અધ્યાત્મ

આધ્યાત્મિક વિકાસની નવી જ ક્ષિતિજ ખોલતું ગુજરાતી માસિક

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

વિદેશમાં વાર્ષિક રૂા. **૫૦૦**/ (વિમાનથી) આજીવન **૫૦૦૦**/–

- **સંસ્થાપક : પ. પૂ. યોગેશ્વરજી** સર્વમંગલ ચે. ટ્રસ્ટ સ્વર્ગારોહણ, દાતારોડ, **અંબાજી,** ૩૮૫૧૧૦).
- **તંત્રી–સંપાદક** : શ્રી નારાયણ હ. જાની.
- **પ્રકાશન અને પ્રાપ્તિસ્થાન** : ૬ વૃંદાવન ફ્લેટસ, હવેલી પાસે આતાભાઈ ભાવનગર–૧. ફોન : **૨૫૭૨૫૦૨, ૨૫૬૫૮૧૧**
- ADHYATMA email Addres: adhyatma_editor@yahoo.co.in
- You can know about Shree Mahatmaji & Shree Maa from Website “SWARGAROHAN.ORG”
- **અધ્યાત્મના સહાયક સ્વજનો** : ૧. શ્રીગોરધનભાઈ કલોલા (કલ્યાણ) ૨. શ્રી જ્યોત્સ્નાબેન બી.ત્રિવેદી. ૩. શ્રી આશીષ ગોહિલ.
- **તંત્રી, મુદ્રક અને પ્રકાશક** : નારાયણ હ. જાની.
- **મુદ્રણસ્થાન** : રાધેશ્યામ પ્રિન્ટીંગ પ્રેસ, LIG167, આનંદનગર, ભાવનગર-૧

★ લેખકોને નિમંત્રણ ★

- અધ્યાત્મમાં લેખો, ભજનો કે ગીતો મોકલાવવા લેખકોને નિમંત્રણ છે. અધ્યાત્મની ભાવનાને અનુરૂપ જ લેખો સ્વીકારવામાં આવશે.
- લખાણ કાગળની એક બાજુ ને સારા મોટા અક્ષરે લખેલું હોવું જરૂરી છે.

★ અધ્યાત્મ અંગે સૂચનો ★

- ગ્રાહકોને ગ્રાહક નંબર સરનામા સાથે લખવામાં આવે છે તે નોંધી લેવો.
- ‘અધ્યાત્મ’ જો આપને ગમ્યું હોય તો આપના પરિચિત વર્ગમાં તેના ગ્રાહકો વધે તેવું આપ કરતાં રહેશો.
- લવાજમ માટે મનીઓર્ડર, ડીમાન્ડ ડ્રાફ્ટ ‘સર્વમંગલ ચેરિટેબલ ટ્રસ્ટ’ના નામનો શ્રીનારાયણ હ. જાની, ૬ વૃન્દાવન ફ્લેટ, હવેલી પાસે, આતાભાઈ, ભાવનગર(ફોન-૨૫૭૨૫૦૨)ને મોકલવા વિનંતી છે.
- ‘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 અપાશે.
- પત્રવ્યવહાર કરતી વખતે ગ્રાહક નંબર લખવાથી વધુ સરળતા રહેશે.
- ‘અધ્યાત્મ’ અંગે કોઈ સૂચનો કરવાના હોય તો નિઃસંકોચ કરવા અનુરોધ છે.
- આગલા મહિનાના અંત સુધીમાં જે ગ્રાહકોનાં નામ અત્રે મળી જશે, તેમને તે પછીના મહિનાની તા. ૧૭ મી એ અંક રવાના કરવામાં આવશે.

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

અનુક્રમણિકા

સદ્ભાવભરી અભિનંદનીય સહાય	મા સર્વેશ્વરી	૩
સંસારમાં સાધના	યોગેશ્વરજી	૪
શ્રી યોગેશ્વર કથામૃત	મા સર્વેશ્વરી	૭
સરોડાધામની પુનિતરજ માટેની પદયાત્રા	ડૉ. શ્રદ્ધા જાની	૧૦
દક્ષિણ ભારતના ધાર્મિક વડા સાથે	અનુ. શ્રીયોગેશ્વરજી, પોલ બ્રન્ટન	૧૫
પ્રાર્થનાઓ	મા સર્વેશ્વરી	૨૦
My Experiences With My Gurudev	Ameya Bhai	22
પૂ.માની યાત્રા	મા સર્વેશ્વરી	૩૧
નિત્ય નોંધો	ડૉ.બી.જે.જાગાણી	૩૭
ઈશ્વર દર્શન	શ્રીયોગેશ્વરજી	૪૦
કુદરતી ઉપચારમાં રામનામ	ગાંધીજી	૪૫
સાક્ષીભાવ	વાસુદેવ સોઢા	૪૮
સર્વકામ ભગવાન માટે જ કરવા	અનુ. ડૉ.રક્ષાબેન દવે, રામસુખદાસજી	૫૧
મુદ્રા–વિજ્ઞાન	આચાર્ય કેશવદેવ	૫૬
રસેશ્વરી	શ્રી યોગેશ્વરજી	૬૧

સદ્‌ભાવભરી અભિનંદનીય સહાય

—મા સર્વેશ્વરી

પૂજ્ય યોગેશ્વરજીની અમૃતવાણીનું વરસો સુધી વડોદરાની ધરતી ઉપર રસપાન કરનાર, ડેપ્યુટી ચેરીટી કમીશ્નર તરીકે સરકારી ક્ષેત્રે સેવા આપનાર શ્રી ઈન્દ્રવદન મોહનલાલ શાહ આજે પણ એ જ શ્રદ્ધાભક્તિથી સ્વર્ગારોહણનાં સર્વ પર્વે પધારતા રહે છે.

આ અંક શ્રી કુંજલતાબહેન તથા શ્રી ઈન્દ્રવદન શાહના સહયોગથી પ્રકાશીત થઈ રહ્યો છે.

એવાં સત્કર્મ એમના હાથે થતાં રહે, તેઓ સુખ શાંતિ પામતા રહે એવી પ્રાર્થના.

સંસારમાં સાધના

—યોગેશ્વરજી

(૧)

કેટલાક માણસો એમ માને છે કે સંસારમાં રહીને આત્મવિકાસની સાધના કરી શકાય જ નહીં. સંસાર તો પાર વિનાની પ્રતિકૂળતાઓ તથા કષ્ટોથી ભરેલો છે. એમાં રહીને મનને સ્થિર રાખવું ને સાધનામાં લગાડવું તથા પરમાત્માની પ્રાપ્તિ કરવી એકદમ અશક્ય છે. આત્મવિકાસની સાધના તો સંસાર છોડવાથી જ થઈ શકે. સંસારમાં રહીને જ ન થાય. આપણે બહુબહુ તો વિકાસની વાતો કરીએ કે સાંભળીએ એટલું જ.

★

એવા માણસોને આપણે કહીશું કે તમારા મનમાંથી એવા નિર્બળ વિચારો કાયમને માટે કાઢી નાખો. એવા વિચારો ને ભાવોના દાસ બનવાને બદલે, તમારા આત્માની અંદર જે વિરાટ શક્તિ છે એ શક્તિનો વિચાર કરો. તમારી અંદર શક્યતાઓનો ભારે અમૂલખ ભંડાર ભરેલો છે. તમે ચૈતન્યના સ્વામી છો, અમૃતમય છો, એ વાતને યાદ કરો તો તમારી અંદરની હતાશા હટી જશે ને તમને નવી આશા, નવી હિંમત,નવા ઉત્સાહ અને નવા સામર્થ્યની પ્રાપ્તિ થશે. સંસારમાં રહીને આત્મવિકાસની સાધના ન જ કરી શકાય એમ માનવું બરાબર નથી. સંસારમાં રહીને તમે જે ધારો તે બધું જ કરી શકો છો. તમારા જેવા કેટલાય માણસોએ સંસારમાં રહીને જ આત્મવિકાસની સાધના કરેલી છે. ફક્ત જોઈએ છે એ માટેનો

મક્કમ નિરધાર, નિશ્ચય, અને એને અનુસરનારો અનવરત, સમજપૂર્વકનો પ્રબળ પુરુષાર્થ. એની મદદથી તમે પરમાત્માની પ્રાપ્તિ કરીને સ્વયં પરમાત્માતુલ્ય પણ બની શકો છો.

★

આત્મવિકાસની સાધના સંસારના ત્યાગથી જ કરી શકાય છે એવું ન માનતા. સંસારનો ત્યાગ કરનાર સૌ કોઈ સાધનાના મહત્ત્વના કામમાં રસ લે છે કે સમય નિર્ગમન કરે છે એવું નથી દેખાતું. પ્રારંભમાં ત્યાગ એક અભિનવ જીવનચર્યાના પ્રયોગરૂપ હોવાથી આકર્ષક ને રસમય લાગે છે. પરંતુ વખત વીતવા સાથે કેટલીય વાર, ચોક્કસ કાર્યક્રમના અભાવને લીધે કંટળો આપે છે અથવા તો અશાંતિ ઊભી કરે છે. વિકાસની વાતને વિસરી જઈને પાછળથી માણસ બીજી પેટા—પ્રવૃત્તિઓમાં પણ પડી જાય છે. એટલે ગણ્યાગાંઠ્યા અપવાદોને બાદ કરતાં, કેવળ ત્યાગ પણ જીવનને માટે શ્રેયસ્કર થાય છે એમ નથી કહી શકાતું. વિકાસનો મુખ્ય આધાર માણસની વૈરાગ્યવૃત્તિ તથા એની આગળ વધવાની તમન્ના પર રહે છે. એ ન હોય તો ત્યાગમય જીવન જડ બની જાય છે ને પ્રગતિનું સાધન નથી થતું.

★

તે ઉપરાંત, એવા જીવનની શક્યતા અથવા અનુકૂળતા દરેકને નથી હોતી. ત્યાગમય જીવન ગમે તેટલું આકર્ષક હોય તોપણ મોટા ભાગના જનસમાજે તો સંસારવ્યવહારની વચ્ચે જ જીવવાનું છે. એનાથી સંસારનો બાહ્ય ત્યાગ નથી થઈ શકવાનો. એવા ત્યાગની આવશ્યકતા પણ સૌને નથી હોતી. એટલે એમણે તો વિવિધ વ્યવહારોની વચ્ચે રહીને પણ આત્મવિકાસ કરી શકાય એવો માર્ગ શોધવો પડશે. જો શાંતિપૂર્વક વિચારીને

અમુક કાર્યક્રમ ઘડી કાઢવામાં આવે અને અપ્રમાદી બનીને એ પ્રમાણે ચાલવામાં આવે, તો સંસાર જીવનવિકાસની વચ્ચે આવે છે એમ નહીં લાગે. રામકૃષ્ણદેવે કહ્યું છે કે નાવ પાણીમાં રહે તેની હરકત નથી, પરંતુ પાણી નાવમાં ન રહે તે જોવાનું છે તેવી રીતે તમે સંસારમાં રહો, પરંતુ તમારામાં સંસાર ન રહે તેનું ધ્યાન રાખો. આપણી આજુબાજુ નજર નાખતાં જણાય છે કે માણસ સંસારમાં તો રહે છે જ, પરંતુ પરિસ્થિતિ એથી આગળ વધી છે, ને સંસાર માણસની અંદર રહેતો થઈ ગયો છે. સંસારની આસક્તિ, મમતા, અહંતા અને રાગદ્વેષની વૃત્તિએ માણસના માનમાં ઘર કર્યું છે. સંસારની પ્રવૃત્તિઓમાં માણસ ગળાબૂડ ડૂબી ગયો છે, ને જીવનના મુખ્ય આદર્શને સાકાર કરવાના પ્રામાણિક પ્રયત્નો નથી કરી શકતો. મોટા ભાગના માણસો સાંસારિક પદાર્થોમાં જ રત છે, અને એમની મોટા ભાગની પ્રવૃત્તિ એમને માટે જ થઈ રહી છે. એમના જીવનમાં ધનપ્રાપ્તિ તેમ જ સાંસારિક સુખોપભોગ જ મુખ્ય ભાગ ભજવે છે. આત્મિક વિકાસનું સ્થાન એમાં નથી રહ્યું.

★

ફોન : દુકાન : ૨૨૫૮૮૧૨ ઘર : ૨૬૬૪૦૭૮
મોબાઈલ : ૯૩૭૪૭૧૦૩૦૪
દીપક સી. મહેતા
કૃષ્ણા ફિલ્મ્સ એન્ડ સ્ટુડિઓ
૧, શ્યામ એપાર્ટમેન્ટ, કાકડીઆ કોમ્પ્લેક્ષ પાસે,

અધ્યાત્મ

વરદ હસ્ત પ્રભુ તમારો, સદાય રહેજો જીવન સહારો

—મા સર્વેશ્વરી

વર્ષ : ૩૭ જાન્યુઆરી—૨૦૧૩ અંક ૪

શ્રી યોગેશ્વર કથામૃત

—મા સર્વેશ્વરી

સ્થળઃ—સુભાષ બંગલો, સરદારનગર, ભાવનગર

તા.૦૩/૦૫/૮૨ સોમવાર એકાદશી

સવારે સર્વેશ્વરી ફરવા જાય છે તો પૂ.શ્રી ઉતારા ઉપર આંટા મારે છે. એ વાત કરતાં પૂ.શ્રીએ પોતે જુદી જુદી રીતે ચાલે છે. દોડે છે તે અભિનય સાથે આજે સવારે બતાવ્યું. એક હાથ આખોયે ઉંચો કરી એક આંગળીથી ગોળ ગોળ સુદર્શન ચક્ર ફેરવતા હોય ને બીજા હાથે નીચે માળા ફરતી ને ખૂબ ઝડપથી દોડતા હોય એવો અભિનય. શરીર ઉપર માત્ર દોઢ વારનો ટુકડો નીચે વીંટાળ્યો છે.

પૂ.શ્રી પોતાની લાક્ષણિક રીતે વિનોદ કરે છે, ને કરાવે છે. એ હળવી રમૂજની પળમાં પણ અધ્યાત્મ ભાવ જ. સર્વશ્રેષ્ઠ કળાકાર જાણે પોતાની કળા વ્યક્ત કરતો હોય એવું એ દૃશ્ય હતું.

સાડાસાતથી સાડાદશ એકધારું લેખનકાર્ય ચાલું જ રહ્યું.

પછી માળા સાથે જપ કરતાં કરતાં આરામ કર્યો.

મુલાકાતમાં આજે વાતો કરતાં પૂ.શ્રીએ દેવપ્રયાગના સંગમનું સ્મરણ કરતાં કહ્યું, “હું ગંગામાં ડૂબકી મારતો નથી. અંદર જાઉં ને ધીમેથી બેસીને જ સ્નાન કરું. પછી છેવટે માથા ઉપર પાણી નાંખુ, પણ ડૂબકી નહીં મારું.”

આજે શ્રી ભાઈલાલભાઈ પણ મુલાકાતમાં આવ્યા છે. તેમણે પ્રશ્ન પૂછ્યો.

પ્રશ્નઃ—ગીતામાં કહ્યું છે. “યો મામ્ વેત્તિ તત્ત્વતઃ તો તત્ત્વતઃ એટલે શું?”

પૂ.શ્રીઃ—તત્ત્વતઃ એટલે અંદરનું સત્વ. પરમાત્મા અંદરથી કેવા દયાળુ, સર્વશક્તિમાન, પવિત્ર છે, કેવી કરુણા છે, કેવી રક્ષા કરે છે, સહાય કરે છે તે તાત્ત્વીક રીતે જાણવું તે તત્વતઃ જાણ્યા એમ કહેવાય. પરમાત્માને એની વિશેષતા સાથે જાણતા થવું. એ રીતે પરમાત્માને તત્ત્વતઃ જાણ્યા પછી ભક્ત એમાં લીન બની જાય છે.

વળી સરોડાના સ્વાગતની, મૂળીના સ્વાગતની વાતો થાય છે પૂ.માતાજી ઉપર પૂ.શ્રીએ ૮૧ જેટલાં ગીતો ને કાવ્યો લખ્યાં છે, તે પૈકી ચાર પાંચ શ્રોતાઓને ગાઈ સંભળાવે છે, સમજાવે છે.

ગઈકાલે ખરીદેલા કપડાં (ધોતીયું, શાલ, ઓઢવાની ચાદર) શ્રી ભાઈલાલભાઈને બતાવે છે. મુલાકાત પૂરી થતાં સૌ વિદાય થાય છે.

પૂ.શ્રી પોતાના નવા પુસ્તકો પ્રેમીજનોને ભેટ આપે છે. દરેક સ્થળે પ્રેમી ભાઈબેનો તો હોય જ. સૌ ને પૂ.શ્રી પોતાના તરફથી પુસ્તકો ભેટ આપે છે.

