

અધ્યાત્મ



Yogesh Lad



વર્ષ : ૨૪

ફેબ્રુઆરી : ૨૦૦૩

અંક : ૫

* વિષમતાઓ શ્રેયસ્કર છે. *

લુહાર પોતાની ભૂમીમાં લોઢાને જ્યારે તપાવે છે ત્યારે જોનારને એવું નથી લાગતું કે લુહાર કઠોર, કૂર કે નિર્દય છે. એની પ્રવૃત્તિ સમુચિત લાગે છે. કારણ કે લોઢાને ઠીક કરવા માટે તપાવવાની આવશ્યકતા હોય છે. ચંદનને પણ વધારે વધારે સુવાસિત કરવા માટે જોરથી વારંવાર ઘસવું પડે છે એમાં ઘસનારની અ-કરુણા નથી હોતી. શિલ્પી સુંદર સ્વેચ્છા પ્રમાણેની શિલ્પકૃતિના સર્જન માટે ખડકને તોડે છે ને કોરે છે, એની એ પ્રવૃત્તિ યથાર્થ જ હોય છે. સંગીત સમારોહની શરૂઆતમાં તબલચી તબલાંને હથોડીથી ઠપકારે છે પરંતુ એનું કારણ તબલાંને વધારે ને વધારે સુવ્યવસ્થિત બનાવવાનું જ હોય છે. માખણ કાઢવા માટે મંથન અનિવાર્ય હોય છે. દાક્તર ઓપરેશન કરે છે ત્યારે કાંઈક કઠોર દેખાય છે, પરંતુ એ બાહ્ય કઠોરતાની પાછળ કરુણા જ હોય છે. ફરીવારથી સુખદ સ્વાસ્થ્ય પ્રાપ્તિને માટે ઓપરેશનની અનિવાર્યરૂપે આવશ્યકતા હોય છે. એવી રીતે ભક્તના જીવનમાં પણ કેટલીકવાર વિરોધ, વિપરીતતા, વિઘ્ન, વિપત્તિ, વિવાદ ખૂબ જ ઉપયોગી ઠરે છે. શ્રેયસ્કર બને છે, બીજા એવું સમજે કે ના સમજે તોપણ ભગવાનનો ભક્ત તો સમજે છે જ. કોઈ કારણે ના સમજતો હોય તો એના પોતાના શ્રેયને માટે સમજે એ આવશ્યક છે.

યોગેશ્વરજી

06/LM/143



અધ્યાત્મ

આધ્યાત્મિક વિકાસની નવી જ શક્તિજ ખોલવું ગુજરાતી માસિક છૂટક નકલ ૪-૦૦ વાર્ષિક લવાજમ દેશમાં રૂ. ૨૫-૦૦ વિદેશમાં રૂ. ૨૫૦-૦૦ (વિમાનથી)

- ⊗ સંસ્થાપક : પ. પૂ. યોગેશ્વરજી સર્વમંગલ ચે. ટ્રસ્ટ (રજી. અમદાવાદ).
- ⊗ તંત્રી-સંપાદક : શ્રી નારાયણ હ. જાની.
- ⊗ પ્રકાશન અને પ્રાપ્તિસ્થાન : 'અધ્યાત્મ' પ્લોટ નં. ૧૬૮૮ બી. સરદાર-નગર, ભાવનગર-૧. ફોન : ૨૫૬૫૮૧૧, ૨૫૬૬૪૯
- ⊗ અધ્યાત્મના સહાયક સ્વજનો : ૧. ડો. બી. જે. જગાણી, ૨. શ્રી ગોર-ધનભાઈ કલોલા અને ૩. શ્રી જ્યોત્સ્નાબેન ભરતકુમાર ત્રિવેદી.
- ⊗ તંત્રી, મુદ્રક અને પ્રકાશક : નારાયણ હ. જાની.
- ⊗ મુદ્રણસ્થાન : રાધેશ્યામ પ્રિન્ટીંગ પ્રેસ, પ૩/પ૪સી-૧, બોરડીગેટ, ભાવનગર-૧.

લેખકોને નિમંત્રણ

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

'અધ્યાત્મ' અંગે સૂચનો

⊗ ગ્રાહકોને ગ્રાહક નંબર સરનામા સાથે લખવામાં આવે છે તે નોંધી લેવો. ⊗ 'અધ્યાત્મ' જો આપને ગમ્યું હોય તો આપના પરિચિત વર્ગમાં તેના ગ્રાહકો વધે તેવું આપ કરતાં રહેશે. ⊗ 'અધ્યાત્મ' દર માસની ૧૭ તારીખે પ્રસિદ્ધ થશે. કોઈ કારણે એકાદ અઠવાડિયા સુધી અંક ન મળે તો સ્થાનિક ટપાલ કચેરીમાં તપાસ કર્યા પછી અત્રે જણાવવું. સિલિકમાં હશે તો જરૂર મોકલી આપશે. ⊗ પત્રવ્યવહાર કરતી વખતે ગ્રાહક નંબર લખવાથી વધુ સરળતા રહેશે. ⊗ 'અધ્યાત્મ' અંગે કોઈ સૂચનો કરવાના હોય તો નિઃસંકોચ કરવા અનુરોધ છે. ⊗ દર મહિનાની તા. ૧૦ સુધીમાં જ ગ્રાહકોનાં નામ અત્રે મળી જશે, તેમને તા. ૧૭ મી એ અંક રવાના કરવામાં આવશે.

* અનુક્રમણિકા *

| | | |
|---|-----------------------|----|
| અભિનંદનીય સહાય | મા સર્વેશ્વરી | ૩ |
| શ્રી યોગેશ્વર કથામૃત | મા સર્વેશ્વરી | ૪ |
| મુંડક ઉપનિષદ્ (૭) | મહાત્મા યોગેશ્વરજી | ૧૪ |
| પૂ. મા સર્વેશ્વરીની સ્વેટને જરા સાંભળો તો ખરા! | — | ૧૮ |
| નેસર્ગિક આહારવિહાર | મૂળજીભાઈ પી. પટેલ | ૩૮ |
| નારદપંચરાત્રમાં રાધા | મીનાબહેન લક્ષ્મણ જોષી | ૪૭ |
| A Sincere prayer of children responded | Ruta Sutariya | ૫૧ |
| બાળકોની અંતઃકરણની પ્રાર્થનાનો ઉત્તર | કુ. ઋતા સુતરીયા | ૫૪ |
| ગુર્વશ્ચક | પરમાર્થી | ૫૭ |
| ઋતંભરા પ્રજ્ઞા-૨ | યોગેશ્વરજી | ૫૮ |
| રસેશ્વરી | યોગેશ્વરજી | ૬૨ |

* અભિનંદનીય સહાય *

હે યોગેશ્વર ગંગા પાવન વહો મારા હૃદયે સર્વદા,
ગાઉં નિત્ય ગુણાનુવાદ, ગુરુ હે સ્વીકારજો વંદના.

* * *

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

— પરમાર્થી

કપૂરાના ભક્તપુરુષ જન્મને પૂ. શ્રી યોગેશ્વરજીએ
જ્ઞાનીભક્ત પરમાર્થી કલ્યા, 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-ટેક્સાસ-યુ.એસ.એ.

[કપૂરા]

આ....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.

અધ્યાત્મ

વરદ હસ્ત પ્રભુ તમારો, સદાય રહેજો જીવન સહારો

—મા સર્વેશ્વરી

વર્ષ : ૨૪

ફેબ્રુઆરી-૨૦૦૩

અંક : ૫

શ્રી યોગેશ્વર કથામૃત

મા સર્વેશ્વરી

તા. ૩/૧૦/૮૧ શનિવાર, આસો સુદ પાંચમ, ૨૦૩૭

સ્થળ : સાઉથ લંડન, ઈંગ્લેન્ડ.

આજે આ ધરતી ઉપર સત્તાવનમો દિવસ છે. જાણે ઘણો સમય થઈ ગયો. પૂ. શ્રીનો પોતાનો અતિનિયમિત ક્રમ ચાલી રહ્યો છે.

સવારે સર્વેશ્વરી અધ્યાત્મના ગ્રાહકોની નોંધ તૈયાર કરે છે. પૂ. શ્રી લેખનકાર્યમાંથી સાડા અગિયારે નિવૃત્ત થાય છે. થોડી વાતચીત થાય છે. પછી ભોજન લેવાનું બને છે.

ભોજન બાદ આરામ. આજે બપોરે ૪ થી ૫ ના સમયે કુઈડોન વિસ્તારમાં પૂ. શ્રીનું એક પ્રવચન હતું. નવરાત્રિના મહત્ત્વ ઉપર જ એ પ્રવચન થયું.

ફેબ્રુઆરી : ૨૦૦૩

વળી, સાંજે દરરોજની જેમ શ્રી રાધાકૃષ્ણમંદિરમાં તો પ્રવચન હતું જ. મંદિરમાં દરરોજની જેમ આજના પ્રવચન પછી પ્રસાદ, આરતી વગેરે થયું, એક બેન મળ્યાં. જેમણે વાત કરતાં જણાવ્યું કે મેં આપનું ગીતાદર્શન પુસ્તક વાંચેલું ત્યારથી મને થતું હતું કે આ મહાપુરુષને મળવાનું સદ્ભાગ્ય ક્યારે મળશે? તો કૃપા થઈ. શ્રી રૂપાનંદજીએ મને સામેથી કહેવડાવ્યું કે મંદિરમાં મહાત્માજીના પ્રવચન ચાલે છે. આજે આવી શકી. મને ખૂબ આનંદ થયો.

અહીં પ્રવચનમાં છેલ્લા ત્રણ ચાર દિવસથી એક અંગ્રેજી ભાઈ પણ આવે છે. પ્રવચન તો ગુજરાતીમાં થાય છે. છતાં તે ભાઈ આખું પ્રવચન દરરોજ ખૂબ રસથી જાણે કે સાંભળે છે. આજે પૂ. શ્રી તેની સાથે વાત કરે છે. તે ભાઈ ગુજરાતી સમજતા જ નથી, છતાં તેમણે કહ્યું કે કૃષ્ણ જ સાચા દેવ છે. હું તમારા પ્રવચનનું પવિત્ર વાતાવરણ ને પવિત્ર ભાવ અનુભવું છું. મને ખૂબ આનંદ ને શાંતિ મળે છે.

એક અંગ્રેજ ભાઈના મુખે આ વાત સાંભળી ખૂબ આનંદ થયો.

આજે શ્રી નારાયણના ભક્ત શ્રી રમાણભાઈ મળે છે. ઘણી વાતો નારાયણની થાય છે ફરી લંડન આવો ત્યારે પૂ. શ્રીને પોતાને ત્યાં ઉતરવાનું આમંત્રણ પણ આપ્યું. વાત ઉપરથી તેઓ પ્રેમાળ ને સેવાભાવી જણાયા. ઉતારા ઉપર આવી આરામ કર્યો.

તા. ૪/૧૦/૮૧ રવિવાર, આસો સુદ છઠ્ઠ, ૨૦૩૭

સ્થળ : સાઉથ લંડન, ઈંગ્લેન્ડ.

સવારે પૂ. શ્રી ચાર વાગ્યે ઊઠી જાય છે. સ્નાન, વ્યાયામમાંથી નિવૃત્તિ થઈ લેખનકાર્યમાં બેસી જાય છે.

આવતી કાલે ન્યુયોર્ક થઈ કેનેડા જવાનું છે. ન્યુયોર્કમાં એરપોર્ટ બદલી પ્લેન પણ બદલવાનું છે. થોડી અગવડ પડશે તેવું લાગે છે. પણ પૂ. શ્રીએ પરમશક્તિના આશીર્વાદ મેળવી લીધા.

આજે મુલાકાત સમયે સત્સંગની, સંતોના સ્વભાવની વાતો થાય છે.

માતાજીની વિદાયને આજે તારીખ પ્રમાણે એક વરસ થઈ પણ ગયું. પૂ. શ્રીએ તિથિ અને તારીખ મુજબના બંને દિવસોએ ઉપવાસ કરવાનું વિચાર્યું છે. એમ પણ પૂ. માતાજીનું પવિત્ર સ્મરણ પૂ. શ્રીના માનસપટ પર સતત રહેતું હોય છે.

આજે ફળાહાર કરતા પહેલાં પંદરમો અધ્યાય ને બારમો અધ્યાય ગીતાનો બોલ્યા પછી ફળ ને દૂધ લીધાં.

પૂ. શ્રીનો ઉતારો જે વિસ્તારમાં છે તે વિસ્તારનું નામ બાલમ છે. અહીંથી કલેક્ટમ નામનું રેલ્વેસ્ટેશન ઘણું જ નજીક છે. પ્રવચન સ્થળ પણ નજીક જ છે.

આજે પ્રવચન પહેલાં પૂ. શ્રી ધ્યાનમાં બેસે છે. શ્રી બચુભાઈ પણ ધ્યાનમાં બેઠા છે. આજે છેલ્લું પ્રવચન થયું. પૂ. શ્રીએ રૂપાનંદજીની પ્રશંસા કરી. સાથે જ શ્રી રૂપાનંદજીની યોગ્ય રીતે જ પ્રશંસા થઈ. શ્રી બચુભાઈને પણ પૂ. શ્રીએ ધન્યવાદ આપ્યા.

પ્રવચન બાદ ઉતારા ઉપર આવી ગયા.

આજે બપોરે શ્રી બચુભાઈએ પૂ. શ્રી સાથે વાતચીત કરતાં જણાવ્યું કે ગઈકાલે સાંજે આપનું પ્રવચન સાલવું હતું ત્યારે જ તમારી જગ્યાએ સફેદ સાડલાવાળુ ચશ્માવાળું માતાજીનું સ્વરૂપ જ દેખાયા કર્યું. મેં તો તમારા માતાજીના દર્શન કર્યાં નથી છતાં મને એ દૃશ્ય દેખાતું જ રહ્યું.

શ્રી બચુભાઈ સંસ્કારી છે. નિયમિત પૂજાપાઠ કરે છે. શ્રદ્ધાળુ છે. એમના પવિત્ર હૃદયમાં આવા પવિત્ર દૃશ્યોના પડઘા પડે એ સ્વાભાવિક છે. બાળકોમાં પણ સંસ્કારોનું દર્શન થાય છે. બાળકો પણ દરરોજ સાંજે પ્રાર્થના કરીને જ સૂઈ જાય છે. આખોયે પરિવાર સેવાભાવી ને સંસ્કારી છે.

આવતી કાલે જવાનું છે તેની તૈયારી થઈ ગઈ. થોડી વાતો પછી આરામ કર્યો.

તા. ૫/૧૦/૮૧ સોમવાર, આસો સુદ સાતમ, ૨૦૩૭

સ્થળ : લંડનથી વિદાય થઈ કેનેડા.

સવારે પૂ. શ્રી ચાર વાગ્યે સ્નાન કરી લે છે. આજે લેપન બંધ છે. થોડો આરામ જરૂરી છે. થોડા જ કલાકો પછી લાંબી મુસાફરી શરૂ થશે.

ઈંગ્લેન્ડના દેશમાંથી હવે કેનેડા દેશમાં જવાનું છે. આજે વિદાયનો દિવસ છે જેથી ઈંગ્લેન્ડના પ્રેસ્ટન અને બોલ્ટન શહેરના ભાવિક ભાઈઓને ફોનથી મળવાનું વિચાર્યું.

પ્રેસ્ટન ફોન જોડયો તો શ્રી છોટાભાઈએ વાત કરતાં કહ્યું : આજે નવરાત્રિનો સાતમો દિવસ છે. સાત દિવસ ફળ ઉપર રહેવાયું છે. આજના મંત્રજપ પૂરા કર્યાં ને હવે ચંડીપાઠ કરવા બેસતો જ હતો ત્યાં તમારો ફોન મળ્યો. આનંદ આનંદ થઈ ગયો. ગુરુજીને પ્રણામ કહેજો. માતાજીનો અખંડ દીવો રાખ્યો છે. તે જ ઓરડામાં જમીન પર સૂઈ જાઉં છું. આજે સવારે જ ઊઠયો ત્યારે થયું આજે માતાજીના દર્શન થઈ જાય તો સારું. ને પ્રભુએ મારી ભાવના પૂરી કરી. તમે મને ફોન ઉપર મળી ગયાં. તમારાં દર્શન થઈ ગયાં. તમારી સાથે વાતો પણ થઈ ગઈ. હવે મારા

મનની એક ભાવના છે અને તે પણ પૂરી થઈ જાય એમ ઈચ્છું છું. આજે તો મા સાથે વાતો થઈ ગઈ. ખૂબ ખૂબ આનંદ થયો.

બોલ્ટન ફોન જોડયો તો શ્રી વિઠ્ઠલભાઈએ વાત કરતા કહ્યું : તમને મળવાની ખૂબ ઈચ્છા હતી. હું ત્રણ દિવસ લંડનમાં જ હતો. પણ તમારો ફોન નંબર ન હતો તો શું કરું? તમને આજે સવારના પ્રહરમાં જ પ્રેરણા થઈ ને તમે ફોન કર્યો. આનંદ થયો. અમને હજી તમે ભૂલ્યા નથી એ અમારું સદ્ભાગ્ય છે. અમને આવો જ પ્રેમભાવ મળતો રહે એવી પ્રાર્થના છે. ફરી આવવાનું થાય ત્યારે તમે જ્યાં હશો ત્યાં મળવા આવીશું. મહાત્માજીને વંદન કહેજો.

બંને ભાઈઓ સેવાભાવી, શ્રદ્ધાળુ છે. બંનેને ફોન ઉપર મળીને સર્વેશ્વરીને પણ આનંદ થાય છે. વળી, શ્રી અંબાલાલ-ભાઈનો રગ્ગીથી ફોન આવે છે. એમણે વાતચીત કરતા જણાવ્યું કે જલ્દી જલ્દી ફરીને રગ્ગી આવી જાઓ. ગુરુજીને દંડવત્ પ્રણામ કહેજો. તમારી તબિયતની કાળજી રાખજો. તમારે માટે રગ્ગીનાં દ્વાર ખુલ્લાં જ છે. જ્યારે પણ આવવું હોય ત્યારે આવજો.

આજે સમયસર નીકળવાનું છે. અહીંથી લંડનનું હીથ્રો એર-પોર્ટ ઉપર પહોંચતા એક કલાક થશે. ત્યાંથી એરઈન્ડિયાના ૧૦૧ નંબરના પ્લેનમાં ન્યુયોર્ક જવાનું. ન્યુયોર્કથી લઘવારિયા એરપોર્ટ ઉપર જઈ ૧૨૨ નંબરના પ્લેનમાં બેસી કેનેડા જવાનું થશે.

આજે શ્રી બચુભાઈને ત્યાં ખીચડી ને શાકનું ભોજન સવારે સાડા નવ વાગ્યે લઈ લીધું.

