

- You can know about Shree Mahatmaji & Shree Maa from Website “SWARGAROHAN.ORG”

☆ અનુક્રમણિકા ☆

સ્થિરતા અથવા એકાગ્રતા	શ્રી યોગેશ્વરજી	૩
શ્રી યોગેશ્વર કથામૃત	મા સર્વેશ્વરી	૫
સભાન શાશ્વતી	પ્રા. તરલાબેન દેસાઈ	૧૦
સમંદરને પેલે પાર	મા સર્વેશ્વરી	૧૫
માતાની શ્રદ્ધા અને પ્રેમનો વિજય	ભાણદેવજી	૧૮
જવાનું ચોક્કસ	યોગેશ્વરજી	૩૫
પૂ. માની હરિદ્વાર યાત્રા	નારાયણ હ.જાની, વિનુભાઈ અમીન	૩૬
સંતનું વિચરણ સદા મંગલકારી-હિતકારી	જ્યોત્સ્નાબેન ત્રિવેદી	૪૪
શું હૃદયરોગ મટાડી શકાય?	ડો. અભય બંગ	૪૮
આંતરિક વ્યક્તિત્વ	ડો. કાલીદાસ પ્રજાપતિ	૫૮
ઉપાસનાની સમજ	સ્વામી સચ્ચિદાનંદ	૬૧

ॐ ભક્તિસુધા ॐ

મહાતીર્થપાસે વસી, તેમાં જે નવ નાય;
 તેનું પાતક નવ ટળે, કોનો વાંક ગણાય? ૧
 શીતલ ચંદન પાત્રમાં, ભરીને રાખે આપ;
 ધારણ કરે ન અંગપર, કેમ ટળે તનતાપ? ૨
 ઈશબુદ્ધિને નિજ ગણી, નિજ બુદ્ધિ કરી ત્યાગ;
 વર્તે આ સંસારમાં, પામે સુખ અથાગ. ૩
 સદા પ્રભુપાસે રહે, નિમેષ ન રહે દૂર;
 શાંત સદા તે જન રહે, ભાળે સુખ ભરપૂર. ૪

(મહારાજશ્રી નથુરામશર્મા)

સ્થિરતા અથવા એકાગ્રતા

શ્રી યોગેશ્વરજી

પ્રશ્ન:—જપ કે ધ્યાન કરતી વખતે મન સહેલાઈથી એકાગ્ર અથવા સ્થિર નથી થતું તેનું કારણ શું હોઈ શકે?

ઉત્તર:—એનાં અન્ય અનેક કારણો હોઈ શકે, પરંતુ સૌમાં મુખ્યવર્તી કારણ તો પરમાત્માને માટે પ્રેમભાવનો અભાવ છે. આપણે જગતમાં જાઈએ છીએ કે જેને જે પદાર્થોમાં કે વિષય-વિશેષમાં પ્રેમ હોય છે, તેમાં તેનું મન અનાલાસે સહેલાઈથી સ્થિર અથવા એકાગ્ર થઈ જાય છે. ચિત્રકારને ચિત્રકળમાં અસાધારણ અભિરુચિ હોય છે. તે જ્યારે ચિત્રને દોરવા બેસે છે ત્યારે એમાં લીન બનીને બહારનું બધું જ ભૂલી જાય છે. સંગીતકાર સંગીતના સમારોહમાં સ્વર્ગ સુખને અનુભવીને એક પ્રકારની રસ સમાધીમાં પ્રવેશ છે. સીનેમા જોનાર રસિક વ્યક્તિને ત્રણેક કલાક ક્યાં પસાર થઈ જાય છે, તેની ખબર પણ નથી પડતી. કોઈક મનપસંદ પુસ્તકને વાંચતી વખતે વાંચનાર તો એટલો તો ડૂબી જાય છે, એની સાથે એવો તો તન્મય થઈ જાય છે કે એને બાહ્ય વિષયોનું, દેશકાળનું-વિસ્મરણ થાય છે. વાંચન વિનાની બીજી કોઈ વસ્તુનો ખ્યાલ જ નથી રહેતો. તેવી રીતે પરમાત્મા પ્રત્યે પ્રેમ પ્રગટે ને તે પ્રેમ ઉત્તરોત્તર પ્રબળ બને તો જપ કે ધ્યાન કરતી વખતે મન એની સાથે ઓતપ્રોત બની જાય છે. અને બીજા બધા જ વિષયો કે રસોને આપોઆપ જ છોડી દે છે. એ એમાં ડૂબી જાય. એટલે જપ અને ધ્યાનની સાધનાની સાથે પરમાત્માના

પ્રેમને પ્રબળ બનાવવાની આવશ્યકતા છે.

પ્રશ્ન:—પરમાત્માના પ્રેમને બળવાન બનાવવા માટે શું કરવું?

ઉત્તર:—પ્રાર્થના કરવી જોઈએ. પ્રભુ પાસે પ્રાર્થના દ્વારા પવિત્ર પ્રેમની માંગણી કરવી જોઈએ. પ્રભુ પ્રેમના પવિત્ર પંથે પ્રયાણ કરનારા પુરુષોનો સંગ કરવો જોઈએ. ભક્તોના જીવનવૃત્તાંતોને વાંચવાં, વિચારવાં કે સાંભળવાં જોઈએ. સંસારની નિશ્ચરતાનો વિચાર કરીને નિત્યપદાર્થ પરમાત્માને પામવાનો નિર્ધાર કરવો જોઈએ. નિયમીત રીતે નામજપ કે ધ્યાનની સાધના તો કરવી જ જોઈએ. એમ કરવાથી પરમાત્માનો પ્રેમ પ્રગટે છે ને પ્રગટેલો પ્રેમ બળવાન બને છે.

પ્રશ્ન:—મન સ્થિર અથવા એકાગ્ર ન થાય તો જપ ધ્યાનનો લાભ મળે?

ઉત્તર:—જરૂર મળે. જે કાંઈ કરવામાં આવે છે તે નકામું તો જતું જ નથી. થોડીક પણ શાંતિ અને પ્રસન્નતાને અનુભવાય. પરંતુ સ્થિર અથવા એકાગ્ર મનથી થયેલી સાધના વધારે લાભ પહોંચાડે તથા ફળ આપે છે. માટે મનને સ્થિર કરવાનો વિચાર તથા પ્રયત્ન તો કરવો જ.



જૂન : ૨૦૦૮

૫

વરદ હસ્ત પ્રભુ તમારો, સદાય રહેજો જીવન સહારો

—મા સર્વેશ્વરી

વર્ષ : ૩૦

જૂન : ૨૦૦૮

અંક ૮

શ્રી યોગેશ્વર કથામૃત

—મા સર્વેશ્વરી

મંગળવાર પોષ વદ ત્રીજ ૨૦૩૮

તા. ૧૨-૧-૮૨

સ્થળ : નોર્થ બરગન, અમેરિકા.

અમેરિકાની રાજધાનીમાં આજે સવારે પ્લેનમાં જવાનું બન્યું, ગાડીમાં ૫ કલાક થાય. પ્લેનમાં ૫૫ મિનિટ થાય. જેથી પ્લેનમાં ૩૫ ડોલરની ટિકિટ કઢાવી સવારે ૩૦૩ નંબરના ન્યુયોર્ક એરલાઇન્સના પ્લેનમાં બેઠાં. શ્રી વિનોદભાઈ ને સરોજબેન પણ સાથે હતાં.

થોડા જ વખતમાં વોર્શીંગ્ટન નેશનલ એરપોર્ટ ઉપર આવી ગયાં.

એરપોર્ટ ઉપરથી ભાડે કાર મળે જે આપણે જાતે જ ચલાવવાની હોય. એક દિવસના ૧૫ ડોલર ભાડુ હોય છે, તે

૬

અધ્યાત્મ

ભાડે કારની જ્યાં જગ્યા હોય ત્યાંથી તે જ કંપનીવાળા એરપોર્ટ ઉપરથી બસમાં લઈ જાય અને જ્યાં ગાડી પાર્ક કરી હોય ત્યાં જ ઉતારે. એકદમ નવું મોડેલ ગાડીનું હતું. અમે અમારો સામાન મૂકી ગાડીમાં બેઠાં.

શ્રી વિનોદભાઈએ ગાડી ચલાવવા માંડી. મુખ્ય રસ્તા ઉપરથી ગાડી દોડવા માંડી. ૧૫ મિનિટમાં જ અમેરિકાના પ્રમુખનું નિવાસસ્થાન વ્હાઈટ હાઉસ આવી ગયું. પણ અમે ૨ મિનિટ મોડા પડ્યાં, જેથી ત્યાં દરરોજ સવારે ૧૦ થી ૧૨ અંદર જવાનો સમય પૂરો થઈ ગયો. બહારથી તે જોઈ લીધું. ત્યાંથી વોર્શીંગ્ટન મોન્યુઅલ જે એક ખૂબ ઊંચો ચોરસ થાંભલા જેવું આઝાદીનું સ્મારક હતું, જેમાં લીફ્ટથી છેક ટોચ ઉપર જઈએ તો આખું વોર્શીંગ્ટન દેખાય.

ત્યાંથી નેશનલ એર એન્ડ સ્પેસ મ્યુઝીયમ જોવા ગયાં. એક ગામ જેવડી તે જગ્યા છે. તેમાં એપોલો ૧૧ જે ચંદ્ર ઉપર ગયેલું. તેના ભાગ પણ જોયા. વળી વિમાનની પ્રથમ બનાવટ રાઈટબંધુની તથા ત્યાર પછી ક્રમબદ્ધ જે જે પ્રગતિ થઈ તે તથા રોકેટ તથા હેલીકોપ્ટર કેવી રીતે શોધાયાં તેની પ્રગતિ વગેરે ખૂબ જ વિશાળ પ્રમાણમાં નમૂના સાથે જોવા મળ્યું.

પહેલા તથા બીજા વિશ્વયુદ્ધ સમયનાં સાધનો, પોશાકો, નકશા, સૈનિકો વગેરે જોવા મળ્યાં. યાંત્રિક પ્રગતિ કેવી છે. તેનો ચિતાર અહીં જોવા મળે છે. વળી હેલીકોપ્ટરની મદદથી દરિયા વચ્ચે સ્ટીમરમાં કોઈ મોડું પડે તો તેને કેવી રીતે લેવામાં આવે, તે પણ ફિલ્મથી જોવા મળ્યું.

જૂન : ૨૦૦૮

૭

આ સ્થાન જોવા માટે સારું છે. એ સ્થાનનું નામ નીચે મુજબ છે National Air and space Museum, Smithsonian, Institution. 6th street & Independence Ave. S.W. Washington D.C. 20560

અહીં લગભગ ૨ કલાક ગાળ્યા પછી અબ્રાહમ લિંકન મોન્યુઅલ લિંકનનું ખૂબ જ વિશાળ પૂતળું જોવા મળ્યું ત્યાંથી બીજા પણ મોન્યુઅલ જોયાં. વળી ત્યાંથી કેપીટલહીલ એટલે કે અમેરિકાનું સંસદભવન સેનેટનું મકાન પણ બહારથી જોયું. તે વિશાળ ગોળાકારમાં આવેલું હતું. ત્યાંથી કેનેડીને જ્યાં દફન કર્યા હતા તે સ્થાન જોવા ગયા, પણ દૂરથી જોઈ લીધું. ખૂબ લાંબુ ચાલવાનું હોવાથી ત્યાં ન ગયાં.

પોટેકીન નામની નદીની ફરતે આ બધી જ જગ્યાઓ આવેલી છે એ નદીનો પોણો ભાગ બરફથી છવાયેલો જોવા મળ્યો.

જોવા જેવું બધું જ લગભગ જોવાઈ ગયું, જેથી સાડા છ વાગ્યાની ફલાઈટમાં આવવા વિચાર્યું પણ જગ્યા ન મળી જેથી એરપોર્ટ ઉપર જ લગભગ ત્રણેક કલાક બેઠાં.

૮.૪૦ ની ન્યૂયોર્કની ફલાઈટમાં બેઠા, સાડા દશે ઘરમાં આવી ગયાં.

વોશીંગ્ટન શહેર એ રીતે જોવાઈ ગયું. ન્યૂયોર્કનું પ્રતીક સફરજન છે, જેથી ટિકિટ ઉપર એરલાઈન્સવાળા સફરજનના આકારમાં સીટનંબર લખે છે. વળી સામાનની નંબર સ્ત્રીપનો આકાર પણ સફરજનનો હોય છે.

વોશીંગ્ટનની ટૂંકી નોંધ આ રીતે પૂર્ણ થાય છે.

હરિ: ઝું

૮

અધ્યાત્મ

બુધવાર પોષ વદ ચોથ ૨૦૩૮

તા. ૧૩-૧-૮૨

સ્થળ : નોર્થ બરગન, અમેરિકા.

આજે સવારથી જ બરફનો ઝરમર ઝરમર વરસાદ શરૂ થયો જે બપોર પછી વધવા માંડ્યો. પરિણામે, ફૂટપાથ ઉપર, રોડ ઉપર, મકાનની છત ઉપર, બરફ જ બરફ છવાઈ ગયો, બરફની વર્ષા એકધારી રહી. પરિણામે રોડ બંધ થાય તે પહેલાં ત્યાં રેતી ને મીઠું લઈ મુખ્ય મુખ્ય રસ્તા ઉપર સરકારી વાહનો ફરે ને તે રેતી ને મીઠું નાંખે.

બારીમાંથી બહાર બધે જ બરફ બરફ જાણે સફેદ આકાશ નીચે ઉપર, આજુબાજુ છવાઈ ગયું હતું.

આજે જ્યાં પ્રવચન હતું ફેલાડેલફીયામાં ત્યાં પણ ખૂબ બરફ પડ્યો હતો. પરિણામે પ્રવચન બંધ રહ્યું.

બારી ઉપર પણ બરફ જ બરફ જોવા મળે. બહાર રસ્તા ઉપર ગાડીઓ હતી તો ગાડી ઉપર પણ બરફ જોવા મળ્યો, એ બરફ દિવસો બાદ ઓગળે. જો હવામાન ગરમ થઈ જાય ને વરસાદ પડે તો બરફ ઓગળી જાય.

પોતપોતાના ઘર પાસે જે ફૂટપાથ હોય, તે ઉપર પડેલો બરફ પોતે જ સાફ કરવાનો હોય છે. બરફ સાફ કરવાનાં મશીન, પાવડા વગેરે આવે છે. જો એ ફૂટપાથ ઘરમાલિક સાફ ન કરે અને રાહદારી જો ત્યાં લપસી જાય તો માલિક ઉપર ગુનાનો દાવો માંડી શકે.

બારીમાંથી બહાર બરફ જ બરફ જોવા મળે, એ દશ્ય અદ્ભુત હોય છે.

આજે બપોરના સત્સંગમાં પૂ. શ્રીના તથા સર્વેશ્વરીના ઘરમાં વિવિધ રીતે ફોટાઓ પાડ્યા.

જૂન : ૨૦૦૮

૯

આજે પૂ. શ્રીની માળા તૂટી ગઈ તો ફરીથી તેને પરોવીને પૂ. શ્રીને આપવી એવા નિર્ણય સાથે શ્રી વિનોદભાઈ સાથે સર્વેશ્વરીએ માળા પરોવીને તૈયાર કરી દીધી.

સાંજના સત્સંગમાં સર્વેશ્વરીએ એક પ્રશ્નના જવાબમાં પોતાના ત્યાગમય જીવનની વાતો કરી. સાડાનવે આશા સાથે ફોન પર વાત થઈ. પછી ફળ, દૂધ લઈ આરામ કરતા પહેલાં થોડું લેખનકાર્ય કર્યું. હરિ: ઠું.

(ક્રમશઃ)



આ જગતમાં સત્સંગના કરતાં વધારે પવિત્ર કશું છે જ નહિ; કારણ કે એકલા સત્સંગથી જ શુભ સંસ્કારોને જાગ્રત કરવાનો ઉત્તમોત્તમ સુયોગ પ્રાપ્ત થાય છે.

—યોગદર્શન

આ દિવસો પણ ચાલ્યા જશે.

✽ સ્થાપત્ય કન્સ્ટ્રક્શન ✽

પ્રો. મનીષ હરિભાઈ ભોજાણી,

બિલ્ડર્સ એન્ડ ડેવલપર્સ,

મધુર કોમ્પ્લેક્સ, શનાળા રોડ, મહારાજા ટાઈલ્સ સામે,

મોરબી—૩૬૩૬૪૧.

ફોન : (ઓફિસ) ૨૨૧૩૮૧, (રહેઠાણ) ૨૩૦૨૨૨.

૧૦

અધ્યાત્મ

‘શ્રી રમણ મહર્ષિ સાથેના વાર્તાલાપો’

‘સભાન શાશ્વતી’

સંપાદન : પૌલ બ્રન્ટન—વેક્ટરશૈયા

અનુવાદ : પ્રા. તરલા દેસાઈ

પ્રકરણ—૧૪ : મન

જ્યારે પદાર્થો અને બુદ્ધિ તરફ ધ્યાન અભિમુખ રહે છે ત્યારે મન કેવળ આ વસ્તુઓથી જ સભાન હોય છે. એ આપણી વર્તમાન અવસ્થા છે. પણ જ્યારે આપણે અંતરાત્માને સેવીએ છીએ ત્યારે આપણે માત્ર તેનાથી જ સભાન રહીએ છીએ. તેથી આ સંપૂર્ણતયા ધ્યાનની જ વાત છે. આપણું મન એટલા દીર્ઘકાળથી બહિર્ગત પદાર્થોમાં રોકાયેલું હોય છે કે, તેઓ એને ગુલામ બનાવી દઈ અહીં—તહીં ખેંચે છે.

જો મન ભટકવા માંડે તો તરત આપણને પ્રતીતિ થાય છે કે, આપણે શરીર નથી અને ખોજીએ છીએ : ‘હું કોણ છું?’ અને આત્માનો સાક્ષાત્કાર કરવા મનને પાછું ખેંચી લાવવું પડે. આમ બધાં દુરિતો નષ્ટ થઈ જાય અને સુખ અનુભવાય.

માનસિક પ્રવૃત્તિઓની અનુપસ્થિતિ એ એકાંત છે.

પ્રશ્ન : મન ચંચળ છે અને ભટકતું રહે છે. હું તેને અંકુશમાં કેવી રીતે લાવું?

મહર્ષિ : જો તમે આ વ્યક્તિ કોણ છે અને આ ચંચળતા કોણ અનુભવે છે? આ પ્રશ્ન તરફ તમારું ધ્યાન તરત વાળશે તો અહીં—તહીં ભટકતું મન અટકી જશે.

