



Summit

# ସମ୍ମିତ



ସଂଖ୍ୟା : ୨୦

ଜୁଲାଇ-୧୯୯୯

ପୃଷ୍ଠା : ୧୦

## \* જીવનનાટકના પ્રેક્ષક બનો \*

આ સંસારમાંથી હરેક જીવને નક્કી સમયે વિદાય થવાનું છે. કોઈ અહીં સ્થાયી નથી. વહેલું કે મોડું, આ ભાડુતી ધર્મશાળા ખાલી કરીને સૌને જવાનું જ છે. જે દુઃખ કે પરિતાપ કર્મોથી ન થઈને ભોગવવાના છે તે પણ અફર છે. ફક્ત પૂર્ણ યોગી કે ઈશ્વરપ્રાપ્ત ભક્ત જ તેમાંથી મુક્ત થઈ શકે છે. સાધારણ માણસને માટે કોઈ છટકબારી નથી. માટે ઈશ્વરની યોજના સમજી, તટસ્થભાવે, તેના જીવનનાટકના નમ્ર પ્રેક્ષક ને ભાગીદાર થવું એ જ યોગ્ય છે. જન્મ ને મરણ, સુખ ને દુઃખ, શરીર સાથે વળગેલાં જ છે. મન ખૂબ ચંચળ બને ત્યારે અંતર્યામી પરમાત્માને પ્રાર્થના કરવી ને મહાન પુરુષોના જીવનને યાદ કરવું તેમ જ પ્રેરણાસ્પદ ઉત્તમ પુસ્તકોનું શરણ લેવું. પ્રાર્થના એક અમોઘ ઉપાય છે. બાકી ઈશ્વર જે વખતે જે દશામાં મૂકે તેમાં સમાધાન મેળવવું.

યોગેશ્વરજી



# 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 ચેરિટિબલ ટ્રસ્ટ (રજી. અમદાવાદ).
- તંત્રી-સંપાદક શ્રી નારાયણ હ. જાની.
- સહસંપાદકો શ્રી નાનુરામ દુધરેજ્યા, શ્રી મણિભાઈ સી. શાહ.
- પ્રકાશન અને પ્રાપ્તિસ્થાન '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 રહેશો.
- '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 નિઃસ્ફોર કરવા અનુરોધ છે.
- દર મહિનાની તા. ૧૫ સુધીમાં જે ગ્રાહકોનાં નામ અત્રે મળી જશે, તેમને તા. ૧૭ મી એ અંક રવાના કરવામાં આવશે.

## અનુક્રમણિકા

શ્રી યોગેશ્વર કથામૃત	મા સર્વેશ્વરી	૩
જીવનસાધનાનાં પોષક તત્ત્વો	ડો. હરીશ વ્યાસ	૧૩
અમૃતપળોનો આસ્વાદ-(૨)	ગોરધનભાઈ કલોલા (કલ્યાણી)	૨૨
પ્રભુ પર છોડી દે	યોગેશ્વર	૩૧
રામ રાખે તેમ રહીએ	ડો. ધર્મેન્દ્ર મ. માસ્તર (મધુરમ્)	૩૨
શ્રી રામકૃષ્ણદેવના સાન્નિધ્યમાં	યશસ્વીભાઈ ય. મહેતા	૩૩
સતી અનસૂયા	શારદાબેન ભક્ત	૩૮
ખૂલ્યો ખજાનો પરમાત્માનો-૮	ડો. બી. જે. જાગણી	૪૩
ગુરુપૂર્ણિમાની ઉજવણી	તંત્રી	૪૮
પ્રેરક પ્રસંગો	પરમાર્થી	૫૦
આરોગ્ય સોપાન : હવા-(૨)	હરીશભાઈ કોન્ડ્રેક્ટર	૫૫
એક દિવસ	ડો. રણજિત પટેલ (અનામી)	૫૮
દુઃખનું સુખ	ધર્મેશભાઈ રામાનુજ	૫૮
રામકથા	યોગેશ્વર	૬૧



જુલાઈ : ૧૯૯૯

૩

## અધ્યાત્મ

વરદ હસ્ત પ્રભુ તમારો, સદાય રહેજો જીવન સહારો

-મા સર્વેશ્વરી

વર્ષ : ૨૦

જુલાઈ-૧૯૯૯

અંક : ૧૦

## શ્રી યોગેશ્વર કથામૃત

મા સર્વેશ્વરી

તા. ૧૬-૭-૮૧, ગુરુવાર, આષાઠ સુદ ચૌદસ, ૨૦૩૭,  
સ્થળ : ૫૫, અરુણોદય સોસાયટી, વડોદરા.

આજે સ્થળ બદલાયું છે. છતાં પૂ. શ્રીનો ક્રમ નથી બદલાયો. રાત્રે પૂ. શ્રી ૧ વાગ્યે, ૩ વાગ્યે, ૪-૩૦ વાગ્યે જાગીને પોતાના પલંગ પર જ ધ્યાનમાં બેસે છે, એમણે નિદ્રાનો સંપૂર્ણ સંયમ સાધ્યો છે, એવું જોવા મળે છે. આટલી બધી ઉત્તમ અવસ્થા પર પહોંચવા છતાં એ એવા જ સાધનાપરાયણ છે !

આજે રામાયણનું લેખન ઘણું લાંબુ ચાલ્યું. ત્યારબાદ સાંઈ-બાબાની સ્તુતિ બોલવામાં આવી. નિશ્ચિત સમય થતાં પૂ. શ્રીએ ભોજન લઈ લીધું. ભોજનમાં મગ, ભાત, શાક વિગેરે લીધાં, ભોજનબાદ મુલાકાત શરૂ થઈ.

આજે પ્રથમ દિવસ હોવા છતાં ૧૦-૧૨ ભાઈબેનો આવીને બેઠાં છે. આરંભમાં થોડીક વાતો થઈ. તે પછી આજે શ્રી રાજુ-ભાઈ પુરોહિતનો જન્મદિન છે, એની જાણ સર્વેશ્વરીએ કરી. એટલે પૂ. શ્રીએ પોતાનો વાર્તાલાપ શરૂ કરતાં કહ્યું:-

આજે વરસગાંઠ છે? ઓ...વરસગાંઠ. બરાબર. વરસગાંઠ સૂચવે છે કે માનવે ગાંઠરહિત થવાનું છે. અલંકારની ગાંઠ, મમતાની ગાંઠ, રાગની, દ્વેષની, કામ, ક્રોધ, જ્ઞાન, તપની, એ બધી જ ગાંઠોને તોડવાની છે. અને જન્મમરણની મોટી ગાંઠોને પણ તોડવાની છે.

અરે, હમણાં વાત આવી ષષ્ટીપૂર્તિની! મેં જાણવું કે હું તો માંડ હજી બે વરસનો થયો ગણાઉં-(નવેમ્બરની માંદગી પછી ૧૯૭૯ થી ૧૯૮૧). અને બીજી રીતે ગણો તો ઈ. સ. ૧૯૪૧ માં હિમાલય ગયો ત્યારથી જ નવી ભિંદગી ગણીએ તો હું ૪૦ વરસનો થયો ગણાઉં.

એ બધી ગાંઠો તો તૂટી ગઈ. ગ્રંથિનું ભેદન થઈ ગયું અને અત્યારે જે માની લીધેલાં વર્ષો ને તેની ગાંઠો તો કેટલાયે વખતથી ચાલી આવતી હશે. તો ખરેખર કેટલાં વર્ષ થયાં?

આ તો આપણે માની લીધેલાં વરસોની ગાંઠો છે. તે ગાંઠોને તોડવાનો આજે સંકલ્પ કરીએ. ગાંઠ વધે નહીં, ગાંઠ ઘટે, ગાંઠ તૂટે એવું કરીએ. અને ગાંઠ જ્ઞાનથી જ તૂટે. અંધારું હોય તો તેને દૂર કરવા માટે ગમે તેટલી પાણીની ડોલ પર ડોલ નાંખો તોપણ તે જશે નહીં. અંધારું કેવળ અજવાળાથી જ દૂર થઈ શકે છે. એ વાત સૌના સ્વાનુભવની છે.

ગાંઠો બધી અવિદ્યાથી જ બંધાય છે, તે આત્મજ્ઞાનથી જ

છૂટી શકે છે. અને આત્મજ્ઞાન ગુરુકૃપા, સંતકૃપા કે પ્રભુકૃપાથી મળી શકે છે. અવિદ્યાની ગાંઠ તપથી નથી તૂટતી. ઘણીવાર તપથી અલંકાર વધે છે તો તે સંજોગોમાં તપથી ગાંઠ મજબૂત પણ બને છે.

આ જીવનમાં ગ્રંથિ (ગાંઠ) તોડવી જ છે, એવો સંકલ્પ કરો.

આજે મોં મીઠું કર્યું? સાકરથી મોં મીઠું થાય. સાકર સંદેશો પૂરો પાડે છે કે જીવન સાકરજેવું મીઠું, મધુરતાવાળું બને ને સાકર મોંમાં જ મુકવામાં આવે છે. નાકમાં નહીં. એટલે વાણી પણ મીઠી બને. એવી ભાવના કરાય છે.

પંજાબમાં જન્મદિનનું ઘણું મહત્ત્વ. અમારે ૧૫ ઓગસ્ટ કે પવિત્રા બારસ આવે ત્યારે માતાજી ગમે ત્યાં હોય તે દિવસે મને સાકર આપે. વળી મારા કપાળપર બદરીકેદારનું ચંદન લગાડે ને કહે કે જીવન ખૂબ ખૂબ યશવાળું થાઓ. જીવન સુખી થાઓ.

હિમાલય જતાં પહેલાંની ૩-૪ વરસની વાત કરું. તે વખતે મેં જન્મદિને બે નિયમો રાખેલા ૧. આખો દિવસ જમવું નહીં. એકલું દૂધ લેવું અને ૨. મૌન રાખવું. મૌન રાખીને પ્રત્યેક પળે આત્મનિરીક્ષણ કરવું. જે ત્રુટિઓ હોય તે દૂર કરવા માટે શું કરવું તે વિચારવું. તે વખતે હું રોજનીશી પણ રાખતો.

જન્મદિન એકલા ઉઘાસનો જ નહીં, ગંભીરતાથી થનારા આત્મચિંતનનો દિવસ પણ છે. આપણે આ પૃથ્વીપર આવ્યા તો કેમ આવ્યા? શું કર્યું? શું કરવું છે? એ બધું ગંભીરતાપૂર્વક શાંત-ચિત્તે વિચારવાનો દિવસ તો જન્મદિવસ.

ભગવાનના જન્મદિને રામનવમી, ગોકુળ અષ્ટમીએ આપણે ઉપવાસ કરીએ અને આપણા જન્મદિને તાગડધીન્ના કરીએ એ સારું લાગે?

ભગવાનના જન્મદિનને ભજનનો, સંયમનો, તપનો, વ્રતનો, સાધનાનો દિવસ ગણીએ છીએ. આપણા જન્મદિનને પણ એવી ઉદાત્ત દૃષ્ટિથી જોઈને આપણા જન્મદિનને પણ એવી ઉદાત્ત દૃષ્ટિથી જોઈને આપણા જન્મદિને પણ વ્રત, તપ, ભજન, દાન, સાધના તથા સેવા કરીએ તો સારું. જેમાંથી જીવનવિકાસ માટેની પ્રેરણા મળે તે વૃત્તિને સારી ઉપયોગી અને આવકારદાયક ગણાય.

**સર્વેશ્વરી :** મોટેભાગે જન્મદિને લોકો સિનેમા જોવા જાય છે. વળી મંદિરે જાય છે. બીજું શું કરે છે?

**પૂ. શ્રી :** જેને જીવનનું નાટક ને જીવનના સિનેમાને જોતાં આવડે છે તે પછી સ્થૂળ પૈસા ખર્ચાને સીનેમા-નાટક જોવા નથી જતા નહિ જાય. જુઓને, આપણે આ હાલતી-ચાલતી સિનેમાને જ જોઈ રહ્યા છીએ ને? એમાં કેટલાંય નટો ને કેટલીયે નટીઓ છે. સૌની કથા જુદી જુદી. તે કોઈકને હસાવે, તો કોઈકને રડાવે.

એ જીવતી જાગતી જીવનની સિનેમામાં મારા જેવા પાઠ ભજવે પણ ખરા, ને બીજા બધા જે પાઠ ભજવે તેને તટસ્થતાથી જોયા પણ કરે.

**સર્વેશ્વરી :** વર્ષગાંઠે સંત સાથેની ગાંઠ તોડે તો?

**પૂ. શ્રી :** સંત સાથે, સારા મિત્રો સાથે, આપણને મદદ કરનારા આપણા હિતેચ્છુઓ સાથે, તો ગાંઠ બાંધો. તે ગાંઠને તો બેવડી મારો. અને ભગવાન સાથેની ગાંઠ પણ મજબૂત કરો. અરે, લક્ષ્મી સાથે પણ થોડીક ગાંઠ બાંધજો. આ જુઓને દોરી ઉપર કપડાં લટકે છે તે કંઈ કપડાંપર લગાડયું છે?

કોઈકે જવાબ આપ્યો કે કપડાંપર પીન લગાડી છે.

**પૂ. શ્રી :** તો એ પીનથી કપડાં દોરીપર ફેલાઈ રહ્યાં છે. તેમ

જીવનમાં પ્રેમની, જ્ઞાનની, પવિત્રતાની, સંયમની, ધ્યાનની, સ્વાધ્યાયની, પૂજાપાઠની ગાંઠો મારવી જોઈએ. એવી ગાંઠો કલ્યાણકારક થઈ પડે છે.

કેટલામું વરસ બેઠું ને કયું વરસ ઊઠયું?

**શ્રી રાજુભાઈ :** પચ્ચીસ વરસ પૂરાં થયાં. છઠ્વીસમું બેઠું.

**પૂ. શ્રી :** તો જીવનનો ૧/૪ ભાગ તો પૂરો થઈ ગયો. હવે તો આયુષ્ય ઘણાં ટૂંકાં છે. તેમાંથી ૧ ભાગ પૂરો થયો. હવે તમારા જીવનમાં તમે જેવું જીવન જીવવું હોય તેવું જીવી શકવાનો નિર્ણય લઈ શકો છો.

**પૂ. શ્રી** બહાર વરંડામાં ખુરશીપર બેસીને આ વાર્તાલાપ કરી રહ્યા હતા, પણ વરસાદ વધુ વરસવા લાગ્યો એટલે મુલાકાતીઓ સહિત પૂ. શ્રી અંદર મુલાકાતના ઓરડામાં પલંગપર બેઠા એ જ ચર્ચા ચાલુ રહી.

જીવન જાગૃતિપૂર્વક જીવાવું જોઈએ. આપણે લીધેલો માર્ગ બરાબર છે કે નહીં તે પણ વિચારવાનું છે.

**સર્વેશ્વરી :** રાજુભાઈ અપરિણિત રહેવા માંગે છે. આજે આપ એવા આશીર્વાદ આપો.

**પૂ. શ્રી :** પોતાના કર્મને અનુસરીને જેવું જીવન જીવવાનું હોય તેવું જીવવું જ પડે છે. જીવનમાં લગ્નનો યોગ હોય તો લગ્નજીવન પણ જીવવું જ પડે છે.

હા એવું પ્રભુપાસે પ્રલ્લાદની પેઠે માગવું કે મને ગમે તે યોગ મળે તોપણ તમને કદી પણ ના ભૂલું.

હાનિ-લાભ જીવન-મરણ,

યશ-અપયશ વિધિ હાથ.

તુલસીદાસે કહ્યું કે એ બધું વિધાતાના હાથમાં છે.

સર્વેશ્વરી : એમાં પ્રાર્થના કશો મહત્ત્વનો ભાગ ના ભજવી શકે ?

પૂ. શ્રી : જો વિધિનું એવું નિર્માણ હોય છે તો પ્રાર્થના મદદ કરે છે. પણ પ્રભુ જે જીવન આપે તેમાં જીવન વિકાસ ચાલુ રહે ને પ્રભુને ભૂલાય નહીં એવું જ માંગોને !

મને તો કોઈ કહે છે કે હું અપરિણિત રહેવા માંગુ છું તો મને એ વાત ખૂબ જ ગમે છે. એકલા રહેવામાં જેટલું સુખ છે તેટલું લગ્ન કરવામાં ને, વળી તેમાંથી બેમાંથી ત્રણ ને પાંચ થવામાં નથી.

હા, કોઈને વળી લગ્નજીવનથી પણ વિકાસમાં મદદ મળી શકે છે. પત્ની અનુકૂળ મળે તો પૂજાપાઠમાં, સાધનામાં પ્રોત્સાહન આપે, પતિ ઊંધે માર્ગે જતો હોય તો તેને સરખો પણ કરી શકે. પણ મોંઘવારીમાં ને વસ્તીવધારાના આ કપરા સમયમાં અપરિણિત જીવન જીવવું એ રાષ્ટ્રની સેવા જ છે.

શરીરને સારું બનાવો. વ્યાયામ કરો. સાધના કરો. અરે દરરોજ સવારે સુખડી કે મગજની એકેક લાડુડી ખાઈ જાવ. મોંઘવારીમાં એકલા હો તો એ બધું પોસાય. એકલા જ રહેવું હોય તો એ રીતનો નિર્ણય લઈને જીવનને જીવવા માંડો. કંઈક બચત કરો છો ને ?

સર્વેશ્વરી : બધો જ પગાર રાજુભાઈ પૂરો કરી નાંખે છે, ગરીબોને ખવડાવવામાં, મદદ કરવામાં.

(રાજુભાઈ માથું હલાવી ના પાડે છે. રાજુભાઈ પુરોહિત પ્રોફેસર છે. પણ ખૂબ જ શરમાળ છે. શાંત, ધૂની સ્વભાવના છે.

જેથી એમના વતી સર્વેશ્વરી જ પૂ. શ્રીને જવાબ આપે છે. થોડા જ દિવસપર રાજુભાઈનો સર્વેશ્વરી પર અપરિણિત રહેવા અંગેનો વિગતવાર પત્ર પણ આવેલો.)

પૂ. શ્રી : બચત કરતા રહો. ફરજિયાત બચત મહિને ૧૫૦ કે ૨૦૦ ની કરો. તમને પણ કામ આવે ને પછી ૧ વરસે રકમ ભેગી થાય તો તેમાંથી કોઈ સત્કર્મ પણ કરી શકાય.

ઈંગ્લેન્ડમાં એક બેન કુંવારાં હતાં. તેમણે બચત કરી. મા-બાપની મિલકત પણ હતી પણ તે બચતમાંથી મોટી પ્રોપર્ટી વસાવી ને તે એક સુપ્રસિદ્ધ સંસ્થાને ભેટ આપી, અમે તે સંસ્થાનું નિરીક્ષણ કરેલું.

તમારે બચત ન કરવી હોય તો અમને આપજો. અમે પુસ્તકો છપાવીશું ને તમને પૈસા પાછા આપી દઈશું.

પુસ્તકો તો કેટલું કામ કરે છે ! અંબાજીમાં એક જૂના સરપંચ વરસોથી મારાં પુસ્તકો વાંચે. તે મળવા આવ્યા.

(મસ્કતથી એક ભાઈ પુસ્તક વાંચીને મળવા આવેલા, તે વાત સર્વેશ્વરીએ કરી.)

તમારો જીવનવિકાસ થતો રહે ને ભગવાનને ભૂલો નહીં એવો અમારો આશીર્વાદ છે.

એમને સાકર આપજો. (સર્વેશ્વરીને પૂ. શ્રી કહે છે.) પૂ. શ્રી, 'સમય થઈ ગયો છે. હવે હરિઃૐ કરીએ એમ બોલ્યા જેથી સૌ પ્રણામ કરીને વિદાય લે છે. સર્વેશ્વરી રાજુભાઈને સાકર ને મગજની લાડુડી આપે છે. બીજા સૌને પ્રસાદ વ્યંજવામાં આવે છે.

