

बुध्यात्म



વર્ષ : ૧
અંક : ૨
જુલૈક ૩૧, ૧-૨૫

અધ્યાત્મ

વાર્ષિક લવાજમ
વેશમાં રૂ. ૧૨-૦
વિદેશમાં ૧૦૦ રૂ.
(વિમાનથી)

આધ્યાત્મિક વિકાસની નવી જ દિશિતિ જોવાનું ગુજરાતી માસિક

સંસ્થાપક :

પ. પૂ. યોગેશ્વરજી

સર્વમંગલ ચેરીટેબલ ટ્રસ્ટ
મણીનગર, અમદાવાદ-૮

તંત્રી-સંપાદક :

શ્રી નારાયણ હ. જ્વળી

સહસંપાદકો :

શ્રી નાનુરામ દુધરેજિયા

શ્રી બાઈલાલભાઈ છાટખાર

શ્રી મણિભાઈ સી. શાહ

સહાહકાર મંડળ :

શ્રી સર્વેશ્વરીદેવી (પૂ. સરોજબેન)

શ્રી રમણીકલાલ ભોમીલાલ શાહ
(ભાવનગર)

શ્રી વિક્રમ પંડ્યા (મુંબઈ)

શ્રી બાબુભાઈ વઢોરા (અમદાવાદ)

શ્રી જે. વી. શાહ (મુંબઈ)

શ્રી શાંતિભાઈ કનેરીયા (રાજકોટ)

શ્રી રાજેશભાઈ કાપડિયા (ભાવનગર)

પ્રકાશન અને પ્રાપ્તિસ્થાન :

'અધ્યાત્મ' પ્લોટ નં. ૧૬૮૮ બી

સરદારનગર, ભાવનગર-૩૬૪ ૦૦૧

તંત્રી, મુદ્રક અને પ્રકાશક :

નારાયણ હ. જ્વળી

મુદ્રણસ્થાન :

સરસ્વતી પ્રિન્ટ ગ પ્રેસ

સ્ટેશન રોડ, ભાવનગર-૩૬૪૦૦૧

'અધ્યાત્મ' અંગે સૂચનો

ગ્રાહકોને : ગ્રાહક નંબર સરનામા સાથે લખવામાં આવે છે તે નોંધી લેવો.

* 'અધ્યાત્મ' જે આપને ગમ્યું હોય તો આપના પરિચિત વર્ગમાં તેના ગ્રાહકો વધે તેવું આપ કરતા રહેશે.

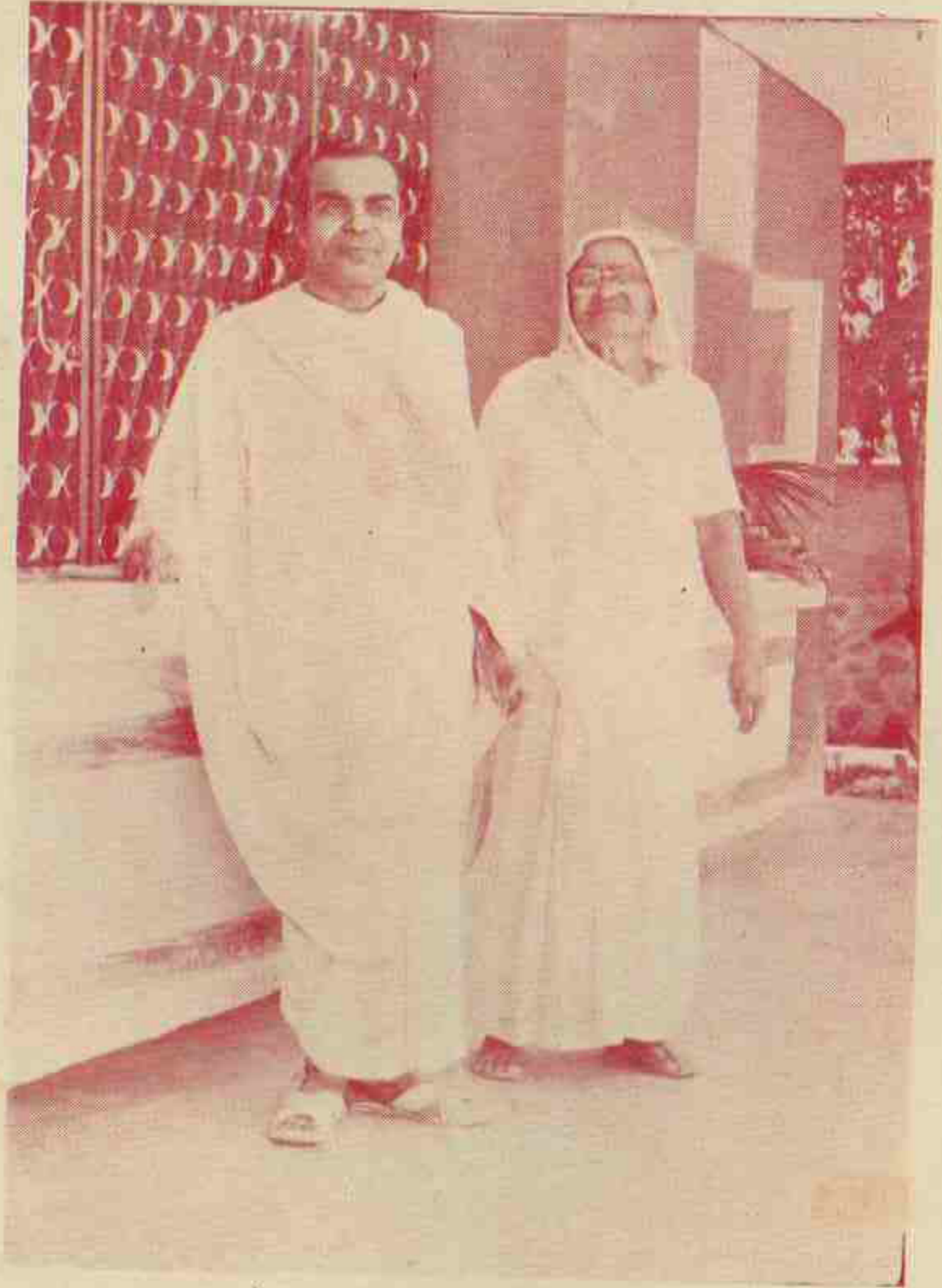
* 'અધ્યાત્મ' દર માસની દસમી તારીખે પ્રસિદ્ધ થશે. કોઈ કારણે એકાદ અકવાડિયા સુધી અંક ન મળે તો સ્થાનિક ટપાલ કચેરીમાં તપાસ કર્યા પછી અત્રે જણાવવું. સિલિકમાં હશે તો જરૂર મોકલી આપશે.

* પત્રવહેવાર કરતી વખતે ગ્રાહક નંબર લખવાથી વધુ સરળતા રહેશે.

* 'અધ્યાત્મ' અંગે કંઈ સૂચનો કરવાનાં હોય તો નિઃસંકોચ કરવા અતુરોધ છે.

* દર મહિનાની તા. ૮ સુધીમાં જે ગ્રાહકોના નામ મળી જશે, તેમને તા. ૧૦મીએ અંક કરવામાં આવશે.

શ્રી. વસુમતી ઈશ્વરદાસ વાવડ. વહી-ભાગ્યદાસ



મહાત્માશ્રી યોગેશ્વરજી તથા પૂજ્ય માતાજી જ્યોતિર્મયી



પ્રેમની ધન્યતા

તમાર પ્રેમ ધન્ય કર જરે
સત્ય કરે પાય સે આપનારે,
દુઃખે શોકે નિંદા-પરિવાદે
ચિત્ત તાર ડોભે ન અવસાદે,
દુઃખેના બલ સંસારેર ભારે.

પથે જે તાર ગૃહેર વાણી બાળે
વિરામ જાગે કઠિન તાર કાળે,
નિજેરે સે જે તોમારિ માજે દેખે
જીવન તાર બાધાય નાહિ કેકે,
દષ્ટિ તાર આંધાર-પર પારે.

તારા પ્રેમથી તું જેમ ધન્ય કરે છે તે સાચેસાચ પોતાને પામે છે. દુઃખ, શોક, નિંદા કે અપવાદમાં તેનું ચિત્ત અવસાદમાં ફળી જતું નથી. તેનું બળ સંસારના ભારથી વટતું નથી. રસ્તો પણ એને ધર લેવો બની જાય છે. કઠિન કર્મમાં પણ તે વિરામનો અનુભવ કરે છે. પોતાને એ તારામાં જ દેખે છે. નિંદાથી એનું જીવન રૂંધાતું નથી. એની દષ્ટિ અંધકારની પેલે પાર પહોંચી અઈ હોય છે.

—કવિવર સ્વીન્દ્રનાથ ટાંગોર

અધ્યાત્મ

વરદ હસ્ત પ્રભુ તમારો, સહાય રહેજો જીવન સહારો

વર્ષ : ૧

નવેમ્બર-૧૯૭૯

અંક : ૨



નૂતન વર્ષનો સંદેશ

★

શ્રી યોગેશ્વરજી

તમારી જાતને સંપૂર્ણપણે નવી બનાવવાનો પ્રયાસ કરો. યાદ રાખો કે માનવજીવનનો અંતિમ આદર્શ ઈશ્વરપ્રાપ્તિ છે ને તે આદર્શની સિદ્ધિ માટે સતત પુરુષાર્થ કરો. આમ કરવાથી તમારું તન ને મન પલટાઈ જશે, નવું બનશે, ને એક નવું ને વધારે સુખમય જીવન તમારી સામે ખુલ્લું થશે. આ જીવનનો આનંદ અનેરો હશે. સતત શ્રદ્ધા, ધીરજ, હિંમત, તપશ્ચર્યા ને મહત્વાકાંક્ષા વિના જીવનનું આ ધ્યેય સિદ્ધ થઈ શકતું નથી. આ ધ્યેયની સિદ્ધિ થાય એ પ્રત્યેક માનવને માટે જરૂરી છે. તે વિના જીવનમાં શાન્તિ ને પૂર્ણતા પ્રકટી શકતી નથી. આ વસ્તુ સિદ્ધ થશે ત્યારે જીવનમાં ખરું નવું વરસ સિદ્ધ થશે. એટલું જ નહિ, પ્રત્યેક પણ નવી પણ બની જશે, ને એ આનંદ ને શાંતિની પ્રાપ્તિ થશે, જે કોઈ કાળે ને સંજોગોમાં નષ્ટ નહીં થાય. આજ સાચી દિવાળી, સાચું નવું વર્ષ કહેવાશે, નૂતન વર્ષ.

અનુક્રમ

વતન વર્ષનો સંદેશ	૧	શ્રી યોગેશ્વરજી
જયપ્રકાશજીને શ્રદ્ધાંજલિ	૩	તંત્રી
અધ્યાત્મયોગનું અનુદાન	૪	શ્રી યોગેશ્વરજી
નાની અમથી વાત	૬	વિક્રમ પંડ્યા
વિજ્ઞાન ઉપર અધ્યાત્મનો...	૯	સત્યમિત્રાનંદજી
અલૌકિક અનુભવ	૧૦	શ્રી યોગેશ્વરજી
વાસનાનું બંધન	૧૫	નારાયણ હ. જાની
પ્રભુ પ્રસન્ન થાય તો શું આપે	૧૯	શ્રીના પ્રવચનમાંથી
ત્રેયયાત્રા-૨	૨૦	ભાઈલાલ છાટખાર
બહાદુર બનો	૨૫	સ્વામી વિવેકાનંદ
ગૂંચ ઉકેલી	૨૬	શ્રી વિનોબા
જોગણુ જુએ વાટડી રે	૨૬	શ્રી સર્વેશ્વરી
ઝોટ વગરનો દરિયો	૨૭	મુકુંદરાય પારાશર્ય
શરણે તમારા	૨૭	શ્રી યોગેશ્વરજી
પ્રશ્નોત્તરી	૨૮	શ્રી યોગેશ્વરજી
સુધારકોની જરૂર	૩૧	સ્વામી રામતીર્થ
કુખ્બ	૩૨	રણજીત પટેલ (અનામી)
એક અમારી તેમ	૩૩	શ્રી યોગેશ્વરજી
જીવનની ચાર મહાબૂલો	૩૪	સ્વામી કાશિકાનંદજી
વૃત્તાસુરની પ્રાર્થના	૩૬	-ભાગવત
આસનો : ભુજંગાશન		
શલભાસન, ધનુરાસન,	૩૮	મણિભાઈ શાહ
શિવમંદિર...	૪૬	પ્રા. જનાર્દન દવે
વગર ઝોપરેશને પણ સંધાયો	૫૩	બાલુભાઈ વારા
અવનવો અનુભવ	૫૬	શ્રી યોગેશ્વરજી



વિશ્વ વિભૂતિઓમાં જેમની ગણના થાય છે તેવી મહાત્મા ગાંધી પછીની ભારતીય વિભૂતિ શ્રી જયપ્રકાશ નારાયણનું તા. ૮-૧૦-'૭૯ના રોજ દેહાવસાન થયું છે.

જયપ્રકાશજી સંતાહૃદયી હતા. સંતત્વ એ બહારની વસ્તુ નથી, અંદરની છે. બહારથી તેઓ આઝાદીના લડવૈયા, ભૂદાન-ગ્રામદાનના પદયાત્રી કે પથબ્રહ્મ થતી લોકશાહીના સંરક્ષક તરીકે ભલે સામે આવ્યા હોય, પરંતુ ભીતરથી તેઓ સંત હતા. સંતનું એક લક્ષણ 'વર્તમાનમાં જીવવું' તે હોય છે. દેશ, સમાજ અને બહુજન હિતના જે જે પ્રશ્નો સામે આવ્યા તેમાં તેમણે આની પ્રતીતિ કરાવી છે.

અધ્યાત્મયોગનું અનુષ્ઠાન

શ્રી યોગેશ્વરજી

કહ ઉપનિષદમાં યમદેવે નચિકેતાને કહ્યું છે : નચિકેતા ! અધ્યાત્મયોગના સફળ સમજૂપૂર્વકના અનુસરણ અથવા અનુષ્ઠાનથી માનવદેહ દેવળમાં વિરાજેલા દેવોના દેવ પરમદિવ્ય પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર સાધી શકે છે. અને એ ધૈર્યવાન શ્રેષ્ઠ સાધક પુરુષ હૃષીક તથા શોક જેવાં દ્વંદ્વોમાંથી અથવા એમની અનુકૂળ-પ્રતિકૂળ પ્રતિક્રિયામાંથી મુક્તિ મેળવે છે.

અધ્યાત્મયોગાધિગમેન દેવ

જ્ઞાત્વા ધીરો હર્ષશોકો જહાતિ ।

એ ઉદ્ધારોમાં યમદેવે અધ્યાત્મયોગ શબ્દપ્રયોગ કરેલો છે. એ શબ્દપ્રયોગ મૌલિક, અભિનવ અને સારગભિંત છે. અધ્યાત્મની વ્યાખ્યા આપતાં શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતાના આઠમા અધ્યાયના ત્રીજા શ્લોકમાં જણાવવામાં આવ્યું છે કે સ્વભાવોઽધ્યાત્મમુચ્યતે । એટલે કે સ્વભાવને અધ્યાત્મ કહેવામાં આવે છે. માનવ મૂળભૂત રીતે સચ્ચિદાનંદ સ્વરૂપ પરમાત્માનું પ્રતિનિધિત્વ કરે છે. એ પરમાત્મ સ્વરૂપ, પરમાત્માનો અલૌકિક અંશ છે. શુદ્ધ, બુદ્ધ, મુક્ત છે. એ જ એનો સ્વભાવ છે. પ્રકૃતિના પાશમાં બંધાઈને ત્રિગુણાત્મિકા પ્રકૃતિના ગુણધર્મોમાં આસક્ત બનીને પોતાના સ્વરૂપનું વિસ્મરણ કરીને એ સ્વ-ભાવમાં પ્રતિષ્ઠિત બનવાને બદલે પરભાવમાં પ્રવાહિત બને છે. જે સાધના અથવા આરાધના દ્વારા એ પ્રકૃતિના પાશમાંથી મુક્તિ મેળવીને સચ્ચિદાનંદ પરમાત્મા તરફ વળે છે એવડે પોતાના શુદ્ધ, બુદ્ધ, મુક્તપૂર્ણ સ્વરૂપનો અથવા પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર કરે છે તે સાધના અથવા આરાધનાને અધ્યાત્મયોગ તરીકે ઓળખવામાં આવે છે. એને અધ્યાત્મ પણ કહી શકાય.

અધ્યાત્મયોગની મહત્ત્વી માનવ-સ્વરૂપનો સાક્ષાત્કાર સાધી શકે અથવા પરમાત્માના અપરોક્ષ અનુભવથી કૃતાર્થ બની શકે, પરંતુ એને માટે એણે ધીર બનવું જોઈ એ એવો ગભિંત સંકેત પણ ઉપનિષદના એ મંત્રમાંથી મળી રહે છે. માટે તો તેમાં ધીર: શબ્દ પ્રયોગ કરાયો છે. જે ધીર બને છે, વીર બને છે, સંપૂર્ણ સ્થિરતા, સ્વસ્થતા, મક્કમતાપૂર્વક આગળ વધે છે; જીવનના મુખ્ય સાધનાત્મક ધ્યેયને ભૂલ્યા વિના સઘળા સંજોગોમાં સર્વ સ્થળે, સઘળી શક્તિથી, એની સિદ્ધિના પાર વિનાના પ્રામાણિક પ્રયત્નોમાં લાગેલા રહે છે અને કોઈ કારણે આડમાર્ગે અટવાતા, જ્ઞાતિમાં ભમતા કે પથબ્રાન્ત બનતા નથી, ને ગમે તેટલો વખત વીતે કે ગમે તેવો ને તેટલો ભોગ આપવો પડે, તો પણ સિદ્ધિને પામીને જ અટકે છે; તે જ ધીર તથા વીર છે. પરમાત્મદર્શન, સ્વરૂપ સાક્ષાત્કાર અથવા આધ્યાત્મિક અભ્યુત્થાનને માટે એવી ધીરતા વીરતાની અનિવાર્યરૂપે આવશ્યકતા હોય છે.

હૃષીક અને શોકની, જયવિજયની, લાભહાનિની, પ્રાપ્તિ તથા અપ્રાપ્તિની, સ્તુતિ અને નિંદાની સર્વસામાન્ય પ્રતિક્રિયા છે. એ પ્રતિક્રિયામાંથી બીજી નાનીમોટી અનેક પ્રતિક્રિયાઓ પેદા થાય છે ને માનવને પરવશ બનાવે છે. એ પરવશતા, દીનતામાંથી મુક્તિ મેળવવા માટે અધ્યાત્મયોગનું આલંબન અત્યંત આવશ્યક છે. ઉપનિષદે એ પણ સ્પષ્ટ કયું છે. આધ્યાત્મિકતાનું અનુષ્ઠાન જીવનને વધારે ને વધારે સ્વસ્થ, સ્થિર, સંવાદી, શાંતિસભર, સંયમી, પરમાત્મદર્શી કરે છે. આજે સર્વત્ર એવા જીવનની આવશ્યકતા પ્રતીત થાય છે ત્યારે ઉપનિષદનું એ વચન વિશેષ મહત્ત્વ ધારણ કરે છે.

બીજો કોઈ વિકલ્પ જ ક્યાં છે ?



નાની અમથી વાત

વિકલ પંડ્યા

હંભ, દ્રેષ અને પાપાંડથી મુક્ત માનવીઓ સમાજમાં તો હોયલા છે, પરંતુ આજકાલના સાધુ-સંતોમાંથી યે મળવા મુશ્કેલ છે. એવા સમયમાં ગીતામાં કહ્યું છે એવા સ્થિતપ્રજ પુરુષની તો વાત જ શી કરવી ?

પરંતુ એવા સાચા સંત-ખરા અર્થમાં સ્થિતપ્રજ યોગીનો મારા જીવનમાં મને જે અનુભવ થયો છે એ હું જણાવવા ઇચ્છું છું.

ગુજરાતના એક ઊંચ કોટિના સંત પુરુષ અને ઘણા આધ્યાત્મિક ગ્રંથોના રચયિતા શ્રી યોગેશ્વરજીનું નામ અત્યારે બહુ જાણીતું છે. પરંતુ જ્યારે એમનો સાધનાકાળ હતો એ વખતની આ વાત છે. માના એક માત્ર પુત્ર અને સંસારમાં પડવાનું મૂકી આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રના એ યાત્રી બન્યા એટલે હિત ધરાવતાં એમનાં કુટુંબીજનો એમની પ્રત્યે તિરસ્કાર ધરાવવા લાગ્યાં હતાં.

