અધ્યાત્મ

આધ્યાત્મિક વિકાસની નવી જ ક્ષિતિજ ખોલતું ગુજરાતી માસિક

છૂટક નકલ ૮-૦૦ વાર્ષિક લવાજમ દેશમાં રૂા. **૨૫/–** આજીવન **૨૫૧/–**

વિદેશમાં વાર્ષિક રૂા. **૧૬૫૦/–** (વિમાનથી) આજીવન **૧૬,૫૦૦/–**

- **સંસ્થાપક : પ. પૂ. યોગેશ્વરજી** સર્વમંગલ ચે. ટ્રસ્ટ સ્વર્ગારોહણ, દાતારોડ, **અંબાજી,** ૩૮૫૧૧૦).
- **તંત્રી–સંપાદક** : શ્રી નારાયણ હ. જાની.
- **પ્રકાશન અને પ્રાપ્તિસ્થાન** : ૬ વૃંદાવન ફ્લેટસ, હવેલી પાસે આતાભાઇ ભાવનગર–૩૬૪૦૦૨ ફોન : **(૦૨૭૮) ૨૫૭૨૫૦૨, ૨૫૬૫૮૧૧**
- ADHYATMA email Addres: avgohil1@gmail.com
- You can know about Shree Mahatmaji & Shree Maa from Website "SWARGAROHAN.ORG"
- **અધ્યાત્મના સહાયક સ્વજનો** : ૧. શ્રીપિનાકીન ના. જાની ૨. શ્રી આશીષ ગોહિલ ૩. શ્રીગોરધનભાઇ કલોલા (કલ્યાણ) ૪. શ્રી જ્યોત્સ્નાબેન બી.ત્રિવેદી.
- **તંત્રી, મુદ્રક અને પ્રકાશક** : નારાયણ હ. જાની.
- **મુદ્રણસ્થાન** : રાધેશ્યામ પ્રિન્ટીંગ પ્રેસ, LIG167, આનંદનગર, ભાવનગર-૫

★ 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.

★ અધ્યાત્મ અંગે સૂચનો ★

- ગ્રાહકોને ગ્રાહક નંબર સરનામા સાથે લખવામાં આવે છે તે નોંધી લેવો.
- 'અધ્યાત્મ' જો આપને ગમ્યું હોય તો આપના પરિચિત વર્ગમાં તેના ગ્રાહકો વધે તેવું આપ કરતાં રહેશો.
- લવાજમ માટે મનીઓર્ડર, ડીમાન્ડ ડ્રાફ્ટ 'સર્વમંગલ ચેરિટેબલ ટ્રસ્ટ'ના નામનો શ્રીનારાયણ હ. જાની, ૬ વૃન્દાવન ફ્લેટ, હવેલી પાસે, આતાભાઇ, ભાવનગર(ફોન-૨૫૭૨૫૦૨)ને મોકલવા વિનંતી છે.
- 'અધ્યાત્મ' દર માસની ૧૭ તારીખે પ્રસિદ્ધ થશે. કોઇ કારણે એકાદ અઠવાડિયા સુધી અંક ન મળે તો સ્થાનિક ટપાલ કચેરીમાં તપાસ કર્યા પછી અત્રે જણાવવું. સિલિકમાં હશે તો જરૂર મોકલી અપાશે.
- પત્રવ્યવહાર કરતી વખતે ગ્રાહક નંબર લખવાથી વધુ સરળતા રહેશે.
- **આ અંકના ટાઇટલ પેઇજ સાથે કુલ પાનાં ૬૮.**

You can know about Shree Mahatma Yogeshwarji & Shree Maa Sarweshwari from Website 'swargarohan.org'

અનુક્રમણિકા

પૂ.માનું પદ—ગુરુકૃપાનું ઉઘડીયું છે બારું	મા સર્વેશ્વરી	૩
શ્રી યોગેશ્વર વાણી—મનનો વિચાર (૨)	યોગેશ્વરજી	૪
શ્રી યોગેશ્વર કથામૃત— દક્ષિણ આફ્રિકાનો પુણ્ય પ્રવાસ (૨૦)	મા સર્વેશ્વરી	૭
શ્રી 'મા' સર્વેશ્વરી	પ્રો. તરલાબેન દેસાઇ	૧૨
પૂ.માનો ગુરુપૂર્ણિમા અંગે સંદેશ	પૂ.મા સર્વેશ્વરી	૧૪
ગુરુપૂર્ણિમાની ઉજવણી—સ્વર્ગારોહણમાં	એક સાધક	૧૬
Holistic Health—સ્વાસ્થ્ય યાત્રા	ડૉ. અશોક પટેલ	૧૮
સાદા કુદરતી ઉપચારથી ગંભીર રોગોનું નિવારણ	તંત્રી તથા ચિદાનંદ જ્યોત	૨૨
વ્યાવહારિક સાધન	યોગેશ્વરજી	૨૮
મા સર્વેશ્વરી સાથે પ્રશ્નોત્તરી	મયુરીબેન ટેલર	૩૮
શું ઈશ્વર બધું સાંભળે છે?	ડૉ. શરદ ઠાકર	૪૪
ભક્તિ વિષે	યોગેશ્વરજી	૪૯
રમણ મહર્ષિના જીવન પ્રસંગો	યોગેશ્વરજી	૫૫
કર્મનો સિદ્ધાંત અફર છે.	રાનુબેન પટેલ	૬૧

ગુરુકૃપાનું ઉઘડ્યું છે બારું

—મા સર્વેશ્વરી

(રાગ : રાધાના શ્યામ)

ગુરુકૃપાનું ઉઘડ્યું છે બારું
આનંદમંગલનું આ છે ટાણું.

મૌન એકાંતે એ છલકાતું
પાત્ર બનો તો એ પરખાતું...ગુરુ

શોક, મોહ, વેદનાને એ વાટનારું
હળવેથી એ તો ઉંચકી ફરનારું...ગુરુ

દૈવી શ્રીઅંકે પહોંચાડનારું,
જન્મમરણને એ બાળનારું...ગુરુ

પરમશાંતિનું કેન્દ્ર એ ન્યારું,
સર્વેશ્વરીના હાથે ઉઘાડ્યું...ગુરુ

દિવ્ય અલૌકિક થાળ સરીખું
ચાખીને આજે તમને ચખાડ્યું...ગુરુ

સાભાર સ્વીકાર
આ પૃષ્ઠ માટેની સદ્‌ભાવભરી સહાય શ્રી કલ્પનાબેન રાજેન્દ્રભાઇ પટેલ, શ્રી રાજેન્દ્ર વી. પટેલ તરફથી.

યોગેશ્વર વાણી

—યોગેશ્વરજી

મનનો વિચાર (૨)

મનની બીજી શક્તિ અને મહત્ત્વની શક્તિ પ્રજ્ઞાશક્તિ છે. યોગની પરિભાષામાં એને પ્રજ્ઞા કહે છે. પરંતુ સામાન્ય ભાષામાં એને સદ્‌બુદ્ધિ કે વિવેકશક્તિ કહે છે. સત્ય અને અસત્ય અથવા શુભ અને અશુભનો ભેદ પારખનારી તેમજ નિર્ણય કરનારી શક્તિ. એ શક્તિ સુષુપ્ત રૂપે અથવા તો અંકુરના રૂપમાં મનુષ્યની અંદર હોય છે. એનો સર્વથા અભાવ નથી હોતો. માત્ર તેને પરિપુષ્ટ બનાવવાનું કે તેનો વિકાસ કરવાનું જ શેષ રહે છે. એ પ્રજ્ઞાશક્તિ અથવા સદ્‌બુદ્ધિ, એકાદ નિષ્ણાત ન્યાયાધીશના જેવી જ પરીક્ષક તથા પસંદગીકાર બંનેનું કામ કરતી હોય છે. મનની વિવિધ ઈચ્છાઓ અને વૃત્તિઓને તે તપાસે છે, ચકાસે છે, તેમનું વિશ્લેષણ કરે છે અને સત્ય ને શુભની પસંદગી કરીને તેના પર પોતાની સ્વીકૃતિની મહોર મારે છે.

પરંતુ એ સદ્‌બુદ્ધિ અથવા પ્રજ્ઞાનું કામ ભાગ્યે જ સરળ હોય છે. પ્રજ્ઞાનો અવાજ સાંભળવા મનની બીજી વૃત્તિઓ ભાગ્યે જ તૈયાર હોય છે. પ્રજ્ઞા પોતાનો ડહાપણ ભરેલો મંગલમય અવાજ રજૂ કરે અને નિર્ણય સંભળાવે તે પહેલાં તો ઈચ્છાશક્તિ અથવા સંકલ્પવિકલ્પની વૃત્તિ પોતાનું કાર્ય કરવા માટે મેદાને પડે છે. કોઇ વાર પ્રજ્ઞાનો નિર્ણય સાંભળવા જેટલી ધીરજ એ બતાવે છે તો પણ એ નિર્ણયને વારંવારની દલીલોથી અથવા તો કોઇ પ્રકારના વિવાદ વગર જ ઉવેખે છે, અવગણે છે, અને પોતાનું ધાર્યું કરે છે ત્યારે જ ઝંપે છે. બહુ જ ઓછા સંજોગોમાં મન

પોતાની અંદર રહીને માર્ગદર્શન આપનારી અને સત્ય ને શુભનો સંકેત કરનારી એ પ્રજ્ઞાશક્તિની સૂચના પ્રમાણે ચાલવા તૈયાર થાય છે. અને એવી અવસ્થા તો એકધારા લાંબા વિકાસ પછી જ આવી શકે છે કે જ્યારે પ્રજ્ઞા પોતાનું કામ અવિચ્છિન્ન રીતે કર્યા કરે છે. મનને તે દોરે છે અને મન તેના મંગળ માર્ગદર્શન મુજબ પવિત્ર પ્રયાણ કરતું રહે છે. શુભ–અશુભ અને સત્ય–અસત્યનો પછી સંઘર્ષ નથી રહેતો. વૃત્તિઓનો વિવાદ, વિખવાદ કે ગજગ્રાહ નથી રહેતો : વૃત્તિઓ ક્યારે પેદા થઇ, સંકલ્પવિકલ્પ ને ઇચ્છાની ક્યારે સૃષ્ટિ થઇ, પ્રજ્ઞાએ ક્યારે ને કેવી રીતે નિર્ણય કહી બતાવ્યો, અને વિપરીત કે વિરોધી વૃત્તિ કે ઇચ્છાઓ ક્યારે એને તાબે થઇ, એનો ભેદ પાડવાનું અથવા એ વ્યાપારનું પૃથક્કરણ કરવાનું પણ મુશ્કેલ થઇ પડે છે. એ મનોવ્યાપાર એટલો બધો ઝડપી હોય છે.

અને પછી તો એક એવી અવસ્થા આવશે કે જ્યારે મનની અંદર પ્રજ્ઞાનું જ વર્ચસ્વ રહેશે. પ્રજ્ઞાનો પાવન પ્રકાશ મનમાં પથરાઇ રહેશે. બીજી વૃત્તિ, ઇચ્છા કે સંકલ્પવિકલ્પની વીચિમાળાનું નિરીક્ષણ–પરીક્ષણ કરીને પ્રજ્ઞાએ પછીથી કોઇ નિર્ણય આપવાનો કે ચુકાદો સંભળાવવાનો રહેશે જ નહીં. પ્રજ્ઞા જીવનમાં એવી ભળી જશે, સંમિશ્રિત બની જશે, અથવા એકરૂપ થઇ જશે, કે પછી મનમાં એનું જ રાજ્ય રહેશે. મનમાં શુભ ને સત્ય જ વિચારો, ભાવો અને ખ્યાલો ઊઠશે : અને મનની ગતિ પણ શુભ ને સત્ય તરફ જ થયા કરશે. અશુભ અથવા અસત્ય જેવું એમાં કાંઇ રહેશે જ નહીં એની સમસ્યા યે નહીં રહે. એના પરિણામે પેદા થતી અવસ્થા કે અશાંતિમાંથી પણ એ મુક્તિ મેળવશે.

પરંતુ જ્યાં સુધી એવી અસાધારણ, આશીર્વાદરૂપ અવસ્થાએ આસીન નહીં થાય ત્યાં સુધી તો એને માટે સમસ્યાઓ રહેશે જ. ત્યાં સુધી તો જે સંકલ્પવિકલ્પ, ઇચ્છા કે વૃત્તિ ઉદ્‌ભવશે શુભાશુભ બંને પ્રકારની હશે, અને એ ઇચ્છાશક્તિ કે વૃત્તિ પ્રજ્ઞાના પથપ્રદર્શન કે પ્રકાશની લેશ પણ પરવા કર્યા વિના, ક્રિયામાં મૂર્ત થશે કે પ્રવૃત્તિમાં પરિણમશે. પ્રજ્ઞાની જ્યોતિ મંદ હશે તો તેને જોઇ ના જોઇ કરીને તે વૃત્તિઓ આચારમાં અનુવાદ પામશે. મોટા ભાગના મનુષ્યોના જીવનમાં એવું બનતું હોય છે. મનની એ ત્રીજી શક્તિ ક્રિયાશક્તિ પણ અતિશય પ્રબળ હોય છે.

મનુષ્યે પોતાના મન પર કાબૂ કરવા અને જીવનને સુખી બનાવવા માટે શું કરવું જોઇએ? મનમાં પ્રકટ થતી ઇચ્છાઓને વૃત્તિઓને તપાસતાં શીખવું જોઇએ, તેમની વચ્ચે વિવેક કરવો જોઇએ, અને શુભ તથા સત્યનું ગ્રહણ કરીને તેમને આચારમાં અનુવાદિત કરતાં શીખવું જોઇએ. એ માટેનું આવશ્યક આત્મબળ ક્રમે ક્રમે મેળવી લેવું જોઇએ. પોતાનું આત્મનિરીક્ષણ કરવાની ટેવ પાડીને તથા સાધનાપરાયણ થઇને, પ્રજ્ઞાના પ્રદીપને પ્રજ્વલિત રાખતાં શીખવું જોઇએ, જેથી સંકલ્પવિકલ્પ ને વર્તનને કાબૂમાં રાખી શકાય, જીવનનો સાચો આનંદ સાચો રસ, એ પછી જ મળી શકે. સાચું સુખ, સાચો આનંદ, સાચી શાંતિ મનને પ્રવાહોની સાથે પરવશ બનીને ફાવે તેમ વહેવા કે વિહરવામાં નથી, પરંતુ એ પ્રવાહોના તટસ્થ સાક્ષી બનીને, એમનાથી અલિપ્ત રહીને, એમના અને મનના એટલે કે પોતાની જાતના સ્વામી થવામાં, અને એ પ્રવાહો તથા એના મૂલાધાર મનને ઇચ્છાનુસાર વહેવડાવવામાં જ રહેલી છે. જો ધારીશું ને પ્રામાણિકપણે પુરુષાર્થ કરીશું તો એ શાંતિ અવશ્ય મેળવી શકીશું.

અધ્યાત્મ

વરદ હસ્ત પ્રભુ તમારો, સદાય રહેજો જીવન સહારો

–મા સર્વેશ્વરી

વર્ષ : ૩૮ ઓગસ્ટ–૨૦૧૬ અંક ૧૧

શ્રી યોગેશ્વર કથામૃત

–મા સર્વેશ્વરી

દક્ષિણ આફ્રિકાનો પુણ્યપ્રવાસ (૨૦)

તા.૧૫/૧૨/૮૨, બુધવાર, કારતક વદ અમાસ, ૨૦૩૯.

પ્રિન્સ એડવર્ડ સ્ટ્રીટ, ડરબન શહેર.

આજે પૂ.શ્રીને અહીં એક યોગશિબિર ચાલી રહી છે તેમાં અંગ્રેજીમાં પ્રવચન આપવાનું આમંત્રણ મળે છે.

વળી, દક્ષિણ આફ્રિકાના જાણીતા અખબાર ‘સન્ડે’ના પ્રતિનિધિ આજે પૂ.શ્રીની મુલાકાત લે છે. પૂ.શ્રીના જીવન ને કાર્ય વિષે તથા દક્ષિણ આફ્રિકાની મુલાકાત વિશે તે થોડા પ્રશ્નો પૂછે છે. આ મુલાકાતનો અહેવાલ આ રવિવારે તા.૧૯–૧૨–૮૨ના રોજ પ્રસિદ્ધ થશે.

એ પ્રતિનિધિ સાથે શ્રી. રતિભાઇ પણ હતા જ. પોતાની વિશાળ ધંધાકીય જવાબદારીમાંથી તેઓ પૂ.શ્રી માટે દરરોજ જ સમય કાઢે છે. અહીં મોટે ભાગે લોકો સવારના સાતથી સાંજના

પાંચ સુધી કાર્યરત હોય છે. એમાંથી સમય કાઢીને દરરોજ સંતપુરુષની પાસે આવવાનું કે તેમને ફરવા લઇ જવાનું કાર્ય શ્રદ્ધાભક્તિ વિના થોડું જ થાય છે? એ દષ્ટિએ શ્રી. રતિભાઇની સેવા ધન્યવાદને પાત્ર છે.

અહીં ગુજરાતી કાર્યક્રમો પણ રેડિયો ટ્રુરો ઉપરથી દર ગુરુવારે પ્રસારિત થાય છે. તે રેડિયો સ્ટેશનનાં મુખ્ય સંચાલક શ્રી. જયમતીબહેને પૂ.શ્રીને આજે ગુજરાતી કાર્યક્રમ આપવાની વિનતિ કરી હોઇ સાંજે પાંચ વાગ્યે ત્યાં જવાનું બને છે.

છેક બારમે માળ તે રેડિયો સ્ટેશન છે, જેનું નામ ટ્રુરો રેડિયો છે. ટ્રુરો નામની સ્ટીમર કે જે દ્વારા ભારતીય પ્રજા પ્રથમવાર આ દેશમાં આવેલી તેથી તેનું એ નામ રેડિયો સ્ટેશનને અપાયેલું છે.

ત્યાં અમારે જવાનું બન્યું. તે સંચાલિકા બહેન ખૂબ નમ્ર, મિલનસાર ને વિનયી હતાં. તેમણે જાણે વરસોનો પરિચય હોય એમ નમસ્કાર ને સ્મિત સાથે પૂ.શ્રીને આવકાર આપ્યો.

પૂ.શ્રીનો તેમને કોઇ પરિચય તો ન હતો, છતાં પૂ.શ્રીની પ્રશંસા સાંભળીને તેઓનો કાર્યક્રમ લેવા તેઓ પ્રેરણા પામ્યાં હતાં. પૂ.શ્રીનો તેમણે અંગ્રેજી કાર્યક્રમ અને ગુજરાતી કાર્યક્રમ પણ લીધો. અંગ્રેજીમાં આત્મસાક્ષાત્કાર વિશે પ્રશ્નોત્તરી થઇ, જ્યારે ગુજરાતીમાં ભગવદ્‌ગીતા ઉપર પૂ.શ્રીએ ટૂંકો વાર્તાલાપ આપ્યો.

