઈશ્વરનું એક સ્વરૂપ છે. ‘સ્થાવરમાં હું હિમાલય છું’ એમ ગીતામાં શ્રીકૃષ્ણે કહ્યું છે. ભગવાનના આ ભવ્ય પ્રગટીકરણ તરફ સતત જુઓ. ફરીથી તેમણે કહ્યું છે: ‘નદીઓમાં હું ગંગા છું.’ પછી તમારે વધારે શું જોઈએ છે? હિમાલય આપણા પિતા છે અને ગંગા માતા છે. હિમાલયની તળેટીમાં રહેવું અને ગંગામાં સ્નાન કરવું એ આપણું મોટું સદ્ભાગ્ય - મોટો આશીર્વાદ - છે. હિમાલયમાં જ મહાન સંતો અને ઋષિઓ અનંત સમયથી તપશ્ચર્યા કરતા આવ્યા છે અને ઈશ્વરનો સાક્ષાત્કાર કર્યો છે. આ સંતોનાં પવિત્ર કંપનો આ ભાગોમાં હંમેશાં પ્રવર્તતાં હોય છે.”

“શ્રી શ્રોફ અને શ્રીમતી કાન્તા ખરેખર ધન્ય આત્મા છે. તેમનો નિર્ણય સાચો છે. તેઓ આ સંસારની અનિત્યતાને સમજ્યાં છે. તેમનાં ઉદાહરણ બીજાની આંખોને ખુલ્લાં કરનાર બનવાં જોઈએ. આજે તો નિવૃત્ત લોકો પણ તેમનાં કુટુંબ અને સગાંસંબંધીને વળગી રહે છે. તેઓ તેમની મિલકત અને સંપત્તિમાં આસક્ત છે. તેઓ લોભી છે અને વધુ કમાવવા માટે ખાનગી નોકરી કરવાનું

વિચારે છે. આખા જીવન દરમિયાન તેમણે દુન્યવી મુશ્કેલીઓ અનુભવી હોવા છતાં તેઓ પરિસ્થિતિને પામી શક્તાં નથી, તેઓ દિવ્ય જીવનનું મહત્વ સમજતાં નથી. દરેક નિવૃત્ત માણસે શ્રી શ્રોફના દાખલાને અનુસરવો જોઈએ અને એકાંતવાસ સ્વીકારી લેવો જોઈએ. એટલા માટે જ આપણા બાપદાદાઓએ વાનપ્રસ્થાશ્રમની યોજના કરી હતી. તેમાં પત્ની, બાળકો, મિલકત કે સંપત્તિની આસક્તિ છોડી દઈને મનુષ્યે તપશ્ચર્યા કરવા માટે વનમાં જવાનું હોય છે. ત્યાં શ્રવણ, મનન અને નિદિધ્યાસન પછી છેલ્લે સંન્યસ્ત લઈ માનવજીવનના પરમ ધ્યેયનો સાક્ષાત્કાર કરવાનો હોય છે. વસ્તુઓના ઉપભોગો, અહંકાર અને સ્વાર્થના ત્યાગ વગર કંઈ જ મહાન અને મેળવવા યોગ્ય પ્રાપ્ત થઈ શકતું નથી.”

“ભગવાન શ્રી શ્રોફ અને શ્રીમતી કાન્તારાણીને સ્વાસ્થ્ય, દીર્ઘ જીવન, શાંતિ, આબાદી અને મુક્તિના આશીર્વાદ આપે! ભગવાન તેમના હૃદયને જ્ઞાનથી પ્રકાશિત કરે! તે તમને બધાંને આશીર્વાદ આપે ! તમે બધાં આ જ જન્મમાં ઈશ્વર-સાક્ષાત્કાર પામો ! તમે બધાં આ જ જન્મમાં મુક્ત પામેલા સંતો તરીકે પ્રકાશો ! ઓમ્ !”

□ ‘શિવાનંદ કથામૃત’ માંથી સાભાર

### (અમૃતપુત્ર પાના નં. ૨૭ ઉપરથી ચાલુ)

દેવાનંદજી બ્રહ્મલીન થયા. સ્વામી દેવાનંદજીનું સદ્ભાગ્ય હતું કે તેમના મહાનિર્વાણ સમયે તેમના વડીલ ગુરુભાઈ દેવતા પુરુષ સમા સંત તેમની સાથે હતા. સ્વામીજી માટે શું કહેવું? સદ્ગુરુદેવે કેટલાં કઠોર કર્તવ્ય તેમના વિશ્વસ્ત વહાલા શિષ્યને સોંપ્યાં હશે?

સ્વામી ચિદાનંદજીએ પોતાની શિરે આવેલું કર્તવ્ય ખૂબ જ સારી રીતે નિભાવ્યું. હૈદરાબાદ અને સમગ્ર આંધ્રપ્રદેશમાં સ્વામી દેવાનંદજીના અગણિત શિષ્યો હતા. તેમની સૌની ઈચ્છા પ્રમાણે સ્વામી દેવાનંદજીના

જન્મસ્થળ કોત્તવાલસા-કોત્તપેટા ખાતે તેમને ભૂસમાધિ આપવામાં આવી ત્યાં પાછળથી સુંદર સમાધિ-સ્થળનું નિર્માણ થયું. હવે દેવાનંદજીનું સ્મારક આંધ્રપ્રદેશમાં ચિરસ્થાયી થયું, પરંતુ દિવ્ય જીવન સંઘના સદસ્યોના મનમાં સ્વામીજીનાં સુમધુર ભજનો સદૈવ ગુંજતાં જ રહેશે. સ્વામી દેવાનંદજીની વિદાયથી આશ્રમ થોડા દિવસો માટે સૂનો થઈ ગયો.

□ ‘અમૃતપુત્ર’માંથી સાભાર



## અમૃતપુત્ર-૨૩

- શ્રીમતી રાજલક્ષ્મી દેશપાંડે

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

અહીંની પવિત્ર ગંગાજીની ધારા, અહીંનાં ઉત્તુંગ હિમગિરિ શિખરો, આ સુજલામ્ સુફલામ્... ભૂમિ અને આકાશને આંબતું આ કુદરતનું નખશિખ શુદ્ધ સૌંદર્ય, ભારતના ધર્મો, અધ્યાત્મ... અરે! ભારતની ધૂળનો એક-એક રજકણ તેમને પ્રિય હતો.

અને દુર્ભાગ્યવશ અહીંનાં ધાર્મિક અને જાતીય તોફાનો, રમખાણો, અહીંનો ભ્રષ્ટાચાર, હિંસાચાર, ગરીબી, લોકોનાં વ્યસન, અધીનતા, અનીતિથી તેઓ સદા ચિંતિત રહેતા અને તેના કારણે તેમનું શરીર થોડું કથળવા પણ માંડ્યું. આ બધું ધ્યાનમાં રાખીને ૧૯૮૨ના જુલાઈ માસના 'ડિવાઈન લાઈફ'ના અંકમાં તેમણે સમગ્ર ભારતને સંબોધીને પોતાના હૃદયના ઊંડાણમાંથી ઉદ્બોધન કર્યું.

મારા વહાલા ભારતવાસીઓ,

આજે જ્યારે આપણો દેશ તેની સ્વતંત્રતાનાં પિસ્તાલીસ વર્ષ પૂરાં કરી રહ્યો છે ત્યારે હું આપને સૌને કંઈક કહેવા માગું છું.

હું આપને પૂછવા માગું છું કે, 'સ્વતંત્ર ભારતના સન્માનનીય નાગરિક હોવાના નાતે આપણા આ દેશની સમૃદ્ધિ, પ્રગતિ અને એકતા કે અખંડતા માટે તમારું યોગદાન શું? તમારી સેવા શું? તે દિશામાં તમારા પ્રયત્નો શું?'

