

# અધ્યાત્મ

પ્રેમ

શ્રદ્ધા

પ્રભુકૃપા

ભક્તિ

ધર્મ

યોગ



સાધના

સત્સંગ



યોગેશ લાડ

વર્ષ : ૨૨

એપ્રિલ - ૨૦૦૧

અંક : ૭

## \* રોજનાં કર્મોમાં યજ્ઞની ભાવના \*

રોજના વ્યવહારમાં સાધારણ જેવાં કર્મો પણ ભાવના સાથે કરવાથી યોગમય બની જાય છે. ખાતા પહેલાં ને ખાતી વખતે ભાવના કરો કે ખોરાક પ્રભુની પ્રસાદી છે. તે શરીરમાં જતાં ઉત્તમ લોહી બનશે, શક્તિ મળશે, શરીર સમૃદ્ધ બનશે. શરીરમાં ઉદ્ધાસ ને યૌવન તથા તાજગી ફરી વળશે. શરીર વ્યાધિરહિત બનશે. મન પણ મજબૂત બનશે. ઉત્તમ વિચારો ને ભાવનાથી ભરાઈ જશે તે દ્વારા જીવનના વિકાસમાં ને બીજાની સહાયતામાં મદદ મળશે. શરીરની અંદર વિરાજેલા પરમાત્માને અર્પણ કરતા હો તેમ ભાવના રાખી ખોરાક લો, તો તેનું સ્વરૂપ બદલાઈ જશે તેમાં તમને ખૂબ રસ લાગશે. ખાવાની સાધારણ ક્રિયા યજ્ઞક્રિયા થઈ જશે.

ઈશ્વરની સેવા પ્રસન્નતાની ભાવનાથી કરવા માંડો ને તમારી જાતની શુદ્ધિ સાધતાં સાધતાં તે રસપૂર્વક કરો તો તેનું મૂલ્ય વધી જશે. કર્મમાં યજ્ઞની ભાવના ભેળવી દેવાથી એક બીજું સુંદર પરિણામ એ આવે છે કે માણસ સ્વાર્થી કે એકલપેટો બનતો નથી. પોતાની પાસે જે કે છે તેનો ઉપયોગ પોતાને જ માટે કરવાને બદલે, બીજાને પણ તેથી શક્ય લાભ પહોંચાડવા માણસ સદાય તૈયાર રહે છે. આથી સમાજમાં શોષણ, અનાચાર કે કૃત્રિમ ભેદભાવનો અંત આવે છે. સંપત્તિ ને શક્તિ એક જ ઠેકાણે એકઠી થતી નથી, પણ ફરતી રહે છે, ને સૌને કામ આવે છે. આથી ધર્ષણ ને વર્ગ-વિગ્રહ થતાં નથી. માણસ માત્ર પોતાના જ સુખનો વિચાર કરીને બેસી રહેતો નથી પણ બીજાના સુખમાં પણ આનંદ માને છે.

યોગેશ્વરજી



# અધ્યાત્મ

અધ્યાત્મિક વિકાસની નવી જ ક્ષિતિજ ખોલતું ગુજરાતી માસિક છૂટક નકલ ૪-૦૦ વાર્ષિક લવાજમ દેશમાં રૂ. ૨૫-૦૦ વિદેશમાં રૂ. ૨૫૦-૦૦ (વિમાનથી)

- ⊗ સંસ્થાપક : પ. પૂ. યોગેશ્વરજી સર્વમંગલ ચે. ટ્રસ્ટ (રજી. અમદાવાદ).
- ⊗ તંત્રી-સંપાદક : શ્રી નારાયણ હ. જાની.
- ⊗ પ્રકાશન અને પ્રામિસ્થાન : 'અધ્યાત્મ' પ્લોટ નં. ૧૬૮૮ બી. સરદારનગર, ભાવનગર-૧.
- ⊗ અધ્યાત્મના સહાયક સ્વજનો : ૧. ડો. બી. જે. જાગણી, ૨. શ્રી ગોર-ધનભાઈ કલોલા અને ૩. શ્રી જ્યોત્સ્નાબેન ભરતકુમાર ત્રિવેદી.
- ⊗ તંત્રી, મુદ્રક અને પ્રકાશક : નારાયણ હ. જાની. ફોન : ૫૬૫૮૧૧
- ⊗ મુદ્રણસ્થાન : રાધેશ્યામ પ્રિન્ટીંગ પ્રેસ, પ૩/૫૪ સી-૧, ભોરડીગેટ, ભાવનગર-૧. ફોન : ૫૧૬૫૫૧

### લેખકોને નિમંત્રણ

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

### 'અધ્યાત્મ' અંગે સૂચનો

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

## \* અનુક્રમણિકા \*

|                                            |                     |    |
|--------------------------------------------|---------------------|----|
| અભિનંદનીય સહાય                             | તંત્રી              | ૩  |
| શ્રી યોગેશ્વર કથામૃત                       | મા સર્વેશ્વરી       | ૪  |
| નવો જન્મ                                   | શ્રી કલ્યાણ         | ૯  |
| સંત સખુભાઈ                                 | શ્રી સુશીલાબેન ભક્ત | ૧૬ |
| What to Gain from this Shibir!             | Hitesh Lad          | ૨૨ |
| આ શિબિરમાંથી શું પ્રાપ્ત કરવાનું છે?       | હિતેશ લાડ           | ૩૧ |
| ધ્યાનની અંતરંગ સાધના                       | ધીરુભાઈ આચાર્ય      | ૩૮ |
| ભક્તિ જ મૃત્યુને સુધારે છે                 | પ. પૂ. ડોંગરેજી     | ૪૫ |
| ૧૮ માર્ચે પૂ. માનાં સાન્નિધ્યે પૂ. શ્રીન્ન |                     |    |
| નિર્વાણ દિવસે સાધના                        | ડો. બી. જી. જાગાણી  | ૫૧ |
| સવાલ પૂછે જીવ-જવાબ આપે શિવ                 | ડો. બી. જી. જાગાણી  | ૫૮ |
| રામકથા                                     | યોગેશ્વરજી          | ૬૪ |

સ્વેચ્છા

એપ્રિલ : ૨૦૦૧

૩

## \* અભિનંદનીય સહાય \*

અધ્યાત્મ માસિકના એપ્રિલ, ૨૦૦૧ ના અંકની પ્રસિદ્ધિનો બધો ખર્ચ, પ. પૂ. મા શ્રી સર્વેશ્વરીની પ્રેરણાથી, પનામાના સત્સંગ મંડળ તરફથી આપવામાં આવી રહ્યો છે. આ સત્કાર્યમાં પનામાના શ્રી વસંતભાઈ પી. ભક્ત અને શ્રી ગુલાબબેન ભક્તનો ફાળો ઉલ્લેખનીય છે, સત્સંગ મંડળનાં જે કોઈ ભાઈબહેનોએ અધ્યાત્મને સહાય કરી છે, તે સહુ ખરે જ અભિનંદનને પાત્ર છે. મા-પ્રભુ તેઓનું સર્વ પ્રકારે મંગલ કરે એ જ પ્રાર્થના. અત્યારે તેમ જ અગાઉ પરદેશના સત્સંગપ્રેમી ભાઈબહેનો તરફથી સહાય મળેલી એટલે તો રોજ રોજ વધતા જતા ભાવો વચ્ચે પણ અધ્યાત્મ છેલ્લાં ૨૧ વર્ષોથી આટલા સામાન્ય લવાજમના દરે વાંચકોને આપી શક્યા છીએ. આથી સહાય કરનાર સહુના અમે આભારી છીએ.

— તંત્રી

# અધ્યાત્મ

વરદ હસ્ત પ્રભુ તમારો, સદાય રહેજો જીવન સહારો

—મા સર્વેશ્વરી

વર્ષ : ૨૨

એપ્રિલ-૨૦૦૧

અંક : ૭

## શ્રી યોગેશ્વર કથામૃત

મા સર્વેશ્વરી

તા. ૨૨/૮/૮૧ શનિવાર, શ્રાવણ વદ સાતમ, ૨૦૩૭

સ્થળ : શ્રી હિન્દુ મંદિર, લેસ્ટર શહેર, ઈંગ્લેન્ડ

પૂ. શ્રી પોતાના નિયમ મુજબની ૧૦૦ માળા પૂરી કરે છે. સર્વેશ્વરી પણ સવારે ૪ થી ૫ ના ગાળામાં પોતાની માળા કરી લે છે. બધો જ ક્રમ નિયમિત ચાલે છે.

સાડાઅગીયારની મુલાકાતમાં શ્રી દ્વારિકાદાસપબારી તેમનાં પત્ની સાથે મળવા આવે છે. તેઓ એક સત્પુરુષની સેવામાં રોકાયેલા હોવા છતાં પૂ. શ્રીની બધી જ સેવા કરવાની ઈચ્છા તેઓ પૂ. શ્રી આગળ વ્યક્ત કરે છે.

પૂ. શ્રીના ભોજનની, કપડાં ધોવાની, સાંજના નાસ્તાની સેવા કરવા તે ભાઈ વારંવાર વિનંતિ કરે છે. અને વિશેષ તો એ

એપ્રિલ : ૨૦૦૧

૫

ભાઈએ એક નવી જ સેવા માંગી. હું આપની પાસે દરરોજ એક વાળંદ મોકલું તે તમારી દાઢી કરી જાય. હું તે વાળંદને સંતોની સેવા માટે બોલાવું છું.

પૂ. શ્રીએ શ્રી દ્વારિકાદાસપબારીને કહ્યું : હું તો સ્વાશ્રયી જીવન જીવનારો. મારા કપડાં પણ જાતે જ ધોનારો. તો દાઢી પણ મારી જાતે જ કરી લેનારો છું. તમારો સેવાભાવ ને પ્રેમભાવ સારો છે.

શ્રી દ્વારિકાદાસ અને તેમનાં ધર્મપત્ની બંને ખૂબ સેવાભાવી છે એવું પ્રથમ પરિચયે જ જણાયું, તેમની સાથેની વાતચીતમાં ૧૨-૪૫ થઈ ગયા. એ દરમ્યાન શ્રી ગોવિંદભાઈ ગાડી લઈને લેવા માટે આવી ગયા. જેથી સાંજે મળીશું એમ કરી શ્રી દ્વારિકાદાસ વિદાય થયા. ભોજન માટે શ્રી વિદ્યાબેનને ત્યાં ગયા. પૂ. શ્રીનું પ્રિય એવું ખીચડી શાકનું ભોજન લીધું. ભોજન બાદ થોડો આરામ.

આજે સર્વેશ્વરી શ્રી કમળાબેનને ત્યાં જાય છે. સત્સંગની જ વાતો થાય છે. એકાદ કલાકમાં પાછાં ઉતારા ઉપર આવી જાય છે.

સાંજે સમયસર પ્રવચન થયું. ઉતારા ઉપર આવી ગયા તો બહારની ફૂટપાથ ઉપર શ્રી દ્વારિકાદાસને શ્રી મંગળાબેન ઊભાં જ હતાં.

ઉતારા ઉપર પૂ. શ્રીની પાછળ જ તેઓ આવ્યાં. પ્રણામ કર્યાં. વળી તેઓના હાથમાં ગરમ ગરમ સુખડી ભરેલી થાળી, નાસ્તાનો મોટો ડબ્બો, કાઠુ, પીસ્તા, બદામ, એલચી, કેશર વિગેરેની મોટી મોટી કોથળીઓ હતી, તે પૂ. શ્રીની પાસે મૂક્યું. આ બધું પૂ. શ્રી માટે વધારે પડતું હતું. પૂ. શ્રીની સ્વીકારવાની તૈયારી ન હતી.

પરંતુ શ્રી દ્વારિકાદાસનો આગ્રહ ને સેવાભાવ ને પ્રેમભાવ ધન્યવાદને પાત્ર હતો.

શ્રી દ્વારિકાદાસે પૂ. શ્રી સાથે વાતો કરતાં કહ્યું, મારી પાસે 'પ્રકાશના પંથે' પુસ્તક છે. ૧૯૭૮ માં પૂ. શ્રી જ્યારે પધારેલા ત્યારે જે આસન ઉપર બેઠેલા ત્યાં જ એ પુસ્તક મૂકી રાખ્યું છે. જે આવે તે દર્શન કરે અને અમને સતત પ્રેરણા મળ્યા કરે.

પૂ. શ્રીના અધ્યાત્મ માસિકની વાત નીકળતાં તેમણે કહ્યું : પ્રકાશના પંથેમાં માતાજી જગદંબારૂપે આવ્યાં હતાં તે વાંચ્યું. અને આજે સવારે પ્રથમવાર અધ્યાત્મ જ્યારે વાંચવા ને જોવા મળ્યું ત્યારે તેમાં મા સર્વેશ્વરીનું નામ વાંચ્યું. અમને થયું કે એ કોણ હશે? વળી થયું કે મા ભગવતી જ આ બીજા રૂપમાં ન આવ્યાં હોય! પછી વિચાર્યું કે સાંજે જઈશું ત્યારે પૂછીશું. તો અમારું અનુમાન સાચું?

પૂ. શ્રી : જેના જેના સંસ્કારો હશે તે તે ઓળખશે. દેશમાં ઘણાને એવા અનુભવો થાય છે. મને પણ જગદંબા-પરમશક્તિ એમ જ કહ્યાં કરે છે કે હું જ સર્વેશ્વરીના રૂપમાં આવી છું.

એમ કરી પૂ. શ્રીએ સર્વેશ્વરીના જીવનની વાતો તેને કહી સંભળાવી. શ્રી દ્વારિકાદાસ પ્રથમવાર જ સર્વેશ્વરીનું નામ વાંચે છે. અધ્યાત્મ પણ આજે જ પ્રથમવાર જોયું ને પ્રથમવાર જ સર્વેશ્વરીને મળે છે. તેમને પોતાનું અનુમાન સાચું પડવાનો ખૂબ આનંદ ને સંતોષ થયો. તેઓ પ્રસન્ન બની ગયા.

હવે શ્રી દ્વારિકાદાસને એમના ધર્મપત્ની સર્વેશ્વરી સાથે વાતો કરે છે. તેઓએ વાતવાતમાં કહેવા માંડ્યું કે આ યોગેશ્વરજી ખૂબ લીલા કરે છે. અમારે ત્યાં તેઓ ત્રણ વરસથી છે. પણ હું પૂછું છું

કે આ શરીરે તે યોગેશ્વરજી છે ને પ્રકાશના પંથે વાંચીએ તો અગાઉ રામકૃષ્ણદેવ, બુદ્ધ હતા તો હવે હું પૂછું કે તેઓ રામ હતા કે નહીં, કૃષ્ણ હતા કે નહીં, શંકર હતા કે નહીં? યોગેશ્વરજી ખૂબ ખૂબ લીલાઓ કરે છે.

વળી એમનાં ધર્મપત્ની બોલી ઊઠયાં : મને એકવાર ધ્યાનમાં ભગવાન શંકરના કેસરી તિલક કરેલા મુખસાથે દર્શન થયેલાં. એમાં શંકરની બાજુમાં યોગેશ્વરજી જ પગ લાંબા કરીને બેઠા હતા. યોગેશ્વરજીનાં પણ કેસરના તિલક સાથે જ દર્શન થયેલાં. એટલે ભગવાન શંકરને યોગેશ્વરજી બંને એક જ છે એમ હું તો માનું જ છું.

શ્રી દ્વારિકાદાસ : યોગેશ્વરજી આપણને જણાવવા દેતા નથી કે એ પોતે કોણ છે! અને કેવી લીલા કરે છે! ગયા વખતે આવ્યા ત્યારે અમે સેવા ન કરી શક્યા. આ વખતે બીજા સત્યરુપની સેવામાં છીએ વળી ભારત જવાનું છે એટલે તમારી સેવા નથી કરી શકતા. હવે તો જ્યારે આવો ત્યારે અમે બંને સેવામાં તમારી સાથે જ રહીશું. એવી કૃપા કરજો એટલું જ માંગીએ છીએ.

પૂ. શ્રી આ બધી વાતો શાંતિથી સાંભળતા હતા પછી હસતા હસતાં શ્રી દ્વારિકાદાસને કહેવા લાગ્યા :

“તમે હમણાં પણ સેવા તો સંતની જ કરી રહ્યા છો ને! તમારા સંસ્કારો સારા છે, તો તમે સંતોને તમારે ત્યાં ઉતારી ને સેવા કરી રહ્યા છો. તે સારી વાત છે. અને અમારી સેવા પણ તમે આ રીતે કરી જ રહ્યા છો ને! પ્રભુની ઈચ્છા હશે તો તમને વધારે સેવાનો લાભ પણ મળશે.”

એમ કહી પૂ. શ્રીએ અંતે કહ્યું : હવે ઊઠવું જોઈએ. સર્વેશ્વરી પૂ. શ્રીને સુખડીની થાળી ને કાજુપીસ્તાની કોથળીઓ આપે છે.

પૂ. શ્રી તેમાંથી અર્ધો ભાગ પ્રસાદીરૂપે તે બંનેને આપે છે. તે બંને પૂ. શ્રીને તથા સર્વેશ્વરીને પણ પ્રણામ કરે છે.

સૌની વિદાય પછી પૂ. શ્રીએ સર્વેશ્વરી સાથે દૂધ, સુખડી, સેવમમરાનો અલ્પાહાર લીધો. પછી આરામ.

વિદેશની ધરતી ઉપર પવિત્ર પ્રેમાળ સેવાભાવી સજ્જનો પણ છે. તેના દર્શનથી એમ પણ થાય કે પૂ. શ્રીની વિદેશયાત્રા પાછળ જિજ્ઞાસુને નવી પ્રેરણા પ્રદાન કરવાનો પણ પ્રભુનો હેતુ હોઈ શકે. (ક્રમશઃ)

સાધનાની અભિરુચિ અને પરમાત્માની પ્રીતિ જેમ જેમ વધતી જાય છે તેમ તેમ મન નિર્મમ તેમ જ આસક્તિરહિત બનતું જાય છે. યોગેશ્વરજી

ધ : ૪૬૩૪૩૧  
: ૪૮૦૪૨૮

ઓ. : ૩૬૨૪૩૭  
: ૩૬૦૩૭૬

ખેતીની સિચાઈ માટે વિશ્વસનીય એન્જીન

“સત્યવાન” તથા “ચંદન”

૬, ૮ તથા ૧૦ લો. પા.

