

યોગ, સ્વાસ્થ્ય અને ભૌતિક જીવન મૂલ્યોનું માસિક

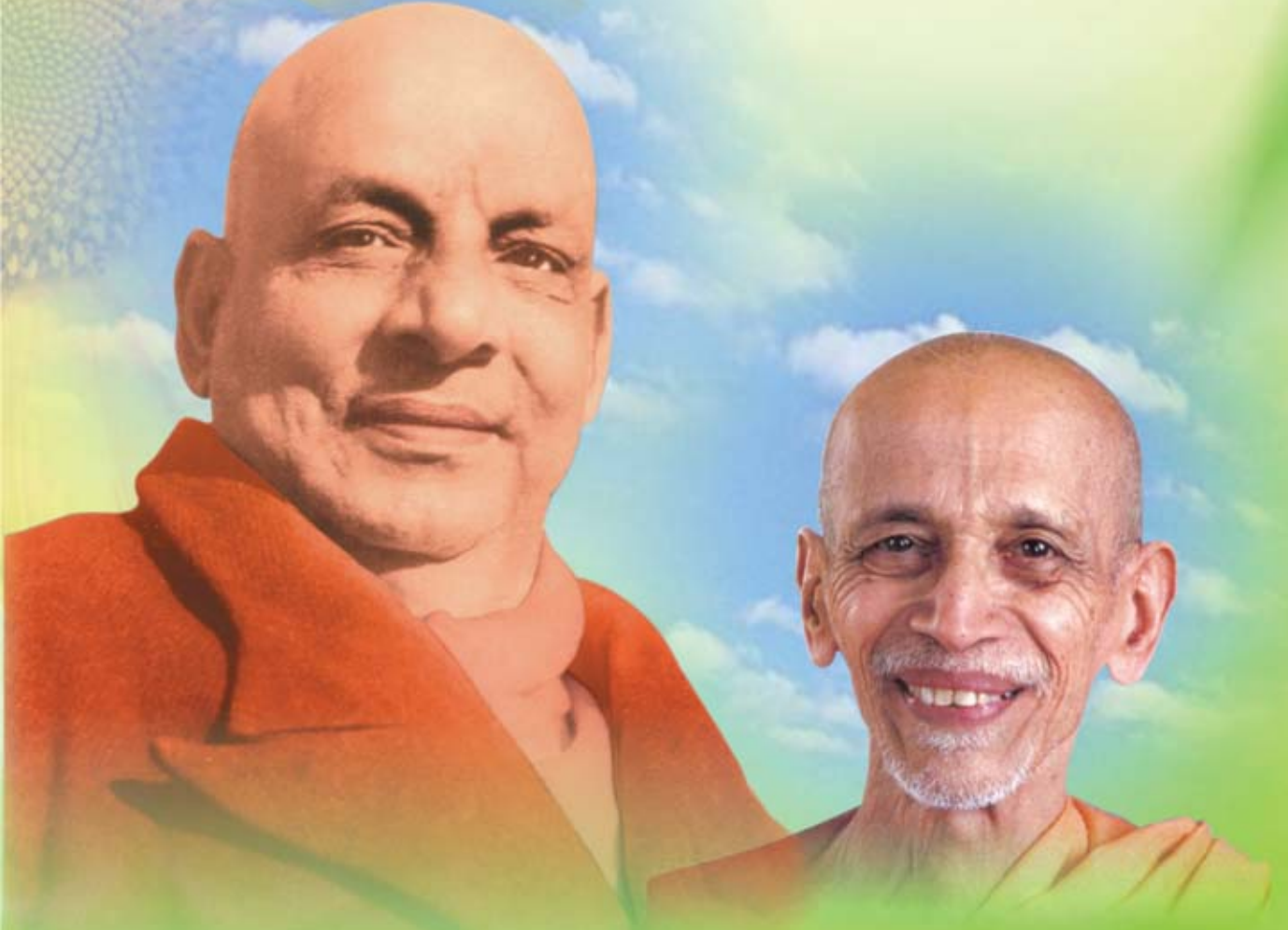
# દિવ્ય જીવન



વાર્ષિક લવાજમ : રૂ. ૧૫૦/- • વર્ષ - ૧૨ અંક - ૧૦ ઓક્ટોબર - 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/-



## મૂક સાક્ષી

આ સંસાર નાટકની પાછળ, ભૌતિક ક્રિયાઓની પાછળ, આ નામો અને રૂપોની પાછળ, ભાવો, વિચારો અને ભાવનાઓની પાછળ એ મૂક સાક્ષી, તમારો અવિનાશી મિત્ર અને સાચો હિતેષી પુરુષ યા જગદ્ગુરુ, અદૃષ્ટ શાસક, અજ્ઞાત યોગી, અદૃષ્ટ ચેતનાશક્તિ યા ગુપ્ત મુનિનો નિવાસ છે. કેવળ એ જ એક સનાતન સત્ય અને સજીવ તત્ત્વ છે. એ બ્રહ્મ, પરમ પુરુષ યા અવ્યય છે, એ જ આત્મા છે.

- સ્વામી શિવાનંદ





શ્રી કૃષ્ણ જન્માષ્ટમી પ્રસંગે ડૉ. જયંત વસાવડાજીના સ્વર ગુંજન હાટકેશ ગ્રુપ દ્વારા ભક્તિસંગીત (તા. ૫-૯-૨૦૧૫)



શ્રી સ્વામી ચિદાનંદ જન્મ શતાબ્દી પ્રારંભ ઉત્સવ ત્રિવેણી પ્રસંગે નિર્વાણ પીઠાધીશ્વર આચાર્ય મહામંડળેશ્વર શ્રી સ્વામી વિશોકાનંદજી મહારાજ, પૂજ્ય નમ્રમુનિજીમહારાજ અને અન્ય સંતો દ્વારા 'પ્રકાશ-પુંજ' પુસ્તકનું વિમોચન. (તા. ૨૪-૯-૨૦૧૫)



શ્રાવણી અમાવસ્યા - ભગવાન વિશ્વનાથ મહાદેવનું શૃંગાર દર્શન (તા. ૧૩-૯-૨૦૧૫)



શ્રી સ્વામી ચિદાનંદ જન્મ શતાબ્દી સ્મૃતિ યોગભવનનાં નિર્માણ અર્થે ભૂમિ ખનન (તા. ૨૪-૯-૨૦૧૫)

# શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની પ્રેરણાથી પ્રકાશિત દિવ્ય જીવન

વર્ષ : ૧૨

અંક : ૧૦

ઓક્ટોબર-૨૦૧૫

સંસ્થાપક અને આદ્યતંત્રી :  
બ્રહ્મલીન શ્રી સ્વામી યાશવજીવાનંદજી  
(શ્રી. શિવાનંદ અધ્યયુજી)

સંપાદક પંડિત :

અધ્યક્ષ : શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી (તંત્રી)  
શ્રી. વલ્લભજી જે. પટ્ટણી  
શ્રીમતી રૂપા મજમુદાર

○

તંત્રી : શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

દેવ્ય શોકસલાજી સરનામું :

શિવાનંદ આશ્રમ, જોધપુર ટેકરી,  
અમદાવાદ - ૩૮૦૦૧૫.  
ફોન : ૨૬૮૬૧૨૩૪, ૨૬૮૬૨૩૪૫

○

મુખ્ય અધ્યાપક :

'દિવ્ય જીવન' માસિક, તેનું સ્વાજમ :  
સ્વામી ચિદાનંદ સર્વજ્ઞવલ્લભનિધિ  
ઈતર પત્રવ્યવહાર અને મહામંત્રીનું અધ્યાપક :

શ્રી યજ્ઞેશભટ્ટ ટેમ્પાઈ  
ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંપ  
શિવાનંદ આશ્રમ,  
જોધપુર ટેકરી, ચેટેલાઈટ માર્ગ,

અમદાવાદ-૩૮૦૦૧૫  
ફોન : ૨૬૮૬૧૨૩૪  
ટેલિફેક્સ : ૨૬૮૬૨૩૪૫

○

E-mail :

shivananda\_sahram@yahoo.com  
Website : <http://www.divyajivan.org>

## દાવાજમ

બહારમાં

વાર્ષિક દાવાજમ	:	રૂ. ૧૫૦/-
સુભેજીક દાવાજમ (૧૫ વર્ષ માટે)	:	રૂ. ૧૫૦૦/-
પેટ્રોન દાવાજમ	:	રૂ. ૩૦૦૦/-
ફુટેક નકલ	:	રૂ. ૧૫/-
વિદેશ માટે (એર ચેઈજ)		
વાર્ષિક (એર ચેઈજ)	:	રૂ. ૧૮૦૦/-
સુભેજીક દાવાજમ (૧૫ વર્ષ માટે) ચેક/ડ્રાફ્ટ (અમદાવાદ) દ્વારા	:	રૂ. ૧૫૦૦૦/-

ૐ

ચન્મનસા ન મનુતે ચનાહુર્મનો મતમ્ ।

તદેવ જ્ઞાત્વ ત્વં વિદ્ધિ નેદં ચદિદમુપાસતે ॥

ચચ્ચક્ષુષા ન પશ્યતિ યેન ચક્ષુષિ પશ્યતિ ।

તદેવ જ્ઞાત્વ ત્વં વિદ્ધિ નેદં ચદિદમુપાસતે ॥

કેનોપનિષદ્ - ૧,૫,૬

જેને મનથી (અંતઃકરણથી) સમજી શકાતું નથી, પરંતુ જેનાથી મનુષ્યનું મન જાણ્યું એમ કહે છે. તે (શક્તિ)ને જ તું બ્રહ્મ જાણ. અને જુદા દ્વારા જાણવામાં આવેલા તત્ત્વની ઘોંકી ઉપાસના કરે છે, પણ તે બ્રહ્મ નથી.

જેને કોઈપણ, ચક્ષુ દ્વારા જોઈ શકાતું નથી, પરંતુ જેનાથી ચક્ષુ (પોતાના વિષયોને) જુએ છે તેને જ તું બ્રહ્મ માન. ચક્ષુ દ્વારા જોવામાં આવતા પદાર્થ સમૂહની ઘોંકી ઉપાસના કરે છે, તે બ્રહ્મ નથી.

## શિવાનંદ વાણી

હિન્દુ સ્ત્રી

જગતની સમસ્ત સ્ત્રીઓ, જે માતા કાલીનું સ્વરૂપ છે, તેને મારા મૂક પ્રજ્ઞામ અને દંડવત્ છે. ધાત્રી, વિધાત્રી અને ધાવનકર્ત્રી તમે જ છો. આખી દુનિયાનું ભાગ્ય તમારા હાથમાં છે. તમે જગતની કૂચી જેવાં છો.

સ્ત્રીઓ હિન્દુધર્મની પૃષ્ઠવંશ છે. હિન્દુ ધર્મની રક્ષા કેવળ આપણી દેવીઓએ જ કરી છે. તેથી તેમનું રક્ષણ સારી રીતે થવું જોઈએ. એમને પોતાનું જીવન સરળ, પવિત્ર, શુદ્ધ અને ભક્તિપૂર્ણ બનાવવાની કેળવણી મળવી જોઈએ. જો એમને પ્રેરણા મળે તો આખું જગત પ્રેરિત થઈ જાય.

હિન્દુ સ્ત્રીઓનો સ્વભાવ ભક્તિપૂર્ણ હોય છે. એમનામાં વિશેષ ધાર્મિક સ્વભાવ હોય છે. હિન્દુ સ્ત્રીઓ અત્યંત ભક્તિયુક્ત હોય છે. પોતાના નિત્યના વ્યાવહારિક જીવન દ્વારા તેઓ પુરુષોમાં ધાર્મિક ભાવ ભરી દે છે.

- સ્વામી શિવાનંદ



## અનુક્રમ

૧. કેનોપનિષદ	.....	૩
૨. અનુક્રમ, તહેવાર સૂચિ	.....	૪
૩. સંપાદકીય	તંત્રી.....	૫
૪. સાધના	ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી	૬
૫. માનવહૃદયમાં આદર્શવાહનો પ્રાદુર્ભાવ થાવ ।	શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી.....	૧૦
૬. ચરણોદક-શાશિગ્રામ	શ્રી સ્વામી અભિરામદાસજી ત્યાગી .	૧૩
૭. ગુરુદેવની વિશિષ્ટ કાર્યશૈલી	શ્રી સ્વામી વેંકટેશાનંદજી.....	૧૫
૮. હાપણ	શ્રી સ્વામી સત્ચિદાનંદજી.....	૧૯
૯. આનંદ કુટીરનો સાદ	ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી....	૨૧
૧૦. ચિદાનંદ દર્શન	.....	૨૨
૧૧. ઈશ્વર અને ધર્મ	શ્રી સ્વામી વિવેકાનંદજી.....	૨૩
૧૨. માસ પ્રત્યુત્તર	ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી...	૨૪
૧૩. કરુણાસાગર સ્વામી ચિદાનંદ	શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી .....	૨૫
૧૪. સત્સંગ અને અનાશક્તિ	શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી .....	૨૬
૧૫. ગુરુભજવાન સ્વામી શ્રી ચિદાનંદજી મહારાજ	શ્રીમતી રૂપા મજમુદાર.....	૨૭
૧૬. પરમ પુરુષની પરમોચ્ચયાત્રા	શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી .....	૨૯
૧૭. નિત્ય સ્વાધ્યાય	શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી.....	૩૦
૧૮. વૃત્તીત	.....	૨૯
૧૯. જહેરાત	.....	૩૩

## તહેવાર સૂચિ

ઓક્ટોબર - ૨૦૧૫

તા. તિથિ (ભાદરા વદ)

૨	૫	આંધી જ્યંતી
૮	૧૧	એકાદશી
૧૦	૧૩	મદોષ પૂજા
૧૨	૩૦	સોમવતી અમાવાસ્યા મહાશય પૂર્ણ (હાલો છુટ)
૧૩	૧	નવરાત્રી પૂજા શરૂ
૨૦	૮	સરસ્વતી આરાધના
૨૧	૯	શ્રી કુર્બા મદ્યમી, શ્રી મહાનવમી
૨૨	૧૦	વિજયાદશમી, દશેરા નવરાત્રી પૂજા પૂર્ણ
૨૩	૧૧	એકાદશી
૨૫	૧૩	મદોષ પૂજા
૨૬/૨૭	૧૪/૧૫	પૂર્ણિમા
૨૭	૧૫	પૂર્ણિમા, વાલ્મીકિ જ્યંતી

### “અનુરોધ-અભિલાષા” ગ્રાહકોને :

- આપનું પત્રવ્યવહારનું સરનામું પિનકોડ સાથે સંપૂર્ણ હોય તે ટપાલ ખાતાના નવા નિયમો મુજબ અનિવાર્ય છે. તેથી સરનામાની ચોકચાઈ ખાટે વિનંતી.
- આપનો ગ્રાહક નંબર નોંધી લેવા વિનંતી છે, જેથી અંકની પ્રાપ્તિ સંબંધી કોઈ પણ પત્રવ્યવહાર કરતી વેળા ગ્રાહક નંબરનો ઉલ્લેખ વહીવટી સરળતા સહી 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 રસહ્યાસ થાય અને ગ્રાહકવૃદ્ધિમાં આપનો નક્કર સહયોગ અમને મળતો રહે તેવી અભિલાષા છે.
- અમદાવાદ સિવાયના ગ્રાહકોએ પોતાનું લવાજમ ડ્રાફ્ટ અગર મનીઓર્ડરથી જ મોકલવું.

### દિવ્ય સુલિંગ

#### મા કાળીની પૂજા

સાધકનો એક અંશ અનુભવે છે તે એને એના વ્યક્તિત્વને બાંધનારા નબળા પાસામાંથી મુક્ત થવું જોઈએ. તેમ છતાંય, એનામાં ભ્રમણા - મોહ તથા આસક્તિનું એક બીજું પાસું પણ રહેલું છે, જે એના નબળા પાસાને, આસક્તિ - રાગ - તૃષ્ણાને સર્દતરપણે ખતમ કરવાનું મુશ્કેલ બનાવે છે. એક બાજુ મા કાળીને આહવાન કરી એ વિનાશ લીલા પ્રગટાવવાનું કહે છે, તો બીજી બાજુ એ પોતાની નિમ્ન પ્રકૃતિને વળગી રહે છે.

- સ્વામી ચિદાનંદ

## સંપાદકીય

પૂજ્ય બાપુજી મહાત્મા ગાંધીજીની સાર્થ શતાબ્દી હવે સમીપ આવતી જાય છે. આ વર્ષે બીજી ઓક્ટોબરે ૧૪૬ વર્ષ પૂરાં થયાં. ઇ.સ. ૨૦૨૦ સુધી આપણે તેમની સાર્થ શતાબ્દી ઊજવીશું. પૂજ્ય બાપુજીએ સદૈવ એક વાત કહી, “મારે જગતને નવું કંઈ પણ શિખવવાનું નથી. સત્ય અને અહિંસા તો પર્વતો જેટલા જૂના સદ્ગુણો છે.

ગુરુભગવાન શ્રીમત્ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજના જન્મ શતાબ્દી વર્ષમાં આપણે ૨૪, સપ્ટેમ્બરે, ૨૦૧૫ના રોજ મંગળ પ્રવેશ કર્યો. પૂજ્ય સ્વામીજી સદૈવ કહેતા “મારા જન્મદિવસે તમો જો મને કંઈ પણ ભેટ આપવા માગતા હો તો સવારે પ્રાર્થના અને સાંજે સત્સંગમાં અચૂક આવો.” તેમણે તેમના પ્રકાશ-પુંજ પુસ્તકમાં ગુરુદેવ શ્રીમત્ સ્વામી શિવાનંદજીએ પ્રાર્થનામાં દંઢ નિષ્ઠા સંબંધે લખ્યું છે, “જી હા, પ્રાર્થનાનો અમીટ પ્રભાવ છે. નિષ્કપટતાથી કરવામાં આવેલી પ્રાર્થના બધું જ કરવામાં સમર્થ છે. તે સત્વરે સાંભળવામાં આવે છે તથા તત્કાળ ફળપ્રદાયક પણ છે. પોતાના દરરોજના સંઘર્ષયુક્ત જીવનમાં પ્રાર્થના અવશ્ય કરો, તથા પ્રભુકૃપાનો દિવ્ય અનુભવ કરો. જેમ કરવી હોય તેવી રીતે પ્રાર્થના કરો. બાબક જેવા સરળ બનીને પ્રાર્થના કરો. નિષ્કપટ બનો ત્યારે તમો બધું જ પ્રાપ્ત કરી શકો છો.”

પૂજ્ય બાપુજીને પણ કહેવામાં આવ્યું હતું કે, “આજે આપની હત્યા કરવા માટે ત્રણ મુવાનો ભીડ વચ્ચે

ભળી ગયેલા. બે પકડાયા છે. બાપુ! આજે પ્રાર્થનામાં ન જાઓ. ત્રીજાને અમો સત્વરે પકડી પાડીશું”. પૂજ્ય બાપુનું હૃદય તો જુદી માટીનું ઘડાયેલું હતું. “જો પ્રાર્થના કરતાં કે કરવા જતાં મારું મૃત્યુ થાય અને હું રામ નામ બોલીને મરું તો જ મને સત્યનો સાચો ઉપાસક જાણવો.” આ વાત તેમણે તેમની હત્યાના પંદર દિવસ પૂર્વે કોઈ સાધકને લખી મોકલેલી.

પ્રાર્થના વિશે સ્વામી ચિદાનંદજીએ લખ્યું છે; “પરહિત હેતુ ગુપ્ત રીતે સતત પ્રાર્થના કરતાં રહેવાનો સ્વામી શિવાનંદજીનો નિત્ય અભ્યાસ છે. તેઓ હંમેશાં બધાં જ સ્થળે, બધા જ અવસરો પર, સૌ જાણ્યાં અજાણ્યાં, પશુપંખી-પ્રાણીઓ સૌના માટે સતત પ્રાર્થના હેતુ તત્પર રહે છે. પ્રાર્થના તેમના જીવનનું અવિભાજ્ય અંગ છે.”

પૂજ્ય બાપુજી ગાંધીજી પણ કહેતા, “મારી કોઈપણ પ્રાર્થના ઈશ્વરે ન સાંભળી હોય તેવું કદીયે બન્યું નથી. વહેલાં કે મોડાં - પ્રભુ મને પ્રત્યેક પ્રાર્થનાનો પ્રત્યુત્તર આપે છે.”

આ મહાન અવતારી આત્માઓના જન્મોત્સવ નિમિત્તે તેમના જીવનમાંથી પ્રેરણા લઈએ અને પ્રાર્થનાને આપણાં જીવનનું અવિભાજ્ય અંગ બનાવીએ; ત્યાંજ આપણી જીવન સાર્થકતા અને શ્રી ગુરુ ભગવાન સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજના જન્મ શતાબ્દી પર્વ નિમિત્તે ભ્રાવાંજલિ- ઠું શાંતિ.



## સાધના

ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી

[પૂજ્ય ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી બહારાજનું જીવન સાધનાનો પર્યાય હતું. તેઓ સાધના-સિદ્ધ પુરુષ હતા. તેમના જીવનની પ્રત્યેક પળ અને પ્રત્યેક શ્વાસ સાધના જ હતો. તેમના જન્મ થતાથી વર્ષ પ્રસંગે આપની સમક્ષ 'સાધના' પ્રસ્તુત કરતાં ખૂબ આનંદ છે.]

સાધના શબ્દની ઉત્પત્તિ 'સાધ્' ધાતુ પરથી થઈ છે. તેનો અર્થ પ્રયત્ન કરવો, કોઈ વિશેષ સિદ્ધિની પ્રાપ્તિ માટે પ્રયાસ કરવો. જે આવો પ્રયત્ન કરે છે તે સાધક કહેવાય છે. જો વાંચિત ફળ-સિદ્ધિની પ્રાપ્તિ થઈ ગઈ હોય તો તેને સિદ્ધિ કહે છે. જેને બ્રહ્મનું પૂર્ણ જ્ઞાન પ્રાપ્ત થયું હોય તે પૂર્ણ સિદ્ધ કહેવાય છે. સાધના વિના આત્મદર્શન અથવા ઈશ્વર-દર્શન સંભવિત ધતું નથી. સાધના અને અભ્યાસ એ બંને પર્યાયવાચી શબ્દો છે. જે સાધના વડે પ્રાપ્ય છે, તેને સાધ્ય કહે છે. ઈશ્વર-સાક્ષાત્કાર જ (સાધકનું) સાધ્ય અથવા લક્ષ્ય હોય છે, 'સાધના'માં બ્રહ્મ-સાક્ષાત્કાર માટે સાધનાના લગભગ બધા પ્રકારનું વર્ણન કરવામાં આવ્યું છે. એનું ક્ષેત્ર સર્વગ્રાહી છે.

જો આપ શીઘ્ર ઉન્નતિ કરવા ઈચ્છતા હો તો આપને ઉચિત પ્રકારની સાધનાની જાણ થઈ જવી જોઈએ. જો આપ આત્માવલંબી હો તો આપ પોતે જ રોજના અભ્યાસ માટે સાધના પસંદ કરી શકશો. જો આપમાં આત્માર્પણનો ભાવ હશે તો આપના ગુરુદેવ પાસેથી પોતાના માટે ઉપયોગી એવો સાધના પ્રકાર પ્રાપ્ત કરી લેશો તથા ગંભીર શ્રદ્ધા સહિત તેનો અભ્યાસ કરશો.

ૐ! તે પૂજ્ય પરમાત્માને નમસ્કાર હો, જેનાથી મહત્તર આ જગતમાં કંઈ પણ નથી તથા જે આ જગતથી પર છે.

આપ નાહક પોતાનું બંધન દીર્ઘકાળ પર્યંત બાંધી રાખો છો! હમણાં ને હમણાં આપનો જન્માધિકાર શા માટે પ્રાપ્ત કરી લેતા નથી? હજી સુખી આપ આપના બંધને તોડતા નથી. વિલંબનો અર્થ છે - કષ્ટોની વૃદ્ધિ.

