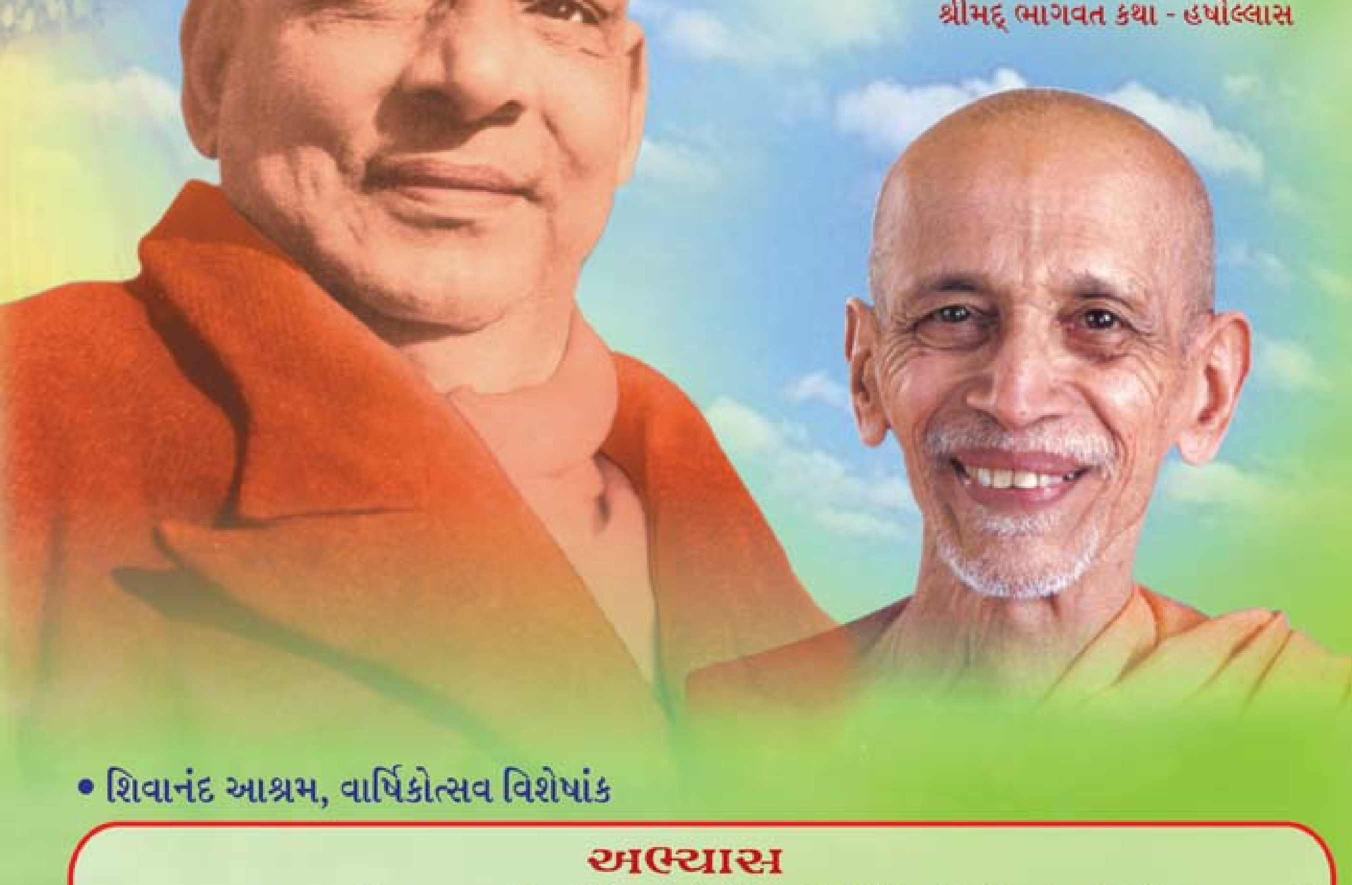
યોગ, સ્વાસ્થ્ય અને નૈતિક જીવન મૂલ્યોનું માસિક

દિવ્ય જીવન

વાર્ષિક લવાજમ : રૂા. ૧૫૦/- ● વર્ષ - ૧૨ અંક - ૫ મે - ૨૦૧૫

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/-

શ્રીમદ્ ભાગવત કથા - હર્ષોલ્લાસ



• શિવાનંદ આશ્રમ, વાર્ષિકોત્સવ વિશેષાંક

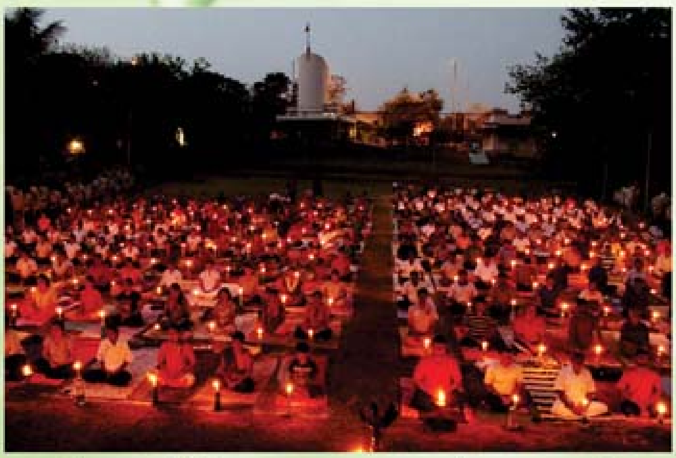
અભ્યાસ

સતત અભ્યાસ એ જ સફળતાની ચાવી છે. તમે જેટલું સમજો છો તેને કાર્યમાં ઉતારો. તમે થોડો પ્રયત્ન કરશો એટલે આગળ પ્રકાશ અને શક્તિ મળશે. આ રીતે તમે ધીમે ધીમે જીવનના ધ્યેય તરફ આગળ વધશો. ટન જેટલો તર્ક કરવા કરતાં અધોળ આચરણ કે અભ્યાસ ફળદાયી છે.

- સ્વામી શિવાનંદ

શ્રીમદ્ ભાગવત કથાના વ્યાસાસને પૂજ્ય સ્વામીજીનું સન્માન

શેઠશ્રી કસ્તુરભાઈ લાલભાઈ હોસ્પિટલ, લક્ષ્મીપુરા ખાતે
યોજાયેલ સંત સમાગમ તથા રક્તદાન કેમ્પમાં પૂજ્ય સ્વામીજી



યોગાસન શિબિર - ત્રાટક ધ્યાન, સવારે ૫.૩૦ કલાકે

શ્રીમદ્ ભાગવત કથા - પોથીયાત્રા

સરખેજ-ગાંધીનગર રોડ સ્થિત બાલાજી મંદિરના વાર્ષિકોત્સવના ઉત્તોલન પ્રસંગે ઉપસ્થિત પૂજ્ય સ્વામીજી

શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની પ્રેરણાથી પ્રકાશિત

દિવ્ય જીવન

વર્ષ : ૧૩ | અંક : ૫ | મે-૨૦૧૫

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

○

તંત્રી : શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

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

○

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

○

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

લવાજમ

ભારતમાં

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

વિદેશ માટે (એર મેઈલ)

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

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

ॐ

वायुनिलममृतमयेदं भस्मान्तं शरीरम् ।
ॐ क्रतो स्मर कृतं स्मर क्रतो स्मर कृतं स्मर ।

द्वा अग्ने नय सुपथा शये अस्मान् विश्वानि देव वयुनानि विद्वान् ।
युयोध्यस्मज्जुहुराणमेनो भूपिष्ठां ते नमउक्तिं विधेम ॥

ईशावास्योपनिषद् - १७, १८

હવે આ પ્રાણ અને ઈન્દ્રિયો અવિનાશી સમષ્ટિ વાયુ તત્ત્વમાં પ્રવિષ્ટ થઈ જાય, સમાઈ જાય. આ સ્થૂળ શરીર અગ્નિમાં બળીને ભસ્મરૂપ થઈ જાય; હે સચ્ચિદાનંદઘન યજ્ઞમય ભગવાન, આપ મારું - ભક્તનું સ્મરણ કરો. મારા દ્વારા કરેલાં કર્મોનું સ્મરણ કરો. હે યજ્ઞમયી ભગવાન આપ મારું- ભક્તનું સ્મરણ કરો, મારાં કર્મોનું સ્મરણ કરો. (આપે કહ્યું છે કે હું મારા ભક્તનું સ્મરણ કરું છું અને તેને પરમગતિએ પહોંચાડી દઉં છું એટલે આપે કરેલાં મહાકર્મોના સ્મરણથી મને પરમગતિ મળશે.

હે અગ્નિના અધિષ્ઠાતા દેવતા, અમને પરમ પ્રભુ પરમેશ્વરની સેવામાં પહોંચાડવા માટે સુંદર શુભ (ઉત્તરાયણ) માર્ગથી આપ અમને લઈ ચાલો. હે દેવ, આપ અમારાં બધાં જ કર્મોને જાણવાવાળા છો એટલે અમારા આ માર્ગના પ્રતિબંધક જે પાપ હોય તે બધાંને આપ દૂર કરો. આપને વારંવાર નમસ્કાર કરીએ છીએ.

શિવાનંદ વાણી

જીવનમાં સફળતા

પ્રભુના પ્યારા બાળક,

ૐ નમો નારાયણાય.

જીવનમાં સફળતા મેળવવા હું જે શિખામણ આપું છું તે પ્રમાણે અનુસરજે.

અત્યારે તું જે છે તે તારા ભૂતકાળના વિચારો અને કર્મોનું પરિણામ છે. તારાં કાર્યો અને વિચારમાં પરિવર્તન કરવું તે તારા હાથની વાત છે. તારું વ્યક્તિત્વ સુદૃઢ બનાવ. એ તને સફળતાને આરે લઈ જશે.

જીવનસાફલ્યની ચાવી છે ધર્મ. ધાર્મિક આચરણ તમને સુખ, સ્વતંત્રતા અને આનંદ આપશે.

જીવનમાં એકાગ્રતાની ટેવ પાડો. તમારા નિત્ય કાર્યમાં આનંદ મેળવો. લગાતાર મંડ્યા રહો. આ છે સફળતાની ચાવી.

નિયમિત જપ કરો. પ્રાર્થના કરો. દૃઢતાપૂર્વક પ્રયત્ન કરતા રહો. બધા સદ્ગુણોનો વિકાસ કરો. ઈશ્વર તમને સફળતા બક્ષો એવી પ્રાર્થના, તમારો જ આત્મા હું છું શિવાનંદ

- સ્વામી શિવાનંદ

અનુક્રમ

૧.	ઈશાવાસ્યોપનિષદ્		૩
૨.	અનુક્રમ, તહેવાર સૂચિ		૪
૩.	સંપાદકીય	તંત્રી	૫
૪.	ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘનું પ્રાદેશિક સંમેલન : સંક્ષિપ્ત અહેવાલ		૬
૫.	વૃત્તાંત		૩૦
૬.	જાહેરાત		૩૩

તહેવાર સૂચિ

મે - ૨૦૧૫

તા.	તિથિ	(વૈશાખ સુદ)
૧	૧૩	પ્રદોષ પૂજા
૨	૧૩	શ્રીનૃસિંહ જયંતી
૩/૪	૧૪/૧૫	પૂર્ણિમા
૪	૧૫	પૂર્ણિમા, શ્રી બુદ્ધ જયંતી
		(વૈશાખ વદ)
૧૪	૧૧	એકાદશી
૧૫	૧૨	પ્રદોષ પૂજા
૧૮	૩૦	સોમવતી અમાવાસ્યા
		(જેઠ સુદ)
૨૮	૧૦	ગંગાધશરા
૨૯	૧૧	નિર્જલા એકાદશી
૩૦	૧૨	કૂર્મ જયંતી
૩૧	૧૩	પ્રદોષ પૂજા

આગામી કાર્યક્રમ

તા. ૧૧ મે થી ૩૦ મે, ૨૦૧૫ : યોગશિક્ષક તાલીમ શિબિર.

તા. ૨૦ મે - શ્રી વિશ્વનાથ મહાદેવનો ૨૦મો પાટોત્સવ

"અનુરોધ-અભિલાષા" ગ્રાહકોને :

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

દિવ્ય સ્ફુલિંગ

સ્વ-સુધારણા

યાદ રાખો કે સદ્‌ગુણોના વિકાસ કરવો એ સ્વ-સુધારણાનો એક મુખ્ય ભાગ છે. સ્વ-સુધારણા તમારામાં આધ્યાત્મિક સંસ્કારનું સિંચન કરશે અને તમને દિવ્ય અનુભવ કરાવશે. તમારામાં સંસ્કારોનો પાયો નાખશે, પછી જ તમે પ્રભુપરાયણતાનું દ્વાર છે.

- સ્વામી ચિદાનંદ

સંપાદકીય

ભગવાન બુદ્ધનો પ્રાદુર્ભાવ થયો તે પૂર્વેના બોધીસત્ત્વના અનેક અવતરણોની કથા ખૂબ જ પ્રેરણાસ્પદ છે.

એક કથાનક કહે છે કે એક જન્મમાં બોધીસત્ત્વ એક ગરીબ ખેડૂત થઇને જન્મ્યા હતા. તેઓ દરરોજ બપોરે જ્યારે ખેતરેથી પાછા ફરતા ત્યારે રસ્તામાં એક ખૂબ જ ધનાઢ્ય વ્યાપારીના ઘર સામેથી નીકળતા. મધ્યાહ્ન સમયે આ વ્યાપારી અનેક પ્રકારનાં વ્યંજનોથી પરિપૂર્ણ ચાંદીના થાળમાં છપ્પનભોગ આરોગતો. બોધીસત્ત્વ દરરોજ આ આડંબરનું દર્શન કરતા. ધીરે ધીરે તેમના હૃદયમાં પણ ઇચ્છાઓનો ઉછાળો આવ્યો. શું હું આવી રીતે ચાંદીના થાળમાં છપ્પનભોગ ન જમી શકું? અને એક દિવસ તે ખેડૂત-બોધીસત્ત્વે વ્યાપારીને પૂછી જ લીધું. ''પ્રભો! મારે પણ આપની જેમ આ છપ્પનભોગ એક દિવસ આવી જ રીતે ચાંદીના થાળમાં જમવું હોય તો શું કરવું જોઇએ?'' તે શ્રેષ્ઠીએ કહ્યું; ''મારે ઘેર પાંચ વર્ષ સુધી કંઇ પણ મહેનતાણું લીધા વગર મજૂરી કરે તો મારી સાથે જ બેસાડીને પાંચ વર્ષ પછી તને આવી જ રીતે આવું ભોજન જમાડીશ.''

ખેડૂત-બોધીસત્ત્વે આ શરત મંજૂર રાખી અને પાંચ વર્ષ સુધી કંઇ પણ મહેનતાણું લીધા વગર તે શ્રેષ્ઠીનું વૈતરું કર્યું અને હવે આજે એ દિવસ આવી પહોંચ્યો. પાંચ વર્ષ પૂરાં થયાં. પાંચ વર્ષની કાળી મજૂરી પછી ખેડૂત-બોધીસત્ત્વનું પેટ પાતાળે ગયું હતું. આંખો ઊંડી ઊતરી ગઇ હતી. ગાલ બેસી ગયા હતા. હાથ-પગમાં જોર રહ્યું ન હતું અને તેવી અવસ્થામાં પણ આંખોમાં એક ખાસ તેજ હતું. ચાંદીનો થાળ! છપ્પનભોગથી ભરેલો! આજે મને મળશે. મનમાં ઊછળતાં આનંદનાં મોજાંઓ સાથે જ્યારે ખેડૂત-બોધીસત્ત્વ શ્રેષ્ઠીની સાથે જ બેસીને જમવા બેઠો, તે જ વેળા એક ખૂબ જ દીન-દરિદ્ર-ગરીબ-ચાંડાલ તેની સામે આવીને ઊભો રહે છે. કહે છે; ભાઇ! બહુ દિવસથી અન્ન અને દાંતને વેર થયું છે. મને કંઇ ખાવાનું આપોને! અને એક પણ ક્ષણનો વિચાર કર્યા વગર પોતાને માટે, પાંચ વર્ષના પરિશ્રમ પછી પ્રાપ્ત થયેલ છપ્પનભોગ ખેડૂત-બોધીસત્ત્વે તે ચાંડાલને જમવા માટે આપી દીધો.

કથા બોધીસત્ત્વની છે. પદાર્થ-પાઠ ઉપનિષદનો છે. ''ત્યાગીને ભોગવી જાણે.'' તેન ત્યક્તેન ભુંજીથાઃ' જીવન-કવનની સરણીનો માર્ગ સરળ-સહજ નથી. આટાપાટાઓ અને આરોહ-અવરોહ વચ્ચે જીવન ઝંઝા ઉપર વાગતી થપાટો સાથે જીવન-અગ્રસર કરવાનું, સહજ સરળ નથી. ત્યારે 'ત્યાગ' એક ખૂબ જ મોટું અવલંબન છે કે જેથી કરીને 'ત્યાગેન એકેન અમૃતમ્' એકમાત્ર ત્યાગથી જ અમૃતની પ્રાપ્તિ થાય તે શ્રુતિ વચન સાર્થક થાય છે.

મે મહિનાની ચોથી તારીખે બુદ્ધપૂર્ણિમા છે. આઠ તારીખે શ્રીશ્રીમા આનંદમયીમાનો પ્રાકટ્યોત્સવ છે. નવ તારીખે કવિવર રવીન્દ્રનાથ ટાગોરનો જન્મદિવસ. ૨૯મી મેએ નિર્જળા એકાદશી અને ૩૧મી મેના રોજ વટસાવિત્રી વ્રતનો પ્રારંભ. આ બધાં જ પાત્રોનાં જીવનને ફંફોસીએ તો ત્યાગ-તપશ્ચર્યા, સંઘર્ષ અને સમર્પણનું દર્શન થાય છે.

જે સંગીતમાં અરોહઅવરોહ જ ન હોય ત્યાં તે સંગીતમાં માધુર્ય કદીયે ન સંભવી શકે. જીવન સાર્થક્ય સંઘર્ષ થકી જ છે. સંઘર્ષ એટલે જ જીવન. સ્થગિતતા એટલે મૃત્યુ. પરંતુ સંઘર્ષની દિશાનું સુકાન કઇ તરફ છે, તે પણ જાણવું અત્યંત આવશ્યક છે.

કવિવર રવીન્દ્રનાથ ટાગોરને નોબેલ પુરસ્કાર મળ્યો, તો આખુંયે કલકત્તા તેમને અભિનંદન આપવા જાણે ઊમટી જ પડ્યું. આ અભિનંદન સ્વીકારવા ટાગોર

પોતાના પ્રાંગણમાં જ બેસી રહેતા. આ પ્રવાહ એકાદ મહિના સુધી ચાલ્યો. પુષ્પગુચ્છ, શાલ-દુશાલા અને ઈનામ-અકરામોના ઢગલા થયા. આ ટાગોરધામ-શાંતિનિકેતન સામે જ એક સજ્જન રહેતા હતા. તેઓ સવારથી સાંજ સુધી શ્રી રવિબાબુને અભિનંદન આપવા આવતા લોકોને નિહાળતા, પરંતુ તેઓએ એક પણ વખત આવીને રવીન્દ્રનાથજીને અભિનંદન આપ્યા નહીં. હવે જ્યારે બધું શાંત પડ્યું ત્યારે રવિબાબુ એક શાલ, એક સુંદર પુષ્પગુચ્છ લઈને તે સજ્જનને ઘેર ગયા. તેમને પ્રણામ કર્યા અને કહ્યું; ''આપ જ મારી પ્રેરણામૂર્તિ છો. આપ થકી જ હું આ ગીતાંજલી લખવાને સક્ષમ થયો. ખરેખર હૃદયપૂર્વક હું આપનો ઋણી અને આભારી છું.''

આટલું થયું ત્યારે પેલા સજ્જન બોલ્યા. ''મને વિચાર આવતો હતો કે રવિબાબુ ખરેખર નોબેલ પુરસ્કારના અધિકારી છે કે નહીં? પરંતુ આજે મને ખાતરી થઈ કે તમો ખરેખર આ સન્માનના અધિકારી છો.''

જગત આવું જ છે; આવું જ રહેશે. ગંગા વહેતી રહેશે. સંતોનાં અવતરણો થયાં કરશે. તેમના જન્મોત્સવો ઊજવાય. તે શા માટે? એટલા માટે કે તેમનાં જીવન-સંઘર્ષ થકી પ્રસરતી સુગંધ આપણે પણ આપણાં જીવનમાં માણી શકીએ. જીવનસાર્થક્ય માટે ત્યાગ-વૈરાગ્ય, વિવેક અને ધૈર્યની ચતુષ્પદી પર આરોહણ કરવું જ પડશે. પ્રયત્ન પ્રામાણિક હોય તો પરિણામ અવશ્ય મળે જ છે. ૐ શાંતિ

- સંપાદક

ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘનું પ્રાદેશિક સંમેલન - સંક્ષિપ્ત અહેવાલ

- સંકલન - શ્રીમતી રૂપા મજમુદાર

ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘનું પ્રાદેશિક સંમેલન તા. ૨-૫-૨૦૧૫ શનિવારના રોજ શિવાનંદ આશ્રમ ખાતે આયોજાયું, તેમાં સુરત, અંકલેશ્વર, વલસાડ, ભરૂચ, વડોદરા, આણંદ, અમદાવાદ, ખેડબ્રહ્મા, ભજપુરા, લક્ષ્મીપુરા, મહેસાણા, હિંમતનગર, સાણંદ, સુરેન્દ્રનગર, ધ્રાંગધ્રા, રાજકોટ, જામનગર, જૂનાગઢ તથા મુંબઈથી ૩૮૦ સાધકો પધાર્યા. સુદૃઢ વ્યવસ્થા સાથે આયોજાયેલા આ સંમેલનમાં શિવાનંદ આશ્રમના સ્વામી ચિદાનંદ યોગ-ધ્યાનખંડમાં સવારે ૯.૦૦ કલાકે જય ગણેશ પ્રાર્થના બાદ પ.પૂ.સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજના સ્વાગત પ્રવચન બાદ જુદા જુદા સત્રોમાં વ્યાખ્યાન શ્રેણી શરૂ થઈ.

પૂર્વાહ્નમાં શ્રી અજય ઉમટ, પ્રો. વેમ્પતી કુટુંબા શાસ્ત્રી અને પદ્મશ્રી વૈદ્ય રાજેશ કોટેચા દ્વારા ક્રમશઃ સમાચારપત્ર અને સમ્યક આચારનું દર્શન, સંસ્કૃતિ સંરક્ષણ માટે સંસ્કૃત, આયુર્વેદ-ભારતીય જીવનશૈલીની ચાવી વિષયક પ્રવચનો થયાં. મધ્યાહ્ન ભોજન પછી શ્રી અરુણ ઓઝાએ ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ સિદ્ધિઓ અને દૂરદર્શિતા, ડૉ. સી. નાગરાજે તણાવમુક્ત જીવન માટે યોગ અને શ્રી ભાગ્યેશ જહા દ્વારા દિવ્ય જીવનની શોધમાં વિષયક મનનીય પ્રવચનો થયાં. સાંજે સમાપનની ઉત્તરાર્ધ પ્રાર્થના પછી સંસ્થાના પ્રન્યાસી શ્રી અરુણભાઈ ઓઝાએ આભારદર્શન કર્યું. આ તકે સૌને જ્ઞાનપ્રસાદમાં પુસ્તકો ભેટ આપવામાં આવ્યાં. સમગ્ર કાર્યક્રમનું સંચાલન શ્રી અતુલભાઈ પરીખે કર્યું.

વાર્ષિકોત્સવ નિમિત્તે યોજાયેલાં પ્રવચનોનો અને શ્રીમત્ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજન જન્મ શતાબ્દી સ્મૃતિ વ્યાખ્યાનનો સારાંશ આ અંકમાં આપેલ છે. છ સત્રોમાં થયેલ પ્રવચનો આ સાથે સળંગ વાંચવા મળશે.

સત્ર-૧ : પ્રવચન

વિષય : સમાચારપત્ર એટલે સમ્યક આચારનું દર્શન

શ્રી અજય ઉમટ, તંત્રીઃ નવગુજરાત સમય

ૐ નમો નારાયણાય.

આજે ખૂબ આનંદની વાત છે કે આજે World press day છે. આ દિવસે સંકલ્પ કરવો જોઇએ કે અખબારો સમ્યક્ આચાર દાખવશે. જ્યારે મને આ વિષય આપવામાં આવ્યો ત્યારે મને પણ લાગ્યું કે ખૂબ આત્મચિંતન માંગી લે તેવો વિષય છે.

વાલ્મીકિએ વેદવ્યાસને રામાયણ લખવાની પ્રેરણા આપી ત્યારે તેઓ વિચારમાં પડી ગયા કે હું લખીશ, પણ મારું લખેલું ભ્રષ્ટ તો નહીં થાય ને ! એવી જ દશા મારી છે. હું છાપું જોઉં ત્યારે મને રોજ દુઃખ થાય છે, કારણ કે લખાણ રોજ ભ્રષ્ટ થાય છે.

