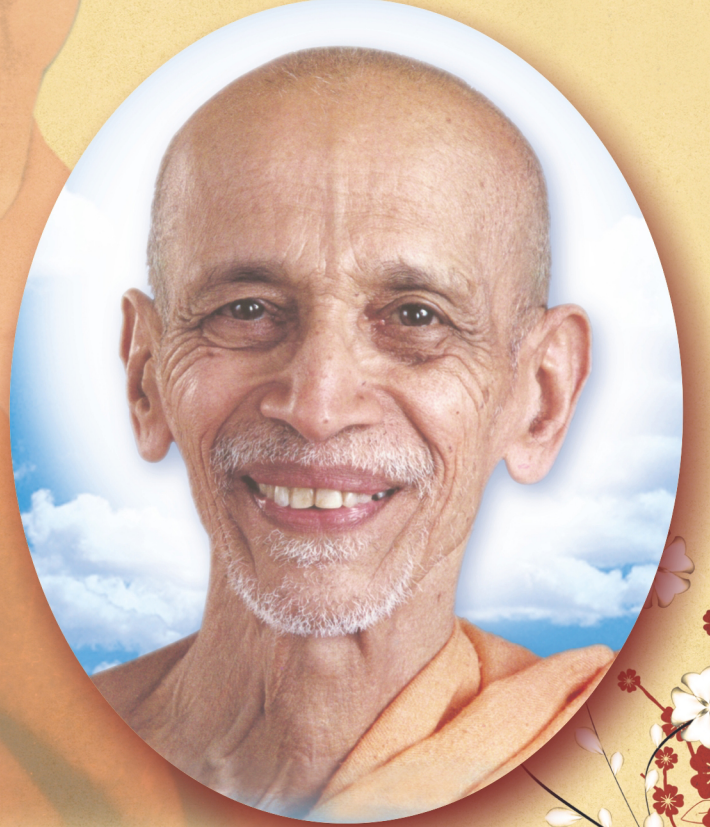


દિવ્ય જીવન



વાર્ષિક લવાજમ : રૂ. ૧૦૦/-
મે-૨૦૦૯



ચિંતા છોડો

ચિંતા કારણશરીર અને મનને ઘણું નુકશાન પહોંચાડે છે. ચિંતાથી શક્તિનો વ્યય થાય છે. ચિંતા મનુષ્યના શરીરમાં સોજો-બળતરા ઉત્પન્ન કરે છે તથા જીવનશક્તિનો ક્ષય કરે છે. ચિંતા કરવાની ટેવથી કશું પ્રાપ્ત થતું નથી. ખંતીલા બનો, મનને કામમાં રોકી રાખો, તેનાથી ચિંતા કરવાની ટેવ નાશ પામશે.

- સ્વામી શિવાનંદ



શિવાનંદ આશ્રમ, રક્તદાન શિબિરની
મુલાકાતે રાજ્યપાલ મહોદય



ભંતે ભદંત જ્ઞાન જગત(નિવૃત્ત અધ્યક્ષ, બોધીગયા)
શિવાનંદ આશ્રમના અતિથિ બન્યા



શ્રીમદ્ ભાગવત કથામાં શ્રીકૃષ્ણ પ્રાકટ્ય



શ્રીમદ્ ભાગવત કથામાં
પૂજ્ય સ્વામીજીના આશીર્વાદ સાથે રુકિમણિ વિવાહ



નૃત્ય ભારતી, અમદાવાદ દ્વારા પ્રસ્તુત ભરતનાટ્યમ્ - 'નારી'
કોરીયોગ્રાફી શ્રી ચંદન ઠાકોર



કંપની સેક્રેટરી એશોસિએશનના બે દિવસીય વર્કશોપની
પૂર્ણાહુતિ પ્રસંગે ઉદ્બોધન કરતા પૂજ્ય સ્વામીજી



પૂજ્ય સ્વામીજીના પ્રાકટ્યપર્વે ભક્ત સમુદાયને સંબોધતા મહામહિમ રાજ્યપાલ પંડિત શ્રી નવલ કિશોર શર્મા

શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજની પ્રેરણાથી પ્રકાશિત દિવ્ય જીવન

વર્ષ : ૬

અંક : ૫

મે-૨૦૦૯

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

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

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

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

લવાજમ

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

ૐ

નિત્યશુદ્ધવિમુક્તૈ કમખણ્ડાનન્દમદ્વયમ્ ।
સત્યં જ્ઞાનમનન્તં યત્ પરં બ્રહ્માહમેવ તત્ ॥
એવં નિરન્તરાભ્યસ્તા, બ્રહ્મૈવાસ્મીતિ વાસના ।
હરત્યવિદ્યાવિક્ષેપાત્, રોગાનિવ રસાયનમ્ ॥
વિવિક્તદેશ આસીનો, વિરાગો વિજિતેન્દ્રિયઃ ।
ભાવયેદેકમાત્માનં, તમનન્તમનન્યધીઃ ॥

આત્મબોધ:-૩૭,૩૮,૩૯

નિત્યશુદ્ધ, નિત્યવિમુક્ત, એક, અખંડાનંદ, અદ્વિતીય, સત્ય, જ્ઞાન અને અનંતરૂપ જે પરબ્રહ્મ છે તે જ હું છું.

એવી રીતે નિરંતર અભ્યાસ કરેલી “હું બ્રહ્મ જ છું” આવી વાસના અવિદ્યાના કાર્યરૂપ વિક્ષેપોને દૂર કરે છે, જેમ રસાયન રોગોને દૂર કરે છે તેમ.

એકાંત દેશમાં બેઠેલ, રાગરહિત, ઈન્દ્રિયોનો વિજય કરનાર, આત્મભાવનામાં અનન્ય બુદ્ધિવાળા (સાધકે) તે એક અને અનંત આત્માની ભાવના કરવી જોઈએ.

શિવાનંદ વાણી

પૂર્ણ દયાળુ ભગવાન તમારા હૃદયમાં રહે છે. તે તમારી પાસે જ છે. તમે તેમને ભૂલી ગયા છો. તમે જાતે ઊભી કરેલી જવાબદારી તજી દો અને પૂર્ણ નિરાંત માણો. તેમનામાં પૂર્ણ શ્રદ્ધા રાખો. સોએ સો ટકા તેમનું શરણ લો. બાળકની પેઠે મુક્ત રીતે તમારું હૃદય તેમની આગળ ખોલો. બધાં જ દુઃખોનો અંત આવી જશે. તેમને કહો : ‘હે પ્રભુ ! હું તમારો છું. આ બધું તમારું છે. તમારી ઈચ્છા પૂર્ણ થાઓ. તમે જે કંઈ કરો છો, તે મારા ભલા માટે જ કરો છો.’ તમે ભગવાનની સાથે એકતા અનુભવશો. આ રીતે તમે અનુભવશો કે આખું જગત તમારું શરીર, તમારું ઘર છે. તમે ગમે ત્યાં હો, તમે હવે ભગવાનના મંદિરમાં છો. તમે અનુભવો કે, બધા જીવો ભગવાનની જ મૂર્તિ છે. - સ્વામી શિવાનંદ

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

અનુક્રમ

૧. શ્લોક - આત્મબોધ	શ્રીમદ્ આદ્ય શંકરાચાર્ય.....	૧
૨. અનુક્રમ, તહેવાર સૂચિ	૨
૩. સંપાદકીય	સંપાદક.....	૩
૪. ગુરુ અને શિષ્ય-૩	ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી.....	૪
૫. ભજ ગોવિંદમ્	શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી.....	૭
૬. ગુજરાત મારી નજરે	શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી.....	૧૦
૭. આચારંગ સૂત્ર	આચાર્ય વિજયરત્નસુંદરસૂરિજી.....	૧૩
૮. શિવાનંદ કથામૃત	ગુરુદેવના સંન્યાસી શિષ્યો.....	૧૪
૯. મન : બંધન અને મોક્ષનું કારણ-૨	શ્રી યોગેશ્વર.....	૧૭
૧૦. યોગ એ જ જીવન	શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી.....	૧૮
૧૧. ઉપનિષદ-યાત્રા	શ્રી ગુણવંત શાહ.....	૨૧
૧૨. આપણો સલામત પ્રદેશ	ડૉ. હરીશ દિવેદી.....	૨૪
૧૩. યુવાનોને પ્રેરણાદાયી વર્તમાન યુગના સ્વામીજીનું જીવન	શ્રી અરૂણભાઈ ઓઝા.....	૨૬
૧૪. દિવ્ય યાત્રા-૨૦૦૮	૨૭
૧૫. વૃત્તાંત	૨૮

તહેવાર સૂચિ

મે, ૨૦૦૮

તા.	તિથિ	(વૈશાખ સુદ)
૧	૭	શ્રી ગંગાસમમી
૫	૧૧	એકાદશી
૬	૧૨	પ્રદોષપૂજા
૭	૧૩	શ્રી નરસિંહ જયંતી
૮	૧૪	પૂર્ણિમા, શ્રી કૂર્મ જયંતી
૯	૧૫	પૂર્ણિમા, શ્રી બુદ્ધજયંતી
(વૈશાખ વદ)		
૨૦	૧૧	એકાદશી
૨૨	૧૩	પ્રદોષપૂજા
૨૪	૩૦	અમાવાસ્યા

● ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજીનો ષડંગ યોગ ●

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

હંમેશાં આનંદી રહો, તમારી ચિંતાઓને હસી કાઢો.

જીવનના સાચા સિદ્ધાંતોને અનુસરો. ખાવા-પીવામાં, ઊંઘ, મનોરંજન અને અન્ય સર્વ બાબતોમાં મધ્યમમાર્ગી બનો. ભગવાનમાં પૂર્ણ વિશ્વાસનો વિકાસ કરો. પ્રબળ લાગણીઓ અને ઉછળતા વિચારોને શાંત કરો. જાગતિક આકર્ષણોથી ખેંચાઈ ન જાઓ, તેનું ધ્યાન રાખો. શાણા બનો. સાંસારાસક્ત માણસોનો સંગ છોડી દો. તમારું નાનું કાર્ય પણ તમારાં વિચારો, હૃદય, મન અને બુદ્ધિ રેડીને કરો. હંમેશાં શ્રદ્ધા અને નિશ્ચયથી કામ કરો. - સ્વામી શિવાનંદ

“અનુરોધ-અભિલાષા” ગ્રાહકોને :

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

દિવ્ય સ્ફુલિંગ

શ્રદ્ધા અને વિવેકબુદ્ધિ : ઈન્દ્રિયાતીત બાબતો વિશે દલીલો બંધ કરો. બુદ્ધિ સાન્ત (મર્યાદિત) અને નિર્બળ છે. તેની પોતાની મર્યાદાઓ છે. તે અપાર્થિવ અને અનુભવાતીત જગતની સીમાઓને ઓળંગી શકતી નથી. તે આપઘાત કરનારી અને ભગવાનનો સાક્ષાત્કાર કરવા અસમર્થ છે. જેની જરૂર છે તે શ્રદ્ધા છે. જ્યાં બુદ્ધિ જઈ શકતી નથી, ત્યાં શ્રદ્ધા લઈ જાય છે. અડગ શ્રદ્ધા રાખો. તમે જલદીથી આત્મસાક્ષાત્કાર કરશો. - સ્વામી ચિદાનંદ

સંપાદકીય

ગ્લોબલ વોર્મિંગ અપે માઝા મૂકી છે, છ મહિનાનો દિવસ અને છ મહિનાની રાત હોય તે એન્ટાક્ટિ ખાતેનો બરફનો પહાડ ઓગળી ગયો છે. આ વર્ષે વલસાડમાં આંબે મહોર આવ્યો જ ન હતો, કારણ ઠંડી પડી નહીં. આ વર્ષે નૈનીતાલ, મસૂરીમાં બરફ પડ્યો જ નથી. ગુજરાતમાં ૪૭° સે. ગરમી થઈ, રામાગુંડમ (આંધ્રપ્રદેશ) ખાતે ૫૩° સે. ગરમી એપ્રિલમાં પડી. હજુ મે મહિનો બાકી છે. આ ગરમીનો જેટલો ઉકળાટ છે, તેથી કંઈએ વિશેષ ઉકળાટ રાષ્ટ્રની વર્તમાન પરિસ્થિતિનો છે.

તાલિબાન ભારતની સીમા ઉપર આવીને ઊભું છે. પાકિસ્તાને મદ્રેસાઓ પર પ્રતિબંધ મૂક્યો છે, જ્યારે ભારત સરકારે મદ્રેસાઓને CBSEમાં સ્થાન આપ્યું છે. આંધ્રપ્રદેશમાં ૩૮૦૦૦ મંદિરોમાંથી ૨૮૦૦૦ મંદિરો બંધ કરી દેવાનું ઘડવંત્ર રચાયું છે. એકમાત્ર વિજયવાડામાં જ છેલ્લાં પાંચ વર્ષોમાં ૧૬૦૦ ચર્ચ ઊભાં કરવામાં આવેલ છે. ભારતીય ચલણી નોટો, સિક્કાઓ, સ્ટેશનરી પરથી ભારતીય પ્રતીકોનું સ્થાન ખ્રિસ્તી પ્રતીકો લઈ રહ્યાં છે. બે રૂપિયાના સિક્કામાં ભારત માતાને સ્થાને કોસ કેન્દ્રિય વિદ્યાલયના લોગોમાંથી ઊગતા સૂર્યને સ્થાને કોસ અને કાંટાળો તાજ આવી ગયો છે. સરકારી સ્ટેશનરીમાંથી 'સત્યમેવ જયતે' હટાવી દેવામાં આવ્યું છે અને આવું તો કંઈક અનેક !!!

ઈશ્વરને પ્રાર્થાએ રાષ્ટ્રને રાષ્ટ્રવાદી રાષ્ટ્ર સંવાહકો પ્રાપ્ત થાઓ. જે રાષ્ટ્રને દેવતા માને, રાષ્ટ્રને આગળ રાખે - રાષ્ટ્ર પહેલાં, સમાજ પછી અને સ્વાર્થ તો કદીયે નહીં. રાષ્ટ્ર જ નહીં હોય તો ધર્મ ધ્યાન, મંદિર, વેદ, સંસ્કૃતિ ક્યાં જઈને ઊભાં રહેશે. ઊકળાટ ગ્લોબલ વોર્મિંગનો છે, તેથીયે વિશેષ રાષ્ટ્ર પ્રત્યેની આપણી નિષ્ઠિયતાનો છે. રાષ્ટ્રવાદી બનીએ.

આશ્રમમાં શ્રી શંકરાચાર્ય પ્રાકટ્ય ઉત્સવ ખૂબ જ ઉલ્લાસ અને ગંભીર ચિંતન સાથે ઉજવાયો. ઓરિસ્સાના કેન્દ્રપાડાથી બ્રહ્મચારિણી દિવ્યચૈતન્ય માતાજી, રાજસ્થાનથી ડૉ. સ્વામી મુક્તાનંદજી મહારાજ, અધ્યાત્મવિદ્યામંદિરના યાર્ય શ્રીમત્ સ્વામી વિદિતાત્માનંદજી મહારાજ અને પૂજ્યશ્રી ચરણશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ ઉપરાંત પૂજ્યા સ્વામીની વિદ્યાપ્રકાશાનંદજી માતાજીનાં મનનીય ઉદ્બોધનો થયાં. આચાર્યચરણશ્રીના વેદાન્ત વિચાર, પ્રસ્થાનત્રયીના દિવ્ય પ્રસ્તૂતીકરણ અને રાષ્ટ્રીય એકતા, અખંડતા, સંતોનાં જીવનમાં અનુશાસન, દશનામ સન્યસ્ત પરંપરા, ચારધામ યાત્રા, ચાર મઠની ચાર દિશામાં સ્થાપના, કુંભમેળાઓ, આ બધાંનો હેતુ સનાતન ધર્મ, વૈદિક વિચારને પ્રજ્વલિત જવાળા સમાન દેદીપ્યમાન રાખવાનો મૌલિક પ્રયાસ હતો. આચાર્યચરણે ખંડન-મંડન નહીં, પરંતુ રાષ્ટ્રીય માનસનું ઘડતર સ્વસ્થ વિચારધારાપૂર્વકનું બને તે હતું, જે ખરેખર આજે અને પ્રત્યેક દિવસ સમયોચિત જ રહેશે.

એપ્રિલ મહિનામાં તા.૬થી ૧૨ સુધી પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીએ તેમની ચીનની યાત્રા કરી. બીજીમાં 'ચીન શાકાહારી સંસ્થાન' ચીન વેજીટેરિયન પરિષદની સ્થાપના કરી. પરિષદને સંબોધન કરતાં કહ્યું કે, 'આજે સમગ્ર વિશ્વ આતંકવાદ, ગ્લોબલ વોર્મિંગ અને સ્વાસ્થ્યની ત્રિપાંખીય સમસ્યાથી પીડિત છે. ત્યારે 'શાકાહાર' જ આ સમસ્યાનો એક ઉત્તમ સમાધાન છે. 'જેવું અન્ન તેવું મન' આપણો આહાર શુદ્ધ હશે તો વિચાર, વાણી અને વ્યવહાર શુદ્ધ થશે.

માનવજીવનની સમસ્યાનું પ્રમુખ કારણ વ્યક્તિગત અહંકાર અને સત્તા તથા સંપત્તિ માટેની હુંસાતુંસી છે. દિવ્ય જીવનનો હેતુ જ સેવા, પ્રેમ, દાન, પરોપકાર, પવિત્રતા અને જીવન લક્ષ્ય આત્મ સાક્ષાત્કાર છે. આપણાં જીવન સતત ઈશ્વરસ્મરણનાં મૂર્ત સ્વરૂપ બને. પ્રભુ સ્મરણ પ્રત્યેક શ્વાસનો આધાર હોય, પ્રભુ જ પહેલાં, પ્રભુ જ પછી, પ્રભુ જ સદા સર્વદા. બધાં કાર્યો વિચાર, વિનિમય, ચિંતન અને મનનમાં પ્રભુનું વિસ્મરણ ક્યારેય ન થાય તેની સતર્કતા સભાનતાપૂર્વક જળવાય, ત્યાં જ જીવન સાર્થક્ય.

મે મહિનામાં શ્રીશ્રીમા આનંદમયીમા અને આપણા શ્રદ્ધેય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજના પવિત્ર પ્રાકટ્ય પર્વો આવે છે, સૌને પ્રણામ. સૌને અભિવાદન. સૌનાં બહુવિધ માંગલ્યની પવિત્ર કામના. ઝૂં શાંતિ.

- સંપાદક

ગુરુ અને શિષ્ય-૩

ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી શિવાનંદજી

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

શિષ્યની ફરજો

यस्य देवे परा भक्तिर्यथादेवे तथा गुरौ ।
तस्यैते कथिताह्वर्याः प्रकाशन्ते महात्मनः ॥

જેવી રીતે પરમદેવ પરમેશ્વરમાં પરમભક્તિ હોય છે તથા જે પ્રકારે પરમેશ્વરમાં હોય છે તેવી પોતાના ગુરુમાં પણ ભક્તિ હોય, તેવા મહાત્મા પુરુષના હૃદયમાં જ આ બતાવેલા રહસ્યમય અર્થ પ્રકાશે છે.

શિષ્ય એને કહેવાય કે જે ગુરુના સંદેશા- આદેશનું અક્ષરશઃ અને ઉત્સાહપૂર્વક પાલન કરે છે અને ગુરુના ઉપદેશને સામાન્ય માનવી સુધી લઈ જઈ જીવનપર્યંત આધ્યાત્મિક માર્ગ તરફ દોરે છે.

સાચા શિષ્યને ગુરુના દિવ્ય સ્વભાવ સાથે જ લાગેવળગે છે. ગુરુના રોજિંદા કાર્ય સાથે શિષ્યને કોઈ લેવાદેવા નથી. ગુરુનું વર્તન કેવું છે, તેમનાં કાર્યો શું છે, તેઓ શું કરે છે તેને વિશે શિષ્યે જાણવાની જરૂર જ નથી. તેને માટે તો ગુરુ એ ગુરુ જ છે, ગુરુનું વર્તન સામાન્ય સંસારમાં કદાચ ગેરવાજબી ઠરતું હોય તો પણ.

સાચા અને સાક્ષાત્કાર પામેલા ગુરુનો આપણે ન્યાય તોળવાનો નથી. અજ્ઞાનરૂપી નાનકડી પટ્ટી વડે તેમને માપવાનો બાલિશ પ્રયત્ન પણ ના કરવો જોઈએ. એ તો નાનકડી ફૂટપટ્ટી લઈ દરિયાની ઊંડાઈ માપવા જેવું લાગે! આપણી અજ્ઞાન અવસ્થામાં આપણે ગુરુને સમજી જ ન શકીએ. ગુરુ તો એમના પણ ગુરુ એટલે કે ઈશ્વરના કલ્યા મુજબ વર્તે છે. તેઓ તો સમગ્ર માનવજાતના કલ્યાણ માટે કાર્ય કરે છે, માત્ર થોડા માણસો કે સમાજ માટે નહીં. તેમની પાસે તો વૈશ્વિક દૃષ્ટિ છે અને માટે જ કોઈ પણ સંજોગોમાં આપણે આપણા ગુરુની ટીકા કરવી નહીં.

જો આપણને ગુરુમાં આ પ્રમાણેની શ્રદ્ધા હશે તો દિવ્ય તેજ જરૂર આપણા હૃદયમાં પ્રગટશે. આપણી બધી જ સુષુપ્ત શક્તિઓ જાગ્રત થશે. આપણી અને

ગુરુ વચ્ચે સંપૂર્ણ સંવાદિતા હશે. જ્યારે આ પ્રકારનો સંબંધ ગુરુ અને શિષ્ય વચ્ચે ઉદ્ભવે છે ત્યારે ગુરુ-શિષ્યમાં આધ્યાત્મિક શક્તિનું પ્રસારણ કરે છે. અને તેઓ શિષ્યનું સમગ્ર જીવન સામાન્ય પ્રાણીજીવનથી ઊર્ધ્વ કરી મનુષ્ય જીવનમાં અને ત્યારબાદ મનુષ્ય જીવનમાંથી દિવ્ય જીવનમાં ફેરવી નાખે છે.

ગુરુ પાસે જવાની યોગ્યતા :

ગુરુ પાસે જવા માટે આપણી યોગ્યતા નીચે પ્રમાણે હોવી જોઈએ.

(૧) આપણને દુન્યવી સુખોનું આકર્ષણ ન હોવું જોઈએ.

(૨) આપણી પાસે શુદ્ધતા, દયા, સચ્ચાઈ, હિંમત, પ્રેમ અને આજ્ઞાંકિતપણું જેવા દિવ્ય સદ્ગુણો હોવા જોઈએ.

(૩) આપણે ક્રોધ, મોહ, અભિમાન, સ્વાર્થ વગેરે બધા જ દુર્ગુણોથી પર થવું પડે.

(૪) આપણી જાત ઉપર નિયંત્રણ હોવું જોઈએ. જો આટલી લાયકાતો આપણે મેળવી હોય તો આપણને ગુરુનો સત્સંગ પ્રાપ્ત કરવાનો મોકો મળી શકે.

આપણું મન ખૂબ શાંત હોવું જોઈએ. નાની નાની બાબતોમાં આપણે વ્યગ્ર ન થઈ જવું જોઈએ. આપણાં માતા-પિતા, શિક્ષકો અથવા મિત્રો આપણા કાર્ય માટે પૂછતા હોય અથવા ટીકા કરતા હોય તો આપણે વ્યાકુળ બની જતા હોઈએ છીએ. આપણે

આપણી જાતની તપાસ કરવાનું વિચારતા પણ નથી ! આપણે કેટલા બાલિશ કહેવાઈએ ! આવા સંજોગોમાં આપણે આપણા મગજને શાંત ન રાખી શકતા હોઈએ તો પછી અત્યંત કઠિન અને અઘરી સાધના કરવા માટે આપણે કઈ રીતે ટકી શકીશું ? જે રીતે બીજા આપણાં કાર્યોની તપાસ રાખે છે તે રીતે આપણે આપણા મનની તપાસ રાખવી પડે ને !

આપણી પાસે અતૂટ શ્રદ્ધા અને ભક્તિ હોવાં જોઈએ. ગુરુ પાસે ગયા પછી ગુરુને જે યોગ્ય લાગે એ આપણને કહે, એ સ્વીકારવાની આપણી તૈયારી ન હોય તો ગુરુ પાસે જવાનો કોઈ અર્થ જ નથી. તેમની આપેલી સલાહ આપણે હૃદયપૂર્વક માન્ય રાખવી જ જોઈએ. એનું નામ છે શ્રદ્ધા. તેમના શબ્દોને માનવા એટલું જ પૂરતું નથી. આપણે તેમના કહ્યા મુજબ વર્તવું જોઈએ અને એ માટે ભક્તિ અને સમર્પણની જરૂર છે. ગુરુની સાથેના વર્તનમાં આપણે ખૂબ વહેવારિક બનવું પડે.