પૂ. શ્રી ત્યારબાદ શ્રી જીતુભાઈ સાથે થોડીક વાતો કરીને

ઓરડામાં આવે છે. પરદેશ લઈ જવાની હેન્ડબેગને પૂ. શ્રી જોઈ લે છે. એમાંથી નકામા કાગળોનો નિકાલ કરે છે. તેમાં એક કલાક થઈ જાય છે. પૂ. શ્રી સાડાત્રણ વાગ્યે આરામ કરે છે. પાંચ વાગ્યે ફરીથી લેખનકાર્ય ચાલુ કરી દે છે. સર્વેશ્વરીને આજે ખૂબ લાંબી નોંધ કરવાની હોવાથી આરામવિના જ નોંધનું કાર્ય પૂર્ણ કરવા માટે બહાર હિંચકાપર બેસીને તે કાર્ય સાંજના છ વાગે પૂર્ણ કરે છે. પૂ. શ્રી પણ છ વાગ્યાસુધી લેખનકાર્ય કરે છે.

સવા છ વાગ્યા એટલે પૂ. શ્રી મોટા રૂમમાં આવે છે. વરસાદ ચાલુ છે. છતાં ૨૦-૨૫ ભાઈબેનો આવીને પૂ. શ્રીને પ્રણામ કરીને બેઠા છે. બે-ચાર ભજનો પૂ. શ્રીની સૂચનાથી બેનો ગાય છે.

વચ્ચે વળી શ્રી હરીશભાઈ કોન્ટ્રાક્ટર આવીને પ્રણામ કરે છે. પૂ. શ્રી પૂછે છે, 'નોકરી અહીં જ છે ને?'

શ્રી હરીશભાઈ : હા. રહેવાનું પણ અહીં જ છે. રાજુભાઈની સાથે જ વચ્ચે એક જ દિવાલ આડી છે.

પૂ. શ્રી : હા. જીવ ને શિવની જેમ જીવને શિવની વચ્ચે એક જ દિવાલ ઊભી હોય છે ને!

(પૂ. શ્રી પાસે નાનકડી સામાન્ય વાતોમાં પણ પ્રભુપરાયણ વળાંક આપવાની અનોખી રીત છે. એ તો ડગલે ને પગલે સાંભળવા મળે છે.)

ભજનો ગવાયા પછી પૂ. શ્રીએ સર્વેશ્વરીને આબુનો એક પ્રસંગ કહેવાની સૂચના મળી. જેથી સર્વેશ્વરીએ આબુમાં મળેલા માધવાનંદની મુલાકાત ને તેમની નમ્રતા અને ગુરુભક્તિની વાતો કરી.

ત્યારબાદ પૂ. શ્રીએ આજે ઝમ્બીયાથી આવેલા શ્રી જમીયત-રામ શુક્લને આવકાર આપતાં થોડો પરિચય આપ્યો. કે શુક્લજી અમારી સાથે ભણતા. અમે નગન બની રાત્રે ધ્યાનમાં બેસતાં તે પણ એમણે જોયેલું. તેઓ ઝમ્બીયામાં ધર્મગુરુની ફરજ બજાવી આજે જ ભારત આવ્યા છે. દરેક જીવને એ રીતે ફરી ફરીને આવવાનું છે ને પરમધામ, પ્રભુની પુરીમાં બધા જીવોને આવવાનું છે ને!

શુક્લ એટલે ધોળાધબાક કર્મ, આચાર-વિચારમાં પવિત્ર, શુભ સંપત્તિવાળા તે શુક્લ કહેવાય. બીજો કૃષ્ણ પક્ષ કહેવાય. એમનું શુભ નામ જમીયતરામ શુક્લ છે તેઓ ઝંબીયાનો એકાદ અનુભવ ટૂંકમાં કહેશે.

જેથી શ્રી શુક્લજીએ પૂ. શ્રીને તથા સર્વેશ્વરીને ઊઠીને પ્રણામ કરી પોતાનું વ્યક્તિત્વ શરૂ કર્યું.

શ્લોકો બોલી તેઓએ કહ્યું મહાત્મા યોગેશ્વરજી પરમ ગુરુ રા. દેવના અવતારી. મહાત્મા યોગેશ્વરજીના શ્રીચરણે પ્રણામ કરી મારા હૃદયના ભાવોની અભિવ્યક્તિ કરવા અનુજ્ઞા માગુ છું.

સંત મહાત્માના દર્શન પુણ્યકારક છે. મહાત્મા તીર્થસ્વરૂપ છે. સત્સંગ તરત જ ફળ આપે છે.

પૂ. શ્રીને હું ઝમ્બીયામાં મળ્યો. તેમણે મને ઓળખ્યો, અપનાવ્યો, પાસે બેસાડ્યો અને પછી સત્સંગમાં બેઠા. ધર્મશાસ્ત્રના સિદ્ધાંતો ને પોતાના સ્વાનુભવને આધારે અમારી સઘળી શંકાનું સમાધાન કર્યું. અને ધ્યાનમાં પણ બેસવાનું બન્યું.

(પ્રથમવાર ધ્યાનમાં બેઠેલા શ્રી શુક્લજીને ગાયત્રીદર્શનનો અનુભવ પૂ. શ્રીની કૃપાથી થયો. તે વાત તેમણે કહી. વળી રા.

દેવના સેન્ટરમાં મળેલા આમંત્રણ પાછળ એમની શ્રદ્ધાનો પ્રસંગ અને પછી અમે એમના સાન્નિધ્યે પવિત્ર બન્યા છીએ. એમ કહી પૂન બોલાવી પોતાનો વાર્તાલાપ પૂર્ણ કર્યો.)

એમની પાસે વાણી, જ્ઞાન, હૃદય અનુભવ છે. એટલે ફરી આપણે સાંભળીશું. ભક્તિપૂર્ણ હૃદય છે. એમણે ગ્રમ્બીયામાં ઘણી સેવા કરી.

હવે દશ મિનિટ ધ્યાનમાં બેસીએ. જેથી લાઈટ બંધ કરો. એમ પૂ. શ્રીએ કહી ઝૂંકાર શરૂ કર્યાં. ઝૂંકાર પાંચવાર બોલી સૌ ધ્યાનમાં બેઠા. ત્યારબાદ ધ્યાનપૂર્ણ થતાં સૌ પ્રણામ કરી વિદાય થાય છે.

પૂ. શ્રી આજે ગુરુવાર હોવાથી દૂધ-ફળ વિગેરે લે છે. પછી અમેરિકા ભારતીને નોંધાવેલો જ્ઞેન પૂ. શ્રી પણ સાંભળી શકે તે માટે જીનુભાઈ ખૂબ પ્રેમથી ઉપર પણ વ્યવસ્થા કરે છે. પરંતુ ભારતીબેન મળતાં નથી. પૂ. શ્રીએ કહ્યું, “પ્રભુને વાત કરાવવાની ઈચ્છા ન હોય એટલે કામ ન થયું.”

નાની-નાની બાબતોમાં પણ પૂ. શ્રી કોઈ ફરિયાદ કે અસંતોષ બતાવતા નથી. પ્રભુની ઈચ્છા એમ કહી મનને તરત જ સમાધાન આપી દેવાની ટેવ સાથે જ પ્રેરક છે.

પૂ. શ્રીએ જ્ઞેનની ધમાલ પૂર્ણ થઈ એટલે આવતીકાલના ભોજનની સૂચના આપતાં કહ્યું, ‘કાલે કશું પણ મિથ્યાન્ન બનાવવાનું નથી. સાદુ જ ભોજન લઈશું.’

સૌ ફરી પ્રણામ કરી વિદાય થાય છે. પૂ. શ્રી પોતાની પરદેશ જવાની બેગ જોવા ખોલે છે. ૧૧ કલાક બેસીને એ બેગમાંથી નકામી થયેલી વસ્તુઓ દૂર કરી આરામ કરે છે. (ક્રમશઃ)

## જીવનસાધનાનાં પોષક તત્ત્વો

ડૉ. હરીશ વ્યાસ

આપણે જીવનસાધના વિશે વિચાર કરીએ ત્યારે ‘જીવન’ અને ‘સાધના’ એ બે શબ્દો સમજી લેવા જેવા છે. વિશ્વના મહાન તત્ત્વચિંતક અને સાધક શ્રી જી. કૃષ્ણમૂર્તિ સાથે, લગભગ પચાસેક વર્ષ સંબંધ રહ્યો. સંત વિનોબાજી અને આચાર્યશ્રી દાદાસાહેબ ધર્મોધિકારીના સૌજન્યથી, મને તેમની સાથે, એક વાર એક માસ, બનારસના એમના ‘ગોલ્ડન પેલેસ’ ખાતે, પ્રગાઠ સહ-જીવનનો અપૂર્વ લહાવો મળ્યો. મેં એમને અંગ્રેજીમાં પૂછ્યું, “Sir! What is life?” અર્થાત્ મહાશય! જીવન એટલે શું? તેઓ થોડીવાર રોકાઈ ગયા, ખોખારો ખાધા પછી મને કહે, “Sir, your question is very remarkable; Because most of the people are thinking only in terms of power, prosperity and positions. While you are thinking of ‘life,’ Which is the root cause of our invaluable birth.” અર્થાત્ મહાશય! તમારો પ્રશ્ન ભારે મહત્ત્વનો છે. કારણ કે મોટાભાગના લોકો તો માત્ર સત્તા, સંપત્તિ અને હોદ્દાઓ બાબતે જ વિચારતા હોય છે; જ્યારે તમે, આ અમૂલ્ય જન્મના મૂળભૂત કારણ-‘જીવન’ વિશે વિચારો છો. વળી પાછા થોડીકવાર આકાશ સામે, દૃષ્ટિ કરીને જોતાં, તેઓ કહેવા લાગ્યા, “Sir! Life is nothing, but only hearty feelings and hearty relations.” અર્થાત્ જીવન એ બીજું કશું જ નહિ, પરંતુ માત્ર હૃદયપૂર્વકની લાગણીઓ અને હૃદયપૂર્વકના સંબંધો જ છે. ખરે-

ખર તો જીવન એ જ સાધના છે, જેની હરેક ક્ષણ ઈશ્વરની ઉપાસના જ છે.

હવે આપણે બીજો શબ્દ 'સાધના' પણ સમજી લઈએ. સંસ્કૃત 'સાધ્' ધાતુપરથી 'સાધના' શબ્દ બન્યો છે. તેનો અર્થ છે સાધવું, પ્રાપ્ત કરવું, મેળવવું, સિદ્ધ કરવું. હવે સવાલ થશે કે શું સાધવાનું છે? જવાબ છે, જીવ અને શિવ વચ્ચેની એકતા જીવાત્મા અને પરમાત્મા સાથેનો યોગ, અથવા એક્ય, અથવા અદ્વૈત.

એને માટે અનેક ઋષિમુનિઓ, સંતો, મહાન્તો, સાધકો, મહાત્માઓ, યોગીઓ અને ભક્તો જરૂર હજારો વર્ષોથી મથતા રહ્યા છે. આ જીવનસાધનામાં પોષક, પૂરક અને અત્યંત ઉપકારક એવાં છ તત્ત્વો છે : (૧) યુક્તાહાર, (૨) મિતાહાર, (૩) મિતવાણી, (૪) મિત પરિશ્રમ, (૫) મિત વિચાર અને (૬) મિત નિદ્રા. જેનો વિગતે વિચાર જરૂર આપણે અત્ર કરીશું, અને આપણી જીવનસાધનાને સાર્થક, ધન્ય અને કૃતાર્થ કરીશું.

પ્રથમ તત્ત્વ છે યુક્તાહાર, બલ્કે યોગ્ય ખોરાક. સંસ્કૃતમાં કહ્યું છે ને? "શરીરમાદ્યં ખલુ ધર્મસાધનમ્।" અર્થાત્ ધર્મની (જીવનની) સાધનામાં ખરેખર તો શરીર એ જ સૌથી પ્રથમ આદ્ય સાધન છે. જેના વિના જીવનસાધના જ અશક્યવત્ છે. એટલા માટે એને સક્ષમ, તંદુરસ્ત, આરોગ્યમય અને સ્વસ્થ રાખવું એ ખૂબ ખૂબ જરૂરી બાબત છે. એટલા માટે વેદિક ઋષિ શુદ્ધ આહાર પર ભાર મૂકતાં કહે છે, "આહાર શુદ્ધૌ સત્ત્વશુદ્ધિઃ।" અર્થાત્ શુદ્ધ આહારથી જ સત્ત્વની શુદ્ધિ થાય છે. મનુષ્યનું સત્ત્વ શુદ્ધિતાપૂર્ણ, પવિત્ર અને નિર્મળ થાય છે. 'શ્રીમદ્ભગવદ્ગીતા' ગ્રંથમાં મહર્ષિ વ્યાસે સાત્ત્વિક, રાજસિક અને તામસિક એમ ત્રણ પ્રકારના આહારો ગણાવ્યા છે. જેમાંથી સાત્ત્વિક એટલે સાદા, સરળ, પોષક, ફળફૂલ,

શાકભાજી, શેકેલા, બાફેલા અને સિંચવેલા, ફણગાવેલા તેમ જ અંકુરત અનાજ, કઠોળ, શાકભાજી વગેરે ખોરાકો સાત્ત્વિક, યુક્ત (યોગ્ય), સુખાચ્ય, આરોગ્યપ્રદ અને તંદુરસ્તીવર્ધક છે. રાજસિક ખોરાકો ગળ્યા, તીખા, તળેલા અને વિલાસી વૃત્તિઓને પોષનારા છે. તેમ જ તામસિક ખોરાકો ઉબાઈ ગયેલા, જૂના, એંઠા-અજીઠા, ઊતરી ગયેલા, લાંબા સમય પહેલાં રાંધેલા, રોગિષ્ટ અને આરોગ્ય માટે હાનિકારક હોય છે. જેમાંથી સાધકે રાજસિક અને તામસિક આહારોને ઈજેડીને, સાત્ત્વિક, યુક્ત અને પોષક-ઉપકારક સાદા આહારો લેવાના છે. પૂ. ગાંધીજી 'આરોગ્યની ચાવી' પુસ્તકમાં આ અંગે સાફ શબ્દોમાં કહે છે, "આપણે જીવવા માટે ખાવાનું છે, પરંતુ ખાવા માટે જીવવાનું નથી."

ખરેખર સાધનામાં બીજી બાબત (તત્ત્વ) છે મિતાહાર, સંસ્કૃતમાં 'મા' ધાતુ છે. જેનો અર્થ છે માપવું, જોખવું. મિતાહાર એટલે માપસરનો ખોરાક. કેટલાક લોકોને લાડુ, મોહનથાળ, દૂધપાક, ભાસૂદી, ફરસાણ, ભજિયાં, લાપથી અને પૂરણપોળી ખૂબ ભાવતાં હોય છે, તો ઠાંસી ઠાંસીને, આકંઠ ભરીને, તેઓ જરૂરત કરતાં યે વધુ પડતાં ખાય છે. પરિણામે તેઓ અજીર્ણ, અપચો, આક્રો, અનિદ્રા, ઝડા, ઊલટી વગેરે બીમારીઓના ભારોભાર ભોગ થાય છે. અને વેદ્યો-ડોક્ટરોનાં ઔષધો, ગોળીઓ, ચૂર્ણો, ઈન્જેક્શનો ખાધે જ જાય છે. એટલા માટે સંત વિનોબાજી કહે છે, "જરૂરત હોય તેટલું, માપસર, માફકસર, માત્રા પ્રમાણે જ ખાઓ." વધુ પડતો બેક્ષમ ખોરાક મનુષ્યને રોગનો ભોગ બનાવે છે. એટલું જ નહિ, મનુષ્યની તાજગી, સ્ફૂર્તિ અને ચેતનાને ક્ષીણ કરે છે. એટલે જ તેમણે આરોગ્યસૂત્ર આપ્યું છે, "કમ ખાના ઔર ગમ ખાના!" બલ્કે ઓછું ખાઓ અને કાંઈક આકસ્મિક

ઘટના બને ત્યારે ગમ ખાઓ, ખામોશી રાખો, શાંતિથી વિચારીને નિર્ણય કરો, આકુળવ્યાકુળ થઈને લેશ નિર્ણય કરો નહિ. શરીરને એક ભાગ ખોરાક, એક ભાગ પાણી અને એક ભાગ દવા માટે, પેટમાં ખાલી રાખવાથી આરોગ્ય, સ્વસ્થતા અને તંદુરસ્તી જરૂર પ્રાપ્ત થશે. જે જીવનસાધનાને સભાન, પ્રગતિશીલ, સજાગ, સક્રિય અને ચેતનશીલ બનાવશે. બલ્કે મિતાહાર એટલે અતિશય આહાર, કે આહારનો તદ્દન અભાવ નહિ, પરંતુ સમ્યક્ માપસર જરૂર પૂરતો જ આહાર.

ત્રીભું તત્ત્વ (બાબત) છે મિતવાણી અથવા મિતભાષિત્વ. એટલે કે માપસર, જરૂરપૂરતું, તોળી તોળીને, વિચારપૂર્વક બોલવું. ગમે તેમ, બેફામ, એલેક્ટ્રલ કે તદ્દન બેજવાબદાર થઈને બોલવાનું નહિ. મહા કવિ કાલિદાસે 'રઘુવંશ' મહાકાવ્યમાં, રઘુવંશના રાજાઓ વિશે તેમનાં અનેક લક્ષણો વચ્ચે, એક લક્ષણ બતાવતાં સરસ કહ્યું છે, "સત્યાય મિતભાષિણામ્"। અર્થાત્ તેઓ સત્યને માટે જીવનારા અને મિતભાષી-માપસર બોલવાવાળા હતા. એટલે જ ઉપનિષદનો ઋષિ કહે છે, "સત્યમ્ બ્રૂયાત્, પ્રિયં બ્રૂયાત્"। અર્થાત્ સત્ય બોલો, પ્રિય (રીતે) બોલો. આ સંદર્ભે પૂ. ગાંધીજી કહે છે, "એક વાક્યની જે જરૂર હોય, તો પાંચ વાક્યો લેશ બોલશો નહિ. એક શબ્દની જ જે જરૂર હોય, તો પાંચ શબ્દો લેશ બોલશો નહિ. બલ્કે સંસ્કૃતમાં કહ્યું છે તેમ, "અતિશયમ્ વર્જયેત્"। અર્થાત્ વાણીમાં અતિશયતા નહિ, કે વાણીનો સમૂળગો અભાવ પણ નહિ. બલ્કે જરૂર પૂરતી, સ્વનિયંત્રિત, માપસર અને મધુર વાણી સાધકે પ્રયોજવાની છે. એટલું જ નહિ, જરૂર લાગે ત્યારે મૌન પાળવાનું છે.

