

# અધ્યાત્મ



વર્ષ-૩

અંક-૧૦

જુલાઈ-૧૯૮૨



## આજીવન સભ્યો

અધ્યાત્મ માસિકના નવા નોંધાયેલ આજીવન સભ્યોનાં નામ નીચે પ્રમાણે છે:-

૨૪૬ મે. મનીષ એન્ટરપ્રાઇઝ, મુંબઈ. રૂ. ૨૫૧

૨૪૭ શ્રી. જશોદાબેન મણિલાલ ઠાકર, સુરત રૂ. ૨૫૧

૨૪૮ શ્રી નરહરિભાઈ નારણભાઈ ભટ્ટ, અમદાવાદ રૂ. ૨૫૧

### ખાસ નોંધ

અધ્યાત્મના જૂના અંકોનાં બંધાવેલા પુસ્તક માટે જે ભાઈઓએ પૈસા વડોદરા શિબિરમાં આપ્યા છે તેઓને ટૂંક સમયમાં તે હવે મળી જશે. તેની નોંધ લેવા વિનંતી છે.

### અધ્યાત્મને ભેટ

‘અધ્યાત્મ’ માસિક પ્રત્યેના ભાવને લીધે, કેટલાય આહકો પોતાને ત્યાં શુભ પ્રસંગોએ ખાસ યાદ કરી, ભેટ મોકલાવે છે. તે સહુ અભિનંદનનાં અધિકારી છે. અધ્યાત્મને છેલ્લે મળેલી ભેટ નીચે પ્રમાણે છે.

રૂ.

૧૦૧ શ્રી શાન્તિલાલ નરભેરામ જતી (દાળવાળા), મુંબઈ  
તરફથી શ્રી ધીરેશકુમારના લગ્ન પ્રસંગે

૨૫ શ્રી ઉત્તમભાઈ નગીનભાઈ, સુરત-પુત્ર તથા પુત્રીના  
લગ્ન પ્રસંગે.

૨૧ શ્રી રમેશભાઈ જ. પટેલ, સુરત. શુભેચ્છાભેટ.

૨૫ શ્રી બાલમુકુંદ શ્રોફ, મોરબી. શુભેચ્છાભેટ.

૨૫ રમણીકલાલ મગતલાલ દેસાઈ, વડોદરા જન્મ દિવસ  
નિમિત્તે ભેટ.



પૃ. શ્રીયોગેશ્વરજી

## ટૂંકા પ્રવાસમાં

સૌનેય છે જવાનું અંતે અલગ થવાનું,  
વૃક્ષોતળી ઘટામાં સૌંદર્યની છટામાં  
કૂળે વિહંગ કીડે ને કૌંચ વાયુ ગાયે.  
એસી પરબ પરે ત્યાં પાછા પથે જવાનું.

અશ્વત્થની સમીપે શાશ્વત સમયસુધી ના  
કોઈ શક્યું વગાડી વીણા નદી તટે આ;  
ઘંટારવો પુનરી સાહિત્ય ને પૂજનું  
દ્વીપક શિખા બધુંયે સ્મૃતિના ઉરે સમાયું.  
મંદિર રહ્યું ન એવું આરાધના ન એવી  
છે કાળદેવતાએ કીડા કરેલ કેની ?

સૌનેય છે જવાનું અંતે અલગ થવાનું  
ના કિન્તુ પ્રેમને કો સ્વાહા કરી જવાનું,  
ટૂંકા પ્રવાસમાં જે સાથી મળે મળીયે  
તે સર્વને હૃદયથી ભાવે ભળી જમીયે.

—ચાગેશ્વર



## અધ્યાત્મ

આધ્યાત્મિક વિકાસની નવી જ ક્ષિતિજ ખોલતું ગુજરાતી માસિક

વર્ષ : ૩ અંક : ૧૦ છટકે નકલ ૧-૫૦, વાર્ષિક લવાજમ

દેશમાં રૂ. ૧૫-૦૦ વિદેશમાં રૂ. ૧૨૫-૦૦ ( વિમાનથી )

સંસ્થાપક : પ. પૂ. યોગેશ્વરજી શ્રી વિહુલ પંડ્યા (મુંબઈ)

સર્વમંગલ ગ્રેટિંગલ ટ્રસ્ટ શ્રી બાબુભાઈ વઢોરા (અમદાવાદ)

સાંઈકૃપા, જવાહર ગેઝ, ગોપાલકુંજના નાંકે શ્રી જે. વી. શાહ (મુંબઈ)

મણીનગર, અમદાવાદ-૮ શ્રી શાંતિભાઈ કનેરીયા (રાજકોટ)

તાંત્રી-સંપાદક : શ્રી રાજેશભાઈ કાપડિયા (ભાવનગર)

શ્રી નારાયણ ડ. જાની

સહસંપાદકો : 'અધ્યાત્મ' પ્લોટ નં. ૧૬૮૮ બી

શ્રી નાનુરામ હુધરજિયા સરદારનગર, ભાવનગર-૩૬૪૦૦૧

બી બાઈલાલભાઈ જાટનાર તાંત્રી, સુદ્રક અને પ્રકાશક :

શ્રી મણિભાઈ સી. શાહ નારાયણ ડ. જાની ફોન : ૨૮૬૬૩

સલાહકાર મંડળ :

શ્રી સર્વેશ્વરી સુદ્રણસ્થાન :

શ્રી રમણીકલાલ ભોગીલાલ શાહ રાયેશ્યામ પ્રિન્ટીંગ પ્રેસ

(ભાવનગર) લોખંડગંજ, ભાવનગર-૩૬૪૦૦૧

'અધ્યાત્મ' અંગે સૂચનો

બાહકોને : આહક નંબર સરનામા સાથે લખવામાં આવે છે તે નોંધી લેવો.

\* 'અધ્યાત્મ' જે આપને ગમ્યું હોય તેા આપના પરિચિત વર્ગમાં તેના આહકો વધે તેવું આપ કરતા રહેશે.

\* 'અધ્યાત્મ' દર માસની દસમી તારીખે પ્રસિદ્ધ થશે. કોઈ કારણે એકાદ અડવાડિયા સુધી અંક ન મળે તેા સ્થાનિક ટપાલ કચેરીમાં તપાસ કર્યા પછી અન્ને જણાવવું. સિલિકમાં હશે તેા જરૂર મોકલી અપાશે.

\* પત્રવહેવાર કરતી વખતે આહક નંબર લખવાથી વધુ સરળતા રહેશે.

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

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

મુદ્રાસ્થાન



\* અનુક્રમણિકા \*

જીવનનું સારથિ પદ	૩	યોગેશ્વરજી
અવધૂત શ્રી ગજનન સમર્થ	૬	દક્ષા નિરંજન પરમાર
'એ યુવાન ઉભો ન રહ્યો'	૧૦	સાધુ પ્રીતમપ્રસાદદાસ
પ્રભુ સંપ્રાપ્તિનો માર્ગ	૧૪	નારાયણ હ. બની
યોગ: કર્મસુ કૌશલમ્   -ગીતા	૧૮	અશ્વિનભાઈ ડી. પટેલ
ધ્યાન એક આવશ્યકતા	૨૨	પ્રો. ડી. જી. ભટ્ટ
જીવન ગંગોત્રી	૨૫	મણિભાઈ દવે
હર પળે-હર ક્ષણે	૩૧	હનુભાઈ ગિ. દવે
તમે અમારી સાથે રહો છો	૩૨	ઈશ્વરભાઈ પટેલ
"ભાવનું ભોજન"	૩૪	જગદીશચંદ્ર એસ. આચાર્ય
પ્રાર્થનાનું બળ	૩૪	મૂલરાજસિંહ રાણા
ધ્યાન એક અલભ્ય ચિંતામણિ	૪૦	મંગળભાઈ પંચાલ
શ્રેયયાત્રા-૨૩	૪૪	ભાષ્મલાલભાઈ છાટપાર
શ્રીયોગેશ્વર બાવની	૪૮	સર્વેશ્વરી
વસધૌતિ	૫૧	મણિભાઈ શાહ
'પ્રકાશના પંથે'	૫૫	દીપક પ્ર. મહેતા
રામકથા	૬૧	યોગેશ્વરજી

જુલાઈ : ૧૯૮૨

૩

અધ્યાત્મ

વરદ હસ્ત પ્રભુ તમારો, સદાય રહેજો જીવન સહારો

વર્ષ : ૩ જુલાઈ-૧૯૮૨ અંક : ૧૦

જીવનનું સારથિ પદ

શ્રી યોગેશ્વરજી.

સાતસો શ્લોકોના સંગ્રહરૂપ આટલી બધી મોટી, વિશાળ ને વિખ્યાત શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતાનો મહત્વનો મૂળભૂત સંદેશ ક્યાં સમાયલો છે તે જાણો છો? એના છેલ્લા શ્લોકમાં એ શ્લોકનો સાર આ પ્રમાણે છે : જ્યાં યોગેશ્વર ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ છે અને એમની સાથે ધનુર્ધર અર્જુન છે, ત્યાં સંપત્તિ આવી મળે છે, વિજય કરે છે, સમૃદ્ધિ સાંપડે છે, અને નીતિ પણ ત્યાંજ, એમની સાથે જ રહે છે.

કેટલીયવાર એ શ્લોક વાંચ્યો હશે, ગોખ્યો કે કંઈસ્થ કર્યો હશે, પણ એમાં જીવનને પ્રેરણા આપનારી સંજીવનશક્તિ ભરી છે એવો ખ્યાલ ભાગ્યે જ આવ્યો હશે. પરંતુ એ શ્લોકમાં આપણે ધારીએ કે માનીએ છીએ તેના કરતાં ઘણો મોટો સંદેશ સમાયલો છે. કેવી રીતે તે કહી બતાવું?

અર્જુને ભગવાન શ્રીકૃષ્ણને પોતાના રથના સારથિ કર્યાં, પોતાના રથની લગામ એમના હાથમાં સોંપી, અને એમની સલાહ સૂચના પ્રમાણે પગલાં ભર્યાં, તે પરિણામે એને યશની પ્રાપ્તિ થઈ, વિજય મળ્યો, ને હસ્તિનાપુરનું ખોવાયેલુ રાજ્ય પણ મળી ગયું. એ પુરુષાર્થી થયો અને શ્રીકૃષ્ણના માર્ગદર્શન પ્રમાણે ચાલ્યો, તે એનું સર્વપ્રકારે શ્રેય થયું. એવી રીતે આપણે પણ જો પુરુષાર્થપરાયણ બનીએ અને આપણા હૃદયમાં રહેનારા ઈશ્વરનો આધાર લઈએ તે

આપણું કામ સહેલું બને. કુરુક્ષેત્રના મેદાનમાં શરુ થયેલો મહા-ભારતનો લીપણ સંગ્રામ ક્યારનોય પૂરો થયો છે. એનું નામનિશાન નથી રહ્યું. પરંતુ જીવનનો જટિલ સંગ્રામ હજી ચાલુ જ છે. મનુ-ષ્યનું મન કુરુક્ષેત્રના યુદ્ધમેદાન જેવું બની ગયું છે. એમાં કૌરવ ને પાંડવે પડાવ નાખ્યો છે અથવા તો દેવી અને આસુરી સંપત્તિએ મોરચો માંચો છે. સારી ને નરસી વૃત્તિઓ, સારા ને નરસા વિચારો તથા ભાવોનું યુદ્ધ ત્યાં ચાલ્યા જ કરે છે. કેટલીક વાર સારી વૃત્તિઓ વિજય મેળવે છે તો કેટલીક વાર ખરાબ વૃત્તિઓ. કેટલીક વાર શુભ ભાવો સફળ થાય છે તો કેટલીક વાર અશુભ ભાવો. અને કેટલીક વાર મંગલ વિચારોનો, ન્યાય ને નીતિનાં તત્વોનો; વિજય થતો દેખાય છે તો કેટલીક વાર અમંગલ વિચારો-નો, અન્યાય અને અનીતિનો. મનુષ્યના મનની ધરતીપર ચાલનારું એ યુદ્ધ અનંતકાળથી ચાલ્યા જ કરે છે. એમાં માણસ ડોનો પક્ષ લે છે—કૌરવોનો કે પાંડવોનો, એટલે કે શુભનો કે અશુભનો અથવા તો નીતિનો કે અનીતિનો, ન્યાયનો કે અન્યાયનો, અને ધર્મનો કે અધર્મનો—એ મુદ્દો ખાસ અગત્યનો છે અને અગત્યનો ભાગ ભજવે છે.

ન્યાય, નીતિ કે ધર્મનો પક્ષ લઈને અન્યાય, અનીતિ અથવા અધર્મ-નો સામનો કરવામાં આવે અથવા તો એમની સામે ઝૂમવા માટે પ્રવૃત્ત થવાય એ પણ એટલું જ અગત્યનું છે. દેવી અને આસુરી સંપત્તિ વચ્ચેના એ સંગ્રામમાં સફળ થવા માટે બધી પ્રકારની કાયરતા તથા ભીતિનો ત્યાગ કરીને માણસે પ્રયાસ કરવાનો છે; અને બધાં સુધી સંપૂર્ણ સફળતા ના મળે ત્યાં સુધી ધીરજ, હિંમત તેમજ વિશ્વાસપૂર્વક પાતાના પ્રયાસને વળગી રહેવાનું છે.

એક ખીજી વાત પણ યાદ રાખવાની છે. જીવનના આ જટિલ જંગમાં તમારા રથનું સારથિપદ તમે ડોને સોંપો છો અથવા તમારા સુકાની ડોને બનાવો છો તથા તમારા રથની લગામ ડોના હાથમાં સુપ્રત કરો છો—દુર્યોધનના હાથમાં કે તમારા અંતરના અંતરતમાં-રહેલા શ્રીકૃષ્ણના હાથમાં, તે પણ ખૂબ જ મહત્વનું છે. તમારા

જીવનપર એની અસર ઘણી મોટી થવાની. જો તમે દુર્યોધનની દોરવણી પ્રમાણે ચાલતા હશો તો ખેદાનમેદાન થઈ જશો એમાં શંકા નથી. પરંતુ જો તમારા જીવનના એકમાત્ર પ્રેરક ને પથ-પ્રદર્શક કે સંચાલક તરીકે તમે ભગવાન શ્રીકૃષ્ણને એટલે કે પર-માત્માને પસંદ કર્યા હશે, ને તેમની ઈચ્છા તથા યોજના ને દોર-વણી પ્રમાણે ચાલતા હશો, તો તમે સર્વ પ્રકારે સલામત બની જશો, સફળ થશો, ને પાર બિતરશો. એટલે અર્જુનની જેમ નમ્ર-નિખાલસ અને સરળ બનીને જીવનની સુખ સમૃદ્ધિ, ઉન્નતિ ને સફળતાને માટે ઈશ્વરનો આધાર લો એ આવશ્યક છે. ઈશ્વર વિના ડોઈનેય તમારા દિલમાં સ્થાન ન આપો, ડોઈની અંદર મમતા કે આસક્તિ ના કરો, અને ડોઈને ય તમારા જીવનનું સારથિપદ ના સોંપો. એટલું કરશો તો જીવનમાં સુખ, શાંતિ, સમૃદ્ધિ, સંપત્તિ તેમજ સફળતાનો દસ્તાવેજ લખાવી લેશો. તમારું કામ ઘણું સરળ બની જશે.

એ મહાન ને સનાતન સંદેશનો પડથો ગીતાના એ છેવટના શ્લોકમાં પડી રહ્યો છે. ગીતાના હૃદયને જેવું હોય તો નવમા અધ્યાયના છેવટના શ્લોકમાં જેમ શકાય છે. પરંતુ જો એના સંદેશને બેધી ત્રણ શબ્દોમાંજ સાંભળવો ને યાદ રાખવો હોય તો 'મામતુસ્મર યુદ્ધ ચ' માં સાંભળી ને યાદ રાખી શકાય છે. ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ અર્જુનને અને એને નિમિત્ત બનાવીને પ્રત્યેક વ્યક્તિને કહે છે કે મારું સતત સ્નેહપૂર્વકનું, સાચા દિલથી સ્મરણ કરો ને યુદ્ધ કરો એટલે કે તમારે કાળે જે આવ્યાં છે કે આવે તે જરૂરી કર્તવ્ય કરો. કર્તવ્યમાં ડૂબી જઈને ઈશ્વરને અથવા તો જીવનના મૂળભૂત ધ્યેયને ભૂલી જવાનો સંદેશ એ શબ્દોમાંથી નથી મળતા, તો કેવળ ઈશ્વરપરાયણ થઈને જીવનમાં ખીબાં જરૂરી કર્તવ્યોનો અનાદર કરવાનો મંત્ર પણ નથી જડતો : જીવનને ઈશ્વરમય કરવા-ની સાથેસાથે પુરુષાર્થમાં પ્રવૃત્ત થવાનો પાઠ એ પૂરો પાડે છે. ખીજરીતે કહીએ તો જીવનમાં શ્રીકૃષ્ણ ને અર્જુન બંનેનો સુયોગ કરવાનું કહી બતાવે છે. આદર્શ જીવનને માટે એવો સુયોગ આવશ્યક છે.

## અવધૂત શ્રી ગજનન સમર્થ ✓

દક્ષા નિરંજન પરમાર  
લેસ્ટર. યુ. કે.

[અવધૂત શ્રી ગજનન મહારાજ પોતે સિદ્ધ પુરુષ હતા અને પોતાના જીવન દરમિયાન તથા સમાધિસ્થ થયા બાદ પણ પોતાના ભક્તો અને સેવકોને સ્થૂલ અને સૂક્ષ્મ રીતે દર્શાવવા આપ્યાની રસપ્રદ વાતો “અવધૂત શ્રી ગજનન સમર્થ” એ નામના તેમના ચારિત્ર પુસ્તકમાં લેખક શ્રી જયંત શા. જોષી નોંધે છે. એટલે એ પુસ્તકના આધારે મને ગમી ગયેલા એ પ્રસંગો સાભાર રજૂ કરું છું. આશા રાખું “અધ્યાત્મ” ના વાચકોને તે ગમશે. —લેખિકા]

[૧]

એક વાર શ્રી ગજનન મહારાજ અમરાવતીમાં દાદાસાહેબ આપડે નામના સજ્જનને ત્યાં જિતયાં હતા. આ વખતે શિવાજી જયંતી નિમિત્તે અકોલામાં લોકમાન્ય તિલકનું વ્યાજ્ઞાન રાખવામાં આવ્યું હતું. લોકમાન્ય સ્વરાજ સિદ્ધિની પ્રવૃત્તિમાં દાદાસાહેબ સહયોગી હતા એટલે તેઓ તથા અન્ય કાર્યકર્તાઓ અકોલા આવ્યા. અહીં અમુક કાર્યકર્તાઓએ એવી અભિલાષા વ્યક્ત કરી કે આ પ્રવચન વેળા શ્રી ગજનન મહારાજને બોલાવ્યા હોય તો સારું પરંતુ કેટલાકે ભય અને શંકા વ્યક્ત કરતાં કહ્યું : “શેગાંવના એ મસ્ત અને પાગલ સમા દિગંબર મહારાજ કદાચ સભામાં વિક્ષેપ કરે તો ? એમનું ભલું પૂછવું ! ક્યારે શું કરે તે કહેવાય નહિ. કદાચ લોકમાન્યને મારી જેસે પણ ખરા !”

આમ છતાં તેમને બોલાવવાનું નક્કી કરવામાં આવ્યું.

જુલાઈ : ૧૯૮૨

૭

દાદાસાહેબ તથા ખીજા આગેવાનો મહારાજશ્રીને આમંત્રણ આપવા ગયા. ગજનન મહારાજે દાદાસાહેબને બેતાં જ કહ્યું “તમારા શિવાજી જયંતી ઉત્સવની સભામાં હું આવીશ. સભામાં મૌન ધરી જેસીશ. કોઈનો મનોભંગ કરીશ નહિ અને ગાંડા જેવો વહેવાર નહિ કરું.” આ સાંભળતાં જ આમંત્રણ આપવા આવનાર સૌ ચકિત થઈ ગયા !

લોકમાન્ય તિલક પ્રવચન કરવાના છે અને સાથે સાથે શેગાંવના ગજનન મહારાજ પણ સભામાં હાજર રહેવાના છે એ સમાચારથી સભામાં ખૂબ જ લોકો પધાર્યા. મંડપ ચિકાર ભરાઈ ગયો. લોકમાન્ય તથા અન્ય આગેવાનો સાથે ગજનન મહારાજ પણ સભાના મંચ પર ઉચ્ચા સ્થાને ગાદીને ટેકો દઈ બિરાજ્યા.