ગુરુ માત્ર એવા શિષ્યને જ શીખવે છે કે જે સાક્ષાત્કાર માટે ખરેખર ઉત્સુક છે. ઈશ્વરને મેળવવાની તીવ્ર ઈચ્છા ન હોય તો આપણને શીખવવાનો ગુરુનો પ્રયત્ન પણ નિષ્ફળ નીવડે છે. રેતાળ જમીનમાં બીજ રોપવાથી શું ફાયદો ? તેમાંથી છોડ ઊગવાની શક્યતા ક્યાંથી હોય ? માટે ગુરુને મેળવવા પહેલાં શિષ્યે સંપૂર્ણ સજ્જતા કેળવવી પડે. જો શિષ્યનું મન - અભિમાન અને સ્વચ્છંદતા વગરનું - ખાલી હશે તો ગુરુ તેના મનમાં અવર્ણનીય આનંદ અને શાંતિ ભરી દેશે.

સૌપ્રથમ આપણામાં રહેલી સ્વાર્થવૃત્તિને દૂર કરવા માટે આપણે સમગ્ર પ્રયત્નો કરવા જોઈએ. ગુરુની નિઃસ્વાર્થ સેવા કરવાથી તે સહેલાઈથી પ્રાપ્ત થઈ શકે છે. ગુરુની સેવા એટલે શ્રદ્ધાપૂર્વક તેમનાં સલાહસૂચનોનો અમલ કરવો તે. તેમની સેવા દ્વારા આપણે ઈશ્વરની જ સેવા કરી રહ્યા છીએ તેવો ભાવ થવો જોઈએ. પરિણામે આપણી સ્વાર્થવૃત્તિ બહુ સહેલાઈથી દૂર થઈ જશે.

વહાણનો કમાન સતત જાગ્રત હોય છે. માછીમાર

પણ સતત જાગ્રત હોય છે. સર્જન તેના ઓપરેશન થિયેટરમાં સતત જાગ્રત હોય છે. તે જ રીતે ઈશ્વર-પ્રાપ્તિનો ભૂખ્યો આધ્યાત્મિક જ્ઞાન-પિપાસુ શિષ્ય પણ ગુરુની સેવામાં સતત જાગ્રત હોય છે.

ગુરુની સેવા માટે જીવન છે. ગુરુની સેવા માટેની તક શોધતા રહેવું. તે માટેના આમંત્રણની રાહ ન જોવાય. ગુરુની સેવા માટે જાતે જ સ્વયંસેવક બની જાઓ. ગુરુની સૌથી શ્રેષ્ઠ પૂજા ત્યારે જ કરી કહેવાય જ્યારે તેમના શિક્ષણને બને તેટલા પ્રમાણમાં જીવનમાં ઉતારીએ અને તેમના જેવું જ જીવન જીવીએ.

ગરીબ અને માંદાની સેવા, સખાવત, પરોપકારી સંસ્થાઓની સેવા પણ એક પ્રકારની ગુરુસેવા છે. બધાં જ નામ અને સ્વરૂપમાં ગુરુને જોવાનો પ્રયત્ન કરો. પછી તમે જે કંઈ પ્રવૃત્તિ કરશો તે ગુરુની સેવા અને પૂજા ગણાશે.

ગુરુની સેવા સ્વેચ્છાથી, શ્રદ્ધાપૂર્વક, વિનયપૂર્વક, દ્વેષભાવ વગર, અવિરત, આજ્ઞાંકિત બનીને અને પ્રેમથી કરો. જ્યારે તમે ગુરુની સેવા કરતા હો ત્યારે તમે તેમના ગુલામ હો અથવા તમારી સાથે ગુરુનું વર્તન ખરાબ છે એવી લાગણી જો તમે અનુભવતા હો તો ગુરુની સેવાનો જે ઉદ્દેશ છે તે સંપૂર્ણપણે માર્યો જશે. યાદ રાખો કે આ કાર્ય તમે તમારા પોતાના આધ્યાત્મિક જ્ઞાનની ઉન્નતિ માટે કરો છો, તમારા મનની શુદ્ધતા માટે કરો છો, સ્વાર્થરૂપી રાક્ષસને મનમાંથી દૂર કરવા માટે કરો છો. તેથી બધું ત્યાગીને ગુરુની સેવામાં લાગી જાઓ. ગુરુની સેવા જેવું બીજું કંઈ મહાન નથી. ગુરુ-સેવામાં જેટલી શક્તિ કામે લગાડશો, તેટલી જ આધ્યાત્મિક શક્તિનો પ્રવાહ તમારામાં વહેતો થશે.

ગુરુના આદેશોનું અનુસરણ એ જીવનની સફળતાની ચાવી છે. તેઓને અનુસરવું એ વિનમ્રતા અને આધ્યાત્મિક ઉન્નતિની નિશાની છે. શિષ્યનું એ કર્તવ્ય છે કે તેણે તેના દિવ્ય ગુરુની હંમેશાં સેવા કરવી અને તેમની પ્રશંસા કરવી. આમ હંમેશાં ગુરુની યોગ્ય સેવા કરવી અને તેમની હૃદયપૂર્વક પૂજા કરવી જોઈએ.

જે ગુરુની સેવા કરે છે તે જગતની સેવા કરે છે. સેવા પણ સ્વાર્થરહિત કરો. સેવા કરતી વખતે તમારા આંતરિક ધ્યેયને ઝીણવટપૂર્વક તપાસો. સેવા હંમેશાં નામ, કીર્તિ, શક્તિ કે સંપત્તિની અપેક્ષા વગરની હોવી જોઈએ. જેમની તમે સેવા કરો છો તેમની પાસેથી પણ પ્રશંસા કે આભારની ભાવના વ્યક્ત કરવાની અપેક્ષા ન રાખવી જોઈએ. જેને દુન્યવી બાબતોમાં બહુ દિલચ્છી નથી તે વ્યક્તિ જ ગુરુની સેવા નિષ્ઠાપૂર્વક અને હૃદયપૂર્વક કરી શકે છે. મોહ, લોભ અને ક્રોધ એ ત્રણ ગુરુની સેવામાં વચ્ચે આવતા મુખ્ય અવરોધો છે.

ગુરુ પ્રત્યેની નિષ્ઠા :

‘ગુરુ પ્રત્યેની નિષ્ઠા એ ઉચ્ચ આદરભાવ કરતાં પણ વધુ શ્રેષ્ઠ છે.’ આજ્ઞાંકિતપણું એ કીમતી સદ્ગુણ છે કારણ કે એ ગુણ ખીલવવા માટે અભિમાન, કપટ જેવા ઈશ્વર-સાક્ષાત્કારના માર્ગ માટેના દુશ્મનો ધીમે ધીમે જડમૂળથી ઊખડી જાય છે.

ગુરુને અનુસરનાર શિષ્યને જ તેના આંતરમન ઉપર કાબૂ હોય છે. નિષ્ઠા ખૂબ જ વ્યવહારુ, હૃદયપૂર્વકની તેમ જ ખંતપૂર્વકની હોવી જોઈએ. ગુરુ પ્રત્યેની સાચી નિષ્ઠામાં ક્યારેય વિલંબ નથી હોતો-કે નથી કોઈ પ્રશ્નો હોતા. દંભી શિષ્ય ભયથી ગુરુને અનુસરે છે જ્યારે સાચો શિષ્ય તેના ગુરુને પ્રેમપૂર્વક અનુસરે છે.

કેવી રીતે અનુસરવું તે શીખો તો તમે એકલા સત્તા ચલાવી શકશો. શિષ્ય બનતાં શીખો તો તમે પોતે જ ગુરુ બની શકશો.

ગુરુને સમર્પિત થવું, તેમની આજ્ઞાને અનુસરવું એટલે એક પ્રકારની પરાધીનતા છે એ વિચાર તદ્દન ખોટો છે. અજ્ઞાની મનુષ્ય તેને પોતાના મોભાને અણછાજતું અને તેની સ્વતંત્રતાની વિરુદ્ધ ગણીને બીજાના હુકમને માનવા જેવું ગણે છે. આ ગંભીર ભૂલ છે. જો તમે શાંતિથી વિચાર કરશો તો તમારી સ્વતંત્રતા, તમારા અભિમાન અને અહંકારની ગુલામ છે. તમારા હલકા મનમાં રહેલી કામાસક્ત ઈચ્છાઓને માણવી એ જ તમારે મન સ્વતંત્રતા છે. જે વ્યક્તિ

પોતાના મનને નિયંત્રણમાં રાખી શકે છે અને જે અહંકારને કાબૂમાં રાખી શકે છે તે જ વાસ્તવમાં સ્વતંત્ર માનવી છે. તે ખરેખર હીરો છે. આવી જીત મેળવવા માટે ઈશ્વરનો સાક્ષાત્કાર પામેલા અને દિવ્ય વ્યક્તિત્વ ધરાવતા ગુરુને સમર્પિત થવું જ પડે. તેમના હાથમાં આપણી જાતને મૂકી દઈને, આપણા નિમ્ન સ્વભાવનો નાશ કરીએ અને પરમ ઈશ્વરીય આનંદને પ્રાપ્ત કરીએ.

બેફિક્કર શિષ્યો :

આધ્યાત્મિક માર્ગ એ કાંઈ પીએચ.ડી. થીસીસ લખવા જેવો નથી. એ તો જુદી જ વસ્તુ છે. તેમાં તો દરેક ક્ષણે ગુરુની જરૂર પડે છે. આજે તરુણ શિષ્યો આત્મનિર્ભર, ઘમંડી, સ્વમતાગ્રહી હોય છે. ગુરુની આજ્ઞાનો અનાદર કરે છે. તેમને ગુરુ બનાવવા ગમતા જ નથી. શરૂઆતથી જ તેમને સ્વતંત્રતા જોઈતી હોય છે. તેઓ પોતાની જાતને અતિ-સભાન અવસ્થામાં હોય તેવું માને છે. ભલેને તેઓ આધ્યાત્મિકતાનો એકડો પણ ન જાણતા હોય ! તેઓ એવું માને છે કે સ્વતંત્રતા એટલે તેમની મીઠી મહેચ્છાઓ અને તેમણે નક્કી કરેલો માર્ગ. આ પણ એક ગંભીર ભૂલ છે.

આવા બેફિક્કર શિષ્યો પ્રગતિ કરી શકતા નથી. વધુમાં તેઓ તેમના આધ્યાત્મિક શિક્ષણના પ્રયત્નમાં શ્રદ્ધા ગુમાવી દે છે, અને તેમના ગુરુ અને ઈશ્વરમાં પણ શ્રદ્ધા ગુમાવી દે છે. તેઓ બેફિક્કરાઈથી કોઈ પણ ધ્યેય વગર કાશ્મીરથી ગંગોત્રી અને ગંગોત્રીથી રામેશ્વર રસ્તાઓ પર બીભત્સ વાતો કરીને અને ગમે તેવી સાચી ખોટી વાતો કરીને પોતે જાણે કે મહાન પુરુષો હોય તેવી રીતે રખડવા કરે છે !

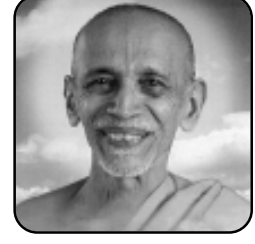
જ્યારે ઉત્સુક શિષ્યને આવી કોઈ જ ચિંતા થતી નથી. જે પોતાના ગુરુને છેતરવાનો કે ખોટે રસ્તે લઈ જવાનો પ્રયત્ન કરે છે તેને અંતે કડવી ગોળી ગળ્યાનો અનુભવ કરવો પડે છે. તેથી આપણે આપણા ગુરુ સાથેના સંબંધમાં ખૂબ જ સંનિષ્ઠ રહેવું અને આપણે એમના કરતાં વધુ ડાહ્યા છીએ તેવું કદી માનવું નહીં. □ ‘યોગના પાઠ’માંથી સાભાર



ॐ श्री सद्गुरुपरमात्मने नमः

ભજ ગોવિંદમ્

પ્રવક્તા : શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજી



[જગદ્ગુરુ આદિ શંકરાચાર્યજીએ જ્ઞાન અને ભક્તિનો સમન્વય કરતું 'ભજ ગોવિંદમ્' સ્તોત્ર રચ્યું. પૂજ્ય ગુરુદેવ શ્રી સ્વામી ચિદાનંદજીએ સંગીત કલામંદિર ટ્રસ્ટ કોલકતા તરફથી ગોઠવાયેલા વાર્ષિક જ્ઞાન-સત્રમાં તે સ્તોત્ર પર પ્રવચનો આપેલાં. તે પ્રવચનોનું સંકલન એટલે 'ભજ ગોવિંદમ્' પુસ્તિકા. સ્વામીજી આપણને સંસારમાં રહીને જીવન-લક્ષ્ય કેવી રીતે સાધી શકાય તેની પ્રવચનો દ્વારા સમજણ આપે છે. -સંપાદક]

આ બાર શ્લોકોની ઉપદેશમાળામાં માનવજાત માટે સંદેશ સમાયેલો છે. તે ખૂબ સારભૂત સંદેશ છે : 'જીવનમાં યોગ્ય સમજણ સાથે પ્રવેશ કરો, વસ્તુઓને યોગ્ય વિવેકથી સમજો અને જેને પ્રમુખસ્થાન આપવા જેવું હોય તેને મહત્વ તથા પ્રમુખસ્થાન ચોક્કસ આપવું જોઈએ.' મનુષ્યે આ ગોખણપટ્ટી ફક્ત પંડિત થવા માટે, પૈસા ભેગા કરવા માટે કે સારી ખ્યાતિ મેળવવા માટે કરવી જોઈએ ?

યાવદ્વિત્તોપાર્જનસંકેતસ્તાવન્નિજ-પરિવારો રક્તઃ ।
પશ્ચાજજીવતિ જર્જરદેહે વાર્તા કોઠપિ ન પૃચ્છતિ ગેહે ॥૪॥
ભજ ગોવિંદં ભજ ગોવિંદં...

જ્યાં સુધી તમે પૈસા કમાતા હશો ત્યાં સુધી મિત્રો અને સંબંધીઓનો પ્રેમ રહેશે. જ્યારે તમે વૃદ્ધ નબળાઈથી અશક્ત થઈ જશો ત્યારે ઘરની કોઈ જ વ્યક્તિ તમારી ભાળ રાખશે નહીં. (૪) ભજ ગોવિંદં, ભજ ગોવિંદં...

જ્યારે તમે વૃદ્ધ થશો, અશક્ત થશો અને ધન રળી શકશો નહિ ત્યારે તમને કોઈ પણ 'દાદા કેમ છો ?' કહેવાની પણ સભ્યતા બતાવશે નહિ. આ આખો સંસાર સ્વાર્થી છે. માટે તમે જાગો ! ભ્રમમાં ન રહો, તમારા કુટુંબ સાથે ખૂબ આસક્તિ ન રાખો. તેઓ તમારી કોઈ સંભાળ રાખવાનાં નથી. જ્યાં સુધી તમારી પાસે ધન હશે ત્યાં સુધી તેઓ તમારી સાથે હશે. પણ જ્યારે તમે વૃદ્ધ થશો, પૈસા આપવા માટે અશક્ત બનશો ત્યારે તમને કોઈ 'દાદા, પાણી જોઈએ છે ?' એટલું પણ પૂછશે નહીં.

જ્યાં સુધી શરીરમાં ધ્યાસ હશે ત્યાં સુધી દરેક

જણ તમારી તબિયત માટે પૂછશે અને તમારી સગાઈ રાખશે. જે પળે શરીરથી ધ્યાસ તૂટ્યો કે તમારી પત્ની પણ તમારા મૃત શરીરથી બીશે અને કહેશે : 'હવે લઈ જાઓ, લઈ જાઓ.' 'તેમને લઈ જાઓ કે તેણીને લઈ જાઓ' એમ કોઈ કહેશે નહિ, પણ 'તેને લઈ જાઓ અને જલદીથી બાળી નાખો' એમ જ કહેશે. મૂળ પાઠમાં થોડોક ફેરફાર છે.

એક પાઠ છે :

ભજ ગોવિંદં ભજ ગોવિંદં

ગોવિંદં ભજ મૂઢમતે ।

સન્નિહિતે સંપ્રાપ્તે મરણે

નહિ નહિ રક્ષતિ 'ડુકૃન્ કરણે' ॥

ભજ ગોવિંદં ભજ ગોવિંદં...

બીજો પાઠ છે :

ભજ ગોવિંદં ભજ ગોવિંદં

ભજ ગોવિંદં મૂઢમતે ।

સંપ્રાપ્તે સન્નિહિતે કાલે

નહિ નહિ રક્ષતિ 'ડુકૃન્ કરણે' ॥

ભજ ગોવિંદં ભજ ગોવિંદં...

મૃત્યુ સમયે જ્યારે તમારું ગળું ડુંધાતું હોય ત્યારે તમારા મોક્ષ માટે તમારા પુરુષાર્થથી પોતે પ્રયત્ન ન કરેલો હોય તો બીજું કોણ પ્રયત્ન કરવાનું છે. સંતોના ઉપદેશો આ પ્રયત્નોની ઉપયોગિતાથી તમને સભાન બનાવે છે, જીવન-લક્ષ્યને પ્રાપ્ત કરવા માટે તમારે કયા પ્રયત્નો કરવા જોઈએ તેનું માર્ગદર્શન તે તમને આપી શકે છે, પથ પર પ્રકાશ ફેંકી શકે છે, પણ પ્રયત્ન તો તમારે પોતાને જ કરવાનો રહે છે. જો બાળક ભૂખ્યું

હોય તો માતા તેના માટે ખોરાક રાંધી શકે છે, તેને થાળીમાં કાઢીને બાળકની સમક્ષ મૂકી શકે છે, બાળકને તે ખાવા માટે પ્રેરી અને પ્રોત્સાહિત પણ કરી શકે છે, પણ ખાવાનું અને ખાઈને ભૂખ મટાડવાનું કામ તો બાળકનું પોતાનું છે. તે જ પ્રમાણે મહાપુરુષોએ આપણી જાતને પરમાર્થતત્ત્વ સાથે જોડવા માટેનો અનિવાર્યપણે આવશ્યક સંદેશ તો આપણે જ્યારે સંસારમાં રત હોઈએ છીએ ત્યારે આપી દીધેલા જ હોય છે. પણ આપણે આપણા પુરુષાર્થથી તેને પ્રાપ્ત કરવા માટે ઉત્કટ પ્રયત્ન કરવાનો હોય છે.

આ સ્તોત્રમાં સુંદર અનુક્રમની ગોઠવણ સાધવામાં આવી છે તે છે શરૂઆતનો ઉપદેશ અને શંકરાચાર્યના દ્વાદશ મંજરિકાના દરેક શ્લોકને અંતે મૂકવામાં આવ્યું છે. બોધવાક્ય : ભજ ગોવિન્દમ્, ભજ ગોવિન્દમ્, ગોવિન્દમ્ ભજ મૂઢમતે.

પ્રથમનું જ બોધવાક્ય - ‘આપણામાંનું કોઈ પણ અહીં કાયમનું અહીં (આ ધરતી પર) રહેવાનું નથી’, એવું છે કે જાણે તે દરેકના અનુભવનું હોય, આપણે આ બધું છોડીને એક દિવસ જવાનું છે, ‘જાતસ્ય હિ ધ્રુવો મૃત્યુઃ’ જન્મેલાનું મૃત્યુ નક્કી છે. માટે શંકરાચાર્ય કહે છે ‘જો ભાઈ, અહીં રહેવાનો તારો સમય બહુ ટૂંકો છે. તેનો ઉચ્ચતમ અને શ્રેષ્ઠ ઉપયોગ કર. ભારતવર્ષમાં જન્મેલો હોવાથી જ્ઞાનથી ભરેલા જીવનના વિશિષ્ટ મહાન માર્ગનો તું વારસ છે.’

આપણને કહેવામાં આવ્યું છે કે તમે જે કંઈ પ્રયત્ન કરો, તમારા જીવનની જરૂરિયાતોને પહોંચી વળવા માટે જે કંઈ સાધનસામગ્રી જરૂરી લાગે તે મેળવવા માટે અને સાથે સાથે તમારા કુટુંબનું ભરણપોષણ કરવા માટે જે કંઈ ઉત્કટ પ્રયત્નો કરો તે તમારી ફરજનો એક માત્ર ભાગ છે. તમારે કેટલાંક બીજાં મૂલ્યો, કેટલાંક બીજાં લક્ષ્યો અને ઉદ્દેશ્યો સાધ્ય કરવા માટે ઉત્કટ પ્રયત્ન કરવાનો રહે છે. પ્રપંચ (સંસાર) નામ જાણીતું છે. તે જાણીતું હોવાથી તમને તે વિશે ખાસ કહેવાનું રહેતું નથી. તમે જાણો છો કે જ્યાં સુધી તમે ખૂબ પ્રયત્નો કરી તમારું ગુજરાન ચલાવી ન શકો ત્યાં સુધી તમારું કોઈ મહત્ત્વ નથી.

તમારે વિવિધ રીતે સતત મહેનત કરીને તમારી જાતને ધંધાદારી તરીકે, ખેડૂત તરીકે, વ્યવસાયલક્ષી બનીને, સરકારી નોકર બનીને અથવા કારીગર બનીને આગળ લાવવાની રહે છે. પણ આ બધું પ્રપંચ (સંસાર) છે. જ્યાં સુધી ખોરાક, વસ્ત્ર, ભૂખ અને તરસની જરૂરિયાતવાળા આ શરીરને જીવાડવાની જરૂર હોય ત્યાં સુધી જરૂરી છે; પણ પ્રપંચ જ ફક્ત તમારું જીવન નથી.

તમારે ઉચ્ચતર લોકોત્તર લક્ષ્યને પ્રાપ્ત કરવાનું છે. તેને સર્વોપરી લક્ષ્ય ‘પરમાર્થ’ કહેવામાં આવે છે. તમારે પરમાર્થના માર્ગો જ ચાલવાનું છે. પ્રપંચ અનિવાર્ય હોવાથી તમારે તેને સ્વીકારવો જ પડે છે. સાથે સાથે પરમાર્થને સ્પષ્ટપણે પિછાણવો પડે છે અને તેને પિછાણી તમારે પરમ લક્ષ્ય તરફ જવા ગતિ કરવાની છે.

બે પ્રકારનાં મૂલ્યો છે. પ્રથમ મૂલ્યમાં શાશ્વત તાત્વિકતા, ઈશ્વર-અનુભવ પ્રાપ્ત કરવાનો અને તમે જે ઉદ્દગમમાંથી ઉદ્ભવ્યા તે તરફ પાછા જવાનાં લોકોત્તર લક્ષ્યોનો સમાવેશ થાય છે. બીજું મૂલ્ય આ મૃત્યુલોકની માનનીય પ્રવૃત્તિઓ સંબંધી છે. માનવોને ઈચ્છાઓ, અભિલાષાઓ હોય છે. તેઓ તેમને સંતોષવા માટે પ્રયત્ન કરે છે. તેમના જીવનની ખોરાક, આશ્રય અને વસ્ત્રો જેવી કેટલીક જરૂરિયાતોને પૂરી કરવા માટે તેમને કાર્યશીલ થવું પડે છે અને હવે તમે સો ટકા પ્રપંચમાં રત છો, પરંતુ ઈશ્વર-સાક્ષાત્કારનું પરમ લક્ષ્ય સો ટકા પરમાર્થ પ્રાપ્ત કરવા માટે જરૂરી છે. એટલે આપણી દુનિયાની પ્રવૃત્તિઓ પ્રપંચ અને વહેવારના કાર્યક્ષેત્ર દ્વારા કરી પરમાર્થને મેળવવાનો રહે છે.

જો તમારે સાથે સાથે પરમાર્થ માર્ગ પર પણ જવું હોય અને પરમાર્થ-નિત્ય શુદ્ધત્વ અને સર્વોપરી લક્ષ્ય-નાં આધ્યાત્મિક મૂલ્ય પ્રાપ્ત કરવાં હોય તો એક પરિબળ નિરપેક્ષ રીતે અનિવાર્ય બને છે અને તે છે ભગવાન. તે નિત્યશુદ્ધ પરમપવિત્ર શુદ્ધ તત્ત્વ છે. ઈશ્વર સદા શુદ્ધ, પવિત્રમાં પવિત્ર અને દિવ્ય છે.

જો તમારે સંસારમાં રહીને તે દ્વારા સર્વોપરી

લક્ષ્ય પ્રાપ્ત કરવું હોય તો પ્રપંચ પણ શુદ્ધ હોવો જોઈએ, તેને પણ સાત્ત્વિક બનવું જોઈએ. તેને પણ તમે જે મહાન દિવ્ય અનુભવો પ્રાપ્ત કરવા માગો છો તે ક્ષાણું બનવું જોઈએ. તમારા અહીંના જીવનમાં આધ્યાત્મિક દૂરદષ્ટિ, આધ્યાત્મિક ભાવ, આધ્યાત્મિક દૃષ્ટિબિંદુ, અભિગમ અને વૃત્તિનું તત્ત્વ હોવાં જોઈએ. જો પ્રપંચોનું જીવન તે પરમ મહત્તમ તાત્ત્વિકતાના જીવન કરતાં વિરુદ્ધ હશે તો તમારો પ્રપંચ તે પરમાર્થ તત્ત્વ તરફના તમારા વહેવારમાં મોટા અંતરાયરૂપ થઈ જશે. જો તમે તમારા પ્રપંચ-સાંસારિક કાર્યો-ને પરમાર્થ કરતાં વધુ મહત્ત્વ અને અગ્રતા આપો તો તે તમારા માટે ડહાપણભર્યું નહિ હોય. તમારા બધા જ પ્રયત્નો નકામા જશે. માટે, તમારા પુરુષાર્થને કારણભૂત, અનુકૂળ, માફક રાખીને પ્રપંચ વધુ ઊંચો ઊઠે અને પરમાર્થમાં પરિણમે તે માટે તમારા પ્રપંચને શુદ્ધ, સાત્ત્વિક અને કેટલાંક ઉચ્ચતર મૂલ્યો પર આધારિત કરવો જોઈએ.

