

શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની પ્રેરણાથી પ્રકાશિત દિવ્ય જીવન

વર્ષ : ૪

અંક : ૧૨

ડિસેમ્બર-૨૦૦૭

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

લેખ મોકલવાનું સરનામું :
તંત્રીશ્રી : ડૉ. મફતલાલ જે. પટણી
૪, વિશ્વભારતી સોસાયટી,
નવરંગપુરા ટેલિફોન ટાવર પાસે,
એલિસબ્રિજ, અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૦૬
ફોન : ૨૬૪૦૮૪૦૬

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

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

લવાજમ

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

ૐ

યેનેદં ભૂતં ભુવનં ભવિષ્યત્ પરિગૃહિતં અમૃતેન સર્વમ્ ।
યેન યજ્ઞસ્તાયતે સમ્ હોતા તન્મે મનઃ શિવસદુલ્પમસ્તુ ॥
યત્પ્રજ્ઞાનમ્ યત્ ચેતો ધૃતિશ્ચ યજ્ઞ્યોતિરન્તરમૃતં પ્રજાસુ ।
યસ્માન્ન ઋતે કિમ્ચન કર્મ ક્રિયતે તન્મે મનઃ શિવસદુલ્પમસ્તુ ॥
યેન કર્માણ્યપસો મનીષિણો યજ્ઞે કૃણવન્તિ વિદથેષુ ધીરાઃ ।
યદ્ અપૂર્વં યક્ષમ્ અન્તઃ પ્રજાનાં તન્મે મનઃ શિવસદુલ્પમસ્તુ ॥

‘જે અમૃત સમાન મન વડે ત્રણે કાળનું સર્વ જ્ઞાન ગ્રહણ-ધારણ કરી શકાય છે તથા જેના વડે સાત હોતાવાળો યજ્ઞ કરાય છે, તે મારું મન શુભ વિચારો કરનારું થાઓ.’

‘જે જ્ઞાનસ્વરૂપ, ચેતન અને ધૈર્યયુક્ત છે, વળી જે પ્રાણીઓના હૃદયમાં જ્યોતિ અને અમૃતરૂપે છે અને જેના અભાવે કોઈ પણ ક્રિયા કરી શકાતી નથી, તે મારું મન શુભ સંકલ્પયુક્ત થાઓ.’

‘કર્મમાં નિષ્ઠાવાળા, વિદ્વાન અને યજ્ઞવિધિમાં બુદ્ધિમાન પુરુષો જે મન વડે યજ્ઞમાં કર્મનિષ્ઠાન કરે છે, જે મન અપૂર્વ, પૂજ્ય અને પ્રાણીઓના હૃદયમાં વસેલું છે, તે મારું મન કલ્યાણમય વિચારો કરનારું થાઓ.’

શિવાનંદ વાણી મૃત્યુ ઉપર વિજય મેળવો

મનનો વિજય એ ખરેખર મૃત્યુ ઉપરનો વિજય છે. માન સાથેની અંદરની લડાઈ બહારની મશીનગનથી લડાતી લડાઈ કરતાં વધારે ભયંકર છે. લશ્કરના બળથી જગતને જીતવા કરતાં મનનો વિજય વધારે મુશ્કેલ છે. વીર બનો. આ બળવાખોર મનરૂપી દુર્ધર્ષ શત્રુને જીતો. ઘણી શહાદતો કરતાં આત્મવિજય વધારે મોટો છે. તમારા ધ્યાનમાં નિયમિત બનો અને વિજયી બનીને બહાર આવો. નૈતિક પવિત્રતા, એકાગ્રતા અને ધ્યાન સિદ્ધ કરવા માટે મનને સમજો, તેના દુર્ગુણોનો નાશ કરો; તેની સાથે લડો અને વિજય મેળવો. આ કામ આજે જ શરૂ કરો. તમે મનોજયી અને યોગી બનો !

- સ્વામી શિવાનંદ

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

અનુક્રમ

૧. શ્લોક ૧
૨. અનુક્રમ, તહેવાર સૂચિ ૨
૩. સંપાદકીય	સંપાદક..... ૩
૪. યોગનો પરિચય-૨	ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી ૪
૫. આચારંગ સૂત્ર	આચાર્ય વિજયરત્નસુંદરસૂરિજી ૭
૬. સુખની શોધ	શ્રી સ્વામી કૃષ્ણાનંદજી ૮
૭. મનાયે શ્લોક - મનોબોધ	શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી ૧૧
૮. ઉપદેશામૃત	શ્રી રણછોડદાસજી મહારાજ ૧૩
૯. એકાગ્રતા અને ધ્યાન	શ્રી સ્વામી નિખિલેશ્વરાનંદજી ૧૪
૧૦. રાષ્ટ્રગુરુ સમર્થ રામદાસ	શ્રી સ્વામી ગોવિંદદેવગિરિજી ૧૬
૧૧. યોગ એ જ જીવન (૪)	શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી ૧૮
૧૨. ઉપનિષદ-યાત્રા	શ્રી ગુણવંતભાઈ શાહ ૨૨
૧૩. સા વિદ્યા યા વિમુક્તયે	શ્રી હરિભાઈ કોઠારી..... ૨૫
૧૪. કોણ છે ભાગ્યવિધાતા ?	ડૉ. હરીશ દ્વિવેદી ૨૭
૧૫. વૃત્તાંત ૩૦

તહેવાર સૂચિ

ડિસેમ્બર, ૨૦૦૭

તા. તિથિ (કારતક વદ)

૫	૧૧ એકાદશી
૬	૧૩ પ્રદોષપૂજા
૯	૩૦ અમાવસ્યા

(માગશર સુદ)

૨૦	૧૧ એકાદશી - ભગવદ્ગીતા જયંતી
૨૧	૧૩ પ્રદોષપૂજા
૨૩	૧૫ પૂર્ણિમા - શ્રી દત્તાત્રેય જયંતી
૨૪	૧૫ પૂર્ણિમા, નાતાલ સંધ્યા

(માગશર વદ)

૨૫	૦૨ નાતાલ
----	----------

● ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજીનો ષડંગયોગ ●

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

સાચો શિષ્ય

કેટલાક સમય પછી શિષ્ય તેના ગુરુના આદેશોનું અક્ષરશઃ અનુસરણ કરી તેના ગુરુ જેવો બને છે. જે શિષ્ય તેના ગુરુના આદેશોનું પાલન ન કરે અને એમના આદર્શોથી વિરુદ્ધ આચરણ કરે તે સાચો શિષ્ય નથી. સાચો શિષ્ય તે છે, જે ગુરુના આદેશોનું અક્ષરશઃ પાલન જુસ્સાથી કરે છે, જે શિષ્ય જીવનના અંતપર્યંત ગુરુના ઉપદેશોનો પ્રસાર કરે છે, અને અધ્યાત્મ માર્ગે ઓછા વિકસિત સાધકોને ગુરુનું જ્ઞાન પહોંચાડે છે. આવા સાધકો ભાગ્યવાન છે.

- સ્વામી શિવાનંદ

“અનુરોધ-અભિલાષા” ગ્રાહકોને :

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

દિવ્ય સ્ક્રુલિંગ

સર્વોચ્ચ ધર્મ : બીજાઓનું ભલું કરવું તે સર્વોત્તમ ધર્મ છે. દરેક સપ્તાહમાં થોડા કલાક નિઃસ્વાર્થ સેવા કરો. તેમાં અહંને ન પ્રવેશવા દો અને કશા બદલાની આશા ન રાખો. તમારી સાંસારિક ફરજો પણ એવા જ ભાવથી બજાવો. સેવા એ જ પૂજા છે. તે પ્રભુને અર્પણ કરી દો. તમારી આવકના બેથી દસ ટકા દર માસે દાન કરો. તમારી પાસે જે છે તેનો અન્યની સાથે વહેંચીને ઉપયોગ કરો. વિશ્વને તમારું કુટુંબ સમજો. સ્વાર્થપણાનો ત્યાગ કરો, નમ્ર બનો. દરેક જીવને મનથી પ્રણામ કરો.

- સ્વામી ચિદાનંદ

સંપાદકીય

પાનખર પરવારી ગઈ અને વનપૂજોમાં નવી રતુંમડી કૂંપણો બેસી ગઈ છે. કીસન્થકીમામ, ડહેલીયા, સેવંતી અને ગુલદાઉદીનાં પુષ્પોથી ઉઘાનોનું સૌન્દર્ય સામ્રાજ્ય પુલકિત થઈ થનગની રહ્યું છે. શિરીષનાં પુષ્પોની સુગંધ નીરવ પ્રભાતના પરોઢિયે પંખીઓના કલરવ પૂર્વે ભીની ભીની સુગંધથી સમગ્ર વાતાવરણને આહ્લાદક કરી રહ્યું છે.

શિયાળો હજુ પાંગર્યો નથી. દિવસના ઓતરા-ચીતરા તડકા ભલે શર્દ-ગર્મના આટાપાટા રમતા હોય છતાંયે તડકો સલૂણો લાગે છે. કૂંણો નથી છતાં વહાલો લાગે છે. ગુલમહોર અને અલટુ-પલટુનાં પીળાં પુષ્પોનાં ગુચ્છો વચ્ચે ટીકોમાની લહેરાતી ડાળીએ જુલતાં પીળક પક્ષીઓનો કલરવ અને ટુમકતી ચાલ તેમની ભાતીગળ રંગાવલીઓ વચ્ચે તેમને પોતે સમ્રાજી હોય તેવો અહેસાસ કરાવે છે.

માર્ગશીર્ષ એકાદશીને ગીતા જયંતીનું પર્વ તા.૨૦મી ડિસેમ્બરે છે. શ્રીકૃષ્ણે અર્જુનને ગીતોપદેશમ્ કર્યો. પછી મહાભારતનાં યુદ્ધનાં મંડાણ થયાં. હતાશા અને નિરાશામાંથી આશાના દોરનો સંચાર થયો. પ્રકૃતિ પણ ગમગીન હતી, હવે તાજગીનો અનેરો અનુભવ કરે છે. ગીતા ગ્રંથ નથી. જીવન પાથેય છે. ગીતા ગીત નથી; સંગીત છે. ગીતા ઉદ્બોધન નથી, પ્રબોધન છે. ગીતા વાર્તાલાપ નથી, આત્માનુસંધાન છે.

૨૩મી ડિસેમ્બરે શ્રી દત્તજયંતી છે. એમ કહેવાય છે કે તેમને ૨૪ ગુરુ હતા. તેમણે સૂર્ય, ચંદ્ર, પૃથ્વી, સમુદ્ર, વાદળ, હવા, પાણી, કરોળિયો, સર્પ, ભમરી વગેરેમાંથી પ્રેરણા મેળવી. આ તથ્ય માનવજીવનને પ્રાકૃતિક સંપદાનાં સંરક્ષણની પ્રેરણા આપે છે. પ્રાકૃતિક સૌન્દર્યની જાળવણી જ જીવનકવનને વૈવિધ્યસભર કરશે, તદ્દુપરાંત જીવનયાપનના માર્ગે સુદૃઢ કરશે. દત્તાત્રેય ગુણગ્રાહી છે. સમાજ સકારાત્મક ચિંતક બને તદર્થે દત્તાત્રેય પ્રેરણાસ્ત્રોત છે.

ડિસેમ્બરની ૨૪મીની સંધ્યા એટલે નાતાલની પૂર્વસંધ્યા. ઈસુ ખ્રિસ્તના પ્રાકટ્યનું પર્વ એટલે નાતાલ. ઈસુ સત્યને પ્રતિષ્ઠિત કરવા માટે કોસમાં જડાયા. જેમણે પણ સત્યનો માર્ગ ગ્રહણ કરી અને મૌન આચરણ કર્યું તે બધાને સમાજે તેમની છાતી ઉપર ખીલા જ ઠોક્યા છે. આવા વિરલાઓની કૂરબાનીને કારણે જ આજે સમાજ ઉજળો છે. જેમણે સમાજ માટે સ્વકીય જીવન સમર્પણ કર્યાં, તેમનાં જીવન સમાજે ઉજાડ કર્યાં છે. ચંદને સુગંધ આપી, એટલે તો કપાઈ મર્યું, છતાં ઘસાઈ જઈનેય ચંદને સુગંધ જ આપી છે.

આપણે શ્રીરામને વનવાસ આપ્યો છે, શ્રીકૃષ્ણ ઉપર હત્યા (પ્રસેનજીતની) અને સ્યંમન્તક મણિની ચોરીનો આક્ષેપ કર્યો છે. મહાવીરના કાનમાં કાંટા ભોંક્યા છે, બુદ્ધ અને સોક્રેટીસ તથા સ્વામી દયાનંદજીને પણ આપણે ઝેર જ આપ્યું છે. આ છે આપણું સાચું સ્વરૂપ! આમાંથી બહાર આવવું જ પડશે. આપણા સમાજ વચ્ચે આપણા જ નરબંકાઓને ઓથ આપવી પડશે તો જ સમાજના ઢળતા મિનારાઓ સ્થિર થઈ શકશે.

શિવાનંદ આશ્રમ (અમદાવાદ) ખાતે ૧૧થી ૩૦ ડિસેમ્બર સુધી યોગ શિક્ષક તાલીમ શિબિર થશે. દત્તાત્રેય જયંતીના રોજ વનભોજન અને નાતાલની પૂર્વસંધ્યાએ વિશેષ કેરોલ! આનંદ તો આપણું સાચું સ્વરૂપ છે. સત્યમ્ જ્ઞાનમ્ અનંતમ્ બ્રહ્મ! એકમ્ એવમ્ અદ્વિતીયમ્ બ્રહ્મ! તેને જાણીએ, માણીએ અને જીવન સાર્થક કરીએ. ઠું શાંતિ.

- સંપાદક

યોગનો પરિચય - ૩

ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી

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

યોગના વિવિધ પ્રકાર-૧

હવે આપણે ટૂંકમાં વિવિધ યોગ વિષે જોઈએ. મુખ્ય ચાર યોગ છે : કર્મયોગ, ભક્તિયોગ, રાજયોગ અને જ્ઞાનયોગ. પછી ગૌણ યોગ છે : હઠયોગ, જપયોગ, પ્રાણાયામ, કુંડલિનીયોગ, ક્રિયાયોગ અને તંત્રયોગ. આ ઉપરાંત યોગ નામથી ઓળખાતી કેટલીક બીજી પદ્ધતિઓ પણ છે, પરંતુ આપણે ઉપર દર્શાવેલ પદ્ધતિઓનો જ વિચાર કરીશું.

સામાન્ય માણસ માટે તેના જીવનકાળમાં બધા યોગમાં નિષ્ણાત થવું શક્ય નથી. ઘણુંખરું યોગના વિદ્યાર્થીને તેના ગુરુ પૂર્ણતા પ્રાપ્ત કરવા માટે આ યોગોમાંથી એક અથવા વધુનો અભ્યાસ કરવા માટે માર્ગદર્શન આપે છે. આ પસંદગી વિદ્યાર્થીની ક્ષમતા, તેની પોતાની રુચિ અને સ્વભાવ પર આધાર રાખે છે.

તેમ છતાં આપણે સ્વામી શિવાનંદના "સમન્વય યોગ"ની ચર્ચા કરીશું. તેમાં પૂ. ગુરુદેવે બધા યોગોમાંથી ખૂબ સમજપૂર્વક જરૂરી ભાગો લઈ બધા દરરોજ ખૂબ સરળતાથી કરી શકે તેવો કાર્યક્રમ બતાવ્યો છે. આ "સમન્વય યોગ" એ યોગના મહાન વિજ્ઞાનમાં વીસમી સદીમાં પૂ. ગુરુદેવે આપેલો મહત્તમ અમૂલ્ય ફાળો છે. તમારાં બધાં પાસાંને સંવાદિત રીતે હવે વિકસાવવાં શક્ય છે તે જાણી તમને ખરેખર આશ્ચર્ય થશે. પૂ. સ્વામી શિવાનંદના "સમન્વય યોગ"થી આ શક્ય બન્યું છે.

દરેક યોગની ટૂંકમાં ચર્ચા કર્યા પહેલાં યોગના અભ્યાસમાં તેમને કેવા ક્રમમાં ગોઠવવા વિચારીએ છીએ તે જોઈએ.

આપણે ચાર ગૌણ યોગોને તેને સંબંધિત ચાર મુખ્ય યોગો સાથે નીચે પ્રમાણે ચાર જૂથમાં ગોઠવીએ.

૧. કર્મયોગ અને હઠયોગ : સમાજના નિષ્કામ કાર્યકર-કર્મયોગીને મજબૂત તંદુરસ્ત શરીરની જરૂર છે.

હઠયોગથી તે શક્ય બને છે.

૨. ભક્તિયોગ અને જપયોગ : ભગવાનના ભક્તને ભગવાનના નામનું રટણ-જપયોગ તેના ભક્તિના આચરણમાં ખૂબ ઉપયોગી બને છે.

૩. રાજયોગ અને પ્રાણાયામ : પ્રાણ પરનો કાબૂ અને મન પરનો કાબૂ એક બીજા સાથે નજીકનો સંબંધ ધરાવે છે. પ્રાણ પર કાબૂ આવતાં મન શાંત બને છે. તે જ પ્રમાણે શાંત મન પ્રાણના પ્રવાહને સ્થિર બનાવે છે.

૪. કુંડલિની યોગ અને હઠયોગ : આસન અને મુદ્રાના અભ્યાસથી હઠયોગી કુંડલિની શક્તિને જગાડે છે. જાગ્રત કુંડલિની જ્ઞાન તરફ દોરી જાય છે. જ્ઞાનયોગ ઉપરના યોગમાંથી ગમે તેની સાથે જોડાઈ શકે છે.

હવે આપણે ટૂંકમાં આ વિવિધ યોગોનો અભ્યાસ કરીએ.

હઠયોગ :

હઠયોગમાં વિવિધ યોગાસનો અને યોગમુદ્રાઓનો અભ્યાસ કરવામાં આવે છે. તેનું ધ્યેય કુંડલિની શક્તિને જાગ્રત કરવાનું છે. કુંડલિની શક્તિ જાગ્રત થતાં ઈશ્વરનું જ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય છે. ઉપર કહ્યા પ્રમાણે, ખૂબ ઓછા લોકો હઠયોગનો અભ્યાસ ખરેખર કુંડલિનીને જાગ્રત કરી ઈશ્વરની પ્રાપ્તિ માટે કરે છે. લગભગ બધા જ સારું સ્વાસ્થ્ય, ઉત્સાહ અને જીવનશક્તિ મેળવવા માટે યોગાસનો કરે છે.

અહીં આપણે હઠયોગને આસનોના અભ્યાસ પૂરતો મર્યાદિત કરીશું. આસનથી શરીરનો સંવાદિત રીતે વિકાસ થાય છે. એટલે કે શરીરનાં બધાં જ અંગો અને સ્નાયુઓ એકસાથે વિકસિત બને છે. ફક્ત સ્નાયુઓનો જ વિકાસ કરતી સામાન્ય ભૌતિક કસરતો અને રમતોથી ત ભિન્ન છે.

કર્મયોગ :

કર્મયોગ એ નિષ્કામ પ્રવૃત્તિનો યોગ છે. કર્મયોગ

દરેક જણ આચરી શકે તેવો અને દરેકે આચરવો જોઈએ એવો યોગ છે. આધ્યાત્મિકતાના પથની શરૂઆત કરનારને આ યોગ પ્રથમ રાખવામાં આવે છે. કર્મયોગ ખૂબ મહત્વનો છે કારણ કે આપણું મન શુદ્ધ થયું છે કે કેમ અને દિવ્ય પ્રકાશ ઝીલવા માટે આપણે લાયક બન્યા છીએ કે કેમ તે કર્મના ક્ષેત્ર દ્વારા જ જાણી શકીએ છીએ.

નિષ્કામ સેવાના આચરણ વગર આપણે સ્વાર્થ, ક્રોધ, કામ, લોભ અને અભિમાન જેવા દુર્ગુણોમાંથી મુક્ત બન્યા છીએ કે કેમ તે જાણી શકતા નથી. આ ઉપરાંત આપણામાં શાંત અને સંતુલિત મનનો વિકાસ થયો છે ? આપણી અંદર બિરાજેલા ભગવાન માટે આપણને સાચો પ્રેમ છે ? આ બધું પણ નિષ્કામ સેવાના આચરણથી જ જાણી શકાય છે. વળી, કર્મના ક્ષેત્રમાં જ આપણે આપણી શ્રદ્ધા અને સમર્પણની દૃઢતાની કસોટી કરી શકીએ છીએ. અને પ્રશંસા અને નિંદા, ગરમી અને ઠંડી, નામ અને કીર્તિ, માન અને અપમાન આ દ્વંદ્વોમાં આપણે કેવી રીતે વર્તીએ છીએ તેનો ક્યાસ નીકળે છે. આ ઉપરાંત આપણે “ગમા અને અણગમા”થી પર થયા છીએ કે કેમ તેનો પણ ખ્યાલ આવે છે.

આગળ આપણે ખૂબ ભારપૂર્વક જણાવ્યું છે કે હૃદયની પવિત્રતા વગર યોગના પથ પર આગળ વધવું શક્ય નથી અને સાંસારિક જીવનમાં પણ તે જરૂરી છે. આ એક બાબતમાં અમારા ગુરુ પૂ. સ્વામી શિવાનંદજીની માન્યતા બીજા ગુરુઓની માન્યતા કરતાં જુદી પડે છે, કારણ કે અમારા ગુરુ દૃઢપણે માને છે કે કર્મયોગ જ હૃદયને જલદી શુદ્ધ કરવા માટેનો સૌથી સરળ અને વધુમાં વધુ અસરકારક માર્ગ છે અને તમે બધા સંમત થશો કે આ પથ શૂરવીરતાનો છે, પલાયનવાદનો નથી.

આપણે સ્પષ્ટ રીતે સમજી લેવું જોઈએ કે કર્મયોગ એ માત્ર સામાજિક સેવા નથી. પણ ઈશ્વરને સમર્પિત સેવા છે. તે શરીર દ્વારા કરાયેલી ઈશ્વરની પૂજા છે. આ અદ્ભુત યોગ વિષે પાછળથી આપવામાં આવશે.

ભક્તિયોગ :

ભક્તિયોગ એ ભક્તિનો યોગ છે. આ યોગમાં ભક્ત, ઈશ્વર પ્રત્યે પોતાનો પ્રેમ વ્યક્ત કરે. ભક્તિયોગ

આપણા મનોવિકારોને શુદ્ધ કરે છે અને તેમને ઈશ્વર તરફ વાળે છે.

આપણે ભક્તિને એક પ્રકારનો આવેશ માનવાની ભૂલ નહીં કરવી જોઈએ. ભક્તનો ઈશ્વરને કરેલો પોકાર એ નબળાઈની નિશાની નથી, પરંતુ પોતાના વહાલા ભગવાનની સાથે એક થઈ જવાની તેની પ્રબળ ઈચ્છાનું પ્રતીક છે. આ પ્રેમ એટલો બધો પવિત્ર હોય છે કે તે તેને જીવનની કોઈ પણ મુશ્કેલીનો સામનો કરવાનું બળ આપે છે. જ્યારે દુઃખ પડે ત્યારે ભક્ત ભગવાનને કહે છે : “હે ભગવાન ! મને સદા દુઃખ આપો, જેથી હું તને સતત યાદ કરતો રહું.” પાંડવોની માતા કુંતીદેવીની આ પ્રાર્થના હતી. ભગવાનના ભક્ત જેવી નિર્ભય અને બહાદુર કોઈ વ્યક્તિ હોતી નથી. બધામાં પ્રેમનો પ્રવાહ કુદરતી હોવાથી ભક્તિનો પથ ઘણા બધાને પસંદ પડે છે. ભક્તિનો પથ આનંદદાયક અને મધુર છે. તેને બીજા યોગો સાથે જોડી શકાય છે. તેમનામાં ખરેખર બહુ મોટો તફાવત નથી. ઉદાહરણ તરીકે, ઈશ્વરની સમર્પણભાવથી સેવા કરવા માટે કર્મયોગીએ બધાને ચાહવા જોઈએ અને ઈશ્વરને પણ ચાહવો જોઈએ. એટલે તે ભક્તિયોગનું પણ આચરણ કરે છે. આમ બધા જ યોગ આંતરિક રીતે સંકળાયેલા છે. તેમને અલગ અલગ ચોકઠામાં રાખી શકાય નહીં. ધ્યાનપૂર્વક જોશો તો તરત જ જણાશે કે જ્યારે પણ કોઈ સાધક અમુક યોગનો અભ્યાસ કરતો હોય છે ત્યારે તેની સાથે બીજા યોગોનાં કેટલાંક તત્ત્વોનો અભ્યાસ પણ કરતો જ હોય છે.

જપયોગ :

જપ એટલે ભગવાનના મંત્ર અથવા નામનું સતત રટણ. મંત્ર એ પવિત્ર શબ્દ અથવા શબ્દ-સમૂહ છે. ભગવાન પ્રત્યે ઊંડી એકાગ્રતા રાખી તેને સતત યાદ રાખી રટણ કરવાથી તે ઈશ્વર-સાક્ષાત્કાર તરફ દોરી જાય છે. તે મનની બધી અશુદ્ધિઓ દૂર કરે છે, પાપોનો નાશ કરે છે અને ભક્તને ઈશ્વરની સન્મુખ લઈ જાય છે. આપણે કળિયુગ-અંધકાર યુગમાં જીવીએ છીએ. ખાસ કરીને આ યુગમાં જપ એ મહત્વનો યોગ છે. એવું કહેવાય છે કે કળિયુગમાં ફક્ત જપયોગનો

અભ્યાસ શાશ્વત શાંતિ, પરમસુખ અને અમરત્વ આપવા માટે પૂરતો છે. તે મનુષ્યને ઈશ્વરની પ્રાપ્તિ કરાવી આપે છે.