પ્રશ્ન : મનને નિયંત્રણમાં લાવવા ક્યાં ચોક્કસ પગલાં સહાયક થાય?

મહર્ષિ : એ દરેક વ્યક્તિના સંજોગો પર આધારિત છે. ભક્તિ, કર્મ, જ્ઞાન અને યોગ સર્વ એક છે. તમે ઈશ્વરને જાણ્યાવિના તેને પ્રેમ ન કરી શકો અને તેને પ્રેમ કર્યાવિના તેને જાણી ન શકો. તમે જે કંઈ કરો છો એમાં પ્રેમ પ્રગટે છે અને તે 'કર્મ' છે. ઈશ્વરને તમે યથાર્થરૂપે જાણી કે ચાહી શકો એ પહેલાં પાયારૂપ યોગ્ય માનસિક વલણ (યોગ) ધારણ કરવું આવશ્યક છે.

પ્રશ્ન : મને મનની શાંતિ નથી.

મહર્ષિ : શાંતિ આપણું સાચું સ્વરૂપ છે. તે મેળવવાની નથી. આપણા વિચારો શાન્ત થઈ જવા જોઈએ. જ્યારે પણ મન ભટકવા માંડે ધ્યાનસ્થ કરવા પાછું લાવો.

પ્રશ્ન : હું મારા મનને ધ્યાન સુધી લાવી શકતો નથી.

મહર્ષિ : જ્યારે હાથી મુક્ત હોય છે ત્યારે એ પોતાની સૂંઢ આમતેમ હલાવે છે અને બેચેન દેખાય છે પણ એને પકડવા સાંકળ નખાશે તો એની સૂંઢ સ્થિર રહેશે. એ જ રીતે લક્ષ્ય વિનાનું મન બેચેન હોય છે. જો લક્ષ્ય નિર્ધારિત કરવામાં આવે તો તે વિશ્રાન્તિમાં રહે છે. જ્યાં સુધી સંસ્કારો રહે છે ત્યાં સુધી એકાગ્રતા અશક્ય છે. ભક્તિમાં પણ અંતરાય આવે છે. અભ્યાસ અને અનાકૂલતા જરૂરી છે. વિચારોની અસ્થિરતાનો અભાવ અને કેવળ એક વિચાર પર એકાગ્રતાનો અભ્યાસ એ અનાકૂલતા—આવેગરહિતતા છે. દંઢ નિર્ધાર પણ જરૂરી છે.

એક ધ્યાનનો હકારાત્મક અને બીજો નકારાત્મક અંશ છે.

હા, આપણાં મન નિર્બળ હોય છે. 'કૃપા' તરીકે ઓળખાતી સહાય આવશ્યક—ગુરુ આને માટે જ છે. મજબૂત મનોબળવાળા આત્મા—ગુરુની સંનિધિમાં નબળું મન વધારે સહેલાઈથી નિયંત્રણમાં આવી જાય છે. એ જ તો કૃપા છે. બીજું કંઈ નથી.

પ્રશ્ન : પણ હું વિચારોને અંકુશમાં કેવી રીતે લાવી શકું?

મહર્ષિ : વિચારોના આકારમાં રહેલી એની શક્તિના હાસથી આવતી નબળાઈને કારણે મન અસ્થિર બને છે. જ્યારે આપણે મનને એક વિચાર સાથે જોડી દઈએ છીએ ત્યારે શક્તિનો સંચય થાય છે અને મન વધારે મજબૂત બને છે. ગીતા દર્શાવે છે તેમ, અભ્યાસથી મનોબળ પ્રાપ્ત કરી શકાય છે. શરૂઆતમાં તો મનને ખોજ તરફ વાળતાં ઘણો સમય લાગે છે પણ સતત અભ્યાસ દ્વારા એનો સમયગાળો ઘટી જાય છે અને છેવટે તે બિલકુલ ભટકતું નથી. પછી તો સુષુપ્ત શક્તિ પ્રગટે છે અને મન જીવનપ્રવાહમાં જાતે જ સ્થિર થઈ જાય છે.

પ્રશ્ન : વિચારોથી મુક્ત થવાનો સર્વોત્તમ ઉપાય કયો છે?

મહર્ષિ : મન સ્વયં પોતાને મારવા યત્ન કરી શકે? એક ચોર પોતાને જ કેવી રીતે પકડી શકે? એમ થઈ શકે જ નહિ, તેથી સર્વોત્તમ ઉપાય તો પોતાનું સાચું સ્વરૂપ, તમે ખરેખર જે છો તે જાણવાનો છે. જ્યારે આપણે આપણને જોઈશું પછી જેમાંથી મુક્ત થવું પડે એવા વિચારો જ નહિ રહે.

પ્રશ્ન : મારું મન ધ્યાનમાં સ્થિર નથી થતું.

મહર્ષિ : જ્યારે પણ મન ભટકે તેને ફરી—ફરી અંતર્મુખ કરો. મન બહુ નિર્બળ હોય છે. અભ્યાસ દ્વારા અને એક જ

જૂન : ૨૦૦૮

૧૩

વિચારમાં બધા વિચારોનો વિલય કરી, તેને મજબૂત બનાવો.

પ્રશ્ન : મન નિયંત્રણમાં કેવી રીતે લાવી શકાય?

મહર્ષિ : બે રીત છે. એક છે : મન શું છે તે જોવું તો તે શાન્ત થઈ જશે. બીજી રીત છે : કશાક પર (મન) કેન્દ્રિત કરવું. જેથી તે એક મુખ્યવર્તી વિચાર બીજા સર્વનો વિલય કરી દેશે.—માર્ગ વ્યક્તિ પર આધારિત છે.

સભાન વિચારોને નિયંત્રણમાં લેતી વખતે (જાગૃત) રહેવું આવશ્યક નહિતર નિદ્રામાં સરી જવાય. પ્રત્યાહાર, ધારણા, ધ્યાન, સમાધિ પર પ્રાણાયામ પછી પણ ભાર મૂકવાનું દર્શાવવાનું મુખ્ય કારણ સભાનતા છે. પ્રાણાયામ મનને સ્થિર કરે છે અને વિચારોનો નિગ્રહ કરે છે. પણ આટલું પર્યાપ્ત કેમ નથી? કારણ કે, સભાનતા એક નિતાન્ત અગત્યની વસ્તુ છે. આવી અવસ્થા અફીણ કે ક્લોરોફોર્મ વગેરે લેવાથી પણ સાધી શકાય, પણ તે મુક્તિ સુધી પહોંચાડતાં નથી.

ધ્યાન એક એવો અભિગમ છે જે બીજા વિચારોને હટાવી દે છે. ઈશ્વરનો એક વિચાર અન્ય પર પ્રભુત્વ મેળવે છે એ એકાગ્રતા છે. આમ ધ્યાન તેમ જ આત્મવિચારનો વિષય એક જ છે.

પ્રશ્ન : ધ્યાનનો અભ્યાસ અને મનોવિજય કેમ આટલો મુશ્કેલ છે?

મહર્ષિ : ભૂતકાળની આપણી વાસનાઓ જે આપણને રોકે છે પણ આપણે પ્રયત્નો ચાલુ રાખવા જોઈએ.

પ્રશ્ન : મનને સ્થિર કેવી રીતે કરી શકાય?

મહર્ષિ : વિચાર જ તે કરી શકે. તમે હૃદયમાં શરીર જુઓ છો. તમે તેમાં દુનિયા જુઓ છો. એ એનાથી અલગ નથી.

૧૪

અધ્યાત્મ

તેથી બધા જ પ્રકારના પ્રયત્નો તેમાં કેન્દ્રિત છે.

તિરુવન્નમલૈ પહોંચવાના માર્ગો જુદા જુદા છે પણ ગમે તે માર્ગે પહોંચો તિરુવન્નમલૈ તો એક જ છે. એ જ રીતે વ્યક્તિ-એ વ્યક્તિએ આત્મા સુધી પહોંચવાના અભિગમ અલગ પડે છે છતાં આત્મા તો એક જ છે.

પ્રશ્ન : વારંવાર પ્રયત્નો કર્યા પછી પણ મન અંતર્મુખ કેમ નથી થઈ શકતું?

મહર્ષિ : એ અભ્યાસ અને વૈરાગ્યથી થઈ શકે અને બહુ ધીમે-ધીમે સફળતા પ્રાપ્ત થાય. મન બહિર્મુખ થવા એટલા લાંબા સમયથી ટેવાયું હોય છે કે એને સહેલાઈથી અંતર્મુખ કરી શકાતું નથી જે ગાય અન્યના પ્રદેશોમાં ચરવા ટેવાયેલી હોય છે તેને એક તબેલામાં સહેલાઈથી પૂરી શકાતી નથી ગમે તેટલું લીલુંછમ ઘાસ કે સરસ ચારાથી ગોવાળ એને લલચાવે તો પહેલાં તો તે એનો વિરોધ જ કરે છે, પછી જરાક લે છે પણ એનું રખડવાનું વલણ એને એનાથી દૂર લઈ જાય છે જ. તેના માલિકના એને લલચાવવાના પુનઃ પુનઃ પ્રયત્નોથી ત્યાં રહેવા ટેવાય છે. પછી તો એને રેઢી મૂકાય છે તો પણ તે ત્યાંથી ચસતી નથી. એવું જ મનનું છે. જો એકવાર તે ભીતર સુખ શોધી લે છે પછી તે બહાર ભટકશે નહિ.



સમંદરને પેલે પાર

(ગતાંકથી ચાલુ)

મા સર્વેશ્વરી

પૂ. મા શ્રી સર્વેશ્વરીની ન્યુઝીલેન્ડ અને ઓસ્ટ્રેલિયા યાત્રા-
હવાઈનથી લોસ ઍંજલસ દિવસ-૨૬, તા. ૨-૬-૦૫

પ્રભાત પ્રગટે ને આજે તો પ્રથમ કામ નોંધનું થયું. ગઈ-
કાલની નોંધ પૂરી થઈ. આજે જાણે કલમથી પ્રભાત પ્રગટ્યું.

સ્નાન, પ્રણામ, શીર્ષાસન, સર્વાંગાસન, હલાસન,
પદ્માસન ને હળવી કસરતો. પછી ગીતાપાઠ, પ્રાર્થના ને પછી
ફળાહાર.

ફળાહારમાં આજે વળી મોસંબીનો રસ, કાજુ, ખજૂર,
શીંગદાણાનો ભૂકો લીધો.

ને આટલી નોંધ પછી મંત્રજપ શરૂ થશે. માને જ્યાં રહે
ત્યાં અનુકૂળ સ્વજનો, યજમાનો, ભક્તો આપ જ ગોઠવી દો
છો. સગપણના કોઈ સંબંધો અહીં ગણાયા નથી. માત્ર પવિત્ર
પ્રેમ, શ્રદ્ધાભક્તિની સંપત્તિથી તે સૌ માને જોયા કરે છે.
માણ્યા કરે છે. યાત્રાઓ કર્યા કરે છે. અને માની સંભાળ
રાખ્યા કરે છે. હે હરિ, એવા આ સૌ યજમાનોને આપ
વિશેષરૂપે આશીર્વાદ આપજો. એ સૌની શ્રદ્ધાભક્તિ વધારતા
રહેજો. એમને પણ આપના દરબારે પવિત્ર આસન આપજો.

આ મા રોજ રોજ પ્રાર્થના જ કર્યા કરે છે. તો હે હરિ,
આપ સાંભળો છો એ રીતે સાંભળજો. ને જે જે યોગ્ય લાગે
તે તે મંજૂર કર્યા કરજો. અમે પ્રાર્થના કરીશું ને આપે તેને
ન્યાય આપવાનો. કાર્ય તો બંને કરશે. ભક્ત પણ પરિશ્રમ

કરે ને ભગવાન પણ પરિશ્રમ ઉઠાવે. બંને પક્ષે સરખો જ
કાર્યભાર.

વિચારજો. આપ જ સર્વસમર્થ છો. આપને જ્યાં જે યોગ્ય
લાગે તે કરજો-કરાવજો.

આજે જપ તો ૨૫૦ માળા થઈ.

બે કલાક શારદાબેન સાથે વીતાવ્યા. વૃદ્ધ છે. પરિવારની
ચિંતા છે. કર્પૂરવનની પણ ચિંતા છે. હરિ જે કરે તે મંગલ
હશે.

આજે શ્રી વાસુદેવભાઈ જોડે, શ્રીસુશીલાબેન જોડે વાતો
થઈ. હેમલ ને મંજુબેન જોડે વાતો થઈ. ચાર ફોન સત્સંગની
વાતો ને સામાન્ય વાતો થતી રહી.

આજે શ્રી ગુણવંતભાઈ અને શ્રીકાન્તાબેન મળે છે. માની
પ્રણામની ગાદીના કવરોને સીવવાની સેવા તેમને મળી છે.
તેમની સાથે સુરત પાટીદાર આશ્રમના વિદ્યાર્થી જીવનની
વાતો થઈ છે.

સૌ મળે છે. સૌના સમાચાર મળે છે. હે હરિ, સૌને
સદ્બુદ્ધિ દો. સૌને શ્રદ્ધાભક્તિનું દાન આપો. સૌને આપના
શ્રીચરણે વાળો.

આપના નામે જે કંઈ પ્રવૃત્તિ થાય તે નિઃસ્વાર્થભાવે
પ્રભુપ્રીત્યર્થે જ થાય એવી સૌને શક્તિ આપો.

હે હરિ, તારા જ નામમાં મસ્ત બનાય. સૌને-જો ભૂલો
કરતા હોય તો તેમને ક્ષમા કરજે. સૌને શાંતિ આપ. સૌને
સંતોષ આપ. સૌને તૃપ્તિ આપ. સૌ સાથે મળીને સંપથી
આપની પ્રસન્નતાનાં કાર્યો કરે.

સર્વ સુખદ કે દુઃખદ સંસ્મરણોની હોળી કરીને એક માત્ર

જૂન : ૨૦૦૮

૧૭

તારા સ્મરણમાં જ ડૂબાડી દે. આ દેહમાં જેટલું પણ રહેવાનું છે તે સઘળું તારામાં જ જીવાડજે. તારા મહીં જ વિશ્રામ ધરજે. આ જગતના કોઈ પ્રપંચોમાં મનને ગૂંચવીશ નહીં. સર્વ પ્રપંચોમાં હે હરિ તારી જ શ્રેષ્ઠ અભિવ્યક્તિ છે. એવી સમજણનું નજરાણું ધરી દેજે. જપાજપ ને જપ. બસ તારા સ્મરણે તું સઘળું મંગલ કરે છે ને કરશે જ. આપની વિવિધ-રંગી લીલાને અમારા પ્રણામ. (પૂર્ણ)



કર્મનાં ફળ ઈશ્વરને અર્પણ કરવાં તેનો અર્થ એ જ કે પ્રશંસા અગર નિંદા બેઉ પોતાને માથે ના લેતાં બેઉ ઈશ્વરને અર્પણ કરવાં ને શાન્તિથી જીવન પસાર કરવું. —યોગદર્શન

ફોન : દુકાન : ૨૨૫૮૮૧૨ ઘર : ૨૬૬૪૦૭૮

મોબાઈલ : ૯૩૭૪૭૧૦૩૦૪

દીપક સી. મહેતા

❖ કૃષ્ણા ફિલ્મ્સ એન્ડ સ્ટુડિઓ ❖

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

૧૮

અધ્યાત્મ

સંત અભિરામબાબાનું પૂર્વજીવન માતાની શ્રદ્ધા ને પ્રેમનો વિજય

ભાણદેવજી

[ભારતના જીવંત ઉચ્ચકોટિના આધ્યાત્મિક સંતોમાંના એક સંત અભિરામબાબા છે. તેઓનો આશ્રમ કેદારનાથના માર્ગ પર ગરુડ ચટ્ટી પાસે આવેલો છે.

ભગવત્કૃપાથી અમને તેમના પ્રત્યક્ષ દર્શન અને સત્સંગનો લાભ ૧૮ વર્ષ પહેલાં ભાવનગરમાં મળેલો. તેઓશ્રીના ભક્તો ભાવનગર અને બારડોલીમાં વિશેષ છે, એટલે તેઓ આ બે સ્થળોએ અવારનવાર આવે છે. સાંભળ્યું છે કે તેઓએ ઋષિકેશ તથા નર્મદા કિનારે ભરુચ પાસે નવો આશ્રમ સ્થાપિત કર્યો છે. અધ્યાત્મ-માં રૂચિ રાખનાર સાધકોને જો તક મળે તો તેમના દર્શન અને સત્સંગનો લાભ લેવા ભલામણ છે.

શ્રી ભાણદેવજીના આ લેખથી અમે એ મહાપુરુષના પૂર્વજીવન વિષે જાણી શક્યા, તે બદલ તેમના આભારી છીએ. થયું કે એ મહાપુરુષના પૂર્વજીવન વિષે ભલે અધ્યાત્મના વાયકોને જાણ થતી. —તંત્રી]

હિમાલયથી ટેલિગ્રામ આવ્યો.

“આપનો પુત્ર હવે આ દુનિયામાં નથી. અમારા પર્વતા-રોહણ દરમિયાન બરફનું શિખર તૂટી પડતાં અમારા પાંચમાંના ત્રણ સાથીઓ બરફમાં દબાઈ ગયા છે. ભારે હિમવર્ષાને કારણે મૃતદેહો શોધી શકાય તેમ નથી.”

પરિવારમાં સોંપો પડી ગયો. બાવીશ વર્ષનો યુવાન પુત્ર

મુંબઈ યુનિવર્સિટીમાં ભણે છે. નિતીન એનું નામ. ભણવામાં તેજસ્વી અને પર્વતારોહણનો ભારે શોખીન. પર્વતારોહણની તાલીમ પ્રાપ્ત કરી છે. પાંચ મિત્રો હિમાલયના કુમાઉ વિસ્તારનું એક હિમશિખર ‘બેઠાર ટોલી’ સર કરવા માટે નીકળ્યા છે.

માતાપિતા, પરિવારજનો શુભ સમાચારની રાહ જોઈને બેઠા છે. આટલી નાની વયે અમારો વહાલસોયો પુત્ર હિમાલયનું એક બહુ કઠિન શિખર સર કરીને હમણાં જ ઘેર આવશે. પુત્ર તો ન આવ્યો, પુત્રમૃત્યુના સમાચાર આવ્યા.

