



અધ્યાત્મ



વર્ષ : ૨૦

નવેમ્બર-૧૯૯૯

અંક : ૨

* આત્મસાક્ષાત્કારી મહાપુરુષની ઓળખ *

આત્મસાક્ષાત્કારી મહાપુરુષને ઓળખવા દિવ્ય દૃષ્ટિ જોઈએ. એના વિના એમને ઓળખવાનું કાર્ય અતિશય અઘરું છે. શાસ્ત્રોમાં એને ઓળખવા માટે લક્ષણો વર્ણવ્યાં છે. આત્મસાક્ષાત્કારી મહાપુરુષનું પ્રથમ મહત્ત્વનું લક્ષણ એમનો અખંડ આત્મભાવ હોય છે. એ ગમે ત્યાં રહે અને ગમે તે કરે, તોપણ સદા આત્મસ્થ રહે છે. એમના મનનું કેન્દ્રીકરણ એક અખંડ આત્મામાં જ થયેલું રહે છે. સર્વત્ર સૌ કોઈમાં આત્માને જ જુએ છે. એને લીધે એ શોક તથા મોહમાંથી, રાગદ્વેષમાંથી મુક્તિ મેળવે છે. એના પરિણામે એ પરમ શાંતિને અનુભવે છે અથવા પરમ શાંતિનો સ્વામી બને છે. એમને પરમાત્માની અંદરથી જ પરમ-સુખની પ્રાપ્તિ થાય છે. સંસારના અનિત્ય પદાર્થોની ઈચ્છા, તૃષ્ણા કે વાસના એમના મનમાં રહેતી નથી. આવા મહા-પુરુષોનો આવિર્ભાવ ભારતમાં અવારનવાર થતો જ રહે છે. મહાપુરુષો પાસે સિદ્ધિઓ હોય છે અને ન પણ હોય. મોટી સિદ્ધિ આત્મસાક્ષાત્કારની હોય છે. આવા મહાપુરુષો બીજાને આત્મસાક્ષાત્કાર કરાવવામાં મદદરૂપ થઈ શકે, પણ સાધકે પોતે જ આત્મસાક્ષાત્કાર કરવો જોઈએ. આવા પુરુષોની ઉપસ્થિતિમાં લોકકલ્યાણની પ્રવૃત્તિ આપોઆપ થાય છે. એમના દર્શન અને સંભાષણથી સૌ કોઈને નવ-જીવન માટેની પ્રેરણા મળે છે. એવા મહાપુરુષો જે કર્મો કરે છે તે કર્મો વધારે પ્રાણવાન હોય છે. એ કર્મો કરે તોપણ અહંકારરહિત થઈને, રાગદ્વેષરહિત બનીને કરે છે. એ કર્મો એમને બંધનકારક નથી બનતાં. પરંતુ અન્યને માટે ઉપયોગી અને ઉપકારક કરે છે.

યોગેશ્વરજી

શતમ્ જીવ શરદઃ

તા. ૧૩-નવે.-૧૯૯૯

પ્રશામાંજલિ-પૂ. માના પ્રાકટ્ય દિને



પૂ. શ્રી શ્રી મા
એટલે--

- અવનીનું અમૃત...
- આધ્યાત્મિકતાની અભિસારીકા...
- પ્રભુ પ્રાપ્તિની પગદંડી...
- સમર્પણની સહયાત્રી...
- પવિત્રતાની પરમમૂર્તિ...
- પ્રેમની પરાકાષ્ટા....
- વ્રતોનો વૃતાંત....
- પરમશક્તિની પાવન જ્યોતિ....
- મનોબળની મહાદેવી....

સર્વશ્રી મહાદેવી, સર્વ લોક નિવાસીની,
નમું તેને, નમું તેને વારંવાર નમું નમું.



સાધનાખંડમાં સાંજની પ થી ૬ ની મૌન પારાયણની બેઠકમાં, અક્સ્માત પછી પ્રથમવાર,
પગેપાટો હોવા છતાં એક કલાકલ પન્નાસનમાં લેખનકાર્ય થઈ રહ્યું છે.

SYMBOL OF DIVINITY - MAA

I wish to adorn you with gracefulness.
You are the almighty peak of kindness.
You are the biggest ocean of forgiveness.
You are the longest river of calmness.
You are the giant cave of fearlessness.
You are the finest symbol of peacefulness.
You are the wonderful pond of happiness.
You are a lovely garden of blissfulness.
You are a fragrant flower of tenderness.
You are a vast desert of quietness.
You are the best example of perfectness.
You are a deep well of helpfulness.
You are the precious treasure of freshness.
You are an utmost expert of quickness.
You are a constant guide to our consciousness.
You are the donor of joy and loveliness.
You are the perfect magician with tactfulness.
And last but not the least, Your Highness.
You are the Heaven full of love and diviness.

Niti.

नीति गौतमकुमार लड्ड
(अमदावाद)

“शास्त्रा” भावडी रे भावे नमुं छुं.



जन्म

ता. १२-४-१८१६

स्वर्गवास

ता. २६-६-१८६६

શારદાબેન મોહનલાલ શાહ

શારદાબેન-મોટીબેનના સંબોધનથી અમને માતૃત્વનો આસ્વાદ મળતો. ઓછી શૈક્ષણિક કેળવણી પણ અપાર વ્યવહારિકતા, નિરાભીમાની, અત્યંત સહનશીલ, ખૂબ જ પ્રેમાળ અને અનુપમ લાગણી તેમના વ્યક્તિત્વનાં અમૂલ્ય પાસાંઓ, જેમની આંખમાં માનવતા, જેના મનમાં હરહંમેશ પ્રભુસ્મરણ, જેમની વાણીમાં નિર્મળતા અને હૃદયમાં પરિવાર માટે અપાર પ્રેમ, એવા માતાને યાદ કરતાં તેમનું અંતિમ વાક્ય અવિસ્મરણીય બની ગયું છે, “પૂ. શ્રી મહાત્માજી મહાપુરુષ છે, તેમને વળગી રહેજો, તેમની બને તેટલી સેવા કરજો, સર્વ પ્રકારે.”

પ્રેમાળ, ભક્તિમય, સ્નેહસભર માતાના શ્રી ચરણોમાં પ્રેમાજલિ અર્પતાં ગૌરવની લાગણી થાય છે. સમર્થ સંતની છાયા ધરી પ્રેરણાનાં પિયુષ પાયાં તે માતાને વંદન. જન્મોજન્મ તું માવડી બનજે અમારી એ જ અભ્યર્થના !

પિતૃ દેવો ભવ :



જન્મ
તા. ૧૯-૧૨-૧૯૧૩

સ્વર્ગવાસ
તા. ૧૫-૭-૧૯૯૭

મોહનલાલ ભોગીલાલ શાહ

મોહનલાલ-કાકાના સંબોધનથી અમને પિતૃત્વનું શિરછત્ર મળતું. સુરતમાં કોલેજમાં શૈક્ષણિક કેળવણી લીધી. પરિવારની પરિસ્થિતિ ધ્યાનમાં રાખી સાહસિકતાથી અમદાવાદમાં સ્થિર થયા.

પૂબ જ મહેનતુ, સ્વભાવે સ્વમાનપ્રિય, શિસ્ત, સંયમી એવા આદર્શ પિતાએ અમને પૂ. શ્રીનો પરિચય કરાવ્યો, આત્મિકતા વધારી અને પૂ. શ્રીનું શરણું સ્વીકારવા પ્રેરણામૂર્તિ બન્યા. સુઘડતા, સૌજન્યતા અને સરળપણું વારસામાં આપતા ગયા. આપે તન, મન અને ધનથી પ્રભુની આજીવન સેવા કરી અને અમને ઉત્તમોત્તમ આધ્યાત્મિક વારસો આપ્યો. આપની સત્ય-નિષ્ઠાએ આપને સૌના સ્વજન બનાવ્યા અને આરોગ્યક્ષેત્રે અમારી દીવાદાંડી બન્યા.

પિતાજી એટલે-સ્વાભિમાનનો સરવાળો, બદલાની બાદબાકી, ગુણવત્તાનો ગુણાકાર અને નિઃસ્વાર્થતાનો ભાગાકાર.

શ્રદ્ધાંજલિ	પુષ્પાંજલિ	પ્રેમાંજલિ
દીપક	રાજેન્દ્ર (કેનેડા)	સુરેશ (કેનેડા)
નીલા	જ્યોત્સ્ના	વિમળા
ચિરાગ	નિમેષ-ભાવના	વિકાસ-રૂપલ
અંકિત	વિરલ	કૃપા-પ્રિયા
		સ્મૃતિ-અમર-નીલા

ઉષાબેન અને શોભનાબેન પરિવાર સાથે



અધ્યાત્મ

આધ્યાત્મિક વિકાસની નવી જ ક્ષિતિજ ખોલતું ગુજરાતી માસિક

છૂટક નકલ ૪-૦૦ વાર્ષિક લવાજમ દેશમાં રૂ. ૨૫-૦૦

વિદેશમાં રૂ. ૩૦૦-૦૦ (વિમાનથી)

- સંસ્થાપક પ. પૂ. યોગેશ્વરજી સર્વમંગલ ચેરિટીબલ ટ્રસ્ટ (રજી. અમદાવાદ).
- તંત્રી-સંપાદક શ્રી નારાયણ હ. જાની.
- સહસંપાદકો શ્રી નાનુરામ દુધરેજીયા, શ્રી મણિભાઈ સી. શાહ.
- પ્રકાશન અને પ્રામિસ્થાન 'અધ્યાત્મ' પ્લોટ નં. ૧૬૮૮ બી. સરદારનગર, ભાવનગર-૧
- તંત્રી, મુદ્રક અને પ્રકાશક નારાયણ હ. જાની. ફોન ૫૬૫૮૧૧
- મુદ્રણસ્થાન રાધેશ્યામ પ્રિન્ટીંગ પ્રેસ, ૫૩/૫૪ સી ૧, બોરડીગેટ, ભાવનગર-૧.

લેખકોને નિમંત્રણ

- અધ્યાત્મમાં લેખો, ભજનો કે ગીતો મોકલાવવા લેખકોને નિમંત્રણ છે. અધ્યાત્મની ભાવનાને અનુરૂપ જ લેખો સ્વીકારવામાં આવશે.
- લખાણ કાગળની એક બાજુ ને સારા મોટા અક્ષરે લખેલું હોવું જરૂરી છે. બીજાં સામયિકોમાં પ્રસિદ્ધ થયેલ લેખોની નકલો ન મોકલાવવા વિનંતી છે.

'અધ્યાત્મ' અંગે સૂચનો

- ગ્રાહકોને ગ્રાહક નંબર સરનામા સાથે લખવામાં આવે છે તે નોંધી લેવો.
- 'અધ્યાત્મ' જો આપને ગમ્યું હોય તો આપના પરિચિત વર્ગમાં તેના ગ્રાહકો વધે તેવું આપ કરતાં રહેશે.
- 'અધ્યાત્મ' દર માસની ૧૭ તારીખે પ્રસિદ્ધ થશે. કોઈ કારણે એકાદ અઠવાડિયા સુધી અંક ન મળે તો સ્થાનિક ટપાલ કચેરીમાં તપાસ કર્યા પછી અત્રે જણાવવું. સિલિકમાં હશે તો જરૂર મોકલી આપશે.
- પત્રવ્યવહાર કરતી વખતે ગ્રાહક નંબર લખવાથી વધુ સરળતા રહેશે.
- 'અધ્યાત્મ' અંગે કોઈ સૂચનો કરવાના હોય તો નિઃસંકોચ કરવા અનુરોધ છે.
- દર મહિનાની તા. ૧૫ સુધીમાં જ ગ્રાહકોનાં નામ અત્રે મળી જશે, તેમને તા. ૧૭ મી એ અંક રવાના કરવામાં આવશે.

