# ❀ અનુક્રમણિકા ❀


| | | |
|---|---|---|
| 'યોગકૌશલ' વિશેષાંક | તંત્રી | ૩ |
| અભિનંદનીય સહાય | મા સર્વેશ્વરી | ૫ |
| શ્રી યોગેશ્વર કથામૃત | મા સર્વેશ્વરી | ૬ |
| શ્રી સર્વેશ્વરી સંનિધિ પર્વનિમિત્તે અખિલ ગુજરાત યોગાસન સ્પર્ધા—યોગકૌશલ કાર્યક્રમ | બી. જે. જાગાણી | ૧૦ |
| તેજસ્વી તારલાનો પરિચય | હિમાદ્રી ગોહિલ | ૨૫ |
| યોગકૌશલ—યોગાસન હરિફાઈના નિયમો | આર. જે. જાડેજા | ૨૭ |
| યોગકૌશલ—યોગાસન હરિફાઈમાં સહભાગી શાળાઓની યાદી | શ્રી રાજુભાઈ જાની | ૨૯ |
| યોગકૌશલમાં વિજેતા બનવાનો આનંદ | કુ. કાજલ એમ. જોષી | ૩૩ |
| બનાસકાંઠા જિલ્લા યોગ એસોસિએશન | પી. ઝેડ. ઠાકોર | ૩૪ |
| ધરતીપરનું સ્વર્ગ એટલે સ્વર્ગારોહણ | રેતુભા એમ. ગોહિલ | ૩૫ |
| સ્વર્ગારોહણ સુંદરમ | શ્રી નીતિન કુકડિયા | ૩૮ |
| સ્વર્ગારોહણ એક વિરલ તીર્થ | શ્રી આર. જે. જાડેજા | ૪૧ |
| શ્રી જાડેજા સાહેબના જન્મદિને પૂ. માના આશીર્વાદ | મા સર્વેશ્વરી | ૪૩ |
| ઘસી જાતને 'મા' અન્યને સુખિયા કરે | કુ. કાજલ એમ. જોષી | ૪૫ |
| પૂ. શ્રીને વિશ્વકોશ ગ્રંથ—૧૭ સમર્પણ | નારાયણ હ. જાની | ૪૭ |
| Maa Makes happy to others by Sacrificing herself | Kajal Mukeshbhai Joshi | ૪૮ |
| મુંડક ઉપનિષદ્ | મહાત્મા યોગેશ્વરજી | ૫૧ |
| રસેશ્વરી | યોગેશ્વરજી | ૫૫ |

# 'યોગકૌશલ' વિશેષાંક

અંબાજી ખાતેના સ્વર્ગારોહણમાં તા. ૩ અને ૪ મે–૨૦૦૩ ના રોજ સર્વમંગલ ચેરિટેબલ ટ્રસ્ટના ઉપક્રમે પ. પૂ. મા શ્રી સર્વેશ્વરીની પ્રેરણા અને ઉપસ્થિતિમાં 'યોગકૌશલ'ની સ્પર્ધા યોજાઈ. આ સ્પર્ધામાં ગુજરાત–ભરમાંથી, ત્રણ વિવિધ વયજૂથના ૧૬૧ બાળક–બાલિકાઓએ યોગનાં ઘણાં અઘરાં આસનો કરી બતાવ્યાં, જે ખૂબ પ્રભાવક રહ્યાં. તે જોઈ પૂ. મા પણ ખૂબ પ્રસન્ન થયાં. તેથી તેઓની સૂચના પ્રમાણે આ સ્પર્ધાને આવરી લેતા લેખો અને ફોટાઓ–અધ્યાત્મના જૂન–૨૦૦૩ ના અંકમાં પ્રસિદ્ધ કરવામાં આવી રહ્યા છે. વાંચકોને તે ગમશે, એવી આશા છે.

બાળકોના જીવનમાં શરૂથી જ યોગાસનો કરવાની અભિરુચિ કેળવાય તો તેમનાં તન અને મનની સ્વસ્થતા સરસ રીતે જળવાઈ રહે. પરિણામે



તેઓ તેમના ભાવિ જીવનમાં શ્રેષ્ઠ માનવ તરીકે દેશ અને દુનિયાને ખપ આવી શકે.

ઉમદા નાગરિકોના ઘડતરમાં પાયાની આવશ્યકતાના ભાગરૂપે પૂ. મા સર્વેશ્વરી યોગાસનોને સ્વીકારે છે. તેથી સમાજનું ધ્યાન તે પ્રત્યે ખેંચાય ને માટે આવી ઉપયોગી પ્રવૃત્તિમાં ભાગ લેતાં બાળકોને પ્રેરણા અને પ્રોત્સાહન મળે, તેવા શુભ આશયથી પૂ. માએ આ સ્પર્ધા પ્રયોજી–હવે આશા રાખીએ કે તેનો સારો પ્રતિસાદ સમાજ પાડશે.

—તંત્રી

**સ્થાપત્ય કન્સ્ટ્રક્શન**

**પ્રો. મનીષ હરિભાઈ ભોજાણી**

બિલ્ડર્સ એન્ડ ડેવલપર્સ

મધુર કોમ્પ્લેક્ષ, શનારા રોડ, મહારાજા ટાઈલ્સ સામે,
મોરબી-૩૬૩૬૪૧
ફોન : (ઓફિસ) ૨૨૧૩૮૧, (રહેઠાણ) ૨૩૦૨૨૨,૨૨૬૯૦૩

## ❁ અભિનંદનીય સહાય ❁

હે યોગેશ્વર ગંગ પાવન વહો મારા હૃદે સર્વદા,
ગાઉં નિત્ય ગુણાનુવાદ, ગુરુ હે સ્વીકારજો વંદના.

★ ★ ★

પરમાર્થી તાપે શ્રમિત, આવ્યો તારે દ્વાર,
શીતળ છાંયે માવડી, પાજે અમૃતધાર.

-પરમાર્થી

**કપૂરાના ભક્તપુરુષ જેમને પૂ. શ્રી યોગેશ્વરજીએ જ્ઞાનીભક્ત પરમાર્થી કહ્યા, શ્રી કબીરસાહિત્યની પરબડીસમા, કવિ, સમાજસેવક તરીકે અને સાચા સાધક તરીકે જીવન દીપાવ્યું.**

**તે શ્રી ઈશ્વરભાઈ પરમાર્થીની પાવનસ્મૃતિમાં**

**શ્રી મણિબેન પરમાર્થી**

**જયંત-મધુ-સારંગ-ગોપી પરમાર્થી**

**પંકજ-દક્ષા-ચિન્મય-ભક્તિ-અચ્યુત પરમાર્થી**

**બ્રાઉન્સવીલ-ટેક્ષાસ-યુ.એસ.એ.**

(કપૂરા)

**આ જૂન–૨૦૦૩ ના માસનો અધ્યાત્મનો રસથાળ પૂ. શ્રી ગુરુદેવ શ્રી યોગેશ્વરજીના શ્રી ચરણોમાં અર્પણ કરે છે.**

★ ★ ★

**હે પરમાર્થી પરિવાર, પ્રભુના આશીર્વાદ સાથે**
**ધર્મે-સત્કર્મે ઘસાઈને ઉજળા થઈ સૌને દીપાવતા રહો.**

**-મા સર્વેશ્વરી**



**વરદ હસ્ત પ્રભુ તમારો, સદાય રહેજો જીવન સહારો**

**-મા સર્વેશ્વરી**

વર્ષ : ૨૪ જૂન-૨૦૦૩ અંક : ૯

# શ્રી યોગેશ્વર કથામૃત

(એપ્રિલ–૨૦૦૩ નું અનુસંધાન) **–મા સર્વેશ્વરી**

(‘અધ્યાત્મ’ના મે–૨૦૦૩ ના અંકમાં શ્રી યોગેશ્વર કથામૃતની ડાયરી ઉપલબ્ધ ન હોવાથી પૂ. શ્રી મા સર્વેશ્વરીદ્વારા લખાયેલ પુસ્તક ‘દક્ષિણ આફ્રિકાનો પુણ્યપ્રવાસ’માંથી ડરબનની ડાયરી મુકવામાં આવેલી. હવે આ અંકથી ‘શ્રી યોગેશ્વર કથામૃત’ ફરી ક્રમશઃ શરૂ કરવામાં આવે છે. —તંત્રી)

**તા. ૯–૧૦–૮૧ શુક્રવાર, આસો સુદ અગિયારસ, ૨૦૩૭,**
**સ્થળ : ટોરન્ટો શહેર–કેનેડા**

છ વાગ્યે સ્નાન પછી વ્યાયામ કર્યા પછી પૂ. શ્રી દૂધ લે છે. લેખન કરે છે. રામાયણ સુંદરકાંડનું લેખન ચાલે છે. સાથે વળી વિદેશની નોંધ પણ ચાલુ જ છે.

સાડા અગિયારે પૂ. શ્રી ફળાહાર લે છે.

ગઈ રાત્રે સુરેશભાઈ સાથે જે વાતો થઈ હતી તે વાત પૂ.

શ્રી સર્વેશ્વરીને કહી રહ્યા છે. વળી આજના ટેલિવિઝનના કાર્યક્રમમાં પૂ. શ્રી દીવાળી સંદેશ આપવાના છે. સાંજે પૂ. શ્રી જે કપડાં પહેરવાના છે તે સર્વેશ્વરીને બતાવે છે. એમાં ખાદીનો ફાટેલો એક બુશર્ટ હતો. એ જોઇને સ્વાભાવિક રીતે સર્વેશ્વરીએ પૂ. શ્રીને કહ્યું:—

આ ફાટેલો બુશર્ટ ન પહેરો અને પેટીમાં બીજો ખાદીનો બુશર્ટ છે તે પહેરો તો ન ચાલે?

પૂ. શ્રી:—અરે તે બુશર્ટ તો ત્રણ વરસથી વિદેશ ફરીને જાય છે. આ જરા કોલર ફાટેલો છે એમાં શું?

એમ તો આ મારા હાથના નખ પણ વધેલા છે. લોકો એ નખ જુએ તો કહે મહાત્મા અહિંસામાં માને છે. નખ કાપવા જેટલી પણ હિંસા કરતા નથી.

સુરેશભાઇ વળી પૂછે કાલે શું પહેરશો? અરે ભાઇ, ટી. વી. ઉપર જવાનું છે તે જાણે કોઇ મોટી ધાડ મારવાની હોય એમ પૂછે છે. એ તો સારું છે કે કોઇ રાષ્ટ્રપતિને મળવા નથી જવાનું થતું. નહીંતર કેટલાયે દિવસથી તેઓ તૈયારી કરે. કયો કોટ પહેરું, કયો ના પહેરું?

મહાત્મા તો જે કપડાં પહેરતા હોય તે જ પહેરેને! ધોતિયાને બદલે બીજો પહેરવેશ શા માટે પહેરે?

દરેક દેશવાળા પોતાનો જ પહેરવેશ પહેરે છે. આપણા દેશની પ્રજા જ અહીં આવીને પોશાક બદલી નાંખે છે. નથી વેશ રાખતી નથી આચાર કે વિચાર, કેવી દશા છે આપણા ભાઇઓની?

કાલે એક ભાઇ પૂછે દારૂ પીવામાં ખરાબ શું છે? અહીં લોકોને પૈસા મળે છે સાથે સંસ્કાર ચાલ્યા જાય છે.



તમે ઇંગ્લેન્ડ કેનેડા જોયા. હવે અમેરિકા જોશો. તો તમને થશે કે ઇંગ્લેન્ડ કંઇક ઠીક છે. ખાવું, પીવું ને પૈસા કમાવવા એ સિવાય પરદેશમાં બીજું છે શું? એના કરતા તો આપણો દેશ સૌથી સારો છે. હજી ત્યાં વડીલોની આમાન્યા, સંસ્કારો જોવા મળે છે. ભલે મોંઘવારી, ભ્રષ્ટાચાર, અછત છે. પણ આપણો દેશ સારો.

પૂ. શ્રીની સ્પષ્ટ, ગંભીર ચિંતનાત્મક વાણી સર્વેશ્વરી સાંભળ્યા કરે છે. સાચી વાત છે. અહીં તો ફળ, દૂધ પર રહેવાનું જ સર્વ રીતે પવિત્ર ગણી શકાય. વિદેશમાં કાયમ રહેવાનું તો ન જ ગમે.

પૂ. શ્રી થોડો આરામ કરે છે. વળી લેખન કરે છે. સર્વેશ્વરી નોંધ કરે છે. સાંજે ટી. વી. સ્ટુડિયો ઉપર જવાનું બને છે.

સુરેશભાઇના ઘરની નીચે વિશાળ ગેરેજ છે. જ્યાં ૫૦ થી ૬૦ ગાડીઓ મૂકી શકાય. ત્યાં દરેકની અલગ અલગ જગ્યા ને ભીંત ઉપર ઘરના નંબર લખ્યા હોય જેથી દરેકે પોતાની જગ્યાએ જ ગાડી મૂકવાની રહે છે. ગેરેજમાંથી ગાડી બહાર નીકળે ત્યાં આપોઆપ જ મોટો દરવાજો ખૂલી જાય છે. વળી એ જ રીતે બહારથી ગેરેજમાં ગાડી આવે તે પહેલા ગેરેજની બહાર એક થાંભલા જેવું હોય જેમાં દરવાજાની ચાવી મૂકીએ એટલે દરવાજો ખૂલી જાય. ગાડી અંદર જાય એટલે દરવાજો આપોઆપ બંધ થાય જેથી ત્યાં કોઇ માનવની જરૂર ન પડે.

ટી. વી.ની ૪૭ નંબરની ચેનલના ડાયરેક્ટર શ્રી ચંદ્રકાન્ત અને શ્રી જયાબેન છે. જેઓ દક્ષિણભારતના છે. વરસોથી તેઓ અહીં રહે છે.

પૂ. શ્રીનો કાર્યક્રમ શ્રી રતિભાઇ લાખાણી નામના એક

ગુજરાતી વેપારી કાર્યકર્તાના સહકારથી ગોઠવાયો છે. તે ભાઈને પણ મળવાનું બને છે.

પૂ. શ્રીએ ગુજરાતીમાં પાંચ મિનિટ અને હિન્દીમાં સાત મિનિટનો દીવાળી સંદેશ ટી. વી. ઉપર આપ્યો. કુલ પંદર મિનિટનો તે કાર્યક્રમ થયો.

સર્વેશ્વરી ભજનો ગાય છે. તે સાંભળી શ્રી જયાબેને ટી. વી. ઉપર એક ભજન આપવાની ઈચ્છા વ્યક્ત કરી. પરંતુ સર્વેશ્વરીએ સંકોચ અનુભવ્યો. ફરી કોઈ વાર એમ કહી તે વાતને ત્યાં જ પૂર્ણ કરી.

ફરી ઘરે આવી ગયા. માર્ગમાં થોડી વાતો થઈ. નવથી દસ પૂ. શ્રીનું પ્રવચન થયું.

પ્રવચન બાદ શ્રોતામાંથી એક નાનકડા ભાઈએ પૂ. શ્રીને કહ્યું:—મેં તમારા પ્રથમવાર જ દર્શન કર્યાં. અધ્યાત્મ માસિકના મારે આજીવન સભ્ય થવું છે.

પૂ. શ્રીએ કહ્યું:—હજી તમે નાના છો. તમારે માટે બચત કરો. એક વરસના ગ્રાહક થવું હોય તો થાઓ.