પૂ.શ્રી સાથે આઈસ્ક્રીમ, તડબૂચ, કેરી વગેરે લઈને અગીયારશનો ફલાહાર લેવામાં આવે છે. ત્યારબાદ પૂ.શ્રી આરામ કરે છે.

આજે ભાવનગરના મહારાજાના પુત્ર પૂ.શ્રીને સાડાપાંચ વાગ્યે મળવા આવે છે. પૂ.શ્રી ટીહરી ગઢવાલના રાજાની, સરિલાના રાજાની વાતો કરે છે. ખાસ કોઇ નોંધપાત્ર વાતો થઇ નહીં.

સમય થતાં પ્રવચન સ્થળે જવાનું બને છે. આજે ટાઉનહોલમાં સામવેદના જાણકાર એક ભૂદેવ પોતે ઋચાઓ બોલતા હતા. પાછળથી તેમણે પૂ.શ્રી માટે સંસ્કૃતમાં સ્વાગત પ્રવચન કર્યું જે નોંધપોથીમાં મૂક્યું છે.

પ્રવચનબાદ પૂ.શ્રીની બેઠક પાછળ પૂ.શ્રી ન જાણે તેમ એક ખાદીની શાલ કોઇ મૂકી ગયું. એકભાઇ પૂ.શ્રી પાસે તે લાવ્યા. પૂ.શ્રીએ કહ્યું, ''કોણ લાવ્યું?'' તે ખબર નથી. હવે શું થાય! કોઇ કર્મકાંડી યોગ્ય બ્રાહ્મણને તે આપી દઇએ ત્યાં સુધી એ તમારી પાસે રાખો. તે ભાઇ શાલ રાખે છે.

ઉતારા ઉપર સમયસર આવી જવાનું બને છે. પ્રવચનમાં લઇ જવાને લાવવા માટે શ્રી બકુભાઇ શેઠની ગાડી આવે છે તે ડ્રાયવરને નિયમિત પ્રસાદ આપવાનું બને છે.

પૂ.શ્રી સાંજે શેરડીના ટુકડા ને દૂધ લે છે. થોડી વાતો થાય છે. પછી આરામ.

(ક્રમશઃ)

સરોડાધામની પુનિતરજ માટેની પદયાત્રા

–ડૉ. શ્રદ્ધા જાની

આપણા બધાનું એ સદ્ભાગ્ય છે કે હવે અંબાજીમાં બે તીર્થસ્થાનોનાં દર્શન થવાનાં. એક સ્વર્ગારોહણ ને બીજું સરોડાધામ. એ સરોડાધામના નિર્માણમાં સરોડાની જ પુણ્યભૂમિનો થોડો અંશ વપરાય અને સરોડા એટલે કે પૂજ્ય શ્રીના નિવાસસ્થાનમાં રહેલી ચિન્મયતા, સ્વર્ગારોહણમાં નિર્માણ પામતા સરોડાધામમાં પણ જળવાઇ રહે એવા પૂજ્ય શ્રી માના વિચારે અમારા બધા પદયાત્રીઓના નસીબ ઉઘાડી દીધાં. માએ બધી દીકરીઓને બોલાવીને પૂછ્યું કે સરોડાધામનું નિર્માણ થઇ રહ્યું છે તો તમને કાંઇ વિચાર આવે છે? બધા કહે 'મા કહે તેમ.' તો મા કહે, ''જો જો પછી કોઇ છટકી ન જતાં.'' તૈયાર? બધા કહે, 'હા મા.' પછી માએ કહ્યું ''સરોડાથી પ્રભુની પદરજ લાવવાની છે. સરોડાથી સત્યપથ સુધી પદયાત્રા કરીને. માત્ર યુવાન ભાઇ બહેનો જ, કોઇ બાળક કે વડીલ નહીં. સૌએ સ્વર્ગારોહણ જ આવવાનું. અહીંથી જ યાત્રા શરુ થશે ને અહીં જ પૂરી થશે. એટલે જેમને પણ આવવું હોય તે નામ લખાવી દો.''

પૂ.શ્રીના ઘરના પ્રાંગણની રજ લાવવા માટે તાંબાના નાના પાત્રો પૂ.માએ પસંદ કરી લીધાં. તા.૦૯–૧૨ એ શ્રી સંવિતભાઇ અને શ્રી રક્ષિતાબેનનો લગ્નદિન હોવાથી આ પદયાત્રાની બસનો તેમજ તાંબાના પાત્રોનો ખર્ચ તેઓ તરફથી આપવાના પ્રસ્તાવનો સ્વીકાર–તેઓનો ભાવ જોઇને પૂ.માએ કર્યો.

પદયાત્રીઓની સંખ્યા ૬૦ ની હતી, જેમાં ૩૭ બેનો અને બાકીના યુવાન સાધક ભાઇઓ હતા.

પદયાત્રા પહેલાં ૩૩ કિ.મી. ની વિચારેલી, પછી તેને ૨૨ કિ.મીની કરવામાં આવી, આમાં સરોડાથી ૧૮ કિ.મી.ની દૂરી પરના નૃસિંહમંદિરનો સમાવેશ થતો હતો.

સ્વર્ગારોહણથી સરોડાની આ યાત્રા બીજા દિવસે એટલે તા.૦૯–૧૨ સ્વર્ગારોહણ જ વિરામ પામી જવાની. યાત્રાનો પ્રારંભ તા.૦૮ મીની રાતે સાડાબારે થયો. જોડાનાર સૌ પદયાત્રી સ્નાન કરીને જ બસમાં ગોઠવાયા, કારણ કે બીજા દિવસે વહેલી સવારમાં જ પૂ.શ્રીના પ્રાંગણની પવિત્ર રજ તાંબાના પાત્રોમાં લાવવાની હતી.

પ્રવાસ દરમ્યાન થોડાં ભજન–ધૂન ચાલતાં રહ્યાં. પરોઢે, સરોડા પહોંચ્યા તો થોડા માર્ગમાં કાદવ હતો. સાધકોને થયું કે પૂ.શ્રીએ એકલા પરિભ્રમણ હિમાલયમાં વરસાદમાં ને અંધકારમાં કેવી મુશ્કેલીઓ વેઠી હશે! અહીં તો અંધારું છે, પણ કેટલા બધાં સાથે છીએ, એટલે બીક જેવું તો છે જ નહીં. ગુરુદેવપ્રભુના ઘરે પહોંચી, ગુરુદેવ પ્રભુની સ્તુતિની ત્રણ લીટીઓ–

સરોડાનંદન શ્રી ગોપાલ, હે યોગેશ્વર કરું પ્રણામ.
દ્વિજકુલે મણિરત્ન સમાન, હે યોગેશ્વર કરું પ્રણામ.
મા જ્યોતિર્મયીના પ્રિયબાળ, હે યોગેશ્વર કરું પ્રણામ.

સત્તર વખત બોલી, ૫૧ પ્રણામ પૂરા કરી, પોતપોતાના કળશમાં પ્રાંગણની રેતી–માટી ભરી. કાપડથી મોઢું બાંધી શ્રી નંદુભાઇ ને કપિલાબેને આપેલ પીળી થેલીમાં મૂકવાની. હે મા, આપે તો પહેલેથી જ સાબરમતીની રેતી ને સરોડાના આંગણની

માટીના કોથળા ભરાવી રાખેલા, એટલે સાધકોનું કામ કેટલું સહેલું થઇ ગયું?

આ પીળી થેલી સહુની ઓળખ બની ગઇ!

મંત્ર જપ, બાવની ગાન, કે સ્તોત્ર પાઠ કરતા કરતા સાધકોએ આ ભૂમિને વંદન કરી પાછા ફરવા પ્રસ્થાન કર્યું. સૌને પોતાની સાધના કરવાનો અવસર મળી ગયો.

હવે પદયાત્રા શરુ થઇ. શ્રી પ્રદ્યુમ્નભાઇ ને શ્રીહિતેશભાઇ–સાધકોને પાણી વગેરે પૂરું પાડતા ને ૐ મા, જય માના મંત્ર ગાનથી સહુનો ઉત્સાહ વધારી રહ્યા હતા. આસપાસના ખેતરોમાં બાળસૂર્યના કિરણોમાં કપાસ, બાજરી ને બીજા પાકો લહેરાતા હતા. ભારતની ગ્રામ્ય પ્રકૃતિનું દર્શન સૌને થઇ રહ્યું. અરે, બે ઊંચાં વૃક્ષો પર મોટા મોટા મધપૂડા લટકાતા જોઇ, સૌ નવાઇ પામ્યા.

દિવસ ઉગતાં જ આ માર્ગ ઉપર ભારે વાહનોની અવરજવર ચાલુ થઇ ગઇ હતી. એકબીજાનો ઉત્સાહ જોઇ સાધકોને પંદર કિલોમીટરનું અંતર કેમ કપાઇ ગયું તે ખબર ના પડી.

નૃસિંહ મંદિરના વીસામા પર શ્રીકનુભાઇ ને તેના પિતાજી શ્રી નારણભાઇએ ભાવના પ્રતીકરૂપ મસાલાવાળું સરસ દૂધ સૌને પાયું. અંબાજીથી સાથે લીધેલ ફળ ફળાદિ પણ સાધકોએ ખાધા. અંબાજીના પ્રવેશના સિંહદ્વાર પર સ્વર્ગારોહણના સાધકો સામે આવેલા. દરેક સાધકે યાત્રામાં કળશ હાથમાં પકડેલો, એથી હાથ દુખવા લાગેલા. થોડી થોડી વારે એ કળશને બીજા હાથમાં લઇ બાકીનાં હાથને આરામ આપતા હતા, તો હે મા! આપ જયારે યાત્રા કરતાં તો આપ તો પૂજ્ય શ્રીના સ્વરૂપને એક

જ હાથમાં પકડી રાખીને ખુલ્લા પગે બીજા હાથે સાડીને સાચવતાં ચાલતાં છતાં આપને માટે એ ખૂબ સહજ હતું, કેમકે આપને પ્રભુ પર એટલો પ્રેમ તો હે મા! અમારાં સૌમાં પણ એવો જ ગુરુ પ્રત્યેનો પ્રેમભાવ વિકસાવો એવી પ્રાર્થના.

સ્વર્ગારોહણનાં દ્વાર પર તત્ત્વાએ બધા જ કળશ પર તિલક કર્યું તથા નિર્ભયે કળશ પર પુષ્પ અર્પણ કર્યું. એ કળશને કુટિયામાં મૂકવામાં આવ્યાં ને ત્યાં જ પૂજ્ય શ્રી માએ દર્શન આપ્યાં. કુટિયા પાસે સૌ સત્સંગ માટે ગોઠવાઈ ગયા. બધાને ક્યાં ખબર હતી કે પદયાત્રાને એ સૌભાગ્ય સાથે પૂજ્ય માનો એક અદ્ભુત અનુભૂતિ પ્રસાદ પણ સૌ પામશે? પૂજ્ય મા : તમે સૌ ભાગ્યશાળી છો કે તમે પૂજ્ય શ્રીની પદરજ અહીં લાવી શક્યાં.

પૂજ્ય માએ પોતાની અનુભૂતિ વર્ણવતાં કહ્યું ''કુટિયામાં મૂકેલા એ પાત્રને અડતાં જ પૂજ્ય શ્રીની ચિન્મયતાનો દિવ્ય સ્પર્શ પામી મા ઝંકૃત બની, એકદમ ઉભાં થઈ ગયાં! હજી તો માત્ર પાત્રને જ સ્પર્શ કર્યો છે પાવન પદરજને તો સ્પર્શસુધ્ધાં નથી કર્યો છતાં પણ પૂજ્ય શ્રીની પાવન પદરજની ચિન્મયતા મા અનુભવી શક્યાં. જન્માંતરો ઓછા પડે એ અનુભવ પામવા'' હે મા! ખબર નહીં અમે બધાંએ એવા તો શું પુણ્યનાં કામ કર્યા હશે કે પૂજ્ય શ્રીની પદરજ લાવવાની સાથે સાથે એ પદરજમાં રહેલી ચિન્મયતાની આપને થયેલ અનુભૂતિને સાંભળી શક્યાં! એ ચિન્મયતાનો અનુભવ કરવાની તો દૂરની વાત, પણ એ અનુભૂતિના શ્રવણની પણ અમારી કોઈ યોગ્યતા નથી, છતાં આપે અમારાં બધા પર કૃપા કરી એ માટે Thank you મા. તે પછી શ્રી તરલાબહેન, શ્રી કલ્યાણકાકા ને થોડા પદયાત્રી ભાઈ–

બહેનો પદયાત્રા વિષે વાત કરી બેઠક પૂર્ણ થઈ.

આ પદયાત્રામાં અમે સૌ પદયાત્રીઓ ઘણું પામ્યાં.

(૧) પૂજ્ય શ્રીની પદરજને લાવવાનું સૌભાગ્ય,

(૨) સરોડાભૂમિનાં દર્શન,

(૩) શારીરિક શ્રમ—ચાલવાનો,

(૪) પ્રાકૃતિક સૌંદર્યનું દર્શન,

અને પૂજ્ય માને થયેલી ચિન્મય અનુભૂતિનું શ્રવણ.

પૂ.માનું બાળ, ભાગ્યશાળી પદયાત્રી.

ખ્રિસ્તી ધર્મના નવા વર્ષના શુભ આરંભે— અભિનંદન—આશીર્વાદ

સને ૨૦૧૩ નો નવા વર્ષનો શુભ આરંભ તા. ૧–૧–૨૦૧૩ થી થઈ રહ્યો છે. આ અંક આપના હાથમાં આવશે ત્યારે વિદેશમાં વસતા આપણા ભારતીય ભાઈ બહેનોના જીવનમાં નવા વર્ષનો પ્રથમ મહિનો પૂરો થવામાં હશે. એટલે મોડે મોડે પણ નવા ખ્રિસ્તી વર્ષના નૂતન વર્ષાભિનંદન સાથે આપ સહુ ઉપર પૂ. મા–પ્રભુના આશીર્વાદ ઉતરો ને ભૌતિક ઉન્નતિ સાથે આપ સહુની આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રે પણ પ્રગતિ થાઓ એવી મંગલ ભાવના.

—અધ્યાત્મ પરિવાર

દક્ષિણ ભારતના ધાર્મિક વડા સાથે

—અનુ. યોગેશ્વરજી, પોલ બ્રન્ટન

મદ્રાસ લઈ જતા માર્ગને છેડે પહોંચ્યા તે પહેલાં કોઈ મારી પાછળ આવી પહોંચ્યું. મેં પાછળ જોયું તો પેલા પીળા ઝભ્ભાવાળા યોગી મારી સામે જોઈને ભવ્ય રીતે હસવા માંડ્યા. એમનું મોં કાન સુધી લંબાતું હતું અને એમની આંખ કરચલીના નાના કાપથી વીટળાઈ વળતી હતી.

‘તમારે મારી સાથે વાત કરવી છે?’ મેં પૂછ્યું.

‘હા, સાહેબ!’ એમણે અંગ્રેજીમાં સરસ રીતે ભાર દઈને ઉચ્ચારણ કરતાં કહ્યું : ‘તમે અમારા દેશમાં શી પ્રવૃત્તિ કરો છો તે હું પૂછી શકું?’

એમની કુતૂહલવૃત્તિથી સહેજ સંકોચાઈને મેં એમને ઉપરચોટિયા ઉત્તર આપવાનો નિર્ણય કર્યો.

‘હું પ્રવાસ કરું છું.’

‘મને લાગે છે કે તમને અમારા સંતોમાં રસ છે.’

‘હા, થોડો.’

‘તો પછી હું યોગી છું.’ એમણે મને માહિતી આપી.

મેં કદી જોયા ન હોય એવા એ એક મજબૂત બાંધાના યોગી હતા.

‘તમને યોગી થયે કેટલો વખત થયો?’

‘ત્રણ વરસ.’

‘જો મને માફ કરો તો તમે તેને માટે ખરાબ નથી લાગતા.’

એ ભારે ગૌરવપૂર્વક મારી નજીક આવીને ટટ્ટાર ઊભા રહ્યા.

એમના પગ ઉઘાડા હોવાથી એમની એડીનો અવાજ હું સાંભળી શક્યો.

‘સાત વરસ સુધી હું શહેનશાહનો સૈનિક રહ્યો છું.’ એમણે ઉદ્‌ગાર કાઢ્યા.

‘સાચું?’

‘હા, મેસોપોટામિયાના યુદ્ધ વખતે મેં ભારતીય લશ્કર સાથે ભાગ લીધેલો. મારી ઉત્તમ બુદ્ધિની કદર કરીને યુદ્ધ પછી મને મિલિટરી ખાતાના હિસાબી વિભાગમાં મૂકવામાં આવ્યો હતો.’