જપયોગ એ હિંદુ ધર્મના ભક્તોએ સ્વીકારેલો ખૂબ સામાન્ય પ્રકારનો યોગ છે. તેને મંત્રયોગ પણ કહેવામાં આવે છે. આપણા ઋષિઓએ મંત્રના વિજ્ઞાનનો પૂર્ણપણે વિકાસ કર્યો છે. વિવિધ મંત્રો આપણને વિવિધ વિશિષ્ટ ફળ આપે છે. જુદા જુદા દેવો માટે જુદા જુદા મંત્રો હોય છે.

આ યુગમાં ઘણા ખરા લોકો નબળા શરીરવાળા હોય છે. તેમને માટે હઠયોગનો કઠિન અભ્યાસ મુશ્કેલ પડે. જપ એ ઈશ્વર પ્રાપ્તિ માટે વધુમાં વધુ સરળ, વધુમાં વધુ ત્વરિત, વધુમાં વધુ સહીસલામત, વધુમાં વધુ ખાતરીવાળો અને વધુમાં વધુ સસ્તો માર્ગ છે. મહાન સંતો જેવા કે તુકારામ, ભક્ત ધ્રુવ, વાલ્મીકિ, પ્રહ્લાદ, ગૌરાંગ મહાપ્રભુ, મીરાબાઈ અને આધુનિક સમયમાં આપણા ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદ, સ્વામી રામદાસ, ગાંધીજી અને શ્રીરામકૃષ્ણ, બધાએ જપયોગને ઉચ્ચતમ મહત્ત્વ આપ્યું છે અને જાહેર કર્યું કે ઈશ્વર-સાક્ષાત્કાર માટે દિવ્ય નામ પૂરતું છે.

સત્સંગ અને પ્રાર્થના જપ સાથે સંલગ્ન છે. સમૂહમાં દિવ્ય નામનું કીર્તન કરવા માટે ભક્તો ભેગા મળે તેને સત્સંગ કહે છે. જ્યારે મોટી સંખ્યામાં મળી ભક્તો કીર્તન કરે ત્યારે દિવ્ય લાગણીનું પ્રબળ મોજું ઉદ્ભવે છે અને જે હાજર હોય તે બધાને તેનો લાભ મળે છે. દુનિયાનાં રાષ્ટ્રો વચ્ચે આજે પ્રવર્તતાં અનિષ્ટ પરિબળો, દુશ્મનાવટ અને ધિક્કાર સામે લડવા માટે સત્સંગ શાંતિનું એક પ્રબળ મોજું ઉત્પન્ન કરે છે.

સાર : સત્સંગ એ મહાન સેવા છે અને માનવજાત માટે વરદાન છે.

રાજયોગ :

રાજયોગ નામ પ્રમાણે બધા યોગોનો રાજા છે. જન્મ, મૃત્યુ, વેદના અને દુઃખથી વ્યાપ્ત આ દુનિયાથી માનવજાતને પર કરી ઈશ્વરના સામ્રાજ્યમાં લઈ જવા માટે આધ્યાત્મિક સંસ્કૃતિના સંપૂર્ણ તંત્ર તરીકે રાજયોગનો વિકાસ કરવામાં આવ્યો. તેના રચનાર મહર્ષિ પતંજલિ

હતા. તેમણે પોતાના ગ્રંથ “રાજયોગ” દ્વારા આખા જગતને આ યોગ શીખવ્યો.

રાજયોગનાં આઠ અંગ છે : યમ, નિયમ, આસન, પ્રાણાયામ, પ્રત્યાહાર, ધારણા, ધ્યાન અને સમાધિ.

યમ પાંચ છે : અહિંસા, સત્ય, અસ્તેય (ચોરી ન કરવી) બ્રહ્મચર્ય અને અપરિગ્રહ.

નિયમ પણ પાંચ છે : શૌચ (અંદર અને બહારની શુદ્ધિ), સંતોષ, તપ, સ્વાધ્યાય (ધર્મગ્રંથોનો અભ્યાસ) અને ઈશ્વરપ્રણિધાન (ઈશ્વરની ભક્તિ).

આસનના અભ્યાસથી બેઠક પર પ્રભુત્વ આવે છે. લાંબા સમય માટે ધ્યાનમાં બેસવા માટે સ્થિર આસન જરૂરી છે. જો કોઈ ધ્યાનમાં સ્થિર રીતે શરીરને હલાવ્યા વગર એકી સાથે ત્રણ કલાક બેસી શકે તો તેને “આસનજય” કહેવામાં આવે છે.

પાછી પ્રાણાયામનો અભ્યાસ આવે છે. પ્રાણ મન સાથે નિકટથી સંકળાયેલો છે. યોગીઓ આ વિજ્ઞાન તરફ ખૂબ લક્ષ રાખે છે. પ્રાણ અને મન વચ્ચેના સંબંધોનો થોડોક ખ્યાલ - પ્રાણ જેમ વધુ ધીમો તેમ મન વધુ શાંત - પરથી આવી જાય છે. જ્યારે તમે ઉત્તેજિત હો ત્યારે તમારે જોસથી શ્વાસ લેવો પડે છે. જો મન ખૂબ એકાગ્ર હોય તો શ્વાસનો પ્રવાહ ખૂબ ધીમો થઈ જાય છે. કેટલીક વખત જ્યારે તમે વાંચવામાં કે બીજા કામમાં બરાબર વ્યસ્ત હો ત્યારે તમારી આજુબાજુ જે કંઈ ચાલી રહ્યું હોય તેની તમને કંઈ ખબર પડતી નથી અને તમારો શ્વાસ એકાદ ક્ષણ માટે અટકી પણ જાય. ભારે વજન ઊંચકતી વખતે ખૂબ એકાગ્રતા જરૂરી છે અને ત્યારે તમારો શ્વાસ આપમેળે અટકી જાય છે. પ્રાણાયામના અભ્યાસથી આપણું શરીર નીરોગી બને છે.

બહારની વસ્તુઓ તેમ જ પદાર્થોમાંથી ઈન્દ્રિયોને પાછી ખેંચી લઈ તેમને ધ્યાનની ક્રિયા દરમિયાન ઈશ્વર પર લગાડવાની ક્રિયાને પ્રત્યાહાર કહેવામાં આવે છે.

ધારણા એટલે મનની એકાગ્રતા. જ્યારે એકાગ્રતા ઊંડી અને સતત થાય છે, ત્યારે તેને ધ્યાન કહેવામાં આવે. જ્યારે ધ્યાન વધુ ઊંડું બને છે ત્યારે સમાધિ સ્થિતિ (ઈશ્વર સાથે જોડાણ) પ્રાપ્ત થાય છે.

બીજા યોગોની માફક રાજયોગમાં પણ સમાધિ છેલ્લું સોપાન છે.

મહર્ષિ પતંજલિ એકાગ્રતા અને ધ્યાનના અભ્યાસ દરમિયાન વિકાસ પામતી કેટલીક મનની શક્તિઓનું પણ વર્ણન કરે છે. આ શક્તિઓ કેવી રીતે મેળવવી અને તેનો વિકાસ કરવો તેની વિગતો આપવામાં આવશે. આગળ જણાવ્યા પ્રમાણે મહર્ષિ પણ આ શક્તિઓ આધ્યાત્મિક પથમાં અવરોધ સમાન હોવાથી તેમનાથી દૂર રહેવાનું જણાવે છે. તેઓ એકાગ્રતા અને ધ્યાનની ફક્ત ઉપ-પેદાશો છે અને યોગી તેના આધ્યાત્મિક અભ્યાસમાં કેટલો આગળ વધ્યો છે તેની સૂચક છે. પશ્ચિમમાં રાજયોગ ખૂબ લોકપ્રિય છે કારણ કે તેનાં સૂચનો ક્રમશઃ અને વૈજ્ઞાનિક છે.

‘યોગના પાઠ’માંથી સાભાર

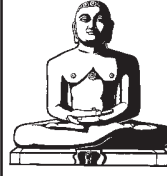
પરમવાણી

જીવનમાં કરવા જેવી અનેક સરસ બાબતો છે, પણ તમે પોતે સારામાં સારું શું કરી શકો? શોધી કાઢો અને પછી એ કરવા માંડો, અને કરવાનો આનંદ માણો. બીજું કાંઈક કરવાની ઝંખનામાં અથવા બીજા કોઈ સ્થળે બીજી તકો મેળવવાની ઈચ્છામાં સમય ને શક્તિ ન વેડફો. નિશ્ચે સમજી લો કે તમે યોગ્ય સમયે, યોગ્ય સ્થળે, જ છો અને જ્યાં છો ત્યાં ચોક્કસ હેતુ માટેની ચોક્કસ કામગીરી બજાવવા સારુ જ છો. એટલા માટે તમારી પાસે હોય એ સઘળું એ કાર્યમાં રેડો; અને એ પ્રેમ અને આનંદથી કરો. જુઓ, કે જિંદગીમાં કેટલી મજા છે, ફક્ત તમારા પોતાના માટે નહિ, પણ તમારી આસપાસના લોકો માટે પણ! તમે જ્યાં સુધી તમારું ઉત્તમોત્તમ અખિલતાને ન આપો ત્યાં સુધી તમે એ અખિલતાના ભાગરૂપ થવાની આશા ન રાખી શકો. તમે એનાથી તમારી જાતને અલગ કરી લેશો તો તમારામાં અખિલતા રહેશે નહિ. જે કરવાનું છે તે જ્યારે તમે સંપૂર્ણપણે કરો છો અને અખિલના લાભ માટે કરો છો ત્યારે તમને કેટલો ઊંડો સંતોષ મળે છે તે જુઓ.

એઈલીન કેડી

‘ઉઘડતાં દ્વાર અંતરનાં’

અનુ. ઈશા કુન્દનિકામાંથી સાભાર



તં સે અહિયાણ
તં સે અબોહીણ

આચારાંગ સૂત્ર

આચાર્ય વિજયરત્નસુંદરસૂરિજી

પરીક્ષા નજીક આવી રહી હોય અને એવા સમયે ક્રિકેટ રમવા તત્પર બની જતા બાબાને એની મમ્મી શું કહે? આ જ કે ‘ક્રિકેટ તારા અહિતનું કારણ બની રહેવાનું છે.’ તેજના સમયમાં મિત્રો સાથે ફરવા જવા તૈયાર થઈ જતા પોતાના યુવાન પુત્રને એના પપ્પા શું કહે? આ જ કે ‘ફરવા જવાનું તારા અહિતનું કારણ બની રહેવાનું છે.’

હે પ્રભુ !

અપેક્ષા તૂટતાં આવેશમાં આવી જતા મને, સ્વાર્થભંગમાં નિમિત્ત બનનાર પ્રત્યે ક્રોધાવિષ્ટ બની જતા મને, ઈન્દ્રિયોના વિષયો મેળવવા જીવવિરાધના કરવા તૈયાર થઈ જતા મને, સ્વચ્છંદમતિને આધીન બનીને ક્લિષ્ટ વિચારધારામાં ચડી જતા મને

આપ આ જ કહી રહ્યા છો ને કે

‘આ બધું તારા અહિતનું કારણ બનવાનું છે.

તારી અબોધિનું કારણ બનવાનું છે.’

એક વિનંતી કરું આપને?

અહિતમાં પ્રવૃત્ત થતા બાબાને અને

યુવાન પુત્રને એનાં મમ્મી-પપ્પા

જો પરાણે પણ એ રસ્તે જતો

અટકાવે છે તો મારે માટે આપ

પણ એ જ અભિગમ કેમ ન અપનાવો?

આપ તો કરુણાના સાગર છો.

મને અહિતમાં પ્રવૃત્ત થવા જ દો છો શું કામ?

કૃપા કરો, ગલત રસ્તે આગળ વધતા

મને આપ અટકાવી જ દો.

‘પ્રભુ વીર કહે છે’ માંથી સાભાર

સુખની શોધ

- શ્રી સ્વામી કૃષ્ણાનંદજી

સંસ્કૃતમાં 'સાધના' શબ્દનો અર્થ છે 'ધ્યેયપ્રાપ્તિ માટેનો પ્રયાસ'. આ અર્થ દ્વારા આપણો આ વિષયને સમજવાનો પ્રયાસ પણ એક પ્રકારની સાધના છે, કારણ કે તે કંઈ ને કંઈ ઈચ્છિતની પ્રાપ્તિ કરવાની પ્રેરણા છે.

આ સંદર્ભમાં આધ્યાત્મિક સાધનામાં આપણું ઈચ્છિત શું છે? આપણામાંથી દરેકને આપણે એક પ્રશ્ન પૂછીએ. તમારે ખરેખર શું જોઈએ છે? સાધનાના વિષયમાં કંઈ પણ ચિંતન કે મનન કરતાં પહેલાં આ પ્રશ્નનો યોગ્ય ઉત્તર મળવો આવશ્યક છે. જો ઉદ્દેશ જ અસ્પષ્ટ હશે તો તેને મેળવવા માટે કરેલો કોઈ પણ પ્રયત્ન કાચા પાયા પર ઊભા કરેલા મકાનની માફક અસફળ જ નીવડશે. તમારામાંથી દરેક પોતાની જાતને આ પ્રશ્ન પૂછે : 'મારે ખરેખર શું જોઈએ છે?'

તમારા મગજમાંથી કોઈ અવ્યવસ્થિત, અસ્પષ્ટ કે તર્કહીન ઉત્તર નીકળશે. તમે આ પ્રશ્નનો સહેલાઈથી ઉત્તર આપી શકશો નહીં, કારણ કે તમે આજે જે વસ્તુને ધ્યેય તરીકે પસંદ કરશો, તેનાથી થોડાક દિવસો પછી તમને તેનાથી સંતોષ થશે નહીં, પછી તમે પસંદ કરેલા ધ્યેયથી કંઈક જુદી વસ્તુ માટે ઈચ્છા કરશો.

તમે આ વિષય પર જેટલો વિચાર કરશો એટલું તે ઈચ્છિત ધ્યેય તમારી પકડમાંથી દૂર જતું દેખાશે. તમે આ પ્રશ્નનો અંતિમ ઉત્તર ક્યારે પણ આપી નહિ શકો, કારણ કે તમારે જેનાથી આ પ્રશ્નનો ઉત્તર આપવાનો છે તે પોતે દિશાવિહીન છે. તમારા મગજની કાર્યવિધિ જ જાણે ભગડી ગઈ છે. દરરોજ તમે જુદો નિર્ણય લો છો, જેનો આગલા દિવસે લીધેલા નિર્ણય સાથે કોઈ સંબંધ હોતો નથી.

આપણી મનની સ્થિતિ તથા ડગમગતા વિચારની શ્રેણીઓ આપણને જીવનની સપાટી પર જ તરતા રાખે છે, આપણને જીવનની યથાર્થ ગહન ઊંડાઈમાં ડૂબકી મારવા દેતાં નથી. પ્રાચીન કાળમાં મહાન સાધકો તથા જ્ઞાની પુરુષો થઈ ગયા છે. તેમણે જીવનના શાશ્વત

સત્યને જાણવાનો પ્રયાસ કરેલો. તેમાંના એક પ્રસિદ્ધ સાધક હતા મહર્ષિ નારદ. તેઓ વિશ્વમાં જ્ઞાનના જાણીતા બધા વિષયોના નિષ્ણાત હતા. નારદજીએ સૃષ્ટિકર્તા બ્રહ્માજીના પ્રથમ સંતાન મહામુનિ સનત્કુમારની સામે જઈ દંડવત્ પ્રણામ કર્યાં. મહામુનિ સનત્કુમારે નારદજીને પૂછ્યું : 'આપના પધારવાનું કારણ જણાવો. આપને શું જોઈએ છે?'

'મહારાજ, મને માનસિક શાંતિ નથી.'

'પહેલાં આપ જે કંઈ જાણતા હો તે બધું આપ મને કહો. તે સાંભળ્યા પછી મારે જે કંઈ કહેવાનું હશે તે તમને કહીશ.'

નારદજીએ પોતાની જ્ઞાનપોથી ખોલીને તેઓ જાણતા હતા એ બધાં વિજ્ઞાનો અને કલાઓનું વર્ણન કર્યું : 'મહારાજ, હું વિશ્વના દરેક વિજ્ઞાન તથા કલાનો જ્ઞાતા છું- અત્માત્મજ્ઞાન, વિવિધ જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવાના સિદ્ધાંત, જયોતિર્વિજ્ઞાન, ભૌતિકવિજ્ઞાન, રસાયણવિજ્ઞાન, સમાજવિજ્ઞાન, રાજનીતિવિજ્ઞાન, સંસ્કૃતિ, ધર્મ, દર્શન વગેરે. વિશ્વમાં એવું કંઈ નથી જેને વિશે મને જ્ઞાન ન હોય, છતાં મને મનની શાંતિ નથી. હું પોતે મારી પોતાની જાતને જાણતો નથી.'

મહામુનિ સનત્કુમારે ઉત્તર આપ્યો : 'આપનું જે કંઈ સમગ્ર જ્ઞાન છે તે બધું ફક્ત શબ્દ-જાળ છે. તદ્દન ઉપરછલ્લું છે. આપે આપના વ્યક્તિત્વ પર કૃત્રિમ પાંડિત્યનો લેપ લગાવી દીધો છે, પણ તમે તે લેપથી તદ્દન ભિન્ન છો. પહેરેલો ઝભ્મો વ્યક્તિનું વ્યક્તિત્વ નથી ગણાતો, એટલે આપનું પાંડિત્ય આપ છો એમ ખરેખર નથી.'

આ સ્થિતિ એક બીજો સંકેત પણ આપે છે. જો આપણું સમગ્ર જ્ઞાન ખરેખર આપણા કોઈ ઉપયોગનું ન હોય તો આપણે આ વિશ્વમાં શા માટે રહી પડ્યા છીએ? મહામુનિ સનત્કુમારે નારદને આપેલા ઉત્તર ઉપરથી એવું પ્રતીત થાય છે કે જીવનમાં આપણા દ્વારા કરાતા બધા

જ પ્રયાસ ખરેખર વ્યર્થ જ છે. આપણા પ્રયાસ આપણને એવા ભ્રમમાં રાખે છે કે આપણે આ વિશ્વમાં આગળ વધી રહ્યા છીએ. એક ધનવાન વ્યક્તિ, ખાતીપીતી વ્યક્તિ, સ્વસ્થ વ્યક્તિ, રાજનેતા બધા પોતે જેવા વિચારે છે તેવા જ તેઓ છે એવા વિચારથી ભ્રમિત છે.

તે ભ્રમ, જેમ કોઈ અસાધ્ય વ્યાધિ શરીરના કોશોકોશમાં વ્યાપી ગયો હોય તેમ ઠેઠ આપણી અંદર સુધી ઘર કરી ગયો છે. આપણે અજ્ઞાની છીએ એવું આપણે સમજી શકતા નથી. આપણે જે ભ્રમમાં ડૂબેલા છીએ તે વિષયમાં આપણી કંઈ જ જાણકારી નથી કારણ કે આપણું અસ્તિત્વ, આપણું સમગ્ર વ્યક્તિત્વ જ માત્ર ભ્રમનિર્મિત છે. અંધકાર (અજ્ઞાન) જ આપણા અજ્ઞાનનું મૂળ છે અને જો આપણને દિનપ્રતિદિનના જીવનમાં થોડો કંઈક પ્રકાશ જણાય છે તે આ અજ્ઞાનની મેઘ રાશિને ચીરીને નીકળતો એક આત્માનો જ પ્રકાશ છે.

આમ મહામુનિ સનત્કુમાર દ્વારા નારદજીને આપવામાં આવેલો ઉત્તર છે. ‘આપનું પાંડિત્ય આપની સમક્ષ દૈદીપ્યમાન આત્મા સમાન છે, પરંતુ તે આત્મા અજ્ઞાનની ગહન મેઘ રાશિમાંથી નીકળેલી હોવાથી દૂષિત તથા મલિન છે. આપ પોતે તે અજ્ઞાનરૂપ મેઘ રાશિથી નિર્મિત છો.’

જ્યારે અજ્ઞાન જ આપણા જીવનનું મૂળ હોય ત્યાર પછી કોઈ માર્ગ રહેતો નથી. આવી સ્થિતિમાં તો આપણા શિર ઉપર વિદ્યુત્પાતની જરૂર છે જેનાથી આપણી આંખો ખૂલે તથા આપણને આપણી વાસ્તવિક પરિસ્થિતિનું જ્ઞાન થાય.

થોડીક કલ્પના કરીએ : આ વિશ્વમાં કેટલી વ્યક્તિઓ સુખી અને સંપૂર્ણ સંતુષ્ટ છે ? વિશ્વનું ભ્રમણ કરો. દરેક દેશમાં જાઓ અને દરેક વ્યક્તિને પૂછો : ‘શું આપ સુખી છો ?’ તે વ્યક્તિઓ તરફથી મળેલા ઉત્તર જાણવા જેવા છે. મનુષ્યની પ્રકૃતિના જીવન પ્રવાહોને દુઃખે જકડી લીધેલા હોય છે અને આ સ્થિતિને આપણે આપણા સ્વાભિમાનના આવરણથી ઢાંકી રાખીએ છીએ. આ માટે આપણે ભગીરથ પ્રયત્ન કરીએ છીએ જેથી આપણે બીજાની દૃષ્ટિએ તથા સ્વયં આપણી દૃષ્ટિએ આપણે ખરેખર જેવા નથી તેવા દેખાઈએ. ઠોકર

ખાઈને પડી ગયા પછી પણ આપણે મારા નાકને કંઈ જ ઈજા થઈ નથી તેમ દર્શાવીએ છીએ.

વિશ્વમાં આપ એક પણ પૂર્ણ સંતુષ્ટ વ્યક્તિને શોધી શકતા નથી એ એક ગહન ચિંતનનો વિષય છે. આવું કેમ બને છે ? આપણે જે કંઈ કરીએ છીએ, જે કંઈ વિચારીએ છીએ કે જે કંઈ બોલીએ છીએ બધું જ વૃથા છે. આવી અનુભૂતિ સાથે જીવવાનું કેવી રીતે સંભવિત બને ? આપણને બંધનમુક્ત કરી શકે તેવી એક અલૌકિક સત્તાની કૃપાની આવશ્યકતા છે.

પંડિતોની સભામાં પ્રશ્ન મૂકવામાં આવ્યો : ‘વ્યક્તિમાં જ્ઞાનનો ઉદય કેવી રીતે થાય છે ? જ્ઞાનનો નિર્માતા કોણ છે ? આપણે સ્વયં આપણા જ્ઞાનનું નિર્માણ કર્યું છે તેમ આપણે કહી શકતા નથી, કારણ કે આપણી અંદર જ્ઞાનનું નિર્માણ પોતાની જાતે કરવા માટે તે જ્ઞાન પર પ્રથમથી જ આપણો અધિકાર હોવો જોઈએ. એક અજ્ઞાની વ્યક્તિની પાસે તે જ્ઞાન જ હોઈ શકે નહીં. એટલે જો આપ જ્ઞાનના સ્ત્રોત ન હો તો કોણે જ્ઞાનની સૃષ્ટિ રચી ? શું તે બહારથી આવી છે ? જ્ઞાન આપની અંદરથી આવ્યું હોય તેમ લાગતું નથી કારણ કે જો તેમ હોત તો તે જ્ઞાન-ક્ષમતા પહેલેથી તમારી અંદર હોવી જોઈતી હતી, તથા જો તે જ્ઞાન પહેલેથી જ આપની અંદર હોત તો તેને આપે શોધવાની કોઈ આવશ્યકતા ન હોત.’

મહાન દત્તાત્રેય મહર્ષિએ અવધૂત ગીતાના પ્રથમ શ્લોકમાં જ કહ્યું છે :

ઈશ્વરાનુગ્રહાદેવ પુંસામદ્વૈત વાસના ।

મહદ્ભયપરિત્રાણાત્ વિપ્રાણાં ઉપજાયતે ॥

જીવનને ભય અને મૃત્યુની આશંકાથી મુક્ત કરનાર જ્ઞાનનો અભ્યુદય અપાર પ્રયત્નોથી પણ શક્ય નથી. આવા જ્ઞાનનો અભ્યુદય બ્રહ્માંડના કાર્યકલાપમાં એક ચમત્કારિક ઘટના છે. આપણે તે ચમત્કારની પૃષ્ઠભૂમિને આપણે આ વિશ્વમાં કેવી રીતે જન્મ લઈએ છીએ તે જેમ જાણી શકતા નથી તેમ સમજવા માટે પણ અક્ષમ છીએ.

આપણે આપણા પ્રયત્નથી વિશ્વમાં ઘૂસ્યા નથી. કોઈ અન્યે આપણને ધક્કો મારી ઘૂસાડ્યા છે. તે જ

રીતે, ઈચ્છા નહિ હશે તો પણ તમને ધક્કો મારીને વિશ્વની બહાર કાઢી મૂકવામાં આવે. જો આ વિશ્વમાં આપણું આવવાનું અને જવાનું આપણા હાથમાં ન હોય તો પછી બીજું શું આપણા હાથમાં છે? આરંભ આપણા હાથમાં નથી, અંત આપણા હાથમાં ન હોય તો પછી કયા અહંકારને વશ થઈને આપણે એ બે વચ્ચેનું જીવન આપણા હાથમાં છે એવા નિષ્કર્ષ પર પહોંચી જઈએ? આ વચ્ચેનું જીવન પણ આરંભ અને અંતની માફક

આપણા નિયંત્રણની બહાર છે.