શ્રી. જયમતીબહેને પૂ.શ્રીને દિવાળી ને જન્માષ્ટમીના તહેવારોના મહત્ત્વ ઉપર વાર્તાલાપ આપો એવી પણ વિનતિ કરી. પૂ.શ્રીએ તેમને હા પાડી. એટલે ફરીવાર ત્યાં જવાનું થયું.

વળી, મારી પાસે બે ભજનો પણ ગુજરાતીમાં ગવડાવ્યાં. આજના અંગ્રેજી ને ગુજરાતી બન્ને કાર્યક્રમો તા.૨૫ ને તા.૩૦મીએ રજૂ થઇ જશે, એવી માહિતી પણ એ બહેને આપી.

શ્રી. જયમતીબહેનને ધર્મનું શિક્ષણ રેડિયો ઉપરથી આપવાની પણ ઇચ્છા છે. તે અંગે ભગવદ્‌ગીતાનું માર્ગદર્શન પણ પૂ.શ્રી પાસેથી મેળવવા તેઓ આતુર છે.

થોડી વાતો બાદ તે બહેને નમસ્કાર કરી વિદાય આપી.

આજે રિઝર્વહીલમાં ત્રીજું અંગ્રેજી પ્રવચન થયું. આજે શ્રોતાઓની વિનતિને માન આપી પૂ.શ્રીએ હિન્દીમાં પણ થોડું પ્રવચન કર્યું.

અંતે આભારદર્શન થયું. ત્યાંથી નીકળી વીસ મિનિટમાં ડરબન શહેરમાં આવી ગયાં.

રિઝર્વહીલ ઘણો ઊંચો વિસ્તાર છે. ત્યાંથી ગાડીમાં બેસીને ડરબન તરફ આવીએ તો દૂરથી વીજળીથી શોભતું ડરબન શહેર દેખાય છે. રસ્તાઓ ઘણા મોટા છે અને તેના ત્રણ ત્રણ વિભાગો પીળા પટ્ટાથી ને નાની લીલી લાઇટથી જુદા પડે છે. માર્ગ ઉપર જ લીલા રંગની લાઇટ જેવા ચળકતા પથ્થર જેવું જડી દીધું હોય છે, તેથી રાત્રે પણ માર્ગ સ્પષ્ટ જોઇ શકાય છે.

ઉતારા ઉપર આવીને દૂધ પીને આરામ કર્યો.

હરિઃ ૐ

તા.૧૬–૧૨–૮૨, ગુરુવાર, માગસર સુદ એકમ, ૨૦૩૯.
પ્રિન્સ એડવર્ડ સ્ટ્રીટ, ડરબન શહેર.

આજે એક માસ થઇ ગયો અહીં આવ્યાને. સમય ઝડપથી પસાર થઇ ગયો. કાર્યક્રમો શરુ થઇ ગયેલા, જેથી સત્સંગમાં એ સુયોગ્ય રીતે પૂર્ણ થયા.

એક જ સ્થાનમાં આજે ત્રીસ દિવસ થયા. જોકે, કાર્યક્રમો તો વિવિધ સ્થળોએ થાય છે.

આજે વળી અહીંથી લગભગ ૮૦ કિલોમીટર દૂર પીટરમેરિટ્સબર્ગ નામના શહેરમાં પ્રવચન માટે જવાનું છે.

દરરોજની જેમ સાડા અગીઆરે ભોજન લઇએ છીએ.

સાડા બારની મુલાકાતમાં એક ભાઇ આવે છે. તેમને મંત્ર અંગે માર્ગદર્શન જોઇતું હતું. આપણે ભગવાન પાસે શું માગવું જોઇએ? ભગવાનનાં દર્શન માટે કેવી રીતે આગળ વધવું? ભગવાનની ભક્તિ માગવી કે ભગવાનનાં દર્શન માગવાં? વગેરે. પ્રશ્નો તે ભાઇ પૂછે છે. પૂ.શ્રી તેમને ઉત્તરો ઉપરાંત 'શિવમહિમ્નસ્તોત્ર' આપે છે. કારણ, તેઓ શિવના ઉપાસક છે.

દોઢ વાગ્યે પૂ.શ્રી સંતરાનો રસ લે છે. પોણા બે વાગ્યે પીટરમેરિટ્સબર્ગ જવા નીકળીએ છીએ. મોટું મેટાડોર જેવું વાહન છે. તેમાં સૌથી આગળ એક જ સીટ છે તેના ઉપર પૂ.શ્રી બેસે છે. બાકીનાં આઠ પાછળની બે સીટ ઉપર બેસીએ છીએ.

અમારી ગાડી રિઝર્વહીલ તરફથી શ્રી. રતિભાઇને લઇને આગળ વધે છે. પાઇનટાઉન નામનો વિસ્તાર માર્ગમાં આવે છે. તે ઔદ્યોગિક વિસ્તાર છે. અહીં મોટી મોટી ફેકટરીઓ આવેલી છે.

ગાડીમાં જે પહેલી સ્વતંત્ર સીટ ઉપર બેસે તેણે ફરજિયાત

શરીર ઉપર પટ્ટો બાંધવો પડે એવો નિયમ છે. એ અંગે પૂ.શ્રીએ કહ્યું : અમે તો અહીં સૌને મુક્ત કરવા આવ્યા છીએ અને અમને જ આ ગાડીમાં બાંધવાના? માયાથી બંધાયેલાઓને અમે છોડવવા આવ્યા છીએ. અમે તો માયાના પતિ છીએ. અમે તો ચાર જન્મોથી મુક્ત જ છીએ. અગાઉ પંજાબ, મહારાષ્ટ્ર, બંગાલમાં અમે હતા.

વાત ત્યાં જ અટકી જાય છે. માર્ગમાં સૂરત જિલ્લાના સંતો વિશે પ્રશ્ન પુછાય છે. પૂ.શ્રી કહે છે : સ્વામી તેજાનંદ, શ્રીમન્નૃસિંહાચાર્ય, સ્વામી આત્માનંદ વગેરે છે. સંતોને શોધવા એ સારી વાત તો છે, પણ છેવટે તો પોતે જ સંત થવું એ જરૂરી છે.

(ક્રમશઃ)

આવક વધી પરંતુ મનની શાંતિ ઘટી,
બુદ્ધિ ઉંચી પરંતુ સભ્યતા ઓછી,
જાણકારી બહુ પરંતુ જ્ઞાન ઓછું,
માણસો બહુ પરંતુ માણસાઈ ઓછી.

વિચાર બે પ્રકારના હોય છે, એક તો એ, જેનાથી આપણું શરીર, આત્મા અને મન પુષ્ટ થાય છે. બીજા એ જેનાથી આપણું શરીર, આત્મા નીચો પડે છે અને નિર્બળ તથા હીન થાય છે. પહેલા પ્રકારના વિચારોને રક્ષક અને બીજા પ્રકારના વિચારોને ભક્ષક કહી શકીએ. રક્ષક વિચારો જ આપણા સૌથી મોટા હિતૈષી છે.

શ્રી 'મા' સર્વેશ્વરી

–પ્રો. તરલાબેન દેસાઈ

ભક્તિ એટલે પ્રભુમાં પરમ પ્રેમ. સ્વરૂપનાં ગુણો આપણામાં પ્રગટે તો ભક્તિ પ્રગટી કહેવાય. જીવનમાં પ્રભુના ગુણોની પ્રતિષ્ઠા કરવી એ જ સાચી પૂજા છે. આંખથી મારાતારાની ભેદદૃષ્ટિ દૂર કરવી તે ભક્તિ.

નિંદા–ટીકા બંધ કરી પ્રેમભરી વાણી બોલો તે વાણીની પૂજા. અંતરમાંથી રાગદ્વેષ દૂર કરી નામસ્મરણથી ગુંજન કરો તે પણ પૂજા છે. બાળકોને સુસંસ્કારો આપો તે બાલમુકુન્દની પૂજા છે. મન અને હૃદય પર પ્રભુનું શાસન ચાલતું હોય તો સાચી ભક્તિ પ્રગટી એમ સમજવું.

મહારાજ જનક, ભક્ત અંબરિષ, પ્રહ્‌લાદ, ધ્રુવ અને હનુમાનજી જેવા પ્રેમીભક્તોનું દરરોજ પાવન સ્મરણ કરો. જેથી મીરાંબાઈ કહે છે તેમ, **'ઊલટ ભઈ મોરે નયન કી'** 'મારી આંખોની દૃષ્ટિ ઊલટી થઈ ગઈ છે.' અર્થાત્ દિવ્ય લોચન ખૂલી જાય.

જીવ જીવ વચ્ચેની મૈત્રીગાંઠને છોડીને જીવશિવ વચ્ચેની મૈત્રીગાંઠ સત્સંગ દ્વારા મજબૂત કરવાની હોય છે. પ્રભુદર્શનની લગની લાગી જાય છે ત્યારે બધું જ વિસરાઈ જાય છે.

અધ્યાત્મક્ષેત્રે વન વે ટ્રાફિક નથી. પચાસ ટકા આપણા તો પચાસ ટકા પ્રભુના!–પ્રભુને કહેવું; 'તમે ''શિવાસ્તે પન્થાનઃ'' બૉર્ડ લઈને વિમાનમાં બેસી જાઓ બસ!'

પ્રાર્થનાની બે લીટી ગાવી પણ પૂરી ગંભીરતાથી. રમતાં–

રમતાં, હસતાં—હસતાં, ગાવા ખાતર કદી ન ગાવી.

જે ડગલું ભરે તેની પાછળ શ્રીહરિ પણ એક ડગલું ધરતા જ હોય છે ને તેની વધુ પ્રતીતિરૂપે શ્રીહરિ ઘણી વાર સાથે ચાલતા પણ જોવા મળે. તેથી પણ આગળ એક ક્રમ છે કે શ્રીહરિ આપણી આગળ ચાલે. આમ આગળ ચાલે. પાછળ ચાલે, સામે ચાલે, સાથે ચાલે; એટલે આપણે ક્યાંય કદી એકલાં ડગલાં ભરવાનાં નથી. પણ સર્વત્ર શ્રીહરિની સૂક્ષ્મ હાજરીનું જ્ઞાન જીવને નથી.

જીવ સ્વભાવ પ્રમાણે સ્વ—રૂપથી દૂર ભાગે છતાં પ્રભુ છત્રછાયા ધરતો, વહાલ વરસાવતો રહેશે.

પ્રેમને કોઇ દીવાલ, ભાષા કે દેશની નડતી નથી.

પ્રભુને તમારાં કામ કરવા દો. તમારામાં ઊતરીને કામ કરવા પ્રભુએ તકો ધરી છે.

સર્વ પ્રસંગોમાં પ્રભુનું સ્મરણ કરો તો પછી કોઇ દુઃખ, સંકટ કે કષ્ટ રહે જ નહીં.

આપણે ચાલીશું તો પ્રભુ સામેથી દોડતા આવે છે.

પદ, પ્રતિષ્ઠા, પ્રશંસાનાં રમકડાં રમવામાં જો ન રોકાઓ તો પ્રભુ રાહ જોતો ઊભો જ છે.

હળવાં થાઓ, ખાલી થાઓ ને ભરાઇ જાઓ પ્રભુપ્રીતિથી!

પ્રભુનાં અંતરે પ્રતિષ્ઠિત થઇ જાઓ એ તો સર્વને સદા સન્માને જ છે.

હરિ રાહ જોઇને જ બેઠા હોય છે. ક્યારે ભક્ત બોલાવે ને હું દોડી જાઉં. 'હ' કહતાં હરિ દોડે છે. 'હરિ' શબ્દ આખો બોલવો ન પડે.

પૂ.માનો ગુરુપૂર્ણિમા અંગે સંદેશ

—પૂ.મા સર્વેશ્વરી

૧૭ જુલાઇ ૨૦૧૬

સ્વર્ગારોહણના રક્ષાયેલા, કૃપાપાત્ર સ્વજનો.

ગુરુપૂર્ણિમાના પર્વે પ્રાર્થના છે કે આપણે સૌ સદ્ગુરુના પવિત્ર નામને દીપાવી શકીએ; ગૌરવ ધરી શકીએ.

આપણા સૌના જીવનમાં સદ્ગુરુની ચમક આવે, આપણે સદ્ગુરુનું દર્પણ બનવાની શક્તિથી સંપન્ન બનીએ.

ભારતની સરહદે રાતદિવસ ખડે પગે સેવા આપતો સૈનિક એવું સમજે છે કે મારે માથે ભારતની રક્ષા કરવાની જવાબદારી છે. મારે ભારતદેશનું ગૌરવ બનવાનું છે.

આપણે પણ વ્યક્તિગત રીતે એવું માની લઇએ કે મારે મારા ગુરુદેવના સર્વ આદર્શો, સિદ્ધાંતોની રક્ષા કરવાની છે, મારે મારા ગુરુદેવને ગૌરવ થાય તેવું જીવવાનું છે.

યાદ રાખીએ આપણે કોના શ્રી ચરણોમાં મસ્તક નમાવીએ છીએ. આપણે કોના શરણમાં રક્ષાયેલા છીએ.

ગુરુદેવની આપણા ઉપર વરસતી કૃપા અને આશીર્વાદના મૂલ્ય ચૂકવવા અમે યથાશક્તિ નિત્યના જીવનમાં પણ નિયમો પાળવાની શક્તિ માંગીએ.

અહીં આ મા તો ગુરુદેવની પરમકૃપાથી યાત્રામાં છે. સાથે ૧૦ યુવા ભાઇબેનો છે સૌ નિયમિત સમૂહ પ્રાર્થના કરે છે. નિયમિત પૂ.શ્રીની અમૃત વાણીનું શ્રવણ કરે છે.

વિદેશમાં ૩૫ દિવસ યુવાન ભાઈબેનોએ સાથે મળીને યુવા શિબિર કરી. જેમાં પૂ.શ્રીની આત્મકથાનાં દરેક પ્રકરણો ઉપર અંગ્રેજીમાં વિસ્તૃત ચર્ચાઓ થઇ. સૌના જીવનમાં પૂ.શ્રીની જીવનકથાએ પ્રવેશ કર્યો. ખૂબ સરસ રીતે તે પૂર્ણ થઇ. દર વરસે થવી જોઇએ એવી વારંવાર માંગણી પણ થઇ.

તે પછી યાત્રા શરુ થઇ. આ દેશના વિવિધ નેશનલ પાર્ક પ્રાકૃતિક સૌંદર્યથી ભરેલા છે. એમાંના કેટલાક નેશનલ પાર્કનું રસપાન થયું છે, હજી યાત્રા ચાલુ છે. પ્રભુની કૃપાથી અહીં સરોવર કિનારે ગુરુપૂર્ણિમાના પર્વે સૌ વિશેષ રીતે સાધના, વ્રત કરશે.

આશીર્વાદ પ્રભુના.

—મા.

સેવા કરવાના ઘણા પ્રકારો છે પણ એમાં મુખ્ય ત્રણ કહી શકાય. ૧. તનની સેવા. ૨. મનની સેવા. ૩. ધનની સેવા. પરિશ્રમપૂર્વક તન તોડીને કરેલી સેવા એ તનની સેવા છે. અહંકાર અને અધિકારની ભાવના છોડી, મન મૂકીને કરેલી સેવા એ મનની સેવા છે. બદલાની અપેક્ષા રાખ્યાવિના નિઃસ્વાર્થભાવે ઉદારતાપૂર્વક કરેલ ધનનો સદ્વ્યય એ ધનની સેવા છે.

અધર્મ, અસત્ય કે પ્રપંચ એ સૌ લોકો સમજતા હોય છતાં સ્વાર્થ ખાતર અસત્યના માર્ગને ત્યજી શકતા નથી.

ગુરુપૂર્ણિમાની ઉજવણી—સ્વર્ગારોહણમાં

—એક સાધક

આ વર્ષે ગુરુપૂર્ણિમાનો મંગલ પ્રારંભ સ્વર્ગારોહણમાં પૂ.ગુરુદેવ અને પૂ.માની બાવનીઓના સમૂહગાનથી થયો, ત્યારે સાધકોએ જે ભાવથી આ સમૂહ ગાન કર્યું, તેના પરિણામે આશ્રમનું સમગ્ર વાતાવરણ દિવ્ય સ્વરોથી ગૂંજી ઊઠ્યું.

ગુરુ પૂર્ણિમાની કોઇ જાહેર રજા હોતી નથી છતાં યુવાન સાધક ભાઈબેનોએ વડોદરા ને સુરતથી ખાસ વાહનમાં આવી આ મંગલ પર્વની ઉજવણીમાં ભાગ લીધો. તો બીજા અનેક સાધક ભાઈબેનો છેક મુંબઇ, અમદાવાદ, ભાવનગર, રાજકોટ મોરબી, વગેરે સ્થાનોથી સારી મોટી સંખ્યામાં આવ્યા.

પ્રણામ અને વંદના ઉપરાંત પૂ.શ્રી અને પૂ.માની D.V.Dમાં પૂ.મા પ્રભુનાં દર્શન તથા તેમની—આધ્યાત્મિક પ્રસાદીની મઝા ઉપસ્થિત સાધકોએ માણી.

ગુરુપૂર્ણિમા નિમિત્તે પૂ.માનો ખાસ સંદેશો શ્રી રાજુભાઇએ વાંચી સંભળાવ્યો. તે સાથે પૂ.માને ગમે છે તે સંત પ્રેમ અવધૂતનો સંદેશ પણ સાધકોએ સાંભળ્યો.

શાન્તિકુલમ્ ખાતે સત્કર્મમાં ૫૮ જેટલી ગરીબ અને અભાવગ્રસ્ત વ્યક્તિઓને ૫ કીલો લોટ, એકેક કીલો ચોખા, ખાંડ ને તેલ ને સાબુ વગેરે પણ આપવામાં આવ્યું. સત્કર્મો માટે નોંધાયેલ બાકી રહેલ સાધકોને પંદર ઓગસ્ટના પર્વમાં આ લાભ આપવામાં આવશે.