આપ કોઈ પણ શક્તિ બંધનને તોડી શકો છો. એ આપની શક્તિની વાત છે. હમણાં જ કરો. ઊભા થાઓ. કટિબદ્ધ થાઓ. ઉગ્ર ને અનવરત સાધના કરો. મુક્તિ મેળવી નિત્ય સુખનો ઉપયોગ કરો.

અનુશાસન, તપ, આત્મસંયમ તથા ધ્યાન દ્વારા નિમ્ન પ્રકૃતિને ઉચ્ચ પ્રકૃતિની દાસી બનાવી દો. એ જ આપની મુક્તિનો ઉત્સવ છે.

આપની અંદરનું ઈશ્વરત્વ આપની બહારના પદાર્થો કરતાં વધુ શક્તિશાળી છે. તેથી કોઈ પણ વસ્તુનો ભય ન રાખો. આપના અંતરાત્મા પર જ નિર્ભર રહો. અંતરદષ્ટિ દ્વારા મૂળમાંથી શક્તિ મેળવો.

ત્યાજ વિના આપ કદાપિ સુખી થવાના નથી. ત્યાજ વિના આપ કોઈ દિવસ વિગ્રામ નહીં મેળવી શકો. તેથી બધું જ તજી દો. સુખ પર અધિકાર મેળવો. ત્યાજને જ સર્વશ્રેષ્ઠ માનો.

પોતાની જાતને સુધારી લો. ચારિત્ર્યનું ઘડતર કરો. ક્રોધને શુદ્ધ બનાવો. વૃત્તિઓને શાંત કરો. ઊંચળતા આવેગોને સ્થિર કરો. બહિર્મુખી ઈંદ્રિયોને સમેટી લો. વાસનાઓનો નાશ કરો. આમ કરવાથી આપ ગંભીર ધ્યાનમાં મહિમાવાન આત્માનાં દર્શન કરશો.

પૂર્ણ સ્વતંત્રતા તથા નિર્વાણની પ્રાપ્તિનાં પાંચ સાધનો છે. એમના વડે જ પરમ સુખની પ્રાપ્તિ થાય છે. એ છે સત્સંગ, વિવેક, વૈરાગ્ય, 'હું કોણ છું?'નો વિચાર તથા ધ્યાન. એ જ સ્વર્ગ છે. એ જ ધર્મ છે, એ જ સર્વોત્તમ સુખ છે.

સૌ પહેલાં ભલા બનો, પછી ઈન્દ્રિયોનું દમન કરો. પછી નિમ્ન મનને ઉચ્ચ મન દ્વારા પરાજિત કરો. ત્યારે ઈશ્વરીય જ્યોતિનું અવતરણ થશે.

જરાય ઉતાવળ કર્યા વિના શાંતિપૂર્વક, સંલગ્નતાપૂર્વક ધ્યાનનો અભ્યાસ કરો. આપ એકદમ સમાધિ પ્રાપ્ત કરી લેશો.

આધ્યાત્મિક જીવન કઠિન અને શ્રમપૂર્ણ છે. તેના માટે સતત સાવધાની તથા ઉત્સાહની જરૂર છે. તો જ નક્કર ઉન્નતિ સંભવ છે.

આપે પોતે જ અજ્ઞાનના કારણે કેદખાનાની દીવાલો આપના માટે ઊભી કરી છે. આપ વિવેક તથા 'હું કોણ છું?' ના વિચાર દ્વારા આ દીવાલોને જમીનદોસ્ત કરી શકો છો.

કષ્ટ મનુષ્યને શુદ્ધ બનાવે છે. તે પાપ તથા મલિનતાને બાળી નાખે છે. ઈશ્વરત્વ વધુ ને વધુ પ્રગટ થવા લાગે છે. તેનાથી આંતરિકશક્તિ મળે છે, ઈચ્છાશક્તિ વિકસિત થાય છે તથા તિતિશાક્તિ વધે છે. આમ, કષ્ટ પણ અપ્રગટ રૂપે વરદાન છે.

ધ્યાન વખતે પ્રકાશનું એક કિરણ આપના માર્ગને પ્રકાશિત કરશે. તેનાથી આપને ખૂબ ઉત્સાહ અને આંતરિક બળ મળશે. આથી આપ વધુ ને વધુ સાધના કરવા પ્રેરાશો. ધ્યાનની ગંભીરતા વધ્યા પછી ચૈતન્ય શરીરથી પર થયા બાદ આપ આ પ્રકાશ-કિરણનો અનુભવ કરશો.

આત્માની સુષુપ્ત શક્તિઓનું જાગરણ એ જ જીવન છે. દિવ્ય જીવન જીવો. ધ્યાન, જપ, કીર્તન તથા સ્વાધ્યાય દ્વારા વિચારોને ઉન્નત બનાવો.

શાશ્વત જીવનની સરિતામાં સ્નાન કરો, ડૂબકી મારો, તરો અને આનંદ કરો.

સૂર્યસ્નાન દ્વારા શરીરને સ્વસ્થ બનાવો. નિત્ય વસ્તુ આત્મામાં સૂર્યસ્નાન દ્વારા આત્માને સ્વસ્થ બનાવો.

આપ સુંદર સ્વાસ્થ્ય તથા શાશ્વત જીવન પ્રાપ્ત કરશો.

આત્મરૂપી પુષ્પની કળીનું ઊધડવું તે જ પૂજા છે. પૂજા જ જીવન છે, પૂજાથી જ નિત્ય જીવન પ્રાપ્ત થાય છે. આપ યુદ્ધમાં લાખો મનુષ્યોને જીતી શકો, પરંતુ મન પર વિજય મેળવવાથી જ આપ સાચા અર્થમાં વિજેતા બની શકશો.

જ્યાં સુધી આપની ઈન્દ્રિયો પરાજિત ન થાય ત્યાં સુધી આપે તપ, દમ અને પ્રત્યાહારનો અભ્યાસ કરતા રહેવું જોઈએ.

જ્યારે વીજળીનો ઝોળો અનેક ગડીઓવાળાં કપડાંથી ઢાંકેલો હોય છે ત્યારે તેનું પ્રખર તેજ પ્રાપ્ત થતું નથી, એક પછી એક ગડી ઉકેલતા જાઓ અને તેજ ધીમેધીમે પ્રખરતર થતું જાય છે. તેવી જ રીતે સ્વયંપ્રકાશિત આત્મા પંચકોશોરૂપી પડબોથી ઢંકાયેલો છે. ધ્યાન અથવા 'નેતિ-નેતિ'ના અભ્યાસ દ્વારા એક પછી એક કોશ ઉતારતા જાઓ. આત્માનો ઉજ્જશ વધતો જશે.

શાંત ચિત્તે બેસી જાઓ. શરીર તથા મન પર પોતાનું આધિપત્ય સ્થાપી દો. પોતાના હૃદયરૂપી ઓરડામાં ચક્કર લગાવો તથા ગંભીર મૌન-સાગરમાં નિમગ્ન થઈ જાઓ. આ નિઃશબ્દ વાણી સાંભળો.

પહેલા હૃદયને યોગ્ય બનાવો, પછી યોગની નિસરણી પર સાહસ ને ઉત્કટ ઉત્સાહપૂર્વક આગળ વધો. જલદી ઉપર ચઢો. ઋતમ્બરા પ્રજ્ઞા પ્રાપ્ત કરી નિસરણીની ટોચ પર પદજ્ઞાન મંદિરમાં પ્રવેશો. ત્યાં ધર્મમેઘ સમાધિમાં અમૃતની વર્ષા થાય છે.

નિશ્ચિત દીવાલો પર આધ્યાત્મિક જીવનનું મંડાણ કરો. ઈશ્વરકૃપા તથા ચારિત્ર્યબળ જ પાકી પાયો છે. ઈશ્વર તથા તેના સન્નાતન નિષમન્ન શરણે જાઓ. આ પૃથ્વી તથા સ્વર્ગમાં એવી કોઈ શક્તિ નથી, જે આપના માર્ગમાં વિઠ્ઠ નાખી શકે. આત્મસાક્ષાત્કારમાં



સહજતા નિશ્ચિત છે. આપના માટે નિષ્ફળતા છે જ નહિ. આપના માર્ગ પર પ્રકાશ છે. બધું જ પ્રકાશમય છે.

સાધના એટલે કોઈ પણ આધ્યાત્મિક અભ્યાસ, જેના વડે ઈશ્વરને પ્રાપ્ત કરી શકાય. સાધના એવું સાધન છે, જેના થકી જીવનના લક્ષ્યને પામી શકાય. યોગ્યતા, રુચિ તથા ઉન્નતિના સ્તર પ્રમાણે દરેક વ્યક્તિમાં સાધનાની રુચિ ભિન્ન હોય છે. દરેક માણસે પોતાને અનુકૂળ સાધના અવશ્ય ગ્રહણ કરી લેવી જોઈએ, જેથી પરમ લક્ષ્યની પ્રાપ્તિ થાય. સાધ્ય તે વસ્તુ છે, જેને સાધના દ્વારા આપણે મેળવી શકીએ; એ ઈશ્વર અથવા આત્મા અથવા પુરુષ છે.

જેઓ ભક્તિમાર્ગને અનુસરે છે તેમણે જપ અથવા ભાગવત કે રામાયણનો સ્વાધ્યાય કરવો જોઈએ. શ્રવણ, સ્મરણ, કીર્તન, વંદન, અર્ચન, પાઠસેવન, સખ્ય, દાસ્ય તથા આત્મનિવેદન આ નવધા ભક્તિ દ્વારા ભક્ત ઉચ્ચ કોટિની ભક્તિ પ્રાપ્ત કરી શકે છે. ભક્તે વ્રત, અનુષ્ઠાન, પ્રાર્થના, માનસિક પૂજા પણ કરવાં જોઈએ. તેણે અન્યની નારાયણભાવે સેવા કરવી જોઈએ. ભક્ત યોગી, માટે આ જ સાધના છે.

જે કર્મયોગને અનુસરે છે તેણે પીડિત માનવતાની તથા સમાજની વિવિધરૂપે નિષ્કામ સેવા કરવી જોઈએ. તેણે કર્મફળ ઈશ્વરને અર્પિત કરી દેવાં જોઈએ. પોતાને જ ઈશ્વરના હાથના નિમિત્ત માત્ર સમજી તેમણે પોતે કર્તા હોવાનો ભાવ તજી દેવો જોઈએ. સ્વાર્થમાંથી મુક્ત થઈને ઈન્દ્રિયો પર કાબૂ મેળવવો જોઈએ. પોતાના જીવનને માનવસેવા માટે પૂરેપૂરું હોગી દેવું જોઈએ. તેણે એમ માનવું જોઈએ કે આપુ જન્મ ઈશ્વરનું પ્રગટીકરણ છે. આ ભાવથી સેવા કરવાથી કાળાન્તરે ચિત્ત શુદ્ધ થઈ જાય છે. આ કર્મયોગીઓની સાધના છે, શરૂઆત કરનારા આધ્યાત્મિક પથના બધા સાધકો માટે આ ખૂબ મહત્વનું છે. આ લક્ષ્ય નથી. ઘણા

ભમને વશ થઈને આમ માની લઈને ઉન્નત સાધનાનો અભ્યાસ કરતા નથી. તેમણે હજી આગળ વધવાનું છે અને ધ્યાન, ધારણા અને સમાધિનો અભ્યાસ કરી પરમ લક્ષ્યને પ્રાપ્ત કરવું જોઈએ.

રાજયોગી આઠ તબક્કામાંથી પસાર થઈને ધીરેધીરે સીડી પર ચડે છે. શરૂઆતમાં તે યમનિયમનું પાલન કરે છે. આસન સ્થિર બનાવે છે. તે પ્રાણાયામ દ્વારા મનને સ્થિર કરે છે તથા નાડીઓનું સંશોધન કરે છે. પ્રત્યાહાર, ધારણા તથા ધ્યાનનો અભ્યાસ કરીને સમાધિ પ્રાપ્ત કરે છે. સંયમ દ્વારા વિવિધ સિદ્ધિઓ તેને વરે છે. તે ચિત્તની બધી વૃત્તિઓનો નિરોધ કરે છે.

જે જ્ઞાનમાર્ગ અથવા વેદાંતનું અવલંબન કરે છે, તેમણે સર્વપ્રથમ સાધનચતુષ્ટય-વિવેક, વૈરાગ્ય, ષટ્સંપત્ તથા મુમુક્ષુત્વથી યુક્ત થવું જોઈએ. પછી તેઓ બ્રહ્મનિષ્ઠ ગુરુ પાસે જાય છે તથા તેમની પાસે શ્વેતિઓનું શ્રવણ કરે છે. શ્રવણ, મનન તથા નિદિધ્યાસનના અભ્યાસથી તેઓ આત્મસાક્ષાત્કાર પ્રાપ્ત કરે છે, પછી જ્ઞાની આનંદમાં મસ્ત બની જઈ બોલી શકે છે, 'આત્મા એક જ છે ને અદ્વિતીય છે. આત્મા જ એક સત્ય છે. હું બ્રહ્મ છું, હું શિવ છું. આ બધું બ્રહ્મ છે.' જીવનમુક્ત માનવી આત્માને બધાં ભૂતોમાં ને બધાં ભૂતોને આત્મામાં જુએ છે.

હઠયોગના સાધકોએ કુંડલિનીશક્તિને જાગ્રત કરવા માટે પ્રયત્નશીલ બનવું જોઈએ. મુદ્રા, બંધ, આસન તથા પ્રાણાયામ દ્વારા મૂલાધારચક્રમાં પ્રસૂપ્ત કુંડલિનીશક્તિને જગાડવામાં આવે છે. તેમણે પ્રાણ અને અપાનને સંયુક્ત કરી આ સંયુક્ત વાયુપ્રવાહને સુષુપ્ત નાડી દ્વારા લઈ જવો જોઈએ. કુંભક દ્વારા ગરમી વધે છે તથા કુંડલિની સાથે વાયુ વિભિન્ન ચક્રોમાં થઈને સહસ્રાર ચક્રમાં જાય છે. સહસ્રાર ચક્રમાં જ્યારે કુંડલિની ભગવાન શિવને મળે છે, ત્યારે યોગી પરમ



શાંતિ, સુખ તથા અમૃતત્વ પ્રાપ્ત કરી લે છે.

જીવનનું ધ્યેય ભગવત્સાક્ષાત્કાર અથવા આત્મસાક્ષાત્કાર છે. આ બધાનું લક્ષ્ય છે. એમાં વર્ણ, રાષ્ટ્રીયતા, શૈક્ષણિક લાયકાત, સામાજિક પરિસ્થિતિ, જાતિ, સંપ્રદાય અને સ્ત્રી-પુરુષનો કોઈ અપવાદ નથી. બધાં પ્રાણીઓ ચેતન અથવા અચેતન અવસ્થામાં આ લક્ષ્ય તરફ પ્રગતિશીલ છે. મનુષ્યનું જીવન આત્મિક છે, તે તેને ભૂલી ગયો છે, તેનું ઈલેક્ટ્રિક જીવન આ આત્મિક જીવનની યોગ્યતા પ્રાપ્ત કરવા માટે છે. આ વિસ્મૃત આધ્યાત્મિક જીવનની પુનઃ પ્રાપ્તિ જ તેની ઈલેક્ટ્રિક જીવનના સંઘર્ષની પૂર્ણતા તથા તેની સફળતા તથા ઉપલબ્ધિઓની પૂર્ણતા છે. જ્યારે મનુષ્યને ભગવત્સાક્ષાત્કાર લગન થાય છે અને તે પોતાને સીમિત મુમુક્ષુ તથા વિનાશશીલ પદાર્થોમાંથી સંપૂર્ણપણે મુક્ત બનાવવા માટે સંઘર્ષરત થાય છે ત્યારે તેના માનવ વ્યક્તિત્વનું પૂર્ણ સૌંદર્ય, તેના અસ્તિત્વનું પૂર્ણ ગાંભીર્ય તથા તેની પ્રકૃતિની ગરિમા અને મહિમા પ્રગટ થાય છે.

સંકલ્પ અને ઈચ્છા માત્રથી જ પરમ લક્ષ્યની

પ્રાપ્તિ થતી નથી, આત્મજ્ઞાનની પ્રાપ્તિ એક મહાન કાર્ય છે. શ્રુતિઓએ આ સંઘર્ષને 'કુરસ્ય ઘાગ' એવી સંજ્ઞા આપી છે. સાધક જ્યાં સુધી ભગવત્સાક્ષાત્કાર પામે નહિ ત્યાં સુધી તેને એક બલિદાન પછી બીજું બલિદાન દેવું પડે છે. એક કઠોર પરીશા પછી બીજી કઠોર પરીશામાંથી પસાર થવાનું હોય છે તથા એક સમસ્યા પછી બીજી સમસ્યાનો ઉકેલ શોધવાનો હોય છે. અતૃપ્ત આધ્યાત્મિક વિપાસા, અખૂટ ઉત્સાહ અને ગંભીરતા, મનની એકાગ્રતા તથા ગમે તે ભોગે લક્ષ્ય સુધી પહોંચવાનો નિશ્ચય આ જ હથિયારોથી ઈશ્વરની શોધ કરવા નીકળનાર વ્યક્તિએ સજજ થવું પડશે ત્યારે નક્કી તેને આત્મસાક્ષાત્કાર પ્રાપ્ત થશે જ અને તે સંતના રૂપમાં વિભાસિત થશે.

વીરસાધકો શાશ્વત જીવન, ચિરંતન જ્યોતિ તથા અનંત આનંદના પથ પર હઠતા પૂર્વક આગળ વધો, ભગવાનની પ્રાપ્તિ માટે આપ જે સંઘર્ષ કરી રહ્યા છો, તેમાં સર્વશક્તિમાન પ્રભુ આપને સાથ આપે.

□ 'સાધના'માંથી સાભાર

### (લાલંદ કુટીરનો સહ પાઠ નં. ૧૧ ઉપરથી લાવું)

અનુકૂળ થઈને રહો પણ તેના ઉપર દબાણ ન કરો. પ્રકૃતિને મદદ કરવા દો. કુદરત શ્રેષ્ઠ સ્વાસ્થ્યદાતા છે. દવાઓ અને ડોક્ટરોએ પ્રકૃતિને તેના સાજા કરવાના કાર્યમાં મદદરૂપ થવું જોઈએ. જે ડોક્ટર પ્રકૃતિના કાર્યમાં ખલેલ પહોંચાડે છે તે સારું કરવાના બદલે વધારે ખરાબ કરે છે.

આજના ઘોકોને માત્ર દવાઓમાં જ વિશ્વાસ છે. ઘણી વાર દવાઓ શરીરને સાજા કરવાના પ્રકૃતિના કાર્યમાં અવરોધરૂપ બને છે. તે શરીરની રોગપ્રતિકારકશક્તિ ઘટાડે છે અને ઘણી વાર આડઅસરો પણ કરે છે. તેથી ખોરાક, કસરત, શુદ્ધ હવા અને પૂરતો

આરામ લેવા જેવી પ્રાકૃતિક રીતો દ્વારા સાજા કરનારી રીતોનો આશ્રય લો.

શુદ્ધ પાણી પીવો. શુદ્ધ અને સમતોલ આહાર લો. આરોગ્ય વિજ્ઞાન અને શારીરિક સ્વાસ્થ્યના નિયમોનું પાલન કરો. રોજ સવારે ઠંડા પાણીથી સ્નાન કરો. તમારી પ્રાર્થનામાં નિયમિત રહો. ભગવાનનામનો જપ કરો. યોગ્ય જીવન, યોગ્ય ચિંતન, સત્કાર્ય અને સચ્ચારિત્યનો વિકાસ કરો. બ્રહ્મચર્ય પાળો. ખુલ્લામાં રહો. તમે પૂર્ણ તંદુરસ્તી, શક્તિ અને જીવનશક્તિનો આનંદ માણશો.

□ 'યોગના પાઠ' માંથી સાભાર

## માનવહૃદયમાં આદર્શવાદનો પ્રાદુર્ભાવ થાયો !

શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી

હે આદરણીય, દિવ્ય ઉપસ્થિતિ, તું સર્વ વ્યાપી છે, સદાકાળ બદલતી રહેલ સદા-વર્તમાન સત્તા છે, જેનું આ જગત બનેલું છે તે સદા ભૂસાતા રહેલા નામરૂપની પાછળ રહેલી આ વિશ્વને સ્વરૂપ આપતી તથા સ્થળકાળના ક્રમે થતી ઘટનાઓ યોજતી તું સત્તા છે. આદરણીય દિવ્ય હસ્તી, તું બહાર છો તેમજ અંદર છો, સર્વ સ્થળે છો, અમારા શરીરના અંતરતમ કોષો સાથે તું વણાઈ ગયેલ છો! તું ચક્ષુની ચક્ષુ-ઈન્દ્રિય છો, કાનની શ્રાવ્ય શક્તિ છો, મનને તેનું મન છો, હૃદયને ચઢાવનાર હૃદય છો, અમારા પ્રાણનો પ્રાણ છો, અમારા આત્માનો ખરો આત્મા તું જ છે! તું અમારી અંદર અમારો અંતરતમ આત્મા બનીને બેઠી છે. હે ભગવાન તારી કૃપાથી જ, તારી ઉપસ્થિતિથી સભાન થઈશું તારી પાસેથી અમે બસ એટલું જ માગીએ છીએ કે અમે કદી એ વાતનું વિસ્મરણ ન કરીએ કે અમે તારામાં જ જીવીએ છીએ, હરીએ - ફરીએ છીએ અને અમારી જાતે તારી ભવ્ય, પવિત્ર પાવન દિવ્ય અનુભૂતિમાં જ જીવીએ છીએ - અમે અમારું જીવન તારામાં જ જીવીએ છીએ!

આખા જગતમાં તારી શાંતિ પ્રસારો, વ્યક્તિ-વ્યક્તિ વચ્ચે, કુટુંબો વચ્ચે, દેશવાસીઓ વચ્ચે સુમેળ અને ઐક્ય જાગો! પૂર્વ તેમજ પશ્ચિમમાં શાંતિ હો! ઉત્તર અને દક્ષિણ વચ્ચે તેમજ વિશ્વના બધા જ વિભાગોમાં શાંતિ ફેલાઓ! આ દિવસ એવો બનાવીએ કે જેથી તે તારાં ચરણકમળમાં અર્પણ કરાય. તે માટેનું માર્ગદર્શન અમને આપજે! ઉમદા કાર્યો, ઉત્કૃષ્ટ ભાવનાઓ, સારા આશયો અને શુદ્ધ વિચારોથી સભર આ દિવસ સાચી સમજથી અમે જીવીએ!

કૃપાનિધાન અને આરાધ્ય ગુરુદેવ, આજ વહેલી સવારે તમારી આધ્યાત્મિક ઉપસ્થિતિમાં આપે ફરી એક વાર મળવા દેવાની કૃપા કરી છે ત્યારે તમારાં બધાં બાળકો જે અહીં સમાધિમંદિરમાં એકઠાં થયાં છે તેમના પર અનુગ્રહ કરો! આશિષ દો કે તેમનાં

આંતરચક્ષુ ખૂલે અને અંધકારની આરપાર તેઓ પ્રકાશ ભાગે. આધ્યાત્મિક અંધાપો દૂર કરો. સૌને દિવ્ય દર્શિ આપો!