આપણું સમગ્ર જીવન એક એવી શક્તિના નિયમનમાં છે જેને આપણી જ્ઞાનેન્દ્રિયો દ્વારા જાણવાની ક્ષમતા આપણામાં નથી. મહર્ષિ સનતકુમાર દ્વારા નારદજીને આપેલા મોક્ષદાયી ઉપદેશનો આ સૂક્ષ્મ પરિચય છે. (ક્રમશઃ)

‘સાધના-અધ્યાત્મપથ’માંથી સાભાર અનુવાદ

મૌન સાધના શિબિર, નારેશ્વર

દિવ્ય આત્મસ્વરૂપ,

ૐ નમો નારાયણાય. જય શિવાનંદ, સાદર પ્રણામ.

નૂતન વર્ષની સર્વ શુભેચ્છા સાથે પરમ કૃપાળુ પરમાત્માની કૃપા તથા પૂજ્યપાદ ગુરુદેવના આશીર્વાદ સદા આપ સૌ પર રહે તેવી પ્રાર્થના.

જણાવતાં આનંદ થાય છે કે ગત વર્ષની જેમ આ નૂતન વર્ષમાં મૌન-ધ્યાન-જપની સાધના શિબિરનું આયોજન કર્યું છે. જે નર્મદામૈયાનાં સાંનિધ્યમાં શ્રીરંગ અવધૂત આશ્રમની બાજુમાં આવેલ શ્રીરંગ સેવા સદન, નારેશ્વરમાં થશે. શિબિરનું આયોજન તારીખ ૧૧ ફેબ્રુઆરી, સોમવારથી ૧૫ ફેબ્રુઆરી, શુક્રવાર ૨૦૦૮ સુધી કરવામાં આવેલ છે. શિબિર સ્થળે તા.૧૧-૨-૨૦૦૮ના રોજ સવારે ૧૦ કલાક સુધીમાં પહોંચવાનું રહેશે. નિત્ય પ્રાર્થના કે પ્રાર્થના સ્તોત્ર સંગ્રહ પુસ્તક, જપમાળા, ગીતાજી વગેરે આપની નિત્ય સ્વાધ્યાય સામગ્રી સાથે લાવવા વિનંતી. લિખિત જપ માટે નોટબુક-પેન અત્રેથી આપવામાં આવશે.

શિબિર માટે સેવા શુલ્ક માત્ર રૂ.૫૦૦/- રાખવામાં આવેલ છે. ટ્રાન્સપોર્ટની વ્યવસ્થા સાધકે પોતે કરવાની રહેશે. શિબિરમાં મર્યાદિત સાધકોને જ લેવાના હોઈ વહેલા તે પહેલાના ધોરણે નામ નોંધાવામાં આવશે. નામ નોંધાવવા તથા સેવા શુલ્ક આપવા શ્રી અરવિંદભાઈ મહેતા, શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદને તથા શ્રી ઉપેન્દ્રભાઈ પુરોહિત, ‘ચિદાનંદ’, ૩, શાંતિકુંજ બંગ્લોઝ, ઉત્કર્ષ વિદ્યાલય પાછળ, ગદાપુરા, વડોદરા-૧૫નો સંપર્ક મોડામાં મોડા તા.૩૧-૦૧-૨૦૦૮ સુધીમાં કરવા વિનંતી છે.

મૌન સાધના શિબિર, નારેશ્વરનો દૈનિક કાર્યક્રમ

તા.૧૧-૦૨-૨૦૦૮ના રોજ સવારે ૧૦થી ૧૧ શિબિર સ્થળે આગમન, સ્થળ ઉપરનું રજિસ્ટ્રેશન, રૂમ એલોટમેન્ટ, શ્રી દર્શન દીપ પ્રાગટ્ય સાથે શિબિરનું ઉદ્ઘાટન તથા પૂજ્ય સ્વામીજીનું સ્વાગત, શિબિર અંગેની માહિતી/સૂચનો. તા.૧૫-૦૨-૨૦૦૮ના રોજ મધ્યાહ્ન ભોજન બાદ પૂર્ણાહુતિ સમાપન.

સવારે ૦૫-૦૦ થી ૦૭-૦૦ મૌન ધ્યાન - જપ
સવારે ૦૭-૦૦ થી ૦૮-૦૦ અલ્પાહાર-વિશ્રાંતિ
સવારે ૦૮-૦૦ થી ૧૦-૦૦ મૌન ધ્યાન
સવારે ૧૦-૦૦ થી ૧૦-૩૦ વિશ્રાંતિ
સવારે ૧૦-૩૦ થી ૧૨-૦૦ મૌન - જપ
બપોરે ૧૨-૦૦ થી ૦૨-૦૦ ભોજન - વિશ્રાંતિ
બપોરે ૦૨-૦૦ થી ૦૩-૦૦ મૌન - ધ્યાન
બપોરે ૦૩-૦૦ થી ૦૪-૦૦ મૌન - સ્વાધ્યાય

બપોરે ૦૪-૦૦ થી ૦૪-૩૦ ચ્હા - વિશ્રાંતિ
બપોરે ૦૪-૩૦ થી ૦૫-૩૦ મૌન જપ
સાંજે ૦૫-૩૦ થી ૦૭-૦૦ નર્મદા તટે મૌન
વિચરણ - સ્નાન
સાંજે ૦૭-૦૦ થી ૦૮-૦૦ સાયં ભોજન-વિશ્રાંતિ
રાત્રે ૦૮-૦૦ થી ૦૮-૦૦ મૌન ધ્યાન
રાત્રે ૦૮-૦૦ થી ૦૪-૦૦ સ્વાધ્યાય - શયન-
વ્યક્તિગત પ્રાતઃ ચિંતન

મનાચે શ્લોક - મનોબોધ

- શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

જીવન-રહસ્ય

શ્રુતિએ કહ્યું છે કે આહાર, નિદ્રા, ભય અને મૈથુન એ 'સામાન્યમેતત્ પશુભિઃ નરાણામ્' પશુ અને માનવો, સૌને માટે આહાર, નિદ્રા, ભય અને મૈથુન એ સમાન જ છે, પરંતુ માનવજીવનને પરમાત્માનાં વરદાન સ્વરૂપ જે વિવેક અને ધૈર્ય નામના બે સદ્ગુણો મળ્યા છે, તેના વડે જ તે અસાર સંસાર અને મૃત્યુની અનિવાર્યતાને સમજી શકે છે. કઠોપનિષદના આચાર્ય કહે છે, 'શ્રેયશ્ચ પ્રેયશ્ચ મનુષ્યમેતસ્તૌ સમ્પરીત્ય વિવિનક્તિ ધીરઃ।' (કઠ : ૧:૨:૨) માનવ માત્રને શ્રેય અને પ્રેયના ભેદની જાણ છે. શ્રેય અને કલ્યાણકારક, કદાચ એ પ્રેય અથવા તો રુચિકર હોય ન પણ હોય પરંતુ શ્રેય એટલે શ્રેય જ. તેનો જ વિચાર કરવો જોઈએ, અને વ્યવહારમાં પણ શ્રેયને જ મહત્ત્વ આપવું જોઈએ. જ્યારે પ્રેય છે, તે મનપસંદની વાત છે. શબ્દ, સ્પર્શ, રૂપ, રસ, ગંધ આદિ ઐન્દ્રિયજન્ય વિષયોમાં વિલાસ કરતાં મનોવિલાસથી સત્તર પ્રેય તત્ત્વ છે. જે શ્રેયનો વિચાર કરે, શ્રેયના પક્ષમાં રહે, તે માનવજીવનનું

ભવાચ્ચા ભયે કાપ ભીતોસ લંડી

ધરીં રે મના ધીર ધાકાસી સાંડી ।

રઘૂનાયકાસારિખા સ્વામિ શીરીં

નુપેક્ષી કદા કોપલ્યા દંડધારી ॥ ૨૭ ॥

સંસૃતિ અને જન્મમરણનું કાળચક્ર, તેના ભયથી શા માટે ભય રાખવાનો. ધૈર્ય તો રાખવું જ પડશે અને ધૈર્ય ધારણ કરવાથી જ મનોજય સંભવી શકે.

સંસૃતિના ભયથી શું તું ભયભીત થયો છે ? હે મન ! ભયને છોડી ધૈર્ય ધર. અરે શ્રીરામ જેવા સમર્થ સ્વામી સાથે છે, તેથી પ્રત્યક્ષ દંડધારી (યમ) કોપાયમાન થતાં તેઓ પોતાના ભક્તની કદી ઉપેક્ષા કરતા નથી.

ભગવાન શ્રીકૃષ્ણે તો ખૂબ જ સ્પષ્ટ શબ્દોમાં બાંહેધરી આપતાં કહ્યું છે કે, 'જેનું ચિત્ત મારામાં સ્થિર છે તેમનો ખરેખર, તરત જ હે પાર્થ, હું મૃત્યુરૂપી સંસાર

મૂલ્ય જાણે છે. જીવનની ક્ષણોને મિથ્યાત્વમાં વ્યર્થ કરતો નથી. તે જાણે છે, મૃત્યુ અનિવાર્ય છે. મૃત્યુ આવશ્યક છે. મૃત્યુ જીવનની કોઈ પણ ક્ષણે આવી શકે છે. માટે તે વ્યક્તિ કવનના પ્રત્યેક શ્વાસ પ્રભુપરાયણ અને સેવાપરાયણ બનાવી જીવનસાર્થક્ય કરી શકે.

નચિકેતા યમ-ધર્મ સાથે જે વાર્તાલાપ કરે છે તે ખરેખર ખૂબ જ સુંદર છે. તે કહે છે, સ્વર્ગે લોકે ન ભયં કિંચનાસ્તિ ન તત્ર ત્વં ન જરયા ભિભેતિ । ઉભે તીર્ત્વાશનાયાપિપાસે શોકાતિગો મોદતે સ્વર્ગલોકે ॥ સ ત્વમર્ગિન સ્વર્ગ્યમધ્યેડપિ મૃત્યો પ્રબૂહિ ત્વં શ્રદ્ધાનાય મહ્યમ્ । (કઠ, ૧:૧:૧૨ અને ૧૩)

સ્વર્ગમાં ભય નથી, વૃદ્ધાવસ્થા પણ નથી, આ બંનેથી પર પૃથક્ શોકરહિત આનંદમય જીવન ત્યાં છે. સ્વર્ગ એટલે અમૃતમય-આનંદમય. આ ઔપનિષદિક સત્યની પૂર્તિ અહીં આજની આ મનાચે શ્લોક - મનોબોધ-માં થાય છે. સંત રામદાસજી કહે છે :

ભયે સંસૃતિના બીએ શું તું મિત્ર ?

ધરી ધૈર્ય રે છોડજે ધાક મન;

શિરે રામ જેવા રહ્યા સ્વામી ગાજી,

નુપેક્ષે કદી વિકર્યે દંડધારી.

સાગરમાંથી ઉદ્ધાર કરું છું.'

તેષામહં સમુદ્ધર્તા મૃત્યુસંસારસાગરાત્ ।

ભવામિ ન ચિરાત્પાર્થ મય્યાવેશિતચેતસામ્ ॥

(ગીતા : ૧૨:૭)

જન્મમરણનું ચક્ર છે. જે ભક્ત સંપૂર્ણ, બિનશરતી, કચવાટ વિના ઈશ્વરનું શરણ લે છે, જે પોતાને સંપૂર્ણ રીતે ઈશ્વરના આશ્રયે જ છોડી દે છે, સમગ્ર ચેતનાને કેવળ માત્ર ઈશ્વરના શ્રીચરણે સમર્પિત કરી દે છે, ઈશ્વર તેની રક્ષા કરે છે. સંસાર સાગરમાં ડૂબવા દેતા નથી. ક્ષણની પણ વાર લગાડ્યા વિના તેને

ડૂબતો બચાવે છે. પરંતુ ‘મયિ આવેશિતયેતસામ્ ‘જેણે પોતાનાં મન વચન કર્મ સઘળું વહાલાને’નો ભાવ રાખ્યો છે, તેને જ અહીં અડધી-પડધી વાત નથી. Total Surrenderની વાત છે. ઈશ્વર સિવાય બીજું મને કશુંયે ન જોઈએ, આવી વૃત્તિ હોય તો જ બેડો પાર.

આપણું દુર્ભાગ્ય છે કે આપણે પ્રભુને ચાહતા નથી, પ્રભુનું ચાહીએ છીએ. પ્રભુનું જગત અને પ્રભુની માયા. કઠોપનિષદના બાળક નચિકેતાનું દષ્ટાંત અહીં સાંગોપાંગ ઉતરશે. તેના પિતા ગૌતમ નામ, યશ અને સ્વર્ગની ઈચ્છા માટે યજ્ઞ કરે છે અને હવે જે એક માત્ર મૃત્યુની જ પ્રતીક્ષા કરી રહી છે, તેવી ગાયોનું દાન કરે છે અને દાનમાં આકોશમાં આવી જઈ પુત્રનું દાન યમને કરે છે, પરંતુ આ પુત્ર અસાધારણ પ્રતિભાસંપન્ન છે. યમ તેને ત્રણ વરદાન આપવા માગે છે તો તેની ઈચ્છા, ‘મૃત્યુ પછી આત્માનું શું થાય છે?’ આ જાણવાની છે. યમે અનેક પ્રલોભનો આપ્યાં. સ્વર્ગની અપ્સરાઓ, સ્વર્ગના યક્ષ ગંધર્વો સંગીતકારો, નર્તકો અને પૃથ્વી ઉપર જે કંઈ પણ દુર્લભ હોય તે ક્ષણવારમાં પરિપૂર્ણ થાય અને અંતે ઈચ્છામૃત્યુ- ઈચ્છા પ્રમાણેનું અગણિત વર્ષોનું આયુષ્ય. પરંતુ નચિકેતાની સમજણ સ્પષ્ટ છે. ‘તવૈવવાહા તવ નૃત્યગીતે’ કૃપા કરીને તમારાં નૃત્ય અને ગીતને પ્રભુ તમો જ રાખો ‘મને ન ખપે!’ કેટલી બધી સ્પષ્ટ સમજણ. આ જ જીવનદર્શન છે. આપણાં જીવનનું લક્ષ્ય સ્પષ્ટ હોય, દર્શન સ્પષ્ટ હોય, માર્ગ સ્પષ્ટ હોય તો ભોમિયા મળી જ રહે છે.

શ્રીકૃષ્ણ સ્પષ્ટ છે :

અનન્યાશ્ચિન્તયન્તો માં યે જનાઃ પર્યુપાસતે ।

તેષાં નિત્યાભિયુક્તાનાં યોગક્ષેમં વહામ્યહમ્ ॥

(ગીતા : ૯:૨૨)

‘નિત્ય અભિયુક્તાનાં’ અને ‘અનન્યાશ્ચિન્તયન્તઃ’ આ બે સ્પષ્ટ શરત છે. પ્રભુ સાથેનું સાતત્ય અને પ્રભુ સિવાય બીજું કશું જ નહીં. સંત રામદાસની વાત બહુ જ સુંદર છે. તેઓએ ત્રણ દિવસ મૌન ધારણ કરી એક સ્થાને ઊભા રહીને અન્નજળ અને નિદ્રાનો ત્યાગ કરીને ॥ શ્રીરામ જય રામ જય જય રામ ॥ મંત્રનો જપ કરવાનું નક્કી કર્યું. જે મંદિરમાં જે સ્થળે તેઓ આ કરવા માગતા હતા, ત્યાં ગયા તો ત્યાં એક સાધુ મંદિરના સ્થંભ સાથે માથું પછાડતો હતો. ‘અરેરે ! ધિક્કાર છે મને ! ચાળીસ દિવસ અન્નજળ અને નિદ્રા વગર જપ કરવાનું નક્કી કર્યું અને ૩૮મા દિવસે ઊંઘ આવી ગઈ ! હા ! હા ! ધિક્કાર ! ધિક્કાર !’ પાપા રામદાસ અવાચક થઈ ગયા. હું ત્રણ દિવસ માટે પ્રયત્ન કરવા માગું છું. આ ૩૮ દિવસના જપ પછી પણ અસંતોષ વ્યક્ત કરે છે.

માટે જ મનાયે શ્લોકના ગાયક અને નાયક સંત રામદાસજી કહે છે, ‘હે મિત્ર ! જન્મ મૃત્યુ જરા વ્યાધિ, દુઃખ દોષ અનુદર્શન એ તો જીવનની ઘટમાળ છે. આ બધું તો આવશે અને જશે. આપણે તો એક જ માત્ર સંકલ્પબદ્ધ થવું.

રામ ના વિસાર બંદે રામ ના વિસાર રે !

ખાલી આના ખાલી જાના, ઈસ દુનિયામેં કયા ભરમાના ?

જીવન હે દિન ચાર બંદે ! રામ ના વિસાર રે !

ખીલે ખીલે ફૂલ રંગીલે, સુંદર પ્યારે ઔર રસીલે,

મત કરના તુમ પ્યાર બંદે. રામ ના વિસાર રે.

દુનિયાની ઝાકઝમાળ રાગ રંગ વિલાસ હુંપદ યશકીર્તિથી પૃથક્ એક માત્ર શ્રી રામનું શરણ જ જીવન સાર્થક્ય છે, તેમ અત્રે કહેવામાં આવ્યું છે. ઠું શાંતિ.

સૂર્યોપાસના પ્રવચન શૃંખલા

‘સંવિત સાધનાયન’, માઉન્ટ આબુ, રાજસ્થાનના પરમ પૂજ્ય શ્રી સ્વામી ઈશ્વરાનંદગિરિજી મહારાજશ્રીના શ્રીમુખે ‘સૂર્યોપાસના’ ત્રીદિવસીય પ્રવચન શૃંખલા શિવાનંદ આશ્રમ, જોધપુર ટેકરા, અમદાવાદ ખાતે તા.૧૦ થી ૧૨ જાન્યુઆરી ૨૦૦૮ સાંજે ૫-૩૦થી ૭-૦૦ સુધી આયોજિત કરવામાં આવ્યાં છે. સૌ ભાવિક ભક્તોને લાભ લેવા વિનંતી.

- શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ.

ઉપદેશામૃત

શ્રી રણછોડદાસજી મહારાજ

શ્રદ્ધા અને નિષ્ઠા

શ્રદ્ધા અને વિશ્વાસ હશે તો કોઈ પણ માર્ગ દ્વારા આપણે તે ચિન્મય તત્ત્વની પ્રાપ્તિ કરી શકીએ તેમ છીએ. તેને માટે કયો માર્ગ સાચો છે કે કયો માર્ગ ખોટો છે તેની

જલારામબાપા સાથે

ઘણાં વર્ષો પહેલાં એક વાર હું વીરપુર ગયો હતો. ત્યાં જલાબાપા સાધુસંતોનો ખૂબ આદર કરતા હતા. તેમણે મને ભોજન લેવા કહ્યું. મેં કહ્યું : 'ભગતજી, હું બીજાના હાથે બનાવેલું ભોજન જમતો નથી.' ભગતજીએ તેમની જોળીમાંથી એક રોટલી કાઢીને મને આપી અને કહ્યું : 'આ ભગવાન રામની પ્રસાદી છે.' મેં માથા પર ચઢાવી કહ્યું : 'ભગતજી, હું ધી ખાતો નથી. પણ પ્રસાદ માનીને તેને જરૂર લઈશ. તરત ભગતજીએ જોળીમાંથી એક સૂકી રોટલી કાઢીને મને આપી. મેં ખૂબ પ્રેમપૂર્વક તે રોટલી ખાધી હતી.'

આશ્રમ-સ્થાનની પવિત્રતા જાળવો

આપ મંદિરમાં દર્શન કરવા જાઓ છો ત્યારે ફૂલ ચઢાવો છો. મંદિરની માફક આ પણ એક આશ્રમ છે. અહીં હૃદયનો પ્રેમ અને શુભ ભાવના ચઢાવવાં જોઈએ. આશ્રમમાં કોઈની પણ નિંદા કરવી કે કોઈના પર ક્રોધ કરવો શોભાસ્પદ નથી. સ્થાનની પવિત્રતા જાળવી રાખવા માટે સારા વિચાર અને શુભ કામનાઓનું મોટું મહત્ત્વ છે.

ધર્મપરિવર્તન કરાવવાની તૈયારી

મહારાજશ્રીના ઉપદેશ અને પ્રભાવથી કેટલાક વટલાયેલા મુસલમાનો ફરીથી હિંદુ ધર્મ સ્વીકારવા ઈચ્છતા હતા. શ્રી ગુરુદેવ ધર્મપરિવર્તન કરવા માટે તૈયારી બતાવી. મુસલમાનો અને હિંદુઓ બંને તરફથી તેનો વિરોધ થયો.

શ્રી ગુરુદેવે મુલ્લાજીઓને કહ્યું : 'મુસલમાન

ઝંઝટમાં કદી પડવું નહીં. કોઈ પણ માર્ગને ખોટો કહેવાનો આપણને કોઈ અધિકાર નથી. ભગવાનના જે કોઈ સ્વરૂપમાં તમારું મન લાગે, જે માર્ગ તમને સારો લાગે તેને અનન્ય નિષ્ઠા અને ભાવપૂર્વક અપનાવી લો.

એટલે શું ?' તેનો અર્થ તમે જાણો છો ? મુસલમ્ + ઈમાન = મુસલમાન એટલે ઈમાનમાં-ધર્મમાં- જેની મુસલમ્-શ્રદ્ધા-અડગ છે તે. તમારા ધર્મમાં આ બધાને શ્રદ્ધા નથી, તેઓ ધર્મને છોડી ચૂકેલા છે. મુસલમાન આમ પણ તેઓ ક્યાં રહ્યા છે ? એ લોકોને જબરદસ્તી કરીને તમારા ધર્મમાં રાખવાનો શું ફાયદો ?

હિંદુઓને શાંત પાડતાં કહ્યું : 'જે લોકો હિંદુ બનવા તૈયાર થયા છે તેમના પૂર્વજ બધા હિંદુ હતા. તેમના હિંદુત્વના સંસ્કાર ક્યાંય પણ જઈ શકે નહિ. મુસલમાન લોકો બિસ્મીલ્લાહ કહીને ધર્મપરિવર્તન કરાવી દે છે તો આપણા રામજીનું નામ- શ્રીરામમંત્ર-શું તેમને ફરીથી હિંદુ ન બનાવી શકે ? આપણા રામજીમાં શું એટલી પણ શક્તિ નથી ?'

સંત મહાત્માઓ છતાં ભારત કેમ દુઃખી ?

ભારતમાં ઘણા સંત મહાત્માઓ વસે છે છતાં ભારત દુઃખી કેમ છે તેના જવાબમાં ગુરુદેવ કહે છે, 'આપણા દેશમાં ઘણા સિદ્ધ અને મહાત્મા છે. પણ તેઓ લોકકલ્યાણ માટે કામ કરતા હોય તેમ લાગતું નથી. એક સાચો સંત એક જગા પર બેસી જાય તો તેની આસપાસ ૮૦ માઈલ સુધી પોતાના પરમાણુ સારી રીતે ફેંકી શકે છે. આમ ૮૦ માઈલ સુધીના લોકોને સુખી કરી શકે છે. જે ઈચ્છે તે કરી શકે છે. પણ દરેક સાધુ એમ કરવા માટે તૈયાર નથી અને હવે તો આ દેશ સાધુઓને રહેવા લાયક પણ રહ્યો નથી. મને પણ એમ થાય છે કે શરીર છોડી દઉં.'