“આપનો પુત્ર હવે આ દુનિયામાં નથી...” પરિવારમાં સૌને કારમો આઘાત લાગ્યો, સૌએ આ સમાચાર સ્વીકારી લીધા, પણ જનની જેનું નામ! જ્યારે પરિવારજનો વલોપાત કરી રહ્યા હતાં, ત્યારે માતાનું શરીર કંપવા લાગ્યું, માતાને સત ચડ્યું! જ્યારે પરિવારજનોની આંખમાંથી અશ્રુધારા અટકતી ન હતી, ત્યારે જનનીનો ચહેરો કઠોર બની ગયો. માના મુખમાંથી પરાવાણી નીકળી.

“નહિ! નહિ! નહિ! હું આ સમાચાર સ્વીકારતી નથી. મારું અંતર કહે છે મારો પુત્ર આ ધરતી પર છે, જીવતો જાગતો છે.”

સ્નેહી—સંબંધીઓએ વિચાર્યું—માનું હૃદય છે. તેમનું હૃદય પુત્રના મૃત્યુને સ્વીકારી શકતું નથી, પણ તેથી જનાર કાંઈ પાછા તો ન આવે ને!

સ્નેહીજનો, નિતીનના મિત્રો માને સમજાવે છે—“મા પર્વતારોહણમાં સાથે જ હતા અને પાંચમાંથી બચી ગયેલા બે સાથીઓ પાછા આવી ગયા છે. તેમણે નજરે જોયું છે કે નિતીનભાઈ હવે આ દુનિયામાં નથી. ગમે તેટલા દુઃખદ

સમાચાર હોય તો પણ તેને ક્યાં સુધી પાછા ઠેલી શકાશે. વહેલા કે મોડા આપણે આ દુઃખદ હકીકતને સ્વીકારી લીધે જ છૂટકો છે. મા! હવે આપ આ હઠ છોડો, અને હકીકતને સ્વીકારી લો, હકીકત સાથે સમાધાન કરી લો.”

ખૂબ સમજાવટ છતાં મા એકના બે ન જ થયાં. માની આંતર—પ્રતીતિ છે મારો પુત્ર આ ધરતી પર છે, જીવતો જાગતો છે, અને તે મને મળશે જ. આ જન્મે જ મળશે.

મા કોઈની વાત કાને ધરતાં જ નથી. પૂજાની રૂમમાં માએ એક દીપક પ્રગટાવ્યો! અખંડ દીપક! મારો પુત્ર મને મળશે, અવશ્ય મળશે! પુત્રમિલન સુધી આ દીપક અખંડ પ્રજ્વલિત રહેશે! માએ અન્નનો ત્યાગ કર્યો. મારો પુત્ર મને મળશે, અવશ્ય મળશે! પુત્ર મને તેના હાથથી અનાજ આપશે પછી જ હું અન્ન ગ્રહણ કરીશ. ત્યાં સુધી? માત્ર ફળાહાર!

લોકોએ માની આ આંતર—પ્રતીતિને માતૃ—હૃદયનો વલોપાત માની લીધો! તીવ્ર વાત્સલ્યભાવમાંથી જન્મેલી ઘેલછા માની લીધી! પુત્રના મૃત્યુનો બારમો તેરમો દિવસ આવ્યો. પરિવારજનોએ શ્રાદ્ધવિધિની તૈયારી કરી. પુરોહિતને બોલાવ્યા. પણ જનની! મા દીવાલ બનીને વચ્ચે ઊભા રહ્યાં. નહિ! નહિ મારા જીવંત પુત્રનું શ્રાદ્ધ નહિ થવા દઉં! કોઈ કાળે નહિ! માનો વિજય થયો! માની આંતર—પ્રતીતિનો વિજય થયો! માતૃત્વનો વિજય થયો! શ્રાદ્ધ વિધિ ન થઈ. પુરોહિત પાછા ચાલ્યા ગયા.

એક વડીલ માને સમજાવવા આવ્યા.

“લીલાબહેન, જયશ્રીકૃષ્ણ!” માનું નામ લીલાબહેન છે.

મા શોક સંતપ્ત નથી, સ્વસ્થ છે. જેનો પુત્ર મૃત્યુ પામ્યો હોય તે મા શોકસંતપ્ત હોય, જેનો પુત્ર જીવતો જાગતો બેઠો

હોય તે મા શોક સંતપ્ત શા માટે હોય?

આપણા આ વડીલને લોકો ડાહ્યા માને, અને પોતે પણ પોતાને ડાહ્યા માનતા જ હશે, તેથી જ તેઓ લીલાબહેનને સમજાવવા આવ્યા છે.

વડીલે વાતનો પ્રારંભ કર્યો,

“દુઃખ તો ઘણું મોટું છે, પણ ભગવાનની ઈચ્છા સામે આપણો કોઈ ઉપાય નથી.”

“મને કોઈ દુઃખ નથી. મારો પુત્ર જીવંત છે, હું શા માટે દુઃખી થાઉં?”

“પણ નિતીન જીવતો હોય તો સમાચાર તો મોકલે ને!”

“નિતીન સમાચાર નહિ મોકલે તો હું નિતીનના સમાચાર મેળવીશ!”

“પણ નિતીન જીવતો હોય તો ઘેર પાછો તો આવે ને!”

“નિતીન નહિ આવે તો હું નિતીન પાસે જઈશ.”

“દીકરો હયાત હોય તો મા પાસે આવે જ!”

“દીકરો મા પાસે નહિ આવે તો મા દીકરા પાસે જશે!”

વડીલ ચૂપ થઈ ગયા.

માની દૃઢ પ્રતીતિ અને મેરુવત અચલ સ્થિતિ જોઈને આખરે પરિવારજનો સ્નેહીજનો પીગળ્યા. સૌએ સ્વીકાર્યું—હા નિતીનભાઈ જીવતા હોય તેમ લાગે છે. સૌએ સાથે મળીને નિતીનભાઈની શોધનો પ્રારંભ કર્યો.

માતાએ પુત્રની શોધ માટે આગેવાની લીધી. અખંડ દીપક અને અન્નનો ત્યાગ—આ બે વ્રત તો ચાલુ જ છે. જે બે પર્વતારોહકો પાછા આવ્યા હતા તેમને સાથે લઈને મા હિમાલય ગયાં. નિતીનભાઈની શોધ માટે સરકારની મદદ માગી.

ભારે હિમવર્ષા અને પ્રતિકૂળ હવામાનને કારણે તાત્કાલિક તો કાંઈ થઈ શક્યું નહિ. હવામાન અનુકૂળ થતાં જ હેલિકોપ્ટરની મદદથી શોધનો પ્રારંભ થયો. જે વિસ્તારમાં અક્સ્માત થયો હતો તે વિસ્તારની એક એક ઈંચ ધરતી ફંફોળી. બે મૃતદેહો મળ્યા.

બેઠાર ટોલી શિખરના આરોહણ માટે પાંચ મિત્રો ગયા હતા. બે જીવતા પાછા આવ્યા છે. બે ના મૃતદેહ મળ્યા છે. પાંચમાં—નિતીનભાઈ ક્યાં? નથી તેઓ ઘેર પાછા આવ્યા, અને નથી તેમનો મૃતદેહ મળ્યો. હવે પરિવાર જનોને, સ્નેહીજનોને અને શોધકાર્યમાં લાગેલા મિત્રોને લાગવા માંડ્યું છે કે માની પ્રતીતિ સાચી છે. નિતીનભાઈનો મૃતદેહ મળ્યો નથી. નિતીનભાઈ મૃત્યુ પામ્યા નથી. નિતીનભાઈ જીવંત છે. આ ધરતી પર છે.

માતાની આ પ્રતીતિ પર સૌને વિશ્વાસ બેઠો, “મારો પુત્ર આ ધરતી પર છે, જીવતો જાગતો છે.”

નિતીનભાઈનું શું થયું? તેઓ ક્યાં છે?

પર્વતારોહણની તાલીમ પરિપૂર્ણ કર્યા પછી આપણા નિતીનભાઈ બેઠાર ટોલી હિમશિખરના આરોહણ માટે નીકળ્યા છે બેઠારટોલી હિમશિખર કુમાઉના નંદાદેવી સંક્યુરી વિસ્તારમાં જ છે. સાથે બીજા મિત્રો છે. પાંચેયના નેતા નિતીનભાઈ છે. તેમનો પ્રયત્ન સફળ થયો. તેઓ પાંચે બેઠારટોલીની ટોચ પર પહોંચી શક્યા. સફળ આરોહણ પછી પાંચે પર્વતારોહક મિત્રો શિખરની ટોચ પરથી પાછા ફરી રહ્યા હતા. આ વખતે બરફની વર્ષા શરૂ થઈ. બરફના વરસાદમાં પણ તેમની અવરોહણ યાત્રા ચાલુ રહી. અડધે રસ્તે પહોંચ્યા,

અને એક બહુ મોટો એવલેંસ (હિમખંડ પ્રપાત) થયો. પાંચે પર્વતારોહકો બરફમાં દબાઈ ગયા. નેતા નિતીનભાઈ વચ્ચે હતા. આગળના બે પર્વતારોહકો પર બહુ વધારે બરફ પડ્યો ન હતો, તેથી તેમનાં શરીર સાવ દબાઈ ગયાં નહિ. તેઓ બંને બરફમાંથી બહાર આવી શક્યા. પાછળના ત્રણે બરફમાં દબાઈને મૃત્યુ પામ્યા છે, તેમ માનીને બચી ગયેલા બંને મિત્રો તેમને છોડીને આગળ ચાલ્યા. બરફનું તોફાન ચાલુ હતું, એટલે ત્યાં વધુ વખત રોકાઈ શકાય તેમ ન હતું. પાછળના ત્રણે તે જ અવસ્થામાં પડ્યા રહ્યા.

બે દિવસ પછી બરફનું તોફાન કંઈક ઓછું થયું, એટલે બચી ગયેલા બંને પર્વતારોહકો પોતાના ત્રણે સાથીઓ પાસે ગયા. તેમને ખાત્રી થઈ કે ત્રણે મૃત્યુ પામ્યા છે. તેમના મૃતદેહને ઊંચકીને લઈ જઈ શકાય તેમ ન હતું, એટલે તેઓ બંને પાછા ફર્યા. ત્રણેના કુટુંબીજનોને તેમના દેહાવસાનની જાણ કરી.

આ ત્રણ પર્વતારોહકોમાંથી બે તો ખરેખર મૃત્યુ પામ્યા હતા, પરંતુ નિતીનભાઈ, જેઓ વચ્ચે હતા, તેઓ જીવંત હતા, પણ બેભાનાવસ્થામાં હતા. તેમની બેભાનાવસ્થા જોઈને જ સાથી મિત્રોએ તેમને પણ મૃત માની લીધા હતા. બેભાનાવસ્થામાં જ નિતીનભાઈનું શરીર નીચે સરકવા માંડ્યું. શરીર સરકતું સરકતું બેઠારટોલી હિમનદીમાં આવ્યું. સંયોગો તો એવા હતા કે નિતીનભાઈ કોઈ રીતે બચે જ નહિ, પણ રામ રાખે તેને કોણ ચાખે? કોઈક અગમ્ય કારણસર પરિભ્રમણ કરતાં કરતાં બે સાધુઓ આ વિસ્તારમાં આવી ચડ્યા. નિતીનભાઈનું બેભાન શરીર તેમની નજરે ચડ્યું. બેભાનાવસ્થામાં જ રહેલા નિતીનભાઈના શરીરને તેઓ ઝોળી કરીને

લઈ ગયા. પોતાની પાસે રાખ્યા. સાધુઓએ પોતાની વિશિષ્ટ પદ્ધતિથી તેમની સારવાર કરી. નિતીનભાઈને બાહ્ય ચેતના પુનઃ પ્રાપ્ત થઈ. જાણે નવે અવતારે જ આવ્યા. માત્ર શરીરથી જ નહિ. ચિત્તથી પણ તેમનો જાણે કે નવો જન્મ જ થયો. તેમના ચિત્તમાં કેવી રીતે અને કયા સ્વરૂપની ક્રાંતિ થઈ, તે જાણવું મુશ્કેલ છે, પરંતુ નિતીનભાઈ આ સાંસારિક દુનિયામાં પાછા ફર્યા નહિ.

નિતીનભાઈએ વિચાર્યું કે આ દુનિયાએ મને મૃત માની લીધો છે, તો ભલે હું તેમના માટે મૃત છું, અને આ દુનિયા મારા માટે મૃત છે. નિતીનભાઈએ સાધુજીવનનો સ્વીકાર કર્યો. ગુરુમહારાજે નામ આપ્યું—અભિરામદાસ! બરફના પર્વતો પર આરોહણ કરવાનું છોડી દઈને, નિતીનભાઈ મટીને, અભિરામદાસજી બનેલા આ સાહસવીરે ચેતનાનાં શિખરો પર આરોહણ કરવા માટે કમર કસી. તેમણે સામે ચાલીને પોતાના મિત્રો, સ્વજનો, અરે! માને પણ પોતાની આ દુનિયામાં હયાતીની જાણ જ ન કરી. સાધુજીવનનો સ્વીકાર એક રીતે આ દુન્યવી જીવનનો અંત જ છે. સાધુજીવનનો સ્વીકાર કરતી વખતે સાધુ બનનાર માનવી પોતાનું શ્રાદ્ધ પણ કરી લે છે! આવી પરંપરાગત વિધિ છે. જે ક્ષણે પર્વતારોહકોની કમરે બાંધેલી દોરી કપાઈ તે જ ક્ષણે આ દુનિયા સાથેના સાંસારિક સ્વરૂપના સંબંધોની દોરી પણ કપાઈ ગઈ.

માતાને અને હવે તો અન્ય સ્નેહીજનોને ખાત્રી થઈ કે નિતીનભાઈ જીવંત છે, પરંતુ બે પ્રશ્નો તેમના મનમાં સતત ઘોળાયા કરે છે. નિતીનભાઈ ક્યાં છે? તેઓ તેમની

હયાતીની જાણ અમને કેમ કરતા નથી?

માતાએ શોધ ચાલુ રાખી—પુત્રના મૃતદેહની નહિ, જીવતા જાગતા પુત્રની શોધ! માતાની આંતર પ્રતીતિ હતી—પુત્ર હિમાલયમાં જ છે, તેથી શોધ પણ હિમાલયમાં ચાલી. સ્નેહીજનોને, મિત્રોને સરકારી અધિકારીઓને, હિમાલયની જાણકાર વ્યક્તિઓને, સાધુઓને, પુરોહિતોને માએ પત્ર લખ્યા. પરિવારજનો અને મિત્રોને સાથે લઈને માએ હિમાલય ફંફોળવાનું શરૂ કર્યું. તીર્થો, મંદિરો, આશ્રમો, સંસ્થાઓ, ગુફાઓ, પર્વતારોહણ સંસ્થાઓ, શિક્ષણ સંસ્થાઓ અને આવાં અનેક સ્થાનોમાં માએ શોધ કરી. મા દર વર્ષે બે—ત્રણ વાર હિમાલય જાય. પોતે જાય. બીજાઓને મોકલે, પત્રો લખે, સગડ મેળવવા તપાસ સતત ચાલતી રહી. ખૂબ ફાંફા માર્યા, પણ સગડ મળ્યા નહિ.

પુત્રના ગુમ થયા પછી એકાદ વર્ષે સ્વજનોએ પ્રસ્તાવ મૂક્યો—પુત્રની સદ્ગતિ માટે નીલોદ્વાહનો વિધિ કરીએ. અપરિણીત યુવાન મૃત્યુ પામે એટલે તેમની પાછળ નીલોદ્વાહ (નીલ પરણાવવા)નો વિધિ કરવાની પરંપરા છે. તે વખતે પણ માતાએ આવો કોઈ વિધિ કરવા દેવાનો સાફ ઈન્કાર કર્યો, અને માતાની પુત્ર ખોજ ચાલુ રહી.

બાર વર્ષ આ રીતે વહી ગયાં. બાર વર્ષ સુધી માતાની પુત્રખોજ ચાલુ રહી. બાર વર્ષ સુધી દીપક અખંડસ્વરૂપે પ્રજ્વલિત રહ્યો. બાર વર્ષ સુધી માતાએ અન્નનો દાણો મોઢામાં મૂક્યો નહિ.

સાધુ અભિરામદાસજી ગુરુમહારાજ સાથે થોડા વર્ષો રહ્યા. કોઈ એકાંતસ્થાનમાં સાધનપરાયણ જીવન જીવવાની તેમની ઈચ્છા હતી. જેની જે માટે પ્રબળ ઈચ્છા હોય તે તેને મળે જ

છે.

જાકો જેહી પર સત્ય સ્નેહૂ.
સો તેહી મિલત ન કહું સંદેહૂ ॥

અભિરામદાસજીને પણ આવું એક સ્થાન મળી ગયું. કેદારનાથ જતાં કેદારનાથથી લગભગ ૨ કિલોમિટર પહેલાં ગરુડચટ્ટી નામનું સ્થાન આવે છે. પગદંડીની ડાબી બાજુએ ગરુડચટ્ટીથી સાવ નજીક એક પહાડી ઢોળાવ છે. તેમાં એક ગુફા છે. આ ગુફામાં અભિરામદાસજીએ આસન જમાવ્યું. ગુફાને નામ આપ્યું હતુમાન ગુફા. કેદારનાથમાં કે કેદારનાથની આજુબાજુમાં શિયાળામાં કોઈ રહે નહિ, રહી શકે નહિ, પરંતુ અભિરામદાસજી શિયાળામાં પણ અહીં જ રહે છે. શિયાળામાં ગુફા પાસે એટલો બરફ પડે કે સવારે ગુફાનું દ્વાર બરફથી ઢંકાઈ જાય. રોજ સવારે આ બરફને ખસેડીને દ્વાર પાસે સફાઈ કરવી પડે. જો બરફને ખસેડવાનું કાર્ય ન થાય તો બે ચાર દિવસમાં એટલો બરફ એકઠો થઈ જાય કે ગુફાનું દ્વાર બંધ થઈ જાય અને ગુફામાં વસનાર માનવના પણ ‘રામ બોલો ભાઈ રામ’ થઈ જાય. શિયાળામાં અહીં રહેવું ભારે કઠિન, વિટંબણાઓ પણ ઘણી, પણ વિટંબણાઓથી હારીને પોતાની સાધના સ્થલી છોડી દે તો તો સાધુ શાના! આ સાધુઓને હું ઓળખુ ને. વજનું આસન જોઈ લો!