ચોથું તત્ત્વ (બાબત) છે, મિત પરિશ્રમ. બલ્કે માપસરનો પરિશ્રમ દરેકે જરૂર કરવો જોઈએ. તો જ શરીરની નિર્વાહયાત્રા ચાલશે. તન, મન, બુદ્ધિ, હૃદય અને આત્માને, જે શુદ્ધ, બુદ્ધ, સ્વસ્થ, તંદુરસ્ત અને શોષણમુક્ત-આરોગ્યપ્રદ રાખવાં હશે, તો દરેક મનુષ્યે અને સાધકે યથાશક્તિ જરૂર ઉત્પાદક પરિશ્રમ કરવો જ જોઈએ. સામાન્ય રીતે સાધુઓ, સંન્યાસીઓ શરીર પરિશ્રમ કરતા જ ન હતા. બલ્કે બેઠાડુ, આળસુ, એદી, પરાશ્રિત અને પરાવલંબી જીવન જીવતા હતા. કારણ કે તેમનામાં માન્યતા ધર કરી ગયેલી હતી કે કર્મ કરવાથી વિમત્તા, આસક્તિ ચોટી જાય છે, માટે ઉત્પાદક કર્મ કરવું નહિ. આવા નિષ્ક્રિય, આળસુ, એદી અને પરાયત્ત જીવન જીવનારા સાધુ-સંન્યાસીઓને, સ્વામી વિવેકાનંદે ઢંઢોળ્યા અને હયમચાવ્યા તેમ જ સક્રિય થવા માટે ઈશાવાસ્ય ઉપનિષદનું સુંદર વાક્ય કહ્યું, "ન કર્મ લિપ્યતે નરે"। અર્થાત્ કર્મ મનુષ્યને લેપતું નથી. મનુષ્ય જ કર્મને લેપે છે, ચોટે છે. એટલા માટે તેમણે 'રામકૃષ્ણ મિશન'ના સાધુઓને સમાજસેવા, માનવ-સેવા માટે પ્રેર્યા. દુષ્કાળ, રેલસંકટ, આંધી, ધરતીકંપ જેવાં ભારે સંકટોમાં આમ જનતાને રાહતકાર્યો કરવા માટે, તેમ જ શાળાઓ, કોલેજોમાં શિક્ષણકાર્ય માટે, હોસ્પિટલોમાં ડોક્ટરો, નર્સો અને પરિચારકો તરીકે બીમારો, દર્દીઓની સેવા માટે, તેમ જ શાક-ભાજી ઉગાડવી, બાગબગીચા બનાવવા, પ્રિન્ટીંગ પ્રેસમાં વિવિધ સેવાઓ કરવી, સફાઈ, સ્વચ્છતા કાર્યો કરવાં વગેરે જીવંત, ઉત્પાદક અને સર્જક માનવધર્મની સેવાપ્રવૃત્તિઓમાં સપ્તેમ વાળ્યા. અને ઉપનિષદવચન સાદર કહ્યું, "કુર્વન્ એવ ઇહ કર્માણિ, જિજિ-વિશેષ જ્ઞાતં સમાઃ"। બલ્કે કર્મ કરતાં કરતાં જ આપણે સો વર્ષ-સુધી જીવવાનું છે. મહાન રશિયન તત્ત્વવેત્તા મહાત્મા લિયો

ટોલ્સ્ટોયે તો “Bread Labour” બલ્કે રોટી માટે, નિર્વાહ માટે ઉત્પાદક પરિશ્રમ કરવા પર ભાર મૂક્યો. તો વિશ્વકવિ શ્રી રવીન્દ્રનાથ ઠાકુરે એમાં સુંદર પૂર્તિ કરતાં, “Joy Labour” અર્થાત્ આનંદપૂર્વક ઉત્પાદક પરિશ્રમ કરવા માટે નિર્દેશ કર્યો. વળી વૈજ્ઞાનિક સમાજવાદના મહાન પ્રવક્તા અને ફિલસૂફ શ્રી કાર્લ-માર્ક્સે મિત ઉત્પાદક પરિશ્રમ વિશે જે કહ્યું છે, તે ખૂબ ધ્યાનાકર્ષક છે, “From each according to his capacity, to each according to his necessity.” અર્થાત્ પોતાની શક્તિ (ગળુ) અનુસાર કામ, અને જરૂરત અનુસાર તેને દામ આ રીતે ઉત્પાદક શરીર પરિશ્રમમાં અતિશયતા નહિ, અને તદ્દન અભાવ પણ નહિ. બલ્કે દરેક મનુષ્ય (સાધક) શક્તિ અને ગળ પ્રમાણે આનંદપૂર્વક અને હૃદયપૂર્વક પ્રેમથી જો કામ કરે, તો જીવન સાધનાને જબ્બરદસ્ત તેજ, તાકાત અને તાજગી મળશે. બકરીને ગળે લટકતા આંચળ-“અજાગલ સ્તન” જેવી જીવન-સાધના લવલેશ વાંઝણી, જડ, નિષ્ક્રિય અને મંદતા-જડતા સભર અનુત્પાદક યાંત્રિક ક્રિયા નથી, પરંતુ ઈશ્વરની સતત સજગ, સજ્ઞાન અને સચેતન ઉપાસના, યા આરાધના છે. એટલે જ મહાન તત્ત્વચિંતક શ્રી સ્વીડન બર્ગના “Life is a curse of God” અર્થાત્ જીવન એ ઈશ્વરનો અભિશાપ છે, એ શબ્દોની સામે જ મહાન કર્મયોગી પૂ. ગાંધીજીએ કહ્યું છે, “Life is not a curse of God, but really life is a blessing of God.” બલ્કે જીવન એ ઈશ્વરનો અભિશાપ નથી, પરંતુ એ તો ઈશ્વરનો ખરેખર આશીર્વાદ છે.

પાંચમું તત્ત્વ (બાબત) છે મિતવિચાર, બલ્કે માપસરના વિચારો. ખરેખર તો વિચાર એ અદ્ભુત, અપૂર્વ અને પ્રચંડ

ક્રાન્તિકારી શક્તિ છે, જેનું સેવન, ધારે તો, મનુષ્યને દેવ અથવા દાનવ બનાવી શકે છે. એટલે જ ગઝલકારશ્રી પ્રેમલે ગાયું છે ને? “જેવા વિચાર કરશો, તેવા તમે થવાના; દિલના વિચાર નક્કી જીવન બની જવાના!” અર્થાત્ મનુષ્ય જેવા વિચારો કરે છે, સેવે છે, તેવો જ બની જાય છે. એટલે જ આ કવિ આગળ જઈને કેવું સુંદર ગાય છે! “હલકા વિચાર તમને, પતન ખીણમાં ફેંકી દેશે; સેવો વિચાર ઉજ્જવલ, ઉજ્જવલ તમે થવાના.” બલ્કે હલકા વિચારો મનુષ્યને અધઃપતનની ખીણમાં ફેંકી દે છે, જ્યારે ઉજ્જવલ માર્ગે લઈ જાય છે. પરંતુ સાધકે ધ્યાનમાં રાખવાનું છે કે વિચારોની અતિશયતા મનુષ્યચિત્તને જડ, મંદ, યાંત્રિક અને શૂન્ય બનાવી મૂકે છે. એટલું જ નહિ, મનુષ્યમાં રહેલી સર્જક-શક્તિ “(Creative Energy)”ને ભારે હાનિ પહોંચાડે છે. સંત વિનોબાજી એટલે જ કહે છે, “ચિંતન જરૂર કરો, ચિંતાઓ લવલેશ નહિ.” સાધકે જોવાનું છે કે વિચારોની અતિશયતા યે નહિ, તેમ જ સંપૂર્ણ અભાવ પણ નહિ. કારણ કે વિચાર એ એક પ્રચંડ શક્તિ છે, જેથી તેનું મહત્ત્વ ચોક્કસ છે જ. પરંતુ સંત વિનોબાજી કહે છે, “મનના વિચરણ માટેના ચોક્કસ દશપંદર મુદ્દાઓ છે. જેમાં મન સતત વિચરણ કર્યા જ કરે છે. અને ખૂબ ખૂબ પુનરાવર્તનો કરી કરીને થાકી જાય છે. એટલું જ નહિ મનમાં રહેલી સર્જક શક્તિ, અતિશય વિચારો કર્યા કરવાથી નાશ પામે છે. એટલા માટે સ્વામી વિવેકાનંદ, રમણ મહર્ષિ, મહર્ષિ અરવિંદ, મહાત્મા ગાંધીજી, સંત વિનોબાજી અને શ્રી જે. કૃષ્ણમૂર્તિ જેવા મહાનુભાવો “વિચારમુક્ત શાન્ત મન” પર ખૂબ ભાર મૂકે છે. ગાંધીજીએ એક વાર વિનોબાજીને ખૂબ દૂબળા શરીરવાળા, અને કમજોર જોઈને, મહાન દેશભક્ત શ્રી જમનાલાલ બજાજના પવનાર (જિલ્લો-વર્ધા) ખાતેના બંગલામાં, આરામ અને સારવાર-ઉપચાર માટે મોકલેલા મોટરકારમાંથી ઊતરીને,

વિનોબાજીએ ધામનદીમાંથી જલની અંજલિ લઈને સહજભાવે સંકલ્પ કરેલો, “સન્યસ્તમ્ મયા, સન્યસ્તમ્ મયા।” બલ્કે તેમણે તમામ વિચારોનો પરિત્યાગ કરી દીધો. કેટલાક સમય બાદ તેઓ જ્યારે ગાંધીજીને મળ્યા, ત્યારે તેમનું અદ્ભુત સ્વાસ્થ્ય અને મસ્ત શરીર જોઈને, ગાંધીજી સાવ સ્તબ્ધ થઈ ગયા! જાણે કે પહેલાંના વિનોબાજી સાવ બદલાઈ ગયેલા હતા! આનું કારણ ગાંધીજીએ તેમને પૂછ્યું, ત્યારે સંત વિનોબાજીએ એક જ શબ્દમાં તેમને જવાબ દીધેલો, “વિચારમુક્તિ!” જેમાંથી પાછળથી વિનોબાજીમાં ઋષિ ખેતી, કાંચનમુક્તિ, સર્વોદય સમાજ, ગ્રામ સ્વરાજ્ય જેવાં અનેકવિધ સર્જનો પ્રગટ થયાં! એટલા માટે જીવનસાધનામાં અતિશય વિચારોય નહિ અને અભાવે ય નહિ બલ્કે સમ્યક્ વિચાર, સમ્યક્ ચિંતન મનન, નિદિધ્યાસન, સ્વસંશોધન, ધ્યાન સાક્ષીભાવે દૃષ્ટાભાવ અને વિચારમુક્તિ! શાન્ત ચિત્તમાંથી જ ખરેખર સર્જનની બૌદ્ધિઓ પર બૌદ્ધિઓ સ્વયં પ્રગટે છે.

છઠું તત્ત્વ (બાબત) છે મિતનિદ્રા. બલ્કે માપસર, જરૂર જેટલી ઊંઘ સંત વિનોબાજીના મતે, “નિદ્રા અને તંદ્રા એ બેઉ અલગ બાબતો છે. અનેક વિચારો, ચિંતાઓ, સ્વપ્નાંઓથી ભરેલી છીછરી, ઉપલક્ષ્યા ઊંઘ એ જ છે તંદ્રા. તેમ જ તમામ વિચારો, ચિંતાઓ, સ્વપ્નાંઓ વગેરેથી તદ્દન મુક્ત એવી ઘસઘસાટ, ઊંડી અને ગહરાઈવાળી ઊંઘ એ જ છે નિદ્રા.” ઘણા લોકો તો વિનોબાજીના સૂત્ર મુજબ, “યન્તિ પ્રમાદમ્ તન્દ્રા:।” અર્થાત્ તંદ્રાવાળા પ્રમાદ પામે છે. કલાકોના કલાકો સુધી, રાવણના ભાઈ કુંભકર્ણની જેમ ખૂબ ખૂબ ઘોર્યા કરે છે. ખૂબ ખાય છે, ખૂબ પીએ છે અને કલાકો સુધી આળસુ, એદી અને નઘરોળ બનીને ઊંઘ્યા જ કરે છે! એટલે જ કવિશ્રી દલપતરામે ગાયું છે ને? “રાત્રે વહેલા જે સૂઈ, વહેલા ઊઠે વીર; બળ બુદ્ધિ ને ધન વધે, સુખમાં રહે

શરીર?” રાત્રે વહેલા સૂઈ જવાનું અને સવારે બ્રાહ્મમુહૂર્તે જ વહેલા ઊઠી જવાનું! તો જરૂર મનુષ્યજીવનમાં ખૂબ ખૂબ બળ, બુદ્ધિ, ધન અને સુખશાન્તિ વધે છે. સંસ્કૃતમાં કવિએ એટલે જ ગાયું છે ને? “અલસસ્ય કુતો વિદ્યા?” અર્થાત્ આળસુને વિદ્યા-જ્ઞાન ક્યાંથી હોય? બલ્કે સાધકે અતિશય ઊંઘવાનું યે નહિ, તેમ જ ઊંઘનો તદ્દન અભાવ પણ કરવાનો નહિ. બલ્કે ૫-૬ કલાકની જરૂરી પરિમિત, માપસરની નિદ્રા, ઊંડી ઊંઘ લેવાની, જે જરૂર જીવનસાધનાને ખૂબ ખૂબ પુષ્ટ, ઉન્નત અને સંપન્ન કરે છે. જેનાથી સાધકમાં જરૂરી આરોગ્ય, તંદુરસ્તી, તાજગી, સ્ફૂર્તિ અને પ્રસન્નતા વધે છે, જે જીવનસાધનાને પરિપુષ્ટ કરે છે. અસ્તુ.

જે સારો થવા માગે છે તેનું રક્ષણ જે ભગવાન નહિ કરે તો બધાં પાપનો બોજો ભગવાનને માથે.

મા શારદાદેવી

ધ : ૪૪૧૪૩૧

ઓ : ૩૬૨૪૩૭

: ૪૫૦૪૨૮

: ૩૬૦૩૭૬

ખેતીની સિંચાઈ માટે વિશ્વસનીય એન્જીન

“સનવાન” તથા “ચંદન”

૬, ૮ તથા ૧૦ હો. પા

-: બનાવનાર :-

**કનેરીયા એન્જીનીયરીંગ વર્ક્સ**

૧/૪, ભક્તિનગર ઈન્ડસ્ટ્રીઅલ એસ્ટેટ, રાજકોટ-૩૬૦૦૦૨

## અમૃતપળોનો આસ્વાદ-(૨)

કલ્યાણ

પૂ. માના પરમ સાન્નિધ્યમાં સત્સંગનું ઉત્તમ પાથેય બાંધી આપીને એક પછી એક દિવસો પસાર થવા માંડયા છે. પૂર્વ-દિશામાં ઉષાના આગમનસાથે મા ગંગાનો ખોળો ખુંદવા મળે છે. પ્રભાતના પવિત્ર ગંગાસ્નાનથી તન મન સ્ફૂર્તિ, શાંતિ અને પવિત્રતાનો અનુભવ કરે છે.

અહીં ગંગાતટે આવ્યા પછી આપણને વગર માગ્યે જે ઉત્તમ વરદાન મળ્યું છે તે છે પૂ. માના પ્રકટ સ્વરૂપના દર્શનનું! મા ગંગા અને મહાન સમર્થ સદ્ગુરુદેવ પરમ પુરુષ યોગેશ્વર પર-માત્માની પરમ કૃપા થકી આપણા માટે અહીં ગંગાકિનારે પૂ. માના દર્શન સહજ અને સુલભ થયાં છે. ઉપરામ અવસ્થાને લીધે બીજા સ્થાનોમાં તો પૂ. માના દેવદુર્લભ દર્શન ખરેખર દુર્લભ થયાં છે. જ્યારે અહીં તો પૂ. માની કૃપાથી દર્શનનો જાણે મહોત્સવ મંડાયો છે. ચાલો ત્યારે, પામી લઈએ દર્શનના એ પરમ અવસરને!

આજના સુરમ્ય પ્રભાતે પૂ. માના નિજમંદિરના દ્વારનો પડદો હટે છે ને દર્શન પામી ધન્ય ધન્ય બની જવાય છે. ચાડતાનું આવું અનુપમ દર્શન શું આ પૂર્વે આ ધરીત્રીએ નિહાળ્યું હશે! જુઓ, ધવલતાના પ્રતિક્રમાં પૂ. મા ચાડ ચરણે ચાલતાં પધારી રહ્યાં છે. જુઓને કેવાં સરસ લાગે છે મા! વાત્સલ્ય નીતરતું આવું સ્વરૂપ તો પૂ. મા જ ધારણ કરી શકે! પ્રેમ કરવામાં તો પૂ. માને કોઈ પહોંચી શકે નહીં. ઉપરામ અવસ્થામાં એકાંતમાં હોય તોય પૂ. મા

પ્રેમ તો પોતાના બાળકોને કર્યા જ કરે, આ એ મા છે જે પ્રેમ કર્યાવિના રહી શકે નહીં. અને આપણને તો આટઆટલો પ્રેમ કરે એટલે પૂ. મા ગમે જ. પૂ. માની ચાડચાલમાં ચિત્ત પરોવી એ ચારુ ચરણોનાં દર્શન કરી લઈએ. પૂ. મા આજે ધીમે પગલે ચાલતાં ચાલતાં ગંગાજી તરફની બાલ્કનીમાં પધાર્યાં છે. ગંગાજીને દંડવત્ પ્રણામ કરીને તેના વિશાળ સ્વરૂપપર એક પ્રેમદૃષ્ટિ કરીને ગંગાજીને પ્રેમ કરી લે છે. ક્ષણવાર સામે આવેલા ચંડીદેવિના મંદિરપર અને બાજુના પહાડોપર એક નજર ફેરવીને પૂ. મા બાલ્કનીમાં રાખેલા આસનપર ઝડપથી સાડી સંકોરતાં બીરાજી જાય છે. હવે આપણે પેટ ભરીને દર્શનની ભૂખ સંતોષીએ!

પૂ. મા પ્રસન્ન છે. મુખારવિદ્યપર પ્રસન્નતા સહજ ફેલાઈ ગઈ છે. હોઠોપર પેલું ચાડ સ્મિત એવું જ સોહી રહ્યું છે. મસ્તકે સફેદ મફલર વીંટયું છે. સવારની ઠંડીને લીધે શ્રી અંગપર સફેદ સ્વેટર ધારણ કર્યું છે. પલાંઠીવાળીને બેઠાં છે. પોતાના બાળકોનાં ભાવને પૂ. મા બે હાથ જોડીને સ્વીકારે છે. આમ ૧૩, માર્ચ-૯૪ નું પ્રભાત આપણા માટે પૂ. માના દર્શનનો વૈભવલઈને પ્રકટયું છે.

ગઈકાલથી શ્રી ઈશ્વરભાઈ પરમાર્થી આવ્યા છે. તેમના વિશાળ જ્ઞાનભંડારમાંથી પૂ. મા સત્સંગીઓને તેમના જ્ઞાનનો લાભ અપાવ્યા કરે છે. અત્યારે પણ પૂ. માની આજ્ઞાથી શ્રી ઈશ્વરભાઈ સત્સંગની વાતો કરી રહ્યા છે.

શ્રી ઈશ્વરભાઈ કહે, “શ્રી અરવિંદ ઘોષ પણ પ્રખર બુદ્ધિવાદી હતા. ઈશ્વરના અસ્તિત્વમાં તેમને શ્રદ્ધ ન હતી. પરંતુ જેવમાં ભગવાન શ્રીકૃષ્ણનું દર્શન થયું અને તેમનું જીવન પલ્ટાયું. પછી તો પ્રભુની કૃપા થકી શ્રીલેલે જેવા ગુરુ મળ્યા અને ભારતના એક મહાન યોગી તરીકે મહર્ષિ અરવિંદ પ્રસિદ્ધ થયા.”

“અમને પણ પૂ. મામાં આટલી શ્રદ્ધા ન હતી. પરંતુ પ્રસંગો એવા બન્યા કે તે મારી બુદ્ધિથી પર હતા. બુદ્ધિ પાસે એનું સમાધાન ન હતું છતાં નજર સમક્ષ જ બનેલા હતા તેથી તેનો ઈન્કાર થઈ શકે તેમ ન હતો. બસ, ત્યારથી પૂ. માને મેં પ્રભુના પ્રતિનિધિ તરીકે સ્વીકારી લીધાં છે. બુદ્ધિને બાજુએ મૂકીને પૂ. માનો બાજક બની ગયો છું. સંતોને સેવવાથી બધું સિદ્ધ થઈ જાય છે. પૂ. મા તો આપણી સાથે જ છે. ક્યાંય શોધવા જવા પડે તેમ નથી. માટે પૂ. માને સેવીએ અને તેમની કૃપા પામી ધન્ય બનીએ.”

પૂ. મા ગઈકાલે આશાએ ગાયેલાં સુંદર ભજનની પંક્તિનું ગાન કરી રહ્યા છે.