'મારા ગુરુદેવ'માંથી સાભાર સંકલ્પિતા : દમયંતીબહેન વાલજી સેજપાલ

યોગ શિક્ષક તાલીમ શિબિર : શિવાનંદ આશ્રમ, જોધપુર ટેકરા, અમદાવાદ ખાતે તા.૧૧ ડિસેમ્બરથી ૩૦ ડિસેમ્બર, ૨૦૦૭ સુધી સંપૂર્ણ આવાસીય યોગશિક્ષક તાલીમ શિબિરનું આયોજન કરવામાં આવેલ છે. યોગનું પ્રારંભિક જ્ઞાન ધરાવતા અને નિયમિત અભ્યાસ કરતા ૨૫ વર્ષથી વધુ ઉંમરના સ્નાતકો માટે ગુજરાત યુનિવર્સિટી માન્ય આ સર્ટિફિકેટ કોર્સમાં યોગાસનો, પ્રાણાયામ, મુદ્રા, બંધ ઉપરાંત શરીર વિજ્ઞાન, પાતંજલ યોગદર્શન વિષયો નિષ્ણાત તજજ્ઞો દ્વારા શિખવવામાં આવશે. અભ્યાસક્રમની લેખિત, મૌખિક અને પ્રેક્ટિકલ પરીક્ષામાં ઉત્તીર્ણ થનારને સર્ટિફિકેટ આપવામાં આવે છે. વધુ માહિતી માટે શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ, ફોન નં. ૦૭૯-૨૬૮૬૧૨૩૪, ૨૩૪૫ સંપર્ક કરવો અથવા www.divyajivan.org ઉપર વધુ માહિતી મળી શકશે. -શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ

એકાગ્રતા અને ધ્યાન

શ્રી સ્વામી નિખિલેશ્વરાનંદજી

ધ્યાન અને પ્રાર્થના

મનુષ્ય એકાએક ધ્યાનમાં ધસી પડતો નથી. કારણ કે એનું ભટકતું મન તાત્કાલિક એકાગ્ર થતું નથી. આથી જ ધ્યાન પહેલાં પ્રાર્થના કરવી જરૂરી છે. સંસારમાં રહીને પણ ઈશ્વરની પ્રાપ્તિ કરી શકાય. એ માટેનો ઉપાય બતાવતાં શ્રીરામકૃષ્ણે કહ્યું હતું કે, ‘એનો ઉપાય સત્સંગ અને પ્રાર્થના. આતુર થઈને ઈશ્વરને પ્રાર્થના કરો. ઈશ્વર તો આપણો પોતાનો છે. તેને પ્રાર્થના કરવી જોઈએ કે ‘તમે કેવા છો, દર્શન આપો, તમારે દર્શન આપવાં જ પડશે. તમે શા માટે મને ઉત્પન્ન કર્યો?’ આમ, તીવ્ર ભાવે પ્રાર્થના કરતાં કરતાં અંતઃકરણ શુદ્ધ થાય છે. શુદ્ધ થયેલા અંતઃકરણમાં ઈશ્વરનું સ્વરૂપ પ્રગટ થાય છે. પ્રાર્થનાથી મનનો બધો મેલ ધોવાઈ જાય છે અને મન શુદ્ધ થાય છે. શ્રી રામકૃષ્ણ મનને ધૂળ ચડેલી લોઢાની સોય સાથે સરખાવે છે. પ્રાર્થના કરવાથી સોય ઉપર ચઢેલી ધૂળ નીકળી જાય એટલે ઈશ્વરરૂપી લોહચુંબક મનને ખેંચી લે છે. આમ, ધ્યાન માટે ચિત્તશુદ્ધિ આવશ્યક છે અને ચિત્તશુદ્ધિ માટે પ્રાર્થના. આથી જ ધ્યાન પહેલાં પ્રાર્થના કરવી ખૂબ જ જરૂરી છે.

ખ્રિસ્તી ધર્મના મહાન સંત બ્રધર લોરેન્સે પ્રાર્થના કરતાં કરતાં સહજ ધ્યાનની ઉચ્ચ સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરી હતી. તેઓ પહેલાં તો લશ્કરમાં સૈનિક હતા. લડાઈમાં તેમનો એક પગ કપાઈ ગયો હતો. પછી તેઓ ઈસુના સંઘમાં જોડાયા. આ સંઘમાં છઠ્ઠીસ વરસ સુધી એમણે રસોડામાં જ કામ કર્યું. કામ કરતાં કરતાં ભગવાનને સતત પ્રાર્થના પોતાના શબ્દોમાં કરતા રહ્યા : ‘હે ભગવાન, તમારા સિવાય આ દુનિયામાં મારું બીજું કોઈ નથી. મને જે કંઈ જ ખબર પડતી નથી. તમે મને શીખવાડો. તમે મને માર્ગ બતાવો.’ જ્યારે કંઈ ન સમજાય, કોઈ મુશ્કેલી આવે તો બસ ભગવાનને પૂછતા અને કહેતા અને એમના આશ્ચર્ય વચ્ચે એ મુશ્કેલીનો રસ્તો મળી જતો. જાણે ભગવાન પોતે જ એમને સીધું

માર્ગદર્શન આપતા હતા. આ રીતે તેમણે ભગવાન સાથે એકાત્મતા પ્રાપ્ત કરી લીધી, જેને આપણે ધ્યાનની સહજ સ્થિતિ કહી શકીએ. વરસો પછી પોતાના અનુભવની વાત કરતાં બ્રધર લોરેન્સે કહ્યું : ‘શરૂઆતમાં જ્યારે સંઘમાં જોડાયો ત્યારે ભગવાનનું સ્મરણ મારા માટે જેટલું મુશ્કેલ હતું તેટલું જ મુશ્કેલ મારા માટે હવે પ્રભુનું વિસ્મરણ બની ગયું છે.’ પ્રાર્થનાની મહત્તા વર્ણવતા બીજા એક પુસ્તકમાં રશિયન યાત્રિકના અનુભવ વર્ણવાયા છે. મૂળ રશિયન પુસ્તકનું નામ છે ‘ધ વે ઓફ એ પિલગ્રીમ’ અને તેનો ગુજરાતી અનુવાદ ‘એકલપંથી’ નામે થયેલો છે. અવિરત પ્રાર્થના દ્વારા કેવી ઉચ્ચ આધ્યાત્મિક સ્થિતિ પ્રાપ્ત થાય છે એનું વર્ણન કરતું આ પુસ્તક છે. પુસ્તકના લેખકનું નામ કોઈ જાણતું નથી. ઓગણીસમી સદીનો એક ગરીબ રશિયન યાત્રાએ નીકળી પડે છે. ખભે નાનકડી બેગ લઈને ભગવાનની શોધમાં નીકળી પડે છે. એની પાસે બેગ સિવાય બીજો કંઈ સામાન નથી. એક હાથે ખોડ છે. ચાલતો ચાલતો એક જગ્યાએ આરામ કરવા બેસે છે. ત્યાં બેગમાંથી બાઈબલનું પુસ્તક કાઢી વાંચે છે. તેમાં એક વાક્ય આવ્યું - ‘અવિરત પ્રાર્થના કરતા રહેજો.’ આ વાક્ય ઉપર એણે બહુ જ વિચાર કર્યો પણ કંઈ સમજાયું નહીં. ખાતાં, પીતાં, સૂતાં એમ દરેક વખતે અટક્યા વગર પ્રાર્થના કેવી રીતે ચાલુ રાખી શકાય એ કેમ બને ? દિવસમાં ચાર પાંચ વખત બેસીને પ્રાર્થના થઈ શકે પણ બધો જ વખત શું એ શક્ય છે ? એના મનમાં આવા અનેક પ્રશ્નો ઊઠ્યા. ચર્ચમાં જઈને તેણે પાદરીને પૂછ્યું, પાદરીએ તેને સમજાવ્યું પણ તેને સંતોષ ન થયો. અનેક ચર્ચોમાં તેણે પાદરીઓને પૂછ્યું, પણ ક્યાંયથી તેને સંતોષકારક જવાબ મળ્યો નહીં. આખરે એક વૃદ્ધ પાદરી કે જેઓ પોતે સાધક હતા તેમણે એને કહ્યું : ‘આ વસ્તુ એક દિવસમાં નહીં થાય. તું અહીં રહી જા. અહીંના બગીચામાં માળી તરીકે કામ કર અને આ

પ્રાર્થનાનું સતત રટણ કરતો રહે.’ એમ કહીને તે વૃદ્ધ પાદરીએ તેને પ્રાર્થના શીખવાડી. તે પ્રાર્થના હતી - ‘Lord Jesus, Have Mercy on me’ - ‘પ્રભુ ઈસુ, મારા પર કૃપા કરો.’

આ પ્રાર્થના સતત કેવી રીતે કરવી તેની પદ્ધતિ બતાવી પાદરીએ કહ્યું, ‘મનમાં ને મનમાં આનું સતત રટણ કરવું. મોટેથી બોલવું નહીં. હોઠ પણ ફફડવા ન જોઈએ. મનની અંદર રટણ ચાલતું રહેવું જોઈએ અને તે સમયે હૃદયમાં પ્રભુ ઈસુનું ધ્યાન પણ રહેવું જોઈએ. કામ કરતાં કરતાં પણ આ વિધિ ચાલુ જ રાખવાની.’ પાદરીએ રસ્તો તો બતાવ્યો પણ તેણે જેવી શરૂઆત કરી કે તેને થયું કે ‘આ તો બહુ જ મુશ્કેલ કામ છે.’ આમાં મન લાગતું ન હતું તોપણ તેણે આ મંત્રનું રટણ ચાલુ જ રાખ્યું. આખો દિવસ તે જપ કરતો હતો પણ માંડ બે હજાર જેટલા જ જપ કરી શકતો હતો. પણ ધીમે ધીમે મન સ્થિર થતાં પછી તેને જપમાં આનંદ આવવા લાગ્યો. પછી તેણે ખાવાનું ઓછું કરી નાખ્યું. સૂવાનું પણ ઓછું કરી નાખ્યું અને જપનું પ્રમાણ વધારતો જ ગયો. પછી તો એની એવી સ્થિતિ થઈ ગઈ કે આપમેળે જપ થવા લાગ્યા. બહારથી તે ગમે તે કામ કરતો હોય પણ આંતરમનમાં જપ સતત ચાલુ જ રહેતા. જાણે અંદર મશીન ફીટ થઈ ગયું ! પછી તેને એવી અનુભૂતિ થવા લાગી કે અંતરમાં જાણે કોઈ બીજું જપ કરી રહ્યું છે. દરેક શ્વાસે એની અંદર આ મંત્ર રટાવા લાગ્યો. પછી તો હૃદયના દરેક ધબકારે જપ થવા લાગ્યા અને પછી જપ બંધ કરવા એ એના માટે અશક્ય બની ગયું. ત્યારે તેણે એ વૃદ્ધ પાદરીને કહ્યું, ‘હવે મને બાઈબલનું એ વાક્ય બરાબર સમજાઈ ગયું છે કે કોઈ પણ કામ કરતાં કરતાં પણ પ્રાર્થના અટકવી ન જોઈએ.’ આ પ્રાર્થનાના સતત રટણથી તેના ઉપર ઈસુ ખ્રિસ્તની એવી કૃપા થઈ કે તે પરમાત્માનો અનુભવ કરી શક્યો.

ધ્યાન પહેલાં પ્રાર્થના અને નામ-જપ ચિત્તશુદ્ધિ માટે કરવાં જરૂરી છે. બેલુરમઠના દ્વિતીય પરમાધ્યક્ષ સ્વામી શિવાનંદજી કહે છે કે મનને શુદ્ધ કરવા માટેનો સરળ ઉપાય એ ઈશ્વરનું નામ છે અને ઈશ્વરનું ધ્યાન છે. પરંતુ ઘણા લોકોનો એવો અનુભવ છે કે ઈશ્વરનું નામ એ પ્રારંભમાં યંત્રવત્ બની જાય છે. ભગવાનના

નામનું યંત્રવત્ રટણ કરવામાં આવે તો શું ફાયદો થાય? આના ઉત્તરમાં શ્રીમા શારદાદેવી કહે છે કે ‘ભલે તમે યંત્રવત્ નામ જપો પણ તેથીયે ફળ તો મળે જ છે. મંત્રનો પ્રભાવ તો પડતો જ હોય છે.’ તેઓ કહે છે કે ‘ગંગામાં તમે જાણીજોઈને સ્નાન કરો કે કોઈ તમને ધક્કો મારે અને તમારે સ્નાન કરવું પડે. બંને પરિસ્થિતિમાં ગંગાસ્નાન કર્યાનું પુણ્યફળ તો મળે જ છે.’ એકસાથે મંત્રજાપ કરવાથી વધારે લાભ થાય છે, મન એકદમ શાંત બની જાય છે અને એવું શાંત મન સમાધિનો અનુભવ કરી શકે છે.

સ્વામી વિવેકાનંદ કહે છે કે જ્યારે તમે ધ્યાન કરવા જાઓ ત્યારે સુંદર દૃશ્યવાળું સ્થળ કે જ્યાં તમને કોઈ ખલેલ ન પહોંચાડે તેવું પસંદ કરવું. જ્યારે ધ્યાનનો અભ્યાસ કરવા બેસો ત્યારે પ્રથમ પ્રાચીન યોગીઓને, તમારા ગુરુઓને અને પરમાત્માને પ્રણામ કરો, અને પછી પ્રારંભ કરો. એ પ્રારંભમાં પછી સમગ્ર વિશ્વના કલ્યાણ માટેની પ્રાર્થના કરો. આ પ્રાર્થના તમે મનમાં બોલો.

‘બધાં માનવી સુખી થાઓ.

બધાં માનવીને શાંતિ મળો

બધાં માનવીઓનું કલ્યાણ થાઓ.’

આ પ્રમાણે પૂર્વ, પશ્ચિમ, ઉત્તર અને દક્ષિણ એમ ચારેય દિશાઓમાં આ ભાવનાપ્રવાહ મોકલો, જેમ જેમ આ ભાવના તમે વધારે કરશો તેમ તેમ તમને પોતાને વધારે ફાયદો થશે. આખરે તમને જણાશે કે આપણને પોતાને તંદુરસ્ત બનાવવાનો સહેલામાં સહેલો રસ્તો બીજાઓ નીરોગી રહે એવી ભાવના સેવવાનો છે. અને પોતાની જાતને સુખી કરવાનો સહેલામાં સહેલો રસ્તો બીજાઓ સુખી થાય એ જોવાનો છે. આ પછી જેઓ ઈશ્વરમાં માનતા હોય તેમણે પ્રાર્થના કરવી. આ પ્રાર્થના એ પૈસા માટે, આરોગ્ય માટે કે સ્વર્ગ માટે નહીં, પરંતુ જ્ઞાન અને પ્રકાશ મેળવવા માટે પ્રાર્થનાઓ કરવી. આ સિવાયની બીજી બધી પ્રાર્થનાઓ સ્વાર્થવાળી છે. આ રીતે નિઃસ્વાર્થભાવે પ્રાર્થના કરવાથી મન વિશાળ બને છે, શુદ્ધ બને છે અને એવું શુદ્ધ મન નિસ્તરંગ બની ઊંડા ધ્યાનમાં લીન થઈ શકે છે.

(‘એકાગ્રતા અને ધ્યાન’માંથી સાભાર)

રાષ્ટ્રગુરુ સમર્થ રામદાસ

શ્રી સ્વામી ગોવિંદદેવગિરિજી

સમર્થ: શંકરાચાર્યો વિવેકાનંદ એવ ચ ॥

એતેષાં સ્મરણાન્ નિત્યં આવિર્ભવતિ પૌરુષમ્ ॥

સમર્થ રામદાસ ફક્ત એક સંત જ ન હતા, પણ તે એક રાષ્ટ્રગુરુ હતા. તેમના જેવું ચારિત્ર્ય તથા વ્યક્તિત્વ સમગ્ર ઇતિહાસમાં બીજે કોઈ ઠેકાણે મળી આવતું નથી. તેમના જીવન વિશે આપણે જરૂર જાણવું જોઈએ. ૪૦૦ વર્ષ પૂર્વે ચૈત્ર સુદ-૯ શક ૧૫૩૦ના દિને મહારાષ્ટ્રના મરાઠાવાડા પ્રાંતમાં જાંબ નામે ગામમાં સૂર્યાજિપંત ઠોસરજી (કુલકર્ણી)ના ઘેર તેમનો જન્મ થયો. તેમનું બાલ્યકાળનું નામ 'નારાયણ' હતું. તેમના કુટુંબમાં પ્રાચીનકાળથી ભગવાન શ્રી સૂર્યનારાયણ અને ભગવાન રામચંદ્રજીની ઉપાસના ચાલી આવતી હતી. સૂર્યોપાસના અને રામોપાસના તેમના કુટુંબનું પાથેય-ભાતું-હતું. તેમના મોટા ભાઈનું નામ 'ગંગાધર પંત' અને માતાનું નામ 'રાણૂબાઈ' હતું. નારાયણ બચપણમાં ખૂબ તોફાની અને રમતોમાં ખૂબ રુચિ ધરાવતો હતો. તે વખતની રૂઢિ પ્રમાણે પાંચ વર્ષે તેમને યજ્ઞોપવીત આપવામાં આવ્યું. તે સમયે બાળવિવાહનો રિવાજ હતો. આટલી નાની વયે પણ નારાયણ પોતાની આસપાસની પરિસ્થિતિનું ચિંતન અને અવલોકન કરતો હતો. નારાયણ તેના વિવાહ માટે ના કહેતો હતો. એકાંતમાં તેને અનેક વાર બેઠેલો જોતાં માને ચિંતા થવા માંડી. માનું હૃદય હંમેશાં સંવેદનશીલ હોય છે. તેને લાગ્યું કે વિવાહ કરવાથી તે બરાબર ઠીક થઈ જશે અને વારંવાર તેને વિવાહ કરવા માટે કહેવા માંડી.

એક દિવસ રાત્રે અગાસી ઉપર બેઠેલો નારાયણ રોતો હતો. માએ પૂછ્યું : 'કેમ રુએ છે?' તેને લાગ્યું કે તેની કન્યાની એક માગની ના પાડવામાં આવી એટલે પસ્તાવો કરતો હશે? નારાયણે કહ્યું : 'મા, હું વિવાહની ચિંતા કરતો નથી, હું તો વિશ્વની ચિંતા કરું છું. મારા દેશમાં ધર્મનો ત્યાગ થઈ રહ્યો છે, ગાયોની કતલ થાય છે, મહિલાઓનું અપહરણ થાય છે, આ બધું જોઈ મારા દેશના સમાજની મને ચિંતા થાય છે.' નાનપણથી જ નારાયણના મનમાં આ પ્રકારની ચિંતાની

આગ પ્રજ્વલિત થઈ હતી. પોતાના બારમા વર્ષે તો સંસારી જીવનનો ત્યાગ કરવાની ઈચ્છા તેના મનમાં દઢ થઈ ગઈ હતી.

માતાએ ખૂબ વિલાપ કર્યો અને નારાયણને વિવાહ માટે તૈયાર કર્યો. વધુ નહીં તો વરકન્યાના લગ્ન પ્રસંગે અંતરપટ ધરાય ત્યાં સુધી હા પાડવાનું વચન લીધું અને નારાયણે હા પાડી. એક બાજુ ઉચ્ચ આકાંક્ષા અને બીજી બાજુ સંસારનું બંધન, નારાયણ ખૂબ ભ્રાંતિમાં હતો. લગ્ન મંડપમાં છેલ્લી વિધિ શરૂ થઈ, અંતરપટ મૂકાયો, મંગલાષ્ટકનો પ્રારંભ થયો અને લગ્ન કરાવનાર મહારાજે 'સાવધાન' શબ્દ ઉચ્ચાર્યો. 'સાવધાન' સાંભળતાં જ નારાયણે વિચાર્યું કે હું સાવધાન તો પહેલેથી જ છું જ, બ્રાહ્મણ પણ 'સાવધાન' થવાનું કહે છે અને અંતરપટ ધરેલો હોવાથી માને આપેલું વચન પણ પળાય છે. એટલે હવે અહીં વધુ રોકાવું ઠીક નથી. હાથમાં જે ફૂલનો હાર હતો તે ફેંકી દઈ નારાયણ પાછું જોયા વગર દોડવા માંડ્યો. નાનપણથી શરીરે સશક્ત હોવાથી ખૂબ જોરથી દોડવા છતાં પાછળ આવતા લોકોથી પકડાઈ જશે તેમ લાગતાં રસ્તા પરના એક મોટા ઝાડ પર ચઢી સંતાઈ ગયો. થોડાક સમયમાં શાંતિ સ્થપાઈ ગઈ. સવાર થતાં ઝાડ ઉપરથી નીચે ઉતરી તે નાસિક ક્ષેત્રમાં પહોંચી ગયો. ભગવાનને દંડવત્ પ્રણામ કર્યા અને 'આ દેહ તને સોંપ્યો' એમ કહી પોતાની જાતને પ્રભુને સમર્પિત કરી દીધી.

ત્યાં તેને તે ભણે છે કે નહીં, જપ કરે છે કે નહીં એવું કોઈ પૂછનાર ન હતું છતાં પોતાના જીવનમાં રહેલી સ્વયં શિસ્તથી તે આગળ વધતો રહ્યો. સાધારણ રીતે આ ઉંમરમાં ઊથલ-પાથલ થાય છે, પરંતુ નાનપણથી સામે એક નિશ્ચિત ધ્યેય હતું. અંતઃકરણમાં આગ પ્રજ્વલિત હતી એટલે તે શિસ્તબદ્ધ રીતે આગળ વધવા માંડ્યો. નાસિક તીર્થક્ષેત્ર હતું. ત્યાં માણસોની એટલી બધી ભીડ રહેતી કે ત્યાં શાંતિપૂર્વક ઉપાસના કરવાનું

નારાયણને યોગ્ય ન લાગ્યું. એટલે નાસિકથી થોડે દૂર ગોદાવરીના કિનારા પર આવેલા ટાળકી નામના ગામમાં એકાંત સ્થાને રહેવાનું વિચાર્યું. તે સવારમાં ૧૨૦૦ સૂર્યનમસ્કાર, સૂર્યઉપાસના કરતો હતો. ગોદાવરીના પવિત્ર જળમાં ઊભા ઊભા ગાયત્રીમંત્ર તથા રામનામનો જપ કરતો હતો. આ પ્રમાણે સતત બાર વર્ષ સુધી તેણે સાધના કરી. બાર વર્ષોમાં ૧૩ કરોડ રામનામના જપ કર્યા. સવારમાં આ સાધના પૂરી થતાં તે બ્રહ્મચારી રૂપે પાંચ ઘેરથી ભિક્ષા માગી લાવતો. તે ભિક્ષા નીરસ બની જાય તે માટે તેને ગોદાવરીના જળમાં બોળી પછી જીવજંતુ, પ્રાણી અને પક્ષીઓને તેમનો ભાગ આપતો અને પછી પોતે લેતો. પછી થોડોક આરામ કરીને આસપાસથી ધાર્મિક ગ્રંથો માગી લાવવા, વિદ્વાનોનો વિશ્વાસ પ્રાપ્ત કરવો, ગ્રંથોને વાંચવા, સારા ગ્રંથોમાંથી ઉતારા કરી પોતાની પાસે રાખવા વગેરે પ્રવૃત્તિ કરતો. આજે પણ ધુળિયા (મહારાષ્ટ્ર)ના રામેશ્વર મંદિરમાં તેના હાથની લખેલી રામાયણપોથી ઉપલબ્ધ છે. સાંજે તે ઉત્તમ કથાઓનું શ્રવણ કરતો. આમ એક બાજુ અધ્યયન, સાધન, વાંચન, લેખન અને શ્રવણની સાથે મનન, સ્મરણ, ચિંતન શરૂ રહ્યાં. આ બાર વર્ષોમાં તેણે જે કંઈ અભ્યાસ કર્યો, જે કંઈ વિચાર્યું તે બધું તેમના રચેલા સાહિત્યમાં જણાય છે. ‘દાસબોધ’માં સત્તર ગીતાઓનાં નામ આવે છે. આ બધા ગ્રંથોનો તેમણે માગી માગી લાવીને અભ્યાસ કર્યો હતો. અભ્યાસ પછી તે પુસ્તકો પરત કર્યાં, જે ઉપયોગી લાગ્યું તે લખી લીધું. આમ પોતાનું જીવન શ્રીરામને સમર્પણ કર્યું અને પોતે ‘રામદાસ’ થઈ ગયા. તેમણે અનેક પ્રાર્થનાઓ લખી છે તેનો અભ્યાસ કરવો જોઈએ. ‘અનુદિની અનુદિત તાપે તાપલો રામરાયા...’ વ્યાકુળતાભર્યા અતિ સુંદર કરુણાષ્ટક લખ્યાં. તેમનો કોઈ માર્ગદર્શક કે શિક્ષક ન હતો. આ બાળકે બાર વર્ષ સુધી સ્વેચ્છાથી પોતાનું જીવન શિસ્તબદ્ધ રીતે ગાળ્યું.

જીવનનાં બાર વર્ષ સાધન-અધ્યયનમાં વિતાવ્યા પછી તેમણે ભારતવર્ષની બાર વર્ષ યાત્રા કરી. તીર્થયાત્રા કરવી હોય તો કષ્ટ સહન કરવાં જોઈએ. પુણ્યપ્રાપ્તિ, પવિત્ર તીર્થોનું સ્નાન આ ઉદ્દેશ તીર્થયાત્રા માટે રામદાસજીના હતા જ, પરંતુ તેની સાથે તેમણે આંખ અને કાન ખુલ્લા રાખીને સમાજને જોયો, સાંભળ્યો,

નિરીક્ષણ કર્યા પછી લખી રાખ્યું ‘સકળ પૃથ્વી આંદોલવી, ધર્મ ગેલા’

એક વખત તેઓ મથુરામાં હતા. મથુરામાં મોટો મેળો હતો. હજારોની સંખ્યામાં વૈષ્ણવભક્તો ભેગા થયા હતા. અચાનક એક મુસલમાન સરદાર ચાલીસ ગુંડાઓનું ટોળું લઈને આવ્યો. હિંદુઓની સારી સારી છોકરીઓને ઉઠાવીને તે લોકો લઈ ગયા. હજારોનો સમાજ કંઈ કરી શક્યો નહીં. રામદાસે વિચાર્યું કે આ સમાજને શક્તિશાળી બનાવવાની જરૂર છે. ભગવાન રામની ઉપાસના તેમને શીખવવી જોઈએ. શ્રીરામના સમયમાં પણ સમાજ ઊંઘતો હતો, તેને જાગ્રત કરવાનું કામ શ્રીરામે કર્યું હતું. તે સમયે સમાજમાં મોટા વિદ્વાનો હતા, પણ બધા જ દિલ્હીના બાદશાહને વેચાયેલા હતા. વલ્લભાચાર્યના પ્રપૌત્ર જગન્નાથ પંડિત દિલ્હીશ્વરની હાજી હા કરી રહ્યા હતા. એકલિંગજીના ભક્ત રાજા જયસિંહ દિલ્હીશ્વરની ઈચ્છા પ્રમાણે ધર્મસંસ્થાપન માટે પ્રયત્નશીલ રાજા છત્રપતિ શિવાજીને મારી નાખવાનું ઈચ્છતા હતા. દેશની આવી સ્થિતિ હતી. સમાજ ભયભીત હતો. રાષ્ટ્રને જાગ્રત અને સંરક્ષિત કરવાનું ખૂબ જરૂરી હતું. રામદાસજીએ ભગવાન શ્રીરામનું સ્મરણ કર્યું. તેમને દિવ્ય પ્રકાશ પ્રાપ્ત થયો. તેર વર્ષના વનવાસ દરમિયાન શ્રીરામે દક્ષિણના ભિન્ન ભિન્ન સમાજના વિભાગોને ભેગા કર્યાં. પછી શૂર્પણખાના નાક-કાન કાપી રાવણના રાજ્યનો અંત આણ્યો. રામદાસજીએ શ્રીરામની ભક્તિનો સંદેશ આપી તેનો પ્રચાર કરવાનો પ્રારંભ કર્યો.

