દર મહિનાની ૧૫મી તારીખે પ્રસિદ્ધ થતું માસિક

RNI No. GUJGUJ/2008/28227

ભટ્ટમેવાડા વર્તમાન

તંત્રી : અશોકકુમાર કૃષ્ણલાલ મહેતા

Gandhinagar Monthly

■ વર્ષ-૧ ■ અંક-૧૦ ■ તા.૧૫-૦૮-૦૯ ■ બુધવાર ■ પાના-૪ ■ કિંમત-રૂા.૫/- ■ લવાજમ-રૂા. ૫૦/-

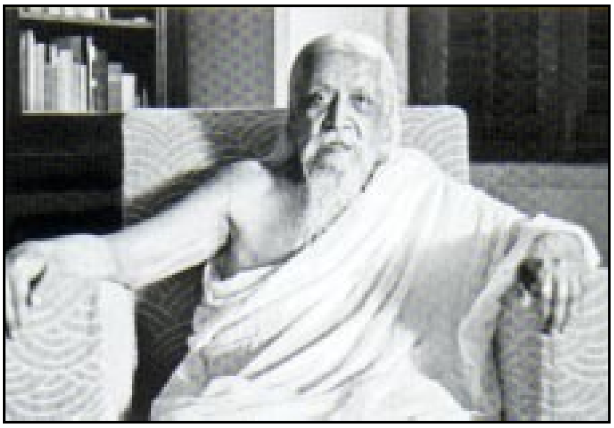
રજીસ્ટર્ડ કાર્યાલય : ''સુકૃતિ'', પ્લોટ નં. ૬૮/૧, સેકટર-૩/એ (ન્યુ), ગાંધીનગર-૩૮૨ ૦૦૬ (ગુજરાત)

મહાન સ્વાતંત્ર્ય સેનાની, ક્રાંતિવીર અને મા ભારતીના પનોતા પુત્ર મહર્ષિ શ્રી અરવિંદ ઘોષ

- શ્રી ગૌતમભાઈ આચાર્ય

૧૫મી ઓગસ્ટ, આપણો રાષ્ટ્રીય તહેવાર. આપણો સ્વાતંત્ર્ય દિન. પરંતુ આ દિવસ ભારતના એક મહાયોગી શ્રી અરવિંદ ઘોષનો જન્મદિવસ પણ છે.

શ્રી અરવિંદનો જન્મ બંગાળના ખુલના (હાલ બાંગલાદેશમાં) ખાતે ડૉ. કૃષ્ણધન ઘોષ અને શ્રીમતી સ્વર્ણલતાદેવીના ત્રીજા સંતાન તરીકે ઈ*સ.૧૮૭૨ના ઓગસ્ટની પંદરમી તારીખે થયો હતો.



પિતા કૃષ્ણધન ઘોષ ઉચ્ચ તબીબી અભ્યાસ માટે ઈંગ્લેન્ડ જઈ આવ્યા હતા. તેઓ અંગ્રેજ લોકોના સંસ્કાર અને રીતભાતથી અતિ પ્રભાવિત હતા અને તેમના સંતાનો સંપૂર્ણ અંગ્રેજી વાતાવરણમાં જ ઉછરે એવો આગ્રહ રાખતા હતા. તેથી શ્રી અરવિંદ માત્ર પાંચ વર્ષના હતા ત્યારે તેમના બે મોટા ભાઈઓની સાથે દાર્જિલિંગ ખાતે કોન્વેન્ટ સ્કૂલમાં દાખલ કરી દીધા અને બે વર્ષ પછી ત્રણે ભાઈઓને અભ્યાસ અર્થે ઈંગ્લેન્ડ મોકલી દીધાં.

ડૉ. કૃષ્ણધન સિવિલ સર્જન હતા તેથી પગાર સારો મળતો. પરંતુ ઉદાર સ્વભાવને ગરીબોને મદદ કરવામાં ઘણો ખર્ચ કરી નાખતા. તેથી ઈંગ્લેન્ડ ખાતે રહેતા તેમના પુત્રોને પૂરતા અને સમયસર પૈસા મોકલી શકતા નહિ. આથી ત્રણે ભાઈઓને સખત હાડમારી હેઠળ જીવવું પડતું. ત્યાંની ઠંડી સામે રક્ષણ માટે પૂરતા કપડાં વિના અને ઘણીવાર દિવસમાં એક જ વખતના ભોજનથી ચલાવી લેવું પડતું.

શ્રી અરવિંદ અભ્યાસમાં ખૂબ જ તેજસ્વી હતા અને ખૂબ વાંચ્યા કરતા. બહુ ટૂંકા ગાળામાં તેમણે યુરોપની છ ભાષાઓ અંગ્રેજી, ફ્રેન્ચ, જર્મન, ગ્રીક, લેટિન અને રશિયન પર પ્રભુત્વ મેળવી લીધું. પ્રત્યેક પરીક્ષા તેમણે સર્વોચ્ચ ગુણ સાથે જ પસાર કરી. તેમજ અભ્યાસની સાથોસાથ અંગ્રેજી ઉપરાંત અન્ય ભાષાઓના મહાન લેખકો અને કવિઓની રચનાઓ વાંચી લીધી. અભ્યાસ દરમ્યાન પિતાજી તરફથી મળતાં પત્રો દ્વારા અને અન્ય સ્રોતોમાંથી ભારતમાં અંગ્રેજોની શોષણવૃત્તિ અને દમનનીતિની વિગતો શ્રી અરવિંદને મળતી. તેનાથી ભારત દેશને અંગ્રેજોની ગુલામીમાંથી મુક્ત કરવાના સંકલ્પના બીજ રોપાયા. આ સંકલ્પના કારણે જ તેમણે આ.સી.એસ.ની પરીક્ષાના બધા ટેસ્ટ સારી રીતે પસાર કર્યા છતાં ઘોડેસવારીના ટેસ્ટમાં ગેરહાજર રહીને ડીગ્રી છોડી દીધી.

એ અરસામાં વડોદરાના મહારાજા શ્રીમંત સયાજીરાવ ગાયકવાડ લંડનની મુલાકાતે ગયા હતા. શ્રી અરવિંદના મિત્ર એવા એક અંગ્રેજ ઉમરાવ દ્વારા તેમની મહારાજ સાથે મુલાકાત ગોઠવાઈ. મહારાજા રત્નપારખુ હતા. તેમણે શ્રી અરવિંદની શક્તિઓ જાણી લીધી અને પોતાના રાજ્યની સેવામાં રાખી લીધા. આથી તેઓ ઈ.સ.૧૮૯૩ના ફેબ્રુઆરી માસમાં ચૌદ વર્ષે સ્વદેશ પરત આવ્યા. વડોદરા રાજ્યની સેવામાં શ્રી અરવિંદ બાર વર્ષ સુધી રહ્યા. તે દરમ્યાન તેમણે ભારતીય ભાષાઓ, વેદો, પુરાણો, ઉપનિષદો અને સંસ્કૃત સાહિત્યનો તેમજ ભારતની રાજકીય, સામાજિક અને આર્થિક પરિસ્થિતિનો ઊંડો અભ્યાસ કર્યો.