આખરે માતાની શોધનો વિજય થયો. બાર વર્ષથી પુત્ર માટે વલવલતી માતાને આખરે પોતાનો પુત્ર મળ્યો. માતાને પોતાનો પુત્ર આ ગરુડચટ્ટી પાસેની હતુમાન ગુફામાં મળ્યો. માને પુત્ર મળ્યો—સાધુવેશમાં! માએ સાધુવેશમાં રહેલા પોતાના પુત્રને ઓળખી લીધો. પુત્ર કોઈ પણ વેશમાં હોય,

મા પોતાના પુત્રને ન ઓળખે, તેવું કદી બને?

પુત્ર પણ માને ઓળખી જ ગયા હશે, પરંતુ પ્રારંભમાં તેમણે માનો સ્વીકાર ન કર્યો.

માએ કહ્યું, “હું તારી મા છું.”

સાધુપુત્રે કહ્યું, “દુનિયા કી સબ સ્ત્રીયોં માँ હૈ, ઈસ લિયે આપ ભી મેરી માँ હૈ”

માએ ભારે દઢ સ્વરે કહ્યું, “એમ નહિ, હું તારી જન્મદાત્રી મા છું.”

આખરે માનો વિજય થયો. પુત્રે પોતાના હાથથી ખોબો ભરીને ચોખા માને આપ્યા. પુત્રમિલનના આનંદમાં માએ પુત્રની પાસે બેસીને અન્નગ્રહણ કર્યું. પછી તો પૂર્વાશ્રમના અન્ય સ્નેહીજનો અને મિત્રો સાથે અભિરામદાસજીનું મિલન થયું અને સૌએ સ્વીકાર્યું કે હા, આ તે જ છે.

સંસારથી અલિપ્ત રહેવા માટે સાધુઓ કઠોરતાનું એક કવચ પહેરી રાખતા હોય છે. અભિરામદાસજીનું આ કવચ સલામત છે. તેમને સંસારમાં ખેંચી શકાયા નથી. માતા અને સ્વજનોએ તેમને સંસારમાં પાછા ખેંચવાનો પ્રયત્ન પણ કર્યો નથી. સૌએ તેમને સાધુરૂપે, અભિરામદાસજી તરીકે સ્વીકારી લીધા છે. અભિરામદાસજીએ પણ પોતાના સાધુધર્મનો સહેજ પણ ત્યાગ કર્યો નથી. તેમનું કવચ સલામત છે. આ કવચને કારણે સાધુઓ હૃદયહીન લાગતા હોય છે, પણ સાધુઓ હૃદયહીન હોતા નથી, રાગહીન હોય છે. આપણે રાગહીનતા અને હૃદયહીનતા વચ્ચેના ભેદને પારખવાની જરૂર છે. રાગહીનતા તે હૃદયહીનતા નથી. સંસાર પ્રત્યે નિર્લેપભાવ તે કઠોરતા નથી. અભિરામદાસજી રાગહીન છે, હૃદયહીન નથી.

અમારી એક દીર્ઘકાલીન હિમાલયયાત્રા દરમિયાન અમે કેદારનાથ જઈ રહ્યા હતા. અમે અભિરામદાસજી વિશે સાંભળ્યું હતું પણ ક્યારેય મળવાનું બન્યું નથી, દર્શન—સત્સંગ થયો નથી. ઋષિકેશમાંથી અમને એક સાધુદ્વારા તેમના આ હનુમાનગુફાના નિવાસસ્થાન વિશે વિગતો મળી છે. અમારા મનમાં અભિરામદાસજીના દર્શન—સત્સંગ પામવાની ઈચ્છા છે. બની શકે તો તેમની સાથે એકાદ રાત્રિનિવાસ પામવાની પણ મનમાં ગણતરી છે. સત્સંગ તો રાત્રે જ જામે ને!

ગૌરીકુંડથી અમે બપોરે લગભગ ત્રણ વાગ્યે નીકળ્યા છીએ. ગરુડચટ્ટી પહોંચ્યા ત્યારે સૂર્યાસ્ત થઈ ચૂક્યો હતો. હિમાલયમાં સૂર્યાસ્ત આપણા કરતા વહેલો થાય. સંધ્યાકાળ ઘણો વહેલો આવી જાય છે, અને સંધ્યાકાળ ઘણો લાંબો હોય છે.

ગરુડચટ્ટી પહોંચીને અમે હનુમાનગુફા વિશે પૂછપરછ કરી એક પહાડી સજ્જનપુરુષે આંગળીથી ચીંધીને કહ્યું, “યહી તો સામેને રહા.”

સામે જ મોટું બોર્ડ વંચાયું—શ્રીરામનંદ સંત સેવાશ્રમ! અમે તે દિશામાં ચાલ્યા. હનુમાનગુફાનું આ સાધના—કેન્દ્ર હવે એક નાનો સરખો આશ્રમ બની ગયો છે. ચાર પાંચ સાધુઓ રહે છે. ગુફામાં એક નાનું મંદિર બન્યું છે. શ્રીરામ—લક્ષ્મણ—સીતાજી અને હનુમાનજીની પ્રતિષ્ઠા થઈ છે. બીજા પણ ચારપાંચ મકાનો બન્યાં છે. ભોજનશાળા, અતિથિગૃહ, સાધુ-નિવાસ, સંત અભિરામદાસજીની કુટિયા વગેરે મકાનો બન્યાં છે મકાનો નાનાં અને સાદાં છે. કેદારનાથની યાત્રા માટે આવતા સાધુઓની અહીં સેવા થાય છે. તેમના રહેઠાણ અને

ભોજનનો સારો પ્રબંધ અહીં કરવામાં આવે છે. આશ્રમનો પ્રારંભ અભિરામદાસજી દ્વારા જ થયો છે. અહીં અભિરામદાસજી અને તેમના ચારપાંચ શિષ્યો રહે છે. બીજા યાત્રી સાધુઓ પણ અહીં આવતાં જતાં રહે છે. શિયાળામાં પણ અહીં કોઈને કોઈ સંત હોય છે, અને તે રીતે મંદિરમાં પૂજા બારેમાસ ચાલુ રહે છે. અભિરામદાસજી રામાનંદ સંપ્રદાયના સાધુ છે.

લગભગ સંધ્યા સમયે અમે અભિરામદાસજીના આશ્રમે પહોંચ્યા. ગરુડચટ્ટીથી કેદારનાથ તરફ જતી મુખ્ય પગદંડી છોડીને ડાબી બાજુએ જવાથી તેમના આશ્રમે પહોંચાય છે. આશ્રમમાં પ્રવેશ કરતાં જ સૌથી પ્રથમ અભિરામદાસજી જ મળ્યા. ગૌરવર્ણનું પડછંદ શરીર છે. શરીરનો વર્ણ ઉજ્જવળ ગૌર છે. દાઢી અને જટામાંથી પણ એમના ચહેરાની કંકુવર્ણી સુરખી છતી થઈ જાય છે. અમે તેમને વંદન કર્યાં. તેમણે અમારા વંદનનો સસ્મિત સ્વીકાર કર્યો. અમે અમારો સંક્ષિપ્ત પરિચય આપ્યો, અને આશ્રમમાં રાત્રિનિવાસની અમારી ઈચ્છા વ્યક્ત કરી. તેમણે અમારી વિનંતી સ્વીકારી. તેઓ અમને પોતાની નાની કુટિયામાં દોરી ગયા. સાવ નાની પણ સ્વચ્છ, સુઘડ અને વ્યવસ્થિત કુટિયા છે. અમે ત્રણે બેઠા અંધારું થઈ ગયું છે. એક શિષ્ય આવીને કોડિયાનો દીપક મૂકી ગયો. ઝાંખે ઝાંખે અજવાળે અમે ત્રણે વાતે વળગ્યા.

પોતાના પૂર્વાશ્રમ વિશે વાત કરવાનું તેમને પસંદ નથી, એટલું તો અમે તુરત જાણી લીધું. સાધુજીવનની એવી શિસ્ત પણ છે. હિમાલયનાં તીર્થો, હિમાલયના સંતો હિમાલયના સૌંદર્યસ્થાનો વિશે ઘણી વાતો થઈ. હવે અમે પંચકેદારની

યાત્રા કરવા ધારીએ છીએ, એમ જણાવીને અમે પંચકેદારની યાત્રા વિશે માર્ગદર્શન માગ્યું. તેમણે સહર્ષ વિગતવાર માર્ગદર્શન આપ્યું. હિમાલયમાં તેઓ ખૂબ વિચરેલા છે, તેમ લાગ્યું. વાતચીત દરમિયાન તેમનામાં બેઠેલો પર્વતારોહક વચ્ચે વચ્ચે આવી જાય છે. આ વાતચીતમાં અમારાથી કહેવાઈ ગયું—

“હમ હમારી સ્ત્રીપીંગ બેગ ગૌરીકુંડમેં છોડ આયે હે”

તેમનામાં રહેલો પર્વતારોહક તુરત બોલી ઊઠ્યો, “સ્ત્રીપીંગબેગ કભી નહીં છોડની ચાહિયે.”

તેમનામાં રહેલા પર્વતારોહકને આ રીતે છતો થતો જોઈને મારા ચહેરા પર થોડું સ્મિત આવી ગયું. મારા સ્મિતને તેઓ પારખી ગયા. પરંતુ તે વિશેષ વાતો આગળ ન ચલાવતાં અમે બંને બીજી વાતે વળગ્યા.

થોડીવારમાં આરતીનો સમય થયો. ગુફામાં શંખધ્વનિ થયો. અમે સૌ ગુફામાં ગયા. અડધી પ્રાકૃતિક અને અડધી માનવનિર્મિત ગુફા છે. મોટા ઓરડા જેટલો વિસ્તાર છે. ગુફામાં એક નાનું પણ સુંદર મંદિર છે. રામ, લક્ષ્મણ અને સીતાજીની સુંદર મૂર્તિઓ છે. હનુમાનજી મહારાજ પણ છે. ઝાલર, ઘંટ અને નગારાનો નિનાદ શરૂ થયો. આરતીના અનેક દીપકો પ્રજ્વલિત થયા. આ તો હિમાલયની આરતી! શહેરની વચ્ચે રહેલાં મંદિરની આરતી અને જંગલમાં નદી કિનારે રહેલાં શાંત એકાંત સ્થાનના મંદિરની આરતીના વાતાવરણમાં જે ભિન્નતા છે, તે તો અનુભવીને જ સમજી શકાય છે.

આરતીમાં મુખ્યત્વે બધા સાધુઓ જ હતા. આરતી કરનાર

સાધુ છે, ઝાલર વગાડનાર સાધુ છે, નગારા વગાડનાર પણ સાધુ છે. અભિરામદાસજી પણ હાજર છે. પવિત્ર મંદાકિનીને કિનારે હિમાલયના રમણીય, શાંત અને એકાંત સ્થાનના એક ગુફામંદિરની આરતીના વાતાવરણ વિશે શું કહેવું! સૌ આ આરતીના વાતાવરણમાં તણાયા, ભાવવિભોર થઈ ગયા.

આરતી પૂરી થયા પછી અમને રાત્રિનિવાસ માટે એક રૂમ આપવામાં આવ્યો. અભિરામદાસજીએ કંઈક સંકોચપૂર્વક કહ્યું કે આશ્રમમાં ગરમ કામળા તો ઘણાં છે, પણ ગાદલાં કે રજાઈ નથી. અમે તેમને તે વિશે નચિંત રહેવા જણાવ્યું અને કહ્યું કે હોટેલના ગાદલાં કરતાં અમે આશ્રમના કોથળા પર સૂવાનું વધુ પસંદ કરીએ છીએ. તેઓ નચિંત થયા, અને પ્રસન્ન પણ થયા. અમે અમારા ઉતારે ગયા. સાંજની સંધ્યા-પૂજા પૂરી થઈ.

કોઈ પણ આશ્રમમાં બપોરે રાજભોગ આરતી થયા પછી જ ભોજન થાય અને રાત્રે શયનઆરતી થયા પછી જ ભોજન થાય તેવો વણ લખ્યો પણ અબાધિત નિયમ છે. આમ હોવાથી આશ્રમમાં રાત્રિભોજન મોડું થવાનું જ. ભોજનની હાકલ થઈ, અમે સૌએ સાથે બેસી ભોજન કર્યું.

આશ્રમના સાધુઓ વહેલી સવારે લગભગ સાડા ત્રણ વાગ્યે ઊઠી જાય છે. આવી કાંતિલ ઠંડીમાં અભિરામદાસજી અને તેમના શિષ્યો વહેલી સવારે સ્નાન કરે છે. એક મોટા વાસણમાં ગરમ પાણી થાય છે. સૌને ગરમ પાણી મળે છે. અમને પણ મળ્યું. વહેલી સવારે સ્નાન થયું. પ્રાતઃકાળના જપ, ધ્યાન, પૂજાપાઠ સારી રીતે થયા. અમે સવારે લગભગ છ વાગ્યે તૈયાર થઈ ગયા. અમારે હવે કેદારનાથબાબાના

દર્શન માટે જવું છે. સામાન લઈને, તૈયાર થઈને જ અમે અભિરામદાસજીની વિદાય લેવા તેમની પાસે ગયા. અમને જવા માટે તૈયાર થયેલાં જોઈને તેમણે સૂચવ્યું,

“બાલભોગ કરકે જાઈએ.”

વૈષ્ણવસાધુઓ સવારના નાસ્તાને બાલભોગ કહે છે, અને બપોરના ભોજનને રાજભોગ કહે છે. બાલભોગ લઈને અમે સૌને પ્રણામ કરીને નીકળ્યા. અમે લગભગ અડધા કિલોમિટર જેટલું અંતર ચાલ્યા હોઈશું, અને પાછળથી મધુર અવાજ સંભળાયો,

“આપ આરામસે આઈયે.”

અમે જોયું તો બોલનાર અભિરામદાસજી હતા. હાથમાં પૂજાપાની થાળી લઈને ખુલ્લા પગે જ તેઓ કેદારનાથ-બાબાની પૂજા માટે જઈ રહ્યા છે.

“આપ આરામસે આઈયે” એટલું કહીને અમારા તરફ એક સ્મિત ફરકાવીને તેઓ આગળ નીકળી ગયા. તેઓ સાવ અનાયાસ ચાલતા હતા, છતાં તેમની ચાલવાની સ્વાભાવિક ઝડપ જ એટલી વધુ છે કે તેઓ થોડી જ વારમાં અમારાથી ઘણા આગળ નીકળી ગયા. તેમના શબ્દો, “આપ આરામસે આઈયે”નો અર્થ એ જ હતો કે તમે તમારી ગતિથી આવો, હું મારી ગતિથી જાઉં છું. તમારે મારી સાથે ચાલવા માટે ચાલવાની ગતિ વધારવાની જરૂર નથી.

પાછળથી અમે જાણ્યું કે તેઓ આ રીતે નિત્ય કેદાર-નાથબાબાની પૂજા માટે જાય છે, અને ખુલ્લાં પગે જ જાય છે. તેઓ અમારી આગળ ચાલતા હતા ત્યારે મારી નજર તેમના ચરણો પર પડી. સ્વસ્થ માણસની જીભનો જેવો રંગ

હોય તેવો તેમના પગના તળિયાનો રંગ છે. કમળના પુષ્પ જેવા લાલ અને કોમળ તેમના ચરણો છે. આવી કાતિલ ઠંડીમાં નિત્ય પ્રાતઃકાલે તેઓ કેદારનાથબાબાના દર્શન-પૂજા માટે ખુલ્લા પગે જ જાય છે. થોડી વારમાં જ તેઓ ઘણા આગળ નીકળી ગયા અને અદૃશ્ય થઈ ગયા. પાછળથી અમે સાંભળ્યું કે તેઓ ગૌરીકુંડથી ગરુડચટ્ટી માત્ર દોઢ કલાકમાં જ પહોંચે છે. સાધારણ રીતે સામાન્ય યાત્રીને આ અંતર કાપતાં ચારેક કલાક લાગે છે.

અમે પણ કેદારનાથબાબાના દર્શન-પૂજન માટે ઝડપથી ચાલ્યા.

ત્રણેક વર્ષ પછી અમને સમાચાર મળ્યા કે સાધુ અભિરામદાસજી અમારા નિવાસસ્થાનથી નજીકના એક શહેરમાં આવવાના છે. આજ શહેરમાં તેમના પૂર્વાશ્રમના મા લીલાબહેન પણ રહે છે. બંનેને મળવાનો, બંનેના દર્શન પામવાનો સુયોગ ઊભો થયો તે જ દિવસે અમારે પણ તે જ શહેરમાં જવાનું બન્યું.

અભિરામદાસજીનું જાહેર વ્યાખ્યાન હતું. આ વ્યાખ્યાનમાં જતાં પહેલા અમે અભિરામદાસજીના પૂર્વાશ્રમના માતાજી લીલાબહેનને ઘેર ગયા. તેમણે બહુ પ્રેમથી અમારું સ્વાગત કર્યું. મેં તેમને પ્રણામ કર્યાં. તેમણે મને પ્રણામ કરતાં રોકીને કહ્યું, “આપ સાધુ છો. આપ વંદનીય છો. આપ મને પ્રણામ ન કરો. મને દોષ લાગશે” મેં તેમને કહ્યું,

“હું આપને, આ લીલાબહેનને વંદન કરતો નથી. હું તમારામાં બેઠેલી એક મહાન જનેતાને, એક ભારતીય માતાને વંદન કરું છું. હું તમારા માતૃત્વને વંદન કરું છું. તમને નિમિત્ત બનાવીને હું ભારતીય જનેતાને વંદન કરવાની તક

લઉં છું.”

તેમણે અમને દૂધ પાચું. મેં તેમના દૂધનો ઈન્કાર ન કર્યો, પરંતુ દૂધ પીતાં પીતાં કહ્યું,

“તમારા જેવી જનેતાના હાથના દૂધની ના કહેવાય નહિ. તમે ન આપ્યું હોત તો હું સામેથી માગીને પણ તમારા હાથે અપાયેલું દૂધ પીત.”

મા પ્રસન્ન થયાં, અને અમે પણ તેમને મળીને પ્રસન્ન થયા. તેમની પાસેથી અભિરામદાસજી વિશે ઘણી વાતો સાંભળી.

સમય થયો એટલે અમે સાથે જ અભિરામદાસજીના નિવાસસ્થાને તેમને મળવા ગયા. તેઓ મને ઓળખી ગયા. થોડીવાર બેસીને બધા સાથે જ તેમના વ્યાખ્યાન સ્થાને જવા નીકળ્યા. વ્યાખ્યાન પછી છૂટા પડ્યા.