‘કોણે આવું સુંદર સુંદર, મધુર જીવન કરી દીધું !

પૂ. મા કહે, “આશાએ આ પદમાં પ્રભુની કૃપાથી જે પરી-વર્તન આવ્યું છે તેની વાત જણાવી છે. યુવાનવયે પતિના વિયોગ-થી જે અસહ્ય આઘાત આવ્યો તે વખતે પ્રભુ જાણે તેની પાસે ઢાલ બનીને ઊભા રહ્યા. તેનો બધો આઘાત જાણે પ્રભુએ ઝીલી લીધો. કોઈ પણ જાતની શારીરિક કે માનસિક ક્ષતિ થવા ન દીધી. કોઈ પણ જાતની ઈજાવિના તેનું સંપૂર્ણ રક્ષણ પ્રભુએ કર્યું. આશા જણાવે છે કે અત્યાર સુધી મારી રક્ષા કરનાર ફક્ત બે જ હાથ હતા તે બે હાથ અદૃશ્ય થતાં પ્રભુએ મારી હજાર હાથે રક્ષા કરી છે. આશાએ પોતાના જીવનમાં જે પ્રભુકૃપા અનુભવી છે તે આ પદમાં વ્યક્ત કરી છે. આપણું પ્રિયપાત્ર જીવનમાંથી વિદાય લે તો પ્રભુ આપણા પ્રિયપાત્ર બની જાય છે.”

પૂ. મા કહે, “પ્રભુ આપણને આ રમકડાં જેવા સંસારના

પાત્રો રમવા માટે આપે છે. આપણે તે રમકડાં આપણાં માનીને રમવામાં મશગુલ બની જઈએ છીએ. રમકડાંને સાધન માનવાને બદલે આપણે જાતે જ રમકડાંમય બની જઈએ છીએ. જીવનની રમત રમવા માટે રમકડાં છે, તેને બદલે રમકડાં જ આપણું જીવન બની જાય છે. જીવનનું ધ્યેય તો આ કામચલાઉ રમકડાંને વળગવાનું નથી કે જેઓ અધવચ્ચેથી જ તૂટીફૂટી જતાં આપણો સાથ છોડી દે છે. પરંતુ આપણે તો આપણું જે સનાતન સાથી છે. ક્યારેય તૂટીફૂટી જતું નથી, હમેશાં આપણી સાથે જ રહે છે તે ‘રામરમકડાં’ને શોધીને વળગવાનું છે. જે મૂળ સાથે આપણો સંબંધ બંધાયેલો છે તેને વળગવાનું નથી. એ તો ઋતુપરિવર્તન સાથે ખરીને ખલાસ થઈ જશે. એટલે જ ક્યારેક આ સંસારી રમકડાંની રમતમાંથી જાગૃત કરવા માટે પ્રભુ આ રમકડાંને તોડી પણ નાંખે છે. આપણને સમજતાં વાર લાગે છે કે પ્રભુએ આપણું રમકડું અચાનક છીનવી લઈને ખરેખર તો આપણીપર કૃપા વરસાવતા હોય છે. તેમની કૃપાની રીત તેમની કૃપાવિના સમજાતી નથી. પોતાનાને પોતા તરફ ખેંચી લેવા માટે આ પ્રભુની જ યોજના હોય છે. આશાના જીવનમાં આવી અચાનક ઘટના ઘટી અને તેણે પોતાના જીવનની સમગ્ર બાજી માને સોંપી દીધી છે. હવે તો માની સાથે રમત માંડવાની છે. મા રમાડે તેમ રમવાનું છે. માની ઈચ્છા એ જ એનો ધર્મ બની ગયો છે. જીવનનું સુકાન સંપૂર્ણપણે માને સોંપી દીધું છે. તેવા શરણાગતી ભાવની અભિવ્યક્તિ આ પદમાં તેણે વ્યક્ત કરી છે.”

પૂ. મા કહે, “સતના સથવારે આ જીવનવાટે ચાલવું જોઈશે. કોઈ બેટરી ધરનારું જોઈશે, કોઈક દોરનાર જોઈશે તો જ જીવનની સુરક્ષા થશે.

આપણે આપણી આસપાસ એક વર્તુળ દોરી દીધું છે. ઉંમર વધવાની સાથે બાળકમાંથી કિશોર અને કિશોરમાંથી યુવાન થતાં આ વર્તુળ વિસ્તૃત થતું જાય છે. લગ્નજીવન, સંતાનો, ધંધો એમ વર્તુળ વધતું જાય છે. સંસારને કેન્દ્રમાં રાખીને વર્તુળ વધારતા જ નહીંએ છીએ. હવે આપણી આસપાસ આપણે જ ફેલાવેલું વર્તુળ આપણને ભીંસમાં લેશે. સંસારના સંબંધો અને પૈસાની ગુલામી આપણા હાથપગ બાંધી લે છે જે સંસારને સર્વસ્વ માન્યો હતો, જેને આધારે આપણે આપણું વર્તુળ આટલું વિસ્તાર્યું હતું તેના જ સકંજામાં આખરે આપણે ફસાઈ પડીએ છીએ. પછી ઉગરવાનું મુશ્કેલ બની જાય છે. આપણાં જ જાળાંમાં આપણે ગૂંચવાઈ નહીંએ છીએ.”

“પ્રભુને જ આપણા કેન્દ્રમાં રાખીને તેના આધારે આપણે આપણા સંસારસાથે બંધાઈશું તો તે બંધન આપણને બંધનકારક બનશે નહીં. આપણી બધી જ બાજી હવે પ્રભુએ સંભાળવાની છે, જે કંઈ પણ થશે તે પ્રભુની ઈચ્છાથી જ થશે. ધંધો વિકસશે, ધનવાન થઈશું, સંસારમાં ઉથલપાથલ થશે તે બધું પ્રભુની ઈચ્છાથી જ થશે, આપણે માથે એનો કોઈ ભાર નથી. મમત્વના બંધનથી સંસારસાથે નહીં પણ પ્રભુસાથે જ બંધાયેલા રહીશું. એટલે સંસારના કોઈ આઘાત પ્રત્યાઘાતો આપણને લાગશે નહીં. પ્રભુનું બંધન એ આપણા માટે મુક્તિનું સાધન બની જશે. સંસાર પ્રભુએ દીધો છે એટલે આપણે સંસારના નહીં, પણ પ્રભુના છીએ. આપણે તો કેવળ પ્રભુના હાથા બનીને સંસારના ત્રણાનુબંધ ભોગવવાના છે. પ્રભુ આપણી જીવનદોર પકડી રાખશે. જેથી આપણો જીવનપતંગ સલામત અંતરે રહેશે. તે ગોથા પણ નહીં ખાય અને ક્યાંય સંબંધોની જાળમાં ફસાઈએ નહીં જાય. જીવન સ્થિર, શાંત અને સલામત બની જશે. ધંટીમાં જેમ ખીલાની આસપાસ રહેલા દાણા

સલામત રહે છે તેમ જો આપણે પ્રભુની પાસે રહીશું તો સંસારની ચક્કીમાં પીસાતા બચી શકીશું.”

પૂ. મા કહે, “પ્રભુને આપણા જીવનમાં બોલાવીએ તો પ્રભુ પણ આપણને પોતાની પાસે બોલાવશે. સંસારની આસક્તિનો રંગ લાગી ન જાય એટલે આપણા સંસારના સાક્ષી પ્રભુને રાખીએ. પ્રભુ જેમ સંસાર ચલાવે તેમ ચાલવા દેવો. એની ઈચ્છા પ્રમાણે સંસારની ઘટમાળ ચાલ્યા કરશે.”

ઊંચી નીચી ફર્યા કરે, જીવનની ઘટમાળ,  
ભરતી તેવી ઓટ છે, ઓટ પછી જુવાળ.

જીવનમાં સુખદુઃખનાં ચક્રો ચાલ્યાં કરશે. ભરતી ઓટ આવ્યા કરશે. સુખદુઃખની ભરતીઓટના ચિકાર ન થવું હોય તો પ્રભુના પ્રેમના હીંચકે બેસી જઈએ. પ્રભુના પ્રેમના હીંચકે બેસીને સંસારના ચક્રોળને નીરખ્યા કરીશું તો એ ઊંચીનીચી ઘટમાળની ભરતીઓટથી બચી શકીશું. સંસારની ચક્રોળ અને પ્રભુનો પ્રેમનો હીંચકો શું પસંદ કરવું તે આપણા હાથની વાત છે.

પૂ. મા મૌનના દિવસો યાદ કરતાં કહે, “મૌનમાં અમારી દુનિયા અલગ જ બની જાય છે. પ્રભુ સિવાય ત્યાં બીજું કોઈ હોતું નથી. અને પ્રભુ સિવાય બીજું કંઈ જોઈતું પણ નથી. ભક્તો પણ એક રોગ જ છે. બસ તમે અને અમે ! વિષયો અને ભક્તો કંઈ ના જોઈએ.

વિધવિધ વિષયો સાદ કરીને,  
શક્તિ અમારી સઘળી લૂંટેને,  
કરે નિર્ધન ને બેહાલ રે,  
તમે બોલાવી લો અમને.

વિના વિલંબે પ્રકટ થઈને,  
દર્શન દેજો દિવ્ય સ્વરૂપે,  
સર્વેશ્વરીના સુકાની આપ રે,  
તમે બોલાવી લો અમને.

અમને અમારી મસ્તીમાં જીવવા દો, આપણને ટેવ પડી છે બધાને બોલાવવાની. પ્રભુને બોલાવવાની ટેવ પાડતા જ નથી. અમે તો અમારી રમતમાં એક પ્રભુને જ સાથીદાર બનાવવા માગીએ છીએ.”

પૂ. મા કહે, “શરૂઆતમાં પ્રભુને બોલાવો ને પ્રભુ ના આવે તો નિરાશ થશો નહીં. પ્રાર્થનાનો આધાર લેજો. ખરા દિલની પ્રાર્થના પ્રભુ સાંભળ્યા વગર રહી શકતા નથી. અમારી બધી જ પ્રાર્થના પ્રભુએ સાંભળી છે. મૂર્તિ કે તસ્વીરમાં રહેલા પ્રભુના સ્વરૂપને જીવંત માનજો. પૂ. શ્રીને અમે પ્રત્યક્ષ પ્રકટ પ્રભુ માનીને દક્ષિણ-ભારતની યાત્રામાં પ્રાર્થના કરી હતી અને મારી બધી જ પ્રાર્થના પ્રભુએ સાંભળી હતી. આણંદીમાં જ્ઞાનેશ્વર મહારાજના મંદિરના એક ખૂણામાં એવા સંકલ્પ સાથે બેસી ગયાં કે પ્રભુ અમારી પાસે સામેથી પધારી પોતાનો વરદહસ્ત અમારા મસ્તકે મૂકે. અમે અંતરના અંતરતમથી ખરા દિલપૂર્વક પ્રાર્થના કરવા લાગ્યાં. ચાલુ પ્રાર્થનાએ અમારી આંખો હજુ તો બંધ હતી ત્યાં અચાનક અમારા મસ્તકે વરદહસ્તનો સુંવાળો સ્પર્શ અનુભવ્યો. અમે આંખો ખોલી તો મરક મરક હસતા પ્રભુ કહે, “પ્રાર્થના સાંભળાઈ છે હોં.” મહાબળેશ્વરમાં પણ પ્રભુએ અમારી પ્રાર્થના આબેહૂબ સાંભળી, પ્રભુ સાથે અમે એક ભગવાન શંકરના મંદિરે દર્શન કરવા ગયાં. ગુલાબનું એક પુષ્પ લઈ પ્રભુને મનોમન પ્રાર્થના કરી કે પ્રભુ!

આ પુષ્પ આવીને સ્વીકારી જાજો. થોડીવારે પ્રભુ ધીમેથી પાસે આવ્યા અને બોલ્યા, “લાવો પુષ્પ, પૂજારીની પૂજા પહોંચી ગઈ છે.”

પૂ. મા કહે, “પ્રાર્થનાની પાછળ પવિત્ર જીવનનું પીઠબળ જોઈશે. અંતરની સાચી લગન જોઈશે. જ્યારે પ્રભુ અને આપણી વચ્ચે કોઈ કાષ્ટાચોનું આવરણ નહીં રહે તો પ્રભુને આવ્યાવિના છૂટકો જ નથી.”

“આજે જ્યારે શ્રી નારાયણભાઈ ગંગાજીમાં સ્નાન કરતા હતા ત્યારે સહજ પ્રાર્થના થઈ કે પ્રભુ! શ્રી નારાયણભાઈના મનમાંથી હવે સંસારના સૂક્ષ્મભાવો પણ કાઢી નાંખજો. તેઓ સંયમી બને, વૈરાગ્યવાન મન કેળવે, પ્રભુનો પવિત્રપ્રેમ અંતરમાં જાગે તેવી શુભેચ્છાઓ વહાવી.

પૂ. માએ આજના સત્સંગમાં ગંગાજી તેમ જ દેવપ્રયાગના શાંતાશ્રમના તીર્થનું મહત્ત્વ સુંદર રીતે સમજાવ્યું. તીર્થયાત્રા કેવા ભાવથી કરવી જોઈએ અને તીર્થમાં કેવી રીતે વસવું જોઈએ તે વાત પણ સમજાવી.

દરરોજ એક નાનું એવું સત્કાર્ય કરવાની ટેવથી જીવનમાં કેવું આમુલ પરિવર્તન આવે છે, અને સત્કાર્યથી દિવસના અંતે કેવી હાથ અનુભવાય છે અને પવિત્ર જીવનનો એહસાસ જીવનમાં કેવો શાંતિનો સૂર્યોદય કરે છે તે સમજાવ્યું.

શ્રી બાબુભાઈના જીવનપરથી આપણે કૃપાનું મહત્ત્વ સમજ્યા. પ્રભુના શ્રીચરણે જીવન સમર્પિત થાય એટલે તેમની કૃપા અદૃશ્ય રીતે જીવનમાં કામ કર્યા જ કરે છે.

છેલ્લે પૂ. માએ પ્રાર્થનાનું મહત્ત્વ અને પ્રાર્થનાની રીત સમજાવી. પવિત્ર અંતઃકરણમાંથી ઊઠેલી પ્રાર્થનાઓ પ્રભુ અવશ્ય

સાંભળે છે તેના પૂ. માના જીવનના પ્રાર્થના પ્રસંગો પણ આપણા માટે પ્રેરણારૂપ બની રહ્યા.

આ બધી જ સત્સંગની વાતો માટે પૂ. માને કોઈ શાસ્ત્રોના ગ્રંથ ઉથલાવવા પડતા નથી. પૂ. માનો પરમપ્રેમ, પરમતપ, પરમ-ત્યાગ, અપૂર્વ શરણાગતીભાવ, અપાર તમન્ના, અનહદ ભગવદ્-ભાવ, અડોલ નિશ્ચયબળ, અખૂટ આત્મવિશ્વાસ, અપરીમેય શ્રદ્ધા, અને પ્રબળ પુરુષાર્થ જીવંતશાસ્ત્રરૂપ બની ગયાં છે. એમાંથી જગતના સૌ કોઈ જિજ્ઞાસુઓ માટે અખંડ પ્રેરણાસ્ત્રોતો સ્વયં વહ્યા કરે છે. જેને ગળે વાત ઉતરી ગઈ છે તેઓ રસપાનમાં લાગી ગયાં છે. એ પાવન માતૃદર્શનમાં જ શાસ્ત્રો સમાયાં છે.

મંગલમૂર્તિ જેઈ મુજને થાય ખાતરી એમ,  
મળવા જેવું મળી ગયું છે, હતી જેહની નેમ.

યાદ રાખજો, ચિતાનો અગ્નિ ઓલવાઈ જાય,  
પણ ચિતાનો અગ્નિ ઓલવાતો નથી.

— યોગેશ્વરજી

દીપક સી. મહેતા

કૃષ્ણા ફિલ્મ્સ એન્ડ સ્ટુડીઓ

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

### \* પ્રભુ પર છોડી દે \*

પ્રભુ પર છોડી દે, જીવન પ્રભુ પર છોડી દે,  
પ્રવાહ તારા મનનો કેવળ પ્રભુયું જોડી દે. જીવન૦

ચિંતા કરે નકામી શાને,  
વાત ધરી લે મારી ધ્યાને;

તારું ધાર્યું થાય ન કેયે, વિષાદ છોડી દે. જીવન૦

નાંખ નિસાસા રડ ના ભાઈ,  
હજીયે નથી ભગડયું કાંઈ;

પ્રભુના પરમ પ્રદેશ તરફ, હંકારી છોડી દે. જીવન૦

સુખદુઃખનો સાચો સંગાથી,  
એ છે જગમાં એક જ ભાથી;

સંબંધ કરી બંધન તન ને મનનાં તોડી દે. જીવન૦

જે કરશે તે ઉત્તમ કરશે,  
મંગલમય રૂપ વળી ધરશે;

પ્રભુને પ્રેમ કરીને જૂનું દળદર ફેડી લે. જીવન૦

— યોગેશ્વર

નોંધી લો

શ્રી મધુભાઈ ભટ્ટ, મુંબઈના ટેલિફોન નંબરો  
નીચે પ્રમાણે બદલાયા છે.

૮૬૭૩૯૪૫ અને ૮૬૭૫૪૪૪

## \* રામ રાખે તેમ રહીએ \*

(ગાન)

રામ રાખે તેમ રહીએ, જીવન સાર્થક કરીએ.  
વનમાં સીતા રામ ગયા જો, પિતૃઆજ્ઞાને માની,  
સુખસવલત મહેલોને ત્યાગી, વનમાં આનંદ માણી-  
એવું માનસ ધરીએ, રામ રાખે તેમ રહીએ.

ધ્રુવ, પ્રહલાદે દુઃખ ધારીને, ઈશ ભક્તિ ના છોડી,  
નળદમયંતી હરિશ્ચંદ્રે નૃપે જો, સદ્વૃત્તિ ન છોડી-  
એ વૃત્તિ કેળવીએ, રામ રાખે તેમ રહીએ.

તપી દુઃખે પાંડવ વીરોએ, ઉજ્જવળ થઈ સોના સમ,  
સત્ય ત્યાગ ભક્તિને ધારી, સુખ છોડયું તરણા સમ,  
એ ભક્તિ ઉર ધરીએ, રામ રાખે તેમ રહીએ.

તુકારામ ને નરસિંહ મીરાં, જ્ઞાનેશ્વર ને એકનાથ શા,  
કંઈ કંઈ જીવનવીરે જગમાં, સફળ કેડી છે કોરી-  
એહ પંથે વિહરીએ, રામ રાખે તેમ રહીએ.

યોગેશ્વરે સદ્ગુણ પોષી, જીવન સુંદર કીધું,  
જીવનના અનેક કષ્ટ સહીને, જીવન અમૃત જળ પીધું-  
એવી સિદ્ધિને વરીએ, રામ રાખે તેમ રહીએ.  
જીવન સાર્થક કરીએ, રામ રાખે તેમ રહીએ.

ડો. ધર્મેન્દ્ર મ. ધાસ્તર (મધુરમ)

સ્વામી ભૂતેશાનંદ

## શ્રીરામકૃષ્ણદેવના સાન્નિધ્યમાં

વથસ્વીભાઈ ય. મહેતા

રાખાલ મહારાજના નાનાજી આવ્યા છે. તે પ્રશ્ન કરે છે :  
“મહારાજ, શું ગૃહસ્થાશ્રમમાં ઈશ્વરની પ્રાપ્તિ થઈ શકે?” આ  
પ્રશ્ન ચિરંતન છે. સર્વદા, સર્વકાળ અનેક લોકોના મનમાં આ પ્રશ્ન  
ઊઠે છે ને ગુરુજનોને પૂછવામાં આવે છે. શ્રીરામકૃષ્ણ હસીને  
કહે છે, ‘શા માટે ન થઈ શકે? કાદવમાં માછલી રહે છે તેમ  
રહેતાં શિખો. સંસારમાં રહો પણ નિર્લેપ બનીને. જેથી સંસારની  
મલિનતા તમને લિપ્ત ન કરે. પહેલું દૃષ્ટાંત પાંકાવ માછલીનું છે.  
સંસારી સમજે એવું દૃષ્ટાંત આપતાં કહે છે, “અસતી સ્ત્રીની જેમ  
રહો, જે ઘરનું બધું કામ કરે, પતિની સેવા ય કરે, પરંતુ તેનું મન  
સદા પોતાના ઉપપતિમાં રહે.