અનુક્રમણિકા

અભિનંદન	તંત્રી	૩
શ્રીયોગેશ્વર કથામૃત	મા સર્વેશ્વરી	૪
પ્રથમ પરિચય-પૂ. શ્રીનો	શ્રી સુરેશભાઈ શાહ-કેનેડા	૧૨
Spiritual Retreat at Bragg Creek, Alberta Canada	Adarsaben Gopal	૧૭
Maa's Lab Reports Comparison	Ushaben Bhakta	૨૫
બાળ સાધક ધ્રુવનો પરિચય	ધીરજબેન નાણાવટી	૩૮
પૂ. મા	ચાતક	૪૨
ચાલોને ફૂલડાં લેવાને	યોગેશ્વરજી	૪૩
રામકથા	યોગેશ્વરજી	૪૫

* અભિનંદન *

કેનેડામાં વસતા શ્રી સુરેશભાઈ શાહ અને શ્રી રાજુભાઈ શાહ, પ. પૂ. મા શ્રી સર્વેશ્વરીની પ્રેરણાથી, પોતાના સ્વર્ગસ્થ માતાજી શ્રી શારદાબેન અને પિતાશ્રી મોહનલાલ શાહની સ્મૃતિમાં-અધ્યાત્મનો નવેમ્બર-'૯૯ નો અંક પ્રસિદ્ધ કરવા સ્વીકાર્યું. જોગાનુજોગ નવેમ્બર માસ એ પૂ. શ્રી સર્વેશ્વરીનો જન્મનો મહિનો પણ છે. એમ સોનામાં સુગંધ ભળવા જેવું થયું છે.

પ. પૂ. ગુરુદેવ શ્રી યોગેશ્વરજીની અનુમતિ મેળવીને, શ્રી સુરેશભાઈ શાહ પોતાની સરકારી નોકરી છોડીને, કેનેડા જઈને સ્થિર થયા. એટલે જ તો પ. પૂ. ગુરુદેવ શ્રી યોગેશ્વરજીના બેવાર કેનેડામાં યજમાન બનવાનું સૌભાગ્ય તેમને પ્રાપ્ત થયું. તેમ જ પૂ. મા શ્રી સર્વેશ્વરીના કેનેડાના નિવાસ દરમ્યાન, તેઓ જ તેમના કાયમી યજમાન બની રહ્યા છે. આમ શ્રી મોહનભાઈનો સમગ્ર પરિવાર પૂ. ગુરુદેવ અને પૂ. મામાં ખૂબ શ્રદ્ધાભક્તિ ધરાવે છે, તેથી જ તેઓએ અધ્યાત્મને આ રીતે મદદરૂપ થવા વિચાર્યું છે, જે ખરે જ અભિનંદનીય છે. તે બદલ સર્વમંગલ ચેરિટેબલ ટ્રસ્ટ તેમનું ઝાણી છે.

પ્રભુ, તેઓના માતાપિતાના આત્માને પૂર્ણ શાન્તિ આપે એ જ અંતરની પ્રાર્થના.

અધ્યાત્મ

વરદ હસ્ત પ્રભુ તમારો, સદાય રહેજો જીવન સહારો
—મા સર્વેશ્વરી

વર્ષ : ૨૧

નવેમ્બર-૧૯૯૯

અંક : ૨

શ્રી યોગેશ્વર કથામૃત

મા સર્વેશ્વરી

તા. ૨૧-૭-૮૧, મંગળવાર, આષાઠ વદ ચોથ, ૨૦૩૭,

સ્થળ : વડોદરા.

આજે વાતાવરણ ખુશનુમા છે. મળસ્કે ૩ થી ૪ પૂ. શ્રી પોતાના પલંગપર બેસીને ધ્યાનમાં બેસે છે. સર્વેશ્વરી પણ બહારના હિંચકાપર જપ પ્રાર્થના કરે છે. સવારે સ્નાન, વ્યાયામ, મંત્રજપ, ગીતાપાઠ પૂ. શ્રીએ કરી લીધા પછી દૂધ પીને લેખન માટે બેસી જાય છે.

પલંગની પાસે જ એક લાંબી ગાદી બિછાવવામાં આવે છે. એના પર પૂ. શ્રી પલાંઠી વાળીને, નાનકડું ઓશીકું પલાંઠી ઉપર મૂકી લેખન શરૂ કરે છે. અયોધ્યાકાંડની શરૂઆત ગઈકાલથી થઈ ગઈ છે. આજે રાજ દશરથ પોતાના કાન પાસે સફેદ વાળ જુએ

નવેમ્બર : ૧૯૯૯

૫

છે. એ વિષયની ચોપાઈનો પૂ. શ્રીએ અનુવાદ કર્યો. વચ્ચે થોડો આરામ પણ પૂ. શ્રી કરી લે છે. સમયસર ૧૧-૩૦ મિનિટે પૂ. શ્રીનું દ્વાર ખુલી જાય છે.

ભોજન માટે ઓરડામાં જ એકબાજુ પાટલા મૂકવામાં આવે છે. ભોજનના પદાર્થો, ખાલી થાળી-વાટકી પાણી પણ આવી જતાં પૂ. શ્રી ભોજન લેવા પાટલાપર બેસી જાય છે.

કોઈ પણ વિશેષ વાનગી ભોજનમાં બનાવવામાં આવી હોય પણ પૂ. શ્રીને મન સૌથી વિશેષ પ્રિય ખીચડી જ છે. એટલે પૂ. શ્રી પ્રથમ ખીચડીને શાક લે છે. બે દહીંવડા પણ પાછળથી લે છે. ભોજન ખૂબ શાંતિ અને ધીરજથી લે છે. પૂ. શ્રી જાતે જ સર્વેશ્વરીને પીરસે છે. વળી આગ્રહ કરીને ભોજન પીરસીને કાળજી રાખે છે.

ભોજન લીધા પછી પૂ. શ્રી હંમેશા પાણીથી કોગળા કરી મોં સાફ કરે છે. દૂધ પીધા પછી કે અન્ય કંઈ વસ્તુ લીધા પછી પણ મોં સાફ કરવાની ટેવ પૂ. શ્રીને છે. સ્વચ્છતાપ્રિયતા પૂ. શ્રીનાં સ્વભાવનું એક વિશેષ પાસું છે.

આજે મુલાકાતીઓમાંના ઘણા નવા ચહેરા હતા. બપોરની આ મુલાકાતમાં ખાસ પ્રશ્નોની ચર્ચા થતી નથી. આ સમય ફક્ત બહારગામથી આવનાર ભાઈબેનો માટે જ હોય છે. છતાં શહેરનાં પણ એક-બે ભાઈઓ નિયમિત આવે છે આજે એક વિદ્યાર્થી પૂ. શ્રીને લખીને પ્રશ્ન પૂછે છે.

પ્રશ્ન : આપને મહાત્મા શ્રી યોગેશ્વરજી તરીકે લોકો ઓળખે છે. તો સ્વામી યોગેશ્વરજી તરીકે આપ કેમ નથી ઓળખાતા?

પૂ. શ્રી : સ્વામી અને મહાત્મા એ શબ્દોની વચ્ચે ઘણો

તક્ષવત છે. ઘણા એ તક્ષવત નથી જાણતા કોઈ પણ સારા માણસને મહાત્મા કહી શકાય. જેનો આત્મા ઊંચો તે-જેમ કે મહાત્મા ગાંધી પણ બધા મહાત્મા સ્વામી ન હોઈ શકે. સ્વામી તેમને જ કહેવાય જેમનાં વસ્ત્રો ભગવાં હોય. જેમણે વિધિપૂર્વક વીરજાહોમ કરીને સંન્યાસ લીધો હોય-જેમ કે સ્વામી માધવાનંદ, સ્વામી દયાનંદ સરસ્વતી, સ્વામી આત્માનંદ સ્વામી દીક્ષિત થયેલા હોય.

પ્રશ્ન : ઘણા ભગવા વચ્ચેથી લાથમાં દંડ કેમ રાખે છે?

પૂ. શ્રી : જે સંન્યાસીનું શરીર બ્રાહ્મણનું હોય એટલે કે બ્રાહ્મણ સંન્યાસી થાય તે દંડ રાખી શકે. દંડ ઉપરથી તમે ઓળખી શકો કે તે પૂર્વાશ્રમમાં બ્રાહ્મણ હોવો જોઈએ.

દંડ શા માટે? દંડવાળું (અનુશાસનવાળું) જીવન બને. તન, મન, વાણીનો સંયમ હોય તેવા દંડવાળું જીવન બનાવવાનું છે, તે યાદ રહે, એ માટે દંડ રાખવામાં આવે છે.

એ દંડ (લાકડી) બાવળ, કોઠી, કે પીપળાની નહીં; વાંસની જ રાખવાની હોય છે, વાંસ જ પોલો હોય છે. સંન્યાસીએ વાંસ જેવા પોલા-અલંકાર વિનાના બનવાનું છે. વાંસની જે ગાંઠ હોય છે તેવી ગાંઠો અવિદ્યાની આપણા જીવનમાં છે, તે તોડવાની છે. તે યાદ રાખવા જ વાંસનો દંડ છે. આજકાલ તો ઘણા સ્વામી-ઓને પણ ખબર નથી કે દંડ શા માટે રાખવામાં આવે છે.

પ્રશ્ન : મુસ્લીમો પીરને માને છે, તો એ પીર શું છે?

પૂ. શ્રી : જેમ આપણે સંત, ઓલિયા કહીએ તેમ મુસ્લીમો સંતને પીર કહે છે. વળી આપણે સંતની સમાધિ કહીએ તેમ એ પીરના સ્થાનને દરગાહ કહેવામાં આવે છે.

બીજા થોડા પ્રશ્નો પૂછ્યા. જેમાં માંસાહાર અધ્યાત્મમાં બાધક કે નહીં? લોકો માંસાહાર કેમ કરે છે? વિગેરે પ્રશ્નોના ઉત્તરો પૂ. શ્રીએ વિસ્તારપૂર્વક આપ્યા.

સમય થઈ ગયો. પૂ. શ્રીએ સૌને એની જાણ કરી. સૌ ઊભા થઈ પ્રણામ કરી વિદાય થયા.

પૂ. શ્રીએ આજે બેત્રણ પત્રોના ઉત્તરો મીનાબેન પાસે લખાવ્યા. તે દરમ્યાન સર્વેશ્વરીએ બીજા બે પત્રોના ઉત્તરો લખ્યા. પૂ. શ્રી થોડીવાર આરામ કરે છે. થોડું વળી લેખન પણ કરે છે. આજે સર્વેશ્વરી બજારનું થોડું ખરીદી કાર્ય કરવા જાય છે. વળી આવીને માલીશ કરાવી ડાયરીનું લેખનકાર્ય કરે છે. પૂ. શ્રી પણ લેખન કર્યા બાદ થોડા મંત્રજપ કરે છે. સમય થતાં પૂ. શ્રી દ્વાર ખોલી દે છે. વળી પૂ. શ્રી જાતે જ સમય થતાં ઈલેક્ટ્રીક બેલ વગાડે છે. જેથી સૌ ઉપર આવીને પૂ. શ્રીને પ્રણામ કરીને બેસે છે.

આજે વરસાદ નથી. આખો ઓરડો ભરાઈ જાય છે. પૂ. શ્રીએ ગીતાપાઠ કરવાની સૌને સૂચના કરી. તેથી સૌએ સરળ-ગીતાનો એક અધ્યાયનો પાઠ સમૂહમાં કર્યો.

વડોદરાના સત્સંગની એ વિશેષતા છે કે અહીં જ્યારે જ્યારે પૂ. શ્રી પધારે ને સાંજે સત્સંગ મુલાકાત થાય ત્યારે ત્યારે દરરોજ અહીં ગીતાનો અધ્યાય વંચાય છે. ગીતાનો અધ્યાય પૂરો થતાં-સુધીમાં જ દરરોજ આવનારની સંખ્યા વધતી ગઈ. આજે વળી પાલનપુરથી શ્રી વિજયભાઈ પુરોહિત આવ્યા છે. પૂ. શ્રીએ તેમની પાસે માઈક મૂકાવ્યું. એટલે ગીતાપાઠ પછી એમણે એક સુંદર ભજન ગવડાવ્યું. હિન્દી ભજન હતું જેના શબ્દો “इतनी विनती रघुनंदन से, दुःखदर्द हमारा मिटावो जरी।” એ હતા એ ભજન

ખૂબ ભાવથી શ્રી વિજયભાઈએ ગાયું. પછી પ્રશ્નોત્તરી શરૂ થઈ.