જીવનના ચોવીસથી છવીસ વર્ષની વય દરમિયાન સમાજની પરિસ્થિતિને સમજી, જાણી, તેની પર વિચાર કર્યો અને તેનો ઉપાય વિચાર્યો અને પછી તેનો અમલ શરૂ કર્યો. યુવાનોને હનુમાનજીની ઉપાસનાનું મહત્ત્વ સમજાવી તેમને તેજસ્વી બુદ્ધિમાન બનાવ્યા. ઠેકાણે-ઠેકાણે અનેક મંદિરોની સ્થાપના કરી. ગાયનું છાણ, માટી, પથ્થર જે કંઈ મળ્યું તેની મૂર્તિઓ બનાવી. શરીર-સૌજવ વધે તે માટે અનેક સ્થળે અખાડા બનાવ્યા. પ્રભાતફેરીની શરૂઆત કરી. મનને બોધ આપવા માટે તેમણે ‘મનાયે શ્લોક’ - મનોબોધ-ની રચના કરી. વહેલી સવારે જ્યારે તેઓ ફેરી ફરવા નીકળતા ત્યારે લોકોને મનોબોધના શ્લોકો સંભળાવતા. બધાને

સામર્થ્યશીલ બનવાનો, નિશ્ચયી બનવાનો અને સંપથી રહેવાનો સંદેશ તેમાં આપવામાં આવતો. એટલું જ નહીં સમર્થ રામદાસજીએ આખા ભારતમાં ૧૧૦૦ મઠ સ્થાપ્યા, તેમાંથી આજે પણ ૭૦૦ મઠ ચાલુ છે. આ મઠોના જે મહંત હતા તેમને માટે ભિક્ષા માગવાનું ફરજિયાત હતું. આ ભિક્ષાને કારણે તેમને ઘર-ઘરનો સંપર્ક રહેતો. તે કુટુંબોનાં બાળક, યુવકો કેવાં છે તેનો ખ્યાલ રાખવાનો અને દેશકાર્ય, સંસ્કૃતિના કામ માટે લોકોને તૈયાર કરવાનો તેનો મૂળ ઉદ્દેશ હતો. તેમણે જે કંઈ લખ્યું છે તેમાં ‘દાસબોધ’ ગ્રંથ એવો છે કે તે વાંચ્યા પછી સંસારની વ્યવસ્થા માટે બીજા કોઈ ગ્રંથની જરૂર લાગે નહીં. તે ગ્રંથના ૨૦ ભાગ છે. તેમાં સમાયેલા વિષયોમાં આધુનિક વ્યવસ્થા, નેતૃત્વ, સંગઠન જેવા વિષયોનો સમાવેશ થઈ જાય છે. તેમાં સંસારના સામાન્ય વિષયથી લઈને પરમાર્થના ગૂઢ જ્ઞાનના બધા વિષયો પર અનુભવ અને નિરીક્ષણના આધાર પર લખાણ મળી આવે છે. બધા જ સાધકો માટે તે ખૂબ ઉપયોગી સર્વસંગ્રહ સમાન છે.

સમર્થ રામદાસજીએ છત્રપતિ શિવાજીને શિક્ષણ આપ્યું ન હતું, ન તો તેઓ છત્રપતિના આશ્રિત હતા. છતાં બંને જોડાયેલા હતા. સંસારને સુખી કરવાની પ્રવૃત્તિઓમાં તેઓ એકબીજાના પૂરક હતા. ‘શિવસમર્થયોગ’ આપણા રાષ્ટ્રનો સર્વોચ્ચ યોગ છે. શિવાજી મહારાજ જ્યારે પુત્ર સંભાજીની સાથે આગ્રાની બાદશાહની કેદમાંથી નીકળ્યા ત્યારે તેમને સમર્થ રામદાસજી દ્વારા નિર્મિત તેમ જ સંચાલિત મઠો તેમ જ રામદાસીઓએ ઘણી મદદ કરી હતી. સને ૧૬૮૦માં મહારાજના મૃત્યુ પછી સંભાજી રાજેને તેમણે માર્ગદર્શન આપવા માટે ૧૫૫૬ ઓળીવાળો પત્ર લખ્યો. મહારાજના નિધન પછી સંભાજી રાજેનું નિધન ૮ વર્ષ પછી થયું, છતાં સમગ્ર મહારાષ્ટ્ર લડતું રહ્યું. તેમના સ્મરણમાં પોતાના આરાધ્ય દેવ શ્રીરામમાં જે લક્ષણો હતાં તે બધાં જ તેમને છત્રપતિ શિવાજીમાં જણાયાં હતાં. તે સમયના અજાગ્રત, ભયભીત અને વિખરાયેલા સમાજને જાગ્રત અને સંગઠિત કરવા માટે રામદાસજીએ શ્રીરામને આરાધ્ય દેવ તરીકે સ્થાપ્યા. સાથે સાથે શીલ-બળ-સ્ફૂર્તિ-યોજનાના આદર્શ તરીકે હનુમાનજીની ઉપાસના શીખવી. શ્રીરામ અને શ્રી હનુમાનના

માધ્યમથી લોકોની સમક્ષ સેવા-સમર્પણના આદર્શ ખડા કર્યા. ‘સેવક’ હોવું તે જરૂરી હોવાથી તેમણે પોતાને ‘રામ’ના દાસ કહેવરાવી ‘જય જય રઘુવીર સમર્થ’ મંત્રના સામર્થ્યનો પ્રસાર અને પ્રચાર કર્યો. રાષ્ટ્રની માનસિકતામાં પરિવર્તન કરી તેને ઉચ્ચ બનાવવી હોય તો આત્મવિશ્વાસ જોઈએ, વિજયનો હુંકાર આપતો મંત્ર જોઈએ. આ બંનેની તેમણે તાતી જરૂરિયાત દર્શાવી. સાથે સાથે ભિક્ષાની પ્રવૃત્તિ ચાલુ રાખી. લોકોને દૃષ્ટિ-ધ્યેય-નું પ્રદાન કર્યું. જે રાષ્ટ્ર પાસે કોઈ દૃષ્ટિ-ધ્યેય-ન હોય તે રાષ્ટ્ર નાશ પામે છે. તેમણે પાપી યવનોનો નાશ કરવાની તેમ જ મારે રાષ્ટ્ર માટે લડવું જોઈએ, મારે પ્રાણની આહુતિ આપવી જોઈએ અને મારે સામર્થ્ય પ્રાપ્ત કરવું જ જોઈએ-ની દૃષ્ટિ આપી.

આ સમયે બીજા સંતોએ જે ઉપદેશ આપ્યા તે રામદાસજીએ પણ આપ્યા, પરંતુ બીજા સંતોએ સમાજને ‘સહિષ્ણુ’ બનવાનું કહ્યું. જ્યારે સમર્થ રામદાસે રાષ્ટ્રને ‘જયિષ્ણુ’ - જય મેળવનાર- બનાવવાની પોતે પ્રવૃત્તિ સ્વીકારી તેનો ઘનિષ્ઠ રીતે અમલ કર્યો.

સમાજને તેમણે જે ચાર સૂત્રો આપ્યાં તેમાં પ્રથમ ‘હરિભજન’ છે. જો અંતરમાં ભક્તિનો ઉદય નહિ થાય તો બાહ્ય જગતના તનાવથી આપણે અલિપ્ત રહી શકીશું નહીં. બીજું સૂત્ર છે ‘રાજકારણ’. તેમાં રાજધર્મ-વ્યવસ્થાપન, સંગઠન સુનિશ્ચિત કેમ થાય તે બતાવ્યું. ત્રીજું સૂત્ર છે ‘સાવધાન’. મહાભારત પછી રચાયેલો ‘દાસબોધ’ જ મહત્ત્વનો ગ્રંથ છે. મહાભારતના ‘યજ્ઞપ્રશ્ન’ વિભાગમાં ધર્મરાજાને એક પ્રશ્ન પૂછવામાં આવ્યો : ‘એક શબ્દમાં ધર્મનો અર્થ આપો.’ યુધિષ્ઠિરે કહ્યું : ‘દાક્ષ્યમેકપદં ધર્મ્યમ્’ સાવધાનતા, દક્ષ રહેવું, સજાગ રહેવું - એ જ ધર્મ છે. સજાગતા તો જોઈએ જ પણ સાથે સાવધાનતા પણ જોઈએ. બેસાવધ રાષ્ટ્ર પણ ટૂંકા સમયમાં મૃત થઈ જાય છે. એટલા માટે સમર્થ પળેપળ સાવધ રહ્યા. પોતાના સંસારનું નહિ પણ સમગ્ર રાષ્ટ્રના સંસારનું રક્ષણ કર્યું. વ્યક્તિગત જીવનમાં સહેજ પણ સ્વાર્થ ન રાખીને સમાજનો ઉદ્ધાર કર્યો. મઠસ્થાપનામાં કેટલી સારી પરિત્યક્તા, વિધવા મહિલાઓને શિક્ષિત કરીને મઠની પ્રમુખ બનાવી. સમર્થ રામદાસજીની સરખામણી બીજા કોઈની સાથે

(અનુસંધાન પાન-૨૧ પર)

‘યોગ એ જ જીવન’ (૪)

શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

પ્રાર્થના મનોચેતનાને બળ આપે છે

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

સંત ફ્રાન્સિસ ઓફ અસીસીની પ્રાર્થના પણ બહુ જ સુંદર છે :

O Lord make me an Instrument of my peace. હે પરમાત્મા ! મને મારી શાંતિનું વાહન બનાવ.

જ્યાં ધિક્કાર છે ત્યાં હું પ્રેમ વાવું, જ્યાં આઘાત છે ત્યાં ક્ષમા,

જ્યાં શંકા છે ત્યાં શ્રદ્ધા, જ્યાં હતાશા છે ત્યાં આશા, જ્યાં અંધકાર છે ત્યાં પ્રકાશ અને જ્યાં શોક છે ત્યાં આનંદ.

હે દિવ્ય સ્વામી, એવું કરો કે,

હું આશ્વાસન મેળવવા નહિ, આપવા ચાહું.

મને બધાં સમજે એ કરતાં હું બધાંને સમજું.

મને કોઈ પ્રેમ આપે એ કરતાં હું કોઈને પ્રેમ આપું.

કારણ કે,

આપવામાં જ આપણને મળે છે,

ક્ષમા કરવામાં જ આપણે ક્ષમા પામીએ છીએ,

મૃત્યુ પામવામાં જ આપણે શાશ્વત જીવનમાં જન્મીએ છીએ.

- સંત ફ્રાન્સિસ

પ્રાર્થના હૃદયને ઉદાર કરે છે. પ્રાર્થના વિશ્વમાં શાંતિ, પ્રેમ અને કરુણા તથા ક્ષમાનું વાતાવરણ સર્જે છે. પ્રાર્થનામાં અપાર શક્તિ છે. તે માનસિક શક્તિનો વિકાસ કરે છે. આધ્યાત્મિક શક્તિનો ઉત્કર્ષ કરે છે. પ્રાર્થના આધ્યાત્મિક મનોચેતનાને બળ આપે છે. અસહ્ય અને અવાંછનીય પ્રસંગોએ પ્રાર્થના મનોબળ વધારે છે.

આપણા ભાગવતજીમાં પ્રાર્થનાઓ અપાર છે. ઉત્તરાની પ્રાર્થના છે, તેના ગર્ભ રક્ષણ માટે, કુંતીની પ્રાર્થના છે, ઉત્તરાના રક્ષણ માટે, ભીષ્મની પ્રાર્થના છે, મૃત્યુ સમયે પ્રભુદર્શન પછી આત્મસમર્પણ માટે, પ્રાર્થના ધ્રુવની છે, પ્રહ્લાદની છે. સ્તુતિ દ્રૌપદીની છે. ગજેન્દ્ર

સ્તુતિ છે. મહાભારતમાં રતીદેવની પ્રાર્થના છે -

‘નત્વહં કામયે રાજ્યં, ન સ્વર્ગં ન પુનર્ભવં /

કામયે દુઃખતપ્તાનાં, પ્રાશિનાં આર્તિનાશનમ્ ॥’

મારે રાજ્યની ઈચ્છા નથી, સ્વર્ગ કે પુનઃજન્મ પણ ન જોઈએ. જે કોઈ દુઃખી હોય, પીડિત હોય તે સૌ પ્રાણીઓને માટે સેવા કરવા સક્ષમ કરો હે નાથ !

ઓરિસ્સાના કટક રાજ્યના મુસલમાન બાદશાહ શાળર્બેગ હતા. તેઓ શ્રી જગન્નાથ મહાપ્રભુના અનન્ય ભક્ત હતા. તેમની પ્રાર્થના પણ અદ્ભુત છે.

‘મોં આંખીરે ભરી દીઅું સબ લહુ, અન્ન આંખીરે ના રહુ /

મોં મુખરે ઢાળહે પ્રભુ ગરળ, અન્ન મુખે ઢાળ મહુ ॥

જે તે દુઃખ આછી-રાખી છ સાજડી, લદી દીઅ કાંધે મોર

જે મરણબાસી, સરગ લાળસી, મોં લાગી મુકૂળા થાઉ

- મોં લાગી મુકૂળા થાઉ

અનુવાદ આમ કરી શકાય -

‘જો પડે રક્તના તણખા-મારી આંખોએ જ પાડજે અન્યને કદીય કોઈ વેદના ન આપજે.

નાખવું હોય જે વિષ - મારે મુખે જે ઢોળજે અન્યના મુખે હે નાથ - મધ - સદા આપજે.

છે જેટલાં દુઃખ રાખ્યાં છે, તુજ ભંડાર વિશે, લાદજે તેને મારે માથે, અન્યને ન સંતાપજે.

જે મૃત્યુને બારણે છે ઊભી, ઈચ્છી રહ્યો સ્વર્ગને.’

આપજે સ્વર્ગ નક્કી તેને, પુનઃ પુનઃ નર્કયાતના ભલે રહે મુજ થકી.

આ પણ પ્રાર્થના છે. ‘બહુજન હિતાય - સુખાય ચ’ જ્યાં સ્વાર્થ નથી, કેવળ પરમાર્થ છે તે પ્રાર્થના વધુ અસરકારક હોય છે. સામૂહિક પ્રાર્થનાની અસર બહુ મોટી હોય છે. પૂજ્ય મધર ટેરેસાની બીમારી વખતે આખું વિશ્વ એકશ્વાસે તેમની સુખાકારી માટે પ્રાર્થતું

હતું. ભારતીય ફિલ્મોના નાયક અમિતાભ બચ્ચનને વર્ષો પહેલાં શૂટિંગમાં ગંભીર ઈજા થઈ હતી, અને હજુ બે વર્ષ પૂર્વે પણ તેમનું સ્વાસ્થ્ય બહુ જ કથળ્યું હતું, ત્યારે હજારો લાખો તેમના ચાહકો એકશ્વાસે તેમના દીર્ઘ આયુષ્ય, સુખદ સ્વાસ્થ્ય અને Early Recovery માટે પ્રાર્થતાં હતાં. પ્રાર્થનાને દૈનિક જીવનનું અવિભાજ્ય અંગ બનાવવું જોઈએ. અમે વર્ગના આરંભમાં અને વર્ગની પૂર્ણાહુતિમાં બંને વખત અચૂક પ્રાર્થના કરીએ છીએ. પ્રાર્થનામાં અપાર શક્તિ છે. પ્રાર્થનામાં અક્ષુણ્ણ બળ છે. પ્રાર્થના ભલે હોઠથી આવે કે હૈયામાંથી, પ્રાર્થના કદીય નિષ્ફળ જતી નથી. વહેલાં કે મોડાં બધી જ પ્રાર્થનાઓનો ઉત્તર મળતો જ હોય છે. માટે પ્રાર્થનાને જીવનનું અવિભાજ્ય અંગ બનાવવું. પ્રાર્થના જીવનનો પ્રાણ છે. જીવનનું સત્ત્વ છે. તત્ત્વ છે. પ્રાર્થનાથી જીવન હળવું ફૂલ જેવું રહે છે. નિસ્પંદ અને નિર્ભાક રહે છે. પ્રાર્થનામાં મેરુ પર્વતને હલાવી શકવાની શક્તિ રહી છે. માટે પ્રાર્થનામય જીવન બનાવવું.

અહીં એક પ્રશ્ન સંભવે છે, સ્વામીજી ! આ બધું બેસીને કરવાનું કે ઊભાં ઊભાં!

જૈન, બૌદ્ધ, હિન્દુ, યહુદી, મુસ્લિમ, પારસી બધી જ પ્રાર્થનાઓ માટે લોકોને એક અથવા બીજી રીતે જમીન પર બેસીને જ પ્રાર્થના કરવાની ટેવ છે. માત્ર ખ્રિસ્તી લોકો જ ચર્ચના બેન્ય કે બાંકડા ઉપર બેસીને અથવા ઊભા રહીને પ્રાર્થના કરે છે. એકલા હોય - અંગત પ્રાર્થના હોય તો ઘૂંટણિયે પડીને પણ પ્રાર્થના કરે છે. આપણે યોગના વર્ગમાં લોકોને પલાંઠી વાળીને બેસવાનું શીખવીએ છીએ અને તે પ્રમાણે બેસવાનો આગ્રહ રાખીએ છીએ. યોગાસનના અભ્યાસમાં પલાંઠી વાળીને 'CROSS LEG POSTURES' અનેક છે, જેમાં મુખ્યત્વે છે : ૧. સુખાસન, ૨. પદ્માસન, ૩. સિદ્ધાસન, ૪. સ્વસ્તિકાસન, ૫. વજ્રાસન (મુસલમાન મિત્રો નમાજ માટે બેસે છે તેવું)

માનવશરીરમાં એઓર્ટા (Aorta) મોટી આર્ટરી હૃદયમાંથી નીકળે છે. તે ઓક્સિજન સાથેનું લોહી - રક્ત લઈને વિવિધ અંગ-ઉપાંગોને પહોંચાડે છે. તે હૃદયમાંથી નીકળીને છાતી, પેટ પર થઈને નીચેની તરફ જઈને જમણે અને ડાબે વિભાજિત થાય છે અને નિમ્નસ્તરીય પ્રત્યેક અવયવોને પૂરતી માત્રામાં લોહી

પહોંચાડે છે. તે ઈન્ગવાઈનલ રીજન (ingwinal region)ને કોસ કરીને જાય છે. ત્યાર પછી સાથળ, ઘૂંટણ, પગની પિંડીઓ અને પગમાં છેક નીચે સુધી જાય છે. જ્યારે આપણે ઉપર જણાવ્યા પ્રમાણે કોઈ પણ આસનમાં બેસીએ ત્યારે આર્ટરીમાં ઝણઝણાટીનો અનુભવ થતો હોય છે. (Kinking of the artery) અને આર્ટરીમાં દબાણનો અનુભવ પણ થાય છે. આ પરિસ્થિતિમાં ખરેખર પગને વધુ લોહીની આવશ્યકતા પણ હોતી નથી. તેથી નાભિના નીચેના શરીરમાં લોહીનો પુરવઠો ઓછો જવાથી તે લોહી પેટને વધુ પ્રમાણમાં મળે છે. હાર્ટના મસલ્સને પણ આ પુરવઠો વિશેષ પ્રમાણમાં મળી રહે છે.

આ તથ્યને આપણે આ પ્રમાણે સમજી શકીએ- જે લોકોનું કામ આખો દિવસ ઊભાં જ રહેવાનું હોય, દાખલા તરીકે મોલનાં સેલ્સમેન કે સેલ્સગર્લ્સ, ટ્રાફિક પોલીસો વગેરે, તેમને લાંબા ગાળે વેરીકોઝ વેઈન્સ થાય છે. લોહીનો પ્રવાહ સતત નીચેની તરફ જ ચાલુ રહેતાં પિંડી (પગના કાલ્ક મસલ્સ)માંની નસો ફૂલી જાય છે. આમ થાય ત્યારે હાર્ટને લોહીના પરિભ્રમણમાં જે સંતુલન હોય તે ખોરવવું પડે છે, કારણ કે વેઈન્સ પહોળી થઈ જવાથી અકારણ ત્યાં લોહીનો પુરવઠો વધારે જમા થતાં, હાર્ટને નીચેથી લોહી ઉપર તરફ ખેંચવાની શક્તિમાં વધારે શ્રમ પડે છે. જ્યારે પલાંઠી વાળીને બેસવાની ટેવથી પેટને કે ત્યાં સ્થિત લિવર, કિડની, ઈન્ટેસ્ટાઈન, સ્પ્લીન, એડ્રીનલ, બ્લેડર, પેન્ક્રિયાઝને લોહીનો પુરવઠો વિશેષ માત્રામાં મળતાં, તેમની કાર્યક્ષમતા વધુ સારી રહે છે - માટે જ ભારતમાં સવારે પૂજાપાઠ, સંધ્યાવંદન, ભોજન, સત્સંગ, સ્વાધ્યાય, કથા કીર્તનમાં બધે જ પલાંઠી વાળીને બેસવાની ટેવ હતી. તેથી ભોજન સારી રીતે પચતું. મનની એકાગ્રતા વધતી. હૃદયને મગજ તરફ લોહીને પંપ કરવામાં મુશ્કેલી ન પડતી. અથવા શ્રમ ઓછો પડતો. આમ બધું જ નિયમિત કુદરતી અને સરળ થઈને રહેતું. માટે જ યોગાસનના અભ્યાસ પૂર્વે, યોગાભ્યાસ ચાલુ કરતાં પૂર્વે સ્વસ્થ, શાંત ચિત્તે, માથું, ગળું, છાતી એક લાઈનમાં રાખીને સ્થિર બેઠા પછી જ યોગાભ્યાસ ચાલુ કરવાની પરંપરા છે. પાતંજલ દર્શન પણ સ્થિર સુખં આસન - આસન સ્થિર અને

સુખપૂર્વકનું હોય તેવો આગ્રહ રાખે છે. ગીતા પણ ‘સમં શિરો ગ્રીવા કાયં’ માથું ગળું અને ધડને (મેરુદંડ - છાતીને) એક જ લાઈનમાં સીધાં રાખીને બેસવા માટે સૂચન કરે છે. પલાંઠી વાળીને બેસવાની ટેવ પાડો. પ્રાર્થના અવશ્ય કરો. અંગત પ્રાર્થના જરૂર અને પારિવારિક પણ ખરી જ. પ્રાર્થના અચૂક. પ્રાર્થના દરરોજ, પ્રાર્થના અવશ્ય.

સાધારણ રીતે યોગ પ્રશિક્ષણની એક પરિપાટી છે કે પહેલાં આસનો શીખવવાં, પછી પ્રાણાયામ અને ત્યાર પછી ક્રિયા, મુદ્રા, બંધ અને અંતે ધ્યાન, પરંતુ અમે અમારી રીત કંઈક જુદી જ રાખી છે. અમે પ્રાર્થના પછી પહેલાં પ્રાણાયામનું શિક્ષણ આપીએ છીએ. આસનો શરીરની સ્વસ્થતા માટે છે. સ્થૂળ વિજ્ઞાન છે. પ્રાણાયામ માનસિક શક્તિના વિકાસ માટે છે, તે સૂક્ષ્મ વિજ્ઞાન છે. આસનો ચાંદીના સિક્કા જેવાં છે. પ્રાણાયામ સોનાની લગડી જેવા છે, જ્યારે ધ્યાન હીરા, મોતી, પત્તા, ઝવેરાત જેવું છે. માટે પ્રાણાયામનો અભ્યાસ પહેલાં શીખવીએ છીએ - મહર્ષિ પતંજલિ તેમનાં યોગસૂત્રોમાં કહે છે,

પ્રચ્છર્દનવિધારણાભ્યાં વા પ્રાણસ્ય ॥ આ પૂર્વેના સૂત્રમાં કહેવામાં આવ્યું હતું ‘મૈત્રી - કરુણા - મુદિતોપેક્ષાણાં સુખ-દુઃખ - પુણ્યાપુણ્ય વિષયાણાં ભાવનાતસ્થિતપ્રસાદનમ્ ॥’ અર્થાત્ સુખ, દુઃખ, પુણ્ય અને પાપમય વિષયો પ્રત્યે અનુક્રમે મૈત્રી, કરુણા, પ્રીતિ અને ઉપેક્ષાની ભાવના કેળવવાથી ચિત્તની સ્થિરતા આવે છે. જ્યારે આપણા સૂત્રમાં કહેવામાં આવ્યું, અથવા પ્રાણના બહાર કાઢવા (રેચક) અને નિરોધ (કુંભક)થી પણ ચિત્ત સ્થિર બને છે.