ઠાકુર કહેવા માગે છે કે જેની પ્રત્યે મનુષ્યનું પ્રબળ આકર્ષણ  
હોય તેનું મન વિભિન્ન પરિસ્થિતિઓ વચ્ચે તે વસ્તુ ઉપર જ  
જાય છે. ઠાકુર સૌ કોઈ સમજી શકે તે રીતે સ્પષ્ટતા કરે છે. અહીં  
સંસાર મુખ્ય પતિની જગ્યાએ હોવા છતાં ઉપપતિ ઈશ્વરનું જ  
ચિંતન કર્યું કરે છે. ઈશ્વરમાં મન રાખ્યા કરીને ગૃહસ્થીનાં બધાં  
કામકાજ-કર્તવ્યપાલન કરતા રહેવા ઠાકુર નિર્દેશ કરે છે. સંસાર-  
માં પોતાને ભાગે જે કર્તવ્યો કરવાની જવાબદારી છે તેને આ  
માટે છોડી દેવાની જરૂર નથી. બીજું વધુ સાદું દૃષ્ટાંત આપે છે.  
દાઢનો દુઃખાવો હોય ત્યારે માણસ બધાં કામ કરે ખરો, પણ મન

દાઢના દુઃખાવામાં જ લાગ્યું રહે. મન આ રીતે ઈશ્વરના નામ-જપમાં, સ્મરણ-મનનમાં, અનંત રૂપમાં કે ઈશના અનંત ગુણો-માં લાગ્યું રહે તેવો અભ્યાસ, સાધના કરના રહેવાં જોઈએ. આમ સંસારમાં રહેવા છતાં ક્રમશઃ ઈશ્વરપ્રાપ્તિ, ઈશ્વરપ્રેમ, ઈશ્વરદર્શન થઈ શકે. કામીનું કામ-પાત્રમાં, લોભીનું ધન-પ્રાપ્તિ માટે આકુળ-વ્યાકુળ રહ્યા કરે તેવી વ્યાકુળતા ઈશ્વર-વિરહ માટે થવી જોઈએ.

એક બીજું દૃષ્ટાંત, રૂપક કથા કહે છે : એક મહાત્મા રાજાની પાસે આવ્યા. રાજા ભોગી છે વિલાસ પ્રિય છે, તેની વચ્ચે રહે છે. મહાત્માનું આગમન તેમાં ખલેલરૂપ એટલે રાજાને ગમ્યું નહીં. રાજાએ પૂછ્યું કે સંસારમાં પ્રાપ્ત એવા અપાર વિલાસ-વૈભવની વચ્ચે તમે ઈશ્વરમાં મન કેવી રીતે જોડી શકો છો? મહાત્મા બોલ્યા : તેનો જવાબ પછી આપીશ. અત્યારે એક ભાવિ રહસ્ય કહું છું. એક વર્ષ પછી તારું મૃત્યુ અવશ્યભાવિ છે. રાજાએ મહાત્માજીના શબ્દોમાં સત્યનો અદ્ભુત રણકાર સાંભળ્યો. હવે મૃત્યુની ચિંતામાં ને ચિંતામાં એક વાર અતિપ્રિય એવા ભોગ-વિલાસમાં રૂચિ રહી નહીં, આમ ને આમ એક વર્ષ વીતી ગયું. ત્યારે તે મહાત્માએ પૂછ્યું, 'રાજા, તારા મનના કામ-ક્રોધ વગેરે વિકારોની શું સ્થિતિ છે? રાજાએ કહ્યું, 'અરે, એક જાણ પણ તેનો વિચાર મનમાં આવી શકતો નથી. સદા મૃત્યુનો ડર મન સન્મુખ રહ્યા કરે છે. મહાત્માએ કહ્યું, 'રાજા, મારા મનના પણ એવા જ હાલ છે. તને મૃત્યુ-ભયે ગ્રસી લીધો છે તેમ મને ઈશ્વર-પ્રેમે ગ્રસી લીધો છે. તે સિવાય મને બીજું કંઈ સૂઝતું નથી. એક પ્રકારનું ચિંતન મન પર સવાર થઈ જાય તો બીજો કોઈ વિચાર કરવાનો સમય જ રહેતો નથી. શરીરમાં કોઈ રોગની પીડા હોય તો ય મન ત્યાં જ લાગેલું રહે છે. ઠાકુર હવે કહે છે : ઉપદેશ આપવો, સાંભળવો સહેલ છે, પરંતુ તેનું પાલન અતિ કઠણ છે.

બ્રાહ્મસમાજીઓને મેં કહેલું કે જે ઓરડામાં સંનિપાતના રોગીને રાખ્યો હોય ત્યાં જો આંબલીનું અથાણું ને પાણીનું માટલું રાખ્યું હોય તો બિમારી દૂર શી રીતે થાય? એટલા માટે મન-શરીરને પ્રલોભન કરે તેવા પ્રાણિપદાર્થથી સદા છેટા રહેવું હિતાવહ છે. નહિતર તે મનને આકર્ષાવિના રહે નહીં ને તેને અવિકારી સ્થિતિમાંથી વિકારના પૂરમાં તાણી જ જાય.

### એકાંતવાસની અનિવાર્યતા

સંસારમાં પાર વિનાની કઠણાઈ છે. જ્યાં જ્યાં જાયો ત્યાં ત્યાં કોઈને કોઈ બલા, બાધા કે પ્રપંચ સંસારી સામે ખડો થઈ જાય છે. માણસ પાસે તેનાથી ભાગીને બચવાનો કોઈ રસ્તો હોતો નથી. જે રસ્તો જે દિશામાં જાય ત્યાં વિઘ્નો ઊભાં જ છે! પ્રતિકૂળતા જ પ્રતિકૂળતા ઉપસ્થિત થઈ જાય છે. ઠાકુર આ રીતે થતી માણસની અસહાય અવસ્થામાં નિરાશ ન થવા કહે છે, આવી પરિસ્થિતિમાંથી ઉગરવાનો ઉપાય બતાવતાં ઠાકુર કહે છે : સંસારીજનો માટે વચમાં વચમાં એકાંતવાસ મોટો ઉપાય છે. સંસારીએ વચ્ચે વચ્ચે નિર્જન સ્થળે, ઘરના પારિવારિક આબો-હવાથી મુક્ત એવા વાતાવરણમાં પહોંચી જવું જોઈએ, ત્યાં ઈશ્વર-ચિંતનમાં મનને પરોવી દેવા જપ, સ્મરણ, મનન, ચિંતન, ધ્યાન કરવાનો અભ્યાસ પૂરેપૂરું મન લગાડીને કરવો જોઈએ. આવો એકાંતવાસ સંસારીને સદા પથ નથી, એટલે કહે છે : ક્યારેક ક્યારેક વચ્ચે વચ્ચે અવકાશ મેળવી થોડો સમય પણ નિર્જન સ્થળે એકાંતવાસ કરવો જ જોઈએ. આ ન બની શકે તો મન સંસારમાં ક્યારે કુપથગામી બની જાય. નાનું કે મોટું કોઈ નિમિત્ત મળતાં મન ચ્યુત, પતિત થઈ જાય તે કહી શકાય નહીં. કેટલા દિવસ રહેવું? તો ઠાકુર કહે છે : વધુ દિવસ રહી શકાય તો

ઘણું સારું. ન બને તો એક જ દિવસ નિર્જનવાસ સાધકજનોને આગળ વધવામાં બહુ મદદરૂપ થાય છે, તો જ મન સાથે સંગ્રામ કરવાની, મનને સમજવાની તક મળે છે. મન કેટલું પ્રબળ છે ને કેવી રીતે માણસને માયા-કામ-કાંચન-માં ખેંચી જાય છે તેનો ખ્યાલ આવે છે. મનને જીતવા માટે મનુષ્યને લાંબો સમય વચ્ચે વચ્ચે નિર્જનવાસમાં ઈશ્વરચિંતનનો અભ્યાસ કરવો જ જોઈએ.

ઠાકુર વધુ સ્પષ્ટતા કરવા કિલ્લાનો દાખલો આપે છે. કિલ્લામાં પ્રવેશ કર્યા બાદ લાંબે સુધી ચાલ્યા પછી ખ્યાલ આવે છે કે કેટલું બધું નીચે પહોંચી જવાયું છે! ઉપર નજર કરે ત્યારે જ ખ્યાલ આવે છે કે પતન કેટલું બધું થયું છે! આ ઉપર નજર કરવાનું કામ જ માણસે નિર્જનવાસ કે એકાંતવાસમાં કરવાનું છે. સોની ઘરેણું બનાવવા ઢાળામાં ગાળવા સોનાને પ્રવાહી કરવા આગમાં રાખે ત્યારે કોઈ તેને વચ્ચે વચ્ચે બોલાવ્યા કરે તો આભૂષણ તૈયાર કેવી રીતે થાય? નિર્જનવાસ કરવાથી હૃદયના ઢાળામાં ઈશ્વરરૂપી આભૂષણ તૈયાર થઈ શકે. ઘરમાં, કુટુંબમાં, સમાજમાં રહેવાથી તો મન વિક્ષિપ્ત જ રહ્યા કરે. એકાગ્ર થવાની અનુકૂળતા માટે જરૂરી નિર્જનતા ત્યાં મળે નહીં. ડગલે પગલે મનને વ્યગ્ર કરે, ચલિત કરે, ચ્યૂત કરે તેવી પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિઓ-પ્રગતિ-અવરોધક ચઢાવ-ઉતાર આવ્યા જ કરવાના છે.

મન ક્યાં છે? તેનું નિરીક્ષણ, પરીક્ષણ કરતા રહેવું જોઈએ. લાગે કે ખૂબ જપ-ધ્યાન થઈ રહ્યાં છે પરંતુ વચ્ચે વચ્ચે મનને તપાસ્યા કરવાની જાગૃતિ નથી. આ જોખમ દરેક સાધકે પ્રયત્ન-પૂર્વક ટાળવું જોઈએ. બરાબર મનનું નિરીક્ષણ કરતાં ખ્યાલ આવે કે કલાકોસુધી જપ કર્યાં, પણ મન તો સંસારના વિષય-પદાર્થો કે વ્યક્તિઓના રાગદ્વેષના ચક્કરે ચડી ગયું હતું!

કેટલીક વાર થોડું જપ-ધ્યાન કરવાથી ય મનુષ્યના મનમાં અહંકાર આવી જાય છે કે મેં ખૂબ જપ-ધ્યાન કર્યાં! પરંતુ એકાગ્ર મનથી કેટલા જપ થઈ શક્યા? ચોખા ચૂલા ઉપર ચડાવ્યા પછી વચ્ચે વચ્ચે જોયા કરવું પડે કે ભાત કેટલા ચડયા છે! તેને જરૂરી તાપ મળી રહ્યો છે ખરો?

### તીવ્ર વૈરાગ્ય

એક ભક્ત મનમાં વિચારે છે કે ઠાકુર કહે છે તે બધું સાચું પણ દરેક સંસારી મહામાયાની, કર્તવ્યોની ભૂલભૂલામણીની જાળમાં એવો ફસાયેલો છે કે તેને પ્રશ્ન થાય કે આનો કોઈ ઉપાય ખરો? તે ઠાકુરને પૂછી જ નાંખે છે! ઠાકુર કહે છે, 'ઉપાય છે, કેમ નહિ? જો તીવ્ર વૈરાગ્ય જાગે તો ઘડીકમાં કામ થઈ જાય!' ઠાકુર વધુમાં કહે છે, 'જેને મિથ્યા અનુભવો છે, સમજી જાઓ છે તેનો હઠપૂર્વક ત્યાગ તત્કાલ કરો જ કરો!'

માણસ ઘર છોડીને કાશી ચાલ્યો જાય તેથી મનમાં વૈરાગ્ય ઓછો જ આવે! ત્યાં ગયા પછી મન પાછું ઘરમાં, કુટુંબમાં પહોંચી તેમની ચિંતા કરવા લાગે છે, ને રોજ કાગળ લખી પૂછાવે છે, 'તમારી સૌની વિશેષ ચિંતા રહ્યા કરે છે, વળતી ટપાલે સૌના ખુશીખબર લખજો એટલે ચિંતાની નિવૃત્તિ થાય! આ રીતે ઠાકુર બધા સામાન્ય જનોની મનની અવસ્થાનું વર્ણન કરે છે.

મનમાં તીવ્ર વ્યાકુળતા ને વૈરાગ્ય જાગે તો મનુષ્યનું મન નવી તાજગી સ્ફૂર્તિ ઉત્સાહ અનુભવે! માત્ર તીર્થયાત્રા કરવાથી. સુરથ રાજા ને વૈશ્ય સમાધિ બન્નેને દેશનિકાલ ને ઘરનિકાલ કર્યા પછી પણ બંનેને તેમના રાજ્ય-ઘરબારની ચિંતા રહ્યા કરે છે! આ કેવી વિડંબના છે. જે સંતાનો મા-બાપને ત્રાસ આપે,

ધરબહાર હાંકી કાઢે છે તેમની ચિંતા જ મા-બાપ વધુમાં વધુ કર્યા કરે છે! જે સંસાર મનુષ્યને ચિંતાથી અધમૂવા કરી નાંખે છે, મનુષ્ય તેની વિષે જ સતત ચિંતા, વિચાર કર્યા કરે છે! એટલે જ સંસારી, કૌટુંબિક જંજળના માલોલમાંથી છૂટીને વચ્ચે વચ્ચે નિર્જનમાં એકાંતવાસ કરી ઈશ્વરની આરાધના વિવિધ રીતે કર્યા કરવી જોઈએ.

વડીલોને ભય છે કે તેમના જુવાન છોરાઓ ઠાકુર પાસે આવ-જા કરીને સંસાર માટે યોગ્ય, લાયક નહીં રહે, તેમને આશ્વસ્ત કરતાં ઠાકુર કહે છે : અહીં થોડા દિવસ રહ્યા પછી ભક્તિભાવ થયા પછી, ઈશ્વરપ્રેમ થયા પછી સંસારમાં રહી પોતાનાં કર્તવ્યો કરવામાં કોઈ દોષ નહિ. સંસાર તો આગની ભઠ્ઠી જેવો. માણસો તેમાં બળી-જળી જાય. પરંતુ ભક્તોને માટે સંસાર આનંદની કુટીર. સંસારાગ્નિ તેને સંતાપી શકે નહિ.

(ક્રમશઃ)

શ્રી યોગેશ્વર કૃપા

**સંદીપ વેલ્ડીંગ વર્ક્સ**

ગ્રીલ, દરવાજા, તેમજ મેઈન ગેટના સ્પેશ્યાલીસ્ટ

તેમજ

દરેક જાતનું રીપેરીંગ કામ કરનાર.

મોદી બંગલા, ઉમરા જકાત નાકા પાસે, સુરત-૩૮૫ ૦૦૭

ફોન : ૨૨૮૨૩૧

**સતી અનસૂયા**

શારદાબેન ભક્ત

ભારતવર્ષની સતી-સાધ્વી સ્ત્રીઓમાં અનસૂયાજીનું સ્થાન બહુ ઊંચું છે. એમનો જન્મ ખૂબ ઊંચા કુળમાં થયો હતો. સ્વયંભૂ મનુ મહારાજની પુત્રી દેવહૂતિ એમની માતા અને બ્રહ્મર્ષિ કર્દમ એમના પિતા હતા. ભગવાન વિષ્ણુના અવતાર સિદ્ધેશ્વર કપિલ-મુનિ એમના નાના ભાઈ હતા. અનસૂયાજીમાં પોતાના વંશને અનુરૂપ જ સત્ય, ધર્મ, શીલ, સદાચાર, વિનય, લજ્જા, ક્ષમા, સહિષ્ણુતા તથા તપસ્યા વગેરે સદ્ગુણોનો સ્વાભાવિકરૂપે વિકાસ થયો હતો. બ્રહ્માજીના માનસપુત્ર પરમ તપસ્વી મહર્ષિ અત્રિના દેહયને જીતી લીધું હતું. પતિવ્રતા તો હતાં જ, પણ તપસ્યામાં પણ ખૂબ ચઢિયાતાં હતાં. પરંતુ પતિની સેવાને જ સ્ત્રીની પરમ કલ્યાણકારી સાધના છે એવું તેઓ માનતાં હતાં.

ભગવાન પોતાના ભક્તોનો યશ બહુ ઊંચે ચઢાવવા માગતા હોય છે, ત્યારે તેઓ ખૂબ વિધ વિધ પ્રકારના સ્વાંગ રચે છે. અદ્ભુત ક્રીડાઓ કરે છે. કે જેનું સ્મરણ કરવાથી સાધારણ મનુષ્ય ચક્રિત થઈ જાય છે. ભગવાન આવી ક્રીડા શું કામ કરે? સાધારણ અજ્ઞાની માણસો ભગવાનની અચિન્ત્ય લીલાઓને પોતપોતાની તર્કશક્તિની તુલના પર તોલે અને વધુ શ્રદ્ધાભક્તિ દૃઢ કરે છે. એવી એમની લીલાઓનાં એકાદ બે દૃષ્ટાંત આપણે અહીં જોઈએ.

એક સમયે દેશમાં એવો ભારે દુકાળ પડ્યો કે અનાજનો એક દાણો પણ મળવો મુશ્કેલ થઈ પડ્યો. ખેતીવાડી સૂકાઈ ગઈ.

વૃક્ષોનાં ફળફૂલો પાંદડાં બધું જ સૂકાઈ ગયું. માણસો-પશુઓ પણ ભૂખે મરવા લાગ્યા. એ સમયે અત્રિઋષિ એકાંતવાસ કરી યોગ-સાધનામાં લાંબો સમયસુધી બેસી રહેતા. જ્યારે તેઓ જાગ્રત થતા ત્યારે અનસૂયાજી તેમની ભૂખ-તરસને ગમે તે પ્રકારે શાંત કરતાં. વર્ષો, શરદ અને એમ ગ્રીષ્મ ઋતુ પણ વીતી ગઈ. અનસૂયા માતા ઘણા દિવસો સુધી ભૂખ્યાં જ રહેતાં. પરંતુ એમનું સદા એ જ ધ્યાન રહેતું કે અત્રિ ભગવાન જાગી ઊઠે અને એમને કોઈ આવશ્યક વસ્તુ ન મળવાથી અગવડ વેઠવી પડે એવું ન બનવું જોઈએ. દેશમાં તો દુકાળ છે. તેની મુનિને જાણ ન હતી. કેમ કે સમાધિમાંથી ઊઠતાં વાર જ અનસૂયાજી બે હાથ જોડીને ઊભાં રહેતાં અને પૂછતાં કે, “આપને શું જોઈએ છે? પછી તુરત જ પાણી કે કંદમૂળ ક્યાંક ને ક્યાંકથી હાજર કરી દેતાં.

પરંતુ એવું કેટલા દિવસ નભે? પાસેના બધાં ઝરણાં સૂકાઈ ગયાં. કમંડલ લઈને દૂર દૂરથી પાણી ભરી લાવતા આશ્રમવાસી બીજા મુનિઓ તો દુષ્કાળના કપરા દુઃખથી આશ્રમ છોડી ચાલ્યા ગયા હતા.