ભોજન બાદ શ્રી બચુભાઈએ આરતી ઉતારી. પૂ. શ્રી ના ચરણ પ્રક્ષાલનની ઈચ્છા હતી. પૂ. શ્રી ના પાડે છે. છતાં શ્રી

બચુભાઈ ચંદન લગાડીને પણ પૂજા તો કરે જ છે. પુષ્પો અર્પણ કરી પ્રણામ કરે છે. નવી આરતી સમૂહમાં બોલવામાં આવે છે. ઘરનાં સૌ પ્રણામ કરે છે. ક્ષમાયાચના કરે છે. ફરી ફરી એકલા બાળકો જ હોય તોપણ અહીં જ ઉતરવાની પૂ. શ્રીને વિનંતી કરવામાં આવે છે. અમે ન હોઈએ તોપણ આ ઘર તમારું જ છે એમ માની જરૂરથી અહીં ઉતરજો, એવી પ્રાર્થના શ્રી બચુભાઈ કરે છે.

એરપોર્ટ ઉપર આવતા સહેજે એક કલાક થઈ ગયો. વીસ માર્ઠલ દૂર છે. આ દેશમાં અંતર માર્ઠલમાં લખાય છે.

એરપોર્ટની વિધિમાંથી પસાર થઈ શ્રી બચુભાઈ અને શ્રી વિજયભાઈએ વિદાય લીધી.

એકવીસ નંબરના દરવાજામાંથી પ્રવેશી પ્લેનમાં બેઠાં. પ્લેન-માં ધુમ્પાન ન કરનારા માટે ખાસ સગવડ હોય છે. પર સી, પર ડી નંબરની સીટ ઉપર બેઠાં. ત્યારે ઘડિયાળમાં ૧-૩૦ થઈ હતી. બે વાગ્યે પ્લેન ઉપડ્યું.

માઈક ઉપરથી જાહેર થયું ૫૭૪૩ કિલોમીટર દૂર ન્યુયોર્ક આવેલું છે. આશરે સાત કલાકની મુસાફરી છે.

(ક્રમશઃ)

પૂ. માની નિશ્રામાં હિમાલય અમારો

પ્રજ્ઞસત્તાકદિનની ઉજવણી

ડો. બી. જી. જાગણી

રાષ્ટ્રીય ચેતના જાગૃતિની તક ઝડપવી, તે માટે નાનકડો પણ પ્રયાસ કરવો તે સમયની માંગ પ્રમાણે પૂ. માને ઉચિત જણાયું અને તા. ૨૬-૧-૦૩ ના રોજ બપોરના ૩-૩૦ થી સાંજના ૮-૦૦ કલાક સુધી રાજકોટ ખાતે ૧૧૪૫ ની એરકંડીશન્ડ બેઠક વ્યવસ્થાવાળા હેમુ ગઢવી હોલમાં ૨૪ સ્કૂલોના કુલ ૨૩૩ બાળકો (કોરસ-સમૂહગીત) દ્વારા વિવિધ રાષ્ટ્રગીતોની હરિફાઈ યોજાઈ ગઈ. પૂ. માની ઉપસ્થિતિમાં, અમદાવાદ, રાજકોટ, ભાવનગર, પાલનપુર, સુરત, મુંબઈ, વ્યારા, કપુરા, વડોદરા, અંબાજી મોરબી, અમેરિકા, કેનેડા, પનામાથી આવેલા સાધકોથી તેમ જ બાળકો, તેમના વાલીઓ આયોજકો અને શાળાના શિક્ષકોથી ખીચોખીચ ભરેલા આ હોલમાં રાષ્ટ્રીય ચેતના જાગૃતિનો સાગર ધૂધવતો હતો.

શિવમ્-સૃષ્ટિ સૈનિકના વેશમાં પૂ. માના આગમન વખતે સુરક્ષાગાર્ડ તરીકે સેવાઓ આપતાં હતાં, શ્રી શાંતિભાઈ કનેરિયાના પરિવારે (શ્રી વિજયભાઈ, સિમતાબેન) પૂ. માને પુષ્પગુચ્છ અર્પણ કરી સ્વાગત કર્યું. શ્રી પંડિતજીએ સંસ્કૃતના શ્લોકથી શાંતિ પ્રાર્થના કરી.

જીનીયસ સ્કૂલના બાળકોએ રંગદર્શી પોશાકમાં સ્કેટિંગની વિવિધ ચેષ્ટાઓથી સંગીતના સૂર સાથે પૂ. માનું સ્વાગત કર્યું અને કાર્યક્રમની લાક્ષણિક રીતે શરૂઆત કરી. પ્રસન્નવદને તાળીઓથી

પૂ. મા સૌ બાળકોને પ્રેરણા અને પ્રોત્સાહન આપતાં હતાં. સૌ સાધકો અને પ્રેક્ષકોથી ભરેલા હોલમાં પણ તાળીઓનો ગડગડાટ થતો હતો.

પ્રો. તરલાબેન દેસાઈએ પૂ. મા અને પૂ. યોગેશ્વરજીનો લાક્ષણિકશૈલીમાં, ભાવસભર શબ્દોથી, ગુજરાતીભાષાની સમૃદ્ધિથી પરિચય આપ્યો અને ત્યારબાદ કાર્યક્રમના પ્રથમ ચરણની શરૂઆતમાં કુલ ૧૨ પ્રાર્થનિક શાળાઓમાં અભ્યાસ કરતાં બાળકોએ મનભર ઝૂમી ઝૂમી રાષ્ટ્રગીતો ગાયાં. શાસ્ત્રી સ્કૂલ, કસ્તુરબા સ્કૂલ, સાધુ વાસવાણી સ્કૂલ, ન્યુઈરા સ્કૂલ, જી. કે. વિદ્યાલય, કેન્દ્રિય વિદ્યાલય, નંદકિશોર વિદ્યાલય, વિવેકાનંદ સ્કૂલ, શાંતિનિકેતન સ્કૂલ, સદ્ગુરુ કન્યા વિદ્યાલય, સેન્ટ મેરિ સ્કૂલ અને ભારતીય વિદ્યાલયની સ્કૂલોના કુલ ૧૧૭ બાળકોએ રાષ્ટ્રગીતો ગાયાં.

હાઈસ્કૂલના વિદ્યાર્થીઓ માટેના કાર્યક્રમના બીજા ચરણમાં લક્ષ્મીબાઈ કન્યા વિદ્યાલય, ખોડિયાર સ્કૂલ, સરસ્વતી સ્કૂલ, કોટેયા સ્કૂલ, નિર્મલા કોન્વેન્ટ સ્કૂલ, જી. ટી. શેઠ કન્યા વિદ્યાલય, સાધુ વાસવાણી સ્કૂલ, ન્યુઈરા સ્કૂલ, કેન્દ્રિય વિદ્યાલય, દિલ્હી પબ્લિક સ્કૂલ, ભારતીય ગર્લ્સ સ્કૂલ મળીને કુલ ૧૨ સ્કૂલના ૧૧૬ વિદ્યાર્થી ભાઈબહેનોએ રાષ્ટ્રગીતો ગાયાં.

પ્રત્યેક સ્કૂલ રાષ્ટ્રગીત રજૂ કરે છે. પછી તે સ્કૂલના બાળકો પૂ. માને પ્રણામ કરે છે, પૂ. મા તે બધાં જ બાળકોને ઊભા થઈને આશીર્વાદ આપે છે અને દરેક બાળકને એક કીટ સ્વહસ્તે આપે છે. જેમાં કેલ્ક્યુલેટર, અધ્યાત્મનો જાન્યુઆરી-૨૦૦૩ નો અંક, યોગેશ્વરજીનું પુસ્તક, સરળગીતા પુસ્તક સરળગીતાની કેસેટ, ચીકી અને ચોકલેટ હતાં. આ કીટમાં જીવન કંડારનારું ભાથું અને પૂ. માનો આશીર્વાદ હતાં. બાળકો ખૂબ પ્રસન્ન વદને સ્ટેજ પરથી નીચે ઊતરતાં હતાં અને જાણે રાષ્ટ્ર માટે કંઈક કરી છૂટીને એક

સંતોષ સાથે પોતાના મૂળસ્થાને બેસતાં હતાં. અને સાથે જ રાષ્ટ્રીય ચેતના જાગૃતિનાં બીજ તો તેઓના ચિત્તમાં રોપાતાં હતાં.

શ્રી રાજુભાઈ જાનીએ ટ્રસ્ટની પ્રવૃત્તિનો અહેવાલ આપ્યો. અન્નદાન, રોગનિદાનયજ્ઞ, બાળકોની શિબિર, રક્તદાન, ગોલ્ડ-મેડલ, વ્યાખ્યાનમાળા, યોગજ્યોત ગૌરવ કાર્યક્રમ, ભૂકંપગ્રસ્તોને મકાન, સ્કૂલ બાંધકામમાં સહાય, વસ્ત્રવિતરણ, સ્વર્ગારોહણ-અંબાજીનો વિકાસ, અધ્યાત્મ માસિક પ્રકાશન, પૂ. શ્રીના પુસ્તકોના પ્રકાશનની માહિતી સુચારુરૂપે રજૂ કરી.

આ કાર્યક્રમમાં રાષ્ટ્રગીતોની હરિફાઈમાં પ્રથમ, દ્વિતીય અને તૃતીય ક્રમની જાહેરાત કરી શકાય તે માટે ત્રણ જાજની પેનલ પણ સાડાત્રણ કલાકના આ કાર્યક્રમમાં સતત પ્રવૃત્ત હતી. શ્રી જીનુભાઈ ઓઝા, શ્રી હરિકાન્તભાઈ સેવક, શ્રીમતી સુરભિબેન વ્યાસ આ કામગીરી કરી રહ્યાં હતાં. પોતાના ક્ષેત્રમાં અનુભવી, પારંગત અને તજજ્ઞ હોવાને કારણે સ્કૂલોને ક્રમ આપવા માટે ત્વરિત નિર્ણય જાહેર થયો. પ્રાથમિકશાળાની હરિફાઈમાં પ્રથમ ક્રમે લાલબહાદુર શાસ્ત્રી સ્કૂલ, દ્વિતીય ક્રમે કેન્દ્રીય વિદ્યાલય અને તૃતીયક્રમે શાંતિનિકેતન સ્કૂલ આવી જ્યારે માધ્યમિક શાળાના વિભાગમાં પ્રથમ, દ્વિતીય અને તૃતીય સ્થાને અનુક્રમે કેન્દ્રીય વિદ્યાલય, સરસ્વતી સ્કૂલ અને આર. એમ. ઇયા સ્કૂલ આવી. પ્રત્યેક વિજેતા સ્કૂલના બાળકો સ્ટેજ પર આવ્યાં, પૂ. મા સાથે ગૂપ્ત ફોટો લીધો, વિજેતા પ્રત્યેક સ્કૂલને ચાંદીનો મેડલ આપ્યો. વિશાળ સ્ટેજપર છ સ્કૂલના બાળકો, શાળાના શિક્ષકો અને સર્વ-મંગલ ચેરિટેબલ ટ્રસ્ટના ટ્રસ્ટીઓ વચ્ચે પૂ. મા બિરાજ્યાં અને ગૂપ્ત ફોટો લીધો—ત્યારે રાષ્ટ્રચેતના જાગૃતિનો થનગનાટ જણાયો.

કાર્યક્રમનું સંચાલન ખૂબ જ સરસ રીતે પ્રા. તરલાબેન દેસાઈએ કર્યું જ્યારે ડો. અરૂણાબેન ઠાકર અને ડો. મેનાબેન

જાવીયાએ તેમના આ કાર્યમાં સહાય કરી હતી. કાર્યક્રમનું આભારદર્શન ડો. બી. જે. જાગાણીએ કર્યું.

અમેરિકા, કેનેડા, પનામાથી આ કાર્યક્રમમાં સર્વ શ્રી ભગવાનજીભાઈ, કંચનબેન, સરોજબેન, ગુલાબબેન, જગુભાઈ, નીરૂબેન, પરષોત્તમભાઈ, મણિબેન, દેવીબેન, આશાબેન, દીપુબેન ખાસ ઉપસ્થિત રહ્યાં.

શ્રી શાંતિભાઈ કનેરિયાના પરિવારે આ કાર્યક્રમમાં આર્થિક સહયોગ આપ્યો. કાર્યક્રમમાં દૂરદર્શનના ડાયરેક્ટર શ્રી અરવિંદ-ભાઈ મરચંટ ખાસ ઉપસ્થિત રહ્યા.

બાળકોનો કાર્યક્રમ જોઈને પૂ. માએ સંદેશો લખ્યો અને પ્રો. તરલાબેને વાંચ્યો. ‘હે બાળદેવતાઓ! તમારા કાર્યક્રમથી આઝાદીની મથામણની સ્મૃતિ થઈ, તમે મથામણ જીવંત કરી બતાવી, ધન્યવાદ બાળદેવતાઓ, બાળદેવીઓ. ધન્યવાદ એમના માર્ગ-દર્શકોને, ધન્યવાદ ઉપસ્થિત પ્રેક્ષકોને, ધન્યવાદ સૌને. સર્વમંગલ ચેરિટેબલ ટ્રસ્ટ આવાં મંગલ કાર્ય કરતું રહે તેવી પ્રાર્થના.’

કોટેયા સ્કૂલે નૃત્ય રજૂ કર્યું. આ કાર્યક્રમને સફળ કરવા માટે પૂ. માના આશીર્વાદ ઉપસ્થિતિ, પરિશ્રમ અવર્ણનીય રહ્યાં. સર્વ-મંગલ ચેરિટેબલ ટ્રસ્ટના ટ્રસ્ટી શ્રી રાજુભાઈ, શ્રી વિજયભાઈ, શ્રી બીપીનભાઈ તન્ના શ્રી રેવાશંકરભાઈની જાહેમત વિશેષ રહી.

રાજકોટ સ્થિત એસ. બી. એસ.ના અધિકારીઓ શ્રી ઘેલાણી તથા ચાંદરાણીભાઈએ સ્કૂલોનો સંપર્ક કરી આયોજનમાં મદદ કરી, શ્રી ગુણવંતભાઈ ડેલીવાલાએ હેમુગઢવી હોલ ઉપલબ્ધ કરાવ્યો. હેમલ, સ્નેહલ, ધ્રુવ, તારક, તેજસ, એમિશ, જયસુખ-ભાઈ, વિજયભાઈ, અજયભાઈ, નિલેષકુમાર, વિનેશકુમાર, ચંદ્ર-કાંતભાઈ, દીપકભાઈ, પ્રભુભાઈ વગેરેએ ખૂબ મહેનત કરી અને કાર્યક્રમ સફળ કરાવ્યો.

મુંડક ઉપનિષદ્ (૬)

મહાત્મા યોગેશ્વરજી

(૬) યજ્ઞનું રહસ્ય

મુંડક ઉપનિષદના બીજા ખંડમાં અંગિરા ઋષિ યજ્ઞ અગ્નિ-લોત્રની અગત્ય બતાવે છે. સ્વર્ગ જેવાં સુખોપભોગને માટે અગ્નિલોત્રની આવશ્યકતા છે. આગળ કઠોપનિષદમાં તે વિશે યમદેવે નચિકેતાને કહ્યું પણ છે. યજ્ઞનો અગ્નિ અખંડ રાખવાની પ્રથા પ્રાચીન ભારતમાં પુષ્કળ પ્રમાણમાં પ્રચલિત હતી. યજ્ઞના અગ્નિના જેવો જ વિનાશનો અગ્નિ વિશ્વમાં સળગ્યા કરે છે; તેમાં જડ ને ચેતન, જે જન્મ્યું છે તે બધું સ્વાહા થઈ જાય છે. તેને યાદ રાખીને માણસે ક્યાંય ભાન ભૂલવાની, ડૂબવાની કે મોહાંધ થવાની જરૂર નથી. એ પદાર્થ યજ્ઞ કે અગ્નિલોત્રમાંથી સહેજે મળી રહે છે. હિંસક પશુઓ સામેના રક્ષણની થોડી બાંધધરી પણ મળી રહે છે. દેશમાં સમય એવો હતો, ને પરિપાટી પણ એવી પ્રચલિત હતી, કે યજ્ઞો વિશાળ સ્વરૂપમાં કરાતા. સ્વર્ગની પ્રાપ્તિ માટે યજ્ઞનો આધાર પણ લેવાતો. પરંતુ જેમ જેમ વખત વીતતો ગયો તેમ તેમ લોકો સ્વર્ગની લાલસાવાળા જ વધારે થવા માંડયા, હૃદયશુદ્ધિ ને પરમાત્મપ્રાપ્તિની વાતને ગૌણ ગણીને કે ભૂલી જઈને અનેક પ્રકારની અટપટી કર્મકાંડની ક્રિયાઓમાં જ રત રહેવા માંડયા. તેવે વખતે તેમને સાધના, કર્મ ને વિકાસના સાચા રહસ્યને સમજાવવાની જરૂર ઊભી થઈ. શંકરાચાર્યે તે જ કામ સફળતાથી પૂરું કર્યું. તેને પરિણામે લોકો

વિવેકી થયા ને આત્મોન્નતિ તરફ વધારે પ્રમાણમાં વળવા માંડયા. ઉપનિષદકાળમાં પણ એવી પરિસ્થિતિ વત્તાઓછા પ્રમાણમાં હશે. માટે જ ઋષિએ સમાજને સાવધ રહેવાની સૂચના આપી.

યજ્ઞની અંધ આસક્તિ પ્રત્યે લાલભત્તી ધરી છે. સ્વર્ગની લાલસાથી જે લોકો જુદી જુદી જાતના યજ્ઞો કરે છે તે લોકો પોતાને પંડિત માનવા છતાં અંધથી દોરાયેલા અંધ માણસની પેઠે આમતેમ ભમ્યા કરે છે. પોતાને કૃતાર્થ માનનારા તે લોકો બાળકબુદ્ધિના છે. તેથી કર્મમાં આસક્ત થાય છે ને પરમાત્માને ભૂલી જાય છે. સ્વર્ગની પ્રાપ્તિ થાય તોપણ તેમનો ત્યાંનો વખત પૂરો થતાં તે પાછા મૃત્યુલોકમાં આવે છે. તેવા સ્વલ્પ સુખોપભોગ પૂરો પાડનારા સ્વર્ગની ને તેના સાધનરૂપ યજ્ઞની ઈચ્છા કયો વિવેકી પુરુષ રાખી શકે? માનવજીવન અત્યંત મૂલ્યવાન ને વિકાસની અનેકાનેક તક ને શક્યતાથી ભરેલું છે. તેવા જીવનને પ્રાપ્ત કરીને એવો પુરુષાર્થ કે સાધનારૂપી યજ્ઞ કરવો જોઈએ જેને પરિણામે મનની મલિનતા ને વિચારોની જડતારૂપી નરકની નિશાની દૂર થાય ને સદ્ગુણ, સાત્ત્વિકતા, સુવિચાર ને સત્કર્મના સ્વર્ગમાં માનવનો નિવાસ થાય. પોતાના જીવનને એવું સ્વર્ગીય કરવાની સાથે સાથે સમાજ, સંસાર, ઘર ને કુટુંબમાંથી વેરઝેર, કુસંપ, ભેદભાવ ને અશાંતિ દૂર કરીને સુખ, શાંતિ, સંપ ને સમૃદ્ધિનો સ્વર્ગીય પ્રકાશ પાથરવા તેણે બનતો પ્રયાસ કરવો જોઈએ. મૃત્યુ પછીની સુખસાહ્યબી પૂરી પાડનારા સ્વર્ગની નહિ પરંતુ આ જ જીવનમાં શાંતિ આપનારા ને આનંદ પૂરો પાડનારા સ્વર્ગની આપણે જરૂર છે.