શાન્તિકુલમ્ ખાતે પાણીના બોરમાં આવેલ ભરપૂર પાણીના પ્રસાદ સાધકોએ ચાખ્યો. તો ગુરુ લીલામૃતના કેટલાક અધ્યાયોનું પારાયણ અહીં થયું. ૧૮ અને ૧૯ તારીખોમાં સમગ્ર લીલામૃતનું પારાયણ સાધકોએ પૂર્ણ કરી, આનંદ માણ્યો. તો વચ્ચે વચ્ચે મા પ્રભુની ધૂનોના ગાનથી સમગ્ર વાતાવરણ જાણે ગુરુમય બની ગયું. કાર્યક્રમના અન્તમાં બહેનોએ ખૂબ મુક્ત મને ગરબાની રમઝટ બોલાવી, જાણે દિવસભરના થાકને ઉતારી દીધો. આમ, ગુરુ મહિમાનો પ્રસાદ પામી સાધકોએ વિદાય લીધી.

ચારિત્રનો એક થોડો ડાઘ પડવાથી મનુષ્યની તમામ કીર્તિ ઉપર કાળાશ છવાઈ જાય છે.

આપણા જીવનમાં પાછળ જોઈશું તો અનુભવ મળશે, આગળ જોઈશું તો આશાઓ ઉભી થશે, ચારેબાજુ જોવાથી સત્ય દેખાશે અને આપણી અંદર જોવાથી આત્મ વિશ્વાસ વધશે.

ફોન : દુકાન : ૨૨૫૮૮૧૨ ઘર : ૨૬૬૪૦૭૮
મોબાઈલ : ૯૩૭૪૭૧૦૩૦૪
દીપક સી. મહેતા
કૃષ્ણા ફિલ્મ્સ એન્ડ સ્ટુડિઓ
૧, શ્યામ એપાર્ટમેન્ટ, કાકડીઆ કોમ્પ્લેક્ષ પાસે,
ઘોડદોડ રોડ, **સુરત**-૩૯૫૦૦૧

Holistic Health–સ્વાસ્થ્ય યાત્રા

–ડૉ. અશોક પટેલ

આરોગ્ય અંગે માર્ગદર્શન

શ્રી અશોકભાઈ પટેલે સ્વર્ગારોહણ ખાતે પૂ.માની સંનિધિમાં સ્વાસ્થ્ય જાળવવા અંગેની ઘણી સારીવાતો કરેલી. એટલે પૂ.માએ એમને સૂચન કરેલું કે અધ્યાત્મ માસિકમાં તમે આ અંગે લખો, તો અહીં જે ઉપસ્થિત નથી ને જીજ્ઞાસુ છે, તેમને પણ લાભ થાય. તેના અનુસંધાને શ્રી અશોકભાઈએ આ લેખ મોકલ્યો છે. આશા રાખીએ કે તેઓ નિયમિત આ શ્રેણી ચાલુ રાખશે.

–તંત્રી

માનવની સૌથી ગંભીર સમસ્યાઓમાની એક સ્વાસ્થ્ય અને ચિકિત્સાના વિષય પર પૂજ્ય શ્રી મા સર્વેશ્વરીજીના આશીર્વાદ સાથે આધ્યાત્મ માસિક પત્રિકાના માધ્યમથી સ્વાસ્થ્ય યાત્રાનો આરંભ કરી રહ્યો છુ, ત્યારે આનંદની લાગણીનો અનુભવ કરું છું. એક એવી યાત્રાનો પ્રયાસ કે જેમાં જીવનમાં આવતી સ્વાસ્થ્ય સંબંધી સમસ્યાઓને સમજી–પારખી દૂર કરી જીવનની સફરને એક નવું રૂપ આપીએ.

સ્વાસ્થ્ય યાત્રા શરુ કરતા પહેલાં ''સ્વાસ્થ્ય'' શબ્દને સમજી લેવો જરુરી છે. સામાન્ય રીતે સ્વાસ્થ્ય શબ્દને શરીર સાથે જોડવામાં આવે છે, પરંતુ સ્વાસ્થ્યનો અર્થ ફક્ત શરીર સ્વસ્થ હોવું એટલો સીમિત નથી. સ્વાસ્થ્ય શબ્દનો અર્થ ઘણો ઊંડો છે.

સંપૂર્ણ સ્વાસ્થ્ય એટલે કે શરીર પૂરતું મર્યાદિત ન રહેતાં ભાવાત્મક, માનસિક અને આધ્યાત્મિક સ્તર સુધી પહોંચી જાય.

શરીરનું સ્વાસ્થ્ય એ જીવનની સૌથી મોટી મિલકત છે, પરંતુ કદાચ એને છેલ્લે ગણનામાં લેવાય છે. જીવનમાં સામાન્ય રીતે આપણે આપણા આરોગ્યની કિંમત નથી સમજી શકતા તેથી એમની કદર પણ નથી કરી શકતા. માત્ર જ્યારે આપણા પર જટિલ રોગનો હુમલો થાય છે ત્યારે જ આપણે જાગીએ છીએ. રોગોના દેખાતાં લક્ષણોમાં રાહત થવી એ આપણી પ્રાથમિક ચિંતા હોવાથી દવાઓની મદદ લેવી એ આપણામાંના મોટાભાગના લોકોનું પ્રથમ પગલું હોય છે. દવાઓ રોગોને નિયંત્રણમાં રાખી શકે, પરંતુ રોગને મૂળમાંથી ઉખેડી નાખી ન શકે. જો દવાઓને બંધ કરી દેવામાં આવે તો રોગોના લક્ષણો પાછા દેખાય અને ઘણી વખત દવાઓ લેવા છતાં, શરીરની હાલત ખરાબમાંથી વધારે ખરાબ થાય. માત્ર ત્યારે જ અને કદાચ પરાણે, આપણે જુદી જીવનશૈલી અપનાવવાનું નક્કી કરીએ છીએ. જીવનના દરેક કાર્યો શરીર દ્વારા થાય છે. પાપ અને પુણ્ય આ શરીર દ્વારા થાય છે અને આધ્યાત્મિક યાત્રા પણ આ શરીર દ્વારા જ થાય છે. શરીર સંસ્થાનને સુયોગ્ય કર્યા વગર સાધક માટે આંતરિક યાત્રા કરવી મુશ્કેલ છે. ભગવાન બુદ્ધે કહ્યું છે કે ''શરીરને સ્વસ્થ રાખવું એ આપણી ફરજ છે, નહીંતર આપણે આપણા મનને મજબુત અને સ્વસ્થ રાખી શકીશું નહીં.''

જેમ જેમ વિજ્ઞાન આગળ વધતું જાય છે તેમ–તેમ

ટેકનોલોજીનો વિકાસ વધતો ગયો. ટેકનોલોજીએ આપણને સુખ–સુવિધા ખૂબ આપી, પણ શાંતિ છીનવી લીધી. સોફાસેટ, ડાયમંડસેટ અને ટીવીસેટની વચ્ચે આપણે અપસેટ થઈ ગયા છીએ. અશાંતિ દિવસે–દિવસે વધતી જાય છે. આ અશાંતિની અસર તંદુરસ્તી પર પડી અને બીમારી વધતી ગઈ. બીમારીને ઠીક કરવા દુનિયામાં ૧૦૦ થી પણ વધારે ચિકિત્સા પદ્ધતિ ચાલી રહી છે, પણ બધી જ ચિકિત્સા પદ્ધતિ એવું કહે છે કે પહેલા તમે બીમાર પડો પછી અમે તમોને ઠીક કરીશું. ફક્ત એક જ ચિકિત્સા પદ્ધતિ, જેને ભારતીય આયુર્વેદ ચિકિત્સા પદ્ધતિ કહેવામાં આવે છે, તે કહે છે કે બીમાર જ ન પડો...સ્વસ્થ રહો. ભારતીય દર્શનમાં આ સ્વસ્થ રહેવાની કલ્પના કેટલી ઉંચી છે, એટલે કહેવાયું છે,

ॐ सर्वे भवन्तु सुखिनः
सर्वे सन्तु निरामयाः ।
सर्वे भद्राणि पश्यन्तु
मा कश्चिद्दुःखभाग्भवेत ।
ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥

બધા સ્વસ્થ રહે...સુખી રહે એવી ભાવના.....કલ્પના ફક્ત આપણી આયુર્વેદ ચિકિત્સા પદ્ધિતમાં છે. આ કલ્પના પ્રમાણે ભારત દેશમાં દરેક લોકો સ્વસ્થ રહેવા જોઈએ પરંતુ આ દેશમાં એવું તો શું થઈ ગયું કે બધા બિમાર જ બિમાર દેખાય છે. આ વિષય પર છેલ્લા ૭ વર્ષથી અભ્યાસ કરી રહ્યો છું. મારા વ્યક્તિગત અનુભવ અને માનવીય બીમારીને ખુબ નજીકથી

જોયા પછી મને સમજાયું છે કે બીમારીઓ આપણી પાસે આવતી નથી, પરંતુ આપણે તેને આમંત્રણ આપવા માટેનું વાતાવરણ ઉભું કરીએ છીએ. આપણું દૈનિક જીવન, આપણા કાર્યો, આપણો ખોરાક અને ખાવાની રીત, આપણા વિચારો, લાગણીઓ, સંબંધો અને આપણું જીવન તરફનું વલણ—આ બધું જ આપણી તંદુરસ્તીમાં ફાળો આપે છે.

તંદુરસ્તી એ રોગની ગેરહાજરી નથી, પરંતુ તેના કરતાં તે શરીરના કાર્યોની અતિશય સાનુકૂળ અવસ્થા છે. વર્તમાન વિચારસરણી મુજબ સ્વાસ્થ્ય એ સતત બદલાતા રહેતા વાતાવરણ તરફ સાચી રીતે પ્રતિક્રિયા આપવાની ક્ષમતા છે. આપણા ભારતીય શાસ્ત્રો અને આધુનિક વિજ્ઞાનના સમન્વયથી કુદરતી રીતે રોગોને કેવી રીતે મટાડી શકાય એના પ્રયોગો તૈયાર કર્યા છે. જે પ્રયોગો વિષે વિગતવાર આવતા અંકમાં ચર્ચા કરીશું.

પૂજ્ય શ્રી મા સર્વેશ્વરીજીના ચરણોમાં વંદન સાથે આ અંકનું મારું લેખન કાર્ય પૂર્ણ કરું છું.

— અશોક પટેલ
હેલ્થ કોચ
રાજકોટ ફોન – **+91 9904004533**

સાદા કુદરતી ઉપચારથી ગંભીર રોગોનું નિવારણ

—તંત્રી તથા ચિદાનંદ જ્યોત

અહીં જે ત્રણ રોગ નિવારણના પ્રયોગો રજૂ કરવામાં આવ્યા છે, તે ચિદાનંદ જ્યોતના જૂન, ૧૬ના અંકમાંથી લેવામાં આવ્યા છે. તે માટેનું કારણ એ છે કે આવા રોગો—જેને એલોપથી ગંભીર ગણે છે ને તેના ઇલાજ ખૂબ મોંઘા ને શારીરિક રીતે કષ્ટપ્રદ છે. તે કેવા સાદા નૈસર્ગિક ઘરગથ્થુ ઉપચારોથી મટી શકે છે, તે વાંચીને આશ્ચર્ય થાય છે.

વળી તે ઉપચારો કરવાથી કોઇ નુકશાન તો થવાનું જ નથી, પછી ભલે કોઇને કંઇ ફાયદો ના થાય, અથવા ઓછો થાય. છતાં એટલી વાત તો ચૌક્કસ છે કે તેની કોઇ પણ વિપરિત અસર નહીં થાય તેની ગેરંટી અમે આપીએ છીએ. વળી તે ખર્ચાળ પણ નથી.

સાથે સાથે આવા સાદા પ્રયોગનો મારો અનુભવ પણ હું જણાવી દઉં.

ડીસે, ૨૦૧૫માં આંખ માટેના ઉપચારની દાક્તરે લખી આપેલી મોંઘી ટીકડી અમે ૩૦ દિવસ લીધી. તેનાથી આંખે તો ખાસ કંઇ ફાયદો ના થયો, પરંતુ માંદગી આવી. તે નિવારવા એલોપેથિક સારવાર લીધી, તેનાથી ફેફસામાં જે ઈંગશ હતું તે તો મટ્યું, પરંતુ પાચનશક્તિ સાવ ઘટી ગઇ. શરીર અશક્ત થઇ ગયું.

ઉઠવા બેસવામાં પણ તકલીફ પડવા લાગી. બીજાની મદદ લેવી પડે. લાકડીની મદદ વગર ઊભા ન થવાય. પરાલંબી થઇ

જવાયું.

પ્રભુકૃપાથી અમારા સ્નેહી સાધક શ્રીમુનીભાઇના નાનાભાઇ–જેઓ અંધ છે, પણ સારા નાડીવૈદ છે, તેઓ કશી જ ફી લીધા વગર અમને બે વાર જોવા પોતાને ખર્ચે આવ્યા ને નીચે પ્રમાણેની સીધી સાદી આયુર્વેદિક દવા લખી આપી. પીંપળીમૂળ, સૂંઠ, સંચળ ને હીંગ દરેક ૨૫ ગ્રામ (પાવડર) તેમાં ૧૦૦ ગ્રામ જેઠીમધનો પાવડર. જેની કિંમત થઇ ૧૦૦ રૂા. જમ્યા પછી રોજ સવાર–સાંજ એક એક નાની ચમચી પાણી સાથે લેવાની. બસ અપચાની ને ઉધરસની ફરિયાદ અઠવાડિયામાં જ મટી ગઇ! જો કે અમે તે લેવાનું હજુ ચાલુ રાખ્યું છે.

બીજી એક વાત અમને જ્યારે તેઓ જોવા આવ્યા ત્યારે બીજા એક ગૃહસ્થ બેઠેલા હતા. જેમને તેઓ ઓળખતા. તેઓ વ્યવસાયે વકીલ અને લોકસેવક. તેમનું જીવન વિશેષપણે બેઠાડું. શારીરિક પરિશ્રમ નહિવત્. એટલે શરીર થોડું સ્થૂલ ખરું. તેમને તેઓએ સાદી સલાહ આપી. બહુ ચાલી શકતા ના હો, તો જમ્યા પછી બપોરે ને રાતે પાણી સાથે અડધી ચમચી સૂંઠ પાવડર લો. અપચો મટશે ને સ્થૂલતા ઘટશે. આ પ્રયોગ અમારા પરિવારમાં પણ અમે કરી જોયો, જે સાચે જ ખૂબ અસરકારક અનુભવાયો. એટલે અહીં એનો ઉલ્લેખ કર્યો છે.

આ વૈદરાજનું નામ છે ધુર્જટિ ઋષિરાય મહેતા ને તેમનો સંપર્ક નંબર છે 94 28 49 75 97.

દર સોમવારે સવારે ૧૦ કલાકે ફોન પર નામ નોંધાવી, સમય, તારીખ ને ક્રમ નંબર મેળવીને જ મળવા આવવા ખાસ સૂચના આપી છે. માર્ગદર્શન અઠવાડિયાના બે દિવસ નિઃશુલ્ક

છે. રખે કોઇ એવું માને કે આ કોઇ આડકતરો પ્રચાર છે. અમારો હેતુ તો એટલો જ છે કે આજના યુગમાં માણસો કેટલીક દાકતરી દવાઓના ચક્કરમાં પડી મોટા આર્થિક ખાડામાં ઉતરી જતા બચે. ઘણા માણસો નાની નાની શારીરિક તકલીફો અંગે દાકતરો પાસે દોડી જતા હોય છે, જે તકલીફો સાદા ઉપચારોથી સહજમાં નિવારી શકાતી હોય છે.

–તંત્રી

એક આશ્ચર્યજનક ચમત્કાર

વર્ષ ૧૯૯૨નું. એ વખતે મારી ઉંમર હતી ત્રેસઠ વર્ષની. મારા હાર્ટમાં બ્લોકેજ આવેલો અને વીસ ડગલાં પણ ચાલી શકાતું નહોતું. તપાસ કરાવી તો ખબર પડી કે એંશી–પંચાશીથી પંચાણું ટકા જેટલો બ્લોકે જ હતો. તેને કારણે શ્વાસ લેવામાં પણ મુશ્કેલી પડતી હતી. ઘરમાં પણ ચાલવાનું બંધ થઇ ગયું હતું. એટલે ઘરના સભ્યો મને મુંબઇની તાતા હૉસ્પિટલમાં લઇ ગયા. ત્યાંના ડૉક્ટરે કહ્યું કે બાયપાસ સર્જરી કરવી જરુરી છે. પંદર દિવસમાં સર્જરી નહીં કરાવો તો બચવાની શક્યતા ઓછી છે. જો કે કોઇ પણ સંજોગોમાં સર્જરી માટે મારું મન માનતું નહોતું એટલે અમે માલેગાંવ પાછા આવી ગયા.

એવામાં મારી તબિયતના સમાચાર મળતાં 'અખિલ ભારત કૃષિ ગોસેવા સંઘ'ના રાષ્ટ્રીય અધ્યક્ષ રાધાકૃષ્ણજી બજાજ મારી ખબર કાઢવા માલેગાંવ આવ્યા. મેં તેમને સ્પષ્ટ કહ્યું કે મારે બાયપાસ કરાવવું નથી. એ સાંભળી તેમણે કંઇક વિચાર કર્યો અને મુંબઇની કે.ઇ.એમ. હૉસ્પિટલના ડૉક્ટર મનુભાઇ કોઠારીને ફોન કરીને મારી પરિસ્થિતિ વિશે માહિતી આપી. ડૉ. કોઠારીએ કહ્યું કે તેમના પુત્રને મને મળી જવા કહો. એટલે મારો

પુત્ર વિજય તેમને મળવા મુંબઈ ગયો. ડૉ. કોઠારીએ તેને મારા માટે આ પ્રમાણે સૂચના આપી : 'બસો ગ્રામ દૂધીના છાલ સાથે ટુકડા કરો, તુલસીનાં પાંચ પાન, ફુદીનાનાં પાંચ પાન, ચાર દાણા કાળા મરી, અડધો ટુકડો આદું, થોડું સિંધાલૂણ મીઠું અને પાણી નાખી એ બધાનો મિકસરમાં રસ કાઢીને તમારા પિતાજીને રોજ પીવડાવો.' મેં એ રસ પીવાનો શરુ કર્યો. પંદર દિવસમાં શ્વાસની તકલીફમાં ચાળીસ ટકા ફાયદો જણાયો. પછી મને હરવા–ફરવાની સલાહ આપવામાં આવી અને બે મહિનામાં તો હું રોજના આઠ કિલોમીટર ચાલવા લાગ્યો! એ ઉપચાર ચાલુ રાખ્યો અને હું એકદમ સ્વસ્થ થઈ ગયો. ત્યારે મને મુંબઈ જઈને તાતા હૉસ્પિટલના પેલા ડૉક્ટર, જેમણે મને પંદર દિવસની જ મહેતલ આપી હતી, તેમને મળવા જવાનું મન થયું. પરંતુ એ ન થઈ શક્યું, કેમ કે ત્યાંથી જાણવા મળ્યું કે એ ડૉક્ટર પોતે જ આ દુનિયામાં નહોતા રહ્યા!