અભિરામદાસજીનો એક આશ્રમ ઋષિકેશમાં પણ બન્યો છે. હરિદ્વારના કુંભમેળા વખતે તેમના આ આશ્રમે જવાનું બન્યું. તેમના માતાજી લીલાબહેને પણ ઋષિકેશમાં ગંગાકિનારે એક નાનું મકાન બનાવ્યું છે. તેઓ અવારનવાર ઋષિકેશ જઈને રહે છે, સાધન પરાયણ જીવન જીવે છે. આ માતા ઋષિકેશ જાય ત્યારે પુત્રના આશ્રમમાં રહેતાં નથી. પોતાના મકાનમાં જ રહે છે. અભિરામદાસજીના શિષ્યો મળે ત્યારે લીલાબહેનને ‘મમ્મીજી, મમ્મીજી’ કહેતાં ધરાતા નથી.

માતાએ પુત્રને શોધી કાઢ્યો, પણ આ માતા પુત્રને સાધુજીવનથી જરાપણ ચલિત કરતાં નથી. માતાએ પુત્રને સાધુજીવનથી પાછો વાળ્યો નથી, પરંતુ પુત્રે માતાને સાધ્વી જીવન તરફ દોર્યા છે.

આ ભારત છે!



જવાનું ચોક્કસ

(નોંધ:— પૂ. મહાત્માશ્રી યોગેશ્વરજીએ પ. પૂ. માતાજી જ્યોર્તિમયીના પાર્થિવ તનુની વિદાયને અનુલક્ષી અંજલિરૂપે લખેલ 'તર્પણ' કાવ્યસંગ્રહમાંથી)

જવાનું ચોક્કસ આ જગથી.
જન્મમરણની મહા નીસરણી, આ તો લઘુ પગથી
જવાનું ચોક્કસ આ જગથી.

રોવા તેમ કકળવાથી શું ચિન્તા કર્યે અમથી,
પોકાર્યે પણ હેતુ સરે ના તપ યજ્ઞે જપથી.
જવાનું ચોક્કસ આ જગથી.

રથ બદલાયો ગતિ બદલાયે એના અશ્વતણી,
પથ બદલાયો લાગે કોટી. ના બદલાય રથી.
જવાનું ચોક્કસ આ જગથી.

સૂકાયે ને ફરી ભરાયે ચાતુર્માસ નદી;
પ્રાનખરે પાન ખરે પાછાં પ્રકટે પ્રાણ ભરી.
જવાનું ચોક્કસ આ જગથી.

સ્વર્ણસમય આ શ્રેષ્ઠ સાંપડ્યો, સુંદર સાધનથી;
શાંતિસહિત જો જઈ શકાયે શોક ન રહે પછી.
જવાનું ચોક્કસ આ જગથી.

—યોગેશ્વરજી



પૂ. માની હરિદ્વાર યાત્રા

નારાયણ હ. જાની, વિનુભાઈ અમીન

[નોંધ : આ લેખમાં જે વિગતો જણાવી છે તે શ્રી વિનુભાઈ અમીને લખેલ દૈનિક નોંધના આધારે છે.]

પૂ. મા શ્રી સર્વેશ્વરી વિચરણ કરતાં રહે છે. પરંતુ તેઓની એ વિશેષતા રહી છે કે તેઓ તેઓની વ્યક્તિગત સાધનાના નિયમોમાં અડગ રહે છે તેમાં કદીક ક્યાંક લચીલા-પણું (Flexibility) પરિસ્થિતિ પ્રમાણે કરવાની જરૂરત લાગે તો તેમ કરી લે, પરંતુ જ્યાં ને જ્યારે થોડી બાંધછોડ કરાઈ હોય, તેને સમગ્રતયા ભરપાઈ કરી જ દે, એટલે તેઓના મુખ્ય નિયમ પૂ. શ્રીને પ્રણામ, તેમ જ જપ અંગેની માળાઓ તો થયાં જ કરે.

આ વખતે પૂ. મા તા. ૨૫-૩-૦૮ ના રોજ હરિદ્વાર પધાર્યા ત્યારે તેઓનું સાન્નિધ્ય તીર્થસ્થાનમાં માણવા મળે તે હેતુથી લગભગ સો ઉપરાંત સાધક ભાઈબહેનો આર્યનિવાસ-માં આવી ગયેલાં. પૂ. માનો પોતાના માટેનો પ્રધાન હેતુ તો મા ગંગાના તટે મૌન ધારણ કરી વધુમાં વધુ મંત્રજપ કરવાનો-તેમ જ સાધકોને પણ તે કરાવવાનો હતો.

એ વાત સાચી કે પૂ. મા-પ્રભુના જે ચારેક જેટલા ભક્તોનો સ્વર્ગવાસ થયેલો, તેમના અસ્થિ વિસર્જનનો કાર્યક્રમ પણ હતો. તેથી તેમના પરિવારના સભ્યો પણ આવેલા. તે ઉપરાંત આ વખતે આર્યનિવાસના મેનેજર શ્રી રમેશભાઈ ઠાકરના પુત્ર ઉદિતના યજ્ઞોપવિત સંસ્કાર પણ તેઓની ભાવના પ્રમાણે પૂ. માની ઉપસ્થિતિમાં થયા. તો

યોગેશ્વર પરિવારના સર્વ સાધક ભાઈબહેનોએ સાચે જ તેમના આત્મજનો બનીને આ પ્રસંગને પોતાનો માનીને માણ્યો—ને દીપાવ્યો.

એક બીજું પણ મહત્વનું કામ પૂ. માના હરિદ્વાર નિવાસ દરમ્યાન થયું. એ છે સાધકોની દશરથ યાત્રા. મોટી ઉમ્મરના સાધકો પણ પૂ. માની કૃપાથી—આ કઠિન યાત્રા કરી શક્યા. એનો આનંદ જેવો તેવો ન હતો.

નિરીક્ષણ કરતાં એ જોવા મળ્યું છે કે પૂ. મા ગમે ત્યાં વસતાં હોય કે વિચરણ કરતાં હોય ત્યાં કોઈ ને કોઈ ઉપદેશાત્મક ઘટનાઓ આકાર લેતી જ રહેતી હોય.

અહીં પણ એવું જ થયું. શ્રી શાન્તિબેન ઓડેદરા, કે શ્રી નાનજી કાલીદાસના દીકરી—મા શ્રી આનંદમયીના અનન્ય ભક્તની પૂ. મા સાથેની મુલાકાતો પણ ખૂબ સરસ રહી. પૂ. માનો બીજા સંતો પ્રત્યેનો આદર—તેઓના સ્લેટોના લખાણોમાં છતો થયા વિના રહેતો નથી. પૂ. મા એટલે સદૈવ કેવળ શુભનું જ દર્શન કરનાર સંત.

ચાલો, તો એવા મા સર્વેશ્વરીના હરિદ્વારની દિનચર્યાના કેટલાક અંશો જે શ્રી વિનુભાઈ અમીનની ડાયરીમાં નોંધોયા ઝીલાયાં છે તે સંક્ષેપમાં જોઈએ.

તા. ૨૫-૩-૦૮ હરિદ્વાર

પૂ. મા તા. ૨૫-૩-૦૮ ના રોજ વડોદરા થઈ, હરિદ્વાર બપોરે ૩-૩૦ વાગે આવે છે. પૂ. માના આગમન પહેલાં જ આર્યનિવાસમાં લગભગ ૭૫ જેટલા સાધક ભાઈબહેનો આવી ગયાં છે. પૂ. માને નિર્જળા છે, તેમ જ પ્રવાસનો પરિશ્રમ પણ. છતાં સાધકો પૂ. માના સ્વાગત માટે ઉભેલા હોઈ, પૂ.

મા સાધકો વચ્ચે રોકાય છે ને જયોત્સ્નાબેન પૂ. માની ડાયરી વાંચે છે.

અકસ્માતનો ભોગ બનેલ અતુલ, અમી અને મહાલતાની ખબર પૂછીને પૂ. મા આવ્યાં છે. અકસ્માત ખરે જ ભારે હતો. પરંતુ ગુરુદેવ પ્રભુએ જ તેમની કેવી રક્ષા કરી. તેની વાત પૂ. માએ નોંધી છે.

પૂ. માની રમૂજવૃત્તિ

પૂ. માનો સ્વભાવ વિનોદી છે. તેથી અકસ્માતમાં ઘાયલ થયેલાંઓને હળવાં કરવા લખે છે કે અમને અકસ્માત થયો તેનો આકાર L (એલ) જેવો હતો તો પૂ. મા પ્રભુને કહે છે I Love you અહીં અતુલને જે વાગ્યું છે તેનો આકાર માથામાં ને જીભ પર L જેવો છે. અતુલ પૂ. પ્રભુ ને અમીને પ્રેમ કરે છે, તેની આ નિશાની છે. પૂ. મા આમ રમૂજ કરી સહુને હળવાં કરી દે છે. પૂ. માની આ જ વિશેષતા છે.

રાતની બેઠકમાં પૂ. મા લખે છે કે આવતીકાલે જ બાપુજી-ઓનાં અસ્થિઓનું ગંગામાં વિસર્જન છે. ભારતીય હિંદુઓમાં એવી માન્યતા છે કે મૃતાત્માઓનાં અસ્થિઓનું વિસર્જન ગંગામાં કરવામાં આવે તો તેનાથી મૃતાત્માઓની સદ્ગતિમાં મદદ મળે છે, તેનાથી તેમને ઉર્ધ્વગતિ પ્રાપ્ત થાય છે.

આ અસ્થિવિસર્જનની વિધિમાં ભાગ લેવા શ્રી હરિશ્ચંદ્ર જાનીના, શ્રી હરગોવિંદભાઈ ભટ્ટના, શ્રી ભૂપેન્દ્રભાઈ ભાવ-સાર વગેરેના પરિવારના સભ્યો ખાસ આવ્યા છે. પૂ. મા આ વડીલોના જીવનની વિશેષતાઓ વર્ણવવા તેમના પરિવારના સભ્યોને જણાવે છે.

શ્રી સ્નેહલભાઈ વિવિધ પ્રાયશ્ચિત્તો અને વિધિઓ પાછળ

રહેલી ધાર્મિક ભાવનાની સમજ આપે છે.

પૂ. મા કહે છે. શ્રી રાજીવભાઈ તેમના પિતાના અસ્થિવિસર્જન માટે નહિ, પરંતુ પિતાના અસ્થિ ગંગામાને અર્પણ કરવા આવ્યા છે.

શ્રી મધુભાઈ ભટ્ટે પોતાના પિતાજીની વિશેષતા વર્ણવતા કહેલું કે તેઓ ભણવામાં ખૂબ હોશિયાર હતા. હંમેશાં પહેલા નંબરે પાસ થતા. તેમના અક્ષરો ખૂબ સુંદર હતા. માત્ર મેટ્રિક સુધી જ ભણ્યા હોવા છતાં તેમનું અંગ્રેજી ભાષાનું જ્ઞાન સારું હતું. અમે નાના હતા ત્યારથી અમને તે પૂ. મહાત્માજી પાસે લઈ જતા. પૂ. મહાત્માજીના ઘણાં લખાણો તેઓ જુદા જુદા અખબારોને પ્રસિદ્ધિ માટે મોકલતા.

પોતાના પિતા શ્રી હરિશ્ચંદરભાઈ વિષે બોલતાં શ્રી રાજીવે કહ્યું હતું કે તેઓ ખૂબ પ્રામાણિક અને સ્વાશ્રયી હતા. કોલેજનું શિક્ષણ તેમને મળ્યું ન હતું, છતાં યુવાનીના પ્રારંભના વર્ષોમાં ખેતીના વ્યવસાયમાં ખૂબ મહેનત કરી ટકી રહેલા. પાછળથી એમના ખંતીલા સ્વભાવે તેમને ધંધામાં પણ સફળતા અપાવી. તેઓને પૂ. ગુરુદેવ અને પૂ. મામાં ખૂબ શ્રદ્ધા હતી. તેનો પડઘો તેમના વ્યવહારમાં પડતો.

શ્રી જયોત્સ્નાબેન, શ્રી શોભનાબેન તેમ જ પ્રેરણાબેને પણ શ્રી હરિશ્ચંદરભાઈની વિશેષતાઓની પ્રસસ્તિ કરી.

બીજા દિવસે આ દિવંગતોના અસ્થિવિસર્જનની વિધિ થઈ.

દસવિધ સ્નાન વગેરે દ્વારા જે પાપોનું નિવારણ કે પ્રાયશ્ચિત્ત થાય છે તેની શ્રી કેયૂરભાઈ શાસ્ત્રીએ સાધકોને વિગતે સમજ આપી.

વિધિમાં ભાગ લેનાર સાધકો સિવાયનાઓએ જપ, પ્રાર્થના, સ્તોત્રપાઠ કર્યાં.

ચિ. ઉદિતને યજ્ઞોપવિત

શ્રી રમેશભાઈ ઠાકર—આર્યનિવાસના મેનેજર છે. તેઓ લગભગ ૨૫ વર્ષ પહેલાં અહીં નોકરીમાં જોડાયા ત્યારથી તેમનો સંબંધ પૂ. મા સર્વેશ્વરી અને યોગેશ્વર પરિવારના સાધકો સાથે રહ્યો છે.

તેઓનું લગ્ન પણ અહીં જ શ્રી પૂનમબેન સાથે થયું છે. તે પછી પુત્રી અમૃતા અને ભાઈ ઉદિતના નામવિધિ પણ પૂજ્ય માએ જ કર્યાં છે.

ઉદિત હવે ૧૫ વર્ષનો થયો છે. શ્રી રમેશભાઈનો આગ્રહ હતો કે પૂ. માની ઉપસ્થિતિમાં તેનો ઉપનયન સંસ્કાર થાય. તેમનો આવો ભાવ જોઈને પૂ. માએ તે માટે સંમતિ આપી.

આગલા દિવસે ઉદિતનો વરઘોડો કાઢ્યો. પૂ. માએ સર્વ સાધકોને તેમાં જોડાવા ને આપણા જ પરિવારનો અવસર હોય, તે રીતે માણવા સૂચના આપી. શ્રી કેયૂર શાસ્ત્રીએ યજ્ઞોપવિતનું મહત્ત્વ સમજાવી, સરસ વિધિ કરાવી.

આ માત્ર સામાજિક પરંપરા જ ન બની રહે તે માટે પૂ. માએ ત્રણ દિવસમાં—૧૫ કલાકની ધૂન કરી, તેનું ફળ ભાઈ ઉદિતના મંગલ માટે ધરવાનું આયોજન કર્યું. તો પૂ. માએ—શ્રી રમેશભાઈ તેમના પત્ની પૂનમ, પુત્રી અમૃતા ચિ. ઉદિત, બેન ઈન્દુબન વગેરેને પણ આ મંગલ પ્રસંગે સરસ રીતે પુરસ્કૃત કર્યાં. પૂ. મા જ જાણે તેમનાં સાંસારિક સ્વજન બન્યાં.

એક શ્રદ્ધાળુ ભક્તને પૂ. મા તેની સાંસારિક જવાબ-

દારીઓ અદા કરવામાં પણ કેવાં મદદરૂપ થતાં રહે છે, તેનું આ સરસ ઉદાહરણ છે.

દશરથ યાત્રા

શ્રી યોગેશ્વર પરિવારના સાધકોની એ ભાવના રહી છે કે જ્યારે તેઓ હરિદ્વાર આવે ત્યારે દેવપ્રયાગની યાત્રા અવશ્ય કરે. કારણ એ છે કે પૂ. યોગેશ્વરજીની એ સાધનાભૂમિ છે. તે જ રીતે દેવપ્રયાગની પાસે જ આવેલ દશરથ પર્વત પણ— તેઓશ્રીની કઠિન તપશ્ચર્યાની—તેમ જ સારા આધ્યાત્મિક અનુભવોની સાક્ષી છે. એથી એના દર્શન અને ભૂમિસ્પર્શનની અપેક્ષા રહે તે સ્વાભાવિક છે.

પૂ. માએ આ દશરથયાત્રા ભર ઉનાળામાં ખુલ્લા પગે ચાલીને કરી છે. દસેક વર્ષ પહેલાં આજના જેવા સરળ માર્ગ ન હતા. માત્ર પગદંડીઓ જ હતી.

આ યાત્રા આજે પણ કઠિન એટલા માટે છે કે સૂજાનકાન્ડાથી દશરથ પર જવાની સાંકડી પગદંડી છે ને તે પણ માત્ર એક સાથે એક જણ ચાલી શકે એટલી જ. તેની એક બાજુ પહાડ છે તો બીજી બાજુ ઊંડી ખીણ. સહેજ પણ પગ લપસે તો જીવનની કોઈ આશા ના રહે.

આ યાત્રા પણ આ વખતે અહીં આવેલ થોડા અપવાદો સિવાય બધા સાધકોએ કરી.

જ્યારે જ્યારે સાધકો આ યાત્રાએ જતા ત્યારે પૂ. માને તેમની ચિન્તા રહેતી. તેઓ પૂ. ગુરુદેવ પ્રભુને તેમની રક્ષા માટે સતત પ્રાર્થના કર્યા કરતાં. તો મોબાઈલ ફોનથી તેમને માર્ગદર્શન અને ઉત્સાહ ધરતાં રહેતાં. એથી જ તો સ્થૂલ શરીરવાળાં, હાર્ટના રોગવાળાં, શારીરિક અશક્તિવાળાં પણ

સાત હજાર કુટની ઊંચાઈ પર આવેલ આ તીર્થની યાત્રા કરી શક્યાં.

કોઈ કઠિન કામ કોઈ જીવથી થઈ જાય તો તેને તુરત લાગવા માંડે છે કે અરે, ભલે બધાં એને કઠિન કહે પણ અમારાથી તે થયું. તેમને એ ખબર નથી કે કોઈ સંતના સંકલ્પબળે જ તેમને સહાય કરી છે, બાકી બેચાર દાદર ચઢવાનું જેમનું ગજુ નહિ, તે સાત હજાર ફીટની ઊંચાઈએ શી રીતે ચઢી શકે? પૂ. માના પવિત્ર સંકલ્પબળે જ આવાઓને આ યાત્રા કરાવી. છતાં પામર જીવ માને કે મારી કેવી શક્તિ?

ભંડારો

પૂ. માને વિચાર આવ્યો કે આટલા બધા સાધકો દશરથ હેમક્ષેમ ચઢી આવ્યા તો અહીંના સાધુસંતોને જમાડે તો સારું. પૂ. માના આ વિચારને સાધકોએ વધાવી લીધો. પૂ. માએ કહ્યું, “અહીં આ પાત્ર રાખ્યું છે, તેમાં જેને જેટલી રકમ નાંખવી હોય તે સાંજ સુધીમાં નાંખી શકે છે. ફરજિયાત નથી.”