સંતોએ કહ્યું છે કે જો તમે તમારી જીવનજરૂરી જરૂરિયાતો ખાવાપીવાની, આશ્રયની અને વસ્ત્રની-એવી રીતે ગોઠવો, એવા સિદ્ધાંત મુજબ રાખો કે જેથી તમારો પ્રપંચ વિશિષ્ટ ગુણવાળો, શુદ્ધ અને મહાન અનુભવથી જે વિરુદ્ધમાં છે તેનાથી મુક્ત હોય, એટલે કે તમારો પ્રપંચ જે કંઈ અનાધ્યાત્મિક છે તેનાથી મુક્ત હોય તેવો બને.

એ કયો સિદ્ધાંત છે જે તમારા પરમાર્થની પ્રાપ્તિના માર્ગમાં અડચણરૂપ ન બને તેવા પ્રપંચની ખાતરી આપે છે. તે સિદ્ધાંત ધર્મ કહેવાય છે. ધર્મ એવો સિદ્ધાંત છે જે પ્રપંચ તેમ જ પરમાર્થ બંનેમાં સુસંગત છે. જ્યાં સુધી ધર્મ તમારા પ્રપંચ અને તમારી દુન્યવી પ્રવૃત્તિને શુદ્ધ નહિ કરે ત્યાં સુધી પરમાર્થ તમે ન પહોંચી શકો ક્ષિતિજ જેટલો દૂર જ રહેશે. જ્યાં આકાશ અને ધરતી મળે છે તે બિંદુ ક્ષિતિજને કોઈ પહોંચી શકતું નથી. ફક્ત ખ્યાલ છે, મર્યાદા છે. માટે, જો તમારે પ્રપંચ (સંસાર)માં અસરકારક રીતે અને સફળતાપૂર્વક ભગવાનના પરમ અનુભવને પ્રાપ્ત કરવો હોય તો તમારે ધર્મને

સાથે રાખવો પડશે.

ધર્મ એક એવું મુક્તિદાયક પરિબળ છે જે તમને અડચણરૂપ બની નિમ્ન સ્થિતિએ રાખનાર પ્રપંચનું રૂપાંતર કરે છે, એટલું જ નહિ તેમાં પૂરક અને જરૂરી ફેરફાર કરી તેનું પરમાર્થના ઉચ્ચતમ મૂલ્યને પહોંચવા માટે રૂપાંતર કરે છે. માટે તેને ચૂક્યા વગર ચાર પુરુષાર્થો ધર્મ, અર્થ, કામ, મોક્ષમાં તેનો સમાવેશ કરવામાં આવ્યો છે. તેમાંના બે અર્થ અને કામ પ્રપંચમાં પૂરેપૂરા વણાયેલા છે, મોક્ષ સો ટકા પૂરેપૂરા મોક્ષ સાથે છે અને ધર્મ તે ત્રણેને એકબીજા સાથે જોડે છે. આમ ધર્મ અનિવાર્યપણે અને નિરપેક્ષપણે જરૂરનો છે. જો મોક્ષને જીવનના એક મૂલ્ય તરીકે કે લક્ષ્ય તરીકે ગણવામાં ન આવતો હોય, એટલે કે મોક્ષને પૂરેપૂરો ભૂલી જવામાં આવ્યો હોય ત્યારે તમે માનવજીવનની અજોડ મૂલ્યવાન બક્ષિસને ફેંકી દો છો અને તમારી જાતને દુર્ભાગી બનાવો છો.

ઈહ ચેદવેદીદથ સત્યમસ્તિ ન ચેદિહાવેદીનુ-મહતી વિનષ્ટિઃ । જો મનુષ્ય અહીં (આ જીવનમાં) (બ્રહ્મને) જાણે તો (મનુષ્યની બધી કામનાઓનો સાચો અંત આવી જાય છે). જો મનુષ્ય અહીં (બ્રહ્મ)ને જાણી ન શકે તો તે મોટી ખોટ છે. (કેન. ઉપ. ૨-૫). આના કરતાં મોટી ખોટ, આનાથી મોટું દુર્ભાગ્ય બીજું કોઈ હોઈ શકે નહિ. જો તમને આવી શાશ્વત ધન્યતાની તક મળી હોય અને મનુષ્યદેહ મળ્યો હોય, અને છતાં તેનો ઉપયોગ ન થઈ શકે તો તેના જેવું દુર્ભાગ્ય (મહતી વિનષ્ટિ) ક્યું હોઈ શકે. આ બધી સુવિધાઓ, આ બધાં પરિબળ જે ઉચ્ચતમ લક્ષ્યને પ્રાપ્ત કરવા માટે ૧૦૦% અનુકૂળ છે, છતાં તમે તમારા માનવજન્મનો ઉપયોગ ન કરી શકો તો તેના કરતાં ક્યું મોટું નુકસાન હોઈ શકે. માનવજીવનની આ સોનેરી તકને ગુમાવી દેવી તેનાથી મોટી કઈ હાનિ હોઈ શકે. એક હિંદી કવિ કહે છે : ‘મોતી સી જનમ વ્યર્થ ના ખોવે’ (તને આપેલા) આ મોતી જેવા કીમતી જીવનને નકામું ન ગુમાવ.

□ ‘Bhaja Govindam’માંથી સાભાર અનુવાદ

ગુજરાત મારી નજરે

શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

[વાત ધાર્મિક ક્ષેત્રની હોય કે આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રની, વિકાસની હોય કે વાત્સલ્યની, વિશ્લેષકની હોય કે વક્તાની... સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીનું નામ અચૂક હોઠ પર આવે. શિવાનંદ આશ્રમ જોધપુર-અમદાવાદ ખાતેના આશ્રમમાં અનેકવિધ સેવાકીય પ્રવૃત્તિઓનું સંકલન સંભાળતા સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી યોગ અને પ્રાણાયામક્ષેત્રે માર્ગદર્શન આપીને લાખખો સાધકોના જીવનમાં અજવાળાં પાથરી ચૂક્યા છે. ગુજરાતનો આર્થિક, સામાજિક, સાંસ્કૃતિક અને રાજકીય ઇતિહાસ અનોખો રહ્યો છે. 'ગુજરાત' પાશ્ચિમના આમંત્રણ બાદ પોતાની નિષ્પક્ષ અવલોકનશક્તિ તથા તટસ્થ કલમ દ્વારા સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીએ આજના ગુજરાતને પ્રસ્તુત લેખમાં બખૂબી અનોખું અને સમયના પ્રવાહમાં અસાધારણ પરિવર્તન સાથે વિકાસની હરણફાળ ભરતું દર્શાવ્યું છે. એક શાસક તરીકે રાજ્યના મુખ્યમંત્રી શ્રી નરેન્દ્ર મોદીના કેટલાંક આગવાં પાસાંઓની છણાવટ કરીને તેઓએ ખૂબ ઓછા શબ્દોમાં પણ સચોટ મૂલ્યાંકન કરી વાચકો સમક્ષ પોતાનો મત પ્રગટ કર્યો છે, જે વાચકો સમક્ષ મૂકવાનો આનંદ છે. - કાર્યવાહક તંત્રી]

ખાડિયાની પોળમાં શ્રી ઉમંગભાઈના દીકરા મયંકની જનોઈમાં અમારા દાદાબાપુ જોડે આશરે ૫૫ વર્ષ પૂર્વે પહેલીવાર અમદાવાદ આવવાનું થયેલું. ત્યારે મારા શરીરની ઉંમર નવ દસ વર્ષની હશે. રીલિફ રોડ ઉપર રીલિફ ટોકિઝમાં દિલીપકુમાર અને વૈજયંતીમાલાનું જૂનું દેવદાસ સિનેમા જોવા ગયેલાં. સીઝન પતંગની ન હતી પરંતુ ખાડિયાનાં એ છાપરાવાળાં મકાનોને ધાબે ચઢીને વાંદરસેનાની જેમ કૂદાકૂદ કરવાની સ્મૃતિ હજુ પણ ગઈકાલ સાંજની વાત હોય તેમ લાગે છે.

પછી તો જ્યારે જ્યારે અમદાવાદ આવવાનું થયું ત્યારે નારાયણનગર સોસાયટી બંગલા નં. ૬૧-બીમાં શ્રી જી. એન. ઝાલાને ત્યાં ઉતારો થતો. ત્યાં જ નવચેતનવાળા શ્રી ચાંપશીભાઈ ઉદેશી રહેતા. પરંતુ અમો રાજસ્થાનથી આવતા, તેથી ગુજરાતી ભાષાના આ સમૃદ્ધ સામયિકને ગળે ઉતારવાનું દુષ્કર હતું. પણ એન. જે. ગોલીબારનું ચક્રમ, પછી ઝગમગ, બાલ સંદેશમાં જીવરામ જોષીની વાર્તાઓ અડુકિયો દુડુકિયો, રાજા વિક્રમ-રાણી ચતુરા, માનસેન, સાહસી છકો મકો, છેલ છબો, મીયા ફુસકી તથા ભટ્ટ અને બકોર પટેલની વાતો વાંચીને ગુજરાતી ભાષાનું થોડું ભંડોળ ભેગું કર્યું.

કાંકરિયે બાલવાટીકામાં 'મહેંદી રંગ લાગ્યો'નું શૂટિંગ થયેલું, પછી ત્યાં અરીસાઓ જોવાની પણ મોજ હતી. બાસઠની સાલમાં વૈજયંતીમાલાની સાથે 'ચાંડાલિકા' નૃત્યનાટિકા કરવા કાંકરિયા ઓપન એર થિયેટરમાં

આવવાનું થયેલું. મેકઅપ કરીને અમો સૌ તૈયાર થયેલાં પરંતુ ટિકિટો વેચાઈ જ ન હતી. કાર્યક્રમના પ્રારંભના સમય સુધી પ્રેક્ષકોની ગેલેરીમાં માત્ર ખુરશીઓ જ હતી, તેથી કાર્યક્રમ કર્યા વગર જ અમે રાત્રે ગુજરાત મેલમાં મુંબઈ પાછા ચાલ્યા ગયા હતા.

લાલ દરવાજેથી નગરદર્શનની બસ. માત્ર દસ રૂપિયામાં સીદી સૈયદની જાળી, સાબરમતી આશ્રમ, સરખેજ રોજો, હઠીસીંગના દેરાં, ઝૂલતા મીનારા અને કાંકરિયા ઝૂ તો ખરાં જ તે દેખાડાતા. ગુજરાતને છેલ્લા ૬૦ વર્ષમાં ખૂબ જ નિકટથી જોવા જાણવાનું સૌભાગ્ય મળ્યું છે.

ભૂજનું તળાવ, હમિરસર સૂકાઈને ફાટી પડ્યું હતું ત્યારે ભૂજથી ભચાઉની દિશામાં ૨૮ કિ.મી. દૂર ધાણેટી ગામમાં છ મહિના રહીને પચાસ ગામને રોટલા જમાડવાની સેવા કરવાનું સૌભાગ્ય મળ્યું હતું. સૌરાષ્ટ્રમાં માળિયા મીયાંણા વિસ્તારમાં ભયંકર વરસાદને કારણે તારાજી પણ પારાવારની થયેલી, અને એવી જ રીતે મોરબીનો મચ્છુડેમ તૂટ્યો ત્યારે ત્યાં પણ પાણી મોભે ચડ્યાં હતાં. તો કચ્છનો-અંજારનો પહેલો ભૂકંપ ૫૫-૫૬માં થયેલો, તે પણ યાદ છે.

૧૯૬૧-૬૨ના પાકિસ્તાનમાં યુદ્ધ સમયે જામનગરથી આર્મીના જવાનો જામનગરના રણજીતસાગરના રસ્તે તેમના આર્મી કેન્ટોન્મેન્ટથી આખા ગામની વચ્ચેથી રેલવે સ્ટેશન ગયા હતા ત્યારે એ જવાનોને અમોએ હાર પહેરાવ્યા હતા.

તરવાનું તો અમે પહેલાં દ્વારકાને દરિયે પ્રેમભિક્ષુજી મહારાજ પાસે શીખ્યા હતા. વડોદરાનો કમાટી બાગનો ઝૂલતો પુલ તૂટ્યો ત્યારે ૧૯૬૩-૬૪માં સયાજી હોસ્પિટલમાં સ્વયંસેવક તરીકે સેવા બજાવ્યાનું પણ યાદ છે.

ભરૂચમાં રેલ આવે ત્યારે ધોળીકૂઈ બજારમાં નાવડીમાં બેસીને લોકોને ખાધાખોરાકી પહોંચાડવાની વાતો વાગોળવાની પણ મજા છે હોં !

સુરતમાં માતા તાપી વિફર્યા ત્યારે ઓલપાડ, કામરેજ વગેરેમાં નવા મકાન બાંધવાની કામગીરી સાથે કારસેવાનું હજુ વિસ્મરણ થયું નથી.

વલસાડમાં તરણકુંડ (સ્વીમિંગ પુલ)નું ઉદ્ઘાટન કરવાનું હતું તો મોરારજીકાકાએ તેમની સિક્યોરિટીને કહ્યું તમો બહાર જ રહો અને અંદર જઈને પોતાના ધોતિયાં-પોતિયાં કાઢી કછોટો મારીને પાણીમાં કૂદી પડ્યા હતા. ચાર લેન્ય તર્યા પછી બહાર નીકળીને કહે... લો ઉદ્ઘાટન થઈ ગયું.

નવસારીમાં હવે જલારામના દાણા (સીંગદાણા-દાળિયા) વખણાતા થયા, બાકી તો મામાની પેટીસ, ક્યોરી જ નવસારીમાં વખણાય, વલસાડનું ઉંબાડિયું અને આફુસ-વલસાડમાં જ મળે-મુંબઈ સુધી તેનો સ્વાદ જાય. વડોદરાવાસીઓની લિજ્જત અને લહાણી એટલે જગદીશનો લીલો ચેવડો તથા ભાખરવડી અને બાકી વેણી તો વડોદરાની જ.

આ બધાં સંસ્મરણોનો પાર નથી, પરંતુ આ ગુજરાત છ દાયકા પૂર્વેનું અને ત્રણ દાયકા પૂર્વે સુધીનું હતું. શ્રી બળવંતભાઈ મહેતાના વિમાનને નડેલો અકસ્માત યાદ છે. ભાવનગર નરસીબાવાના મરીના વણેલા ગાંઠિયા કે ગાંધીસ્મૃતિનું તલનું કચરિયું અથવા શિયાળાની સવારે નીરો, જામનગર, રાજકોટ, સુરેન્દ્રનગરના ફાફડા ગાંઠિયા સાથે, વઢવાણનાં મોળાં મરયાં, ધ્રાંગધ્રાના મૂળા અને કાયાં પપૈયાનું છીણ. ડાકોર-આણંદના ગોટા, મગજ કે વડતાલ સ્વામિનારાયણ મંદિરના કોઠી ભરીને મરયાંનો સ્વાદ વિસ્મૃત નથી થયો.

પરંતુ પહેલાં જે બીજ હોય તે અંકુરિત થાય,

છોડમાંથી વૃક્ષ થાય, પછી વિશાળ વટવૃક્ષ બને-પહેલાં તો અંકુરિત બીજની કાળજી કરવી પડે - સંભાળ રાખવી પડે, પછી મોટું થયા બાદ તેમાં હાથી બાંધોને... બધું અભય નિર્ભય... સભય કશું જ નહીં.

ગુજરાતે કરવટ બદલી છે...

આદરણીય ડૉ. જીવરાજ મહેતા, શ્રી બળવંત મહેતા, શ્રી હિતેન્દ્રભાઈ દેસાઈ, શ્રી ઘનશ્યામભાઈ ઓઝા, શ્રી ચીમનભાઈ પટેલ, શ્રી બાબુભાઈ જશભાઈ પટેલ, શ્રી માધવસિંહ સોલંકી, શ્રી અમરસિંહ ચૌધરી, શ્રી છબીલદાસ મહેતા, શ્રી કેશુભાઈ પટેલ, શ્રી સુરેશચંદ્ર મહેતા, શ્રી શંકરસિંહ વાઘેલા, શ્રી દિલીપભાઈ પરીખ, શ્રી નરેન્દ્રભાઈ મોદીની શૃંખલાનો સાક્ષી છું.

આરોહ અવરોહ તો પ્રકૃતિનો ક્રમ છે.

પરંતુ આદરણીય શ્રી નરેન્દ્રભાઈ મોદીના નેતૃત્વમાં માત્ર આરોહણ જ જોયું છે. તેમના ત્રણેય શપથવિધિનો પણ હું સાક્ષી છું.

આદરણીય શ્રી બાબુભાઈ જશભાઈ તો અમારી યોગાસન શિબિરમાં આવતા. ગાંધીનગરના ટાઉનહોલમાં તેમણે સ્ટેજ ઉપર યોગાસન ડેમો-સ્ટ્રેશન કરેલું. ઓછે-વત્તે બધા જ મુખ્યમંત્રીશ્રીઓ અને મહામહિમ રાજ્યપાલશ્રી, ગુજરાત રાજ્ય શ્રી કે.કે. વિશ્વનાથજી, આદરણીય શારદાબેન મુખરજીથી અત્યારના મહામહિમ રાજ્યપાલ પંડિત નવલકિશોર શર્માજીને મળવાનું થયેલું છે. શ્રી જગન્નાથજીના મંદિરે સાધુ-સંતો અને બાવાઓની પંગતમાં બેસીને જમ્યો છું અને દર વર્ષે બે વાર ગવર્નર હાઉસમાં પણ હાઈ-ટીની લિજ્જત માણું છું.

ગુજરાત ૧લી મે ૧૯૬૦ના રોજ સ્વતંત્ર ગુજરાત થયું. જય જય ગરવી ગુજરાત ! ઉત્તરમાં અંબામાત, તેલ મળ્યું ખંભાતમાં વગેરે સંસ્મરણો ઊજળાં જ છે... ત્યારે આપણે આ ગુજરાતની પ્રગતિ ગાથાનો આંક જે ગોકળગાયની ગતિએ ચાલતો હતો, ત્યાંથી છેલ્લા નવ વર્ષથી કાર્યનિરત જોતાં હૈયે શાતા ઊપજે છે.

હું સંન્યાસી છું. સંન્યસ્ત જીવનના ૩૮ વર્ષ વીત્યાં છે. ભારતના પૂર્વ પશ્ચિમ ઉત્તર દક્ષિણ

ચારેય છેડાઓની પવિત્ર ધરતીને સ્પર્શ કરવાનો લ્હાવો અને પુણ્ય મળ્યું છે. દરિયાપારના નાના-મોટા દેશો સીંગાપોર, જાપાન, તાઈવાન, ચીન, મોરીશિયસ, ઈંગ્લેન્ડ, અમેરિકા, કેનેડા, જર્મની આર્મસ્ટડામને પણ ખૂબ જ નિકટથી અનેકવાર જોયા છે, માણ્યા છે. પરંતુ આ છેલ્લા અષ્ટકમાં ગુજરાત સરકારે જે વાયબ્રન્ટ ગુજરાતની કમર કસી છે તે અસાધારણ છે. ઔપચારિક નથી, સ્વપ્ન પણ નથી જ ખરેખર સત્ય છે, અદ્ભુત છે, પ્રશંસનીય છે, અનુકરણીય તો ખરી જ.

ગયા વર્ષે પટના (બિહાર)થી થોડા સરકારી અધિકારીઓ, ગાંધીનગર શિક્ષણાર્થે આવેલા. તેમણે કહ્યું ખેતીવાડી, કૃષિક્ષેત્રે, કિસાનો સાથેની કામગીરી માટે ગુજરાત રાજ્ય એક મોડલ છે. નાનામાં નાના માણસ સુધી કેમ પહોંચી શકાય તેનું ગુજરાત સરકાર એક ઉત્કૃષ્ટ ઉદાહરણ છે ! ગર્ભવતી માતાઓને તેમની સુખાકારી, સ્વસ્થ જીવન અને દૂરસ્ત સંતાન જન્મે તદર્થે તેમને સુખડી આપવાનો વિચારમાત્ર જ અદ્ભુત છે.

કાંકરિયાનું સૌંદર્યકરણ થયું, તે પૂર્વે અમદાવાદના અનેક તળાવો માર્જીત થયાં છે. આપણે આપણી વાત ખાડિયાથી ચાલુ કરેલી. ખાડિયા અમદાવાદનું હૃદય છે. ત્યાંથી આદરણીય શ્રી અશોકભાઈ ભટ્ટ દસથી વધુ વખત ચૂંટાયા છે તે અસાધારણ ઘટના છે.

નાઈન-ઈલેવનમાં આતંકવાદીઓએ ત્રાસ વર્તાવ્યો, તેને વાગોળવા અમેરિકન લોકો હજુ પણ દર વર્ષે હજારોની સંખ્યામાં આંસુ લઈને ભેગા થાય છે. આપણે ત્યાં આતંક ઓછો નથી થયો મોરબી ડૂબ્યું, કચ્છનો ભૂકંપ, કંડલામાં સમુદ્રના પાણી અગરિયાઓ ઉપર ફરી વળેલાં, ત્યાંથી દુકાળ કે અતિવૃષ્ટિ અને તાજેતરમાં અમદાવાદમાં બોમ્બ વર્ષા : આ બધા જ સમયે ગુજરાતે સંયમ જાળવ્યો છે. ૨૦૦૧ની ૨૬મી જાન્યુઆરીની સવારે ભૂકંપ થયા પછી સાંજે આઠ વાગ્યે નહેરુનગર ચાર રસ્તા, અમદાવાદમાં લક્ષ્મી ગાંઠિયારથ અને રાયપુર ભજિયાં હાઉસ કે ગુજરાત કોલેજના ખાડામાં દાળવડાં

ખાનારાઓની હારમાળામાં ઓટ આવી નથી. તેનો અર્થ ગુજરાતીઓ જાડી ચામડીના છે, તેવું નથી. પરંતુ 'In all condition, I am bliss bliss bliss Absolute'ની ગળથૂથી ગુજરાતીઓને વાઈબ્રન્ટ ગુજરાતના પ્રણેતા આદરણીય નરેન્દ્રભાઈએ પાચેલી છે. દરેક ગુજરાતીને મન અમો અનાથ નથી, તેનો ભરોસો છે અને ત્યાં જ ગુજરાત સરકારનાં વર્તમાન નેતૃત્વની સાર્થકતા છે.

આદરણીય શ્રી નરેન્દ્રભાઈ મોદીની શપથવિધિ ગયે વર્ષે થઈ ત્યારે તે વિધિ તો માત્ર સાત મિનિટનો જ કાર્યક્રમ હતો. ત્રણ લાખ લોકો ત્રણ કલાક શાંતિથી તેમના વહાલા નેતાનાં દર્શન અને તેમનાં ઉદ્બોધનને શ્રવણ કરવા બેઠા હતા. જ્યારે શપથવિધિ થતો હતો, ત્યારે જ ગુજરાતનાં તત્કાલિન ચીફ સેક્રેટરી સુશ્રી મંજુલાબેન સુબ્રમણ્યમનાં માતૃશ્રીના દેહાવસાનના સમાચાર આવ્યા હતા, પરંતુ તેઓ પણ શપથવિધિ પૂર્વે અને પછીનાં તેમનાં કર્તવ્યમાંથી હટ્યાં ન હતાં.

ગુજરાતમાં સાવજનું સામ્રાજ્ય છે, ગીરના સિંહની ત્રાડ ભલભલાને કંપાવી શકે, થથરાવી શકે. શ્રી નરેન્દ્રભાઈ અને ગુજરાત સરકાર ભિન્ન નથી. 'તાદાત્મ્ય વિષયં તયો' તદ્વપ તદાકાર છે. ગુજરાત સરકારે તેના વહીવટમાં એક અનોખી ભાત પાડી છે. સ્વતંત્રતા દિવસ અને સ્વાતંત્ર્ય પર્વોનાં ધ્વજવંદનો માત્ર ગાંધીનગર-અમદાવાદ કે પાટનગરોમાં જ થાય ત્યાંથી મુક્ત થઈને હવે મુખ્યમંત્રીશ્રી અને ઈતર મંત્રીઓ ગુજરાત, સૌરાષ્ટ્ર, ઉત્તર કે દક્ષિણ ગુજરાતનાં શહેરો છેક ભરૂચ, વલસાડ કે પાટણ, અમરેલી જેવા ખૂણા ખાંચરાના શહેરો સુધી મુખ્યમંત્રી, સરકાર દ્વારા આયોજિત કાર્યક્રમોમાં ઉપસ્થિત રહ્યા છે. આ કાર્યક્રમોમાં જે તે વિસ્તારનાં ગણમાન્ય સેવાભાવી સ્ત્રી-પુરુષો ગુજરાતનાં નરબંકાઓને સન્માનવાનું પણ તેઓ ભૂલ્યા નથી.