હમણાં જ મને સ્વામીજી મહારાજે કહ્યું કે ''સ્વામી શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસ દેવ એવું કહેતા કે કંઈપણ ખાદ્યપદાર્થ છાપાના કાગળમાં લપેટાઈને આવ્યો હોય તો તેને બરાબર ધોવો કારણ કે છાપામાં જે કંઈ લખાય છે તેનાથી તે દૂષિત થાય છે.'' એક ખૂબ પ્રતીકાત્મક વાત છે. કોઈ વ્યક્તિ એક જૂઠું બોલે તો ઉપર સ્વર્ગમાં એક ઘંટ વાગે. પરંતુ, અચાનક ઘંટારવ ચાલુ થઈ ગયો. પૂછવામાં આવ્યું કે શું થયું? કેમ સળંગ ઘંટ વાગે છે? તો જવાબ મળ્યો ખાનપુરમાં છાપું છાપવાની શરૂઆત થઈ છે.

યુધિષ્ઠિર પોતાના જીવનમાં એક જ વાર જૂઠું બોલ્યા હતા. 'નરો વા કુંજરો વા' છતાં સત્યના બળથી તેમનો રથ પૃથ્વી પરથી એક ફૂટ અધ્ધર ચાલતો હતો તે તરત પૃથ્વી પર આવી ગયો, તો આવા છાપાવાળાના રથનું શું? છાપાવાળા સાતમા આસમાનમાં ઊડતા હોય છે કે અમને કોણ challenge કરી શકે છે' પણ સાચી વાત તો એ છે કે મોર કળા કરતો હોય ને, પણ પાછળથી નિર્વસ્ત્ર જ દેખાય છે. તમે કાંઇ ખોટું કરો તો ખબર પડી જ જાય છે. જૂઠ છુપાવી શકાતું નથી. પત્રકારત્વ સ્તંભ ગણાય છે, માટે એની જવાબદારી ખૂબ જ વધી જાય છે કે લોકો સુધી સત્ય જ પહોંચવું જોઇએ.

હું જ્યારે અહીં શિવાનંદ આશ્રમ આવતો હતો ત્યારે મારી ગાડીમાં ગીત વાગતું હતું : 'ચિનગારી કોઈ ભડકે તો સાવન આગ બુઝાયે, પર સાવન જો આગ લગાયે તો ઉસે કૌન બુઝાયે ?' પત્રકારત્વ જ જૂઠ ફેલાવશે તો સત્ય કેવી રીતે પ્રગટ થશે?

મારી વાત કરું તો, મને પહેલેથી જ ઇચ્છા હતી કે સમાજસેવા કરવી છે. એ ભાવના તો હતી જ. એ દરમિયાન મારું Placement IPCLમાં થયું. મેનેજમેન્ટ ટ્રેની તરીકે હું જોડાયો. ખૂબ મોટો Project હતો, જેમાં આજુબાજુના ગામવાળા લોકોની જમીન તેમને એમાં નોકરી આપવામાં આવશે એમ કહી સસ્તામાં ખરીદી લીધી. ખેડૂતો જમીનવિહોણા થઇ ગયા, તેમને કોઈ નોકરી આપવામાં આવી નહીં. છૂટક મજૂરી આપતા. તેઓ રોજ આવીને કહેતા, આજીજી કરતાં કે અમારા છોકરાને નોકરી આપો. તેમની વ્યથાને વાચા આપવા, મેં છાપામાં એક કોલમ લખી. પછી તો મારા માથે માછલાં ધોવાયાં. મને બોલાવીને કહેવામાં આવ્યું કે તમે કંપનીનું અહિત કર્યું છે. મારી ટ્રાન્સફર IPCLમાંથી સીધી મેન્ટલ હોસ્પિટલમાં થઇ ગઇ. મેન્ટલી ડિપ્રેસ, આપઘાતની ટેન્ડન્સી, એબનોર્મલ લોકો સાથે કામ કરવાની ફરજ પડી. ત્યાંના છ મહિનાના અનુભવમાં મને નેતાઓ સાથે અને બ્યુરોક્રેટસ સાથે કેવી રીતે કામ કરવું તેની ટેવ પડી ગઇ. મેં સુપરિન્ટેન્ડેન્ટને કહ્યું કે મને બીજું કામ આપો. એ વખતે ઘણા લોકો ડ્રગ્સ લેતા હતા. ડ્રગ્સ લેવાનાં ઘણાં કારણો હોય છેઃ Home sickness હોય, લાગણીનો સહારો નહોય, આર્થિક સહાયતાનો અભાવ હોય, સંબંધો વણસ્યા હોય, નોકરી ના હોય આવા બીજાં પણ ઘણાં કારણોસર તેઓ ડ્રગ્સના રવાડે ચઢી જતાં હતાં. મેં આ વિષયમાં તપાસ કરી. ડ્રગ્સ ક્યાંથી આવે છે, ક્યાં જાય છે? વડોદરાના ૩૦ અડ્ડાના

એડ્રેસ મેં શોધી કાઢ્યાં. કોઇ જગ્યાએ બાઇક લઇને લાઇટ ચાલુ રાખીને જવાનું, હાથમાં દસની નોટ રાખવાની, એટલે એક છોકરો આવી દસની નોટ લઇ જાય, પછી તમારે બાઇક ગોળ ફેરવી સામે જવાનું, ત્યાં એક નાનો છોકરો તમને હાથમાં ચરસની પડીકી પકડાવી દે. સયાજીરાવ હોસ્પિટલ પાસે મંદિરમાં પૂજારી પાસેથી તમને પડીકી મળી જાય, ઘડિયાળી પોળ, પાણીગેટ આવી જુદી જુદી જગ્યાએથી ડ્રગ્સ મળે છે, એ સ્ટોરી લખાઇ ગઇ. મને રોમાંચ હતો કે છાપામાં છપાશે ત્યારે એમાંથી મારું નામ કપાઇ તો નહીં જાય ને! બીજે દિવસે મારા નામ સાથે લેખ છપાયો. હું તો હોસ્ટેલમાં સૂતો હતો. સવારે મારા મિત્રોએ મને જગાડ્યો કે 'અમને તારાથી દુ:ખ થયું છે.' મેં પૂછ્યું, 'કેમ?' તો તેઓ કહેવા લાગ્યા, 'તને બધી ખબર હતી તો અમને કેમ ના કહ્યું?' 'અમે કેટલે દૂર દૂર લેવા જતા હતા!' પછી મને તંત્રીએ બોલાવ્યો કે તમારે પોલીસ કમિશ્નરને મળવા જવાનું છે. હું ગયો તો તે કહેવા લાગ્યા, 'હદ હો ગઇ, બેઅમાની કી. હમે સદમાં પહોંચા હૈ, હમારી પરમિશનકે બિના યે લોગ અડ્ડા કૈસે ચલા સકતે હૈ? ઉસમેં સે આધે લોગ તો હમે હપ્તા હી નહીં દેતે હૈ, હમેં તો માલૂમ હી નહીં.' હવે હું પાછો આવતો હતો તો અડ્ડાવાળા મારી રાહ જોઇને ઊભા હતાં. હું ડરી ગયો. છૂપાઇ ગયો. ચાવાળો મને કહેવા આવ્યો કે તમને અડ્ડાવાળા બહાર બોલાવે છે. મેં એને કહ્યું કે એમને કહે કે તંત્રીની હાજરીમાં વાત કરે. હું રસ્તા પર વાત નથી કરતો. તો ચાવાળો કહેવા લાગ્યો 'તમારા ફાયદાની વાત છે, તેઓ તમને મારશે નહીં, પરંતુ અડ્ડાવાળા કહે છે કે તમારા કારણે અમારો ધંધો વધી ગયો' આમ, ઘણીવાર સમાજસેવાના નામે વિપરીત પરિણામો પણ આવતાં હોય છે.

જો કૂતરો માણસને કરડે તો એ કંઇ સમાચાર ન કહેવાય, પણ માણસ કૂતરાને કરડે તો સમાચાર કહેવાય. હવે તો એ પણ સમાચાર નથી રહ્યા. હવે તો માણસ કૂતરાને કરડે અને તેને AIDS થાય તો એ સમાચાર છે.

મારા એક મિત્રએ મને પૂછ્યું કે, 'પત્રકાર સર્જન કરે છે, સાહિત્યકાર સર્જન કરે છે તો બંનેમાં ફરક શું?' મેં કહ્યું, 'સાહિત્ય કોઇ વાંચતું નથી અને પત્રકારત્વ વાંચવા જેવું રહ્યું નથી.' એક મિત્રએ પૂછ્યું, 'છાપામાં સાચું કેટલું છપાય છે?' મેં કહ્યું, 'સાચું કહું !'. એ કહે, 'હા, સાચું જ સાંભળવું છે.' મેં કહ્યું, 'તારીખ, તિથિ, મુહૂર્ત, અવસાનનોંધ અને ક્રિકેટનો સ્કોર એટલું સાચું, બાકી ... બધું છાપાની લાઇન પ્રમાણે ચાલે. કોઇ ૧૦% સાચું તો કોઇ ૨૦% સાચું.' મને જ્યારે આ વિષય આપવામાં આવ્યો અને હું સમ્યક્ દર્શન ઉપર વિચારતો ગયો ત્યારે મને લાગ્યું અઘરો વિષય સ્વીકાર્યો છે. રામાયણમાં આપણે વાંચ્યું છે કે રામના નામે પથરા તરતા હતા. રામને વિચાર આવ્યો કે સાચે મારા નામે પથરા તરતા હશે' એમણે એક પથરો પાણીમાં નાંખ્યો, એ ડૂબી ગયો. એ વિચારવા લાગ્યા કે મેં પાણીમાં પથરો પધરાવ્યો તો કેમ ડૂબી ગયો? કારણ એ હતું કે રામના નામે બધાં તરી જાય પણ રામ જ ડુબાડે તો એને કોણ તારે?

પત્રકારની ભૂમિકા છે કે તેણે balancing act કરવું જોઇએ, જો એ જ ડુબાડશે તો કોણ તારશે?

૧૫૦૦ વર્ષ પહેલાં પ્રિન્ટીંગ પ્રેસની શરૂઆત થઈ. ઇતિહાસ તપાસો. યાત્રા વિચારો. હવે કેવા digital device આવે છે. અમે જન્મ્યા ત્યારે મોબાઇલ નહોતો જોયો. અરે! ટેલિફોનની ઘંટડી વાગે તે પણ સુખદ આશ્ચર્ય હતું. આજે બધાનાં હાથમાં મોબાઇલ છે. ટેક્નોલોજી બદલાઇ ગઇ છે. પરંતુ જૂનામાં જૂની ટેક્નોલોજી પેપર છે. પેપર માટે ટેક્નોલોજી બદલાઇ નતી. આજે આપણે mail કરીએ છીએ, પણ તેની ૨-૩ કોપી નીકળે છે, તેથી સ્ટેશનરીનો ઉપયોગ વધી ગયો છે.

સમાચારપત્રને ૫ કરોડ વાંચકો સુધી પહોંચતાં ૪૪ વર્ષ લાગ્યાં, રેડિયોને ૩૨ વર્ષ, ટેલિફાનને ગ્રાહક મેળવતાં ૨૦ વર્ષ, ટીવીને ૧૦ વર્ષ, મોબાઇલને ૫ વર્ષ, ફેસબુકને ૧ વર્ષ, ટ્વીટરને ૩ મહિના અને ગૂગલના user દર મહિને ૪૦૦% ના રેટથી વધી રહ્યા છે. મીડિયાના માધ્યમથી મેસેજ પૂરી દુનિયામાં પહોંચે છે. માત્ર ૯ સેકંડમાં નોર્થ પોલથી સાઉથ પોલમાં

સમાચાર પહોંચે છે. માટે મિડીયાની જવાબદારી વધી ગઇ છે કે મારો સંદેશો ખોટો ન હોવો જોઇએ, નહીં તો આખા જગતમાં ખોટો મેસેજ જાય.

અક્ષરધામમાં આતંકવાદી હૂમલો થયો, એ વખતે હું હાજર હતો. કમાન્ડો આવ્યા. પત્રકાર તરીકે માત્ર હું જ હતો, બાકી બ્લેક કમાન્ડો હતાં. એમની બે જીપની વચ્ચે હું ઊભો રહ્યો. ત્રાસવાદીઓએ ગોળીઓ શરૂ કરી. તેમણે ફાયરિંગ ચાલુ કર્યું. એટલે કમાન્ડો બેકસીટ પર આવી ગયા. બે ત્રાસવાદી હતાં. એક ગોળી ચલાવતો હતો, બીજો ગ્રેનેડ ફેંકતો હતો. કમાન્ડોએ પહેલાં 'U' પછી 'C' અને પછી 'O' shape બનાવી અંદર ઘૂસી ગયા. આખી રાત ઓપરેશન ચાલ્યું. સવારે કમાન્ડો બંને ત્રાસવાદી પર તૂટી પડ્યા. અંધાધૂંધી ફાયરિંગ થયું. બંને ત્રાસવાદી મરી ગયા. બંને ત્રાસવાદી મરી ગયા છે તે જાણવા તેમના ઉપર પાણી છાંટ્યું. ખાત્રી થઇ ગયા પછી ગુજરાત પોલીસને લાશ સોંપી દીધી. એક SRP જવાનને ગુસ્સો આવ્યો તેણે લાશને લાત મારી. બ્રિગેડિયરે તે જવાનને લાફો માર્યો. તેમણે કહ્યું, 'એ એના સત્ય માટે લડ્યો, મૃત્યુનું અપમાન ન થઇ શકે. મર્યાદા જાળવવી જોઇએ. મૃતદેહને તમે લાત ન મારી શકો.' જીંદગીમાં આ શીખવા જેવો પાઠ છે.

પછી પ્રમુખ સ્વામીજી મહારાજ આવ્યા. એમણે તેઓને શ્રદ્ધાંજલિ આપવાની શરૂ કરી ત્યારે બ્રહ્મવિહારીદાસજીએ પૂછ્યું, 'શા માટે આવું કરો છો?' ત્યારે પ્રમુખ સ્વામીજી મહારાજે કહ્યું, 'કોઈપણ વ્યક્તિને આવો કુવિચાર ના આવે માટે હું આ પ્રાર્થના કરું છું, જે થવાનું હતું તે મંદિરમાં થઇ ગયું છે. મારો આદેશ છે કે 'ૐ શાંતિઃ શાંતિઃ શાંતિઃ. સમગ્ર ગુજરાતમાં શોકસભા, શાંતિ પ્રાર્થના થશે. કોઇ નેગેટીવ મેસેજ અહીંથી જાય એવું હું ઇચ્છતો નથી, પછી તો કોઇ ચર્ચ કે ધાર્મિક સંસ્થા પર attack થયો હોય તો એને 'અક્ષરધામ response'ના નામે આળખવા લાગ્યા, કારણકે તેમણે સમાજને કોઇ નેગેટીવ રીએક્શન નથી આપ્યું.

તાલિબાનમાં મલાલા નામની ૧૪ વર્ષની દિકરી આર્કિટેક્ટ બનવા ઇચ્છતી હતી. તેની માએ કહ્યું, 'તું તારી કારકિર્દીનો વિચાર કરીશ નહિ, તું નર્સ કે શિક્ષિકા બની શકે. તાલિબાનના વિસ્તારમાં રહીને આ બધું નહીં વિચારવાનું.' મલાલાએ વિચાર્યું, 'Speak up'. રોજ રોજ મરવું એના કરતાં ત્રાસવાદીની ગોળીથી મરવું સારું. તેણે બ્લોગ લખવાનું શરૂ કર્યું. પોતાની વ્યથા લખવાની શરૂ કરી. તાલિબાનો છક થઇ ગયા કે કોણ આ લખે છે? તેમને ખબર પડી કે આ છોકરી લખે છે, તેને ગોળી મારી દીધી. પણ તે બચી ગઇ. ૧૫ વર્ષની ઉંમરે તેને 'યંગ નોબેલ પ્રાઇઝ' મળ્યું. ત્રાસવાદીના વિસ્તારમાં ગોળી નહીં. પેન-પેન્સિલ નાંખશો તો ડરી જશે.

મારો કહેવાનો ભાવાર્થ છે કે આપણે આપણી જવાબદારીમાંથી હટવું ન જોઇએ. દાખલા તરીકે દર ૨૯ મિનિટે એક બહેન ઉપર બળાત્કાર થાય છે. હકીકતમાં તો જે નોંધાતું હોય છે તેના કરતાં અનેક ગણું થાય છે. દિલ્હીમાં નિર્ભયા કેસ થાય તો આખો દેશ ખળભળી ઊઠે છે, અહીં રોજ થાય છે તો કોઇ નોંધ લેતું નથી. આપણે દિપીકા પદુકોણ અને કેટરીના કૈફ માંથી જ ઊંચા આવતા નથી. દિલ્હીમાં કિસા આત્મહત્યા કરે તો સમાચાર બને પણ સુરેન્દ્રનગર કે જામનગરમાં થાય તો માત્ર ત્યાંની editionમાં જ સમાચાર છપાય. આપણામાં સંવેદનશીલતા આવતી નથી, માટે vision આવતું નથી.

શ્રી રવીન્દ્રનાથ ટાગોરને નોબેલ પ્રાઇઝ મળ્યું. એમના સહકર્મચારીના ધર્મપત્નીએ તેમને કહ્યું મારે ત્યાં બાબાનો જન્મ થયો છે. એનું સરસ નામ તમે પાડજો. ટાગોરે તેમને છઠ્ઠીના દિવસે આવવા કહ્યું. બહેન બાબાને લઇને ગયા તો ટાગોર રડી રહ્યા છે. બહેને પૂછ્યું, ' તમે કેમ રડી રહ્યા છો?' ટાગોરે કહ્યું, 'sorry, મારો અંગત સચિવ બે કલાક મોડો આવ્યો. હું તેને લડ્યો. પછી સચિવે કહ્યું, મારો એકનો એક પુત્ર પ્લેન અકસ્માતમાં મૃત્યુ પામ્યો છે. તેની અંતિમક્રિયા કરીને આવ્યો, એટલે મોડું થયું' ટાગોરનું હૃદય બહુ જ ઋજુ

હતું. આ સાંભળીને તેમને રડવું આવ્યું, કે મેં કારણ જાણ્યા વગર જ તેને લડી નાંખ્યો. પછી પેલી બહેનને કહ્યું, 'લાવ, બાળક મારા ખોળામાં' નામ પાડ્યું 'અમર્ત્ય', તે અમર રહે.

માએ કહ્યું, 'તેને આશીર્વાદ આપો. તમને જે ખુશી મળી હોય તેવી ખુશી એને મળે'

ટાગોરે કહ્યું, 'મને નોબેલ પ્રાઈઝ મળ્યું હતું ત્યારે મને જે આનંદ થયો હતો, તેવા આનંદ તારા દીકરાને મળે. એ નોબેલ પ્રાઈઝ વીનર થાય. આશીર્વાદ ફળે તે માટે મહેનત કરવી પડશે અને ખરેખર અમર્ત્ય સેનને નોબેલ પ્રાઈઝ મળ્યું. એ એમનું વિઝન હતું.

વિક્રમ સારાભાઈએ અમદાવાદ યુનિવર્સિટીના ટાવર પાસે ઊભા રહી કહ્યું હતું, મારે અહીં વર્લ્ડ ક્લાસ ઈન્સ્ટીટ્યૂટ ઊભી કરવી છે. IIM, ISRO, NID, વિક્રમ સારાભાઈ કોમ્યુનીટી સેન્ટર બન્યાં તે તેમનું વિઝન હતું. વિક્રમ સારાભાઈના ગયા પછી છેલ્લાં ૩૫ વર્ષમાં કઈ વર્લ્ડ ક્લાસ ઈન્સ્ટિટ્યૂટ બની?

આપણે ત્યાં જ્ઞાતિવાદ પણ ખૂબ ચાલે છે. ઘણીવાર નરેન્દ્રભાઈ મોદી સાથે વાત કરું. મેં કહ્યું, 'અત્યારે કૃષ્ણ-સુદામા જીવતા હોય. કૃષ્ણ પોરબંદરથી દ્વારકા પ્લેનમાં આવતા હોય અને જુએ કે નીચે મોદીની પબ્લીક મિટીંગ ચાલે છે. ત્યારે કૃષ્ણ પૂછે કે સુદામા તું મને વોટ આપીશને ! તો સુદામા કહે 'તારી સામે કોણ ઊભું છે તે જોઈને વિચારવું પડે. તું યાદવ છે, હું બ્રાહ્મણ છું'.

તમને અતિશયોક્તિ લાગશે, પણ આ વાસ્તવિકતા છે.

આઝાદીનાં ૬૮ વર્ષ પછી જે ઔદ્યોગીકરણ થયું છે તેમાં માત્ર ૬% યુવાનોને રોજગારી મળી છે. ૯૪ કરોડથી વધુ લોકો મોબાઈલ વાપરે છે પણ શૌચાલયની સફાઈ માટે, સ્વચ્છતા માટે ઝૂંબેશ ચલાવવી પડે છે. ગરીબ વધુ ગરીબ થયા છે. આજે તો રૂ. ૫ માં વડાપાંઉ પણ મળતા નથી છતાં તમારી રોજની આવક રૂ. ૨૮ થી ૩૨ હોય તો તમે below poverty lineથી ઉપર છો.

આપણે ત્યાં બાળક જન્મે અને એક જ વર્ષમાં મૃત્યુ પામવાનો આંક ઊંચો છે. નિરક્ષરતાનો રેટ ઊંચો છે. કન્યા કેળવણીથી માંડીને એક થી પાંચ ધોરણ સુધી પહોંચતાં ૫૨% થી વધુ વિદ્યાર્થીઓ dropout થાય છે. AIDSમાં દુનિયામાં બીજા ક્રમાંકે છીએ. ડાયબીટીસમાં પણ બીજા ક્રમાંકે છીએ. બાળકીની ભ્રૂણહત્યા વધી છે. ગર્ભમાં બાળકીને કોણ મારી નાંખે છે? આપણો સમાજ અસંવેદનશીલ છે.

આપણે ત્યાં યુરોપ-અમેરિકા કરતાં અંગ્રેજી બોલનારની સંખ્યા વધુ છે. આપણે ત્યાં સારા ડોક્ટર, નર્સ, પાઈલોટ્સની જરૂર છે. અંબાણીને પણ સારા પાઈલોટ નથી મળતા મેન પાવર નથી મળતો. ૩% લોકો પણ મેડિકલ ઈન્સ્યોરન્સ લેતા નથી.

હું કોઈ છાપા વિશે કહેવા આવ્યો નથી, પસ્તાવો કરવા આવ્યો છું. આપણે નારી સશક્તિકરણની વાતો કરીએ છીએ પણ તે સર્વગ્રાહી નથી. આપણે ત્યાં સ્ત્રીઓમાં આત્મહત્યા અને બળાત્કારનું પ્રમાણ વધ્યું છે.

આપણે ગુજરાતનો ઈતિહાસ જોઈશું તો આર્થિક અસમાનતા જોવા મળે છે. માત્ર ૧૦% લોકો પાસે સંપત્તિ છે. ભવિષ્યમાં આપણે ત્યાં પણ drastic revolution આવશે.

આમાં છાપાવાળાની ભૂમિકા શું? છાપાવાળાએ સમજી લેવું જોઈએ કે, કોઈ વાત છુપાવી શકાતી નથી. તમે નહીં છાપો તો બીજું છાપું છાપશે, જો બધાં છાપાં વેચાઈ જશે તો whats app પર આવશે. સત્ય હંમેશાં પ્રગટ થાય છે. સત્ય સમ્યક્ હોવું જોઈએ. સમાજના વિકાસ માટે પારદર્શકતા આવવી જોઈએ.

મેડોના પ્રસિદ્ધ હતી પરંતુ તેના જીવન કરતાં મધર ટેરેસાનું જીવન મહાન ગણાય.

આત્મભાવ થાય તો જ વાત સ્વીકારજો, માટે સંસ્કારનું સિંચન કરવું જોઈએ, દિવ્ય જીવન જીવવું જોઈએ.

સત્ર-૨ : પ્રવચન

વિષય : સંસ્કૃતિ સંરક્ષણ માટે સંસ્કૃત

પ્રો. શ્રી વેમ્પતી કુટુંબા શાસ્ત્રી (કુલપતિ : સોમનાથ સંસ્કૃત વિશ્વવિદ્યાલય)

શિવાનંદ આશ્રમમાં હું વ્યાખ્યાન માટે આવ્યો છું એ કુટુંબા શાસ્ત્રીની ઉપલબ્ધિ નથી, પરંતુ સંસ્કૃતની સત્તાથી પ્રાપ્ત કરી છે. તેની પાછળ સંસ્કૃત મૂળ કારણ છે. જો સંસ્કૃત સિવાય બીજો કોઈ પણ વિષય હોત તો હું એક મામૂલી માણસ હોત. હું સામાન્ય વ્યક્તિ છું પણ સંસ્કૃતની ગરિમાએ મને સામાન્ય વ્યક્તિથી ઉપર ઉઠાવ્યો છે.

શ્રી અજયભાઈએ ખૂબ સુંદર વાત કરી, આજે પૈસાનું અસંતુલન છે. વિકાસ નથી થઈ રહ્યો. આ દૃષ્ટિથી વિનમ્ર નિવેદન કરું છું કે ભારત દેશમાં અભિશાપરૂપે બસો વર્ષથી અન્ય વિદ્યાપ્રણાલી ચાલી રહી છે. અંગ્રેજોના સમયથી જે શરૂ થઈ છે, આજે પણ આપણે એમાં જ ડૂબેલા છીએ, એમાં જ આનંદ લઈ રહ્યા છીએ. એનાથી આપણા સમાજમાં શું પરિવર્તન આવ્યું છે?