તેમને આશીર્વાદ આપો કે તેઓ બધા નવ દિવસનો સંદેશ ગ્રહણ કરે અને સમજે કે શા કારણે આપણા પૂર્વજોએ આ નવ દિવસની એકધારી પૂજા, સત્કાર અને પ્રાર્થનામયતા પછી નવું વર્ષ શરૂ કર્યું છે? નવનો આંકડો એક પૂર્ણ આંક છે. તેનાથી આગળ આંકડા અટકે છે. પછી મિશ્રણો શરૂ થાય છે અને તે બધાં આ ગૂઢ અંતિમ આંકડા નવના જોડાણથી કે ઉમેરાથી બને છે. આ નવ દિવસો ઉપવાસ, પ્રાર્થના, પૂજા, અર્ચના, શણગાર, દિવ્ય નામનું રટણ તથા શાશ્વત વાચનમાં ગાળવા એવું આપણા યાજ્ઞ પૂર્વજો નક્કી કરી ગયા છે. આમ કરવાથી તેઓએ ભૂધી ન ભુલાય એવી સૂચના આપી કે આખું વરસ પૂજા, શણગાર તથા શાઓનું ખંતપૂર્વકનું વાચન કરતાં રહેવું, જેથી શાઓમાં આપેલ જ્ઞાનોપદેશ આપણને જીવનપથનું નિદર્શન કરાવે. આરાધના, પૂજા, ભક્તિભાવસભર વાતાવરણ બની રહે. આમ થતાં આ લોકમાં તેમજ પરલોકમાં સર્વોચ્ચ માનવકલ્યાણ થતું રહે.

આપણા પૂર્વજોને માનવજાત માટે કેટલો બધો પ્રેમ હતો! તેઓએ પોતાના હૃદયમાં આવતી પેઠી માટે કેટલી ધાગણી ભરી રાખેલી? વડીલોએ વિશ્વવ્યાપી પ્રેમ ને કરુણાને કારણે નવ દિવસ માટે આ પ્રથા દાખલ કરેલી. આપણું જીવન એવી પદ્ધતિથી ગાળવું કે જેથી જીવન આધ્યાત્મિક ઉત્કર્ષ તરફ વળી દિવ્ય પૂર્ણતા, જ્ઞાન અને અંતિમ મુક્તિવાણું બને.

આ મહાન ઝહાપણ દ્વારા આપણા કલ્યાણ માટેનું આ મોટું પગલું લઈ આપણા પૂર્વજોએ ઉપકારનું મોટું ઋણ આપણા પર લાદ્યું છે તે આપણે કદી પણ અદા કરી શકશું નહિ!

તેજસ્વી આત્મા! આ શરૂ થયેલા વર્ષમાં તમે જે



પ્રવૃત્તિમાં જોડાવાના હો તે વિષેના તમારા શા વિચાર છે? આ બાબત તમે મનન કર્યું છે? તેનો અર્થ સમજી, તેના મહત્વનો ઊંડો ખ્યાલ કર્યો છે? તમારા માટે નવલ વર્ષનો સંદેશ શું છે; તમને શું કહેવા માગે છે તેનો અર્થ સમજવા તમે ઊંડાણમાં ગયા છો? ભારત દેશના અસંખ્ય બીજા લોકોની માફક તમે પણ શું તેમાંથી મંત્રવત્ પસાર થઈ રહ્યા છો? આ બાબત તમને રોજ-બ-રોજની ચીલાચાલુ જણાઈ છે કે આ એક આદત માત્ર છે, રૂઢિ ગણી લીધી છે કે પછી તમે આ બાબતને ખાસ કોઈ રીતે જોઈ છે? કારણ તમે આધ્યાત્મિક પથ સ્વીકારનાર તથા ઈશ્વર-સાક્ષાત્કારને જીવનનું લક્ષ્ય બનાવનાર વિશિષ્ટ લોકોના જૂથમાંના એક છો.

તમે સાધક છો, અન્વેષક છો, તમારા માટે અપેક્ષિત છે કે તમારામાં વિચારથી ભરપૂર, વિવેકથી પરિપૂર્ણ, આધ્યાત્મિક 'હું કોણ'નો વિચાર; સારા-નરસાનો વિવેક અને જિજ્ઞાસા, જ્ઞાન માટે તીવ્ર ભૂખ હોવાં જોઈએ એટલે જિજ્ઞાસુ, મુમુક્ષુ, સાધક અને આધ્યાત્મિક રસ ધરાવતા લોકોની માફક વસંત નવરાત્રિનો સંદેશ ઝીલવા તત્પર બનો. આમ નહિ કરો, તો નવરાત્રિઓ આવશે અને જતી રહેશે અને તમે પહેલાં જ્યાં હતા ત્યાંના ત્યાં જ રહી જશો. આવા મોટા ઉત્સવો અને આરાધનાના અવસરોની ઉજવણી આમ એળે જાય તેવો હેતુ ન જ હોય. બધા પ્રસંગો વિવિધ દષ્ટિએ ગોઠવેલ હોય છે. સમય સમય પર તમને આવા પ્રસંગો જગાડે પ્રેરણા આપે, સાચું રાહદર્શન આપે અને કઈ દિશામાં તમારે જવું યોગ્ય છે તે તરફ આગળી ચીધે. આવું બધું અને તેથી પણ કશુંક વિશેષ આવા મહાન પ્રસંગોમાં ગૂંથી લેવામાં આવ્યું હોય છે - આપણા જ્ઞાની પૂર્વજોએ આપણા માટે ગોઠવી રાખેલ છે.

જગતની હાલની સ્થિતિમાં આપણે રહીએ છીએ, આજની માનવજાતની દશા માટે અફસોસ વ્યક્ત કરીએ છીએ. વ્યક્તિનું ચારિત્ર્ય નિમ્ન થતું જાય છે તેનો આપણને રંજ છે, પરંતુ આપણે જેના માટે અફસોસ કરીએ છીએ, ચિંતિત છીએ તેનું આદિ કારણ શું છે તેનો ભાગ્યે જ વિચાર કરીએ છીએ. આવું કેમ બની રહ્યું છે કે આ પરિસ્થિતિને કેમ સધારવી તે માટે આપણે થોડો પણ

પ્રયત્ન કરતાં જણાતાં નથી. આ વાતોનું મૂળ કારણ શોધી, ઉપાય કરવાની આપણી વૃત્તિ જ નથી.

આપણે જે કંઈ જોઈએ કે સાંભળીએ તે બાબત બસ વાતો જ કરતાં બેસવું તેને ગામ-ગપાટા કહેવાય, પરંતુ ગંભીર વિચારણા અને ચર્ચા દ્વારા આમ કેમ બને છે, તેનાં શાં કારણો છે, તેનો ઉપાય શું છે - આવી વિગતો સમજવા પ્રયત્ન કરીએ છીએ? અને સાંપ્રત સમાજમાં હું એક સમકાલીન વ્યક્તિ હોઈ જાણેલાં કારણોનો શું ઉપાય યોજી શકું? હું ખરેખર શું કરી શકું? મારો આ ઉકેલમાં ફાળો શો? આને વિચારણા કહેવાય. આ ગપ્પાં નથી.

સુરુદેવે ચાવી બતાવી, "માણસ જેવું વિચારે તેવો તે થાય." વિચારમાંથી જ કાર્ય જન્મે. મનમાં ઉદ્ભવતા વિચારનો બાહ્ય નિર્દેશ એટલે કાર્ય. માણસ કશુંક વિચારે પછી વિચાર તેને કાર્ય કરવા દિશા આપે. આખા જગતમાં બધી માનવવર્તણૂક, બધાં માનવીય કાર્યો, બધી માનવ-અતિરીતિનું મૂળ સ્રોત વિચાર છે. કાર્ય, પ્રતિકાર્ય અને અંતર્ચર્ચિત કાર્યનો પણ વિચાર જ મૂળ સ્રોત છે. આ બાબત જગત આખાને સ્પર્શે છે. જો વિચારનું યોગ્ય રીતે નિયમન થાય તો તેમાંથી પરિક્રમતી દરેક વસ્તુ પણ યોગ્ય જ હશે.

વિચાર વાવો અને કાર્ય લક્ષો. કોઈ જાતનું કાર્ય કરવાનું ચાલુ રાખશો તો આદત પડશે. આવી આદતોનો સતત મહાવરો ચારિત્ર્યનું સર્જન કરે છે. તમારા હાલના ચારિત્ર્ય પરથી તમારું ભવિષ્ય - પ્રારબ્ધ ઘડાય છે. આમ, આ બધાના મૂળમાં આપણે જે વિચારીએ તે વિચાર છે. વિચારથી આચાર આવે, આચરણથી આદત પડે, આદત ચારિત્ર્ય સર્જે અને ચારિત્ર્ય પ્રારબ્ધને નક્કી કરે છે.

માટે શું કરવાનું? નવ દિવસ એકધારી મર્યાદા પુરુષોત્તમ શ્રી રામચંદ્રની અવતાર લીલા વાંચી આપણે વસંત નવરાત્રિ હાલ જ પૂરી કરી. આપણે ભગવાન શ્રીરામનો જન્મ-ઊજવ્યો. આ પ્રસંગનું મહત્વ તમને કંઈ સમજાયું? લીલાનું ભક્તિપૂર્વક પારાયણ એટલા માટે કરીએ છીએ કે જેથી શ્રીરામનો આદર્શ આપણા હૃદયમાં સ્થાન લે. આજના જગતમાં પ્રસરી રહેલાં દુઃખ



ધર્મજ્ઞ, લડાઈ, અનૈતિકતા, અપવિત્રતા અને આસુરી વર્તનનો આ એક જ ઉકેલ છે. આ એક સાચો ઉકેલ, સાચી ચિકિત્સા, સાચી ચાવી છે.

માનવ હૃદયનું સતત પરિવર્તન થતું રહેવું જોઈએ. ઉમદા વિચારો ઉદ્ભવવા જોઈએ. માનવ હૃદય અને મનમાં, તેના છૂપા અંતરમાં, ઉત્કૃષ્ટ વિચારો અને ઉત્કૃષ્ટ પ્રેરણાઓ પેદા થવી જોઈએ. તેમ થાય તો જ માનવજગત બદલાશે, માનવવર્તન સુધરશે, માનવચારિત્ર્ય નવાં ઉચ્ચ પરિમાણો ધારણ કરશે, માનવ કંઈક જુદો જ બની જશે. માનવ-દિવ્ય ભગવત્-બાળ બની રહેશે. આપણા વિચારોમાં ક્રાન્તિ ન લાવીએ, દરેક દિવસ, દરેક ક્ષણે આપણા હૃદયમાં આદર્શવાદનો જન્મ નહીં થાય તો આમ થવું શક્ય નથી.

માનવ હૃદયમાં દરરોજ આદર્શવાદ પાંગરો. માનવ હૃદયમાં દિવસો દિવસ, વારંવાર આદર્શવાદ જન્મો. આ એક માર્ગ છે. માનવ સ્વભાવમાં, માનવ મનમાં, માનવ હૃદયમાં જો આ પાયાની પ્રક્રિયાનાં મંડાણ નહિ કરીએ તો બીજી બધી કોશિશો નિષ્ફળ જ જશે. મનમાંથી હલકા, દુષ્ટ વિચારો તજવા અને તેમાં ઉદાત્ત વિચારો, મહાન વિચારો, ઉમદા આશયો અને પવિત્ર પ્રેરણાઓ વાવવામાં આવે તે જ સુયોગ્ય ચાવી છે. માનવ હૃદયમાં દરરોજ, દરેક ક્ષણે આદર્શવાદ પ્રગટતો રહે!

જો અંદર રહેલો માનવ આદર્શ હોય, જો મન ઉત્કૃષ્ટ વિચારો અને ખ્યાલો સેવે, જો હૃદયમાં ઉમદા ભાવ સંઘરાયેલ હોય, જો દરેક કાર્યના પાયામાં આવા આશય હોય તો માનવપ્રાણી ખરા માનવ માફક વર્તન કરશે; તે પૃથ્વી પરના દેવતા જેમ વર્તવા લાગશે. ત્યાર બાદ જ માણસ અને માનવજાત માટે નવીન યુગ પાંગરશે. જો માનવ હૃદયમાં આદર્શવાદ જીવંત રહેશે તો વિચારો અને ભાવની ગુણવત્તા સર્વોચ્ચ, ઉત્કૃષ્ટ અને પવિત્રતમ રહેશે.

આદર્શવાદ ભૂંસાઈ જાય પછી માનવ જગત અંધકારથી ઘેરાઈ જાય છે. માનવનું અંતર તથા માનવ મન દુષ્ટ, પાયમાલી નોતરતા વિચારોનું ઉદ્ભવ બની રહે છે. પછી માણસ પૃથ્વી પર નરક રચે છે, પોતે

પોતાનો સર્વનાશ નોતરે છે, તેની નિમ્ન ગતિ શરૂ થાય છે. ઉપાય એ છે કે બધી કાળજી રાખી, ખૂબ ચીવટ રાખી, મન કેમ વર્તે છે, તે કેવું કાર્ય કરે છે, તેમાં કેવા વિચારો ઉદ્ભવે છે, તે વિચારોની ગુણવત્તા કેવી છે, તેનો ખ્યાલ રાખો. આદર્શવાદ જ ક્ષત વિચારોને ઉચ્ચ, ઉમદા અને ઉત્કૃષ્ટ રાખી શકશે. આ રીતે જ માણસ બધા મંગળ અને આશાપૂર્ણ વિચારોનો સ્રોત બની રહેશે. બીજા બધા ઉકેલો, દર્દનાં બાહ્ય લક્ષણોના ઉપાયો જેવા થાગડ-ચીંગડ ઉપાયો બની રહેશે; તેનાથી મૂળ કારણનો નાશ નહિ થાય.

માટે માનવ હૃદયમાં દરરોજ આદર્શવાદને જન્મ આપતા રહો. ભગવાન રામ આદર્શ દેવી માનવ વ્યક્તિ હતા. ઉચ્ચ માનવીય ચારિત્ર્ય ધરાવતા હતા- તેમની જયંતીનું આ મહાન મહત્ત્વ અને સંદેશ છે. તમે હમણાં જે કંઈ જોયું-સાંભળ્યું તેનાં આ પાસા પરના વિચાર પર ઊંડું ચિંતન કરો. એ સમજી લો કે એ સંદેશ કહે છે; ‘માનવ હૃદયમાં દરરોજ, તાજે, નવીન, સ્ફૂર્તિપૂર્ણ આદર્શ જન્મ લેતો રહે. માનવ-ચારિત્ર્ય, માનવ-સંઘર્ષ અને માનવ-દુઃખ-જે માનવ વિચાર ગલત રીતનો વિચાર માનવ ભૂલનું પરિવર્તન લાવવા જે સાચું વર્તન જોઈએ તેના અભાવને લીધે ઉદ્ભવ્યાં છે-ને દૂર કરવાનો આ ઉપાય છે.

આ તમને કહ્યું. ઉકેલનો નિર્દેશ તમને આપ્યો. હવે બાજી તમારા હાથમાં છે. ‘યથા ઈચ્છસિ તથા કુરુ.’ ઉકેલનો ઉપયોગ કરવો, ન કરવો, તમારી મુનસૂફી પર છે. જો વધુ સારું જગત જોવું હોય, વધુ સારી માનવજાતનાં દર્શન કરવાં હોય, જગત માટે વધુ સારું ભવિષ્ય ઈચ્છતા હો, તો એક જ રસ્તો છે - આદર્શવાદ. ઉચ્ચ, ઉમદા, ઉત્કૃષ્ટ આદર્શવાદ, નૈતિક અને દેવી આદર્શવાદ, માનવતાનો આદર્શવાદ માનવહૃદયમાં દરરોજ, દર ક્ષણે જન્મ લીધા કરે.

આપણો માનવીય વિચાર એ માનવ પ્રારબ્ધ માટેની ચાવી છે. શ્રોતવ્ય, મંતવ્ય, નિદિધ્યાસિતવ્ય - સાંભળો, વિચારો, ઊંડું મનન કરો.

ભગવાન તમારું ભલું કરે!

□ ‘સાધનામાં અંતરદર્શિ’માંથી સાભાર



## ચરણોદક-શાલિગ્રામ

- શ્રી સ્વામી અભિરામદાસજી ત્યાગી

### ચરણોદક

શક્ય બને તો દરરોજ ભગવાનનું ચરણોદક પીવું, અક્ષલમૃત્યુ હરણં સર્વવ્યાધિ વિનાશનમ્ કે જે અકાલ મૃત્યુને હરણ કરનારું અને બધી જ વ્યાધિઓથી મુક્ત કરનારું છે. એવું જે ભગવાનનું ચરણોદક છે તેને આપણે સૌ કહીએ છીએ ચરણામૃત ! તે આપણને અમૃત તત્વ તરફ લઈ જનારું છે. આત્મસ્વરૂપથી આપણે સૌ વાસ્તવિકમાં છીએ તો અમૃત જ ! પરંતુ મૃત્યુધર્મા શરીર સાથે એટલા અધિક જોડાઈ ગયા - તેની સાથે એટલું બધું તાદાત્મ્ય સાધી લીધું કે જેના કારણે શરીરના જન્મ-મૃત્યુને આપણે આપણા જન્મ-મરણ માનવા લાગી ગયા.

અકાલ મૃત્યુ હરણ કરનારું ચરણામૃત આપણને

એવી સમજ આપે છે- એવી બુદ્ધિ આપે છે કે જેના વડે આપણે આપણા આત્મસ્વરૂપ તરફ પહોંચી શકીએ છીએ. આપણા સ્વરૂપને ઓળખી લઈએ છીએ અને જ્યારે આપણે આપણા સ્વરૂપને ઓળખી લઈએ છીએ ત્યારે આપણે જાણીએ છીએ કે આપણે તો એ જ અવિનાશી પરમ પુરુષ પરમાત્માના શુદ્ધ બુદ્ધ અંશ છીએ. જે રીતે પરમાત્મા સત્ ચિત્ આનંદમય છે એ જ રીતે આપણે પણ સત્ ચિત્ આનંદમય છીએ. આપણો સ્વભાવ દુઃખનો નથી. આપણે તો આનંદ સ્વરૂપ છીએ. આપણો મરનારા નથી - આપણે તો શુદ્ધ જ્ઞાન સ્વરૂપ છીએ.

### શાલિગ્રામ

ભગવાન નારાયણે એક ક્ષેત્ર વિશેષમાં વિશેષ લીલા કરી, જેને ભગવાન નારાયણનું ક્ષેત્ર કહે છે; મુક્તિ નારાયણ તે ક્ષેત્રમાં જેટલા પણ પથ્થર છે તે બધા શાલિગ્રામ સ્વરૂપ હોય છે. તેઓ ત્યાં નીકળતી ગંડકી નદીમાંથી ખૂબ મળે છે. આમ તો તેની આસપાસની ભૂમિમાંથી પણ મળે છે. ત્યાંના જેટલા પણ પથ્થર છે એ બધા શાલિગ્રામ છે. હિરણ્ય ગર્ભ છે તેઓ-મતલબ કે તેમની અંદર સ્વર્ણ (સોનું) હોય છે. સ્વર્ણ મિશ્રિત છે એટલે તો સ્વર્ણકાર (સોની) સ્વર્ણની પરીક્ષા માટે તે શાલિગ્રામ શિલાને રાખે છે. તેના વડે તેઓ ઘસે છે- કસોટી...! એ શાલિગ્રામ ભગવાન... વગર પ્રતિષ્ઠાએ જ... જેમકે બીજા કોઈ ભગવાનના વિગ્રહ હશે તો તેમાં પ્રતિષ્ઠા કરાવવી પડે છે. પછી તેમાં ભગવાનનો દર્શન લાભ મળે છે. પરંતુ શાલિગ્રામ તો વગર પ્રતિષ્ઠાએ પણ પ્રત્યક્ષ ભગવાનનું સ્વરૂપ છે. જે રીતે નર્મદિશ્વર....! નર્મદાના તો કંકર એટલાં શંકર...! તેમાં પ્રતિષ્ઠાની કોઈ

આવશ્યકતા નથી. એ જ પ્રકારે ગંડકી નદીના- નારાયણી નદીના જેટલા પણ કંકર છે અથવા તો મુક્તિ નારાયણ ક્ષેત્રના જેટલા પણ પથ્થર છે એ બધા શાલિગ્રામ ભગવાન છે. એ સૌની વિશેષતા એ છે કે તે સૌમાં સ્વર્ણ (સોનું) હોય છે. તે સ્વર્ણ મિશ્રિત શિલા છે.

તેમને સ્નાન કરાવવા માટે તાંબાનું પાત્ર રાખવું જોઈએ. તેમાં યંત્ર બનાવવું જોઈએ. યંત્રના મધ્યમાં તુલસીપત્ર મૂકી તેના પર શાલિગ્રામ ભગવાનને બિરાજમાન કરવા જોઈએ. શાલિગ્રામ ભગવાનની સાથે ગોમતી ચક્ર - ગોમતી દ્વારકામાં એક પીળો પથ્થર મળે છે, જે ચક્રાંકિત હોય છે - તેને રાખવું જોઈએ. પછી અર્ધ વડે - શંખનું જળ ચઢાવવા માટે અર્ધ હોય છે; એક વગાડવાનો શંખ હોય છે કે એક તરફથી જેનું મુખ ખુલ્લું હોય છે. સમુદ્ર અથવા જળાશયમાંથી જે પ્રાકૃતિક શંખ નીકળે છે તેનું મુખ તો બંધ જ રહે છે. ઘસીને તેને ખોલવામાં આવે છે. અર્ધને

માટે મુખ ખોલ્યા વિનાનો અર્થાત્ કુદરતી રીતે જેવો નીકળ્યો છે તેવો જ શંખ... - તે શંખ વડે ભગવાનને સ્નાન કરાવવામાં આવે. સ્નાન કરાવતી વખતે ગરુડ ઘંટીનો નાદ અને પુરુષસુકૃતનાં વચન - અ બંને હોવાં જોઈએ. એ પ્રકારે ચરણામૃત તૈયાર થાય છે. તે ચરણામૃત અકાલ મૃત્યુ હરનારું અને સર્વ વ્યાધિ દૂર કરનારું હોય છે.

જો તે ચરણામૃત ન મળી શકે તો ગંગાજળ રાખવું જોઈએ. જે સમયે ભગવાન નારાયણે વામન અવતાર ધારણ કર્યો તે સમયે ભગવાનનો એક પગ જ્યારે બ્રહ્માણ પાસે ગયો ત્યારે બ્રહ્માણએ પોતાના જલપાત્રમાં તે પગનું પ્રજ્ઞાલન કરી લીધું. તે જળને રાખી લીધું. અને પછી એ જ જળ ગંગાના રૂપમાં હિમાલયમાં આવ્યું. તેમાંથી અસંખ્ય ધારાઓ નીકળી અને તે બધી મળીને એક થઈ ગઈ. તે જે ગંગા છે તે ભગવાનનું પરમ પવિત્ર ચરણામૃત છે. જો કોઈ વ્યક્તિને રોજ ચરણામૃત ન મળી

શકતું હોય તો (તેણે-) ગંગાજળનું થોડું પાન કરવું. તેનાથી બુદ્ધિ શુદ્ધ રહેશે. (એ તો-) સરળ છે; ખૂબ સરળ છે. અને જો... ચરણામૃત મળી જતું હોય તો તે અતિ ઉત્તમ છે. બંને જ ઉત્તમ છે. ગંગાજળ કંઈ ઓછું ઉત્તમ નથી. ગંગાજળ દ્વારા જો ભગવાનને પુનઃ સ્નાન કરાવીને તે લેવામાં આવે તો વધુ સારું છે. અન્ય જળ કરતાં ગંગાજળથી ભગવાનને અભિષિક્ત કરીને સ્નાન વગેરે કરાવીને તે જળનું પાન કરવું ખૂબ સારું છે. તમે અનુભવશો કે તમારી બુદ્ધિ પવિત્ર થઈ રહી છે. અંદરથી બધાં સમાધાન આપમેળે થવા લાગશે. જો કોઈ ખોટું કાર્ય કરવાની વિચારધારા તમારી અંદર પેદા થશે તો પેલી બુદ્ધિ તરત કહેશે કે... ના... ના... આ ખોટું છે; તેને ન કરવું જોઈએ. પ્રભુ કૃપાથી પછી તમને તે આત્મબળ-તે શક્તિ મળશે કે જેનાથી તમે ખોટા માર્ગ પર ચાલશો નહિ.