તે ભાઈ કહે ના, મારે તો આજીવન સભ્ય જ થવું છે. હું મારા ભાઈને ત્યાં રહું છું. તેઓ મારા ભોજન ને રહેવાના પૈસા લેતા નથી. તો તે પૈસા ધર્મના કામમાં વાપરવાની મારી ઈચ્છા છે. મારા બાને પણ મારી આ વાત ગમી છે. મારે તો આજીવન સભ્ય થવું જ છે પણ મારા ગામના પુસ્તકાલયને પણ મારે આજીવન સભ્ય બનાવવું છે.

પૂ. શ્રીએ તે ભાઈની ભાવના ને આગ્રહ જોઈને અધ્યાત્મની સભ્ય ફી સ્વીકારી ધન્યવાદ આપ્યા.

થોડી વાતો થાય છે પછી પૂ. શ્રી આરામ કરે છે.

(ક્રમશઃ)



### શ્રી સર્વેશ્વરી સંનિધિ પર્વનિમિત્તે અખિલ ગુજરાત

# યોગાસન સ્પર્ધા—યોગકૌશલ કાર્યક્રમ

**શ્રી આર. જે. જાડેજા**
**ડૉ. બી. જે. જાગાણી**

પૂ. માનું ૬૦ મું વર્ષ ચાલે છે. સંતોનું જીવન બીજાના માટે પ્રેરણાદાયી, શીતળતા ધરનારું અને પથપ્રદર્શક હોય છે. આ વર્ષે સહજ રીતે ઘણા બધા લોકોને પૂ. માની સંનિધિ મળે તેવા કાર્યક્રમો સર્વમંગલ ચેરિટેબલ ટ્રસ્ટના ઉપક્રમે અને પૂ. માની પ્રેરણાથી યોજવામાં આવી રહ્યા છે. કાર્યક્રમોની શૃંખલામાં એક કાર્યક્રમ 'અખિલ ગુજરાત યોગાસન સ્પર્ધા—યોગકૌશલ કાર્યક્રમ'નો ઉમેરો થયો અને તા. ૩—૪, મે—૨૦૦૩ દરમિયાન સ્વર્ગારોહણ, દાંતારોડ, અંબાજીના પાવન ધામમાં યોજાઈ ગયો.

ભાવનગર યુનિવર્સિટીના નિવૃત્ત શારીરિક શિક્ષણ નિયામક શ્રી આર. જે. જાડેજાના માર્ગદર્શન હેઠળ ગુજરાતના ભાવનગર, રાજકોટ, સુરેન્દ્રનગર, અમદાવાદ, અમરેલી, પોર-બંદર, કચ્છ, આણંદ, જૂનાગઢ, પોરબંદર, મહેસાણા, બનાસ-કાંઠા, જિલ્લામાંથી ૧૦ વર્ષથી નીચેના ભાઈઓ—બહેનો, ૧૪ વર્ષથી નીચેના ભાઈઓ—બહેનો અને ૧૭ વર્ષથી નીચેના ભાઈઓ—બહેનો આ બે દિવસના કાર્યક્રમમાં ગ્રામ્ય અને શહેરી વિસ્તારની ટૂકડી પોતાના ટીમ મેનેજર સાથે સહભાગી થવા ઉપસ્થિત થઈ ગયા.

**૧. સ્વર્ગારોહણના આંગણે બાળદેવો—દેવીનું સ્વાગત**

તા. ૨—૫—૦૩ ના રોજ બપોરથી સ્વર્ગારોહણ તીર્થમાં વિવિધ જિલ્લામાંથી 'યોગકૌશલ' કાર્યક્રમમાં સહભાગી થવા

બાળકો—બાળાઓના આગમનની શરૂઆત થઈ. પૂ. માએ બસ-સ્ટેન્ડપર સાધક ભાઈઓને બાળકોનું સ્વાગત કરવા મોકલ્યા. સ્વાગતમાં ઠંડાપાણીના પાઉચ, ચોકલેટ અને બિસ્કિટ હતાં. વળી બાળકોને સામાન ઉપાડવો ન પડે તે માટે ચાર પૈડાંવાળી નાનકડી લારી (સ્વર્ગારોહણનો રથ) પણ હતી. બાળકોને સ્વર્ગારોહણ તીર્થ શોધવામાં સરળતા રહે તે માટે સાઈન બોર્ડ અને મોટાં બેનરો પણ લગાવ્યાં હતાં. બપોરથી માંડીને રાત્રિના ૧૧ કલાક સુધીમાં ગમે ત્યારે આવે ત્યારે ગરમ—ગરમ સાદું ભોજન પણ મળે. તડકો ન લાગે તે માટે સ્વર્ગારોહણમાં લીલી નેટ પણ બંધાવી. બાળકોના ઉતારા ઉપર સર્વ પ્રકારની સગવડતા સચવાઈ રહે તે માટે સાધકોને સેવા પણ ફાળવી અને જાણે જાન આવવાની હોય કે કોઈ શાહી લોકોનું સ્વાગત થવાનું હોય તેવી તૈયારી કરી. શક્તિભુવન—ઉતારા પર તો પૂ. માએ સર્વ પ્રકારની સફાઈ કરાવી. પાણીની ખેંચ હોવા છતાં પણ વેચાતા પાણીના ટેન્કર પણ મંગાવ્યાં. આવું સ્વાગત જોઈને બાળકો તો ખૂબ ખુશ થયાં અને અભિપ્રાય આપવા લાગ્યા કે આવું સ્વાગત, આવો પ્રેમ, આટલી સરભરા ક્યારેય જોઈ નથી. કેટલાક સાધકો તો કહેતા હતા કે 'આ તો શરૂઆત છે. કાર્યક્રમ પૂરો થશે ત્યારે ખબર પડશે કે પૂ. માનો નિર્વ્યાજ પ્રેમ કેવો હોય છે?' પૂ. માને મન ખરેખર આ બધા બાળદેવતા—દેવીઓ છે. એટલે જ આવું સ્વાગત અને તેની આવી તૈયારી.

## ૨. ઉદ્‌ઘાટન

પરંપરાગત ઉદ્‌ઘાટન તો આપણે જોઈએ છીએ, પણ સંતના સાંનિધ્યમાં અને વળી તીર્થસ્થાનમાં ઉદ્‌ઘાટન પણ આગવી શૈલીનું નવીન ભાતપાડનારું, ભક્તિરસ ઉત્પન્ન કરનારું, સાદું અને સર્વને સહભાગી બનાવનારું હોય છે. પ્રત્યેક



કાર્યક્રમમાં પૂ. શ્રી યોગેશ્વરજીના સ્વરૂપ વિના, મંત્રગાન વિના, સ્તુતિ પ્રાર્થના બાવની, ધૂન, કે સંકીર્તન વિના પૂ. મા એક ડગલું પણ આગળ ન વધે; અને તેમાંય ભક્તો—સાધકો અને પ્રેમી-જનોના વૃંદ સાથે—સહભાગી થવાનો લહાવો સહજ રીતે મળે, એવું પૂ. માનું આયોજન સાધકરામના હાથમાં પૂ. શ્રીનું સ્વરૂપ, પાછળ ખાસ પ્રકારના ડ્રેસમાં સજ્જ સાધકો, સંકીર્તન કરનારું શ્રી સ્નેહલભાઈ તથા નિલેશભાઈ ટેલરનું વૃંદ, બાળકો—બાળાઓ અને યોગકૌશલ કાર્યક્રમમાં સહભાગી થનારા સૌ જોડાયાં. સ્વર્ગારોહણતીર્થના રસ્તા પર સંકીર્તન સાથે ફર્યાં. ખાસ પ્રકારના તૈયાર કરાવેલા શમિયાણામાં પૂ. શ્રીનું સ્વરૂપ પધરાવ્યું. વાતાવરણ એટલું દિવ્ય બની ગયું કે સૌ આ કાર્યક્રમ પર જ કેન્દ્રિત બની ગયા. પૂ. મા પણ બરાબર ૭—૦૦ કલાકે સ્ટેજ પર તૈયાર કરેલ બેઠક પર આવીને બિરાજમાન થયાં, સ્ટેજ પર લીમડાના વૃક્ષ નીચે પૂ. શ્રીનું સ્વરૂપ છે, ડાબી બાજુ પૂ. માની બેઠક છે. આગળના ભાગમાં બાળકો—બાળાઓ યોગાસન કરી શકે તેવી વ્યવસ્થા છે. સ્ટેજની બંને બાજુ યોગાસનનું મૂલ્યાંકન કરનારા જજોની ખુરશીઓ છે.

દરેક બાળક—બાળાને સ્વર્ગારોહણની પ્રાર્થના(અમોને જ્ઞાન દેનારા ગુરુને લાખ વંદન હો, એવી બુદ્ધિ દો અમને, વરદ હસ્ત પ્રભુ તમારો)ની પ્રત આપવામાં આવે છે અને તેનું સમૂહગાન થાય છે. (નોંધ : આ પ્રાર્થનાઓ એટલી સરસ અસરકારક હતી કે કેટલાક ટીમ—મેનેજરોએ ઘેર લઈ જવા માંગી અને બીજા દિવસે સવારે પૂ. માએ સૌને તે પ્રત ઘેર લઈ જવા પણ આપી.)

દિશા ટેલરે 'પ્યારી ભારત ભૂમિ હમારી' એ ગીત ગાયું. એની છસાત વર્ષની ઉંમર છે છતાં પણ પ્રભુએ એને ખૂબ જ સુરીલો અને મોહક કંઠ આપ્યો છે. દુર્ગા રાગમાં 'મારી નૌકા

કરો પાર પ્રભુજી'વાળું પદ એણે જ ગાયું. નાના બાળકો અને મોટા સાધકો આટલી નાની ઉંમરની બાલિકાદ્વારા ગવાયેલ આ ભજન—સ્તુતિથી ખૂબ પ્રસન્ન અને પ્રભાવિત થયા.

ઉદ્‌ઘાટન કાર્યક્રમની શરૂઆત પછી શ્રી આર. જે. જાડેજા કાર્યક્રમનો આગળનો દોર સંભાળે છે. વર્ષોના અનુભવી, યોગાસનમાં પ્રવીણ અને ભેખધારી, એટલે સુચારું સંચાલનથી સૌનો આત્મવિશ્વાસ વધે એ સહજ છે. કુ. વૈભવલક્ષ્મી અને કુ. ફાલ્ગુનીદ્વારા યોસાસન રીધમેટિક નિદર્શન રજૂ થાય છે. ત્યારબાદ કુ. દિવ્યા વાઘેલા, કુ. ફાલ્ગુની મગિયા, કુ. વૈશાલી પટેલ, કુ. જિજ્ઞા, કુ. રચના પટેલ, કુ. હિમાદ્રી ગોહિલદ્વારા આર્ટિસ્ટિક યોગાસન નિદર્શન રજૂ થાય છે. કુ. હિમાદ્રી અને કુ. રચના પટેલ વ્યક્તિગત રીતે એકલા યોગાસનોનું નિદર્શન કરે છે. તેઓ બંને આર્જેટિનામાં આંતરરાષ્ટ્રીય યોગસ્પર્ધામાં સહભાગી થયાં હતાં કુ. હિમાદ્રીને 'મીસ યોગિની'નું બિરુદ પણ મળેલું છે. પિરામિડ સાથે કુ. રચના પટેલ અને કુ. હિમાદ્રીદ્વારા યોગાસનનું નિદર્શન થાય છે. આ નિદર્શન વખતે એમ જણાતું હતું કે આ બાલિકાઓના શરીરનાં હાડકાં રબર જેવાં કૂણાં અને લચીલાં છે. વળી સાપ જેમ વળાંક લે તેવા વળાંક માનવ શરીરથી પણ શક્ય છે, તેવું સૌ પ્રત્યક્ષ નિહાળી મંત્રમુગ્ધ બન્યાં. પૂ. મા પણ એકેએક નિદર્શનકારની અદા, નિષ્ઠા, એકાગ્રતા, ચપળતાને નિહાળતાં હતાં અને પ્રસન્ન થઈને આશિષ ધરતાં હતાં. આ સૌ નિદર્શનકારી બાલિકાઓને પૂ. મા બદામનો પ્રસાદ, ગીતાજીની કેસેટ, સરળગીતાનું પુસ્તક આપે છે. એક કલાકના આ ઉદ્‌ઘાટન કાર્યક્રમમાં યોગાસન શું ચીજ છે, શો ફાયદો છે અને કેવી રીતે તે શક્ય બને છે તેનો સહજરીતે સહુને ખ્યાલ આવ્યો.



## ૩. યોગાસન હરિફાઈ—પ્રથમ ચરણ

૧૦ વર્ષથી નીચેની બહેનો—ભાઈઓનો કાર્યક્રમ બરાબર સવારે ૮—૦૦ કલાકે શરૂ થાય છે. પૂ. માની ઉપસ્થિતિ છે, સાધકો છે અને સહભાગી થવા પધારેલા બાળકો છે. ટીમ—મેનેજરોનું વૃંદ છે. યોગાસનના નિયમો મુજબના એ. બી. સી. ગ્રૂપનાં આસનો કરવાનાં હોય છે. ૧૦ વર્ષથી નીચેની વયજૂથના બાળકોએ 'એ' ગ્રૂપનાં આસનો ૩૦—૩૦ સેકંડ ટકાવવાનાં હોય છે. 'બી' ગ્રૂપનાં આસનો ૧૫ સેકંડ, 'સી' ગ્રૂપનાં આસનો ૧૫ સેકંડ અને પસંદગીનાં આસનો ૧૦ સેકંડ ટકાવવાનાં હોય છે. આ જૂથમાં ૪ વર્ષથી ૧૦ વર્ષ સુધીનાં નાનાં બાળકો હેરત પમાડે તેવાં આસનો કરતાં હતાં. આ દૃશ્ય જોઈને પૂ. મા ખૂબ પ્રસન્ન થતાં હતાં. સાધકો અને પ્રેક્ષકો પણ ખૂબ આનંદ—વિભોર થતા હતા. આ કાર્યક્રમ એકધારો એક કલાક સુધી ચાલ્યો. આ કાર્યક્રમમાં કુલ ૨૦ છોકરા અને ૧૦ છોકરીઓએ ભાગ લીધો.

## ૪. યોગાસન હરિફાઈ—દ્વિતીય ચરણ

૧૪ વર્ષથી નીચેની બહેનો—ભાઈઓ માટે આ કાર્યક્રમ હતો. આ કાર્યક્રમમાં ૪૦ બહેનો, ૩૨ ભાઈઓએ ભાગ લીધો. 'એ' ગ્રૂપના આસન ૬૦ સેકંડ ટકાવવાનાં હતાં, જ્યારે 'બી' અને 'સી' ગ્રૂપના આસનો ૧૫—૧૫ સેકંડ ટકાવવાનાં હતાં. પસંદગીનાં આસન પણ ૧૫ સેકંડ ટકાવવાનાં હતાં. બપોરના ૧૧—૩૦ કલાકે આ કાર્યક્રમ પૂર્ણ થયો. પ્રથમ અને દ્વિતીય ચરણના આ કાર્યક્રમમાં, પૂ. મા ઉપસ્થિત રહ્યાં. અને સાધકો—ભક્તોને કુલ ૪—૩૦ કલાકની પૂ. માની સંનિધિ પ્રાપ્ત થઈ. ઉપવાસી શરીર, નિર્જળા, સખત ગરમી અને પરિશ્રમ વચ્ચે પણ

એક જ આસન પર ૪—૩૦ કલાક બેસવું અને પ્રસન્નતાપૂર્વક કાર્યક્રમમાં પ્રેરણા આપવી એ સાચે જ ખરા અર્થમાં સંનિધિ જ બની ગઈ!