જે ચાલુ જીવનને પલટાવે, પ્રકાશિત કરે, પ્રભુમય બનાવે ને

પરમ મુક્તિનો આનંદ આપે એવા યજ્ઞની આપણે જરૂર છે. આ જ જીવન તેની વેદી; સત્કર્મની સમિધા; પ્રભુના નામની અથવા પ્રભુપરાયણતાની આહુતિ હશે; તેમાંથી જ વિશાળ વિકાસની જ્વાળા ઉત્પન્ન થશે તે આખા જીવનને ઉજ્જ્વળ કરશે, અજ-વાળશે ને અમૃતથી ભરી દેશે. પ્રત્યેક કર્મ એ યજ્ઞ જ છે એમ માની વિકાસ માટે તેનો ઉપયોગ કરવાની જરૂર છે. તો પછી ધી ને તલ-જવવાળા યજ્ઞની જરૂર નહિ રહે. સ્વર્ગ જેવા વિનાશી લોકની ઈચ્છાથી યજ્ઞ કરવા તે સમયનો દુરુપયોગ કરવા જેવું છે. તેવા લોકો માણસને શાંતિ ને મુક્તિ નથી આપી શકતા; પર-માત્માની પ્રાપ્તિ પણ નથી કરાવી શકતા; માટે તેવા લોક ને તેમને માટેનાં કર્મોમાંથી વિવેકી પુરુષે પોતાના સંજોગો પ્રમાણે જરૂર પડે ને ઠીક લાગે તો વનના શાંત વાતાવરણમાં રહીને તપ, શ્રદ્ધા ને ભિક્ષાવૃત્તિથી જીવન પસાર કરવું. તેમ કરવાથી માણસ પર-માત્માની પ્રાપ્તિરૂપી જીવનધ્યેયને પામી શકે છે. સાધનાની સાચી ને સંપૂર્ણ સમજ માટે પરમાત્મપરાયણ ગુરુનું શરણ લેવું. જેની પાસેથી શાંતિ ને પ્રેરણા મળે ને વિકાસનો રસ્તો જડે તે જ ગુરુ. તેવા પુરુષનો સમાગમ સાધી, તેની સેવા કરી, તેની પાસેથી જીવનને ધન્ય કરવાની કળા જાણી સાધકે સાધનાને શરૂ કરવી. એવા યજ્ઞથી જ જીવન ધન્ય બની શકે.

ઉપનિષદના આ વિચાર પરથી સૌએ વનમાં જવાની જરૂર છે એમ માનવાની જરૂર નથી. બધાએ વનવાસી થવાની જરૂર છે જ એમ નથી. કર્મની અસારતા ને સંસારની ક્ષણભંગુરતાનો વિચાર કરીને જીવનના ધ્યેયને મેળવવા માટે માણસે જંગલનો માર્ગ લેવો જ જોઈએ એમ નથી. પોતપોતાની રુચિ ને જરૂર પ્રમાણે માણસે, સ્થળ કે વાતાવરણની પસંદગી થઈ શકે તો

કરવાની છે. તે વાત તદ્દન વ્યક્તિગત છે. પરંતુ દરેક પ્રકારના દેશ, કાળ ને વાતાવરણમાં રહીને પણ માણસે સાધક જરૂર થવું જોઈએ, હૃદયશુદ્ધિ ને ઈશ્વરપ્રાપ્તિને માર્ગે આગળ વધવું જોઈએ, ને એ રીતે જીવનનું શ્રેય કરવું જોઈએ એની કોઈથી ના કહી શકાય તેમ નથી; એકલો રહે છે કે કોઈની સાથે તે પણ મહત્ત્વનું નથી; વ્યવહારમાં રહીને કામ કરે છે કે નહિ તે પણ એટલું મહત્ત્વનું નથી; મહત્ત્વની વાત તો એ છે કે ગમે ત્યાં ને ગમે તેવી રીતે રહીને પણ તે જીવનની ઉન્નતિના આદર્શને યાદ રાખે છે કે નહિ; જીવનને બધી જાતના સ્થળ ને સંજોગોમાં રહીને સાધનામય કરવું ને પ્રભુમય બનાવવું એ જ મહત્ત્વનું છે. માણસ ભલેને ગમે તે કામ કરે ને ગમે ત્યાં રહે, તેની દૃષ્ટિ માનવતાને વિકસાવવાની, પોતાની અંદર સુષુપ્તરૂપે રહેલી શક્તિને પ્રકટ કરવાની ને ઈશ્વર સાથે અનુસંધાન કરવાની હોય તે જ મહત્ત્વનું છે એ ઉપયોગી વાત આપણે ભૂલવી ન જોઈએ.



શ્રી યોગેશ્વર કૃપા

સંદીપ વેલ્ડીંગ વર્ક્સ

ગ્રીલ, દરવાજા, તેમ જ મેઈન ગેટના સ્પેશ્યાલીસ્ટ

તેમ જ

દરેક જાતનું રીપેરીંગ કામ કરનાર.

મોદી બંગલા, ઉમરા જકાત નાકા પાસે, સુરત-૩૯૫૦૦૭

ફોન : ૩૨૨૮૨૩૧

પૂ. મા સર્વેશ્વરીની સ્લેટને જરા સાંભળો તો ખરા!

સને ૨૦૦૧ માં કેલગેરી શિબિરમાં પૂ. મા દરરોજ સાધકોને સ્લેટપર લખીને સૂચનાઓ આપતાં. સાધકો શિબિરના સ્થાનપર જ કોમ્પ્યુટર-પ્રિન્ટર લઈ ગયેલા. દરરોજ જે કંઈ પૂ. મા સ્લેટપર લખે તે બધું જ નોંધી લે અને પછી કોમ્પ્યુટરમાં દાખલ કરી સાંજ-સુધીમાં પ્રિન્ટ થઈ જાય. પૂ. મા તે જોઈ લે અને શિબિરના છેલ્લા દિવસે સર્વ સાધકોને પૂ. માની અણમોલ ભેટરૂપે આ જીવન જીવવાની કલાની પુસ્તિકા આપવામાં આવી. પૂ. મા દ્વારા સહજ રીતે અપાયેલ આ સૂચનાઓ માત્ર નથી પણ જીવનમાં જીવાયેલ શાસ્ત્રબોધ છે અને તત્ત્વજ્ઞાનનો નિયોડ છે. એક દૃષ્ટિએ આ જીવન સંજીવની છે. જીવનમાં આમાંથી એક નાનકડા બોધનો પણ જે અમલ કરવામાં આવે તો જીવન સુવાસિત થઈ જાય. પૂ. માએ આ બોધ કોઈ વ્યાખ્યાનરૂપે આપ્યો નથી કે તૈયાર લેખ તરીકે પણ રજૂ કર્યો નથી. પરંતુ તેઓની કલમમાંથી વિવિધ પ્રસંગોએ સહજ રીતે જે સૂચનાઓ અપાઈ તેનું આ સંકલન છે. પૂ. માની જીવનને સાચી રીતે સમજી પ્રભુપંથે લઈ જનારી આ પરાવાણી છે. સાધનાના અમૃતરૂપે અક્ષરદેહ પામી છે. તેમાં આધ્યાત્મિકતા સાથે વાસ્તવિક જીવનનો સ્વીકાર છે.

— તંત્રી

ૐ

પ્રભુમાં શ્રદ્ધા મૂકી તો જુઓ !

*

હરિ બધું સંભાળશે, સંભાળે જ છે.

*

ભૂલ થાય તો તરત જ ક્ષમા.

*

પવિત્ર થવા માંડો, પ્રભુ સઘળું આપશે.

*

વ્યસનો બરબાદ કરશે,
નિયમો આબાદ કરશે.

રચનાત્મક સત્કર્મ

કેલગરી શિબિર દરમ્યાન એક બેન આવી પૂ. માને કહે આજે શ્રાદ્ધનો છેલ્લો દિવસ છે. દૂધપાક બનાવીએ? તો પૂ. મા કહે, “શ્રાદ્ધને અને શિબિરને શું લાગે વળગે? હવે તો ભારતમાં કાગડાઓ પણ શ્રાદ્ધના દૂધપાકને નથી ખાતા. વળી આપણે પિતૃઓને કાગડારૂપે શા માટે માનવા પડે? આપણા પિતૃઓ ખીર અને દૂધપાકથી જ નહીં પરંતુ આપણા જપ, તપ, પાઠ, પ્રાર્થના, પવિત્ર અને ધર્મમય જીવનથી પ્રસન્ન થતા હશે. ખીર અને દૂધપાકના ખર્ચા ગરીબો માટે વાપરો.”

અમારા શકુબેને (પનામા) ગઈકાલે એક પત્ર આપ્યો. તેમણે અમને પૂછ્યું “મા, અમારી દીકરીનાં લગ્ન છે. તેમાં નવચંડી કરાવવાની છે. પરંતુ મારો વિચાર નવચંડીને બદલે સ્વર્ગા-રોહણમાં ગરીબો માટે મેડિકલ કેમ્પ કરાવવાનો છે. તો તેનો કેટલો ખર્ચ થાય?”

શિબિરનો આ એક ઉત્તમ બોધપાઠ છે. ધુમાડા યજ્ઞ કરતાં ગરીબોના દર્દોને રાહત થાય તેવા કર્મની પ્રેરણા શકુબેને ઝીલી

છે. એ જ શિબિરની ફલશ્રુતિ છે. કોઈ એકાદને પણ આવા રચનાત્મક વિચારો આવે અને અમલમાં મૂકે તો ગરીબોની કેવી સરસ રીતે પૂજા થાય? આવાં કાર્યો જ સમાજની કાયાપલટમાં, સમાજને બેઠો કરવામાં ઉપયોગી થઈ પડે.

પ્રાર્થના સાથે પ્રણામ

શિબિરમાં આવી તમે બધાએ કેટલો બધો ત્યાગ કરી બતાવ્યો. જાણે તમે ત્યાગી મહાત્મા બની ગયા છો. આપણું ભોજન સાદું છે. નથી ચા-કોફી કે નથી કોક. જાણે બધુંય ફોક. તમારો ગુસ્સો પણ શિબિરે લઈ લીધો છે. તમારી ચિંતા પણ શિબિરે લઈ લીધી છે. જાણે તમારી રોજની નોકરી કે ધંધા કે રસોઈના કામે પણ વેકેશન લીધું છે!

જેમણે જેમણે તમને અહીં આવવામાં અનુકૂળતા ધરી છે તેમને પ્રેમથી પ્રણામ કરજો. શિબિરમાં આવેલા સૌના માતા-પિતા જીવતા હશે જ. કોઈકના વળી ફોટામાં બેઠા હશે. તો તેમને રોજ એક પ્રણામ કરવાનો નિયમ પણ લઈ શકાય. તમે બધા સમજુ છો. પૂ. મા તો ફક્ત સારા નિયમોને રજૂ કરે છે. તેને પાળવા કે ન પાળવાની તમને સ્વતંત્રતા છે.

અમે રોજ પ્રણામ કરીએ છીએ. રોજ રોજ નવી નવી પ્રાર્થના સાથે પ્રણામ કરીએ છીએ. જેમ કે પ્રણામ સાથે એવી પણ પ્રાર્થના કરી શકાય કે 'હે પ્રભુ! મારા જીવનના પહેલા વર્ષની ભૂલને ક્ષમા કરો'—પ્રથમ પ્રણામ કરતી વખતે. વળી બીજા પ્રણામે બીજા વર્ષની ભૂલની ક્ષમા યાચો. એમ પ્રાર્થનાનો ક્રમ વધારતા જવું.

જન્મ્યા ત્યારથી આજ સુધી એક પણ ભૂલ ન કરી હોય તેવું

તો ભાગ્યે જ કોઈ હશે. તો તે બધી-જાણ્યે અજાણ્યે-થયેલી ભૂલોની દરેક પ્રણામે ક્ષમા માગવી. વળી જે વર્ષને બદલે આપણા આયુષ્યના દિવસો ગણો તો તો પ્રણામ કેટલા બધા વધી જાય! ને વળી કલાકો અને મિનિટો ગણો તો? તો તો પ્રણામો ઘણા વધી જાય.

ભોજનનો એક દોષ

એક નાની વાત તમને જણાવી દઈએ. આપણે દરરોજ જમીએ છીએ. કંઈને કંઈ ખાઈને. ફળ ખાઈને, સીંગદાણા-ચણા-દૂધ-ભોજન-કેન્ડી વગેરે પદાર્થો મોઢામાં પધરાવીએ છીએ. ઘણીવાર તે પદાર્થો મોઢા સુધી લઈ જતાં પડી પણ જાય છે. તો મોટેભાગે આપણે તે પડી ગયેલ પદાર્થને પાછા ખાઈ જઈએ છીએ—ભલે તે પદાર્થ થાળીમાં પડ્યો હોય, ખોળામાં પડે, કે નીચે પડે. આપણે ખૂબ સહજતાથી તે પાછો લઈ લઈએ છીએ. અને ખાઈએ પણ છીએ. આ નાનકડી ટેવમાં પણ એક દોષ રહેલો છે.

ધારો કે આપણે સીંગદાણા ખાઈએ છીએ અને ચાર-પાંચ દાણા નીચે પડી જાય છે તો આપણે પાછા લઈને મોંમા નાંખી દઈએ છીએ. જે કોઈ પણ કોળિયાનો પદાર્થ મોઢા સુધી જતાં પડી જાય તો, શાસ્ત્રો કહે છે કે તેના ઉપર આપણો હક નથી. તે પડી ગયેલી વસ્તુ પર, કોળિયા પર ધરતીના અનેક જીવોનો ભોજનનો અધિકાર છે. કીડી-મંકોડા વગેરે જે જીવજંતુ છે તે ધરતી પર જે વેરાયેલું પડ્યું હોય છે તેના પર જ જીવે છે. એથી આપણા મોઢા સુધી આવેલો કોળિયો જે પડી જાય તો તેને છોડી દેવો ઘટે. ભલે તે કિંમતી ફળ હોય કે સીઝનનું પ્રથમ ફળ હોય.

આવી તો અનેક ભૂલો આપણે જન્મથી કરતા આવ્યા છીએ. માએ જે વાત લખી તે જેને યોગ્ય લાગી હોય તે હવે યાદ રાખશે. જન્મતાં કે ખાતાં ભોજનનો પદાર્થ હાથમાંથી નીચે પડી જાય તો તેને નાના જીવો માટે છોડી દેવો. તે પદાર્થ ધારો કે આપણને ખૂબ પ્રિય હોય, એક જ હોય, જેમ કે લાડુ, અને તે ખાતાં પડી જાય તો આપણું મન પાછું દલીલ કરે છે કે કોણ જોનાર છે? ચાલ, પાછું ઉપાડીને આરોગી લઈએ. પણ ત્યાં જ તમારા ત્યાગની કસોટી છે.

અમારે પણ નવા ફળો આવે છે. દા. ત. જાંબુ. તો કોઈકવાર તે પણ હાથમાંથી છટકી જાય. તો અમે તેને ધરતીના પેલા નાનકડા જીવોને યાદ કરીને અર્પણ કરીએ છીએ. તો તમે પણ તેમ કરજો.

ઘણા ભોજન વખતે આંગળા ચાટે છે. તે ખૂબ ગંદી રીત છે. સાથે બેઠેલાને સૂગ ચઢે છે. ભોજનના સ્વાદને પણ સંયમથી વધાવીએ. આંગળા ચાટવાથી આપણે જંગલી હોઈએ એવી છાપ પડે. એથી એમ ન કરવું. આવી નાની વાતો શિબિરમાંથી ગાંઠે બાંધવા જેવી છે.

વાંચન શી રીતે કરવું?

ઘણા સળંગ વાંચે છે. જ્યાં ભાર નથી મૂકવાનો ત્યાં મૂકે છે. જ્યાં અગત્યનું છે ત્યાં થોભતા નથી. ગાડી દોડાવી જાય છે. વાંચન પણ એક કસોટી છે. શ્રોતાઓને સમજાય તે રીતે, ધીરે ધીરે વાંચો અને જ્યાં સમજાવવા જેવું હોય ત્યાં સમજાવવું પણ જરૂરી છે.

* * *

(એક બેન યશમા ભૂલી ગયેલાં તો મા તેને પોતાનાં યશમા પ્રસાદમાં આપે છે.)

શિબિરમાં આપણે સૌ યશમા માટે જ આવ્યા છીએ. આપણને સંસાર જોવાની ટેવ પડી ગઈ છે. તો હવે પ્રભુને જોવાની ટેવ પાડવાની છે. સંસારને જ જોવાની ટેવ, એ જૂની આદત ધીરે ધીરે જશે. અને પછી ઈશ્વરને જોવાની ટેવ પડશે.

સંક્રેદ કપડા પર ઓઈલનો ડાઘ સાત-આઠ વાર ધોવાથી જાય છે. તેમ આપણા મનને પણ વારે-વારે નવડાવતા રહેવું. કોઈક દિવસ તો ડાઘ ઝાંખા થશે. નિર્મૂળ થશે.

અહીં બેઠેલા કેટલાક 'મીટ' (માંસ) ખાતા હશે. 'ડ્રીન્ક્સ' લેતા હશે. જુગાર રમતા હશે, લોટરીની ટિકિટ લેતા હશે.—આ સર્વ દૂષણો છે. છતાં આવો જીવ કેલગરી શિબિરમાં આવી રહ્યો છે, તો આપણે આશા રાખીએ કે ધીરે ધીરે તેના સઘળાં વળગણો છૂટી જશે. જો બધા જ ભક્ત બની જન્મે તો સંતોનું કામ જ ના પડે? બાળકો તો વારે વારે ફળિયામાં, ધૂળમાં રમવા જાય અને માતા થાક્યા વિના તેને સતત નવડાવ્યાં કરે.

બાળકનો સ્વભાવ ગંદા થવાનો છે તો માતાનો સ્વભાવ સ્વચ્છ કરવાનો છે. એથી સૌએ સમજાવવું વળગણો છોડવાં.

શ્રદ્ધા મૂકી તો જુઓ !

સાધનામાં, ઈષ્ટદેવમાં ને પોતાની જાતમાં શ્રદ્ધા હોવી જોઈએ. અમે (પૂ. માએ) એક પદ લખ્યું છે.

“જેના જીવનમાં શ્રદ્ધા જાગી, હરિ સાચવે તેને હેત કરી.”

જ્યાં જ્યાં શ્રદ્ધા સ્થિર બને ત્યાં ત્યાં ચમત્કારો સર્જાય છે.

એક વૈજ્ઞાનિકને પણ તેની શોધમાં શ્રદ્ધા જાગે તો ત્યાં ચમત્કારનું સર્જન થાય છે. તેવી જ રીતે સાધનામાં શ્રદ્ધા-પ્રગતિના પંથે દોરે છે.