પોતાની જાતનું આવું વણમાગ્યું પ્રમાણપત્ર રજૂ કરવા બદલ મારાથી એમના તરફ સ્મિત કર્યા વિના ના રહી શકાયું.

‘કૌટુંબિક મુશ્કેલીઓને લીધે મારે નોકરી છોડી દેવી પડી અને એ પછી ભારે મુસીબતોનાં વમળોમાંથી પસાર થવું પડ્યું. એને લીધે આત્મિક વિકાસના માર્ગનો આધાર લઈ હું યોગી બનવા તૈયાર થયો.’

મેં એમને કાર્ડ આપ્યું ને સૂચવ્યું : ‘આપણે એકમેકનાં નામ જણાવીએ?’

‘મારું વ્યક્તિગત નામ સુબ્રહ્મણ્ય છે ને મારી અટક આઈયર.’ એમણે ઝડપથી કહી બતાવ્યું.

‘ઠીક ત્યારે સુબ્રહ્મણ્ય, પેલા મૌની સંતપુરુષને ત્યાં તમે મારા કાનમાં જે વાત કહેલી તેના ખુલાસાની હું રાહ જોઉં છું.’

‘હું પણ તમારી આગળ એ ખુલાસો કરવાની રાહ જોઉં છું. તમારા પ્રશ્નો લઈ મારા ગુરુદેવની પાસે ચાલો. એ ભારતમાં અત્યારે સૌથી વધારે જ્ઞાની પુરુષ છે—યોગીઓના કરતાં પણ વધારે જ્ઞાની.’

‘એમ? તમે આખાય ભારતમાં ફરી ચૂક્યા છો? તમો બધા જ

મહાન યોગીઓને મળ્યા છો કે એકદમ આવું વિધાન કરી બતાવો છો?'

'કન્યાકુમારીથી માંડીને હિમાલય સુધીના દેશની મને ખબર છે અને મેં કેટલાક ઉત્તમ યોગીઓ પણ જોયા છે.'

'ઠીક....'

'મને એમના જેવા એકનું પણ દર્શન નથી થયું. એ એક મહાન આત્મા છે તેથી તમે તેમને મળો એવી મારી ઇચ્છા છે.'

'કારણ?'

'કારણ કે એ જ મને તમારી પાસે લઈ આવ્યા છે. એમની જ શક્તિથી તમે ભારતમાં ખેંચાઈ આવ્યા છો.'

એ ભારેખમ નિવેદન મને ખૂબ જ અતિશયોક્તિ ભરેલું લાગ્યું, એથી એ માણસથી મને અલગ થવાની ઇચ્છા થઈ. લાગણીપ્રધાન પુરુષોની વકતૃત્વભરેલી અતિશયોક્તિથી હું હંમેશાં ડરું છું, અને ભગવી કફનીવાળા યોગી ખૂબ જ લાગણીપ્રધાન છે એ દેખીતું હતું. એમના સ્વર, અભિનય, દેખાવ અને સંજોગો પરથી એ સાફસાફ જણાઈ આવ્યું.

'મારી સમજમાં કશું નથી આવતું.' મેં ઠંડો જવાબ આપ્યો.

એ વધારે સ્પષ્ટીકરણ કરવા લાગ્યા :

'આઠ મહિના પહેલાં મને એમનો પરિચય થયો. પાંચ મહિના સુધી એમની સાથે રહેવાની મને મંજૂરી મળી, અને એ પછી એક વાર ફરીથી મને મુસાફરીએ મોકલવામાં આવ્યો. એમના જેવી યોગ્યતાવાળા બીજા કોઈને તમે મળી શકશો એવું મને નથી લાગતું. એમની આત્મિક શક્તિઓ એટલી બધી ઊંચી કોટીની છે કે તમારા અવ્યક્ત વિચારોના ઉત્તર પણ એ આપી દેશે. એમની ઉત્તમોત્તમ આત્મિક અવસ્થાનો અનુભવ કરવા

તમારે એમની સાથે થોડો વખત રહેવું જોઈએ એટલું જ.'

'તમને ખાતરી છે કે મારી મુલાકાતને એ વધાવી લેશે?'

'જરૂર. એમની પ્રેરણાને લીધે જ હું તમારી પાસે આવી પહોંચ્યો છું.'

'એ રહે છે ક્યાં?'

'અરુણાચલ—પવિત્ર દીવાદાંડીના પર્વત પર.'

'એ ક્યાં આવ્યો?'

'દૂરના દક્ષિણમાં આવેલા ઉત્તર આર્કોટ પ્રદેશમાં. હું તમારો ભોમિયો થઈને ત્યાં લઈ જઈશ. મારા ગુરુએ પરમ સત્યનો સાક્ષાત્કાર કર્યો છે, એટલે એ તમારી શંકાઓનું સમાધાન કરશે અને તમારા પ્રશ્નોનો નિકાલ લાવશે.'

'એ ઘણું જ રસમય લાગેછે.' મેં નાખુશી દર્શાવતા કહ્યું : 'પરંતુ મને એ જણાવતાં ખેદ થાય છે કે મારાથી અત્યારે નહીં આવી શકાય, મારો સામાન તૈયાર છે અને થોડા વખતમાં હું ઉત્તર—પૂર્વના પ્રવાસે ઊપડી જઈશ. મારે બે મહત્ત્વની મુલાકાતો પૂરી કરવાની છે.'

'પરંતુ આ કામ વધારે અગત્યનું છે.'

'છતાં દિલગીર છું કે આપણે ઘણા મોડા મળ્યા. મેં બધી તૈયારી કરી લીધી છે. તેમાં સહેલાઈથી ફેરફાર નહીં કરી શકાય. પાછળથી હું દક્ષિણમાં આવી જઈશ, પરંતુ હાલ પૂરતી તો એ મુસાફરી મોકૂફ જ રાખવી પડશે.'

યોગી દેખીતી રીતે જ નિરાશ થયા.

'તમે એક સરસ તક ખોઈ રહ્યા છો; અને....'

એમની નિરર્થક દલીલની કલ્પના કરીને મેં એમની વાતને વચ્ચે જ કાપીને કહેવા માંડ્યું : 'હવે મારે જવું જોઈએ. ધન્યવાદ.'

'તમારા ઇન્કારનો સ્વીકાર મારાથી નથી થઇ શકતો.' એમણે હઠપૂર્વક જાહેર કર્યું : 'આવતી કાલે સાંજે હું તમને મળવા આવીશ, અને આશા રાખું છું કે ત્યારે તમારો વિચાર બદલાયો છે એવું સાંભળી શકીશ.'

અમારી વાચચીતનો એવી વિચિત્ર રીતે અંત આવ્યો. એમની સુદૃઢ, સુંદર બાંધાવાળી, ભગવી કફનીવાળી આકૃતિને રસ્તા પરથી પસાર થતી હું જોઇ રહ્યો.

ઘેર પહોંચ્યા પછી મને લાગ્યું કે સંભવિત છે કે મેં નિર્ણય લેવામાં ભૂલ કરી હોય. ગુરુની ગુણવત્તા શિષ્યના દાવાથી અડધી હોય તોપણ, એમને માટે દક્ષિણનો કષ્ટકારક પ્રવાસ કરવો બરાબર હતો. પરંતુ વધારેપડતા ઉત્સાહવાળા ભક્તોથી મને કાંઇક કંટાળો આવી ગયો હતો. એમના ગુરુની એ પેટ ભરીને પ્રશંસા કરતા, તોપણ તપાસ કરતાં જણાતું કે પશ્ચિમના નાજુક કસોટી–ધોરણની આગળ એ દયાજનક રીતે પાછા પડે છે કે એટલી બધી લાયકાત વિનાના પુરવાર થાય છે. વધારામાં નિદ્રા વિનાની રાતો તથા કઠોર દિવસોએ મારા સ્નાયુઓને હોવા જોઇએ તેના કરતાં કાંઇક વધારે બેચેન બનાવી દીધા હતા. એટલે મારો પ્રવાસ અસાર અથવા નિરર્થક કરવાની સંભાવના મારી આજુબાજુ જરૂર કરતાં વધુ પ્રમાણમાં ભમ્યા કરતી.

છતાં દલીલ લાગણીનું સ્થાન ના લઇ શકી. એક અવનવી વૃત્તિ મને ચેતવણી આપવા લાગી કે પોતાના ગુરુની વિશેષ યોગ્યતાનો દાવો યોગીએ આટલા બધા આગ્રહપૂર્વક કર્યો તેની પાછળ કોઇક સાચી ભૂમિકા જરૂર હોવી જોઇએ. મારી હાતાશાની વૃત્તિને હું પૂરેપૂરી દૂર તો ના કરી શક્યો.

(ક્રમશઃ)

પ્રાર્થનાઓ

–મા સર્વેશ્વરી

તમે અમને ખાવાને અન્ન, પીવાને પાણી, પહેરવાને વસ્ત્રો ને રહેવાને ઘર આપો છો. પ્રભુ! દરરોજ તમે રાત્રિએ સૂતી વખતે અમારી સંભાળ લો છો તથા જીવતા ઉઠાડો છો અને જેમ પુત્રની પિતાને કાળજી હોય તેવી ચિંતા રાખી સદા સૌ વસ્તુઓ પૂરી પાડો છો, એ કેટલી બધી દયા છે? પ્રભુ! કોઇ માણસ ચાહે તો આસમાનના તારાઓ ગણી શકે, માથાના વાળ પણ ગણી શકે, કોઇ સમુદ્રના મોજાઓ પણ ગણી શકે ને કદી કોઇ વરસાદના ટીપા પણ ગણી શકે, પણ હે પ્રભુ! તમારા ઉપકાર તો કોઇથી પણ ગણ્યા જાય તેમ નથી.

હે પ્રભુ! અમે અમારા જન્મની અગાઉ ક્યાં હતા, તે અમે જાણતા નથી, પણ જ્યારે તમારી મરજી થઇ, ત્યારે તમે અમને જન્મ આપ્યો.

ગર્ભમાં પણ તમે જ અમારી સંભાળ લીધી હતી અને હમણાં પણ તમે જ અમારી સંભાળ લો છો. અમને ઉછેરવામાં અમારા માબાપે બહું સંભાળ લીધેલી છે, પણ હે પ્રભુ! અમને જિવાડવાની જો તમારી મરજી ન હોત તો તેઓ કાંઇ કરી શકત નહીં.

અમારી પાછળ જન્મેલા ઘણા માણસો અમારી નજર આગળથી વિદાય થયા છે અને અમે હજુ જીવીએ છીએ, એ કેટલો મોટો ઉપકાર છે.

તમે અમને મનુષ્ય બનાવ્યા, એટલું જ નહીં પણ ઉત્તમ

કુળ, પ્રેમી માતાપિતા આપ્યા છે. એ બધી તમારી કૃપાની નિશાની છે.

અમારા પગના તળિયામાંથી તે માથાના વાળ સુધી એવી કોઈ પણ વસ્તુ નથી કે જે તમોએ અમને આપી ન હોય, એટલું જ નહીં પણ આખો દહાડો કે આખી રાત્રિમાં એવી એકે પળ નથી કે તમે અમારી સંભાળ લેતા ન હો.

અમે તમારી પૃથ્વી ઉપર ચાલીએ છીએ, તમારા સૂર્યના તેજ વડે કામકાજ કરીએ છીએ, તમારું સરજેલું પાણી પીને રહીએ છીએ અને તમારી ઉત્પન્ન કરેલી હવા વડે જીવીએ છીએ. માટે હે નાથ! અમે સર્વ પ્રકારે તમારે લીધે જ છીએ તમારા નિભાવ્યા જ નભી રહ્યા છીએ, એમાં કાંઈ પણ સંદેહ નથી.

તમે આંધળાઓને દોરનાર છો. તમે અજ્ઞાનીઓના જ્ઞાની ગુરુ છો. તમે નિરાધારના આધાર છો, અમારી શાંતિનું સ્થળ છો અને સૌ ભક્તોના આનંદધામ છો.

અમે હાથ જોડી દીનતાપૂર્વક મસ્તક નમાવીને અમે વિનંતી કરીએ છીએ કે, આ તમારી કૃપાથી મળેલી જીભથી દુઃખીઓને દિલાસો આપીએ, અજ્ઞાનીઓને જ્ઞાન આપીએ અને ગરીબ ભાઈ–બહેનો તરફ વિવેક ભરેલાં મીઠા વચનો બોલીએ તથા તેઓની સેવા કરતા રહીએ અને જેણે અમને આવી ઉમદા બક્ષિસ આપી છે, તે દેવાધિદેવ મહાન પ્રભુના ગુણ ગાવામાં અમારી જીભને કામે લગાડીએ, એવી અમારા સૌ ઉપર હે પ્રભુ! કૃપા કરો.

My experiences with my Gurudev

–Ameya Bhai

Day 1

July 6, 2012–Ameyabhai transcribed speech

Anilkaka and Shipraben introduce Ameyabhai from Self–Realization Fellowship.

Jai Krupalu MAA! I'm sure you can't hear it, but my heart is literally pounding. I'm not nearly half as good as these humble devotees described, I am although although trying slowly to work on every little flaw in me and it's been a tremendous blessing to have been in Pujya MAA's presence. I'm sure all of us here know what it means to be in her presence. If it hadn't been for my sister, MeetaDidi, then I would not have had the privilege of being with all of you today. Before we start tonight I just wanted to thank you devotees. What a spiritual army MAA has! All of you out there were like spiritual warriors, bowing down to MAA, that song there, the dance, the natak, everying was just amazing. It's

so hard to follow all that just happened out there, but we will share some inspiring stories from my Guruji, his life, Paramhansa Yogananda. I'm not sure if any of you have heard of him. Paramhansa Yogananda has written this spiritual classic autobiography and MAA has lent this book to many of her devotees to read. We will also talk about his devotees and Shree Dayamataji, who was his foremost living disciple until 2010 when she passed. She was almost 97! And she was 17 years old when she met Guruji, and Guruji used to take those young disciples, some of them even younger than her to picnics outdoors. They would eat together in the wilderness, and pray and sometimes sing, it was so easy for me to visualize Guruji being with (Dayamata) Maa and the other younger devotees similar to when you guys were outside giving performances for pujya MAA.

Yogananda Goes To The Movies with Disciples

Once I remember Shree Dayamataji and a few other disciples were with her, Guruji had taken them out to see a movie and one of the

senior nuns was reading the story later on and she said at some point during the movie, "You know the Indians and Cowboys are getting out of hand, getting a little aggressive with their fights." Guruji passed on in 1952. So the movies and everying was before 1952, this was that era, you can imagine probably black and white. So they were all sitting in the theater and the Indians and Cowboys were getting into some kind of a real big fight, and just before they started hitting each other, one of the older senior nuns just closed her eyes and she did not want to see all that fighting in there she knew, there was a tap on her right knee and Shree Dayamataji was sitting next to her and she just pointed her to Guruji who was sitting next to them and he was asking her, he was just pointing his finger, as if saying, "You know you can't just shut your eyes, you have to watch what's going on." In other words, she said later on that she was a little kid then, but she said that, "it was as if he was telling me to not close my eyes to any fearsome situation in life, face fear in the eye and it will cease to trouble you." This was one of his

quotes that is written in the autobiography. She said we thought we were having fun with Guruji and here he was teaching us the big lessons in life, something as simple as that.

The Divine Sculpture Poem by Guruji

I wanted to share with you a prayer that Guruji has written. It's very beautiful. The Divine Sculpture by Paramhansa Yogananda. "He prays to God and he says that every beat of my heart be a new word in my endless love lyric to thee/May every sound from my lips carry secret vibrations of thy voice/Let my every thought be bliss saturated with thy presence/may every act of my will be impregnated with thy divine vitality/ ornament with thy grace and every concept, every expression, every ambition/Oh divine sculpture, chisel thou my life according to thy design." And in this very poem, after this prayer, he just sums up the wishes of an ardent devotee who just wants to reach first, who wants to ahead on his path to God. And you know, brother Anandamoy is another senior disciple of Parmhansa Yogananda, a direct disciple from his lifetime.