—: બનાવનાર :—

**કનેરીયા એન્જીનીયરીંગ વર્ક્સ**

૧/W, ભક્તિનગર ઈન્ડસ્ટ્રીઅલ એસ્ટેટ, રાજકોટ-૩૬૦૦૦૨

## નવો જન્મ

શ્રી કલ્યાણ

### સંસ્કાર બીજ

ભક્તપુરુષ શ્રી પ્રેમજીબાપાના પ્રેમથી પ્રસન્ન થઈને પૂ. શ્રી મા મેસવાણગામ પધાર્યા. પૂ. શ્રી મા તો મેસવાણગામને પ્રેમ-નગર જ કહે છે. શ્રી પ્રેમજીબાપાના ભાવથી પ્રસન્ન થઈને તેમને પ્રેમાંજલિ અર્પવા તેમના નિવાસસ્થાનને પૂ. શ્રી માએ પ્રેમધામ જેવું સુંદર નામ આપ્યું છે. આ પ્રેમધામે વારંવાર પધારી પૂ. શ્રી મા પાવન ચરણધૂલિથી તેને પવિત્ર કરતાં રહ્યાં છે. કૃપાદૃષ્ટિ કરીને એ ભક્તપુરુષે રોપેલા પ્રભુપ્રેમના સંસ્કાર બીજને પોષણ આપતા રહ્યાં છે.

આ પ્રેમધામના પાવનધામમાં આજે સૌ બાળકો એકઠા મળીને ગુરુહરિ શ્રી યોગેશ્વર પ્રભુ અને પૂ. શ્રી માનું પરમ સ્મરણ કરી રહ્યાં છે. સૌ બાળકોનો પૂ. શ્રી મા અને શ્રી યોગેશ્વર પ્રભુ પ્રત્યેનો પ્રેમ એટલો પ્રબળ છે કે સૌને માટે પ્રભુસ્મરણ એ જીવનનો પરમ મંગલ મહોત્સવ બની ગયો છે.

પ્રેમધામના બાળકોની આ સુંદર સત્સંગ પ્રવૃત્તિથી પ્રસન્ન થઈને પૂ. શ્રી માએ બાળકોના સત્સંગ ઉમંગને વધાવતાં એક પત્રમાં લખ્યું. “તમે સૌ પ્રેમજીબાપાની વાડીના મધમધતાં ફૂલો છો. તમારી પ્રેમભક્તિની સુગંધ વધુને વધુ ફેલાવતાં રહેજો.

પૂ. શ્રી માએ શ્રી પ્રેમજીબાપાની શ્રદ્ધાને યોગ્ય અંજલિ આપી છે, કારણ કે શ્રી પ્રેમજીબાપાએ પૂ. શ્રી માને સાક્ષાત્ પધારવાનું

આમંત્રણ આપીને જે સંસ્કારનાં બીજ પ્રેમધામમાં રોપ્યાં છે તે બીજમાંથી આજે સત્સંગની મધુર સુગંધથી મધમધતા સુમનોની સુંદર સૃષ્ટિ સર્જઈ છે. જાણે સત્સંગનો બાગ પ્રેમધામમાં આજે પૂરબહારમાં ખીલી ઊઠ્યો છે. શ્રી પ્રેમજીબાપાના સત્સંગના મનોહરબાગનું એક સુંદર સુગંધિત પુષ્પ એટલે શ્રી વલ્લભભાઈ.

### શ્રી વલ્લભભાઈનું પૂર્વજીવન

શ્રી વલ્લભભાઈ ગામડાના એક સીધાસાદા ખેડૂત છે. આજે પણ પોતાનો ખેતીનો વ્યવસાય નિષ્ઠાપૂર્વક સંભાળી રહ્યા છે.

આ વલ્લભભાઈનું સત્સંગ પૂર્વેનું જીવન કુટેવોની વળગણથી ઘેરાયેલું હતું. આજના સંસ્કારહીન ઝેરી વાતાવરણનો પ્રભાવ સમાજમાં એટલો પ્રસરી ગયો છે કે કુટેવો અને કુસંસ્કારનો સામનો કરવા માટે લોકોની પ્રતિકારક શક્તિ જ જાણે નષ્ટ થઈ ગઈ છે. કુટેવો અને કુસંસ્કાર જાણે બાપદાદાનો વારસો હોય તેટલી સહજતાથી સ્વીકારીને કુટેવોનો ભોગ બની જાય છે. શ્રી વલ્લભભાઈ પણ જુગાર અને વ્યસનોની કુટેવોનો શિકાર થઈ ગયા. જાણે કુટેવો અને વ્યસનોની ગુલામી સામેથી સ્વીકારી લીધી. ખેતીનો નીતિપૂર્વક પ્રામાણિક વ્યવસાયનો પ્રખર પુરુષાર્થ કરતા હોવા છતાં, આ વ્યસનોના વળગણને લીધે જીવનની સાત્ત્વિક આનંદની સૃષ્ટિ તેમના માટે સ્વપ્નવત્ હતી. તુચ્છ વ્યસનોએ જીવનને ધૂળભેગું કરી દીધું હતું! ભારે મહેનતથી કમાયેલા પૈસા વ્યસનોમાં વેડફાઈ જતા હતા. વ્યસનોની કુટેવના લીધે સંગ પણ વ્યસની માણસોનો જ રહેતો. એટલે જીવન ધીમે ધીમે અધઃપતનની ગર્તીમાં ધકેલાતું જતું હતું. વ્યસનરૂપી કેન્સર શરીર અને મનના સત્ત્વને ચૂસી રહ્યું હતું તેથી તેમના શરીરમાં ભયંકર વ્યાધિઓનો આરંભ થઈ ગયો. તેમને અનિદ્રાનો વ્યાધિ

લાગુ પડ્યો. દિવસભરની સખત મહેનત પછી પણ તેઓ નિરાંતે ઊંઘી શકતા નહીં. ગુટખાઓનું વ્યસન એવું તો લાગુ પડ્યું કે દિવસે અને રાત્રે ઝેરી તમાકુવાળા ગુટખાઓ આવ્યા જ કરે, ત્યાં સુધી કે ખોરાક કરતાં ગુટખાઓનો ખર્ચ વધી ગયો! ઝેરી ગુટખાઓએ જીવનની લગામ પોતાના હાથમાં લઈને જાણે રાજ કરવા લાગ્યા. શ્રી વલ્લભભાઈ તો બીચારા ગુલામ બની ગયા. રાત્રે ઊંઘ ન આવતી એટલે વળી ઊંઘની ગોળીનું નવું વ્યસન લાગુ પડ્યું! ચા, ગુટખા, જુગાર ને વ્યસનનું-કુસંગનું સામ્રાજ્ય જાણે જીવનમાં છવાઈ ગયું. કાળી મજૂરીથી કમાયેલા પૈસા કુટેવોમાં વેડફાઈ જતાં, ગૃહજીવન પણ ક્લેશમય બની ગયું. વળી વ્યસનોને લીધે સ્વભાવ પણ તામસી બની ગયો હતો. ઉગ્ર સ્વભાવને લીધે મનની શાંતિની કલ્પના પણ થઈ શકતી નહીં.

જેમ કીડો ફળના ગર્ભને અંદરથી ખાઈ જઈને ફળને સાવ સત્ત્વહીન ખોખલું કરી નાંખે તેમ જીવનના સત્ત્વને વ્યસન અને કુટેવોરૂપી કીડાઓએ કોતરી કોતરીને ખાઈ ગયા હતા. જીવ હતો પણ જીવન ન હતું. ફક્ત ઘાસોઘાસ ચાલતા હતા.

જીવનમાં રઘવાટ હતો, શાંતિ ન હતી. દોડધામ હતી, પણ પ્રગતિ ન હતી. શરીરરૂપી ખોખું હતું પણ સત્ત્વ ન હતું. જીવનપાત્રના અનેક કાણાઓમાંથી જીવનરસ ઢોળાઈ જતો હતો. જીવનના મધદરિયે કુટેવોની આંધિ ચડી હતી. જીવનનાવ ડૂબવાની તૈયારીમાં હતી. ત્યાં પ્રભુપ્રેમની દીવાદાંડીનું દર્શન થયું અને ડૂબતું જીવનનાવ ઉગરી ગયું.

### નવજીવનની સફર

શ્રી વલ્લભભાઈનું વેરવિખેર થયેલું જીવન ભાંગી જવાની આણી ઉપર જ હતું. ક્યાંય રસ્તો સૂઝતો ન હતો. પડયાપર પાટુ

પડવાની તૈયારી હતી. એવા સંજોગોમાં પૂ. શ્રી મા મેસવાણ પધાર્યા. ડૂબતો માણસ તરાણું ઝલે તેમ કંઈક નવી દિશાની શોધમાં પ્રેમધામ તરફ પગ વાળ્યા. પ્રેમધામમાં તો પૂ. શ્રી માની પધરામણી, દર્શન અને સત્સંગનો મેળો જન્મ્યો હતો. પૂ. શ્રી માનાં બાળકો પૂ. શ્રી માનાં દર્શનથી ઘેલા બનીને ઉત્સવ ઉજવી રહ્યાં હતાં. શ્રી વલ્લભભાઈ માટે આ નવી દુનિયા હતી. અહીં ન ક્યાંય વ્યસન હતાં ન ક્યાંય લાચારી હતી. ન ક્યાંય ભાંગી પડેલું શરીર કે મન હતું બસ! અહીં તો પ્રેમનો ઉત્સવ હતો. શ્રી વલ્લભભાઈને થયું કે ગુટખા, જુગાર, ને ચા વિના પણ બીજે આવી મજા કેવી રીતે હોઈ શકે? કુતૂહલવશ પણ પૂ. માના દર્શને આવ્યા. સત્સંગમાં પણ આટલો આનંદ હોઈ શકે એવી તેમની કલ્પના ન હતી. તેમને થયું કે ચાલો, ગુટખાની સાથે સત્સંગને પણ અજમાવી જોઈએ. તેઓ પ્રેમધામમાં ચાલતા ધ્યાન કેન્દ્રમાં પણ નિયમિત આવવા લાગ્યા. અહીં કોઈની ટીકા નિંદા ન હતા પરસ્પર રાગદ્વેષ પણ ન હતો. અને વેરઝેર તો ક્યાંથી હોય? સૌ સાથે મળીને પ્રભુનું ધ્યાન ધરતા હતા. નામસંકીર્તન કરતાં હતાં. સંગ સારો હતો એટલે સારી જ વાતો થતી હતી. તેઓ સત્સંગમાં આવવા લાગ્યા છતાં વ્યસનની પકડ હજી મનપર એવી જ હતી.

એ દરમ્યાન દીવાળીના દિવસો આવ્યા. પૂ. શ્રી મા સ્વર્ગારોહણ બિરાજતાં હતાં. પૂ. શ્રી માએ સ્વર્ગારોહણમાં ત્રણ દિવસની શિબિર રાખી હતી. કોઈ પ્રબળ પુણ્યના યોગે બીજા સત્સંગીઓની સાથે સ્વર્ગારોહણ આવવાની ઈચ્છા થઈ. બસ જેમ જેમ સ્વર્ગારોહણ નજીક આવતું ગયું તેમ તેમ ગુટખા અને સત્સંગ વચ્ચે ધમસાણ યુદ્ધ ચાલતું રહ્યું! કોણ જીતશે તે કંઈ નક્કી ન હતું. કારણ કે બસમાં પણ ગુટખાનું સેવન ચાલુ જ હતું. છેવટે

જ્યારે સ્વર્ગારોહણ ઉતર્યા ત્યારે જેટલા ગુટખા ખીસ્સામાં હતા તે બધા બસની સીટપર મૂકીને નિશ્ચય કર્યો કે ગમે તે થાય પણ ગુટખા ખાવા નહીં. થોડા દિવસ ગુટખાઓએ પોકાર પાડયા પણ મચક આપી નહીં. મન સ્વર્ગારોહણના સત્સંગના કાર્યક્રમોમાં લાગી ગયું. સ્વર્ગારોહણ તીર્થના પવિત્ર વાતાવરણની પણ મનપર ભારે અસર થઈ. પૂ. શ્રી માનાં બાળભક્તોનો ભાવ તેમને સ્પર્શી ગયો. પછી તો પૂ. શ્રી માનાં દર્શન અને સ્મરણમાં મન ખૂંચતું જ ગયું. અને મન પૂ. શ્રી માનું થઈ ગયું. પૂ. શ્રી માનાં શ્રી ચરણે જીવન સહજ જ સમર્પિત થઈ ગયું. જીવનને એક નવી જ દિશા મળી ગઈ. સ્વર્ગારોહણના પવિત્ર વાતાવરણમાં પગ મૂક્યો ત્યાર પછી કોઈ દિવસ ગુટખા સાંભર્યા નથી.

### નવો જન્મ

જીવનમાંથી અજ્ઞાનનો અંધકાર દૂર થયો. ક્લેશ, પ્રપંચ અને અશાંતિના વાદળો વિખેરાઈ ગયાં. જાણે નવો જન્મ થયો. જીવનમાં શાંતિનો સૂર્યોદય થયો. પ્રેમ અને નિર્દોષ આનંદની દુનિયામાં પ્રવેશ થયો. પૂ. શ્રી માની કૃપાથી નવી જીવનદૃષ્ટિ પ્રાપ્ત થઈ. આત્મપંખી શારીરિક તેમ જ માનસિક ગુલામીમાંથી મુક્ત થઈને સત્સંગના દિવ્ય આકાશમાં વિહરવા લાગ્યું. અને જીવનના લેખાજોખાં માંડયા. ક્યાં અજ્ઞાન અને ક્યાં પરમ પ્રેમની સ્વર્ગીય સૃષ્ટિ! કેવું નિર્દોષ, પ્રેમ અને આનંદની વર્ષામાં સ્નાન! શ્રી વલ્લભભાઈને એમ થયું કે મને જે શાંતિ અને આનંદનો ખજાનો મળ્યો તે મારા પરિવારજનો અને પાડોશીઓને કેમ ન વહેંચું? હવે તેઓ સૌ પરિવારજનો અને પાડોશીઓને આ સત્સંગનો ખજાનો લૂંટાવી રહ્યા છે. શ્રી વલ્લભભાઈની એવી અંતરની ઈચ્છા છે કે મારા સૌ પરિચિતજનો પણ પૂ. શ્રી માના શ્રી ચરણોનો

આશ્રય લઈ લે અને અનોખી પ્રભુપ્રેમની દિવ્યતાની દુનિયાનો આસ્વાદ લેતાં થઈ જાય.

નવા જીવનની ઉઘડેલી બારીમાંથી શ્રી વલ્લભભાઈના સરસ નવજીવનનું દર્શન થઈ રહ્યું છે. તેઓ વ્હેલી સવારે ૪-૩૦ વાગે ઊઠી જાય છે. સ્નાન કરીને ૧૭૦ પ્રણામો નિયમિત કરી લે છે. ત્યાર પછી જપના નિયમની માળાઓ પણ એકાગ્રતાપૂર્વક કરી લે છે. સમય થતાં પોતાનો ખેતીનો વ્યવસાય કરવા ખેતરમાં પહોંચી જાય છે. ખેતીકામ કરતાં કરતાં પણ પૂ. શ્રી માનું સ્મરણ અને બાવનીઓનું ગાન કર્યાં કરે છે. સંધ્યા સમયે ખેતરમાં જ પ્રાર્થના અને પ્રણામો ફરી એકવાર કરી લે છે. સાંજે જમ્યા પછી પ્રકાશના પંથે અને બીજા સારાં પુસ્તકોનું વાંચન કરે છે. સૌ પરિવાર-જનોને ઘરે સભા કરીને સત્સંગનું મહત્ત્વ સમજાવે છે. પ્રેમ-ધામમાં દર ગુરુવારે મળતી સત્સંગ સભામાં હાજરી નિયમિત આપે છે. ૧૦-૩૦ વાગ્યે શાંતિથી સૂઈ જાય છે. હવે અનિદ્રાનો રોગ પણ જતો રહ્યો છે. ઊંઘની ગોળી હવે લેવી પડતી નથી. હવે રાત અને દિવસના જીવનમાં પૂ. શ્રી મા પૂર્ણપણે છવાઈ ગયા છે. પૂ. શ્રી માની કૃપાથી જીવન સરળ, સ્વચ્છ અને સ્મરણ-મય બની ગયું છે.

ગુટખા અને બીજા વ્યસનો પાછળ સહજ જ દર વર્ષે દશ હજાર રૂપિયાનો ખર્ચ થતો હતો તે બચી ગયો. શ્રી વલ્લભભાઈ હસતા હસતા કહે છે કે સ્વર્ગારોહણનો સત્સંગ તો મને સાવ મફતમાં મળે છે.

ખરેખર પૂ. શ્રી માની કૃપાથી સાચા અર્થમાં શ્રી વલ્લભ-ભાઈનો નવો જન્મ થયો છે. ૧૮ મી માર્ચ, ૨૦૦૧ ની શિબિર

દરમ્યાન શ્રી વલ્લભભાઈએ જ્યારે પૂ. શ્રી માને કૃપામય જીવનની વાત કરી ત્યારે પૂ. શ્રી માએ કહ્યું હવે નવો જન્મ થયો છે.

હવે નવા જન્મની બાજુ પૂ. શ્રી મા સરસ રીતે સંભાળી રહ્યાં છે. જીવનનો બધો જ ભાર પૂ. શ્રી માએ લઈ લીધો છે. જીવન જાણે હળવું કુલ થઈ ગયું છે. જીવનની આથી વિશેષ કૃતાર્થતા બીજી શું હોય?

પૂ. શ્રી માની પરમગોદ પામ્યા તો શ્રી વલ્લભભાઈને શું મળ્યું?

(૧) વ્યસનોની ગુલામીમાંથી મુક્ત થયા.

(૨) ભયંકર કૂટેવોમાંથી છૂટીને નિર્મળ, નિર્દોષ આનંદની દુનિયામાં પ્રવેશ કર્યો.

(૩) જીવન પ્રભુપંથે ગતિ કરવા લાગ્યું, પ્રભુપ્રેમથી અલંકૃત બન્યું.

(૪) જીવનનું સારતત્ત્વ પ્રભુનો આશ્રય છે. સત્સંગ છે. તે સ્પષ્ટપણે સમજાયું.

(૫) સ્વર્ગારોહણ તીર્થ પ્રેરણાધામ બની રહ્યું.

(૬) પૂ. શ્રી માની પરમગોદ અક્ષરધામ, પરમધામ, વૈકુંઠ કે ગોલોકથી અધિક લાગી.

(૭) પૂ. શ્રી માની વાત્સલ્યહૃદય અલૌકિક છે. એ તો જે માણે તે જ જાણે! તેવું પ્રેમના જીવનમાં અનુભવાયું.