શ્રી અરવિંદે જોયું કે ભારતની પ્રજામાં અદમ્ય શક્તિ રહેલી હતી પરંતુ તે વખતે સમગ્ર પ્રજા એક અજ્ઞાનના અંધકારમાં એક જાતના તામસી ઘેનમાં પડી હતી. અંગ્રેજ અસુરો ભારત માતાની છાતી પર ચડી બેસીને તેનું રક્ત ચૂસી રહ્યા હતા

(અનુસંધાન - પાંચમા પાને)

Owner, Printer, Publisher & Editor Ashokkumar Krishnalal Mehta, **Printed :** Capital Offset, Plot No. L-801/1, G.I.D.C., Sector-28, Gandhinagar **Published** : "Sukruti", Plot No. 68/1, Sector-3/A (New), Gandhinagar (GUJARAT)

સદ્‌વિદ્યા ધનથી અધિક

लोभश्चेदगुणेन किं पिशुनता यद्यस्ति किं पातकैः?
सत्यं चेतपसा च किं शुचि मनो यद्यस्ति तीर्थेन किम्?
सौजन्यं यदि किं गुणैः स्वमहिमा यद्यस्ति किं मण्डनैः?
सद्विद्या यदि किं धनैरपयशो यद्यस्ति किं मृत्युना॥

જો મનુષ્યમાં લોભ હોય તો અવગુણથી શું ? જો ચાડિયાખોરી હોયતો પાપથી શું ? જો સત્ય હોય તો તપથી શું ? જો પવિત્ર મન હોય તો તીર્થ યાત્રાથી શું ? જો સુજનના હોય તો ગુણોથી શું ? જો કીર્તિ હોય તો ઘરેણાંથી શું ? અને જો સદવિદ્યા હોય તો ધનથી શું ?

- પ્રો.ડૉ.જગદીશભાઈ એન.જોષી

તંત્રી સ્થાનેથી....

આજે સ્વતંત્રતા દિવસ. આજના દિવસે ૧૯૪૭ની સાલમાં ભારતવર્ષ સ્વતંત્ર થયું હતું. અંગ્રેજોની ૧૫૦ વર્ષ જેટલી ગુલામી પછી વર્ષો ચળવળ ચલાવીને ગાંધીજી, નહેરુ, સરદાર પટેલથી માંડીને નાનાં મોટા અનેક દેશવાસીઓએ માભોમની સ્વતંત્રતા માટે લડત આપી. શહીદ ભગતસિંહ, ચંદ્રશેખર આઝાદ જેવા યુવાનોએ શહાદત વહોરી. લાલ-બાલ-પાલની ત્રિપુટીએ ચળવળને જોમ આપ્યુ. દેશવાસીઓના ભગીરથ પુરુષાર્થથી દેશ આઝાદ થયો, સ્વતંત્ર્ય સંગ્રામમા દરેક ધર્મ, ન્યાત-જાતના લોકોએ યથોચિત ફાળો આપ્યો ત્યારે આ દેશ આઝાદ થયો. આઝાદીના મીઠાં ફળ અત્યારે નજરે ચઢે છે. આપણી પ્રગતિએ દુનિયાના કંઈ કેટલા દેશોને દંગ કરી દીધા છે. સેટેલાઈટ-ઉપગ્રહો, ચંદ્રયાન, સંરક્ષણ માટે આધુનિક શસ્ત્ર-સરજાંમ સ્વમેળે તૈયાર કરવામાં નિપુણતા તથા અણુ સબમરીન સ્વદેશમાં બનાવીને ભારતે પોતાનો સિક્કો વિશ્વભરમાં જમાવી દીધો છે. આ બધી પ્રગતિ સ્વતંત્રતાને કારણે જ આપણે પ્રાપ્ત કરી શકયા છીએ. આજે સ્વાતંત્ર્ય પર્વ પ્રસંગે આપણે પ્રતિજ્ઞા કરીએ કે મા ભોમની સ્વતંત્રતાનું કોઈપણ ભોગે રક્ષણ કરીશું અને રાષ્ટ્રની પ્રગતિમાં ખભેખભા મિલાવી યથોચિત ફાળો આપી રાષ્ટ્રને અગ્રેસર બનાવીશું.

હાર્દિક અભિનંદન

શ્રી વિક્રમભાઇ કે. જોષી મૂળ કુકરવાડા (હાલ ચાંદખેડા)ના માણસા કોલેજમાં અધ્યાપક તરીકે પોતાની સેવાઓ આપી રહ્યા છે. સમગ્ર ગુજરાત રાજ્ય સંસ્કૃત અધ્યાપક મંડળના મંત્રી તરીકે તેમની નિમણૂંક થઇ છે તે બદલ 'ભટ્ટમેવાડા વર્તમાન' પરિવાર તેઓને હાર્દિક અભિનંદન પાઠવે છે.

શ્રી સોમનાથ સંસ્કૃત વિશ્વવિદ્યાલય, વેરાવળ (જુનાગઢ) દ્વારા રાજભવન, ગાંધીનગર ખાતે ગુજરાતના રાજયપાલ પંડિત નવલકિશોર શર્મા દ્વારા સ્વાધ્યાયપરાયણ તથા સંસ્કૃતના પ્રચાર-પ્રસારના કાર્યમાં જીવન સમર્પિત કરનાર પ્રો.ડૉ.ભગવતીપ્રસાદ પંડયાને વિદ્યાવાચસ્પતિની માનદ્, પદવીથી સન્માનિત કરવામાં આવ્યા.

પરદેશ ગમન

ગાંધીનગર નિવાસી શ્રી અમૃતભાઈ ત્રિ.ઉપાધ્યાય અને દ્વારકીબેનના સુપુત્ર ડૉ.કૌશલ, એમબીબીએસ થઈને વધુ અભ્યાસ અર્થે યુ.એસ.એ. અમેરિકા ગયા છે. ખુબ ખુબ અભિનંદન સાથે જ્ઞાતિબંધુઓની સુભેચ્છાઓ.

ભટ્ટમેવાડા સમાજનું ગૌરવ

રિદ્ધિ ઉપાધ્યાય (મોડાસા)

શ્રી હેમચંદ્રાચાર્ય ઉત્તર ગુજરાત યુનિવર્સિટી પાટણ દ્વારા લેવાયેલ મે-૨૦૦૯ની બી.ઇ.કોમ્પ્યુટરની પરીક્ષામાં ૭૩ ટકા મેળવી મોડાસા ભટ્ટમેવાડા સમાજનું ગૌરવ વધારેલ છે.

ગૌરવવંતા મહાનુભાવ : ડૉ. જયશંકર મૂળશંકર મહેતા

જન્મ : દિનાંક : ૨૬-૧૦-૧૮૯૫

અવસાન : દિનાંક : ૧૮-૧૨-૧૯૭૬

ડૉ. જયશંકર મૂળશંકર મહેતાનો જન્મ મણિયારી તા. ચાણસ્મા, જિ.પાટણમાં થયો હતો. પ્રાથમિક શિક્ષણ નડિયાદમાં મેળવી મેડીકલ અભ્યાસ માટે તેઓ મુંબઇ ગયા અને ત્યાંથી એલ.સી.પી. એન્ડ એલ.ની ડીગ્રી મેળવી.

અભ્યાસ પછી અમદાવાદમાં આંખના નિષ્ણાંત ડોકટર દાદા માનજી પાસે અનુભવ મેળવી તેમની સાથે કામ કર્યું. ત્યારબાદ ખાનગી તબીબી પ્રેક્ટીસ અમદાવાદમાં શરૂ કરી. તેમણે નેત્રરોગ અંગે નિપૂણતા મેળવીને આંખના કુશળ સર્જન તરીકે નામના મેળવી. શરૂઆતથી જ પોતાના વ્યવસાય સાથે સમાજસેવાનું કામ ઉપાડી અમદાવાદ ઉપરાંત મહેસાણામાં ગરીબો માટે રાહતદરનું નેત્ર ચિકિત્સાલય શરૂ કર્યું.

આ ઉપરાંત એમણે કામળી, સિદ્ધપુર, પાલનપુર, ગીરીરાજ મથુરા, અમદાવાદ વગેરે ઘણા સ્થળોએ નિ:સ્વાર્થ નેત્રયજ્ઞો કર્યાં અને ઘણા બધા પ્રશંસાપત્રો મેળવ્યા. પૂ. પુનિત મહારાજે મણીનગર અમદાવાદના નેત્રયજ્ઞ માટે એમની ખૂબ જ પ્રશંસા કરી હતી.

