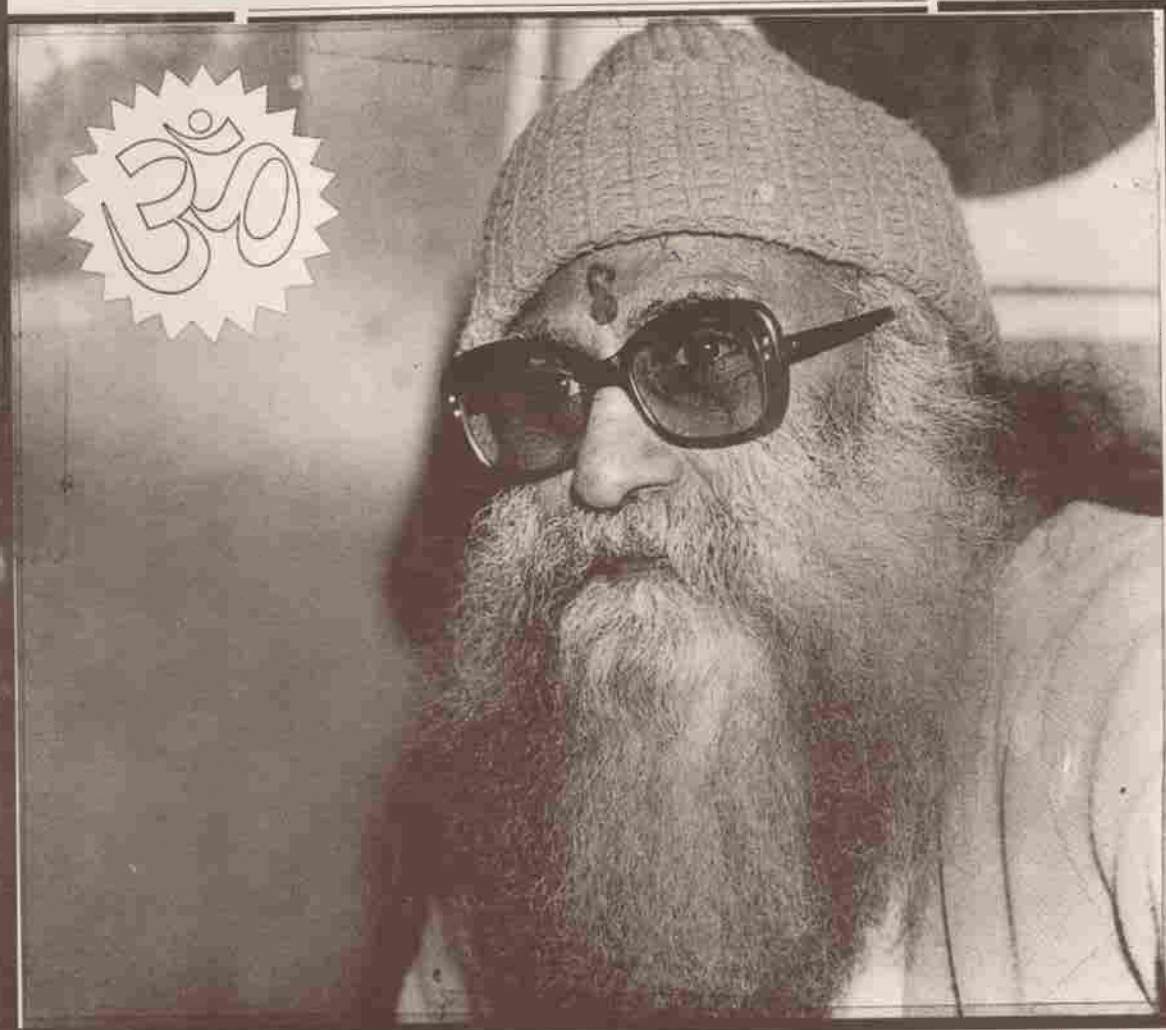
॥ तस्य वाचकः प्रणवः ॥

ઋતમ્ભરા

આત્મનો હિતાય જગતઃ સુખાય



'યોગ' ભિક્ષા લાવીઓ, 'ભિક્ષુ' બની ગુરુદ્વાર;
મુમુક્ષુ જરૂર પામશે, સૌનો મુજમાં ભાગ.

પ્રાપ્તિ માટે પાત્ર બનીએ

ખુદીકો કર બુલંદ ઈતના, કિ હર તકદીરસે પહલે,
ખુદા બંદેસે ખુદ પૂછે બતા તેરી રજા ક્યા હૈ ?

પાત્રતાને-ઉદારતાને-વિશાળતાને એટલી વધારી દઈએ, અધિકારીપણું એવું પ્રાપ્ત કરી લઈએ કે આપણે કોઈની પાસે કાંઈપણ - કૃપા પણ - શા માટે માંગવી પડે? જેણે જેણે તપ કર્યાં છે તેણે કોઈએ માંગ્યું નથી પણ દેવાવાળાએ સામેથી આવીને કહ્યું છે કે, " માંગ માંગ; શું ઈચ્છા છે ? " અને ત્યારે પણ સાચાં સમજદારોએ કહ્યું "કાંઈ નહીં." કારણકે કર્મના સૂક્ષ્મ નિયમ જાણનારાંઓને તો ખબર જ છે કે સારાં-ખોટાં કર્મોનાં સારાં-ખોટાં ફળ માંગીએ કે ન માંગીએ તોય મળીને જ રહેવાનાં છે. "કર્મણ્યે વાધિકારસ્તે મા ફલેષુ કદાચન " દેવાવાળો દેશે, તું કામ કર્યે જા.

આપણી યોગ્યતા એટલી બધી વધારી દઈએ કે દેનારાને સ્વયં કહેવું પડે કે "માંગ્ય માંગ્ય." શું, "માંગ્ય માંગ્ય" કહી શકનાર દેનારાને એટલી પણ ખબર નહીં પડે કે આપણને શાની જરૂર છે? ખુદા છપ્પર ફાડકે દેતા હૈ ત્યારે ય શું આપણે આપણી બુદ્ધિથી જ, આપણું પસંદ કરેલું જ માંગીશું ? આપણી બુદ્ધિ કેટલી ? આપણી પસંદગી કેવી ? રાખ અને ધૂળ જેવી. ખરા બુદ્ધિશાળી તો ત્યારે કહેવાઈએ કે જ્યારે આપણાથી વધુ બુદ્ધિવાળો આપણને જે કાંઈ આપે તેને જ યથાયોગ્ય સમજીએ, તેને જ આપણી પસંદગીનું બનાવીએ, તેને જ આપણા માટે શ્રેયસ્કર માનીએ.

આપણે તો જીવનના દરેક ક્ષેત્રમાં આપણા અધિકાર કરતા કાંઈક વધુ જ ઈચ્છીએ છીએ અને પછી, અનઅધિકાર ચેષ્ટામાં નિરાશ થતાં કેટલાયને ભાંડી નાખીએ છીએ. પછી દીવાની દાઝે કોડિયાને બટકાં ભરીએ છીએ. મોચીની દાઝે કાંટામાં ચાલીએ છીએ! પણ એથી શું વળે ? એથી તો આપણા દાંતમાં કાંકરી અને પગમાં કાંટા જ ભરાય છે. એટલે ફરી પાછી પણ એ જ આડોડાઈ! દાંતમાં અને પગમાં ભરાયેલા કાંકરા અને કાંટા મફત કઢાવવા ઈચ્છીએ છીએ! અને એમાં નિરાશ થતાં પાછા ફરીને આપણા ભાંડણવેડા શરૂ થઈ જાય છે. આમ જિંદગી આખી અન્યોને ભાંડવાનું જ ચક્કર ચાલે છે. આપણે અન્યોને ભાંડીએ છીએ તો અન્યો પણ આપણને ભાંડશે તેની તો આપણને સ્વપ્નેય કલ્પના નથી આવતી. શું આપણે એકલા જ સત્યુગના સિદ્ધ પુરુષ ?

હનુમાનજીની બાધા માનીએ કે લાખ રૂપિયાની લોટરી લાગશે તો તમને સવાશેર તેલ ચડાવીશ. પછી હનુમાનજી સ્વપ્ન દ્વારા સાચી વાત કહે કે "લાખ રૂપિયા મારી પાસે હોય તો હું જ તેલના હોજ ભરાવીને તેમાં કૂદકા ન મારું? તારા સવાશેર તેલની આશામાં શા માટે બેસી રહું?" ત્યારે હનુમાનજીને પણ ભાંડી નાખીએ છીએ !

પાત્રતા પ્રાપ્ત કર્યા વિનાની પ્રાપ્તિઓની ઈચ્છાઓરૂપી દ્વારથી ઈર્ષા-આડોડાઈ, રાગ-દ્વેષ, વેર-ઝેર ઘૂસી જતાં હોય છે અને લાંબે ગાળે એ વ્યક્તિગત વેરઝેરના બીમાંથી એવાં અને એટલાં હિંસાવૃક્ષો ઊગી નીકળે છે કે તેનાં ઝેરી ફળોનો મબલખ ઉતાર આખા સમાજ અને રાષ્ટ્રને ઝેર ચડાવી દે છે. અને આ બધું થાય છે અનઅધિકાર ચેષ્ટામાંથી અને તેનાથી આપણે સાવ બેખબર હોઈએ છીએ!

અનંત રૂપે, રંગે અને આકાર-પ્રકારે અનઅધિકાર ચેષ્ટા આપણા રૂંવાડે રૂંવાડે વ્યાપી ગઈ છે. આપણે જાણે એના વ્યસની થઈ ગયા છીએ. સાવ અજ્ઞાની હોવા છતાંય પૂર્ણ જ્ઞાની હોવાનો ડોળ કરવામાં થોડો સમય તો મોજ આવે છે પણ જ્યારે પાખંડનો પરપોટો ફૂટે છે ત્યારે બૂરા હાલ થઈ જાય છે. પાખંડનો પરપોટો વહેલો કે મોડો ફૂટ્યા વિના રહેતો નથી. પરમાત્માની કૃપાથી સાચી સમજણને પ્રાપ્ત કરીને અનઅધિકાર ચેષ્ટાના હરામ રસકામાંથી છૂટીએ.

- યોગભિક્ષુ

ઋતમ્ભરા

(ઋતમ્ભરા એટલે અનુભવયુક્ત સત્યથી ભરેલું)
(બહુજનહિતાય - બહુજનસુખાય)
એપ્રિલ - મે - જૂન (ત્રિમાસિક)

VOL - IV (94-95) ISSUE- IV માનદ્ તંત્રી : મેઘા વ્યાસ

શાંતા

(પાતંજલ યોગદર્શન - સાધનપાદ)

- યોગભિક્ષુ

પાતંજલ યોગદર્શનના સાધનપાદના અઠ્ઠાવીસમા સૂત્રથી યોગનાં આઠ અંગોની સમજૂતી શરૂ થઈ રહી છે. અષ્ટાંગયોગની વાત શરૂ કરતાં પહેલાં આગળનાં સત્યાવીસ સૂત્રોના ભાવાર્થને ફરી એક વાર યાદ કરી લઈએ જેથી સાધનપાદમાં રજૂ થયેલ સૂત્રોના વર્ણનને માનસિક રીતે ફરી તાજું કરી શકાય.

તપ, સ્વાધ્યાય અને ઈશ્વરપ્રણિધાન-ઈશ્વરશરણાગતિને ક્રિયાયોગ કહે છે. ક્રિયાયોગ સમાધિની પ્રાપ્તિ માટે અને ક્લેશોને તનુ-પાતળા કરવા માટે છે. અવિદ્યા, અસ્મિતા, રાગ, દ્વેષ અને અભિનિવેશ; આ પાંચ નામવાળા પાંચ પ્રકારના ક્લેશો છે. ક્લેશોને પ્રસુપ્ત, તનુ, વિચ્છિન્ન અને ઉદાર નામવાળી ચાર અવસ્થાઓ છે અને તેમનું ક્ષેત્ર અવિદ્યા છે. અનિત્યમાં નિત્ય જાણવું, અપવિત્રમાં પવિત્ર જાણવું, દુઃખમાં સુખ જાણવું અને જડમાં ચેતન જાણવું તેને 'અવિદ્યા' કહેવામાં આવે છે. આત્મા અને ઇન્દ્રિયોને એક સમજવાં તે 'અસ્મિતા' નામનો ક્લેશ છે. સુખ ભોગવી લીધા પછી તેને ફરી-ફરીને ભોગવવાની જે ઇચ્છા બચી રહે છે તેને 'રાગ' ક્લેશ કહે છે. દુઃખ ભોગવી લીધા પછી તેના તરફ ધૃણાનો જે ભાવ બચી રહે છે તેને 'દ્વેષ' ક્લેશ કહે છે અને જે સ્વાભાવિક રીતે જ શરીરની સાથે આવે છે અને વિદ્વાનો ઉપર પણ સવાર થઈને રહે છે તે 'અભિનિવેશ' ક્લેશ છે. મૃત્યુભય શરીરની સાથે જ આવે છે અને વિદ્વાનો ઉપર પણ સવાર થઈને રહે છે તેથી મૃત્યુના ભયને અભિનિવેશ ક્લેશ કહેવામાં આવે છે.

ઉપરોક્ત પાંચ ક્લેશોથી આપણે મુક્ત થવું હોય તો તે ક્લેશોને તેની જન્મભૂમિ(કારણભૂમિ)માં પહોંચાડી દેવા. જન્મભૂમિમાં પહોંચેલા તે ક્લેશોનો નાશ 'ધ્યાન' દ્વારા કરવો. ક્લેશોનું મૂળ શું છે, ક્યાં છે તે જાણવું જોઈએ. ગત-જન્મ અને વર્તમાન-જન્મની વાસનાઓ ક્લેશોનું મૂળ છે. તે (કર્માશયરૂપી) મૂળના રહેવાથી જાતિ, આયુષ્ય અને ભોગરૂપી ફળોની પ્રાપ્તિ થાય છે. તે (જાતિ, આયુષ્ય અને ભોગ)માં પુણ્ય અને પાપ થતાં રહેવાના કારણે તેનું ફળ હર્ષ અને શોકરૂપે મળે છે. વિવેકીજનો માટે તો પુણ્યકર્મનાં ફળરૂપી સુખો પણ પરિણામદુઃખ, તાપદુઃખ અને સંસ્કારદુઃખ છે, અને ત્રિગુણની દૃષ્ટિએ પણ દુઃખ જ છે. તેથી દુઃખોને હટાવી દેવાં જોઈ એ. જે દુઃખો ભોગવી ચૂક્યા છીએ તેની હવે ચિંતા નથી. હાલમાં જે દુઃખો ભોગવી રહ્યા છીએ તેને ભોગવીને જ પૂરાં કરવાનાં છે, તે સિવાય તેમાંથી છૂટકો નથી. પરંતુ આવનારાં દુઃખોને હટાવી દઈએ, તેનાથી મુક્ત રહીએ. દ્રષ્ટા અને દૃશ્યનો સંયોગ - આત્માનો અને પ્રકૃતિમાં રહેલાં ચોવીસ તત્ત્વોનો સંયોગ દુઃખોનું કારણ છે. સત્ત્વ, રજ અને તમ જેમનો સ્વભાવ છે અને ભૂત અને ઇન્દ્રિયો જેમનું સ્વરૂપ છે તેવાં દૃશ્યો(ચોવીસ જડ તત્ત્વો)નું પ્રયોજન ભોગ અને મોક્ષ આપવાનું છે. ચોવીસ તત્ત્વોની વાત ચાલી રહી