## સંત સખૂબાઈ

શ્રી સુશીલાબેન ભક્ત

મહારાષ્ટ્રમાં કૃષ્ણાનદીને કિનારે કલવાડ નામનું એક ગામ છે. ત્યાંના જ એક બ્રાહ્મણની પુત્રવધૂ સખૂબાઈ હતી. એમના પરિવારમાં એમના પતિ અને સાસુ-સસરા એમ કુલ ચાર જણ હતા. સખૂબાઈ અત્યંત સરળ, ઉદાર અને ભગવત્ભક્તિવાળા હતાં. પરંતુ એમનાં સાસુ ખૂબ કર્કશ અને કુટિલ હતાં. પતિ પણ સાસુના ઢંગવાળા જ હતા.

સખૂબાઈ સૂર્યોદય પહેલાં જ ઘરનું કામ શરૂ કરી દેતાં. અને બધા સૂઈ જાય ત્યાર પછી પણ કામ કર્યું જ કરતાં. તેમ છતાં સાસુ તરફથી તેમને કોઈ સહાનુભૂતિ મળતી નહીં. તે બધું જ સખૂબાઈ સહન કરી લેતાં. પતિની પાસે પણ વ્યથા-કથા કહીને મન હળવું કરી શકતી નહીં.

એકવાર સખૂ કૃષ્ણા નદીના કિનારા પર જળ ભરવા માટે ગઈ. ત્યાં તેમણે જોયું કે, યાત્રીઓનો એક મોટો સંઘ લાલ-લાલ પતાકાઓ સાથે ખૂબ પ્રેમ અને ઉત્સાહથી કીર્તન-ભજન કરતા કરતા, અષાઢ સુદ અગિયારસના ઉત્સવમાં ભેગાં થવા માટે પંઢરપુર જઈ રહ્યો હતો. પંઢરપુર એ મહારાષ્ટ્રનું એક પ્રસિદ્ધ તીર્થ છે. આ અગિયારસના મેળામાં લાખો ભક્તોની ભીડ ભેગી થતી હોય છે. સખૂબાઈ પણ આ બધાને જોઈ પંઢરીનાથના દર્શન કરવા માટે વ્યાકુળ બની ગઈ. તે પણ સંતોની પાછળ પાછળ ચાલવા લાગી.

ખબર પડતાં જ એનો પતિ દોડતો કૃષ્ણાનદી પર પહોંચ્યો અને સખૂને બહુ ખરાબ રીતે માર-પીટ કરીને ઘરે લઈ આવ્યો. આખા રસ્તાપર અપશબ્દોનો વરસાદ વરસાવ્યો તે જુદો. આ યાત્રા તો પંદર દિવસ ચાલવાની હતી. કદાચ સખૂ ક્યારેક ઘર-માંથી નીકળી ન જાય એ ભયથી સખૂને કસીને દોરડાથી થાંભલા સાથે બાંધી દીધી. સખૂ રડતી હતી. પણ દયા કોઈના હેયામાં ન જન્મી. પંઢરીનાથના દર્શન માટે સખૂ રડી રડીને મનોમન પ્રાર્થના કરવા લાગી.

સખૂબાઈની હૃદયદ્રાવક પ્રાર્થના સાંભળીને ભગવાન તો એક-દમ અચાનક રૂક્મિણીને છોડીને, ગભરાયેલા સખૂની એક પડોશી સ્ત્રીના વેશમાં તેની પાસે આવી પહોંચ્યા અને બોલ્યા, 'તું પંઢરપુર ચાલી જા અને તારા સ્થાન પર હું બંધાઈ જાઉં છું.' સખૂ તો કંઈ જ ન બોલી શકી. અવાચક થઈ ગઈ! તેની પાડોશી વેશધારી ભગવાને તેનાં બંધન છોડી દીધાં. પડોશીનો આભાર માનતી સખૂ બીજા યાત્રીઓ સાથે પંઢરપુર ચાલી ગઈ.

નકલી સખૂના થાંભલાથી બંધાયેલ, ખાધા-પીધાવિનાના પંદર દિવસ વીતી ગયા. તેમનું શરીર સૂકાઈને પીળું પડી ગયું. પરંતુ સાસુના દિલમાં કરુણા ન જન્મી. પણ કદાચ મરી ગઈ તો બીજા લગનની શક્યતા નથી, એ ભયથી અને સ્વાર્થથી તેના પતિએ બંધન છોડી દીધાં.

સખૂ વેશધારી ભગવાન ગુણીયલ વલુની માફક પતિની સેવા કરવા લાગ્યા. તે દિવસની રસોઈ જમીને સાસુ તો ઘણાં પ્રસન્ન થઈ ગયાં. અને વલુનાં વખાણ કરવા લાગ્યાં. પાણી ભરવું, ઘરમાં સાફ-સફાઈ કરવી, દળવું-છડવું, ભોજન બનાવવું, સાસુ તથા પતિના ચરણો દબાવવા આ બધું જ કામ ભગવાન કરવા લાગ્યા.

ભક્તિમય સખૂના પ્રેમના પ્રભાવથી ભગવાન એવા દુષ્ટોની પણ સેવા કરતા હતા. ભગવાનની દયા કેટલી અસીમ છે! એનું આ એક ઉદાહરણ છે. સખૂના પરિવારની મનોવૃત્તિ બદલાઈ ગઈ. બધા તેમને પ્રેમ કરવા લાગ્યા.

બીજાબાજુ સખુ પંઢરપુર પહોંચીને આનંદમાં ડૂબી ગઈ. ભગવાનનો ઉત્સવ જોઈને તે ધન્ય બની ગઈ. ભગવાનનું અનુપમ સૌંદર્ય જોઈને, પ્રેમના અતિરેકથી પાંદુરંગના ધ્યાનમાં ડૂબી ગઈ. તેને સમાધિ લાગી ગઈ. સાત્ત્વિક ભાવોનો ઉદય થઈ ગયો. જેનાથી સખૂનું પ્રાણપંખેરું ઉડી ગયું. શરીર અચેતન બનીને જમીનપર પડી ગયું.

ભાગ્યના બળથી કલવાડના નજીકના ગામનો એક બ્રાહ્મણ જે યાત્રા કરવા માટે આવ્યો હતો તે કંઈ ત્યાંથી પસાર થતો હતો અને આ બાજુ આવી પહોંચ્યો. તે બ્રાહ્મણે સખૂને ઓળખી લીધી અને તેનાં બીજા ગ્રામવાસીઓ-સાથીઓને બોલાવી અગ્નિ-સંસ્કાર કરી દીધાં.

હવે શું? આ બાજુ દેવી ભગવતી રૂક્મિણીજી ગભરાયાં કે આ તો કંઈનું કંઈ થઈ ગયું! પેલી બાજુ સ્વામી તો સખૂ બનીને તેના પરિવારની સેવા કરી રહ્યાં છે. હવે હું તો બહુ ખરાબ રીતે ફસાઈ ગઈ. જલ્દી જલ્દી આવીને તેમણે સખૂના અસ્થિ ભેગાં કરી દીધાં. અને તેને જીવીત કરી દીધી. સખૂ તો જાણે લાંબો સમયસુધી સૂઈને ઊઠી હોય તેવી રીતે આળસ મરડવા લાગી. રૂક્મિણીએ સખૂને કહ્યું કે “પુત્રી! હું જાણું છું કે તું આ શરીરથી તારા પોતાના ઘરે જવા ઈચ્છતી નથી. પરંતુ તારો દેહ તો નાશ પામ્યો છે. આ શરીર બીજું છે. તો તું ઘરે પાછી ફર. તારું કલ્યાણ થશે.”

‘જેવી આજ્ઞા! એમ કહીને સખૂ તો કલવાડ તરફ ચાલી નીકળી. કૃષ્ણા નદીના તટપર જ તેના પાડોશી વેપારી ભગવાન મળ્યા. સખૂએ ખૂબ જ વિનયપૂર્વક કહ્યું, “બહેન! મેં તમને ખૂબ કષ્ટ આપ્યું.”

કષ્ટની વળી કેવી વાત? એમ કહી ભગવાને સખૂના હાથમાં પાણીનો ઘડો પકડાવી દીધો. સખૂ જળ લઈને ઘરે આવી અને પહેલાંની જેમ જ બધું કામ કરવા લાગી. પરિવારના બદલાયેલા સ્વભાવને જોઈને તે મનોમન આશ્ચર્યચકિત થઈ રહી!

એટલામાં પંઢરપુરથી પાછા ફરેલા બ્રાહ્મણે સખૂના સસરાને એકાંતમાં લઈ જઈ કાનમાં કહ્યું કે, “તમારી પુત્રવધૂ તો મૃત્યુ પામી છે.”

અરે! આ શું બકવાસ કરો છો? મારી પુત્રવધૂ તો ક્યાંય ગઈ જ નથી. તે તો અહીં જ છે. સસરાજી તો એકે શ્વાસે બોલી ગયા. અને બ્રાહ્મણને ઘરમાં લાવી જીવતી જાગતી સખૂને જ બતાવી દીધી. બીજા બ્રાહ્મણોએ પણ સખૂના અંતિમ સંસ્કારની વાત કરી.

સાસુએ સખૂને પ્રેમપૂર્વક પૂછવાથી જણાવ્યું કે હું પંઢરપુર ગઈ હતી. ત્યાં રૂક્મિણીએ કહ્યું કે તારું શરીર બાળી મૂક્યું હતું. આ શરીર તારું નવું છે. તું ઘરે જા! પરંતુ મને બીજી કોઈ ખબર નથી. હું એટલું જાણું છું કે હું એક દિવસ મૂંઠિત થઈ ગઈ હતી.

પરંતુ અહીં તો તું દરરોજનું કામ યથાવત્ જ કરતી હતી. તારાં પતિએ જ પંઢર દિવસ પછી તેના હાથે જ તારા બંધન છોડયાં હતાં. ત્યાંસુધી તું અહીં જ બંધાયેલી હતી.

સખૂ રડવા લાગી. મારે ખાતર! પાંદુરંગે મારા ઘરનું નાનામાં

નાનું કામ પણ કર્યું! આપ સહુનું સૌભાગ્ય છે કે મારા સ્વામીના દર્શન મળ્યા! રડતા સાદે સખૂ બોલ્યે જતી હતી.

સાધ્વી સખૂના પતિવ્રતા, ત્યાગ, શીલ અને પ્રેમ વગેરે દિવ્ય ગુણોથી તેના કુલિન સાસુ-સસરા અને પતિનો પણ ઉદ્ધાર થઈ ગયો. તેઓ બધા જ ભગવાનની ભક્તિ કરવા લાગ્યાં.

ઘરની એક વ્યક્તિ પણ જો પ્રભુ સાથે જોડાયેલ હોય છે, તો તેનો કેવો અદ્ભુત લાભ આપના પરિવારને ભલેને તેમની પાત્રતા ન હોય, તોપણ મળે છે. સંત સખૂબાઈ એનું ઉત્તમ ઉદાહરણ છે.

**\* જાહેરખબરના દર \***

અંદરનું આખું પાનું રૂા. ૪૦૦.

અંદરનું અડધું પાનું રૂા. ૨૦૦

આપના વર્ષ માટે જો આપવા માગતા હોય તો સંક્ષેપમાં પા પાનાની જાહેરાત સ્વીકારમાં આવશે જેનો દર રૂા. ૧૦૦ છે.

શક્ય હોય તો જાહેરખબરના પૈસા જાહેરખબરના આદેશ સાથે જ મોકલાવવા વિનંતી. —તંત્રી

સાચું છે કે ઈશ્વર ઘરઘરમાં વ્યાપક છે. પણ તમારે પ્રાર્થના કે સ્મરણદ્વારા તેની પાસે પહોંચવું હશે તો તમારા પોતાની યોગ્યતાને વધારવી પડશે. જેટલું હૃદય પવિત્ર હશે તેટલી જ તેમાંથી થતી પ્રાર્થના તીવ્ર, સાચી અને બળવતી હશે. તેવી પ્રાર્થના ઈશ્વરને જલ્દી પહોંચશે. પ્રાર્થના કેવળ રટણ નથી. અમુક શબ્દો બોલી જવા તે પણ કાંઈ પ્રાર્થના નથી. પ્રાર્થના તો ભાવની ભાષા, ભાવનું સ્તવન છે.

યોગેશ્વરજી

સૌજન્ય :

**YOGA & TOTAL HEALTH CENTRE**

ડો. હિમાંશુ પાઠક,

શ્રી હેમીના પાઠક.

“ નિરાંત ”

૩૨, દિવાળીબાગ સોસાયટી, સૂર્યપુર સોસાયટી પાછળ,  
રાંદેર રોડ, સુરત-૩૯૫ ૦૦૮

ફોન : (૦૨૬૧) ૭૭૨૨૮૩

મોબાઈલ : ૯૮૨૪૦૪૩૦૩૩

E-mail :

hpathakji@yahoo.Com

## What To Gain From This Shibir!

**Hitesh Lad**

Jai Shree Hari :

I am really grateful for having had the opportunity to attend this second Shibir in Calgary. Not everyone in life gets an opportunity to do this, and I want to thank Pujya Maa for having this Shibir and allowing all of us to participate. For those devotees who have attended the Shibir for the full 4 weeks, a hearty congratulations to you all for making it this far and I consider you very lucky to have been able to have Maa's darshan everyday for a month which is a rare privilege indeed.

Because we are participants of this Shibir, there are 2 questions we must ask ourselves. The first question is, "What is the purpose of this Shibir? What do we have to achieve here? Is there anything we have to do? Why did we come here in the first place?" The second question is, "What have I learned

from this Shibir and how can I apply it in my everyday life?"

With regards to the first question, every devotee here is unique and we all are going to have different ideas and reasons for coming here. However, I think the main reason why many of us are here is to have darshan of Pujya Maa, to be in her presence, to become closer to her and to receive her blessings.

As for the purpose of a Shibir, speaking from a historical standpoint, if you look at spiritual retreats or ashrams that existed from the days of Ram, Krishna to even ashrams that exist today, you will find that these spiritual schools have all been created for the same fundamental reasons which have withstood the test of time. These spiritual centers provide a place where we can :

- \* learn to burn our karmas
- \* learn to control the mind
- \* learn to live our lives more productively
- \* learn to better our selves and to become more constructive members of society

\* learn specific tools which will help us become closer to realizing the Self. Self-Realization is the ultimate goal of man according to Hinduism.

So the next question we have to ask ourselves is, "How do we burn our karmas, control the mind, better ourselves and become closer to Self-Realization?" And the simplest answer that can be given is to do Sadhana and lots of Sadhana.

Probably the number one reason why people do Sadhana is to destroy karma, and rightly so as karma is the primary obstacle to Self-Realization. This Shibir provides an outlet to destroy our Karmas. By engaging in the activities of this Shibir, we are actually burning our negative karmas. Think of this Shibir as a Karma-burning school.

When doing Sadhana, it is helpful to know what type of karmas there are. The 3 types of Karma that exist in nature are Kriyaman, Sanchita and Prarabdha with Prarabdha karma being the most difficult to destroy. There are many ways to get rid of karma, but there are primarily 4 main ways.

1) The first method is to actually experience the karma itself. In experiencing the karma itself, you burn it. When you have negative karmas, this is probably the most painful way because it involves suffering.

2) To second method is to have someone else actually experience your karmas for you, on your behalf. This is something which nobody wants to do, but something which saints and gurus like Pujya Maa do all the time.

3) The third way to burn our karmas is to become detached from the outcome of any of our actions, or to dedicate all of our actions and results to God thereby negating or neutralizing the effects of any new karma.

4) The fourth way to burn karma, and by far the most popular and easiest method is to do jaap, mantra repetition, bhajan singing, i.e. bhakti yoga. This last method is the one that Maa is teaching us to do on a regular basis and is the focal point of this Shibir.

Pujya Maa has shown us through this Shibir that our aim in life should be to do as

much Sadhana as possible and more over, that we should be successful in Sadhana. And in order to be successful in Sadhana, Maa has shown by example that we must :

\* First have discipline. Discipline provides a structure for our life.

\* Adhere to a rigid schedule. This keeps us efficient in life.

\* Have an end goal in mind, otherwise, we will lose sight of the aim of life.

\* Control the senses. Controlling the senses helps control the mind.

\* Meditate or chant as possible. Chanting of Gods name helps to purify ourselves.

\* Amongst other things, as Maa has shown us, we should control sleep, eat sattwic foods, observe silence, sit in the presence of the guru, have good thoughts towards everybody, radiate happiness and good will to everyone, exercise and keep our body healthy.

So this very environment we are in right now, the locality of Bragg Creek, facilitates doing Sadhana. So we should make the most

out of it, because who knows when we will get another opportunity to do this again? I am so glad to be here in the presence of Pujya Maa and to be able to do Sadhana in her presence. and it is so good to be among so many devotees, spiritual souls and seekers of truth. Seeing all of you here, children, youth, elders, all alike gives me encouragement and determination in my quest for self-realization and I hope that everyone here too is motivated and is successful in achieving their Sadhana goals.

If we really want to make Maa happy, I think there are 3 things we can do.

1) Make a commitment to do pranams daily. Maa loves pranams. I cannot emphasize this point enough. No where through the history of Hinduism has anyone ever seen the likes of this kind of sadhana being done anywhere. This is Maa's signiture trademark Sadhana and we witnessing history in the making and we should be proud to be a part of it.

2) Learn to write in your dairy daily. I don't why, but diary writing is very dear to Maa.

3) Take something from this Shibir and apply it our lives everyday. We must take vows and see that they are fulfilled. If there is any one quality that stands out in Maa the most is that of observing Niyams and completing them successfully.

For me, this Shibir has added value because I had the opportunity to read the first 4 years of Maa's diary. A few points which really stuck out in my mind from Maa's diary are as follows :

\* It's never to late to start Sadhana in your life. You could be 20 years old, 50, 80, or even 5 years old. Maa was about 27 when she met Pujya Shree Yogeshwar Bhagwan. But once you start, never stop.

\* Learn to respect your guru. You should offer something to your guru every guru poornima. The respect Maa has for Pujya Shree Yogeshwar Bhagwan is extremely remarkable and exemplary.

\* If you don't know how to meditate, sit in padmasana, or how do to any asanas, then if you practice a little everyday, you can eventually master it. Maa said in her diary that

at first she could not even sit in padmasan. Then she practiced it slowly, everyday, increasing the amount of time. Now Maa can sit in padmasan for 12 hours straight and for 20-25 minuter lying down. She has proven that anyone can do it.

\* Finally, learn to take vows and see them through completion.

I think the best part of the Shibir was the fact that Maa was here. She was here to guide us and to help us along our spiritual paths. We are extremely lucky to have someone as great as Maa in our lives. One can be sure of the following points about Maa :

\* Maa knows how far we are in our development of Self-realization.