સાહિત્ય પ્રવૃત્તિમાં પણ એમને ઊંડો રસ હતો. તેઓશ્રી ગુજરાત વર્નાક્યુલર સોસાયટીના આજીવન સભ્ય હતા. ભટ્ટમેવાડા સમાજના ઉત્થાનમાં એમણે ખૂબ જ રસ લીધો હતો અને સમાજની પ્રવૃત્તિમાં કેળવણીનું મહત્વ જાણી અમદાવાદમાં ભટ્ટમેવાડા છાત્રાલય શરૂ કરવા અથાગ પ્રયત્નો કર્યા. એમના અથાગ પ્રયત્નો અને અવારનવાર બેઠકોના પ્રયાસોથી મુંબઇ ભટ્ટમેવાડા હિતવર્ધક મંડળે અમદાવાદમાં છાત્રાલય શરૂ કરવા નિર્ણય કર્યો. તે સમયે માતબર ગણાતી રૂા.૨૫,૦૦૦ની સખાવત કરી તેમણે ભંડોળ ઉઘરાવવાના શ્રીગણેશ કરેલ અને વખતોવખત વિનંતીપત્રો અને પ્રયત્નોથી ભંડોળ પ્રાપ્ત કરેલ. એમના પરિશ્રમના પરિણામરૂપે ભટ્ટમેવાડા છાત્રાલય હાલ અસ્તિત્વમાં છે.

તેઓ દીર્ઘદ્રષ્ટા હતા અને આવનાર સમયમાં કેળવણીનું મહત્ત્વ જાણી તે દિશામાં તેઓએ પ્રયત્ન કર્યા. તેઓ કન્યા કેળવણીના પ્રખર હિમાયતી હતા અને કન્યા છાત્રાલય માટે પણ ભંડોળ એકઠું કરવાના પ્રયત્નો તેમણે કર્યા હતા.

એમની ઇચ્છા ભટ્ટમેવાડા છાત્રાલય એક કેન્દ્રબિંદુ બની અન્ય પ્રવૃત્તિઓ જેવી કે ભટ્ટમેવાડા પ્રાથમિક શાળા અને હાઇસ્કૂલ, ભટ્ટમેવાડા કો.ઓ. બેન્ક અને સ્ત્રી ઉદ્યોગ શાળા શરૂ થાય તે હતી. આવી આપણી જ્ઞાતિની મહાન વિભૂતિને આપણે સર્વ વંદન કરીએ છીએ.

ભરતી મેળો

સ્ટેટ બેંક ઓફ ઈન્ડિયા, ગુજરાત ડીવીઝનમાં કલેરીકલ સ્ટાફની ૫૦૦ જગ્યા માટે ભરતી કરવાની છે. આ માટે રજીસ્ટ્રેશન કરવાની છેલ્લી તારીખ ૧૫ સપ્ટેમ્બર રાખેલ છે. વધુ જાણકારી માટે લોગ ઓન કરો. www.statebankofindia અથવા www.sbi.co.in ઓન લાઈન પણ કરી શકશો.

uti

With the Best Complements From

Sonu N. Bhatt

(Agent)

NSC, KVP, MIS, R.D., Small Savings Scheme, LIC, UTI, PPF, Cos. Deposits, SRGE, ICICI Mutual Fund, RBI Relief Bonds

Residence : Plot No. 152/2,
Anand Vatika Society, Sector-22,
Gandhinagar-382022

Ph. 079-23227798 (M) 98250 30798

શ્રી અરવિંદ (પ્રથમ પાનાનુ ચાલુ)

તે હકીકત પ્રત્યે પ્રજા જરા પણ સભાન ન હતી. અંગ્રેજોની કડક શાસન વ્યવસ્થાના કારણે મળેલી સામાજિક સુરક્ષા તે વખતના એક ગુજરાતી કવિએ લખ્યું હતું કે, 'હરખ હિન્દુસ્તાન હવે, રસ્તે જતી બકરી તણો કોઇ ન પકડે કાન'- ના છેતરામણા સંતોષમાં નિષ્ક્રિય થઇને પડી હતી. પરંતુ તેમણે એ પણ જોયું કે જો ભારતની પ્રજા એકવાર આળસ ખંખેરીને જાગ્રત થઇ જાય તો તેની તાકાત સ્વરાજ મેળવીને જ રહેશે. તેથી તેમણે ભારતના યુવાનોમાં રાષ્ટ્રીય ભાવનાનું સિંચન કરીને તેમની શક્તિને જાગ્રત કરવાનું કાર્ય હાથ પર લીધું. આ માટે તેમણે મુંબઇથી પ્રસિદ્ધ થતાં સામયિક 'ઇન્દુ પ્રકાશ'માં 'ન્યૂલેમ્પ્સ ફોર ઓલ્ડ' શીર્ષક હેઠળ અંગ્રેજ શાસન વિરુદ્ધ અગ્નિ ઝરતા લેખો લખ્યા. પરંતુ કેટલાક નેતાઓએ સરકાર રાજદ્રોહનો આક્ષેપ મૂકશે તેવો ડર બતાવ્યો તેથી લેખમાળા બંધ પડી. પરંતુ શ્રી અરવિંદે કાર્ય ચાલું રાખ્યું. તે સમયના રાષ્ટ્રીય કોંગ્રેસના નેતાઓની મવાળ નીતિમાં અંગ્રેજોની સામે પડવાની હિંમતન હતી. તેઓ બ્રિટીશ અધિકારીઓની ખુશામત કરીને સ્થાનિક સ્વરાજ્ય જેવા ટુકડાઓથી સંતુષ્ટ હતા. શ્રી અરવિંદે જરૂર પડ્યે સંઘર્ષની તૈયારી સાથે ઉદ્દામવાદી વિચારો રજૂ કર્યા. ઇ.સ.૧૯૦૪ દરમ્યાન શ્રી અરવિંદે 'પૂર્ણ સ્વરાજ અને તેથી ઓછું કશું નહીં'નો પ્રસ્તાવ રજૂ કર્યો પરંતુ કોંગ્રેસ ૨૬ વર્ષ પછી ૧૯૩૦માં તેનો સ્વીકાર કર્યો.

વડોદરામાં હતા તે દરમ્યાન શ્રી અરવિંદને યોગની અસાધારણ શક્તિનો પરિચય મળી ગયો હતો. તેથી એ શક્તિનો મા ભારતીને મુક્ત કરવા માટે ઉપયોગમાં લેવાના હેતુથી શ્રી અરવિંદે યોગાભ્યાસ કરવાનો નિર્ણય કર્યો. આ માટે તેમને શ્રી વિષ્ણુ ભાસ્કર લેલે નામે એક મહારાષ્ટ્રીયન યોગી મળી ગયા. શ્રી લેલેના માર્ગદર્શન મુજબ યોગાભ્યાસ શરૂ થયો. પરંતુ જે આધ્યાત્મિક સ્થિતિએ પહોંચતા શ્રી લેલેને ત્રીસ વર્ષ લાગ્યા હતા તે સ્થિતિ શ્રી અરવિંદે માત્ર ત્રણ જ દિવસમાં પ્રાપ્ત કરી લીધી અને શ્રી લેલેએ તેમને કહી દીધું કે 'હવે તમારે બહારના કોઇ ગુરુની જરૂર નથી, તમારી અંદર રહેલો તમારો આત્મા જ તમને સમય સમય પર માર્ગદર્શન આપશે' ત્યાર પછીના સઘળા મહત્ત્વના નિર્ણય તેમણે તેમના અંતરના અવાજ મુજબ જ લીધા હતા.