ગુજરાતની યશકીર્તિની પતાકા રાષ્ટ્રમાં શ્રેષ્ઠ રાજ્ય બને તેવી વામણી ઈચ્છામાં સંકુચિત નથી.

આપણે વિશ્વનાં રાષ્ટ્રો સાથે આપણી ઉત્પાદક ક્ષમતા, કાર્ય પરંપરા, વિશ્વના ઔદ્યોગિક ક્ષેત્રો ગુજરાતમાં મૂડીરોકાણ કરે, વાઈબ્રન્ટ ગુજરાતના સમીટ સમયે અરબો-ખરબો રૂપિયાનાં રોકાણો જે ગુજરાતમાં થઈ રહ્યાં છે, તેનો યશ વર્તમાન મુખ્યમંત્રીશ્રીની વહીવટી ક્ષમતા, અભયપણું છે.

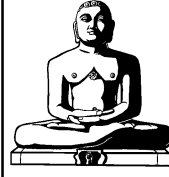
મુખ્યમંત્રી કે રાજા જે ચાપલુસીપ્રિય હોય, એશઆરામપ્રિય હોય, રાગરંગપ્રિય હોય તો તે સ્વથી પર થઈ જતો હોય છે. મુખ્યમંત્રીના સલાહકારો સ્વાર્થી હોય, અણઘડ કે માત્ર સત્તા અને ખુરશી પ્રિય હોય તો પણ સરકાર સક્ષમ ન બની શકે, રાજનીતિમાં રાજ કરવાનું હોય તો નીતિ તો જોઈએ જ. અને આ નીતિ એટલે રાજવીનો આગવો ધર્મ-આગવું કર્તવ્ય, તે એ કે 'દેશ પહેલાં, સમાજ પછી તથા સ્વાર્થ તો કદીય નહિ, સદ્ભાગ્યે આપણને આપણા આવા ઉજ્જવળ ચિંતનવાળા મુખ્યમંત્રી મળ્યા છે. જેમનાં હૃદયનાં દ્વાર 'આ નો ભદ્રા કતવો યન્તુ વિશ્વતઃ'ની વૈદિક ભાવનાથી સબળ હોય તેવું નેતૃત્વ આપણને મળેલું છે, તે આપણું ગુજરાતીઓનું, દેશનું અને વિશ્વનું ગૌરવ છે.

ગુજરાતની ભૌગોલિક પરિસીમાઓ ભલે સીમિત હોય પરંતુ ગુજરાતની કાર્યક્ષમતાની સીમાઓ અસીમ છે. કારણ કે પ્રશાસકોની આગવી અને વિશિષ્ટ ક્ષમતા સમાન કાર્યદક્ષ પદ્ધતિ એક સર્વસાધારણ નાનામાં નાની વ્યક્તિ એક ખૂણામાંના નાગરિકથી આરંભીને રતન ટાટા કે ઓબામા-બુશ સુધી સ્પર્શી જાય છે. તે વિષય ખૂબ જ ધન્ય છે. જર્મનીના એક તત્ત્વચિંતક સેમ્યુઅલ કાન્ટે કહ્યું હતું, 'તમો તમારાં બગીચામાં ફૂલ તોડો છો, ત્યારે આકાશમાં તારાઓ પણ હલે છે.'

ગુજરાત સરકારે ફરીથી તેમનાં ઝંડા ડંડાને સાબદા કર્યા ત્યારે કોઈ કંઈ કહેવા જ માગતું ન હતું. કારણ સૌને ઊંડેથી પૂરો ખ્યાલ છે, આપણા વિજયનો આપણી હરણફાળનો, આપણાં ગૌરવના અને ગરિમાના ઉછળતા વેગનો.

ગુજરાત સબળ છે. પૂર્વે ભારતનું અને પછી તે વિશ્વનું નેતૃત્વ કરશે જ. તે નિર્વિવાદ સત્ય છે.

□ 'ગુજરાત'માંથી સાભાર



પ્રદીપસ્થાનીયં જ્ઞાનમ્ તપસ્તુ
કર્મકચવરશોધકમ્
સંયમસ્તુ ગુપ્તિકરો

વિશેષાવશ્યક ભાષ્ય
શ્રી આચાર્ય વિજયરત્નસુંદરસૂરિજી

વરસોથી ઘર બંધ પડ્યું છે. મન થયું છે એ ઘરમાં રહેવા જવાનું પણ પૂરી ખાતરી છે કે એ ઘર કચરાથી વ્યાપ્ત હશે જ. છતાં હતાશ થયે પરવડે તેમ નહોતું. સૌ પ્રથમ દરવાજો ખોલી લાઈટ કરી એણે. ક્યાં ક્યાં કચરો પડ્યો છે એનો ખ્યાલ આવી ગયો. હાથમાં લીધું એણે ઝાડુ, કચરો કાઢવાનું કર્યું શરૂ અને બીજી બાજુ બારી-બારણાં કરી દીધાં બંધ. નવો કચરો આવવાનો થયો બંધ અને ટૂંક સમયમાં સ્વચ્છ બની ગયેલા ઘરમાં એ રહેવા ચાલ્યો ગયો.

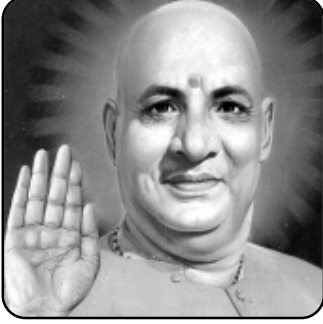
પ્રભુ !

અનંત અનંતકાળથી બંધ પડ્યું છે મારું આત્મઘર. ઘરબાયો છે એમાં કુસંસ્કારોનો અને કર્મોનો કચરો. મારે જવું છે એ આત્મઘરમાં રહેવા. આપે એ માટે મને બતાવ્યા સરસ ઉપાયો. પહેલાં સમ્યક્ જ્ઞાનનો દીપક પ્રગટાવી દે તારા અંતરમાં, પછી તપશ્ચર્યાનું ઝાડુ લઈને કાઢવા લાગ કુસંસ્કારોનો અને કર્મોનો કચરો અને આ બાજુ સંયમના માર્ગે આશ્રવોનાં દ્વાર કરી દે બંધ, તારું આત્મઘર સ્વચ્છ બની જશે. વિનંતી કરું છું આપને કે આત્મઘરને નિર્મળ બનાવવાના બતાવેલા ઉપાયો મારા જીવનમાં અમલી બનાવવા માટેનું સત્ત્વ મારામાં આપ જ પ્રગટાવી દો.

□ 'પ્રભુ વીર કહે છે' માંથી સાભાર

શિવાનંદ કથામૃત

[ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજી મહારાજને આનંદ કુટિર હૃષિકેશમાં 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.]



અંતર્નદ

મેં અંદરથી નાદ સાંભળ્યો : “શિવ, જાગ્રત થા !
અને તારા જીવનના પાત્રને આ અમૃતથી ભરી દે;
તેને બધાની સાથે વહેંચ,
હું તને તે માટે બળ, શક્તિ, સામર્થ્ય અને જ્ઞાન આપીશ.”
હું તેના આદેશને અનુસર્યો;
તેણે પાત્રને ભરી જ દીધું;
અને મેં તે બધાંને વહેંચ્યું. - શિવાનંદ

કથાનક-૨ (iii)

માનવ ઉંદરો

ગુરુદેવ ઓફિસનું કાર્ય પૂરું કરીને તેમની કુટિર તરફ સ્વામી સત્ચિદાનંદ અને બીજા કેટલાકની સાથે આવી રહ્યા હતા. જ્યારે ગુરુદેવ તેમની કુટિર પાસે આવ્યા ત્યારે સ્વામી સત્ચિદાનંદે કહ્યું : ‘સ્વામીજી, હમણાંથી ઉંદરનો ઉપદ્રવ વધી ગયો છે.’

ગુરુદેવે કહ્યું : ‘તેમાં આપણે શું કરી શકીએ તેમ છીએ. તેમને એક રૂમમાંથી કાઢીએ તો બીજા રૂમમાં ભરાઈ જાય છે.’

સ્વામી સત્ચિદાનંદે ઉંદરોથી કરાતા નુકસાન માટે ચિંતા વ્યક્ત કરી.

તે સાંભળી ગુરુદેવે કહ્યું : ‘માનવ ઉંદરો તો તેમના કરતાં પણ વધુ ભયકારક છે.’

બધા જ ખડખડાટ હસી પડ્યા.

ગુરુદેવનું ઉદાર દૃષ્ટિબિંદુ

‘કેટલાક સંન્યાસીઓને એક સાધુ તરીકે હું કોટ પહેરું છું તે ગમતું નથી. તેઓ ધાબળો પોતાના શરીરના આજુબાજુ વીટે છે, પણ તે ધાબળાનો જ કોટ પહેરવામાં તેમને વાંધો છે. તેમના વિચાર રૂઢિચુસ્ત છે - કોઈ સ્ત્રી તરફ જોવું નહિ. કોઈ સ્ત્રી સાથે વાતચીત કરવી નહિ, કોઈ સ્ત્રીને તેમના આશ્રમમાં આવવા દેવી

નહિ. છેવટે તો તેઓ સમાજ માટે કે પોતાના ભલા માટે જે કામ કરી રહ્યાં હોય તે જ મહત્ત્વનું છે. તેઓ ફક્ત પાંચ માણસોને ‘પંચદશી’ ભણાવે છે. પણ તમે દુનિયાના કોઈ પણ ખૂણે જાઓ, કોઈ એક કે બીજું મારું પુસ્તક વાંચતું હશે.’

ગુરુદેવનાં ઉપરનાં કથન તેમણે ઉપરનો મત ધરાવતા એક સંન્યાસી સાથે ચર્ચા કરી તે પછીનો છે. તેઓ ગુરુદેવની ઉદાર દૃષ્ટિને ખુલ્લી કરે છે.

સેવાયોગ

સાંજે ગુરુદેવ સત્સંગ હોલ તરફ જઈ રહ્યા હતા. રસ્તામાં તેમને સ્વામી આત્માનંદ મળ્યા અને વાતચીતમાં તેમને કહ્યું : ‘હંમેશાં તમારા ખીસામાં એક રૂમાલ રાખો અને જ્યાં જ્યાં તમે લોકોએ ઉતારેલાં પગરખાં જુઓ કે તેમને તરત જ સારી રીતે સાફ કરો. જ્યારે કોઈ હોસ્પિટલે જાઓ ત્યારે ત્યાંના માંદા લોકોનાં મળનાં પાત્ર - બેડ-પાન (bed-pan) સાફ કરો. આથી તમારું હૃદય શુદ્ધ થશે. તેને પગરખાં સાફ કરવાનો અને બેડ-પાન યોગ કહેવામાં આવે છે. તેનો સેવાયોગમાં સમાવેશ કર્યો છે. એકલો વેદાંતનો અભ્યાસ પૂરતો નથી.’

આસક્તિ અને પુનર્જન્મ

શ્રી અને શ્રીમતી પટેલે આશ્રમની મુલાકાત

લીધી. તેઓ તેમની સાથે એક નાની કૂતરી લાવ્યાં હતાં, જે બરાબર નાના હરણ જેવી લાગતી હતી. શ્રીમતી પટેલને કૂતરી પ્રત્યે ખૂબ લગાવ હતો. તેમણે તેને આઠ વર્ષ પહેલાં ખરીદી હતી અને તેને જ્યાં જાય ત્યાં એક બેગમાં સાથે લઈ જતાં હતાં. કૂતરી આઠ વર્ષની હોવા છતાં સાઈઝમાં એક કુરકુરિયા જેવી લાગતી હતી. આવી કૂતરીઓનો વેપાર કરતા જર્મનીના એક વેપારીએ તેનો વિકાસ રૂંધી ઠીંગણી બનાવી દીધી હતી.

જ્યારે શ્રીમતી પટેલે બેગમાંથી કૂતરીને બહાર કાઢી ત્યારે તેને જોઈ ગુરુદેવ વિસ્મય પામ્યા.

ગુરુદેવે પૂછ્યું : 'મેં ધાર્યું કે તમે બેગમાંથી ઠીંગલી બહાર કાઢી રહ્યાં છો પણ આ તો જીવંત કૂતરી છે ! તે બંધ બેગમાં કેવી રીતે રહી શકે ? તેને હવાની જરૂર ન પડે ?'

શ્રીમતી પટેલે કહ્યું : 'બેગમાંની હવા તેના માટે પૂરતી છે.'

ગુરુદેવે પૂછ્યું : 'તે શું ખાય છે ? ભાત.'

તેણીએ કહ્યું : 'તે ભાત ખાતી નથી. ફક્ત માંસ ખાય છે.'

ગુરુદેવે પૂછ્યું : 'ધારો કે માંસ ન મળે તો શું ?'

તેણીએ જવાબ આપતાં કહ્યું : 'તે બે ત્રણ દિવસના ઉપવાસ કરી શકે છે.'

પાછળથી મુલાકાતીઓ ગયા પછી ગુરુદેવે કહ્યું : 'આ મુનિ જડ ભરતના જેવો કેસ છે. હવેના જન્મમાં તે કૂતરાની યોનિમાં જન્મશે !'

જડ ભરતની વાત જાણીતી છે. મરણ વખતે પાળેલા હરણની સ્મૃતિ રહેવાથી તેને હરણનો અવતાર લેવો પડ્યો હતો. તેણે એક માતાવિહીન હરણના બચ્ચાને ઉછેર્યું હતું અને તેના પ્રત્યે ખૂબ આસક્તિ હતી. આસક્તિ એટલી પ્રબળ હતી કે તેના મરણ સમયે તેના મનમાં હરણનો વિચાર આવ્યો. એટલે તેને બીજા જન્મમાં હરણનો જન્મ લેવો પડ્યો !

ગુરુ બદલી શકાય કે કેમ

સ્વિટ્ઝર્લેન્ડના એક ભાઈ આશ્રમની મુલાકાતે આવ્યા હતા. ગુરુદેવ સાથે વાતચીત કરતાં તેમણે

કોઈના ગુરુના મરણ પછી તે બીજા ગુરુ કરી શકે કે કેમ તે માટે પ્રશ્ન પૂછ્યો.

ગુરુદેવે કહ્યું : 'તેની જરૂર જ ક્યાં છે ?' ગુરુએ તમને સૂચનો-ઉપદેશ આપ્યાં છે, તેમના નવા સ્થાનમાંથી તમને પ્રેરણા આપતા રહેશે.

થોડાક સમય પછી ગુરુદેવે ઉમેર્યું : 'બીજાની પાસેથી સૂચનોની મદદ લેવામાં કોઈ નુકસાન નથી કારણ કે બધા ગુરુ એક જ છે; પણ કેટલાક ગુરુ શિષ્યની શ્રદ્ધામાં ખલેલ કરવા પ્રયત્ન કરે છે. કેટલાક એમ કહે છે કે વ્યક્તિ નકામી છે; બીજા વળી એમ કહે છે કે વેદાંત નકામું છે; વ્યક્તિએ પોતે પસંદ કરેલા માર્ગને અનુકૂળ હોય તેવો જ ઉપદેશ ગ્રહણ કરવો જોઈએ.'

એક મુસ્લિમને સલાહ

એક મુલાકાતીએ જણાવ્યું કે તે પોતે મુસ્લિમ છે.

ગુરુદેવે તેને આવકાર આપતાં કહ્યું : 'અલ્લાહ હો અકબર !' અને પવિત્ર કુરાનનાં બીજાં કેટલાક અવતરણો કહ્યાં.

ગુરુદેવે કહ્યું : 'મેં એક પુસ્તકમાં અલ્લાહનાં નવ્વાણું નામ આપ્યાં છે.' અને તે પુસ્તિકા તેને આપી.

મુસ્લિમ જિજ્ઞાસુએ પૂછ્યું : 'શું મારે બધો જ સમય ધ્યાનમાં ગાળવો ?'

ગુરુદેવે કહ્યું : 'ના, અડધાથી એક કલાકની ત્રણ બેકકો - સવારની, બપોર પછીની અને રાત્રીની - રાખો. બાકીના સમયે પણ અલ્લાહનું સ્મરણ કરવું અને નિષ્કામ સેવા કરવી. જપ ધીમે ધીમે ભાવ સાથે કરવા.

હૃદયને વિશાળ કેવી રીતે બનાવવું

સત્સંગ સમયે, પોતાના શિષ્યોને વહેંચવા માટે ગુરુદેવે એક કોથળીમાંથી ફળ બહાર કાઢ્યાં. કોઈએ તેમને તે આપ્યાં હતાં. પ્રથમ બેથી ત્રણ વખત જ્યારે તેમણે કોથળીમાંથી હાથ બહાર કાઢ્યો ત્યારે હાથમાં દરેક વખતે સફરજન હતાં પણ પછીના પ્રયત્નમાં જ્યાં સુધી કોથળી ખાલી ન થઈ ત્યાં સુધી મોટાં હોવા છતાં હલકાં ફળ તેમના હાથમાં આવ્યાં.

ગુરુદેવે કહ્યું : ‘તમારે બીજાને સારામાં સારી વસ્તુ આપવી જોઈએ, તો જ તમારું હૃદય વિશાળ થશે. પણ કેટલાક લોકો શ્રેષ્ઠ વસ્તુઓ પોતાના અંગત વપરાશ માટે રાખે છે અને હલકી-નકામી વસ્તુઓ બીજાને આપે છે.’

ભૂલવા માટે યાદ રાખો

ગુરુદેવે સ્વામી ક ને કહ્યું : ‘તમારાં પુત્રો અને પુત્રીઓનો જ વિચાર કરવો ન જોઈએ. તમારે તેમને ભૂલી જવાં જોઈએ. પણ કેવી રીતે ભૂલી જવાં ? એક વસ્તુને ભૂલવા માટે તમારે બીજી વસ્તુને યાદ કરવી જોઈએ. ભગવાનને યાદ કરો, પછી તમે દુન્યવી વસ્તુઓને ભૂલી શકશો.’

સમાધિ - મેળવવી મુશ્કેલ

‘જે માણસ એમ કહે કે હું તમને છ માસમાં સમાધિ કે અઠવાડિયામાં કૃષ્ણદર્શન કરાવી આપીશ તેનો જરા પણ વિશ્વાસ કરશો નહીં. તે કાં તો છેતરનાર હશે કે ખોટી આશા આપનાર હશે. તેને સમાધિ શું છે અને કૃષ્ણદર્શન એટલે શું તેનો કોઈ ખ્યાલ જ નહિ હોય. આ અનુભવો સહેલાઈથી પ્રાપ્ત થાય તેવા હોતા નથી.’ ગુરુદેવે ઓફિસમાં આવ્યા પછી ઉપરની વાત કહી.

ગુરુદેવે કહ્યું : ‘ભગવાનનાં દર્શન અને સમાધિ વિશુદ્ધ મન અને સમર્થ ગુરુના માર્ગદર્શન સાથે પૂરેપૂરા પ્રયત્ન વગર થઈ શકે નહિ. વિશુદ્ધતા અને પૂર્ણતા પ્રાપ્ત કરતાં લાંબો સમય લાગે છે. ઘણા જન્મો દ્વારા પૂર્ણતા પ્રાપ્ત કરીને વ્યક્તિ ઉચ્ચતા તથા લક્ષ્યને પહોંચી શકે છે. માટે સાવધાન રહો ! ઢોંગીથી છેતરાશો નહિ. નિયમિત અને પદ્ધતિસર સાધના કરો અને ઊંડું ધ્યાન કરો. દિવ્ય કૃપા ઊતરવામાં વાર લાગે તો અધીરા બનશો નહીં. જ્યારે મનની બધી જ અશુદ્ધિઓ દૂર થાય છે અને મન સ્થિર બને છે ત્યારે જ વ્યક્તિને સમાધિના પરમ અનુભવ કે પ્રભુદર્શનનો આશીર્વાદ મળે છે અને પછી જ તમે પરમ શાંતિ ભોગવી શકશો.’

‘હાલમાં લોકોને તેઓ આધ્યાત્મિક બાબતોમાં માને તે પહેલાં કોઈ ચમત્કાર જોવાની ઈચ્છા રાખે છે. તેમનામાં ચમત્કાર માટેની એક ઘેલણ હોય છે. સ્વામી વિવેકાનંદને શ્રીરામકૃષ્ણ સાથેના દિવસોમાં મા કાલિનાં દર્શન થયા પછી પૂર્ણતા પ્રાપ્ત કરવા માટે સાત વર્ષ

ખૂબ ઉગ્ર સાધના કરવી પડી હતી.’

સારી હજામત !

જ્યારે ગુરુદેવે કોઈએ બોલેલો ‘હજામત’ શબ્દ સાંભળ્યો કે તેમણે કહ્યું : ‘હજામ વાળની હજામત કરે છે. ચોર કે લૂંટારો કોઈની મિલકતની હજામત કરે છે. ગુરુ શિષ્યની કામનાઓની હજામત કરે છે. બ્રહ્મ વૈશ્વિક લય વખતે સમગ્ર વિશ્વની હજામત કરે છે.’ ગુરુદેવનાં કથન સાંભળી બધા હસ્યા.

દારૂ પીવાની ટેવ છોડવા વિશે

ગુરુદેવે સ્વામી સત્ચિદાનંદને પ્રશ્ન પૂછ્યો : ‘દારૂ પીવાની ટેવવાળા તે ટેવ કેવી રીતે છોડી શકે તે તમે જાણો છો ?’

ગુરુદેવે પોતે જ જવાબ આપ્યો : ‘જ્યારે દારૂ પીવાની તલપ જાગે ત્યારે થોડાંક કાળાં મરી ચાવી જવાથી તલપ દૂર થાય છે.’

નોકર, કુટુંબનો એક સભ્ય

શ્રી સંતનામ દિલ્હીથી નોકર, પુત્ર અને કુટુંબના બીજા કેટલાક સભ્યો સાથે આશ્રમની મુલાકાતે આવ્યા હતા. તેમણે ગુરુદેવની કુટિરમાં ગુરુદેવના ચરણોની વિધિપૂર્વક પૂજા કરી અને પછી રિવાજ પ્રમાણે સ્વામી શરણાનંદ પાસે ફોટો પડાવ્યો.

ફોટામાં નોકરની હાજરી ન હતી. તે જુદો આઘે ઊભો રહ્યો હતો. સંતનામ તરફ જોઈને ગુરુદેવે કહ્યું : ‘આ છોકરો આપણી સાથે કેમ ફોટામાં જોડાયો નથી ? તે તમારા કુટુંબનો જ એક સભ્ય છે.’ અને તે છોકરાને ફોટામાં આવવા કહ્યું. છોકરો સંતનામની પાસે બેઠો અને પછી આખી મંડળીનો ફોટો પાડવામાં આવ્યો.

બધું જ દિવ્ય છે

એક જર્મન ભાઈ થોડાક દિવસથી આશ્રમમાં રહેતા હતા. એક દિવસે તેમણે ગુરુદેવને પ્રશ્ન કર્યો કે ધ્યાન તથા આધ્યાત્મિક પ્રગતિ માટે વ્યક્તિએ એકાંતમાં જવું જોઈએ કે કેમ ?

ગુરુદેવે તેને જવાબ આપ્યો : ‘એકાંત હૃદયમાં છે, જુઓ, મને શું એકાંત મળે છે ? અહીં કંઈ જ એકાંત નથી. દરેક વસ્તુ દિવ્ય છે, તમે જે કંઈ કરો તે દિવ્ય છે.’

□ - Sivananda's Gospel of Divine Lifeમાંથી સાભાર અનુવાદ

મન : બંધન અને મોક્ષનું કારણ-૨

શ્રી યોગેશ્વર

શરીર તથા સંસારના વિવિધ પદાર્થોનો અનુભવ મનની મદદથી જ થઈ શકે છે. મનની સત્તા જો શરીરમાં ન હોય તો ચિંતનમનન ન સંભવી શકે. એ મનના સંબંધમાં શાસ્ત્રો અને કૃતકામ સંતપુરુષોએ કહ્યું છે કે મન જ બંધન તેમ જ મોક્ષનું કારણ છે. એટલે કે મનને લીધે જ બંધન છે અને મનની મદદની જ મોક્ષ મળે છે. બંધન તથા મોક્ષનો અનુભવ મનથી મદદથી જ મોક્ષ મળે છે. બંધન તથા મોક્ષનો અનુભવ મનથી જ થયા કરે છે. મન એમાં ઘણો મહત્વનો ભાગ ભજવે છે. એ વચનમાં પણ મનની શક્તિમતાનું દર્શન થાય છે. મનની અંદર કેટલી બધી શક્યતા છે અથવા તો મન કેટલી બધી મૂલ્યવાન વસ્તુ છે, એનો નિર્દેશ એના પરથી સહેજે મળી રહે છે. એટલા માટે જ, માનવના વિકાસક્રમમાં મન અત્યંત અગત્યનો ભાગ ભજવતું હોવાથી, જુદી જુદી સાધનાઓ એને કેન્દ્રમાં રાખીને નિર્મિત થયેલી છે, અને એક અથવા તો બીજી રીતે, એની તાલીમ માટે તૈયાર કરવામાં આવી છે.