'દરેક વ્યક્તિનું કર્તવ્ય છે કે તે પોતે પોતાની જાતને આ પ્રશ્ન પૂછે કે શું તમારું વ્યક્તિગત જીવન, તમારી સેવા આપણા રાષ્ટ્રના જીવન પ્રવાહને સમૃદ્ધ બનાવે છે?'

આપણાં જીવન રાષ્ટ્રને સમૃદ્ધ કરવાવાળાં હોય, પ્રગતિના પથ પર અગ્રસર કરવાવાળાં હોય, રાષ્ટ્રના

ગૌરવ કે ગરિમામાં વૃદ્ધિ કરવાવાળાં હોય, તે માટે આપણે એક 'રાષ્ટ્રીય આચારસંહિતા' નક્કી કરીશું. આ આચારસંહિતાનું અધ્યયન કરો અને તમારાં વર્તન તથા વ્યવહારને આ આચારસંહિતાને અનુકૂળ કરો ત્યારે જ તમો આપણા દેશના સાચા નાગરિક કહેવાશો.

સ્વામીજી દ્વારા કથિત આ આચારસંહિતા આ પ્રમાણે છે:

૧. દેશનું હિત: આપણાં વ્યક્તિગત જીવનમાં દેશના હિતની રક્ષા એક મહત્વનું સ્થાન ધરાવે છે. દેશના હિતમાં જ આપણું હિત છે. માટે આપણે આ દેશના માટે પોતાના દેશ ભારત માટે પ્રાણની આહુતિ આપવા માટે પણ તૈયાર રહેવું જોઈએ.

૨. કર્તવ્ય: આપણું સર્વપ્રથમ અને શ્રેષ્ઠ કર્તવ્ય પરમેશ્વર અને પરમેશ્વર પ્રણિત નીતિધર્મ વિષયક છે. એવા નીતિધર્મનું જીવન જીવવું એ જ દેશની ખરા અર્થમાં સેવા થશે.

૩. ચારિત્ર્ય: ચારિત્ર્ય સર્વોત્તમ સમ્પત્તિ છે. નાગરિકોનું શુદ્ધ અને નિષ્કલંક ચારિત્ર્ય એ દેશની સર્વોત્તમ મહામોંઘી સમ્પત્તિ અને પાયાની આવશ્યકતા છે.

૪. સ્વાસ્થ્ય: યશસ્વી જીવનની મૂળભૂત આવશ્યકતા સુખદ સ્વાસ્થ્ય છે. સુખદ સ્વાસ્થ્ય પણ એક સમ્પત્તિ જ છે. આ રાષ્ટ્રીય સમ્પત્તિ રાષ્ટ્રની અણમોલ અમાનત છે. તે માટે આપણાં ચારિત્ર્યનો વિકાસ અને સ્વાસ્થ્યની રક્ષા... એક નાગરિક હોવાના નાતે આપણું પ્રથમ કર્તવ્ય થાય છે.

૫. મદ્યપાન: નશો કરે તેવી દવાઓનું સેવન, તમાકુ ખાવી, જુગાર રમવો, આ બધી અહિત કરવાવાળી વાતોનું આપણે 'નિર્મૂલન' કરવું જોઈએ. લાંચરુશ્વત



લેવી કે દેવી, કોઈ પણ પ્રકારનો ભ્રષ્ટાચાર, સ્વાર્થાધતા, અનૈતિકતા, ભેવફાઈ કે વફાદાર ન હોવું તે કોઈ પણ પ્રકારનું દુર્વર્તન-આ તમામ અનિષ્ટોથી આપણે જાગૃતિપૂર્વક મુક્ત રહેવું જોઈએ કે દૂર રહેવું જોઈએ. દેશ સાથે વિશ્વાસઘાત એ સૌથી મોટું પાપ છે. સૌથી મોટો રાષ્ટ્રદ્રોહ છે.

૬. નાગરિકો ! તમો સાર્વજનિક સમ્પત્તિના રક્ષક છો. તેને નષ્ટ ન કરો. તેનો દુરુપયોગ ન કરો. રાષ્ટ્રીય સમ્પત્તિ નષ્ટ ન કરો. લગનથી તેની રક્ષા કરો.

૭. આપણા દેશના તમામ નાગરિક આપણા ભાઈ જ છે. મનમાં આ ભાવ જાગૃત કરો. તમામ સાથી નાગરિકોની સાથે સદ્ભાવ અને એકતાથી રહો.

૮. દુનિયાના તમામ ધર્મો અને ઉપાસનાના પંથો માટે તમારા મનમાં સમાન આદર કેળવો. તમામ ધર્મના લોકો સાથે તમારી આધ્યાત્મિક સાધનામાં પોતાના એક સહયાત્રી - એક સહધાર્મિક ભાઈ તરીકે પ્રેમ અને સદ્ભાવથી રહો.

૯. કોઈ પણ પ્રકારની હિંસા, દ્વેષ અને તિરસ્કારથી દૂર રહો, કારણ કે આ વાત આપણા રાષ્ટ્રની ગૌરવશાળી પરંપરા પર ડાઘ લગાડશે.

૧૦. સાદગી અને ઉચ્ચ વિચારનો સ્વીકાર કરો. મિતવ્યયની-કરકસરની ટેવ પાડો.

૧૧. સામાજિક ન્યાય અને વિધિ-નિયમોનો આદર કરો.

૧૨. જેમની પાસે આપણાથી ઓછી સગવડો છે તેમને તમારી સમ્પત્તિના ભાગીદાર બનાવો. દેશપ્રેમ, સેવા અને દેશભક્તિનું મૂલ્ય પોતાનાં સંતાનો અને પરિવારનાં પરિવારજનોના મનમાં જાગૃત કરો.

આવી રીતે આપણા દેશના... ભારતના સાચા નાગરિકનું સ્થાન પ્રાપ્ત કરો. તન, મન અને ધનથી આપણા દેશની સેવા કરો.

પોતાનું નામ ન લખીને, 'એક દેશપ્રેમી'ના નામથી સ્વામીજીએ આ આચારસંહિતા જાહેર કરી, આ

જાહેર કરતાં તેમણે એ પણ કહ્યું કે તેઓ આ શા માટે કરે છે... સ્વામીજીએ કહ્યું,

‘હું નિવૃત્તિ માર્ગ પર જીવન જીવવાવાળો, દશનામ-સંન્યાસ પરંપરાનો એક સંન્યાસી છું. આ ભૌતિક જગત સાથે જેને કોઈ બંધન નથી. એવો એક યતિ છું. તમો મને પૂછશો... ‘ભારતના અને તેના નાગરિકોના કલ્યાણ માટે હું શા માટે ચિંતિત છું? તેનું કારણ ખૂબ જ સીધું કે સરળ છે. મારું સંન્યાસી જીવન મારા દેશની સંસ્કૃતિ અને તત્ત્વ જ્ઞાનનું ફળ જ છે. મારું પાલનપોષણ આ માતૃભૂમિની વહાલસોથી માટીમાં થયું. હું માત્ર યતિ જ નથી. હું ભારતીય યતિ છું.

માટે જ મારા દેશની વર્તમાન સ્થિતિના સંબંધે હું ઉદાસીન રહું, જો હું આ બાબતથી અલિપ્ત રહું તો હું કૃતઘ્ન કહેવાઈશ. સંન્યાસીએ કોઈ વિશિષ્ટ વાત કે વ્યક્તિ વિષે અલિપ્ત રહેવું જોઈએ, પરંતુ તેણે ભાવનાશૂન્ય અને કુટુમ્બાહીન ન બનવું જોઈએ. આ જ ભાવનાથી આજે હું આવાહન કરું છું.