મનુભાઈ કોઠારીએ સૂચવેલો ઉપચાર બે–ત્રણ વરસ સુધી મે ચાલુ રાખ્યો. આજે એ વાતને ત્રેવીસ વર્ષના વહાણાં વાઈ ગયાં છે અને આજે પંચાસી વરસે (આ લખાયું ૨૨–૦૭–૨૦૧૫) પણ પ્રભુકૃપાથી હું એકદમ સ્વસ્થ જિંદગી જીવી રહ્યો છું.

–કેસરીચંદ મહેતા

(પ્રમુખ : અખિલ ભારત કૃષિ ગોસેવા સંઘ, નાસિક)

મારી પીડા હરવા આવ્યા

મને ૨૦૦૫ની સાલમાં ગોઠણમાં ઓચિંતો દુખાવો ઊપડ્યો. પગ વાળી શકાય નહીં. વેદના અસહ્ય. મારી દીકરી ભૈરવીને ડૉકટરની એપોઇન્ટમેન્ટ લેવા મોકલી. અઠવાડિયા

પછી આવવા કહ્યું. એટલા દિવસ રાહ જોઈ શકાય નહીં તેવી પરિસ્થિતિ હતી. આયંગરને ત્યા મેડિકલમાં યોગાસન માટે જવા વિચાર્યું. ત્યાં આઠ મહિના સુધીનું લિસ્ટ હતું. ભૈરવી ઝઘડો કરીને આવી કે મારી મા આઠ મહિનામાં તો મરી જશે. ત્રણ દિવસ તરફડીને કાઢ્યા. ત્રીજે દિવસે રાતના દસેક વાગે વિચાર્યું કે મનુભાઈને ફોન કરવા દે. મનુભાઈએ કહ્યું : "ફક્ત ૧૨૫ ગ્રામ દૂધી દિવસમાં ત્રણ વાર લેવી. ત્રણ દિવસ પછી ફોન કરજો."

ચાલી શકાય નહીં એટલે સૂઈ જ રહેવાનું હતું. ત્રણ દિવસ પૂરા થયા એટલે ફોન કર્યો. મનુભાઈ કહે દસ દિવસ ખેંચી કાઢો. પાંચમે દિવસે દિકરી મુંબઈ ગઈ. રસોઈ બનાવી એક ટાઈમ જમી લીધું. ત્રણ દિવસમાં દુખાવામાં ઘણી રાહત થઈ. હિમ્મત આવી ગઈ કે આ ઉપાય અકસીર છે. ત્રણ મહિના સવાર–સાંજ દૂધી ચાલુ રાખી. બપોરે એકવાર જમતી. ગોઠણનાં પાછળના ભાગમાં ગાંઠ હતી તે ઓગળી ગઈ. દુખાવો તદ્દન મટી ગયો. કોઈપણ જાતની દવા વગર પગ સાજો થઈ ગયો.

૨૦૦૬માં એક પગનું અને ૨૦૦૭માં બીજા પગનું ઑપરેશન કરાવી–રિપ્લેસમેન્ટ કરાવ્યું. ૨૦૧૪માં એક પગનું બેલેન્સ ગયું. પગલાં સ્થિર ન પડે, દુખાવો પણ ક્યારેક થાય. આ વખતે મનુભાઈ પૂના આવેલા ઘરે મળવા આવેલા. ડૉક્ટરે મને જે દવા આપેલી તેનાથી દુખાવામાં રાહત હતી. મનુભાઈને એ બતાવી અને કહ્યું કે ડૉક્ટરે તો વીસ દિવસ લેવા કહેલું, પણ રાહત લાગતાં એક મહિનો લીધી હતી. તેમણે દવાના ખોખામાંથી કાગળ કાઢીને વાંચ્યો અને કહ્યું, 'ન ચાલે તો જ

લેવી. હાર્ટ અને કિડની ડેમેજ થશે. બટાટું કાચું ખાવાનું શરુ કરો. મને ફોન કરજો મારા ૧૦૦૦ પેશન્ટ છે બટાટાના.' સાંજના છ વાગ્યા હતા. મનુભાઈ ગયા કે બટાટું ખાધું. બીજે દિવસે સવારે દુખાવામાં પચાસ ટકા ફરક! કાચું બટાટું આટલું ઉપયોગી હશે તે કલ્પના પણ ન આવે. ત્રીજે દિવસે ફોન કરી જાણ કરી કે તમારી પેશન્ટની યાદીમાં ૧૦૦૧મું મારું નામ લખી લેજો.

મને વેદના વગર આનંદથી જીવવા માટેનો માર્ગ સુઝાડવા જાણે કે ભગવાને જ મનુભાઈને ન મોકલ્યા હોય? આ એમની છેલ્લી મુલાકાત હતી. જતાં જતાં વાત કરતાં કરતાં તેમના દસ મિત્રોની વિદાયની વાત કરી. બધાં એકદમ હસતા–બોલતા વિદાય થયેલા એ યાદ કર્યું. પોતે પણ એ જ રીતે વિદાય લીધી.

–ઈન્દુમતી ધનસુખલાલ શાહ (પૂના)

★ અધ્યાતમના ગ્રાહકોને સૂચના★

છેલ્લા ઘણા વખતથી શ્રી આશીષભાઈ ગોહિલ **અધ્યાત્મ**ના ગ્રાહકોને માસિક રવાનગી અંગેનું કામ સંભાળે છે. તેથી નીચેની બાબતો અંગે તેમનો સંપર્ક કરવો.

૧. અંક ન મળવાની ફરિયાદ અને ૨. સરનામામાં ફેરફારની જાણ.

તેમનો સંપર્ક નંબર–૯૪૨૮૨૨૨૩૫૭ છે. રજા સિવાયના દિવસોએ શક્ય હોય ત્યાં સુધી ૧૧ થી ૫ સુધીના ગાળામાં ફોન ન કરવા વિનંતિ છે, કારણ કે તેઓ કોલેજમાં પ્રોફેસર છે.

–તંત્રી

વ્યાવહારિક સાધના

–યોગેશ્વરજી

આપણે ત્યાં સાધનાને નામે જે પરંપરાગત પ્રક્રિયાઓ કે પ્રણાલી પ્રચલિત છે તે લગભગ સર્વવિદિત જેવી છે. એ પ્રક્રિયાઓમાં કેટલીક પ્રક્રિયાઓ કાંઈક કઠિન પણ હોય છે. ખાસ કરીને યોગાભ્યાસ સાથે સંબંધ ધરાવનારી આસન, ષટ્ક્રિયા, ત્રાટક, પ્રાણાયામ, મુદ્રા, ધારણા, ધ્યાન તથા સમાધિની પ્રક્રિયાઓ. પ્રમાણમાં કઠિન કહેવાતા જ્ઞાનગ્રંથોનું અધ્યયન અથવા ચિંતનમનન પણ સૌને સારું ધાર્યા જેટલું સહેલું નથી હોતું. સુયોગ્ય સદ્ગુરુ અને મજબૂત મેધાશક્તિ સિવાય એમાં સહેલાઈથી સફળતા નથી સાંપડી શકતી. યજ્ઞયાગ અથવા તીર્થાટનના લાભ પણ સૌથી નથી લઈ શકાતા. એ સઘળી અને એવી બીજી સાધનાત્મક પ્રક્રિયાઓ આશીર્વાદરૂપ છે એમાં કોઈ પ્રકારની શંકા નથી તોપણ જે પોતાના એકધારા અનુષ્ઠાનથી સારું ને સંગીન ફળ આપે છે કે પરિણામ પેદા કરે છે એવી મૂળભૂત સર્વસામાન્ય વ્યાવહારિક સાધનાને જીવનમાં અનુસરવામાં આવે તો વ્યક્તિગત તેમ જ સમષ્ટિગત કલ્યાણ અને જીવનસાર્થક્ય શક્ય બને એ ચોક્કસ છે. મોટી કે કષ્ટસાધ્ય મનાતી સાધનાઓને બદલે એ નાની છતાં મહત્ત્વની વ્યાવહારિક સાધના પ્રત્યે પૂરતું લક્ષ આપવામાં આવે તો જીવન શાંત, સંવાદી ને સફળ બને. એ વ્યાવહારિક સાધનાની એક વિશિષ્ટતા એ છે કે એનું અનુષ્ઠાન આબાલવૃદ્ધ સૌ કોઈ ને સર્વ સ્થળે કરી શકે છે. એને માટે બાહ્ય ત્યાગ કરવાની અનિવાર્ય આવશ્યકતા

નથી હોતી. પ્રત્યેક વ્યક્તિ ઘરમાં રહીને કે વનમાં, ત્યાગી કે સંસારી હોય તોપણ એની ઉપેક્ષા જ્ઞાત અથવા અજ્ઞાત રીતે સમાજમાં સવિશેષ થઇ છે. એથી અશાંતિ, અસ્થિરતા અને આપત્તિ વધી છે. એનો સમ્યક વિચાર કરવાથી એ વાત સહેલાઇથી સમજી શકાશે.

વ્યાવહારિક સાધનાનો પોતાની આગવી રીતે નિર્દેશ કરતાં કબીરે કહ્યું છે કે ઈશ્વર તો જડચેતનાત્મક સમસ્ત જગતમાં. મનુષ્યની અંદર અને બહાર, ઘટઘટમાં રમી રહ્યા છે. એમને શોધવા માટે બીજે ક્યાંય બહાર જવાની જરૂર નથી. મનુષ્ય જ્યાં પણ હોય ત્યાં રહીને કડવી વાણી ન બોલે, સૌની અંદર પરમાત્માનો પવિત્રતમ પ્રકાશ પેખવાનો ને સૌને પરમાત્માના પ્રતિનિધિ સમજવાનો પ્રયત્ન કરવાની સાથેસાથે સૌની સાથે સુમધુર ને સાચો વ્યવહાર કરે ને કોઇને વિચાર, વાણી કે વર્તનથી હાનિ ન પહોંચાડે તો પોતાને ને બીજાને ઉપયોગી થવાની સાથેસાથે પરમાત્માની પરમ કૃપાનો અનુભવ કરી શકે છે. 'ઘટઘટમેં સોઇ સાંઇ રમતા, કટુક વચન મત બોલ'

વાણીની અંદર ઘણી મોટી શક્તિ છે. વાણી તૂટેલાં અંતરને જોડવાનું ને જોડાયેલાં અંતરને તોડવાનું બંને પ્રકારનું કામ કરે છે. ઘરમાં ને ઘરની બહાર વાણીનો પ્રભાવ જાણીતો છે. ઘરની અને બહારની સ્થિરતા, શાંતિ, સંવાદિતા ને સુમધુરતા સારુ વાણીનો સદુપયોગ ખૂબ જ જરુરી છે. કેટલાય માનવો એ સાધનાની સિદ્ધિમાં સફળ નથી થઇ શકતા. એમની વાણી બીજાના હૃદયને બાણની પેઠે ઘાયલ કરે એવી કઠોર હોય છે. એવી વાણીવાળા માનવો જ્યાં વસે છે ત્યાં બધે જ અશાંતિ પેદા

કરે છે અથવા ઉલ્કાપાત મચાવે છે અને અળખામણા થઇ પડે છે. વાણીની સાધના પ્રત્યે અંગુલિનિર્દેશ કરતાં કહેવામાં આવ્યું છે કે સત્ય બોલવું, પ્રિય બોલવું, ને સત્ય હોય તે પણ અપ્રિય લાગે એવી રીતે ન બોલવું **सत्यं ब्रूयात्, प्रियं ब्रूयात्, मा ब्रूयात्ससत्यप्रियम्।** ગીતા પણ કહે છે કે **अनुद्वेगकरं वाक्यं सत्यं प्रियहितं च यत्।**

બોલવાની જેમ ચાલવાની પણ સાધના છે. કેટલાક લોકો ચાલે છે ખરા પરંતુ સંભાળપૂર્વક સાચવીને નથી ચાલતા. વેદ તો કહે છે કે જે પણ પગલું ભરવામાં આવે તે દ્રષ્ટિથી પવિત્ર કરીને, જોઇ—વિચારીને ભરવું જોઇએ. **द्रष्टिपूतं न्यसेत् पादम्।** મોટાં શહેરોમાં ટ્રાફિક ઘણો વધારે હોય છે ત્યાં રસ્તો ઓળંગતી વખતે કેટલું બધું ધ્યાન રાખવું પડે છે? વાહનોની અવરજવરનો બરાબર ખ્યાલ રાખીને જ જે દિશામાં પગલું ભરવું હોય છે તે દિશામાં પગલું ભરવું પડે છે. તેવું ન કરવામાં આવતાં જોખમ ઊભું થાય છે અથવા અકસ્માત પણ થઇ જાય છે. મોટરોના ડ્રાઇવરોને પણ કેટલા બધા ચોક્કસ અને સજાગ રહેવું પડે છે? મોટર ચલાવવામાં એ સહેજ પણ પ્રમાદ સેવે, ગાફેલ બને અથવા ભૂલ કરી બેસે તો તેમના ને બીજાના જીવનને મુસીબતમાં મૂકી દે. જીવનના આ જટિલ રળિયામણા રસવંતા રાજમાર્ગ પરથી પસાર થતી વખતે પણ એવું જ, કહો કે એથી પણ વધારે ધ્યાન રાખવાનું છે. પ્રમાદી કે ગાફેલ નથી થવાનું. ભૂલનો ભોગ પણ નથી બનવાનું. નિરંતર નજર સમક્ષ રાખીને એની પ્રાપ્તિના પરિપ્રયત્નોમાં ચોક્કસ રીતે આગળ વધવાનું છે. માર્ગમાં આવતી ભુલભુલામણીઓમાં ભમવાનું કે ભ્રમિત થઇને

ભૂલા નથી પડવાનું. વિપથગામી નથી થવાનું, માર્ગમાં મળતાં પ્રલોભનોના શિકાર નથી બનવાનું ને ભાતભાતનાં ભયસ્થાનોથી ભયભીત થઈને આગળ વધતાં અધવચ્ચે જ અટકી નથી પડવાનું. જીવનના પુણ્યમય પવિત્રતમ્ પ્રવાસને સમજપૂર્વક, બનતી શાંતિ સાથે, જવાબદારીના જરુરી ભાન સાથે, શક્ય તેટલા રસપૂર્વક, સુખસહિત પૂરો કરવાનો છે. એ પુણ્યપ્રવાસ પોતાને કે બીજાને હાનિકારક ન થાય તેનું ધ્યાન રાખવાનું છે. પ્રવાસની સફળતા કે સાર્થકતા ત્યારે જ થઈ શકે.

(ક્રમશઃ)

જેનું હૃદય નિર્મળ હોય છે તે બીજાના ગુણોના દર્શન કરે છે અને તેને ક્યાય અવગુણ દેખાતા જ નથી.

તમે જ્યારે ઈચ્છો ત્યારે દોડી આવતો નથી પણ જે મોટે ભાગે સમયસર આવે છે એનું નામ "ઈશ્વર". ક્યારેક માનવીની જેમ મોડો પહોંચી શકે પરંતુ પહોંચે જરૂર.

સંદીપ વેલ્ડીંગ વર્કસ
ગ્રીલ, દરવાજા, તેમ જ મેઈન ગેટના સ્પેશ્યાલીસ્ટ
તેમ જ
દરેક જાતનું રીપેરીંગ કામ કરનાર.
મોદી બંગલા, ઉમરા જકાત નાકા પાસે, **સુરત**-૩૯૫૦૦૭

મા સર્વેશ્વરી સાથે પ્રશ્નોત્તરી

—સંકલન : મયુરીબેન ટેલર

સ્વર્ગારોહણમાં પૂ.માના સાન્નિધ્યમાં ભક્તોએ સહજતાથી પૂ.માના માર્ગદર્શન માટે જે પ્રશ્નો પૂછ્યા, તેના જવાબો પૂ.માએ પોતાના અનુભવના આધારે, શાસ્ત્રની કોઈ ભારેખમ વાતોને વચ્ચે લાવ્યા વિના આપ્યા, તે સાચે જ ખૂબ વ્યવહારું ને આચરણ માટે સરળ છે. શ્રી મયૂરીબેને તેનું સરસ સંકલન કર્યું છે, તે બદલ અભિનંદન—માનું છું આ પ્રશ્નોત્તરી સને ૨૦૧૫, ૧૬ના પૂ.માના સ્વર્ગારોહણના નિવાસ દરમ્યાન થયેલ છે.

—તંત્રી

પ્રશ્ન : મન પ્રસન્ન કે શાંત હોય ત્યારે તે સમયને માણવો જોઈએ કે જપ—પ્રાર્થના કરવાં જોઈએ?

પૂ.મા : પ્રસન્નતામાં તો પ્રભુ જ યાદ આવે ને! બીજું સંસારી હોય તેને પ્રસન્નતા નામ ના આપી શકાય. એક—બે કલાકની ખુશીને પરમની પ્રસન્નતા સાથે ના સરખાવાય. કામ સફળ થાય તો આપણે વારેવારે પ્રભુને પગે લગીએ છીએ. પણ પાછા ભૂલી જઈએ છીએ તે આપણી નબળાઈ છે.

પ્રશ્ન : ત્યાગ ને વૈરાગ્ય કેવી રીતે આપણા જીવનમાં આવી શકે?

પૂ.મા : આવો અઘરો પ્રશ્ન ના પૂછાય—વિદ્યાર્થી મૂકીને ભાગી જશે. (હાસ્ય)... પ્રિય વ્યક્તિનું મરણ થાય એટલે તે દિવસમાં બધાનો વેરઝેરનો ત્યાગ કરવાનું મન થાય. બાર—તેર

દિવસ શ્રાદ્ધક્રિયા સુધી તો તેવો ત્યાગ ટકે જ. બાર—તેર દિવસ વેર—ઝેર નિંદા ટીકા—બધું જ ભૂલી જઈએ, પણ જો તે અંતઃકરણથી પ્રગટ્યો હોય તો જ તે ટકે, ડૉક્ટર કહે સુગરના દર્દી છો—દૂધપાક ના ખાતા. બે દિવસ તે ત્યાગ ડરને લીધે ટકે. અંદરથી વૈરાગ્ય દૂધપાકનો નથી આવ્યો. પત્ની ગુજરી જાય ત્યારે ઘણા મનમાં વિચારો આવે, સારી હતી. હવે, બીજીવાર તો લગ્ન નથી જ કરવાં, પણ એ સ્માશાન વૈરાગ્ય. એક—બે વરસમાં ભૂલાઈ જાય. ફરી ઘોડે ચઢે. ફરી રડતો કકળતો વિષયમાં ફસાતો થઈ જાય. એટલે જ વાતવાતમાં ભગવા પહેરનાર માટે જ શાસ્ત્ર કહે છે કે વિચારીને સંન્યાસ લો. લોકલાજે તમે ત્યાગ કર્યો ને અંદર તો રાગ, દ્વેષ, મોહ મમતાના કીડા તો ખદબદતા હોય છે. એટલે એવાનાં જીવન શુદ્ધ પવિત્ર નથી રહી શકતાં. અંદરથી ઉગી જાય તે જ ટકે. સાચા વૈરાગ્ય વગર ત્યાગ લાંબો ટકે નહીં.