લોકમાન્યે પ્રવચન શરૂ કર્યું “આજનો દિવસ ધન્ય છે ... આજે આ સભામાં શ્રી ગજનન મહારાજ આશીર્વાદ આપવા પધાર્યા છે ... રાષ્ટ્રની સાંપ્રત સ્થિતિમાં સ્વાતંત્ર્યનો સૂર્ય આથમી ગયો છે. દાસત્વની કાળાશ ફેલાઈ ગઈ છે ... સ્વાતંત્ર્ય માટે પ્રયત્ન કરવાની જરૂર છે. એ માટે જેનાથી રાષ્ટ્રપ્રેમ વધે અને સ્વાતંત્ર્ય માટે હૃદયમાં તલસાટ જાગે તેવું શિક્ષણ બાળકોને આપવાની જરૂર છે. શિવાજી મહારાજને એવું શિક્ષણ આપવામાં આવ્યું હતું. પણ આ વિદેશી સરકાર રાષ્ટ્રપ્રેમ પ્રદીપ્ત થાય એવું શિક્ષણ આપશે ખરી ?”

આ સાંભળી ગજનન મહારાજ આસન પરથી ઊભા થયા અને ‘નહિ નહિ નહિ’ એમ ત્રણ વાર બોલ્યા. લોકમાન્યનું ભાષણ આવેશભર્યું હતું. રાજસત્તાને ચોટ પહોંચાડનારું હતું. આથી હસતાં હસતાં મહારાજ બોલ્યા “આવું બોલવાથી જ તમને હાથકડી પડશે.”

શ્રી ગજનન મહારાજની વાત સારી પડી. લોકમાન્યની ધરપકડ થઈ. તેમને છોડાવવા અનેક પ્રયત્નો થયા. તેમના કોલ્લરકર નામના એક ભક્ત મહારાજની મદદ માટે શેગાંવ ગયા. ત્યાં મહારાજ ત્રણ દિવસ સૂતેલા જ રહ્યા. પેલા તિલક ભક્ત પણ ધીરજ ધરી ત્રણ દિવસ ત્યાંજ રહ્યા. ચોથા દિવસે ઊઠીને મહારાજે કહ્યું “તમે ખૂબ પ્રયત્ન કરશો તો પણ કંઈ ફળ મળશે નહિ. સજ્જનો પર ત્રાસ પડ્યા વિના રાજકાંતિ થતી નથી. હું આ ભાખરી આપું છું તે તિલકને ખવડાવો. આ ભાખરીના બળ દ્વારા એક મહાન કાર્ય સિદ્ધ થવાનું છે.

આવું સાંભળી કોલ્લરકર સાશંક બન્યા. મહારાજશ્રીને પ્રણામ કરી, વાસી ભાખરીને પ્રસાદ સમજી જતનથી બાળવી મુંબઈ લઈ ગયા અને બધી વાત કરી. તિલકે મિત્રોને કહ્યું “મહારાજનું જ્ઞાન અગાધ છે, સત્ય છે. તમારા પ્રયત્નોને યશ સાંપડવાનો નથી એ નિશ્ચિત છે. સાધુજન ત્રિકાલર હોય છે. જોઈએ મારા હાથે એવું તે કયું કોઈ મોટું કાર્ય સિદ્ધ થાય છે !” અને એમ કહી સૂકી વાસી ભાખરીને પ્રસાદરૂપે ગ્રહણ કરી દાંત ન હતા તો પણ જેમ તેમ ચાવી પ્રેમથી આરોગી ગયા.

લોકમાન્યને છ વર્ષની સજા થઈ. તેમને માંડલેની જેલમાં બ્રહ્મદેશ લઈ જવામાં આવ્યા. ત્યાં તેમણે પ્રસિદ્ધ “ગીતા રહસ્ય” ગ્રંથનું નિર્માણ કર્યું ! આજ મહારાજે કહેલી મોટી કાર્યસિદ્ધિ !

[ ૨ ]

આમગાંવના ભાઉ રાજરામ કંવર નામના દવાખાનાના અધિકારી ડોક્ટરને એક પીડાકારક ફેડલો થયો હતો. અનેક ઉપચારો તથા અન્ય ડોક્ટરો પાસે શસ્ત્રક્રિયા કરાવી તો પણ ફેડલો જરાય બેઠો નહિ. કપાયા છતાં ફરીથી એ ફેડલો

ઊપસી આવતો અને મોટો ને મોટો વધી જતો. ડોક્ટરને એની ખૂબ જ પીડા થતી હતી. છેવટે અન્ય ઉપાયો પડતા મૂકી તેમણે શ્રી ગજનન મહારાજના શરણે જવાનું વિચાર્યું. અને પથારીમાં પડ્યા પડ્યા જ સદ્ગુરુનું સ્મરણ કરવા લાગ્યા : “દોડો દોડો હે સદ્ગુરુનાથ ! આ પીડા હવે સહન થતી નથી. તમારા બાળકની પીડા હવે સત્વરે ટાળો.”

તે રાત્રે એકાદ વાગ્યાના સુમારે એક બળદ ગાડું ડોક્ટરના બારણા આગળ આવી ઊભું રહ્યું અને તેમાંથી એક બ્રાહ્મણ ઊતરી ડોક્ટરનું બારણું ખખડાવવા લાગ્યો. ડોક્ટરના ભાઈએ બારણું ખોલી પૂછ્યું : “ક્યાંથી આવો છો ? કોનું કામ છે ?” બ્રાહ્મણે કહ્યું : “મારુ નામ ગજો. શેગાંવથી આવું છું. ડોક્ટર ભાઈ કંવરને ફેડલો થયો છે તેને માટે તીર્થ અને ભસ્મ લઈને મને મોકલવામાં આવ્યો છે. ત્યો આ ભસ્મ ફેડલા પર લગાડવા માટે અને આ તીર્થ પીવા માટે. મારે અત્યારે પાછાં જવાનું છે.” આમ ભસ્મ અને તીર્થ આપી પેલો બ્રાહ્મણ ચાલ્યો ગયો. અને ગાડું ઢડબડ ઢડબડ કરતું રવાના થયું.

પછી ડોક્ટરે મનમાં ને મનમાં મહારાજશ્રીને પ્રણામ કરી ફેડલા ઉપર ભસ્મનો લેપ કર્યો. ફેડલો તરત જ ફૂટી ગયો. બધું પરું અને બગડેલું કાળું લોહી નીકળી ગયું. ડોક્ટરને શાંતિ વળી અને ગાઠ ઊંધ પણ આવી.

ત્યારબાદ ધીરે ધીરે શરીરમાં શક્તિ અને સ્ફૂર્તિ આવી એટલે ડોક્ટર મહારાજના દર્શને શેગાંવ ગયા. ત્યાં મહારાજશ્રીએ હસીને કહ્યું : “અરે ભાઈ ! મારા બાળકને ઘાસ પણ નીચું નહિ તે !” આ ગૂઠ માર્મિક શબ્દોથી ડોક્ટરને શી પ્રતીતિ થઈ તે કહેવાની જરૂર ખરી ?

## ‘એ યુવાન ઉભો ન રહ્યો....’ ✓

સાધુ પ્રીતમપ્રસાદદાસ

માંડવો નાંખાયો છે. સજ્જ થયેલા સાજન શોભી રહ્યા છે. ઢાલત્રાંસાં વાગી રહ્યાં છે. એક બાબુ બન નીકળવાની તૈયારી છે. એવામાં ખેપિયાએ ઘોડા પરથી ઊતરીને વરરાબના હાથમાં કાગળ મૂક્યો.

‘સ્નેહીઓ, ક્ષમા કરશો. આ લગ્ન હવે બંધ રહેશે.’ પત્ર વાંચીને વરરાબએ સૌને કહ્યું. તરત જ લગ્નમાં આવેલા મહેમાનોના માનસપટ પર વીજળીનો ઝબકારો થયો. એ ઝબકારો જોઈને કેટલાકને અંધારાં આવી ગયાં.

‘બેટા, એવું શું છે? કોનો પત્ર આવ્યો છે?’ પિતાએ વરરાબ પ્રભાશંકરને ધીમેથી પૂછ્યું.

‘વડતાલથી મહારાજનો પત્ર છે. મને તાકીદે બોલાવે છે.’ કહીને પ્રભાશંકરે પત્ર ખિસ્સામાં મૂક્યો.

‘એવું તો હમણાં ન બને. લગ્ન પતાવીને નિરાંતે જાવો. પત્નીને પણ દર્શન કરાવજો. તું યુવાન છે. આટલા વર્ષ મેં તને મોટો કર્યો. હવે તને પરણાવવો એ મારું કર્તવ્ય હું નહિ ચૂકું, થોડો મોડો જઈશ તો મહારાજ-સહબંધ સ્વામી કુરાળ નહિ થઈ જાય. મારું માન. આવું ગાંડપણ ન શોભે.’ પિતાએ શિખામણ આલુ રાખી.

પ્રભાશંકર જાણતા હતા કે વૈરાગ્ય એ રસ નથી છતાં અનોખો રસ છે. સ્નેહીઓનાં લાડ એને સ્પર્શતાં નથી. દશ ઈન્દ્રિયો અને અગિયારમું મન એને બાળીને તેની રાખ જે થાળે તે સાચો વૈરાગી. કેટલાંક ફૂલ ખીલે એવાં ખરી જાય.

વૈરાગ્ય ક્યારેય ખરી ન પડે, ચીમળાય નહિ તે સાચો. પ્રભાશંકરને આવો વૈરાગ્ય નહોતો ઊપજ્યો કે પરણેતરને મૂકીને ચાલતો થાય. એને તો સ્વામીના વચનની ધગશ હતી.

તેણે એક નજર પરણેતર તરફ ફેંકી. જેવું પોતાના હાથે મીઠળ બાંધેલું હતું તેવું કન્યાને હાથે હતું. ખેસ તથા ચૂંદડીની ગાંઠ કડક હતી. બંનેના કપાળે અક્ષતમિશ્રકંડુના ચાંદલા શોભી રહ્યા હતા. વેદિયા બ્રાહ્મણો તો જલ્દી વિધિ પતાવી બનને વળાવવા ઇચ્છતા હતા, ત્યાં પ્રભાશંકરે પોતાના વિચાર નિચોડને વાચા આપી દીધી, ‘પિતાજી હું જઈ છું.’

પત્ની આ સાંભળી સડક થઈ ગઈ! એકવાર જેનો હાથ જાલ્યો હતો તેને પકડી રાખવા ફરી હાથ લાંબાવ્યો પણ વ્યર્થ. તે મનમાં સુખના મહેલો રચી રહી હતી પણ તેની એકે એક ઈંટ ભાંગીને ભૂકો થઈ ગઈ.

વિચારમૂઠ થયેલા પિતાને કહ્યું, ‘પિતાજી, આપ ઉદાસ ન થશો. આપને પૌત્ર દર્શનની તાલાવેલી હશે. પણ આ સમયે મારું મન માનતું નથી. ભગવાનની ઇચ્છા જ મને આમ રાખવાની હશે. મને સંસાર બંધનથી મુક્તિ અપાવી. તેઓ મારા દ્વારા કોઈ ઉત્તમ કાર્ય કરાવવા ઇચ્છતા હશે. એ પ્રેરણા આપે એમ જીવવામાં જ અનેરો આનંદ છે. હું માત્ર એક કે એ સંતાનોનો પિતા થવાને બદલે હજારો સંતાનોનો પિતા બનું એવો સ્પષ્ટ આદેશ મને અંતરાત્મામાં સાંભળાય છે. માટે રાજી થકી રજા આપો.

આ મૂંઝવણ રમણીય હતી. પ્રભાશંકરને એ ભાવી ગઈ હતી. એનું અંતર સ્વામીને મળવા ખેંચાયું. સાગરના જેવી મહારવાકાંક્ષા એના દિલમાં જાગી હતી.

હવે પ્રભાશંકરે તાકીદ કરી. ખેપિયાને આગળ ખેંચ્યો.

‘ચાલ હવે, મારાથી રોકાવાય એમ નથી. મહારાજની આજ્ઞા થઈ છે એટલે સીધા વડતાલ જવું છે.’ પેલી પરણેતરને પળભરમાં વિસારી દીધી. એને વળી મળવું શું અને પૂછવું શું? ધર્મમાં રહીને લગ્ન લીધાં હતાં, તેમાં વળી ઉચ્ચ ધર્મ સૂઝ્યો તેથી લગ્નને પડ્યાં મૂક્યાં. મહારાજ ગોમતી તટે મારી રાહ જોતા હશે એમ પ્રભાશંકરને લાગ્યું.

ફરી કાગળને આંખે તથા માથે અડાડીને ઘોડા પર સવાર થયા. હવે વિચારવા કે પૂછવા ન રહ્યા. ખેતરો પસાર કરીને આગળ વધતા હતા. માર્ગમાં એક સૂકાચેલું વૃક્ષ જોયું. પ્રભાશંકરે તેને મનથી સંભળાવ્યું, ‘તું તારે મેઘની રાહ જોયા કર. હું પણ તારી જેમ ક્યારનો તરસ્યો હતો. મારો મેઘ જડતો નહોતો. હવે એમને મળવા જઈ રહ્યો છું. તને તારો મેઘ મળો અને મને મારો. સ્નેહ વગર સૂકાચેલાની સ્થિતિ હું નાહું છું, ભાઈ!’ સાથે આવેલો ખેપિયો વિચારના વમળમાં ગોથાં ખાવા લાગ્યો કે ધન્ય છે આ વરરાજાને!

સતયુગમાં ઘણા ભક્તો થઈ ગયા. તેણે ઘણું સરસ કાર્ય કર્યું, તે સંભારવું. પરંતુ વર્તમાન કાળે એવા ભક્તો નથી એમ ન સમજવું. ભગવાન સદા પ્રગટ છે. ગુણાતીત સંતનું પ્રગટપણું અખંડ રહે છે. તદ્દાશ્રિત ભક્તો પણ પ્રગટ હોય છે જ; તેમને ઓળખી રાખવા. આવા ગુણ પણ પાત્ર જોઈને વસે છે. ગમે ત્યાં નથી રહેતા. અંતરમાં ઈષ્ટદેવને આરાધવાની લગ્ની લાગી હોય તેનાથી શું ન થાય?

પ્રભાશંકર વડતાલ આવ્યા. સહજાનંદ સ્વામી ગોમતી તટે ઝાડની ડાળી પકડીને ઉભા હતા. સંતો-હરિભક્તો બાજુમાં મંડળી થઈને વિસામો ખાતા હતા. સહજાનંદજીએ સૌને સમજ પડે એ હેતુથી આ નવા આગંતુકને પ્રશ્નો પૂછ્યા:

‘ક્યાંથી આવી ચડ્યા?’

‘પીપળાવથી મહારાજ.’

‘અમે વડતાલ છીએ એવી ખબર હતી?’

‘હા મહારાજ, આપનો પત્ર આવ્યો હતો ને?’

‘હા; અમે પત્ર લખ્યો હતો ખરો. એ તમારા ઉપર જ લખ્યો હતો?’

‘હા, આ રહ્યો’ એમ કહીને ખિસ્સામાં શોધવા લાગ્યા.

‘એ સમયે તમે ખેતી કરતા હતા કે પછી—’

‘મીઠળ બાંધ્યાં હતાં અને જાન નીકળવાની તૈયારી હતી. એવામાં આપનો પત્ર મળ્યો અને...’ પ્રભાશંકર વધુ ન બોલ્યા.

‘તો પછી લગ્ન કરીને જ આવવું હતું ને?’ સ્વામી સહજાનંદે સહજ રીતે કહ્યું. ‘લગ્ન તો ફરી લેવાશે, પણ આપની આજ્ઞા પાળવાની તક કેમ જતી કરાય? અત્યાર સુધી બ્રહ્મચર્યની ખુમારી હતી; હવે તેમાં આપની સાથેના સાહચર્યની મહેંક લખશે.’ પ્રભાશંકરે હસતાં હસતાં કહ્યું.

‘જુઓ, આ પ્રભાશંકરને ઘર હતું, વહાલાં હતાં. વાડી અને ગૌશાળા હતાં. એના તરફ મનથી પણ જોયા વગર ચાલી નીકળ્યા. અને મન જોડી દીધું ધ્યેયમાં. કહો આવા ભગવદ્દીયને હવે શું કરવાનું બાકી રહે?’ સ્વામી સહજાનંદે ભક્તની ઓળખ આપી.

આવા ભક્તનાં દર્શન ભગવાનનાં દર્શન તુલ્ય છે.

## પ્રભુ સંપ્રાપ્તિનો માર્ગ ✓

સંકલન : નારાયણ હ. બાની

[પ.પૂ. મહાત્મા શ્રી યોગેશ્વરજીએ તા. ૧૧-૬-૮૨થી શ્રી ગાંધી નિવાસ સોસાયટી, મસૂરી ખાતે આપેલ કેટલાંક પ્રવચનોનો સારભાગ. આ પ્રવચનો હિંદી ભાષામાં આપેલ.]

પ્રવચનના વિષય તરીકે “કર્મ કરતાં કરતાં, જીવનમાં પ્રભુની સંપ્રાપ્તિ શી રીતે થઈ શકે?” સૂચવવામાં આવેલ.

-તંત્રી]

આજનો માનવ અજ્ઞાન-કે અવિદ્યાને લીધે દુઃખી છે; કારણ કે જે વસ્તુઓ દુનિયામાં અસ્થાયી ને અનિત્ય છે, તેમાં તે આસક્તિ કરી બેઠો છે, તેમને તે પોતાની માની બેઠો છે. એટલે એ વસ્તુઓની સંપ્રાપ્તિથી એ સુખ માને છે, ને એમના વિયોગથી દુઃખ. પરંતુ જીવનમાં તમારા-સ્વ કે આત્મા સિવાય બીજું કોઈ તમારું નથી. પ્રત્યેક જીવનમાં તમારો જે સનાતન સાથી છે, તે તો તમારો પોતાનો આત્મા છે. આ વાત ભૂલીને, અજ્ઞાનથી ઘર-ખડાર, ધન-સંપત્તિ કે પુત્રપરિવારમાં તે આસક્તિ કરી બેઠો છે, પરિણામે તેને સુખદુઃખનો અનુભવ થતો રહે છે.

આ સ્વની ઓળખ-એજ જીવનની ખરી સાધના છે.

વળી જીવનમાં દુઃખનું બીજું કારણ માણસનો પ્રભુથી વિચ્છેદ છે. માણસે પોતાના જીવનમાં સુખ ને આનંદની સંપ્રાપ્તિ કરવી હોય તો પોતાનો સંબંધ શ્રીપ્રભુ સાથે જોડવો જોઈએ, કારણ એ પ્રભુજ સુખને આનંદના સાગરરૂપ છે. એટલે જે મનુષ્ય પોતાના જીવનનું સારથિપદ પ્રભુને સોંપે, પોતાનો સંબંધ નામસ્મરણ દ્વારા પ્રભુથી જોડે તો તેના

જુલાઈ : ૧૯૮૨

૧૫

જીવનમાં સુખ, શાંતિ ને આનંદનો સૂર્ય ઊગે. દુઃખ વિષાદ ને વિપત્તિનાં વાદળો હટી જાય ને તેને કોઈ કલેશ કે કષ્ટ ન રહે. પરંતુ આજે આપણે આનાથી ઊલટું જ જોઈએ છીએ. માણસ પોતાના સંબંધ, અનિત્ય વસ્તુઓ સાથે જોડી બેઠો છે, ને નિત્ય સુખ ને આનંદની અપેક્ષા રાખી બેઠો છે, તો તેની આ આશા કે અપેક્ષા ક્યાંથી ફળવાની ?

આજે માણસ એટલો બધો બહિર્મુખ થઈ ગયો છે કે પોતાના સ્થૂળ શરીરને જ સર્વ કાંઈ સમજી બેઠો છે ને તેની જ આજ પંપાળમાં પડેલો છે. એ કદી વિચારતો પણ નથી કે આ સ્થૂળ શરીર જેનાથી ચાલે છે, આંખ જેનાથી જુએ છે, વાણી બોલે છે ને કાન સાંભળે છે-તે ચેતન તત્ત્વ કે આત્મતત્ત્વ જેવું પણ કંઈ છે ખરું!

શાસ્ત્રો કહે છે કે આ દેહીતા સ્થૂળ શરીરથી જુદું એવું સૂક્ષ્મ શરીર પણ છે જે માણસના મૃત્યુ પછી પણ આત્માની સાથે જાય છે. તે સ્થૂળદેહિથી દેખાતું નથી. પરંતુ યોગીઓ એને જોઈ શકે છે. આ સૂક્ષ્મ શરીરની અંદર એક કારણ શરીર પણ છે. જે માણસના જન્મ મરણનું કારણ બને છે. માણસની વાસનાઓ, રાગદ્રેષો ને જન્મંતરના સંસ્કારોના સમુચ્ચયરૂપ આ શરીર છે. એટલે જ્યાં સુધી માણસ ઈચ્છા કે વાસના-રહિત ન બને, કર્મફલની આશાથી મુક્ત ન બને, ત્યાં સુધી આ કારણ શરીરનો નાશ થતો નથી ને માણસના જન્મમરણના ફેરા ટળતા નથી.