**૫. યોગાસન હરિફાઈ—તૃતીય ચરણ**

બપોર પછી સાંજના ૪—૩૦ કલાકે સામૂહિક મંત્રગાન સાથે યોગાસનની તૃતીય ચરણની હરિફાઈ શરૂ થઈ. પૂ. મા પણ સમયસર પોતાના સ્થાન પર પધારે છે. સાંજના ૬—૦૦ કલાકે આ હરિફાઈ પૂર્ણ થઈ. ૧૭ વર્ષથી નીચેના ભાઈઓ તથા બહેનોની આ હરિફાઈમાં ૩૩ ભાઈઓ અને ૨૬ બહેનોએ ભાગ લીધો. આ હરિફાઈમાં 'એ' ગ્રૂપનાં 'બી' અને 'સી' ગ્રૂપ-નાં આસનો ૩૦ સેંકડ ટકાવવાના હોય છે. આ હરિફાઈના અંતે બીજા દિવસે ફાઈનલ હરિફાઈમાં કોણ સહભાગી થશે તેની જાહેરાત શ્રી જાડેજા સાહેબે કરી. જેને 'સુપર સીક્સ'ની જાહેરાત એવું નામ આપવામાં આવ્યું. પૂ. માની સતત હાજરી અને બાળકોના કૌશલ્યનું નિદર્શન વાતાવરણને દિવ્યતા ભરી દેતું હતું.

**૬. સુપર સીક્સ વિજેતાની જાહેરાત**

**૧૦ વર્ષથી નીચેનું જૂથ**

| ભાઈઓ | બહેનો |
|---|---|
| પટેલ પાર્થ | શ્યાળ પાયલ |
| કાછિયા વાય.એન. | શ્યાળ શ્વેતા |
| ખત્રી વિવેક | સરવૈયા નિધિબા |
| સોઢા વિશ્વરાજ | જોષી કાજલ |
| પનારા ઉત્કર્ષ | ગોહિલ કુંદન |
| વાસિયા કાર્તિક | |



**૧૪ વર્ષથી નીચેનું જૂથ**

| ભાઈઓ | બહેનો |
|---|---|
| સુતરિયા ધર્મેશ | દવે ખ્યાતિ |
| બારૈયા અજય | ચૌહાણ દયા |
| ચારણ કે. એ. | મહેતા મિલોની |
| મકવાણા સચીન | લાખાણી મિત્તલ |
| કાછડિયા વિપુલ | કોશિયા ડિનલ |
| ગઢિયા પરેશ | બધેકા વિભૂતિ |
| વરમોરા નિલેશ | જ્યોતિ વિડજા |

**૧૭ વર્ષથી નીચેનું જૂથ**

| ભાઈઓ | બહેનો |
|---|---|
| વાઘેલા ધર્મેન્દ્ર | બંસરી મૂકેશ |
| રાવલ ભાવેશ | વાઘેલા ઈલાબા |
| ગોડા વિજય | સુરાણી ડિમ્પલ |
| ચૌહાણ અભિજીત | વાંકાણી લલિતા |
| ગોહિલ ભાવેશ | જમોડ સીમા |
| વઘાસિયા કૌશિક | મગિયા વિરાણી |
| મોરડિયા તરુણ | ગોસ્વામી બિન્દિયા |
| | પંડ્યા માધવી |
| | કેલા જલ્પા |

આ વિજેતામાંથી તા. ૪—૫—૦૩ના રોજ પ્રથમ, દ્વિતીય અને તૃતીય સ્થાન પ્રાપ્ત કરવા માટે આગલી રાત્રિથી જ તૈયારી શરૂ કરી દીધી હતી. કેટલાકે રાત્રિનું ભોજન હળવું લીધું તો વળી

કેટલાકે સવારનો નાસ્તો ન લીધો. આમ કરવાનું મુખ્ય કારણ એ હતું કે પેટ જો ખાલી હોય તો યોગાસન સરસ થાય અને વિજેતા બનાય. નાનાં નાનાં છોકરાઓ અને છોકરીઓ સમય મળે ત્યારે એકાંતમાં આસનની પ્રેક્ટિસ કરતાં જોઈને એમ લાગે ધોરણ–૧૦ કે ધોરણ–૧૨ ની પરીક્ષાની તૈયારી ચાલી રહી છે.

### ૭. ફાઈનલ હરિફાઈ

આ કાર્યક્રમ સમયસર શરૂ થાય તે માટે સામૂહિક પ્રણામનો કાર્યક્રમ ૬–૦ કલાકે શરૂ થાય છે. પૂ. માની ઉપસ્થિતિમાં પ્રણામ, મંત્રગાન, સ્વર્ગારોહણની પ્રાર્થના વગેરે કરવામાં આવે છે. નાસ્તો કરીને સૌ ૮–૧૫ કલાકે ઉપસ્થિત થાય છે. પૂ. મા પણ સમયસર પધારે છે. સ્વર્ગારોહણની પ્રાર્થનાનું સમૂહગાન થાય છે. પૂ. મા હરિફાઈમાં ભાગ લેવા આવેલા સૌ બાળકોને સ્વર્ગારોહણની પ્રાર્થનાની પ્રત આપે છે. સૌ રાજી થાય છે. બે કલાકમાં આ હરિફાઈનો કાર્યક્રમ પૂર્ણ થાય છે. બાળકો ખૂબ ચીવટથી, એકાગ્રતા સાથે અને ગંભીરપણે પોતાનું કૌવત દેખાડી રહ્યાં છે. પૂ. મા પણ એ દૃશ્યને પ્રેમપૂર્વક નીહાળે છે અને પ્રેરણા આપે છે.

શ્રી સેવકરામ સ્વર્ગારોહણતીર્થનો પરિચય આપે છે. અને ડો. અરુણાબેન ઠાકર પૂ. યોગેશ્વરજીનો પરિચય આપે છે. તેઓ ભાવનગર યુનિવર્સિટીમાં પૂ. યોગેશ્વરજી પર પીએચ.ડી. થયા છે. ભોજન માટે વિરામ પડે છે. બપોરે ૧–૩૦ કલાકે ફરી સૌ શમિયાણામાં પરિણામની જાહેરાતના સમારંભમાં ઉપસ્થિત થાય છે. અમદાવાદથી પ્રા. તરલાબેન યશવંતભાઈ દેસાઈ પૂ. માનો પરિચય આપવા ખાસ પધારે છે. પોતાની આગવી શૈલીમાં સૌને



સમજાય તે રીતે પૂ. મા સર્વેશ્વરીનો પરિચય આપે છે અને મહાન વિભૂતિનો પરિચય આપતાં તેઓ ધન્યતા અનુભવે છે.

### ૮. વિજેતાઓની જાહેરાત, પુરસ્કાર અર્પણ, ભેટ વિતરણ

જજ તરીકે શ્રીમતી પ્રીતિબેન સોઢા, શ્રી આર. જે. જાડેજા, કુ. જિજ્ઞાસા મહેતા, કુ. પ્રતિભા ગોસ્વામી, શ્રી નીતિન કુકડિયા અને શ્રી નિર્મલ સાહેબે સેવાઓ આપી અને વિજેતાઓની નામાવલિ તૈયાર કરી. ટાઇમ કીપર તરીકે શ્રી જાડેજા સાહેબ વિજેતાઓની જાહેરાત કરે છે. પૂ. માના હસ્તે ત્રણ જૂથના છોકરા–છોકરીઓમાંથી પ્રથમ, દ્વિતીય, તૃતીય સ્થાન પ્રાપ્ત કરનારને ૩૦ ગ્રામ ચાંદીના 'યોગકૌશલ' મેડલની અર્પણવિધિ થાય છે. કુલ ૧૮ વિજેતાઓને આ પુરસ્કાર પ્રાપ્ત થાય છે. યોગાસનની હરિફાઈમાં પ્રથમ, દ્વિતીય, તૃતીય સ્થાન પ્રાપ્ત કરનારાઓની નામાવલિ આ મુજબ છે.

**૧૦ વર્ષથી નીચેનું જૂથ**

| છોકરા | ગુણ ૫૦ માંથી | છોકરી | ગુણ ૫૦ માંથી |
|---|---|---|---|
| પટેલ પાર્થ સુરેન્દ્રનગર | ૪૨ | જોષી કાજલ ભાવનગર | ૪૨.૫ |
| સોઢા વિશ્વરાજ અમદાવાદ | ૪૧.૫ | શ્યાળ પાયલ ભાવનગર | ૪૨ |
| ખત્રી વિવેક આણંદ | ૪૦.૫ | સરવૈયા નિધિબા ભાવનગર | ૪૦.૫ |

| ૧૪ વર્ષથી નીચેનું જૂથ | | | |
|---|---|---|---|
| **છોકરા** | **ગુણ ૫૦ માંથી** | **છોકરી** | **ગુણ ૫૦ માંથી** |
| બારૈયા અજય આણંદ | ૪૨.૫ | લાખાણી મિત્તલ ભાવનગર | ૪૦ |
| વરમોરા નિલેશ સુરેન્દ્રનગર | ૪૧.૫ | બધેકા વિભૂતિ ભાવનગર | ૪૦ |
| મકવાણા સચીન ભાવનગર | ૪૧ | કોશિયા ડિનલ ભાવનગર | ૩૮.૫ |

| ૧૭ વર્ષથી નીચેનું જૂથ | | | |
|---|---|---|---|
| **છોકરા** | **ગુણ ૫૦ માંથી** | **છોકરી** | **ગુણ ૫૦ માંથી** |
| ગોહિલ ભાવેશ સુરેન્દ્રનગર | ૪૨ | મગિયા વિરાલી ભાવનગર | ૪૧ |
| ડોંડા વિજય ભાવનગર | ૪૧.૫ | જમોડ સીમા ભાવનગર | ૪૦.૫ |
| મોરડિયા તરુણ સુરેન્દ્રનગર | ૪૦ | બંસરી મૂકેશ સુરેન્દ્રનગર | ૩૭ |

તાળીયોના ગડગડાટ, મંત્રગાન, બાળપક્ષીઓના કલરવ અને પૂ. માની ઉપસ્થિતિથી વિજેતાઓ જ્યારે મંચપર પોતાનો પુરસ્કાર લેવા જતા હતા ત્યારે વાતાવરણ ખૂબ આકર્ષક, આનંદપ્રદ અને નયનરમ્ય બની ગયું. નાનાં નાનાં બાળદેવોને પૂ. મા



ઊભા થઈને આશીર્વાદ સાથે પુરસ્કાર અર્પણ કરતાં હતાં. આ હરિફાઈમાં સૌથી નાની ઉંમરનો બાળ (૪ વર્ષ) દિવ્યરાજ સોઢા અને જ્યારે સૌથી નાની ઉંમરની બાલિકા (૭ વર્ષ) શુક્લ પ્રિયંકા સહભાગી થયાં હતાં. હરિફાઈના અંતે સામાન્ય રીતે મી. યોગી અને મીસ યોગીનીની જાહેરાત પણ થતી હોય છે. આ હરિફાઈમાં સૌથી વધુ ગુણ ૮૪.૫ (૧૦૦ માંથી) પ્રાપ્ત કરનાર શ્રી અજય બારૈયાને મી. યોગી અને બહેનો પૈકી સૌથી વધુ ગુણ ૮૪.૫ (૧૦૦ માંથી) પ્રાપ્ત કરનાર કુ. કાજલ જોશીને મીસ. યોગીની તરીકે જાહેર કરવામાં આવ્યાં. ભાવનગર જિલ્લાને (૩૦ ગુણ) અને બીજા ક્રમે સુરેન્દ્રનગરને ૧૫ ગુણ પ્રાપ્ત થતાં સમગ્ર હરિફાઈમાં અનુક્રમે પ્રથમ અને દ્વિતીય સ્થાન પ્રાપ્ત થયું.

પ્રો. તરલાબેન દેસાઈએ પૂ. માનો આશીર્વાદ ધરતો સંદેશ વાંચ્યો, જે આ મુજબ છેઃ—

## ૯. પૂ. માનો પત્ર

## સ્વર્ગારોહણને આંગણે પધારેલા બાળદેવતાઓ

તમે સૌ સ્વર્ગારોહણમાં પધાર્યા ને યોગનો એક નવો સંદેશ લાવ્યા. પૂ. શ્રી યોગેશ્વરજીના જાણે તમે સૌ કૃપાપાત્ર બાળદેવો છો. તમે આ ભૂમિને યોગના મંગલગાનથી વિશેષ મહમાવંતી કરી.

નાના નાના આપ બાળદેવતાઓએ સર્વશ્રેષ્ઠ રીતે પોતાની વિશેષતાઓનું અહીં દર્શન કરાવ્યું છે.

તમને સૌને જોઈને અમને ખૂબ આનંદ થયો છે. જ્યારે જ્યારે અંબાજી આવો ત્યારે ત્યારે જરૂર અહીં આવજો.

હે બાળદેવતાઓ, તમારી ખૂબ ખૂબ પ્રગતિ થાવ. તમે સૌ બાળયોગી—અને બાળયોગીની બની જાવ.

આધ્યાત્મિક જગતની ઝળહળતી જ્યોત બની જાવ. તમારા આ ક્ષેત્રના ગુરુજનોને પણ ધન્યવાદ.

તમારા સૌ ઉપર પ્રભુના ખૂબ ખૂબ આશીર્વાદ ઉતરો એવી પ્રાર્થના.

**—મા.**

### ૧૦. પ્રત્યેક બાળક—બાલિકાને ભેટ

પુરસ્કાર તો કુલ ૧૮ વિજેતાને પ્રાપ્ત થયા. બાકીના બાળ દેવો—દેવીને શું? પૂ. માની દૃષ્ટિએ સૌ સરખા. પ્રત્યેકને એક પ્લાસ્ટિકની થેલીમાં પ્રોત્સાહક ભેટ આપવામાં આવી. જેમાં એક સ્લેટ કેલ્ક્યૂલેટર, ફૂટપટ્ટી, પૂ. શ્રી યોગેશ્વરજીનો પરિચય આપતું પુસ્તક, સરળગીતા, સરળગીતાની કેસેટ, બિસ્કીટનું પેકેટ, ચિકીનું પેકેટ, પૂ. મા—પ્રભુ અને જ્યોતિર્મયી માતાનું સ્વરૂપ હતાં. આ ભેટ પૂ. માએ દરેક બાળકને—દેવીદેવતા માનીને ઊભા થઈને સ્વહસ્તે અર્પણ કરી. બપોરના ૨—૩૦ વાગ્યા હતા, સખત ગરમી હતી, પૂ. માનું ઉપવાસી શરીર છતાં અપ્રતિમ ઉત્સાહ અને આનંદ હતો. બાળકો ખૂબ પ્રસન્ન થતાં હતાં. આ પ્રસન્નતા પણ વાણીસ્વરૂપે અભિપ્રાયમાં પરિણમી અને સ્ટેજપર અભિપ્રાયની વર્ષા થઈ. પ્રત્યેક ટીમ મેનેજરને પણ સરળગીતા, પૂ. શ્રીનું પુસ્તક અને સરળગીતાની કેસેટ પૂ. માએ અર્પણ કરી. જજ તરીકે સેવાઓ આપવા બદલ શ્રી આર. જે. જાડેજા સાહેબ શ્રી નિર્મલ એચ. એન, કુ. જીજ્ઞા મહેતા, શ્રીમતી ગીતાબેન સોઢા, કુ. પ્રતિભા ગોસ્વામીને પૂ. માએ પણ સારી એવી ભેટ સ્વહસ્તે ધરી અને પ્રાપ્ત કરનારા જજો પણ ધન્ય થયા.