પ્રશ્ન : એની માટે શું કરવું જોઈએ?

પૂ.મા : સતત સત્સંગથી જાગ્રત રહેવાનું છે. સારા મિત્રો, સારું વાંચન, ને સારું જીવન.

પ્રશ્ન : માનો ફોન આવે કે સારું સ્વપ્ન આવે તે પ્રસન્નતા એક—બે દિવસ ટકે છે પણ કાયમ ટકે તે માટે શું કરવું?

પૂ.મા : તેવા સ્વપ્નની વિગત નોંધી રાખો, વારંવાર વાંચો ને વાટ જોતાં રહો. અમે તો "બંધ બારણે ટકોરા મારે"....પદ હરિ ૐ આશ્રમમાં મૌન એકાંતે લખ્યું. એક દોઢ વર્ષ પછી અચાનક એક દિવસ પૂશ્રીને ભટ્ટ સાહેબે માના બંધ બારણે

ટકોરા માર્યા. અંદરથી બંધ હતું—(તો ખોલ્યું—ઈશારાથી) અને જેવું ખોલ્યું ત્યાં તો પૂ.શ્રી ને એ પૂ.શ્રીની આકૃતિમાં એકદમ પ્રકાશિત તેજપૂંજ આખો પાંચ ફૂટનો. મા તો તે પ્રકાશને જોવામાં અવાક્ થઈને ત્યાં જ ઊભા રહી ગયાં. ને પૂ.શ્રી ને ભટ્ટ સાહેબ અંદર ગયા ને મા તો એટલે જ ઊભા રહી ગયાં. પછી તે દર્શન પૂરું થયું ત્યારે યાદ આવ્યું કે અરે! પૂ.શ્રી આવ્યા છે. પછી મા અંદર ગયાં. તરત જ એ પદ લખાયું. એ પણ એક પ્રાર્થના જ છે. અને એ પ્રાર્થના નકામી જતી નથી. એક સ્વપ્ન આવ્યું—એક રૂમમાં પૂ.શ્રીનાં ઘણાબધાં કેલેન્ડરો જોયેલાં, જાગ્યાં ત્યારે થયું કે કેલેન્ડર તે વળી હોય? ને તે જ વર્ષે નડિયાદ શિબિરમાં ગયાં. સાધકોના વાર્તાલાપમાં શ્રી ઈશ્વરભાઈ પ્રજાપતિ બોલવા ઊભા થયા. તેમણે વાર્તાલાપમાં કહ્યું અમે વર્ષો પહેલાં પૂ.શ્રીના કેલેન્ડર છપાવેલાં. એટલે એ બેઠક પૂરી થઈ તરત જ અમે શ્રી ઈશ્વરભાઈ પાસે ગયાં. તમે જે કેલેન્ડર છપાવેલા તે મને મળે! બીજા પણ ફોટા તમે પાડેલા તે મળે! તે કેલેન્ડરમાં પૂ.શ્રીના ફોટા નીચે છાપેલું,—(ગુજરાતી મહાત્મા)—દેવપ્રયાગ—યોગતીર્થમાં છે. એટલે સાત્વિક સ્વપ્નાં પણ કેટલીકવાર સાચાં પડે.

પ્રશ્ન : દુર્ગુણો રહેલા છે. પ્રાર્થના કરીએ છીએ. છતાં દૂર થતા નથી તો તેના માટે શું કરવું? કામ, ક્રોધ...વગેરે છે?

પૂ.મા : તેની સામે કડક સજાનું પણ વિચારી શકાય અથવા મનને પટાવીને સમજાવીને વાળી શકાય. એવા દુર્ગુણોના શિકાર—બનતી વખતે યાદ કરીશું કે આપણી સામે એ મહાપુરુષ

ઊભા છે અને બધા જ વેપાર તે નોંધે છે. અનંત જન્મોથી એવા દુર્ગુણો રાજ કરતા આવ્યાં છે. આપણી નબળાઇને લીધે તે આપણને ફરી ગુલામ બનાવી રહ્યા છે. મૌન પણ એક ઊપાય છે. અશુભ વિચાર ત્યાં જ અટકે ને તે વર્તનમાં ના ઊતરે તો પણ ૫૦% જીતી જવાય. પ્રભુની મદદ માંગતા રહો.

પ્રશ્ન : સતત ચિંતા કે ભય સતાવતો રહે છે. ઘણી પ્રાર્થનાઓ કરીએ છીએ. પણ કાંઇ થતું નથી.

પૂ.મા : પ્રભુને રોજ–રોજ કહેવું ''પ્રભુ તમે આ ભાર ઊપાડો હવે હું તો થાકી છું–તમે જ ચિંતા આપી છે. ને તમે જ લઇ લો. ચિંતા થાય તે પ્રેમ ને મમત્વને લીધે થાય. પણ પ્રભુને કહીને હળવા થવાનું છે.'' ૧૯૮૪માં અમને ભારે ચિંતા હતી તો અમે નિર્જળાવ્રત સાથે રાત–દિવસ એક જ વાક્યની સતત પાગલની જેમ પ્રાર્થના કરી. ''પાર ઉતારો, સફળ કરો'' તો દોઢ નિર્જળા થયાં ને દેવને દ્વારે ઘંટડી વાગીને પ્રત્યુત્તર મળ્યો છે. એટલે સતત પ્રાર્થના કરતાં જ રહો. પ્રાર્થનાથી પ્રારબ્ધ પણ ધીમે ધીમે પલટાય ને કર્મફળ પણ હળવાં થતાં રહે.

પ્રશ્ન : માને માટે પ્રબળ પ્રેમ નથી, માની પ્રસન્નતા પ્રાપ્ત કરવા માટે અને નક્કર રીતે આગળ વધવા માટે શું કરવું?

પૂ.મા : તમારા વ્યાજ માટે (દીકરાના દીકરા માટે) કેટલો પ્રેમ ઉભરાય છે. કે તમે ઘર પણ છોડી શકતા નથી! અહીં આવી શક્યા નથી. તે જ મમત્વ–તે જ પ્રેમની દિશા બદલી કાઢો. હરિરસની હેલીમાં તમે કેવાં તરબતર થઇ ગયેલા! કશું જ યાદ ન આવે. સતત ઉપર જ મન દોડતું રહે. ના શરીરનું

આસન કે ના ભૂખ યાદ આવી, પણ તે તેટલા જ દિવસ, પણ પછી શું? એટલે એવું ટાઇમ ટેબલ બનાવવું કે જે સાધનાથી પ્રભુની પાસે જ, સાથે જ રહેવાનું થાય. ઘરનાં દરેક સ્વરૂપ જોડે પણ જીવંત વ્યવહાર શરુ કરો. દરેક સ્વરૂપ જોડે વન–વે ટ્રાફિક ભલે હોય પણ વાત કરતાં રહો તો એ જડ જેવા સ્વરૂપ જ તમને સુઝાડે ચિન્મય બનીને દોરશે. પોતાની હાજરીની પ્રતીતિ પ્રસન્નતા દ્વારા કરાવશે. એ બધાં જ સ્વરૂપો આપણી સાથે રહેવા આવ્યાં છે. એમ માનીને આદર–સત્કારથી એમની હાજરીની નોંધ લો. સત્યપથના શરુઆતના દિવસોમાં એક સંતનું સ્વરૂપ અમે સામેના ગોખમાં મૂકીને અમે ''પૂ.શ્રીને કહ્યું, મહાત્માજી આ સ્વરૂપને આપણે જોયા કરીએ. એટલે સામે મૂક્યું છે. પૂ.શ્રીએ તરત જ કહ્યું કે એવું નહીં, પણ તે આપણને જોતાં જ રહે છે. દરવાજેથી એમને ઘરેથી નીકળીએ ત્યારથી જ જોયા કરે છે. એની ઇચ્છાથી જ તો તે ખેંચે છે. નહીં તો મહાપુરુષ વિદાય થાય તેની સાથે આપણે પણ આપણી શ્રદ્ધા પણ વિદાય થઇ જાય છે. પણ ૩૧–૩૨ વર્ષે એ જ શ્રદ્ધા ટકાવે છે એટલે એ જોયા કરે છે.''

પ્રશ્ન : કોઇનું મન ભક્તિમાં હોય. આપને બાધારૂપ બનવા ના માંગતા હોય છતાં બનતાં હોઇએ તો તેનો દોષ લાગે?

પૂ.મા : આપણો હક તે સ્વજન ઉપર છે એટલે આપણે અટકવાના પ્રયત્ન કરીએ. આપણને તેની ખૂબ જરુર છે. માટે પણ તેને વિશેષ પ્રેમ કરીએ છીએ. આ જન્મે તેનું તે પણ એક કર્તવ્ય છે. ઘરના સભ્યની હાશ લેવી. પણ સમજપૂર્વક પ્રેમથી

થોડું સહન કરીને પણ કોઇ કોઇવાર તેને લાભ અપાવવો. માત્ર આપણા સ્વાર્થ માટે જ તેને ના રોકવા. તે પણ સ્વતંત્ર છે. આ જગતમાં દરેકને સ્વતંત્રતા ગમે છે. એક નાની કીડીને પણ આંગળી મૂકીને અટકાવવાના પ્રયત્ન કરીએ તો ફરીને ચાલી જાય છે. એને પણ કોઇ રોકે તે ના ગમે. દરેક સ્વતંત્ર છે. જેને ભક્તિમાર્ગે જવું છે તે ભલે જતા. કોઇવાર પ્રેમથી વાળીને આપણી ખુશી માટે રોકવા દોષ તો ના લાગે કારણ સગપણ એવું છે. હક છે. એક પક્ષે તો બીજા પક્ષે ફરજ છે. (મા દીકરીનો સંબંધ છે.)

પ્રશ્ન : માની દ્રષ્ટિએ આદર્શ ભક્તના લક્ષણ કયાં?

પૂ.મા : બધા શાસ્ત્રમાં લખ્યાં જ છે!

પ્રશ્ન : Minimum qulification?

પૂ.મા : પ્રભુને ના ભૂલો, જયાં ત્યાં પ્રભુને ગમે એવું જીવન જીવો, સંસાર પણ દીપાવો ને સત્સંગ પણ દીપાવો.

સ્થાપત્ય કન્સ્ટ્રક્શન

પ્રો. મનીષ હરિભાઈ ભોજાણી,

બિલ્ડર્સ એન્ડ ડેવલપર્સ,

મધુર કોમ્પ્લેક્ષ, શનાળા રોડ, મહારાજા ટાઇલ્સ સામે,

મોરબી–૩૬૩૬૪૧.

ફોન : (ઓફિસ) **૨૨૧૩૮૧**, (રહેઠાણ) **૨૩૦૨૨૨.**

શું ઈશ્વર બધું સાંભળે છે?

–ડૉ. શરદ ઠાકર

દુનિયામાં કંઇકનો હું કરજદાર છું 'મરીઝ,'
ચૂકવું બધાંનું દેણ જો અલ્લાહ ઉધાર દે.

સાવ અચાનક જ બની ગયું. નજર સામે જ બની ગયું. એક ગરીબ, અશક્ત મજૂર એક સીધા, ઊંચા ઢોળાવ ઉપર હાથલારી ચડાવી રહ્યો હતો, એનો પગ સહેજ લથડ્યો. લારી ઢોળાવ પરથી પાછી 'રિવર્સ ગિયર'માં ગબડવા માંડી. એની ઉપર ત્રણ–ચાર દર્દીઓ બેઠેલા હતા. એમણે ચીસાચીસ કરવા માંડી.

થોડાંક વર્ષો પહેલાંની ઘટના છે. અમદાવાદથી દૂર એક સાવ નાનકડા સ્થળે મેડિકલ કેમ્પ યોજવામાં આવ્યો હતો. છેલ્લા પંદરેક દિવસથી આજુબાજુમાં પચાસ–સાંઇઠ ગામોમાં ચોપાનીયાં વહેંચીને પ્રચાર કરી દેવામાં આવેલો, એટલે ગામેગામથી બીમાર સ્વજનોને લઇને સગાંવહાલાંઓ કેમ્પના સરનામે ઊમટી પડેલાં.

અમદાવાદથી દસ–પંદર ડૉક્ટરોની ટુકડી સ્વખર્ચે જઇ પહોંચી. સવારના દસ વાગ્યાથી દર્દીઓ તપાસવાનું શરુ કરી દીધું. બે વાગે ભોજન માટેનો 'બ્રેક' પાડવામાં આવ્યો. એ પછી તરત બાકી વધેલા દર્દીઓ પતાવવાના હતા.

હું ત્રણ–ચાર મિત્રોની સાથે ગામના ચોકમાં ઊભો હતો ત્યાં જ આ ઘટના ઘટી. મેં બાજુની દુકાનમાં બેઠેલા વેપારીને પૂછ્યું પણ ખરું, 'આ લોકો આવી રીતે હાથલારીમાં બેસીને કેમ્પ જઇ રહ્યા છે?'

ગામડિયો વેપારી મારી 'બુદ્ધિ' ઉપર હસ્યો, 'અહીં તમે રિક્ષા કે ઘોડાગાડી ભાળી?'

એને હાથલારી પણ ન કહેવાય. બહુ—બહુ તો હાથગાડી કહી શકાય. આપણે ત્યાં શહેરોમાં અનાજની ગૂણો કે બીજો ભાર સામાન ખેંચવા માટે ઊંટગાડીઓ હોય છે એનું જ આ નાનું સ્વરૂપ. ઊંટની બાદબાકી કરી નાખવાની. એને બદલે લાકડાનો આડો હાથો ગોઠવી દેવાનો. પછી ઊંટને બદલે જન્મારાનો ભૂખ્યો એક દૂબળો, ગરીબ એને ખેંચવા માટે મૂકી દેવાનો. અને પછી ખતરનાક ઢોળાવ પરથી આ માણસો ભરેલી હાથગાડીને ઊંધી દિશામાં પૂરપાટ ઝડપે ગબડતી કલ્પી લેવાની. મેં જે કર્યું એ તદ્દન સ્વાભાવિક હતું, સાહજિક હતું. મારી જગ્યાએ તમે હો, તો પણ એમ જ કરો. કોઈને સમજાવવાના કે મદદ માટે એકઠા કરવા જેટલો સમય પણ ક્યાં હતો? મારા મિત્રોની એ તરફ પીઠ હતી એટલે હું એકલો જ દોડી પડ્યો. ગાડીના પાછળના ભાગને બેય હાથમાં પકડીને મારામાં હતી એટલી તાકાત લગાવી દીધી. એનો વેગ તાત્કાલિક સાવ બંધ તો ન થયો, પણ એમાં ઘટાડો અવશ્ય થઈ ગયો. એટલી વારમાં મજૂરના હૈયામાં પણ થોડી હિંમત આવી ગઈ. એણે પગ જમાવ્યો. એક ઊંડો શ્વાસ છાતીમાં ભર્યો અને નવેસરથી જોર લગાવ્યું. ગાડી પાછી પડતી અટકી ગઈ. અને...! બસ, એક ક્ષણ સાચવી લેવાનો જ સવાલ હોય છે. તરત જ પાંચ—સાત જણા બીજા દોડી આવ્યા. એમણે ધક્કો મારી આપ્યો. ગાડી રમકડાંની જેમ ઉપર ચડાવી દીધી.

દર્દીઓના જીવમાં જીવ આવ્યો. મજૂરની હાલતનું વર્ણન

શક્ય નથી. અમે જો દોડી ન ગયા હોત, તો એનું તો મોત જ થયું હોત! એક અબૂધ, ગ્રામ્ય માણસ બીજું તો શું કરી શકે? અભણ માણસો પાસે ભાષાનો ખજાનો પણ ખાલી હોય છે. ખભે નાખેલા ગંદા ગમછાથી ચહેરો લૂછતો એ મારી પાસે આવ્યો. બે હાથ જોડીને માંડ આટલું બોલ્યો, 'સાહેબ તમે ન હોત તો આજે હું...! ભગવાન તમને આ સારા કામનો બદલો આપે!'

હું સહેજ હસ્યો. પછી જમણો હાથ એવી રીતે હલાવ્યો કે એના તમે ધારો એટલા અર્થ કાઢી શકો. મારા મનમાં રહેલો અર્થ એટલે, 'બસ! બસ! આવો કોઈ આભાર માનવાની જરુર નથી! રસ્તે પડ, ભાઈ! આ કંઈ સમજી વિચારીને કરેલું ઉમદા કાર્ય થોડું હતું? આ તો બસ, થઈ ગયું!'

અને મેં ન ધારેલા અર્થો પણ નીકળી શકે : ઠીક છે! ઠીક છે હવે! તારા ને મારા સ્ટેટસ વચ્ચેનો તફાવત તો જો જરા! આમ તો તારી મારાથી સારી રીતે વાત પણ ન થાય અને આ શું હાથ—બાથ જોડીને લવારી કરી રહ્યો છે? અભણ એટલે સાવ...! બાકી 'થેન્ક યુ' બોલ્યો હોત તો મને ગમ્યું હોત. સામે હું પણ કહી શકત ને કે 'મેન્શન નોટ' કે પછી 'ઇટ્સ ઑલ રાઈટ' કે પછી 'યુ આર વેલકમ!' અને પેલું 'ભગવાન તમારું ભલું કરે' વાળી વાત તો રહેવા જ દે જે. એવું સાંભળી—સાંભળીને તો મારા કાન ફૂટી ગયાં છે. 'ભગવાન ક્યાં રેઢો પડ્યો છે કે અખિલ બ્રહ્માંડમાં આ પૃથ્વી નામના ગ્રહ ઉપર ભારત જેવા ટપકામાં ક્યાંય ઈલેકટ્રોન માઈક્રોસ્કોપ વડે પણ ન દેખાય એવી આ સૂક્ષ્મ ઘટનાને એ જોઈ શકે. નોંધવાની ને

એનો બદલો આપવાની તો વાત જ ક્યાં આવી?'