ભારતને સમજવા માટે આપણે પત્રકારત્વનું ઉદાહરણ લઈએ. આપણે ક્યાં હતા અને આજે ક્યાં જઈ રહ્યા છીએ? આજનું પત્રકારત્વ જોઈને પણ આપણને થશે કે આપણે કઈ દિશામાં જઈ રહ્યા છઈએ. ભારતમાં સ્વતંત્રતા પૂર્વે અને સ્વતંત્રતાના થોડા સમય પછીના છાપા જુઓ અને આજનું છાપું જુઓ. એની કક્ષા નીચે ઊતરી રહી છે. આપણા સંસ્કાર-સંસ્કૃતિથી ખૂબ દૂર જઈ રહ્યા છીએ. મૂલ્યોથી દૂર જઈ રહ્યા છીએ.

ભારતમાં ચોક્કસ development છે. અમદાવાદમાં પણ વિકાસ થઈ રહ્યો છે. ભારતમાં સાતસો યુનિવર્સિટીઓ છે, શાળાઓ અસંખ્ય છે. વિશ્વભરમાં આપણે પ્રગતિ કરી રહ્યા છીએ, આપણી પ્રતિષ્ઠા વધારી રહ્યા છીએ, આપણે મંગળ-ચંદ્ર પર ઉતરાણ કરી શકીએ છીએ. એક બાજુ વિકાસ છે, પ્રગતિ છે પરંતુ બીજી બાજુ આપણે નિમ્ન સ્તર પર આવી રહ્યા છીએ. એવું કેમ થાય?

ગાંધીજીના સમયમાં ભારતની આર્થિક પરિસ્થિતિ શું હતી? લોકો પાસે કપડાં નહોતાં, ખાવા અન્ન નહોતું, પોતાની માલિકીનાં મકાન નહોતાં. માત્ર સો વર્ષ જ પાછળ જઈએ ત્યારે કેવી દશા હતી અને આજે કેવી સ્થિતિ છે? આજે ભારતમાં સંપત્તિ છે, પણ તેની અસમાનતા છે. ગાંધીજીની પાછળ જેટલો લોકો આવ્યા, તેઓ જે હતું તેનો ત્યાગ કરીને આવ્યા. એક-બે વીઘા જમીન હતી તેનું પણ દાન કરી દીધું. ભારતને આગળ ધપાવવા માટે પોતાના સર્વસ્વનો ત્યાગ એ આત્મસંસ્કાર હતા, પણ આજે એવો ત્યાગ ક્યાં? અહિંસાના માર્ગ પર ચાલવાવાળા લોકો કેટલા? આપણે તુલના કરી શકીએ છીએ. આપણે વિકાસ સાથે સંસ્કૃતિનું રક્ષણ કરવું પડશે.

જ્યારે ગાંધીજી સો વર્ષ પહેલાં આવ્યા ત્યારે જે વિદ્યાપ્રણાલી હતી તેમાંથી સંસ્કારસિંચન થતું હતું, આજની વિદ્યાપ્રણાલીમાં એ ઉપલબ્ધ નથી. પહેલાં પણ જ્ઞાતિવાદ હતો, પણ સ્વતંત્રતા માટે સૌ એક થઈ ગયા, આજે એવું નથી. તેના માટે અપેક્ષિત વિદ્યાપ્રણાલી હોવી જોઈએ. અંગ્રેજો આવ્યા તે પહેલા સંસ્કૃત વિદ્યાપ્રણાલી હતી. એ જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરીને કોઈ વ્યક્તિ જ્ઞાની થઈ જાય, સંપૂર્ણ સમાજમાં પ્રકાશ પાડે અને તે જ કારણોસર અંગ્રેજોએ જવું પડ્યું. આ સંસ્કાર ક્યાંથી આવ્યા? આજે દુર્બળ, અસંતુલિત અને અસમંજસ વિદ્યાપ્રણાલી છે. એ સંપૂર્ણ નથી, જે ભારતમાં પૂર્ણતા ન લાવી શકે. પૂર્ણતા માટે સંસ્કૃતનું જ્ઞાન જરૂરી છે.

ભારતજાતિ-મનુષ્યજાતિને અત્યંત પ્રાચીન ગ્રંથ ઋગ્વેદ ઉપલબ્ધ છે, જેની રક્ષા કરવી જોઈએ. આપણું haritage છે. અનાદિકાળના આ ગ્રંથનું સંરક્ષણ થવું જોઈએ, પણ આપણે શું કરી રહ્યા છીએ? આજે કેટલાં બાળકો વેદ વિશે જાણે છે? વેદ કેટલા વિશાળ ગ્રંથ છે? એક વેદને સમજતાં બાર વર્ષ લાગે છે. દસ હજાર વર્ષથી મૌખિક પરંપરાથી એક અક્ષરના પરિવર્તન વગર તેનું રક્ષણ થવા પામ્યું છે.

સીધી વાત કરું તો એક સિંધુની રક્ષા માટે, એક ઈમારતની રક્ષા માટે કેટલા પૈસા ખર્ચ થઈ રહ્યા છે? આ બધાનો સરવાળો કરો તો ભારત આ haritageને

બચાવવા કેટલો ખર્ચ કરે છે કે જે થોડાં વર્ષ જૂના જ છે. સંસ્કૃત દસ હજાર વર્ષ જૂનું છે. આ દૃષ્ટિએ જોઇએ તો શું એનું સંરક્ષણ જરૂરી નથી? ઋગ્વેદની એકવીસ શાખા છે જેમાંથી માત્ર બે બચવા પામી છે. અથર્વવેદની પણ ગણી શાખા છે, જેમાં માત્ર એક પરિવાર બચ્યો છે, જે પણ ગુજરાતમાં છે. ભારતમાં બીજે ક્યાંય નથી. 'ૐ શાંતિઃ શાંતિઃ શાંતિઃ' નો પ્રચાર 'અક્ષરધામ response' ક્યાંથી આવ્યો? કારણ કે આપણે ક્યારેય માત્ર પોતાની શાંતિનો વિચાર કરતા નથી.

ઈશા વાસ્યમિદ્‌ં સર્વં યત્કિઞ્ચ જગત્યાં જગત્।
તેન ત્યક્તેન ભુઞ્જીથા મા ગૃધઃ કસ્ય સ્વિદ્ધનમ્।

પ્રાણી હોય, પક્ષી હોય, જીવજંતુ હોય, બધાં ઈશ્વરસ્વરૂપ છે. સમગ્ર જગત ઈશ્વરમાં નિહિત છે. આ સંસ્કાર એ સમયના છે. આ ભાવના આજના સમયમાં હોવી અપેક્ષિત છે, એ માટે સંસ્કૃત ભણવું પડશે. એ સમયમાં શિક્ષિત લોકો ઓછા હતા, આજે વધારે છે. છતાં દૂર સુધી લઇ જવા માટે કાબેલ નથી. એ લોકો અશિક્ષિત નહોતા. જેને અક્ષર લખતાં ન આવડે તે અશિક્ષિત છે તેમ ના કહી શકાય. વિદ્યાની પરિભાષા અલગ છે. આજે વિદ્યા ક્યાં ગાયબ થઇ ગઇ છે? આજે વિદ્યાની અંદર કંઇ જ આવતું નથી. ચતુર્દશ વિદ્યા એ વિદ્યા છે, બાકી બધી વાર્તા છે. કોઇને જ્ઞાન પણ નથી કે આ વિદ્યા વિદ્યા નથી. વિદ્યા તો એને કહેવાય - 'સા વિદ્યા વિમુક્તયે।' જે મુક્તિ અપાવી શકે તે વિદ્યા છે. પૂ. સ્વામીજી જેવા સંતો મોક્ષનું જ્ઞાન આપી શકે. બહુ સૂક્ષ્મતાથી જીવન વિધાન સમજવાનું છે. આપણી પાસે જ્ઞાનનો ભંડાર પડેલો છે, જેને આપણે દાટી રાખ્યા છે, જોવા જ નથી ઈચ્છતા, સમજવા નથી ઈચ્છતા. અંગ્રેજોના ગયા પછી પણ અંગ્રેજીનો મોહ છૂટતો નથી. તમે જોશો કે બ્રિટનને બાદ કરતાં ક્યાંય અંગ્રેજી સંભળાતું નથી. પેરિસમાં બધાં જ સાઈનબોર્ડ પોતાની ભાષામાં છે.

આપણી પાસે વિદ્યા પરંપરા છે, નહીં તો આપણે આજે મંગળયાન કેવી રીતે ઉડાવી શકત? ચંદ્રમાને જોઇને આવ્યા છીએ. વિશ્વમાં જેટલી મોટી કંપનીઓ છે તેના CEO ભારતીયો વધારે છે, આ પ્રતિભા ક્યાંથી આવી? વિદ્યાપ્રણાલી ન હોત, ક્ષમતા ન હોત તો આ ક્યાંથી આવત? આપણી ઋષિપરંપરાને કારણે જે જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરતાં બીજાને બે કલાક લાગે છે, આપણને બે પળ લાગે છે. IT ક્ષેત્રમાં જે પ્રગતિ દેખાય છે, તેની પાછળ જશ સંસ્કૃતને ફાળે જાય છે.

આપણે હજારો વર્ષોથી બોલીએ છીએઃ

ૐ ભૂર્ભુવઃ સ્વઃ તત્સવિતુર્વરેણ્યં ભર્ગો દેવસ્ય ધીમહિ ધિયો યોનઃ પ્રચોદયાત્॥

મારી બુદ્ધિને વિકસિત કરો એવી પ્રાર્થના - એ આપણી સંસ્કૃતિ છે. લંડનના મહારાણીએ એક વખત ભાષણ કર્યું. મદ્રાસના એક શાસ્ત્રીજીએ તેમના ભાષણમાંથી અસંખ્ય ભૂલો શોધી, તે સુધારતો પત્ર તેમને લખ્યો. એનો અર્થ શું થાય? એમની પાસેથી અંગ્રેજી શીખ્યા અને તેમને શીખવાડીએ છીએ.

રામાયણમાં એક પ્રસંગ આવે છે; વિભીષણે પ્રભુ રામને કહ્યું કે તે તેના ભાઇ રાવણના અંતિમ સંસ્કાર નહીં કરે. ત્યારે રામે સમજાવ્યું કે મૃત્યુ સુધી તે ભાઇ હતો, મૃત્યુ પછી તે મોટો ભાઇ છે, માટે તેના અંતિમ સંસ્કાર કરવાના છે. યુદ્ધમાં સાંજ પડે એટલે મૃતકોના શરીરોના અંતિમ સંસ્કાર થતા હતા, ત્યારે આ મારો છે અને પારકો છે એવા વિચારો નહોતા આવતા.

હું તમને અંગ્રેજ અફસરનો વિચાર આપું છું, જેની પાસે Vision હતું. અઢીસો વર્ષથી એ Vision કામ કરી રહ્યું છે અને આવનારા હજાર વર્ષ સુધી કામ કરશે તો નવાઈ નહીં. તેણે કહ્યું હતું, 'હું આખા ભારતમાં ફર્યો. ભારતભ્રમણ દરમિયાન મેં જોયું કે કોઇ ગરીબ નથી. કોઇ ભિક્ષા ગ્રહણ કરતું નથી, કોઇ દુઃખી નથી'. તેણે બ્રિટીશ પાર્લામેન્ટમાં પ્રસ્તાવ મૂક્યો કે જો ભારતને વશ કરવું હશે તો સંસ્કૃત પ્રણાલીને ખતમ કરવી પડશે. ભારતીયોની મૂળ જડને કાપીશું નહીં ત્યાં સુધી ભારત આપણા વશમાં નહીં આવી શકે. ભારતને પોતાની સંસ્કૃતિથી દૂર કરો'.

આ એનું vision હતું, તો action plan શું?

ભારતને સંસ્કૃત પ્રણાલીથી દૂર કરવા એ action planમાં અંગ્રેજ education શરૂ કરવામાં આવ્યું. આપણા ગ્રંથોમાં જે લખ્યું છે, તેની ટીકાટિપ્પણી કરવા લાગ્યા. એમના કરતા પણ વધારે આપણે કરીએ

છીએ. આજે વિકાસમાં અવિકાસ દેખાય છે તેનું મૂળ કારણ જ અલગ વિદ્યાપ્રણાલી છે. એને બદલવી પડશે પરંતુ આપણને ડર છે કે એમ કરવાથી આપણે વૈશ્વિક વિકાસથી દૂર તો નહીં થઈ જઈએ ને? માટે સમજવું આવશ્યક છે કે સંસ્કૃત વિદ્યાપ્રણાલીને કારણે જ મેથ્સ, ભૌતિકશાસ્ત્ર, કેમેસ્ટ્રી, આયુર્વેદ, વૈદશાસ્ત્ર, અર્થશાસ્ત્ર, સમાજશાસ્ત્ર જીવિત છે. પાંચ હજાર વર્ષથી પોતાની મેધાશક્તિના બળે આ જ્ઞાનને સંભાળવામાં આવ્યું છે એને જમીનમાં દાટી સૂઈ જઈશું તો શું થશે?

બસો વર્ષ સુધી ભારતમાં ખાલી બુદ્ધિશક્તિ નહીં, આધ્યાત્મિકશક્તિ વધારવાવાળા જ્ઞાનીઓ જોઈએ છે.

સંસારમાં અનેક ભાષાઓ છે. વર્ણમાલા છે તમે વિચારો ABCD પાછળ કોઈ વિજ્ઞાન છે? કોઈ લોજિક છે? ચિંતન છે? છતાં આપણે તેના દાસ થઈ ગયા છીએ. આપણી ભાષામાં અઢાર સ્વર છે, જે પ્રાણ છે, આત્મતત્ત્વ છે. તેની પાછળ વૈજ્ઞાનિક વિચારધારા છે. વ્યંજનને વ્યક્ત થવા માટે 'અ' એ આધાર છે 'ક'ને બોલવા 'અ'નો આધાર જોઈએ. બધા જ વ્યંજન સાથે જોડાવા માટે તેમનું સ્થાન પહેલું છે, પ્રાણ છે. કંઠસ્થાનમાંથી વાયુપ્રસાર થાય છે ત્યાંથી તાલુભાગ, જિહ્વા, દાંત અને હોઠનો ઉપયોગ થાય છે. જેથી તેને મૂર્ધન્ય, દંતસ્થ, ઓષ્ટય, કંઠસ્થ કહેવાય છે. અ, ક બોલવા માટે હોઠનો ઉપયોગ નથી માટે એ શરૂઆત છે. મ છલ્લે આવે છે. શરીરમાંથી હવા બહાર આવે છે માટે અક્ષર બહાર આવે છે. વ્યક્તિ વાત કરવાનો સંકલ્પ કરે છે. બોલવાની ઈચ્છા તમારી છે, તમે ક્યાં સુધી અંદર જઈ શકો છો તેના પર નિર્ભર છે. તેનો સાધારણ ગરમી સાથે સંબંધ છે. ઉદાહરણ તરીકે જોઈએ તો એક નાયક નાયિકાના વિરહમાં છે. પૂર્ણિમાનો ચંદ્ર પ્રકાશે છે ત્યારે નાયક ગાય છે કે મને ચંદ્ર દઝાડી રહ્યો છે આ આત્માનો સંપર્ક છે, મિલનની ઈચ્છા છે, body temperature વધે છે, અંદરની અગ્નિ પેદા થાય છે. કામનાથી વધારે અગ્નિ ગુસ્સામાં છે. જ્યારે આત્મા વાત કરવાનું વિચારે છે ત્યારે નાભિસ્થાનમાં અગ્નિ પ્રજ્વલિત થાય છે. આપણું શરીર પંચમહાભૂતમાંથી બનેલું છે. માટે જ કહે છે...

અહં વૈશ્વાનરો ભૂત્વા પ્રાણિનામ્ દેહમાશ્રિતઃ।
પ્રાણાયાન સમાયુક્ત પચામિ અન્નંચતુર્વિધમ્॥

અગ્નિ શરીરમાં ના હોત તો ખાવાનું પચી ન શકત.

વાત કરવાની ઈચ્છાથી આગ પ્રગટે છે. ત્યાં હવાનું પ્રમાણ વધી જાય છે. ઓક્સિજન ઓછો થઈ જાય છે એટલે શૂન્યાવકાશ થવાથી તેજ હવા વહે છે. જે આગને પ્રજ્વલિત કરે છે વાયુને કારણે પ્રસવ થાય છે. અગ્નિ ઈચ્છાથી પેદા થયો. હવે હવાને બહાર નીકળવું છે અને એ રસ્તો છે, નાભિસ્થાનનથી હૃદયનો, નાદ બુદ્ધિથી નહીં, નાભિસ્થાનથી પ્રગટે છે. તેને સાંભળી નથી શકતા. તે હૃદયપ્રદેશમાં વિચરણ કરે છે, ત્યારબાદ ગળામાં આવે છે. ગળામાંથી બહાર આવવાનો રસ્તો મોં છે. જીભની સહાયતાથી શબ્દરૂપે બહાર આવે છે.

આપણે 'યોગ'નો ઉચ્ચાર 'યોગા' કરી દીધો. 'આયુર્વેદ'ને 'આયુર્વેદા' કહીએ છીએ. યોગના વિષયમાં જઈશું તો બહાર નહીં આવી શકીએ. યમ, નિયમ, આસન, પ્રાણાયામ, પ્રત્યાહાર, ધારણા, ધ્યાન, સમાધિ. યોગ અનંત શક્તિ પ્રાપ્ત કરવાનું શાસ્ત્ર છે, જે પૂજ્ય સ્વામીજી પાસેથી શીખીએ. ભારત કરતાં વધારે લોકો આના researchમાં જોડાઈ ગયા કારણકે તેઓ જાણે છે ભારત યોગ્ય માલ આપે છે. આપણે ભારતવાસીઓ ક્યારેય પોતાના માટે પ્રાર્થના કરતા નથી, સર્વનું હિત, સર્વનું કલ્યાણ, સર્વનું સુખ ઈચ્છીએ છીએ. મહર્ષિ પાણિનિ મોડર્ન સાયન્સને જાણતાં હતાં.

ભારતમાં સંસ્કૃત અધ્યયનને અપેક્ષિત પ્રમાણમાં સંમિલિત કરવામાં નહીં આવે ત્યાં સુધી આપણે દાસભાવમાં જ રહીશું. આપણે જગતના ગુરુ બનવાનું છે. મોડર્ન એજ્યુકેશનની સાથે સંસ્કૃતને વિદ્યાપ્રણાલીમાં સામેલ કરવું જ પડશે, નહીં તો આપણે આપણા મૂળથી દૂર થઈ જઈશું. ભય આવશે. આપણને મોક્ષ નહીં મળે. રાષ્ટ્ર શબ્દનો અર્થ જ નહીં સમજી શકીએ.

ભારતીય જનજીવન ઉત્કૃષ્ટ બનાવવું છે, વિશ્વપુરુષ બનવું છે, જીવન સંબંધી તત્ત્વ જાણવું છે તો સંસ્કૃતને પ્રત્યક્ષ લાવવું જ પડશે.

સત્ર-૩ : પ્રવચન

વિષયઃ આયુર્વેદઃ ભારતીય જીવનશૈલીની ચાવી

પદ્મશ્રી વૈદ્ય રાકેશ કોટેચાજી (કુલપતિ : આયુર્વેદ વિશ્વવિદ્યાલય, જામનગર)

હું એક વૈદ્ય છું, એક ચિકિત્સક છું. શક્ય એટલું સરળતાથી બોલીશ, પણ પ્રયત્ન કરીશ કે એનો સાર આપણા હૃદય સુધી પહોંચે.

આપણી દાસતાની માનસિક્તા એ છે કે આપણે પોતાની વસ્તુ પર ભરોસો ઓછો કરીએ છીએ. દાસત્વ આપણા DNAમાં ઘૂસી ગયું છે, માટે ઓથેન્ટિક વાત કરીશ.

આયુર્વેદ માત્ર ચિકિત્સાશાસ્ત્ર નથી કે વૈદ્ય નાડી પકડીને રોગ બતાવે અને કંઈક ચમત્કાર કરે એટલે આપણે સારા થઈ જઈએ એવી આપણને અપેક્ષા હોય છે. ચમત્કારની અપેક્ષા હોય ત્યાં વિજ્ઞાન ન હોય.

આયુર્વેદ વિજ્ઞાન છે. ચમત્કારનું શાસ્ત્ર નથી. હું વિદેશમાં ફર્યો છું. ત્યાં એક એવી માન્યતા પ્રવર્તે છે કે ભારતમાં બહુ સમસ્યા છે, Safe નથી. ત્યાં જવા જેવું નથી. મારી સાથે કોઈ વાત કરે તો હું ચોક્કસ કહું કે અમે ૧૨૫ કરોડ લોકો છીએ, એમાં જેટલા ગુના થાય છે અને વિદેશમાં જે ગુના થાય છે તેના સોમા ભાગના પણ નથી. તે એવું માને કે આપણે ચમત્કારી છીએ, ગુરુ છીએ. તેઓ NRI પાસે પણ એવી અપેક્ષા રાખે કે તેને આયુર્વેદ અને યોગ તો આવડતું જ હશે. આપણે *Superman* છીએ, શ્રેષ્ઠ છીએ પણ ચમત્કાર કરવાવાળા નથી.

ભારતીય જીવનશૈલી એ જ આયુર્વેદ છે. બધે જ આયુર્વેદ સમાયેલું છે.

- આયુ એટલે જીવન
- વેદ એટલે વિજ્ઞાન.

આયુર્વેદ ખાલી દવા, ચિકિત્સા કે જડીબુટ્ટીનું શાસ્ત્ર નથી, પરંતુ સંપૂર્ણ જીવન વિજ્ઞાન છે.

એક વાર આખા વિશ્વમાંથી લોકો ભેગા થયા હતાં. તેમને કંઈક ભારતીય પીરસવું જોઈએ એમ માની મને બોલાવવામાં આવ્યો. આયુર્વેદ બહુ મોટી મોટી વાતો કરી. પણ આપણા દેશમાં કેટલા લોકો આયુર્વેદ અપનાવે છે? ૧૫-૨૦% લોકો ચિકિત્સા તરીકે વાપરે છે. આયુર્વેદ તો જીવનશૈલી છે. ૯૯% લોકોના જીવનમાં વણાયેલું છે. હવે વિશ્વ એક નાનકડા ગામડા જેવું થઈ ગયું છે. માહિતી એટલી બધી મળે કે માહિતીનું પૂર આવે. આપણી સંસ્કૃતિની અસર એમની પર થાય તેમ એમની અસર આપણા પર થાય છે. દા.ત આપણામાં કહેવાતું - દાલ - રોટી ખાવો પ્રભુ કે ગુન ગાઓ.

હવે કહેવાય છે રફેજ, સલાડ ખાવ. આપણે દ્વિધામાં પડીએ કે દાળ ખાવી કે શાક ખાવું. તમે દાળ કેટલા દિવસ ખાવ છો? છોકરાઓને દાળ નથી ભાવતી માટે મોટા ભાંગે આપણે રોટલી-શાક ખાઈએ છીએ પરંતુ તમે વિચાર કરો કે દાળ વગર પ્રોટીન કેવી રીતે મળે? ડાયાબિટીસ માટે ભારત વિશ્વનું કેન્દ્ર બની ગયું છે તેમાંય ગુજરાતમાં વિશેષ છે. તેનો અર્થ એ થાય કે કંઈક ગરબડ છે. હું તમને કોઈ ઈલાજ બતાવી દઈશ એવું નથી, પરંતુ બૃહદ દ્રષ્ટિકોણથી જોઈશું, સમજીશું.

એક વાર ચાર પ્રજ્ઞાચક્ષુ ને પૂછવામાં આવ્યું, ‘હાથી કેવો છે?’ જેણે જ્યાં સ્પર્શ કર્યો તેના ઉપરથી ધારણા બાંધી કે હાથી થાંભલા જેવો, સૂપડા જેવો, દીવાલ જેવો કે દોરડા જેવો છે. તેવી જ રીતે દરેક જણ પોતપોતાની રીતે આયુર્વેદ માટે ધારણા બાંધે છે પણ હકીક્ત એ છે, બધાંની અંદર આયુર્વેદ છે.

આપણા પરિવારને સ્વસ્થ રાખવા માટે માતાઓ પાસે સામાન્ય જ્ઞાન છે. શું કરવું શું ન કરવું એ પરંપરા છે, જે આયુર્વેદ છે, જેમ કે - સાંજે દહીં ન ખાવું જોઈએ. અમુક શાકમાં અજમાનો વઘાર કરવો જોઈએ, અમુકમાં જીરાનો - એ આયુર્વેદ છે.

આયુર્વેદના શાસ્ત્રમાં નાની નાની વાતોને વણી લેવામાં આવી છે. સ્વસ્થ લોકોએ સ્વાસ્થ્યની રક્ષા કરવી.

હવે સ્વાસ્થ્ય એટલે શું ? માત્ર શારીરિક સ્વાસ્થ્ય જ સ્વાસ્થ્ય નથી. આયુર્વેદના પ્રસિદ્ધ ગ્રંથ સુશ્રુતમાં મહર્ષિ સુશ્રુત લખે છે :-

સમદોષાઃ સમાગ્નિશ્ચ સમાધાતુમલ ક્રિયઃ।
પ્રસન્નાત્મેન્દ્રિયમનઃ સ્વસ્થ ઈત્યભિધીયતે॥

જેના ત્રણ દોષ વાત, પિત્ત અને કફ બરાબર હોય, જઠરાગ્નિ બરાબર હોય, શરીરને ધારણ કરવાવાળી સાત ધાતુઓ રસ, રક્ત, માંસ, ચરબી, હાડકાં, મજ્જા તથા વીર્ય પ્રમાણમાં હોય, મળ-મૂત્રની ક્રિયા યોગ્ય રીતે થતી હોય અને દસે ઈન્દ્રિયો , મન અને જેનો સ્વામી આત્મા પણ પ્રસન્ન હોય તો એવી વ્યક્તિને સ્વસ્થ કહેવામાં આવે છે. તમે સૌ પૂ. સ્વામીજીની નિશ્રામાં છો, માટે સ્વસ્થ છો.