માણસના કર્મનો ક્ષય ભોગવવાથી ને નવાં કર્મફળો ઉત્પન્ન ન થવા દેવાથી થાય છે. જે માણસ અનાસક્તભાવે કર્મો કરે તો નવો કર્મશય બંધાતો જૂનથી.

માણસ ઘણીવાર ભગવાનની પૂજા, જપ, ધ્યાન વગેરે કરતો હોય છે, પરંતુ તેના વ્યાવહારિક જીવન ને પૂજના

ઓરડાના જીવન વચ્ચે સુમેળ હોતો નથી. એ એમ માનતો હોય છે કે ભગવાનની પૂજા-પાઠ વગેરે કર્યા પછી, વ્યાવહારિક જીવનમાં એ ગમે તેવો અસત્ય વ્યવહાર કરી શકે છે; સત્ય, દયા, પ્રેમ, પવિત્રતા માનવતા નીતિ વગેરેનું આચરણ વ્યાવહારિક જીવનમાં ન કરે તો ચાલે. એ તો ધર્મના પાયાના મૂલ્યો છે. આપણા દેશમાં માણસ ધાર્મિક કહેવડાવે છે, પરંતુ ધર્મના પાયા રૂપ પ્રેમ, સત્ય ને દયાના મૂલ્યોનું આચરણ જીવનમાં કરવા પ્રત્યે ધ્યાનઆપતા નથી; જ્યારે પશ્ચિમના દેશો, ભલે આપણા જેટલા ધાર્મિક ન દેખાતા હોય, છતાં માનવ તરીકેના પ્રેમ, દયાને, પરોપકારના ગુણોથી વધારે સંપન્ન છે. તેઓ પોતાના વ્યવહારમાં પ્રામાણિક હોય છે ને માનવતાના ગુણોથી સભર હોય છે. બીજાઓને ઉપયોગી થવાની તકો શોધતા રહે છે તે એને પોતાની ફરજ માને છે. એટલે આપણા દેશના માણસોએ માનવતાના ગુણો વિકસાવવાની તેમજ બીજાને ઉપયોગી થવાની વૃત્તિ કેળવવાની જરૂર છે.

વળી માણસે પોતાના અંગત જીવનને બધા જ પ્રકારના દુર્ગુણો તેમજ વ્યસનોથી મુક્ત કરવાની આવશ્યકતા છે. તે સિવાય સાધના ફળતી નથી. એ માટે માણસે પોતાનું આત્મ નિરીક્ષણ સતત કરતા રહેવું જોઈએ ને પોતાનામાં જે જે દુર્ગુણો દેખાય તેમને દૂર કરવા માટે પ્રયત્નશીલ બનવું જોઈએ. સાથે સાથે પ્રભુને પ્રાર્થતા રહેવું જોઈએ કે જેથી પોતાની જાત સુધારણા માટેના પ્રયાસોમાં પ્રભુના માર્ગે આગળ વધાય તો એનું પરિણામ સાધકને જલ્દીથી પ્રાપ્ત થાય છે.

આપણે કહીએ છીએ કે જો દુનિયામાં ઈશ્વર હોય તો અમને કેમ દેખાતો નથી? પ્રભુ આપને પરોક્ષ રીતે હરપણે દેખાતો રહે છે, પરંતુ આપણે એને જોવાની દૃષ્ટિ કેળવી નથી,

પછી એ શી રીતે દેખાય ?

તલ કે મગફળીમાં જેમ તેલ ગૂઢ રીતે રહેલું છે, દૂધમાં જેમ માખણ ને ઘૂત નિહિત છે. તે જ પ્રમાણે પ્રભુ આપણા અંગમાં વ્યાપીને રહ્યો છે, તેની સહાય વિના આપણે કશું જ કરી શકવા સમર્થ નથી. છતાં આપણને એ દેખાતો નથી એમ એના અસ્તિત્વમાં માનતા નથી એમ કહેતા રહીએ છીએ.

એટલે એને જોવો હોય તો માણસે અજ્ઞાનનું આવરણ હટાવવું પડશે; અને અજ્ઞાનનું આવરણ તો જ હટશે કે જો માણસનું અંતઃકરણ શુદ્ધ હશે, તેનાં મોહ, માયા ને મમતાનાં બંધનો શિથિલ થયાં હશે, દૃષ્ટિ પવિત્ર થઈ વ્યવહાર પ્રેમમય બન્યો હશે.

એ પછી, ધ્યાન ધરવાથી મન સરળતાથી સ્થિર થશે, સંકલ્પ વિકલ્પો સતાવશે નહિ ને કાળાંતરે અવિસ્ત અભ્યાસના પરિણામે એક ધન્ય દિવસે સાધકને આત્મદર્શન થશે. તે પછી પ્રભુ ક્યાં છે? ને બદલે પ્રભુ ક્યાં નથી? એવો અનુભવ એ હરપણે કરતો થશે.

સીતારામમય સબ જગ જાની

કરું પ્રણામ કર જોરી જુગ પાણિ.

એવા સાધકને માટે સર્વ જગ પ્રભુમય બની રહેશે. ત્યારે જીવનની ધન્યતા અનુભવાશે. આ લક્ષ્ય પ્રતિ હરેક માનવે ગતિ કરવાની છે; જેની સાધના જેટલી તીવ્ર, તેટલી એની પ્રાપ્તિ જલ્દી. એક જન્મમાં પણ એ સિદ્ધ થાય ને ઘણા જન્મોમાં પણ થાય. ક્યારે એ દશા પ્રાપ્ત કરવી તે તમારા હાથમાં છે. નિશ્ચય કરી, પુરુષાર્થ કરો, પ્રમાદનો પરિત્યાગ કરો તો પ્રભુ જરૂરથી સહાય કરશે. એ વિધાનમાં વિશ્વાસ રાખો.

## યોગ: કર્મસુ કૌશલમ્ ।-ગીતા

ડા. અશ્વિનભાઈ ડી. પટેલ.

(૧)

યોગેશ્વર શ્રીકૃષ્ણનાં વચનોની બ્રહ્મવ્યાપકતા હોય છે. એ હિસાબે એના અર્થ પણ અનન્તદેશીય અને માનવજીવન-રુપશક્ષમ હોય છે. તેમ જ એક વિષયપરનાં વિધાનો પુષ્પ-પાંદડીવત્ એકબીજા સાથે રસાર્થગુમ્ભિત હોવા છતાં સ્વતંત્ર હોય છે. યોગની વ્યાખ્યા-વિવેચના કરતાં વિધાનોપણ આ અભિપ્રાયથી મુક્ત નથી. અહીં એવાં ચારપાંચ અવતરણ લઈ યોગ-યોગક્ષલાદિ વિશે સમજવા પ્રયત્ન કરીશું. એ પહેલાં યોગનો વ્યુત્પત્તિમૂલક અર્થ જોઈએ.

યોગ શબ્દ સંસ્કૃત યુજ્ (યોજયતિ, યુનક્તિ, યુજ્કતે) ધાતુ પરથી બન્યો છે. જે એકને-કંઈકને-કંઈક બીજાની સાથે જોડે, કે જ્યાં કશુંક એક કશાક બીજા સાથે જોડાય તેનું નામ યોગ. ચિત્ત કોઈ વસ્તુનો વિચાર કરે, એનું ધ્યાન ધરે અને એ રીતે એની સાથે જોડાય તો જેટલે અંશે જોડાણ ઘેરું બને તેટલે અંશે યોગની ગુણવત્તા વધારે. મન કે ચિત્ત ઈશ્વરનું કે ઈષ્ટ દેવ દેવીનું ધ્યાન ધરી એની સાથે જોડાય એને સામાન્ય રીતે યોગ કહીએ છીએ. ઉપરના ગીતાવચનમાં ભગવાન શ્રીકૃષ્ણે યોગની વ્યાખ્યા કેટલી બધી વ્યાપક બનાવી આપી! “કર્મમાં કુશળતા તેનું નામ યોગ.”

વિદ્યાર્થીનું કામ ભણવાનું, શિક્ષકનું કામ ભણાવવાનું, ગુરુનું કામ જ્ઞાન આપવાનું, ખેડૂતનું કામ ખેતી કરવાનું, કવિ, સંગીતકાર, ચિત્રકાર, શિક્ષી, સ્થપતિ વગેરેનાં કામ એમની કલાકૃતિઓ સર્જવાનું, કારીગરનું કામ એને યોગ્ય

કારીગરી કરવાનું, ડોક્ટરનું કામ દવા કરવાનું, મજૂરનું કામ મજૂરી કરવાનું, વકીલનું કામ કાયદાના મુદ્દા લડાવતા રહી સત્વને ન્યાય અપાવવાનું, ખેલાડીનું કામ ખેલદિલીથી રમવાનું, સ્ત્રીની અનેક ફરજોમાંનું એક કામ રસોઈ બનાવવાનું. આ બધાં કામ દિલ પરોવીને એની સાથે એકરસ થઈને કુશળતા-પૂર્વક કરવાનાં છે. એમ જો થાય તો ઉપરથી વ્યાખ્યા મુજબ તે યોગ બની રહે. અરે બાબક કોઈ ઈચ્છા પૂરી કરવા કે કોઈ વસ્તુ મેળવવા રહ લે, રડયા કરે એ પણ યોગવત્ કહેવાય. પણ ઔદશિયો પંચાત કરે, કર્કશા કનિયા કરે, ગુંડો ગાળો ભાંડે, ચોર ચોરી કરે, દુષ્ટજન બીજાનું ભુંડું કરે એમાં અનન્ય દિલચશ્પી ને એકાગ્રતા હોય તો પણ એને આપણે યોગ નહિ કહીએ. યોગ પરહિતભંજક નથી. કૌશલ્યપૂર્વક કરાએલાં કામ સારાં પરિણામ લાવનાર હોય, બીજાનું અહિત કરનાર ન હોય, નમ્રતાસભર હોય, આડંબરરહિત કરાયેલ હોય, નિરભિમાનીપણે ને નિર્ભય રીતે કરાયેલાં હોય, નિર્દોષપણે ને અહિંસક રીતે કરાયેલાં હોય તો તેને યોગની ક્ષમતાવાળાં કહી શકાય. જગતામુપકારકમ્ અહીં એક બીજું શાસ્ત્રવચન યાદ આવે છે :

“આત્મનઃ પ્રતિકૂલાનિ પરેષાં ન સમાચરેત્ ।”

પોતાને જે પ્રતિકૂળ હોય, પોતાને માટે જે અહિતકારી હોય તે બીજાને માટે એટલે કે પારકાને માટે આચરવું જોઈએ નહિ. સંસારની સાચી સુખાકારીનો આમાં મંત્ર રહેલો છે. યોગની સફળતાની ચાવી આમાં રહેલી છે. પારકાને કષ્ટકારી હોય, દુભાવે તેવું હોય, નુકશાનકર્તા હોય તે યોગ ન બની શકે. તેને યોગ કહી શકાય નહિ.

ગુંડો કેટલી ચીવટ ચાલાકીપૂર્વક કોઈને ખંજર હુલાવી દે છે! તેને યોગ કહી શકાય? કર્કશા કે દુરીજન ઉડાઉચબ-

રાક વાચાળતાપૂર્વક ખીજને ગાળો ભાંડે તેને શું આપણે યોગ કહીશું? પોતાનું આંગણું વાળીઝૂડી કચરો પાડોશીના આંગણામાં નાખી આવનાર ગૃહિણીના કામને કોણ યોગ કહેશે? પરીક્ષામાં ચોરી કરીને, લાંચરૂશવત આપીને ફર્સ્ટ ક્લાસ ફર્સ્ટ આવીએ એને યોગ કહેવાય? ખિસ્સાકાતરૂ, ઘર-ફોડ ચોર કે ડાકુ યા બહારવટિયો પારકું ધન પડાવી લે એને યોગ શી રીતે કહેવાય? જૂઠા કેસો હાથ પર લઈને વકીલ એના અસીલને કુશળતાપૂર્વક જીતાડે એ યોગ ન કહેવાય; એ જ રીતે ન્યાયાધીશ ન્યાયનું નાટક કરી કોઈની શેહશરમમાં તણાઈને કે પૈસા ખાઈને જડજમેન્ટ આપે ત્યારે જૂઠા ન્યાયફરમાનને કોઈ યોગ કેમ કરીને કહેશે?

દુનિયામાં દરેક કાર્ય યોગ બની શકે પણ એ કરનારના મનમાં સર્વ માટે સમભાવ, આત્મભાવ, આત્મીયતા, તદાત્મતા, કરુણા, પ્રેમ, હોવાં જોઈએ. આથી જ ભગવાને યોગની ખીજ વ્યાખ્યા આપતાં લખ્યું:—“સમત્વં યોગ ઉચ્યતે” ।

સમત્વ, સમભાવ એ જ યોગ કહેવાય છે, સમત્વ કોણ રાખી શકે? રાગદ્વેષ, કામક્રોધ, માયામત્સર, ઇર્ષ્યાઅસૂયા જેનામાં ન હોય તે. સ્વાર્થદૃષ્ટિ રાખનારમાં આ દુર્ગુણો એક કે બીજે સ્વરૂપે હોય જ છે. પરમાર્થદૃષ્ટિથી જ્ઞાનાર, વિચારનાર, વર્તનારમાં સમભાવ હોય છે. મારું-તારું જેનામાં હોય, પારકું-પોતાનું એવા ભાવ જેનામાં હોય તે સમદૃષ્ટિ શી રીતે બની શકે? મિત્ર ને દુશ્મન, સગાં ને ફરનાં, કુટુંબી ને પર-કુટુંબી, જ્ઞાતિનાં ને ઇતર જ્ઞાતિનાં, ગામનાં ને પરગામનાં, દેશનાં ને પરદેશનાં એવા ભેદ રાખનારમાં તદાત્મ્ય શી રીતે સંભવે? વસુદૈવ કુટુંબકમ્ની ભાવના શી રીતે હોય? એ માટે તો દ્રન્દ્રભાવથી પર ઊઠવું જોઈએ. જેનામાં આશાનિરાશા માનઅપમાન, સુખદુઃખ, લાભનુકસાન, સફળતા નિષ્ફળતા, ચઠતીપડતી વિષે કોઈ ભેદ ન હોય, તેને કાંચનકથીર, સુવર્ણ-

લોષ, રજરજત, રાતદિવસ, પ્રકાશઅંધકાર, ટાહતડકો, પાપ-પુણ્ય, વગેરે દ્વેત સતાવતાં નથી. કોઈ પણ સ્થળે કે પરિસ્થિતિમાં એ સમાનદૃષ્ટિ રાખી શકે છે. નરસિંહ મહેતાની જેમ એ સ્થિતપ્રજ રહી શકે છે. જગતના કોઈ પણ જીવ માટે એનામાં સમભાવ હોય છે. આ ન હોય ને જે કાર્યો કરાય તે યોગ ન કહેવાય. યોગ કે યોગીનાં કાર્યો સર્વાન્ન કલ્યાણકારી હોય, નિરુપદ્રવી હોય, લોકસંબલકર્તા હોય. આવો યોગ કોઈ ગુણમાં બેસીને, ક્યાંક એકાન્તમાં જઈને, કોઈ ગુરુચરણે રહીને કરવાનો હોતો નથી. જનક વિદેહીની જેમ એ સંસારમાં રહીને જ કરવાનો છે. એમ કરાય તો આ આ જગત, આ સંસાર એક મોટી યોગભૂમિ બની રહે છે. આપણું એકેએક કાર્ય, કર્તવ્ય બની રહે. સાચી ફરજનું સાચું કામ બની રહે તો તે યોગ જ છે. એ કામ સર્વાત્મભાવથી, સમભાવથી સમત્વથી કરાયેલું હોવું જોઈએ. આપણામાં આત્મા છે તેવો જ આત્મા દરેક પશુ પંખી જીવજંતુ માનવમાં છે. આપણે એક જ ઇશ્વરનાં સંતાન છીએ, ભાઈ-બહેન છીએ. તો કોઈને ગાળ દેતાં તેની જગ્યાએ તમારી જાતને કલ્પો, કોઈને મારતાં કે કોઈનું ભૂંડું ઇચ્છતાં-કરતાં એને સ્થાને તમારી જાતને નિરૂપી જુઓ, કોઈની નિન્દા કરતાં તમારી કોઈ નિન્દા કરે તો તમને કેવું લાગે તે વિચારી જુઓ; નાનામોટા કોઈ જીવની હિંસા કરતાં કોઈ તમારી હિંસા કરે તો? એવું ચિંતન કરી અટકી જાઓ. દરેક જો આવો સમદૃષ્ટિવાળો, સમત્વવાળો યોગ કરતો થાય તો સૃષ્ટિ સ્વર્ગસમી બની જાય. ગીતાકાર શ્રીકૃષ્ણે એક શ્લોકમાં સમ-બલ્યું છે.

“યસ્માન્નોદ્વિજતે લોકો લોકાન્નોદ્વિજતે ચ યઃ ।

હર્ષામર્ષમયોદ્વેગૈર્મુક્તો યઃ સ ચ મે પ્રિયઃ ॥

ગીતા-૧૨-૧૫

## ધ્યાન એક આવશ્યકતા ✓

પ્રો. ડી. જી. ભટ્ટ

ॐકારં નમસ્કૃત્ય, પ્રણમ્ય પરમેશ્વરમ્ ।

વિચિંત્ય વિશ્વનાથં ચ મજામિ મક્તવત્સલમ્ ॥

માનવ જીવનના ચાર પુરુષાર્થો સુસજ્જનોને સુવિદિત છે. માનવજીવન અનંત બ્રહ્મને પામવાનું સાધન છે અને તે દેવદુર્લભ છે. છતાં સંચિત કર્મનું પ્રારબ્ધ ભોગવતાં જીવન-દ્વારા મળેલ દષ્ટિનો સફળ ઉપયોગ કોઈક ભાગ્યશાળી જીવ જ કરી શકે છે, અને તેઓમાંથી કોઈક જ પરમ તત્ત્વની દિવ્યતાનો સાક્ષાત્કાર પામવા મથે છે.

આ શ્રેય-લક્ષ્ય તરફ પ્રગતિ કરવા માટે અને જન સામાન્ય મિથ્યા આવરણોની મોહક જાળમાંથી બચવા સત્સંગની સફળરુની અનિવાર્ય આવશ્યકતા રહે છે. પણ સતત પરિવર્તનશીલ પ્રેય-ભોગની લાલસામાં આ ધ્યેય વિસરાઈ જાય છે અને જીવનપુષ્પ મૃત્યુરૂપી અંધકારમાં અચાનક જ વિલાઈ જાય છે. જીવનનો પુણ્યપ્રવાસ અમૃતમય થાય તે માટે આત્માના દિવ્ય સ્વરૂપને પામવાનો પુરુષાર્થ આવશ્યક છે. આજ માનવ જીવનનું અંતિમ લક્ષ્ય છે, માનવ ધર્મ છે, અને પ્રેમભક્તિ છે. તે અનુભવવા શુદ્ધજીવન, પવિત્ર આચાર-વિચાર, તથા આહારવિહાર અને સત્ય દર્શનની અદ્ભુત એકબાજી માટે સતત સાવધાનતાની જરૂર રહે છે.

આ જાગૃતિ લાવવા, મનના ધસમસતા વૃત્તિ પ્રવાહોથી તટસ્થ થવા, રોજ બરોજનાં જીવનમાં નિયમિત ધ્યાનનો

અભ્યાસ ઘણો જ મહદરૂપ નિવડે છે. જગતમાં મહોરી રહેલાં અમાનુષી તત્ત્વોમાંથી પ્રભુની દિવ્યતાને પેખવી, જાણવી અને તેને આવકારવામાં જ પરમ લક્ષ્ય સમાયેલું છે. આ ધ્યેયપંથ સુચારુરૂપે નિશ્ચિત થતાં જ્ઞાન, ભક્તિ વૈરાગ્ય અને યોગ માટે અભિરુચિ જાગે છે. સંત પુરુષોના સત્સંગમાં શ્રદ્ધાનાં બીજ રોપાય છે. તેવું ભક્તિભાવ અને પ્રેમના જાળથી સિંચન કરી સુચારુરૂપે તેની ત્રિવિધ તાપથી સંભાળ બે ન લેવાય તો તે બીજ માચારૂપી ઝંઝાવાતમાં અકાળે મુર-ઝાઈ જાય છે. આરંભાવસ્થામાં તે બીજને રક્ષતી ચમ નિયમ અને યોગાંગના અભ્યાસની વાત મજબૂત કરવી પડે છે અને સફળરૂપી સૂર્યપ્રભાથી, સત્સંગરૂપી સારસંભાળથી જ બીજ વિકાસ પામી શકે છે.