આધ્યાત્મિક સાધનાની સાથે સાથે રાષ્ટ્રીય પ્રવૃત્તિ તો ચાલતી જ હતી. એવામાં બ્રિટિશ સરકારે બંગાળ પ્રાંતના બે વિભાગ કરવાનો નિર્ણય લીધો. સરકારના આ નિર્ણય સામે બંગાળની પ્રજામાં પ્રચંડ વિરોધનો દાવાનળ ભભૂક્યો ને તેની ચિનગારીઓ સમગ્ર ભારતમાં ફેલાઇ. આખો દેશ એક જ ઝાટકે સદીઓ જૂની આળસ ખંખેરીને ઊભો થઇ ગયો. શ્રી અરવિંદને આમાં ઇશ્વરે આપેલી અમૂલ્ય તક જણાઇ. તેઓ એક વર્ષની રજા લઇને કલકત્તા ગયા અને બંગ-ભંગ વિરોધી ચળવળ અને તેના દ્વારા આખા દેશમાં રાષ્ટ્રભાવના અને દેશની મુક્તિની ઝંખના જગાડવાનું કાર્ય આરંભી દીધું. ઇ.સ.૧૯૦૫માં કલકત્તા ગયા પછી વડોદરા પાછા જ ન આવ્યા. વડોદરા રાજ્યની રૂા.૫૦૦ની પગાર અને મહારાજાના અંગત સલાહકારનું મોભાદાર પદ છોડીને કલકત્તાની નેશનલ કોલેજમાં રૂા.૨૦૦ના પગારની નોકરી સ્વીકારી લીધી.

કલકત્તા આવ્યા પછી ત્યાં બીપીનચંદ્ર પાલ 'વંદે માતરમ્' નામનું સામયિક ચલાવતા હતા તેનું તંત્રીપદ શ્રી અરવિંદના હાથમાં આવી પડ્યું. તેમને તો એક મોટું માધ્યમ મળી ગયું. 'વંદે માતરમ્'માં શ્રી અરવિંદના અંતરની વાણી વ્યક્ત થતી જે લોકોના હૃદય સુધી પહોંચી જતી અને આ રીતે 'વંદે માતરમ્'નો ફેલાવો દેશભરમાં વ્યાપી ગયો. 'વંદે માતરમ્'ના લેખો એવા આગ ઝરતા હતા કે ભારતના યુવાનો 'વંદે માતરમ્'ના ઉચ્ચારે તેમના પ્રાણનો ભોગ આપવા તૈયાર થઇ જતા.

'વંદે માતરમ્'ના લખાણો વિષે 'સ્ટેટમેન' અખબારના તંત્રીએ લખ્યું કે તેના લેખોની પ્રત્યેક લીટીમાંથી રાજદ્રોહ નીતરે છે પરંતુ એ એવી કુશળતાથી લખવામાં આવે છે કે તેની સામે કાયદેસર કશું થઇ શકે તેમ નથી. આમ છતાં બ્રિટિશ સરકાર શ્રી અરવિંદને સૌથી વધુ ભયંકર શત્રુ માનવા લાગી અને ગમે તે રીતે તેમને પકડીને જેલમાં પૂરી દેવાના પેંતરા ગોઠવવા લાગ્યા પરંતુ તેમની કોઇ કારી ફાવતી ન હતી.

એવામાં એક ઘટના એવી બની કે સરકારને જોઇતી તક મળી ગઇ. કલકત્તાના એક મેજિસ્ટ્રેટ મિ.કિંગ્સફોર્ડ હતા. તેમને દેશભક્તોને અમાનુષી ત્રાસ આપવામાં ખૂબ જ આનંદ આવતો. તેણે 'સંધ્યા'ના તંત્રી અને પ્રખર દેશભક્ત બ્રહ્મબંધુ ઉપાધ્યાયની વિરુદ્ધ ચુકાદો આપીને જેલમાં મોકલી દીધા અને જેલમાં જ તેમનું મૃત્યુ થયું. એક તદ્દન નિર્દોષ યુવાન સુશીલ સેનને કોર્ટમાં જ મારવાનો હુકમ આપ્યો. તેને એટલો બધો માર્યો કે એ કોર્ટમાં જ લોહીલુહાણ થઇને બેભાન બની ગયો. આથી બંગાળના લોકો ઉશ્કેરાઇ ગયા અને યુવાન ક્રાંતિકારીઓએ મિ. કિંગ્સફોર્ડને બોમ્બથી ઉડાવી દેવાનો નિર્ણય કર્યો. કિંગ્સફોર્ડ ચોક્કસ સમયે બંધ ઘોડાગાડીમાં કચેરીમાં જતા. એક દિવસ એ જ સમયે બંધ ઘોડાગાડીમાં પસાર થતાં તેના પર બોમ્બ ફેંકાયો, પરંતુ કિંગ્સફોર્ડના બદલે બે અંગ્રેજ મહિલાઓ હતી જેમનું મૃત્યુ થયું હતું.

આ બોમ્બ ધડાકાથી સરકાર ચોંકી ઊઠી અને તેણે ધરપકડો અને દમનનો દોર ચલાવ્યો. શ્રી અરવિંદના નાના ભાઇ બારિન્દ્ર તથા તેના સાથીદારોને પકડી લીધા. પરંતુ ઉચ્ચ સરકારી અધિકારીઓ એવું માનતા હતા કે બોમ્બકાંડના સૂત્રધાર શ્રી અરવિંદ છે તેથી તેમની ધરપકડ કરીને અલીપોર જેલમાં મોકલી આપ્યા. ભરચક પ્રવૃત્તિમય જીવનમાંથી જેલની તદ્દન નિષ્ક્રિયતામાં આવી પડવાથી શ્રી અરવિંદને આઘાત લાગ્યો અને ઇશ્વરને ફરિયાદ કરી. જેના પ્રત્યુત્તરરૂપે અંતરમાંથી અવાજ આવ્યો કે એકાંતવાસમાં ચાલ્યા જવાની વારંવારની સૂચનાની અવગણના થવાથી આ રસ્તે એકાંતવાસ આપવામાં આવ્યો છે અને યોગ્ય સમયે તેમાંથી તમને મુક્ત કરવામાં આવશે.

એક વર્ષના જેલવાસ દરમ્યાન શ્રી અરવિંદની યોગસાધના ઘનિષ્ટ રીતે ચાલી. એ સમય દરમ્યાન જ સ્વામી વિવેકાનંદના આત્માએ તેમની મુલાકાત લઇને શ્રીમદ્ભગવદ્ગીતાના કેટલાક રહસ્યો સમજાવ્યા. જેલમાં જ તેમને શ્રીકૃષ્ણનો સાક્ષાત્કાર થયો. સર્વત્ર વાસુદેવના દર્શન થયા. કોર્ટમાં તેમના કેસની સુનાવણી થતી ત્યારે તેમને અંગ્રેજ ન્યાયાધીશ, સરકારી અંગ્રેજ વકીલ, તેમનો બચાવ કરનાર વકીલ, તેમના પર નજર રાખનાર સિપાહી, અરે! તેમને જે પીંજરામાં બેસાડવામાં આતા, તે પીંજરાની પ્રત્યેક લાકડાની પાતળી થાંભલીઓમાં પણ તેને

શ્રીકૃષ્ણના જ દર્શન થતાં. આથી તેમની અંદરથી ડર તદ્દન ઓસરી ગયો અને તેની જગ્યાએ એક મજબૂત અડગ શ્રદ્ધા સ્થાપિત થઇ ગઇ.

