



તાઈવાન ખાતે પાતંજલ યોગદર્શન શિબિરના શિબિરાર્થીઓ સાથે શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી (જૂન ૫ થી ૧૨, ૨૦૧૩)



પોલીસ અકાદમી, કરાઈ ખાતે તાલીમ શિબિરની પૂર્ણહુતિ પ્રસંગે સંબોધતા શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી (તા. ૧૩-૬-૨૦૧૩)



ઉત્તરાખંડની કુદરતી આપદામાં જીવમાત્રને પહોંચેલ હાનિ-વ્યાધિમાં પ્રાર્થના જ સહારો સૌને પ્રાર્થના અને મૌનમાં મગ્ન કરાવતા શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી (તા. ૨૬-૬-૨૦૧૩)

ભગવાનની શરણાગતિ સ્વીકારો

જો તમે સંપૂર્ણ રીતે કશું જ બાકી રાખ્યા વિના પ્રભુની શરણાગતિ સ્વીકારો તો તમારા જીવનની પ્રત્યેક પળ, તમારું દરેક કર્મ અને મનની દરેક હલચલ દેવાપરણ થઈ જશે. તમે તેમના અને માત્ર તેમના માટે જ જીવશો. જ્યારે શરણાગતિ સંપૂર્ણ હશે ત્યારે ભગવાન ભક્તની સંપૂર્ણ સંભાળ પોતે જ લેશે અને તેનાં યોગક્ષેમ પોતે જ સંભાળશે. - સ્વામી શિવાનંદ

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

દિવ્ય જીવન



વાર્ષિક લવાજમ : રૂ. ૧૫૦/- • વર્ષ - ૧૦, અંક - ૭-૮ જુલાઈ-ઓગસ્ટ-૨૦૧૩

Postal Registration No. GAMC 1417/2012-2014 Valid up to 31-12-2014 RNI No. GUJGUJ/2003/15738
Published on 4th of every month and Posted on 5th of every month at PSO, Ahbad-2. Annual Subscription Rs.150/-

॥ શ્રીગુરવે નમઃ ॥
ગુરુપૂર્ણિમા - ૨૨ જુલાઈ



કલ્યાણપુષ્ટિ હવેલી ખાતે વરિષ્ઠ નાગરિકોને જીવનસંઘ્યાએ ભજન-કીર્તનમાં વ્યસ્ત રહેવા ઉપદેશ આપતા શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી (તા. ૧૮-૬-૨૦૧૩)

જપ દ્વારા પ્રકૃતિ ઉપર વિજય

જીવનભર સંકલ્પો સાથે જીવો. તમારી આંતરિક અને બાહ્ય પ્રકૃતિને જીતો. તમારાં ગુપ્ત વિરોધી દુષ્ટ બળો સાથે જપ અને ધ્યાન દ્વારા લડો. હંમેશાં ઉચ્ચ આધ્યાત્મિક જ્ઞાનનાં ક્ષેત્રોમાં ઊડો.

- સ્વામી શિવાનંદ

જન્માષ્ટમી
તા. ૨૮-૮-૨૦૧૩



રોટરી ક્લબ અમદાવાદ-મેટ્રો ખાતે આયોજાયેલ પ્રશસ્તિ પ્રદાન સમારંભમાં પૂજ્ય સ્વામીજી અને અધ્યક્ષ: શ્રીમતી મનીષા શાહ, સચિવ ડો. ભદ્રેશ શાહ, ડો. શશાંક રાઠોડ અને શ્રી આશિષ દેસાઈ (તા. ૧૩-૬-૨૦૧૩)



નોટબુક વિતરણ-૨૦૧૩ 'ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ'

શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની પ્રેરણાથી પ્રકાશિત દિવ્ય જીવન

વર્ષ : ૧૦

અંક : ૭-૮

જુલાઈ-ઓગસ્ટ-૨૦૧૩

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

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 :
શ્રી યજ્ઞેશભાઈ દેસાઈ
ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ
શિવાનંદ આશ્રમ,
જોધપુર ટેકરી, સેટેલાઈટ માર્ગ,
અમદાવાદ-૩૮૦૦૧૫
ફોન : ૨૬૮૬૧૨૩૪
ટેલિફેક્સ : ૨૬૮૬૨૩૪૫

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

લવાજમ

ભારતમાં	
વાર્ષિક લવાજમ	: રૂ. ૧૫૦/-
શુભેચ્છક લવાજમ	: રૂ. ૧૫૦૦/-
(૧૫ વર્ષ માટે)	
પેટ્રન લવાજમ	: રૂ. ૩૦૦૦/-
છૂટક નકલ	: રૂ. ૧૫/-
વિદેશ માટે (એર મેઈલ)	
વાર્ષિક (એર મેઈલ)	: રૂ. ૧૮૦૦/-
શુભેચ્છક લવાજમ	: રૂ. ૧૫૦૦૦/-
(૧૫ વર્ષ માટે) ચેક/ડ્રાફ્ટ (અમદાવાદ) દ્વારા	

ॐ

આદાવન્તે ચ મધ્યે ચ જનો યસ્મિન્ન વિદ્યતે ।
યેનેદં સતતં વ્યાસં સ દેશો વિજનઃ સ્મૃતઃ ॥
કલનાત્સર્વભૂતાનાં બ્રહ્માદીનાં નિમેષતઃ ।
કાલશબ્દેન નિર્દિષ્ટો હ્યખણ્ડાનન્દ અદ્વયઃ ॥
સુખેનૈવ ભવેદ્યસ્મિન્નજસ્રં બ્રહ્મચિન્તનમ્ ।
આસનં તદ્વિજાનીયાન્નેતરત્સુખનાશનમ્ ॥

અપરોક્ષાનુભૂતિ: ૧૧૦, ૧૧૧, ૧૧૨

જેમાં આદિમાં, મધ્યમાં ને અંતમાં જન વિદ્યમાન નથી, (ને) જેનાથી આ (જગત) સર્વદા વ્યાપેલું (છે) તે દેશ વિજન એટલે જનરહિત (સર્વ દૃશ્યથી રહિત) કહેવાયો છે.

નિમેષથી (માંડીને) બ્રહ્માદિ સર્વ ભૂતોની ગણનાથી (તે બધાના આયુષના આધારથી) અખંડાનંદરૂપ અને અદ્વિતીય (આત્મા જ) કાલ શબ્દથી કહેવાયો છે.

જેમાં સુખપૂર્વક જ નિરંતર બ્રહ્મનું ચિંતન થાય છે તેને આસન જાણવું; (હઠયોગમાં કહેલું) બીજું સુખનો નાશ કરનાર તે આસન નથી.

શિવાનંદ વાણી

ભેત્રી : નમ્રતાની મૂર્તિ ઈશ્વરચંદ્ર વિદ્યાસાગર ડૉ. મોઉતના મિત્ર હતા. મોઉતે ઈશ્વરચંદ્રને એક અંગ્રેજ કેપ્ટન બેંકને સંસ્કૃત, બંગાળી અને હિન્દીમાં પાઠો આપવાનું કહ્યું. પાઠો પૂરા થયા ત્યારે કેપ્ટને ઈશ્વરચંદ્રને રૂ.૫૦ લેખે પગાર આપવાનું કહ્યું. વિદ્યાસાગરે કહ્યું : 'ના, તમે ડૉ. મોઉતના મિત્ર છો અને તે મારા મહાન મિત્ર છે. મેં તમને તેમની વિનંતીથી પાઠો આપ્યા છે. હું મારા મિત્રના મિત્ર પાસેથી ફી નહિ લઉં.' હા, તે વખતે વિદ્યાસાગર ઘણા ગરીબ હતા અને પૈસા તેમને માટે ઘણા જરૂરી હતા.
- સ્વામી શિવાનંદ

પ્રકાશક-મુદ્રક : અરુણ દેવેન્દ્ર ઓઝા, માલિક : ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ વતી, પ્રિન્ટ વિઝન પ્રા. લિ., પ્રિન્ટ વિઝન હાઉસ, માંબાવાડી, અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૦૬ પ્રેસ ખાતે છપાવી શિવાનંદ આશ્રમ, જોધપુર ટેકરી, સેટેલાઈટ, અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૧૫થી પ્રકાશિત કર્યું.

અનુક્રમ

૧. શ્લોક - આત્મબોધ	શ્રીમદ્ આદિ શંકરાચાર્ય	૩
૨. અનુક્રમ, તહેવાર સૂચિ		૪
૩. સંપાદકીય	સંપાદક	૫
૪. શૈવપંથ-૩	ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી	૭
૫. સાચો સંન્યાસ	શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી	૧૧
૬. પૂર્ણપુરુષોત્તમ-ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ	શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી	૧૪
૭. સ્વામી શિવાનંદની સિદ્ધિ	શ્રી સ્વામી ચિન્મયાનંદજી	૧૫
૮. ભક્તિ સરિતાના અનેક ઘાટ	શ્રી સ્વામી ગોવિંદદેવગિરિજી	૧૬
૯. ધ્યાનને અસર કરનારાં પરિબળો	શ્રી સ્વામી નિખિલેશ્વરાનંદજી	૧૯
૧૦. સંન્યાસી જીવનના પ્રથમ દિવસો	શ્રી સ્વામી રામ	૨૩
૧૧. સમાધિમરણ	શ્રીમદ્ રાજચંદ્ર	૨૫
૧૨. હઠીલા ડાઘને પણ દૂર કરનાર	શ્રી વિજય રત્નસુંદરસૂરીશ્વરજી	૨૬
૧૩. ગુરુ-સેવા	ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી	૨૭
૧૪. યોગ અને આરોગ્ય	શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી	૨૮
૧૫. શિવાનંદ કથામૃત	ગુરુદેવના સંન્યાસી શિષ્યો	૩૨
૧૬. ઉત્તરાખંડની હોનારત-પ્રકૃતિનો પ્રકોપ	શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી	૩૫
૧૭. શ્રી નારાયણ આશ્રમ, હિમાલય	શ્રી ગૌતમ ઠાકર	૩૬
૧૮. ભગવાન યોગેશ્વર	શ્રી પરમાનંદ ગાંધી	૩૮
૧૯. અમૃતપુત્ર-૧૯	શ્રીમતી રાજલક્ષ્મી દેશપાંડે	૪૦
૨૦. કોર્ટિભામરીદેવી-બાગેશ્વર	શ્રી ભાણદેવજી	૪૪
૨૧. જપનો મહિમા	ફાધર વાલેસ	૪૭
૨૨. ભક્તિગંગાને તીરે	શ્રીમતી જ્યોતિબહેન થાનકી	૫૦
૨૩. ભસ્મની પ્રસાદી	શ્રી કાન્તિલાલ કાલાણી	૫૩
૨૪. વૈષ્ણોદેવી યાત્રા	હરકાન્તભાઈ વચ્છરાજાની	૫૬
૨૫. વૃત્તાંત		૫૭
૨૬. નોટબુક વિતરણ		૫૯

તહેવાર સૂચિ

જુલાઈ, ૨૦૧૩

તા.	તિથિ (જેઠ વદ)	
૩	૧૧ એકાદશી	
૫	૧૩ પ્રદોષ પૂજા	
૭/૮	૩૦ અમાવાસ્યા	
૮	૩૦ સોમવતી અમાવાસ્યા	
(અષાઠ સુદ)		
૧૭	૯ દક્ષિણાયન શરૂ	
૧૯	૧૧ હરિશયની એકાદશી	
૨૦	૧૨ પ્રદોષ પૂજા, શ્રી વામન પૂજા, ચાતુર્માસિ પ્રત શરૂ	
૨૨	૧૫ પૂર્ણિમા, શ્રી ગુરુપૂર્ણિમા, શ્રી વ્યાસપૂજા, શ્રી ગુરુપૂજા	
(અષાઠ વદ)		
૩૧	૧૦ પૂજ્યશ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની ૫૦મી પુણ્યતિથિ આરાધના સંવત્સરી	
ઓગસ્ટ, ૨૦૧૩		
૨	૧૧ એકાદશી	
૪	૧૩ પ્રદોષ પૂજા	
૬	૩૦ અમાવાસ્યા	
(શ્રાવણ સુદ)		
૧૧	૫ નાગપાંચમ	
૧૩	૭ શ્રી તુલસીદાસ જયંતી	
૧૭	૧૧ એકાદશી	
૧૮	૧૨ પ્રદોષ પૂજા	
૨૦/૨૧	૧૫ રક્ષાબંધન, પૂર્ણિમા	
(શ્રાવણ વદ)		
૨૮	૮ શ્રીકૃષ્ણ જયંતી	

દિવ્ય સ્કુલિંગ

સંતનો મહિમા : સંતનો સ્વભાવ અપમા છે. તેમને તમારી અલ્પ બુદ્ધિથી ન માપો. તમારા અજ્ઞાનની મર્યાદિત માપપટ્ટીથી તેમના દિવ્ય સ્વભાવને ન માપો. સંત-સાધુ પાસે દિવ્ય પ્રકાશ હોય છે; ભગવાનનું સીધું અને ત્વરિત દર્શન તથા દૃષ્ટ અને અદૃષ્ટ વસ્તુઓનું જ્ઞાન હોય છે. તે સર્વોચ્ચ અર્થમાં શાંત અને પૂર્ણ હોય છે. તે મૃત્યુથી પર હોય છે. તે અવિનાશી સાથે એકરૂપ હોય છે.

- સ્વામી ચિદાનંદ

સંપાદકીય

ગુરુપૂર્ણિમાને વ્યાસપૂર્ણિમા પણ કહેવામાં આવે છે. વ્યાસનો અર્થ જ વિશાળ થાય. ગીતા વ્યાસને ‘વ્યાસ વિશાલબુદ્ધઃ’ ‘વિશાળ બુદ્ધિવાળા’ એવું વિશેષણ આપે છે. ગુરુપૂર્ણિમા એટલે ગુરુ મહિમા, ગુરુપૂજનનો કે વ્યાસપૂજનનો પવિત્ર દિવસ.

આપણા શ્રી સદ્ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજ સદ્ગુરુદેવ એટલે કહેવાયા કે ઈશ્વરની કરુણા, પ્રભુની ક્ષમા અને પરમાત્માનું ગૌરવ તેઓ ધરાવતા હતા. તેમણે તપ કર્યું. ગહન સાધના કરી, ઈશ્વરસાક્ષાત્કાર કર્યો. આ તપ, સાધના અને ઈશ્વરસાક્ષાત્કારના પ્રતાપે તેમની અંદર જ્ઞાનનો જે સ્ત્રોત પ્રગટ્યો તે તેમણે તેમનાં ૩૧૦થી વધુ પુસ્તકોમાં પ્રગટ કર્યો. તેઓ ઉદાર હતા તો અધ્યાત્મ પક્ષે કોઈ દુરાચાર આદરે તો તેને પણ કરુણાથી યોગ્ય માર્ગે વાળવા તેમના ચારિત્ર્યબળમાં ઓજસૂ હતું.

તેમની આત્મકથામાં તેમણે વ્યર્થ વિવાદમાં ન પડતાં સમયનો સદુપયોગ સેવા, પરોપકાર, ધ્યાન, ભજન કે સ્વાધ્યાયમાં કરવાની હાકલ કરી છે.

ઈ.સ. ૧૯૩૭માં કોઈ એક વ્યક્તિ બીજી કોઈ વ્યક્તિ માટે બેહૂદું લખાણ છાપીને પંજાબના એક સુપ્રસિદ્ધ આશ્રમને બદનામ કરવા માટે પ્રયત્ન કરતી હતી. શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજે તેને આ પ્રમાણે પત્ર લખ્યો હતો-

‘મને સમાચાર મળ્યા છે કે તમે એક પત્રિકા છપાવીને પંજાબના એક આશ્રમને આડકતરી રીતે બદનામ કરવાનો પ્રયત્ન કર્યો છે. તમારે આમ નહીં કરવું જોઈતું હતું. આ અસભ્યતા છે. જૂની વાતોને ભૂલી જાઓ. સંન્યાસી માટે આ પ્રવૃત્તિ સારી નથી. છીછરા મન અને વિચારવાળા ગૃહસ્થ જ આવું હલકું કામ કરી શકે. સંન્યાસ એટલે તો ગૌરવનો વિષય છે. ભવિષ્યમાં ફરીથી આવી પ્રવૃત્તિ હાથ ધરશો નહીં. તમો મારા શિષ્ય કહેવાતા હોવાથી આ પ્રવૃત્તિની સીધી મારા ઉપર અસર થાય છે. તમારું સ્વાસ્થ્ય તો સારું છે ને?’

‘હું ઈચ્છું કે જેઓ મારા શિષ્યો હોય તે પારકી પંચાતમાં ન પડે. પોતાની શક્તિ અને સમયનો ઉપયોગ બીજા લોકોને નીચા દેખાડવામાં ન વેડફે. હું સદા એવું ઈચ્છું કે મારા શિષ્યો ઉદારચરિત હોય; સહનશીલ, ક્ષમાવાન હોય.’

‘અકારણે થોડો પણ ઊહાપોહ થશે તો તમારું પોતાનું જ કામ બગડશે. શાંત રહો અને એકાગ્ર મનથી સાધના કરો. કોઈ પણ લોકો સાથે સંબંધો બાંધવાની પળોજણ કરશો નહીં. બધું શાંતિપૂર્ણ સંપન્ન થાઓ. કડવાહટ ભૂલી જાઓ. તમો હજુ નબળા છો. તમો હજુ પણ શબ્દોના આડંબર અને માયાજાળમાં ફસાઈ જાઓ છો. અડગ રહો. વિચલિત ન થઈ જાઓ. ‘જેવા સાથે તેવા’ આ તો ગૃહસ્થીઓનો સ્વભાવ હોય, સંન્યાસીઓનો નહીં જ. સહનશીલ થવું, આઘાત પ્રત્યાઘાત ભોગવી લેવા એ જ સંન્યાસીનો સ્વભાવ હોવો જોઈએ. આ જ તમારી આધ્યાત્મિક

શક્તિ છે. આ જ તમારી મૂડી છે. નજીવી બાબતમાં અકળાઈ જવું, મહિનાઓ સુધી ચિંતાનું પોટલું બાંધીને ફરવું અને તદ્દન નકામી વાતોમાં શક્તિનો વ્યય કરવામાં કંઈ ડહાપણ નથી.’

‘શાંત રહો. જૂની વાતોને વારંવાર વાગોળો નહીં. આમ કરવાથી તમો અકારણ તમારી શક્તિ અને ક્ષમતાનો ખોટા માર્ગે વ્યય કરો છો. તમારી આ પ્રવૃત્તિ આપણું જે કામ શાંતિથી ચાલી રહ્યું છે તેમાં વિક્ષેપ ઊભો કરશે. તમે છાપેલી પત્રિકાઓનું વિતરણ તાત્કાલિક બંધ કરો અને હાથમાં રહેલી કે બાકી બચેલી પત્રિકાઓને બાળી નાખો. તે સંસ્થાના અધ્યક્ષ મારા પરમ મિત્ર છે. તે મારા પોતાના સગા ભાઈ જેવા છે. તેમના જીવન, તેમની સંસ્થા કે વ્યક્તિગત રીતે તેમને હાનિ પહોંચાડે તેવી કોઈ પણ પ્રવૃત્તિ તમારે કરવી જોઈએ નહીં. તમારું મન કિન્નાખોરી કરે છે, નહીં તો તમો આવા પત્રો લખો જ નહીં. બધું ભૂલી જાઓ. શાંતિના સામ્રાજ્યનો આનંદ માણો. ફરીથી આવી કોઈ ચોપડીઓ છાપશો નહીં. અરે! શુદ્ધ તત્ત્વ જ્ઞાનનું ચિંતન કરો. યોગ, ભક્તિ અને વેદાંત વિશે લેખન કરો. ફરીથી આવા ‘ઊંઘા રવાડે’ ચઢશો નહીં. તમે ભલે તમારી જાતને સાચી ગણાવતા હો, પરંતુ જ્યારે સામા પક્ષે દુઃખ પહોંચતું હોય ત્યારે તમારે સજજનતા દાખવવી જ પડે. કોઈના ખાનગી જીવનની બધી વાતો તમો જાણતા હો તો પણ તમારે આવી પત્રિકાઓ છાપવી ન જ જોઈએ. સાવધાન રહો. જ્યારે સામા પક્ષે લોકોએ દુઃખ સહન કર્યું છે તે તમો જાણો છો તો ફરી ફરીને તેમને દુઃખી કરવાની અધમ પ્રવૃત્તિ શા માટે આદરો છો? આ સંન્યાસધર્મ નથી. આ અવળો ધંધો તમો શું કરવા માગો છો? મનમાં શાતા કેળવતા શીખો, આપણું દિવ્ય જીવનનું સાહિત્ય સમૃદ્ધ છે, તેમાં તમારું ધ્યાન કેન્દ્રિત કરો, નિયમિત ધ્યાન કરો અને લોકોપયોગી જીવન જીવો.’ (શિવાનંદ આત્મકથામાંથી સાભાર)

આવી આવશ્યક શિક્ષાથી ભરપૂર છે-ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજના પત્રો. ગુરુપૂર્ણિમાએ આપણી ગુરુદક્ષિણા શું? આપણે આપણા ગુરુદેવની શિક્ષા કે તેમના શિક્ષણને વફાદાર છીએ તે વિચારી તે પ્રમાણે વાસ્તવિકતાનું દિવ્ય જીવન જીવીએ.

ચંદ્રમાને પોતાનો પ્રકાશ છે જ નહીં. સૂર્યના પ્રકાશથી જ ચંદ્રમા પૂર્ણિમાના પૂર્ણ ચંદ્રનું સુંદર દર્શન આપે છે. કારણ વચ્ચે પૃથ્વી નથી. આ પૃથ્વીતત્ત્વ એ આપણા વ્યક્તિગત, સામાજિક જીવનનો અહંકાર છે. જ્યારે ગુરુકૃપાનો પ્રકાશ પ્રાપ્ત થતો હોય અને વચ્ચે અહંકાર ન હોય તો ચંદ્રમાની માફક શીતળ સૌંદર્યસભર પૂર્ણત્વનું દર્શન શિષ્યમાં થાય.

આવી જ પૂર્ણિમા સર્વે શિષ્યોના જીવનમાં શાતા, ગુરુકૃપાની મહત્તા અને આદર્શ શિષ્યત્વમાં પ્રકાશિત કરે એ જ અભ્યર્થના.

આ અંક જુલાઈ અને ઓગસ્ટનો સંયુક્ત અંક છે. શ્રીગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજનો ૫૦મો મહાસમાધિ દિવસ ૩૧મી જુલાઈ અને શ્રીકૃષ્ણ જન્માષ્ટમી ૨૮મી ઓગસ્ટે સમ્પન્ન થશે. તે બંને પુણ્ય અને પાવન પ્રસંગો નિમિત્તે અભિવંદના. ૐ શાંતિ.

- સંપાદક

શૈવપંથ-૩

ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી

કાશ્મીર શૈવ સંપ્રદાય

બધાંને સંસ્કૃતમાં રચાયેલા વેદોના અર્થની સ્પષ્ટ સમજ પડે તે માટે કાશ્મીરની ખીણમાં અઠાવીસ આગમો લખાયાં. આ આગમોમાંથી કાશ્મીર શૈવ સંપ્રદાયની ફિલસૂફીનો પ્રાદુર્ભાવ થયો.

આ ફિલસૂફી પ્રમાણે વિશ્વના પરમ તત્ત્વ તરીકે ભગવાન શિવને ગણવામાં આવ્યા છે. આ વિશિષ્ટ પંથમાં શક્તિ, માયા, પ્રકૃતિ કે કર્મ જેવું કંઈ જ નથી, જેમ પદાર્થો અરીસામાં દેખાય છે તેમ, ભગવાન શિવ દુનિયાને દેખાડે છે. અરીસાની પ્રતિકૃતિની જેમ અરીસા પર અસર થતી નથી, તેમ પોતાના સર્જનથી ભગવાન પર કોઈ અસર થતી નથી. તેના અદ્ભુત સામર્થ્ય દ્વારા ભગવાન અગણિત આત્મા રૂપે પ્રગટ થાય છે. તે આ વિશ્વનો આધાર છે. તેનાં આંદોલનોમાંથી ભગવાન આપણને જોઈતી સર્જનની વિવિધતા ઉત્પન્ન કરે છે.

કાશ્મીર શૈવ પંથમાં ફક્ત પરમેશ્વરના સાક્ષાત્કારને મોક્ષ માટે જરૂરી ગણવામાં આવે છે. ઈશ્વર સાથે આપણે એક થઈએ છીએ ત્યારે તેના શાશ્વત પરમસુખને માણી શકીએ છીએ. જેમ પાણી, પાણી સાથે અને દૂધ, દૂધ સાથે એકરૂપ થાય છે તેમ આપણે શિવ સાથે એકરૂપ થઈ જઈએ છીએ. ભિન્નતાના બધા વિચારો અદૃશ્ય થઈ જાય છે. આ સંસ્થાની ફિલસૂફી પર શ્રી શંકરના વેદાન્તનો મોટો પ્રભાવ છે.

શૈવધર્મીઓ વર્ષમાં નવ મુખ્ય ઉત્સવો ઊજવે છે. તે છે : મહાશિવરાત્રી, ગણેશચતુર્થી, નવરાત્રી, સ્કંદષષ્ટી, વિનાયક વ્રતમ્, કાર્તિક દીપમ્, થઈ પૂશમ્ (પોષ પુષ્ય નક્ષત્રનો તહેવાર), ગુરુપૂર્ણિમા અને દીપાવલી.

મહાશિવરાત્રી એ શૈવધર્મીઓનું વધુમાં વધુ પવિત્ર પર્વ છે, પછી નવરાત્રીનો ક્રમ આવે. આ દિવસમાં શિવનું પરાશક્તિ સ્વરૂપે પૂજન થાય છે.

ગણેશચતુર્થી એ ગણેશના જન્મદિનની ઉજવણીનો દિન છે, તે આવણી (ભાદરવા) માસમાં આવે છે. તે દિવસ આનંદ કરવાનો અને જ્ઞાનના ભગવાન (ગણેશ) પાસેથી સમૃદ્ધિ અને આપણાં જીવન સફળ બને તે માટે આશિષ પામવાનો છે.

સ્કંદષષ્ટી એ ભગવાન મુરુગ-સ્કંદ-કાર્તિકેય-એ સુરપદ્મ અસુર પર મેળવેલા વિજયના માનમાં યોજાતો ઉત્સવ છે. અઈયસી (આસો-કારતક) માસમાં આસો વદ અમાસથી કારતક સુદ છઠ સુધી ઊજવાય છે. ભગવાનની સ્કંદ અથવા દિવ્ય યોદ્ધા તરીકે પૂજા થાય છે. ભક્તો ભગવાનનું રક્ષણ અને કૃપાની યાચના કરે છે. સુરપદ્મ અસુર સામે સ્કંદે છ દિવસ સંગ્રામ કર્યા પછી છઠ્ઠા દિવસની સાંજે તેને મારી નાખ્યો હતો. સ્કંદષષ્ટીના દિને શિવભક્તો પોતાની અંદર રહેલા સ્વાર્થ, અભિમાન અને અહંકાર જેવા અસુરોનો નાશ કરવા માટે ભગવાન મુરુગની આશિષ માગે છે. વિનાયક વ્રતમ્ ભગવાન ગણેશના માનમાં એકવીસ દિવસનો ઉત્સવ છે.

કાર્તિક દીપમ્નો ઉત્સવ કાર્તિક માસમાં જે દિવસે કૃતિકા નક્ષત્ર હોય-દેવદિવાળી-તે દિવસે ભક્તિપૂર્વક ઊજવવામાં આવે છે. તે પ્રકાશનો તહેવાર છે. તેમાં અનિષ્ટ પર ઈષ્ટ, અંધકાર પર પ્રકાશ એટલે કે અજ્ઞાન પર જ્ઞાનના વિજયના પ્રસંગને ઊજવવામાં આવે છે. ઉત્તર આર્કોટ જિલ્લાના નિરુવન્નામલાઈ ગામે આ દિવસે શિવ મંદિરમાં લાખો શિવભક્તો ભેગા થાય છે. આખો પહાડ હજારો દીપકોથી ઝળહળાં થાય છે. આ પ્રકાશ ઝેંસી કિલોમીટર જેટલા અંતરેથી જોઈ શકાય છે.

થઈ પૂશમ્નો તહેવાર ભગવાન મુરુગે તેમનાં માતૃશ્રી પાર્વતી પાસેથી શક્તિ વેલ (એક જાતનું આયુધ) મેળવ્યું. તે દિવસની યાદગીરીમાં ઊજવવામાં

આવે છે. આ દિવસે ભક્તો કવડી (કાવડ) લઈ જાય છે.

દક્ષિણ આફ્રિકાના તામિલ ભાષી લોકો પુરટ્ટાશી (શ્રાવણ) માસને વૈષ્ણવધર્મીઓની પૂજાનો માસ ગણે છે. આ આખા માસ દરમિયાન ભગવાન કૃષ્ણની ગોવિંદ નામથી આરાધના કરવામાં આવે છે. આ માસમાં સાત્ત્વિક ખોરાક અને ઉપવાસ ચુસ્ત રીતે પાળવામાં આવે છે.

શૈવ આચાર્યો

સાતમી અને નવમી સદીમાં શૈવ ધર્મના પુનરુદ્ધારના સમય દરમિયાન દક્ષિણ ભારતમાં ચાર મહાન સંતો થઈ ગયા. તે હતા (૧) અપ્પર, (૨) સંબંધર, (૩) સુંદરમૂર્તિ અને (૪) માણિકવાસગર.

આ બધા મહાન ભક્તો હતા. તેમણે આખા તામિલ પ્રદેશની યાત્રા કરી હતી અને તેમણે મુલાકાત લીધેલા દરેક મંદિરમાં પધરાવેલી ભગવાન શિવની મૂર્તિઓનો મહિમા ગાઈ પૂજા કરી હતી.

તેમનાં નમૂનારૂપ જીવન અને ભાવવાહી ભજનો-તેવરમ્ અને તિરુવાસગમ્- દ્વારા તેઓએ આખા પ્રદેશના શિવભક્તોનાં હૃદય હરી લીધાં હતાં.

આ ચારે આચાર્યોનાં જીવનને વિગતથી જોઈએ.

અપ્પર અથવા તિરુનવુકરસર

અપ્પર તામિલનાડુના ભગવાનમાં મત્ત ભક્ત હતા. તે યાત્રા દરમિયાન મંદિરોમાં જઈ ભક્તિમય ભજનો ગાતા હતા.

શરૂઆતમાં અપ્પરે ધર્મ બદલી જૈન ધર્મ સ્વીકાર્યો હતો. તેમણે બધા જૈન ધર્મગ્રંથોનો અભ્યાસ કર્યો અને જૈન ધર્મના એક આધ્યાત્મિક વડા બન્યા. અપ્પરની બેન તિલકવતિયારને ભાઈ પર ખૂબ વહાલ હતું. તેણે જ્યારે જાણ્યું કે અપ્પરે જૈન ધર્મ સ્વીકાર્યો છે ત્યારે તે ખૂબ દુઃખી થઈ. તે ભાઈને છોડી પાસેના શહેરમાં રહેવા લાગી. ત્યાં મોટા ભાગનો સમય શિવમંદિરમાં પ્રાર્થના અને ધ્યાનમાં ગાળવા લાગી અને ભગવાન શિવની તેણે પોતાના ભાઈને પાછો લાવવા આરાધના કરી.

અપ્પર પેટના શૂળના અસાધ્ય રોગથી પથારીવશ થયા. તેમણે જૈન સાધુનાં કપડાં ફેંકી દીધાં અને પોતાની બેન પાસે આવ્યા. બેને તેમના કપાળમાં પવિત્ર ભસ્મ લગાડી અને તેને શિવમંદિરમાં લઈ ગઈ. તેણે અપ્પરને ભગવાન શિવને દંડવત્ પ્રણામ કરી તેની ભક્તિ કરવાનું કહ્યું. અપ્પરે તે પ્રમાણે કરી 'કૂટ ઈનવા' સ્તોત્ર ગાયું. પેટનું શૂળ તરત જ મટી ગયું. ભગવાનનો આવો મહિમા છે!

જૈનોના આધ્યાત્મિક વડાએ જૈનધર્મી પલ્લવ રાજાને અપ્પરને શિક્ષા કરવા કહ્યું એટલે અપ્પરને રાજા સમક્ષ હાજર કરવામાં આવ્યા અને તેમને વિવિધ રીતે શિક્ષા કરવામાં આવી. તેમને સળગતી ચૂનાની ભટ્ટીમાં ફેંકી દેવામાં આવ્યા; મારી નાખવા માટે ઝેરવાળું દૂધ પીવાની ફરજ પાડવામાં આવી; હાથીના પગ નીચે છોડી દેવામાં આવ્યા; એક ભારે પથ્થર સાથે બાંધી દરિયામાં ડુબાડી દેવામાં આવ્યા, પણ દરેક પ્રસંગે દયાળુ ભગવાને અદ્ભુત રીતે તેમની રક્ષા કરી.

હવે પલ્લવ રાજાને અપ્પરની મહાનતાનો ખ્યાલ આવ્યો. તેણે જૈન ધર્મનો ત્યાગ કર્યો અને શૈવ પંથનો સ્વીકાર કર્યો અને 'ગુણતર વિચારમ્' નામનું શિવનું એક વિશાળ મંદિર બાંધ્યું. ત્યાર પછી અપ્પર જુદાં જુદાં પવિત્ર સ્થળોની યાત્રાએ નીકળ્યા. તેઓ જ્યાં જતા ત્યાં તેવરમ્ અથવા ભગવાન શિવની સ્તુતિનાં સ્તોત્રો ગાતા હતા.

ભગવાન શિવે અપ્પરને ઘણી સિદ્ધિઓ આપી હતી. અપ્પર સંબંધરને મળ્યા હતા. તેઓ પણ મહાન શૈવમાર્ગી સંત હતા. તેઓ એકબીજાને ખૂબ ચાહતા હતા.

એક વખત મિલ્લાઈમાં ભીષણ દુકાળ પડ્યો. અપ્પર અને સંબંધરને શિવના ભક્તો ભૂખે ટળવળતા હોવાથી ખૂબ દુઃખ થયું. તેમના બંનેના સ્વપ્નમાં ભગવાન શિવ આવ્યા અને કહ્યું : 'દુઃખી થશો નહિ. તમને હું સોનાની લગડીઓ આપીશ.' ત્યાર પછી તેઓને દરરોજ મંદિરમાં સોનાની લગડીઓ મળવા માંડી, તેને વેચીને ભગવાનના ભક્તોને ભોજન આપવામાં આવતું હતું.

એક પ્રસંગે યાત્રા દરમિયાન અપ્પર ખૂબ ભૂખ્યા થયા. ભગવાન શિવે રસ્તા પર તળાવ અને બાગ ઉત્પન્ન કર્યાં. અને સંતને સારી રીતે જમાડવામાં આવ્યા.

અપ્પર શિવના ધામ કૈલાસ પર્વતની યાત્રાએ ઉપડ્યા. આ યાત્રા ખૂબ કઠિન અને કંટાળા ભરેલી હતી. તેમને પગ પર ઊંડા ઉઝરડા પડ્યા હતા. તેમણે આકાશવાણી સાંભળી; ‘હે અપ્પર, જાગ ! આ સરોવરમાં ડૂબકી માર. તું મને અને કૈલાસ પર્વતને તિરુવાયરમાં જોઈશ.’

અપ્પરે સરોવરમાં ડૂબકી મારી અને તરત જ પોતાની જાતને દક્ષિણ ભારતના તિરુવાયરના મંદિરમાં જોઈ. તે મંદિરની બહાર આવ્યા અને સર્વત્ર શિવ અને શક્તિને જોયાં. તે ફરીથી મંદિરમાં દાખલ થયા ત્યારે મંદિરમાં શિવ તથા કૈલાસ પર્વતને જોયાં. આ અદ્ભુત દેખાવથી તેમને ખૂબ આનંદ થયો અને ભગવાન શિવની સ્તુતિનાં ગાન ગાવા લાગ્યા.

એક દિવસ, અપ્પર મંદિરમાં સેવા કરતા હતા ત્યારે તેમના પગ આગળ સુવર્ણ અને રત્નોનો ઢગલો જોયો. તેમણે તેમને પથ્થરના ટુકડા ગણી દૂર વાળી કાઢ્યા. બીજા એક પ્રસંગે જ્યારે તે ધ્યાનમાં હતા ત્યારે સ્વર્ગીય અપ્સરા તેમની સમક્ષ ખડી થઈ અને તેમને વિવિધ હાવભાવથી લલચાવવા લાગી, પણ તેઓ અચળ રહ્યા. ભગવાનમાં તેમનાં આવાં અખૂટ શ્રદ્ધા અને ભક્તિ હતાં.

તિરુજ્ઞાન સંબંધર

સંબંધર બ્રાહ્મણ કુટુંબમાં જન્મ્યા હતા. તેમનાં માતા ભગવતી તથા પિતા શિવપદ વિરુધર હતાં.

એક દિવસ તેમના ત્રણ વર્ષના બાળકને સરોવરના કિનારા પર રાખી તેઓ સ્નાન કરવા માટે ગયાં હતાં. બાળકે તેનાં માબાપને ન જોવાથી મોટેથી રડવા માંડ્યું. માબાપ બાળકનું રુદન સાંભળી શક્યાં નહિ. પણ ભગવાન શિવ અને પાર્વતીએ રુદન સાંભળી ઝડપથી બાળકની પાસે પહોંચી ગયાં.

પાર્વતીએ બાળકને ધવરાવ્યું. દૂધની સાથે બાળકે દિવ્ય જ્ઞાનનું દૂધ પણ પીધું. તે પ્રસંગ પછી સંબંધર ભગવાન શિવની સ્તુતિ તથા ભજનો મંદિરોમાં ગાવા લાગ્યા.

સ્નાન પૂરું કર્યા પછી માબાપ જ્યારે પાછાં આવ્યાં ત્યારે બાળકના મોંમાંથી દૂધ ઊભરાતું જોયું અને તેની આંખોમાં આંસુ જોયાં.

તેમણે પૂછ્યું : ‘વહાલા બાળક, તને દૂધ કોણે પાયું?’

બાળકે ‘તોડુડય સેવિયન’ (કાને તોડુ આભૂષણ પહેરેલાં) નામનું સ્તોત્ર ગાયું. તેમાં જ્યારે માબાપ દૂર હતાં ત્યારે જે કંઈ બન્યું તેનું વર્ણન હતું. માબાપને ખૂબ આનંદ થયો અને બાળકે ભગવાન શિવ અને મા પાર્વતીની કૃપા વડે દિવ્ય જ્ઞાન મેળવેલું હોવાથી તેનું નામ ‘તિરુજ્ઞાન સંબંધર’ પાડ્યું.

ટૂંક સમયમાં સંબંધરે ઘણાં મંદિરોની મુલાકાત લીધી અને ત્યાં ભગવાન શિવની સ્તુતિનાં સ્તોત્રો ગાયાં, હવે સંબંધરને અરથુરઈના દેવની આરાધનાની ઈચ્છા થઈ. તે પગે ચાલતા કંટાળેલા અને થાકી ગયેલા રાત્રે મરન્પદી પહોંચ્યા અને ત્યાં આરામ કર્યો. તે બાળક હોવાથી તેમના નાજુક પગ લાંબું અંતર ચાલવાથી થાકી ગયા હતા. અરથુરઈના દેવ પૂજારીઓના સ્વપ્નમાં આવ્યા અને કહ્યું : ‘સંબંધર મારાં દર્શને આવે છે. મોતીથી મઢેલું છત્ર અને મોતીથી મઢેલી પાલખી મંદિરમાંથી તેને માટે મોકલી આપો.’

પૂજારીઓ જાગ્યા અને મંદિરમાં ગયા. સ્વપ્નમાં જોયેલી તે વસ્તુઓ ત્યાં પડી હતી. તેઓ મરન્પદી ગયા અને શિવના આદેશની સમજ આપી. સંબંધરને છત્ર તથા પાલખી આપ્યાં. ભગવાન શિવે સંબંધરને પણ સ્વપ્નમાં આ બધી વાત કરેલી હોવાથી તે જાણતા હતા.

એક વખત માળવા દેશના રાજાની કુંવરી કોઈ અસાધ્ય રોગથી પીડાતી હતી. રાજાએ બધા જ પ્રકારના ઉપાયો અને દવાઓ કરી હતી. છેલ્લે રાજા તેને એક મંદિરમાં લઈ ગયો અને તેને ત્યાં

ભગવાનના રક્ષણમાં રાખવામાં આવી. સંબંધર જ્યારે મંદિરમાં ગયા ત્યારે કુંવરીને બેભાન સ્થિતિમાં જોઈ. તેમનું હૃદય પીગળી ગયું. તેમણે ‘પદ્મિગમ્’ (એક સ્તોત્ર) ગાયું અને ભગવાન શિવની આરાધના કરી. સ્તોત્રની દરેક ટૂંકના છેલ્લા પદનો અર્થ ‘હે ભગવાન’ આ કુંવરીને દુઃખી કરવાનું તારે માટે કેટલું યોગ્ય છે?’ થતો હતો. તરત જ કુંવરી સાજી થઈ ગઈ. તેણે ઊભા થઈ સંબંધરને પ્રણામ કર્યાં. તેમણે આખો અદ્ભુત બનાવ ભગવાનની કૃપા તરીકે ગણાવ્યો.

મિલાપોરમાં શિવનેશ ચેટ્ટિયાર નામે એક શિવભક્ત રહેતો હતો. ખૂબ તપ કર્યા પછી તેને ત્યાં એક દીકરીનો જન્મ થયો. શિવનેશે સંબંધરની કીર્તિ વિશે સાંભળ્યું હતું એટલે તેણે પોતાની બધી ભિલકત અને દીકરી સંબંધરને અર્પણ કરી. એક દિવસ તેની દીકરી બાગમાંથી ફૂલ ચૂંટતી હતી ત્યારે એક નાગ કરડ્યો. તે તરત જ મૃત્યુ પામી. શિવનેશે તેની અંતિમવિધિ કરી તેની રાખને એક પાત્રમાં

રાખી પાત્રને રેશમી વસ્ત્રથી વિંટાળી દીધું. જ્યારે સંબંધરે દીકરીના મૃત્યુ વિશે જાણ્યું ત્યારે તેમણે તેની રાખનું પાત્ર લાવવાનું કહ્યું. સંબંધરે પદ્મિગમ્ ગાયું અને જેમ લક્ષ્મી કમળમાંથી બહાર આવ્યાં તેમ તે પાત્રમાંથી જીવંત થઈ બહાર નીકળી! શિવનેશને અપાર આનંદ થયો. સ્વર્ગમાંથી પુષ્પોની વૃષ્ટિ થઈ. દિવ્યની આવી શક્તિ છે!

સંબંધર તેના એક પદ્મિગમ્માં કહે છે, ‘હે મૂર્ખ મનુષ્ય! દિવસો બગાડીશ નહિ. નીલકંઠ એવા ભગવાન શિવની સેવા કર. તેમની સ્તુતિ સાંભળ, તેમના સ્વરૂપ પર ધ્યાન ધર. હંમેશાં પંચાક્ષર મંત્ર-ૐ નમઃ શિવાય-નો જપ કર. શિવના ભક્તોના પવિત્ર સંગમાં રહે. તેમનામાં રહેલા શિવની સેવા કર. તેમનું નામસ્મરણ તમારા અને તમારા કુટુંબ પર આવનારાં બધાં શક્ય અનિષ્ટો અને મુશ્કેલીઓને દૂર કરશે. ભગવાન શિવની ભક્તિ કરો. તે તમને શાશ્વત પરમસુખ અને અમરતા આપશે.’

□ ‘યોગના પાઠ’માંથી સાભાર

દિવ્ય સંદેશ

શ્રી સ્વામી અભિરામદાસ ત્યાગીજી

જેવી રીતે પર્વતોમાં હિમાલય, નદીઓમાં ગંગા, ભૂમિમાં ભારતભૂમિ પવિત્ર અને શ્રેષ્ઠતમ છે તે જ રીતે સાધકો માટે પર્વોમાં શ્રેષ્ઠતમ પર્વ ગુરુ પૂર્ણિમા છે. દરેક વર્ષે આ પર્વ આવે છે અને આપણને પ્રેરણા દે છે - સંસારના સંબંધ અને પદાર્થો પરિવર્તનશીલ છે, નશ્વર છે, ક્ષણભંગુર છે. જે આજે દેખાય છે તે કાલે નહિ હોય. જે હાલ છે તે ભવિષ્યમાં નહિ હોય.

જીવનમાં અતિઉપયોગી એક અષ્ટાક્ષરી મંત્ર લખાયેલો છે- આ પણ રહેશે નહિ એટલે કે જે આનંદ, સમૃદ્ધિનો આપણે અહંકાર કરી રહ્યા છીએ તે સ્થાયી રહેવાનો નથી. જે ચિંતાઓ, સમસ્યાઓ છે તે પણ રહેશે નહિ. માટે અનુકૂળતા થાય તો હર્ષ ન પામો, પ્રતિકૂળતામાં દુઃખ ન કરો. આ સમસ્ત દૃશ્ય સંસાર પરિવર્તનશીલ છે. સ્થાયી રહેવાવાળું નિત્ય-તત્ત્વ તો આપણું આત્મસ્વરૂપ છે. તેને માટે જાગ્રત બનો. તેને

માટે એકમાત્ર ઉપાય છે સદ્ગુરુએ આપેલું માર્ગદર્શન- વર્ષ દરમિયાન આપણે જે કર્મ કર્યાં તેના પર વિચાર કરો કે આપણે નિત્ય-તત્ત્વને માટે શું કર્યું અને અનિત્યને માટે શું કર્યું.