મારા ગામની શાળાના પ્રથમ વાર્ષિક ઉત્સવ પ્રસંગે એમને લેવા હું અમદાવાદ પાસેના એમના ગામે ગયો હતો. ગાંધીજીના સિદ્ધાંતોમાં માનતા, સાદગીમાં રહેતા ને ખાદીની ઢીંચણ સુધીની પોતડી કમ્બરે વીંટાળી રાખતા એ જીવાન સંત ત્યારે હિમાલયવાસ પરથી તાજેતરમાં જ ગામમાં આવ્યા હતા. અમે મારે ગામ જવા નીકળ્યા એ સવારે જ એમના એક કુટુંબીએ એમના ઘરના આંગણા લગી આવી એમને ગાળો ભાંડવા માંડી !

એ ઉંમરે હું અપરિણીત અને સેન્ડો જેવો સશક્ત પણ ખરો. પેલાની ગાળો સાંભળી મારું ખૂન તપી ગયું. યોગેશ્વરજીને મેં કહ્યું :

‘ તમે રજા આપો, તો આ રાસ્કલના હાડકાં હું જોખરાં કરી નાખું ! ’

પરંતુ એ તો આસન પર બેઠેલા એમ જ બિલકુલ શાંત ને સ્વસ્થ ચિત્તે બેસી રહ્યા. મને ટાઢા પાડતાં કહ્યું :

‘ એમની પ્રકૃતિ પ્રમાણે એ વર્તે છે, આપણે એમાં ઉશ્કેરાઈ જવાની લગીરે જરૂર નથી. થાકીને એ ભાઈ શાંત થઈ જશે, જો જો તમે ! ’

બન્યું પણ એવું જ ! માતાજી તેમ જ યોગેશ્વરજી સ્વસ્થ રહ્યા. એટલે પેલો થોડીવાર સુધી થૂંક ઉડાડી એને ઘેર ચાલી ગયો.

એ દિવસે સંધ્યાકાળે અમે તળોદ સ્ટેશને ઊતર્યાં. એ વખતે અમારે ગામ જવા બસની કોઈ સગવડ નહોતી. આથી મારા ગામ બાજુ જતા ગાડામાં યોગેશ્વરજી, એમનાં માતાજી અને એમના દોહિત્રને લઈ મેં પ્રયાણ આદર્યું.

દસખાર માઈલ જવાનું ને અંધારી રાત. રસ્તાનો હું પણ ભોમિયો તો નહિ જ. અમે વાતો કરતાં હતાં અને આ રીતે ગાડું ચાલશે તો સવાર સિવાય મારે ગામ નહિ પહોંચાય એવી કલ્પના કરતાં બેઠાં હતાં. આઘેડ ઉંમરનો ગાડાવાળો થાક્યોપાક્યો ઊંઘતો હતો અને એનો આઠનવ વરસનો દીકરો બળદ હાંક્યે રાખતો હતો. અંધારું એવું હતું કે આસપાસ પસાર થતાં ઝાડ-ઝાંખરાંયે ચોર-લૂંટારા કે ભૂત ઊભા હોય એવાં લાગતાં હતાં. ત્યાં જ એક એવી જગ્યાએ જઈ બળદ ઊભા રહ્યા કે પેલો છોકરો સાટકો મારી થાક્યો તોયે એક ડગલુંયે આગળ ન વધ્યા. એટલામાં ગાડાખેડૂ પણ જાગી ગયો અને ઊંઘણુશી આંખે એણે ય બળદનાં પૂછડાં આમળી મૂડવા માંડ્યું ! પણ બળદ ટસના મસ થાય તો ને ? ત્યાં તો યોગેશ્વરજીએ પેલાને વાર્યો :

‘તમે ભાઈ, આ મૂંગા પ્રાણી પર શા માટે ગુસ્સો ઉતારો છો? આ પ્રાણી તમારા કરતાં વધુ સમજદાર છે. જુઓ આગળ જ મોટી ખાઈ છે!’

ગાડા પરથી હું નીચે કૂદી પડ્યો ને આગળ જઈ ધ્યાનપૂર્વક જોયું તો વાત સાચી હતી! આ જોઈ પેલા ખેડૂત પર હું તપી ગયો:

‘તમેય કેવા જેવકૂં છો? ક્યારના તમે ઝોકાં ખાતા’તા ને તમારો આ નાહાન છોકરો કેઈ ભગતા જ ચીલે ગાડું હંકારી લાવ્યો છે! બળદે જે જે ડગલાં આગળ ભર્યાં હોત તો હમણાં ગજબ જ થઈ જાત! ગાડા અને બળદ સમેત આપણે બધાં ઊડી ખાઈમાં ધરબાઈ જાત!’

ત્યારેય યોગેશ્વરજીએ મને વાર્યો:

‘બધું નિયંતાની ઇચ્છા પ્રમાણે થાય છે. એણે આપણુ સૌને બચાવ્યા ને? તો પછી હવે એનો ઉકળાટ શાનો? શાંત થઈ જોસી જાઓ!’ ગાડા ખેડૂનેય શાંત સ્વરે કહ્યું: ‘આસ્તેથી ગાડું પાછું વાળી લો, ભાઈ!’

ગીતાજીમાં અર્જુને શ્રીકૃષ્ણને પ્રશ્ન કર્યો છે:

‘સ્થિતપ્રજ્ઞસ્ય કા ભાષા? એ કેવું જાહે? કેવી રીતે જોસે? અને વર્તે કેમ?’

મને લાગે છે કે તે દિવસે સવારે ને રાતે જો યોગેશ્વરજીમાં જોયેલાં સ્થિતપ્રજ્ઞનાં લક્ષણો જ અર્જુનનાં પ્રશ્નના જવાબરૂપે છે!

શા ગોરધનદાસ માણેકચંદ

લોખંડબગર, ભાવનગર ફોન : ૪૫૩૯, ૪૦૩૪

એચ. વલ્લભદાસની કંપની : દાણાપીડ

કૃષ્ણ ટ્રેડીંગ કંપની : લોખંડબગર

વિજ્ઞાન ઉપર

અધ્યાત્મનો અંકુશ જરૂરી

માનવીએ ગતિ તો ખૂબ કરી, પરંતુ એ ગતિ સાચી દિશાની ન હોવાને લીધે ખૂબ દોડવા છતાંય જ્યાં પહોંચવું હતું ત્યાં તો નથી જ પહોંચાયું.

વિજ્ઞાનની અનેક સિદ્ધિઓને લીધે જ માનવજીવનમાં અનેકવિધ સુવિધાઓ સાંપડી રહી છે....ને ઘણો સમય માગી લેતું કામ ઝડપથી પૂરું પણ થાય છે.

પરંતુ વિજ્ઞાન ઉપર અધ્યાત્મનો અંકુશ નથી. તેથી વિજ્ઞાન વડે માનવજાતનું કલ્યાણ થવાની જેટલી શક્યતા છે એથી વધુ તેનો વિધ્વંસ થવાનો ભય ઊભો થઈ ગયો છે.

માનવીમાં જે શ્રેષ્ઠતાના સદ્ગુણો વિકસ્યા હશે તો જ વિજ્ઞાન કલ્યાણકારી બનશે. આથી વિજ્ઞાનના વિકાસ કરતાં પહેલાં માનવીની માનવતાનો અને એની શ્રેષ્ઠતાનો વિકાસ કરવો બહુ જરૂરી છે. આ અધ્યાત્મ વડે જ થઈ શકશે.

—સ્વામી સત્યભિરાનંદગિરિજી
શ્રીમદ્ જગદ્ગુરુ શંકરાચાર્ય



શ્રેષ્ઠ ભક્ત

સંસારના સમસ્ત જૂતોમાં આત્મારૂપે રહેલા પરમાત્માનું જે દર્શન કરે છે અને સઘળા જૂતોને પરમાત્મામાં જુએ છે તે જ ભક્તોમાં સૌથી ઉત્તમ ભક્ત મનાય છે.

ભાગવત એકાદશ સ્કંધ

અલૌકિક અનુભવ

શ્રી યોગેશ્વરજી

કેટલાક લોકો આધ્યાત્મિકતાના આધાર પર શરૂ થયેલા આશ્રમોમાં કેટલીક બીજી પ્રવૃત્તિનું દર્શન કરીને મોં મચકોડે છે ને ટીકા કરે છે, પરંતુ તેમની પદ્ધતિ બરાબર નથી. આશ્રમો આધ્યાત્મિક સાધનાના અકસીર સાધન બનવાની સાથે સાથે જનસેવાના કાર્યમાં પણ એક યા બીજી રીતે ફાળો આપે તે જરૂરી છે. આશ્રમો પોતપોતાની પદ્ધતિ પ્રમાણે, સામાજિક સેવાનાં કેન્દ્ર બનીને કામ કરે તે સામે કોઈને પણ અણગમો શા માટે હોઈ શકે? શિવાનંદ આશ્રમનો વિચાર પણ એ જ દષ્ટિએ કરવાનો છે.

કેટકેટલા ઉત્સાહથી ગુજરાતની ભૂમિને મૂકીને એ આશ્રમને માટે મેં પ્રસ્થાન કર્યું હતું? કેવી કેવી આશા સાથે ઋષિકેશની પવિત્ર ભૂમિ પર પગ મૂકીને આશ્રમમાં મેં પ્રવેશ કર્યો હતો? સ્વામીજી સાથેનો વાર્તાલાપ મારી કલ્પના કરતાં જુદો જ નીકળ્યો. છતાં પણ તેથી મને નિરાશા ના થઈ. મારો ઉત્સાહ એવો જ અખંડ રહ્યો. મારો નિશ્ચય અફર હતો. આશ્રમમાં રહેવાની રજા ના મળે તો પણ ઈશ્વરની કૃપા મેળવવા માટે મહેનત કરવાનો મારો સંકલ્પ હતો. હિમાલયના પુણ્ય પ્રદેશમાં આવવાનું થયું છે તો શાન્તિ મળે નહિ ત્યાં સુધી પાછા ન જ ફરવું, એવો મારો નિર્ણય હતો. હૃદય ઈશ્વરના અનુરાગથી ભરપૂર હતું. અંતરના અંતર તમમાં શાન્તિ માટેની અંખના જાગેલી. તેને શાન્ત કર્યા વિના છૂટકો ન હતો.

આશ્રમનું વાતાવરણ મને શરૂઆતમાં બહુ સારું ન લાગ્યું, પણ સ્વામીજી અને આશ્રમના બેત્રણ બીજા સભ્યોનું વ્યક્તિત્વ મને ગમી ગયું. મેં આશ્રમમાં રહેવા માંડ્યું.

પણ લાંબા વખત લગી રહેવાનો લેખ મારા લલાટમાં નહોતો લખાયેલો. આશ્રમમાં પહોંચ્યા પછી બીજે કે ત્રીજે દિવસે એક પ્રસંગ બન્યો. તેણે મારા જીવન ઉપર શકવર્તી અસર પહોંચાડી, ને થોડા જ વખતમાં મેં સ્વેચ્છાએ આશ્રમની વિદાય લઈને ગુજરાતની પુણ્ય ભૂમિમાં ફરી વાર પ્રવેશ કર્યો.

સ્વામીજીનો આશ્રમ તે વખતે શરૂઆતની દશામાં હતો. એટલે આશ્રમમાં રહેનારા સાધકો માટે આશ્રમમાં ભોજનની વ્યવસ્થા એક જ વાર થઈ શકતી. સાંજની ભિક્ષા માટે ઠેક નેપાલી ક્ષેત્રમાં જવું પડતું. પરિસ્થિતિ એવી નાજૂક હોવા છતાં પણ મને આશ્રમમાં બંને સમય ભોજન આપવામાં આવતું, તે વાત ઓછી પ્રશંસનીય ન હતી. સ્વામીજીની અતિથિસત્કારની ભાવનાનું તે ઉજ્જવળ ઉદાહરણ હતું.

આશ્રમ નિવાસના બીજા કે ત્રીજા દિવસે સાંજે ભોજન કરીને હું કીર્તનમાં સામેલ થયો. કીર્તન માટે એક સ્વતંત્ર ઓરડાની વ્યવસ્થા હતી. તેમાં ભગવાન શ્રી કૃષ્ણનું એક મોટું તૈલચિત્ર રાખવામાં આવેલું. ત્યાં રોજ રાતે એકાદ કલાક બધા ભેગા મળતાં ને ધૂન બોલાવતાં. કોઈ સાધકો ભજન પણ ગાતા. તે દરમિયાન સ્વામીજી પણ ત્યાં ઉપસ્થિત રહેતા. ભજનકીર્તનનો એ કાર્યક્રમ ઘણો સુંદર સાબિત થતો. ગંગાના તટ પરના એ એકાંત ને શાંત સ્થળમાં થતા ભજન-કીર્તનની અસર શ્રોતાજનો પર જુદી જ થતી. મને તે કીર્તનખંડમાં જ ઉતારો આપવામાં આવેલો એટલે કીર્તનનો કાર્યક્રમ પૂરો થયા પછી તે ખંડમાં જ હું આરામ કરતો.

તે રાતે મારી દશા જરા જુદી હતી. પ્રેમ અને ભક્તિના ભાવોથી મારું હૃદય ભરાઈ ગયું. ગમે તેમ કરીને મારે શાન્તિ મેળવવી હતી ને તે માટે ઈશ્વરની કૃપાનો અનુભવ કરવો હતો. દિવસો એક પછી એક વીતી જતા હતા, આશ્રમમાં રહેવાનું નક્કી ન હતું ને મારી ઇચ્છા હજી અધૂરી જ રહેતી. તે દશામાં

મને એન કેવી રીતે પડે? તે રાતે અખંડ જાગરણ કરીને પ્રભુને પ્રાર્થના કરવાનો મેં વિચાર કર્યો. પ્રાર્થનાની શક્તિમાં મને વિશ્વાસ હતો. પરમાત્માની સાથે આત્માનું અનુસંધાન કરવાના અકસીર સાધન તરીકે મને તેના પર પ્રેમ હતો. એનો આધાર હું વારંવાર લગભગ રોજ લેતો ને તેથી મને શાન્તિ મળતી. ઘણી અટપટી સમસ્યાઓનો ઉકેલ તેથી સરળ બનતો. વધુમાં એમ લાગતું કે ઈશ્વરરૂપી માતા મારી રક્ષા કરવા સદાય તૈયાર છે. એટલે મારે કોઈ જાતની ચિન્તા કરવાની જરૂર નથી. તેની આગળ પ્રાર્થનાના વાહનદ્વારા દિલને ખુલ્લું કરવામાં મને આનંદ આવતો. મને સમજાતું કે સંસારમાં હું અસહાય કે એકલો નથી. મારા પર ઈશ્વરરૂપી માની મીટ સદાય મંડાયલી છે ને મને સહાય કરવા તે સદાય તૈયાર છે ને કાયમ માટે મારી સાથે રહે છે. એટલે જ મેં રાતભર જાગ્રત રહીને તેની પ્રાર્થના કરવાનો નિર્ણય કર્યો.

કારતક મહિનો હોવાથી ઠંડી સારા પ્રમાણમાં હતી. મારી પાસે ઓઠવાનું પૂરતું સાધન ન હતું. એક પાતળી સાધારણ કામળી જ હતી. રામચંદ્ર નામે એક સ્નેહી અને સાત્ત્વિક સાધુ પુરુષે મને કામળો આપ્યો. તેથી મારું કામ સહેલું થયું. ભજનખંડમાં એક નાનો દીવો બળતો હતો. તેના પ્રકાશમાં ભગવાન શ્રી કૃષ્ણનો ફોટો ઓર રંગ ધારણ કરતો હતો. તેને જોતાં જોતાં મેં ઉત્કટ કંઠે પ્રાર્થના કરવા માંડી. મારી દશા કેવી હતી? મારામાં કોઈ વિશેષ શક્તિ ન હતી. જ્ઞાન, ભક્તિ, યોગ, સાત્ત્વિકતા, સંયમ સૌનો અભાવ હતો. મારી ઉમ્મર પણ નાની હોવાથી મારો અનુભવ પણ અપરિપક્વ હતો. છતાં હું ઈશ્વરની કૃપાની કામના કરતો ને મને વિશ્વાસ હતો કે હું બાળક બનીને જોઠો છું, માટે ઈશ્વર મારી ઇચ્છા જરૂર પૂરી કરશે. જો હું જ્ઞાની, યોગી કે ભક્ત બનીને ઈશ્વરની કૃપા માટે દાવો કરતો હોત તો મારી ઇચ્છા ભાગ્યે જ

પૂરી થાત! પણ હું તો નિર્બળ ને નિરાધાર હતો. ને નિર્બળતા બળ રામ છે, તેની મને ખબર હતી. તેથી બીજી બધી વાતની ચિન્તા છોડી દઈને મેં પ્રાર્થનાનો આધાર લીધો. મારામાં કોઈ યોગ્યતા ના હોવા છતાં મારી શ્રદ્ધા અડગ હતી. યોગ્યતાનો વિચાર આવતાં જ મારા સ્મૃતિપટ પર તુલસી-દાસની પેલી પ્રસિદ્ધ પંક્તિના ભાવો ઊભા થતા :

અભામીલ ગીધ વ્યાધ, ઇનમેં કહો કૌન સાધ,
પંછીકો પદ પદાત ગણિકાકો તારી,
દીનન-દુઃખ-હરન દેવ સંતનહિતકારી.

અભામીલ, ગીધ, વ્યાધ ને ગણિકા જેવાં કેટલાયને પ્રભુએ તાર્યાં છે. કેટલાંયને શાન્તિ આપી છે. તો શું મને શાન્તિ નહિ આપે? મારું હૃદય એમ પૂછતું, ને તુરત ઉત્તર પણ આપતું કે મળશે. શાન્તિ જરૂર મળશે. પ્રભુની કૃપા જરૂર થશે. પ્રભુ તો દીનદુઃખીને મદદ કરનારા ને સૌનું હિત કરનારા છે. મારી સંભાળ તે જરૂર લેશે.

એ પ્રમાણે જુદી જુદી ભાવના ને પ્રાર્થનાથી મન ભરાઈ ગયું. પ્રેમની પ્રબળતાને લીધે આંખમાંથી આંસુ ચાલ્યાં. અવસ્થા અત્યંત કરુણ બની. એ દશામાં દીવો પણ ઓલવાઈ ગયો ને મને ઊંઘ આવી ગઈ. એ બધું ક્યારે બન્યું તેની ખબર પણ ના પડી. ઊંઘ ઊડી ગઈ ત્યારે મેં બહાર જોયું તો હજી અંધારું જ હતું. પવનના સાધારણ સુસવાટા સિવાય બીજું બધું જ શાંત હતું. લગભગ રાતના બે કે ત્રણ વાગ્યાનો વખત હશે. કામળો ઓઠીને પત્રાસન વાળીને મેં ફરીવાર પ્રાર્થના ને ધ્યાન કરવાની શરૂઆત કરી. હજી શાન્તિ મળી ન હતી. શાન્તિ ક્યારે મળશે તે ચિંતા મનમાં થયા કરતી. તે દશામાં ધ્યાનાવસ્થામાં શરીરભાન ભૂલી જવાનો અનુભવ મને જીવનમાં પહેલી જ વાર પ્રાપ્ત થયો. એ અનુભવ કેટલો વખત ટકી રહ્યો તેનો મને ખ્યાલ નથી. પણ

સમાધિના એ સાધારણ અનુભવમાંથી હું જાગૃત થયો ત્યારે મારું મન તદ્દન શાંત હતું. હું હજી પદ્માસન વાળીને જ શાન્તિનો અનુભવ કરતાં બેઠો હતો. ત્યાં જ એક બીજો અલૌકિક અનુભવ શરૂ થયો. મારા હૃદયમાંથી કોઈ બોલતું હોય તેવા સ્પષ્ટ સુમધુર શબ્દો સંભળાયા. કોણ બોલે છે તેની મને ખબર ન હતી. પણ શબ્દો અંતરના છેક ઊંડાણમાંથી આવતા હતા : “તમે નિત્ય સિદ્ધ છો, નિત્ય બુદ્ધ છો. નિત્ય ગુપ્ત છો. સંસારમાં ગમે તે સ્થળે જશો, ગમે ત્યાં રહેશો ને ગમે તે કામ કરશો, પણ માયા તમને કાંઈ નહિ કરી શકે. માયાના બંધનમાં તમે કદી પણ નહિ પડો. માટે ચિન્તા કરશો નહિ. તમારી ઈચ્છા પ્રમાણે ગમે ત્યાં રહો ને વિચરણ કરો!!