આ અભ્યાસના વિકાસ અર્થે તથા અનિષ્ટ તત્ત્વોને હણવા માટે વિશ્વસ્થા પાસેથી પ્રેમનું અમોઘ શસ્ત્ર અને શીલ સંયમની ઢાલ પ્રભુને પ્રાર્થી પ્રાર્થિને મેળવવી રહી. ભક્તિના રાહિયાલવા સર્વેશ્વર પ્રભુ પાસે શક્તિ ચાચવી રહી, દિવ્ય સમયતા દષ્ટિ પામવી રહી. વળી આ રાહની પુણ્યયાત્રા માટે સંતપુરુષો પ્રેરિત માર્ગો-આદેશો જીવનમાં વણી લેવા ધ્યાનકેન્દ્રોની આવશ્યકતા છે. જેમાં આ પ્રયાસો આત્મસાત્ કરી લેવાય. સામૂહિક ધ્યાન પ્રયોગો દ્વારા, શિબિર દ્વારા, યોગાભ્યાસ દ્વારા પંથ મક્કમતાથી કાપી શકાય. પ્રભુપંથમાં પા પા પગલી પાડતા જીવનમાર્ગમાં આવતા રાગ-મોહના, લોભ-લાલસાના વિષ્ણો પાર કરી શકાય. વળી કેન્દ્રોમાં નિયમિત કાર્યક્રમ દ્વારા, શમ, દમ, તપ અને તિતિક્ષાનો આધાર લઈ સાધકોને એકબીજાની હૂંફ સાંપડે. સાધકની ડગમગતી શ્રદ્ધાના પાયા મજબૂત થાય.

જીવનમાં પ્રાપ્ત થયેલ સત્સંગની સફળતા માટે, પ્રવચન અને ભજનના સાક્ષ્ય માટે નિયમિત ધ્યાનયોગના અભ્યાસની જરૂરિયાત ઓછી આંકી શકાય તેમ નથી. તે માટે સુવ્યવસ્થિત ધ્યાન કેન્દ્રો ઉપયોગી નિવડે છે. આ જીવનભવનની દ્વારિકામાં પંચઈન્દ્રિયોરૂપી વાતાયનમાંથી ચિત્ત બાહ્ય જગતમાં ભ્રમિત થાય ત્યારે તેને પરમ તત્ત્વ તરફ પાછું સ્વનિકેતનમાં બોલાવવા અધ્યાત્મ સાદ પાડવાની જરૂર છે. અલખની આરાધના કરનાર અલગારી આત્માના અંતરનાદની અતિશય આવશ્યકતા છે. તે સુણ્યા પછી પથબ્રહ્મ થઈ ન જવાય માટે સુસંચાલિત ધ્યાન કેન્દ્રો, સંત મહાપુરુષોનાં ચૈતન્યસભર પ્રવચનો હરેક ગામમાં, મંદિરોમાં, ભવનોમાં, તીર્થોમાં, આશ્રમોમાં નવા પ્રાણ પૂરશે તેમાં શંકા નથી.

તેવા સામૂહિક કેન્દ્રોનો આત્મપ્રસાદ જીવનતત્ત્વના અંગોને પ્રેમ, ફરજ, માનવધર્મ અને ધ્યાનયોગ આપી જીવનમાં સત્ ચિત્ આનંદનો દિવ્ય આનંદ અર્પશે. આ ઉપલક્ષ્યમાં જ ધ્યાનકેન્દ્રો અને યોગશિબિરો ધ્યેયલક્ષી બની રહેશે; પરમ સુખદાયક બનાવી શકશે.

ૐ શાન્તિ ॥

—\*—

## જીવન ગંગોત્રી ✓

મણિભાઈ દવે

ભગવાન સર્વવ્યાપી છે. સર્વ શક્તિમાન છે. તેની કરુણા અપાર છે. પ્રાણીમાત્રનું પોષણ અને રક્ષણ કરે છે. સૃષ્ટિનો સરજનહાર છે. વગેરે વિશેષણોથી જેનું વર્ણન કરવામાં આવે છે તે પરમ તત્ત્વ કયાં હશે? કારણ કે આપણે નરી આંખે તો જે જોઈએ છીએ તે નામ રૂપ સિવાય બીજું કંઈ નથી. હરેક શાસ્ત્રો પણ પરમાત્માનું વર્ણન કરે છે. તેમની સ્તુતિ વેદો ગાય છે. બધા ઉપનિષદો આત્માની ઉપાસના કરવાનું કહે છે અને આ આત્મા માનવ દેહમાં બિરાજમાન છે.

કોઈ મોટી સરિતાને સમુદ્ર તરફ વહેતી જોઈએ. તે જેમ ઢાળ તરફ ગતિ કરતી હોય છે અને સમુદ્ર નજીક આવતી જાય છે ત્યારે તેનો ધસારો અને બન્ને કાંઠાનો વિસ્તાર કેટલો મોટો થતો હોય છે! જળ રાશીના વિસ્તારથી સામા કાંઠાનાં વૃક્ષો કેટલાં નાનાં દેખાતાં હોય છે. જગતનો સર્જક પરમાત્મા કે જે મનુષ્ય દેહમાં આત્મારૂપે બેઠો છે તેની પણ જીવન ધારા જગત તરફ વહી રહી છે.

શાસ્ત્રોનું પ્રયોજન પરમાત્માનો યશ ગાવામાં એ રહેલો છે કે તેથી તેમના વાંચનારને પોતાનામાં જિજ્ઞાસા પેદા થાય કે આ સર્વવ્યાપી તત્ત્વને કેવી રીતે પામી શકાય. શાસ્ત્રો કોઈ અભ્યાસની દ્રષ્ટિએ પંડિતાઈ ખાતર અગર મનોરંજન માટે લખાયાં નથી. તેમનો હેતુ મનુષ્યમાં જિજ્ઞાસા પેદા કરવા માટે છે અને જે જિજ્ઞાસા પેદા ન થાય તો તેમની સાર્થકતા ગણાય નહિ.

જીવનની સરિતા બહાર જગત તરફ વહી રહી છે. તે જ

જીવનનું શાસ્ત્ર છે. આપણને તે શું છે તે જાણવાની ઈચ્છા થવી જોઈએ. શાસ્ત્રોમાં અનુભવનાં વર્ણનો જાણવામાં મળશે પરંતુ તેમાં જીવન પ્રક્રિયા મળશે નહિ. આપણે જીવનને જાણીએ તેમાં જ જોઈ કરવી તેનું નામ જિજ્ઞાસા-કેટલાક સરિતામાં ફક્ત સ્નાન કરીને પતાવી લે છે જ્યારે કેટલાક જિજ્ઞાસુ જનો નદીના કિનારે કિનારે ઉપરની બાજુ જઈ તેનું મૂળ શોધવા નીકળી પડે છે. ગંગા જેવી વિશાળ નદી તેના વહેણ તરફ મોટી થતી થતી સમુદ્રને મળે છે. તેનું મૂળ કે જ્યાંથી તે નીકળે છે ત્યાં વહેણથી વિરુદ્ધ દિશામાં મુસાફરી કરીને તમે પહોંચી જાઓ તો જેને ગંગોત્રીના નામથી ઓળખાય છે તે ઝરણું આટલી મોટી નદી ગંગા બની જતી હશે. તેનું માનવામાં પણ ન આવે. ગંગોત્રી એ ગંગાનું મૂળ છે. તેને ગૌમુખ પણ કહેવામાં આવે છે. તેમ મનુષ્યના હૃદયમાં બેઠેલો આત્મા તે સર્વવ્યાપી પરમાત્માની ગંગોત્રી છે. એટલે તેને ત્યાં શોધવાનો છે-ગંગોત્રી વહેણથી ઊલટા માર્ગે મળે છે. તેમ જીવન ધારાને ઊલટાવવાથી મનુષ્ય જીવનની ગંગોત્રી પણ પ્રાપ્ત થાય છે. સાધનાની બધી પ્રક્રિયાઓ ઊલટ માર્ગે બતાવવામાં આવી છે. સંયમ, પ્રત્યાહાર, ધ્યાન વગેરે અંતર-મુખી પ્રક્રિયાઓ છે. જીવનના કેન્દ્રમાં એટલે હૃદયમાં તેની ગંગોત્રીનો નિવાસ છે. ત્યાંથી જીવન ધારા નીચે વહી રહી છે એટલે તેને પોતાના મૂળની સ્મૃતિ રહી નથી. સ્મૃતિને પાછી મેળવવા માટે મૂળ તરફ પાછા ફરવું જોઈએ. બહાર બધે જગત દેખાય છે. શાસ્ત્રકારો કહે છે કે જગત તો પરમાત્માનું સ્વરૂપ છે. પરંતુ આપણને તો જગત સિવાય બીજું કંઈ દેખાતું નથી; તેવી રીતે આપણને આપણા દેહ સંબંધી દેખાતું નથી. પરંતુ જગત અને દેહની ગંગોત્રી દેહમાં જ વસે છે. તેને ઓળખો પછી તમારે ઘેર બેઠાં ગંગા

જેવું બની જશે. સંતો ક્યાં વધારે બહુલા હતા? તેમણે ક્યાં શાસ્ત્રોનો અભ્યાસ કર્યો હતો પરંતુ તેમણે શોધી કાઢ્યું કે આખા વિશ્વની પ્રયોગ શાળા એ માનવ દેહ છે અને તેમાં જ જીવનની ગંગોત્રીનો નિવાસ છે. જગતમાં પરમાત્મા બારેબાર દેખાય તેમ નથી. પરંતુ તેને જોવો હોય તો પહેલાં જીવનના કેન્દ્રમાં જોવો પડશે. અને તે દરેક મનુષ્ય માટે સરખો સુલભ રાખ્યો છે. સત્ય તો સરળ અને સહેજ રાખ્યું છે. પરંતુ મન પોતે તેને અધરું કહીને અધરું બનાવે છે. સત્ય ચૂકી જવાનું કારણ આપણું મન છે. મન બીજા બહારના વિચાર કરે છે. પરંતુ જીવનના તંત્ર સંબંધી વિચાર કરતું નથી. શ્વાસ લેવા જેવી સરળ બાબત વિશે વિચાર કરતા કોઈ જોયા નથી. સત્યને આપણે રૂટીન (routine) બનાવી દીધું છે. રોજ બાઈએ છીએ પછી તેને કોણ પચાવે છે તેનો પણ વિચાર કરતા નથી. નિદ્રામાં શ્વાસ લેવાનું અને હૃદયની ગતિ ચાલું રાખવાનું કામ કોણ કરતું હશે તેનો પણ આપણે વિચાર કરતાં નથી. તમે સાંભળો કે ન સાંભળો કે ન સાંભળો પણ જીવન તો પોતાનું કામ કર્યા જ કરે છે. આ કોણ કરે છે? તમારા દેહમાં જીવતું અને જાગતું જે ચૈતન્ય છે તે આ બધું કરે છે. અને તે જ વસતું ચૈતન્ય તે જગતરૂપી વિશાળ ગંગાની ગંગોત્રી છે. એટલે પ્રથમ તમે દેહમાં આ ગંગોત્રીને ઓળખો તો પછી જગત તરફ આંખ ઉઘાડશો ત્યારે તે જ ગંગોત્રીની આ વિશાળ ગંગા બની છે તેનું ભાન તમને રહ્યા કરશે.

ગંગોત્રીને ઓળખવા માટે શું કરવું જોઈએ? તે તો ગંગાનું મૂળ છે. એટલે ગંગાની ધારાથી વિરુદ્ધ દિશામાં ગતિ કરવી પડશે. આ ગતિ શબ્દથી દોરવાઈ જવાનું નથી-કે

તમારે મહેનત કરીને ત્યાં પહોંચવાનું છે. નદીની ઉપમા આપેલી હોવાથી ગતિ શબ્દ વાપરવો પડ્યો. જીવન વહી રહ્યું છે તે સરિતા જેવું ગણાય. જીવનને અટકાવવાનું તમારે માટે અશક્ય છે, ત્યારે કરવાનું શું કે જેથી જીવનની ગંગોત્રી ઝોળખાય. કરવાનું એટલું જ કે તમે અત્યાર સુધી પ્રવાહ તરફ નજર રાખીને જીવ્યા છો તેથી તેની ગંગોત્રી ભૂલાઈ ગઈ છે. તમારે ફક્ત તેના મૂળ પ્રત્યે આભારની દૃષ્ટિ રાખવાની છે. જીવનનું મૂળ તમારા હરેક શ્વાસે પોતાની હયાતી બહિર કરે છે. તેવી નજર હવે તમારા શ્વાસ પ્રત્યે રાખવાની. તમે ઊઠો, બેસો ઉઠો ખાઓ પીઓ, વગેરે ક્રિયાઓ વખતે પણ આ બધો ગંગોત્રીનો પ્રતાપ છે તેવી તમારી નજર રહેવી જોઈએ. આખું જીવન હવે તેની સ્મૃતિમાં પસાર થવું જોઈએ. જીવન પોતેજ પોતાના મૂળની ભક્તિ કરતું લાગે ત્યારે તમને ગંગોત્રીનું ભાન થયું ગણાય.

સંતો કહે છે કે અમે તો સીધી સાદી રીતે અમારા જીવન પ્રવાહનું મૂળ રાત દિવસની તેની હાજરીને અનુભવતા તેથી તેના તરફ અમારો ભાવ થયો અને પછી તો અમારી સાચી સમજણને લીધે અમે તેના તરફ જ વધારે ધ્યાન આપવાનું રાખ્યું. સત્યનું પોતાનું આકર્ષણ છે. તેણે અમારામાં પ્રેમ પ્રગટાવ્યો. તેણે જ અમારી મારફત પોતાની સાધના કરી છે. અમે જો કંઈ પણ કર્યું હોય તો અમારી નજરની દિશા બદલી છે. અત્યાર સુધી ગંગોત્રી તરફ અભાન હતા એટલે ગંગામાં નહાવાથી પુન્ય થશે તેવું માનતા હતા. પરંતુ હવે જાણ્યું કે અમે પોતેજ ગંગોત્રી છીએ અને અમારામાંથી જ આ ગંગાનો પતિત પાવન પ્રવાહ નીકળ્યો છે. એટલે અમે પોતેજ અમારા કેન્દ્રમાં પાવનકારી છીએ.

ઋષિઓએ આવી સાદી રીતે પોતાની જીવનગંગોત્રી અથવા આત્માને ઝોળખ્યો ત્યારે તેમને ખ્યાલ આવ્યો કે પોતે પરમાત્મારૂપ બન્યા છે. તત્ત્વમ્-અસિની ઘોષણા આ ગંગોત્રી ઝોળખવાથી તેઓ કરી શક્યા.

જીવનની ગંગોત્રી તરફ આવી આભારની નજર રાખવાનું જરૂરી છે. ત્યારે જીવનની ધારા તરફ કેવી નજર રાખવી તે પણ એક અગત્યનો પ્રશ્ન બની જાય છે. ધારા પણ અનિવાર્ય રીતે વહ્યા કરવાની. તેની સાથે વહેવા સિવાય બીજું કંઈ પણ કરવાનું નહિ. પ્રવાહની સામે જતા તમે થાકી જાઓ એટલે પ્રવાહપતિત જે કંઈ પ્રારબ્ધ તમારી પાસે કરાવે, અને પરિસ્થિતિ અગર સંયોગો ઊભા થઈને તમને જે કંઈ આપે તેને આભાર સહિત સ્વીકારવાની તમારી નજર રહેવી જોઈએ. જો તમે ગંગોત્રી તરફ નજર રાખો અને પ્રવાહની વિરુદ્ધમાં ગતિ કરવાનું પસંદ કરો તો આખો પ્રવાહ ડહોળાઈ જાય. તમે થાકી જાઓ અને સત્યનાં દર્શન થાય નહિ. એટલે જીવનનાં પ્રવાહ તરફ આવી સહજતાવાળી અનુરૂપ અને અનુકૂળ થવાની ભાવના રાખવી જોઈએ. જીવનની બહાર અને અંદર એક જ તત્ત્વ વિલસી રહ્યું છે. તે આવી સમર્પણની ભાવનાથી પ્રાપ્ત થાય છે.

કેટલેક ઠેકાણે એકથી વધારે નદીઓના સંગમ થાય છે ત્યારે તે એક બીજામાં પ્રવેશતી જણાય છે. આપણાં શાસ્ત્રો સંગમ સ્નાનને વધારે પાવનકારી ગણતાં હોય છે. તેનું કારણ નદીઓ એક બીજામાં સમર્પિત થતી હોવાથી તે પાવનકારી બને છે. નદીઓનું ત્યાં અદ્વૈત સર્જાય છે એટલે તેમાં સ્નાન કરવું તે પુણ્ય માન્યું છે. આપણા જીવન

પ્રવાહો પણ આવી રીતે એક બીજામાં પ્રેમથી સમાઈ જવા માટે મળ્યા છે અને કુટુંબ આવા સંગમની પ્રયોગશાળા છે એક બીજાને અનુકૂળ થઈ જીવનાર કુટુંબના સભ્યો પોતાની શોભામાં જે જીવતા હોય છે તે પણ સમર્પણ અને સંગમનું દશ્ય પૂરું પાડે છે. તેવા કુટુંબનું દર્શન એ સંગમ-સ્નાન બરોબર ગણાય.



ઈશ્વર જ્ઞાત અને અજ્ઞાત કેમ છે?

જે કહે છે કે ઈશ્વરને હું નથી જાણતો તે ઈશ્વરને જાણે છે, અને જે કહે છે કે હું જાણું છું તે નથી જાણતો. કેમકે ઈશ્વરને કોઈ સંપૂર્ણપણે નથી જાણી શકતું, અને જરાક પણ ના જાણતું હોય તેવું પણ નથી: થોડાઘણા રૂપમાં તો જાણે જ છે. એટલા માટે જ જાણવાનો દાવો કરનારને માટે ઈશ્વર અજ્ઞાત છે, અને ના જાણનારને માટે જાણીતા છે.

-કેનોપનિષદ

હર પળે-હર ક્ષણે

હર પળે, હર ક્ષણે પ્રભુ ! એક કામ કરો.  
દર્શન આપતાં રહો, આંખમાં વસો,  
અંતરાત્માને જાગૃત કરો.

હરપળે-હરક્ષણે-૧.

કર્મ કરતો જાગૃત રહું, ભાગ્યવશાત આપતાં રહો;  
આપણે સાથે રહ્યાં છીએ ત્યારે, આ જીવનને પ્રવૃત્ત કરો.  
હરપળે-હરક્ષણે-૨.

આત્મા "સમાધિ-સ્થિતિ"માં રહે છે,  
ને જીવન પ્રવૃત્તિ મહીં રમે છે.  
પણ નાદ-સંધાન થાતું નથી તો  
તહમ પાસે રહીને શીખવી રહો !

હરપળે-હરક્ષણે-૩.

નથી કાર્ય થાતું ઇન્દ્રિયોથી,  
કે, નથી રહી ચાલવાની શક્તિ;  
જે બને છે તે કરું છું ભક્તિ, પ્રભુ ! આપનાં ચરણે રહી.  
હરપળે-હરક્ષણે-૪.

આજીવન-સભ્ય બનાવી તહમારી મુવાસથી જીવન ભરો !  
કંઈ જ ન બને તો ઘેરંગી પતંગિયા થૈ  
બસ પ્રભુ ! એકવાર ભૂંગ થઈને મળો.

હરપળે-હરક્ષણે-૫.

ગતિશીલ આ બહેતાં આયુષ્યનાં  
બ્રહ્મો થઈ બધી રાશીએ ફરો !  
હરપળે હરક્ષણે કેં જ નેં તો ચૂંબન કરો ?  
હરપળે-હરક્ષણે પ્રભુ ! આરહુ કામ કરો !

હસુભાઈ ગિ. દવે.