### ૧૧. અભિપ્રાયની વર્ષા

અમદાવાદના શ્રીમતી પ્રીતિબેન સોઢાએ (જજ) અભિપ્રાય



આપતાં જણાવ્યું કે 'આપ સૌ આજે ખૂબ ખુશ છો.' અત્યારે કાર્યક્રમ ઘણો લાંબો ચાલ્યો છે છતાં પણ અભિપ્રાય આપ્યા વિના રહી શકાયું નથી. સૌને ખૂબ લાભ થયો છે. પૂ. માના દર્શન થયાં છે. સ્વર્ગારોહણતીર્થમાં રહેવા મળ્યું છે તે કંઈ આછી ધન્યતા ન ગણાય. અહીંયા એવું લાગે છે કે પૂ. માને વર્ષોથી ઓળખતાં ન હોઈએ! સૌનો સાથ મળ્યો છે. આયોજકો અને પૂ. માએ ખૂબ જ પરિશ્રમ કર્યો છે. પહેલે દિવસે મોડાં પડેલાં બાળકોને પણ જમાડ્યાં છે. આટલો પ્રેમ, સુવિધા અને આગતા—સ્વાગતા બીજે ક્યાંય જોવા નથી મળી. અમારે દરવરસે અહીં આવવું પડશે અને શિબિર કરવી પડશે તેમ લાગે છે. પૂ. માએ જેટલું અમને આપ્યું છે તેટલું અમારાથી પાછું નહીં આપી શકાય, પણ અમારી પાસે યોગાસનનું કૌશલ્ય છે તે સૌને શીખવીને ઋણમુક્ત થવાનો પ્રયાસ કરીએ છીએ. પૂ. માએ અને સાધકોએ જે પ્રેમ અમારાપર વરસાવ્યો છે તેનું વર્ણન શબ્દોથી અમે કરી શકીએ તેમ નથી.'

મહેસાણાથી આવેલ પટેલ પિનાએ પોતાનો અભિપ્રાય આપતા જણાવ્યું કે 'સ્વર્ગારોહણમાં યોગાસન હરિફાઈ—યોગકૌશલનું આયોજન ખૂબ સરસ થયું છે, અમને કોઈને જુદાઈ નથી લાગી, હળવાશથી હરિફાઈમાં ભાગ લીધો, રહેવાની, જમવાની અને સૂવાની ઉત્તમ સગવડતા મળી છે. આવી સ્પર્ધા ભવિષ્યમાં થશે તો હું અવશ્ય ભાગ લેવા આવીશ. આવા આયોજન બદલ પૂ. માનો આભાર અને આયોજકોનો આભાર.'

ભાવનગરથી કાજલ જોશી નામની સાવ નાની બાલિકાએ પોતાનો અભિપ્રાય હિંમતપૂર્વક, ગભરાયા વિના અને આગવી છટાથી આપતાં જણાવ્યું કે 'પૂ. મા, શ્રી જાડેજા સાહેબ, સાધક

મિત્રો. પૂ. માના આશીર્વાદથી સ્વર્ગારોહણમાં આવેલાં સૌ બાળકોને અભિનંદન.' પ્રયત્ન કરશો તો સફળતા મળશે. ઊઠો, જાગો અને સફળતા ન મળે ત્યાં સુધી મંડ્યા રહો. (Arise, awake and stop not till the goal is reached). પૂ. માને વિનંતી કે દર વર્ષે બાળકોને આવી રીતે પોતાનાં ચરણોમાં બોલાવે' આ બાલિકાના અભિપ્રાયથી સૌએ બાલિકાને તાલીઓના ગડગડાટથી વધાવી લીધી.

કેટલાક તો અભિપ્રાય આપવા લાગ્યા કે પૂ. મા ભલે મૌન રાખે પણ તેમના કૃપાપાત્રોદ્વારા કેવી સરસ વાણીનો ધોધ વહાવે છે.

અમરેલીથી આવેલ ટીમ મેનેજર કુ. ભાવનાબેન ગોંડલિયાએ અભિપ્રાય આપતા જણાવ્યું કે 'પૂ. મા તથા આપ જેવા આયોજકોના સહકાર વિના આવી સ્પર્ધા શક્ય નથી. ઘેરથી સૌ છૂટા પડીને બે દિવસ માટે અહીં સૌ આવ્યા છે. એટલે જ ઉક્તિ યાદ આવે છે 'ઘરને ત્યજી જનારને, મળતી વિશ્વતણી વિશાળતા.' અહીં સૌને ભોજન, ભજન, પ્રકાશ અને પ્રેમ મળ્યાં છે. પૂ. સર્વેશ્વરીમાના સ્નેહને સરહદ નથી. સ્વર્ગમાં દેવી–દેવતાઓને થતું હશે કે ચાલોને સ્વર્ગારોહણમાં પૂ. માના હસ્તે ઈનામ લઈએ અને માણીએ., દેવોને પણ ઈર્ષા થતી હશે કે આપણને સ્વર્ગારોહણની યોગકૌશલ હરિફાઈમાં જવા મળ્યું હોત તો કેવું સારું થાત?'

બનાસકાંઠા યોગ એસોસિયેશનના શ્રી પી. ઝેડ. ઠાકોરે પણ પત્ર સ્વરૂપે અભિપ્રાય આપ્યો અને જણાવ્યું કે સ્વર્ગારોહણમાં પ્રેમ, પાણી અને પાથરણાની ઉત્તમ વ્યવસ્થા કરવામાં આવી. ગુજરાતમાં અન્ય સંસ્થાઓને સાચો રાહ બતાવ્યો છે. પ્રભુને પ્રાર્થના કે પૂ. માને દીર્ઘાયુષ્ય અર્પે અને અમને સૌને શક્તિ આપે.



શ્રી રાજુભાઇ જાનીએ સર્વમંગલ ચેરિટેબલ ટ્રસ્ટનો પરિચય આપ્યો અને કરેલ પ્રવૃત્તિઓનો અહેવાલ રજૂ કર્યો. સૌનો આભાર માન્યો. બપોરના ૩–૦૦ કલાકે કાર્યક્રમ પૂર્ણ થયો અને સસ્મિત વદને, પ્રસન્નતા સાથે એક નવો પરિચય કર્યાનો અહેસાસ વ્યક્ત કરતાં કરતાં સૌ છૂટા પડ્યા. આ કાર્યક્રમની વિશેષતા એ હતી કે સૌ બાળકો–બાલિકાઓ, ટીમ મેનેજરને અને જજોને પોતાના ઘેરથી સ્વર્ગારોહણતીર્થ, અંબાજી સુધી આવવા તથા પાછા જવાનું ભાડું પણ ટ્રસ્ટ તરફથી તત્કાળ ચૂકવવામાં આવ્યું હતું.

**સ્નેહ ક્યાં ઉત્પન્ન થાય છે?**

આપણે ઉપકાર કે મિત્રતા કરતા ન હોઈએ તોપણ દયાળુ માતાપિતાની માફક, જે ઉપકાર કરે છે ત્યાં જ અપવાદરહિત ધર્મ અને ત્યાં જ સ્નેહ ઉત્પન્ન થાય છે.

**યોગેશ્વરજી**

**ઘર : ૨૪૬૩૪૩૧ ઓફિસ : ૨૩૬૨૪૩૭**
**: ૨૪૮૦૪૨૮ : ૨૩૬૦૩૭૬**

**ખેતીની સિંચાઇ માટે વિશ્વસનીય એન્જીન**
**"સત્યવાન" તથા "ચંદન"**
**૬, ૮ તથા ૧૦ હો. પા.**
–: બનાવનાર :–

**કનેરીયા એન્જીનીયરીંગ વર્ક્સ**

૧/W, ભક્તિનગર ઈન્ડસ્ટ્રીયલ એસ્ટેટ, **રાજકોટ**–૩૬૦૦૦૨

# તેજસ્વી તારલાનો પરિચય

**હિમાદ્રી ગોહિલ**

**યોગકૌશલ–કાર્યક્રમમાં રીધમિક, આર્ટિસ્ટિક નિદર્શન**

નામ : ગોહેલ હિમાદ્રી અરવિંદભાઇ
ધોરણ : ૧૦
શાળા : શ્રી સિસ્ટર નિવેદિતા કન્યાવિદ્યાલય
ફોન નં. : ૨૫૧૫૧૭૭
સરનામું : દેવબાગ, ૩૪/બી, 'અભિષેક',
ૐ નેચરોપથી સારવાર એન્ડ ફીટનેસ સેન્ટર,
ભાવનગર–૩૬૪૦૦૧.
સિદ્ધિઓ : પલવલ મુકામે યોજાયેલ ઓલઈન્ડિયા યોગાસન ચેમ્પીયનશિપમાં મિસ યોગિનીનું ટાઇટલ પ્રાપ્ત કરેલ.
આર્જેન્ટિના મુકામે યોજાયેલ વર્લ્ડકપમાં રિધમિકમાં ગોલ્ડમેડલ મેળવેલ તથા મલખમમાં દ્વિતીય સ્થાન સાથે સિલ્વિર મેડલ મેળવેલ.
સુરત મુકામે યોજાયેલ નેશનલ યોગાસન ચેમ્પિયન-શિપમાં ૧૭ વર્ષથી નીચેના જૂથમાં પ્રથમસ્થાન પ્રાપ્ત કરેલ તથા ટીમમાં પ્રથમસ્થાન તથા મિસયોગીનીમાં દ્વિતીય સ્થાન મેળવેલ.

નામ : પટેલ રચના મહેન્દ્રભાઇ (S.Y.B.Sc.)
કોલેજ : સર. પી. પી. ઈન્સ્ટિટયૂટ ઓફ સાયન્સ ભાવનગર.
ફોન નં. : ૨૫૧૧૭૭૧ (પી. પી. નંબર)



સરનામું : કણબીવાડ, ધજાગરાવાળી શેરી,
ડાબરિયાનો ડેલો, ભાવનગર–૩૬૪૦૦૧.
સિદ્ધિઓ : આર્જેન્ટિના મુકામે યોજાયેલ વર્લ્ડકપ ચેમ્પિયનશિપમાં ઓલિમ્પિક યોગમાં સિલ્વર મેડલ અને રિધમિક યોગમાં સિલ્વર મેડલ પ્રાપ્ત કરેલ.
બેંગ્લોર ખાતે યોજાયેલ ઓલ ઈન્ડિયા ઓપન નેશનલ યોગાસન ચેમ્પિયનશિપમાં ઓલ્મિપીક યોગમાં ગોલ્ડમેડલ અને આર્ટિસ્ટીક યોગમાં બ્રોન્ઝ મેડલ પ્રાપ્ત કરેલ.
અમૃતસર ખાતે યોજાયેલ ઓલ ઈન્ડિયા ઈન્ટર યુનિ-વર્સિટી યોગ ચેમ્પિયનશિપમાં બ્રોન્ઝ મેડલ પ્રાપ્ત કરેલ.

○


શ્રી યોગેશ્વર કૃપા

**સંદીપ વેલ્ડીંગ વર્ક્સ**

**ગ્રીલ, દરવાજા, તેમ જ મેઇન ગેટના સ્પેશ્યાલીસ્ટ**
તેમ જ
**દરેક જાતનું રીપેરીંગ કામ કરનાર.**
મોદી બંગલા,ઉમરા જકાત નાકા પાસે, **સુરત**–૩૯૫૦૦૭
ફોન : **૨૩૨૨૮૨૩૧**

# યોગકૌશલ-યોગાસન હરિફાઈના નિયમો

સંકલન : **શ્રી આર. જે. જાડેજા**

(૧) જન્મ તારીખની ડેડ લાઈન તા. ૧—૫—૯૩, તા. ૧—૫—૮૯, તા. ૧—૫—૮૬ પછીના જન્મેલા અનુક્રમે ૧૦, ૧૪, ૧૭ વર્ષના ગ્રૂપમાં રમી શકશે. તા. ૧—૫—૯૩, તા. ૧—૫—૮૯ પહેલાં જન્મેલા અનુક્રમે ૧૪, ૧૭ વર્ષના ગૃપમાં રમી શકશે. તા. ૧—૫—૮૬ પહેલાં જન્મેલા આ સ્પર્ધામાં ભાગ લઈ શકશે નહિ.

(૨) જન્મ તારીખ ઉપરાંત ધો. ૬ માં આવનાર ૧૪ વર્ષમાં ધો. ૯ માં આવનાર ૧૭ વર્ષમાં અને ધો. ૧૨ માં આવનાર રમી શકશે નહિ.

(૩) સ્પર્ધામાં પહેલો રાઉન્ડ રમાશે જેમાંથી દરેક ગ્રૂપમાંથી છ—છ (સુપરસીક્સ) પસંદ કરવામાં આવશે ગુણના આધારે આ છ—છ નું ફાઈનલ બીજા દિવસે યોજાશે.

(૪) પ્રથમ રાઉન્ડમાં ચીઠ્ઠીને બદલે ખેલાડીઓ એ—બી ગ્રૂપમાંથી પોતાની મરજી મુજબના બે—બે આસનો કરી શકશે જેથી નવા ખેલાડીઓ હતાશ ન થાય. આ ચાર આસનમાં ૪૦ ગુણમાંથી વધુ ગુણ લેનારા છ—છ ફાઈનલમાં આવશે. પ્રથમ રાઉન્ડમાં 'સી' ગ્રૂપમાંથી આસન કરવાનાં નથી, કારણ કે આ આસનો બહુ અઘરાં છે. જે ફાઈનલમાં કરાવવામાં આવશે.

(૫) પ્રથમ રાઉન્ડમાં જે ચાર આસનો કરવાનાં છે તેના ગુણ આસનનાં ગ્રેડ પ્રમાણે મળશે. ગ્રેડ નીચે મુજબ છેઃ—

A ગ્રેડનાં આસનો—૧૦ ગુણ

B ગ્રેડનાં આસનો— ૮ ગુણ

C ગ્રેડનાં આસનો— ૬ ગુણ



**A ગ્રેડનાં આસનો**—(૧) પશ્ચિમોતાનાસન (૨) ધનુરાસન (૩) ચક્રાસન—આંગળા એડીને અડી જાય તો (૪) ભૂમાસન—પેટ જમીનને અડી જાય તો (૫) શીર્ષાસન (૬) પૂર્ણ સલભાસન (૭) વ્યાઘ્રાસન (૮) તિતિભાસન પગ ઘૂંટણમાંથી સીધા (૯) શીર્ષાસનમાંથી ઉર્ધ્વકુકુટાસન (૧૦) સાંખ્યાસન.