\* Maa knows how much potential each one of us has.

\* Maa knows how many obstacles are left to overcome for each one of us.

\* Maa knows all of our thoughts and actions.

\* Maa knows everything about us. There is nothing we can hide from Her.

\* Maa is with us always.

\* Maa is always watching us, however far away she may be from us.

This Shibir was only possible because of Maa's grace and I pray that we will have another Shibir in Calgary next year. Everything that was accomplished through this Shibir is through Maa's grace. It is Maa that is doing everything. We are all mere instruments in her hand. The lotus spreads its fragrance equally to all. Even so, Maa spreads her love equally to all devotees.

Jai Shree Hari.

શ્રી યોગેશ્વર કૃપા

## સંદીપ વેલ્ડીંગ વર્ક્સ

ગ્રીલ, દરવાજા, તેમ જ મેઈન ગેટના સ્પેશિયાલીસ્ટ

તેમ જ

દરેક જાતનું રીપેરીંગ કામ કરનાર.

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

ફોન : ૨૨૮૨૩૧

## આ શિબિરમાંથી શું પ્રાપ્ત કરવાનું છે?

મૂળ લેખક : હિતેશ લાડ

અનુવાદક : ધીરુભાઈ આચાર્ય

જય શ્રી હરિ,

કેલગરીમાં આ દ્વિતીય શિબિરમાં ઉપસ્થિત રહેવાની તક મળવા બદલ હું ખરેખર કૃતાર્થ છું. જીવનમાં દરેકને આ પ્રકારની તક મળતી નથી. આ શિબિરના આયોજન અને અમને બધાંને ભાગીદાર બનાવવા માટે હું પૂજ્ય માનો આભાર માનું છું. જે ભક્તો પૂરી ચાર સપ્તાહ આ શિબિરમાં હાજર રહ્યા છે તેઓને આમ કરવા બદલ હાર્દિક અભિનંદન. એક મહિના પર્યંત રોજ-રોજ પૂ. માનાં દર્શન કરી શક્યા તે માટે તમને ખૂબ જ ભાગ્ય-શાળી માનું છું, કારણ આ એક અનુપમ લ્હાવો છે.

આ શિબિરમાં આપણે ભાગીદાર બન્યા છીએ, તો આપણે આપણી જાતને બે પ્રશ્નો પૂછવા જોઈએ. પ્રથમ પ્રશ્ન છે : “આ શિબિરનો હેતુ શું છે? અહીં આપણે શું પ્રાપ્ત કરવાનું છે? શું આપણે કાંઈ કરવાનું છે? પ્રથમ તો આપણે અહીં શા માટે આવ્યા છીએ?” બીજો પ્રશ્ન છે:—“આ શિબિરદ્વારા હું શું શીખ્યો? અને મારા દૈનિક જીવનમાં હું તેનો શી રીતે ઉપયોગ કરી શકું?”

પ્રથમ પ્રશ્ન અંગે તો અહીં દરેક ભક્ત અનન્ય છે અને આપણને સૌને અહીં આવવા બદલ જુદાં જુદાં કારણો અને વિચારો હોઈ શકે છે. છતાંય મને લાગે છે આપણામાંના મોટા ભાગના અહીં આવ્યા છે તેનું મુખ્ય કારણ પૂજ્ય માના દર્શન કરવા, તેમના સાન્નિધ્યમાં રહેવું, તેમની વધુ સમીપતા મેળવવી અને તેમના આશીર્વાદ મેળવવા તે છે.

આ શિબિરના હેતુ વિષે ઐતિહાસિક દૃષ્ટિબિંદુથી વિચારીએ. જે તમે શ્રી રામ અને શ્રી કૃષ્ણના યુગમાં અસ્તિત્વ ધરાવતા આશ્રમો અને આધ્યાત્મિક કેન્દ્રો તેમ જ આજે પણ હયાત આશ્રમો વિષે વિચારશો તો આપને જણાશે કે એવા જ મૂળભૂત આશયોથી આવી આધ્યાત્મિક પાઠશાળાઓ ઊભી કરવામાં આવી હતી જે સમયની પરીક્ષામાં પાર પડી છે.

આવાં આધ્યાત્મિક કેન્દ્રો આપણને એવું સ્થાન પ્રદાન કરે છે જ્યાં આપણે—

- \* આપણાં કર્મોને ભસ્મસાત્ કરવાનું શીખીએ છીએ.
- \* મનને સંયમમાં રાખવાનું શીખી શકીએ છીએ.
- \* આપણા જીવનને વધુ સાફલ્યપ્રદ રીતે જીવવાનું શીખીએ છીએ.
- \* આપણી જાતને બહેતર કરી સમાજના વિશેષ રચનાત્મક સભ્યો બનાવવાનું શીખી શકીએ છીએ.
- \* એવા વિશિષ્ટ સાધનો વિષે જાણીએ છીએ કે જે આપણને આત્મજ્ઞાન પ્રતિ દોરી જાય છે. હિન્દુ ધર્મ મુજબ માનવીનું અંતિમ ધ્યેય આત્મજ્ઞાન છે.

તો હવે પછીનો પ્રશ્ન જે આપણી જાતને પૂછવાનો છે તે એ છે કે આપણાં કર્મોને કેવી રીતે બાળી શકીએ? મનનો સંયમ કેવી રીતે કરી શકીએ? અને આત્મજ્ઞાનની નિકટ કેવી રીતે જઈ શકીએ?" આનો સૌથી સાદો એક જ જવાબ આપી શકીએ તે સાધના અને ઉત્કટ સાધના કરવાનો છે. લોકો શા માટે સાધના કરે છે તેનું કદાચ પ્રથમ કારણ કર્મોનો (તિના સંસ્કારોનો) નાશ કરવાનું છે અને તે ખરેખર સાચું છે. કારણ કે કર્મ આત્મજ્ઞાનમાં

પ્રથમ અંતરાયરૂપ બને છે. આ શિબિર આપણા કર્મોનો નાશ કરવા માટેનું પ્રથમ દ્વાર છે. આ શિબિરની પ્રવૃત્તિઓમાં વ્યસ્ત બનીને આપણે આપણા નિષેધાત્મક કર્મોને ખરેખર સળગાવીએ છીએ. આ શિબિરને આપણા કર્મનાશની શાળા તરીકે ગણી શકાય.

જ્યારે સાધના કરીએ છીએ ત્યારે કેટલા પ્રકારનાં કર્મો છે તે જાણવું ઉપયોગી છે. પ્રકૃતિમાં જે ત્રણ પ્રકારનાં કર્મો અસ્તિત્વ ધરાવે છે તે ક્રિયામાણ, સંચિત, અને પ્રારબ્ધકર્મો છે જેમાં પ્રારબ્ધ કર્મનો નાશ કરવો ખૂબ જ દુષ્કર છે. કર્મોથી છૂટવા માટે ઘણા માર્ગો છે, પરંતુ તેમાં પ્રાથમિક ચાર માર્ગો છે.

(૧) પ્રથમ રીત તો સ્વયં તેને ભોગવીને મીટાવી શકાય. તમે તેને બાળી શકો. જ્યારે કર્મો નિષેધાત્મક હોય છે ત્યારે સંભવતઃ તેમને ભોગવવાં તે કષ્ટદાયક બની રહે છે. કારણ કે તેમાં સંતાપ સમાવિષ્ટ છે.

(૨) બીજી પદ્ધતિ તમારા વતી તમારા કર્મોનો ભોગવશે બીજી વ્યક્તિદ્વારા વસ્તુતઃ કરાવવાનો છે. આ કંઈક એવું છે. જે કરવાનું કોઈ ઈચ્છે નહીં પણ તે એવું છે કે જે પૂજ્ય મા જેવા સંતો અને ગુરુઓ સતત કરતાં હોય છે.

(૩) આપણાં કર્મોને બાળવાની ત્રીજી પદ્ધતિ એવી છે કે આપણે આપણાં કોઈ પણ કાર્યના ફળથી નિર્લેપ થવાનું છે અને આપણાં તમામ કાર્યો અને તેના ફળોને પ્રભુને અર્પણ કરી દેવાના છે કે જેથી કોઈ નવા કર્મનાં ફલસ્વરૂપ બંધન ઉત્પન્ન ન થાય.

(૪) કર્મો ભસ્મસાત્ કરવાની ચોથી પદ્ધતિ એવી છે જે ઘણું કરીને ખૂબ જ સહેલી અને સૌથી વધુ પ્રચલિત છે તે જપ કરવાની, મંત્રોનું રટણ કરવાની, ભજનો ગાવાની છે. ઉદાહરણ તરીકે

ભક્તિયોગ. આ છેલ્લી પદ્ધતિ જ આ શિબિરનું કેન્દ્રબિન્દુ છે અને પૂજ્ય મા આપણને કાયમી ધોરણે આપણને એ શીખવી રહ્યાં છે.

આ શિબિરદ્વારા પૂજ્ય માએ આપણને બતાવ્યું છે કે શક્ય તેટલી વધુ અને વધુ સાધના કરો, એ આપણા જીવનનું ધ્યેય હોવું જોઈએ અને સાધનામાં આપણાએ સફળ થવું જોઈએ. અને તેમાં સફળ થવા માટે નીચેની બાબતો પૂજ્ય માએ આપણને બતાવી છે.

\* પ્રથમ તો શિસ્તપાલન કરો. શિસ્ત જ આપણા જીવનને સાચું રૂપ આપી શકે.

\* સમયપત્રકને ચૂસ્તપણે વળગી રહો. તે જ જીવનમાં આપણને કાર્યદક્ષ બનાવી શકે.

\* મનમાં (જીવનનું) અંતિમ ધ્યેય નક્કી કરો, નહીં તો આપણે જે કરતાં હઈશું તેનાથી વિચલિત થઈ જઈશું, ક્યાં પહોંચવું છે તે પહેલેથી જ નક્કી કરી લો.

\* ઈંદ્રિયોનો સંયમ કરો. ઈન્દ્રિયોનો સંયમ મન ઉપર સંયમ કરવામાં મદદ કરે છે.

\* શક્ય તેટલા વધુ મંત્રજપ કરો અથવા ધ્યાન કરો.

\* તમામ બાબતોમાં, જેમ પૂજ્ય માએ આપણને બતાવ્યું છે તેમ, આપણે નિદ્રા ઉપર કાબૂ મેળવવો જોઈએ, માત્ર સાત્ત્વિક આહાર લેવો જોઈએ, મૌનનું પાલન કરવું જોઈએ, ગુરુના સાન્નિધ્યમાં બેસવું જોઈએ, પ્રત્યેક જીવપ્રત્યે સદ્ભાવના રાખવી જોઈએ, પ્રત્યેક પ્રતિ શુભ ભાવના અને સખ્યની ભાવના રાખવી જોઈએ અને વ્યાયામ કરી આપણા શરીરને તંદુરસ્ત રાખવું જોઈએ.

તો અત્યારે જ આપણે જે પર્યાવરણમાં છીએ તે બ્રેગ ક્રીકનું સ્થાન સાધના કરવા માટે અનુરૂપ છે. તેથી આપણે તેનો મહત્તમ ઉપયોગ કરવો જોઈએ કારણ કે કોણ જાણે છે કે આપણને આમ કરવાની બીજી કોઈ તક મળશે કે નહીં? હું પૂજ્ય માના સાન્નિધ્યમાં રહેવા અને સાધના કરવા બદલ ખૂબ જ ખુશ છું. આટલા બધા ભક્તો, આધ્યાત્મિક પુરુષો અને સત્ય શોધકો વચ્ચે રહેવાનું કેટલું સારું લાગે છે! બાળકો, યુવાનો, વડીલો સૌને અહીં જોતાં તેઓ મને પ્રોત્સાહન આપે છે અને આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવાનો નિર્ણય કરાવે છે મને આશા છે કે અહીંની પ્રત્યેક વ્યક્તિ પ્રોત્સાહિત છે અને સાધનાનું ધ્યેય પ્રાપ્ત કરવા માટે સફળ થશે.

જો આપણે પૂજ્ય માને ખરેખર સુખી કરવા ઈચ્છતા હોઈએ તો મને લાગે છે આપણે ત્રણ વસ્તુઓ કરવી જોઈએ:—

(૧) રોજરોજ પ્રણામો કરવાની પ્રતિજ્ઞા કરવી, માને પ્રણામો પ્રિય છે. આ મુદ્દા ઉપર હું બહુ ભાર આપી શકતો નથી. હિન્દુ-ધર્મના ઈતિહાસમાં ક્યાંય કોઈએ આ પ્રકારની સાધના થતી કદી જોઈ નથી. આ તો માના હસ્તાક્ષરવાળું વ્યાપાર ચિહ્ન છે જે આપણે નિહાળીને ઈતિહાસ સર્જ્યો છે, અને તેના એક અંશરૂપ બનવા બદલ આપણે ગર્વ અનુભવો જોઈએ.

(૨) હંમેશા તમારી રોજનિશિ લખવાનું રાખો. માને રોજનિશિ લેખન ખૂબ જ પ્રિય છે.

(૩) આ શિબિરમાંથી કાંઈક લઈ જાઓ અને તેનો આપણા દૈનિક જીવનમાં ઉપયોગ કરવો. આપણે પ્રતિજ્ઞાઓ કરવી જોઈએ અને તે પરિપૂર્ણ થાય તે જોવું જોઈએ. પૂજ્ય માનો એક ખાસ ગુણ જુદો તરી આવે છે તે નિયમોનું ચુસ્તપણે પાલન કરવાનું અને તેને સફળતાપૂર્વક પાર પાડવાનો છે.

મારા માટે તો આ શિબિરનું અધિક મૂલ્ય છે કારણ કે પૂજ્ય માની રોજનિશિના પ્રથમ ચાર વર્ષોને વાંચવાનો મને મોકો મળ્યો હતો. માની રોજનિશિમાંની કેટલીક બાબતો જે મારા મનમાં વસી ગઈ છે તે નીચે મુજબ છે.

\* તમારા જીવનમાં સાધનાનો પ્રારંભ કરવાનું કદી પણ મોડું થતું નથી. તમારી વય ૨૦ વર્ષ, ૫૦ વર્ષ, ૮૦ વર્ષ કે માત્ર ૫ વર્ષની પણ હોઈ શકે છે. મા પૂજ્ય શ્રી યોગેશ્વર ભગવાનને મળ્યાં ત્યારે તેમની ઉંમર આશરે ૨૭ વર્ષની હતી. પણ એક વાર પ્રારંભ કરો પછી અટકો નહીં,

\* તમારા ગુરુનું સન્માન કરવાનું શીખો. દરેક ગુરુપૂર્ણિમાના દિવસે તમારે તમારા ગુરુને કાંઈ પણ અર્પણ કરવું જોઈએ. પૂજ્ય માને પૂજ્ય શ્રી યોગેશ્વર ભગવાન પ્રત્યે પૂજ્યભાવ હતો તે અત્યંત નોંધપાત્ર અને ઉદાહરણરૂપ છે.

\* કેવી રીતે ધ્યાન કરવું તે તમે જાણતા ન હો કે પચાસનમાં બેસવાનું કે અન્ય આસનો જાણતા ન હો, તોપણ દરરોજ થોડો મહાવરો કરો અને અંતતઃ તમે તેના ઉપર સ્વામીત્વ મેળવી શકશો. પૂ. માએ તેમની રોજનિશિમાં લખ્યું છે કે પહેલા તેઓ પચાસનમાં બેસી શકતાં ન હતાં. પછી ધીરજપૂર્વક પ્રયત્ન શરૂ કર્યો અને રોજરોજ સમયનું પ્રમાણ વધારતાં ગયાં. આજે મા ૧૨ કલાકસુધી સ્થિરતાપૂર્વક બેસી શકે છે. તેમણે સાબિત કર્યું છે કે દરેક જણ આ કરી શકે છે.

\* છેલ્લે, પ્રતિજ્ઞાઓ કરવાનું શીખો અને તેનું પૂરેપૂરું પાલન થાય તે જુઓ.

અહીં પૂ. મા ઉપસ્થિત હતાં તે જ આ શિબિરનો શ્રેષ્ઠ ભાગ

હતો. આપણને આધ્યાત્મિક માર્ગે દોરી જવામાં સહાયરૂપ થવાં અને માર્ગદર્શન આપવા તેઓ હાજર હતાં. આપણા જીવનમાં મા જેવી મહાન વ્યક્તિ મેળવવાનું આપણું પરમ સૌભાગ્ય છે. મા વિષે નીચેની બાબતોમાં આપણને ખાત્રી થાય છે.

\* મા જાણે છે કે આપણે આત્મસાક્ષાત્કારના વિકાસમાં કેટલે પહોંચ્યા છીએ.

\* મા જાણે છે કે આપણામાંના દરેકની ક્ષમતા કેટલી છે.

\* મા જાણે છે કે આપણામાંના દરેકને કેટલાં આવરણો પાર કરવાનાં બાકી છે.

\* મા આપણા વિષે સઘળું જાણે છે. એમનાથી છૂપાવવા જેવું કાંઈ જ શક્ય નથી.

\* મા સદૈવ આપણી સાથે જ છે.

\* મા આપણાથી ગમે તેટલાં દૂર હોય તોપણ આપણી ઉપર હંમેશા નજર રાખી રહ્યાં છે.

પૂ. માના આશીર્વાદના કારણે જ આ શિબિર શક્ય બની અને આવતા વર્ષે બીજી શિબિર થાય તેવી હું પ્રાર્થના કરું છું. જે કાંઈ આ શિબિરદ્વારા પ્રાપ્ત થયું છે તે માની કૃપાને આભારી છે. તમામ બાબતના કર્તા મા છે. આપણે તો માત્ર તેમના હાથમાંના રમકડાં છીએ. કમલપુષ્પની સૌરભ દરેકને એકસરખી મળી રહે છે. એવી જ રીતે મા તમામ ભક્તોપ્રત્યે એકસરખો પ્રેમભાવ વહાવી રહ્યાં છે.

જય શ્રી હરિ.