સ્વામીજી કહે છે....

‘શાસ્ત્રોમાં લખ્યું છે, કળિયુગમાં જ્યારે દુરાચાર વધશે ત્યારે ઈશ્વર સ્વયં આવીને કળિયુગને નષ્ટ કરીને સત્યુગની સ્થાપના કરશે.’

ભગવાને આ વિરાટ રૂપનું આ પ્રમાણે વર્તન કર્યું છે.

‘નમોસ્તવનન્તાય સહસ્રમૂર્તયે સહસ્રપાદાશિશિરોરુબાહવે’ હજારો હાથ અને હજારો પગવાળો આ ભગવાન બીજો કોઈ નથી, જનતા જનાર્દન જ છે. અસત્ તત્ત્વોને નષ્ટ કરીને ધર્મ સંસ્થાપનાનું કાર્ય પોતાનાથી જ આરંભ થાય છે. તે દૈવી સત્તા આપણા સૌમાં છે. આપણે બધાં ભગવાનનું વિરાટ સ્વરૂપ જ છીએ. આજે ભારતમાતાની એક જ માગ છે. તેનાં સંતાનો તેના ઉપર આવેલા દુરાચાર-ભ્રષ્ટાચારના સંકટને દૂર કરે.”

ઈ.સ. ૧૯૯૯નું વર્ષ પૂરું થાય ત્યારે એક દશક, એક શતક અને એક હજાર વર્ષનું આવર્તન પૂરું

થવામાં હતું. આ પવિત્ર પ્રસંગે દિવ્ય જીવન સંઘનું આંતરરાષ્ટ્રીય સંમેલન થાય, તેવી વાત ભક્તોના મનમાં ઊભરાવા લાગી. આ કામ ખૂબ જ મોટું અને જવાબદારીભર્યું હતું. મહારાષ્ટ્રની મુંબઈ શાખાએ આ જવાબદારી પોતાના માથે લીધી. સ્વામીજીના આશીર્વાદ અને સંમતિ સાથે આંતરરાષ્ટ્રીય સંમેલનની તૈયારીઓનો પ્રારંભ થયો. દુનિયાના ચારે ખૂણેથી લોકો આવવાના હતા. તેમના નિવાસ, ખાન-પાન, આવાગમનની વ્યવસ્થા કરવાની હતી. શિવાનંદ આશ્રમથી બધા સન્માનનીય સાધુ-સંતો પધારવાના હતા. આ એક દિવ્ય અવસર હતો. મુંબઈના સુપ્રસિદ્ધ કોસ મેદાન પર આ સમારંભનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. માનો કે સ્વામી શિવાનંદજીના તમામ દીકરા, દીકરીઓ, પૌત્ર-પૌત્રીઓ સમ્મિલિત થવાના હતા. દેશ, ભાષા, ધર્મ, વર્ણથી પર સૌ એકમેકને ખૂબ જ સદ્ભાવથી જોતાં હતાં. જાણે કે વડલાની બધી વડવાઈઓ... એક જ પરિવારનાં પરિજનો.

કૈલાસ પીઠાધીશ્વર મહામંડલેશ્વર શ્રીમત્ સ્વામી વિદ્યાનંદગિરિજી મહારાજે આ સમારોહનું ઉદ્ઘાટન કરતાં કહ્યું, 'આપણે જે પણ આધ્યાત્મિક કે સત્કાર્ય કરીએ છીએ તેનો સંદેશ લોકલોકોતરમાં પહોંચે છે. મને ખાતરી છે કે આ સમારોહની વાત માત્ર ભૂલોકમાં જ નહીં પરંતુ અન્ય લોકોમાં પણ થશે.

ત્રણેય દિવસ અનેક કાર્યક્રમો થયા. અનેક સાધુ-સંતોએ પોતાના વિચારો પ્રસ્તુત કર્યા. સ્વામી ચિદાનંદજી પણ સવાર-સાંજ ત્યાં ઉપસ્થિત રહેતા હતા. એકવીસમી સદીમાં તૃતીય સહસ્ર આવર્તનમાં પ્રવેશ કરતી વખતે સ્વામીજીએ કહ્યું, આપણે 'હું અને તું'ની ભાષા છોડીને 'આપણે' શબ્દ બોલતાં શીખવો જોઈએ. હળીમળીને રહેવું જોઈએ.' મહારાષ્ટ્ર અને મરાઠી સંતો વિષે સ્વામીજી સદૈવ ઉદારતાથી કંઈક કહેતા જ હોય છે. આ સભામાં પણ તેમણે સમર્થ રામદાસજીના દાસબોધ ગ્રંથમાંથી વાતો કહી. દયા અને કૃપણાના આદર્શ રાજા દિલીપ,

ભગવાનમાં અતૂટ વિશ્વાસ ધરાવનાર માર્કીય ઋષિ, સતીત્વનાં આદર્શ માતા જાનકી, સતી અનસૂયા અને સાવિત્રી, દૃઢ સંકલ્પ ધારી રાજા ભગીરથ... અને કહ્યું આમના સૌના આદર્શોને આપણે જીવનમાં અપનાવવા જોઈએ.

૩૧ ડિસેમ્બરની રાત્રે ભાર વાગ્યે જ્યારે સમગ્ર મુંબઈ નશા, નાચગાન અને શોરબકોરમાં ડૂબેલું હતું... ત્યારે આ બધાંથી અલગ શિવાનંદ પરિવાર ગહન ધ્યાન અને આત્મચિંતનમાં ખોવાઈ ગયો હતો. દુનિયાના મેળા વચ્ચે પરંતુ મેળાથી પર... પદ્મપત્ર વિભાવસા.

સમારોહ પૂરો થયો. સૌ પોતપોતાના ઘેર જવા લાગ્યા. સમગ્ર ભારતમાંથી આવેલા શિવાનંદ પરિવારના સંન્યાસીઓ પણ પોતપોતાના આશ્રમમાં પાછા ફરવા લાગ્યા.

સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજના અતિશય વહાલા શિષ્ય સ્વામી દેવાનંદજી હૈદરાબાદ જવાના હતા. સ્વામી દેવાનંદજીએ આઠ વરસની ઉંમરે ગૃહત્યાગ કર્યો હતો. તેર વર્ષની વયે તેઓ આંધ્રપ્રદેશથી શિવાનંદ આશ્રમ આવ્યા હતા ત્યારથી તેમણે શ્રી સદ્ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજીનું શરણ સ્વીકાર્યું હતું. શ્રી સદ્ગુરુદેવની શિવાનંદ કુટીરમાં તેમનું સાચું કીર્તન ખૂબ જ સુપ્રસિદ્ધ બન્યું હતું. તેમનો શારીરિક બાંધો ખૂબ જ ઓછી ઊંચાઈનો હતો, તેથી તેઓ 'ચિન્નાસ્વામી' નાના સ્વામીના નામે પણ ઓળખાતા. ઉત્સાહ, ઉમંગ અને સ્ફૂર્તિનું તેઓ મૂર્તસ્વરૂપ હતા. જ્યારે સ્વામી દેવાનંદજી હૈદરાબાદ જવા લાગ્યા ત્યારે સ્વામી ચિદાનંદજીએ કહ્યું : 'હું પણ તમારી સાથે હૈદરાબાદ આવું છું.' સમગ્ર સમારોહમાં ઉત્સાહથી ભાગ લેનાર સ્વામી દેવાનંદજીને દેખીને કદાચ સ્વામી ચિદાનંદજીને આનંદ થયો હોય, એમ કદાચ કોઈને લાગ્યું હોય, પરંતુ સ્વામી ચિદાનંદજીને ખબર હતી કે તેઓ હૈદરાબાદ શા માટે જાય છે. હૈદરાબાદમાં છઠ્ઠી જાન્યુઆરીએ સ્વામી

(અનુસંધાન પાન નં. - ૨૪)

## પથભ્રાન્ત પથિક

- સંકલન : શ્રી પરમાનંદ ગાંધી

“પથિક ! તું માર્ગ ભૂલ્યો છે ?” હા, એવું જ કાંઈક છે.” તેને પ્રશ્ન પૂછનાર કોઈ એક રાહદારીને તેણે જવાબ આપ્યો. મારા નિશ્ચિત સ્થાનનું નામ પણ હું ભૂલી ગયો છું.” આ રસ્તે આગળ વધતાં મારી નજર સમક્ષ એ સ્થાન -એ સુંદર મંદિર - અને મારા ઈષ્ટદેવની મૂર્તિ નજર સમક્ષ હતી. પણ હવે વધતા જતા અંધકારને કારણે કશું જ સ્પષ્ટ દેખાતું નથી.