છે તો તે તત્ત્વોને પણ ઓળખીએ. પાંચ સ્થૂળ મહાભૂતો (પૃથ્વી, જલ, અગ્નિ, વાયુ અને આકાશ), પાંચ કર્મેન્દ્રિયો (હાથ, પગ, ઉપસ્થ, ગુદા અને જીભ), પાંચ જ્ઞાનેન્દ્રિયો (આંખ, નાક, કાન, જીભ અને ચામડી) અને મન; આ સોળ તત્ત્વોના સમૂહને "વિશેષ" કહેવામાં આવે છે. પંચતન્માત્રાઓ (શબ્દ, સ્પર્શ, રૂપ, રસ અને ગંધ) અને અહંકાર; આ છ તત્ત્વોના સમૂહને "અવિશેષ" કહેવામાં આવે છે. 'વિશેષ' નાં સોળ તથા 'અવિશેષ' નાં છ, એમ કુલ બાવીસ તત્ત્વો થયાં. તેવીસમું તત્ત્વ લિંગમાત્ર અને ચોવીસમું અલિંગ. અલિંગને મૂળ પ્રકૃતિ અથવા પ્રધાન પણ કહેવામાં આવે છે. ઉપરોક્ત ચોવીસ તત્ત્વો જડ તત્ત્વો છે. તેને જ 'દૃશ્ય' કહેવામાં આવે છે. પચ્ચીસમું ચેતનતત્ત્વ 'આત્મતત્ત્વ' અને છવ્વીસમું ચેતનતત્ત્વ 'પરમાત્મતત્ત્વ.' 'દ્રષ્ટા-આત્મા જોવાની શક્તિમાત્ર (જ્ઞાનમાત્ર) અને શુદ્ધ હોવા છતાં ચિત્તની વૃત્તિઓ પ્રમાણે જોવાવાળો છે. દૃશ્યો (ચોવીસ જડ તત્ત્વો) દ્રષ્ટા માટે છે. જેઓ કૃતાર્થ થઈ ગયાં છે તેમના માટે આ દૃશ્યો નષ્ટ થઈ ગયાં છે પણ અન્ય સાધારણ જનો માટે તે છે. પ્રકૃતિ અને પુરુષની સ્વરૂપ-શક્તિની ઉપલબ્ધિનું કારણ તેમનો સંયોગ છે. તે બંનેની શક્તિની ઉપલબ્ધિના કારણે તે બંનેનો સંયોગ થયો અને સંયોગના કારણે બંધન આવ્યું. પરંતુ પુરુષ પ્રકૃતિ સાથે સંયોગ ઊભો કરીને બંધનમાં શા માટે પડે છે? તેનું કારણ શું છે? તેનું કારણ અવિદ્યા છે. અવિદ્યાના અભાવથી પુરુષ અને પ્રકૃતિના સંયોગનો અભાવ થાય છે. તેનું જ નામ 'હાન' અર્થાત કૈવલ્ય છે. કૈવલ્યની પ્રાપ્તિનો ઉપાય છે સ્થિર વિવેકજ્ઞાન-વિપ્લવરહિત વિવેકજ્ઞાન. સ્થિર વિવેકજ્ઞાન-પ્રાપ્ત સાધકની પ્રજ્ઞા સાત પ્રકારની ભૂમિકાવાળી હોય છે. (૧) હેયશૂન્યાવસ્થા- જે કાંઈ જાણવાનું હતું તે શૂન્ય (પૂરું) થઈ ગયું. (૨) હેયશૂન્યાવસ્થા- જે કાંઈ ત્યાગવાનું હતું તે ત્યજી દીધું, ત્યાગવાનું શૂન્ય (પૂરું) થઈ ગયું. (૩) પ્રાપ્યપ્રાપ્તિશૂન્યાવસ્થા- જે પ્રાપ્ત કરવાને યોગ્ય હતું તે બધું પ્રાપ્ત કરી લીધું એટલે પ્રાપ્ત કરવાનું શૂન્ય થઈ ગયું. (૪) ચિકિત્સાશૂન્યાવસ્થા - ચિકિત્સા એટલે ઉપાય. કૈવલ્ય પ્રાપ્ત કરવાના જે જે ઉપાયો હતા તે શૂન્ય થઈ ગયા. પ્રજ્ઞાની આ ચાર પ્રકારની ભૂમિકાને 'પ્રજ્ઞાવિમુક્તિ' કહે છે. હવે પછીની ત્રણ ભૂમિકાને 'ચિત્તવિમુક્તિ' કહે છે - (૫) બુદ્ધિસત્ત્વકૃતાર્થતા - બુદ્ધિનું કાર્ય હવે સમાપ્ત થઈ ગયું, બુદ્ધિ કૃતાર્થ થઈ ગઈ. (૬) ગુણલીનતા - સત્ત્વ, રજ અને તમ એ ત્રણ ગુણો લીન થઈ ગયા. (૭) આત્મસ્થિતિ - સ્વસ્થ, સ્વરૂપસ્થ, આત્મસ્થ થવું તેનું નામ આત્મસ્થિતિ.

તો આમ, અગાઉના અંકોમાં ખૂબ વિસ્તારપૂર્વક રજૂ થયેલાં ઉપરોક્ત સૂત્રોના ભાવાર્થને આપણે તાજો કર્યો. હવે આગળના સૂત્રો સમજીએ.

યોગાંગાનુષ્ઠાનાદશુદ્ધિક્ષયે
જ્ઞાનદીપ્તિરાવિવેકખ્યાતેઃ ॥ ૨૮ ॥

ભાવાર્થ : યોગનાં અંગોનું અનુષ્ઠાન કરવાથી અશુદ્ધિઓનો ક્ષય થાય છે. અને અશુદ્ધિઓનો ક્ષય થવાથી વિવેકખ્યાતિ સુધીના જ્ઞાનનો પ્રકાશ થાય છે.

વિસ્તાર : વિવેકખ્યાતિ અર્થાત્ સાચી, સ્થિર સમજણની પ્રાપ્તિ તે જ કૈવલ્યપ્રાપ્તિનો ઉપાય છે તેમ છવ્વીસમા સૂત્રમાં કહ્યું. તેવી સાચી સ્થિર સમજણ જ્ઞાનથી પ્રાપ્ત થાય છે તે આ અઠ્ઠાવીસમા સૂત્રમાં કહે છે. ચિત્તમાં-મનમાં જે જે કાંઈ અશુદ્ધિઓ, વિકારો, ભ્રમણાઓ વગેરે ભરેલાં પડ્યાં છે તેનો ક્ષય કરવો પડશે. તેનો ક્ષય જ્ઞાનથી કરવાનો છે? યોગનાં અંગોના અનુષ્ઠાનથી. આ જગ્યાએ આચરણ નહીં કહેતાં અનુષ્ઠાન કહેવામાં આવ્યું છે; યોગનાં અંગોનું અનુષ્ઠાન કરવાનું છે.

અનુષ્ઠાન એટલે વ્યવસ્થિત, નિયમબદ્ધ અને પવિત્રતાપૂર્વક આચરણ કરવું તે. સફળતા પ્રાપ્ત કરવા માટે કોઈપણ સત્કર્મકે ક્રિયાનું પાલન તેના નીતિનિયમોના પ્રમાણિક આચરણ સાથે કરવું જોઈએ. આ જગ્યાએ અનુષ્ઠાન શબ્દ ખૂબ યોગ્ય છે. યોગનો અભ્યાસ તે પણ એક અતિ દીર્ઘ અનુષ્ઠાન સમજવાનું છે. જ્યાં સુધી જ્ઞાનની દીપ્તિ ન થાય, જ્યાં સુધી જ્ઞાનની જ્યોત ઝળહળ પ્રકાશિત ન થાય, જ્યાં સુધી છેવટની સીમા સુધીનું જ્ઞાન પ્રાપ્ત ન થાય ત્યાં સુધી યોગનું અનુષ્ઠાન ચાલુ રાખવાનું છે. અનુષ્ઠાન એટલે ક્રમપૂર્વક, નિયમબદ્ધ, દીર્ઘકાલ, નૈરંતર્યપણે અને સત્કારપૂર્વક અભ્યાસ કરવો તે. પ્રાપ્તવ્યની પ્રાપ્તિ ન થાય ત્યાં સુધી દીર્ઘકાલ સુધી, અખંડપણે અને વેઠની ભાવના લાવ્યા સિવાય પ્રયત્ન કરવો તેનું નામ અનુષ્ઠાન. આ રીતે યોગનું અનુષ્ઠાન, આચરણ, અભ્યાસ કરવાનો છે. યોગનાં અંગો

કયાં કયાં છે તે નીચેના સૂત્રમાં આવે છે.

यमनियमासनप्राणायामप्रत्याहार
धारणाध्यानसमाधयो अष्टावंगानि ॥ २९ ॥

ભાવાર્થ : યમ, નિયમ, આસન, પ્રાણાયામ, પ્રત્યાહાર, ધારણા, ધ્યાન અને સમાધિ; આ આઠ અંગો છે.

વિસ્તાર : આ આઠ અંગોને અષ્ટાંગયોગ કહેવામાં આવે છે. યોગના પ્રકારોનો તો કોઈ પાર નથી. આદ્ય શંકરાચાર્ય મહારાજે સવા કરોડ પ્રકારના યોગનો ઉલ્લેખ યોગતારાવલિમાં કરેલો છે. સવા કરોડ પ્રકાર કરતાં પણ વધુ હશે. તેમાંનો આ એક અષ્ટાંગયોગ પતંજલિ મુનિએ આપણને આપીને આપણા ઉપર અનહદ અહેતુકી કૃપા કરી. તેમને હિરણ્યગર્ભ ઇત્યાદિ આચાર્યો પાસેથી આ અષ્ટાંગયોગ ભેટ મળ્યો. ચિત્તવૃત્તિઓના નિરોધ માટે જે જે કાંઈ ઉપાયો, માર્ગો, સાધનો, યુક્તિઓ અને પ્રયુક્તિઓ તે બધાંનું નામ યોગ. ચિત્તવૃત્તિઓના નિરોધ દ્વારા જીવ અને શિવનો, આત્મા અને પરમાત્માનો, પ્રાણ અને અપાન વગેરેનો યોગ કરાવવો તેનું નામ યોગ. આ બધું યોગ વિના થઈ શકતું નથી, આ બધું કરવા માટે જે સાચી સમજણની જરૂર છે તે યોગ વિના પ્રાપ્ત થઈશકતી નથી. તેથી ચિત્તવૃત્તિઓનો નિરોધ કરવો પડે છે. યોગનું સર્વસામાન્ય લક્ષણ, તેની સર્વસામાન્ય વ્યાખ્યા એટલે ચિત્તવૃત્તિઓનો નિરોધ. દરેક પ્રકારના યોગમાં પ્રગટ કે અપ્રગટરૂપે ચિત્તવૃત્તિઓનો નિરોધ હશે જ. જ્યારે ચિત્તવૃત્તિઓનો નિરોધ થશે ત્યારે જ કલ્યાણમાર્ગનો યોગ પણ થશે. અને કલ્યાણમાર્ગના યોગ દ્વારા કૈવલ્યનો યોગ થશે.

યોગશાસ્ત્રમાં પરમપ્રાપ્તિ માટે 'કૈવલ્ય' શબ્દ વાપરેલો છે. જુદા જુદા શાસ્ત્રોમાં પરમપ્રાપ્તિ માટે ભલે જુદા જુદા શબ્દો વાપરેલા હોય, જુદા જુદા આચાર્યોએ જુદા જુદા દેશકાળમાં અને પરિસ્થિતિમાં તેના માટે ભલે જુદાં જુદાં નામો વાપરેલાં હોય પરંતુ તેથી આપણે તો તેનો અર્થ 'પરમપ્રાપ્તિ' જ સમજવાનો છે. આ પરમપ્રાપ્તિમાં શાની જરૂર પડશે? યોગની. અને યોગ એટલે ચિત્તવૃત્તિઓનો નિરોધ. ચિત્તવૃત્તિઓના નિરોધ માટે અનંત ઉપાયો બતાવવામાં આવ્યા છે. અનંત માર્ગો ચીંધ્યા છે અને અનંત સાધનોનું નિરૂપણ કરેલું છે. આમાંથી કયાં સાધનોનો કેવો ઉપયોગ કરવો તેનો આધાર, જેવો દેશ-કાળ, જેવી પ્રકૃતિ, જેવી સાધકોની સ્થિતિ, જેવા તેમના પથદર્શકો; તેના ઉપર છે.

સાધક કઈ સ્થિતિમાં છે, તેનો સ્વભાવ કેવો છે, તેના જન્મસંસ્કારો કેવા છે; તેનામાં કેવા, કેટલા અને કેટલા જોરદાર વિકારો છે, તે વિકારોનો તે કઈ રીતે જય કરી શકશે; તેની આર્થિક, માનસિક અને સામાજિક સ્થિતિ કેવી છે તે બધાંને ધ્યાનમાં રાખીને પથદર્શક (ગુરુદેવ) તેને સાધન આપે છે. ગુરુદેવ કયું સાધન આપશે કે કયો ઉપાય બતાવશે તે બધું ઉપરોક્ત પરિસ્થિતિ ઉપર અવલંબે છે. યોગ્ય ગુરુ યોગ્ય શિષ્યને યોગ્ય માર્ગ ચીંધીને છેવટે યોગમાં લઈ જાય છે અને યોગ દ્વારા ચિત્તવૃત્તિઓનો નિરોધ કરાવીને પરમ પ્રાપ્તવ્ય(સાચી સ્થિર સમજણ)ની પ્રાપ્તિ કરાવે છે. રાજયોગ, હઠયોગ, મંત્રયોગ, જપયોગ, લયયોગ, ભક્તિ (સમર્પણ)યોગ વગેરે હાલમાં પ્રચલિત મુખ્ય યોગોનાં નામો છે. આ અષ્ટાંગ-યોગ છે. કારણકે આમાં આઠ અંગોનાં નિરૂપણ અને વર્ણન વિસ્તારપૂર્વક કરેલાં છે. કયાં આઠ અંગો ? યમ, નિયમ, આસન, પ્રાણાયામ, પ્રત્યાહાર, ધારણા, ધ્યાન અને સમાધિ. અષ્ટાંગયોગનું જે પહેલું અંગ 'યમ' તેને વિસ્તારપૂર્વક સમજીએ.

अहिंसा सत्य अस्तेय ब्रह्मचर्य
अपरिग्रह यमाः ॥ ३० ॥

ભાવાર્થ : અહિંસા, સત્ય, અસ્તેય, બ્રહ્મચર્ય અને અપરિગ્રહને 'યમ' કહેવામાં આવે છે.

વિસ્તાર : યોગનાં આઠ અંગો છે. તેમાંના પ્રથમ અંગને 'યમ' કહેવામાં આવે છે. 'યમ'માં ઉપરોક્ત પાંચેય અંગોનો સમાવેશ થઈ જાય છે. તે પાંચેય ઉપાંગોના સમૂહનું નામ 'યમ' છે. આ જમાનાએ આવતા 'યમ' નો ગૂઢાર્થ સમજવા જેવો છે. મૃત્યુના દેવને પણ 'યમ' કે યમરાજ કહે છે. અહિંસા, સત્ય, અસ્તેય, બ્રહ્મચર્ય અને અપરિગ્રહરૂપી યમનું યથાયોગ્ય રીતે પાલન કરવાથી યમરાજને પણ દૂર રાખી શકાય છે, ઇચ્છામૃત્યુ પામી શકાય છે. આવું જબરજસ્ત રહસ્ય આમાં ભરી દેવામાં આવ્યું છે. તેથી જ તેનું નામ યમ આપ્યું છે. યમનું પાલન જીવનમાં જે પ્રમાણિકપણે કરે છે તેનાથી ઇચ્છામૃત્યુનું રહસ્ય છૂપું રહેતું નથી. ઉપરોક્ત પાંચ ઉપાંગોમાંના 'બ્રહ્મચર્ય' ઉપાંગને 'મૃત્યુ

પર કાબૂ'ની વાત સાથે સીધો સંબંધ છે. વેદમાં પણ કહ્યું છે કે "બ્રહ્મચર્યેણ તપસા દેવાઃ મૃત્યુમપાઘ્નત" (અથર્વવેદ ૧૧-૪-૧૯) (અર્થ : બ્રહ્મચર્યરૂપી તપથી દેવોએ મૃત્યુને મારી નાખ્યું, મૃત્યુ પર વિજય મેળવ્યો.) આ પાંચેય ઉપાંગો પરસ્પર પુષ્ટિકર્તા છે. યોગદર્શનમાં આવતા અષ્ટાંગયોગના પહેલા અંગનું 'યમ' નામ રાખીને તો સંશોધકો માટે એક ચમત્કાર જ સર્જ્યો છે. અષ્ટાંગયોગ એ જીવન જીવવા માટેની, જીવનમાં ઉતારવા માટેની એક આદર્શ પદ્ધતિ છે, તેને વિદ્વત્તાનું પ્રદર્શન કરવાનું કે વિતંડામાં ઊતરવાનું સાધન બનાવાય નહીં.