સ્વસ્થતાની ચાવી સમજવી જોઈએ. ગુણાત્મક સ્વાસ્થ્ય એટલે કે લાંબી ઉંમર સુધી દવા લેવી ન પડે, હોસ્પિટલમાં ન જવું પડે આપણે દલીલ કરીશું કે સારું ખાવાનું, સારું દૂધ નથી મળતું. આયુર્વેદ પાસે પ્રતિરક્ષા પ્રણાલી છે, જે બંધાની અંદર હોય છે. જેને સતત Cultivate કરીએ તો સારાં રહીએ. શરદી ચેપી છે. કોઈ બહુ જ શરદીવાળી વ્યક્તિ સાથે આપણે બેસીએ છતાં આપણને શરદી ન થાય, કારણ કે આપણી રોગપ્રતિકારકશક્તિ વધારે હોય, પરંતુ આપણે રોજ આઠ વાગ્યે ઉઠીએ, દોડતા - દોડતા તૈયાર થઈએ, લુસપુસ ખાઈ લઈએ, માનસિક કામ કરીએ (શારીરિક નહીં), બપોરે વડાં, પિઝા, ભજિયાં એવું ખાઈએ, સાંજે ટીવી સામે બેસીને જમીએ, ટીવી જોતાંજોતાં સૂઈ જઈએ, તો સ્વાસ્થ્ય સારું નહીં રહે. પહેલાં આપણે ત્યાં શ્રમનું મહત્ત્વ ખૂબ હતું, પણ હવે તો દરેક ઘરમાં વોશિંગ મશીન, ઘંટી છે. પહેલાં નહોતું. સ્વિચ ચાલુ કરવા પણ ઊભાં થવું પડતું . આજે રિમોટથી થાય છે. છેલ્લા ચાલીસ વર્ષમાં એટલું Automation થઈ ગયું છે કે શ્રમ ઓછો થઈ ગયો છે. માટે વધારે ફાઈબર ખાવા જરૂરી છે. કઠોળમાં એટલાં જ ફાઈબર છે સાથે પ્રોટીન પણ છે.

તમે નેચરોપથી પાસે જાવ એટલે કહેશે ૪૦ વર્ષ થયા, કઠોળ બંધ. શાસ્ત્રમાં રેડમીટ એટલે કે ગોમાંસ ખાવાની મનાઈ ફરમાવી છે. આપણે ભારતમાં તો રેડમીટ ખાતા નથી એટલે એનિમલ પ્રોટીનનું દાળમાં convert કર્યું કે પ્રોટીન નહીં ખાવાનું, જેનાથી આપણને ખૂબ નુકશાન પહોંચ્યું છે. ધારો કે બાળકોને કઠોળ નથી ભાવતાં તો ઘઉં દળાવતા તેમાં ચણા ભેળવી દો, જેથી છોકરાઓ રોટલી ખાય તેમાંથી પ્રોટીન મળી રહે.

આપણે સુખદ સ્વાસ્થ્ય માટે આહાર અને વિહાર (વ્યાયામ,નિદ્રા, બ્રહ્મચર્ય)નું નિયમન કરવું જોઈએ.

વ્યાયામ એટલે જિમ જવું, મસલ બનાવવા, સિક્સ પેક શરીર બનાવવું એ નથી. સ્વસ્થ રહેવા માટે વ્યાયામ કરવો. સ્નાયુઓને લયબદ્ધ Movement કરાવવી. જેના માટે આસન, સૂર્યનમસ્કાર કરી શકાય.

એલોપથીમાં રોગનાં ચિહ્નો ઓળખવા જિનેટિક પ્રોફાઈલ કરાવશો. પછી કહેશે તમારી આ પ્રકૃતિ છે માટે આ દવા માફક આવશે. જ્યારે આયુર્વેદમાં સરળ સિદ્ધાંત છે. આયુર્વેદમાં ત્રિદોષનો સિદ્ધાંત એક પાયાનો સિદ્ધાંત છે. બધા રોગોનું કારણ ત્રિદોષનું અસંતુલન જ છે. ત્રિદોષ પદ્ધતિમાં શરીરસ્થ ત્રણ પદાર્થો કહ્યા છે. વાત, પિત્ત અને કફ.

વાત : વાતનો અર્થ વાયુ થાય છે,

શરીરમાં જીવન ચાલાવવા, કાયમ રાખવાનું કામ વાત કરે છે. મધ્યસ્થ, સ્વચાલિત તથા સપાટી ઉપરના જ્ઞાનતંતુઓના તંત્રોનું કામકાજ વાત સંભાળે છે. વાયુ અસંતુલિત થાય તો પેટમાં ગેસ લાગે, પેટ ફૂલી જાય, સાંધા પકડાઈ જાય, હાથ-પગ , કમર ઝલાઈ જાય તથા સાંધાઓને લગતા બીજા રોગ થાય.

પિત્ત : પિત્ત એટલે યકૃતનો સ્રાવ. પિત્તનું સંતુલન બગડે તો માથામાં દુખાવો થાય. પેટમાં, છાતીમાં બળતરા, એસિડિટી થાય, ગુસ્સો આવ્યા કરે, પિત્તથી શરીરમાં તેજાબો, એન્ઝાઈમ્સ તથા પિત્ત રસ ઉત્પન્ન થાય, તેથી ગરમી વધે. માણસના સ્વભાવમાં ચીડિયાપણું, ગુસ્સો આવે તે પિત્તના પ્રકોપને લીધે થાય છે.

કફ : કફનું સંતુલન બગડે તો ફેફસાં તથા શ્વસનતંત્રના રોગો થાય. શરીરના પ્રવાહીઓ, સ્રાવો તથા ગ્રંથિઓના સ્રાવો સાથે કફ સંબંધિત છે. શરીરમાં જરૂરી ચિકાશ તથા દર્દ કે રોગનો પ્રતિકાર અને શરીરને ક્ષીણ થતું અટકાવવાનું કાર્ય કફ કરે છે.

વાતપ્રભાવી વ્યક્તિ પાતળી હોય છે, બુદ્ધિમાન હોય છે. તેમની ચામડી રુક્ષ હોય છે. તેઓ એકસાથે એટલું બધું કામ લઈ લે કે પછી ચિંતિત રહે. તેમનામાં મેનેજમેન્ટ સાચું નથી હોતું. ચંચળ પ્રકૃતિ હોય છે.

પિત્તપ્રભાવી લોકો હોશિયાર, ચતુર હોય છે.

નિર્ણયશક્તિ સારી હોય છે. તેઓ મધ્યમ શરીરના હોય છે. ચામડી સ્નિગ્ધ હોય છે, પણ તેમનો સ્વભાવ હોય છે કે કોઈ ખુશ કરી જાય તો તેનો પક્ષ લે.

કફપ્રભાવી લોકો સંતુલિત સ્વભાવના આનંદી પ્રકૃતિના હોય છે. તેઓ થોડા જાડા હોય છે, ચામડી સ્નિગ્ધ હોય છે. તેઓ નિર્ણય લેવામાં વાર કરે છે પણ નિર્ણય લે ત્યારે વ્યવસ્થિત હોય છે, પરંતુ ઘણીવાર એટલી વાર કરે કે વસ્તુ હાથથી જતી રહે.

વાત પ્રકૃતિના લોકોએ મધ્યમ, પિત્ત પ્રકૃતિના લોકોએ મૃદુ અને કફ પ્રકૃતિના લોકોએ વધારે વ્યાયામ કરવો જોઈએ. વ્યાયામ કરવાથી માથા પર પરસેવો આવે, બગલમાં પરસેવો થાય, શ્વાસ ચઢી જાય. વ્યાયામ જીવનનો ક્રમ છે. વ્યાયામ વગર સ્વાસ્થ્ય ના હોય. જેઓ નિમિત વ્યાયામ કરે તેમની ડૉક્ટરની મુલાકાત ઓછી થઈ જાય.

એલોપથીમાં ચિકિત્સક દવા આપે. સ્વાસ્થ્ય માટે આપણી કોઈ જવાબદારી નહીં, એના હાથમાં ચાવી આપી દઈએ. જ્યારે વૈદ્ય રોગીને સ્વસ્થ રહેવા શું કરવું તે સમજાવે પછી વ્યક્તિએ નક્કી કરવાનું, મારે શું કરવું જોઈએ એ જવાબદારી આપણે સમજીએ તો રોગના મૂળ કારણમાંથી બહાર આવી શકીએ.

ડૉક્ટર બી.પી માટે રોજ એક ગોળી લેવાનું કહેશે. એક વર્ષ પછી એકમાંથી બે થશે. લોહી પાતળું કરવા ગોળી લેવાની. એમ ગોળી વધતી જશે. ગોળી લેવાથી સ્વસ્થ રહેવાશે એ જરૂરી નથી.

આપણે પંચમહાભૂતમાંથી બનેલા છીએ. આની સાથે આત્માનું સંયોજન થાય ત્યારે જીવન આવે. આપણી પ્રકૃતિને જાણી લઈ તે પ્રમાણે વર્તીએ તો સ્વસ્થ રહેવાય.

આહાર : આયુર્વેદમાં દરેક રોગી માટે પથ્ય બતાવેલા છે. સામાન્ય રીતે આપણામાં એવી માન્યતા હોય છે કે આયુર્વેદમાં તેલ બંધ કરાવી દે, મરીમસાલા નહીં ખાવાના, એ નુકસાનકારક છે એવું નથી, પરંતુ મરીમસાલાથી આપણે સ્વસ્થ છીએ, કારણકે anti-oxident છે, પણ સ્વાભાવિક રીતે જ - અતિ સર્વત્ર વર્જયેત । મરચું, મરી, હળદર, સૂંઠ, આદુ ખાવા જ જોઈએ. શું કાચું આવું, શું રાંધીને ખાવું બધું જ આપણી માતાઓ જાણે જ છે. નાની નાની બીમારી માટે ડૉક્ટર પાસે જવું જરૂરી નથી. ઘરમાંથી જ ઈલાજ થઈ શકે. વિદેશમાં એક માણસ એવો નહીં હોય જે દવા ના ખાતો હોય. સૂંઠનો ઉકાળો દિવસમાં ત્રણ વખત લઈએ તો સારા જ રહેવાય. શરદી-ઉધરસમાં તુલસી-સૂંઠનો ઉકાળો લઈએ જ છીએ પણ હવે આપણી ધીરજ નથી રહેતી. દવા લઈએ. ડૉક્ટર સાત દિવસ દવા લેવાનું કહેશે દવા વગર પણ એટલા સમયમાં સારા થઈશું.

આપણે મોનોટોનસ ફૂડમાં આવી ગયા છીએ. બાજરી, જુવાર, જવ છોડી દીધાં છે. મગ ઉપરાંત બીજાં કઠોળ પણ ખાવાં જોઈએ. એકની એક વસ્તુઓ જ નહીં ખાવાની. વૈવિધ્ય હોવું જોઈએ. ભોજનમાં સાતે કલર હોવા જોઈએ. શાંતિથી ખાવું જોઈએ. ખાતી વખતે મધુર વ્યવહાર કરવો જોઈએ, સામાન્ય વાતો કરવી જોઈએ અને ખાવામાં ધ્યાન હોવું જોઈએ. ખોરાકનો રસાસ્વાદ લેવો. લાળ ભોજન સાથે ભળી જાય, પછી પેટમાં ઊતરે આપણે તો wolfing styleમાં ખાઈએ છીએ. wolfing એટલે વરુ શિકાર કરે, પછી તેણે જલ્દી-જલ્દી ખાવું પડે, નહીં તો બીજું કોઈ આવીને ખાઈ જાય. મને ખબર નથી પડતી આપણને શેની ઉતાવળ છે? ખોરાકનું સન્માન કરવું જોઈએ. શાસ્ત્રમાં બે શબ્દો છે- ધ્યાય અને સાધના. આહાર સાધના છે.

એક વખત નારદજીને થયું કે હું ભગવાનનો શ્રેષ્ઠ ભક્ત છું. એવામાં વિષ્ણુ ભગવાન પ્રગટ થયા. ભગવાને નારદજીને કહ્યું, 'તમે શ્રેષ્ઠ શિષ્ય નથી. એક ખેડૂતને મળો.' નારદજી ત્યાં ગયા. છાનામાના તેની દિનચર્યા જોવા લાગ્યા. ખેડૂતે આખો દિવસ ખેતીનું કામ કર્યું. બપોરે ભગવાનનું નામ લઈ જમ્યો. સાંજે ઘરે આવી બળદ છોડ્યા. માબાપને પગે લાગ્યો. નારદજી તેની પાછળ તેના ઘરે આવ્યા. ખેડૂતે તેમને આવકાર્યા અને કહ્યું મને ખબર છે તમે સવારથી મારો પીછો કરો છો. હું જે કંઈ કરું છું તે પૂરી તન્મયતાથી કરું છું. મારી શ્રેષ્ઠ સાધના છે.

સ્વસ્થ રહેવા સાધના કરવી પડે. કોઈ વાતનો અતિરેક નહીં કરવો. આ ખાઈશ તો પિત્ત થશે અને આ ખાઈશ તો કફ થશે એવું વિચારીને નહીં ખાવાનું

આહારમાં ૧/૩ ઘન, ૧/૩ પ્રવાહી પદાર્થ લેવા અને ૧/૩ પેટ ખાલી રાખવું.

વિહાર : આપણી દૈનિક રહેણીકરણી, રોજિંદી પ્રવૃત્તિઓ વિષયક નિયમો દિનચર્યા કહેવાય છે. સ્વાસ્થ્ય રક્ષા માટે આ નિયમોનું પાલન આવશ્યક છે.

- પ્રાતઃ કાળે બ્રાહ્મમુહૂર્તમાં જ પથારી છોડી દેવી. સૂર્યોદય પૂર્વે વાતાવરણમાં ઓઝોન વાયુ વધુ પ્રમાણમાં હોય છે, જે વ્યક્તિના આરોગ્ય માટે મહત્ત્વપૂર્ણ છે, વળી, વહેલાં ઊઠવાથી વ્યાયામ વગેરે માટે પૂરતો સમય મળી રહે છે.
- કેવી રીતે દાંત સાફ કરવા, કેવી રીતે નહાવું તેના નિયમ છે.
- શાસ્ત્રોમાં કહ્યું છે તેમ સદ્વ્યવહાર કરવો.
- પરમાર્થનાં કાર્યો કરવાં.
- બીજાને ઉપયોગી થવાના વિચાર કરવા.

ત્રિગુણ : સત્ત્વ, રજસ અને તમસ. આપણે રાજસિક, તામસિકમાંથી સાત્ત્વિક થઈ શકીએ.

- જ્ઞાનવૃદ્ધ સાથે સત્સંગ.
- ગુરુ-વડીલ નું સન્માન.
- પરિવારનું ધ્યાન.
- રાષ્ટ્ર માટે ઉપયોગી થવું.

આનાથી સત્ત્વગુણની વૃદ્ધિ થાય.

- તામસિક આહાર ન લેવો.
- વધારે પડતાં મરી-મસાલા, મીઠું, ખાંડ ન ખાવા.
- માંસાહાર ન કરવો.
- ઘી લેવું. આપણે પરંપરાગત ઘી બનાવીએ છીએ તે લેવાથી કોલેસ્ટ્રોલ વધતું નથી.
- અંકુરિત કઠોળ ખાવા. જેમાંથી વિટામિન B મળે છે. સારાં ચઢાવીને - વઘારીને ખાઈ શકાય. કાચાં કઠોળ ન ખાવાં.

બ્રહ્મચર્ય : બ્રહ્મચર્ય એટલે સ્ત્રી-પુરુષ વચ્ચે સંબંધ ના હોવો જોઈએ એ આધ્યાત્મિક પ્રગતિ માટે છે. સામાન્ય ભાષામાં

- ઈન્દ્રિયોનો અતિરેક ના કરવો.
- જીભનો અતિરેક ના કરવો.
- જોરથી સંગીત ના સાંભળવું.
- ઈન્દ્રિયોનો સંતુલિત ઉપયોગ કરવો.

નિદ્રા : આપણે એવું વિચારીએ છીએ કે આપણે જીવનનો ૧/૩ ભાગ નિદ્રામાં વેડફીએ છીએ, પણ એ ખોટું છે. ઓછી ઊંઘ ને કારણે જ ટેન્શન, ડાયાબિટીસ વધ્યાં છે. રાત્રિ નિદ્રા માટે છે. દિવસ કામ માટે છે. શરીર માટે પૂરી નિદ્રા લેવી આવશ્યક છે. વાત પ્રકૃતિ માટે ૭-૮, પિત્ત પ્રકૃતિ માટે ૭-૮ કલાકની નિદ્રા જરૂરી છે. કફ પ્રકૃતિના લોકોએ ઓછું સૂવું જોઈએ.

- દિવસે ન સૂવું. દિવસે સૂવાથી confuse state રહે. ચા પીવી પડે પછી તાજગી આવે.
- રાત્રે દ્વિતીય પ્રહરમાં સૂવું. ૧૦-૩૦થી મોડું ન સૂવું જેથી ૭-૮ કલાકની ઊંઘ મળે.

આયુર્વેદનું ક્ષેત્ર હિતાયુ-સુખાયુ માટે, અહિતાયુ - દુખાયુ ન થવા માટે છે.

આપણું શરીર પંચમહાભૂતમાંથી બનેલું છે. આપણે સમગ્ર યુનિવર્સ સાથે જોડાયેલા છીએ. યુનિવર્સમાં છે તે આપણામાં છે. જો એ હકારાત્મક છે તો સ્વસ્થ છીએ. તે માટે સામાજિક પ્રતિબદ્ધતા પૂરી કરવી. વિશ્વના બધા resourses પર બધાંનો અધિકાર છે, એમાં જ હિતાયુ જોડાયેલું છે. આપણે નાના-નાના પ્રાણીઓનું ધ્યાન રાખીએ છીએ. માણસ બીમાર પડે તો તેને માનસિક સપોર્ટ મળે તેને હિતાયુ કહેવાય. અમેરિકામાં લગ્ન પછી થોડા જ સમયમાં ડિવોર્સ થઈ જાય. ઘરમાં કોઈ વાત કરનારું હોતું નથી.

સુખાયુ એટલે સુખપૂર્વક જીવવું. મનથી સ્વસ્થ, પ્રસન્ન હોઈએ તે સુખાયુ. આયુર્વેદ પ્રમાણે વિદેશમાં વિશ્વના *resources* વધારે વપરાય છે, માટે ત્યાં કચરાપાત્ર પણ મોટાં-મોટાં હોય છે અને રોજ ભરાઈ જાય છે. આપણે પ્રકૃતિ તરફ ધ્યાન આપવું જ પડશે. આપણી સંસ્કૃતિ પર ધ્યાન આપવું પડશે.

સ્વાસ્થ્ય આપણી પોતાની જવાબદારી છે, ચિકિત્સકની નહીં.

આયુર્વેદ ભારતનું જીવનવિજ્ઞાન છે, એને સમજીએ. આપણે સ્વસ્થ તો પરિવાર સ્વસ્થ તો રાષ્ટ્ર સ્વસ્થ.

ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ

સિદ્ધિઓ અને દૂરદર્શિતા

અરુણ ઓઝા

એક મહાપુરુષ સ્વામી શિવાનંદજીએ 'દિવ્ય જીવન'નો રાહ કંડારવા વિચારોનાં બીજ કેટલાક મહાનુભાવોના મનમાં રોપ્યાં. સત્સંગ, જપના માધ્યમથી એ સમૂહના મનમાં સ્વામીજીના વિચારો દઢિભૂત કરવાનું કાર્ય થયું અને તેના પરિપાકરૂપે દિવ્ય જીવન સંઘની સ્થાપના થઈ. આમ, એક વ્યક્તિએ શરૂ કરેલ કાર્ય, વિશ્વમાં વટવૃક્ષની ડાળીઓની જેમ તેની શાખાઓ ફેલાઈ. આજે તો આપણે એકલા નથી અને એક મોટો સમૂહ આપણી સાથે છે ત્યારે ગુજરાતમાં દિવ્ય જીવન સંઘનું કાર્ય વિસ્તારવું અત્યંત જરૂરી છે. સિનેમા-ક્રિકેટના કારણે યુવા વર્ગને ભ્રમિત-દિશાશૂન્ય બનાવવાની પેરવીમાં વિદેશી તાકાતો ઘણા અંશે સફળ થયેલ છે. યોગપુરુષ પૂજ્ય સ્વામી શિવાનંદજીએ યુવાનોને અને તેમાંય ખાસ કરીને વિદ્યાર્થીઓને પ્રેરણા આપતાં પુસ્તકો લખ્યાં છે અને તે દ્વારા દિવ્યતા કેવી રીતે પ્રાપ્ત કરવી તેના પ્રેરક સંદેશાઓ આપ્યા છે. તેઓએ પોતાના જીવન દ્વારા અનેક વ્યક્તિઓને તેના પાઠ ભણાવ્યા છે. આ શૃંખલામાં અનેક મહાન સંતો થઈ ગયા અને આજે પણ તેઓની પરંપરાને અનુસરતા સંતો વિદ્યમાન છે. એક વ્યક્તિ અનેક વ્યક્તિઓના જીવનને પ્રેરણા આપી શકે છે અને તે દ્વારા સમાજજીવન ઉપર હકારાત્મક પ્રેરક અસર પાડી શકે છે અને તેનું આ ૨૦મી સદીમાં ઉત્કૃષ્ટ ઉદાહરણ એટલે પૂજ્ય સ્વામી શિવાનંદજી અને તેઓ દ્વારા દીક્ષિત સંતવૃંદ, જેમાં પ.પૂ. સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજનો પણ સંઘની પ્રવૃત્તિઓનો વિશ્વસ્તરે વ્યાપ કરવામાં સિંહફાળો રહ્યો છે. સદ્કાર્યના વિસ્તારની પ્રક્રિયા લાંબી હોવાથી ધીરજ માગી લે તેવી છે. તેથી તે કાર્ય માટે શિસ્ત સંયમ, નિષ્ઠા અને પ્રામાણિક્તા હોવી અનિવાર્ય છે. વધુમાં સંગઠનના સૂત્રમાં માળાના મણકાની ભૂમિકા અદા કરવાની ભાવના અને તે માટે ખપી જવાની તૈયારી હોવી અનિવાર્ય છે.

સંગઠનના નિર્માણ અને વ્યાપ માટે કેટલાક સામૂહિક અને વ્યક્તિગત ગુણો હોવા જરૂરી છે. વ્યક્તિઓનો સમૂહ જ સંગઠન ગણાય અને માટે જ સૌપ્રથમ વ્યક્તિમાં સમૂહમાં કામ કરવાની ભાવના, ધીરજ, નિષ્ઠા, વિશ્વાસ, દઢ સંકલ્પશક્તિ અને કર્મકુશળતા જેવા ગુણો હોવા જરૂરી છે. આપણી પાસે સંતો, યુગપુરુષો તેમજ વડવાઓએ કંડારી આપેલો સાંસ્કૃતિક વારસો તો છે જ તે વારસામાં યથાશક્તિ આપણા ફાળાનું પ્રદાન કરી નવી પેઢીને આપીને જવાનું છે તેવો વિચાર જો દઢિભૂત થાય તો જ આપણે કોઈ આગવી ભૂમિકા પ્રદાન કરી શકવા સક્ષમ બની શકીએ.

ભારત જ એક એવો દેશ છે કે જેણે માનવજીવનને સ્પર્શતા તમામ વિષયોમાં આગવું પ્રદાન કર્યું છે, જેના પરિણામે વિશ્વકક્ષાના ચિંતકો, વૈજ્ઞાનિકો, દાર્શનિકો અને રાજકારણીઓએ ખૂબ જ તર્કસાથે ભારત પાસે ખૂબ જ અપેક્ષાઓ વ્યક્ત કરી છે.

વીલ ડુરાન્ટે (અમેરિકન ઈતિહાસકાર) જણાવ્યું છે કે, "ભારત સમગ્ર માનવજાતની માતૃભૂમિ, સમગ્ર યુરોપિયન ભાષાઓની જન્મદાત્રી, આપણી ફિલસૂફી તેમજ મહદ્અંશે આપણા ગણિતશાસ્ત્રની પણ જન્મદાત્રી રહી છે. ખ્રિસ્તી ધર્મમાં સમાવિષ્ટ આદર્શો તેમજ આત્મનિયમન અને લોકશાહીની પણ જન્મભૂમિ-અનેકવિધ રીતે ભારતમાતા જ આપણી સૌની જનની રહી છે."

આલ્બર્ટ આઈન્સ્ટાઈન જેવા વૈજ્ઞાનિકે જણાવ્યું છે કે, "આપણે ભારતના સદાકાળ ઋણી રહીશું, જેણે આપણને ગણનપદ્ધતિ શીખવી, જેના વિના કોઈ પણ વૈજ્ઞાનિક શોધ શક્ય બની ન હોત."