અહીં પ્રાણ વિશે કહેવામાં આવ્યું છે. પ્રાણનો સાચો અર્થ માત્ર શ્વાસ જ નથી. પ્રાણ તો ઊર્જા છે.

(રાષ્ટ્રગુરુ... અનુસંધાન પાના નં-૧૮ પરનું)

કરવાનો કોઈ અર્થ નથી. તેમણે સામાન્ય માનવ સાથે સંપર્ક રાખ્યો, તેમણે રાજધર્મ બતાવ્યો, તેમણે જ્ઞાનયોગ પણ કહ્યો. ભક્તિમાર્ગ બતાવ્યો, અધ્યાત્મનો પ્રચાર કર્યો. ભરપૂર યાત્રા કરી, ખૂબ જરૂરી લેખનકાર્ય કર્યું અને તે દ્વારા ‘સંતત્વ’ને કૃતિમાં ઉતાર્યું. જેણે ગુરુ બનવું હોય તેણે પ્રથમ શિષ્યત્વની સાધના કરવી પડે છે. સિંહ

વૈશ્વિક ક્ષમતા, ઓજસ તૈજસ અને પ્રાણ - આ બધી જ Cosmic Energyનું નામ પ્રાણ છે. આ વિશ્વમાં આપણે જે કંઈ જોઈએ છીએ - દેખીએ છીએ, ‘યત્કિંચિત્ જગત્ સર્વ દશ્યતે શ્રુયતેઽપિ વા’. જે કંઈ દેખાય છે, સંભળાય છે, હલનચલન કરે છે, અંદર છે, બહાર છે, તે બધાંની અંદર આ પ્રાણ ઓતપ્રોત થઈને રહેલો છે. વિશ્વમાં રહેલી તમામ ક્ષમતા અને શક્તિનો સ્રોત પ્રાણ છે. આપણે બોલીએ છીએ, ઊઠીએ કે બેસીએ, હાલીએ - ચાલીએ, હરવું-ફરવું-ખાવું-પીવું-સૂવું, બોલવું - આ બધી જ ક્રિયાઓ પ્રાણ વડે જ થાય છે. આ પ્રાણશક્તિ જ આપણામાં મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત કે અહંકાર થઈને રહેલી છે. આપણો વિચાર, તેનો વિનિમય, ઈચ્છાશક્તિ, ક્રિયાશક્તિ અને જ્ઞાનશક્તિ બધું જ પ્રાણથી સંભવે છે. આ સમગ્ર વિશ્વ આકાશ અને પ્રાણશક્તિનું સંમિશ્રણ છે.

ઋગ્વેદ ૧૦:૨૮નું નાસદીય સૂક્ત કહે છે, તે વપતે સત્ નહોતું. તેમ જ અસત્ પણ નહોતું. જગત નહોતું, તેમ પેલે પારનું આકાશ પણ નહોતું. ધુમ્મસને શું વીટળાયું હતું ? તે કોનું હતું ? ગાઢ અંધકારના ઊંડાણમાં શું હતું ?

તે સમયે ન મૃત્યુ હતું, નહોતું અમૃતત્વ, તેમ જ રાત્રિ પણ દિવસથી અલગ નહોતી, પરંતુ ગતિરહિત એકલું તત્ ધબકતું હતું. પોતાના મહિમામાં એકલું જ-

તત્ સિવાય બીજું કંઈ જ નહોતું અસ્તિત્વમાં. કેવળ હતો અંધારપટ અને અભેદ આકાશ. પછી પ્રકટી અખંડ ઘન જળરાશિ, પછી તે શૂન્યમાંથી સર્જન થયું. પ્રકટ્યાં જળ, સ્થળ અને અગ્નિ, વળી તેમાં ઈશ્વરીય ક્ષમતાએ પ્રકટાવ્યું ઓજસ અને તૈજસ. (ક્રમશઃ)

પોતાની મેળે જ વનરાજ થયેલો હોય છે. ધર્મસંસ્થાપનના કાર્યમાં સમર્થ રામદાસજી પોતે જ પોતાની શક્તિથી સમર્થ બન્યા અને તેથી તે અમારા ‘રાષ્ટ્રગુરુ’ છે. તેમના જન્મોત્સવના ચતુઃશતાબ્દી વર્ષના દ્વિવાર્ષિક ઉત્સવ પ્રસંગે આપણા બધા તરફથી તેઓનું સ્મરણ-અભિવાદન થાઓ એ જ પ્રાર્થના.

શબ્દાંકન : સૌ. સંગીતા સુરેશ જાધવ
‘ધર્મશ્રી’માંથી સાદર અનુવાદ

ઉપનિષદ-યાત્રા

શ્રી ગુણવંતભાઈ શાહ

સત્યકામ આજે પણ જીવે છે

ઋષિના શબ્દો : સત્યકામો નામ ત્વમસિ સ સત્યકામ એવ જાબાલો બ્રુવીથા ઇતિ ॥

(છાંદોગ્ય ઉપનિષદ, અધ્યાય ૪, ચતુર્થ ખંડ, મંત્ર ૨)

ભાવાર્થ : પરિચર્યા કરનારી હું તો નવ જાણું તવ ગોત્ર, જાણું હું બસ એટલું, કે તું છે મારો પુત્ર !
ગુરુને સાચેસાચું કહેજે, વહાલા મારા બાળ, મા જબાલાનો હું બેટો, નામ સત્યકામ જાબાલ !

સત્યકામ જાબાલની સત્યકથા

ઉપનિષદો તરફથી આપણને અનેક મધુર કથાઓ મળી છે. એવી એક કથા સત્યકામ જાબાલની છે. સત્યકામ પોતાની માતા જાબાલાને કહે છે : ‘હે માતા ! વેદના અધ્યયન માટે હું બ્રહ્મચારી બનીને આચાર્યને ત્યાં રહેવા ઈચ્છું છું. મારું ગોત્ર કયું છે?’ માતા સત્યકામને કહે છે : ‘હે વત્સ ! તારું ગોત્ર કયું તેની મને જાણ નથી. પહેલાં હું પતિના ઘરે આવતા ઘણા મહેમાનોની સેવા કરનારી પરિચારિકા હતી. એવે વખતે તારો જન્મ થયેલો. પછી તો તારા પિતાનું અવસાન થયું અને હું અનાથ બની તેથી તારા ગોત્રની મને જાણ નથી. આચાર્ય પૂછે તો કહેજે કે, હું માતા જાબાલાનો પુત્ર છું અને મારું નામ સત્યકામ જાબાલ છે.’ સત્યકામ પહોંચ્યો (હરિદ્રુમત્ ઋષિના પુત્ર) ઋષિ ગૌતમના આશ્રમે.

ઋષિએ પૂછ્યું : ‘હે સૌમ્ય, તારું ગોત્ર કયું?’ સત્યકામે માતાના કહેવા પ્રમાણે કર્યું અને સાચેસાચું કહી દીધું. ગૌતમ ઋષિ પ્રસન્ન થયા અને બોલ્યા : ‘હે સૌમ્ય ! બ્રાહ્મણ હોય તે જ આમ બોલે. તે સત્ય છોડ્યું નથી તેથી હું તને શિષ્ય બનાવીશ. જા હોમ કરવા માટે સમિધા લઈ આવ.’ આ કથામાં રહેલી કાંતિનો મધુર ગુંજારવ કાન માંડીને સાંભળવા જેવો છે. બ્રાહ્મણ હોવાનો ખરો સંબંધ સત્યનિષ્ઠા સાથે રહેલો છે. વર્ણપ્રથા તો એ દિવસોમાં ઢીલી શેની હોય ? ગુરુ દ્રોણ એકલવ્ય સાથે ઉદાર ન બની શક્યા. હારિદ્રુમત ગૌતમે સત્યકામને ગુરુકુળમાં પ્રવેશ આપીને સત્યનો મહિમા કર્યો. એ યુગમાં કોઈ કાંતદર્શી ઋષિ જ કહી શકે : ‘આવું તો બ્રાહ્મણ સિવાય કોઈ ન બોલે

(નેતદબ્રાહ્મણો વિવક્તુમર્હતિ).’ કાંતિનું કાળજું આવી સૂક્ષ્મ સમજણમાં સંતાયેલું જણાય છે. જે બ્રાહ્મણ હોય તે જ સત્યનિષ્ઠ હોય એમ નહીં, પરંતુ જે સત્યનિષ્ઠ હોય તે જ બ્રાહ્મણ કહેવાય. સત્યકામ બ્રાહ્મણ હતો કે નહીં તે ગૌણ બાબત ગણાય, પરંતુ તે જો સત્યનિષ્ઠ હોય તો બ્રાહ્મણ જ હોવાનો ! કુળના સત્ય કરતાં સત્યનું કુળ મહત્ત્વનું ગણનારા ઋષિ ગૌતમને આપણે વંદન કરીએ.

આ ઉપનિષદકથા આજે પણ પ્રસ્તુત જણાય છે. એક એવા ગામની કલ્પના કરો, જેમાં બધા લોકો બધી વાતે કાચમ જૂઠું જ બોલતા હોય. આવું કોઈ ગામ ટકી શકે ખરું ? કોઈ પણ સમાજ સત્યના આધારે જ ટકી રહે છે. સત્યનિષ્ઠાને કેવળ સદ્ગુણ કે સદાચાર કે આદર્શ ગણવાને બદલે સ્વસ્થ સમાજની આધારશિલા ગણવાનું શરૂ થાય તે ખૂબ જ જરૂરી છે. કોઈ પણ સમાજમાં સત્યનિષ્ઠાનો જથ્થો ખૂટી પડે ત્યારે જે અસંખ્ય દૂષણો ફૂટી નીકળે તે સમાજને ક્ષીણ કરનારાં સાબિત થાય છે. લાંબે ગાળે સરવાળો માંડવામાં આવે તો જરૂર સમજાય કે સત્ય કોઈ અવ્યવહારુ આદર્શ નથી. સત્યનિષ્ઠા કેવળ સાધુઓની સાધના માટે જ નહીં, પરંતુ સામાન્ય નાગરિકના યોગક્ષેમ માટે પણ ઉપકારક બાબત છે.

ઉપનિષદના ચાર સુપુત્રો

ઉપનિષદ સાહિત્યમાં મુખ્યત્વે ચાર યુવાન પુત્રોનાં નામો ખાસાં જાણીતાં છે. તૈત્તિરીય ઉપનિષદમાં ઋષિ વરુણના પુત્ર અને બ્રહ્મજિજ્ઞાસાથી શોભતા ઋષિ ભૃગુની વાત આવે છે. કઠોપનિષદમાં ઋષિ ઉદાલકના સુપુત્ર નચિકેતાની કથા રજૂ થઈ છે. છાંદોગ્ય ઉપનિષદમાં

(અન્ય) ઉદ્દાલક આરુણિના સુપુત્ર શ્વેતકેતુની બ્રહ્મજિજ્ઞાસા પ્રગટ થઈ છે. ઉપરોક્ત મંત્ર છાંદોગ્ય ઉપનિષદમાં માતા જબાલાના પુત્ર સત્યકામની કથા સાથે જોડાયેલો છે. પ્રશ્નોપનિષદમાં પણ મહર્ષિ પિપ્પલાદ પાસે ગયેલા છ યુવાન ઋષિઓમાં એક હતા શિવિકુમાર સત્યકામ. એ સત્યકામ જબાલથી જુદા હશે ? બૃહદારણ્યક ઉપનિષદ (અધ્યાય ૬, બ્રાહ્મણ ૩, મંત્ર ૧૧)માં પણ સત્યકામ જબાલનો ઉલ્લેખ છે. આપણે એ વિગતોમાં નહીં જઈએ. એટલું ચોક્કસ કે ગુરુએ સત્યકામ જબાલને ગુરુકુળમાં પ્રવેશ આપીને આપણી સંસ્કૃતિ પર મહાન ઉપકાર કર્યો છે. પોતાના તપ દ્વારા સત્યકામે ગુરુની શ્રદ્ધાને સાચી ઠેરવી બતાવી હતી.

સત્યકામને ઋષિએ ભણાવ્યો અને દૂબળી તથા નબળી એવી ચારસો ગાયો આપીને કહ્યું : ‘હે સૌમ્ય, આ ગાયોને વનમાં લઈ જા.’ સત્યકામે જવાબમાં કહ્યું : ‘હે ગુરુદેવ ! આ ગાયોની સંખ્યા હજારની ન થાય ત્યાં સુધી હું પાછો નહીં ફરું (નાસહસ્રેણાવર્તયેતિ).’ આમ સત્યકામ ઘણાં વર્ષો સુધી વનમાં રહ્યો. વનમાં રહીને એણે વિવિધ દેવતાઓ પાસેથી વિદ્યા ગ્રહણ કરી. એ જ્યારે વિદ્યા પ્રાપ્ત કરીને આશ્રમે પાછો ફર્યો ત્યારે ગુરુજીએ એને કહ્યું : ‘હે સૌમ્ય ! તું તો બ્રહ્મવેત્તા જેવો ભાસે છે (બ્રહ્મવિદિવ વૈ સૌમ્ય ભાસિ). પછી ગુરુજીએ સત્યકામને વિદ્યા આપી.’

દાન્ય માતા, દાન્ય ગુરુ !

આ કથા વાંચીને વિચાર આવે કે સત્યકામની માતા જબાલા કેવી ઋજુ માતા ! એ સહેલાઈથી જૂઠું બોલીને સત્યકામને કોઈ ગોત્રનું નામ કહીને ઘરેથી વિદાય કરી શકી હોત. કદાચ સત્યકામને એવા જૂઠા જવાબથી પણ ગુરુકુળમાં પ્રવેશ મળી શક્યો હોત. જબાલા અતિથિઓની સેવા કરતી હતી ત્યારે પેદા થયેલા સત્યકામના પિતૃત્વ અંગે નિર્ણય કરવાનું શક્ય ન બને. એ યુગમાં કદાચ પરિચારિણીના એવા વ્યવહારને નિંદનીય ગણવામાં આવતો ન હોય એમ પણ બને. એવી માતા, જૂઠું બોલવાને બદલે સાવ સાચું બોલે તે બાબત મહત્વની છે. જ્યાં જૂઠું બોલવાથી કામ થઈ જાય તેવી સ્થિતિમાં સત્યને વળગી રહેવાનું સહેલું નથી.

લોકો વાતે વાતે જૂઠું બોલીને વ્યવહાર જાળવી લેતા જોવા મળે છે. ઋષિ ગૌતમને તો નમસ્કાર જ કરવા રહ્યા. સત્યકામની વાત સાંભળીને અન્ય કોઈ ગુરુએ કદાચ એને ‘પતિતાનો પુત્ર’ કહીને પાછો કાઢ્યો હોત. એ ગુરુએ સત્યનો આદર કર્યો અને સત્યકામને શિષ્ય તરીકે સ્વીકાર્યો. સત્ય બોલનારી માતાને અને સત્યની કદર કરનારા ગુરુને માથું નમે છે.

વેપારમાં પ્રામાણિકતા અને મહાવીર

લોકો પ્રશ્ન પૂછે છે : વેપારમાં સચ્ચાઈ ચાલે ખરી ? જૂના કાપડના વેપારીઓ સ્વરાજ પહેલાંનાં વર્ષોમાં બ્રિટનથી કાપડ મંગાવતા. તેઓનો અનુભવ અનોખો હતો. બ્રિટનથી કાપડનો તાકો આવે તેના પર સ્ટેમ્પ માર્યો હોય તેના કરતાં બે વાર (મીટર) વધારે કાપડ તાકામાં નીકળતું. R-52 ક્વોલિટી સાટીન ડકનું કાપડ બ્રિટનથી આવતું. તાકા પર પચાસ વારનો સ્ટેમ્પ માર્યો હોય, પરંતુ કાયમ બાવન વાર નીકળતું. સાથે ઊંચી જાતની ૬-૭ પેન્સિલો પણ આવતી. આપણે ત્યાં એ જમાનામાં કેટલાક કાપડના વેપારીઓ ગાદી નીચે વારનો સળિયો સંતાડી રાખતા. જે ઉદને બદલે ૩૫ ઈંચનો રહેતો. વેપારીઓ છોકરાંને ત્રાજવા સાથે છેડછાડ કરવા ન દેતા. તેઓ કહેતા : ‘તોલા-ત્રાજવા સાથે રમત કરીએ તો ઘરાક ન આવે.’ લુચ્ચાઈથી લથપથ એવી નીચેની પંક્તિઓ તે જમાનામાં પ્રખ્યાત હતી :

નવટાંક છડે છાબડે, નવટાંક ધડે ધાબડે,
નવટાંક ઢાંડી ફેર છે, નવટાંક ઓછો શેર છે.

આમ ચાર રીતે ગ્રાહકોને છેતરવામાં આવતા. પલ્લું (છાબડું) નમતું રાખીને, ધડો કરવામાં રમત રમીને, ઢાંડી સાથે ચેડાં કરીને અને કાટલાંમાં વજન ઘટાડીને ઓછો માલ આપવાની રીતરસમ આજે પણ ગઈ છે ખરી ? રાષ્ટ્રીય ચારિત્ર્યની ખરી કસોટી દુકાનના ગલ્લા પર થતી હોય છે. બ્રિટનની પેઢીઓને પ્રામાણિકતા રાખીને શું ગુમાવ્યું ? મહાવીર સ્વામીએ ૨૬૦૦ વર્ષો પહેલાં વેપારીઓને શિખામણ આપેલી :

- (૧) ત્રાજવાની ઢાંડી સાથે રમત કરવી નહીં.
- (૨) જે માલ ગ્રાહકને બતાવાય તે જ માલ આપવો.
- (૩) કોઈની થાપણ સાથે રમત ન થવી જોઈએ.

સદીઓ વીતી તોય આપણામાં સુધારો નથી થયો. મંદિરો, દેરાસરો, દેવળો અને મસ્જિદો બંધાય તોય નાગરિકની સરેરાશ પ્રામાણિકતામાં વધારો થતો નથી.

જર્મન વિચારક ગેટેની સત્યનિષ્ઠા

સમાજનો સામાન્ય માણસ લાભને ધ્યાનમાં રાખીને જૂઠું બોલવા લલચાય છે. સત્ય બોલવાને કારણે દેખીતો ગેરલાભ થાય તેવું બને ત્યારે કરવું શું ? વિખ્યાત જર્મન સાહિત્યકાર ગેટેના ચાર મુદ્દા આ બાબતે મહત્વના છે :

(૧) નુકસાન થતું હોય તોય સત્યને વળગી રહેવું જોઈએ, કારણ કે એ (હંગામી) નુકસાન થોડા વખત માટે જ હોવાનું.

(૨) ભૂલ થઈ જાય તોય એકાદ સત્યમય ભૂલ બીજાં એવાં સત્યો તરફ દોરી જાય છે, જે વળી વધારે ઉપયોગી હોય.

(૩) પરંતુ લાભ કરાવનારી ભૂલ લાંબે ગાળે નુકસાનકારક હોય છે.

(૪) એ ભૂલ થોડાક સમય માટે લાભપ્રદ જણાય તોય તે આપણને બીજી વધારે નુકસાનકારક ભૂલો તરફ દોરી જાય છે.

આમ જ્યારે લાભકારક અસત્ય અને ગેરલાભ કરાવનાર સત્ય વચ્ચે પસંદગી કરવાની હોય ત્યારે માણસે

ગેરલાભ કરાવનાર સત્યની પસંદગી કરવી જોઈએ. રોમાં રોલાં સાથે સત્ય અંગે ગાંધીજીની લાંબી ચર્ચા ચાલી તેને અંતે ગાંધીજીએ ગેટેની આ વાત સાથે સંમતિ પ્રગટ કરેલી. ગાંધીજીના જીવનમાં ડગલે ને પગલે આપણને રોકડો લાભ જતો કરીને ગેરલાભ કરાવનાર સત્યની પસંદગી થતી જોવા મળે છે. ગાંધી અને ગેટે સત્યનો મહિમા કરવામાં સરખા આગ્રહી જણાય છે.

ઉપનિષદ એટલે સત્યનું સત્ય !

સત્યકામ હજી આજે પણ આપણા સમાજને પડકાર ફેંકી રહ્યો છે. વર્ષો પહેલાં ઋષિકેશ મુખર્જી દિગ્દર્શિત ફિલ્મ ‘સત્યકામ’ લોકપ્રિય થયેલી. એ ફિલ્મનો નાયક યુવાન એન્જિનિયર (ધર્મેન્દ્ર) જીવનભર ભ્રષ્ટાચાર સામે લડતો રહે છે અને તેથી વારંવાર ગેરલાભ વેઠે છે. જેને આપણે સત્યકામ સંલક્ષણ (સીન્ડ્રમ) કહીએ, તેની આજે પણ જરૂર છે. કોઈ ને કોઈ સ્વરૂપે સત્યકામ જાબાલ આજે પણ ક્યાંક પ્રગટ થતો રહે છે. જ્યાં સુધી દેશમાં જૂજવે રૂપે ‘સત્યકામ-ઘટનાઓ’ બનતી રહેશે, ત્યાં સુધી દેશ ટકી રહેશે. સત્ય જેવી ટકાઉ ઘટના બીજી કોઈ નથી. ઉપનિષદોમાં તો સત્યનું સત્ય (સત્યસ્ય સત્યમ્) પ્રગટ થયું છે. ભારતીય સંસ્કૃતિનું સનાતન સૂત્ર છે : સત્યમેવ જયતે । (“પતંગિયાની અમૃતયાત્રા”માંથી સાભાર)

વહાલા કેશુકાકાની વસમી વિદાય

પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનો અમદાવાદ ખાતે સૌથી પહેલો યોગાસન પ્રાણાયામ અને ધ્યાન શિબિર ૧૯૭૭ના જાન્યુઆરી મહિનામાં હિરાભાઈ કન્યા વિદ્યાલય ખાતે મણિનગરમાં થયેલો. શ્રદ્ધેય કેશુભાઈ શાહ આ યોગ શિબિરમાં જોડાયા હતા. પાછળથી નરેન્દ્રભાઈ વરતિયા, પ્રા. નરેન્દ્ર શુક્લ, કેશુકાકાનું મંડળ સ્વામીજીની પ્રેરણાથી દર અઠવાડિયે હોસ્પિટલમાં જતું. ફળ, બિસ્કિટનું વિતરણ કરતું. જરૂરિયાતવાળા વિદ્યાર્થીઓને નોટબૂકો, દિવાળી વખતે મીઠાઈનું વિતરણ વગેરે કાર્યો આ મંડળ ખૂબ જ પ્રેમથી કરતું.

બ્રહ્મલીન સ્વામી પવિત્રાનંદજીની મહાસમાધિ પછી પૂજ્ય સ્વામીજી અમદાવાદ આવીને સ્થિર થયા, ત્યારે કેશુકાકા પણ આશ્રમમાં આવીને રહ્યા હતા. બાર વર્ષ સુધી તેમણે અખંડ સેવા કરી. આશ્રમના લાલજી મહારાજની તેમના દ્વારા થતી સેવાનું દર્શન માણવાનો પણ લહાવો હતો. તેઓ શ્રીકૃષ્ણપ્રેમી હતા. આશ્રમના દ્વારે તેઓ સોનાની તિજોરી અને સોનાના તાળા સમાન હતા. તેમણે ઈહલોક અને પરલોક બંનેની સાધના અહીં કરી. સેવા અને સ્મરણસભર જીવન તેઓ જીવ્યા.

શનિવાર તા.૩ નવેમ્બરની સવારે ૧૧-૩૫ કલાકે તેમનું હાર્ટફેલ થવાથી દેહાવસાન થયું. તેઓ અજાતશત્રુ હતા. તેમની ખોટ પૂરી કરી શકાશે નહીં. તેઓ શ્રીગુરુચરણ અને ઈશ્વર શરણને પ્રાપ્ત થયા છે. તેમને હવે બીજો જન્મ નથી. તેમને મોક્ષ જ મળશે. ઠું શાંતિ.

સા વિદ્યા યા વિમુક્તયે

શ્રી હરિભાઈ કોઠારી

મુક્તિની આબોહવામાં માનવને વિચરતો કરી મૂકે તે જ સાચી વિદ્યા. અજ્ઞાન કે અવિદ્યા માનવના વિકાસને રુંધી નાખે છે. ‘ઋતે જ્ઞાનાત્ ન મુક્તિઃ’ અર્થાત્ ‘જ્ઞાન વગર મુક્તિ નથી’ એમ કહીને આચાર્ય શંકર પણ મુક્તિદાત્રી વિદ્યાનો મહિમા ગાય છે. મા સરસ્વતી વીણાધારિણી છે. સંગીતમાં માણસને સ્વસ્થ કરવાની ક્ષમતા છે. મા શારદાના હાથમાં માળા અને પુસ્તક છે. માળા ભક્તિનું પ્રતીક છે તો પુસ્તક જ્ઞાનનું. ભક્તિ અને જ્ઞાનનો સમન્વય માણસના સર્વાંગી વિકાસમાં સહાયક બને છે. ‘મોક્ષકારણ સામગ્ર્યા ભક્તિરેવ ગરીયસી’ એમ કહીને આચાર્ય, મોક્ષપ્રાપ્તિ માટેની કારણસામગ્રીમાં ભક્તિને શ્રેષ્ઠ ઠરાવે છે. ભાગવતમાં પણ ભક્તિના ખોળે બેઠેલા જ્ઞાનનો મહિમા ગાવામાં આવ્યો છે.