તમે અમારી સાથે રહો છો

તમે અમારી સાથે રહો છો સદાયે  
પ્રતીતિ હૃદયને દિવસ રાત થાયે!  
ચરણ ચાલે જ્યાં જ્યાં, ગામે કે શહેરે,  
વન હો ભયંકર કે એકાન્તે ઘેરે—  
દિવસ હો કે રાત્રિ સન્માર્ગે પ્રેરે  
જ્યોતિ તમારી ઝગમગ  
નયનો મહીં રેલાયે! —૧

ભલે મોટરે કે વિમાને ગગનમાં,  
સદા ફરતા રહીએ રણમાં, ચમનમાં,  
ગંદકી છો વહેતી ફરતે જગતમાં  
ફેરમ તમારી પાવન  
પ્રાણે મહીં છવાયે! —૨

સ્વીકાર્યા તમે જ્યારથી છે શરણમાં,  
રહો તે દિવસથી મન તો મગનમાં!  
રહો એવી મસ્તી સદાયે જીવનમાં  
અંતર અમારાં એવાં  
જયગાન તમારાં ગાયે! —૩

—ઈશ્વરભાઈ પટેલ



“ ભાવનું ભોજન ”

જગદીશ્વર, જમવા આવો રે; ભાવનું ભોજન!  
સંતોને સાથે લાવો રે; ભાવનું ભોજન! ટેક  
બિગેશ્વરજી, અંતરમાં આવીને આપ વિરાજે;  
હરિ! હોંશે-હોંશે આજે રે; ભાવનું ભોજન! (૧)  
પ્રિતમજી, પ્રીતે પીરસી છે પ્રેમ રૂપી પતરાળી;  
આરોગે શ્રી વનમાળી રે; ભાવનું ભોજન! (૨)  
મનમોહન, મારા મનનો માનેલો આ છે થાળ;  
ભાવે જમજે શ્રી ગોપાળ રે; ભાવનું ભોજન! (૩)  
તમે જગને જમાડનારા, હું તમને શું રે જમાડું?  
જેતા ના અવળું-આડું રે; ભાવનું ભોજન! (૪)  
સદ્ગુણની લેજે સુવાસ, કરો મનમંદિરમાં વાસ;  
અંતર્યામી, એક આશ રે; ભાવનું ભોજન! (૫)  
અંતે ‘ જગદીશ ’ ચરણમાં; મસ્તક આ મારું ઝૂક્યું;  
હૃદયું તે હેતે મૂક્યું રે, ભાવનું ભોજન! (૬)

—જગદીશચંદ્ર એસ. આચાર્ય



## પ્રાર્થનાનું બળ ✓

મૂલરાજસિંહ રાણા

વર્ષો પહેલાં ઘટેલી ઘટનાનો હું સ્વયં સાક્ષી હોઈ તે સ્મરણપટમાં હજી જળવાઈ રહી છે. ભારત ત્યારે સ્વતંત્ર બન્યું ન હતું. મારા પિતાશ્રી સૌરાષ્ટ્રના રાજ્યમાં અમલદાર હતા. કોલેજમાં રજાઓ હોઈ હું ઘેર હતો. સાંજે ફરવા જવાનો મારો કાર્યક્રમ. ગામ બહાર હનુમાનજીનું પુરાણું મંદિર હતું. ફરતું મોટું કમ્પાઉન્ડ અને તેમાં ફૂલો, મોટાં ઝાડ અને નાનો બગીચો હતાં. શાંત અને સુંદર જગ્યા. ફરવા જવા માટે આદર્શ સ્થળ. વધુ આકર્ષણુતો મંદિરના મહંતજી હતા. બહુ સેવાભાવી તથા મિલનસાર વ્યક્તિ. દરેકને સાચી સલાહ તથા માર્ગદર્શન આપે. તેમનો સંસ્કૃતનો અભ્યાસ સાધારણ પણ તુલસી-રામાયણ પર સારો કાબૂ. વારંવાર તેમાંથી ચોપાઈઓ બોલે અને દર્શાવે આપે. મારા પિતાજીના ખાસ મિત્ર હોઈ મને પુત્રની જેમ રાખતા. ઘણી વખત પ્રસાદ રૂપે દૂધ-ચા વિ.નો પણ લાલ મળતો. તેમના આકર્ષણુને લઈને તથા મારા પિતાજીના પ્રયાસથી દર શનિવારે ઘણા લોકો દર્શન આવતા, નાનો એવો મેળો જામતો અને રાત્રે ભજનો પણ થતાં. મહંતજીને ગામમાં આવવાનું થાય ત્યારે કોઈ વખત અમારે ત્યાં પણ આવતા. ત્યારે મારા પિતાજી ઘોડા-ગાડી રાખતા એટલે તેમની સાથે પછી ગાડીમાં જતા. ઘણીવખત પિતાજી મંદિરના નાના એવા કામોમાં સાક્ષરૂ કરવા વિ.માં મદદ કરતા. મહંતજી જ્યારે મળે ત્યારે તેમને મોટેથી 'સી... તારામ' બોલવાની ટેવ એટલે અમે પણ સામે 'સી...તારામ' કહી આનંદ લેતા.

એક દિવસ સવારે મહંતજી અમારે ઘેર આવી ચડ્યા. પિતાજી તેમના કામપર જવાની તૈયારીમાં હતા. તેમની વચ્ચે નીચે પ્રમાણે વાર્તાલાપ થયો ત્યારે હું હાજર હતો. મહંતજી મૂળ તો હિંદીભાષી પરંતુ ઘણા વરસના વસવાટને લઈને અને આજુબાજુ ના ખેડૂતો તથા ગામડાના લોકો તેમના ભક્તો હોઈ તેઓ ગમે તેવી ગામડીભાષા સમજી જતા અને પોતે હિન્દી-ગુજરાતી મિશ્ર ભાષા બોલતા.

મહંતજી—“હાલમાં પૂ. શ્રી. રામદાસ સ્વામી અત્રે બિરાજે છે. આજે શનિવાર હોઈ સાંજે મંદિરે પધારવાનું આમંત્રણ આપીએ તો કેમ ? મારી તીવ્ર ઈચ્છા છે, થોડો સત્સંગ થશે અને મોટા સંતના દર્શનનો લાભ પણ મળશે. વળી તેમને પણ હનુમાનજીનાં દર્શન થશે.”

મારા પિતાજી—“આજ તો તે કેવી રીતે શક્ય બને ? સ્વામીજી ના. બાપુ શ્રી (ગામના રાજ) ના મહેમાન છે અને તેમના મહેલમાંજ ઉતરેલા છે. ના. બાપુ તેમના ભક્ત છે અને તેમના આમંત્રણથીજ અત્રે પધાર્યા છે. વળી દરરોજ સાંજે ગામમાં તેમના પ્રવચનનો કાર્યક્રમ જાહેર જનતાના લાભાર્થે યોજાયેલ છે.” મહંતજી —“પણ આપણે તેમને આમંત્રણ આપીએ તેમાં શું વાંધો છે ?”...મારા પિતાજી—“ચાલો મારી સાથે ગાડીમાં. હું આપને રાજમહેલ નજીક ઉતારી દઈશ. મારે ફરજ ઉપર જવાનો સમય હોઈ હું આપની સાથે તો નહિ આવી શકું. આપને ના. બાપુશ્રી સારીરીતે પિછાને છે. મંદિરના મહંત તરીકે પણ આપ મુલાકાત લઈ શકો અને આમંત્રણ પાઠવી શકો. વળી સવારે એક કલાકસુધી સ્વામીજી જાહેર જનતાને પણ મુલાકાત આપે છે. એટલું યાદ રાખવું કે સ્વામીજી બહુ બોલતા નથી અને તેમનો બધો કાર્યક્રમ ના. બાપુશ્રીની મરજી પ્રમાણે ગોઠવાય છે. આપને જે કંઈ

વાતચીત થાય તે મને મારી ઓફીસે આવી જણાવશે. બે પૂ. સ્વામીજી તથા ના. બાપુશ્રી આમંત્રણ સ્વીકારે તો હું મંદિરના કંપાઉન્ડમાં સાફસૂફી માટે અને તેમના બેસવા વિ. માટે પ્રબંધ કરી દર્શાવું.” પછી તેઓ ઘેરથી નીકળી ગયા.

બપોરના લગભગ એક વાગ્યાની આસપાસ મારા પિતાજી તેમની ફરજ પરથી ઘેર આવ્યા અને જમીને નિરાંતે બેઠા હતા ત્યારે મેં તેમને શું બન્યું તે વિષે પૂછ્યું. તેમણે કહ્યું— “મહંતજી પૂ. સ્વામીજીને મળ્યા હતા અને બહુ આગ્રહ પૂર્વક આમંત્રણ આપ્યું. પણ ના. બાપુશ્રીએ જણાવ્યું કે આજે તો શક્ય નથી પણ ભવિષ્યમાં અનુકૂળતાએ મંદિરે આવશું; વળી આજે સ્વામીજીની તબીયત પણ જરા અસ્વસ્થ છે. પછી મહંતજી મને ઓફીસમાં મળ્યા ત્યારે બહુ નિરાશ જણાતા હતા અને મારો આગ્રહ છતાં થોડીવાર રોકાઈ મંદિર તરફ પ્રયાણ કરી ગયા. મને તો ખાત્રીજ હતી કે આજ ને આજ તો સ્વામીજી મંદિરે ન પધારી શકે.” સાંજે હું રોજના કાર્યક્રમ મુજબ મંદિર તરફ ફરવા માટે ગયો. શનિવાર હોવા છતાં મંદિરનું આગળનું દ્વાર (જે જાળીવાળું હતું જેથી અંદર દૃષ્ટિ કરી શકાય) બંધ જોઈ મને નવાઈ લાગી. બે-ત્રણ સાધુ જેવા લોકો બહાર બેઠા હતા. આગુબાગુના ખેડૂતો અને થોડા પબ્લીકના માણસો પણ દર્શન કરવા આવ્યા હતા. પૂછતાં જણાવ્યું કે મહંતજી લગભગ બાર બજ્યે ગામમાંથી પાછા ફર્યા બાદ સ્નાન કરી ભજન ધ્યાનમાં બેસી ગયા છે અને તેમની અનુજ્ઞા વિના મંદિરનું દ્વાર ન ખોલવાની અને તેમને ખલેલ ન કરવાની સૂચના આપેલ છે. સાંજના લગભગ છ થવા આવ્યા હોય અને મંદિર બંધ હોય તે જરા વિચિત્ર ઘટના હતી. મંદિરનો ઓરડો મોટો હતો. વચ્ચે ઓટલો હતો અને તેની ઉપર હનુમાનજીની પુરાણી મૂર્તિ પધરાવેલ હતી. તેની

ઉપર કાચનું મંદિર હતું. વળી તેની ફરતી પ્રદક્ષિણા કરવા માટે જગ્યા હતી. મંદિરના ઓરડાની પાછળની બાગુ બે નાની ઓરડીઓ હતી. એકમાં મહંતજીની બેઠક હતી અને બીજી રસોડા માટે ઉપયોગમાં લેવાતી. કંપાઉન્ડમાં પણ બીજી બે-ત્રણ ઓરડીઓ, ખુલ્લી પરશાળ, ગૌશાળા, ઓટલાઓ વિ. હતાં. મંદિરની જાળીમાંથી નજર કરતાં મને જણાયું કે મહંતજી હાથમાં માળા લઈ જપ કરતાં કરતાં હનુમાનજીની મૂર્તિ ફરતાં પ્રદક્ષિણા કર્યા કરે છે. કંપાઉન્ડની બહાર દૃષ્ટિ કરતાં બે કાર (મોટર) મંદિર તરફ આવતી દેખાઈ. નજીક આવતાં જણાયું કે તે કારો ના. બાપુશ્રીની હતી અને તેમાં પૂ. સ્વામીજી પણ હતા. કારો કંપાઉન્ડના દરવાજા પાસે અટકી અને બધા ઊતરીને મંદિર તરફ આવવા લાગ્યા. દરમ્યાનમાં મેં ત્વરાએ મંદિરનું દ્વાર જોઈને ખટખટાવ્યું જેથી મહંતજીના જપમાં ભંગ પડ્યો. મેં તેમને દ્વાર જલ્દી ખોલવા વિનંતી કરી અને કહ્યું કે પૂ. સ્વામીજી અને ના. બાપુશ્રી પધારે છે. એટલે તેમણે તરતજ કહ્યું કે તેઓ આજે પધારવાના નથી. પણ મેં વધુ આગ્રહ કરતાં અને સ્વામીજી આવી રહ્યાનું વારંવાર કહેતાં તેમણે દ્વાર ખોલ્યું. દરમ્યાનમાં પૂ. સ્વામીજી બહુ નજીક આવી ગયા હતા. અમો બધાએ ભેગા મળીને બહારના ઓટા ઉપર માંડ માંડ શેત્રંજી વિ. લાવીને પાથરી દીધી. મહંતજીએ બહુ પ્રેમથી પૂ. સ્વામીજી અને ના. બાપુશ્રીને દર્શન કરાવ્યાં અને બે હાથ જોડી નમસ્કાર કરી તેમને બેસાડ્યા. આનંદના અતિરેકથી મહંતજી બહુજ ગદગદ થઈ ગયા અને તેમની આંખોમાંથી અશ્રુઓ સરી પડ્યાં. પછી તો તેમની અને પૂ. સ્વામીજી વચ્ચે સારો સત્સંગ થયો. લગભગ અર્ધો કલાક સુધી પૂ. સ્વામીજી એ ગીતાના બે-ત્રણ પ્રલોકો વિષે અને રામાયણના એકાદ પ્રસંગ વિષે વાર્તાલાપ કર્યો અને સર્વને બોધ

તથા આશીર્વાચન કહ્યાં. અમે બધા પણ આનંદ-વિભોર બની ગયા. ના. બાપુશ્રીએ પણ મંદિરને બનતી મદદ કરવાની ઇચ્છા પ્રગટ કરી. તેઓશ્રીએ એમ પણ ચોખવટ કરી કે “પૂ. સ્વામી-જીની તબીયત જરા નરમ હોઈ આજે પ્રવચન બંધ રાખ્યું હતું અને સ્વામીજીની ઇચ્છા પ્રમાણે ફરવા જવાનો કાર્યક્રમ ગોઠવ્યો. મંદિર નજીકથી પસાર થતાં સ્વામીજીએ ઇચ્છા વ્યક્ત કરી કે જ્યારે મહંતજી બહુ પ્રેમથી આમંત્રણ આપી ગયેલ છે તો દર્શનનો લાભ કેમ ન લઈએ? એ રીતે મહંતજી સાથે થોડો સત્સંગ પણ થશે. એટલે હનુમાનજીની કૃપાથી અને પ્રેરણાથીજ અત્રે આવવાનું શક્ય બન્યું છે?”

મહંતજીના પુરુષાર્થ અને પરિશ્રમથી તથા મારા પિતાજીના સહકારથી શરૂમાં અમુક કાળે એકત્રિત થતાં નવા મંદિરના બાંધકામનો પ્રારંભ થયો હતો એટલે ના. બાપુશ્રીએ ઇચ્છા વ્યક્ત કરી કે તેમાં હનુમાનજીની નવી આરસની મૂર્તિની પ્રતિષ્ઠા, મંદિર પૂરું થયે તેઓશ્રી કરશે તથા મંદિરને દર માસે રૂ. ૫૦ આસપાસ દીવેલીયું મળે તેવો પ્રબંધ પણ કરશે. મહંતજીના આનંદની સીમા ન હતી. પછી તો નવું મંદિર પૂરું થતાં ઘણાં વર્ષો વીતી ગયાં. દરમ્યાનમાં મારા પિતાશ્રી તો દેવલોક પામ્યા, પણ મહંતજીના અથાગ પરિશ્રમ અને અટલ શ્રદ્ધા રૂપે આજે નવું ભવ્ય મંદિર ઊભું છે અને મંદિરને ના. બાપુશ્રીના હુકમ મુજબ આજે પણ દીવેલીયું મળે છે તેવો મારો ખ્યાલ છે.

પૂ. રામદાસજી સ્વામી વિદાય થતાં, મંદિરમાં આરતી વિ. નું કાર્ય પૂરું થતાં બધાંને પ્રસાદ વહેંચી પૂ. મહંતશ્રી મને થોડે સુધી પહોંચાડવા માટે બહાર આવ્યા. સમય ઘણો વ્યતીત થઈ ગયો હતો. અંધારું થયું હતું. મહંતજી ખુશ-મિનનમાં હતા. ઈતેજરી સંતોષવા ખાતર મેં તેમને પૂછ્યું—

“ મહારાજશ્રી, આપે બપોરના મારા પિતાજીની ઓફીસથી નીકળ્યા બાદ શું કર્યું?” પૂ. રામદાસ સ્વામી આજે મંદિર પધારવાના ન હતા અને આવી ચડ્યા તે જોઈને મને પણ ઘણું જ આશ્ચર્ય થયું હતું. મહંતજીએ કહ્યું—પછી બચ્ચા ( તેઓ મને બચ્ચા કહેતા ) હું મંદિરે આવ્યો અને સ્નાન કર્યા બાદ ભોગ (ભોજન) ન લેતાં સીધો મારી ઓરડીમાં ધ્યાન અને જપમાં બેસી ગયો. અમુક સમયે મૂર્તિની ફરતા પ્રદક્ષિણા પણ કરતો. જપ કરતી વખતે મારી ભાવના એ હતી કે સ્વામીજી આજે શા માટે મંદિરે ન આવે. હનુમાનજીની ઇચ્છા હશે તો તેઓ જરૂર આવશે. મેં એકાગ્રતાથી ધ્યાન અને જપ લગલગ ૫-૬ કલાક સુધી કર્યાં હશે. તેં જ્યારે બારણું ખટખટાવ્યું ત્યારેજ મારા જપમાં ભંગાણુ પડ્યું, અને તેં જોયું તેમ મારી પ્રબલ ઇચ્છા હનુમાનજીએ પૂર્ણ કરી. મને ઘણોજ આનંદ થયો છે. આથી બચ્ચા, સાર એ લેવાનો છે કે ખરા દિલથી અને તન્મયતાથી જો ધ્યાન, જપ કે ભક્તિ કરીએ તો તે કદી અફળ જતાં નથી. ”

ખરેખર, આ પ્રસંગ તેનો તાદ્દશ દાખલો છે. આજે તો મહંતજી, મારા પિતાજી, પૂ. રામદાસજી સ્વામી તથા ના. બાપુશ્રી એકેય હયાત નથી પણ તેમની શુભ સ્મૃતિરૂપે ઉપરનો પ્રસંગ સ્મરણપટમાં સચવાઈ રહ્યો છે અને હનુમાનજીનું નવું ભવ્ય મંદિર તેમની બધાંની પુણ્ય યાદ આપતું આજે શોભી રહ્યું છે.



## ધ્યાન એક અલભ્ય ચિંતામણિ ✓

મંગળભાઈ પંચાલ

### અભ્યાસનું સ્વરૂપ

પ્રથમ આપણા સ્વભાવમાં પરિવર્તન લાવવાનું છે. ધ્યાન એટલે શાંતિ. તેથી શરૂઆતના એક બે માસ સવાર-સાંજ (અથવા રાત્રે) એક શાંતિ-બેઠક રાખો. અર્ધો કલાક આ માટે બસ છે. પછી આ સમયને વધારી જપ વગેરે કરી શકાય છે.

સવારના આસન-વ્યાયામ કરીને તેમજ રાત્રે સઘળા વ્યવહારથી ઉપરામ થઈને શાંતિ-બેઠક શરૂ કરો. આપણી નજર સમક્ષ સામે એક સુંદર પ્રકૃતિચિત્ર રાખો, કાશ્મીર કે હિમાલયનાં સુંદર ચિત્રોમાંથી મનપસંદ ચિત્ર લઈને દૃષ્ટિ સમક્ષ રાખો. એક બે મિનિટ એકીટશે જુઓ. આખાં ચિત્રને માનસપટ ઉપર લાવો. પ્રકૃતિનો રમ્ય અને નિર્દોષ આનંદ માણો. તેમાં તન્મય થઈ જાવ. ખૂબ આનંદ આવશે. કોઈ નિર્દોષ અને ખિલખિલાટ હસતું હોય એવા બાળકનું ચિત્ર દૃષ્ટિ સમક્ષ રાખો. ઉપર દર્શાવ્યા પ્રમાણે એકીટશે જુઓ. આંખો બંધ કરીને તેના હાસ્યની સાથે તાલ મિલાવો. જુઓ શું થાય છે. આ પ્રકૃતિનું અણુમોલ રસાયણ છે. જગતભરની તમામ વિષમતાઓ કટુતાઓ દૂર કરનારું આ અપ્રતિમ ઔષધ છે. અનુભવ કરો. ખાત્રી થઈ જશે. યોગની પરિભાષામાં આ ક્રિયાને ત્રાટકનું પ્રથમ ચરણ કહી શકાય.