યમનાં પાંચ ઉપાંગોનું પાલન કેવળ યોગસાધના કરવી હોય તેના માટે જ આવશ્યક છે એમ નહીં પરંતુ જેને પણ મનુષ્યજન્મ સાર્થક કરી જીવનમાં વધુમાં વધુ સુખશાંતિ પ્રાપ્ત કરવાં છે તે સર્વે માટે અતિ ઉપયોગી છે. જો બચપણથી જ બાળકોને બાળમંદિરો, શાળાઓ અને મહાશાળાઓમાં યમનાં ઉપાંગોનું, ખૂબ જ આત્મીયતા અને યુક્તિપ્રયુક્તિપૂર્વક શિક્ષણ આપવામાં આવે તો લોકોન્નતિ અને લોકકલ્યાણનું એકજબરજસ્ત કાર્ય સહજમાં સંપન્ન થઈ જાય; તો જગત ઉપરથી જેલખાનાં, પાગલખાનાં અને દવાખાનાં કાયમ માટે અદશ્ય થઈ જાય. જો કે હાલમાં તો આવી વાતો શેખચલ્લીના તરંગો જેવી લાગશે પણ જો ઉપરોક્ત રીતે તૈયાર થયેલી દિવ્યગુણસંપન્ન પેઢીઓ વિશ્વ ઉપર અસ્તિત્વમાં આવતી જાય તો મૃત્યુલોક દિવ્યલોક થઈ જાય તેમ કહેવું જરાય અતિશયોક્તિ નથી. જેલખાનાં, પાગલખાનાં અને દવાખાનાં પાછળ જેટલો સ્ટાફ રોકવામાં આવે છે અને જેટલો પ્રયત્ન કરવામાં આવે છે તેના કરતાં ઘણા ઓછા ખર્ચે અને પ્રયત્ને યમનાં પાંચ અંગોને ક્રિયાત્મક કરાવીને ઘણો મોટો લાભ લઈ શકાય.

અહિંસા, સત્ય અને અસ્તેયના પાલન દ્વારા નીતિમત્તાનું પોરાણ ઊંચું આવવાથી ગુનાઓ ઘટી જાય અને બ્રહ્મચર્ય અને અપરિગ્રહના પાલનથી તનમનધનથી પુષ્ટ થવાથી દવાખાનાં અને પાગલખાનાંની જરૂરત ન રહે. અસ્તુ.

(૧) અહિંસા : અહિંસા શબ્દનો અર્થ સાવ સીધોસાદો છે. અ+હિંસા એટલે કે હિંસાનો અભાવ. અતિ સૂક્ષ્મ દૃષ્ટિએ જોતાં પ્રગટ-અપ્રગટરૂપે હિંસા ઘણા પ્રકારે થઈ શકે છે. હિંસા શા માટે ન કરવી જોઈએ ? તેનાથી શું નુકસાન છે ? તે બરાબર સમજી જવું જોઈએ. તન-મન-ધન કે વિચાર-વાણી-વર્તન દ્વારા ભલે કોઈપણ પ્રકારે હિંસા થાય છે ત્યારે હિંસા ખમનારને ઘાતું દુઃખ થાય છે અને તે દુઃખમાંથી બદલો લેવાની ભાવના ઊભી થાય છે. જો તરત બદલો લઈ શકે તેમ ન હોય તો બદલો લેવાની ભાવના દબાઈને પડી રહે છે અને અનુકૂળ સંજોગો મળતાં બદલો લઈને જ જંપે છે. સામાએ બદલો લીધો તેનું દુઃખ આપણા મનમાં થાય છે અને તેથી આપણા મનમાં પણ વેર બંધાય છે; અને તેથી આપણે પણ તરત વેર લઈએ છીએ અથવા અનુકૂળતાની રાહ જોઈએ છીએ. આ પ્રમાણે હિંસા અને પ્રતિહિંસા, હિંસા અને પ્રતિહિંસાનું રેંટ જેવું એક ચક્ર ચાલે છે તેમાંથી કદી છૂટી શકાતું નથી. બંનેમાંથી કોઈ એક જો પહેલ કરે કે મારે બદલો નથી લેવો તો જ તે રેંટના ચક્રમાંથી બંને છૂટી શકે છે. અને આવી કલ્યાણકારી પહેલ તો કોણ કરી શકે છે? જે ગુરુમુખી છે, મુમુક્ષુ છે ને જ્ઞાની છે તે જ કરી શકે છે અને તેણે જ કરવી જોઈએ. ભૌતિક સુખમાં જે ગળાબૂડ છે અને સાચી સમજણનો જેનામાં સંપૂર્ણ અભાવ છે તેની પાસે શી આશા રાખી શકીએ ? જૂના ભજનમાં કહ્યું છે ને કે "અજ્ઞાની પાસ ન જના, જો કે નહીં પછતાના; કુછ ભેદભરમ નહીં ખોલે રે, કાયાકા પિંજરા ડોલે રે ....." અહિંસાને આ રીતે જોતાં સ્પષ્ટ સમજાય છે કે અહિંસા કેટલી ફાયદાકારક છે અને હિંસા કેટલી નુકસાનકારક છે. વ્યક્તિ અને વ્યક્તિથી બનેલા સમાજને હિંસા સાવ ખોખરાં કરી નાખે છે. હિંસા સીધેસીધી એટલી નુકસાનકારક નથી કે જેટલી વેરભાવનાનો રેંટ ચાલવાથી છે. યમના 'અહિંસા' ઉપાંગને જો આ રીતે સમજીએ તો જ સાચો ખ્યાલ આવે કે અહિંસા કેટલી કલ્યાણદાયક છે અને હિંસામાં અકલ્યાણનો કેટલો દારૂગોળો ભરેલો છે!

ક્યારેક દેખીતી રીતે જે હિંસા લાગતી હોય છે પણ સૂક્ષ્મ રીતે જોતાં તેમાં અહિંસાનું પાલન થતું હોય છે, તો ક્યારેક દેખીતી રીતે જે અહિંસા લાગતી હોય પણ સૂક્ષ્મ રીતે જોતાં તેમાં હિંસા જણાય. યમાંગોના ગૂઢાર્થોને ગુરુસંતોની કૃપાથી પામી શકાય, જાણી શકાય. બિનઅનુભવીપણાને કારણે ક્યારેક આપણે આપણા જ વિચારો અને તર્કોમાં ગૂંચાઈ જઈએ છીએ. એ

વખતે નિષ્ણાતો જ સમાધાન કરી શકે છે.

(૨) સત્ય : સમસ્ત વિશ્વ સત્યના આધારે જ ટકી રહ્યું છે. સૂર્ય, ચંદ્ર, ગ્રહ, ઉપગ્રહ, નક્ષત્ર એ બધાં પોતપોતાની જ્યાએ સ્થિર રહીને પોતપોતાનું કાર્ય કરી રહ્યાં છે. તેમાંના કોઈને સ્થૂળ ટેકો કે આધાર નથી, તેમને સત્યનો ટેકો છે; સત્યના આધારે પોતપોતાની ભ્રમણકક્ષામાં તેઓ સ્થિર છે. સત્ય એટલે જેનું સાતત્ય સતત છે તે. આ તેનો તાત્ત્વિક અર્થ છે. ખરેખર તો અસત્યની હસ્તી જ નથી. અસત્ય એ સત્યનો આભાસમાત્ર છે. જીવનભર વહેવાર જીવનમાં પણ સત્યનો જ આશરો લેવો પડે છે. આખા દિવસની આપણી દિનચર્યા પણ સત્યના આધારે જ ચાલતી હોય છે. જેને અસત્ય કહી શકાય તેવું આચરણ તો આખા દિવસમાં અતિ અલ્પ પ્રમાણમાં જ થતું હોય છે. આપણે ખાવું હોય કે નાહવું હોય કે નોકરીએ જવું હોય ત્યારે આપણે સત્ય જ બોલીએ છીએ કે મારે ખાવું છે કે મારે નાહવું છે કે મારે નોકરીએ જવું છે વગેરે. ખાવું હોય ત્યારે અસત્ય નથી બોલતા કે મારે નથી ખાવું. જો બધો જ વખત અસત્ય બોલીએ તો તો જીવનવ્યવહાર ચાલે કઈ રીતે ? બુદ્ધિની અવળચંડાઈ અને સાચી જાગૃતકારીના અભાવે જેટલું અસત્ય આચરણ અને ભાષણ થાય છે તેટલું પણ અતિ કુશાગ્રતાપૂર્વક ન થવા દઈએ તો અતિ મહાન કલ્યાણકારી ફળને પ્રાપ્ત કરી લઈએ છીએ. અખંડ સત્ય બોલવાનો નિયમ તે વાણીનું પ્રચંડ તપ છે. અહિંસા, સત્ય વગેરે પાંચમાંથી ગમે તે એકનું સંપૂર્ણપણે પાલન કરવામાં આવે તો બીજાં ચારનું પાલન તેમાં અનાયાસે આવી જ જાય છે. અતિ અલ્પ અને આવશ્યક હોય તેટલું જ બોલવાનો નિયમ રાખવામાં આવે તો તે સત્ય બોલવાના નિયમમાં ખૂબ સહાયતા કરે છે. પ્રગટ-અપ્રગટ રીતે અસત્ય બોલવાના પણ અતિ સૂક્ષ્મ ઘણા બધાં પ્રકારો છે. કલ્યાણમાર્ગમાં ઝડપથી આગળ વધવા માટે ઓછું બોલવાનો નિયમ ખૂબ સહાયક છે. બોલતી વખતે સ્થૂળ-સૂક્ષ્મ વાણી બધી શક્તિઓનો વ્યય થઈ જાય છે. ઓછું બોલવાના કે મૌન રાખવાના નિયમ દ્વારા જો તે શક્તિઓને બચાવી લેવામાં આવે તો આપત્કાળમાં કામમાં લેવા માટે ઘણો શક્તિસંગ્રહ રહે.

(૩) અસ્તેય : સ્તેય એટલે ચોરી કરવી અને અસ્તેય એટલે ચોરી ન કરવી. યથાયોગ્ય મહેનત કરીને પોતાના હકકનું ખાવા, પીવા અને વાપરવાથી મન ભર્યું ભર્યું રહે છે અને તેથી મનની શક્તિઓનો ખૂબ જ વિકાસ થાય છે કે જે કલ્યાણમાર્ગમાં આગળ વધવામાં અતિ સહાય કરે છે. જેને હકકનું કહીએ છીએ તે પણ ખરેખર પૂર્ણપણે આપણા હકકનું નથી હોતું. જ્યાંનમાં એક દાણો વાવીએ અને જ્યાંનમાંથી હજાર દાણા આપણને પાછા મળે છે. વળી પૃથ્વી, પાણી, તેજ, વાયુ, અને આકાશ એ તો સાવ મફત જ મળે છે. તેમાં આપણે શું મહેનત કરી છે કે તેને આપણા હકકનું કહી શકીએ ? તે સઘળું તો કેવળ કૃપાનું જ ફળ છે. અસ્તેયની જ કાંઈ વાત છે તે મોટે ભાગે માનવકૃત પદાર્થો જોડે સંબંધિત છે. અતિ સખત આવશ્યકતા હોવા છતાંય અન્યોનું કંઈ પણ, ક્યારેય પણ તેમની અનુમતિ લીધા સિવાય ન લઈએ ત્યારે જ ખબર પડે છે કે આપણાં મન અને ઇંન્દ્રિયોનો આપણા ઉપર કાબૂ છે કે આપણો તેમના ઉપર કાબૂ છે ? ચોરી દ્વારા પોતાની આવશ્યકતાઓ પૂરી કરનારનું મન સતત ચંચળ રહે છે, યોગમાર્ગમાં લાગી શકતું નથી. પ્રામાણિકપણે મેળવેલી રોજીરોટીથી બનેલું મન સમાધાનયુક્ત હોય છે. તેથી તો કહ્યું છે કે 'અન્ન તેવું મન, પાણી તેવી વાણી.' ચોરી ફકત સ્થૂળ પદાર્થોની જ થાય છે તેમ નથી. અતિ સૂક્ષ્મ એવાં વિચાર-વાણી-વર્તનની પણ ચોરી થઈ શકે છે. બીજાના સુંદર અને યશદાતા વિચારોને પોતાના નામે ચડાવી દેવા તે પણ ચોરીનો એક પ્રકાર જ છે. આ દૃષ્ટિએ પ્રત્યક્ષ-અપ્રત્યક્ષ ચોરીના ઘણા અતિ સૂક્ષ્મ પ્રકારો છે. જે જે કાંઈ આપણી બુદ્ધિથી સમજાય તેવી બધા જ પ્રકારની ચોરીઓથી બચવાનો પ્રયત્ન થવો ઘટે.

(૪) બ્રહ્મચર્ય : બ્રહ્મચર્ય એટલે બ્રહ્મમાં સતત ચર્યા કરવી તે. અખંડ બ્રહ્મભાવમય રહેવું તેનું નામ અખંડ બ્રહ્મચર્ય. બ્ર + અહમ્ = બ્રહ્મ. બ્ર એટલે બૃહત અને અહમ્ એટલે પોતાપણું. બૃહત અહમ્ એટલે પોતાપણાનો-અહમ્નો અત્યંત વિસ્તાર કરી દેવો. બધી સાધનાઓનું મુખ્ય ફળ છે અહમ્નો લય કરી દેવો. અહમ્નો લય બે પ્રકારે થઈ શકે છે. એક તો અહમ્નો અતિ વિસ્તાર કરીને; અને બીજો પ્રકાર અહમ્નો અતિ સંકોચ કરીને. આ બેમાંથી જેને જે ફાવે તે રીતે અહમ્નો લય કરવાનો પ્રયત્ન કરે છે. કોઈ પોતાના વ્યકિતગત અહમ્ને કુટુંબ, સમાજ, રાષ્ટ્ર અને વિશ્વના ઉપયોગમાં લઈને, અતિ વિસ્તૃત કરીને તેનો લય

કરી નાખે છે. તો કોઈ તેથી ઊલટી પ્રક્રિયાએ તેનો સંકોચ કરતાં કરતાં લય અવસ્થા સુધી સંકોચ કરી નાખે છે. જેટલો સમય બ્રહ્મભાવમાં સ્થિર રહી શકાય તેટલા સમયનું બ્રહ્મચર્યનું પાલન થયું કહેવાય. આ બધો બ્રહ્મચર્યનો તાત્ત્વિક અર્થ થયો.

બ્રહ્મચર્યથી યમશબ્દ સાર્થક થઈ શકે છે. સાધનામાર્ગમાં અખંડ ઉત્સાહ અને અખંડ આરોગ્યની સખત જરૂરત હોય છે. તે બંનેની પ્રાપ્તિ શુદ્ધ વીર્ય દ્વારા થઈ શકે છે. તેથી જ વીર્ય-સંગ્રહને પણ બ્રહ્મચર્ય કહેવામાં આવે છે. વીર્ય તે શરીરમાંની સાતમી ધાતુ છે. વીર્ય પરિપક્વ અવસ્થાને પ્રાપ્ત કરે છે ત્યારે તેને ઓજસ કહેવામાં આવે છે. તે ઓજસ રૂંવાડે રૂંવાડા સુધી પહોંચીને શરીરની ફરતું દિવ્ય વર્તુળ ઊભું કરે છે. એવા સાધકોના સંપર્કમાં પશુ, પક્ષી કે મનુષ્ય જે કોઈ આવે છે તે વત્તાઓછા પ્રમાણમાં તેમને પ્રેમ કરતાં થઈ જાય છે. બ્રહ્મભાવમાં સ્થિર થવા માટે પણ અમુક પ્રમાણમાં વીર્યનો જથ્થો હોવો અતિ આવશ્યક છે. જે વીર્યથી હાલતું-ચાલતું અલૌકિક શરીર અસ્તિત્વમાં આવી શકે છે તેનો વ્યય મોજશોખ ખાતર કરવો તે ભરપૂર કમનસીબી છે. સુખી થવાની ઇચ્છાવાળા સર્વેએ આ વાત લક્ષમાં લેવી જોઈએ. બ્રહ્મચારી, ગૃહસ્થી, વાનપ્રસ્થી અને સંન્યાસી સર્વેએ પોતપોતાના આશ્રમને અનુરૂપ બ્રહ્મચર્યનું પાલન કરવું ઘટે. ગૃહસ્થાશ્રમી પોતાના આશ્રમને અનુરૂપ બ્રહ્મચર્યનું પાલન કરે તો તે બ્રહ્મચારી જ કહેવાય. બ્રહ્મચર્યરૂપી તપ દ્વારા દેવોએ મૃત્યુને મારી નાખ્યું એમ જે ઉપર વાત આવી તે આનાથી જ શકય બની શકે છે અને તેથી જ અષ્ટાંગયોગના પહેલા અંગનું નામ 'યમ' સાર્થક થાય છે. યમમાં આવતાં પાંચેય ઉપાંગોનું સમજપૂર્વક પાલન કરવાથી યમને-યમરાજને દૂર રાખી શકાય છે, ઇચ્છામૃત્યુને પામી શકાય છે.