**B ગ્રેડનાં આસનો**—(૧) ચક્રાસનમાં આંગળા ૪ ઈંચ દૂર રહે. (૨) પશ્ચિમોતાનાસમાં કોણી ન અડે (૩) સર્વાંગાસન (૪) મત્સ્યાસન—કુકુટાસન (૫) બકાસન પૂરા હાથ સીધા રહે. (૬) ભૂમાસન માથું જમીનને અડે અંગૂઠા પકડાયેલા રહે ને પગ પૂરતા પહોળા રહે. (૭) ઉત્થિદપાદ હસ્તાસન (૮) તિતિભાસન પગ ઘૂંટણમાંથી વળેલા (૯) પદ્મમયૂરાસન

**C ગ્રેડના આસનો**—(૧) ચક્રાસનમાં આંગળા છ ઈંચ દૂર રહે. (૨) પશ્ચિમોતાનાસનમાં માથુ ગોઠણને ન અડે. (૩) અર્ધ-મત્સેન્દ્રાસન (૪) ઉત્તાનપાદાસન (૫) બકાસન કોણી વળેલી રહે.

**: સમય :**

| | **૧૦ વર્ષ માટે** | **૧૪ વર્ષ માટે** | **૧૭ વર્ષ માટે** |
|---|---|---|---|
| ગ્રૂપ—A | ૩૦ સે. | ૬૦ સે. | ૬૦ સે. |
| ગ્રૂપ—B | ૧૫ સે. | ૧૫ સે. | ૧૫ સે. |
| ગ્રૂપ—C | ૧૫ સે. | ૧૫ સે. | ૧૫ સે. |
| પસંદગી | ૧૦ સે. | ૧૫ સે. | ૧૫ સે. |

ફાઈનલ રાઉન્ડમાં ચીફજજ, જજની પેનલ સાથે ચર્ચા કરી આસનો આપશે. એ, બી, ગ્રૂપમાંથી એક એક, સી ગ્રૂપમાંથી ખેલાડી-ને મરજી પડે તે આસન કરી શકશે અને એક પસંદગીનું આસન મળી કુલ ચાર આસનો કરવાનાં રહેશે. ત્રણ ટ્રાયલ થશે ત્યાં સુધી ગુણ કપાશે નહિ. ચોથી ટ્રાયલ મળશે પણ બે ગુણ કપાશે જે લાસ્ટ ટ્રાયલ ગણાશે. પાંચમી ટ્રાયલ મળશે નહિ. ○

### યોગકૌશલ–યોગાસન હરિફાઈમાં

# સહભાગી શાળાઓની યાદી

**શ્રી રાજુભાઈ જાની**

### જિલ્લો : ૧. રાજકોટ (ગ્રામ્ય)

| શાળાનું નામ | ભાઈઓ | બહેનો |
|---|---|---|
| ૧. એ. ઝેડ. કનેરિયા હાઈસ્કૂલ, ધોરાજી | ૯ | – |
| ૨. જૂના ઘાટિલા હાઈસ્કૂલ, જૂના ઘાટિલા તા. માળિયા જિ. રાજકોટ. | – | ૬ |

**(શહેર)**

| | | |
|---|---|---|
| ૩. સૌરાષ્ટ્ર હાઈસ્કૂલ | ૧ | ૧ |
| ૪. કોટક ઇંગ્લિશ–મીડીયમ સ્કૂલ | – | ૧ |
| ૫. રોઝરી સ્કૂલ | ૧ | – |
| ૬. કોટેચા ગર્લ્સ હાઈસ્કૂલ | ૦ | ૨ |

### જિલ્લો : ૨. સુરેન્દ્રનગર (ગ્રામ્ય)

| | | |
|---|---|---|
| ૭. કુ. શિવાંગી એન. ઝાલા વિદ્યાલય લીંબડી, જિ. સુરેન્દ્રનગર. | ૮ | – |
| ૮. એલ. એમ. વોરા ગર્લ્સ હાઈસ્કૂલ સાયલા, જિ. સુરેન્દ્રનગર. | ૦ | ૬ |

**(શહેર)**

| | | |
|---|---|---|
| ૯. સવિતાબેન વી. વકીલ પ્રાથમિક શાળા, જોરાવરનગર. | ૧૩ | ૦૫ |



### જિલ્લો : ૩. ભાવનગર (ગ્રામ્ય)

| શાળાનું નામ | ભાઈઓ | બહેનો |
|---|---|---|
| ૧૦. સણોસરા હાઈસ્કૂલ, સણોસરા તા. સિહોર, જિ. ભાવનગર. | ૫ | ૦ |
| ૧૧. ૐકાર ઇંગ્લિશ મીડિયમ સ્કૂલ, મહુવા. | – | ૧ |
| ૧૨. શ્રી સ્વામિનારાયણ કેન્દ્રવર્તી શાળા, મહુવા. | ૫ | ૮ |

### જિલ્લો : ૪. પોરબંદર

| | | |
|---|---|---|
| ૧૩. નવયુગ વિદ્યાલય. | ૧ | ૦ |
| ૧૪. ભાવસિંહજી ટેકનીકલ હાઈસ્કૂલ. | ૧ | ૦ |
| ૧૫. સેન્ટ મેરિઝ. | ૨ | ૦ |
| ૧૬. ભારતીય વિદ્યાલય. | ૧ | ૦ |

### જિલ્લો : ૫. અમરેલી (ગ્રામ્ય)

| | | |
|---|---|---|
| ૧૭. શ્રીમતી એન. એન. પીપળિયા હાઈસ્કૂલ, મુ. મેઘા પીપળિયા, જિ. અમરેલી. | ૭ | ૨ |

**(શહેર)**

| | | |
|---|---|---|
| ૧૮. જનતા વિદ્યાલય, મોટા ગોખરવાળા, તા. જિ. અમરેલી. | ૨ | ૪ |
| ૧૯. પ્રાથમિક શાળા, મોટા ગોખરવાળા, તા. જિ. અમરેલી. | ૪ | ૧ |

### જિલ્લો : ૬. જૂનાગઢ (ગ્રામ્ય)

| | | |
|---|---|---|
| ૨૦. શ્રી શિશુભારતી પ્રાથમિક શાળા, તા. ઉના, જિ. જૂનાગઢ. | ૩ | ૩ |

## જિલ્લો : ૭. મહેસાણા

| શાળાનું નામ | ભાઈઓ | બહેનો |
|---|---|---|
| ૨૧. સૂઢિયા પ્રાથમિક શાળા, મુ. પો. સૂઢિયા, તા. વડનગર, જિ. મહેસાણા. | ૩ | ૪ |

## જિલ્લો : ૮. બનાસકાંઠા

| | | |
|---|---|---|
| ૨૨. રૂપાલ માધ્યમિક શાળા, મુ. પો. રૂપાલ, તા. વડગામ, જિ. બનાસકાંઠા. | ૪ | ૭ |

## જિલ્લો : ૯. અમદાવાદ

| | | |
|---|---|---|
| ૨૩. સરસ્વતી મંદિર પ્રાથમિક શાળા. | ૨ | ૦ |
| ૨૪. દિવાન બલ્લુભાઈ પ્રાથમિક શાળા. | ૦ | ૧ |
| ૨૫. જીવકોરબા પ્રાથમિક શાળા. | ૦ | ૨ |
| ૨૬. બેસ્ટે પ્રાયમરી સ્કૂલ. | ૦ | ૧ |
| ૨૭. પારેખ ડી. ડી. કન્યા વિદ્યાલય. | ૦ | ૧ |
| ૨૮. શેઠ શ્રી હીરાભાઈ કન્યા વિદ્યાલય. | ૦ | ૧ |
| ૨૯. લોયલા પ્રાથમિક શાળા. | ૨ | ૦ |

## જિલ્લો : ૧૦. આણંદ

| | | |
|---|---|---|
| ૩૦. ગવારા તાલુકા શાળા. | ૧ | ૦ |
| ૩૧. ચંદનબા કુમાર શાળા. | ૧ | ૦ |
| ૩૨. ભરત બાલમંદિર અલિંગ | ૧ | ૦ |
| ૩૩. ડો. જે. બી. પટેલ પ્રાથમિક શાળા. | ૧ | ૦ |
| ૩૪. એમ. ટી. હાઈસ્કૂલ. | ૧ | ૦ |
| ૩૫. માધવલાલ શાહ હાઈસ્કૂલ. | ૨ | ૦ |



## જિલ્લો : ૧૧. કચ્છ

| શાળાનું નામ | ભાઈઓ | બહેનો |
|---|---|---|
| ૩૬. શ્રી માતૃછાયા કન્યા વિદ્યાલય | ૦ | ૫ |

## જિલ્લો : ૧૨. ભાવનગર (શહેર)

| | | |
|---|---|---|
| ૩૭. ફાતીમા કોન્વેન્ટ પ્રાથમિક શાળા. | ૧ | ૧ |
| ૩૮. સેન્ટ મેરિઝ હાઈસ્કૂલ. | ૧ | ૦ |
| ૩૯. મુક્તાલક્ષ્મી કન્યા વિદ્યાલય. | ૦ | ૨ |
| ૪૦. દક્ષિણામૂર્તિ વિનય મંદિર. | ૫ | ૨ |
| ૪૧. તક્ષશિલા વિદ્યાલય. | ૧ | ૩ |
| ૪૨. માજીરાજ ગર્લ્સ હાઈસ્કૂલ. | ૦ | ૧ |
| ૪૩. શ્રી સ્વામીનારાયણ ગુરુકુળ | ૧ | ૦ |


**આળસ વિના કરવાના કામ**

સ્નાન, જપ, હોમ, સ્વાધ્યાય, પિતૃતર્પણ તથા ગાય, દેવ, અતિથિની સેવા—એટલી બાબતો આળસ રાખ્યા વિના કરવી જરૂરી છે. —યોગેશ્વરજી

ફોન : ૨૩૨૧૦૭૦૭, ૨૩૨૨૧૮૧૦

મોબાઈલ : ૯૮૨૫૧૩૭૩૫૫

**દીપક સી. મહેતા**

**કૃષ્ણા ફિલ્મ્સ એન્ડ સ્ટુડિઓ**

૧, શ્યામ એપાર્ટમેન્ટ, કાકડીઆ કોમ્પ્લેક્ષ પાસે,
ઘોડદોડ રોડ, **સુરત**-૩૯૫૦૦૧

# યોગકૌશલમાં વિજેતા બનવાનો આનંદ

**કુ. કાજલ મૂકેશભાઇ જોષી**

પ. પૂ. મા, જાડેજા સાહેબ, નિર્ણાયક ગણ તથા મારા વ્હાલાં બાળકો.

પૂ. માનાં ચરણોમાં રહીને યોગાસનની સ્પર્ધામાં વિજેતા બનવાનો આનંદ જ મારા માટે અનેરો છે.

Where there is will, there is way.

પ્રયત્ન કરો તો સફળતા મળે જ.

પૂ. દાદાના શબ્દોમાં કહીએ તો–

**उतिष्ठ जाग्रत प्रार्धा वरान् निबोधत॥**

ઊઠો જાગો અને યોગાસનમાં સફળતા મેળવવા માટે તૈયાર થઇ જાઓ.

Standing at the foot boy;
Gazing at the sky,
How can you get up;
If you never try;

પ્રયત્ન કર્યા વગર સફળતાનાં શિખરો સુધી પહોંચી શકાતું નથી.

પૂ. માને મારી વિનંતી કે તે પોતાના બાળકોને વારંવાર આવી સ્પર્ધાઓ યોજી પોતાના ચરણોમાં આવવાની અને રહેવાની તક આપે.



## પ્રતિભાવ

# બનાસકાંઠા જિલ્લા યોગ એસોસિએશન

પૂજ્ય જ્યોતિર્મયી માતાજી, વિશ્રામગૃહ મધ્યે,
પૂ. શ્રી મા સર્વેશ્વરીજી.
સ્વર્ગારોહણ સંસ્થા, અંબાજી.

આપની સંસ્થામાં આપની નિશ્રા હેઠળ જે ગુજરાત રાજ્ય યોગાસન સ્પર્ધાનું આયોજન કરવામાં આવ્યું તે જાણીને મને ખૂબ જ આનંદ થયેલ.

તા. ૨, ૩, ૪ મે–૨૦૦૩ સુધી આપની સંસ્થામાં તમામ સ્પર્ધકો પ્રત્યે જે પ્રેમ અને કાળજી રાખવામાં આવી તેને અમો બધા કદાપિ ભૂલીશું નહિ. આ સંસ્થામાં અમને પ્રેમ, પાણી અને પાથરણાની જે વ્યવસ્થા કરવામાં આવેલ તે અમારા જીવન માટે અદ્ભુત સ્મરણીય બની રહેશે. આજના યુગમાં ગુજરાતની અન્ય સંસ્થાઓ પણ આપની જેમ બાળકોને સાચો સ્નેહ આપીને જીવનનો સાચો રાહ બતાવે તો ચોક્કસ ગુજરાત દુનિયાના નકશામાં અનોખું સ્થાન પ્રાપ્ત કરી શકે, આપની શિસ્તની પ્રેરણા લઇને દરેક વ્યક્તિને પોતાના જીવનમાં શિસ્તને અપનાવે તો તેના જીવનને ઉપયોગી બની શકે તેમ હું પ્રભુને પ્રાર્થના કરું છું. આપને દીર્ઘાયુ અર્પે અને બાળકોને નવો રાહ ચિંધવા માટે શક્તિ અર્પે સતત ત્રણ દિવસ આપની સંસ્થાની કામગીરી જોઇને હું બનાસકાંઠા જિલ્લા યોગ એસોસિએશન વતી આપની સંસ્થાનો, તથા પૂ. માનો અંતઃકરણપૂર્વક આભાર માનું છું.

લિ. આપનો વિશ્વાસુ
**પી. ઝેડ.ઠાકોર** (સેક્રેટરી)

# ધરતીપરનું સ્વર્ગ એટલે સ્વર્ગારોહણ

રેતુભા એમ. ગોહિલ

**પૂજ્ય મા સર્વેશ્વરીદેવીને ચરણ સ્પર્શ.**

પૂજ્ય માને પ્રણામ સાથે સ્વર્ગારોહણ વિશે હું વિશેષ તો શું લખી શકું, કારણ સ્વર્ગારોહણ એટલે પૃથ્વી પરનું સ્વર્ગ.

સ્વર્ગમાં તો માત્ર આત્મા જ પહોંચે છે. જ્યારે શરીર તો નીચે પૃથ્વી પર જ રહી જાય છે. એમ છતાં માણસ સ્વર્ગ પ્રાપ્ત કરવા કેટકેટલી મથામણ કરે છે. સ્વર્ગનું સુખ માણસ સહેલાઈથી પૃથ્વી પર જ મેળવી શકે એ હેતુથી કદાચ પ્રભુ યોગેશ્વરજીએ અંબાજી મુકામે સ્વર્ગારોહણની સ્થાપના કરી મા સર્વેશ્વરીજીના રૂપમાં ભગવતી શ્રી અંબાજીમાને આશીર્વાદ આપવા મોકલ્યાં છે.

તા. ૩ અને ૪ મે, ૨૦૦૩ ના આ દિવસો મારા જીવનનું અમૂલ્ય ભાથું બની ચૂક્યા છે. તા. ૨–૫–૦૩ ના રોજ સ્વર્ગારોહણના મુખ્ય દ્વારમાં પગ મૂકતાં જ આ જન્મનું સર્વ સુખ પામવાનું પગલું મૂક્યું હોય એવો અનુભવ મને થયો છે. આ સ્થળની શાન્તિમાં મારાં તમામ દુઃખો શાંત થયાં નાની એવી બાલવાટિકામાં વિશાળ મનના બાળકોને નાચતાં, કૂદતાં અને કિલ્લોલ કરતાં જોઈ મને મારું બાળપણ વ્યર્થ ગુમાવ્યાનો ક્ષણભર અફસોસ થયો. પરંતુ આ તો માત્ર બાલવાટિકા જ હતી. આશ્રમમાં માનું સાન્નિધ્ય તો હજી બાકી જ હતું.