□ 'ત્રેમામૃત'માંથી સાભાર

### ઉપમો યોગશિક્ષક આવાસીય - તાલીમ શિબિર

તા. ૧૧-૧૨-૨૦૧૫ થી ૩૦-૧૨-૨૦૧૫ સુધી ઉપમા યોગશિક્ષક આવાસીય - તાલીમ શિબિરનું આયોજન કરવામાં આવ્યું છે. જે યોગપ્રેમીઓ પોતે પ્રારંભિક યોગાસનોનું જ્ઞાન ધરાવે છે અને બીજાને શીખવવા ઈચ્છે છે અને અંગ્રેજી માધ્યમમાં જ્ઞાન સંપાદન કરી શકે છે તેઓને શિબિરમાં પ્રવેશ મળશે. પ્રવેશ માટે યુનિવર્સિટીનો સ્નાતક કક્ષાનો અભ્યાસ કરેલો હોવો જરૂરી છે. તદુપરાંત આ યોગશિક્ષક તાલીમ શિબિરમાં પ્રવેશ મેળવવા માટે બેઝિક આસનો જેવાં કે સૂર્યનમસ્કાર, સર્વાંગ, મત્સ્ય, હલ, પશ્ચિમોત્તાન, ભુજંગ, શલભ, ધનુર અને ચક્રાસન તથા પચાસન વગેરે આસનો કરવાનો મહાવરો હોવો ખૂબ જ જરૂરી છે. પ્રવેશપત્ર ભરતાં પહેલાં આ આસનો આશ્રમમાં આવીને કરી દેખાડવાં જરૂરી અથવા તો બહારગામ કે પરદેશના વિદ્યાર્થીઓએ પોતાનાં આસનોની Latex C.D. કે E-mailમાં તેનાં ચિત્રો મોકલી આપવાં જરૂરી રહેશે. જેમનું શરીર સ્વસ્થ છે, જેઓ કોઈપણ વ્યસનના વ્યસની નથી તેઓને પ્રવેશ આપવામાં આવશે.

હરરોજ સાક્ષ અગિયાર કલાકના શિક્ષણમાં યોગાસનો, પ્રાણાયામ, મુદ્રા, બંધ, ક્રિયાઓ, શિથિલીકરણ ઉપરાંત તજજ્ઞ તબીબો દ્વારા શરીર વિજ્ઞાન, આરોગ્યશાસ્ત્ર, ભગવદ્ગીતા, પાતાંજલ યોગદર્શન, રેઈકી ડિઝી એક-બેનું જ્ઞાન સંપાદન કરાવવામાં આવશે. પ્રવેશ ઈચ્છતા મુમુક્ષુઓએ ૩૦ નવેમ્બર પૂર્વે પ્રવેશપત્ર ભરી લેવું. પ્રવેશપત્ર 'divyajivan.org' પરથી મેળવી શકાશે.

- વ્યવસ્થાપક, શિવાનંદ આશ્રમ



## ગુરુદેવની વિશિષ્ટ કાયશીલી

- શ્રી સ્વામી વેંકટેશાનંદજી

તમે કંઈ જાણવા માટે શોધી રહ્યા હો અને આચાર્ય તમને કંઈક બીજાનું જ્ઞાન આપતા હોય તેમ બને. કેટલાક ગ્રંથોમાં ગુરુની વિવિધ સમર્પણ આપી હોય છે, પણ એ યાદ રાખવું જરૂરી છે કે જ્યાં સુધી જિજ્ઞાસુનું ગુરુ પ્રત્યે પૂર્ણ અને પૂરેપૂરું સમર્પણ ન હોય ત્યાં સુધી ગુરુનો જન્મ-ઉદ્ભવ થતો નથી. જ્યારે આ સમર્પણ થાય છે ત્યારે જિજ્ઞાસુમાં એવું કંઈક બને છે કે તે (વસ્તુ કરીને તે સતત શિસ્તબદ્ધ થવાનો પ્રયત્ન કરતો હોય) એકદમ શિષ્ય બની જાય છે અને ગુરુનો જન્મ થાય છે. તે જાણો તમે તે જ આચાર્ય તરફ જોશો તો જણાશે કે કોઈ વિશિષ્ટ પ્રકાશથી ચમકતા હશે. અમે કેટલાક પ્રસંગોએ સ્વામી શિવાનંદમાં આવું ખાસ કરીને સંન્યાસ દીક્ષા વિધિ પ્રસંગે જોયું હતું. અમે જ્યારે તેમના તરફ જોયું હતું ત્યારે કોઈ માનવીય વ્યક્તિને બદલે દેવી વ્યક્તિને જોતા હોઈએ તેમ લાગતું હતું. તેનું શબ્દોમાં વર્ણન થઈ શકે નહિ. આવું પૂર્ણ તીવ્રતાવાળું દર્શન એક વાર જ થતું. બાળક તરીકે અમે એક પ્રશ્ન પૂછી શકીએ : “ભૂખ્યા પેટે તમે કેટલાં કેળાં ખાઈ શકી?” એક પણ નહિ, કારણ કે મોંમાંનો પહેલો ટુકડો ખવાય કે પછી પેટ ભૂખું ગણાય નહિ! આમ, જ્યારે તમે તે (દીક્ષા પ્રસંગે) પ્રથમ વાર જુઓ ત્યારે તેની પ્રબળ ચોટ લાગે. વધુ વખત જોતાં તેની તીવ્રતા ઘટતી જાય.

જ્યારે ગુરુનો અનુભવ થાય છે ત્યારે ગુરુનો જન્મ થાય છે. સમર્પણ પ્રગટ થાય છે. તે સમર્પણ મન (અહં)ને શાંત કરી દે છે અને હૃદયને પૂરેપૂરું નિખાલસ અને પ્રહસશીલ બનાવી દે છે. તમે શક્તિપાત (આધ્યાત્મિક અનુભવનું સીધું પ્રસારણ) વિષે સાંભળ્યું હશે. સ્વામીજીએ પણ તેના વિષે લખ્યું છે પણ તેમણે કોઈને શક્તિપાત કરાવ્યા વિષે કંઈ જણાવ્યું નથી. પણ શક્તિપાતના કેટલાક દાખલા આપણે જાણીએ છીએ.

રામકૃષ્ણ અને વિવેકાનંદનો જાણીતો દાખલો છે. રમણ મહર્ષિએ શક્તિપાતના પ્રશ્નનો જવાબ ખૂબ સુંદર રીતે આપ્યો છે. તેમણે કહ્યું : “જ્યારે તમે હૃદય દ્વારા વિચારી તેમજ સાંભળી શકો ત્યારે શક્તિપાત શક્ય બને છે.” જ્યારે તમારું મન સંપૂર્ણ અને તદ્દન શાંત હોય ત્યારે તમે તમારા હૃદય દ્વારા વિચારતા તેમજ સાંભળતા હોવ છો; આ સ્થિતિમાં જો તમે ગુરુદેવને મળો તો તે સ્થિતિમાં ગુરુદેવ તમને અશાબ્દિક રીતે મૌન રહીને ઉચ્ચતમ જ્ઞાન આપી શકે છે.

શિષ્ય માટે ભણવા માટેની આતુરતા દર્શાવવી અને શિક્ષકને પ્રશ્ન પૂછવા ખૂબ જ જરૂરી છે, પણ જો તમને ગુરુની શક્તિ વિષે કે તેમના આપેલા શિક્ષણની પ્રમાણભૂતતા વિષે શંકા હોય તો તમે ભણી શકતા નથી. ગઈ કાલે એક મિત્રે પૂછ્યું : “જે વ્યક્તિને તમે આત્મસમર્પણ કર્યું તે કળા હોય તો શું થાય?” જો તમે નિખાલસ જિજ્ઞાસુ હશો તો જે પ્રબુદ્ધ નથી એવી વ્યક્તિને શંકા વગર પોતાનું સમર્પણ કરતાં ખૂબ મુશ્કેલી અનુભવશો. જો તમે એવું કરો તો સમજવું કે તમે પ્રબુદ્ધતા માટે નહિ પણ બીજા કશાક માટે સમર્પણ કર્યું છે, છતાં તમને શિક્ષણ સંબંધી કંઈક શંકા હશે તો સમર્પણ પણ નહિ હોય.

કૃપા એ સમર્પણનું વિધાયક પાત્રું છે. સમર્પણમાં તમે તમારી જાતને ખાલી કરી નાખો છો. જ્યારે આવું બને છે ત્યારે ગુરુની કૃપા તમારા ખાલી હૃદયને ભરી દે છે. તમે આજુબાજુ જોશો તો તરત જ તમને બધે એ જ ગુરુ દેખાશે. ગુરુ પોતે એક વ્યક્તિ જ છે છતાં તે બધામાં દરેક સ્થળે દેખાય છે અને તેમની પોતાની હાજરી બધામાં રહેલી અનુભવાય છે. દાખલા તરીકે જો સ્વામી શિવાનંદ તમારા ગુરુ હતા અને તમને તેમના તરફથી આવો અનુભવ થયો હોય તો આ યુવાન

માણસ કંઈક કહે અને તરત જ તમે વિચારો “સ્વામીજીએ આમ કહ્યું.” તમે કોઈ બીજા મહાન પવિત્ર માણસ પાસે જાઓ છો અને પવિત્ર માણસ કંઈક કહે છે, તમે વિચારો છો: “અરે, સ્વામીજી આવું જ કરતા હતા.” દરેક પવિત્ર વસ્તુ, દરેક મંગળ વસ્તુ, દરેક આધ્યાત્મિક વસ્તુ જોતાં તમને ગુરુની યાદ તાજી થાય છે. પરિણામે એમ લાગે કે તે બધે જ બધામાં રહેલા છે. તમે કોઈ અણગમતી પરિસ્થિતિમાં ફસાઈ ગયા હો ત્યારે તરત જ સ્વામીજી શું કહેતા હતા તે યાદ આવે: “આવી પરિસ્થિતિમાં સાવધાન રહો.” “શાંત રહો” કે “અનુકૂળ બનો, ગોઠવાઈ જાઓ, સમાધાન કરો.” આ બધી વસ્તુઓ તમારા મન પર તરતી દેખાય અને લાગે કે ગુરુ સર્વત્ર આપણી સાથે જ છે. ગુરુ તમારામાં સદા હાજર જ છે, કારણ કે તમે (અહં) ત્યારે હોતા નથી. અહં ન હોવાથી ગુરુ પોતે તમારી પોતાની જાતને તમારામાં ભરી દે છે અને જે કંઈ સરસ છે, દિવ્ય છે અને પવિત્ર છે તેમાં બધે જ તમે તેને (ગુરુને) જુઓ છો. તમે જ્યારે કોઈ અપવિત્ર પરિસ્થિતિમાં હો ત્યારે પણ તે હાજર હોય છે, જો આવું ન બને તો ગુરુ મળ્યા નથી તેમ સમજવું.

જો તમે આ બાબતોને ધ્યાનપૂર્વક અનુસરતા હશો તો બધા વિસંગત ઉપદેશોનું સમાધાન થઈ જશે. ગુરુ ફક્ત એક જ હોય છે. આચાર્ય ઘણા હોઈ શકે. તમે ઘણા શિક્ષકો પાસેથી શીખ્યા હો - મંત્ર કોઈની પાસેથી, પૂજાની વિધિ બીજાની પાસેથી, આસનો વળી કોઈ બીજાની પાસેથી વગેરે. આ બધા જ તમારા આચાર્યો છે અને તમારાં પ્રેમ, આદર અને પૂજાને પાત્ર છે, પણ તેઓ તમારા ગુરુ નથી. ગુરુ તો ફક્ત એક જ હોય છે. જ્યારે ગુરુનો અનુભવ થાય છે પછી ગુરુ પોતે જ બધું સંભાળી લે છે. જો ‘અહમ્’નું અસ્તિત્વ નહિ હોય તો કદી ગુરુનો સંપર્ક ગુમાવશો નહિ. ફક્ત ગુરુનું અસ્તિત્વ છે એમ માનશો.

કોઈના પર પણ શરણાગતિ લાદી શકાય નહિ. જો ગુરુ વિદ્યાર્થી પર સેવા બળપૂર્વક લાદે તો સેવા મુક્ત ન ગણાય એટલે કે વિદ્યાર્થી-સેવા પ્રેમપૂર્વક-માનપૂર્વક

કરવામાં આવતી નથી. એટલા માટે કોઈને પણ કંઈ કરવાની ફરજ પાડતા નહિ, ગુરુ તરીકે દરેકને તેને જે કરવું હોય તે કરવાની છૂટ આપતા. તમે જો કાગળ બનાવવાનો કસબ જાણતા હો તો તે માટેની વસ્તુઓ તેઓ લાવી આપતા. તમે જણાવો કે તમને ધ્યાનમાં રસ છે તો તમને તેઓ ગંગાકિનારે બેસી ધ્યાન ધરવાનું કહેતા. તમે કહો કે ફક્ત તુલસીદાસ રામાયણમાં રસ છે તો આખો દિવસ રામાયણના અધ્યયનમાં ગાળવાનું કહેતા. આ બધાની સાથે રસોડામાંથી સવારસાંજ જમવાનું મળે તે જોતા. જરૂર લાગે તો તમે જે કંઈ કરતા હો તેમાં સુધારણા માટે સૂચના પણ આપતા. એક દાખલો આપું. સ્વામી શારદાનંદને ફોટોગ્રાફીમાં રસ હતો. તેઓ કેમેરા અને ડર્કરૂમ માટેની જરૂરિયાતો લાવ્યા, પછી સ્વામીજીએ તેને બીજી રીતે પણ વાપરવાની સમજ આપી. થોડાક સમયમાં સ્વામીજી અને તેમના મનનો સંપર્ક સધાઈ ગયો અને બન્નેની તરંગલંબાઈ સમાન થતાં ખૂબ સારું ફોટોગ્રાફીનું કામ થઈ શક્યું. તમે તેમની પાસે શિખ્ય બની સેવા કરવા માટે આવ્યા હતા. ગુરુદેવે તેમને કોઈ કામ સોંપ્યું નહિ. જ્યારે તમે સેવા કરવાની ઈચ્છા બતાવી ત્યારે તમે તેમને કામ સોંપ્યું. થોડા સમય પછી ગુરુદેવે વધુ સારું કામ કરવા માટે પોતાના વિચારો આવ્યા. તમે તે માટે કરવા તૈયાર થયા? તમે તે માટે નામુશ હતા કે સામે ઘનાર હતા? હવે શિસ્તની જરૂર ઊભી થઈ - સ્વામીજી જે કંઈ કહે તેનું આંધળું અનુસરણ નહિ પણ જો તમે હોશિયાર હો તો તમે તમારી જાતનો અભ્યાસ શરૂ કરત. તમે તમારી જાતને પૂછત: “હું અહીં તેમની સેવા કરવા માટે આવ્યો. મેં સેવા કરવાની ઈચ્છા બતાવી. મને લાગ્યું કે તેમની સેવા એ એક પરમ આશીર્વાદ સમાન છે. હવે તે પોતે કોઈ વસ્તુને અમુક રીતે કરવાનું સૂચવે છે. શા માટે મન તેને કરવા માટે કૂદી પડતું નથી? શા માટે તેનો આતુરતાપૂર્વક સ્વીકાર કરતું નથી. મનનું બળવો કરનાર તથા સ્વીકારવા માટે નામુશ મનનું તે પાશું અહમ્ છે.



સ્વામી શિવાનંદ મુક્તિ અને શિસ્તના સમન્વયનું આ અસામાન્ય લક્ષણ ધરાવતા હતા. જો તમે આશ્રમના મુખ્ય સ્થાને હો તો તમારે આ બંને એકત્ર કરવાં અશક્ય લાગતાં કાં તો તમારી શિસ્તનો ઉપયોગ કરવો પડે કે પછી મુક્તિ આપવી પડે; પરંતુ ગુરુદેવ આ બન્નેને ખૂબ સરસ અને ગૂઢ રીતે એકત્રિત કરી શકતા; જોકે તેમને તે માટે ખૂબ મહેનત અને ગોઠવણ કરવાં પડતાં - મુક્તિ મળતાં તમારો વિકાસ થતો અને વિકાસને તેઓ વ્યવસ્થિત કરતા, ગુલાબને વિકસાવવા માટે આ જ શ્રેષ્ઠ માર્ગ છે. ગુલાબ જેમ વધે-વિકસે તેમ તેની કાપકૂપ જરૂરી બને છે, જેથી ગુલાબની કળીઓ સુંદર રીતે ખીલી શકે. તેઓ આ રીતે શિષ્યોને તાલીમ આપતા. આત્મશરણાગતિની માગણી કરવામાં આવતી ન હતી, પણ એવી પરિસ્થિતિ ઊભી થતી કે તેઓ દેખીતી રીતે જ ગુરુ બની જતા. તેઓ કંઈ પણ કરતા નહીં કે જાણતા પણ નહીં. આવું એક વાર નહિ પણ અનેક વાર બને ત્યારે તમને ખાતરી થાય કે પોતે મૂર્ખ છે અને હવે 'અહમ્'ની રમત રમવી નકામી છે. હું નથી કહેતો કે બધા જ લોકોએ આ રીતે શરણાગતિ સ્વીકારી હતી આવી રીતે તેઓ શિષ્યમાં શરણાગતિનો ભાવ વિકસાવતા.

તેમના અને શિષ્યના બધા જ સંબંધ દરમિયાન આ વિકાસમાં શિષ્યને મુક્તિ તેની સાધનામાં સ્વતંત્રતા આપવામાં આવતી હતી. કારણ કે ફક્ત મુક્તિમાં જ વિકાસ શક્ય બને છે. જો મુક્તિ ન હોય તો વિકાસ શક્ય નથી. તમારે કંઈ કેવી સાધના કરવી તે પસંદ કરવા તમે સ્વતંત્ર છો. આ અસામાન્ય વાત હતી. સામાન્ય રીતે ગુરુ જ શિષ્યે લેવાની સાધનાનો રાહ આપે છે. સ્વામીજી કદી આવું કરતા નહિ. જ્યારે મંત્રદીક્ષાનો પ્રસંગ આવે ત્યારે તેઓ તમને તમારા ઈષ્ટદેવનું નામ પૂછતા અને તેને અનુરૂપ મંત્ર આપતા. સંન્યાસ દીક્ષા વખતે તમને ક્યું નામ ગમશે તે પૂછતા. તે જ રીતે તેઓ તમારી પસંદ પ્રમાણે સાધના નક્કી કરવાનું જણાવતા. તેઓ તમને સાધનામાં શું વધુ ગમે છે તે પૂછતા પણ પસંદગી તમારી

પોતાની જ રહેતી.

૧૯૪૪માં એક વિનોદભર્યો બનાવ બનેલો. અમે દિલ્હીમાં એક નાની દિવ્ય જીવન સંઘની શાખા ચલાવતા હતા. સ્વામીજી અહીંથી મુંબઈ જવા માટે અહીં - દિલ્હીથી પસાર થવાના હતા. અમારામાંના પાંચ યુવાનો તેમને સત્કારવા માટે દિલ્હી સ્ટેશને ગયા અને બીજી સવારે ફરીથી મુંબઈની ટ્રેનમાં મૂકવા માટે ગયા. અમારા પાંચમાંથી ચાર અપરિણીત હતા. પાંચમો પરણેલો હતો. સ્વામીજીએ અમને દરેકને અમારી સુખાકારી અમે શું કરીએ છીએ વગેરે પૂછ્યું. પરણેલા ભાઈને તેમણે તેની પત્ની વિષે પૂછ્યું. તેણે કહ્યું : 'તે પોતાનાં બાળકો સાથે વતન ગઈ છે.' સ્વામીજીએ કહ્યું : એમ, તેને ત્યાં જ રહેવા દો. સ્વતંત્ર જીવન જીવો'; આ ભલો માણસ તેની પત્ની સાથે ખૂબ પ્રીતિબદ્ધ હતો. તેણે પૂછ્યું : 'હું કેટલો સમય એકલો રહું?' સ્વામીજીએ તરત જ કહ્યું : 'તેને તરત જ આવી જવાનું કહો.' આ સ્વામી શિવાનંદની મૂળ પ્રકૃતિ હતી. તેઓ કંઈક સૂચન કરે પણ તે ખૂબ ગૂઢ રીતે અને સૌમ્ય રીતે હોય. આ તેમની વિશિષ્ટ રીત હતી. તેમણે પોતાનો સંદેશ દોહરાવ્યો હતો. આ તમારી સાથેની વાતચીતમાં તમને કોઈ કાર્ય કરવાનું સૂચન પણ કરે, પણ તમે એમ કહ્યું હોય કે તમને ધ્યાન કરવાનું ગમે છે તો તેઓ કહેશે : 'સરસ, જાઓ અને ધ્યાન ધરો. અંગાના કિનારા પર સવારે ૪-૦૦ થી ૭-૦૦ ધ્યાન ધરો. ત્રણ કલાક તમારે ધ્યાન ધરવું જ જોઈએ.' તમે જ્યાં સુધી તે સમય દરમિયાન સવારે ઊંઘતા હો ત્યાં સુધી તે રાહ જોશે. આવી અસામાન્ય ધીરજ તેમની પાસે હતી. વિકાસ અંદરથી આવવો જોઈએ. બહારથી લદાવો ન જોઈએ. પણ વિકાસ થવો જ જોઈએ. હવે તમે આ બંને સ્થિતિનો કેવી રીતે મેળ બેસાડશો? તેમણે સંપૂર્ણ સ્વતંત્રતા આપી પણ તેનામાં તે બીજ (સંસ્કાર) વાવવા, ઊંઠેરવા, માર્ગદર્શન આપવા, જરૂરી દિશામાં તાલીમ આપવા માટે તકની રાહ જોઈ. જો દરેક સવારે ત્રણ કલાક છ

માસ સુધી ધ્યાન ધર્યા પછી તમે તેમની પાસે જાઓ અને કહો કે કઈ જ લાભ દેખાતો નથી તો તેઓ કહેશે : “તમારે ભજનહોલમાં ધ્યાન પહેલાં બે કલાક હરે રામ કીર્તન કરવું જોઈએ, પછી ધ્યાન વધુ ગાઠ ધરો.” હવે તે તમને ગમશે. જો તેમણે આ સૂચન તમને શરૂઆતમાં જ કર્યું હોત તો કદાચ તમને બહુ ગમ્યું ન હોત. પછી તમે ભજનહોલમાં જઈ દરરોજ બે કલાક કીર્તન કરો છો, પણ તે પણ મનને ઉત્સાહિત કરી શકતું નથી. જો તમને આવો ખ્યાલ આવે અને તેમને કહો તો તેઓ તમને ઓફિસમાં જઈ એક કલાક કામ કરવાનું કહેશે કે રસોડામાં જઈ શાક સુધારવાનું કામ કરવાનું કહેશે. તે દિવસોમાં અમારે શાક સુધારવાનું અને રસોડું અને ડાઈનિંગ હોલ સાફ કરવાનું કામ કરવું પડતું હતું. તેનાથી આશ્રમની સેવાની સાથે અમારી સુસ્તી પણ ઊડી જતી. પછી તેઓ કહે : “તમે થોડીક કસરત કેમ નથી કરતા. પ્રાણાયામ અથવા યોગનાં આસનો કરો.” તમને ખબર પડે તે પહેલાં વર્ષે તમને ખૂબ ગમતા પૂર્ણ યોગનો અભ્યાસ કરતા થયા હતા. તમને એમ જરા પણ ન લાગ્યું કે તમે તેમની ગમતી વસ્તુનો જ અભ્યાસ કરી રહ્યા છો. તે એક અસામાન્ય વલણ હતું.