આ ક્રિયાથી આપણી આગળની સાધનાનાં પગથિયાં બહુ સહેલાં થઈ જાય છે. જીવનમાં આનંદ અને શાંતિ વ્યાપી જશે. ચિડિયાપણું, કામમાં આગસ, શીઘ્રકોપ જેવા અનેક દુર્ગુણોને તે વગર તેજાબે ઘોઈ નાખે છે. આપણે યુક્તિ-

થી કામ લેવું છે ને? જેમ જેમ આગળ વધતા જઈશું તેમ તેમ અવનવી યુક્તિઓ પરમકૃપાળુ પ્રભુ આપને સૌને સુખ-હશે, મને ખાત્રી છે.

આ શાંતિ બેઠક રાખી હશે તો વ્યવહારમાં તેની અચૂક અસર પડવાની જ. છતાં પૂર્વસંસ્કારો હજી પૂરેપૂરા નિર્મૂળ થયા નથી તેથી ભૂલ થશે. આપણાથી કોઈક વેળાએ અનુ-ગતું કાર્ય થઈ જશે. પરંતુ અકળાવું નહિ. ધીરજ ગુમાવવી નહિ.

ક્રોધને જીતવાની મારી સાધના ચાલતી હતી. રોજ રાત્રી બેઠકમાં સર્વ પશુ પંખી પ્રાણી અને મનુષ્ય માત્રને સુંદર આરોગ્ય પ્રાપ્ત થાય, તેઓનાં જીવન સુમેળભર્યા અને સુસંવાદી બને, મનોબળ પ્રાપ્ત થાય એવી ભાવનાઓ ચલાવ્યા કરતો હતો. સર્વમાં હું જ છું એવું ભાન કરવાનો પ્રયત્ન કરતો હતો. ઘણીવાર દેહભાન પણ ભૂલાઈ જતું. એમને એમ ઊંધી જતો. નિશ્ચિત સમયે સવારે જાગ્યો હોઉં ત્યારે રાત્રીએ જેવો બેઠકો હોઉં તેવી જ સ્થિતિમાં મને જોતો. કોઈક વેળાએ ખાછળ તક્રિયાનો સહારો લીધો હોય તેમ બનતું. તેવામાં મારાંજ સ્વજનોના અત્યંત દોષપૂર્વકના વર્તનને કારણે ઘણો સમય અત્યંત ધીરજથી આ બધું સહન કરી લેવા છતાંય, તેઓમાં કોઈ સુધારો થયેલો ન જોતાં મેં વિવેક ગુમાવ્યો અને ક્રોધપૂર્વક તેઓની તેમના આવા વર્તન બદલ ઝાટકણી કાઢી. ભાથામાંથી તીર નીકળી ગયું. હવે શું થાય. તેમના દોષ કરતાં મારા દોષનું પ્રમાણ વધી ગયું. ખૂબ પશ્ચાતાપ થયો. રાત્રે ખૂબ રૂદન કર્યું. મારા સદ્ભાગ્યે પૂ. મહાત્માજી અત્રે પધારેલા હતા. તેમનાં ચરણો પકડીને ગદગદ કંઠે મારી વાત રજૂ કરી. હૈયું હળવું કર્યું. વિતક જાણી પૂ. મહાત્માજીએ ખૂબ સાંત્વના આપી. " ખીજી વાર આવી ભૂલ થતાં પહેલાં જરૂર

ચેતી જવાશે.” અત્યંત શાંતિપૂર્વકના છતાં દૃઢતાપૂર્વકનાં તેમનાં આ વચનો મારે હૈયે બેસી ગયાં છે અને આવો કોઈ પ્રસંગ આવતાં જ પૂ. મહાત્માજીની સૌના આનંદમયી કરુણાપૂર્ણ મૂર્તિ આંખો સમક્ષ આવી જાય છે અને હું સમતા પ્રાપ્ત કરી લઉં છું. મારો બધાય ઉભરો, ઉશ્કેરાટ, ટાયર-માંથી હવા નીકળી જાય, તેમ દૂર થઈ જાય છે. એ સદ્-ગુરુને મારા શતસહસ્ર પ્રણામ.

આપણો વિચાર, એટલે કે સાધકનું વર્તન, વિચાર વિવેકદષ્ટિ કેવાં હોવાં જોઈએ તેનું આ નાનું શું દર્શાવે છે. દરેકે દરેક મનુષ્ય તે પછી ભારતવાસી કે પરદેશવાસી હોય તેને તેના પોતાના અંગત જીવનમાં ઘણાં બધાં પાસાં હોય છે. અને તેના તેવા પ્રકારના વહેણમાં તણાવું પડતું હોય છે. મોટા શ્રીમંતો શું કે ગરીબો શું, રાજકારણીઓ, મોટાં વ્યાપારગૃહોના અધિપતિઓ હોય કે હેશ પરદેશના નામાંકિત સજ્જનો, ધુરંધરો હોય, તેઓને તેમની સમસ્યાઓ છે. કોઈનું સ્વરૂપ નાનું અને કોઈનું મોટું. મૂળ કારણમાં કાંઈ ફેર નથી. રામાયણમાં રાક્ષસોની વાત આવેજ છે. તેઓ ઘડીકમાં સૂક્ષ્મ સ્વરૂપે આવે તો વળી ક્યારેક મહાકાય વિશાળરૂપ ધરીને આવે. શું ફેર પડી જાય છે? તેથી આપણે આત્મ-નિરીક્ષણ કરવું જોઈએ. આ આપણી ઠાલ છે. ધ્યાનનો મૂળ સ્તંભ છે. રખે તેને ભૂલતા!

આરોગ્ય, શાંતિ અને સ્થિરતાનો આટલો પાયો નાખ્યા પછી થોથો અને અગત્યનો પાયો વૈરાગ્યનું ચિંતન કરવાનો છે. શરૂઆતમાં જ વૈરાગ્યનું ચિંતન કરીશું તો આપણી ધ્યાનની ઈમારત ખૂબજ મજબૂત અને સુશોભિત બનશે. મહારાજ ભર્તૃહરિનું વૈરાગ્ય શતક અને શ્રીમદ્ શંકરાચાર્યનાં અર્પટપંચરિકાસ્તોત્રના થોડા થોડા શ્લોકોનું નિત્ય રટન,

મનન કરવું જરૂરી છે એટલું જ નહિ પરંતુ આવશ્યક પણ છે.

પ્રાપ્તા શ્રીયાઃ સકલકામદુઘાઃ તતઃ કિમ્ ।

દત્તં પદં શિરસિ વિદ્રિષતામ્ તતઃ કિમ્ ।

સન્માનિતાઃ પ્રણયિનો વિભવૈઃ તતઃ કિમ્ ।

કલ્પં સ્થિતં તનુભૂતાં તનુભિઃ તતઃ કિમ્ ॥ વૈ. શ. ૭૧ ॥

સર્વ પ્રકારની ઈચ્છાઓને પરિપૂર્ણ કરનારી એવી સંપત્તિ પ્રાપ્ત કરી પછી શું? વ્યવહારમાં કે વ્યાપારમાં સર્વોત્કૃષ્ટ પદ મેળવ્યું, એટલે કે શત્રુઓ પર વિજય મેળવ્યો પણ પછી શું? આપણાં સર્વ આપ્તજનોને સર્વ રીતે સુખની પ્રાપ્તિ કરાવી પછી શું? તે જ રીતે આ શરીરમાં એક કલ્પ જેટલું જીવ્યા પણ પછી શું? (આ સર્વ છેવટે નિષ્ફળ છે. મૃત્યુ ડોળા કાઢીને ઊભું જ છે.)

રાત્રીના સૂતા પહેલાં પાંચ-સાત મિનિટ આ પ્રકારનું ચિંતન ખૂબ ઉપયોગી થાય છે. સાધકો એમ રખે માને કે વૈરાગ્યનું આવું ચિંતન કરવાથી આપણો વ્યવહાર બગડી જશે. કશાયમાંથી રસ લેવા જેવું જ નહિ રહે. આ અને આવા કેટલાય પ્રકારના પ્રશ્નો ઊભા થશે. મને પણ આવા સવાલો પૂછવામાં આવ્યા હતા, ત્યારે મેં તેઓનું સમાધાન આપ્યું હતું. સમજ એવી ઠસાવવાની છે કે જગતની નરી આંખે દેખાતી તમામ વસ્તુઓ ક્ષણિક છે, હરપળે બદલાતી રહે છે. બાળકમાંથી જુવાન થવું અને વૃદ્ધાવસ્થા આવવી, આવો કમ સૃષ્ટિમાત્રમાં ચાલ્યા જ કરે છે. અને તેથી તે તમામ પદાર્થો આપણને સાચાં સુખ-શાંતિ આપી શકવાનાં નથી જ. તેથી તે સર્વમાંથી આસક્તિ છોડવી જરૂરી છે. આપણો વ્યવહાર રૂડી રીતે ચલાવવા છતાંય, આપણે આસક્ત ન હોવાથી, મોહનું સામ્રાજ્ય નષ્ટ થઈ જાય છે. ભગવાને અર્જુનને છેવટે એજ સવાલ ક્યો હતો કે અર્જુન હવે તારો મોહ દૂર થયો કે નહિ? (કમશઃ)

## શ્રેયયાત્રા-૨૩

ભાઈલાલભાઈ છાટખાર

## ઉપનિષદનું આચમન અને વિશ્વોત્પત્તિ

તા. ૪-૧૨-૫૨ની સવારની બેઠક શરૂ થઈ છે. મહાત્માજી ગાદી ઉપર બેઠા છે. હું પ્રણામ કરીને બેઠો. ક્રમે ક્રમે પહેલાં બે અને પછી એક ભાઈનું આગમન થયું. મધુર સંભાષણ ચાલી રહ્યું છે. મહાત્માજી કઠોપનિષદ (૬-૩) નું આ સૂત્ર લઈને વાતચીત કરી રહ્યા છે:-

“ભયાદસ્યાગ્નિસ્તપતિ ભયાત્તપતિ સૂર્યઃ । ભયાદિન્દ્રઞ્ચ વાયુઞ્ચ, મૃત્યુ ધર્વિતિ પંચમઃ ।”

‘તે પરમેશ્વરના ભયના કારણે અગ્નિ બળે છે. તેના ભયના કારણે સૂર્ય તપે છે, તેના ભયથી ઇન્દ્ર, વાયુ અને પાંચમું મૃત્યુ (પોતપોતાના અધિકારની મર્યાદામાં રહી) દોડ્યા કરે છે.’

“વળી તે પરમાત્મા ‘અણોઃ અણિયાન્ મહતો મહિયાન્’ આણુ કરતાં પણ આણુ એટલે કે અત્યંત સૂક્ષ્મ છે અને મહાન વસ્તુ કરતાં પણ મહાન એટલે કે અત્યંત વિરાટ છે.’

“પરમેશ્વર સર્વના આત્મા છે તેથી સૂક્ષ્મ કરતાં પણ વધારે સૂક્ષ્મ છે અને બધાં સર્જનો તેનાં છે એટલે તે, સર્જનની વિરાટ વસ્તુ કરતાં પણ વધારે વિરાટ છે.

“પ્રવેતાપ્રવતર ઉપનિષદ (૫-૧) પણ કહે છે કે:-

‘વાલાગ્ર શતભાગસ્ય શતઘા કલ્પિતસ્ય ચ । ભાગો જીવેતિ વિજ્ઞેયઃ સઃ યાનન્ત્યાય કલ્પતે । વાળના અગ્રભાગના સોભા

જુલાઈ : ૧૯૮૨

૪૫

ભાગનો પણ સોભા ભાગ કરાય, તેટલા ભાગનો જીવ (આત્મા) છે, એમ સમજવાનું છે.’

“એ જ જીવ પરમાત્માનો અંશ હોવાથી, તે અનંત સ્વરૂપ ધારણ કરવા સમર્થ છે.

“-પરમાત્મા બ્રહ્માથી માંડી તણખલાના બીજ સુધીના સર્વ ચેતન-અચેતન પ્રાણીપદાર્થનો નિયંતા છે. અગ્નિમાં ઉજળતા, સૂર્ય-ચંદ્ર-નક્ષત્રો-તારાઓની નિયમિત ગતિ તથા વિવિધ કર્મોનું કર્માનુસાર અમુક ચોક્કસ ફળ મળતું દેખાય છે, તે બધું પરમાત્માને અધીન છે... ..” આગતુકોમાંથી એક ભાઈએ પ્રશ્ન કર્યો.

પ્રશ્ન—કઠોપનિષદ (૩-૧૫)માં ‘અણ્દ મસ્પર્શમરુપ મવ્યયમ્ । એટલે કે પરમેશ્વર શબ્દ-સ્પર્શ-આકાર રહિત અને અવિનાશી છે, એવો ઉલ્લેખ છે. તો છાંદોગ્યઉપનિષદમાં ‘સૂર્યમંડળમાં આ સુવર્ણમય પુરુષ છે’-એવું સાકાર સ્વરૂપનું વર્ણન છે. આમ નિરાકાર-સાકાર વર્ણનોમાં શું સમજવું ?

મહાત્માજી—“શ્રુતિઓએ પરમાત્માના સાકાર રૂપનો નિષેધ કર્યો છે તો પણ ક્યાંક ક્યાંક ઉપાસનામાં પરમાત્માને શુદ્ધ સુવર્ણ સમાન વર્ણવ્યા છે. છાંદોગ્યમાં તમે કહો છો ‘અણોન્તરાદિત્યે હિરણ્મય’ શબ્દોમાં તેનું વર્ણન છે.

“—વ્યાસ ભગવાન કહે છે કે ‘નૈવાસો ચક્ષુષા ગ્રાહ્યો, નચ શિષ્ટૈરપીન્દ્રિ યૈઃ । મનસા તુ પ્રસન્નેન, ગૃહ્યતે સૂક્ષ્મદર્શિભિઃ । એટલે કે આ પરમાત્મા અક્ષુન્દ્રિય વડે કે કોઈ બીજી જ્ઞાનેન્દ્રિય વડે ગ્રહણ કરી શકાતા નથી. કેવળ પ્રસન્ન મન વડે સૂક્ષ્માતિસૂક્ષ્મ વસ્તુઓના દૃષ્ટા ઋષિઓ તેને ગ્રહણ કરે છે. તે નિરંજન અને નિરાકાર છે અને બ્રહ્માંડોનો નિયંતા છે.’

“હું બ્રહ્મસ્વરૂપ છું”-આ જ્ઞાનનો ઉદય થતાં સુધી જ

વિધિવિધાનો અને પ્રમાણો સાર્થક અને ઉપયોગી છે. જ્ઞાન-પ્રાપ્તિ થતાં તરત જ મોક્ષનો અનુભવ થાય છે. મોક્ષ નિત્ય છે કેમકે મોક્ષ આત્માનું એટલે કે આપણું પોતાનું સ્વરૂપ છે. મોક્ષ-સાક્ષાત્કાર નિર્વિકલ્પ સમ્યક જ્ઞાનથી થઈ શકે છે.”

રાતના પ્રવચનમાં મીરા અને દયારામના એક એક પદ મહાત્માજીએ ગાયાં હતાં. ધૂન પૂરી થતાં રાતના પ્રવચન પછીની સત્સંગમેઠક શરૂ થઈ છે. નિત્યના કમ મુજબ હસ્ત-લિખિત વ્રતમાંથી મેં ત્રણ-ચાર પૃષ્ઠ વાંચી લીધાં છે. આ વાચન ઉપર વિચારોની આપ-લે પૂરી થઈ છે. આજે આ પ્રમાણે સંવાદ ચાલ્યો—

પ્રશ્ન—સારીય માનવજાત ભૌતિક-આધ્યાત્મિક બંને ક્ષેત્રે કેવી રીતે સુખી થાય ?

મહાત્માજી—ઔદ્યુગિક, વ્યાવહારિક અને તાર્ત્વિક સુવ્યવસ્થા માટેના નક્કી થયેલા સત્ય સિદ્ધાન્તોનું પાલન કરાવવા માટે સમાજમાં વ્રતનિષ્ઠ માનવો તૈયાર કરવા જોઈએ. સારાય સંસારમાં રહેલી શરીરશક્તિ, બુદ્ધિશક્તિ અને વિત્તશક્તિ—આ ત્રણેય શક્તિઓનો પ્રવાહ માનવકલ્યાણ માટે વહેતો થાય તોજ સારીય માનવના પાંગરી બેઠે.

“—ગરીબો અને ગરજવાનને મદદ કરવી જોઈએ. કોઈને દીનદુઃખી ન રહેવા દઈએ. પરમાત્મા તરફ અને પરમાત્માના પ્રકટ સ્વરૂપ એવા માનવસમાજ પ્રત્યે હૃદયમાં પ્રીતિ અને આત્મીયતા વધવાં જોઈએ.

“—વૈભવ માટે સતત પ્રયત્નશીલ રહેવું જોઈએ. પશુ-સંપત્તિ, ખેતી, ધનસંપત્તિ, વિદ્યાધન, દીર્ઘાયુષ્ય અને અતિથિ

સત્કાર—આટલી વસ્તુઓને વૈભવ કહે છે.

“—પ્રભાવી નેતૃત્વ હોવું જોઈએ કારણકે સાચો નેતા જ સંસ્કૃતિનું નવનિર્માણ કરી શકે છે. નેતા દીર્ઘદષ્ટિવાળા, નિઃસ્વાર્થી, પ્રેમમય અને અપક્ષપાતી હોવા જોઈએ.

“—‘નાવમાત્મા બલહીનેન લભ્યઃ’ એટલે બળહીન માણસને કદી આત્મબોધ થતો નથી.’ નિર્બળ વ્યક્તિ માટે સ્વ-સ્વરૂપની ઓળખ નિર્માણ થયેલી નથી.

“—વાતાવરણને આનંદ અને પ્રસન્નતાથી સભર બનાવો. જીવન પુષ્ટિમય હોવું જોઈએ.

“—જ્ઞાનીપુરુષો, શક્તિમાન પુરુષો અને વૈભવવાન પુરુષોએ હાથમાં હાથ મિલાવી કામ કરવું જોઈએ.

“—જીવનમાં સત્યસિદ્ધાન્તોની પ્રતિષ્ઠા થાય, બુદ્ધિબળ-શરીરબળ-સંપત્તિબળ માનવકલ્યાણ માટે એકત્રિત થાય, પ્રભાવી નેતાગણ તૈયાર થાય, પરમાત્મા તરફ અને હરીદ્ર-નારાયણ તરફ પ્રેમ પ્રકટે અને આત્મબોજ માટે સૌ પ્રયત્ન-શીલ બને તો પૃથ્વી ઉપર સ્વર્ગ બિતરે.....”

મહાત્માજીએ બેગીત-ભજન ગાયાં. પછી અમે સૌએ પ્રણામ કરીને વિદાય લીધી. (ક્રમશઃ)



## શ્રી યોગેશ્વર બાવની

સર્વેશ્વરી.

[રાગ:-દત્તબાવની જય યોગેશ્વર દત્ત હયાલ]

શ્રી યોગેશ્વર જય ગુરુદેવ, સુરવર કરે તમારી સેવ.  
નાના મોટા કરે પ્રણામ, મનોરથ બને સફળ તમામ.  
સાક્ષર તેમ નિરક્ષર સર્વ, માનવતા દર્શનથી પર્વ.  
જન્મ્યા પાવન ગુર્જર દેશ, તાપ્યા હિમાલય દિવ્ય પ્રદેશ.  
ઋષિકેશ ને દેવપ્રયાગ, વસ્યા લઈ પ્રભુને અનુરાગ.  
દર્શન દશરથ પર પામ્યા, સંકટ સઘળાંયે વામ્યા.  
કરી કુટીરમાં તપસ્યા ઘોર, અનશનવ્રત ધારીને ઝોર.  
વર્ષો સુધી રાખતા મૌન, બીજા કાર્યો ગણતા ગૌણ.  
પામ્યા જગદંબા દર્શન, સમાધિમાં પ્રભુનુ સ્પર્શન.  
પામ્યા અદ્ભૂત અનુભવ અન્ય, કર્યું એમ જીવનને ધન્ય.  
સિદ્ધિો કેરી કૃપા મળી, સિદ્ધિઓ સંપૂર્ણ વરી.  
તોપણ સરળ સ્વભાવ સદા, આસકત નહીં થયા કદા.  
માતાજીને રાજ્યાં પાસ, એકાંત મહીં કરતા વાસ.  
દર્શાવ્યો સેવાનો રાહ, છોડી લૌકિક સઘળી ચાહ.  
યાત્રાઓ અણમોલ કરી, માતાજીને શાંતિ ધરી.  
પ્રભુરૂપ બનીને વિહર્યા, પ્રકાશને દેતા વિચર્યા.  
મર્મ શાસ્ત્રના દિવ્ય ગ્રહ્યા, જિજ્ઞાસુને સમસ્ત કહ્યા.  
પ્રવચન લેખનથી અણમોલ, સેવા કરી કહે તે કોણ ?