દૈવવશાત્ જે સરોવરમાંથી એ પાણી લાવ્યા કરતાં તે પણ સૂકાઈ ગયું. આથી હવે પાણી ક્યાંથી લાવીશ? અત્રિઋષિ સમાધિ-માંથી જાગ્યા અને ઊઠતાવાર જ પાણી માંગ્યું. પણ પાણી ક્યાંથી લાવે? આશ્રમની આસપાસના આઠદસ માઈલસુધી તો પાણીનું નામનિશાન નહોતું. થાકીને દૂર ચાલતા ચાલતા એક વૃક્ષ નીચે બેસીને રોવા લાગ્યાં. હે પ્રભુ! મારા પર દયા કરો. સ્વામીએ પાણી માંગ્યું અને હું એ આજ્ઞાપાલન માટે અસમર્થ છું. શું કરું? અન્ન તો સ્વપ્નમાં પણ નથી મળતું. પણ પાણી માટે શું કરું? મારી પાસે કંઈ જ નથી. આમ વિલાપ કરતાં હતાં.

એવામાં એક તપસ્વિની ત્યાંથી નીકળ્યાં. તપસ્વિનીએ પૂછ્યું કે બહેન તને શેનું દુઃખ છે? અનસૂયાએ આખી હકીકત કહી સંભળાવી. તપસ્વિનીએ કહ્યું કે બહેન ચિંતા ન કર અને આશ્વાસન આપ્યું કે હું ગમે ત્યાંથી તારે માટે જળની ગોઠવણ કરીશ.

હાથમાં લાકડી લઈને ડોશી (તપસ્વિની) તો ચાલ્યાં. થોડે દૂર જતાં હાથમાંથી લાકડી હાલવા લાગી. હસતાં હસતાં તપસ્વિની બોલ્યાં કે, “લ્યો બહેન! પાણી મળી ગયું.” અનસૂયાજી આશ્ચર્ય સાથે તપસ્વિનીની આજ્ઞાથી જ્યાં પાણીનું એક ટીપુંય દેખાતું નથી એવી જગ્યાએ ખોદવા માંડ્યાં. બેચાર હાથ ઊંડું ખોદ્યું ત્યાં તો પાણી જ પાણી નીકળી પડ્યું. ઈશ્વરની લીલા વિચિત્ર છે. પાણીની ધારાથી અનસૂયાના આનંદનો પાર રહ્યો નહીં. તપસ્વિનીના ચરણોમાં દંડવત્ પ્રણામ કરી અનસૂયાજી કમંડલ ભરીને પાણીને પોતાના પતિ પાસે લઈ ગયાં. એ જળ તો એટલું સ્વચ્છ, નિર્મળ અને સ્વાદિષ્ટ હતું કે અત્રિમુનિની તરસ એકદમ તૃપ્ત થઈ ગઈ. એમને આશ્ચર્ય લાગ્યું કે આવું મીઠું પાણી આ વનમાં ક્યાંથી આવ્યું? અને અનસૂયાજીને પાણી લાવતાં આટલી બધી વાર થઈ તેનું કારણ પૂછ્યું. અનસૂયાજીએ બધી જ હકીકત વિસ્તારથી કહી. આશ્ચર્યચકિત થઈ અત્રિઋષિ તપસ્વિનીની શોધમાં બહાર નીકળ્યા. તપસ્વિની તો પાણીની ધાર આગળ જ બેઠાં હતાં. ત્યાં જઈ પ્રણામ કરી પોતાના આશ્રમમાં પધારવાની વિનંતી કરી.

તપસ્વિનીએ કહ્યું કે આજે વર્ષો થયાં દુકાળ પડ્યો છે. બધાં જળાશયો સૂકાઈ ગયાં છે. જાનવરોને માટે ઘાસ પણ મળતું નથી. અનસૂયા જેવી સતી ધાર્મિક અને પતિભક્ત સ્ત્રી ઘણું ભાગ્ય હોય તેને મળે છે.

એ ઝરણામાંથી જે નદી નીકળી તે નદીનું નામ અત્રિમુનિની પત્નીના નામપરથી અત્રિગંગા પડ્યું. લેખો ઉપરથી એમ જણાય છે કે પ્રાચીન સમયમાં ઋષિના નામથી ત્યાં એક શિવાલયમાં અત્રેશ્વર મહાદેવની મૂર્તિની સ્થાપના કરવામાં આવી હતી. એમ કહેવાય છે કે અનસૂયાની પતિભક્તિથી પ્રસન્ન થઈને સાક્ષાત ગંગાજીએ તપસ્વિની વેશે એમને દર્શન દીધાં હતાં.

અનસૂયાને દત્તાત્રેય, દુર્વાસા અને ચંદ્ર ત્રણ પુત્રો હતા. ત્રણે ખુબ વિદ્વાન, પુરુષાર્થી, ધર્માત્મા, જિતેન્દ્રિય અને ઈશ્વરભક્ત હતા. દત્તાત્રેય સૌથી વધારે બુદ્ધિમાન, જ્ઞાની, જાતિકુશળ, દુરંદેશી અને ઈશ્વરના ઉપાસક હતા. વિદ્યાભ્યાસ પૂરો કર્યા પછી એક દિવસ માતાને પૂછ્યું, માતા! હું કોને ગુરુ બનાવું? અનસૂયા પોતે ઘણી બુદ્ધિમાન હતી. તેણે કહ્યું કે, “બેટા! આખું બ્રહ્માંડ ઈશ્વરની રચનાથી સુશોભિત છે. મનુષ્યના હૃદયમાં જ્ઞાનની પિપાસા હોય તો એ પાથિવ પદાર્થોમાંથી સારી પેઠે શિક્ષણ લઈ શકે છે.” દત્તાત્રેય એ જ સમયે માતાના ચરણમાં નમસ્કાર કરીને બહાર નીકળ્યા અને કુદરતના તત્ત્વોમાંથી ઈશ્વરસંબંધી જ્ઞાન મેળવવા લાગ્યા એ રીતે તત્ત્વજ્ઞાન અને આત્મજ્ઞાન મેળવ્યું. એમણે એ રીતે ૨૪ ગુરુ કર્યા હતા.

(ક્રમશઃ)

## પૂલ્યો ખજાનો પરમાત્માનો-૮

ડો. બી. જે. જાગણી

[પરમાત્માની લીલા અપરંપાર છે, સ્થૂળ જગત અને સૂક્ષ્મ જગતનાં રહસ્યો માનવ પામવા મથામણ કરે છે. સ્થૂળ જગતનાં રહસ્યો સ્થૂળ આંખે ને સ્થૂળ શરીરે જોઈ શકાય છે, પણ સૂક્ષ્મ જગતનાં રહસ્યો સ્થૂળ શરીરે જોઈ શકાતાં નથી. એ માટે સૂક્ષ્મ જગતના અનુભવીઓ દ્વારા રજૂ કરવામાં આવેલી હકીકતો જ્યારે જાણવામાં આવે છે ત્યારે ખ્યાલ આવે છે કે પરમાત્માનો ખજાનો ઘણો રહસ્યમય અને વૈવિધ્યપૂર્ણ છે. સને ૧૯૩૧ ના એપ્રિલથી જુલાઈ માસ દરમ્યાન સ્વર્ગસ્થ શ્રીમતી દુર્ગા મથરાણીએ પોતાના પતિના માધ્યમદ્વારા જે સંદેશાઓ લખેલ તેમાંથી ચૂંટી કાઢીને સૂક્ષ્મ જગતની હકીકતો અહીં રજૂ કરીએ છીએ.]

### પાંચમાં સ્વર્ગનું વર્ણન

શક્તિ અને પ્રકાશનું અવતરણ : આ સ્વર્ગમાં એક સ્થાન એવું છે જ્યાં ભગવાનના ઝગારા મારતું તેજ અને શક્તિને ઝીલવામાં આવે છે. અને તે પછી તેમને ચોથા સ્વર્ગમાં રવાના કરવામાં આવે છે ને વિવિધ પ્રાકૃતિક દૃશ્યોના આયોજન માટે આ સ્વર્ગમાં પણ ફેલાવવામાં આવે છે.

આ સ્વર્ગમાં વિવિધ પ્રાકૃતિક સુંદર દૃશ્યોની રચના, દેવ-દૂતોનો પ્રભુ પ્રત્યેનો પ્રેમ વધારવા માટે છે. આવાં દૃશ્યોની રચના એ ઘણાં બધા દેવદૂતોના સમૂહોનું સહયોગ કામ છે. દેવદૂતોનો એક સમૂહ જે રચના કરવાનું અને રંગ પૂરવાનું કામ કરે તો

બીજો સમૂહ તેમાં ચળકાટ કે પ્રકાશ પૂરવાનું કામ કરે છે. દાખલા તરીકે, જો દેવદૂતના એક સમૂહે મનોરમ રંગોવાળાં સુંદર ફૂલોની રચના કરી, તો બીજો સમૂહ તેની પાંદડીઓમાં એવો પ્રકાશ પૂરે કે તે ફૂલો હીરા ને માણેકની જેમ ઝગમગી ઊઠે.

આજ રીતે, પાંદડાંઓની રચના થાય છે. એક વિશાળ ખંડમાં ઘણાં બધાં દેવદૂતોને હું કામ કરતા નિહાળું છું. કેટલાંક દેવદૂતો પાંદડાંનો સામાન્ય આકાર તૈયાર કરી બીજાંઓને તે આપે છે. તેઓ પાંદડાંઓમાં રસનું વહન કરતી ને વિવિધ દિશાઓમાં જતી નાની નાજુક રેષાઓને ચોડવાનું કામ કરે છે કે જેથી રસની પુષ્ટિ પામીને પાંદડું વધીને સરખા આકારનું થાય. આ પછી પાંદડાંઓમાં ચળકતો પ્રકાશ દાખલ કરવામાં આવે છે. આ કામ બીજા ઓરડામાં થાય છે. અહીં આગળ ઉપર જણાવ્યા પ્રમાણે આ સ્વર્ગમાં એક સ્થળે ઉપરથી આવતાં પ્રકાશ ને શક્તિને ઝીલવામાં આવે છે. ત્યાંથી જ આ પ્રકાશના કિરણો પેલા ઓરડામાં પ્રવેશે છે. દેવદૂતો તેજ ને એવી સરખી રંગની છટાથી પૂરે છે કે તેનાથી પાંદડાં ખૂબ સુંદર લાગે. આવી જ પદ્ધતિથી, વૃક્ષોનાં મૂળ, ઝડ અને નાની મોટી ડાળીઓની રચના બીજાં સ્થળોએ કરવામાં આવે છે.

**પ્રેમના પ્રવાહોનું અવતરણ :** આ સ્વર્ગના બીજા એક સ્થાનમાં ઉપલાં સ્વર્ગમાંથી આવતા પ્રેમના પ્રવાહોને, અહીંના તેમ જ નીચલા સ્વર્ગના દેવદૂતોના હિત ખાતર, સુંદર તળાવમાં સંગ્રહવામાં આવે છે.

વળી બીજા એક સ્થાનમાં ઉપલા સ્વર્ગમાંથી મોકલવામાં આવતાં પ્રેમનાં કિરણો, પિરામીડના આકારમાં એકઠાં થતાં રહે

છે. આ પિરામીડ ચારે બાજુથી ખૂબ જ ઝગારા મારતાં હોય છે. આ પિરામીડમાં એક દ્વાર આવેલું હોય છે, જેમાંથી આપણે તેમાં પ્રવેશી, અંદરના ખંડો જોઈ શકીએ છીએ. એના મુખ્ય ખંડમાં, આ સ્વર્ગના કેટલા દેવદૂતોએ દોરેલાં સુંદર કલાત્મક ચિત્રોને, જોવા માટે ગોઠવવામાં આવેલ છે. એના બીજા ખંડમાં, ઉપલા સ્વર્ગમાંથી પ્રવાહના સ્વરૂપમાં આવતાં ચળકતાં કિરણો જોવામાં આવે છે. આ પ્રેમના કિરણોનો પ્રકાશ એટલો બધો શાંતિદાયક લાગે છે કે તેને પામવાથી કોઈપણનું હૃદય ઈશ્વરના પ્રેમથી ઉભરાવા માંડે છે. ઉપલાં સ્વર્ગ તરફ ચઢતાં પ્રેમનાં વાદળો પણ જોવા મળે છે. વાદળોમાંની પ્રેમની વરાળ બહુ સ્પષ્ટ રીતે જોઈ શકાય છે. આ દૃશ્ય જોનારને ઘેરી લેવામાં આવે છે ને પ્રભુ પ્રત્યેનો પ્રેમ ઉત્કટ રીતે હૃદયમાં વહેવા લાગે છે.

**બગીચા અને પ્રાકૃતિક દૃશ્યો :** આ સ્વર્ગમાં વિવિધ ડીઝર્નવાળા બગીચાઓ છે. તેમાં ફૂલો, ફુવારાઓ, હરિયાળી અને વૃક્ષો એવાં પ્રેમનાં આંદોલનો વહાવે છે કે તેમનો સ્પર્શ થતાં જ દરેક આનંદિત બનીને સર્વશક્તિમાન પ્રભુના પ્રેમનો નશો અનુભવવા માંડે છે.

પુષ્પો તેમની પાંદડીઓ ઉપર રંગોની વત્તીઓછી આભા ને છેડાઓ પરના ચળકાટને લીધે, એવાં લાગે છે કે જાણે નાનાં વૃક્ષો ઉપર હીરા-માણેક ન ટાંક્યાં હોય! વળી આ બગીચાઓની જમીન એટલી બધી સુંવાળી રેશમ જેવી લાગે છે કે તેના ઉપર ચાલતાં, જાણે રેશમના રૂ ઉપર ન ચાલતાં હોઈએ અને તેના ઉપર સૂઈ જઈએ, એવો અનુભવ થાય છે.

શ્રીમતિ માથરાણી નોંધે છે કે મારા ભોમિયાઓએ મને જે ત્રણ સુંદર મેદાનો દેખાડ્યાં તેમનું વર્ણન કરીશ. પહેલા મેદાનમાં

મેં વૃક્ષોના પાંદડાંઓ વચ્ચે માણેક જેવાં લાલ ચળકતાં ફૂલો જોયાં. આવા વૃક્ષોની હારોની વચ્ચે સુંવાળી રેશમ જેવી ઘાસની લોન હતી. લોનની વચમાં એક આરસપહાણ જડેલું તળાવ છે. તેની વચમાં એક કુવારો છે. જેનો આકાર સુવર્ણની રકાબી જેવો છે. તે મોતી અને હીરાઓથી મઢેલો છે. તેની ચારે બાજુએથી અમૃત જેવાં પાણીનાં ટપકતાં ટીપાં નીચેના તળાવમાં પડી રહ્યાં છે.

બીજા ઉપવનમાં બધી જ વસ્તુઓ પહેલા મેદાન જેવી જ હતી. ફક્ત ફરક એટલો હતો કે કુવારાઓમાંથી તળાવમાં પડતું પાણી, સોનાની મોતી-હીરાથી શણગારેલી રકાબીને બદલે, પીળી થાળીમાંથી પડતું હતું. ત્રીજા ઉપવનમાં જુદા જુદા રંગનાં ફૂલો એવી ડીઝર્ઝનથી ગોઠવેલાં છે કે ફૂલોના ક્યારામાં જાણે આકાશના તારાઓનાં નક્ષત્રો ન ગોઠવ્યાં હોય !

શ્રીમતિ માથરાણી આ સ્વર્ગમાં પ્રત્યક્ષપણે જોયેલા કેટલાંક દૃશ્યોનું વર્ણન કરતાં આપણને અચંબામાં નાંખે છે. દેવદૂતો જ્યારે પ્રભુના પ્રેમમાં એકદમ મગ્ન બની જાય છે, ત્યારે તેમના શરીરમાંથી જે પ્રેમનાં તરંગો બહાર નીકળે છે, તેમાંથી રંગબેરંગી વાદળો બંધાતાં મેં એક ઠેકાણે જોયાં. આ વાદળો ટેકરીઓ ઉપર સુંદર રીતે ટંગાઈ રહેલાં હતાં. ડુંગરોમાંથી નીચે તરફ ખીણમાં પ્રેમના પ્રવાહો પડતા જોયા, તેમાંથી ઝગમગતા પ્રકાશવાળો સુંદર કુવારો બનતો હતો.

આ વર્ણન પરથી પૃથ્વી પરના માણસને સમજાય છે કે પૃથ્વી પર માણસ પ્રેમને અનુભવી શકે છે જ્યારે સ્વર્ગમાં પ્રેમને જોઈ શકાય છે. કુવારાના રૂપમાં, વાદળના રૂપમાં, વરાળના રૂપમાં પ્રેમને જોઈ શકાય છે. પરમાત્માની અજબ લીલા છે.

ચિત્રોના પ્રદર્શન માટેની ગેલેરી : આ સ્વર્ગમાં રસ પડે તેવાં ને ચિત્તાકર્ષક સ્થાનો ઘણાં છે. એક સ્થળે શ્રીમતિ માથરાણીએ ઘણો મોટો વિસ્તાર ધરાવતું મેદાન જોયું. તેની ચારેય બાજુઓ વિચિત્ર લાગે તેવાં કલાત્મક ચિત્રોથી ઢાંકી દીધેલી હતી. પરંતુ તે જોવામાં ખૂબ સુંદર લાગતાં. આ સ્વર્ગના દેવદૂતોએ સુંદર રીતે દોરેલી દિવ્ય આકૃતિઓ ને સ્વરૂપોથી તેની બે બાજુઓ ઢાંકી દીધી છે. તેઓએ આ ચિત્રો પૃથ્વી પરથી ગ્રહણ કરેલ વિચારો તેમ જ તેમની કલ્પનામાંથી દોરેલ છે. ત્રીજા બાજુએ, વિવિધ પ્રાણીઓ તથા પક્ષીઓને તેમની કુદરતી અવસ્થામાં ચિત્રેલાં ચિત્રો જોયાં. આ પક્ષી અને પ્રાણીઓનાં ચિત્રો જીવંત લાગતાં હતાં. મેદાનની ચોથી બાજુએ ફૂલો અને વૃક્ષોનાં ચિત્રો હતાં. આ ગેલેરીમાં દેવદૂતોની કલાત્મક ચિત્રો દોરવાની આવડતનું દર્શન થતું હતું.

(ક્રમશઃ)

અંબાજીમાં ક્યાં ઉતરશો?

“સ્વર્ગારોહણ”

માતાજી જ્યોતિર્મયી વિશ્રામગૃહ

“સ્વર્ગારોહણ”, દાંતા રોડ, અંબાજી. (ઉ. ગુ.) ૩૮૫ ૧૧૦

એસ. ટી. ડી. ૦૨૭૪૯/ટે. નં. ૬૨૨૬૯

તમે જ્યારે નહિ હો, ત્યારે કોને આધારે જીવીશું? મા હસ્યાં, પછી બોલ્યાં, “નામસ્મરણ અને જપને આધારે.” જપ જ છે શ્રેષ્ઠ સ્વાધ્યાય. નામસ્મરણ છે તરાપો. “નામસ્મરણ કરીએ છીએ પણ આનંદ મળતો નથી તેનું શું?” “કાંઈ વાંધો નહિ. જો આનંદ નથી મળતો તો પછી નામને પ્રાર્થના કરો,” “હે નામ, હે ચિંતામણિ, મારા હૃદયમાં તારી પ્રસન્ન આભા પ્રકાશિત કર.”

મા શારદામણિ

સૌજન્ય :

## YOGA & TOTAL HEALTH CENTRE

ડો. હિમાંશુ પાઠક,  
શ્રી હેમીના પાઠક.