અમારામાંના કોઈના પર તેમણે પોતાની શિસ્ત લાદી હોય એવા કોઈ બનાવનો વિચાર પણ અમને

આવતો નથી. તેઓ તો હંમેશાં તમે આગળ વધો, વધતા જાઓ, કહેતા રહ્યા અને એ પહોંચી ગયા, જોકે આશ્રમમાં તેના પોતાના નિયમ તથા ધારાઓ હતા તે જુદી વાત છે. આશ્રમની પોતાની શિસ્ત હતી પણ તેમના અને શિષ્યો વચ્ચે પૂર્ણ સ્વતંત્રતા હતી, જે માર્ગદર્શનવાળી, તાલીમ પામેલી સ્વતંત્રતા, જે વિદ્યાર્થીનો વિકાસ સાધતી હતી અને વિકાસ જોઈ પણ શકતો હતો. જરૂર પડે સ્વામીજી શિષ્યને સૌમ્યતાથી ચીમકી પણ આપતા જેથી તે જાગી જાય અને યોગ્ય માર્ગ પર આવી જાય. ચીમકી આપવાની અનેક રીતો હતી પણ તે હંમેશાં સૌમ્ય હતી. તે તમને જગાડતી પણ કોઈ હાનિ કરતી નહિ.

આમ, અમારી તરફ પરમ કૃપા વહેતી રહેતી, પણ તે ખૂબ સરસ રીતે કરવામાં આવતી. સ્વામીજીના જેવી આવી પરમકૃપા બીજે મળવી અશક્ય છે. તેઓ પિતા, માતા, શિક્ષક, કડક ગુરુ અને અત્યંત પ્રેમાળ મિત્ર બધું જ એક સાથે હતા. બધી બાબતોમાં તેઓ સંયોજનકારક હતા, વિભાજન હતું જ નહિ. તેઓ સદા બધા પ્રકારની વિસંગતતાઓને જોડી એક કરતા. આ એમની ખાસિયત હતી.

□ ‘Sivananda Yoga’માંથી સાભાર ભાવાનુવાદ

### (કુરુક્ષેત્રના સ્વામી ચિદાનંદ પાઠ્ય નં. ૨૫ ઉપરથી સામું)

કર્યા. તેમની સારવાર થઈ. માવજત થઈ. તેમને ભીખ માગતા બંધ કર્યા. તેમને વણાટકામ શીખવી માનભેર જીવતાં શીખવ્યાં.

તેઓ લખવા બેઠા હોય અને મચ્છર તેમના હાથ ઉપર આવીને બેસે ત્યારે તેઓ જાતે તે મચ્છરને ઉડાડે નહીં, કોઈને ઉડાડવા પણ ન દે. કહે, ‘છોટા પ્રાણી હૈ... પેટ ભર જાયેગા તો ઊડ જાયેગા...’

આપણે જીવદયા અને હિંસા વિરોધની વાતો કરીએ છીએ ત્યારે આજે જ્યારે બ્રહ્મહીન શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજના જન્મશતાબ્દી પર્વ વર્ષનો પ્રારંભ

થઈ રહ્યો છે ત્યારે કુરુક્ષેત્ર, કામા, ઉદારતા અને સેવા વગેરે શબ્દોને જીવનમાં આત્મસાત્ કરવાને કટિબદ્ધ થઈએ. સ્વામીજી સદૈવ કહેતા ‘જુઓ પણ નીરખો નહીં, સાંભળો પણ કાન લગાવીને નહીં, અડકો પણ સ્પર્શો નહીં, ચાખો પણ આ સ્વાદો નહીં.’ બધું કરો, છતાં બધાથી મુક્ત.

સ્વામી ચિદાનંદજીનું જીવન કુરુક્ષેત્ર અને સેવાનું મૂર્તસ્વરૂપ હતું. સૌમાં ઈશ્વરદર્શન કરી તેઓ પરમ દૈવત્વને પામ્યા. તેમના દિવ્ય જીવનને કોટી કોટી વંદન.

(સૌજન્ય : દિવ્યભાષકર)



જ્યાંથી પણ શક્ય હોય ત્યાંથી સમજણ-જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરો, પછી તે ગમે તે પ્રકારે ગમે તેની પાસેથી મળ્યાં હોય.

સમજણ એક એવો સદ્ગુણ છે, જેને દરેક અને બધાંએ અપનાવવો જોઈએ. જો તમે એકબીજાને સમજતા હશો તો તમે ઈશ્વરને પણ સમજી શકશો. તમારી પોતાની જાત અને તમારા પરોશીને જાણ્યા અથવા સમજ્યા વગર તમે ઈશ્વરને કેવી રીતે સમજી શકશો? સાહિત્યિક રીતે સમજણ - UNDERSTANDING શબ્દનો અર્થ તેને બે ભાગમાં STAND UNDER જ્યારે હાથો ત્યારે જ સમજાય છે. લોકોને કોઈની પણ નીચે - કોઈના પણ આશ્રમે રહેવું ગમતું નથી. હું શા માટે નિમ્ન ઘાઉં? હું શું એટલો નીચો છું? લોકો પોતે ઉચ્ચતર સ્તર પર હોય તેમ ઈચ્છે છે, પણ સમજણ દ્વારા જ નમ્રતા આવી શકે છે. જ્યાં સુધી તમે વિચારો કે તમે કંઈક છો, ત્યાં તમે હોતા નથી. જ્યારે તમે વિચારો કે તમે કંઈ જ નથી ત્યારે તમે ખરેખર કંઈક છો. જ્યારે તમે એમ કહો કે સમજ પડતી નથી ત્યારે તમે સમજવાની શરૂઆત કરો છો. તે લઘુતાગ્રંથિ નથી, તે નમ્રતા છે. યાદ રાખો કે, જે વ્યક્તિમાં ખૂબ સમજણ હોય છે તે હંમેશાં નમ્ર હોય છે.

તમે શિયાળામાં થતા ઘઉંના છોડને જોયા છે? તે સીધા ટટાર હોય છે. ખેતરમાં તમે છોડની ઉંભીઓમાં ઘઉંના કુમળા દાણાઓને ભરાતા જુઓ છો. છોડ સીધા જ હોય છે. વળતા નથી, પરંતુ જ્યારે બધા દાણા ભરાઈ જઈ પાકા બને છે ત્યારે છોડ સીધા ઊભા રહી શકતા નથી. ઘઉંના પાકા દાણાના ભારને લીધે વાંકા વળી જાય છે અને આડા પણ જાય છે. ખાલી ઉંભીવાળો છોડ સીધો ઊભો હશે અને કદાચ અભિમાનથી કહેશે: “હું ખૂબ ઊંચો છું.” પણ જે છોડ પકૂવ છે-જેની ઉંભીઓમાં દાણા ભરાયેલા છે-જે પુખ્ત છે-તે જમીન તરફ નીચા નમે છે. આમ સમજણવાળી વ્યક્તિ હંમેશાં નમ્ર હશે. નમ્રતાને શ્રેષ્ઠ સદ્ગુણ ગણવામાં આવ્યો છે. તમે જ્યાં જ્યાં નમ્રતા

જોશો, ત્યાં ત્યાં તમને સમજણ જણાશે. સાચે જ સમજણ-જ્ઞાન અને શિક્ષણને કોઈ મર્યાદા નથી. સિદ્ધ ધર્મમાં મા સરસ્વતીને જ્ઞાનની માતા ગણવામાં આવી છે. તેના હાથમાં પુસ્તક છે, જે તે વાંચતી હોય છે. જો જ્ઞાનની માતા પોતે સતત જ્ઞાન મેળવતી હોય તો મર્યાદા ક્યાં રહી? જો આપણે શીખવા માટે ઉત્સાહી હોઈશું તો આપણે કશાની ના પાડીશું નહિ. તમારે પુસ્તકો વાંચવાની પણ જરૂર નહિ રહે. જો તમારે શીખવું હોય તો “પૂછો અને તે તમને આપવામાં આવશે.” આખી કુદરત જ્ઞાનના ગ્રંથ જેવી છે. તમારી આજુબાજુ પથરાયેલી કુદરતમાંથી મૂક બોધ લેવાનું શરૂ કરો.

સાંભળવાની સંપત્તિ બધી સંપત્તિ કરતાં વધુ મૂલ્યવાન છે. હંમેશાં ધ્યાન દઈને સાંભળો. તમારે સાંભળવાનું છે. તમને બે કાન આપ્યા છે, પણ મોં એક આપ્યું છે. તે જ સાબિત કરે છે કે વધુ સાંભળી પણ ઓછું બોલો. જો તમારે એક શબ્દ બોલીને તેને ગ્રહણ કરવાનો જ હોત તો માથાના આગળના ભાગમાં એક કાન પૂરતો હોત, પણ કાનને તમારા માથાની બાજુમાં મૂક્યા છે, જેથી જે કંઈ સંદેશ આવે તે બે ભાગમાં વહેંચાઈ જાય અને દરેક બાજુમાં પહોંચી જાય. તેનો અર્થ એ છે કે જે કંઈ સંદેશ કાનને મળે તેનું પ્રથમ વિશ્લેષણ કરવું, સમજવું અને પછી જ તેનો સ્વીકાર કરવો. જે કોઈ શબ્દ કાનમાં આવે તેને સાચો માની લેવાની જરૂર નથી.

વળી, કાનને બંધ કરવા માટે કોઈ વ્યવસ્થા નથી. અવાજનાં આંદોલનો બહિર્કાનમાં દાખલ થાય છે અને તે હંમેશાં ઉઘાડા જ રહે છે, પણ જો તમારે બોલવું હોય તો તમારે બે વાડ પસાર કરવી પડે છે. મોંમાંથી શબ્દ બહાર આવે તે પહેલાં તેને પ્રથમ દાંતની હારમાંથી અને પછી બંધ હોઠોમાંથી પસાર થવું પડે છે. પવિત્ર શબ્દો બોલો. તેમને સરળતાથી ગમે તેમ બહાર કાઢો નહિ. જો તમારે વાત કરવી હોય તો બે વાર વિચાર કરો અને પછી બોલો.

આપણી સમજણ ફક્ત ઈન્દ્રિયો દ્વારા હોતી નથી, તે મન દ્વારા વિશેષ હોય છે. સાંભળવું એ પૂરતું નથી. તમારે તેને ધ્યાનપૂર્વક સાંભળવાનું છે. કાન અને હૃદયથી પણ તેને ધ્યાનપૂર્વક સાંભળો. સાંભળવું - hearing અને ધ્યાનપૂર્વક સાંભળવું- listening શ્રવણ કરવું- તેમાં મોટો તફાવત છે. જો તમે શ્રવણ કરશો તો તમારે નીંધ કરવાની જરૂર નહિ રહે. અંકર મોટું રેકોર્ડર છે, તેની ઘણી ટ્રેકો છે અને અનંત ટેપ છે. જો તમે ધ્યાનપૂર્વક શ્રવણ કરશો તો કોઈ જાતની ક્ષતિ વગર તમે ટેપ કરી શકશો. આ બહુ સાદી વાત છે, પણ સમસ્ત જીવનની સંરચના-આંધકામ- માટે પાયાની ઈંટો સમાન છે. આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રમાં આ ઈંટો ન હોય તો કંઈ પણ પ્રાપ્ત કરી શકાય નહિ.

દક્ષિણ ભારતની મહાન વિદુષી સંત અવ્વાયરે ઈશ્વરને પોકારતાં કહ્યું : “હે પ્રભુ, હું શું છું તે હું જાણતી નથી. મેં ઘણાં પુસ્તકોમાંથી બધી વસ્તુઓ પચાવી તેમને યાદ રાખી લીધી છે. મારા શરીરના બધા ભાગો પર મોં લગાડેલાં હોય તેમ હું સદા તે વિષે વાતો કર્યાં જ કરું છું. હું આમાંથી ક્યારે છૂટીશ અને મૌન પ્રાપ્ત કરી શકીશ?”

મૌન દ્વારા તમને તમારી અંદર રહેલા નીરવ સાક્ષીનો અનુભવ થાય છે. તે મૌન આત્મા અથવા સભાનતા છે. તમારી સભાનતા મૌન હોય છે. તે તમને કંઈ જ કહેતા નથી. તે તમારું ફક્ત ધ્યાન રાખતી હોય છે. તમે ચારું ક્યો કે ખોટું, સાચું બોલો કે જુઠું, તેના ફક્ત સાક્ષીરૂપે રહે છે. સાક્ષી કોઈ બાબતમાં સંડોવાયેલો હોતો નથી કે કોઈ પણ તરફનો પણ હોતો નથી. ઈશ્વર આવી હોય અને તેનું સર્જન પણ એક રીતે આવું હોય છે. સૂર્ય સાક્ષી છે, પવન સાક્ષી છે, આકાશ સાક્ષી છે, જળ સાક્ષી છે એટલું જ. તમે તેની હાજરીમાં જ તમારી પ્રવૃત્તિઓ કર્યાં કરો છો.

જ્ઞાતને જાણવા માટે સદા સભાન એવા તે મૂક સાક્ષીને જાણવા માટે પ્રથમ તો બીજી વસ્તુઓને જાણવાનો પ્રયત્ન છોડી દેવો જોઈએ. બીજી વસ્તુઓને પછીથી જાણજો. બાકી છે તે આપમેળે આવી મળશે. આ વાત તમને બાઈબલના એક સુંદર વાક્યની યાદ

અપાવશે : “હે ભાઈ, પહેલાં સ્વર્ગનું રાજ્ય શોધ, તે મળતાં તને બીજી વસ્તુઓ પાછળથી મળી રહેશે. જો તમે જ્ઞાતાને જાણતા ન હો, પછી ભલેને તમારી પાસે આખી દુનિયા, આખું વિશ્વ હોય છતાં તમારા માટે બધું નકારું છે. તેના વગર તમારી બધી સંપત્તિ મોટા મીઠા-શૂન્ય-બરાબર છે. તેનું કોઈ જ મૂલ્ય નથી.

એક ચેક લો, તેમાં રકમને સ્થાને ઘોડાંક શૂન્ય લખો અને કોઈને આપો. તે ચેક દ્વારા તમને એક પણ પૈસો નહિ મળે. વળી, બે શૂન્ય ઉમેરો. કોઈ ફેર પડશે નહિ, પણ જો આગળ એકડો મૂકી તેની પાછળ શૂન્ય ઉમેરતા જશો તો દરેક શૂન્ય ઉમેરતાં કિંમત દસ ગણી થશે.

કેટલાક લોકો તો તેમના પોતાના શૂન્ય માટે બહુ મગર હોય છે. દાખલા તરીકે, “હું ડોક્ટર છું.” “હું પ્રોફેસર છું.” “હું પ્રમુખ છું.” “હું આ છું.” તે છું.” તેઓ સૌ એકડા સિવાયના “આ” અને “તે” સ્વરૂપના શૂન્ય છે. “હું મોટું શૂન્ય છું.” “હું નાનું શૂન્ય છું.” આમ, આંતરિક જ્ઞાન વગર બધું જ દુન્યવી જ્ઞાન હોય તો પણ તેનો શું ઉપયોગ? કેટલીક વાર તો તે જોખમી બને છે. પહેલાં તમે કોણ છો તે જાણો પછી બીજું જ્ઞાન મોટું બની જશે. તમારાં બધાં શૂન્યની આગળ તે એકડાને રાખવાનું ભૂલશો નહિ. જાણી રાખો કે તમે ‘તે’ છો. મૂક બનો અને તમે આવી આંતરિક સમજ વિકસાવો. યુવાન લોકો કહે છે: “શ્રદ્ધા હોવા માટે, મારે કોઈ વસ્તુની ઝાંખી (આધાર) હોવી જોઈએ.” મૌનની પ્રતીક્ષા કરો. અનુભવ માટે ઊંડા, ખૂબ ઊંડા મૌનમાં સરી જાઓ. જ્ઞાનનો ફક્ત એક જ છેડો છે અને તે છે મૌન. તે મૌનમાં જઈ તમારા સાચા સ્વભાવને જાણો. તેના વર્ણન માટે કોઈ શબ્દો નથી. ઉપનિષદો કહે છે : “તે ચેતના નથી તે બેશુદ્ધિ પણ નથી. તે બધી ચેતનાનો સરવાળો પણ નથી. તમે તેને વર્ણવી શકતા નથી. તેનું કોઈ ચિહ્ન કે સંજ્ઞા નથી. તે એક જ સ્થળે સ્થિત નથી. તે મૂળ પ્રકૃતિ છે.”

□ ‘આતમની ઓળખ’માંથી સાભાર



## આનંદ કુટીરનો સાદ

ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી

### ક્રોધ ઉપર કાબૂ મેળવો

ક્રોધને સીધેસીધો જીતવો તે ઘણું અઘરું કામ છે. પહેલાં તેના આવેગ, આવૃત્તિ અને સમયગાળાને ઓછાં કરવાનો પ્રયત્ન કરો. તેને મંદ બનાવવાનો પ્રયત્ન કરો. તેને ચેતન મનની સપાટી ઉપર પ્રચંડ મોજાંનું રૂપ ધારણ ન કરવા દો. જ્યારે તે ઉત્તેજનાના રૂપમાં ઉત્પન્ન થાય ત્યારે તરત જ તેને ડામી દો. મનને અન્ય વિષય ઉપર વાળી દો. દિવ્ય વિચાર કરો. મોટેથી ભજવાનના નામનું ગાન કરો. ગીતાના કેટલાક શ્લોકો બોલો. ધીરે ધીરે વૈર્ય, પ્રેમ અને સમા જેવા કેટલાક હકારાત્મક સદ્ગુણો વિકસાવો, અંતે ક્રોધ આપોઆપ નાશ પામશે.

જ્યારે ચર્ચા કરતી વખતે ગુસ્સો ફાટી નીકળવાની શક્યતા ઘાણે ત્યારે તમારી વાણી બંધ કરી દો. દલીલ બંધ કરી દો અથવા ગરમાગરમ ચર્ચામાં ન જિતરો. હંમેશાં ક્રોમળ અને મીઠા શબ્દો બોલો. શબ્દો ક્રોમળ અને દલીલ મજબૂત હોવી જોઈએ, પણ જો શબ્દો કઠોર હશે તો ઝઘડો થઈ જશે. મીઠાશથી બોલો. ઓછું બોલો. માયાળુ, નમ્ર અને ક્રોમળ બનો.

### સ્વાસ્થ્ય એ તમારો જન્મસિદ્ધ હક છે.

માણસ ભલે આખા જગતનો સમ્રાટ હોય, પણ સારી તંદુરસ્તી વિનાનું જીવન દુઃખમય છે. જો કોઈ માણસ પેટના રોગને કારણે સુખેથી ખાઈ શકતો ન હોય, જો તે સાંધાના વાને લીધે ચાલી શકતો ન હોય, દષ્ટિની ખામીને લીધે પ્રાકૃતિક સૌંદર્યને માણી ન શકતો હોય તો તેનાં સુખસગવડનાં સાધનો અને અઠળક ધનનો ઉપયોગ શું?

તંદુરસ્તી એ પ્રથમ ધન છે. તે સર્વ સંપત્તિઓ કરતાં શ્રેષ્ઠ છે. સુસ્વાસ્થ્ય વગરનું જીવન એ જીવન નથી. જે મુશ્કેલીઓ અને યાતનાઓથી લોકો પીડાય છે તે કુસ્વાસ્થ્યમાંથી ઉદ્ભવે છે. જેની તંદુરસ્તી સારી હોય

તમને તમારો મિત્ર 'કૂતરો' કે 'ગધેડો' કહે તો તમને ઘૃણા કેમ થાય છે. શું તેના કહેવાથી તમને ચાર પગ અને પૂંછડી ઊગી ગયાં? આ ગાળ એટલે શું? તે માત્ર હવામાંનું આંદોલન જ છે.

જ્યારે તમે કોઈ વસ્તુ ઈચ્છતા હો, તેની તમને કોઈ ના પાડે ત્યારે મનોમન પ્રમ્ન કરો, "મારે આ વસ્તુના ગુલામ શા માટે બનવું જોઈએ?" પછી ગુસ્સાનું મોજું તરત જ શાંત થઈ જશે. જો તમે સાવધાન અને વિચારવાન હો તો તમે ક્રોધને ઉત્પન્ન થતો જ રોકી શકશો. યાદ રાખો કે ક્રોધ કરતી વખતે ચાળીસ સ્નાયુઓને શ્રમ પડે છે પણ હસતી વખતે માત્ર પંદરને તો તમારે શા માટે વધારે શ્રમ કરવો જોઈએ?

જો તમને ક્રોધને કાબૂમાં લેવાનું મુશ્કેલ ઘાણે તો તરત જ તે સ્થળ છોડી દો. લાંબું અંતર ચાલો. થોડું ઠંડું પાણી પીવો. એકસો આઠ વાર 'ૐ શાન્તિ:' બોલો, અથવા ઝડપથી ૧ થી ૩૦ ગણી જાઓ. ગુસ્સો ચાલ્યો જશે.

તેની આશાઓ પણ સારી હોય છે. જે આશાવાન છે તેની પાસે બધું જ છે.

શાંત અને સંયમી બનો. સૂર્યપ્રકાશનું સ્નાન કરો, ખુલ્લી હવામાં રહો, ખુલ્લી હવામાં સૂઓ, સૂર્યપ્રકાશ અને ખુલ્લી હવા તમારા ઉત્તમ ડોક્ટરો છે. સાદો આહાર લો. વધુ પડતું ન ખાઓ. પૂરતી કસરત કરો. જો તમે સાજા ન હો તો પુનઃસ્વાસ્થ્ય પ્રાપ્ત સુધી ઉપવાસ કરો.

તમે તમારા પોતાના વૈદ્ય બનો. પ્રકૃતિને

અનુસંધાન પાના નં. ૯ ઉપર

## ચિદાનંદ દર્શન

[પુણ્ય ગુરુભગવાન શ્રીમત્ સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજના જન્મશતાબ્દી પર્વ નિમિત્તે તેમનાં પુણ્ય સંસ્મરણો સંકલન કરીને પ્રસ્તુત કરતાં આનંદ થાય છે. - સંપાદક]

### વીંછીમાં શિવદૂતનાં દર્શન

સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજનો ૬૦મો જન્મદિવસ હતો. ત્યારે શિવાનંદ આશ્રમમાં સ્વામી ચિવાનંદજી મહારાજનું વર્તમાન સમાધિ મંદિર અસ્તિત્વમાં ન હતું. સમાધિસ્થાન તો હતું. પરંતુ સામે ઠાંભી પરસાળ જેવું છાપરું હતું. બંને તરફ બબ્બે ફૂટ ત્રિંચી એકવડી ઈંટની દીવાલ હતી.

રાત્રે મુનિકી રેતી દર્શીકેશની શાળાઓનાં બાળકો મનોરંજન કાર્યક્રમ કરી રહ્યાં હતાં. શ્રી ગુરુજનો પ્રેસ અને સમાધિ મંદિરના છાપરા નીચે પંક્તિબંધ બેઠા હતા. ભક્તોનો મહેરામણ મનોરંજન કાર્યક્રમ માણી રહ્યો હતો.

આકસ્મિક રંગમાં ભંગ પડ્યો. આશ્રમના સચિવ શ્રી સ્વામી પ્રેમાનંદજી મહારાજ 'છીછ્ છીછ્' અવાજ કરવા લાગ્યા. વાત એમ બનેલી કે લોકસંગ્રહની મર્યાદાને કારણે સ્વામી ચિદાનંદજી સત્સંગસભામાં મનોરંજન કાર્યક્રમમાં બેઠા હતા; બાકી ખરેખર તેઓ ગહન ધ્યાનમાં હતા. આ 'છીછ્ છીછ્' જ્યાં સુધી થતું રહ્યું, ત્યાં સુધી તેઓ આ જગતથી પર હતા, પરંતુ લોકો 'કોઈ વીંછી પકડવા ચીપિયો લાવો, કોઈ ઝાટકણી લાવો' વગેરે પ્રશાંત વાતાવરણને દૂષિત કરવાની વાતો કરવા લાગ્યા. ત્યારે સ્વામીજીએ શાંતિથી આંખો ખોલી. સ્વામી પ્રેમાનંદજી મહારાજે સ્વામીજીને તેમના ખભાને દેખાડતાં

કહ્યું, 'બિચ્છુ હો!' ખૂબ જ શાંત અને સ્વસ્થ મને સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજ બોલ્યા, 'કીક હો! આપ લોગ જૈસે ઈસ સેવક કો અભિનંદન કરને આયે, વૈસે યહ ભી શિવજી કે ગણ હૈ... દૂત હૈ...' અને ફરીથી તેઓ ગહન ધ્યાનમાં ગરકાવ થઈ ગયા.