'પપ્પા, હમણાં શું બની ગયું એ ખબર છે? તમને ક્યાંથી ખબર હોય? હું જ કહી દઉં છું....' ઉપરની ઘટનાને પાંચ મિનિટ પણ નહીં થઇ હોય, ત્યાં મારો મોબાઇલ ફોન રણકી ઊઠ્યો. સ્ક્રીન ઉપર નંબર જોવાની જરુર ન પડી. કાનમાં રેડાયેલું મધ પર્યાપ્ત હતું. મારા અંગત વિશ્વનો મધુરતમ સ્વર મારી સાથે વાત કરતો હતો. હજારો માઇલ દૂરથી મારી દીકરી બોલી રહી હતી. 'પપ્પા, અમે મોસ્કોમાં છીએ. હું સવારથી ભૂખી હતી. અહીં તો બધે નૉનવેજ મળેને! એટલે મેં બ્રેકફાસ્ટ પણ નથી કર્યો. રખડવામાં થાક પણ એટલો જ લાગ્યો હતો. પછી અમે મેટ્રો ટ્રેન પકડવા જતાં હતાં, ત્યારે ભારે થઇ! મારી બેગ એટલી મોટી અને વજનદાર હતી કે મારાથી તો ઊંચકાતી પણ નહોતી. મારી બધી ફ્રેન્ડ્ઝ મારાથી આગળ નીકળી ગઇ. હું માંડ–માંડ મારો સામાન ખેંચ્યે જતી હતી. ત્યાં દસ–બાર પગથિયાં આવ્યાં. ત્રીસ કિલોનું વજન ભરેલી બેગ ઊંચકીને લઇ કેવી રીતે જવી! મેં આમતેમ જોયું, બધા રશિયનો ઉતાવળમાં દોડ્યે જતા હતા. ભાષાની પણ મુશ્કેલી અને આ યુરોપિયન પ્રજાનું ભલું પૂછવું! મદદ માગવા જઇએ તો ખભા ઊંચા કરીને આપણને ધુત્કારી પણ કાઢે. હું અતિશય મુંઝાઇને ઊભી રહી ગઇ. એવામાં એક બી.એમ.ડબલ્યુ. કાર આવીને ઊભી રહી ગઇ. બી.એમ.ડબલ્યુ. એટલે તમને ખબર છે ને, પપ્પા! મર્સિડિઝ કરતાં પણ મોંઘી! એનો માલિક કેટલો પૈસાદાર અને મોભાદાર હોય! ગાડીમાંથી એક ઉંચો તગડો રશિયન પુરુષ નીચે ઉતર્યો. મારી સામે એણે જોયું પણ નહીં. દોડીને મારી બેગ

ઉઠાવી લીધી. દારાસિંહે જાણે કોઇ તણખલું ઊંચક્યું હોય એમ ત્રીસ કિલોની બેગ ઉપાડીને એ પગથિયાં ચડી ગયો. મારે હજી ટિકિટ લેવાની બાકી હતી. મને એની ભાષા ક્યાં આવડતી હતી! મેં મોં મચકોડીને મારી લાચારી વ્યક્ત કરી. એ સમજી ગયો. વાટ જોઇને ઊભો રહ્યો. હું ટિકિટ મેળવીને આવી ત્યાં સુધી ઊભો રહ્યો. પછી મારી બેગ ઊંચકીને એણે ટ્રેનના ડબ્બામાં ગોઠવી આપી.'

પપ્પા! હું એ માણસનો આભાર માનવા માગતી હતી, પણ કેવી રીતે માનું? રશિયન ભાષા તો હજુ હું શીખી રહી હતી. મેં માંડ–માંડ કહ્યું, 'સ્પશીભા...! જવાબમાં જાણે કંઇ જ ન બન્યું હોય એ રીતે એણે જમણો હાથ ઊંચો કરીને હલાવ્યો અને પછી તરત જ ચાલ્યો ગયો. ત્યાં સુધી એની બી.એમ.ડબલ્યુ. કાર સ્ટેશનની બહાર જ ઊભી હતી. પપ્પા કેટલો ભલો માણસ કહેવાય, નહીં! પણ મને એક વાત સમજાતી નથી. મેં એને 'સ્પશીભા' કહ્યું, એના જવાબમાં એણે કંઇ બોલવાને બદલે ખાલી હાથ કેમ હલાવ્યો હશે? એનો અર્થ શું થાય એ હું સમજી નથી શકી. તમને સમજાય છે, પપ્પા?'

મારી મીઠડી મને પૂછી રહી હતી. હું એને શો જવાબ આપું? જો આપવા ધારું તો દસ ઉત્તરો આપી શકું, પણ એ ક્ષણે તો હું ખુદ એક અઘરા સવાલમાં અટવાઇ ગયો હતોઃ કોઇ ગરીબ માણસના આશીર્વાદ આટલા અકસીર હોતા હશે? આટલો મોટો ઈશ્વર આવડા મોટા બ્રહ્માંડમાં આવા નાના માણસનું સાંભળતો હશે? અને એ પણ આટલી ઝડપથી....?

ભક્તિ વિષે

—મહાત્મા યોગેશ્વરજી

પ્રશ્ન : આત્મનિવેદન ભક્તિમાં સમર્પણ ભાવ આવે છે ખરો?

ઉત્તર : સમર્પણ ભાવ તો એકલી આત્મનિવેદન ભક્તિમાં જ શા માટે, બધા પ્રકારની ભક્તિમાં રહેલો હોય છે. પરંતુ આત્મનિવેદન ભક્તિમાં તેની માત્રા વધી જાય છે. ને તે પરાકાષ્ઠાએ પહોંચે છે એટલું જ. આત્મનિવેદન ભક્તિમાં ભક્ત પરમાત્માના ચરણોમાં પોતાનું સર્વસમર્પણ કરતો હોય છે. તે પરમાત્માની આશા રાખીને, એકમાત્ર પરમાત્માને આધારે જ જીવી રહે છે. પરમાત્મા જે કરે છે, તથા કરશે તે સારું જ કરે છે ને કરશે તેવી તેને શ્રદ્ધા હોય છે. એ શ્રદ્ધા કોઇને કારણે કે કોઇયે સંજોગોમાં ચલાયમાન નથી થતી. ભક્ત પોતાના તન, મન, ને અંતરના બધા દ્વારો પરમાત્મા પ્રતિ ખુલ્લા રાખીને પરમાત્માની પ્રતીક્ષા કરતો જીવી રહે છે. જે વખત વીતે છે તેને યુગ જેવો અનુભવે છે ને પરમાત્માની વિરહવેદનાથી વ્યથિત બને છે, એવા ભક્તથી પરમાત્મા વધારે વાર દૂર નથી રહી શકતા. તે તેની પાસે દોડી આવે છે, તેને મળે છે, ને ધન્ય કે કૃતાર્થ કરે છે.

પ્રશ્ન : ભક્તિ દ્વારા લૌકિક લાભ મળે ખરો?

ઉત્તર : લૌકિક ને પારલૌકિક બંને પ્રકારના લાભ ભક્તિથી થઇ શકે છે. લૌકિક ઇચ્છાઓ શમી જાય ને ભક્તનું હૃદય

નિર્મળ બની જાય, એવું પ્રભુ ઘણે ભાગે કરી દે છે. છતાં કોઇને લૌકિક સુખસંપત્તિની ઇચ્છા હોય તો તે ઇચ્છા પણ ભક્તિ દ્વારા પૂરી થઇ શકે છે. ભક્તિમાં કોઇ રીતે નુકશાન તો નથી જ નથી, નોકરીમાં પગાર મળે, તહેવાર પ્રસંગે બોણી મળે, ને છેવટે પેન્શન કે પ્રોવિડન્ટ ફંડ મળે, તેમ ભક્તિ દ્વારા લૌકિક લાભ મળવાની સાથે સાથે મુક્તિ જેવો પારલૌકિક લાભ પણ મળી શકે છે. જુઓ, ધ્રુવ ને પ્રહલાદને પ્રભુ મળ્યા ને રાજ પણ મળ્યું. પણ તેમને રાજની તમા ન હતી. રાવણે ભક્તિ દ્વારા અપાર બળ ને સંપત્તિ મેળવી. ભક્તિ દ્વારા જગતની કોઇ વિનાશી વસ્તુ મેળવવા કરતા પ્રભુને મેળવવા તે જ સૌથી ઉત્તમ છે. છતાં તમારે લૌકિક લાભની ઇચ્છા હોય તો તે પણ મેળવી શકાય છે. એમાં સંદેહ નથી. તમારી એવી ભક્તિ સકામ અથવા તો ગીતાની ભાષામાં અર્થાર્થી ભક્તની ભક્તિ કહેવાશે. નિષ્કામ ભક્તિ સૌથી શ્રેષ્ઠ છે ને તે જ કરવા યોગ્ય છે.

પ્રશ્ન : આત્માનુસંધાન ઉત્તમ કે ભક્તિ? એટલે કે ભગવાનની ભક્તિ કરવી ઉત્તમ છે કે આત્માનું ચિંતનમનન અથવા તો ધ્યાન કરવું ઉત્તમ છે?

ઉત્તર : તમે બહુ સારો અને જુદી જાતનો પ્રશ્ન પૂછ્યો છે. પરંતુ એના ઉત્તરમાં એટલું જ કહી શકાય કે ભક્તિ અને આત્માનુસંધાન બંને ઉત્તમ છે અને એકસરખા આશીર્વાદરૂપ ને ઉપયોગી છે. એ બંનેમાં કોઇ વધારે ઉત્તમ છે એવું નથી. સાધકને એ બંનેમાંથી શું વધારે ગમશે કે પસંદ પડશે એ એની રૂચિનો સવાલ છે. પોતાની રૂચિ પ્રમાણે એ કોઇપણ એકને કે

બંનેને પસંદ કરી શકે છે. પણ બંનેની મહત્ત્વતા તો એકસરખી છે. શંકરાચાર્ય તો આત્માના અનુસંધાનની પ્રવૃત્તિને એક પ્રકારની ભક્તિ જ કહે છે. એ કહે છે, કે પોતાના સ્વરૂપનું અનુસંધાન એ ભક્તિ જ છે. એ દ્વારા માણસ પોતાના આત્મા કે પરમાત્માને ભજે જ છે. ભક્તિને તમે આત્માનુસંધાનથી અલગ માનતા હો તો પણ, એમાંથી એક ઉત્તમ અને બીજું અનુત્તમ છે એમ માનવું નકામું છે. તમારી પ્રકૃતિ પ્રમાણે તમે જેને પસંદ કરશો ને જેનો આધાર લેશો તે તમારે માટે સર્વોત્તમ બની જશે તથા તમારો આત્મવિકાસ કરનાર સાબિત થશે.

પ્રશ્ન : આત્મવિચાર અને ભક્તિ અથવા આત્માનુસંધાન ને ભક્તિ—બંનેનાં ફળ એક જ છે કે જુદાં જુદાં?

ઉત્તર : આત્માનુસંધાનથી કયું ફળ મળે છે? એથી મનની સ્થિરતા સાધી શકાય છે, અને પરમશાંતિની પ્રાપ્તિ પણ થઈ રહે છે. એ જ પ્રમાણે ભક્તિ દ્વારા પણ બીજી કઈ ફળપ્રાપ્તિની ઈચ્છા રાખો છો? એના અનુષ્ઠાનથી પણ મન એકાગ્ર થાય છે, શાંત બની જાય છે અને ઈશ્વરનો સાક્ષાત્કાર સાધી શકાય છે. એટલે ભક્તિ અને આત્માનુસંધાનના સાધન જુદાં જુદાં હોવા છતાં એ બંનેનાં ફળ એક જ છે.

પ્રશ્ન : ભક્તિ અને આત્માનુસંધાનના સાધનમાં ભેદ કેવી રીતે છે?

ઉત્તર : આત્માનુસંધાનમાં પહેલેથી જ આત્માને લક્ષ કરીને, આત્મામાં મન પરોવીને, વૃત્તિને અંતર્મુખ કે આત્માભિમુખ કરીને ચાલવાનું હોય છે, જ્યારે ભક્તિની સાધનામાં મનને

ઈશ્વરની સેવાપૂજા ને ઈશ્વરના નામસ્મરણના કામમાં લગાડવાનું હોય છે. ભક્ત ઈશ્વરને માટે રડે છે, તલસે છે, વ્યાકુળ બનીને જીવે છે, તથા પ્રાર્થે છે. પરંતુ આત્માના અનુસંધાનની સાધનામાં રસ લેનાર તો મોટા ભાગનો વખત ધ્યાનમાં પસાર કરે છે. મન અને બુદ્ધિ તથા દેશ અને કાળની પારના પ્રદેશમાં પહોંચવાનો એનો પ્રયાસ હોય છે. એવી રીતે બંનેના સાધનમાં બહારથી જોતાં ભેદ છે.

પ્રશ્ન : ભક્તિમાર્ગની સાધના ગુરુ વિના થઈ શકે નહીં? શું ભક્તિની સાધનામાં ગુરુની અનિવાર્ય આવશ્યકતા છે?

ઉત્તર : ભક્તિની સાધનામાં ગુરુની અનિવાર્ય આવશ્યકતા છે એવું નથી સમજવાનું. કોઈને ગુરુની આવશ્યકતા હોઈ શકે અને કોઈને ના પણ હોઈ શકે. કોને ગુરુની આવશ્યકતા છે અને કોને નથી એ સૌએ પોતપોતાની મેળે પોતાને માટે નક્કી કરી લેવાનું છે. જે બહારના માર્ગદર્શક વિના પોતાની સાધનામાં આગળ વધી શકે તેમ ના હોય, તેમણે ગુરુની આવશ્યકતાનો સ્વીકાર કરી બનતી વહેલી તકે એવા ગુરુની પ્રાપ્તિ માટે પ્રયાસ કરવો જોઈએ. પરંતુ એથી ઉલટું બહારના માર્ગદર્શક વિના પણ જે ભક્તિમાર્ગમાં આગળ વધી શકતા હોય તેમણે ગુરુની રાહ જોઈને બેસી રહેવાને બદલે આગળ વધવું. તેમણે ગુરુની વધારે પડતી ચિંતા કરવાની જરુર નથી. પોતાના અંતરમાં રહેલા ઈશ્વરની અંદર વિશ્વાસ રાખી ને એની પર આધાર રાખી, એની સૂચના કે પ્રેરણા પ્રમાણે એ આગળ વધી શકે છે. એવી રીતે જોઈએ તો ભક્તિની સાધના ગુરુ વિના થઈ શકે છે.

એક બીજી વાત પણ છે. ગુરુ કરવાની ઈચ્છા હોય ને ગુરુ ના મળે ત્યાં સુધી માણસે બે હાથ જોડીને બેસી રહેવું અને ભક્તિમાર્ગની સાધનામાં પ્રવેશ ના જ કરવો એવું પણ નથી સમજવાનું. ગુરુના માર્ગદર્શન વિના માણસ પોતે જ પોતાની રુચિ પ્રમાણે ભક્તિની સાધનાની શરુઆત કરી શકે છે અને એવી શરુઆતથી કોઈ જ જાતનું નુકશાન નથી થતું.

પ્રશ્ન : ભક્તિમાર્ગની સાધનામાં મુખ્ય મહત્ત્વનાં સાધન ક્યાં ક્યાં છે?

ઉત્તર : ભક્તિની સાધનામાં બહારનાં જે મુખ્ય મહત્ત્વનાં સાધન છે તેમાં જપ, ધ્યાન, કથાશ્રવણ, સેવાપૂજા તથા સત્સંગનો સમાવેશ થાય છે અને અંદરના સાધનમાં મુખ્યત્વે પ્રેમની ગણતરી કરી શકાય છે. બહારના સાધનો મનને નિર્મળ કરવામાં, એકાગ્ર કરવામાં તેમજ ભક્તિભાવથી ભરી દઈને ઈશ્વરપરાયણ કરવામાં મદદ કરે છે, એમના સમ્યક અથવા તો સમજપૂર્વકના અનુષ્ઠાનથી ઈશ્વર માટે પરમ પ્રેમનો ઉદય થાય છે. ભક્તિમાર્ગમાં છેવટે તો ઈશ્વર માટેનો પ્રેમ સર્વકાંઈ છે અને એની અભિવૃદ્ધિ તરફ જેટલું પણ ધ્યાન અપાય એટલું ઓછું છે. બહારના સાધનો મનને નિર્મળ ને નિર્વિકાર બનાવી એ પ્રેમને પ્રકટ કરવા તથા પ્રબળ બનાવવા માટે જ છે. એ પ્રેમની પ્રબળતા થતાં ભક્તનું અંતર ઈશ્વરદર્શનને માટે રડે છે. તલસે છે અને આકુલ–વ્યાકુલ બનીને પોકારી ઊઠે છે. એવો પ્રખર પ્રેમ કોઈક વિરલ ભાગ્યશાળીના જીવનમાં જ પ્રકાશી ઊઠે છે અને એના પ્રકાશ પછી ઈશ્વરદર્શન બહુ દૂર નથી રહેતું. ભક્ત

કેવળ બહારના સાધનોમાં જ અટવાઈ ના જાય તથા એમાં જ જીવનભર રસ લેતો ના થાય એનું એને ખાસ ધ્યાન રાખવાનું છે. તો જ એ આગળ વધીને પોતાનો વિકાસ કરી શકશે.

પ્રશ્ન : આત્મનુસંધાન ઉત્તમ કે ભક્તિ? એટલે કે ભગવાનની ભક્તિ કરવી ઉત્તમ છે કે આત્માનું ચિંતનમનન અથવા તો ધ્યાન કરવું ઉત્તમ છે?

ઉત્તમ : તમે બહુ સારો અને જુદી જાતનો પ્રશ્ન પૂછ્યો છે. પરંતુ એના ઉત્તરમાં તો એટલું જ કહી શકાય કે ભક્તિ અને આત્માનુસંધાન બંને ઉત્તમ છે અને એકસરખા આશીર્વાદરૂપ કે ઉપયોગી છે. એ બંનેમાં કોઈ વધારે ઉત્તમ છે એવું નથી. સાધકને એ બંનેમાંથી શું વધારે ગમશે કે પસંદ પડશે એ એની રૂચિનો સવાલ છે. પોતાની રૂચિ પ્રમાણે એ કોઈ પણ એકને કે બંનેને પસંદ કરી શકે છે. એ કહે છે કે પોતાના સ્વરૂપનું અનુસંધાન એ ભક્તિ જ છે. એ દ્વારા માણસ પોતાના આત્મા કે પરમાત્માને ભજે જ છે. ભક્તિને તમે આત્માનુસંધાનથી અલગ માનતા હો તો પણ, એમાંથી એક ઉત્તમ અને બીજું અનુત્તમ છે એમ માનવું નકામું છે. તમારી પ્રકૃતિ પ્રમાણે તમે જેને પસંદ કરશો ને જેનો આધાર લેશો તે તમારે માટે સર્વોત્તમ બની જશે તથા તમારો આત્મવિકાસ કરનાર સાબિત થશે.