Removing Everything That Doesn't Look Like An "Elephant"

He was once narrating the story with this particular prayer and he said, "one needs to be really great in order to pray to God and ask him to chisel our life according to his design. Because what happens is once he starts chiseling..." I will actually digress here and tell a funny joke I once read. I believe it was the 101 Elephant Jokes Book or something like that. How do you make an elephant from a block of marble? I think you might have heard this. You take the block of marble and take away everything which does not look like an elephant out of it, and you get an elephant. When he starts chiseling that design, that beautiful sculpture, it is already present in that block of marble. Only the unwanted pieces need to be chiseled out. When we pray Oh God, chisel thou my life, he starts chiseling, he takes chunks and pieces, unnecessary and unwanted pieces that we have been clinging onto. We all know we have a few things we can do without, whether they are our behaviors or sometimes with our temperament, we

could do without those things. But we sometimes don't want to let go of those things and he said that when God starts chiseling those things, what do we do? We, instead of being thankful for our prayers being answered, say ouch that hurt and start taking those fallen pieces of marble off the ground and start clinging onto them. In other words, we do not want to let go of our problems, let go of our difficulties. Brother Anandamoy was an outstanding disciple of Guruji, he had been in Master's presence for over 4.5 years and shared some wonderful stories of the time shared with Master.

Brother Anandamoy And The Ugly Bush

One of the ones that comes off the top of my head is that once Guruji, in the later years of his life, he lived in seclusion, I think the last 2 years. He intensely focused on his writing, and the books he wanted to complete. He basically went to a desert retreat, not even the monks knew where he was, so no one could go there and disturb him. Brother Anandamoy was out there to do some construction and once he was working on somthing and Guruji was inside working

on his writings. He saw a very ugly desert bush there and he said you know Master passes through (Guruji is what he used to call Paramhansa Yogananda) here every day and he has to put his eyes on this ugly little bush here and he thought why don't I just remove this bush from here. I don't want him to see this ugly things here every day but Master wouldn't allow me to kill a plant like this. So he looked carefully around him, checking if Master was anywhere to be seen, and he wasn't, he was inside. So he took his spade or shovel or whatever he had with him and started hitting the bush, One more stroke and the bush would have been dead. Before he put the last stroke in, there came Master running out yelling, "is it dead or alive?" And he said, "oh! How did he know?" And there Master was, right behind him, asking him if the bush was dead or alive, And he said, "I think it's pretty dead." "You hurt him," Master said. And brother Anandamoy said, "I felt so terrible, I felt as if I had beaten a little kid." But the point he wanted to make with that story was that the love he had for that little bush. And then he said, "if

that's how much he loved that little bush, can you imagine how much more he loves each one of us?" That is the significance of a Guru, of Prabhuji, of Pujya MAA in our lives. They are not great for no reason. They can love each of us unconditionally, irrespective of what we are, how we are, their love for us is always the same.

Brother Anandamoy And The Snake

Once while in the same desert retreat brother Anandamoy was again working on construction and someone came to him and said, "Master is calling you on the other side of the building. Come soon and bring a shovel with you." And brother Anandamoy ran to the other side with a shovel in his hands where Master was. There was a snake there and Master said, "Just put that thing on the other side of the fence, use the shovel." It was a big snake, and it's not that easy throwing a snake using a shovel. So he tried once or twice, and the snake was just running around. Master was still looking at him. He just threw the shovel away and lifted the snake with his bare hands and put it on the other side of the fence. After narrating this story,

brother Anandamoy said he was actually born in Switzerland and he had just moved to the US. He said, "I was new to the country, I did not know much about America and its snakes, which ones are poisonous or not. Believe me when I say that picking up snakes with my bare hands is not exactly my hobby." But he did it regardless because he knew that Master was with him. So you see that devotion, more than devotion is faith, faith in your Guru because he knew he was with him. Master was with him, no matter what happened he would be taken care of. I remember when he narrated this story and I thought, "Oh God, if only I had such faith in my Guru, knowing that he is with me always." Knowing that no matter how many sankes come in our life, either literal or figurative snakes, that no matter how many problems come at us that we will have the grace of our Guru with us. We don't need any shovels or tools, we can just use our bare hands to throw out the snake across the fence. To me it was a beautiful story.

પૂ.માની યાત્રા

—મા સર્વેશ્વરી

ૐ યોગેશ્વરાય નમઃ

૨૭/૬/૨૦૧૧ અમેરિકાથી લંડન

જીવનયાત્રાના આજના મંગલપ્રભાતે પ્રાર્થના સાથે પ્રણામ. પ્રભુ આપનું અખંડ સાંનિધ્ય, અખંડ દર્શન, અખંડ આશીર્વાદ ઇચ્છીએ છીએ.

આજે પ્રસ્થાન. ભારતને સલામી ભરી. આજે અમેરીકાને સલામી. અરે, અમેરીકામાં વસતા સર્વને સલામી. સલામી ભરતાં ભરતાં એક દિવસ આપણને પણ સલામી આ દ્રશ્યમાન જગત આપશે.

મા ગયાં. હવે ના મળે. એમ માની સર્વ કહેવાતા સ્વજનો પોતાના વર્તુલમાં પોતાની પ્રવૃત્તિમાં પાછાં ખોવાઇ જશે. હે હરિ, આપ જ એક એવા સ્વજન છો જે ખોવાયેલાંને કે મળેલાને સલામી ભરનાર કે સલામી ઝીલનાર સૌને કદી ભૂલતા નથી. સતત સાથે રહીને સનાતન સાથી બનીને સૃષ્ટિના સર્જન, પ્રલયના પર્વે પણ પડખે જ છો.

અમે એ સમજીએ છીએ, માટે જ આપનાં શ્રી ચરણોમાં વારંવાર પ્રણામ કરીને આજની યાત્રાનો આરંભ કરીશું.

યાત્રાના પ્રારંભે પવિત્ર ગંગાજીનું સ્મરણ કરી માનસિક પ્રણામ DVD ના દર્શનથી કરી લીધાં છે. મા સાથે નવ પસંદગી પામ્યા છે તે સૌ સ્વજનોને પણ શ્રી ગંગાજી પ્રિય ને પૂજ્ય છે. તે

સૌએ પણ શ્રી ગંગાદર્શન વિજ્ઞાનના માધ્યમથી માણ્યું છે.

તૈયારી કરી લીધી. ભરપેટ ફળાહાર પણ થઇ ગયો. વરદહસ્ત ને ૫ પ્રણામ પણ સૌ સાથે થયા છે.

પણ તેની થોડીક ક્ષણો પૂર્વે આજે અચાનક મંદિરની સન્મુખ મા ઊભાં હતાં ત્યાં પ્રકાશદર્શન થયું છે.

અચાનક જ એ પ્રકાશીત તત્ત્વ કિરણોના તેજસ્વી સ્વરૂપે માને વીંટળાઇ વળે છે. માએ તે ક્ષણે માગ્યું નથી. મા તો બીજા જ કાર્યમાં મનથી હતાં.

સ્મરણમાં ના રહે છતાં સ્મરણ કરીને સામે મળે અરે, વ્હાલથી વીંટળાઇ વળે તે જ સાચાં સ્વજન, એવા એ પ્રકાશ સ્વરૂપ દિવ્ય સ્વજન આજે યાત્રાના આરંભે સામેથી જાણે આશીર્વાદ આપવા પધાર્યા છે.

હા, માત્ર તે માને જ મળ્યા છે મંદિરની સામે તો ૪, ૫ સ્વજનો હતાં જે પ્રાર્થનાની તૈયારી કરતાં હતાં. તેમને આ દિવ્ય સ્વજન ના મળ્યા, ના દેખાયા. એટલે એ સ્વજનો તો મંદિરના સ્વરૂપને જ પ્રાર્થના પ્રણામ કરશે જ્યારે માએ તો આજે આ અલૌકિક સાથી સ્વજન પરબ્રહ્મ પરમાત્માના પ્રકાશ સ્વરૂપને સ્મરતાં સ્મરતાં આભાર માનતાં માનતાં પ્રાર્થના પ્રણામ કર્યા છે.

માત્ર માને જ શા માટે દર્શન આપે છે? શા માટે માત્ર માને જ વીંટળાઇ વળે છે?

આવા અનેક પ્રશ્નોના પ્રત્યુત્તર માત્ર શ્રી હરિ પાસે જ છે. નાનપણથી એ પ્રકાશ અચાનક જ વીંટળાઇ વળે છે. શ્રી ગુરુભગવંતના સંસર્ગ પછી તેની સાચી ઓળખ થઇ. એટલે એ આખો વિષય શ્રીગુરુભગવંતનો છે. માનો નથી.

મા તો એટલું માને છે કે યાત્રાના આશીર્વાદ મળ્યા એટલે હાથ જોડી દર્શન દઈ સમાવી લે, એવી પ્રાર્થના સાથે તેને વધાવ્યો છે.

આજની યાત્રામાં પસંદગી પામેલા અને જેને અનુકૂળતા હોય તે અને જેને આર્થિક રીતે સક્ષમ હોય તેવા નવ પાત્ર જોડાયા છે. એ નવ સિવાય બીજા ૯૦૦ કે ૯૦૦૦ છે ને હશે પણ આ યાત્રામાં આ વખતે માત્ર આ નવની પસંદગી શ્રી હરિએ કરી છે.

બેન મનીષા આવી ગઈ. યુવાન સારથિ હોય એટલ જ જેમ જિજ્ઞાસુની સાધનાત્મક ગાડી ઝડપથી દોડે તે રીતે આજે ખૂબ ઝડપથી એરપોર્ટ આવી ગયાં, પણ જ્યાંથી જવાનું હતું ત્યાં નહીં, પરિણામે ત્રણ ત્રણ વાર એરપોર્ટના ટર્મીનલની પ્રદક્ષિણા ગાડીમાં બેઠાં બેઠાં કરવી પડી. માની લીધું કે સ્વર્ગારોહણની કુટિયાની પ્રદક્ષિણા થઈ.

બધાની એક એક સૂટકેશ, એક એક હેન્ડબેગ સાથે હતી. ૧૫ દિવસ માટે એટલું જ પૂરતું છે, એવું એરપોર્ટની આ બ્રીટીશ એર લાઈન પોતાનો નિયમ બતાવતી હતી. નહીં તો આપણે તો બે બે, કે ત્રણ ત્રણ બેગ પણ લઈ જવા માટે તૈયાર જ હોઈએ છીએ.

લગેજનો નિયમ, પ્રતિબંધ ૧૫ દિવસ માટે પૂરતું છે.

ઉપરના લોકની યાત્રા માટે પણ નિયમ તો છે જ ને? **શ્વાસે શ્વાસે હરિનામ લઈને ભરાય એટલી સૂટકેશ ભરી લો. જો તમારી પાસે હરિનામનો સામાન હશે તો તમારો બધો જ સામાન લેવા યમદૂતો પણ દેવદૂત કે હરિદરબારના પાર્ષદ**

બનીને મદદ કરશે.

સાત્ત્વિક સંપત્તિ જ ઉપરના લોકમાં લઈ જવાની છે, તે જ આપણને પગદંડી બતાવશે. ઝળહળ જ્યોત બનીને દોરશે.

ઉપરના લોકના પ્રવેશદ્વારે અહીંની જેમ પાસપોર્ટ ચેક કરશે. શું નામ છે, શું કરો છો? ને વળી સંરક્ષણ વિભાગમાં તો આપણા તનમન અંતરના સંતાઈને બેઠેલા સર્વ આસુરી સ્વજનોને પણ ઉપરના લોકમાં તો જાહેર થવું જ પડે કે તમે કેટલા સાત્ત્વિક છો અને કેટલા ટકા હજી ત્રૂટિ છે.

સતત આ નીચેનું ઈમીગ્રેશન અને સીક્યોરીટી માને જગાડતી રહે છે કે આ બધું ઉપરના લોકનું જ પ્રતિબિંબ છે.

પૂછશે ઉપર. શા માટે વિદેશયાત્રા? શા માટે આ જ સ્વજનોને પસંદ કર્યા? વિદેશયાત્રામાં સાત્ત્વિક નિયમોનું શું થતું? પ્રભુનું સ્મરણ રહ્યું કે વિસ્મરણ કર્યું? પ્રભુની રક્ષા માટે આભાર માન્યો કે પછી એમાં શું? એટલું તો શ્રી હરિ કરે જ ને? એવું માનીને શ્રી પરમાત્મા માટે બેદરકાર રહ્યાં કે ચાલશે ભગવાનને વળી શાની જરૂર? એ તો આપણી મા છે એવું માનીને છેતરતા રહ્યા?

સતત જગાડતા રહેવું એવું શ્રી હરિ એ નક્કી કર્યું લાગે છે.

યુરોપયાત્રા ઘણા વરસો પહેલાં થઈ હતી. આ યાત્રામાં તે તે દેશ નથી. આ વળી નવી જ દિશા છે.

અરે, આજે ન્યુજરસીથી લંડન આવ્યા. પ્લેનમાં પણ સર્વપ્રકારે અનુકૂળતા ધરવા શ્રી હરિ હાજર થયા.

હા, શ્રી સરોજબેન અને શ્રી ભગવાનભાઈ પોતાની સીટ છોડીને બીજી સીટ ઉપર ગયા. તો માને એ ત્રણ સીટ મળી

ગઈ. મા તો પ્લેન ઉપડ્યું ને દશ જ મીનીટમાં છત્રપલંગની મોજ માણતાં માણતાં પોઢી ગયાં તે છેક લંડન આવવાને ૩૦ મીનીટની વાર હતી ત્યારે જ ઉઠ્યાં.

હા. તા.૨૭ ની ૩૦૦ માળા+૩૪=૩૩૪ માળા તો થઈ જ હતી. પ્રણામ પણ તા.૨૭ ના થયા જ હતા તો યાત્રાનો નિર્જળા પણ શરૂ થઈ ગયો હતો.

એટલે શ્રી હરિની ઈચ્છા પણ યાત્રામાં પોતાનું સાનુકૂલમ નામનું સ્વરૂપ પ્રગટ થાય એવી હશે તો જ ત્રણ સીટ મળે?

જાણે ઉઘાડી આંખે શ્રી હરિની કૃપા કેવી હોય તે સૌને જોવા મળ્યું.

લંડનમાં તો તા.૨૮નું પ્રભાત તો પ્રગટી ચૂક્યું હતું.

તા. ૨૭ રાતે ૧૧ વાગે યુરોપ યાત્રા પ્રારંભ પામી. ભાઈ પિનાકિન, પ્રશાંત બંને યુવા સ્વજનો આપણા નવ સ્વજનોને વિદાય આપવા એરપોર્ટ આવ્યા હતા.

એરપોર્ટ બધે સરખાં, સ્વચ્છ. હજારોની ભીડ છતાં શાંતિ. પ્લેન બધે સરખાં. કર્મચારી વર્ગ પણ સરખો. પ્રભુની પરમકૃપા પણ સર્વત્ર એક સરખી હોય છે.

શ્રી ગુરુભગવંતની કૃપાદષ્ટિથી રક્ષાયેલા સૌ સુરક્ષિત લંડનની ધરતી ઉપર ઉતરી શક્યાં. ના કોઈને કોઈ ઠોકર વાગી કે ના કોઈ મોડું પડ્યું કે કોઈ ખોવાઈ ગયું કે માંદુ પડ્યું કે થાકી ગયું.

સર્વત્ર જાણે પ્રત્યેક પગલે પગલે શ્રી ગુરુભગવંતની અખંડ કૃપા વરસી રહી હતી. જાણે પ્રભુનું અખંડ છત્ર સૌની સાથે હતું કહો કે શ્રી ગુરુભગવંત જ પ્રત્યક્ષ જાણે સતત સંપ–પ્રેમનું ગીત

ગાતા ગાતા ચાલી રહ્યા હતા.

માળા થઈ ગઈ તેની હાશ છે. વિશ્રામ સાથે હરિગુણ ગવાયા.

યાત્રાને મંત્રયાત્રા પણ શ્રી હરિ બનાવી શકે. સતત મંત્રથી મઢતા મઢતા માને જ મંત્ર મા બનાવી દે.

અરે, મંત્ર જપતાં જપતાં સઘળું ભૂલાવી દે. મંત્રની તારક શક્તિથી તારી દે. મારક શક્તિથી સંસારને મારી દે. શ્વાસે શ્વાસે મંત્ર પાથરી દે. મંત્રથી સર્વ મંગલમય કરી દે.

હે મારા નાથ! આપના અનંત ઉપકારથી રક્ષાયેલા અમે સૌ વંદન કરીએ છીએ. પ્રણામ, પ્રણામ, પ્રણામ, પ્રણામ, પ્રણામ, પ્રણામ.

(ક્રમશઃ)

ઉછરેલો સાપ ક્યારે પણ ડંખી શકે છે મનમાં છુપાયેલું પાપ ગમે ત્યારે આપણા ઉજ્વળ જીવનનો નાશ કરી શકે છે.

અંધકારમાં ગાંઠ ખુલી શકતી નથી, પરંતુ જ્યારે વિવેકનો દીપક પ્રગટે છે અને દોરીના વળાંક તથા ગુંચ સાફ દેખાવા લાગે છે ત્યારે જીવનચક્રની ગાંઠ ખુલવામાં વાર લાગતી નથી.

