



અધ્યાત્મ



વર્ષ : ૪૮, જાન્યુઆરી ૨૦૨૬, અંક : ૪



॥ જેણે તારો રાહ છે ઝાલ્યો ॥

જેણે તારો રાહ છે ઝાલ્યો, જેને તારો એક સહારો,
તેને તેને તારી આંગળી આપી દોર્યા વિના ચાલશે ના
પ્રેમ કર્યા વિના ચાલશે ના.

મૂંગા મૂંગા જેના પોકારો, જોઈ પીગળે પથ્થર પહાડો,
જેની આંસુની ધારેધારે, તારે માટે વેદના ચાલે;
તેને કોઈ ચાંપ્યા વિના ચાલશે ના,
પ્રેમ કર્યા વિના ચાલશે ના.

ઠોકે ઠોકે રોજ સવારે, બારણાં તોયે ના તું ઊઘાડે;
તેને તેને થાક ભૂલ્યાને
નીંદ તજીને બહાર ઊભાને ભેટ્યા વિના ચાલશે ના,
પ્રેમ કર્યા વિના ચાલશે ના.

લાત મારે તોય જે પગ ચાટે, તુરછકારે તોય પ્રેમે પધારે;
તેના કોમળ અંતર તારે;
ગાન બનીને કો'ક સવારે જાગ્યા વિના ચાલશે ના,
પ્રેમ કર્યા વિના ચાલશે ના.

ડૂમે ડૂમે આંસુડાં ચાલે, નીંદ ન આવે રાત દહાડે;
તેના દર્શને ઘન્ય થવાને, નેહમાં ન્હાવાને, શુદ્ધ થવાને,
પાગલ છેક બનીને આવ્યા વિના ચાલશે ના,
પ્રેમ કર્યા વિના ચાલશે ના.

- પૂ. શ્રીયોગેશ્વરજી
(શ્રી યોગેશ્વરજીનાં ભજનો)

॥ वरद उस्त प्रभु तमारो, सदाय रडेजो जवनसडारो ॥



॥ अध्यात्म ॥

(आध्यात्मिक विकासनी नवी ज क्षितिज भोलतुं मासिक)

संस्थापक : परम पूज्य श्रीयोगेश्वरज्ज

प्रकाशक : सर्वमंगल येरिटेबल ट्रस्ट

आद्य तंत्री : श्रीनारायण ज्ञानी

संपादक : श्रीतरला देसाई-डॉ. अरुणा ठाकर

व्यवस्थापक : श्रीआशिष वी. गोखिल P.966 466 9052

मुद्रण : वृन्दा भूपेन्द्र पटेल, OLD L.I.G 167, आनंदनगर, भावनगर-५

लेफो भोकलवानुं स्थान : ३०१/मूर्तिधाम ड्रीम्स, ભગવતી નર્સરીની બાજુમાં,

ડી.કે.પટેલ હોલ સામે, નારણપુરા, અમદાવાદ-૧૩

અધ્યાત્મ' ઈમેઇલ એડ્રેસ : avgohil1@gmail.com

વેબ સાઇટ 'SWARGAROHAN.ORG'

ગ્રાહકોને 'ગ્રાહક નંબર' સરનામા સાથે લખવામાં આવે છે તે નોંધી લેવો.

'અધ્યાત્મ' દર માસની ૧ તારીખે પ્રસિદ્ધ થશે.

આ અંકના ટાઇટલ પેઈજ સાથે કુલ પાનાં ૬૮.

છૂટક નકલ ૮-૦૦। દસ વર્ષ માટે ૨૫૦/-

વિદેશમાં વાર્ષિક રૂ. ૧૬૫૦/-। દસ વર્ષ માટે ૧૬,૫૦૦/-

'અધ્યાત્મ'માં અધ્યાત્મવિષયક લેખો, ભજનો, ગીતો આવકાર્ય છે.

'અધ્યાત્મ'નું વાર્ષિક લવાજમ બંધ કરેલ છે. તેને બદલે નવા બનનાર ગ્રાહકે

ઓછામાં ઓછા બે વર્ષનું લવાજમ રૂ. ૫૦/- ભરવાનું રહેશે.

આ લવાજમ ડ્રાફ્ટ અથવા મનીઓર્ડરથી નીચેના સરનામે મોકલવાનું રહેશે :

સર્વમંગલ ચેરિટેબલ ટ્રસ્ટ

'સ્વર્ગારોહણ', દાંતા રોડ, અંબાજી. તા. દાંતા, જી : બનાસકાંઠા

પિન કોડ : ૩૮૫૧૧૦ મો.નં.+૯૧ ૯૬૦ ૧૫૮ ૧૯૨૧

॥ ઈંટ અરીસો થાય ? ॥

સાધક માત્સુ પન્નાસનમાં બેસીને કલાકો સુધી ધ્યાન કરે, ત્રાટક કરે. કહે : ‘મારે બુદ્ધત્વને પામવું છે, આત્મદર્શન કરવું છે.’ એકવાર યુન-હુઈ-જંગ તેની પાસે ગયા. પૂછ્યું; મિત્ર, આ શું કરો છો ? માત્સુ બોલ્યા; ‘બધા સાધકો કરે છે તે પ્રમાણે ધ્યાન કરું છું. મારે બુદ્ધત્વને પામવું છે.’

યુન થોડીવાર તો વિચારમાં પડી ગયા. પછી બાજુમાં પડેલી એક ઈંટને લઈને પથ્થર પર ઘસવા લાગ્યા. ચારેક કલાકમાં તો પરસેવાથી રેબઝેબ થઈ ગયા. માત્સુ જોઈ જ રહ્યા. છેવટે રહેવાયું નહિ, પૂછ્યું : ‘આ ઈંટને શું કરો છો ?’ યુન કહે : ‘તેનું દર્પણ બનાવું છું. જુઓ ઈંટ કેવી લીસી અને સુંદર દેખાય છે !’ માત્સુ કહે : ‘મહિનાઓ સુધી ઘસ્યા કરશો તો પણ ઈંટ કંઈ અરીસો બની શકે ?’ યુન : ‘તો પછી મહિનાઓ સુધી ધ્યાનમાં એક ખૂણે બેસી રહેવાથી તમે બુદ્ધત્વને પામી શકશો ?’

માત્સુ : ‘તો પછી મારે શું કરવું ?’ યુન : ‘આ તો એક બળદગાડા જેવું છે. ગાડું ચાલતું અટકી જાય તો તમે ગાડાને ચાબુક મારશો કે બળદને ?’

માત્સુ ઈશારો પામી ગયો. તેને સમજાઈ ગયું કે, એક ખૂણે બેસી રહેવાથી કાંઈ વળે નહિ. ધ્યાનની સાથોસાથ પ્રજ્ઞા, સંયમ, નિર્વિચાર જોઈએ. તો જ મનની પેલે પાર જવાય. અમૂર્તમાં જવાય. સમાધિ પ્રાપ્ત થાય.

—એક ઝેનકથા

(સંકલન)



॥ ॐ योगेश्वराय नमः ॥ ॥ ॐ 'मा' सर्वेश्वर्ये नमः ॥



॥ परम पूज्यश्री 'मा'नो दीक्षादिन ॥

(ता. १८/१/१९७८)

१८ જાન્યુઆરી, ૧૯૭૮માં દક્ષિણ ભારતની યાત્રામાં શ્રીશૈલ પર્વત પર, મલ્લિકાર્જુનના મંદિરમાં પૂ.શ્રી 'મા' સર્વેશ્વરીને વગર માંગ્યે દીક્ષા મળી. એ 'અલૌકિક દીક્ષા'નું સ્વરૂપ સ્પષ્ટ કરતાં દીક્ષાગુરુ પૂ.શ્રીયોગેશ્વરજી કહે છે તેમ : 'મા'ના સંસ્કારોનો સમુદાય થવાથી એમને કોઈપણ પ્રકારના પૂર્વસંકલ્પ કે પૂર્વયોજના વિના દીક્ષા આપવાનો અવસર ઉપસ્થિત થયો.'

અનુક્રમ

નિવેદન		૭
૧ શ્રીયોગેશ્વરકથામૃત	શ્રી 'મા' સર્વેશ્વરી	૮
૨ દીક્ષાની દિવ્ય અનુભૂતિ	"	૧૧
૩ પૂ.શ્રી 'મા'ની વિશિષ્ટ પ્રણામપદ્ધતિ	સંકલન	૧૨
૪ યોગ	શ્રીયોગેશ્વરજી	૧૪
૫ ધ્યાનમગ્નતા	"	૨૪
૬ શાંતિ	"	૩૪
૭ સ્વામી વિવેકાનંદનો એક અદ્ભુત પત્ર	શ્રીવિવેકાનંદ	૩૮
૮ ધ્યાનયોગી મધુસૂદનદાસજી	અનુ. તરલા દેસાઈ	૪૪
૯ શ્રીમાતા અમૃતાનંદમયીના		
જીવનચરિત્રનું એક પ્રેરક પ્રકરણ	અનુ.શ્રીચંદ્રકાન્ત દિવાકર	૫૫
૧૦ મકરસંક્રાન્તિ: સૂર્યોપાસનાનું પર્વ	સંકલન	૬૫

॥ સંદર્ભગ્રંથો ॥

- * સ્વામી વિવેકાનંદ ગ્રંથમાળા સંચયન
પ્રકાશક : સ્વામી શ્રીજિતાત્માનંદજી
- * શ્રી શ્રી માતા અમૃતાનંદમયી દેવી જીવનચરિત્ર
મૂળ લેખક : સ્વામી અમૃતસ્વરૂપાનંદ પુરી
ગુજરાતી ભાષાંતર : શ્રી ચંદ્રકાંત દિવાકર
- * મૃત્યુ, મરણ અને મરણાતીત
મૂળલેખક : ધ્યાનયોગી શ્રીમધુસૂદનદાસજી
ગુજરાતી ભાષાંતર : તરલા દેસાઈ
- * ૧૦૦ ઝેનકથાઓ : શ્રી નીલરત્ન દેસાઈ



નિવેદન : પરમ પ્રેમમયી 'મા'ની સંનિધિ—આપણા જન્મોનું સદ્ભાગ્ય

॥ ૐ મા સર્વેશ્વરીયે નમઃ ॥

'મા' સર્વેશ્વરી અધ્યાત્મજગતનું એક અતિ ઉજ્જવળ નામ છે. દેહ-મનથી પર, સદા આત્મઅધિષ્ઠિત અને પ્રત્યેક ક્ષણ પરમાત્માના અનુસંધાનમાં રત છતાં પ્રભુનિર્મિત સકલ સૃષ્ટિ, જડ-ચેતન સર્વ જીવો સાથે અનન્ય સ્નેહનાતો ! દંભ-આડંબરનું નામનિશાન નહિ. સહજ સરલ સદૈવ કરુણા વરસાવતું એમનું અમૃતસ્વરૂપ એમના એકાક્ષરી નામ 'મા'ને સાર્થક કરે છે.

આ 'મા' જન્મદાત્રી નહિ, જીવનદાત્રી પણ નહિ, કિન્તુ જીવનમર્મ અર્પનારી 'મા' છે. કેમકે એ એમના સંપર્કમાં આવનાર સર્વ કોઈને જીવનનો સાચો હેતુ સમજાવી દે છે.

જીવન ખાવા-પીવા-હરવા-ફરવા, યશ-અર્થ કમાવવા કે જન્મથી મૃત્યુ સુધીનું ચક્ર પૂરું કરવા જ નથી મળ્યું. મનુષ્યજન્મ સર્વજન્મોમાં શ્રેષ્ઠ છે અને એનું એકમાત્ર પ્રયોજન પરમાત્માપ્રાપ્તિનું છે. આ લક્ષ્ય સિદ્ધ કરવા મનુષ્યે પુરુષાર્થ કરવાનો છે. ભક્તિ, જ્ઞાન, કર્મ જેને જે રસ્તો રુચે એ રસ્તે અભિયાન આરંભવાનું છે.

જેનામાં ભાવનાશીલતા વધુ હોય એ ભક્તિનો રાહ લે, જેનામાં બુદ્ધિ-સમજણનો પ્રકર્ષ વધુ હોય એ જ્ઞાનમાર્ગ લે. તો કોઈક પોતાના પ્રત્યેક કર્મમાં હૃદયની સમગ્રતા રેડી, એને પ્રભુપૂજાનું પુષ્પ બનાવે.

પરમાત્મા તો સર્વવ્યાપક છે, સર્વત્ર છે. એ સમગ્ર સૃષ્ટિનો નિયંત્રા છે એટલે બહાર સૃષ્ટિનાં સઘળાં તત્ત્વોમાં એ વિરાજમાન છે. આપણા અંતરતમમાં ભીતર પણ એ જ પ્રતિષ્ઠિત છે.

હવે ભીતર સૂક્ષ્મ-તત્ત્વરૂપે-નિરાકારરૂપે રહેલો પરમેશ્વર બધા મનુષ્યો હરપળે અનુભવી શકતા નથી એટલે આપણે પરમાત્માનાં પ્રતીકો જેવાં કે, શ્રીકૃષ્ણ, મહાદેવ, જગદંબાને આરાધ્ય બનાવી, એમનાં પૂજન-અર્ચન કરી, પરમાત્મા સાથે અનુસંધાન રાખીએ છીએ. એનાં રૂપ-રંગ, આકાર, ઇબીથી મુગ્ધ બની એને આપણા ઈષ્ટદેવ બનાવી એમાં શ્રદ્ધાનું આરોપણ કરીએ છીએ, મુશ્કેલીની ક્ષણોમાં એને પોકારીએ છીએ, એની સહાયથી એની કૃપાથી સંકટો દૂર થતાં અનુભવીએ છીએ.

આપણા પરમસદ્ભાગ્યે પૂ. શ્રી 'મા' સર્વેશ્વરી જેવા સદ્ગુરુ મળી જતાં આપણી શ્રદ્ધાનું આલંબન એ બની જાય છે. આપણી સઘળી ચિંતાઓ-સમસ્યાઓ આપણે એમને સોંપી દઈ નિશ્ચિંત બની જઈએ. તેઓશ્રીને આપણા કોટિ કોટિ પ્રણામ પણ ઓછા પડે.

જાન્યુઆરી : ૨૦૨૬



॥ श्रीयोगेश्वरकथामृत ॥

તા. ૧૨/૬/૧૯૮૩, રવિવાર. જેઠ સુદ એકમ, વિ.સં.૨૦૪૦

સ્થળ : મસૂરી.

આજે સવારે સ્નાન, વ્યાયામ બાદ પૂ.શ્રી માળા લઈ આંટા મારે છે. આજે ગંગોત્રીયાત્રાનો એક યાત્રી શ્રીકલોલા (કલ્યાણ) મોરબી જનાર છે. જેથી તેને ક્યાંથી બેસવાનું, ક્યાં ભોજન માટે જવાનું વગેરે છેવટની સૂચના પૂ.શ્રી આપે છે.

કલ્યાણ પ્રણામ કરીને વિદાય લે છે. પૂ.શ્રી કહે છે, ‘અન્નજળ બળવાન છે. છેવટે એ પણ ગયા. બધા કરતાં ભાવનાવાળા એટલે આટલું પણ રહ્યા. યાત્રામાં સાથીદારો સાથે કંઈ અનુકૂળતા રહેતી નથી. ઉપાધિનો પાર નથી. નથી ખાવાનું ઠેકાણું, ન મળે આરામ, ન તો લેખન થાય. જીવનનો ક્રમ જ આખો ઉલટો થઈ જાય. હવે તો યાત્રા કરવી જ નથી. શું જોવું છે ? બધું જ જોવાઈ ગયું છે.’

બપોરે ખીચડી, શાકના ભોજન બાદ મુલાકાત સમયે દહેરાદૂનથી શ્રીલલિતાપ્રસાદ ને બીજા ત્રણ ભાઈઓ આવે છે. પ્રણામ કરી બેઠા છે.

શ્રીલલિતાપ્રસાદે કહ્યું : બધા ચાલ્યા ગયા ?

પૂ.શ્રી : હા.

શ્રીલલિતાપ્રસાદ : આટલા જલ્દી જતા રહ્યા ? કલ્યાણ પણ ગયા ?

પૂ.શ્રી : હા. જેવા જેના ઋણાનુબંધ. દાણાપાણી પૂરા થયા એટલે ચાલવા માંડે. વળી પાછા મળે, પાછા જાય ને છેવટે એક દિવસ કાયમ માટે જાય. આ જાય તેમાં કાગળનો, તાર,

ટેલિફોનનો સંબંધ રહે છે, પાછા મળાય પણ છે. જ્યારે પેલું જવાનું થાય ત્યાંથી તો સમાચાર જ ન મળે, ન મળવાનું પણ બને ! દહેરાદૂન અમે પણ તમારે ત્યાં રહ્યા ને અહીં આવ્યા જે એ પેલા કાયમ માટે જવાની પ્રેક્ટિસ જેવું જ છે ને ! એક દિવસ બધાંથી છૂટા પડીને જવાનું જ છે. વરસમાં એક-બે વાર સ્વજનોથી છૂટા પડવાનું રાખવું જ જોઈએ. જેથી જે સંબંધોમાં માયા, મમતા છે તે હળવી થાય. ને જ્યારે કાયમ માટે જવાનું થાય ત્યારે બહુ દુઃખ ન થાય.

એક ભાઈ : મહારાજ, આપ અમારા મંદિરમાં આવો.

પૂ.શ્રી : તમારી બાજુના કોલાગઢમાં તો હું રહ્યો છું. પાણી ઉપર મારા ઉપવાસો શ્રી....ને ત્યાં થયા હતા. એક વાર તેઓ મને સવારની બસમાં તેમને ગામ લઈ જવા આવનાર હતા. મેં કહ્યું, ‘હું સવારની પહેલી બસમાં નથી આવવાનો. હું તો બપોર પછીની બસમાં જ આવીશ. છતાં તે ભાઈ લેવા આવી ગયા. મારા નિર્ણય પ્રમાણે હું બપોરની બસમાં જ નીકળ્યો. તેઓ પણ મારી સાથે જ આવ્યા ને માર્ગમાં ગરનાળું આવ્યું. ત્યારે તેઓ કહેવા લાગ્યા, સારુ થયું સવારે ન આવ્યા તે. કારણ સવારની પહેલી બસ પાણીમાં ફસાયેલી હતી.’

તે ભાઈ સારા માણસ હતા. તેમના પોતાના દીકરાનાં લગ્ન લેવાયા, બધી તૈયારી થઈ ગઈ ને આગલે દિવસે દીકરાએ કહ્યું, મારે નથી પરણવું. પિતા તરીકે તેમને એ વાતનો ખૂબ આઘાત લાગ્યો. મારી પાસે ઋષિકેશ આવ્યા. મને કહે, ‘મારે સંન્યાસ લેવો છે.’ મેં કહ્યું, ‘દીકરાએ લગ્નની ના પાડી તે કારણે તમે સંન્યાસ લેવા માગો છો તો તમારો એ સંન્યાસ ટકશે નહિ. છ માસ પછી ફરી તમારો દીકરો લગ્ન માટે હા પાડશે ત્યારે તમારા

જાન્યુઆરી : ૨૦૨૬

સંન્યાસનું શું થશે ?' ને સાથે જ છ માસ પછી દીકરાએ લગ્ન કર્યું !

પૂ.શ્રીએ આજે સરસ વાતો કરી. સમય થતાં સૌ છૂટા પડ્યા. સાંજે પાંચ વાગ્યે ફરવા ગયા. શ્રીલલિતપ્રસાદ સાથે હતા. માર્ગમાં કોઈનું મકાન બતાવી પૂ.શ્રીએ કહ્યું, 'એમણે મકાન તો બનાવ્યું પણ એક જ વરસ રહી શક્યા. ઘણી મોટી ઉંમરે મકાન બનાવે પછી એમાં રહેવાનું થોડું જ બને. યુવાનીમાં જ બંગલો બાંધી દે તો વધુ રહી શકાય.'

'યુવાનીમાં જ સાધનાનો બંગલો બાંધી દે તો પછી પ્રભુમય જીવનમાં આનંદ આનંદ છે.'

માર્ગમાં દરરોજની જેમ વિવિધ કક્ષાનાં ભાઈબેનો મળે છે. પૂ.શ્રી સૌ સાથે પ્રેમથી વાતો કરે છે.