કેટલી શ્રદ્ધા? પ્લેનમાં બેસતાં જ આપણે પાયલોટ ઉપર મૂકી દઈએ છીએ! બસમાં બેસીએ ત્યારે ડ્રાઈવર ઉપર શ્રદ્ધા મૂકીએ છીએ. નાનકડી કાર ચલાવનાર ઉપર શ્રદ્ધા રાખીએ છીએ અને તેના ભરોસે ઘંસઘસાટ ઊંઘી જઈએ છીએ. દૂધ મેળવતાં શ્રદ્ધા રાખીએ છીએ કે સવારે દહીં બની જશે. વારે વારે આખી રાત જાગીને દૂધને જોયા કરતા નથી. શ્રદ્ધા અને ધીરજનો સવારે વિજય થાય છે. અને પેલું દૂધ-દહીંમાં પરિવર્તન પામે છે.

નોકરી કરવા જઈએ તો 'બોસ'માં શ્રદ્ધા રાખીએ છીએ કે મહિનો પૂરા થતાં પગાર મળશે. આપણને શ્રદ્ધા રાખવાની ટેવ તો છે જ. તો તે શ્રદ્ધા પ્રભુમાં મૂકી જુઓ તો હરિ બધું સંભાળશે. સંભાળે જ છે.

આજે જ બપોરે અમે ગણતાં હતાં. સાડા પાંચ વરસ નિર્જા થયા. પૂરા ૨૦૪૨ દિવસ આ શરીરને પાણી પણ આપ્યું નથી. છતાં તે સરસ રીતે કામ આપે છે. આટલા દિવસોના નિર્જા જાણીને પણ એક અલૌકિક શક્તિનું પીઠબળ છે એમ તો માની જ શકાય ને!

શ્રદ્ધા જ મહત્ત્વનો દાગીનો છે. યાત્રા કરવા જઈએ તો જેમાં કિંમતી વસ્તુ, પૈસા હોય તેને આપણે પાસે રાખીએ છીએ. તે રીતે આ શ્રદ્ધા પણ એક કિંમતી દાગીનો છે. અમે રાજીનામું આપ્યું ત્યારે કોઈ કલ્પના ન હતી કે તે (પરમાત્માની) દિવ્ય શક્તિ આટલી બાદશાહી સગવડ અને પરમસુખની મોજ કરાવશે. પણ

તમે સૌ જોઈ રહ્યા છો અને અમે પણ અનુભવી રહ્યા છીએ કે હરિને સોંપવામાં નુકશાન નથી.

કંઈક આપતા જાતે

અહીં આવેલા સૌ કંઈક ને કંઈક આપતા જાતે.

પૂ. માને વળી શું જોઈતું હશે? પૈસા? ના, પૂ. માને તો તમારા વ્યસનો, કુટુંબો, રાગ-દ્વેષ, અહંકાર જોઈએ. તમારા જીવન સુધારના, પવિત્રતા માટેના નિયમો જોઈએ. તમારી કુટુંબોમાંથી મુક્તિ જોઈએ.

અહીં આવેલી દરેક વ્યક્તિ એક નાનકડો નિયમ પ્રભુને આપે, પછી ભલેને તે નિયમ ફક્ત એક પ્રણામનો જ કેમ ના હોય! દરેક શિબિરે આપણે નવા બનવાનું છે. આપણી કાયાપલટ એ રીતે થશે. નહીં તો આવી સૌ શિબિર ભરીશું તોપણ ખાસ કંઈ પ્રગતિ નહીં થાય. તો દરેક જણ એક નાનો નિયમ જરૂરથી લે.

અમે ૧૯૮૫ માં યાત્રામાં ગયાં હતાં તે વખતે સૌને અમે વિષયસહસ્રનામનો પાઠ કરવાનો નિયમ આપેલો, તો એ વાતને આજે કેટલાં બધાં વરસ થઈ ગયાં છતાં નિયમિત રીતે તે (યાત્રામાં) આવેલા વિનોદભાઈ, સરોજબેન બંને તેને પાળે છે. જેમ રોજ સ્નાનથી શરીર સ્વચ્છ બને છે તે રીતે નિયમ પણ એક પ્રકારનું સ્નાન છે.

નિયમો આપણા રક્ષક છે, તે રક્ષક બની આપણી રક્ષા કરે છે. નિયમ પાળનારને પ્રભુ પણ સહાય કરે છે. તો આપણે પણ કંઈક ને કંઈક નિયમો લેવા જોઈએ. પણ જોજો, નિયમો સારા લેજો. જીવનની વિશુદ્ધિ કરે તેવા-જાપના, માળાના, પ્રણામના નિયમો લેજો.

પવિત્ર જીવન

જે હાથેથી અહીં શિબિરમાં પ્રણામ કર્યા છે, સારું વાંચ્યું છે, સાત્ત્વિક ખાધું છે.—ચા, કોફી કે કોક નથી પીધી, તે હાથને વળગાણો, વ્યસનો ના શોભે.

જે હાથને પંદર દિવસ સુધી સતત પવિત્ર રાખ્યો છે, તો એ હાથથી તમારા ફૂલ જેવા કોમળ બાળકોને મારશો નહીં. ઘણી માતાઓ તેમના નાના બાળકોને મારે છે.

જે હાથે પ્રણામ કર્યા છે તે હાથમાં કોઈ પણ પ્રકારની વ્યસનની પ્યાલી કે અભક્ષ્ય પદાર્થ ભળેલી થાળી કે ખરાબ મિત્રોની તાલી ના શોભે, તાલી ના અપાય. અરે! એ હાથથી લોટરીની ટિકિટ પણ ના લઈ શકાય. તો વળી પરસ્ત્રી પર હાથ કેવી રીતે ફેરવાય? હવે આપણા જીવનમાં સર્વ પ્રકારે સ્વચ્છતા, પવિત્રતા. આ બધી પરેજી પાળવી જરૂરી છે. પરેજી પ્રભુપંથે સહાયક બનશે. જીવન પવિત્ર થતાં આપણા સઘળા સંકલ્પો, સારી ઈચ્છા—બધું જ પ્રભુ પાર પાડશે. એકવાર પવિત્ર થવા માંડો પછી ઘરબેઠાં પ્રભુ સઘળું આપશે.

નાના પ્રેરક નિયમો

જેની સાથે આપણને બનતું નથી, જ્ઞવતું નથી તેના પર પણ પ્રેમ રાખવાનો નિયમ લઈ શકાય. અહીં કેટલી બધી સાસુઓ અને વહુઓ પધારેલી છે. તો ઘરે જઈને સાસુ—વહુ વચ્ચે મા—દીકરી જેવો સંબંધ વિકસાવવા પ્રયત્ન કરજો.

એક નાનકડો નિયમ એવો પણ લઈ શકાય કે આપણી ભૂલ થાય તો તરત જ ક્ષમા માંગી હિસાબ ચૂકતે કરતાં શીખીએ. ભૂલ

થઈ તો તરત જ ક્ષમા. પછી ભલે તે મોટા હોય કે નાના હોય. આવા નાના—નાના નિયમોમાંથી એકાદ નિયમ અહીંથી જતાં પ્રભુને કહેતા જજો.

સૌ એકબીજાને જ્ઞેન પર મળી ત્યારે પૂછજો કે કેલગરીના નિયમોનું કેવું ચાલે છે તેટલું જરૂર પૂછજો. તમે સૌએ અહીં એક સાત્ત્વિક સંબંધ પ્રસ્થાપિત કર્યો છે. નિયમો પણ એમાં મિત્રો બની કામ કરશે.

ચૌદ દિવસ આપણે ગુસ્સાથી, નિંદાથી બચી ગયા. લગ્નોના જન્મણોથી બચી ગયા. જેવું ખાઈશું, જેવું પીશું—તેવું આપણું મન થશે. એટલે સારું જ જમજો. સારું જ પીજો. ગીતામાં ભગવાન કૃષ્ણે કહેલું છે : ‘અહં વૈશ્વાનરો ભૂત્વા, પ્રાણીનાં દેહમાશ્રિતઃ’ અર્થાત્ શરીરમાં હું જઠરાગ્નિરૂપે રહું છું—તો આપણા શરીરમાં પ્રભુ વૈશ્વાનર અગ્નિદેવરૂપે જઠરમાં રહેલા છે. તો તે અગ્નિદેવને સારા જ પદાર્થો ધરજો.

સારા જ મિત્રો રાખો—સારાં જ પુસ્તકો વસાવો. તો પ્રભુ પણ તમારું સારું જ કરશે.

અમારી સાથે યાત્રામાં એક ભાઈ હતા. તેમને એક વ્યસન હતું. અમે કહ્યું આપી દો. શ્રીશૈલમ્ના પવિત્ર તીર્થક્ષેત્રમાં વ્યસન પ્રભુને આપી દો, અને તે અપાઈ પણ ગયું. એ વાતને આજે દશ વર્ષ થઈ ગયાં. વળી અમે કહેલું કે આ વ્યસન પાછળ જે રકમ ખર્ચાય છે તે રકમ ભેગી કરો. તો તમને નવાઈ લાગશે—તે રકમ પાંચ હજાર ડોલર થાય છે. (એટલે લગભગ અઢી લાખ રૂપિયા થયા) આ રૂપિયા દર વર્ષે તે ભાઈ નિયમિત સત્કર્મમાં વાપરે છે. આ તદ્દન સત્ય ઘટના, સાચી વાત છે. દશ વર્ષથી નિયમિત પવિત્ર જીવન જીવાઈ રહ્યું છે.

આવા સાત્ત્વિક ભક્તો પ્રભુને ધરવા છે. તમે બધા અહીં શિબિરમાં રહો છો ત્યારે પવિત્રતાથી જીવો છો. પવિત્રતાથી ભર્યા ભર્યા રહો છો, તો એવું જ જીવન ધરે જઈને પણ જીવજો. તમે જ તમારા મિત્ર બનો. તમારો સુધાર તમારા જ હાથમાં છે. વિચારજો અને અમલમાં મૂકજો.

દરેક શિબિરમાં નવા નવા બની જીવતાં શીખો. જેમ નાના છોડની રક્ષા વાડ કરે છે, તેમ આ નિયમો વાડ બનીને તમારી રક્ષા કરશે. વ્યસનો બરબાદ કરશે, નિયમો આબાદ કરશે. વ્યસનો આબરૂને ધૂળમાં મેળવશે ત્યારે નિયમો ગૌરવ વધારશે. જાતે જ વિચારજો. જાતે જ જાગજો.

અઢી લાખનું દરવર્ષે સત્કર્મ કરનારા ભાઈ નિયમિત શિબિરમાં પણ આવે છે. તેમને ધન્યવાદ, ખાસ અભિનંદન. પૂ. શ્રી યોગેશ્વરજીના આશીર્વાદ એમના પર વિશેષ રીતે ઉતરો એવી પ્રાર્થના પૂ. મા પણ કરે છે.

આપણે જ આપણા શાસક. આપણે જ આપણા રાજ્યના માલિક. આપણે જ આપણા સ્વામી. આપણે જ આપણી જાતપર કડક બની જઈએ તો આપણાં મન-અંતર પણ આપણા સેવક બની જશે. મન કૂદકા મારે તો વારંવાર મનને થપ્પડ મારતા રહેવું.

મનને મિત્ર બનાવી વાળતાં શીખો. અમારું મન પણ અતિ થાક લાગે ત્યારે દલીલ કરે છે કે પ્રણામ જરા મોડા કરીશું અથવા પ્રણામને બે-ત્રણ ભાગમાં વહેંચીને કરીશું, પણ મનની સાથે દોસ્તી કરીને મનાવી લઈએ છીએ. તો એ મન, ભયંકર થાક વચ્ચે પણ પ્રણામ કરવામાં મદદ કરે છે. આપણે જ આપણા ચોકીદાર. સૌ વિચારજો.

વ્યસન મુક્તિ અને પવિત્ર જીવન

વિદેશમાં આવીને વ્યસનો અને કુટેવોમાં કોણ નથી બગડયું? તે જ પ્રશ્ન છે. તમે ભલે ના પીતા હો, પણ તમારા બોસને ક્રિસ્ટમસની ભેટમાં તમારા હાથે જ બોટલ આપી તો તે હાથ ખરડાયેલા જ ગણાય.

ટોરન્ટોના પરિવારો પવિત્ર થયા છે તે તો કબૂલ કરવું જ પડે. જો સુરેશભાઈ કેનેડા જ ના આવ્યા હોત તો? પ્રભુ કોઈકને નિમિત્ત બનાવી પોતાની ઈચ્છા, પોતાનાં કાર્યો પાર પડાવતો હોય છે. એટલે સૌ જાગો અને સૌને જાગાડતા રહો.

હર્ષદભાઈ ક્યાં હતા અને ક્યાં પહોંચી ગયા. હવે રોજ લંચ સમયે ગાડીમાં બેસી તેઓ બાવની કરે છે. એમના ઘરમાં એકદમ સુવર્ણ પ્રભાત પ્રગટ્યું. અહીં બેઠેલા લગભગ દરેક વ્યક્તિ કંઈને કંઈ કુટેવો તો ધરાવતી જ હશે. તો તે છોડતા શીખી જાવ.

સર્વ સત્સંગનો સાર પવિત્ર જીવન જ છે. પ્રવચનો નહીં સાંભળો તો ચાલશે. પણ સારરૂપે પવિત્ર જીવન જીવવાનો દૃઢ સંકલ્પ કરો તો સફળ. જે જે માનવો સારા નિર્ણયો લે છે તેને તેને પ્રભુ તે નિર્ણયોમાં મક્કમ રહેવાની શક્તિ પણ આપે છે.

આદર્શ માનવનો વ્યવહાર

અહીં બેઠેલાઓમાં કોણ કોણ પોતાની વહુઓ જોડે વાંકુ બોલે છે, ઝઘડા કરે છે? પોતાની જાતને જ પૂછો અને સુધરો. કોઈ દિવસ કોઈક એવું ના સંભળાવી જાય કે “શિબિરમાંથી શું શીખ્યા? તમે જાવ છો પણ સુધરતા નથી. એના કરતાં તો અમે સારા.”

એક બીજી પણ વાત છે. કોઈને એવી તક ના આપો કે તેને કહેવું પડે કે તમારી મા તમને શું શીખવે છે? જે જે વહુઓ છે તે પણ પોતાની સાસુઓને સારી રીતે રાખે. જે સારી રીતે ના રાખે તો તે પૂ. માનું નામ બદનામ કરી રહ્યા છે. તે યાદ રાખે.

જીવનની આ પાયાની વાત છે. તે શીખો તો તમારું શિબિરમાં આવ્યું સફળ છે. માટે આજે જ મનથી નિર્ણય કરજો. જે જે સારું જીવનમાં નથી, તેને કાઢજો, શિબિરને ઐતિહાસિક બનાવજો. તમે જ તમારી રીતે સારા નિયમો લઈ શિબિરને યાદગાર બનાવજો.

જેમ કે સુરેશભાઈ શાહે પૂ. શ્રી સાથેના સંસ્મરણોનું લેખન-કાર્ય જે પંદર વર્ષથી બાકી હતું તે અહીં શરૂ કર્યું ને પૂર્ણ પણ કર્યું. એમને માટે આ શિબિર યાદગાર બની ગઈ. અમારા શકુબેન (પનામાવાળા) રોજની નોંધ અમને આપે છે, તો તે પણ ઉત્તમ છે. એ જ રીતે વિનોદભાઈને બે વરસથી લખતા કર્યા છે. તેમણે લગભગ ૧૦૮ પ્રસંગો લખ્યા છે. સૌને ધન્યવાદ.

* * *

આપણે માથે અનેક જાતનાં ઋણ છે, દેવું છે. જેમ કે માતા-પિતાનું ઋણ, દેવોનું ઋણ, ગુરુનું-સંતોનું ઋણ, ધરતીનું ઋણ. આ ઋણ ચૂકવવા કોઈક નિયમો તો લેવા જ પડે. મા એવું ઈચ્છે છે કે જેના જેના ઘરે વડીલો છે તેને તેને એક પ્રણામ તો કરો જ. તે વડીલો સાથે રોજ બે-પાંચ મિનિટ બેસીને વાત કરો. આજે ઘરડાંઓ સાથે કોઈ બેસતું જ નથી, વાત જ નથી કરતું. તો યુવાન ભાઈ-બહેનો એવો પણ નિયમ લઈ શકે કે વૃદ્ધો સાથે પાંચ મિનિટ પ્રેમથી બેસવું.

માતાપિતા જીવતાં હોય તો તેમને જીવતાં જ ઠારો. પાછળથી (તિમના ગયા પછી) ફોટા લટકાવીને પ્રણામ કરવાનો શું અર્થ? જીવતાં જ તેમની હાથ લઈ લો.

માતાપિતાએ આપણને માનવશરીર આપ્યું છે તે ઉપકાર કેટલો મોટો છે? તે માટે પણ માતાપિતાને પગે લાગો. જીવતા દેવો-જે આપણને દરેકને ઘરમાં મળ્યા છે-બાળકના રૂપમાં, પતિ કે પત્નીના રૂપમાં, માતાપિતાના સ્વરૂપે તે સર્વેને ઠારો. તેમને પ્રસન્ન કરો, તેમને સંભાળો, તેમની સેવા કરો. તો જ તમારું શિબિરમાં આવેલું સફળ. બાકી આપણે વોટરપૂફ કોટ પહેરીને આવીશું અને શિબિરમાંથી પાછા જઈશું તો કંઈ નહીં વળે. માટે સૌ ફરી ફરી વિચારજો અને અમલમાં મૂકજો.

મનનું સ્નાન

પૂ. શ્રીના એક પદ (તમે તો તમારાં ઉઘાડો બારણાં) પછી, આ શિબિર પ્રભુનાં દ્વાર ઉઘાડવા માટેની છે. દ્વાર ઉઘાડવા માટેની શક્તિ માંગવી પડે. પ્રભુ પોકાર સાંભળી દયાનું દ્વાર કોઈક ધન્ય પળે ઉઘાડી નાંખે તો કાયમ માટે પરમ શાંતિ મળે. દ્વાર ઉઘાડવા માટે પવિત્ર વિચાર, પવિત્ર આચાર અને પવિત્ર વિહાર અગત્યના છે. અહીં ચૌદ દિવસ આપણે આપણા મનને કેટલું સરસ રોજ રોજ સ્નાન કરાવીએ છીએ.

રાત્રિનાં સ્વપ્નો અને ઉંઘનો કચરો પ્રભાત વંદનાથી કાઢવા પ્રયત્ન કરીએ છીએ. સવારે જાગતા જ મન ઉપર કચરો અને ધૂળ ચઢવા માંડે છે. જેમ કે મોડા જાગીએ તો તરત જ કહીએ કે તે કેમ ના જગાડી કે તે કેમ ના જગાડયો? તો તે ધૂળ ચઢી ગણાય, વળી પેલા ભાઈ તો નહાવામાં ખૂબ વાર કરે છે. તે

દોષદર્શન થયું તે પણ કચરો જ છે. આવી ધૂળ અને આવા કચરા ક્ષણે ક્ષણ મન પર ચોંટયા કરે છે. તેને પ્રણામથી સાફ કરવાના અહીં પ્રયત્ન કરવાના છે. શિબિર એ રીતે એક સફાઈપર્વ છે. પછી પ્રાર્થના કરીએ છીએ, તો થોડીક ધૂળ દૂર જાય છે, કારણ કે પ્રાર્થનામાં મનને દોષદર્શનની તક મળતી નથી. આપણા મનને આપણે સૌ સતત દોષદર્શન જ કરાવ્યા કરીએ છીએ. કંઈ પણ ભૂલ થાય એટલે તરત જ દોષનો ટોપલો કોઈક ને કોઈક પર ઠાલવવાની આપણને ટેવ પડી છે. અને એ રીતે આપણે મનને સતત મેલું કર્યા કરીએ છીએ. એક વરસનું મેલું થયેલું મન કેવું દુર્ગંધથી ભરાઈ જતું હશે?