એક વૃદ્ધ પુરુષ પ્રકાશના પંથેના વાંચન બાદ એક-બે પ્રશ્નો પૂછે છે. તેના જવાબો પૂ. શ્રીએ સરસ રીતે આપ્યા. પછી વળી તેમણે એક નવો પ્રશ્ન પૂછ્યો :

પ્રશ્ન : આપણે ધ્યાનમાં બેસીએ છીએ પછી થોડીવારમાં જ ડર લાગવા માંડે છે, તો શું કરવું?

પૂ. શ્રી : એટલે જ ગીતાના બારમા અધ્યાયમાં ભગવાને કહ્યું છે : “ક્લેશોઢિકતરતેષામ્ અવ્યક્તાસક્ત ચેતસામ્ ।”

આપણે હમણાં વ્યક્ત અવસ્થામાં છીએ, પણ આપણે જે અવ્યક્તાઅવસ્થા છે ત્યાં અતિન્દ્રિય અવસ્થામાં જવાનું છે. ત્યાં જતાં આપણને સ્વાભાવિક રીતે ડર લાગે છે. કેટલાંકને એમ થાય છે કે મૃત્યુ થશે કે શું? એટલે ઘણાં ધ્યાનમાં ડરને લીધે બેસતાં જ નથી.

પરંતુ આપણા મનને સમજવો કે આ તો આપણી આપણા મૂળ તરફ જવાની યાત્રા છે. ધ્યાનમાં બેસીશું તો એ અવસ્થામાં જઈ શકાશે. મૃત્યુ નહીં પામીએ. તો ભય ન લાગે.

જેમ જેમ તમારો ધ્યાનમાં બેસવાનો અભ્યાસ વધશે તેમ તેમ તમને ડર ઓછો લાગશે. તમારો વિકાસ થશે તેમ તેમ તમને ધ્યાનમાં બેસવાનું ગમશે, સારું લાગશે.

ભય લાગે છે તેનું કારણ અજ્ઞાન પણ હોય. ધ્યાનમાં બેઠા ને કદાચ ખલાસ થઈ જવાય તો! એટલે એ ડર, એ અજ્ઞાનને કાઢવા મનને સમજવો કે શરીરભાન ગુમાવીને શું મેળવવાનું છે—તો નિર્ભયતા, નિશ્ચીંતા અનુભવાશે.

રાત્રે નિદ્રા માટે સૂઈ જઈએ છીએ, ત્યારે ડર નથી લાગતો. એ આપણે માટે સહજ ક્રિયા થઈ ગઈ છે. એમ પણ લાગે છે કે નિદ્રા જરૂરી છે, જેથી નવી તાજગી, નવી સ્ફૂર્તિ મળી જશે.

તો નિદ્રા કરતાં ઊંચી અવસ્થા સમાધિની છે, જેમાં જવાનું બને ત્યારે મન, ઈન્દ્રિય શાંત થઈ જાય છે. આપણી ઈન્દ્રિયોને બળવાન બનાવવા ધ્યાનમાં બેસવું જરૂરી છે—એમ મનને સમજાવીએ તો ભય ન લાગે.

પ્રશ્ન : પ્રમાદ દૂર કરવા શું કરવું જોઈએ?

પૂ. શ્રી : પ્રમાદ શામાં થાય છે? ચ્હા પીવામાં? ના—તો શામાં થાય છે? પૈસા કમાવવામાં? સિનેમા જોવામાં? બીજાંએ આપેલું ભોજનનું નિમંત્રણ સ્વીકારવામાં? ના પ્રમાદ સારા કામમાં જ થાય છે.

પ્રમાદ જપ કરવામાં, ધ્યાન કરવામાં, સત્સંગમાં જવામાં થાય. આજે વાદળાં છે—વરસાદ આવશે. આજે સત્સંગમાં જશો તો માર્ગમાં જ ભીના થઈ જશો. એમ પત્ની કહે, તો તમે તરત જ કહો કે ચાલ ત્યારે, કાલે સત્સંગમાં જઈશ. એટલે સત્સંગમાં જવામાં પ્રમાદ થાય.

પણ પ્રમાદને દૂર કરવા ટાઈમટેબલ બનાવો. ને એ રીતે કામ કરો. ટાઈમટેબલ પ્રમાણે જલ્દી ન ઊઠાયું, જપ ન થયા તો એ દિવસે જમવું નહીં. ચ્હા પીવી નહીં. પછી જુઓ, પ્રમાદ ક્યાં ટકે છે?

જ્યાં પ્રેમ છે ત્યાં પ્રમાદ નથી. ગઈકાલના પેપરમાં વાંચ્યું હશે. અકસ્માતના સમાચાર જાણ્યા ને ડોક્ટરો અર્ધી રાત્રે સારવાર કરવા દોડયા. તો માનવતા માટે પ્રેમ. માનવને બચાવવાનું

સેવાકાર્ય કરવા માટેનો પ્રેમ. તો ત્યાં તેમને પ્રમાદ આવ્યો? ના, આમ જ્યાં પ્રેમ નથી ત્યાં પ્રમાદ આવે.

આત્મારામ પુરુષો પણ સાધનભજન કરે છે તો જેની પાસે થોડી પણ મૂડી નથી તે શા માટે પ્રમાદ કરે? તે પણ ખૂબ ખૂબ જાપ, ધ્યાન સાધનભજન કરે તે જરૂરી છે.

બીજા થોડા પ્રશ્નો પૂછ્યા જે નોંધને યોગ્ય ન હતા. આજ-કાલ નવા નવા ચહેરા સત્સંગમાં દેખાય છે. તે સૌ પ્રશ્નો પણ પૂછતા જણાય છે. સત્સંગમાં પ્રશ્નોત્તરીમાં પૂ. શ્રી સૌને હસાવી જાણે છે. જ્ઞાન સાથે ગમ્મત સમજભરી રમૂજ કરવી એ પૂ. શ્રીના સ્વભાવનું વિશેષ લક્ષણ છે.

સમય થતાં જ પૂ. શ્રીએ સર્વેશ્વરીને એક ભજન સંભળાવવાનું કહ્યું. જેથી સર્વેશ્વરીએ 'કૃપાની વર્ષા કરજો રે.' ભજન ગાયું. પૂ. શ્રીએ ભજન પછી દરરોજની જેમ ધ્યાનમાં બેસવાની સૌને સૂચના આપી.

સૌ પોતપોતાની જગ્યા ઉપર જ ટટ્ટાર પલાંઠી વાળીને બેસી ગયા. પાંચ ઝૂંકાર ધ્વનિ સાથે પાંચ-દશ મિનિટનું ધ્યાન શરૂ થયું. લાઈટ બંધ કરી દેવામાં આવી. સૌ શાંતિથી બેઠા. સમય થતાં પૂ. શ્રીએ પાંચ ઝૂંકારના ધ્વનિ સાથે ધ્યાનનો કાર્યક્રમ પૂર્ણ કર્યો.

સૌ પ્રણામ કરી પ્રસાદ લઈ વિદાય થયા. પૂ. શ્રીના પલંગ પર જે પ્રસાદ આવે છે, તેમાં ફળનો પ્રસાદ પૂ. શ્રી જે નાનકડાં બાળકો આવે છે તેમને વહેંચે છે. સૌ ગયા પછી પૂ. શ્રી સ્નાન કરે છે.

આજે પણ કણકી ને દૂધના ભોજનની યોજના હતી, પણ પછી ભજ્યાનો હજવો નાસ્તો કર્યો. નાસ્તો કર્યા બાદ આવતીકાલે શું બનાવવાનું છે તે પૂ. શ્રીને પૂછવામાં આવ્યું. એટલે પૂ. શ્રીએ તે

અંગે સૂચનાઓ આપી. વળી શ્રીકુંદનબેને પોતાની સાધનાની શંકાઓ પૂછી :

પ્રશ્ન : મારાથી હમણાં બાવીસ જ માળા થાય છે. મારે હવે અનુષ્ઠાન કરવું છે. તો કયો મંત્ર જપું? મારે દરરોજ ૫૦ માળા કરવી છે.

પૂ. શ્રી : તમે જે મંત્ર જપો છો તે સવાર સાંજ એક એક કલાક જપો તો સારું. અનુષ્ઠાન કરો. ૫૦ માળા તો કરવી જ.

પ્રશ્ન : હું સેવાપૂજા કરવા પૂજાના ઓરડામાં આવું છું, ત્યારે જપ કરવાને બદલે મારાથી પ્રાર્થના કરતાં કરતાં રડાઈ જાય છે.

પૂ. શ્રી : શરૂઆતમાં તમને ગમે તો પ્રાર્થના કરો. શાંતિથી બેસી રહેવાનું ગમે તો બેસો. તે દિવસે જપ ઓછા થાય તો વાંધો નહીં, પણ પછી જપ વધારે કરી લેવા.

પૂ. શ્રીએ જીભાઈને ધ્યાનમાં કે પૂજામાં બેસો ત્યારે આસન ઉપર પાથરવા એક નાનકડો રૂમાલ આપવાની વાત કરી. ત્યાર પછી પતિપત્ની પ્રણામ કરી વિદાય થયાં. સર્વેશ્વરી નવ વાગ્યાથી મૌન રાખે છે, એટલે તેઓ શાંતિથી ડાયરીલેખન કરીને આરામ કરે છે. પૂ. શ્રી પણ ધ્યાનમાં બેઠા પછી આરામ કરે છે. હરિ: ઝૂં.

(ક્રમશઃ)

પ્રથમ પરિચય-પૂ. શ્રીનો

શ્રી સુરેશભાઈ શાહ-કેનેડા

અમારા પિતાશ્રી ઈ. સ. ૧૯૪૭ ના જુલાઈ મહિનામાં ઉત્તરભારતની યાત્રાએ ગયા હતા. સાથે ચાર પાંચ મિત્રો પણ હતા. અચાનક એક દિવસ ઋષિકેશમાં ગુજરાતી ભોજનાલયમાં સાંજના જમવા માટે ગયા ત્યારે ભોજનાલયના માલિકે સાહજક રીતે પ્રશ્ન પૂછ્યો કે તમે સૌ ગુજરાતમાંથી આવતા લાગો છો. તમારે ઋષિકેશમાં રહેતા “ગુજરાતી મહાત્માનાં” દર્શન કરવાં જોઈએ.

પૂર્વજન્મના સુસંસ્કારોનો જાણે કે પવિત્રભૂમિમાં ઉદય થયો, સૌ આનંદમાં આવી ગયા, દર્શન કર્યાં, ધન્ય બન્યા અને પ્રથમ પરિચયે જ મુગ્ધ બની ગયા. પૂછતાં જાણવા મળ્યું કે મહાત્માજી ધોળકા તાલુકાના સરોડા ગામના વતની હતા. ગુજરાતમાં પધારે ત્યારે સેવાનો લાભ આપવા વિનંતિ થઈ—આમંત્રણ અપાયું.

પ્રથમવાર પૂ. શ્રી ૧૯૪૮ માં સાબરમતીમાં શ્રી ઈશ્વરભાઈને પ્રજ્ઞપતિને ત્યાં પધાર્યા ત્યારે પૂ. શ્રી ૨૭ વર્ષના યુવાનવયના હતા. માતાપિતાના નેતૃત્વ નીચે પૂ. શ્રીનો પ્રથમ પરિચય થયો. યુવાનવય, તેજસ્વી મુખમંડળ, ખાદીનો સફેદ પહેરવેશ, મીતભાષી અને ધીરગંભીર ચાલ તેમને સૌથી વધુ સવિશેષતા આપતાં હતાં.