“પથિક ! ઘરેથી તું એકલો જ નીકળ્યો હતો કે તારા કોઈ સાથી હતા ?”

“મારા બે સાથી હતા અને ભાથાની એક નાની પોટલી હતી. માર્ગમાં આવતા કાંટા-કાંકરાની પરવા કર્યા વગર મારા એ સાથીઓના સહારે હું આગળ વધતો હતો. પોટલી પણ મારા માથા પર જ હતી, પરંતુ મેં ઠોકર ખાધી અને સાથીઓનો સહારો છૂટી ગયો. પેલી પોટલી પણ સરી પડી.

પડતાં પડતાં મેં સાથીદારોને ચેતવ્યા. તેમણે મને સૂચના પણ આપી કે પોટલીને બરાબર સંભાળો. તે પડી જશે, ખોવાઈ જશે તો અમારે તમારો સાથ છોડી દેવો પડશે.”

“પરંતુ હું પોટલીને સંભાળી શક્યો નહીં અને પેલા બે સાથીઓ ક્યાં ગાયબ થઈ ગયા તે જ ખબર ન પડી. લાગે છે, પોટલી પડી જવાથી બે સાથીઓ મારાથી નારાજ થઈ જતા રહ્યા લાગે છે. આ અંધારામાં પેલી પોટલી પણ

જડતી નથી અને રસ્તો શોધવા હું ફાંફાં મારું છું.”

“પોટલીમાં શું હતું ?”

“મારો આત્મવિશ્વાસ.”

“અને તારા સાથીઓ કોણ હતા ?”

“સાહસ અને દૃઢતા.”

“મને લાગે છે તું તારું સર્વસ્વ ગુમાવી બેઠો છે. તારા માટે બીજું તો હું કાંઈ કરી શકતો નથી, પણ મારી પાસે કેવળ આ એક દીપક છે તે લે અને પોટલીને શોધવા પ્રયત્ન કર.”

“અરે, એ પોટલી માટે તો હું મારા જીવનની આહુતિ આપી દઈશ. પ્રકાશ વિના તેને શોધવા હું અસમર્થ છું. આ દીપક માટે હું તમારો ખૂબ ઋણી છું, પણ આ દીપકનું નામ તો કહો.” તેનું નામ શ્રદ્ધા છે. તેનાથી તો ભવસાગર પાર કરી શકાય છે. તેથી એક ભજનમાં સરસ કહ્યું છે:

“શ્રદ્ધાનો દીપ તું સદૈવ જલતો રાખજે.

નિશાદિન સ્નેહ કેરું તેલ એમાં નાખજે.

દેહના મંદિરે જોજે અંધકાર થાય ના.”

શ્રદ્ધા જ તો જીવનનું સામર્થ્ય છે.

□ ‘સરગમ’માંથી સાભાર

નામસ્મરણથી ભગવદપ્રેમ ઉદ્ભવે છે, પ્રેમમાંથી ભક્તિ પાંગરે છે, ભક્તિ ભાવમાં વિકસે છે અને ભાવ સમાધિમાં પરિણમે છે.

- સ્વામી શિવાનંદ



## સરવૈયું

- શ્રીમતી રૂપા મજમુદાર

વિક્રમ સંવત ૨૦૭૨ની દિવાળી આપણે સૌએ રંગચંગે ઊજવી અને હવે આપણે નૂતન વર્ષમાં પ્રવેશ કર્યો છે. મંગલ પ્રવેશ કર્યો એક મહિનો પણ વીતી ગયો છે ત્યારે આપણી ફરજ બને છે કે આપણે થોડો સમય કાઢી એકાંતમાં બેસી આપણું ગયું વર્ષ કેવી રીતે વીત્યું તેનું સરવૈયું કાઢવાનો પ્રયત્ન કરીએ. આપણે આત્મનિરીક્ષણ કરીએ કે જે રસ્તા પરથી પસાર થઈને આપણે નવા વર્ષમાં પ્રવેશ કર્યો છે ત્યારે સામે આવેલી તકોનો આપણે ઉપયોગ કર્યો? આપણા ભાગે આવેલાં તમામ કર્તવ્ય પાર પાડ્યાં? આપણા સંદર્ભે ઊભા થયેલા તમામ લોકોને, ઘટનાઓને, બાબતોને પૂર્ણ ન્યાય આપ્યો? પ્રત્યેક નવા દિવસે આપણે આધ્યાત્મિકતામાં પ્રવેશ્યા? પ્રત્યેક દિને શાંતિ, સ્વસ્થતા જાળવી? આપણા તમામ કાર્યોમાં ગતિવિધિઓમાં દિવ્યતા ઝળહળી? જો આમ નહીં થાય તો આપણું જીવન નામ માત્રનું જીવન બની રહેશે. અદિવ્ય અને અનાધ્યાત્મિક જીવન બની રહેશે, જેનો કોઈ અર્થ નહીં રહે.

સદ્ગુરુદેવ સ્વામી શ્રી શિવાનંદજી મહારાજ તો આંતરિક પ્રગતિનું માપ કાઢવા માટે રોજેરોજ આધ્યાત્મિક ડાયરી લખવાનું કહેતા, જેથી દરેક વ્યક્તિ પોતે જ પોતાનો ચોકીદાર બને અને પોતાની નબળાઈઓ પોતે જ પકડીને દૂર કરે. ગુરુદેવ કહેતા - 'તમારી ડાયરીમાં મહત્ત્વના પ્રશ્નોનો સમાવેશ કરો જેમ કે - આજે હું કેટલા વાગ્યે ઊઠ્યો? આજે મેં કેટલા જપ કર્યા? મને કઈ ઈન્દ્રિય વધારે પ્રમાણમાં સતાવી રહી છે? મનમાં કેટલા સારા વિચારો આવ્યા? મારા મનની અવસ્થા કેવી છે? આજે મેં કેટલાં શુભ કાર્યો કર્યા? કેટલાં ખોટાં કાર્યો કર્યા? આજે મેં સત્વગુણની પ્રાપ્તિ કેટલી કરી? તમને કોઈ દિવસ ક્રોધ ઉત્પન્ન થાય અથવા તો તમે કોઈ માણસની લાગણી દુભાવો તો તરત તેની નોંધ તમારી

ડાયરીમાં કરો. તે માટે બીજા દિવસે તમારી જાતને શિક્ષા કરો. અઠવાડિયામાં એકાદ વખત ડાયરીનાં પાનાં ઉપર નજર ફેરવો. તમે થોડા જ સમયમાં ખોટાં કામ કરતા ઓછા થઈ જશો અને પછી તમારા જીવનમાં એક દિવસ એવો ઊગશે કે જ્યારે તમે એક પણ ખોટું કામ કરશો નહીં. ડાયરી આ પ્રમાણે તમારા ગુરુની જ ગરજ સારે છે, જે તમને સન્માર્ગે દોરે છે.'