આજે બપોરે મુલાકાત સમયે સખત વર્ષા થઈ. થોડી જ વારમાં સૂર્યનારાયણનાં દર્શન થયા. વર્ષા બંધ થઈ ગઈ. જૂન માસ છે એટલે પહાડમાં વરસાદ આવે જ. પણ ફરી પાછો વરસાદ બંધ પણ થઈ જાય. થોડી જ વારમાં માર્ગ ઉપર મસૂરીમાં ફરવા આવનાર વર્ગ ચાલુ થઈ જાય. વરસાદ સાથે ઠંડી પણ વધી જાય છે. પહાડી વિસ્તાર છે એટલે કુદરતી સૌંદર્યનો આનંદ અહીં મળી શકે છે.

સાંજે પૂ.શ્રી ફરવા નીકળે છે ત્યારે ઘણાં પરિચિત ભાઈબેનો મળે છે. તેઓ પોતાનો આનંદ વ્યક્ત કરતાં એક જ પ્રશ્ન પૂછતા જણાય છે, 'આપ આવ્યા, ખૂબ આનંદ થયો. ક્યાં સુધી રહેશો ?' પૂ.શ્રી કહે છે, 'જેવી પ્રભુની ઈચ્છા. જૂનના અંતે જઈશું.'

હરિ:ૐ હરિ:ૐ હરિ:ૐ

—❀— —શ્રી'મા' સર્વેશ્વરી

॥ દીક્ષાની દિવ્ય અનુભૂતિ ॥

(પૂ.શ્રી‘મા’ની શ્રીકલમે)

પૂજ્યશ્રીનો મંત્રોચ્ચાર અમારી અંદર જાણે પ્રવેશી શરીરના અણુ-પરમાણુમાં દિવ્ય રસ પાથરતા હતા. એ શબ્દો દિવ્ય શક્તિથી સંપન્ન હતા. અમારા અહંકારને હઠાવી તે પોતે જ જાણે શબ્દરૂપે પ્રતિષ્ઠિત થઈ ગયા. કર્ણ દ્વારા આત્મિક શક્તિ પ્રવેશી. મંત્રોના સામ્રાજ્યમાં અમે ખોવાઈ ગયા. અંદર પરમ ગુરુ બિરાજી ગયા હોય એમ એ મંત્ર બોલાતા હતા. શરીરના રોમેરોમમાં આનંદ ! દિવ્યતા ઘોળાઈ રહી હતી. આત્મા ઝંકૃત થઈ ઊઠ્યો. પૃથ્વી પર કોઈ અલૌકિક વાતાવરણ ખડું થઈ ગયું. સૂર્ય આવતાં અંધકાર હટી જાય, પૂર આવતાં બધું તણાઈ, જળ સ્વચ્છ બની જાય તેમ અતિ સ્વચ્છ, પવિત્ર પરમ પવિત્ર દિવ્ય અલૌકિક પ્રભાવથી દેહભાન જતું રહ્યું. સઘળું અદ્ભુત ! એ અદ્ભુત અનુભૂતિની સમાધિદશા પવિત્ર વિધિ પૂરી થતાં રોમ રોમમાં આનંદ શાંતિ હતાં. પૂજ્યશ્રીએ ‘અમારા થયાં, અમારાં માનીતાં થયાં.’ એમ કહેતાં એ મંગલ અવસર અલૌકિક રીતે પૂર્ણ થયો. એક ઐતિહાસિક ઘટના પછી અંતરમાં પ્રજ્ઞાનો પ્રકાશ પ્રતિષ્ઠિત થયો. દીક્ષાથી સાધક અને સદ્ગુરુ એક થયા. ખોવાયેલા ભક્તને ભગવાન શોધી લે. ભક્તનો આત્મા આવિર્ભૂત થાય. મસ્ત થાય, આશીર્વાદ પામી; પાવન ચરણ કમળમાં પાવન થયો.

—સંકલન



॥ पू.श्री'मा'नी विशिष्ट प्रशामपद्धति ॥

આપણે પ્રભુને પ્રશામ સિવાય કઈ સંપત્તિ ધરી શકીએ ? પ્રભુ, તમારા દ્વારે આવવા, આપના નિકટના સ્વજન રહેવા આ સાવ સાદી, સરળ ને સસ્તી વિધિ છે. આપે જ એ બતાવી છે તો આ સાધના જીવનભર, જન્મોજનમ અખંડ રહે એમ કરજો. બીજું સઘળું ભૂલાવો, છોડાવો, તોડાવો, સઘળાં વળગણો ધૂળભેગાં કરી માત્ર આપનું સ્મરણ દર્શન કરાવો. આપમાં જ આ ઓગળે. પોકાર સાંભળી, આ જ ભિક્ષા, આ જ પદ, આ જ દાન આપો. સર્વસ્વ છોડાવી, આપમાં જ સમાવી લો.

‘મા’ને આ પ્રશામપદ્ધતિ પહેલવહેલી સ્ફૂરી ગંગાજીને કિનારે !

૧૦૮ પ્રશામ ૧૯૮૮માં વડોદરામાં નાળિયેર પાણી પર રહ્યા પછી '૯૦ થી કાયમી થઈ ગયા. પહેલી જાન્યુઆરીથી શરૂઆત કરેલી. હવે નિયમિત થાય છે. ધીરેધીરે વધાર્યા. ૧૫ વર્ષથી નિયમિત થાય છે. બાકી રહેલા દ્વિગુણિત કરીને પૂરા કરેલા. અકસ્માતના માનસિક પ્રશામ પછી પૂરા કરેલા. ‘મા’ શા માટે ગણતરી રાખે ? એકાદ ઓછો થઈ જાય તો પ્રભુના ચોપડામાં કાળી લાઈન થઈ જાય. માટે નિયમ જરૂરી. આગોતરા કરી લેવા. છટકબારી ન શોધવી. નિયમ પ્રાણાન્તે પણ ન ત્યજવા.

પ્રશામથી આરોગ્ય-એકાગ્રતા બંને સચવાય છે.

પ્રભુ પ્રત્યક્ષ ઊભા છે એટલે એમનાં શ્રીચરણકમળનું દર્શન કરતાં, ધ્યાન કરવાનું. ધ્યાન મનમાં કરી, પ્રશામ કરવાના. દરેક પ્રશામે પ્રભુ આશીર્વાદ આપ્યે જાય છે. પ્રભુ પ્રશામ જુએ છે, સાંભળે છે, અનુભવે છે.

—સંકલન

॥ प्रणाम हो ॥

‘प्रभु, प्रणाम हो, प्रणाम हो, प्रणाम हो.
अमने मानवदेह धर्यो अेना प्रणाम.
अमने शोधी लीधा अेना प्रणाम.
अमने शरशे लीधा अेना प्रणाम
सदा सत्संगमां राध्या
साधनानी ईश्वरा जगाडी
व्रत, तप, जप सर्व माटे अनुकूलता करी आपी
भक्त-सेवकनो प्रेम धर्यो
प्रेमाण मातापिता आध्यां, सरस शिक्षण आध्यां.
सर्व स्थणे सर्व प्रकारे रक्षा करी
अमारा अपराधोने क्षमा आपी.
संनिधिसुख धर्युं, आरोग्यसुख धर्युं.
तो प्रभु, आपना प्रणामनो पात्र बनावो
आशीर्वाद आपो.
दर्शन दई समावी लो.
स्मरणमां राधो, रहो. कृपा करो.
आपना अनंत उपकारोने प्रणाम.’

—श्री‘मा’ सर्वेश्वरी



॥ યોગ ॥

યોગ એક ઘણો જ આકર્ષક, મોહક અને પ્રેરક શબ્દ છે. આજકાલ ધરતીના મોટાભાગના દેશોમાં આનો અધિક માત્રામાં સહજરૂપે પ્રયોગ થાય છે. આના વિષયમાં સાંભળવું હંમેશાં જાદુ જેવું લાગે છે. મોટાભાગના લોકો આમા તીવ્ર અને સક્રિય અભિરુચિ ધરાવે છે. આ એક શુભદાયક અને પ્રેરણાત્મક સંકેત છે. છતાંય વિશ્વાસપૂર્વક નિઃસંદેહરૂપે આ નથી કહી શકાતું કે જે પણ વ્યક્તિ યોગમાં અભિરુચિ રાખે છે. એને આનો મહિમા સમજાય જાય છે. અથવા એનો સંપૂર્ણ સ્પષ્ટ વિચાર અથવા એની છબી પોતાની મનની આંખોની સામે ઉપસ્થિત કરી લે છે. અમુક લોકોનો વિશ્વાસ છે કે યોગ એટલે અમુક અસાધારણ સત્યોને પ્રાપ્ત કરી એમનું પ્રદર્શન કરવું. બીજા લોકોની ધારણા છે કે આ મોટા ભાગે અમુક આસનો, પ્રાણાયામો અને ષટ્ ક્રિયાઓનું પ્રદર્શન તો અભ્યાસ છે. અમુક લોકો અલૌકિક ચેતનાને, કાય ખાવાની પ્રક્રિયાને, આંતરિક શક્તિને, એટલે કે જમીન ઉપર સૂઈ જઈ મોટાથી મોટા રોલર અથવા વાહનને છાતી ઉપરથી પસાર કરવાની ક્રિયાને લોકો યોગથી સિદ્ધ થતી માને છે. ચહેરાઓ વાંચવા, ભાગ્ય કહેવું, ભવિષ્ય ભાખવું અને વ્યક્તિના મનની ગૂઢ પ્રક્રિયાને તથા ભૂતકાળને જાણવાની ક્રિયાને પણ અમુક લોકો યોગ સાથે જોડે છે. થોડા લોકો એમ પણ વિચારે છે કે આ બાહ્ય વસ્તુઓનો ત્યાગ કરવો, લૌકિક સંબંધોથી નાતો તોડવો, એ યોગ છે. અમુક લોકો માને છે કે આ વેશ ધારણ, નામ, કાર્ય તથા વાતાવરણ બતાવ્યું તે યોગ છે. નિશ્ચિતપણે યોગનો વાસ્તવિક અર્થ ઘણી જગ્યાએ ખોટો સમજાયો છે. આપણે આને સંપૂર્ણરૂપથી

સમજવાનો પ્રયત્ન કરીએ.

મહાકવિ કાલિદાસ એક મહાન, પ્રસિદ્ધ અને ઉચ્ચ કોટિની કાવ્યકૃતિ ‘મેઘદૂત’ની રચના કરી ચૂક્યા છે. જેમાં એમણે હૃદયવિદારક, કરુણામય યક્ષની કથાનું વર્ણન કર્યું છે. હિમાલયમાં સ્થિત દેવોની નગરી અલકાપુરીના કોઈ યક્ષને કુબેરના શાપના લીધે પોતાનો રાજમહેલ, ગૃહિણી, જન્મભૂમિ અને વૈભવને ત્યજવાં પડ્યાં. એણે ધરતી પર એક સ્થાનેથી બીજા સ્થાને ભટકતાં ભટકતાં અંતમાં અતિ મનોહર રામગિરિ આશ્રમમાં આશ્રય લીધો. એણે વિરહની પીડાને અત્યધિક ભોગવી એક ક્ષણ માટે પણ પોતાની પ્રિયતમાને ભૂલી ન શક્યો. શાપની સમાપ્તિની અવધિ સુધી એને પ્રતીક્ષા કરવી પડી. અત્યધિક વિરહના દિવસોમાં વર્ષાઋતુના આરંભિક દિવસોમાં એણે એકાએક અષાઢી વાદળને જોયું. એ વાદળ ઉત્તર દિશામાં યક્ષની પ્રિયતમાની નગરી, અલકાપુરી તરફ જઈ રહ્યું હતું. વર્ષાના વાદળને દૂતના રૂપમાં કલ્પના કરતાં અનેક માઈલ દૂર હિમાલયમાં શ્વાસ લેતી પોતાની પ્રિયતમાને એણે એક સંદેશો મોકલ્યો. સાહિત્યિક કૃતિનો આ મૂળ આધાર છે.

‘મેઘદૂત’ નામ પોતે જ સાર્થક છે. આપણને એના કથાનક તથા કાવ્યતત્ત્વના ગુણો સાથે લેવા-દેવા નથી કે નથી કવિતાના ગુણદોષોને શોધવાનું આપણું લક્ષ્ય. પણ જો ‘મેઘદૂત’ની રચનામાં તાત્ત્વિક, આધ્યાત્મિક, વિચારસરણી, વિલક્ષણતા અથવા તર્ક હોય તો આપણું મુખ્ય પ્રયોજન એ વિશે વિચારવાનું છે. મેં એના ઉદ્દેશ્ય ઉપર ઘણી વખત ધ્યાનથી વિચાર કર્યો છે અને હું એ નિર્ણય ઉપર પહોંચ્યો છું કે ઐતિહાસિક, પારંપરિક કથામાં આધ્યાત્મિક મહત્તા પણ છે, આ કાવ્યને ઔપચારિકરૂપે

વાંચવાથી એનો મહિમા સમજાતો નથી. ધરતી પર શ્વાસ લેનાર હરેક વ્યક્તિ એક યક્ષ છે, જેમાં અધૂરાપણે ગ્લાનિ, ભ્રમ, બેચેની, બંધન અને અજ્ઞાન છે. આ યક્ષ કોઈના કોઈ શાપનો શિકાર છે. પ્રત્યેક આત્મા મૂળરૂપે અને બેશક દૈવિક, સ્વતંત્ર અને પરિપૂર્ણ છે વેદનું કથન છે. અથમાત્મા બ્રહ્મ આત્મા સર્વોચ્ચ શક્તિમાન ઈશ્વર છે. તત્ત્વમસિ તમે એ જ છો. રુદ્ધોઽસિ, બુદ્ધોઽસિ, નિરંજનોઽસિ સંસારમાયાપરિવર્જિતોઽસિ તમે દિવ્ય, પવિત્ર, સદા દૈદીપ્યમાન કલ્યાણકારી, નિર્દોષ લૌકિકજીવન અથવા બ્રહ્માંડનો પ્રભાવ કે પ્રતિભાવથી મુક્ત છો. દેવનગરી અલકાપુરીમાં જે આત્મિક શાંતિ છે તે તૃપ્તિ અને પરિપૂર્ણતાથી સર્વાધિકારી છે. પોતાના કર્મોને લીધે પૂરી રીતે એના અધિકાર છીનવી લીધા. જેથી એની હાલત દયનીય થઈ ગઈ અધિકાર છીનવી લીધેલી વ્યક્તિ ક્યારેય આનંદ અને સ્થિરતાનો અનુભવ કરી શકતી નથી. એ સદા નિરાશ, ઉદાસ અને વિરહાવસ્થામાં વિલાપ કરવાવાળો હોય છે. આ વિયોગથી કેમ કરી બચવું અને પોતાની દૈનિક અનુભવાતી સર્વદા સુખશાંતિમાં કેવી રીતે રહેવું ? ત્યાં કોઈ સંદેશવાહક અથવા આધ્યાત્મિક નિર્દેશક આવશ્યક છે. એ મેઘની જેમ વર્ષાના વાદળ સમાન છે. એ પ્રેમ દયા વગેરેથી ભરપૂર છે. એ પરિપૂર્ણતાના પથનું માર્ગદર્શન કરશે અને સંપૂર્ણ સ્વતંત્રતાની તરફ લઈ જશે. વિરહવેદના અંતમાં સમાપ્ત થઈ જાય છે અને આત્મા દેવનગરી અલકાપુરીમાં સ્થિરતા પામે છે. એ સમયોગને પ્રાપ્ત કરશે ત્યાં આત્મા અને પરમાત્મા એકબીજામાં વિલીન થઈ જાય છે. એ જ યોગનો સાર અથવા મહિમા છે. કોઈપણ વિષય, માર્ગ, પશ્ચાતાપ યા સાધના એવી સિદ્ધિની પ્રાપ્તિ માટે સહાય કરે. ભારતીય શાસ્ત્રોમાં એને

યોગ કહે છે. આ કેવળ પ્રાપ્તિ નથી પરંતુ સ્થાપના પણ છે. સંપૂર્ણ વ્યક્તિત્વનું પરિપૂર્ણ પરિવર્તન, મહોન્નતિ, વિશુદ્ધિકરણ, વિચાર, આકાંક્ષા, કર્મ, સ્વભાવ, વ્યવહાર પોતાની અજ્ઞાનતાથી સ્વાનુભવ સુધી, સ્વયં સમૃદ્ધિ સુધી, કલ્પનાથી યથાર્થની તરફ, ઉદાસીથી ઉલ્લાસ તરફ, ગ્લાનિથી આત્મસંતોષની તરફ, ભયંકર મૃત્યુથી તેજસ્વી જીવનની તરફ, વિસ્થાપનાથી પુનઃ સ્થાપનાની તરફ, અપૂર્ણતાથી પરિપૂર્ણતા સુધી વિયોગથી અમર યોગ સુધી આ માર્ગ દ્વારા વ્યક્તિ પહોંચી શકે છે.

પતંજલિ દ્વારા રચિત પ્રાચીનતમ પ્રામાણિક બૌદ્ધિક, વૈજ્ઞાનિક અને આધ્યાત્મિક લેખન ને ‘પતંજલિ યોગદર્શન’ કહેવામાં આવે છે. એ અજોડ છે ક્યાંય એની સરખામણી થઈ શકે તેવું નથી એના સંકલનના આટલાં વર્ષો પછી પણ એ અજોડ છે એ અમૂલ્ય અતિ પવિત્ર પુસ્તકમાં એમણે બીજાઓની ઉપયોગિતા માટે યોગની પ્રસન્નચિત્ત, યથાર્થ યોગની આદર્શ છબીનું ચિત્રણ કર્યું છે. ઉપરોક્ત પુસ્તકના સૂત્રોમાં એમણે યોગના આઠ પ્રકારો—યમ, નિયમ, આસન, પ્રાણાયામ, પ્રત્યાહાર, ધારણા, ધ્યાન અને સમાધિનો ઉલ્લેખ કર્યો છે એના ઉપર પ્રકાશ પાડવાવાળું સૂત્ર છે—યમ નિયમાસન પ્રાણાયામ પ્રત્યાહાર ધારણા ધ્યાનસ્તમાઘયો અષ્ટવક્રાનિ સાધકની સર્વદા પ્રગતિ માટે આ સૂત્ર બતાવ્યું છે. યમ અને નિયમ વ્યક્તિના આંતરિક અને બાહ્ય શુદ્ધિકરણ પર જોર આપે છે. આ શુદ્ધિકરણ ઉત્તમ, સ્વાભાવિક લક્ષણોના સમન્વયથી પ્રાપ્ત થાય છે. આસનોના અભ્યાસથી શરીરને આરોગ્ય, જોશ અને શક્તિ મળે છે. પ્રાણાયામ એ જરૂરી માર્ગ છે. જેના દ્વારા શ્વાસપ્રક્રિયાને નિયમિત કરવામાં આવે છે અને એની પાછળ છૂપાયેલી પ્રાણશક્તિને ટકાવી શકાય છે. પ્રત્યાહાર, ધારણા અને અભ્યાસથી મન પવિત્ર, સ્થિર,

શક્તિશાળી એકાગ્ર તથા શાંત થાય છે સમાધિની મદદથી મન આંતરિક દૈવિક ક્ષીરસાગરમાં ડૂબકી લગાવે છે. અને એમાં લીન થઈ જાય છે. સંક્ષેપમાં યોગ આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રની ચાર સિદ્ધિઓમાં સફળ થાય છે. (૧) મનનું શુદ્ધિકરણ (૨) મનની એકાગ્રતા (૩) મનની શાંતિ અને એકાગ્રતા અને (૪) મનને જ્યાં આત્મજ્ઞાન મળે ત્યાં સુધી પહોંચાડવું.