પૂ. માના શિષ્યગણની વાત કહું તો નાનાં બાળકથી માંડીને વૃદ્ધો સુધીનાં દરેકના સ્વભાવમાં શાન્તિનો સ્રોત વહ્યા કરે છે. કોઈ પણ કામ હોય તેના માટે દરેકના મનમાં એક જ ભાવના, એક જ લાગણી અને એક જ વાત્સલ્ય જોઈને અહીં રહેતા શિષ્યગણ માટે થોડી વાર તો ઈર્ષા થઈ આવે કે આ લોકો કેવા



નસીબદાર કે જેને પૂજ્ય માનું શરણ મળ્યું છે. અહીં બાળકોના સંસ્કાર, યુવાવર્ગની ધગશ અને વૃદ્ધોની વાત્સલ્યતા. આવો સમન્વય કદાચ આજ સુધી ક્યાંય જોવા કે અનુભવવા મળેલ નથી. ઘણી સંસ્થાઓ કે દેવાલયોનું સાન્નિધ્ય અવાર–નવાર સાંપડ્યું છે. પણ સ્વર્ગારોહણ જેવો સંતોષ ક્યાંય માણવા મળ્યો નથી, કામ કરવા કરતા કામ બતાવવાવાળાની સંખ્યા વધારે હોય છે. પરંતુ અહીં કંઈક વિશેષ અનુભવ થયો અને તે એ છે કે ‘આ કામ મારું છે, અને હું જ કરીશ’ની ભાવના.

સ્વર્ગારોહણમાં ઘણા જ સારા અનુભવો થયા છે. પરંતુ એક અનુભવ કે જે મારાં જીવનમાં કાયમ વણાયેલો રહેશે. જેમાંથી મને પણ ઘણી પ્રેરણા મળી છે તે દર્શાવું છું. મા અંબાજીનાં દર્શન માટે બાળકોને લઈને ગયો હતો, ત્યાંથી આવવામાં થોડું મોડું થઈ ગયું હતું. ભોજનશાળા પર પહોંચ્યો ત્યારે તમામ વિદ્યાર્થીઓ અને શિષ્યગણોએ પ્રસાદ આરોગી લીધો હતો. માત્ર ત્રણ–ચાર વડિલો જ જમતા હતા. મને જોઈને પૂછ્યું. જમી લીધું? મેં જવાબ આપ્યો ‘ના’. લગભગ ૬૫–૭૦ વર્ષના એક મહાનુભાવે જમતાં જમતાં કહ્યું. બેસો હું થાળી બનાવી આપું. મને થોડીવાર થયું શું. મારી આંખો આ વૃદ્ધને જુએ છે? મારા માટે તેની પાસે આ લાગણી? અંદરથી હકારાત્મક જવાબ મળ્યો. કારણ એ જ કે આ સ્થળની વિશેષતા છે. મને શરમાવા જેવું લાગ્યું. મેં કહ્યું હું જાતે જ મારી થાળી બનાવી લઈશ. પ્રસાદ લઈને જમવા બેઠો પાસે બેઠેલા વડિલે પૂછ્યું આપને શું જોઈએ છે? કશું લાવી આપું? વડિલની નમ્રતા અને અજાણ્યા વ્યક્તિ તરફની લાગણી જોઈ મને થયું કે લોકો સ્વર્ગની ખોટી ઝંખના કરે છે. ખરેખર તો સ્વર્ગ અને દુનિયાનું સાચું સુખ એટલે અંબાજીમાં આવેલ ‘સ્વર્ગારોહણ’ છે.

સ્વર્ગારોહણની ધરતી પર બે ત્રણ દિવસનાં રોકાણ દરમ્યાન એક દિવસ તો શું પણ એક ક્ષણ પણ એવી અનુભવવા નથી મળી કે અહીં ઉપસ્થિત માનવ મહેરામણનાં મુખે પોતાના ઘરની કે જીવનના કોઈ દુઃખની ક્યાંક ખૂણે ખાંચરેય વાત થતી હોય. અરે! અહીંના વૃક્ષો તેમ જ કૂમળાં ફૂલછોડ પણ 'જીવન એક સુખ છે'નું સૂત્ર સમજાવતાં હોય તેમ ખીલી ઊઠ્યા હતાં. અહીં માનવ જ જ્યાં મહેંકી ઊઠતા હોય ત્યાં સ્વચ્છતાની તો વાત જ શી કરવી? બગીચા, બાલક્રિડાંગણ અને રસ્તાની સ્વચ્છતા સંસ્થાની શોભામાં અભિવૃદ્ધિ કરે છે.

ઊઠતાં, જમતાં, સૂતા પ્રભુને યાદ કરી જીવનને સુગંધમય બનાવવાના પાઠ અહીં શીખવવામાં આવે છે. એ વાત અહીંનું વાતાવરણ અને સેવકગણ પાસેથી અનુભવવા મળે છે.

વહેલી સવારે ઊઠી પ્રાર્થના, પાઠ, પ્રણામ ઉપરાંત પક્ષીઓનો કલરવ વાતાવરણને સુમધુર બનાવી દે છે, જમતી વખતે પણ પ્રભુને પ્રાર્થના કરી ભોજનને પ્રભુનો પ્રસાદ બનાવી આરોગતાં વિચારો પણ પ્રભુમય બની જાય એવો અનુભવ થયો છે. દિવસ દરમ્યાન તો માના સાન્નિધ્યની સેવા મળી જ છે. પરંતુ રાત્રિ દરમ્યાન સત્સંગ, પ્રાર્થના, ધૂન, ભજનોની રમઝટથી મન અતિ પ્રફુલ્લીત બન્યું છે. અહિં આ સ્પર્ધા દરમ્યાન પૂજ્ય માની સતત હાજરી એ મારા માટે સ્પર્ધકો માટે તેમ જ સ્થળ પર ઉપસ્થિત અન્ય મહાનુભાવો માટે આશીર્વાદરૂપ નીવડી છે. અનેક વખત સ્પર્ધાઓમાં જતાં ઘણાં ઈનામો, પ્રમાણપત્રો મળ્યાં છે, પરંતુ એમાં પ્રેમ ન હતો. જ્યારે સ્વર્ગારોહણમાંથી મને પૂજ્ય માનો પ્રેમ અને મૂક વાણીથી મારા જીવન ઘડતરનું ભાથું મળેલ છે. જેને માટે હું ખૂબ ધન્યતા અનુભવું છું. સાથે અવારનવાર પૂજ્ય માના સાન્નિધ્યમાં આવવાની તક મળે તેવી મા પાસે પ્રાર્થના સાથ મહાત્મા યોગેશ્વરજી અને પૂજ્ય માનાં ચરણોમાં દંડવત્ પ્રણામ. ⊙



# સ્વર્ગારોહણ સુંદરમ

**શ્રી નીતિન કુકડિયા**

શ્રી જાડેજા સરે તેમના ઘરે જ્યારે હું ગયો ત્યારે મને સૂચના આપી કે સ્વર્ગારોહણ–અંબાજીમાં ૩–૪, મે–૨૦૦૩ દરમિયાન ૨ દિવસ માટે યોગકૌશલ સ્પર્ધાનું આયોજન થયું છે અને તમારે તેમાં નિર્ણાયક તરીકે આવવાનું છે. ત્યાં અખિલ ગુજરાત યોગાસન 'યોગકૌશલ' સ્પર્ધા થવાની છે; ત્યારે મને સાચેસાચ આનંદ થયો કે ચાલો અંબાજી માતાનાં દર્શન થશે અને ઘણાં બધાં નાનાં નાનાં બાળકોને મળાશે.

હું સ્વર્ગારોહણમાં સવારના ૪–૦૦ વાગ્યામાં પહોંચી ગયો મને હતું કે વહેલી સવારમાં કોણ મારા પર ધ્યાન આપશે? કોણ જાગતું હશે? પણ મારા આશ્ચર્ય વચ્ચે સવારના પહોરમાં પણ અમારો સારામાં સારો સત્કાર થયો અને તાત્કાલિક ઉતારાની વ્યવસ્થા પણ થઈ ગઈ.

હું બે દિવસ સ્વર્ગારોહણમાં રહ્યો. પણ ત્યાં મને સાચેસાચ અદ્‌ભુત અનુભવ થયો. પૂ. માનાં મને દર્શન થયાં તેઓ મૌન રાખે છે. તેથી તેમની શાબ્દિક વાણીનો લાભ અમને ન મળ્યો પણ સતત મૌન આશીર્વાદ અમારા પર વરસી રહ્યા હતા. તેમનો દિવ્ય પ્રભાવ ચારે બાજુ પ્રસરી રહ્યો હતો. અને સ્થળના નામ પ્રમાણે સ્વર્ગ જાણે ત્યાં ઉતરી આવ્યું હોય તેવું લાગતું હતું.

સુંદર જગ્યા હતી. તેથીય સુંદર વૃક્ષો હતાં. અને તેથીય સુંદર સ્વભાવવાળો–જાણે સતયુગના હોય તેવો સાધકગણ હતો. કેવા હતા તે સાધકો? જો આવો પ્રશ્ન હું મારા મનને કરું તો

તેનો ઉત્તર આપવો દુષ્કર છે. કેમ કે એટલા બધા સેવાભાવી, હસમુખા, નિષ્પાપ અને નિર્દોષ ક્રોધ, લોભ કે લાલચ વિનાના અને તે પણ આટલા મોટા સમૂહમાં માણસો મેં ક્યારેય નથી જોયા.

આયોજન અદ્‌ભુત હતું. અહીંના જેવી સેવા, સાધના, વ્યવસ્થા મેં આ અગાઉ ક્યાંય જોઇ નથી. રહેવાનું, જમવાનું બધુંય સરસ હતું. ક્યાંય કોઈ અવ્યવસ્થા ન હતી. અમને પ્રેમથી જમાડવામાં આવતા હતા. તે પણ કેટલી ઝડપથી—શાંતિથી! આટલા બધા માણસો છતા આટલી શાંતિ સાચે જ ત્યાંનો સાધકગણ સમર્પિત ભાવવાળો અને સંપૂર્ણ સાત્ત્વિક હતો.

સ્પર્ધા તો સંપૂર્ણપણે ન્યાયી અને વ્યવસ્થિત જ હતી પરિણામ પણ સચોટ જ આપ્યું પણ તે તો બધું મારે માટે રૂટિન—સામાન્ય હતું. અસામાન્ય વખાણવાયોગ્ય તો બીજું બધું હતું કે જે મેં આ પહેલાં ક્યારેય નથી જોયું.

નાનાં નાના બાળકો કેટલી સુંદર પ્રાર્થના ગાતાં હતાં? કેવો સુંદર ભાવ હતો તેમનો? જાડેજા સરે જ્યારે જણાવ્યું કે ૪—મે ના રોજ તેમનો જન્મદિન છે. ત્યાં તો તેમને જન્મદિનની શુભેચ્છા જ્યારે પ્રાર્થનાના રૂપમાં મળી તો જાડેજા સર પણ પહેલી જ વાર આટલી સુંદર શુભકામના આટલા સરસ ભાવથી મળવાથી ગદ્‌ગદિત થઇ ગયા હતા.

પૂ. માએ તો સૌને એટલા બધા સંતોષ અને આનંદથી ભરી દીધા કે વાત ન પૂછો. પોતાની સગી મા જેટલું ન આપી શકે તેનાથી અધિક તેમણે સૌને આપ્યું. મોટાને મોટાની રીતે તો બાળકોને બાળકોની રીતે. સૌને આનંદવિભોર કરી દીધા. અહીં બાળકોને શુદ્ધ ચાંદીના મેડલ મળ્યા. અહીં બધા જ બાળકોને જે ભેટ મળી તેવી મેં ક્યાંય નથી જોઇ. શું. વાત કરું? પૂ. માનું



મન બાળકો માટે પ્રેમથી ભરેલું હતું અને એટલે જ તો તેમણે સૌને પુનઃ પોતાને ત્યાં આવવાનું સ્નેહભીનું આમંત્રણ આપ્યું છે.

સ્વર્ગારોહણમાં માના સાન્નિધ્યમાં, દિવ્ય વાતાવરણમાં સંપૂર્ણ મંગલમય રીતે પૂર્ણ સંતોષ અને આનંદથી ભરેલા હોય તેવા સાધકગણને જોઈને મને પણ મન થાય છે કે હું ત્યાં રહેવા જતો રહું. હું મારા મનને પ્રશ્ન કરું છું કે મને ત્યાં રાખશે? મને યોગનાં આસનો તો આવડે છે પણ આટલો પૂર્ણ સંતોષ અને આનંદ ક્યાંય નથી મળ્યા. હું અત્યારેય અધૂરો છું. મારે ય પૂર્ણ સંતોષ અને આનંદ પ્રાપ્ત કરવાં છે.

આ કળિયુગમાં ચારે બાજુ હડકાયા કૂતરાની જેમ અસંતોષ અને દુઃખથી ભટકતા માણસો જોવા મળે છે ત્યારે હસતા મુખ અને સ્નેહભીની આંખો સાથે આવકારતા અને શુદ્ધ પ્રેમથી સેવા કરતા સ્વર્ગારોહણના સાધકોને જોઈને આનંદાશ્ચર્ય થાય છે. અને થાય છે કે માની કૃપાનું જ આ પરિણામ છે. અને એટલે જ ત્યાં રહેવાનું મને મન થાય છે.

પવન મંદ સુગંધ શીતલ શ્રી દિવ્ય મંદિર શોભિતમ્।
માના આશીર્વાદ વર્ષત સતત શ્રી સ્વર્ગારોહણ સુંદરમ્॥

આ મારો અનુભવ છે.

# સ્વર્ગારોહણ એક વિરલ તીર્થ

**શ્રી આર. જે. જાડેજા**

અંબાજી ખાતે મા અંબાજીના દર્શન અનેકવાર કર્યાં છે. સમગ્ર ગુજરાત આ મંદિરથી માહિતગાર છે. અનેક માતાઓ ક્યાં ક્યાંથી આ માતાજીનાં દર્શને આવે છે. ઘણા તો પગપાળા પણ દૂર દૂરથી આવે છે. માના ઘણા પરચાઓ છે. એટલે સૌને આકર્ષણ થાય તે સ્વાભાવિક છે, પણ આ જ ગામમાં બીજા જીવતાં જાગતાં હરતાં ફરતાં મા પણ બીરાજે છે તેની ઘણાને ખબર નથી. મને પણ મારી ૬૫ વર્ષની ઉંમરે આ માનાં દર્શન અને પરિચય થયો. તેમનું નામ છે પ. પૂ. શ્રી મા સર્વેશ્વરી. જે પૂ. શ્રી યોગેશ્વરજીના શિષ્યા છે ને પૂ. યોગેશ્વરજીના સ્વપ્નોને સાકાર કરવા મથી રહ્યાં છે. ધન્ય છે આ માને! તેમના ચરણમાં કોટિ કોટિ વંદન. ભાવનગર યુનિ.માં નિષ્ઠાપૂર્વકની સેવા બજાવતા ડેપ્યુટી રજિસ્ટ્રાર શ્રી જાગાણીભાઇ આ માના સેવક છે તેમણે મને વાત કરી કે અમારી સંસ્થા યોગ પાછળ આ વર્ષ ખર્ચ કરવા માંગે છે. મેં સલાહ આપી કે બાળકો માટે ગુજરાત કક્ષાની સ્પર્ધા રાખો તો નાનાં બાળકોને પ્રોત્સાહન મળે. આ બાબતનો સ્વીકાર કરી આ કામ મને સોંપવામાં આવ્યું. શ્રી જાગાણીભાઇ તથા શ્રી રાજુભાઇ જાનીએ મારે ઘેર મને મળવા આવેલ ને આ પ્રોજેક્ટ સારી રીતે પાર પડે તે માટે ચિંતિત હતા. મેં કહ્યું કે આપ બેફીકર રહો. અમારું કામ જોઇ સો ટકા મા ખુશ થશે જ અને તમને જશ મળશે જ. અમારા શબ્દો સાર્થક નિવડ્યા તેમાં પૂ. માની ઉદારતા જ ગણી શકાય. એટલું જ નહિ પણ માનો બાળકો પ્રત્યેનો ભાવ, લાગણી, સ્નેહ અને પ્રેમ કારગત નિવડ્યો.