આજે આપણે એક સંકલ્પ લઈએ કે હું મિથ્યા અહંકારને પરમાત્મા સ્વરૂપ સદ્ગુરુદેવનાં શ્રી ચરણોમાં સમર્પિત કરી પોતાની જાતને શ્રી સદ્ગુરુદેવ દ્વારા સંચાલિત યંત્ર માનીને પ્રાણીમાત્રમાં બિરાજમાન પરમાત્મા શ્રીરામની યથાશક્તિ સેવા કરીશ. આ સૃષ્ટિના દરેક પ્રાણીના કષ્ટને પોતાનું કષ્ટ સમજી તેના નિવારણ માટે પ્રયાસ કરીશ. આ સેવા કાર્યમાં પોતાના જન્મજન્માંતરનો સંસ્કારિત અહમ્ આવી ન જાય તે જોઈશ. તે માટે પરમાત્માની પ્રાર્થના, નામસ્મરણ, સ્વાધ્યાય, સત્સંગ, જપ તથા ધ્યાન નિયમિત કરતો રહીશ.

□ ‘પ્રજ્ઞાન નિર્ભર’માંથી સાભાર

સાચો સંન્યાસ

શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી

પ્રિય અને આરાધ્ય ગુરુદેવ! તારી ભવ્ય અને કૃપાપૂર્ણ આધ્યાત્મિક ઉપસ્થિતિને ભાવાંજલિ! પવિત્ર ઉત્તરાખંડમાં, દિવ્ય ગંગામાતાના જમણા કાંઠા પર આવેલ આ પવિત્ર સ્થાન પર આપે આ આશ્રમનું સર્જન કર્યું છે તેના આપ પ્રકાશ, જીવન અને આત્મા છે. વહેલી સવારના સમયની શાંતિમાં, આ પવિત્ર સમાધિસ્થાનમાં અમે એકઠા થઈ શક્યા છીએ તે માટે અમે ભાગ્યશાળી છીએ. તમારી પ્રેરણા અને દિવ્ય જ્ઞાનોપદેશથી ખેંચાઈને જે આત્માઓ અહીં આવ્યા છે તેમની સાથે આ નીરવતાના વાતાવરણમાં શાંત આધ્યાત્મિક ભાતૃભાવનો સહયોગ મળવાનું અમારું સદ્નસીબ છે.

આ સ્થળની યાત્રાએ આવે તે ખૂબ નસીબવંતા છે. અહીં અનુષ્ઠાન-જપ કરવા માટે જે થોડો સમય ગાળી શકે છે તે ઘણા ભાગ્યવાન છે. તેમાંએ ત્રણ ગણું શુભ નસીબ લઈ જન્મેલા તો તે છે, જે આપની સાથે રહી દિવ્ય જીવન જીવે છે. હું તમારી ઉપસ્થિતિને નમન કરું છું અને અહીં જે બધા ભેગા થયા છે તેના પર તારા કૃપાકટાક્ષ ફેંકાય તેમ ઝંખું છું, હું પ્રાર્થુ છું કે તારી ગુરુકૃપા અને તારા ઉત્તમ આશીર્વાદ તેઓને ઉદાત્ત જીવન ગાળવા શક્તિ આપે. ત્યાગ અને તપસ્યા, નિવૃત્તિ અને સંન્યાસ, ભક્તિ અને ભજન, આત્મનિયંત્રણ અને આત્મશાસનનું, એકાગ્રતા અને ધ્યાન, કૃતિશીલ વિચાર, વિવેક અને મનનથી સભર જીવન; સત્ય, પવિત્રતા, કરુણા અને દયામય દિવ્ય જીવન; સેવા, ભક્તિ, ધ્યાન અને આત્મસાક્ષાત્કાર માટેની તીવ્ર આકાંક્ષાવાળું ઉત્કૃષ્ટ જીવન જીવવા શક્તિ આપે.

તમારા ત્યાગનો, સંન્યાસનો, ૧લી જૂને સંવત્સરી દિન છે. તે દિવસે આ ખાસ ભેટ તમે આપો તેવી પ્રાર્થના છે. ૧૯૨૪માં તમે અહીં એકલવાયા પરિવ્રાજક જેમ આવ્યા. આ પ્રદેશની ભાષા તમે જાણતા ન હતા. અહીંના રીત-રિવાજની તમને જાણ ન હતી. અહીંની તીવ્ર ગરમી અને તીવ્ર ઠંડીનું તમને જ્ઞાન ન હતું. બસ,

તમને તો એક જ લગની લાગેલી-એકાંત સેવવું, મૌન રહેવું, ભગવન્નામનું સ્મરણ-ગાન કરવું, તેની પ્રાર્થના કરવી અને આત્મસાક્ષાત્કાર પામવો.

તે દિવસ ઘણો શુભ ગણાય, કારણ તમારા તે દિવસના સંન્યાસથી, તમે તે દિવસે સાધુ-પંથમાં જોડાયા, તેથી પ્રતિભાસંપન્ન ત્યાગીઓ અને સંન્યાસીઓ પેદા થયા; તેઓ ઉચ્ચતર સભાનતા, ઉચ્ચતર ચેતનાવાળા હતા. તેઓ તમારા સંસર્ગને લીધે આંતરિક તેજ પામ્યા જેનો ફાયદો અન્યોને મળ્યો. તે દિવસ ધન્ય છે, કારણ તેને લઈને આ ભૌતિકવાદના જમાનામાં, વહેમોભર્યા વાતાવરણમાં, નિરીશ્વરત્વ અને ખાઓ-પીઓ-મજા કરોની ફિલસૂફીના દિવસોમાં આ મહાન, ઉમદા દિવ્ય જીવનની, યોગ-વેદાન્ત અને વહેવારિક આધ્યાત્મિક સાધનાની ભવ્ય ઈમારત ઊભી થઈ.

નસીબદાર અમર આત્મા! શાશ્વત સત્તાના જિજ્ઞાસુ વહાલા સાધકો! ગુપ્ત, સુષુપ્ત આધ્યાત્મિક સંસ્કારો, આધ્યાત્મિક વલણો, આધ્યાત્મિક અસરો, દબાયેલ છૂપી વૃત્તિઓ, વાસનાઓ જે આગલા જન્મોના સંચિતમાંથી મળી છે. તેમને જગાડવાની, પ્રગટ કરવાની, સક્રિય બનાવવાની જરૂરનો આપણે વિચાર કરી રહ્યા છીએ. તેમ ન થાય તો તે ફલિત થયા સિવાય સુષુપ્ત પડ્યાં રહેશે.

ઘણાં વર્ષો અગાઉ ઈજિપ્તમાં, એક યુવાન ફરાહોની કબર ખોદેલી ત્યારે ‘મમિ’ની આસપાસ રાજાની વફાદાર પ્રજાએ રાખેલા દાણા જણાયા. પુરાતત્ત્વવેત્તાઓને તીવ્ર ઈંતેજરી-જિજ્ઞાસા-થઈ. ‘આ દાણા ઊગે ખરા? હજારો વર્ષ આમ, અહીં, પડ્યા રહેલા છતાં તે દાણામાં જીવનતત્ત્વ હજુ રહ્યું હશે?’ તેઓએ ખૂબ આકાંક્ષાપૂર્વક તે બીજ વાવ્યાં અને જુઓ ચમત્કાર! બીજને પાણી પાયું, ઊગવા માટે યોગ્ય વાતાવરણ ઊભું કર્યું કે તુરત તેમાં ફણગા ફૂટ્યા અને છોડ નીકળ્યા. અનેક સંસ્કૃતિઓ આવી અને ગઈ, સામ્રાજ્યો ઊભાં થયાં, વિલીન થયાં, પરંતુ યુવાન

ફરાહો સાથે દટાયેલાં આ બીજમાં જીવનતત્ત્વ સુષુપ્ત દશામાં જળવાઈ રહ્યું; યોગ્ય પરિસ્થિતિ પેદા થતાં તેમાંથી છોડ ફૂટ્યો.

તેવી જ રીતે સંસ્કારો અને વાસનાઓ, અસરો અને છૂપી વૃત્તિઓ, હંમેશાં ગુપ્ત અને સુષુપ્ત પડી રહે છે. આપણા જીવનના ભાગરૂપે તે અસરકારક રીતે પ્રદર્શિત નહિ થાય; ક્રિયાશીલ રીતે જીવંત નહિ થાય, આપણા પોતાના સ્વભાવમાં બળપૂર્વક પ્રગટ અને દર્શિત નહિ થાય. તેને તો જેમ દાણામાંથી છોડ ફૂટે તે માટે યોગ્ય વાતાવરણ સરજવું પડે છે તેમ તેને જગાડવાં પડશે, તે ફલિત થાય તેવા યત્નો કરવા પડશે, તેને માટે તીવ્ર તમન્ના પેદા કરવી પડશે, મહેચ્છા જાગ્રત કરવી પડશે, તીવ્ર ઈચ્છા ઉદ્ભવવી પડશે, આધ્યાત્મિક પ્રાગટ્ય, આધ્યાત્મિક વૃત્તિ, આધ્યાત્મિક સાક્ષાત્કારની જોશીલી માગ શુભેચ્છા, મુમુક્ષુત્વ અને જિજ્ઞાસા દ્વારા-જન્માવવાં પડશે.

યુવાન ડૉ. કુપ્પુસ્વામી હિન્દની લાંબી મજલ કાપી ૧૯૨૩ના અંત ભાગમાં જ્યારે ગંગા અને હિમાલય તરફ ઉત્તર દિશામાં આવ્યા ત્યારે તેના હૃદયમાં ઉપર કહી તેવી તીવ્ર મુમુક્ષા જીવલંતરૂપે પ્રકાશી રહી હતી. તેનામાં તીવ્ર મહેચ્છા હતી, તેના હૃદયમાં સર્વ-ભક્ષી ઈચ્છા હતી, ભગવાને રોપેલી ઈચ્છા હતી, તે ઈશ્વરની પ્રકૃતિ-વિદ્યા-માયાનો ભાગ હતી. ‘ધર્માવિરુદ્ધો ભૂતેષુ કામોઽસ્મિ ભરતર્ષભ’ (બધાં પ્રાણીઓમાં, ધર્મથી વિરુદ્ધ નહિ એવી કામના, હે અર્જુન, હું છું.)

આવી કામના મોક્ષ અપાવે. આવી ઈચ્છા જાગૃતિ લાવે. સુષુપ્ત વાસનાઓ અને ગુપ્ત આધ્યાત્મિક સંસ્કારો આવી કામનાને કારણે ક્રિયાશીલ બને છે.

લાંબા સમય સુધી નિષ્ક્રિય રહેલા જીવલનશીલ દ્રવ્યને જ્યોત લગાડતાં, જ્યારે જ્યોતનો તેને સંપર્ક થાય કે તરત તે પ્રકાશવંત જવાળામાં પરિણમે, તે ધગધગતી ગરમી ભરેલી-બાળી નાખવાની શક્તિ ધરાવે છે; જે કોઈ તેના સંસર્ગમાં આવે તેને બાળીને ખાક કરી નાખવાની તેનામાં શક્તિ છે. તેને જાગ્રત કરો તો આ શક્તિ જાગે, ક્રિયાશીલ બને, પ્રગટ થાય.

આવું જ થયેલું. ડૉ. કુપ્પુસ્વામીનું હૃદય આત્મ-સાક્ષાત્કાર માટે ઉજાગર થયેલું, બ્રહ્મજ્ઞાન તે ઝંખતા હતા, તેને જીવનમુક્ત થવું હતું, તેને સમજપૂર્વકની શાંતિ જોઈતી હતી, સુખમ્-અંત્યાન્તિકમ્ યત્તદ્ - બુદ્ધિગ્રાહ્યમ્ - અતીન્દ્રિયમ્ (શુદ્ધ બુદ્ધિ જ જેને પકડી શકે તે ઈન્દ્રિયાતીત અનંત સુખ) તેમને જોઈતું હતું, નિત્યતૃપ્તિ આપતો પરમાનંદ તેમને જોઈતો હતો. તેમણે આ ઝંખના હંમેશ સ્પષ્ટ રાખી, હંમેશ જીવલંત રાખી, હંમેશ ઝળહળતી રાખી; તેને કદી બુઝાવા ન દીધી, મંદ પડવા ન દીધી, સામાન્ય બનવા ન દીધી. તેમની જીવલંત ઈચ્છા, હોંશ, ઉમંગ અને ઉત્કટ ઈચ્છા દ્વારા તેમણે ઝંખનાને પરમ તીવ્રતા પર રાખેલી.

આ જીવલંત ઝંખનાને કારણે વહાલા અને આરાધ્ય ગુરુ મહારાજ સ્વામી શિવાનંદજીના આત્મ-સાક્ષાત્કાર, સંતપણું, સાધુપણું સાકાર બન્યાં. આ પરિબળને કારણે જ એક છૂપી શક્તિ, આધ્યાત્મિક બળ આપણા જીવનમાં એક પરિવર્તક બળ, એક ઉચ્ચ ભૂમિકા પર લઈ જતું બળ ક્રિયાશીલપણે પ્રદર્શિત થાય છે. જો તેને અંત સુધી ટકાવી રાખીએ તો પરમ સિદ્ધિની સ્થિતિ પર તે લઈ જાય છે અને આપણા જીવન પર ભગવત્-સાક્ષાત્કારનો કળશ ચડાવે છે.

ગુરુ મહારાજ તમને જાગ્રત કરનાર અને ચિનગારી ચાંપનાર પરિબળ હતા. તેમણે તેમના જ્ઞાનોપદેશથી તમારામાં સુષુપ્ત અને છૂપાં પડેલાં આધ્યાત્મિક વલણોને બહાર આણ્યાં. તમે તેનું એકાદ પુસ્તક લઈ, કોઈ પાના પર તમારી નજર ફેંકો ત્યારે આવું બનતું, આ રીતે ચમત્કાર બનતો. તે તમારું માર્ગપરિવર્તક-નવો વળાંક આપનાર-બળ બની રહેતું. છૂપા અને સુષુપ્ત આધ્યાત્મિક સંસ્કારો અને વાસનાઓ ક્રિયાન્વિત બની જતાં. આ વીસમી સદીમાં જગતભરના અગણિત લોકો માટે ગુરુદેવના જ્ઞાનોપદેશરૂપી ચિનગારી, તત્કાલીન જાગૃતિ આપનાર સ્પર્શ, પરિવર્તક બળ બની રહેલ છે. તેની કૃપાના બળથી, તેમના જ્ઞાનોપદેશની શક્તિથી જગતના હજારો ને લાખો જીવાત્માનું રાહપરિવર્તન થયું છે.

પરંતુ પંખો નાખી તણખાઓને સતેજ કરવા પડે. જવાળાને ચાલુ રાખવા બળતણ ઉમેરવું પડે. જો બળતણ બળીને ખલાસ થઈ જાય તો આગ બુઝાઈ જાય, રાખ વળી જાય. તે માટે જવાળાને સંકોરવી પડે, નવું બળતણ ઉમેરવું પડે. આ એક સતત ચાલુ રહેતી પ્રક્રિયા છે. એવું નથી કે સગડીને સળગાવ્યા પછી તે કાયમ જલતી રહે. ના, આમ બનતું નથી એવું થતું નથી.

આજે ગુરુદેવનો સંન્યાસદિન છે. સંન્યાસ શું છે, સંન્યાસમાં શું આવે, તેનો વિચાર કરીએ. ગુરુ મહારાજ આ વાત વિશે ખૂબ ચોક્કસ હતા. તે કહેતા કે મુંડન કરવાથી કે ભગવાં કપડાં પહેરવાથી જ સંન્યાસી નથી થવાતું. સ્થળફેરથી સંન્યાસી ન બનાય. એકાંતમાં જઈ બેસવાથી કે પર્વતની ટોચ પર કે ગુફામાં, જંગલમાં રહેવાથી સંન્યાસ લીધો ન ગણાય. આ બાહ્ય ત્યાગની સાથોસાથ જો સતત અને ચાલુ અંતરત્યાગ ન રાખ્યો હોય; ‘હું આ શરીર છું, હું માનવ વ્યક્તિ છું, હું શરીરી છું, હું માનસિક વ્યક્તિ છું, હું મન છું, હું ઈચ્છા છું, હું સ્મૃતિ છું, હું લાલસા છું, હું કલ્પના છું.’ આવા ખોટા ખ્યાલને તિલાંજલિ ન આપી હોય ત્યાં સુધી ખરો સંન્યાસ આવતો નથી.

આ બધા ખ્યાલો અજ્ઞાનજન્ય છે. આ બધું જૂઠાણું તજી દેવું જોઈએ. તે વિચારો ફેંકી દેવા પડે. સત્યને વારંવાર દઢાવવું જોઈએ. ત્યાગનો સાર છે- માનવ વ્યક્તિત્વ અને તેને સંલગ્ન ભૌતિકથી માંડી સૂક્ષ્મ સુધીની યાદદાસ્ત, કલ્પના, ભવિષ્યની વ્યૂહરચનાઓ અને ભૂતકાળ સાથેની એકાત્મા-આ બધાનો ત્યાગ.

ગુરુદેવ આ બાબત ખૂબ સ્પષ્ટ હતા. તેઓ કહેતા : આધ્યાત્મિક જીવન ગાળવા જંગલમાં જવાની, ગુફામાં છુપાવાની કે પહાડની ટોચ પર જઈ બેસવાની જરૂર નથી. ખરી જરૂર છે - ખોટા ખ્યાલો તજવાની, જૂઠી માનવની વ્યક્તિનિષ્ઠા સાથેની એકાત્મતા દૂર કરવાની; અહં, અભિમાન, અહંકારનો ત્યાગ કરવાની, ઈચ્છા તથા મોહનો ત્યાગ કરવાની અને મમતા તથા આસક્તિ-મારું-તારું-નો ત્યાગ કરવાની.

ભગવદ્ગીતા અઢારે અધ્યાયના જ્ઞાનોપદેશમાં વારંવાર નિર્મમ, નિર્મોહી અને અનાસક્ત (મારાપણું, મમતા અને આસક્તિનો ત્યાગ) થવા પર ભાર મૂકે છે. ‘હું માનવ વ્યક્તિ છું, હું શરીરી છું, હું માનસિક વ્યક્તિ છું, હું ભાવુક, ભાવમય વ્યક્તિ છું, હું બૌદ્ધિક વ્યક્તિ છું, હું ઈશ્વરથી અલગ હસ્તી છું, અન્ય સૌથી ભિન્ન છું.’ આવા ગલત ખ્યાલ છોડવા તે જ ખરો ત્યાગ છે, ખરો સંન્યાસ છે. આ બધું અજ્ઞાન છે. તે જ બંધન છે, તે જ સંસાર છે, તે જ માયા છે, તે જ પ્રપંચ છે, તે જ જીવાત્મા છે. આ વાતોનો ત્યાગ એ જ ખરો સંન્યાસ છે.

આ અજ્ઞાનમાંથી ઉદ્ભવેલા અહંનો ત્યાગ, આ દેહ અને સંસાર સાથેની એકાત્મતાનો ત્યાગ એટલે જ સંન્યાસ. અહંને લઈને ઉદ્ભવતા સ્વાર્થનો ત્યાગ તે સંન્યાસ છે. અહંના બીજા એક પાસાને કારણે મમતા જાગે છે, મારાપણું અને હું-પણું જાગે છે તેનો ત્યાગ તે સંન્યાસ. અહંને લીધે ઉદ્ભવતી ઓળખાણો, આસક્તિ અને સ્વાર્થને લીધે અસંખ્ય ઈચ્છાઓની જે વણજાર પેદા થાય છે તેનો ત્યાગ ખરો સંન્યાસ છે.

એક વખત ઈચ્છા ત્યાગી, પછી માણસે બીજો કશો સંકલ્પ કરવાનો રહેતો નથી, પરમાત્માનાં ચરણકમળોની ભક્તિ સિવાય અન્ય કશી સ્પૃહા રહેતી નથી, અપરોક્ષાનુભૂતિ (સીધો સાક્ષાત્કાર) સિવાય કશી ભક્તિ રહેતી નથી ‘હું જે કંઈ થઈ રહ્યું છે તેનું સાધનમાત્ર છું. થાય છે તે સઘળું તું જ કરે છે.’ આ વિચાર ચેતનામાં દઢ રીતે રોપાઈ જાય છે; ત્યાર પછી કોઈ સંકલ્પ રહેતો નથી. આ છે સંન્યાસની અવસ્થા. આ છે ખરા વૈરાગ્યની અવસ્થા.

ગુરુ મહારાજે જે વિચાર-બીજ વાવ્યું તેની વાતચીત આજે સવારે કરી. તે સત્યો પર મનન કરવા ઈશ્વર તમારા પર આશીર્વાદ વરસાવે! સર્વશક્તિમાનની કૃપાથી તમે સાચા સાધક બનો, ભગવાનના ખરા ભક્ત બનો, એક સાચા વિરક્ત અને આધ્યાત્મિક પથ પર ચાલનાર, આધ્યાત્મિક જીવન જીવનાર ખરા યાત્રિક બનો!

ભગવાન તમારા સૌનું ભલું કરે!

□ ‘સાધનામાં અંતરદષ્ટિ’માંથી સાભાર

પૂર્ણ પુરુષોત્તમ - ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ

શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ ! પૂર્ણ પુરુષોત્તમ ! વિશ્વ ઈતિહાસના એક અદ્ભુત મહાપુરુષ !

શ્રીકૃષ્ણનું પ્રાકટ્ય કારાગૃહમાં થયું. પરંતુ શ્રીકૃષ્ણનું જીવન બહુજન હિતાય સુખાય ચ- વિમોક્ષાય ચ હતું. તેઓ બંદીખાનામાં પ્રકટ્યા, પરંતુ જનગણને મોક્ષ આપવાની પ્રવૃત્તિ કરી. તેઓ ગોવાળ છે, તો દ્વારકાધીશ પણ છે. તેઓ રાસરચૈયા નર્તક છે, તો સુદર્શનધારી યોદ્ધા પણ છે. તેઓ યોગી છે, ભોગી પણ છે. પ્રેમરસનું મૂર્ત સ્વરૂપ છે, માધુર્ય રસનો સ્ત્રોત છે, છતાં નિર્મોહી પણ છે. તેઓ છલીયા છે, તો કૂટ રાજનીતિજ્ઞ પણ છે. તેઓ ગીતોપદેશના ગાયક છે, છતાં યુધિષ્ઠિરના રાજસૂય યજ્ઞમાં અતિથિઓના પગ પણ ધોઈ શકે છે. તેઓ રુદ્ધિમણીનું અપહરણ કરી શકે છે, તો પોતાની બહેન સુભદ્રાનું અપહરણ કરાવી પણ શકે છે. શ્રુતિ કહે છે, તે અણુમાં અણુ અને મહત્માં મહત્ છે. અણોરણીયા મહતો મહિયાનું. માટે જ સંતોએ ગાયું છે, ‘શેષ ગણેસ, દિનેસ, મહેસ, સુરેસહુ જાહિ નિરંતર ધ્યાન લગાવે; તાહિ અહીર કી છોહરિમાં છણિયા ભરી છાછ પૈ નાય નયાવૈ.’ એક તરફ દેવો સ્તુતિ કરે છે, ધ્યાન કરે છે, તો વ્રજની ગોપીઓ વાટકી છાશ આપવા માટે પહેલાં કન્હેયાને નાય નયાવે છે. એક અપ્રતિમ પ્રતિભાસમ્પન્ન ચોસઠકલાવિદ્ મહાવતાર એટલે પૂર્ણ પુરુષોત્તમ ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ !

શ્રીકૃષ્ણનું વ્યક્તિત્વ અગોચર છે. ‘યતો વાતો નિવર્તન્તે અપ્રાપ્ય મનસા સહ’ અહીં વાણી વિરામ લઈ લે છે, શ્રીકૃષ્ણનું પામ કાઢી શકાય નહીં. શ્રીકૃષ્ણને સમજવા માટે શ્રીકૃષ્ણ જ બનવું પડે. શ્રીકૃષ્ણે જ્યારે ધૃતરાષ્ટ્રની રાજયસભામાં વિરાટ સ્વરૂપ ધારણ કર્યું હતું, ત્યારે એક માત્ર ભીષ્મ પિતામહ જ આ દિવ્ય દર્શન કરી શક્યા હતા; બાકી બીજા બધાની આંખો અનંત સૂર્યનોના પ્રકાશમાં અંજાઈ ગઈ હતી. જ્યારે ગીતોપદેશ કરવામાં આવ્યો ત્યારે આ ઉપદેશ એકમાત્ર વેદવ્યાસ જ સમજી શક્યા હતા, પોણા ભાગનું જ્ઞાન ભીષ્મને સમજાયું, કહેવાય છે કે અડધું કર્ણ સમજ્યો હતો, જ્યારે અર્જુનને તો માત્ર ચોથા ભાગનું જ જ્ઞાન સમજાયું હતું, અહો વૈચિત્ર્યમ્ !

શ્રીકૃષ્ણની જ્ઞાનાવધિને તપાસીએ તો તેઓ કહે છે, ‘હે અર્જુન ! ઈમં વિવસ્તતે યોગં પ્રોક્તવાનહમવ્યયમ્ । વિવસ્વાન્મનવે પ્રાહ મનુરિક્ષ્વાકવેડબ્રવીત્ ॥ (ગી.૪:૧) આ અવિનાશી યોગ પૂર્વે મેં સૂર્યને કહ્યો હતો...’ આ શ્રીકૃષ્ણના જ્ઞાનનું ગૌરવ છે. શ્રીકૃષ્ણ એક માત્ર એવું વિરલ વ્યક્તિત્વ છે કે જ્ઞાન અને ધર્મની ઉચ્ચતમ પરાકાષ્ટા અને તેનાં ઊંડાણની મહત્તમ ગરિમાને પ્રાપ્ત છે. છતાં શ્રીકૃષ્ણ ઉદાસ નથી, ગંભીર પણ નથી, આનંદસ્વરૂપ છે. આનંદમૂર્તિ છે. શ્રીકૃષ્ણ નાચી શકે છે, ગાઈ શકે છે, દુર્ભાગ્યે શ્રીકૃષ્ણના કોઈ પ્રેમીઓને આ સત્ય પચ્યું નથી. થોડું જ્ઞાન (પુસ્તકિયું) આવે એટલે લોકો ખાસ કરીને વક્તાઓ ઉદાસ થઈને, મોઢાં ચઢાવીને બેસતા હોય છે. ગમગીન ચહેરાઓ રાખીને પોતે જ્ઞાની છે, તેવું પ્રદર્શન કરતા હોય છે. શ્રીકૃષ્ણ તો ‘વદનં મધુરં રમણં મધુરં, મધુરાધિપતે: અખિલં મધુરમ્’નું મૂર્ત સ્વરૂપ છે. આપણી ભારતીય સાંસ્કૃતિક પરંપરા અને શાસ્ત્રોના કહેવા પ્રમાણે ઈશ્વરના પ્રમુખ દસ અને બીજા ચૌદ ગૌણ એમ કુલ ચોવીસ અવતાર થયા, પરંતુ બધા અંશ અવતાર છે, જ્યારે શ્રીકૃષ્ણ જ માત્ર એક પૂર્ણ અવતાર છે. શ્રીકૃષ્ણ પૂર્ણ પરમાત્મા છે.

શ્રીકૃષ્ણના જીવનમાં અવગાહન કરીએ ત્યારે દૃષ્ટિગોચર થાય છે કે એક શ્રીકૃષ્ણ જ ‘દમન’વાદી નથી. તેમણે જીવનનાં બધાં દ્વન્દ્વોનો સ્વીકાર કર્યો છે. તેઓ પ્રેમથી ભાગતા નથી. હું પુરુષ છું, તેથી સ્ત્રીઓથી પલાયનવાદ સ્વીકાર કરું તેવું પણ નથી. તેઓ પરમાત્માનો અનુભવ કરે છે, કરુણા અને પ્રેમથી ભર્યા ભર્યા છે, છતાં યુદ્ધમાં લડવાનું પૂરેપૂરું સામર્થ્ય રાખે છે. શ્રીકૃષ્ણનું ચિત્ત અહિંસક છે, પરંતુ હિંસાના દાવાનળમાં કૂદી પડવાનો અવસર આવે તો ક્ષણભર પણ તેઓ અચકાતા નથી. તેમના જીવનમાં અમૃતની સ્વીકૃતિ છે, પરંતુ ઝેરથી તેઓ નિર્ભય છે. શ્રીકૃષ્ણ ભક્તિપ્રિય છે. તેમણે યશોદાનું વાત્સલ્ય સ્વીકાર કર્યું, ગોપ ગોપીઓની ભક્તિનો સ્વીકાર કર્યો. તો શ્રીકૃષ્ણને કુબજાની ભક્તિનો પણ સ્વીકાર છે. તે મથુરામાં ધોબીને દંડ આપી શકે છે, તો માળીને સદ્ભાવ અને શુભેચ્છા

(અનુસંધાન પાના નં.૨૪ ઉપર)

સ્વામી શિવાનંદની સિદ્ધિ

શ્રી સ્વામી ચિન્મયાનંદજી

પરિપૂર્ણ સંત અને ગુરુ હોવાની સાથે સાથે ગુરુદેવ કુશાગ્ર બુદ્ધિવાળા વૈજ્ઞાનિક અને કાર્યક્ષમતામાં અમેરિકન હતા. આ સદ્ગુણોમાં વૈશ્વિક પ્રેમનો સદ્ગુણ ઉમેરાતાં જીવનથી કંટાળેલા લોકોને માટે તેઓ જીવન જીવવા માટે પરમ આનંદ અને આશ્રયરૂપ બની રહેલા. આમ પરમ જ્ઞાનથી સજ્જ એવા ગુરુદેવ દરેક યુગમાં થઈ ગયેલા મહાન આચાર્યો અને પેગંબરોની માફક સત્યના પ્રસાર માટે બહાર આવ્યા, જોકે તેમની કાર્યશૈલીમાં મોટો તફાવત હતો. ભૂતકાળમાં સાક્ષાત્કારી આત્માઓએ તેમના સમયને અનુકૂળ પ્રાચીન રીતોનો ઉપયોગ કર્યો હતો. પૂ. સ્વામીજી આ યુગની જોરાવર બહાદુર વ્યક્તિ હોવાથી તેમણે જગતને ખૂબ નજીક લાવી ભાઈચારો વધારતી બધી આધુનિક વૈજ્ઞાનિક શોધોનો ઉપયોગ કરીને નવી રીતોને ઉપસાવી તેનો ઉપયોગ કર્યો.

તેમણે આધ્યાત્મિક સત્સંગ અને કીર્તનનો ફેલાવો કરવા માટે રેડિયો સ્ટેશનોનો પ્રથમ ઉપયોગ કર્યો. પોતાના વિશાળ આધ્યાત્મિક સાહિત્યના મફત પ્રચાર અને પ્રસાર માટે પત્રિકાઓ, પુસ્તિકાઓ, પુસ્તકો, ગ્રંથો છપાવી તેમને શક્ય હોય ત્યાં બધે જ ટપાલ દ્વારા મોકલી આપ્યાં. પોતાની ભાવપૂર્ણ ભક્તિ અને પ્રભુ-ચેતના દર્શાવતી ગ્રામોફોન ડિસ્ક તૈયાર કરાવી. આ ડિસ્ક દ્વારા યુરોપ અને અમેરિકામાં રહેતા ગુરુદેવના ભક્તોને તેમના ભજન ગાતા અવાજને સાંભળવાનો પરમ લાભ મળ્યો. આમ, આધુનિક સંશોધનોનો ઉપયોગ કરી તેમણે ધરતીના ખૂણે ખૂણે રહેતા ભક્તને પોતાના ગુરુદેવના ભક્તિમય સંગીતનો પરિચય કરાવ્યો. મૂવી કેમેરાની મદદથી પૂ. ગુરુદેવનું ફોટા દ્વારા દર્શન બધે જ શક્ય બન્યું અને પરદેશ રહેતા ભક્તોના સત્સંગના કાર્યક્રમોમાં તેમનાં દર્શન કરી ભક્તો ધન્ય બન્યા. તેમનાં લખેલાં પુસ્તકોની ફોટો-કોપી મળતાં ગુરુદેવના સાહિત્યને મૂળ સ્વરૂપે જોવાનો, વાંચવાનો અલભ્ય લાભ મળ્યો.

ગંગાના એક ખૂણા-આનંદકુટીરમાં બેસી પોતાની આધુનિક રીતોથી શ્રી સ્વામી શિવાનંદ સરસ્વતીએ

પરદેશમાં યુરોપ અને અમેરિકા વગેરે દેશોમાં જે આધ્યાત્મિક પ્રચાર કર્યો તેની આ રોમાંચકારી વાતો છે.

એકાત્મકતાનો અનુભવ એટલે સર્વવ્યાપકતાનો, ક્રિયાશીલ એકત્વનો અનુભવ. સમગ્ર દુનિયામાં પથરાયેલા સ્વામીજીના શિષ્યોના અનુભવ પોતાના ગુરુની આ સિદ્ધિઓની સાક્ષી પૂરે છે. કેટલાક શિષ્યોએ પોતાના ગુરુને પોતાની અંદર રહેલા જોયા છે અને તેમને આંતરિક શાંતિ, આનંદ અને સંતુલનનો અનુભવ થયો છે. બીજા કેટલાક શિષ્યોએ પોતાના ઓરડામાં જ તેમને શિખામણ આપતા સાંભળ્યા છે અને કેટલાયને તેમના દૈનિક જીવનમાં તેમની મુશ્કેલીઓ દૂર કરવામાં સલાહ આપતા જોયા છે-મુશ્કેલીમાં આશ્વાસન આપે છે, નિરાશામાં તેમને આશા અને ખુશાલી આપે છે, સુખમાં તેમને ઈશ્વર તરફની તેમની ફરજની યાદ અપાવે છે.

આમ, સ્વામી શિવાનંદ હંમેશાં જર્મન શિષ્યોને તેમના સંબંધીની માફક, અમેરિકનને તેના પડોશીની માફક, ઓસ્ટ્રેલિયનને સદા હાજર પ્રોત્સાહક તરીકે મદદ કરવા તૈયાર રહેતા. ટૂંકમાં તેમના બધા જ અનુયાયીઓને પછી તે ભલે આફ્રિકા, શ્રીલંકા, નોર્વે, લેટવિયા, સ્વીડન, ઈટાલી કે કોકોસસના હોય બધાંને રક્ષણ, મદદ, દિલાસો અને માર્ગદર્શન આવવા તેઓ સદા તૈયાર રહેતા.

પેગંબર તેમની વ્યવસ્થિત પદ્ધતિ અને તેના ઉપદેશોથી પ્રસિદ્ધ હોય છે. આ બાબતમાં સ્વામીજી ક્રાન્તિકારી છે અને તેથી કુદરતી રીતે તેમની પદ્ધતિને ફક્ત ધર્મગ્રંથો વાંચતા પંડિતો તરફથી સખત ટીકાનો સામનો કરવો પડ્યો. તેમણે પવિત્ર ધર્મગ્રંથોનો અંગ્રેજીમાં અનુવાદ કરવાની ક્રિયાને ઈશ્વરની નિદા અને પાપ ગણાવ્યું, પરંતુ હવે તેમને સમજાયું કે શ્રી શિવાનંદે હિંદુધર્મને સજીવન કરવા-પુનર્જીવિત કરવા માટે કેટલો મોટો ફાળો આપ્યો છે? તેની જાણ પછી સંતની મૂક દીર્ઘદષ્ટિના વખાણ થયાં. સાથે સાથે શ્રી શિવાનંદની પદ્ધતિઓ દ્વારા તે વિશેનું અજ્ઞાન તેમ જ પશ્ચિમમાં પ્રવર્તતા હિંદુ ધર્મ વિશેના પૂર્વગ્રહનું પણ નિરસન થયું.

□ 'Gurudev Sivananda'માંથી ભાવવાહી અનુવાદ

ભક્તિ સરિતાના અનેક ઘાટ

શ્રી સ્વામી ગોવિંદદેવગિરિજી

પરમાર્થ પ્રાપ્તિનાં સમસ્ત સાધનોમાં ભક્તિ સર્વશ્રેષ્ઠ સાધન છે. તે ફક્ત સાધન જ નહિ, પરંતુ સાધ્ય સુધી પહોંચાડનારી વિલક્ષણ પ્રક્રિયા પણ છે. આનું આપણે ચિંતન કરી રહ્યા છીએ.

પરમાત્મામાં આત્મીયતાપૂર્ણ પ્રેમાસક્તિ જ ભક્તિનું સ્વરૂપ છે. પ્રભુને ફક્ત માનવા તે ભક્તિ નથી. તેના અસ્તિત્વને સ્વીકારવું તે કેવળ આસ્તિકતા જ થઈ, પરંતુ બધા આસ્તિક ભગવાનના ભક્ત હોય એવું નથી. આસ્તિકોમાં પણ જ્યારે તેનો ભગવાન સાથે સંબંધ જોડાઈ જાય છે ત્યારે ભક્તિનો આરંભ થઈ જાય છે. આને જરા સમજીએ. આપણે દિલ્હીથી હૃષીકેશ જવા નીકળ્યા છીએ. માર્ગમાં કેટલાય પ્રકારના લોકો, કેટલાંય વાહનો, કેટલાંયે સ્થળ જોઈએ છીએ. શું આપણે તેમને યાદ રાખીએ છીએ? છતાં તે ભીડમાં જો પોતાના ગામનો માનવ મળી જાય તો આપણું ધ્યાન તરત જ તેના તરફ દોરાય છે. શા માટે? મારો અને તેનો બંને એક જ ગામના હોવાથી સંબંધ છે. વિદેશોમાં તે ‘સંબંધ’ દેશ અથવા ભાષા એક હોવાને લીધે બંધાઈ જાય છે અને તે આપણને આત્મીય જેવો લાગે છે. આમ, ભીડના અસ્તિત્વને આપણે સ્વીકારીએ છીએ પણ તેમાં જો કોઈ આત્મીય લાગે છે ત્યારે આપણે સંબંધ બાંધી દઈએ છીએ. ભગવાન પણ જ્યારે તેને કોઈ પોતાના જેવો લાગે ત્યારે તેની સાથે ‘સંબંધ’ બાંધી દે છે અને તેને ભક્તિ કહેવામાં આવે છે. ફક્ત તેના અસ્તિત્વનો સ્વીકાર કરવો તે ભક્તિ નથી.

આસ્તિકની બુદ્ધિ અને ભક્તિમાં આ તફાવત છે. જેવા પ્રકારનો સંબંધ તેવા પ્રકારની આસક્તિ. એક યુવકને એની માતા જોઈ રહી હતી. તેણીએ તેને પહેલાં એક કથામાં જોયો હતો એટલે ઓળખીતા જેવો લાગ્યો. આગળ જતાં સંજોગવશાત્ તેની સાથે તેણીની પુત્રીની સગાઈ થઈ. સંબંધ થતાં જ દષ્ટિ બદલાઈ ગઈ.

ભક્તિનો શુભારંભ કેવી રીતે? : ‘સંબંધ’માં એક આત્મીયતા હોય છે. ભગવાનની સાથે આપણો કોઈ સંબંધ છે કેમ? ભગવાન કોઈ પણ દષ્ટિથી આપણને આપણા લાગે છે કે નહિ? ભગવાનની સાથે

કોઈ પ્રકારનો સંબંધ થઈ જાય અને કોઈ પણ રીતે તેમની સાથે પોતાપણાનો ભાવ આવી જાય તો તે ભક્તિનો શુભારંભ છે.

એક વાર સંબંધ સ્થપાયા પછી તેમાં જેવી જેવી પ્રગાઢતા આવે છે તેવા તેવા તેના અનેક પ્રકાર આપણા ખ્યાલમાં આવે છે. સંબંધની તે આત્મીયતાપૂર્ણ આસક્તિ અનેક ધારાઓમાં વહેવા માંડે છે. તે છે તો આસક્તિ જ, પણ ભિન્ન ભિન્ન પાસાં સાથે તે ભિન્ન ભિન્ન દિશાઓમાં વહે છે.

દેવર્ષિ નારદે વણવેલા ભક્તિના પ્રકાર

દેવર્ષિ નારદે પ્રભુ તરફની આસક્તિના વિવિધ પ્રકાર દર્શાવ્યા છે. દરેક પ્રકારના મૂળમાં તો ભગવાન જ છે, પરંતુ ભક્ત કયા પ્રકારની કઈ કઈ વાતોને મહત્ત્વ આપે છે તેના આધાર પર નારદજી મહારાજે અગિયાર પ્રકારની આસક્તિઓ બતાવી છે.

(૧) ગુણમાહાત્મ્યાસક્તિ : હું ભગવાનના ગુણોના મહત્ત્વને સાંભળું અને તેનામાં આસક્ત રહું તેવો ભાવ. હવે આમાં જ્યારે ‘ગુણમાહાત્મ્ય’ શબ્દનો પ્રયોગ થાય છે ત્યારે ભગવાનના ગુણોનું શ્રવણ તો તેમાં આવી જ જાય છે, તેમનું કીર્તન પણ આવી જાય છે. ભગવાનના ગુણાનુવાદ સાંભળવા, કહેવા એ બંને ગુણમાહાત્મ્યાસક્તિ છે. રાજા પરીક્ષિત આનું ઉદાહરણ છે.

તલ્લીનતા : ભક્તિપથનું એક મુખ્ય સોપાન

સાત દિવસ સુધી ન તો વક્તા પોતાના સ્થાનથી ઊઠ્યા કે ન શ્રોતા. વક્તા શુકદેવજી મહારાજ તો પરમહંસ હતા. તેમને ખાવાપીવા માટે તો કોઈ ખાસ સમસ્યા ન હતી, પણ શ્રોતા તો કાલ સુધીનો ‘રાજા’ હતો. ચોથા દિવસે રાજા પરીક્ષિતે કહ્યું : ‘મહારાજ, કૃપા કરીને મારા કૃષ્ણની કથા વિસ્તારથી કહેશોજી.’

શુકદેવજી બોલ્યા : ‘રાજાન ચાર દિવસ થઈ ગયા. કંઈ ખાધું-પીધું નથી. થોડોક અલ્પાહાર કરીને આવો, પછી આપણે ફરીથી બેસીએ.’

આપણે હોત તો વક્તાને ‘ધન્યવાદ’ કહેત, પણ પરીક્ષિતે શું કહ્યું? મહારાજ, હું તો ખાવા-પીવા જેવું

કંઈ હોય છે એ ભૂલી જ ગયો છું. જુઓ, રાજાએ એમ નહિ કહ્યું કે હું ભૂખ સહન કરી લઈશ, તરસ સહી લઈશ, પરંતુ તેણે કહ્યું કે, ‘મને આ ખાવાપીવાનું યાદ આવતું જ નથી. આ છે ભગવાનના ગુણાનુવાદમાં ચિત્ત ખોવાઈ જવું, પૂરી રીતે તલ્લીન થઈ જવાનું પરિણામ.’

આસક્તિનું બીજું નામ છે વ્યસન. જે વસ્તુનું આપણને વ્યસન થઈ જાય છે તેને છુપાઈને પણ પૂરું કરી દઈએ છીએ. જો આપણને પ્રભુ-પ્રેમનું વ્યસન લાગી જાય તો કેટલું સરસ થાય? એવું જ વ્યસન રાજા પરીક્ષિતને, હનુમાનજી મહારાજને, ધ્રુવને, પ્રહ્લાદજીને લાગ્યું હતું. પ્રભુના વિવિધ ગુણોની અમૃતકથાનું પાન કરતાં કરતાં જીવનમાં એક મસ્તી આવી જાય અને કોઈ અભિલાષા બાકી ન રહે.

દેવ-સ્થાપનાનાં બીજાંકુર : ભગવાન અનંત ગુણસંપન્ન છે. ‘નિર્ગુણ’ શબ્દનો અર્થ રામાનુજાચાર્ય મહારાજ ‘અનંતગુણસંપન્ન’ એવો કરે છે અને એવું છે પણ ભગવાનના આ સમસ્ત ગુણોના અથવા ભગવાનના આ ગુણોમાંથી કેટલાક ગુણોનું જ્યાં નિરંતર કથન થતું રહે છે, ગાન થતું રહે છે ત્યાં જઈને બેસવાની ટેવ પડી જાય તે પ્રિય લાગવા માંડે.