(ક્રમશઃ)

રમણ મહર્ષિના જીવન પ્રસંગો

—યોગેશ્વરજી

મહર્ષિની દૃષ્ટિ

રમણાશ્રમમાં આવનારા સૌ કોઈ ભોજનશાળામાં સાથે બેસીને એક જ જાતનું ભોજન કરતા તો પણ, ભોજનશાળાની વ્યવસ્થા જોઈને કોઈક મુલાકાતીઓને વિચાર આવતો કે મહર્ષિ પોતે જ્ઞાતિભેદથી પર હોવા છતાં એમના આશ્રમની ભોજનશાળામાં જ્ઞાતિભેદને શા માટે ચાલવા દે છે?

એવો વિચાર આવવાનું એક કારણ હતું. ભોજનાલયના વિશાળ ભાગને એક પડદાની મદદથી બે વિભાગોમાં વહેંચી દેવામાં આવેલો. પડદાની એક બાજુએ બ્રાહ્મણો બેસતા ને બીજી બાજુએ બીજી જ્ઞાતિવાળા. મહર્ષિ પોતે એ બંને પંક્તિવાળાની વચ્ચે અથવા સામી બાજુએ એવી રીતે બેસતા કે બંને બાજુએ બેઠેલા ભક્તો એમને જોઈ શકે.

એ પદ્ધતિને જોઈને કેટલીકવાર ફરિયાદ પણ કરવામાં આવતી.

મહર્ષિને પુછાતું પણ ખરું : 'તમે જ્ઞાતિથી પર નથી?'

'છું.' મહર્ષિ ઉત્તર આપતા ને કહેતા : 'એટલા માટે તો હું બંનેની વચ્ચે બેસું છું.'

'તો પછી તમે જ્ઞાતિપ્રથાને ચાલવા શા માટે દો છો?'

મહર્ષિ જ્ઞાતિપ્રથાને ચાલવા દેતા એટલું જ નહીં, એનો આગ્રહ પણ રાખતા, એ જોઈને કેટલાક ભક્તો આશ્ચર્યમાં પડતા.

કેટલાક બ્રાહ્મણોએ એકવાર એમને જણાવ્યું : 'તમારી સંનિધિમાં સઘળું સરખું છે અને અમને કશો જ ભેદભાવ નથી લાગતો. અમે પડદાની બીજી બાજુ પણ બેસી શકીશું.'

પરંતુ મહર્ષિ એમના પ્રસ્તાવ સાથે સંમત ના થતા અને પૂછતા : 'તમે તમારા ઘરમાં બ્રાહ્મણ સિવાયના બીજાની સાથે જમો છો ખરા?'

'ના. પરંતુ ભગવાન સાથેની વાત જુદી જ છે.'

'એનો અર્થ તો એવો થયો કે તમારા જ્ઞાતિ સંબંધી નિયમોનો ભંગ કરવા માટે તમે મારો જાણ્યે અજાણ્યે ઢાલ તરીકે ઉપયોગ કરવા માગો છો! જો જ્ઞાતિના નિયમોનું પાલન તમે બહાર પણ ના કરતા હો તો અહીં પણ એમનું પાલન ના કરો એની હરકત નથી. પરંતુ અમારા ઓથા નીચે તમે એવું કશુંક કરો તે લેશ પણ ઉચિત નથી, જો ઘરમાં રહીને કરવાનું ખરાબ છે એવું માનતા અથવા મનાવતા હો.'

બ્રાહ્મણો એ સાંભળીને નિરુત્તર બની ગયા.

બીજા જિજ્ઞાસુઓ પણ શાંત થયા.

એ મહર્ષિની દૃષ્ટિની વિશદતા તથા સૂક્ષ્મતાને સમજી શક્યા. મહર્ષિ પ્રત્યેક પ્રથાને જીવનમાં સ્વાભાવિક બનાવી દેવા માગે છે એ વાતની પ્રતીતિ કરતાં એમને વાર ના લાગી.

શક્તિ

મહર્ષિની અસાધારણ શક્તિની વિભિન્નિ વાતો એમના ભાવિક ભક્તો તથા પ્રશંસકોમાં પ્રચલિત છે. એ વાતો પરથી એમની અલૌકિક આત્મિક શક્તિનું અનુમાન કરી શકાય છે. એ

સંબંધી એક નાનકડા પ્રસંગને યાદ કરી જઈએ.

એ પ્રસંગ દક્ષિણ ભારતના એક વૃદ્ધ પુરુષનો છે.

એ વૃદ્ધ પુરુષને લાંબા વખતથી મહર્ષિના દર્શનની ઈચ્છા થયેલી. પરંતુ એનું શરીર વ્યાધિગ્રસ્ત હોવાથી એની ઈચ્છાનો અમલ નહોતો થઇ શક્યો. એના પુત્રો આજ્ઞાંકિત તેમજ સેવાભાવી હોવા છતાં એ ઈચ્છાની પૂર્તિના સમયને લંબાવ્યા કરતા.

દિવસે દિવસે મહર્ષિનાં દર્શનની એ વૃદ્ધ પુરુષની ઈચ્છા વધારે ને વધારે તીવ્ર બનતી ગઇ. એનું અંતર અતિશય અધીર બન્યું. એટલે એના પુત્રો એને ગાડામાં મહામુસીબતે બેસાડીને તિરુવણ્ણામલૈ તરફ વિદાય થયા.

એકધારા લાંબા પ્રવાસ પછી એ બધા રમણાશ્રમમાં આવી પહોંચ્યા.

પેલા વૃદ્ધ પુરુષને પરમ સંતોષ થયો. એના જીવનની સાધના પૂરી થઇ.

અશક્ત અને વ્યાધિગ્રસ્ત શરીરને લીધે એનાથી સ્વતંત્ર રીતે ચાલી શકાય તેમ ના હોવાથી એના પુત્રો એને ઊંચકીને હૉલમાં લઇ આવ્યા.

હૉલમાં પ્રવેશ કરતાં પહેલાં જ મહર્ષિ એની સાચી શ્રદ્ધાભક્તિને જાણી લઇને જાણે કે એનો સત્કાર કરવા હૉલના દ્વાર તરફ ફરીને બેસી રહેલા.

વૃદ્ધ પુરુષે પોતાના પુત્રોની મદદથી નીચે બેસીને દીવાલને ટેકો દઇને મહર્ષિને પ્રેમપૂર્વક પ્રણામ કર્યા. એની આંખમાંથી

અશ્રુની ધારા વહેવા માંડી.

એનું શરીર ખૂબ જ ધ્રૂજતું હતું.

મહર્ષિ એના તરફ સ્થિર નેત્રે અત્યંત પ્રેમપૂર્વક જોઇ રહ્યા.

એના પરિણામે વૃદ્ધ પુરુષના શરીરમાં ધીરે ધીરે શક્તિસંચાર થવા માંડ્યો. એના જીવનમાં નવી ચેતના દાખલ થઇ. મહર્ષિએ એની ઉપર કૃપા વરસાવી.

એમની સુખદ સંનિધિમાં એના સંતપ્ત આત્માને શાંતિ મળી.

આશ્રમની વિદાય લેવાનો વખત આવ્યો ત્યારે એનું હૈયું ભરાઇ આવ્યું.

મહર્ષિને પરમ પ્રેમપૂર્વક પ્રણામ કરીને એ નવજીવનની પ્રાપ્તિ થઇ હોય તેમ પુત્રોની સાધારણ સહાયતા લઇને પોતાની મેળે જ ચાલવા માંડ્યો. પુત્રો એને આશ્ચર્યથી આગળ વધતા જોઇ રહ્યા. એને ઊંચકવાની જરુર ના પડી.

જીવમાત્ર પ્રત્યેનો પ્રેમ.

મહર્ષિના જીવનમાં મનુષ્યોને માટેનો જ નહીં પરંતુ જીવમાત્ર પ્રત્યેનો પ્રેમ જોવા મળતો. એ કોઇનું અમંગલ કરવામાં કે કોઇને લેશ પણ હાનિ પહોંચાડવામાં નહોતા માનતા.

ઈ.સ. ૧૯૪૫ના ડિસેમ્બરની દસમી તારીખે લગભગ મહર્ષિના હૉલની બહાર આશ્રમના આંગણમાં અચાનક એક સાપ દેખાયો. એને જોઇને ભક્તોએ ભયભીત બનીને બૂમો પાડવાનું શરુ કર્યું.

'સાપ! સાપ!'

'કયી જાતનો સાપ છે?'

'અરે ગમે તે જાતનો હોય. સાપ છેવટે સાપ જ હોય છે. એને મારી નાખો.'

અને પછી તો સાપની ઉપર પ્રહાર કરવામાં આવ્યો.

મહર્ષિએ એ બધો શોરબકાર સાંભળીને કહ્યું : 'સાપને કોણ મારે છે?'

પરંતુ....એમના વિરાધની પરવા કર્યા વગર જ સાપને મારી નાખવામાં આવ્યો.

મહર્ષિનું હૃદય રડી ઉઠ્યું. એમણે જણાવ્યું : 'આ લોકોને પણ જો આવી જ રીતે મારવામાં આવે તો એમને એના સાચા અર્થની ખબર પડે ખરી. નિરપરાધ પ્રાણી પર પ્રહાર કરવામાં કેટલો મોટો અપરાધ રહેલો છે તેની એમને ખબર નથી લાગતી.'

નિર્ભયતા

નિર્ભયતાનું દર્શન સંતો, યોગીઓ અથવા મહાપુરુષોના જીવનમાં સ્વાભાવિક રીતે જ થયા કરતું હોય છે. મહર્ષિની નિર્ભયતા અદ્‌ભુત હતી.

અરુણાચલ પર્વત પરના સ્કંદાશ્રમમાં એક દિવસ મહર્ષિની પાસે બેઠેલા શ્રી વાસુદેવ શાસ્ત્રીએ એક અજબ દૃશ્ય જોયું.

મહર્ષિના શરીર પર આગળની બાજુએ એક વીંછી ઉપર ચઢી રહેલો અને એમની પીઠ પાછળથી એક બીજો વીંછી નીચે ઊતરી રહેલો.

એ અદષ્ટપૂર્વ ભયંકર દશ્યને દેખીને એ ભારે વિસ્મયમાં પડી ગયા.

એમને એ પરિસ્થિતિમાં શું કરવું તે ના સમજાયું.

વધારે વિસ્મય તો એમને એ વસ્તુનું થયું. કે મહર્ષિ એવી પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિમાં પણ શાંત બેસી રહેલા. એ એકદમ અલિપ્ત હોય એવું લાગ્યા કરતું.

બંને વીંછીઓ જાણે કોઇક જડ દીવાલ પર ફરતા હોય તેમ ફરીને મહર્ષિના શરીર પરથી નીચે ઊતરી પડ્યા ત્યાં સુધી ને તે પછી પણ મહર્ષિ શાંતિપૂર્વક બેસી જ રહ્યા.

શાસ્ત્રીજી અભયની એ અલૌકિક મૂર્તિને અસાધારણ આદરપૂર્વક જોઇ રહ્યા.

મહર્ષિએ જણાવ્યું : 'એ જમીન પર, દીવાલ પર કે વૃક્ષ પર ચાલે છે ત્યારે ડંખ મારે છે ખરા? એવી રીતે તમને પણ ડંખ નથી મારતા. તમે એમનાથી ડરો છો અને એક અથવા બીજી રીતે એમને ડરાવો છો માટે જ એ બદલામાં કશુંક કરતા હોય છે.'

શાસ્ત્રીજી એ સ્પષ્ટીકરણ પછી પણ સ્તબ્ધ બનીને જ બેસી રહ્યા.

(ક્રમશઃ)

કહેવાય છે કે વાયુની ગતિ વધારે છે તેનાથી વધુ ઝડપી ગતિ અવાજની હોય છે અને તેનાથી ઝડપી પ્રકાશની ગતિ હોય છે. આ બધામાં સૌથી વધુ ગતિ મનની હોય છે પરંતુ મનથી પણ વધુ ઝડપી ગતિ પ્રભુકૃપાની છે અને આ પ્રભુકૃપા મેળવવા માટેનું સરળ માધ્યમ (સાધન) છે—પ્રભુ નામસ્મરણ.

કર્મનો સિદ્ધાંત અફર છે.

–રાનુબેન પટેલ

શ્રી રાનુબેન પટેલે સંકલિત કરેલો આ લેખ દરેક સમજદાર માનવે વાંચીને વિચારવા જેવો છે. સરળ અને સાદી ભાષામાં તે લખાયેલો છે. (નિત્યાનંદ કૃપામાંના જુલાઈના અંકમાંથી.) આ સમગ્ર સંસાર ફક્ત કર્મના સિદ્ધાંત પ્રમાણે જ ચાલે છે. કોઈ પણ મનુષ્ય તેનાથી પર નથી. સંસારમાં મનુષ્યના જન્મનો આધાર પણ એ જ છે. એટલે એ જરુરથી વાંચી, સમજી વિચારપૂર્વક કર્મ કરશો. તો જન્મ મરણના આ ચક્કરમાંથી કેવી રીતે છૂટી શકાય. તેના ઉપાયો વિષે આવતા અંકમાં જરુરથી વાંચવા મળશે.

–તંત્રી

ભગવાન શ્રીકૃષ્ણે સ્વમુખે ગીતામાં કહ્યું છે કે કર્મની ગતિ ગહન છે, શ્રીકૃષ્ણના મિત્ર સુદામાજી કર્મની ગહનતા ગાતાં કહે છે કે :

ગહન દીસે ભાઈ કર્મની ગતિ,
એક ગુરુના અમો વિદ્યાર્થી,
તે થઈ બેઠો પૃથ્વીપતિ
મારા ઘરમાં ખાવા ધાન નથી.
રમાડતો ગોકુળ માંકડાં,
ગુરુને ઘેર લાવતો લાકડાં,
તે આજ બેઠો સિંહાસન ચઢી
મારે તંબુડી ને લાકડી.

કર્મની ગતિ અટપટી છે કારણ કે જીવન અટપટું છે. એક માણસ દુઃખી કેમ અને બીજો સુખી કેમ? વધારે આશ્ચર્ય તો એ દેખાય છે કે હરામખોરો, લુચ્ચાઓ કાળાં બજારિયાઓ, લાંચ લેનારાઓ સુખી દેખાય છે. તેમની પાસે બંગલા, મોટરો, પંખા, રેડિયો, લાખો રૂપિયા છે, જ્યારે ન્યાય, નીતિ, ધર્મથી પવિત્ર જીવન જીવનારા લોકો દુઃખી દેખાય છે, તેનું શું કારણ? આવું જ્યારે જગતમાં પ્રત્યક્ષ દેખાય છે ત્યારે આપણી ઈશ્વરમાંથી શ્રદ્ધા ડગી જાય છે. સૃષ્ટિના સંચાલનમાં કોઈ કાયદાકાનૂન હશે કે નહીં કે બધું અંધેર ચાલે છે? આવો પ્રશ્ન થાય છે. આવું જોઈને આપણને કેટલીક વખતે એમ લાગે છે કે ખુદા કે ઘર અંધેર હૈ.

પરંતુ ખરી હકીકત એ છે કે :

ખુદા કે ઘર દેર ભી નહીં હૈ, ઔર અંધેર ભી નહીં હૈ.

આ વાતને યથાર્થ રીતે સમજવા કર્મના કાયદાનો અભ્યાસ કરવાની જરુર છે.

દુનિયામાં દરેક ડિપાર્ટમેન્ટને ચલાવવાના અને નિયંત્રણમાં રાખવાના કાયદા ઘડાયેલા હોય છે. પોલીસ ખાતા માટે પોલીસ મેન્યુઅલ હોય છે. પી.ડબલ્યુ.ડી. ખાતા માટે તેનું પોલીસી મેન્યુઅલ હોય છે. ન્યાય માટે ઇન્ડિયન પીનલ કોડ હોય છે. રેવન્યુ ખાતા માટે મોટા લેન્ડ રેવન્યુ કોડ અને રૂલ્સ હોય છે. રેલવે ખાતાના પણ કડક કાયદા ઘડાયેલા છે તેવા જ આખી સૃષ્ટિના અને અનેક બ્રહ્માંડોના સંચાલન માટે પણ, જેમ કે સૂર્ય નિયમિત ઊગે અને આથમે; પૃથ્વી, તારા, નક્ષત્રો નિયમિત ગતિ કરે; વરસાદ નિયમિત ચોમાસામાં વરસે, જગતની

ઉત્પત્તિ, સ્થિતિ અને લય વ્યવસ્થિત રીતે થાય વગેરે સંચાલન માટે પણ અને તે સુવ્યસ્થિત ચાલે તેને માટેનો પણ કાયદો છે અને તે ''કર્મ''નો કાયદો છે.

ગોસ્વામી તુલસીદાસજી રામાયણમાં લખે છે કે :

કર્મપ્રધાન વિશ્વ કરી રાખા।
જો જસ કરઇ સો તસ ફલ ચાખા॥

આ આખું વિશ્વ કર્મના કાયદાના આધારે બરાબર વ્યવસ્થિત રીતે ચાલે છે. અને તેમાં જરા પણ ગડબડ નથી.

આ કર્મના કાયદાની એક ખાસ ખૂબી છે. દુનિયાના તમામ કાયદાઓમાં કાંઈનો કાંઇ અપવાદ exception to the Rule Provision વગેરે હોય છે. પરંતુ કર્મના કાયદામાં કોઈપણ ઠેકાણે જરા પણ અપવાદ કે બાંધછોડ નથી. ખુદ ભગવાન રામના બાપ થતા હોય તો પણ રાજા દશરથને કર્મના નિયમ પ્રમાણે પુત્રના વિરહથી મૃત્યુને ભેટવું પડ્યું. તેમાં ખુદ ભગવાન રામ પણ એમ ના કહી શકે કે રાજા દશરથ મારા બાપ થતા હોવાથી કાયદામાં થોડી બાંધછોડ કરીને અપવાદરૂપે હું તેમને ૧૪ વરસનું extension આપીશ. નિર્ગુણ નિરાકાર શુદ્ધ બ્રહ્મ પણ જ્યારે સગુણ સાકાર બનીને દેહ ધારણ કરીને પૃથ્વી ઉપર પધારે છે ત્યારે તેમને પણ આ કર્મના કાયદાનું ચુસ્ત રીતે પાલન કરવું પડે છે. કર્મના કાયદામાં ક્યાંય દેર પણ નથી, અને અંધેર પણ નથી. જરા પણ બાંધછોડ કે લાગવગશાહી નથી. કોઈ અપવાદ નથી. એ આ કાયદાની ખાસ ખૂબી છે. હવે ''કર્મ''ના કાયદાને ઉઘાડીને વાંચીએ.