યોગનો અભ્યાસ દૈનિક જીવનમાં કરવો જોઈએ એક આદર્શ યોગી માનસિક શાંતિનો અનુભવ કરે છે સમાધિ અને જાગ્રતાવસ્થામાં પણ એ પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર કરે છે, ભલે એ હિમાલયમાં રહે या હોલીવુડમાં, એવરેસ્ટ ઉપર રહે અથવા નગર વચ્ચે બજારમાં, એનું મન અપ્રભાવિત, જ્યોતિર્મય, બંધનરહિત, દિવ્ય અને ઉત્કૃષ્ટ રહે છે. એ હંમેશાં દિવ્યપ્રકાશનો ચારેબાજુ અનુભવ કરે છે. એ હંમેશાં પોતાના અંતરના બળથી જોડાયેલો રહે છે એ સર્વથા અહમ્, મદ, કામ, ક્રોધ, મત્સર અને મોહથી સ્વતંત્ર રહે છે. એ પોતાના જીવનનું ઈશ્વરની બલિવેદી ઉપર સંપૂર્ણ હૃદયથી અને સ્વાભાવિક રૂપથી બલિદાન આપે છે. એ પોતાના સમય, શક્તિ, અનુભવ અને જ્ઞાનને બીજાની ઉન્નતિ માટે ઉપયોગમાં લાવે છે. એ એવી રીતે પોતાને સમાજની એક અમૂલ્ય સજીવ સંપત્તિ સાબિત કરે છે. પોતાની એક ઝલક બતાવવા મહર્ષિ પતંજલિ પોતાના બીજા સૂત્રમાં કહે છે—યોગશ્રિત્તવૃત્તિનિરોધઃ

વિચારો અને આકાંક્ષાઓથી ભરપૂર મનને નિયમિત કરવું જ યોગ છે પરંતુ મનને નિયંત્રિત કરવું, રોકવું કે સ્થિર કરવું, કે વિનિમય કરવો જ યોગ નથી સુષુપ્તિ અથવા પ્રગાઢ નિંદ્રાવસ્થામાં, મૂર્છાની અવસ્થામાં, કલોરોફોર્મના પ્રભાવમાં,

માદક દવાઓ, ગોળીઓ અને ઈન્જેક્શનોથી પણ મન સરળતાથી સભાન થઈ શકે છે માત્ર મનની ક્રિયાઓ અટકી જવાથી વ્યક્તિ યોગી છે એવું કહી શકાતું નથી. વ્યક્તિ હોશમાં આવ્યા પછી પણ પહેલાં જેવું જ જીવન જીવે છે એનામાં કોઈપણ માનસિક અથવા આધ્યાત્મિક પરિવર્તન અથવા ઉન્નતિ આવતી નથી. યોગ એ કોઈ યાંત્રિક, નિર્જીવ, પ્રગતિહીન માનસિક સ્થિતિ નથી આ આત્મ-સાક્ષાત્કાર અને અસ્તિત્વનું પરિવર્તન વિકાસ અને આત્મન્વેષણનું સર્વોચ્ચ શિખર છે એ જાગ્રતાવસ્થાને પણ અસર કરે છે તે વિશિષ્ટ મુખ્ય અસરને મહર્ષિ પતંજલિના યોગદર્શનના ત્રીજા સૂત્રમાં સૂક્ષ્મ રીતે દર્શાવવામાં આવી છે—તદા દષ્ટુઃ સ્વરૂપેઽવસ્થાનમ્ ।

સમાધિની અવસ્થામાં મન નિઃશબ્દ થઈ જાય છે. સતત ધ્યાનના અભ્યાસને કારણે સત્યના અભિલાષી અથવા આધ્યાત્મિક યાચક પોતાના યથાર્થ, મૌલિક અત્યાર સુધી અજ્ઞાત દૈવિક મૂળ અથવા આત્મામાં સ્થિર થઈ જાય છે. ભગવાન શ્રીકૃષ્ણએ પણ પોતાની ભગવદ્ગીતાના છઠ્ઠા અધ્યાયમાં આના જેવા જ આશ્ચર્યજનક ભાવો ઉપર વ્યાખ્યાન આપ્યું છે અને પોતાનું કથન આ પ્રમાણે આપ્યું છે. પત્રો પરમતે ચિતં નિબદ્ધં યોગસ્તે વયા...વિ

યોગની મદદથી મન સંપૂર્ણતઃ સ્થિર થઈ જાય છે. ત્યારે યોગી આ અનુભૂતિમાં પોતાનો સાક્ષાત્કાર કરે છે. આનંદ શાંતિ અને પ્રસન્નતાને પ્રાપ્ત થાય છે. જે સમૃદ્ધ મૂળ આધાર અનંત સર્વોત્તમ પરંતુ વિવેકથી સમજવા યોગ્ય અથવા અનુભવ કરવા યોગ્ય છે. આનો સૌથી મોટો ફાયદો એ છે આના સન્મુખ બીજો કોઈપણ લાભ ટકી શકતો નથી. આ એવી સ્થિતિ છે જેમાં

વેદનાથી સંબંધિત દરેક વસ્તુ અદૃશ્ય કાં તો મટાડી દેવામાં આવે છે—આને જ યોગ કહેવાય છે વ્યક્તિએ દૃઢ નિશ્ચયપૂર્વક, ઉત્સાહથી, સંપૂર્ણ મનથી, ધર્મનિષ્ઠાથી વગર સુસ્તીએ, વગર થાક્યે, વગર નિરાશ થયે યોગનો અભ્યાસ કરવો જોઈએ.

અહીં ભગવદ્ગીતાનું કથન છે કે વેદનાના સંબંધથી વેગળા થવું જ યોગ છે. પરંતુ આ સંબંધનું મૂળ કારણ શું છે ? મહર્ષિ પોતાના એક સૂત્રમાં પરોક્ષરૂપે કહે છે—તસ્ય હેતુરવિદ્યા સ્વયંથી અનજ્ઞાન, પોતાને ન જાણવું અથવા નહિ ઓળખવું જ વેદના, બંધન અને અસંતુષ્ટિનું મૂળ કારણ છે. ઉચ્ચકોટિની ચેતનાવસ્થાની સ્થિતિમાં સ્વયંનું આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય છે અને અજ્ઞાનતાની સમાપ્તિ થઈ જાય છે. અર્થાત્ આત્મજ્ઞાનના અથવા આધ્યાત્મિક પ્રકાશનું સજીવ માધ્યમ છે એ મન અથવા આધ્યાત્મિકતાનું કોઈ નિર્જીવ પરાક્રમ અથવા પરિપૂર્તિ નથી.

ઉચ્ચ કોટિની ચેતનાવસ્થામાં તથા એના પછી પણ યોગીનું મન સંતુલન પ્રાપ્ત કરે છે એમાં કોઈપણ ભાવનાનો તરંગ ઉઠતો નથી લૌકિક પ્રાપંચિક ક્રિયા-પ્રતિક્રિયાઓથી એ સદૈવ બાધા રહિત રહે છે અને આવો યોગી પોતાને વિશ્વમાં દરેક ઠેકાણે જોઈ શકે છે એનું મન સુખ-દુઃખમાં, લાભ-નષ્ટમાં પૂરોગતિ અને આપત્તિમાં, શત્રુ અથવા મિત્રો વચ્ચે શાંત રહે છે. અને નિર્વ્યાકુલ રહે છે. એ માટે ‘ગીતા’ યોગનું એક બીજું નિર્વચન આપતાં કહે છે—સમત્વં યોગમુચ્યતે સુશિક્ષિત અને આત્મજ્ઞાની યોગી સમસ્ત સૃષ્ટિને ઈશ્વરનું શરીર સમજી જુએ છે.

શ્રીમહર્ષિ પતંજલિના યોગદર્શન દ્વારા આપણને ચોંકાવવાવાળી વાતોની ખબર પડે છે કે અગર એ યોગાભ્યાસના અનુશાસનમાં રહે તો અલૌકિક શક્તિઓને

અથવા સિદ્ધિઓને પામી શકે છે. દર્શનના વિભૂતિપાદમાં આવી શક્તિઓનો અથવા સિદ્ધિઓનો ઉલ્લેખ મળે છે. એમાંથી થોડાકનાં વર્ણન આપણો અર્થ સિદ્ધ કરવા માટે પર્યાપ્ત છે. —ધ્રુવન જાર્ન સૂર્યે સંમયાત્ સૂર્ય ઉપર એકાગ્રતા કરવાથી કોઈપણ વ્યક્તિને નક્ષત્રોનું જ્ઞાન થઈ શકે છે. —નાભિચક્રે કાયવ્યૂહજાનમ્ નાભિ ઉપર એકાગ્રતા કરવાથી કોઈને પણ શરીરનું જ્ઞાન થઈ શકે છે. —કંઠકૂળે ક્ષત્પિપાસા નિવૃત્તિઃ કંઠરૂપ પર એકાગ્રતા કરવાથી આપણે ભૂખ તથા તરસ મટાડી શકીએ છીએ. એમાં પૂર્વજન્મનું જ્ઞાન, ભવિષ્યની શક્યતાઓ પંચભૂતો ઉપર નિયંત્રણ અને વિજય અને બીજી શક્તિઓનું પણ વર્ણન કરી શકાય છે. પરંતુ સાથે જ આપણે સ્પષ્ટ કરવું છે કે એક આદર્શ યોગી આ બધા ઉપર અથવા કોઈ એક શક્તિ ઉપર જરૂરતથી વધારે મહત્ત્વ નહિ આપે અને ક્યારેય એમનાથી સંબંધ જોડતો નથી એના ઉપર મોહિત પણ થતો નથી એની ક્ષણિકતા અને સીમાઓને ઓળખી, માર્ગથી જુદા ન પડી પેલી શક્તિઓની પરિપૂર્ણરૂપથી તટસ્થ અને અલગ રહે છે. આત્મજ્ઞાનના માર્ગ પર ચાલી પડે છે તદુપરાંત પોતાને પવિત્ર કરી દરેક પ્રકારના વિકારોના બીજનો નાશ કરી અંતમાં સંપૂર્ણ મુક્તિ અથવા જીવનભરની સ્વતંત્રતામાં પોતાને સ્થિર કરી દે છે મહાન ઋષિ ભારપૂર્વક લખે છે કે — તદ્વૈરાગ્યાદપિ સર્વદોષબીજક્ષયે કૈવલયમ્

અગ્રતમ સિદ્ધિ અથવા અલૌકિક માનવશક્તિ જ આત્મજ્ઞાન છે આધ્યાત્મિક તીર્થયાત્રી માટે કામ, ક્રોધ, અહમ્ પાશવિક વૃત્તિઓ અને મોહમાયાથી સ્વતંત્ર રહેવું જ સર્વોચ્ચ પ્રાપ્તિ છે. મનને જીતવું, ઈન્દ્રિયો ઉપર વિજય પ્રાપ્ત કરવો અને પોતાને જીતવું જ સૌથી મોટી જીત છે આની ચાહત રહેવી જોઈએ આ

લાભદાયક છે. બીજી લૌકિક બાહ્ય જીત રસ્તેથી ભટકાવી દે છે અને ક્યારે પણ માનવને ઘમંડી બનાવી દે છે. પદાર્થોના અધિપતિ બનવાથી વ્યક્તિ શાંતિ અને પરિપૂર્ણતા નથી પામતો, પરંતુ આત્મા પર અધિકાર મેળવવાથી વ્યક્તિને શાંતિ અને પરિપૂર્ણતા મળી શકે છે. મહાન શક્તિશાળી યોગી યાંગ દેવનું દૃષ્ટાંત આ તથ્ય સાથે ન્યાય કરે છે. એણે પદાર્થ ઉપર અધિકાર મેળવ્યો. વ્યાઘ્ર ઉપર સવાર થઈ, એક હાથમાં સાપને લઈ મહાન સંત જ્ઞાનેશ્વરને મળવા નીકળી પડ્યા. જ્ઞાનેશ્વરે એક જર્જરિત મકાનની દિવાલની તરફ ઈશારો કરી એ દિવાલને યાંગદેવનું સ્વાગત કરવા આદેશ આપ્યો. દિવાલ યાંગદેવ તરફ ધસી પડી. યાંગદેવ આશ્ચર્યચકિત થયો એનો ઘમંડ નષ્ટ થયા પછી એણે મહાન જ્ઞાનેશ્વરને સાષ્ટાંગ નમસ્કાર કર્યા અને જ્ઞાનેશ્વરની શરણાગતિ સ્વીકાર કરતાં કહ્યું કે “મેં બાહરી દુનિયાને જીતી લીધી પરંતુ તમે અંદરની.” તમે મારા કરતાં પણ અધિક જ્ઞાની છો મને તમારો શિષ્ય સ્વીકાર કરો, મારા ઉપર દયા વર્ષાવો અને મહેરબાની કરો.

મહાન ગુરુ જ્ઞાનેશ્વરે એનો સ્વીકાર કર્યો અને પછી એને પરિપૂર્ણતા તરફ જતો તીર્થયાત્રાનો પવિત્ર માર્ગ ચીંધ્યો, જ્ઞાનેશ્વરના બતાવેલા માર્ગનું અનુસરણ કરી અંતમાં એ ધન્ય થઈ ગયો.

મૂંડકોપનિષદમાં આપણને અનેક મોહક વિચારોને ઉત્તેજિત કરવાવાળા પ્રમુખ શ્લોકો નજરે પડે છે આપણે એમને વાંચી જાણીએ. —દ્વા સુપર્ણા સયુજા સખાયા સમાનં વૃક્ષં પરિષ્વજાતે ।

સમાને વૃક્ષે પુરુષ નિમગ્નોઽનાશય શોચતિ મુહ્યમાનઃ ॥

ઋષિ આપણને કલ્પના કરવામાં સહાયતા કરે છે કે એક જ

ઝાડ ઉપર બે પક્ષી રહે છે જેમના વર્ણ સરખા છે પાંખો સરખી છે, આકૃતિ પણ સરખી છે. તેઓ આદિકાળથી જોડકાં અને સાથી છે. એમનામાંથી એક સ્વાદિષ્ટ ફળોનો સ્વાદ માણે છે. જ્યારે બીજું માત્ર એને જોયા કરે છે. અને કશું પણ ખાતું નથી. બીજા શ્લોકમાં પૂજનીય ઋષિ આ શ્લોકનો મહિમા સમજાવતાં કહે છે કે એ જ ઝાડના ભૌતિક શરીર અથવા બ્રહ્માંડમાં અનંતકાળથી બે સાથી રહે છે. બે પક્ષી પુરુષ અને પરમ પુરુષ અથવા પરમાત્મા પુરુષ પોતાના કર્મોના ફળોના કારણે દુઃખી થાય છે. અને ભ્રમોથી મોહી જાય છે. સૃષ્ટિના એકમાત્ર સર્વશક્તિમાન નિયંતાના ધ્યાનમાં અને એની તેજોમય ગુરુતાના મનનમાં એ સ્વયંનો સાક્ષાત્કાર પ્રાપ્ત કરે છે. ત્યારે એ સમ્મોહનથી સ્વતંત્ર અને સંતુષ્ટ થાય છે. એની ઉદાસીનતા ઓછી થાય છે. અને સંપૂર્ણપણે નાશ પામે છે. સદા શાંતિ અને સંતુષ્ટિના સમુદ્રમાં એ પૂર્ણરૂપે ડૂબકી લગાડે છે.

એવું લાગે છે કે ધરતી પર મનુષ્ય ભ્રમના વશમાં રહે છે થોડાના અભ્યાસથી એ આ ભ્રમમાંથી બહાર આવી શકે છે. માયાજાળ હંમેશાં માટે સમાપ્ત થઈ જાય છે. ચાલો, આપણે પ્રયંડ વિશ્વાસ, દૂરદૃષ્ટિ, સૂઝબૂઝ, ઉત્સાહ સાથે આનો અભ્યાસ કરીએ.

—શ્રીયોગેશ્વરજી

(મસૂરી ૨૧/૬/૧૯૭૭)

મંગળવાર



॥ ध्यानमग्नता ॥

આજકાલ “ધ્યાન” શબ્દ ખૂબ જ પ્રસિદ્ધ અને સુપરિચિત લાગશે. લૌકિક અને અધ્યાત્મિકતાના વાંદ્વુઓ પણ અધિક સંખ્યામાં આ વિષયમાં કુતૂહલ રાખે છે. વ્યક્તિગતરૂપે મનન કરે છે, પ્રપંચના અનેક પ્રદેશોમાં ચાલતી ધ્યાનની શિક્ષા-શાળાઓમાં ઉપસ્થિત થાય છે. આવું કુતૂહલ છે તો પ્રશંસનીય અને પ્રોત્સાહનીય, પરંતુ આ કહી ના શકાય કે બધા જ ચાહક અને સાધક ધ્યાનકલાના કૌશલ્યને જાણે જ છે. ધ્યાનની પ્રમુખતા, કુશળતા અને સફળતાને સમજ્યા વગર કોઈપણ ધ્યાનના મૂળાધાર ફાયદાને લઈ શકતો નથી. એના માટે આપણે આ વિષય ઉપર સવિધાન અને સાવધાનરૂપથી ચિંતન-મનન કરવું જોઈએ.

પ્રથમ અને પ્રધાન પ્રશ્ન કે “આ ધ્યાન શા માટે ?” આપણી આજુબાજુ ઘણા લોકો વ્યથિત જીવન જીવે છે, શાંતિ અથવા સુખનો અનુભવ એ કરતાં નથી, ચિડચિડા થઈ જાય છે. હંમેશાં કે જ્યારે ત્યારે રડતાં રહે છે, દિમાગની કમજોરીના શિકાર થાય છે. રોજબરોજના કામોમાં પ્રેમ અને પ્રોત્સાહનની સાથે જોડાઈ શકતા નથી એ ઊંઘી પણ નથી શકતાં, નિદ્રા માટે શમનકારી દ્રવ્યોની, માદક પદાર્થો વગેરેની એમને આદત થઈ જાય છે. માનસિક અશાંતિ તો સર્વત્ર ધૂમ મચાવે છે. આ ઉપરાંત પણ કરોડપતિઓમાં, વિદ્વાનોમાં, રાજકીય નેતાઓમાં, સંસારીઓમાં, ત્યાગીઓમાં પણ સમયની આ માગ છે કે મનોવિરામ, સંતોષ, શાંતિ, સુખ, સમરસતા અને સ્થિરતા-આપણે કેવી રીતે પ્રાપ્ત કરી શકીએ ? જવાબ, એક સૌથી યોગ્ય જવાબ છે કે “ધ્યાન”. આજ એક નિશ્ચિતરૂપે સમુન્નત ઈલાજ છે. ધ્યાનનો, નિયમિત સમયાનુસાર, વિના અવરોધ, ઉત્સાહપૂર્વક અભ્યાસ કરવાથી, જ્ઞાનતંતુના તંત્ર અને મન એક શીતળ, અચળ, નિર્મળ અને વિરલ સ્વરૂપને પ્રાપ્ત થાય છે. મનોબળ ક્ષણે-ક્ષણે સ્વયં બળથી બળવત્તર થાય છે. સુષુપ્તિ અથવા પ્રગાઢ નિદ્રાની પ્રાપ્તિ કરી શકાય છે. મનની ચંચળતા,

અતૃપ્તિ, અનિયમિતતા અને ચિડચીડીયાપણું અદૃશ્ય થઈ જાય છે. એક નવીન પ્રગતિનો સૂક્ષ્મમાર્ગ ખૂલી જાય છે. એક અદ્વિતીય શક્તિ, શાંતિ અને સુખનું મૂળ મળી જશે અને એક વિશ્રાંતિ પ્રાપ્ત થશે. અંદરથી અબાધ આકર્ષણના ઝરાઓ ફૂટી નીકળે છે. અને અંતરાત્માથી અનિર્વચનીય સંતોષનો સમુદ્ર મધુરમય સ્વરમાં ગાયન કરશે.

આ વ્યાવહારિક જીવન પર પણ પ્રભાવ પાડે છે. મનુષ્ય પોતાના બાહ્ય જીવનમાં વધુને વધુ ધ્યાનબદ્ધ, પવિત્ર, સાધુ, મમતામય, શાંત, ન્યાયશીલ, સેવાભાવી, વિનયશીલ, ઉદાત્ત, નિર્મોહી અને અનાસક્ત થતો જાય છે. એ સારી રીતે કામકાજ કરશે, પોતાના કર્તવ્યને વિશ્વસનીયરૂપે નિભાવશે. વિપરીત વાતાવરણમાં રહીને પણ પ્રલોભનોનો શિકાર નહિ થાય. એ નિર્ભય અને આત્મગૌરવવાળો બને છે. અનેક વાસનાભરી વસ્તુઓના મધ્યે પણ અનાસક્ત શ્વાસ લે છે. કાદવમાં અવરોધ વિના માત્ર કમળની જેમ જીવન જીવે છે.