પરંતુ હવે ભક્તોનું ધ્યાન મનોરંજન સમારોહમાં ન હતું. પહાડના વીંછી તો બહુ ઝેરી હોય. મૃત્યુ પણ નિપજાવી શકે. અંતે સ્વામીજી શાંતિથી ઊઠ્યા, અત્યારે જ્યાં અન્નપૂર્ણા છે ત્યાં જંગલ હતું. સમાધિ મંડપ (છાપરું)માંથી ઊઠીને સ્વામીજી તે નિકટસ્થ જંગલમાં આવ્યા. ઝૂક્યા. ખભાને છેક જમીન પર અડકાડ્યો, કહ્યું, 'આપ નિશ્ચિત રહો, આપને કોઈ કષ્ટ નહીં પડે, આવો નીચે આવો' અને કાળો ડીંબાગ વીંછી નીચે ઉતરી આવ્યો. સ્વામીજીએ તેને પંચાંગ પ્રજ્ઞામ ઘૂંટણે પડીને કર્યા. શિવ ભગવાનને અમારા 'ઠું નમો નારાયણાય' અને દંડવત્ સાથે 'ઠું નમઃ શિવાય' કહેજો. ટોચના અજવાળાનું પ્રકાશિત વર્તુળ અંધકારમાં માર્ગ કરતું ગયું અને વીંછી તે માર્ગે સ્વસ્થાને પ્રસ્થાન કરી ગયો. વીંછી ગયાને ચાલીસ વર્ષના વાયરા વહી ગયા. પરંતુ સર્વ બ્રહ્મમયમૂનો પ્રકાશ આજે પણ અંતર અજવાળે છે.

□ 'અમૃતધારા'માંથી સાભાર



## ઈશ્વર અને ધર્મ

- શ્રી સ્વામી વિવેકાનંદજી

□ દરેક વ્યક્તિમાં દિવ્યતા સુખપણે રહેલ છે. અંદરની આ દિવ્યતાને બાહ્ય તેમજ આંતર પ્રકૃતિના નિયમન દ્વારા અભિવ્યક્ત કરવી એ જીવનનું ધ્યેય છે. કર્મ, ઉપાસના, મનનો સંયમ અથવા તત્ત્વજ્ઞાન - એમ એક અથવા અનેક દ્વારા આ જીવનધ્યેયને સિદ્ધ કરો અને મુક્ત બનો. ધર્મનું આ સમગ્ર તત્ત્વ છે. સિદ્ધાંતો, મતવાદો, અનુષ્ઠાનો, શાસ્ત્રો, મંદિરો કે મૂર્તિઓ એ બધું ગૌણ છે.

□ જો ઈશ્વર હોય તો આપણે તેનું દર્શન કરવું જોઈએ; જો આત્મા હોય તો આપણે તેની અનુભૂતિ કરવી જોઈએ; નહિ તો એમાં માનવું નહિ એ વધુ સારું છે. દંભી થવા કરતાં આખાભોલા નાસ્તિક થવું એ બહેતર છે.

□ અભ્યાસ (આચરણ)એ સંપૂર્ણપણે આવશ્યક છે. ભલે તમે મારી પાસે બેસીને દરરોજ એકાદ કલાક શ્રવણ કરો, પરંતુ જો તમે અભ્યાસ ન કરો તો એક ડગલું પણ આગળ વધી શકો નહિ. બધો આધાર અભ્યાસ ઉપર છે. આ બધી બાબતોનો જ્યાં સુધી આપણે અનુભવ ન કરીએ ત્યાં સુધી આપણને તેમાં કદાપિ સમજ પડે નહિ. આપણે જાતે જ તેનું દર્શન કરીને તેમને આત્મસાત્ કરવી જોઈએ, વિવરણો અને સિદ્ધાંતોનું કેવળ શ્રવણ કરવાથી કશું વળવાનું નથી.

□ એક વિચારને ગ્રહણ કરો; તેને તમારું જીવન સર્વસ્વ બનાવી દો; તેના વિશે ચિંતન કરો, તેનાં સ્વપ્ન સેવો. એ વિચાર પર જ જીવો; તમારું મસ્તિષ્ક, તમારા સ્નાયુઓ, માંસપેશીઓ, હાનતંતુઓ અને તમારા શરીરનું અંગેઅંગ - એ બધાંને એ વિચારથી ભરી દો અને એ સિવાયના અન્ય સર્વ વિચારોને બાજુ પર મૂકી દો. સફળતા મેળવવાનો આ જ એક માર્ગ છે અને આ રીતે જ મહાન આધ્યાત્મિક વિભૂતિઓનો ઉદય થાય છે.

આ મહામાનવો - પયગંબરો-કોઈ અસામાન્ય મનુષ્યો ન હતા; તેઓ તમારી કે મારી જેમ મનુષ્યો હતા. તેઓ મહાન યોગીઓ હતા. તેઓએ આ સમાધિદશાની

ઊર્ધ્વચેતનાની દશાની-પ્રાપ્તિ કરી હતી અને આપણે પણ એમ જ કરી શકીએ. તેઓ કોઈ અનોખા પ્રકારના હોકો ન હતા. એક મનુષ્ય ક્યારેય આવી પરમ દશાએ પહોંચ્યો છે એ હકીકત જ પુરવાર કરે છે કે પ્રત્યેક મનુષ્ય ત્યાં સુધી પહોંચી શકે; પહોંચી શકે એટલું જ નહિ, પણ આખરે તો પ્રત્યેક મનુષ્યે ત્યાં સુધી પહોંચવું જ જોઈએ. એનું નામ ધર્મ.

□ મુક્તિનું મૂર્તરૂપ, પ્રકૃતિનો નિયંત્રક એટલે જેને આપણે 'ઈશ્વર' કહીએ છીએ તે, તમે એ ઈશ્વરનો ઈનકાર કરી શકો નહિ-હરગિજ નહિ, કારણ કે મુક્તિના ભાવ વગર તમે કશું કાર્ય કરી શકો નહિ, જીવી શકો નહિ.

□ કોઈ પણ જીવન કદાપિ નિષ્ફળ હોઈ શકે નહિ. સંસારમાં નિષ્ફળતા જેવી કોઈ વસ્તુ જ નથી. ભલે સેંકડો વાર મનુષ્ય પોતાને હાનિ પહોંચાડે; ભલે હજારો વાર એ ઠોકર ખાય; પણ આખરે તેને અનુભૂતિ થવાની જ છે કે હું સ્વયં ઈશ્વર રૂપ છું.

□ ધર્મ એટલે સિદ્ધાંતો, મતવાદો કે બૌદ્ધિક વાદવિવાદ નહિ; ધર્મ એટલે પરમતત્ત્વમાં જીવવું, તદ્દમ થવું; ધર્મ એટલે અનુભૂતિ.

□ ભગવાન ઈશુના શબ્દો યાદ રાખો: 'માગો એટલે મળશે, શોધો એટલે જાણો, ખખડાવો એટલે બારણાં ખૂલી જશે.' આ શબ્દો પૂર્ણ રીતે સાચા છે - આલંકારિક કે કાલ્પનિક નથી.

□ બાહ્ય પ્રકૃતિને જીતવી એ સારું અને મહાન કાર્ય છે, પરંતુ આંતર પ્રકૃતિને જીતવી એ તો એથી પણ વધુ મહાન કાર્ય છે... આ અંદરના માનવીને જીતવો, માનવ મનમાં અટપટી રીતે ચાલતી ક્રિયાઓનાં રહસ્ય સમજવાં અને તેના અદ્ભુત રહસ્ય ઉકેલવાં એ બધું કાર્ય સર્વાંશે ધર્મનું છે.

□ 'સક્તિદાયી વિચાર'માંથી સાભાર

પ્રશ્ન : બ્રાહ્મમુહૂર્ત શું છે ? ઋષિઓ તેની શા માટે પ્રશંસા કરે છે?

ઉત્તર : સવારના ૪-૦૦ વાગ્યાના સમયને બ્રાહ્મમુહૂર્ત કહેવામાં આવે છે. આ સમય ઈશ્વર કે બ્રહ્મ ઉપર ધ્યાન ધરવા માટે અનુકૂળ હોવાથી તેને બ્રાહ્મમુહૂર્ત કહેવામાં આવે છે. આ સમયે મન શાંત અને સ્વસ્થ હોય છે. સાંસારિક વિચારો, ચિંતા અને દુઃખથી મુક્ત હોય છે. તે સમયે મન કોરા કાગળ જેવું હોય છે. સાંસારિક વિકેપ મનમાં પ્રવેશે તે પહેલાં તેને ખૂબ સરળતાથી યોગ્ય દિશામાં વાળી શકાય છે. સાથોસાથ, આ સમયે વાતાવરણ પણ સત્વથી ભરેલું હોય છે. બહાર કોઈ જાતનો અવાજ કે ધમાલ હોતી નથી.

પ્રશ્ન : હું ખરેખર એવા ગુરુની શોધમાં છું, જે ચોક્કસપણે કહી શકે કે તેણે બ્રહ્મ-સાક્ષાત્કાર કર્યો છે. આપ આવી કોઈ વ્યક્તિનું નામ મને આપી શકશો? હું સવિનય પૂછું છું કે આપને બ્રહ્મનો સાક્ષાત્કાર થયો છે?

ઉત્તર : આધ્યાત્મિક પથના નિખાલસ સાધકોના સવાલો તમારા જેવા જ હોય છે.

ધારો કે હું તમને કહું કે અમુક “(A)” સાક્ષાત્કાર પામેલા આત્મા છે. પણ તમે મારા કથનને કેવી રીતે ચકાસી શકશો અને તમને તે કેટલું ઉપયોગી નીવડશે?

સાક્ષાત્કાર પામેલ વ્યક્તિઓ હોય છે. સામાન્ય અજ્ઞાની લોકો તેને સહેલાઈથી પારખી શકતા નથી. ફક્ત થોડાક માણસો જે શુદ્ધ છે તેમ જ બધા જ સદ્ગુણોના મૂર્ત સ્વરૂપ છે તેઓ જ સાક્ષાત્કાર પામેલા આત્માઓને સમજી શકે છે અને તેમના સત્સંગથી તે માણસોને જ લાભ થાય છે.

આત્મસાક્ષાત્કાર પામેલી વ્યક્તિની શોધમાં આમથી તેમ ભ્રમવાની જરૂર નથી. ભગવાન કૃષ્ણ તમારી પાસે રહે, પણ જો તમે તેમને આત્મસાત્ કરવા માટે લાયક ન હો તો તે તમારા માટે કંઈ જ કરી શકે નહિ. આ વાતને બરાબર સમજો અને પ્રથમ નિષ્કામ કર્મયોગ,

દાન, એકાગ્રતા, ધ્યાન, જપ, બ્રહ્મચર્ય અને ઈન્દ્રિયો પર કાબૂ દ્વારા તમારી જાતને પવિત્ર બનાવો.

ગુરુની કસોટી કરવી અતિ મુશ્કેલ છે. અહીં તમારી બુદ્ધિનો ઉપયોગ કરતા નહિ. શ્રદ્ધા રાખો. સાચા સાધકને આવા પ્રશ્નો અને શંકા ઉદ્ભવતાં જ નથી. બીજું તો શું કહું પણ તમે જો મારા શબ્દોમાં વિશ્વાસ રાખશો તો તમને અદ્ભુત રીતે મદદ મળશે.

પ્રશ્ન : આ સાચા ગુરુની ધ્યાયક્ષમતા કઈ છે? સામાન્ય મનુષ્યને સાચા ગુરુ મળવાનું શક્ય છે? કેવી રીતે મળી શકે?

ઉત્તર : સાચો ગુરુ શ્રોત્રિય (શાસ્ત્રો ભણેલો) અને બ્રહ્મનિષ્ઠ (બ્રહ્મમાં સ્થિત) હોવો જોઈએ. જે મનુષ્ય ગ્રહો, નિષ્કામ, નિષ્પાપી હોય તે સાચો ગુરુ તેમજ માર્ગદર્શક થઈ શકે. પોતાના ડહાપણ અને ક્ષમતાને પરિણામે ગુરુ, જે આત્માઓને તેના માર્ગદર્શન માટે યોગ્ય હોય તેમને પોતાના તરફ ખેંચે છે. જ્યારે વ્યક્તિને લાગે કે પોતે સ્વયં એવા મહાપુરુષ તરફ આકર્ષિત થઈ છે, જેને ચાહ્યા, વખાણ્યા તેમજ સેવ્યા સિવાય રહી શકાશે નહિ અને જે પ્રસન્ન સ્વરથતા, દયા અને આધ્યાત્મિક અનુભવનું મૂર્તસ્વરૂપ છે તેવા મહાપુરુષને ગુરુ તરીકે સ્વીકારવા જોઈએ. ગુરુ એવા હોવા જોઈએ કે જેમનામાં શિષ્યને કોઈ ભાતિ ન દેખાય અને શિષ્યે જે આદર્શને પહોંચાડવાનું છે તે આદર્શરૂપ તેઓ હોય. ટૂંકમાં ગુરુ ઈશ્વરના આવિર્ભાવનું સ્વરૂપ છે. જે વ્યક્તિમાં દિવ્યતા દેખાય તેનો ગુરુ તરીકે સ્વીકાર કરવો જોઈએ. ઈશ્વર અને મનુષ્ય વચ્ચેના સંબંધની માફક ગુરુ અને શિષ્યનો સંબંધ અસલ અને અતૂટ હોય છે. કુદરતનો નિયમ છે કે વિશ્વમાં કોઈ ઘટના બનવાની હોય ત્યારે યોગ્ય સમયે તેને જરૂરી પરિસ્થિતિ સર્જાય છે. જ્યારે શિષ્ય ઉચ્ચ પ્રકાશ મેળવવા તૈયાર થાય છે ત્યારે પરમ સત્યા તેને યોગ્ય ગુરુના સંપર્કમાં લાવે છે.

□ ‘મારા પ્રત્યુત્તર’માંથી સાભાર



## કરુણાસાગર સ્વામી ચિદાનંદ

- શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

શ્રીમતી માતા સરોજિની દેવી અને પિતાશ્રી શ્રીનિવાસ રાવના બીજા સંતાનના સ્વરૂપે જન્મેલા બાળકનું નામ શ્રીધર. બાળક શ્રીધરનો જન્મ દક્ષિણ ભારતના મેંગલોરમાં અને પાછળથી ઉછેર તામિલનાડુના ચેન્નઈ શહેરમાં થયો.

એક દિવસ બાળક શ્રીધર પોતાના સહાધ્યાયીને લઈને ઘરે આવતાં પ્રેમાળ દાદીમાએ બંને બાળકને હાથિકે બેસાડીને સાથે જ કંઈક ખાવાનું આપ્યું. પછી સ્નેહથી શ્રીધરના બાળદોસ્તાને પૂછ્યું, 'બેટા, તારું નામ શું?' 'મંગુ'. નામ સાંભળતાં જ દાદીને આંચકો લાગ્યો. તેઓ સત્વરે હાથિકેથી ઊભાં થઈ ગયાં અને તાડૂકીને પૂછ્યું, 'પિતા શું કરે છે?'

જવાબ મળ્યો, 'મ્યુનિસિપાલિટીમાં સફાઈનું કામ કરે છે.' ઉચ્ચ બ્રાહ્મણ અને મધ્ય સંપ્રદાયનાં આ મહારાષ્ટ્રીએ સત્વરે જ નોકરોને આ મંગલાને બહાર કાઢી મૂકીને ઘરને ધોઈ-કરી પવિત્ર કરવાનો આદેશ આપ્યો.

શ્રીધરની વય ત્યારે માત્ર સાત વર્ષ. આ કુમળા દેહમાં કોતરાયેલો ઘાવ છેક જીવનની અંતિમ શ્વેતો સુધી, જ્યાં સુધી તેમનું શરીર સાથ આપતું રહ્યું ત્યાં સુધી રહ્યો. શ્રીધરનું સંન્યસ્ત જીવનનું નામ સ્વામી ચિદાનંદ સરસ્વતી. તેઓના દેહ ઉપર બાળપણમાં થયેલ અસ્પૃશ્યતા અને આભડછેટનો ઘા રુઝાધો ન હતો. તેઓ દર વર્ષે પૂજ્ય બાપુજી મહાત્મા ગાંધીજીના જન્મદિવસે બીજી ઓક્ટોબરે હરિજન વસ્તીમાં જતા. ત્યાં ઝાડુ વાળીને વસ્ત્રીનું પ્રાંગણ સ્વચ્છ કરતા. હરિજન પરિવારોને શ્રી રામધૂન સાથે શિવાનંદ આશ્રમમાં લાવતા. તેમના સૌના પગ વેદોના પુરુષસૂક્ત મંત્રોચ્ચાર સાથે ધોવામાં આવતા. તેમને તિલક, પુષ્પહાર, વજ્ર, દક્ષિણા આપ્યા પછી મંદિરની પરસાળમાં જ જમાડવામાં આવતા. તેઓ સૌ જમી રહે એટલે સ્વામી ચિદાનંદજી

મહારાજ એક પાલી પતરાણું લઈ તેમના ઉચ્છિષ્ટમાંથી બાકી વધેલી એકમાંથી પ્રસાદ માગી લાવી તેમની પંગતમાં બેસીને જ ભોજન-પ્રસાદ આરોગતા. ઈ.સ. ૧૯૮૬ના કુંભમેળામાં સંતો અને મંડલેશ્વરો સમષ્ટિ ભંડારાઓનું આયોજન કરે, ત્યારે સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજે કુંભમેળાના બધા જ સફાઈ કર્મચારીઓના પગ ધોઈને, તેમને જમાડીને તેમનું ઉચ્છિષ્ટ ગ્રહણ કરીને, બાળપણમાં પોતાનાં દાદીમાએ એક હરિજન બાળકના કરેલા તિરસ્કારનું પ્રાથમિક્ત કર્યું હતું.

ગઢવાલ હિમાલયની જૂની પરંપરા કંઈક વિચિત્ર હતી. જો કોઈને રક્તપિત્ત ધાય તો તે વ્યક્તિને જીવતી જ ઝાડ સાથે બાંધીને તેના ઉપર કેરોસીન છાંટીને સળગાવી દેવામાં આવતી. પૂજ્ય સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજ પવિત્ર બુદ્ધપૂર્ણિમાના રોજ ઈ.સ. ૧૯૪૩માં ૧૯મી મેના રોજ સંન્યસ્ત દીક્ષા માટે પધારેલા. પ્રારંભિક ઘડતર પછી ૧૦ જુલાઈ ૧૯૪૯ ગુરુપૂર્ણિમાના પવિત્ર દિવસે તેમને વિરજાહોમ સાથે સંન્યસ્ત દીક્ષા આપવામાં આવી. ત્યારબાદ પોતાના શ્રીગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની આજ્ઞા સાથે તેમણે ગઢવાલના તમામ ડુંગરાઓ ખૂંદી નાખ્યા. ગંગાના ખોળે આ ગઢવાલી અણસમજૂ લોકોને ઘેર ઘેર જઈને કોઢી લોકો શ્રાપિત નથી, આ રોગ છે, તેમાંથી બચી શકાય છે તેની યોગ્ય સારવાર થઈ શકે છે વગેરે સમજાવી તેમને જીવતા બાળવા નહીં કહીને તેમને દર્ષીકેશના સીમાડે ઢાલવાલા, લક્ષ્મણ ઝૂલાના માર્ગે અને વશિષ્ઠગુફાના માર્ગે શ્રી રામતીર્થ ગુફા પાસે બ્રહ્મપુરીમાં જિલ્લા મેજિસ્ટ્રેટને સાથે રાખીને કુલનિવારક સમિતિની રચના કરી, આ ત્રણેય વસાહતોમાં કુલ ત્રણસોથી વધુ રક્તપિત્તિયાને સ્થાપિત

અનુસંધાન પાના નં. ૧૮ ઉપર

## સત્સંગ અને અનાસક્તિ

- શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

[ગુરુભગવાન શ્રીપદ સ્વામી વિદ્યાનંદજી મહારાજના જન્મ શતાબ્દી વર્ષમાં આકાશવાણી અમદાવાદના સૌજન્યથી દર મહિનાની ૨૪મી તારીખે પૂજ્ય સ્વામી વિદ્યાનંદજી મહારાજના વિચારોનું પ્રસારણ અમૃતધારા કાર્યક્રમમાં સવારે કરવામાં આવ્યું. તેને દિવ્ય જીવનના વાચકો માટે અહીં પ્રસ્તુત કરવાનો આનંદ છે. - સંપાદક]

પદ, પ્રતિષ્ઠા, મોભો, સત્તા, સંપત્તિ તમને આ દુનિયામાં મળી શકે, પરંતુ એક ચીજ કે જે સરળતાથી પ્રાપ્ત ન થઈ શકે, એ તો કેવળ પ્રભુકૃપા કરે તો જ પ્રાપ્ત કરી શકાય. આપણે માત્ર તેનો સ્વીકાર જ કરી શકીએ. આપણે આખીયે દુનિયા ખરીદી શકીએ; પરંતુ સત્સંગ ખરીદી શકાતો નથી. એટલે જો આપણને સત્સંગનું વરદાન મળ્યું હોય તો આપણે ભાગ્યવાન છીએ, તેમ જાણવું જોઈએ. જગદ્ગુરુ શંકરાચાર્યજીએ કહ્યું છે, ‘‘તમો પ્રપંચનાં સ્વપ્નમાંથી બહાર આવી શકો, જાગી શકો અને જીવનમુક્તિને પામી શકો તેટલા માટે જ સત્સંગ છે. બાકી જ્યાં સુધી તમો સ્વપ્નમાં છો; ત્યાં સુધી સ્વપ્ન જ સત્ય દેખાશે. બાકી જાગૃત માણસ માટે તો સ્વપ્ન મિથ્યા જ છે. તમારી અજ્ઞાનતાની દશામાં, સ્વપ્નવત્ જગત, અનેક નામરૂપ આપણને સાચાં જ લાગે છે. દુર્ભાગ્યે આપણે તેને બહુ જ મહત્ત્વ આપીએ છીએ, આ બધું ભૂસાં જેવું નકામું છે; તેવું આપણે ક્યારેય સમજી શકતા નથી.

આ માટે શંકરાચાર્યજીનું કહેવાનું છે કે  
સત્સંગત્વે નિસ્સંગત્વં નિસ્સંગત્વે નિર્મોહત્વમ્।  
નિર્મોહત્વે નિશ્ચલત્ત્વં નિશ્ચલત્ત્વે જીવનમુક્તિઃ ॥

સત્સંગ ધીરે ધીરે જીવનમુક્તિ અપાવે છે. પહેલાં તો એ ‘નિસ્સંગત્વમ્’ એટલે કે અનાસક્તિ ઉત્પન્ન કરે છે. નિસ્સંગત્વંનો આ વિચાર આપણને આપણી દુન્યવી પ્રવૃત્તિઓ વચ્ચે પણ યોગ પ્રાપ્તિનો રસ્તો ચીંધે છે. જ્યાં સુધી આપણે આ પ્રપંચ સંસારમાં છીએ; જ્યાં સુધી

આપણે ‘સર્વસંગ પરિત્યાગ’ કરીને શુદ્ધ નિવૃત્તિમાં નથી ગયા, ત્યાં સુધી ઘણા બધા લોકો વચ્ચે, નામ-રૂપધારી જગતમાં સતત રહેવા છતાં કેવળ બ્રહ્મને ધ્યેયરૂપે કેવી રીતે અપનાવી શકાય? એ કેવી રીતે શક્ય છે? ઘણા લોકોનું જગત આપણી એકાગ્રતાનો ભંગ કરે છે, મનને વિચલિત કરે છે, એને બહાર ખેંચી તાણી વેર વિખેર કરી મૂકે છે.