એક વર્ષ પછી જેલમાંથી નિર્દોષ છૂટ્યા ત્યારે શ્રી અરવિંદ તદ્દન બદલાઇ ગયા હતા. પ્રખર રાષ્ટ્રવાદીને બદલે જબરદસ્ત આધ્યાત્મિક બની ગયા હતા. જેલમાંથી છૂટ્યા પછી ઉત્તરપાડા ખાતે શ્રી અરવિંદનું સન્માન કરવામાં આવ્યું. તેના અનુસંધાને તેમણે જે પ્રવચન આપ્યું તેમાં જ તેમના બદલાયેલા વ્યક્તિત્વના દર્શન થાય છે. ત્યારપછી શ્રી અરવિંદ સંપૂર્ણપણે ઇશ્વરને સમર્પિત થઇ ગયા અને ધીમે ધીમે રાજકારણમાંથી નિવૃત્ત થતાં ગયા.

અલીપોર બોમ્બ કેસમાં સરકાર શ્રી અરવિંદ પર એક પણ આક્ષેપ પૂરવાર કરી ન શકી અને શ્રી અરવિંદ તદ્દન નિર્દોષ છૂટી ગયા છતાં બ્રિટિશિ અધિકારીઓ તેમને અંગ્રેજ શાસનના કટ્ટર શત્રુ માનતા અને તેમને ફરીથી પકડીને જેલના સળીયા પાછળ ધકેલી દેવા માટે પેંતરા ગોઠવતા રહેતા હતા. એવામાં એક રાત્રે નવ વાગ્યે તેમને સમાચાર મળ્યા કે બીજા દિવસે સવારે તેમના નિવાસ સ્થાનની જડતી લેવામાં આવશે અને તેમની ધરપકડ કરતામાં આવશે. શ્રી અરવિંદે તદ્દન શાંતિથી સ્વસ્થચિત્તે સમાચાર સાંભળ્યા. થોડીવાર અંતરમાં ઊતરી ગયા. અંદરથી આદેશ મળ્યો, 'ચન્દ્રનગર જા'. બસ પંદર જ મિનિટમાં મકાનના પાછલા દરવાજેથી આગલા દરવાજાની આસપાસ સાદા વેશમાં ગુપ્તચરો ફરતા રહેતા- ચૂપચાપ નીકળીને બે જ સાથીદારો સાથે ગંગાના ઘાટ પર પહોંચી ગયા. સવારનો ઉજાસ પ્રસરે તે પહેલા ચન્દ્રનગર પહોંચી ગયા, પણ ત્યાં કોઇને ઓળખતા ન હતા. ક્યાં જવું ? કોને મળવું ? પરંતુ ઇશ્વરે તેમના માટે વ્યવસ્થા કરી રાખી હતી - તે મુજબ શ્રી મોતીલાલ રોય નામના એક ગૃહસ્થ મળ્યા, તેમણે શ્રી અરવિંદના ચન્દ્રનગર ખાતેના દોઢ માસના ગુપ્તવાસની વ્યવસ્થા કરી આપી.

ચન્દ્રનગરમાં છેલ્લો આદેશ મળ્યો - ફ્રેન્ચ સંસ્થાન પોંડિચેરી જવાનો. ત્યાં જવાની વ્યવસ્થામાં ઘણી ગરબડ થઇ પરંતુ દરેક ગરબડ શ્રી અરવિંદની સલામતી માટે આશીર્વાદરૂપ બની રહી. ઇ.સ.૧૯૧૦ની ચોથી એપ્રિલે શ્રી અરવિંદે પોંડિચેરીની ભૂમિ પર પગ મૂક્યો. પછી જીવનભર પોંડિચેરીથી બહાર ગયા જ ન હતા. માતૃભૂમિની મુક્તિ માટે લગભગ બે દશકા સુધી જબરદસ્ત સંઘર્ષ કર્યા પછી ઇશ્વરના આદેશ મુજબ સમગ્ર માનવજાતિની મુક્તિ માટેના પ્રચંડ આધ્યાત્મિક પુરુષાર્થમાં લાગી ગયા. ૧૯૧૨માં એક ઉચ્ચ ફ્રેન્ચ અધિકારી પોલ રિશારના પત્ની શ્રીમતી મીરા રિશાર શ્રી અરવિંદની મુલાકાતે આવ્યા અને બે વર્ષ સુધી પોંડિચેરી ખાતે રોકાયા. ૧૯૧૪માં પ્રથમ વિશ્વયુદ્ધ શરૂ થતાં તેમને ફ્રાન્સ પાછા જવું પડ્યું. મિરાને બાળપણથી જ આધ્યાત્મિક અનુભવો થતા હતા. આવા એક પ્રસંગે ધ્યાનાવસ્થામાં મીરાને એક પ્રતીક આવામાં આવ્યું હતું અને સૂચના મળી હતી કે જે વ્યક્તિ એ પ્રતીકનો આધ્યામિક અર્થ દર્શાવશે તેની સાથે રહીને સાધના કરવાની છે અને શ્રી અરવિંદે એ અર્થ બતાવ્યો હતો તેથી મીરાએ શ્રી અરવિંદની સાથે જ આધ્યાત્મિક કાર્ય કરવાનું હતું.

શ્રીમતી મિરા રિશાર ફ્રાન્સથી ૧૯૧૬માં જાપાન ગયા અને ત્યાંથી ૧૯૨૦માં કાયમ માટે પોંડિચેરી આવી ગયા અને જીવનભર ત્યાં જ રહી ગયા. આ મિરા રિશાર પછી શ્રી માતાજી તરીકે ઓળખાયા. ત્યાં સુધીમાં એક યોગી તરીકે શ્રી અરવિંદ પ્રખ્યાત બની ચૂક્યા હતા. તેથી તેમના માર્ગદર્શન હેઠળ સાધના કરવા ઇચ્છતા સાધકો-સાધિકાઓની સંખ્યા વધવા લાગી હતી. તેઓ સર્વને રહેવાની વ્યવસ્થા કરવાની જરૂર ઊભી થઇ. શ્રી માતાજીએ કેટલાક મકાનો ખરીદી લીધા અને તેમાં સાધકોને રહેવાની વ્યવસ્થા કરી આપી. આ રીતે આશ્રમની શરૂઆત થઇ.

શ્રી અરવિંદની સાધનાનું લક્ષ્ય વ્યક્તિગત મોક્ષ ન હતું. સાધના દરમ્યાન જે જે ઊર્ધ્વલોકની પ્રાપ્તિ થાય તેની શક્તિ અને ચેતનાને પૃથ્વી પર ઉતારી લાવીને સમગ્ર પૃથ્વી અને માનવ જાતિનું રૂપાંતર કરવું એ તેમની સાધનાનું લક્ષ્ય હતું.

એ મુજબ શ્રી અરવિંદને અધિમનસ્- શ્રીકૃષ્ણ ચેતના સિદ્ધ થઇ તેની ચેતના તા.૨૪મી નવેમ્બર ૧૯૨૬ની સાંજે સામૂહિક ધ્યાન દરમ્યાન સ્થૂળભૂમિકા જડતત્ત્વ સુધી શ્રી અરવિંદના પાર્થિવ દેહમાં ઊતરી આવી. આ એક મહત્ત્વની ચેતના સિદ્ધ થયા પછી તેનાથી ઊર્ધ્વ રહેલી અતિમનસ ચેતનાના અવતરણ માટે શ્રી અરવિંદ સંપૂર્ણ એકાંતવાસમાં ચાલ્યા ગયા. વર્ષના ત્રણ કે ચાર દર્શન દિવસ સિવાય તેઓ તેમના રૂમની બહાર આવતા નહીં અને શ્રી માતાજી તથા શ્રી ચંપકલાલ સિવાય કોઇને મળતા નહિ.