આ વર્ષમાં આપણે આ પ્રકારની દિવ્યતા પામવા માટે નવી શક્તિ, નવું જોમ, નવો ઉત્સાહ અને અડગ નિશ્ચય સાથે આગળ વધવું પડશે. એ માટે ગયા વર્ષ કરતાં ઘણો વધારે પુરુષાર્થ કરવો પડશે. માટે જ આપણાં ભૂતકાળ કરતાં ભવિષ્યને વધુ ઉજ્જવળ બનાવવા માટે વીતેલા વર્ષનું વિહંગાવલોકન કરીએ, તેમાં રહેલાં સારાં-નરસાં પાસાંને તપાસીએ. ભૂતકાળની તમામ ભૂલો સુધારવા દૃઢ નિર્ણય કરીએ અને નવા વર્ષે એ ભૂલો ફરી થવા ન પામે એ માટે જાગૃત રહીએ.

આ નવા વર્ષને આપણે વધુ સારું બનાવીએ. આપણો પ્રત્યેક પ્રયાસ આપણને પ્રગતિ તરફ લઈ જનારો નીવડે એ માટે આપણા વિચારો, વાણી અને વર્તન પ્રતિ ખૂબ ધ્યાન રાખીએ. આપણને ગયા વર્ષમાં જે કંઈ અનુભવો થયા તેમનો ઉપયોગ જ્ઞાનસંપાદન કરવામાં અને વધુને વધુ આંતરિક શક્તિ પ્રાપ્ત કરવા માટે પ્રયોજીશું. આપણે આવનારા દિવસોની અભૂતપૂર્વતાનો વિચાર કરીએ જે દિવસો પહેલાં નહોતા અને ફરી કદાપિ ઊગશે પણ નહીં. માટે પ્રત્યેક દિવસ 'આજ' છે એ ઈશ્વરી-વરદાન છે, તેને 'પરિપૂર્ણ - દિવસ' બનાવવાનો પ્રયત્ન કરીએ. આપણે આખો દિવસ એવો ગાળીએ કે રોજ સૂરજ આથમે ત્યારે

(અનુસંધાન પાન નં. - ૧૨)

## વૃત્તાંત

• તા. ૧-૧૧-૨૦૧૬ - વીસનગર : દીપાવલિ અને નૂતન વર્ષના મંગળ ઉત્સવ પછી પૂજ્ય સ્વામીજી અને આશ્રમનું એક ભક્ત મંડળ શ્રીનાથજીના આશ્રમે પૂજ્યપાદ શ્રીમત્ સ્વામી ગુલાબનાથજી મહારાજના નિમંત્રણે વીસનગર ગયું. વિશાળ ભંડારા અને સાધુભોજન અંતે રાત્રી સત્સંગ ૯.૩૦ થી ૧.૩૦ વાગ્યા સુધી થયો. મહાનિશાની આરતી પછી બધું મંડળ ખડદા-દવાડા ગયું.

વીસનગર ખાતે શ્રી સ્વામી ગુલાબનાથજી મહારાજ દર વર્ષે ભાઈબીજના દિવસે પોતાના શ્રી ગુરુદેવ શ્રીમત્ સ્વામી બાલકનાથ મહારાજના મહાસમાધિ આરાધના પર્વ નિમિત્તે આના જ્ઞાનયજ્ઞનું આયોજન કરે છે. સમગ્ર આયોજનમાં પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજની ઉપસ્થિતિ અને પ્રવચન મુખ્ય આકર્ષણ હોય છે. આ પ્રસંગે સુદૂરવર્તી આશ્રમો અને અખાડાઓમાંથી સાધુ-સંતો-મહંતો અને મંડળશ્વરોનું આગમન થતું હોય છે; ચારેક હજાર ભક્તો મહાપ્રસાદ લીધા પછી સૌ ભક્તો મોડી રાત સુધી શાંતિ અને સ્વસ્થતા-એકાગ્રતા તથા રુચિ સાથે સંતોના સત્સંગને માણતા હોય છે.

• તા. ૨-૧૧-૨૦૧૬-ખડદા-દવાડા (ઉત્તર ગુજરાત) : ખડદા-દવાડાનાં સુપ્રસિદ્ધ શ્રી હનુમાન મંદિરના મહંત પૂજ્યશ્રી સ્વામી નિશ્ચલાનંદજી મહારાજશ્રીએ પોતાની જીવત-ખોડશીનું આયોજન આજરોજ કારતક સુદ ત્રીજના દિવસે કર્યું હતું. સેંકડો સંતો અને હજારો ભક્તોના આ સમાગમના સત્સંગમાં પૂજ્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજે કહ્યું, “શ્રી સ્વામી નિશ્ચલાનંદજી મહારાજની સાથે તેમની ઓળખાણ છેક ૧૯૭૨થી છે. સ્વામીજીનું મિલન એક સત્યના શોધકના રૂપમાં શિવાનંદ આશ્રમમાં થયેલું. તેમને ચિત્રકામનો ખૂબ શોખ હતો. તેમનું હૃદય કોમળ અને નિર્મળ હતું. તેઓએ શિવાનંદ આશ્રમ (હૃષીકેશ)ના અતિથિગૃહ અને સ્વાગત વિભાગનું મુખ્ય પદ સાત વર્ષ સુધી સંભાળ્યું. તેઓની સેવાથી આર્મી

જનરલ દરજજીના લોકો પણ ખુશ થતા. પાછળથી તેઓ ખડદા-દવાડા આવીને ત્રીસ વર્ષથી રહે છે. આ એકાકી નિર્જન સ્થાનમાં વૃક્ષો-વાનરો વચ્ચે તેમનું પ્રમુખ ચિંતન અને અધ્યયન પૂજ્ય બ્રહ્મલીન શ્રીમત્ સ્વામી અખંડાનંદજી મહારાજનું વેદાંત સાહિત્ય રહ્યું. તેથી જ તેઓ આંતરુંખી જીવનના ધણી થયા છે, જે તેમનાં સાચાં અને પ્રામાણિક સાધુ જીવનનું દર્શન છે.”

• તા. ૫-૧૧-૨૦૧૬ - દિલ્હી : આજે સાંજે પૂજ્ય સ્વામીજી અમદાવાદથી દિલ્હી પધાર્યા. રાત્રે દ્વારકા ખાતે એર ઈન્ડિયાના સિનિયર મેનેજર શ્રી રજનીશ શ્રીવાસ્તવજી અને શ્રીમતી અનિતા શ્રીવાસ્તવજીને ત્યાં પારિવારિક સત્સંગ થયો.

• તા. ૬-૧૧-૨૦૧૬ - હૃષીકેશ-શિવાનંદનગર : દક્ષિણ ભારતમાં શ્રી ગણેશ ચતુર્થીના ઉત્સવની જેમ ભગવાન શિવના જ્યેષ્ઠ પુત્ર શ્રી કાર્તિકેયજીના જન્મોત્સવને કારતક સુદ એકમથી છઠ સુધી ઊજવવામાં આવે છે. આજરોજ આ ઉત્સવનો અંતિમ અને મુખ્ય દિવસ હોઈ સ્કંદધર્મિની વિશેષ પૂજામાં પૂજ્ય સ્વામીજી સંમિલિત થયા. પવિત્ર શ્રી સમાધિ મંદિર, શ્રી વિશ્વનાથ મંદિરમાં અભિષેક-આરતી અને પ્રસાદ ગ્રહણ કર્યા બાદ પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ શિવાનંદ આશ્રમથી ગંગા પાર પરમાર્થ નિકેતનમાં આવ્યા.