શબ્દો કેટલા બધા સ્પષ્ટ હતા! બુદ્ધ ભગવાનનાં દર્શન પછી જાગૃત દશામાં થયેલો જીવનનો આ બીજો અનુભવ હતો. આ અનુભવને લીધે મારા મનમાં અખંડ અને અનંત શાન્તિ ફરી વળી. અંતરમાં અનેરો અને અસીમ આનંદ ઉછળવા માંડ્યો. મને થયું કે જીવન ધન્ય થયું. હિમાલયનો ફેરો સફળ થયો. ઈશ્વરે એવી રીતે મારા ઉપર કૃપા કરી.

એ અનુભવ મારા માટે તદ્દન નવો હતો. શાસ્ત્રોમાં મેં આકાશવાણી અને આત્માના અવાજ વિશે વાંચેલું, શું એ અનુભવ તેવો હતો? તેને ગમે તેવો કહેવામાં આવે તેથી તેની વાસ્તવિકતામાં ફેર પડતો નથી. એની અસરકારકતા એવી જ કાયમ રહે છે. એથી મને જે આનંદ થયો તેનું વર્ણન કરવા માટે મારી પાસે શબ્દો નથી. રોજનીશીમાં તેની નોંધ કરીને હું બેઠો ત્યારે મારા અંતરમાં ઈશ્વરની કૃપાનો વરસાદ વરસ્યો તેમ બહાર પણ વરસાદ વરસતો હતો. પૂરેપૂરા પ્રકાશની પ્રતીક્ષા કરતાં સવારનો શેષ સમય મેં શાન્તિપૂર્વક પસાર કર્યો.

વાસનાનું બંધન

નારાયણ હ. જાની

જે સાધુઓ એક પ્રસંગે ઉત્તર ભારતમાંથી દ્વારકાની યાત્રાએ નીકળ્યા. ફરતાં ફરતાં તેઓ સૌરાષ્ટ્રમાંથી પસાર થતાં લોજ ગામમાં આવી ચઢ્યા. અહીં ધર્મશાળામાં સહજાનંદ સ્વામી પોતાના ભક્તોને ધર્મોપદેશ કરી રહ્યા હતા. આથી બંને વૈરાગીઓ નમસ્કાર કરી સભામાં બેઠા.

સભાની બેઠક પૂરી થતાં શ્રીજી મહારાજે પૂછ્યું : “કહાંસે આતે હો? ઓર કહાં જાના હૈ?”

સાધુઓમાંના મોટાએ જવાબ આપ્યો.

“મહારાજ, ઉત્તર ભારતમાંથી આવીએ છીએ અને દ્વારકાધીશનાં દર્શને જઈ રહ્યા છીએ.” પછી પોતાનો પરિચય આપતાં ઉમેર્યું, “મારું નામ જાનકીદાસ છે અને મારા આ શિષ્યનું નામ શીતલદાસ છે.”

તે પછી શ્રીજી મહારાજના ઉતારે બંને સાધુઓ જે દિવસ રોકાયા. જતાં જાનકીદાસે કહ્યું : “મહારાજ, આપને વાંધો ન હોય તો અમારી આ પોથી જે થોડી ભારે છે, તે અહીં મૂકતા જઈએ. પાછા વળતાં લઈ લેશું.” શ્રીજી મહારાજે પોથી ત્યાંના કોઠારી સાધુને સોંપવા જણાવ્યું. આથી સાધુઓએ પોતાની પોથી કોઠારી સાધુને સોંપીને પ્રયાણ કર્યું. તેઓએ પોથીને પટારામાં મૂકી દીધી.

દૈવયોગે એવું બન્યું કે બંને સાધુઓ દ્વારકાથી પાછા ફરી રહ્યા હતા ત્યારે ગુરુ જાનકીદાસ બિમાર પડી ગયા, ને ટૂંકી માંદગીમાં એમનું અવસાન થઈ ગયું!

આ પછી થોડા દિવસો કેડે શીતલદાસજી લોજ ગામે આવી. એ સમયે સહજાનંદ સ્વામી પણ ત્યાં વિરાજતા

હતા. એટલે તેમણે મહારાજશ્રીને પ્રણામ કરી, યાત્રાએથી પાછા ફરતાં માર્ગમાં શ્રી જ્ઞાનકીદાસજીનું કેવી રીતે મૃત્યુ થયું તે હકીકત વિગતે દુઃખપૂર્વક જણાવી. પછી પોતાના ગુરુએ કોઠારી સાધુને સુપ્રત કરેલ પોથી પાછી આપવા વિનંતિ કરી.

શ્રીજી મહારાજે પટારામાંથી પોથીનું પોટકું લઈ આવવા કોઠારી સાધુને જણાવ્યું.

તેઓએ શીતલદાસજીને પોથી સુપ્રત કરી. પછી મહારાજે બાબા શીતલદાસજીને પોથીનું પોટકું છોડવા કહ્યું. પોટકું છોડતાં જ પોથીની વચ્ચે એક નાની ડબી રાખેલી જણાઈ. મહારાજે ડબી ખોલવા કહ્યું. ડબી ઉઘાડતાં જ તેમાં આઠ આનાનો એક સિક્કો જણાયો. એની આસપાસ સાપનો એક નાનો સરખો કણો વીંટાયેલો હતો! આ જોઈ સહુને આશ્ચર્ય થયું! મહારાજશ્રીએ શીતલદાસજીને પૂછ્યું, “આ સાપનો કણો કોણ છે, ઓળખો છો?”

શીતલદાસજી શી રીતે ઓળખી શકે! તેમણે ના પાડી. એટલે મહારાજ હસીને બોલ્યા, “આ તમારા ગુરુ જ્ઞાનકીદાસજી છે. આ સંતાડીને રાખેલા આઠ આનામાં એમની વાસના રહી ગઈ! ધનની નાની સરખી વાસના પણ કેવી બંધનકારક થાય છે જોયું ને! જોલી સર્વે સાધુઓ સામે જોઈ કહ્યું : “એટલા માટે જ ધનનો સંગ્રહ નહિ કરવા અમે કહીએ છીએ. ઈશ્વરની પ્રાપ્તિમાં એની આસક્તિ બાધારૂપ બને છે.”

આ પછી શ્રીજી મહારાજે હાથમાં જળની અંજલિ ભરી પેલા સર્પના કણા ઉપર છાંટી; તે સહુના આશ્ચર્ય વચ્ચે એક દિવ્ય તેજધારી પુરુષ પ્રકટ થયો! તેણે મહારાજશ્રીને નમસ્કાર કર્યા. મહારાજશ્રીએ એને જોલોકમાં મોકલી

આપ્યો. આમ એક નાની સરખી વાસનાના પરિણામે બંધનમાં પડેલ સાધુ પુરુષની શ્રીજી મહારાજે મુક્તિ કરી.

× × ×

જીવનના અંત સમયની શુભ કે અશુભ વાસનાની પૂર્તિ કરવા જીવને ફરી આવવું પડે છે. શ્રીમદ્ ભાગવતમાં આવતું ભરત ઋષિનું ઉદાહરણ આ વાતની પુષ્ટિ કરે છે. અંતકાળની મૃગબાળની ચિંતાને પરિણામે ઋષિને મૃગયોનિ પ્રાપ્ત થઈ એને બીજા જન્મમાં આસક્તિ ન થાય એ માટે એ જડભરત થયા.

સહજાનંદ સ્વામીના જીવનપ્રસંગોમાં તળાજના હરજી ઠક્કરની માનો આવો જ એક પ્રસંગ આવે છે.

હરજી ઠક્કરનાં મા, શ્રીજી મહારાજના અનન્ય ભક્ત. મહારાજમાં એમને ખૂબ શ્રદ્ધા. સ્વામીનારાયણ સંપ્રદાયના બધા ય વર્તમાન (નિયમો) પાળે. એક પ્રસંગે મા ગઠડા ગયેલાં, ત્યાં મહારાજ સારુ પાણી ગરમ કરવા તાંબાના મોટા ચરુની જરૂર છે, એમ સમજી એમણે એક મોટો ચરુ ગઠડે મોકલાવ્યો.

માની આ વાત એમના મોટા દીકરાને ન ગમી. એણે માને કહ્યું : ‘તેં નાનો ચરુ મોકલાવ્યો હોત તો શું ન ચાલત?’

આ વાત સાંભળી માને ભારે માહું લાગ્યું. વાત સાવ નજીવી હતી, પરંતુ માને થયું : ‘દીકરો મારી મહારાજની સેવામાં બાધા કરે છે. એમણે ઘર છોડ્યું ને મહારાજના સાનિધ્યમાં ગઠડે રહેવા જતાં રહ્યાં.

ગઠડા આવ્યા પછી તેમણે જોયું કે દાદા બાચરની બહેનો જીવુબા ને લાડુબા જે ભાવ-ભક્તિથી મહારાજની સેવા કરતી, જમાડતી તે અદ્ભુત હતો. એમને પણ પોતાના હાથે રાંધી મહારાજને જમાડવાની ઈચ્છા થઈ. પરંતુ વૃદ્ધા-વસ્થાની અશક્તિને લીધે, તે ભાવના પૂરી થાય, તે પહેલાં

જ એમનું મૃત્યુ થઈ ગયું! અંત સમયે મહારાજશ્રીને જમાડવાની તીવ્ર ભાવના બીજા જન્મનું કારણ બની ગઈ. આના પરિણામે, એમનો બીજો જન્મ દાદા ખાચરના દરબાર કુટુંબમાં છોકરી તરીકે થયો. આ છોકરી નાનપણથી મહારાજમાં ખૂબ ભાવભક્તિ રાખતી ને મહારાજ પાસે જતી.

મહારાજ પણ એના ઉપર ખૂબ ભાવ-હેત રાખતા.

એક પ્રસંગે આ છોકરી મહારાજ પાસે બેઠી હતી અને હરજી ઠક્કર મહારાજશ્રીનાં દર્શને આવ્યા. મહારાજે હરજીને પૂછ્યું, “આ છોડી કેણ છે, ઓળખો છો?”

હરજીએ જવાબ આપ્યો, “હું ઓળખતો નથી, આપ ઓળખાવો તો ઓળખાય.”

મહારાજે હસીને કહ્યું, “એ તમારી મા છે.”

હરજીને એ સાંભળી ભારે આશ્ચર્ય થયું! મહારાજે વાતનો મર્મ સમજાવતાં કહ્યું: “ગયા જન્મમાં તમારા માએ મારી ઘણી સેવા કરી હતી, પરંતુ છેલ્લા દિવસોમાં એમની ભાવના પોતાના હાથે રાંધીને મને જમાડવાની હતી. પરંતુ તે પૂરી ન થઈ. આથી આ જન્મમાં તેઓ આ દરબારમાં જન્મ્યાં છે. થોડાં મોટાં થઈ તે રસોઈ શીખી અમને જમાડશે. એટલે એમની એ વાસનાની નિવૃત્તિ થઈ જશે. તે પછી અમે તેમને અક્ષરધામમાં લઈ જઈશું.”

બન્યું પણ એવું જ કે થોડાં વર્ષો પછી મહારાજને પોતાના હાથે રાંધી જમાડ્યા પછી એ છોડીનો સ્વર્ગ-વાસ થઈ ગયો! આમ આગલા જન્મની વાસનાની નિવૃત્તિ થઈ ગઈ.

જો આપણે મુક્તિ ચાહતા હોઈએ તો જીવનમાં કોઈ પણ પ્રકારની વાસના ન રહે તેનું જાગૃત બની ધ્યાન રાખવું જરૂરી છે.

પ્રભુ પ્રસન્ન થાય તો શું આપે?

પ્રભુ તમારા ઉપર પ્રસન્ન થાય તો શું આપે? એ કદી વિચાર્યું છે?

“શું તે ધન આપશે? સ્ત્રી ને બાળકો આપશે? સત્તા, સંપત્તિ કે સુખસાહ્યબીનાં સાધનો આપશે?”

“શું આ બધું, કુડકપટથી જીવતા પાપી કે અધર્મી માણસોની પાસે પણ નથી હોતું!”

“હોય છે જ.”

“તો પછી?”

પ્રભુ પ્રસન્ન થાય તો આ બધું ભાગ્યવશાત આપે કે ન પણ આપે. પરંતુ જે બીજાઓને નથી મળી શકતી એવી એક મહત્ત્વની વસ્તુ જરૂર આપે.”

“એ કઈ વસ્તુ?”

“સહજુદ્ધિ,” સારું ખરાબ પારખવાની શક્તિ, જેનાથી પાપથી બચાય ને સત્કર્મ થાય; જેનાથી આપણું ને બીજાનું જીવન સુખ, શાંતિ ને સત્કર્મ પરાયણ બને જીવન મંગળમય અને ખરેખર ઉત્સવરૂપ ત્યારે જ બને. (શ્રી યોગેશ્વરજીના પ્રવચનમાંથી)



સહન કરવાની ટેવ પાડો

સહન કરવાના ગુણ જેવો બીજો એકે ગુણ નથી. બધામાં સહન કરવાનો ગુણ જોઈએ. જેમ લુહારની કોદમાં એરણ ઉપર ભારેમાં ભારે હથોડાના ઘા પડે તોપણ તે બિલકુલ હલતી નથી; તે પ્રમાણે જુદી એરણના જેવી સ્થિર રાખવી. જેને જે ઠીક પડે તે બોલે ને ઠીક પડે તે કરે, પણ તે બધું સહન કરી લેવું જોઈએ.

શ્રેયયાત્રા

૨

શ્રી ભાઈલાલભાઈ છાટખાર

નવધાલક્ષિ અને પ્રભુકૃપા

તા. ૧૨-૧૦-'૫૨ની સાંજ.

ચારવાગ્યે સાન્નિધ્યમાં પહોંચ્યો અને પ્રણામ કરીને ઝેઠા. મહાત્માજી ગાદી ઉપર ઝેઠા હતા. માતાજી બાજુના અલગ આસન ઉપર હતાં. ભાઈ ગોરધનભાઈ ત્યાં હતા.

આ સમયે અન્ય ત્રણ ભાઈઓ દર્શન-વંદન માટે આવ્યા.

'લક્ષિ' વિષય ઉપર આગ-તુક જિજ્ઞાસુઓનો સંવાદ ચાલ્યો.

પ્રશ્ન—આદર્શ લક્ષનાં મુખ્ય લક્ષણ શું હોય છે?

મહાત્માજી—તેવા લક્ષના બધાં કાર્ય પ્રભુસમર્પિત હોય છે. તેનું લક્ષ્ય પ્રભુપ્રાપ્તિ હોય છે. તે નવધા પ્રકારે કે તેમાંથી કોઈ એક પ્રકારનું આલંબન લઈને લક્ષિ કરતો હોય છે. તે વાસનાઓ, કામનાઓ અને અહંકારથી મુક્ત બન્યો હોય છે, તેને કોઈ પ્રત્યે દ્વેષ કે શત્રુતાનો ભાવ રહેતો નથી. તે પ્રાણીમાત્ર પ્રત્યે પ્રેમભાવ રાખે છે. તે સિદ્ધિઓ તેમ જ મોક્ષના મોહથી પણ મુક્ત હોય છે. આદર્શ લક્ષિ નિરંતર આત્માનંદની મસ્તીમાં તલલીનતા અનુભવે છે. તે 'આત્મારામ' હોય છે.

પ્રશ્ન—નવધાલક્ષિમાં પ્રત્યેક પ્રકારની લક્ષિનું સ્વરૂપ કેવું હોય છે?

મહાત્માજી—શ્રીમદ્ ભાગવતમાં નવધાલક્ષિ માટે આવેલો એક શ્લોક છે :

શ્રવણં કીર્તનં વિષ્ણોઃ સ્મરણં પાદસેવનમ્ ।
અર્ચનં વંદનં દાસ્યં સખ્યમાત્મનિવેદનમ્ ॥

ટૂંકમાં આ શ્લોકનો અર્થ જોઈએ : (૧) પ્રભુના ગુણાનુવાદનું શ્રવણ એ પહેલો પ્રકાર છે. કથાશ્રવણ કે હરિના ગુણાનુવાદ કરતા ગ્રંથોના વાચનનું શ્રવણ તેમાં હોય છે. આ કથાશ્રવણ મનન માટે છે. (૨) પ્રભુના નામનું સંકીર્તન ચાલતું હોય તેમાં સક્રિય રીતે પોતે ભાગ લેવો તેમ તેનો અર્થ કરી શકીએ. (૩) પ્રભુના નામનું સ્મરણ કરવું એટલે કે ઇષ્ટમૂર્તિને દષ્ટિ સમક્ષ રાખી ઇષ્ટમંત્રને જપવો એ ત્રીજો પ્રકાર છે.

પરીક્ષિતની લક્ષિ પહેલા-શ્રવણ પ્રકારની હતી. ચૈતન્ય મહાપ્રભુની લક્ષિમાં સંકીર્તન પ્રમુખસ્થાને હતું. પ્રહ્લાદે સ્મરણનો આશ્રય લીધો હતો.

પાદસેવન એ નવધાલક્ષિનો ચોથો પ્રકાર છે. ઇષ્ટગુરુની ચરણસેવા આ પ્રકારમાં સમાવિષ્ટ છે. અર્ચન એ પાંચમો પ્રકાર છે. ધૂપ, દીપ, સુગંધી ચંદન અને પુષ્પમાળાઓ જેવા પદાર્થો દ્વારા પૂજા કરવી તે અર્ચન કહેવાય છે. અર્ચનમાં અનેક પ્રકારના ઉત્સવો વખતની વિવિધ સન્નવટનો પણ સમાવેશ થાય છે.

વંદન એ છઠ્ઠો પ્રકાર છે. વંદનમાં લક્ષિ પ્રભુને ઋણુતા-પૂર્વક વારંવાર પ્રણામ કરે છે. હરતાંકરતાં ઇષ્ટમૂર્તિનાં દર્શન કરી મનોમન પ્રણામ કરવાનું તે ચૂકતો નથી.

પાદસેવન, અર્ચન અને વંદન-આ ત્રણેય પ્રકારની લક્ષિનો આશ્રય લઈ સામાન્ય જનસમૂહ લક્ષિ કરે છે. શ્રવણ, સંકીર્તન, જપ, સેવા, પૂજન, અર્ચન અને વંદનનો સમાવેશ હોય તે લક્ષિની પ્રાર્થામક અવસ્થા છે. જપ, પ્રાર્થના, પૂજન અને દર્શન વખતે ભગવાન સાથે નિકટતા સ્થાપી,

તે બધાંની સાથેસાથ ભક્ત આત્મનિવેદનનો આશ્રય લે તો ભક્તિ રસમય અને ચૈતન્યમયી બની રહે છે.

ભક્તિનો સાતમો પ્રકાર દાસ્ય છે. દાસ્ય એટલે કે દાસતાનો નમ્રાતિનમ્ર ભાવ. ભક્ત પ્રભુનો દાસ બનીને રહે છે અને પ્રભુનાં બધાં કાર્ય એકનિષ્ઠાથી પ્રેમપૂર્વક કરવામાં આનંદ લે છે.

આઠમા પ્રકારમાં સખ્ય એટલે કે પ્રભુ સાથેનો ભક્તનો મૈત્રીભાવભર્યો વ્યવહાર.

નવમા પ્રકારમાં આત્મનિવેદન એટલે કે ભક્ત અતિ નમ્રભાવે પોતાના અંતઃકરણની વાત પ્રભુ સમક્ષ રજૂ કરે છે અને કૃપા માટે અર્જ કરે છે. તેમાં સંપૂર્ણ શરણાગતિનો ભાવ છે. આત્મનિવેદનમાં ભક્ત પ્રભુનાં ચરણોમાં શરીર, મન, બુદ્ધિ અને આત્માનું—પોતાના સર્વસ્વનું નૈવેદ્ય ધરી દેતો હોય છે.

હનુમાનમાં અને શબરીમાં દાસ્યભાવ દૃષ્ટિગોચર થાય છે. અર્જુનમાં સખ્ય ભાવ છે. બલિરાજ આત્મનિવેદન કરતા દેખાય છે.