આવા અનાસક્ત કર્તવ્યબદ્ધ આદર્શ-સંવાદી પુરુષ સમાજમાં બહુ ઓછા છે. આપણા ચારેબાજુના વાતાવરણને ઉન્નત સ્થિરતા તરફ લઈ જવા અને એને સર્વશ્રેષ્ઠ બનાવવા માટે આવા લોકોની વધારેને વધારે ખૂબ જ જરૂર છે. આ લક્ષ્યના સાક્ષાત્કાર માટે “ધ્યાન” એક અત્યધિક પ્રયંડ પ્રભાવશાળી ભાગ ભજવે છે. એ માટે આ અનિવાર્ય છે. દરેકે આનો લાભ લેવો જોઈએ. આપણા વ્યક્તિત્વમાં શાંતિ, સ્થિરતા, યથાર્થ, ઉલ્લાસ અથવા સમરસતા સિવાય ઘણું બધું છે. જો આ ના હોય તો કેવું રહેશે ?

આપણી જીવનશક્તિ પ્રતિષ્ઠા, પ્રગતિ, સંપત્તિ, વૈભવ, સૌંદર્યને પ્રાપ્ત થાય પરંતુ કામ અને ક્રોધના કારણે શૂન્ય બની તૃપ્તિ માટે તડપે તો કેવું રહેશે ? કલ્પનાઓ ને કર્મોના વચ્ચે લૌકિક-અલૌકિક જગતોના વચ્ચે, સુખ અને દુઃખના વચ્ચે તથા આદર્શ અને અનાદર્શ વચ્ચે ધ્યાન સેતુ બની શકે છે.

ધ્યાનના આશરે જાતે જ થોડાં બીજા લક્ષ્ય પણ સિદ્ધ થઈ જાન્યુઆરી : ૨૦૨૬

શકે છે. શરાબી અને શૈતાની આદતોવાળા લોકો ધ્યાન દ્વારા આંતરિક શાંતિ અને સુખ મેળવે છે. જેમ જેમ સમય વીતતો જાય છે. શાંતિ અને મનોબળનાં સુખ વધતાં જાય છે. અને લોકો કોઈપણ પ્રલોભન અથવા દબાવ વગર પોતે ખરાબ આદતોને ત્યજી દે છે.

ધ્યાન બીજાં લક્ષ્યોને પણ સિદ્ધ કરે છે. એક માણસ રક્તચાપના દબાવથી પીડીત હતો. બીજાને ક્યારેક હળવા દિલનો હુમલાથી તકલીફ હતી અને ત્રીજો કઈ રાતો સુધી સૂઈ શકતો ન હતો આ બધાંને ધ્યાનમાં બેસવાની સલાહ અપાઈ હતી અને આનો પ્રભાવ આશ્ચર્યજનક રહ્યો. એ બધા સ્વસ્થ થઈ ગયા.

ધર્મશાસ્ત્રોથી, સોય-વિચારથી, સંતો અથવા ગુરુઓથી પ્રાપ્ત થનાર જ્ઞાન તકલાદી છે. વિજ્ઞાનના વર્ગોમાં વિદ્યાર્થીઓ સન્મુખ અમુક સિદ્ધાંતો આવે છે. તેમની સત્યતા પારખવા માટે તેઓને પ્રયોગશાળાઓમાં જઈ એમની પરીક્ષા કરવી પડે છે. પ્રયોગ પછી જ સિદ્ધાંત સંપૂર્ણ બને છે. એવી રીતે શાસ્ત્રીય અથવા વિચારસિદ્ધ અથવા જ્ઞાનસિદ્ધ આત્મજ્ઞાન સાક્ષાત્કાર પછી પૂર્ણ બને છે. અને સાક્ષાત્કાર માટે યોગની પ્રયોગશાળાઓમાં ધ્યાનનો અભ્યાસ જરૂરી છે. વૈજ્ઞાનિકોએ ઘોષિત કર્યું છે કે દરેક સ્થાનમાં જીવતત્ત્વ મોજૂદ છે. પરંતુ એ દેખાતું નથી- માઈક્રોસ્કોપની સહાયતાથી એ વધારેને વધારે જોઈ શકાય છે. હવામાં અસંખ્ય કીટાણુઓ થાક્યા વિના નાચ્યા કરે છે. પાણીમાં, શાકભાજીમાં, રક્તકણોમાં, દરેક સ્થાને એ બાહ્યરૂપે રહે છે. શાસ્ત્ર અને સંત આપણને બોધ આપે છે કે આત્મા આપણા જ દિલોમાં વસે છે. અને સર્વવ્યાપી તથા દરેક સ્થાનમાં રહેવાવાળો છે. આ આપણો વાસ્તવિક મૂળભૂત આત્મા છે. આ દિવ્ય, પરિપૂર્ણ, સર્વત્ર અને સ્વતંત્ર છે. પરંતુ આનો અનુભવ કેવી રીતે કરીએ ? આનો અનુભવ ફક્ત યોગની મદદથી જ થઈ શકે. યોગમાં વ્યક્તિનું મન એકાગ્ર થઈ જાય છે. સૂક્ષ્મ અને દિવ્ય બની જાય છે. સૂક્ષ્માતિ સૂક્ષ્મ બની જાય છે. ભીતર જે

જીવ અથવા આત્મા છે એને આપણે માત્ર સૂક્ષ્માતિસૂક્ષ્મ દૃષ્ટિથી જોઈએ છીએ. આનો કોઈ બીજો વિકલ્પ નથી. સાધારણ અર્થમાં ધ્યાન એક અન્વેષણ, એક આંતરિક ખોજ અને અંતરાત્માની શોધ છે. આધ્યાત્મિક જ્ઞાનની પરિપૂર્ણતા માટે અને અભિલાષાની સફળતા માટે આ આવશ્યક અને લાભદાયક છે. અતઃ મહાન આદિશંકરાચાર્ય પોતાના પ્રસિદ્ધ પુસ્તક વિવેક ચૂડામણિમાં ભારપૂર્વક સમર્થન કરે છે.

શમાદિ ષટ્ સંપન્નઃ કૃત શ્રવણ કર્મણઃ સમાધિ વિદ્ધાત્યોષા શાંત્યે દાન્ત ઇતિ શ્રુતિઃ

એ જે શાસ્ત્રોનો પંડિત છે. અને ગુરુની સહાયથી એના મહત્વને જાણ્યું છે. તથા જે આવશ્યક ગુણોથી, શીલથી અને યોગ્યતાઓથી શોભિત છે. એને ધ્યાનમાં બેસી અસાધારણ ચેતના માટે પ્રયાસ કરવો જોઈએ.

કેવળ ધ્યાનના માધ્યમથી જ આપણે આત્મા અથવા આંતરિક જીવનશક્તિથી સંબંધ સ્થાપિત કરી શકીએ છીએ. એક અમર અને નિરંતર મિલન પામી શકીએ છીએ. ગીતાના છઠ્ઠા અધ્યાયમાં કહ્યું છે —

યુજન્નેવં સદાત્માનં યોગી નિયતમાનસઃ સુખેન બ્રહ્મસંસ્પર્શ અત્યંતં સુખમશ્રુતં ।

ધ્યાનમાં પ્રતિદિનના અભ્યાસથી યોગી પોતાના મનને સંપૂર્ણ રીતે નિયમમાં લે છે. અંતરંગમાં પરમાત્માથી મેળાપ કરે છે. અને અંતમાં પરમશાંતિ અને સુખને પ્રાપ્ત થાય છે.

પ્રાચીનકાળમાં જ યજુર્વેદ ઈત્યાદિમાં ઋષિ લોકોએ કહ્યું છે કે આપણે જાણવું છે કે એ અસાધારણ સમગ્ર શક્તિ છે. અમર જીવન છે. સદૈવ દૈદીપ્યમાન અજ્ઞાનથી વિમુખ સૂરજની જેમ પ્રકાશવાળી મૃત્યુનાં શ્રૃંખલાઓથી માનવ ક્યારેય વિમોચન પ્રાપ્ત કરી શકતો નથી. જ્યાં સુધી એ એનો સાક્ષાત્કાર નથી પામતો.

વેદાહમેતં પુરુષં મહાન્તં આદિત્યવર્ષ તમસ્તઃ પરસ્તાત્; તમેવ વિદિત્વા તિમૃત્યુમોતિ ન્યાન્યઃ પન્યા વિધ્યતેઽયન્યચ

તો એ જ ધ્યાનનું વાસ્તવિક લક્ષ્ય, અંતિમ ગમ્યસ્થાન, પવિત્ર તીર્થ—પર્યટન છે. આધ્યાત્મિક આકાંક્ષીને માર્ગમાં અનેક ધ્વજ સ્થળોથી પસાર થવું પડે છે. અન્યથા કહેવા માટે તે સિદ્ધિઓ અથવા અસાધારણ શક્તિઓ છે. પરંતુ આધ્યાત્મિક આકાંક્ષીને આ બધાથી આકર્ષાઈ જવું ન જોઈએ. આકર્ષણને બાજુએ મૂકી પ્રગાઢ વિશ્વાસ સાથે ઉત્સાહ જોડે અંતિમ ગમ્ય સ્થાનને યાદ રાખી નિર્વિઘ્ન પ્રયત્ન સાથે પુરોગતિ કરવી જોઈએ અને પોતાની આધ્યાત્મિક આકાંક્ષાને સફળ કરવી જોઈએ. સિદ્ધિઓ અથવા અસાધારણ શક્તિઓ અથવા પ્રાપ્તિઓ ક્યારેય મનને શાંતિ આપતી નથી. અનેક રીતિઓ દ્વારા એ પથથી અલગ કરે છે. તો સત્યના શોધક એને ક્યારે પણ અવસરથી વધારે પ્રમુખતા આપતા નથી. એ એનાથી આગળ વધી આત્માના સામ્રાજ્યમાં પ્રવેશ મેળવે છે.

પ્રાચીન યુગમાં એક વખત એક યોગી બુદ્ધની સમક્ષ ગયો. એ બુદ્ધની અસાધારણ શક્તિઓનું પ્રદર્શન જોવા માંગતો હતો. એની આ ભાવના ઉપર મહાબુદ્ધ ગૌતમે અસંમતિ દર્શાવી અને કહ્યું કે શક્તિઓ પ્રદર્શન માટે હોતી નથી. યોગીએ એમના ઉપર જોર નાખ્યું. અમુક યુક્તિથી એને ઉત્સાહીઓની બહુ મોટી ભીડ એકઠી કરી અને કહ્યું કે એ બુદ્ધથી વધારે મહાન અથવા બહુ જ આગળ છે. બુદ્ધે અને બીજાઓને એના શિષ્ય થવું જોઈએ. બુદ્ધ પ્રભાવિત ન થયા પછી બુદ્ધને પ્રભાવિત કરવા માટે એણે પોતાનું પ્રદર્શન શરૂ કર્યું. એ વગર નાવે નદીના પાણી ઉપર ચાલ્યો અને નદીના સામેનાં કાંઠે પહોંચી ગયો અને પછી સુરક્ષીત પાણી ઉપરથી ચાલી પાછો ફર્યો, બધા પ્રેક્ષક આશ્ચર્યચકિત થયા પરંતુ બુદ્ધ ન થયા, વિજયની ભાવનાથી યોગીએ બુદ્ધ ઉપર દૃષ્ટિપાત કરી અને એમની પ્રતિક્રિયાની માંગણી કરી. બુદ્ધે એને ના તો અભિનંદન કર્યું, ના તો એનું સમર્થન. ત્યારે યોગીએ પોતાના મનનું સંતુલન ખોઈ નાખ્યું એણે અભદ્ર રીતે બુદ્ધની મજાક કરી અને પોતાના સમર્થનમાં વિવાદ કર્યો. બુદ્ધના મુખપટલ ઉપર પ્રસન્નતા છવાઈ ગઈ. મંદ હાસે અને સ્વરે બુદ્ધે કહ્યું, “તમે નદીના પાણી ઉપર

પગ મૂકી ચાલી શક્યા પરંતુ કિંચિત પણ સ્વયંના કામ, કોધની તરંગિણીને પાર નહિ કરી શક્યા એક સામાન્ય નદીના સમતલને પાર કર્યું પરંતુ અહંકાર તથા અજ્ઞાનના સાગરને પાર કરી શક્યા નહિ. હું માત્ર પોતાની જાત ઉપર વિજય મેળવવાને અને બંધનોના વિમોચનમાં જ્ઞાનની પ્રાપ્તિમાં અને પોતાને શાંતિમાં સ્થિર કરવામાં શ્રદ્ધા ધરાવું છું.”

યોગી અજ્ઞાનની નિદ્રામાંથી જાગ્યો, નૂતન પ્રકાશને પામ્યો. બુદ્ધનાં ક્રમણ જેવાં ચરણો ઉપર સાષ્ટાંગ કર્યું અને બુદ્ધનો શિષ્ય બની ગયો. એનું જીવન બદલાઈ ગયું.

ધ્યાન જે યૌગિક શક્તિઓની પ્રાપ્તિ માટે છે, ધ્યાનનો અભ્યાસ લૌકિક સંતોષ, સંપત્તિ, સૌંદર્ય, આયુ, યૌવન વગેરે માટે કરવામાં આવે છે. આનો અભ્યાસ કેવળ અમર શાંતિ, સંતોષ અને આત્માના સાક્ષાત્કાર માટે છે. આ વાતને યાદ રાખવી જોઈએ કે એનું ગ્રહણ આદિથી અંત સુધી કરવું જોઈએ.

હવે એક પ્રશ્ન બહુ જરૂરી પ્રશ્ન છે. “ધ્યાન કેવી રીતે કરીએ ?” મન બહારની દિશામાં વિહાર કરે છે. ઈન્દ્રિયો પણ બાહ્ય વસ્તુઓમાં ભટકી જાય છે. યમ ધર્મરાજ કઠોપનિષદમાં નચિકેતાને કહે છે—

પરાંચિ સ્વાનિ ન્યતૃણત્ સ્વયંભૂઃ તસ્માત્પરાક પશ્યતિ નાન્તરાત્મા
એ માટે વ્યક્તિ ક્યારેય પોતાના યથાર્થ સત્યને જોઈ શકતી નથી. ધ્યાન દરમિયાન મનનું ઉચિત નિર્દેશન કરવામાં આવે છે. એક માર્ગ ઉપર ચલાવવામાં આવે છે. અંદરની તરફ પ્રવાહિત કરવામાં આવે છે. અંતે આત્માનો સાક્ષાત્કાર થાય છે. પ્રારંભિક દશામાં સાધક એક સુખદાયક અને ઉપર્યુક્ત આસનમાં બેસે છે. જેવા કે પદ્માસન, સ્વસ્થમસ્તાસન, સિંહાસન અથવા સુખાસન. આસન બાધા અથવા થાક ઉત્પન્ન કરવાવાળું ન હોવો જોઈએ. મૂઢુલ અને મનોરમ હોવું જોઈએ. સાધકે પોતાને એમાં સ્થિર કરી લેવો જોઈએ. અને એના પછી પરમાત્મા પાસે મનની એકાગ્રતા માટે પ્રાર્થના કરવી જોઈએ. આના માટે જો કોઈ ગુરુ હોય તો એની સહાય માંગી લેવી જોઈએ. એ ગુરુ ગોચર જાન્યુઆરી : ૨૦૨૬

અથવા અગોચરથી, હોશમાં કે બેહોશીમાં, નજદીકથી કે દૂરથી, ભૌતિક અથવા દિવ્યરૂપમાં પોતાના અનુયાયી ઉપર દયા કરે છે. અને આશીર્વાદ આપે છે ત્યારે સાધકે મનને શાંત કરી લેવું જોઈએ. ધ્યાનના બે પ્રકાર છે—સગુણ અને નિર્ગુણ, આકાર અને નિરાકાર અર્થાત ધ્યાનને માટે કોઈ પવિત્ર નામ અથવા આકારનો આધાર લઈ કરવું અથવા આધાર વિના કરવું, વગર નામ અથવા શરીરના આધાર વિના કરવાવાળી ધ્યાનની શૈલીને ભગવદ્ગીતાના છઠ્ઠા અધ્યાયમાં કહ્યું છે કે

સંકત્પ્રભવાનુક્રમાત્ ત્યક્ત્વા સર્વાં નરોષતઃ

સાધકે સોચવિચારને રોકી આલોચનાઓનો અંત, આશાઓથી છૂટકારો મેળવવો, પ્રત્યેક દિશામાં મનની સહાયથી ઈન્દ્રિયપરિવાર ઉપર કાબુ કરવો જોઈએ, ચેતનાવસ્થાથી પણ ઉપર ઊઠી મનને અંતરંગમાં પ્રાપ્ત કરવું જોઈએ અને માત્ર શૂન્ય ઉપર જ એ વિચાર કરે.

શરૂઆતમાં આ અભ્યાસ એને જરાક કઠીન લાગશે તો પણ એના જ માટે, એકાગ્રતા માટે પ્રયાસ કરવો જોઈએ જ્યારે પણ મનપૂર્વસંસ્કારોના કારણે સોચવિચારમાં ડૂબી જાય છે, અસ્થિર થાય છે અથવા બાહરી જગતની તરફ પ્રયાણ કરે છે, ત્યારે એણે સ્વયંના સંયમથી મનની કમજોરી વગર આના ઉપર કેન્દ્રિત કરી લીધું જોઈએ :-

યતી યતો નિશ્વરતિ મનશ્ચંચલ માસ્થિરમ, તતસ્તતો નિયમ્પોતદ્
આત્મન્યેવ વરાં નયેત ॥ યુજન્નેવં સદાત્માનં યોગી નિયતમાનસ, સુખેન
બ્રહ્મસંસ્પર્શ અત્યંતં સુખમશ્રુતે ।

નિરંતર ધ્યાનથી કોઈપણ વ્યક્તિ દૈહિક, ઐન્દ્રિક, માનસિક, ચૈતન્ય અને અહમભાવિક જગતોથી પાર થઈ પ્રયાણ કરે છે અને અસાધારણ ચૈતન્યમાં પ્રવેશ કરી આત્માનો સાક્ષાત્કાર પ્રાપ્ત કરે છે. આવી સર્વોત્તમ અસાધારણ ચૈતન્ય શાંતિમય અવસ્થામાં એ એક અનુપમ અનિર્વચનીય આસમાન રૂપી શાંતિ અને સુખનો અનુભવ કરે છે. આ એક અગ્રતમ, અમૂલ્યતમ લાભ અથવા પ્રાપ્તિ છે, ઉગ્રતમ કઠનાઈઓથી

અથવા બાધાઓથી એ ચપળ અથવા પ્રભાવિત થાય છે.
ભગવદ્ગીતા ફરી કહે છે કે

યત્રોપરમતે ચિતં નિસદ્ધ યોમ સેવયા....

આધ્યાત્મિક આકાંક્ષી જે કોઈ પવિત્ર નામ કે રૂપના સહાયથી ધ્યાન કરે છે. તે લોકો નિશ્ચય સાથે વિશ્વાસ સાથે ચક્રીન રાખે છે. કે એ નામ અથવા રૂપ ભગવાનનું જ પ્રતિનિધિ છે. એ લોકો ચયન કરેલા આકાર ઉપર પોતાનું મન લગાડે છે. એ વેળા ઈશ્વરના પવિત્ર નામનું મનન અથવા ઉચ્ચારણ કરે છે. લાંબા સમય પછી મન એક અસાધારણ ચૈતન્યમાં મગ્ન બની ઊંડા સૌંદર્યમાં ડૂબી જાય છે. ક્યારેક ક્યારેક એ પોતાના દેવતાઓ અથવા ધ્યાન કરેલી વસ્તુઓને જોઈ શકે છે. અને એમની સાથે સંભાષણ કરે છે. અંતે ધન્ય બની જાય છે. જાગ્રત અવસ્થામાં આવ્યા પછી પણ એ લોકો દરેક સ્થાને માલિક અને ઈશ્વરનો અનુભવ કરે છે. સત્યને સદૈવ પ્રત્યેક ક્ષણમાં જુએ છે.

સર્વભૂતસ્યમાત્માનં સર્વભૂતાનિ ચાત્મનિ...