પરદેશ મહીં ધર્મપ્રચાર, કર્યો જઈને વારંવાર.  
ધન, ધરા, રમા મુક્ત રહ્યા, આદર્શ પરમ દિવ્ય ગ્રહ્યા.  
રાય તથા રંક તણા ભેદ તમને અડતા ન લવલેશ.  
જ્ઞાનમૂર્તિ સંપૂર્ણ તમે, વેદ બધા સપ્રેમ નમે.  
પ્રેમતણા છે પ્રગટ સ્વરૂપ, અવર્ણનીય અનાદિ અનુપ.  
કરુણાસાગર શોભાધામ, સંયમશીલ મૂર્તિ કૃતકામ.  
અભયંકર હે અભય સ્વરૂપ! શાંતિ તણા સાગર સ્વરૂપ.  
દેવી સંપત્તિ સ્વામી, નિર્ગુણ નાગર, નિષ્કામી.  
રિદ્ધિસિદ્ધિના દાતા, ગુણ પ્રભુના નિશદ્ધિન ગાતા.  
નિર્મળતા ટપકે નૈને, તેજસ્વી ભરતાં પ્રેમે.  
મુખ મંડળ પર મધુર પ્રસાદ, ફર કરે સઘળો વિપાદ.  
કાંતિ ભરેલી છે કાયા, શાંતિ તણી જાણે છાયા.  
તપથી તપ્ત થયાં અંગાંગ, રસમાં સ્નાન કરે સર્વાંગ  
પ્રવેત વચ્ચો ને ઋષિનો વેશ, અહંકાર તો ના લવલેશ.  
જ્ઞેતાં વેંત જ આદર થાય, પ્રેમ પ્રગટતાં સંશય જાય.  
મધુર ચલન ને મધુર વચન, મધુર દષ્ટિ ને મધુરવદન  
મધુમય ભાવ વિચાર તથા, સમાવતા સર્વત્ર વ્યથા.  
વસંત ઋતુની જેમ ફરે, મંગલ સૌનું સદા કરે.  
નવજીવન દે, શાંતિ ધરે, ત્રિતાપને તત્કાળ હરે.  
તારા તપે અનેક નભે, સૂર્ય ચંદ્ર પણ એક જ છે.  
એવા એક તમે જગમાં, પડે સિદ્ધ મુનિસુર પગમાં.  
શરણુ અમોને સદા ધરો, સકળ કામના પૂર્ણ કરો.

જ્ઞાન ધ્યાન લક્ષ્ય વૈરાગ્ય, આત્મનો આપો અનુરાગ.  
કરો પવિત્ર સદા અમને. પ્રાર્થાએ નિશ્ચિન તમને.  
ભૂલીએ નિજરૂપ નહીં, લિપ્ત નહીં કહીં.  
નિર્મમ નિરાસક્ત સધણે, તારો જીવન તેમ તરે.  
ક્ષતિ અમારી ક્ષમા કરો, અદ્યગુણોને ઘણા ગણો.  
સદા આપજો આશીર્વાદ, જગવી પરમાત્માનો નાદ.  
જીવનમંગલ અમે કરી, ધ્યાન ધારણા નિત્ય ધરી.  
જીવનમુક્ત બનીએ સર્વ, જાણીને જીવનનું પર્વ  
કરી કરીએ આજ પ્રણામ, ભાવભક્તિથી અમે તમામ.  
યોગેશ્વર પ્રભુ, દીનકયાળ ! અનુગ્રહ વરસાવો તત્કાળ.  
આ પાઠ કર્યાથી શાંતિ મળે, ચિંતા, જડતા ભીતિ ટળે.  
એકવાર વધુવાર સપ્રેમ, વહન થાય છે યોગક્ષેમ.  
ચરણકમળમાં પ્રેમથી વારંવાર પ્રણામ.  
રક્ષો ભવસાગર તણાં વિઘ્નો થકી તમામ.



## વસ્ત્રધૌતિ

મણિલાલ શાહ

મનની શુદ્ધિ માટે યોગમાં જેમ યમનિયમ બતાવ્યા છે તેમ દેહશુદ્ધિ માટે ધૌતિના અનેક પ્રકારો જેવા કે જલ-નેતિ, સૂત્રનેતિ વગેરે બતાવવામાં આવ્યા છે. વસ્ત્રધૌતિ તેમાંની એક છે. વસ્ત્રધૌતિ વિષે એમ કહેવાયું છે કે ઘટં કુર્વન્તિ નિર્મલમ્ દેહને અર્થાત્ પેટની શુદ્ધિદ્વારા દેહને વિશુદ્ધ કરે છે અને પ્રાણાયામનો અભ્યાસ શરૂ કરતાં પહેલાં પટ્ટ-ક્રિયા કરવાનું યોગમાં વિધાન છે. કફ પીત્ત વધારે હોય તેને તો આ વસ્ત્રધૌતિ વગેરે પટ્ટક્રિયાઓ અવશ્ય કરવી જોઈએ કારણ કે વાત પીત્ત કફને સમતોલ કર્યા વિના આરોગ્ય સિદ્ધ થતું નથી અને આરોગ્ય વિના યોગ સિદ્ધ થતો નથી. પ્રાણાયામનો પણ પૂરો લાભ મળતો નથી. વળી સાધકે એ પણ ધ્યાનમાં રાખવાનું છે કે યોગ સાધનામાં સંયમની અનિવાર્ય જરૂર છે. અહીં ખાસ કરીને આહારનો સંયમ અત્યંત જરૂરી. જે ખોરાકથી વાત પીત્ત કફ એ ત્રણમાંથી કોઈનો અતિરેક થતો હોય તો તે જે ખોરાકથી થાય તે ખોરાકને સંયમપૂર્વક તણ દેવો જોઈએ અર્થાત્ અિતાહાર અને યુક્તાહારથી વાતપીત્ત કફને સમતોલ રાખવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. આહારમાં આ દૃષ્ટિ નહીં હોય તો ધૌતિ કરીએ કે પટ્ટક્રિયાઓ કરીએ તો દેહશુદ્ધિનો હેતુ સિદ્ધ નહી થાય.

### વસ્ત્રધૌતિ

વસ્ત્રદ્વારા પેટની શુદ્ધિ કરવાની હોય છે તેથી ધૌતિના આ પ્રકારને વસ્ત્રધૌતિ કહેવામાં આવે છે.

પહેલાં વસ્ત્રધૌતિ તૈયાર કરવી જોઈએ. સુંવાળું, બારીક મલ-

મલ કે મસલીનતું કાપડ વાપરવું જોઈએ. એવા કાપડમાંથી ત્રણ ઈંચ પહોળી અને ૨૦' કે ૨૨' કુટ લાંબી પટી ચારે કોર ઝીણા ટાંકાથી એટેલી (સીવેલી) હોવી જોઈએ. પટી સળંગ લંબાઈના તાણાની હોવી જોઈએ ત્રણચાર સાંધા કરીને પટી કરેલી ન હોવી જોઈએ. ધૌતિનું વસ્ત્ર ધોયેલું, સ્વચ્છ ને સફેદ હોવું જોઈએ. વસ્ત્રધૌતિની રીત

ધૌતિ શરૂ કરતાં પહેલાં વસ્ત્રપટી ચોકખા ગરમ પાણીમાં દશ મિનિટ ઉકાળી લેવી અને ટીપાં ન પડે તેટલી નીચોવી નાખવી. એટલે પટીમાં જોઈતી ભીનાશ રહેશે. કપડું સૂકવતાં પહેલાં જેમ જેરથી નીચોવીએ છીએ તેમ પટી નીચોવી નાખવાની નથી.

હવે ઉભડક પગે બેસી જાઓ અને એક હાથ પર-ડાબા હાથપર પટીના ગુંચળા વાળી એવી રીતે ગોઠવો કે ગળતી વખતે પટીમાં ગુંચ પડી ન જાય અથવા તે પાટાની જેમ વીંટો વાળી બસીનમાં મૂકો.

પછી જમણા હાથની અંગુઠા પાસેની બે આંગળી વચ્ચે પટીનો ખૂલો છેડો પકડી મોઢું પહોળું કરી ગળામાં ઊંડે મૂકો અને તે છેડો ગળેથી ગળવાનો પ્રયત્ન કરો. છેડો ગળામાં પકડાઈ જાય એટલે પટી આંગળીથી ધકેલતા જવી અને ગળવાની ક્રિયા ચાલુ રાખવી. ખોરાકમાં જેમ વાગોળીએ છીએ અને પછી ગળી જઈએ છીએ તેમ પટી માટે પણ કરવું અને ગળતા જવું. વસ્ત્રધૌતિ દાંતથી કપાઈ ન જાય તેનું ધ્યાન રાખવું.

શરૂઆતમાં અઘરું લાગશે. ઉબકા આવવાનો પણ સંભવ છે પણ થોડી ધીરજ અને ખંતપૂર્વકના પ્રયત્નથી ધૌતિ ગળતા આવડી જશે. શરૂઆતમાં છ સાત ઈંચ કે એકાદ કૂટ ગળતાં

આવડે તો પણ સંતોષ માનવો. ધીરે ધીરે ખંતથી નિયમિત અભ્યાસથી આખી ધૌતિ ગળી શકાશે. દરરોજ એકાદ કે દોઢ કૂટ વધારે ગળવાનો પ્રયત્ન કરવો. ૧૫-૨૦ દિવસે આખી ધૌતિ ગળતા આવડી જશે. પૂરી ગળતાં આવડે ત્યારે એકાદ કૂટ પટીનો છેડો બહાર રાખવાનો છે. તે ધૌતિને બહાર ખેંચી કાઢવામાં કામ લાગે છે. કોઈ સંજોગોમાં છેડો સુધ્ધાં અર્થાત્ આખી ધૌતિ ગળી ન જવાય તેની તકેદારી રાખવી.

એકાદ કૂટ છેડો બહાર રાખી ઉદ્ધિયાન અને નૌલિ કરવાના હોય છે. તે બંને જ ઊભા ઊભાની સ્થિતિમાં જ કરવા (ગુઓ ઉદ્ધિયાન અંક ૧૧-ઓગષ્ટ ૧૯૮૧ વર્ષ બીજું નૌલિ અંક ૨ નવેમ્બર, ૧૯૮૧ વર્ષ ૩જું)

ધૌતિ ૧૫-૨૦ મિનિટ થી વધારે પેટમાં ન રાખવી; કારણ કે ધૌતિ જઠરમાંથી આંતરડામાં ઊતરી નવા સંભવ છે તેથી ઉદ્ધિયાન નૌલિ પછી તરત જ પાછા ઉભડક બેસી જવું. આગળ એક બસીન મૂકવું. હવે છેડો વારા ફરતી બંને હાથે થોડો થોડો ખેંચી ધૌતી બસીનમાં મૂકતા જવી. વળી ધૌતિ બહાર કાઢતા આંચકો મારવાનો નથી. અટકાથી ગળામાં છોલાઈ જવાનો સંભવ છે. મોઢું પણ પહોળું રાખવું. ધૌતિ કાઢતી વખતે ખાસ મુશ્કેલી પડતી નથી કારણ ધૌતિ ચીકણી થઈ ગઈ હોય છે એટલે સરળતાથી નીકળી જાય છે. ગળું જો છોલાઈ જાય તો થોડા દિવસ ધૌતિ બંધ કરી દેવી ને સારું થાય ત્યારે ફરી શરૂ કરવી.

ધૌતિ કાઢ્યા પછી ધોઈ ચોકખી કરી સુકવી નાખવી અને પાટાની જેમ વીંટો વાળી પેટીમાં મૂકી દેવી.

સૂચના:

૧ જો જાણકાર પાસેથી શરૂઆતમાં શિખાય તો વધારે સારું.

- ૨ શૌચ ગયા પછી ખાલી પેટે સવારે જ કરવી જોઈએ.
- ૩ આવડી ગયા પછી અઠવાડિયે એક જ વાર કરવી.
- ૪ આંખલી મરચા-તીખું ખાટું ખાવું ન જોઈએ.
- ૫ એકાદ કલાક પછી ખાદ્ય કે પેય લઈ શકાય.
- ૬ કોઈવાર ધોતિ બહાર કાઢતા અટકે તો ચાર-પાંચ કોગળા પાણી પીને પછી ધીરે ધીરે ખેંચી કાઢવી-અને એમ છતાં ન નિકળે તો ઉલ્ટી કરાવવાનું ઔષધ હેવું.
- ૭ ધોતિ એકાંતમાં કરવી

શાયદા:- (૧) જઠરની શુદ્ધિ કરે છે.

(૨) જઠરાગ્નિ પ્રદીપ્ત થાય છે.



### વેદકાલીન ઋષિવરોની સહભાવના

હે પરબ્રહ્મ પરમાત્મા ! અમારા દેશમાં બ્રહ્મતેજથી દેદીપ્ય-માન તથા બ્રહ્મવિદ્યાવાળા બ્રાહ્મણો પ્રકટ થાય: પરાક્રમી, અન્નશસ્ત્ર ચલાવવામાં નિપુણ શત્રુઓને પીડા પહોંચાડનારા એકલે હાથે અનેકની સામે લડનારા દેશના સંરક્ષક વીર ક્ષત્રિયો ઉત્પન્ન થાય: ગાયો પુષ્કળ દૂધ દે, બળદ ભારને સહેલાઈથી ખેંચી શકે એવા સશક્ત થાય: ઘોડાઓ વાયુવેગી બને, સ્ત્રી વધારે ને વધારે બુદ્ધિશાળી બને: પ્રત્યેક પુરુષ પોતાના કર્તવ્યક્ષેત્રમાં આગળ વધવાના સ્વભાવવાળા તથા વિજયી થાય, વાહનમાં બેસનાર તથા પ્રવીણ થાય: યજ્ઞમાનના ઘરમાં અખંડ યૌવનવાળા બળવાન પુત્રોનો જન્મ થાય: આવશ્યકતા પ્રમાણે સમય પર વરસાદ વરસ્યા કરે: પુષ્કળ પ્રમાણમાં અનાજ પાકે: તથા સૌના જીવનનું યોગક્ષેમ, ઇતિહાસ પદાર્થની પ્રાપ્તિ અને એનું સંરક્ષણ, સારી રીતે થયા કરે.

### પ્રકાશના પંથે

સંક્ષેપ : દીપક પ્ર. મહેતા

(શ્રી યોગેશ્વરજીની આત્મકથા)

#### (૧) મંત્રદર્શન ને દર્શનના પ્રકારો

દેવપ્રયાગની બહાર જે મકાનમાં રહેવાનું થયું તે મકાન જૂનું પુરાણું હોવા છતાં એકાંત સ્થાનમાં આવેલું હતું. એ મકાનમાં અમે લાંબો વખત રહ્યા તે દરમિયાન પણ હું વધારે ભાગે કેવળ કૌપીન પહેરતો ગામમાં જવાનું હોય ત્યારે કપડાં પહેરી લેતો. દશરથાયલ પર રહેતી વખતે કપડાંનો કાયમ માટે ત્યાગ કરીને જીવનભર લંગોટી પર રહેવાનો મારો વિચાર હતો. પણ કોણ જાણે કેમ પણ પાછળથી તે વિચાર પડતો મૂકાયો અને મને થયું કે વસ્તીની વચ્ચે રહેવા કે ફરવાના પ્રસંગો જીવનમાં જરૂર આવવાના. તે વખતે મર્યાદાને સાચવે તેવાં સ્વચ્છ ને સાદાં વસ્ત્રો પહેરવામાં આવે તે સારું ગણાય. વિવેકથી પ્રેરાઈને લીધેલ એ નિર્ણય બહુ ડહાપણુ ભરેલો હતો એમ મારા અનુભવથી આજે હું સમજી શકું છું.

દેવપ્રયાગમાં ચક્રધરજીના નિવાસ દરમિયાન એક દિવસ સવારે હું ધ્યાન કરવા બેઠો ત્યારે એક મોટી ઉંમરના નગ્ન મહાત્માનું દર્શન થયેલું. દશરથાયલ પરના દિવસોમાં કેટલાક મંત્રો પણ મળતા. ધ્યાનમાં મળતા એ મંત્રો કદી ન સાંભળેલા કે વાંચ્યા વિનાના હતા. તે મંત્રોને ધ્યાનમાંથી ઊઠ્યા પછી હું લખી લેતો. તે વખતે મને થયું કે પહેલાંના ઋષિમુનિને આ પ્રમાણે ધ્યાનમાં કે જાગૃતિમાં મંત્રો મળતા હશે તેથી જ તેમને મંત્રદર્શ કહેવામાં આવતા હશે. સાધના-

માં સહજ રીતે પ્રાપ્ત થતા એ મંત્રોમાં ભારે શક્તિ હોય છે. તેના જપથી લાભ થાય છે.

એવા એક પ્રસંગનું ઊડતું વર્ણન કરી લઉં.

એકવાર રાતે ધ્યાન કરતાં મને સમાધિ થઈ ગઈ. તે દશામાં મેં એક સિદ્ધ મહાપુરુષોની મંડળીને ચાલતી જોઈ. તે મંડળીની શરૂઆતમાં એ ત્રણ મહાપુરુષો ઢોલક સાથે નાચતા હતા ને બીજા મહાપુરુષો તાલ આપતા આગળ વધતા હતા. તેઓ કોમળ ને મધુર કંઠે સંક્ષિપ્ત સ્વરૂપના ગાયત્રી-મંત્રનું સંવાદમય ગાન કરી રહ્યા હતા. એ ટૂંકો મંત્ર આ પ્રમાણે હતો.

ॐ ભૂર્ભુવઃ સ્વઃ ભર્ગો દેવસ્ય ધીમહિ ધીયોયોનઃ ॥

ॐ ભૂર્ભુવઃ સ્વઃ ભર્ગો દેવસ્ય ધીમહિ ધીયોયોનઃ ॥

મહાપુરુષો નૃત્ય કરતાં કરતાં ઉપરાઉપરી એ મંત્રનું સમૂહગાન કરી રહેલા. કેટલો બધો અલૌકિક અને આનંદ-કારક હતો એ અનુભવ!

### (૨) ચંપકભાઈની કસોટી

શિયાળાની ભયંકર ઠંડીમાં અમે એકાંત પર્વત પર રહી આવ્યા તેથી દેવપ્રયાગના પ્રેમી લોકોમાં અમારું માન વધી પડ્યું. ચંપકભાઈને પણ સહુ માનની દૃષ્ટિએ જોવા લાગ્યા. પોતાની પાછળ વોરંટ હતું તે માટે તેઓ જાગૃત હતા ને પોતાના જીવનની વાતો ગુપ્ત રાખી કહેવા જેવી જ વાતો બીજા સાથે કરતા. મારો વેશ સાધુનો હોવાથી હું તેા હિમાલયમાં રહું તે સમજાય પણ ચંપકભાઈ મારી સાથે શું કામ રહે છે? આવો શક ત્યાંના ઘણા માણસોને અને દેવપ્રયાગના થાનેદારને ગયો. કારણકે તે વખતે દેશી રાજ્યોમાં ને બહાર બધેજ આઝાદીની ચળવળ ચાલતી. તેથી તેમને શંકા થઈ કે ચંપકભાઈ કોઈ એવા માણસ તો નથી ને! ચંપકભાઈની

જાપાનનિવાસની વાતોએ તે શંકા વધારવામાં ને દઢ કરવામાં ભારે ભાગ ભજવ્યો.

એક દિવસ પોલીસનો માણસ અમારા ઘેર આવ્યો ને કહેવા લાગ્યો કે રેશનીંગ ઈન્સ્પેક્ટર ચંપકભાઈ સાથે થોડી વાતો કરવા માગે છે માટે કાલે સવારે તેમને ઘેર આવવા નિમંત્રણ પાઠવ્યું છે. જો આમંત્રણનો અસ્વીકાર કરે તો પેલો વહેમ વધારે પાકો બને તેમ હતું એટલે ચંપકભાઈએ તરત ઈન્સ્પેક્ટરના આમંત્રણનો સ્વીકાર કર્યો.

મેં તેમને લખીને હિંમત આપતાં કહ્યું કે “મારે તો મૌનવ્રત છે, હું તમને શી મદદ કરી શકીશ? તમે તમારે હિંમત રાખીને જાઓ. પ્રભુએ અત્યાર સુધી તમારી રક્ષા કરી છે. તે કાલે પણ તમારી રક્ષા કરશે.”

“એ તો બરાબર છે”, તેમણે કહેવા માંડ્યું : પણ તમે સાથે નહિ હો તો મારો ઉત્સાહ નહિ ટકે. તમારે મૌન છે તે તો સારું છે, મારા લાભની વાત છે. પણ તમારી હાજરીનો ઘણો પ્રભાવ પડશે. માટે તમે જરૂર આવજો.”