પરીક્ષિત, શુકદેવજી, પ્રહ્લાદ, હનુમાનજી, અર્જુન અને બલિ એ સૌ સિદ્ધકામ ભક્તો છે. અંબરિષને અનેકાંગી ભક્ત કહી શકાય. માર્કંડેય ઋષિની ગણના સાધનસિદ્ધ ભક્તોમાં થાય છે. તેમાં ય શુકદેવજી અને પ્રહ્લાદ એ કૃપાસિદ્ધ ભક્તો છે.

પ્રશ્ન—ભગવદ્કૃપા એટલે શું ?

મહાત્માજી—શિશુના કપોલ ઉપરના માતાના ચુંબન સાથે તેની તુલના થઈ શકે. માત્ર જે ભક્તો તેવી કૃપાને યોગ્ય બન્યા હોય તેના પર જ આ ભગવદ્ કૃપા બિતરતી નથી પરંતુ પ્રભુએ જેનો સ્વીકાર કર્યો હોય છે, તેવા ભક્તના જીવનમાં આ અહેતુકી પરમાત્મકૃપા બિતરે છે અને તેની સાધનાને ધન્ય

બનાવી દે છે. પ્રભુ કેટલીક વાર કેટલાકને સાદ કરીને બોલાવે છે, પરંતુ પ્રતિસાદ આપીને તે કૃપાનો સ્વીકાર કરવાનું બહુ ઓછાના ભાગ્યમાં લખ્યું હોય છે. પ્રભુએ કરેલી તમારી પસંદગીને કબૂલ કરી લઈ પસંદ થઈ જવું એ કઠિન કાર્ય છે.

—પ્રભુએ કેટલી બધી મૂલ્યવાન ભેટો આપણને આપી છે ? ચારેય બાજુથી આપણને કેટલો બધો પ્રેમ, ઉદારતા, કૃતજ્ઞતા, મૈત્રી વગેરે મળ્યાં છે. તે બધું શું આપણે કમાયા છીએ ? આ બધું પ્રભુની સર્વસામાન્ય કૃપાનું ફળ નથી તો શું છે ?

—આ દુનિયા પ્રભુકૃપાથી જ ટકી રહી છે. જે ઈશ્વર આપણી અંદર એની કૃપાની એક જ કૂંક ન મારે તો આપણે શ્વાસ પણ લઈ શકીએ નહિ.

—આપણું અધરું છે, પણ આધ્યાત્મિક જીવનમાં લેવું પણ એટલું જ અધરું છે. પ્રભુકૃપા ભક્તને શિરે અનેકગણી જવાબદારી લઈને આવે છે.

—આ પ્રભુકૃપાનું કાર્ય અસ્તિત્વને સાર્થક થવામાં મદદ કરવાનું છે.

આ અમૃતવાણીમાં અમે સૌ નિમજ્જન કરી રહ્યા છીએ. જે શાસ્ત્રવચનો પોપટિયા પારાયણ બની ગયાં છે; તેને મહાત્માજી લોકકલ્યાણકારી બનાવી રહ્યા છે અને ભક્ત-હૃદયોને પ્રેરણા અને પ્રોત્સાહન પૂરું પાડી, તે બધાને નવી જ ચૈતનાથી ભરપૂર બનાવી રહ્યા છે.

વળી એક પ્રશ્ન—પ્રભુપ્રાપ્તિ માટે શ્રેષ્ઠસાધન કયું છે ?

મહાત્માજી—પ્રભુપ્રાપ્તિ માટે અનેક સાધન છે. પહેલું, કોઈ સદા ભગવાનનાં પ્રિય કાર્ય કર્યા કરે તો તેને તે પ્રાપ્ત કરે છે. બીજું, કોઈ સદા ધ્યાનસાધના કરીને તેને પ્રાપ્ત

કરે છે. ત્રીજું, કોઈને હંમેશાં જપ કરતા રહેવાથી તેનાં દર્શન થાય છે. ચોથું, કોઈ વળી યોગની સાધના કરીને તેને પામે છે. પાંચમું, કેટલાક જ્ઞાનમાર્ગે તેની પ્રાપ્તિ કરે છે. બધાને માટે કોઈ એક નિશ્ચિત બાંધેલો માર્ગ નથી હોતો. એ કહી શકાતું નથી કે કોણ અક્તિ કેવા પ્રકારે સાધન કરી શકશે. સાધનમાર્ગ ગમે તે પકડ્યો હોય પરંતુ ભગવાન કૃપા કરે તો જ તે થાય છે અને ભગવદ્ કૃપા ઊતરે ત્યારે જ તેનાં દર્શન થાય છે; કૃપા જ સૌ સાધનનું મૂળ છે.

મહાત્માજીના અદ્ભુત વાણીપ્રવાહમાં માધુર્ય છલોછલ ભર્યું છે. જે પૂછાય છે, તેનો ઉત્તર તાત્કાલિક કોઈ પણ પ્રકારના આયાસ વગર સહજભાવે તેઓશ્રી આપી રહ્યા છે.

સત્યના સાક્ષાત્કારી મહાપુરુષ તર્કનો ઉપયોગ હિત-કારક દિશામાં કરતા હોય છે. તેવા પુરુષ તર્કને પણ સત્યની સેવામાં લગાડી દે છે. સત્યનિષ્ઠ મહામાનવ તર્કને કેવી રીતે ચાકર બનાવી દઈ શકે છે, તે આજે પ્રત્યક્ષ નિહાળવા મળ્યું. ખરેખર સત્યને સિદ્ધ કરવાની કોઈ આવશ્યકતા હોતી જ નથી. સત્ય તો પોતે જ સ્વયંસિદ્ધ છે.

મહાત્માજી સમત્વપૂર્ણ તથા સ્વચ્છ બુદ્ધિથી પ્રશ્નોનું નિરાકરણ કરી રહ્યા છે, તે જોઈને અમને આશ્ચર્ય મિશ્રિત આનંદનો અનુભવ થાય છે. સદૈવ આત્મરત, પવિત્ર તથા પૂર્ણ મનવાળા આ સત્પુરુષ પરમશ્રેષ્ઠ શાન્ત અવસ્થાને પ્રાપ્ત દેખાય છે.

અમે સૌ જિજ્ઞાસુઓ અત્યંત પ્રભાવિત થયા છીએ. મહાત્માજીમાં સહજતા છે. સહજતાના કારણે બધું શુદ્ધ, સુંદર, મંગળ અને ભદ્ર લાગે છે. એક પણ વચન આત્મ-પ્રત્યય વિના બોલાયું હોય એવું નથી લાગતું. નિજના પ્રત્યયને લઈને ચાલતું તેઓશ્રીનું જીવન હોવાથી તે પ્રત્યક્ષ જીવન -

ચેતનામય જીવન છે. આહીં શબ્દરૂપી સેતુ દ્વારા ચેતનાનો સંસ્પર્શ પમાય છે. તેઓશ્રીના અંતઃકરણમાંથી પ્રવાહિત થઈ રહેલા અનુભૂતિમૂલક આ વાણી અમારા હૃદય સોંસરવી ઊતરી જઈને, તેના સુસંસ્કાર અને અમિટ છાપ અમારા હૃદય ઉપર મૂકી જતી અનુભવાય છે.

આજ સાંજની સત્સંગબેઠક આમ પૂરી થાય છે. —
અમે સૌએ પ્રણામ કરીને રજા લીધી

(કમલઃ)



બહાદુર બનો

બહાદુર બનો. ભારતવર્ષને અત્યારે કોઈ મહા-મંત્રની આવશ્યકતા હોય તો તે બળના મહામંત્રની. તમે નથી જોતા કે પ્રબ્ધ નિર્વીર્ય અથવા તો અશક્ત બની ગઈ છે? હું એકલા શારીરિક બળની વાત નથી કરતો; તેની આવશ્યકતા તો છે જ, પરંતુ એથી ચે-વધારે આવશ્યકતા વિશુદ્ધ પ્રેમ, પવિત્રતા અને સેવા-ભાવના બળની-મનોબળની, આત્મબળની, કે ચારિત્ર્યના બળની છે. તે વિના પ્રબ્ધની દશા કેવી પરવશ અને કંગાળ બની ગઈ છે તે જોઈને મને કાંઈનું કાંઈ થઈ જાય છે. બધી પ્રકારની કાયરતાનો, બીકનો, લાચારીનો, ને શુલામીનો ત્યાગ કરો અને બહાદુર બનો.

— સ્વામી વિવેકાનંદ

ગંચ ઉકેલી

ધા સપનામાં,
પણ પીડા ખરેખરની.
ભગી ભિક્ષાં ખંતેય ખોટાં કરે છે.
(જીવ) છે પોતાની જ જગ્યાએ,
પણ આત્મોદ્ધારનો પ્રયત્ન કરતો નથી.
અને મારું શું થશે,
એમ લોકોને પૂછતો ફરે છે.
ઈશ્વર-ઈચ્છાએ અને ગુરુકૃપાથી
જીવનદષ્ટિ મળી કે
ખધી જ ગૂંચ ઉકેલી ભય ભય છે

—શ્રી વિનોબા

જોગણ જુએ વાટડી રે

અરે કોઈ શ્યામલ જોગીને જઈ કહેજો રે,
જોગણ જુએ વાટડી...એ...જી.
રાતદિવસ એ તો રાહ જુએ તારી રે
જપતી ને ભજતી એડી છે એકાંતે રે...જોગણ.
મધુવનની મીઠી મસ્તીને છોડીને,
પણમાં જ પહોંચી જાને પ્રીતમ પાસે રે...જોગણ.
તલસાવી તડપાવી ખલુ દિત વીત્યા રે,
નટવર નંદના કિશોર હવે જાજે રે...જોગણ.
અણુએ અણુમાં અનુરાગ જગાડ્યો તે,
વિરહની વ્યથામાં વીતે છે દિનરાત રે...જોગણ.
દર્શનના દુઃખે દીવાની ખની એ તો,
દિવ્ય વૈદરાજનું સ્વરૂપ સજી જાજે રે...જોગણ.

શ્રી. સર્વેશ્વરી

ઝોટ વગરનો દરિયો

આ ઝોટ વગરનો દરિયો,
ઝોળ નહીં, હીલોળ નહીં, ખસ
સમરસ સમથળ ભરિયો...આ તો
ચંદ્રતણો ઉદયાસ્ત નહીં, અખ
શિર પર પૂર્ણ પ્રગટિયો.
અણુ અણુમાં પ્રતિબિંબ લઈ લઈ
બિંબ સમો થઈ ડરિયો...આ તો
અંદર ખાર સંચાર નહીં કંઈ
વિણુ આયાસે વસિયો.
સહજ સમાધિ મહીં નિજ રૂપે
વિણુ અવલંબન લસિયો...આ તો

મુકુંદરાય વિ. પારાશર્ય

શરણે તમારા

આવ્યા શરણે આજ તમારા.
આ અવનીમાં તમારા વિના સાચા કોણુ અમારા?...
કોણુ સ્વજન સંરક્ષક, જીવન પ્રાણુ પુરાતન પ્યારા
અધમોદ્ધારક શાંતિ પ્રદાયક નરરૂપ છતાં ન્યારા-આવ્યા.
સરિતા સાગર વિના વહે ક્યાં? શિખા તજી ક્યાં હીત,
પરિમલ છોડી પુણ્ય જાય ક્યાં? તોડી શકે ન પ્રીત
મેઘબિંદુ મેઘ વિના ન ટકે, સઘળે એવી રીત,
જીવ જાય ક્યાં ત્યાગી તમને, જપે તમારી પ્રીત...આવ્યા.
મૂશળધાર મેઘ વરસે છે અપલાતા ચમકારા,
વાવાઝોડાં વિષમય વાયે, પ્રકાશ ખૂટયા સારા,
કૃપા કિરણુ રેલી દૂર કરે અનંત આ અંધારા...આવ્યા

શ્રી યોગેશ્વરજી

પ્રશ્નોત્તરી

શ્રી યોગેશ્વરજી

[પ્રથમ અંકમાં પ્રશ્નોત્તરીમાં રજૂ કરવામાં આવેલ પ્રશ્નોના અનુસંધાનમાં, સાધક ભાઈઓ તરફથી જે ખીજા પ્રશ્નો મળ્યા છે, તેના ઉત્તરો શ્રી યોગેશ્વરજીએ આપ્યા છે. આ ઉપરાંત સાધકોના કેટલાક પ્રશ્નોના જવાબો 'શ્રેયયાત્રા'ની લેખમાળાના આ અંકમાં અન્યત્ર પ્રસિદ્ધ થયેલ શ્રી ભાઈલાલભાઈ છાટ્યારના લેખમાંથી પણ મળી રહેશે. —તંત્રી]

પ્રશ્ન ૧ : એકાગ્રતા વગરના જપ કે ધ્યાનથી લાભ થાય કે ન થાય ?

ઉત્તર : એકાગ્રતા વગરના જપ કે ધ્યાનથી પણ લાભ તો થાય જ છે. એકાગ્રતા હોય તો વધારે લાભ થાય છે એ સાચું છે. પરંતુ એકાગ્રતા વગર પણ જે જપ કે ધ્યાન કરવામાં આવે છે તે નિષ્ફળ જાય છે એવું તો ન જ કહી શકાય. એ પણ લાભ તો પહોંચાડે જ છે. માટે એકાગ્રતા થાય કે ન થાય તો પણ જપ કે ધ્યાનની સાધના કરવાનું ચાલુ જ રાખવું.

આ વાત નીચેના ઉદાહરણથી વધુ સારી રીતે સમજાશે.

નદીમાં કે તળાવમાં તમે સ્વેચ્છાથી કે કોઈના પ્રેરેલા પડો, તો ભીંજવ તો ખરા જ. નહિ વાડુ! રાજીખુશીથી પડો તો નાહવાનો આનંદ જરૂર માણી શકો. કમને કે પરાણે નાહવા પડો, તો નાહવાના આનંદથી વંચિત રહો, છતાં શરીર તો ભીંજાય, એમાં જે મત નહિ.

આમ નામસ્મરણ એકાગ્રતાપૂર્વક થાય કે તે વગર, પરંતુ એની અસર આંતર મન ઉપર અવશ્ય થવાની. જોકે એ અસર સૂક્ષ્મ હોય છે, એટલે પેલી ભીંજવાની અસર જેવી સ્પષ્ટ દેખી શકાતી નથી.

પ્રશ્ન ૨ : જપ કરતી વખતે મન દોડાદોડ કરે છે, તો તેને એકાગ્ર કરવા માટે શું કરવું જોઈએ ?

ઉત્તર : મન સાત્ત્વિક થાય ત્યારે જ મનની સાચી એકાગ્રતા થઈ શકે, અથવા તો તે દૈવી સંપત્તિથી સંપન્ન બની જાય ત્યારે થઈ શકે, અથવા તો જ્યારે ઈશ્વરના પ્રેમથી ઊભરાઈ જાય ત્યારે થઈ શકે. એવી યોગ્યતાની કમી હોવાથી જ મન સ્થિર, એકાગ્ર અથવા તો શાંત થઈ શકતું નથી. એટલે એકાગ્રતા સાધવા માટે, એ યોગ્યતાને પેદા કરવાની તથા વધારવાની જરૂર છે.

પ્રશ્ન ૩ : જપ કરતી વખતે મનને વશ કરવામાં મદદ મળે તેવાં ખીજાં કોઈ સાધનો, પદ્ધતિઓ કે ક્રિયાઓ છે કે જે એકાગ્રતા માટે ઉપયોગી થઈ શકે ?

ઉત્તર : (૧) પહેલી પદ્ધતિ શ્વાસ-પ્રશ્વાસ સાથે જપ કરવાની છે. આસન ઉપર સ્થિર બેસીને જપ કરતી વખતે શ્વાસની ગતિનું ધ્યાન રાખી તેની સાથે સાથે જપ કરવા. શ્વાસને ધીરે ધીરે અંદર લેવો અને તે વખતે એક મંત્ર બોલવો તથા શ્વાસને બહાર કાઢતી વખતે ખીજા વાર મંત્ર બોલવો. તે રીતે કોઈ પણ પ્રકારની ઉતાવળ વિના ધીમે ધીમે શ્વાસોચ્છ્વાસની ક્રિયા સાથે મંત્રના જપ કરવાનું ચાલુ રાખવું. મંત્ર નાનો હોય તો તો હુરકત જ નથી. પરંતુ મંત્ર જે મોટો હોય તો તેના વિભાગ કરીને જપ કરવાથી ઘણી સરળતા થશે.

(૨) બીજી પદ્ધતિ વાચિકજપ કરવાની છે. જપ કરતી વખતે તદ્દન મૂંગા રહેવાને બદલે, બહુ જોરથી નહિ પણ તમે જ સાંભળી શકો એ રીતે, બોલીને જપ કરો. બોલીને થતા જપ એટલા બધા વેગથી ન થવા જોઈએ કે અસ્પષ્ટ અથવા અશુદ્ધ બની જાય. જે બોલીએ તે સમજપૂર્વક અને

શુદ્ધ રીતે ઘોલવું જોઈએ. વાચિક જપની આ પદ્ધતિથી પણ મનને એકાગ્ર થવામાં મોટી મદદ મળે છે.

(૩) ત્રીજી પદ્ધતિ જપ સાથે ધ્યાન કરવાની છે. જેના જપ કરે તેના સ્વરૂપનું ધ્યાન પણ કરતાં રહેવું. એમ કરવાથી અધુરું મન જપમાં અને અધુરું મન ધ્યાનમાં રોકાઈ રહેશે અને એકાગ્રતા સહેલી બનશે.

(૪) ચોથી પદ્ધતિ નિરંતર જપ કરવાની છે. જ્યારે જ્યારે અવકાશ મળે ત્યારે, અથવા અવકાશ કાઢીને પણ, મંત્રના જપ કરવાની ટેવ પાડો. એમ કરવાથી મનને એક પ્રવાહ હંમેશાં જપમાં રસ લેતો થઈ જશે અને મનમાં એક જાતનું સંસ્કારોનું પડળ બંધાશે, જે મનને અંતર્મુખ કરવામાં મદદ કરશે.

પ્રશ્ન ૪: ચિત્તની એકાગ્રતા રહેતી નથી એટલે જપ કે ધ્યાનમાં રસ રહેતો નથી તો શું કરવું?

ઉત્તર: ચિત્તની એકાગ્રતા જે શરૂઆતથી જ સહજ બનશે તો તો પછી નામજપ કે ધ્યાનની જરૂર જ શી રહેશે? એકાગ્રતાને માટે તો એ બંનેનો આધાર લેવાનો છે. માટે ચિત્તની એકાગ્રતા એટલી જલદી સિદ્ધ ન થઈ શકે તો નિરાશ થવાનું નથી અને નિરાશાથી પ્રેરાઈને પુરુષાર્થ મૂકી દેવાનો પણ નથી; અભ્યાસ ચાલુ જ રાખવાનો છે. જે સર્વસંગ-પરિત્યાગ કરીને એકાંતમાં બેઠા છે એવા વિરક્ત પુરુષોનું મન પણ એટલું જલદી એકાગ્ર નથી થતું, તો પછી વિવિધ વ્યવસાયોમાં વ્યસ્ત રહેનાર અને એમની સારીમાઠી અસર નીચે આવનાર સ્ત્રીપુરુષોનાં મન તો એટલી જલદીથી એકાગ્ર કેવી રીતે થઈ શકે? એમને તો લાંબી વાર લાગે જ. છતાં પણ ઈલાજ પ્રયત્નને મૂકી દેવામાં નથી, પરંતુ પ્રયત્નને ચાલુ રાખવામાં રહેલો છે. મન અચળ છે, તોફાની છે,

બળવાન છે અને વાયુને વશ કરવા કરતાં પણ તેને વશ કરવું કઠિન છે. એ બધું સાચું હોવા છતાં પણ ક્રમે ક્રમે કળથી મનને વશ કરી શકાય છે એ પણ એટલું જ સાચું છે. માટે કોઈ પણ સંજોગોમાં હતાતસાહ અને હતાશ નથી થવા જેવું. ઈશ્વર પર વિશ્વાસ રાખી, ઈશ્વરની દયાની યાચના કરતાં આગળ વધતાં જ રહેવાનું છે. ગારુડી જેમ સુમધુર સ્વરોની મદદથી વિકરાળ વિષધરને વશ કરે છે, તેમ ઈશ્વરના નિરંતર નામસ્મરણના પ્રભાવથી જે મનને વશ કરવા માગે છે અને એને માટે અનવરત-સતત અભ્યાસ કરે છે, એનો મનોરથ જરૂર ફળે છે, એને સફળતા અવશ્ય વરે છે.