તે તો તમે તમારા ઘરનો કચરો (ગારબેજ) એક મહિનો ઘરમાં રાખીને જુઓ તો ખબર પડશે. ભગવાને તો એવી કૃપા કરી છે કે મનની ગંદકી બહાર ઝટ દેખાતી નથી. આપણા સહુને મનની એ દુર્ગંધ ગમી ગઈ છે, ફૂલી ગઈ છે. આપણે જાણે ગટરના કીડાની જેમ મનની ગંદકીમાં દિન-રાત મસ્તી માણીએ છીએ. એથી આવા મનને સત્સંગમાં થાક લાગે, ઊંઘ આવે, બળજબરી લાગે એ સ્વાભાવિક છે. પણ એ ગંદકી દૂર તો કરવી જ પડે. પ્રાર્થનાદ્વારા પ્રભુ પોકાર સાંભળીને એકવાર દ્વાર ઉઘાડી દે તો આપણું કામ થઈ જાય. આપણે અહીં વ્યક્તિગત સાધના કરવા આપણા આ મનને ધોવા, સ્નાન કરાવવા આવ્યા છીએ. તો એ સમયનો લાભ લઈ સહુ પોતપોતાના પાઠ, વાંચન, જપ, ધ્યાન-જે નિયમ હોય તે પાળવા પ્રયત્ન કરજો.

સ્નેહભર્યા સંબંધો

કોને કોને એવું લાગે છે કે આજે શિબિરનો છેલ્લો દિવસ

છે? હકીકતમાં આજે પહેલો દિવસ છે. કારણ કે પંદર દિવસના વર્ગ ભરીને આજથી એને આચરણમાં મૂકવાનું છે. તો એને માટે આજે પહેલો દિવસ છે. આજ સુધી તમે જે કાંઈ શીખ્યા તે હવે જીવનમાં ઉતારવાનો સંકલ્પ કરો. આ સંકલ્પ કરવાનો આ પ્રથમ દિવસ છે. એ અર્થમાં ખરી શિબિર હવે શરૂ થશે.

આવતી કાલે શિબિરમાં બધી વહુઓ દીકરી બની જશે અને બધી સાસુઓ માતા.

અમે તો ૧૯૭૧ થી જોતાં આવ્યાં છીએ. સુરત, જે સખીના ઘરમાં અમે રહેતાં હતાં ત્યાં ત્રણ પુત્રવધૂઓ હતી. અને સમાજમાં જે રીતનો વહેવાર ચાલે છે તેનું દર્શન રોજરોજ અમને થતું.

એટલે હે વડીલો સુધરજો. પાછલી ઉંમરે સુખ શોધવા આપણે થોડુંક બદલાવું પડશે. અહીં આવેલી દીકરીઓ પણ પોતાની સાસુ સાથે સર્વોત્તમ વ્યવહાર રાખી શિબિરનું નામ દીપાવે. હવેની શિબિર કદાચ થાય તો એક પ્રશ્નપત્ર આપીશું. તેમાં સાસુનું ફોર્મ વહુ ભરે અને વહુનું ફોર્મ સાસુ ભરે. (હાસ્ય ફરી વળે છે.)

સાસુ-વહુના સંબંધમાં પંચોત્તર ટકા દોષ પુત્રનો પણ હોય છે. તમે પણ વેચાઈ ગયા છો પત્નીને. પત્નીની કમાણી પર કાયર બની માતાપિતાની અવગણના કરો છો. પત્ની પાસે જોબ કરાવીને તેને રાજરાણી બનાવવા માતાપિતા પાસે મજૂરી કરાવો છો. અને માતા બિચારી તમારું અને તમારા બાળકોનું વેતરું કરી કરીને જાણે એક જીવતી જાગતી વેદનાની મૂર્તિ બની જાય છે. બિચારી માતાને કોઈ પૂછતું નથી, તેની સાથે કોઈ બોલતું નથી,

કોઈ પાસે બેસતું નથી અને તેનું કોઈ સાંભળતું પણ નથી. જરાક તો વિચારો, હે પુત્રો, તમે તમારા માતાપિતાને કેવાં બિચારા બનાવી દીધાં છે!

વહુથી છાનામાના કોઈકવાર માતાને તમે કાંઈક આપો કે પૂછો તો તમારું આવી બને છે. પરિણામે તમે માતાપિતાની આંખમાં અને હેયામાં આંસુડાની ધારે ધાર પ્રગટાવો છો તેનું શું? એટલા બધા ના વેચાઈ જાવ કે તમને પુત્ર તરીકે કર્તવ્ય બચાવવામાં રુકાવટ આવે. તમારી પત્નીઓ જાણે જોબ કરીને આવે એટલે તેને સાસુ પર હુકમ કરતા જ આવડે. આ બધું શોભતું નથી.

શું પુત્રના સુખ માટે માતાપિતાએ કશું કર્યું જ નથી કે જેથી તમે તેમને ભૂલી જાવ છો? તેમની સાથે બોલતા નથી, ગુસ્સો કરો છો? બધા જ દોષ તેમની પર ઓઢાડો છો? શું તેઓ તમારા ઘરના કોઈ મૂંગા જાનવર છે કે તમે તેમનો બોલવાનો હક પણ ઝૂંટવી લો છો.

વિચારજો વડીલો, સાસુઓ, વહુઓ, દીકરાઓ અને દીકરીઓ. આખા સમાજમાં આ એક સામાન્ય ચિત્ર જોવા મળે છે. બિચારા માતાપિતા કોને કહે? ક્યાં જાય? માટે સૌ વિચારજો અને અમલમાં મૂકજો. આદર્શ, પ્રેમાળ અને જવાબદાર બનજો.

જે દીકરાઓ પોતાના અંકે મોટા થયા—તેમના જ ઘરમાં મા—બાપ સંતાનોથી ડરતા થઈ જાય છે. અરે! માતાપિતા સંતાનોની કુટેવ અને વ્યસનોને જાણે છે. છતાં બિચારા તેને સુધારવાનું પણ કહી શકતા નથી. માતાપિતા કંઈ આંખ, કાન કે મન વગરના થોડાં છે? તેઓ બધું જ સમજે છે. પણ ડોલરે એમને મૂંગા

બનાવી દીધાં છે, દૂર ધકેલી દીધાં છે. જરાક તો વિચારો, હે પુત્રો! કે તમે તમારા માબાપને કેટલા સમજવા પ્રયત્ન કરો છો? પત્નીઓને એટલા બધા ના વેચાઈ જાવ એ જ પ્રાર્થના છે.

તમારા માબાપ એ પણ મંદિરના જીવતા દેવો જ છે. તેમની હાથ લો. તેમની આંતરડી ઠારો. તેમની આંતરડી કકળાવી તમે કદી સુખી નહીં થાવ. તેનું એક આંસુ તમારી સઘળી સંપત્તિ બાળી નાંખશે. અને તેની હાથનું એક વાક્ય તમને સર્વ સંપત્તિના સ્વામી બનાવશે.

જે સાચું અને જરૂરી છે તે જ મા કહે છે. અમે બધે જ ભારત, કેનેડા, અમેરિકા, પનામા, ઈંગલેન્ડ આ દશા જોઈ છે.

ઘણી વાર અમે માબાપને કહીએ, ‘ચાલો અમે તમારા દીકરા કે વહુઓને કહીએ.’ તો તેઓ ના પાડે છે. કારણ કહે, ‘મા તમે ના કહેતાં એમને, નહીં તો અમને તેઓ લડશે કે તમે માને કેમ કહી દીધું?’ શિબિરમાં એટલે જ સૌએ જાગ્રત થવાનું છે. સૌએ શ્રેષ્ઠ અને આદર્શ બનવા માટે મથવાનું છે. સૌ પોતપોતાની જાતને પૂછે કે મા આ જે લખે છે તે તમને લાગુ પડે છે?

આ અમારા સુશીલાબેનના ઘરથી ત્રીજા જ ઘરની વાત છે. એક માતા જે એમની દીકરીને ઘરે રહે છે, પણ એવો ત્રાસ વેઠે છે કે ન પૂછે વાત. સંજયનું ઘર એને માટે જાણે પોતાના દીકરાનું ઘર બની ગયું છે. સંજયની ધર્મપત્ની વીણાબેન ખૂબ પ્રેમથી તે બેનને આવકારે છે અને તેમનાં કરે છે. સંજય સહિત આખું ઘર તે માતાના આંખમાં પડતા આંસુઓને જાણે લૂછવા કરે છે. ઘર બેઠાં એમની હાથ લેવાનો યજ્ઞ જાણે એ ઘરમાં થયા કરે છે. એમની પોતાની દીકરી જ તે બેનને સારી રીતે નથી

રાખતી. જાણે કોઈ નવલકથામાં વાંચીએ એવી વાત છે. પરંતુ તદ્દન સાચી છે. ગયા વરસે એ બહેનને અમે શિબિરમાં પણ લાવેલાં. જેથી એ વિધવા માતાને જરાક શાંતિ મળી હશે. આથી જમાઈઓ, વહુઓ, પુત્રો, પુત્રીઓ, પુત્રવધૂઓ, સાસુઓ સૌ વિચારે અને જાગ્રત બને.

જે કંઈ કહેવાયું છે તે ખૂબ જ ગંભીરતાથી વિચારવા જેવું છે. સમાજ જીવનનું માળખું જ જાણે બદલાઈ ગયું છે, તૂટીફૂટી ગયું છે. સૌ પોતે પોતાના કર્તવ્યો બજાવવા માંડે તો જ સમાજનું ચિત્ર બદલાશે. બાકી સામસામી ફરિયાદોથી તો વધુ અશાંતિ જ સર્જશે.

સત્કર્મ વિશે

સત્કર્મ જ આપણી સંપત્તિ બનીને આપણને જ ઉપયોગી થાય છે. જેમ જમીનમાં એક બીજ નાંખીએ તો તેનું વૃક્ષ થતાં આપણને ઈંચો મળે, લાકડા મળે, ફળો મળે તેમ જ બીજને પણ તેનો લાભ થાય. એટલે તનથી કે મનથી પણ સત્કર્મ કરતા રહેવું. શરીરથી સેવા કરવી અને મનથી શુભવિચારો.

નિયમો

જેમણે નાનામોટા નિયમો લીધા છે, તેમણે દરરોજ સવારે પ્રભુ પાસે દરેક પ્રણામે નિયમો પાળવાની શક્તિ માંગવી. ધારો કે ૧૦૮ પ્રણામ કરતા હો તો ૧૦૮ વાર, દરેક પ્રણામ કરતી વખતે નિયમો પાળવાની શક્તિ માંગવી “હે પ્રભુ! આજના દિવસે મારા નિયમો પાળવાની શક્તિ આપો.” તો નિયમો પાળી શકાશે.

નિયમો વાડજેવા છે. તે જીવનછોડની રક્ષા કરશે. આપણે જ

નિયમો માટે આપણી જાત પર કડક બની જવાનું છે. અહીં સૌ પોતપોતાની રીતે મથ્યા છો, તો ઘરે જઈને પણ મથામણ કરતા રહેવાનું.

ક્ષમાયાચના

શિબિરના આ પંદર દિવસ દરમ્યાન અમારા (પૂ. માના) વિચાર-વાણી-વર્તનથી કોઈને ઠેસ પહોંચી હોય તો સૌ અમને ક્ષમા કરે.

— અસ્તુ

ૐ

મનને મિત્ર બનાવી વાળતા શીખો.

*

સર્વ સત્સંગનો સાર પવિત્ર જીવન.

*

તમારો સુધાર તમારા જ હાથમાં છે.

*

માતાપિતા મંદિરના જીવતા દેવો જ છે.

*

તમે જ તમારી જાતના ચોકીદાર.

—

નૈસર્ગિક આહારવિહાર

મૂળજીભાઈ પી. પટેલ

માનવમાત્ર આરોગ્ય ઈચ્છે છે પરંતુ તેની પ્રાપ્તિ અને રક્ષણ કેમ કરવાં તેની સમજ થોડાને જ હોય છે અને સમજનું અમલીકરણ બહુ જ થોડા કરે છે. વિશ્વમાં કરોડો રૂપિયાની દવાઓ રોજ બને છે. હજારો ડોક્ટરો રોગનિવારણ અર્થે કાર્યરત રહે છે. પરંતુ દિનપ્રતિદિન રોગો અને રોગીઓની સંખ્યા વધતી જ જાય છે. આ એક ચિંતાજનક વાત છે. આની અનુભૂતિ સને ૧૭૮૮ માં યુ. એસ. એ.માં જન્મેલા જેન્નીંગ્ઝ (Jennings) નામના પુરુષને થયેલી. સને ૧૮૨૨ માં એમ. ડી.ની ડીગ્રી લઈ તેણે એલોપેથીની પ્રેક્ટીસ શરૂ કરેલી. તેની પ્રેક્ટીસ સારી ચાલતી હતી. તે કુશળ અને પ્રામાણિક હતો. તેના દર્દીઓને તે દવાઓ અને આહારવિહારની સમજ આપતો. પ્રેક્ટીસ દરમિયાન ટૂંક સમયમાં તેને વિલક્ષણ અનુભવ થયો. તેના દર્દીઓમાંથી કેટલાક તેની દવાનો ઉપયોગ નહોતા કરતા અને ફક્ત આરોગ્યની સૂચનાઓ જ પાળતા. આ લોકો જલદી સારા થતા હતા અને તેમને ડોક્ટર પાસે ફરીવાર આવવું પડતું ન હતું. જ્યારે દવા અને સૂચનાઓનું પાલન કરનાર દર્દીઓને સાજા થવામાં વાર લાગતી અને વારંવાર તેની પાસે આવવું પડતું.

તેણે આ અંગે ઊંડો અભ્યાસ કર્યો તો તેને પ્રતીતિ થઈ કે દવાઓમાં કંઈક દોષ છે. તેણે ૨૦ વર્ષ આમ ચલાવ્યું. તે દરમિયાન એના ધ્યાનમાં અસંખ્ય કિસ્સાઓ આવ્યા અને તેને ખાત્રી

થઈ કે દવાઓ માત્ર હાનિકારક છે, જીવનશક્તિનો હાસ કરે છે અને તેમના સેવનમાં કોઈ બુદ્ધિમત્તા નથી. તેનો આત્મા ડંખ્યા કરતો હતો અને દવાઓનું સેવન સત્વરે બંધ કરવા ચિંતન કરતો હતો. પરંતુ તેમ કરવું સલામત ન હતું કારણ કે તે જમાનામાં (તેમ જ આજે પણ) દર્દીને દવાના ઉપયોગ સિવાય સાજા કરવાની વાત લોકોને ગળે ન ઉતરે. લાંબા મનોમંથન પછી તેણે રસ્તો શોધ્યો. દર્દીઓનો વિશ્વાસ ટકાવી રાખવા દવા તરીકે તેણે સાદું પાણી, રંગીન પાણી, લોટની ગોળીઓ, ખાંડની ગોળીઓ વગેરેનો ઉપયોગ શરૂ કર્યો. તેની પ્રેક્ટીસમાં પ્રગતિ થઈ. આમ ૨૦ વર્ષ તેણે લોકોને તેમના ભલા માટે છેતર્યા. પોતાને તેથી સંતોષ થયો.

આમ ૪૦ વર્ષના અનુભવના આધારે તેણે ત્યારબાદ ખુલ્લે-આમ વગર દવાએ પ્રેક્ટીસ કરવાનો નિર્ણય કર્યો. કારણ કે તેનો આત્મા કોઈને અંધારામાં રાખવા તૈયાર ન હતો. પોતાના ડોક્ટર મિત્રોને પણ તેણે આ વાત કરી. તેમાંથી કેટલાકે તેની વાત સ્વીકારી પરંતુ મોટાભાગના તેથી વિમુખ રહ્યા. તે ૮૬ વર્ષ જીવ્યો. જીવનનો બાકીનો સમય તેણે આમ વગર દવાએ પ્રેક્ટીસ કરી. દર્દીઓને ખાનપાન અને જીવનશૈલીનું પરિવર્તન કરાવી રોગ-મુક્તિ અને આરોગ્ય અપાવ્યાં. તેના સમકાલીનો ગ્રેહામ અને ડો. ટ્રોલે તેની વિચારધારાને વિકસાવી. જે વિશ્વમાં કુદરતી ઉપચાર, નેચર ક્યોર અથવા નેચરલ હાઈજનના નામે પ્રચલિત છે. તેના પાયાના સિદ્ધાંતો નીચે મુજબ છે.

૧. રોગ એટલે શરીરમાં ગંદકી, અશુદ્ધિઓ, ઝેરી પદાર્થો, વિષદ્રવ્ય(toxins)નો સંચય.

૨. જેને વ્યવહારમાં રોગ અથવા બીમારી કહેવામાં આવે છે

તે તો શરીરશુદ્ધિની કલ્યાણકારી પ્રક્રિયા છે. રોગ આપણો દુશ્મન નથી. રોગો અનેક નથી. એક જ છે. શરીરમાં ગંદકીનો સંચય એ એક જ રોગ. તેનો ઉપાય પણ એક જ. એક જ લોહી આપ્યા શરીરમાં ફેરે છે. તેને વિષદ્રવ્યોથી મુક્ત કરવું એ જ રોગમુક્તિ અને આરોગ્ય.

૩. સાજા થવાની તમામ શક્તિ જીવંત શરીરમાં રહેલી છે. (All healing power is in the living system). શરીરના સ્વદુરસ્તીના આ ગુણને સફળ થવામાં આરામ, ઉપવાસ, શાન્તિ વગેરે મદદ કરે છે.

૪. દવાઓ માત્ર શરીર માટે ઝેર છે. શરીરની સ્વદુરસ્તીની પ્રક્રિયામાં વિક્ષેપ કરે છે.