“નિરાંત”

૩૨, દિવાળીબાગ સોસાયટી, સૂર્યપુર સોસાયટી પાછળ,  
રાંદેર રોડ, સુરત-૩૯૫૦૦૯

ફોન : (૦૨૬૧) ૬૮૫૨૮૩  
મોબાઈલ : ૯૮૨૪૦૪૩૦૩૩

E-mail :  
hpathakji @ yahoo . Com

જુલાઈ : ૧૯૯૯

૪૯

## ગુરુપૂર્ણિમાની ઉજવણી

આ વર્ષે ગુરુપૂર્ણિમા-આષાઢ સુદ ૧૫ તા. ૨૮-૭-૯૯ ના રોજ આવે છે. તે પછી માત્ર ૧૮ દિવસ બાદ ૫ પૂ. મહાત્મા શ્રી યોગેશ્વરજીનો જન્મ દિવસ તા. ૧૫ મી ઓગસ્ટ આવે છે એટલે ગુરુપૂર્ણિમાની ઉજવણી દરેક કેન્દ્રો પોતપોતાના શહેરોમાં કરે તેવી અપેક્ષા છે. આમ છતાં અંબાજી ખાતે તો સર્વમંગલ ચેરિ-ટેબલ ટ્રસ્ટ તરફથી આ ઉજવણી થશે જ. જે સાધકોને અનુકૂળતા હોય તેઓ તેમાં ભાગ લઈ શકે છે.

તા. ૧૫ મી ઓગસ્ટની ઉજવણીમાં વધુમાં વધુ સાધકો આવે તેવી અપેક્ષા છે. ટ્રસ્ટીઓ.

\* \* \*

## લેખકોને ખાસ સૂચના

અધ્યાત્મમાં જે લેખકો પોતાનાં લખાણો મોકલે છે તેમને ખાસ વિનંતિ છે કે તેઓનું લખાણ ખૂબ ઝીણા અક્ષરવાળું હોય તો ફક્ત બે ફૂલસ્કેપ ને મોટા છૂટા અક્ષરોવાળું હોય તો ત્રણ મોટા પાનાં કરતાં વધારે ન મોકલાવે. લખાણ કાગળની એક બાજુ જ લખવું. તંત્રી

## પ્રેરક પ્રસંગો

સંકલન : પરમાર્થી

રામ સિંધુ ઘન સજ્જન ધીરા

પૂજ્યશ્રીએ સૌરાષ્ટ્ર રાજકોટમાં ભ્રમણ શરૂ કર્યું ત્યારે એ બાબુ રામભક્તિનો પ્રચાર નહિવત્ હતો. તેઓશ્રીના આગમન પહેલાં પણ એકાદ બે સંત રામભક્તિના પ્રચારાર્થે રાજકોટ આવ્યા હતા, પરંતુ એમને પૂરતી સફળતા મળી નહોતી.

એ વખતે પૂજ્યશ્રી ક્યાંય બે રાતથી વધુ સમય રોકાતા નહિ. તેથી તેઓશ્રી રાજકોટમાં બે દિવસ ગાળીને માણેકવાડા પધાર્યા અને ત્યાંના દરબાર શ્રી તખુભાને ભગવદ્પ્રેમી તથા જિજ્ઞાસુ જાણીને શિષ્ય બનાવ્યા.

ત્યાં જ ભાડવાના દરબાર શ્રી ચંદ્રસિંહજી પણ મળ્યા. દરબાર શ્રી નાની ગરસદારીના રાજા. પરંતુ શૂરવીર એવા કે, અન્યાય અથવા ધર્મ વિરુદ્ધના કોઈ પણ કાર્ય સામે માથું ઊંચકીને પ્રબળપણે એનો પ્રતિકાર કરવામાં પોતાના પ્રાણનીય પરવા ન કરે. સૌરાષ્ટ્રની પ્રતિષ્ઠાપાત્ર વ્યક્તિઓમાં એમની ગણના થતી. એ એમનામાં રહેલા આવા ગુણોને કારણે પૂજ્યશ્રીના પ્રિય પાત્ર બની શક્યા. દરબાર તેઓશ્રીને ભાવભર્યો આગ્રહ કરીને પોતાને ગામે ભાડવા લઈ ગયા.

ત્યાં એમના સહિત બંધિયા, સેમલા વગેરેના દરબારોએ પણ પૂજ્યશ્રીનું શિષ્યત્વ સ્વીકાર્યું. આમાંના ઘણા દરબારો, તેઓ પૂજ્યશ્રીના શિષ્ય બન્યા એ પહેલાં અનેક વ્યસનોથી ઘેરાયેલા હતા. પરંતુ પૂજ્યશ્રીના ધારદાર, તીક્ષ્ણ બાણ જેવા શુદ્ધ વિચારોના

અસરકારક ઉપદેશ અને પ્રેમે એ લોકોને દારૂ, માંસ, જુગાર જેવાં અનેક દુર્વ્યસનોનાં બંધનોમાંથી છોડાવ્યા.

પૂજ્યશ્રીમાં બીજી એક વિશેષતા એ હતી કે, તેઓશ્રી પોતાની વાણીનો ઉપયોગ કર્યાવિના પણ ભક્તજનોના આત્મા સાથે વાતચીત કરી શકતા. તેઓશ્રી એમના સાન્નિધ્યમાં બેઠા પછી કેટલાયના મનમાં ઘોળાતા પ્રશ્નોના જવાબ તેમને કાંઈ પણ પૂછ્યા વિના જ આપી દેતા.

કોઈને સતત શાંતિનો અનુભવ થયો અને તેમના પર એમની દૃષ્ટિ પડતાં જ મનમાં કૃતાર્થતાની લાગણી જન્મતી. એમની આંખોમાં અનેરી ચમક હતી. જેમ કોધી મનુષ્યની આંખો લાલ બની જઈને એના ક્રોધને ખુલ્લો કરી દે છે તેવી જ રીતે પૂજ્યશ્રીની આંખો પણ અવારનવાર દિવ્ય તેજે ચમકી જઈને એમનામાં રહેલી સાત્ત્વિકતાને ખુલ્લી કરી દેતી હતી.

ધીરે ધીરે પૂજ્યશ્રીનું નામ આખા સૌરાષ્ટ્રમાં જાણીતું બની ગયું. એમને પ્રતાપે રાજકોટસહિત ગામેગામમાં અને ઘરેઘરમાં શ્રી રામનામનું સંકીર્તન અને શ્રી રામચરિત માનસના પાઠ શરૂ થયા.

તેઓશ્રીએ સૌ કોઈને રામાયણમાં રસ પડે એ માટે એક અનોખી રીત ચાલુ કરી. રાત્રે પ્રવચન પતી જાય ત્યાર પછી વાઘજી આશ્રમમાં એમની હાજરીમાં અંતકડી શરૂ થાય. કોઈએ પણ જે કાંઈ ગાવું હોય તે રામાયણમાંથી જ ગાવાનું, રામાદિ વગેરે દોહા શરૂ થાય. ધીમે ધીમે બધાને એમાં એટલો બધો રસ પડ્યો કે કેટલાયને તો આખું રામાયણ કંઠસ્થ થઈ ગયું.

રાજકોટ ભક્તિરસમાં તરબોળ બની ગયું. અને પ્રત્યેક ઘરમાં શ્રી રામપૂજા તથા શ્રીગુરુપૂજા શરૂ થઈ ગઈ. પ્રખર રામાયણી

શ્રીબિદુજી મહારાજ એમનો જનમાનસ પરનો આવો અદ્ભુત પ્રભાવ જોઈને બોલી ઊઠયા હતા :

‘કોઈનેય જો નરમાંથી નારાયણ બનતાં આવડયું હોય તો તે શ્રીરણછેડદાસજી મહારાજને. એમણે આખા સૌરાષ્ટ્રની એમાંય ખાસ કરીને રાજકોટની જનતાની નસનસમાં રામાયણ અને રામને રમતા કરી દીધા છે.

પ્રસંગ-૧૦ : કર્ણધાર સદ્ગુરુ દ્રઢ નાવા

ઈ. સ. ૧૯૪૨ માં બીજું વિશ્વયુદ્ધ ફાટી નીકળ્યું. જ્યાં જુઓ ત્યાં સર્વનાશ અને માનવસંહાર થવા માંડ્યો.

પૂજ્યશ્રીની આજ્ઞા લઈને નોકરી કરવા આફ્રિકા ગયેલા દીનુભાઈ એ અરસામાં આફ્રિકાથી દરીયાઈ રસ્તે ભારત પાછા આવવા નીકળેલા.

એમણે સ્ટીમરમાં કોઈ રીતે જગા ન મળવાથી, એક આરબના, વહાણમાં મુસાફરી શરૂ કરી. એક સાથે ચાર વહાણ મોખાસા બંદરેથી ઉપડ્યાં.

નીકળતી વખતે આરબે કહ્યું : ‘આપણું વહાણ દેશી છે. એની ગતિનો આધાર પવન પર જ રહેશે તેથી ઓખા પોર્ટ પહોંચતાં ઓછામાં ઓછા દસબાર દિવસ તો સહેજે નીકળી જશે.’

દીનુભાઈએ તાર કરીને એ મુજબના ખબર ગોંડલ મોકલ્યા. લગભગ દોઢસો મુસાફરો હતા. સૌ ભગવાનને ભરોસે વહાણમાં બેઠા. મધદરિયે ભયંકર તોફાન થયું અને એ આગળ ચાલતાં ત્રણેય વહાણ અને તેમાં બેઠેલા માણસોને ભરખી ગયું. પાછળના છેલ્લા વહાણમાં બેઠેલા દીનુભાઈ ભયમિશ્રિત કંપ સાથે ફાટી આંખે ત્રણેય વહાણોની જળસમાધિ જોઈ રહ્યા.

જોરદાર દરિયાઈ આંધિના સપાટે ચડેલા, હાલકડોલક થતાં દીનુભાઈવાળા વહાણનો પણ કોળિયો કરી જવા માટે કાળ બિલામાણું રૂપ ધરીને પાણી પર નાચતો હતો.

દીનુભાઈના હૃદયમાં શ્રી ગુરુદેવનું સતત સ્મરણ ચાલતું હતું, એ તોફાન શાંત કરી દેવા તેઓશ્રીને વીનવી રહ્યા હતા. હૃદય-પૂર્વકનું એ સ્મરણ જાણે પૂજ્યશ્રીનું ધ્યાન ખેંચી શક્યું હોય તેમ થોડીવારમાં જ તોફાનનું જોર એકદમ ઓછું થઈ ગયું. હવા ધીમી પડી ગઈ. ઘડી પહેલાં રાક્ષસી મોજાં સ્વરૂપે ઊછળતું પાણી પણ એકદમ શાંત બની ગયું !

પરંતુ હજી મુશ્કેલીઓનો અંત આવ્યો નહોતો. બહુરૂપી કાળ નવા સ્વરૂપમાં ફરી સામો આવ્યો અને હવા બિલકુલ સ્થિર થઈ ગઈ. તેથી વહાણ એ એક જ જગ્યાપર આઠ દિવસ સુધી પડયું રહ્યું. તેમાં ભરેલું પીવાનું મીઠું પાણી તદ્દન ખવાસ થઈ ગયું. સોને ગળે શોષ પડવા માંડ્યો.

આ લડાઈ જેવી તેવી નહોતી જતો? સાક્ષાત કાળદેવ સામે યુદ્ધનગારાં વાગ્યાં હતાં.

પાણી વગર તરફળતા દીનુભાઈએ ફરી આર્તસ્વરે પૂજ્યશ્રીને પોકાર્યા અને હવા ચાલુ થાય એ માટે દીનભાવે વીનવ્યા. દીનુભાઈની શ્રદ્ધા અને શરણાગતિ કસોટીએ ચડ્યાં હતાં.

પૂજ્યશ્રી જાણે વિનવણીની રાહ જોઈને જ બેઠાં હોય તેમ દીનુભાઈના આશ્ચર્ય વચ્ચે થોડીવાર પછી શીતળ મંદ હવાની લહેરીઓ શરૂ થઈ. પછી પવન પણ શરૂ થયો પરંતુ એ સીધીને બદલે ઊલટી દિશામાં ફૂંકાવા લાગ્યો. ભગવાનની અકળ લીલાને કોણ જાણી શક્યું છે? એમણે બબ્બે વાર કાળનો કોળિયો બનતાં અટકી ગયેલા દીનુભાઈવાળા વહાણને એડન બંદરે સહીસલામત પહોંચાડયું.

દીનુભાઈ મનોમન બોલ્યા : ‘પૂજ્યશ્રીએ મને ઓખા બંદરને બદલે એડન બંદરે પહોંચાડવામાં પણ જરૂર મારું કોઈ હિત જ જોયું હશે. અંબ્રવાતથી તો છૂટયા !

સાહસિક આરબે ત્રણ દિવસ એડનમાં ગાળીને અનુકૂળ હવામાન જોયા પછી વહાણને ફરી પાછું ભારતની દિશામાં હંકાર્યું.

બીજી બાજુ ધારેલી મુદત વીતી ગયા પછી પણ દિવસો સુધી દીનુભાઈના કોઈ સમાચાર ન મળતાં એમનાં માતાપિતા ચિંતિત બની ઊઠ્યાં. તેઓ બંને જણાં આખરી ઈલાજ તરીકે પૂજ્યશ્રી પાસે જવા ગોંડલથી નીકળ્યાં. પૂજ્યશ્રી રાજકોટમાં વાઘજી આશ્રમમાં બિરાજતા હતા.

‘બાપુ! આજ બાવીસ દિવસ થયા છતાં દીનુના કાંઈ જ સમાચાર નથી.’ આંસુ સારતી માતા માંડ એટલા શબ્દો બોલી શકી.

પૂજ્યશ્રીએ બંનેને આશ્રમમાં રાત રોક્યાં. બીજે દિવસે સવારે બહુ જ સાહજકતાથી પુત્રવત્સલ માતાને ધીરજ આપી : ‘મા ફિકર ન કરો. તુમ્હારા દીનુ સલામત છે. ઔર કલ શામ કો વહ ઓખા બંદરપે ઉતરેગા.

આગાહી પ્રમાણે દીનુભાઈ બીજે દિવસે સાંજે ઓખા બંદરે ઊતર્યા! તે શ્રીચરણોનાં દર્શન કરવા સીધા રાજકોટ વાઘજી આશ્રમમાં જઈ પહોંચ્યા.

પૂજ્યશ્રીએ મંદ હસતાં એમને આવાકાર આપ્યો : ‘આ ગયે દીનુ? રાસ્તે મેં પીને કે પાની બિના બહૂત તકલીફ હુઈ, નહીં? ઔર વહાંસે ફિર તુમકો એડન જાના પડા. ક્યો દીનુ?’

દીનુભાઈ શું બોલે?

[શ્રી દમયંતી સેજપાલના “મારા ગુરુદેવ”ના આધારે]

## આરોગ્ય સોપાન : હવા-(૨)

હરીશભાઈ કોન્દ્રેક્ટર

આરોગ્યને અસર કરતા પરિબળોમાં સૌથી પ્રથમ સ્થાન હવાનું આવે છે. માણસ આહાર વિના થોડા દિવસો કે મહિના રહી શકે, પાણી વિના થોડા જ કલાકો વિતાવી શકે, પરંતુ હવા વિના થોડી મિનિટો પણ જીવિત ન રહી શકે, જે દર્શાવે છે કે હવા સૌથી વિશેષ ઉપયોગી છે.

ઈશ્વરની કૃપા તો જુઓ કે જેના વિના જીવન જ સંભવિત નથી તે હવા દરેક માનવીને પૂરતા પ્રમાણમાં તદ્દન મફત-કોઈ પણ કિંમત ચૂકવ્યા વગર મળી રહે છે. પરંતુ, ગમે તેવી ઉપયોગી વસ્તુ પણ કિંમત આપ્યા વગર મળે તેની ખરેખરી ઉપયોગીતા કે કિંમત માણસ સમજતો જ નથી, એટલું જ નહિ તેની ઉપેક્ષા કરતો જણાય છે.

આ સૃષ્ટિ કે વિશ્વસાથેનો આપણો સંબંધ હવા મારફતે જ થાય છે. કુદરતે એવી સુંદર વ્યવસ્થા ગોઠવી છે કે માણસને ઉપયોગી પ્રાણવાયુ-ઓક્સીજન-તેને વૃક્ષો-વનસ્પતિ તરફથી મળે છે; જ્યારે આપણે ઉચ્છ્વાસ મારફત બહાર કાઢતા અંગારવાયુ (કાર્બન ડાઈઓક્સાઈડ) વૃક્ષો-વનસ્પતિઓનો ખોરાક છે. આમ, માનવ અને વનસ્પતિ સૃષ્ટિ સાથે આસપાસનો ગાઢ અને અવિરત સંબંધ જોઈને આપણને સુખદ આશ્ચર્ય થાય છે. આથી, જેમ વૃક્ષો વધુ પ્રમાણમાં-હરિયાળી વિપુલ પ્રમાણમાં તેમ આપણને ઉપયોગી પ્રાણવાયુ(ઓક્સીજન)નો જથ્થો પણ વિશેષ મળી શકે, તે સ્લેજ સમજી શકાશે.

આધુનિક કાળમાં, ઔદ્યોગીકરણ અને શહેરીકરણને પરિણામે હવાનું પ્રદૂષણ ખૂબ વધી ગયું છે, શુદ્ધ હવા મળવી મુશ્કેલ થઈ ગઈ છે.

હવામાં ધૂળના રજકણો, કોલસાની ઝીણી ભૂકી, રેતીના કણો, કારખાનાઓમાંથી નીકળતો ઝેરી ધૂમાડો, અવિરત વધતા જતા ટ્રાફિક વાહનોમાંથી પેટ્રોલ, ડીઝલ, કેરેસીનના બળતણ/વપરાશમાંથી ઉદ્ભવતા કાર્બન મોનોક્સાઈડ તેમ જ કાર્બન ડાઈ-ઓક્સાઈડ વગેરેથી હવા ખૂબ પ્રદૂષિત થાય છે અને તે આપણા શ્વાસમાં જવાથી જાતજાતની શારીરિક તકલીફો અને રોગો થાય છે. માટે જ, વહેલી સવારની શુદ્ધ વાતાવરણવાળી હવાનો ઉપયોગ જોમ બને તેમ વધુ કરવો જોઈએ. સૂર્યોદય સમયથી થોડા સમય પહેલાં અને થોડા સમય બાદ, વાતાવરણમાં રહેલ હવામાં વધુ પ્રાણવાયુ (Oxygen) ધરાવતો ઓઝોન વાયુ રહેલો હોય છે. તેથી આપણા ઋષિમુનિઓ તેમ જ પૂર્વજોએ વહેલી સવારે ઊઠી સ્નાન-સંધ્યા, જપ, ધ્યાન, સાધના, આસન, પ્રાણાયામ જેવી ક્રિયાઓ કરવાની આજ્ઞા કરી છે, તે કેટલી બધી વૈજ્ઞાનિક જણાય છે!

વહેલી સવારે કુદરતી સૌંદર્યવાળા સમુદ્રતટ, સરિતા કિનારે, બાગ-બગીચા કે વૃક્ષોથી ઘરિયાળા રસ્તા કે ખેતર-વાડીઓમાં ફરવા જવાથી શુદ્ધ હવાનો ફાયદો આપોઆપ મળી રહે છે, જે આપણા આરોગ્ય માટે ઘણું ઉપયોગી છે. કોઈ પણ વ્યક્તિ આવો લાભ, સવારે ફરવાથી લઈ શકે છે. પૂરતી ઝડપથી ચાલીને, ઊંડો શ્વાસ લઈને શુદ્ધ પ્રાણવાયુનો લાભ મેળવી શકે છે.

સમુદ્ર કિનારાના પ્રદેશમાં હવા સ્થેજ ગરમ, ભેજવાળી તેમ જ ભારે હોય છે, જ્યારે પર્વતાળ ઊંચા પ્રદેશમાં હવા સૂકી, પાતળી

અને ઠંડી હોય છે. આથી કેટલાય લોકો હવા ખાવાના પ્રદેશોમાં જઈ આરોગ્ય પ્રાપ્ત કરવા પ્રયાસ કરે છે. આપણા દેશમાં સીમલા, મસૂરી, દાર્જીલીંગ, નેનિતાલ, ઉટ્ટી, કોડાઈકેનાલ, ડેલહાઉસ્તી, મનાલી, આબુ વગેરે ઊંચા પર્વતોપર આવેલા હવા ખાવાનાં સુંદર સ્થળો છે, જ્યાં પ્રદૂષણ વગરની શુદ્ધ હવા પૂરતા પ્રમાણમાં મળી રહે છે.