## ધ્યાનની અંતરંગ સાધના

યોગેશ્વરજી

સમય, સ્થાન અને આસન

ધ્યાનની અંતરંગ સાધના માટે કોઈ સુનિશ્ચિત સમય છે ખરો? શાસ્ત્રોમાં બ્રાહ્મમુહૂર્તના સમયને ધ્યાનની સાધના માટે સુંદર સાનુકૂળ સુયોગ્યસમય તરીકે ઓળખાવ્યો છે. એ સમયદરમિયાન બહારનું વાતાવરણ છેક જ શાંત અને કોલાહલરહિત હોય છે. મન પણ શાંત, સરસ, સ્ફૂર્તિ, અથવા તાજગીવાળું હોય છે. એવે વખતે ધ્યાનની અંતરંગ સાધના સુખપૂર્વક સહેલાઈથી થઈ શકે છે. મન ઓછા પ્રયત્ને અથવા અનાયાસે આપોઆપ એકાગ્ર થાય છે. એને માટેની સ્થૂળ બહિરંગ ભૂમિકા પૂર્ણપણે તૈયાર હોય છે. એ શાંત કોલાહલરહિત સમયનો સદુપયોગ કરવામાં કે પૂરતો લાભ લેવામાં આવે તો મનને જે અવનવી શાંતિ તથા સાંપડે એની અસર આખા દિવસ દરમિયાન ઈતર પ્રવૃત્તિઓ કરતી વખતે પણ અખંડ રહે. એ સમયની શાંત સાધના આત્મિક અલ્પાહારનું કામ કરે.

છતાં પણ એનો અર્થ એવો નથી કે બ્રાહ્મમુહૂર્તમાં ધ્યાનાદિ સાધના માટે ના બેસાય તો પાછળથી બેસવું જ નહિ. આત્મ-સાધનાના અંતરંગ અભ્યાસક્રમને માટે બ્રાહ્મમુહૂર્તનો સમય સર્વોત્તમ હોવા છતાં કોઈ કારણે એનો લાભ ના લઈ શકાય તો તેની પછીના કોઈ પણ સાનુકૂળ સમયનો લાભ લેવો જોઈએ. જે સંજોગોવશાત્ સવારના સુનિશ્ચિત સમયે ભોજન નથી કરી શકતા

તે બપોરે પણ જમે છે, અને બપોરે નથી જમી શકતા તે સાંજે, રાતે અથવા મધરાતે પણ જમી લે છે. એવી રીતે બ્રાહ્મમુહૂર્તનો લાભ ના લેવાય તોપણ શેષ દિવસના અન્ય કોઈ પણ સમયનો લાભ લઈને સાધના કરવી જોઈએ. મન જે પણ સમય દરમિયાન શાંત બને સમાહિત થવા તૈયાર થાય, અને બ્રહ્મભાવને ધારણ કરે; જે ઘડી, પળ કે મુહૂર્તમાં સદ્ભાવ તથા સદ્વિચારોથી સંપન્ન તથા સાત્વિક બને, તે ઘડી તેમ જ પળ પવિત્ર છે અને તે મુહૂર્ત બ્રાહ્મમુહૂર્તનો મંગલ મહિમા ધારણ કરે છે.

ધ્યાનને માટેનો બીજો સુયોગ્ય શાસ્ત્રોક્ત સમય સાયંકાળનો છે. એ સમયે પણ બહારનું વાતાવરણ પ્રમાણમાં શાંત હોય છે. આકાશમાં સંધ્યાના રંગો ફરી વળ્યા હોય છે, વિહંગો પોતપોતાના માળામાં પાછાં ફરતાં હોય છે, ગોધન ગામની દિશામાં ગતિ કરે છે. એવે વખતે પણ બાહ્ય પ્રવૃત્તિઓમાંથી કામચલાઉ નિવૃત્તિ લઈને એક સ્થળે બેસીને આત્મવિકાસના અંતરંગ અભ્યાસક્રમનો આધાર લેવામાં આવે તો એ આશીર્વાદરૂપ બને છે.

રાતનો અથવા મધરાતનો સમય પણ કેટલો બધો સરસ અને શાંત હોય છે? એ સ્વાર્ણસમયે મોટાભાગના માનવો સૂઈ ગયા હોય છે. પ્રકૃતિ તદ્દન નીરવ નિસ્પંદન દેખાય છે. એ સમયે કોઈક ભોગી, રોગી કે યોગી જાગે છે. સાધનાત્ક અભ્યાસક્રમની અ-સાધારણ અભિરુચિવાળા સાધકો કે સંતો નિદ્રાના સમયમાં સ્વેચ્છિક કાપ મૂકીને કે નિદ્રાનો પૂર્ણ વિજય કરીને એ શાંત સમયદરમિયાન ધ્યાનાદિ કરતા દેખાય છે. ગીતામાં એવા મહા-પુરુષોને માટે જ કહેવામાં આવ્યું છે કે સઘળાં પ્રાણીઓ જ્યારે સૂએ છે ત્યારે સંયમી સાધનારત પરમાત્મપરાયણ યોગીપુરુષ જાગે છે.

યા નિશા સર્વભૂતાનાં તસ્યાં જાગર્તિ સંયમી ।

એનો એવો સ્થૂળ અર્થ પણ લઈ શકાય છે.

જેમને એક જ જન્મમાં અને એ પણ બનતી વહેલી તકે પરમશાંતિ, મુક્તિ, કે પૂર્ણતા મેળવવી હોય તેમણે નિદ્રાના નિર્ધારીત સમયમાં કાપ મૂકીને સાધનાપરાયણ બનવું જ જોઈએ. પ્રમાદને પરિત્યાગવો જોઈએ. રાતે વહેલા ઊઠવા માટે અથવા બ્રાહ્મમુહૂર્તનો લાભ લેવા માટે રાતે વહેલા સૂવાની અને રાતનું ભોજન છોડી દેવાની અથવા રાતે બને તેટલું વહેલું અને ઓછામાં આછું, અલ્પાહાર નેટલું ભોજન કરવાની ટેવ પાડવી પડશે. રાતે વહેલા સૂવાથી સવારે વહેલા ઊઠવાનું સરળ બનશે. આજનું આપણું જીવન મોટે ભાગે કૃત્રિમ બની ગયું છે. એમાં રાતના ઉજાગરા અને મોડી રાતનાં ભોજન સર્વ સામાન્યજેવા થઈ પડયાં છે. પરંતુ સાધનાની અભિરુચિવાળા સાધકોએ એમાં ફેરફારો કરવા રહેશે.

\* \* \*

ધ્યાનની સાધના માટે સ્થાન કેવું હોવું જોઈએ? ગીતાના છઠ્ઠા અધ્યાયમાં શુચૌ દેશે પ્રતિષ્ઠાપ્ય શબ્દપ્રયોગ કરીને સૂચવવામાં આવ્યું છે કે ધ્યાનની અંતરંગ સાધના માટે જે સ્થાન અથવા પ્રદેશવિશેષને પસંદ કરવામાં આવે તે સ્થાન અથવા પ્રદેશવિશેષ અપવિત્ર ના જોઈએ. જે વાતાવરણ વિશુદ્ધ હોય, જેમાં પ્રવેશતાં-વેંત જ મનની અંદર સાત્ત્વિકતાની સૃષ્ટિ અને અભિવૃદ્ધિ થતી હોય, જેની મહામૂલી મદદથી આત્મભાવને પોષણ મળતું હોય, એવા વાતાવરણની મદદથી ધ્યાન સારી રીતે થઈ શકે છે. આરંભમાં બહારના વાતાવરણની મદદથી ધ્યાન સારી રીતે થઈ શકે છે. આરંભમાં બહારનું વાતાવરણ સાધકપર પોતાની અસર

ઊભી કરે છે. જ્યાંસુધી વાતાવરણની એવી અનુકૂળ અથવા પ્રતિકૂળ અસર પડતી હોય ત્યાંસુધી સાધકે બહારના વાતાવરણનો પૂરતો ખ્યાલ રાખીને એને સાધનાત્મક અભ્યાસ માટે અનુકૂળ બનાવવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. સાધનાના અંતરંગ અભ્યાસમાં સુચારુરૂપે આગળ વધ્યા પછી તો એવી અવસ્થાવિશેષની પ્રાપ્તિ થશે કે ગમે તેવા શુભાશુભ, શુચિ, અથવા અશુચિ, સુંદર અથવા અસુંદર સ્થાનવિશેષમાં રહીને પણ સાધના કરી શકાશે. બહારનું વાતાવરણ આત્મિક સાધનાના અનુષ્ઠાનમાં અવરોધક નહિ થાય. સાધકનું મન સર્વે સ્થળોમાં પ્રસન્ન, પુલકિત, પરમાત્માપરાયણ રહેશે. એવી અવસ્થા ના આવે ત્યાંસુધી બાહ્ય વાતાવરણનો ખ્યાલ રાખવો જોઈએ. જે ખંડ, પ્રદેશ અથવા સ્થાનવિશેષમાં ધ્યાનજેવી સાધનાના અનુષ્ઠાનને માટે બેસવાનું હોય તે ખંડ, પ્રદેશ અથવા સ્થાનવિશેષને પુષ્પો, અગરબત્તી તથા ધૂપાદિ સુવાસિત દ્રવ્યોથી સુગંધિત કરવાનું અને અવતારી પુરુષો અથવા પ્રાતઃસ્મરણીય સ્વનામધન્ય સંતપુરુષોનાં ચિત્રોથી ચારુ તેમ જ ચિત્તાકર્ષક બનાવવાનું ધ્યાન રાખવું જોઈએ. એવા સ્થાનવિશેષમાં પદાર્પણ કરતાંવેંત જ આપણો પ્રાણ પરમપ્રસન્ન થાય છે અને ઉત્તમોત્તમ પ્રેરણાની પ્રાપ્તિ થાય છે. એ મહાપુરુષોની સૂક્ષ્મ સંન્નિધિમાં આપણને થાય છે કે આપણે પણ એમના પગલે ચાલીને જીવનને શુદ્ધ, મુક્ત, બુદ્ધ, પૂર્ણ બનાવવાની અને એમના જેવા થવાની કોશિશ કરીએ. એમના અણિશુદ્ધ આંદોલનો આત્માને અનુપ્રાણિત કરે છે, અવનવી ચેતના ધરે છે, સમસ્ત વ્યક્તિત્વમાં સંજીવન ભરે છે.

\* \* \*

ધ્યાન માટે પવિત્ર પ્રદેશમાં સ્થિરતાપૂર્વક સુયોગ્ય આસનપર બેસવું જોઈએ. આસન શબ્દ જ સૂચવે છે કે એ દરમિયાન એનો

આશ્રય લેનારે બેસવું જોઈએ. આસુ એટલે બેસવું અને આસન એટલે બેસવાની પદ્ધતિ અથવા પ્રક્રિયા. કેટલાક ઉપદેશકો ઊભા ઊભા ધ્યાન કરવાનો તો કેટલાક ચાલતાં ચાલતાં ધ્યાન કરવાનો સંદેશ આપે છે. એ સંદેશને ઝીલનારે અથવા અનુસરનારે સમજી લેવું જોઈએ કે ધ્યાનના અંતરંગ અભ્યાસ દરમિયાન મનને સ્થિર, એકાગ્ર, સમાહિત અથવા આત્મકેન્દ્રિત કરવાનું હોય છે. એ પછી એનો સમાધિની અતીન્દ્રિય અવસ્થામાં પ્રવેશ કરાવવો પડે છે. એ પ્રયોજનની પૂર્તિ માટે એક સ્થળે એક અનુકૂળ આસનપર બેસવાનું અત્યંત આવશ્યક છે. ઊભા ઊભા કે ચાલતાં ચાલતાં મનનો લય થતાં સમાધિ કેવી રીતે સધાશે, અને સધાશે તોપણ એ વખતે શરીરની દશા કેટલી બધી કરુણ અથવા દયનીય થઈ જશે? એક સ્થળે બેસીને મનને સ્થિર કરવાનું સરળ થાય છે.

મહર્ષિ પતંજલિએ યોગદર્શનમાં આસનનો ઉલ્લેખ કરતાં લખ્યું છે કે જેમાં બેસવાથી શરીરની સ્થિરતાનો અને માનસિક પ્રસન્નતાનો અથવા સુખનો અનુભવ થાય એ આસન. સાધકે કયા વિશિષ્ટ પ્રકારના આસનનો આધાર લેવો જોઈએ એનો સ્પષ્ટ નામનિર્દેશ એમણે નથી કર્યો. આસનની પસંદગી એમણે સાધકની વ્યક્તિગત પ્રકૃતિ તથા રુચિપર છોડી છે. કોઈ પણ શાસ્ત્રસંમત પરંપરાગત આસનની અભિરુચિ ના હોય તો ધ્યાનના સાધકે સુખાસનનો આધાર લેવો. પરંતુ જેમની શરીરસંપત્તિ સારી હોય અને ઉંમર પ્રમાણમાં નાની હોય એમણે તો પદ્માસનમાં અથવા સિદ્ધાસનમાં જ બેસીને ધ્યાન કરવાનો આગ્રહ રાખવો. એ આસનો બીજી રીતે ઉપયોગી છે. આસનપર સ્વસ્થચિત્તે સીધા બેસવું. ધ્યાનનો આરંભ શરીરને ઢીલું રાખીને કે ટેકો દઈને બેસીને ના કરવો. સ્વસ્થ શરીરવાળાએ સીધા જ બેસવું. ધ્યાનના અભ્યાસદરમિયાન પાછળથી કોઈ કારણે શરીરને ઢીલું કરવું પડે

કે પાછળ ટેકો દેવો પડે તો તે વાત જુદી છે, પરંતુ પ્રારંભમાં એવું ના કરવું. જેમનાં શરીર સ્વસ્થ હશે, જેમની નસોમાં તાજું લોહી ઉછળતું હશે, જેમનાં મન મહત્ત્વાકાંક્ષાથી મંડિત હશે, ને ગમે તેટલું કષ્ટ વેઠવાની ને ગમે તેવો ભોગ આપવાની શક્તિથી સંપન્ન હશે, એવા યુવાનોએ યોગસાધનામાં રસ લેવો જોઈએ. યુવાનોને અને યુવતીઓને એમાં રસ લેતાં કરવાં જોઈએ એ કલાકો સુધી સ્વસ્થતાપૂર્વક આસનપર બેસી શકશે અને અંતરંગ અભ્યાસ-ક્રમના આનંદને સહેલાઈથી પ્રાપ્ત કરશે. યુવાની જીવનની સર્વશ્રેષ્ઠ ઋતુ છે, વસંત છે, સાધનાની સર્વોત્તમ સુયોગ્ય અવસ્થા છે. એ વખતે મનને ભૌતિક ભોગોપભોગોને બદલે આત્મિક યોગપ્રત્યે વાળવામાં આવે તો ચમત્કારોનું સર્જન થાય. જીવનનો આધ્યાત્મિક વિકાસ સહજ બને. આત્મોન્નતિનાં સર્વોચ્ચ સુમેરુ શિખરોને સહેલાઈથી સર કરી શકાય. વૃદ્ધવસ્થા થતાંસુધી તો પ્રશાંતિનું પ્રસન્નતાનું, પૂર્ણતાનું પેન્શન મળે. જીવન ધન્ય બની રહે. પરમાત્માની પરિપૂર્ણ કૃપાની અનુભૂતિ થાય.

ધ્યાનના અંતરંગ અભ્યાસ દરમિયાન જેનાપર બેસવાનું છે એ આસન સ્વચ્છ, સુંદર, ગાદીજેવું હોવું જોઈએ. આસન વધારે પડતું નરમ, મુલાયમ કે ભારે ના હોવું જોઈએ. એવા આસનપર બેસવાથી કેટલીકવાર આળસ આવે છે અને આળસનો અતિરેક થતાં આડા પડવાનું મન થાય છે. આસન અતિશય સખત અથવા કઠોર પણ ના હોવું જોઈએ. વધારે પડતું કઠોર આસન પગમાં દુખાવો કરે છે અથવા પગે ખાલી ચઢાવે છે. આસન જેતાંવેંત એની ઉપર બેસવાનું મન થાય, અંતરમાં આહ્વાદ છવાઈ જાય, અને સાત્ત્વિકતાની સૃષ્ટિ તથા વૃદ્ધિ થાય એવું હોવું જોઈએ. એ આસનનો ઉપયોગ ગમે તેવા વ્યાપારોને માટે કરવાને બદલે કેવળ સાધના માટે જ કરાવો જોઈએ. એની ઉપર બેસીને જપ,

ધ્યાન, પ્રાર્થના, સ્વાધ્યાયજેવી પવિત્ર સાધનાત્મક પ્રવૃત્તિઓ કરવી જોઈએ. એ આસન એમને સારુ સુરક્ષિત રહેવું જોઈએ. સાધકનું આસન અહિંસક હોય એ આવશ્યક છે. જીવહત્યા અથવા હિંસાની પાશવી પ્રવૃત્તિના પરિણામે પેદા થયેલા કોઈ પણ આસનનો ઉપયોગ આત્મકલ્યાણને માર્ગે આગળ વધનારા સાધકે ના કરવો જોઈએ. શોખને લીધે, પરંપરા કે રૂઢિના પાલન માટે અથવા અન્ય કોઈ પણ કારણે કરાતો એવો ઉપયોગ આવકારદાયક અથવા અભિનંદનીય નથી લાગતો. હવે તો ખાદી તથા ગ્રામોદ્યોગનાં અને અન્ય અનેક પ્રકારનાં આસનો સુપ્રાપ્ય હોવાથી હિંસાનાં પ્રતિક જેવાં ચર્માસનોનો ઉપયોગ અનિવાર્ય નથી રહ્યો.

### અધ્યાત્મના ગ્રાહક થવા માટે અરજીપત્ર

હું અધ્યાત્મ માસિકનો ગ્રાહક થવા ઇચ્છું છું.

નામ :

સરનામું :

જીલ્લા પીનકોડ : ટેલિ. નં.

વાર્ષિક રૂ. ૨૫  આજીવન રૂ. ૨૫૧  જે પ્રકારના સભ્ય બનવું હોય તે પ્રમાણે આપેલ ખાનામાં  નિશાની કરો.

### લવાજમ મોકલવાનો પ્રકાર

૧. રોકડા મનીઓર્ડરથી. ૨. સર્વમંગલ ચેરિટેબલ ટ્રસ્ટના નામનો ડ્રાફ્ટ. (ચેક નહિ).

તા.

બેંકની વિગત.

હસ્તાક્ષર :

## ભક્તિ જ મૃત્યુને સુધારે છે

પ. પૂ. ડોંગરેજી

પ્રભુને હંમેશા પ્રાર્થના કરો કે મારા મૃત્યુ સમયે અવશ્ય આવજો. શરીર ઠીક હોય તો ધ્યાન-જપ થઈ શકે છે. અંતકાળે મહામુસીબને દેહ અનુસંધાન થાય છે જેથી પરમાત્માનું ધ્યાન સ્મરણ કરવું કઠિન છે. ભિષ્મ પિતામહ શ્રીકૃષ્ણની સ્તુતિ કરે છે : નાથ ! કૃપા કરો, જેવા ઊભા છો તેવા જ રહો.

‘સ દેવદેવો ભગવાન પ્રતીક્ષતાં કલેવરં ભાવદિદં હિનોમ્યહમ્.’