“હજારો દન રૂની ગંજને બાળી મૂકવાની તાકાત એક નાનકડી ચિનગારી ધરાવે છે તેમ તમારા સુંદર જીવનને નષ્ટ કરવાની શક્તિ કુસંગ ધરાવે છે. માટે જીવનમાં કદી કુસંગના જોડે ચડશો નહિ.”

મુની શ્રી ચંદ્રશેખરવિજયજી

નરસિંહદાસ વ્રધર્સ

દાણાપીઠ, લાવનગર-૧



કુળ



કેશવ ! હું તો કુળ કાળી !
ભવભવમાં ભટકું ભમરાળી
મહેર કરીને મુરારિ !...કેશવ !...
જનમ જનમની પ્રેમ-પિયારી
પારસ-પ્રેમ ખલિહારી...કેશવ !...
કર્મ-વિપાકે કુંઠિત કાયા
વિકસાવો વનમાળી...કેશવ !...
દારી કંસની, કરુ પ્રસાધન
અનુચ્છની હું ભિખારી !...કેશવ !...
ત્રિભંગની કર કમનીય ભંગિ
રાસ રસેશ્વર ભારી...કેશવ !...
જીવતરમાં પ્રજવલતી હોળી
પેટવ પુણ્ય-દિવાળી...કેશવ !...
તટવર તાગરને શું કપરું ?
કરુણા કર ગિરિધારી
કર, કર કામણુગારી
કેશવ ! હું તો કુળ કાળી ?
રણજિત પટેલ (અનામી)



એક અમારી નેમ

અમારા સમા હરો હનરો
તમે અમારે એક,
આરાધ્ય તમે એક અમારે,
આરાધકો અનેક
તમે ભલે રાખો કે ના રાખો ટેક,
જન્મ્યા તે ક્ષણથી જ અમે તો થયા ઉપાસક નેક.
તમે પ્રેય ને શ્રેય તમે છો એક.

જેવું પડે તમારે યોગમ,
તમે અમારી દષ્ટિ,
વિહરો તમે વિભિન્ન સ્થળે પણ
તમે અમારી સૃષ્ટિ.
વરસો ક્યાં ક્યાં અતુરાગતણી અખંડ દૈવી વૃષ્ટિ.
અમારે તમે જ એકલ પુષ્ટિ.

અહો અનેક ભક્ત તમારા
દિવ્ય તમારો પ્રેમ,
જીવી રહ્યા છીએ તો માણી
માત્ર તમારી રે'મ;
તમે કરો ના, કોણુ કરે તો કહો અમારું ક્ષેમ.
તમે છો એક અમારી નેમ.

૧-૧૧-૭૮

શ્રી યોગેશ્વરજી

વ્રતવર્ષ ટોરેન્ડો



જીવનની ચાર મહાભૂલો

સ્વામી કાશિકાનંદજી

यस्यात्मबुद्धिः कुणपे त्रिधातुके
स्वधीः कलत्रादिषु भौम इज्यधीः ।
यत्तीर्थबुद्धिः सलिले न कर्हिचि-
ज्जनेष्वभिज्ञेषु स पच गोखरः ॥

ભાષાંતર :-

ગણે ત્રિદોષી વપુને જ આત્મા
સ્વધી કલત્રે, પ્રતિમા જ પૂજ્ય
સલિલને તીર્થ જ માનતા જે
લહે ન તત્ત્વ, મૂઠ એ ખરા ખરે !

શ્રીમદ્ ભાગવતના દસમા સ્કંધના ૮૪ મા અધ્યાયનો આ તેરમો શ્લોક છે. ભગવાન શ્રી કૃષ્ણચંદ્રે ઉપરોક્ત શ્લોકમાં, મનુષ્યો જે ચાર મહાભૂલો જીવનમાં કરતા હોય છે, તે પ્રત્યે લક્ષ્ય હોયું છે, એટલું જ નહિ પરંતુ આવી ગેરસમજ ધરાવતા મનુષ્યને માટે પ્રભુએ “ગોખર:” શબ્દનો પ્રયોગ કર્યો છે, જેનો અર્થ છે ગાય કે ગધેડો મતલબ કે એ પશુ જેવો છે.

ભગવાન શ્રી કૃષ્ણચંદ્રે દર્શાવેલ આ ચાર મહાભૂલો કયી છે? આપણે તે જોઈએ :

પ્રથમ ભૂલ એ છે કે ત્રણ ધાતુનું બનેલું આ શરીર એ જ હું છું.—એવી આત્મબુદ્ધિ. જ્યારે સાચી વાત એ છે કે નક્ષર શરીરમાં રહેલો આત્મા એ જ આપણું સાચું સ્વરૂપ છે એવી બુદ્ધિ હોવી જોઈએ.

પોતાની સ્ત્રી, બાળકો, ઘર ને સંપત્તિ એ જ ‘મારાં’ છે એમ માનવું એ બીજી મહાભૂલ છે. ખરી રીતે આ બધા

સંબંધો કેવળ શરીર સાથેના છે. શરીરનો નાશ થતાં, એ બધા નષ્ટ થઈ જવાના. આમ એમને આપણે પોતાના સમજી બેઠા છીએ ને એમ સમજીને જીવનવ્યવહાર કરીએ છીએ, એ બીજી મહાભૂલ છે. એક પ્રભુ સિવાય આપણું કોઈ જ નથી, એ જ સાચી બુદ્ધિ છે.

ધર્મ વિષેની યોગ્ય સમજના અભાવે આપણે એવું માનીએ છીએ કે માટી, પથ્થર કે ધાતુમાંથી બનેલી મૂર્તિ જ પૂજ્ય છે. ને તેમને પૂજીને આપણે ધર્મનું આચરણ કરી રહ્યા છીએ. એવો સંતોષ લઈ એ છીએ. પરંતુ ભગવાન શ્રી કૃષ્ણ કહે છે કે તે બરાબર નથી. સાચા પૂજ્ય તો જીવંત સંતો, મહાત્માઓ કે એલિયાઓ છે; જે આપણા પ્રેમ, ભક્તિ અને પૂજ્યભાવના અધિકારી છે. આપણે એમના પ્રત્યે પૂજ્ય બુદ્ધિ રાખીને વ્યવહાર, કરીએ, તો જીવનની ત્રીજી મહાભૂલમાંથી ઉગરી શકી.

આપણે યાત્રા નિમિત્તે તીર્થ-સ્થાનોમાં જઈ એ છીએ. પવિત્ર નદીઓના જળમાં સ્નાન કરી, પાપોમાંથી મુક્ત થવાની અપેક્ષા રાખીએ છીએ. પરંતુ સાચું તીર્થ એ પેલું પાણી જ નથી, સંત પુરુષો કે જ્ઞાનીઓ દ્વારા કરાતી જ્ઞાન-ચર્ચા કે પ્રભુનાં ચારિત્રોની કથાઓનું શ્રવણ એ પેલાં તીર્થ-જળથી પણ વધુ પવિત્ર છે; એ સાચી સમજ છે. તેનાથી જીવનની ચોથી મહાભૂલ સુધારી શકાય છે.

દરેક મનુષ્ય રાતે સૂતાં પહેલાં આ શ્લોકના ભાવાર્થનો મનમાં વિચાર-મનન કરે તો, જીવનમાં તેને સાચા ધર્મની સમજ પ્રાપ્ત થાય છે, એટલું જ નહિ પરંતુ તેના પરિણામે અનાસક્ત બની તે પ્રભુને પામવાનો પુરુષાર્થ કરી, જીવન ધન્ય કરી શકે છે. ચાર ચરણના એક નાના સરખા શ્લોકમાં ભગવાન શ્રી કૃષ્ણે સમગ્ર ધર્મનું સાર તત્ત્વ કેવી અદ્ભુત રીતે સમાવી દીધું છે !

વૃત્રાસુરની પ્રાર્થના

— ભાગવત

પ્રાર્થના એ ભગવદ્પ્રાપ્તિનું અમોઘ સાધન છે. એટલે એક સ્વતંત્ર સાધન તરીકેનું તેનું મહત્ત્વ એ દષ્ટિએ ખૂબ વધી જાય છે. કેઈ પણ મનુષ્ય—શિક્ષિત કે અશિક્ષિત, ધનસંપન્ન કે ગરીબ, યુવાન કે વૃદ્ધ—તેમ જ સ્ત્રી કે પુરુષ એનો આધાર લઈ ભગવદ્દર્શન પામી શકે છે.

કેટલીક પ્રાર્થનાઓ સુંદર ને અર્થસભર હોય છે. ભાગવતમાં અનેક સ્થળોએ ભગવાનની સ્તુતિ ને પ્રાર્થનાઓ આવે છે. તેમાં સૌથી શ્રેષ્ઠ પ્રાર્થના વૃત્રાસુરે કરેલ છે. તે ભાષા, ભાવ, પદલાલિત્ય, માધુર્ય, અર્થગૌરવ, સરસતા અને સરળતાની દષ્ટિએ દુનિયાભરની પ્રાર્થનાઓમાં આગવું સ્થાન ધરાવે છે. ચાર શ્લોકોની એ સુંદર, અદ્ભુત, પ્રેમરસ ભરપુર પ્રાર્થનામાં ભક્તિભાવનું સરસ પરિપૂર્ણ પ્રતિબિંબ પડે છે :

અહં હરે તવ પાદૈકમૂલદાસાનુદાસો ભવિતાસ્મિ ભૂયઃ ।
મનઃ સ્મરેતાસુ પતેર્ગુણાંસ્તે ગૃણીત વાક્ કર્મ કરોતુ કામઃ ॥૧॥

હે પ્રભુ, તમારા ચરણકમળો આશ્રય લેનારા એકનિષ્ઠ અનન્ય ભાવભક્તિવાળા ભક્તોના દાસાનુદાસ બનવાનું અને એમની સેવા કરવાનું સદ્ભાગ્ય મને મારા બીજા જન્મમાં સાંપડે એવી કૃપા કરો. મારું મન તમારા મંગલમય મધુર ગુણોનું સ્મરણ કરે. મારી વાણી એમનું સંકીર્તન કરે. ને હે પ્રાણધાર! મારું શરીર સદા તમારી સેવામાં જ સંલગ્ન રહે એવો અમુલ્ય આશીર્વાદ આપી દો.

ન નાકવૃષ્ટં ન ચ પારમેષ્ઠ્યં ન સાર્વભોમં ન રસાધિપત્યમ્ ।
ન યોગસિદ્ધીરપુનર્ભવ વા સમજસ ત્વા વિરહસ્ય કાંક્ષે ॥૨॥

હે સર્વસૌભાગ્ય ભંડાર પ્રભુ, તમને છોડીને હું સ્વર્ગ, પ્રદ્મપદ, અખિલ પ્રદ્માંડનું સામ્રાજ્ય, રસાતલનું એકછત્ર

રાજ્ય, યોગની અણિમાદિ સિદ્ધિ અને મોક્ષ પણ નથી માંગતો.

અજાતપક્ષા इव मातरं स्वगाः

स्तन्यं यथा वत्सतराः क्षुधाताः ।

प्रियं प्रियेव व्युषितं विषण्णा

मनोऽरविन्दाक्ष दिदक्षते त्वाम् ॥૩॥

પક્ષીઓના પાંચ કુટ્યા પિતાના બચ્ચાં વનમાં ગયેલી પોતાની માતાની રાહ જુએ છે; માતાનું દૂધ પીવા માટે ક્ષુધાર્ત વાછરડાંના અંતરમાં જેવી આતુરતા હોય છે, પ્રેમાળ પત્ની પોતાના પરદેશ ગયેલા પ્રિયતમને મળવા વ્યાકુળ હોય છે, એવી જ—અરે, એથી પણ વધારે વ્યાકુળતા, આતુરતા ને પ્રીતિને લઈ ને હે કમળનયન! મારું મન તમારા દેવદુર્લભ દર્શન માટે તૈયાર રહે એવું ઇચ્છુ છું.

ममोत्तमश्लोकजनेषु सख्यं

संसारचक्रे भ्रमतः स्वकर्मभिः ।

त्वन्माययाऽऽत्मात्मजदारगेहे-

ष्वासक्तचित्तस्य न नाथ भूयात् ॥૪॥

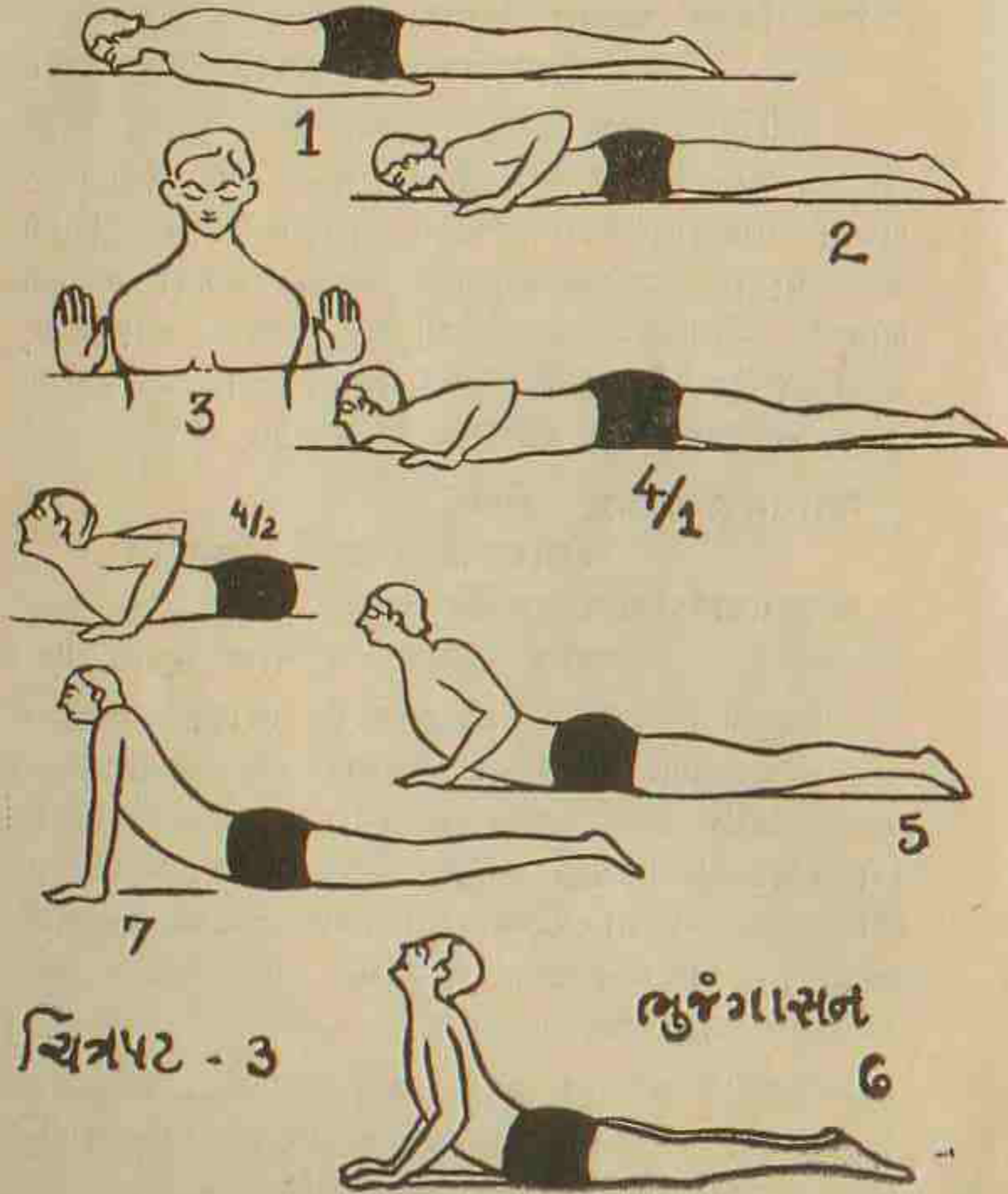
(હે પ્રભુ, મારી આરાધના એવી અસાધારણ નથી કે મને સુક્રિત મળી શકે એટલે) બીજા જન્મ દરમિયાન ભગવાનના પ્રેમી પવિત્ર ભક્તજનો સાથે મને મૈત્રી થતે અને આ સંસારચક્રમાં વિહાર કરતાં તેમ જ મારી દરજ બળવતાં આપની મહામહિમામયી માયાના પ્રભાવ નીચે આવીને મારી જાત, પુત્ર, સ્ત્રી અને ઘરમાં મારું મન કદી આસક્ત ન બને, એવી કૃપા મારા ઉપર કરજો.

વૃત્રાસુરે આ પ્રાર્થના એકાંતવાસમાં નહિ, પરંતુ રણક્ષેત્રના મેદાનમાં મનને સ્વસ્થ અને પરમાત્મ પરાયણ રાખીને કરી છે, એટલે એનું મહત્ત્વ સવિશેષ છે.



ભુજંગાસન

શ્રી મણિભાઈ શાહ



ચિત્રપટ - ૩

ભુજંગાસન

૬

ભુજંગ એટલે સર્પ. કૃષ્ણ માંડીને સર્પ જ્યારે જમીનથી

ઊંચો થાય છે તેના જેવો દેખાવ શરીરનો થતો હોઈ આ આસનને ભુજંગાસન કહે છે.

આસનની રીત : પેટભર બઠ્ઠા સૂઈ જાઓ. બંને હાથ બંને બાજુ પસારેલા અને બંને પગ પૂરા સીધા કરી પગના પંજા લંબાવી દો. જુઓ ચિત્ર નં. ૧. ચિત્રમાં નાક જમીનને લાગેલું દેખાય છે પણ કપાળ અડાડી રાખવું વધારે યોગ્ય છે.

પછી જમણા હાથનો પંજો જમણી છાતી પાસે અને ડાબા હાથનો પંજો ડાબી છાતી પાસે ગોઠવો. જુઓ ચિત્ર નં. ૨. કેટલાક બંને પંજા કાન પાસે કે કમર પાસે રાખે છે પણ તેથી આસન ખોટું થાય અને આસનનો ઉદ્દિષ્ટ હેતુ માર્યો જાય. તેથી ચિત્ર નં. ૩ માં હાથ ચોક્કસ રીતે કયાં ગોઠવવા તે સ્પષ્ટ કર્યું છે. છાતીના સ્નાયુની નીચલી ધાર અને પંજાના કાંડા તરફની હથેળીની ધાર એક રેખામાં રહે તેવી રીતે બંને પંજા ગોઠવવાના છે. ચિત્ર નં. ૨ની સ્થિતિમાં ચિત્ર નં. ૩ પ્રમાણે પંજા ગોઠવાય તો જ આસન સાચું થશે.

હવે દાઢી લંબાવીને બહાર કાઢો. જુઓ ચિત્ર ૪/૧ દાઢી શક્ય તેટલી લંબાવવાની સાથે સાથે માથું ઊંચું કરો અને પછી છાતી ઊંચી કરો. દાઢીમાથું અને છાતીની ક્રિયા અનુક્રમે સતત ધીમેથી કરવાની છે. એકદમ છાતી ઉઠાવવાની નથી. હાથનો ટેકો પણ લેવાનો નથી. હાથ જે સ્થિતિમાં ગોઠવ્યા છે તે જ સ્થિતિમાં નિષ્ક્રિય રાખવાના છે અને પીઠની માંસપેશીઓના બળથી જ છાતી સુધી ઊંચા થવાનું છે. જુઓ ચિત્ર નં. ૪/૨.

છાતી સુધીનો ભાગ ઊંચો કર્યા પછી છાતી નીચેના ભાગથી શરૂ કરી નાભિ સુધી પેટ ઊંચકવાનું છે. આ વખતે બંને હાથનો થોડો ટેકો લેવાનો છે અને ગર્દાનથી કમર સુધીની કરોડને પાછળની બાજુ વાળવાની છે. જુઓ ચિત્ર ૫.

ખંને કોણીઓ પડખેથી દૂર જતી ન રહે તેની કાળજી રાખો.

હવે અંતિમ સ્થિતિએ પહોંચવા માટે આકાશ તરફ જોઈ કરોડને થોડોક વધારે વળાંક આપો. જુઓ ચિત્ર નં. ૬ હાથ પૂરેપૂરા સીધા કરવાના નથી કે ખભા ઊંચકવાના નથી. કોણીમાંથી કાટખૂણાથી થોડો મોટો ખૂણો પડે તેમ, એટલે કે ચિત્ર નં. ૬ પ્રમાણે ખંને હાથ રહેવા જોઈએ. અહીં આસન પૂરું થયું.

ચિત્ર નં. ૭માં ખભા ઊંચકેલા અને હાથ પૂરેપૂરા સીધા કરેલા દર્શાવેલા છે તે તદ્દન ખોટી રીત છે.