ભગવાનના ગુણ માહાત્મ્ય શ્રવણનું ભાગ્ય જે સાધકોને પ્રાપ્ત થાય છે, તેમના મનમાં એક વિચાર જાગે છે : ‘તે પ્રભુ કેવા હશે?’ તેમનું વર્ણન ક્યાંક સાંભળે છે તો વિચારે છે પોતાના ઘરમાં પણ આવા પ્રભુ હોવા જોઈએ. ભગવત્કથાના શ્રવણનો આરંભ કર્યા પછી લોકોને એમ લાગે કે અમારા ઘરમાં પણ સરસ ભગવાનનું મંદિર હોય અને પોતે તેની પૂજા કરતા હોય, અર્ચના કરતા હોય. દરેક જણ શાસ્ત્રોમાં વર્ણવેલી લંબાણપૂર્વક પૂજા ન પણ કરી શકે. શાસ્ત્રોની દૃષ્ટિએ તે પૂજા કંઈક અપૂર્ણ લાગે, પણ ભક્તના ભાવની દૃષ્ટિએ તેમાં કોઈ કસર રહેતી નથી, કારણ કે તે પૂજામાં આસક્તિ છે. તે જ્યારે સેવાપૂજામાં લાગી જાય છે ત્યારે દિનપ્રતિદિન તેની ભગવાન પ્રત્યેની આસક્તિ વધતી જાય છે. પછી તો ભગવાનને પ્રાતઃકાળમાં જગાડવા, સ્નાનાદિ કરાવવું, તેમનો શણગાર કરવો, ભોગ ધરાવી, પ્રેમથી આરતી ઉતારી ભગવાનને પોઢાળી દેવા વગેરે આ પ્રકારના ક્રમથી પૂજાનો આરંભ થઈ જાય છે. ભક્તિનાં બીજાંકુર પણ અહીંથી જ પ્રસ્ફુટિત થાય છે.

(૨) સેવા-પૂજાની આસક્તિ : કેટલાક લોકો બીજી વાતો જાણતા નથી પણ ભગવાનની પૂજામાં મસ્ત રહે છે. તેઓ આખો દિવસ પૂજામાં હોય છે, સેવામાં રહે છે. આ આસક્તિનું એક અંગ છે. તેનો આધાર સગુણ પરમાત્મા છે. કેટલાક લોકો આ પ્રકારની પૂજામાં આસક્ત રહે છે તો કેટલાક લોકો જે સમાજસેવા કરે છે, તેઓ આવા લોકોને કહે છે કે તેઓ પૂજામાં પોતાનો સમગ્ર સમય વેડફી દે છે, તેમનો સમય નકામો બની જાય છે. ખરી રીતે કહીએ તો તેમનો સમય નકામો જતો નથી, પણ સમયનો યોગ્ય ઉપયોગ થઈ રહ્યો છે. ભલે તેઓએ પરમેશ્વરની સર્વવ્યાપકતાને જાણી નથી, પણ જ્યાં પણ તેમને પરમાત્મા છે તેવું ભાન થયું ત્યાં પછી તે પોતાના નાનકડા શ્રી બાલકૃષ્ણલાલજી હોય કે કોઈ નાનકડી મૂર્તિ હોય તેની પૂજામાં તેઓ તલ્લીન થઈ ગયા, આસક્ત થઈ ગયા તેમનો તો બેડો પાર થઈ જવાનો છે. પૂજાસક્તિમાં એવી ભાવના છે કે મારા પ્રભુ ત્યાં બિરાજેલા છે. શરૂઆતમાં રામકૃષ્ણ પરમહંસમાં કેવા પ્રકારની આસક્તિ હતી? તેમણે તો ફક્ત સાંભળ્યું હતું : ‘ગદાધર, આ આપણી મા છે’ બસ, મા છે અને માની સેવા કરવાની છે. તેઓ રાતદિવસ સેવામાં જ તલ્લીન થઈ ગયા. પછી પૂજા આપોઆપ છૂટી ગઈ તે જુદી વાત છે. વાસ્તવમાં પૂજા છૂટી ન હતી, પણ સૂક્ષ્મ થઈ હતી. પૂજાનું રૂપ બદલાઈ ગયું, પણ પૂજામાં આસક્તિ તો રહી જ.

પૂજા દ્વારા ભલે ખૂબ સૂક્ષ્મ વાતોની સમજ ન આવે તો પણ આપણા ગૃહસ્થાશ્રમની સ્થિરતા માટે, બાળકોના સંસ્કાર માટે અને પોતાના જીવનમાં સરળ સાધનનાં દ્વાર ખોલવા માટે પૂજા સર્વોત્તમ સાધન છે.

શાસ્ત્રકારોએ જે હાથ પૂજા કરતા નથી તેમને સાચા હાથ જ માન્યા નથી. શુક્રદેવજી મહારાજ કહે છે : ‘તે હાથ મડદાના હાથ છે, જે પૂજા કરતા નથી. જુઓ, ધ્યાન રોજ લાગે જ એવું નથી, ભાવ દરરોજ જાગ્રત થશે એવું પણ નથી, પણ પૂજા તો નક્કી કરેલી રીતે દરરોજ કરવી જ પડે છે અને દરરોજ કરાય પણ છે. તેટલા માટે પૂજાથી સાધનમાં સ્થિરતા આવી જાય છે. ભાવ ઓછો છે, કદી ન પણ હોય, પણ પૂજામાં કમી હોય એવું બને નહિ. તેને તો દરરોજ કરવી જ પડે છે. કેટલાક પૂજા કર્યા વગર જમતા નથી એટલે પૂજા તો દરરોજ કરવી જ પડે.

આપણે ત્યાં પંચોપચાર પૂજા છે, ષોડશોપચાર પૂજા છે, ચતુઃષ્ટિઉપચાર પૂજા છે-જેની પાસે જેટલા ઉપચાર ગંધ, પુષ્પ, ધૂપ, દીપ, નૈવેદ્ય વગેરે હોય અને જો મારી પાસે આજે તેમાંથી કોઈ પણ નથી. હું પ્રવાસમાં છું-વિધિવિધાનથી પૂજા કેવી રીતે કરું? તો માનસિક પ્રેમ-પૂજા ચાલે પણ પૂજા થાય જરૂર.

પૂજાનું એક તંત્ર વિકસિત થઈ ગયું છે. જો પૂજામાં આસક્તિ હશે તો-પૂજા કર્યા વગર રહી શકાતું નથી. તે જ પ્રમાણે જેને પૂજા કરવાનો અભ્યાસ થઈ જાય છે તે જો કોઈ દિવસ પૂજા કરવાનું શક્ય ન બને તો આખો દિવસ મન લાગતું નથી. જાણે કે પૂજા તેના જીવનક્રમનું અનિવાર્ય અંગ બની ગયું ન હોય.

(૩) રૂપાસક્તિ : હવે તે પૂજાના આધાર તરફ નિરંતર ભક્તનું ધ્યાન જાય છે અને તે આધાર છે પરમાત્મા. એટલા માટે નિરંતર પૂજા કરતાં કરતાં આપોઆપ પ્રભુના રૂપમાં આસક્તિ થઈ જાય છે તે રૂપાસક્તિ છે. પ્રભુ પોતાને પ્રિય લાગવા માંડે છે. મહારાષ્ટ્રના સંત કહે છે : ‘બસ, હે પ્રભુ આ નેત્રોથી આપનું રૂપ જોઈને અમારા અંગેઅંગમાં આનંદ વ્યાપી ગયો.’ રૂપની આસક્તિ ખૂબ પ્રબળ હોય છે. ભગવતી રુદ્રિમણીજીએ શ્રીકૃષ્ણના ગુણો વિશે સાંભળેલું, તેમના રૂપનું વર્ણન પણ સાંભળેલું. રૂપ વિશે સાંભળ્યું અને બસ, અંદરની લાજ-લજજા જ સમાપ્ત થઈ ગઈ. શ્રી ભગવાનના મનોહર રૂપમાં આસક્તિ થઈ ગઈ. અરે, ભગવતી રુદ્રિમણીની વાત તો ભગવાનની પ્રિયાની વાત છે, પણ મહામુનિ શુકદેવ કેમ આસક્ત થઈ ગયા હતા? તેમણે જેવું ભગવાનનું સ્વરૂપ જોયું કે તેઓ પરમાસક્ત થઈ ગયા. વ્યાકુળ થઈને શ્રીમદ્ ભાગવતના દિવ્ય શ્રવણ માટે નીકળી ગયા.

વૈરાગ્યનો પણ વૈરાગ્ય : જનકપુરમાં વિદેહરાજ મહારાજ જનકજીને શ્રીરામ-લક્ષ્મણને જોયા. તેમનું ફક્ત દર્શન જ કર્યું અને વ્યાકુળ થઈ ગયા, વિહ્વળ થઈ ગયા. તેઓ તો વિદેહી છે, જ્ઞાની છે, સર્વથા અનાસક્ત છે, છતાં વિશ્વામિત્રજીને પૂછવા લાગ્યા : ‘મહારાજ, આ બાળકો કોણ છે?’ તેમની આવી વિહ્વળ દશા જોઈને વિશ્વામિત્રે પૂછ્યું : ‘રાજન, આપને શું થઈ ગયું છે?’ તો મહારાજ જનકે ચોખ્ખું કહી દીધું, ‘આજે મને વૈરાગ્યનો વૈરાગ્ય થઈ

ગયો છે.’ આ જ મહારાજ જનકને બ્રહ્માનંદ પણ ભગવાનના રૂપાનંદ સામે ફિક્કો લાગવા માંડ્યો છે.

નામ-રૂપ બધું ભગવાનનું જ છે : જે મહારાજે ‘નિર્ગુણ રૂપ સુલભ અતિ સગુન ન જાને કોયા’ લખ્યું તે સ્વામીજી મહારાજને ધન્ય છે. નિર્ગુણ ધ્યાનમાં આવવું બહુ સરળ છે, સગુણનો પ્રેમ જાગ્રત થવો, સગુણની આસક્તિ નિર્માણ થવી ખૂબ કઠણ છે અને જે જ્ઞાની છે તેમને માટે તો વધુ કઠણ છે, કારણ કે જ્ઞાની તો નિરંતર ‘જ્ઞાનરૂપ મિથ્યા... નામરૂપ મિથ્યા...’ એવી જંજાળમાં પડ્યા રહે છે. નામરૂપ મિથ્યા તો થાય જ છે પણ તે નામ અને રૂપ શ્રી ભગવાનનાં જ છે. ‘ચિદાનન્દમય દેહ તુમ્હારી’ ભગવાન ચિદાનન્દમય છે.

સર્વશ્રેષ્ઠ તત્ત્વ : શ્રી ભગવાને ગીતાના છઠ્ઠા અધ્યાયમાં ‘સ્મૃતેક્ષ્ય નાસિકાગ્રં’ એવું કહ્યું. એક વાર નાસિકાગ્ર તરફ પોતાની દૃષ્ટિને સીમિત કરવા માટે જોઈ લો, પણ ‘નાસિકાગ્રનું ચિંતન કરો’ એવું કહ્યું નથી. ચિંતન ભગવાનના રૂપનું કરો એવું કહ્યું છે. ભગવાનના તે રૂપને શ્રેષ્ઠ જ્ઞાની મહાત્માઓએ એટલું મહત્ત્વ આપ્યું છે.

**‘વંશીવિભૂષિત કરાગ્રવન્તરદાભાનુ
...કૃષ્ણાત્પરં કિમપિ તત્ત્વમહં ન જાને !’**

આ જે અમર શ્લોક છે તેને કોઈ સામાન્ય કવિએ લખ્યો નથી, પણ આ શ્લોક જેણે લખ્યો તે ભગવાન આદિ શંકરાચાર્ય પછી આ સંસારમાં સૌથી વધુ મહાત્મા મધુસૂદન સરસ્વતી મહારાજ હતા. તેઓ કહે છે, ‘મારી સૃષ્ટિમાં તો સર્વશ્રેષ્ઠ તત્ત્વ કૃષ્ણ જ છે. આમ, તેને બ્રહ્મ કહો, ભગવાન કહો, કંઈ પણ કહો તે મારા કૃષ્ણ છે અને તેઓ કહે છે, ‘બ્રહ્મેતિ કૃષ્ણેતિ પરમાત્મેતિ’ તેને કૃષ્ણ કહેવામાં આવે છે, તેને બ્રહ્મ કહેવામાં આવે છે, તેને પરમાત્મા અને રામ કહેવામાં આવે છે. તેમનાથી વધીને બીજું કોઈ તત્ત્વ કદાચ હોય તો તેની મને ખબર નથી. આંખ બંધ કરો અને અંદર એક જ્યોતિ જુઓ. મધુસૂદન સરસ્વતીએ કહ્યું, ‘આપને જોવું હોય તો આપ જુઓ, મારે જોવું નથી. મારે તો યમુનાજીના તટ પર ખેલનાર તે છોકરો જોઈએ. તે જ પછી જ્યોતિ-જ્યોતિ જોતાં રહેવું.’

□ ‘ધર્મશ્રી’માંથી સાભાર અનુવાદ

ધ્યાનને અસર કરનારાં પરિબલો

શ્રી સ્વામી નિખિલેશ્વરાનંદજી

હિમાલયનાં શ્વેત બરફ આચ્છાદિત શિખરો હોય, ઊંચાં ઊંચાં દેવદારનાં વૃક્ષોની હરિયાળી હોય, પુણ્યસલિલા ભાગીરથી કલકલ કરતી વહેતી હોય, માનવસર્જિત વાહનોનો ઘોંઘાટ કે ધુમાડો ન હોય, અરે! મનુષ્યનો સંચાર પણ ન હોય એવા સ્થળે મનુષ્યનું ધ્યાન આપોઆપ એકાગ્ર થાય છે. સ્વામી વિવેકાનંદ જ્યારે યુરોપમાં ગયા હતા ત્યારે સ્વિટ્ઝર્લેન્ડમાં આલ્પ્સ પર્વત પર આવેલા સાસ-ફે (Saas-Fee) ગયા હતા. ત્યાંની પ્રગાઢ શાંતિમાં તેઓ ઊંડા ધ્યાનમાં ઊતરી ગયા હતા. આ ધ્યાનમાં તેમને ઘણી દિવ્ય અનુભૂતિઓ થયેલી. ત્યારે જ તેમણે નક્કી કર્યું હતું કે આવા એકાંત સ્થળે હું એક એવો આશ્રમ સ્થાપીશ કે જ્યાં કોઈ પણ માણસને સહેલાઈથી ધ્યાન લાગી જાય કેમ કે આવા સ્થળે પ્રકૃતિના સાન્નિધ્યમાં, પરમ પવિત્ર વાતાવરણમાં કુદરતના શુભ તરંગોની વચ્ચે મનુષ્યને કોઈ વિશેષ પ્રયત્ન કરવો પડતો નથી. આથી સ્વામી વિવેકાનંદે પછી હિમાલયમાં માયાવતીમાં અદ્વૈત આશ્રમની સ્થાપના કરી.

જે સ્થળે ઘોંઘાટ હોય, ખૂબ શોરબકોર થતો હોય, વાહનોની અવરજવર થતી હોય, સિનેમાનાં થિયેટરોમાંથી મોટા મોટા અવાજે ગીતો અને સંવાદો સંભળાતાં હોય, આવા સ્થળે સિદ્ધ યોગી સિવાય સામાન્ય માણસ ધ્યાન કરી શકતો નથી. તો પ્રશ્ન એ ઊઠે છે કે ધ્યાન માટે સ્થળ અને બાહ્ય વાતાવરણ અસરકારક છે ખરાં?

સ્થળ અને બાહ્ય વાતાવરણની ધ્યાન પર અસર

ઘણા લોકો એમ માને છે કે ધ્યાન માટે શાંત અને પવિત્ર વાતાવરણ હોવું જરૂરી છે. જો બજાર જેવું વાતાવરણ હોય તો ધ્યાનમાં વિક્ષેપ પડે છે. તો ઘણા લોકો એમ પણ માને છે કે બહારનું વાતાવરણ ગમે તેવું કેમ ન હોય પણ મન જો અંતરમાં એકાગ્ર હશે તો વાતાવરણની કોઈ અસર થશે નહીં. વિરોધો અને મુશ્કેલીઓ મનમાં છે, વાતાવરણમાં નહીં. જો મનમાં પુત્રના બારમા ધોરણના પરિણામની અને પછીના

એડમિશનની ચિંતા હશે તો હિમાલયની શાંતિમાં પણ ધ્યાન ધરી શકાશે નહીં અને મન જો ભગવાનમાં લીન હશે તો બજારની વચ્ચે પણ ધ્યાન કરી શકાશે. ફેન્ફીક્સ પ્રયોગો દ્વારા એવું તારવ્યું હતું કે મનની એકાગ્રતા અને ધ્યાન માટે બાહ્ય પરિબલો એટલાં બધાં અસરકારક નથી.

પરંતુ ઘણા વૈજ્ઞાનિકોએ પ્રયોગો દ્વારા એવું સિદ્ધ કર્યું છે કે બાહ્ય સ્થળ પણ મનુષ્યોની લાગણીઓ પર ઘણી અસર કરે છે. બર્કલે યુનિવર્સિટીમાં ન્યુરોબાયોલોજિસ્ટોએ પ્રયોગો દ્વારા એવું પ્રમાણિત કર્યું છે કે બાહ્ય સ્થળ આપણી લાગણીઓ પર ઘણી અસર કરે છે. એક મોટા પિંજરામાં થોડા ઉંદરો રાખવામાં આવ્યા હતા. જ્યાં સુધી પિંજરામાં પૂરતી જગ્યા હતી ત્યાં સુધી તો તેઓ ખુશીથી નાચતા-કૂદતા રહ્યા પણ જ્યારે તે જ પિંજરામાં સંકડાશને કારણે વધુ ઉંદરો નાખવામાં આવ્યા ત્યારે તેઓના વર્તનમાં પરિવર્તન આવવા લાગ્યું. પહેલાં તો તેઓ અશાંત બન્યા. પછી નાના ઉંદરો ઉપર હુમલો કરવા લાગ્યા અને પછી નાના ઉંદરોને મારી નાખવા માંડ્યા. ફરી વૈજ્ઞાનિકોએ એમાંના થોડાક ઉંદરોને બીજા પિંજરામાં મૂકી દીધા તો ફરી ઉંદરોનું વર્તન સામાન્ય બની ગયું. ફરી તેઓ નાચવા-કૂદવા લાગ્યા. આ પ્રયોગ ઉપરથી એવી તારવણી નીકળી કે બાહ્ય સ્થળની મનુષ્યની લાગણીઓ અને વર્તન ઉપર ઘણી મોટી અસર થાય છે. ગીચ વસ્તીવાળાં શહેરો અને ગિરદીવાળા રસ્તાઓ પણ આ પુરવાર કરે છે. આંકડાશાસ્ત્રના અહેવાલો જણાવે છે કે ઓછી વસ્તીવાળાં ગામડાં કરતાં ગીચ વસ્તીવાળાં શહેરોમાં હત્યા, આત્મહત્યા, હિંસા વગેરેનું પ્રમાણ ઘણું જ વધારે હોય છે. આ ઉપરાંત પણ જ્યારે મોટાં શહેરોમાં લોકો ખીચોખીચ ભરેલી બસો કે ટ્રેનોમાં મુસાફરી કરતા હોય ત્યારે તેઓ સાવ ક્ષુલ્લક એવી બાબતમાં પણ જલદીથી ઉશ્કેરાઈ જતા હોય છે. આની પાછળનું કારણ એ જ છે કે બાહ્ય સ્થળની મનુષ્યના મન ઉપર અસર થાય છે. ન્યુરોબાયોલોજિસ્ટોએ દર્શાવ્યું છે કે આક્રમકતા અને ક્રૂરતા માટે આપણા શરીરનાં ન્યુરોકેમિકલ તત્ત્વો

જવાબદાર છે. તેઓએ શોધ કરી છે કે મનુષ્યમાં આક્રમકતાનું વલણ બે ન્યુરોટ્રાન્સમીટરો-સેરોટોનિન (serotonin) અને નોરપિનફિન (Norepinephrine) દ્વારા ચલિત થાય છે. આક્રમકતા અને હિંસક વર્તન વધુ પ્રમાણમાં નોરપિનફિન અને ઓછા પ્રમાણમાં સેરોટોનિન દ્વારા થાય છે. નેશનલ ઇન્સ્ટિટ્યૂટ ઓફ મેન્ટલ હેલ્થ યુ.એસ.એ. (National Institute of Mental Health, U.S.A.)ના ડૉ. ગુડવિન એમ માને છે કે ન્યુરોટ્રાન્સમીટર અને આક્રમકતા વચ્ચેનો આ સંબંધ માત્ર જન્મજાત (genetic) નથી પણ બાહ્ય વાતાવરણ પણ આ ભૌતિક અને રાસાયણિક પરિબળોની અસમાનતાને જન્મ આપી શકે.

અમેરિકામાં પણ આ અંગેના ઘણા પ્રયોગો થયા છે. અમેરિકામાં એક હોસ્પિટલના મકાનને વિશાળ બનાવવામાં આવ્યું. વધુ હવા-ઉજાસવાળું બનાવવામાં આવ્યું ત્યારે ડોક્ટરોને આશ્ચર્ય થયું કે પહેલાં કરતાં દર્દીઓ હવે વધારે ઝડપથી સાજા થવા લાગ્યા. વરસોથી પીડાતા દર્દીઓ ત્રણ મહિનામાં સંપૂર્ણ સાજા થઈ ગયા અને પોતપોતાને ઘરે પાછા ફરીને સ્વસ્થ જીવન વીતાવવા લાગ્યા. જહોન હોપકીન્સ સ્કૂલ ઓફ મેડિસિનના ડૉ. જેરોમ ફેન્કે કહ્યું : ‘અમે લોકોએ દર્દીઓની સંપૂર્ણતાથી સારવાર કરવી જોઈએ એ મહત્ત્વ સ્વીકાર્યું છે. આ એક ફક્ત શરીરની સારવારની જ વાત નથી પણ સર્વાંગીણ સારવાર આપવાનું લક્ષ્ય હોવું જોઈએ.’ આ રીતે હોસ્પિટલનું વાતાવરણ વૃક્ષો, ફૂલોથી ભરેલું હોય, હોસ્પિટલના ઓરડાઓ વિશાળ અને સ્વચ્છ હોય તો દરદીઓ જલદીથી સાજા થઈ જાય છે. એ જ રીતે કારખાનામાં પણ જો કામ કરવાનું સ્થળ વિશેષ હવાઉજાસવાળું હોય, કારખાનાની બહાર સુંદર બગીચો હોય અને કામ કરવાની જગ્યા વિશાળ હોય તો ઉત્પાદન પણ વધારે થાય છે. એ અંગેના પ્રયોગો પણ થઈ ચૂક્યા છે. આ બધા દ્વારા એ સાબિત થાય છે કે મન ઉપર બાહ્ય વાતાવરણનો પ્રભાવ તો અવશ્ય પડે જ છે.

આજકાલની શૈક્ષણિક સંસ્થાઓમાં પણ સ્થળોની મોકળાશ જોવા મળતી નથી. એક નાના ક્લાસરૂમમાં બાળકોને ઘેટાં-બકરાંની જેમ બેસાડવામાં આવે છે પછી

એ બાળકોમાં મનની એકાગ્રતા ક્યાંથી આવે? જે શાળામાં મોટા વર્ગખંડો હોય, વિશાળ પ્રાર્થનાખંડ હોય, રમતગમતનું મોટું મેદાન હોય અને જ્યાં બાળકો મુક્ત રીતે હરીફરી શકતાં હોય એવી શાળાઓના વિદ્યાર્થીઓ ઘણું જ ઉજ્જવળ પરિણામ લાવે છે. પ્રાચીનકાળનાં આપણાં ગુરુકુળો અને આશ્રમો વનમાં હતાં, પ્રકૃતિના સાંનિધ્યમાં હતાં, ત્યાં વિશાળતા હતી એટલે શિક્ષણ પાંગરતું હતું. વિદ્યાર્થીઓનાં મન આપોઆપ જ અભ્યાસમાં એકાગ્ર રહેતાં.

શ્રીમા શારદાદેવીને પણ સ્થળની મોકળાશનો અનુભવ કાશીમાં થયો હતો. તેઓ નવેમ્બર ૧૯૧૨માં કાશીની યાત્રાએ ગયાં ત્યારે લક્ષ્મીનિવાસ નામના મોટા મકાનમાં તેમની રહેવાની સગવડ થઈ હતી અને આ વિશાળ મકાનમાં પ્રવેશ કરતાંની સાથે જ શ્રીમા શારદાદેવી આનંદથી બોલી ઊઠ્યાં : ‘ઓહ! કેવું વિશાળ મકાન છે ! વિશાળ જગ્યા ધરાવતું મકાન હોવું એ મોટું સૌભાગ્ય છે. નાની જગ્યામાં રહેવાથી મન નાનું થઈ જાય છે. વિશાળ જગ્યામાં રહેવાથી મન પણ વિશાળ થઈ જાય છે.’ આ રીતે સ્થળનો અને બાહ્ય વાતાવરણનો મન ઉપર જરૂર પ્રભાવ પડે છે. પવિત્ર સ્થળોમાં, મંદિરોમાં, વનમાં, પહાડોમાં, તીર્થસ્થાનોમાં મન સહેલાઈથી એકાગ્ર બની જાય છે, ઊંડા ધ્યાનમાં નિમગ્ન થઈ જાય છે.

પરંતુ આવી રીતે મંદિરોમાં અને પવિત્ર સ્થળે નિયમિત રીતે જવાનું જો શક્ય ન હોય તો શું કરવું? સ્વામી વિવેકાનંદે આ સમસ્યાનું સુંદર રીતે સમાધાન કરતાં કહ્યું છે : ‘જેમની શક્તિસ્થિતિ હોય તેઓ ધ્યાન માટેનો જ એક અલગ ઓરડો રાખે તે વધુ સારું. એ ઓરડામાં સૂવું નહીં. તેને પવિત્ર રાખવો. સ્નાનથી શરીર અને મન શુદ્ધ ન થયાં હોય ત્યાં સુધી એ ઓરડામાં પ્રવેશ કરવો નહીં. હંમેશાં એ ઓરડામાં પુષ્પો રાખવાં. યોગીને માટે એવું વાતાવરણ ઉત્તમ છે. આ ઉપરાંત મનમાં સાત્ત્વિક ભાવ જગાવે એવાં ચિત્રો રાખવાં. સવાર-સાંજ ધૂપ કરવો. એ ઓરડામાં કજિયા-કંકાસ, ક્રોધ કે અપવિત્ર વિચારો ન કરવા. જેઓ તમારા જેવા સમાન વિચારોવાળા હોય તેમને જ અંદર આવવા દેવા. એ રીતે ધીરે ધીરે એ ઓરડામાં પવિત્રતાનું

વાતાવરણ ઊભું થશે. એથી જ્યારે તમે શોકગ્રસ્ત હો, દુઃખી હો, સંશયમાં હો અથવા તમારું મન વ્યગ્ર હોય ત્યારે તે ઓરડામાં પ્રવેશ કરતાંની સાથે જ મન શાંત થઈ જશે. મંદિરો, દેવળો વગેરે બાંધવા પાછળની ભાવના પણ આ જ હતી. કેટલાંક મંદિરો અને દેવળોમાં તો હજુ પણ આવી શાંતિ અનુભવાય છે, પણ મોટા ભાગનામાંથી તો એ ભાવના ચાલી ગઈ છે. ભાવના એ છે કે પવિત્ર ભાવતરંગોને જાળવવાથી તે સ્થળ આધ્યાત્મિક ભાવોથી પ્રકાશવંતું બની રહે છે. જે લોકો સાધના માટે આવો અલગ ઓરડો ન રાખી શકે તેઓ જ્યાં પણ અનુકૂળ પડે ત્યાં સાધના કરે.’

શ્રીરામકૃષ્ણ દેવ પણ કહે છે કે ધ્યાન કરવું મનમાં, વનમાં અને ખૂણામાં. જો વનમાં જઈ શકાય તો ઉત્તમ પરંતુ બધા માટે આ શક્ય નથી. આથી ઘરમાં એક ખૂણો નિર્ધારિત કરવાથી ધીમે ધીમે આ સ્થળ આધ્યાત્મિક બનશે.

આ રીતે સાધનાની પ્રારંભિક અવસ્થામાં બાહ્ય વાતાવરણ-સ્થળ એ મહત્વનો ભાગ ભજવે છે. પરંતુ ખરેખર તો સાધકનું અંતિમ લક્ષ્ય એવું હોવું જોઈએ કે બાહ્ય વાતાવરણનો કોઈ પ્રભાવ તેના ધ્યાન ઉપર પડે નહીં. આ અંગે સ્વામી વિવેકાનંદ તેમના પુસ્તક ‘ધ્યાન અને તેની પદ્ધતિ’માં કહે છે : ‘ગહન શાંતિમાં અને એકાંતમાં જે સતત પ્રવૃત્તિ જુએ અને સતત પ્રવૃત્તિમાં રણના જેવાં શાંતિ અને એકાંત અનુભવે એ જ આદર્શ મનુષ્ય કહેવાય.’

સ્વામી વિવેકાનંદને તો નાનપણથી જ ધ્યાન સહજ હતું. નાનપણમાં એક વખત ધ્યાનમાં બેઠા હતા ત્યાં સાપ આવ્યો. બધા છોકરાઓ ઊભા થઈને જતા રહ્યા પણ તેઓ તો ધ્યાનમાં લીન હતા. તેમને સાપ આવ્યાની ખબર જ ન પડી. સાપ આવીને જતો રહ્યો તોપણ તેમનું ધ્યાન તૂટ્યું નહીં.

આવી ગહન ધ્યાનની અવસ્થાના કેટલાય પ્રસંગો તેમના જીવનમાં જોવા મળે છે. એક વખત દક્ષિણેશ્વરમાં પંચવટીની નીચે ગિરીશચંદ્ર ઘોષ સાથે તેઓ ધ્યાનમાં બેઠા હતા. સાંજનો સમય હતો, વાતાવરણ શાંત હતું પણ ગિરીશબાબુ ધ્યાનમાં એકાગ્ર થઈ શકતા નહોતા, કેમ કે મોટા મોટા મચ્છરો તેમને હેરાન કરતા હતા.

આથી તેમને થયું કે અહીં ધ્યાન થઈ શકશે નહીં, એટલે તેમણે પાસે બેઠેલા નરેન્દ્રને કહેવા માટે આંખો ખોલી પણ જોયું તો નરેન્દ્રના આખા શરીર પર મચ્છરોની કાળી ચાદર પથરાઈ ગઈ હતી અને છતાં તેઓ ઊંડા ધ્યાનમાં મગ્ન હતા. બાહ્ય જગતથી સાવ અલિપ્ત, અસંખ્ય મચ્છરો એમના શરીરને કરડી ખાતાં હતાં પણ એની એમને કશી જ અસર નહોતી. આ દૃશ્ય જોઈને ગિરીશબાબુ મનોમન બોલી ઊઠ્યા કે આવી દેહભાવથી પર ધ્યાનની ઉચ્ચ સ્થિતિમાં રહેતા નરેન્દ્રને ઈશ્વરનો સાક્ષાત્કાર ન થાય તો કોને થાય?

અમેરિકામાં બસમાં, ટ્રામમાં કે ટ્રેનમાં પણ સ્વામી વિવેકાનંદ ધ્યાનસ્થ બની જતા-એટલી હદ સુધી કે તેમનું ઊતરવાનું સ્ટેશન પણ ચાલ્યું જતું અને છેવટનું સ્ટેશન આવે ત્યારે કન્ડક્ટર એમને ઊતરવાનું કહેતો ત્યારે તેમને જાણ થતી કે એમનું ઊતરવાનું સ્થળ તો ક્યાંય આગળ નીકળી ગયું. આવી ધ્યાન-તન્મયતા સ્વામી વિવેકાનંદની હતી.

આ ઉપરાંત અમેરિકામાં થાઉજન આઈલેન્ડ પાર્કમાં તેમની ધ્યાનસ્થ સ્થિતિ વિશે તેમની શિષ્યાઓ મેરિ ફેન્ક અને ક્રિસ્ટાઈને સંસ્મરણોમાં લખ્યું છે કે ‘અમે લગભગ અડધો માઈલ દૂરની ટેકરી તરફ ચાલ્યાં. બધે જ જંગલ, ઝાડી અને એકાંત હતાં. છેવટે તેમણે નીચી ડાળીઓવાળું વૃક્ષ પસંદ કર્યું. અમે એની ફેલાયેલી ડાળીઓ નીચે બેઠાં. બીજી ધારેલી વાતચીતને બદલે તેમણે એકાએક કહ્યું, ‘ચાલો, આપણે ધ્યાન કરીએ. બોધિવૃક્ષ નીચે બિરાજેલા બુદ્ધ જેવા થઈએ.’ થોડી જ ક્ષણોમાં તેઓ તો કાંસ્યપ્રતિમા જેવા દેખાવા લાગ્યા. એવા જ સ્થિર અને શાંત. એટલામાં ગાજવીજ સાથે વાવાઝોડું આવી ગયું. મુશળધાર વરસાદ પડવા લાગ્યો, પણ સ્વામીજીને તો એની ખબર જ ન હતી. મેં મારી છત્રી ઊંચી ધરી અને તેમને વરસાદથી બચાવવા કોશિશ કરી. ધ્યાનમાં સાવ તલ્લીન સ્વામીજીને કશી જ ખબર ન હતી. એટલામાં દૂરથી બૂમાબૂમ સંભળાવા લાગી. અમારા સાથીઓ છત્રીઓ અને રેઈનકોટ લઈને આવી રહ્યા હતા. પછી સ્વામીજીએ આંખો ખોલી ચારે તરફ જોયું ત્યારે તેમને ખ્યાલ આવ્યો. તેમણે કહ્યું : ‘જાણે આ વરસતા વરસાદમાં હું કલકત્તામાં ન હોઉં એવું લાગે છે.’

એક વખત ન્યૂયોર્કમાં ધ્યાનના વર્ગોમાં તેઓ ધ્યાનમાં એવા લીન થઈ ગયા હતા કે એમને બાહ્ય ચેતનામાં પાછા લાવી શકાયા નહીં. સમય પૂરો થતાં ધ્યાન શીખવા આવેલા વિદ્યાર્થીઓ તો ઊભા થઈને ગુપચુપ ચાલ્યા ગયા. પછી ઘણીવારે સ્વામીજી બાહ્ય ચેતનામાં આવ્યા. પછી બહુ ખિન્ન બની ગયા, કેમ કે વિદ્યાર્થીઓને ધ્યાન શીખ્યા વગર જવું પડ્યું! પછીથી તેઓ પ્રયત્નપૂર્વક જાગૃત રહેવા લાગ્યા, પણ એકાંતમાં ક્યાંય ધ્યાન કરવાનું થતું ત્યારે એમને સ્થળકાળનું ભાન રહેતું નહીં. આથી તેમણે પોતાના મિત્રોને કહી રાખ્યું હતું કે ધ્યાનમાંથી તેમને બાહ્ય ચેતનામાં પાછા લાવવા માટે અમુક સાંકેતિક શબ્દોનો ઉપયોગ કરવો.

આ રીતે ટ્રેન હોય કે બસ હોય, જંગલ હોય કે વરસતો વરસાદ હોય, ધ્યાનખંડ હોય કે વર્ગ હોય, સ્વામી વિવેકાનંદ એક ક્ષણમાં કોઈ પણ સ્થળે ધ્યાનમગ્ન બની જતા. પછી બાહ્ય વાતાવરણની તેમને કશી અસર થતી નહીં. આ સાચું ધ્યાન કહેવાય કે જેને બંધ કરવા પ્રયત્ન કરવો પડે, પરંતુ બધા કંઈ ધ્યાનસિદ્ધ યોગી હોતા નથી એટલે પ્રારંભમાં પવિત્ર સ્થળે ધ્યાન કરવાથી, ત્યાંના શુભ તરંગો એકાગ્રતામાં સહાય કરે છે, પછી નિયમિત અભ્યાસથી ઊંડું ધ્યાન શક્ય બને છે.

સમય

સમય પણ ધ્યાનને અસર કરનારું એક મહત્ત્વનું પરિબળ છે. બપોરે ભરપેટ ભોજન કરીને પછી જો કોઈ સામાન્ય મનુષ્ય ધ્યાન કરવા બેસે તો ધ્યાનમાં મન ન લાગે એ સ્વાભાવિક જ છે. ત્યારે ઊંઘ આવે, આળસ આવે. શરીર સુસ્ત ને ભારે થઈ જાય. એવા વખતે પરાણે મનને ધ્યાનમાં લગાડવાથી મન અને શરીર બંનેને હાનિ થાય. ધ્યાન માટેનો ઉત્તમ સમય આપણા ઋષિમુનિઓએ જે નિર્દેશ્યો છે એ છે બ્રહ્મમુહૂર્તનો સમય. ધ્યાન માટે આ સમય શ્રેષ્ઠ છે. વહેલી પરોઢે વાતાવરણ ખૂબ શાંત અને પ્રફુલ્લિત હોય. આધ્યાત્મિક સાધકો સિવાયના મોટા ભાગના મનુષ્યો સૂતા હોય એટલે એમના વિરોધી વિચારોથી સૂક્ષ્મ વાતાવરણ હજુ ખરડાયું ન હોય. માત્ર યોગીઓ, સંત મહાત્માઓ અને સાધુપુરુષો ઈશ્વર ચિંતનમાં રત હોય, એમના તરંગો

પણ સહાય કરતા હોવાથી એ સમયે ધ્યાન જલદીથી લાગી જાય છે.

બીજું, રાતભરની સારી નિદ્રા પછી શરીર પણ સ્ફૂર્તિવાળું અને તાજગીભર્યું હોય છે. મન પણ પ્રફુલ્લિત હોય છે એટલે શરીર અને મનનો પણ ધ્યાનમાં પૂરો સહકાર મળે છે. થાકેલા શરીરે અને વિચારોથી ઘેરાયેલા મનથી કંઈ ધ્યાન થઈ શકતું નથી! પ્રાતઃકાળે તન અને મન પણ પ્રફુલ્લિત હોવાથી ઈશ્વરચિંતનમાં સહેલાઈથી એકાગ્ર થઈ શકે છે.

ત્રીજું, વહેલી સવારે કરેલું ધ્યાન સુંદર ઉત્સાહભર્યા દિવસની બક્ષિસ આપે છે. ધ્યાનથી મન શાંત અને સ્થિર થઈ જતાં દિવસભરની પ્રવૃત્તિઓ પણ ખૂબ સરસ રીતે થાય છે.

ચોથું, વહેલી સવારે કરેલા ધ્યાનની ઊંડી અસર આખો દિવસ મનમાં રહેતી હોય છે. સાચું ધ્યાન તો અંતરમાં રહેલા ભગવાન સાથે અનુસંધાન કરાવી આપે છે. આ રીતે ભગવાન સાથેનું સૂક્ષ્મ અનુસંધાન થઈ જતાં દિવસભર આત્મપ્રકાશની અનુભૂતિ ચાલુ રહે છે.

આમ, જેમને ધ્યાન દ્વારા પોતાના જીવનમાં શાશ્વત સફળતા પ્રાપ્ત કરવી છે એમણે બ્રાહ્મમુહૂર્તને સાચવી લેવું જોઈએ. આ ઉપરાંત સાંજે સંધ્યાકાળે પણ ધ્યાન કરવું જોઈએ. બંને સંધિકાળનો સમય ધ્યાન માટે ઉત્તમ ગણવામાં આવે છે, કેમ કે તે વખતે સૂક્ષ્મ વાતાવરણમાં આધ્યાત્મિક તરંગો વિશેષ પ્રવાહિત થતા હોય છે.

શરૂઆતના તબક્કામાં સાધન-ભજન, જપ-ધ્યાન વગેરે માટે નિશ્ચિત સમય ફાળવવો જરૂરી બને છે, કેમ કે એ સમયે મન તૈયાર થવા લાગે છે. મનને એની ટેવ પડે છે અને પછી મન આપોઆપ એ સમયે ધ્યાનમાં એકાગ્ર થવા લાગે છે. આથી વહેલી સવારનો કે સાંજનો સમય કે રાત્રિનો જે સમય નિશ્ચિત કર્યો હોય બરાબર એ જ સમયે ધ્યાન કરવું આવશ્યક છે પરંતુ એક દિવસ વહેલી સવારે ઊઠીને એક કલાક ધ્યાન કર્યું, બીજે દિવસે બપોરે કર્યું અને ત્રીજે દિવસે સમય ન મળતાં ધ્યાન ન થયું તો પછી ચોથા દિવસથી ધ્યાન થશે જ નહીં. ધ્યાન માટે સમય નિશ્ચિત કરી એ સમયનું દૃઢપણે પાલન કરવું જોઈએ.

□ ‘એકાગ્રતા અને ધ્યાન’માંથી સાભાર

સંન્યાસીજીવનના પ્રથમ દિવસો

શ્રી સ્વામી રામ

સંન્યાસી તરીકે દીક્ષા ગ્રહણ કર્યા પછીના પહેલા જ દિવસે મારા ગુરુએ કહ્યું : ‘તને ખબર છે કે સંન્યાસી થવા માટે તારે ભિક્ષા માગવી પડે?’

મેં કહ્યું : ‘હં!’

તેમણે કહ્યું: ‘તારામાં રહેલો અહંકાર કહે છે કે તું બીજાઓથી સ્વતંત્રપણે હસ્તી ધરાવે છે. આ અહંકારને તારે શુદ્ધ કરવાનો છે અને એ તું વિનમ્ર બન્યા વગર કરી શકીશ નહિ. હું તને એવાં ઘરોમાં ભિક્ષા માગવા મોકલીશ, જ્યાં લોકો ગરીબ છે. ત્યારે તને ખબર પડશે કે તું શું છે!’

મેં કહ્યું : ‘ભલે.’

પછી જે બન્યું તે હું કદી ભૂલી શકીશ નહિ. હું તંદુરસ્ત હતો અને રેશમી ઝભ્મો પહેરતો હતો. હવે કહો, તમે આવું કલ્પી શકો ખરા? એક ભિખારી રેશમી વસ્ત્રો પહેરે? હું કશી ચિંતા વિના લહેરથી ચાલતો. યોગશાસ્ત્ર અનુસાર તો સીધા ઊભા રહેવું ને સીધા ચાલવું જોઈએ પણ તો લોકોને કદાચ એમ લાગે કે તમે વધારે પડતા અભિમાની છો. હું વહેલી સવારે ભિક્ષા માગવા ગયો અને એક સ્ત્રી ગાય દોહતી હતી ત્યાં જઈને ઊભો રહ્યો. તે ગીત ગાતી દોહતી હતી. તેના બે ઘૂંટણ વચ્ચે માટીની હાંડલી હતી.

મેં કહ્યું : ‘નારાયણ હરિ.’ અને તે એટલી ચોંકી ગઈ કે સફાળી ઊછળી પડી. તેની હાંડલી નીચે પડીને ફૂટી ગઈ. મને થયું : અરે ભગવાન!

તે તો એટલી ગુસ્સે થઈ કે બરાડા જ પાડવા લાગી. ‘આવો તાજોતગડો માણસ ભીખ માગે છે! તું દેશ પર બોજારૂપ છે. તારા પોતાના પર પણ બોજારૂપ છે. આમ, ભીખ માગતાં તને કોણે શીખવ્યું? રેશમી કપડાં પહેરવા માટે તારી પાસે પૈસા છે, છતાં તું ભિક્ષા માગે છે?’ મને ખૂબ શરમ લાગી. મેં વિનંતી કરી : ‘મને અપશબ્દો ન કહો.’

તેણે કહ્યું : ‘આ મટકી જૂના વખતની મૂલ્યવાન વસ્તુ હતી. મારી સાસુએ મને એ આપેલી. પારકા પૈસે તાગડવિત્તા કરનાર, ચાલ હટ મારી નજર સામેથી.’ તેને એ મટકી માટે એટલી આસક્તિ હતી! તે આમ ને આમ બોલ્યે જ ગઈ.

હું મારા ગુરુ પાસે પાછો ગયો. એમનો મને રોજ પૂછવાનો નિયમ હતો : ‘ભોજન લીધું કે?’ તે દિવસે પણ મેં અપેક્ષા રાખી કે હંમેશની જેમ એ પૂછશે, પણ તેમણે પૂછ્યું નહિ. આખો દિવસ હું શાંત રહ્યો અને તે પણ ચૂપ રહ્યા, જોકે તે સ્વભાવથી જ આખોયે વખત શાંત રહેતા. સાંજે મેં ફરિયાદ કરી : ‘આજે તમે પૂછ્યું નહિ કે હું જમ્યો છું કે નહિ.’

તેમણે કહ્યું : ‘હવે તું સંન્યાસી થયો છે એટલે મેં ન પૂછ્યું.’

મેં કહ્યું : ‘એટલે શું?’

તેમણે કહ્યું : ‘સંન્યાસી પોતાની જાતનો સ્વામી છે, પોતાની સઘળી ક્ષુધાઓનો સ્વામી છે.’

મેં કહ્યું : ‘એનો અર્થ એ કે તમે હવે મારી સંભાળ નહિ રાખો?’

તેમણે કહ્યું : ‘હવે તું પણ સંન્યાસી છે અને હું પણ સંન્યાસી છું. મારી ને તારી વચ્ચે શો ફરક છે? તું સંન્યાસી થવા ઈચ્છતો હતો. હવે તું તારી સંભાળ રાખજે. તારે મારો ટેકણલાકડી તરીકે શા માટે ઉપયોગ કરવો જોઈએ?’

હું બહુ ઉદ્દાસ થઈ ગયો અને વિચારમાં ડૂબી ગયો.

મેં નક્કી કર્યું કે હવેથી મારે સ્વાધીન બનવું જોઈએ.

મેં કહ્યું : ‘હું વચન આપું છું કે આજથી હું કોઈ દિવસ ભિક્ષા માગવા નહિ જાઉં, ભલે ગમે તે થાય. ભગવાનની ઈચ્છા હશે કે હું જીવતો રહું તો હું જીવીશ અને ધ્યાન કરીશ, પણ હું ભિક્ષા તો નહિ જ માગું.’