બધો આધાર ઈશ્વર ઉપર છે એવી ભાવના જરૂર રાખો, પરંતુ બધો આધાર તમારા પર જ છે એમ સમજી કામ પણ કરો.

નિત્ય નોંધો

—ડૉ.બી.જે.જાગાણી

તા.૧૧—૧૦—૨૦૧૧

પૂ.શ્રીમા,

આપનાં શ્રી ચરણોમાં પ્રણામ.

ગઈકાલે ચશ્માની ફ્રેઈમ તૂટી ગઈ. ઘરમાં રંગકામ ચાલે છે. રંગની જરૂર હતી. ઓફિસમાં નવા કુલપતિનો પ્રથમ દિવસ હતો. રંગવાળા ભાઈઓ ઘેર આવ્યા. સામાન ફેરવવાનો બાકી હતો. આ બધું કામ ૧૫ મિનિટમાં કરવાનું હતું. રંગ લેવા ગયા. ત્યાં ભીડ હતી. વચ્ચેથી આપણો વારો લઈ લીધો. ચશ્મા રીપેર કરવા આપી દીધાં. ઘેર સામાન ફેરવી લીધો. જમવાનું બાકી હતું. જમાઈ ગયું. બધું જ સમયસર થઈ ગયું. ઓફિસે સમયસર જવાઈ ગયું. સાંજે ચશ્મા પણ નવી ફ્રેમમાં આવી ગયાં. તે પણ ફ્રીમાં. ઓફિસે રજિસ્ટ્રાર બદલાયા. આપણી પર તાજ (કાંટાળો)ના આવ્યો. આ બધું કોણે કર્યું. અધૂરામાં પૂરું ઘેર વિજળીનો વાયર તૂટી ગયો. ખૂલ્લો હતો. તે પણ સંધાઈ ગયો. બહાર ટ્યૂબ ફીટ કરવાની હતી તે પણ થઈ ગઈ. અરે! પંખો ધીમો ફરતો હતો તેનું કેપેસીટર પણ બદલાઈ ગયું. આ બધું કોણે કર્યું? એની સ્મૃતિ થઈ એટલે આભાર માનવા પેન સહજ રીતે ઉપડી ગઈ. માનો આભાર માનવા લાગી ગઈ. હમણાંથી ડાયરીમાં લેખન કરવાનું બંધ હતું.

હમણાં હમણાં દેવીની ઉપાસના વધી છે. જપ, સ્તુતિ, પાઠ, પ્રદક્ષિણા નિયમિત ગુપ્ત રીતે થયા જ કરે છે. વિષ ભરેલા વાતાવરણમાં અલિપ્ત રાખો છો એ પણ આપના અવતારનું

પરિણામ જ છે ને? હે મા! હે દેવી દેવતાઓ આપનો એ માટે આભાર.

તા.૧૨—૧૦—૨૦૧૧ બુધવાર

પૂ.શ્રીમા,

આપના ચરણોમાં કોટિ પ્રણામ.

આસક્તિ હોય ત્યાં દુઃખ, દર્દ ને રોગ આવે. આસક્તિ સંસારની હોય ત્યાં આવું થાય. આસક્તિ પરમાત્મામાં રખાવજો.

નોકરીના સ્થાનમાં વિષ ને રાગ દ્વેષના કટોરા પીવાના આવે છે. ત્યાં પ્રેમપૂર્વક જીવન નિર્ગમન થાય ને જીવનમાં સુવાસ સહજ રીતે પથરાય એવી કૃપા કરવા પ્રાર્થના છે.

અનેકો સાથે વ્યવહાર કરવાનો થાય છે. એ વ્યવહાર પ્રેમભર્યો થાય એવી કૃપા કરવા પ્રાર્થના છે. કૃપા કરો ને દર્શન આપો. જીવનમાં શાંતિ આપો.

—પ્રણામ

તા.૧૩—૧૦—૨૦૧૧ ગુરુવાર

પૂ.શ્રીમા,

આપના શ્રી ચરણોમાં પ્રણામ.

કૃપા કરો. આપની માનસ પૂજા રોજ કરીએ છીએ. એકાગ્રતા વિના. મશીનની જેમ. જેવી આવડે તેવી. તે સ્વીકારીને પ્રસન્ન થઈ જજો. આ લિખિત પ્રાર્થનાનો સ્વીકાર કરી લેજો. જીવનમાં શાંતિ, સુખ, આનંદ સમૃદ્ધિ, સિદ્ધિઓ આપજો. દર્શન તો ખરાં જ—હૃદયમાં ને બાહ્ય જગતમાં. આપનાં શ્રી ચરણોમાં પવિત્ર પ્રેમની ધારાઓ અમારાં હૃદયમાંથી નીકળીને વહ્યા કરે એવી કૃપા કરો. એ આપના માટે શક્ય પણ છે. હે

દિવ્યમાતા! પ્રણામ. જે જે પ્રાર્થનાઓ સાંભળી છે તેને માટે આભાર.

તા.૧૪–૧૦–૨૦૧૧ શુક્રવાર

પૂ.શ્રીમા,

આપના શ્રી ચરણોમાં પ્રણામ.

સરળ, સહજ, પવિત્ર, અલિપ્ત આપનાં સ્વરૂપને પૂ.શ્રીએ પોતાની કલમે વર્ણવ્યું છે તે વાંચતાં આનંદ થાય છે. એ જ સ્વરૂપને ઋષિઓએ દુર્ગાસપ્તશતીમાં સંસ્કૃતમાં શ્લોકો રૂપે વર્ણવ્યું છે. વળી ભવપાર કરવા મથનારા સાધકોની માટે તરવાની હોડી સમા શ્લોકો, સ્તુતિઓ પણ આપી છે. હે મા! તે સ્તુતિઓ સ્વીકારો ને રક્ષો, તારો, ઉગારો જીવનમાં શાંતિ આપો. પરિવારજનોને શાંતિ આપો. સુખ આપો. અશાંતિને દૂર કરી દો. અવિદ્યા ને અજ્ઞાનનાં આવરણોમાંથી બહાર કાઢો. તે કામ આજે જ કરો એવી પ્રાર્થના છે.

–પ્રણામ

સંદીપ વેલ્ડીંગ વર્ક્સ

ગ્રીલ, દરવાજા, તેમ જ મેઈન ગેટના સ્પેશ્યાલીસ્ટ

તેમ જ

દરેક જાતનું રીપેરીંગ કામ કરનાર.

મોદી બંગલા,ઉમરા જકાત નાકા પાસે, **સુરત**-૩૯૫૦૦૭

ઈશ્વર દર્શન

–શ્રીયોગેશ્વરજી

ચમત્કાર અને ધર્મ

પ્રશ્ન : ચમત્કારોને ધર્મ અથવા ઈશ્વર સાથે કાંઇ સંબંધ ખરો?

ઉત્તર : જે જાતના ચમત્કારોની તમે વાત કરો છો અથવા તો લોકોમાં સામાન્ય રીતે જે જાતના ચમત્કારો વિશે કહેવાય છે, તે જાતના ચમત્કારો જાદુ વિદ્યાના પ્રયોગ જેવા છે. કોઇક વાર તે ચમત્કારનું મૂળ મેલી વિદ્યામાં પણ હોય છે. એ ચમત્કારો મોટે ભાગે લોકરંજન માટે, કીર્તિ કમાવા માટે, કે ધનપ્રાપ્તિ માટે કરતા હોય છે. એમનો આશ્રય લેનાર કોઇ ઊંચી કોટિનો આધ્યાત્મિક વિકાસ કરી ચૂક્યો હશે કે કરવા માગતો હશે, એમ ના કહી શકાય. એવા ચમત્કારોને ધર્મ ઈશ્વર, આધ્યાત્મિકતા, કે માનવના વ્યક્તિગત વિકાસની સાથે સંબંધ ના હોય એ સહેલાઇથી સમજી શકાય તેવું છે. પરંતુ ચમત્કારોનો એક બીજો પ્રકાર પણ છે અને એને ધર્મ, ઈશ્વર, આધ્યાત્મિકતા કે માનવના વ્યક્તિગત વિકાસની સાથે સંબંધ હોઇ શકે છે.

પ્રશ્ન : એ કયો પ્રકાર છે તે વિશે સમજાવી શકશો?

ઉત્તર : જરૂર એ પ્રકાર વિશે સમજાવું તે પહેલા એટલું સમજી લો કે એને ચમત્કારના બહુ ગવાયેલા, બહુ ચવાયેલા, નામથી ઓળખવાને બદલે વિશેષ શક્તિ કે સિદ્ધિના નામથી ઓળખવાનું વધારે બંધબેસતું થઇ પડશે. ચમત્કાર શબ્દના ધ્વનિમાં એકજાતની જુદી જ વ્યંજના ઊઠે છે. એ શબ્દમાં કોઇક, લોકોને આંજી નાખવા માટે કરાતા જાદુ પ્રયોગોનો ભાવ સમાયેલો છે. લોકો એ શબ્દને એ રીતે જ ઓળખે છે. પરંતુ

આપણે જેની વાત કરીએ છીએ તે શક્તિ જુદી છે. આત્મોન્નતિની દિશામાં આગળ વધનારા સાધકને એની ઉપલબ્ધિ આપોઆપ અથવા તો સ્વાભાવિક રીતે જ થતી હોય છે. ફૂલમાં જેવી રીતે ફોરમ, મધમાં મધુતા, તથા સૂર્યમાં પ્રકાશ સહજ રીતે હોય છે. તેવી રીતે સાધનામાં આગળ વધેલા સાધક કે સિદ્ધ પુરુષમાં એ શક્તિનો આવિર્ભાવ કુદરતના નિયમ પ્રમાણે આપોઆપ જ થતો હોય છે. અમુક પ્રકારના પ્રાણાયામથી સતત ધ્યાન કે સમાધિના અભ્યાસથી, ઈશ્વરદર્શનથી અથવા તો મંત્રાનુષ્ઠાનથી એવી અસાધારણ શક્તિનો ઉદ્ભવ થતો હોય છે. ઉદ્ભવેલી શક્તિ ધીમે ધીમે વિકસે છે પણ ખરી. સામાન્ય લોકો એને ચમત્કારના નામથી ઓળખે છે. પરંતુ ચમત્કાર શબ્દ એને માટે બરાબર નથી. ચમત્કાર શબ્દ આધ્યાત્મિક વિકાસનો પરિચાયક નથી. માટે તેનો પ્રયોગ કરવાનું છોડી દઈને હું વિશેષ શક્તિ કે સિદ્ધિ એવા શબ્દનો પ્રયોગ કરું છું.

પ્રશ્ન : આત્મિક વિકાસને માર્ગે આગળ વધનારા પ્રત્યેક સાધકને એવી શક્તિની પ્રાપ્તિ થતી હશે?

ઉત્તર : ઓછાવત્તા પ્રમાણમાં થતી હોય છે. કેટલીક વાર તો બહુ લાંબે વખતે પણ થતી હોય છે. છતાં પણ, શક્તિનો મોહ રાખવાને બદલે સાધકે સર્વશક્તિમાન પરમાત્માનો મોહ રાખવો જોઈએ. અને પરમાત્માના પ્રત્યક્ષ પરિચય કે સાક્ષાત્કારને માટે જ સાધના કરવી જોઈએ. જે શક્તિની પાછળ પડે છે ને સર્વશક્તિમાનને ભૂલી જાય છે તે ભૂલ કરે છે. શક્તિ કરતાં શક્તિના સ્વામી મહાન છે એ યાદ રાખવું જોઈએ. અને જીવનના ધ્યેય તરીકે શક્તિની નહીં પરંતુ તેના સ્વામીની જ પસંદગી કરવી જોઈએ. શક્તિ નહીં હોય તો ચાલશે, જીવનનું

કલ્યાણ પણ કરી શકાશે. પરંતુ પરમાત્મા વિના જીવનનું સાર્થક્ય નહીં કરી શકાય.

પ્રશ્ન : સિદ્ધિઓમાં પડીને ભાન ભૂલી જવાનો કે માર્ગ ચૂકી જવાનો કે માર્ગ ચૂકી જવાનો ભય રહે છે ખરો?

ઉત્તર : રહે છે. પરંતુ કેવળ નબળા મનના વિષયલોલુપ સાધકોને માટે. જેમનું મનોબળ મજબુત છે, અને ઈશ્વર વિના બીજા કોઈએ પદાર્થની લાલસા જેમના મનમાં નથી રમી રહી, તેમણે તેવો ભય રાખવાની જરૂર નથી. ના, સ્વપ્ને પણ નહીં. જેનું મનોબળ નબળું છે તે તો સિદ્ધિ નહીં મળે તો પણ, બીજી સાધારણ વાતોમાં પડીને પણ ભાન ભૂલી જશે કે માર્ગ ચૂકી જશે. એ તો બધી જ પરિસ્થિતિમાં અસલામતીનો અનુભવ કરશે. યાદ રાખો કે ઊંચી શ્રેણીના સાધકો વિશેષ શક્તિ કે સિદ્ધિને માટે હવાતીયાં નથી મારતા, એને આદર્શ માનીને પણ નથી ચાલતા. પોતાના સાધનાપંથમાં સહજ રીતે સાંપડતી શક્તિઓને એ અંગીકાર કરે છે. અને એ શક્તિઓ પોતાને પથભ્રાંત ના કરે એટલું આત્મબળ તો એમણે મેળવેલું જ હોય છે.

★

સખ્ય ભક્તિ

પ્રશ્ન : તમે કહ્યું કે સખ્ય ભક્તિમાં ભક્ત ભગવાનને પોતાના સખા કે મિત્ર માને છે તો શું ભગવાનને એવી રીતે પોતાના સખા કે મિત્ર માનવા બરાબર છે?

ઉત્તર : હા, બરાબર છે એમાં કશું ખોટું નથી. ભક્તિની એ સાધના પ્રક્રિયામાં મનુષ્યસ્વભાવનું પ્રતિબિંબ પડે છે. સંસારના મનુષ્યના જે પ્યારા કે મીઠા સંબંધો છે, તેવી જાતના સંબંધોની ભાવના એ ઈશ્વર સાથે પણ કરે છે અને એ સંબંધોને મજબુત

કરીને એમના દ્વારા ઈશ્વરના રસપ્રદાયક, સુખદાયક, સતત સાનિધ્યની ઈચ્છા રાખે છે. ભક્ત એ ઈચ્છા રાખીને ભક્તિ કરે એનો અર્થ શું છે? લાંબા વખતના અભ્યાસને લીધે એના માટે એવી ભાવના છેક સ્વાભાવિક બની જાય છે. એ ભાવના સંકુચિત નથી હોતી, પરંતુ વિશાળ હોય છે, તે ઉપરાંત, પ્રેમના પ્રવિત્ર સ્વરૂપને ઉત્તરોત્તર વધારે ને વધારે પ્રમાણમાં પ્રકટાવનારી હોય છે એટલા માટે બાધક નહીં પરંતુ સાધક અથવા તો શ્રેયકર થાય છે. આધ્યાત્મિક વિકાસ માટેના સાધનામાર્ગની તમારે કોઈ ભાવનાનો તિરસ્કાર નથી કરવાનો, કોઈ ભાવના નિતાંત ખરાબ છે, અને એથી વર્જ્ય છે, એમ પણ નથી માનવાનું, ફક્ત તે ભાવનાઓ મનુષ્યના હૃદયની એક સહજ ભાવના તરીકે સ્વીકારી લઈને તેને ઉન્નત કરવાનો તથા સાનુકૂળ બનાવવાનો પ્રયાસ કરવાનો છે. એમ કરવાથી જીવન ઉર્ધ્વગામી બની શકે છે. એવો ભક્તિ માર્ગના આચાર્યોનો અભિપ્રાય છે અને એમાં શંકા રાખવાનું કોઈ કારણ નથી.

પ્રશ્ન : દાસ્ય અને સખ્ય ભક્તિનો આધાર સૌએ લેવો જ જોઈએ કે તે વિના પણ ભક્તિ થઈ શકે?