સવારના દૂધની સેવાના બદલામાં અમને નાનકડા બાળકોને ગીતાપાઠ, સંસ્કૃતના શ્લોકો અને તેની સરળ ગુજરાતીભાષામાં સમજ તથા હજવો વ્યાયામ કરવા મળતો. દર્શન થાય તે વધારા-

માં. માતાપિતાની નિષ્ઠા, સેવા, સમર્પણ અને સમજના પરિણામે પરિચય વધતો ગયો. સાંજના પ્રવચનોમાં પણ જવાનું બનતું—આગળની હરોળમાં બેસી પ્રવચનોનો લાભ પણ મળતો થયો. પૂ. શ્રી માતૃશ્રી શારદાબેન ઉપર સવિશેષ પ્રેમ રાખતા કપડાં ધોવાનાં, અલ્પાહાર બનાવવાનો, પૂ. જ્યોતિર્મયીમાની સેવા કરવાનો લાભ શારદાબેનને મળતો. પિતાશ્રી ઉતારાની જગ્યા, રોજીંદી જરૂરિયાત અને ઈતર પ્રવૃત્તિ પૂ. શ્રી માટે કરતા આર્થિક સંકડામણના એ દિવસોમાં પણ પૂ. શ્રી માટે તન, મન અને ધનથી માતાપિતા સેવા કરતાં અને તેમાં કોઈ ઉણપ ના રાખતાં.

ધીમે ધીમે આત્મિયતા કેળવાતી ગઈ, મારી ઉંમર સાથે સમજ વધતી ગઈ અને ઈ. સ. ૧૯૭૬ માં પૂ. શ્રીના આશીર્વાદથી જ કેનેડામાં આવવાનું બન્યું. પૂ. શ્રી ૧૯૭૮ અને ૧૯૮૧ એમ બે વખત ટોરોન્ટોમાં પધાર્યા હતા. ૧૯૭૮ માં પૂ. માતાજી સાથે ને ૧૯૮૧ માં પૂ. મા સાથે પધાર્યાં.

અલૌકિક આશીર્વાદ

મારા આશીર્વાદ છે. જીવનમાં ખૂબ ખૂબ વિકાસ કરો. શાંતિ મેળવો. અલૌકિક અનુભવો પામો. લોકોને ઉપયોગી અને પ્રેરક બનો. અને છતાં સરળ ને નમ્ર જ રહો. જેથી કરીને અહંકાર ન આવે. વળી થોડા ગંભીર બનો. (અધ્યાત્મ ઓગસ્ટ-૯૯)

આશીર્વાદ વડીલોના હોય, આશીર્વાદ શુભેચ્છકોના હોય, આશીર્વાદ સાંસારીક સંબંધોના હોય, આશીર્વાદ ગુરુના શિષ્યને હોઈ શકે, પણ સદ્ગુરુના આશીર્વાદ સાચા આધ્યાત્મિક વારસદારને હોય તેવું વિરલ બને. આવા સંગ્નેગોમાં આશીર્વાદ આપનાર અને પામનાર બંને કૃતકૃત્ય થાય છે. આશીર્વાદ આપનાર સમર્થ સંત, આત્મસાક્ષાત્કાર પામી ચૂકેલા અને આધ્યાત્મિકતાના ઉચ્ચોત્તમ

શિખરે બીરાજતા પૂ. શ્રી યોગેશ્વરજી, પૂ. મા સર્વેશ્વરીને પોતાની દિવ્યશક્તિથી ઓળખીને આપે છે અને તે પણ ગુરુપૂર્ણિમાના પવિત્ર પર્વે. આશીર્વાદની વિશેષતા એ છે કે,

- * તે માગ્યા વગર મળે છે.
- * હૃદયના સાચા ભાવથી મળે છે.
- * વ્યક્તિની સમર્થતાને અનુરૂપ મળે છે.
- * ભાવિની આગાહીના સૂચક છે.
- * અપરંપરાગત રીતે મળે છે.
- * અતિ ઉલ્લેખનીય રીતે મળે છે.
- * આધ્યાત્મિક ક્ષિતિજને આંબી જાય તેવા મળે છે.

સર્વના મૂળમાં પૂ. માની પ્રાર્થના, ગુરુભક્તિ, સર્વસમર્પણ-ભાવના અને અનન્ય સેવાવૃત્તિ રહેલાં છે. કોઈ દીક્ષા, કોઈ ભેટ કે કોઈ સમારંભ વગર મળતા આશીર્વાદ પૂ. માને મન અમૂલ્ય મૂડી છે.

તા. ૧૭-૭-૧૯૮૧ ના રોજ પૂ. શ્રીએ આપેલા આશીર્વાદ પૂ. માના જીવનમાં વાસ્તવિક રીતે કેવા ચરિતાર્થ થયા છે તેનું હવે આપણે વિહંગાવલોકન કરીએ. સમર્થ સદ્ગુરુની ઉદ્દોષણા કેવી સચોટ છે તેનાં દર્શન કરીએ.

પૂ. માએ કઠોર વ્રતો, ઉપવાસો, નિર્જળા ઉપવાસો, મોન, મંત્રજપ અને આધ્યાત્મિકતાનો હરકોઈ આંક વટાવી જાય તેવી સાધના કરી છે અને આ રીતે જીવનમાં ખૂબ ખૂબ વિકાસ કર્યો છે.

પૂ. માએ અનેક અવતારી મહાપુરુષો, સંતો, મહાન વિભૂતિઓ અને પૂ. શ્રીના અનેક અલૌકિક અનુભવો કર્યા છે. યાત્રાના જુદા જુદા સ્થળે જે તે સ્થળના મહાનુભાવોનાં દર્શન કર્યાં છે.

પૂ. માએ પોતાનું અંગત જીવન ખુદી કિતાબ જેવું રાખ્યું છે. આધ્યાત્મિક, સાંસારિક અને અંગત જીવનમાં ડોકીયું કરી સૌને માટે સહાયતાનો સેતુ બાંધ્યો છે. નાના બાળકો, યુવાનો અને સર્વકોઈના પ્રેરણાદાતા બન્યાં છે. સૌ સાધકોને પોતપોતાની ઋચિ અને શક્તિ પ્રમાણે પ્રભુભક્તિમાં પ્રયાણ કરવા પ્રામાણિક પ્રયત્નો કર્યાં છે. સૌને માટે પૂ. મા મીઠો વડલો બન્યાં છે. માનૃત્વના અંકે સૌને પરમશાંતિની પ્રાપ્તિ થાય છે.

આટલી ઊંચી પૂ. માની સાધના છતાં પૂ. મા બાળક જેવાં નિરાભીમાની તથા સરળ રહી શક્યાં છે. સાધનાની સિદ્ધિનો ક્યાંય આડંબર દેખાતો નથી, જાહેરજીવનમાં પ્રસિદ્ધિ પામવાનો કોઈ મોહ નથી. સમારંભો યોજીને પોતાની પ્રશસ્તિ સાંભળવાનું પણ પૂ. માને ગમતું નથી. વ્યવહારમાં યોખ્યાં છે, પૂ. માનો અપરિગ્રહ પણ અજોડ અને અનુપમ છે.

પૂ. મા કાર્ય કરવામાં, નિર્ધારિત સમયે અને રીતે ખૂબ જ ગંભીર છે. કોઈ કાર્યમાં આજસ નથી, વિલંબ નથી, શિથિલતા નથી, છતાં પૂ. મા બાળક જેવાં હળવાં ફૂલ જેવાં રહી સૌને પ્રેમાવશ કરી શકે છે. સૌને માટે સૌનાં થઈ શકે છે, સૌને આધ્યાત્મિક આનંદ આપી શકે છે.

પૂ. શ્રી સૂક્ષ્મશરીરે પૂ. માને અવલોકે છે, પ્રસન્નતા પામે છે, અનુગ્રહ વરસાવે છે અને પૂ. માના જીવનમાં દિવ્યતાનાં દર્શન કરાવે છે. પૂ. માનું દર્શન એટલે પૂ. શ્રીના આશીર્વાદનું અક્ષરશઃ અનુવાદન. ધન્ય છે એ મહાપુરુષની દીર્ઘદૃષ્ટિને અને વ્યક્તિની ઓળખવાની અને અપનાવવાની સૂઝને.

પૂ. શ્રી યોગેશ્વરજી અને પૂ. માના ચરિત્રોમાં ખૂબ જ સામ્ય છે. બંને અવિભાજ્ય છે અને બંને સિક્કાની બે બાજુ જેવાં એક-બીજાને અવલંબે છે—એકબીજાના પૂરક છે.

પ્રભુ પુષ્પ છે તો પૂ. મા પરાગ છે.
 પ્રભુ ચંદન છે તો પૂ. મા સુવાસ છે.
 પ્રભુ વિજળી છે તો પૂ. મા પ્રકાશ છે.
 પ્રભુ વાદળ છે તો પૂ. મા વર્ષા છે.
 પ્રભુ સરિતા છે તો પૂ. મા સલિલ છે.
 પ્રભુ મંદિર છે તો પૂ. મા મૂર્તિ છે.
 પ્રભુ મૂર્તિ છે તો પૂ. મા પ્રાણ છે.
 પ્રભુ દેહ છે તો પૂ. મા આત્મા છે.
 પ્રભુ વાંસળી છે તો પૂ. મા સૂર છે.
 પ્રભુ આકાશ છે તો પૂ. મા ક્ષિતિજ છે.
 પ્રભુ વૃક્ષ છે તો પૂ. મા શીતળ છાયા છે.
 પ્રભુ હિમાલય છે તો પૂ. મા ઊંચાઈ છે.
 પ્રભુ નેત્ર છે તો પૂ. મા દૃષ્ટિ છે.
 પ્રભુ પરમાત્મા છે તો પૂ. મા દિવ્યાત્મા છે.
 પ્રભુ દીપક છે તો પૂ. મા જ્યોતિ છે.
 પ્રભુ જ્યોતિ છે તો પૂ. મા પ્રકાશ છે.
 પૂ. શ્રીએ પૂ. માનું પૃથ્વી ઉપર અવતરણકાર્ય કર્યું છે જે માટે
 આપણે સૌ સદ્ગુરુદેવના આજ્ઞવન ઋણી છીએ.
 પૂ. માના જીવનને આપણે વધુ સમજીએ, લીલાકાર્યને વધુ
 શ્રદ્ધાથી વધાવીએ તો આપણે સૌ ધન્યતા પામીએ.



Spiritual Retreat at Bragg Creek, Alberta, Canada

Adarsaben Gopal

Aug 3, 1999 to Aug 26, 1999 inclusive.

The serenity of the environment is unthinkable for modern man who is used to living in crowded cities. His main aim being, "to get rich quick", whether he does or not is another thing. Life becomes so hectic and crazy that then man has to think of ways to relax or lose his health completely. Man rushes from work to home; shopping to home or parties to home. There is no time to sit back, relax and look in. In fact I am reminded of Wordsworth's poem that speaks of

"What is this life if full of care

There is no time to stand and stare."

meaning there is no time to relax and enjoy mother nature and seek the peace inside. We all talk of knowing that the peace is inside but one still clamouring to look for it outside. Never satisfied with what we have. Always looking for what we do not. As they say, "the grass is greener on the other side."

But I digress. Let me come back to the point. Camp Gardner is a beautiful, peaceful, serene place. There is a big creek running by. In fact, it is large enough to be a river. The lodging is surrounded by greenery. There is nothing but the open skies, the cool breeze, the tall trees, the running creek, the chirping birds and the buzzing mosquitoes. The setting is exactly like an Ashram should be.

I had visited this place before, so I know what it looked like, especially the hall. When I arrived there on August 8, 1999, I was awestruck by the new appearance of the place. It had been completely attired. It was transformed into a beautiful temple with all the touched of the temple and the portraits of Maa. I could not believe my eyes. And of course, Maa had been there since August 1, 1999. The vibrations of Her Energy had permeated the atmosphere.

I quickly forgot what I had left behind. I had spent the last week painting the apartment and moving and then I drove to Camp Gardner arriving there in the evening. Pujya Maa told me to go and rest. She

excused me from the evening prayer session. You think I could stay away? Of course not I took a bath and changed and was present for the session.

Let me go over the schedule very quickly.