આ આસન ૧૦/૧૫ સેકન્ડ સ્થિર રાખી ઉલટા કમથી એટલે કે પહેલા નાભિ, પછી પેટ, છાતી વગેરે નમાવતા નમાવતા છેવટ ઢાઢી અંદર ખેંચી લઈ ચિત્ર નં. ૧ની મૂળ સ્થિતિમાં આવી જવું.

આ આસનમાં સમય વધારવા કરતાં એકવાર થોડી સેકન્ડ સ્થિર રાખી, ફરી કરવું હિતાવહ છે. શક્તિ પ્રમાણે સંખ્યા અથવા આવર્તનો નક્કી કરી શકાય. શ્વાસોચ્છ્વાસ સ્વાભાવિક રીતે ચાલવા દેવો.

શ્યાદા : (૧) પીડ અને પેટની માંસપેશીઓ સખળ અને નીરોગી બને છે તેમ જ પેટની અંદરના અવયવો પણ વધારે કાર્યક્ષમ બને છે.

(૨) કરોડના બે અંગોડા વચ્ચેથી નીકળતી જ્ઞાનતાંતુની નાડીઓને વધારે સક્રિય અને બળવત્તર બનાવે છે.

(૩) દેહવિન્યાસ સુધારે છે ને કરોડને સ્થિતિસ્થાપક બનાવે છે.

(૪) જમ્યા પછી પેટમાં વાયુ થતો હોય તો આ આસન અસરકારક છે.

સૂચના : જેની કરોડ અક્કડ હોય તેણે સહેલાઈથી વાળી શકાય તેટલી જ કરોડ વાળવી. પરાણે જોર કરીને કે આંચકા મારીને વધારે વાળવાનો પ્રયત્ન હરગીજ ન કરવો. અભ્યાસથી જેમ જેમ કરોડ સ્થિતિસ્થાપક થતી જશે તેમ તેમ તે વધારે વળશે. ઉત્સાહમાં આવીને ઉતાવળ ન કરવી. આ આસન કરતાં પીડમાં દુઃખાવો થઈ આવે તો અતિશયતા થઈ છે, જેમ જાણી એકાદ બે દિવસ આરામ કરી દુખાવો મટે પછી સાવચેતીપૂર્વક ફરી શરૂ કરવું. સામાન્ય રીતે કોઈ પણ આસન પછી દુખાવો કે બેચેની ન થવાં જોઈએ પણ ઉત્સાહ અને સ્ફૂર્તિનો અનુભવ થવો જોઈએ.

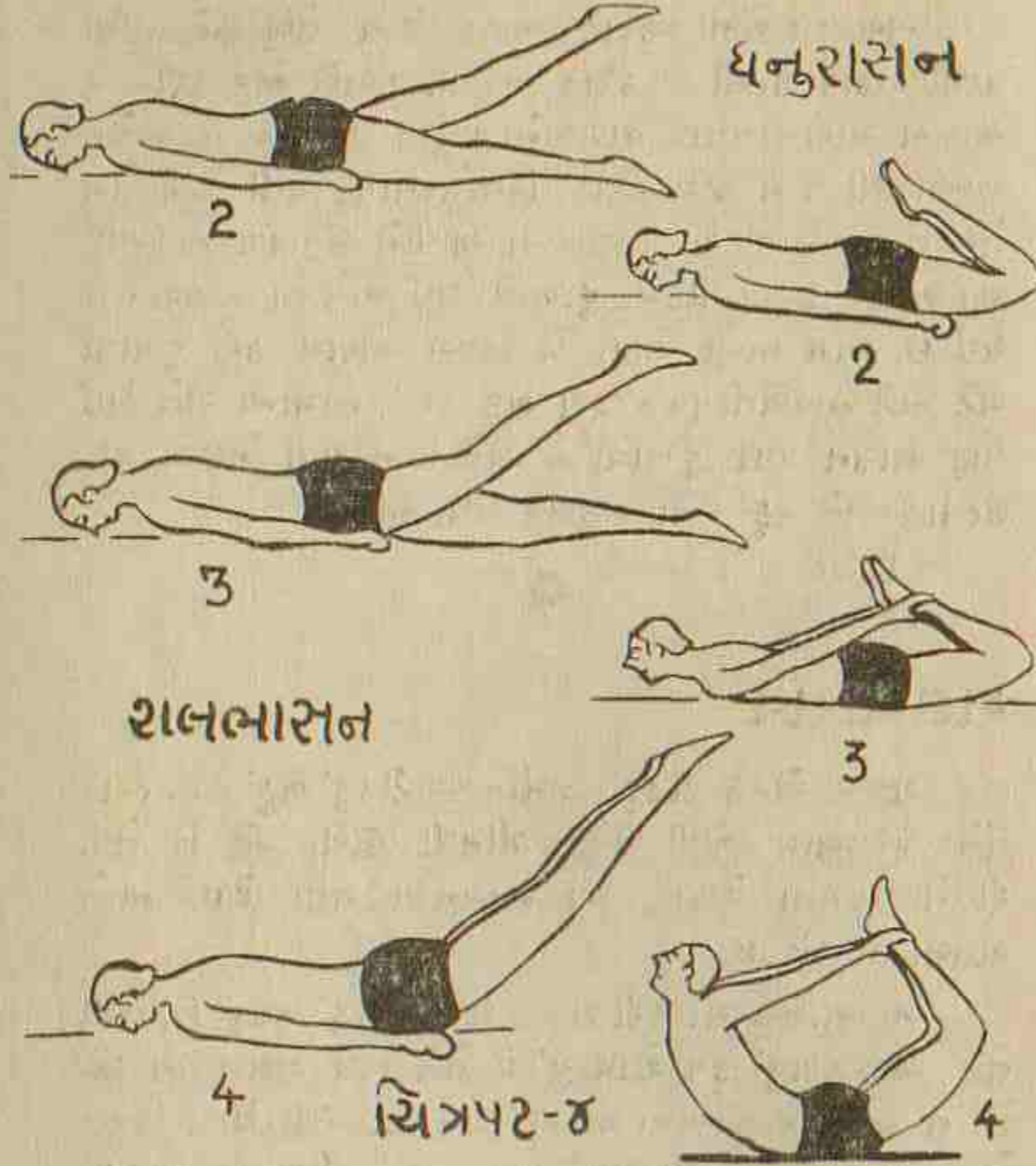


શલભાસન

શલભ એટલે ટીડડું. જમીન પર ટીડડું બેઠું હોય ત્યારે તેનો પૂરુંભાગ જેવી રીતે જમીનથી ઊંચો રહે છે તેવી રીતનો પગનો દેખાવ આ આસનમાં થતો હોઈ આને શલભાસન કહે છે.

આ આસન સૌ કરી શકતા નથી, થોડું અઘરું છે, તેથી તેનું એક હળવું રૂપ શોધાયું છે તેને અર્ધ શલભાસન કહે છે. તે સહેલું હોઈ બધા જ કરી શકે છે. વળી થોડા દિવસ તેનો અભ્યાસ કરવાથી પૂર્ણ શલભાસન શીખવાનું સહેલું પડે છે એટલે પહેલા અર્ધ શલભાસન લઈએ.

આસનની રીત : પેટભર બઠ્ઠા સૂઈ જાઓ. જુઓ ભુજંગાસન ચિત્ર નં. ૧ ચિત્રમાં નાક જમીન પર ટેકવેલું દેખાય છે, પરંતુ હોઠ અને તેની નીચેનો ઢાઢીનો ભાગ ટેકવવો વધારે અનુકૂળ રહેશે. હાથની મુઠ્ઠીઓ વાળેલી ચત્તી કે બઠ્ઠી જે રીતે ફાવે તે રીતે રાખો.



હવે ચિત્રપટ ૪ના શલભાસનના ચિત્ર નં. ૨ પ્રમાણે જમણા પગ ધીમે ધીમે ઊંચો કરો. પગની માંસપેશીઓ સખત (Contract) રાખો જેથી ઢીંચણમાંથી પગ વળે નહીં જમીન સાથેનો ડાબો પગ કે કમરનો કોઈ ભાગ ઊંચો ન થાય, તેની કાળજી રાખો. પગ વધારે ઊંચો કરવાની ઇચ્છાથી શરીરને પડખાભેર કરી દેવું એ ખોટું છે. કમર

પાસેના આગળના બંને અસ્થિઓ જમીનને લાગેલા રહેવા જોઈએ. પગ શક્ય હોય તેટલો ઊંચો કરી જરા સ્થિર રાખી ધીમે ધીમે પગ નીચે ઉતારી બુજંગાસન નં. ૧ની સ્થિતિમાં મૂકી દો.

જમણા પગની માફક હવે ડાબો પગ તે જ રીતે ઊંચો કરી, ઘડીક સ્થિર રાખો જુઓ ચિત્ર-૩ અને પછી મૂળ સ્થિતિમાં મૂકી દો.

આમ બંને પગ વારાફરતી ઊંચા કરી પાછા મૂળ સ્થિતિમાં મૂકી દઈએ એટલે આસન પૂરું થયું અથવા આસનની એક આવૃત્તિ અથવા આવર્તન થયું. એમ પાંચ-સાત આવર્તનો કરવાથી પૂરતી કસરત મળી રહે છે. હવે પૂર્ણ શલભાસનની રીત :

બુજંગાસન ચિત્ર નં. ૧ પ્રમાણે બહુ સૂઈ જાઓ. આ આસનમાં શ્વાસ લઈને બંને પગને ઊંચા કરવાના છે. શરીરને સખત કરવાનું છે. બાજુ પર મુઠ્ઠી વાળી લંબાવેલા હાથ અને છાતી પર બધો ભાર પડે તેવી રીતે હાથ છાતીનો આધાર લેવાનો છે, અને કમરની માંસપેશીઓના બળથી બંને પગ એક સાથે ઊંચકવાના છે. આ બધું શ્વાસ લેતાની સાથે એકદમ ઝડપથી એક સાથે કરવાનું છે અને સહલાઈથી શ્વાસ રોકી શકાય ત્યાં સુધી બંને પગ અધ્ધર રાખવાના છે જુઓ શલભાસન ચિત્ર નં. ૪ જ્યારે એમ લાગે કે હવે વધારે વાર સહલાઈથી શ્વાસ રોકી નહીં શકાય ત્યારે શરીરના સ્નાયુઓ ઢીલા કરી બંને પગ નીચે ઉતારી લઈ મૂળ સ્થિતિમાં આવી જવાનું છે અહીં આસન પૂરું થયું.

પછી થોડાક શ્વાસોશ્વાસ લઈ શ્વસનક્રિયા સમધારણુ થવા દેવી અને ફરીથી કરવું. આ આસનમાં ફેફસાં ઉપર

તાણુ પડતું હોઈ શક્તિનો ખ્યાલ રાખી સંખ્યા કે આવર્તનો નક્કી કરવાં.

શાયદા : આ આસન ભુજંગાસનનું પૂરક છે. ભુજંગાસનમાં કરોડનો ઉપરનો ભાગ અને શલભાસનમાં કરોડનો નીચલો ભાગ પાછળ વાળવામાં આવે છે તેથી કરોડની માંસપેશીઓ, જ્ઞાનતાંતુઓ અને બંધનોને (Ligaments) સામાન્ય રીતે શાયદો કરે છે અને વિશેષમાં—

- (૧) લીવર અને પેન્ટીઆસ સુધારે છે
- (૨) મળવિસર્જનતંત્ર શક્તિશાળી બને છે
- (૩) ફેફસામાં હવાનું ઢગાણુ વધતું હોઈ ફેફસાં મજબૂત બને છે
- (૪) ઉંચક, કમર અને નિતબ પ્રદેશના સ્નાયુઓ સખળ બને છે
- (૨) કરોડને સ્થિતસ્થાપક કરે છે.

સૂચના : (૧) નળળા ફેફસાવાળાઓ કે સારણુગાંઠ હોય તેણે આ આસન ન કરવું.

- (૨) તેમ જ શ્વાસ વધારે પડતો રોકી રાખીને પણ ન કરવું.



ધનુરાસન

ધનુસ એટલે ધનુષ્ય. પણુષ જે ચેલ ધનુષ્યની જેવો શરીરનો આકાર થતો હોવાથી આ આસનને ધનુરાસન કહેવામાં આવે છે.

આસનની રીત :

- (૧) ભુજંગાસન ચિત્ર નં. ૧ પ્રમાણે બહુ સૂઈ બાઓ.

(૨) ગોઠણ સુધીના પગ પાછળ વાળી પાનીઓ નિતબ પ્રદેશ ઉપર આવે તેમ રાખો જુઓ ધનુરાસન ચિત્ર નં. ૨.

(૩) પછી ડાબા હાથે ડાબા પગનું કાંડુ અને જમણા હાથે જમણા પગનું કાંડું પકડો ધનુરાસન ચિત્ર નં. ૩.

(૪) હવે બંને હાથની મજબૂત પકડ રાખી બંને પગ ખેંચો અને સાથે સાથે આગળથી ઘડને નાભિ સુધી ઊંચું કરી શરીરને ધનુષ્યાકાર કરો. માથું પાછળ ઝુકાવી આકાશ તરફ જુઓ. જુઓ ધનુરાસન ચિત્ર નં. ૪ અહીં આસન પૂરું થયું.

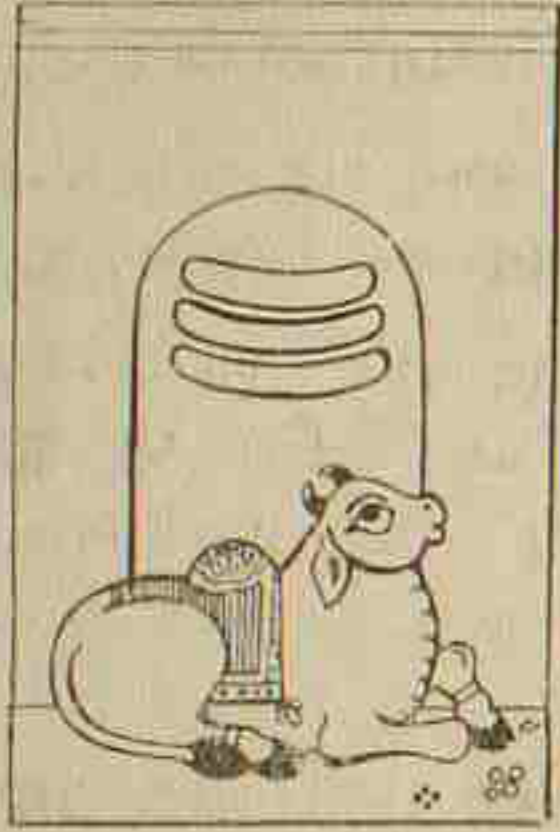
પાંચ-સાત સેકન્ડ આસન સ્થિર રાખી ઉલટા કમથી આસન છોડવું. આ આસન વધારે સમય સ્થિર રાખવા કરતાં તેના આવર્તનો હિતાવહ છે.

શ્વાસની ગતિ સ્વાભાવિક રીતે ચાલવા દેવી.

શાયદા :—ભુજંગાસન અને શલભાસનમાં મળતા બધા લાભો થોડા ઓછા પ્રમાણમાં મળી રહે. વિશેષમાં પેટના સ્નાયુઓ તથા બંધના સાંધા વાળનાર સાથળના સ્નાયુઓને સખળ કરે.

સૂચના : અંતિમ સ્થિતિએ પહોંચવા માટે આંચકો મારીને ભેર ન કરવું. તેમ કરવા જતાં અક્કડ માંસપેશીઓ તણાઈ જવાનો અથવા સાંધામાં દુખાવો થઈ જવાનો સંભવ છે.





શિવમંદિર : યોગ અને વેદાંત સાધનાનો સમન્વય

પ્રા. જનાર્દન જ. દવે

ભારતીય દર્શનોમાં ઈશ્વરને સૌથી ઊંચા સાતમા આસમાનમાં મૂલ્યવાન સિંહાસને વિરાજતા રાજધિરાજ તરીકે વર્ણવેલ નથી. આપણા ઉપનિષદો કહે છે સ આત્મા ઓતશ્ચ પ્રોતશ્ચ તે પરમાત્મા પોતે સમસ્ત વિશ્વમાં વ્યાપક છે. એક અખંડ અવિનાશી પરમાત્મસત્તા જ આ ચરાચર વિશ્વમાં ગૂઢરૂપે વસી રહેલ છે. અહીં દેખાતાં અનંત નામરૂપો અર્થાત્ પદાર્થો અને પ્રાણીઓમાં એક જ ચિત્તિશક્તિ સ્પંદન પામી રહેલ છે.

પણ આ વિશ્વવ્યાપી નિગૂઢ શિવચેતનાનું દર્શન, તેનો અનુભવ શી રીતે કરી શકાય ? અહીં દેખાતા પર્વતો, પ્રસ્તરો, સરિતાઓ, સાગરો, વૃક્ષો, વેદીઓ, પાર્થિવ રજકણો, અંડજ, જરાયુજ, સ્વેદજ, ઉદ્દભિજ આ બધાનાં સ્વૂળ ગિત્તિ દેખાતાં બહારનાં કામ્યકાંઓને આરપાર ભેદીને આ બધાની અંદરના આ સૌનાં ગતિર્મર્તા પ્રયુઃ સાધ્વી જિવાસઃ શરણં સહદ્ એવા પરમકારણુ લગવાનું શકાશિવતા નિત્ય શુદ્ધ શુદ્ધ મુક્ત સચ્ચિદાનંદ તત્ત્વનો સંસ્પર્શ આપણે કઈ સાધના વડે પામી શકીએ ?

આપણા આર્ષદેષ્ટા મહર્ષિઓએ શિવચેતનાનો પોતાની અંદર અને બહાર સાક્ષાત્કાર કરવા માટે સાધનાપથ આપણને શિવમંદિરના રૂપમાં સુલભ કરી આપેલ છે.

દુર્ભાગ્યે જરામરણથી ઘેરાયેલા આ સ્વૂળ સંસારમાંથી છૂટીને શિવચેતનામાં આપણી અષ્ટિચેતનાને લય કરવા માટે આપણે શિવમંદિરમાં નિત્યનિયમથી જઈએ છીએ, પણ તેની અલપઅલપ પણ પામ્યા વિના માત્ર જળ ચડાવીને, પ્રણામ કરીને, આવડે તેવો એકાદ શ્લોક બોલીને ગયા હતા તેવા જ પાછા આવીએ છીએ. કારણકે રામજીમંદિર કે કૃષ્ણમંદિર કરતાં શિવમંદિરની રચનાપદ્ધતિ જુદી હોવા છતાં શિવમંદિરમાં નંદી શા માટે છે ? કાચબો ત્યાં શેતુ પ્રતિક છે ? હનુમાનજી રામજીમંદિરમાં તો હોય પણ શિવમંદિરમાં શા માટે ? ગણેશ શિવપાર્વતીના પ્રિયપુત્ર હોવા છતાં શિવપાર્વતીની સાથે ન રખાતાં મંદિરની બહારના ભાગમાં શા માટે પ્રતિષ્ઠા પામ્યા છે ? રામ અને સીતા, રાધા અને કૃષ્ણ સાથેસાથ જ પોતપોતાના મંદિરમાં બિરાજતા હોય તો પાર્વતી શિવની પાછળની બીંતમાં શા માટે છે ? વળી શિવજી મંદિરમાં બરાબર વચ્ચે અને તે પણ શિવલિંગના રૂપમાં શા માટે છે ? શિવલિંગની આસપાસ સાડાત્રણ આંટા વીંટળાયેલ સર્પ, પાછળથી ઉપર ચડીને શિવલિંગ પર શા માટે ફણા ફેલાવી રહેલ છે ? શિવલિંગ પર જળાધારી શા માટે ચડાવવામાં આવે છે ? ઉત્તર દિશામાં ગૌમુખ શા માટે છે ? શિવની અર્ધ પ્રદક્ષિણા જ શા માટે કરવામાં આવે છે ? આવા કેઈ પ્રશ્નો આપણને થતા નથી. આપણે તો ગતાનુગતિક બની શિવમંદિરમાં જઈએ છીએ. આપણી ભક્તિ અને શ્રદ્ધાને વિવેક અને સમજરૂપી નેત્રો નથી.