કર્મ એટલે શું?

સાદી સરળ ભાષામાં ટૂંકમાં કર્મની વ્યાખ્યા કરીએ તો કર્મ એટલે ક્રિયા. આપણે જે કોઇ કામ (ક્રિયા) કરીએ છીએ તે કર્મ કહેવાય. ખાવું, પીવું, નાહવું–ધોવું, ચાલવું, ઊભા રહેવું, નોકરી કરવી, ધંધો કરવો, વિચારવું, ના વિચારવું, વેપાર કરવો, ઊંઘવું, જાગવું, જોવું, સાંભળવું, ના સાંભળવું, સૂંઘવું, ના સૂંઘવું, સ્પર્શ–અસ્પર્શ, બોલવું, શ્વાસોચ્છવાસ્ લેવા–મૂકવા, જન્મવું, જીવવું–મરવું ઈત્યાદિક તમામ શારીરિક અને માનસિક ક્રિયાને કર્મ કહેવાય છે. આ કર્મના મુખ્યત્વે ત્રણ ભાગ છે :

(૧) ક્રિયમાણ કર્મ (૨) સંચિત કર્મ (૩) પ્રારબ્ધ કર્મ.

(૧) ક્રિયમાણ કર્મ :

માણસ સવારે જાગે અને ઊઠે ત્યારથી રાત્રે સૂઇ જાય ત્યાં સુધી તે જે જે કર્મ કરે છે તે ક્રિયમાણ કર્મ કહેવાય. સવારથી સાંજ સુધી, સોમવારથી રવિવાર સુધી પહેલી તારીખથી છેલ્લી તારીખ સુધી, કારતક સુદિ એકમથી આસો વદિ અમાસ સુધી, જન્મે ત્યારથી મરે ત્યાં સુધી, માણસ જે જે કર્મ કરે તે તમામ ક્રિયમાણ કર્મ કહેવાય. આવાં જે જે ક્રિયમાણ કર્મ કરે તે અવશ્ય ફળ આપે પછી જ તે શાંત થાય. ફળ આપ્યા સિવાય શાંત થાય નહીં. ક્રિયમાણ કર્મને ફળ આપ્યે જ છૂટકો. ફળ ભોગવ્યે જ છૂટકો. દા.ત. તમને તરસ લાગી, તમે પાણી પીધું. પાણી પીવાનું કર્મ કર્યું–તરસ મટી ગઇ–કર્મ ફળ આપીને શાંત થઇ ગયું. તમે ખાધું, ખાવાનું કર્મ કર્યું, ભૂખ મટી ગઈ. કર્મ ફળ આપીને શાંત થઇ ગયું. તમે નાહ્યા, નાહવાનું કર્મ કર્યું,–શરીર

શુદ્ધ થઇ ગયું—કર્મનું ફળ મટી ગયું—કર્મ ફળ આપીને શાંત થઇ ગયું—તમે કોઇને ગાળ દીધી—તેણે તમને લાફો માર્યો—કર્મનું ફળ મળી ગયું—કર્મ ફળ આપીને શાંત થઇ ગયું. આવી રીતે તમામ ક્રિયમાણ કર્મને ફળ બાઝે જ અને તે ભોગવાવીને જ શાંત થાય.

(૨) સંચિત કર્મ :

પરંતુ કેટલાક ક્રિયમાણ કર્મો એવાં હોય છે કે તે કર્મ કરતાંની સાથે તાત્કાલિક ફળ આપતાં નથી. તેનું ફળ મળતાં વાર લાગે છે. તે કર્મનાં ફળને પાકતાં વાર લાગે છે. ત્યાં સુધી તે કાચાં રહે છે. અને તે કર્મ ફળ આપે નહીં ત્યાં સુધી સિલકમાં જમા રહે, સંચિત થાય, તેને સંચિત કર્મ કહેવાય. દા.ત. તમે આજે પરીક્ષાનું પેપર લખ્યું—મહિના પછી તેનું પરિણામ બહાર પડે. તમે સવારે રેચ લીધો—ચાર કલાક પછી બપોરે તમને રેચ લાગે. તમે આજે કોઇને ગાળ દીધી—દશ દિવસ પછી લાગ જોઇને તે તમને લાફો મારી જાય. તમે જુવાનીમાં તમારાં માબાપને દુઃખી કર્યા—તમને તમારો દીકરો તમારી વૃદ્ધાવસ્થામાં તમને દુઃખી કરે. તમે આ જન્મમાં સંગીતની વિદ્યાની ઉપાસના માટે મહેનત કરી, આવતા જન્મમાં નાનપણથી જ તમે સારું સંગીત ગાઇ શકો. એમ કેટલાંક ક્રિયમાણ કર્મો તાત્કાલિક ફળ નથી આપતાં. પરંતુ કાળે કરીને પાકે ત્યારે ફળ આપે. ત્યાં સુધી તે સંચિત કર્મમાં જમા પડ્યાં રહે. બાજરી નેવું દિવસે પાકે. ઘઉં ૧૨૦ દિવસે પાકે, આંબો પાંચ વર્ષે ફળ આપે, રાયણ દસ વર્ષે ફળ આપે; જે જાતનાં ક્રિયમાણ કર્મનાં બીજ તે પ્રકારે તેને ફળતાં ઓછીવત્તી વાર લાગે. આવાં અનેક સંચિત કર્મો જીવની પાછળ પડ્યા છે. દા.ત. આજે આખા દિવસમાં ધારો કે તમે ૧૦૦૦ ક્રિયમાણ કર્મ કર્યા. તેમાંથી ૯૦૦ ક્રિયમાણ કર્મો તો

એવાં હોય કે જે તાત્કાલિક ફળ આપીને તરત શાંત થઇ જાય. પરંતુ ૧૦૦ કર્મ એવાં હોય છે કે જેને ફળતાં વાર લાગે. તે સંચિત કર્મમાં જમા થાય. એવી રીતે આજે ૧૦૦ કર્મ સંચિત થયાં, આવતી કાલે બીજાં ૧૨૫ કર્મ સંચિત જમા થાય, પરમ દિવસે તેમાંથી ૭૫ કર્મ ફળે—વપરાય અને શાંત થાય અને ચોથે દિવસે વળી બીજાં ૮૦ કર્મ સંચિત જમા થાય. એ પ્રમાણે ભરઢોળ કરતાં કરતાં અઠવાડિયાને અંતે ધારો કે ૩૦૦ સંચિત કર્મ જમા થાય અને મહિનાની આખરે ૧૧૦૦ કર્મ સંચિત થાય અને વર્ષની આખરે ૧૪૦૦૦ કર્મ સંચિતમાં જમા થાય અને જીવનના અંતે ધારો કે આઠ લાખ કર્મ સંચિત થાય—બીજા જન્મમાં પાછાં બીજાં સાત લાખ કર્મ સંચિત થાય. તે પ્રમાણે અનાદિકાળથી અનેક જન્મોમાં અસંખ્ય સંચિત કર્મોના ઢગલા, અસંખ્ય કરોડો હિમાલય પર્વત ભરાય તેટલાં સંચિત કર્મોના ઢગલા, જીવની પાછળ જમા થયેલા પડેલા છે. આ તમામ સંચિત કર્મો આ જન્મે અગર તો હવે પછીના અનંતકાળ સુધીના અનેક જન્મોમાં ગમે ત્યારે પાકે અને તમે તે કર્મોને ભોગવો ત્યાર પછી જ તે શાંત થાય, ત્યાં સુધી શાંત થાય નહીં. જીવ જો સાધનાથી ગંભીરતાપૂર્વક આની કલ્પના કરે તો ધ્રૂજી ઊઠે, પરંતુ અવિદ્યાથી ઘેરાયેલો જીવ આની કદાપિ કલ્પના કરતો જ નથી.

રાજા દશરથે શ્રવણનો વધ કર્યો ત્યારે તેના વિરહથી મરતાં મરતાં તેનાં માબાપે રાજા દશરથને શ્રાપ દીધો કે તારું મૃત્યુ પણ તારા પુત્રના વિરહથી થશે. પરંતુ રાજા દશરથનું આ ક્રિયમાણ કર્મ તાત્કાલિક ફળ કેવી રીતે આપી શકે? કારણ કે તે વખતે રાજાને એક પણ પુત્ર થયો નહોતો. એટલે આ ક્રિયમાણ કર્મ તરત ફળ આપીને શાંત થઇ શક્યું નહીં. પરંતુ તે સંચિત કર્મમાં

જમા થયું. કાળે કરીને જ્યારે રાજાને એકને બદલે ચાર પુત્ર થયા—તે મોટા થયા, પરણાવ્યા અને જ્યારે રામના રાજ્યાભિષેકનો દિવસ આવ્યો તે વખતે પેલું સંચિત કર્મ ફળ આપવા તત્પર થયું. અને આવા શુભ દિવસે પણ દશરથ રાજાને મૃત્યુનું ફળ પ્રાપ્ત કરાવીને જ શાંત થયું. તેમાં ઘડીભરનો પણ વિલંબ ચલાવી લેવાય નહીં. ખુદ ભગવાન રામ પણ તેમના પોતાના પિતાને ઓછામાં ઓછાં ૧૪ વર્ષ પૂરતું પણ જીવનદાન આપી શક્યા નહીં.—(extension આપ્યું નહીં.)—તેમની પણ લાગવગ કે શેહશરમ કાળની આગળ નભી શકી નહીં. જે શુદ્ધ ચૈતન્ય પરાત્પર બ્રહ્મ પોતે સગુણ સાકાર સ્વરૂપ ધારણ કરીને પૃથ્વી ઉપર પધાર્યા તે રામ, જેમના ચરણની રજના સ્પર્શ માત્રથી જે શલ્યાની અહલ્યા બનાવી શકે—જેની ચરણ રજના સ્પર્શ માત્રથી પથ્થરને જીવતદાન મળી શકે—તે પરાત્પર બ્રહ્મ ભગવાન શ્રીરામ જો પોતાના પિતાનું આયુષ્ય માત્ર ચૌદ વરસ માટે જ લંબાવી આપે—extension આપે તો તેમાં કોણ વાંધો લેવાનું હતું—અને શું વાંધો પડી જવાનો હતો? પણ ના, કર્મના કાયદાનું ચુસ્ત પાલન કરવામાં કોઇ લાગવગશાહી ચાલે જ નહીં. એટલે ખુદા કે ઘર અંધેર નહીં હૈ એટલું જ નહીં પણ દેર ભી નહીં હૈ. તેવો કર્મનો જડબેસલાક કાયદો છે.

રાજા ધૃતરાષ્ટ્રના ૧૦૦ પુત્રો એકસામટા મરી ગયા ત્યારે રાજાએ ભગવાન શ્રીકૃષ્ણને પૂછ્યુ કે મારા જીવનમાં મેં કોઇ એવું ભયંકર પાપ કર્યું નથી કે જેના ફળ સ્વરૂપે મારા એકસામટા ૧૦૦ પુત્રો મરી જાય. ત્યારે ભગવાન શ્રીકૃષ્ણે તેને તેના પાછલા જન્મો જોઇ જવા માટે દૃષ્ટિ આપી. ત્યારે તેણે જોયું

કે આશરે ૫૦ જન્મ પહેલાં તે એક પારધિ હતો અને વૃક્ષ ઉપર બેઠેલાં પક્ષીઓને પકડવા તેણે સળગતી જાળ એક વૃક્ષ ઉપર નાંખી. તેમાંથી બચવા કેટલાંક પક્ષીઓ ઊડી ગયાં, પરંતુ તે સળગતી જાળની ગરમીથી તેઓ આંધળાં થઇ ગયાં અને બાકીનાં ૧૦૦ નાનાં પક્ષીઓ બળીને ખાખ થઇ ગયાં. આ ક્રિયમાણ કર્મ ૫૦ જન્મ સુધી સંચિત કર્મમાં પાક્યા વગર પડી રહ્યું, જ્યારે રાજાની બીજી સઘળી પુણ્યાઇના પરિણામે તેને આ જન્મમાં ૧૦૦ પુત્ર પ્રાપ્ત થયા ત્યારે તે સંચિત કર્મ ફળ આપવા તત્પર થયું અને તેથી તેને આ જીવનમાં અંધાપો આવ્યો અને તેના ૧૦૦ પુત્રો પણ મર્યા. ૫૦ જન્મ પછી પણ તેના ક્રિયમાણ કર્મે તેનો છાલ છોડ્યો નહીં. ૧૦૦ પુત્રો પેદા થયા તેટલી પુણ્યાઇ પેદા થાય ત્યાં સુધી તે કર્મ રાહ જોઇને બેસી રહ્યું. સંચિત કર્મમાં જમા પડી રહ્યું અને બરાબર લાગ આવ્યો તે વખતે તત્કાલ જરા પણ વિલંબ વગર ફળ આપીને શાંત થયું. ખુદા કે ઘર અંધેર નહીં હૈ ઔર દેર ભી નહીં હૈ.

કોઇ એક માણસની પાસેથી તમે પાંચસો રૂપિયા માગતા હો અને તે તમને ના આપે તો તમે દીવાની કોર્ટમાં દાવો કરો તો કોર્ટ તેની સામે રૂ.૫૦૦/— વસૂલ કરવાનું હુકમનામું કરી આપે અને બેલિફ વૉરંટ બજવવા જાય. પરંતુ કરજદાર પાસે બિલકુલ પૈસા હોય જ નહીં તો બેલિફ હુકમનામાનું વૉરંટ બજાવીને વસુલાત કરી શકે નહીં. થોડાં વર્ષ પછી પેલો કરજદાર કાંઇક બીજો ધંધો કરીને હજારેક રૂપિયા કમાઇ લે કે તરત જ બેલિફ હુકમનામાનું વૉરંટ બજાવીને તેની પાસેથી પાંચસો રૂપિયા વસુલ કરી જ લે, છોડે નહીં. બસ, એ જ રીતે ક્રિયમાણ કર્મ સંચિત

કર્મમાં જમા પડી રહે અને ભવિષ્યમાં બરાબર લાગ આવે તે વખતે તે પાકે અને ફળ અપાવીને જ શાંત થાય.

આ પ્રમાણે ક્રિયમાણ કર્મ જે ફળ આપીને શાંત થયાં નથી તે સંચિત કર્મ કહેવાય.

(૩) **પ્રારબ્ધ કર્મ :**

સંચિત કર્મ પાકીને ફળ આપવાને તૈયાર થાય તેને ''પ્રારબ્ધ કર્મ'' કહેવાય.

અનાદિકાળથી જન્મજન્માંતરનાં સંચિત કર્મોના અસંખ્ય કરોડો હિમાલયો ભરાય તેટલા ઢગલા જીવની પાછળ પાછળ જમા થયેલાં પડ્યાં છે. તેમાંથી જે સંચિત કર્મો પાકીને ફળ આપવા તૈયાર થાય તેવાં પ્રારબ્ધ કર્મો ભોગવવાને અનુરૂપ શરીર જીવને પ્રાપ્ત થાય અને તે પછી શરીરકાળ દરમ્યાન તે પ્રમાણે પ્રારબ્ધ કર્મ ભોગવ્યા પછી જ દેહ પડે. પ્રારબ્ધ કર્મને ભોગવવાને અનુરૂપ દેહ આરોગ્ય–સ્ત્રી પુત્રાદિક સુખ–દુઃખ વગેરે તે જીવનકાળ દરમ્યાન જીવને આવી મળે અને તે પ્રારબ્ધ કર્મે પૂરેપૂરાં ભોગવ્યા સિવાય દેહનો છૂટકારો થાય નહીં.

ઘડપણમાં લકવો થાય અને દશ વરસ સુધી ખાટલામાં પડ્યાં પડ્યાં ગંધાય અને હે ભગવાન! હવે મારો ક્યારે છૂટકારો થશે, મારું પાનિયું ક્યારે નીકળશે એમ અનેકવાર બકવાસ કર્યા કરે તો પણ જ્યાં સુધી પૂરેપૂરાં પ્રારબ્ધ કર્મ ભોગવી રહે નહીં ત્યાં સુધી તે દેહ છૂટે નહીં. અને પ્રારબ્ધ કર્મ ભોગવીને સમાપ્ત થયા પછી છોકરો મોઢામાં પાણી રેડે તો નાકે થઈને નીકળી જાય, પરંતુ એક ટીપું પાણી પીવા કે એક પણ વધારાનો શ્વાસ લેવા

પણ જીવ ઊભો ના રહે. દેહ તરત જ છૂટી જાય અને પછી જે બીજાં સંચિત કર્મો પાકીને ફળ આપવા તૈયાર થયાં હોય તે પ્રારબ્ધ કર્મનાં ફળ ભોગવવાને અનુરૂપ એવો બીજો દેહ જીવ ધારણ કરે અને તેને અનુરૂપ માતા, પિતા, સ્ત્રી, પુત્રાદિક તેને મળે અને તે જીવનકાળ દરમિયાન તે જીવનમાં ભોગવવાનાં તમામ પ્રારબ્ધ કર્મો ભોગવીને છૂટે. એમ જીવ વારંવાર જન્મ–મરણના ચક્કરમાં ભમ્યા કરે છે.

અને અનાદિકાળથી અનેક જન્મ–જન્માંતરનાં જમા થયેલાં સંચિત કર્મો પાકીને ફળ આપવા પ્રારબ્ધ રૂપે તૈયાર થતાં જાય તેમ તે અનંતકાળ સુધી જુદા જુદા દેહ ધારણ કરતો જ રહે અને જ્યાં સુધી દેહ ધારણ કરવા પડે ત્યાં સુધી તેનો મોક્ષ થયેલો ના ગણાય. એ હિસાબે શ્રી શંકરાચાર્ય કહે છે તેમ–

પુનરપિ જનનમં પુનરપિ મરણં,
પુનરપિ જનની જઠરે શયનં
ઈહ સંસારે ખલુ દુસ્તારે।

અનેક યોનિઓમાં જીવ ભટક્યા જ કરે–ભટક્યા જ કરે. નવાં ક્રિયમાણ કર્મો કર્યા જ કરે. તેમાંથી અનેક સંચિત કર્મો જમા થયા જ કરે. તે કાળે કરીને પાકીને ફળ આપવા તૈયાર થઈને પ્રારબ્ધ રૂપે જીવની સામે આવીને ઊભાં જ રહે અને અનંતકાળ સુધી જીવનો મોક્ષ થવા દે જ નહીં એટલે સંસારસાગર દુસ્તર ગણાયો છે.

(ક્રમશઃ)