વીસમી સદીમાં યુ. એસ. એ.માં ડો. હર્બર્ટ શેલ્ટને આ વિચારધારાને વ્યવસ્થિત કરી માનવસેવામાં મહાન કાર્ય કર્યું. તેમણે દુનિયાભરના હજારો લોકોને ફક્ત ખાનપાન અને જીવન જીવવાની પદ્ધતિ બદલાવીને અસાધ્ય રોગોમાંથી સાજા કર્યાં. સને ૧૯૪૮ માં કેટલાક મિત્રોના સહયોગથી 'અમેરિકન નેચરલ હાઈજીન સોસાઈટી' નામની સંસ્થા સ્થાપી. આ સંસ્થા આરોગ્ય શિક્ષણનું ઘણું ઉપયોગી સેવાકાર્ય કરી રહી છે. તેનું વડુ મથક ફ્લોરિડા રાજ્યમાં ટેમ્પા શહેરમાં આવેલું છે. ડો. શેલ્ટને (૧૯૮૫-૧૯૮૫) તેમના ૮૦ વર્ષના જીવનકાળમાં ૪૦ ઉપરાંત પુસ્તકો લખ્યાં. 'ડો. શેલ્ટન્સ હાઈજીનિક રિવ્યુ' નામે માસિક ૪૦ વર્ષ ચલાવ્યું, ડો. શેલ્ટન્સ હેલ્થ સ્કૂલ નામે આરોગ્યધામ ૪૦ વર્ષ ઉપર ચલાવ્યું અને યુ. એસ. એ.માં આરોગ્યશિક્ષણ અંગે ઘણાં પ્રવચનો આપ્યાં. આ પ્રવૃત્તિની માહિતી ઈન્ટરનેટ WWW.ANHS.ORG પર મળે છે.

પૂ. ગાંધીજી ડો. શેલ્ટનના આ સેવાકાર્યથી ખૂબ પ્રભાવિત થયેલા. ૧૯૪૨ માં તેમણે ડો. શેલ્ટનને આ જ્ઞાનનો પ્રચાર કરવા ભારત આવવા આમંત્રણ આપેલું. ડો. શેલ્ટન સંમત થયેલા પરંતુ વિશ્વયુદ્ધને કારણે પ્રવાસ શક્ય બન્યો ન હતો. પૂ. ગાંધીજીનો કુદરતી ઉપચારનો અભ્યાસ ઊંડો હતો. તેમણે ખાનપાનના ઘણા પ્રયોગો કરેલા. "આરોગ્યની ચાવી" નામે તેમનું પુસ્તક દરેકે વાંચવા જેવું છે. નિસર્ગોપચારને તેમણે તેમના રચનાત્મક કાર્ય-ક્રમોમાં સ્થાન આપેલું. સને ૧૯૪૬ માં પૂના પાસે ઉરલીકાંચન ગામમાં "કુદરતી ઉપચાર કેન્દ્ર" શરૂ કરાવેલું અને આ કામ માટે ખાસ એક અઠવાડીયાનો સમય ફાળવેલો. આ કેન્દ્ર હાલમાં સુંદર આરોગ્યસેવા કરી રહ્યું છે. ભારતમાં અન્ય સ્થાનોમાં તેમ જ ગુજરાતમાં અમદાવાદ, વડોદરા, બારડોલી વગેરે સ્થળોએ કુદરતી ઉપચારનાં કેન્દ્રો ચાલે છે.

ગુજરાતમાં વી. પી. ગિદવાણી નામે એક સન્નિષ્ઠ અધ્યાપકે આ વિષયમાં તલસ્પર્શી વૈજ્ઞાનિક અભ્યાસ કરી જાતઅનુભવના આધારે "નિસર્ગોપચારદ્વારા રોગમુક્તિ" નામનું પુસ્તક ૧૯૮૨ માં લખેલ છે. શ્રી ગિદવાણીજીએ પોતાના તનમનધનથી આ સેવાપ્રવૃત્તિમાં મોટું યોગદાન કરેલ છે.

કુદરતી ઉપચાર કે નૈસર્ગિક સ્વાસ્થ્યની પ્રવૃત્તિમાં મહત્વની બાબત ઉચિત આહારવિહાર છે. તે અંગે હવે વિચારીશું.

શરીરમાં વિષદ્રવ્યોનો સંગ્રહ થાય એ જ રોગ. એટલે સ્વસ્થ રહેવા માટે એવો ખોરાક ખાવો જોઈએ કે જે શરીરમાં વિષદ્રવ્ય થવા ન દે. એ દૃષ્ટિએ આપણે ચાલુ આહારને મૂલવવો જોઈએ. આપણે જે ખોરાક સવારથી સાંજ ખાઈએ છીએ તેમાંથી આપણને શું મળે છે અને શું મળવું જોઈએ તેની તપાસ કરીએ. શરીર

રચનામાં ૮૦ ટકા ક્ષાર (alkalies) અને ૨૦ ટકા એમ્લ (acids) હોય છે. તે પ્રમાણ સચવાય તેવો આહાર લેવામાં આવે તો શરીરમાં વિષદ્રવ્યનો સંચય ન થાય. સામાન્ય રીતે ફળો અને કાચાં શાકભાજી એ ક્ષારાંત આહાર છે. અનાજ, કઠોળ, દૂધ અને દૂધની બનાવટો, કવચવાળાં ફળ (nuts), માંસાહાર, વગેરે અમ્લાન્ત આહાર છે.

સવારના નાસ્તામાં આપણે ચા, કોફી, દૂધ, રોટલી, ભાખરી, પૂરી, ફરસાણ વગેરે લઈએ છીએ. ચા, કોફીમાં યુરિક એસીડ, ટેનિક એસીડ અને કેફીન છે. તે શરીરને અમ્લો આપે છે. થૂલા સાથેનો ઘઉંનો લોટ ૨.૬૬ ટકા અમ્લાન્ત છે. દૂધ પણ અમ્લાન્ત આહાર છે. ૮૦ ટકા ક્ષારાંત આહારને સ્થાને સવારના નાસ્તામાં આપણને અમ્લોના પ્રાધાન્યવાળો આહાર મળે છે.

બપોરના ભોજનમાં દાળ, ભાત, રોટલી, શાક સામાન્ય રીતે હોય છે. તેમાં શાક સિવાય અન્ય પદાર્થો અમ્લાન્ત છે. દાળ (કઠોળ) ૨૫ ટકા અમ્લાન્ત, પોલીશ કરેલા સફેદ ભાત ૧૮ ટકા અમ્લાન્ત, ઘઉં ૨.૬૬ ટકા અમ્લાન્ત. પોલીસ વગરના ચોખા ૩.૧૮ ટકા અમ્લાન્ત છે. અમ્લાન્ત માત્રા ઓછી તેમ ધાન્ય સારું. શાકભાજી ક્ષારાન્ત આહાર છે. પણ રાંધવાની પ્રક્રિયામાં ગરમીના સ્પર્શથી શાકભાજીના ક્ષારો અને વિટામીનને હાનિ પહોંચે છે. વધારમાં તેલને કકડાવવામાં તેનો ચરબી અંશ ઝેરી બને છે. મીઠું, મરચાં જેવા મસાલા શરીરને પોષણની દૃષ્ટિએ જરૂરી નથી. મીઠું (sodium chloride) શરીરમાં જાય છે પણ શરીર તેને ગ્રહણ કરી શકતું નથી. પેશાબ અને પરસેવા વાટે તે બહાર ફેંકાય છે. શરીરમાં તેની કોઈ ઉપયોગી કામગીરી નથી. ઉલટાનું તેને બહાર ફેંકવામાં શક્તિનો દુર્વ્યય થાય છે. મરચું તથા ગરમ મસાલા પણ

હાનિકારક છે. મરચું આંખમાં પડે તો કેવી તકલીફ કરે છે તેનો સૌને અનુભવ છે. આ ગરમ મસાલા શરીરમાં જઠર અને આંતરડાની કોમળ ત્વચા પર તકલીફ કરે છે. એટલે બપોરના ભોજનમાં પણ અમ્લોની માત્રા વિશેષ રહે છે. સાંજના નાસ્તામાં ચા, બિસ્કીટ, બ્રેડ, રોટલી, વગેરે લઈએ છીએ તે પણ મહદઅંશે અમ્લાન્ત આહાર છે. રાત્રિભોજનમાં ખીચડી, દૂધ, ભાખરી, શાક કે ફરસાણ હોય છે. આમાં પણ અમ્લાન્ત માત્રા વિશેષ રહે છે.

ઉપરના ચીલાચાલુ આહારમાં આપણે ૮૦ ટકા ક્ષાર અને ૨૦ ટકા અમ્લનું પ્રમાણ સાચવી શકતા નથી. ખરેખર તો તેનાથી ઉલટું જ થાય છે. જેથી શરીરમાં અમ્લોની માત્રા વધે છે, અમ્લોનું પ્રાધાન્ય એટલે રોગ. દુષિત આહારને કારણે સામાન્ય રીતે દરેક ઘરમાં અનારોગ્ય અને બીમારીઓ દેખાય છે. રોગોને દૂર કરવા દવાઓનો ઉપયોગ કરી દવાઓરૂપી ઝેર દ્વારા શરીરમાં અમ્લોની વૃદ્ધિ કરીએ છીએ. દવાઓ એક દર્દને (દર્દના લક્ષણોને) દબાવે છે અને બીજા ઘણા રોગોને ઊભા કરે છે. આ પરિસ્થિતિ આખા સમાજની છે.

આ પરિસ્થિતિથી બચવા માટે આહારવિહારની સુધારણા સચોટ ઈલાજ છે. રોગ એ આપણું પોતાનું સર્જન છે અને સ્વસ્થ રહેવા માટે ખાનપાન અને જીવનશૈલીમાં પરિવર્તન આણીને આપણે આરોગ્ય મેળવી શકીએ. તો આહાર કેવો લેવો કે જેથી આરોગ્ય મળે?

સવારના નાસ્તામાં ફળો લેવાં જોઈએ. ફળો એટલે ક્ષારોના ભંડાર. બપોરના ભોજનમાં પ્રથમ વાનગી સલાડ, કાકડી, ગાજર, મૂળા, કોબીજ, ફલાવર, લેટપૂરા, ભીંડા, પાલખ, સેલેરી, બ્રોકલી

વગેરે સારી માત્રામાં સલાડ અથવા કચુંબરરૂપે લેવાં. બીજી વાનગી કોરી મીઠા વગરની અને મોણ વગરની રોટલી અને રાંધેલું શાક. રીંગણ, બટેટા, ચોળાફળી, ગવારફળી, વાલોડ-પાપડી, શકરીયા, સુરણ વગેરે જે કાચાં ન ખાઈ શકાય તેનું શાક બનાવવું-શાક રાંધવામાં ઠારો અને વિટામીનોને ઓછામાં ઓછી હાનિ થાય તે માટે શાક કુકરમાં બનાવવું. કુકરમાં થોડું પાણી લેવું. તેમાં સમારેલું શાક નાંખવું. કુકર બંધ કરવું પણ સીટી (Whistle) મૂકવી નહીં. કુકર ચૂલાપર મૂકી અગ્નિ ચાલુ કરવો. પાણીની વરાળ થાય શાક રંધાય અને વધારાની વરાળ સીટીની કાણામાંથી બહાર નીકળે. પાંચ-સાત મિનિટમાં શાક રંધાઈ જાય, વરાળ આવતી બંધ થાય એટલે કુકરને નીચે ઉતારવું. ઢાંકણ ખોલવું અને તેમાં ઠંડો વધાર કરવો એટલે કે તેલ નાંખવું હોય તો કાચું તેલ નાંખવું. હળદર, ધાણાજીરૂ જેવા નિર્દોષ મસાલા નાંખી શકાય. પછી શાકને હલાવી ભોજનમાં ઉપયોગ કરવો.

સાંજના નાસ્તામાં ફળો. રાત્રિભોજન બપોરના જેવું જ. જે ભાત ખાવા હોય તો હાથછડના અથવા પોલીશ વગરના ભાત- (Brown rice)નો રોટલીને સ્થાને ઉપયોગ કરી શકાય. અથવા બ્રાઉન રાઈસનો પુલાવ કરી શકાય. કઠોળ ખાવું હોય તો ફણ-ગાવેલા મગ રોટલી કે ભાતની અવેજીમાં લઈ શકાય. અનાજ અને કઠોળ એક જ ભોજનમાં સાથે ન લેવાં. તે ગેસ કરી શકે છે. કારણ કે તે સંયોજન બરાબર નથી.

જીજ્ઞાસુઓએ વિશેષ જાણકારી માટે શ્રી ગિદવાણીજી લિખિત “નિસર્ગોપચારદ્વારા રોગમુક્તિ” અને “ગિદવાણી ગુટિકા”નામે પ્રાયોગ ટ્રસ્ટ, ગાંધી આશ્રમ, અમદાવાદના પ્રકાશનોનો અભ્યાસ કરવો.

આહાર સંયોજના કેટલાક નિયમો પાળવા જરૂરી છે. તેથી ખાધેલા ખોરાકનું પૂરું વળતર મળે અને કોઈ વિકૃતિ થાય નહીં.

૧. ફળો એકલાં જ ખાવાં. ફળના નાસ્તા તરીકે અથવા ફળના પૂર્ણ ભોજન તરીકે.

૨. ખાટાં અને મીઠાં ફળો સાથે ન ખાવાં દા. ત. કેળું અને સંતરૂ સાથે ન ખાવાં.

૩. ટમેટા ફળ તરીકે વાપરવા. રોટલી કે ભાત સાથે કે બટેટા, શકરીયા સાથે ટમેટાં ન ખાવાં.

૪. સવારના નાસ્તામાં ટમેટા, સંતરા, મોસંબી, તરબૂચ, ટેટી, શેરડીનો રસ, નારીયેળનું પાણી, લીંબુનું પાણી વગેરેમાંથી કોઈ રસદાર ફળ ખાવું સારું. સાંજના નાસ્તામાં કેળાં, ચીકુ, ખજૂર, સફરજન વગેરેમાંથી કોઈ ફળ ખાવું. સામાન્ય રીતે એક જાતનું ફળ ખાવું સારું. જે બે જાતનાં કે વધારે જાતનાં ફળો સાથે ખાવાં હોય તો મીઠાં અને ખાટાં ફળો સાથે ન ખવાય તે નિયમ સાચવીને ફળો ખાવાં.

ઉપર જે આહાર સવારથી સાંજ સુધીનો સૂચવેલ છે તેમાં સંયોજનના નિયમો પળાયેલ છે. આ આહાર રોગી અને તંદુરસ્ત બધા માટે છે.

૫. ભૂખ હોય તો જ ખાવું. ભૂખ વગર ખાવું એ શરીરતંત્ર પર અત્યાચાર અને આહારનો બગાડ છે. ભૂખ કરતાં સહેજ ઓછું ખાવું.

૬. જમ્યા પછી આરામ લેવો જરૂરી છે. તેનાથી પાચન સારું થાય છે. ઉતાવળનું કામ હોય તો ભોજન છોડી દેવું સારું. ડો. શેલ્ટન તો કહેતા કે ભોજન લીધા પછી આરામ લેવાની

અનુકૂળતા ન હોય તો ભોજન લેશો જ નહીં. એક ટંક જવા દો. બીજા ટંકે સરસ ભૂખ લાગશે.

૭. દરેક વ્યક્તિ માટે વ્યાયામ જરૂરી છે. બેઠાડું જીવન જીવનાર માટે તો ખાસ. યોગાસનો, ચાલવું, અથવા પરસેવો છૂટે તેવો કોઈ વ્યાયામ જરૂરી છે. વ્યાયામ સામાન્ય રીતે ખાલી પેટે કરવો.

૮. સૂર્યનો કુમળો તાપ લેવાય તેટલો લેવો. સવારે ૧૦ વાગ્યા સુધી અને સાંજે પાંચ વાગ્યા પછીનો સમય સૂર્યસ્નાન માટે ઈચ્છનીય લાભ કરે છે. સૂર્યનો પ્રકાશ, નહીં કે ગરમી.

૯. સ્નાન કરતી વખતે ખરબચડો ખાદીનો ટુવાલ લઈ પાણીમાં ભીંજવી આખા શરીરે ઘર્ષણ કરવું. તેનાથી રક્તસંચાર સારો થાય છે, ત્વચા વધુ કાર્યક્ષમ થાય છે અને મૂત્રપિંડને તેથી રાહત થાય છે.

૧૦. પૂર્ણભોજન લીધા પછી ઓછામાં ઓછા પાંચ કલાક કોઈ આહાર ન લેવો. કૃળાહાર પછી ૩૦ મિનિટ સુધી અને રોટલી-શાકવાળા પૂર્ણ ભોજન પછી બે કલાક સુધી પાણી ન પીવું. પાણી પીવું હોય તો ભોજનના પા કલાક પહેલાં પીવું.



નારદપંચરાત્રમાં રાધા

શ્રીમતી મીનાબહેન લક્ષ્મણ જોષી, અમદાવાદ.

રાધા, શ્રીકૃષ્ણની, આલ્લાદિની-આલ્લાદ કે આનંદરૂપા શક્તિ છે. નારદપંચરાત્રમાં, નારદજી ભગવાન મહાદેવને, રાધાના સ્વરૂપને તાત્ત્વિક રીતે સમજવા માટે પ્રશ્ન પૂછે છે. તે પ્રશ્નના ઉત્તરરૂપે મહાદેવજી નારદજીને રાધાનું તાત્ત્વિક સ્વરૂપ સમજાવે છે.

નવા મેઘના જેવા શ્યામ, દ્વિબાહુ, કોટિ ચંદ્રોના જેવા દેદીપ્યમાન, કરોડો કામદેવ કરતાં અધિક લાવણ્યવાળા ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ સૃષ્ટિ રચવા ઉદ્યત થયા ત્યારે તે ભગવાન બે રૂપોમાં વિભક્ત થયા, એક સ્ત્રી થઈ જેને વિષ્ણુમાયા કે રાધા કહે છે; અને બીજો ભાગ પુરુષ થયો જે વિભુ પરમાત્મા છે. ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ પરમાત્માએ રાધાને પોતાના પ્રાણની અધિષ્ઠાત્રીરૂપે પોતાના વક્ષઃસ્થળપર સ્થાન આપ્યું.

મહાદેવજી નારદજીની સમક્ષ રાધાનું સ્વરૂપ વર્ણવતાં કહે છે કે, રાસમંડલમાં શ્રીકૃષ્ણે જેમને પોતાની સમ્મુખ ધારણ કર્યા તેથી પુરાણવિદ તેમને (ધારણ-ધારા =) રાધા કહે છે. 'રા' અક્ષરના ઉચ્ચારણથી ભક્ત, ભુક્તિ (ભોગ) અને મુક્તિ બંને પ્રાપ્ત કરે છે, અને 'ધા' અક્ષરના ઉચ્ચારણથી હરિના આનંદ પ્રતિ ધાવન કરે છે-દોડે છે.

નારદજીએ રાધાના સ્વરૂપ અંગે વધારે જિજ્ઞાસા પ્રકટ કરી તેથી મહાદેવજી કહે છે કે રાધાનું આ આખ્યાન અપૂર્વ, અત્યંત દુર્લભ અને ગોપનીય છે. વેદના સારરૂપે અને પુણ્યોના ફલરૂપે,

રાધા-તત્ત્વનું રહસ્ય અનુભવમાં આવે છે. જેમ બ્રહ્મસ્વરૂપ શ્રીકૃષ્ણ પ્રકૃતિથી પર છે તેમ રાધા પણ નિર્લિપ્ત અને પ્રકૃતિથી પર છે. જીવના કર્મફલોને સિદ્ધ કરવા ત્રિગુણાત્મિકા પ્રકૃતિ પણ તે બને છે.