શ્રીકૃષ્ણ વિચારે છે કે પિતામહે મને બેસવા માટે પણ ન કીધું પુંડલીકની સેવા યાદ આવે છે. તુકારામે પ્રેમથી એકવાર પુંડલીકને ફરિયાદ કરી હતી કે “મારા વિઠ્ઠલનાથ જ્યારે દ્વારપર આવ્યા તો તમે તેમનું સન્માન ન કર્યું અને મારા પ્રભુને આસન પણ ન આપ્યું.”

પ્રતિદિન પ્રભુને પ્રાર્થના કરો, આપણું મૃત્યુ સુધારવા માટે. શરીરમાં જ્યારે શક્તિ હોય ત્યારે ખૂબ ભક્તિ કરો અને પ્રભુને મનાવો, શરીર ક્ષીણ થયે કંઈ નહીં થાય. શ્રીકૃષ્ણ કહે છે દાદાજી ! આ ધર્મરાજ યુધિષ્ઠિરને લાગે છે કે એમણે જ બધા કૌરવોને માર્યા છે, તેમના કારણે જ બધાનો સર્વનાથ થઈ ગયો. તેમને શાંતિ મળે એવો આપ ઉપદેશ આપો. ભિષ્મપિતામહ કહે છે : થોભો ધર્મરાજની શંકાનું નિવારણ હું પછી કરીશ. પ્રથમ આપ મારી એક શંકાનું સમાધાન કરો અને મારા પ્રશ્નનો ઉત્તર આપો કે મારું જીવન નિષ્પાપ છે, મારું મન પવિત્ર છે, મારું શરીર પણ પવિત્ર છે અને મારી ઈન્દ્રિયો પણ શુદ્ધ છે. મેં જ્યારે કોઈ પાપ જ કર્યું નથી તો મને આ દંડ શા માટે મળી રહ્યો છે? મારે

શા માટે બાણશૈયાપર સૂવું પડયું? મને શા માટે અતિશય વેદના થાય છે? હું નિષ્પાપ હોવા છતાં પણ મને શા માટે દંડ આપો છે?

ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ કહે છે : દાદાજી! આપે કોઈ પાપ કર્યું નથી તે સાચું છે. એટલા માટે તો હું આપને મળવા આવ્યો છું. આપે પોતે કોઈ પાપ કર્યું નથી, પણ આપે આપની આંખોથી પાપ થતું જોયું છે અને આપે જે પાપ ચૂપચાપ જોયું તેનો આ દંડ આપને મળી રહ્યો છે. કોઈ પાપ કરે અને તે પાપ થતું જોવું એ પણ પાપ જ છે, કોઈના પાપનો વિચાર કરવો એ પણ પાપ છે. તેથી કોઈનું પાપ જોવું નહીં, સાંભળવું નહીં અને કોઈને કહેવું જોઈએ પણ નહીં : ભીષ્મ કહે છે : ‘મને કંઈ યાદ આવતું નથી કે મેં કયું પાપ જોયું છે?’

શ્રીકૃષ્ણ કહે છે દાદાજી! આપ ભૂલી ગયા હશો, હું ભૂલ્યો નથી. હું ઈશ્વર છું, મારે તો બધું યાદ રાખવું પડતું જ હોય છે. આપ યાદ કરવાનો પ્રયત્ન કરો કે એકવાર જ્યારે આપ ધૃતરાષ્ટ્રની સભામાં બેઠા હતા ત્યાં દુઃશાસન દ્રૌપદીને લઈને આવ્યો હતો. આપ આ સમયે ત્યાં ઉપસ્થિત હતા જ. દ્રૌપદીએ કહ્યું હતું કે ‘જુગારમાં બધું જ હારી ગયેલો પતિ પોતાની પત્નીને દાવપર મૂકી શકતો નથી.’ દુર્યોધને કહ્યું હતું કે હવે દ્રૌપદી દાસી બની ગઈ છે, તેણીને નિર્વસ્ત્ર કરો. આ સમયે દ્રૌપદીએ આપને કહ્યું હતું કે ‘હારેલા પતિને પોતાની પત્નીને દાવપર મૂકવાનો અધિકાર નથી. પિતામહ! આપ ન્યાય કરો કે મારી સ્થિતિ શું છે?’ તે સમયે આપે જવાબ આપ્યો હતો કે ‘દુર્યોધનનું દૂષિત અન્ન ખાવાથી મારી બુદ્ધિ કુંઠિત થઈ ગઈ છે.’ આપ પછી ચૂપ બનીને બેસી રહ્યા હતા. આવું ઘોર પાપ સભામાં થઈ રહ્યું હતું અને આપ તે જોઈ રહ્યા હતા. આપ જેવા જ્ઞાની અને વીરને આમ જોઈ રહેવું શોભતું નહોતું. દ્રૌપદીને તો આશા હતી કે આપ ન્યાય

કરશો જ. આપે તે વખતે દ્વિધામાં રહીને અન્યાય પાપને જોયા કર્યું. ત્યારે દ્રૌપદીએ નિરાશ થઈ પ્રાર્થના કરી.

હે કૃષ્ણ દ્વારિકાવાસિન ક્વાસિ યાદવનંદન ।

કૌરવૈઃ પરિભૂતાં માં કિં ન જાનાસિ કેશવઃ ॥

દ્રૌપદીનો આર્તનાદ સાંભળી હું ત્યાં ગુમરૂપે આવી પહોંચ્યો. મેં બધું જોયું. દુઃશાસન દ્રૌપદીની સાડી ખેંચી રહ્યો હતો અને આપ કેવળ પ્રેક્ષક બનીને બેઠા હતા. સભામાં જે અન્યાય થઈ રહ્યો હતો તેને ચૂપચાપ થવા દીધો. આ પાપ જે આપે જોયું અને નિષ્ક્રિય થઈ બેસી રહ્યા તેનો જ આ દંડ આપને મળી રહ્યો છે.’

ભિષ્મપિતામહે ભગવાનને પ્રણામ કર્યા અને ત્યારબાદ ધર્મ-રાજને ઉપદેશ આપ્યો. સ્ત્રીધર્મ, આપદધર્મ, રાજ્યધર્મ વગેરે પ્રસંગો મહાભારતના શાંતિપર્વમાં વર્ણવેલ છે અને પછી તેમને પરમધર્મનો ઉપદેશ આપ્યો. યુધિષ્ઠિરે પિતામહને પૂછ્યું : બધા ધર્મોમાંથી આપ કયા ધર્મને શ્રેષ્ઠ માનો છો? કયા ધર્મનું પાલન કરવાથી જીવ જન્મ-મરણના સાંસારિક બંધનમાંથી મુક્ત થઈ શકે છે? પિતામહે કહ્યું : ‘સ્થાવર જંગમ સ્વરૂપ સંસારના સ્વામી, બ્રહ્માદિ દેવોના દેવ, દેશકાળ અને વસ્તુથી પર, ક્ષર-અક્ષરથી શ્રેષ્ઠ પુરુષોત્તમના સહસ્રનામોનો તત્પરતા સાથે સતત પાઠ, સ્મરણ અને ગુણસંકીર્તન કરવાથી મનુષ્ય બધા દુઃખોમાંથી મુક્ત થઈ જાય છે. આથી ‘વિષ્ણુસહસ્રનામ’નો પાઠ કરવો પરમધર્મ છે. ‘શિવમહિમ્નસ્તોત્ર’ અને ‘વિષ્ણુસહસ્રનામ’નો પાઠ પ્રતિદિન કરવો. શિવજીની સ્તુતિ કરવાથી જ્ઞાન મળે છે અને જ્ઞાનથી ભક્તિ દૃઢ થાય છે. વિષ્ણુસહસ્રનામનો પાઠ-સ્તુતિ કરવાથી પાપ બળી જાય છે અને લલાટે લખાયેલા વિધાતાના લેખ પણ બદલી જાય છે. તે જીવને જન્મમરણના બંધનમાંથી મુક્ત કરે છે. ભગવાન

શંકરાચાર્યને વિષ્ણુસહસ્રનામનો પાઠ બહુ પ્રિય હતો. તેમણે સૌ પ્રથમ વિષ્ણુસહસ્રનામ ઉપર ભાષ્ય લખ્યું છે. તેમનો અંતિમ ગ્રંથ 'બ્રહ્મસૂત્ર'નું ભાષ્ય અને ત્યારબાદ તેમણે કલમ છોડી દીધી.

વિષ્ણુસહસ્રનામનો પાઠ દરરોજ બે વાર કરવો. બાર વર્ષ-સુધી આમ કરવાથી અવશ્ય ફળ મળશે. એક વાર રાત્રે સૂતા પહેલા પાઠ કરો-તેમાં દિવ્યશક્તિ છે. ગરીબ સાધારણ માણસ 'વિષ્ણુયાગ' કેવી રીતે કરી શકે? પણ જો તે વિષ્ણુસહસ્રનામના પંદર હજાર પાઠ કરે તો તેને એક વિષ્ણુયાગ કર્યાનું પુણ્ય મળે છે. ભોજનની ભેમ ભજન કરવાનો પણ નિયમ હોવો જોઈએ. બાર વર્ષસુધી નિયમિત સત્કર્મ કરવું જોઈએ. જીવનમાં ભલે ગમે તેટલા કામ હોય, ભગવાનનું ભજન કરવા માટે ગમે તેમ કરી સમય કાઢી લેવો. જ પરમાત્માની કૃપાથી સુખ-સગવડ અને પુત્રાદિ પ્રાપ્ત થયા હોય છતાં તે પરમાત્મા ઠાકોરજનું જીવ જો સ્મરણ ભજન ન કરે તો તેથી મોટું અન્ય પાપ કયું હોઈ શકે?

ત્યારબાદ ભિષ્મપિતામહ ભગવાનની સ્તુતિ કરતાં બોલ્યા હે નાથ! આપના દર્શન હું ખાલી હાથે કેવી રીતે કરું? આપને શું અર્પણ કરું? ભગવાન જીવ પાસેથી ધનસંપત્તિ નથી માગતા, તેઓ તો મનબુદ્ધિ જ માગે છે. પિતામહે કહ્યું : હું મારું મન અને બુદ્ધિ આપના ચરણોમાં રાખું છું. આ જીવ બહુ કપટી છે, કોઈ સંકટ આવી જાય તો નુરત રણાછોડરાયના દર્શન કરવા જાય અને ભગવાનને અગિયાર રૂપિયા ભેટ ચડાવી કહે કે હે નાથ! મેં ન્યાયાલયમાં મારા ભાઈ ઉપર દાવો કર્યો છે, મારું ધ્યાન રાખજો! આ માટે કોર્ટમાં વકીલને પુષ્કળ રૂપિયા આપે અને ભગવાનને માત્ર અગિયાર! ભગવાન કહે છે કે હું બધું જોવું છું, જાણું છું અને સમજું છું!

ભિષ્મપિતામહ હજુ ભગવાનને સ્તુતિ કરે છે કે 'હે ભગવાન! ફક્ત એકવાર મને કહી દો કે હું તમારો છું.' ભક્તિ જ મૃત્યુને સુધારે છે, સાર્થક કરે છે. બહુ જ્ઞાની ન થવું, આત્મા શરીરથી અલગ છે એ તો બધા જાણે છે પરંતુ તેનો અનુભવ બધાને નથી થતો. ભક્તિ જ મૃત્યુને સુધારે છે, જ્ઞાન ઘણી વખત મૃત્યુને બગાડે છે. ભિષ્મપિતામહે જ્ઞાન ઉપર બહુ ભરોસો ન રાખતા ભગવાનના શરણમાં ગયા. તેઓ ભગવાનને કહે છે કે હું આપના શરણમાં આવ્યો છું, હું બ્રહ્મસ્વરૂપ છું એમ નથી કહેતો. ભગવાન કહે છે કે હું તમને મારો કઈ રીતે માનું? તમે તો મારા ભક્ત અર્જુનપર બાણ ચલાવ્યા છે. પિતામહ કહે છે કે સમગ્ર જગત એ જાણે છે કે પાંડવો ઉપર મારો કેટલો પ્રેમ છે. આપ પણ જાણો છો. યુદ્ધમાં મારું શરીર કૌરવોના પક્ષમાં હતું પરંતુ મન તો પાંડવોના પક્ષમાં જ હતું. પાંડવોપર હું બાણ ચલાવતો હતો પણ મનમાં એ ઈચ્છી રહ્યો હતો કે વિજય તો પાંડવોને જ મળે. જયોસ્તુ પાંડુપુત્રાણામ્! એમ બોલીને જ હું બાણ છોડતો હતો.

શ્રીકૃષ્ણ કહે છે કે તો પછી તમે શરીરથી પાંડવપક્ષે કેમ નહોતા? ભિષ્મ જવાબ આપે છે કે 'પ્રભુ! હું તે વખતે આપના દર્શન કરવા ઈચ્છતો હતો. આપ અર્જુનના રથ પર હતા. મેં વિચાર્યું કે જો હું પાંડવોના પક્ષમાં રહીશ તો સામેથી આપના દર્શન કઈ રીતે કરી શકીશ? આપના સતત દર્શન કરતા રહેવા માટે જ હું કૌરવોના પક્ષમાં હતો. પાંડવોના પક્ષમાં રહ્યો હોત તો આપના દર્શન ન કરી શકત. ભિષ્મજી સ્તુતિ કરે છે :

ત્રિભુવનકમનં તમાલવણાણાં રવિકરગૌરવરામ્બરં દધાને ।

વપુરલક કુલા વૃતાનનાબ્જં વિજયસખે રતિરસ્તુ મેડનવદ્યા ॥

(શ્રીમદ્ ભાગવત ૧-૧-૩૩)

અર્થાત્ જ્ઞેનું શરીર ત્રિભુવન સુંદર અને નીલવાર્ણ, જ્ઞેના શરીરપર સૂર્યકિરણ જ્ઞેવું શ્રેષ્ઠ પિતાંબર શોભિત છે અને કમળ સમાન મુખપર ઢળેલી વાળની લટો વિખરાયેલી છે એવા અર્જુન સખા શ્રીકૃષ્ણમાં મારી નિષ્કપટ પ્રીતિ થાય. 'પાર્થસચ્ચે રતિર્મમાસ્તુ' આવા સ્વરૂપવાન પાર્થ સારથિને હરહંમેશ આપણા સન્મુખે રાખો. ઈન્દ્રિયોરૂપી ઘોડાઓને ભગવાનને સોંપી દો. શરીર રથ છે, ઘોડાઓ ઈન્દ્રિયો છે.

મારી નિષ્કામ બુદ્ધિ અને મન આપને અર્પણ કરું છું. મતિ રૂપકલ્પિતા, વિતૃષ્ણા (શ્રીમદ્ ભાગવત ૧-૯-૩૨) મન તો ફક્ત ભગવાનને જ આપવાની વસ્તુ છે તોપણ જગતમાં કોઈ સ્ત્રીને તો કોઈ પુરુષને મન આપે છે. ભગવાન તો કહે છે, તું તારું ધન વગેરે નહીં પણ મન જ મને અર્પણ કરી દે.

\* \* \*

જે કાંઈ કરતા હો તેમાં આગળ વધો તો એથીયે વધુ સારી ચીજ મળશે. થોડોક જપ કરીને ઉત્સાહ આવ્યો છે એટલે એમ ન માનો કે જે થવાનું છે તે બધું થઈ ગયું છે! કર્મ કંઈ જીવનનો ઉદ્દેશ નથી. એથીયે આગળ વધો તો કર્મ નિષ્કામભાવે કરી શકશો. પણ નિષ્કામ કર્મ બહુ કઠણ એટલે ભક્તિભાવથી વ્યાકુળ બનીને પ્રભુને પ્રાર્થના કરો કે 'હે ઈશ્વર! તમારા ચરણકમળમાં ભક્તિ આપો, અને કર્મ ઓછાં કરી દો, અને જેટલું કર્મ રહે તે નિષ્કામ થઈને કરી શકું!' એથીયે આગળ જતાં ઈશ્વરને મેળવશો. તેમનાં દર્શન થશે. કમે કમે તેની સાથે વાતચીત વગેરે થશે.

— શ્રી રામકૃષ્ણ કથામૃત

૧૮ માર્ચે પૂ. માનાં સાન્નિધ્યે

## પૂ. શ્રીના નિર્વાણ દિવસે સાધના

ડો. બી. જી. જગણી

૧૮ માર્ચ ૧૯૮૪ ના દિવસે પૂ. યોગેશ્વરજીએ ભૌતિક શરીરને વિદાય આપી. નિર્વાણ પામ્યા તે દિવસે સાધકોના કલ્યાણાર્થે વિવિધ કાર્યક્રમો સ્વર્ગારોહણતીર્થ, અંબાજી ખાતે થાય છે. તા. ૧૮-૩-૨૦૦૧ ના રોજ પૂ. માનાં સાન્નિધ્યે સાધકો પર કરુણા કરીને જ્ઞાન આપવાં વાણીશ્રવણ, પ્રણામભક્તિ અને સાધનાના વિવિધ માધ્યમોનો ખજાનો ઊઘાડવો.

પ્રથમ દિવસે સવારની બેઠકમાં નિયમ મુજબ પૂ. માની ઉપસ્થિતિમાં પ્રણામ કર્યો. પૂ. શ્રીની અમૃતવાણી ઓડિયો કેસેટ-દ્વારા સંભળાવી. કર્મયોગ પર પૂ. શ્રીએ પ્રવચન આપેલું. તેનો સાર આ રહ્યો.

ભગવાન કૃષ્ણ કર્મયોગી હતા. મૂલ્યોના પ્રસ્થાપન માટે પ્રાદુર્ભાવ પામ્યા હતા.

કર્તવ્યભાવનાથી કર્મનો આધાર લેવો. કૃષ્ણભગવાન બીજાના માટે જીવન જીવ્યા. નિરક્ષર, પદજાત અને નિર્બળનો ઉદ્ધર કર્યો. અન્યાયનો પ્રતિકાર કર્યો.

લોકસંગ્રહનો ખ્યાલ આપ્યો. જગતમાં જીવ જન્મે ત્યારથી મૃત્યુ પામે ત્યાંસુધીમાં અનેક જીવોનો સહકાર અને તેની સેવા લે છે. માતાએ જન્મતાની સાથે દૂધ આપ્યું, બાલમંદિરમાં ભણવા બેસાડયા, ભણવાની વ્યવસ્થા કોઈકે કરી, ડીગ્રી મેળવી, નોકરી કરી, પગાર મેળવ્યો, લગ્ન કર્યો, સંતાનો થયા, ઘરડા થયા, મૃત્યુ

પામ્યા અને સ્મશાનગૃહે લઈ ગયા. આ બધા જ તબક્કે સમાજે કંઈ ને કંઈ આપ્યું છે. સમાજને પણ કંઈક આપવું જોઈએ. આ થયો લોકસંગ્રહ.