(૫) અપરિગ્રહ : અપરિગ્રહ એટલે સંગ્રહ ન કરવો તે. સાધના અને જીવનસાધનામાં પણ ઓછામાં ઓછી આવશ્યકતાઓ રાખવી. કોઈપણ સ્થૂળ-સૂક્ષ્મ ચીજવસ્તુઓનો અતિશય સંગ્રહ કરવાથી તેમાં ઘણી બધી શક્તિઓનો દુર્વ્યય થઈ જાય છે. કોઈપણ ચીજવસ્તુઓ પ્રાપ્ત કરવામાં અને તેને સાચવી રાખવામાં અને તેનો યોગ્ય વ્યય કરવામાં ચિત્તમાં ઘણી ચિંતાઓ અને મગજ ઉપર તેનું મજબૂત ખેંચાણ રહે છે. જીવન તેનાથી એકપ્રકારનું ત્રાસમય રહે છે. એ ત્રાસ એટલો સૂક્ષ્મ હોય છે કે જલદી જણાતો નથી. એક પરિગ્રહી વ્યક્તિ પોતાના અતિ પરિગ્રહના કારણે ત્રાસ ભોગવતો હોય છે, તો તેના જ કારણે બીજાને જીવન-જરૂરતો પૂરી ન થવાના કારણે ત્રાસ ભોગવવો પડતો હોય છે. જો સૌ અપરિગ્રહયુક્ત રહે તો સૌને સુખશાંતિ પ્રાપ્ત થાય. તિજોરીમાં કે ઘરમાં જ પરિગ્રહ કરીને દુઃખી થવાય છે તેમ નથી, પેટમાં પાપ પરિગ્રહ કરીને દુઃખી થઈએ છીએ. પચે તે કરતાં વધુ ખાઈ લેવું તે પાપ પરિગ્રહરૂપી દોષ જ છે. એક અતિ પોષણથી પરેશાન છે તો બીજો અલ્પ પોષણથી હેરાન છે. અપરિગ્રહ દ્વારા જ સમાજનું સમતોલપાનું જળવાઈ રહે છે. સમાજઉદ્ધારની વિચારધારાઓનો પણ પરિગ્રહ ન કરતાં ઉદારતા, હિંમત અને નિર્ભયતાથી તેનો પ્રસાર-પ્રચાર કરવો જોઈએ. અતિ પરિગ્રહના કારણે અંતઃકરણ તેમાં એટલું વ્યસ્ત રહે છે કે નૂતન અને પવિત્ર અંતરસ્ફુરણાઓને તે ઝીલી શકતું નથી. સંપૂર્ણ સમજપૂર્વક જે અસંગ્રહી જીવન ગાળે છે તે જ તેના સાચા આનંદને માણે છે. અસંગ્રહીને કેવો અને કેટલો આનંદ પ્રાપ્ત થાય છે તેની કલ્પના સંગ્રહીને આવવી કઠિન છે. અનુભવીઓનું કથન છે કે "સાંઈ ઇતના દીજિયે, જામે કુટુંબ સમાય; મૈં ભી ભૂખા ન રહું, સાધુ ન ભૂખા જાય." અર્થ : હે પરમાત્મા! કૃપા કરીને મને એટલું આપજે કે મારું તથા કુટુંબનું ભરણપોષણ થાય અને મારા આંગણે જે કોઈ સાધુ-અતિથિ આવે તે પણ ભૂખ્યા પાછા ન જાય, ખાલી હાથે પાછા ન જાય. અપરિગ્રહ સૌના માટે આચરણીય છે પરંતુ યોગ-માર્ગમાં વિશેષ કરીને આચરવા યોગ્ય છે.

આ પાંચેય અંગો પરસ્પર પુષ્ટિકર્તા છે. કોઈપણ એક અંગનું ચુસ્તપણે પાલન કરવાથી બીજાં ચારેય અંગોનું અનાયાસે જ પાલન થઈ જાય છે. માત્ર વાર્તા કે પ્રવચનો કરવાથી કે વાદવિવાદ કરવાથી કોઈ કાંઈ પણ પ્રાપ્ત થતું નથી. પ્રાપ્તિ તો કેવળ આચરણમાં રહેલી છે અને આચરણ કરનારા વીરલા કોઈક જ હોય છે. તેથી જ કહ્યું છે કે, 'કહની મિસરી ખાંડ હૈ, કરની તત્તા લોહ; કહની કહે વૈસી રહની રહે, ઐસા વીરલા કોઇ.' આ પાંચેય અંગોરૂપી 'યમ' અષ્ટાંગયોગનો પાયો છે. સફળતા માટે

દીર્ઘ સાધનાની જરૂર હોય છે અને દીર્ઘ સાધના માટે દીર્ઘ આયુષ્યની જરૂર હોય છે. યમના પાલનથી દીર્ઘ આયુષ્ય અવશ્ય પ્રાપ્ત કરી શકાય છે. વળી યમનું પાલન કેવળ જેને યોગી થવું હોય તેને માટે જ જરૂરનું છે તેવું કાંઈ નથી, જેને પણ સુખી થવાની ઇચ્છા છે તેણે પાંચેય યમોનું પાલન કરવું આવશ્યક છે તે વાત નીચેના સૂત્રમાં જણાવે છે.

जातिदेशकालसमयानवच्छिन्नाः
सार्वभौमा महाव्रतम् ॥ ३१ ॥

ભાવાર્થ : (યમ) જાતિ, દેશ, કાળ અને સમયથી મર્યાદિત ન કરી શકાય તેવા છે, તે સમસ્ત ભૂમંડળ ઉપરના મહાવ્રતો છે.

વિસ્તાર : ઉપર કહેલા અહિંસા, સત્ય, અસ્તેય, બ્રહ્મચર્ય અને અપરિગ્રહ; એ પાંચ યમાંગો કેવળ અમુક જાતિએ જ કે અમુક દેશમાં જ કે અમુક કાળમાં જ કે અમુક સમયમાં જ પાલન કરવાને યોગ્ય છે એમ નહીં, પરંતુ તે તો દરેક જાતિ માટે, દરેક દેશ માટે, સર્વ કાળ માટે અને સર્વ સમય માટે પાલન કરવાને યોગ્ય છે. એટલે ઉપરોક્ત બધાં જ માટે તે અતિ ઉપયોગી અને અતિ કલ્યાણકારી છે. સમસ્ત ભૂમંડળ ઉપરનાં તે મહાવ્રતો છે. સામાન્ય વ્રતોના પાલનથી સામાન્ય સુખશાંતિની પ્રાપ્તિ થાય છે અને મહાવ્રતોના પાલનથી મહાન સુખશાંતિની અર્થાત્ સનાતન સુખશાંતિની પ્રાપ્તિ થાય છે. મહાવ્રતો એટલે મહાન ફળને અચૂક આપનારાં. જે પણ તેનું પાલન કરે તેને તે સાચાં સુખશાંતિની અચૂક પ્રાપ્તિ કરાવે. આ પાંચ મહાવ્રતોમાં બીજાં બધાં જ લઘુવ્રતોનો સમાવેશ થઈ જાય છે. આ પાંચ મહાવ્રતોનું પાલન કરનારને બીજાં કોઈપણ પ્રકારનાં લઘુવ્રતોનું અલગપણે પાલન કરવાની આવશ્યકતા રહેતી નથી. અતિ દીર્ઘકાળ સુધી લઘુવ્રતોના પાલનથી જે ફળની પ્રાપ્તિ થાય છે તે પ્રાપ્તિ અતિ અલ્પ સમયમાં મહાવ્રતોના પાલનથી થઈ શકે છે. લઘુવ્રતોનું પાલન પણ, મહાવ્રતોમાં પ્રવેશવા માટે કરવાનું છે.

ઉપરોક્ત પાંચેય મહાવ્રતો જાતિ માટે પાલન કરવાને યોગ્ય છે એટલે કે સમસ્ત મનુષ્યજાતિ માટે પાલન કરવાને યોગ્ય છે, દેશ માટે પાલન કરવાને યોગ્ય છે એટલે કે સમસ્ત દેશો માટે પાલન કરવાને યોગ્ય છે, કાળમાં પાલન કરવાને યોગ્ય છે એટલે કે સતયુગ, દ્વાપરયુગ, ત્રેતાયુગ અને કલિયુગ એમ ચારેય યુગોમાં પાલન કરવાને યોગ્ય છે અને સમયમાં પાલન કરવાને યોગ્ય છે એટલે કે ચોવીસ કલાકના દરેક અંશમાં પાલન કરવાને યોગ્ય છે તેમ સમજવાનું છે. આ પાંચ મહાવ્રતોનું જેટલા પ્રમાણમાં પાલન કરી શકાશે તેટલા જ પ્રમાણમાં યોગનાં બીજા અંગોના પાલનમાં સરળતા પડશે.

સર્વે જાતિઓ માટે, સર્વે દેશો માટે, સર્વે કાળમાં (ચારેય યુગમાં) અને સર્વ સમયમાં યમનાં આ પાંચ અંગો લાભકર્તા હોવાના કારણે તેને સાર્વભૌમ (સમસ્ત ભૂમિ માટેનાં) મહાવ્રતો કહ્યાં છે. સર્વ જાતિ, સર્વ દેશ, સર્વ કાળ અને સર્વ સમય માટે લાભકર્તા હોવાના કારણે તે, સર્વે માટે પાલનીય છે અને સર્વે માટે પાલનીય હોવાના કારણે તે સાર્વભૌમ (સમસ્ત ભૂમિ માટેનાં) મહાવ્રતો ગણાય છે.

અમુક જાતિને લાભ કરે અને અમુક જાતિને ન કરે, અમુક દેશને ફાયદો પહોંચાડે અને અમુકને પહોંચાડે નહીં, અમુક યુગમાં જ કલ્યાણ કરે અને અમુકમાં કરે નહીં તથા અમુક સમયમાં જ ફળ આપે અને અમુકમાં આપે નહીં એવું નથી; યમાંગો તો તેનું પાલન કરનાર સર્વને તથા સર્વ સમયે અને સર્વ કાળમાં ફળદાતા જ છે.

(ક્રમશ:)

("શાંતા" પુસ્તકમાંથી સાભાર)

સ્વરૂપ-અવસ્થા અને સ્વરૂપસ્થિતિ

(ઓમ્-ગુરુદેવ જયંતીનો પ્રેરણાદાયી અહેવાલ)

સંકલન - ઉષાબેન પટેલ

ઓમ્ પરિવારના ઉપક્રમે તા. ૩૦-૧૦-૯૪ ના રોજ ઓમ્ ગુરુદેવ જયંતીનો કાર્યક્રમ ઊજવાઈ ગયો. આ કાર્યક્રમના પ્રમાન હતા શ્રી પંકજભાઈ શાહ. ઓમ્પરિવારનાં ગુરુબાઈ બહેનો માટે ઓમ્જયંતીનો કાર્યક્રમ વિશેષ મહત્ત્વ ધરાવે છે

કારણ કે આસો વદ દશમનો આ દિવસ પ.પૂ.ગુરુદેવ શ્રી યોગનિષ્ઠ બુજીનો તિથિ લેખે જન્મદિવસ છે. ગુરુપૂર્ણિમા અને ઓમ્‌જયંતીના કાર્યક્રમમાં વધુમાં વધુ ગુરુભાઈબહેનો હાજર રહેવાનો પ્રયત્ન કરે છે. તેથી આજના આ કાર્યક્રમમાં પાણ અમદાવાદ અને અમદાવાદ બહારના અનેક ગુરુભાઈબહેનો ઉપસ્થિત હતાં.

કાર્યક્રમની શરૂઆત પ્રણવ-ૐ-માહાત્મ્ય અને ગુરુઅષ્ટકના ગાન સાથે કરવામાં આવી. ત્યારબાદ સ્વાધ્યાયનો કાર્યક્રમ શરૂ થયો. સ્વાધ્યાય દરમ્યાન શાંતિપાઠ, ગુરુમહિમા, ગુરુગીતાના શ્લોકો અને સદ્‌ગોરાંની આરતી ઉપસ્થિત ભાઈબહેનો ભક્તિભાવપૂર્વક બોલ્યાં. સ્વાધ્યાય બાદ ધ્યાનનો કાર્યક્રમ ચાલુ થયો ત્યારે પૂ. ગુરુદેવ પધાર્યા. ધ્યાનના કાર્યક્રમ પછી પંકજભાઈએ પૂજ્યશ્રીનું સ્વાગત કર્યું. પંકજભાઈના કુટુંબે પાણ પૂજ્યશ્રીનું પૂજન કરી વસ્ત્ર ઓઢાડ્યું. પંકજભાઈ અને તેમના કુટુંબીજનોએ ઓમ્‌પરમાત્માની આરતી ઉતારી. આરતી બાદ પૂજ્યશ્રીએ સત્ય-ધર્મગુરુદેવની જય બોલાવીને આશીર્વચનની શરૂઆત કરી -

''સત્ય અને ધર્મ એ જ આપણા ગુરુદેવ અને એમની જય તો જ આપણી જય.

''દક્ષિણામૂર્તિ સ્તોત્રનો એક શ્લોક છે- ચિત્રં વટતરોર્મૂલે વૃદ્ધાશિષ્યાગુરોર્યુવા, ગુરોસ્તુમૌનં વ્યાખ્યાનં શિષ્યસ્તુ છિન્નસંશયાઃ. આ શ્લોકમાં એક સુંદર ચિત્ર ઉપસાવ્યું છે. વડના ઝાડના ઘડ પાસે યુવાન ગુરુદેવ અને વૃદ્ધ શિષ્યો બેઠા છે. ત્યાં શું ચાલી રહ્યું છે ? ગુરોસ્તુ મૌનં વ્યાખ્યાનં- ગુરુદેવ મૌનમાં વ્યાખ્યાન કરી રહ્યા છે. શિષ્યસ્તુ છિન્ન સંશયાઃ - અને તે મૌન વ્યાખ્યાન દ્વારા ગુરુદેવ શું કરી રહ્યા છે ? શિષ્યોના સંશયોને છેદી રહ્યાં છે, શિષ્યોના સંશયોનું નિરાકરણ કરી રહ્યાં છે, શિષ્યોની શંકાઓનું સમાધાન કરી રહ્યાં છે. ગુરુજીને મુખ દ્વારા - વૈખરી વાણી દ્વારા કાંઈ બોલવું પડતું નથી. પરંતુ ગુરુદેવના માત્ર સાંનિધ્ય દ્વારા જ શિષ્યોના સંશયોનું સમાધાન થઈ જાય છે. ગુરુદેવ મૌન વ્યાખ્યાન આપે છે અને તે મૌન વ્યાખ્યાન દ્વારા જ શિષ્યોના સંશયોનું છેદનભેદન થઈ જાય છે. યોગમાં મૌનની ઘણી મહત્તા છે.