માણસે પોતાના રહેવાના મકાનની પસંદગી પણ પૂરતા હવા-ઉજાથ મળી રહે તેવી કરવી જોઈએ. સૂવાનો ઓરડો કે જગા હવાની બરાબર અવરજવર થતી હોય તેવી રીતે વ્યવસ્થા ગોઠવવી, જેમાં સામસામી દિશાઓની બારી કે બારણાં-જાળી-ગ્રીલ ખુલ્લા રાખવાં જોઈએ. હવાની આવનજાવન માટે વેન્ટીલેટર એટલે કે હવાઈમાં હોવાં જરૂરી છે. બની શકે તો ખુલ્લા આકાશ નીચે ફળિયામાં કે અગાસી, લોબીમાં સૂવું આરોગ્ય માટે હિતકર છે. સૂતી વખતે શ્વાસ પ્રશ્વાસ બરાબર ચાલે તે માટે નાક ખુલ્લું રાખવું જોઈએ. કેટલાકને રાત્રે માથે મોંએ ઓઢીને સૂવાની ટેવ હોય છે, તે સારી નથી, કારણ કે પોતાનો જ પ્રશ્વાસ જે ઝેરી હોય છે, તે ફરી ફરી અંદર લેવો પડે છે. સૂતી વખતે યુસ્ત કપડાં ન પહેરવાં, ખુલ્લાં અને ઢીલાં પહેરવાં આવશ્યક છે.

આમ, ઉપર જણાવ્યા પ્રમાણે થોડી કાળજી અને સાવચેતી રાખવાથી શુદ્ધ હવાનો લાભ આપણે મેળવી શકીએ અને તે દ્વારા આરોગ્યની જાળવણી કરી શકીએ. હવાનો સૌથી વધુ લાભ પ્રાણાયામદ્વારા મેળવી શકાય. તે હવે પછી આપણે પ્રાણાયામ શું છે, તેના શા શા ફાયદાઓ છે, તેમાં શું સાવધાની રાખવી જોઈએ વગેરે બાબતો જોઈશું.

(ક્રમશઃ)

## \* એક દિવસ \*

એક દિવસ ચન્દ્રે કહ્યું : “માતા! જભલું લાવી દે,  
ઉનાળે તડકે શેકાઉં, ઠંડી તાળી દે.”

એક દિવસ૦—

માતા બોલી : “જભલું લાવું, માપનું કશું પ્રમાણ?  
બીજે ન્હાનો, પૂનમે મોટો, અમાસ રે દિન હાણ  
નાનો—મોટો, મોટો—નાનો જભલાની શી જાણ?  
મોટામાં ના વધઘટ, ડાહ્યો, તુજથી પેલો ભાણ.”

એક દિવસ૦—

ચાંદ—કુંવરને હેયે વાગ્યાં માતા કેરાં વેણ,  
સૂરજ ભેયાની કરી કટ્ટા! ભમતા આખી રેણ.

એક દિવસ૦—

દિવસ—રાત થયાં તે દિ'થી સૂરજચંદર તપતા,  
વિશંભરનાં નયન મનોહર જગ—માનવને ખપતાં.

એક દિવસ૦—

ડો. રણજિત પટેલ (અનામી)



## દુઃખનું સુખ

ધર્મશબ્દાર્થ રામાનુજ (શિક્ષક)

સમગ્ર જીવન દરમિયાન પ્રાણિમાત્રની એક પ્રબળ ઝંખના  
હોય છે અને તે છે—‘સુખ’. પરંતુ કંઈક મેળવવામાં આપણે  
જીવનભર દુઃખનો અનુભવ કરતા હોઈએ છીએ. આવા દુઃખને  
આપણે નથી સહન કરી શકતા કે નથી જીવનભર હટાવી શકતા.  
તો પછી જ્યાં ત્યાં આપણાં દુઃખના ગાણાં ગાઈને શા માટે મૂર્ખાઈ  
કરવી !

મારાં સાધુ સંસર્ગથી જાણતા મળેલો દુઃખ શબ્દની વ્યાખ્યાના  
શબ્દો આ મુજબ છે. “ભગવાનની ઈચ્છાથી આવેલ કસોટીનો  
ગાળો જેનાં દ્વારા માનવ પોતાને શરીરાભિમુખથી ઈશ્વરાભિમુખ  
બનાવવાનો પ્રયત્ન કરે.” ઘણાં સાધુજનો તો એમ પણ કહે છે કે  
દુઃખ એટલે પ્રભુનું હેત અને આપણાં આત્માનું કલ્યાણ. મારાં  
મિત્ર સ્વામિ નિર્લેપાનંદજી કહેતા કે દુઃખ ન આવે તો એમ  
માનવું કે ઈશ્વરે પોતાનાથી સંબંધ તોડી નાંખ્યો લાગે છે, એમ  
અનુભવમાં આવતું. અને રામાયણમાં પણ રાવણ અને વાલી  
જેવાના મોંએ સંત તુલસીદાસજી બોલાવે છે કે કલ્યાણ માટે દુઃખ  
તો ભોગવવું જ પડશે. અને આવેલા દુઃખો આપણે જો નક્કી ન  
કરતા હોઈએ તો તેને ભગવદ્ ઈચ્છાથી જ આવેલાં માનવાનાં  
છે, એમ ગીતામાં પણ અર્જુનવિષાદયોગમાં ભગવાન શ્રીકૃષ્ણે  
કહ્યું છે.

નીતિશાસ્ત્ર કહે છે કે સાધુ, સ્ત્રી અને લાચાર માણસ આ

ત્રણ વધુમાં વધુ સંજોગોને આધીન દુઃખ સહન કરે છે. સાધુ પોતાના તપ અને આચરણ માટે, સ્ત્રી પોતાના સતીત્વ માટે અને લાચાર માણસ ભાગ્ય પલટાવાની રાહમાં દુઃખ સહન કરતો હોય છે. આમાં સંતનું દુઃખ સહન કરવાનું કાર્ય અતિ સરાહનીય છે, કારણ કે સાધુ જ એમ માની શકે છે કે શ્રીરામની ઈચ્છાથી આવેલાં દુઃખો શાંતિથી સહન કરવાં એ પ્રભુકૃપા સમાન છે, અને એમાંયે પરમાર્થ માટે જ દુઃખ ખમે છે તે દેવપૂજા સમાન છે.

આપણે સંસારમાં છીએ તો તપ, આસન ઇત્યાદિ ચોક્કસ નિયમોવાળા કર્મો ન કરીશકીએ, પણ મળેલાં દુઃખોને શાંતિપૂર્વક ભોગવવાં જોઈએ. ધર્મ અને ધીરજ એ દુઃખના બે ઉપાય છે. જો આપણે ધીરજ ન રાખી શકીએ તો પથુ ને આપણામાં કોઈ ફેર નથી. આપણે ધર્મવાન છીએ તેની ખાત્રી શું? રોજ પૂજા કરીએ તે, મંદિરે જઈએ તે, તિલક કરીએ તે, બહારથી સાદા અને આડંબરિત થઈએ તે?—ના. આપણે આપણી ઈચ્છાઓનો કેટલો ભાગ દુઃખમાં પ્રભુની ઈચ્છાના નામે છોડી શકીએ છીએ? દુઃખ કેટલું ખમીએ છીએ? તેના પરથી ધાર્મિકતાનો આંક કાઢવો યોગ્ય ગણાય. ટૂંકમાં ધર્મ માટે દુઃખને સુખ માની રામઈચ્છાથી આવેલ દુઃખોને શાંતિપૂર્વક સહન કરવાં એ સંસારીનો સત્ય ધર્મ છે.

## રામકથા

(એપ્રિલ-૧૯૯૯થી ચાલુ)

યોગેશ્વરજી

(શ્રી યોગેશ્વરજીની સિદ્ધ કલમે આવેખાએલ રામકથા)

રામે સીતાના શ્રીમુખથી અશોકવાટિકાની સઘળી હકીકત સાંભળીને પંચવટી છોડ્યા પછીનો બધો વૃત્તાંત કહી બતાવ્યો.

એમની સૂચનાથી સુગ્રીવે સીતાનું ઉપવચ્ચ તથા સીતાનાં આભૂષણોને એમને સુપ્રત કર્યાં.

પંખા સરોવર આવતાં સૌએ મહાતપસ્થિની શબરીને ભાવભીની અંજલિ આપી.

એ પછી જટાયુનાં સંસ્મરણોને સજીવ કરતું સ્થળ આવી પહોંચ્યું.

રામ, લક્ષ્મણ તથા સીતાનું હૃદય એ સ્થળને નિહાળીને પૂજાભાવથી ભરાઈ ગયું. સીતાએ મંદોદરીને જટાયુની કથા સંભળાવીને કહ્યું : 'જટાયુએ કર્તવ્યનું પાલન કરતાં શરીર છોડ્યું છે. એટલે એ અમર છે અને અમર રહેશે.'

પંચવટીની પોતાના આશ્રમની ને હરણની જગ્યા સીતાએ મંદોદરીને તથા સુગ્રીવાદિ યોદ્ધાઓને બતાવી. ત્યાં મુકામ કરીને સૌ મુનિવરીના હર્ષનનો લાભ લઈને ચિત્રકૂટ આવ્યાં. પછી ભરદ્વાજ મુનિ તથા નિષાદરાજની મુલાકાત લઈને જૂનાં સંસ્મરણો તાજાં કર્યાં, અને આગળનો કાર્યક્રમ તૈયાર કર્યો.

પુષ્પક વિમાનમાં બેસીને કરાપેલો એ પ્રવાસ સૌને માટે અત્યંત આનંદદાયક થઈ પડ્યો.

## પુનર્મિલન

વનવાસની ચૌદ વરસની સમયમર્યાદાને માત્ર એક દિવસ બાકી રહ્યો એટલે ભરતનું અંતર આકુળવ્યાકુળ બની ગયું.

એનો પ્રાણ અકથ્ય, અસહ્ય, પીડાનો અનુભવ કરવા લાગ્યો.

આંખમાંથી અંતરને આપ્લાવિત કરી ચૂકેલા અનુરાગનાં અશ્રુ ટપકવા લાગ્યાં.

મન જાતજાતના ને ભાતભાતનાં, મંગલ અને અમંગલ વિચારો કરવા માંડ્યું—ખાસ કરીને અમંગલ.

કલ્પના કાબૂ બહાર જઈ પહોંચી કે ચગડોળે ચઢી.

એને લીધે અનેક પ્રકારના સારા નરસાભાવ પેદા થવા માંડ્યા. ભાવોનો આવેગ અસહ્ય થઈ પડ્યો.

‘રામ મને ભૂલી ગયા કે શું?’ એ મનોમન કહેવા લાગ્યો. ‘હા, અવશ્ય ભૂલી ગયા. વનમાં એમની સાથે સીતા અને લક્ષ્મણ છે એટલે એ મને શા માટે યાદ કરે? એમના સહવાસનું સુખ છોડીને એ મારા સરખા સામાન્ય માનવને કે અયોધ્યાને યાદ કરીને અહીં શા માટે આવે? હવે તો વનવાસની અવધિની આડે એક જ દિવસ શેષ રહ્યો છે. આજનો દિવસ તો ચાલવા પણ માંડ્યો. સૂર્ય અસ્તાચળ પર ઢળવા લાગ્યો. છતાં પણ રામનું દર્શન ન થયું. અત્યારસુધીના બધા જ દિવસો મેં રામના પુનરાગમનની પ્રતીક્ષામાં મહામહેનતે પસાર કર્યાં. એમના પુનર્મિલનની આશાના આધારે મારા જીવનને ટકાવી રાખ્યું. પરંતુ હજુ એ આશા પૂરી ન થઈ.’

સૂર્ય અસ્તાચળ પર ઢળી પડ્યો એટલે એને નિહાળીને ભરત

મનોમન કહેવા માંડ્યો : ‘મારી આશાનો સૂર્ય પણ નિરાશ થઈને આખરે આમ જ ઢળી પડશે અને એના પર શોક તથા પીડાનો પડદો પડી જશે કે શું? રામ મને ઉપેક્ષા કરવાયોગ્ય માનતા હશે. એમના મનમાં એવું હશે કે મારે લીધે એમને વનવાસ મળ્યો. એ એવું માનવા પ્રેરાય અને મને નફરત કરે એ સ્વાભાવિક છે. છતાં પણ સર્વાન્તર્યામી પરમાત્મા એ વાતને બરાબર જાણે છે કે, મારા હૃદયમાં એમના પ્રત્યે અપાર પ્રેમ છે, એમના વનવાસનું દુઃખ છે, અને એમના વનવાસની પાછળ મારો હાથ જરા પણ નથી.’

વીતેલી ઘટનાઓ એની અંતર આંખ આગળ આવીને એક પછી એક ઊભી રહી.

એમની પ્રતિક્રિયાના એકાએક ઉદ્ગાર નીકળ્યા : ‘ચિત્રકૂટથી પાછળ ફરતી વખતે રામને કહેલા શબ્દોને હું વળગી રહીશ એ સંબંધી મારા નિશ્ચયમાં લેશ પણ ફેર નહિ પડે. આવતી કાલે જો રામનું દર્શન નહિ થાય તો આવી વેદનામય અવસ્થામાં વધારે વખત સુખી જીવવા કરતાં એમના સ્નેહ સાથે મરવું વધારે સારું ને કલ્યાણકારક છે એ સંબંધી મને સહેજ પણ શંકા નથી.’

ભરતે ઊંડો નિરાસો નાંખ્યો.

એ જ વખતે આકાશમાં ચંદ્રનો ઉદય થયો. પવનની શીતળ, સુવાસિત, સુપામપ, શાંત લહરી બધે ફરવા માંડી.

એને લીધે વાતાવરણ પુલકિત અથવા પ્રસન્ન બની ગયું.

ભરતની જમણી આંખ અને જમણી ભુજા ફરકવા લાગી.

એ જોઈને એણે મનોમન કહ્યું : ‘આ મંગલની આશા આપતા શુભ શુકન શેના થઈ રહ્યા છે? મને એવી કયી પ્રાપ્તિ થવાની છે? કે પાછી પ્રકૃતિ પણ મારો ઉપલાસ કરવા અને મને

પ્રતિકૂળ થવા માગે છે? મારે માટે શુકન અપશુકન બની ગયા છે. હવે મને બીજા કોઈયે પદાર્થની જરૂર નથી. રામ વિના મને સઘળું સૂનું અને અધૂરું લાગે છે. રામના મુખચંદ્રનું દર્શન કર્યે કેટલો બધો વખત વીતી ગયો છે? મારા જીવનમાં એ ચંદ્ર કરતાં પણ ચાડ રામ આવી રીતે ઊગી નીકળશે ત્યારે જ મને શાંતિ થશે. પરંતુ મારું એવું સૌભાગ્ય ક્યાં છે?

ભરતની આંખમાંથી અશ્રુપ્રવાહ વહેવા લાગ્યો.

એટલામાં તો હનુમાન આવી પહોંચ્યા ને ભરતને પ્રણામ કરીને બોલ્યા : 'હું રામનો દાસ હનુમાન છું. રામે મને તમારી પાસે તમને સમાચાર આપવા મોકલ્યો છે.'

ભરતને જાણે કે નવજીવનની પ્રાપ્તિ થઈ.

'મને સમાચાર આપવા? શા સમાચાર?' હનુમાનને વંદન કરીને એણે પ્રશ્ન પૂછ્યો.

'એમના આવવાના સમાચાર. એ અયોધ્યામાં આવી રહ્યા છે. અને અયોધ્યામાં પ્રવેશતાં પહેલાં આવતી કાલે અહીં તમારી પાસે આવી પહોંચશે.'

'અત્યારે એ ક્યાં છે?'

'શૃંગવેરપુરમાં. પરંતુ એમનું મન તમારી પાસે છે.'

'ખરેખર?' ભરતનો કંઠ ઠંધાઈ ગયો. એને રોમાંચ થઈ ગયો.

'હા. એ તમને પ્રતિપણ યાદ કર્યા કરે છે, અને તમારી ચિંતા કરે છે. તમને શાંતિ આપવા માટે એમણે મને અત્યારે ને અત્યારે મોકલી આપ્યો છે.'

(ક્રમશઃ)

## \* પ્રાર્થનાથી પ્રભુ પીગળે \*

પ્રાર્થનાની ટેવ પાડવી જોઈએ. પ્રાર્થના કોઈ નક્કી શ્લોક, મંત્ર, ગીત કે સ્તુતિનું ઉચ્ચારણ કે પઠન જ નથી. પરંતુ હૃદયના ભાવોની સહજરૂપે કરાતી અભિવ્યક્તિ છે. બાળક જેમ માની પાસે મન મોકળું મૂકીને વાતે વળગે છે, તેમ આપણી અંદર ને બહાર રહેલી ચિંતન શક્તિ, પરમાત્મ શક્તિ કે ઈશ્વરી શક્તિ આગળ આપણા દિલને ખુલ્લું કરી દેવું કે ઠાલવી દેવું એ પ્રાર્થનાનું મુખ્ય સ્વરૂપ છે. એ રીતે જોઈએ તો પ્રાર્થના કોઈ પણ પ્રકારના શબ્દ, મંત્ર કે ગીતના ઉચ્ચારણ વિના કેવળ ભાવમય પણ હોઈ શકે છે, ને ભાવસંહિત પણ થઈ શકે છે. આ વાત વપારે સહેલાઈથી સમજવા મુંગા માણસની પ્રાર્થનાનો વિચાર કરો. માણસ જ્યારે અત્યંત ભાવમય દશામાં ડૂબી જાય છે ત્યારે તેની વાણી વિરમી જાય છે. આવી પ્રાર્થના કદી નકામી જતી નથી.

યોગેશ્વરજી



### \* ધર્મ શિક્ષણની મહત્તા \*

આજે પ્રજાને ધર્મનું શિક્ષણ ભાગ્યે જ મળે છે. એટલે પ્રજા ચારિત્ર્યઘડતરની જરૂરી પ્રેરણાથી વંચિત રહી જાય છે. કોઈ એક ધર્મની શિક્ષાની બળજબરી કરવાની નીતિ બરાબર નથી. પરંતુ તેનો અર્થ એમ પણ નથી કે ધર્મના વિચારની વાતને જ ઉડાવી દેવામાં આવે. ધર્મની અંદર દરેક માનવને ઉપયોગી જે સર્વ સામાન્ય સિદ્ધાંતો, ઉપદેશો ને તત્ત્વો છે, તથા તેને રજૂ કરનારી મહાન પુરુષોના જીવનની વાતો છે, તેને શિક્ષણના કાર્યક્રમમાં મહત્ત્વનું સ્થાન જરૂર આપી શકાય. ધાર્મિક શિક્ષણની અવગણના કોઈ પણ સંજોગોમાં બરાબર નથી. પ્રજાના નૈતિક ગઠનને માટે તે ખૂબ જ આવશ્યક છે. નીતિનું મૂલ્ય જ્યાં સુધી માણસને બરાબર રીતે નહિ સમજાય ને એક યા બીજા કારણથી તેના પાલનમાં તત્પર નહીં થાય ત્યાં સુધી ગરીબાઈના ઓઠા નીચે, મુસીબત કે દુઃખના કારણથી કે લોભ, લાલસા ને સ્વાર્થ ભાવનાથી માણસ અનૈતિક સાધનોનો આધાર લેશે, ને બરબાદ થઈ અંતે બીજાને પણ બરબાદ કરશે.

ગોગેશ્વરજી