ચેતનાવસ્થામાં પણ અસંખ્ય કાર્યકલાપોમાં વ્યતિરેક વિશ્વના વાતાવરણમાં એમનું મન સ્થૈર્ય, પ્રસન્નતા, આધ્યાત્મિક સમરસતા અતૂટ રહે છે. અંતરંગમાં પવિત્રતાની, ધન્યતાની તરંગિણી નિરંતર નિર્વિઘ્નરૂપે વહેતી રહે છે.

આ એક સામાન્ય રૂઢિ જેવું લાગે છે કે ત્યાગીઓ માટે ધ્યાન આવશ્યક છે, એ નિયમિત વેળામાં ધ્યાન કરી શકે છે. આના અભ્યાસથી એ લોકો લાભ મેળવી પરિપૂર્ણ બની શકે છે. પણ આ જીવનના હરેક માર્ગ ઉપર ચાલવાવાળાઓ માટે પણ આ લાભદાયક છે. જેવા કે સંસારીઓ, વૈદ્યો, વકીલો, ન્યાયાધીશો, રાજ્યવેતાઓ, આચાર્યો, વ્યાપારીઓ, પંડિતો, ખેતીવાળાઓ અથવા ગુમાસ્તાઓ, ધ્યાનના કારણે શાંતિ, સુખ, મનની સ્થિરતા અને એકાગ્રતા મેળવે છે. અને એ લોકો કર્તવ્યને અનાસક્તિ અને પરિપૂર્ણતાથી નિભાવી શકે છે. પોતાના જીવનમાં જે આવશ્યક વસ્તુઓ છે. એને નૂતન શક્તિ, શ્રદ્ધા અને ઉત્સાહથી પામી શકે છે. એ પીડાઓ અને કઠનાઈઓનો

જાન્યુઆરી : ૨૦૨૬

સામનો કરી શકે છે. પ્રલોભનોને રોકી શકે છે. પવિત્ર, સત્વ, સેવાભાવી જીવનના માર્ગ ઉપર પુરોગતિ કરી શકે છે. વાસનાના આકર્ષણોથી એ લોકો આંધળા થતા નથી, પોતાના અંતિમ ગંતવ્યસ્થાનને એ ભૂલતા નથી. પોતાની પ્રાપ્તિઓથી કદી પણ વેગળા થતાં નથી એ જગતમાં રહીને પણ જગતની મલિનતા એમના દિલોને સ્પર્શી શકતી નથી. એમનાં મન હંમેશાં ઈશ્વરમાં લાગેલાં રહે છે. ઈશ્વર જે સર્વત્ર છે; સર્વોચ્ચ છે, દરેક કામને કરી શકે છે. એવા ઈશ્વર એમના હૃદયોમાં વસે છે. પ્રેમની પવિત્રતા અને શાંતિના એ લોકો એક મૂર્તિસ્વરૂપ બનીને રહે છે. બીજાઓને ઉત્સાહ અને માર્ગદર્શન આપે છે. ઈશ્વરના હાથમાં એક સાધન બની રહે છે. એના જ ધ્યેયને સફળ બનાવે છે. આપણા સમાજમાં, દેશમાં અને વિશ્વમાં સર્વત્ર આવા માણસોની જ જરૂરત છે. આવા લોકો વાતાવરણને વધુ સારુ બનાવી શકે છે. એના માટે ધ્યાનની કોઈ એક વ્યક્તિએ એના ઘડપણ સુધી, નિવૃત્તિ સુધી અથવા અનુકૂળ વાતાવરણ સુધી આના અભ્યાસ માટે પ્રતિક્ષા કરવાની જરૂરત નથી. પોતાના બાળપણથી, જુવાનીથી અથવા જિંદગીના પ્રત્યેક વર્ણાંકમાં જલ્દીથી જલ્દી, અત્યારથી જ, આનો અભ્યાસ શરૂ કરી દેવો જોઈએ. દરેક વ્યક્તિમાં આના માટે ચાહત હોવી જોઈએ. આના પાછળ દરરોજ એક કે બે કલાક કાઢવા જોઈએ. આવું કરવું ઘણું જ અદ્ભુત થશે. નવો ઉત્સાહ મળશે અને સમજણ પણ. આનાથી મન તથા ઈન્દ્રિયો ઉપર નિયમન પ્રાપ્ત કરી શકાય છે.

જ્યાં સુધી જીવન છે, ત્યાં સુધી વ્યક્તિએ મન લગાડીને ધ્યાન કરવું જોઈએ. જેવી રીતે આપણે ભોજન આરોગીએ છીએ, પાણી પીએ છીએ, સૂઈ જઈએ છીએ અને બીજા કર્તવ્યોનું પાલન વગેરે કરીએ છીએ એ જ રીતે આપણે ધ્યાન પણ કરવું જોઈએ. આપણા સંપૂર્ણ જીવનનો આ એક અતૂટ હિસ્સો થઈ જવો જોઈએ જેમ શ્વાસ લેવો સ્વાભાવિક છે એમ આપણે સ્વાભાવિક થઈ જવું જોઈએ.

જે સમય આપણી પાસે છે, એ ખૂબ જ ઓછો છે. આ એક નદી અથવા પવનની જેમ વહી જાય છે. અનેક દિવસો આળસમાં, માંદગીમાં, ખરાબ કામોમાં, ખરાબ સંગતમાં, બાળપણમાં અને અજ્ઞાનમાં ખોવાઈ જાય છે. સ્વયંના અલૌકિક જીવનધ્યેયની સફળતા માટે દરેક વ્યક્તિએ પોતાના સ્તરે બચેલા સમયમાં પ્રયત્ન કરવામાં લગાડવો જોઈએ. પ્રાચીન કાળના ઋષિઓએ ઉપનિષદ્માં કહ્યું છે—

उत्तिष्ठत जाग्रत प्राप्य वरान्निनोघत क्षरस्य धारा निञ्जिता दुरत्यथा दुर्ग पथस्तत्कवयो वदन्ति

ઉઠો, જાગો અને સંતો પાસે જાઓ—જ્ઞાન માટે, ઉત્સાહ માટે અને જ્યોતિ માટે, આત્માના સાક્ષાત્કારનો અનુભવ કરેલા સંતોએ આ માર્ગનું વર્ણન કર્યું છે—એક કઠિન, શ્રમજનક, લાંબો અને તલવારના ધારની માફક તીક્ષ્ણ.

ઉપનિષદોમાં આધ્યાત્મિક આકાંક્ષીઓ માટે ચાલ-ચલગતના રીતિ-રીવાજોને માત્ર છાયારૂપે સૂચિત કર્યું છે. ધ્યાનમાં એક પ્રમાણિક પરિપૂર્ણ પ્રગતિ માટે જીવનશૈલીનું પવિત્રીકરણ અને શુદ્ધિકરણ આવશ્યક છે. ઉપનિષદ આપણી દૃષ્ટિઓને આ પવિત્રીકરણ ઉપર લઈ આવે છે. મોટા ભાગના પવિત્ર ગ્રંથોના અનુસાર વ્યક્તિએ દુષ્ટવર્તનાથી દૂર રહેવું જોઈએ. માનસિક સ્થિરતાને પ્રાપ્ત કરવી જોઈએ અને ધ્યાન કરવું જોઈએ. એણે ધ્યાનમાં શ્રદ્ધા રાખવી જોઈએ. ધ્યાનના કારણે એ મનને સ્થિર કરી શકશે. મનને એકાગ્ર કરી શકશે. ઈશ્વર ઉપર ટકાવી શકશે અને મનને શાંત કરી શકશે. ત્યારે એ મૌલિક અમર સત્યને અથવા જીવનને અંતરમાં સાક્ષાત્ જોઈ શકશે.

नाविरतो दुश्चरितान् नारुतन्तो ना समाहितः नारुतन्तमानसो वापि प्रज्ञानमैनमावुयात्

જે લોકો અપવિત્ર છે. અસાધુ છે, શંકાસ્પદ છે, મનના અભ્યાસથી હટીને છે—એ લોકો ક્યારેય પણ માનસિક શાંતિ, સ્થૈર્ય અને આત્મ-સાક્ષાત્કારને પ્રાપ્ત નથી કરી શકતા.

—શ્રીયોગેશ્વરજી

(મસૂરી ૧૮/૬/૧૯૭૭ શનિવાર)



॥ શાંતિ ॥

અનાદિકાળથી જ્યારથી સત્ય સંસ્કારોનો જન્મ થયો ત્યારથી મનુષ્ય શાંતિની શોધમાં છે. એવી શાંતિ જે એકવાર પ્રાપ્ત થઈ જાય. ક્યારેય ક્યાંય પણ ન બગડે. કોઈપણ સમયે એનો અંત થઈ શકે નહિ. એવી શાંતિ જે આંતરપ્રવાહી હોય, અપરિવર્તનીય, ના બદલાવી શકાય, અનંતકાલીન હોય, કે કોઈપણ માનવ ઉપર, પરિસ્થિતિ ઉપર, પ્રકૃતિ યા પર્યાવરણ ઉપર આધારિત ના રહે. જે બિનશરતી પૂર્તિ અને પરિપૂર્ણતાવાળી હોય એવી શાંતિની પ્યાસ મનુષ્યને છે. એની જ પ્રાપ્તિ માટે એ પ્રયાસ અને તપાસ કરે છે.

આને સિદ્ધ કરવાની સમસ્યા અને શોધ અદ્યતન નથી પરંતુ અતિ પ્રાચીન છે. પ્રાચીનકાળના દાર્શનિક ચિંતનવાળા ઋષિઓએ ભારતમાં લૌકિક વસ્તુઓ અને પ્રાપ્તિઓથી પોતાનું ધ્યાન હટાવી આ જ સમસ્યા ઉપર કેન્દ્રિત કર્યું. તદ્દુપરાંત અત્યંત ચિંતનથી તપાસ અને તપથી અમુક સિદ્ધાંતોને પ્રાપ્ત કર્યા એ લોકોએ બહુ કઠિન આધ્યાત્મિક અનુશાસન બાદ અંતરથી ફૂટી નીકળતી અનંતકાલીન આત્મીય શાંતિની પ્રાપ્તિમાં વિજય મેળવ્યો જ્યારે પણ આપણે અધ્યયન કરીએ છીએ ત્યારે આપણે એ પ્રાચીન ગ્રંથોમાં વિખરાયેલા એવા લાભદાયક સિદ્ધાંતોને અચાનક જોઈએ છીએ.

આધુનિક કાળમાં લોકો એ જ શાંતિ માટે આશા અને પ્રયાસ કરે છે. પરંતુ એમના યતન-જતન નિષ્ફળ થઈ જાય છે એમના અનુમાન ફળહીન થાય છે. અંતરઆત્માની પ્યાસ બુઝતી નથી એમના ઝમીર ઉપર અસંતુષ્ટિ પ્રભાવ પ્રવાહ કરે છે. એ લોકો સંપત્તિનો સંચય કરે છે, શક્તિ, સ્થિતિ, ખ્યાતિ અથવા કીર્તિ માટે ઉત્કંઠિત રહે છે. બહુમૂલ્યવાન, મહાભાગ્યવાન બધી સગવડોના સામાનથી જમાવેલા મકાન બનાવે છે. મોટરકારોના, રેડિયોના, ટેલિવિઝનના, ટેપરેકોર્ડરના સ્વામી બની બેસે છે. આધુનિક શાસ્ત્રીય શોધ અને સાધનોના લાભ ઉઠાવે છે. પણ એમના મનમાં એટલી બેચેની હોય છે કે અગ્ર કોટિના કોટીશ્વર આરામથી સૂઈ

નથી શક્તા. પૂરો આહાર ખાઈ નથી શક્તા, સંતોષમય જીવન પસાર નથી કરી શક્તા. શારીરિક ભોગોથી, સાંસારિક ભાગ્યોથી અથવા સંયોગથી ટક્કર ન લઈને એ લોકો આ ભૌગોલિક જીવનથી, પ્રસાદિત આનંદથી અતિ ઉન્નત અને સત્યઆનંદથી વંચિત રહે છે.

આપણા આધુનિક, વૈજ્ઞાનિક, પ્રૌદ્યોગિક અને આધુનિક યુગમાં માનવે ભૂગોળનું પરિભ્રમણ કર્યું છે, ચંદ્રમા ઉપર પહોંચ્યો છે, ત્યાંની છબીઓને મોકલી બાહરી ગગનને ગળે લગાડ્યું અને મંગળ ગ્રહ ઉપર વિજય અને સફળતાના કદમ જમાવ્યા છે. જલ્દી જ ભવિષ્યકાળમાં, વૈજ્ઞાનિક ક્ષેત્રમાં અભુતપૂર્વ-અદ્ભુત પરિણામોની યાદી લખાશે. આવનારી પેઢીઓ બેશક એનો લાભ ઉઠાવશે. તો પણ શાંતિની સમસ્યા એવી જ બની રહેશે, વગર ઈલાજ અથવા ઉકેલ સિવાય ! કેમ ?

ચાલો આપણે અમુક ક્ષણો માટે એના ઉપર ચિંતન કરીએ, ભૂતકાળમાં ઋષિલોકો પોતાના ચિંતન-મનનથી, આત્મીય આધ્યાત્મિક-વાસ્તવિક અનુભૂતિઓના કારણની સૂચના આપી ચૂક્યા છે, કે જ્યાંસુધી કોઈપણ વ્યક્તિ ક્ષણિક, લૌકિક વસ્તુઓની ખોજમાં રહે છે. એમને પ્રાપ્ત કરવાનો પ્રયાસ કરે છે. ત્યાં સુધી નિત્ય સત્યરૂપી શાંતિ કે આનંદની પ્રાપ્તિ અસંભવ છે પરિવર્તનશીલ, નાશવંત વસ્તુઓના પૂજનથી માનવ વધુને વધુ એક પણ અથવા નિમેષ માત્ર રહેવાવાળી શાંતિને પ્રાપ્ત કરી શકે છે. અમર રહેવાવાળી શાંતિ અથવા આનંદને એ કેવળ સર્વોત્તમના પૂર્ણભક્તિભાવમાં જ પ્રાપ્ત કરી શકે છે. એના જ સંયોગમાં, અનુરાગમાં અથવા સંબંધના એ અમર, સુસ્થિર અને અનશ્વર બને છે. સદા શાશ્વતની શાંતિ અથવા આનંદને સત્ય અને આત્મીય આનંદને પ્રાપ્ત કરી શકાય છે. અને અધિકારમાં લઈ શકાય છે. ઉપનિષદોમાં લખ્યું છે કે—

નિત્યોઽ નિત્યાનાં...

ઓક્તે વશી...

એ જે બેજોડ છે તે અનેક પ્રકારના રૂપ ધારણ કરી અનેકોની આકાંક્ષાને પૂર્ણ કરવા છતાં પણ અસમાન છે. સમસ્ત વિશ્વનો

જાન્યુઆરી : ૨૦૨૬

૩૫

નિયંતા છે. એ અસ્થિરોમાં સ્થિર છે. નિર્જીવોમાં સજીવ છે. બધામાં ધડકવાવાળી, જીવન ભરવાવાળી પ્રાણશક્તિ છે. પોતાના મનમંદિરમાં એનું સ્વરૂપ ધારણ કરી એની પ્રાપ્તિ પછી જ અમર શાંતિ, પરમ સુખ, આનંદ અને પ્રફુલ્લતાને પામી શકાય છે.

જે લોકોએ એને ઓળખી લીધો છે. તેઓએ પરિપૂર્ણ શાંતિ અને પરમ સુખને પ્રાપ્ત કર્યા છે. એ ધન્ય થઈ ગયા. એમનું જ્ઞાન સફળ અને અંતિમ ચરણમાં પહોંચી ગયું એમણે પવિત્રતા અને અમરતાના સાગરમાં ઊંડી ડૂબકી લગાડી વિશ્વની મહત્તાને એ લોકો સમજ્યા છે. એ એમને દરેક સ્થાને જોઈ શકે છે. અનુભવથી જાણેલા ઋષિ ફરીવાર કહે છે—સંપ્રાપ્ય ઘેને ઋષયો જાનતૃત્પ...

અહીંયા બે પ્રકારની ઉડાનો છે, બે જાતના અન્વેષણો છે. બાહરી જગતની ઉડાન અને અન્વેષણ તથા આંતરિક જગતની ઉડાન અને અન્વેષણ. આંતરિક અંતરિક્ષમાં યાત્રા કરી પ્રયાણ કરવું, આજ સુધી અણસ્યશ્યા એવા ક્ષેત્રમાં આગળ વધવું, રોજબરોજ ઈશ્વરની તરફ ક્રમશઃ પ્રગતિ કરવાનું માનવે અપનાવ્યું છે. એ મન, વિચાર, આકાંક્ષા સંવેદના, ઈચ્છા અને ઈન્દ્રિયો ઉપર નિયંત્રણ પ્રાપ્ત કરવાનો પ્રયાસ કરે છે. અંતમાં સ્વયં એ પોતાના અંતરથી શાંતિને પ્રાપ્ત કરે છે. અને ધન્ય થાય છે. જિંદગીને તાલમેલમાં અને સંતુલનમાં રાખવા માટે લૌકિક પુરોગતિની સાથે-સાથે આધ્યાત્મિક પ્રગતિ અને આત્માની ઉન્નતિને પણ એણે મિલાવી લેવી જોઈએ. આપણા યુગની, સમયની, એવી માંગ છે. જેને ઠુકરાવી શકાતી નથી. માનવ પોતાની અંદર ઝાંખીને જુએ અને સ્વયંના વ્યક્તિત્વ, સ્વયંના મૂલને અથવા વાસ્તવિક આત્માને શોધે, લૌકિક અને અલૌકિક પ્રયાસો વચ્ચે સહયોગ રહેવા દે. આ બંનેનો સહયોગ, મિલન, પ્રભાવ, પરિવર્તન, નિરંતર શાંતિ, પરમ સુખ, આનંદ તાલમેલ અને સિદ્ધિમાં પ્રાપ્ત થાય છે.

માનવ શાંતિની પ્રાપ્તિ માટે પ્રયત્ન કરે છે. યોજનાઓ ઘડે છે પરંતુ એ ક્યાં મળી શકે છે ? મંદિરોમાં, ગિરજાઘરોમાં, મસ્જિદોમાં, મઠોમાં, તીર્થસ્થાનોમાં, એકાંત નદીના કિનારાઓમાં, પર્વતની ગુફાઓમાં, વનોમાં કે પ્રેરણામય ઋષિઓના સાનિધ્યમાં ? બાહ્ય જગતમાં શાંતિની ઝલક દરેક જગ્યાએ અથવા અમુક ઠેકાણે મળી શકે છે. પરંતુ એનો ભંડાર તો

અંદર જ છે. માનવ પોતે શાંતિનું શરીર છે. શાંતિ એમાં જ રહે છે, એ શાંતિ છે. સ્વયં સદાનંદ છે તો એણે પોતાને પવિત્ર અને સ્ફટિક જેવો બનાવવો જોઈએ અને અંદર ઝાંખીને જોવું જોઈએ. તથા પોતાના સાચા આત્માને ઓળખવો જોઈએ આની પ્રાપ્તિથી જ શાંતિને બચાવી શકાય છે. ભગવદ્ગીતાના ૧૮માં અધ્યાયમાં ભગવાન શ્રીકૃષ્ણએ કહ્યું છે કે—ઈશ્વર સર્વભૂતાનાં

એક વખત એક ગ્રામીણ મહિલા યાત્રા કરવા નીકળી. થોડા દિવસો પછી એ પોતાના ઘરે પાછી ફરી અને પોતાના ઘરના તાળાની ચાવી ખૂબ મહેનતથી શોધી. એણે દરેક જગ્યાએ શોધખોળ કરી પાડોશીઓ પાસે પૂછપરછ કરી પરંતુ ઘર ખોલવા માટે અત્યધિક આવશ્યક વસ્તુ ‘ચાવી’ મળી નહિ. અંતમાં નિષ્ફળ નીવડ્યા પછી એને વિધિ અને નક્ષત્રોને કોસવાનું શરૂ કર્યું અચાનક એને એક સંબંધી સ્ત્રી મળી એ વિવેકી અને ચાલાક હતી એને એણે કંઠમાળા તપાસવાનું કહ્યું અને આ રીતે ચાવી મળી ગઈ. નિરાશા ઉલ્લાસમાં ફેરવાઈ ગઈ. બાધા ખુશીમાં, હતાશા અનુરાગમાં આખરે પેલી સ્ત્રી પોતાના ઘરમાં દાખલ થઈ.