શિવમંદિરની આ બધી રચનામાં મહર્ષિ પતંજલિ પ્રચિત યોગશાસ્ત્ર અને મહર્ષિ બાહરાયણુ રચિત વેદાંતદર્શન

બન્નેનો અદ્ભુત સમન્વય કરવામાં આવ્યો છે. શિવમંદિરના બે વિભાગ છે : બહિરંગ વિભાગ અને અંતરંગ વિભાગ અથવા ગર્ભગૃહ.

શિવચેતનાના અખંડ એકરસ ચિદાનુભવ માટે શરૂ-આતમાં બહિરંગ સાધના કરવી પડે છે અને આ સાધના પરિપક્વ થતાં જ્ઞાનમયી સૂક્ષ્મ સાધના-અંતરંગ સાધના શરૂ થાય છે. શિવમંદિરનો બહિરંગ વિભાગ યોગસાધના દર્શાવે છે અને તેમાં પગથિયાંઓથી શરૂ કરીને નંદી, કાચબો, ગણપતિ અને હનુમાન પર્યાંતનાં પ્રતીકો દ્વારા વિવિધ યોગરહસ્યો ખુલ્લાં કરવામાં આવ્યાં છે. અંતરંગ સાધના શિવમંદિરના ગર્ભગૃહમાં વિરાજતા પાર્વતી, શિવલિંગ, સર્પ, જળાધારી અને ગૌમુખનાં ભાવપ્રતીકો દ્વારા દર્શાવવામાં આવેલ છે.

હવે આપણે પ્રથમ યોગમયી સાધના અને પછી બ્રહ્મ-મયી સૂક્ષ્મ સાધના કેવી રીતે સૂચવાય છે તે જોઈશું. સામાન્ય નિયમ પ્રમાણે શિવમંદિર પાંચ પગથિયાંઓનું બનેલું હોય છે. આપણા પિંડમાં પણ પાંચભૂત છે. પાંચભૂતનો આ પિંડ પાંચેન્દ્રિયોનાં શબ્દ, સ્પર્શ, રૂપ, રસ, ગંધના સુખભોગ ભોગવવાના ઉદ્દેશથી જ મળેલ નથી. ઈંદ્રિયોના પાંચ વિષયોની સ્થૂળ ભોગભૂમિથી ઉપર ઊઠવા માટે, શિવચેતનાની રમણામાં રમણ કરવા માટે આ પિંડ તો પગથિયાંરૂપ છે. પાંચસુખોની ભૂમિકા તણ વૃત્યારૂઠ થયેલા ચૈતન્યને શિવારૂઠ કરવા માટે આ દેહ તો મુક્તિસોપાન છે; તેથી શિવમંદિરનાં પાંચ પગથિયાં ચઢીને આગળ વધાય છે.

પાંચ પગથિયાં ચઢ્યાં એટલે પ્રથમ બહિરંગભાગ આવશે. આત્મતત્ત્વના અપરોક્ષાનુભવ માટે પહેલી યોગસાધના આવશ્યક છે. પાંચ પગથિયાં ચઢ્યાં એટલે પ્રથમ નંદી દેખાય છે. અનેક સ્ત્રીઓ, બાળકો, યુવાનો, વૃદ્ધો મંદિરમાં આવે

ત્યારે નંદીની પાસે જ ઊભા રહે છે. કોઈ સંસ્કૃત શ્લોક જોલે, કોઈ વળી શિવને પ્રસન્ન કરવા ગાલ પણ વગાડે. નંદી કોઈની સામું જોતો નથી. એ તો બસ રાતદિવસ એક આસને પોતાના ઇષ્ટદેવ શિવ તરફ જ દષ્ટિ રાખીને જોડો છે. આત્મ-દર્શન માટે સાધકે પણ કોઈ એક આસન પર સ્થિર થઈ લાંબા સમય સુધી બેસવું પડે છે. પતાંજલિએ સ્થિરસુખમાસનમ્ એવી જે વ્યાખ્યા આપી છે તે નંદીના પ્રતીક દ્વારા દર્શાવેલ છે.

પદ્માસન જેવા કોઈ આસને સ્થિર થઈને બેસીએ પણ ઈંદ્રિયો પોતપોતાના વિષયોમાં પ્રવૃત્તિ કર્યા જ કરે તો લાંબા સમય સુધી એક આસને બેસવાનો માત્ર પરિશ્રમ જ રહે, એટલે શિવમંદિરમાં નંદી પછી તુરત જ કાચબો રાખવામાં આવે છે. કાચબો અત્યંત સરળતાથી પોતાના અવયવો બહારથી અંદર લઈ જઈ શકે છે તેમ સાધકે પણ પોતાની ઈંદ્રિયોને તેના વિષયોમાંથી વાળી લઈને અંતર્મુખ કરવાની છે. શ્રુતિ કહે છે, પરાશ્ચિ જ્ઞાનિ વ્યત્કળત્ સ્વયમ્ભૂ તસ્માત્ પરાન્પશ્યતિ નાન્તરાત્મન્ ઈંદ્રિયોના દ્વારા બહાર ઊઘડે છે તેથી તેઓ બહારના વિષયોને જુએ છે, અંતરાત્માને જોતી નથી. ઈંદ્રિયોની વૃત્તિઓના ધસમસતા પ્રવાહને રોકીને તેમને આત્મા તરફ વાળવો અનિવાર્ય છે તેથી જ ગીતાકાર કહે છે :

યદા સંહરતે ત્રાયં કુર્મોઽજ્ઞાનિવ સર્વશઃ ।

इन्द्रियाणि इन्द्रियार्थेभ्यः तस्य प्रज्ञा प्रतिष्ठिता ॥

આ પછી શિવમંદિરમાં એક બાજુ શ્રી હનુમાનજીની પ્રતિમાનાં દર્શન થાય છે. શ્રી હનુમાનજી વાયુપુત્ર છે. ખૂબ દોડનાર, ઘણી ઊંચાઈ પર ચડનારને શ્વાસ લેવામાં પરિશ્રમ પડે છે. શ્રી હનુમાન સો યોજનનો સમુદ્ર પ્રાણશક્તિના બળથી કૂદી શક્યા હતા. આપણા શ્વાસપ્રશ્વાસ અનિયમિત, કોઈ પણ લય (રીધમ) વિના ચાલે છે; પરિણામે રુધિરાભિ-સરણી ક્રિયા પણ અનિયમિત થાય છે. રુધિરાભિસરણમાં

તાલ કે લયબદ્ધતા ન હોય તો મન અશાંત અને ભારે રહ્યા કરે છે. ઉપનિષદો કહે છે, પ્રાણવન્ધનં હિ સૌમ્ય મનઃ પ્રાણુ-યામ દ્વારા પ્રાણુની ગતિ નિયમિત કરવામાં આવે છે. ગાયત્રી મંત્ર અથવા ઇષ્ટદેવના કોઈ પણ મંત્રના અક્ષરોને ધ્યાનમાં લઈ પૂરક, કુંભક, રેચક કરવાથી પ્રાણુમાં એકતાનતા (રીધમ) આવે છે. પ્રાણુયામ, મંત્ર જપ અને ઇષ્ટદેવનાં ધ્યાન દ્વારા મન ધીમે ધીમે સ્વભાવગત ચાંચલ્ય છોડી વિષયોપભોગમાંથી નિવૃત્ત થઈ પરમાત્માની દિવ્યભૂમિમાં સ્થિરત્વ પકડે છે. આથી શિવમંદિરમાં શ્રી હનુમાનજી પ્રાણુયામ દ્વારા મનો-નિશ્ચલનું પ્રતીક છે.

મન જ્યારે સંસારથી ઉપરામ પામી દિવ્યચેતનામાં પ્રવેશવા લાગે ત્યારે દૂરદર્શન, દૂરશ્રવણ, સંકલ્પસિદ્ધિ વગેરે સિદ્ધિઓ પ્રાપ્ત થાય છે. આવી સિદ્ધિઓ શિવદર્શનમાં વિદ્વનરૂપ છે, તેથી આ સિદ્ધિઓમાં ફસાવાને બદલે તેની ઉપરવટ થઈને આગળ વધવાનું છે. એટલે વિદ્વનનિવારક અને સિદ્ધિબુદ્ધિના સ્વામી ગણપતિને બરાબર પ્રાણુયામ વડે થતા મનોવિજય રૂપ હનુમાનજીની સામે, મૂકવામાં આવ્યા છે, હવે શિવમંદિરનો અંતરંગ વિભાગ-ગર્ભગૃહ આવે છે. ગર્ભગૃહ પાસે જઈ એ કે તુરત જ સામેની ભીંતમાં સહેજ ઊંચા ગોળમાં પાર્વતીનાં દર્શન થાય છે. શિવચૈતન્યનો પરિચય કરવા માટે આસન, પ્રાણુયામ, પ્રત્યાહાર જ પૂરતા નથી. બ્રહ્મવિદ્યાનું પણ શરણું સાધકને લેવું પડે છે. આત્મતત્ત્વ પ્રત્યક્ષ, અનુમાન, ઉપમાન વગેરે પ્રમાણુનો વિષય નથી. બ્રહ્મનાં ઉપનિષદમાં વર્ણવેલાં નિર્ગુણ સગુણ સ્વરૂપોને સમજવા પડે, પંચકોશનો વિવેક કરવો પડે, બ્રહ્મત, સ્વપ્ન, સુષુપ્ત તુરીય વગેરે અવસ્થાઓ પણ બાણવી પડે છે; એટલે બ્રહ્મવિદ્યા સ્વરૂપિણી ભગવતી ઉમાહૈમવતી પાર્વતી પૃથ્વભૂમિમાં છે. બ્રહ્મવિદ્યાના પૂરતા Back Ground વિના આત્મદર્શન સંભવિત નથી.

બ્રહ્મવિદ્યાની કૃપા થાય એટલે બરાબર શરીરની વચ્ચે હૃદયપ્રદેશમાં દહરાકાશમાં શિવદર્શન થાય છે. શિવ અને જીવ તત્ત્વતઃ એક જ છે. જે તત્ છે, તે જ સ્વં છે. આ આત્મતત્ત્વ દહરમાં-હૃદયાકાશમાં અનુભવાય છે. એટલે મંદિ-રમાં શિવલિંગ પણ બરાબર વચ્ચે છે. લિંગ એટલે ચિહ્ન. આ લિંગ શિવતત્ત્વનું-આત્મતત્ત્વનું છે, તેથી તેમાં દેહાદિ લક્ષણો, હાથપગ વગેરે ઇંદ્રિયો, ઉપવીત વગેરે વર્ણનાં લક્ષણો, બ્રહ્મચારી વગેરે આશ્રમોનાં ચિહ્નો પણ કયાંય નથી. આત્મા તો યજ્ઞવેદિમાંથી સારી રીતે પ્રતીપ્ત અગ્નિશિખા સમાન છે. થાણું એ યજ્ઞવેદિ છે, શિવલિંગ એ અગ્નિજ્વાળા સમાન સ્વયં પ્રકાશ આત્મતત્ત્વ છે. શિવલિંગમાં યોનિલિંગની ભાવના તો પશ્ચિમી વિચારકોની કલ્પના છે.

જેને આત્માનુભવ થયો તેની કુંડલિની મૂલાધારમાંથી બ્રહ્મત થઈ આપોઆપ સહસ્રાર પર્યંત પહોંચે છે. એટલે જ શિવલિંગની આસપાસ સાડાત્રણ આંટા વીંટાળાયેલ સર્પિણી શિવલિંગની પાછળથી છેક બાણની ટોચ પર પહોંચતી બતાવે છે.

એક વાર જેને આત્માનો અપરોક્ષાનુભવ થયો તેનું શરીર શરીરના ધર્મો ભલે બબલે પણ તે જીવનમુક્ત બની ચૂક્યો હોય છે. તેનું આત્માનુસંધાન સતત રહ્યા કરે છે. શિવલિંગ પર ગળતી ચડાવવામાં આવે છે તે દર્શાવે છે કે ગળતીનું પાણીનું ટીપેટીપું જેમ શિવ પર જ અભિષેક થયા કરે તેમ આત્મદર્શી જીવનમુક્ત પુરુષ શરીરથી ભલે દુકાનમાં કે એકિસમાં બેઠો હોય, તેની વૃત્તિઓનો મહાભિષેક તો શિવ પર જ થયા કરે છે.

આ મનુષ્ય શરીરમાં જે આવી રીતે શિવતત્ત્વને પોતાના આત્મસ્વરૂપે બાણે છે તેનો આ છેલ્લો જન્મ છે. જે પ્રારબ્ધ ભોગવતાં તેણે શરીરને ધારણ કર્યું તે તેણે વર્તમાન દેહમાં

લોગવી લેવાના છે. નવો દેહ સંચિત અને ક્રિયામાણુ નામના કર્મો બળી જતાં લેવો પડતો નથી એટલે સંસારમાં જન્મ-મરણની ફરીથી નવી પ્રદક્ષિણા તેણે કરવી પડતી નથી. માત્ર જે શરીરયાત્રા શરૂ કરી તે ઉત્તરાયણગતિ સૂચક ગૌમુખ પર્યંત ફરી કરવી પડે છે માટે શિવની માત્ર અર્ધ પ્રદક્ષિણા જ થાય છે.

આ શરીરમાં શિવદર્શન-આત્માનુભવ કરી ચૂક્યા પછી અને પ્રારબ્ધ લોગવાઈ રહ્યા પછી શરીરનું છેલ્લું આવરણ પડતાં શ્રુતિકથિત ઉત્તરાયણ માર્ગે મોક્ષગતિ પ્રાપ્ત થાય છે; એટલે જ શિવમંદિરમાં પણ શિવ પર ચડેલું દૂધ, જલ વગેરે ઉત્તર દિશા તરફ ગૌમુખ તરફ પ્રયાણ કરે છે, ગો એટલે ગાય, ગો એટલે ઈંદ્રિય, ગો એટલે ઉપાસના, ગો એટલે પૃથ્વી, ગો એટલે ભક્તિ, ગો એટલે જ્ઞાન. આમ ઉત્તરાયણ માર્ગે જ્ઞાનપૂર્વક થતું બ્રહ્મનિર્વાણ દર્શાવવા ગૌમુખ રાખવામાં આવેલ છે.

देहो देवालयः प्रोक्तः जीवः प्रोक्तः सदाशिवः ।
त्यजेद्ज्ञाननिर्माल्यं सोऽहं भावेन पूजयेत् ॥

('આકાશવાણી'ના સૌજન્યથી)



અનુરાગ

અંતરનો અનુરાગ થયો છે!
દિવસે દિવસે વધતાં વધતાં
ભાવોનો મધુભાગ બન્યો છે.

શ્રી યોગેશ્વરજી

વગર ઓપરેશને પગ સંધાયો

શ્રી બાબુભાઈ વોરા

સત્ય ઘટના

ભક્ત હૃદયની પ્રાર્થનાનો પ્રતિષ્ઠાપ પ્રભુ હંમેશાં પાડે છે. અને ઈશ્વર પ્રત્યેની ભક્તની અનન્ય શ્રદ્ધા જ્યારે ફલીભૂત થાય છે ત્યારે ચમત્કારો આજે પણ બને છે તે સ્વીકારવું જ રહે. મારી હોલિટ્રીને નવરંગપુરા કોમર્સ કોલેજ પાસે મ્યુ. બસ સાથે અકસ્માત થયેલો. ૧૬ વર્ષની યુવાન વયે અકસ્માતનો લોગ બનેલ. તેના પગ પર બસનું પેડું ફરી વળતાં, હાડકાના તેર ટુકડા થઈ ગયા. પગ પરની ચામડી સાવ ઉતરડાઈ ગયેલી. સાથે અભ્યાસ કરતી સહાધ્યાયીનીઓએ હિંમત કરી તેને વાડીલાલ હોસ્પિટલમાં દાખલ કરી. અકસ્માત બન્યો ત્યારે ઘેર મારા સિવાય કોઈ જ નહીં. હું પણ કોઈ લગ્નમાં જવાની તૈયારી કરતો હતો, ત્યાં અકસ્માતના આ સમાચાર મળ્યા. સમાચાર સાંભળી મારાથી મહાત્મા યોગેશ્વરજીને મનોમન પ્રાર્થના થઈ ગઈ. દરમિયાન મારી પુત્રી ને જમાઈ તથા શાળાના શિક્ષકોને ખબર મળતાં સૌ હોસ્પિટલ પહોંચ્યાં. સૌ કોઈ હેબતાઈ ગયેલાં! પ્રાથમિક સારવાર ને નિરીક્ષણ બાદ પગ કાપવા અંગેનો નિર્ણય ડોક્ટરોએ લીધો. સાંજે જ ઓપરેશન કરવાનું નક્કી થયું. યુવાન ટીકરીનો પગ કાપવો પડે તેનું દુઃખ મા-બાપને કેટલું હોય, તે તો વીતી હોય તે જ જાણે.

યોગાનુયોગ પૂ. યોગેશ્વરજી તે સમયે અમદાવાદ હતા. તેઓ કોઈ કામ અંગે બહાર જતા હતા ત્યાં તેમને આ અકસ્માતના સમાચાર મળ્યા. તેઓ સીધા હોસ્પિટલમાં પૂ. માતાજી સાથે આવ્યા અને પરિસ્થિતિ નિહાળી. ડોક્ટરોએ

ઓપરેશન બીજે દિવસે સવાર પર અચાનક મુલતવી રાખ્યું! વાડીલાલ હોસ્પિટલના ડોક્ટર શ્રી કાનાબારે બીજે દિવસે ઓપરેશનની સંપૂર્ણ તૈયારી કરી. બેનને ઓપરેશન થીએટરમાં લઈ જવામાં આવી. ઓપરેશનના હથિયારો સાથે ઓપરેશન શરૂ કરવા તેઓ ગયા ત્યાં જ તેમનો હાથ પાછો પડતો હોય તેવો તેમને અનુભવ થયો. મનમાં ઓપરેશન ન કરવાની દૈવી સ્ફુરણા પણ તેમને થઈ અને ઓપરેશન મુલતવી રાખ્યું. દૈવી શક્તિના આ અનુભવથી પ્રભાવિત થઈ પગ આપોઆપ સારો થઈ જાય તો ભદ્રકાળી 'માને' પ્રસાદ ધરવાની માનતા પણ તેઓએ માની!

સૌના આશ્ચર્ય વચ્ચે ધીમે ધીમે પગ સારો થવા માંડ્યો! ત્રણચાર નાની શસ્ત્રક્રિયાઓ પછી સુધારો જોવા મળ્યો. તેમ છતાં ટુકડા થઈ ગયેલ હાડકાંઓને જોસાડવા માટે એક મોટા ઓપરેશનની આવશ્યકતા તો હતી જ. આ ઓપરેશન પણ થોડું જોખમકારક તો હતું જ. મેં માસ દરમિયાન યોગેશ્વરજીનાં પ્રવચનો અમદાવાદ ખાતે યોજાયાં. યોગેશ્વરજીએ ઈશ્વરીય સંકેતથી તેમનો ઉતારો મારે ત્યાં જ રાખ્યો. એટલે આ બહેન પણ પૂ. શ્રીનાં દર્શન કરી શકી. અંતે ઓપરેશનની તારીખે તેને ડોક્ટર પાસે લઈ જવામાં આવી. તપાસ પછી ડોક્ટરોના આશ્ચર્ય વચ્ચે ટુકડા થઈ ગયેલ પગનું હાડકું કુદરતી રીતે જ સંધાતું જતું માલૂમ પડ્યું. ઓપરેશનની કોઈ આવશ્યકતા ન રહેતાં ઘરમાં સૌ કોઈ આનંદિત થઈ ગયાં! પ્રભુની કેવી કૃપા!

ઈશ્વર પ્રત્યેની અનન્ય શ્રદ્ધાનો પ્રતિધોષ હંમેશ પડે જ છે. હૃદયના શુદ્ધ ભાવોની ઈશ્વરને કરેલી પ્રાર્થના,

નવ માસ જેટલા સમય પછી ટુકડા થઈ ગયેલ હાડકું કુદરતી રીતે જ સંપૂર્ણ સંધાઈ ગયું. અને માની ન શકાય

છતાં હકીકત એ છે કે આ દીકરી કોઈ પણ જાતની જોડ વિના ચાલી શકે છે. પોતાના સાધકોને દુઃખના સમયે દૈવી મદદ પહોંચાડનાર પૂ. યોગેશ્વરજીની પ્રેમાળ અને કૃપાદૃષ્ટિથી મારી આ દોહિત્રીનું જીવન બચી ગયું, તેમ જ ભવિષ્યના લગ્નજીવનની કારકિર્દી સુધરી જે અકસ્માત પછી અંધકારમય ભાસતી હતી, તે હવે ઉજ્જવળ બની ગઈ છે. કંઈ પણ બોલ્યા ચાલ્યા સિવાય, સંત પુરુષો કેવી ગેબી રીતે પોતાના ભક્તોને સહાયરૂપ થતા હોય છે, તે સત્યની મને આમ પ્રતીતિ થઈ.