રાધા શ્રીકૃષ્ણના પ્રાણમાં વસે છે. વસ્તુતઃ તેનાં જન્મમૃત્યુ થતાં નથી. રાધા નિત્યતત્ત્વ છે. તેના આવિર્ભાવ (પ્રકટ થવું) અને તિરોભાવ (અપ્રકટરૂપે રહેવું) થાય છે. રાધા સર્વના પ્રાણોની અને સર્વની રસનાઓ(જિહ્વા-જીભ)ની અધિષ્ઠાત્રી છે. તે દુર્ગા છે અને હિમાલયના પુત્રી પાર્વતી પણ તે જ છે. રાધા સર્વદેવોના તેજરૂપે રહેલી છે. દૈત્યોનો તે સંહાર કરે છે. તે દેવોને શરણ આપે છે. જગતને ધારણ કરનારી ધાત્રી તે છે. ક્ષુધા, પિપાસા, દયા, નિદ્રા, તુષ્ટિ, પુષ્ટિ, લજ્જા, ભ્રાન્તિ વગેરે અનેક ભાવોના સ્વરૂપે રાધા રહેલી છે.

બ્રાહ્મણોમાં મનની અધિષ્ઠાત્રી સાવિત્રીરૂપે રાધા જ રહેલી છે. તેના વામાંગ (ડાબા અંગરૂપે) રહેલી મહાલક્ષ્મી, ઐશ્વર્ય અને સંપત્તિની અધિષ્ઠાત્રી દેવી કહેવાય છે. મહાલક્ષ્મીના એક અંશ-માંથી ઉત્પન્ન થયેલી ઐશ્વર્યની અધિષ્ઠાત્રી દેવી, સમુદ્રમંથન દ્વારા જન્મેલી સિન્ધુકન્યા મર્ત્યલક્ષ્મી કહેવાય છે.

રાસ-અધિષ્ઠાત્રી રાધા સ્વયં પરા રાસેશ્વરી દેવી છે. રાધા અને શ્રીકૃષ્ણ પરસ્પરને તામ્બૂલ અર્પણ કરે છે. વસ્તુતઃ તે બંને ભિન્ન નથી. માત્ર દેહ, બંનેના જુદા છે, બંનેનો પ્રાણ એક જ છે. શ્રીકૃષ્ણ જગતપિતા છે, રાધા જગન્માતા છે. પિતા કરતાં માતા સોગણી વધારે પૂજ્ય છે. શ્રીકૃષ્ણ રાધાના પાદપદ્મમાં ભક્તિપૂર્વક અર્ધ આપે છે. ત્રૈલોક્યપાવની રાધાની, સંતજનો નિત્યસેવા કરે છે. પરમાર્થ દૃષ્ટિથી વિચારીએ તો, દૂધ અને તેની

ધોળાશ-ધવલતા એ બંનેને જુદાં કરી શકાય નહીં તેમ, રાધા અને કૃષ્ણ એ બંનેની વચ્ચે કોઈ વાસ્તવિક ભેદ કરી શકાતો નથી.

શ્રીમહાદેવ નારદજીને, રાધાના સ્વરૂપને વર્ણવતાં કહે છે કે, શ્રીકૃષ્ણની ઈચ્છાથી આ જ સનાતન ભગવતી વિષ્ણુમાયા (રાધા), દક્ષ પ્રજાપતિને ત્યાં કન્યારૂપે પ્રકટ થઈ હતી. તે સતીએ, પોતાના પિતાને ત્યાં યજ્ઞમાં, મારી (મહાદેવની) નિદાને નહીં સહન કરવા-ને કારણે, યોગાગ્નિમાં દેહત્યાગ કર્યો હતો. પછી હિમાલયનાં પત્ની મેનાને ત્યાં તે દેવી, ઉમારૂપે પ્રકટ થયાં હતાં. પર્વતનાં પુત્રી હોવાથી પાર્વતી કહેવાયાં.

આ જ રાધા, દુર્ગાતિનો નાશ કરનારી દુર્ગા છે, શ્રીકૃષ્ણની ચિતિ(જ્ઞાન)શક્તિરૂપે પણ તે જ રહેલી છે. ઈન્દ્રભવનમાં લક્ષ્મી સંપત્તિરૂપે, મૃત્યુલોકના રાજભવનમાં લક્ષ્મીરૂપે અને ગૃહે ગૃહે વિરાજતી ગૃહલક્ષ્મીરૂપે પણ તે રાધા જ છે. તે, ભૂમિમાં ગંધરૂપે, જલમાં રસરૂપે, આકાશમાં શબ્દરૂપે, ચંદ્રમાં શોભારૂપે, સૂર્યમાં અને રાજામાં પ્રભારૂપે રાધા રહેલી છે. અગ્નિમાં રાધા દાહક-પ્રકાશક શક્તિરૂપે રહે છે.

વિષ્ણુના પ્રત્યેક રોમમાં અનેક વિશ્વો વસે છે, તેથી તેને વાસુ નામના દેવ (વાસુદેવ) તરીકે મનુષ્યો ઓળખે છે. સૃષ્ટિરચનાના પ્રસંગે, આદ્યા પ્રકૃતિરૂપે રહેલી રાધામાંથી પ્રથમ મહત્તત્ત્વ પ્રકટ થાય છે. પછી અહંકાર, મન-ઈન્દ્રિયો, તન્માત્રાઓ અને મહાભૂતો ક્રમથી પ્રકટ થાય છે. આદ્યાશક્તિરૂપ રાધાવિના સૃષ્ટિરચના શક્ય નથી.

આ આખ્યાન શ્રીમહાદેવજીએ નારદજીને કહ્યું. આ આખ્યાન-

નું રહસ્ય પામી જવાથી, મનુષ્ય જરા, મૃત્યુ જન્મ વગેરેના ચક્રમાંથી મુક્ત થાય છે. શ્રી રાધાની અલ્પ આરાધના પણ ઘણું કૃપા આપે છે. ભગવતી વેણુવી દેવી, વિષ્ણુમાયા રાધા જે જીવ ઉપર કૃપા કરે છે તેને અનુરાગના-રોકી ન શકાય તેવા તીવ્ર પ્રેમના સ્વરૂપવાળી ભક્તિ પ્રાપ્ત થાય છે. આ રીતે શ્રીમહાદેવે નારદપંચરાત્રમાં નારદજીની સમક્ષ, રાધાના સ્વરૂપને વર્ણવ્યું છે.



જે વિદ્વતા જીવનમાં પ્રેમ કરવાના ને સારી રીતે બોલવાના એક સાધારણ નિયમને ના શીખવી શકે તે વિદ્વતાને શું કરવાની? યોગેશ્વરજી

ફોન : ૩૨૧૦૭૦૭, ૩૨૨૧૮૧૦

મોબાઈલ : ૯૮૨૫૧૩૭૩૫૫

દીપક સી. મહેતા

કૃષ્ણા ફિલ્મ્સ એન્ડ સ્ટુડીઓ.

૧, શ્યામ એપાર્ટમેન્ટ, કાકડીઆ કોમ્પ્લેક્સ પાસે,
ઘોડદોડ રોડ, સુરત-૩૯૫૦૦૧.

A Sincere prayer of children responded

Ruta Sutariya, U.S.A.

Jai Krupalu Maa.

Age. 11.

I have known Maa since I was born. I honestly think that Maa is my teacher, mom, mentor, guider, and Holy Mother. She is also incredible, My daddy had a stroke on January 16, 2002 and it was a really bad one. But Maa was invisibly there to save my daddy's life. Without Ma-Prabhu he would not be living. Also, my daddy stayed home for three days. The first day that my daddy stayed home he felt sick. In the morning, my daddy did 150 pranams and when he came down he felt like throwing up. During the day he threw up about ten to eleven times. The second day fortunately he stopped throwing up. Instead his head started to hurt really badly. So my mom massaged his head with ghee. In the evening our neighbor Mukulbhai Gandhi came to our house to ask my daddy about something and he saw my daddy's head and

said that his head was swollen. That night Mukulbhai Gandhi took my daddy to the hospital on January 18, 2002. That night we could not go to sleep because we were really scared that what would happen to my daddy. Every night that my daddy was in the hospital my brother and I prayed Maa-Prabhu that please, please let my daddy be alright. We said this for every single bead of mala. Also before and after school we did and still do 30 pranams. When my daddy was admitted in the hospital he had to stay there for almost a week (six days). He was treated in the hospital. During the treatment the doctor found out that he had a severe stroke. His body did not loose any organs that means that paralysis did not happen. The doctor and we were surprised about the stroke.

The doctor said that this is a miracle. I believe that only Maa-Prabhu saved his life. Maa is really a lifesaver, The next day Maa found out that my daddy was in the hospital. After Maa called Vinod uncle and told him to call us and say that your daddy has just has

gas and to eat some food and if he does that he will be alright. When we heard that message that evening from Maa we went up stairs and said THANK YOU MAA-PRABHU. If it wasn't for Maa we would not know what to do. Maa really told us what to do, she kept calm and she did not let us worry about a thing. Before he came back from the hospital the doctor told him that do not climb the stairs, for a while. Even though the doctor said not to climb the stairs, he went up stairs and did 150 pranams. Maa-Prabhu did protect him, is protecting him and will protect him. Plus Maa you really are a lifesaver. Without you I really don't have a life. And now all of the five members of my family could still continue to come to all of your satsangs and we always will come to your satsangs. Also Maa-Prabhu provides us spiritual knowledge and strength so we would like to say always pray Maa-Prabhu! Even though you miss a day make sure you make it up the next day. Everything I do today is because of Maa-Prabhu.

Jai Krupalu Maa. □

બાળકોની અંતઃકરણની
પ્રાર્થનાનો ઉત્તર

કુ. ઋત્ના સુતરીયા, અમેરીકા.

જય કૃપાળુ મા,

વર્ષ-૧૧.

હું જન્મી ત્યારથી જ પૂ. માને જાણું છું. હું પ્રમાણિકપણે વિચારું છું કે પૂ. મા મારા શિક્ષક, મમ્મી, માર્ગદર્શક, ગુરુ અને પવિત્ર દિવ્ય માતા છે. પૂ. મા મારા માટે અવાર્ણનીય છે. તા. ૧૬-૧-૨૦૦૨ ના રોજ મારા પિતાશ્રીને હૃદયરોગનો હુમલો આવ્યો. તે હુમલો ખરેખર ખતરનાક હતો. પરંતુ પૂ. મા અલૌકિક રીતે મારા પિતાનું જીવન બચાવવા માટે હાજર જ હતો. પૂ. મા-પ્રભુની કૃપાવિના તે બચી શક્યા ન હોત. વળી મારા પિતાજી ત્રણ દિવસ ઘેર જ રહ્યા. ઘરે રહેવાના પ્રથમ દિવસે મારા પિતાજીને માંદગીનો અનુભવ થયો. તે દિવસે સવારે તેણે ૧૫૦ પ્રણામ કર્યા અને જ્યારે ઉપરના માળેથી નીચે આવ્યા ત્યારે ચક્કર આવ્યા આવું દિવસમાં ૧૦-૧૨ વખત થયું. બીજા દિવસે સદ્નસીબે ચક્કર બંધ થયા. અને માથું સખત રીતે દુઃખવા લાગ્યું. એટલે મારાં મમ્મીએ તેમને માથે ઘી ઘસ્યું. તે દિવસે સાંજે અમારા પડોશી શ્રી મુકુલભાઈ ગાંધી મારા પિતાજીને કંઈક પૂછવા આવ્યા અને મારા પિતાજીનું માથું જોયું અને કહ્યું કે માથાપર સોજો છે. તે રાત્રે એટલે જાન્યુઆરી ૧૮, ૨૦૦૨ ના રોજ શ્રી મુકુલભાઈ મારા પિતાજીને હોસ્પિટલમાં લઈ ગયા.

અમારા પિતાજીનું હવે શું થશે તેની ચિંતાને કારણે અમે

ગભરાઈ ગયેલાં તેથી તો ઊંઘી શક્યાં નહીં. તે રાત્રે મેં અને મારા ભાઈએ મારા પિતાજીને મા-પ્રભુને સતત પ્રાર્થના કરી કે કૃપા કરી મારા પિતાજીને સાજા કરી દો. માળા ફેરવતી વખતે પ્રત્યેક મણકે મણકે પ્રાર્થના કરી કે મારા પિતાજીને સારું કરી દો. ઉપરાંત, સ્કૂલે જતાં અને પાછાં આવ્યાં પછી આ માટે ૩૦ પ્રણામ કરતા અને હજુ પણ દરરોજ ૩૦ પ્રણામ કરીએ છીએ. મારા પિતાજીને છ દિવસસુધી હોસ્પિટલમાં સારવાર લેવી પડી. હોસ્પિટલની સારવાર દરમિયાન કે મારા પિતાજીને હૃદયનો ભયંકર હુમલો હતો. આ હુમલો ખૂબ જ ભયંકર હોવા છતાં પણ સદ્નસીબે કોઈ અંગપર લકવો થયો નહીં. આથી ડોક્ટર અને અમને આશ્ચર્ય થયું. ડોક્ટરે કહ્યું કે આ એક ચમત્કાર જેવું ગણાય. હું શ્રદ્ધાપૂર્વક માનું છું કે મા-પ્રભુની કૃપાથી તેઓ બચી ગયા. મા-પ્રભુ ખરે જ જીવન બચાવનારાં છે. બીજા દિવસે માએ જાણ્યું કે મારાં પિતાજી હોસ્પિટલમાં છે તે પછી શ્રી વિનોદકાકાને ફોન કરી અમને કહેવા કહ્યું કે 'તમારા બાપુજીને માત્ર ગેસ થયો હતો. માત્ર થોડું ખાવાની જરૂર છે, થોડું ખાશે તો જરૂર સારા થઈ જશે.'

જ્યારે અમે પૂ. માનો આ સંદેશો સાંભળ્યો ત્યારે અમારા ઘરમાં પૂ. મા-પ્રભુના મંદિરમાં પૂ. મા-પ્રભુનો આભાર માન્યો. અમારા જીવનમાં પૂ. મા ન હોત તો અમારે શું કરવું તેની ખબર ન પડત. પૂ. મા શાંત રહ્યાં. અને અમને કશી ચિંતા નહીં કરવા જણાવ્યું. હોસ્પિટલમાંથી અમારા પિતાજીને રજા આપતા પહેલા ડોક્ટરે સૂચના આપી કે તમે થોડા વખત માટે દાદર ના ચડતા. છતાં પણ મારા પિતાજી દાદર ચડીને માળપરના પૂ. માના મંદિર આગળ જઈ ૧૫૦ પ્રણામ કર્યા. મા-પ્રભુએ જ અમને બચાવ્યા,

હજુ પણ બચાવી રહ્યાં છે અને ભવિષ્યમાં પણ બચાવશે. મા તમે ખરેખર જીવન રક્ષક છો. આપની કૃપાવિના મારું જીવન જ ન રહ્યું હોત. અત્યારે અમારા કુટુંબના પાંચેય સભ્યોએ આપના સત્સંગમાં આવવાનું ચાલું રાખ્યું છે અને ભવિષ્યમાં પણ હંમેશા આવતા રહીશું. વળી પૂ. મા-પ્રભુ આધ્યાત્મિક સમજ અને શક્તિ પૂરાં પાડે છે જેથી અમે પૂ. મા-પ્રભુની પ્રાર્થના કરી શકીએ. કોઈ દિવસ પ્રાર્થના કે પ્રણામ અધૂરાં રહી જાય તો ખાતરી રાખવી કે બીજા દિવસે પૂરા કરવા. જે કંઈ હું આજે કરી રહી છું તે બધું પૂ. માને લીધે જ છે, પૂ. માને આભારી છે.



આપણે ત્યાં કેટલાક ભક્તો પરમાત્માને મા રૂપે ભજે છે. પરમાત્માને તે રૂપે ભજવામાં તેમને આનંદ આવે છે. આ વિશ્વમાતાનું સાધારણ છતાં સુંદર સ્વરૂપ તે મા. સૌની યે મા. એટલે તે ભાવે પોતાની માતાની સેવા કરવી તે ય જીવનનો લડાવો છે. યોગેશ્વરજી

ધ. : ૪૬૩૪૩૧

ઓ. : ૩૬૨૪૩૭

: ૪૮૦૪૨૮

: ૩૬૦૩૭૬

ખેતીની સિંચાઈ માટે વિશ્વસનીય એન્જીન

“સત્યવાન” તથા “ચંદન”

૬, ૮ તથા ૧૦ હો. પા.

—: બનાવનાર :-

કનેરીયા એન્જીનીયરીંગ વર્ક્સ

૧/W, ભક્તિનગર ઈન્ડસ્ટ્રીઅલ એસ્ટેટ, રાજકોટ-૩૬૦૦૦૨

* ગુર્વશ્લોક *

(ભુલંગી છંદ)

રુપાળો ભલે દેહ હોયે નિરોગી,
યશસ્વી ભલે હોય ભંડાર ભારી,
ગુરુપાદ-પદ્મે ઠરે ચિત્તના તો
બધું મેળવ્યું તે નકામું, નકામું! ૧
ભલે દૈવયોગે મળ્યા પુત્રપૌત્રો,
ગૃહે શ્રી છલે, સ્ત્રી ભલે, હોય મિત્રો,
ગુરુપાદ-પદ્મે ઠરે ચિત્ત ના તો
બધું મેળવ્યું તે નકામું, નકામું! ૨
મુખે હોય શાસ્ત્રો, બધી વેદ વિદ્યા,
ભલે કાવ્યસાહિત્યના પૂર્ણ જ્ઞાતા,
ગુરુપાદ-પદ્મે ઠરે ચિત્ત ના તો
બધું મેળવ્યું તે નકામું, નકામું! ૩
યશસ્વી વિદેશે, સ્વદેશે સુમાની,
ભલે વૃત્તિ હોયે સદા ખાનદાની,
ગુરુપાદ-પદ્મે ઠરે ચિત્ત ના તો
બધું મેળવ્યું તે નકામું, નકામું! ૪
ભલે પૃથ્વીનો થાય રાજા અનન્ય,
કરે રાજવી સર્વ સેવા સદૈવ,
ગુરુપાદ-પદ્મે ઠરે ચિત્ત ના તો
બધું મેળવ્યું તે નકામું, નકામું! ૫
જગે દાન તારું ગવાયે ભલેને-
બધું થાય જેની કૃપાથી અહો તે

ગુરુપાદ-પદ્મે ઠરે ચિત્ત ના તો
 બધું મેળવ્યું તે નકામું, નકામું! ૬
 ત્યજે યોગયજ્ઞે મળી સર્વ સિદ્ધિ,
 ભલે ભોગસંપત્તિ વાંછે ન કોદિ,
 ગુરુપાદ-પદ્મે ઠરે ચિત્ત ના તો
 બધું મેળવ્યું તે નકામું, નકામું! ૭
 ધરે, જંગલે, કર્મનો રાગ છો ના
 રહ્યું ચિત્ત ચાંચલ્ય બેને જરી ના
 ગુરુપાદ-પદ્મે ઠરે ચિત્ત ના તો
 બધું મેળવ્યું તે નકામું, નકામું! ૮

નોંધ : અમદાવાદમાં પૂ. યોગેશ્વરજી ચારુલકુલેટમાં આરામ કરી રહ્યા હતા ત્યારે મને ચાર દિવસ એમની સાથે રહેવાનું મળેલું. તેમની આજ્ઞાથી જગદ્ગુરુ શંકરાચાર્યનાં રચેલાં પદોનું ગુજરાતીકરણ કરવાનો પ્રારંભ કરેલો. આજ્ઞા કરી તે જ દિવસે સાંજે પ્રાર્થનામાં આ ગુર્વષ્ટક ગાયેલું ને તેમણે આનંદ વ્યક્ત કરેલો.