તેમણે કહ્યું : ‘તું તારું વચન પાળવા માગતો હોય તો તારી મરજી. મારે એમાં કાંઈ કહેવાનું નથી. તું સંન્યાસી છે.’

હું આવી પ્રતિજ્ઞા લઈને ગંગાકાંઠે જઈને બેઠો. લોકો ત્યાં મને મળવા આવતા. દરેક જણ એમ માનતું કે કોઈ મારું ધ્યાન રાખતું હશે. ઘણા લોકો ફૂલ લાવતા અને મને પગે લાગતા, પણ કોઈ કાંઈ ખાવાનું લાવતું નહિ. તેર દિવસ સુધી કોઈએ મને પૂછ્યું નહિ કે મેં ખાધું છે કે નહિ. મને એટલી બધી અશક્તિ લાગવા

માંડી કે ચાલવાનું મુશ્કેલ થઈ પડ્યું. મને વિચાર આવ્યો : આવું સંન્યાસી બનવા જેવું મૂર્ખાઈભર્યું કામ મેં શું કરવા કર્યું?

તેર દિવસ પછી હું રડી પડ્યો. જગદંબા સાથે મેં વાતો કરવા માંડી. મેં કહ્યું : ‘આ માર્ગે સચ્ચાઈપૂર્વક ચાલવાની મેં પ્રતિજ્ઞા લીધી છે પણ મારા માટે રોટીનો એક ટુકડો પણ નથી.’ અચાનક મેં પાણીમાંથી એક હાથ બહાર આવતો જોયો-‘માત્ર એક હાથ.’ અરે, એ હાથમાં ખાવાની ચીજોથી ભરેલું વાસણ હતું. હાથ મારી તરફ આવવા લાગ્યો અને મેં એક સ્ત્રીનો અવાજ સાંભળ્યો : ‘લઈ લે, આ તારા માટે છે.’ મેં એ પાત્ર લઈ લીધું અને ખાવા માંડ્યું. ગમે તેટલું ખાવા છતાં પાત્રમાંનું ખાવાનું ખૂટતું જ નહોતું.

ત્રણ વરસ સુધી મેં એ પાત્ર રાખ્યું. હું એમાંથી ઘણા લોકોને ખાવાનું આપતો છતાં એમાંના પદાર્થો કદી ખૂટતા નહિ. એમાં મીઠાઈ મૂકીએ તો તે ભરાતું નહિ. મને મળવા આવતા હજારો લોકોએ આ નિહાળ્યું હતું. તેઓ એમાં ગમે તેટલું દૂધ રેડે, પાત્ર કદી છલકાઈ જતું નહિ. હું એ પાત્રનો ગુલામ બની ગયો. લોકો મારી પાસેથી કાંઈ શીખતા નહોતા. તેઓ તો આ ચમત્કારિક પાત્ર જોવા આવતા. મારા ગુરુએ મને સલાહ આપી : ‘એને ગંગામાં ફેંકી દે.’ મેં એમની સલાહ પ્રમાણે કર્યું.

તમે માર્ગ પર ચાલતા હો ત્યારે ભગવાન ઘણી વાર સામે પ્રલોભન મૂકે છે, પણ તમે બધાં પ્રલોભનોને નકારી કાઢો ત્યારે જ મુકામે પહોંચી શકો. એક નાનું બાળક રડતું હોય ત્યારે મા શું કરે છે? પહેલાં તો તે બાળકને પિપરમીટ આપે છે, છતાં પણ બાળક રડતું રહે તો બીજી થોડી વસ્તુઓથી એને મનાવવા પ્રયત્ન કરે છે-ઢીંગલીથી કે બિસ્કિટથી. તો પણ બાળક રડતું અટકે નહિ ત્યારે મા એને ગોદમાં ઊંચકી લે છે, પણ મા એને ખોળામાં ઊંચકી લે તે પહેલાં તે એને બીજાં આકર્ષણોથી પટાવી જુએ છે. આત્મસાક્ષાત્કારના માર્ગ પર આવું જ બને છે.

સાધુ માટે ભિક્ષા માગવી જરૂરી છે, પણ બીજાને મન તે માનહાનિ છે. મને પ્રતીતિ થઈ કે જેઓ સંપૂર્ણપણે ભગવાનની કૃપા પર જ આધાર રાખે છે તેમને ખાવા માટે જરૂરી અન્ન અને રહેવા માટે આશરો મળી રહે છે. પૂર્ણ શ્રદ્ધામાં ભોજન અને આશ્રય માટે ચિંતા કરવાપણું નથી હોતું. હું મારા જીવનના છેલ્લા શ્વાસ સુધી માનીશ કે ભગવાન જ મારી એક સંપત્તિ છે અને ભગવાન સિવાય બીજી કોઈ પણ વસ્તુનો આશ્રય લેવા જતાં મારા જીવનમાં મોટી વિપત્તિ આવી પડશે. ભગવાનને હું હંમેશાં મારી આગળ ચાલતા નિહાળું છું. મને જોઈતી બધી વસ્તુઓ તે મને આપે છે.

□ ‘હિમાલયના સિદ્ધયોગી’માંથી સાભાર

(પૂર્ણ પુરુષોત્તમ - ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ અનુસંધાન પાના નં.૧૪ ઉપરથી ચાલુ)

પણ બક્ષી શકે છે. તે કુવલયાપીડ, ચાણૂર, મુષ્ટિક કે કંસનો વધ કરી શકે છે, તો અકારણે યુદ્ધ ન કરવું તેમ જાણીને મથુરાનો ત્યાગ કરી, ‘રણછોડ’ કહેવાયા તેનો વાંધો નથી; પરંતુ માનવજાતિના અભ્યુદયનું ચિંતન તેમને હૃદયસ્થ છે.

મહાભારતનાં યુદ્ધમાં સૌ જાણે છે કે શ્રીકૃષ્ણ પાંડવોના પક્ષમાં છે, પરંતુ શ્રીકૃષ્ણનું હૃદય કહે છે, હું સત્યના પક્ષમાં છું. શ્રીકૃષ્ણ સત્ય સ્વરૂપ છે. માટે જ કહ્યું છે, ‘યત્ર યોગેશ્વરઃ કૃષ્ણો યત્ર પાર્થો ધનુર્ધરઃ। તત્ર શ્રીર્વિજયો ભૂતિર્ધ્રુવા નીતિર્મિત્તમ્ ॥ (ગીતા- ૧૮:૭૮) જ્યાં યોગેશ્વર શ્રીકૃષ્ણ છે અને જ્યાં ધનુર્ધર પાર્થ છે, ત્યાં શ્રી, વિજય, વિભૂતિ તેમ જ અચળ નીતિ છે.

આ ગીતામાં જ અન્યત્ર કહ્યું છે, ‘સત્યમેવ જયતે નાડનૃતમ્’ સત્યનો જ જય થાય છે, અસત્યનો કદી

નહીં. અને ઉપર કહ્યું કે શ્રીકૃષ્ણનો જ જય થાય, અર્થાત્ શ્રીકૃષ્ણ એટલે જ સત્ય અને જ્યાં શ્રીકૃષ્ણ કે સત્ય અથવા સત્ય સ્વરૂપ શ્રીકૃષ્ણ હોય ત્યાં જ વિજય સંભવે.

શ્રુતિએ પણ સાક્ષી પૂરી છે કે ‘સત્યાન્નાડસ્તિપરોધર્મઃ’ સત્યથી મોટો બીજો કોઈ ધર્મ નથી.

આમ સત્યની ઉપાસના શ્રીકૃષ્ણની ઉપાસના છે. તુલસીદાસજી પણ કહે છે, ‘સાય બરાબર તપ નહીં’ સત્ય સમાન બીજું કોઈ મોટું તપ નથી.

શ્રીકૃષ્ણ જન્માષ્ટમીના પુણ્ય પર્વે શ્રીકૃષ્ણનું ધ્યાન કરીએ, તેની પવિત્ર લીલાનું ગાયન કરીએ; ‘તવકથામૃતં તમ્ જીવનં’ તેમની કથા જ દુઃખીઓનાં દુઃખ દૂર કરનારી છે, તેનું ચિંતન અને મનન કરીએ, અને શ્રીકૃષ્ણમય થઈ શ્રીકૃષ્ણના શરણનો સ્વીકાર કરીએ. જય શ્રીકૃષ્ણ, ઐ શાંતિ.

સમાધિમરણ

શ્રીમદ્ રાજયંદ્ર

સમાધિ સાથે મરણ તેનું નામ સમાધિમરણ. આત્મપરિણામની સ્વસ્થતાને 'સમાધિ' કહે છે. હવે આત્મપરિણામની સ્વસ્થતા એટલે પોતાના આત્માના ભાવ રાગદ્વેષમાં ના જવા દેતાં પોતાનામાં જ સ્થિર રાખવા.

આત્માનું તો કદી મરણ છે નહિ. તે તો અજર, અમર, અવિનાશી અને દેહાતીત સ્વરૂપ છે. છતાં કર્મવશાત્ તે આત્મા દેહમાં રહેલો છે. દેહ એટલે શરીર. શરીર દસ પ્રાણનું બનેલું છે. એ દસ પ્રાણના નાશને વ્યવહારમાં મરણ કહેલું છે. તે દસ પ્રાણનાં નામ નીચે પ્રમાણે છે :

મનબળ, વચનબળ, કાયબળ, પાંચ ઈન્દ્રિયો તથા આયુષ્ય અને શ્વાસોચ્છ્વાસ. આવા દસ પ્રાણોના નાશરૂપ મરણ તો જીવે અનંતવાર કર્યા છે. પણ પોતાના આત્મસ્વભાવમાં રહીને જીવે કદી મરણ કર્યું નથી. હજી પણ પોતાના આત્મસ્વરૂપને સમજીને આ ભવમાં જીવ સમાધિ મરણ નહિ કરે તો ભવિષ્યમાં પણ અનંત જન્મમરણ કરવાં પડશે. 'આત્મસિદ્ધિશાસ્ત્ર'ની પહેલી ગાથા :

**‘જે સ્વરૂપ સમજ્યા વિના, પામ્યો દુઃખ અનંત;
સમજાવ્યું તે પદ નમું, શ્રીસદ્ગુરુ ભગવંત.’**

સમાધિ મરણ પ્રાપ્ત કરવાના ઉપાય તરીકે રત્નત્રયીની આરાધના ગણાયેલ છે. રત્નત્રયી એટલે સમ્યકદર્શન, સમ્યકજ્ઞાન અને સમ્યકચરિત્ર - તે મોક્ષનો અથવા સ્વરૂપસ્થિરતાનો ઉપાય છે. એને રત્નત્રય પણ કહે છે. તેની આરાધના વિના જીવ સમાધિ મરણ કરી શકે નહિ.

સત્પુરુષનો બોધ તે સમ્યકજ્ઞાન છે. તેને ખૂબ વાંચી વિચારીને આત્મતત્ત્વની શ્રદ્ધા દૃઢ કરવી તે વ્યવહાર સમ્યકદર્શન છે. શ્રદ્ધા પ્રમાણે જ્ઞાનીની આજ્ઞા પ્રમાણે વર્તન કરવું તેનું નામ વ્યવહાર સમ્યકચારિત્ર્ય છે. આ રત્નત્રયીની એકતાથી આ ભવે જીવનું સમાધિ મરણ થઈ કાળાંતરે તેનો મોક્ષ થાય છે. આ રત્નત્રયને શાસ્ત્રમાં બોધિ પણ કહે છે. આ બોધિરૂપ રટણ એટલે રત્નની પ્રાપ્તિ વિના જીવ અનંતકાળથી ભટકી રહ્યો છે.

અનંતકાળમાં સમાધિમરણ કર્યું નથી. એ કરવાથી

ઘણો લાભ છે. જીવને એક વખત સમાધિ મરણ થાય તો બાકીના બધાય ભવમાં સમાધિ મરણ થાય. રત્નત્રયીની પૂર્ણપ્રાપ્તિ વીતરાગમાં છે. વીતરાગ ભાવ એટલે વૈરાગ્યભાવ અથવા રાગ કે દ્વેષરહિત ભાવ માટે રાગદ્વેષ ઘટાડવામાં વૃત્તિ રાખવી.

આ દેહે કરવા યોગ્ય કાર્ય તો એક જ છે, કે કોઈ પ્રત્યે રાગ અથવા કોઈ પ્રત્યે કિંચિત્ માત્ર દ્વેષ ના રહે. એટલે કે સર્વત્ર સમદશા પ્રવર્તે, એ જ કલ્યાણનો મુખ્ય નિશ્ચય છે. આ ભવમાં સમાધિ-મરણનો લાભ એ જ ખરી કમાણી છે. 'આપ સમાન બળ નહિ અને મેઘ સમાન જળ નહિ' એ કહેવત પ્રમાણે પોતે જ પુરુષાર્થ કરી મૂક્યો હશે તો આખરે બહારની મદદ મળો કે ના મળો, પણ કરેલું ક્યાંય જવાનું નથી. આખર વખતે તે જ ગુણ દેશે. માટે પૈસાટકાની ચિંતા ઘટાડી પ્રેમપૂર્વક ભક્તિમાં વૃદ્ધિ થાય તેની કાળજી રાખવી.

ખરું સમાધિમરણ તો આત્મજ્ઞાની પુરુષો કરી શકે, પણ આત્મજ્ઞાની પુરુષોના આશ્રિત પણ તેમનું શરણ લઈ શ્રદ્ધાના બળે સમાધિમરણ સાધી શકે છે. દિવાળીના આસો વદ ૧૩, ૧૪, અમાસ અને કાર્તિક સુદ-૧ એ ચાર દિવસોમાં જાણે માથે મરણ છે, એમ જાણી આરાધના કરવી. દિવાળી આવે એટલે લોકો જેમ ઘર વગેરે સાફ કરે છે, દીવા કરે છે, તેવી રીતે આપણે અંતરમાંથી કચરો કાઢી, આત્માને નિર્મળ કરી, અંતરંગ દીવો પ્રગટાવવાનો છે.

જેને તપ કરવું હોય, સ્વાધ્યાય કરવો હોય, કોષ ઓછો કરવો હોય, મોહ-માન-માયા ઓછાં કરવાં હોય તેને દિવાળીના આ ચાર દિવસોમાં કરવા જેવું છે. ઉપરાંત, અંતરંગ તપ એટલે કે વિનય, પ્રાયશ્ચિત્ત, ધ્યાન અને બાહ્યતપ એટલે કે અનશન, ઉણોદરી, વૃત્તિ સંક્ષેપ, રસ પરિત્યાગ વગેરે પણ આ ચાર દિવસોમાં કરવાં.

સત્પુરુષનો આશ્રય હોય તો જીવનું કલ્યાણ થોડા કાળમાં થઈ જાય. પછી ભલેને એક બે ભવ કરવા પડે.

(અનુસંધાન પાના નં.૩૮ ઉપર)

હઠીલા ડાઘને પણ દૂર કરનાર

શ્રી વિજય રત્નસુંદરસૂરીશ્વરજી

‘તમે પેલા છગનને રકમ ચૂકવી દીધી?’

‘હા’

‘પણ તમે તો એમ કહેતા હતા કે છગન માથું પટકી પટકીને મરી જશે તોય હું એને રકમ ચૂકવવાનો નથી. એવું તો શું બન્યું કે તમે છગનને રકમ ચૂકવી દીધી અને એય એને ઘરે બોલાવીને રકમ ચૂકવી દીધી!’

‘વાત તમારી સાચી છે પણ બન્યું એવું કે છગન સ્મશાનમાં જઈને બેસી ગયો. એને જે પણ મળવા આવે એને એ એમ કહેવા લાગ્યો કે પેલા શેઠ ભાગી ભાગીને જશે ક્યાં? આજે ભલે એ બેંગલોર ચાલ્યા જતા કે કલકત્તા ચાલ્યા જતા પણ એક દિવસ એ અહીં તો આવશે જ ને? બસ, એ જ દિવસે મારી ઉઘરાણી હું એમની પાસેથી પતાવી દઈશ.’

કલ્પના કરો તમે. જે માણસ મારા મોતને, પોતાની ઉઘરાણી પતાવવા, ઝંખી રહ્યો હોય એ માણસને એની રકમ ઘરે બોલાવીને હું ન આપી દઉં તો બીજું કરું શું?

હા. સંપત્તિના ક્ષેત્રે જો આવું બની શકે છે તો વ્યસન-પાપ-દોષ કે કર્મના ક્ષેત્રેય આવું બની જ શકે છે. વ્યસન ભલેને વરસો જૂનું હોય, પાપ ભલેને જીવનમાં ઘર કરી ગયું હોય, દોષ ભલેને મનમાં અડો જમાવીને બેઠો હોય અને કર્મો ભલેને ચીકણાં બંધાઈ ગયાં હોય, એ તમામનો સફાયો બોલાવી દેવામાં આપણને સફળતા મળી શકે તેમ જ છે. જે પણ પ્રશ્ન છે એ આપણા પોતાના વલણનો છે અને આપણા પોતાના પુરુષાર્થનો છે.

જો એ બુરાઈઓ પ્રત્યે આપણા મનમાં કોઈ ધગધગતો આકોશભાવ જ નથી, એનો સફાયો બોલાવી દેવા અંગે મન જો ઉકળાટથી વ્યાપ્ત જ નથી તો એ તમામને દૂર કરવા અંગેનો જે પણ પુરુષાર્થ આપણાથી થશે એ પુરુષાર્થમાં જોમ નહીં હોય, જોશ નહીં હોય, ઉત્કટતા નહીં હોય, પ્રચંડતા નહીં હોય!

જવાબ આપો.

બેટ્સમેન પ્રત્યેના પ્રેમને અકબંધ રાખીને જે બોલર બોલિંગ કરે એની બોલિંગમાં ડંખ આવે ખરો? કઠોર પથ્થર પર કૂણી લાગણી ધરાવતા કારીગરને એ

પથ્થરના ચૂરેચૂરા કરી નાખવામાં સફળતા મળી શકે ખરી? કપડાં પર ચોંટી ગયેલા ડામરને દૂર કરવા એકદમ હળવા હાથે સાબુ લગાડી રહેલ સ્ત્રીને એ કપડાં પરનો ડામર દૂર કરી દેવામાં ફાવટ આવે ખરી? જો ના, તો તીવ્રતમ નફરતભાવ વિના અને પુરુષાર્થની પ્રબળતા વિના જીવનને-મનને અને આત્માને ઘેરીને રહેલાં વ્યસનો, પાપો, દોષો અને કર્મોનો ખાત્મો બોલાવી દેવામાં આપણને સફળતા ન જ મળે એ સમજાય તેવી જ વાત છે ને?

એક નક્કર વાસ્તવિકતાનો ખ્યાલ છે?

શરીરના ક્ષેત્રે કેટલાક સાધ્યકક્ષામાં રહેલા રોગો પણ, એની ઉપેક્ષા કરતા રહેવાથી અસાધ્ય કક્ષામાં પહોંચી જાય છે. પછી એ રોગો નથી તો દુનિયાભરના પ્રથમ પંક્તિના ડોક્ટરથી નાબૂદ થતા કે નથી તો શ્રેષ્ઠતમ દવાથી પણ નાબૂદ થતા; પરંતુ મનના ક્ષેત્રે જે પણ દોષો છે એ ભલેને ગમે તેટલા જૂના છે અને બળવાન છે, એક પણ દોષ એવો નથી કે જે અસાધ્ય જ છે.

તમે ચાહે ખૂની છો કે વ્યભિચારી છો, લોભી છો કે વાસનાલંપટ છો, માયાવી છો કે કૂર છો, બદમાશ છો કે વિશ્વાસઘાતી છો. તમારે હતાશ થવાની કોઈ જ જરૂર નથી. દૃઢ સંકલ્પ તમે કર્યો નથી અને પ્રબળ પુરુષાર્થ તમે આદર્યો નથી, એ બધા જ દોષો સ્મશાન તરફ જવા રવાના થયા નથી.

વાંચી લો કોક અજ્ઞાત શાયરની આ પંક્તિઓ. ‘મારગ આડે પહાડ ભલે હો, હસતાં હસતાં ચઢીએ; કાંટા લાખ ભલે હો રસ્તે, કચરી આગે બઢીએ’

‘આ પહાડ અને આ કાંટા’નો એક જ અર્થ છે, દોષો અતિ અતિ મજબૂત છે અને પાછા આપણે જ બળ આપીને એને તગડેબાજ બનાવ્યા છે અને છતાં એ તમામને તીવ્ર નફરતભાવ સાથેના પ્રચંડ પુરુષાર્થ દ્વારા આપણે ખતમ કરી નાખવાના છે.

અંધકાર ભલે વરસો જૂનો છે, પ્રકાશનું એક જ કિરણ એને નેસ્તનાબૂદ કરવા સક્ષમ છે. રૂનું ગોડાઉન ભલે ગમે તેટલું મોટું છે, એક જ ચિનગારી એનો સફાયો બોલાવી નાખવા કાફી છે.

□ ‘સૂચનાઓનું સૌંદર્ય’માંથી સાભાર

ગુરુ-સેવા

ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી

સાધકોએ શરૂઆતમાં પોતાની સ્વાર્થ વૃત્તિને દૂર કરવા માટે ગુરુની સતત સેવા કરવી જોઈએ. તમારા ગુરુની દિવ્ય ભાવથી સેવા કરો. વ્યક્તિત્વના કેન્સરનો નાશ થશે.

વહાણનો કેપ્ટન હંમેશાં સાવધ હોય છે. માછીમાર પણ હંમેશાં સાવધ હોય છે. ઓપરેશન થિયેટરમાં સર્જન સદા સાવધ હોય છે. તે જ પ્રમાણે જ્ઞાન માટે તૃષ્ણાતુર ભૂખ્યા શિષ્યે સદા ગુરુની સેવામાં સાવધ રહેવું જોઈએ.

ગુરુની સેવા માટે જીવો. તમારે ગુરુ-સેવાની તક માટે સાવધાન રહેવું જોઈએ. આમંત્રણની રાહ જોશો નહીં. ગુરુની સેવા માટે સદા તૈયાર રહો.

તમારા ગુરુની નમ્રતાપૂર્વક, સ્વેચ્છાથી, નિરભિમાનપણે, નિઃસંશયપણે, પ્રસન્નતાથી, કંટાળ્યા વગર અને પ્રેમપૂર્વક સેવા કરો. તમારા ગુરુની સેવામાં જેટલી વધુ શક્તિ વાપરશો તેટલું વધુ દિવ્ય શક્તિનું વહન તમારામાં થશે.

જે પોતાના ગુરુની સેવા કરે છે તે આખી દુનિયાની સેવા કરે છે. નિષ્કામપણે ગુરુની સેવા કરો. ગુરુની સેવા કરતી વખતે તમારા આંતરિક હેતુની ચકાસણી કરો. ગુરુની સેવા નામ, કીર્તિ, સત્તા-સંપત્તિ વગેરેની અપેક્ષા વગર કરવી જોઈએ.

ગુરુ પ્રત્યેની આજ્ઞાધીનતા તેમના પ્રત્યેના આદર કરતાં વધુ ચડિયાતી છે. આજ્ઞાધીનતા એક અમૂલ્ય સદ્ગુણ છે, કારણ કે તેનાથી તમારામાં આજ્ઞાધીનતાના સદ્ગુણનો વિકાસ થાય છે,

આત્મસાક્ષાત્કારના પથનો પરમ શત્રુ અહંકાર ધીમે ધીમે નિર્મૂળ બની જાય છે.

જે શિષ્ય પોતાના ગુરુની આજ્ઞામાં રહે છે તે જ નિમ્ન સ્વભાવ પર કાબૂ ધરાવી શકે છે. આજ્ઞાધીનતા ખૂબ વહેવારિક, અંતઃકરણપૂર્વકની અને સક્રિય રીતે ખંતવાળી હોવી જોઈએ. ગુરુની સાચી આજ્ઞાધીનતા કદી ઢીલવાળી કે પ્રશ્નો કરવાની વૃત્તિવાળી હોતી નથી. દંભી શિષ્ય તેના ગુરુને ભયથી અનુસરે છે. સાચો શિષ્ય પોતાના ગુરુને શુદ્ધ પ્રેમ, પ્રેમને લીધે જ અનુસરે છે.

આજ્ઞાધીન કેમ બનવું તે શીખો. પછી જ તમે કેમ હુકમ કરવો તે શીખશો.

ગુરુને તાબે થવું, તેમની આજ્ઞા પાળવી અને તેમની સૂચનાનું પાલન કરવું એ ગુલામી વૃત્તિ છે એવા ભ્રામક ખ્યાલને દૂર કરો. અજ્ઞાની મનુષ્ય એમ માને છે કે બીજાના કહ્યા પ્રમાણે કરવું તે પોતાની પ્રતિષ્ઠા અને પોતાના સ્વાતંત્ર્યથી ઊતરતું છે. આ એક મોટી ભૂલ છે. જો તમે ધ્યાનપૂર્વક વિચારશો તો જણાશે કે તમારી વ્યક્તિગત સ્વતંત્રતા ખરેખર રીતે તો પૂર્ણપણે તમારા પોતાના અહમ્ અને મિથ્યાભિમાનની અધમ ગુલામી જ છે. તે તો ઈન્દ્રિયવિષયક મનની વિચિત્ર કલ્પના માત્ર છે. જે મનુષ્ય મન અને અહમ્ પર જીત મેળવે છે તે જ સાચો સ્વતંત્ર મનુષ્ય છે. તે જ શૂરવીર છે. આ જીત પ્રાપ્ત કરવા માટે મનુષ્ય ગુરુના ઉચ્ચતમ આધ્યાત્મિક વ્યક્તિત્વને શરણે જાય છે. આ શરણાગતિથી તે પોતાના નિમ્ન અહમ્ને હરાવી દે છે અને અનંત ચૈતન્યના પરમસુખનો ઉપભોગ કરે છે.

□ 'Divine Life'માંથી સાભાર

યોગ અને આરોગ્ય

- શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

અસ્થમા-૨

અસ્થમાથી પીડિત રોગીઓ માટે આ વખતે આપણે ભુજંગાસન, ધનુરાસન, શવાસન, ઉજ્જયી, કપાલભ્રમણ, ભસ્ત્રિકા, ઝંકાર, જલનેતી, સુત્રનેતી અને કુંજલ ક્રિયા વિશે સમજણ મેળવવાની છે.

ભુજંગાસન : (સૂચના : જમીન ઉપર શેતરંજી, તેના ઉપર ચોવડો ધાબળો પાથરીને આસનોનો અભ્યાસ કરવો.)

જમીન ઉપર પેટ આવે તે પ્રમાણે ઊંધા સૂઓ. કપાળ જમીન ઉપર રાખો. બંને હાથ બંને છાતીની બંને તરફ રહે તેમ જમીન ઉપર રાખવા. હાથની આંગળીઓ અને અંગૂઠા સામેની દિશામાં રહે તેમ અને આંગળીઓ ખભાથી આગળ ન નીકળી જાય તે પ્રમાણે રાખવાં. છાતી, પેટ, સાથળ પૂરેપૂરાં જમીનને અડકે તે પ્રમાણે

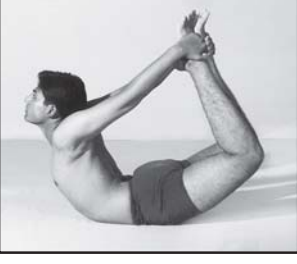


સૂવું. બંને પગને પાછળની તરફ ખેંચીને સાપની પૂંછડીની જેમ આંગળાં-અંગૂઠા જોડાયેલાં રહે તેમ રાખવાં. હવે બંને હાથ ઉપર વજન આપી માથાને ધીરે ધીરે ઊંચું કરો. શ્વાસ અંદર લેતા જાઓ. માથું, છાતી અને પેટ નાભિ સુધી ઊંચાં કરવાં. હાથ કોણીમાંથી અડધો વળેલો રહે તેમ રાખવો. એકદમ સીધો ન કરવો. આમ થવાથી ફેફસાં ઊભાં અને આડાં ખૂલશે. પ્રાણવાયુ વધુ માત્રામાં પ્રાપ્ત થશે. ભુજંગાસનની પૂરી સ્થિતિમાં આવીને શ્વાસને રોકવાનો અર્થાત્ આંતર કુંભક કરવાનો પ્રયત્ન કરવો. શ્વાસ કોઈ પણ પ્રકારની તકલીફ વગર જેટલી વાર રોકી શકાય તેટલી વાર રોકવો-નીચે આવતી વખતે ધીરે ધીરે શ્વાસ બહાર કાઢવો.

સાધારણ રીતે મોટા ભાગના લોકો જ્યારે ભુજંગાસનમાં માથું ઊંચકતા હોય ત્યારે તેની સાથેસાથે પાછળ પગ પણ પહોળા કરતા જતા હોય છે. આ એક સાર્વત્રિક ભૂલ જોવામાં આવી છે. જો આપણે આવી રીતે બંને પગની વચ્ચે અંતર વધારતા જઈએ તો શરીરનું વજન બંને પગ વચ્ચે વિભાજિત થશે. આમ, કરોડરજજુના મણકાઓને છેડે લંબરપ્રદેશમાં જે જેમ અને જેટલો ફાયદો થવો જોઈતો હશે તે નહીં થાય. તેમ જ બંને પગની વચ્ચેનું અંતર વધવાથી બંને ફેફસાંની નીચે ડાયાફ્રામ પર જેવું અને જેટલું દબાણ આવવું જોઈએ તે પણ નહીં આવે. આ ડાયાફ્રામની હિલચાલ ઉપર ફેફસાં વધુ કે ઓછાં પહોળાં થવાનો આધાર રાખે છે, આવી અવસ્થામાં ભુજંગાસનના અભ્યાસ સમયે બંને પગને ઊંધા કરી નાખી બંને એડી અને પંજા એકમેકથી જોડાયેલા-સાપની પૂંછડીની માફક-અણિયાળા રાખવાનું જ હિતાવહ છે.

દરેક આસનમાં આરંભમાં અડધીથી એક મિનિટ સુધી સ્થિર રહેવું. ધીરે ધીરે સમય વધારવો, વધારીને દોઢથી પાંચ મિનિટ સુધી નિર્ભય થઈને લઈ જઈ શકાય. આસનો આરંભમાં લાંબા સમય સુધી ટકી નહીં શકે; આવી અવસ્થામાં ધીરે ધીરે વધુ સમય રહેવાની કોશિશ કરવી પરંતુ ન રહેવાય તો બળજબરી ન કરવી. આરંભમાં પૂરેપૂરો ફાયદો મેળવવા દરેક આસન ત્રણેક વખત જરૂર કરવું. દરેક આસન કર્યા પછી જેટલી વાર આસન કર્યું હોય તેનાથી ત્રીજા ભાગના સમયથી અડધા સમય સુધી શ્વાસન અચૂક કરવું જોઈએ. પ્રત્યેક આસન ખૂબ જ શાંતિથી અને પ્રસન્નતાપૂર્વક કરવું.

ધનુરાસન : ધનુરાસનને માટે જમીન ઉપર પેટ રહે તે પ્રમાણે ઊંધા થઈને સૂવું. બંને પગને ઘૂંટણમાંથી વાળવા. બંને હાથ વડે બંને પગની ઘૂંટીઓ પકડવી. ત્યાર બાદ ત્રણ પ્રક્રિયા કરવી. સૌથી પહેલાં પગને



ઉપરની તરફ ખેંચવા, ત્યારબાદ ઘૂંટણ ઊંચા કરવા, અંતે માથું અને છાતી ઊંચાં કરવાં - બંને હાથ અને બંને પગ એકમેકને સમાંતર રહે તે

પ્રમાણે રાખવા. બંને ઘૂંટણને વધુ પડતા પ્રમાણમાં પહોળાં કરવાં નહીં.

અહીં જે વાત ધ્યાનમાં રાખવાની છે તે એ કે મોટા ભાગે લોકો ધનુરાસન કરતી વખતે માથું અને છાતી એકદમ ઊંચાં કરી લે છે અને ઘૂંટણ જમીનને જ અડકેલા રહે છે, તે બરાબર નથી. માટે પહેલાં પગ, ઘૂંટણ ઊંચકાય ત્યારે જ માથું અને છાતીનો ભાગ ઊંચો આવે તેમ કરવું.

ધનુરાસનનો અભ્યાસ હાથ-પગ અને કરોડરજજીવનાં હાડકાંનાં જોડાણોમાં ઉત્પન્ન થતા વાયુના રોગોનું નિવારણ કરે છે, પરંતુ આપણે અહીં જે રીતે આસન કરીએ છીએ તેમાં ફેફસાં આડાં અને ઊભાં ખેંચાય છે અને ડાયાફ્રામની કસરત થાય છે, તેથી શ્વાસનતંત્રની કાર્યક્ષમતા વધે છે. ફેફસાંમાં ઉત્પન્ન થતાં એલર્જી તથા કન્જેશન જ ફેફસાંના નાના કે મોટા રોગો ઉત્પન્ન કરે છે. આમ, ધનુરાસનનો અભ્યાસ અસ્થમામુક્તિ માટે ખૂબ જ સહાયપ્રદ નીવડે છે.

શ્વાસન : શ્વાસનને માટે જમીન ઉપર વાંસો કે પીઠ રહે તે પ્રમાણે સૂઈ જવાનું. હવે બંને પગને થોડા ઢીલા અને ખુલ્લા કરવા. પગના પંજા બહારની દિશામાં રહે તેમ શિથિલ કરીને રાખવા. હાથની હથેળી



યત્ની એટલે કે ઓરડાની ઉપરની દિશામાં રહે તેમ રાખવી. આંખો બંધ. આખા શરીરને શિથિલ રાખવું.

હવે મનમાં સંકલ્પ કરવો કે ‘હું મારું શ્વાસન મારા શરીરના સ્વાસ્થ્ય, દીર્ઘ આયુષ્ય, મારી માનસિક

પ્રસન્નતા અને મારા પ્રસન્ન પ્રકૃત્વિત આનંદિત જીવન માટે કરું છું. મારા આ શ્વાસનના અભ્યાસથી પ્રાપ્ત મારું સ્વસ્થ જીવન મારા પરિવાર, સમાજ અને વિશ્વને ઉપયોગી બને એવી શુભ ભાવના રાખું છું. મારા હૃદયની એક જ ઉદાત્ત ભાવના છે કે સર્વત્ર સૌનું કલ્યાણ થાઓ...

સૌ સુખી થાઓ, સૌનું મંગળ થાઓ.

કોઈ ન હો દુઃખી, સૌનું થાઓ મંગળ...

પૂર્વ પશ્ચિમ ઉત્તર દક્ષિણમાં શાંતિ થાઓ.

પહાડોમાં સમુદ્રમાં, વનમાં શાંતિ થાઓ.

જનજનના જીવનમાં શાંતિ થાઓ. શાંતિ થાઓ.

ૐ શાંતિ: શાંતિ: શાંતિ:

આવી સદ્ભાવના સાથે શ્વાસનનો અભ્યાસ આરંભ કરવો.

શ્વાસનના અભ્યાસમાં સૌથી પહેલાં ચોપાસના વાતાવરણના સાક્ષી બનીને રહેવાનું છે. ધીરે ધીરે બહારના વાતાવરણમાંથી આંતરિક ચેતના અને વાતાવરણની સભાનતા કેળવવી, ત્યાર બાદ પોતાના હૃદયના ધબકારા સાંભળવા પ્રયત્ન કરવો અને અંતે જે શ્વાસ અંદર આવી રહ્યો છે અને જે શ્વાસ બહાર જઈ રહ્યો છે તે શ્વાસની ગતિ અને સ્થિતિના સાક્ષી બનીને રહેવું. પ્રયત્ન કરવો કે આપણે કોઈ પણ પ્રકારની ઉતાવળ વગર જેટલો બને તેટલો ધીમેથી શ્વાસ લેવો અને છોડવો. જેટલા બને તેટલા ધીમે અને ઊંડા શ્વાસ લેવા અને છોડવા.

જે શ્વાસ અંદર આવી રહ્યો છે તે તમારા ઓરડાની સામાન્ય હવા નથી, પરંતુ પ્રકૃતિનાં પાંચ મૂળભૂત તત્ત્વો પૃથ્વી, જળ, તેજ, વાયુ અને આકાશમાંના એક મહત્ તત્ત્વ વાયુ તત્ત્વને આપણે આપણી અંદર લઈ રહ્યા છીએ અને જ્યારે પણ શ્વાસ બહાર કાઢીએ ત્યારે અનુભવ કરવો કે મારો આનંદ, મારું સુખ, મારી ચેતના, મારી સ્ફૂર્તિ બધું જ મારું શુભ અને માંગલ્ય વિશ્વ માંગલ્ય અર્થે જગતને આપું છું. જેવું વાવીએ તેવું લણાય. વિશ્વને જે આપીએ તે સહસ્ર ગણું થઈને પાછું મળશે.

સામાન્ય રીતે બહુ મોટી ગંભીર ભૂલ જે કરવામાં આવે છે તે એ છે કે લોકો એવું વિચારતા હોય છે અને દુર્ભાગ્યે તેવું તેમને શીખવવામાં પણ આવે છે કે શ્વાસ લેતી વખતે જ્યોતિ, શક્તિ, જ્ઞાન અંદર આવી રહ્યાં છે. આટલું તો બરાબર છે, પરંતુ શ્વાસ છોડતી વખતે જે કાર્બન ડાયોક્સાઈડ બહાર જઈ રહ્યો છે, તેની સાથે આપણાં રોગ, દુઃખ, તાપ, ઘૃણા, ઈર્ષ્યા પણ બહાર જઈ રહ્યાં છે. આમ વિચારવું તે એક બહુ મોટી ભૂલ છે. વિશ્વ તો દર્પણ સમાન છે. વિશ્વની સામે-દર્પણની સામે ઊભા રહીએ તો આપણે જેવા છીએ તેવું જ પ્રતિબિંબ દેખાશે. માટે વિશ્વ પ્રતિ સદૈવ સદ્ભાવના જ દાખવવી. સદ્ભાવના જ પ્રતિબિંબિત થઈને પાછી મળશે.

જમણા પગને બેચાર ઈંચ ઊંચો કરીને ઢીલો છોડી દેવો. પછી ડાબા પગને થોડો ઊંચો કરી ઢીલો છોડી દેવો. ત્યાર બાદ બંને પગનાં આંગળાં અને અંગૂઠા નીચેની તરફ ખેંચવા-ઢીલા છોડવા. ઘૂંટી અને પગની પિંડી ખેંચીને ઢીલી મૂકવી. ઘૂંટણને તાણીને ઢીલા મૂકવા. હવે બંને પગના સાથળને થોડા કડક કરવા ઢીલા મૂકવા. બંને નિતંબને ખેંચીને ઢીલા મૂકવા. મળદ્વારને અંદર તથા ઉપરની તરફ ખેંચવું અને ઢીલું મૂકવું.

ત્યારબાદ બંને હાથની આંગળીઓ, અંગૂઠા, મુઠ્ઠી, કલાઈ, કાંડાં, કોણી, બાજુબંધ, બાવડાં, ખભાને કમશ: કડક કરીને ઢીલાં છોડવાં. આ જ પ્રમાણે નાભિથી નીચેનું પેટ અંદર ખેંચવું, ઢીલું મૂકવું. શ્વાસ ભરીને છાતી પહોળી કરવી, ઢીલી મૂકવી. તે જ પ્રમાણે કમર, વાંસો અને ખભા તથા ચહેરાની માંસપેશીઓનું કરવું. આંખો બંધ રાખવી. મોં થોડું ખુલ્લું અને ઢીલું રાખવું. શ્વાસ નાક વાટે જ લેવો.

ત્યારબાદ એવું સમજવું કે પગના અંગૂઠા, આંગળાં, તળિયાં, એડી, ઘૂંટી, પિંડી, ઘૂંટણ, સાથળ, નિતંબ અને નાભિની નીચેનું આખું શરીર શાંત થઈ ગયું છે, શૂન્યવત્, શબવત્, તૃણવત્, મૃતવત્, ચોપાસ બધું જ શાંત, સૂનકાર, સ્મશાનવત્. તે જ

પ્રમાણે બંને હાથની આંગળીઓ, અંગૂઠા, હથેળી, કાંડાં, કોણીની નીચેનો હાથ, કોણીની ઉપરનો હાથ, બાજુબંધ, બાવડાં, બગલ અને ખભા શાંત થઈ ગયા છે, શિથિલ થઈ ગયા છે.

પેટની બાહ્ય માંસપેશીઓ સિવાય અંદરની તમામ ગ્રંથિઓ તથા અવયવો શાંત, સ્વસ્થ અને શિથિલ થઈ ગયા છે. બ્લેડર, નાનું આંતરડું, મોટું આંતરડું, આમાશય, પક્વાશય, જઠર, ગુદા એટલે કે લીવર, કિડની, પેન્ક્રીયાઝ, સ્પ્લીન, એડ્રીનલ બધું જ શિથિલ છે. શ્વસનતંત્ર સુયોગ્ય સુચારુરૂપે કાર્યશીલ છે. ડાયાફ્રામ, એર વેસલ્સ, ફેફસાં, શ્વાસનળી બ્રોન્કિયલ ટ્યૂબમાં કોઈ કન્જેશન નથી. કોઈ અવરોધ નથી; કફ, શરદી કંઈ પણ નથી. શ્વાસનળીમાં મુક્તપણે શ્વાસ આવી રહ્યો છે, જઈ રહ્યો છે. શ્વસનક્ષમતા ૨૮૦૦ સીસીથી ૩૬૦૦ સીસી સુધીની અણનમ છે. આપણે પૂર્ણ સ્વસ્થતાની અનુભૂતિ કરી રહ્યા છીએ.

હૃદયમાં અશુદ્ધ રક્ત આવી રહ્યું છે; શુદ્ધ રક્ત બહાર જઈ રહ્યું છે. શિરા, ધમનીઓ, કર્ણક, ક્ષેપકો અને હૃદયના તમામ વાલ્વ બરાબર કામ આપી રહ્યા છે; બ્લડમાં કોલેસ્ટ્રોલ, ટ્રાયગ્લીસરાઈડ નોર્મલ છે, સુગર નોર્મલ છે. ડાયાબિટીસ નથી. બ્લડપ્રેશર ૧૨૦-૮૦ બરાબર છે. બધું શાંત, સ્વસ્થ, સુખદ, સુંદર છે.

કરોડરજજુને છેડે કોસીક્સથી આરંભી છેક ઉપર સર્વાઈકલ વર્ટીબ્રા સુધીના બધા જ મણકા પોતપોતાની કામગીરી સચોટ રીતે બજાવી રહ્યા છે. કોઈ પણ મણકા કે ગાદીમાં કોઈ પણ પ્રકારની મુશ્કેલી નથી. આમ, ખભાની નીચેનું સમગ્ર શરીર સ્વસ્થ છે. શાંત છે, શિથિલ છે, રિલેક્સ છે.

ચહેરાની તમામ માંસપેશીઓ રિલેક્સ છે. કોઈ માનસિક તણાવ નથી, બસ શાંત, નિતાંત આનંદ, આનંદ... કાન, કાનના પડદાઓ, નાક... નાકનાં ફણાંઓ શિથિલ છે, સ્વસ્થ છે. દાઢી અને ગાલ... પણ રિલેક્સ. ઉપરનો હોઠ, નીચેનો હોઠ... દાંતની ઉપરની પંક્તિ... નીચેની પંક્તિ... રિલેક્સ છે.

જીભનું ટેરવું કે જે નીચેના દાંતની પંક્તિની પાછળ લાગેલું છે તે રિલેક્સ છે... સ્વસ્થ છે... શાંત છે... પ્રસન્ન છે... સુરેખ છે... Just શિથિલ છે.

આંખો... આંખોની પાંપણ... આંખોની કીકી... આંખોની ભમર, કપાળ અને માથાના તાળવાનો ભાગ શિથિલ છે... આખું શરીર શિથિલ છે, શાંત છે... સંપૂર્ણપણે સ્વસ્થ છે.

હવે શરીરના કોઈ પણ અંગ-ઉપાંગનું હલનચલન નહીં. Just feel the silence! પ્રગાઢ શાંતિ... ઠું શાંતિ:... શાંતિ:...

આપણે જ્યારે શવાસનનો આ પ્રમાણે અભ્યાસ કરીએ છીએ ત્યારે આપણે આપણા શરીરમાં અને ચોપાસ એક પરમ શાંતિની અનુભૂતિ કરીએ છીએ.

શવાસન એટલે મૃત્યુ પામેલી સ્થિતિ... જ્યારે આમ માનવ મૃત્યુ પામે અથવા સાચે જ મોતને વરેલો હોય ત્યારે તે પંચમહાભૂતોને પ્રાપ્ત થતો હોય છે. પંચમહાભૂતોમાં શરીરનું મળી જવું અર્થાત્ વ્યક્તિમાંથી સમષ્ટિમાં પરિણત થવું છે; વૈશ્વિક સ્થિતિમાં એક્ય એટલે તમામ રોગ, શોક, દુઃખ અને તાપથી પર પૃથક્ નિત્ય, સત્ય, શુદ્ધ, બુદ્ધમાં પરિણતી.