અત્યાર સુધી માત્ર એક જ મા અંબાજીના દર્શન કર્યાં હતાં આ પ્રસંગે સાક્ષાત સ્વરૂપે જીવતાં જાગતાં બીજા માનાં પણ દર્શન કરી ધન્ય બની ગયા. આશ્રમનું વાતાવરણ ત્યાંના સાધકોનો સ્નેહ અને માની હૂંફ જીવનભર યાદ રહેશે.

અમો આવી તો અનેક સ્પર્ધાઓ કરી ચૂક્યા છીએ અને અનેક પ્રકારના અનુભવો થયા છે પણ અત્રેનો અનુભવ શબ્દોમાં વર્ણવી શકાય તેમ નથી. શબ્દો ટૂંકા પડે તેવી આ વાત છે. જેમ આત્માની અનુભૂતિ કોઇને કહી શકાતી નથી, માત્ર માણી જ શકાય છે તેમ આ સંસ્થાનું વર્ણન કહી શકાય તેમ નથી, માત્ર માણી જ શકાય તેમ છે. માણીએ ત્યારે જ સાચો ખ્યાલ આવે.

માણસને જોઇએ શું? પ્રેમ, પાણી અને પાથરણું. એટલે કે આવતાવેંત મીઠો આવકાર અને રહેવાજમવાની સારી વ્યવસ્થા. આ ત્રણેયનો સંગમ આ જગ્યાએ જોયો. સરકારશ્રીની ઘણી સ્પર્ધાઓ કરી જેનું બજેટ લાખો કરતાં વધું હોય છે પણ તેમાં નથી હોતો પ્રેમ કે નથી હોતી સારી વ્યવસ્થા, ન તો રહેવાના ઠેકાણાં કે ન તો પીવાના ઠેકાણાં. અરે પાણી પીવાની તો ક્યાં વાત રહી, શૌચક્રિયા બાદ પાણી મળશે કે કેમ તેવી શંકા હોય છે. ઘરના બિસ્તરા લઇને જવાનું હોય છે ને જમવાનું બજેટ વ્યક્તિ દીઠ રૂા. ૮૦/—ની આસપાસનું હોવા છતાં સારું નથી હોતું એનો અનુભવ અમે ઘણીવાર કર્યો છે. ખેર! આ તો અત્રેના સારા વાતાવરણથી જરા ખરાબ વાતાવરણ સાથે સરખામણી થઇ ગઇ ને આ ખરાબીમાં રણમાં મીઠી વીરડી જેવું અત્રેનું વાતાવરણ જોઇ તે આયોજકો ઉપર દયા આવે છે કે પ્રભુ તેઓને સદ્‌બુદ્ધિ આપે ને આવા સારા આશ્રમોના દર્શનની તક આપે. જેથી આ જીવતા જાગતાં મંદિરો(બાળકો)ની જે ઉપેક્ષા થાય છે તેમાં ઘટાડો થાય. આવું સરસ આયોજન કરવા, કરાવવા બદલ પૂ. માના ચરણોમાં કોટિ પ્રણામ. ●

### શ્રી જાડેજા સાહેબના
# જન્મદિને પૂ. માના આશીર્વાદ

**મા સર્વેશ્વરી**

(શ્રી આર. જે. જાડેજા સાહેબે તા. ૪–૫–૨૦૦૩ ના રોજ પૂ. માને સવારની બેઠકમાં સમૂહમાં પ્રણામ કરતા નિહાળ્યા. તેઓએ પણ ૬૫ પ્રણામ કર્યા. તેઓએ સંકલ્પ કર્યો કે 'આજે મારો જન્મદિવસ છે. ૬૫ મું વર્ષ બેઠું છે. તો પૂ. માના ચરણોમાં ૬૫ પ્રણામ કરીએ અને જીવનની ધન્યતાને માણીએ.' તેમની દીકરી શ્રીમતી ગીતાબેન સોઢાએ પણ સમૂહમાં પ્રણામ કર્યા. યોગાસનની હરિફાઇ શરૂ થઇ. શ્રી જાડેજા સાહેબે જાહેરાત કરી કે 'આજે મારો જન્મ દિવસ છે.' બસ આટલું સાંભળતા જ પૂ. માએ સૌ સાધકોને જન્મદિવસની પ્રાર્થના ગાવા કહ્યું. ''યોગેશ્વર પ્રભુને ચરણે નમીને, માંગીએ આજ પ્રભાતે, જાડેજા સાહેબના જન્મદિને પ્રાર્થના કરીએ સાથે'' આ પ્રાર્થના સમૂહમાં ગવાઇ. અમે જોયું કે પ્રાર્થના પૂરી થઇ ત્યારે શ્રી જાડેજા સાહેબની આંખમાંથી હર્ષનાં આંસુ સરી રહ્યાં હતાં. ઊભા થઇ પૂ. માને સાષ્ટાંગ પ્રણામ કરે છે. પૂ. માના આશીર્વાદ માગે છે. પૂ. મા શ્રી જાડેજા સાહેબને આશીર્વાદ ધરતો પત્ર આપે છે. જે આ મુજબ છે. **—જાગાણી બી. જે.**)

**યોગક્ષેત્રના સાચા રાહબર શ્રી જાડેજાજી.**

આપની આ બાળદેવતાની દિવ્ય મંડળી સાચે જ વંદનીય છે.

આપે જે પરિશ્રમ, ઉત્સાહ ને શ્રદ્ધાથી આ કાર્યક્રમનું આયોજન કર્યું તે સઘળું અભિનંદનને પાત્ર છે.



આપ જેવા અનુભવી વડીલોની છત્રછાયામાં બાળજગતની આધ્યાત્મિક પ્રગતિ થતી રહો.

આપનું તન, મન, ધનનું આરોગ્ય સર્વોત્તમ રહો.

શ્રી જાગાણીના પરિચયે અહીં આ યોજના સફળ થઇ એ અંગેનો અર્ધો યશ આપને અને અર્ધો યશ બાળદેવતાઓને મળે છે.

સ્વર્ગારોહણ પુનઃ પધારજો.

બાળદેવોની મંડળીસાથે પધારજો.

આપના યોગરસિક પરિવારની સાથે પધારજો.

આપ એકલા પણ આપની–પોતાની સાથે પણ પધારજો.

**—મા.**

## પૂ. શ્રી યોગેશ્વરજીની અમૃતવાણી

પરમાત્માનું સ્મરણ તે પુણ્ય. તેનું વિસ્મરણ તે અપરાધ. બીજાને સુખી કરો તે પુણ્ય, બીજાને દુઃખી કરો તે અપરાધ. બીજાના સુખ માટે ખિસ્સુ કાપવા દેવું તે તામસ સુખ, પણ ભૂખ્યાને રોટલો આપવો તે સાત્ત્વિક સુખ, નીતિ ને વિવેકની મર્યાદામાં રહીને બીજાને સુખ આપી શકાય તે સાત્ત્વિક સુખ. ગમે તેવા સંજોગોમાં નીતિને તો વળગી જ રહો.

# ઘસી જાતને 'મા' અન્યને સુખિયા કરે

**કુ. કાજલ મૂકેશભાઈ જોશી**

ખરેખર વાત એમ છે કે હું બહુ જાડી છું ને એટલે મારી મમ્મીએ મને પાતળી કરવા યોગાસનમાં મોકલી પરંતુ ત્યાં મારા યોગ શિક્ષક યોગીતાબેન અને નિતિનભાઈએ યોગનું જીવનમાં શું મહત્ત્વ છે તે સમજાવ્યું. યોગાસન એક માત્ર કસરત નથી પરંતુ બાળકને થાક વગર આનંદ અને તંદુરસ્તી આપે છે. બાળક શક્તિશાળી બને છે. ઉપરાંત ભણવામાં પણ તેની એકાગ્રતા વધે છે.

મેં યોગાસન કરવા માંડ્યાં અને મને સ્વર્ગારોહણની હરિફાઈમાં ભાગ લેવાનો મોકો મળી ગયો.

સ્વર્ગારોહણમાં ખરેખર મને એવું લાગ્યું કે સ્વર્ગનું આરોહણ પૃથ્વીપર કરવામાં આવ્યું છે. પહેલાં મારી પસંદગી સુપર સિક્સમાં થઈ ત્યારે તો મને ખૂબ જ આનંદ થયો પરંતુ ત્યાર પછી મારો પહેલો નંબર આવ્યો અને મને ''મિસ યોગીની'' કહીને બોલાવી ત્યારે તો મારા આનંદનો પાર રહ્યો ન હતો. બધા જ પ્રેક્ષકોની તાળીઓના ગડગડાટ વચ્ચે પૂ. માના વરદહસ્તે મેડલ લેવાનો મારો અનુભવ જ જુદો હતો.

અને સ્વર્ગારોહણની તો શું વાત કરું! મારી સાથેના બધા જ સ્પર્ધકો ત્યાંની રહેવાની, જમવાની અને આયોજનની વ્યવસ્થાનાં ખૂબ જ વખાણ કરતા હતા. પરંતુ પૂ. માના આશ્રમ માટે આ બધી વાતના વખાણ કરવાના ન હોય કારણ કે પૂ. મા વિશે ટૂંકમાં કહું તો–



જલાવી જાતને ધૂપ, સુવાસિત બધું કરે;
ઘસી જાતને 'મા' અન્યને સુખિયા કરે.

કારણ કે પૂ. માની જિંદગી તો ગુલાબનાં ફૂલ જેવી છે.

''ઘેરી લીયે કંટક છો ગુલાબને,
ના આંચ આવે કશીયે સુવાસને.''

પોતે ગમે તેટલી મુશ્કેલી સહન કરે છે. પરંતુ બીજા કોઈને મુશ્કેલી ન પડે તેનું ખાસ ધ્યાન આપે છે.

મારી મમ્મી મને પૂછતી હતી કે તને પૂ. મા કેમ આટલાં વ્હાલાં લાગ્યાં? તેં એમનામાં એવું શું જોયું? ત્યારે મેં મારી મમ્મીને એટલું જ કહ્યું કે મમ્મી પૂ. મા.

Maa is my friend, philosopher and guide.

મા મને મિત્ર, માતા, પિતા, ભાઈ, બહેન, ઈશ્વર બધું જ લાગતાં હતાં અને મને એમ થતું હતું કે હું મંદિરમાં છું.

મારી મમ્મી રીસાઈ ગઈ અને કહેવા લાગી હું છેક ઘરથી અહીં સુધી આવી, તારું આટલું ધ્યાન રાખું છું, તને આટલો વ્હાલ કરું છું છતાં પણ હું તને કેમ વ્હાલી નથી લાગતી. ત્યારે મેં મમ્મીને કહ્યું 'મમ્મી, પૂ. મા આમ મારાથી રીસાઈ નથી જતાં એટલે જ મને ગમે છે.' મારી મમ્મી હસી પડી.

ત્યાંથી ઘરે પાછા ફરતાં મારાં મનમાં આનંદ અને દુઃખ બંને હતાં. પ્રથમ નંબર પ્રાપ્ત કર્યાનો આનંદ હતો અને પૂ. માથી જુદાં પડવાનું દુઃખ હતું.

પૂ. માને મારી અંતિમ વિનંતી એટલી જ છે કે તે માત્ર મને નહિ પણ પોતાના બધા જ બાળકોને વારંવાર પોતાના ચરણોમાં બોલાવે.

**स्मरामि पू. मा नमामि पुनः पुनः**

# પૂ. શ્રીને વિશ્વકોશ ગ્રંથ–૧૭ સમર્પણ

સંકલન : **નારાયણ હ. જાની**

ગુજરાત વિશ્વકોશ ટ્રસ્ટના ૧૭ મા ગ્રંથની વિમોચનવિધિ ૨૬ મી એપ્રિલ ૨૦૦૩ ની સાંજે અમદાવાદમાં યોજવામાં આવ્યો હતો.

ગુજરાતી ભાષા અને સંસ્કૃતિના વિકાસનું પર્વ એટલે ગુજરાતી વિશ્વકોશ.

પ્રજાની સ્વયંભૂ ચેતનામાંથી આ પ્રવૃત્તિનો પ્રાદુર્ભાવ થયો અને પછી જગન્નાથના રથની માફક, સંતો, શ્રેષ્ઠીઓ, મુદ્રકો, પ્રકાશકો, કેળવણીકારો, વિદ્વાનો સહુએ સાથ આપ્યો. આને સંતોના પણ આશીર્વાદ મળ્યા છે. પૂ. શ્રી મોટાના હરિૐ આશ્રમે આ પ્રવૃત્તિ માટે પહેલું દાન આપ્યું એ પછી પ્રમુખસ્વામી મહારાજે અને આ વખતે પૂ. મહાત્મા યોગેશ્વરજીની પવિત્ર સ્મૃતિને આ ગ્રંથ સમર્પણ કરીએ છીએ. પૂ. મા સર્વેશ્વરીજીના પ્રત્યક્ષ આશીર્વાદ પ્રાપ્ત થયા છે. ગુજરાતના એ મહાન સંતના પવિત્ર સ્મરણની સાથોસાથ એ ટ્રસ્ટના ટ્રસ્ટીઓ અને કાર્યકરોનો આભાર માનીએ છીએ.

ગુજરાતના મુખ્યમંત્રી શ્રી નરેન્દ્ર મોદીએ ગુજરાતી વિશ્વકોશના ૧૭ મા ગ્રંથનું વિમોચન કર્યું અને સર્વમંગલ ચેરિટેબલ ટ્રસ્ટના મોવડી શ્રી બાબુભાઈ વોરાને સમર્પિત કર્યો.

પૂ. મહાત્મા શ્રી યોગેશ્વરજીના અનેક અનુયાયીઓ અને ઉપાસકો આ સભામાં ઉપસ્થિત હતા.

(વિશ્વવિહાર–'આજની વાત'માંથી
ઉદ્ધૃત અંક ૮, મે–૨૦૦૩)

○



# Maa Makes happy to others by Sacrificing herself

**Kajal Mukeshbhai Joshi**

In real, I am very fat. So my mother joined me in yoga. My yoga teacher Yogitaben and Nitinbhai told my mother that by yoga every organ of the body gets excercise. However, you will not get tired. This way, through yogasana, you will not only get pleasure but you will enjoy good health. Besides this, your energy will increase and intelligence will sharpened. you will be clever in studies too. So I joined in yoga and I was chosen in the Competition to be held at Swargarohan.