શ્રી અરવિંદના એકાંતવાસ દરમ્યાન આશ્રમના સંચાલનની સંપૂર્ણ જવાબદારી શી માતાજી પર આવી પડી. જે તેમણે અજોડ વ્યવસ્થાશક્તિ વડે સુંદર રીતે નિભાવી. ધીમે ધીમે આશ્રમનો વિકાસ થવા લાગ્યો. સાધકોના બાળકો માટે શાળા, ક્રિડાંગણ, સાધકોના ભોજન માટે સ્વચ્છ અને આરોગ્યપ્રદ ભોજનાલય, પુસ્તકાલય વગેરે વિભાગો કાર્યરત થયા. આર્થિક રીતે પગર થવા માટે કેટલાક કુટિર ઉદ્યોગો, કૃષિ, પશુપાલન વગેરે વિભાગો પણ વિકસ્યા.

૧૯૩૮ના નવેમ્બરમાં શ્રી અરવિંદ તેમની રૂમમાં ધ્યાનાવસ્થામાં ચાલતા નીચે પાથરેલા વ્યાઘ્રચર્મ પર લપસી પડ્યા અને જમણા પગના સાથળમાં ફ્રેક્ચર થયું. તે સાથે તેમનો એકાંતવાસ સમાપ્ત થયો. તેમની સેવા માટે ચાર-પાંચ સાધકો ચોવીસે કલાક તેમની પાસે ઉપસ્થિત રહેતાં. તેઓ શ્રી અરવિંદે ૧૯૫૦ના ડીસેમ્બરની પાંચમી તારીખે દેહ છોડ્યો ત્યાં સુધી તેમના સાનિધ્યમાં રહ્યાં. તેઓમાંના એક ડૉ. નિરોદ બરને અંગ્રેજીમાં એક પુસ્તક લખ્યું છે કે, 'શ્રી અરવિંદ સાથે બાર વર્ષ' તે વાંચવાથી શ્રી અરવિંદના અંગત જીવનની અલબત્ત બાહ્ય જીવનની વિગતો જાણવા મળે છે.

શ્રી અરવિંદે દેહત્યાગ કર્યો તે સાથે જ તેમના દેહમાં અતિમનસનો પ્રકાશ ઉતરી આવ્યો અને દેહ સોનેરી આભા વડે પ્રકાશી ઊઠ્યો. આ પ્રકાશ પાંચ દિવસ સુધી તેમના દેહમાં રહ્યો, ત્યાં સુધી દેહમાં કોઇ વિકૃતિ નહોતી આવી. પછી શ્રી માતાજીએ પ્રાર્થના કરી પછી એ પ્રકાશ વિલાઇ ગયો અને તેમના દેહને સમાધિમાં પધરાવવામાં આવ્યો.

શ્રી અરવિંદની વિદાય પછી શ્રી માતાજીએ આશ્રમનું સંચાલન અને વિકાસ ચાલુ જ રાખ્યા અને સુંદર-સુદૃઢ વ્યવસ્થા ગોઠવી કે શ્રી માતાજીએ ૧૯૭૩ના નવેમ્બરમાં દેહત્યાગ કર્યો. ત્યાર પછી પણ આશ્રમના બધા વિભાગો તેમની પ્રત્યક્ષ હાજરીમાં કામ કરતા હોય તે જ રીતે હજુ કાર્યરત છે.

મા ભારતીના એ મહાન પુત્ર અને મહાયોગીને
તેમની ૧૨૭મી જન્મજયંતિ પર
કોટિ કોટિ વંદન.

મન મોતી, તીન કંચન વરણું વહે સ્વાસ્થ્યનું અમૃત ઝરણું

- અશોક મહેતા

ભટ્ટ મેવાડા વર્તમાનમાં રજૂ કરવામાં આવતી વાચન સામગ્રીમાં વૈવિધ્ય લાવવાનો હેતુસર ક્રમેક્રમે નવા વિભાગો શરૂ કરવામાં આવી રહયા છે, તેના ભાગરૂપે આરોગ્યને લગતી માહિતી દરેક અંકમાં રજૂ કરવામાં આવશે. જીવનની શરૂઆતથી જ એટલે કે બાળક માતાના ગર્ભમાં હોય ત્યારથી લેવાની સંભાળથી શરૂ થથા આ વિભાગ વાચકોને ગમશે, એટલું જ નહી પણ ઉપયોગી થઈ પડશે.

સગર્ભાની સંભાળ :

માતૃત્વ એ દરેક નારીની ઝંખના છે. સગર્ભાવસ્થા એ સ્ત્રીઓ માટે કસોટીકાળ છે. આજે આપણા દેશમાં હજારો સ્ત્રીઓ અપૂરતી સાર-સંભાળને કારણે પ્રસૂતિ દરમ્યાન જ મૃત્યુ પામે છે, એ પણ કડવી વાસ્તવિકતા છે. છતાં યોગ્ય સાર-સંભાળ અને આધુનિક સુશ્રુષા પધ્ધતિને લઈને સલામત પ્રસૂતિ કરાવી શકાય છે અને માતા તેમજ બાળકની જિંદગી બચાવી શકાય છે. સલામત પ્રસૂતિ માટે આટલું કરવુ આવશ્યક છે.

- જયારે કોઈને ખબર પડે તેને સારા દિવસ જઈ રહયા છે તે દિવસથી જ તેણીએ તબીબી સલાહ તેમજ સારવાર લેવી જોઈએ.
- સગર્ભાવસ્થા દરમ્યાન સ્ત્રીનું સ્વાસ્થ્ય જળવાઈ રહે અને પુરા દિવસે તંદુરસ્ત બાળકનો જન્મ થાય તે માટે શરૂઆતથી જ તબીબી સલાહ અનુસાર જીવનક્રમ ગોઠવવો જરૂરી છે. આ માટે વહેલી તકે તેણીએ દવાખાનામાં નોંધણી કરાવી લેવી જરૂરી છે.

દવાખાનામાં તપાસ દરમ્યાન :