શવાસનની સ્થિતિમાં શ્વાસોચ્છ્વાસ અને હૃદયના ધબકારા સાંભળો. પછી ધીરે ધીરે પગની આંગળીઓ અને અંગૂઠાઓનું હલનચલન... ખૂબ જ ધીરે ધીરે... સંભવ હોય તેટલું ધીરે. બંને હાથની આંગળીઓ અને અંગૂઠાઓનું હલનચલન... પછી ખૂબ ધીરેથી આંખો ખોલી... આંખો બંધ કરવી. હવે કોઈ પણ પ્રકારની ઉતાવળ વગર ડાબે પડખે ફરી જવું. ડાબો હાથ માથાની નીચે... બંને પગ ઘૂંટણમાંથી વાળીને રાખવા. સંપૂર્ણ સ્વસ્થતાનો અનુભવ કરવો. શાંત, પ્રશાંત, પ્રગાઢ, પરમ શાંતિ, પરમાનંદ પ્રાપ્તિ, નિત્યમુક્તિ, દિવ્ય પ્રાપ્તિની અનુભૂતિ કરવી.

આ પ્રકારે શવાસનનો અભ્યાસ શ્વસનતંત્ર અને રુધિરાભિસરણતંત્ર તથા સંવેદનતંત્ર ઉપર મહત્ ઉપકાર કરે છે. ખાસ કરીને માનસિક શાંતિ અને સ્વસ્થતાથી જ શ્વસનતંત્રનું મહદંશે કલ્યાણ થતું હોય છે.

આમ, અસ્થમાથી મુક્તિ માટે આ પ્રકારનું શારીરિક અને માનસિક રિલેક્સેશન-શિથિલીકરણ-ખૂબ જ ઉપયોગી સિદ્ધ થયું છે.

□ 'યોગ અને આરોગ્ય'માંથી સાભાર

ધ્યાનમાં બેસતાં પહેલાંની પ્રાર્થના

મહાપ્રભુજી	મનોહરને	ઉરે	પધરાવશો	ક્યારે?	
પતિતપાવન	પ્રભુચરણે	જીવન	ઉરે ધારશો	ક્યારે?	
હરિ:	ઠુંકાર	બોલીને	ગગન	ગરજાવશો	ક્યારે?
વિભુવિયોગમાં	આંસુ	નયનથી	સારશો	ક્યારે?	
અજાયબ	જ્ઞાનનો	સુરમો	નયનમાં	આંજશો	ક્યારે?
પ્રભુભક્તિ	વિમલ	નીરે	હૃદયને	માંજશો	ક્યારે?
નીતિ-તપ-દાન-વૈરાગ્યે	મલિનતા	ખાળશો		ક્યારે?	
વિષય	ને વાસના	વૃક્ષો	સમૂળાં	બાળશો	ક્યારે?
પ્રભુની	પ્રેમભક્તિના	નશામાં	નાચશો	ક્યારે?	
બધે	જગન્નાથની	મૂર્તિ	નિહાળી	રાચશો	ક્યારે?
સમય	આ જાય છે	વલ્લભ	જીવન	સુધારશો	ક્યારે?
હૃદયથી	પ્રેમના	નાદે	પ્રભુ	પોકારશો	ક્યારે?

- એક ભક્ત

શિવાનંદ કથામૃત

[ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજને આનંદ કુટિર હૃષીકેશમાં મળવા માટે અનેક આગંતુકો, મુલાકાતીઓ અને ભક્તો આવતા. તેઓ ગુરુદેવને વિવિધ વિષયો પર અનેક પ્રકારના પ્રશ્નો પૂછતા. ગુરુદેવ તેનો યોગ્ય જવાબ આપતા. આ પ્રશ્નો તથા તેના જવાબ ગુરુદેવની સાથે રહેતા સંન્યાસી શિષ્યો ચીવટપૂર્વક નોંધી લેતા. આ નોંધ એટલે શિવાનંદ કથામૃત. તેમાં ઘણી વ્યક્તિઓનો ફાળો છે. મુખ્ય ફાળો સ્વામી વ્યંકટેશાનંદનો છે. આ ઉપરાંત સ્વામી શિવાનંદ હૃદયાનંદ, સ્વામી ચૈતન્યાનંદ, સ્વામી સંતાનંદ, સ્વામી ગુરુશરણાનંદ, સ્વામી પરમાનંદ તથા બીજાઓએ સેવા આપી હતી.]

કથાનક-૧૮

આધ્યાત્મિક સૂચનો

તા.૧૭-૫-૧૯૬૨ની સવાર હતી. ગુરુદેવની આજુબાજુ થોડાક ભક્તો ભેગા થયા હતા. ગુરુદેવ તેમના ઓફિસના ડેસ્ક પાસે બેઠા હતા. ભક્તોમાં ગ્વાલિયરના એડવોકેટ તિવારી, મુંબઈનાં ડૉ. પદ્મા મુથોલકર અને આંધ્રમાંથી ઈએનટી સ્પેશિયાલિસ્ટ ડૉ. નારાયણ મૂર્તિ હતાં. ડૉ. મૂર્તિની સાથે તેમનાં ધર્મપત્ની રાજેશ્વરી અને બાળકો, લતા અને નિરંજન પણ હતાં.

ગુરુદેવે તિવારીને કહ્યું : ‘આજે તમે માયા પર વાર્તાલાપ કરશો?’

‘હા, સ્વામીજી,’ ગ્વાલિયરના નિરભિમાની શ્રી તિવારીએ કહ્યું, અને થોડાક શબ્દો કહેવાની તૈયારી કરી. ‘વાસ્તવિક રીતે દુનિયા છે જ નહિ. દુનિયા ઈશ્વર પર અધ્યારોપિત છે. તે દેખાવ માત્ર છે. દોરડામાં સર્પ હોતો નથી. જ્યારે તમને જ્ઞાન થાય અને પ્રકાશ લાધે ત્યારે તે બધું ફક્ત બ્રહ્મ જ છે.’

જ્યારે વક્તાએ બોલવાનું પૂરું કર્યું ત્યારે ગુરુદેવે ડૉ. મૂર્તિને સંબોધી કહ્યું : ‘તમે કેમ કંઈ સમજૂતી આપતા નથી? હું તમને મારાં બધાં પુસ્તકો મોકલી આપું. ENT ચોવીસ કલાક છે? ENT માટે વીસ કલાક અને ચાર કલાક તમે દૈનિક જીવનમાં વેદાંતના અભ્યાસ માટે આપો. મેં તમને પુસ્તકો મોકલ્યાં હતાં, તે તો બરાબર છે ને?’

પોતાની સલાહ પર ડૉ. મૂર્તિને મનન કરતા છોડીને ગુરુદેવ આ વિષયમાં વધુ રસ ધરાવતાં શ્રીમતી મૂર્તિ તરફ ફર્યા. તેમણે દોરડામાં સર્પના દષ્ટાંતનો ઉલ્લેખ કરીને તેણીને કહ્યું : ‘આને વિવર્તવાદ કહેવામાં આવે છે. ફક્ત આજે જ તમે વેદાંત સમજ્યા છો! હું બરાબર કહું છું ને?’ તેઓ વેદાંતનો મહિમા આપતાં આગળ વધ્યા.

ખૂબ ઉત્સાહ અને પ્રેમથી બોલી ઊઠ્યા : ‘કોઈ મુશ્કેલી નહિ, કોઈ ચિંતા નહિ, આહારનો કોઈ વિચાર નહિ, ભૂખ નહિ-તમને આવી સ્થિતિ મળે તો ગમે ને?’

દુન્યવી માણસને દર ત્રણ કલાકે આહાર જોઈએ છે. તે લંચ લે છે અને હજી થાળી ઉપર ઊઠ્યો પણ ન હોય ને તે પૂછે છે, સાંજે જમવાનું શું હશે? વેદાંતનો અભ્યાસ કરો અને મુક્ત થાઓ. પછી તમે ખોરાકનું સર્જન કરી શકશો, તમે પૈસાનું સર્જન કરી શકશો. તમે મોટરકારનું સર્જન કરી શકશો. તમે ઝવેરાતનું સર્જન કરી શકશો.’

ગુરુદેવ ઉત્સાહના મિજાજમાં હતા. જેમ જેમ તેમનો જુસ્સો વધતો જતો હતો તેમ તેમના શબ્દો છૂટા છૂટા સંભળાતા હતા. ‘શાંત, શાંત - તમે સરજી શકો છો-શાંતિનું મૂર્ત સ્વરૂપ ગુણ નહિ - શાંતિ દેહ રૂપે - બુદ્ધિ દેહ રૂપે - ગહન ધ્યાનને બદલે - ધ્યાન.’

જ્યારે વેદાંતનો વિદ્યાર્થી આધ્યાત્મિક સાક્ષાત્કાર પામે છે ત્યારે તેનો આત્મા દિવ્યની સાથે એક થઈ જાય છે, જોકે જ્યાં સુધી પ્રારબ્ધ પૂરું ન થાય ત્યાં સુધી તે ભૌતિક શરીર ધરાવવાનું ચાલુ રાખે છે. મુક્તિ પામેલો સંત ઈશ્વર સાથે એકરૂપ થઈ જાય છે. પછી બેમાં કોઈ તફાવત રહેતો નથી. સંત શાંતિનું, બુદ્ધિનું અને પરમાનંદનું મૂર્ત સ્વરૂપ છે. સંતનું સાચું શરીર, શાંતિ, બુદ્ધિ અને પરમાનંદનું જ બનેલું હોય છે. આ ગુણો તેનામાં આરોપિત થયેલા નથી. ગુરુદેવ આ પ્રમાણે માનતા હતા.

તેઓ હજી પેલા ધ્યાન વિશે, ધ્યાનની જરૂરિયાત વિશે, છેલ્લા શબ્દો બોલી રહ્યા હતા ત્યારે શ્રીમતી મૂર્તિ એક શંકાના નિવારણ માટે વચ્ચે જ બોલી ઊઠ્યાં : ‘સ્વામીજી, તો પછી ઉપાસનાનું શું? ઉપાસના પણ જરૂરી ગણાય?’

ગુરુદેવે કહ્યું : ‘આ લોકો (વેદાંતીઓ) ધ્યાનને મહત્ત્વ આપે છે, પણ ઉપાસનાને ન છોડો. વહેલી સવારથી માંડી ચોવીસે કલાક તમારે ઈશ્વરનો વિચાર કરવાનો રહેશે. જ્યારે કોફી આવે તો તે બ્રહ્મ છે. જ્યારે નાસ્તો આવે તો તે પણ બ્રહ્મ છે. ધીરે, ધીરે...’ સંવાદ ચાલુ રહ્યો.

શ્રીમતી મૂર્તિ : ‘શું તે બધી ચિંતા મટાડી દેશે?’

ગુરુદેવ : ‘આરતી કરો. ગંગાકિનારે જાઓ.’
રામ, રામ, રામ, રામનું રટણ કરો.

શ્રીમતી મૂર્તિ : ‘હું દરરોજ જપ પણ કરું છું.’

ગુરુદેવ : (ફરીથી વેદાંતની સાધના પર ભાર મૂકતાં) ‘તમારા બાળકોમાં ઈશ્વરને જુઓ. તમારાં...’

શ્રીમતી મૂર્તિ : ‘પતિ વિશે શું?’

ગુરુદેવ : ‘પતિ ભગવાન છે. દરેક વસ્તુ ભગવાન છે.’ ગુરુદેવ આ બોલતાં બોલતાં ડો. મૂર્તિ તરફ વળ્યા અને આંખોમાં તોફાની ચમક સાથે કહ્યું : ‘મૂર્તિ સાહેબ, તેણી તમારી ખૂબ સંભાળ રાખે છે. તમે તેણીની કેવી ખબર રાખો છો તે હું જાણતો નથી.’

અને ફરીથી એક વાર શ્રીમતી મૂર્તિ સમક્ષ પોતાનું હૃદય ખોલતાં કહ્યું : ‘આ હૃદયની અંદર શાશ્વત પ્રકાશ છે. મૂર્તિનો પ્રકાશ એ રાજેશ્વરીનો પ્રકાશ છે. એક જ સૂર્ય ઘણાં પાત્રોમાં પરાવર્તિત થઈ રહ્યો છે. ઘરને વૃંદાવન માનો, પતિ અને બાળકોને ભગવાન માનો અને દૈનિક જીવનને તેની ઉપાસના-ભક્તિ માનો.’

પછી ગુરુદેવે પશ્ચિમમાંથી આવેલી શિષ્યા લલિતાનંદ તરફ જોયું અને કહ્યું:

‘લલિતા પણ અસત્ય છે. ફક્ત બ્રહ્મ એકલું જ સત્ય છે.’

‘શું હું અસત્ય છું?’ લલિતાનંદે આ વાત ન માનતાં આઘાત સાથે પૂછ્યું.

‘હા, હા,’ ગુરુદેવે તેની તરફ દયાર્દ્ર નજરે અને પ્રેમાળ ભાવે જોતાં કહ્યું.

હવે ડો. પદ્માનો વેદાંતનાં સૂચનો મેળવવાનો વારો હતો. ગુરુદેવે તેને સંબોધી કહ્યું : ‘ડો. પદ્મા! અરે! માયાની બે શક્તિઓ છે, આવરણ કરવાની

અને પ્રક્ષેપ કરવાની. આવરણશક્તિ તમારી મૂળ બુદ્ધિને, તમારા શાણપણને ઢાંકી દે છે. પ્રક્ષેપશક્તિ તે બુદ્ધિને અવ્યવસ્થિત કરે છે. માયાના પદાર્થો તમારા મનને લલચાવીને એવું બનાવી દે છે કે તમે તમારી ઈશ્વર સાથેની ઓળખ ભૂલી જાઓ છો અને વિચારો છો કે આ સંસાર સાચો છે.’ તમે તિવારીનું પ્રવચન સાંભળ્યું છે? આ શિષ્યો (એટલે તિવારી જેવા વેદાંતીઓ) પલાયનવૃત્તિ અપનાવી લે છે. તેઓ ‘અધ્યાસ’ જેવો શબ્દ વાપરે છે.

ગુરુદેવ એક શિષ્યને બીજા શિષ્યને સૂક્ષ્મ વાત બરાબર સમજાય તે માટે ચીઢવતા હતા. તેઓ કોઈ પણ સંજોગોમાં શંકરના અધ્યાસ અથવા અધ્યારોપણ-દોરડામાં સર્પનો ખ્યાલ-મતનું ખંડન કરવામાં માનતા ન હતા.

અંધારામાં એક દોરડાને સાપ માની લેવામાં આવે છે. જ્યારે દીવો લાવવામાં આવે છે ત્યારે સાપ જતો રહે છે અને ફક્ત દોરડાનું અસ્તિત્વ રહે છે. માણસો પોતાના અજ્ઞાનરૂપી અંધકારમાં દુનિયાને ભ્રમિત જુએ છે. બીજી બાજુ, પોતાની અંતઃસ્ફૂર્તિના પ્રકાશમાં જોઈ શકે તેવા ઈશ્વરસાક્ષાત્કાર પામેલા સંતો સ્પષ્ટપણે જણાવે છે કે ફક્ત ઈશ્વર-બ્રહ્મ-નું જ અસ્તિત્વ છે અને દુનિયા જેવું કંઈ છે જ નહિ, પણ જ્યાં સુધી પોતાને ઈશ્વરસાક્ષાત્કાર ન થાય ત્યાં સુધી તેને માટે દુનિયા ખરી વાસ્તવિકતા છે. આવો માણસ પોતાના જોખમે જ દુનિયાને નકારી શકે.

આમ, ગુરુદેવે પોતાની વાતને આગળ વધારતાં ભારપૂર્વક કહ્યું : ‘તમારે દ્રવ્યની અવગણના કરવી ન જોઈએ. ત્રિશુક થવું, નગ્ન રહેવું અને કંઈ ખાવું જ નહિ એ આધ્યાત્મિકતા નથી.’ રામાનુજની પાસે અનેક કાર અને હાથી હતાં.

નાસ્તો અને કોફી લેવાનો સમય થયો. ગુરુદેવે પણ થોડુંક લીધું. પછી આશ્રમના વહીવટને લગતી કેટલીક બાબતોની વિચારણા કરી. વચ્ચે હૈદરાબાદથી આવેલી એક કોલેજની વિદ્યાર્થિનીએ ગીતાગાન કર્યું અને દિલ્હીથી આવેલા એક સ્વામીએ ટૂંકું પ્રવચન આપ્યું.

આમ, એક કલાક પસાર થઈ ગયો. પછી થોડાક સમય માટે મૌન પથરાઈ ગયું. ગુરુદેવે મૌનને તોડતાં કહ્યું : 'તમે જાણો છો' તેમણે ભેગા થયેલા લોકો તરફ જોઈને કહ્યું : 'ન હમ, ન તુમ, દફતર ગુમ' ગૂઢાર્થવાળા આ હિંદી શબ્દોને સાદા અર્થમાં કહીએ તો તેનો અર્થ થાય 'નથી મારું અસ્તિત્વ, નથી તમારું કે નથી ઓફિસનું; તે સંપૂર્ણપણે અદૃશ્ય થયેલાં છે.' ગુરુદેવે તેનો હેતુ સમજાવતાં કહ્યું કે અહીં 'ઓફિસ' કે 'દફતર'નો અર્થ છે સંસારની અદ્ભુત દુનિયા.

શ્રીમતી મૂર્તિને ઉદ્દેશીને ગુરુદેવે કહ્યું : 'સમાધિ સ્થિતિમાં જ્યારે છેલ્લે તમને પરમાનંદ પ્રાપ્ત થાય ત્યારે હું, તું કે દફતર કશું હોતું નથી.'

ગુફાનું જીવન

તા. ૨૮-૩-૧૯૫૦ના દિને આશ્રમના સત્સંગમાં બોલતાં ગુરુદેવે, એક સાધારણ શિષ્યે દિવ્ય જીવન માટે આપેલી સેવાઓની ખૂબ પ્રશંસા કરી. તેના સંદર્ભમાં તેમણે ગુફાના જીવનને બદલે ઉદ્યમી સંસારી જીવનમાં આધ્યાત્મિક જીવન ગાળવું સરખામણીમાં કેટલું મુશ્કેલ છે તેનું વર્ણન કર્યું.

'ગુફામાં રહેવું ખૂબ સહેલું છે.' ગુરુદેવે કહ્યું, 'કોઈની સાથે વાત જ કરવાની ન હોય પછી સત્યનું આચરણ કેટલું સહેલું બની જાય! જ્યારે તમારી પાસે કોઈ આવે જ નહિ, તમારો કોઈ વિરોધ જ ન કરે પછી કોધને કાબૂમાં રાખવાનું

કેટલું સહેલું બની જાય! જ્યારે ચિત્તક્ષોભ જ ન હોય પછી મનને કાબૂમાં રાખવું કેટલું સહેલું બની જાય? યોગી અને જ્ઞાનીની સાચી મહત્તા આ સંસારમાં રહીને મનને કાબૂમાં રાખવામાં અને માનવતાના કલ્યાણ માટે કર્મયોગમાં રત રહેવામાં જ રહેલી છે.'

દરેક સ્થાને હરિને જુઓ

રાજકોટના શિક્ષક, શ્રી મનોહર દેસાઈ ગુરુદેવનાં દર્શને આવ્યા અને તેમને 'હરિ ઓમ્' મંત્રની દીક્ષા આપવા વિનંતી કરી.

'હરિ ઓમ્, હરિ ઓમ્, હરિ ઓમ્'- બોલતાં ગુરુદેવે માળાના મણકા ફેરવી નવા શિષ્યને તે માળા આપી.

તેમણે દેસાઈને કહ્યું : 'એકાદશી વ્રત રાખો. તે દિવસે રાત્રે ફક્ત દૂધ અને ફળ લો.' પછી તેમણે તેને એક ગુજરાતી પુસ્તક આપ્યું અને સલાહ આપી: 'તમારે દરરોજ ૨૦૦ માળા કરવી પડશે.'

આ સૂચનથી ગભરાયેલા શિક્ષકને જોતાં ગુરુદેવે તરત જ ઉમેર્યું : 'ઓછામાં ઓછી ૧૫ માળા તો કરો જ. દરેક ઠેકાણે હરિનાં દર્શન કરો. પછી તમારામાં સ્વાર્થીપણું રહેશે નહિ, તમને કોઈ તરફ ધિક્કાર કે અણગમો થશે નહિ, તમે કોઈનું શોષણ કરી શકશો નહિ. આ કંઈ એક દિવસમાં બની જશે નહિ. તે ધીમે ધીમે આવશે.'

□ 'શિવાનંદ કથામૃત'માંથી સાભાર

શ્રી રામ

એક ચિત્ત લાગે

- શ્રી બિપિન પટેલ

સર્વત્ર ભરેલું આ જગત લાગે
તારા હોવાનો એ અનુભવ લાગે.

એમ તો ક્યાં છે કોઈ રિક્તતા?
પવનમાંય તારું દિવ્ય સંગીત લાગે.

કંટકો વચ્ચે પણ મહેકે છે ગુલાબ
શ્યામ સુંદર તારી જ એ રીત લાગે.

જન્મો જન્મની પ્યાસી મીરાંને
ચોતરફ બસ એક મીત લાગે.

આંખોમાં વસે ને ઉરમાં ધબકે
તારામાં કેવળ એક ચિત્ત લાગે.

નજરો પાથરીને બેઠો છે 'બિપિન'
પામીશ તને એમ નિત લાગે.

ઉત્તરાખંડની હોનારત - પ્રકૃતિનો પ્રકોપ

શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

વાદળ કેમ ફાટે છે. અનેક કારણો છે. આપણા શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદમાં પૂર્વે ૫૯ પ્રકારનાં પંખી હતાં, હવે માત્ર ૨૩ પ્રકારનાં છે. દેશી ચકલીઓ છે જ નહીં. શા માટે આ ટેલિફોનના ટાવરના ઇલેક્ટ્રિક વેક્સને માટે વાદળો ફાટવા પાછળ પણ આ એક પ્રમુખ કારણ છે.

બીજી એક પ્રમુખ વાત; આટલું પૂર શા માટે આવે છે ? ભૂસ્ખલન કેમ થાય છે ? પહેલાં હિમાલય દેવદાર અને ચીડ વૃક્ષોથી ભરપૂર હતો. આ વૃક્ષો ૪૦' થી ૫૦' ઊંચાઈ ધરાવતાં હતાં. ઘટાટોપ છાયાં-છત્રી ધરીને પૃથ્વીનું સંરક્ષણ કરતાં હતાં. તેથી વરસાદનું પાણી આ વૃક્ષો પોતાને માથે ઝીલતાં. તે પાણી વૃક્ષોનાં પાંદડાંઓ અને ડાળીઓમાં અટવાતાં પૃથ્વી ઉપર ધીરે ધીરે ટપકીને પડતું. આ પૃથ્વી ઉપર પણ વૃક્ષોના સુકાઈ ગયેલાં પાંદડાંઓનો ખાસ્સો થર હોય તેના ઉપર આ પાણી પડતું. તેમાંથી ગળાઈને પૃથ્વીની સપાટીને તો આ પાણીનો સુંવાળો સ્પર્શ થતો. ધીરે ધીરે પાંદડાંઓ અને પૃથ્વી વચ્ચે આ પાણી ઢોળાવને માર્ગે નાનાં નાનાં ઝરણાં અને પછી મોટું ઝરણું અંતે આ પાણી નદીને શાંતિથી મળતું. જાણે મા-દીકરી મળ્યાં. તેથી આ પાણી ઔષધિયુક્ત હતું. સજીવ ન હતું. તેમાં બેક્ટેરિયા ન હતા. તે પૃથ્વી પરનું અમૃત હતું.

હવે વૃક્ષો આડેઘડ કપાઈ ગયાં. હિમાલયની હજામત થઈ ગઈ. પાણી આકાશમાંથી કરોડ પગે વરસે છે, વર્ષાનું તાંડવ, મેઘનો પ્રલય. વૃક્ષો નથી. પાણી ઝીલવાનો પ્રશ્ન નથી. તેથી જમીનનું ધોવાણ થાય છે, ભૂસ્ખલન પણ થાય છે. અને આકસ્મિક જળપ્રવાહનો ધોધ પૂર પણ લાવે છે. પહેલાં જે પથરો પગની ઠેસમાં આવતો, તે હવે માથે ભટકાય છે. આટલું ધોવાણ થયું. પહેલાં વરસાદ સમયે નદીઓની માટીમાં આવતો વનપૂંજનો કાંપ ખેડૂતને પાકમાં મબલખ પાક આપતો. હવે પૂરમાં કાંકરા અને પથરા જ આવે છે.

મંદાકિની, અલકનંદા, ભાગીરથી, ભીલંગના વર્ષોથી વહે છે. તેનો માર્ગ નક્કી છે. હજારો વર્ષોથી તેમના માર્ગમાં અંતરાય ન હતા, હવે થોડાં વર્ષોથી શયાળા-ઉનાળાના અસંતુલનમાં પાણીનો પ્રવાહ પ્રમાણમાં ખૂબ ઓછો થઈ જતાં, આ નદીઓના વહેણના માર્ગમાં સહેલાણીઓ માટે ઢાબા, હોટલો, રેસ્ટહાઉસ અને ગેસ્ટ હાઉસ બંધાઈ ગયાં, જે બધાં આ વર્ષની હોનારતમાં વિધ્વંસ પામ્યાં.

આપણે વૃક્ષોનો વિનાશ કર્યો. સડકો બાંધવા માટે પર્વતોમાં આડેઘડ ગ્રેનાઈટ મુકીને પર્વતોમાં પોલાણો કરી નાખ્યા, નદીઓ ઉપર અગણિત ડેમ બાંધ્યા છે, વીજળી માત્ર દિલ્હીને જ મળે છે. ઉત્તરપ્રદેશને પણ નહીં. આ ગ્રેનાઈટના અવાજ, ધડાકાથી ત્યાંની પ્રજા પ્રમાણમાં બહેરી થઈ ગઈ છે. જે લોકો ૧૦૦થી વધુ દિવસથી ભૂખ હડતાલ પર બેસેલા તેમને બધાને હજુ ચાર-પાંચ મહિના પૂર્વે જ સરકાર ઢસડી-ઢસડીને જેલમાં તાણી ગઈ. મેં એક વૃદ્ધાની બાજુમાં બેસીને પૂછ્યું હતું. (નવેમ્બર-૨૦૧૨) 'અમે શું મદદ કરી શકીએ?' તેનો જવાબ હતો, 'બંદૂક લાવીને મારી નાખો.' તે કરુણાભરી માતાની દયાની ભીખ માગતી આંખો હું કદી ભૂલી શકીશ નહીં.

આપણે પ્રકૃતિની વિકૃતિ કરી નાખી છે.

આ વિકૃત અવસ્થાનો ભાર પ્રકૃતિ ક્યારેક તો દુઃસહ વેદનામાં વ્યક્ત કરેને ? વિજ્ઞાન આવશ્યક છે, પ્રગતિ પણ આવશ્યક છે. પરંતુ પ્રાકૃતિક સંતુલન ખેરવીને નહીં જ.

જે લોકો મૃત્યુ પામ્યા છે, તેમના આત્માની શાંતિ માટે પ્રાર્થના. જે લોકોએ સ્વજનો ગુમાવ્યા છે, તેઓને પ્રભુ સહનશક્તિ આપે. જે ઘવાયા છે, તેઓ જલદી સારા સાજા થાય તે માટે પ્રાર્થના. શિવાનંદ આશ્રમ પણ પોતાની ક્ષમતા પ્રમાણે સેવા કરે છે, સૌએ આ તકે તન, મન, ધનથી આપણાં ભાંડુઓની વહારે ધાવું જ જોઈએ. ઈશ્વર સૌનું મંગલ કરો. ઠું શાંતિ.

શ્રી નારાયણ આશ્રમ, હિમાલય

શ્રી ગૌતમ ઠાકર

[પૂજ્ય નારાયણ સ્વામી (૧૯૧૩-૧૯૫૬)નું આ શતાબ્દી વર્ષ છે. તેમણે સ્થાપેલા આશ્રમ દ્વારા તે પ્રદેશના લોકોને ધાર્મિક, આધ્યાત્મિક તથા સામાજિક શિક્ષણ આપવાની વિવિધ પ્રવૃત્તિઓ ચાલી રહી છે. આ દુર્ગમ પ્રદેશમાં થતી માનવોપયોગી પ્રવૃત્તિઓને આપણે જાણીએ અને શક્ય મદદ કરી હિમાલયમાં ધર્મની પ્રેરણા અને પ્રકાશ પાથરતા પ્રથમ આધ્યાત્મિક અરણ્યના આયોજનને હૃદયપૂર્વક આવકારીએ. - સંપાદક]

પ્રાચીનકાળથી હિમાલય તો સંતો-મહાત્માઓ અને ઋષિ-મુનિઓનું નિવાસસ્થાન રહેલો છે. અનેક દેદીપ્યમાન વ્યક્તિઓએ માનવજાતને માર્ગદર્શન આપવા પોતાનામાંથી પ્રેરણાનાં અને પ્રકાશનાં દિવ્ય કિરણો ફેંક્યાં છે. હિમાલયના તેજસ્વી, યશસ્વી, ગૌરવશાળી સંત પરમપૂજ્ય શ્રી નારાયણ સ્વામી આમાંના એક હતા. લોકોની સેવા અને તેમનું આધ્યાત્મિક ઉત્થાન કરવાની પવિત્ર તક બહુ જૂજ વ્યક્તિઓને મળતી હોય છે. પરમેશ્વરની ગહન ઈચ્છા તેમણે પસંદ કરેલા દૂતોને એવી જગ્યાએ મૂકે છે કે જ્યાં એ દૂતો તેમની આસપાસના લોકોને મદદ, માર્ગદર્શન અને પ્રેરણા આપે છે. પૂજ્ય નારાયણ સ્વામીને ભગવાન શિવના આ સ્થાન-હિમાલય-માં મૂકવામાં આવ્યા. ત્યાં પૂજ્ય સ્વામીજી બે દાયકા કરતાં વધારે સમય સુધી તેજસ્વી તારલાની જેમ ઝળહળતો પ્રકાશ પાથરતા રહ્યા.

હિમાચ્છાદિત હિમાલયમાં ૮૦૦૦ ફૂટની ઊંચાઈએ આવેલ એક અદ્ભુત જગ્યા પૂજ્ય નારાયણ સ્વામીએ લોકકલ્યાણનું સાધન બનાવી પહાડી આદિવાસીઓના આરોગ્યની સેવા, શિક્ષણસેવા અને નામ-સંકીર્તનની મસ્તી દ્વારા સેવા-સુવાસની અને ભાવ-મસ્તીની રેલમછેલ કરી મૂકી. મદદની જરૂરિયાતવાળા જે કોઈ તેમને મળ્યા તેવા લોકોની સેવા કરવી તે આ સંતની કુદરતી ખાસિયત હતી. અલ્મોડા અને પિથોરાગઢ જિલ્લાના લોકોને માટે શિક્ષણ અને જનકલ્યાણકારી સંસ્થાઓની સ્થાપનાનું કામ તેમણે આરંભ્યું. હિમાલયના ઊંચા શિખર પર આવેલો શ્રી નારાયણ આશ્રમ ઉત્તરાખંડની જનતા માટે આજે સર્વાંગીણ ઉન્નતિનું પ્રતીક બની ગયો છે. હિમાલયના આ ક્ષેત્રના લોકોને આત્મનિર્ભર થવા માટે મદદ કરવાની સાથે પૂજ્ય સ્વામીજીએ શાળાઓ શરૂ કરવામાં પણ મદદ કરી અને અનેક શાળાઓને તેઓશ્રીએ ચલાવી. તદુપરાંત એક ડિગ્રી કોલેજની સ્થાપના પણ કરી. ૧૯૩૬થી ૧૯૫૬

દરમ્યાન તેમણે આશ્રમમાં વૈદ્યકીય વ્યવસ્થા, મફત દવાઓ પૂરી પાડવાનું કામ, સ્કૂલ, પાઠશાળાઓ, પાણીની વ્યવસ્થા, હોસ્ટેલની સુવિધા, લાઈબ્રેરી વગેરે આપી ઉમદા કામ કર્યું. પૂજ્ય સ્વામીજી મહાત્મા ગાંધીના ખૂબ જ ચાહક હતા. તેમણે બાપુને નામે ૧૯૪૦માં હિમાલયમાં એક ઈન્ટરમીડિયેટ કોલેજ સ્થાપી. ૧૯૧૩માં કણાટકમાં જન્મેલ સ્વામીજીએ આર્કિટેક્ચરનો અભ્યાસ કરાંચી યુનિવર્સિટીમાંથી કર્યો અને નારાયણ આશ્રમની સ્થાપના ૧૯૩૬માં કરી. આ આશ્રમમાં આધ્યાત્મિક અભ્યાસ, ભજન-કીર્તન ઉપરાંત સાધુ-સંતો, સાધકો જેઓ કૈલાસ માનસરોવરની યાત્રાએ જતા તેમને માટે અને પર્વતારોહણ કરનારાઓને માટે એક સ્થાન મળી રહે તે આશયથી શ્રી નારાયણ આશ્રમમાં રહેવાની વ્યવસ્થા ગોઠવી હતી. તેઓ પોતે પણ કૈલાસ માનસરોવર દર વર્ષે જતા.

૮૦૦૦ ફૂટની ઊંચાઈએ આવેલ શ્રી નારાયણ આશ્રમમાં રોજ સાંજે પૂજ્ય સ્વામીજી સંકીર્તન કરતાં-કરતાં દિવ્ય ભાવસમાધિમાં સરી પડતા. કીર્તન સમયે બંને હાથમાં કરતાલ અને તેનો તાલબદ્ધ રણકાર, વિહ્વલ નારાયણના નામનું મુખથી સતત થતું રટણ અને એ એકાગ્રતામાંથી સમાધિભાવમાં સરી જવું તે ખૂબ જ સ્વાભાવિક પ્રક્રિયા હતી. પ્રભુનું દિવ્ય નામ તેમના જીવનના શ્વાસોચ્છ્વાસ સાથે જોડાયેલું હતું. ઈશ્વર સાથે એક્ય સાધવા અને કૈલાસ માનસરોવર જતા સાધુ-સંતોની સુવિધા માટે આશ્રમની સ્થાપના કરવાના ઉદ્દેશ સાથે આજુબાજુમાં વસતા પહાડી લોકોના શિક્ષણ અને સ્વાસ્થ્ય માટે શાળાઓ અને સેવાકેન્દ્રો સ્થાપ્યાં. ૧૯૫૬માં કલકત્તા ખાતે તેમનો દેહવિલય થયો ત્યાં સુધી તેઓએ આ કાર્ય નિષ્ઠાથી ચાલુ રાખ્યું હતું. પૂજ્ય સ્વામીજીનું એક અલગારી અવધૂત જેવું જીવન હતું. નામ-સ્મરણ અને પ્રેમભાવ એ જ એમનો સંદેશ હતો.

પૂજ્ય નારાયણ સ્વામીનાં સત્કાર્યો શ્રી નારાયણ

આશ્રમ ટ્રસ્ટ દ્વારા આજે પણ ચાલી રહ્યાં છે અને જ્યારે પણ આશ્રમની મુલાકાત લઈએ ત્યારે આ મહાન સંતની સેવાની સુવાસની અને ભાવમસ્તીની ઝાંખી થયા વગર રહેતી નથી. આશ્રમને ૨૦૧૧માં ૭૫ વર્ષ પૂરાં થયાં અને વર્ષ ૨૦૧૩ પૂ. નારાયણ સ્વામીનું જન્મશતાબ્દી વર્ષ છે. આ સમય દરમ્યાન આશ્રમનાં જ્ઞાનકેન્દ્રો, લાઈબ્રેરી, મ્યુઝિયમ, ગૌશાળા, પોસ્ટઓફિસ વગેરેનું સંપૂર્ણ નવીનીકરણ, અદ્યતન સુધારા અને સુવિધાઓ વગેરે કાર્યક્રમોનું આયોજન ચાલી રહ્યું છે. આશ્રમની 'હેરિટેજ વેલ્યૂ' સંપૂર્ણ રીતે સચવાઈ રહે તેનું ખાસ ધ્યાન રખાયું છે. આશ્રમ ૩૩ એકરમાં વિસ્તરેલો છે. આશ્રમની ફરતે ૧૦-૧૫ એકરમાં એક સુંદર આધ્યાત્મિક અરણ્ય નિર્માણ કરવાની યોજના કરવામાં આવેલી છે. ખાસ કરીને આધુનિક ઓર્ગેનિક ખેતી અને આધ્યાત્મિક અરણ્ય માટે ભારતની અનેક સંસ્થાઓ સહાય કરી જરૂરી માર્ગદર્શન આપી રહી છે. પુરાણોમાં-શાસ્ત્રોમાં વર્ણવેલાં અંદાજિત ૨૫ પ્રકારના વૃક્ષો જેવાં કે દેવદાર,

રુદ્રાક્ષ, ભોજપત્ર, બદ્રી, નક્ષત્ર વૃક્ષો, તીર્થંકર વૃક્ષો ઓક, સાગ, સાલ, સીસમ વગેરેનો સમાવેશ આધ્યાત્મિક અરણ્યમાં કરવામાં આવશે. દરેક વૃક્ષો સાથે સંકળાયેલી અનેક જરૂરિયાતો જેવી કે લેન્ડસ્કેપ પ્લાનિંગ, નિષ્ણાતોનું માર્ગદર્શન, યોગ્ય બીજ અને છોડ મેળવવા, દરેક વૃક્ષનું ૩ થી ૫ વર્ષ જતન કરવું, વૃક્ષોના રક્ષણની વ્યવસ્થા કરવી વગેરે માટે સખત મહેનત અને ભંડોળની જરૂરિયાત આશ્રમને છે. આખા હિમાલયના વિસ્તારમાં આવું પ્રથમ આધ્યાત્મિક અરણ્ય થશે. નારાયણપ્રેમી ભક્તજનોએ ડિસેમ્બરના અંતમાં અમદાવાદ ખાતે સતત સત્સંગ-ભજન કરીને નારાયણ જયંતીનો ઉત્સવ ઊજવીને પરમપૂજ્ય શ્રી નારાયણ સ્વામીના શતાબ્દી વર્ષનો શુભારંભ કર્યો છે ત્યારે આ પ્રવૃત્તિને શુભેચ્છા પાઠવવાની સાથે સાથ-સહકાર આપીએ તે જ યથાયોગ્ય ગણાશે.

સંપર્ક : શ્રી ગૌતમ ઠાકર મો. ૦૯૮૨૫૩૮૨૫૫૬
'આત્મન્', ૪, સુમિત્ર સોસાયટી, મલાવ તળાવ સામે,
જીવરાજપાર્ક, અમદાવાદ-૮૮૦૦૫૧

(સમાધિમરણ અનુસંધાન પાના નં.૨૫ ઉપરથી ચાલુ)

અનંત કાળથી જીવ રખડતો આવ્યો છે. ત્યાં એક બે ભવની શી ગણતરી ! આશ્રય એ બહુ મોટી વાત છે. આશ્રય કરવા જેવો છે. કૃપાળુ દેવનો આશ્રય હોય તો કૃપાળુ દેવની જે ગતિ થઈ તે એની પણ થાય, પછી મોક્ષે જાય, પણ વૈરાગ્ય જોઈએ. આડાઅવળીમાં ખેંચાઈ જાય તો જ્ઞાનીને ભૂલી જાય, વૈરાગ્ય નથી એટલે આ નાશવંત વસ્તુઓમાં રોકાઈ રહ્યો છે. વૈરાગ્ય હોય તો આશ્રય રહે. વૈરાગ્ય એ મોક્ષમાર્ગનો ભોમિયો છે.

લોકો દિવાળીના દિવસોમાં સારું સારું ખાવાનું બનાવે, સારાં કપડાં પહેરે અને દિવાળીના દિવસે લક્ષ્મીદેવીની પૂજા કરે અને ચોપડા પૂજન કરે છે. તેની મિથ્યા માન્યતાને પોષણ મળે છે. લક્ષ્મીદેવી મને ધન આપશે એ મિથ્યા માન્યતા છે. ધનની પ્રાપ્તિ તો પૂર્વ પુણ્યને આધીન છે. અઢાર પાપસ્થાનકમાં સૌથી મોટું પાપ તે અઢારમું પાપસ્થાનક મિથ્યાદર્શન શલ્ય છે. મિથ્યાત્વ એટલે વિપરીત માન્યતા. એ માન્યતા જ ભોગ, ધન વગેરેમાં સુખબુદ્ધિ કરાવે છે.

કષાયભાવ પણ મિથ્યાત્વને કારણે જ થાય છે. ધન પ્રાપ્તિની ઈચ્છા એ લોભ કષાય છે. ધન પ્રાપ્તિની ઈચ્છાએ લક્ષ્મીદેવીની પૂજા કરવી એ લોભ કષાયમાં વૃદ્ધિ કરનાર છે. લોભ કષાય એ પાપ છે. તેનાથી પુણ્ય ધોવાય છે. જ્યારે કષાય મંદ કરવાથી પુણ્ય વધે છે. પુરુષાર્થ કરવો એ ગૃહસ્થની ફરજ છે. પણ જે મળે તેમાં સંતોષ રાખવાથી આ ભવ અને પરભવ બંનેમાં તે સુખી થાય છે. ધનની ઈચ્છાએ લક્ષ્મીપૂજન કરવાથી મિથ્યાત્વનો બંધ થાય છે. જ્યારે નિષ્કામભાવે સત્પુરુષનાં ચરણકમળની પૂજા કરવાથી કે તેમની આજ્ઞા પ્રમાણે ચાલવાથી પુણ્ય બંધાય છે. તેથી સર્વ સુખ સમૃદ્ધિ સહેજે આવી મળે છે.

રાગી એવા સંસારી જીવો પ્રત્યેના રાગથી સંસાર વધે છે. પણ નીરાગી એવા પરમાત્મા પ્રત્યેના રાગથી જીવ ભવનો એટલે સંસારનો અંત પામે છે. રાગ કરવો નહિ અને કરવો તો સત્પુરુષ પ્રત્યે કરવો. પરમ પુરુષ પ્રત્યેનો પ્રેમભાવ એમાં સર્વ સાધન સમાઈ જાય છે.

□ 'હરિભાવ'માંથી સાભાર

ભગવાન યોગેશ્વર

શ્રી પરમાનંદ ગાંધી

‘ભગવાન યોગેશ્વરની મૂર્તિમાં વિશ્વના બધા જ અવતારો સમાયા છે.’

(પાંડુરંગ શાસ્ત્રી આઠવલે)

જય યોગેશ્વર શા માટે?

જય શ્રીરામ, જય શ્રીકૃષ્ણ અથવા તો જય અંબે, જય માતાજી એવા ભગવાનના નામના જયઘોષ તો પ્રચલિત હતા જ. તેમાં વળી જય યોગેશ્વરનો જયઘોષ પ્રચલિત થતાં કેટલાકને લાગ્યું હશે કે આ નવા યોગેશ્વર ભગવાન વળી ક્યાંથી નીકળ્યા?

વાત સાચી છે. જય યોગેશ્વર એ જયઘોષ આજ સુધી પ્રચલિત ન હતો, પરંતુ યોગેશ્વર ભગવાન કોઈ નવા ભગવાન નથી. શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતાએ ગાયેલું ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ પરમાત્માનું જે સ્વરૂપ છે-એ જ યોગેશ્વર ભગવાન છે અને પૂજ્ય પાંડુરંગ શાસ્ત્રીજીએ લાખો સ્વાધ્યાયીઓ દ્વારા તે રૂપને પ્રચલિત કર્યું છે અને લોકોએ જય યોગેશ્વરના જયઘોષથી તેને વધાવી લીધું છે.

ભગવાન યોગેશ્વરનું આ રૂપ પ્રચલિત કરવા પાછળ ત્રણ મહત્ત્વનાં કારણ છે.

પહેલું કારણ આજે ભારતમાં અનેક દેવદેવીઓની પૂજા થાય છે અને બધાં એક જ પરમાત્માનાં જુદાં જુદાં રૂપો છે. ઋગ્વેદમાં તે સંદર્ભમાં મંત્ર પણ છે.

एकं सद्भिर्ब्रा बहुधा वदन्यर्गिण एवं मातरिश्वानमाहुः ।
(ऋ. ૧/૧૬૪/૪૬), વિદ્વાન લોકો એક જ ઈશ્વરનું યમ, અગ્નિ, વાયુ... એમ જુદાં જુદાં રૂપોમાં વર્ણન કરે છે.

તાત્ત્વિક દૃષ્ટિએ વિચારવાનું હોય તો સત્ત્વ, રજ, તમ-એ ત્રિગુણાત્મક માયાને લીધે વિશ્વમાં સર્જન, પાલન અને સંહારના કારણરૂપ એક જ પરમાત્માનાં અનુક્રમે બ્રહ્મા, વિષ્ણુ અને શિવ એ ત્રણ રૂપ પ્રચલિત થયાં. જેમ એક જ બિલોરી કાચમાંથી પ્રકાશ લાલ, લીલો ઇત્યાદિ જુદા જુદા રંગોમાં દેખાય છે તેમ એક જ પરમાત્માનાં આ ત્રણ ત્રણ સ્વરૂપ વિવિધરૂપે દેખાવા લાગ્યાં.

પરંતુ આપણું દુર્દૈવ છે કે જુદા જુદા સંપ્રદાયોમાં તેમનાં સ્વરૂપોની ઉપાસનામાં એટલી હદ સુધી સંકીર્ણતા આવી છે કે દરેકના ઉપાસક પોતાના ઈષ્ટદેવને જ

ભગવાન સમજે છે અને બીજા ઈષ્ટદેવોનાં નામોચ્ચાર કરવામાં જ્યાં અપરાધ સમજે છે ત્યાં તેમના મંદિરમાં જવાની તો વાત જ ક્યાં કરવી?