“ પુસ્તકો પ્રત્યેનો સ્નેહ એ ઈશ્વરી રાજ્યમાં પહોંચવાનો પરવાનો છે. મહેલથી તથા ધન-વૈભવના અખૂટ ભંડારમાંથી જે સંતોષ તમને નહિ મળે તે સંતોષ તમને ઉત્તમ પુસ્તકોમાંથી પ્રાપ્ત થશે.”

સ્વામી વિવેકાનંદ

સોહિલરાજ એજન્સી

સોહિલરાજ ટ્રાન્સપોર્ટ

લાલી બજાર, ભાવનગર

સી. જે. ઓટો સર્વિસ એન્ડ પેટ્રોલ પંપ

મ્યુનિસિપાલિટી ઓફીસ સામે, ભાવનગર

અવનવો અનુભવ

શ્રી યોગેશ્વરજી

પંઢરપુરથી હૈદરાબાદ જતાં એક બીજું દર્શનીય તીર્થ-સ્થાન આવતું હતું. એનું નામ તુલબલવાની.

કહે છે કે એ પ્રસિદ્ધ સ્થાનમાં માતા તુલબલવાનીએ પ્રસન્ન થઈને શિવાજીને તલવાર આપેલી. એવી રીતે એ તીર્થસ્થાન ઐતિહાસિક કહેવાય. એની મુલાકાત લેવાની અમારી ઇચ્છા હતી, પરંતુ મોટર ડ્રાઈવરની શરતચૂકને લીધે એ ઇચ્છા સફળ ના થઈ.

હૈદરાબાદના માર્ગમાં વધારે પડતા પ્રવાસ પછી રાતે માડું થઈ જવાથી અમે વિશ્રામ માટે રોકાઈ જવાનો નિર્ણય કર્યો. અમારી સાથેના બીજા યાત્રીઓ રાતે પ્રવાસ કરીને હૈદરાબાદ પહોંચવા માટે તૈયાર થયા, તોપણ અમને એવી તૈયારી કરવાનું મન ના થયું. મેં માતાજી તથા શાંતિભાઈ સાથે વચ્ચે જ રોકાવાનું પસંદ કર્યું.

માર્ગમાં જ પી. ડબલ્યુ. ડી.નું રેસ્ટ હાઉસ આવ્યું. એ એકદમ ખાલી હોવા છતાં એના ચોકીદારે કેવળ એકાદ નાનો સામાન્ય રૂમ આપવાની જ ઇચ્છા બતાવી. એણે જણાવ્યું કે બીજા મોટા રૂમ માટે ખાલી રાખવા જ જોઈએ. કોઈ વાર મોડી રાતે પણ કોઈ ઓફિસર આવી પહોંચે છે, તે વખતે રૂમ ખાલી ના હોય તો મને ઠંડ થાય ને મારી નોકરી બચ.

મેં કહ્યું કે સવાર સુધી કોઈ જ ઓફિસર નહિ આવે, તું મારામાં ને ઈશ્વરમાં વિશ્વાસ રાખીને રૂમ આપી દે તારો વાળ પણ વાંકો નહિ થાય.

પરંતુ એવી રીતે વિશ્વાસ રાખવાનું એને માટે અશક્ય લાગ્યું.

છેવટે અમે એક તરફના બે નાનકડા બૂના જેવા રૂમથી ચલાવવાનું નક્કી કર્યું.

રાતે એકાંતમાં આવેલા એ રેસ્ટ હાઉસમાં મુકામ કર્યો.

એ રાત ખૂબ જ વિચિત્ર જુદી જાતની અને અવિસ્મરણીય હતી. થોડાક વખતમાં જ એની પ્રતીતિ થઈ.

એને લીધે એ સ્થાન યાદગાર બની ગયું.

ત્યાં જે અલૌકિક અસાધારણ આકસ્મિક અનુભવ થયો એ સવિશેષ ઉલ્લેખનીય છે.

આપણા સ્થૂળ ભૌતિક ઇન્દ્રિયજન્ય જગતમાં બહારની સપાટી પર દેખાતા આત્માઓ કરતાં જુદી જ જાતના આત્માઓ અંદરના ઇન્દ્રિયોને અગોચર એવા સૂક્ષ્મ જગતમાં વાસ કરે છે એ વાત લગભગ સર્વવિદિત જેવી છે. એવા આત્માઓની ઓળખાણ કોઈક ધન્ય ક્ષણે, પાવન પણ અસાધારણ સંજોગોમાં થતી હોય છે; ત્યારે જ એમના અસ્તિત્વનો અનુભવ થઈ શકે છે. એ આત્માઓ શુભ અને અશુભ, દૈવી અને આસુરી બંને પ્રકારના હોય છે અને કર્મના ઋણાનુબંધને અનુસરીને એમની યોનિમાં વિહરે છે. કર્મોના ઋણાનુબંધો પૂરા થતાં એમાંથી પુનઃ મુક્ત મેળવે છે.

એ રીતે એવા જ એક સૂક્ષ્મ શરીરમાં વસતા અસામાન્ય આત્માની મને ઓળખાણ થઈ.

એ સ્થાનમાં માનસિક શાંતિનો અનુભવ સ્વાભાવિક રીતે અને આપોઆપ થતો. ધ્યાન અથવા આત્મચિંતન માટે એ સ્થાન ખૂબ જ અનુકૂળ હતું. અમારી સાથેના શાંતિભાઈને પણ એવો જ અનુભવ થયો.

રાતે બારેક વાગ્યા પછી એ સ્થાનમાં મારી સમક્ષ એક સૂક્ષ્મ શરીરધારી આત્માનો આવિર્ભાવ થયો.

એ આત્મા સાથે મારે આ પ્રમાણે વાર્તાલાપ થયો :
તમે કોણ છો ને ક્યાં રહો છો ?
હું એક સૂક્ષ્મ જગતમાં વસતો છું અને આ
સ્થળમાં જ વાસ કરું છું.

આ સ્થળમાં શા માટે ?
કારણકે આ સ્થળ મને પ્રિય છે. હું પૂર્વજીવનમાં
સાધુ હતો ને જનતું પવિત્ર જીવન જીવતો. અહીં મારી
મદૂલી હતી. આ જ સ્થળમાં, સંભોગોવશાત્ આ સ્થળની
જમીન મારી પાસેથી મારી મરણ વિરૂદ્ધ લઈ લેવામાં
આવી. મારી મમતાને લીધે મારે આત્મા અહીં રહી ગયો
ને દુર્ગતિ પામ્યો. ત્યારથી હું આ સ્થાનમાં વાસ કરું છું.

અહીં રહીને શું કરો છો ?
ઈશ્વરવું સ્મરણ કરું છું અને જે અહીં આવે એમને
મારી રીતે સહાયતા પહોંચાડું છું. કોઈને દુઃખી નથી કરતો.
આ યોનિ તમને સારી લાગે છે ?

ના.

તો પછી ?

મને એવું મિથ્યાત્વ સારી પેઠે સમજાયું છે. આજે મારા
જીવનનો ધન્ય દિવસ જિગ્યો. ઈશ્વરની કૃપાથી તમારું દૈવી
દર્શન થયું એટલે મને શાંતિ મળી. મારી રહીસહી વાસના
શાંત થઈ. આજે મારી આ યોનિમાંથી મુક્તિનો દિવસ છે.
તમને પૂજ્યભાવે પ્રણામ કરીને હવે વિદાય થઈ છું.

એ સાધુપુરુષે મને પ્રણામ કરીને વિદાય લીધી.

એમની મુક્તિ થયેલી જોઈને મને આનંદ થયો.

ખીજે દિવસે વહેલી સવારે એ ચિરસ્મરણીય સ્થળની
વિદાય લઈને અમે હૈદરાબાદ તરફ આગળ વધ્યા.

મહાત્મા યોગેશ્વરજી ચેરિટેબલ ટ્રસ્ટ-અમદાવાદ સંચાલિતનાં ચાર ધ્યાનકેન્દ્ર

૧. સમથેશ્વર મહાદેવ (નવરંગપુરા) ધ્યાનકેન્દ્ર :—
નવેમ્બર ૧૯૭૬ માં પૂ. યોગેશ્વરજીનાં પ્રવચનોનો કાર્યક્રમ, જ્ઞાનયજ્ઞ
મંડળ તરફથી યોજાયો અને અંતિમ સાત દિવસ ધ્યાનસાધનાની
શૈલીનું પ્રત્યક્ષ જ્ઞાન આપ્યું ત્યારથી આ કેન્દ્ર શરૂ થયું છે. પૂ. શ્રીના
આશીર્વાદ સાથે તેઓશ્રીની ઉપસ્થિતિમાં શરૂ થયેલ આ કેન્દ્ર પ્રત્યેક
રવિવારે સવારે ૭-૦૦ થી ૮-૦૦ ચાલે છે અને ૫૦ ભાઈબહેનો
લાભ લે છે. હાઈકોર્ટના એડવોકેટ શ્રી હરગોવિંદભાઈ ભાવસારના
સફળ સંચાલનથી કેન્દ્રની સારી પ્રગતિ થઈ રહી છે. ટ્રસ્ટના ઉપક્રમે
પ્રતિ ત્રણ માસે કોર્ષ સુંદર, શાંત અને પવિત્ર સ્થળે સાધકો માટે
એક પર્યટન યોજાય છે, જેનું વાતાવરણ સાધનાને પ્રેરક, પોષક અને
માર્ગદર્શક હોય છે. આવાં બાર પર્યટન ત્રણ વર્ષમાં યોજાયેલ છે.

૨. મણિનગર (જય હિન્દ હાઈસ્કૂલ) ધ્યાનકેન્દ્ર :—
છેલ્લા આઠ માસથી શરૂ થયું છે. દસમી શ્રેણીના ૫૦ વિદ્યાર્થીઓ
અને અન્ય ૨૦-૨૫ સાધકો અહીં લાભ લઈ રહ્યા છે. આ કેન્દ્ર
દર શનિવારે ચાલે છે.

૩. સરદાર પટેલ હોલ ધ્યાનકેન્દ્ર :—સરદાર પટેલ કોલોની
(સ્ટેડિયમ પાસે) : શ્રી મંગુભાઈ પી. પટેલના શુભ હસ્તે તારીખ
૨૧-૮-૭૬ના રોજ આ કેન્દ્ર શરૂ થયું છે. પ્રત્યેક મંગળવારે સવારે
૪૦-૫૦ ભાઈબહેનો અહીં લાભ લે છે.

૪. વિજયનગર ધ્યાનકેન્દ્ર :—તા. ૩૦-૬-૭૬ થી શરૂ
થયું છે. તે વિસ્તારની પ્રેરણા સ્કૂલનાં સંચાલિકા બહેનશ્રીએ પ્રત્યેક
ગુરુવારે ધ્યાનકેન્દ્ર માટે જગ્યાની સુવિધા કરી આપેલ છે. આ કેન્દ્ર
નારાયણપુરા અને શાસ્ત્રીનગરના સાધકો માટે નજીકમાં છે.

આમ શનિ, રવિ, મંગળ અને ગુરુના રોજ અલગ અલગ
વિસ્તારોમાં 'મહાત્મા યોગેશ્વર ધ્યાનકેન્દ્ર' ચાર સ્થળે ચાલી રહ્યાં છે.



સંઘે સહકારના પાયા ઉપર જિલ્લામાં ખેતી-
ઉદ્યોગ સાથે ખેડૂતોને દૂધના પૂરક વ્યવસાય
તરફ પ્રેર્યા છે. સંઘ ગામડામાં ૫૫૦ દૂધ
ઉત્પાદક સહકારી મંડળીઓ દ્વારા દૂધ એકત્ર
કરે છે. તે સાથે સાથે શહેરની જનતાને
૨૪૦ દૂધ વિતરણ કેન્દ્રો દ્વારા પૌષ્ટિક અને
આરોગ્યપ્રદ દૂધ વૈજ્ઞાનિક ઢબે પૂરું પાડે છે.

આ રીતે ગામડાં અને શહેર વચ્ચે સાંકળરૂપ
બની ગ્રામ્યક્ષાએ સામાજિક અને આર્થિક
ઉત્થાન અને શહેરની જનતાને આરોગ્યપ્રદ
અને પૌષ્ટિક દૂધ પૂરું પાડી સ્વાસ્થ્ય સુધારણા
માટે અથાગ પ્રયત્ન કરે છે.

વળી દૂધ સાથે દૂધની બનાવટો જેવી કે
આઈસ્ક્રીમ, દહીં, ફ્લેવર્ડ દૂધ, એગમાર્ક ઘી,
ઇલાયચીયુક્ત સુગમ શ્રીખંડ વગેરે શહેરમાં
ડેરી ગેઇટ ઉપર તેમ જ જયુબીલી બાગ અને
કમાટી બાગ, મિલક-બારો અને લોકસુવિધા
માટે પરોઢથી રાત્રિ સુધી ચાલતાં મિલક વેન્ડીંગ
બુથ દ્વારા પૂરી પાડવામાં આવે છે.

વડોદરા જિ. સહકારી દૂધ ઉત્પાદક સંઘ લિ.

બરોડા ડેરી, વડોદરા - ૩૯૦ ૦૦૬

આઘ તેલના ઉત્પાદકો :

રાજલબ્ધી ઓઈલ મીલ

પ્રેસ રોડ : ભાવનગર

ફોન : ૫૭૦૩



અરિહન્ટ ઓઈલ મીલ

સ્ટેશન રોડ : ભાવનગર

ફોન : ૭૦૦૩

પી. ડી. ઠક્કર એન્ડ કું.

વિક્રેતા :

- ગોલ્ડન ટોબેકો કું.
- પારલે પ્રોડક્ટ્સ
- સાગર ઘી

સ્ટેશન રોડ, દાણા પીઠ : ભાવનગર

ફોન : ૪૭૬૯



ભારત સોલ્ટ એન્ડ ઈન્ડસ્ટ્રીઅલ વર્ક્સ

મીઠાના ઉત્પાદકો

ફેરી અંદર રોડ : ભાવનગર

કોઈ પણ સંજોગમાં ને કોઈ પણ કારણે નિરાશ તો ન જ બનો. ઈશ્વરનો સ્નેહ ને સહકાર તમારે માટે સદાયે ખુલ્લો છે. પછી તમારે હતાત્સાહ કે હતાશ થવાની જરૂર જ ક્યાં છે!

— પૂ. યોગેશ્વરજી

શુભેચ્છા સાથે

વિ.કૃલ. ઓઈલ મિલ્સ

શીંગતેલ, દીવેલ તથા ઝોળના ઉત્પાદક

ઓ.અં.ડી. : વડોદરા

ફોન નં. : ૫૪૫૨૬ / ૫૨૦૬૩

‘અધ્યાત્મ’ને અમારી કોટિ કોટિ શુભેચ્છાઓ

“તમે જેવો વિચાર કરશો તેવા તમે થશો. જો તમે તમારી જાતને નિર્બળ ધારશો તો તમે એવા બની જશો. અને જો તમે તમારી જાતને સમર્થ માનશો તો તમે સમર્થ બની જશો.”

— સ્વામી વિવેકાનંદ

કનેરીયા એન્જનીયરીંગ વર્ક્સ

શાંતિ ભાઈ કનેરીયા

ઓઈલ એન્જીનના ઉત્પાદકો

ટેમ્પર રોડ, રાજકોટ - ૩૬૦૦૦૧

ફોન નં. ધર : ૨૮૨૧૪ ઓફિસ : ૨૫૯૧૭

અમારી વિવિધ થાપણ યોજનાઓ :

- ⊖ કાયમી પેન્શન યોજના
- ⊖ પુનઃ શિક્ષણ યોજના
- ⊖ ખાંધી મુદતની થાપણ યોજના
- ⊖ રિકરીંગ ડિપોઝીટ યોજના
- ⊖ જનતા ડિપોઝીટ યોજના
- ⊖ સેવીંગ બેંક ડિપોઝીટ યોજના

આપને કઈ યોજના વધુ અનુકૂળ રહેશે એ અંગેના યોગ્ય માર્ગદર્શન માટે અમારી નજીકની શાખાના મેનેજરનો સંપર્ક સાધો.



સ્ટેટ બેંક ઓફ સૌરાષ્ટ્ર

હેડ ઓફિસ : ભાવનગર

મોટાં શહેરોમાં આવેલી અમારી શાખાઓથી રાજીય કુપન ખરીદો

જે ધરમાં ધર્મ હોય, નીતિનો
પૈસો આવતો હોય, સંપ હોય,
પ્રેમ હોય અને ભગવાન કૃષ્ણના
નામનો જપ થતો હોય ત્યાં
કળિયુગનો પ્રવેશ નથી.

શ્રીમદ્ વલ્લભાચાર્ય

મહેન્દ્ર નગીનદાસ ઘોળકિયા
C/o ઈશ્વર સ્નેહ વર્કસ
શરાફખંજર, ભાવનગર-૧

સરસ અથાણાં તેમ જ ભોજનની
સ્વાદિષ્ટ વાનગીઓમાં જેમ હીંગની
ઊણુપ વરતાઈ આવે, તેમ જીવન-
માં બધું હોય પણ પ્રભુપ્રેમ ન
હોય તો ઊણુપ વરતાઈ આવવી
જોઈએ.

પારેખ હીંગ સપ્લાય કંપની
રાધનપુરી બજાર,
ભાવનગર-૧

यद् फलं नास्ति तपसा
न योगेन न समाधिना ।
तत्फलं लभते सम्यक्
कलौ केशव कीर्तनात् ॥

શ્રી નારદમુનિ ભક્તિમાતાને કહે છે કે :

કલિકાળમાં ભગવાન કૃષ્ણના કીર્તનથી જે સંપૂર્ણ જ્ઞાન
પ્રાપ્ત થાય છે, તે તપ, યોગ અને સમાધિ વડે પણ
પ્રાપ્ત થઈ શકતું નથી.

શ્રીમદ્ ભાગવત

પારેખ ચંબકલાલ સવાઈલાલ
હવેલી શેરી, ભાવનગર-૧

શરીરની બાહ્ય સજાવટ સાથે,
સદ્ગુણોથી આંતરિક જીવન પણ સજાવે, જેથી
કુટુંબ, સમાજ અને દેશ સુંદર બને.

Varsha Beauty Classes

Specialist For

- Mehndi (Using Cone System)
- Hair Styles
- Beauty Care

Varsha N. Mehta

Akurli Rord, A 12, 2nd floor
Ianna Bhuvan, Near Station Phatak
Kandivali (East), Bombay-67

સાચું જ્ઞાન

સાધનામાં જ્ઞાનનો સમાવેશ થઈ ગય છે. પરંતુ જ્ઞાન એટલે કૃપા વાંચન, મનન, ચિંતન, લેખન કે સંભાષણ નથી; પ્રવચન નથી; વાદવિવાદ કે કોઈ અભ્યાસ પણ નથી, એ તો જીવન છે, આચરણ છે, અનુભૂતિ છે, અથવા તો આત્મદર્શન છે. ઈશ્વરની સાથેનો મુક અને પ્રશાંત પ્રેમાસાપ છે.

—શ્રી યોગેશ્વર



લાયન તુલસીદાસ આર. ગણુત્રા

સ્પેશિયલ એકઝેક્યુટિવ મેજસ્ટ્રેટ

ચેરમેન : બલડ કલેક્શન

લાયન્સ કલબ ઇન્ટરનેશનલ

ડીસ્ટ્રીક્ટ ૩૨૩A ૧૯૭૬-૮૦

એ-૧૨, ભારત, પોસ્ટ નં ૧૭૦/૧૯૧ સાયન (ઈસ્ટ)

મુંબઈ ૪૦૦ ૦૨૨

ફોન : ફેક્ટરી ૪૭૩૩૫૮ રહેઠાણ ૪૮૨૬૬૬

ઓફીસ ૩૧૦૦૧ પરસનલ ૪૮૧૪૭૫

- પેરેડાઈઝ ઇલેક્ટ્રોનિક ઇન્ડસ્ટ્રીઝ,
- પેરેડાઈઝ પેપર પ્રોડક્ટ્સ,
- પેરેડાઈઝ ઇન્ડસ્ટ્રીઅલ પ્રોડક્ટ્સ
- નેશનલ હેસિયન સ્ટોર્સ