- તેણીનું હ્રદય બરાબર કામ કરે છે અને શરીરમાં લોહીના પરિભ્રમણની ક્રિયા બરાબર થાય છે તે જાણવા સગર્ભાના લોહીના દબાણની તપાસ કરવામાં આવશે.
- મૂત્રપિંડ યોગ્ય રીતે કામ કરે છે કે કેમ તે જાણવા માટે તેમ જ પ્રસૂતિ વખતે તાણ આંચકી ન આવે તેની ખાતરી કરવા માટે પેશાબની તપાસ કરવામાં આવશે.
- લોહીમાં લોહતત્વની ઉણપ તો નથીને તથા માતા તેમજ બાળક માટે નુકશાનકર્તા હોય તેવા રોગોથી લોહી મુકત છે કે કેમ તે નકકી કરવા માટે લોહીની તપાસ કરવામાં આવશે.
- વજનમાં અતિશય વધારો કે ઘટાડો નથી થયો તે જાણવા વજનની તપાસ કરવામાં આવશે.
- દાંત, પેઢાં, નાક અને ગળામાં ચેપ લાગવાનો ભય વિશેષ છે. જે તંદુરસ્તી ઉપર અસર કરે છે. આથી દાંત, પેઢા, નાક અને ગળાની તપાસ કરવામાં આવશે.
- હ્રદય અને ફેફસાં તંદુરસ્ત છે અને સગર્ભાવસ્થાને કારણે તેના ઉપર કોઈ વધારાનો બોજ તો નથી પડયોને તે જાણવા હ્રદય અને ફેફસાંની તપાસ કરવામાં આવશે.
- બાળકનો વિકાસ બરાબર થાય છે કે કેમ, બાળક આડુ તો નથી ને, બાળકના ધબકારા નિયમિત છે કે કેમ, બાળક પૂરા સમયનું અવતરશે કે નહીં વગેરે બાબતો નકકી કરવા પેઢુંની તપાસ કરવામાં આવશે.
- પગ ઉપર સોજા તો નથી આવ્યા કે નસો ફુલી ગઈ છે કે કેમ તે જાણવા પગની તપાસ કરવામાં આવશે.
- સ્તન અને ઉપરની ડીંટડી (નીપલ) તંદુરસ્ત છે અને દૂધનો પ્રવાહ છૂટો પાડવા તેમ જ બાળકને પોષણ આપવા સમર્થ છે કે કેમ તે જાણવા માટે સ્તન તેમજ ડીંટડીની તપાસ કરવામાં આવશે.
- પ્રથમ સાત માસ દર મહિને તેમજ ત્યારપછી મહિનામાં બે વખત અને છેલ્લા મહિનામાં બાળકનો જન્મ થાય ત્યાં સુધી દર અઠવાડિયે તપાસ કરવામાં આવશે.
- સગર્ભાને તથા ગર્ભસ્થ શિશુને ધનુરથી બચાવવા માટે સગર્ભાને છઠ્ઠે અને આઠમે મહિને ધનુર વિરોધી રસીનું ઈન્જેકશન મૂકવામાં આવશે.
- છેલ્લી મુલાકાત પછી કોઈ મુશ્કેલી જણાય કે અસામાન્ય ચિહ્નો જણાય તો વિના વિલંબે દાકતરી સલાહ લેવી હિતાવહ છે.
- સગર્ભાવસ્થાની શરૂઆતથી જ દાકતરી સૂચના અનુસાર સારવાર તેમ જ આહાર લેવાથી સલામત પ્રસૂતિ થશે અને તંદુરસ્ત બાળક અવતરશે.
- સગર્ભાએ પોતાનું તેમ જ ગર્ભસ્થ શિશુનું બન્નેનું પોષણ કરવાનું હોઈ વધુ વખત ખોરાક લેવો જોઈએ.
- સગર્ભાવસ્થા દરમ્યાન સ્ત્રીએ ચુસ્ત કપડાં ન પહેરતાં ઢીલાં કપડાં પહેરવાં જોઈએ.
- સગર્ભાવસ્થા દરમ્યાને કામ ન કરવું કે સંપૂર્ણ આરામ કરવો એ હિતાવહ નથી. દરરોજ થોડું ચાલું કે સામાન્ય ઘરકામ કરવું જરૂરી છે. તેમ કરવાથી હળવી કસરત મળે છે ?
- દાકતરે આપેલી લોહ તત્વની ગોળીઓ સગર્ભાએ અવશ્ય લેવી જોઈએ. આ ગોળીઓ લેવાથી લોહીની ઉણપ રહેતી નથી. પાંડુરોગ થયો હોય તેવી સ્ત્રીઓએ દાકતરી સલાહ અનુસાર આ ગોળીઓ વધુ માત્રામાં લેવી જોઈએ.

ધ્યાન શું છે ?

૧. ધ્યાન છેઃ ખેલિદલ થવું

મારૂ જીવન એક આળંદપૂર્ણ... રમત-મજાક જેવું, તણાવમુકત, સહજ અને સરળ છે. બસ, માત્ર શાંત બેસીને દરેક ક્ષણનો આનંદ લેતા રહો.... એટલે સર્વ તણાવોમાંથી મુકત બની રહે..

૨. ધ્યાન છે : સૃજનાત્મક થવું

મનને જુઓ.. મન પ્રત્યે સજાગ, હોશપૂર્ણ બનો, મન અને ભૂતકાળનો સંગ્રહમાત્ર છે. મન અને દરેક ક્ષણે કાં તો ભૂત કાળમાં રાખે છે, કાં તો ભવિષ્યકાળમાં... બન્ને સાચું નથી. સાચુ છે, વર્તમાનમાં રહો. એ સાચું જીવન છે. મનને સમજો.

૩. ધ્યાન છે : સજાગ થવું

હર ક્ષણ સજાગ બનો, હોશપૂર્ણ રહો. અન્યથા સુતેલા છો. મારી પાસે બે વિકલ્પ છે. જેમાં પણ હોશપૂર્ણ થવાય, ચેતળતા રહે. વધુમાં વધુ સજગતા આવે તેવું કાર્ય પસંદ કરો. અને સૃજતાત્મક સ્થિતિ છે, જીવંત બનાય છે. અધિક પ્રસન્ન બનો છો..

કર્મ વખતે હોશપૂર્ણ રહેવું...

હું શું કરી રહ્યો છું, તે મહત્વનું નથી, પરંતુ હું કેવી રીતે કરી રહ્યો છું, તે જ મહત્વનું છે. દરેક કૃત્ય પવિત્ર છે. જે પણ કંઈ કરો તે પૂર્ણ હોશો-હવાશમાં રહીને સજગ રહીને હોશપૂર્ણ રહોને કરો, મારી દરેક ઈન્દ્રિય, કર્મ પર નજર રહે....

૪. ધ્યાન છે : મારો સ્વભાવ

ધ્યાન એ મારો સ્વભાવ છે, સ્થિતિ છે. એ કોઈ પ્રાપ્તિ નથી એ કોઈ કર્મ નથી. આથી મનની કે બુધ્ધિની જરૂર જ નથી. જેવા મત અને બુધ્ધિથી પર થઈ જાઓ છો તેવું જ ધ્યાન ઘટે છે. જે હું છું મારૂં અસ્તિત્વ છે....

(કર્મ કરવા માટે મન અને બુધ્ધિની જરૂર પડે છે.)

૫. ધ્યાન અર્થાત : કંઈ પણ ન કરવું

જયારે હું કંઈપણ નથી કરતો ત્યારે જ ધ્યાનનું પુષ્પ ખીલે છે અને મારી ઉર્જા અંદરની તરફ ગતિ કરીને હું ના કેન્દ્રપર એકત્રિત થવા માંડે છે.....

૬. ધ્યાન છે : સાથી ભાવ

મારા દરેક કર્મ વખતે મન વચ્ચે આવીને તે કર્મને (વિચાર) ને સારો કે ખરાબ છે તેવું વિષ્લેષણ-તુલનાત્મક કરી નાંખે છે. જેને રાગ-દ્રેષ કહેવાય છે. તે ન કરવું. સજગ થઈને રાગ-દ્રેષ વિના દરેક કર્મ-વિચાર-ક્રિયા કરો.

૭. ધ્યાન છે : એક કુદકો

મનથી પર જવા માટે વિચાર ના કરો. વિચારમાં તો મનની જરૂર પડશે અને હું સાક્ષી રહી શકું. આથી વિચારો નહીં સીધુ કર્મ કરો અને અનુભવ કરો. જેમ સીનેમા ના મિત્રો કરે છે પણ હું શાંતિથી સાક્ષીભાવે નિરખ્યા કરૂં છું....

૮. ધ્યાન છે : વૈજ્ઞાનિકતા

ધ્યાન શુધ્ધ રૂપે વૈજ્ઞાનિક પધ્ધતિ છે. જેમ બહાર નિરીક્ષણ કરીએ છીએ તેમ પોતાની અંદર પણ નિરીક્ષણકરવાનું છે. પોતાની અંદરની તરફ વળવાને ધ્યાન કહે છે. ધ્યાન માટે કશાયની જરૂર નથી.

૯. ધ્યાન છે : એક પ્રયોગ

ધ્યાન આપણને શિખવાડે છે કે પોતાની અંદરની તરફ કેવી રીતે જઈ શકાય.. એક વાત સત્ય અને નિશ્ચિત છે. હું છું હું કોણ છું..... હું શરીરથી પર છું.... પોતાના અસ્તિત્વને જાણવાનો એક પ્રયોગ એટલે.... ધ્યાન......

૧૦. ધ્યાન છે : મૌન

મન અર્થાત શબ્દોનો ભંડાર અને સ્વયંવનો અર્થ છે... મૌન. મૌન જ ધ્યાન છે. જયાં હું છું ત્યાં શબ્દ નથી મન નથી, વિચાર નથી... માત્ર હું છું. હું છું... એ વિચાર નથી, એ સનાતન હકીકત છે....