પ્રભુએ માનવશરીર બનાવ્યું, માટે લોકસંગ્રહઅર્થે સમર્પણ કરવું જોઈએ.

એકાદ વૃક્ષ આપણે પણ વાવીએ, કૂવામાંથી પાણી પીધું છે તો એકાદ કૂવો આપણે પણ ગણાવીએ, એકાદ શાળા આપણે પણ બંધાવીએ.

ધુમાડા યજ્ઞ બંધ કરીએ અને માનવસેવાના યજ્ઞો કરીએ.

સમાજ બગાડી ગયો છે તેવું નકારાત્મક વલણ નુકસાન કરે છે. આદર્શ જીવનની ચિંતા કરો.

સમાજને સારાનો ચેપ લગાડો. ભ્રષ્ટાચારનો પ્રતિકાર તમારાથી જ કરો. સમાજને પોતાની રીતે ઉપયોગ થાઓ.

પંખીને પીંજરામાં રહેવું ગમતું નથી તેમ માણસને બંધનો ગમતા નથી. કોઈને બંધનમાં ના રાખો સ્વતંત્રતા આપો.

ત્યાર બાદ અમદાવાદથી સંસ્કૃતના નિવૃત્ત પ્રોફેસર શ્રી લક્ષ્મણભાઈ જોશીએ પોતાની લાક્ષણિક શૈલીમાં ઉપનિષદ અને તેની પ્રેરક બોધકથાઓ પર સંસ્કૃતભાષાના અવતરણો સાથે મનનીય પ્રવચન આપ્યું. સંસ્કૃતના નિવૃત્ત પ્રોફેસર અને પોતાના જીવનમાં ભારતીય દર્શનશાસ્ત્રોનો ધબકાર એટલે વ્યવહારમાં પણ તે મૂલ્યો નિતરતાં જણાય; મૈત્રેયી-યાજ્ઞવલ્ક્યનો સંવાદ સરસ રીતે વર્ણવ્યો.

યાજ્ઞવલ્ક્ય ઋષિ છે. તેઓ વૃદ્ધ થયા છે. આત્માના કલ્યાણ માટે મૈત્રેયી અને કાત્યાયની નામની બે પત્નીઓને ઘર છોડવાની, સંપત્તિ છોડવાની વાત કરે છે. બંનેને પોતાની સંપત્તિનો

ભાગ વહેંચી દેવાની વાત કરે છે.

મૈત્રેયીને આ વાત ગમતી નથી. તે કહે છે ગમે તેટલી સંપત્તિ આપો, પૃથ્વી ધનથી ભરી દો તો આત્મતત્ત્વ પ્રાપ્ત થાય? અમૃતતત્ત્વ મળે? તેવા સવાલ કરે છે. યાજ્ઞવલ્ક્ય ના પાડે છે.

એક બીજી ઘટનામાં યાજ્ઞવલ્ક્ય જનકરાજાની સભામાં જાય છે. સભામાં બ્રાહ્મણો ધર્મચર્યા કરતા હતા. જે બ્રહ્મનિષ્ઠ હોય તે સોનાથી મઢેલા શીંગડાવાળી ૧૦૦૦ ગાયો લઈ જાય તેવું જનકરાજાએ વિધાન કર્યું.

યાજ્ઞવલ્ક્ય પોતાના શિષ્યને આ ગાયો પોતાના આશ્રમમાં લઈ જવા આદેશ આપે છે. આ ઘટનાથી બ્રાહ્મણો નારાજ થયા. અશ્વનામના પુરોહિતે યાજ્ઞવલ્ક્યને કહ્યું કે 'તમે બ્રહ્મનિષ્ઠ છો તો ગાયો લઈ જાઓ.' યાજ્ઞવલ્ક્ય ઈશ્વરના શરણાગત હતા એટલે નમ્રતાપૂર્વક કહે છે 'જે બ્રહ્મનિષ્ઠ હોય તેને અમે નમીએ છીએ, અમારે આશ્રમમાં ગાયોની જરૂર છે માટે લઈ જઈએ છીએ.'

'તમે આમ ગાયો હંકારી જાઓ તે બરાબર નથી. અમારે તમારી સાથે જ્ઞાનની ચર્યા કરવી પડશે.'—અશ્વે કહ્યું.

ગાર્ગીનામની વિદૂષિ જનકરાજાની પરવાનગી માંગીને યાજ્ઞવલ્ક્યને બે સવાલ કરે છે. આ સવાલના સાચા જવાબ મળે પછી જ ગાયો લઈ જવાની મંજૂરી મળે.

ગાર્ગી : પૃથ્વી, પાણી, તેજ, વાયુ, ભૂત, ભાવિ, વર્તમાન શામાં વ્યાપ્ત છે? તેનો આધાર શો?

યાજ્ઞવલ્ક્ય : 'આકાશ' સહજ રીતે જ જવાબ આપે છે. 'આકાશમાં બધું વ્યાપ્ત છે.'

બીજો સવાલ કરતા ગાર્ગી પૂછે છે કે આકાશ શાના આધારે ટકેલું છે? યાજ્ઞવલ્ક્ય જવાબ આપતા કહે છે કે 'આકાશના

આધાર અંગે બ્રાહ્મણો કહે છે કે જે અનંત છે, સ્થૂળ નથી, સૂક્ષ્મ નથી, જેના આધારે સૂર્ય-ચંદ્ર ઊગે છે, નદીઓ વહે છે, પૃથ્વી ટકે છે, આંખવડે જોવાતું નથી, કાનવડે સંભળાતું નથી, ઈન્દ્રિયોવડે સ્પર્શી શકાતું નથી તે પરમાત્મતત્ત્વ છે.

યાજ્ઞવલ્ક્યના આ જવાબથી બ્રાહ્મણો, જનકરાજ, ગાર્ગી વગેરે પ્રસન્ન અને સંતુષ્ટ થયાં.

ખૂબ જ ઓછા સમયમાં શ્રી લક્ષ્મણભાઈએ પરમાત્માની સત્તા, રૂપ અને લક્ષણોનું વર્ણન યાજ્ઞવલ્ક્યના સંવાદથી સાધકો સમક્ષ કર્યું. સૌને એમ જ લાગ્યું કે સૌ જનકરાજની સભામાં ન હોય! થાય જ ને! કારણ કે આપણી વચ્ચે પૂ. મા હતાં.

પૂ. માએ ત્યારબાદ સ્વેટપર લખીને ત્રણ દિવસસુધી સાધના કરવા અંગે અને જીવને મા સાથે બાંધી રાખવા બોધ જણાવ્યો.

‘આપણે નાનકડાઓ મૌન કરીને વિદ્વાન વક્તાઓનું અભિવાદન કરીએ તેમાં જ આપણી શોભા છે. આપ સૌને ખ્યાલ છે પૂ. શ્રીએ ૧૮ માર્ચ-૧૯૮૪ ના રોજ પાર્થીવ દેહનો ત્યાગ કર્યો. ૧૯ મી તારીખે મુંબઈ છોડ્યું, ૨૦ મીએ સાબરમતી તટે પરમ વિશ્રામ લીધો (અગ્નિદાહ આપ્યો) તો એ પરમ પુરુષનું આગમન-ગમન જગાડનારું છે. ત્રણ દિવસ જાગીએ. ૧૮, ૧૯ અને ૨૦ તારીખ. આવતી કાલે (૧૯-૩-૨૦૦૧) વિશેષ પ્રણામ. વિશેષ વ્યક્તિગત સાધના. ૨૦ મી તારીખે પારાયણ-સંકીર્તન. ઊંઘ આવતી હશે તે પોઢી જશે. જેને જાગવાની ઈચ્છા હશે તે રોકાઈ જશે. વિચારજો, રહેજો અને કાંઈક કરજો. જેથી આઠે પ્રહર આનંદની મસ્તી માણી શકાય. જેને જવું જ પડે તે ભલે વિદાય લે. એક જ વાત યાદ રાખો. ધરતીકંપમાં આપણે જ ગયા હોત તો, પ્રભુએ રાખ્યા છે તો તેની પ્રસન્નતા માટે ત્રણ દિવસ

રોકાઓ. એ પણ યાદ રાખો કે આજે તમારે ઉપવાસ હશે. આવતી કાલે અને પરમ દિવસે ભોજન મળશે. અહીં ખીલો.’

તા. ૧૯-૩-૨૦૦૧ ના રોજ પૂ. માએ અગાઉથી જાહેરાત કર્યા મુજબ સવારની ૭ થી ૧૧ ની બેઠકમાં ૧૦૦૧ પ્રણામ કરાવ્યા. મોટાભાગના (૧૨૫ જેટલા) સાધકોએ પૂ. માની સાથે ૧૦૦૧ પ્રણામ કર્યાં. કુલ ચાર તબક્કામાં પ્રણામ ભક્તિ થઈ. પ્રત્યેક તબક્કે પૂ. માએ સહજ બોધ આપ્યો.

પ્રથમ તબક્કે પ્રણામ કર્યા પછી પૂ. માએ કહ્યું (લખ્યું) ‘ફક્ત ૩૦૦ પ્રણામ થયા છે. પાછલું દેવું પ્રણામનું કેટલાંય જન્મનું બાકી હશે તે તો કોણ જાણી શકે? માટે જેટલું દેવું ભરાય તેટલું ભરતા રહેવું.’

બીજો તબક્કો શરૂ થાય તે પહેલાં પૂ. મા પ્રેરણાદાયી અને જીવની સ્વતંત્રતાને ધ્યાનમાં રાખી બોધ લખે છે કે ‘તુલસીદલ જેમની પાસે હોય તે ઝડપથી ઊભા થઈ લઈ આવે. તુલસીદલના પાના નં. ૧૩ પર (સ્તવનમાળા) છે. તો બીજા ૫-૨૫ પ્રણામ કરી લઈએ. જો જો ફરજિયાત નથી. જેને કરવા હોય તે જ કરે. બાકીના બેસીને જપ કરે.’ આ તબક્કામાં કુલ ૫૨૫ પ્રણામ થયા.

બીજા તબક્કાના અંતે શ્રી નારાયણભાઈ જાનીને પ્રણામ ભક્તિપર બોલવા પૂ. મા પ્રેરણા આપે છે. શ્રી નારાયણભાઈ જાનીના વક્તવ્યનો સાર આ મુજબ છે.

પ્રણામનો ફળો અમારા આરોગ્યમાં ઘણો છે. ૮૨ વર્ષની વયે ૧૭૧ પ્રણામ થાય છે.

પ્રણામ એ વ્યાયામનો વ્યાયામ, ભક્તિની ભક્તિ, પ્રણામના પ્રણામ અને સમયનો સદ્ઉપયોગ છે.

પ્રણામ કરવાથી અહમ્ ઓગળે છે. તમે પ્રભુનું શરણ

સ્વીકારો છો. પ્રણામ ભક્તિ પૂ. માની આગવી શોધ છે.

પ્રણામથી તમસ, આળસ, પ્રમાદ, થાક, કંટાળો નષ્ટ થાય છે. શરીરમાં રહેલું પૃથ્વીતત્ત્વ ઓછું નાશ થાય છે.

શરીર થાકે છે ત્યારે મન તેને આરામ આપવાનું ખોટું કારણ શોધી લે છે.

પૂ. મા તો શરીરને પ્રણામ કરવા આદેશ આપે એટલે મન તેને અનુસરે છે.

પૂ. મા શક્તિનો સ્રોત છે. પૂ. માની ઉપસ્થિતિમાં પ્રણામ કરવાથી થાક નથી લાગતો. ઘેર આટલા બધા પ્રણામ થતા નથી. આ પૂ. માના સાન્નિધ્યનો પ્રભાવ છે.

સંતના શરીરમાંથી ઉર્જા નીકળે છે. કાકભૂશુંડજીના સાન્નિધ્ય-માં ગરુડજીને સમાધાન થાય છે તેમ પૂ. માના સાન્નિધ્યે પ્રબળ-સૂક્ષ્મરૂપે શક્તિની અસર સૌને થાય છે. ખુદ્ધાં મને આ સ્વીકારે તેને લાભ મળે છે.

સ્વાસ્થ્ય માટે પ્રણામ ઉત્તમ છે. ધ્યાસેધ્યાસ સુસંવાદિત બને છે. પ્રભુ સાથે જોડાણ મળે છે.

સવારે નિયમિત પ્રણામ કરો.

શ્રી નારાયણભાઈ જાનીએ આપેલા પ્રવચન પછી તરત જ પૂ. મા ત્રીજા તબક્કાના પ્રણામ કરાવવા માટે જીવોને પ્રેરણાના બોલ સ્લેટ પર લખે છે.

‘પ્રણામનો મહિમા સાંભળ્યા પછી આપણાથી થોડું બેસી રહેવાય? તો સૂઈ પણ થોડું જવાય? ના લોલ પણ ના છોડી શકાય, ના ચર્ચા કરી શકાય. તો કરવું શું? તમે જ કહો. ૫-૨૫ (પ્રણામ) કરવા જતા કુલ ૫૨૫ થયા. પાછા ૫-૨૫ કરવા છે? (બધા હા પાડે છે) વંદન ભક્તિમાં જેને શ્રદ્ધ છે પણ પ્રણામ

નથી કરી શકતા તે પ્રેમથી અહીં (લોલમાં) બેસે, જપ કરે. આજે કેવા પરસેવે રેબઝેબ થઈ ગયા. શરીરમાંથી તે મેદ પરસેવા સ્વરૂપે બહાર નીકળે છે.’

આ તબક્કામાં બીજાં ૧૭૫ પ્રણામ થાય છે એટલે પૂ. મા થોડો આરામ કરાવે છે અને પોતાની અમોઘ વાણીને સ્લેટ પર અંકિત કરે છે કે ‘ફક્ત ૭૦૦ (પ્રણામ) જ થયા છે. હવે તમારી ઈચ્છા પ્રણામ કરવાની ના લોય તો મા પોતાના ખંડમાં બાકીના ૩૦૦ પ્રણામ કરે, (સૌ અહીંયા લોલમાં પ્રણામ કરવા સંમતિ આપે છે) હમણાં પ્રણામ કરવા છે કે કલાક પછી? (કોઈ કહે છે એક કલાક પછી). બાકી માને તો હમણાં પ્રણામ કરવા લોય તોપણ થાક નથી. (પૂ. માને નિર્જળા છે છતાં પણ ૭૦૦ પ્રણામ થયા અને થાક નથી). તો કરીએ ૧૦૮ પ્રણામ? હે મા, હવે તો કૃપા કરો. તમે દરેક ક્ષેત્રે હદ કર છો. કાંઈક અમારું વિચારો.’

ચોથા તબક્કાના પ્રણામ કરવા સૌને, શબ્દ બ્રહ્મદ્વારા શક્તિ આપીને પ્રેર્યાં. આ તબક્કે ૩૦૦ પ્રણામ થયા. કુલ ૧૦૦૧ પ્રણામ થયા અને પૂ. માએ ગુરુદેવ પ્રભુ યોગેશ્વરજીનો આભાર માનવા લખ્યું કે ‘૧૦૦૧ પ્રણામ પૂરા થઈ ગયા. પૂ. શ્રીની ઈચ્છા હશે તો જ થયા છે. અમે ધૂળેટીના દિવસે નિર્ણય કર્યો. પ્રભુ જેટલા જપ થાય તેટલા કરાવજો. ને રાત્રે ૧૦-૨૫ કલાકે પ્રભુએ ૧૦૦૦ માળા પૂર્ણ કરાવી. સતત જપમાળા ફરતી રહી. ફક્ત બે જ વાર ઊઠયાં. એક વાર રૂમમાં પંખો ચાલુ કરવા અને એક વાર લાઈટ કરવા સાંજ પડી માટે ઊઠવું પડ્યું.’

સતત સતત સતત જપ જપ જપ. ના આંગળા દુઝ્યા, ના થાક લાગ્યો, ના કંટાળો આવ્યો, ના સૂઈ જવાની ઈચ્છા થઈ. કોણ કરાવે આ બધું? જરા વિચાર તો કરો. ગુરુદેવની કેવી અલૌકિક શક્તિ શરણે જનારને મળતી લોય છે. જુઓ અને કરો (જપ, પ્રણામ વગેરે) તો સમજાય તમે કદાચ ના માનો, આ

શરીર હજી પણ બીજાં ૧૦૦૦ પ્રણામ કરવા તૈયાર છે. શરીર જાણે સાવ હલકું કુલ જેવું લાગે છે. જાણે ઊડવાને તૈયાર ન હોય! આ તો બધા વડિલો વઢે, માટે ડાહ્યાં થઈ જવું પડે. માટે હવે હોલ છોડવો. પ્રભુએ ગઈકાલે જાહેરાત કરાવી. આજે શ્રવણ-ભક્તિ, કાલે વંદનભક્તિ. પ્રભુએ પોતાના શબ્દો સાચા પાડયા. તેમને પણ વંદન ગમ્યા હશે તો જ કરાવે ને? ગુરુદેવની કૃપા, આશીર્વાદ, શક્તિ, ઈચ્છાથી આવું કાંઈક કરી શકીએ છીએ. જો જો જ્યાં ત્યાં બડાઈ ના હાંકતા. હું અંબાજી ગયો હતો અને ૧૦૦૧ પ્રણામ કર્યાં. સૌને ખૂબ ખૂબ ધન્યવાદ. સૌને પ્રભુ આવી પ્રણામશક્તિ આપતા રહે તેવી પ્રાર્થના.’

આટલા પ્રણામ પછી બપોરે તો માત્ર ૧૦૦ ગ્રામ તરબૂચ, ૫૦ ગ્રામ મગફળી અને એક ગ્લાસ છાશ આપ્યા સાંજે ખિચડી-શાક આપ્યા છતાં પણ કોઈએ ભૂખ્યા રહેવાની, થાકની, કંટાળાની આરોગ્ય બગડવાની ફરિયાદ ના કરી. એ એક પરમશક્તિની સહજ લીલા જ ને!

આવી રીતે પૂ. માએ સૌની પાસે પ્રણામ વંદના-ભક્તિ કરાવી. આ દિવસો દરમિયાન શ્રી શાંતિભાઈ પંડ્યાએ મહાભારત પર અને ડો. મેનાબેન જાવિયા તથા ડો. ભરતભાઈએ દંત-ચિકિત્સાપર પ્રવચનો આપ્યા. દરેક સાધકના દાંતની તપાસ પણ કરી. દાંતની રક્ષા માટે અગમચેતીના કયા કયા પગલાં લેવા જોઈએ તેની વધુ જાણકારી આવતા અંકે. ૧૮-૩-૨૦૦૧ ની રાત્રે સંજય પંડ્યા રચિત ભૂકંપને ધ્યાનમાં રાખીને પરમાત્માની વિસર્જનલીલા અને સર્જનલીલા પર નાટક ભજવાયું. સૌને ખૂબ ગમ્યું.