• છારોડી - અમદાવાદ સ્થિત શ્રી સ્વામિનારાયણ ગુરુકુળના સુપ્રસિદ્ધ ભાગવતાચાર્ય શ્રી સ્વામી માધવપ્રિય સ્વામીજી, પૂજ્યશ્રી બાલકૃષ્ણ સ્વામીજી વગેરે ત્રીસેક સંતો અને ૧૪૦૦ હરિભક્તો દર બીજા વર્ષે અહીં સાધના સપ્તાહનું આયોજન કરે છે. પૂજ્ય સ્વામીજીનું અત્રે આગમન સૌ સ્વામિનારાયણના સંતો અને ભક્તો માટે સોનામાં સુગંધ ભળે તેવું આનંદમય હતું. ગંગાતટે આયોજિત મહાનારાયણ યજ્ઞનું બીડું હોમવાનો અને પૂર્ણાહુતિનો પવિત્ર પ્રસંગ પૂજ્ય સ્વામી

અધ્યાત્માનંદજી મહારાજના વરદ હસ્તે થયો.

સાંજે પૂજ્ય સ્વામીજી શ્રી ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજના વૃદ્ધ-રુગ્ણ ભક્તોનાં દર્શન પછી ભારતમાતા મંદિર ખાતે પૂજ્ય શ્રી સ્વામી સત્યમિત્રાનંદજી મહારાજ (નિવૃત્ત શંકરાચાર્ય, પદ્મભૂષણ, મહામંડળેશ્વર)નાં દર્શને પણ ગયા હતા. રાત્રે શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદના અનન્ય ભક્ત પરિવાર શ્રીમતી બીના અને શ્રી યોગેશ પરિવાર સાથે હરકી પૈડી પર “ગુરુ-દા-લંગર”માં ૨૫૦ અભ્યાગતોને જમાડીને પૂજ્ય સ્વામીજીએ પણ ત્યાં પ્રસાદ ગ્રહણ કર્યો હતો.

● તા. ૭-૧૧-૨૦૧૬ - B.H.E.L. રાનીપુર-જવાલાપુર (હરિદ્વાર) : હરિદ્વાર-મેનેજમેન્ટ-એસોસિયેશન દ્વારા આયોજિત ‘ભેલ’નાં સુપ્રસિદ્ધ કમ્પ્યુટર સેન્ટરમાં પૂજ્ય સ્વામીજીનું જાહેર પ્રવચન આયોજાયું, જેમાં ગુરુકુંભ કાંગડી-સ્કૂલ ઓફ મેનેજમેન્ટના છાત્રો પણ ઉપસ્થિત રહ્યા. H.M.A.ના અધ્યક્ષ પૂજ્ય સ્વામીજીના પંતનગરના યોગ-પ્રશિક્ષણ ખાતે વિદ્યાર્થી રહ્યા હતા. ‘જીવન સુગંધ માટે સંબંધોની સાચવણી’ સંબંધી પ્રવચને સૌને મંત્રમુગ્ધ કર્યાં. પૂજ્ય સ્વામીજીએ કહ્યું, ‘જે ક્ષણે તમો કહો કે મને કોઈની પરવા નથી, તે જ ક્ષણે જગત પણ તમારી પરવા નહીં કરે. પ્રશ્નોત્તરીના કાર્યક્રમ પછી શિવાનંદ સાહિત્યનું પ્રસાદ વિતરણ કરવામાં આવ્યું.

● આજે અગણિત સંતો-મહંતો અને મંડળેશ્વરોની ઉપસ્થિતિ વચ્ચે શ્રીશ્રીમા આનંદમયીમાના આશ્રમના ૬૭મા સંયમ સપ્તાહનું ઉદ્ઘાટન થયું. પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ અત્રે સમગ્ર સંયમ પર્વમાં બિરાજ્યા. દરરોજ રાત્રે પૂજ્ય સ્વામીજીના ગીતાજીના નવમા અધ્યાયનાં અને દિવસે મધ્યાહન સમયે ભોજન પૂર્વે પ્રવચનો આયોજાયાં.

પૂજ્યા આનંદમયીમાના સંયમ સપ્તાહ દરમિયાન તા. ૯-૧૦ અને ૧૧ નવેમ્બરના રોજ શંકરાચાર્ય ચોક (કનખલ) ખાતે પરમાનંદ ભંડારના વાર્ષિક વેદાંત સંમેલનમાં પણ પૂજ્ય સ્વામીજીએ પોતાની સેવાનું યોગદાન કર્યું. અત્રે પૂજ્ય સ્વામીજી છેક ૧૯૭૪થી નિયમિત દર વર્ષે પધારે છે.

● તા. ૧૪-૧૧-૨૦૧૬ - યમુનાનગર : આજે કારતક પૂર્ણિમા, તુલસી વિવાહ અને શ્રી ગુરુનાનક જન્મ-ઉત્સવ, ગંગાસ્નાન પછી પૂજ્ય સ્વામીજી યમુનાનગર આવ્યા. ત્યાં વાસુદેવા પરિવારના નૂતન પેટ્રોલ પંપના ઉદ્ઘાટન પછી રાત્રી પારિવારિક સત્સંગ બાદ ૧૫-૧૧-૨૦૧૬ની સવારે પૂજ્ય સ્વામીજી શ્રી નિર્મલધામ (કરનાલ) ખાતે પધાર્યાં.

● તા. ૧૫-૧૧-૨૦૧૬ - કરનાલ : આજરોજ મધ્યાહને શ્રી રીપેનજીને ત્યાં પારિવારિક સત્સંગ પછી સાંજે કર્ણયોગ મંડળનો પારિવારિક સત્સંગ આયોજાયો.

● તા. ૧૬-૧૧-૨૦૧૬ : સવારે પૂજ્ય સ્વામીજીએ ઈન્ટરનેશનલ દૂન સ્કૂલના પ્રાંગણમાં કર્ણયોગ મંડળના યોગવર્ગમાં સર્વાઈકલ સ્પોન્સોરોસીસ સંબંધી વિગતથી સમજણ આપી તદર્થે ઉપયોગી યૌગિક કસરતોની શિક્ષણ આપ્યું. મધ્યાહને આદરણીય યોગાચાર્ય શ્રી વિનય કોહલીજીના નિવાસસ્થાને સત્સંગ બાદ સાંજે કરનાલ ઈન્ડસ્ટ્રિયલ એન્જિનિયર્સ એસોસિયેશન દ્વારા આયોજિત “મેનેજમેન્ટ બીહેવીયર્સ સાયન્સ-પ્રોડક્શન તેની સમસ્યાઓ અને પરસ્પર સંબંધો દ્વારા સમાધાન” વિષયક મનનીય પ્રવચન થયું. આ પ્રસંગે બોલતાં પૂજ્ય સ્વામીજીએ કહ્યું, “સમગ્ર સમસ્યાઓનું કારણ વ્યક્તિગત અહંકાર અને ઈર્ષ્યા છે. આ અહંકાર તથા ઈર્ષ્યા કેન્સરથી પણ વધુ ખરાબ છે. જેટલું બને તેટલું સરળ બનતાં અને બાંધછોડ કરવાની વૃત્તિથી નાનામાં નાની વ્યક્તિને પણ તેનામાં સ્થિત માનવતાનો અધિકાર આપવાથી તેનાં ગૌરવ, ગરિમા અને સૌજન્ય સાચવવાથી જે પરસ્પર વિશ્વાસ અને શ્રદ્ધા વધે છે તે અંતઃતોગત્વા ઉત્પાદનક્ષમતા અને કૌશલ્યમાં વધારો કરે છે.”

● રાત્રે પૂજ્ય સ્વામીજી નિર્મલ આશ્રમના મહંતશ્રી સંત રામસિંહજી મહારાજનાં દર્શને ગયા હતા. ત્યાં ગુરુમુખી-ગુરુવાણીનો સત્સંગ સંભળાવીને સૌને રાજીપો આપ્યો હતો.