વિદ્યા મેળવેલો માણસ સૌથી પહેલાં તો ભયથી મુક્ત થવો જોઈએ. ‘અભય’ એ તો મા શારદા પાસેથી મળતું સૌથી શ્રેષ્ઠ વરદાન છે. સરસ્વતીના મંદિરમાં સૌ નિર્ભય મને વિચરતા હોય ! આપણાં પ્રાચીન તપોવનમાં વાઘ અને બકરી એક જ ઝરણા પર પાણી પીતાં, એવું વર્ણન વાંચવા મળે છે. વાઘના મનમાંથી પણ હિંસકવૃત્તિ દૂર થઈ જાય એટલો ઋષિના તપનો પ્રભાવ વાતાવરણમાં પ્રવર્તતો હતો. આવા તપસ્વાધ્યાયનિરત ઋષિની સરખામણીમાં, પોતાના સ્વલ્પ સ્વાર્થ કે અહંને પોષવા માટે પોતાના અનુયાયીઓને ઉશ્કેરી, વાતાવરણને કલુષિત કરનારા ગુરુઓ કેટલા વામણા અને હાસ્યાસ્પદ લાગે છે ! આવા કહેવાતા ‘ગુરુ’, પણ વાસ્તવમાં ‘લઘુ’ને ઉદ્દેશીને જ બકુલ રાવલે લખ્યું હશે કે,

‘એક મજાનો માણસ આજે થઈ બેઠો છે તાડ !

મારે ખેતર કોઈ ન આવે થઈ બેઠો છે વાડ !’

સાચા સારસ્વતને તો વિશ્વપરિવારમાં રસ હોય છે, સંકુચિત વાડામાં નહીં. વ્યાપકતામાં જીવન છે,

સંકુચિતતામાં મૃત્યુ !

દુષ્ટાંત રાજા જ્યારે એક મૃગનો શિકાર કરવા તેની પાછળ પાછળ કણવઋષિના આશ્રમ પાસે પહોંચે છે ત્યારે આશ્રમનું એક બાળક રાજાને અટકાવતાં કહે છે, ‘આ આશ્રમનું હરણ છે અને તેથી તે અવધ્ય છે !’ રાજા પોતાનું ધનુષ્ય પાછું ખેંચી લે છે. તપોવનનો એ છાત્ર રાજાને જણાવે છે કે ‘આર્તત્રાણાય વઃ શસ્ત્રં, ન પ્રહર્તુમનાગસિ’ અર્થાત્ ‘તમારા હાથમાં શસ્ત્ર આપવામાં આવ્યું છે તે પીડિતોના રક્ષણ માટે અને નહિ કે નિર્દોષને હણવાને માટે !’ ચક્રવર્તી રાજાને પણ ખોટું કરતાં અટકાવી શકે એટલી હિંમત, મા સરસ્વતીનું ધાવણ પીધેલાં એ બાળકોમાં હતી. પરંતુ આજે તો સત્યના પક્ષે હિંમતથી ઊભા રહેવાને બદલે ‘ગંગેકેંકેં’ કરતા પોમલા પંડિતો, વેવલા વિદુષકો કે ભણેલા ભાટોને જોઈને મા સરસ્વતીનું મસ્તક પણ શરમથી ઝૂકી જતું હશે !

મુક્તિદાતા વિદ્યાના ખોળામાં બેઠેલો માનવ પોતાનો મુક્ત અભિપ્રાય વ્યક્ત કરવામાં સંકોચ કે ભય અનુભવે તો એને ભણેલો કેમ કહી શકાય ? પોતાને શિક્ષિત માનતા પ્રત્યેક માણસે આત્મનિરીક્ષણ કરવાનો આ કાળ છે. ‘ન્યાયનીતિના માર્ગે ચાલતાં મારો સ્વાર્થ જોખમાશે, ભોગો ક્ષીણ થશે, માનમરતબો ઘટશે’ એવા બાલિશ ખ્યાલોથી માણસ સત્યપરાઙ્મુખ બને છે. સરસ્વતીનો કૃપાપ્રસાદ પામેલા માણસે આવા ક્ષુદ્ર વિચારોમાંથી શીઘ્રાતિશીઘ્ર મુક્ત થવું જોઈએ.

રાજર્ષિ ભર્તૃહરિએ લખ્યું છે કે, ‘નીતિનિપુણ માણસો નિંદા કરે કે સ્તુતિ કરે, લક્ષ્મી આવવાની હોય તો આવે અને જવાની હોય તો જાય, મરણ આજે આવે કે યુગાન્તર પછી આવે પરંતુ સાચો ધીરપુરુષ કદી ન્યાયના માર્ગથી એક ડગલું પણ ચલિત થતો નથી.’ નિંદાસ્તુતિથી વિચલિત થનારા, પ્રલોભનોની સામે

પામર થઈને ઝૂકી જનારા તેમ જ વાતવાતમાં ભયભીત થઈ જનારા લોકોનો જ્યારે રાફડો ફાટ્યો છે ત્યારે રાજર્ષિ ભર્તૃહરિનો ઉપરોક્ત બોધ વિશેષ ચિંતનીય બની રહે છે.

સાચા જ્ઞાનીને જન્મ, મરણ કે દુઃખનો ભય સતાવતો નથી. પોતાના જન્મને એ સત્કાર્ય કરવાની તક માને છે, મૃત્યુને એ ઈશમિલનનો અવસર ગણે છે તો દુઃખ એને જીવનઘડતરનું શિક્ષણ પૂરું પાડે છે. માનહાનિના ભયથી એ પીડાતો નથી તો પ્રિયજનવિયોગની વ્યથાથી એ હિજરાતો નથી. આત્મવિશ્વાસ અને ઈશવિશ્વાસથી યુક્ત એવો તે જીવિકાપ્રાપ્તિના બારામાં પણ નિશ્ચિત હોય છે.

વિદ્યા જેમ માણસને ભયમુક્ત કરે છે તેમ તેને વિકારમુક્ત પણ બનાવે છે. વિકાર નિર્માણ થવાનો પ્રસંગ આવે છતાં જે વિકૃત બનતો નથી તે જ સાચો વિદ્વાન. સમાધિસ્થ શુકદેવને ચલિત કરવાના સ્વર્ગીય અપ્સરા રંભાના બધા જ પ્રયત્નો વ્યર્થ નીવડે છે એ વાતનું ચિત્રણ ‘રંભા શુક સંવાદ’માં શંકરાચાર્યે ખૂબ જ સરસ રીતે કર્યું છે. જ્ઞાનરાણા શિવજી સામે કામનાં બાણ બોધાં નીવડે છે એ વાત કાલિદાસે ‘કુમારસંભવ’માં વર્ણવી છે. સ્વેચ્છાએ ઉપભોગાર્થે આવેલી અપ્સરા ઉર્વશીને અર્જુન મા કહીને નમસ્કાર કરે છે એમાં અર્જુનના શીલનાં દર્શન થાય છે. માનવીય મૂલ્યોને સ્વર્ગમાં પ્રસ્થાપિત કરી આવનાર અર્જુન ખરો સારસ્વત ગણાય.

વિદ્યા માનવને સંસ્કારે છે, સંસ્કૃત બનાવે છે. આવો સંસ્કૃત માનવ પછી વિકારોથી વિકૃત બનતો નથી. આજે ઘણા લોકો આપણને વિકૃત માનસનો ભોગ બનેલા જોવા મળે છે. એનો અર્થ તેઓ સાચી વિદ્યા પામ્યા નથી. કેવળ ભોગવાદી દૃષ્ટિ રાખનાર માણસોનાં મન સડી જાય છે. આવા સડી ગયેલા મનવાળા વૈદ્ય કે વકીલને લોકોક્તિમાં વેશ્યાની જોડે બેસાડવામાં આવ્યા છે. સામેના પક્ષ પાસેથી વધારે ફી લઈને પોતાના અસીલનો કેસ કોર્ટમાં લૂલો કરી નાખનાર વકીલ વેશ્યાથી પણ બદતર છે. તેવી જ રીતે પોતાના વ્યવસાયનાં પાવિત્ર્ય અને સેવાભાવને ભૂલીને જે

ડોક્ટર દર્દીનું યથેચ્છ શોષણ કરે છે તે માણસાઈની સીમાને વટાવી ગયેલો જ ગણાય.

કોઈને હાથ આપીને ઉપર લેવો એ સંસ્કૃતિ અને કોઈનો પગ ખેંચીને તેને પાડી નાખવો એ વિકૃતિ. સાચો વિદ્વાન કદી પરહનનમાં રાચતો નથી. એકલવ્યનો અંગૂઠો કાપવાની વિકૃત મનોદશાથી પીડિત દ્રોણ આજ સુધી એ વાત માટે કલંકિત રહ્યા છે. બીજાની લીટી ભૂંસવામાં નહીં, પોતાની લીટી લાંબી કરવામાં જ સાચા વિદ્વાનને રસ હોય છે. વિધ્વંસક વૃત્તિ માણસને એના પોતાના જ વિનાશ તરફ લઈ જાય છે જ્યારે સર્જનાત્મક વૃત્તિ અને રચનાત્મક પ્રવૃત્તિ માણસને ઉન્નતિના શિખરે પહોંચાડી દે છે.

ભય અને વિકારની જેમ વિદ્યા માનવને રોગમુક્ત પણ બનાવે છે. માણસને ગ્રસિત કરનારો સૌથી મોટો રોગ છે ચિંતાનો. ચિંતા માટે કહેવાયું છે કે,

‘ચિંતા સે ચતુરાઈ ઘટે, ઘટે રૂપ, ગુણ, જ્ઞાન,
ચિંતા બડી અભાગિની ચિંતા ચિતા સમાન !’

બિંદુ (અનુસ્વાર) રહિત ચિંતા મડદાને બાળે છે જ્યારે બિંદુસહિતની ચિંતા જીવતા મનુષ્યને બાળે છે. ચિંતાગ્નિમાં બળતો માણસ રાતદિવસ પરેશાન રહે છે. તેની ઊંઘ હરામ થઈ જાય છે, ભૂખ મરી જાય છે. પરિણામે તે પોતાનું સ્વાસ્થ્ય ગુમાવી બેસે છે.

વિદ્યામાં સમસ્યાઓને સુલઝાવવાની ક્ષમતા છે. જ્ઞાનપ્રકાશમાં જેની સમસ્યાઓ ઉકલી જાય છે તેવો માણસ નિશ્ચિત અને પરિણામે હળવો ફૂલ જેવો બની જાય છે. એ પોતે બોજાઓથી મુક્ત હોય છે અને એની હાજરીમાં અન્ય સૌ પણ મોકળાશ અનુભવે છે. આ રીતે વિદ્યાથી વિભૂષિત માનવ આ જગતમાં ‘જીવનમુક્ત’ રહીને વિચરે છે અને મુક્તિ તો એની સામે સદા હાથ જોડીને ઊભી રહે છે. આવા માનવના જીવનમાં આપણને ‘સા વિદ્યા યા વિમુક્તયે’ એ સૂત્ર સાકારિત થયેલું જોવા મળે છે.

‘સા વિદ્યા યા વિમુક્તયે’માંથી સાભાર

કોણ છે ભાગ્યવિધાતા ?

-ડૉ. હરીશ દ્વિવેદી

જી. ડી. બોર્ડમેન નામના એક ચિંતકે મનુષ્ય જીવન વિશે ખૂબ સરસ મજાની વાત કરતાં કહ્યું છે કે, તમે જે પ્રમાણેના વિચારોનાં બીજનું વાવેતર કરશો, એ તમારા કાર્યોમાં રૂપાંતરિત થશે. તમે જેવાં કાર્યો કરશો એ પ્રમાણે તમારો સ્વભાવ ઘડાશે, તમારા સ્વભાવ અનુસાર તમારું ચારિત્ર્ય ઘડાશે અને ચારિત્ર્ય પ્રમાણે તમારા ભાગ્યનું નિર્માણ થશે.

કેવી સુંદર વાત અહીં કરવામાં આવી છે. આપણાં જીવનના સમગ્ર કાર્યકલાપનો એમાં સમાવેશ થઈ જાય છે. વિચારશક્તિ માણસજાતને મળેલ એક મહામૂલી સોગાદ છે. પરંતુ આપણે મન તો એનું કોઈ જ મૂલ્ય નથી અને એટલે જ આપણાં વિચારો થકી આપણે દુઃખી થતાં હોઈએ છીએ. આપણાં રોજિંદા જીવનમાં પણ બધું બરાબર વ્યવસ્થિત ચાલતું હોય તો એમાં પણ હાથે કરીને દુઃખ, ચિંતા, નિરાશા, ઈર્ષ્યા, તિરસ્કાર અને અશાંતિ આપણે ઊભાં કરતાં હોઈએ છીએ. સાવ નાખી દેવા જેવી નકામી વસ્તુઓની ચિંતા પણ આપણે વહોરી લેતાં હોઈએ છીએ અને એ વિષયક ચાલુ થયા પછી બસ ચાલ્યા જ કરતું હોય છે. એટલા માટે જ એમનાથી ખૂબ સાવધાન રહેવાની જરૂર છે.

અહીં જે 'સાવધાન' શબ્દની વાત કરવામાં આવી એને જો યોગ્ય રીતે જીવનમાં અપનાવી શકીએ તો એ પૂરતું છે પછી બીજું કંઈ વિશેષ કરવાની કોઈ ખાસ આવશ્યકતા રહેતી નથી. આપણાં સહુનાં જીવનમાં એ મોટી કાંતિ લાવી શકે તેમ છે. આપણને આશ્ચર્ય થશે કે, બસ એક આટલો 'સાવધાન' શબ્દ જીવનમાં કઈ રીતે કાંતિ સર્જી શકે ? તો એને માટે એક સરસ મજાની વાત મને યાદ આવે છે.

આપણાં સંતોની પરંપરામાં ભક્ત નામદેવ મહારાષ્ટ્રના એક મોટાં સંત થઈ ગયા. સંતોની જેવી કથની તેવી કરણી હોય છે. એમનું જીવન એ જ એમનો ઉપદેશ હોય છે. સાવ સીધી અને સરળ ભાષામાં તેઓ લોકોને જીવન અને ધર્મ વિશેની સાચી સમજ આપતાં

હોય છે. તેઓ પોતાના સત્સંગની સુવાસ ચારે બાજુએ ફેલાવતા હોય છે. સંત-મહાત્મા આપણા જેવા જ સામાન્ય માણસ હોય છે, પરંતુ તેઓ બીજાના દુઃખી અને સંતપ્ત જીવનને પ્રેમના બે મીઠા શબ્દો દ્વારા શાંતિ પહોંચાડતા હોય છે. એટલા માટે તો કહેવામાં આવ્યું છે કે, 'શાંતિ પમાડે તેને તે સંત કહીએ.'

વૃક્ષની જેમ પોતે તડકો સહન કરી બીજાને છાંયો આપનાર આ સંતોએ પોતાના જીવનમાં તો અનેક વિડંબણાઓ, દુઃખો અને કષ્ટો સહન કર્યાં હોય છે. એમનાં જીવન વિશે એવું કહેવાય છે કે, જે પ્રસંગે આપણા માટે ધીરજ ધરવી મુશ્કેલ હોય છે. એવી કટોકટીની ક્ષણોએ એમણે ધૈર્ય રાખ્યું હોય છે. જ્યાં બોલીને કડવા થવું પડે એવા પ્રસંગોએ તેમણે કાં તો મૌન રાખ્યું છે અથવા તો મીઠાશ જાળવીને બોલ્યા છે અને સૌથી મોટી વાત તો એ છે કે, જ્યારે આપણા માટે મોઢું હસતું રાખવું મુશ્કેલ હોય છે, તેવી અણધારી ઉપાધિઓના પ્રસંગે પણ હસતા મોઢે જે કંઈ આવી પડે તેનો તેમણે સહર્ષ સ્વીકાર કર્યો છે, અને એટલા માટે જ તેઓ આપણા સહુથી એક મુઠ્ઠી ઊંચેરા માનવી બની 'સંત' કહેવાયા છે.

હાં, તો આપણે આવા એક સંત નામદેવની વાત કરતાં હતાં. જ્યાં તેઓ રોકાતા ત્યાં રાત્રે કીર્તન અને સત્સંગની વાતો કરતાં. ગામમાં એક ચોર રહે. એને નામદેવના કીર્તનમાં આવવાનું મન તો ઘણું થાય પણ એ ગભરાતો કે, જો હું સત્સંગમાં જઈશ તો નામદેવ મને ચોરી કરતા જરૂર અટકાવશે અને એ તો મારી રોજ-રોટીનો સવાલ છે. પછી હું કરું શું ? એકવાર દિવસે તે નામદેવને મળવા આવ્યો અને પોતાના મનની મૂંઝવણની વાત કરી.

હસતાં હસતાં નામદેવે કહ્યું, ભલા માણસ 'એમાં તું આટલો ગભરાય છે શાને ? ચોરી નહીં કરવા અંગે હું તને કોઈ ઉપદેશ આપીશ નહીં પરંતુ સત્સંગમાં તું જરૂરથી આવજે. ત્યાર પછી એ રોજ કથા-વાર્તામાં

જવા લાગ્યો. બે-ચાર દિવસ પછી એને થયું કે મારે આમાંથી કંઈક તો ગ્રહણ કરવું જ જોઈએ. એટલે સત્સંગ પૂરો થયા પછી એ સંત નામદેવની પાસે પહોંચ્યો. હાથ જોડીને કહે : બાપજી, તમારી અમૃતવાણી સાંભળવાની તો ખૂબ મજા આવે છે, તમે મને કાંઈક વ્રત જરૂરથી આપો, પરંતુ ચોરી બંધ કરવાનું કહેશો નહીં.’

નામદેવે કહ્યું કે, ભાઈ તારે જે કંઈ કરવું હોય તેની છૂટ છે - પરંતુ તું જે કંઈ કરે તે ખૂબ ‘સાવધાન’ થઈને કરજે અને હંમેશાં સાચું બોલજે.

ચોર પણ નામદેવની વાત સાંભળી ખુશ ખુશ થઈ ગયો. પોતે જે કંઈ કરે તે સાવધાન બનીને કરે અને જે કંઈ બોલે તે સાચું બોલે. એ વાત એણે સ્વીકારી લીધી. થોડા દિવસ પછી એ રાત્રે ચોરી કરવા નીકળ્યો. એ સમયે ત્યાંના રાજા પણ છૂપાવેશે બહાર ફરવા નીકળ્યા હતા. બંનેનો ભેટો થઈ ગયો. રાજાએ પૂછ્યું આટલી રાત્રે ભલા ક્યાં જઈ રહ્યો છે ?

ચોરને પોતાનું સાચું બોલવાનું વ્રત યાદ આવ્યું. એણે કહ્યું, ચોરી કરવા.

રાજાએ કહ્યું, હું તને એવી જગ્યા બતાવું કે એકવાર ચોરી કર્યા પછી જિંદગીભર તારે ચોરી કરવી પડે નહીં, પરંતુ એમાં તું મારો કેટલો ભાગ રાખીશ ?

ચોરે કહ્યું, અડધો ભાગ તારો.

રાજા તેને પોતાની તિજોરીના ખંડ સુધી લઈ ગયા અને પોતે બહાર ઊભા રહ્યા. ચોરે અંદર જઈ તિજોરી ઉઘાડી. અંદર મખમલથી જડેલ હાથીદાંતનો એક ડબ્બો હતો. ધીરે રહીને એણે એ ઉઘાડ્યો. તો અંદર ઝગારા મારતા ત્રણ અમૂલ્ય હીરા હતા. એણે વિચાર્યું કે મારે અડધો ભાગ આપી દેવાનો છે. એટલે બે હીરા લઈ એક હું રાખીશ અને બીજો બહાર ઊભેલ વ્યક્તિને આપી દઈશ. એટલે એક હીરો અંદર ડબ્બીમાં રાખી એ બહાર આવી ગયો.

બહાર આવી એક હીરો એણે રાજાને આપ્યો અને એક હીરો પોતે ઘેર લઈ જઈ નિરાંતે ઊંઘી ગયો.

રાજાએ વિચાર્યું કે ડબ્બામાં હીરા તો ત્રણ હતા. એક હીરો ગયો ક્યાં ? પેલો ચોર બે હીરા લઈ ગયો

હશે કે શું ? જે હશે તે રાજાએ જતાં પહેલાં ચોરની પાસેથી એના ઘરનું સરનામું લઈ લીધું હતું.

બીજા દિવસે રાજ્યના મુખ્યમંત્રીને બોલાવીને તિજોરીમાંથી હીરાનો ડબ્બો લઈ આવવાનો આદેશ આપ્યો. મંત્રી મહોદય ત્યાં જઈને જુએ તો તિજોરી ખુલ્લી છે. ડબ્બો ઉઘાડ્યો તો અંદર એક જ હીરો હતો. બે ચોરાઈ ગયા હતા. મંત્રીની દાનત બગડી- એણે હીરો પોતાના ખિસ્સામાં ધીરે રહીને સરકાવી દીધો. આવીને રાજાને તે જાણ કરે છે કે, ‘રાજા સાહેબ, ભારે અનર્થ થઈ ગયો. તિજોરીમાંથી બધા જ હીરા ચોરાઈ ગયા. આ સાંભળી રાજાને ભારે કુતૂહલ થયું.’

રાજાએ પોતાના સિપાહી મોકલી ચોરને બોલાવ્યો અને રાતની વાત કહી સંભળાવી. રાજાએ પૂછ્યા તે બધા જ સવાલના એણે સાચેસાચા જવાબ આપ્યા. રાજાને ખાતરી થઈ કે ચોર ખરેખર બે જ હીરા લઈ ગયો હતો. એમાંનો એક હીરો પોતાની પાસે હતો. બીજો ચોરની પાસે હતો, તો ત્રીજો હીરો ચોક્કસ મંત્રીની પાસે જ હોવો જોઈએ.

રાજાએ મંત્રીને કહ્યું, ‘ત્રીજો હીરો તમારી પાસે છે તે અહીં મૂકી દો.’ મંત્રીએ પોતાના ખિસ્સામાં સરકાવી દીધેલ હીરો ધીરે રહીને બહાર કાઢી મૂકી દીધો.

રાજા તો ચોરની સત્ય બોલવાની વાત ઉપર આફરીન થઈ ગયો. રાજાએ સાચું બોલનાર એ ચોરને પોતાના રાજ્યના મુખ્યમંત્રી બનવાનું આમંત્રણ આપ્યું.

ચોર કહે, રાજા સાહેબ, મારામાં એવી કોઈ લાયકાત નથી. આ બધો મારા ગુરુનો પ્રભાવ છે. પહેલાં મારે એમને પૂછવું પડે.

એ સીધો નામદેવની પાસે પહોંચ્યો. પ્રણામ કરી આખી વાત જણાવી. બે ઘડીના સત્સંગનું એ ફળ હતું. નામદેવે એનો સ્વીકાર કરવાની રજા આપી.

સંત નામદેવે કહ્યું તે પ્રમાણે આપણાં જીવનમાં આપણે જે કંઈ કરીએ એ ખૂબ સાવધાનીપૂર્વક કરીએ અને સાથે સત્ય બોલવાનો પણ આગ્રહ રાખીએ તો એ આપણાં કાર્યોમાં રૂપાંતરિત થઈ આપણા સ્વભાવ અને ચારિત્ર્યનું ઘડતર કરશે અને એ પ્રમાણેના આપણાં ભાગ્યનું નિર્માણ થશે.

પૂજ્યપાદ શ્રીમત્ સ્વામી ગહનાનંદજી મહારાજ
(પરમાધ્યક્ષ, શ્રીરામકૃષ્ણ મઠ-મિશન)નું મહાપ્રયાણ

શ્રીમત્ સ્વામી વિવેકાનંદજીના શિષ્ય યોગીરાજ તપસ્વી સંત સ્વામી વિરજાનંદજી મહારાજથી દીક્ષિત અને ૧૯૪૮માં સંન્યસ્ત પ્રાપ્ત શ્રીરામકૃષ્ણ મઠ અને મિશનના પરમાધ્યક્ષ પૂજ્યપાદ શ્રીમત્ સ્વામી ગહનાનંદજી મહારાજનું મહાપ્રયાણ ત્રીજી નવેમ્બરના રોજ બેલૂર મઠ ખાતે થયું.

શ્રીરામકૃષ્ણ મઠ-મિશનની પરંપરા તેમના સંતોને તેમનાં સંન્યસ્ત પૂર્વેનાં નામથી જ બોલાવવાની હોઈ પૂજ્ય સ્વામીજી નરેશ મહારાજના હુલામણા નામથી ઓળખાયા.

બંગાળના સીલેટ ગામમાં ધનાઢ્ય પરિવારમાં ઓક્ટોબર ૧૯૧૬માં આપનું પ્રાગટ્ય થયું હતું. શ્રી સ્વામી પ્રભાનંદજીના સત્સંગ પ્રભાવથી પ્રભાવિત અને શ્રીરામકૃષ્ણ વેદાંત મઠના અધ્યક્ષ તથા સ્વામી વિવેકાનંદજીના ગુરુભાઈ તથા ભગવાન શ્રી રામકૃષ્ણદેવથી દીક્ષિત સ્વામી અભેદાનંદજી મહારાજ પાસે તેમની મંત્રદીક્ષા થઈ હતી. ૧૯૩૯માં બાવીસ વર્ષની વયે તેઓએ ભુવનેશ્વર શ્રીરામકૃષ્ણ મઠમાં જોડાઈને વિશ્વબંધુત્વ સ્વીકાર કર્યું હતું.