(ક્રમશઃ)

## સવાલ પૂછે જીવ-જવાબ આપે શિવ

યોગેશ્વરજી

(પૂ. યોગેશ્વરજીએ ભારતીય દર્શનશાસ્ત્રના ૧૦૦ જેટલા પુસ્તકો લખ્યાં. પ્રત્યેક પુસ્તકમાં સાધકરૂપી જીવની મથામણોનો જવાબ શિવ એટલે કે પ્રભુ યોગેશ્વરજીએ આપેલ છે. કેટલાક પુસ્તકો તો પ્રશ્નોત્તરીરૂપે પ્રકાશિત થયાં છે. આ પુસ્તકોમાંથી સંકલન કરીને આધ્યાત્મિક માર્ગે આગળ ધપનારા માટે પ્રશ્નોત્તરીરૂપે ‘સવાલ પૂછે જીવ-જવાબ આપે શિવ’ની લેખમાળામાં કંઈક ને કંઈક અમૃત પીરસવાનો નમ્ર પ્રયાસ કરવામાં આવ્યો છે.)

ડો. બી. જી. જગણી

પ્રશ્ન : મારું મન જપ કરવા છતાં પણ શાંત થતું નથી તેનું કારણ શું હશે? તેને શાંત કરવા સારુ શું કરવું જોઈએ?

ઉત્તર : જપ કરવા છતાં પણ મન શાંત ના થતું હોય તો તેનાં કારણો જુદાં જુદાં કેટલાંય હોઈ શકે છે. તે કારણોનો પાકો ને સાચો નિર્ણય તો તમે જ કરી શકો પરંતુ તેવા મનને શાંત કરવા માટે નામજપની સાધના ચાલુ રાખવી જોઈએ અને પ્રાર્થનાનો આધાર લેવો જોઈએ. નામજપની સાધના જેમ જેમ વધારે ને વધારે પ્રમાણમાં ચાલુ રહેશે તેમ તેમ મનને શાંત થવાનો માર્ગ મોકળો બનશે. માટે જપથી મન સહેલાઈથી અથવા ધારેલા સમયમાં શાંત ના થતું હોય તોપણ એ સાધનાને છોડી દેવાની નથી. વળી મનને શાંત કે સ્થિર કરવા માટે પ્રાર્થના કરતા શીખવું જોઈએ. પ્રાર્થનાની શક્તિ અદ્ભુત અને અમોઘ છે. તેની

મદદથી ઈશ્વરની સાથે સંબંધ બંધાય છે. તેમ જ ઈશ્વરના અનુગ્રહનો અનુભવ મળે છે. સાધકની ઉત્કટ ઉરથી થનારી પ્રાર્થનાને સાંભળીને ઈશ્વર એની ઉપર પોતાની વિશેષ કૃપા વરસાવે છે અને એના ચંચળ મનને સહેલાઈથી શાંત કરે છે.

**પ્રશ્ન :** મન સંપૂર્ણપણે શાંત થાય તે પછી જ જપ કરવામાં આવે તો? તમને નથી લાગતું કે એ પદ્ધતિ સારી અથવા આશીર્વાદરૂપ પુરવાર થાય?

**ઉત્તર :** મન સંપૂર્ણપણે શાંત થશે પછી તો જપ કોણ કરશે? એ સંપૂર્ણપણે શાંત થાય ત્યાંસુધી બે હાથ જોડીને બેસી રહેવાથી કશું નહિ વળે. એને શાંત કરવા માટે તો જપ કરવાના છે અને એ કાર્યની સિદ્ધિ ક્રમશઃ ધીરે ધીરે થશે. એમાં આવશ્યકતાથી અધિક ઉતાવળ કરવાથી કશું નહિ વળે, માટે જપ કરવાનું કામ ચાલું જ રાખો ને મનને શાંત કરવામાં પ્રયત્ન પણ કરતા રહો.

**પ્રશ્ન :** સામાન્ય રીતે કેટલા જપ કરવાથી મન શાંત થાય છે?

**ઉત્તર :** એનો કોઈ નિશ્ચિત સર્વસામાન્ય નિયમ નથી બાંધી શકાતો. એનો આધાર મુખ્યત્વે સાધકની કે જપ કરનારની અંતરંગ યોગ્યતા પર રહેતો હોય છે. સાધક પોતાના જીવનમાં દૈવીસંપત્તિની અને ઈશ્વરના પવિત્રતમ પ્રેમની પ્રતિષ્ઠા કરવાનો પ્રયત્ન કરતાં જપનો આધાર લેશે તો તેનું મન ધાર્મ્ય કરતાં વધારે જલદી ને સહેલાઈથી શાંત થશે. એથી ઉલટું, જો તે જીવનની વિશુદ્ધિનું ને ઈશ્વરના પ્રેમના પ્રાકટ્યનું ધ્યાન જ નહિ રાખે ને તે દિશામાં તદ્દન મંદ ગતિએ ચાલતો હશે તો મનને શાંત કરવાની દિશામાં ને બીજી બધી રીતે ઉપકાકરક નહિ થઈ પડે. કેટલા જપ કરવાથી મન શાંત થાય છે એવો પ્રશ્ન પૂછવાને બદલે જ્યાંસુધી મન સંપૂર્ણપણે શાંત ના થાય ત્યાંસુધી જપ અધુરા છે એવું

સમજીને જપ વધારે ને વધારે કરતાં જ રહેવું જોઈએ. અંદરની યોગ્ય ભૂમિકાનું નિર્માણ થતાં કેટલીક વાર મનને શાંત કરવા માટે એકાદ જપ પણ પૂરતો થઈ પડે છે અને અંદરની યોગ્ય ભૂમિકાના અભાવમાં કેટલીક વાર હજારો અને લાખો જપ પણ ઓછા પડે છે. આખોય સવાલ સાધનાનો છે અને સાધનાની પ્રક્રિયાપર આધાર રાખે છે. એના ઉત્તરરૂપે જપની કોઈ નિશ્ચિત સંખ્યાનો નિર્દેશ ના કરી શકાય એવો નિર્દેશ વાસ્તવિકતાથી વેગળો હોવાથી ન્યાયપુરઃસરનો ના કહેવાય.

**પ્રશ્ન :** આત્માને જગવવો એટલે શું?

**ઉત્તર :** આત્માને જગવવો એટલે આત્માની સુષુપ્ત શક્તિને જાગ્રત કરવી. દુન્યવી વિષયોમાં ડૂબેલા અને ભાન ભૂલેલા માનવને પોતાના જીવનનું કલ્યાણ શેમાં રહેલું છે તેની ખબર નથી. કોઈવાર કોઈને ખબર હોય છે તો તે પ્રમાણે ચાલીને જીવનનું કલ્યાણ કરવાની સૂઝ-શક્તિ કે સમજ નથી હોતી. એ માલિતી મેળવીને જીવનનું પરમ કલ્યાણ કરી લેવું અથવા કરવાનો પ્રયત્ન કરવો એટલે આત્માને જગવવો. અવિદ્યારૂપી અંધકારનો અંત આણીને અંતઃકરણને આત્મજ્ઞાનના અજવાળાથી અજવાળી દેવું.

**પ્રશ્ન :** એવી આત્મજાગૃતિ પોતાની મેળે થઈ શકે?

**ઉત્તર :** શા માટે ના થઈ શકે? પોતાની મેળે આત્મજાગૃતિ કરનારા કેટલાય સત્પુરુષો સંસારમાં થઈ ગયા છે.

**પ્રશ્ન :** છતાં પણ કોઈ પોતાની આત્મજાગૃતિ ના કરી શકે તો?

**ઉત્તર :** તો તે બીજી બહારની મદદ મેળવીને આગળ વધી શકે છે.

**પ્રશ્ન :** બહારની મદદ એટલે?

**ઉત્તર :** સ્વાધ્યાય, સત્સંગ, તીર્થાટન, દેવદર્શન વિગેરે. એ બધાં સાધનો જીવનની શુદ્ધિ સાધીને જીવનને ઉદાત્ત કરવામાં ને ઈશ્વરપરાયણ બનાવવામાં મદદ પહોંચાડે છે. એમનો સાચો લાભ એ જ છે. એમને લીધે આત્માની જાગૃતિ બને છે.

**પ્રશ્ન :** જેના જીવનમાં આત્મજાગૃતિ થઈ હોય તેના લક્ષણો કેવાં હોય છે? એને કેવી રીતે ઓળખી શકાય?

**ઉત્તર :** આત્મજાગૃતિવાળા પુરુષનું મન ઊંડી શાંતિથી સંપન્ન, અને વાસના તથા વિકારથી રહિત હોય છે. એ અહંતા, મમતા, આસક્તિ અને રાગદ્વેષથી મુક્ત હોય છે એના જીવનમાંથી ઊંડી નિર્મળતા ટપકતી હોય છે. એનું આત્માનુસંધાન નિરંતર ચાલુ રહે છે. એને ઓળખવાનું કામ ધાર્યા નેટલું સહેલું નથી. ઈશ્વરની પૂર્ણ કૃપા હોય અથવા એવા મહાપુરુષની અનુકંપા હોય તો જ એમના વાસ્તવિક સ્વરૂપને ઓછાવત્તા પ્રમાણમાં ઓળખી શકાય અને ઓળખીને એમનો આવશ્યક લાભ પણ ઊઠાવી શકાય. મારા પોતાના અંગત અભિપ્રાય પ્રમાણે તો એવા મહાપુરુષના લક્ષણોની પોતાના જીવનમાં ઉતારવાની કોશિશ કરવી જોઈએ. એવી કોશિશ કરવાથી જ લાભ થશે.

**પ્રશ્ન :** પ્રત્યેક પુરુષ પોતાના આત્માને જગાડી શકે?

**ઉત્તર :** શા માટે ના જગાડી શકે? આત્મજાગૃતિનો માર્ગ સૌ કોઈને માટે ઊઠાડો છે. ફક્ત એને માટેની ઉત્કટ ઈચ્છા કે ભાવના હોવી જોઈએ. એવી ઈચ્છા કે શુભ ભાવનાથી પ્રેરાઈને પ્રામાણિક પુરુષાર્થ કરવામાં આવે તો આત્માને જરૂર જગાડી શકાય ને પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર કરીને કૃતાર્થ બની જવાય. આત્મજાગૃતિ

અથવા આત્મસાક્ષાત્કારના મંગલમય માર્ગે આગળ વધવાની સ્વતંત્રતા સૌ કોઈને છે. એમાં કોઈના પર કોઈ પણ પ્રકારનો પ્રતિબંધ નથી.

**પ્રશ્ન :** આત્મજાગૃતિ સંપૂર્ણપણે સધાય છે ત્યારે શું થાય છે?

**ઉત્તર :** પોતાની અંદર અને બહાર રહેલા પરમાત્મતત્ત્વનો સ્વાનુભવ સાધકને સારુ સહજ બને છે. એના પરિણામે અવિદ્યાનો અંત આવે છે અને ભેદભાવનું તેમ જ અશાંતિનું શમન થાય છે. લૌકિક-પારલૌકિક લાભસાઓ તથા વાસનાઓ પછી નથી સતાવી શકતી. (ક્રમશઃ)

કૃપા તમારી અંદર જ છે, જો તે બહારની હોય તો તેની કિમ્મત કાંઈ જ નથી. તે કાંઈ બીજાની પાસેથી મેળવવાની વસ્તુ નથી તે તમારી અંદર કામ કરે છે ફક્ત અજ્ઞાનને લીધે. તમને તેનો અનુભવ નથી થતો એટલું જ.

ભગવાન રમણ મહર્ષિ

દીપક સી. મહેતા

કૃષ્ણા ફિલ્મ્સ એન્ડ સ્ટુડીઓ.

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

## રામકથા

(ગાતાંકથી ચાલુ)

યોગેશ્વરજી

(શ્રી યોગેશ્વરજીની સિદ્ધ કલમે આલેખાયેલ રામકથા)

સીતાનો એમણે કૃણમૂળાદિથી ઉચિત સત્કાર કર્યો ને પછી શાંતિપૂર્વક કહ્યું : 'તારા ત્યાગનું કારણ મને પરમાત્માની કૃપાથી જણાઈ ગયું છે. ધ્યાનમાં મને એની ખબર પડી. રામે જે હેતુથી તારો ત્યાગ કર્યો છે એ હેતુ ઘણો લોકોપકારક અને ઉત્તમ છે. એમનાવિના આવો ત્યાગ બીજા કોઈનાથી ન કરી શકાય એમની લોકોત્તરતાની એથી પ્રતીતિ થાય છે, ને તારી અનુમતિથી આ ત્યાગ થયો હોવાથી, તારી મહાનતા પણ દેખાઈ આવે છે. છતાં પણ આ આખીયે ઘટના કરુણ તો છે જ. મારા દિલને એ દ્રવીભૂત કરી દે છે.'

થોડીવાર પછી એ બોલ્યા : 'હરકત નહિ. આશ્રમ તારો પોતાનો છે એમ માનીને અહીં આનંદથી રહેજે. અહીં રાજ્ય સુખ જેવું સુખ તો નથી, છતાં પણ સાદાઈ, સંયમ ને કુદરતી સુંદરતાવાળું વાતાવરણ હોવાથી તને સારું લાગશે ને ગમશે.'

સીતાના દિવસો આશ્રમના સાંત વાતાવરણમાં જેમ તેમ કરીને વીતવા લાગ્યા.

રામના શાંતિદાયક સુખદ સહવાસવિના એને ગમતું તો ન હતું તોપણ મનને મારીને જીવ્યા સિવાય છૂટકો ન હતો.

મહાપિના શિષ્યો અને એમની સરળ સ્વભાવની શિષ્યાઓ એને પ્રસન્ન રાખવાનો પ્રયાસ કરતી રહેતી. (ક્રમશઃ)

## \* જીવનનાં ઘડતરમાં લાગી જવ. \*

માણસે જે કર્યો કર્યો છે તેના પ્રભાવથી તેની ઈચ્છા ના હોય તેવા સ્થળમાં ને કલ્પના ના હોય તેવી પરિસ્થિતિમાં રહેવું પડે છે. તે કર્યો તેને સારી નરસી દશામાં દોરી જાય છે. દા. ત. એ વસ્તુ સાચી છે કે કર્મ કરવામાં માણસ સ્વતંત્ર છે. તે ધારે તો સારા કામ કરી શકે છે. ને ઉજ્જવલ ભાવિ ઘડી શકે છે. કેવળ કર્યોને દોષ દઈને બેસી રહેવાનું બરાબર નથી. ઈશ્વરને પણ દોષ દે છે ને કહે છે શું કરીએ? કળિયુગના દોષ જ એવા છે કે માણસ તેમાં સપડાયાવિના રહી જ ના શકે. સત્યયુગ કે ત્રેતા-દ્વાપરયુગમાં જન્મ મળ્યો હોત તો સારું! પણ એ કથન પાયાવિનાનું છે. યુગ ગમે તેવો હોય તેમાં રહીને જ આપણે કામ કરવાનું છે, ને ઉત્તમ માનવ બનીને જીવનનું ધ્યેય મેળવવાનું છે. યુગ ગમે તેવો હોય, તમે કેવા છો, ને કેવા બનવા માંગો છો, તે જ પ્રશ્ન છે. દૃઢ નિશ્ચય કરીને પ્રયાસ કરો તો યુગની ચિંતા તમને નહીં રહે. તુલસીદાસજી કહે છે કે કળીયુગમાં એક મોટી વિશેષતા એ છે કે તેમાં માનસિક પુણ્ય થાય છે. પણ પાપ થતું નથી. શરીર ને ઈન્દ્રિયોનો સંયમ કરો ને તે દ્વારા થતાં પાપોનો ત્યાગ કરો. તો પ્રભુની કૃપા મેળવી શકશો.

યોગેશ્વરજી

## \* પૂર્ણ પુરુષ બીજને મદદરૂપ છે. \*

મહાપુરુષ આ સંસારમાં કેવળ શ્વાસ લેશે તોપણ બીજને માટે પ્રેરણાદાયક બની રહેશે. તેનું દર્શન માનવ-જાતિને જીવનના પૂર્ણ વિકાસની પ્રેરણા પાશે ને ઈશ્વરી માર્ગે પ્રવાસ કરતા સાધકોને સંદેશ દેશે. સંસારમાં ગળાબૂડ ડૂબેલા ને ઈશ્વરને ભૂલેલા માણસોને માટે તેનું જીવન લાલ-બત્તી જેવું બનશે, સંસારમાં આપણે જોઈએ છીએ કે દરેક વસ્તુદ્વારા બે જાતના હેતુ સરી રહે છે. સૂર્યનો પ્રકાશ તેની શોભામાં વધારો કરે છે, ને સાથે સાથે સ્વાભાવિક રીતે જ. બીજને માટે માર્ગદર્શક બની રહે છે. ફૂલ જે ડાળીપર ખીલે છે તેની શોભાને વધારે છે. પણ સાથે સાથે આજુ-બાજુના વાતાવરણમાં પણ સુવાસ ફેલાવે છે. નદી પોતાના આનંદમાં મગ્ન બનીને સાગરની દિશામાં વહે જાય છે, પણ તેની સાથે લોકકલ્યાણનો હેતુ આપોઆપ સરી રહે છે. તેવી રીતે મહાપુરુષોનું જીવન સંસારને માટે નકામું નથી બનતું. તે જીવન તેમનું એકલાનું નહીં, પણ સમસ્ત સંસાર-નું થઈ જાય છે. ઈશ્વરને ભૂલીને જડવાદના ઉપાસક થઈ જતા માનવને તેવા મહાપુરુષો નીતિ અને આધ્યાત્મિક જીવનનો રાહ બતાવે છે. માનવના અંધાર ભરેલા જીવનને અજવાળવામાં તે ખૂબ મદદરૂપ બને છે. આવા પૂર્ણ અને મુક્ત પુરુષોએ સંસારમાં જબરજસ્ત ધર્મનાં આંદોલનો ઊભાં કર્યાં છે. ઈશુ, બુદ્ધ, જરથુસ્ત્ર, મહામદ, કૃષ્ણ ને શંકર જેવા મહાપુરુષો એવા મુક્ત પુરુષો જ હતા. યોગેશ્વરજી