Wake up at 4:30 am

5:00–7:00 Personal Sadhna

7:00–8:15 Pranam, prayers and Yoga exercises

8:15–11:00 Breakfast, personal Sadhna

11:00–12:00 Lecture by Yogeshwarji on video

12:00–2:30 Lunch, personal time

2:30–3:00 Mantra Gaan

3:00–4:00 Garba–Games

4:00–5:00 Personal Sadhna

5:00–6:00 Silent reading of Lilamrut

6:00–9:00 Supper, and personal time

9:00–10:30 Evening prayer and speeches

A total of 112 people showed up for different lengths of time. Pujya Maa had given us the liberty to choose our own discipline or Niyam. Vow of silence, Mantra gaan, reading of Devi Bhagvat, Bhagwatam or other spiritual books. For me Maa Prabhu had chosen the recitation of Pursha Sukta 108 times daily. During the walks etc, I chanted the Gayatri

Maha Mantra. With Maa's blessings I was able to accomplish my Niyam and then some.

All of the days were filled in Divine Energy. Two were very special. One the 15th of August and the other, 26th of August. August 15 along with being the day of Independence was the Birthday of Yogeshwarji. The Energy on that day could not only be felt but also seen. I am not saying that I could see with my human eyes. The feeling was so intense that I felt I could see the presence of the Energy. I have written at length about it in another article. Suffice it to say that Prabhu Yogeshwarji was definitely present there along with Pujya Maa.

August 26 was a full moon day and Raksha Bandhan day. It was also the last day of the Retreat. Up till now we had all been following the strict Niyams of diet as well. But that day there was a feast for the evening supper.

The day dawned with a beautiful warm sunshine. We all did our regular schedule and then the morning schedule of Pranaam, Prathna and yoga. After breakfast we gathered

to celebrate Raksha Bandhan. Pujya Maa told the ladies to tie Raksha to the brothers present. We all went through that beautiful feeling, fulfilled that we got a chance to tie Raksha and receive Raksha. Especially I felt that.

Four of the ladies decided they wanted to do Raksha Bandhan to Pujya Maa. Two sat nearby and waited. The other two went and joined in what was going on. Then Pujya Maa distributed the Prasad herself. After that Maa mentioned about the four ladies and then honoured them by allowing them to do Raksha Bandhan. It was totally auspicious and heart wrenching. Then it was lunchtime!

After that we gathered again in the Mandir for what was supposed to be the last-session of the day. People were so filled with Bliss that each person who came up to speak could not stop honouring Pujya Maa Prabhu, Her presence and Her Divine Energy. We were all filled with ecstasy.

So we had to break for our big feast and then gathered again at 9:30 p.m. We were all full of Love and Peace. It all finally came to an

end at almost 1:30 a.m. To top it all Maa gave each one of unique Love as Prasad! I will treasure forever.

What can I say about Maa's Grace and generosity? If any of us were to bring her any sort of gift, she would just use it for a day or so and return it as prasad. If one really presses hard for her to accept, she pays for the gift before using it! I know from my personal experience. I am good at knitting, so I made a sweater for Maa. She liked it. But before she wore it, she paid for it. Similarly, I had knitted her some pairs of slippers. Before she wore them she paid me. I have not seen anyone do that be it a friend, a family or a saint. But Pujya Maa always gives. Giving is her nature. She loves to give. To all that were present, we all got the blessing, prasad and money. Thank you Maa-Prahbu.

One of these days with Maa's blessings I would like a few words about Her. Right now I feel my pen isn't inclined towards that. Maa Prabhhu please bless me to do so.

In this atmosphere of Divine Energy, we all

blossomed, as well as we could; according to our own devotion and perseverance.

The river of Pujya Maa's Love, Compassion, Caring, and Giving flowed in abundance. It was up to each one of us to receive what we could. Maa had no bars. If there was a block for anyone, it was his or her own.

For myself, I have not been able to realize how much I have received. I am still flying high. I feel it is so much that I have to absorb it first before I can even speak of it. When I do, I am sure words are going to be totally inadequate to describe what I have received. With Pujya Maa's Divine presence, the receiving is done through ether and air. It is a communication of the mind, heart and soul. When we listen to the lectures, the words are heard and then forgotten. But this assimilation of Divine Energy is nothing but Pure Bliss. As somebody said, It felt like we were in a powerhouse. Our batteries were continually changed and recharged. Need I say who the PowerHouse of Divine Energy was? Maa Prabhhu of course.

What more can I say? I have been in Pujya Maa's Sharan for two glorious years now. I feel very blessed. I hope Pujya Maa will continue to shower her Grace and Love forever.

Thank you Maa Prabhu
Jai Kripalu Maa
Charno Mein Vandna
Adarsh Gopal

સાચો પ્રેમ કે સાચી ભક્તિ અનન્યતા માગે છે. તેમાં પ્રેમાસ્પદ સિવાય બીજા કશાનું સ્થાન હોતું નથી.

યોગેશ્વરજી

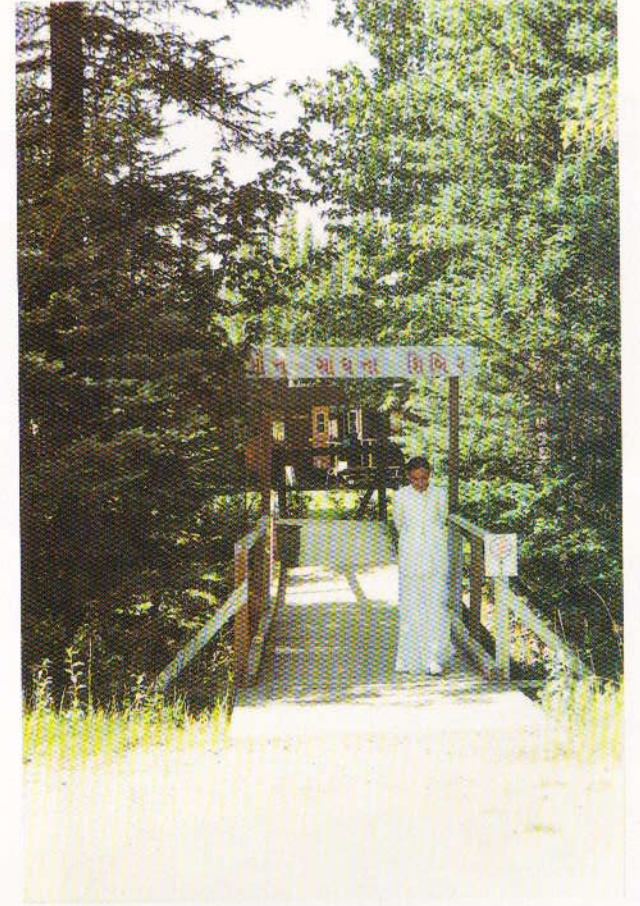
ધ : ૪૬૩૪૩૧
: ૪૮૦૪૨૮

ઓ. : ૩૬૨૪૩૭
: ૩૬૦૩૭૬

બેતીની સિયાઈ માટે વિશ્વસનીય એન્જીન
“સન્યવાન” તથા “ચંદન”
૬, ૮ તથા ૧૦ હો. પા.
-: બનાવનાર :-

કનેરીયા એન્જીનીયરીંગ વર્ક્સ

૧/૧, ભક્તિનગર ઈન્ડસ્ટ્રીઅલ એસ્ટેટ, રાજકોટ-૩૬૦૦૦૨



મૌનની સામ્રાજી મૌન શિબિરના પ્રવેશદ્વારે નિત્ય વિચરણ સાથે
મંત્રજપમાં મગ્ન પૂ. મા.



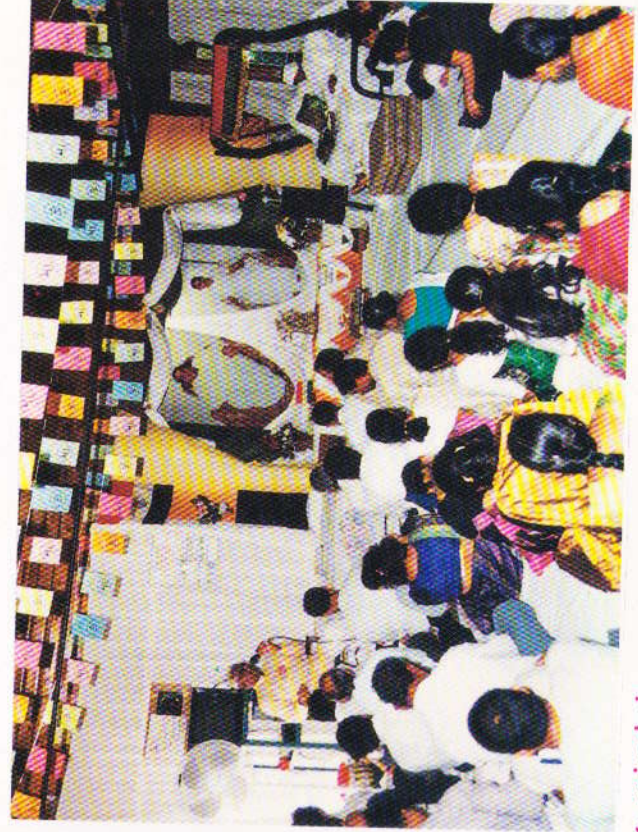
શિબિરના પ્રાંગણમાં જાણે કે લક્ષ્મણાઝૂલાનો ઝૂલતો પુલ.



અર્ધ-એલબો નદીને... પાસે સહજ પ્રાપ્ત જાણે શિવલિંગ.



૧૫ ઓગસ્ટ પૂ. શ્રીના જન્મદિવસે પ્રાંગણમાં લહેરાતો ત્રિરંગો ધ્વજ. આધ્યાત્મિક આઝાદીનો સૂચક.



સાધનાખંડમાં મંત્રગાન... પૂ. મા-પ્રભુના સાન્નિધ્યમાં સંસાર ભૂલેલા શિબિરાર્થીઓ



સાધનાખંડમાં શારીરિક આરોગ્યનો વાર્તાલાપ (ઉષાબેન) પૂ. માના આરોગ્યના જીવંત આંકડા.



બપોરે ૧૨ થી ૨ ૫ ના વિશ્રામમાં બહાર લોનમાં સાધકો વચ્ચે આધ્યાત્મિક જ્ઞાન ગમ્મત...
“પૂ. મા અતિપ્રસન્ન મુદ્રામાં.”



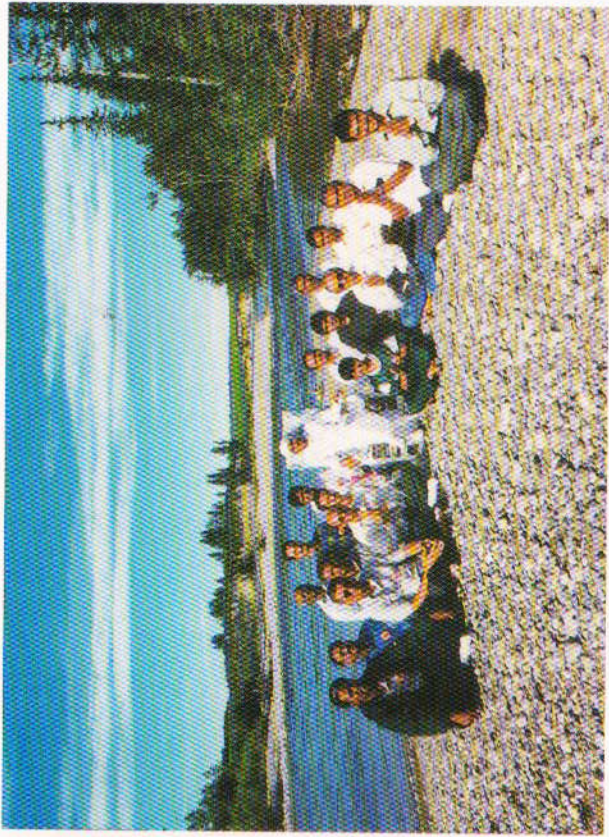
જ્ઞાન સાથે ગામ્મત-સાધનાખંડની બહાર લોનમાં રમત રમતા શિબિરાર્થીઓ.



આધ્યાત્મિકતાની સરિતા, ભક્તિ અને શ્રદ્ધાના કિનારે નામસ્મરણ કરના સાધકો.



शिबिर दरभ्यान पू. भानुं सतत सान्निध्य भामता साधको.



सरिता, प्राकृतिक अने आध्यात्मिक वातावरणमाथी विदाय देता शिबिरार्थिन्नि.