મન પર માનવની મુક્તિ અને માનવના બંધન-માનવનાં સુખ ને દુઃખ અથવા તો અભ્યુત્થાન અને અધઃપતનનો આધાર છે. મન એમાં મહત્વનો ભાગ ભજવે છે. છતાં એ મનને વશ કરવાનું કામ ધાર્યા જેટલું સહેલું નથી. મહાભારતકાળમાં અર્જુનને પણ એ જ મૂંઝવણ થઈ છે, અને એણે એ ભગવાન શ્રીકૃષ્ણની આગળ કહી બતાવી છે. એ પહેલાં રામાયણકાળમાં પણ શ્રીરામના હૃદયમાં એ જ સમસ્યાનો પડઘો પડ્યો હતો. મહર્ષિ વશિષ્ઠે એમને માર્ગદર્શન આપ્યું હતું. એને પરિણામે યોગવાસિષ્ઠ જેવા મહાન ગ્રંથરત્નની રચના થઈ હતી અને વૈદિક કાળમાં પણ એ સમસ્યા ક્યાં ન હતી? માનવની એ અનાદિકાળની, સનાતન મૂંઝવણ છે. એ સમસ્યા સર્વદેશીય તથા સર્વકાલીન છે. જ્યાં જ્યાં માનવ વસે છે-અલબત્ત, વિવેકી માનવ ત્યાં-ત્યાં એને આ સમસ્યા સતાવે છે. માનવ જ્યારથી શુભાશુભનો કે સત્યાસત્યનો વિચાર કરતો થયો ત્યારથી આ સમસ્યા એના જીવનમાં પેદા થઈ છે.

જંગલી જનાવરોને વશ કરી શકાય, વિરાટકાય પર્વતમાળાઓને પાર કરી શકાય, એમનાં ઉત્તુંગ ગગનચુંબી શિખરોને સર કરી શકાય, સમુદ્રને નાથી શકાય, પૃથ્વીની પરિક્રમ્માયે કરી શકાય; એ બધાં કામો કપરાં છે છતાં પણ સિદ્ધ કરી શકાય; પરંતુ પોતાની અંદર રહેતા છતાં ન દેખાતા મનને વશ કરવાનું કામ અત્યંત મુશ્કેલ છે; એ બધાં કરતાં મુશ્કેલ છે; અને કોઈક જ એમાં સફળ થઈ શકે છે. મોટા મોટા વીર કે મહારથી પણ એ કામમાં પાછા પડે છે. પંડિતો કે તાર્કિકો પણ ત્યાં લાચાર બની જાય છે. વાકુપટ્ટાવાળા વિદ્વાનો અને કલમક્કસબીઓ પણ એ કામની કઠિનતાનો અનુભવ કરે છે. એ મન જો વશ થઈ જાય તો પછી બાકી શું રહ્યું? કોઈ એને વશ કરવા માટે વ્રત, તપ, ઉપવાસ કરે છે, તો કોઈ સત્સંગ અથવા તો સ્વાધ્યાય કરે છે. કોઈ એકાંત ગિરિમાળામાં વાસ કરે છે, તો કોઈ સરિતામાં શાંત તટપ્રદેશ પર આસન વાળે છે, કોઈ યોગ સાધે છે, કોઈ અનુષ્ઠાન કરે છે, તો કોઈ જ્ઞાનનો આધાર લે છે. એવા ભાતભાતના ને જાતજાતના ઉપાયો અજમાવવામાં આવે છે, મનને વશ કરવા કે જીતવા માટે. છતાં બહુ જ ઓછા માણસો એ સર્વોત્તમ કામમાં સફળ થાય છે.

યૌગિક સાધનામાં મનના વિજયને માટે ત્રણ તબક્કા નક્કી કરવામાં આવ્યા છે. યોગની સાધના લક્ષ્ય કરીને આગળ વધે છે. એ તબક્કા ક્યા છે તે જાણો છો? મનની શુદ્ધિ, સ્થિરતા અને મનની શાંતિ. મનોજયની કઠિન કહેવાતી સાધનાનાં એ ત્રણ સોપાન છે. સાધકે એ સોપાન પર ચડવું રહે છે. એ સોપાન પર ચડનારા સાધકને ખાતરી થશે કે મનોજયની સાધના કઠિન હોવા છતાં અશક્ય નથી, અને એ સાધનાની મુશ્કેલીઓનો ખ્યાલ કરીને નાહિંમત થવાની કે ડરી જવાની જરૂર નથી. જો સમજપૂર્વક એકધારો અને નિયમિત પુરુષાર્થ કરવામાં આવે તો પરમાત્માની કૃપાથી એ સાધનામાં સફળ થઈ શકાય છે.

□

'સાધના'માંથી સાભાર

યોગ એ જ જીવન

- શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી

ફ્લેક્સિબિલિટીસ - સૂક્ષ્મ વ્યાયામ-૨

વજાસન

આપણે ફ્લેક્સિબિલિટી એક્સરસાઈઝ કરી રહ્યા છીએ. હવે વજાસનમાં બેસો. જમણા પગને પાછળની તરફ ઘૂંટણમાંથી વાળો. પછી ડાબા પગને વાળો. પગના અંગૂઠા આંગળાં જોડાયેલાં અને બંને એડીઓ ખુલ્લી રાખવી. આ ખુલ્લી એડીઓ ઉપર નિતંબ રાખીને બેસવું. મુસલમાન મિત્રો જેવી રીતે નમાજ પઢવા બેસે છે, તેવી આ સ્થિતિ થશે. આગળ ઘૂંટણ જોડેલાં રાખવા.

આમ બેસવાથી પગની પિંડી, ઘૂંટણ અને સાથળ



ઉપર વજન આવે છે, ત્યાં લોહીનો પુરવઠો ઓછો થાય છે. તેથી આ રક્તસંચાર પેટને પ્રમાણમાં વધુ મળે છે. ભોજન પછી આ પ્રમાણે બેસવું હિતાવહ છે. આરંભમાં મોટા ભાગે ડોક્ટરો આવી રીતે બેસવાની બહુ સલાહ આપતા નથી, પરંતુ જો ન બેસાતું હોય તો જ ન બેસવું, બાકી પહેલી વાર બેસીએ તેથી થોડી તકલીફ જેવું તો લાગે જ, પરંતુ તેનો ભય રાખવો નહિ.

આપણે ભાગ્યે જ આવી રીતે બેસતા હોઈએ છીએ. આપણા થાપાનાં હાડકાંને ઈલિયમ (Hip Bone) કહેવાય છે, તેમાં એક કેવિટી છે. તે કેવિટીમાં ફીમરનું માથું બેસે છે. જ્યારે જ્યારે અકસ્માતો થાય છે, ત્યારે ત્યારે મોટા ભાગે આ ફીમર તેના ગળામાંથી તૂટી જાય છે, નહિ તો ક્યારેક તે તેના શાફ્ટમાંથી પણ તૂટી જતું હોય છે. ગળું તૂટે તો નેઈલિંગ અને શાફ્ટ તૂટે તો 'કે નેઈલિંગ' ઓર્થોપેડિક સર્જરી કરાવવી પડતી હોય છે.

આ ફીમરનું વચ્ચેનું બંધારણ પોલું હોય છે, તેમાં 'મેરો' હોય છે, તેમાંથી જ WBC અને RBC બનતા હોય છે. લાંબું ચાલવાથી આ જોડાણ અને

અહીંના મસલ્સની સારી કસરત થાય છે. તે જ પ્રમાણે પગથિયાં ચઢવાં ઊતરવાં, ઢાળ કે ટેકરો ચઢવો કે ઊતરવો - આ બધાંથી આ હાડકાં અને તેના મસલ્સની સારી એવી કસરત થાય છે.

લાભ

વજાસનમાં બેસવાથી (ભોજન પછી) પેટને સારા એવા પ્રમાણમાં લોહીનો પુરવઠો મળવાથી પાચનક્રિયા સારી થાય છે, કારણ કે લીવર, કિડની, પેન્ક્રિયાઝ, ઈન્ટેસ્ટાઈન, બ્લેડર, સ્પ્લીન અને એડ્રિનલ આ બધાંને રક્તસંચારનું પ્રમાણ વધુ મળવાથી તેમની કાર્યક્ષમતા વધુ સારી થાય છે. પાચન સારું થવાથી અપચો થતો નથી. અપચો ન થવાથી ગેસ થતો નથી. ગેસ નહિ થવાથી કબજિયાત થતી નથી. કબજિયાત ન થાય તો ઘૂંટણનો દુખાવો, કમરના દુખાવા કે કોલાઈટિસ અથવા કોનિક કોલાઈટિસ પણ થતા નથી. આવું આવું જ્યારે થાય ત્યારે ઝાડામાં ચીકાશ આવતી હોય છે. ઝાડો પાતળો આવે છે. ઝાડામાં અને મોઢામાં પણ વાસ આવે છે. ચહેરાની ચામડી ઉપર ડાઘ પડે છે. મોઢામાં ચાંદાં પડે છે. માથું ભારે થઈ જાય છે. બહેનોને ધોવાણ આવે છે (લુકોરિયા). આવી તમામ પરિસ્થિતિમાં વજાસનમાં બેસવું બહુ જ લાભકારક છે.

તેનાથી ફીમર (Femur)નાં હેડ, નેક, પ્રોટર ટ્રોકેન્ટર, ઈન્ટર ટ્રોકેન્ટરિક લાઈન, લેસર ટ્રોકેન્ટર અને ઘૂંટણમાં લેટરલ એપીકોડાઈલ, લેટરલ કોન્ડાઈલ, પટેલર સરફેસ, મિડિયલ કોન્ડાઈલ, મિડિયલ એપી કોન્ડાઈલ, એડક્ટર ટ્યુબરકલ અને વાસ્ક્યુલર ફોરામીનાની કાર્યક્ષમતા વધે છે, ઉપરાંત તેની કસરત પણ થાય છે, જે લાંબે ગાળે વૃદ્ધાવસ્થામાં બહુ જ ઉપયોગી થાય છે. આ વજાસનમાં આરંભમાં દોઢથી બે મિનિટ બેસવું. લાંબા ગાળાના અભ્યાસ પછી ત્રણેક કલાક પણ ખૂબ જ સ્વસ્થતાથી બેસી શકાય છે.

(૮) હવે જે કસરત કરવાની છે, તેને જો વજાસનમાં ન બેસાતું હોય તો ઊભાં ઊભાં અથવા તો સોફા કે ખુરશીમાં બેસીને પણ કરી શકાય છે.

અહીં ખભાને ઊંચા કરવાના છે. બંને હાથ

શરીરની બંને તરફ લટકેલા અને ઢીલા. ખભાને ઊંચા કરીને પછી નીચે લાવવાના છે. ઝટકો માર્યા વગર બધી જ કસરત કરવી. આ પ્રક્રિયા આઠથી દસ વખત કરવી. જ્યારે ખભા ઊંચા થાય ત્યારે શ્વાસ ઊંડો લેવો, જ્યારે ખભા નીચે આવે ત્યારે શ્વાસ બહાર છોડવો.



(૯) હવે ખભામાંથી જ હાથને ઢીલા રાખીને ખભા અને હાથના જોડાણને પહેલાં આગળથી પાછળ અને પછી પાછળથી આગળ બંને તરફ આઠથી દસ વખત ફેરવવા. તેમાં પણ જ્યારે ખભા ઉપરની બાજુ આવે ત્યારે ઊંડો શ્વાસ લેવો.

ખભા નીચે જાય ત્યારે શ્વાસ છોડવો.

(૧૦) હવે ઘૂંટણ અને પગને જમીન ઉપર જ (ધાબળા કે યોગમેટ) ઉપર રહેવા દો. કમરને સીધી કરો. નિતંબ ઊંચા કરો. શરીરને અડધું ઊભું કરો. હવે બંને હાથને છાતીની સામે રાખીને બંને ભુજાઓ એકમેકને કોસ કરે તેવી રીતે ગોળગોળ ફેરવો. પહેલાં ક્લોકવાઈસ પછી એન્ટીક્લોકવાઈસ. અહીં પણ જ્યારે હાથ ઉપરની દિશામાં આવે ત્યારે શ્વાસ ભરવો. હાથ નીચે જાય ત્યારે શ્વાસ છોડવો. આ પ્રક્રિયા પણ આઠથી દસ વખત કરવી. બધી કસરત સ્ફૂર્તિથી, આનંદથી કરવી, પરંતુ ઝટકા મારવા નહિ.



ખભાની આ કસરતની સાથે જોડાયેલા લાભને પણ સમજવા જોઈએ. આ પૂર્વે આપણે ફીમરનું હેડ ઈલિયમની કેવિટીમાં બેસે છે, તે વાત કહેલી. કુદરતી રીતે જ કેવિટી મોટી છે અને હેડ તેની અંદર બંધબેસતું આવે છે. જ્યારે અહીં એવું નથી. ખભાની પાછળ હાથનાં હાડકાં (Scapula)ની કેવિટી છીછરી છે. તેના પ્રમાણમાં ખભાના જોડાણમાં જોડાતાં હાડકાં ભુજાનું હાડકું

(Humerus)નું માથું મોટું છે. કેરી કરતાં ગોટલો મોટો ન હોય, પરંતુ અહીં આવો ઘાટ છે, માટે જ તેને 'ફની બોન' કહેવામાં આવે છે. તેમને જોડતા અનેક મસલ્સ અને લિગામેન્ટ્સ છે, તેમની સારી એવી અને આવશ્યક કસરત થાય છે.

કારણ કે આપણે જ વિચાર કરીને કે જે વોલીબોલ કે બાસ્કેટબોલ રમે તેમના સિવાય બંને હાથ ઊંચા કરે છે જ કોણ? પહેલાં બહેનો કપડાં સૂકવવા વળગણીએ - હાથ ઊંચા કરતી હતી. અભરાઈએથી વાસણ ઉતારવા હાથ ઊંચા કરતી હતી - બે-ચાર મહિને બાવાં-જાળાં

કાઢવા વાંસડે-સાવરણી બાંધીને હાથ ઊંચા કરતી હતી, પણ હવે તો બધું રામજી કહો કે માવજી કરે, ભારતમાં તો આવું જ હોય, અને અમેરિકામાં વેક્યુમ ક્લીનર જમીન ઉપર જ અઠવાડિયે એક વાર કરવાનું હોય છે. દીવાલોને ખૂણે અને ઉપર તો ક્યારેક વારતહેવારે જ સાફસફાઈ થતી હોય છે. આમ આપણે ખભાની કસરત જે લૉન ટેનિસ કે બેડમિન્ટન રમે કે ક્રિકેટમાં બોલિંગ કરે, તેમના સિવાય સર્વસાધારણ લોકોમાં ભાગ્યે જ કોઈ કસરત હોય છે કે કસરતનો ચાન્સ હોય છે.



બીજી વાત, આ ફીમર જેમાં બેસેલું છે તેવું અહીં બંધારણ નથી, તેથી ખભાનો ભાગ ઊતરી કે ખડી જાય તેવું બને, પરંતુ ભાંગે ઓછો. જ્યારે પગ તો ભાંગતો હોય છે. તેથી આ હાથ ખડી કે ઊતરી ન જાય તે માટે પણ આ કસરત આવશ્યક છે.

આ કસરતમાં ખભા અને હાથમાં રહેલાં અલ્નાર, ઓલેકેનન, ફાઈબ્રસ આર્ય, ફ્લેક્શર ડિજિટોરમ અને પ્રોનેટોર ક્વાડ્રાટ્સ મસલ્સનું મજબૂતીકરણ થાય છે. પાલ્મરીશ લોન્ગસ મિડિયન અને રેડિયલ મસલ્સની પણ કાર્યક્ષમતા વધે. આ મસલ્સો દ્વારા જ નર્વસ સિસ્ટમ સુરક્ષિત રહેતી હોય છે. આ કસરતોના નિયમિત અભ્યાસથી ભવિષ્યમાં કદીય રૂમેટીઝમ -

સંધિવા થવાનો ભય રહેતો નથી અને જેમને હોય તેઓ જો થોડું થોડું કોઈના આધારથી હાથ વગેરે પકડાવીને પણ કરે તો પણ તેઓને બહુ જ મોટો લાભ થતો હોય છે.

પંતનગર વિશ્વવિદ્યાલયના એક ડીન પ્રા. ભાલચંદ્ર વર્મા આપણી શિબિરમાં સવાર, બપોર સાંજ પાંચ વર્ગોમાં આવતા હતા. જાતે સહી કરી શકતા નહોતા. બંને હાથ વડે ગ્લાસ પકડે તો પણ તે ગ્લાસ વડે જાતે પાણી પી શકતા નહોતા. ૨૦ દિવસના યોગ કેમ્પ પછી તેમણે પોતાના હાથે પત્ર લખીને મોકલાવેલો, 'હું અને મારો પરિવાર આપના આજીવન ઋણી રહીશું.' ૨૦ દિવસમાં ચમત્કાર થતો નથી. જે કસરત તેમણે દિવસમાં ત્રણ વખત ૨૦ દિવસ શીખેલી તેનો તેઓ નિયમિત અભ્યાસ કરતા રહ્યા. બીજા ત્રણ મહિનામાં મોટા ભાગનું તેમનું કામ જાતે કરતા થયેલા. આ કેમ્પ પછી તો તેઓ યુનિવર્સિટીમાં બીજાં ૧૩ વર્ષ રહ્યા. માટે જ શ્રીકૃષ્ણ કહે છે, 'સ્વલ્પમપ્યસ્ય ધર્મસ્ય ત્રાયતે મહતો ભયાત્' થોડું પણ નિયમિત કરશો તો મહાન ભયથી મુક્ત થશો.

(૧૧) ફરીથી તમારા પાથરેલા ધાબળા ઉપર વજાસનમાં બેસી જાઓ. બંને હાથ બંને ખભા ઉપર રાખો. જમણો હાથ જમણે ખભે અને ડાબો હાથ ડાબે ખભે. હાથને ખભા ઉપર જ રાખીને કોણીથી બાવડાં સુધીના વાળેલા હાથોને હલેસા મારતાં હોઈએ તે



પ્રમાણે પહેલાં ક્લોકવાઈસ પછી એન્ટી-ક્લોકવાઈસ એમ ગોળ ગોળ ફેરવવા. ફેરવતી વખતે જ્યારે કોણીઓ આગળ આવે ત્યારે શ્વાસ છોડવો અને કોણી પાછળ જાય ત્યારે ઊંડો શ્વાસ લેવો. આ પ્રક્રિયા આઠથી દસ વખત બંને તરફ કરવી.

(૧૨) હવે બંને હાથને ખભાની લાઈનમાં જમીનથી સમાંતર રાખો. ખભાથી કોણીનો ભાગ સીધો રાખવો. કોણીની નીચેનો હાથ જમીનથી પરપેડિક્યુલર એટલે કે કાટખૂણે સીધો રાખો. કોણીની નીચેનો હાથ ઘડિયાળના લોલકની

માફક ઝુલાવો. આનાથી બાઈસેપ્સ, ટ્રાઈસેપ્સ, ટ્રેપેઝિયસ મસલ્સની કસરત થાય છે. કોણીના ટેનિસ એલ્બો જોડાણની પણ કસરત થાય છે. ખભામાં હ્યુમરસનું ગ્રેટર ટ્યુબરકલની તો ખૂબ સારી માવજત થાય છે.



આ કસરતોથી હાડકાંના જોડાણમાં રહેલાં કેન્દ્રો કે જેમાંથી તેલી દ્રાવણ સ્રવે છે, તે નીકળતાં જોડાણોમાંનું અક્કડપણું નાશ પામે છે. સ્ફૂર્તિ વધે છે. આળસ જાય છે. ચેતના પ્રકટે છે.

'યોગ એ જ જીવન'માંથી સાભાર

પરમ વાણી - એઈલીન કેડી

તમે જાતે બદલાવા તૈયાર ન હો ત્યાં સુધી આધ્યાત્મિક રીતે વિકસવાની આશા ન રાખી શકો. આરંભમાં તો એ ફેરફારો નાની નાની બાબતોમાં આવશે, પણ આ નવા માર્ગે તમે જેમ જેમ આગળ વધતા જશો તેમ તેમ તે વધારે આકરા ને મૂળભૂત બનતા જશે. કેટલીક વાર જીવનને તદ્દન નવા ઢાળમાં ઢાળવા માટે ધરમૂળથી બધું ઊથલપાથલ કરી નાખવાની જરૂર પડે છે. પણ તમારામાં એ હિંમત હોય, અને જે પરિવર્તનો આવી રહ્યાં છે તે ઉત્તમોત્તમ માટે જ છે એવી દૃઢ પ્રતીતિ હોય, તો કેટલી ઝડપથી તમે એ પરિવર્તનથી ટેવાઈ જાઓ છો, એ જોઈને તમને જ નવાઈ લાગશે. પૂર્ણતા એ સદૈવ તમારું ધ્યેય રહો. તેને આંબવા મથતાં રહો. દેખીતી રીતે અશક્ય લાગતું હોય તેને પહોંચવા પ્રયત્ન કરતાં રહો. સમજદારી અને શાણપણમાં વૃદ્ધિ પામતાં રહો. કોઈ દિવસ ક્યારેય જેવાં છો તેવાં રહેવામાં સંતોષ માની બેસતાં નહિ. હંમેશાં કંઈક વધુ શીખવાનું હોય જ છે. આ જીવનમાં હંમેશાં જ કંઈક નવું અને અદ્ભુત શોધી કાઢવાનું હોય છે, એટલે તમારી ચેતના અને કલ્પનાને વિસ્તારી એને માટે જગ્યા કરો. ખુલ્લાં અને ઝીલનારાં બની રહો, જેથી તમે કશું ચૂકી ન જાઓ.

□ 'ઉઘડતાં દ્વાર અંતરનાં'માંથી સાભાર અનુ. ઈશા કુન્દનિકા

ઉપનિષદ-યાત્રા

શ્રી ગુણવંત શાહ

જાતને જાણ્યા વિના બ્રહ્મને જાણી ન શકાય

ऋષિના શબ્દો : અવિજ્ઞાતં વિજ્ઞાનતાં વિજ્ઞાતમ્ અવિજ્ઞાનતામ્ । (કેનોપનિષદ, ખંડ બીજો, મંત્ર-૩)

ભાવાર્થ : ‘જાણું છું બધુંયે હું’ એવો ઘમંડી ન જાણતો કશું, ‘જાણું ના કશુંયે હું’ એવો વિનમ્ર બ્રહ્મ જાણતો.

મહર્ષિ ચરકનું સૂક્ષ્મ દર્શન

આ વિશ્વ રહસ્યના મહાસાગર જેવું છે. એની રચના કોણે કરી ? શા માટે કરી ? ક્યારે કરી ? ક્યા દ્રવ્યમાંથી કરી ? એ વિશ્વમાં આપણું સ્થાન ક્યાં ? જવાબ જડતો નથી. રહસ્ય વિસ્મયને જન્મ આપે છે. જે કંઈ નજર પડે છે તેની સરખામણીમાં, જે નજરે નથી પડતું તેનો વિસ્તાર ઘણો છે. મહર્ષિ ચરક સાચું કહે છે : ‘પ્રત્યક્ષં હિ અલ્પં અનલ્પં અપ્રત્યક્ષમ્.’ જે પ્રત્યક્ષ છે તે અલ્પ છે અને જે અપ્રત્યક્ષ છે તે અતિ વ્યાપક છે. જે અતિ વ્યાપક છે તે બૃહત્ છે અને બૃહત્ છે તે બ્રહ્મ છે.

એક પ્રામાણિક માણસે પરમેશ્વરને પ્રાર્થના કરી :

‘હે પ્રભુ ! તું મારી સાથે વાત કર.’

અને ત્યારે કોયલે મધુર ટહુકો કર્યો.

માણસે આર્દ્ર સ્વરમાં કહ્યું :

‘પ્રભુ ! તું મને કંઈ કહે તો ખરો ?’

અને આકાશમાં જોરથી મેઘગર્જના થઈ.

પરંતુ માણસે કશુંય ન સાંભળ્યું.

માણસે આમતેમ નજર કરી.

એણે કહ્યું : ‘પ્રભુ ! મારે તને જોવો છે.’

અને ત્યાં તો પૂર્વાકાશમાં સૂર્યોદય થયો.

પરંતુ માણસે તેની નોંધ પણ ન લીધી.

માણસે ઘાંટો પાડીને કહ્યું :

‘પ્રભુ ! તું મને કોઈ ચમત્કાર બતાવ.’

અને વાડામાં ઊભેલી ગાયે વાછરડાને જન્મ આપ્યો.

પરંતુ માણસે એની પરવા ન કરી.

પછી તો માણસે રડતા સ્વરે કહ્યું :

‘હે કરુણાસાગર ! તું મારો સ્પર્શ કર,

જેથી મને ખબર પડે કે

તું અત્યારે અહીં હાજર છે.