આપણે પણ જે ગંભીર શાંતિથી દૂર થઈ ગયા છીએ એની ક્યારેક પૂછપરછ કરીએ છીએ પરંતુ અંતમાં ક્યાંક બહાર નહિ પરંતુ પોતાના મનની ઊંડાઈમાં પ્રાપ્ત કરીએ છીએ અંદરના દિવ્ય હૃદયના કક્ષમાં.

સુપ્રસિદ્ધ કવિ કબીર કહે છે.

‘તેરા સાહિબ હૈ ઘટમાંહી...’

તમારો ઈશ્વર, તમારું, સૌભાગ્ય, તમારામાં જ તમારા શરીરના મંદિરમાં છે. બહાર એની તલાશમાં શા માટે અહીં-તહીં ભટકો છો? ઈશ્વર મસીહે ઉપદેશ આપ્યો છે. ઈશ્વરનું સામ્રાજ્ય તમારામાં છે.

આપણે કહી શકીએ છીએ કે તમે સ્વયં સામ્રાજ્ય છો, સ્વર્ગ-જીવન-શાંતિ પરમ સુખ છો. એના સાક્ષાત્કાર માટે તમારે ખૂબ પ્રયત્ન કરવો પડશે, નસ-નસ પર જોર આપવું પડશે. આપણી સન્મુખ જે મહાન સાહસિક કાર્ય છે. તેની પૂર્તિ માટે ઈશ્વર અમને આશીર્વાદ આપો.

—શ્રીયોગેશ્વરજી

(મસૂરી, ૧૩/૬/૧૯૭૭, સોમવાર)



॥ स्वामी विवेकानंदनो એક અદ્ભુત પત્ર ॥

॥ આપણે શામાં માનીએ છીએ ॥

તમારી સાથે એટલા પૂરતો હું સંમત થાઉં છું કે શ્રદ્ધા એક અજબ અંતર્દૃષ્ટિ છે અને ઉદ્ધાર તે જ કરી શકે છે; પરંતુ તેમાં ધર્મીયતા ઉત્પન્ન કરીને આગળની પ્રગતિને રોકી દેવાનો ભય રહેલો છે.

જ્ઞાન બરાબર છે, પરંતુ શુષ્ક તર્કવાદ બની જવાનો પણ ભય છે. પ્રેમ એક મહાન અને ઉદાત્ત ભાવ છે, પરંતુ તેમાં પણ અર્થહીન ઊર્મિર્લતામાં લુપ્ત થઈ જવાનો ભય રહેલો છે.

આ બધાંનો સમન્વય એ જ જરૂરી વસ્તુ છે. શ્રીરામકૃષ્ણ આવા સમન્વયરૂપ હતા. આવા પુરુષો વિરલ હોય છે અને ઘણા લાંબા કાળે આવે છે. તેમને અને તેમના ઉપદેશને આદર્શ તરીકે રાખીને આપણે આગળ વધી શકીએ. આપણામાંથી દરેક તે પૂર્ણતાને પહોંચી ન શકે, છતાંય આપણે એકબીજા ઉપર અસર કરીને, સમતા જાળવીને, સુમેળ સાધીને, એકબીજાની પૂર્તિરૂપ બનીને સામુદાયિક રીતે તે પૂર્ણતા પ્રાપ્ત કરી શકીએ. આ અનેક માણસોનો સમન્વય-સુમેળ ગણાશે; અને બીજાં બધાં અનુષ્ઠાનો અને સંપ્રદાયો કરતાં ચોક્કસ પ્રગતિ લેખાશે.

ધર્મ પ્રભાવશાળી બને તે સારુ ઉત્સાહ આવશ્યક છે. સાથે સાથે આપણે સંપ્રદાયોની સંખ્યા વધારવાના જોખમમાંથી પણ મુક્ત રહેવાનો પ્રયાસ કરવો જોઈએ. જેમાં સંપ્રદાયોના બધા લાભ મળે અને છતાં સાર્વજનિક ધર્મની વિશાળતા હોય એવા અસાંપ્રદાયિક સંપ્રદાય દ્વારા એ ભય ટાળી શકાય.

ઈશ્વર સર્વત્ર હોવા છતાં માનવશક્તિ દ્વારા જ તેને જાણી શકાય. શ્રીરામકૃષ્ણ જેવું સંપૂર્ણ ચરિત્ર કદી થયું જ નથી. તેમને

કેન્દ્રસ્થાને રાખીને તેમની આજુબાજુ આપણે એકત્રિત થવું જોઈએ, અને સાથોસાથ તેમના વિશે દરેકને પોતપોતાનાં દષ્ટિબિંદુઓ-જેવાં કે ઈશ્વર, તારણહાર, ગુરુ, આદર્શ કે મહામાનવ, તેને જે ઠીક પડે તે-રાખવાં દેવાં જોઈએ. આપણે સામાજિક સમાનતા કે અસમાનતાનો ઉપદેશ આપતા નથી; પરંતુ કહીએ છીએ કે દરેક પ્રાણીને સમાન હકો હોવા જોઈએ, તેમ વિચાર અને કાર્યમાં સર્વ પ્રકારની સ્વતંત્રતા ઉપર ભાર મૂકીએ છીએ.

આપણે ઈશ્વરવાદી, એકેશ્વરવાદી, અનેકેશ્વરવાદી, અજ્ઞેયવાદી કે નિરીશ્વરવાદી, કોઈનો પણ બહિષ્કાર કરતા નથી. શિષ્ય થવાની એક માત્ર શરત છે, એવું ચારિત્ર્ય ઘડવાનું કે જે સૌથી વધુ વ્યાપક તેમ જ ગંભીરમાં ગંભીર હોય. વર્તન, ચારિત્ર્ય કે ખાનપાનની બાબતમાં કોઈ વિશેષ પ્રકારના નૈતિક નિયમોનો આપણે આગ્રહ રાખતા નથી, સિવાય કે બીજાને તે હાનિકર્તા હોય.

જે કંઈ ઉન્નતિને રૂંધે છે કે અધોગતિ લાવે છે તે જ દુર્ગુણ છે; જે કંઈ ઊંચે ચડવામાં અને બીજા સાથે સુમેળ સાધવામાં મદદરૂપ થાય છે તે જ ગુણ છે.

પોતાને જે કંઈ યોગ્ય અને મદદરૂપ લાગે તેને શોધવાની, તે પસંદ કરવાની અને તેને અનુસરવાની આપણે દરેકને છૂટ આપીએ છીએ. ઉદાહરણરૂપે, એકને માંસાહાર મદદરૂપ થાય તો બીજાને ફળાહાર મદદરૂપ થાય. દરેક પોતપોતાની ખાસિયતો ભલે જાળવી રાખે, પણ બીજાના વર્તનની ટીકા કરવાનો તેને અધિકાર નથી. જો તે તેમ કરે તો તેને પોતાને જ હાનિ થશે. બીજા પોતાને અનુસરે તેવો આગ્રહ તો બિલકુલ ન રાખવો જોઈએ. કેટલાક પુરુષોને પત્ની પ્રગતિમાં મદદરૂપ બને, તો બીજાને તે ચોક્કસ વિઘ્નકર્તા બને. પણ અપરિણીત માણસને

એમ કહેવાનો અધિકાર નથી કે પરિણીત શિષ્ય ખોટો છે. વળી પોતાની નીતિનો આદર્શ પોતાના ભાઈ ઉપર ઠોકી બેસાડવાની તો વાત જ નથી.

આપણે માનીએ છીએ કે દરેક વ્યક્તિ દિવ્ય છે, ઈશ્વર છે. દરેક આત્મા અજ્ઞાનનાં વાદળોથી ઢંકાયેલા સૂર્ય જેવો છે; આત્મા આત્મા વચ્ચેનો ભેદ આ વાદળોનાં થરોની ઘનતાને લીધે છે. આપણે માનીએ છીએ કે સ્પષ્ટ કે અસ્પષ્ટ પણ બધા ધર્મોનો પાયો આ છે. અને ભૌતિક, બૌદ્ધિક કે આધ્યાત્મિક ભૂમિકામાં થયેલી માનવપ્રગતિના સમગ્ર ઇતિહાસનો અર્થ આ છે—ભિન્ન ભિન્ન ભૂમિકામાં એક જ આત્મા પ્રગટ થાય છે.

આપણે માનીએ છીએ કે વેદોનું આજ હાદ છે.

આપણે માનીએ છીએ કે અન્ય સર્વ પ્રત્યેના વર્તન, વિચાર અને સંબંધની બાબતમાં આ જ દષ્ટિ રાખવાની, એટલે કે બધાને ઈશ્વરસ્વરૂપે જોવાની આપણી ફરજ છે. કોઈ પણ રીતે અન્યનો ધિક્કાર કરવો, તિરસ્કાર કરવો, તેની નિંદા કરવી કે તેને હાનિ પહોંચાડવી ન જોઈએ. માત્ર સંન્યાસીઓનું જ નહિ, પરંતુ દરેક સ્ત્રીપુરુષનું આ જ કર્તવ્ય છે.

આત્મામાં નથી લિંગ, નથી વર્ણ કે નથી અપૂર્ણતા.

આપણે એમ માનીએ છીએ કે વેદોમાં, દર્શનોમાં, પુરાણોમાં કે તંત્રોમાં ક્યાંય પણ એમ કહેવામાં આવ્યું નથી કે આત્માને લિંગ, વર્ણ કે સંપ્રદાય છે. “ધર્મને સમાજસુધારા સાથે શો સંબંધ છે ? એમ કહેનારા લોકો સાથે આપણે સહમત છીએ. પણ જ્યારે આપણે તેમને કહીએ કે સામાજિક નિયમો ઘડવાનું અને આત્મા-આત્મા વચ્ચેના ભેદ ઉપર ભાર મૂકવાનું કાર્ય ધર્મનું નથી, કારણ કે તેનું લક્ષ્ય, તેનું ધ્યેય છે આ સર્વ દંતકથાઓ અને

ભયંકરતાઓનો લોપ કરવાનું, ત્યારે તેમણે પણ આપણી સાથે સહમત થવું જોઈએ.”

જો એમ દલીલ કરવામાં આવે કે આ ભેદોથી અમે અંતિમ એકતા અને સમાનતાને પહોંચીશું તો આપણો ઉત્તર એ છે કે તે જ ધર્મે વારંવાર કહ્યું છે કે ક્રીચડથી ક્રીચડ કદીય ધોવાય નહિ-અનીતિમાન થઈને માણસ નીતિમાન કેમ બની શકે ?

સામાજિક નિયમો આર્થિક પરિસ્થિતિને કારણે ધર્મની પરવાનગી નીચે ઘડવામાં આવ્યા હતા. ધર્મની ભયંકર ભૂલ તો સામાજિક બાબતોમાં દખલગીરી કરવામાં હતી. છતાંય કેવા દંભપૂર્વક તે જણાવે છે કે ‘સમાજસુધારામાં ધર્મે વચ્ચે પડવાની જરૂર નથી,’ અને પોતે જ પોતાનો વિરોધ કરે છે. વાત સાચી છે કે ધર્મે સમાજસુધારક બનવું ન જોઈએ એટલું જ આપણે માગીએ છીએ; પણ સાથોસાથ આપણે એવો પણ આગ્રહ રાખીએ છીએ કે ધર્મને સામાજિક કાનૂનોના ઘડનાર બનવાનોય અધિકાર નથી. દૂર રહો, તમારી પોતાની મર્યાદાઓ સાચવો; આપોઆપ બધું બરાબર થઈ જશે.

કેળવણી એટલે પૂર્વથી જ માનવમાં રહેલી પૂર્ણતાની અભિવ્યક્તિ.

ધર્મ એટલે પૂર્વથી જ માનવમાં રહેલી દિવ્યતાની અભિવ્યક્તિ.

માટે આ બંને બાબતોમાં ઉપદેશકનું કર્તવ્ય એટલું જ છે કે તેણે માર્ગમાંથી બધાં વિઘ્નો દૂર કરવાં. હું સર્વદા કહું છું તેમ દૂર રહો, એટલે બધું બરાબર થઈ જશે. રસ્તો સાફ કરવો એટલું જ આપણું કર્તવ્ય છે; બાકીનું બધું ઈશ્વર કરે છે.

તેથી ખાસ કરીને તમારે એટલું લક્ષમાં રાખવું પડશે કે ધર્મને માત્ર આત્મા સાથે જ સંબંધ છે, સામાજિક બાબતોમાં માથું

મારવાનું તેનું કામ નથી. તમારે એ પણ લક્ષમાં રાખવું પડશે કે અત્યાર સુધી જે હાનિ થઈ ચૂકી છે તેને પણ આ જ નિયમ લાગુ પડે છે. આ તો એના જેવું છે કે એક માણસ બળજબરીથી બીજાની મિલકત પચાવી પાડે છે, અને જ્યારે પેલો ધણી એને પાછી મેળવવા પ્રયત્ન કરે છે ત્યારે પોતે પોક મૂકીને રડે છે અને માનવીના હક્કોની પવિત્રતા વિશે ઉપદેશ આપે છે !

દરેક સામાજિક બાબતમાં માથું મારીને લાખો લોકોને દુઃખી કરવાનો પુરોહિતોને શો અધિકાર હતો ?

તમે ક્ષત્રિયો માંસાહારી છે એમ કહો છો. તેઓ માંસ ખાય કે ન ખાય, પરંતુ હિંદુ ધર્મમાં જે કંઈ ભવ્ય અને સુંદર છે તે બધાંના સર્જક તેઓ હતા. ઉપનિષદો કોણે લખ્યાં ? રામ કોણ હતા ? કૃષ્ણ કોણ હતા ? બુદ્ધ કોણ હતા ? જૈનોના તીર્થંકરો કોણ હતા ? જ્યારે જ્યારે ક્ષત્રિઓએ ધર્મનો ઉપદેશ કર્યો છે ત્યારે ત્યારે તેઓએ તે સહુ કોઈને કર્યો છે; અને જ્યારે જ્યારે બ્રાહ્મણોએ કંઈ પણ લખ્યું છે ત્યારે ત્યારે તેઓએ બીજાના કોઈ પણ હક્ક સ્વીકાર્યા નથી. ગીતા કે, વ્યાસનાં સૂત્રો તમે વાંચો, અગર કોઈની પાસે વંચાવો. ગીતામાં તમામ સ્ત્રીપુરુષો, બધા વર્ણો અને પ્રજાઓ માટે માર્ગ ખુલ્લો રખાયો છે, પણ બિચારા શૂદ્રોને છેતરવા માટે વ્યાસ, વેદોનો વિકૃત અર્થ કરવાનો પ્રયાસ કરે છે. શું ઈશ્વર તમારા જેવો બીકણ અને મૂર્ખ છે કે તેની દયાની સરિતાનો પ્રવાહ માંસના એક લોચાથી રોકાઈ જાય ? જો ઈશ્વર તેવો હોય તો તેની એક કોડીની પણ કિંમત નથી !

મારી પાસેથી કશાની પણ આશા રાખશો નહિ. પણ મેં તમને લખ્યું છે અને કહ્યું છે તેમ મારી ખાતરી થઈ છે કે ભારતનો ઉદ્ધાર ભારતવાસીઓ દ્વારા જ થશે. માટે માતૃભૂમિના

ઓ યુવાનો ! આ નવા આદર્શ માટે તમારામાંથી શું ડઝનબંધ યુવકો લગભગ પાગલ જેવા બની શકશે ખરા ? વિચારને પ્રહણ કરો; સાધનો એકઠાં કરો, બધા ચમત્કારોને સાવધાનીપૂર્વક દૂર રાખીને શ્રીરામકૃષ્ણનાં જીવનચરિત્રનું આલેખન કરો. તેમણે જે સિદ્ધાંતોનો ઉપદેશ આપ્યો છે, તેના દૃષ્ટાંત તરીકે તેમનું જીવનચરિત્ર લખાવું જોઈએ. એ ચરિત્ર તેમનું જ હોય; તેમાં મને કે કોઈ અન્ય જીવતા માણસોને લાવશો નહિ. શ્રીરામકૃષ્ણના ઉપદેશો અને તેના દૃષ્ટાંતરૂપે તેમનું જીવન જગત સમક્ષ ધરવું એ જ મુખ્ય ધ્યેય હોવું જોઈએ. હું જો કે અયોગ્ય છું, છતાં મારે એક ખાસ કાર્ય કરવાનું હતું- મારા હાથમાં જે રત્નમંજૂષા સોંપવામાં આવી હતી તે બહાર કાઢીને તમને સુપરત કરી દેવાનું. તમને જ શા માટે ? કારણ કે ઈર્ષ્યાખોર, ગુલામ અને કાયર લોકો, કે જેઓ માત્ર જડ વસ્તુમાં જ માને છે, તેઓ કદી કંઈ કરી શકે નહિ. ગુલામોને માટે સ્વાભાવિક એવી ઈર્ષ્યા આપણા રાષ્ટ્રીય ચારિત્ર્યનું કલંક છે. આ ઈર્ષ્યાને કારણે સર્વશક્તિમાન ઈશ્વર પણ કંઈ કરી શક્યો નહિ. મારી બાબતમાં તો એમ માની લો કે મેં મારું સઘળું કર્તવ્ય પૂરું કર્યું છે, અને હું તો હવે મરીને ચાલ્યો ગયો છું. એમ માનો કે બધું કામ તમારે જ શિરે છે. એમ ધારો કે તમારે જ માતૃભૂમિના નવયુવાનોએ જ આ બધું કરવું એવું નિર્માણ થયું છે. એ કાર્યમાં તમે લાગી જાઓ. ઈશ્વર તમારું કલ્યાણ કરે. મને પડતો મૂકો, છેક જ ભૂલી જાઓ. નવા આદર્શનો, નવા સિદ્ધાંતનો, નવા જીવનનો ઉપદેશ આપો. કોઈ વ્યક્તિની અગર કોઈ રીતરિવાજની વિરુદ્ધ પ્રચાર કરો નહિ. જ્ઞાતિભેદ અગર બીજા કોઈ સામાજિક દૂષણોની તરફેણ કે વિરુદ્ધમાં પ્રચાર કરો નહિ. આ બધાંથી દૂર રહેવાનો જ ઉપદેશ આપો, એટલે બધું આપોઆપ બરાબર થઈ જશે.

મારા બહાદુર, દૃઢનિશ્ચયી અને પ્રેમાળ આત્માઓ ! તમને સહુને મારા આશીર્વાદ.



—સ્વામી વિવેકાનંદ

જાન્યુઆરી : ૨૦૨૬

૪૩

॥ ध्यानयोगी श्रीमधुसूदनदासજી ॥

પ્રાતઃ સ્મરણીય પ.પૂ.ગુરુદેવનો જન્મ બિહારમાં આવેલ દુર્ગાડીહ નામના ગામમાં કાન્યકુબ્જ બ્રાહ્મણ જ્ઞાતિમાં ભારદ્વાજ ગોત્રમાં આશરે વિક્રમ સંવત ૧૯૫૮ના પોષ સુદ પાંચમના રોજ વહેલી સવારે થયો હતો. એમના પિતાજીનું નામ શ્રી રામદહિનજી મિશ્ર અને માતાજીનું નામ શ્રીમતી સંપત્તિદેવી.

ગુરુદેવનું બાળપણનું નામ કાશીનાથ હતું, પરંતુ ગૃહત્યાગ બાદ પરિક્રમા કરતાં કરતાં ચિત્રકૂટમાં પધાર્યા ત્યારે એક અજ્ઞાત મહાત્મા દ્વારા એમને “મહારોજ શ્રી મધુસૂદનદાસજી”નું નામાભિધાન થયું ત્યારથી તેઓશ્રી એ નામે ઓળખાવા લાગ્યા.