''અમે પાણ હમણાં સત્તર દિવસ મૌન રાખ્યું હતું. તે વખતે અમને ખૂબ જ આનંદ આવતો હતો; બોલવાનું સહેજ પાણ મન જ નહોતું થતું. મૌનની ઘણી મહત્તા છે. મૌન દ્વારા આપણા તન-મનની શક્તિઓનો સંચય થાય છે, તે શક્તિઓનો વ્યય થતો અટકી જાય છે. અઠવાડિયામાં કે મહિનામાં એકાદ બે દિવસ મૌન રાખવું એવું નક્કી કરીને તે પ્રમાણે મૌન રાખીએ તો સ્વાસ્થ્ય માટે તેમજ આધ્યાત્મિક શક્તિઓનો સંગ્રહ કરવા માટે તે અતિ મહત્ત્વની બાબત છે. જ્યારે આપણે એક વાક્ય બોલીએ છીએ ત્યારે બોલવા માટે કયા શબ્દો વાપરવા, તે શબ્દોને ઘણા બધા પરિશ્રમ બાદ મગજમાં સ્થિર કરવાના - એમાં કાંઈ ઓછી શક્તિ વપરાતી નથી. આંખદ્વારા, કાનદ્વારા, નાકદ્વારા આપણી ઘણી જ શક્તિ વપરાઈ રહી છે. એક માણસ આવી રહ્યો છે અને આપણે તેને જોઈ રહ્યા છીએ. આપણને એમ લાગે છે કે એમાં શું ? તે આવી રહ્યો છે અને આપણે તેને જોઈ રહ્યા છીએ. પરંતુ તેને ઓળખવા માટે થઈને મગજના જ્ઞાનતંતુઓને ઘણો પરિશ્રમ કરવો પડે છે. આપણને એ ખ્યાલ નથી આવતો કે એ માણસને ઓળખવામાં કેટલી શક્તિ વપરાય છે ? આમ, આપણી બધી જ ઇન્દ્રિયો જે જે કાર્યો કરે છે તેમાં ઘણી બધી શક્તિ વપરાઈ જાય છે.

''''ઋષિ-મુનિ' શબ્દનો પ્રયોગ આપણે ઘણી વખત કરીએ છીએ. તેમાંના 'મુનિ' શબ્દનો અર્થ છે મૌની - મૌન રાખનાર. તો, મૌનની એટલી બધી મહત્તા છે કે મૌન રાખનારા મુનિ થઈ ગયા, મુનિ કહેવાયા.

''જ્યારે આપણે મૌન રાખીએ છીએ ત્યારે આંતરિક શક્તિઓ ખીલવા ઊઠે છે. અને એ શક્તિ દ્વારા કેટલાંય આંતરિક સમાધાન થઈ જાય છે. બાકી તો શું બોલવું, કેમ બોલવું, કેટલું બોલવું એના સતત ચિંતન-મનનમાં જ ઊલઝી રહેવાના કારણે, આકાશમાંથી ઊતરતી સૂક્ષ્મ અને અલૌકિક પ્રેરણાદાયી સ્ફુરણાઓને મગજમાં ઝીલીને તેને હૃદયસ્થ કરવાનો અવકાશ જ નથી મળતો. કેમકે આપણું મગજ સતત પ્રવૃત્ત હોવાથી સ્થિર હોતું જ નથી. અને સ્થિરતા હોય તો જ અવકાશ મળે ને? જેમકે થાળીમાં ભરેલું પાણી સ્થિર હોય તો જ થાળીનું તળિયું દેખાય ને ? તો, જે આધ્યાત્મિક જીવો છે, જે સાધકો છે તેમણે તો

પોતાના રોજિંદા જીવનમાં જ મૌનનો નિયમ રાખવો જોઈએ. તન-મનની તંદુરસ્તી માટે દવા જે કામ નહીં કરે તે કામ મૌન દ્વારા થશે. આપણો પ્રાણ કેમ કરીને ઓછો વપરાય, પ્રાણનો વધુમાં વધુ સંગ્રહ કેમ થાય તેની આ બધી યુક્તિઓ છે.

"તો, આજે ઓમ્‌જયંતીના દિવસે આપણે સૌ સ્વૈચ્છિક નિયમ લઈએ કે અઠવાડિયામાં કે મહિનામાં અમુક દિવસે કે અમુક કલાક મૌન રાખીશું. તમારામાંથી કોઈ કહે કે અમે રાત્રે બાર વાગ્યાથી સવારના સાત વાગ્યા સુધી મૌન રાખીશું; તો એ મૌન તો કહેવાય પણ તેનાથી જેટલો લાભ પ્રાપ્ત કરવાનો છે તેટલો ન થઈ શકે. કેમકે સામાન્ય સંજોગોમાં તે સમયે આપણે ઊંઘતા હોઈએ છીએ. તેથી તે સમયનો લાભ તો આપણને મળી જ રહ્યો છે. પરંતુ વિશેષ લાભ લેવો હોય તો જે સમયે આપણી શક્તિ, આપણો પ્રાણ વધુમાં વધુ વપરાતો હોય તે સમયે મૌનનો સંકલ્પ કરીને આપણી શક્તિ નો, આપણા પ્રાણનો વ્યય થતો અટકાવવો જોઈએ. તો આજના દિવસે સૌ કોઈ શક્ય એટલા મૌન વ્રતનો સંકલ્પ કરે; તે જ પરમગુરુ પરમાત્માને અને તમારા દેહધારી ગુરુદેવને પણ પરવા માટેની ઉત્તમ, અમૂલ્ય ભેટ છે. તમે સૌ અમારા ચરણોમાં પુષ્પ, દ્રવ્ય, મીઠાઈ, વસ્ત્ર ઈત્યાદિની ભેટ મૂકો છો તે સારું જ છે; તેનું ફળ ન મળે એમ નહીં. પરંતુ તમે સૌ સાધનાના માર્ગે આગળ વધો, તમારા સૌની આધ્યાત્મિક ઉન્નતિ થાય તે જોઈને અમે વધુ રાજી થઈએ. તો, આજે ગુરુપૂજનના કાર્યક્રમ વખતે તમે કોઈ સ્થૂળ ભેટ નહીં મૂકો તો ચાલશે પરંતુ આજના દિવસનો વધુમાં વધુ લાભ લેવો હોય તો સૌ મૌનવ્રતથી સંકલ્પબદ્ધ થાઓ. માગસને લકવા થઈ ગયો હોય અને કાંઈ બોલી ના શકે તો તે શું કરે છે ? તો, અઠવાડિયામાં એક દિવસ આપણે ના બોલ્યા તો દુનિયા ક્યાં ઊથલપાથલ થઈ જવાની હતી !? પરંતુ ઓછી સમજના કારણે આપણે એમ માનીએ છીએ કે દુનિયા ઊથલપાથલ થઈ જશે. અને હકીકતમાં જ્યારે ઊથલપાથલ થઈ જવાની હશે તો કોઈ તેને ક્યાં રોકી શકવાના હતા.

"મૌનની વાત ઉપરથી અમને હરિભજનદાસજીની વાત યાદ આવે છે. ઘણી જ ઊંચી વાત છે. તેમણે જે કહ્યું છે તે આખરે સૌએ કરવાનું છે, તે સિવાય છૂટકો જ નથી. એ વાત એટલી ઊંચા પ્રકારની છે કે એ સાંભળવામાં સામાન્ય મનુષ્યને કાંઈ આનંદ આવે નહીં. જે ખરે ખર આવી વાતોના જિજ્ઞાસુ હોય તે બે-પાંચ જણને તે સાંભળીને એમ થઈ જાય કે ફાવી ગયા, બધું મળી ગયું. પરંતુ સામાન્ય મનુષ્યને પગ વહેલા કે મોડા અસામાન્ય થવાનું જ છે, ઓણે પાગ ઊંચી વાતો પચાવવાની જ છે, એ પ્રમાણે પ્રાપ્ત કરવાનું જ છે. કેવળ ભાવનામય ન રહેવાય. રવુભા બાપુ દેવ થઈ ગયા. તેમને તમે સૌ જાણો જ છો. તેઓ અમને કહેતા કે 'યોગીરાજ! તમે તો યોગી, એટલે તમે ભગવાનના મોટા દીકરા કહેવાઓ અને અમે ભક્ત એટલે ભગવાનના નાના દીકરા કહેવાઈએ. યોગીએ અમુક ખાવું અને અમુક ન ખાવું વગેરે નીતિનિયમો રાખવા પડે. અમે તો નાના દીકરા; અમને ભાન ના હોય એટલે ગમે તેમ વર્તીએ તોય ભગવાન ચલાવી લ્યે.' તેમની આ વાત સાંભળીને અમે તેમને કહેતા કે બાપુ, તમારી વાત સાચી છે. નાનો દીકરો માનો ખોળો બગાડે તો મા તે સાફ કરે. પરંતુ મોટો દીકરો માનો ખોળો ન બગાડે. વળી નાનો દીકરી માનો ખોળો બગાડે તેથી માને ખોટું ન લાગે. પરંતુ મા એવું ન ઈચ્છે કે નાનો દીકરો કાયમ જ નાનો રહે અને ખોળો બગાડવા જ કરે. તે તો, દીકરો મોટો થાય એમ ઈચ્છતી જ હોય. પરંતુ દીકરો કદી મોટો ન જ થાય અને કાયમ માનો ખોળો બગાડ્યા જ કરે તો છેવટે કંટાળીને માએ એને આપો હડસેલી મૂકવો પડે છે. અસ્તુ.

"શ્રી ઓમાનંદતીર્થજીએ પાતંજલ યોગપ્રદીપ રચેલું, તેમના ગુરુ સોમતીર્થજી મહારાજ, સોમતીર્થજી મહારાજ પાસે નાની ઉંમરથી હરિભજનદાસજી મહારાજ રહેતા અને સાધનભજન કરતા. હરિ ભજનદાસજી મહારાજે છેલ્લે કાષ્ઠ મૌન લીધેલું. આપણે આગળ વાત કરી મૌનની અને આ વાત છે કાષ્ઠ મૌનની. કાષ્ઠ મૌન એટલે લાકડા જેવું મૌન, ઈશારા દ્વારા પણ વાત ન કરાય. કાષ્ઠ મૌન ચાલુ હતું તે દરમ્યાન તેઓ કુંભના મેળામાં ગયેલા અને પછી તેમનો પત્તો જ લાગ્યો નહીં. તેમની શોધખોળ ખૂબ થાડી પણ તે મળેલા નહીં. તેઓ સાધનામાં જ્યારે છેલ્લી સ્થિતિએ પહોંચી ગયા ત્યાર પછી તેમની અનુભૂતિનો નિચોડ પાતંજલ યોગપ્રદીપમાં આપેલો છે. સ્વરૂપસ્થિતિ અને સ્વરૂપઅવસ્થા, એના ભેદનું સુંદર નિરૂપણ તેમાં કરેલું છે. અમે તો તેમની એ રજૂઆત વાંચીને ભાવવિભોર થઈ જઈએ છીએ.

સ્વરૂપસ્થિતિ અને સ્વરૂપઅવસ્થાની થોડી વાત આજે કરીએ.

''સાધક જ્યારે સમાધિસ્થ થઈ જાય એટલે કે સ્વરૂપમાં સ્થિર થઈ જાય ત્યારે એ તેની સ્વરૂપઅવસ્થા છે, એ તેની સ્વરૂપસ્થિતિ નથી. કારણકે સ્વરૂપઅવસ્થામાંથી સાધકનું અમુક સમય પછી વ્યુત્થાન થઈ જવાનું. સાક્ષાત્કારને યોગની ભાષામાં 'સ્વરૂપસ્થ' કહે છે. પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર તો કર્યો પણ પછી પાછા જેવા હતા તેવા થઈ ગયા. રાંધવું, ખાવુંપીવું, હરવુંફરવું, બાળ-બચ્ચાં, પતિપત્ની, માતાપિતા, ભાઈબહેન વગેરે ઘટમાળ પાછી ચાલુ થઈ જવાની. બે-ત્રણ કલાક ધ્યાનમાં બેઠા અને તે ધ્યાનના સમય દરમ્યાન કેટલીક ક્ષણો માટે સાક્ષાત્કારનો-સ્વરૂપઅવસ્થાનો જે ઝબકારો થવાનો તે થયો અને પાછો ગયો. ત્રણ કલાક ધ્યાનમાં બેઠા તો તે ત્રણેય કલાક સ્વરૂપસ્થ હોઈએ છીએ? ના. નોકરીના સમયે ચાલતા હોય તે કરતાં પણ વધુ વિચારો ધ્યાનના સમયે મગજમાં ચાલતા હોય છે. સ્વરૂપઅવસ્થાનો ઝબકારો પણ એમને એમ થઈ જતો નથી. તે માટે પણ કેટલો બધો અભ્યાસ અને વૈરાગ્ય જરૂરી હોય છે. વળી ગુરુસંતોની કૃપા હોય તો ઝબકારો થાય છે. આ બધું હતું તો ઝબકારો તો થયો પરંતુ થોડા સમય બાદ ફરી પાછી વ્યુત્થાન અવસ્થા આવી ગઈ, સમષ્ટિમાંથી વળી પાછા વ્યષ્ટિમાં આવી ગયા. આ થઈ સ્વરૂપઅવસ્થા. તો પછી સ્વરૂપસ્થિતિ કોને કહેવાય? જે કાયમ જ રહે તેને સ્થિતિ કહેવાય. પરંતુ આવનજાવન થાય તેને અવસ્થા કહેવાય. આવ્યા અને પાછા ગયા. થોડા સમય માટે સ્વરૂપઅવસ્થામાં આવ્યા અને પાછા વ્યુત્થાન અવસ્થામાં ચાલ્યા ગયા. કાયમ માટે જ્યારે સ્વરૂપસ્થ થઈ જઈએ ત્યારે તેને સ્વરૂપસ્થિતિ કહેવાય; સ્થિતિ સમયે સ્વરૂપસ્થતા કાયમ રહે છે; તે સ્વાભાવિક થઈ ગઈ, સહજ થઈ ગઈ.

''આ વિષય સમજાવવો પણ ખૂબ જ કઠિન છે. કારણકે આ તો અનુભૂતિની વાત છે. અમે તમને જે સમજાવવા માંગીએ છીએ તે અમે તમને બરાબર સમજાવી શકીએ છીએ કે કેમ તે તો જાણતા નથી પરંતુ બનતો પ્રયત્ન કરીએ છીએ. સાધકની સાધનાની શરૂઆત હતી ત્યારે જીવ વ્યુત્થાન અવસ્થામાં હતો. ઘણા લાંબા સમયના અભ્યાસથી થોડા સમય માટે તે સ્વરૂપસ્થ થયો. આ પરિસ્થિતિને 'સ્થિતિ' નહીં પરંતુ 'અવસ્થા' જ કહી. કેમકે થોડા સમય પછી તે અવસ્થામાંથી સાધક વ્યુત્થાન અવસ્થામાં આવી ગયો. સ્વરૂપઅવસ્થા ની પ્રાપ્તિ થયા પછી તેના દીર્ઘકાળના અભ્યાસ અને વૈરાગ્ય બાદ સાધક સ્વરૂપસ્થિતિને પ્રાપ્ત કરે છે. તે સ્થિતિ કાયમ રહે છે. સ્વરૂપસ્થિતિપ્રાપ્ત સાધક વ્યુત્થાન અવસ્થામાં આવતો નથી. તો પછી એનું ખાવાપીવાનું, હરવાફરવાનું વગેરેનું શું? તો, એ બાબતમાં સમાધાન કર્યું કે - જેની સ્વરૂપસ્થિતિ જ છે પરંતુ તે જેટલો સમય ખાવાપીવામાં કે બીજા કાર્યમાં રમમાણ થાય છે એટલી ઘડી માટે બીજા સામાન્ય મનુષ્યોને એમ લાગે છે કે સાધક વ્યુત્થાન અવસ્થાને પામ્યો, પરંતુ તે વ્યુત્થાન સમયે જે કંઈ ભોગ ભોગવી રહ્યો હોય છે તે દરમ્યાન પણ સાધકની સ્વરૂપસ્થિતિ ચાલી જઈ નથી હોતી. તેણે જે કાંઈ કર્યું એ સ્વરૂપસ્થિતિમાં રહીને જ કર્યું એટલે એ સમય પૂરો થયો કે પાછો તે સ્વરૂપસ્થ થઈ ગયો. આ વાતને એક દૃષ્ટાંતથી સમજવાનો પ્રયત્ન કરીએ.

''છગનલાલ નામના એક સ્ટેજ-એક્ટર છે. તેઓ નાટકમાં એક પાત્ર ભજવી રહ્યા છે. નાટકનું પાત્ર ભજવતાં ભજવતાં પણ તેમને એ વાતનો તો ખ્યાલ છે કે તે છગનલાલ છે. તે, નાટકમાં ભલે બીજું ગમે તે પાત્ર ભજવે કે ભજવી રહ્યા હોય પણ તેમને ખબર છે કે હું હકીકતમાં છગનલાલ છું. તો 'છગનલાલ' તે એ વ્યક્તિની સ્થિતિ થઈ. અને પેલું જે ભજવી રહ્યા છે એ તો નાટકનું એક પાત્ર ભજવી રહ્યા છે. અને એ નાટક ભજવતાં ભજવતાં પણ તેને એ ખબર છે કે હું છગનલાલ છું. તો, પોતાની છગનલાલની સ્થિતિ નાટકનું પાત્ર ભજવતી વખતે પણ એણે છોડી નથી.