તરત જ પ્રભુએ ત્યાં પહોંચી જઈને

માણસનો સ્પર્શ કર્યો,

પરંતુ માણસે તો શરીર પર વળગેલા

પતંગિયાને ખંખેરી નાંખ્યું અને ચાલવા માંડ્યું.

છેવટે માણસે થાકીને કહ્યું :

‘હે સર્જનહાર ! મને આ સૃષ્ટિનું રહસ્ય સમજાવ.’

પ્રભુએ મૌન સેવ્યું.

બરાબર એ જ ક્ષણે માતાએ આવીને વહાલથી

પોતાના એ દીકરાને છાતીસરસો ચાંપ્યો !

જ્ઞાન-ગુમાનની ગાંસડી

એક અજ્ઞાત કવિની અંગ્રેજી કવિતાને આધારે મનમાં ઊગેલી આ પ્રાર્થના એટલું કહી જાય છે કે માણસને ચૂકી જવાની કુટેવ નડે છે. જીવન ભલે સાવ નાની નાની ઘટનાઓનું બનેલું હોય, પણ જીવન સ્વયં એક બહુ મોટી ઘટના છે. સતત કશુંક ચૂકી જવાય તેથી જીવવાનું ચૂકી જવાય છે. મૃત્યુ સામે ઊભું હોય ત્યારે માણસને સમજાય છે કે પોતે જીવવાનું ચૂકી ગયો !

કેનોપનિષદના પ્રથમ મંત્રનો પ્રથમ શબ્દ છે : કેન બ્રહ્મજિજ્ઞાસાને પ્રગટ કરનારો પ્રશ્ન શિષ્ય ગુરુને પૂછે છે. ‘કેન’ એટલે ‘કોના દ્વારા.’ ભારતીય સંસ્કૃતિમાં જે જ્ઞાનસાધના થઈ તેમાં ગુરુ-શિષ્ય વચ્ચેની સંવાદ-પરંપરાનો ફાળો ઘણો મોટો છે. માણસ સૃષ્ટિના રહસ્યને જાણવા મથે છે. જાણવાનો કોઈ અંત નથી જણાતો. ગમે તેટલું જાણીએ તોય ઘણુંબધું જાણ્યા વિનાનું રહી જાય છે. ગીતાના સાતમા અધ્યાયમાં કૃષ્ણ જ્ઞાન અને વિજ્ઞાનની સમજણ આપતી વખતે અર્જુનને જાણવાની એવી

અવસ્થાની વાત કરે છે જે જાણ્યા પછી બીજું જાણવાની જરૂર ન રહે. યજ્ઞ જ્ઞાત્વા નેહ ભૂયોડન્યજ્ઞ જ્ઞાતવ્યમ્ અવશિષ્યતે । (જે જાણ્યાથી પછી બીજું જગે ના જાણવું રહે. અધ્યાય-૭, શ્લોક બીજો). કેનોપનિષદ સામવેદના 'તલવકાર બ્રાહ્મણ'નો જ એક વિભાગ છે. ઉપરોક્ત ઉપનિષદ મંત્રમાં એક મૌલિક વાત ઋષિએ કરી છે. પંડિતોને પોતાના જ્ઞાનનો અહંકાર રહેતો હોય છે. એમને લાગે છે કે બ્રહ્મનું રહસ્ય સમજાઈ ગયું છે. આવા પાંડિત્યાભિમાન માટે મેઘાણીએ 'જ્ઞાન-ગુમાનની ગાંસડી' જેવા માર્મિક શબ્દો કાવ્યમાં પ્રયોજેલા.

ઋષિ સ્પષ્ટ વાત કરે છે. જેઓને એવો વહેમ છે કે પોતે બ્રહ્મને જાણે છે, તેઓ બ્રહ્મને જાણતા નથી. જેઓ નમ્રપણે માને છે કે પોતે બ્રહ્મને જાણતા નથી, તેઓ જ ખરેખર જાણે છે. ઋષિએ કરેલી આવી ક્રાંતિકારી વાતનો પ્રતિઘોષ આપણને સોક્રેટિસના વિધાનમાં પણ સાંભળવા મળે છે. તે કહેતો : 'જે જાણે છે કે પોતે નથી જાણતો, તે જ ખરેખર જાણે છે.' ક્યારેક પંડિતો આ વાતે માર ખાઈ જાય છે. શાસ્ત્રાર્થ વખતે મળેલો વિજય અહંકારજન્ય હોઈ શકે છે. પંડિત અને સાધુ આ વાતે જુદા પડે છે. સોક્રેટિસ વારંવાર સૌને કહેતો : તમારા 'સ્વ'ને ઓળખો. એક જણે એને રોકડું પૂછી માર્યું : 'તમે તમારા 'સ્વ'ને ઓળખો છો ખરા?' સોક્રેટિસે કહ્યું : 'હુંય નથી ઓળખતો, પરંતુ હું નથી ઓળખતો તેની મને ખબર છે.'

બ્રહ્મની શોધમાં નમ્રતા જરૂરી છે. સત્યશોધક નમ્ર હોવો જોઈએ. પોતે નથી જાણતો એવો ખ્યાલ હોય તેવો સત્યશોધક ખુલ્લા મનનો હોય છે. આસ્તિક હોય કે નાસ્તિક, સત્યશોધક અભિમાની ન હોવો જોઈએ. કચ્છમાં વિનાશક ભૂકંપ આવ્યો તેથી કેટલાક નાસ્તિકોને આસ્તિકતા પ્રત્યે આકર્ષણ જાગ્યું અને કેટલાક આસ્તિકો અડધાપડધા નાસ્તિક બની ગયા ! જેમની વિચારવાની ટેવ લગભગ છૂટી ગયેલી, તેવા લોકો પણ વિચારે ચડી ગયા ! ધરતીકંપ અને વિચારકંપ વચ્ચેનો અનુબંધ મૂલ્યવાન છે.

રામ અને લક્ષ્મણ વચ્ચે મધુર સંવાદ

અધ્યાત્મ-રામાયણમાં રામ-લક્ષ્મણ વચ્ચે થયેલા મધુર સંવાદ દરમિયાન રામને મુખેથી કેટલીક મૌલિક વાતો વહેતી થઈ છે. લક્ષ્મણ રામને મોક્ષપ્રાપ્તિની સાધના અંગે પ્રશ્ન પૂછે છે. રામ લંબાણથી જે જવાબ આપે છે તેમાંની માત્ર બે જ બાબતો અહીં પ્રસ્તુત છે :

(૧) રામ લક્ષ્મણને કહે છે : શરીર જ આ સંસારવૃક્ષનું દૃઢ મૂળ છે. (દેહ એવ હિ સંસારવૃક્ષમૂલં દૃઢં સ્મૃતમ્)

(૨) રામ લક્ષ્મણને કહે છે : સૃષ્ટિની મૂળભૂત એકતાનું જ્ઞાન થાય ત્યારે શરીરકેન્દ્રી બધી અવિદ્યા પરમાત્મામાં લીન થઈ જાય છે. અવિદ્યાની એ લયાવસ્થાને જ મોક્ષ કહે છે. (સા અવસ્થા મુક્તિઃ ઈતિ ઉક્તા)

જીવનના લયને અને લયસાધનાને અંતે પ્રાપ્ત થતી લયલીનતાને મોક્ષ ગણવાની વાત સંસારીઓ માટે અગત્યની છે. એમાં ક્યાંય દેહનો અનાદર નથી. રામ તો દેહને સંસારવૃક્ષના મૂળ તરીકે પ્રસ્થાપે છે.

સૃષ્ટિને સમજવાના બે માર્ગો છે : જ્ઞાનમાર્ગ અને વિજ્ઞાનમાર્ગ. બંને અન્યોન્યપૂરક છે. બંને વચ્ચે કોઈ આંતરવિરોધ નથી. આપણા અસ્તિત્વનું સંગોપન બે વિશ્વો દ્વારા થતું રહે છે : અંતઃવિશ્વ અને બાહ્યવિશ્વ. અંતઃવિશ્વની સમજણને અધ્યાત્મ કહે છે. બાહ્યવિશ્વની સમજણને વિજ્ઞાન કહે છે. અંતઃવિશ્વને સમજવામાં આત્મલક્ષિતા (સબ્જેક્ટિવિટી) મદદરૂપ થાય છે, જ્યારે બાહ્યવિશ્વને સમજવામાં વસ્તુલક્ષિતા (ઓબ્જેક્ટિવિટી) ઉપકારક બને છે. અધ્યાત્મનો પાયો સત્ય છે, બાહ્યવિશ્વના પાયામાં ઋત્ત છે. અધ્યાત્મની આરાધના વિદ્યા (આત્મવિદ્યા) દ્વારા થાય છે, જ્યારે વિજ્ઞાનના આવિષ્કારોની સાધના અવિદ્યા ગણાય છે. અવિદ્યા અને વિદ્યા, બંનેની સાધના સાથોસાથ થવી જોઈએ એવી મૌલિક વાત ઈશોપનિષદમાં થઈ છે. રામે લક્ષ્મણને જે વાત કરી

તેનો મેળ ઈશોપનિષદના મંત્ર સાથે પડતો જણાય છે. અવિદ્યાની લયાવસ્થા એ જ મોક્ષ ! વિજ્ઞાન 'અવિદ્યા' છે તે એ અર્થમાં કે તે આત્મવિદ્યા નથી. લીંબુનું શરબત 'પાણી નથી' એમ કહેવામાં પાણીનું મહત્ત્વ ઓછું નથી થતું. શરબતને 'અપાણી' (non-water) કહેવામાં શરબતનું મહત્ત્વ ઓછું નથી થતું. જીવનમાં પાણી અને અપાણી વચ્ચેનો સમન્વય જરૂરી છે. આવા વિશેષ અર્થમાં અવિદ્યાને સમજવાની છે. અવિદ્યા એ વિદ્યા-વિરોધી કે આત્મવિદ્યા-વિરોધી સંકલ્પના નથી. જ્ઞાન અને વિજ્ઞાનનો સમન્વય ઋષિને માન્ય છે એટલું જ નહીં, ઋષિ એ માટે આગ્રહી પણ છે.

માણસ ચંત્રવત્ બને તે ન ચાલે

આજનો માણસ કેવળ બાહ્યવિશ્વમાં રાયતો થયો છે. એની પાસે પોતાની અંદર ડોકિયું કરવાની કુરસદ નથી. એને ખબર પણ ન પડે તેમ એ ટેકનોલોજીએ સામે ધરેલાં ઉપકરણોને વિસ્મયથી જોતો થયો છે. હવે સૂર્યોદય કે વરસાદ કે ટહુકો કે પતંગિયું એના વિસ્મયને જગાડી ન શકે એવી પરિસ્થિતિ છે. ઉપકરણનો વિનિયોગ કરનારો એ 'ટેકનોપુરુષ' પોતે યંત્ર બની રહ્યો છે. એની ઘણીબધી ક્રિયાઓ યંત્રવત્ થતી રહે છે. એ કોઈનો આભાર માનતી વખતે 'થેન્ક-યૂ' કહે ત્યારે અંદરથી ભીનો નથી હોતો. એ કોઈને 'સૌરી' કહે ત્યારે એના અંતરમાં, ભૂલ થઈ તેનું દુઃખ ખરેખર હોય જ એવું ખરું ? એ પ્રિયજનને 'આઈ લવ યૂ' કહે ત્યારે પણ પ્રેમની ઝંકૃતિ ક્યારેક ગેરહાજર હોય છે. માણસનું અંતઃવિશ્વ સતત સંકોડાતું જાય છે. ગુરુદેવ રવીન્દ્રનાથે પ્રાર્થના કરી : 'અંતર મમ વિકસિત કરો.' બ્રહ્મ બૃહત્ છે. એની વ્યાપકતાને પામવા માટે સાંકડું હૃદય ચાલે ખરું ? અંતઃવિશ્વ જેટલું 'વિકસિત' હોય તેટલું એ બાહ્યવિશ્વની વ્યાપકતાનો પરચો પણ યોગ્ય રીતે પામી શકે. અંદરની વિશાળતા વગર બહારની વ્યાપકતાને પામવાનું શક્ય નથી. પોતાની જાતને જાણ્યા વગર બ્રહ્મને જાણવાનો પ્રયત્ન મિથ્યા છે.

□ 'પતંગિયાની અમૃતયાત્રા'માંથી સાભાર

વિચારવલોણું

- ડૉ. કલાબેન પટેલ

કોનું મહત્ત્વ ?

મોટો કોણ, ગૃહસ્થી કે સંન્યાસી ? પ્રવૃત્તિ કે નિવૃત્તિ ? નથી મહત્ત્વ ગૃહસ્થી કે તેની પ્રવૃત્તિનું, કે નથી મહત્ત્વ સંન્યાસી કે તેની નિવૃત્તિનું.

મહત્ત્વ છે કેવળ દેહાત્મબુદ્ધિના ત્યાગનું, મહત્ત્વ છે સ્વરૂપના જ્ઞાનનું.

આપણે સૌ અજ્ઞાનીઓ દેહાત્મબુદ્ધિવાળા પરાધીન દશામાં જીવન જીવી રહ્યા છીએ. સાચા સ્વરૂપનું જ્ઞાન ન હોવાથી, સાચી સ્વતંત્રતાની જાણ નથી, એટલે જ દેહને હું જાણી - અહંતા અને મમતાનો સંસાર ચલાવી રહ્યા છીએ. પરિણામે દ્વદ્વાત્મક સુખદુઃખ અનુભવતા આવ્યા છીએ.

માટે જ, મહત્ત્વ છે કર્તાભોક્તાના અભાવનું, નિરહંકારનું, દેહતાદાત્મ્યતાના અભાવનું. દેહાભિમાન જ અહંતા મમતાને પોષે છે. તે જ ધન સંપત્તિ, સત્તા, કીર્તિ, સગાંસ્નેહીઓમાં રાગ વધારે છે અને તેથી ઊલટી વસ્તુઓ, જે પોતાને અનુકૂળ નથી તેમાં દ્વેષ વધારે છે. સુખ કે દુઃખ તેને આધારે જ જન્મે છે અને તેથી મન પણ હંમેશાં વિક્ષિપ્ત રહે છે. સાચી શાંતિ કે સાચી સ્વતંત્રતાનો અનુભવ થતો નથી.

એક વાર દેહાત્મભાવ દૂર થયો કે, શરીર, ઈન્દ્રિયો, મન, બુદ્ધિ, અહંકારના ધર્મો, રાગદ્વેષની મારી તારીનો સ્પર્શ કે તેનું સ્મરણ અટકી જાય છે. મનમાં ઊભો થતો વિક્ષેપ દૂર થતાં મન શાંત બની પ્રસન્નતા અનુભવે છે.

જે જગતને સત્ય માને તે જ તેના વિચારોથી તાદાત્મ્ય સાધે, પરિણામે અસંતોષી જીવન જીવે. જ્ઞાની એટલે જ દેહાત્મબુદ્ધિ રહિત- ભલેને તે ગૃહસ્થી હોય કે સંન્યાસી, પ્રવૃત્તિમય હોય કે નિવૃત્તિ જીવન ગાળતો હોય. તે ગુણાતીત હોઈ સર્વારંભ પરિત્યાગી છે.

પ્રવૃત્તિ કર્તાભાવે થતી હોય તો ભોક્તાભાવે ફળ ભોગવવાં જ પડે. માટે જ્ઞાની કેવળ કર્તા કે સાક્ષીભાવે, ઈશ્વર પ્રીત્યર્થે કે લોકહિતાર્થે જ કર્મો કરતો હોઈ, તેના કર્મો બંધનકર્તા નીવડતા નથી. તે વાસનામુક્ત હોઈ તેની ક્રિયાઓ પ્રતિક્રિયારહિત હોઈ, ત્યાં જ તેનું મહત્ત્વ અંકાય છે. ૐ

આપણો સલામત પ્રદેશ

-ડૉ. હરીશ દ્વિવેદી

સમુદ્રમાં આવતાં ઝંઝાવાતી ભયંકર તોફાનો વિશે થોડું-ઘણું તો આપણે સહુ જાણતાં હોઈએ છીએ. ક્યારેક ‘બર્મ્યુડા ત્રિકોણ’ જેવા રહસ્યમય દરિયાઈ પ્રદેશ અંગેની વાતો પણ સાંભળવા મળતી હોય છે, જ્યાંથી પસાર થતાં મોટાં મોટાં જહાજો અને સ્ટીમરો અદૃશ્ય થઈ જતાં હોય છે અને મહાસાગરમાં સમાઈ જતાં હોય છે. વિજ્ઞાને આજે આટલી પ્રગતિ કરી હોવા છતાં હજુ સુધી આ રહસ્ય ઉકેલી શકાયું નથી. મહાસાગરના અગાધ ઊંડાણમાંથી ઉદ્ભવતાં આવાં તોફાની મોજાંઓની ઊંચાઈ ક્યારેક તો લગભગ પંદર માઈલ જેટલી થતી હોય છે. આ સાંભળીને આપણને આશ્ચર્ય જરૂર થશે, પરંતુ આ હકીકત તો નોંધાયેલી છે.

દરિયાલાલના આવા ઝંઝાવાતી તોફાની મોજાંઓની વચ્ચે પણ એક સ્થિર અને શાંત સપાટીનો પ્રદેશ આવેલો હોય છે. જ્યાં તોફાનોની કોઈ જ અસર પહોંચી શકતી નથી. સમુદ્રમાં રહેતાં જળચર પ્રાણીઓ તોફાનના સમયે જેને આપણે ‘Safety Zone’ કહી શકીએ તેવા આ સલામત પ્રદેશમાં પહોંચી જઈ પોતાને બચાવી લેતાં હોય છે.

આવો જ એક ‘સેફ્ટી ઝોન’ સલામત પ્રદેશ આપણા સહુની પાસે પણ છે. આ સાંભળીને આપણને પાછું બીજું આશ્ચર્ય થશે અને જાણવાની ઈચ્છા પણ થશે કે, તે ક્યાં આવેલો છે ? સંસાર સાગરનાં ભયંકર તોફાનોથી તો આપણે પણ ત્રાહિમામ્ પોકારી એનાથી બચવા માટે કોઈ સલામત પ્રદેશની શોધમાં જ હોઈએ છીએ. અને આવો સ્થિર, શાંત અને સલામત પ્રદેશ આપણા સહુનાં દિલદરિયાના એક નાનકડા ખૂણામાં સમાયેલો છે. એટલા માટે જ્યારે જ્યારે આપણે આધિ, વ્યાધિ અને ઉપાધિના અચાનક આવી ચઢેલાં તોફાની મોજાંઓની વચ્ચે ફસાઈ જઈએ, ત્યારે એનાથી બચવા માટે દિલ-દરિયાના આ સલામત

પ્રદેશમાં આપણે પહોંચી જવું પડશે. પછી ગમે તેવાં ભયંકર તોફાનો પણ આપણું કંઈ જ બગાડી શકશે નહીં.

અત્યાર સુધી આપણે જીવનમાં એકાએક આવી ચઢતાં ઝંઝાવાતી તોફાનોથી ગભરાઈને મૂંઝાઈ જતાં હોઈએ છીએ. એનાથી બચવા અહીંતહીં ફાંફાં મારતાં હોઈએ છીએ અને બહારની દુનિયામાં સમુદ્રની સ્થિર સપાટી જેવા સલામત સ્થાનને શોધવાનો વ્યર્થ પ્રયત્ન પણ કરતા હોઈએ છીએ. બહાર ચાહે આપણે ગમે તેટલાં ભટકીશું, એવું સલામત સ્થાન આપણને ક્યાંય મળી શકવાનું નથી. વાસ્તવમાં એ તો આપણા સહુની અંદર હંમેશને માટે વિદ્યમાન હોય છે. પરંતુ એ તરફ આપણું ધ્યાન કદી ગયું હોતું નથી, કારણ કે આપણે તો આગ લાગે ત્યારે જ કૂવો ખોદવા બેસીએ તેવા માણસો છીએ !

આપણું જીવન ચલચિત્રમાં રૂપેરી પડદા પર એક પછી એક બનતી ઘટનાઓના જેવું હોય છે. એ ક્રમ નિરંતર ચાલ્યા કરતો હોય છે. એમાં જે પરિસ્થિતિ આવી પડતી હોય છે, તે પોતે કદી સારી કે ખરાબ હોતી નથી. એના ઉપર સારાં કે નરસાંનું લેબલ તો આપણે લગાડતાં હોઈએ છીએ. એ જ રીતે જીવનમાં બનતા પ્રસંગો પણ સુખદ કે દુઃખદ હોતા નથી. એ તો હંમેશાં સહુને માટે એક સમાન રીતે તટસ્થ રૂપે આવતા હોય છે. એનાં ઉપર આપણી કલ્પનાશક્તિ પ્રમાણે અને આપણને પસંદ હોય એવું લેબલ આપણે લગાડી દેતાં હોઈએ છીએ.

આ સંદર્ભમાં એક સરસ મજાનું દૃષ્ટાંત યાદ આવે છે. વાત તો જાણે ઘણાં વર્ષો પહેલાંની છે. મુંબઈ શહેરમાં એ વખતે એક ખૂબ જ પ્રતિષ્ઠિત પેઢી અચાનક કાચી પડી અને છેવટે નાદારી નોંધાવી. આ પેઢીમાં એક વેપારી કુટુંબના બે ભાઈઓના સરખે ભાગે આવતા પચાસ લાખ

રૂપિયા ડૂલ થઈ ગયા. આ સમાચાર સાંભળતાંની સાથે કુટુંબના મોટાભાઈને ભારે મોટો આઘાત લાગ્યો. ખૂબ જ દુઃખી અને નિરાશ થઈ એ ઘરમાં ને ઘરમાં રહેવા લાગ્યો. શું કરવું તેની કોઈ સૂઝ એને પડતી નહોતી, એટલે પોતાને સાવ નિઃસહાય માની, બનેલી ઘટનાને જીવનની મોટામાં મોટી આફત માની દુઃખના દરિયામાં ગોથાં ખાતો એ દિવસો પસાર કરવા લાગ્યો અને એમાંથી એ કદી બહાર નીકળી જ શક્યો નહીં.

જ્યારે એ જ કુટુંબના નાના ભાઈએ અચાનક જ આવી પડેલ એ નવી પરિસ્થિતિને ખૂબ જ સ્વસ્થચિત્તે સ્વીકારી લીધી. જે કંઈ થઈ ગયું તે થઈ ગયું છે, એના વિશે વારંવાર વિચારીને દુઃખ કરવાથી ફાયદો શો ? એમ વિચારી સહેજ પણ નાસીપાસ થયા વિના એ ફરીથી કામે લાગી ગયો. એને જરૂર આપણા હૃદયમાં આવેલાં સમુદ્રની સ્થિર સપાટી જેવા સલામત પ્રદેશનો ખ્યાલ હોવો જોઈએ. એટલે એ તો આવી ચઢેલાં આ ઝંઝાવાતી તોફાનોથી સહેજ પણ ગભરાયા વિના સીધો જ એ ‘સલામત સ્થાન’ના સેફ્ટી કોર્નરમાં પહોંચી ગયો હશે. ત્યાં તો બહારનાં તોફાનોની કોઈ અસર જ પહોંચતી હોતી નથી. એટલે ત્યાં રહીને એ વધુ ઉત્સાહ અને ખંતપૂર્વક કામ કરવા લાગ્યો. એ રીતે એ વધુ ને વધુ આગળ વધતો રહ્યો અને એનું પરિણામ એ આવ્યું કે, આ નાના ભાઈએ પોતાના ભાગના જેટલાં પૈસા ગુમાવ્યા હતા તેનાથી પણ વધુ પૈસા થોડા સમયની અંદર જ મેળવી લીધા અને ઘરમાં આનંદ મંગલનું વાતાવરણ એ સર્જી શક્યો.

આ બંને ભાઈઓ ઉપર જે અણધારી આફત આવી પડી હતી, તે બંનેને માટે એક સમાન હતી. એ ઘટના કે પરિસ્થિતિ પોતે આપણને સુખ કે દુઃખ આપતાં હોતાં નથી. એના ઉપર આપણે કેવું લેબલ લગાડીએ છીએ એના ઉપર જ બધો આધાર હોય છે. ઉપરના પ્રસંગમાં આપણે જોયું તે પ્રમાણે મોટા ભાઈએ આવી પડેલ પરિસ્થિતિને જ બધાં દુઃખોનું કારણ બનાવી દીધી. એણે પરિસ્થિતિ ઉપર લેબલ જ સાવ ખોટું લગાવી દીધું હતું. પરિણામે એ જિંદગીભર

નિરાશ થઈ માથે હાથ રાખી બેસી રહ્યો અને દુઃખ, ઉદ્વેગ, અશાંતિ અને શોક સિવાય બીજું કંઈ પામી શક્યો નહીં. જ્યારે નાના ભાઈએ એની એ જ પરિસ્થિતિને ખૂબ જ સ્વસ્થ રહીને સ્વીકારી લીધી અને પરિણામે એ અણધારી આફતને પણ એક આનંદનું પર્વ બનાવી શક્યો. કોઈ પણ પરિસ્થિતિને આપણે જેવું લેબલ લગાવીશું તેવું એનું પરિણામ નિશ્ચિતરૂપે મળતું હોય છે.