માર્ક ટ્વીન જેવા ફિલોસોફરે જણાવ્યું છે કે, "ભારત ભૂમિ માનવજાતનું પારણું, માનવવાણીની જન્મભૂમિ, ઈતિહાસની જન્મદાત્રી, વૃત્તાંતવૃતની માતાવહી અને પરંપરાની પ્રમાતામહી રહી છે. માનવ ઈતિહાસની આપણી સૌથી અમૂલ્ય અને રચનાત્મક સંપદા કેવળ ભારતમાં જ સચવાઈ છે.

ભારતના અધ્યાત્મવાદને વહેલા મોડાં વિજ્ઞાન તરીકે સ્વીકાર્ય કર્યા સિવાય છૂટકો નથી તેમ પણ વૈજ્ઞાનિકોનું માનવું છે. ઉપર પ્રમાણે ઉદ્ગારો જોતાં આપણી અનેક રીતે જવાબદારી વધી જાય છે. એક વાત સ્પષ્ટ છે કે આપણે મહાપુરુષોએ બતાવેલ રસ્તે ચાલવું જ પડશે અને આપણા માટે એ વાત સારી છે કે આપણે દિવ્ય જીવન જેવા સંગઠન સાથે સંકળાવવાનો મોકો મળ્યો છે અને તેના કારણે એક સૂત્ર મનમાં ગૂંજતું કરવું જ પડશે તે એટલે

Let us come together Let us think together And Let us start work together

ગુજરાતમાં આપણે વનવાસી આદિવાસી વિસ્તારમાં સવા લાખ ઉપરાંત નોટબુકોનું વિતરણ કરીએ છીએ તેમજ શિવાનંદ સાહિત્ય પણ પ્રસિદ્ધ કરીએ છીએ. દિવ્ય જીવન માસિક, જેને આર્થિક રીતે પગભર કરી શક્યા છીએ અને નિયમિત રીતે પ્રસિદ્ધ થાય છે. પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ તેમજ અન્ય ટ્રસ્ટીઓ ગુજરાતમાં પ્રવાસ કરી કાર્યકરોનો સંપર્ક કરે છે.

શ્રીમદ સ્વામી ચિંદાનંદજી જન્મ શતાબ્દિ વર્ષ સપ્ટેમ્બર ૨૦૧૫ થી શરૂ થાય છે અને આખા વર્ષ દરમ્યાન વિવિધ કાર્યક્રમો, દરેક શાખામાં સ્વામી ચિંદાનંદ સ્મૃતિ વ્યાખ્યાન યોજાય તેમજ અમદાવાદ શિવાનંદ આશ્રમ ખાતે બનનાર યોગ ભવનના નિર્માણમાં સમાજના દરેક સ્તરના લોકોનો સહયોગ મેળવવા પણ પ્રયાસ કરવા રહ્યા.

દિવ્ય જીવન સંઘની શાખાઓને વધુ દઢિભૂત કરવાની જરૂર છે, જેમાં નિયમિત સત્સંગ તેમજ અમદાવાદ શાખામાં થતા વિવિધ કાર્યક્રમો, વ્યાખ્યાનમાળા, જેવા તેમજ વિદ્યાર્થીઓમાં સ્પર્ધાત્મક કાર્યક્રમો યોજવા જરૂરી છે. **"દિવ્ય જીવન"** માસિકના સભ્યો વધે તે માટે પણ સઘન પ્રયાસો કરવાની જરૂર છે. દરેક શાખાઓમાં સંગઠન મજબૂત થાય તો કાર્યની વહેંચણી સાથે મોટા પાયે અનેક કાર્યક્રમો યોજી શકાય. સંગઠનને મજબૂત કરવાની ભાવના દઢિભૂત થશે તો જ અહમ્, મોભો, મમતા, સંગઠન નિર્માણના કાર્યમાં વચ્ચે આવશે નહીં. સંગઠન માટે સુમેળ, સહઅસ્તિત્વનો સ્વીકાર, એકબીજા પ્રત્યે આદરની ભાવના, બીજાના વિચારો સાંભળવાની સક્ષમતા, સામૂહિક વિચાર, નિર્ણયનો આદર કરવાની ભાવના, કાર્યકુશળતા સતત વધારતા રહેવાની તત્પરતા, 'હું' નહીં પણ 'અમે'ની ભાવના, સહકાર્યકર દ્વારા થયેલ ભૂલ કે ક્ષતિને દરગુજર કરવાની તત્પરતા તેમજ કાર્યના વિસ્તારની પ્રક્રિયામાં સાધનશુદ્ધિનો આગ્રહ, શુદ્ધ આચરણ જેવા કેટલાક ગુણો અનિવાર્ય છે. આ જ આદર્શ **'દિવ્ય જીવન'** ગણાય.

સત્ર-૫ : પ્રવચન

વિષય : તણાવમુક્ત જીવન માટે યોગ

ડૉ.સી.નાગરાજ (લકુલીશ યોગ યુનિવર્સિટી)

હરિ : ૐ

હું અહીં યોગ અને તણાવમુક્ત જીવન વિશે કંઈક કહેવા આવ્યો છું. મારી આગળના પ્રવચનો સાંભળ્યા બાદ મને સાંભળવો એટલે સાગરમાંથી તળાવમાં તરવા જેવું લાગશે.

Stress(તણાવ) શું છે?

આ વિષયમાં બધાં નેગેટિવ વિચારે છે. તણાવ શરીરનાં સ્પંદન છે. કોઈ પરિસ્થિતિમાં શરીર-મન જે પ્રતિભાવ આપે તેને Stress કહે છે. સ્ટ્રેસ પોઝીટીવ પણ હોય, નેગેટિવ પણ હોય. પોઝિટિવ સ્ટ્રેસને Usestress કહે છે અને નેગેટિવ સ્ટ્રેસને Disstress કહે છે.

આપણી પાછળ કૂતરો પડ્યો છે. હવે આપણી પાસે બે વિકલ્પ છે. ભાગી જવું અથવા સામનો કરવો. કૂતરો આપણી શક્તિ કરતાં વધારે સામર્થ્યવાન હશે તો આપણે ભાગી જઈશું, નહીં તો સામનો કરીશું. ભાગવા માટે શક્તિ જોઈએ. ભાગવાનો વિચાર આવતાં જ કેમિકલ રિએકશન ચેઈન્જ થઈ જશે, શક્તિ જાગ્રત પણ આ પરિસ્થિતિ થોડા સમય માટે હોય તો બરાબર છે. પણ લાંબો સમય ચાલે તો *disstress* કહેવાય. પ્રાણનો સપ્લાય ઓછો થશે. બ્લડ સપ્લાય ઓછો થશે. જ્યાં જરૂર છે ત્યાં શક્તિ અને લોહીનું પરિભ્રમણ થશે. વધારે સમય તણાવ ચાલે તો લોહીની નળીઓ પર દબાવ આવે છે. તેની સ્થિતિસ્થાયક્તા ઘટી જાય છે. હૃદયના ધબકાર વધી જાય છે જેને disstress કહે છે. આ વૈજ્ઞાનિક વિચારધારા છે.

યોગ શું કહે છે?

તણાવ મનનો વેગ છે, મનની અનિયંત્રિત ગતિ છે. મન શરીરની ક્ષમતા કરતાં આગળ ભાગવા લાગે તેને તણાવ કહે છે.

શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતામાં શરૂઆત જ 'અર્જુન વિષાદયોગ' - તનાવથી થાય છે. ત્યાં અર્જુનનાં જે ચિહ્નો બતાવે છે–

- મારા હાથમાંથી ગાંડીવ પડી જાય છે.
- મારી ચામડી બળી રહી છે.
- મારું મન ભમે છે.
- હું ઊભો રહેવાને પણ સમર્થ નથી.
- મારું મોં સુકાઈ રહ્યું છે.
- મારા શરીરમાં કંપ અને રોમાંચ થઈ રહ્યો છે.

આ બધાં લક્ષણો તણાવના છે, મનની ચંચળતા વધી જાય, તે તણાવ.

ભારતીય વિજ્ઞાનમાં શરીરને અલગ દૃષ્ટિથી જોઈએ છીએ. જીવનના પાંચ કોશ છે.

- અન્નમય કોશ
- પ્રાણમય કોશ
- મનોમય કોશ
- વિજ્ઞાનમય કોશ
- આનંદમય કોશ.

જીવનના આ પાંચ અલગ-અલગ કોશ હોવા છતાં એક જ છે, જેનું પ્રગટીકરણ શરીરમાં થાય છે, જે મન સાથે પણ જોડાયેલું છે. મન વિચલિત થાય તો પ્રાણ વિચિલિત થાય તો શરીર અસ્વસ્થ થાય.

શરીર નળીઓનું બનેલું છે. લોહીની નળીઓ, જ્યાં શક્તિ કામ કરે છે. શ્વાસ લઈએ છીએ ત્યાં પાઈપ છે, ખાઈએ છીએ એ પણ પાઈપમાં થઈ પેટમાં ઊતરે છે શક્તિ જ્યાં પહોંચવી જોઈએ ત્યાં ના પહોંચે, વિઘ્નો આવે તો રોગ આવે. ડિપ્રેશનમાં કેટલું ખાવું તે ખ્યાલ રહેતો નથી, હૃદયમાં તકલીફ થાય તો હાર્ટએટેક આવે. સ્વભાવિક રીતે જ્યાં પાણી ના પહોંચે ત્યાં સુકાઈ જાય.

શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતામાં એક શ્લોક છેઃ

ક્રોદાભ્દ્રવતિ સમ્મોહઃ સમ્મોહાત્સ્મૃતિવિભ્રમઃ ॥
સ્મૃતિભ્રંશાદ્ બુદ્ધિનાશો બુદ્ધિનાશત્પ્રણશ્યતિ ॥

(ગીતા ૨ : ૬૩)

કોઈ એક વિષય પર વધારે વિચારવાથી રાગ

થાય, આકાંક્ષા વધે, મેળવવાની ઈચ્છા થાય, પ્રાપ્તિ ન થાય તો ગુસ્સો આવે. ક્રોધમાંથી સંમોહ થાય, શું સાચું-શું ખોટું તેનો ખ્યાલ ના રહે, સ્મૃતિભ્રમ થાય, બુદ્ધિનો નાશ થાય, વિવેક-બુદ્ધિ ખલાસ થઈ જાય છે.

શરીરના સામર્થ્ય કરતાં મન આગળ ભાગે તેને તણાવ કહેવાય. દરેક વ્યક્તિ પાસે પોતાના તણાવને મેનેજ કરવાનો રસ્તો હોય છે. પણ તણાવ શું છે, તે સમજ પડે તો રસ્તો નીકળે છે.

આપણે ચિંતામાં રહીએ, નિરાશ રહીએ, ઉશ્કેરાટ, ગુસ્સો આવે, ભૂખ ના લાગે, ઊંઘ ના આવે, વિના કારણ રડવું આવે, આવાં ઘણાં લક્ષણો તણાવનાં છે. તણાવનું સ્વરૂપ શોધી કાઢો, તે કેમ થાય છે તે શોધી કાઢો. તેના માટે એક નાની book maintain કરી શકીએ. ગુસ્સો કેમ આવે છે તે લખો. દસ દિવસ પછી ખ્યાલ આવશે કે મને કેમ ગુસ્સો આવે છે. એ ગુસ્સો આપણે કોઈના પર કાઢીએ છીએ, મારીએ છીએ, દબાવીએ છીએ કે પછી જગ્યા છોડી દઈએ છીએ. જો હું દુઃખી હોઉં તો કેમ છું? કોઈ ગમતી વ્યક્તિ કે વસ્તુ ગુમાવી દઈએ કે ખોવાઈ જાય તો release કરવા આલ્કોહોલ, સિગારેટ, પાન-મસાલા ખાઈએ છીએ. આલ્કોહોલ તમારા સવાલનો જવાબ નથી. આપણો response healthy હોવો જોઈએ, તો જ મનની ચંચળતા દૂર કરી શકાય.

માટે જ મહર્ષિ પતંજલિએ કહ્યું છે -

યોગશ્ચિત્ત વૃત્તિ નિરોધઃ।

શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતામાં કહ્યું છે -

યોગઃ કર્મસુ કૌશલમ્।

આપણે આપણા વિજ્ઞાનને તત્ત્વજ્ઞાનના રૂપમાં જોવા ઈચ્છીએ છીએ.

યોગની શરૂઆત જ યમ-નિયમથી થાય છે.

યમ	નિયમ
-અહિંસા	-શૌચ
-સત્ય	-સંતોષ
-અસ્તેય	-તપ
-બ્રહ્મચર્ય	-સ્વાધ્યાય
-અપરિગ્રહ	-ઈશ્વરપ્રણિધાન

અહિંસા : કોઈને દુઃખ નહીં પહોચાડવું, હાનિ નહીં પહોચાડવી. આપણે બધા ગૌતમ બુદ્ધ ના થઈ શકીએ પરંતુ ઘરમાં પત્નીને, બાળકોને, કાર્યક્ષેત્રમાં અન્યને દુઃખ ના પહોંચાડીએ.

સત્ય : જૂઠું નહીં બોલવું. આ મુશ્કેલ છે, પણ જ્યાં જરૂર નથી ત્યાં જૂઠું નહીં બોલવું. એક ગાય પાછળ કસાઈ દોડતો હતો. ગાય સંત પાસેથી પસાર થઈ ગઈ, પાછળ કસાઈ આવ્યો. તેણે સંતને પૂછયું, 'તમે ગાય જોઈ?' સંતે થોડો વિચાર કર્યો, થોડી પોતાની જગ્યા બદલી અને કહ્યું 'જ્યારથી હું આ સ્થિતિમાં બેઠો છું ત્યારથી મેં કંઈ નથી જોયું.' જે કામ આપણા માટે અશક્ય છે તેમાં પણ આપણે હા કહીશું તો તણાવ વધશે, પછી જૂઠું બોલવા પ્રેરશે.

અસ્તેય : ચોરી નહીં કરવી. અહીં માત્ર સ્થૂળ વસ્તુની વાત નથી, કોઈના વિચારો ચોરી કરવા એ પણ સ્તેય છે. વ્યાસજીએ હંમેશા કહયું છે, 'ભગવાન ઉવાચ'. 'હું નથી કહેતો, ભગવાનના વિચારોને ટપકાવું છું.

અપરિગ્રહ : બહુ વસ્તુઓ ભેગી નહીં કરવી. આપણે જેને યોગ્ય નથી તે પણ ભેગું નહીં કરવું. બહુ ભેગું કરીશું તો તેને સાચવવાની ચિંતા વધે છે. પાપ-પુણ્યનો પરિગ્રહ પણ નહીં કરવો.

બ્રહ્મચર્ય : સંવેદનશીલ વિષય છે. વિદ્યાર્થી સાધક છે. એક લક્ષ્ય ઉપરથી બીજા લક્ષ્ય તરફ આકર્ષિત થઈ જશે તો મૂળ લક્ષ્ય હટી જાય છે. સાધના પૂર્ણ ના થાય ત્યાં સુધી આનાથી બચવું જોઈએ.

શૌચ : આપણે અંદર-બહારની સ્વચ્છતા જાળવવી જોઈએ.

સંતોષ : જે છે તેમાં ખુશ રહો. પરીક્ષામાં એક વિદ્યાર્થીને ૮૯% આવ્યા તો celebration થયું, પેંડા વહેંચાયા. તેનાથી બે ઘર છોડીને જ એક ઘરમાં બેસણા જેવો માતમ ફેલાયેલો હતો, કારણ કે વિદ્યાર્થીને ૯૭% આવ્યા હતા.. અપેક્ષા તેનાથી વધારેની હતી.

- જે ચીજથી તણાવ થાય તેને avoid કરો. જે વિષયની ચર્ચાથી તણાવ થાય, તે ચર્ચા ના કરો.

- પરિસ્થિતિને બદલવાની કોશિશ કરવી જોઈએ. દરેક ચીજમાં નેગેવીટી શોધવાને બદલે પોઝિટિવ જોતા શીખીએ.

- સ્વીકારભાવ. જે ચીજ બદલી શકીએ તેમ નથી, તેનો સ્વીકાર કરતાં શીખીએ. હંમેશા આપણે *perfect*ના હોઈ શકીએ. ભૂલો થાય છે, તે સ્વીકારવી જોઈએ, પણ જાણી જોઈને ભૂલ નહીં કરવી.

- compromising (સમજૂતી) સ્વભાવ હોવો જોઈએ .

- Adopt : કોઈને ના બદલી શકીએ તો પોતે તો બદલાઈ શકીએ ને?

- સાક્ષીભાવે કામ કરતા શીખીએ. તમને કોઈ કારણસર લઢ પડી તો તે તમારા રોલ સાથે સંબંધિત છે, વ્યક્તિ સાથે નહીં.

- લાંબો રસ્તો છે, ચાલવાનું છે, ચંપલ નથી. બે વિકલ્પ છે - કાર્પેટ પાથરો કે ચંપલ પહેરી લો ચંપલ પહેરવાં સહેલાં છે.

- દરેક સ્તરે સુધારણા (correction) જરૂરી છે. તણાવશક્તિને અવરોધે છે.

- આસનથી શરીર સ્વસ્થ રહે છે.

- આહાર નિયંત્રણ જરૂરી છે.

- ઈન્દ્રિયો વિષયો પાછળ દોડે છે, તેનું નિયંત્રણ જરૂરી છે.

- મનનું ભૌતિક અસ્તિત્વ નથી પણ શરીરમાં રહે છે. ત્યાં સુધી પહોંચવા શ્વાસની ક્રિયા પર નિયંત્રણ જરૂરી છે. પ્રાણાયામથી મનની સ્થિરતા પ્રાપ્ત થાય છે. જાગ્રત રહેવાનું છે.

- મનને જબરદસ્તી એક ચીજ પર કેન્દ્રિત કરવું, ધારણા છે.

- મનને એક દિશામાં કેન્દ્રિત કરવું ધ્યાન છે. ધ્યાન કરવાનું નથી, થઈ જાય છે.

આ મનની ચંચળતાને ઓછી કરવાની પદ્ધતિઓ છે, જેથી શરીર સ્વસ્થ રહેશે, તણાવમુક્ત થવાશે.

સત્ર-૬ : પ્રવચન

વિષય : દિવ્ય જીવનની શોધમાં

- શ્રી ભાગ્યેશ જહા, IAS-Retd.

મારા કાવ્યસંગ્રહમાં મેં લખ્યું છે - આ જગતમાં બે જ ગામ જોવા જેવાં છે -

મહેસાણા (મેં શાણા)
યુગાન્ડા (યુ ગાન્ડા)

હું હંમેશાં કહું છું -

ગુજરાતી મારી મા છે
હિન્દી મારી માસી
સંસ્કૃત મારી નાની
અંગ્રેજી મારી સુંદર પડોશી વિદૂષી નારી છે.
હું તેના પ્રેમમાં છું.

પૂ. સ્વામીજીની હાજરીમાં મારે 'દિવ્ય જીવન' વિશે બોલવાનું અનધિકાર ચેષ્ટા જેવું લાગે છે.

હું શિક્ષકનો પુત્ર. નાગર પરિવારમાં જન્મેલો. વાસુદેવ જહા મારા પિતા. નોકરી કરી. વોશિંગ્ટન-ઈંગ્લેન્ડ જઈને ભણ્યો. બધેથી કશું પ્રાપ્ત કર્યું. આપણે શોધમાં છીએ. શોધની પૂર્વશરત છે -

'હું જ મારી એકલી સરકાર છું.'

ગઈ કાલે ગુજરાતનો પ્રાગટ્ય દિવસ ઊજવાયો. તું સોમનાથનું બીલીપત્ર, તું દ્વારકેશનું ચંદન અભિનંદન...... ગુજરાત તને અભિનંદન.

આપણું જીવન શોધ છે. દિવ્ય જીવનની શોધ. જન્મ્યા ત્યારથી આપણે સતત શોધમાં છીએ. મોટા ભાગે લોકો મૃત્યુની શોધમાં છે. કોઈને અધ્યાત્મનો તણખો લાગી ગયો, સદ્‌ગુરુ મળી ગયા, તેને માર્ગ મળી ગયો.

'પહાડોથી પછડાતા રાતા છાંટા
કિનારા ના સૂકા કાંઠા
નદી નામનો ફાંટો
આ જન્મારો અમને આમ તો લાગ્યો આંટો'

ધ્યેય વગરનું જીવન આંટા સમાન છે.

હમણાં ગયા અઠવાડિયે કરા પડ્યા. આંધી તોફાન આવ્યું. ખૂબ વરસાદ પડ્યો. એક યુવાન દુકાનમાં આવ્યો અને બે પિત્ઝાનો ઓર્ડર આપ્યો.

દુકાનદારે વિચાર્યું આટલા વરસાદમાં-તોફાનમાં આ યુવાન કેમ ઘરની બહાર નીકળ્યો હશે? દુકાનદારે યુવાનને પૂછ્યું, 'તું પરણેલો છે?' યુવાને જવાબ આપ્યો, 'ડફોળ, તને ખબર નથી પડતી! મા આટલા તોફાનમાં મોકલે?'

સુખ-દુઃખ આપણા ઉપાસ્ય દેવ નથી. આપણે આનંદની શોધમાં છીએ. આનંદનો વિરોધાભાષી શબ્દ નથી.

'એમણે કીધું દિશાઓ અંધ છે
ને તમે માની લીધું કે બારણાઓ બંધ છે.
પણ અમે તો જીવતા સંબંધમાં ને શોધમાં સહેજ અંદર ઊતર્યાને જે ફીણાયું'
તે બધું અકબંધ છે.
એ જ રાધા, એ જ મુરલી, એ જ પીંછું મોરનું,
આપણે જે વાંચતા તે આ જ દશમો સ્કંધ છે,

પૂ. સ્વામીજી એક વાર અમારી કોલેજમાં પધારેલા. તેમાં પ્રવચનમાં તેમણે અમને કહ્યું હતું, 'you are unique'. એ વાક્ય પર ચાલીસ વર્ષ નીકળી ગયાં. મને 'ગોડ-પાર્ટિકલ' મળી ગયેલો.

'મેં સુણ્યા છે, ધણધણ થતા યુદ્ધના શંખનાદોને લૂછ્યા છે રુધિર દડતા, ઘાવ ધૂણા ભરેલા, ઝેરીલા કંઈ પવન સહીને સાચવ્યા શબ્દચિત્તે, તેથી આજે ફરફર થતી, જો ધજા શબ્દની આ!'

જીવન એટલે શું ? જન્મ-મરણ વચ્ચેનો ગાળો? હું આ જગતમાં નહોતો ત્યારે અવ્યક્ત હતો, કાલે હું નહીં હોઉં ત્યારે અવ્યક્ત હોઈશ. આજે હું અભિવ્યક્ત છું, માટે વ્યક્તિ છું. શું નામ-જાત આપણી અભિવ્યક્તિ છે કે પછી હું વૈશ્વિક ચેતનાનો અંશ છું, એ સાચી ઓળખાણ છે?

દિવ્ય જીવન પ્રાપ્ત કરવામાં નડતરરૂપ છે -
- Ego
- Jealousy

પુષ્પ ખીલે છે એનો અર્થ એમ કે ભગવાને હજી માણસ જાતમાંથી શ્રદ્ધા ગુમાવી નથી.

કવિનો સ્થાયી ભાવ ઈર્ષ્યાનો છે. એક કવિ બીજા કવિની કવિતા ન સાંભળે. એક ભાઈ સાઈકલ પર બેસી બીજી વ્યક્તિની પાછળ પડ્યા. ટ્રાફિકના નિયમો તોડીને ભાગતા હતા. પોલીસે પકડ્યા : તેણે કહ્યું, 'પેલા આગળ રિક્ષામાં જાય છે તે ભાઈને પકડો.' પોલીસે પૂછ્યું, 'કેમ?' ભાઈએ કહયું, 'મેં એની કવિતા સાંભળી. હવે મારે એને કવિતા સંભળાવવાનો વારો આવ્યો તો એ ભાગી ગયો.' પોલીસે રિક્ષામાં બેઠેલા ભાઈને પકડ્યા અને પૂછયું, 'તમે એની કવિતા સાંભળવાને બદલે કેમ ભાગ્યા?' પેલા ભાઈએ કહ્યું, 'કંઈ નિયમ બનાવો. મેં એને માત્ર આઠ લીટીની કવિતા સંભળાવી અને એ મને બત્રીસ લીટીની કવિતા સંભળાવવા માંગે છે.'

Ego બાધારૂપ છે. પ્રોટોકોલ એ ખોટો કોલ છે. બહેનોને સાસુનો કેવો અનુભવ છે એ મને ખબર નથી, પણ જો તમને તમારી કેરિયરમાં એકાદ ખરાબ બોસ મળી જાય તો તમારે કોઈ સાસુની જરૂર નહીં. તેમને એવું ઈન્જેકશન મારવામાં આવ્યું હોય છે કે પોતાના હાથ નીચેનાના અવગુણ, ભૂલો જ દેખાય. એની શોધ એ જ હોય-

પોતાની સાચી ઓળખાણ છે -
अहं ब्रह्मास्मि।

કોઈ સાહેબ પોતાની સિનીયોરીટી બતાવે ત્યારે હું માળા શરૂ કરી દઉં -अहं ब्रह्मास्मि । આ મારો જીવનમંત્ર છે.