● તા. ૧૭-૧૧-૨૦૧૬ - અંબાલા : આજરોજ પૂજ્ય સ્વામીજી દિવ્ય જીવન સંઘ, અંબાલા ખાતે ડૉ. ઓમપ્રકાશ શર્માજીને ત્યાં સવારે ૧૧.૦૦ વાગ્યે પધાર્યા. બપોરના એક વાગ્યા સુધી સત્સંગ અને ભંડારા પછી પૂજ્ય સ્વામીજી પચકૂલા (હરિયાણા) જવા રવાના થયા.

● તા. ૧૭/૧૮-૧૧-૨૦૧૬ - ચંડીગઢ : દિવ્ય જીવન સંઘ, ચંડીગઢ અને પચકૂલાના શ્રી ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજીના ભક્તો તથા પૂજ્ય સ્વામીજીના પ્રેમીઓ શ્રી અશ્વિન ડોગર, શ્રી ધર્મવીર ભાટિયા (I.A.S.), ડૉ. નિર્મળ ભાટિયા (C.M.O.) અને સુપ્રસિદ્ધ વ્યાપારી શ્રી મૂલ્કરાજ મહેંદીરતા સાહેબને ત્યાં પધરામણી અને પારિવારિક સત્સંગ પછી તા. ૧૮-૧૧-૨૦૧૬ની સવારે પૂજ્ય સ્વામીજી લુધિયાણા પધાર્યા.

● તા. ૧૮ થી ૨૧-૧૧-૨૦૧૬ - લુધિયાણા : શ્રીમતી દર્શન અને શ્રી રાજકુમાર જૈનને ત્યાં પૂજ્ય સ્વામીજી ત્રણ રાત્રિ રહ્યા. અહીંના નિવાસ દરમિયાન રખબાગ (હવે ઓમપ્રકાશ મુંજલ ઉદ્યાન) ખાતે પૂજ્ય સ્વામીજીના સત્સંગો થયા. આ વર્ષે પૂજ્ય સ્વામીજી જાલંધર - અમૃતસર જઈ ન શક્યા, તેથી ત્યાંથી બધા ભક્ત પરિવારનાં મંડળો લુધિયાણા ખાતે પૂજ્ય સ્વામીજીનાં દર્શને આવ્યાં.

● તા. ૨૨-૧૧-૨૦૧૬ - કરનાલ (હરીયાણા) : લુધિયાણાથી પાછાં ફરતાં રસ્તામાં પૂજ્ય સ્વામીજી કરનાલનાં સુપ્રસિદ્ધ કર્ણેશ્વર મંદિર ખાતે રોકાયા. અત્રે સત્સંગ, વૃક્ષારોપણ અને અલ્પાહાર પછી સ્વામીજી દિલ્હીથી અમદાવાદ જવા રવાના થયા.

● તા. ૨૬-૧૧-૨૦૧૬ : યોગ આયુર્વેદ પંચકર્મ સંસ્થાન દ્વારા 'યોગ: ભારતીય પરંપરા' વિષયક એક વિશેષ જ્ઞાનસત્ર(સેમિનાર) આજે શનિવારના રોજ અમદાવાદ એજ્યુકેશન સોસાયટી મેદાનમાં આયોજાયું.

પૂજ્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીના અધ્યક્ષસ્થાને આ સમારંભનો સમાપન કાર્યક્રમ આયોજાયો. પૂજ્ય સ્વામીજીએ આ પ્રસંગે બોલતાં કહ્યું, "યોગ જીવન જીવવાની કળા છે. યોગ માત્ર અંગકસરત

નથી, તેને જીવનનું અવિભાજ્ય અંગ બનાવો. 'યોગ' શબ્દનો અર્થ જ 'જોડવું' અર્થાત્ 'આપણે આપણી જાતમાં રહીએ' 'Be true to Thy own self'. આપણે આપણી જાતને વફાદાર રહીએ. શુદ્ધ વિચાર, વાણી અને વ્યવહારનો વિનિમય એ જ યોગ છે. આચાર શુદ્ધિ અને આહાર શુદ્ધિની બે પાંખો ઉપર જ યોગનાં આકાશમાં ઊંચી ઉડાન ભરી શકાય. શાકાહારી બનીએ. દૈનિક જીવનમાં વ્યક્તિગત આધ્યાત્મિક સાધના વગરનું યોગ જીવન નિરસ અને હેતુ વિનાનું જીવન છે. માટે જીવનની પ્રત્યેક ક્ષણને યોગમય બનાવીએ અને જીવન સાર્થક કરીએ.

● તા. ૨૭-૧૧-૨૦૧૬ - અમદાવાદ : વિશ્વ બ્રાહ્મણ પરિષદની બ્રહ્મ સંસદ આજ રોજ અમદાવાદના સુપ્રસિદ્ધ ગજજર હોલમાં આયોજાઈ. વિદ્વાનોનાં ઉદ્બોધનો, સન્માન અને સમારંભનું ઉદ્ઘાટન દીપ પ્રજ્વલન અને આશીર્વાદથી પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીએ કર્યું.

આ પ્રસંગે સન્માનનીય નિવૃત્ત ન્યાયાધીશ શ્રી રવિ ત્રિપાઠી, વિશ્વ હિન્દુ પરિષદ-અમેરિકાના પ્રમુખ શ્રી ઉમેશ શુક્લજી અને અનેક વિશિષ્ટ ક્ષમતા સંપન્ન મહાનુભાવો ઉપસ્થિત રહ્યા. પ્રસંગોચિત પ્રવચન કરતાં પૂજ્ય સ્વામીજીએ કહ્યું, "બ્રાહ્મણોનું બ્રહ્મ વર્ચસ્વ તેમના તપમાં છે. તપોધન બ્રાહ્મણનો અર્થ જ જે બ્રાહ્મણ ગાયત્રીનો ઉપાસક હોય અને ત્રિકાળ સંધ્યા વંદન કરીને ગાયત્રી મંત્રને આત્મસાત્ કરીને જીવનયાપન કરતો હોય તે તપોધન છે.

બ્રાહ્મણો ગાયત્રી મંત્રનો જપ કરે. સંધ્યા વંદન કરે. શિવમહિમ્ન અને શકાદય સ્તુતિ કરે ત્યાં જ તેમનાં બ્રહ્મ તેજસનું સાર્થક્ય છે.

● તા. ૨૮-૧૧-૨૦૧૬ - અમદાવાદ : આજરોજ સવારે શિવાનંદ આશ્રમ સંચાલિત ૭૮૭મો યોગ પ્રાણાયામ, ધ્યાન શિબિરનો આરંભ થયો. આ યોગસત્રનું સમાપન તા. ૭-૧૨-૨૦૧૬ના રોજ થશે.



પ્રત્યેક શુભ  
અવસરની  
સુવર્ણ  
શરૂઆત.

**SUVARNAKALA®**

Gold, Diamond & Jadtar Jewellery  
BIS Approved Jeweller

**અમદાવાદ**

સી.જી. રોડ | સેટેલાઈટ  
"નેશનલ પ્લાઝા", | "વીનરા એમેડીયસ",  
લાલ બંગલાની સામે, | જોધપુર ચાર રસ્તા BRTS બસ સ્ટેન્ડ સામે,  
સી.જી રોડ, અમદાવાદ - 6 | સેટેલાઈટ, અમદાવાદ - 15

SUNDAY CLOSED



# स्वाद अने गुणवत्तानी परंपरा



श्रेष्ठ गुणवत्तानी परंपरा द्वारा देश-विदेशना असंख्य ग्राहको सुधी पहोचवानो अमारो निर्धार छे.  
भारतीयतानुं स्वाद सभर गौरव!