તો ભગવાનનું એવું સ્વરૂપ શા માટે ન લેવું કે જે સ્વરૂપમાં બધાં જ દેવીદેવતાઓ સમાવિષ્ટ હોય અને જેના લીધે સંકીર્ણતા દૂર થાય? તેવા સ્વરૂપનું દર્શન ગીતાના અગિયારમા અધ્યાયમાં સ્વયં ભગવાને વિશ્વરૂપ-દર્શનના રૂપે દેખાડ્યું છે. ભગવાનના તે સ્વરૂપનાં દર્શન અર્જુનને થયાં. ભગવાનના એ ભયાનક સ્વરૂપના દર્શનથી દિગ્મૂઢ અને ભયભીત થયેલા અર્જુને ગદ્ગદ્ ભાવે ભગવાનને તેમનું મનુષ્ય સ્વરૂપ ધારણ કરવાની વિનંતી કરતાં કહ્યું.

‘दृष्ट्वेदं मानुषं रूपं तवा सौम्यं जनार्दन ।’
(ભ.ગી. ૧૧/૫૧) અને તેમણે યોગેશ્વર ભગવાનનું મનુષ્ય રૂપ ધારણ કરી લીધું. સંજય તે સમગ્ર ઘટનાનો સાક્ષી હતો. તેથી તો તેણે કહ્યું છે,

योगं योगेश्वरात् कृष्णात् साक्षात् कथयतः स्वयम् ।
(ભ.ગી.અ. ૧૮/૭૫) નહીં તો કૃષ્ણની આગળ યોગેશ્વર શબ્દ મૂકવાની આવશ્યકતા જ ક્યાં હતી? તેણે અંતમાં એ પણ કહ્યું છે,

यत्र योगेश्वरः कृष्णः यत्र पार्थो धनुर्धरः ।

तत्र श्रीर्विजयो भूतिर्ध्रुवा नीतिर्मतिर्मम ॥

(ભ.ગી.૧૮/૭૮)

આ ભગવાન યોગેશ્વર પરમ પરમાત્મા સ્વરૂપ હોવાના કારણે તેમાં બધાં દેવદેવતાનાં રૂપો સમાવિષ્ટ થાય છે. તેમાં રામ પણ છે, કૃષ્ણ પણ છે, શિવ પણ છે અને અંબા પણ છે, તેમાં ગણપતિ પણ છે અને સૂર્ય પણ છે અને મૂર્તિપૂજામાં શ્રદ્ધા હોય તો તેમાં મહાવીર, બુદ્ધ, ઈશુ ખ્રિસ્ત અને મહંમદ પયગંબર પણ છે, તેથી જેની જેવા પ્રકારના ભગવાનમાં શ્રદ્ધા તેવા પ્રકારના ભગવાનનાં દર્શન તેને તેમાં થાય અને સાંપ્રદાયિક ગજગ્રાહ અને સંકીર્ણતા દૂર થાય. આ

સ્વરૂપ પ્રચલિત કરવાનું બીજું મહત્ત્વનું, કારણ કે આ સ્વરૂપ ભગવાનની અતિભાવાવસ્થાનું સ્વરૂપ પણ છે.

પરબ્રહ્મ પરમાત્માની ભાવાવસ્થા

ગીતાના દસમા અધ્યાયમાં ભગવાનના શ્રીમુખે અર્જુને બધી વિભૂતિઓનું વર્ણન સાંભળ્યું. તેથી નૈસર્ગિક છે કે ભગવાનના તે સ્વરૂપનાં દર્શન કરવાની ઈચ્છા થાય, તેથી અગિયારમા અધ્યાયમાં અર્જુન, ભગવાન પાસે તેવા સ્વરૂપનાં દર્શનની માગણી કરતાં કહે છે મન્યસે यदि तच्छक्यं मया द्रष्टुमिति प्रभो । योगेश्वर ततो मे त्वं दर्शयात्मानमव्ययम् ॥ (ભ.ગી. ૧૧/૪) ‘તે (સ્વરૂપ) મારાથી જોઈ શકાય તેમ હોય એવું માનતા હો તો હે યોગેશ્વર, આપ મને તે અજ્ઞેય અવિનાશી રૂપનું દર્શન કરાવો.’

અહીં ગીતામાં અર્જુને પ્રથમ વાર ભગવાનને યોગેશ્વર કહી સંબોધ્યા છે. અર્જુનની પણ આ ભાવપૂર્ણ મસ્તી છે કે તે સ્વયં ભગવાનને તેમનું વિશ્વરૂપ દર્શન કરાવવાની પ્રાર્થના કરે છે.

થોડી કલ્પના કરીએ કે ભગવાનનું આ સ્વરૂપ કે જેનું કોઈને દર્શન થયું નથી, જેનું સમગ્ર વૈદિક વાઙ્મય કે અન્ય કોઈ સાહિત્યમાં લખાણ નથી તેનું અર્જુનને ફટ દઈને દર્શન કરાવ્યું એના ઉપરથી ખ્યાલ આવશે કે ભગવાન અર્જુન માટે કેટલા ભાવવિભોર થયા હશે! યોગેશ્વર ભગવાન, એ શ્રીકૃષ્ણના આ સ્વરૂપનું દર્શન-એ ભગવાનનું પરમોચ્ચ ભાવાવસ્થાનું દર્શન છે.

તેથી અર્જુન પ્રત્યેના ભાવના ઉમળકામાં અર્જુનની પ્રાર્થનાનો પ્રતિભાવ આપતાં ભગવાને કહ્યું, ‘પश्य मे पार्थ रूपाणि...’ (ભ.ગી. અ-૧૧/૫) ‘હે અર્જુન! મારાં આ રૂપ જો’ કહીને ભગવાને આગળના ત્રણ શ્લોકમાં તેમના સ્વરૂપનું વર્ણન કર્યું છે.

અર્જુન પ્રત્યેના ભાવના ઉમળકામાં ભગવાને કહી તો દીધું કે તું મારું તે સ્વરૂપ જો પરંતુ ભાવાવેશમાં ભગવાન ભૂલી ગયા કે પોતાનાં ચર્મચક્ષુથી અર્જુન તેમનું વિશ્વરૂપ જોઈ શકવાનો નથી અને ત્રણ શ્લોક બોલ્યા પછી તેમના ધ્યાનમાં આવ્યું તેથી તેમણે કહ્યું, ન तु मां शक्यसे द्रष्टुमनेनैव स्वचक्षुषा ।

दिव्यं ददामि ते चक्षुः पश्य मे योगैश्वरम् ॥
(ભ.ગી. અ ૧૧/૮)

‘પરંતુ, તું તારાં માનવચક્ષુ વડે મને જોઈ શકીશ નહીં. માટે હું તને દિવ્યચક્ષુ આપું છું તે વડે તું મારું યોગેશ્વરરૂપ જો?’

ભગવાન સ્વયં તો જ્ઞાનપૂર્ણ હતા. તેમણે તરત જ અર્જુનને દિવ્યચક્ષુ આપી કહ્યું હોત કે, ‘અર્જુન તું આ દિવ્યચક્ષુ લે.’ પણ ત્રણ શ્લોક બોલ્યા પછી તેમના ધ્યાનમાં તે આવ્યું એટલે કે તે સમયનું પરબ્રહ્મ ભગવાનનું અતિભાવપૂર્ણ સ્વરૂપ-તે યોગેશ્વર સ્વરૂપ છે. તેથી યોગેશ્વર ભગવાનના તે સ્વરૂપને ધ્યાનમાં રાખી ‘જય યોગેશ્વર’ના નામઘોષથી લાખો લોકોએ તેને વધાવી લીધું.

શંખચક્રધારી સ્વરૂપ

ભગવાન યોગેશ્વરનું સ્વરૂપ શ્રીકૃષ્ણનું જ મહાભારતના યુદ્ધના પ્રસંગનું છે અને પૂજ્ય પાંડુરંગ શાસ્ત્રીએ તેમની વિચારધારામાં શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતાને પ્રાધાન્ય આપ્યું હોવાથી સ્વાભાવિક છે કે ભગવાનનું તે સમયનું અર્જુને વિનંતી કર્યા પછીનું સ્વરૂપ ધ્યાનમાં આવે.

जनार्दन । इदानीमस्मि संवृत्तः सचेताः प्रकृतिं गतः । (ભ.ગી. અ ૧૧/૫૧)

તે સમયે યુદ્ધના મેદાનમાં હોવાથી યુદ્ધના પ્રારંભમાં ભગવાને પાંચજન્ય શંખ ફૂંક્યો હતો. પાञ्चजन्यं हृषीकेशो (ભ.ગી. ૧/૨૫) અને ભીષ્મને મારવા માટે સુદર્શન ચક્ર લઈને તે દોડ્યા હતા.

તેથી ભગવાન યોગેશ્વરના ડાબા હાથમાં શંખ છે અને જમણા હાથમાં ચક્ર છે એટલું જ નહીં તો તે કર્મયોગમાં (સુદર્શન લઈ આગળ વધ્યા હતા) પ્રવૃત્ત હતા. ભારતભૂમિમાં જન્મ્યા હતા તેથી પૃથ્વીના ગોળાર્ધ ઉપર ડાબા પગથી ડગ ભરતું ભગવાન યોગેશ્વરનું આ સ્વરૂપ છે.

પાંડુરંગ શાસ્ત્રીજીને આવા સ્વરૂપની પ્રેરણા થઈ હશે. તેનું સ્વાભાવિક કારણ એ પણ હોઈ શકે કે સાંપ્રત કાળમાં ભોગવાદની આસુરીવૃત્તિ સામે લડવાનું છે. યુદ્ધ કરવાનું છે. તે માટે માણસને પ્રેરિત કરવાનો છે ત્યારે વાંસળી વગાડનાર મુરલીધર યા તો ધેનુ સાથે ઊભેલા ગોપાલકૃષ્ણ યા તો (અનુસંધાન પાના નં.૪૪ ઉપર)

અમૃતપુત્ર-૧૯

- શ્રીમતી રાજલક્ષ્મી દેશપાંડે

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

સદ્ગુરુદેવનું મહાપ્રયાણ (iii)

ગુરુદેવ વગર સૂના લાગતા તે પવિત્ર આશ્રમમાં ગુરુદેવની પવિત્ર સમાધિ પાસે બેસીને સ્વામી ચિદાનંદજી બોલી રહ્યા હતા...

‘હે અમૃતપુત્રો! શ્રી સદ્ગુરુદેવ આ આશ્રમના રૂપમાં એક મોટો વારસો અને જવાબદારી આપણને સૌને સોંપી ગયા છે. આ પુણ્યસલીલા માતા ભાગીરથીને પાવન તટે ભક્તિ, જ્ઞાન, ધ્યાન, કર્મ, પરોપકાર અને સેવાનો મોટો ખજાનો સોંપીને ગયા છે. આધ્યાત્મિક વાઙ્મયના રૂપે જ્ઞાનગંગા વહાવી ગયા છે.

તેમણે આપણને જીવનયાપન અને સાધનાનો એક આદર્શ નમૂનો સોંપ્યો છે. તેને આપણે દિવ્ય જીવન કહીએ છીએ. આ જીવન શરીર અને મનનું જીવન નથી, દિવ્ય જીવન છે, જે આપણને પોતાના સ્વયંના રૂપ, પોતાના આત્મસ્વરૂપ, પાસે લાવે છે. તેમણે આપણને આદેશ આપ્યો-આ પવિત્ર સંદેશ... દિવ્ય આવાહન કર્યું છે.

‘માટે દિવ્યતાથી ભર્યું ભર્યું જીવન જીવો, કારણ કે તમો સ્વયં દિવ્ય સ્વરૂપ છો. જો તમને એવું લાગતું હોય કે અનેક ઉપાધિ અને વિટંબણાથી ઘેરાયેલું આ શરીર હું છું તો તમો તમારી જાતને ઓળખતા જ નથી. તમો આ નાશવાન ત્રસ્ત શરીર નથી જ, તમો અજર અમર અવિનાશી ભવ્ય દિવ્ય આત્મા છો, અમૃતપુત્ર છો.’

તેમણે કહ્યું છે કે, દિવ્ય જીવનનો પાયો એટલે સત્ય, શુદ્ધતા, કરુણા સૌ પ્રત્યે હાર્દિક પ્રેમ... એ જ છે.’

શ્રી સદ્ગુરુદેવે આપણને એક નવું વ્યક્તિત્વ આપ્યું છે. તેમણે સદૈવ સાધક થઈને રહેવા માટે, આધ્યાત્મિક સાધનાને અવિભાજ્ય અંગ બનાવવા માટે ભાર આપ્યો. તેઓ સદૈવ કહેતા, ‘તમારા ગૃહસ્થ-

સાંસારિક જીવનમાં તમો કોઈ પણ ક્ષેત્રે હો, વકીલ, ડોક્ટર, એન્જિનિયર, પ્રાધ્યાપક, ટેક્ષી ડ્રાઈવર કે સાધારણ દામ્પત્યજીવન યાપન કરનારા ગૃહસ્થ... પરંતુ દૈનિક આધ્યાત્મિક સાધનામાં પ્રમાદ કદીયે ન કરશો. તમારા દિવસનો પ્રારંભ સાધનાથી કરો અને તમારી સંધ્યા સાધનામાં જ સમ્પન્ન થાઓ. તમારો આખોયે દિવસ સાધનાસભર હો. તમો દિવસમાં જે કંઈ કરો છો, ખાઓ, પીઓ, હરો, ફરો, ઊઠો, બેસો, બોલો, ચાલો... આ બધું પ્રભુમય હોય. પ્રભુ માટે હોય, પ્રભુપ્રીત્યર્થે હોય, પ્રભુને જ સમર્પિત ભાવથી હોય.’

સદ્ગુરુદેવે આપણને એક નવીન ચેતના પ્રદાન કરી છે. તે એક પરમ દિવ્ય, અમૂલ્ય અને અતુલ્ય વારસો છે. તેમનું શિક્ષણ, તેમના વિચારો દ્વારા તેઓ આપણી વચ્ચે જીવંત છે. દિવ્ય જીવનના માર્ગે આગળ વધવા માટે તેમણે બહુ જ સરળ વાતો આપણને કહી છે.

‘દિવસમાં બે વખત જપ અવશ્ય કરો. થોડો સમય ધ્યાન જરૂર કરો, નિયમિત થોડાં આસન અને પ્રાણાયામ કરો. દાન કરો. તમારી ચોપાસ વસેલાં સૌ નાના-મોટા મનુષ્યો, જીવ-જંતુ, ઝાડ-પાન સૌને સ્નેહ આપો, પ્રેમ કરો. રોગીની સેવા કરો. ઓછું બોલો. જીવનમાં વ્યસ્તતા ગમે તેટલી હોય તો પણ નાનાં મોટાં પ્રત્યેક કાર્યો પહેલાં અને વચ્ચે વચ્ચે થોડી પળો આંખો બંધ કરીને પરમાત્માનું સ્મરણ કરો અને ફરીથી કામમાં વ્યસ્ત થઈ જાઓ. ઈશ્વરને તમારા પ્રત્યેક શ્વાસનો સાક્ષી બનાવો.

આ ગતિમાન વીસમી સદી માટે કેટલી સરળ અને સીધી-સાદી વાતો... અને સૂચનાઓ શ્રી સદ્ગુરુદેવે આપણને આપેલ છે.’

સ્વામીજી બોલી રહ્યા હતા, પરંતુ સદ્ગુરુદેવ સંબંધે બોલતાં તેમનો કંઠ રુંધાઈ જતો હતો, મન ભરાઈ જતું હતું. એવું લાગતું હતું કેટલું બોલું? શું બોલું? કેમ બોલું? અને શ્રોતાઓને એ જ સભાનતા થાય કે સદ્ગુરુદેવ ગયા જ નથી. સ્વામીજીના વિચારો, વાણી અને વર્તનમાં શિવાનંદજી ઓતપ્રોત થઈ ગયા હતા. શિવાનંદ ચિદાનંદમાં સાકાર થયા હતા.

મહારાષ્ટ્રની ભાષા ‘મરાઠી’માં ‘દાસબોધ’ નામનો એક ગ્રંથ છે. શિવાજી મહારાજના ગુરુ સમર્થ રામદાસજીએ તે ગ્રંથ લખ્યો છે. તેમણે આ ગ્રંથમાં આધ્યાત્મિક ભક્તસમાજનું પથપ્રદર્શન કે માર્ગદર્શન કરનારા આધ્યાત્મિક શિક્ષકને ‘મહંત’ કહ્યો છે. ‘મહંત’ કેવા હોવા જોઈએ તેનું વર્ણન કરતાં કહ્યું છે,

સા કડી મધ્યે વર્તો જાણે
ઉપાધિ મધ્યે મિળો જાણે.
અલિપ્તપણ રાખણો જાણે । આપણાસી ॥
આહે તરી સર્વા ઠાયી.
પાહૂ જાતા કોઠેચિ નાહી ।
જૈસા અંતરાત્મા ઠાઈયા ઠાઈ । ગુપ્ત જાલા ॥
ત્યા વેગળે કાહીય નસે ।
પાહો જાતા તો ન દિસે ।
ન દિસોન વર્તવીતસે । પ્રાણી માત્રાંસી ॥
અર્થાત્

આપત્તિ સમયે કેવો વ્યવહાર કરવો તે તે માત્ર જાણે છે. ક્યાં આધ્યાત્મિક, ક્યાં સામાજિક કાર્યોમાં એકરૂપ થવું તે પણ તે જાણે છે અને આ બધાં વચ્ચેથી પોતાની જાતને અલિપ્ત કેમ રાખવી તે પણ તે જાણે છે. મહંત એવી રીતે અલિપ્ત રહે છે કે જેવી રીતે અંતરાત્મા શરીરમાં રહેવા છતાં શરીરથી પૃથક્-અલિપ્ત રહે છે; તેમાં અંતરાત્મા તો જડ ચેતન જીવ જગત સર્વત્ર છે, છતાં આપણે જો તેને દેખવા માગીએ તો તે દેખાતો તો નથી જ. એવી જ રીતે કાર્યકલાપ કે મેળાવડાઓ વચ્ચે મહંત આવે છે, ભાગ લે છે, પરંતુ તેના નિજ જીવનમાં તે આ બધાંથી અલિપ્ત જ રહે છે. તે એકાંતપ્રિય હોય છે. અંતરાત્મા દશ્યમાન ન હોવા છતાં તમામ જીવોને પ્રેરણા તો આપતો જ રહે છે. તેવી

જ રીતે મહંત સર્વે સામાજિક કાર્યોમાં પ્રેરણામૂર્તિ હોવા છતાં આ બધાંથી અલિપ્ત જ રહે છે. (સદ્ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજ આ સંબંધે કહેતા... ‘ના હમ, ના તુમ... દફતર ગુમ.’ ઓફિસ-કાર્યાલયમાં રહે ત્યારે દરેક કાર્ય ચોકસાઈથી કરે, પરંતુ પોતાની કુટીરમાં આવે એટલે આત્માનો જ અંચળો ઓઢીને રહે.)

સમર્થ રામદાસજી દ્વારા પ્રબોધાયેલાં આદર્શ મહંતનાં તમામ લક્ષણો સ્વામી ચિદાનંદજીમાં દશ્યમાન થતાં હતાં. તેઓ જાણીજોઈને લોકસંગ્રહ ન કરતા. લોકો જ તેમની પાસે આવતા... સ્વામીજી દિવ્ય જીવન સંઘની વ્યવસ્થામાં વ્યસ્ત થઈ ગયા. આશ્રમનાં દૈનિક કાર્યો-કાર્યક્રમો સાથે સમગ્ર વિશ્વમાં વિસ્તરેલી દિવ્ય જીવન સંઘની શાખાઓનું માર્ગદર્શન કરવાનું તેમ જ અનેક પ્રકારની વ્યસ્તતા હતી. સદ્ગુરુદેવે પોતાના આ એકાંતપ્રિય શિષ્ય ઉપર અખિલ માનવજાતિના કલ્યાણ માટે... લોકસંગ્રહ માટે જવાબદારી સોંપી હતી. તેને જ હવે ઈશ્વરસેવા જાણીને તેની પૂર્ણતા માટે સ્વામીજી તત્પર હતા.

સ્વામીજીના દિવસનો પ્રારંભ બ્રાહ્મમુહૂર્તમાં થતો હતો. સવારે સાત વાગ્યે ચા પીધા પછી લોકો સાથે તેમની મુલાકાતોનો પ્રારંભ થતો હતો. અનેક વિદેશી મુમુક્ષુઓ અને જિજ્ઞાસુઓ પણ ભારતીય સંસ્કૃતિ અને અધ્યાત્મ સંબંધી માર્ગદર્શન માટે આવતા. કોઈને વ્યક્તિગત આધ્યાત્મિક માર્ગદર્શનની આવશ્યકતા હોય, અનેક લોકો સ્વામીજી પાસે પોતાની દુન્યવી સમસ્યાઓના સમાધાન માટે પણ આવતા. સવારે સાડા દસ વાગ્યાની આસપાસ આશ્રમમાં આવીને અલ્પકાળ માટે રહેલા સાધકો મહેમાનોને તેઓ ભજનહોલમાં મુલાકાત આપતા. સાડા અગિયાર વાગ્યે પાછા આવીને વ્યક્તિગત મુલાકાતો આપતા. આ બધું દોઢેક વાગ્યા સુધી ચાલતું. પછી સ્વામીજી થોડો સાદો સાત્ત્વિક આહાર લેતા. સ્વામીજીનો આહાર દિવસે દિવસે ઓછો થતાં અંતે તો બિલકુલ નહિવત્ થઈ ગયો હતો. મધ્યાહ્ન ભોજન પછી ઓફિસમાં આવતા આવશ્યક પત્રવ્યવહારનું વાંચન પ્રત્યુત્તર અને ઢળતી બપોરે થોડો વિશ્રામ. સાંજે ફરીથી ઓફિસના કામ માટે આશ્રમના વરિષ્ઠ અધિકૃત સાધકો

અને થોડા મુલાકાતીઓને મળ્યા બાદ તેઓ લક્ષ્મણજૂલા સુધી સાયંભ્રમણમાં જતા. ફરી પાછું થોડી મુલાકાતો, થોડો પત્રવ્યવહાર... બાદ રાત્રે નવ વાગ્યે રાત્રી સત્સંગમાં તેઓ પધારતા. રાત્રે દસ વાગ્યા પછી થોડો સૂપ પીને ફરીથી કાર્યાલયના કાર્યો મોડી રાત્રી સુધી કરતા.

સ્વામીજી અમેરિકા અને યુરોપના ત્રણ મહિનાના પ્રવાસ પછી પાછા આવ્યા હતા અને ફરીથી પંદર દિવસ માટે ભારતમાં જ પ્રવાસ કરવાનો હતો ત્યારે એક આગંતુક દર્શનાર્થીએ ટકોર કરી...

‘સ્વામીજી! આપનાં દર્શન તો ભગવાનનાં દર્શનથી પણ વધુ દુષ્કર થઈ ગયાં છે.’ ક્ષણભર થોડું હસીને સ્વામીજીએ કહ્યું.

‘શું કરું! મેં હું સંસાર કે હાથોં મેં... સંસાર હે ઉસકે હાથોં મેં.’ અરે! એ તો નિત્યલીલા રચે છે અને શાંતિ તથા આનંદથી આ લીલા નિહાળતો રહે છે. જ્યારે હું તેની લીલા અને પ્રપંચનાં બંધનોમાં બંધાયેલો છું. સમય તેના બંધનમાં છે, હું સમયના બંધનમાં છું. જુઓ, મને યુરોપથી આવ્યે પંદર દિવસ થઈ ગયા છે, પરંતુ મેં હજુ મારા પ્રવાસનો સામાન પણ ખોલ્યો નથી કે ફરીથી યાત્રામાં જવા માટે નવો સામાન બાંધ્યો પણ નથી.’

સ્વામીજીનાં દર્શન માટે હવે ભારત બહારથી પણ લોકો પ્રાર્થી રહ્યા હતા. સૌ ચાહતા હતા કે સ્વામીજી અમારે ત્યાં પધારે. અંતે શ્રીલંકાના ભક્તોની પ્રાર્થના સફળ થઈ. તેર જૂન ઓગણીસો પાંસઠ (તા. ૧૩-૬-૧૯૬૫)માં સ્વામીજીએ શ્રીલંકાની ભૂમિ પર પોતાનાં પવિત્ર પગલાં કર્યાં. કોલંબોમાં સ્વામીજીનું સ્વાગત ખૂબ ધામધૂમથી થયું. કોલંબોના નગરપાલિકા અધ્યક્ષ વ્હીસેન્ટ પરેરાને અતિઆનંદમાં કંઈ સમજણ પડતી ન હતી કે હું સ્વામીજી વિશે શું કહું ? સ્વામીજીએ પોતાના ઉદ્બોધનમાં કહ્યું,

‘હે દિવ્ય અમૃતમય આત્મસ્વરૂપ! અસત્યનાં આવરણમાં સત્યને ઢંકાવા ન દો. અજ્ઞાનનાં વાદળોથી જ્ઞાનસૂર્યનું તેજ ઝાંખું ન પડવું જોઈએ. આપણું આ પૃથ્વી પરનું જીવન તો અલ્પાયુ છે. આ અલ્પકાલીન

જીવન તમારા વાસ્તવિક જ્ઞાનને, તમારાં જીવનમૂલ્યોને ઝૂંટવી ન લે, લૂંટી ન લે, બરબાદ ન કરે, માટે સાવધાન રહો. તમારા મૂળ સ્વરૂપ... અમર આત્મસ્વરૂપની અનુભૂતિ અને ચેતનાથી તમો વિહોણા થશો નહીં. આત્મજ્ઞાન તો તમારો જન્મસિદ્ધ હક છે. તમો અમર છો. તમો ચિરંતન શાશ્વત આત્મસ્વરૂપ છો. તમો જન્મમૃત્યુથી પૃથક્, અનાદિ અનંત અવિનાશી છો. તમો શાશ્વત તેજોમય અસ્તિત્વ છો. તમો ચિરંતન દિવ્ય ભવ્ય તેજોમય આલોકપૂંજ છો...’ આ જ યાત્રામાં સ્વામીજીએ જાફના, યુન્નકમ્, બટ્ટીકોલા પેરોડેનિયા, નાવલપીતિયા, કટરંગમા અને બીજાં અનેક સ્થાનોની યાત્રા કરી.

શ્રીલંકાના જનસમુદાયના રૂપમાં સ્વામીજીનાં નેત્રો સમક્ષ જાણે કે પરમેશ્વર પ્રગટ થયા હતા. સ્વામીજી એ વિરાટ ભગવાનની વાહ્મય પૂજા કરી રહ્યા હતા.

‘હે પ્રભો! આપનાં શ્રી ચરણોમાં ભક્તિપૂર્ણ ભેટના રૂપમાં હું મારા જીવનનો સઘળો ઘટનાક્રમ અર્પણ કરું છું. નાથ! જે કંઈ કહી રહ્યો છું, કરી રહ્યો છું, તે સઘળું આપની જ આરાધના છે. પ્રભુ! તેનો આપ દયા અને પ્રેમથી સ્વીકાર કરો.’

જાફનાના સહસ્રરૂપ પરમાત્માને તેમણે વિનમ્રતાથી નમસ્કાર કર્યા અને સમગ્ર જાફનાવાસીઓને આશ્ચર્ય... તેઓ તો દંગ જ થઈ ગયા.

‘પરમેશ્વર પ્રત્યે અગ્રસર થવા માટે જ જીવો. સદ્ગુણોનું આચરણ કરવા માટે જીવો. પોતાની અંદર જે દિવ્યત્વ છે તેના પ્રગટીકરણ માટે જીવો. તમારા જીવનનો તે જ હેતુ અને અર્થ છે. સમગ્ર શ્રીલંકામાં તેમણે આ સંદેશનો પ્રચાર-પ્રસાર કર્યો.

સ્વામીજી કુરુનેગલ ગયા. તેમનું પ્રવચન ચાલતું હતું, ત્યાં એક વૃદ્ધ સ્ત્રીની આંખો તેમનાં દર્શન માટે તડપી રહી હતી. તે મહિલાનું નામ હતું ‘નિત્યાલક્ષ્મી તાંબ્રરાજ’. બહુ લાંબાગાળાથી તે સ્વામી શિવાનંદને પોતાના ગુરુ સ્વરૂપે માનતી હતી. તેણે ચિદાનંદજીને પોતાના ઘરે પધારવા માટે પ્રાર્થના કરી. સ્વામીજી તો કોઈને પણ નિરાશ કરવા માટે ટેવાયેલા જ ન હતા.

તેમણે તે મહિલાને ત્યાં બીજે દિવસે જવા માટે વાયદો કર્યો.

નિત્યાલક્ષ્મીએ પોતાના સમગ્ર ઘર અને આંગણાની ખૂબ સાફસફાઈ કરી. ફૂલ અને ફળ લાવીને રાખ્યાં. સ્વામીજી માટે સુંદર બેસવાની વ્યવસ્થા કરીને આસન બિછાવ્યું. તેમના હૃદયમાં વારંવાર સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની સ્મૃતિઓ હિલોળા લઈ રહી હતી. આજે શ્રીલંકામાં એક શબરી પ્રભુ શ્રીરામની પ્રતીક્ષા કરી રહી હતી અને તે પુનિત ચરણો તેના દ્વારે પધાર્યાં. તેની આંખોમાંથી પ્રેમાશ્રુની ધારા વહેવા લાગી, જાણે કે સ્વામીજીના પાદપ્રકાલન માટે ગંગાયમુનાની પવિત્ર જળધારા! અત્યંત સમર્પિત ભાવથી તેણે પોતાનું મસ્તક પૂજ્ય સ્વામીજીનાં શ્રીચરણોમાં મૂક્યું, તેનું હૃદય ભાવ-ઉર્મિથી ઊભરાઈ આવ્યું. તેણે અનુભવ કર્યો કે સ્વામી શિવાનંદજી તેની સામે પ્રત્યક્ષ ઊભેલા છે. લૌકિક જીવનનાં તેનાં તમામ બંધનો છૂટી ગયાં, માનો કે મનથી તો તે મુક્ત થઈ ગઈ.

ત્યાર પછી સ્વામીજી કંડી ગયા. ત્યાં યોગીરાજ સ્વામી સચ્ચિદાનંદજી અને શ્રી સોલી મારાલોડ તથા વિશાળ ભક્તમંડળે તેમનું સ્વાગત કર્યું. તેમને અનેક સન્માનપત્રો અર્પણ કરવામાં આવ્યાં, પરંતુ માન-અપમાન, સુખ-દુઃખ આ તમામથી પૃથક્ સ્વામીજીને

આવાં સન્માનપત્રોનું શું મહત્ત્વ? ન સન્માનનો આનંદ કે ન તો અપમાનનો ખેદ. તેમને માટે તો આ બધું ઈશ્વરનો પ્રસાદ જ હતો. પોતાના પ્રત્યુત્તરમાં તેમણે ખૂબ જ વિનમ્રતાથી કહ્યું, ‘સાધુ માત્ર એક પરમેશ્વરના સન્માન અને તેની કૃપા માટે જ જીવે છે. પોતાના સન્માનની આશા તેને કદીયે નથી હોતી. આજે મારા જીવનમાં જે સત્યાનુભૂતિ છે, મેં જેમનાં શ્રી ચરણોમાં બેસીને પ્રાપ્ત કરેલ છે, જેમના સ્વરૂપના ચિંતનમાં હું આજે જીવું છું, તેનો બધો યશ સ્વામી શિવાનંદજીનો જ છે, તેમનો તો હું માત્ર એક વિનમ્ર તુચ્છ દાસાનુદાસ છું.

આ પવિત્ર ચરિત્ર અને વિનમ્ર શિષ્યનાં દર્શનથી સમગ્ર શ્રીલંકા ધન્ય થઈ ગઈ. ત્યાંથી પાછા ફરતાં સ્વામીજી મલેશિયા, હોંગકોંગ વગેરે અનેક સ્થળોએ ગયા. કમલપુષ્પોની સુગંધ અને સૌરભની કાંઈ જાહેરાત કરવી પડતી નથી. સ્વામીજીની દિવ્ય આધ્યાત્મિક શક્તિ હવે સમગ્ર વિશ્વને વિદિત થઈ ગઈ હતી. સ્વામી શિવાનંદજીનો ઉપદેશ વિશ્વના ખૂણે ખૂણે પહોંચાડવો, સમાજને નીતિ, શાંતિ અને પ્રગતિનો માર્ગ પ્રદર્શિત કરવો એ તો સ્વામીજીએ પોતાનું કર્તવ્ય ગણ્યું હતું. હવે થોડો સમય દેશમાં જ રહીશ એવું નક્કી કર્યા પછી પણ સ્વામીજીને વિદેશ જવું પડ્યું.

□ ‘અમૃતપુત્ર’માંથી સાભાર

(ભગવાન યોગેશ્વર અનુસંધાન પાના નં.૪૧ ઉપરથી ચાલુ)

નવનીતપ્રિય માખણ ખાતા ભાંખડિયા ભરતા ભગવાનનું સ્વરૂપ ન જ ચાલે ને?

ભોગવાદથી નિર્માણ થતી કલૈબ્યતા કાઢી નાખવા, આસુરી વૃત્તિના સંગ્રામ માટે માણસની વૃત્તિ તૈયાર કરવા આવું જ સ્વરૂપ જોઈએ ને? ભગવાનનો શંખનાદ શત્રુઓને ગલિતગાત્ર બનાવે છે અને સદ્વૃત્તિના લોકોમાં ચેતનાનો સંચાર કરે છે. કર્તવ્યચ્યુત થયેલા ઢીલા પડેલાઓને તેમના કર્તવ્ય માટે પ્રેરણા આપે છે. તેમના હાથમાંનું સુદર્શન ચક્ર શત્રુઓને ડારતું રહ્યું છે. ‘ખબરદાર, જો સત્વૃત્તિના લોકો ઉપર હુમલો કર્યો છે તો આ ચક્ર તમને છોડશે નહીં.’

ગીતામાં જ ભગવાને વિનાશાય ચ દુષ્કૃતામ્ । (ભ.ગી. ૪/૮) તો દુષ્ટોનો સંહાર કરવા ભગવાન તેમનું આયુધ લઈને જ આવે ને!

કર્મયોગની પ્રેરણા આપતું ડગ ભરતું ભગવાન યોગેશ્વરનું આ સ્વરૂપ છે.

મુંબઈમાં થાણા નજીક આવેલી તત્ત્વજ્ઞાન વિદ્યાપીઠના મંદિરમાં તથા અમદાવાદમાં સેટેલાઈટ સામે આવેલી ભાવનિર્ઝર સંસ્થાના મંદિરમાં અને કચ્છમાં નલિયાની સંસ્થામાં આ સ્વરૂપની મૂર્તિ છે અને આ પ્રમુખ સ્થાનોએ હજારો લોકો તેનાં દર્શનનો લાભ લે છે.

□ ‘આપણો સાંસ્કૃતિક વારસો’માંથી સાભાર

કોટિભ્રામરી દેવી - ભાગેશ્વર

શ્રી ભાણદેવજી

અમને ભગવાન આદિબદ્રીનાથના પૂજારીએ કહ્યું છે :

‘મહારાજ ! હવે તમે જે રસ્તા પર જઈ રહ્યા છો, તે રસ્તા પર અનેક સ્થાન એવાં આવશે, જ્યાંથી તમે હિમશિખરોનાં પેટ ભરીને દર્શન કરી શકશો.’

અમારે તો એટલું જ જોઈએ છે. અમારી યાત્રા આગળ ચાલી. આદિબદ્રીથી શિમલી સુધી અમારી યાત્રા કર્ણપ્રયાગની દિશામાં, નારાયણી ગંગાને કિનારે-કિનારે પશ્ચિમાભિમુખ ચાલી. શિમલીથી અમે પિંડારગંગાને કિનારે-કિનારે પૂર્વાભિમુખ રસ્તો પકડ્યો. અમારે ઉતાવળ નથી. નિરાંતે આ દેવાત્મા હિમાલયને અનુભવતાં-અનુભવતાં, તેનાં સૌંદર્યનું પાન કરતાં-કરતાં અમારી યાત્રા આગળ ચાલી રહી છે. પૂજારીજીની વાત સાચી નીકળી. આ રસ્તા પર વચ્ચે વચ્ચે એવાં અનેક સ્થાન આવે છે જ્યાંથી ઉત્તર દિશામાં હિમશિખરોનાં દર્શન થાય છે. આ માર્ગ જ જાણે હિમશિખર-દર્શન-માર્ગ છે. આવું સ્થાન આવે એટલે અમે થોડો સમય રોકાઈ જઈએ છીએ અને પેટ ભરીને, આંખ ભરીને હિમશિખરોના દર્શન કરીએ છીએ.

અમારા રસ્તામાં ગ્વાલદમ નામનું એક મોટું ગામ આવ્યું. તેને પાર કરીને અમે આગળ વધીએ છીએ. આ રસ્તા પર અમારું પહેલું દર્શનીય સ્થાન-તીર્થ આવ્યું કોટિભ્રામરીદેવી. આ સ્થાનને કોટકી-માઈ પણ કહે છે.

રાસ રમવામાં આવે ત્યારે રાસના રમનારા વર્તુળાકાર ગોઠવાઈ જાય છે. વાજિંત્રો વગાડનારા અને રાસ ગવડાવનારા વર્તુળના કેન્દ્રસ્થાને અર્થાત્ વચ્ચે ગોઠવાય છે. અહીં પહાડોની રચના રાસમંડળી જેવી છે. એક ખૂબ વિશાળ ગોળાકાર મેદાનની ચારે બાજુ પહાડો વર્તુળાકાર ગોઠવાયા છે. આ વિશાળ વર્તુળની વચ્ચે, બરાબર કેન્દ્રસ્થાને એક ઊંચો શિખર-બંધ પહાડ છે. આ પહાડની ટોચ પર કોટિભ્રામરીદેવીનું મંદિર છે. જેમ રાસ રમનારાઓ

ભાવથી ભીનાં-ભીનાં હોય છે, તેમ અહીં આ બધા પહાડો લીલાંછમ અરણ્યોથી ભીના-ભીના છે. કેન્દ્રસ્થાને પહાડ પર દેવી બિરાજમાન છે અને પહાડો જાણે હાથ જોડીને તેમનું સ્તવન કરતા ઊભા હોય તેમ લાગે છે.

અમે ચકાકાર પગદંડી પર ચડતાં-ચડતાં પહાડની ટોચ પર પહોંચ્યા. લો ! સામે જ ભગવતી કોટિભ્રામરીદેવીના મંદિરનું વિશાળ દ્વાર છે. આ દ્વાર પાસે ઊભા રહીને ચારે બાજુના પહાડોનાં સુરમ્ય દર્શન થાય છે. નીચેના મેદાનમાં નાનાં-નાનાં અનેક ગામડાંઓ દૃષ્ટિગોચર થાય છે. પ્રત્યેક ગામની આજુબાજુ ગ્રામજનોનાં હરિયાળાં ખેતરો દેખાય છે. વર્તુળાકાર ગોઠવાયેલા ચારે બાજુના પહાડો વનરાજીથી લીલાંછમ જણાય છે.

અમે દેવીના મંદિરના પ્રધાન દ્વારેથી મંદિરના પ્રાંગણમાં પ્રવેશ કર્યો. અહીં કોઈ જણાતું નથી. કોઈ યાત્રી તો નથી. પરંતુ પૂજારી કેમ જણાતા નથી ? અમે મંદિરમાં પ્રવેશ્યા. પૂજારીજીએ અમારું સ્વાગત કર્યું. અમે પૂજારીજીને ભગવતીનાં દર્શન કરાવવા વિનંતી કરી. તેઓ અમને દેવીના મંદિરમાં દોરી ગયા. આ સ્થાનનાં પ્રધાન દેવી કોટિભ્રામરીદેવી છે. અહીં દેવીએ અસુરોના સંહાર માટે કરોડો ભ્રમરીઓનું રૂપ ધારણ કર્યું હતું, તેથી દેવીને અહીં કોટિભ્રામરીદેવી કહે છે. પૂજારીજીએ અમને સમજાવ્યું કે અહીં દેવીની મૂર્તિ વિપરીત દિશામાં મુખ રાખીને ઉપસ્થિત છે, અર્થાત્ અહીં યાત્રીઓને દેવીના પૃષ્ઠભાગનાં દર્શન થાય છે. પૂજા પણ અહીં દેવીના પૃષ્ઠભાગની થાય છે. અહીં દેવી મંદિરની દીવાલ તરફ મુખ રાખીને બિરાજમાન છે. અમને આશ્ચર્ય થયું. દેવી વિપરીત દિશામાં મુખ રાખીને બિરાજમાન હોય અને દેવીના પૃષ્ઠભાગનાં દર્શન-પૂજન થતાં હોય એવું તો અમે ભારતમાં ક્યાંય જોયું નથી. અહીં પ્રથમ વાર જોયું.

પૂજારીજીએ આમ હોવાનું કારણ સમજાવતાં કહ્યું કે દેવી અહીં ભ્રમરી-સ્વરૂપે છે અને ભ્રમરીની પીઠનાં જ દર્શન થાય છે, તેથી દેવી અહીં વિપરીત દિશામાં મુખ રાખીને બિરાજમાન છે. અમને આ કારણ પ્રતીતિકર ન લાગ્યું. કોઈક બીજું રહસ્યપૂર્ણ કારણ હોવું જોઈએ અને તેવા કોઈ કારણસર આ મંદિરના ઋષ્ટાઓએ દેવીની અહીં આ સ્વરૂપે પ્રતિષ્ઠા કરી હોવી જોઈએ. પરંતુ રહસ્યપૂર્ણ કારણ શું હશે, તે પૂજારીજી પણ જાણતા નથી અને અમે પણ જાણી શક્યા નહિ.

પૂજારીજીએ અમને સાકરપ્રસાદ આપ્યો. અમે દર્શન પામીને, પ્રસાદ પામીને, પ્રણામ કરીને બહાર આવ્યા.

પૂજારીજીએ અમને જણાવ્યું કે અહીં દેવીને બલિદાન ચડાવવાની પરંપરા છે. અહીં મંદિરમાં અને બહાર પરિસરમાં અનેક નાનામોટા ઘંટ લટકાવવામાં આવેલ છે. પૂજારીજીએ અમને સમજાવ્યું કે અહીં લોકો દેવીને ઘંટ ધરાવવાની માનતા રાખે છે. આ માનતા પૂરી કરવા માટે તેઓ દેવીને ઘંટ ધરાવે છે.

આ રીતે અહીં અનેક ઘંટ એકઠા થયા છે અને પ્રતિવર્ષ નવા-નવા ઘંટ આવતા રહે છે.

એકસાથે સેંકડો ઘંટ લટકાવેલા હોય તેવું પણ અમે હિમાલયનાં અનેક મંદિરોમાં જોયું છે.

પ્રાચીનકાળમાં આ પહાડ પર કિસ્સો હતો. આ સ્થાનનો ઉપયોગ અહીંના રાજાઓએ રાજધાની તરીકે કર્યો છે. આ કારણે પણ આ સ્થાનને ‘કોટ કી માઈ’ તરીકે પણ ઓળખવામાં આવે છે.

દેવીને પુનઃ પ્રણામ કરીને અમે નીચે આવ્યા. અમારી યાત્રા આગળ ચાલી. અમે શક્તિના આ સ્થાનથી ૮ કિ.મી. આગળ ચાલ્યા એટલે એક શિવજીનું સ્થાન આવ્યું. આ સ્થાન તે બૈજનાથ. આ સ્થાન ગોમતી અને ગરુડગંગાના સંગમ પર વસેલું છે.

સ્થાનિક લોકો એવી કથા કહે છે કે કામદહન પછી પાર્વતી સાથે લગ્ન માટે જતા શિવજીએ અહીં રોકાઈને ગણેશપૂજન કર્યું હતું. બૈજનાથ પ્રધાન

મંદિર છે, પરંતુ આ સ્થાને પણ આદિબદ્રીનાથની જેમ એક મંદિરસંકુલ છે. પ્રધાન મંદિરમાં બૈજનાથ શિવજી બિરાજમાન છે. પ્રધાન શિવમંદિર ઉપરાંત બીજાં નાનાં શિવમંદિરો પણ છે. આ ઉપરાંત અહીં દેવીમંદિર અને ગણેશમંદિર પણ છે. કેટલાંક મંદિરો મૂર્તિ વિનાનાં ખાલી છે. આ બધી મૂર્તિઓ બાજુમાં જ બનેલા સંગ્રહસ્થાનમાં મૂકવામાં આવી છે.

આ સર્વ મંદિરો કત્યૂરી, ચંદ અને ગંગોલી-વંશના રાજાઓએ બનાવેલાં છે. આ મંદિર-સંકુલ ગોમતી નદીના સાવ કિનારા પર જ છે. ગોમતીમાં પાણી સ્વચ્છ છે, બહુ ઊંડાણ નથી અને બહુ વેગ પણ નથી. કેટલાંક બાળકો અને યુવાનો સ્નાન કરી રહ્યાં છે. અમને પણ સ્નાન કરવાની ઈચ્છા થઈ. નિર્મળ, પવિત્ર, શીતળ જળમાં સ્નાન કર્યું.