શ્રીરામકૃષ્ણ મઠ-મિશનનું સેવાકાર્યનું ક્ષેત્ર અકલ્પનીય છે. તેમના કલકત્તા ખાતે સેવા પ્રતિષ્ઠાનમાં ૬૦૦ પથારીઓવાળી વિરાટ હોસ્પિટલ છે. ત્યાં કાર્યનિરત તૃતીય-ચતુર્થ વર્ગના કર્મચારીઓએ ખૂબ જ મોટો દુઃખદાયક વિપ્લવ કર્યો હતો. કદાચ એ સંસ્થા સદાને માટે બંધ કરવી પડે તેવી પરિસ્થિતિ સર્જાઈ હતી. પરંતુ સ્વામી ગહનાનંદજી મહારાજનાં ધૈર્ય, કુનેહ અને વિવેક તથા ચાતુર્યપૂર્ણ વહીવટથી આ સંસ્થા ફાલીફુલી અને હવે ત્યાં પોસ્ટ ગ્રેજ્યુએટ મેડિકલ કોલેજ પણ કલકત્તા યુનિવર્સિટી દ્વારા માન્યતા પ્રાપ્ત ચાલે છે, તે શ્રેય શ્રી નરેશ મહારાજને ફાળે જ જાય છે.

મહારાજશ્રીએ અલ્મોડા અદ્વૈત આશ્રમમાં દસ વર્ષ તપશ્ચર્યા કરી હતી. તેઓ શ્રીરામકૃષ્ણ મઠ-મિશનના ચૌદમા અધ્યક્ષ હતા. વિશ્વના અનેક દેશોમાં ભ્રમણ કરી એક લાખથી વધુ મુમુક્ષુઓને મંત્રદીક્ષાથી દીક્ષિત કર્યા હતા. તેમના મહાપ્રયાણે વિશ્વમાં એક વિરલ સંતની ખોટ ઊભી કરેલ છે. ઠું શાંતિ.

તાજપુરા નારાયણ બાપુનું મહાપ્રયાણ

દિવ્ય જીવન સંઘ, વડોદરા ખાતે ૬૬-૬૭ ફેબ્રુઆરીમાં અખિલ ભારતીય દિવ્ય જીવન પરિષદનું વિશાળ આયોજન થયું હતું. દિવંગત શ્રીરામભગત રાત્રે આઠથી બે વાગ્યા સુધી રામરસામૃતની વર્ષા કરતા. હરિકીર્તનની હેલી જામતી. પૂજ્યપાદ સદ્ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજ પણ આ પર્વે અઠવાડિયા માટે પધાર્યા હતા. આ ગુજરાત નિવાસ દરમિયાન પૂજ્ય ગુરુ ભગવાન શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજ, તાજપુરા શ્રીમત્ નારાયણ બાપુનાં દર્શને પણ ગયેલા. તેમનાં આશ્રમનાં દ્વારથી બાપુના નિવાસસ્થાન સુધી પૂજ્યશ્રી દંડવત્ પ્રણામ કરીને ગયેલા.

બાપુની વય ૧૦૦ વર્ષથી વધુ હતી. તેઓ માત્ર એક જ વખત ગાયના દૂધનો આહાર દિવસમાં એક વાર જ લેતા હતા. અઠવાડિયામાં એક જ વાર આવશ્યક કાર્ય માટે બહાર આવતા, બાકી માત્ર પૂનમના રોજ જ જાહેર દર્શન આપતા. બાપુ સિદ્ધ સાધક હતા. અનેક વર્ષોનાં મૌન, અનેક નેત્રયજ્ઞો, લક્ષ્મણજીલા ખાતેનું અનેક વર્ષોનું એકાંત, ભરૂચ નર્મદા તટે આશ્રમનું નિર્માણ અને ભક્તોને ‘હે પ્રભો આનંદ દાતા જ્ઞાન હમકો દિજીયે, શીઘ્ર સારે દુર્ગુણો કો દૂર હમસે કિજીયે’નું જ રટણ કરતા-કરાવતા.

નવેમ્બર અઠારમીએ બ્રાહ્મમુહૂર્તમાં ૧૦૩ વર્ષની વયે તેમનું મહાપ્રયાણ થયું છે. તેમની આ પૃથ્વી પરની ઉપસ્થિતિ અત્યાર સુધી સદેહે હતી, હવે તેઓ ગગન સદૃશ જ્યાં જ્યાં ભક્તો જેવા જેવા ભાવે તેમનું સ્મરણ કરશે, ત્યાં તેમને તેવા ભાવે કૃતાર્થ કરશે. એક ખૂબ જ વિશાળ ભક્ત સમુદાય તેમની પાછળ તેઓ મૂકતા ગયા છે. તેઓ કર્મભક્તિ અને જ્ઞાનની પવિત્ર શાંત સરવાણી હતા. ચિદાકાશ મહાકાશમાં લીન થયું છે. ઠું શાંતિ.

વૃત્તાંત

દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘ, અમદાવાદ : ઉત્સવોની પરંપરામાં નવેમ્બર મહિનાની સાતમી તારીખે ધનતેરસની સાંજે શિવાનંદ આશ્રમ અમદાવાદનાં પવિત્ર શ્રીશ્રી અષ્ટલક્ષ્મી ભવનમાં સામૂહિક શ્રીયંત્ર અને ધનપૂજા ખૂબ જ ધામધૂમ અને ભક્તોના ઉત્સાહ તથા ઉમંગ સાથે સમ્પન્ન થઈ. દિવાળીનો અન્નકૂટ અને દિવાળીની સાંજે શ્રીશ્રી મા અષ્ટલક્ષ્મીનું દર્શન અતિ વિરલ અને અદ્ભુત હતું. બપોરે ચાર વાગ્યે બોચાસણ અક્ષરપુરુષોત્તમ સ્વામિનારાયણ મંદિર શાહીબાગથી પૂજ્યપાદશ્રી ડોક્ટર સ્વામીજી મહારાજશ્રી પધાર્યા, તેમણે ખૂબ જ રાજીપો વ્યક્ત કર્યો. તેમની પધરામણીથી મંદિર અને આશ્રમ વધુ પાવન થયાં. પૂજ્યશ્રી પ્રમુખસ્વામીજી મહારાજશ્રી પધાર્યા હોય તેટલો રાજીપો સૌ ભક્તોએ અનુભવ્યો. દિવાળીની સાંજથી મોડી રાત સુધી હજારો ભક્તોએ અન્નકૂટ દર્શનનો લાભ લીધો. હજારેક ભક્તોએ પ્રસાદ લીધો અને અન્નકૂટમાં નિવેદિત સમગ્ર મિષ્ટાન્ન અને ફરસાણનાં આશરે દોઢેક કિલોનાં એક એક એવાં ૧૦૫૦ પ્રસાદ પેકેટ્સ બેસતા વર્ષે સાણંદ, બોપલ, આમલી, સોલા નિકટની ઝુંપડપટ્ટીમાં દરિદ્રનારાયણ સેવાર્થે વિતરણ કરવામાં આવ્યાં. ધનતેરસ અને દિવાળી નિમિત્તે લંડન, દિલ્હી સિવાય ગુજરાતભરમાંથી ભક્તો આશ્રમમાં આવીને રહ્યા, સૌએ શ્રી ગુરુ ભગવાન અને ભગવાન વિશ્વનાથ મહાદેવ તથા શ્રીશ્રી અષ્ટલક્ષ્મી માની કૃપાની અનુભૂતિ કરી.

અઢારમી તારીખે શ્રી હરનીશ શાહનો ષષ્ટ્યાબ્દી મહોત્સવ અને ડૉ. ટી.એન. જસાણી સાહેબનો અમૃત મહોત્સવ તથા શિવાનંદ યોગ કેન્દ્ર ઉસ્માનપુરાનું દિવાળી સ્નેહ મિલન તથા E.S.I.ના ડાયરેક્ટર ડૉ. નીતિન વોરા સાહેબના ગૃહપ્રવેશ-નવવંડીના ઉત્સવો પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીની ઉપસ્થિતિમાં ઉજવાયા.

દેવદિવાળીનો તુલસીવિવાહ આશ્રમમાં ધામધૂમથી ઉજવવામાં આવ્યો. આશ્રમના યોગવર્ગો, રેકીવર્ગો, અન્નદાન, દરિદ્રનારાયણ સેવા, યોગદ્વારા રોગ નિવારણ ઇત્યાદિ પ્રવૃત્તિ ખૂબ જ સુંદર રીતે ચાલે છે તેમ ચાલી.

ઉસ્માનપુરા શાખા અમદાવાદ : તા.૪-૧૧-૦૭ના રોજ ગુરુપાદુકા પૂજન જયશ્રીબેન ઠાકરના સાનિધ્યમાં થયું. બે બહેનોએ પૂજન કર્યું. રૂા.૨૫-૦૦ પાદુકાપૂજનમાં દક્ષિણા મળી.

તા.૧૮-૧૧-૦૭ના રોજ નવા વર્ષનું સ્નેહમિલન શિવાનંદ યોગ કેન્દ્ર ખાતે સાંજના પથી ૬ રાખેલ. ૫૦ જેટલા સભ્યો હાજર રહ્યા. પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીએ આશીર્વાદ આપ્યા અને યુવાનોને હાજર રહેવા આગ્રહ કર્યો. પ્રસાદ લીધો. શ્રી ખુશાલદાસ મકવાણાએ નૂતન વર્ષાભિનંદનનો સંદેશ આપ્યો. શ્રીમતી રજનીબેન અને શ્રીમાન સુરેશભાઈ

માલુ તરફથી પ્રસાદ આપવામાં આવ્યો. બધા સભ્યો સ્વામીજીના આશીર્વાદથી રાજી થયા.

લાખનઉ : છઠપૂજા-સૂર્યપૂજાના ઉત્સવમાં આશીર્વાદ આપવા લખનઉ ભોજપુરી સમાજના રાષ્ટ્રીય અધ્યક્ષશ્રી પ્રભુનાથરાય અને રામમનોહર લોહિયા હોસ્પિટલ લખનઉના સુપ્રસિદ્ધ વરિષ્ઠ કાર્ડિઓલોજિસ્ટ ડૉ. અનિલકુમાર શ્રીવાસ્તવજીના નિમંત્રણે પૂજ્ય સ્વામીજી બે દિવસના ભરચક કાર્યક્રમ માટે લખનઉ પધાર્યા હતા. પૂજ્ય સ્વામીજીની નિશ્રામાં નિઃશુલ્ક ધ્યાન, પ્રાણાયામ યોગ તથા રોગનિદાન-મેડિકલ કેમ્પ આયોજવામાં આવ્યો. પૂજ્ય સ્વામીજીના વરદ હસ્તે છઠમૈયા-સૂર્યપૂજા ઉપર આધારિત ચલચિત્ર 'હમ તોહરી શરણ હૈ માઈ'નું વિમોચન જાહેર જનતા માટે કરવામાં આવ્યું. આ પ્રસંગે ઉત્તરપ્રદેશના વિધાનસભા અધ્યક્ષ માનનીય સુખદેવ રાજભર, ઉત્તરપ્રદેશ સરકારના શહેરી વિકાસ મંત્રી શ્રી નકુલ દુબે, શ્રી ડી.વી. બોરા (એમ.પી.), શ્રી ઓ.પી. ત્રિપાઠી (પોલીસ કમિશનર), શ્રી વિનોદ વિહારી વર્મા (કમિશનર એન્ટી ટેરરીસ્ટ સ્કવોડ) તથા ફિલ્મ અભિનેત્રી રાની ચેટર્જી પણ ઉપસ્થિત રહ્યાં. લખનઉ દૂરદર્શને પૂજ્ય સ્વામીજીની ભેટવાતાનું વિશેષ પ્રસારણ કર્યું. નિઃશુલ્ક યોગશિબિર અને નિઃશુલ્ક ચિકિત્સા શિબિરનું ઉદ્ઘાટન લખનઉ મહાનગરપાલિકાના મહાપૌર દ્વારા કરવામાં આવ્યું. કીંગ જયોર્જ મેડિકલ યુનિવર્સિટીના ભૂતપૂર્વ કુલપતિ ડૉ. કે. એમ. સિંહના નેતૃત્વમાં હૃદયરોગ, સ્ત્રીરોગ, અસ્થિતંત્ર-હાડકાંના નિષ્ણાત, બાલરોગ, નેત્રરોગના વિશેષજ્ઞો અને તજજ્ઞો દ્વારા ૨૫૦૦થી વધુ રોગીઓની તબીબી તપાસ અને આવશ્યક દવાઓ, સારવાર આપવામાં આવી.

આ તમામ પ્રસંગે લખનઉ જિલાધીશ શ્રી શિવારામ મિશ્રા IAS પણ ઉપસ્થિત રહ્યા. પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી ૧૬ તથા ૧૭ નવેમ્બર બે દિવસ માટે પધાર્યા, દિવ્યજીવન સંઘ લખનઉના ઉપક્રમે પૂજ્ય સ્વામીજીની ઉપસ્થિતિમાં શ્રી ગુરુપાદુકા પૂજન અને સત્સંગ સમારંભ આયોજાયો.

દિલ્હી : લખનઉ જતાં આવતાં તા.૧૫ તથા તા.૧૭ની રાત્રે પૂજ્ય સ્વામીજી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનું દિલ્હી ખાતે રોકાણ થતાં દ્વારકા (દિલ્હીનો એક નૂતન વિકસિત વિશાળ વિસ્તાર-વસ્તી આશરે દસ લાખ) ખાતે છઠપૂજામાં પૂજ્ય સ્વામીજીના આશીર્વાદ, દર્શન અને સત્સંગનો લાભ મળતાં સમગ્ર ભોજપુરી સમાજ આનંદિત થયો. પૂજ્ય સ્વામીજી મહારાજનું ભોજપુરી ભાષામાંનું ઉદ્બોધન ખૂબ જ પ્રભાવિત રહ્યું. તા.૨૪મીની પૂજ્ય સ્વામીજી મહારાજનું હોટેલ કુતુબમાં આગમન થયું. તા.૨૬મીની સવારે સ્વામીજીએ હરિયાણા પ્રતિ પ્રયાણ કર્યું. અહીં પણ ભક્તોએ પૂજ્ય

સ્વામીજીનાં દર્શન અને સત્સંગનો લાભ લીધો.

પાનીપત : શ્રીમત્ સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનો સત્સંગ શ્રીરામશરણમ્ ખાતે રદ્દમીને સોમવારની વહેલી સવારે આયોજાયો. વિશાળ સંખ્યામાં ભક્તો પૂજ્ય સ્વામીજીનાં દર્શન અને સત્સંગમાં ઊભરાયા. સ્વામીજી મહારાજ શ્રી ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજના પરમભક્ત શ્રી પરમાનંદ મનોયા સાહેબ અને ડૉ. ભારત મનોયાને ત્યાં, તેમનાં માતાજીનાં દર્શને પણ ગયા. તેઓ કેન્સરથી પીડિત છે. પૂજ્ય સ્વામીજીએ તેમને માટે પ્રાર્થના કરી.

કરનાલ : કર્ણયોગ એસોસિયેશન અને શ્રી રઘુવીર સનાતન ધર્મસભા દ્વારા સંયુક્તપણે આયોજિત જાહેર સત્સંગમાં તા.૨૬ નવેમ્બરના રોજ પૂજ્ય શ્રીચરણ યોગીરાજ સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીનું ‘આધુનિક જગતમાં અધ્યાત્મ વિચારની આવશ્યકતા’ વિષય પર સાંજે સાતથી સાડા આઠ સુધી ખૂબ જ મનનીય પ્રવચન થયું. પ્રશ્નોત્તરીનો કાર્યક્રમ ખૂબ જ રસપ્રદ રહ્યો. વેદાંત મઠના અધ્યક્ષ સ્વામી અમરીકદેવજી મહારાજ અધ્યક્ષસ્થાને બિરાજ્યા. શહેરના લીબર્ટીપુરમ્ (લીબર્ટી શુઝ ઈન્ડસ્ટ્રીઝ) તથા ઈતર ઈન્ડસ્ટ્રીયલ હાઉસની મુલાકાતે પણ પૂજ્ય સ્વામીજી મહારાજને નિમંત્રિત કરવામાં આવ્યા. શહેરના સુપ્રસિદ્ધ લોયર અને કર્ણયોગ એસોસિયેશનના પ્રમુખ માનનીય શ્રી સતીષ ગોયલ સાહેબ દ્વારા સમગ્ર કાર્યક્રમનું આયોજન કરવામાં આવ્યું.

યમુનાનગર : તા.૨૭મી નવેમ્બરની સવારે લક્ષ્મી ઈન્ડસ્ટ્રીઝ ખાતે પૂજ્યશ્રી ગુરુમહારાજ ભગવાન સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજના ભક્ત શ્રી વાસુદેવજીને ત્યાં સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીના પવિત્ર પગલાં થયાં. ભક્તોને ત્યાં પધરામણી ઉપરાંત સાંજે શહેરની વેદાંત સભા યમુનાનગર રોટરી ક્લબ તથા દયાનંદ આર્ટ્સ એન્ડ સાયન્સ કોલેજમાં પૂજ્ય સ્વામીજી મહારાજનું મંગળ પ્રવચન થયું.

અંબાલા : ગુરુવાર તા.૨૮મી નવેમ્બરની સવારે પૂજ્ય ગુરુ ભગવાન શ્રીમત્ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજના શિષ્ય ડૉ. ઓમપ્રકાશ શર્માજીનાં નવનિર્મિત ભવન ‘ઝંપ્રેમ’નો ગૃહપ્રવેશ વિધિ પૂજ્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ દ્વારા સમ્પન્ન થયો. આ પ્રસંગે નવચંડી યજ્ઞ તથા સાંજે દિવ્ય જીવન સત્સંગ ભવન ખાતે સંત સમાગમ પણ આયોજાયા.

લુધિયાના : શ્રીમતી દર્શન જૈન અને શ્રી રાજકુમાર જૈનનો પરિવાર શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનો ભક્ત પરિવાર છે. આ પરિવારનો પૂજ્ય સ્વામીજી સાથે ૩૨ વર્ષ જૂનો સંબંધ છે. તેમના આગ્રહે પૂજ્ય સ્વામીજી દર વર્ષે અત્રે ત્રણ ત્રણ દિવસ માટે વર્ષમાં બે વાર પધારે છે. કમિશનર હાઉસ સામે શ્રી રાજકુમાર જૈન સાહેબને ત્યાં પૂજ્ય સ્વામીજીની પધરામણી એટલે દીપોત્સવી ઉત્સવ, સવારથી સાંજ સુધી ભક્તો દર્શન માટે આવ્યા. અધ્યાત્મ-આનંદ વરતાયો. પૂજ્ય સ્વામીજી મહારાજ અત્રે નવેમ્બર ૨૯, ૩૦ અને ડિસેમ્બરની ત્રીજી તથા ચોથી મધ્યાહન સુધી રહ્યા.

હરિદ્વાર : શ્રીશ્રી મા આનંદમયી માના પટમા સંયમ

સપ્તાહમાં વ્રતીરૂપે ભાગ લેવા સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ કનખલ હરિદ્વાર તા.૧૯ નવેમ્બરના રોજ પધાર્યા. સવાર અને બપોરના ધ્યાન સિવાય પૂજ્ય સ્વામીજી મહારાજનાં પૂજ્યા શ્રીશ્રી મા આનંદમયીમા સાથેનાં સંસ્મરણો- ‘આનંદ વાર્તા’ દરરોજ સાંજે ૫.૦૦થી ૫.૩૦ સુધી આયોજાયાં.

શ્રી પરમાનંદ ભંડારનાં વેદાંત સંમેલનમાં પણ પૂજ્ય સ્વામીજી છેલ્લાં બત્રીસ વર્ષથી પધારે છે. તદુપરાંત ભારત હેવી ઈલેક્ટ્રિકલ્સ લી. ‘ભેલ’નાં સનાતન ધર્મ સભાભવનમાં પૂજ્ય સ્વામીજીનાં સુંદરકાંડ પર પ્રવચનો-સત્સંગ થયા. હરિદ્વાર નિવાસ દરમિયાન મોડી રાત્રે અનેક ભક્તોને ત્યાં પણ પૂજ્ય સ્વામીજીએ પધરામણી કરી, સત્સંગ-દર્શનનો લાભ આપ્યો.

દિવ્ય જીવન સંઘ ટ્રસ્ટ, સુરેન્દ્રનગર શાખા : આ શાખા દ્વારા ઓક્ટોબર-નવેમ્બર ૨૦૦૭થી પરિવાર પત્રિકાનું પ્રકાશન શરૂ થયું છે. તેમાં પ્રકટ થયેલ સમાચાર સંક્ષિપ્તમાં અત્રે રજૂ કરવામાં આવેલ છે.

તા.૨૮-૯-૨૦૦૭ના રોજ હૃષીકેશ શિવાનંદ આશ્રમથી પૂ. શ્રી સ્વામી પદ્મનાભાનંદજી મહારાજ, પૂ.શ્રી સ્વામી ધર્મનિષ્ઠાનંદજી મહારાજ તથા ટ્રસ્ટી પૂ.શ્રી સ્વામી ત્યાગવૈરાગ્યાનંદજી મહારાજ પધાર્યા અને તેઓની મંગલમય ઉપસ્થિતિમાં સાંજના ૫-૩૦થી ૬-૩૦ સુધી સત્સંગ થયો તથા તેઓના વરદ હસ્તે શાખાના કાર્યાલયમાં કાષ્ટ કોતરણીવાળા નવા મંદિરનું ઉદ્ઘાટન થયું તથા પૂજ્યપાદ ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજ, ગુરુદેવશ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી મહારાજ તથા પૂ.પાદશ્રી સ્વામી કૃષ્ણાનંદજી મહારાજનાં વિશાળ ચિત્રપટો ગોઠવાયાં હતાં તથા ભગવાન શ્રીરામ, શ્રીકૃષ્ણ અને ભગવાન સદાશિવનાં પૂજન થયાં. ત્યાર બાદ સાંજે ૬-૩૦થી ૮-૦૦ કોઠારી બાલમંદિરના ખંડમાં પૂજ્યશ્રીઓનાં જાહેર પ્રવચન સંપન્ન થયાં.

આ ઉપરાંત શાખાના નિયમિત કાર્યક્રમ રૂપે

(૧) દર એકાદશીના દિવસે ગૌસેવામાં ગાયોને ઘાસ નીરવામાં આવે છે.

(૨) દર શનિવારે સુંદરકાંડના પાઠ થાય છે.

(૩) દરરોજ સાંજે ૬-૦૦થી ૭-૩૦ પ્રાર્થના, ધૂન, રામાયણ-શિવપુરાણનું પઠન થાય છે.

(૪) દર રવિવારે શાખાના ઉપપ્રમુખ શ્રી દિલીપભાઈ કારીયા દ્વારા રામચરિત માનસની ચિંતનિકાનો કાર્યક્રમ યોજાય છે.

ઓક્ટોબર તા.૬ના એકાદશીના રોજ પૂજ્યપાદ ગુરુદેવના સુસ્વાસ્થ્ય માટે બહેનો દ્વારા સત્સંગ કરવામાં આવ્યો.

તા.૩૦-૯-૦૭થી ૨-૧૦-૦૭ હેડક્વાર્ટરથી પધારેલ પૂ.શ્રી સ્વામી પદ્મનાભાનંદજી મહારાજ, પૂ.શ્રી સ્વામી ધર્મનિષ્ઠાનંદજી મહારાજ તથા પૂ.શ્રી સ્વામી ત્યાગવૈરાગ્યાનંદજી મહારાજની પ્રેરક ઉપસ્થિતિમાં કરનાળી નર્મદામૈયાના તટે ધ્યાન-યોગ શિબિર યોજાઈ હતી જેમાં શાખાના સભ્યોએ ભાગ લઈ ધન્યતા અનુભવી.

ટાઈટલ-૪

ઘૈર્ય અને દિવ્ય જીવન

આ વિચિત્ર જગતમાં, ધાર્મિક માણસો દુઃખી અને ગુંડાઓ સમૃદ્ધ થતા જોવા મળે છે. તેથી આ વિશ્વમાં ઊલટું પ્રમાણ ચાલતું દેખાય છે. માણસ સ્વભાવે ઉતાવળિયો છે. તે તરત જ પરિણામ જોવા માગે છે. ‘આત્માના રાજ્યમાં કાર્યોની પ્રતિક્રિયાઓ તરત જ જોવા મળતી નથી, પરંતુ તે મોટા ભાગે ગુપ્ત રહેતી હોય છે.’ તેથી ઘૈર્ય રાખો.

- સ્વામી ચિદાનંદ

ટાઈટલ-૪

ભગવાન માટે ઝૂરો

એક વાર જીસસ દરિયાકિનારે ફરી રહ્યા હતા, ત્યારે એક ભક્ત ત્યાં આવ્યો અને તેણે જીસસને પૂછ્યું : ‘ભગવન્ ! મનુષ્ય ભગવાનને કેવી રીતે મેળવી શકે ?’ જીસસ તો તે માણસને પકડીને સીધા જ દરિયામાં ચાલવા માંડ્યા અને તેને દરિયામાં ઝબોળી થોડી વાર ડુબાડી રાખ્યો. પછી તેને બહાર કાઢીને પૂછ્યું : ‘તને કેવું લાગ્યું ?’ ભક્તે કહ્યું : ‘મને તો એવું લાગ્યું કે મારો અંતકાળ આવી ગયો !’ તે ઉપર જીસસે કહ્યું : ‘જો તારું હૃદય ભગવાન માટે અંતકાળની માફક ઝૂરશે, ત્યારે તને પિતા-ભગવાન મળશે.’

- સ્વામી શિવાનંદ