मसाला • इन्स्टन्ट मिक्चर • ब्लेन्डेड मसाला • हिंग वगैरेनी विशाण श्रेणी अने पेक साईज



रामदेव फूड प्रोडक्ट्स प्रा.लि.

स्पाईस वर्ल्ड, सरभोज-भावणा हाईवे, सांगोहर-3८२ २१३, अमदावाड. • [www.ramdevfood.com](http://www.ramdevfood.com)



Identity





શ્રી સ્વામિનારાયણ ગુરુકુળ (છારોડી)ના સંતો અને ભક્તો દ્વારા આયોજિત વાર્ષિક - સાધના શિબિરમાં પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનું ભક્તિ સંગીત. (પરમાર્થ આશ્રમ, હૃષીકેશ) તા. ૬-૧૧-૨૦૧૬



શ્રી સ્વામિનારાયણ ગુરુકુળ (છારોડી)ના પરમ અધ્યક્ષ અને ભાગવતાચાર્ય પૂજ્ય શ્રી માધવપ્રિયદાસજી મહારાજ પૂજ્ય સ્વામીજીને દત્ત ચિત્તે શ્રવણ કરી રહ્યા છે. (પરમાર્થ નિકેતન, હૃષીકેશ) તા. ૬-૧૧-૨૦૧૬



સંતોના દિવ્ય સાંનિધ્યમાં પવિત્ર ગંગાતટે યજ્ઞ પશ્ચાત્ આરતી (પરમાર્થ નિકેતન, હૃષીકેશ) તા. ૬-૧૧-૨૦૧૬



ઝાયડસ ફાર્માસ્યુટિકલ દ્વારા આયોજિત ગીતા જ્ઞાનયજ્ઞની પૂર્ણાહુતિ પ્રસંગે ગીતાચાર્ય ભૂપેન્દ્રભાઈ પંડ્યાજીને બકુલ (બોરસલી)નો છોડ અર્પણ કરી અભિવાદન કરતા પૂજ્ય સ્વામીજી (ગુજરાત યુનિવર્સિટી કન્વેન્શન ભવન) અમદાવાદ તા. ૨૭-૧૧-૨૦૧૬





યોગ-આયુર્વેદ, જ્યોતિષ અને વાસ્તુશાસ્ત્ર વિજ્ઞાનનું સંમેલન. અમદાવાદ ખાતે પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ દ્વારા અભિવાદન સમારોહનું દીપ પ્રાગટ્ય અને પૂજ્ય સ્વામીજીનું સન્માન બોરસલીના છોડ દ્વારા. (તા. ૨૭-૧૧-૨૦૧૬)



ઈન્ટરનેશનલ ટૂન સ્કૂલના પ્રાંગણમાં યોગ શિક્ષણ આપતા પૂજ્ય સ્વામીજી

## પરંબ્રહ્મની ઉપાસના કરે તે બ્રાહ્મણ કહેવાય: સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

વર્લ્ડ બ્રાહ્મણ ઓર્ગનાઈઝેશન દ્વારા 'બ્રહ્મ સંવાદ-૨૦૧૬'નું આયોજન

### નવગુજરાત સમય

'બ્રાહ્મણો ત્યારે જ બ્રાહ્મણ કહેવાય જ્યારે પરંબ્રહ્મની ઉપાસના કરે. બ્રાહ્મણો જન્મથી નહીં પણ કર્મથી બ્રાહ્મણ બને. યજ્ઞોપવિત કે જનોઈ એ માત્ર બડવો દોડવવાનો ઉત્સવ નથી. એ પરંબ્રહ્મની ઉપાસના માટેના બ્રહ્મસંબંધનો ઉત્સવ છે. ગાયત્રી માત્ર મંત્ર નથી, એ પ્રત્યક્ષ દેવતા છે. તેની ઉપાસના શારીરિક સ્વચ્છતા, માનસિક પ્રસન્નતા અને આત્મ અભ્યુદય આપે છે', એમ શિવાનંદ આશ્રમનાં અધ્યક્ષ, સ્વામી



અધ્યાત્માનંદજીએ રવિવારે શહેરમાં વર્લ્ડ બ્રાહ્મણ ઓર્ગનાઈઝેશન આયોજિત 'બ્રહ્મ સંવાદ-૨૦૧૬' કાર્યક્રમ અંતર્ગત જણાવ્યું હતું. આ પ્રસંગે મુખ્ય મહેમાનપદે ભારતનાં લોકપિશાનનાં જસ્ટિસ રવિભાઈ ત્રિપાઠી રહ્યાં હતાં. સાથે જ પૂર્વ પ્રમુખ છન્નાલાલ જોશી અને જગદીશભાઈ દવેનું સન્માન કરાયું હતું. ભાગવત ઋષિજી, વર્લ્ડ બ્રાહ્મણ ઓર્ગનાઈઝેશનનાં આંતરરાષ્ટ્રીય પ્રમુખ ઉમેશભાઈ શુક્લ અને વર્લ્ડ બ્રાહ્મણ ઓર્ગનાઈઝેશનનાં રાષ્ટ્રીય પરંબ્રહ્મની પ્રાપ્તિ કરાવે છે. પ્રમુખ શશીકાંતભાઈ તિવારી, મહાપંચી યચેશભાઈ દવે સહિત અગ્રણીઓ અને સમાજના ભાઈ-બહેનો ઉપસ્થિત રહ્યાં હતાં. સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીએ જણાવ્યું કે દરેક બ્રાહ્મણનું કર્તવ્ય છે કે તે તેની ઓળખ શિખા અને સુચરી રાખે. શિખા છે, એ મેધાસાક્ષિતા ઊર્ધ્વગમન માટેનું સાધન છે. સુત્ર એ જનોઈના ત્રણ દોરા નથી, પરંતુ બ્રહ્મગ્રંથિ, વિષ્ણુગ્રંથિ અને રૂદ્રગ્રંથિથી મુક્ત નિત્ય-સત્ય-શુદ્ધ પરંબ્રહ્મની પ્રાપ્તિ કરાવે છે.

વિશ્વ બ્રાહ્મણ પરિષદના અમેરિકા ખાતેના અધ્યક્ષ શ્રી ઉમેશ શુક્લજી દ્વારા શિવાનંદ આશ્રમમાં 'કલ્પવૃક્ષ'નું રોપણ (અમદાવાદ) તા. ૨૭-૧૧-૨૦૧૬

## માનવ-જાતને અનુરોધ

પૃથ્વી ઉપરના આ જીવનનો મહાન ઉદ્દેશ અને ઊંડો આશય છે. તેથી આ મહાન ઉદ્દેશ તેનો હેતુ અને તેનું ધ્યેય જાણવું ખૂબ જરૂરી છે. આ સમજણ ન હોય તો, જીવન સાથી દિશામાં જવાના બદલે, ક્ષુલ્લક ધ્યેય પાછળ દોરતી અવળી દિશામાં દોરાઈ જશે. પરિણામે દુઃખ, અસ્વસ્થતા, ગમગીની અને ઘોર નિરાશાથી આપણું જીવન છવાઈ જશે. આના કરતાં બીજું મોટું નુકસાન શું હોઈ શકે? દિવ્ય જીવન જીવવા માટે આ લોકમાં જન્મ મળ્યો છે અને આલોક તથા પરલોકમાં ઉન્નત, ઉદાત્ત અને ઉચ્ચતર આધ્યાત્મિક અનુભવો મેળવવા આ માનવદેહ મળ્યો છે. માનવ-કુટુંબના દરેકે દરેક સત્ય માટે આ દિવ્ય અને ભવ્ય આયોજન છે.

- સ્વામી ચિદાનંદ