સવારે નિત્યકર્મથી પરવારીને અમે રેશનીંગ ઈન્સ્પેક્ટરને ઘેર ગયા. અમે ઘરમાં પ્રવેશ્યા કે તુર્તજ ઈન્સ્પેક્ટર ઊભા થયા ને અમારો સત્કાર કરી બેસવા માટે ખુરશી બતાવી. અમે બેઠા કે તુર્તજ દાઢર પર અવાજ સંભળાયો ને અમે ધાર્યું હતું તે પ્રમાણે થાનેદાર ને પોલીસનાં બીજાં માણસો આવીને બેસી ગયા. પહેલેથી ગોઠવી રાખેલો હોય તેવો અંકનો પ્રાથમિક અભિનય પૂરો થયો. પછી ઈન્સ્પેક્ટરે ચંપકભાઈને જાપાનની અને તેમના જીવનની વાતો પૂછવા માંડી. ચંપકભાઈ જરાપણ ભયભીત થયા વિના સ્મિત સાથે ઉત્તર આપવા માંડ્યા. અમારા સંબંધમાં તેમણે કહ્યું, “મહાત્માજી સાથે મારે બાળપણથી પરિચય છે. તેમના પર મને શ્રદ્ધા છે.

એટલે સાંસારિક કામોથી છૂટો થઈ ને થોડા વખત માટે તેમની પાસે શાંતિની ઇચ્છાથી આવ્યો છું ને થોડા વખત પછી મારે ઘેર સુંબઈ જવાનો છું.

તે વખતે અંપકલાઈએ પોતાનું નામ મનુભાઈ શાહ રાખેલું. તેમણે પ્રશ્નોના ઉત્તર હિંમતથી આપ્યા. પરિણામે ઈન્સ્પેક્ટરનો ને થાનેદારનો વહેમ મોટે ભાગે દૂર થઈ ગયો. દોઢેક કલાક પછી અમે ઉત્સાહપૂર્વક અમારા ઘેર પાછા ફર્યા. પણ અંપકલાઈ આ પ્રસંગથી ચેતી ગયા. તેમણે કહ્યું “હવે અહીં રહેવામાં જોખમ છે. હું આવતી કાલે જ અહીંથી વિદાય થઈ જઈશ. તમે આવશો ત્યાં સુધી દહેરાદુનમાં જોશીજીને ત્યાં રહીશ.”

મેં તેમની વાતને ટેકો આપતાં તેઓ ખુશી થયા. મારે માટે જરૂરી દૂધની બધી વ્યવસ્થાને અન્ય જોઈતી બીજી મદદ કરીને તેઓ બીજે દિવસે સવારે મોટરમાં રવાના થયા. તેમની સાથે મોટરમાં એક પોલીસ અમલદાર પણ હતા. હું તેમને વળાવવા ગયો હતો એટલે મેં જોયું કે તેઓ જરાયે ગભરાયા સિવાય સહજતાથી એમની સાથે વાતો કરતા હતા. એ રીતે તેઓ ઋષિકેશ થઈ દહેરાદુનમાં જોશીજીને ત્યાં રહેવા લાગ્યા. ઇશ્વરની કૃપાથી એ એક મોટી અગ્નિપરીક્ષા કે કસોટીમાંથી સહીસલામત રીતે પસાર થઈ ગયા.

### (૩) કૃષ્ણ દર્શનનું વ્રત અને પ્રસ્થાન

અંપકલાઈની વિદાય પછી મેં મોટેભાગે દૂધ પર રહેવાનું શરૂ કર્યું. એક દિવસ મારા હાથમાં પ્રેમયોગ વિશેનું એક પુસ્તક આવી ગયું. તેમાં પહેલા પાના પર લગવાન શ્રીકૃષ્ણનું સુંદર રંગીન ચિત્ર હતું. ચિત્ર એટલું બધું સુંદર હતું કે પ્રથમ દૃષ્ટિથી જ મારું મન તેમાં બંધાઈ ગયું ને લુપ્થ થઈ ગયું. મને થયું કે જે લગવાનનું ચિત્ર આટલું બધું મધુર

ને મોહક છે તે લગવાન પોતે કેવા હશે ? કૃષ્ણ લગવાનનું એ સુંદર ચિત્રને જોઈને મને એમનું સાક્ષાત દર્શન કરવાની લગની લાગી.

મારામાં એક સ્વાભાવિક વસ્તુ છે. તેને સારી કહો, કે ખરાબ, કે ગમે તેમ કહો પણ તે વસ્તુ મારા સ્વભાવમાં તાણવાણી પેઠે વણાઈ ગયેલી છે. તે એ કે કોઈ વસ્તુની ધૂન મારા મન પર એકવાર સવાર થાય છે પછી તેની પ્રાપ્તિ વગર મને ચેત પડતું નથી. મારા અત્યાર સુધીના સાધનામય જીવનની આ એક મહત્વની ગુરૂંચી કે વિશેષતા છે.

મકાન પર આવીને બહારના ઓરડામાં બારી પાસે તે ફોટાવાળું પુસ્તક મેં એવી રીતે ગોઠવી દીધું કે તે કૃષ્ણ લગવાનનો ફોટો મને બરાબર દેખાયા કરે. પછી કામગો ઓઢી આસન પર બેસી લગવાનના દર્શન માટે મેં જપ ને પ્રાર્થનાનો પ્રારંભ કર્યો. બે દિવસ પછી દૂધ પણ બંધ કરી નિરાહાર રહીને સાધના કરવા માંડી. એમ કરતાં કરતાં સાત દિવસ વીતી ગયા, છતાં લગવાનનું દર્શન ના થયું. મને થયું કે જે આજે રાત દરમ્યાન મારી ઇચ્છા પૂરી ન થાય તો બ્રહ્મ પમૂ હુત્માં બિઠીને સંગમ પર જવું ને શરીર છોડી દેવું. મારી કોઈ ચિંતા ન કરે કે ગેરસમજ ન કરે તે માટે ચિઠ્ઠી મૂકી જઈશ. બસ, આજ વિચાર સારો છે.

કેવો વિચાર ! અલબત્ત તે વિચાર પ્રેમને સર્વસમપણના ભાવથી પ્રેરાયેલો, પણ ઉચ્ચ કોટિનો ન હતો. ઇશ્વરની ઇચ્છાએ એનો અમલ થઈ શક્યો નહીં. નહીંતર તો આ જીવનકથાનું આલેખન કરવા માટે આ સંસારમાં હાજર નહોત.

મારે માટે ઇશ્વરની ઇચ્છા ગુઠી જ હતી. લગભગ આઠમે દિવસે સાંજે મારા મનો ભાવ પલટાયા. મારા મનમાં એકા-

એક અદ્વૈત ભાવની લહેરો પ્રગટવા માંડી. મને થયું કે હું મુક્ત છું : સિદ્ધ છું : માયાથી રહિત છું : પરમ શાંતિ ને પરમાનંદથી ભરેલો છું : સંસારમાં સર્વત્ર વ્યાપ્ત છું.

પ્રચંડરૂપમાં વહેતા પૂરનું પાણી જેમ નદીના કિનારાને તોડી નાખે તેમ આ આત્મિક ભાવના મારા તનમનના કિનારા તોડી નાખી મને તરબોળ કરતી બધે ફરી વળી. તે ભાવનાને લીધે મારી કૃષ્ણદર્શનની ભાવના મોળી પડી ને પછી શાંત પડી.

કૃષ્ણદર્શનની એ સાત દિવસની સાધનાનો આમ અનેરી રીતે અંત આવ્યો. ઉપવાસ પૂરા થયા. તે પછુ ભગવાન શ્રી-કૃષ્ણની કૃપાની કામના ને તે માટેની પ્રાર્થના આગળ પર ચાલુ રહી.

વસંતપંચમીના દિવસે દેવપ્રયાગમાં મોટો મેળો ભરાય છે. ગઢવાલની ગ્રામીણ સંસ્કૃતિની છાયા એ મેળામાં જોવા મળે છે. ચંપકભાઈની ઇચ્છા એમ હતી કે હું દહેરાદુન થઈ તેમને મળીને પછી ઉત્તરકાશી જાઉં. પણ મને ટિહરી થઈને જ ઉત્તરકાશી જવું વધારે સારું લાગ્યું. એટલે વસંતપંચમીને દિવસે જ સવારે અગિયાર વાગે ખલે સામાનનો થેલો લટકાવી, તે પર જાડો કામળો નાખી હાથમાં પતરાનો કમંડળ જેવો મોટો ડબો લઈ રટ માઈલ દૂર આવેલા ટિહરી જવાના અભણ્યા રસ્તે હું પ્રભુ પર શ્રદ્ધા રાખી વિદાય થયો. જેને ઈશ્વર પર શ્રદ્ધા છે તેને સંસારમાં શાનો ભય? આગળની બાજુ ઈશ્વર જ સંભાળી લેશે.

—\*—

## રામકથા

ગતાંકથી ચાલુ

શ્રી યોગેશ્વરજી

[પ. પૂ. મહાત્માશ્રી યોગેશ્વરજીની સિદ્ધકલ્પમે લખાયેલ રામ-કથાનો આ હપ્તો છે.]

‘સાયું છે. મારું હૃદય પણ એવુંજ કહે છે. મને પણ એવું જ લાગે છે કે રામ એટલે આરામ, અંતરના અલૌકિક આરામ અને લક્ષ્મણ એટલે લાસિત્ય. પરંતુ એ ગયા ક્યાં? થોડીક વધારે વાર લગી ઊભા રહ્યા હોત તો એમનું શું બચી જત ?’ સીતા જરાક ઉદાસ બનતાં બોલી બીડી.

‘એ તો એ જાણે. પરંતુ આપણા મનની આંખ આગળ તો ઊભાજ રહ્યા છે. ત્યાંથી એ નથી હટે તેમ. કેમ, તારી આંખ આગળ નથી ઊભા રહ્યા.

એટલામાં તો ઢોકીલે કુંજમાંથી કુંજન કરું’. એટલે એ દિશામાં દષ્ટિપાત કરતાં સીતા બોલી,

‘તારું કુંજન સુનેહી અને રસિક જતોને કામળ કરે છે અને આનંદ આપે છે, પણ એ કુંજન અત્યારે તો કાળજમાં કેવેલ ભાવ પેદા કરે છે. રામ ક્યાં ગયા તેની તને ખબર છે? કુંજન કરીને એમને થોડીકવાર રોકી રાખ્યા હોત તો મને ઘણુંજ ગમી જત. એમની જીવનકુંજમાં ઢાવલ બનીને કુંજન કરવાની કલ્પના મને પણ થયા કરે છે, પરંતુ.....

ભિંમિલાએ ધીમા સ્વરે કહ્યું,

‘તારી એ કલ્પના કે ભાવના ઈશ્વર પૂરી કરશે. મને પણ લક્ષ્મણ ને જોઈને એવીજ કલ્પના ને ભાવના થયા કરે છે. રામ ને લક્ષ્મણની જોડી કેવી અદ્ભુત છે? દુનિયામાં ભાઈઓ તો ઘણા હશે પરંતુ આવી જોડી તો ઢોષનીય નહિ હોય; આ તો જાણે અશ્વિની-કુમારો.’

‘અશ્વિનીકુમારો પણ આટલા બધા અદ્ભૂત અને આકર્ષક ના હોય. છતાં પણ તે અશ્વિની કુમારોનું નામ લીધું તો મને એક વાત યાદ આવી. અશ્વિનીકુમારો તો દેવોના વૈદ છે ને ?’

‘હા કહેવાય છે તો એવું જ.’

એ નેમ દેવોનાં દરદોનાં ઉપચાર કરે છે તેમ રામ લક્ષ્મણ પણ આપણે ઉપચાર કરે તો સારું. એ અર્થમાં એમને અશ્વિનીકુમારો સાથે સરખાવી શકાય.

‘પરંતુ આમણને કોઈ દરદ થોડું છે કે એ આપણે ઉપચાર કરે? ભિમિલાએ તો પૂછવા ખાતર પૂછી નાખ્યું.’

‘દરદ તો ખીજું કયું હોય? સીતાએ સામેથી પૂછ્યું? તને તેની સમજ નથી પડતી? સ્નેહનું અને એને પરિણામે વેડવા પડતા વિરહનું?’

પરંતુ એનો ઉપચાર એ થોડા કરી શકે?

‘ત્યારે ખીજું કાણુ કરી શકે?’

‘ઈશ્વર’

‘એટલા માટે તો મેં જગદંબાને અંતઃકરણપૂર્વકની પ્રાર્થના કરી. ‘અને મેં પણ કરી.’

ફૂલ પર ઊડતો બ્રમર પોતાની પાસે આવીને પોતાની આંજુ-બાજુ ઊડવા માંડ્યો તો તેને લક્ષ્ય કરીને સીતાએ કહેવા માંડ્યું :

‘આ બ્રમર મારી આંજુબાજુ શા માટે ઊડતો હશે? અરે, તારે ઊડવું જ હોય તો દશરથનંદન રામ પાસે પહોંચી જ તેમજ એમના મુખ પર ઊડ્યા કર. એમ કરવાથી કદાચ તને એના આસ્વાદનો આનંદ મળી જાય. રામનું મુખ તો કાટિ કમળો ને પુલકિત પુષ્પો કરતાં વધારે સુંદર છે. એમને લાં જઈને મારા સ્નેહના સમાચાર આપજો.’

‘અને મારા સ્નેહ સંદેશ લક્ષ્મણને પહોંચાડજો.’

થોડીવાર પછી ભિમિલાએ સીતાને કહ્યું :

‘આ ખીજો બ્રમર પણ ઊડતો ઊડતો આપણી પાસે આવી પહોંચ્યો. એ રામ લક્ષ્મણનો કોઈ સંદેશ લઈને તો નહિ આવ્યો હોય !’

‘કેવો સંદેશ?’

એ એવો સંદેશ પૂરો પાડે છે કે આપણી પેઠે રામ અને લક્ષ્મણના દિલમાં પણ આપણી પ્રત્યે સ્નેહ છે. એ પણ આપણે માટે લાગણીની ઉત્કટતાનો અનુભવ કરી રહ્યા છે.

‘એ તો તારી પોતાની કલ્પના થઈ. મારા માનવામાં એવું નથી આવતું. એમને જો આપણા પ્રત્યે સાચે સાચ સ્નેહ અથવા ઉત્કટ લાગણી હોત તો એ ઉપવનમાંથી આટલા જલદી જત જ નહિ.’

‘જલદી ના જાય તો શું આપણી સામે જોયા કરતા ઊભા રહે? ભિમિલાના શબ્દો સાંભળીને સીતા હસી પડી, તે બોલી;

‘આપણી સામે જોયા કરતા ઊભા રહે’ તો પણ આપણને ના ગમે એવું થોડું જ છે?’

સરોવરની પાસે જઈને સીતા કહેવા માંડી :

‘આ સરોવર કેટલું બધું સુંદર છે? એમાં ખીલેલાં કમળો કેટલાં બધા નયન મનોહર અને કમનીય લાગે છે? આપણા હૃદય-રૂપી સરોવરમાં પણ એવી જ રીતે ભાવનાનાં ઉત્તમ ને સુંદર કમળો ખીલી ઉડ્યાં છે.’

સીતા તથા ભિમિલા સખીઓ સાથે ફૂલવાડીમાં ફરતી રહી, એ પછી એણે કદંબની નીચેથી પૃથ્વીને પાવન માનીને એની રજને મસ્તકે લગાડીને મનોમન કહ્યું :

રામની પદરજથી આ પૃથ્વી પાવન છે. અહલ્યાનો ઉદ્ધાર કરનાર રામ મારા જીવનને જ્યોર્તિમય કરે તથા એતના ધરે એવી મારી આકાંક્ષા છે. જગદંબાની કૃપા હશે તો એવું અવશ્ય થશે.’

ભિમિલાએ પણ લક્ષ્મણની આદ્વાદક આકૃતિને યાદ કરતાં સીતાની સાથે ફરવા ને મનોમન સંભાષણ કરવા માંડ્યું.

રાતે સીતા તથા ભિમિલાને લગભગ એકજ જાતનું સ્વપ્ન આવ્યું.

શમે લક્ષ્મણની સાથે સ્વયંવરના ધનુષ્ય પાસે પહોંચીને કહ્યું :

‘શંકરનું આ ધનુષ્ય તો એકદમ અસાધારણ છે.’

‘પરંતુ તમારે માટે એ અસાધારણ ના કહેવાય.’ સીતાએ જણાવ્યું. ‘તમે તેને ઊંચકી શકશો કે કેમ?’

‘હું એજ વિચારું છું.’

‘એમાં વિચારવા જેવું કશું જ નથી. ખાસ કરીને તમારે માટે. તમે એને જરૂર ઊંચકી શકશો. એના ઊંચકવા પર તો મારું ભવિષ્ય-તું સમસ્ત જીવન અવલંબે છે.’

‘તો પછી હું એને ઊંચકી લઈશ.’

રામ એને ઊંચકવા માટે આગળ વધ્યા.

એટલામાં તો સીતાની આંખ ઊઘડી ગઈ.

ઊર્મિલાને પણ એવું જ સ્વપ્ન આવ્યું. પરંતુ વધુમાં એને સંબોધીને લક્ષ્મણે કહેવા માંડ્યું.

‘તારા સ્વયંવરની શરત રૂપે એક ખીણું ધનુષ્ય રાખ્યું હોત તો હું એને અવશ્ય ઊપાડી લેત.’

‘પરંતુ મારા પિતાજીને એ સૂઝ્યું જ નહિ, એટલે હવે શું થાય? ઊર્મિલાએ ઉત્તર આપ્યો : ‘હવે તો આપણે થોડોક વખત વાટ જોવી રહી.’

‘તારાથી વાટ જોઈ શકાશે?’

‘ખીણે ઢાઈ રસ્તો જ ક્યાં છે?’

‘રસ્તો હોય પણ ખરો, પરંતુ આપણને એની ખબર ના હોય. ઈશ્વર એ રસ્તો સૂઝાડશે.’

‘તો તો ધણું સારું.’

સ્વપ્નની અસર સીતા અને ઊર્મિલા પર ઘણા લાંબા વખત લગી તથા ઘણી ભારે રહી. બંનેએ એકમેકને પોતાના વ્યક્તિગત સ્વપ્નની વાત કહી સંભળાવી. (ક્રમશઃ)

With Best Compliments From :

પ્રેમ એ જ જીવનનું સારતત્ત્વ છે. એ એક એવું અદ્ભુત રસાયણ છે કે નિર્જીવ પ્રતિમાને પણ ચિન્મય બનાવી શકે છે. તો મનુષ્યના હૃદયને પલટાવી નાખે તેમાં શી નવાઈ?

—યોગેશ્વર.

Tel. No. 383791-92-93

# INDEQUIP LIMITED

REID ROAD, AHMEDABAD-2.



Office At :

Bombay, Calcutta, Delhi,  
Amritsar, Indora, Kanpur

Dealers In :

Mill Stores, Machinery,  
Patroleum Products, Pickers,  
Picking Bands, Soda Ash,  
Soda Bicarb, Caustic Soda, Glue,  
Lubricating oils, Greases.

PUA. HYDROGEN PEROXIDE Etc.

## તપ

તપ કોઈ આંખ મીંચીને કરાતી કોઈ બળજબરી કે જડ ક્રિયા નથી; પણ વિકાસમાં મહદરૂપ થનારી સમજ-પૂર્વકની સાધના છે, એ યાદ રાખવાનું છે. એ રીતેજ એનો આધાર લેવાનો છે. તે જ તે ઉપયોગી થઈ શકે. યોગની સઘળી સાધના ને બીજી બધીજ નાની મોટી સાધના એક ઊંડા વિચારપૂર્વકની સાધના છે.

સમજપૂર્વક તથા પોતાના વિકાસને માટે કરાતા તપથી તન અને મન બંનેને મહદ્ મળે છે. તન નિર્માણ કે નિરોગી બને છે, ને મન પણ પોતાની મલિનતા અથવા આસુરી સંપત્તિનો ત્યાગ કરીને સ્થિરતા ધારણ કરે છે. તેવા મનને વશ થતાં પછી વાર નથી લાગતી. પછી તે તપને લીધે યોગીને તન અને મનની કેટલીક વિશેષ શક્તિની પ્રાપ્તિ પણ થાય છે. તેને જ સિદ્ધિ કહે છે. મોટા કે નાના બનવું, અદશ્ય થવું તથા દૂર-દર્શન કે દૂરશ્રવણ જેવી સિદ્ધિ, પછી વિકાસના નિયમ-રૂપે આપોઆપ જ આવી મળે છે. તપને લીધે જે તન મનની શુદ્ધિ થાય છે તે પણ એક મોટી સિદ્ધિ જ છે.

—યોગેશ્વર.