એક વાર ઈલેક્શન કમિશ્નર બેસ્ટ બેકરી પાસે આવીને ઊભા રહ્યા. મને સાઈઠ પત્રકારોના દેખતાં કહ્યું - 'you are idiot.' રાત્રે હું ઘેર પહોંચ્યો. મારા પત્ની રડતાં હતાં. એ કહે, 'આવી બદનામી સાથે નોકરી કરવાની?' મારા પિતાએ મને કહ્યું, 'હું એક શિક્ષક છું. તું બધું છોડી દે. પૂજાના રૂમમાં જા. દીવો કર. ગીતાના બીજા અધ્યાયનું પારાયણ કર પછી સૂઈ જા, જેમાં સ્થિતપ્રજ્ઞનાં લક્ષણો વર્ણવ્યાં છે. રાત્રે મેં અગાશીમાં લટાર મારી . સામેના ઘરમાં જેમણે મારું અપમાન કર્યું હતું તે સૂતાં હતાં તેમને જોઈને મારા અંતરમાંથી પોકાર ઊઠ્યો -

તું હળાહળ ઝેર છે
તો હું અહીં નીલકંઠ છું.
તું હશે તરસ્યા પેટનો

હું પીધેલા પ્રેમથી તૃપ્ત છું.

શોધમાં બે વાત અગત્યની છે. તમે આધ્યાત્મિક ગતિ પર છો પણ વધારે પડતો વિશ્વાસ હોય તો ગતિ રુંધાઈ જશે. સંદેહ તો હોવો જ જોઈએ. તો જ નિત નવા પ્રશ્નો ઉઠશે અને તેના ઉત્તરો મળશે, જ્ઞાન વધશે.

દિવ્ય જીવનમાં Egoનો નાશ કરવાનો છે. એ ઓગળી જાય એવા પ્રયત્ન કરવાના છે. જીવનમાં નડતો કોઈ અવરોધ હોય તો તે પ્રોફેશનલ Jealousy છે.

ક્યારેય કોઈનો પ્રેમ ઓછો નથી હોતો
કદાચ આપણી અપેક્ષા જ વધારે છે.
ઈર્ષ્યામાંથી મુક્ત થવાનો જીવન મંત્ર છે –
તત્ત્વમસિ।

કોઈને કંઈ સારું મળ્યું તે હું જ છું. તે મારો ભાઈ છે એ તો બીજી અવસ્થા છે, પણ હું તે જ છું તે ભાવ. ઘણા લોકોને તો એવી મગરૂરી આવી જાય છે કે આ જગતમાં હું આપવા જ આવ્યો છું. હું જે આનંદમાં રહી શકું છું તેને તમે disturb નહીં કરી શકો.

આપણે ત્યાં પ્રમોશનની વ્યાખ્યા છે. સરકાર મોટી ગાડી આપે, ડ્રાઈવર આપે, પટાવાળા આપે, પરંતુ એ પ્રમોશન નથી. આપણે ચેતનાનું પ્રમોશન કરવાનું છે. મોટી ખુરશી પર બેઠેલા હોય પણ મેન્ટાલિટી કારકુનની હોય.

હું અમેરિકા ભણવા ગયો. આપણે ત્યાં ઓષ્ટ્ય, દંત્ય, મૂર્ધન્ય ઉચ્ચારણો છે, પણ કોઈ અંગ્રેજીમાં બોલશે તો આપણે impress થઈ જઈએ. આ આપણી માનસિકતા છે. આપણે jealousy નો સામનો કરવો અતિમુશ્કેલ છે. 'ગોડ પાર્ટિકલ' મળ્યો ત્યારે હું ખુશ થયો. હજી એ લોકો પાર્ટિકલમાં ગોડ શોધે છે. આપણે તો સર્વત્ર એનાં જ દર્શન કરીએ છીએ.

મને વિચાર આવે છે આપણા ઋષિ-મુનિઓ દિવ્ય તત્ત્વ સમજાવતા હશે ત્યારે implement કેવી રીતે કરતા હશે ? અત્યારે તો સ્માર્ટ ફોનથી implement કરી શકીએ. આજે તો લગ્ન ઉત્સુક છોકરીને પૂછીએ ને કે કેવો છોકરો જોઈએ ? તો કહેશે, 'છોકરો સાદો હશે તો ચાલશે, પણ ફોન સ્માર્ટ જોઈએ ?

આપણું જીવન વિભીષિકા છે. બધાંને પ્રશ્નો છે. બધાંને પોતાનું ટેન્શન હોય છે, જેમાં જીવનના તત્ત્વની શોધ સમાપ્ત થઈ જાય છે. યોગ એટલે માત્ર આસન અને પ્રાણાયામ જ નથી, પણ તેમાં અધ્યાત્મભાવ ભળવો જોઈએ. મેનેજમેન્ટની આખી થિયરી ગાયત્રીમંત્રમાં છે.

ૐ ભુર્ભુવઃ સ્વઃ । તત્સવિતુર્વરેણ્યં । ભર્ગો દેવસ્ય ધીમહિ । ધિયો યો નઃ પ્રચોદયાત્ ।।

આપણે સૂર્યદેવને પ્રાર્થના કરીએ છીએ, તમે તેજપુંજ છો. હું તમારો નાનો ભાઈ છું, મારી બુદ્ધિ તેજસ્વી બને જેથી લોકોને ખબર પડે કે હું તમારી ઉપાસના કરું છું.

આપણે યાત્રા ઉપર છીએ. વારંવાર તપાસ કરો – ગતિ બરાબર છે? જિજ્ઞાસા બરાબર છે?

કોઈ તમને વાતાવરણ આપી શકે, કોઈ માહિતી આપી શકે પણ પોતે જ કરવાનું છે. આ સાધના છે. આમાં કોઈ short cut નથી. આપણે ગીત સાંભળીએ છીએ – તું નહીં તો તેરી ફોટો કોપી ચલેગી. દિવ્યતાના પથ પર એવું નથી. મારે મારા ભગવાન સાથે વાત કરવાની છે. ભવ્ય થઈ શકાય, દિવ્ય થવા માટે ચમત્કૃતિ થવી જોઈએ. હંમેશા યાદ રાખીએ–

I belong to that cosmic power.

ૐ ન તત્ર સૂર્યો ભાતિ ન ચંદ્રતારકં નેમા વિદ્યુતો ભાન્તિ કુતોઽયમગ્નિઃ। તમેવ ભાન્તમનુભાતિ સર્વં તસ્ય ભાસા સર્વ મિદં વિભાતિ।।

તેની અનુભૂતિ એક વાર થાય પછી મંજિલની મજા તો છે જ પણ પડાવની પણ મજા આવશે. મંજિલ આ જન્મમાં જ મળી જાય એવું જરૂરી નથી.

ચિત્તોડગઢમાં મીરાંનું મંદિર છે. ત્યાં કૃષ્ણની મૂર્તિ નાની છે, મીરાંની મૂર્તિ મોટી છે. મેં કૃષ્ણને કહ્યું, 'હવે SMS કરવાનું બંધ કરો શ્યામ, હવે રૂબરૂમાં આવવાનું રાખો'.

આપણી યાત્રા અંતિમ ચરણમાં હોય ત્યારે નાનકડો સામાન પણ વધારે લાગે. બધું છોડી દેવું પડે, પછી ઈશ્વર રૂબરૂમાં આવે છે.

સતત એક જ ભાવમાં રહીએ કે હું દિવ્ય ભવ્ય તત્ત્વ છું, જેનાથી આ સૂર્યચંદ્ર ચાલે છે, જગત ચાલે છે. મારા પ્રાણમાં હું ઈશ્વરને જોઉં, સૌના પ્રાણમાં ઈશ્વરને જોઉં તો દિવ્ય આનંદ મળે. આવા સંતના ચરણે બેસી સત્સંગ કરીએ ત્યારે સહજતાથી દિવ્ય જીવન પામીએ છીએ.

શાંતિના ધર્મદૂત સ્વામી ચિદાનંદજી

પ્રવક્તા : પૂજ્ય શ્રી સાધુ બ્રહ્મવિહારીદાસજી, BAPS

(શ્રીમત્ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજ જન્મ શતાબ્દી સ્મૃતિ વ્યાખ્યાનનો સારાંશ)

ૐ પૂર્ણમદઃ પૂર્ણમિદં પૂર્ણાત્પૂર્ણમુદચ્યતે।
પૂર્ણસ્ય પૂર્ણમાદાય પૂર્ણમેવાવશિષ્યતે॥
ૐ શાંતિ : શાંતિઃ શાંતિઃ
શ્રી સ્વામીનારાયણ ભગવાન કી જય
અક્ષરપુરુષોત્તમ ભગવાન કી જય
રાધા - કૃષ્ણ કી જય
ઊમાપતિ મહાદેવ કી જય
ગુરુ હરિ પ્રમુખ સ્વામીજી મહારાજ કી જય
પ.પૂ. ચિદાનંદજી મહારાજ કી જય

આજે આપણે પ.પૂ. સ્વામી ચિદાનંદજીની શતાબ્દી નિમિત્તે ભેગા થયા છીએ. જે કહીશ તે હૃદયમાંથી આવશે. તમે મને આમંત્રણ ના આપ્યું હોત તો પણ આવત. જ્યાં હૃદયની લાગણી હોય ત્યાં પ્રોટોકોલની જરૂર નથી.

સ્વામી ચિદાનંદજી પર એક શબ્દ બોલવા માટે પણ હું લાયક નથી. હું અસમર્થ, અપરિપક્વ છું. હું અહીં એક સામાન્યમાં સામાન્ય શિષ્ય, ભક્ત તરીકે આવ્યો છું.

સ્વામી ચિદાનંદજી વિશે એક શબ્દ બોલવા કેમ અસમર્થ છું, કારણકે હું સાક્ષી છું. અમારા ગુરુ પ્રમુખ સ્વામી મહારાજ જે કહે તે મારા માટે બ્રહ્મવાક્ય કહેવાય. તેઓ કહેતાં ચિદાનંદજી સ્વામી યોગીજી મહારાજ જેવા નમ્ર અને સાધુતાવાળા છે.

અમે પરિપક્વ નથી. ૧૯૯૨ની સાલમાં યોગીજી મહારાજની શતાબ્દી ઉજવાઈ. આ જગતથી સંપૂર્ણ અલિપ્ત નિર્દોષ સ્વામીજી મહારાજ બેઠા હતાં. એક વ્યક્તિ દર્શન કરવા આવી, પગે લાગી અને તેના શર્ટના ઉપરના ખીસામાંથી સિગારેટનું પાકીટ નીચે પડ્યું. સ્વામીજી મહારાજે તે લઈને તેને પાછું આપતાં પૂછ્યું, 'આ શું છે?'. ત્યારે પેલી વ્યક્તિને થયું એમને એ પણ ખબર નથી આ શું છે તો મારે આ ન પીવી જોઈએ. અને તેણે સિગારેટનો ત્યાગ કર્યો.

એક હરિભક્તને ત્યાં પારાયણ હતું. તેમના જ એક મિત્રને ઈર્ષ્યા આવતી હતી. તેને ખબર હતી કે હરિભક્તને ત્યાં ફ્રીઝમાં ઈંડાં છે. તેમણે યોગીજી મહારાજને ફ્રીઝ ખોલવા કહયું અને મહારાજે જોયું તો સહસા બોલી ઊઠ્યા, ''અરે! લાઈનસર મહાદેવજી ગોઠવ્યા છે.' તેઓ અનિષ્ટમાં પણ શુભ જોઈ શકે છે.

યોગીજી મહારાજની શતાબ્દી પહેલાં એમનું જીવનચરિત્ર લખાતું હતું. ત્યારે સ્વામી ચિન્મયાનંદજી પાસે ગયા અને બે શબ્દો લખવા કહ્યું. સ્વામીજી ચિન્મય મિશનના ફાઉન્ડર. હિંદુ ધર્મ વિશે જ્ઞાન આપીને દેશ-વિદેશમાં સૌને મંત્રમુગ્ધ કર્યા હતા. સ્વામી શિવાનંદજીના શિષ્ય. તમને ગુજરાતી ના આવડે. યોગીજી મહારાજને અંગ્રેજી ના આવડે. યોગીજી મહારાજ પાસે કોઈ પણ દર્શને આવે તો એ ભક્તને ઉપવાસ આપે. યોગીજી મહારાજે તેમને કહ્યું મને અંગ્રેજી શીખવાડો. સ્વામીજીએ કહયું, 'Tomorrow Fast' એક હોશિયાર યુવક કહે, 'મહારાજ એવું કહોને 'Tomorrow breakfast' તો તરત જ યોગીજી મહારાજે કહ્યું, 'ના હોં, મને ખબર પડે છે.' આ જ શબ્દો ચિદાનંદજી સ્વામીજી માટે છે. હું મારો અનુભવ શબ્દોમાં કંડારી શકતો નથી. ઉપનિષદ હજારો વર્ષોથી જે માંગે છે. તેનું સઘન સ્વરૂપ છે. યોગીજી મહારાજની વૃધ્ધ કાયામાંથી પ્રકાશ પ્રસરતો હતો. આવા ગુરુઓ વિશે તમે લખી નથી શકતા, બોલી નથી શકતા.

હું અહીં સ્વામી શિવાનંદજી અને સ્વામી ચિદાનંદજીને દંડવત્ પ્રણામ કરવા આવ્યો છું. આપણા અંતરમાં આવો પ્રેમ હોય, ભાવ હોય તો જ તમે એમને જાણી શકો. મને પ્રમુખ સ્વામીજીને જોઈને સ્વામી શિવાનંદ યાદ આવે છે. આધ્યાત્મિક જગતમાં ગુરુ સિવાય મોટી કોઈ ઉપમા નથી. એકબીજામાં ગુરુને જુએ, ઉપમા આપે, દર્શન કરે. ગુરુ ગુરુમાં જુએ. શિષ્ય માટે ગુરુઆજ્ઞા વિના કોઈ મોટો ધર્મ નથી. આ દૈવી

સંકેત છે. સાલ ૧૯૮૭માં જ્યારે પ્રમુખ સ્વામીજી મહારાજ ચારધામની યાત્રા એ ગયા હતાં ત્યારે અમે ૪૩૫ સંતો એમની સાથે હતા. સ્વામી ચિદાનંદજીના અતિપ્રેમને કારણે સ્વામી શિવાનંદજીનાં ૧૦૦ વર્ષ થતાં હતાં. એટલે તે અવસર પર ગયા હતા. ત્યાં ૪૦૦૦ થી ૫૦૦૦ ભક્તો, સંન્યાસીઓ ઉપસ્થિત હતા. અમે ૪૩૫ સાધુઓ ગોઠવાયા. સ્ટેજ પર સ્વામી ચિદાનંદજી, પ્રમુખ સ્વામી મહારાજ જેવા મોટા સંતો હતા. એ સમયે હું ૨૦ વર્ષનો હતો. મારું કોઈ વ્યક્તિત્વ નહોતું. સ્વામી ચિદાનંદજીએ પ્રમુખ સ્વામીને કહ્યું, 'આ સાધુમાં તિલક ભગત ક્યાં બેઠો છે?' 'આ વખતે બધા મને તિલક ભગત કહેતાં. પ્રમુખ સ્વામીજીએ કહ્યું આ ૪૩૫ સાધુમાં ક્યાંક બેઠા હશે. સ્વામી ચિદાનંદજીએ કહ્યું, 'આ સભામાં સ્વામી બ્રહ્મવિહારી દસ મિનિટ બોલે એ મારી ઈચ્છા છે; આટલા મોટા eventમાં મારે બોલવાનું, હું હેબતાઈ ગયો. પ્રમુખ સ્વામીજીને મળ્યો. એમણે મને કહ્યું, 'સ્વામી શિવાનંદજીની શતાબ્દી છે, સ્વામી ચિદાનંદજીની આજ્ઞા છે. તેનું ઉલ્લંઘન થાય નહીં. તને ભગવાન જે સુઝાડે તે બોલ.' મને કલ્પના નહોતી તેવું હું બોલ્યો. સ્વામી ચિદાનંદજીએ કહયું, 'બીજી શતાબ્દી ઉજવાશે તે વખતે તને ફરી યાદ કરીશું.' માટે આ સ્વામી ચિદાનંદે ગોઠવ્યું છે. આ એમનો સંકલ્પ છે. એ વખતે એમના ગુરુ વિશે – આ વખતે એમના વિશે બોલવા મળે તે એમની આજ્ઞા છે. મને આશીર્વાદ મળ્યા'

સ્વામી શિવાનંદજીની શતાબ્દીમાં હાજર હતા, યોગીજી મહારાજની શતાબ્દીમાં હાજર હતા, સ્વામી ચિદાનંદજીની શતાબ્દીમાં હાજર છીએ. ટૂંક સમયમાં પ્રમુખ સ્વામીજીની શતાબ્દીમાં આપણે હાજર હોઈશું. મોટા આધ્યાત્મિક સંતોની ભૂમિકા અલગ હોય છે. હું આજ્ઞા પાળવા આવ્યો છું. સાલ ૧૯૯૨માં યોગીજી મહારાજની શતાબ્દીમાં સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજનું પ્રવચન હતું. તેઓ આગલા દિવસે આવી ગયા. હવે કરવું શું? પરંતુ તેમની સરળતા તો જુઓ. સંતની ઓળખાણ તેમની સાદગી પરથી થાય છે. એમણે કહ્યું, 'મારે પ્રમુખ સ્વામીનાં દર્શન કરવા છે.' આ તકનો લાભ લઈ મેં સ્વામીજીને રહ્યું, તેમને હજી અડધો કલાક થશે. આપનું પ્રવચન કાલે થશે.' તરત જ તેમણે કહ્યું, 'સારું મને મફતમાં દર્શન થશે.' આપણે તો દાદાગીરી કરીએ પરંતુ સ્વામીજીએ વાતાવરણ હલકું કર્યું. અમે કહ્યું, 'તમે આરામ કરો.' તો કહે, 'ના, હું એમના દર્શન કરીશ પછી આરામ કરીશ.' મારાથી કહેવાઈ ગયું, 'પ્રમુખ સ્વામીની ઈચ્છા છે તમે આરામ કરો.' તરત જ તેઓ જે સોફા પર બેઠા હતા ત્યાંજ લાંબા થઈ સૂઈ ગયા. બે મિનિટ આડા પડીને બેઠા થયા. પછી કહે કે, 'મેં એમની આજ્ઞા પાળી છે .' તેમની સરળતા – સાહજિકતા જુઓ.

મારા જીવનમાં બે અગત્યની વ્યક્તિઓ છે.

– પ્રમુખ સ્વામી મહારાજ જેમને I Love him the most.

– સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજ જેમને I respect him the most.

તમે શાંતિથી કોઈને પ્રેમ આપી શકો તો જાનવર પણ શાંત થઈ જશે, તે પ્રેમથી જીતાઈ જશે. જ્યારે જ્યારે શાંતિ વિશે ચિદાનંદ સ્વામીજીનો પ્રસંગ કહીશ ત્યારે ત્યારે એ પ્રમુખ સ્વામીજી માટે પણ હશે. બંનેમાં એકાત્મભાવ, ગુરુભાવ, પ્રેમભાવ એ પ્રમાણે વાત કરીએ.

શાંતિ વિશે લેખ લખી શકાય, પ્રવચન થઈ શકે, વાટાઘાટ થઈ શકે, પરંતુ શાંતિનું મૂર્તિમંત સ્વરૂપ પ્રમુખ સ્વામીજી મહારાજ અને સ્વામી ચિદાનંદજી છે.

કોઈને પણ તમે પૂછો કે તું શેની શોધમાં છે ? કહેશે – સુખ અને શાંતિ. દુનિયાના ઈતિહાસમાં દૃષ્ટિ કરો, બધું શક્ય છે પણ શાંતિથી જીવવું મુશ્કેલ છે. હજારો યુદ્ધ થયા. પહેલું વિશ્વયુદ્ધ થયું. યુરોપના નેતાઓએ નક્કી કર્યું કે એવું યુદ્ધ કરીએ કે ભવિષ્યમાં બીજા કોઈ યુદ્ધ કરવા તૈયાર ન થાય. એ યુદ્ધ માં ૧૭ મીલીયન લોકો મરી ગયા 'લીગ ઓફ નેશન' ની સ્થાપના થઈ, જેમાં ૫૮ દેશો જોડાયા. નક્કી કર્યું કે હવે ક્યારેય યુદ્ધ નહીં થવા દઈએ. આપણે યુધ્ધ સમાપ્ત કરીએ અથવા યુદ્ધ આપણને સમાપ્ત કરશે. ૧૯૨૦ માં આ સ્થપાયું અને થોડા જ વખતમાં બીજું વિશ્વયુદ્ધ થયું જેમાં ૮૫ મીલીયન લોકો મર્યા. દેશના નેતાઓ કહે છે, શાંતિ માટે વાત કરીએ, પણ શાંતિ લાવવી કઈ રીતે ?

પછી 'યુનાઈટેડ નેશન' માં ૧૯૩ દેશો જોડાયા. આપણે લડીશું નહીં. બધાએ શાંતિ રાખવી એવો ઠરાવ થયો. દુઃખી હૃદય સાથે કહું છું ૧૯૫૫ માં સમીક્ષા કરી અને ૫૦ વર્ષમાં ૧૫૦ યુદ્ધો ખેલાઈ ગયા. છેલ્લા ૨૦ વર્ષમાં બીજા ૧૫૦ યુદ્ધો ખેલાઈ ગયાં. બીજા દેશના નેતાઓ એકબીજા સાથે ફોટા પડાવે, પણ શું થાય છે? જો શાંતિ સ્થાપવી હોય તો મૂર્તિમાન શાંતિનું સ્વરૂપ જોઈએ. અંતરની શાંતિ અલગ છે. કોઈ લેખક હોય વિચારક હોય, પણ શાંતિ હોય એવું જરૂરી નથી. એ તો સ્વામી ચિદાનંદજી, પ્રમુખ સ્વામીજી જેવા સંતો પાસે છે. તેઓ શાંતિના દ્યોતક છે.

એક વ્યક્તિ ડૉક્ટર પાસે વારંવાર જાય અને કહે કે, 'મને ડિપ્રેશન છે.' ડૉક્ટર દવા આપે. પાછો જાય. પછી તો એક દિવસમાં ચાર-પાંચ વાર જવા લાગ્યો. ડૉક્ટરે કહ્યું, 'દવા એ તારો ઈલાજ નથી. તું ખુશ રહે, આનંદમાં રહે'. પેલી વ્યક્તિએ પૂછ્યું, 'એના માટે હું શું કરું?' ડૉક્ટર કહે, 'આપણે ત્યાં રશિયન સર્કસ આવ્યું છે. તેનો વિદૂષક પેટ પકડીને હસાવે છે. દિવસમાં ત્રણવાર તે સર્કસ જોવા જા, તારો રોગ મટી જશે'. એ વ્યક્તિએ કહ્યું, 'ડૉક્ટર સાહેબ, એ વિદૂષક હું જ છું.' ખૂબ હૃદયસ્પર્શી વાત છે, જે વ્યક્તિ બીજાને હસાવતી હતી, તે અંદરથી રડતી હતી. તમે પાડોશીના, કુટુંબના પ્રશ્નો હલ કરી શકો પણ તમારા ના કરી શકો.

શ્રેષ્ઠતમ કોમેડિયન ચાર્લી ચેપ્લિને મૂંગી ફિલ્મને જાણીતી કરી. બધે એનું બહુમાન થવા લાગ્યું. એ highest-paid actor હતો. પોતે સ્ક્રિપ્ટ લખે, એક્ટિંગ કરે, આખી દુનિયામાં એની વાહ વાહ થાય. 1940માં એણે 'The great dictator Hitlar'નો રોલ ભજવ્યો. હિટલરની સખત મજાક-મશ્કરી કરી હતી. હિટલરે પણ આ ફિલ્મ જોઈ અને તે પણ પેટ પકડીને હસ્યો, પણ ચાર્લી ચેપ્લિન કહે છે

'હું એકલા હાથે આખી દુનિયાને આનંદિત કરી શકું છું, પણ આખી દુનિયા ભેગી થઈને મને આનંદિત નહીં કરી શકે. હું દુઃખી છું.'

મધર ટેરેસા કહેતાં -

'Swami Chidanand is uncrowned king of the world'. અન્ય ધર્મના સંત જ્યારે આવું કહે ત્યારે તેમાં તથ્ય હોય છે. હૃદયના સમ્રાટ બને તે સંત. આવી અનુભૂતિ કરનાર, સાક્ષાત્કાર કરનાર પુરુષો અલગ હોય છે, તેમની દુનિયા જુદી હોય છે.

એક તત્ત્વચિંતક મહાન નાસ્તિક હતો. એણે એક વિધાન આપ્યું - જો ભગવાન હોય તો તે મહાપાપી હોવો જોઈએ. આ દુનિયામાં ભગવાન નથી પણ લોકોની ઈચ્છાથી દુનિયા ચાલે છે, પણ એક વખત તેના હાથમાં ફ્રેન્ચ ભાષામાં ઉપનિષદ આવ્યું તેમાં તેણે વાંચ્યું -

ઈશા વાસ્યમિદ્ં સર્વં યત્કિંચ્ચ જગત્યાં જગત્।
તેન ત્યક્તેન ભુઞ્જીથા મા ગૃધઃ કસ્ય સ્વિદ્ધનમ્।

દુનિયામાં જો લોકો ત્યાગ કરતાં થાય તો શાંતિ આવે. બીજાને space આપતાં થાવ તો શાંતિ થાય. આપણે આપણી જગ્યા છોડવા તૈયાર નથી.