હિમાલય-દર્શન માટે પ્રસિદ્ધ, ગાંધીજીના થોડા વખતના નિવાસસ્થાન તરીકે પ્રસિદ્ધ અને કન્યાકેળવણીની એક ઉત્તમ સંસ્થા માટે પ્રસિદ્ધ કૌશાની અહીંથી માત્ર ૧૬ કિ.મી. જ દૂર છે.

બૈજનાથ એક જ્યોતિર્લિંગ ગણાય છે. આ જ્યોતિર્લિંગ બૈજનાથ તો હિમાચલપ્રદેશમાં કાંગાડા વેલીમાં છે. અહીંનું બૈજનાથ તે બૈજનાથની શાખા ગણાય છે.

અમારી યાત્રા આગળ ચાલી.

સાંજે અમે બાગેશ્વર પહોંચી ગયા. બાગેશ્વર સરયૂ અને ગોમતીના સંગમ પર વસેલું સુંદર પહાડી સ્થાન અને તીર્થ છે.

અહીંનું પ્રધાન મંદિર બાગેશ્વર છે, જેના પરથી આ ગામને પણ બાગેશ્વર કહેવામાં આવે છે. આ વિસ્તારના લોકો માટે આ તીર્થ કાશી સમાન છે.

સ્થાનિક લોકોમાં આ સ્થાન વિશે એક કથા પ્રચલિત છે. અયોધ્યામાં રામજન્મ-પ્રસંગે આયોજિત ઉત્સવમાં સામેલ થવા માટે હિમાલયમાં રસયૂનદીને નિમંત્રણ મળ્યું. સરયૂજી અયોધ્યા તરફ ચાલ્યાં. રસ્તામાં આ સ્થાને ઋષિ માર્કંડેયજી તપશ્ચર્યા-રત હતા. ઋષિનું પ્રયંત તપ જોઈને સરયૂજી સ્તબ્ધ બનીને અહીં ઊભાં રહી ગયાં. તે વખતે પાર્વતીજીએ શિવજીને આગ્રહપૂર્વક પ્રાર્થના કરી :

‘પ્રભુ ! આ સરયૂજ અહીંથી મુક્ત થઈને અયોધ્યાજી પહોંચે તેમ કરો.’

શિવજીએ વાઘનું અને પાર્વતીજીએ ગાયનું રૂપ ધારણ કર્યું. બંને માર્કંડેયજીની પાસે ગયાં. ગાયરૂપી પાર્વતીજી પર વાઘરૂપી શિવજીએ આક્રમણ કર્યું. ગાયને બચાવવા માટે માર્કંડેયજી પોતાનું તપ છોડીને દોડ્યા. દરમિયાન સરયૂજ અયોધ્યા તરફ આગળ ચાલ્યાં. શિવ-પાર્વતી અંતર્ધાન થઈ ગયાં. માર્કંડેયજી શિવ-પાર્વતીજીને ઓળખી ગયા. જે સ્થાન પર શિવ-પાર્વતી આવ્યાં હતાં, તે સ્થાન પર

માર્કંડેયજીએ વ્યાઘ્રેશ્વર મહાદેવની પ્રતિષ્ઠા કરી. આ વ્યાઘ્રેશ્વર તે જ આજનું બાગેશ્વર છે.

અમે સરયૂજમાં સ્નાન કર્યું, બાગેશ્વર શિવજીનાં દર્શન કર્યાં.

બાગેશ્વર-ગામની બહાર સરયૂને કિનારે એક ખૂબ સુંદર આશ્રમ છે. આ આશ્રમમાં એક ઉચ્ચ કોટિના સંન્યાસી રહે છે. તેમની સાથે અન્ય સંન્યાસી પણ રહે છે. આ સંન્યાસી મહારાજ સાથે અમારે ખૂબ નિરાંતે અને ખૂબ સારો સત્સંગ થયો. તેમનાં સ્થાન અને નામ વિશે મૌન સેવવા માટે અમે વચનબદ્ધ છીએ.

□ ‘હિમગિરિ વિહરણ’માંથી સાભાર

શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ - આગામી કાર્યક્રમો

(૧) ૧૦-૭-૨૦૧૩ બુધવાર રથયાત્રા સાંજે ૪-૦૦ : શ્રી જગન્નાથજીના વિગ્રહને રથમાં પધરાવી આશ્રમ પરિસરમાં હરિનામ સંકીર્તન સાથે યાત્રા-પરિભ્રમણ-આરતી અને પ્રસાદ.

(૨) ૨૨-૭-૨૦૧૩ સોમવાર ગુરુપૂર્ણિમા સાંજે ૬-૦૦ થી ૮-૦૦ : શ્રી ગુરુભગવંતોની પાદુકાજીનું પૂજન, સત્સંગ, સંકીર્તન અને આરતી બાદ મહાપ્રસાદ.

(૩) ૩૧-૭-૨૦૧૩ બુધવાર સમય સાંજે ૬-૦૦ થી ૭-૩૦ : શ્રી સદ્ગુરુદેવ શ્રીમત્ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની ૫૦મી પુણ્યતિથિ આરાધનાપર્વ નિમિત્તે શ્રીપાદુકાજીનું પૂજન અને સત્સંગ તથા આરતી.

(૪) ૭-૮-૨૦૧૩ બુધવારથી ૫-૯-૨૦૧૩ ગુરુવાર સુધી શ્રાવણ મહિના નિમિત્તે દરરોજ સાંજે ૫-૦૦ થી ૭-૦૦ વાગ્યા સુધી સંગીતમય શ્રીમદ્ ભાગવત કથા, પ્રવક્તા : રાજકોટ નિવાસી ભાગવતાચાર્ય શ્રી મધુસુદન શાસ્ત્રીજી મહારાજ દ્વારા.

(૫) ૧૫-૮-૨૦૧૩ ગુરુવાર પ્રજાસત્તાક દિવસ સવારે ૬-૪૫ કલાકે ધ્વજવંદન.

(૬) ૨૮-૮-૨૦૧૩ બુધવારે શ્રીકૃષ્ણ જન્માષ્ટમી રાત્રે ૯-૦૦ થી ૧૨-૦૦ ભક્તિ સંગીત, ડૉ. જયંત વસાવડાના સ્વરગુંજન હાટકેશ ગ્રુપના કલાકારો દ્વારા પૂજ્યપાદ શ્રીમત્ સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી કાર્યક્રમનું સમાપન કરાવશે.

(૭) ૫-૯-૨૦૧૩ ગુરુવાર શ્રાવણ અમાવાસ્યા સવારે ૯-૦૦ વાગ્યાથી હોમાત્મક લઘુરુદ્ર, યજ્ઞ પૂર્ણાહુતિ સાંજે ૬-૩૦ કલાકે, ભસ્મ આરતી સાંજે ૬-૪૫ કલાકે, મહાપ્રસાદ ૭-૧૫ કલાકથી ૮-૩૦ વાગ્યા સુધી.

(૮) ૮-૯-૨૦૧૩ રવિવાર શ્રી સદ્ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજનો ૧૨૬મો પ્રાકટ્યોત્સવ, સત્સંગ, પાદુકાપૂજન અને પ્રસાદ સવારે ૯-૩૦ થી ૧૨-૦૦.

૧. ઉપરોક્ત સર્વે કાર્યક્રમોમાં સૌ ભક્તોનું સ્વાગત છે.

૨. લઘુરુદ્રના યજ્ઞમાનપદે બેસવા માગતા ભક્તોએ આગળથી આશ્રમ કાર્યાલયમાં નામ નોંધાવવું જરૂરી છે.

૩. શ્રાવણમાં રુદ્રી, રુદ્રાભિષેક અથવા લઘુરુદ્ર કરવા કે કરાવવા માગતા ભક્તોએ અગાઉથી કાર્યાલયમાં નામ નોંધાવવું જરૂરી છે.

૪. સવા લક્ષ બીલીપત્ર અને પાર્થિવપૂજાનો પ્રબંધ પણ કરવામાં આવે છે. મુમુક્ષુ ભક્તોને લાભ લેવા વિનંતી.

૫. શિવાનંદ આશ્રમમાં આવીને રહેવા માટે અગાઉથી પત્ર લખવો. લેખિત મંજૂરી મેળવીને જ આવવા પ્રાર્થના એટલે વ્યવસ્થામાં સગવડતા સચવાઈ રહે.

જપનો મહિમા

ફાધર વાલેસ

હાથમાં માળા છે. મણકા આંગળીઓ વચ્ચેથી સરતા જાય છે. હોઠ ઉપર ભગવાનનું નામ છે. શ્વાસ ધીરેથી, ભક્તિથી, લયથી લેવાય છે અને પ્રાણ સાથે પ્રાર્થના વણાઈ જાય છે. નામની ઉપાસના છે. જપની સાધના છે.

સરળ પ્રક્રિયા લાગે છે. અભણ માજી એ કરી શકે છે. નાનો છોકરો કરી શકે છે, પણ એનો ઊંડો મર્મ છે. ભારે પુણ્ય છે. જો શ્રદ્ધાથી ને ખંતથી કરવામાં આવે તો એ જપયજ્ઞમાં માણસને આધ્યાત્મિક પંથે આગળ લાવવા ભારે સામર્થ્ય હોય છે.

જપમાં ભગવાનનું નામ છે અને ભગવાનના નામમાં શક્તિ છે. એ મંત્ર છે, વેદ છે, ઓમ્કાર છે. માણસનું નામ જાણીએ એટલે એને બોલાવી શકીએ. પ્રિયતમાનું નામ જાણીએ એટલે એનું રટણ કરી કરીને ધન્ય થઈએ છીએ. કોઈને બોલાવવા, પાસે લાવવા, મદદ મેળવવા ને પ્રેમ કરવા પહેલું સાધન તો નામ જ હોય છે. માટે ભક્તિ અને યોગ, ધ્યાન અને શુદ્ધિનું અગત્યનું પગલું જપ હોય છે. ભગવાનને યાદ કરવા, ભગવાનને બોલાવવા અથવા તો ખરું કહીએ તો આપણને પોતાને ભગવાનનું સ્મરણ દેવરાવવા અને આપણી જાતને એની પાસે લઈ જવા નામસ્મરણ ને નામોચ્ચારણ અમોઘ સાધન છે. એ ખાલી બાહ્ય વિધિ નથી, હોઠનો બડબડાટ નથી કે હવાનો ખાલી તરંગ નથી. નામ દિલમાં છે એટલે જ જીભે ચડે છે અને જીભ ઉપર આવે છે એટલે હૃદયમાં વધારે ઊંડે ઊતરી જાય છે. બહારની ક્રિયા અંદરના ભાવનો આવિર્ભાવ છે અને અંતરનો ભાવ બહારની ક્રિયાથી સુદૃઢ બને છે. નામ બોલવામાં ધન્યતા છે, કારણ કે નામનો માલિક હૃદયનું સર્વસ્વ છે.

જપમાં મન અને દેહનો સુમેળ છે એટલે જ એનું મહત્ત્વ છે. વિચાર છે ને ક્રિયા છે, લાગણી છે ને મુદ્રા છે, શ્રદ્ધા છે ને શબ્દ છે. મણકાઓની માળા છે અને ભક્તિનો ઊભરો છે. જપમાં આંગળીઓ બોલે છે, હાથ બોલે છે, હોઠ બોલે છે ને શ્વાસ બોલે છે. આખો દેહ બોલે છે ને આખો આત્મા બોલે છે. એ પ્રાર્થના છે. આખા માનવની, સાધના છે હૃદયની ને દેહની. એમાં માનવીની બધી શક્તિઓ જોડાય છે, બધાં અંગો ભાગ લે છે ને એ જુદા જુદા મણકા ધ્યાનની સૂક્ષ્મ દોરીથી બંધાય છે, સાથે રહે છે, એક અખંડ અવિરત માળા બની જાય છે. દોરી તૂટે તો મણકા વિખેરાય અને ધ્યાન છૂટે તો જપ વિસરાય. મણકા તુલસીના હોય કે રુદ્રાક્ષના હોય, ચંદનના હોય કે કાચના હોય, પણ એમને સાથે રાખનાર, દીક્ષા આપનાર, પ્રાર્થનારૂપ બનાવનાર એ દોરી છે, એ ધ્યાન છે, એ ભક્તિ છે.



ને માળા તો અનંત છે. એકસો આઠની સંખ્યા- પણ એક પૂરી થાય ત્યાં બીજી શરૂ થાય ને એ પણ એ દોરીને પ્રતાપે. તે બાંધેલી છે, સાંધેલી છે એટલે એનો અંત ન આવે. ગોળ ગતિ છે, શાશ્વત ચક્ર છે. માળાના ફરી ફરીને નવા અવતાર થાય. આપણી આંગળીએ એ પુનર્જન્મ પામે. એક માળા બીજી કરવાની તમન્ના જગાડે. એક પૂરી થાય ત્યાં બીજી શરૂ કરવાનો વાયદો મૂકતી જાય. માળા હંમેશાં તૈયાર, આંગળીએ ભરાવા ઉત્સુક અને અગત્યના કામ માટે એને છોડીને બીજું કંઈ કરવું પડે, હાથમાં બીજું કંઈ પકડવું પડે, ત્યારે પણ ખૂણે પડેલી એ માળા બોલતી જાય છે, સાક્ષી પૂરતી જાય છે કે અમે તો પેલી આંગળીઓના સ્પર્શથી ઘસાયેલા છીએ, ભગવાનના નામના ઉચ્ચારથી ઘસાયેલા છીએ

એટલે અમારો એ જ અવતાર છે, એ જ અર્થ છે, એ જ ભાષા છે; એ આંગળીઓ હમણાં અમને ફેરવી ન શકે તો એનું સ્મરણ અમે કરતાં રહીશું, એ હોઠ હમણાં એ પવિત્ર નામ બોલી ન શકે તો અમે એનો પડઘો પાડતાં રહીશું. જપના અભ્યાસથી ઘસાયેલી માળા એ મૂર્તિમંત પ્રાર્થના, નિત્ય સંકેત, ભક્તિની સાક્ષી છે. એનો માલિક ન બોલે ત્યારે એ બોલે છે, એનો માલિક ઊંઘતો હોય કે કામ કરતો હોય ત્યારે એ એના હૃદયનો ભાવ ઝીલીને એના પ્રેમનો સંદેશ ભગવાનનાં ચરણો સુધી પહોંચાડતી જાય છે.

એક શ્રદ્ધાળુ ભક્ત માળા પૂરી કરીને કામ ઉપર ઓફિસે જતા ત્યારે માળાને ઝૂંના આકારમાં ગોઠવીને જતા. ભાવના એવી હતી કે મારું મન હવે બીજા કામમાં પરોવાયેલું હશે અને મારો હાથ માળા નહિ પણ પેન લઈને કંઈક લખવામાં પ્રવૃત્ત હશે તે દરમિયાન મારી આ માળા મારે ઘેર રહીને, ભગવાનની મૂર્તિ આગળ રહીને, ઝૂંના આકારમાં રહીને મારો એ જપયજ્ઞ ચાલુ રાખશે; મેં એના મણકેમણકામાં રોજની ઉપાસનાથી જે ભક્તિ ભરી છે એ બોલી ઊઠશે, બોલતી રહેશે. સુંદર ભાવના હતી ને સાર્થક શ્રદ્ધા હતી અને માળા કંઠીરૂપે ગળે પહેરીને ફરવામાં પણ એ જ ભાવના છે ને! આંગળીએ નહિ તો ગળે, શબ્દોના ઉચ્ચાર સાથે નહિ તો મૌનમાં, પણ એ સ્મરણ, એ રટણ સતત જોઈએ અને એનું પ્રતીક ગળે લટકાવેલી એ માળા છે. સ્વયંવરની માળા છે, દિગ્વિજયની માળા છે, શરણાગતિની માળા છે.

○

જપનો વિશેષ લાભ એ હોય છે કે થોડાક અભ્યાસથી ને પ્રયત્નથી એ લગભગ આખો દિવસ ચાલુ રાખી શકાય. સંતો ને સાધકો એમ કરે છે એની સાક્ષી છે. ચાલતા હોઈએ ત્યારે પગની ગતિ સાથે નામનું રટણ ચાલે, બસમાં બેઠા હોઈએ ત્યારે એન્જિનના ઘોંઘાટ સાથે મંત્રોચ્ચાર જોડાય, કામ કરતા હોઈએ ત્યારે વચ્ચે વચ્ચે ને વખતે સાથે

સાથે પણ હોઠ ઉપર નામ આવી જાય, બોલાતું જાય, પૂજાતું જાય. હાથ બીજું કામ કરતા હોય અને હોઠ ભગવાનનું નામ ઉચ્ચારતા હોય એ શું આપણે જોયું નથી? હોઠનો અભ્યાસ, શ્વાસનો સહકાર ને હૃદયની જાગૃતિ હોય, પછી યજ્ઞ શરૂ થાય જ ને! જપમાં લય છે અને જીવનમાં પણ લય હોય છે, તે એકબીજાની સાથે તાલ બેસાડીને ચાલે ત્યારે જીવનના છંદમાં ભક્તિનું સંગીત આવી જાય. શ્વાસ ચાલે છે, નાડ બોલે છે, પગ ચાલે છે, ઘંટ વાગે છે ને એ શ્વાસ સાથે, એ હૃદયના ધબકારા સાથે, પગના પગરવ સાથે ને ઘંટના ટકોરા સાથે લયપૂર્વક, શ્રદ્ધાપૂર્વક એ સ્મરણ, એ ઉચ્ચાર, એ પવિત્ર નામ જોડાય છે. પ્રાણની પ્રક્રિયાઓની સાથે પ્રાણની ઉપાસના ભળે છે. દેહને ટકાવવા માટે લીધેલા શ્વાસમાં ભગવાનનું નામ મઢાઈને આવે છે. પ્રાણ અને પ્રાણના માલિક, હૃદય અને હૃદયના સ્વામીનું એ મંગળ મિલન છે.

બીજી ક્રિયાઓની સાથે જપનો કાર્યક્રમ ચાલી શકે એમાં એનું મહત્ત્વ છે - અને એનું જોખમ પણ છે. મહત્ત્વ, કારણ કે બીજી ક્રિયાઓની સાથે ચાલી શકે એટલે આખો દિવસ ને આખા જીવનમાં ચાલી શકે અને જોખમ, કારણ કે એ ક્રિયાઓ શુભ ન હોય, યોગ્ય ન હોય, અરે નીતિમાન ન હોય ત્યારે પણ એ જપ ચાલી શકે છે અને એનો વિપરીત ઉપયોગ થઈ શકે છે. હોઠ ઉપર ભગવાનનું નામ હોય અને આંખમાં કુદૃષ્ટિ હોય કે મનમાં વેરભાવ હોય એ શક્ય છે-અને વિકૃત જ છે. એ અનર્થ ટાળવા જપમાં ભગવાનનું નામ લેવાય ત્યારે ધ્યાનથી, ભાનથી, પૂજ્યભાવથી લેવું ઘટે, જેથી એ પુણ્ય નામના ઉચ્ચાર સાથે વિચારો ને ભાવો, કાર્ય ને સંકલ્પ પણ મંગળ ને પવિત્ર રહે.

○

જપની સાધના સરળ છે એમાં પણ એનું મહત્ત્વ છે ને એનું જોખમ છે. મહત્ત્વ, કારણ કે સરળ હોવાથી કોઈ પણ માણસ એ આદરી શકે, સિદ્ધ કરી શકે અને એ સુલભ ઉપાયથી ભારે પુણ્ય

મેળવી શકે છે, પરંતુ જોખમ પણ, કારણ કે આધ્યાત્મિક પ્રગતિનું એ જબરું સાધન આટલું સરળ હોવાથી માનવીને લાગી પણ શકે કે બસ, સસ્તામાં મોંઘો સોદો પતાવવાની યુક્તિ હાથ આવી ગઈ! હવે સિદ્ધ થવું આપણા હાથની વાત છે. માળા લઈને બેસીશું. રોજ આટલી માળા, આટલા જપ. હું સમય નક્કી કરું એટલી જ વાર. પછી હું આંગળીઓ ચલાવું એટલે માળા ફરશે, હોઠ ચલાવું એટલે નામોચ્ચારણ થશે, ને એની પાછળ આપોઆપ ધ્યાન આવશે, પુણ્ય આવશે, સિદ્ધિ આવશે. બસ. મારું કામ ને મારો પ્રયત્ન. મારો નિર્ણય ને મારી સફળતા. જપનો આટલો મહિમા છે ને આટલી સરળતા છે તો એનો લાભ લઈને હું મારા બળથી જ મહાન સિદ્ધિ પ્રાપ્ત કરીશ.

એવા વલણમાં ભારે ભૂલ છે અને ઘણી વખત જપનો પ્રયોગ નિષ્ફળ જવાનો ખુલાસો પણ એમાં છે. ઘણા જપ કર્યા પણ કોઈ પરિણામ ન આવ્યું, અસંખ્ય વખત ભગવાનનું નામ લીધું પણ ભગવાન ન આવ્યો, પછી જપનું ફળ કેવું ને મહિમા કેવો? આટલી માળાઓ કરી, આટલાં વર્ષો સુધી પ્રયત્ન ચાલુ રાખ્યો, પણ જીવન સુધર્યું નથી, મનમાં સ્થિરતા આવી નથી, પછી એ માળાનો અર્થ શો ને અસર શી? હા, આટલું તપ તો કર્યું, પણ મનનો હેતુ જરા વાંકો હતો, વિકૃત હતો એટલે ધાર્યું પરિણામ ન આવ્યું. મનમાં એમ હતું કે હવે હું કરીશ, હું બતાવીશ. માળા પકડતાં મને કોણ રોકી શકે? નામ ઉચ્ચારતાં મને કોણ અટકાવી શકે? પછી આટલી માળાઓ એટલે આટલું પુણ્ય, આટલા જપ એટલે આટલો અધિકાર અને એ અધિકારથી સિદ્ધિ, વરદાન, મુક્તિ મળે. મારી સાધના હશે, મારી સફળતા હશે-હા અને મારું અભિમાન ને મારો અહંકાર ને મારી મૂર્ખાઈ પણ હશે! મારું મારું કરીને ધર્મનું કામ કેમ કરાય? ફક્ત પોતાનું જોર અજમાવીને પરમાત્માની પ્રાપ્તિ કેમ થાય? અહં

ભુલાવવાનું કાર્ય અહં પોષીને કેમ થાય? એ જોખમ હતું અને એ જોખમમાં પડીએ તો આખો પ્રયોગ નિષ્ફળ જાય.

માટે કેટલી માળાઓ થઈ એની ગણતરી જરૂરી નથી, કેટલા જપ કર્યા એનો હિસાબ પણ આવશ્યક નથી. એ ગણિત ધર્મમાં ન શોભે. એ વેપાર અધ્યાત્મમાં ન ચાલે. આ કોઈ હરીફાઈ નથી કે તેના વિક્રમ નોંધાય, કોઈ પરીક્ષા નથી કે માર્કનો આંકડો જાહેર થાય. આ પ્રેમનો વિષય છે, શ્રદ્ધાનો વિષય છે, ભગવાનની કૃપાનો વિષય છે. આટલા જપ કર્યા એટલે આટલાં વરદાનોના અધિકારી બન્યા એમ નથી. અધિકારનો સવાલ નથી. શરણાગતિનો છે. ભગવાનનું નામ બોલીએ છીએ, કારણ કે ભગવાનને માટે પ્રેમ છે અને એ પ્રેમ તીવ્ર છે, ઊંડો છે, સતત છે એટલે એ પૂજ્ય નામ સતત બોલવાનો પ્રયત્ન કરીએ છીએ. જપનો પાયો ભક્તિ છે, તેનો આધાર શ્રદ્ધા ઉપર છે અને તેનું પરિણામ ભગવાનની કૃપાથી જ આવે છે.

જપ માટે ખરી તૈયારી ને ખરી લાયકાત નમ્રતાની, આદરની, પૂજ્યભાવની છે. ભગવાનનું નામ લેવાના છીએ. એ શું એમ ને એમ લેવાય? મલિન હોઠ ઉપર લેવાય? અશુદ્ધ શ્વાસે ઉચ્ચારાય? જપમાં ભગવાનનું નામ લેવા માટે પ્રથમ તો એની આજ્ઞા માગીએ, એની રજા લઈએ. રાજાની આજ્ઞા વિના રાજાનું નામ ન લેવાય. ભગવાનના અનુગ્રહ વિના જપયજ્ઞમાં ન બેસાય, પણ ભગવાનનો અનુગ્રહ તો સતત છે, આજ્ઞા તરત મળે છે. એ આજ્ઞા માથે ચડાવીને અને એ ભાવ દિલમાં ઊતરવા દઈને હવે શાંતિથી, ભક્તિથી, ધ્યાનથી જપમાળામાં બેસીએ. હાથમાં માળા લઈએ. આંગળીઓને વેગ આપીએ. શ્વાસ સાથે લયબદ્ધ, સતત, દિનરાત ભગવાનનું નામ લેતા જઈએ અને એની કૃપાથી જ એનાં મંગળ ફળ અનુભવતા રહીએ.

□ 'ધર્મમંગલ'માંથી સાભાર

ભક્તિગંગાને તીરે

શ્રીમતી જ્યોતિબહેન થાનકી

‘વિષ્ણુપ્રિયા બેટા! તું શાંતિપુર આવી હોત તો મારા નિર્માઈનાં દર્શન થઈ જાત ને!’

‘અહાહા! શું રૂપ! શું તેજ! ભગવાં વસ્ત્રોમાંય કેવો શોભતો હતો!’

‘ભક્તોની ભીડ તો કેવી કે રસ્તામાં ચાલવાનીય જગ્યા ન મળે. શ્રીવાસ પંડિતે મારી પાલખી દોરી ન હોત તો મારેય વગર દર્શને પાછા આવવું પડ્યું હોત!’

શાંતિપુર જઈ ચૈતન્ય ભગવાનનાં દર્શન કરી પાછાં આવેલાં વૃદ્ધ માતા તેમની પુત્રવધૂ વિષ્ણુપ્રિયાને પોતાના પુત્રની કેટકેટલીય વાતો કહેતાં હતાં અને મલકાતાં જતાં હતાં.

‘ભલે ને જગત એને પૂજે પણ મારો તો દીકરો ને! સંન્યાસી થયો તો શું થયું? જેવી ખબર પડી કે માતા આવે છે તો દોડીને દરવાજે આવ્યો ને મારાં ચરણોમાં આળોટી પડ્યો. અહાહા! મારાં તો ભાગ્ય ખૂલી ગયાં.

‘જેનાં ચરણોમાં ભલભલા ઝૂકે છે, તે મારા ચરણમાં ઝૂક્યો! મારા હાથેથી તેણે પ્રસાદ લીધો! અને કહે કે મા, બહુ દિવસે તારા હાથનો અમૃત-પ્રસાદ મળ્યો.

‘બેટા, રુદન છોડી દે. તારો પતિ તો સ્વયં આનંદમૂર્તિ છે. એના માટે આંસુ સારવાનાં ન હોય!’

આ સાંભળીને વિષ્ણુપ્રિયા ચમકી ગઈ. આ જ માતા કે જે છ-છ વરસથી પુત્રના વિયોગમાં ઝૂરતી હતી, આંખોમાં આંસુ સુકાતાં ન હતાં, પુત્રની એક-એક વાત યાદ કરી કરીને આંસુ સારતી દિવસો પસાર કરતી હતી, તે વૃદ્ધ સાસુના ચહેરા ઉપર તેણે પ્રથમ વાર આનંદની ઝલક દેખી.

મહાન પરિવર્તન! તેને થયું કે ‘પોતે કેમ શાંતિપુર ન ગઈ?’ પરંતુ જો ગઈ હોત તો તેના પતિ તેને મળ્યા હોત? અને પતિને ભગવાં વસ્ત્રોમાં ઉઘાડે

પગે તે જોઈ શકી હોત? સાસુજીએ તો અત્યંત આગ્રહ કરી સાથે આવવા કહ્યું હતું : ‘આટલા નજીકમાં છે તો આપણે દર્શન કરી આવીએ. દૂરથી જોવા મળશે તોય આપણાં ધનભાગ્ય!’

પણ વિષ્ણુપ્રિયાના અંતરમાં આગ ભભૂકતી હતી, છ-છ વરસથી તે એકચિત્તથી સ્વામીની આરાધના કરી રહી હતી.

પરંતુ ક્યાં છે એના સ્વામી?

હવે તો તે સમગ્ર જગતના સ્વામી બન્યા છે. આખું વિશ્વ એનાં ચરણોમાં આળોટે છે તો પોતે જ એનાથી વંચિત?

સૌ નગરજનો એનાં દર્શન કરે છે, માત્ર તેને પોતાને જ એ દર્શન થવાનાં નહિ?

કુલીન કુલવધૂ સમસ્ત માનવમેદની વચ્ચે સંન્યાસી પતિને કેવી રીતે મળી શકે?

એના પતિ સ્વીકારશે ખરા?

તેના પ્રભુ આટલા નજીક છે તોય મળવા જઈ શકતી નથી? હાય હતભાગિની નારી!

આંખોમાંથી આંસુની ધાર ચાલી અને એમ ને એમ તંદ્રાવસ્થામાં સરી પડી.

એક બાજુ સાસુ આનંદવિભોર બની લવતાં હતાં અને બીજી બાજુ વિષ્ણુપ્રિયા તંદ્રામાં લાવવા લાગી : ‘અરે, આ રહ્યું એમનું પીત વસ્ત્ર! જુઓ જુઓ, સ્નાન કરી સ્વામી હસતા હસતા આવી રહ્યા છે. હા પ્રભુ, કોની ભક્તિ કરું? તમારા સિવાય બીજા કોઈનેય હું જાણતી નથી.

‘ના, ના તમે મને છોડીને ક્યાંય નહીં જાઓ. તમે તો એક વાર કહ્યું હતું કે વિષ્ણુપ્રિયે! તું મને અત્યંત પ્રિય છે. અરે! આંસુ તમને ગમતાં નથી, પણ શું કરું, આંખોમાંથી આપોઆપ નીકળી જાય છે. તમે સાચે જ જવાના, ના ના, આજે તો તમારાં ચરણ પકડીને જ બેસીશ.’

ઝબકીને જાગી ગઈ.

જોયું તો વૃદ્ધ સાસુનો પ્રેમાળ હાથ તેના મસ્ત ઉપર ફરતો હતો. વિષ્ણુપ્રિયાને કહેવા લાગ્યાં : ‘બેટા, શોક છોડી દો. મારો નિમાઈ ક્યાંય દૂર ગયો નથી. જો એ આપણી સાથે જ છે.’

પણ તેને આ આશ્વાસનના શબ્દો સ્પર્શી શક્યા નહિ. સાસુજીએ કહ્યું : ‘બેટા, યાદ છે તે રાત્રિ? જ્યારે હું ઉંબર બહાર આખી રાત્રિ જાગતી પડી રહી હતી અને તું નિમાઈનાં ચરણ પકડીને બેઠી હતી!’

અને વિષ્ણુપ્રિયાને તે કેમ યાદ ન હોય? જાણે છ વરસ પસાર થયાં જ નથી! તે દિવસે તેને ખબર મળી ગયા હતા કે આજે રાત્રે નિમાઈ ઘર છોડી જશે અને આવતી કાલે દીક્ષા લેશે. તેના હૃદયના ચૂરેચૂરા થઈ ગયા હતા. વિધાતાએ તેને મહાન સૌભાગ્ય બક્ષ્યું હતું અને હવે જાણે તે લઈ લેવા આવી ન હોય! તે રાત્રિએ પતિ પાસે જતાં તે ઘેરા શોકમાં ડૂબી ગઈ હતી. પોતે રડતી હતી ત્યારે પતિએ જ તેને આલિંગન આપી હસતી હસતી કરી દીધી હતી અને કહ્યું હતું કે ‘વિષ્ણુપ્રિયે! તું તો મને અત્યંત પ્રિય છો.’

બસ, આવો પ્રેમાળ પતિ તેને છોડી શકે? તોય તે રાત્રિ તે સ્વામીનાં ચરણ પકડીને બેસી રહી હતી. પણ કોણ જાણે કેમ થોડીક ક્ષણ માટે એક ઝોકું આવી ગયું અને સ્વામી ચાલ્યા ગયા - વિષ્ણુપ્રિયાને અનાથ બનાવી ચાલ્યા ગયા.

છ-છ વરસ વીત્યાં તોય આ દૃશ્ય તેની નજરમાં અનેક વાર ભજવાઈ જાય છે કે દિવસ પસાર થતાં દુઃખ વીસરી જવાય છે, પણ અહીં તો દરેક ક્ષણે દુઃખ અને યાતના વધતાં જ જાય છે. દિવસમાં કેટલીય વાર તેણે પોતાની જાતને ઠપકો આપ્યો છે : તે કેમ સૂઈ ગઈ? સ્વામીની સાથે કેમ ચાલી ન નીકળી? સ્વામી વગરનું આ અંધકાર અને દુઃખભર્યું જીવન તે કેમ જીવી રહી છે?

હજુયે વિચારમાળા આગળ ચાલતી જ રહેત પણ સાસુજીએ કહ્યું : ‘વિષ્ણુપ્રિયા, તું જાણે છે કે તે રાત્રિ પછી મારી દશાયે કેવી હતી. તારા આધારે તો

હું જીવી ગઈ અને એક આશા હતી કે મારા નિમાઈનું મોહું જરૂર જોવા મળશે અને એનાં દર્શન થયાં. એણે તો મને પાવન કરી દીધી. તું હજુય ગુમસૂમ પડી છે? ચાલ મહાપ્રસાદ બનાવીએ.

પણ વિષ્ણુપ્રિયાને કશાયમાં રસ રહ્યો ન હતો. સાસુજીએ આટઆટલી વાત કરી પણ એમ તો કહેતાં નથી કે એણે તારા ક્ષેમકુશળ પૂછ્યા છે. તારા માટે આ સંદેશો આપ્યો છે! મોઢેથી તો કેમ પુછાય? ‘શું સાચે જ સ્વામીએ મારો સંપૂર્ણ ત્યાગ કર્યો હશે કે એમને મારી સ્મૃતિ સરખી પણ નહિ રહી હોય! સંન્યાસીને તો સર્વ સમાન હોય. તો પછી માતાને કેમ સ્નેહ આપ્યો? તેમના હાથેથી કેમ પ્રસાદ લીધો? સાસુજી તો એમનાં દર્શનથી સાચે જ બદલાઈ ગયાં છે અને પોતે ક્યારે બદલાશે?’

સાસુના આગ્રહથી મહાપ્રસાદ બનાવવા તેને ઊઠવું પડ્યું. ત્યાં તેના કાને અવાજ સંભળાયો : ‘ચૈતન્ય મહાપ્રભુની જય! ભગવાન ગૌરાંગની જય!’ અને કીર્તનના અવાજો સંભળાવા લાગ્યા. તેને એક ક્ષણે તો આનંદની ઝલક સ્પર્શી ગઈ કે સાચે જ પ્રભુ આવી રહ્યા છે કે શું? તે ઝરૂખામાં ઉપર ગઈ. જોયું તો આનંદથી નાચતા-ગાતા લોકોનાં ટોળેટોળાં આવી રહ્યાં છે. પ્રભુની પ્રેમભક્તિના રસમાં સૌ તરબોળ છે. આ લોકો બધા ક્યાંથી આવે છે? તેમાંના કોઈ એકે કહ્યું : ‘ચૈતન્ય પ્રભુ કુલિયા પધાર્યા છે. અમે ત્યાં એમનાં દર્શન કર્યાં! અહાહા! પ્રભુએ અમારો ઉદ્ધાર કર્યો. અમારી સાથે કીર્તન કર્યાં. નવદ્વીપના લોકોને એ કેમ ભૂલે!’ ગાતો ગાતો એ ચાલ્યો ગયો.

કુલિયા? એ તો આ રહ્યું સાવ નજીક! ખાલી હોડીમાં જ જઈ શકાય! વિષ્ણુપ્રિયાનું સમગ્ર અસ્તિત્વ સ્વામીના ચરણોમાં ઝૂકી જવા તત્પર હતું પણ જઈ શકાતું ન હતું! આ લોકો કેટલા ભાગ્યશાળી! પ્રભુના કીર્તનમાં ભાગ લઈને આવ્યા! અને પોતે? દર્શનથીય વંચિત! એના જ પ્રિયતમ હવે સમગ્ર જગતના પ્રિયતમ બન્યા છે, માત્ર એના જ નહિ?

ફરીથી એક છાનું ડૂસકું વિષ્ણુપ્રિયાના હૃદયમાંથી

નીકળી ગયું. આનંદવિભોર બનેલા ટોળાને દૂર દૂર જતું જોઈ રહી! ‘શું સાચે જ તેના સ્વામીએ તેને તરછોડી દીધી છે? ના ના, એ કદી બને નહિ. અંધકારભરી લાંબી લાંબી રાત્રિઓમાં જ્યારે તે દુઃખ અને શોકથી ઘેરાઈને પડી હોય છે ત્યારે એના અંતરમાં આવી કોણ આશ્વાસન આપે છે? સ્વામીનો સાદ તેના અંતરમાંથી હંમેશાં ઊઠે છે:

‘વિષ્ણુપ્રિયે! શોક છોડી દે. તારા મનની ભ્રમણાઓ છોડી દે. અંતરમાં જો. હું તારા અંતરમાં હંમેશાં છું.’ આથી જ તો તે બધાં દુઃખ અને શોકમાં ટકી શકી છે. સ્વામી એના જ છે, ‘પણ તોય આ સ્થૂળ દૃષ્ટિથી મારે સ્વામીનાં દર્શન કરવાં છે. એમનાં ચરણોમાં મારું સર્વસ્વ અર્પણ કરવું છે.’ ‘પણ એ શક્ય છે? બીજા લોકોની પેઠે એનાથી ટોળામાં જઈ શકાય? સંન્યાસી સ્વામી એની પૂર્વાશ્રમની પત્નીને દર્શન આપવા એના ઘરે આવે તેવું બની શકે?’

‘તો શું કરવું?’ વિચારોના ઘમસાણમાં બે-ચાર દિવસ પસાર થઈ ગયા. તેના હૃદયમાંથી આર્કદભર્યો પોકાર સતત ઊઠવા લાગ્યો : ‘પ્રભો! જો હવે આપનાં દર્શન નહિ મળે તો આ દેહ ટકવાનો નથી.’

બસ, નિશ્ચય થઈ ગયો. મનનું તુમુલ યુદ્ધ શાંત પડ્યું. તે સ્વસ્થતાપૂર્વક દૈનિક કાર્યો કરવા લાગી. સાસુને થયું કે પુત્રવધૂમાં પણ નિમાઈની શક્તિએ પરિવર્તન લાવી દીધું છે.

એક દિવસ ફરી ભજન અને કીર્તનો સંભળાવા લાગ્યાં. સાચે મંજરા, ઝંઝ-પખાજના સૂરો પણ આવવા લાગ્યા. ‘ફરીથી કોઈ મંડળી પ્રભુનાં દર્શન કરી પાછી આવતી લાગે છે.’

પ્રભુનાં દર્શન કરી આવેલા ભક્તોનાં દર્શન કરવાથી પણ પાવન થવાય છે. તે ઉપર ઝરૂખામાં ગઈ. જોયું તો મંડળી ઘણી નજીક આવી પહોંચી હતી અને વચ્ચે? સાચે જ આ સ્વપ્ન છે કે સત્ય? આ એની આંખો સાચું જુએ છે કે પછી મનની ભ્રમણા છે? સાચે જ તેના સ્વામી, ભગવાં વચ્ચે ધારણ કરેલા એના જ સ્વામી નવદ્વીપ આવ્યા? તેના હૃદયની પ્રાર્થના સાંભળી લીધી? શું કરવું? પ્રભુ

અહીં જ આવશે? રોકાશે? આનંદની ભરતી એકાએક એટલી વેગમાં ઊમટી કે વિષ્ણુપ્રિયા પોતાને સંભાળી ન શકી. સૂઝ ન પડી કે શું કરવું. ત્યાં તો મંડળી ઘરના દ્વાર આગળ આવી પહોંચી અને દ્વાર આગળ સ્વામી ઊભા રહ્યા. શું કરવું અને શું ન કરવું? પોતાના વેશ પણ કેવા છે? મેલાં-ઘેલાં ફાટેલાં વચ્ચો! આટલા બધા લોકો! સ્વામીને મળવા નીચે જવું કે નહિ? સ્વામી ઉપર આવશે? એમને કેવી રીતે મળવું? એક-એક ક્ષણ તે જેને ઝંખતી હતી તે સ્વામી આમ એકાએક ઓચિંતા તેને જ મળવા આવી પહોંચ્યા ત્યારે તેને વિમાસણ થઈ. મૂંઝવણથી ઘેરાઈ ગઈ કે હવે શું કરવું?

પણ પછી શું થયું કે દોડતી જ નીચે જઈને પ્રભુનાં ચરણોમાં ઢળી પડી.

કાનમાં થોડા થોડા મધુર શબ્દો શરૂઆતમાં સંભળાતા હતા. ‘વિષ્ણુપ્રિયે! નામને સાર્થક કરો. અંતરમાં રહો. પ્રભુ સદાકાળ ત્યાં જ બિરાજે છે. શોક છોડી દો. તમે આનંદરૂપ છો...’ અને તે ઊંડી ઊંડી ઊતરવા લાગી. એક અવર્ણનીય શાંતિ તેને ઘેરી વળી. તેના સઘળા વિચારો અદૃશ્ય થઈ ગયા. મન નીરવ થઈ ગયું અને જાણે પ્રભુનો હાથ પકડી તે તેના અંતરના વધુ ને વધુ ઊંડાણમાં ઊતરી રહી છે. જાણે કે તે ધીમે ધીમે ઓગળી રહી છે. અરે, તેનું પોતાનું આ હું કહી શકે તેવું કંઈ અસ્તિત્વ જ રહ્યું નથી. બધું જ ચૈતન્ય પ્રભુમય છે. એના સમસ્ત અંતરમાં એ જ ચૈતન્ય પ્રભુ વ્યાપી રહ્યા છે. એનું પોતાનું સ્વરૂપ પણ આટલું મધુર, મોહક અને પ્રકાશિત છે!! એ અનર્ગળ આનંદમાં તરવા લાગી. એને થયું કે આ જ સાચું સ્વરૂપ છે અને આ જ તેનું જીવન છે. સદાય તેણે આ જ સ્વરૂપે રહેવાનું છે.

જ્યારે તેને દેહભાન આવ્યું અને તેણે પ્રભુનાં દર્શન કરવા દૃષ્ટિ ઊંચી કરી જોયું તો ચૈતન્ય પ્રભુ તો ચાલ્યા ગયા હતા. માત્ર તેમની ચરણપાદુકા જ રહી હતી!

પણ હવે વિષ્ણુપ્રિયાનું જગત જુદું હતું!

□ ‘ભક્તિ અને શક્તિ’માંથી સાભાર

ભસ્મની પ્રસાદી

શ્રી કાન્તિલાલ કાલાણી

ઓગસ્ટ-સપ્ટેમ્બરમાં હિમાલયમાં તેરસો-ચૌદસો કિલોમીટર ફરવાનું થયું. અસંખ્ય શિખરમાળાઓ, અફાટ અને અગણિત ખીણો, હરિયાળાં મેદાનો, સરિતાઓના ધસમસતા જળપ્રવાહો, નયનઅભિરામ ઝરણાંઓ અને અડાબીડ અરણ્યોની વચ્ચે સ્નેહીજનો સાથે વિતાવેલા ચૌદ દિવસ જીવનભરનું સંભારણું બની રહેશે.

આ મંગલમય યાત્રાના કેટલાક અનુભવો હૃદયની દાબડીમાં સાચવવાનું મન થાય તેવા છે, જ્યારે કેટલીક વાતોની લહાણી કરવાનો ભાવ થાય છે.

અમે ગંગોત્રીમાં આવેલા ગૌરીકુંડ પાસે બેઠાં હતાં. પ્રકૃતિનું પરમ સ્વરૂપ એના સમગ્ર સૌંદર્ય સાથે આ સ્થાને ખીલી ઊઠ્યું હતું. આકાશ, વાયુ, તેજ, જળ અને પૃથ્વી એ પાંચેય તત્ત્વોનું સામીપ્ય ત્યાં એટલું બધું હતું કે એમાં સહેજે સહેજે તદ્દૂપ થઈ જવાય. ગંગાના જળપ્રપાતના ગંભીર નાદમાં અમારી વાણીનો લય થઈ ગયો હતો. સૌ મૌન ધારણ કરી સૌંદર્ય પી રહ્યાં હતાં. કદાચ એકાદ કલાક એમ ને એમ પસાર થઈ ગયો હશે.