''તો આમ, જેણે સ્વરૂપસ્થિતિ પ્રાપ્ત કરી લીધી છે તે, જગતના બીજા વ્યવહારો કરતી વખતે પણ સ્થિતિમાં જ છે. આ કોની વાત છે? જેણે સ્વરૂપસ્થિતિ પ્રાપ્ત કરી લીધી છે તેની, જે સ્વરૂપઅવસ્થામાં છે તેની નહીં. સ્વરૂપઅવસ્થામાં જે છે એ તો પાછા વ્યુત્થાન અવસ્થામાં આવી જાય છે. કયારેક કયારેક સ્વરૂપસ્થ થઈ જાય અને પછી પાછા સતત વ્યવહારમાં આવી જતા હોય છે. જ્યારે, જે સાધક સ્વરૂપઅવસ્થાને પ્રાપ્ત કરીને તેનાથી પણ આગળ વધી ગયા છે અને સ્વરૂપસ્થિતિને પામી ગયા છે તે, જે કાંઈ વહેવારનાં કાર્યો કરે છે એ બધું સ્વરૂપસ્થિતિમાં

રહીને જ કરતા હોય છે. અને પછી ધીરેધીરે એ વ્યવહારનાં કાર્યોમાંથી છૂટતા જાય, છૂટતા જાય અને પછી એક સમય એવો આવે છે કે તેમને દેખીતી રીતે પણ વ્યુત્થાનઅવસ્થા આવતી નથી. પછી ખલાસ ! તે કાયમ માટે સ્વરૂપસ્થ થઈ ગયા.

''તો, હરિભજનદાસજીની પણ સ્વરૂપસ્થિતિ થઈ ગઈહશે. જગતના કલ્યાણ અર્થે તેઓ ક્યારેક વ્યુત્થાન અવસ્થામાં આવ્યા હશે તે સમયમાં તેમણે અવસ્થા અને સ્થિતિની વાત રજૂ કરી દીધી છે. અસ્તુ.

''ઓમ્‌જયંતી મહોત્સવના દિવસે અતિ ઊંચા પ્રકારની સત્સંગની વાતો થઈ. ભગવાનની દયાથી આપણે આવી વાતોથી પહેલા વધુમાં વધુ વાકેફ થઈએ, ત્યારબાદ તેને સમજતા થઈએ. આપણે સૌએ વહેલા કે મોડા આ સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરવાની છે. તેમાં જ આપણું કલ્યાણ સમાયેલું છે, તેમાં જ મુક્તિ છે. બાકી તો બધું 'પીછેસે ચાલી આતી હૈ'-પતિ, પત્ની, મોટર, વાડી, બંગલા- એમાં જો બંધાયેલા રહ્યા તો પછી 'પુનરપિ મરણમ્‌ પુનરપિ જનનમ્‌ પુનરપિ જનની જઠરે શયનમ્‌' ના ચક્રાવામાં ઘૂમ્યા કરવાનું છે. એ ચક્રાવામાં મનની સ્થિતિ કેવી હોય છે? દુઃખ પડે તો થાય કે આત્મહત્યા કરીને મરી જાઉં અને સુખ મળે તો થાય કે મરવું નથી, અમર થઈ જાઉં. આમ, ચોર્યાશી લાખના ચક્રાવામાં ક્યારેક પુરૂષનો તો ક્યારેક સ્ત્રીનો તો ક્યારેક પશુપક્ષીનો અવતાર લઈને ભમ્યા કરવાનું હોય છે. એ બધામાંથી મુક્ત થવે જ છૂટકો છે. સાચું સુખ પ્રાપ્ત કરવા માટે એ ચક્રાવામાંથી નીકળવું જ પડશે. ખોટી મોહ-મમતા ત્યાગવી જ પડશે. તેમ થાય તો જ ગુરુસંતોની કૃપા મેળવી કહેવાય. તે જ સાચું કલ્યાણ છે.

''ઓમ્‌પરિવારને શોભે, એ નામને સાર્થક કરે એવી વાતો, એવો સત્સંગ આપણો હોવો જોઈએ, અને એવો જ હોય છે. બાકી બીજું બધું તો આપણને ચારે બાજુથી મળે જ છે. સંસારમાં વધુ પડતી મોહમમતા કેમ થાય એ તો આપણે નથી શીખવું હોતું તોપણ ચારે બાજુથી શીખવા મળે જ છે. આપણા ભજનની લીટી છેને- હર્ષ અને શોકને, હાનિ-લાભને, જીવનનો ક્રમ જે જાણે; ગુરુકૃપા તેણે જ મેળવી, બીજાં ગોથાં ખાયે. સીધી-સાદી ભાષામાં, સીધા-સાદા શબ્દોમાં ટૂંકાણમાં વેદાંતનો સાર આ લીટીમાં આવી જાય છે. હર્ષ અને શોક કોને? હાનિ અને લાભ કોને? હર્ષ અને શોક એટલે શું? હાનિ અને લાભ એટલે શું? શું ગયું જેથી હાનિ થઈ ? શું મળ્યું તેથી લાભ થયો ? એ વાતની સાચી ખબર પડી જાય તો જીવન સાર્થક થાય. નહીં તો આ ચક્રાવો તો છે જ - સુખ અને દુઃખ, લાભ અને હાનિ, ફરીફરીને જન્મવું અને મરવું. અસ્તુ.''

પૂજ્યશ્રીનાં આશીર્વચન પૂરાં થયાં. આવો અદ્‌ભુત સત્સંગ કરીને-સાંભળીને સૌ ન્યાલ થઈ ગયાં. હવે આગળનો કાર્યક્રમ શરૂ થયો. હળવદ ઓમ્‌પરિવારના પ્રતિનિધિ શ્રી રમેશભાઈ પાઠકનું સન્માન કરવાનો કાર્યક્રમ શરૂ થયો. નેપચંદભાઈએ રમેશભાઈનો પરિચય આપ્યો અને ઉપસ્થિત ગુરુભાઈબહેનોને જણાવ્યું કે ગુજરાત રાજ્ય દ્વારા અપાતા શિક્ષણ પારિતોષિક માટે શ્રી રમેશભાઈની પસંદગી થઈ છે અને રાજ્ય સરકાર દ્વારા તેમને શ્રેષ્ઠ શિક્ષક તરીકેનું પ્રમાણપત્ર, રોકડ ઈનામ તથા શાલ ઓઢાડીને તેમનું સન્માન કરવામાં આવ્યું છે. તે વિષે વધુ માહિતી આપતાં પૂજ્યશ્રીએ જણાવ્યું:

''આજે આપણે આપણા પરિવારના પ્રતિનિધિ રમેશભાઈ પાઠકનું સન્માન કરવાનું છે. તેનું નિમિત્ત છે રાજ્ય સરકાર દ્વારા શ્રેષ્ઠ શિક્ષક તરીકેની તેમની પસંદગી. ગુજરાત રાજ્યમાં લગભગ સાડા ત્રણ લાખ શિક્ષકો છે. તેમાંથી રાજ્ય સરકારે શ્રેષ્ઠ બાર શિક્ષકોની પસંદગી કરી. તે બાર શિક્ષકોમાંના એક શિક્ષક રમેશભાઈ. તેઓ હળવદ મુકામે શાળાના આચાર્ય તરીકે ફરજ બજાવે છે. આમ જોઈએ તો હળવદ સાવ છેવાડાનું ગામ. તેમાં લગભગ છેલ્લાં પચીસ વર્ષથી કુટુંબ અને વહેવારની અનેક વિટંબણામાં રહ્યા રહ્યા પણ કેટલી હદ સુધી માણસ કામ કરી શકે છે તેનું સુંદર અને સચોટ ઉદાહરણ એટલે રમેશભાઈ! કૌટુંબિક કાર્યોની સાથે સાથે શૈક્ષણિક કાર્ય કરવાનું; તદ્‌ઉપરાંત પૂરા ઉત્સાહથી ઓમ્‌પરિવારનું કાર્ય પણ કરવાનું. આમ કેટલી બાબી પ્રવૃત્તિમાં તે રચ્યાપચ્યા રહે છે! રમેશભાઈ તેમના સમગ્ર કુટુંબ સાથે આજના કાર્યક્રમમાં હાજર રહ્યા છે તે આનંદની વાત છે. તેમના પિતાજી શ્રી પ્રેમશંકરભાઈ પણ અહીં આવ્યા છે. તેઓ પણ શિક્ષણની પ્રવૃત્તિમાં ઘણાં વર્ષોથી પરોવાયેલા છે. તેમના સંસ્કાર રમેશભાઈમાં ઊતર્યા છે. વળી તેમની સાથે તે

વિસ્તારના શિક્ષણાધિકારી શ્રી વોરા સાહેબ પણ અત્રે હાજર છે. તો, આજે આપણા સૌ માટે આનંદની વાત છે કે રમેશભાઈના સન્માનનો લહાવો આપણે લઈ રહ્યા છીએ. ઓમ્ પરિવાર એ આપણું કુટુંબ અને આપણા કુટુંબનો એક સભ્ય સન્માનને પાત્ર બને તે આપણા માટે ઓછા હર્ષની વાત નથી. તેમનું સન્માન તો આપણે કરીશું જ પણ સાથે સાથે તેમના પિતા, તેમનાં પત્ની અને વોરા સાહેબનું સન્માન પણ આપણે વસ્ત્ર ઓઢાડીને કરીશું. ડૉક્ટરબિસુજી તે સૌને સન્માનવા માટે તૈયાર રહે.

"જ્યારે જ્યારે આપણે કોઈને વસ્ત્ર ઓઢાડીએ છીએ ત્યારે ખુલાસો કરીએ છીએ કે આ વસ્ત્રને તમે ફક્ત વસ્ત્ર માનશો નહીં પણ આને એક કવચ સમજજો, બખ્તર સમજજો. આ કવચરૂપી વસ્ત્રનું શું કામ છે? એ હંમેશાં તમારું રક્ષણ કરે છે. શેનાથી રક્ષણ કરે છે? જગતના આ વાતાવરણમાં જે આસુરી સંપત્તિનાં તત્ત્વો ઘૂમી રહ્યા છે તે તમારા હૃદયમાં ઘૂસી ના જાય અને તમારી અંદરની દૈવી સંપત્તિ બહાર ચાલી ના જાય, તે રીતે આ વસ્ત્રરૂપી કવચ તમારું રક્ષણ કરે છે. આ કવચ તમને એટલા માટે લપેટીએ છીએ કે બહારની આસુરી સંપત્તિ તમારા હૃદયમાં ઘૂસી અને તમારા ઉમદા વિચારોને છિન્નભિન્ન ન કરી નાખે; તમને ફોસલાવીને, પટાવીને, ભરમાવીને, ભળતી દલીલો ઊભી કરીને તમને છેતરી ન નાખે અને તેથી તમારા હૃદયમાં જે વિવેકજ્ઞાન છે તે યથાવત્ રહે. પાતંજલ યોગદર્શનના સાધનપાદમાં એક સૂત્ર છે- विवेकख्यातिरविप्लवा हानोपायः. તેનો ભાવાર્થ છે- વિવેકજ્ઞાનમાં કદી પણ ભળવો ઉત્પન્ન ન થાય તે દુઃખમુક્તિનો ઉપાય છે.

"હેય, હેયહેતુ, હાન અને હાનોપાય- આ ચાર આર્યસંસ્કૃતિના મુખ્ય પાયા છે. હેય એટલે ત્યાગવાને યોગ્ય. ત્યાગવાને યોગ્ય શું છે? દુઃખ. પછી આવું હેયહેતુ- દુઃખનું કારણ. હાન એટલે દુઃખમુક્તિ અને હાનોપાય એટલે દુઃખમુક્તિનો ઉપાય. તો ઉપરોકત સૂત્રમાં શું આવ્યું? હાનોપાય. કાયમ માટે દુઃખમાંથી છૂટી જવાનો ઉપાય પતંજલિ શું બતાવે છે? "विवेकख्यातिरविप्लवा हानोपायः" વિપ્લવ એટલે ભળવો. અવિપ્લવા એટલે જેમાં કદી પણ ભળવો પેદા ન થાય. વિવેકજ્ઞાનની પ્રાપ્તિ થયા પછી તેમાં કદી પણ ભળવો ન થાય એ દુઃખમુક્તિનો ઉપાય છે. ગુરુસંતો પાસેથી જે જ્ઞાન પ્રાપ્ત થયું છે તે હાલકડોલક ન હોવું જોઈએ. ક્યારેક અમુક પ્રકારની સ્થિતિ આવે અને ક્યારેક અમુક પ્રકારની, ક્યારેક પૈસાદાર થવાય અને ક્યારેક ગરીબ થઈએ, ક્યારેક મનનું ધાર્યું થાય અને ક્યારેક ન થાય ત્યારે પણ સ્થિર રહેવું જોઈએ. આપણી કર્મજોરીના કારણે ભલે વર્ષો સુધી, જન્મો સુધી આપણે ખોટાં કામ કરતા રહીએ પણ આપણું જે સાચું જ્ઞાન છે તે તો અવિપ્લવા જ રહેવું જોઈએ. ખોટા કામને ભલે છોડી ન શકીએ પરંતુ "તે કામ ખોટું છે" તેવી આપણી માન્યતા બદલાવી ન જોઈએ. તેવી માન્યતામાં ભળવો ન આવવો જોઈએ; વિવેકજ્ઞાનમાં છેતરામણી ન આવે, ખોટાને સાચું સાબિત કરવાનો પ્રયત્ન કરીને કદી આત્મવંચના ન કરીએ એ દુઃખમુક્તિનો ઉપાય છે.

"તો આમ, મનુષ્યજન્મની સાર્થકતા કેમ કરીને થાય, મનુષ્યને ઓછામાં ઓછું દુઃખ કેમ પડે, મનુષ્ય વધુમાં વધુ સુખશાંતિ કેવી રીતે પ્રાપ્ત કરી શકે, જે પરિસ્થિતિ હોય તેમાં વધુમાં વધુ સમાધાન કઈ રીતે કેળવી શકે તે અંગેનાં ઓમ્ પરિવારનાં જે જે કાર્યો થઈ રહ્યાં છે તેના પ્રચાર અને પ્રસારમાં જેમનું આખું કુટુંબ રંગાયેલું છે તેવા રમેશભાઈનું સન્માન કરતાં આજે આપણને આનંદ થઈ રહ્યો છે. તો, સર્વે સ્નેહીમિત્રો, ભાઈબહેનોની શુભેચ્છા સાથે, ગુરુસંતોના આશીર્વાદ સાથે, ડૉક્ટરબિસુજીના શુભ હસ્તે તેમને વસ્ત્રરૂપી કવચ પહેરાવીએ છીએ કે જેથી તેઓની સાથી સમજ અવિપ્લવા રહે અને એ અવિપ્લવમય જ્ઞાન, તેમના સંપર્કમાં જે કોઈ આવે તેને તેમાં રંગી દે. અસ્તુ.

પૂજ્યશ્રીના આ પ્રાસંગિક પ્રવચન બાદ ડૉક્ટરબિસુજીએ શાલ ઓઢાડીને રમેશભાઈનું સન્માન કર્યું. ત્યારબાદ તેમના પિતા, તેમનાં પત્ની અને શિક્ષણાધિકારી શ્રી વોરા સાહેબનું પણ વસ્ત્ર ઓઢાડીને સન્માન કર્યું. ત્યાર પછી ગુરુપૂજનનો કાર્યક્રમ હતો. પૂજ્યશ્રીએ આજના આ પવિત્ર દિવસે સ્વૈચ્છિક રીતે મૌનનો સંકલ્પ કરી માનસિક ગુરુપૂજન કરવાનો સૌને આદેશ આપ્યો. અનેક ગુરુભાઈબહેનોએ અમુક સમયનું કે અમુક દિવસનું મૌન રાખવાનો સંકલ્પ કરીને માનસિક ગુરુપૂજનનો લાભ લીધો.