ઉત્તર : સૌએ એટલે કે ભક્તિમાર્ગના બધા પ્રવાસીઓએ એનો આધાર લેવો જ જોઈએ એવું નથી સમજવાનું. એ સંબંધમાં કોઈ એકસરખો સર્વસામાન્ય નિયમ નથી પ્રવર્તતો, એ તો પોતપોતાની ઈચ્છા, પસંદગી, કે રૂચિનો પ્રશ્ન છે. જેને એ પ્રકારની ભક્તિનો આધાર લેવો હોય તે લઈ શકે છે. એમાં કોઈ જાતની બળજબરી કે કોઈ પ્રકારના દબાણને સ્થાન નથી. જેને એનો આધાર લેવાની આવશ્યકતા ન જણાય, તે એનો આધાર લીધા વિના પણ આગળ વધી શકે છે. તમે શેનો આધાર લો છો

તે એટલું બધું મહત્ત્વનું નથી, જેટલું તમે એ આધાર દ્વારા આગળ વધો છો કે નહીં તે છે આગળ વધવાનું મહત્ત્વ. સાધનામાં સૌથી વિશેષ એ છે. એટલે કોઈપણ ઉદાત્ત કે સાત્વિક ભાવના જો તે તમારો વિકાસ કરવામાં અગત્યનો ફાળો આપતી હોય તો, તમે તેનો આધાર લઈ શકો છો. યાદ રાખો કે ભક્તિમાર્ગની આ ભાવનાઓ મરજિયાત હોવા છતાં, હૃદયને ઈશ્વરી પ્રેમથી વધારે ને વધારે સભર બનાવવા માટે છે, અને આખરે ઈશ્વરના સાક્ષાત્કારથી જીવનને કૃતાર્થ કરવા કાજે છે. આ અગત્યની વાત જો ભૂલાઈ જશે તો ભારે નુકશાન થશે. ભક્ત કેવળ ભાવમાં જ અટવાતો ને રમતો થઈ જશે, તો એ ભાવની સંસિદ્ધિ નહીં કરી શકે. ભાવની કિંમત ઘણી છે, પરંતુ ઈશ્વરના સાક્ષાત્કારની કિંમત એથી પણ વિશેષ છે, એ યાદ રાખવાનું છે.

પ્રશ્ન : સખ્ય ભક્તિનો આધાર લેનાર પોતાને ઈશ્વરની બરાબરિયો માની લે એવો ભય ખરો? ઈશ્વરને પોતાના મિત્ર માનનાર ઈશ્વરના વિશેષ મહિમાને સમજી શકે ખરો?

ઉત્તર : જરૂર સમજી શકે. ઈશ્વરની સખાભાવે ભક્તિ કરનાર કંઈ પોતાને ઈશ્વર નથી માની લેતો. એવું માને તો તો ભક્તિ કરી શકાય જ નહીં. ઈશ્વર પોતાના કરતાં સવિશેષ કે શ્રેષ્ઠ છે એમ સમજીને જ ભક્ત ભક્તિ કરે છે એટલે તમે કહો છો તેવો ભય રાખવાની જરૂર નથી. તમે જાણો છો કે બે મિત્રો વચ્ચે પણ સંસારમાં બધી રીતે સમાનતા નથી હોતી, છતાં તેમની મિત્રતા ટકે છે ને વધે છે. ભક્તના સંબંધમાં પણ એવું જ સમજી લેવાનું, જે સખ્યભક્તિ કરવાથી એ પોતાને ઈશ્વરતુલ્ય નથી માની લેતો. કદાપિ નહીં. **(ક્રમશઃ)**

કુદરતી ઉપચારમાં રામનામ

—ગાંધીજી

નિસર્ગોપચારીના ઈલાજોમાં સૌથી અકસીર ઈલાજ રામનામ છે. આમાં કોઈએ અચરજ પામવા જેવું નથી. એમાં નામાંકિત આયુર્વેદી વૈદ્યે હમણાં જ મને કહેવડાવ્યું : 'આખી જિંદગી મેં મારી પાસે આવનારા દરદીઓને જાતજાતની દવાની પડીકીઓ આપવામાં કાઢી. પણ તમે શરીરના વ્યાધિઓ મટાડવાને રામનામની દવા બતાવી ત્યારે મને પણ યાદ આવ્યું કે તમારી વાતને ચરક અને વાગ્ભટ જેવા આપણા પ્રાચીન ધન્વંતરિઓનાં વચનોથી સમર્થન મળે છે.' આધ્યાત્મિક વ્યાધિઓને મટાડવાને રામનામના જપનો ઉપચાર અત્યંત પ્રાચીનકાળથી ઉતરી આવેલો છે. પણ મોટી વાતમાં નાની વાત સમાઈ જાય છે અને તેથી મારો દાવો છે કે આપણા શરીરના વ્યાધિઓ દૂર કરવાને માટે પણ રામનામનો જપ સર્વોપરી ઈલાજ છે. નિસર્ગોપચારી દરદીને એમ નથી કહેવાનો કે મને બોલાવે તો તારો બધો રોગ હું મટાડી દઉં. તે દરદીને કેવળ પ્રાણીમાત્રમાં વાસ કરી રહેલું સર્વ વ્યાધિઓને હરનારું તત્ત્વ દેખાડશે, અને તેને જાગ્રત કરી પોતાના જીવનની પ્રેરક શક્તિ બનાવી પોતાનો રોગ કેમ મટાડવો તે બતાવશે. હિંદ એ તત્ત્વના સામર્થ્યને ઓળખતું થાય તો આપણે સ્વતંત્ર તો થઈશું જ, ઉપરાંત આજે આપણો મુલક રોગ ને નબળી શરીરપ્રકૃતિનું ઘર થઈ બેઠો છે તેને બદલે નીરોગ, સુદઢ શરીરવાળી પ્રજાનો મુલક બનશે...

રામનામની શક્તિને અમુક જાતની મર્યાદા છે અને તેની અસર થાય તે માટે કેટલીક શરતો પૂરી કરવી જોઈએ. રામનામ

એ મેલી વિદ્યા કે જાદુ નથી. ખાઈ ખાઈને જેને બાદી થઈ છે ને તેની આપદામાંથી ઊગરી જઈ ફરી પાછો ભાતભાતની વાનીઓના સ્વાદ ભોગવવાને જે ઈલાજ ખોળે છે તેને સારું રામનામ નથી. રામનામનો ઉપયોગ સારા કામને માટે થાય. ખોટા કામને માટે થઈ શકતો હોત તો ચોરલૂંટારા સૌથી મોટા ભગત થઈ જાત. રામનામ તેમને માટે છે જે હૃદયના ચોખ્ખા છે અને જે દિલને સફાઈ કરી હંમેશ શુદ્ધ રહેવા માગે છે. રામનામ કદી ભોગવિલાસની શક્તિ કે સગવડ મેળવવાનું સાધન ન થઈ શકે. બાદીનો ઈલાજ પ્રાર્થના નથી, ઉપવાસ છે. ઉપવાસનું કાર્ય પૂરું થાય પછી જ પ્રાર્થનાનું શરૂ થાય. પ્રાર્થનાથી ઉપવાસ સહેલો થાય ને હળવો થાય એ જોકે સાચું. એજ પ્રમાણે એક બાજુથી તમારા શરીરમાં તમે દવાના બાટલા રેડ્યા કરો ને બીજી બાજુથી રામનામ બબડ્યા કરો તે પણ એક અર્થ વગરના ફારસ જેવું થાય. જે દાક્તર દરદીની બદીઓને પંપાળવાને પોતાની આવડત વાપરે તે પોતે નીચો પડે છે અને પોતાના દરદીને અધોગતિએ પહોંચાડે છે.★ પોતાના શરીરને પોતાના સરજનહારની પૂજાને અર્થે મળેલું એક સાધન માનવાને બદલે તેની જ પૂજા કરવી અને તેને કોઈ પણ ભોગે ચાલતું રાખવાને પાણીની માફક પૈસો વેરવો એનાથી અદકી અધોગતિ બીજી કઈ? એથી ઊલટું રામનામ દરદને મટાડે છે, તેની સાથે માણસની શુદ્ધિ કરે છે અને તેથી

★ આપણે તો શરીરની મરામત કરનારા કરતાં આત્માની મરામત કરનારા જોઈએ છે. ઈસ્પિતાલો અને દાક્તરો વધે તેથી સાચો સુધારો વધે છે એમ માનવાની જરૂર નથી. આપણે આપણાં શરીરને જેમ બને તેમ ઓછાં જ પંપાળીએ, તો આપણે અને જગતને બંનેને માટે સારું છે.

તેને ઊંચે ચડાવે છે. આ જ રામનામનો ઉપયોગ અને આ જ તેની મર્યાદા.

આમજનતાનું વૈદું

ચાળીસ વરસ પર ક્યુનેનું ‘ન્યૂ સાયન્સ ઓફ હીલિંગ’ (ઉપચારની નવી વિદ્યા) અને જુસ્ટનું ‘રીટર્ન ટુ નેચર’ (કુદરતને ખોળે પાછા ફરો) એ બે પુસ્તકો મારા વાંચવામાં આવ્યાં ત્યારથી હું કુદરતી ઉપચારને દૃઢતાથી માનતો થયો છું એ જાણીને તમે રાજી થશો. મારે કબૂલ કરવું જોઈએ કે ‘રીટર્ન ટુ નેચર’નો અર્થ હું પૂરેપૂરો સમજી શક્યો નથી. તેનું કારણ એવું ન માનશો કે મારી સમજવાની ઇચ્છા નથી. પણ તેનું કારણ મારું અજ્ઞાન છે. હમણાં હિંદના કરોડો ગરીબોને ફાવે એવી કુદરતી ઉપચારની પદ્ધતિ ખીલવવાના પ્રયાસમાં હું રોકાયો છું. પૃથ્વી, પાણી, આકાશ, તેજ અને વાયુ એ પંચમહાભૂતોમાંથી નીપજે એવા કોઈક ઇલાજ પૂરતો જ મારો પ્રચાર મર્યાદિત રાખવાની મારી કોશિશ છે. આમાંથી માણસને સહેજે સમજાય છે કે સર્વ રોગોનો સર્વોપરી ઇલાજ જેને અહીંના કરોડો રામના નામથી અને બીજાં કરોડો અલ્લાના નામથી ઓળખે છે તે ઈશ્વરના નામનું સાચા દિલથી રટણ કરવાનો છે. એવા સાચા દિલના રટણમાંથી માણસને માટે કુદરતે ફરમાવેલા કાનૂનને સમજવાનો અને તેને પાળવાનો ધર્મ આપોઆપ ફલિત થાય છે. આ વિચારસરણીમાંથી આખરે એવું અનુમાન પણ ફલિત થાય છે કે રોગ થયા પછી તેને સારો કરવાનાં ફાંફાં મારવા કરતાં તેને થતો અટકાવવો એ જ બહેતર છે. તેથી, આખરે માણસ અનિવાર્યપણે તંદુરસ્તીના અને સફાઈ તેમ જ સ્વચ્છતાના એટલે કે શરીરની, મનની અને તે બંનેની આસપાસની પરિસ્થિતિની શુદ્ધિના નિયમોના પ્રચાર તરફ ખેંચાય છે. (ક્રમશઃ)

સાક્ષીભાવ

—વાસુદેવ સોઢા

આ જગત અને જગત પરનું જીવન શા માટે છે? તે માનવીનો પ્રારંભથી અને કાયમી, સનાતન અને શાશ્વત, પ્રશ્ન કે જિજ્ઞાસાનો વિષય રહ્યો છે. તેનો ઉત્તર ભારતીય શાસ્ત્રો આ પ્રમાણે આપતા કહે છે કે—

‘લોકવત્ તુ લીલયા કેવલમ્’

એટલે જગત અને તેના પરનું જીવન એ જીવનદા અને જીવનનિર્માતા, એવા જગદીશની લીલા છે. રમત છે. આ સમગ્ર સૃષ્ટિમાં રચાયેલી જીવનલીલાને નિર્લેપતાથી જોનારો અને છતાં જગતમાં જ જીવનારો જીવ એ ‘‘સાક્ષીભાવ પામેલો જીવ છે.’’

આવો જીવ કે જીવાત્મા જીવવા માટેની તમામ ક્રિયાઓમાં અહંકારશૂન્ય થયેલો હોય છે. તેનો કર્તાભાવ પણ શૂન્ય થયેલો હોય છે. મારા દ્વારા થતી ક્રિયા કે કાર્યનો કર્તા, હર્તા, કે ભોક્તા હું નથી. પણ કોઈ અગમ્ય, અગોચર એવી જીવન ચાલક શક્તિ દ્વારા થઈ રહ્યું છે. તેવી સ્પષ્ટ અને નિઃશંક સમજણનો સાક્ષાત્કાર થવો, અનુભૂતિ થવી, તેને ‘સાક્ષીભાવ’ કહી શકાય.

સાક્ષીભાવને પામેલા મહામાનવો ‘સાક્ષીભાવ’ને સમજાવતાં કહે છે કે સમગ્ર અસ્તિત્વ એ સર્જનહારની રમત છે. તેને જોયા કરવાનું છે.

માનવીમાં શ્રદ્ધાનો ભાવ, પ્રેમનો ભાવ, કરૂણાનો ભાવ, ક્રોધનો ભાવ, દયાનો ભાવ, સૌંદર્યનો ભાવ, સ્વાર્થનો ભાવ,

ત્યાગનો ભાવ, તિરસ્કારનો ભાવ, વાત્સલ્યનો ભાવ... આવા અનેક પ્રકારના ભાવો અને વિચારો પડેલા છે. રોજબરોજના જીવનકાળમાં પ્રતિપળ આ ભાવો બદલાતા રહે છે. અને આપણું જીવન એ ભાવ પ્રવાહમાં તણાતું રહે છે. સુખ કે દુઃખની લાગણી ભાવ પ્રમાણે અનુભવે છે.

સાક્ષીભાવ એ એવો ભાવ છે કે માણસ બીજા ભાવ પ્રવાહોથી અલગ રહીને એ ભાવોને કાંઠે ઉભા રહીને તટસ્થ ભાવે બધું જોયા કરે, નિહાળ્યા કરે. એવી વ્યક્તિ સાક્ષીભાવને પામ્યો છે. તેવું દયાળુ પુરુષો અને જ્ઞાનીપુરુષોનું કહેવું છે.

મહાભારતમાં સહદેવનું ઉદાહરણ જોઈ શકાય. ત્રિકાળજ્ઞાની સહદેવ બધું જ જાણતો હતો. દ્રૌપદી વસ્ત્રાહરણ થશે, લાક્ષાગૃહમાં આગ લાગશે. ભીમને ઝેર મળશે. આ તમામ પ્રસંગોથી જ્ઞાત હોવા છતાં સહદેવ ક્યાંય બોલ્યો નથી. તે માત્ર સાક્ષીભાવથી બધું જોયા કરતો હતો.

વિદુર પણ ક્યાં નહોતા જાણતા! છતાં સાક્ષીભાવે કર્મ કર્યા કરતા હતા. અરે, ભગવાન શ્રી કૃષ્ણએ અર્જુનને ઉપદેશ આપતાં એ જ કહ્યું ને? તું કર્મ કર્યે જા. તટસ્થ થઈ જા. સાક્ષીભાવે જોયા કર. આ તું કરે છે કે તું ભોગવે છે, તેવું ના સમજ. માત્ર સાક્ષીભાવ રાખ.

સાદી રીતે સમજવું હોય તો—આજની ક્રિકેટ રમત. તેમાં એમ્પાયર મધ્યમાં ઉભો હોય છે. ચારે તરફ ખેલાડીઓ હોય છે. તેઓ રમત રમે છે. કોઈ ઝીરો રનમાં આઉટ થાય છે, કોઈ સદી ફટકારે છે. પ્રેક્ષકગૃહમાં પણ આવી ઘટના ઉતેજના ફેલાવી દે છે. એમ્પાયર! સાવ તટસ્થ. નિર્લેપ થઈને બધું જોયા કરે છે. એ

રમતમાં ઉભો છે, છતાં રમતમાં નથી. તેના મન પર કોઈની હાર કે જીતની અસર નથી, તે તો સાક્ષીભાવે બધું જોયા કરે છે.

યંત્રમાં ચક્રો ફરે છે. તેથી ગતિ આવે છે. ચક્રો ધરી પર હોય છે. ધરી ન હોય તો? ચક્રની અસર ધરી પર થતી નથી. ધરીનું કાર્ય સાક્ષીભાવની નજીક લઈ જાય છે.

આપણા જીવન વ્યવહારનું મધ્ય કેન્દ્ર કે ચાલકબળ આત્મા છે. પોતે અચળ, અદશ્ય, અક્ષર, અવિનાશી, નિત્ય કે શાશ્વત કે સનાતન છે. તે જીવનની વૃત્તિ, પ્રવૃત્તિ કે પ્રકૃતિનું પ્રેરક સંચાલક બળ છે. આત્મા પરમાત્મા. પરમાત્મા બ્રહ્માંડોના બનાવોને સાક્ષીભાવે જોયા કરે છે.

સાંજ પડ્યે, રસ્તા પરથી કેટલાંય વાહનો, પગવાળા કે પશુ પસાર થાય છે. પણ રસ્તો તો સાક્ષીભાવથી જોયાં કરે છે. પસાર થનારના હૃદયમાં સુખ કે દુઃખની લાગણીની અસર રસ્તાને થતી નથી. એ સાક્ષીભાવ છે.