આપણે તો આજે નાની અમથી વાતથી પણ ખૂબ ગભરાઈને ભાગંભાગ શરૂ કરી દેતાં હોઈએ છીએ. આવા વખતે બે-ચાર ક્ષણ માટે ઊભા રહી જઈ સ્વસ્થતાપૂર્વક વિચારવાની જરૂર હોય છે. એને માટે હંમેશા Stop, think and Actના સોનેરી સૂત્રને ધ્યાનમાં રાખવા જેવું છે. જીવનમાં આવી પડતી અણધારી આપત્તિઓનાં ઝંઝાવાતી તોફાનોથી ગભરાઈ જવાથી કંઈ ચાલશે નહિ. ખૂબ સ્વસ્થતાપૂર્વક એ બધાંને સ્વીકારી લઈ એમાંથી બહાર નીકળવાનો રસ્તો આપણે વિચારવો પડશે અને પછી એ પ્રમાણે આગળ વધવું પડશે. બસ, આપણને જીવનમાં આટલું આવડી જશે પછી વિશેષ કરવાની કંઈ જરૂર રહેશે નહીં. પછી તો પરિસ્થિતિ અને સંયોગો બધું જ આપણને અનુકૂળ થઈ ચાલવા લાગશે. આ સંદર્ભમાં શ્રી એડવર્ડ ગિબન મહાશયે આ વાતને ખૂબ જ સુંદર રીતે રજૂ કરતાં કહ્યું છે કે :

‘The winds and waves are always on the side of the ablest navigators.’

અર્થાત્ ખૂબ જ બાહોશ અને કુશળ નાવિકોને માટે પવન અને મોજાંઓ હંમેશાં એમના જ પક્ષે રહી સાથ-સહકાર આપતાં હોય છે અને તેઓ નિશ્ચિત કરેલા લક્ષ્ય ઉપર જરૂર પહોંચી શકતા હોય છે. સમુદ્રમાં આવેલ સ્થિર અને શાંત સપાટી ધરાવતા સલામત પ્રદેશ સુધી કદાચ વહાણને આપણે પહોંચાડી ન પણ શકીએ; પરંતુ આપણા સહુની પાસે આવેલા આપણા દિલ દરિયાના સલામત પ્રદેશમાં તો આપણે ધારીએ તે ક્ષણે પહોંચી જઈ શકીએ તેમ છીએ.

યુવાનોને પ્રેરણાદાયી વર્તમાન યુગના સ્વામીજીનું જીવન

શિવાનંદ આશ્રમના પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીના ૬૫મા જન્મદિને યોજાયેલ સમારોહમાં આશ્રમના ઉપપ્રમુખ અને ટ્રસ્ટી શ્રી અણ્ણભાઈ ઓઝાનું સ્વાગત પ્રવચન

આજે પૂજ્ય સ્વામીજીના ૬૫મા પ્રાગટ્યદિને આપણે સૌ એકત્ર થયા છીએ. આ જન્મદિનની ઉજવણી વ્યક્તિગત નથી; પરંતુ લોકોના ઉત્કર્ષ માટે આશ્રમના ઉદ્દેશોને અનુરૂપ અનેકવિધ સેવાકાર્યોની પ્રવૃત્તિઓને વેગ આપવાનો હેતુ છે, કારણ કે સેવાકાર્યો એ જ સ્વામીજીનો પ્રાણ છે. સતત ચિંતન, મનન, પ્રવાસની એક એક ક્ષણ તેઓશ્રી દિવ્ય જીવન સંઘના વિકાસ માટે વ્યતીત કરતા હોય છે તેવી આપણા સૌની પ્રતીતિ રહી છે.

શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસે એક મુમુક્ષુના પ્રશ્નના ઉત્તરમાં સાધુની વ્યાખ્યા આપતાં જણાવેલ કે :

“રોટલો મળે તો વહેંચીને ખાવો અને ન મળે તો ભગવાનનો આભાર માનવો કે આજે તેં મને તપ કરવાનો અવસર આપ્યો.”

પૂજ્ય સ્વામીજી આ વ્યાખ્યા મુજબનું જીવન હરપળે જીવી રહ્યા છે.

પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવ સ્વામી શિવાનંદજીએ જીવનને સ્પર્શતા તમામ વિષયો પર આગવું પ્રદાન પોતાના વ્યવહાર, વર્તન, લેખન અને વાણીથી આપેલ છે. એ જ પ્રમાણે પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીએ પણ પોતાની બહુમુખી પ્રતિભા દ્વારા સ્વામી શિવાનંદજીના અદના શિષ્ય તરીકે પ્રદાન કરેલ છે. તેઓશ્રી દ્વારા ૧૧૭ વખત રક્તદાન, ૫૬૫૦૦ વખત એક જ વર્ષમાં ૨૩૦ રક્તદાન શિબિર દ્વારા ૬૯,૫૪૨ રક્તદાતાઓનો વિક્રમયજ્ઞ તેમ જ સમગ્ર વિશ્વની યાત્રા દરમિયાન એક કરોડ ઉપરાંત વૃક્ષારોપણ. આ ઉપરાંત વિવિધ સ્થળે ૭૨૬ યોગ પ્રશિક્ષણ શિબિરો, ગીતાજ્ઞાન યજ્ઞો, ભાગવત કથાઓ, શિવપુરાણ તથા દેવી ભાગવત કથાઓ અને સાધના શિબિરો-યોગ શિક્ષણ તાલીમ શિબિરો કે જેમાં દેશ-વિદેશના તાલીમાર્થીઓ ભાગ લે છે. ‘યોગ અને આરોગ્ય’ પુસ્તકની પંદર આવૃત્તિઓ પ્રસિદ્ધ થઈ. આ પુસ્તક હિન્દી, ગુજરાતી, અંગ્રેજી, રશિયન, ચાઈનીઝ ભાષામાં પ્રસિદ્ધ થયેલ છે. આ શ્રેણીમાં અન્ય ત્રણેક પુસ્તકોનો પણ સમાવેશ થાય છે. સ્વામીજી લિખિત “ગીતાનવનીતમ્”ને ગુજરાત સાહિત્ય પરિષદ દ્વારા સ્વર્ણપદક પુરસ્કૃત થયેલ છે.

ભૂકંપ, સુનામી, દુકાળ કે પીડિતોને સહાય માટે રાહતકાર્ય, લાલબહાદુર શાસ્ત્રી નેશનલ અકાદમી-ભારતીય સૈન્ય અકાદમી, અનેક યુનિવર્સિટીઓ, ઔદ્યોગિક સંકુલો તેમ જ ભારતનાં સૈન્ય બળો તથા આંધ્રની કોલસાની ખાણોમાં યોગ માધ્યમથી જનસેવા તેમ જ સંગીતનું જ્ઞાન એ સ્વામીજીની બહુવિધ પ્રતિભાની પ્રતીતિ કરાવે છે.

સાહિત્ય ઉપરાંત પત્રકારત્વ, અનેક ભાષાઓ ઉપરના પ્રભુત્વના કારણે સૌને સ્વામીજી પોતાના છે તેમ લાગે. આવી વિભૂતિ ૧૯૯૪માં પૂજ્ય સ્વામી ચિદાનંદજીના આદેશથી આશ્રમને પ્રાપ્ત થઈ તે

અહોભાગ્ય છે. આશ્રમ માટે તેમનો જન્મદિવસ ઉજવવો એટલે આશ્રમનો સ્થાપના દિન ઉજવવો ગણાય.

પૂ. સ્વામીજી પંદર દિવસ પહેલાં ચીન યોગના અને શાકાહારના પ્રચાર માટે ચીનનું નિમંત્રણ મળતા ગયેલા, બેજિંગમાં શાકાહારના સંદર્ભમાં વિશાળ સંમેલન યોજાયેલ જેનું ઉદ્ઘાટન સ્વામીજીએ કરેલ અને માનવશરીરની રચનાને કેન્દ્રમાં રાખી શાકાહારના ફાયદાઓના સંદર્ભમાં વિસ્તૃત રજૂઆત કરેલ.

પૂજ્ય સ્વામીજીએ “વૈષ્ણવજન તો કોને રે કહીએ” તે વિષય પર પ્રવચન આપ્યું અને તે પ્રવચન ગયા વર્ષના દિવાળી કાર્ડરૂપે પુસ્તિકારૂપે પ્રસિદ્ધ થતાં અભૂતપૂર્વ આવકાર મળ્યો. દિવાળીમાં અન્નકૂટ, દરિદ્રનારાયણ સેવા, વિદ્યાર્થીઓને નોટબુક વિતરણ આ પ્રવૃત્તિઓ સ્વામીજીની આગવી પ્રતિભાનાં દર્શન કરાવે છે. આવા લાડીલા સ્વામીજીના જન્મદિને આપણું નિમંત્રણ સ્વીકારીને સવિશેષ પ્રેમને કારણે હાજર રહેલ ગુજરાતના મહામહિમ રાજ્યપાલશ્રી નવલકિશોર શર્માજીનું આપણા સૌ વતી સ્વાગત કરું છું. માનનીય રાજ્યપાલશ્રીની આશ્રમમાં આ તેરમી મુલાકાત છે જે સ્વામીજી પ્રત્યેના તેઓના આદર અને લાગણીની પ્રતીતિ કરાવે છે.

જે મહાનુભાવોનું સન્માન થવાનું છે તેઓનું આશ્રમમાં સુસ્વાગતમ્ અને તેઓ સૌ આપણા અભિનંદનને પાત્ર છે.

તા.૨૮મી મેથી મહોત્સવના ભાગરૂપે શરૂ થયેલ કાર્યક્રમોમાં સંગીતકારો ઉપરાંત અનેક લોકોનો સહકાર પ્રાપ્ત થયો છે. તે તમામ મહાનુભાવોનો તથા મંચસ્થ વિશેષ મહાનુભાવોનો આ કાર્યક્રમમાં ઉપસ્થિત રહેવા બદલ સંસ્થા વતી ઋણ સ્વીકાર કરી આભારની લાગણી વ્યક્ત કરી રહ્યો છું અને આપના અહીં આગમનથી આ કાર્યક્રમની શોભા અનેકગણી વધી ગઈ છે.

ઘણા લોકો પૂછણ કરે છે કે સ્વામીજી આટલા બધા તેજસ્વી અને આનંદમય કેમ છે ? તેનો જવાબ એ છે કે તેઓએ તેમના જીવનમાં નીચેના સંદેશાને વણી લીધેલ છે.

THREE CHEERS FOR YOU IF

- Be ready for these three : **Death, Downfall, Sorrow**
- Control these three : **Business, Eating, Travel.**
- Don't waste these three : **Energy, Money, Time.**
- Have a heart for these three : **Children, the Hungry, the Handicapped.**
- These thee always pays : **Prayers, Hard wok, Knowledge.**
- Preserve these three : **Good Books, Good Deeds, Good Friends.**

**પૂજ્ય શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજની
“દિવ્ય યાત્રા-૨૦૦૯”નો કાર્યક્રમ**

સ્થળ	ક્યાંથી	ક્યાં સુધી	વ્યવસ્થાપક
લંડન	જૂન ૧, ૨૦૦૯	જૂન ૬, ૨૦૦૯	ચંદ્રમણીબેન ટેલર ૧૨૭૫-૪૬૩૪૫૪
ટોમ્સ રીવર ન્યુજર્સી (દક્ષિણ)	જૂન ૭, ૨૦૦૯	જૂન ૧૩, ૨૦૦૯	શ્રી નિકુંજ મહેતા (૭૩૨) ૨૮૧-૧૨૧૩
શિકાગો	જૂન ૧૪, ૨૦૦૯	જૂન ૧૯, ૨૦૦૯	શ્રીમતી મીનલ બી. નાયક (૬૩૦) ૫૩૦-૫૯૫૦
વિન્ડસર	જૂન ૧૯, ૨૦૦૯	જૂન ૨૧, ૨૦૦૯	શ્રી જયેશ ભટ્ટ (૫૧૯) ૭૩૯-૩૮૮૮
ટોલીડો	જૂન ૨૧, ૨૦૦૯	જૂન ૨૫, ૨૦૦૯	શ્રી અનંત દીક્ષિત (શાસ્ત્રીજી) (૪૧૯) ૮૪૩-૧૬૭૨ શ્રીમતી બિંદુ મિસ્ત્રી (૪૧૯) ૮૪૧-૧૮૦૮
ટોરન્ટો	જૂન ૨૫, ૨૦૦૯	જુલાઈ ૩, ૨૦૦૯	શ્રી બાલકૃષ્ણા લોધિયા (૬૭૪) ૮૮૨-૦૫૩૬ શ્રી હુમેશ કપ્ટિયન (૮૦૫) ૩૦૫-૮૨૬૦ શ્રી કમલેશ દવે (૪૧૬) ૪૪૪-૬૦૧૩
ન્યુજર્સી (ઉત્તર)	જુલાઈ ૩, ૨૦૦૯	જુલાઈ ૧૧, ૨૦૦૯	શ્રી સુરેશ પટેલ શ્રી વિનુ રાવલ શ્રીમતી તેજલ શાહ (૮૭૩) ૨૫૩-૮૪૮૧
વોશિંગ્ટન	જુલાઈ ૧૧, ૨૦૦૯	જુલાઈ ૧૨, ૨૦૦૯	શ્રી સિદ્ધાર્થ શાહ (૮૧૭) ૪૦૫-૩૩૧૬
મિલવૉકી	જુલાઈ ૧૨, ૨૦૦૯	જુલાઈ ૧૫, ૨૦૦૯	શ્રી હરિ અને શ્રીમતી અપર્ણા (૨૬૨) ૨૨૭-૦૯૯૧
લૂઈસવિલે	જુલાઈ ૧૫, ૨૦૦૯	જુલાઈ ૧૭, ૨૦૦૯	શ્રીમતી ઈન્દ્રા રસ્તોગી (૫૦૨) ૨૨૮-૪૦૫૨
ટેમ્પા, ફ્લોરિડા	જુલાઈ ૧૭, ૨૦૦૯	જુલાઈ ૨૦, ૨૦૦૯	શ્રીમતી ગૌરાંગી પટેલ (૮૧૩) ૯૬૮-૬૦૩૮
એટલાન્ટા	જુલાઈ ૨૨, ૨૦૦૯	જુલાઈ ૨૬, ૨૦૦૯	શ્રી જયકિશન પટેલ (૭૦૬) ૩૩૧-૦૭૩૮ શ્રી રવિ પોનાંગી (૬૭૮) ૯૩૭-૯૪૩૯

કોર્પસ ક્રિસ્ટી ટેક્સાસ	જુલાઈ ૨૬, ૨૦૦૯	જુલાઈ ૨૮, ૨૦૦૯	શ્રીમતી ભક્તિ નાડકર્ણી (૨૬૧) ૯૯૩-૭૮૧૧ શ્રીમતી લલિતા જાનકી (૬૧૦) ૫૮૪-૯૭૫૬
લાસ કરુસીસ ન્યુ મેક્સિકો	જુલાઈ ૨૮, ૨૦૦૯	જુલાઈ ૩૧, ૨૦૦૯	થેરેસા પેરિસ
સાન ફ્રાન્સિસ્કો	જુલાઈ ૩૧, ૨૦૦૯	ઓગસ્ટ ૧, ૨૦૦૯	શ્રી મહેશ શાહ (૪૮૦) ૫૪૪-૯૪૩૮
લોસ એન્જલીસ	ઓગસ્ટ ૩, ૨૦૦૯	ઓગસ્ટ ૧૦, ૨૦૦૯	શ્રીમતી અર્ચના શેઠ (૯૫૧) ૪૯૬-૨૦૦૦ શ્રી વિનોદ રાણા (૯૦૯) ૯૯૬-૫૧૩૩
સોલ્ટ લેક સીટી	ઓગસ્ટ ૧૦, ૨૦૦૯	ઓગસ્ટ ૧૨, ૨૦૦૯	શ્રીમતી રેશમ શાહ (૮૦૧) ૭૧૨-૫૦૫૪
કેલગરી (કેનેડા)	ઓગસ્ટ ૧૨, ૨૦૦૯	ઓગસ્ટ ૧૬, ૨૦૦૯	શ્રી મુનિ બીર (૪૦૩) ૨૭૫-૮૦૧૮
વિનિપેગ (કેનેડા)	ઓગસ્ટ ૧૬, ૨૦૦૯	ઓગસ્ટ ૧૮, ૨૦૦૯	શ્રી કેતન જોશી (૨૦૪) ૨૬૧-૦૬૭૮ શ્રી સુરેન મહેતા (૨૦૪) ૨૬૧-૪૭૨૨
ડેટ્રોઈટ	ઓગસ્ટ ૧૯, ૨૦૦૯	ઓગસ્ટ ૨૨, ૨૦૦૯	શ્રીમતી મીરા અને શ્રી અનિલ લાલ (૨૪૮) ૫૨૮-૧૪૧૧ શ્રી સુનિલ શેખરી (૨૪૮) ૩૬૨-૧૬૨૪
શિકાગો	ઓગસ્ટ ૨૨, ૨૦૦૯	ઓગસ્ટ ૨૩, ૨૦૦૯	શ્રીમતી મીનલ બી. નાયક (૬૩૦) ૫૩૦-૫૯૫૦
લંડન	ઓગસ્ટ ૨૪, ૨૦૦૯	ઓગસ્ટ ૩૧, ૨૦૦૯	શ્રી જોગેન્દ્રભાઈ પટેલ ૦૨૦૮-૩૯૫૮૦૨૮૧ શ્રી હિંમત સ્વામી ૧૮૯૫-૮૩૨૭૦૯ (ઓ)
સ્કોટલેન્ડ	સપ્ટેમ્બર ૧, ૨૦૦૯	સપ્ટેમ્બર ૮, ૨૦૦૯	શ્રી તટ મહાપાત્રા ૧૪૬૩-૭૧૫૪૪૬ ૦૭૭-૬૬૪૭૪૭૬૯
જર્મની	સપ્ટેમ્બર ૯, ૨૦૦૯	સપ્ટેમ્બર ૧૮, ૨૦૦૯	શ્રી જોહની સ્ટેલા ૦૦૪૯-૧૭૭૫-૭૮૩૯૪૮ ૧૬૦૮૦૨૫૦૭૬

વૃત્તાંત

દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘ, અમદાવાદ : ચૈત્ર નવરાત્રીની પવિત્ર ષષ્ટિતિથિથી આ મહિનાનો પ્રારંભ થયો. શ્રી રામનવમી સુધી દરરોજ શ્રી રામચરિત માનસનું પારાયણ થયું. ૩૭ તારીખે શ્રીરામનવમીના પવિત્ર પ્રસંગે ધામધૂમ અને ભક્તિભાવથી શ્રીરામ પ્રાકટ્ય ઉત્સવ ઉજવાયો. મધ્યાહ્ન પ્રસાદ બાદ સૌ શ્રીરામ સ્મરણ સાથે વિદાય થયાં. એવી જ રીતે નવમી એપ્રિલને ગુરુવારે શ્રી હનુમાન જયંતી ઉત્સવ નિમિત્તે આશ્રમના શ્રી દુઃખભંજન હનુમાન અને શ્રીરામ મંદિરમાં મારુતિ યજ્ઞ થયો. પ્રસાદ પછી સૌ વિખરાયા.

આશ્રમના ઉત્સવોમાં ખૂબ જ ભાવ ભક્તિ અને પવિત્રતા ઉપરાંત સમયસર બધું થતું હોવાથી સૌ ભક્તો ઉમંગભરે ભાગ અને લાભ લેતા હોય છે, જેનો આનંદ છે.

આશ્રમના નિત્ય નિયમિત કાર્યક્રમો ઉપરાંત તા. ૧૩ થી ૨૦ સુધી પૂજ્ય શ્રીમત્ સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીની વ્યાસપીઠે અવિસ્મરણીય શ્રીમદ્ ભાગવત કથાનું આયોજન થયું. આદરણીયા માતૃસ્વરૂપ વારાંબેન આચાર્ય તેમનાં પિતૃઓ સુશ્રી સોનાબેન અને શ્રી રાયચંદભાઈ આચાર્યની આત્મશાંતિ તથા સદ્ગતિ માટે વિધિવત્ ભાગવત કથા પારાયણનું આયોજન કર્યું. શ્રીકૃષ્ણ પ્રાકટ્ય તથા રુક્મણી વિવાહના પ્રસંગો ખૂબ જ ધામધૂમ અને લગ્ન પ્રસંગ જેવા જ હોંશપૂર્વક ઉજવાયા.

લાયોનેસ ક્લબની-ફેમીના ક્લબની ૨૫૦ બહેનો માટે તા. ૧૭મી એપ્રિલની સવારે 'દૈનિક જીવનની સમસ્યાનું સમાધાન - આધ્યાત્મિક જીવન' વિષયક પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીનું ખૂબ જ પ્રેરક અને મનનીય ઉદ્બોધન થયું. સૌ બહેનો આશ્રમનાં અન્નપૂર્ણામાં મહાપ્રસાદ લઈ કૃત્યકૃત્યતાનો અનુભવ કરીને ગયા.

તા. ૨૮થી ઉત્સવ ત્રિવેણીનો આરંભ પૂજ્ય શ્રી આદિશંકરાચાર્યજીના પ્રાકટ્ય ઉત્સવથી થયો. દિવ્ય જીવન સંઘ કેન્દ્રપાડાનાં પૂજ્ય બ્રહ્મચારિણી સુશ્રી દિવ્યચૈતન્ય માતાજી, રાજસ્થાનથી પધારેલા આદરણીય ડૉ. સ્વામી મુક્તાનંદજી મહારાજશ્રી, તત્ત્વતીર્થના આચાર્ય શ્રીમત્ સ્વામી વિદિતાત્માનંદજી મહારાજ, સ્વામીની વિદ્યાપ્રકાશાનંદજી, સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનાં ખૂબ જ મનનીય પ્રવચનો થયાં. રાષ્ટ્રની અને વિશ્વની વર્તમાન સમસ્યાનું સમાધાન વેદાંત વિચાર છે. 'બ્રહ્મસત્ય

જગન્મિથ્યા જીવોબ્રહ્મૈવ નાડપર:'ને વિચારવું જ પડે. તેને જ વાગોળીને જીવનમાં આચરણમાં જાગૃતિપૂર્વક મૂકવું પડે, વગેરે ચિંતનો થયાં.

તા. ૨૯ એપ્રિલના રોજ શ્રીશ્રીશ્રીમા અષ્ટલક્ષ્મી ભવન અને શ્રી સ્વામી ચિદાનંદ ધ્યાન મંદિરના બ્રહ્મોત્સવને ખૂબ જ ધામધૂમથી ઉજવવામાં આવ્યો. બ્રાહ્મમુહૂર્તમાં શ્રી નિજમંદિરમાં સામુહિક શ્રીચંત્રપૂજન થયું. પૂર્વાહ્નથી સાયંકાળ સુદી શ્રી વિશ્વનાથ મંદિરના પ્રાંગણમાં નવચંડી યજ્ઞ થયો. ગોધૂલિક સમયે પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીએ વસુધારા સાથે બીડું હોમ્યું. સાંજે શ્રીશ્રીશ્રી અષ્ટલક્ષ્મીભવનમાં ભવ્ય મહા આરતી પછી સેંકડો ભક્તોએ મહાપ્રસાદ ગ્રહણ કર્યો. રાત્રે શ્રી હર્ષ પટેલ, શ્રીમતી મયૂરિકા ઓઝા અને આદરણીય શ્રી અજયભાઈ યાજ્ઞિકજી દ્વારા માતૃવંદના કરવામાં આવી. ભક્તો પણ મન મૂકીને નાચ્યા.

તા. ૩૦ એપ્રિલથી તા. ૩૭ મે સુધી દરરોજ સવારે અને સાંજે સમૂહમાં શ્રી મૃત્યુંજય મંત્રના જપ કરવામાં આવ્યા. તા. ૩૦મીની રાત્રે આદરણીય ડૉ. સ્વામી મુક્તાનંદજી મહારાજનું પ્રવચન-સત્સંગ અને ત્યાર બાદ નૃત્યભારતીના ડાયરેક્ટર શ્રી ચંદન ઠાકોરના નિર્દેશનમાં ભરતનાટ્યમ્ શૈલીમાં 'નારી' નૃત્યનાટિકા પ્રસ્તુત કરવામાં આવી.

તા. ૧લીની સંધ્યાએ વહેલાલના સુપ્રસિદ્ધ ડૉ. માતાજી સ્વામીની અનંતાનંદમાતાજીનું ઉદ્બોધન તથા સુપ્રસિદ્ધ સુગમ સંગીતના ગાયક શ્રી નયન પંચોલી તથા શાસ્ત્રીય સંગીતના પંડિતશ્રી નિરજચંદ્ર પરીખનાં કંઠ્ય સંગીતના કાર્યક્રમો મોડી રાત સુધી થયા.

તા. ૨જીની સંધ્યાએ સોલા ભાગવત વિદ્યાપીઠના આદરણીય ભાગવત આચાર્યશ્રી ભાગવત ઋષિના સત્સંગ પછી મુંબઈના સુપ્રસિદ્ધ કલાકારો શ્રીમતી તૃપ્તિબેન છાયા અને શ્રી સુધાંશુભાઈ રાવલનું ભક્તિ, સુગમ અને ગુજરાતી ગીતોનો ચિરસ્મરણીય કાર્યક્રમ થયો. આ બંને કલાકારોને 'સંગીતરત્ન' બીરૂદ સાથે બીરદાવવામાં આવ્યા.