છેલ્લો કાર્યક્રમ હતો ભોજન-પ્રસાદનો. પંકજભાઈએ

તે અંગેની જાહેરાત કરી અને સૌ પ્રથમ બહેનો અને બાળકોને ભોજન-પ્રસાદ લેવાનું કહ્યું. બહેનો-બાળકો ભોજન લેતાં હતાં તે દરમ્યાન ગુરુભાઈ શ્રી વિજયભાઈના પુત્ર હર્ષુલનો ઓસ્ટ્રેલિયાથી કોલ આવ્યો. ત્યારબાદ અમેરિકાથી શ્રી ભરત દેસાઈનો કોલ આવ્યો. અમેરિકા ઓમ્પરિવારના સભ્યોએ પૂજ્યશ્રીના જન્મદિવસ નિમિત્તે પૂજ્યશ્રીને અભિનંદન આપવાનો અને પૂજ્યશ્રી સાથે વાતો કરવાનો લહાવો લીધો. ડૉક્ટરભિક્ષુજી અને પંકજભાઈએ પણ ભરત દેસાઈ સાથે ફોન ઉપર વાતો કરી. તે દરમ્યાન બહેનોએ ભોજન-પ્રસાદ લઈ લીધો હતો તેથી ભાઈઓ પણ ભોજન-પ્રસાદમાં જોડાયા. સૌએ ભોજન-પ્રસાદ લીધો અને આજના દિવ્ય સત્સંગને વાગોળતાં વાગોળતાં છૂટાં પડ્યાં.

સંકલ્પોની ચમત્કારિક અસર

- પંકજ શાહ

"લઘુ" ને "ગુરુ" બનાવવા માટે જે સતત પ્રયત્નશીલ છે તેવા પ. પૂ. ગુરુદેવશ્રી યોગભિક્ષુજી મનની સાથે તનની શુદ્ધિ માટે પણ હરહંમેશ માર્ગદર્શન આપતા રહે છે.

ઓમ્પરિવારના ઉપક્રમે ઊજવાતા આધ્યાત્મિક પ્રસંગોમાં પૂજ્યશ્રી અવારનવાર કહેતા હોય છે કે જે શરીરમંદિરમાં આત્મારૂપી દેવ બિરાજમાન છે તે શરીરમંદિર કેટલું શુદ્ધ રાખવું જોઈએ! તેની કેટલી સાર-સંભાળ લેવી જોઈએ! તે માટે આહાર-વિહારમાં કેટલી કાળજી રાખવી જોઈએ! અને તે માટે તેઓ પ્રસંગોપાત્ત જુદા જુદા સંકલ્પો મરજિયાતપણે લેવડાવતા હોય છે. જેમ કે - શિયાળામાં વહેલી સવારે ચાલવા જવું, અઠવાડિયે એક દિવસ મૌન રાખવું, મહિનામાં બે દિવસ ઉપવાસ કરવા, આખા વર્ષ માટે તળેલું ન ખાવું વગેરે વગેરે.

પાંચેક વર્ષ પહેલાં ગુરુપૂર્ણિમાના દિવસે પૂજ્યશ્રી કાર્યક્રમમાં હાજર નહોતા. ઉત્સવ આનંદથી ઊજવાઈ રહ્યો હતો. ઉપસ્થિત સૌ ગુરુભાઈબહેનો પૂજ્યશ્રીની સૂક્ષ્મ હાજરીની અનુભૂતિ કરી રહ્યાં હતાં. ગુરુપૂજનનો કાર્યક્રમ જાહેર થયો તે વખતે ઉદ્‌ઘોષકે જણાવ્યું કે, "આજે ગુરુપૂર્ણિમા-મહોત્સવના આ કાર્યક્રમમાં સૌ ગુરુભાઈબહેનો કોઈપણ એક સંકલ્પ કરીને માનસિક રીતે ગુરુપૂજન કરે." આ સાંભળી મને થયું કે પૂજ્યશ્રીની સૂક્ષ્મ હાજરીમાં હું કોઈક નિયમ લઉં.

હું કૉલેજમાં ભણતો હતો ત્યારથી મને સવારે બહુ મોડા ઊઠવાની ટેવ. પૂજ્યશ્રી કાયમ કહેતે કે "વહેલા સૂઈ વહેલા ઊઠે તો સુખમાં રહે શરીર." એટલે મેં ઊભા થઈ જાહેર કર્યું કે હું ઓમ્જર્ષતી સુબહ રોજ સવારે છ વાગ્યે ઊઠીશ. બધા હસી પડ્યા. મેં સભાને સંબોધતાં કહ્યું કે હું રોજ સવારે આઠ વાગ્યે ઊઠું છું. મારા માટે રોજ સવારે છ વાગ્યે ઊઠવાનું અઘરું છે. પણ સ્વાસ્થ્ય માટે આ સંકલ્પ કરું છું.

પૂજ્યશ્રીની અપાર કૃપાએ હું એ નિયમ બરાબર પાળી શક્યો. તે નિયમના કારણે એટલા બધા ફાયદા થયા કે ન પૂછો વાત! મને સરવાઈકલ સ્પોન્ડિલોસિસની બીમારી છે. નિયમ મુજબ સવારે વહેલા ઊઠતો અને બીજી કોઈ પ્રવૃત્તિ ન કરવાના કારણે ફરવા જતો. ઝડપથી ચાલતી વખતે હાથના સતત હલનચલનથી મને ઘણો ફાયદો થયો. અઠવાડિયું પૂરું થયું ત્યાં તો દુઃખાવો બંધ થવાની જે ગોળી લેવી પડતી તે લેવાની છોડી દીધી છતાં સારું લાગવા માંડ્યું. વળી શરીરમાં ઘણી સ્ફૂર્તિ આવવા માંડી; વળી ચાર માસ માટે લીધેલા નિયમને કારણે હું કાયમ માટે વહેલો ઊઠતો થઈ ગયો.

પૂજ્યશ્રી આ પ્રકારના નિયમ લેવડાવીને આપણા ઉપર અનહદ કૃપા વરસાવે છે. પોતે જાતે નિસર્ગોપચાર અને આયુર્વેદના અનેક માન્ય અને પ્રમાણિત ગ્રંથો વાંચી, સ્વાનુભવ કરી ત્યારબાદ શિબિરાર્થીને અનેક ઉપચારો બતાવે છે. થોડા માસ પહેલાં મને ખૂબ વાયુ થતો. વાતવાતમાં પૂજ્યશ્રીએ મને કહેલું કે દરરોજ આદું ખાવાથી વાયુની તકલીફ ઓછી થાય. છેલ્લા બે માસથી જમવાની સાથે હું રોજ આદું ખાઉં છું. વાયુની તકલીફમાં ઘણી રાહત વર્તાય છે. હા, કદાચ દરેકની પ્રકૃતિ પ્રમાણે આ પ્રયોગ દ્વારા ઓછો-વત્તો ફાયદો થતો હશે પરંતુ મને

તો ઘણો ફાયદો થયો છે. અસ્તુ.

નાનપણથી આપણને આપણાં માતાપિતા શિખામણ આપતાં હોય છે કે, "સોબત તેવી અસર. ખોટી સોબત કરીશ નહીં. સારા સંસ્કારી મિત્રોની સોબત કરજે." આ કહેવત કેટલી સચોટ છે! આપ કદી કોઈ સંતના, સદ્‌ગુરુનાં સંપર્કમાં રહ્યા છો? રહેશો તો ખબર પડશે કે ધીમે ધીમે પરંતુ મક્કમ અને સ્થિર ગતીએ મન સમાધાનવૃત્તિ કેળવતું થશે. સાચી સમજણની પ્રાપ્તિ થશે. ગુરુકૃપાએ હું પૂજ્યશ્રીના સત્સંગમાં હાજરી આપવા સતત પ્રયત્નશીલ રહું છું. પૂજ્યશ્રીના સંપર્ક અને સત્સંગ દ્વારા મેં મારા જીવનમાં ઘણા ફેરફારો અનુભવ્યા છે. સતત રહેતો ભય પૂજ્યશ્રીની અમૃત વાણી અને તેમના સાંનિધ્યના પ્રતાપે ઓછો થતો જાય છે. પૂજ્યશ્રી હંમેશા કહે છે કે "પૃથ્વીની જેમ ગુરુસંતોમાં અપાર રસ રહેલા છે. જેને જેવો રસ જોઈએ તેણે તેવો રસ પ્રયત્ન કરીને મેળવી લેવો જોઈએ.

પૂ. ગુરુદેવનો જાતપુરુષાર્થ

(પ્રણવ-ઓમ્‌ના પ્રચારાર્થે)

- શશીકાંત પટેલ

થોડાં વર્ષો પહેલાં અમદાવાદમાં સાબરમતી નદીના પટમાં શ્રી શ્રીધરાચાર્યજી મહારાજ સંચાલિત સંસ્થા દ્વારા સહસ્રકુંડી ગાયત્રી મહાયજ્ઞનું આયોજન થયેલું. આ મહાયજ્ઞ નવ દિવસ ચાલેલો. નવ-નવ દિવસ સુધી સવારથી સાંજ સુધી વિદ્વાન બ્રાહ્મણો દ્વારા ગાયત્રીમંત્રના ઉચ્ચારો સહિત હોમ-હવન થતો. આ મહાયજ્ઞના આયોજનનો પ્રચાર-પ્રસાર પણ સમગ્ર ગુજરાતમાં કરવામાં આવેલો કે જેથી શ્રદ્ધાળુ ભાવિક જનો તેનો વધુમાં વધુ લાભ લઈ શકે.

પ. પૂ. ગુરુદેવ શ્રી યોગલિપ્તજીએ જ્યારે આ સમાચાર જાણ્યા ત્યારે સદાસર્વદા લોકકલ્યાણના ભેખધારી પૂજ્યશ્રીએ, આ મહાયજ્ઞમાં ભાગ લેવા આવતા અસંખ્ય સત્ય-ધર્મપ્રેમીઓને ઓમ્‌ પરમાત્મા અને પ્રણવમહિમાની સાચી સમજણ આપી શકાય તે માટે એક જ્ઞાનયજ્ઞનું આયોજન કરવાનો વિચાર કર્યો. આ જ્ઞાનયજ્ઞના આયોજનની વાત પૂજ્યશ્રીએ અમારી સમક્ષ રજૂ કરી ત્યારે હું અને મારી સાથે બેઠેલા ઓમ્‌પરિવારના સ્વયંસેવકો હર્ષમાં આવી ગયા અને તરત જ ગુરુદેવ-પ્રેરિત લોકકલ્યાણના આ ભગીરથ કાર્યને ઉપાડી લેવા ગુરુકૃપાએ તૈયાર થઈ ગયા.

લોકકલ્યાણના આ ભગીરથ કાર્યનો સંકલ્પ થયો અને અનાયાસે જ ગાયત્રી મહાયજ્ઞની સાથે સાથે પ્રણવમહિમાની સમજણ આપતા આ જ્ઞાનયજ્ઞનો સૂચક સુયોગ સંપાયો.

પૂજ્યશ્રી ગાયત્રીમંત્રની સમજણ આપતાં અવારનવાર કહે છે કે "ગાયત્રીમંત્રનો અર્થ છે- હે પરમકૃપાળુ પરમાત્મા, અમે તમારું ધ્યાન ધરીએ છીએ; અમે તમને પ્રાર્થના કરીએ છીએ કે તમે અમારી બુદ્ધિમાં વસો, તમે અમારી બુદ્ધિને પ્રેરો." આમ, ગાયત્રીમંત્રના જપ દ્વારા, ગાન દ્વારા આપણે પરમાત્માને પ્રાર્થના કરીએ છીએ કે તેઓ આપણી બુદ્ધિમાં વસે તેઓ આપણી બુદ્ધિને પ્રેરે. અને જ્યારે પરમાત્મા બુદ્ધિમાં વસે ત્યારે તે એવી તો શુદ્ધ અને સૂક્ષ્મ થાય છે કે જેથી અનેક આધ્યાત્મિક રહસ્યોને તે સૂક્ષ્મ બુદ્ધિ દ્વારા પામી શકાય છે, સમજી શકાય છે અને પછી તે આધ્યાત્મિક વાતોને પૂર્ણ વિવેકથી જીવનમાં ઉતારીને જીવન સાર્થક કરી શકાય છે. તો આવા ગાયત્રીમંત્રના મહાયજ્ઞમાં પૂજ્યશ્રીએ જ્ઞાનયજ્ઞ કરવાનો સંકલ્પ કર્યો અને આમ કુદરતી રીતે જ સુંદર સુયોગ સંપાયો.

પૂજ્યશ્રીએ જ્ઞાનયજ્ઞના આયોજનની પૂર્વ તૈયારીરૂપે મોટા બોર્ડ ઉપર ઓમ્‌ભગવાનનો ફોટો અને ઓમ્‌ વિષેની સમજણ આપતાં પાતંજલ યોગદર્શનનાં સૂત્રો લખાવ્યાં. આ બોર્ડ એવી રીતે બનાવડાવ્યાં કે જેથી વાંસની લાકડીના સ્ટેન્ડ ઉપર તે ફીટ પણ કરી શકાય અને છૂટાં પણ રાખી શકાય. જેથી આ બોર્ડને લાવવા - લઈ જવા માટેની સરળતા રહે. ઓમ્‌પરિવારના સ્વયંસેવક ભાઈઓ સવારે પૂજ્યશ્રીના નિવાસસ્થાનેથી બોર્ડ તથા લાકડીઓનાં સ્ટેન્ડ લઈને નદીના પટમાં જાય અને ત્યાં જઈ લાકડીઓ ઉપર બોર્ડ ફીટ કરી રેતીમાં

ખોસીને ઊભાં કરી દે. તથા સાંજે મહાયજ્ઞનો કાર્યક્રમ પૂરો થાય ત્યારે બોર્ડને લાકડીના સ્ટેન્ડ ઉપરથી ખોલી, બાંધીને પાછાં પૂજ્યશ્રીના નિવાસસ્થાને મૂકી આવે. આ ઉપરાંત દરેક સ્વયંસેવકના ખભે ઓમ્પરમાત્માનો મહિમા સમજાવતાં પેમ્ફલેટથી ભરેલો થેલો રહે. જેમાંથી જિજ્ઞાસુ ભાવિક લોકોને તે પેમ્ફલેટ વહેંચવામાં આવે. આ રીતે પૂજ્યશ્રીએ જ્ઞાનયજ્ઞના આયોજન વિષે સમગ્ર તૈયારીઓ કરી લીધી.

ગાયત્રી મહાયજ્ઞના ઉદ્‌ઘાટનના દિવસે સવારે પૂ. ગુરુદેવ યજ્ઞસ્થળે જવા નીકળ્યા. સાથે શ્રી ગુરુપ્રેમભિક્ષુજી, શ્રી કનુભાઈ પંડ્યા, શ્રી હર્ષદભાઈ પટેલ, શ્રી રાજુલભાઈ સેવક અને હું હતો. નદીના પટમાં પહોંચીને પ્રાણવમહિમાનાં બોર્ડ લાકડીનાં સ્ટેન્ડ ઉપર ફીટ કરીને તૈયાર કર્યા અને તે સ્ટેન્ડ ખભા ઉપર રાખીને આગળ વધ્યા. આમ, ગાયત્રી મહાયજ્ઞના કાર્યક્રમમાં ઓમ્‌ભગવાનનો ઝંડો લહેરાવતા લહેરાવતા અમે વ્યવસ્થાપકની ઓફિસે ગયા. ઓફિસમાં વ્યવસ્થાપકને મળ્યા અને તેમને પૂજ્યશ્રીના દિવ્ય જ્ઞાનયજ્ઞની વાત સમજાવી. વાત સાંભળીને તેઓ પણ અમારી જેમ ખૂબ ઉત્સાહમાં આવી ગયા અને આનંદમાં ને આનંદમાં અમને કહેવા લાગ્યા કે "તમારું કાર્ય પણ લોકકલ્યાણ માટેનું જ છે. તમને જ્યાં અનુકૂળ હોય ત્યાં ઊભા રહીને જ્ઞાનયજ્ઞનું કાર્ય ખુશીથી કરો. તમારા કાર્યને અમારો સંપૂર્ણ સાથ-સહકાર છે. તમને કોઈ મુશ્કેલી જણાય તો અહીં કહેવડાવજો તો તમારી મુશ્કેલી દૂર કરવા અમે બનતો પ્રયત્ન કરીશું." પછી વ્યવસ્થાપક ભાઈએ પૂ. ગુરુદેવના દર્શન કરવાની ઇચ્છા પ્રદર્શિત કરી. અમે તેમને પૂજ્યશ્રીનો પરિચય કરાવ્યો. તેઓએ પૂજ્યશ્રીને આદરપૂર્વક નમસ્કાર કર્યા. ત્યાંથી અમે આગળ વધ્યા અને જ્યાં યજ્ઞમંડપમાં પ્રવેશવાનો દરવાજો હતો ત્યાં થોડે થોડે અંતરે લાકડીનાં સ્ટેન્ડ રેતીમાં ખોસીને ઊભા રહ્યા. અમારા સૌને ખભે થેલા ભરવેલા હતા જેમાં પ્રાણવમહિમાનાં પેમ્ફલેટ ભરેલાં હતાં. ગાયત્રી મહાયજ્ઞમાં ભાગ લેવા આવતા અનેક જિજ્ઞાસુઓને અમે એ પેમ્ફલેટ વહેંચવા માંડ્યા.