મહાત્માઓ, સંતો, ફકીરો, ધ્યાની અને જ્ઞાનીઓએ સાક્ષીભાવ પકડ્યો છે. અને આ સંસારમાં જળકમળવત રહીને જ સાક્ષીભાવે બધું જુએ છે. એટલે જ તેને અલખમાં આનંદ દેખાય છે. સત–ચિત્ત–આનંદના મહાસાગરમાં મહાલે છે.

જીવન જાણવાનો અને માણવાનો ભાવ એ આદર્શ સાક્ષીભાવ છે.

સર્વ કામ ભગવાન માટે જ કરવાં

—અનુ : ડૉ.રક્ષાબેન દવે, શ્રીરામસુખદાસજી

(૧)

આપના કલ્યાણની ખૂબ સુગમ વાત દર્શાવવામાં આવે છે. એક વાત પ્રતિપળ યાદ રાખો કે હું જે પણ કામ કરું છું, ભગવાનનું કામ કરું છું. **હું બધાં કામ ભગવાનનાં જ કરું છું— એ વાત પાકી કરી લો, પછી ભગવાન આપનાથી છુપાશે નહીં.** શૌચ—સ્નાન કરું તો ભગવાનનું કામ; કપડાં ધોઉં તો ભગવાનનું કામ; સંજવાળી કાઢું તો ભગવાનનું કામ; સૂઉં તો ભગવાનનું કામ; ભોજન કરું તો ભગવાનનું કામ; આઠે પ્રહર કોઈ પણ કામ કરું તો ભગવાનનું જ કામ કરું છું. બહેનો—માતાઓ માની લે કે રસોઈ બનાવું છું તો ભગવાન માટે બનાવી રહી છું; બાળકોનું પાલન કરું છું તો ભગવાનનું કામ કરું છું; પતિની તથા સાસુ—સસરાની સેવા કરું છું તો ભગવાનનું કામ કરું છું, વગેરે. આટલી વાત પકડી લો તો સુગમતાથી ભગવાનની પ્રાપ્તિ થઈ જશે.

(૨)

આપ ચાલવું—ફરવું, ઊઠવું—બેસવું, સૂવું—જાગવું, ખાવું—પીવું વગેરે જે પણ કામ કરો, ભગવાનને માટે જ કરો તો આપને સુગમતાપૂર્વક ભગવત્પ્રાપ્તિ થઈ જશે. ગીતામાં ભગવાને સાફ કહ્યું છે—

यत्करोषि यदश्नासि यज्जुहोषि ददासि यत् ।
यत्तपस्यसि कौन्तेय तत्कुरुष्व मदर्पणम् ॥

शुभाशुभफलैरेवं मोक्ष्यसे कर्मबन्धनैः ।
सन्नासयोगयुक्तात्मा विमुक्तो मामुपैष्यसि ॥

'હે કુંતીપુત્ર! તું જે કંઈ કરે છે, જે કંઈ ભોજન કરે છે, જે કંઈ યજ્ઞ કરે છે, જે કંઈ દાન કરે છે અને જે કંઈ તપ કરે છે, તે બધું મને અર્પણ કરી દે. એવી રીતે મને અર્પણ કરવાથી કર્મબંધનથી અને શુભ (વિહિત) અને અશુભ (નિષિદ્ધ) સંપૂર્ણ કર્મોનાં ફળોથી તું મુક્ત થઈ જઈશ, એવી રીતે પોતાના સહિત બધું જ મને અર્પણ કરનારો અને સર્વથી સર્વથા મુક્ત થયેલો તું મને જ પ્રાપ્ત થઈ જઈશ.'

પગપાળા ચાલો તો એક—એક ડગલું ભગવાનને અર્પણ કરો. અહીં આવ્યાં તો ભગવાનનું કામ, જાઓ તો ભગવાનનું કામ, બેસો તો ભગવાનનું કામ, સાંભળો તો ભગવાનનું કામ, સંભળાવો તો ભગવાનનું કામ. દરેક કામ પ્રસન્નતાપૂર્વક ભગવાનને માટે કરો તો તે બધું જ ભજન થઈ જશે. કેવળ ભાવ બદલવાનો છે. સંસારમાં રહેવા છતાં પરમાત્માને પ્રાપ્ત કરવાની આ યુક્તિ છે. સંસારનો ત્યાગ કરીને એકાંતમાં રહીને ભજન કરનારા સંતો જે તત્ત્વને પ્રાપ્ત કરે છે, એ જ તત્ત્વને આપ ગૃહસ્થીમાં રહેતાં—રહેતાં જ પ્રાપ્ત કરી શકો છો. **ભગવાનનું કામ કરનારાં સંસારમાં રહેવા છતાં પણ સંસારમાં નથી રહેતાં, પરંતુ ભગવાનમાં રહે છે.**

૩. સર્વત્ર ભગવાનનાં જ દર્શન કરવાં

(૧)

જો આપણે એ માની લઈએ, વિશ્વાસ કરી લઈએ, સ્વીકારી લઈએ, નિશ્ચય કરી લઈએ, ધારણા કરી લઈએ કે પરમાત્મા

સર્વત્ર છે તો બહુ સહેલાઇથી પરમાત્માની પ્રાપ્તિ થઇ જશે.

(૨)

જડ–ચેતન, સ્થાવર–જંગમ રૂપે જે કંઇ જોવા, સાંભળવા, વિચારવામાં આવી રહ્યું છે તે બધું અવિનાશી ભગવાન જ છે. એનો અનુભવ કરવા માટે સાધકે દૃઢતાથી એ માની લેવું જોઇએ કે મારી સમજમાં આવે કે ન આવે, અનુભવમાં આવે કે ન આવે, સ્વીકાર થાય કે ન થાય, પણ વાત એ જ સાચી છે. તેને વૃક્ષ, નદી, પહાડ, પથ્થર, દીવાલ વગેરે જે કંઇ પણ દેખાય, તેમાં પોતાના ઇષ્ટ ભગવાનને જોઇને તે પ્રાર્થના કરે કે–'હે નાથ! મને આપનો પ્રેમ પ્રદાન કરો, હે પ્રભો! આપને મારા નમસ્કાર હો.' એવું કરવાથી એને સર્વત્ર ભગવાન દેખાવા લાગશે; કારણ કે વાસ્તવમાં સર્વ કાંઇ ભગવાન જ છે.

(૩)

જે સંપૂર્ણ સંસારમાં સમાન રૂપથી પરમાત્માને જ જુએ છે, તે ઉત્તમ ભક્ત છે–

सर्वभूतेषु यः पश्येद् भगवद्भावमात्मनः ।
भूतानि भगवत्यात्मन्येष भागवतोत्तमः ॥

(શ્રીમદ્‌ભાગવત ૧૧–૨–૪૫)

ઉત્તમ ભક્તની આ વાત જો આરંભમાં જ માની લેવામાં આવે તો કેટલા લાભની વાત છે! પહેલાં આચાર્ય બનીને પછી ક–ખ–ગ શીખવાના છે. બધું જ ભગવાન જ છે–એ માની લો તો આપણે આચાર્ય બની ગયા! હવે નામ–જપ કરો, કીર્તન કરો, સત્સંગ કરો તો બહુ સહેલાઇથી ભગવત્પ્રાપ્તિ થઇ જશે.

(૪)

પોતાની કોઇ એક અત્યંત પ્રિય વ્યક્તિ મળી જાય તો બહુ આનંદ આવે છે. પણ જ્યારે સર્વ રૂપોમાં જ પોતાના અત્યંત પ્રિય ઇષ્ટ ભગવાન મળે તો આનંદનું પૂછવું જ શું? એટલા માટે બધાં રૂપોમાં પોતાના વહાલાને જોઇ–જોઇને પ્રસન્ન થતાં રહો, મસ્ત થતાં રહો. કદી ભગવાન સૌમ્ય રૂપમાં આવે છે, કદી ક્રૂર રૂપમાં આવે છે, કદી ઠંડીના રૂપમાં આવે છે, કદી ગરમીના રૂપમાં આવે છે, કદી વાયુ રૂપમાં આવે છે, કદી વર્ષારૂપે આવે છે, કદી વીજળીના રૂપમાં ચમકે છે, કદી મેઘ રૂપે ગર્જના કરે છે. તાત્પર્ય એ કે અનેક રૂપે ભગવાન જ ભગવાન આવે છે. **જ્યાં મન જાય, ત્યાં ભગવાન છે. હવે મનને એકાગ્ર કરવાની તકલીફ શા માટે લેવી?** મનને ખુલ્લું છોડી દો. આ દૃઢ વિચાર કરી લો કે મારું મન જ્યાં પણ જાય, ભગવાનમાં જ જાય છે અને મારા મનમાં જે પણ આવે, ભગવાન જ આવે છે. કારણ કે બધું જ એક ભગવાન જ છે. ભગવાન કહે છે–

यो मां पश्यति सर्वत्र सर्वं च मयि पश्यति ।
तस्याहं न प्रणश्यामि स च मे न प्रणश्यति ॥

'જે ભક્ત સર્વમાં મને જુએ છે ને મારામાં સર્વને જુએ છે, તેને માટે હું અદૃશ્ય નથી અને તે મારે માટે અદૃશ્ય નથી હોતો.'

જેવી રીતે સર્વત્ર બરફ જ બરફ પડ્યો હોય તો બરફ કેવી રીતે છૂપો રહે? બરફની પાછળ બરફ રાખવાથી પણ બરફ જ દેખાશે! તેવી રીતે જ્યારે સર્વ રૂપે ભગવાન જ છે તો પછી તેઓ ક્યાંથી છૂપા રહે, ક્યાં છુપાય અને કોની પાછળ છુપાય?

(૫)

બધું જ ભગવાન જ છે—એ વાત આપણને દેખાય કે ભલે ન દેખાય, આપણે જાણીએ કે ભલે ન જાણીએ, આપણને અનુભવ થાય કે ભલે ન થાય, પરંતુ એ દૃઢપણે સ્વીકારી લો કે આ જ વાત વાસ્તવમાં સર્વોપરી છે. ઊણપ છે તો આપણી માન્યતામાં ઊણપ છે. વાસ્તવિકતામાં ઊણપ નથી. જેમ, પહેલાં ક—ખ—ગ વગેરે અક્ષરોને શીખીએ છીએ, પછી પુસ્તકોમાં તે તેવા જ દેખાવા લાગે છે, તેમ જ પહેલાં કેવળ એ વાતને માની લો કે 'સર્વ કાંઇ ભગવાન જ છે' પછી તેવો જ અનુભવ થવા લાગશે. એનો અનુભવ કરવા માટે કશું કરવાનું નથી. ક્યાંય આવવા—જવાનું નથી. ભજન—ધ્યાન, સત્સંગ—સ્વાધ્યાય વગેરે જે કરી રહ્યાં છો, તે કરતાં રહો. આને માટે કોઇ નવું સાધન નથી કરવાનું. કેવળ દૃઢપણે સ્વીકાર કરવાનો છે કે બધું જ ભગવાન જ છે.

સ્થાપત્ય કન્સ્ટ્રક્શન

પ્રો. મનીષ હરિભાઇ ભોજાણી,

બિલ્ડર્સ એન્ડ ડેવલપર્સ,

મધુર કોમ્પ્લેક્ષ, શનાળા રોડ, મહારાજા ટાઇલ્સ સામે,

મોરબી—૩૬૩૬૪૧.

ફોન : (ઓફિસ) ૨૨૧૩૮૧, (રહેઠાણ) ૨૩૦૨૨૨.

મુદ્રા—વિજ્ઞાન

—આચાર્ય કેશવદેવ

સંપૂર્ણ પ્રકૃતિ અને આપણું શરીર પાંચ તત્ત્વોથી બનેલું છે. માનવ શરીર લઘુ બ્રહ્માંડ સ્વરૂપ છે. સંપૂર્ણ બ્રહ્માંડનું પ્રતીક આ માનવ શરીર પણ બ્રહ્માંડના સમાન જ પાંચ તત્ત્વો (અગ્નિ, વાયુ, આકાશ, પૃથ્વી, જળ)ના યોગથી બન્યું છે. મુદ્રા વિજ્ઞાનનો આધારભૂત સિદ્ધાંત એ છે કે, શરીરમાં આ પાંચ તત્ત્વોમાં અસંતુલન અને વધ—ઘટ થવાથી રોગોની ઉત્પત્તિ થાય છે. અને પાંચ તત્ત્વોમાં સમતા અથવા સંતુલન થવાથી આપણે સ્વસ્થ રહીએ છીએ. અનંત રહસ્યોનો ભંડાર આ માનવ શરીર સ્વાસ્થ્યની દૃષ્ટિથી પણ પોતે સ્વયંમાં પૂર્ણ અને આત્મ—નિર્ભર છે.

માનવ—શરીર અનંત રહસ્યોનો ભંડાર છે. પરમાત્માએ એને પૂર્ણ તથા આત્મ—નિર્ભર અને પરિપૂર્ણ બનાવ્યું છે. એમાં પોતે પોતાને નિરોગી રાખવા તથા રોગોનો ઉપચાર કરવાને માટે બંને પ્રકારની શક્તિ રહેલી છે. માનવદેહનું એક અંગ માનવ—મસ્તક આધુનિકતમ વૈજ્ઞાનિક કમ્પ્યુટરથી પણ અધિક ક્ષમતાવાન છે. જેનો અંદાજ આ વાતથી લગાવી શકાય છે કે હજારો વર્ષોની નિરંતર શોધ પછી પણ વિજ્ઞાન મસ્તકના રહસ્યોની શોધ કરી શક્યું નથી. મસ્તક જ કેમ આંખો, હાથ બધા જ કોઇ અચંબા ભરેલા છે. મુદ્રા વિજ્ઞાનના અનુસાર હાથની આંગળીઓ અને આંગળીઓથી બનવાવાળી મુદ્રાઓમાં આરોગ્યનું રહસ્ય છુપાયેલું છે.

માનવ શરીર પ્રકૃતિની સર્વોત્તમ રચના છે. અને હાથ

સર્વથી અધિક મહત્ત્વપૂર્ણ અંગ છે. હાથોમાંથી એક વિશેષ પ્રકારની પ્રાણ ઉર્જા અથવા શક્તિવિદ્યુત ચુંબકીય તરંગો જીવન શક્તિ (ઓરા) નિરંતર નીકળતા રહે છે. સ્પર્શ ચિકિત્સા (સ્વદેશી ચિકિત્સા સાર–પૃષ્ઠ ૮૬)માં હાથોને પરસ્પર ઘસીને ગરમ કરીને મનોયોગની સાથે સ્પર્શ દ્વારા શરીરના અંગોને ઇચ્છા અનુસાર આકૃતિકરણ કે સૌંદર્યવર્ધન તથા સર્વરોગ નિવારણની અદ્‌ભુત ક્ષમતાના પ્રત્યક્ષ દર્શન કરી શકાય છે. એક્યુપ્રેશર ચિકિત્સા પદ્ધતિની માન્યતા એ છે કે, આપનું સ્વાસ્થ્ય આપના હાથોમાં છે. અથવા આપના હાથના બીંદુઓમાં સ્વાસ્થ્યની પૂંજી છુપાયેલી છે. આ હાથ શરીરના સ્વાસ્થ્ય નિયંત્રણ–કક્ષનું કામ કરે છે.

ભારતીય મનોષિયોના અનુસાર માનવ હસ્તની પાંચેય આંગળીઓ અલગ અલગ પંચ તત્ત્વોનું પ્રતિનિધિત્વ કરે છે. અને પ્રત્યેક આંગળીનો સંબંધ એક વિશેષ તત્ત્વ સાથે છે. આધુનિક વિજ્ઞાન પણ માને છે કે પ્રત્યેક આંગળીના છેડાથી અલગ–અલગ પ્રકારની ઉર્જાતરંગો (ઇલેક્ટ્રોમેગ્રેટિક વેવ્સ) નીકળતા રહે છે. પ્રાચીન ભારતીય ઋષિઓની અદ્‌ભુત શોધ મુદ્રા વિજ્ઞાનના અનુસાર પંચતત્ત્વોની પ્રતિક આંગળીઓ પરસ્પર મેળવવા, દબાવવા કે મરોડવા કે વિષેશ પ્રકારની આકૃતિ બનાવવાથી વિભન્ન પ્રકારના તત્ત્વોમાં પરિવર્તન, અભિવ્યક્તિ, વિઘટનથી પ્રત્યાવર્તન થવા લાગે છે. બીજા શબ્દોમાં આંગળીઓની સહાયતાથી (બનાવવામાં આવતી વિભિન્ન મુદ્રાઓ દ્વારા) આ પાંચ તત્ત્વોને ઇચ્છા અનુસાર ઘટાડી અને વધારી શકાય છે. આ તત્ત્વોમાં આવેલી ગરબડોને દૂર કરી શકાય છે. અને તત્ત્વોમાં સમતા સ્થાપીત કરીને સ્વાસ્થ્ય રક્ષા

અને રોગોનું નિવારણ કરી શકાય છે.