યોગસ્ય ! કુરુ કર્માણિ સંગં ત્યક્ત્વા ધનંજય /  
આસક્તિ વગર કામે લાગે, પરંતુ કર્મ કરતી વખતે પણ દિવ્યતા સાથે સતત જોડાયેલા રહો. ‘ભગવાન સે નાતા જોશો ઔર પ્રપંચ કા સંગ તોશો’ - પ્રભુ સાથે સંગત-પ્રભુનો સંગ અને જગત સાથે અસંગત, જગતથી ભંગ! જે ભૌતિક અને અદિવ્ય છે તેવી વસ્તુઓ સાથેનો આપણો સંપર્ક તોડીએ ત્યારે જ આપણને સફળતા મળી શકે. આસુરી સંપદાનો સંપર્ક ત્યજી દો. આટલું તો થવું જ જોઈએ. અધ્યાત્મપથની સાધના માટે આ નિર્તાંત અનિવાર્ય છે, જો આપણે વ્યવહાર વચ્ચે પણ ઈશ્વર સાથે અનુસંધાન જાળવી રાખવું હોય તો અશુદ્ધ ઈચ્છા, તૃષ્ણા, લોભ, કામરતા, અહંકાર, હું પદ અને મમત્વથી મક્કમતાપૂર્વક દૂર રહેવું જ પડશે. તમોગુણ અને રજોગુણની સીબત છોડી સત્ત્વને સંવર્ધિત કરવું પડશે. ઐ શાંતિ.

(આકાશવાણી અમદાવાદના સૌજન્યથી)



## ગુરુભગવાન સ્વામી શ્રી ચિદાનંદજી મહારાજ

- શ્રીમતી રૂપા મજમુદાર

ભારત એટલે સંતોની ભૂમિ. સમય સમય પર અહીં અનેક સંતો થયા છે. તેમનાં જીવન માનવજાત માટે પ્રેરણાઓત બન્યાં છે. માનવી માટે જે કંઈ શ્રેષ્ઠ છે, પવિત્રમય છે, પૂર્ણ આદર્શરૂપ છે તે સર્વ કંઈ તેમના જીવનમાં સાંપડે છે, જે ગ્રહણ કરવા યોગ્ય છે.

ગુરુ-શિષ્ય એકમેકથી ચડિયાતા હોય તેવી તારક શ્રેડલી ઇતિહાસમાં વિરલ છે. વીસમી સદીમાં મહાન સંતદ્વય થયા - પૂર્ણપુરુષ સ્વામી શિવાનંદ અને તેમના શિષ્ય સ્વામી ચિદાનંદ. આધ્યાત્મિક અને નૈતિક પુનરુત્થાનમાં આ શ્રેડીનું પ્રદાન સૌથી મહાન ગણાય છે.

સદ્ગુરુદેવ સ્વામી શ્રી શિવાનંદજીના અદ્ભુત વ્યક્તિત્વ અને આધ્યાત્મિક દિવ્યતાથી પ્રેરણા અનેક મહાનુભાવ તેમના શિષ્ય બન્યા હતા અને સંસાર ત્યાગી સંન્યાસી બન્યા હતા. બહુમુખી પ્રતિભાસંપન્ન આ મહાત્માને કોઈએ પૂછ્યું હતું, 'માનવજાત માટે તમારો શાશ્વત વારસો શું છે?' તેમણે શજાના પણ વિલંબ સિવાય કહ્યું હતું, 'અલબત્ત, ચિદાનંદ! તે મારો જીવંત વારસો છે.'

સ્વામી ચિદાનંદજીની જીવનકથા એટલે માણસમાં વસી રહેલા ઈશ્વરની કથા. માનવીય વ્યક્તિત્વના સમગ્ર આધ્યાત્મીકરણની પુણ્યકથા. સ્વામીજીનું જીવન એટલે નિઃશબ્દ સેવા અને સંપૂર્ણ સમર્પણની જીવનગાથા. પોતે કરેલા અનુભવના આધારે અને સ્વયંસદ્ગુર્ત આત્મસૂઝની પ્રેરણા વડે હિમાલયના આ અજોડ સંતે જગતભરના સાધકોને કહ્યું કે : 'યોગ એટલે કેવળ નિર્વિકલ્પ સમાધિ નથી. જીવનની પ્રત્યેક શ્વેદમાં યોગ વહે છે.' તેમનું પોતાનું જીવન નિષ્કલંક પ્રભુત્વથી પ્રતિશ્વેદનજનક હતું રહ્યું.

સ્વામીજીનું જીવન નિષ્કામ સેવા અને પવિત્ર પ્રેમના ઝરણા સમાન હતું. સેવા અને સમર્પણ એમની બે પાંખો હતી. અત્યંત ધનાઢ્ય અને પ્રતિષ્ઠિત કુટુંબમાં

જન્મ્યા હોવા છતાં એમનું જીવન ખૂબ સાદું અને સંયમી હતું. ઊંચા આધ્યાત્મિક સંસ્કારો જાણે એમના જીવનમાં બાળપણથી વણાઈ ગયા હતા. સ્વામીજી સંસારી જીવ જ નહોતા. તેઓ જન્મથી સંસારના બંધનથી પર નિરાસક્ત યોગી, પરમ સંન્યાસી અને મહાન સંત હતા.

પોતાની કિશોરાવસ્થામાં જ અસાધારણ પવિત્રતા અને અલૌકિક શક્તિના ધોતક એવા કુરુક્ષાવાન આ સંતે તરછોડાઈ ગયેલા અને તિરસ્કાર પામેલા એવા દીન અભાગિયા રક્તપિત્તિયાની સેવાનું શ્રેષ્ઠમી કાર્ય પોતે પોતાની મેળે જ સ્વીકારી લીધેલું. નર અને નારાયણમાં અભેદની અનુભૂતિ કરતા આ મહાત્માએ કુજ રોગીની સારવારના ઇતિહાસમાં એક નવું ઉજ્જવળ પ્રકરણ ઝિમેયું છે.

ભરયુવાનીમાં પણ ઇન્દ્રિયોના રંભરાગ તેમને સ્પર્શી શક્યા નહોતા. વિવિધ ઇન્દ્રિયો તેના અનુભવો મન સુધી પહોંચાડે છે, પરંતુ આ મહાત્માનું મન આ અનુભવોથી અલિપ્ત અને નિઃસંગ રહેતું, તેઓ હંમેશાં આ અર્થનું એક સૂત્ર કહેતા - 'See but look not, Hear but listen not, Touch but feel not, Taste but relish not.' ધ્યાન એ જ સ્વામીજીનું વ્યસન હતું અને ઈશ્વરોપાસના એ જ એમનો આનંદ હતો.

યૌવનના ઉભરે પગ મૂકતાં જ આ જન્મસિદ્ધ સાધુએ અનુકૂળ પણ પ્રાપ્ત થતાં ગૃહત્યાગ કર્યો અને દુષીકેશના પવિત્ર ગંગાતટ પર પોતાના ગુરુદેવને ૧૯૪૩ની સાલમાં શુદ્ધપૂર્ણિમાના પવિત્ર દિવસે મળ્યા અને ગુરુચરણમાં સમર્પિત થઈ ગયા. ભગવાં વચ્ચે ધારણ કરીને પોતાની જાતને પ્રાચીન સંન્યાસી પરંપરા સાથે જોડી દીધી. કઠોર તપ, નિઃસ્વાર્થ સેવા તથા સાધનામાં દશકા કરતાંય વધારે સમય માટે ડૂબી ગયા

અને એક પ્રજ્ઞાવાન સાધુ બનીને ઝળહળી ઊઠ્યા. ગુરુદેવના જીવનકાળ દરમિયાન બીજા એક આખા દશકા સુધી યોગ તથા વેદાંતનો સંદેશો જગતભરમાં ફેલાવ્યો. સ્વામીજી ઉપનિષદનાં ગૂઢ રહસ્ય પણ સૌને સમજાય તેવી સરળ ભાષામાં રજૂ કરતા. તેમનાં પ્રવચનોના મુખ્ય સૂર આ પ્રમાણે રહેતા :

- આપણે સૌ પરમ કૃપાળુ પરમાત્માનાં દિવ્ય સંતાનો છીએ. તમારા સૌમાં દિવ્યતાનો અંશ છુપાયેલો છે, તેને જાગ્રત કરી દિવ્ય બનો.
- આ દિવ્યતાને જાગ્રત કરવા માટે નિયમિત સાધના કરો.
- આત્મસાક્ષાત્કાર એ જ મનુષ્યજીવનનું ધ્યેય છે.
- ભવ્ય સિદ્ધાંતોની મોટી વાતો કરતાં તલભાર પણ અમલ થાડિયાતો છે.

ત્યારબાદ પાછા ફરીને સ્વામીજીએ સદંતર અજ્ઞાતવાસમાં રહીને પોતાની જાતને એકાકી પરિવ્રાજક ભૂમિકામાં મૂકી દીધી. તેઓ દિવ્ય તત્ત્વ સાથે એટલા તદ્દુપ રહેતા કે દિવ્યતાના દરેક અણસારમાં તેમને મૂળતત્ત્વનાં જ દર્શન થતાં. પરમતત્ત્વની પ્રાપ્તિ એટલે કે પરમેશ્વરમાં એકાકાર થઈ જવું એ જ મનુષ્યજન્મનો હેતુ છે અને એ સર્વોચ્ચ સ્થિતિએ પહોંચ્યા પછી જ્યારે કાંઈ જ મેળવવા જેવું બાકી રહેતું નથી ત્યારે પણ તેમણે ઉચ્ચ તપસ્યા અને સાદગી છોડ્યાં નહીં. તેઓ મુક્ત અવધૂતની જેમ કેવળ પ્રભુ પર આધાર રાખીને ઈશ્વરચેતનામાં રમમાણ ફરતા રહ્યા. જડ-ચેતન સર્વ કાંઈમાં ઈશ્વરનું પ્રતિચિંબ જોતા આ મહાત્માનું ચિંતન અને જીવન એકસરખાં ઉચ્ચ હતાં. તેઓ કહેતા : 'તમામ જીવોમાં એક્ય છે. એક જ પરમાત્મા તમામ જીવોને સંકળે છે અને આમ આખા વિશ્વમાં એકતા છે.'

ત્યારબાદ લોકસંગ્રહના અલૌકિક કાર્ય માટે દિવ્ય શક્તિએ તેમને આહ્વાન કર્યું અને એ એમની સર્વોચ્ચ આધ્યાત્મિક સેવા બની ગઈ. તેમના પૂજ્યપાદ ગુરુદેવે સમાધિ લીધી, શાશ્વતમાં ભળી ગયા ત્યારે

ગુરુદેવના પવિત્ર જીવનસંદેશ કાર્યની આગેવાનીની પસંદગી સહજ રીતે એમના આ શિષ્ય પર ઊતરી હતી. આમ, આ સંસારને તજી દેનારા પરમ સંન્યાસી દિવ્ય જીવન સંધના અધ્યક્ષપદે બિરાજી આધુનિક જગતના પવિત્ર કર્મયોગીઓમાંના એક સૌથી વધુ ગતિશીલ અને પ્રવૃત્તિમય કર્મવીર બની ગયા. સ્વામીજીમાં અહંકાર અને કતૃત્વ ભાવનો સંપૂર્ણ લોપ જોવા મળતો. તેઓ હંમેશાં પોતાના કરતાં બીજાનો ખ્યાલ વધારે કરતાં. એમના વિશ્વપ્રેમે દુનિયાના વિવિધ દેશોના ભક્તો, દુઃખી, પીડિત અને રોગીને, પશુ-પંખીને, ઝેરી જીવજંતુને, ઝાડપાનને, તમામ જીવસૃષ્ટિને આવરી લેતી નવી જીવનદૃષ્ટિ બની છે.

'સર્વે બ્રહ્મમયમ્ ।' આ હતું તેમનું જીવનસૂત્ર. આખા જગતને તેઓ દિવ્યતાના વિલાસરૂપે નિહાળતા. 'જગત એ ગુરુ છે અને જીવન શિષ્યત્વ છે. એટલે આ જગતની સેવા કરવાની છે અને આ જગત પાસેથી જ જ્ઞાન મેળવવાનું છે. આ જ ધર્મ છે અને એ જ આપણને મોક્ષ સુધી લઈ જશે' સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજનો આ છે માનવજાત માટે સંદેશ.

સ્વામીજી આપણા અંતરતરના ગર્ભાગારમાં ટકોરા મારીને કુરુણાપૂર્વક કહે છે : 'ઓ મારા ચિરંજીવ મિત્ર ! તું તારી ઊંડી અજ્ઞાનતાની ઊંઘમાંથી ક્યારે ઊઠીશ? આવ .... જાગ. તત્કાળ નિદ્રા છોડ, સ્વપ્નને સરી જવા દે. તારા જન્મસિદ્ધ અધિકારને માણ અને તારી સાચી ઓળખને તું પામ. તારા સ્વરૂપને તત્કાળ ઓળખી લઈ દિવ્ય આનંદ, જ્ઞાન તથા શાંતિની અનુભૂતિ મેળવ, જે તારું પોતાનું શાશ્વત સ્વરૂપ છે.'

માનવજાત માટેનો આ મહાન સંત સ્વામી શ્રી ચિદાનંદજીનો દિવ્ય પોકાર છે. આ રોમાંચક પડકારને આપણે ઝીલી લઈએ અને ભગવદ્ગીતાના અર્જુનની જેમ પોકારી ઊઠીએ કે 'કરિષ્યે વચનમ્ તવ' તું જેમ કહીશ તેમ હું કરીશ.

ૐ તત્ સત્



## પરમ પુરુષની પરમોચ્ચયાત્રા

- શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી



વિશ્વ સંસ્થા આર્ષ વિદ્યામંદિરના અધિક્ષતા, સંસ્થાપક, પ્રેરણામૂર્તિ, વેદાંતકેશરી, જ્ઞાનવાન ચૈતન્ય પુરુષ, ઉત્સાહમૂર્તિ પરમ ભાગવદીય પૂજ્યશ્લોક પુજ્યપાદ

શ્રીમત્ સ્વામી દયાનંદજી મહારાજનું તેમની ગંગા તટસ્થ કુટીરે દર્શકેશમાં તા. ૨૩-૮-૨૦૧૫ની રાત્રે ૧૦.૧૮ મિનિટે મહાપ્રયાણ થયું છે.

તામિલનાડુના માંજીકુડી ગામમાં ૧૫મી ઓગસ્ટ, ૧૯૩૦ના રોજ તેમનું પ્રાકટ્ય થયું હતું. નટરાજનું નામના આ યુવકના પિતાશ્રીનું દેહાવસાન થયું ત્યારે તેમની ઉંમર માત્ર આઠ વર્ષ હતી. ચાર ભાઈઓમાં તેઓ સૌથી મોટા હતા. અધ્યયન અધ્યાપનના કાળ અને તે પછી પણ તેમણે પોતાના પરિવારના પરિવહનનો ભાર ઉપાડ્યો. વોલ્ટાસ ઉપરાંત ઈન્ડિયન એરફોર્સમાં પણ તેમણે નોકરી કરી. પાઈલટ થવાની તેમને ઈચ્છા હતી, પરંતુ વેદાંતનું વાંચન, મનન, ચિંતન તથા સંસ્કૃતના અભ્યાસ ઉપરાંત હિન્દુ ધર્મના ઉત્થાન અને અભ્યુદયની દાઝે તેમને સંન્યસ્ત જીવન યાપન કરવા પ્રેરિત કર્યાં. પૂજ્યપાદ શ્રીમત્ સ્વામી ચિન્મયાનંદજી મહારાજની નિશ્ચામાં ઈ.સ. ૧૯૬૨માં તેમણે સંન્યસ્ત જીવનમાં પુનિત પગલાં માંડ્યાં.

પહેલાં મદુરાઈ, પછી બેંગલોર અને અંતે મુંબઈ ખાતે તેમણે ચિન્મય મિશનનું મિશનરી કાર્ય કર્યું. તપોવન પ્રસાદનાં સંપાદન ઉપરાંત ચિન્મય મિશનના બ્રહ્મચારીઓને ગીતા અને ઉપનિષદના મંત્રોનો સસ્વર પાઠ કરવાનાં શિક્ષણથી પ્રારંભ કરી અંતે આચાર્ય પદને શોભાવ્યું.

આર્ષ વિદ્યાપીઠમ્ અને આર્ષ વિદ્યાગુરુકુલમ્ની સ્થાપના પુર્વે શ્રીમત્ સ્વામી ચિન્મયાનંદજીના આદેશથી દેશ અને વિદેશમાં તેમણે અગણિત યાત્રાઓ કરી. દર્શકેશ, કોઈમ્બતૂર, નાગપુર, પેન્સિલ્વાનિયા (યુએસએ) ખાતે ચાર આશ્રમોની સ્થાપના કરી, જેમાં વેદાંત, સંસ્કૃત, યોગ, ભારતીય શાસ્ત્રીય સંગીત, આયુર્વેદ અને જ્યોતિષનું જ્ઞાન મળી રહે તેવી વ્યવસ્થા કરી.

શારીરિક અને માનસિક અતિ પરિશ્રમને કારણે થોડા વર્ષથી તેમનું સ્વાસ્થ્ય કથળવા માંડ્યું હતું. કિડની ફેઈલ થતી જતી હતી. દરરોજ ડાયાલિસિસ લેતા હતા, છતાં સવારે અને સાંજે પ્રમાણ ગ્રંથોનો અભ્યાસ અચૂક કરાવતા હતા.

તેમની અંતિમ ઈચ્છા હતી, મારા અંતિમ શ્વાસ ગંગાતટે જે કુટિરમાં મેં સંન્યસ્ત જીવન આરંભ્યું ત્યાં જ જાય. મારા શરીરમાં 'લાઈફ સપોર્ટીંગ' સેવાઓ ન હોય, હું એકમાત્ર નિજનંદમાં આત્મસ્થ હોઉં અને પ્રાણ ત્યાગું, તે પ્રમાણે જ તેમના મોટા ભાગના વિશ્રાણ સંન્યાસી શિષ્યો (૨૨૨૩થી વધુ સંન્યાસી આચાર્યો)ના વેદપાઠ અને વેદધોષની વચ્ચે તા. ૨૩-૮-૨૦૧૫ની રાત્રે તેમણે અંતિમ શ્વાસ લીધા. તેમના પાર્શ્વે શરીરને તા. ૨૫-૮-૨૦૧૫ના રોજ ભૂ-સમાધિ આપવામાં આવી.

તેમનાં દિવ્ય કાર્યો ગીતા, બ્રહ્મસૂત્ર, ઉપનિષદો, પ્રમાણ ગ્રંથો તથા તેમના બૃહદ્ આચાર્ય પરિવારમાં તેઓ સદૈવ જીવંત રહેશે. દેહાતીત અવસ્થા સંપન્ન હોવા છતાં તેમને હિન્દુધર્મ-માટે પ્રેમ અને દેશદાઝ ખૂબ હતાં. તે માટે તેમણે હિન્દુ ઉત્કર્ષ સભા, આચાર્ય સભા વગેરેની સ્થાપના કરી. તેમનું જીવન અલૌકિક હતું. તેઓએ આ લૌકિક જગતમાંથી વિદાય લીધી છે. પરંતુ પરમોચ્ચ ગતિમાં પ્રયાણ કર્યું છે. ઠંઠાંતિ

## નિત્ય સ્વાધ્યાય

- શ્રી સ્વામી વિદ્યાનંદજી

### સમસ્યા-ઉકેલ : બધું અંદર

તેજસ્વી આત્મન્ ! પ્રભુ ભક્તી લઈ જતા આરોહણ-કાર્યમાં સામે નડતા પ્રશ્નો, મુશ્કેલીઓ અને વિદ્નો પાંચ ટકા જ આપણી બહારનાં હોય છે, બાકીના પંચાશુ ટકા વિદ્નો તો આપણી ભીતરમાંથી ઊભાં થતાં હોય છે. આપણા આ ભીતરી વિદ્નોને આડે ન આવવા દઈએ તો બહાર કંઈ પ્રશ્ન જ નથી. સ્વર્ગ અને નરક બધું આપણી અંદર જ છે. પ્રશ્નો અને નિવેદ્ય પણ આપણી ભીતર જ છે. બસ, ચોવીસે કલાક આપણે આપણી જાતને ચકાસતાં રહેવું જોઈએ. આપણી આંતરિકતા જ આપણું સાર-સર્વસ્વ છે. એ વિધાયક પણ હોઈ શકે, નકારાત્મક પણ હોઈ શકે. એ પરમ સામ્રાજ્યવાન પણ હોઈ શકે કે નરી નિર્બળતાસભર પણ હોઈ શકે અને એટલે જ જ્યાં સુધી સાધક ખોતે આ પરિસ્થિતિનો નિકાલ ન કરે ત્યાં સુધી કોઈ પણ પ્રશ્નનો નિવેદો લાવી ન શકાય.

ઈશ્વરે પ્રત્યેક જીવને અત્યુત્તમ સાધન આપ્યું છે - મન. એ ખોતે જ પરાશક્તિ છે. તેની ગતિશીલતાને પરિણામે જ આપણા માનસિક પ્રશ્નો ઊભા થાય છે. આ પ્રશ્નોને યોગ્ય રીતે હાથમાં લઈએ અને સાચી દિશામાં એમને વાળીએ તો આપણી સમસ્યાઓ જ આપણાં નિરાકરણ બની જશે, આપણી જવાબદારીઓ જ આપણી સંપદા બની જશે. આપણને સૌથી વધુ મૂંઝવનારું પરિબળ જ આપણને સઘળી મૂંઝવણોની પેલે પાર લઈ જઈ પ્રભુતામાં સ્થિર કરાવી શકે, કારણ કે આપણું મન જો કેળવાયેલું, સિસ્તબદ્ધ, અનુશાસિત, એકાગ્ર અને સુનિયોજિત હશે તો ઊંડું ધ્યાન સિદ્ધ થઈ શકશે. ગહન-ઊંડા ધ્યાનમાં જ સહજ પ્રેરણા આત્મસ્ફુરણા કે આત્મ-પ્રબોધન પ્રાપ્ત થાય છે. જે મન ભારે મોટું વિઘ્ન બનીને આડે ઊભું રહે તે જ મન સઘળા પ્રશ્નો હલ કરી આપે છે. શરત માત્ર એટલી જ કે તમે એને રોજરોજ ધીરજપૂર્વક કાબૂમાં લાવતા રહો, એને કેળવતા રહો, રોકતા-ટોકતા

રહો અને સાચી દિશામાં વાળતા પણ રહો. આ જ છે સાધના, આ જ છે યોગાભ્યાસ! આ જ છે વાસ્તવિક અધ્યાત્મ-પ્રગતિ, પ્રાપ્તિ, પરમ દર્શન અને મુક્તિ મેળવવાની ચાવી પણ આમાં જ છુપાયેલી પડી છે.

આત્મવંચના ન કરશો અને બહારના જગતને ભાંડશો મા. આપણા ખોતાના જ શયનાગારમાં આપણે આગ લગાડીએ છીએ - દૂરદર્શન જોઈએ છીએ અને પછી ઝંઝવણાતથી વેરાઈ જઈએ છીએ. જો આપણે આપણા ખોતાના ઘરમાં સાવધાન હોઈએ તો આ વાવાઝોડાંને ટાળી શકીએ. આપણે આપણો ખોતાનો જ સામનો કરવાનો છે અને આપણી સાથે સંઘર્ષ કરીને જ જાતમાંથી બહાર નીકળીને બ્રહ્મપ્રાપ્તિ કરવાની છે. આપણામાંથી બહાર નીકળવા આપણી અંદરનાં જ પરિબળો આપણને રોકી રાખે તો આપણે જ્યાં છીએ ત્યાં જ અટકી પડીશું. જ્યાં સુધી તમે પરિસ્થિતિને આરપાર વીધો નહીં ત્યાં બાહ્ય કારણ કશું જ કરી શકે નહીં. ઊંડો વિચાર કરો. આ તમામ સત્યને હું વારંવાર દોહરાવું છું અને તમને જાગૃત, સાવધાન કરું છું, જેથી તમે જ તમારો સામનો કરવા ઉત્સાહિત બનો અને પ્રશ્નનો નિવેદો લાવો, કારણ હવે વેડફવા માટે સમય જ નથી એટલે સાચી પ્રાર્થના તો હવે આ જ હોઈ શકે કે આ પરિસ્થિતિને સમજવાની દૃષ્ટિ લાધે અને એમાં સહાય અને શાસન પણ મળી રહે અને આપણી જાતને બચાવવાના ઉપાયો પણ મળી રહેશે, આપણાથી જ આપણો બચાવ કરવાની દિશા મળે. અંદર ડૂબકી લગાવવાના આ પુરુષાર્થમાં તમને પ્રભુની સહાય મળી રહો! ભીતર ડોકિયું કરવાના આત્મપરીક્ષણ કરવાના કાર્યમાં ઈશ્વર સહાયભૂત થાઓ એ જ સુભેચ્છા!