મારી કલ્પના છે - આપણે ધારો કે કાલુપુર રેલ્વે સ્ટેશન પર છીએ. એરિયલ વ્યુ જોઈએ તો હજારો માણસો આમ જાય છે ને તેમ જાય છે. ટ્રેન આવો તો સેંકડો માણસો ઉતરે છે અને સેંકડો ચઢે છે. છતાં કોઈ ભટકાતું નથી. કોઈને ઝગડો થતો નથી. કોઈ એકબીજા સાથે વાત કરતું નથી. કોઈ કોઈનું નામ જાણતું નથી, તો પણ ઝઘડો થતો નથી. અથડામણ થતી નથી. તમે ચાલતા હોવ અને સામેથી કુલી આવે તો આપણે ખસી જઈએ છીએ. કોઈ ઉતાવળમાં હોય તો આપણે તેને જગ્યા આપીએ છીએ. તમે બીજાને જગ્યા આપો છો તોય તમે તમારા લક્ષ્ય પર પહોંચી જાવ છો. જો તમે બીજાને જગ્યા આપશો તો સામેવાળો પણ તમને જગ્યા આપશે.

ઉપનિષદ વાંચી, એ માણસે ત્યાગની વાત કરી. લિયો ટોલ્સટોય ચકિત થઈ ગયો. એણે કહ્યું, 'શોપન હોવર, તું અદ્ભુત વાત કરે છે પણ તારું જીવન તો ભોગવિલાસથી ભરેલું છે. તું મહાસ્વાર્થી છે અને તેં ફિલોસોફી કઈ આપી? ત્યાગ અને નિઃસ્વાર્થની ! તારા જીવનમાં આનો છાંટો નથી અને તું આખી દુનિયાને આ સંદેશ આપે છે?'

શોપન હોવરે કહ્યું, 'એવું જરૂરી નથી કે જેનું શરીર બહુ સુંદર હોય તે સારો શિલ્પકાર હોય અને એવું

પણ જરૂરી નથી કે જે સારો શિલ્પકાર હોય, સુંદર મૂર્તિ કંડારી શકે તે પોતે સુંદર હોય.'

સ્વામી ચિદાનંદજી મહાન તત્ત્વચિંતક હતા, મહાન સંત હતા. આવા સંતપુરુષોથી આપણો સમાજ ચાલે છે. આપણે સમાજમાં શાંતિથી કેમ જીવી શકીએ છીએ, કારણ કે આવા મોટા સંતો આ ભૂમિ પર વિચરણ કરી રહ્યા છે.

1991 નો ઉત્સવ હતો. અમે બે-ત્રણ સંતો દાસકાકાને ત્યાં સ્વામી ચિદાનંદજીને આમંત્રણ આપવા આવ્યા હતા. સ્વામીજી જમવાની શરૂઆત જ કરતા હતા, તેઓ જમવાનું ભૂલી ગયા અને અમારી સાથે ખૂબ વાતો કરી. મેં માથું ઝૂકાવીને હાથ જોડીને કહ્યું, 'સ્વામીજી, મને આશીર્વાદ આપે કે તમારા જેવા ગુણ મારામાં આવે.' તેમણે મને કહ્યું, ''પ્રમુખ સ્વામી મહારાજના ચાર હાથ તારા માથે છે. તું એમનો શિષ્ય છે, આવા ગુરુ તને પ્રાપ્ત થયા છે. તારે બીજા કોઇની પાસે હાથ લાંબો કરવો ન જોઇએ.''

આ ઉદારતા તો જુઓ. આજે ગુરુઓ બીજાના શિષ્યો ખેંચવાની ચેષ્ટા કરે છે.

એમણે કહ્યું, 'તું મારી સામે બેઠો છે, વાત કરે છે, તારા મનમાં જે વિચારો આવે છે, તે પ્રમુખ સ્વામી જાણે છે.' પછી તેમણે મને એક દૃષ્ટાંત આપ્યું.

1960માં હાર્વર્ડ યુનિવર્સિટીમાં રિચર્ડ આલ્ફ્રેટ નામે ડૉક્ટર અને તેમના એક મિત્ર વકીલ હતા. ડૉક્ટરના હાથમાં LSD ડ્રગ આવી ગઇ. તેનો અનુભવ કર્યો. આ ડ્રગ એવી છે કે જે તમારા મનના ગીયર બદલી શકે. તેમણે આ ડ્રગ પર અભ્યાસ કર્યો. કોઇ વૃદ્ધ, બીમાર, સૂવાનો પ્રયત્ન કરતો હોય, દુઃખી હોય તેને LSD આપે અને શું અસર થાય છે તે તપાસ કરે. તેણે ૩૦૦ વાર તો પોતાની જાત પર પ્રયોગ કર્યા. હિપ્પી કલ્ચરમાં LSD આપવા લાગ્યો. હાર્વર્ડે તેની હકાલપટ્ટી કરી. તેના વકીલ મિત્રે તેને બચાવી લીધો.

કોઈકે કહ્યું, 'તારે અવનવી અનુભૂતિ કરવી હોય તો ભારત આવે.'

1967માં તે ભારત આવ્યા. નીમકરૌલી બાબા પાસે ગયા. જેવા પગે લાગ્યા તો નીમકરૌલી બાબાએ કહ્યું તારી પાસે ગાડી સરસ છે, મને આપી દે. એમને આશ્ચર્ય થયું કે એમને મારી ગાડી વિશે કેવી રીતે ખબર પડી. તેણે કહ્યું હું વિચાર કરીશ. રાતના આકાશ નીચે ચાલતાં ચાલતાં વિચાર કરતો હતો. સવારે બાબાએ પૂછયું, 'તમે મને ગાડી આપવાનો વિચાર કર્યો ? તું જૂઠું ના બોલીશ. તું તો તારા કુટુંબીજનોનો વિચાર કરતો હતો. ગાડીનો નહીં ? એ આશ્ચર્યચકિત થયો કે એ મારા મનઃ પ્રદેશમાં કેવી રીતે પ્રવેશ્યા ? એને વિચાર આવ્યો, આમને હું LSD આપું તો ? અને બાબાએ સામેથી કહયું, 'Give me your medicine' એમણે આખી ડબ્બી ખાલી કરી. અનેક ગોળીઓ ગળી ગયા. મને થયું તેમને તકલીફ થશે. પણ કોઈ અસર નહીં બાબા બોલ્યા, 'તમારી દવાથી હાઈટ પ્રાપ્ત થાય છે પણ બે-ત્રણ કલાકમાં ઊતરી જાય છે. રામનામની ધૂનની હાઈટ જીંદગીભર ઊતરતી નથી.' પછી તેમણે સંન્યાસ લઈ લીધો.

આ આખું દૃષ્ટાંત કહીને સ્વામીજીએ કહ્યું, 'પ્રમુખ સ્વામી અંતર્યામી છે. એ બધું જાણે છે. જેમ નીમકરૌલી બાબાને સુખ - શાંતિ હતાં, મારી પાસે માત્ર શાંતિ છે. જિંદગીમાં કોઈ વસ્તુનું જતન કરવું હોય તો તે શાંતિ છે.'

સ્વામી ચિદાનંદના અંતરમાં શાંતિ અગત્યની વાત છે.

પ્રમુખ સ્વામીજી મહારાજની બાયપાસ સર્જરી હતી. ડૉક્ટર સ્વામીજીને પૂછે છે કે હવે ક્યો પ્રોજેકટ છે? સ્વામીજી કહે છે અમને તો ભગવાન સ્વામીનારાયણે એક જ સંદેશ આપ્યો છે - શાંતિનો-વચ્ચે વચ્ચે મંદિર બની જાય છે.

અમે મુંબઈમાં હતાં, એક દિવસ રાત્રે પ્રમુખ સ્વામીજી કહે, 'હું તમને સરસ સમાચાર આપુ છું.' અમે વિચારવા લાગ્યા કે શું હશે ? તેમણે કહ્યું, 'મારા ઉપર પોસ્ટકાર્ડ આવ્યું. એક ભક્ત બહેન ૩૫ વર્ષથી તેમના પતિથી અણબનાવના કારણે અલગ રહેતા હતાં. તેમને તેમના સાસરાવાળાઓએ બોલાવી લીધા છે. હવે તેને શાંતિ છે.'

આપણા મનની અંદર શાંતિ કેવી રીતે થાય?

ભોગવાદ અશાંતિ વધારે છે. ચિદાનંદ સ્વામીએ પોતાની ઝળહળતી કારકિર્દી છોડીને પોતાનું મસ્તક સ્વામી શિવાનંદના ચરણમાં મૂક્યું.

એક ભક્ત સ્વામીજી સાથે વાત કરતા હતાં કે તેમના પત્ની ભાગી ગયાં છે. સ્વામીજીએ ખૂબ સુંદર કહ્યું, 'આજે નહીં તો કાલે બધાએ એકવાર છૂટા પડવાનું જ છે. આ દુનિયા તમને છોડે એ પહેલાં તમે દુનિયાને છોડી દો તો તમારી શાંતિ કોઇ લૂંટી નહીં શકે.'

સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજનું એક દિવસ ટ્રેનમાં કોઇ વ્યક્તિએ અપમાન કર્યું. તેમનું પાથરણું ફેંકી દીધું અને કહ્યું તમારે સંન્યાસીને સગવડની શું જરૂર સ્વામીજીએ વિચાર્યું સાચી વાત છે. પોતાના હકની સીટ હોવા છતાં તે વ્યક્તિને બર્થ આપી પોતે પાથરણું નીચે પાથરીને સૂઇ ગયા.

સામાન્ય માણસ પ્રમુખ સ્વામીને ગાળો દે અને સ્વામીજી કહે તેને પ્રેમથી શાંતિથી જમાડીને મોકલજો.

સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજે છેલ્લા આઠ વર્ષમાં દહેરાદૂનમાં એકાંતમાં રહી, બધું જ ત્યાગ કરીને રહ્યા. પ્રમુખ સ્વામી પણ આજે અલિપ્ત થઇને પ્રાર્થનામાં જીવન ગાળે છે. ત્યાગમાં શાંતિ છે. ત્યાગની સાથે સેવા જરૂરી છે. બીજા માટે દયા રાખવાથી શાંતિ પ્રાપ્ત થાય છે.

ચિદાનંદ સ્વામી દુઃખી રોગી સાધુની સેવા કરી શકે છે, તેની દાઢી બનાવી શકે છે, તેના શરીરમાંથી કીડા કાઢી પાટાપીંડી કરી શકે છે, પોતાના હાથે તેને જમાડી શકે છે, ન કેવળ વ્યક્તિની પણ પશુમાં પણ તેઓ ભગવાનના દર્શન કરી શકે છે. ઘાયલ કૂતરાને પાટાપીંડી કરી તેની સહાનુભૂતિ માટે તેને વળગીને સૂઇ શકે છે. આવા સંત જ આપણો ઉદ્ધાર કરી શકે, જે નાનામાં નાના જીવ પર દયા કરે.

ઝાડ ઉપરથી જરૂરિયાત કરતાં વધારે ચીકુ નહીં તોડવાનો આદેશ, કારણ કે પછી પક્ષીઓ શું ખાશે?

આવા સંત જ આપણને શાંતિ આપી શકે.

આર. કે. લક્ષ્મણ પહેલીવાર પ્રમુખ સ્વામીજીને મળ્યા અને ધ્રુસકે ધ્રુસકે રડી પડ્યા. તેમણે કહ્યું: મારી જિંદગીમાં પહેલીવાર મારી અંદર શાંતિનું મોજું આવી ગયું. રોજ મારો દિવસ critisismથી શરૂ થાય. આજે મારા દિવસમાં કંઇ critisism કરવા જેવું નથી. હું કલામને કહીશ કે આજે હું દુનિયામાં સૌથી ઉત્તમ વ્યક્તિને મળ્યો.

આવી જ અનુભૂતિ મને હું સ્વામી ચિદાનંદજીને મળ્યો ત્યારે થઇ હતી. ગુરુઆજ્ઞા માનીને તમે સાંભળ્યું છે, વિશેષ ગુરુકૃપા પ્રાપ્ત થાય એ જ પ્રાર્થના.

સંતોનાં ઉદ્‌બોધનોનો સાર

પૂજ્યપાદ સ્વામી શ્રી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીના પ્રાકટ્ય દિવસે (તા.૩-૫-૨૦૧૫) સાંજે ૯.૦૦ વાગ્યે પ્રાર્થના, ભક્તિ સંગીત થયું. ત્યારબાદ સંત-સમાગમ થયો. જેમાં એક જ મંચ પર અનેક સંતોની દિવ્ય ઉપસ્થિતિ હતી. મ.મં શ્રીમત્ કલ્યાણાનંદજી મહારાજ, ભારતી આશ્રમ, શ્રીમત્ સ્વામી સુરેશ્વરાનંદજી સરસ્વતી, મહંત શ્રી દિલીપદાસજી મહારાજ, જગન્નાજી મંદિર, શ્રીમત્ રામસ્વરૂપાનંદપુરી સ્વામી, ધોળેશ્વર મહાદેવ, ગાંધીનગર, શ્રીમત્ બાલકૃષ્ણ સ્વામીજી, છારોડી, શ્રીમત્ ગુલાબનાથજી મહારાજ, મુંબઇ, માનનીય શ્રી જોસેફ અપ્પાઉ, કેથલિક ચર્ચ, મીરજાપુર, પૂજ્ય જ્ઞાનીજી, ગુરુદ્વારા, સ્વામી પરમાનંદજી, વડોદરા, સ્વામી ગુરુસેવાનંદજી અને સ્વામી કમલાનંદજીની દિવ્ય ઉપસ્થિતિ હતી.

સંતોના ઉદ્‌બોધન પૂર્વે ભક્તોનાં ઉદ્‌બોધન થયાં, જેમાં શ્રીમતી રૂપા મજમુદાર, ડૉ. શ્રી અનિલ શ્રીવાસ્તવ (લખનૌ). ડૉ. શ્રીમતી અનિતાબહેન (દિલ્હી) અને શ્રી ભોળાભાઇ શેઠ (મુંબઇ) દ્વારા પૂ. સ્વામીજી પ્રતિના પોતાના હૃદયના ભાવ વ્યક્ત થયાં.

પછી સૌ સંતોનાં ઉદ્‌બોદન થયાં. શ્રી બિશપ જોસેફ અપ્પાઉએ કહ્યું, 'પૂ. સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીની ચેતના ઊંચા સ્તરમાં છે. તેમનો અમારા પ્રત્યે ખૂબ પ્રેમ અને સ્નેહ છે. સ્વામીજી સૌ ભક્તોને ઈશ્વર તરફ લઇ જાય છે, એમની સાથે જોડાણ કરાવે છે. તેઓ મહાન સંત છે. સર્વધર્મના વડાઓની મિટિંગમાં સ્વામીજીએ ભ્રૂણહત્યા અંગે ખૂબ દુઃખ વ્યક્ત કર્યું હતું અને કહ્યું હતું કે દરેકને જીવનની ભેટ મળવી જ જોઇએ.'

પૂજ્ય જ્ઞાનીજીએ કહ્યું, 'આયે જાયે અનેક મર

મર જનમ કે, બિન મિલે ગુરુ લક્ષ્યપ્રાપ્તિ નહીં, ૮૪ લાખ યોનિઓ બાદ મનુષ્યદેહ મળે છે, તેને કોડીની જેમ વેડફી ના મારો. જીવનનું લક્ષ્ય છે ઈશ્વરપ્રાપ્તિ. સ્વામીજીનું જીવન સમૃદ્ધ જીવન છે. જે આપણા જેવા હજારો લોકોને તારી શકવા સમર્થ છે. સ્વામીજી રાષ્ટ્ર માટે જીવે છે અને એ જ સાચું જીવન છે.'

સ્વામી શ્રી ગુલાબનાથજી મહારાજે કહ્યું, ''સ્વામી શ્રી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજે સચ્ચાઇ, જ્ઞાન અને આત્મિકતાની ચાદર ઓઢી છે. આ મહાવિભૂતિનું માત્ર ભારતમાં જ નહીં, દુનિયામાં મોટું નામ છે. સ્વામીજીએ આ ધરાને આબાદ બનાવી છે. ગુરુપરંપરા જાળવી છે.

'ગુરુ બિન દાતા જુગ મેં કોઇ નહીં'. જે અભયદાન આપી શકે છે તેવા મહાપુરુષનો આજે જન્મદિવસ છે., દિવ્ય પ્રસંગ છે. મહાન પ્રસંગ છે.'

પૂજ્ય બાલકૃષ્ણ સ્વામીજીએ કહ્યું, 'આજના પાવનકારી દિવસે જેમના માટે આપણે ઉપસ્થિત થયા છીએ તેમનું નામ જ અધ્યાત્માનંદ છે. આપણા તન-મનના આધિદૈવિક, આધિભૌતિક અને આધ્યાત્મિક કર્મોમાંથી મુક્તિ અપાવનાર સંત સ્વામીજી છે. સ્વામીજી જન્મ અને મૃત્યુની વચ્ચેની યાત્રાનો રસ્તો બતાવી શકે તેવા મહાપુરુષ છે, જે આપણને સદ્‌માર્ગે લઇ જાય છે. તેઓ આ શિવાનંદ આશ્રમમાં યોગની, ધર્મની જ્યોત જલાવી બેઠા છે.'

પૂજ્ય રામસ્વરૂપાનંદપુરી સ્વામીજીએ કહ્યું, 'જે વેદોનાં વાક્યોમાં રમણ કરે છે, જેમના સંતોષનું સાધન ભિક્ષા છે, જે શોકરહિત છે, કરુણા કોટી કોટી ભરી છે, આ પરંપરામાં સ્વામીજીનું જીવન છે. તેમનામાં ખૂબ જ સરળતા-સહજતા છે. બધું ચાલશે. કોઈ demand નહીં અને આવો સરળતાને વરે તે જ સંઘનો સુકાની થઇ શકે. તેમણે જ્ઞાન-ભક્તિ-યોગની ત્રિવેણી, ત્રણેય વિષય આત્મસાત્ કર્યા છે.'

મહંત શ્રી દિલીપદાસજી મહારાજે કહ્યું, 'આપણા અનેક જન્મોનાં પુણ્યનો ઉદય થાય ત્યારે સમાજમાં આપણને આવા સ્વામી અધ્યાત્માનંદ જેવા સંત પ્રાપ્ત થાય. સ્વામીજીનો જગન્નાથજી ભગવાન સાથે અનન્ય પ્રેમ છે. રથયાત્રાના દિવસે સ્વામીજીના મુખારવિંદથી ભગવાનની કથા આખા વિશ્વમાં પ્રસારિત થાય છે. તેઓ સતત ધર્મ અને રાષ્ટ્રની સેવા કરતા રહે છે.'

પૂ. સુરેશ્વરાનંદ સરસ્વતી સ્વામીજીએ કહ્યું, 'બહુઆયામ વ્યક્તિત્વના ધણી, આંતરરાષ્ટ્રીય ખ્યાતિપ્રાપ્ત સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીને હું પ્રણામ કરું છું. વિશ્વના કલ્યાણ માટે જગત હિતાર્થે, સ્વામીજી જેવા સંતો આ ધરા પર પ્રગટ થાય છે.'

મ.મં.પૂ. કલ્યાણાનંદજી મહારાજે કહ્યું, 'જ્યાં સુધી આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત નહીં થાય ત્યાં સુધી મુક્તિ નહીં મળે, દુ:ખની નિવૃત્તિ નહીં થાય. સ્વામીજી જેવા યુગપુરુષ આપણને શોક, મોહ, ભયની વૃત્તિથી મુક્ત કરે છે અને આપણા અધ્યાત્મ સ્વભાવને પ્રગટ કરે છે.'

સૌ સંતોએ ઘોષણા કરી કે ઉત્તિષ્ઠ, જાગ્રત અને ધ્યેય પ્રાપ્ત કર. ત્યારબાદ ખૂબ ગૌરવ સાથે સંતોનું સન્માન કરવામાં આવ્યું. ત્યારબાદ પૂજ્યપાદ સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજે સૌને આશીર્વાદ આપ્યા.

વૃત્તાંત

તા. ૧-૪-૨૦૧૫, અમદાવાદ : ભારતી આશ્રમ સરખેજના મહામંડળેશ્વર શ્રીમત્ સ્વામી વિશ્વંભરભારતી મહારાજનો ૭૮મો પ્રાગટ્યોત્સવ ખૂબ જ ધામધૂમથી સંપન્ન થયો. પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી તથા નિર્વાણ પીઠાધીશ્વર આચાર્ય મહામંડળેશ્વર શ્રીમત્ સ્વામી વિશોકાનંદજી મહારાજ અતિથિપદે બિરાજ્યા.

તા. ૨-૪-૨૦૧૫, કલોલ : કપીલેશ્વર મહાદેવ કલોલના મંદિરના જીર્ણોદ્ધાર પ્રસંગે આયોજિત સંત સંમેલન અને વિશાળ ભંડારામાં પૂજ્ય શ્રી વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ વિશિષ્ટ નિમંત્રણે પધાર્યા. અત્રે ૧૦૮ કુંડી મહાયજ્ઞ પણ થયો. સાધુસંતોનાં પ્રીતિભોજન પછી કાર્યક્રમનું સમાપન થયું.

તા. ૩-૪-૨૦૧૫, સોલા (અમદાવાદ) : શ્રી હનુમાન ચાલીસાનું સંગીતમય ધ્વનિમુદ્રણ બોલિવૂડના સંગીતકારો દ્વારા થયું. આ સમગ્ર કાર્યક્રમ ગુજરાત વિશ્વ વિદ્યાલયના વિશાળ સભાગૃહમાં થયો. આ કાર્યક્રમમાં પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજને પણ નિમંત્રિત કરવામાં આવ્યા. શિવાનંદ આશ્રમનું ભક્ત મંડળ અત્રે આ કાર્યક્રમમાં ઉપસ્થિત રહ્યું.

તા. ૪-૪-૨૦૧૫, સુરેન્દ્રનગર : પૂજ્ય ગુરુદેવ શ્રીમત્ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજના જન્મશતાબ્દી પર્વ નિમિત્તે ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ દ્વારા વિવિધ નગરોમાં સ્મૃતિ વ્યાખ્યાન આયોજવાનો મનોરથ કરવામાં આવ્યો છે જેમાંનું પ્રથમ પ્રવચન વલસાડમાં

આયોજાયું -તીથલના શાંતિ નિકેતનથી સુપ્રસિદ્ધ બંધુ ત્રિપુટીમાંના એક જૈન સંત-સાધુ શ્રી જિનચંદ્રવિજયજી મહારાજ પધાર્યા. અત્રે પ્રવચનનો વિષય દિવ્ય જીવનનો રાજમાર્ગ રહ્યો. સુરેન્દ્રનગર ખાતેના ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘના ટ્રસ્ટી શ્રી ગોવિંદભાઈ ભરવાડે સમગ્ર કાર્યક્રમનું સંચાલન કર્યું, કાર્યક્રમનું આયોજન સુરેન્દ્રનગરની સર પી.પી ગર્લ્સ હાઈસ્કૂલના વિશાળ સભાખંડમાં આયોજવામાં આવ્યું. ૪ એપ્રિલે સૂર્યગ્રહણ સાંજે સાત વાગ્યે મોક્ષ પામ્યું- શ્રી હનુમાન જયંતી પણ હતી, છતાં ભક્તો અને મુમુક્ષુઓના વિશાળ સમુદાયે આ દિવ્ય પ્રસંગનો ધર્મલાભ મેળવ્યો. ગુજરાત દિવ્ય જીવનના ટ્રસ્ટી શ્રી અરુણભાઈ ઓઝા, શ્રી હરકાંતભાઈ વછરાજાની સુરેન્દ્રનગર પધાર્યા. પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજના પ્રમુખપદે સમગ્ર કાર્યક્રમનું સુંદર અને સફળ આયોજન થયું.

તા. ૫-૪-૨૦૧૫, બિલખા (જૂનાગઢ) : સુરેન્દ્રનગરથી સમગ્ર મંડળી મોટર રસ્તે સવારે ૯.૩૦ કલાકે બિલખા આવી. અત્રે બ્રહ્મલીન પૂજ્ય શ્રી ચરણ નથુરામ શર્માજીના પવિત્ર આશ્રમમાં તેમના એક શિષ્ય બ્રહ્મલીન શ્રી મહારાણીદાસ દેસાઈ વિરચિત પુસ્તકનું વિમોચન પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજે કર્યું. પુસ્તકમાં આલેખિત બ્રહ્મચિંતનની સુરેખ વ્યાખ્યા પૂજ્ય સ્વામીએ પોતાના વક્તવ્યમાં કરી. ''વેદાંત ચર્ચાનો વિષય નથી, વેદાંત વિચાર દૈનિક વ્યવહારમાં આવવો જોઈએ પછી તે વિદ્યાર્થી અવસ્થા હોય કે ગૃહસ્થાશ્રમ વાનપ્રસ્થ કે સંન્યાસી. સૌએ પોતપોતાના આશ્રમ દરમ્યાન પોતાની જાતને વફાદાર રહીને જીવનયાપન કરવું જોઈએ, પૂજ્ય સ્વામીજીએ કહ્યું."Be true to thy own self" મધ્યાહ્ન ભોજન અને વિશ્રાન્તિ પછી સમગ્ર મંડળીનું રાજકોટ ખાતે આગમન થયું.