પૂ. માનો એક ભાવ છે અહીં જમતા સાધુઓમાં જો એકાદ પણ સાચો સંત હશે, તો જમાડવાનું સાર્થક છે.

સાધકોએ નાંખેલી રકમ ગણતાં રૂ. ૨૭ હજાર જેટલી થઈ. સાધુઓના ભંડારાનો અંદાજીત ખર્ચ આનાથી ઓછો હતો. પૂ. માનો ભાવ એ પણ હતો કે આ સાધુઓને જે ભોજન પ્રિય હોય તે તેમને પૂછીને જમાડો. તેમ જ ભંડારાની પરિપાટી પ્રમાણે સાધુઓને દક્ષિણા પણ આપી સન્માનિત કર્યા, સંતોષ ધર્યા.

પૂ. માનો એ જાગ્રતભાવ સતત રહે કે કોઈ ઉપકારના ભાવથી કદી કોઈને કાંઈ ના આપો. ભગવદ્ ભાવથી જ આપો, જેથી કોઈ અહં ના થાય. સાચા અર્થમાં સત્કર્મ બની રહે.

વાત્સલ્ય વાટિકાનાં બાળકોને ભોજન

સાધુઓનો ભંડારો સંપન્ન કરતાં, પૈસા બચ્યા તો પૂ. માએ કહ્યું, એ પૈસામાંથી વાત્સલ્ય વાટિકાના ૬૦ બાળકો રહે છે તેમાં અનાથ, રોગી માબાપના તથા મા અથવા બાપ એક ના હોય તેવાં બાળકો છે.

તેઓને માટે ૧૦ ડોલ ટૂથપેસ્ટ, ચંપલ, બંડી, નાહવાના તથા ધોવાના સાબુ ઉપરાંત ખાવાની વસ્તુઓ પણ આપી. આ ઉપરાંત આ સંસ્થાને રૂ. ૩૨૦૦ નું અનાજ વગેરે પણ પૂ. માની પ્રેરણાથી શ્રી નયનાબેને આપ્યું.

ગીતામાં ભગવાન શ્રીકૃષ્ણે દાન આપવા માટે જે ભલામણ કરી છે, તેમાં પાત્રતા જોવાની વાત પણ આવી જાય.

★ ★ ★

શ્રી વિનુભાઈ અમીનને પણ તેઓની દાન આપવાની ઈચ્છાના અનુસંધાનમાં આર્યનિવાસ માટે જરૂરી શેત્રંજીઓ માટે રૂ. ૩૦૦૦ નું દાન આપવાની અનુમતી પૂ. માએ આપી. સંસ્થાની આવશ્યકતા પ્રમાણે આ જરૂરી હતું.

શ્રી વિનુભાઈ ધ્યાનપ્રેમી સાધક છે. એથી પૂ. માએ તેમને આર્યનિવાસ પાસેના રામઘાટ પર બેસી ધ્યાન કરવા જણાવ્યું. પૂ. માનો એ સ્વભાવ છે કે જેનો જેમાં રસ હોય તેમાં સાધના કરી આગળ વધવા પૂ. મા પ્રોત્સાહિત કરતાં રહે છે. જીવનનો શ્રેષ્ઠ ઉપયોગ સાધના છે, એ વાતની યાદ સાધકોને પૂ. મા દેવડાવતાં રહે છે.



સંતનું વિચરણ સદા મંગલકારી—હિતકારી

જ્યોત્સ્નાબેન ત્રિવેદી

મુંબઈમાં તા. ૧૧-૫-૦૮ ના રોજ ન કલ્પી શકાય તેવી ઘટના ઘટી.

તે દિવસ રવિવારનો હતો. હંમેશની જેમ શ્રી મધુભાઈ ભટ્ટને ત્યાં મહાત્મા શ્રી યોગેશ્વર ધ્યાન કેન્દ્રની બેઠક ચાલી રહી હતી.

આ ધ્યાન કેન્દ્રમાં નિયમિત આવતા સાધક ભાઈબહેનોને પૂ. માએ રવિવાર તા. ૪-૫-૦૮ ના રોજ દર્શન આપ્યાં હતાં. તે પછી બીજા જ દિવસે પૂ. મા અંબાજી પ્રસ્થાન કરી ગયાં હતાં. કિન્તુ તા. ૧૧-૫ ના રોજ પૂ. મા ફરી પાછાં હીંચકે બેઠેલાં દેખાયાં તો કોઈ માનવા તૈયાર નોતું. તેઓ જે જોઈ રહ્યા છે તે ખરે જ સત્ય છે?—તે સત્ય જ હતું. સાચે જ પૂ. મા એક અઠવાડિયામાં જ અંબાજી જઈને પુનઃ મુંબઈ આવી ગયાં હતાં.

અંબાજી જવાનું પૂ. માનું મુખ્ય પ્રયોજન વેકેશનમાં બાળકો પૂ. માના સાન્નિધ્યનો—મુક્ત આનંદનો, સાથે સાથે નવું શીખવાનો લાભ મેળવી શકે તે હતો—કિન્તુ ગમે તે કારણોવશાત્ બાળકો ખાસ સંખ્યામાં આવી ન શક્યાં. એટલે અંબાજી ખાતેની પ્રખર ગરમીમાં પૂ. મા માટે રોકાવાનું ખાસ પ્રયોજન ન હતું.

આ વર્ષે સમગ્ર ગુજરાતમાં ગરમી ખૂબ રહી. અહીં રહેવા ટેવાયેલાં માણસો પણ તેનાથી ત્રાસી ગયાં, તો પૂ. મા તો

જૂન : ૨૦૦૮

૪૫

ઘણાં વર્ષોથી ઉનાળામાં ભારત રોકાયેલાં જ નહિ એટલે પૂ. માને ખૂબ ગરમી લાગે તે સ્વાભાવિક હતું. વળી પૂ. માને પાણી વગરના ઉપવાસો પણ વચ્ચે આવે, તેથી તેમને વધારે આકરું લાગતું.

સામાન્ય રીતે દર રવિવારે સવારે શ્રી મધુભાઈ ભટ્ટને ત્યાં ધ્યાનકેન્દ્રની બેઠક થાય. તે પ્રમાણે તા. ૧૧ મીએ પણ બેઠક ચાલુ થયા પછી પૂ. મા પધાર્યા એટલે સાધકોનો ઉત્સાહ વધી ગયો. બધા ખૂબ રાજી થયા કારણ આટલા ટૂંકા ગાળામાં પૂ. મા અંબાજીથી મુંબઈ પાછાં આવ્યાં હોય, તેવું કદી બન્યું ન હતું.

નિયત કાર્યક્રમ પછી પૂ. મા મને (જ્યોત્સ્નાબેનને) ડાયરી વાંચવાનું કહે છે. થોડો સમય તો બધાં ધ્યાનથી સાંભળે છે. પરંતુ પછી પૂ. માને લાગે છે બેઠેલા સાધકોનું ધ્યાન બહારની બાજુ કંઈ જોવામાં છે. પૂ. માને આવું ન ગમે : “તેથી તેમણે પૂછ્યું બહાર ત્યાં શું છે?”

ત્યાં સુધીમાં તો બધાંની નજર તે તરફ ખેંચાઈ. શ્રી મધુભાઈ ભટ્ટની બારીમાંથી એક દૃશ્ય દેખાય છે. રામટાવરના બીજા વિભાગની સાતમા માળની અગાસીની પાળ ઉપરથી એક મોટી ઉમ્મરના બેન નીચે પડવાની તૈયારીમાં તેમનો એક પગ બહારની બાજુ લટકાવીને બેઠાં છે. એ દૃશ્ય જ કંપાવી મૂકે તેવું છે. તે બેન બીજો પગ ઊંચકીને કૂદી નથી પડી શક્યાં કારણ કે ટાંકીની લોખંડની પાઈપોમાં તે ફસાયેલો છે, તેની જાણ પછીથી થાય છે.

આ દૃશ્ય જોતાં જ શ્રી બીજલબેન ચાલુ સત્સંગે ઊઠીને—બાજુની રૂમમાં જઈ તે બેનને પાળી ઉપરથી નીચે ઉતરી જવા

૪૬

અધ્યાત્મ

ઈશારા કરે છે. સાતમા માળે રહેતી બે વિદ્યાર્થીઓ પણ ઉપરથી બૂમો પાડી સમજાવે છે. પરંતુ તે બેન મનનાં અસ્વસ્થ હોઈ, કશું જ સાંભળતાં ના હોય તેમ લાગે છે.

આથી સમયસૂચકતા વાપરી શ્રી બીજલબેન અગાસી ઉપર દોડીને પહોંચી જાય છે. તેના મનમાં એક જ પ્રાર્થના છે કે, “હે મા, હું તેના સુધી પહોંચું ત્યાં સુધી તમે તેને પડવા ના દેતાં.”

ત્વરા અને શક્તિથી તે તેની પાસે પહોંચી જઈ તેમને પકડી લે છે. સમજાવી પાળ ઉપરથી પગ નીચે મૂકાવી દે છે. ત્યાં સુધીમાં તો બીજા સાધકો પણ પહોંચી જાય છે.

તે બેન થોડાં અસ્થિર મગજનાં છે. તે કહે છે મારે દુપટ્ટો સૂકવવો છે. શ્રી બીજલબેન તેમને કહે છે ચાલો, આપણે નીચે ઉતરી સૂકવીએ.

પૂ. મા પણ આ દૃશ્ય જુએ છે. તેથી તેઓ પણ કંપી ઊઠે છે. જીવન અને મૃત્યુનું એક વેંતનું જ છેટું જણાય છે. તેઓ ધ્રૂજતા હાથે રક્ષમામ્ની ધૂન કરવા લાખે છે.

સહુ ઊંચા જીવે ઊં યોગેશ્વર રક્ષમામ્ની ધૂન બોલવા લાગે છે. થોડીવારમાં સહુ જુએ છે કે શ્રી બીજલબેનના પહોંચવાથી—પરિસ્થિતિ પલટાઈ જાય છે. એક અસ્થિર મનના બેનની જીંદગી આમ બચી જાય છે.

પછી ખબર પડે છે કે આ બેનને સાચવવા તેમના પરિવારે નોકરો પણ રાખેલા છે, કિન્તુ સહુની નજર ચૂકવી તેઓ આમ ઉપર આવી—ડીપ્રેશનને લીધે—આપઘાત કરવા તૈયાર થયાં હોય છે.

આમ પૂ. માની ઉપસ્થિતિથી એક અસ્થિર મનનાં બેનની

જીંદગી બચી જાય છે.

કેટલીક વાર સંતોનાં કેટલાંક કાર્યો કે વર્તન સામાન્ય માણસની બુદ્ધિ કે તર્કથી ના સમજી શકાય એવાં હોય છે. પૂ. માને એક જ સમાહની અંદર છેક અંબાજી જઈને પાછા મુંબઈ આવી જવું—એ આવી જ એક ન સમજાય તેવી ઘટના છે. એક મનથી અસ્વસ્થ જીવને ઉગારવા માટે છેક અંબાજીથી પૂ. માનું દોડી આવવું એ પૂ. માને નિમિત્ત બનાવી, પ્રયોજાયેલી પ્રભુની ઘટના જ શું નથી લાગતી? પણ અશ્રદ્ધાળુ કે તર્ક-પ્રધાન માણસને ગળે આવી વાતો ન ઉતરે. કિન્તુ એ બેનનો જીવ બચ્યો—એ હકીકત તો હકીકત જ બની રહે છે ને!

એ સાચું છે કે સતોના જીવનની ઘણી બધી ઘટનાઓ સાંસારિક માણસોને બોધ આપવા કે શ્રદ્ધાળુ ભક્તોની શ્રદ્ધા વધારવા—પ્રભુ પ્રયોજતા હોય છે. કિન્તુ વાસનાઓ અને ભૌતિકતામાં રાયતા જીવોનાં મન એ વાત સમજી શકતાં નથી.

હે મા, અમારાં મન અને બુદ્ધિ એવાં રાખજો કે એ સદાયે આપની આવી અને બીજી નાનીમોટી લીલાઓને સમજી શકે. આપનું બધુંય વિચરણ જીવોના મંગલ માટે જ હોય છે—તેની પ્રતીતિ આવી ઘટનાઓ કરાવી જતી હોય છે.



શું હૃદયરોગ મટાડી શકાય?

ડો. અભય બંગ

(ડો. અભય બંગ ગાંધીવાદી વિચારસણીને વરેલા—અમેરીકામાં ભણેલા—વૈજ્ઞાનિક અભિગમ ધરાવતા પુરુષ છે. એમને ૪૪મા વર્ષે હાર્ટએટેક આવ્યો. જીવનની આશા ના રહી પરંતુ વૈજ્ઞાનિક અભિગમ સાથે આધ્યાત્મિકતાનો સમન્વય કરી પોતે કેવી રીતે બચી ગયા. તેની વાત તેઓએ બીજા લોકોના હિત માટે લખી છે જે ખૂબ ઉપયોગી હોવાથી—અધ્યાત્મના વાંચકો માટે રજુ કરી છે.

વધુ જિજ્ઞાસાવાળા સાધકે લેખકનું ‘મારો સાક્ષાત્કારી હૃદયરોગ’ વાંચવા ભલામણ છે. —તંત્રી

મારો આ સમગ્ર માનસિક, આધ્યાત્મિક પ્રવાસ શા માટે કહી રહ્યો છું? તે કદા વિના મારા હૃદયરોગનું કારણ અને તેમાંથી બહાર કેવી રીતે આવ્યો તેની કહાની પૂરી થશે નહિ, એમ મને લાગે છે. જીવનનો અર્થ અને આનંદ પુનઃપ્રાપ્ત કર્યા વિના મારું હૃદય સાજું થઈ શક્યું ન હોત અને જો થયું હોત તોપણ સાંધા મારેલું હૃદય અને અસંતુષ્ટ મન સાથે જીવીને મારું જીવન નિરોગી કેવી રીતે થઈ શક્યું હોત? મારા માટે કેવળ શારીરિક હૃદય નિરોગી બને એટલું પૂરતું નહોતું. મારું માનસિક હૃદય તથા સંપૂર્ણ જીવન નિરોગી એકસંધિ બને એ આવશ્યક હતું. મારો યોગ તથા ધ્યાનનો પ્રવાસ તેમ જ સત્ય અને ઈશ્વરના સ્વરૂપ વિશે સાંપડેલા અર્થ એ કંઈક અસંબંધ, અસ્પષ્ટ અને વેગ જણાતી બાબતોનો મારા હૃદય તથા પ્રસન્નતા જોડે અવિભાજ્ય સંબંધ છે. આ પ્રવાસને કારણે મારું ખંડિત વ્યક્તિત્વ પુનઃસંધાયું,

જખમો રૂઝાયા. હું વિશ્વથી છૂટો પડ્યો હતો, સ્વયંથી વિખૂટો થયો હતો, મારા ટુકડે-ટુકડા થયા હતા. એ વિદારક દુઃખમાંથી આધ્યાત્મને લીધે 'સર્વત્ર સમગ્ર ઈશ્વર' એ દષ્ટિ અને થોડોઘણો અનુભવ લઈને હું પુનઃ જોડાઈ ગયો હતો. તાણ, વ્યાકુળતા, વેદના દૂર થયાં હતાં. આનંદ પુનઃ સાંપડ્યો હતો. સાથોસાથ મારું હૃદય પણ સાજું થયું હતું.

મને વધારામાં મળેલા આયુષ્યનાં ત્રણ વર્ષ હવે પૂરાં થતાં હતાં. અત્યારે હું કેવો છું?

શારીરિક દષ્ટિએ નિરોગી છું. વજન ૫૮ કલો. લોહીમાંનું કોલેસ્ટેરોલ ૪૭ મિ.ગ્રા. છે. કોલેસ્ટેરોલ/એચ.ડી.એલ. રેશ્યો લગભગ ૩ છે, જે અત્યંત સુરક્ષિત મનાય છે. લોહીમાંની સાકર નિયંત્રિત છે. કોઈપણ પ્રકારની તકલીફ વિના ચાલી શકું છું. ડૉ. લેલેએ મુંબઈ બોલાવીને સ્ટ્રેસ થેલિયમ ટેસ્ટ વડે મારા હૃદયની તપાસ કરી હતી. તે નોર્મલ આવી. મારા હૃદયની રક્તવાહિનીઓ ખુલ્લી છે.

અગાઉના મારા બધાં કામો તથા જવાબદારીઓ પૂરાં કરું છું. પણ દબાણ, તાણ ઘણાં ઓછાં થઈ ગયાં છે. જબર-દસ્તીથી કંઈક પાર પાડવાની, ક્યાંક પહોંચવાની અધીરતા ઓછી થઈ છે.

મનોમન ખૂબ શાંતિ અનુભવું છું. અજંપો ઘટ્યો છે. ફક્ત આ ક્ષણને જીવી લેવાના પ્રયત્નો ચાલુ છે.

યોગ તથા અધ્યાત્માના માર્ગે પ્રયત્નો તથા પ્રવાસ ધીમે ધીમે ચાલુ છે. હજુ પણ મનરૂપી ખેતર ખેડી રહ્યો છું. વરસાદ હજુ થયો નથી. પણ ખેડવાનો પુરુષાર્થ જ કેટલો સંદર અનુભવ છે! હજુ સુધી હું ક્યાંક પહોંચ્યો નથી. ક્યાં પહોંચીશ તે જાણતો નથી; કે પછી આ માર્ગે પહોંચવાનું કોઈ અલગ ઠેકણું. કોઈ

મંજિલ જ નથી?

જીવન આશાભર્યું લાગે છે. જીવન કેટલું બધું આનંદમય અને પરિપૂર્ણ છે. અને હજુ કેટલું બધું જીવવાનું છે, શોધવાનું છે.

૧૩ મે ૧૯૯૫ના રોજ હોસ્પિટલના બિછાના પર નક્કી કરેલા ૧૩ નિરધારોમાંથી ૧૨ પૂર્ણ કરી શક્યો છું અથવા તે માટે સારા એવા પ્રયત્નો કરી ચૂક્યો છું. ગડચિરોલામાં કોઈ સંગીત શિક્ષક ઉપલબ્ધ ન હોવાથી સંગીત શીખવાનો ઉદ્દેશ્ય માત્ર પૂર્ણ કરી શક્યો નથી. હજુ કેટલીક બાબતો કરવાની છે. એક વાર હિમાલય પર જવાની તીવ્ર ઈચ્છા છે. સંગીત અને સંસ્કૃત શીખવાની મહેચ્છા છે. શરીરશ્રમ માટે પોતાના પૂરતા શાકભાજી ઉગાડવા જેટલી ખેતીવાડી કરવાની મનસા છે, એવી ઘણીબધી બાબતો કરવાની બાકી છે. સંશોધન અને આરોગ્ય સેવાના કામની નવી કલ્પનાઓ, યોજનાઓ તો માંદગી બાદ, ગડચિરોલી પાછો ફર્યો તે પૂર્વે મનમાં સાકાર થવા લાગી હતી. પણ હવે તેના માટે અધીરતા નથી, તાણ નથી. કાળનો લય સમજાઈ ગયો એટલે મારાં પગલાં હવે બેતાલ પડતાં નથી.