૧૧. ધ્યાન છે : સ્વર્ગ

મારો જન્મ ધ્યાની બનીને જ થયેલો. બાળક ધ્યાનપુર્ણ દશામાં જ હોય છે. બુધ્ધિ અને મનથી પર રાગ-દ્રેષથી પર હોવાથી બાળક નિર્દોષ, ભોળો હોય છે. પાછો એવો બની જાઉં તો સ્વર્ગ સમાન સુખ છે.

૧૨. ધ્યાન છે : સ્મરણ

હું ચૈતન્ય આત્મ શકિત છું. મારૂં એક અસ્તિત્વ છે. સદૈવ-સ્મરણ રહે એજ ધ્યાન છે. હરતા-ફરતા, ખાતા-પિતા હું (આત્મા છું તો મન (વિચાર) કે બુધ્ધિની જરૂર નહીં રહે. એવી નિરન્તર પરિપૂર્ણ આત્મ-સ્મરણ હોશપૂર્ણ રહેવું.....

૧૩. ધ્યાન છે : પરમ સ્વતંત્રતા

આખી જીંદગી હું.... બહિર્મુખ રહયો છું. બીજીની તરફ પોતાનાથી બહારની તરફ વિચારવું, પ્રેમ કરવો, સંબંધો બાંધવા.... ધ્યાન અર્થાત સ્વયં પોતાના વિષયમાં, અંદરની તરફ, કેન્દ્ર તરફ (વિચારવું) જવું, સભાન થવું.. સ્વતંત્રતા અર્થે છે, જેમાં આનંદ જ છે...

૧૪. ધ્યાન છે : સંવેદનશીલતા

જીવનનો અર્થ છે હોશપૂર્ણ થવું હું ચૈતન્ય આત્મા હર ક્રિયામાં સજગતા, સંવેદનશીલતા, પ્રેમપૂર્વક હોશપૂર્ણ રહીને જાગરૂક બનીને કરૂં છું. તો જ જીવન અર્થપૂર્ણ બની જશે, એ જ ધ્યાન છે....

૧૫. ધ્યાન છે : વિકસિત હોવું

ઘરડા થવું, સમય પસાર થવો, બુધ્ધિ, મન-વિચાર એ બધું હોરિજેંટલ (સમાન્તર) છે. જયારે ધ્યાન જ વર્ટીકલ (ઉંભુ) છે. જે સમય, બુધ્ધિ વિચારથી પર છે. અને એનાથી હું ઉંચો ને ઉંચો, ઉંડાણમાં જાઉં છું.... વિકાશ પામું છું.

૧૬. ધ્યાન છે : પલાયનવાદી ન થવું

મનુષ્ય સદૈવ ભવિષ્યમાં જીવતો હોય છે. આ રીતે ભવિષ્ય કે ભૂતકાળના વિચારોમાં ખોવાયેલો રહેવાથી વર્તમાનની અત્યારની અમૂલ્ય ક્ષણમાં જીવી શકતો નથી. આ જીવન સાચું નથી પલાયનવાદી કહેવાય ધયાનનો અર્થ છે ઈચ્છાઓને છોડી દઈને, વિચારોમાંથી બહાર થઈ જવું અને બુધ્ધિની પાર ચાલ્યા જવું...

ધ્યાનનો અર્થ છે આ જ ક્ષણમાં - વર્તમાનમાં તનાવરહિત, વિશ્રામપૂર્ણ હોવું,

ધ્યાન જ એક અવી સ્થિતિ છે જેમાં અત્યારે આ ક્ષણમાં હું છું. હાજર હોવું.... પલાયનતા નથી....

૧૭. ધ્યાન છે : એક સ્વાભાવિક/નિદોષ વિધિ

વિશ્વમાં સૌથી સરળમાં સરળ કાર્ય છે, શાંત અને મૌન થઈ જવું. અને કંઈ પણ ન કરવું, કોઈ ક્રિયા નહીં. અનાથી સરળ શું હોઈ શકે ? આ જ મારો સ્વભાવ છે અને આ એક જ સ્થિતિમાં ધ્યાન ઘટે છે. સાક્ષી બનીને રહો... વિચારોને સાક્ષી ભાવે માત્ર જોયા કરો.....

૧૮. ધ્યાન છે : પારદર્શિતા

ધ્યાનને એક વાર સાચી રીતે સમજી લો.

ધ્યાન મનની દશા/સ્થિતિ/ભાવ....નથી.

એક પારદર્શિતાની સ્થિતિ છે.છ હું પોતે પોતાનામાં સ્થિત છું. આમાં વિચારની જરૂર જ નથી, વિચાર કરવાના બિલકુલ છોડી દો... અર્થાત મનની બિલકુલ જરૂર નથી... બુધ્ધિની જરૂર જ નથી.

૧૯. ધ્યાન છે : ખાલી થઈ જવું

ધ્યાન દરમ્યાન વિચાર કરવાનો નથી. કોઈપણ કર્મ કે ક્રિયા કરવાના નથી. અર્થાત સાવ ખાલી થઈ જવું. એટલે સ્વતંત્ર થઈ ગયા, માત્ર હું દ્રષ્ટા, પારદર્શિ સ્થિતિ. આને જ સન્યાસ કહેવાય છુ. છું છતાં માત્ર દ્રષ્ટા-સાક્ષી, ટ્રસ્ટી, મારી કોઈ ઈચ્છા નહી, કોઈ કામના નહીં અને હું શાંતિ-મૌન અને પ્રકાશથી ભરાઈને પૂર્ણતાને પામું છું....

આવું હરતા-ફરતા પણ કરી શકાય છે. માત્ર હું જોનાર છું...દ્રષ્ટા.

૨૦. ધ્યાન છે : જાણવું

મન કોમ્પ્યુટર જેવું છે. સમઝવા વાળો, વાપરવા વાળો હું આત્મા છું. આથી મનની ગુલામીમાંથી છૂટો. નવું નવ કરો ધ્યાનનું ઉદેશ્ય સદૈવ રાખો.

મન જ ધ્યાનથી વંચિત કર્તા છે. મનના માલિક બનવું....

મનને જાણવું સાધન છે...હું આત્મા છું... મનનો માલિક છું.. એ જાણવું .....

૨૧. ધ્યાન છે : નિર્મળ હોવું

રોજીંદા કૃત્યમાં જે કંઈ પણ કરો તેમાં પુરા હોશો - હવાસ સાથે સ્પષ્ટ સજગતાની સાથે ચૈતન્યતા હોશનું દીપ પ્રગટતું રહે, ભલે પછી કચરા-પોતું કરવાનું નજીવું કાર્ય હોય.... તેનાથી નિર્મળ થશો., પ્રકાશ સ્ત્રોત બનશો....

૨૨. ધ્યાન છે : ફુલોની ખિલવણી

યાદ રાખો, ધ્યાન મારી અંદર વધુમાં વધુ સમઝ વિકસાવે છે. અનંત મેધાવી બનાવશે. દીપ્તિમયી વિકસિત બુધ્ધિ થશે. વધુ જીવંત અને સંવેદનશીલ બનાવશે. મારૂ જીવન સમૃધ્ધિ થશે. ફુલની જેમ ખીલતા જશો...

૨૩. ધ્યાન છે : હોશપૂર્ણ થતું

આપણી રોજીંદી પ્રત્યેક સ્થિતિને ધ્યાનનો અવસર બનાવી લેવાનો છે. ધ્યાન શું છે ? જે કંઈપણ હું કરૂ છું, તેના પ્રત્યે હોશપૂર્ણ રહેવું, એના પ્રત્યે સજાગ રહેવું, પોતાની અંદર જુઓ શું ઘટિત થઈ રહ્યું છે. **(ક્રમશઃ)**