તો આમ, પૂજ્યશ્રીના નિવાસસ્થાન 'ધર્મમેઘ'માંથી રોજ સવારે બોર્ડ, લાકડીનાં સ્ટેન્ડ તથા પેમ્ફલેટ ભરેલા થેલા લઈને અમે નીકળતા. સમયસર નદીના પટમાં પહોંચી જતા. આખો દિવસ પૂજ્યશ્રી પ્રેરિત દિવ્ય જ્ઞાનયજ્ઞનું કાર્ય કરતા. સાંજે કાર્યક્રમ પૂરો થાય એટલે બધો સામાન લઈ પાછા આવતા. પૂજ્યશ્રીના નિવાસસ્થાને બધો સામાન મૂકી સૌ સૌને ઘેર જતા. નવ દિવસ સુધી અમારો આ નિત્યક્રમ રહ્યો. બીજા પણ કેટલાક સ્વયંસેવકો સમયની અનુકૂળતા પ્રમાણે આ કાર્યમાં જોડાતા. નદીના પટમાં ઝાડ હોય નહીં અને માથે સૂર્ય તપે તેથી બપોરે સારા પ્રમાણમાં ગરમી લાગે. વળી યજ્ઞમાં ભાવિક લોકોની હજારો-લાખોની સંખ્યામાં અવરજવર તેથી ધૂળ પણ ખૂબ ઊડે. છતાં પણ, ગુરુકૃપાએ કોઈ જ સ્વયંસેવકને ગરમી, થાક, ભૂખ કે તરસની અસર વર્તાતી નહીં. સૌના મનમાં એક જ લગન કે પૂજ્યશ્રી પ્રેરિત આ દિવ્ય જ્ઞાનયજ્ઞનો લાભ વધુમાં વધુ જિજ્ઞાસુ જીવોને મળે. આમ, આ કાર્યક્રમને સફળ બનાવવા દરેક સ્વયંસેવકના તન-મનમાં અદમ્ય ઉત્સાહ અને આનંદ ભરેલો હતો.

યજ્ઞના બીજા દિવસથી પૂજ્યશ્રી તેમનો સાધનાનો નિત્યક્રમ પતાવીને બપોરે યજ્ઞસ્થળે પધારતા. અમે સૌ જે સ્થળે ઊભા રહેતા તેની સામેના સ્થાનમાં રેતીમાં આસન પાથરીને તેઓ બેસતા. અમે સવારથી યજ્ઞસ્થળે ગયા હોઈએ; ભાવિક જનોની ચણભણી ચણજાર ચાલુ હોય; ચોપાનિયાંની વહેંચણીનું કાર્ય જોરશોરથી ચાલુ હોય; પૂજ્યશ્રી નિયત સમયે આવી ગયા હોય. અમારો નાસ્તાપાણીનો સમય થાય એટલે પૂજ્યશ્રી અમારી પાસે આવીને અમને કહે કે "સવારના ઊભા છો. જાઓ, નાસ્તો-પાણી કરી આવો. ત્યાં સુધી હું ઊભો છું." આમ કહી, પૂજ્યશ્રી પોતાના ખભે પેમ્ફલેટનો થેલો લટકાવે અને અસહ્ય ગરમી અને ધૂળભર્યા વાતાવરણમાં પણ લોકકલ્યાણના આ જ્ઞાનયજ્ઞના કાર્યને ચાલુ રાખે. આ પ્રસંગ ઉપરથી આપણને સાદાઈ, નમ્રતા અને વિવેકથી ભરેલા લોકકલ્યાણના બે ખપારી ગુરુદેવના દર્શન થાય છે. આ સાથે આપણા મનમાં સહજપણે જ એ ભાવ જાગે કે આપણે પણ પૂજ્યશ્રીના પરમ પાવનકારી, મંગળકારી, પવિત્ર સાંનિધ્યમાં રહીને પૂજ્યશ્રીમાં રહેલા ઉપરોક્ત સદ્‌ગુણોને આપણા જીવનમાં ઉતારવા સતત પ્રયત્નશીલ રહીએ. તો જ, ગુરુદેવનું સાંનિધ્ય સાચા અર્થમાં પામ્યા છીએ એમ કહેવાય. અસ્તુ.

જ્ઞાનયજ્ઞને શરૂ થયે ત્રણેક દિવસ થયા ત્યાં તો ગાયત્રીયજ્ઞની વ્યવસ્થા માટે રોકાયેલા સ્વયંસેવકો અમારી પાસે આવવા લાગ્યા અને પૂ. ગુરુદેવ વિષે પૂછવા લાગ્યા. અમે અમારી જગ્યાએ ઊભા ઊભા દૂર બેઠેલા પૂજ્યશ્રીનો અમારી મતિ મુજબ પાવન અક્ષરની મર્યાદામાં રહીને પરિચય આપતા. વાસ્તવમાં તો ગુરુસંતોનો પરિચય આપવાનું કામ આપણા જેવા સામાન્ય માણસોના ગજા બહારનું છે. તેઓનો પરિચય તો અમર્યાદ અને પાવન અક્ષરોની બહારનો છે. છતાં પણ અમારી ભાંગીતૂટી ભાષામાં અમે પૂજ્યશ્રીનો પરિચય આપતા. પૂછનાર વ્યક્તિ પૂજ્યશ્રીની પાસે જઈ આદરપૂર્વક જયનારાયણ કરીને બેસતા. આ નિયમ રોજનો થઈ ગયો. રોજ સાંજે ગાયત્રીયજ્ઞના સ્વયંસેવકો પૂજ્યશ્રીના સાંનિધ્યમાં બેસતા. ત્યાર બાદ પૂજ્યશ્રી "ઓમ્ગુરુ સત્યગુરુ ધર્મગુરુ ઓમ્ ઓમ્" મંત્રની ધૂન બોલાવતા. સૌ પ્રેમપૂર્વક આ ધૂન બોલતા. આમ ગાયત્રીયજ્ઞના આ કાર્યક્રમમાં ઓમ્ ભગવાનનો, સત્ય-ધર્મનો જયઘોષ ગુંજતો થઈ ગયો. ત્યાં ખૂબ જ આત્મીયતા સભર વાતાવરણ થઈ ગયું.

નવ દિવસ સુધી આ દિવ્ય જ્ઞાનયજ્ઞનો અલૌકિક કાર્યક્રમ ચાલ્યો. અવિસ્મરણીય ચિરંજીવ આનંદની અદ્‌ભુત મસ્તી દિલો-દિમાગ પર છવાઈ ગઈ. પૂર્ણાહુતિના દિવસે મહાયજ્ઞના વ્યવસ્થાપકો પૂજ્યશ્રી પાસે આવ્યા અને પૂજ્યશ્રીને વિનંતી કરવા લાગ્યા કે પૂજ્યશ્રી મંચ પર પધારી, ઉપસ્થિત હજારો જિજ્ઞાસુઓને આધ્યાત્મિક સંદેશ પાઠવે. પૂજ્યશ્રીએ તેમના આમંત્રણનો સ્વીકાર કર્યો અને નિયત સમયે, મહાયજ્ઞની પૂર્ણાહુતિના પ્રસંગે સત્સંગ-મંચ ઉપર જઈને દીર્ઘ-પ્રણવોચ્ચાર કર્યો. દીર્ઘ-પ્રણવોચ્ચાર બાદ પૂજ્યશ્રીએ પાતંજલ યોગદર્શન-સમાધિપાદના સૂત્ર ૨૪ થી ૨૯ ની વિગતવાર સમજણ આપી જેનો સારાંશ નીચે મુજબ છે.

"પતંજલિમુનિએ યોગદર્શનના સમાધિપાદનાં ૨૪ થી ૨૯ સૂત્રોમાં ઈશ્વરની વ્યાખ્યા આપેલી છે. ક્લેશ, કર્મ, કર્મફળ અને વાસના જેનામાં નથી એવા પુરુષવિશેષ-ચેતનવિશેષને ઈશ્વર કહે છે. ઈશ્વર સંપૂર્ણ સર્વજ્ઞ છે. ઈશ્વર ત્રણે (ભૂત, ભવિષ્ય અને વર્તમાન) કાળના ગુરુઓના પણ ગુરુ છે અને કાળની મર્યાદાથી (જન્મ-મૃત્યુથી) પર છે. કાળ તેમને છેદી-ભેદી શકતો નથી. ઈશ્વર કાળને આધીન નથી પરંતુ કાળ ઈશ્વરને આધીન છે. ઈશ્વરનો વાચક (ઈશ્વરનું નામ) પ્રણવ-ઓમ્ છે. ઉપરોક્ત અર્થના ચિંતન સાથે ઓમ્નો જપ કરવો. ઓમ્ના અર્થસહિત ભાવપૂર્વક જપ કરવાથી અંતરાયોનો નાશ થાય છે અને ચેતનાનો પ્રાદુર્ભાવ થાય છે - આત્મસાક્ષાત્કાર થાય છે."

આમ, નવ દિવસના સત્સંગકુંડી ગાયત્રીયજ્ઞની સમાપ્તિ પ્રસંગે સત્સંગમંચ ઉપરથી પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવ શ્રી યોગભિક્ષુજીએ પ્રાણવનાદ કરીને લોકકલ્યાણકારી જ્ઞાનયજ્ઞની આ પ્રસંગ પૂરતી પૂર્ણાહુતિ કરી.

વાસ્તવમાં તો, સમાજમાં ઘર કરી ગયેલ અંધશ્રદ્ધા, વહેમો, કુરિવાજો, સાંપ્રદાયિક વાડાબંધી, ધર્મના નામે થતા પાખંડ, વિકારોથી ખદબદતી જીવનપ્રણાલી, ભૌતિકતા પાછળની અકલ્યાણકારી દોટ વગેરેમાંથી લોકોને સાચી સમજણના પ્રદાનદ્વારા બહાર કાઢીને, પૂજ્યશ્રી તેમને ઓમ્નામી ઈશ્વરનું સાચું જ્ઞાન આપે છે. અને એવી રીતે લોકકલ્યાણનું મહાભગીરથ કાર્ય પૂજ્ય ગુરુદેવ વણથંભ્યું કરી રહ્યા છે. આવા જ્ઞાનયજ્ઞોનું કાર્ય સતત થઈ જ રહ્યું છે. આપણે સૌ પણ ગુરુદેવ-પ્રેરિત સમાજોત્થાનના કાર્યમાં આપણી શક્તિ-ભક્તિ-મતિ મુજબ સતત કાર્યરત રહીએ. અસ્તુ.

ચિંતન કરેગા,
જો જૈસા;
આચરણ કરેગા,
વહ વૈસા;
આચરણ કરેગા,
જો જૈસા;
સુખદુઃખ ભોગેગા,
વહ વૈસા.

- યોગભિક્ષુ

ईश्वर का बोधक (नाम) प्रणव/ओम् है।

(समाधिपाद के सूत्रों का भावानुवाद)

(२४) क्लेश, कर्म, कर्मफल और वासना जिसमें नहीं है ऐसा पुरुषविशेष/चेतनविशेष ईश्वर है।

(२५) ईश्वर संपूर्ण सर्वज्ञ है।

(२६) ईश्वर पूर्वकाल के गुरुओं के भी गुरु है और काल की मर्यादा से (जन्म–मृत्यु से) पर है।

(२७) ईश्वर का नाम प्रणव/ओम् है।

(२८) अर्थ के चिन्तन सहित ओम् का जप करना।

(२९) चिन्तन सहित जप करने से अन्तरायों का अभाव और आत्मसाक्षात्कार होता है।

प्रतिस्थान : आत्म उदय ... अहमदाबाद-...

● ટ્રસ્ટના ઉદ્દેશો :-

(૧) સર્વવ્યાપક પરમ સૂક્ષ્મ ચેતન તત્ત્વ કે જેનું નામ પ્રણવ (ઓમ્ -ॐ) છે તેની પ્રતીતિ બહુજનસમાજને કરાવવા પ્રયત્ન કરવો. (૨) 'યોગ' નો પ્રચાર, પ્રસાર અને સંશોધન કરવા પ્રયત્ન કરવો. (૩) સમાજનું નૈતિક ધોરણ ઊંચું લાવવા માટે આધ્યાત્મિક જ્ઞાનનો સાહિત્ય દ્વારા પ્રચાર અને પ્રસાર કરવાનો પ્રયત્ન કરવો. (૪) આ ઉપરાંત 'બહુજનહિતાય-બહુજનસુખાય'ને લગતાં કાર્યો જેવાં કે કેળવણી, તબીબી સારવાર વગેરે કરવા માટે પ્રયત્ન કરવો.

PRINTED BOOK
Registrar of News Papers of India under Regd.No. 48770/90

આદ્યસંસ્થાપક તથા આધ્યાત્મિક
પ. પૂ. ગુરુદેવ શ્રી યોગભિક્ષુજી

PRINTED & PUBLISHED BY :-
Dr. S. S. Bhikshu for
AUMGURU PREMSAMARPANDHYANBHIKSHU PARIVAR TRUST
1/A, Paladnagar Society, Naranpura, Ahmedabad - 380 013.
Printed at: Kunal Offset, Odhav, Ahmedabad.
Hon. Editor : Naishadh vyas
(Reg. No. E/4416 Date 11-5-81)
I.T.E.U. 80-G (5) No. H.Q. -III 33-163/92-93 up to March 1995

LM-213
SUBHASHBABU B. SHAH
NV/P

Pin Code

લવાજમ દર :-

વાર્ષિક સભ્ય (ભારતમાં) ---------- રૂા. ૧૫-૦૦
આજીવન સભ્ય (") ---------- રૂા. ૨૫૦-૦૦
વાર્ષિક સભ્ય (પરદેશમાં) ---------- ૧૨ $
આજીવન સભ્ય (") ---------- ૧૦૧ $

લવાજમ મોકલવાનું સ્થળ :-

(૧) **ડૉ. સોમાભાઈ એ. પટેલ**
૧/અ, પલિયડનગર,
સેન્ટ ઝેવિયર્સ હાઈસ્કૂલ રોડ,
નારણપુરા, અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૧૩.

(૨) **નૈષધભાઈ સી. વ્યાસ**
"સ્વાશ્રય",
૩, ગંગાધર સોસાયટી, રામબાગ પાછળ,
મણીનગર, અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૦૮.

સૂચના :-

(૧) લવાજમ ચેક દ્વારા અથવા મનીઓર્ડર દ્વારા " ઓ. પ્રે. પ. ટ્રસ્ટ " ના નામે મોકલવું. સાથે આપનું પૂરું નામ, સરનામું શુદ્ધ અક્ષરોમાં લખી મોકલવું.

(૨) જે સભ્યનાં રહેઠાણનાં સ્થળ બદલાયાં હોય તેમણે તેમના નવા રહેઠાણનું પૂરું સરનામું લખી મોકલવું જેથી વ્યવસ્થાપકોને અંક મોકલવામાં સરળતા રહે.

(૩) " ઋતમ્ભરા " ને લગતો પત્રવ્યવહાર નીચેના સરનામે કરવો.

નૈષધભાઈ સી. વ્યાસ
"સ્વાશ્રય",
૩, ગંગાધર સોસાયટી, રામબાગ પાછળ,
મણીનગર, અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૦૮.

પ. પૂ. ગુરુદેવ શ્રી યોગભિક્ષુજી સાથેના સંસ્મરણો તથા પ્રેરક પ્રસંગો આવકાર્ય છે.