તા. ૩જીની સવારે બ્રાહ્મમુહૂર્તમાં ધ્યાન અને પ્રાર્થના ઉપરાંત પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીના દ્વયમા પ્રાકટ્ય પર્વ નિમિત્તે શ્રી વિશ્વનાથ મંદિરના પ્રાંગણમાં આયુષ્ય હોમ થયો. દરિદ્રનારાયણ સેવા અને સામુહિક મૃત્યુંજય મંત્રના જપ થયા. બપોરે મહાપ્રસાદ ભંડારા ઉપરાંત સાંજે રક્તદાન શિબિરનું આયોજન પણ

થયું. માતૃસ્વરૂપ વારાંબેન આચાર્ય પરિવારે ભાગવત સમાહની દક્ષિણાના એક ભાગરૂપે ૭૭ લોકોએ રક્તદાન કર્યું. સાંજની સભાનો પ્રારંભ કુ. હિમાલી વ્યાસના કંઠ્ય સંગીતથી થયો.

સમગ્ર કાર્યક્રમ ગુજરાત રાજ્યના મહામહિમ રાજ્યપાલશ્રી પંડિત નવલકિશોર શર્માજીની અધ્યક્ષતામાં થયો. આ પ્રસંગે અમદાવાદ સિવિલની સુપ્રસિદ્ધ કીડની હોસ્પિટલના ડાયરેક્ટર ડૉ. શ્રી એચ.એલ. ત્રિવેદી સાહેબ તથા લખનઉની શ્રીરામ મનોહર લોહીઆના સુપ્રસિદ્ધ કાર્ડિયોલોજિસ્ટ ડૉ. અનીલ શ્રીવાસ્તવજી તથા વડોદરાના સુપ્રસિદ્ધ ઓર્થોપેડિક સર્જન ડૉ. મૃગાંક મર્યન્ટનું ‘માનવભૂષણ’ બીરૂદ સાથે સન્માન કરવામાં આવ્યું. તદ્દુપરાંત ભાવનગરના ડૉ. નરેન જોષી (ફિમિલી ફિઝિશિયન), ડૉ. અશોક બક્ષી (પીડીયાટ્રીક્સ), સુરત અશક્ત આશ્રમના ડાયરેક્ટર શ્રી અરવિંદ મહેતા, લખનઉના અખિલ ભારતીય ભોજપુરી સમાજના રાષ્ટ્રીય અધ્યક્ષ શ્રી પ્રભુનાથ રાયને ‘સેવા રત્ન’ બીરૂદ સાથે બીરદાવવામાં આવ્યા. સર્વશ્રી પંડિત નિરજચંદ્ર પરીખને સંગીત વિભૂષણ તથા શ્રી હરિભાઈ કાપડી, ભાવનગર, શ્રી નયન પંચોલી, શ્રીમતી મયૂરીકા ઓઝા, કુ.હિમાલી વ્યાસ અને કુ. એશ્વર્યા મજમુદાર (છોટે ઉસ્તાદ, અમુલ સ્ટાર વોઈસ ઓફ ઈન્ડિયા)ને ‘સંગીત રત્ન’ ઉપાધિ સાથે સન્માનવામાં આવ્યા.

આદરણીય પંડિત નવલકિશોર શર્માજી, રાજ્યપાલ મહોદયે કહ્યું, ‘શિવાનંદ આશ્રમ આવવાનું એટલે પ્રેરણાની ગંગોત્રીમાં અવગાહન કરવાનું પુણ્ય અને આનંદ બંને છે. હવે મારી ગુજરાતની ટર્મ પૂરી થવામાં છે. આ પાંચ વર્ષમાં આજે ૧૩મી વખત અત્રે પધારી હું કૃતકૃત્ય થયો છું. શિવાનંદ આશ્રમ દ્વારા જે પવિત્ર સાહિત્યનું પ્રકાશન અને માત્ર નજીવી કિંમતમાં વિતરણ થઈ રહ્યું છે તે ગૌરવની વાત છે. આજે રાષ્ટ્રમાં પાણી અને અન્નના દુકાળના પ્રમાણમાં જે વસ્તુ વિષયની આવશ્યકતા છે તે ચારિત્ર્ય, સંસ્કાર અને સંસ્કૃતિ છે. શિવાનંદ આશ્રમની પ્રવૃત્તિઓ, પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ અને શિવાનંદ આશ્રમના સર્વે સભાસદોના પ્રમાણિક પ્રયત્નો અને તે દિશામાં તમો સૌનો ઉત્સાહ પ્રેરણા અને જીવન પાથેયનું પરબ માંડીને બેઠા છો, તે ખૂબ જ સંતોષની વાત છે. આપણે જો દેશને ચાહવો હોય તો આપણા દેશના સંતો, તેમના વિચારો, તેમના આદર્શોનું મનન, ચિંતન અને માર્ગદર્શન લેવું જ પડશે. મારે મન તો સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ મારા પ્રેરણામૂર્તિ છે. આજે ધર્મસ્થળો, આશ્રમો અને યોગ સંસ્થાઓનું સમૂળગે વ્યાપારીકરણ થઈ ગયું છે,

જ્યારે શિવાનંદ આશ્રમ પ્રચાર અને પ્રસાર નહીં કામ કરે છે. હું દેશ-વિદેશ ફર્યો છું. અનેક સંતોને પણ મળું છું. પરંતુ શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદે મને આત્મીયતા આપી છે, હું સદેવ તમો સૌનો ઋણી રહીશ. અત્રે આવીને હું આનંદ અનુભવું છું અને પૂજ્ય સ્વામીજીથી ઉંમરમાં ભલે મોટો હોઉં છતાં તેમના જન્મોત્સવ નિમિત્તે અનેકાનેક શુભેચ્છાઓ આપું જ છું, તથા આશીર્વાદ પણ માગું છું. તમો સૌ મને પ્રેમથી પોતાનો જાણીને મને બોલાવો છો, માટે હું તમો સૌનો આભારી છું. ધન્યવાદ’

મુંબઈથી પૂજ્ય પ્રમુખ સ્વામી મહારાજે શુભેચ્છાપત્ર દ્વારા પૂજ્ય સ્વામીજીને જન્મદિને સવિશેષ શુભેચ્છાઓ પાઠવતાં લખેલ છે કે ‘પરમાત્માએ અર્પેલા શરીર દ્વારા અત્યાર સુધી સૌના આધ્યાત્મિક ઉત્થાનનું કાર્ય થઈ રહ્યું છે, એ જ રીતે આપના દ્વારા અખંડ જ્ઞાનયજ્ઞ, યોગયજ્ઞ અને ભક્તિયજ્ઞની જ્યોત પ્રજ્વલિત રહે અને એ દ્વારા સમગ્ર વિશ્વ પ્રકાશિત બને અને સૌને જીવન ઉત્કર્ષની પ્રેરણા મળતી રહે તેવી પરમાત્મા અને સૌ સંતોના આશીર્વાદ અખંડ રહે તેવી હૃદયથી શુભેચ્છા પાઠવી છે.

પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજે કહ્યું, ‘મારા જન્મ દિવસની ભેટ તમો સૌ પરિવારનાં નાનાં મોટાં દિવસમાં એકવાર સાથે બેસીને ભોજન કરો અને ભજન કરો. પારિવારિક એકતા જ દેશને અખંડ રાખી શકશે. તમો સૌ નિયમિત આશ્રમ આવતા રહો, આશ્રમમાં જપ, ધ્યાન, અને સત્સંગનો લાભ લો. શિવાનંદ સાહિત્યનો સ્વાધ્યાય કરો. ત્યાં જ મારે મન આનંદ છે.’ કુ. એશ્વર્યા મજમુદારના કંઠ્યસંગીતે મોડી રાત્રી સુધી સૌને રસતરબોળ કર્યાં.

રાત્રે બાર વાગે મહાનીશા ધ્યાન થયું, આરતી અને પ્રસાદ પછી સૌ આનંદ વાગોળતાં વિસર્જન પામ્યાં.

નેનીતાલ : તા. ૧લી એપ્રિલથી ચોથી એપ્રિલ સુધી પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ નૈનીતાલ ખાતે રહ્યા. આદરણીય દલાઈલામા ભારત આવ્યા ને પચાસ વર્ષ થયાં, તદર્થે ‘THANKS INDIA’ કાર્યક્રમ નૈનીતાલના ‘ફલેટ્સ’ રમતગમતના મેદાનમાં થયો. તીબ્બતી સમાજે પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજની અધ્યક્ષતામાં આ કાર્યક્રમ કર્યો. તા. ૪ એપ્રિલના રોજ આદરણીય શ્રી બાંકેલાલ કંસલજીનો ૮૮મો જન્મોત્સવ ઉજવવામાં આવ્યો. આદરણીય બાંકેલાલજી અને પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજની મૈત્રી છેક ૧૯૭૬થી છે. આ બંને મહાનુભાવોએ કુમાઉંના પહાડોમાં ભૂસ્ખલન ન થાય માટે વિપુલ પ્રમાણમાં વૃક્ષારોપણ કર્યું છે, અને તવાઘાટના ભયાનક ભૂસ્ખલન સમયે ત્યાં રાહત કાર્યો પણ કરેલાં છે. આ બંનેની જોડીના

પ્રયત્ને પહાડમાં પશુબલી હવે માત્ર નહિવત્ જ રહ્યો છે, તથા મંદિરોમાં દાડનો અભિષેક બંધ થયો છે. શ્રદ્ધેયશ્રી બાંકેલાલજી કંસલ સ્વતંત્રતા સેનાની છે, અને આર્યસમાજના માધ્યમથી હજુ પણ નેત્રયજ્ઞો, કન્યા શિક્ષણ ભૂષણ હત્યા નાબુદી માટે જાગૃતપણે કાર્યનિરત છે. તેમનું સ્વાસ્થ્ય સુખદ છે, દરરોજ છ કિલોમીટર ચાલે છે, સવારે ૬-૦૦ વાગ્યે આર્યસમાજમાં અને ૭-૩૦ વાગ્યે પોતાને ત્યાં નિયમિત વૈદિક યજ્ઞ કરે છે.

દિલ્હી : તા.૫મી એપ્રિલના રોજ પૂજ્ય સ્વામીજીનું આગમન લોદી ખાતે થયું. ત્યાં શ્રી એ.એન. શરણજી (કમિશનર, મિનિસ્ટ્રી ઓફ ટેક્સટાઈલ અને શ્રીમતી અમીતા શ્રીવાસ્તવ સિનિયર રીસર્ચ સ્કોલર, AIMS દિલ્હીના નિવાસસ્થાને પૂજ્ય સ્વામીજીનો સત્સંગ થયો. મોડી રાત્રે સ્વામીજી ચીન જવા રવાના થયા.

બીજુંગ (ચીન) : 'નિર્વાણ યોગ' સંસ્થાના ડાયરેક્ટર 'યોગી થોમસ કાઉ'ના નિમંત્રણે પૂજ્ય સ્વામીજી તેમની છ દિવસની અવિસ્મરણીય ચીનની યાત્રાએ પધાર્યા હતા.

ચીનના અસંખ્ય યોગશિક્ષકો, સુપ્રસિદ્ધ ઓલમ્પિક એથેલીટ્સ વીરો માટે ત્રણ યોગ સેમિનાર થયા. તદુપરાંત પૂજ્ય સ્વામીજીએ 'અખીલ ચાઈના શાકાહારી પરિષદ'ની સ્થાપના પણ કરી. 'All China vegearian Union'. આ સભા ચીનના વર્તમાન ઈતિહાસમાં એક નવું જ પૃષ્ઠ ખોલે છે. આ પ્રસંગે ચીનના અગણિત શાકાહારી મિત્રો, સંતો, ડોક્ટરો, કલાકારો ઉપસ્થિત રહ્યા. સૌને શાકાહારી ભોજન પીરસવામાં આવ્યું. જે આવા કાર્યક્રમો-સમારંભોમાં સૌથી પહેલો પ્રસંગ હતો.

ચીનના અનેક ટેલિવિઝન કેન્દ્રોએ પૂજ્ય સ્વામીજીના ઈન્ટરવ્યૂ-ટૂભાષિયાની મદદથી કર્યા. પૂજ્ય સ્વામીજી અનેક પવિત્ર બૌદ્ધ દેવાલયોમાં ગયા, ત્યાં સફાઈસેવા કરી પોતાની જાતને ધન્ય કરી, સુપ્રસિદ્ધ ચાઈના વૉલ ઉપરાંત અવિસ્મરણીય રાજ પ્રસાદની મુલાકાતે પણ ગયા. તા.૧૩ની સવારે ભારત પાછા ફર્યા.

હરીદ્વાર : શ્રી રંગ અવધૂત પરિવાર (ગુજરાત)ના નિમંત્રણે પૂજ્ય સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રી તા.૨૧થી ૨૫ સુધી હરીદ્વાર પધાર્યા. પૂજ્યશ્રી મહામંડલેશ્વર સ્વામી સત્યમિત્રાનંદજી મહારાજનું આતિથ્ય સ્વીકારી પંજાબ સીંધ ક્ષેત્ર, ખડખડી-ભીમગોડા ખાતે શ્રીરંગ અવધૂત રચિત ભક્તિ-વેદાંતસભર પદોની વ્યાખ્યા દરરોજ બે કલાક ગંગાતટે બેસીને પૂજ્ય સ્વામીજીએ કરી.

દરરોજ રાત્રે BHEL હરીદ્વારના શિવાલિકનગર ખાતે ગીતાજીના આઠમા અધ્યાયનો સ્વાધ્યાય થયો.

શિવાનંદનગર (હૃષીકેશ) : ગુરુવાર તા.૨૩ના રોજ સવારે બ્રાહ્મમુહૂર્તે શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજ શિવાનંદ આશ્રમ પધાર્યા. શ્રી વિશ્વનાથ મંદિર, શ્રી સમાધિ મંદિરની વિશિષ્ટ પૂજાઓ, શ્રી ગુરુ કુટીર, શ્રી ગુરુનિવાસનું દર્શન, ગંગાસ્નાન ઉપરાંત વર્તમાન પરમાધ્યક્ષ શ્રીમત્ સ્વામી વિમલાનંદજી મહારાજશ્રીનાં દર્શન કરીને અન્નપૂર્ણામાં પ્રસાદ લઈને કૃતકૃત્યતાનો અનુભવ કર્યો.

ભુધિયાના : શ્રી દુર્ગામાતા મંદિરની સ્થાપનાનો સ્વર્ણજયંતી મહોત્સવ તા.૨૬/૨૭ એપ્રિલના રોજ પૂજ્યશ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજશ્રીની અધ્યક્ષતામાં ઉજવાયો. દરરોજ સવારે ૧૦થી ૧૨ અને સાંજે ૭-૩૦થી ૮-૩૦ પૂજ્ય સ્વામીજીએ 'શિવ-શક્તિ ઉપાસના' વિષયક ત્રણ ખૂબ જ મનનીય પ્રવચનો કર્યા. અગ્રસેનનગર ખાતે શ્રી રઘુનાથ મંદિરમાં અખાત્રીજની પવિત્ર સવારે 'શ્રીરામકથા'માં પૂજ્ય સ્વામીજીએ સૌને ભક્તિરસમાં તરબોળ કર્યા.

કરનાલ : તા.૨૭ એપ્રિલ, સોમવાર અખાત્રીજના દિવસે ઢળતી સાંજે કરનાલના શ્રી કર્ણેશ્વર મહાદેવમાં સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજનો સત્સંગ થયો.

દ્વારકા (દિલ્હી) : દ્વારકા ખાતે શ્રી ટી.એન. શ્રીવાસ્તવજીને ત્યાં પૂજ્ય સ્વામીજીનો સત્સંગ ૨૭ એપ્રિલની રાત્રે નવથી સાડાદસ સુધી થયો. ૨૮મીની વહેલી સવારે સ્વામીજી અમદાવાદ જવા રવાના થયા.

તિથલ શિબિર માટે આવશ્યક સૂચના

પૂજ્ય શ્રીમત્ સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી મહારાજની વિદેશયાત્રા "દિવ્ય યાત્રા-૨૦૦૮"ના ઉપલક્ષ્યમાં જૂનની ૧ થી ૬ માં તિથલ મુકામે આયોજિત વાર્ષિક શિબિર હાલ તુરત મુલતવી રાખેલ છે જેની સર્વે ભક્તોને નોંધ લેવા વિનંતી.

- મંત્રી, ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ

શ્રી વિશ્વનાથ મહાદેવ મંદિરનો પાટોત્સવ

શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ ખાતે શ્રી વિશ્વનાથ મહાદેવ મંદિરનો પાટોત્સવ તા.૨૦-૫-૨૦૦૮, બુધવારના રોજ હોમાત્મક લઘુરુદ્ર સવારે ૮-૩૦ થી સાંજે ૬-૦૦ કલાકે, શ્રીફળ હોમ ૬-૧૫ કલાકે, મહાઆરતી સાંજે ૬-૪૫ કલાકે, ભંડારો સાંજે ૭ થી ૮-૩૦ કલાકે.

- મંત્રી, દિવ્ય જીવન સાંસ્કૃતિક સંઘ



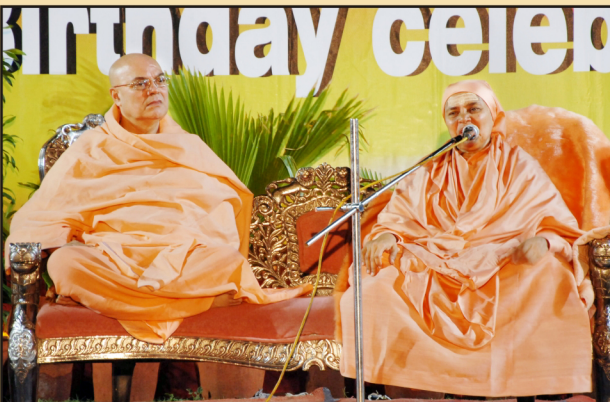
શ્રી શંકરાચાર્ય પ્રાગટ્યપર્વે શિવાનંદ આશ્રમે સત્સંગ નિરત સંતવૃંદ
(જમણેથી સ્વામીની શ્રી વિદ્યાપ્રકાશાનંદજી, ડૉ. દિવ્યસ્વરૂપ ચૈતન્ય માતાજી, શ્રી સ્વામી વિદિતાત્માનંદજી,
શ્રી સ્વામી અધ્યાત્માનંદજી, ડૉ. સ્વામી મુક્તાનંદજી, શ્રી સ્વામી ગુરુસેવાનંદજી, શ્રી સ્વામી પરમાનંદજી,
સ્વામીની પરાપ્રજ્ઞાનંદજી, સ્વામીની ગુરુપ્રિયાનંદ માતાજી)



શ્રી શ્રી શ્રી અષ્ટલક્ષ્મી ભવનના પાટોત્સવ પ્રસંગે મા જગદંબાના
જાગરણ કાર્યક્રમમાં શ્રી અજય ચાફીકજી (દિલ્હી) (તા. ૨૯-૦૪-૦૯)



ડૉ. શ્રી સ્વામી મુક્તાનંદજી મહારાજ(રાજસ્થાન)નો
સત્સંગ(તા. ૩૦-૦૪-૦૯)



ડૉ. શ્રી સ્વામીની અનંતાનંદ માતાજી(વઢેલાલ)નો
સત્સંગ (તા. ૧-૦૫-૦૯)



શ્રી ભાગવતભ્રુષિ(ભાગવત વિદ્યાપીઠ, સોલા)નો
સત્સંગ (તા. ૨-૦૫-૦૯)

ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ, શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ દ્વારા મહામહિમ રાજ્યપાલશ્રીના વરદ હસ્તે સન્માન



ડો. એચ. એલ. ત્રિવેદી, અમદાવાદ - માનવભૂષણ



ડો. અનિલ શ્રીવાસ્તવ, લખનઉ - માનવભૂષણ



ડો. મૃગાંક મરચન્ટ, વડોદરા - માનવભૂષણ



ડો. નરેન જોષી, ભાવનગર - સેવારત્ન



ડો. અશોક બક્ષી, ભાવનગર - સેવારત્ન



શ્રી અરવિંદ મહેતા, સુરત - સેવારત્ન



શ્રી પ્રભુનાથ રાય, લખનઉ - સેવારત્ન



શ્રી વિનય કોહલી, કરનાલ (હરિયાણા) - યોગરત્ન

ગુજરાત દિવ્ય જીવન સંઘ, શિવાનંદ આશ્રમ, અમદાવાદ દ્વારા મહામહિમ રાજ્યપાલશ્રીના વરદ હસ્તે સન્માન



પંડિત શ્રી નિરજચંદ્ર પરીખ, અમદાવાદ - સંગીતવિભૂષણ



શ્રી હરિહરભાઈ કાપડી, ભાવનગર - સંગીતરત્ન



શ્રીમતી તૃપ્તી છાયા, મુંબઈ - સંગીતરત્ન



શ્રી ધર્મશ્યુ રાવલ, મુંબઈ - સંગીતરત્ન



શ્રી નયન પંચોલી, અમદાવાદ - સંગીતરત્ન



શ્રીમતી મયૂરિકા ઓઝા, અમદાવાદ - સંગીતરત્ન



કુ. હિમાલી વ્યાસ, અમદાવાદ - સંગીતરત્ન



કુ. એશ્વર્યા મુજમુદાર, અમદાવાદ - સંગીતરત્ન



શ્રીમતી વૃષ્ટિ છાયા અને શ્રી ઇર્માશુ રાવલ (મુંબઈ) દ્વારા પ્રસ્તુત ભક્તિ-સુગમ સંગીત (તા. ૨-૦૫-૦૯)



પૂજ્ય સ્વામીજીના પ્રાકટ્યપર્વે કુ. હિમાલી વ્યાસ દ્વારા ભક્તિ સંગીત



પૂજ્ય સ્વામીજીના પ્રાકટ્યપર્વે કુ. ઐશ્વર્યા મજમુદાર દ્વારા પ્રસ્તુત કાર્યક્રમ 'સૂર ઐશ્વર્યા'

સ્વામી અધ્યાત્માનંદજીની ચીન યાત્રાનાં સંસ્મરણો



બેઈજિંગ, ચીન ખાતે યોગ શિક્ષકો માટેની કોન્ફરન્સ 'ઈનર શાઈન'માં પૂજ્ય સ્વામીજી



બેઈજિંગ, ચીન ખાતે પૂજ્ય સ્વામીજી દ્વારા વેજીટેરિયન ફાઉન્ડેશનની સ્થાપના (તા. ૧૦-૦૪-૦૯)



ઓલમ્પિક ગોલ્ડ મેડલીસ્ટ એથલેટ્સ માટે વિશેષ યોગ વર્ગમાં પૂજ્ય સ્વામીજી



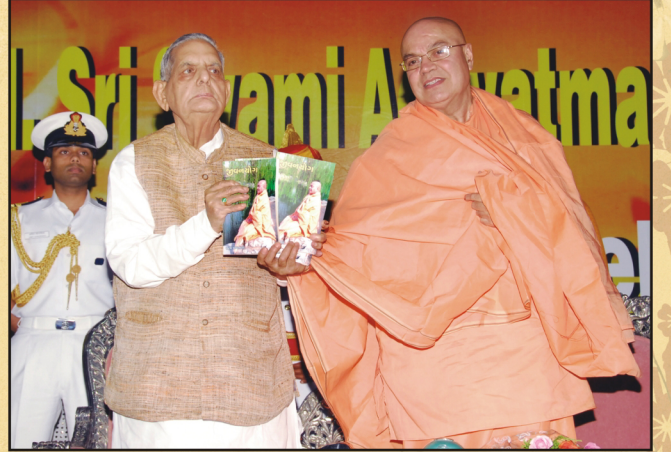
બોક્ષ પેગોડામાં શ્રમયજ્ઞ કરતા પૂજ્ય સ્વામીજી



પૂજ્ય સ્વામીજીના પ્રાકટ્યપર્વે અભિવાદન કરતા ગુજરાત રાજ્યના મહામહિમ રાજ્યપાલ પંડિત શ્રી નવલ કિશોર શર્માજી



‘શિવાનંદ કથામૃત’નું વિમોચન



પૂજ્ય સ્વામીજી લિખિત ‘જીવનયોગ’નું વિમોચન

ચતુર મુમુક્ષુ

અવિચારીઓની વચ્ચે સાવધ, ઊંઘણશીઓની વચ્ચે જાગૃત, અવિચારીઓની વચ્ચે ચિંતનશીલ, લંપટોની વચ્ચે ચતુર સાધક હિંમતથી આગળ વધે છે અને હમણાં અને અહીં જ ધ્યેયની પ્રાપ્તિ, અમરત્વ અને શાશ્વત સુખ પ્રાપ્ત કરે છે. હવે સંનિષ્ઠાથી ધ્યાન કરો, તીવ્ર મુમુક્ષુ બનો, સાવધ રહો.

- સ્વામી ચિદાનંદ