□ 'નિત્ય સ્વાધ્યાય'માંથી સાભાર



## વૃત્તાંત

- તા. ૮-૮-૨૦૧૫ના રોજ આરાધના પર્વ : સદ્ગુરુદેવ શ્રીમત્ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજના પરમા મહાસમાધિ-આરાધના પર્વની ઉજવણી શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ ખાતે ખૂબ જ ભક્તિભાવ સાથે શ્રી ગુરુપાદુકાપૂજન, પ્રાર્થના અને ગુરુદેવના દિવ્યનામના જપ સાથે કરવામાં આવી. સૌ ભક્તોએ પ્રસાદ ગ્રહણ કરી ધન્યતા અનુભવી.
- તા. ૧૫-૮-૨૦૧૫ના રોજ સ્વાતંત્ર્યદિન : સ્વાતંત્ર ભારતના ૬૯મા સ્વાતંત્ર્ય પર્વ નિમિત્તે સવારે ૭ કલાકે ધ્વજવંદનનો કાર્યક્રમ યોજાયો. અતિથિવિશેષ શ્રી કિશોરભાઈ ચૌધારી, ધારાસભ્ય, વેજલપુરના હસ્તે ધ્વજરોહણ થયા પછી સમૂહ રાષ્ટ્રગાન ગાવામાં આવ્યું તેમ જ નારાયણગુરુ વિદ્યાલયના શિક્ષકો, વિદ્યાર્થીઓ અને વિદ્યાર્થીનીઓએ રાષ્ટ્રભક્તિના ગીતો ગાઈને સમગ્ર વાતાવરણને દેશભક્તિના રંગે રંગી દીધું.
- તા. ૧૫-૮-૨૦૧૫ના રોજ શ્રાવણ માસ પ્રારંભ : શિવાનંદ આશ્રમ ખાતે પવિત્ર શ્રાવણ માસની ઉજવણીનો આરંભ ભગવાન શ્રી વિશ્વનાથ મહાદેવની પૂજા-અર્ચના અને શ્રીમદ્ ભાગવત કથા સાથે થયો. ભગવાન શ્રી વિશ્વનાથ મહાદેવ મંદિર નિત્ય ભક્તોથી ઊભરાયું રહ્યું. પવિત્ર શ્રાવણ માસ દૈનિક રુદ્રાભિષેક પૂજાઓ, મોહશોપચાર પૂજાઓ, અભિષેકાત્મક લલ્લુરુદ્ર, સવાલજી ભિક્ષવનીની અર્ચના, પાર્થિવેશ્વર મહાદેવ પૂજાઓ ઉપરાંત સોમવારે વિશેષ શુંગાર આરતી અને રાત્રે પ્રહર પૂજાઓ સાથે ઊજવાયો. જે દરમિયાન વિવિધ ઉત્સવોના આયોજન સમયે વિશેષ શુંગારદર્શનનું પણ આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું.
- શ્રી ભાગવત કથા : શિવાનંદ આશ્રમ ખાતે આચાર્ય શ્રી વિનોદભાઈ પંડ્યાના વ્યાસાસને નિત્ય સાંજે શ્રીશ્રીશ્રી અષ્ટલક્ષ્મી ભવન ખાતે તા. ૧૫ ઓગસ્ટથી શરૂ કરી તા. ૧૨ સપ્ટેમ્બર સુધી શ્રીમદ્ ભાગવત કથાનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું, જેમાં નિત્ય ભાવિક ભક્તોએ કથાશ્રવણનો લાભ લીધો.
- તા. ૨૯-૮-૨૦૧૫ના રોજ શ્રાવણી પૂનમ : શ્રાવણી પૂનમના રોજ આશ્રમ ખાતે શ્રાવણ સમાજ દ્વારા ૧૦૦ ઉપરાંત શ્રાવણી દ્વારા જનોઈ બદલવાના કાર્યક્રમે સમગ્ર વાતાવરણને વેદગાનોથી ભરી દીધું.
- તા. ૫-૯-૨૦૧૫ના રોજ જન્માષ્ટમી પર્વ : જન્માષ્ટમીના રોજ ૯.૦૦ થી ૧૨.૦૦ સુધી પરમ પૂજ્ય સ્વામી શ્રી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજની દિવ્ય ઉપસ્થિતિમાં ડો. જયંત વસાવડાના સ્વરસુંજન હાટકેશ સુપના કલાકારો દ્વારા ભક્તિસંગીતની કાર્યક્રમ આયોજાયો. કલાકારોએ સમગ્ર ભાવિકોને મંત્રમુગ્ધ કરી દીધા. પરમ પૂજ્ય સ્વામીજી મહારાજે મહારાત્રીના મહાલય સમયે સૌ ભક્તોને શ્રીકૃષ્ણ રસમાં તરબોળ કર્યા. શ્રીકૃષ્ણ જન્મોત્સવની આરતી, પ્રસાદનું વિતરણ કરવામાં આવ્યું. સૌ ભક્તોનાં હૃદય હર્ષોલ્લાસથી ભરાઈ ગયાં.
- તા. ૮-૯-૨૦૧૫ના રોજ પ્રાકટ્ય પર્વ : સદ્ગુરુદેવ શ્રીમત્ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજનો ૧૨૮મો પ્રાકટ્યોત્સવ શ્રી ગુરુપાદુકાપૂજન, ભજન, કીર્તન, સત્સંગ અને દરિક્રનારાયણ સેવા દ્વારા શિવાનંદ આશ્રમમાં સંપન્ન થયો.
- તા. ૧૧-૯-૨૦૧૫ના રોજ મહાસમાધિ દિવસ : ગુરુભગવાન શ્રીમત્ સ્વામી વિદ્યાનંદજી મહારાજના સાતમા મહાસમાધિ દિવસ નિમિત્તે શ્રીશ્રી વિદ્યાનંદ ધ્યાન-યોગ મંદિરમાં શ્રી ગુરુપાદુકાપૂજન, વિશેષ સત્સંગ ઉપરાંત દરિક્રનારાયણ સેવાનું આયોજન કરવામાં આવ્યું.
- ૧૨ સપ્ટેમ્બર ૨૦૧૫ : શહેરના સુપ્રસિદ્ધ રામદેવ મસાલા ઈન્ડસ્ટ્રીઝના ૫૦ વર્ષ પૂર્ણ થયાનો ઉત્સવ પૂજ્ય સ્વામી શ્રી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજની અધ્યક્ષતામાં ઉજવાયો. આ પ્રસંગે વિશાલ મેદનીને સંબોધતા સ્વામીજીએ કહ્યું કે, 'અંત, મહેનત અને પ્રમાણિકતાથી કશું જ અશક્ય નથી. રામદેવ મસાલાના સંસ્થાપક શ્રી હસમુખભાઈ તેનું સાક્ષાત્ ઉદાહરણ છે. ૬૫માં દળવાની ચક્કીમાં કામ કરતાં આટલું ઊંચું કરવું, તે ખરેખર અદ્ભુત કહેવાય. આજે દુનિયાના ૩૭ દેશોમાં રામદેવ મસાલા વપરાય છે, તે ખૂબ આનંદની વાત છે. શ્રી હસમુખભાઈ આશ્રમના હિતેચ્છુ છે.'
- ફાઇર શ્રી જોસેફ મેકવાનને 'આર્ચબિશપ' બનાવવામાં આવ્યા, તે પ્રસંગે તેમના નિમંત્રણથી સ્વામીજી ગાંધીનગર પધાર્યા. તેમને આ પદ આપવા માટે રોમ-ઈટાલીથી બિશપ ખાસ પધાર્યા હતા અને ગુજરાત-ભારતભરમાંથી ખ્રિસ્તી ધર્મના વડાઓ અને અન્ય મહાનુભાવો ઉપસ્થિત રહ્યા હતા. ગાંધીનગર, સેન્ટ જેવિયર્સ સ્કૂલના મેદાનમાં આ સમારોહની ભવ્ય ઉજવણી થઈ.
- તા. ૧૩-૯-૨૦૧૫ના રોજ શ્રાવણી અમાવાસ્યા : પવિત્ર શ્રાવણ માસની પૂર્ણાહુતિ પ્રસંગે હોમાત્મક લલ્લુરુદ્ર યજ્ઞનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. જેમાં પંદર દંપતીઓએ ભાગ લીધો. સાંજે શ્રીકૃષ્ણ હોમ બાદ શ્રી વિશ્વનાથ મહાદેવની ભવ્ય શુંગાર અને ભસ્મ આરતી બાદ ભક્તોએ ભંડારાનો મહાપ્રસાદ આરોગ્યો. અત્યંત ભવ્ય ભક્તિયા અમરનાથ ભગવાનનાં દર્શનનો લાભ પણ ભક્તોએ લીધો.
- તા. ૧૭-૯-૨૦૧૫ના રોજ ગણેશચતુર્થી : ગણેશચતુર્થી નિમિત્તે આશ્રમના શ્રી ગણેશ મંદિરમાં વિશેષ પૂજા માટે ભક્ત મહેરાયજી ઊભરાયો ; તે જ પ્રમાણે આગલા દિવસે કેવડા ત્રીજ (શ્રી હરતાલિકા ત્રીજ)ની પૂજા પણ ખૂબ જ ઉત્સાહથી સંપન્ન થઈ.



- તા. ૨૪-૯-૨૦૧૫ પ્રાકટ્ય પર્વ અને જન્મ શતાબ્દી મહોત્સવનો મંગળ પ્રારંભ : શિવાનંદ આશ્રમમાં ગુરુભગવાન શ્રીમત્ સ્વામી વિદ્યાનંદજી મહારાજના પ્રાકટ્ય પર્વ - જન્મ શતાબ્દી મહોત્સવના મંગળ પ્રારંભે ઉત્સવ ત્રિવેણીનું આયોજન કરવામાં આવ્યું.
- તા. ૨૪-૯-૨૦૧૫, ગુરુવારના રોજ સવારે શ્રી ગુરુપાદુકાપૂજન બાદ શ્રી સ્વામી વિદ્યાનંદ જન્મ શતાબ્દી સ્મૃતિભવન માટે શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીએ ભૂમિ ખનન કર્યું, બપોરે ઠરિદનારાયણ સેવાનું આયોજન કરવામાં આવ્યું. સાંજે ડો. મોનિકાભહેન શાહ દ્વારા ભક્તિસંગીત થયું. ત્યારબાદ પરમ પૂજ્ય શ્રી નમ્રચુનિજી મહારાજ સાહેબે 'સાચા સુખની શોધમાં' અને નિર્વાણપીઠાધીશ્વર આચાર્ય મહામંડળેશ્વર ૧૦૦૮ શ્રીમત્ સ્વામી વિશોકાનંદજી મહારાજ (રાજગુરુ ટેકી નિમ, વારાણસી) દ્વારા 'શ્રી સ્વામી વિદ્યાનંદજી - એક દિવ્ય અનુભૂતિ' વિષય પર મનનીય પ્રવચનો થયાં.
- તા. ૨૫-૯-૨૦૧૫, શુક્રવારના રોજ સાંજે શ્રીમતી મયૂરિકાભહેન ઓઝા દ્વારા ભક્તિસંગીત, ત્યારબાદ પૂજ્યપાદ શ્રીમત્ સ્વામી અસંગાનંદજી મહારાજ (જ્ઞાનસાધન વિહાર, હેરંજ) દ્વારા 'ગુરુતત્ત્વ' અને પૂજ્યા શ્રી અનંતાનંદજી માતાજી (શ્રી અનંતાનંદ આશ્રમ, વહેલાલ) દ્વારા 'ગુરુકૃપા કેવી રીતે પ્રાપ્ત થાય' વિષય પર ચિંતનીય પ્રવચન થયાં.
- તા. ૨૬-૯-૨૦૧૫ શનિવારના રોજ સાંજે શિવાનંદ આશ્રમના ભક્તવૃંદ પ્રાર્થના, સ્તોત્ર ગાયા પછી પૂ. સંતોના ઉદ્દમોધનો થયાં પરમ પૂજ્ય સ્વામી શ્રી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજે 'મારા ગુરુદેવ' વિષય પર ખૂબ હૃદયસ્પર્શી ભાવ વ્યાખ્યાન રૂપે રજૂ કર્યાં. ત્યારબાદ ગુરુશ્રી ચંદન ઠાકોર અને સુશ્રી નિરાશી ઠાકોરના

નિર્દેશન હેઠળ 'નૃત્યભારતી' કલાવૃંદે નૃત્યાંજલિ પ્રસ્તુત કરી. આ ત્રણે દિવસ મોટી સંખ્યામાં ભક્તોએ લાભ લીધો અને મહાપ્રસાદ ગ્રહણ કરી પવિત્રતા અનુભવી.

- ૨૮ સપ્ટેમ્બર ૨૦૧૫ : શ્રી અજયભાઈ યાજ્ઞિક (દિલ્હી)ના મધુર કંઠે સુંદરકાંડ પારાયણનું આયોજન આશ્રમમાં કરવામાં આવ્યું. શ્રી અજયભાઈ યાજ્ઞિકે એમની આગવી શૈલીમાં સુંદરકાંડના ગાન સાથે તેનો ગૂઢાર્થ સમજાવ્યો અને આ પારાયણનું સાંજે ૫ વાગે શરૂ કરીને રાત્રિના ૯.૦૦ વાગે સમાપન કરવામાં આવ્યું. વાતાવરણમાં દિવ્યતા વ્યાપી ગઈ. મોટી સંખ્યામાં ભક્તોએ લાભ લીધો. અંતે મહાપ્રસાદ ગ્રહણ કરી કૃતકૃત્યતા અનુભવી.

ગુરુભગવાન સ્વામી શ્રી વિદ્યાનંદજી મહારાજના શતાબ્દી પર્વ-પ્રાગટ્ય દિન નિમિત્તે સમાચાર પત્રોએ લેખો તથા, આશ્રમવાણી અને દુરદર્શને વિશેષ કાર્યક્રમો પ્રસ્તુત કર્યાં.

- સુરેન્દ્રનગર શાખા : ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ, સુરેન્દ્રનગરના નેતૃત્વમાં એક નિઃશુલ્ક નેત્ર નિદાન અને ચિકિત્સા યજ્ઞનું ૨૪ સપ્ટેમ્બર ગુરુવારના રોજ આયોજન કરવામાં આવ્યું. લીમડીના કબીર આશ્રમ ખાતે દર્દીઓની પ્રાથમિક તપાસ અને ખેડા જિલ્લાના મોગર ખાતે શંકરા હોસ્પિટલમાં ૫૫ નેત્રમક્ષિ બેસાડવામાં આવ્યા. આ પ્રસંગે કબીર આશ્રમ, મોટા મંદિર અને શ્રી રામકૃષ્ણ મિશનના સંતોએ ઉપસ્થિત રહીને આશીર્વાદ આપ્યા. સમગ્ર કાર્યક્રમનું સંયોજન ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘના ટ્રસ્ટી શ્રી ગોવિંદભાઈ ભરવાડે કર્યું.

**શિવાનંદ આશ્રમના આગામી કાર્યક્રમો**

- તા. ૧૩-૧૦-૨૦૧૫ થી તા. ૨૨-૧૦-૨૦૧૫ સુધી નવરાત્રી પર્વ : નવરાત્રી પર્વ નિમિત્તે સામૂહિક ગીતાપારાયણ સવારે ૯-૦૦ થી ૧૧-૦૦ સુધી. ● શ્રી શ્રી નવચંદી દુર્ગાસપ્તશતી સામૂહિક પાઠ બપોરે ૪.૦૦ થી ૭.૦૦ સુધી ● માતાજીના પવિત્ર રાસ-ગરબા રાત્રે ૯-૦૦ વાગ્યે ● તા. ૨૧-૧૦-૨૦૧૫ના રોજ કુઆરિકાપૂજન, અષ્ટમીનો હવન ● તા. ૨૨-૧૦-૨૦૧૫ના રોજ સવારે શ્રી લક્ષ્મી હવન અને વિજયાદશમી નિમિત્તે વિશ્વારંભણ્યુ.
- તા. ૨૯-૧૦-૨૦૧૫ થી તા. ૪-૧૧-૨૦૧૫ સુધી શિવાનંદ આશ્રમના પ્રાંજણમાં ૭૮૪મો યોગાસન, પ્રાજ્ઞાયામ, ધ્યાન શિબિર પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માન
- તા. ૯-૧૧-૨૦૧૫ સોમવારે ધનતેરસ નિમિત્તે શ્રી લક્ષ્મીપૂજન-ધનપૂજન : શ્રીશ્રી અષ્ટલક્ષ્મી ભવનમાં સાંજે ૭.૦૦ વાગ્યે (લાભ લેવા માગતા ભક્તોએ આગળથી નામ નોંધાવવું)
- તા. ૧૧-૧૧-૨૦૧૫ બુધવારે દિવાળી નિમિત્તે શ્રીશ્રી અષ્ટલક્ષ્મી માતાજીનો ભવ્ય અન્નકૂટ (સામગ્રી સેવા નોંધાવવા માટે ભક્તોએ અગાઉથી મંદિર - આચાર્ય અને કાર્યાલયના સમયે ઓફિસમાં નોંધ કરાવવી)
- તા. ૧૨-૧૧-૨૦૧૫ ગુરુવારના રોજ નૂતન વર્ષાભિનંદન : પૂજ્ય સ્વામીજીનાં દર્શન સવારે ૮-૦૦ થી બપોરે ૧.૦૦ અને સાંજે ૪.૩૦ થી ૮.૩૦ સુધી.
- તા. ૨૫-૧૧-૨૦૧૫ થી તા. ૯-૧૨-૨૦૧૫ સુધી પ્રસ્થાનત્રયી પારાયણ : ગુરુભગવાન સ્વામી શ્રી વિદ્યાનંદજી મહારાજના જન્મશતાબ્દી મહોત્સવના એક ભાગરૂપે ભારતમાંથી ૭૦ સંતો, મહંતો, મંડલેશ્વરો પધારશે અને પ્રસ્થાનત્રયી (બ્રહ્મસૂત્ર, દશ ઉપનિષદ-ઈશ, કઠ, કેન, મુંડક, માંડુક્ય, શ્વેતાશ્વતર, ઐતરેય, તેતરેય, છાંદોગ્ય, બૃહદારણ્યક અને ભગવદ્ગીતા)નું પારાયણ શાંકરભાષ્ય સાથે કરશે. સમય : સવારે ૯.૦૦ થી બપોરે ૩.૦૦ કલાક : દંજી મહારાજ શિબિરનું સંચાલન કરશે. દરરોજ સાંજે ભગવદ્ગીતાના બે અધ્યાય ઉપર સંતો પ્રવચન કરશે. જેનો લાભ લેવા સૌ ભક્તોને વિનંતી. સમય : સાંજે ૪.૩૦ થી ૭.૦૦ વાગ્યા સુધી.





“સુવર્ણકલા” દાગીનાની વિશ્વસનિયતા  
માટે વર્ષોથી સતત ગુંજતુ નામ

**SUVARNAKALA®**

Gold, Diamond & Jadtar Jewellery  
BIS Approved Jeweller

**અમદાવાદ**

સી.જી. રોડ “નેશનલ પ્લાઝા”, લાલ બંગલાની સામે, સી.જી રોડ, અમદાવાદ - ૬	સેટેલાઈટ “વીનસ એમેડીયસ”, ખેઘપુર ચાર રસ્તા BRTS બસ સ્ટેન્ડ સામે, સેટેલાઈટ, અમદાવાદ - ૧૫
--	---





# સ્વાદ અને ગુણવત્તાની પરંપરા



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



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



રામદેવ ફૂડ પ્રોડક્ટ્સ પ્રા.લિ.

સ્પાઈસ વર્લ્ડ, સરખેવ-બાવળા હાઈવે, ચાંગોદર-૩૮૨ ૨૧૩, અમદાવાદ. • [www.ramdevfood.com](http://www.ramdevfood.com)







ઉત્સવ ત્રિવેણી - સંત સમાગમ (તા. ૨૫-૯-૨૦૧૫)



પૂજ્યપાદ શ્રીમત્ સ્વામી દયાનંદ સરસ્વતીજી - આર્ષ વિદ્યાગુરુકુલમ્ની પુણ્યસ્મૃતિ પ્રાર્થના સભા, આર્ષ વિદ્યામંદિર, સરખેજ (તા. ૨૭-૯-૨૦૧૫)



આદરણીય ફાધર જોસેફ મેકવાનનો આર્ય બિશપ પદે પદાહારણ ઉત્સવ-ગાંધીનગર (તા. ૧૨-૯-૨૦૧૫)



સૂફી સંતશ્રી "મ"ની ભારત એકતા પદયાત્રા દરમ્યાન સમુત્કર્ષ અમદાવાદ ખાતે પ્રાર્થના સભા (૬-૯-૨૦૧૫)

**6 નેશનલ એવોર્ડ મેળવીને પ્રિન્ટિંગ ક્ષેત્રે ગુજરાતનું ગૌરવ વધારતું Print Vision**



ઓલ ઈન્ડિયા ફેડરેશન ઓફ માસ્ટર્સ પ્રિન્ટર્સ દ્વારા ૨૫ સપ્ટેમ્બર, ૨૦૧૫ના રોજ ચેન્નઈ ખાતે યોજાયેલ ભવ્ય સમારંભમાં એવોર્ડ સ્વીકારતા 'પ્રિન્ટ વિઝન'ના ડાયરેક્ટર શ્રી ફલિત પંડ્યા તથા માર્કેટિંગ એક્ઝિક્યુટિવ શ્રી પ્રણવ મહેતા





ડી. ડી. ગિરનાર દ્વારા 'જીવન યોગ' કાર્યક્રમ (૫૨-એપીસોડ)નું રેકોર્ડીંગ, રામબાગ-થલતેજ (તા. ૨૯-૯-૨૦૧૫)



ઉત્સવ ત્રિવેણી - સંત સમાગમ (તા. ૨૬-૯-૨૦૧૫)



શ્રી અજય યાજ્ઞિકજી દિલ્હી દ્વારા શ્રી સુંદરકાંડ પારાયણ (તા. ૨૮-૯-૨૦૧૫)

## આસુરી તત્વોપર વિજય

દિવ્ય 'મા'ની નવ દિવસ સુધી પૂજા-અર્ચના કરી આપણે દશમા દિવસે વિજયોત્સવ ઊજવીએ છીએ. આનો અર્થ એ થયો કે છેવટે આપણે વિજય પ્રાપ્ત કર્યો. તમને પાછા પાડવા, હરાવી દેવા રોજરોજ પ્રત્યેક પળ જે આસુરી બળો તમારા પર પોતાનું વર્યસ્વ જમાવવા માગતાં હોય તેમને હરાવવાં જોઈએ. આ આસુરી બળો માનસિક સ્તર પર લાગણી, ભાવના, ગમા-અણગમા રૂપે હોય અને બહારના સ્તર ઈન્દ્રિયો દ્વારા પોતાનું બળ અજમાવતાં હોય ! તમને તમારા પરમ ધ્યેય ભણી આગળ વધતાં સતત આડખીલીરૂપ થતી ચીજોને હરાવવી જ રહી.

- સ્વામી ચિદાનંદ