જુદી–જુદી આંગળીયો જુદા–જુદા તત્ત્વોનું પ્રતિનિધિત્વ કરે છે:–

કઇ આંગળી કયા તત્ત્વોનું પ્રતિનિધિત્વ કરે છે.

(૧) અંગુઠો–અગ્નિ (૨) તર્જની–વાયુ (અંગુઠાની પાસેની આંગળી) (૩) મધ્યમા–આકાશ (મધ્યમાં સૌથી મોટી આંગળી) (૪) અનામીકા–પૃથ્વી (ચોથી આંગળી) (૫) કનિષ્ઠિકા–જળ (સૌથી નાની આંગળી).

પંચતત્ત્વ નિયંત્રક મુદ્રાઓ કેવી રીતે બનાવી શકાય છે?

હાથોની આંગળીઓ એકબીજા સાથે વિશેષ પ્રકારથી મેળવવા, સ્પર્શ કરવા, દબાવવા અથવા મરોડવાથી વિભિન્ન પ્રકારની મુદ્રાઓ બને છે. આ પ્રકારે કેવળ આંગળીઓને એકબીજાની સાથે કોઇ વિશેષ સ્થિતિમાં રાખવા કે પરસ્પર જોડવા ભરની ક્રિયા માત્રથી જ આપણે શરીરમાં ભિન્ન–ભિન્ન (જુદા જુદા) તત્ત્વોનો પ્રભાવ આવશ્યકતા અનુસાર વધારી ઘટાડી શકીએ છીએ અને પંચતત્ત્વ નિયંત્રક આંગળીઓની મુદ્રાઓના નિયમિત અભ્યાસ દ્વારા તત્ત્વોમાં સંતુલન લાવીને સ્વસ્થ રહી શકીએ છીએ. સારાંશ એ છે, કે પ્રકૃતિના સમાન જ માનવ શરીરમાં પાંચ તત્ત્વોનું સંતુલન છે. આ સંતુલન યોગ્ય ઔષધિયોના સેવન દ્વારા પણ લાવી શકાય છે. અને હાથની વિભિન્ન આંગળીઓ–મુદ્રાઓના અભ્યાસ દ્વારા પણ લાવી શકાય છે. **વિભિન્ન આંગળીઓ અને મુદ્રાઓ શરીરમાં ચેતનાના શક્તિ કેન્દ્રોના રિમોટ કન્ટ્રોલના બટનના સમાન છે. તથા એમના યોગ્ય અભ્યાસથી સ્વાસ્થ્ય રક્ષા અને રોગનિવારણ બંને સંભવ છે.**

આરોગ્ય કારક મુદ્રાઓઃ—

મુદ્રાઓ અસંખ્ય છે. એનો પ્રયોગ દેવી દેવતાઓની પૂજા, ઉપાસના, મંત્ર—તંત્ર, ધાર્મિક અનુષ્ઠાન, નૃત્ય, યોગ—સાધના વગેરેમાં થતો રહે છે. પરંતુ અહીં એજ મુદ્રાઓ પર પ્રકાશ નાંખવામાં આવ્યો છે. જે માનવની શારીરિક અને માનસિક ગરબડ દૂર કરવા તથા એનો શારીરિક, માનસિક વિકાસ કરવામાં સહાયક થઈ શકે અને જેની સહાયતાથી જન સાધારણ પોતાના રોગોથી રક્ષા ચિકિત્સા સ્વયં કરી શકે.

પ્રમુખ આરોગ્યકારક મુદ્રાઓના નામ અહીં બતાવ્યા છે :—

(૧) જ્ઞાન મુદ્રા, (૨) વાયુ મુદ્રા, (૩) આકાશ મુદ્રા, (૪) શૂન્ય મુદ્રા, (૫) પૃથ્વી મુદ્રા, (૬) સૂર્ય મુદ્રા, (૭) વરૂણ મુદ્રા, (૮) જલોદરનાશક મુદ્રા, (૯) અપાન મુદ્રા, (૧૦) પ્રાણ મુદ્રા, (૧૧) શંખ મુદ્રા, (૧૨) સહજશંખ મુદ્રા, (૧૩) અપાનવાયુ મુદ્રા, (૧૪) લિંગ મુદ્રા, (૧૫) ધ્યાન મુદ્રા—

મુદ્રા કરવાના સામાન્ય નિયમ :—

(૧) ઉપરની મુદ્રાઓ આરોગ્યની દૃષ્ટિથી અત્યંત પ્રભાવશાળી છે. એને સ્ત્રી—પુરુષ—બાળક—વૃદ્ધ બધાજ કોઈ પણ અવસ્થામાં અને કોઈપણ સમયે કરી શકે છે. અને એના માટે ઉપાસના અને સાધનાના સમયે કરવામાં આવતી મુદ્રાઓની માફક આસન વિશેષ, મંચ, દિશા સમય વગેરે કોઈપણ નિયમોનું બંધન નથી. આ મુદ્રાઓનું ચાલતા—ફરતા, સુતા—જાગતા, ઉઠતાં—બેસતાં, બસમાં યાત્રા કરતાં, ટેલિવિઝન જોતી, વાત—ચીત કરતાં, સાંસારીક કાર્ય કરતાં સમયે જ્યારે પણ ઈચ્છા થાય ત્યારે કરી શકાય છે.

(૨) મુદ્રાઓ બંને હાથે કરવી જોઈએ. એક હાથેથી મુદ્રાઓ

કરવાથી પણ લાભ થાય છે. જેવી રીતે જ્ઞાન મુદ્રા. જમણા હાથથી જે મુદ્રા કરવામાં આવે છે એનો શરીરના જમણા અંગો પર પ્રભાવ પડે છે. અને ડાબા હાથથી જે મુદ્રાઓ કરવામાં આવે છે. એનાથી ડાબી તરફના અંગો પ્રભાવીત થાય છે.

(૩) મુદ્રા બનાવતા સમયે સહજતા અને હલકાં દબાવઃ—

મુદ્રામાં આંગળીયોનો સ્પર્શ કરતા સમયે દબાણ હલકું અને સહજ હોવું જોઈએ. શેષ આંગણીઓનો પરસ્પર સ્પર્શ અધિક મહત્ત્વ પૂર્ણ છે. શેષ આંગળીઓ સુવિધા અનુકૂળ રહેવાથી પણ લાભ મળે છે.

(૪) **સમયની સીમાઃ—**કોઈપણ મુદ્રાનો અભ્યાસ દિવસભરમાં ઓછામાં ઓછી ૪૫ મીનીટ સુધી બંને હાથો પર કરવી જોઈએ. ખાસ કરીને સાધકને માટે એ આવશ્યક છે. ૪૫ મીનીટની સાધનાથી શારીરિક તત્ત્વોમાં પરિવર્તન થવા લાગે છે. સાધારણ વ્યક્તિ આ મુદ્રાઓનો અભ્યાસ આરંભમાં ૧૦ મીનીટ થી શરૂ કરીને એને અધિક થી અધિક એક કલાક સુધી વધારી શકે છે.

સહેલો ઉપાયઃ—જો કોઈ વ્યક્તિને માટે રોજ સતત ૪૫ મીનીટ સુધી એક મુદ્રામાં રહેવાનું મુશ્કેલ પડે. તો એના સ્થાન પર એક સહેલો ઉપાય એ છે, કે એ મુદ્રાનો અભ્યાસ દરરોજ ૧૫ મીનીટ સુધી સવારે અને ૧૫ મીનીટ સાંજે નિયમિત કરે. આ વિધિથી પણ મનવાંછિત ફળ મળે છે. ભલે ને એનો લાભ મળવામાં થોડો વધુ સમય લાગે. શ્રદ્ધાની સાથે મુદ્રાભ્યાસ કરવાથી આપ નિશ્ચિયથી રોગથી બચી શકશો. રોગી હોય તો સ્વસ્થ થઈ જશે, અને સામાન્ય રૂપથી સ્વસ્થ હોય તો અધિક સ્વસ્થ થઈ જશે. **(ક્રમશઃ)**

રસેશ્વરી

(ગતાંકથી ચાલુ) —શ્રી યોગેશ્વરજી

ગોપીઓએ કહ્યું :

'કૃષ્ણને કહેજો કે માખણ ખાનારનું કાળજું તો અતિશય કોમળ હોય. કુલિશ જેવું કઠોર ના હોય. તારું કાળજું કુસુમ કરતાં પણ વધારે કોમળ છે એવો અમારો અનુભવ છે. એ અનુભવને ખોટો પાડવો કે સાચો ઠરાવવો એ તારા હાથની વાત છે. જે ભૂમિએ તારો ઉછેર કર્યો કે તારું લાલનપાલન કર્યું, ને જેનાં વાસીઓએ તને પોતાના જીવનમાં મહત્ત્વનું સ્થાન આપ્યું, તે ભૂમિને આટલી જલદી ભૂલી તો ના જવાય. તેના વાસીઓને પણ ના ભૂલાય.'

'કૃષ્ણને તમારું, વૃંદાવનની પવિત્ર ભૂમિનું ને નંદયશોદાનું વિસ્મરણ જરા પણ નથી થયું ને નથી થવાનું.' ઉદ્ધવે સ્પષ્ટીકરણ કરતાં કહ્યું : 'એમનું હૃદય માખણ કરતાં પણ વધારે મૃદુલ છે. મથુરામાં ગયા પછી લેશ પણ કઠોર નથી થયું.'

'તો પછી એને કહેજો કે અહીં આવી જાય. એ નહિ આવે તો અમે એને કઠોર જ માનીશું. પ્રેમીજનોથી દૂર રહેવામાં કોમળતા નથી, કઠોરતા જ છે.'

'પરંતુ પરિસ્થિતિ એને માટે વિવશ કરતી હોય તો?'

'પરિસ્થિતિને દોષ દેવો એ તો એક બહાનું છે. પરિસ્થિતિ ગમે તેવી હોય તોપણ શું થયું? એ એના પર નિયંત્રણ કરી અને એમાંથી માર્ગ કાઢી શકે છે. અમને એની શક્તિમાં એટલો વિશ્વાસ તો છે જ. પછી પરિસ્થિતિનું નામ લઇને એને અહીં આવવું જ ના હોય તો જુદી વાત છે. અમારે માટે નહીં તો આ રસમૂર્તિ રાધાને માટે તો એ આવી જાય. જોતા નથી એ કેટલી બધી સુકાઇ ગઇ છે? એની આંખ કેટલી ઊંડી ઊતરી ગઇ છે? એ અહર્નિશ એનું જ સ્મરણમનન કર્યા કરે છે ને બીજા કોઇનું ધ્યાન જ નથી ધરતી. એનો વિચાર પણ એ ના કરે તો અમારે કશું જ નથી કહેવાનું.'

'એનો વિચાર તો એ નિરંતર કર્યા કરે છે.'

'પરંતુ એકલા વિચારથી શું વળે?'

ઉદ્ધવે રથ આગળ ચલાવ્યો. એ જ વખતે રાધાએ ત્વરિત ગતિથી છેક પાસે પહોંચીને કહ્યું :

'કૃષ્ણને કહેજો કે રાધા સુખી છે, શાંત છે, સ્વસ્થ છે, આનંદમાં છે, તને નિરંતર યાદ કરે છે. એને કશું એવું ના કહેશો કે જેથી એ દુ:ખી થાય, એની પ્રસન્નતા પળવાર પણ ઊડી જાય.'

ઉદ્ધવનું અંતર અત્યાર સુધી તો કાબૂમાં હતું પરંતુ હવે હાલી તથા રડી ઊઠ્યું. એનાં લોચન ભીના થયાં. એનું મન બોલી ઊઠ્યું :

'ધન્ય રાધા!'

જરાસંઘ પકડાય છે

મથુરામાં આવીને ઉદ્ધવે કૃષ્ણને વૃન્દાવનની વાત સવિસ્તાર કહી બતાવી ત્યારે કૃષ્ણનું પોતાનું હૈયું પણ હાથ ના રહી શક્યું. એમણે કહ્યું :

'ઉદ્ધવ, મારું હૈયું પણ આ બધું સાંભળીને હાલી ઊઠે છે. ગોપીઓના અને એમાંય સવિશેષ તો સુપ્રિયા અને રાધાના સ્નેહનું મને સતત સ્મરણ રહે છે. એ સ્મરણ આજે બળવાન

બની ઊઠ્યું છે. સાચું કહું તો એવી એક પણ પળ નથી જ્યારે મારા મનમાં એની મનહર મૂર્તિ ના રમતી હોય. મારા હૃદયમાં ને રોમેરોમમાં એનો રસમય રાસ રમાઇ રહ્યો છે. એ ભૂમિને, નંદયશોદાને, ગોપગોપીને ને રાધાને હું જરા પણ નથી ભૂલ્યો. છતાં પણ વિધિની વિચિત્રતા છે કે એનો ત્યાગ કર્યા પછી એની પાસે જઇ પણ નથી શક્યો. એથી વિશેષ કરુણતા બીજી કયી હોઇ શકે?'

'બીજા કોઇને માટે નહિ તો રાધાને માટે પણ તમારે એક વાર તો વૃંદાવનમાં જવું જ જોઇએ. મારું અંતર તો એવું કહે છે. તમારી જગ્યાએ હું હોત તો રાધાને મળવામાં એક ક્ષણનોય વિલંબ ના કરત.' ઉદ્ધવે પોતાનો અભિપ્રાય આપ્યો.

'રાધાને મળવાની ને વૃંદાવનની શાંત સુંદર ભૂમિની મુલાકાત લેવાની ઇચ્છા તો મને પણ થઇ આવે છે. મને લાગે છે કે મારે એ ભૂમિમાં જવું જોઇએ. ફક્ત એને માટેના સુયોગ્ય સમયની જ પ્રતીક્ષા કરી રહ્યો છું. જરાસંઘના આક્રમણની આપત્તિ નજીક ના આવી હોત તો આજે ને આજે જ વૃંદાવન પહોચી જાત. એ ભૂમિને ને ત્યાંનાં વાસીને કેવી રીતે ભૂલી શકું? પરંતુ સાથે સાથે મારે મારા કર્તવ્યને, મારા શરીરધારણના પ્રયોજનને, પણ યાદ રાખવાનું ને સિદ્ધ કરવાનું છે. છતાં પણ વિચારી જોઇશ.'

ઉદ્ધવને કાંઇક શાંતિ મળી.

એ વાર્તાલાપનો અંત ત્યાં જ આવ્યો પરંતુ કૃષ્ણને આ આખી રાત વૃન્દાવનના ને રાધાના વિચારો આવ્યા કર્યા.

રાધાની રસમય મૂર્તિ એમની આગળ આવીને જાણે કે એમને કહેવા લાગી :

'તું આટલો બધો કઠોર હશે તેની મને કલ્પના નહિ.'

'હું કઠોર છું?

'કઠોર ના હોત તો મારાથી આટલા બધા વખત સુધી દૂર રહી શક્યો હોત ખરો?'

'હું તારાથી દૂર છું એ માન્યતા ખોટી છે. ભૌતિક રીત તારાથી ભલે દૂર હોઉં, આત્મિક રીતે તો તારી તદ્દન પાસે છું, ક્ષણેક્ષણે પાસે છું. તારાથી દૂર રહેવાનું મારે માટે શક્ય જ નથી. હું વિચારું તોપણ દૂર નથી રહી શકું તેમ. અને સાચું કહું તો તારાથી દૂર રહેવાનું વિચારી પણ શકું તેમ નથી. મારું શરીર મથુરામાં રહે છે પણ મન તારી આજુબાજુ ફર્યા કરે છે. ને તારું નથી ફરતું?'

'ફરે છે. નિરંતર ફરે છે. મારું મન તો તને છોડીને ક્યાંય જતું જ નથી.'

'માટે જ કહું છું કે હું કઠોર નથી. હવે તું મારા એ વિધાનને બરાબર સમજી શકીશ.'

'છતાં પણ મને મળવાની, જોવાની ને મારી સાથે વાતો કરવાની તથા રાસ રમવાની ઇચ્છા તને લગાર પણ નથી થતી?'

'થાય છે, પરંતુ હૃદયમાં હું રોજરોજ રાસ રમી રહ્યો છું. એ ઉપરાંત મેં આરંભથી જ એક બીજી જાતનો રાસ રમવા માંડ્યો છે.'

'કેવી જાતનો?'

'તું જાણે છે તોપણ પૂછે છે? દુર્જનોનું દમન કરવાનો. એની આગળ પેલો રાસ ગૌણ બની ગયો છે.'

(ક્રમશઃ)