શિબિરમાં રક્ષાબંધનનું પર્વ-પદ્માબેન દરેક ભાઈઓને રક્ષાબંધન કરે છે.

Maa's Lab Reports Comparison

Ushaben Bhakta

Jay Krupalu Maa. The words "Thank You" seem so inadequate; but Thank You Maa, for letting me attend my first Shibir in Canada. I have been asked by Maa to present the result of her lab work to all the Sadhaks here at the Shibir. I feel very honored and privileged to be able to share the reports that I have looked at and studied at some length. Thank You again Maa! All of us are truly fortunate to get to see this private and personal information of Maa's lab report, which Maa so openly shares with us.

Before I present the results of Maa's lab work, I would like to tell you a little bit about my educational background. I am a Registered Nurse and have been working in the nursing field for over twenty years. Also, although I have known about Maa for almost eighteen years, I was never a true Sadhak of Maa. By the grace of God, while Maa was in California this year, I happen to visit Maa. Even though Maa only saw me from a

distance several times in the last eighteen years, Maa recognized me instantly and asked me, "Where were you lost all this time?"

Maa knew I was a nurse and asked me if I had seen the pictures of her accident. I said, yes and since I noticed Maa had a bandage around her right ankle I asked if she wanted me to massage her foot. Where I got the courage to ask that question, I have no idea. What surprised me even more was that Maa said yes. For the next two months or so I frequently went to Maa after I came home from work, to massage Maa's feet and it was during this time that Maa would share the great articles, books and the results of Maa's Lab work.

Looking at Maa's Lab work, I was fascinated and I would ponder over it, every chance Maa would let me. I knew about Maa's fasting from my family, who are all Maa's devoted Sadhaks and because of my nursing background I always wondered what Maa's Lab work would look like and how different it would be compared to the rest of us. How could Maa's Lab work look anything

but abnormal? After all, according to medical science, Maa should not even be alive. Think about it! Maa has been fasting for fifteen **years on just fruits and milk**. Out of those fifteen years **1,764 days have been without fruits and water!** Maa has had **no ghee or salt for fifteen years**, and **no sugar for six years**. Maa is **fifty-seven** years of age. How could any one live on this kind of a diet and have a normal Lab work? But all of Maa's lab work is normal. I have reports from many years back and all of them are consistently normal. In fact, the lab values look like it was copied straight out of a medical textbook. It blows the medical science theories right out of the window!

Since I was going to share the Lab results I asked Maa, if I could talk about eating healthy foods especially since that was one of things Maa was trying to teach all of us at the Shibir. Although Maa's entire lab work was very interesting, I only picked information that every one could relate to in their own life. I decided to present the lab work in relationship to body systems, The four systems I will

address are: Circulatory System, Immune System, Cardiac (heart) system, and the Urinary tract system. I will also go over Maa's cholesterol levels and glucose levels and give some educational information about personal health care. Remember, I have only covered a very small part of this information and if any one has any specific questions, I suggest you ask your doctor. Remember, it is your right as a patient to know any information regarding your health.

Circulatory System

The two lab reports I will direct your attention to is the Hemoglobin (Hg) is the iron in your blood stream. When you become anemic it means you do not have enough Iron, which is essential to carry oxygen to all your vital organs in your system, and you become very tired and lethargic. Frequently, the doctors will blame the fact that you are a vegetarian for the cause of your being anemic. Maa does not eat any foods except a little bit of fruit and milk. Where does Maa get her Iron? And if you have ever been around Maa you have personally witnessed her abundance of energy. Physically, I have never seen a

more healthy person; and speaking from a scientific point of view, a healthier specimen.

The Hematocrit (Hct) is the volume of blood within our blood stream. There is about six liters of blood flowing in our blood stream. The Hct will be low if you have a traumatic injury where you bleeding, have persistent vomiting and diarrhea, or have been unable to drink or eat for several days. For example, both my Bhabhies (sister-in-laws)—Kirti and Gita—went to India in 1991 and stayed about two and half months. While they were in India both experienced episodes of diarrhea and vomiting for the duration of their stay there. When they returned back to the USA they expected to just bounce back to their normal health. But after two weeks extreme tiredness and dizzy spells they both went to see the doctor who decided to do some routine blood work to see if they caught anything unusual while they were in India. When the lab report came back it showed that both the Bhabhies were in India. When the lab report came back it showed that both the Bhabhies were dehydrated and anemic! They both were

instructed to drink at least eight glasses of water a day and drink as much as fluids as possible. Also, they were placed on Iron pills three times a day for a whole year before their Hg came back to normal. Compare the following Hg and Hct values in the chart below.

Normal Values	Maa 51 y. old	Maa 54 y. old	Maa 57 y. old	Hitesh 28 y. old	Rajanben 35 y. old
Year	1993	1996	1999	1999	1999
Hg 12-16	14.0	12.8	13.7	16.9	10.5**
Hct 37-47	41.3	37.0	40.9	49.7	31.7**

Looking at the chart above you can see maa's Hg and Hct is consistently within the normal values. Hitesh's values are also within the normal limits. However, Rajanben who is only 35 years old has lab values that are low and she is experiencing the symptoms of lethargy and is under the care of her physician.

Maa's values are consistently normal in the chart above and I have seen Maa's lab work from India that was drawn about three or four hours after Maa was involved in the traumatic car accident. To refresh everyone's

memories about the accident, Maa had a fractured lumber spine that required several weeks of total bed rest (lay flat in bed 24 hours a day). In addition, Maa had sustained three fractures on the right foot that needed to be placed in a cast for about six weeks. Maa also had a fracture on the left ankle that was going to require surgery and multiple cuts and scrapes on the face, arms and both legs. When the Doctor found out about Maa's fasting he was nervous about performing any kind of surgery especially since Maa had lost so much blood already and Maa refused any blood transfusion. Blood was drawn from Maa's arm and sent to the laboratory for analysis. When the lab results returned the Doctor was amazed that they were normal and agreed to do Maa's surgery. I have personally seen Maa's lab values from the day of the accident and it could have been anyone of the lab values of Maa's that you see in the chart above. How can Maa have normal Hg and Hct to begin with is beyond any scientific theory or me? But to still have them normal after being involved in a traumatic accident is simply amazing!

Immune System

The Immune System is your defense system to fight any infection or foreign body that enters your body. Any time you have cut or trauma to your body your immune system goes in action. There are certain changes in your lab work that is indicative of some inflammatory process in your body. Every one knows about the disease AIDS, patients with AIDS have a compromised immune system. The AIDS patients can die from a simple cold. I give this example to show you how important is your Immune system and I will also show some values that shows how well your kidney is functioning.

The lab values direct your attention to is white blood cells (WBC), which would indicate if there is any sign of infection in your body. Also, to see if Maa's kidneys are functioning normally we will look at the blood urine nitrogen (BUN), Creatinine (Cr.) levels. These again are worth mentioning because Maa's fasts are with very limited water or no water at all.

Normal Values	Maa 51 y. old	Maa 54 y. old	Maa 57 y. old	Hitesh 28 y. old
Year	1993	1996	1999	1999
WBC 5.8-10.8	9.3	9.9	7.6	5.77
BUN 7-29	9	15	18	—
Cr	1.0	.9	.8	—
Urinalysis	Normal	Normal	Normal	—

There is nothing abnormal about Maa's lab values, but therein lies the dilemma. How can Maa's lab values be normal especially since we know Maa's fasting history? After Maa's accident, blood work was drawn about three or four hours after the accident. According to our medical science, the WBC should already be elevated and although I do have the report from the accident I assure I saw the results. Any one of the lab reports from the above could be the one from the day of the accident!

After all our medical science says we should drink 6-8 glasses of water every day. Water is necessary for every system in our body and it helps flush out waste products through our kidneys. Since I work in the Operating Room, I am sometimes scrubbed for six to eight hours. I would not drink water

on purpose because I knew I would not have time to empty my bladder, because of this I had several bladder and kidney infection. With Maa's fasting history with limited or no water intake as mentioned earlier in the article how could Maa have normal kidney function and a consistent normal Urinalysis?

Another observation I have made that I think is very unusual is that when I have accompanied Maa with doing 175 and 200 Pranams Maa never perspires. On the other hand I was profusely sweating. You may argue that Maa is used to doing Pranams but for about four or five days Maa was doing well over 1,000 Pranams a day to make up for all the Pranams that Maa missed while she was in hospital after her accident. This was a record even for Maa. Even today Maa still cannot bear full weight on the left foot and that if she walks on uneven ground with pebbles or grass Maa's back injury from the car accident starts to hurt quite excruciatingly. Bhagwanjibhai has done 400 Pranams with Maa and he says he has never seen more than a light film of perspiration on Maa's face. Our body also gets rid of waste through sweating and perspiring. Why does Maa not

perspire or sweat like us? Is it because Maa does not have any waste to get rid of in her body? fascinating, is it not?

Cardiac system

The next set of lab values that I draw your attention is the Electrolytes that are the different salts in our body, which help by keeping our body in check and are necessary for each and every cell in our body. Eighty percent of our body is made up of water and electrolysis. If you ever had an intravenous line (IV) inserted in your arm, the solution in the IV bag is made up of this salt solution. The Electrolytes I will compare are Sodium (Na), Potassium (K+), Calcium (Ca+) and Chloride (CL). The K+ and Ca+ plays a very important role in keeping our heart rate strong and steady. If we have too much or too little of K+, our heart rate could become very rapid or slow and the actual pumping mechanism of the heart could become inefficient causing life threatening results. Let us compare Maa electrolytes with the normal values in the chart below. Electrolytes will also affect other muscles in our body and if we do not have enough, the body can become very weak.

Electrolytes	Normal Values	1993	1996	1999
Na +	135-148	141	138	137
K +	3.5-5.5	5.2	4.8	5.1
Ca +	8.6-10.9	9.2	9.3	10.2
Cl	95-108	102	106	103

Looking at the above electrolytes values it is remarkable in that they are normal. But, how does Maa maintain this balance of electrolytes when Maa does not consume regular food except a little fruit and limited or no water intake? What is this Shakti that is maintaining this balance in Maa's body? Maa says it is PRABU!! There is no science to explain this.

Cholesterol and Glucose

These two lab values I chose to compare because of the Shibir in Canada which Maa calls the Maun Shibir. Maa is involved in every part of preparing for the Shibir. Maa has personally made signs that were posted in the main hall, dining area and in the hallways, Maa even made signs to post at the entrance of Camp Gardner. Maa also prepared the menu that was to be served daily. The meals were simple, filling and nutritious, breakfast consists of fresh fruits, nuts and warm milk;

lunch consists of salad with two types of salad dressings which were fat free, more fresh fruits and milk; and supper consists of Khichadi, one Shaak and salad and or fruit. Maa is teaching us self-discipline. Maa is also very lovingly trying to show us how to start practicing all these disciplines in our own life by eating healthy.

Physical exercise is another area were Maa places a lot of emphasis. Every morning started out by doing १०८ pranams with Maa, followed by morning prayers and exercise. Maa was the most flexible in shape in a hall that filled at least ५०-६० people. Doing prathna at set times which everyone attend and everyone must practice Maun. If you need to talk it has to be very softly. As you can see Maa is trying to teach us how to take care of us by showing us the holistic approach, meaning we have to learn to be healthy mentally, physically and spiritually. If we could give up salt, sugar and ghee, we would be much healthier. If we are sick physically or mentally, it is much harder to focus on spiritual growth because we do not to see beyond our own pain and discomfort.

If we want to take something valuable at home from this Shibir, why not try changing our eating habits. I was really surprised at seeing how many people there had never tasted salad before coming to the Shibir! Salad is one of the most healthy foods we can eat, and living in America or Canada it is freely accessible to us so what is the excuse? Maa does not eat any of this food yet Maa has taken time and found out what is healthy and is actually spoon-feeding us all this information. Let us, not let Maa down! Make eating healthy part of your Bhakti and if you have never eaten any salad before the Shibir take a Niyam to eat it three times a day.

શ્રી યોગેશ્વર કૃપા

સંદીપ વેલ્ડીંગ વર્ક્સ

ગ્રીલ, દરવાજા, તેમ જ મેઈન ગેટના સ્પેશ્યાલીસ્ટ

તેમ જ

દરેક જાતનું રીપેરીંગ કામ કરનાર.