When I reached at Swargarohan, I felt that it was a heaven on the earth. When I was selected in 'Super Six' I was very happy but when I got first number under 10 year age group, and announad me as 'Miss yogini' I could not control my pleasure and joy. I was very very happy when Maa gave me medal by her holy hands. The whole audience was clapping for my victory and all said 'Om Yogeshvaray Namah.'

Really I have no words for Swargarohan to narrate. All the competitors were admiring facilities of staying, dining and total planning of the programme.

I am not able to express all the joy and admiration in my words but I will say only about Maa that :

''Maa emits fragrance by burning herself,
Makes happy others by sacrificing herself.''

I also have observed that the life of Maa is like a rose flower :

''Let the flower of rose covered by thorns,
The fragrance not affected by thorns.''

My mother asked me why I liked Maa very Much. I answered that 'Maa is my friend, philosopher and guide.'

I feel that Maa is my every thing, the mother, the father, the brother, the sister, the friend, the teacher, even God. My mother got jealosy and said, I don't want to talk with you. I love you much more but you love Maa, Why so? It is so because Maa does not feel bad, envy like you. Maa is always talking with me, and loves me unconditionally. My mother laughed loudly and said. 'you are right.'



When I left 'Swargarohan' I was happy and sad. Happy because I got the first number and sad because I was departing from Maa.

I am requesting to 'Maa' that please call your all children again and again at Punya Bhumi (Holy land) Swargarohan.

''Recalling Holy Mother (Maa)
prostrating frequently''

## ક્યારે કેવું કામ કરવું

(૧) દિવસે એવું કામ કરવું જોઈએ કે રાત્રે સુખે નિંદ્રા આવે.

(૨) આઠ માસ એવું કામ કરવું જોઈએ કે જેથી ચોમાસામાં સુખે રહેવાય.

(૩) યુવાનીમાં એવું કામ કરવું કે જેથી વૃદ્ધાવસ્થામાં સુખી થવાય.

(૪) જીવનભરમાં એવું કામ કરવું ઘટે કે જેથી મરણ બાદ પણ સુખી થવાય.

# મુંડક ઉપનિષદ્

મહાત્મા યોગેશ્વરજી

## (૯) કર્મોના નાશની વાત

**भिद्यते हृदयग्रन्थिच्छिद्यन्ते सर्वसंशयाः।**
**क्षीयन्ते चास्य कर्माणि तस्मिन्दृष्टे परावरे॥**

એ મહત્ત્વનો ને પ્રખ્યાત શ્લોક આ જ વિષયના અનુસંધાનમાં કહેવામાં આવ્યો છે. તેનો ભાવ સામાન્ય રીતે એવો છે કે પરબ્રહ્મ પરમાત્માનો પ્રત્યક્ષ અનુભવ થવાથી હૃદયની ગાંઠ તૂટી જાય છે, સઘળી શંકાઓનું સમાધાન થઇ જાય છે, સંશય મટી જાય છે, ને બધાં કર્મો ક્ષીણ થઇ જાય છે. તેમાં જે કર્મો ક્ષીણ થવાની વાત છે તેનો જુદા જુદા વિચારકો ને વિદ્વાનોએ જુદો જુદો અર્થ કરેલો છે. મોટાભાગના વિચારકોનું કહેવું છે કે તેવા અનુભવી મહાપુરુષોનાં સંચિત, ક્રિયમાણ ને પ્રારબ્ધ બધાં જ કર્મોનો અંત આવી જાય છે. કોઇ કોઇ વિચારક એમ પણ કહે છે કે પ્રારબ્ધકર્મનો અંત નથી આવતો, ને જ્ઞાની ગમે તેવી ઊંચી દશાએ પહોંચે તોપણ, પ્રારબ્ધ રહે જ છે, ને તે તેને ભોગવવું પણ પડે છે. ફક્ત અહંભાવ ને દેહબુદ્ધિથી મુક્ત હોવાને લીધે તેને સુખદુઃખનો અનુભવ નથી થતો, અથવા તો કર્મના ફળની સારીનરસી અસરથી તેની પરમાત્મનિષ્ઠામાં કોઇ અંતરાય નથી આવતો એટલું જ. કર્મ ને કર્મના ફળની અસરને તે સાક્ષી બનીને તદ્દન તટસ્થભાવે જુએ છે તે તેની વિશેષતા. બાકી પ્રારબ્ધ તેને ભોગવવું તો પડે જ છે. તે વાતની પુષ્ટિ ખાતર તેવા વિચારકો કેટલાંક દૃષ્ટાંત પણ પૂરું પાડે છે. તે કહે છે કે



શંકરાચાર્ય મહા જ્ઞાની હતા છતાં તેમને ભગંદર થયો હતો. તેમણે પોતે છેલ્લી ઘડીએ કહેલા પોતાના ‘ઉપદેશપંચકમ્’માં પણ જ્ઞાનીએ આખર સુધી જે હોય તે પ્રારબ્ધ ભોગવવું ને છેવટે પરમાત્મામાં મળી જવું એમ કહેલું છે. **प्रारब्धं त्विहभुज्यातामथ परब्रह्मात्मनास्थीयताम्।** એ તેમના શબ્દો છે. બુદ્ધ પણ વ્યાધિથી પર ન હતા. આ યુગમાં થઇ ગયેલા પરમજ્ઞાની શ્રી રમણ મહર્ષિને પણ છેલ્લા દિવસોમાં ગડની પીડા ભોગવવી પડેલી. એવાં અનેક ઉદાહરણો આપી શકાય તેમ છે.

એટલે જ્ઞાનીના બધાં કર્મોનો નાશ થાય છે કે કેમ એ પ્રશ્ન વિવાદાસ્પદ રહ્યો છે.

મને એમ લાગે છે કે જ્ઞાની પરમાત્માને જાણી લે તે પછી પણ પ્રારબ્ધકર્મમાંથી મુક્તિ મેળવી નથી શકતો. પ્રારબ્ધકર્મ તે તટસ્થપણે ને અલિપ્ત રીતે ભોગવે છે તે બરાબર, પરંતુ પ્રારબ્ધ તેને માટે રહે છે તો ખરું જ. ફક્ત જેણે શરીર ને પંચમહાભૂત પર પૂરો કાબૂ કર્યો છે તેવો સિદ્ધ યોગી, સત્ય સંકલ્પવાળો જ્ઞાની ને પરમાત્માની પૂર્ણ કૃપા પામેલો ભક્ત ધારે તો પોતાની વિશેષ શક્તિ અથવા યોગ્યતાથી પ્રારબ્ધકર્મ ને તેની અસરમાંથી સંપૂર્ણપણે ને સદાને માટે મુક્તિ મેળવી શકે છે. એટલે પ્રારબ્ધકર્મમાંથી મુક્તિ મેળવવાનું કામ અશક્ય નથી પરંતુ અઘરું જરૂર છે. બંને પ્રકારના વિચારકોના વિચાર એ પ્રમાણે પોતપોતાની રીતે સાચા જ છે એમ કહી શકાય.

એ બે વિચારધારાના અનુસંધાનમાં એક ત્રીજો વિચાર રજૂ કરું છું. મને પોતાને તે વિચાર સારો લાગે છે. માણસ જ્યાં સુધી કાચી દશામાં, સાધક શ્રેણીમાં ને પરમાત્માથી દૂર હોય ત્યાં

સુધી તે ભૂલ કરી શકે છે ને કુકર્મનો તેને માટે કોઇકવાર પણ સંભવ રહે છે. પરંતુ પરમાત્મદર્શન કરીને કૃતાર્થ થયા પછી તેની દશા જુદી હોય છે. પછી તો તેનું મન એવું સાત્ત્વિક, શુદ્ધ ને સત્યસંકલ્પ થઇ જાય છે કે તેનાથી ભૂલેચૂકે પણ બૂરાઇ નથી થતી. કુકર્મ તરફ તેનું મન જતું જ નથી. તેનો સ્વભાવ છેક શુદ્ધ થઇ જાય છે. એટલે એમ કહી શકાય કે તેનાં આજે ને કાલે થનારાં બધાં જ બૂરાં કર્મોને અંત આવે છે; બૂરાં કર્મો ને અહંકાર તથા મમતા કે રાગદ્રેષથી કરાતાં સકામ શુભકર્મોનો તેના જીવનમાં કાયમ માટે નાશ થાય છે. તેવાં કર્મોનો અંકુર પણ પછી તેના જીવનમાં નથી ઊગી શકતો. જ્ઞાનીને માટે એવી અવસ્થા સહજ ને સ્વાભાવિક થઇ જાય છે. મને લાગે છે કે પરંપરાની પૂજા ને પ્રતિષ્ઠામાં માનનારી પ્રજાને માટે આ ભાવાર્થ જરા નવો જરૂર છે, પણ નોંધપાત્ર ને ધ્યાન ખેંચે તેવો છે. પ્રારબ્ધકર્મના નાશના લાંબા ને અટપટા વિવાદોનો આ અર્થથી અંત આવે છે. માણસમાં બૂરાઇ ન રહે, ને લૌકિક કે આત્મોન્નતિમાં અંતરાયરૂપ થાય તેવી કર્મના ફળની તૃષ્ણામાં તણાઇ ને સારાસાર ભૂલી, વિવેકને ગીરે મૂકી તે કર્મ ન કરે, એ અવસ્થા શું ઉત્તમ ને આશીર્વાદરૂપ તથા અનુકરણીય નથી?

એ અવસ્થાની પ્રાપ્તિમાં જ કર્મની સાધનાનો સાર સમાઇ જાય છે. જીવનમુક્તિનો આનંદ એમાં જ રહેલો છે. એવી આદર્શ અવસ્થાની પ્રાપ્તિ કે અનુભૂતિ પછી પ્રારબ્ધ ગમે તેટલું તીવ્ર ને બળવાન હોય તોપણ માણસને તેનો ભાવ નથી રહેતો. જીવનના છેલ્લા શ્વાસ લગી સ્મિત કરતાં કરતાં તે પછી સેવા ને કર્મના રાજમાર્ગ પર ચાલ્યો જાય છે, તે જ્યાં જીવે છે ત્યાં તટસ્થતાથી



જીવે છે; જે કરે છે તે તટસ્થતા કાયમ રહે છે. તેની પરમાત્મ-નિષ્ઠા ને સ્વરૂપના અનુસંધાનની અનવરત અવસ્થામાં કદી અંતરાય નથી આવતો. સંસારમાં રહીને વિવિધ વ્યવહારો કરતાં કરતાં, એક કુશળ નટની જેમ માણસે અલિપ્તતા ને શુદ્ધિની એવી ઉચ્ચોચ્ચ અવસ્થાએ પહોંચતાં શીખવાનું છે. વ્યવહારને જ સાધનાનું ક્ષેત્ર માનીને આગળ વધવાનું છે. પવિત્ર વાણી, પવિત્ર વિચાર ને પવિત્ર વર્તનના ત્રિવેણી સંગમથી જીવનને સુશોભિત, સુંદર ને ધન્ય કરવાનું છે. એવી ધન્યતા આ જીવનમાં કોક બડભાગીએ જ મેળવી હોય છે. બાકી મોટે ભાગે તો માણસ કર્મની બેડીમાં બંધાઇને ફર્યા કરે છે. અહંતા મમતામાં અટવાઇને સારાંનરસાં કર્મ કરે છે ને કદી હસે છે તો કદી રડે છે. એવા સાધારણ માનવનું રેખાચિત્ર ઉપનિષદ્‌માં રજૂ કરવામાં આવ્યું છે ને આપણે હવે તેનો વિચાર કરી રહ્યા છીએ.

✶

### ❊ લેખકોને સૂચના ❊

'અધ્યાત્મ' માટે જે લેખો મોકલાવો તે મોટા **સુવાચ્ય** અક્ષરે અને **આંકેલા** ફૂલસ્કેપના કાગળ ઉપર જ લખી મોકલવા વિનંતી છે, જેથી કંપોઝીટરોને સરળતા રહે.

**— તંત્રી**

# રસેશ્વરી

(ગતાંકથી ચાલુ) **શ્રી યોગેશ્વરજી**

વસુદેવના વિચારો તદ્દન પાયાવિનાના તો નહોતા જ એની પ્રતીતિ થોડી વારમાં જ થઇ ગઇ.

વસુદેવના વિદાય થયા પછી દેવર્ષિ નારદ પરમાત્મપ્રેમથી પરિપ્લાવિત બનીને પરમાત્માનું સુમધુર સુખદ સંકીર્તન કરતા કંસ પાસે આવી પહોંચ્યા.

કંસે એમનું સ્નેહપૂર્વક સ્વાગત કર્યું.

દેવર્ષિએ એને કુશળ સમાચાર પૂછ્યા તો કંસે અહંકારયુક્ત સ્વરે કહેવા માંડ્યું :

'આપની કૃપાથી સંપૂર્ણ કુશળ છું. હું એટલો બધો પ્રતાપી અને શક્તિશાળી બની ગયો છું કે કોઇ મારું નામ પણ નથી લઇ શકે તેમ.'

'કંસ, એ તારું મિથ્યાભિમાન છે.' દેવર્ષિએ સત્વર જણાવ્યું.

'કેમ?'

'સંસારમાં તારા પ્રતાપ અને તારી શક્તિને લીધે કોઇ તારું નામ પણ નથી લઇ શકે તેમ એવું માનતો હોય તો તે ખોટું છે. સંસારમાં એકેકથી ચઢિયાતા શૂરવીર પુરુષો પડેલા છે. તને તેની ખબર નહિ હોય.'

'મારા કરતાં પણ કોઇ વધારે શૂરવીર હોઇ શકે ખરું?'

'કેમ નહિ? એ બાબત અહંકાર રાખતો હોય તો એ



અહંકાર મિથ્યા છે. સંસારમાં શેરને માથે સવાશેર હોય છે જ. તેં આકાશવાણી નથી સાંભળી?'

'સાંભળી છે.'

'તો પછી? એ સાંભળ્યા છતાં પણ તું તારી જાતને શૂરવીર, કુશળ કે સલામત માને છે?'

કંસ વિચારમાં પડ્યો ને બોલ્યો :

'આકાશવાણી શું સાચી હોઇ શકે?'

'એ સંપૂર્ણપણે સાચી છે ને સાચી જ પડવાની છે. તને તે સંબંધી લેશ પણ શંકા હોય તો તે શંકાને કાઢી નાંખજે. તારું મરણ એવી રીતે જ થવાનું છે.'

'દેવકીનું સાધારણ સંતાન શું મારો નાશ કરી શકે? એ નાનકડા સંતાનમાં શું સામર્થ્ય હોય?'

'એ સંતાન સાધારણ નહિ પરંતુ અસાધારણ હશે અને લોકોત્તર સામર્થ્ય તથા યોગ્યતા સાથે પ્રકટ થશે. નાનોસરખો સિંહ મોટા દેખાતા હાથીના ગંડસ્થળને ભેદી નાંખે છે તેમ, એ બાળક તારો કાળ બનશે. માટે તું કોઇ ગેરસમજમાં રહેતો હોય તો એને દૂર કરીને સાવધાન બની જા. તારા અત્યાચારોથી દુઃખી બનેલા દેવતાઓએ તારા સર્વનાશની યોજના ઘડી છે. તારી દુષ્ટ વૃત્તિનો ત્યાગ કરીશ તો તું બચી શકીશ. બાકી બ્રહ્માંડની કોઇ પણ શક્તિ તને નથી બચાવી શકે તેમ.'

(ક્રમશઃ)

◎