— પરમાર્થી

* સ્થાપત્ય કન્સ્ટ્રક્શન *

પ્રો. મનીષ હરિભાઈ ભોજાણી

બિલ્ડર્સ એન્ડ ડેવલપર્સ

મધુર કોમ્પ્લેક્સ, શનારા રોડ, મહારાજ ટાઈલ્સ સામે

મોરબી-૩૬૩૬૪૧.

ફોન : (ઓફિસ) ૨૧૩૮૧, (રહેઠાણ) ૩૦૨૨૨, ૨૬૯૦૩

ઋતંભરા પ્રજ્ઞા-૨

યોગેશ્વરજી

સાધનાની મદદથી મન નિર્મળ થાય ને સમાધિની સર્વોત્તમ અવસ્થાનો અનુભવ કરે એટલે 'ઋતંભરા પ્રજ્ઞા'ની પ્રાપ્તિ થાય છે. અનુભવી સાધકને તે આપોઆપ અથવા સહજ રીતે જ આવી મળે છે. તેને માટે કોઈ વિશેષ મહેનત નથી કરવી પડતી. વળી સાધકના સ્વભાવની સાથે સંમિશ્રિત થઈને એ એનું એક અવિભાજ્ય અંગ બની જાય છે. એટલે એક વાર પ્રાપ્ત થયા પછી તેનો નાશ થતોય નથી. તે પામ્યા પછી સાધકની દૃષ્ટિ દિવ્ય બની જાય છે. એને કોઈ મહાન સંપત્તિની પ્રાપ્તિ થઈ હોય એવો સંતોષ થાય છે. એ અક્ષય ધનની કિંમત કાંઈ ઓછી નથી આંકવાની. માણસને એ સાચા અર્થમાં ધનવાન ને સુખી બનાવે છે. એને મેળવીને સાધક જડ ને ચેતનમાં પ્રભુના પ્રકાશની ઝાંખી કરતાં શીખે છે, જગતની ઉપલક દૃષ્ટિએ દેખાતી અનેકતામાં એકતાનું દર્શન કરે છે. બધે પરમાત્માની પરમ ને એકમાત્ર સત્તાનો એને અનુભવ થાય છે. એવા અનુભવથી એના ભેદભાવ મટી જાય છે, રાગદ્વેષ શમી જાય છે, ને પ્રેમ ને શાંતિનો પ્રવાહ એના અંતર-માંથી નિરંતર વહેતો થાય છે. એકતાના એવા અનેરા અનુભવથી એનું અંતર ઉદ્ધણી પડે છે ને બોલી ઊઠે છે કે : "અખિલ બ્રહ્માંડમાં એક તું શ્રી હરિ, જૂજવે રૂપે અનંત ભાસે, દેહમાં દેવ તું, તેજમાં તત્ત્વ તું, શબ્દ થઈ વ્યાપી રહ્યો આકાશે."

ખરું છે. પવનમાં, પ્રાણીમાં, પૃથ્વીમાં; વનસ્પતિમાં તથા પશુ-પંખીમાં, અરે, પથ્થર ને ધૂળમાં પણ એને એનો જ પ્રકાશ દેખાય

છે. પરમાત્મા એ રીતે બધે જ વ્યાપક છે. સર્વત્ર જ નહિ પણ સર્વમય છે. પરંતુ માનવને તેનું દર્શન દુર્લભ થઈ ગયું છે. કારણ કે તેની પાસે મનની શુદ્ધિ નથી, સાધના નથી, ભાવના નથી, પ્રભુમય જીવનની રસવૃત્તિ નથી, ને તે સૌનાં પરિણામે પ્રાપ્ત થનારી પ્રજ્ઞા નથી. માટે જ એ અશાંતિ અનુભવે છે ને બંધનમાં બંધાય છે. તેનું જીવન ભેદભાવથી ભરેલું પણ તેથી જ છે. તેના મૂળ ધન ને વેભવને હાથે કરીને ખોઈ બેઠો છે. તેના સ્વભાવ-સહજ ને જન્મસિદ્ધ અધિકારથી વંચિત રહ્યો છે. એ દુઃખદ પરિસ્થિતિમાંથી મુક્તિ મેળવવાનું તેના જ હાથમાં છે. ફક્ત તેણે પુરુષાર્થ કરવો જોઈએ.

શ્રુતિ, શાસ્ત્ર કે સંતની મદદથી મળેલું જ્ઞાન જુદું છે. તે દ્વારા મળેલી માહિતી કે બુદ્ધિ 'શ્રુતિબુદ્ધિ' કહેવાય છે. અનુમાન સ્વરૂપનો જે નિશ્ચય થાય છે તે અનુમાનબુદ્ધિ છે. એ બંને પ્રકારના જ્ઞાનનો ઉલ્લેખ આગળપર આરંભમાં આવી ગયો છે પણ તેટલું જ્ઞાન જીવનની શાંતિ પૂર્ણતા કે મુક્તિને માટે પૂરતું નથી. તે જ્ઞાન જીવનમાં હજમ થવું, ઊતરવું કે પચી જવું જોઈએ. અનુભવ-વિનાનું જ્ઞાન કેટલીકવાર ભારરૂપ અથવા અશાંતિજનક થઈ પડે છે. જે જ્ઞાન મગજમાં કે વાણીમાં છે તે ત્યાં જ રહેવાને બદલે રોમેરોમમાં ને જીવનના પ્રત્યેક પાસામાં ઊતરી પ્રસરી જવું જોઈએ. તો જ તે લાભકારક થઈ શકે ને જીવનને નવી પ્રેરણા નવો પ્રકાશ નવો રસ ને નવા રંગથી ભરી શકે, શાંતિ પણ ત્યારે જ મળી શકે. પ્રજ્ઞા એ હેતુ પૂરો કરે છે, કેમ કે તેને કેવળ મગજ કે વાણી સાથે નહિ પણ અનુભવ ને જીવનના પરિવર્તનની સાથે સીધો સંબંધ છે. શ્રુતબુદ્ધિ ને અનુમાનબુદ્ધિ કરતાં પ્રજ્ઞા એ રીતે જુદી પડે છે અથવા આગળ વધે છે. જીવનને સંપૂર્ણ ને સુખમય તથા સફળ કરવામાં મોટો ભાગ ભજવે છે.

ઈશ્વર, આધ્યાત્મિકતા, સમાધિ, શાંતિ, સિદ્ધિ ને સાક્ષાત્કાર મુખ્યત્વે અનુભવના વિષય છે. માટે શાસ્ત્રજ્ઞાનના સંકુચિત કે વિશાળ ગમે તેવા વર્તુળમાંથી બહાર નીકળીને અનુભવને માટે સાધનાની દુનિયામાં પ્રવેશ કરવો જોઈએ. ઋષિઓ એવા અનુભવી હતા, માટે જ તે છાતી ઠોકીને હિંમતપૂર્વક કે નિખાલસતાથી કહેતા કે અમે પરમાત્માને જાણીએ છીએ. 'વેદાહમેતં પુરુષ મહાન્તમ્' સ્વામી વિવેકાનંદે પણ રામકૃષ્ણદેવને પૂછેલું કે તમે ઈશ્વરને જોયા છે? ત્યારે રામકૃષ્ણદેવે તરત કહેલું કે હા, મેં જોયા છે ને તને પણ બતાવી શકું તેમ છું. તેવી રીતે સમયપર આપણી અંદર કહેવાની શક્તિ હોવી જોઈએ. અભિમાનને પોષવા કે પૂજવા નહિ-તેવી વૃત્તિ તો અનુભવી મહાપુરુષમાં ઉત્પન્ન જ ના થઈ શકે-પરંતુ સત્યના પ્રકાશ ખાતર, પ્રામાણિકપણે આપણે એવા નિશ્ચયાત્મક ઉદ્ગાર કાઢી શકીએ એવી આપણી શક્તિ હોવી જોઈએ. ધર્મ ને ઈશ્વરવાદ કેવળ વાચન, મનન, લેખન અને પ્રવચનનો વિષય નથી. તે જીવનમાં જડાઈ જવો જોઈએ. અનુભવપૂર્ણ જ્ઞાન તે પ્રજ્ઞા છે. તેથી તેની વિશેષતા, મહત્તા ઘણી મોટી છે. તત્ર ઋતંભરા પ્રજ્ઞા ।

(સંપૂર્ણ)

રસેશ્વરી

(ગતાંકથી ચાલુ)

શ્રીયોગેશ્વરજી

દેવધિનો ઉપદેશ

ગોવર્ધનથી પ્રયાણ કરતી વખતે કંસ આમ તો મૂક રહ્યો પરંતુ એનું અંતર મૂક નહોતું રહ્યું.

એના અંતરમાં ભાવોનું તોફાન જાગેલું.

એના વદનપરથી એ સ્પષ્ટ કળી શકાતું.

વસુદેવ એ અસાધારણ દૃશ્યને આજે પણ નહોતા ભૂલી શક્યા.

અને દેવકીના માનસપટ પર પણ એ તાજું હતું.

અને ગમે તેટલો લાંબો વખત વીતે તોપણ ભૂલી શકાય જ કેવી રીતે?

કેટલાંક દૃશ્યોને ભૂલવામાં આનંદ હોય છે, ભૂલવાની આવશ્યકતા હોય છે, ને એ સહેજે ભૂલાઈ પણ જતાં હોય છે, જ્યારે એથી ઊલટું, બીજાં કેટલાંક દૃશ્યો જીવનભર અથવા લાંબા વખત લગી નથી ભૂલાતાં, એમને ભૂલવાની આવશ્યકતા પણ નથી હોતી, અને એમને યાદ કરવામાં કે વારંવાર વાગોળવામાં એક પ્રકારનો અસાધારણ આનંદ હોય છે.

એ દૃશ્યની કક્ષા એમાંથી બીજી જાતની હતી.

પાછળથી વસુદેવે એ કટુ ઘટનાચક્રનું સ્મરણ કરીને દેવકીને કહેલું :

‘તારું આયુષ્ય બળવાન નહિ તો કંસ એ જ વખતે તને મારી નાંખત.’

‘અને મારી પેઠે તમારું આયુષ્ય પણ બળવાન નહિ?’

‘કેમ?’

‘તમે મને બચાવવા વચ્ચે પડ્યા એ વખતે કંસ તમારી ઉપર તલવાર ચલાવત તો? એને શું? એ વખતે એ એકદમ ક્રોધ ભરાયેલો હોવાથી એકને બદલે બંનેને મારી નાંખત.’

‘સાચું છે. પરંતુ આપણું આયુષ્ય બળવાન. કંસના કુળ સાથે હું શરૂઆતમાં લગ્નસંબંધ કરવાની ના કહેતો’ તો તેનું કારણ એ જ કે કંસ ક્રોધી, કુકર્મી અને અવિચારી છે. એ ક્યે વખતે શું કરી બેસે તે સંબંધી કશું જ ના કહેવાય. એને લોકાપવાદનો ભય પણ નથી લાગતો. આપણને છોડીને વિદાય થયો છે તોપણ પોતાના મનમાં એ કોણ જાણે એવા કેવા ઘાટ ઘડતો હશે.’

‘ગમે તેવા ઘાટ ઘડતો હશે તોપણ હવે ફરીવાર એ તલવાર લઈને મને કે તમને મારવા માટે થોડો જ આવવાનો છે?’

‘આવે પણ ખરો. એ ક્યે વખતે શું કરશે એની કલ્પના બ્રહ્માથી પણ ના કરી શકાય.’

‘છતાં પણ આકાશવાણી પ્રમાણે આપણે હજુ ઘણું લાંબું જીવવાનું છે. એ આવે તોપણ આપણો વાળ પણ વાંકો નથી કરી શકે તેમ.’

વસુદેવ શાંતિપૂર્વક બોલ્યા :

‘આપણા જીવનનો સમાજની સુખાકારી માટે ને ઈશ્વરીય સંકેતની પૂર્તિ માટે કાંઈક પણ ઉપયોગ થવાનો છે ત્યાંસુધી એક

તો શું હજાર કંસ પણ આપણને કાંઈ નથી કરી શકે તેમ. આપણે સદા સલામત જ રહીશું. હા, એ એક અથવા બીજી રીતે આપણને પીડા પહોંચાડે કે કષ્ટ આપે ખરો. એને માટે આપણે સદાય તૈયાર રહેવાનું.

‘હું તો તૈયાર જ છું.’ દેવકી બોલી : ‘કંસે મારી સાથે એવો ભયંકર દુર્ઘ્વહાર કર્યો છે તોપણ હું એનું અમંગલ નથી ચાહતી અને નહિ ચાહી શકું. ગમે તેવો તોપણ એ મારો ભયું છે ને હું એની બેન છું. મને એને માટે સ્વાભાવિક રીતે જ લાગણી છે. એ લાગણી અક્ષય રહેશે. ઈશ્વર એને સદ્બુદ્ધિ આપે અને એને સન્માર્ગે પ્રેરે એવું ઈચ્છું છું જેથી એ પોતાનું કલ્યાણ તો કરે જ પરંતુ સાથે સાથે બીજાના કલ્યાણમાં પણ સહાયક થાય. એને માટે હું રોજ રોજ પ્રાર્થના કરીશ.’

વસુદેવ દેવકીના ઉદાત્ત ભાવનાથી ભરેલા સુંદર શબ્દોને આનંદપૂર્વક સાંભળી રહ્યા.

દેવકી તરફ એ ઊંડા આદરભાવથી જોઈ રહ્યા.

એમને થયું કે દેવકીનો અંતરાત્મા ખરેખર અસાધારણ છે. એના શરીરમાં જે હૃદય રહેલું છે તે કોઈ સાધારણ હૃદય નથી લાગતું. એ હૃદય અત્યંત ઉચ્ચ છે. એ ખરેખર દેવી છે. આ ભૌતિક જગતની મહાદેવી.

એવી મહાદેવીની પત્નીરૂપે પ્રાપ્તિ થવા બદલ પોતે જીવનની ધન્યતાનો અનુભવ કરવા લાગ્યા.

એને અભિનંદન આપતાં એમણે જણાવ્યું પણ ખરું :

(ક્રમશઃ)

* મનની ત્રણ શક્તિ *

મનને બારીકાઈથી નિષ્પક્ષ રીતે મૂલવીએ તો મનના પ્રવાહને ત્રણ સ્વરૂપોમાં વહેંચી શકાય. આ પ્રવાહોમાં ત્રણ પ્રકારની વિશેષ શક્તિ પોતાનું કામ કરતી હોય છે. એક શક્તિને સંકલ્પશક્તિ અથવા ઈચ્છાશક્તિ તરીકે ઓળખાય છે. મન એક રીતે વિચારીએ તો વિશાળ સાગર જેવું છે. સાગરમાં જેમ અસંખ્ય તરંગો ઉદ્ભવ્યા મારે છે તેમ મનમાં વિચારો ને વૃત્તિઓનાં ભાતભાતના ને જાતજાતના મોજાં ફૂર્યા કરે છે. સંકલ્પ વિકલ્પના પર-પોટા તેમાં સતત ફૂટ્યા કરે છે. મનની બીજી શક્તિ પ્રજ્ઞા-શક્તિ છે. સામાન્ય ભાષામાં સદ્બુદ્ધિ કે વિવેકશક્તિ કહેવાય છે. સત્ય અને અસત્યનો ભેદ, શુભઅશુભનો ભેદ પારખનારી શક્તિ એટલે વિવેકશક્તિ. તે પરીક્ષક અને પસંદગીકારનું કામ કરે છે. મનની વિવિધ ઈચ્છાઓ અને વૃત્તિઓને તપાસે છે, વિશ્લેષણ કરે છે અને સત્ય ને શુભની પસંદગી કરીને તેના પર પોતાની સ્વીકૃતિની મહોર મારે છે. મનની ત્રીજી શક્તિ ક્રિયા-શક્તિ છે. જ્યાંસુધી અસાધારણ અવસ્થાએ પહોંચાય નહીં ત્યાંસુધી તો સંકલ્પ-વિકલ્પ શક્તિ, ઈચ્છાશક્તિ કે વૃત્તિ ઉદ્ભવશે. તે શુભાશુભ પ્રકારની હશે. પ્રજ્ઞાના પથ-પ્રદર્શનની પરવા કર્યાવિના ક્રિયામાં મૂર્ત થશે. પ્રજ્ઞાની જ્યોતિ મંદ હશે તો વૃત્તિઓ આચારમાં અનુવાદ પામશે. મોટા ભાગના મનુષ્યોના જીવનમાં એવું બનતું હોય છે.

યોગેશ્વરજી

* સાચી સાધના *

સાચા સાધકો તથા સાધુસંતોએ જીવનને સદ્ગુણી, સદ્વિચારશીલ, સાત્ત્વિક, સત્કર્મપરાયણ, પરમાત્માના પવિત્રતમ પ્રેમથી પરિપ્લાવિત્ અને પરમાત્મામય બનવાનો આગ્રહ રાખવો જોઈએ. પ્રજાને પણ અધિક આવશ્યકતા સદ્ગુણની, સદ્વિચારની, સદ્ભાવનાની, સદાચારની છે. બાહ્ય ચમત્કારો કે સિદ્ધિની નથી. આપણે અવકાશમાં ઊડી શકતા નથી એટલા માટે દુઃખી નથી. પૃથ્વીપર આદર્શ માનવને છાજે એમ સારી રીતે જીવી શકતા નથી માટે દુઃખી છીએ. એટલા માટે અશાંત નથી કે બીજાના મનને ઓળખતા નથી. આપણા પોતાના જ મનને ઓળખી શકતા નથી એથી અશાંત છીએ. બીજાની ભાષાને બોલી શકતા નથી પરંતુ આપણી પોતાની ભાષાને પણ ક્યાં બોલી શકીએ છીએ? ભૂખ તરસ લાગે છે ને ભલે લાગે પરંતુ વિપયોની ભૂખતરસ પણ લાગે છે. આપણનો અગ્નિ આપણને દહાડે છે. પૂર્વજન્મોનું જ્ઞાન ભલે નથી મેળવી શક્યા પરંતુ આ જન્મના રહસ્યનું કે ધ્યેયનું જ્ઞાન પણ ક્યાં મેળવાયું છે? અલૌકિકતાથી અલંકૃત ના હોઈએ તેની ચિંતા નથી, પરંતુ માનવતાથી મંડિત પણ ક્યાં છીએ? આપણી અશાંતિ, અસ્થિરતા, દુર્ગતિ, વિસંવાદિતાનું કારણ એ જ છે. એ કારણનો અંત આણવાની સાધના જ આપણા માટે ઉપ-યોગી થઈ શકે અથવા આશીર્વાદરૂપ બની શકે. યોગેશ્વરજી