મોદી બંગલા, ઉમરા જકાત નાકા પાસે, સુરત-૩૯૫૦૦૭

ફોન : ૨૨૮૨૩૧

બાળ સાધક ધ્રુવનો પરિચય

ધીરજબેન નાણાવટી



ધ્રુવનો જન્મ શ્રી હંસાબેન અને અંબુભાઈના જેવા ભક્ત કુટુંબમાં થયો હતો. તેની જન્મ તારીખ ૧૪ મે ૧૯૯૦ છે. તેનું નામ પણ પૂ. શ્રી માએ જ પાડ્યું હતું. તે નાનપણથી જ ડાહ્યો અને સમજુ હતો. ૭ મહિનાનો હતો ત્યારથી તેના પિતા ઉમેશ-ભાઈ સાથે તબલા પર તાલ આપવાનું શરૂ કરેલું. ધ્રુવની માતા રંજનબેને એ ગર્ભમાં હતો ત્યારે પૂ. શ્રી માના સાન્નિધ્યમાં

રામાયણનું પારાયણ કરેલું. લગભગ ૩ મહિનાનો થયો ત્યારે ખાસ પૂ. શ્રી માને પગે લગાડવા ન્યુજર્સી તેના માતાપિતા લઈ ગયેલા. પૂ. માએ ધ્રુવના કંકુના પગલાં પાડયાં હતાં. પૂ. શ્રી માએ પોતાના હસ્તાક્ષરમાં ખાસ સુંદર વાક્યોમાં ધ્રુવ ભવિષ્યમાં કેવો થવો જોઈએ એ વિષે લખી આપ્યું હતું. દા. ત. ધ્રુવ જેવો ભક્ત થાય, સુખી થાય વગેરે અને ભક્ત ધ્રુવનું ચિત્ર પણ આપ્યું હતું. ચાર વર્ષે ક્રીન્ડર ગાર્ડનમાં મૂક્યો હતો. પહેલેથી જ માતા-પિતાની સાથે સત્સંગમાં જતો હતો અને ડાહ્યો થઈને બેસતો હતો અને ધ્યાનથી સાંભળતો હતો.

હાલમાં યોગેશ્વર ધ્યાનકેન્દ્ર, યુવાનો માટેના કેન્દ્રમાં જાય છે. શીરડી સાંઈભગવાનનો તે ભક્ત છે. ગુજરાતી શીખવા માટે પણ લગભગ પાંચેક વર્ષથી જાય છે. ને ગુજરાતી સમજે છે. ને થોડું લખતાવાંચતા પણ આવડે છે. ગુજરાતી ક્લાસમાં પહેલો નંબર આવ્યો અને અંગ્રેજી સ્કૂલમાં પણ Honursનું સર્ટીફિકેટ મળ્યું છે. ઘરે સવારે નિયમિત વહેલો ઊઠીને પ્રાર્થના કરે છે, પ્રણામ કરે છે, અને કસરત પણ કરે છે. શનિ-રવિ પણ જુદા જુદા ક્લાસ ભરવા જાય છે. આમ અનેકવિધ પ્રવૃત્તિમાં દર રવિવારે ૪ થી ૫:૩૦ સાંઈ બાળવિકાસકેન્દ્રમાં જાય છે. ત્યાં તેને પ્રાર્થના, મંત્ર, સેવા વગેરે કેવી રીતે કરવાના તે વિશેની કેળવણી આપે છે. ધ્રુવ ઘણીવાર સમાજના કાર્યક્રમમાં પણ ભાગ લે છે. અને ધ્યાન-કેન્દ્રના પંદરમી ઓગસ્ટના પ્રોગ્રામમાં કૃષ્ણ તરીકે ભાગ ભજવ્યો હતો. શાંત સ્વભાવનો ને મળતાવડો છે.

અત્યારે ધ્રુવ નવ વર્ષનો થયો છે તે તેની માતા સાથે “મૌન શિબિર”માં બે અઠવાડિયા માટે જોડાયો છે. ખરેખર બાલગોપાલ

જેવો જ મીઠો અને મનોહર દેખાય છે. માત્ર બાલગોપાલ જેવું તોફાન નથી કરતો. ને નાનો હોવા છતાં કોઈ પણ વસ્તુ માટે જીદ નથી કરતો ને જે કંઈ સગવડ બધાને મળે છે તે રીતે જ રહે છે. ખાવાપીવાનું પણ મોટા જેવું છે. વચ્ચે ઉપવાસનું ખાવાનું પણ ખાધું હતું. કદી પણ જુદું માંગતો નથી. પૂ. શ્રી માની બધી વાત ખૂબ જ ધ્યાનથી સાંભળે છે. ને કહે તે પ્રમાણે કરે છે. નિયમિત ઊઠીને તૈયાર થઈને સવારના કાર્યક્રમમાં ભાગ લે છે. રોજ ૧૦૮ પ્રણામ કરે છે. તેને યોગેશ્વર પ્રભુની બાવની આવડે છે તે પણ બધા સાથે સરખી રીતે બોલે છે. કસરત કરતી વખતે પૂ. શ્રી મા તેને આગળ બેસાડે કે જેથી બરાબર રીતે શીખી પણ શકે. એક વાર પૂ. શ્રી માને કહે, “મા મારે આખી રાત જાગવું છે તો હું જાગું? પૂ. શ્રી માએ કહ્યું કે તેઓ કંપની આપશે. તે પ્રશ્નો ઘણા જિજ્ઞાસાથી પૂછે છે. પૂ. શ્રી મા ધ્રુવનું બહુ ધ્યાન રાખે છે. તેને વોલીબોલ રમાડે છે. હોલમાં પણ પાસે ડાયરીમાંથી વાંચન કરવા બેસાડે છે. તેને ગુજરાતીમાં ભક્તોની વાર્તા કહેવા માટે પ્રોત્સાહિત કરે છે. ને ખુશ થઈને કેન્ડી વગેરેની ભેટ પણ આપે છે. ધ્રુવનું ધ્યાન પણ પૂ. શ્રી મા પર જ કેન્દ્રિત હોય છે. તે બધા સાથે હળીમળીને હસતો રમતો નજરે પડે છે. આ ઉમ્મરે તેની સમજ-શક્તિ, ધૈર્ય, શ્રદ્ધા, ભક્તિ વગેરે સારા પ્રમાણમાં ખીલ્યાં છે. ધ્રુવનું નામ દીપાવે તેવો જ બનવાનો હોય તેમ લાગે છે. ધન્ય છે. એના પરિવારને કે આવો પુત્ર પામ્યા છે.

* પૂ. મા *

શ્રીચરણે પ્રણામ.
 આજે મારો જન્મદિન છે.
 કેલેન્ડરના હિસાબે ૩૧ વર્ષ પૂરા થયાં.
 અલબત્ત :
 જ્યારથી 'મા' મળ્યાં ત્યારથી જન્મ થયો ગણાય
 એ હિસાબે કેટલાં વર્ષ થયાં એ ખબર નથી.
 કહેવાય છે કે બાળક જેમ મોટું થતું જાય તેમ
 'મા'થી દૂર થતું જાય.
 એથી હું પ્રાર્થુ કે પ્રત્યેક જન્મદિન મને નાનો કરે,
 સાચા અર્થમાં બાળક કરે,
 મન અને હૃદયથી તમારી વધુ નીકટ લાવે.
 અને આ ક્રમ ત્યાંસુધી અવિરત રહે
 જ્યાંસુધી મારું સંપૂર્ણ વ્યક્તિત્વ
 શૂન્ય બની તમારામાં વિલિન ન થઈ જાય.
 તમારી પાસે આવવાની,
 અસ્તિત્વને ઓગાળવાની,
 વિલયની આ મહાયાત્રામાં
 આપના શુભાશિર્વાદની
 આજના દિને
 મંગલ કામના સહ...

— ચાતક

* ચાલોને ફૂલડાં લેવાને *

(બાળ ગીત)

ચાલોને ફૂલડાં લેવાને!
 લેવાંને ને દેવાને,

ચાલો ચાલોને ફૂલડાં લેવાને!
 વાડી સોહી રહી ફૂલે ભરેલી,
 માળીએ મમતાથી એને કરેલી;
 ચાલો સુવાસ એની લેવાને!
 ચાલો ચાલોને ફૂલડાં લેવાને.
 ચંપો ચમેલી મોગરાંની માળા,
 ખીલ્યાં ગુલાબ વળી કેવાં છે ન્યારાં?
 ચૂંટી એ સર્વને લેવાને,
 ચાલો ચાલોને ફૂલડાં લેવાને,
 ફૂલડાંને ચૂંટીને માળા કરીશું,
 મંદિરના દેવતાને સ્નેહે ધરીશું;
 વાતો કે કાળજની કે'વાને,
 ચાલો ચાલોને ફૂલડાં લેવાને!
 પંખીડાં ગાય છે મીઠા સ્વરોમાં,
 ભાવો જગાવે છે કેવા ઉરોમાં?
 એ સૌને ગીત નવાં દેવાને,
 ચાલો ચાલોને ફૂલડાં લેવાને!
 લેવાને ને દેવાને,
 ચાલો ચાલોને ફૂલડાં લેવાને!

— યોગેશ્વરજી

જડ પદાર્થમાં જે સુખ કે આનંદનો અનુભવ થાય છે, તે ખરે જ સાચો આનંદ કે સુખ નથી કેવળ તે તેમનો આભાસમાત્ર છે. સાચું સુખ અને આનંદ એ આત્માનો ધર્મ છે. ચેતનનો ધર્મ છે, પરમાત્માનો ધર્મ છે. એટલે આ વાત સાચી રીતે સમજાય તો જડ પદાર્થોમાં આનંદ કે સુખ શોધવા માણસ પ્રયત્ન કરતો અટકી જાય.

યોગેશ્વરજી

સૌજન્ય :

YOGA & TOTAL HEALTH CENTRE

ડો. હિમાંચુ પાઠક,
શ્રી હેમીના પાઠક.

“ નિરાંત ”

૩૨, દિવાળીબાગ સોસાયટી, સૂર્યપુર સોસાયટી પાછળ,
રાંદેર રોડ, સુરત-૩૯૫૦૦૮

ફોન : (૦૨૬૧) ૬૮૫૨૮૩
મોબાઇલ : ૯૮૨૪૦૪૩૦૩૩

E-mail :
hpathakji@yahoo.Com

નવેમ્બર : ૧૯૯૯

૪૫

રામકથા

(અંક ઓગસ્ટ-૯૯થી ચાલુ)

યોગેશ્વરજી

(શ્રી યોગેશ્વરજીની સિદ્ધ કલમે આલેખાયેલ રામકથા)

રામે કેકેયીને સૌથી પ્રથમ પ્રણામ કર્યા ને ખબર અંતર પૂછીને કહ્યું : ‘તમારી કૃપાથી મારો વનવાસનો વખત સુંદર સ્વપ્નની પેઠે સુખપૂર્વક પૂરો થયો, અને અનેક ઋષિમુનિના સમાગમનો લાભ મેળવી તથા રાક્ષસોનો સંહાર કરી, સઘળે શાંતિ સ્થાપી, છેવટે હું સીતા ને લક્ષ્મણ સાથે પાછો ફર્યો. તમારો મારા પર મોટો ઉપકાર થયો.’

કેકેયી, કૌશલ્યા તથા સુમિત્રાએ સૌને આશીર્વાદ આપ્યા.

સીતા તથા મંદોદરી ઊંમિલાને જ્ઞેતાંવેત જ ભેટી પડીને બોલી : ‘તું કેટલી બધી સૂકાઈ ગઈ છે?’

‘તને મળીને ઘણો આનંદ થયો.’

સીતાએ એને તથા બીજી માતાઓને મંદોદરીનો પરિચય કરાવ્યો ને કહ્યું : ‘એનો સાચો ને પૂરો પરિચય તો એની પૂરી કથા કહી બતાવીશ ત્યારે જ થશે. એની મહાનતાનો સાચો ખ્યાલ ત્યારે જ આવી શકશે.’

મંદોદરી એ સાંભળીને સંકોચમાં પડી.