મારી રોજની દિનચર્યા કેવી હોય છે?

સવારે પાંચ વાગે ઊઠી જાઉં. સવારે અડધો કલાક આધ્યાત્મિક વાંચન પછી ૪૦ મિનિટ ફરવા જાઉં છું. રોજિંદા જીવનમાંનું પરમોચ્ચ બિંદુમાંનું એક જંગલમાં ફરવાનો ઉપક્રમ છે. પાછા ફર્યા બાદ યોગિક ક્રિયા, સ્નાન, યોગાસન, શવાસન કરીને પછી અડધો કલાક પ્રાણાયામ તથા ધ્યાન કરું છું. શરીર અને મન એક થઈને કોઈ તત્વ સાથે સૂર સાધવાનો હજુ પ્રયત્નો કરે છે, ક્યારેક સૂર સધાય છે, ક્યારેક હાથતાળી આપી જાય છે. પણ અદ્ભુત આનંદનો અનુભવ થાય છે. સાધારણપણે ૯-૦૦ દરમિયાન મારા કામની શરુઆત કરું છું. બપોરે ભોજન બાદ

જૂન : ૨૦૦૮

૫૧

અડધો કલાક શવાસન તથા વામકુક્ષી કરીને ફરી ૬-૦૦ સુધી કામ કરું છું. ત્યાર પછી શોધગ્રામમાં સામૂહિક પ્રાર્થના, રાતે ભોજન પછી બાળકો જોડે થોડો સમય વિતાવી રાતે એક દોઢ કલાક વાંચન કરું છું. દસ દરમિયાન થોડો સમય શવાસન અને ધ્યાન કર્યા પછી સૂઈ જાઉં છું.

૬.૨

મારો સમગ્ર પ્રવાસ કહી દીધો. પણ જે પ્રશ્નના લીધે આ પ્રવાસ શરૂ થયો હતો તેનું શું થયું? ૧૮ એપ્રિલ ૧૯૮૫ રોજ છાતીમાં દુઃખાવો ઉપડ્યા બાદ, હૃદયરોગને લીધે મારું મૃત્યુ થશે? એ ભય મનમાં જાગ્યો હતો, તેનું શું થયું? મારા મૃત્યુના ભયનો પ્રશ્ન ઉકેલાયો ખરો?

મૃત્યુની અનપેક્ષિત સંભાવનાથી હું હચમચી ઊઠ્યો હતો. પણ એ ભય ખરેખર મૃત્યુનો હતો? મૃત્યુનો ડર એટલે મૃત્યુના ક્ષણની અથવા ઘટનાનો ડર નહિ. ત્યાં સુધી તો હું જઈને પાછો ફર્યો હતો. એન્જિયોપ્લાસ્ટી ટેબલ પર મૃત્યુની અત્યંત નજીકની ક્ષણે, મૃત્યુ કેવળ અણુવિસર્જન છે એ ધ્યાન પર આવ્યું હતું. વેદના નહોતી, કષ્ટ નહોતું. તો પછી ડર શાનો?

ભય મૃત્યુનો નહોતો. ભય મૃત્યુને લીધે જીવન ગુમાવવાનો હતો. જીવન પર મને પ્રેમ હતો. હજુ જીવવાની ઈચ્છા હતી. હજુ ઘણું બધું જીવવાનું બાકી હતું. તે બધું હાથમાંથી છટકી જવાનું દુઃખ હતું. તેથી ભય અને અસુરક્ષિતા અનુભવાતા હતા. તેની શરમ શા કાજે?

હવે મનમાં તે ભય, તે અસુરક્ષિતતા અનુભવાતાં નથી. ‘અનુભવાતા નથી.’ એમ ઈરાદાપૂર્વક કહું છું. તે ક્યાંક છુપાયેલા ન હોય. એમ કેમ કહી શકું. હવે શાંત લાગે છે, પણ ફરી મૃત્યુની ક્ષણ આવી પહોંચશે ત્યારે એક શાંતતા ટકી રહેશે?

૫૨

અધ્યાત્મ

ભલભલાના હાજા ગગડે, તો મારી શું અવસ્થા થશે?

‘મંગલપ્રભાત’માં અભયપણાના ગુણ વિશે ગાંધીજી લખે છે, ‘બધો ભય એક દેહને કારણે છે. દેહ પરની મમતા દૂર થાય તો અભયતા સહજ પ્રાપ્ત થાય. અપરિગ્રહ વિશે તેઓ લખે છે.’ ‘શરીર સુધ્ધાં પરિગ્રહ જ છે. ભોગલાલસાને લીધે આપણે શરીરનું આવરણ ઊભું કર્યું છે અને તેને ટકાવી રાખીએ છીએ. ભોગેચ્છા અત્યંત ક્ષીણ થાય એ પછી શરીરની આવશ્યકતા રહેતી નથી. આત્મા સર્વવ્યાપી છે, તો પછી તેણે શરીરરુપી પિંજરામાં પોતાને શા માટે પૂરી રાખવો જોઈએ? આ પિંજરું ટકાવી રાખવા, નહિ તેવાં કામો શા માટે કરવાં?’

એટલી ઉન્નત અવસ્થા મારી તો નથી જ. ગાંધીજીની હતી. એટલે જ તેઓ છાતીમાં ગોળીઓ વાગવા છતાં શાંતપણે, ‘હે રામ’ બોલ્યા. હું કેવી રીતે વર્તીશ?

The day which we fear as our last is but the birthday of our eternity’ એ ભાવ તે વેળા કાયમ રહેશે ખરો?

તે એક જીજ્ઞાસા જ છે. ‘લાન્સેટ’ નામના તબીબી જર્નલમાં પ્રસિદ્ધ વિજ્ઞાનીઓની મુલાકાતો પ્રગટ થાય છે. એક પ્રશ્ન પૂછાય છે, ‘તમને કેવી રીતે મરવાની ઈચ્છા છે?’ જવાબમાં મોટાભાગના વિજ્ઞાનીઓ કહે છે, ઊંધમાં અથવા હાર્ટએટેકથી અચાનક મરવું છે. પણ એક જણે ઉત્તર આપ્યો - ‘પૂર્ણપણે જાગૃત અવસ્થામાં સાવધપણે એક-એક ક્ષણ જોતાં મરવું છે. મારે તે મહાન અનુભવ એળે નથી જવા દેવો !’

મારો મિત્ર અનિલ અવચટ પત્રમાં કહે છે - ‘મૃત્યુનું દર્શન અત્યંત દાહક અને પવિત્ર કરનારું હોય છે. બધું અશુદ્ધ તેમાં બળીને ખાક થાય છે.’

એકનાથ મહારાજની એક કથા છે.

એક માણસ એકનાથ મહારાજ પાસે જઈને કહે છે, ‘મહારાજ, અમે સામાન્ય માણસો. અમારા મનમાં હંમેશા સાંસારિક અથવા પાપી વિચારો આવતા હોય છે.’ તમે સંતો એમાંથી કેવી રીતે મુક્ત રહો છો?’

એકનાથે કહ્યું, ‘અમારા સંતોની વાત છોડ. પણ તારું મૃત્યુ ૭ દિવસ પછી નક્કી છે, એ હું જોઈ રહ્યો છું!’ એકનાથ મહારાજે કરેલી વાત ખોટી કેવી રીતે હોય શકે? તે માણસે ઘરે પાછા ફરીને બધી અંતિમ તૈયારીઓ કરવા માંડી. મિત્રોની વિદાય લીધી. શત્રુઓની ક્ષમા માંગી. દાનધર્મ કર્યા. સાતમે દિવસે મહારાજ તેમને મળવા આવ્યા, ત્યારે તે માણસ બિછાનામાં સૂતા-સૂતા મૃત્યુની વાટ જોતો હતો. મહારાજને જોઈને તે બોલ્યો, ‘મહારાજ, આજે હું જાઉં છું.’ મહારાજે પૂછ્યું, ‘આ સાત દિવસમાં તે કેટલી વાર પાપના વિચારો મનમાં આણ્યા?’ કયા પાપના વિચારો? મને તો સાત દિવસો પછી આવનાર મૃત્યુ જ દેખાઈ રહ્યું હતું.’ તે માણસે કહ્યું.

મહારાજ બોલ્યા, ‘અમને સંતોને પણ મૃત્યુ હંમેશાં આંખો સામે દેખાતું હોય છે, તેથી અમે પાપથી દૂર રહી શકીએ છીએ.’

સર્વને હું એક શુભેચ્છા આપવા માંગું છું. પ્રત્યેકને એકવાર તો મૃત્યુંનું દર્શન અવશ્ય થાય !

૬.૩

‘હવે આગળ શું કરવું?’ એન્જિયોપ્લાસ્ટી થતાં, લખનઉથી પાછા ફર્યા બાદ, ૨૦ મે ૧૯૯૫ના રોજ નાગપુરમાં હતા ત્યારે હું અને રાણી વિચારતાં હતાં. હવે પછી મને મોટો હાર્ટએટેક ગમે ત્યારે આવી શકે અમારે મનથી તેના માટે તૈયાર રહેવું આવશ્યક હતું. ગડચિરોલીના જંગલમાં, શોધગ્રામમાં રહીશું અને એટેક

આવ્યો તો તબીબી મદદના અભાવે મારી બચવાની શક્યતા ઓછી હતી. તેથી હવે પછી ગડચિરોલીમાં જ કામ કરવું? કે જ્યાં આધુનિક તબીબી સવલતો તાબડતોબ મળી રહે એવા મોટા શહેરમાં રહેવા ચાલ્યા જવું? ત્યાં રહેવાથી કદાચ મારો જીવ બચી જાય. પણ તે પૂર્વે આજ સુધી સ્વીકારેલું જીવન અને કર્તવ્ય તજ દેવાં પડે. શું કરવું?

મરવાની તો ઈચ્છા નહોતી. પણ જીવનનો ઉદ્દેશ્ય ગુમાવાને આયુષ્ય વધારવાનો પણ શું અર્થ છે? મરણના ભયથી આજે જ મરણ શા માટે સ્વીકારવું? મારું હવે પછીનું આયુષ્ય ત્યાં ગડચિરોલી જિલ્લામાં જ વિતાવવું એવું અમે નક્કી કર્યું. એમાં ત્યાગ-બાગ કોઈએ જોવો નહિ. સીધો-સરળ વિચાર હતો. જીવનનો હેતુ જ ગુમાવી દઈએ તો જીવન અસહ્ય થઈ પડે.

‘ઈલલોકમાં કર્મ કરતાં કરતાં સો વર્ષ જીવવાની ઈચ્છા રાખવી. તારા જેવા દેહધારી માટે એ જ માર્ગ છે. એનાથી વેગળો કોઈ માર્ગ નથી.’ ઈશાવાસ્યોપનિષદ સ્પષ્ટ કહેતું હતું. મારી પાસે બીજો માર્ગ નહોતો. હું કામ કરતાં કંઈ નહિ તો સો વર્ષ જીવવાની ઈચ્છા તો ધરાવી શકું!

મારી માંદગીના ઉપચાર માટે મને તથા રાણીને એપ્રિલ ૧૯૯૫માં અચાનક શોધગ્રામ છોડીને બહાર જવું પડ્યું. ૪૫ દિવસ અમે બહાર હતાં. હું જીવતો પાછો ફરીશ એની કોઈ શાશ્વતી નહોતી. તે કાળ દરમિયાન ‘સર્ચ’ના કાર્યકર્તાઓએ કમાલની પ્રેરણા અને એકતા બતાવી. કોઈ પણ રૂબતા જહાજમાંથી કૂદકો ન માર્યો. બધો જ કાર્યક્રમ પૂર્વવત્ સરલતાથી ચાલુ રાખ્યો.

‘હું જાતે કરીશ તો જ એ કામ વ્યવસ્થિત થશે. અન્યથા નહિ.’ એવી પોતાની અનિવાર્યતા વિશે મારી વિનાકારણ

જૂન : ૨૦૦૮

૫૫

ગેરસમજો હતી! રાણીનો ઉત્સાહ અને કામની ઝડપ અદમ્ય છે. મારી માંદગી બાદ પાછા ફરતાં જ. અમે ત્રણ વર્ષની નવી યોજના ઘડી કાઢી. તે વેગથી શરૂ થઈ. હું ફરી કામે લાગ્યો.

૬.૪

કામ હજુ એ જ કરું છું, જે પહેલાં કરતો હતો. ‘સર્ચ’ની રુણ્યસેવા, ગ્રામીણ આરોગ્ય સેવા અને સંશોધન, યુવક—યુવતી પ્રશિક્ષણ, એ બધું જ કામ ઉત્તમપણે ચાલું છે. જેન પંથમાં એક પ્રાચીન કહેવત છે:

સાક્ષાત્કાર પૂર્વે હું લાકડા ફાડતો હતો, પાણી ભરતો હતો.

સાક્ષાત્કાર પછી પણ હું લાકડા ફાડું છું, પાણી ભરું છું.

હું તો સાક્ષાત્કારથી ઘણો દૂર છું. અગાઉનું જ કામ કરું છું. પણ તેની સમજ. તેનો ભાવ થોડાં બદલાયાં છે. ખોટા પસારાથી ઊભી થતી ગૂંચવણો હવે ઓછી થઈ છે. ક્યારેક ગુસ્સો આવે. ક્યારેક પેક્ષાભંગ પણ થાય. ઘણી વાર અજાણપણે મન સ્વપ્નરંજન કરવા લાગે, અથવા કામની તથા પરિણામની આસક્તિ જાગે! પણ મનમાં આકાંક્ષા નિર્માણ થઈ રે થઈ, અસમાધાન અને તાણ શરૂ થઈ જાય, એ ધ્યાન પર આવે છે. પછી હું જાતને સંભાળી લઉં છું. ભાર ફગાવી દઉં છું. તેથી અધિક પ્રસન્નતા અનુભવાય છે.

ખરું પૂછો તો હઠપૂર્વક કરેલી દોડધામ કેટલી વિનાકારણ હોય છે, તે પણ ધ્યાન પર આવવા લાગ્યું છે. જીવનના પ્રવાહમાં સહજભાવ તરંગતા રહેવાથી આપણે આપોઆપ પહોંચી જઈએ છીએ. હઠપૂર્વક તરવાનો કે પહોંચવાનો પ્રયત્ન કરીએ તો નાક—મોઢામાં પાણી ઘૂસી જાય છે, પણ એ પ્રવાહ પર તેની દિશાના કે ગતિના બોર્ડ લાગેલાં નથી. ‘કંઈ જ ન કરતાં’ કેવળ પાણી પર સહજપણે તરંગતા રહેવાથી તે જીવન પ્રવાહ સમજાય છે.

૫૬

અધ્યાત્મ

અનુભવાય છે. આ સાદું, પ્રાથમિક સત્ય મને સમજાવા લાગ્યું છે.

મૃત્યુની ચિંતા જીવનનો ઉદ્દેશ તથા કેવી રીતે વિતાવવું એ વિષયના મારા વિચારોની અરાજકતાનો અંત આવ્યો છે. બુદ્ધિને ઉત્તરની જાણ છે, પણ તેથી ઉત્તર હાથવગો થયો નથી. નકશા પર દિલ્હી ક્યાં છે એ સમજવું અને પ્રત્યક્ષ દિલ્હી પહોંચવું એમાં જે ફરક છે. એટલો જ ફરક મને મારો માર્ગ સમજાયો અને તેના પર ચાલીને પહોંચવામાં રહેલો છે. બરોબર સમજાય ગયું છે કે આ વિશ્વ, તેની પાછળનું વૈશ્વિક સત્ય અને હું એક જ છીએ, અને તેથી પોતાને જુદા જ તરીકે જોવાની વૃત્તિ ગઈ છે. બુદ્ધિના સ્તરે જ સમજાયું તે સભાનતાના, વૃત્તિના તથા આચરણના સ્તરે સાધ્ય થવું એ ઘણા લાંબા અંતરની વાત થઈ. આ શરીર અને મન કેટલાં માટીના બનેલા છે. તેની વારંવાર પ્રતીતિ થાય છે. બુદ્ધિ હજાર માઈલ આગળ દોડે છે. શરીર તથા મન ખૂબ ધીમે ધીમે આગળ સરકે છે. શરીર તથા મનની આદતો બદલાતી નથી. જૂની જ આદતોને વારંવાર અનુસરે છે, પણ મન નિરાશ થતું નથી. આ પુરુષાર્થમાં, પ્રવાસમાં ભરપૂર આનંદનો અનુભવ થાય છે. આ જન્મમાં કદાચ પૂરું અંતર કાપી ન પણ શકું. શરીર કેટલો સમય ટકી રહે એની શું ખાતરી? પણ પ્રત્યેક દિવસ અને પ્રત્યેક ક્ષણ જો ગંતવ્ય થાય તો પછી કોઈ જુદા જ ઠેકાણે પહોંચવાની આવશ્યકતા રહેતી નથી. કાચબાની ગતિએ હું ચાલી રહ્યો છું. હું સસલું નથી. તે ગતિ મને પ્રાપ્ય નથી. પ્રાપ્ત થવાની પણ નથી. તેની ચિંતા પણ નથી. કાચબો ચાલે છે. હજુ ચાલી જ રહ્યો છે.

મારો પ્રવાસ હજુ ચાલુ જ છે. અનેકવાર ભ્રમમાં સપડાઉં છું. ક્યારેક પરિસ્થિતિને લીધે, અનેકવાર સ્વરચિત કારણોસર. પણ કેટલાક દિવસો પછી અચાનક થોડો પ્રકાશ દેખાય અને તે

ભ્રમચક્રમાંથી છૂટકારો મળે. ઘાણીના બળદની જેમ એક જ જગ્યાએ ચકરાવો લીધાં કરું છું, કે પછી સ્પાયરલ સિડીઓની જેમ પ્રત્યેક ચક્રાકાર પ્રવાસને અંતે અગાઉ કરતાં થોડો ઉપર ચઢું છું, કોને ખબર? અને ફરી અગાઉની જગ્યાએ પહોંચ્યો હોઉં તોપણ આ વેળા તેમાંથી નવો જ અર્થ પ્રાપ્ત થાય છે.