ગુરુદેવને એમના બાલ્યકાળમાં પણ રમતગમતનો ઝાઝો શોખ નહોતો. રમતમાં સમય વ્યતીત કરવાને બદલે તેઓશ્રી ઘણેભાગે એમના મોટાભાઈ શ્રી અવધબિહારી જોડે પૂજાખંડમાં જ ધાર્મિક કાર્યમાં સમય પસાર કરવાનું વધુ પસંદ કરતા. તેઓશ્રીની બાબતમાં એક નવાઈની વાત એ છે કે, એમને નાનપણથી જ “હું કોણ?”નો પ્રશ્ન વધુ મૂંઝવતો હતો. મૃત્યુ શું કામ થાય છે આદિ પ્રશ્ન પણ એમને મૂંઝવતા હતા : આવી મૂંઝવણની માત્રા જ્યારે કોઈ વાર વધી જતી ત્યારે દુર્ગાડીહથી માઈલેક દૂર આવેલા મોરૌના નામના સ્થળમાં મૌનીબાવાના આશ્રમમાં પહોંચી જતા અને જ્યાં સુધી અશાંતિ દૂર ન થાય ત્યાં સુધી ત્યાં બેસીને ઈશ્વરસ્મરણ કરતા રહેતા.

જો કે શાળામાં દાખલ થવાની એમની ધરાર ઈચ્છા નહોતી, પણ વડીલોની આજ્ઞાનુસાર શાળાનો અભ્યાસ શરૂ કર્યો. તેજસ્વી કારકીર્દિ સાથે સાત ધોરણ પસાર પણ કર્યા, પરંતુ એમને પોતાને જે શીખવું હતું, પોતાને જે જાણવું હતું તે તો અહીં કોઈ શીખવતું નહોતું. એટલે શાળાને રામરામ કરી ઘેર આવી રહ્યા, પરંતુ ઘરની દીવાલ પણ હવે તો બંધન જેવી

લાગવા માંડી. આત્મસાક્ષાત્કારની તાલાવેલી દિવસે દિવસે ખૂબ વધવા માંડી. અંતે તેઓશ્રી અગિયારવર્ષની વયે ગૃહત્યાગ કરે તો છે પણ છ માસના ગાળામાં જ સ્વજનોના હાથે કાશીમાંથી ઝડપાઈ ગયા અને પુનઃ ઘરના પીંજરામાં પૂરાયા.

ન છૂટકે ઘરમાં આવ્યા તો ખરા પણ એમનું વર્તન સાવ બદલાઈ ગયું. ન કોઈ જોડે બોલે, ન કોઈ જોડે હળે. વનમાં ભૂલા પડેલા કોઈ વટેમાર્ગુ જેવી એમની સ્થિતિ થઈ ગઈ.

ફરી પાછા એમણે તેરમે વર્ષે તક સાધીને સ્વજનોને હાથતાળી દઈ ફરી પાછું ઘર છોડ્યું અને આ વખતે ફરી ઘરના સાણસામાં ન ઝલાઈ જવાય એ માટે ખૂબ સાવધ રહ્યા. આમ કાશી, અયોધ્યા, ચિત્રકૂટ, પ્રયાગ વગેરેની પરિક્રમા નિર્વિઘ્ને ચાલતી રહી. આમ ને આમ બાર વર્ષ વીત્યા.

આ અરસામાં અલ્લાબાદમાં કુંભમેળો ભરાયો. ત્યાં એમના પરિવારમાંના જ એક સાધુ મળી ગયા અને એમણે જણાવ્યું કે દશરથ રાજાની માફક તમારા પિતા તમારા માટે ઝૂરી રહ્યા છે અને તમે તીર્થાટન કરો છો ? આ વખતે ગુરુદેવની ઉંમર ૨૫ વર્ષની હતી. પેલા સાધુની વાત સાંભળી ગુરુદેવ પિતૃઋણ અદા કરવા ગંગોત્રી-જમનોત્રીનું જળ લઈ દુર્ગાડીહ પધાર્યા અને થોડાક દિવસ બાદ તીર્થાટનનું સમગ્ર પુણ્ય પિતાશ્રીને અર્પણ કરી, સહુની રાજી-ખુશીથી ફરી ઘર છોડ્યું. ત્યારબાદ તેઓશ્રી ઉજ્જૈન, અમદાવાદ, ચીખલી વગેરે થઈ આબુ પધાર્યા. આમ ૩૦ વર્ષ સુધી ખૂબ આકરી તપસ્યા, અનુષ્ઠાન કર્યા. કર્મકાંડ, હઠયોગ, જ્ઞાનયોગ, ભક્તિયોગ વગેરે અનેક માર્ગના મહાત્માઓનાં માર્ગદર્શન હેઠળ અભ્યાસ કર્યો. આબુ પહાડ પર એક અજ્ઞાત મહાત્માએ તેઓશ્રીને શક્તિપાત કર્યો ત્યારે જ આંતરિક અખંડ શક્તિ પ્રાપ્ત થઈ. આ બધું ક્ષણમાં જ પ્રાપ્ત થયું. વર્ષોથી જેની શોધ કરતા હતા એ પૂર્ણ થઈ. અત્યાર સુધી જે સાંભળેલું, વાંચેલું એનો પ્રત્યક્ષ અનુભવ તો શક્તિપાત દીક્ષા દ્વારા ગુરુકૃપાથી એમને સહજમાં પ્રાપ્ત થયો અને અહીંથી હાથીગુફાના

નિવાસ દરમિયાન તેઓશ્રીને હોળીના શનિવારના દિવસે આત્મ-સાક્ષાત્કાર થયો. આબુ પર્વત પર તેઓશ્રીએ લગભગ દસ વર્ષ સુધી સાધના કરી હતી. ત્યારબાદ રાધનપુરમાં વિશ્વકર્મા મંદિરમાં થોડો સમય પૂજારી તરીકે રહ્યા. તે પછી ઝાલોર ગોઠ પર આવી કેટલાક સમય સુધી કઠિન તપશ્ચર્યા કરી ગંગાવતરણ કર્યું. અહીં તેઓશ્રીએ મંત્રોચ્ચારથી સૂકી નદીમાં પાણી વહેતું કર્યું.

અને ત્યારબાદ બંધવડ ગામના ગ્રામજનોના આગ્રહથી ગુરુદેવ બંધવડ પધાર્યા. અહીં પધાર્યા બાદ ઈ.સ.૧૯૪૭ થી તેઓશ્રીએ લોકકલ્યાણના યજ્ઞનો આરંભ કર્યો. આ સાલથી તેઓશ્રીએ શક્તિપાત અને ધ્યાનની શરૂઆત કરી. જનસમાજ આનો વધુ પડતો લાભ ઉઠાવી શકે એ હેતુથી પ્રેરાઈને પરમ કૃપાળુ ગુરુદેવે જ્યારે ઈ.સ.૧૯૪૭માં પોતાના આ પુણ્યકાર્યનો આરંભ કર્યો, ત્યારે જનસમાજમાં આ વિષયની ઝાઝી જાણકારી નહોતી અને એના કારણે તેઓશ્રીને વિરોધી-વંટોળનો પણ સારો એવો સામનો કરવો પડ્યો હતો, પણ ધ્યાનયોગ અને શક્તિપાતના ફિરસ્તા ગુરુદેવે એની પરવા કર્યા વિના પોતાનું કાર્ય ચાલુ જ રાખ્યું. આનંદની વાત છે કે ગુરુદેવને માત્ર વિરોધનો જ સામનો કરવાનો નહોતો, પણ દીક્ષિત સાધક તરફથી મળેલ વ્યાધિઓનો પણ સામનો કરવાનો હતો, પરંતુ ગુરુદેવને એની ચિંતા નહોતી. પોતાની પ્રબળ પ્રતિકારાત્મક શક્તિના જોરે એ વ્યાધિને પોતે હટાવી શકતા !

ધીમે ધીમે હવે શિષ્યસમુદાય વધતો ચાલ્યો. આથી ધ્યાન અને શક્તિપાત અંગે સાધકોને માર્ગદર્શન મળી શકે એ હેતુથી અને સાધકોની પ્રાર્થનાથી તેઓશ્રીએ ઈ.સ.૧૯૬૪માં “સાધક સંદેશ” નામકનું એક મૂલ્યવાન પુસ્તક બહાર પાડ્યું. આવી જ ભાવનાથી ઈ.સ.૧૯૭૬માં “ધ્યાન પ્રકાશ” નામક એક બીજું પુસ્તક લખવાનો પણ તેઓશ્રીએ અનુગ્રહ કર્યો. ત્યારબાદ ૧૯૭૮માં Death, Dying & Beyond (મરણ, મૃત્યુ અને પેલેપાર) અને “યોગદીપિકા” પુસ્તકો પણ બહાર પડ્યાં.

ગુરુદેવનું પ્રધાનકાર્ય ધ્યાન અને શક્તિપાતનું છે. સંસારના કાદવકીચડમાં ફસાયેલા મનુષ્યોને સાચી સમજ આપી એમની આધ્યાત્મિક ઉન્નતિ કરવામાં જ એમને મહદ્ રસ છે, છતાં દુષ્કાળ જેવા કુદરતી કોપમાં સપડાયેલા પ્રાણીમાત્રની વહારે દોડી જવામાં પણ તેઓશ્રી પાછા પડ્યા નથી. ઈ.સ.૧૯૬૭માં ભીષણ દુષ્કાળ વખતે તે તે સ્થળે દુષ્કાળરાહત કેન્દ્રો ખોલી પીડિતોને આવશ્યક ચીજવસ્તુઓ પૂરી પાડવાની તેઓશ્રીએ અવિશ્રામ જહેમત ઉઠાવી હતી.

ઈ.સ.૧૯૭૨માં તેઓશ્રીનો પૂ.આનંદીમા સાથે મેળાપ થયો હતો.

બંધવડમાં તેઓશ્રીને મૃત્યુનો સાક્ષાત્ અનુભવ થયો હતો. તે વેળા અન્ય સાધકો ગભરાઈ ગયા હતા. આ વેળા પ.પૂ.આનંદીમા ધ્યાનાવસ્થામાં જ ઉપરની રૂમમાંથી નીચે જ્યાં ગુરુદેવ હતા ત્યાં આવી પહોંચ્યાં. આવીને ગુરુદેવનું મસ્તક ખોળામાં લીધું. ગુરુદેવ જણાવે છે કે, ત્યારે આનંદીમાની આંખોમાંથી પ્રકાશનાં કિરણો નીકળ્યાં અને ફરી પુનઃજીવન પ્રાપ્ત થયું. આ વાતના અનુસંધાનમાં ગુરુદેવે જણાવ્યું કે શ્રી રામચંદ્રજીએ દેશ-વિદેશની વ્યક્તિઓના ચહેરા બતાવી કહ્યું કે આ બધા આત્માઓનું તારે કલ્યાણ કરવાનું બાકી છે માટે તું પાછો જા.

આ અનુભવ બાદ ૧૯૭૬માં પ.પૂ.ગુરુદેવ પ.પૂ.શ્રી આનંદીમા સાથે સૌ પ્રથમ ભારતથી અમેરિકા પધાર્યા.

તેઓશ્રીની વિદેશ યાત્રા-અમેરિકા યાત્રા પણ ખૂબ સફળ રહી. ત્યાં તેઓશ્રી ઈ.સ.૧૯૭૬ થી ઈ.સ.૧૯૮૦ સુધી રહ્યા હતા. આમ તો પોતે છ માસ માટે જ રોકાવાના હતા, પરંતુ ત્યાંની પ્રજામાં ધ્યાન અને યોગ માટે ઉત્કંઠા અને પ્રેમ જોઈ તથા ત્યાંના દીક્ષિત સાધકોના આગ્રહથી ચાર વર્ષ રોકાઈ ગયા. ત્યાં વર્ષો જૂની વજ્રપંજરવિદ્યાની શિબિરો આપી. અમેરિકામાં અનેક શહેરોમાં સતત ફરીફરીને ધ્યાન અને શક્તિપાતનો અમૂલ્ય પ્રસાદ વહેંચ્યો.

અનેક આત્માઓનું કલ્યાણ કર્યું. આ વિદ્યા આજે પૂ.પૂ.આનંદીમા આપી રહ્યાં છે. અમેરિકાના આ ચાર વર્ષ દરમિયાન મંત્રોચ્ચાર દ્વારા શરીરમાં થતા ફેરફાર કિર્લિયન ફોટોગ્રાફી વડે સિદ્ધ કરી બતાવ્યા. ગુરુદેવે અહીં ૫૦૦૦ સાધકોને શક્તિપાત કર્યો હતો.

તેઓશ્રીને મંત્રવિદ્યામાં અદ્ભુત શ્રદ્ધા હતી. તેઓશ્રી મંત્ર બોલતા ત્યારે જ્યાં ઊં આવે ત્યારે રજકણો દ્વારા ઊંની આકૃતિ બનતી. તે હજારો સાધકોએ નિહાળી હતી.

મંત્રશાસ્ત્ર, આયુર્વેદ, હઠયોગ, સંગીતશાસ્ત્ર, વનસ્પતિશાસ્ત્ર, રસાયણશાસ્ત્ર આદિના પણ તેઓ જાણકાર હતા.

ગુજરાત જ્યારે ધ્યાનયોગ માર્ગથી પરિચિત નહોતું ત્યારે ધ્યાનયોગના પયગંબર બની ગુજરાતની ધરતી પર ધ્યાનયોગની ધ્વજાપતાકા સર્વપ્રથમ લહેરાવનાર પ.પૂ.ધ્યાનયોગી શ્રી મધુસૂદનદાસજીના નામ અને કાર્યથી ગુજરાતના અધ્યાત્મમાર્ગના પ્રવાસીઓ ભાગ્યે જ હવે અજાણ હશે.

ગુજરાતને તેઓશ્રીએ પોતાનું કાર્યક્ષેત્ર બનાવી આ ભૂમિને ધન્ય બનાવી. શક્તિપાતના માધ્યમ દ્વારા સાધકોને ધ્યાનમાં પ્રવિષ્ટ કરાવવું એ તેઓશ્રીનું જીવનકાર્ય છે, પણ ચીલાચાલુ ધ્યાન કરતાં તેઓશ્રીની ધ્યાનની વ્યાખ્યા ખૂબ વ્યાપકતા ધરાવે છે. તેઓશ્રી વારંવાર કહે છે કે માત્ર ચાર દીવાલની વચ્ચે એકાંતમાં ધ્યાન કરવું એ ઠીક છે પણ એટલું જ પૂરતું નથી. પાડોશમાં કોઈ ભૂખ્યો હોય, દુઃખી હોય તો એનું ઉદર તૃપ્ત કરવું કે એનું દુઃખ દૂર કરવું એ પણ એક પ્રકારનું ધ્યાન જ છે. દુષ્કાળ પડ્યો હોય, અતિવૃષ્ટિ કે અનાવૃષ્ટિ હોય તો એમાં સહાયભૂત થવું એ પણ એક પ્રકારનું ધ્યાન જ છે અને પ.પૂ.ગુરુદેવ ધ્યાનયોગી શ્રીમધુસૂદનદાસજીએ એમની આ વ્યાખ્યાને બનાસકાંઠા અને બિહારના દુષ્કાળ રાહત કેન્દ્રો ચલાવીને ચરિતાર્થ પણ કરી બતાવી છે.

તેઓશ્રી સ્પષ્ટપણે માને છે કે ધાર્મિક સંસ્થાઓ હવે સમાજોપયોગી પ્રવૃત્તિમાં સક્રિય ભાગ લે એ જમાનાની માંગ છે,

અને એને અનુરૂપ રાધનપુર પાસે આવેલી બંધવડ ગામની તપોભૂમિમાં 'સંસ્કારધામ' નામની શાળાની પણ સ્થાપના કરી છે. બંધવડમાં હનુમાનજીનું મંદિર આવેલું છે. ત્યાં પ.પૂ.ગુરુદેવે ઘણા વર્ષો સાધના કરી હતી.

સાધકો આત્મકલ્યાણના માર્ગે વળે, એમનાં દુઃખો દૂર થાય, એમનું જીવન શાંતિમય રીતે વ્યતીત થાય એ માટે તેઓશ્રીએ ઘણું કષ્ટ વેઠ્યું છે. એ માટે શક્તિપાત શું છે ? શક્તિપાતદાતાની શી લાયકાત હોવી જોઈએ ? શક્તિપાત કરનારને કેવાં જોખમોનો સામનો કરવો પડતો હોય છે અને દીક્ષાર્થીને શક્તિપાતથી કેવા લાભો થાય છે એ જાણવું પણ જરૂરી છે.

શક્તિપાત એ બજારમાં વેચાતી વસ્તુ નથી. નથી એ પૈસાથી ખરીદી શકાતી કે નથી તો એ ચોરીને લઈ શકાતી. શક્તિપાત એ અનેક વર્ષોની કઠિન તપશ્ચર્યાના અંતે પ્રાપ્ત થતી એક એવી સિદ્ધિ છે કે એનાથી જે શક્તિસંચય થયો હોય એ શક્તિનું દીક્ષા વખતે સાધકમાં સંક્રમણ કરવામાં આવે છે. શક્તિપાત ગમે તેવા લેભાગુ માણસો કરી શકતા નથી. જેની પાછળ તપનું-સાધનાનું-અનુષ્ઠાનનું અપૂર્વ પીઠબળ હોય એ જ વ્યક્તિ શક્તિપાત કરવા માટે અધિકારી બને છે. અધકચરી વ્યક્તિ અથવા અનઅધિકૃત વ્યક્તિ પાસેથી શક્તિપાત લેવાથી કેટલીક વાર એની વિપરીત અસર થાય છે અને તેનાથી ચિત્તભ્રમ થયાના કેટલાક દાખલા પણ બનવા પામ્યા છે. શક્તિપાતદાતા દિવ્ય પરંપરાથી અધિકૃત હોવા જોઈએ.

શક્તિના અવતરણથી સાધકની શારીરિક વ્યાધિઓ તો દૂર થઈ પણ એનો અર્થ માત્ર એટલો જ છે કે એ દુઃખે માત્ર સ્થળાંતર જ કર્યું છે. સ્થળાંતર કરીને એ શારીરિક પીડા બીજે ક્યાંય જતી નથી, પણ શક્તિપાતદાતાના શરીરમાં એ વ્યાધિ દાખલ થાય છે, પણ શક્તિસંપન્ન યોગીઓ પોતાની પ્રતિકારક શક્તિ વડે પોતાના શરીરની બહાર ફેંકી દે છે. તેથી રોગગ્રસ્ત વ્યક્તિ શક્તિપાત ન લે એ ઈચ્છનીય ગણાય છે, પણ ઉદારચરિત ગુરુદેવે એ વાતની કદીય

પરવા નથી કરી અને પરિણામે તેઓશ્રીને ક્ષય, દમ, લોહીવા, કેન્સર જેવા રાજરોગોને સ્વીકારવા પડ્યા હતા. રોગી હોય કે સાજા હોય, જુવાન હોય કે વૃદ્ધ હોય, સ્ત્રી હોય કે પુરુષ હોય કોઈપણ જાતના જાતિભેદ કે વર્ગભેદની આત્મડછેટ રાખ્યા વિના આત્મકલ્યાણની પરબ એમણે માનવમાત્ર માટે ખુલ્લી મૂકી દીધી છે. એથી જ તેઓશ્રીના સાધકવર્ગમાં હિન્દુઓ, મુસ્લિમો, પારસીઓ અને ખ્રિસ્તીઓ પણ છે. દેશી તેમજ વિદેશીઓ પણ છે. દીક્ષા એ કોઈ સાંપ્રદાયિક વિધિ નથી. સહુ કોઈ પોતપોતાનો ધર્મ કે ઈષ્ટદેવને ઇચ્છ્યા વિના ધ્યાનમાર્ગના પ્રવાસી બની શકે છે. ઘણા એવો આગ્રહ રાખે છે માત્ર લાયક વ્યક્તિને જ શક્તિપાત આપવો જોઈએ, પણ ગુરુદેવ તો કહે છે કે મારે માટે કોઈ બિનલાયક છે જ નહિ, એ માનવ છે એ જ એની લાયકાત છે.