ઊંમિલાએ શાંત સુધામય સ્વરે કહ્યું : ‘શરીર તો તારું ને બીજા બધાનું પણ ક્યાં નથી સૂકાયું? મારું શરીર સૂકાયું છે, પરંતુ મારો આત્મા નથી સૂકાયો. ચૌદ વરસનો કાળ ઘણો લાંબો તો હતો તોપણ સ્વપ્નની પેઠે વહી ગયો.’

લક્ષ્મણ અને ઊર્મિલા મળ્યાં ખરાં પણ થોડોક વખત વાતચીત ન કરી શક્યાં, કારણ કે બંને ભાવવિબોર હતાં.

નિષ્કામે લક્ષ્મણને કહ્યું : 'ઊર્મિલા કાલે તમને મળવા માટે અધીર બની ગયેલી.'

'હું પણ એને મળવા અધીર બની ગયેલી.'

'હું પણ એને મળવા અધીર હતો. પરંતુ હું ન મળ્યો હોત તો?'

'તો શું?' ઊર્મિલા મીઠા સ્વરે બોલી : 'બાકીનો વખત પણ હું શાંતિપૂર્વક વિતાવી દેત.'

'પરંતુ હું પાછો ન આવું એવું બને જ કેમ? મારું તન વનમાં, પણ મન તો અયોધ્યામાં જ હોય ને?'

શત્રુઘ્નનું હેયુ પણ બંને ભાઈઓ તેમ જ સીતાને મળીને ભરાઈ આવ્યું.

પુર્નમિલનની એ પળો ખરેખર અનેરી હતી. વધારે અનેરી તો એટલા માટે કે એ કેવળ ચિરકાળથી છૂટાં પડેલાં સ્નેહીજનોનું જ સંમિલન ન હતું : આખા અયોધ્યાની સુખશાંતિ, શ્રી, ચેતના તથા પ્રસન્નતાનું પુર્નમિલન હતું. શરીરમાં જાણે કે પ્રાણનો પ્રવેશ થયો, અને આત્માને આભા મળી.

કૃતજ્ઞતા

પુષ્પક વિમાનને ત્યાં જ રહેવા દઈને સૌ પગપાળા જ આગળ વધ્યાં.

રસ્તે ઊભેલાં પ્રજાજનોને મળવા અને એમની સાથે આત્મીયતા અનુભવવાની ઈચ્છાથી રામ પાલખીમાં પણ ન બેઠા.

પ્રજાજનોએ એમને, લક્ષ્મણને, ભરતને, મહર્ષિ વસિષ્ઠ તથા વિશ્વામિત્રને અને સીતાને ફૂલમાળા પહેરાવી, એમની ઉપર પુષ્પોની વૃષ્ટિ કરી, એમના નામની જય બોલાવી, અને એવી રીતે પોતાના અંતરનો પવિત્ર, પ્રખર તેમ જ ઊંડો પ્રેમ પ્રદર્શિત કર્યો.

એ દિવસ અને એની પછીના બીજા દિવસો અનેરા આનંદમાં વીતી ગયા.

રોજ અયોધ્યાપુરીમાં અવનવા ઉત્સવો થયા કરતા એ ઉત્સવોમાં પ્રજાના બધી જાતના વર્ગો ભાગ લેતા.

રામના દર્શન માટે મોટા મોટા આર્ષદૃષ્ટા તપસ્વી ઋષિમુનિ પણ આવ્યા કરતા.

આખરે એક દિવસ મહર્ષિ વસિષ્ઠ તથા વિશ્વામિત્રની સલાહ લઈને રામના રાજ્યાભિષેકનો દિવસ નક્કી કરવામાં આવ્યો.

કેકેયીએ રામને કહ્યું : 'તમારો રાજ્યાભિષેક થયેલો જોઈશ ત્યારે જ મારા સંતમ, અશાંત અંતરને શાંતિ થશે. મારું દિલ મને દિનરાત ડંખ્યા કરે છે. એ ડંખ ત્યારે જ દૂર થઈ શકશે.'

'પરંતુ મને રાજ્યાભિષેકનો લેશ પણ મોહ નથી. મારે બદલે ભરત જ રાજ્ય ચલાવે તો શું હરકત છે?'

'મારા દુઃખને ચોદ વરસ સુધી તો જેમ તેમ કરીને સહન કર્યું છે પણ હવે વધારે વાર નહિ સહી શકું.' પાસે બેઠેલો ભરત બોલી ઊઠ્યો : 'તમને રાજ્યાભિષેકનો, રાજ્યનો કે કશાનો મોહ નથી એ જાણું છું છતાં પણ મારી તેમ જ અયોધ્યાની પ્રજાની શાંતિ માટે તમારે રાજગાદી પર બેસવું જ પડશે. નહિ તો મને જીવનો નહિ જોઈ શકો. રાજ્ય પર તમારો અધિકાર છે, ને પ્રજા

તમને ચાહે છે, એટલે એ અધિકાર મારાથી કે બીજા કોઈથી ભોગવી જ ન શકાય. જે તમારું છે તે તમને સોંપીશ ત્યારે જ મને શાંતિ વળશે.’

એ પછી એક ધન્ય દિવસે રામનો રાજ્યાભિષેક પૂરો થયો.

ભરતની ઈચ્છા જરા પણ ન હતી, અને એણે અવારનવાર આનાકાની કરી તે છતાં, રામની ઈચ્છાને અધીન થઈને એને યુવરાજપદ આપવામાં આવ્યું.

રામને રાજ્યાસન પર વિરાજેલા જોઈને કેકેયી તથા ભરતને સૌથી વધારે આનંદ થયો.

કેકેયીએ આંખમાં આંસુ સાથે રામ ને સીતાને અંતઃકરણ-પૂર્વકના અનેક આશીર્વાદ આપ્યા. (ક્રમશઃ)

પ્રકૃતિનું સમજપૂર્વક નિરીક્ષણ કરવામાં આવે તો તેમાં નિગૂઢરૂપે રહેલા પરમાત્માનું દર્શન સાધકને થયા વગર રહે નહિ.

યોગેશ્વરજી

દીપક સી. મહેતા

કૃષ્ણા ફિલ્મ્સ એન્ડ સ્ટુડીઓ

૧, શ્યામ એપાર્ટમેન્ટ કાકડીઆ કોમ્પ્લેક્સ પાસે,
ઘોડદોડ રોડ, સુરત-૧.

* કુંડલિની શક્તિ *

યોગના ગ્રંથોમાં કુંડલિની શક્તિના જાગરણનું વર્ણન આવે છે. કુંડલિની શક્તિ જાગૃત થયા પછી સાધકને પોતાની સાધના-માં ઊંડો રસ આવે છે, શાંતિ મળે છે, અને આનંદનો અનુભવ થાય છે. સાધનાની એકાગ્રતા તેને માટે સહજ બને છે, કોઈ કોઈ વાર તેના મેડુંદમાં ટકોરા પડતા હોય એવો અવાજ થાય છે. અથવા તો કીડીની પંક્તિ ઉપર ચઢતી હોય તેવું લાગ્યા કરે છે, તેનાં મળમૂર્તિ અલ્પ થઈ જાય છે, અને તેની આંખ તેમ જ મુખાકૃતિ કાંતિ તથા સૌમ્યતા ધારણ કરે છે. દરેક સાધકને કુંડલિની શક્તિની જાગૃતિનો અનુભવ થતો નથી. કુંડલિની શક્તિની જાગૃતિને પરિણામે જે લક્ષણો પ્રગટ થાય છે તે લક્ષણોનો અનુભવ તો સૌને થાય છે જ, એ વિષે બે મત નથી જ. ઈશ્વરની કૃપા હોય તો ધ્યાનાવસ્થામાં આંતરચક્ષુથી કુંડલિની જોઈ શકાય છે. એ એટલી બધી સૂક્ષ્મ વસ્તુ છે કે તેને સ્થૂલ દૃષ્ટિથી ના જોઈ શકાય. રામકૃષ્ણપરમહંસદેવને ધ્યાનમાં કુંડલિનીનું દર્શન થયું હતું. ઈશ્વરકૃપાથી મને પણ ઈ. સ. ૧૯૪૪ માં બરાબર એવો જ અનુભવ થયો હતો. ભક્તો અને જ્ઞાનીઓની કુંડલિની શક્તિ આપોઆપ જાગતી હોય છે. શિર્ષાસન, સર્વાંગાસન, પશ્ચિમોતાનાસન જેવા આસનોનો તથા ભસ્ત્રિકા પ્રાણાયામનો આધાર લઈને, તેમ જ વિશુદ્ધ જીવન જીવવાનો પ્રયત્ન કરતા રહીને કુંડલિની શક્તિ જાગૃત થાય છે. કુંડલિનીની જાગૃતિ આત્મવિકાસ માટે અનિવાર્ય હોય તોપણ આપોઆપ થશે. આત્મવિકાસને માટે વધારે ઉપયોગી અને અનિવાર્ય વસ્તુ તો પોતાના સ્વભાવની શુદ્ધિ, સાત્ત્વિકતા, ઉત્તમતા અને તમારી પોતાની અંતરંગ સાધના છે. શાંતિ તથા સિદ્ધિ એથી જ મળી શકશે.

યોગેશ્વરજી

* ભગવાન મંદિરના રખેવાળ નથી *

મંદિરોમાંથી કિમતી વસ્ત્રો, આભૂષણો અને પૈસા ચોરાવા લાગ્યા છે તેનું કારણ ભગવાનનું દૈવત ઓછું નથી થયું, પરંતુ તમારી સમજ-શક્તિ ઓછી થઈ છે. શ્રીમંતોના મકાનોના દરવાજા પર દરવાજા કે સંરક્ષક લોચ છે તેમ તમે દેવી, દેવતા કે ભગવાનને મંદિરના દરવાજા કે રખેવાળ માની ભેંકા છો, કે તેમની જેમ તે પણ મંદિરની સઘળી સંપત્તિનું રક્ષણ કરે? દેવી, દેવતા કે ભગવાને તમારી પાસે કોઈ દિવસ વસ્ત્ર, આભૂષણ કે ધનવૈભવની માગણી કરી છે? એમણે એવું પણ કહ્યું છે કે અમારે રહેવા માટે મકાન નથી અને મકાન અથવા આવાસની આવશ્યકતા છે માટે મંદિર બાંધો. તમારી જ ઈચ્છાથી પ્રેરાઈને તમે મંદિરને બનાવીને તેમાં આભૂષણોના શણગાર કર્યા છે. પછી દેવી, દેવતા કે ભગવાન એમની સંભાળ શા માટે રાખે? એ કાંઈ કોઈના નોકર છે? મંદિર, વસ્ત્ર, ધન અને આભૂષણમાં મમતા તો તમને છે. તેથી તમે તેમનું રક્ષણ કરો એ બરાબર છે. દેવી, દેવ કે ભગવાન તેનું રક્ષણ શા માટે કરે? ગુણાતીત કે સ્થિતપ્રજ્ઞ યોગીપુરુષ પણ પથ્થર, માટી અને સોનાને સમદૃષ્ટિથી જુએ છે. તો પછી જે ઈશ્વર અથવા દેવોના દેવ છે, તેમને કોઈ પણ લૌકિક કે પારલૌકિક પદાર્થની માયામમતા, તૃષ્ણા કે આસક્તિ ક્યાંથી લોચ? તમે એવી અપેક્ષા રાખો છો કે તમે જેમ ધન, ધરા, રમાને માટે લડો છો, મારો છો કે મરો છો, તેમ દેવ, દેવી કે ભગવાન લડે, મારે ને મરે? એટલી વાત સમજી લેશો તો સમજાશે કે દેવી, દેવનું કે ભગવાનનું દૈવત નથી ઘટયું કે નથી મટયું, પરંતુ તમારી વિવેકશક્તિ જ ઓછી થઈ છે. મંદિરો લોકસેવાના સાંસ્કૃતિક કેન્દ્રો બનવાં જોઈએ. પંચમહાભૂતના હાલતા ચાલતા મંદિરોમાં શ્રદ્ધાભક્તિનો દીપક જગાવવો જોઈએ.

યોગેશ્વરજી