ત્યાં એક સાધુ આવ્યા. કૃશ કાયા. પંચોતેર-એંશી જેટલી ઉંમર. માથા પર ફાટેલી ઊનની ટોપી. અર્ધું અંગ ઢંકાય એટલો ધાબળો. ઢીંચણ નીચેનો ભાગ ખુલ્લો. પગમાં જૂના જોડા. મારી પાસેથી પસાર થયા અને થોડે દૂર જઈ ઊભા રહ્યા. થોડી ક્ષણો એમ ને એમ વીતી ગઈ. ફરી મારી પાસેથી પસાર થઈ આવ્યા હતા તે દિશામાં ચાલવા માંડ્યા. હું વિચારમાં પડી ગયો : સાધુ આવ્યા શું અને ગયા શું? ત્યાં ફરી પાછા વળ્યા. એમના ધાબળાનો મને સ્પર્શ થાય એટલા નજીકથી પસાર થયા અને પહેલાંની જગ્યાએ જ ઊભા રહ્યા. આ વેળા મેં તેમની સામે જોયું. મને પોતાની પાસે બોલાવતા હોય તેવો ભાવ મેં તેમના મુખ પર જોયો. હું તેમની પાસે પહોંચી ગયો. મેં તેમને પ્રણામ કર્યાં. મારા શિરે હાથ મૂકી કહે : લે આ ભસ્મ. ભગવાન તારું ભલું કરે. ભસ્મ લઈને હું ઊભો રહ્યો. તેઓ કાંઈ વધુ બોલે તેની

રાહ જોતો હતો, પણ તેઓ સદ્ભાવપૂર્ણ નેત્રે મારી સામે જોઈ રહ્યા. મેં ફરી પ્રણામ કર્યાં એટલે આશીર્વાદ આપી ચાલતા થયા.

મેં સૌ સ્નેહીજનોને ભસ્મની પ્રસાદી આપી. બે સ્નેહીઓએ પૂછ્યું કે સાધુએ શું વાત કરી? મારો ઉત્તર સાંભળવા સૌ તત્પર હોય તેમ લાગ્યું.

મેં કહ્યું : સાધુએ ભસ્મ આપી અને આશીર્વાચન ઉચ્ચાર્યું. વિશેષ કાંઈ બોલ્યા નહીં, પણ એ ન બોલ્યા એવું મને ન લાગ્યું. એમનું મૌન ઘણું કહી જતું હતું. ઘણીવાર મૌનની ભાષા આપણે સમજી શકતા નથી. એને આપણે ઉકેલતાં શીખી જઈએ તો જીવનનાં કેટલાંક રહસ્યો છતાં થઈ જવા સંભવ છે.

મારા હાથમાં ભસ્મ આવી ત્યારે મારા ચિત્તમાં એક ઝબકારો થઈ ગયો : દેહભાવની મારે ભસ્મ કરી દેવાની છે. દેહભાવમાં રૂબ્યા રહીને આત્માની સાધના નહીં થઈ શકે. અત્યારે તમે પૂછો છો ત્યારે મને ઘણા વિચાર આવે છે.

આપણે ધન માટે, સગવડો માટે વસ્તુઓની પ્રાપ્તિ માટે જીવનભર વલખાં મારીએ છીએ. આ બધાંની પ્રાપ્તિથી શરીરને સુખ મળશે એવી આપણી માન્યતા છે, પણ અનુભવ જુદું કહે છે. જેની આપણે ઝંખના કરતા હોઈએ છીએ તે હાથમાં આવી જાય છે પછી એના પ્રત્યેની આપણી આસક્તિ મંદ પડી જાય છે અને આપણે નવી વસ્તુની શોધમાં લાગી જઈએ છીએ. કશાકને છોડવું અને કશાકને પકડવું એમ જીવનભર ચાલ્યા કરે છે અને છેવટે ભોગવટો કરનાર પોતે અને ભોગ્ય પદાર્થ બંને નષ્ટ થઈ જાય છે, ભસ્મીભૂત થઈ જાય છે.

ચિત્તનો સ્વભાવ જ એવો છે કે એને પોતામાં તૃપ્તિ થતી નથી. એને પોતાની અંદર કાંઈ દેખાતું નથી. એ બધું બહાર શોધ્યા કરે છે. મનુષ્યને પોતાની આંતરિક સંપત્તિની ચિંતા નથી. અંતિમ ઘડી સુધી એ વણવપરાયેલી રહે અને પોતે ભિક્ષુકની જેમ એ

સંપત્તિની શોધમાં બહાર અથડાયા કરે તે એને ઠીક લાગે છે. પોતાની નાભિમાં કસ્તૂરી લઈને ફરતું મૃગ કસ્તૂરીની શોધ માટે જંગલ જંગલ ભટકે તો આપણે તેને મૂર્ખ કહીશું, પણ કોઈ મનુષ્ય ચૈતન્યશક્તિનો અનુભવ કરવા આશ્રમે આશ્રમે કે પહાડે પહાડે ફરશે તો આપણે તેનો મહિમા કરીશું, કારણ કે આપણે દૃઢપણે એમ માની લીધું છે કે ચૈતન્યશક્તિ ક્યાંક વિરાજિત છે અને આપણે ત્યાં સુધી પહોંચવાનું છે.

કેવું આશ્ચર્ય છે કે મનુષ્ય પોતાની અંદર પણ બાહ્ય જગત લઈને ફરે છે અને બહારના જગતમાં પોતાની ચૈતન્યશક્તિને શોધી રહ્યો છે! એ રીતે તે ક્યારેય પોતાના આંતર જગતમાં સ્થિર નથી હોતો. એકલો પડે છે ત્યારે તે ભૂતકાળ કે ભવિષ્યકાળમાં ખોવાઈ જાય છે અથવા અન્ય વ્યક્તિના કે જગતના વિચારો કરે છે. તેને પોતાના સત્ત્વના સાન્નિધ્યમાં રહેવાનું ભાગ્યે જ સૂઝે છે.

જીવનની યાત્રા અંગે જેઓ થોડાઘણા સભાન છે તેમને આપણે પૂછીએ કે અન્તર્યાત્રા ક્યાં સુધી પહોંચી તો તેઓ પણ નિર્દોષભાવે કહી દે છે કે મુકામ ઘણો દૂર છે. ધીમી ગતિએ જીવનરથ ચાલી રહ્યો છે. આ બાબતનો એમના મનમાં ભારે વસવસો હોય છે. તેઓ નેત્રો બંધ કરે છે અને ઘન અંધકાર દૃષ્ટિએ પડે છે. કેટકેટલાં વર્ષો વીત્યાં પણ અંધકાર ઓછો થવાને બદલે ઘટ્ટ બન્યો છે એવો વિચાર આવતાં તેમની ચિત્તસારંગીનો તાર તંગ થઈ જાય છે. મનુષ્યને ચાલવાની ઉત્કટ ઈચ્છા છે અને પગ ચાલવા માટે સશક્ત નથી; મનુષ્યને કશુંક પ્રાપ્ત કરવું છે અને તે હાથમાં આવતું નથી! આવી સ્થિતિ નિર્માણ થતાં તેના મનમાં સંઘર્ષ શરૂ થઈ જાય છે - અને પછી એ સંઘર્ષની માત્રા વધતી જાય છે.

મનની હાજરી એ સંઘર્ષ છે; મનનું નિર્વાણ એ પરમ સ્થિતિ છે. મનનું મૃત્યુ થાય એટલા માટે તો ગંગોત્રીના સાધુએ હાથમાં ભસ્મ નહીં આપી હોય ને? મનનો લય થઈ ગયો પછી ક્યાં જવાનું રહે? અંદરનું અને બહારનું જગત એ બંને શબ્દો મનના અનુસંધાનમાં જ છે. અંદરનું જગત એટલે આત્માનું

જગત નહીં પણ મન અને ઈન્દ્રિયોની સહાયથી નિર્માણ થયેલું જગત એટલે દેહભાવની ભસ્મ ન થઈ હોય ત્યાં સુધી દેહભાવ સાથે સંકળાયેલી વાસનાઓ ભટક્યા કરે છે. મનનો ભટકારો બંધ થઈ જાય એટલે નથી કોઈ મુકામ રહેતો, નથી કોઈ યાત્રા રહેતી. મનુષ્યે જે કાંઈ સિદ્ધ કરવાનું છે તે પોતાની બહાર નથી. આટલું સ્પષ્ટ થઈ જાય તો આપણે ઘણી બધી ઝંઝટોમાંથી બચી જઈએ.

સાંજે ફરી ફરવા નીકળ્યા ત્યારે ભગીરથની તપોભૂમિથી થોડે દૂર એ જ સાધુ મળી ગયા. અમે સૌએ નમસ્કાર કર્યા. મારા મુખ પરના ભાવ જોઈને કહે : ભસ્મની વાત સમજાઈ ગઈને? એમાં કાંઈ મુંઝાવા જેવું નથી. પ્રકૃતિ સાથે જોડાયેલું બધું ભસ્મમય છે એમ માનીને જીવનની પ્રત્યેક ક્ષણ વિતાવો. બીજી ભાંજગડમાં પડવાની જરૂર નથી.

તેમણે વધુ સ્પષ્ટતા ન કરી. અમે થોડી ક્ષણો હાથ જોડી ઊભા રહ્યા, પણ તેમણે 'શિવ-શંકર' કહી આશીર્વાદ આપતા હોય તેમ જમણો હાથ ઊંચો કર્યો અને ગોમુખ ભણી ચાલતા થયા. અમે ગંગામૈયાના મંદિરના ઓટલે બેઠા બેઠા સાધુના શબ્દો પર વિચાર કરતા હતા. અમારી સમીપ બે સાધુ બેઠા હતા. તેઓ વાતો કરી રહ્યા હતા એટલે અમે સૌ ચૂપ થઈ ગયા. તેમની વાત સાંભળવા કાન સરવા કર્યા. નાની ઉંમરનો સાધુ (કદાચ શિષ્ય હશે) મોટી ઉંમરના સાધુને આજીજી કરી રહ્યો હતો : ચાર વર્ષથી લગાતાર તમારી સાથે છું. મારે ક્યા પ્રકારની સાધના કરવી તે બતાવો. આમ ને આમ ભવ પૂરો થઈ જશે એની મને ચિંતા છે. મોટા સાધુ વિશિષ્ટ કક્ષાના નીકળ્યા. તેમણે પેલા સાધુને કહ્યું : તારે મૂળ મુકામે પહોંચવા માટે માર્ગ જાણવો છે? ત્યાં કેવી રીતે પહોંચાય એની ચાવી જોઈએ છે? અમુક સમયમાં તત્ત્વની પ્રતીતિ થાય એવી તારી ગણતરી છે? તું ભાગ અહીંથી. આવી પર્વતમાળા, કોતરો અને કંદરાઓ, ગાઢ અરણ્યો અને જનવિહોણો પ્રદેશ તને બીજે ક્યાં મળવાનો હતો? તું ચીલે ચાલનારો છે. તું બહારના પ્રદેશનો મનુષ્ય છે. તારે આધાર જોઈએ છે. તને એમ લાગે છે કે તું ખોટી જગ્યાએ છે અને તારે

સાચી જગ્યાએ પહોંચવાનું છે. તારી પાસે જે નથી એ તારે મેળવવું છે એવી તારી સમજ છે. દીવાલ તેં રચી છે અને મને તોડવાનું કહે છે? ભ્રમ તેં નિર્માણ કર્યો છે અને મારે તેનું નિઃસારણ કરવાનું છે? ભાગ અહીંથી. હું કોઈનો ગુરુ નથી, મારે કોઈ શિષ્ય નથી.

આટલું કહી મોટા સાધુ ઊભા થયા. મેં તેમના મુખ સામે જોયું તો તેના પર કરુણતા છવાયેલી હતી. રોષનું નામનિશાન નહોતું, કોઈ દુર્ભાવ નહોતો, છતાં એમનું વર્તન મને સમજાતું નહોતું એટલે મેં એમને નમસ્કાર કરી કહ્યું : મને ક્ષમા કરજો. તમારી વચ્ચે થયેલી વાતચીત મેં અનાયાસ સાંભળી છે. સંજોગવશાત્ અમે સૌ અહીં બેઠા અને તમે સહજ રીતે તમારા ભાવ પ્રગટ કર્યા છે, પણ એને કારણે હું થોડો ગૂંચવાયો છું. તમે જેને ભાગી જવાનું કહો છો તે સાધુ પણ કદાચ તમારી વાતથી ડહાઈ ગયા હશે. ખરેખર તમારા મનમાં શું છે?

‘મારા મનમાં’ સાધુએ આશ્ચર્ય વ્યક્ત કરતાં કહ્યું : ‘ભાઈ, મારા મનમાં કંઈ નથી. રાગ નથી અને દ્વેષ પણ નથી. આ યુવાન સાધુ ચાર વર્ષથી મારી પાસે રહે છે. તેના પ્રત્યે મમતા જન્મી હોત તો હું એને સાધનાના ચક્કરમાં ચડાવી દેત. ઘણા સાધકો એમ માને છે કે આત્મા ખોવાઈ ગયો છે અને તેને શોધવાનો છે. તો કેવી રીતે શોધવો? તેને માટે કઈ પદ્ધતિ હોઈ શકે? આમ, પોતે જ અથવા કોઈકે સર્જેલી ભુલભુલામણીમાં પોતે જ ભૂલા પડી જાય છે અને જીવનભર માર્ગ શોધવા ફાંફાં માર્યા કરે છે.

ઘડીભર માની લઈએ કે આત્મા ખોવાઈ ગયો છે. કોણે ખોઈ નાખ્યો? ક્યાં ખોઈ નાખ્યો? આ બંને પ્રશ્નના ઉત્તર સરળ ભાવે આપીએ તો એમ જ કહેવું પડે કે મારા આત્માને મારા સિવાય કોણ ખોઈ નાખે? વળી, મારો આત્મા ખોવાઈને બીજે ક્યાંય ઓછો ચાલ્યો જવાનો હતો? મારામાં જ ખોવાઈ જાયને? હવે મેં જ આત્માને મારામાં ખોઈ નાખ્યો હોય તો તે બીજા શોધી આપે? તેનું સ્થાન અન્ય કોઈ બતાવે? મારી કોઈ જવાબદારી જ નહીં?

ભાઈ, જે છે એને નથી એમ માની આપણે

વર્તીએ છીએ અને જે ક્ષણભંગુર છે, નાશવંત છે, તે જ સાચું છે એમ માની જીવનભર તેની પાછળ ભટકીએ છીએ. હું આ સાધુને તે જ્યાં ફસાયો છે ત્યાંથી ભાગવાની, કહો કે મૂળ મુકામ ભણી પાછા વળવાની વાત કરી રહ્યો છું; બહારની ખોજ છોડી અંદર જ મુકામ કરવાનો સંકેત કરી રહ્યો છું. તરણા ઓથે ડુંગર છે તો હું એને તરણાની ચિંતા કરવા કહું છું, જ્યારે એ ડુંગર ઊંચકીને ફરવા માગે છે. આત્માને લાગેવળગે છે ત્યાં સુધી કશું જ કરવાનું નથી. તમે સ્વયં આત્મા છો જ. પછી તમારે કયો પંથ કાપવાની વાત આવે? આપણે ક્યાંય જવાનું નથી. આપણામાં સ્થિર થવાનું છે. મૂળ મુકામ ક્યાંક દૂર દૂર આવ્યો છે અને અમુક માર્ગ પકડવાથી જ ત્યાં પહોંચાય છે એવું ગણિત આ સાધુ ન માંડે એ જ મારે સૂચવવું છે. મૂળ મુકામ આપણે પોતે જ છીએ. આપણે આત્મા સિવાય બીજું કંઈક છીએ એ ભાવ એટલો દઢ થઈ ગયો છે કે એણે અનેક સંપ્રદાયોને અસ્તિત્વમાં આવવાની તક આપી છે. હું તમને જીવનભર કઠ્ઠા કરીશ કે કોઈ ગ્રંથમાંથી તમે નિત્ય પાઠ કર્યા કરશો કે તમે સ્વયં આત્મા છો, તોપણ તમારી માન્યતા સદંતર છૂટવાની નથી. હું તમારા ભ્રમને ભાંગી શકવાનો નથી. એ કાર્ય તમારે તમારી રીતે જ કરવાનું છે. અધ્યાત્મમાં તૈયાર ભોજન કે તૈયાર કેડી મળતાં નથી. સૌએ પોતપોતાની આંતરિક રસોઈ પકાવવી પડે છે.’

આટલું કહી સાધુ શાંત થઈ ગયા. તેમના મુખ પર કરુણા અને આનંદનું અદ્ભુત સંમિશ્રણ જોઈ મને એમની વાતનો મર્મ સમજાઈ ગયો.

મને ગૌરીકુંડ પાસે મળેલા સાધુએ આપેલી ભસ્મનું સ્મરણ થઈ આવ્યું. ભ્રમની પણ ભસ્મ કરી નાખવી જોઈએ એવું વાક્ય સહજ રીતે મારા મુખમાંથી નીકળી ગયું.

દંડી સ્વામીના આશ્રમમાં અમે રાત્રે સત્સંગ કરતા હતા ત્યારે સાધુઓના ચહેરા મારી દૃષ્ટિ સમક્ષ ઉપસ્થિત હતા. તેમની કૃપાના વર્ષણનો મને અનુભવ થતો હતો.

□ ‘હું મારાથી અણજાણ’માંથી સાભાર

વૈષ્ણોદેવી યાત્રા

શિવાનંદ આશ્રમ અમદાવાદના ૩૮ ભક્તો રજી જૂન રવિવાર સવારના ૮ વાગ્યે જમ્મુ વૈષ્ણોદેવી યાત્રા માટે રવાના થયા. જમ્મુ સુધીની ૩૦ કલાકની મુસાફરીનો અનેરો આનંદ મળ્યો. એકબીજાના પરિચયનો લ્હાવો તથા સમય પ્રમાણે સમૂહ પ્રાર્થનાનું પણ આયોજન થયું. એક સમયે તો પ્લેટફોર્મ ઉપર બેસીને પણ સમૂહ પ્રાર્થના કરવામાં આવેલ. આ માટે કુ. જે.સી. થવાણી તથા રામકૃષ્ણભાઈ અભિનંદનને પાત્ર છે.

યાત્રાની તમામ વ્યવસ્થા ખૂબ જ અંગત રસ લઈ રામકૃષ્ણભાઈ ચીવટપૂર્વક ૩ એસીની તમામ ટિકિટોનું રિઝર્વેશન, જમ્મુ-કત્રા-શીવકોડી-જમ્મુ લક્ઝરી બસોનું સંકલન, રહેવા માટે IRCTC ગેસ્ટહાઉસમાં વ્યવસ્થા તથા હેલિકોપ્ટર બુકિંગની વ્યવસ્થા કરેલ તે ખૂબ જ પ્રશંસનીય છે.

પૂ. સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજના સૂચનથી (૧) રજી તારીખ સાંજના જોધપુર સ્ટેશન ઉપર જમવા માટેના દરેક માટે પેકેટ શ્રી શ્યામભાઈ તરફથી (૨) ૩જી જૂન સવારના જલંધર સ્ટેશન ઉપર જમવા માટેના દરેક માટે પેકેટ શ્રી જગદીશભાઈ ગ્રોવર (૩) ૬ જૂન સવારના મોદીનગર સ્ટેશન ઉપર ખૂબ જ સરસ રીતે પેક કરેલ નાસ્તો, લક્ષ્મી વગેરેની સેવા માટે અમો સર્વે તમામના આભારી છીએ.

૩જી જૂન ૫ વાગે જમ્મુ પહોંચી નક્કી કરેલ લક્ઝરી બસ દ્વારા ૭-૩૦ કલાકે IRCTC ગેસ્ટહાઉસ પહોંચ્યા જ્યાં નક્કી કર્યા પ્રમાણે દરેકને રહેવાની વ્યવસ્થા આપવામાં આવી. અમારામાંથી ૧૮ ભક્તો રાત્રીના જ ૧૬ કિ.મી. ચાલી વહેલી સવારના મા વૈષ્ણોદેવીના દર્શને ગયા. તેમના માટે રહેવાની વ્યવસ્થા બીજા દિવસે કરવામાં આવી. ૧૮ ભક્તો ૪થી જૂન સવારના IRCTCના વાહનમાં હેલીપેડ પહોંચ્યા. સિક્યોરિટી ચેકિંગ બાદ રાહ જોવાની હતી. હેલિકોપ્ટર સર્વિસ ઘણી જ સારી છે. દર પાંચ મિનિટે બે હેલિકોપ્ટર સવારના ૮થી સાંજના ૬ સુધી મળે

છે. ઓનલાઈન બુકિંગ ઓછામાં ઓછું ત્રણ દિવસ પહેલાં થઈ શકે છે.

હેલિપેડથી મંદિર પરિસર ૨.૫ કિ.મી. છે. અમારા પૈકીના કેટલાક ઘોડા ઉપર તો કેટલાક ચાલીને મંદિર પરિસરમાં પહોંચ્યા. જ્યાં સવારના પહોંચેલા ભક્તો તેમની રાહ જોતા બેઠેલા મળ્યા. પરિસરમાં પહોંચ્યા પછી પણ દર્શન માટે ખાસ્સું ચાલવાનું છે. સામાન્ય રીતે દર્શન માટે જોવા મળતી લાઈનો ન હતી. ખૂબ જ શાંતિથી બધાએ દર્શન કરી ધન્યતાનો અનુભવ કર્યો.

દર્શન કરી પરત આવતાં ખબર પડી કે અમારી બધાની હેલિકોપ્ટરની પરત જવાની ટિકિટો રદ થઈ ગયેલ છે એટલે ૧૬ કિ.મી. ઘોડા ઉપર નીચે આવવાનો લ્હાવો મળ્યો.

૫મી જૂન સવારના શીવકોડી દર્શન કરવા રવાના થયા. ૧૩૫ કિ.મી ૪ કલાકની કાશ્મીર ઘાટીની સફર કરી એક વાગે પહોંચ્યા. અહીં પણ ૨ કિ.મી.ની ઘોડા ઉપર અથવા ચાલવાનું છે. ત્યારબાદ ૧૦૦ જેટલાં પગથિયાં ચડી ગુફામાં રહેલ બાબાના દર્શન કરવાં પડે છે. સાંજના ૭-૩૦ વાગે જમ્મુ પહોંચી ૮ વાગે દિલ્હી તરફ પ્રયાણ. દિલ્હી સ્ટેશન સવારના ૧૧ વાગે પહોંચતાં શ્રીમતી પૂનમબેન થવાણીના ભાઈના દીકરા શ્રી વિજયભાઈ તેમનો વ્યવસાય મૂકી લક્ઝરી બસ સાથે સેવામાં આવેલ તેમના પણ આભારી છીએ.

અમોને અક્ષરધામ કોમ્પ્લેક્સ સુધી લઈ આવ્યા. દરેકના સામાન સિક્યોરિટી ચેક કરાવી ખૂબ જ સુંદર નાહવા, ધોવા, જમવાની, આરામની વ્યવસ્થાનો લાભ લઈ દર્શન કરી સાંજના ૭ વાગતાં ન્યૂ દિલ્હી સ્ટેશન પહોંચી રાજધાની એક્સપ્રેસમાં સવારના ૧૦ વાગતાં પરત ફર્યા. આ ઉપરાંત શ્રીમતી સોનલબેન ત્રિવેદીની મુસાફરી દરમ્યાનની સેવાઓ તથા દરેક સાથેનો અંગત વ્યવહાર ખૂબ જ પ્રશંસનીય હતો.

- હરકાન્તભાઈ વચ્છરાજાની

વૃત્તાંત

શ્રી દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘ, અમદાવાદ :
તા. ૧-૬-૨૦૧૩, અમદાવાદ : પૂજ્ય ગુરુભગવાન શ્રીમત્ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજના પવિત્ર સંન્યસ્ત દિન નિમિત્તે આશ્રમમાં વિશેષ સત્સંગ, સુંદરકાંડ પારાયણ, સામૂહિક હનુમાન ચાલીસા, મૃત્યુંજય મંત્ર થયાં. ડૉ. સ્નેહલ આમીન ૧/૬ થી ૧૦/૬ સુધી નવાગંતુકો માટે વિશેષ યોગ પ્રશિક્ષણ વર્ગના સંચાલનનો પ્રારંભ કર્યો.

તા. ૨-૬-૨૦૧૩ : આશ્રમના પાંત્રીસ ભક્તો નું એક મંડળ શ્રી વૈષ્ણોદેવીની યાત્રાએ ગયું, તેઓ સૌ ૭/૬ના રોજ કૃતકૃત્યતા તથા ધન્યતાનો અનુભવ કરી પાછા આવ્યા. આશ્રમમાં તો સૌ હળતાં મળતાં જ રહે છે, પરંતુ દિવસ-રાત સાથે રહેવાથી પરસ્પર વધુ પ્રેમ અને સૌજન્ય સંપાદન ઊભું થયું, જે શ્રી ગુરુદેવની સેવા અર્થેની પાયાની વાત છે.

તા. ૧-૬-૨૦૧૩ થી ૫-૬-૨૦૧૩ બેંકકોક (પતાયા) થાઈલેન્ડના સમૃદ્ધ નગર બેંકકોકમાં પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીનું ૩૦-૫-૨૦૧૩ની વહેલી સવારે આગમન થયેલું. અત્રે પૂજ્ય સ્વામીજી ૩૦-૫ અને ૧-૬ની બપોર સુધી રહ્યા. ત્યારબાદ પતાયાના સમુદ્રકિનારે 'ZINK' હોટેલ ખાતે પૂજ્ય સ્વામીજી ૪-૬ની ઢળતી સાંજ સુધી રહ્યા. ૧-૫ની સાંજે સ્વામીજીએ ZINKના ભવ્યાતિભવ્ય સભાખંડમાં 'સંબંધયોગ' સંબંધી ખૂબ જ પ્રેરક અને મનનીય ઉદ્બોધન કર્યું. પૂજ્ય સ્વામીજીએ કહ્યું, 'સંબંધો બાંધવા સરળ છે, જાળવી રાખવા દુષ્કર છે. આ સંબંધો સાચવવાની ચાવી એકમાત્ર 'અહંકાર શૂન્યત્વ' જ છે. અહંકારવશ શિષ્યો ગુરુનો ત્યાગ કરે છે. પુત્રો માતા-પિતાનો ત્યાગ કરે છે. અહંકાર વિવશ પ્રત્યક્ષ પરમાત્માનો અસુરોએ ત્યાગ કર્યો હતો. જેટલા વિનમ્ર બની શકીએ. નિષ્કપટ અને નિષ્પાપ તેટલા જ સંબંધો સચવાઈ શકે. અંતે સૌથી શ્રેષ્ઠ સંબંધ તો 'I am thine. Thou art mine and Thy will be done' જ છે. 'હે નાથ હું તારો છું, તું મારો છે. તારી ઈચ્છા પ્રમાણે બધું થાઓ.' પૂજ્ય સ્વામીજીની આ યાત્રા જયપુરના શિવાનંદ પરિવાર મૂળયંદજી અગ્રવાલ અને શિવાનંદ પરિવાર કલકત્તાના શ્રી રામનિવાસ ગુપ્તાના વિશેષ આમંત્રણે થઈ હતી. સમગ્ર ભારતમાંથી ૨૨૦ ભક્તો-શિવાનંદ

પરિવારનાં પરિજનોએ સાથે રહી સત્સંગ આનંદ માણ્યો હતો.

તા. ૫-૬-૨૦૧૩ થી ૧૨-૬-૨૦૧૩ તાઈપી (તાઈવાન) : શિવાનંદ યોગ સ્ટુડિયોના સંસ્થાપક ડાયરેક્ટર યોગી જેમ્સ લો (ડાયરેક્ટર ઓફ તાઈવાન યોગ અને સ્પોર્ટ્સ ફેડરેશન)ના પ્રેમાળ નિમંત્રણે પૂજ્ય સ્વામીજી તાઈપી (તાઈવાન) તા. ૫-૬-૨૦૧૩ની બપોરે પધાર્યા હતા. તા. ૧૧-૬-૨૦૧૩ સુધી દરરોજ બે કલાક પૂજ્ય સ્વામીજીનાં પાતંજલ યોગદર્શન વિષયક મનનીય પ્રવચનો થયાં. આ દરમિયાન પૂજ્ય સ્વામીજીએ Internation University of Taiwanના Religious Departmentની વરિષ્ઠ અધીક્ષક ડૉ. હુવાંગના નિમંત્રણે યુનિવર્સિટીની મુલાકાત પણ લીધી હતી. તા. ૧૨-૬-૨૦૧૩ની મોડી રાત્રે પૂજ્ય સ્વામીજી અમદાવાદ પાછા પધાર્યા હતા.

તા. ૧૩-૬-૨૦૧૩ : અમદાવાદ પોલીસ અકાદમી, કરાઈ (ગાંધીનગર) ખાતે આયોજાયેલી તાલીમ શિબિરની પૂર્ણાહુતિ પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીની ઉપસ્થિતિમાં તેમના પ્રમુખપદે કરવામાં આવી. પ્રમાણપત્રોના વિતરણ પછી પોતાના અનુગ્રહ સંભાષણમાં પૂજ્ય સ્વામીજીએ કહ્યું, 'POLICEનો અર્થ પોલાઈટ, ઓબીડીઅન્ટ, લોયલ, ઈન્ટેલિજન્ટ, કેરેક્ટર, એફિશિયન્ટ તેવો થાય છે.' પૂજ્ય સ્વામીજીએ કહ્યું, 'ભારતમાં ગુજરાતની પોલીસ વધુ સુખી છે. ઉત્તર પ્રદેશમાં દર ત્રણ વર્ષે હરિદ્વાર અથવા પ્રયાગમાં અર્ધકુંભ કે કુંભ જેવા મેળાઓ અને માઘસ્નાન તો દર વર્ષે થાય છે. દર પૂનમે તથા ગંગા દશહરા વખતે પણ પોલીસ બંદોબસ્ત ખૂબ જ આવશ્યક હોય છે. અહીં આ પોલીસમિત્રો ૩૬૫ ૪૮ કલાક એક જ સ્થળે વીતાવતા જોયેલા છે. મસૂરી, નેનીતાલ, ગઢવાલ, કુમાઉમાં બરફનાં તોફાનો વચ્ચે પોલીસ બેરેક્સમાં આ કપરી ઠંડી સામેના સંરક્ષણની પૂરતી જોગવાઈ હજુ સુધી પણ નથી. તે વચ્ચે આ કાયદો-નિયમન સાચવવાનું કામ મોટી તપસ્યા છે છતાં તમો આજ્ઞાંકિત છો, વ્યક્તિગત સુવિધાઓના વિચાર વગર સામાન્ય જનગણની સેવાર્થે અડગ છો તે તમારું ગૌરવ છે. આ જ અનુશાસનને જીવનના પ્રત્યેક ક્ષેત્રે વિકસાવશો તો તમો સાધારણ વસ્ત્રોમાં કે તમારા ગણવેશમાં યતિ, તપસ્વી સંન્યાસી જ છો.'

નાયબ પોલીસ અધિકષક અને તેવી અનેક પદવીઓધારી પોલીસ કર્મચારીઓના આ કાર્યક્રમમાં સમગ્ર કાર્યક્રમ અને પ્રશિક્ષણ સંચાલક શ્રી વસાવડા સાહેબે પૂજ્ય સ્વામીજીનું સ્વાગત કરી આભાર માન્યો હતો.

મેટ્રો રોટરી અમદાવાદ દ્વારા ક્લબનો વાર્ષિક ધન્યવાદ અને પારિતોષિક વિતરણ સમારોહ 'સર્ફ' હોટેલના વિશાળ મધ્યખંડમાં 'સોલા' ખાતે થયો. આ કાર્યક્રમમાં પ્રમુખપદે પૂજ્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજને નિમંત્રવામાં આવ્યા હતા.

કાર્યકારી વર્ષ ૨૦૧૨-૧૩માં નાનીમોટી વિશિષ્ટ ક્ષમતા સમ્પન્ન ૭૨ પ્રવૃત્તિઓ આ સંસ્થાએ ચાલુ વર્ષનાં પ્રમુખ શ્રીમતી મનીષાબહેન શાહ અને સેક્રેટરી ડૉ. ભદ્રેશ શાહની આગેવાની હેઠળ હાથ ધરી હતી. દરેક પ્રવૃત્તિ ખૂબ જ ઉત્સાહપૂર્વક અને ખૂબ જ સારી રીતે સમ્પન્ન થઈ. તદર્થે તેમનું આંતરરાષ્ટ્રીય સ્તરે વિવિધ ૧૬ એવોર્ડ મેળવીને સન્માન થયું. આમ, આ પ્રસંગે આ તમામ પ્રવૃત્તિઓમાં સંકળાયેલા અને ખૂબ જ જહેમતથી સમગ્ર વર્ષને એક સફળ વર્ષ તરીકે પૂરું કરવામાં મદદરૂપ થનારા ૭૦ રોટરી મિત્રોનું સન્માન નિવૃત્ત ડિસ્ટ્રિક્ટ રોટરી ગવર્નર ડૉ. શશાંક રાઠોડ, વર્તમાન રોટરી ગવર્નર શ્રી આશિષ દેસાઈ અને પ્રમુખ દાતાઓનું સન્માન પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજના વરદ હસ્તે કરવામાં આવ્યું.

આ પ્રસંગે બોલતાં પૂજ્ય સ્વામીજીએ કહ્યું, '૬ વર્ષની ઉંમરથી રોટરી સંચાલિત સેવા કાર્યોનો હું સાક્ષી છું. પહેલાં જે ધગશ હતી, જે જુવાળ હતો, તે હવે રોટરીની રંગ રંગમાં વ્યાપ્ત થયો. દેશ અને પરદેશની અઢળક રોટરી ક્લબો દ્વારા જે સેવાકીય પ્રવૃત્તિઓ થઈ રહી છે તે ખરેખર સ્તુત્ય છે. સેવા, દાન સાથે નિષ્કપટ ઉદારતા અને નિર્મળ પ્રેમનું સંમિશ્રણ તમો સૌને પવિત્ર ચરિત્રના ઉચ્ચ આસને આરૂઢ કરશે. સેવા કે દાનને કેટલી સેવા, શું કે કેટલું દાન એમ ત્રાજવે તોલશો નહીં. બધા લોકો નાણાં ન ખર્ચી શકે. પરંતુ સમય તો આપી જ શકે. સમયદાન કરો, જ્ઞાનદાન કરો, અન્નદાન કરો, રક્તદાન કરો. ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી કહે છે, 'ભજન પ્રભુને માર્ગે લઈ જશે. ધ્યાન પ્રભુને બારણે ઊભા રાખશે. દાન પ્રભુને ખોળે બેસાડશે.' તમો સૌ બડભાગી છો. ઈશ્વરે તમોને સમય અને સમૃદ્ધિ આપ્યાં છે અને તેનો તમો માનવસેવામાં માધવસેવા જાણી ઉપયોગ કરો છો.'

સમગ્ર કાર્યક્રમનું ખૂબ જ સફળ સંચાલન ડૉ. કલ્પેશ શાહ અને શ્રી અતુલ પરીખ દ્વારા કરવામાં આવ્યું. ખીચોખીચ ભરેલા સર્ફભવનના આ કેન્દ્રીય સભાખંડમાં રાષ્ટ્રગીત અને ભોજન સમારંભ પછી સભાનું સમાપન થયું.

તા.૧૬-૬-૨૦૧૩થી ૨૫-૬-૨૦૧૩ વડોદરા :

રોટરી ક્લબ ઓફ વડોદરા દ્વારા રોટરી હોલ જૂના પાદરા રોડ ઉપર દરરોજ સવારે ૭-૩૦થી ૮-૩૦ સુધી પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીનાં કઠોપનિષદ પ્રવચનોનું આયોજન થયું. રોટરી ક્લબ ઓફ વડોદરાના પ્રમુખશ્રી કિશોર પિલ્લાઈએ પૂજ્ય સ્વામીજીનું સ્વાગત કર્યું અને આ દસ દિવસીય જ્ઞાનસત્રનો વિશાળ સંખ્યામાં મુમુક્ષુઓએ લાભ લીધો. પૂર્ણાહુતિ પ્રસંગે કઠોપનિષદનો સાર સમજાવતાં પૂજ્ય સ્વામીજીએ કહ્યું, 'આ શરીર રથ છે, ઈન્દ્રિયો તેના ઘોડા છે. મન લગામ છે. બુદ્ધિ સારથિ છે. જ્યારે આત્મા આ રથનો માલિક છે. જો સારથિ કાબેલ હોય અને લગામ વડે ઘોડાઓને યોગ્ય માર્ગે અગ્રસર કરે તો લક્ષ્ય અસંભવ નથી. અંતે તમામ ઉપનિષદોનું લક્ષ્ય જીવથી પૃથક્ આત્મા ભણી જ સાધકને લઈ જવાનું છે. બ્રહ્મ જ સત્ય છે. જગત મિથ્યા છે. તે સત્યને વારંવાર વાગોળતાં રહેવું જોઈએ.

તા.૨૪-૬-૨૦૧૩ મહેમદાવાદ : બ્રહ્મલીન શ્રીમત્

સ્વામી માધવાનંદજી મહારાજના મહેમદાવાદ આશ્રમના વાર્ષિકોત્સવ પ્રસંગે સમગ્ર સમારોહ પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીની અધ્યક્ષતામાં સમ્પન્ન થયો. વિશાળ સાધુ સંમેલન પછી ભંડારા (મહાપ્રસાદ)નું પણ આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું.

દ્વાવિમૌ પુરુષૌ લોકે
ક્ષરશ્ચાક્ષર એવ ચ ।
ક્ષરઃ સર્વાણિ ભૂતાનિ
કૂટસ્થોડક્ષર ઉચ્યતે ॥

ગીતા અધ્યાય ૧૫, શ્લોક - ૧૬

ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ પ્રકાશિત નોટબુકનું વિતરણ

આ શૈક્ષણિક વર્ષના પ્રારંભે ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ દ્વારા દિવ્ય જીવનનો સંદેશો આપતી ૧,૦૦,૦૦૦ નોટબુકનું વિતરણ વનવાસી-આદિવાસી તેમજ આર્થિક રીતે નબળા વર્ગના વિદ્યાર્થીઓ માટે કરવામાં આવ્યું. આ વિતરણ માટે ડાંગ-સાબરકાંઠા, બનાસકાંઠા અને અમદાવાદ શહેરના કેટલાક વિસ્તારોમાં સર્વે કરી કાર્યકરોએ વિગતો કાર્યાલયને મોકલાવી હતી. નોટબુકના મુખપૃષ્ઠ ઉપર સ્વામી શિવાનંદજીનો રંગીન ફોટો, મુખપૃષ્ઠ-૨ ઉપર વિદ્યાર્થીઓને સંદેશ, મુખપૃષ્ઠ-૩ અને ૪ ઉપર અનુક્રમે સૂર્યનમસ્કાર અને તેની બાર સ્થિતિ અને સ્વામીજીનો પરિચય આપવામાં આવેલ છે, જ્યારે નોટબુકનાં અંદરનાં ૪ પાનાંમાં શ્રી સરસ્વતી મંત્ર, વિશ્વપ્રાર્થના, મહામૃત્યુંજય મંત્ર, પ્રાણાયામ-ધ્યાનના ફાયદા, Song of Eighteen ities, વિદ્યાર્થીઓને ઉપયોગી પ્રાર્થનાઓ, યોગના લાભ અને આવશ્યક સૂચનાઓ તેમજ અબ્રાહમ લિંકનનો વિદ્યાર્થીઓ અને શિક્ષકોની ફરજોને ઉજાગર કરતો અવિસ્મરણીય પત્ર પ્રસિદ્ધ કરવામાં આવેલ છે.

દિવ્ય જીવન સંઘ, કડિયાદરા શાખાના પ્રમુખ શ્રી હરિભાઈ પટેલે સાબરકાંઠા જિલ્લાનાં અનેક ગામમાં ૨૫,૦૦૦ નોટબુકનું વિતરણ કર્યું અને તે તમામ શાળાઓ પાસેથી નોટબુક મળ્યાનાં પ્રમાણપત્રો મેળવેલ છે. એ જ રીતે ખેડબ્રહ્મા તાલુકાની ૨૫ શાળાઓમાં શ્રી લાલજીભાઈ બી. પટેલે ૧૫,૦૦૦ જેટલી નોટબુકનું વિતરણ કરાવ્યું. આ બંને કાર્યકરોએ વિદ્યાર્થીઓ અને શિક્ષકોને નોટમાં આપેલા દિવ્યતાના સંદેશાથી સૌને અવગત કરાવ્યા.

અમદાવાદમાં પટણી સમાજના વિદ્યાર્થીઓ કે જેઓ ચાલી કે છાપરામાં રહીને અભ્યાસ કરે છે તેવા ત્રીસેક જેટલા વિસ્તારના વિદ્યાર્થીઓને નોટબુકનું વિતરણકાર્ય શ્રી ભરતભાઈ પટણી અને તેમના સાથી કાર્યકરોએ સફળતાપૂર્વક પાર પાડેલ છે.

આ ઉપરાંત ડાંગ જિલ્લામાં વાત્સલ્યધામ અંતર્ગત ૨૬ શાળાઓ, ડેડિયાપાડા વિસ્તારમાં ૧૮ શાળાઓ અને કસ્તુરબા સેવાશ્રમની ૪ શાળાઓ મળી કુલ ૪૮ શાળાઓમાં વિદ્યાર્થીઓને નોટબુકનું વિતરણ કરવામાં આવ્યું. શ્રી પ્રમોદભાઈ દેસાઈના જણાવ્યા અનુસાર કુલ ૩૭ શાળાઓમાં ૨૫૦૦૦ નોટબુક દ્વારા દિવ્ય જીવન સંઘનો સંદેશો પહોંચ્યો.

આ જ રીતે પ્રાંતિજ તાલુકાની અમીરગઢ શાળા માટે શ્રી ભાલચંદ્રભાઈ શાહને તથા ઈડર તાલુકાની એમ.પી. શાહ એકલારા શાળા માટે નોટબુકો આપવામાં આવી. આમ, બધા વિસ્તારો માટે એક લાખ જેટલી નોટબુકનું વિતરણ કરવામાં આવ્યું.

આશ્રમ સંબંધી સ્પષ્ટતા

શ્રી દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘના મંત્રીશ્રી રાજીવભાઈ શાહે અખબારજોગ સ્પષ્ટતા કરતાં જણાવ્યું છે કે આશ્રમના તમામ બાંધકામની માપણી જે તે સત્તામંડળના અધિકારીઓ કરી ગયા છે અને નિયમ અનુસાર થયેલા બાંધકામનાં નકશા જે તે સત્તામંડળ સમક્ષ જે તે વર્ષમાં રજૂ થઈ ગયા છે, તેથી કોઈ બાંધકામ આશ્રમમાં ગેરકાયદે હોય તેવું કોઈ અધિકારીએ નોંધ્યું નથી. આમ, કોઈ ભક્તને ગેરસમજ ન રહે તેથી આ સ્પષ્ટતા કરવી જરૂરી બની છે.

હાડકાંમાં કેલ્શિયમનું પ્રમાણ જાણવા માટે DEXAથી તપાસ થાય જેનાથી શરીરના દરેક હાડકાંમાં કેટલું કેલ્શિયમ છે તે જાણી શકાય, પછી તેની યોગ્ય સારવાર થઈ શકે. સાથે બહેનો માટે બ્રેસ્ટ કેન્સર માટે મેમોગ્રાફી પણ જરૂરી છે. આ બધી તપાસ અને નીચેની બધી તપાસ કરાવવા માટે **Sapphire Medicare Services**

અહીં થતી બીજી તપાસ

- Digital X-Ray
- Digital Sonography
- 2D Echo / Doppler
- Digital Mammography
- Bone Marrow Densitometry (Dexa)
- ECG / T.M.T.
- Pulmonary Function Test
- Pathology

SAPPHIRE MEDICARE SERVICES

2/7, Tagore Park, Nehru Nagar Char Rasta
Satellite Road, Ahmedabad-380015.

Phone : 26761525 | **Mobile** : 98250 63230



કુંદન.. જાણો કુદરતી દિવ્યતાનું પ્રતિબિંબ.

SUVARNAKALA®
Gold, Diamond & Jadtar Jewellery
BIS Approved Jeweller

પ્રકૃતિનાં સુંદરતમ સર્જનોમાં નારીનો પણ સમાવેશ થાય છે. સુવર્ણકલા કુદરતનાં આ અપ્રતિમ સર્જનનાં શણગાર માટે હંમેશા કંઈક નવું લાવતા રહે છે. નારીજગતમાં જડતરનાં દાગીના પ્રસંગોમાં પહેલા પણ પહેરાતા અને કાચમ પહેરાશે. સ્ટોન અને જડતરની ચમક અને સજાવટની વિશાળ શ્રેણી એટલે સુવર્ણકલાનું Suvarna Jadau Collection. જે બનશે નારીની દિવ્યતાનું પ્રતિબિંબ.

સોનાની શુકનવંતી લગડીઓ સરળ હપ્તે સર્ટીફિકેટ સાથે ઉપલબ્ધ.

અમદાવાદ: સી. જી. રોડ: નેશનલ પ્લાઝા, લાલ બંગલા સામે, અમદાવાદ-380 006. રતનપોળ: 'સુવર્ણ મહલ', મસ્જીપોળની સામે, અમદાવાદ-380 001.
વડોદરા: અલકાપુરી: 1, ગોકુલેશ ડોમ્બેક્ષ-II, 'સાસુમા' ડાઈર્નીંગ હોલની બાજુમાં, આર. સી. દત્ત રોડ, વડોદરા-390 007.

HETAFSH



Follow us on:





સ્વાદ અને ગુણવત્તાની પરંપરા



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



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



રામદેવ ફૂડ પ્રોડક્ટ્સ પ્રા.લિ.

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



Identity

દર દિવ્ય જીવન ❖ વર્ષ ૧૦ ❖ અંક : ૭-૮ ❖ જુલાઈ-ઓગસ્ટ-૨૦૧૩