તા. ૫-૪-૨૦૧૫, રાજકોટ: પરમ પૂજ્ય ધર્મધુરંધર શ્રીમત્ સ્વામી હરિપ્રસાદજી મહારાજ, સોખડાની જ શૈક્ષણિક સંસ્થા 'આત્મિય' ખાતે શ્રી સ્વામી ચિદાનંદ જન્મ શતાબ્દી સ્મૃતિ વ્યાખ્યાન 'આત્મિય'ના વિશાળ અને વાતાનુકૂલિત સભાગૃહમાં આયોજવામાં આવ્યું. અત્રે પણ પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજના પ્રમુખપદે કાર્યક્રમ આયોજાયો. પૂજ્યશ્રી ચરણ શ્રીમત્ જીનચંદ્રજી મહારાજ - બંધુત્રિપુટી - શાંતિનિકેતન, તીથલ, વલસાડ જ પ્રમુખ વક્તા રહ્યા. તેઓશ્રીએ 'જીવન ઉત્કર્ષનાં નવ સોપાન'' વિષયક ઉદ્‌બોધન કર્યું.

વિશાળ સંખ્યામાં ઉપસ્થિત મુમુક્ષુઓએ આ દિવ્ય સત્સંગનો આત્મિય ધર્મલાભ પ્રાપ્ત કર્યો. પૂજ્ય જીનચંદ્રજી મહારાજ સાહેબે કહ્યું. શારીરિક, માનસિક અને આધ્યાત્મિક જાગરણ દ્વારા જ સમગ્ર જીવન ઉત્કર્ષ સંભવી શકે. તેઓશ્રીએ આહારશુદ્ધિ, સત્ત્વશુદ્ધિ અને આચરણશુદ્ધિ વિષય પરત્વે અંગૂલીનિર્દેશન કર્યું.

સભા સંચાલન આકાશવાણી રાજકોટના કાર્યસંચાલક શ્રી સુધીર દત્તાજીએ કર્યું. સમગ્ર મંડળીની પ્રેમસભર સરભરા આત્મિય સંસ્થાના સ્વયંસેવકોએ કરી. આત્મિય સંસ્થાની ઉદારતા અને સેવા સૌજન્ય માટે ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ સદૈવ ઋણી રહેશે. અત્રે આભારદર્શન દિવ્ય જીવન સંઘ, રાજકોટના શ્રી નરેન્દ્ર વિઠલાણીજીએ કર્યું, સભા સમાપન પછી શ્રી અરુણ ઓઝાએ ગુજરાત દિવ્ય જીવનની પ્રવૃત્તિઓને વેગ આપવા સંબંધી ભક્તો - મુમુક્ષુઓ સાથે ચર્ચા કરી.

તા. ૬-૪-૨૦૧૫ : સવારે પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજે અનેક ભક્તોની ઈચ્છાને માન આપી તેમનાં ઘરમાં પગલાં કરીને સૌને ધર્મલાભ આપ્યો. આકાશવાણી રાજકોટ દ્વારા પૂજ્ય સ્વામીજીનાં પાંચ પ્રવચનોનું ધ્વનિ મુદ્રણ કરવામાં આવ્યું. જેમાં આગામી જૂન મહિનામાં આવતા આંતરરાષ્ટ્રિય યોગ દિવસ (એકાત્મતા દિવસ - Day of Unity) નિમિત્તે વિશેષ પ્રસારણ હેતુ પંદર મિનિટના વક્તવ્યનું પણ રેકોર્ડિંગ કરવામાં આવ્યું.

તા. ૬-૪-૨૦૧૫, જામનગર : મધ્યાહ્ન ભોજન-પ્રસાદ પછી પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ જામનગર દિવ્ય જીવન સંઘના પ્રમુખ આદરણીય ડૉ. હરગોવિંદ તન્ના સાહેબની 'જીવનદીપ' હોસ્પિટલ ખાતે પધાર્યા. ગીતા વિદ્યાલય, સાધના મંદિરના ગીતાચાર્ય ડૉ. કિશોર દવે દ્વારા આયોજિત ગીતા જ્ઞાનયજ્ઞનું દીપ પ્રજ્વલન કરીને ઉદ્‌બોધન સાથે ઉદ્‌ઘાટન કર્યું. મોડી રાત્રે અમદાવાદ પાછા ફર્યા.

તા. ૯-૪-૨૦૧૫, અમદાવાદ : સરખેજ-ગાંધીનગર રોડ સ્થિત બાલાજીમંદિરના વાર્ષિકોત્સવ પ્રસંગે ધ્વજ ઉત્તોલન માટે દર વર્ષે શ્રી બાલાજી સંસ્થાન દ્વારા પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજને નિમંત્રિત કરવામાં આવે છે. છારોડી સ્થિત શ્રી સ્વામિનારાયણ ગુરુકુળના પૂજ્ય સ્વામી બાલકૃષ્ણજી મહારાજ પણ મોટે ભાગે પધારતા જ હોય છે. આ વર્ષે ગુજરાત રાજ્યના માજી મુખ્યમંત્રી શ્રી કેશુભાઈ પટેલ પણ પધાર્યા હતા.

તા. ૧૧-૪-૨૦૧૫, ઊંઝા : અખિલ ગુજરાત શ્રી સત્યસાંઈ સેવાદળ સંગઠનનું વાર્ષિક અધિવેશન ઊંઝા શ્રી ઊમિયામાતા અતિથિ ભવનના વિશાળ સભાખંડમાં આયોજાયું. બે દિવસ ચાલનારા આ સંમેલનમાં સમગ્ર ગુજરાતમાંથી શ્રી સત્યસાંઈ સેવા પ્રકલ્પના ૨૦૦૦ અગ્રણી સેવકો ઉપસ્થિત રહ્યા. પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીએ આ દ્વિ-દિવસીય સંમેલનનું ઉદ્‌ઘાટન કર્યું. પોતાના વક્તવ્યમાં પૂજ્ય સ્વામીજીએ જણાવ્યું કે પૂજ્ય શ્રી ભગવાન શ્રી સત્ય સાંઈબાબાજીનું જીવન અને ઉપદેશ સત્ય-ભક્તિ સેવા સાથે અનુશાસનબદ્ધ જીવન હતું. પૂજ્ય ભગવાન સત્ય સાંઈબાબા જીવનની નાનામાં નાની, ઝીણવટભરી કાળજી સાથે ચીવટ રાખતા હતા. આ વાતની લેશમાત્રેય વિસ્મૃતિ ન થવી જોઈએ. આગામી ૨૩ નવેમ્બરના રોજ ૯૦મો પ્રાકટ્યોત્સવ છે. આ પ્રસંગે સત્યસાંઈ સંગઠન ''ગ્રામ સેવા એટલે જ રામ સેવા'' ઉત્સવનું આયોજન કરે છે. પૂજ્ય સ્વામીજીએ શ્રી સત્ય સાંઈબાબા સાથેના પોતાની સ્મૃતિઓને વાગોળી સૌને સેવા અને નિષ્ઠા રાખવા સંબંધે પ્રોત્સાહિત કર્યાં.

અમદાવાદ : તા. ૧૧ એપ્રિલની સાંજે ભાવિન પ્રકાશન દ્વારા આયોજિત હોટલ એલોફ ખાતે સંસ્થાના કાર્યકરોને સંબોધિત કર્યા.

તા. ૧૨-૪-૨૦૧૫, અમદાવાદ : આજરોજ વિશ્વ પાર્કિન્સન દિવસ હોઈ ગુજરાત પાર્કિન્સન સોસાયટી દ્વારા આયોજિત કાર્યક્રમનું દીપપ્રજ્વલન કરીને ઉદ્‌ઘાટન પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીએ શ્રી વલ્લભસદન ખાતે કર્યું. આ પ્રસંગે પાર્કિન્સનના રોગીઓને યોગની સરળ પ્રક્રિયાઓ, પ્રાણાયામ

અને ધ્યાનથી થતા લાભ વિષે માહિતગાર કર્યા હતા. પાર્કિન્સન અને તેના યૌગિક ઉપચારની DVDનું પણ પૂજ્ય સ્વામીજીએ વિમોચન કર્યું હતું.

પાર્કિન્સન સમારોહ પછી પૂજ્ય સ્વામીજી અમદાવાદ મેડિકલ એસોસિયેશન દ્વારા આયેજિત સમારંભના ઉદ્‌ઘાટન માટે અમદાવાદ મેનેજમેન્ટ એસોસિયેશનના વિશાળ સભાગૃહમાં પધાર્યા હતા. અત્રે વિધિવત્ દીપપ્રજ્વલન બાદ અનેક વિશિષ્ટ ક્ષમતાસંપન્ન ડોક્ટરોનું સન્માન પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજના વરદ હસ્તે કરવામાં આવ્યું હતું.

પૂજ્ય સ્વામીએ તેમનાં વક્તવ્ય ''સ્વસ્થ ડોક્ટર, સુખી ડોક્ટર'' વિષય ઉપર વિગતવાર પ્રવચન આપ્યું હતું. ગીતાનું ઉધ્ધરણ કરતાં સ્વામીજીએ કહ્યું; તમો જ તમારા મિત્ર કે શત્રુ છો. તમારો ઉદ્ધાર જાતે જ કરવો પડશે. ઇન્દ્રિય ઉપભોગ દુઃખ જ આપે છે. સમજુ લોકો તેવી પરિસ્થિતિ થી સદા દૂર જ રહે છે. પૂજ્ય સ્વામીજીનું છોડ અને મોમેન્ટો સ્મૃતિ ચિહ્ન આપીને સન્માન કરવામાં આવ્યું હતું.

સાંજે અહીંજ અમદાવાદ મેનેજમેન્ટના વિશાળ સભાગૃહમાં શ્રદ્ધેયા અંજલિબહેન અંબરીષ પંડ્યા લિખિત 'નાગર પરિવારોના રીત-રીવાજના દસ્તાવેજ પુસ્તકનું વિમોચન કરવામાં આવ્યું હતું. પૂજ્ય સ્વામીજી દ્વારા પુસ્તક વિમોચન બાદ શ્રી ભાગ્યેશભાઈ જહા અને પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનાં મનનીય અને જીવન ઝંકૃતતા સભર ઉદ્‌બોધન થયાં હતા.

તા. ૧૯-૪-૨૦૧૫, શ્રી લક્ષ્મીપુરા, ખેડબ્રહ્મા : લક્ષ્મીપુરા ખાતે સ્થિત હોસ્પિટલના સેવા સંકુલના પાયાના કાર્યકર શ્રી બેચરલાલ પટેલની પંદરમી પુણ્યતિથિ નિમિત્તે અને સમગ્ર હોસ્પિટલના નવીનીકરણ પછી તેના પુનઃ પ્રારંભ અને ઉદ્‌ઘાટનનો કાર્યક્રમ તા. ૧૯-૪-૨૦૧૫ની સવારે થયો. અત્રે પધારતાં પહેલાં પૂજ્ય સ્વામીજી રામનગર કંપે પધાર્યા. બ્રહ્મલીન શ્રીમત્ સ્વામી ગુરુકૃપાનંદજી મહારાજનાં પરિજનોનાં દર્શન-સત્સંગ કરીને સ્વામીજી દિવ્ય જીવન સંઘની લક્ષ્મીપુરા શાખામાં પણ પધાર્યા, સત્સંગ અને અલ્પાહાર બાદ હોસ્પિટલના કાર્યક્રમમાં પધાર્યા હતા.

તા. ૧૯-૪-૨૦૧૫, છારોડી, અમદાવાદઃ ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર મુક્ત વિશ્વવિદ્યાલયના ઉપકુલપતિ મહોદય ડૉ. મનોજ જોષીના નિમંત્રણે પૂજ્ય સ્વામી વિશ્વવિદ્યાલયના નૂતન મકાન-મેદાનના ઉદ્‌ઘાટન પ્રસંગે ઉપસ્થિત રહ્યા. આ પ્રસંગે ગુજરાત રાજ્યના મહામહિમ રાજ્યપાલ શ્રી ઓમપ્રકાશ કોહલીજી, ગુજરાત રાજ્યનાં મુખ્યમંત્રી શ્રીમતી આનંદીબહેન પટેલ, શિક્ષણમંત્રી શ્રી નરેન્દ્રસિંહ ચુડાસમા, રાજ્યકક્ષાનાં શિક્ષણ પ્રધાન શ્રીમતી વસુબહેન ત્રિવેદી ઉપરાંત આદરણીય મંત્રીશ્રી રમણલાલ વોરા, અમદાવાદ મ્યુનિસિપલ કોર્પોરેશનનાં પ્રમુખ શ્રીમતી મિનાક્ષીબહેન પટેલ તથા સમગ્ર ગુજરાતની તમામ યુનિવર્સિટીઓના ઉપકુલપતિ મહોદયો પણ ઉપસ્થિત રહ્યા હતા.

તા. ૨૧-૪-૨૦૧૫, અમદાવાદ : આજરોજ અખાત્રીજ. શિવાનંદ આશ્રમ ખાતે ૭૭૪મા યોગ પ્રાણાયામ ધ્યાન શિબિરનું ઉદ્‌ઘાટન દીપપ્રજ્વલન ઋષીકેશસ્થ શ્રી કૈલાસ આશ્રમ, બ્રહ્મવિદ્યાપીઠના આચાર્ય શ્રીમત્ સ્વામી મેધાનંદજી મહારાજશ્રીએ કર્યું. સવારે ૫.૩૦ થી ૭.૩૦ સુધી આ જ્ઞાનસત્ર ૩૦/૪ સુધી ચાલ્યો, તેમાં ૫૫૦ મુમુક્ષુઓ જોડાયા.

પૂજ્યપાદ શ્રીમત્ સ્વામી મેધાનંદજી મહારાજશ્રી દ્વારા શ્રી સ્વામી ચિદાનંદ યોગ-ધ્યાન મંદિરમાં કઠોપનિષદ વ્યાખ્યાનનો પ્રારંભ થયો. આ જ્ઞાનયજ્ઞ ૩૦/૪ સુધી ચાલ્યો.

● **ભાડજ (અમદાવાદ):** ભાડજ ગામ ખાતે નવનિર્મિત શ્રી રાધા-માધવ મંદિરનો મૂર્તિપ્રતિષ્ઠા મહોત્સવ અને યજ્ઞમાં પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ ઉપસ્થિત રહ્યા. અનેક સંતો મહામંડળેશ્વરો સિવાય ગુજરાત રાજ્યનાં મુખ્યમંત્રી, અન્ય મંત્રી વર્ગ અને અમદાવાદ મ્યુનિસિપલ કોર્પોરેશનના પ્રમુખ શ્રીમતી મિનાક્ષીબહેન પણ ઉપસ્થિત રહ્યાં હતાં.

● **છારોડી, અમદાવાદ :** ડૉ. બાબાસાહેબ આંબેડકર મુક્ત વિશ્વવિદ્યાલયના ઉદ્‌ઘાટન બાદ આજરોજ અક્ષયતૃતીયા નિમિત્તે યુનિવર્સિટીના વિશાળ સભાગૃહમાં પ્રથમ વક્તવ્ય પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનું થયું. અત્રે પૂજ્યબાબા સાહેબનાં જીવનનાં પ્રમુખ ત્રણ સૂત્રો અધ્યયન, સેવા-સંગઠન અને રાષ્ટ્રને સમર્પણની ભાવના આપણે સૌ આપણાં જીવનમાં એક શિક્ષક, શિક્ષાના વિનિમયમાં, શિક્ષણમાં શિક્ષાર્થી સ્વરૂપે કેમ લાવી શકીએ તે વિષે વિગતવાર ઉદ્‌બોધન કર્યું. પ્રશ્નોત્તર અને ભોજન પૂર્વે પૂજ્ય સ્વામીજીએ યુનિવર્સિટી પરિસરમાં સ્થાપિત ભગવાન બુદ્ધની વિશાળ મૂર્તિનું અનાવરણ પણ કર્યું હતું. ડૉ. મનોજ જોષી ઉપકુલપતિ મહોદયશ્રીએ પૂજ્ય સ્વામીજીનું પુષ્પગુચ્છ શાલ અને સ્મૃતિચિહ્ન આપીને સન્માન કર્યું હતું.

● આજરોજ શિવાનંદ ઉદ્યાનના વિશાળ પ્રાંગણમાં ભાગવતજીની પોથીયાત્રા બાદ શ્રીમત્ ભાગવત કથાનો મંગલમય પ્રારંભ થયો. પૂજ્ય સ્વામીજીએ કહ્યું કથાનો પ્રારંભ મંગલાચરણથી થાય છે. યૌવનમાં જીવનનો પ્રારંભ મંગળ આચરણથી કરો. જીવન મંગલમય થશે. મરણ મંગલમય થશે. કથાઓનો હેતુ જ સમાજને મંગલમય કરવાનો છે. કથાનું સમાપન ૨૭/૪ની સાંજે થયું.

તા. ૨૮-૪-૨૦૧૫ : શ્રીમદ્ ભાગવત કથાની સમાપ્તિ બાદ યજ્ઞ અને સાધુ પ્રીતિ ભોજન આજરોજ મધ્યાહ્નને થયું.

આજરોજ રાત્રે 'ઉડાન' નાટકનું પ્રસ્તુતીકરણ કરવામાં આવ્યું.

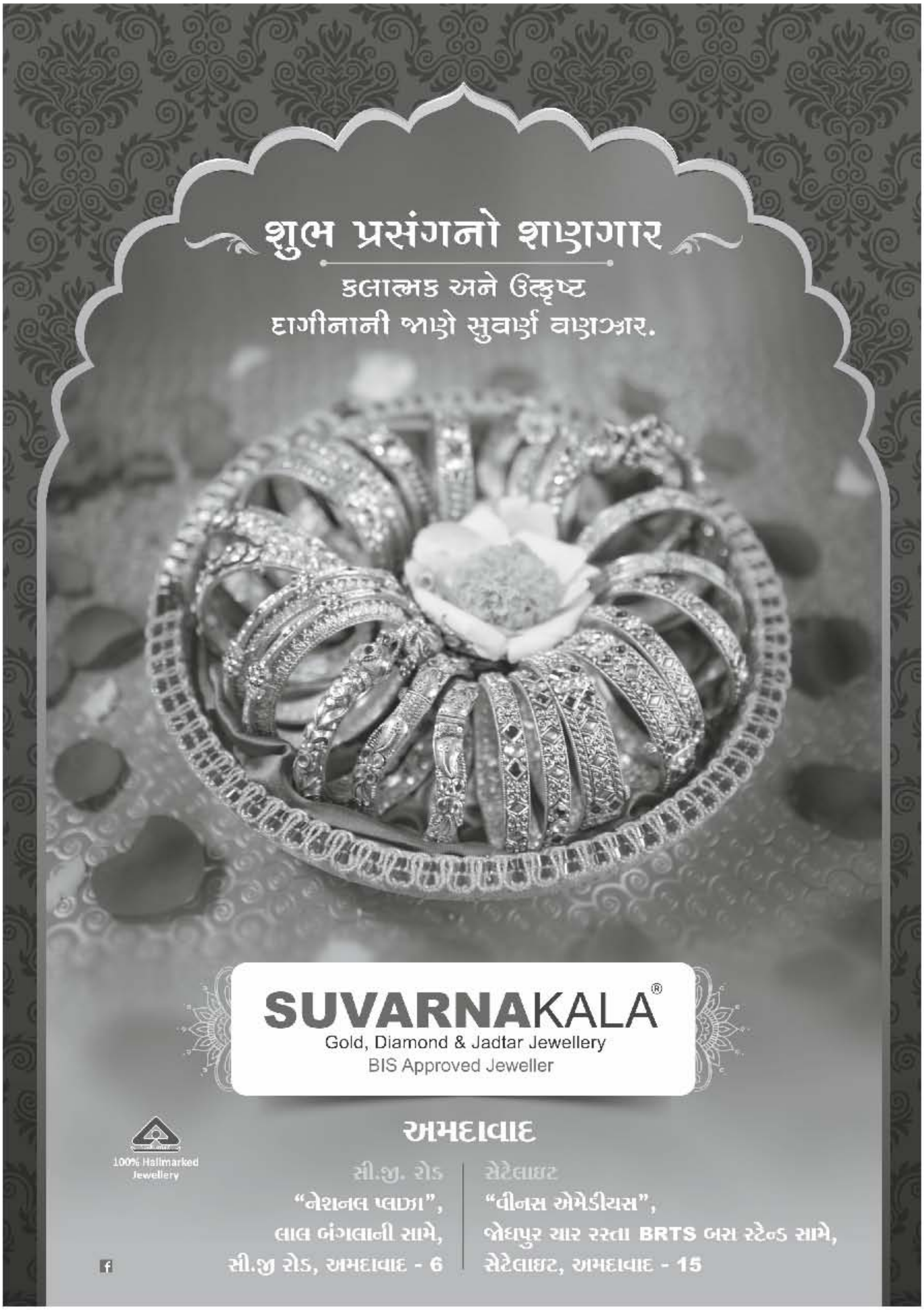
તા. ૨૯-૪-૨૦૧૫ : શ્રી શ્રી આદિલક્ષ્મી, અષ્ટલક્ષ્મી, આદિશક્તિપીઠના પંદરમા પાટોત્સવ નિમિત્તે શ્રી નવચંડી હોમ થયો. રાત્રે દિલ્હીના આદરણીય શ્રી અજય યાજ્ઞિકજી દ્વારા શ્રી દેવી ભગવતીની સ્તુતિરૂપે 'માતા કી ચોકી' કરવામાં આવી.

તા. ૩૦-૪-૨૦૧૫ : આજરોજ ૭૭૪મા યોગ શિબિર અને કઠોપનિષદ પ્રવચનોનું સમાપન થયું. રાત્રે શ્રી અજય યાજ્ઞિકજી (દિલ્હી) દ્વારા શ્રી સુંદરકાંડ (સંગીતમય)નું પારાયણ પણ કરવામાં આવ્યું.

તા. ૧-૫-૨૦૧૫ ના દિવસે મૃત્યુંજય મંત્રના જપ ઉપરાંત રાત્રે નૃત્ય ભારતી સંસ્થા દ્વારા 'સર્જનહાર શિવ' નૃત્યનાટિકા પ્રસ્તુત કરવામાં આવી.

તા. ૨-૫-૨૦૧૫ : ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘનું પ્રાદેશિક સંમેલનનો અહેવાલ તથા વિષય અનુસાર પ્રવચનો પાના ... ઉપર આપવામાં આવેલ છે.

તા. ૩-૫-૨૦૧૫ : પૂજ્યપાદ શ્રીમત્ સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનો ૭૧મો પ્રાકટ્યોત્સવ બ્રાહ્મમૂહુર્તથી મહાનિશા ધ્યાન સુધી ખૂબ જ આનંદ અને ઉત્સાહભેર ઊજવવામાં આવ્યો.



શુભ પ્રસંગનો શણગાર
કલાત્મક અને ઉત્કૃષ્ટ
દાગીનાની જાણે સુવર્ણ વણઝાર.
SUVARNAKALA®
Gold, Diamond & Jadtar Jewellery
BIS Approved Jeweller
અમદાવાદ
100% Hallmarked Jewellery
સી.જી. રોડ
"નેશનલ પ્લાઝા",
લાલ બંગલાની સામે,
સી.જી રોડ, અમદાવાદ - 6
સેટેલાઇટ
"વીનસ એમેડીયસ",
જોધપુર ચાર રસ્તા BRTS બસ સ્ટેન્ડ સામે,
સેટેલાઇટ, અમદાવાદ - 15

ISO 22000
ફૂડ સેફ્ટી
પ્રમાણિત કંપની

સ્વાદ અને ગુણવત્તાની પરંપરા

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

રામદેવ

મસાલા • ઈન્સ્ટન્ટ મિક્ષ • બ્લેન્ડેડ 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

ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘના પ્રાંતીય સંમેલનનાં સંત્રોમાં વક્તાઓ

પ્રા. ડૉ. સી. નાગરાજ
લકુલીશ યોગ યુનિવર્સિટી

રાકેશ કોટેચા
આયુર્વેદ યુનિવર્સિટી

પ્રા. ડૉ. વેમ્પતી કુટુંબા શાસ્ત્રી
કુલપતિ : સોમનાથ સંસ્કૃત વિશ્વવિદ્યાલય

ભાગ્યેશ જહા
નિવૃત્ત, સનદી અધિકારી

અજય ઉમટ
તંત્રી : નવગુજરાત સમય, દૈનિક

વક્તા પૂ. સ્વામી બ્રહ્મવિહારીજી - સ્વામી ચિદાનંદ જન્મ શતાબ્દી સ્મૃતિ વ્યાખ્યાન - શ્રોતાઓ તલ્લીન મુદ્રામાં

બિલખા આશ્રમના કાર્યક્રમમાં પ્રમુખસ્થાને પૂજ્ય સ્વામીજી

આયુષ હોમ (તા. ૩-૫-૨૦૧૫)

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

શ્રીમદ્ ભાગવત કથાનો લાભ લેતા ભક્તજનો - વ્યાસાસને પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

પૂજ્ય સ્વામીજીના જન્મોત્સવ નિમિત્તે સંત-સમાગમ-મંચ ઉપર પૂ. સંતોની દિવ્ય ઉપસ્થિતિ

યોગ

યોગ એટલે જોડાણ. આત્માને પરમાત્મા સાથે જોડવો એનું નામ યોગ. આપણી જાતને પરમાત્મા સાથે જોડવી તેનું નામ યોગ. જીવનમાં રહેલી ચેતનાને સર્વોપરી ચેતના - પરમ આત્મામાં વિલીન કરવી તેનું નામ યોગ. આત્માનું પરમાત્મામાં ભળી જવું એનું નામ યોગ.

- સ્વામી ચિદાનંદ

Print Vision

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