હજુ હું સર્વત્ર ઈશ્વરનાં દર્શન કરી શકતો નથી. બધા લોકો જોડે હજુ પૂર્ણ પ્રેમભાવથી એકરૂપ થઈ શકતો નથી. મને ખબર છે કે પ્રેમ અન્યો સાથે નાતો જોડે છે, પણ બુદ્ધિ તેમાં ટૂંકી પડે છે. મારું હુંપણું પણ સમાપ્ત થયું નથી. સમાપ્ત થતું જ નથી. વારંવાર વચ્ચે આવે છે. અવરોધો સર્જે છે, પણ હું સુધરતો જાઉં છું રોજ પોતાની જાતને બદલ્યાને, ઘડ્યાનો આનંદ લઉં છું. જેસી જેક્સન નામના નીત્રો પાદરીએ ૧૯૮૪માં કહેલું એક વાક્ય મને કાયમ યાદ આવે છે—

‘મિત્રો, મારા દોષો માટે મને ક્ષમા કરો. ઈશ્વરે મને ઘડવાનું કાર્ય હજુ પૂરું કર્યું નથી.’



There is enough on this Earth for every body's need, but not for everybody's greed.

– Mahatma Gandhi

આ પૃથ્વી ઉપર પ્રભુએ દરેકની જરૂરિયાત પૂરી થાય તેટલું સર્જન કર્યું છે, પરંતુ દરેકના લોભ માટે તે પૂરતું નથી.

આંતરિક વ્યક્તિત્વ

ડૉ. કાલિદાસ પ્રજાપતિ

આજકાલ લોકો વ્યક્તિત્વ વિકાસ માટે ઘણા જાગૃત થયા છે. તેથી ભિન્ન ભિન્ન સંસ્થાઓ વ્યક્તિત્વ વિકાસના કોર્સ ચલાવે છે. વિદ્યાર્થી, યુવાવર્ગ, પ્રૌઢો પણ પોતાના વ્યક્તિત્વ-માં ચમક લાવવા ઉત્સુક છે. ભારતની સુસ્મિતાસેન, ઐશ્વર્યા-રાય, ડાયનાહેડન અને અન્ય યુવતીઓએ વિશ્વસુંદરીના ખિતાબો જીત્યા છે ત્યારથી સૌંદર્ય અને વ્યક્તિત્વ વિકાસ માટે લોકો વિશેષ રસ લેવા લાગ્યા છે.

વ્યક્તિત્વનો આંતર અને બાહ્ય એમ બંને રીતે વિકાસ થવો જોઈએ. વ્યક્તિનું સૌંદર્ય આંતરબાહ્ય સ્વચ્છતાથી લાંબા સમય સુધી ટકી શકે છે. માત્ર સ્થૂળ દૃષ્ટિકોણ જ હશે, તો ઘણા બધા પૈસા ખર્ચીને પણ મનમાં ચિંતા, મૂંઝવણ, સ્પર્ધા, ઈર્ષ્યા, અસલામતી, સ્થાનભ્રષ્ટ થવાનો ડર વગેરે વિચારો ચાલે છે. માત્ર ટાપટીપ કે બાહ્ય સૌંદર્યને આધારે સજાવેલું વ્યક્તિત્વ સ્થાયી રહેતું નથી. આજે તો ઠેર ઠેર સૌન્દર્ય સ્પર્ધાઓ થવા લાગી છે. સૌન્દર્યની પ્રસિદ્ધિની ઘેલછામાંથી નિષ્પન્ન થતી આડઅસરોથી યુવાપેઢી માહિતગાર નથી. ક્યારેક સ્પર્ધામાં ટકી ન શકવાને કારણે હતાશા આદિ માનસિક બીમારીઓના પણ ભોગ બનવું પડે છે. તો ક્યારેક જાતીય શોષણના પણ શિકાર બનવું પડે છે.

પરમાત્માએ વ્યક્તિત્વ વિકાસનો શ્રેષ્ઠ રસ્તો બતાવ્યો છે. તે છે આત્મિક વ્યક્તિત્વ વિકાસની. માનવ દુનિયા હોળી

જૂન : ૨૦૦૮

૫૯

વળે છે પણ સ્વયંનો યથાર્થ પરિચય મેળવી શકતો નથી. જ્યારે તેને આત્માના યથાર્થ પરિચયની અનુભૂતિ થાય છે ત્યારે તેનો ચહેરો દિવ્ય આનંદથી ખિલી ઊઠે છે. સ્વયં એક આત્મા છે એનું જ્ઞાન અને અનુભૂતિ થતાં જ તે દેહઅભિમાન છોડી દેહી અભિમાની બનવા લાગે છે. તેથી દેહ અભિમાનને કારણે એના જીવનમાં પાંગરનારા દુર્ગુણોરૂપી કંટકોથી તે સુરક્ષિત થઈ જાય છે. એનામાં યથાર્થ વિવેક જન્મે છે.

આત્માનો પરિચય માનવને અંતર્મુખી બનાવે છે. અંતર્મુખી વ્યક્તિ સદા સુખી રહી શકે છે. તે ગુણરૂપી મોતી ગ્રહણ કરે છે. અને અવગુણરૂપી કાંકરાઓનો ત્યાગ કરે છે. આંતરબાહ્ય સચ્ચાઈ, સફાઈ વધતાં જ તેનું આંતરિક સૌન્દર્ય ખિલી ઊઠે છે. આંતરશુદ્ધિથી નિષ્પન્ન થતી પ્રસન્નતા મુખારવિંદ ઉપર દશ્યમાન થાય છે. મનની શ્રેષ્ઠ સ્થિતિનો પ્રભાવ તન ઉપર પણ પડે છે.

આત્મિક વ્યક્તિત્વ પવિત્રતાના પાયા ઉપર જ વિકસિત થાય છે. પવિત્રતા જ સુખશાંતિની જનની છે. પવિત્રતા જ દિવ્યતાનો આધાર છે. એટલે મન, વાણી અને કર્મમાં પણ પવિત્રતાની સ્થૂલ અને સૂક્ષ્મ ધારણા હોવી જોઈએ. પવિત્ર આત્મામાં જ શ્રેષ્ઠ, કલ્યાણકારી વિચારોનો ઉદય થાય છે. પવિત્ર આત્મા જ શ્રદ્ધા અને વિશ્વાસનું કેન્દ્ર બની શકે છે. જ્યાં પવિત્રતાનું તેજ પ્રગટે છે. ત્યાંથી કટુતા, ઈર્ષ્યા, નફરત, ઘૃણા વગેરે બુરાઈઓ પોતાની મેળે જ વિદાય લે છે. જ્યાં ખટરાગ છે, ખટપટ છે. દેહ અભિમાનની દુર્ગંધ છે ત્યાં અપવિત્રતાનો અણસાર છે.

જ્યાં આંતરિક સ્વચ્છતા છે ત્યાં જ કરુણાભાવ છે,

૬૦

અધ્યાત્મ

પ્રસન્નતા છે. પ્રસિદ્ધ યોગીઓ, વિભૂતિઓના ચહેરાઓ ઉપર દિવ્યતાનો તેજરાશિ જોવા મળે છે. આવા વ્યક્તિત્વના સાન્નિધ્યમાં લોકો પોતાનાં દુઃખ, દર્દ, ચિંતા, વ્યથા કે વિષાદને ભૂલીને પ્રસન્નતાની, હળવાશની અનુભૂતિ કરી શકે છે. સ્થાયી, દિવ્ય વ્યક્તિત્વનો વિકાસ દિવ્યગુણોના ગુલદસ્તાથી થાય છે. અહીં સ્થૂળ આભૂષણો કે સજાવટની જરૂર નથી. સરસ્વતીની મૂર્તિ ધવલવસ્ત્રમાં પણ દિવ્ય આકર્ષણ જન્માવી શકે છે. માટે સૌન્દર્યની, શરીરની માવજત ભલે થાય પણ શીલની માવજત ભૂલાય નહીં.



એક માણસ દુષ્ટ પ્રકૃતિનો હોય તો પણ તે જ્યોતિષના સંબંધમાં નવી શોધ કરી શકે, પણ ધર્મની વાત તદ્દન જુદી છે. કોઈ અપવિત્ર માણસ કે વ્યક્તિ ધર્મનાં સત્યોને પ્રાપ્ત કરી શકતી નથી.

—વિવેકાનંદ

શ્રી યોગેશ્વર કૃપા

❀ સંદીપ વેલ્ડીંગ વર્ક્સ ❀

શ્રીલ, દરવાજા, તેમ જ મેઈન ગેટના સ્પેશ્યાલીસ્ટ
તેમ જ

દરેક જાતનું રીપેરીંગ કામ કરનાર.

મોટી બંગલા, ઉમરા જકાત નાકા પાસે, સુરત-૩૯૫૦૦૭

ફોન : (૦૨૬૧) ૨૨૫૪૯૮૨, ૨૨૫૮૮૦૪

ઉપાસનાની સમજ

સ્વામી સત્યિદાનંદ

ઉપાસકના હિતમાં યોજાવનારી પ્રક્રિયાનું નામ ઉપાસના છે. એ ઉપાસના એ શુષ્ક કર્મકાંડ નથી પણ પોતાનાથી અત્યંત મહાન તત્ત્વની સાથે સામીપ્ય અપાવનાર તત્ત્વ છે. તેનો શબ્દાર્થ થાય છે: ઉપ=પરમાત્માની સમીપમાં, આસના=સ્થિર થવું તે. દુર્બળ જીવાત્મા જ્યારે સબળ પરમાત્માની પાસે જઈને બેસે છે ત્યારે તેને સનાથતા પ્રાપ્ત થાય છે. તે અલ્પશક્તિ પણ પ્રબળ શક્તિપણાનો અનુભવ કરવા લાગે છે. ઉપાસનાનો પૂરો આધાર ભાવના છે. કર્મકાંડની માફક તે માત્ર ક્રિયા નથી પણ હૃદયની પ્રચંડ સાત્ત્વિક ઊર્મિઓનો પરિપાક છે. જેના હૃદયમાં આવી થોડી પણ ઊર્મિઓ ન હોય તે ઉપાસના ન કરી શકે. આમ તો જીવમાત્રને થોડીઘણી લાગણીઓ મળી જ હોય છે. કેટલાકને થોડી, તો કેટલાકને વધુ. પણ આ લાગણીઓ માત્ર ઈન્દ્રિયસુખો તરફ ઢળતી હોય છે ત્યારે વાસના થઈ જતી હોય છે. અને એ જ લાગણીઓ જ્યારે પરમાત્મા તરફ વળતી હોય છે ત્યારે ભાવના થઈ ઉપાસના થઈ જતી હોય છે.

વાસના અને ભાવના એક જ સિક્કાની બે બાજુઓ છે. વાસના કુદરતી છે પણ તેનું પ્રમાણ—માત્રા વ્યક્તિને આધિન છે. અર્થાત્ તેને પ્રચુર વધારી શકાય છે, તેમ ઘટાડી પણ શકાય છે પણ જીવિત વ્યક્તિ જીવનભર તેનો કદી નાશ કરી શક્તી નથી. મોટામોટા ઋષિઓ અને સમર્થ મહાપુરુષોનાં નિખાલસ જીવનચરિત્રોથી આ વાત સ્પષ્ટ થાય છે. વાસનાનો

સમૂળગો નાશ કરી નાખ્યાનો સ્વીકાર કરનાર વધુ સાચા તથા કલ્યાણકારી છે. વાસના એ ભાવના માટેનો કાચો માલ છે, કારણ કે વાસના શુદ્ધ થઈને ભાવનામાં પરિણત થાય છે. અત્યંત વાસનાવાળા માણસનું મન આપોઆપ ભોગોમાં રમ્યા કરતું હોય છે, તેમ અત્યંત ભાવનાવાળા ભક્તનું મન પણ આપોઆપ પરમાત્મામાં રમ્યા કરતું હોય છે. ભોગોના સામીપ્યથી વાસનાવાળા જીવને જે સુખ મળે છે તેના કરતાં અનેકગણું અને શાન્તિ દેનારું સુખ ભાવનાવાળા જીવાત્માને પરમાત્માના સામીપ્યથી મળે છે. જેમ વાસનાનો એક ચટકો લાગતો હોય છે તેમ ભાવનાથી થયેલી ઉપાસનાનો પણ ચટકો લાગતો હોય છે. એક સાચો ઉપાસક ભોજન વિના રહી શકે પણ ઉપાસના વિના ન રહી શકે. જેણે કદી ઉપાસના કરી નથી અને ઉપાસનાનો રસ ચાખ્યો નથી તેને બિચારાને શી ખબર કે ઉપાસના કેટલું અનહદ સુખ આપે છે? આવા લોકોને મારે એટલી જ વિનંતી કરવાની કે તમે ભલે ઉપાસના ન કરો, પણ જે કરતા હોય તેની ઠેકડી ન ઉડાડો, તેની ઉપાસનામાં વિક્ષેપ ન નાખો. તેને તેના માર્ગે ચાલવા દો.

ઉપાસનાના અનેક પ્રકાર છે પણ તેમાં ત્રણ પ્રકાર મુખ્ય છે: ૧.કીર્તન, ૨.જપ, ૩.ધ્યાન, એક જ વ્યક્તિ સમય-સમય ઉપર આ ત્રણે પ્રક્રિયા કરી શકે છે.

કીર્તન

મનને તન્મય બનાવી દેનારી શક્તિઓમાં સંગીતનું સ્થાન મહત્ત્વનું છે. રાગ-રાગણી અને મધુર કંઠથી જ્યારે સંગીત ગવાતું હોય છે ત્યારે મન, વિચારો તથા હલનચલનની

જૂન : ૨૦૦૮

૬૩

ક્રિયાઓ બંધ કરીને તન્મય બની જતું હોય છે. સંગીતની અસરકારતા જેટલી પ્રબળ તેટલી જ એકાગ્રતા પણ પ્રબળ. આ જ કારણસર લગભગ પ્રત્યેક ધર્મમાં સંગીતની ઉપયોગિતા તથા મહત્તા સ્વીકારાઈ છે. સંગીતને મોજશોખની વસ્તુ માનીને તેનાથી દૂર ભાગી વૈરાગ્યનું પ્રદર્શન કરનારા ખરેખર તો સંગીતથી દૂર નથી ભાગતા પણ મનને શાન્ત અને તન્મય કરવાની પ્રક્રિયાથી દૂર ભાગે છે. એક સંગીતકાર પોતાના પ્રિય વાજિંત્રમાં જે તન્મયતા મેળવે છે તે માળા ફેરવનાર નથી મેળવી શકતો, કારણ કે માળા ફેરવનારનું મન ભટકતું હોય છે, ત્યારે સંગીતકારનું મન તન્મય થયું હોય છે. આધ્યાત્મિક વ્યક્તિએ બિનઆધ્યાત્મિક સંગીત પ્રત્યે પણ ઘૃણા કરવાની જરૂર નથી. ખરેખર તો શોક, કરુણા, દુઃખ, વેદના, નિષ્ફળતા, હતાશા વગેરે અનેક સાંસારિક અનુભૂતિઓ જ્યારે સંગીતના માધ્યમથી પ્રગટ થતી હોય છે ત્યારે તે સંસાર પ્રત્યે વિરાગની સ્થિતિ ઉત્પન્ન કરી શકતી હોય છે. સંસાર તથા સંસારનાં સુખો પ્રત્યે ઘૃણા કરવાથી કે કરાવવાથી સંસાર તરી જવાતો નથી. આવા ઘૃણાભાવને વૈરાગ્ય ન કહેવાય પણ તેને એક પ્રકારનો મોહ શરૂઆતમાં સંસાર અને સંસારનાં સુખોને લાત મારે છે, પણ જો તેવી લાતો જોનારો પ્રશંસક વર્ગ ન હોય તો પાછળથી તે પૂરા સંસારને આત્માસાત્ કરી લેવા વ્યાકુળ બની જતો હોય છે. ઘૃણાપૂર્વક વૈરાગ્ય કરતાં વિવેકપૂર્વકનો વૈરાગ્ય હિતકારી છે. પણ...હા...અત્યંત બીભત્સ, ઘોઘાટિયું અને અશાન્ત કરનારું સંગીત ઉપાસક માટે હાનિરૂપ છે.

અત્યંત પ્રાચીનકાળથી ઉપાસનામાર્ગમાં સંગીતને પ્રતિષ્ઠા

૬૪

અધ્યાત્મ

મળેલી જ છે. સ્વરલહરીઓ વ્યક્તિઓમાં વિકારોના વેગો ઉત્પન્ન કરી શકે છે તે જ સ્વરલહરીઓને રૂપાંતરિત કરવામાં આવે તો વિકારોના વેગોને શાન્ત કરવાનું તથા અત્યંત આહ્લાદક ચિત્તભૂમિકા બનાવવાનું પણ કામ કરી શકે છે.

ઉપાસક પોતાના પ્રભુનું નામ તન્મય થઈને રાગરાગિણીથી ગાવા લાગે છે, ત્યારે તેને અદ્ભુત આહ્લાદ મળે છે. જેમ જેમ તે નામરસમાં તરબોળો થાય છે તેમ તેમ તે બાહ્ય જગતનું ભાન ભૂલતો જાય છે. તેનું અંગેઅંગ ઝૂમવા લાગે છે. મન અને તન બન્ને ડોલવા લાગે છે. તેને નાયવું નથી હોતું પણ નાચ્યા વિના રહી શકાતું નથી. આપોઆપ સહજ રીતે નાયવા લાગે છે. નૃત્ય, ગીત અને સંગીતના સુમેળથી ઉપાસક પરમાત્માના સામીપ્યમાં પહોંચી જાય છે. ભાવવિભોર થઈ જવું, સમાધિ લાગી જવી, પોતાના પ્રભુની અનુભૂતિ કરવી. વગેરે અનેક પરિણામો કીર્તનમાં તન્મય થનારને મળતાં હોય છે. એટલું યાદ રહે કે આ કીર્તન લોકોના મનોરંજન માટે જો હોય તો તેનાં આધ્યાત્મિક પરિણામ મળે નહિ. હા, લોકોને રાજી કરી શકાય, પ્રભુને નહિ.

કીર્તન એ જપ તથા સ્મરણ બન્ને છે. પોતાના પ્રભુનું એકનું એક નામ વારંવાર ઉચ્ચારવાથી જપ થાય છે. નામની ઉચ્ચારણની સાથે પરમાત્માની સ્મૃતિ થવાથી સ્મરણ પણ થાય છે. સંગીતની રાગ-રાગિણી તેમાં માધુર્ય પૂરે છે.