એક વાર દુષ્કાળના સમયમાં ગુરુદેવે જ્યારે પીડિતો માટે રાહત કેન્દ્ર, અન્નક્ષેત્ર અને ગૌસેવા કેન્દ્ર ખોલવાનું નક્કી કર્યું ત્યારે એક અગ્રગણ્ય સાધક ગુરુદેવથી થોડા નારાજ થયા હતા. એમની દલીલ એવી હતી કે, આવા સમાજોપયોગી કામ કરવા માટે ઘણા સમાજ-સેવકો અને સંસ્થાઓ છે, પણ શક્તિપાત કરનારા તો માત્ર આપ એક જ છો અને એથી આપે આવા કામમાં ન પડવું જોઈએ, પણ ‘વસુધૈવ કુટુંબકમ્’માં માનનારા ગુરુદેવ આવી દલીલથી ચલિત ન થયા અને દુષ્કાળ રાહત કેન્દ્ર ચાલુ કરી જ દીધું. દર વર્ષે ગુરુદેવ નવરાત્રિમાં અનુષ્ઠાન કરે છે એ પ્રમાણે એક વર્ષે અનુષ્ઠાનની બધી તૈયારીઓ સંપૂર્ણ થઈ ગઈ હતી, સામગ્રી પણ આવી ગઈ હતી, પરંતુ ત્યાં તો દુષ્કાળની આલબેગ વાગી. બધી સામગ્રી પડી રહી અને ગુરુદેવ રાહત કેન્દ્રના કામમાં જોડાઈ ગયા.

ગુરુદેવ જ્યારે નવરાત્રીનું નવ દિવસનું અનુષ્ઠાન પૂરું કરી બહાર પધારતા ત્યારે તેઓશ્રીમાં સાધનાજનિત શક્તિનો એવો પ્રચંડ ધોધ વહેતો હતો કે, સાધકને તેઓશ્રીથી છ ફૂટ દૂર બેસવું પડતું. જો

એ પરિધિમાં કોઈ ભૂલેયૂકે પણ આવે તો અચૂક ધ્યાનગ્રસ્ત બની જતો. લીંબડીમાં તો તેઓશ્રીની એક ખાલી ખુરશીનો સ્પર્શ કરતાં એક સાથે પાંચથી છ સાધકો ધ્યાનસ્થ બની ચૂક્યા હતા. ગુરુદેવના ચરણસ્પર્શથી ધ્યાન લાગે એમાં તો નવાઈ જ શી ? અમદાવાદનાં શ્રીમતી સુશીલાબહેન પારેખ નામની સાધિકાને આ રીતે પૂરા છવીસ કલાક ધ્યાન લાગ્યાનું પણ નોંધાયું છે. આ રીતે શ્રીમતી નલિનીબહેન બેન્કરને ચોવીસ કલાકનું ધ્યાન લાગ્યું હતું.

આવા ગુરુદેવના નામ અને કાર્યની સુવાસ ગુજરાતના સીમાડા વટાવી સમગ્ર દેશમાં અને અમેરિકા સુધી પહોંચી ગઈ. અમેરિકામાં ગુરુદેવ ધ્યાન માટે એક ખાસ બીજમંત્ર સાથેનો મંત્રોચ્ચાર કરવા માંડ્યા. આ મંત્ર એટલો બધો શક્તિશાળી છે કે વર્ષમાં માત્ર ગુરુપૂર્ણિમા અને જન્મ જયંતી (પોષ સુદ પાંચમ) એમ બે દિવસ માટે જ એની કેસેટનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. એટલું જ નહિ એની નકલ કરવા પર પણ પ્રતિબંધ મૂકવામાં આવ્યો છે.

ધ્યાન એ ગુરુદેવનું જીવનકાર્ય છે, જીવનમંત્ર છે. તેઓશ્રી ભારપૂર્વક કહે છે કે ધ્યાનેતર ઉપાસના એ કાગળ પરનું લખાણ છે. જ્યારે ધ્યાન એ તો શિલાલેખ છે, જેને કદી ભૂંસી શકાય નહિ. અગ્નિ એ શરીરનો આહાર છે. ધ્યાન એ આત્માનો આહાર છે. ધ્યાનની ગતિ એ રોકેટગતિ છે. ધ્યાનથી શારીરિક શુદ્ધિ અને માનસિક શુદ્ધિ થાય છે. ધ્યાન એ મોક્ષનું દ્વાર છે. ધ્યાન કદી નિષ્ફળ જતું નથી. ધ્યાનથી શક્તિને જરૂર લાગે તો શારીરિક વ્યાધિ પણ મટે છે.

પણ ગુરુદેવ ચેતવે છે કે રોગ મટાડવા ધ્યાનનો આશરો લેવો એ બરાબર નથી. શરણાગતિ સ્વીકારીને શક્તિને-ગુરુને સમર્પિત થાઓ. જે તમારા હિતમાં હશે એ અવશ્ય થશે પણ અપેક્ષા ન રાખો.

અલબત્ત ભૌતિક સંકટો દૂર કરવા માટે ગુરુદેવ મંત્રો આપતા, યંત્રો આપતા, ફૂલ પણ આપતા, તો માદળિયું ને દોરાય આપતા

હતા. અને તેના સારાં પરિણામો જોવા પણ મળ્યાં છે.

અહીં પણ ગુરુદેવ ચેતવે છે કે આ માર્ગ ભૌતિક દુઃખો દૂર કરવા માટે જ માત્ર નથી. મુખ્ય કાર્ય તો આધ્યાત્મિક શિખર સર કરવાનું છે. એને ગૌણ બનાવી દો એ ન ચાલે. ફરજમાંથી છટકવા માટે ધ્યાન નથી. કોઈ લગ્ન કરવાની ના પાડે તો ગુરુદેવ કહે : ભારતમાં ઘણા બાવાઓ વધી ગયા છે. વધુ બાવાઓની જરૂર નથી. સંસારમાં રહીને તમારી ફરજ બજાવો અને મોક્ષના માર્ગનો પ્રવાસ પણ ચાલુ રાખો.

રાધનપુર પાસે બંધવડ ગામ છે, ત્યાંનું હનુમાનજીનું મંદિર એ ગુરુદેવની તપોભૂમિ છે. અહીં એક ભોયરું છે. એમાં તેઓશ્રીએ ખૂબ સાધના કરી છે અને એથી આ જગ્યા એટલી બધી ચેતનવંતી બની છે કે કોઈપણ સાધક ત્યાં પ્રવેશ કરે એટલે એને સાધનાનાં આંદોલનોનો સ્પર્શ થાય છે જ. ત્યાં શિવ-અંબાજી અને રાધાકૃષ્ણનાં મંદિરો છે. આ મંદિરનો જીર્ણોદ્ધાર પ.પૂ.ગુરુદેવ દ્વારા થયેલો.

ભારતમાં હાલનું (૧૯૯૭) મુખ્ય કેન્દ્ર, ભરૂચ પાસે આવેલા નિકોરા ગામમાં નર્મદા કિનારે ‘ધ્યાની ધામ’ નામે તૈયાર થઈ ગયું છે. અહીં પૂ.ગુરુદેવનું સ્મૃતિમંદિર, ધ્યાનહોલ તથા સમૂહ અને વ્યક્તિગત સાધના કરવા માટે વ્યવસ્થા કરવામાં આવી છે તથા ગૌશાળા, અન્નપૂર્ણાભવન અને આયુર્વેદિક ઉપચાર માટેની વ્યવસ્થા પણ થઈ ગઈ છે.

ધ્યાનકેન્દ્ર અમેરિકામાં કાર્યરત છે, જેનું સંચાલન પ.પૂ.આનંદીમા અને પૂ.દિલીપજી (બાપુજી) કરી રહ્યા છે. ધ્યાનમાર્ગમાં આવ્યા પછી ઘણાના ચા, બીડી, તમાકુ, દારૂ, સકો જેવાં વ્યસનો છૂટી ગયાના પણ ઘણા દાખલા નોંધાયા છે.

ધ્યાન માટે ગુરુદેવે ચાર આવશ્યક શરતો બતાવી છે : ગુરુમાં નિષ્ઠા, મંત્રમાં શ્રદ્ધા, ધ્યાનનું સાતત્ય અને ધ્યાનની નિયમિતતા.

આવી રીતે સાધના માટે પણ તેઓશ્રીએ ચાર રાત્રિ ઉત્તમ ગણાવી છે.

(૧) મોહરાત્રિ (જન્માષ્ટમી) (૨) શિવરાત્રિ (૩) ધૂળેટી (૪) કાળીચૌદશ. આ રાત્રિની સાધના શીઘ્ર ફળ આપનારી છે.

પ.પૂ.ગુરુદેવની આ એક અગ્રગણ્ય કોટિની સિદ્ધિ કહો કે, કળા કહો એ છે કે દરેક સાધકને એવું લાગે છે કે ગુરુદેવ મારા પ્રત્યે જ વિશેષ મમતા રાખે છે. ગુરુદેવ સાધકોના યોગક્ષેમની એવી તો ચિંતા કરતા હોય છે કે સાધકની આંખમાં ઝળઝળિયાં આવી જાય. પોતાની ચિંતા કરનારું કોઈ બેદું છે-પોતાને માથે એક મહાન સંતનું શિરછત્ર છે-બસ, આટલા માત્રથી જ સાધકનો ઘણો બોજો હળવો થઈ જાય છે. મનોમન બોલી ઊઠે છે : “બાપુજી, પૈસા મળવાના હશે ત્યારે મળશે પણ હવે કૃપા કરી જ છે તો એક કૃપા કરો કે આપની કૃપાદષ્ટિના, આપના અનુગ્રહના અને આપના આશીર્વાદના અમે અધિકારી બની શકીએ. કૃપા કરો તો હે પ્રભુ, એવી કૃપા કરો કે સ્વપ્નમાં પણ આપનો દ્રોહ અમે ન કરીએ અને આપે ચીધેલા માર્ગે અમારી જીવનયાત્રામાં નિરવરોધ આગેકૃચ્છ કરી શકીએ.”

ગુરુદેવ આપણા ગુરુ છે-માત્ર એટલા ખાતર નહિ પણ વર્ષોથી જે રીતે એમને માણતા આવ્યા છીએ. એ જોઈને એમ તો અવશ્ય થાય છે કે આપણા કયા પુણ્યના બળે કરીને ગુરુદેવ જેવા સિદ્ધલોકના નિવાસી મહાત્માનાં દર્શન, પૂજન અને સાંનિધ્યનો લાભ આપણને કશી રોકટોક વિના મળે છે. વર્તમાન જીવનની અંદર ડોકિયું કરીને જોઈએ તો શ્રી તુલસીદાસની માફક એકરાર કરવાનું મન થઈ જાય છે કે “મો સમ કૌન કુટિલ ખલ કામી !” કુટિલ હોવા છતાં, ખલ હોવા છતાં, કામી હોવા છતાં તેઓશ્રીની એ મહાનતા છે કે એમના શ્રીચરણકમળથી દૂર કર્યા નથી, વિખૂટા પાડ્યા નથી અને છતાં કોઈને એવું લાગતું નથી કે ભંગાર માલની માફક તેઓશ્રી આપણને સાચવે છે. એવું પણ કહેવાય છે કે આપણામાં

લાયકાત આવે એટલે ગુરુ સામા આવે છે, પણ ગુરુદેવ તો એવું
 ય જોતા નથી. કુટિલ, ખલ અને કામીને તો તેઓશ્રી સામે
 ચાલીને મળવા જાય છે. સમભાવની દૃષ્ટિ તો તેઓશ્રીની સાધના
 ચરમ સીમાએ પહોંચી હોવા છતાં સાધુ અને સંસારીને, ગરીબ કે
 તવંગરને, સ્ત્રી-પુરુષ કે બાળકને એમના દરબારમાં એકસરખો
 આવકાર મળે છે. સંસારમાં-સમાજમાં આવો સમભાવ ભાગ્યે
 જ જોવા મળે છે. આવું નિર્મોહીપણું, આવી નિર્લેપતા પણ દાદ
 માગી લે એવી છે. આમ, જેણે માત્ર એક વાર ગુરુદેવના
 સાંનિધ્યનો લાભ લીધો છે, એમની દૃષ્ટિનો માત્ર એક જ વાર
 સંસ્પર્શ થયો છે, માત્ર એક જ વાર એમના વાત્સલ્યનું
 આસ્વાદન કર્યું છે. એ કાયમ માટે ગુરુદેવના બંધાણી બની જાય
 છે, એ પછી નથી તો ગુરુદેવ એને છોડી શકતા કે નથી તો
 સાધક તેઓશ્રીને છોડી શકતો. ગુરુદેવના ગુણાનુરાગ કરવા
 બેસીએ તો જિહ્વાની વાચાશક્તિ ઓછી પડે, લખવા બેસીએ તો
 કરાંગુલિઓને પરાભવ સ્વીકારવો પડે. આપણું ગજું જ નથી કે
 તેઓશ્રીના ગુણાનુરાગનું સંપૂર્ણપણે કથન કરી શકીએ, શ્રવણ
 કરી શકીએ કે એનું આલેખન કરી શકીએ.

સિદ્ધ મહાત્માઓને સર્વાંગ સંપૂર્ણપણે ઓળખી શકાતા નથી.
 કારણ કે તેઓ પોતાની પ્રતિભા સામાન્ય રીતે પ્રગટ કરતા નથી
 અને કોઈ એમને સંપૂર્ણ ઓળખવાનો દાવો પણ કરી શકતા
 નથી. નિરભિમાનપણું, નિર્લોભીપણું, નિસ્પૃહિતા અને સરળતા
 વગેરે યોગી મહાત્માઓનાં આભૂષણો છે. ગુરુદેવે આ અને
 આવાં અનેક આભૂષણોથી આભૂષિત છે.

આવા વિશ્વમાનવ, સમર્થ યોગી, ધ્યાનયોગના પ્રવર્તક,
 પ્રબોધક એવા પ.પૂ.શ્રીમધુસૂદનદાસજીએ પોતાનું સર્વ
 આધ્યાત્મિક ઐશ્વર્ય એમના પટ્ટશિષ્યા પ.પૂ.આનંદીમાને સોંપી
 દીધું હતું. અમદાવાદમાં તા.૨૯/૮/૯૪, જન્માષ્ટમીના રોજ
 પોતાની જીવનલીલા સંકેલી લીધી.



—અનુ.તરલા દેસાઈ

॥ श्री माता अमृतानंदमयीना जवनयरित्रनुं अेक प्रेरक प्रकरण ॥

किरालाना अेक द्वीपना पर्याकडवुं गाममां ँडामनेलना माछीमार परिवारमां दमयंती अने सगुणानंदनना कुटुंबमां १३ बाणको जन्म्यां. तेमांथी पांय संतानो मृत्यु पाभ्यां. बाकीना (८) आठ ँकीरा-ढीकीरीमां अनुकमे कस्तुर, सुनिल-सुलगन, सुधामणि सुगुणम्मा, सुरेश, सतीश अने सुधीरकुमार ँता. आ बधां बाणकोमांथी समग्र विश्वमां 'शाश्वत परमानंदनी माता' अमृतानंदमयी तरीके ँश्वरे सुधामणिनी पसंदगी करी.

कोमण शैशवकाणथी ज सुधामणिअे दिव्य मातापितानी शोध शरु करी. तेमनो नाश करवा प्रयत्नशील सगांसंबंधीओ, नास्तिकोना ँमलाओ सामे, अेकलाअटूला ँवा छतां जरा पण वियलित थया विना तेओ युद्ध करतां रखां.

२१ वर्षनी ँमरे पोतानी ँश्वरानुभूतिनी अवस्था बाह्य जगत समक्ष प्रगट करी, २२मा वर्षे जिज्ञासुओने ँक्षित करवानो प्रारंभ कर्यो. २७मा वर्षे तो पोताना जन्मस्थणे ज तेमणे आंतरराष्ट्रीय मथकनी स्थापना करी. पांय वर्षमां तो भारत अने विदेशोमां वीसथी वधु आश्रमोनी स्थापना थँ. तेत्रीस वर्षनी ँमरे विश्वमां योतरङ्ग पथरायेला अनेक लोकोने प्रेरणा आपवा, तेमना जवनने ँर्ध्वगामी बनाववा तेमणे प्रथम विश्वयात्रा करी.

पृथ्वीना प्रत्येक भूषामां लाओ लोकोना मननो ओज तेमणे ँणवो कर्यो.

अम्मा कहे छे. 'जे व्यक्ति पोतानामां विश्राम ले छे ते
जान्युआरी : २०२६

બોલવાને અસમર્થ હોય છે.’ પરંતુ અસીમ કરુણાને કારણે પૂર્ણત્વની અવસ્થાએથી અમ્મા આપણી સમજના સ્તર પર ઉતરી આવ્યાં છે. જેથી સત્યના પોતાના અનુભવને તેઓ બાળકોમાં વહેંચી શકે.

જેમ ગંગાજી પોતાના જળમાં જે કોઈ આવે. તેને શુદ્ધ કરે છે. તેમ અમ્મા પોતાની ભુજાઓ પ્રસારી, તેમના આલિંગનમાં જે કોઈ આવે તેને પરમ સત્યની અનુભૂતિ કરાવવા રાહ જુએ છે. હૃદયને સાંત્વના-હૂંફ આપ્યા પછી પરમાનંદની અકલ્પ્ય ઊંચાઈએ ઊડવા માટે સહાય કરે છે.

વૈશ્વિક પ્રેમ અને કરુણાની પાંખો પર સુરક્ષિત બેસી આપણે તેમનાં અમૃતવચનોને સાંભળીએ તો એમાં એમની ગહન અનુભૂતિનો પ્રતિઘોષ સંભળાય છે.]



॥ બધાં જ દેવ-દેવીઓ એક જ અદ્વૈતનાં પાસાં છે ॥

તે દિવસથી, અન્ય કોઈપણ મારા પોતાના નિરાકાર આત્માથી ભિન્ન નથી એમ મને બધું દેખાવા લાગ્યું. આ સમસ્ત વિશ્વ મારામાં એક પરપોટાની જેમ અસ્તિત્વ રાખતું હતું.

આ સારગર્ભિત ઉચ્ચારણ દ્વારા ‘અમ્મા’ આપણને આંતરિક જ્ઞાનના ખજાના તરફ નિર્દેશ કરે છે. જો કે તેઓ ઈશ્વરાનુભૂતિની અંતિમ અવસ્થાએ પહોંચી સ્થિર થઈ ચૂક્યા હોવા છતાં ‘અમ્મા’ એ વધારાની સાધના, એ પ્રસ્થાપિત કરવાના હેતુથી કરતા હતા કે ઈશ્વરના દેવ-દેવીઓનાં ભિન્ન ભિન્ન સ્વરૂપો છેવટે તો એ એક જ અદ્વૈતનાં પાસાંઓ છે. મનપર હવે પૂર્ણ કાબુ પ્રાપ્ત કરી લીધેલ હોઈ તેઓએ જોયું કે તેઓ ઈશ્વરના કોઈપણ તત્ત્વસ્વરૂપ સાથે પોતાની સ્વેચ્છાથી પસંદ કરીને તે રૂપ ધારી શકે છે. આ સાધના કરતી વેળા તેઓને જે જે વિવિધ અનુભવો થયા તેનું વર્ણન

‘અમ્મા’એ કરેલ છે.

એક દિવસ સાધના પૂરી થયા પછી મને એમ લાગ્યું કે મારા મોઢામાંથી એક મોટો રાક્ષસી દાંત બહાર આવી રહ્યો હતો. સાથો સાથ મેં ભયંકર ગણગણાટનો ધ્વનિ પણ સાંભળ્યો. મેં લાંબા તીક્ષ્ણ રાક્ષસી દાંતોવાળા, લાંબી જીભ બહાર કાઢેલ, લાંબા કાળા વાંકડિયાળા કેશ, રાતી મોટી મોટી આંખો અને ઘેરા વાદળી રંગના દેવી સ્વરૂપને નિહાળ્યું. મેં વિચાર્યું, ‘જલદી, નાસી જા, દેવી મને મારી નાખવા આવે છે !’ હું નાસી જવાની તૈયારીમાં હતી, અચાનક મેં અનુભવ્યું કે હું પોતે જ તો તે દેવી છું અને તે ગણગણાટવાળો ગુંજતો ધ્વનિ પણ હું જ ઉત્પન્ન કરી રહી હતી. બીજી જ ક્ષણે મેં જોયું તો હું દેવીની વીણા ધારણ કરી રહી છું. મારા મસ્તક પર તેમનો મુકુટ હતો. અને દેવીની નાકની નથની મેં પહેરી હતી. કેટલીક ક્ષણો પછી મેં વિચાર્યું, ‘આ શું છે ? હું દેવી કેવી રીતે બની ગઈ ? કદાચ મા જગદંબાએ મારી સાધનામાં ખલેલ પહોંચાડવા આવી યુક્તિ કરી હશે.’ (આથી મેં વિચાર્યું) ‘મને શિવ પર ધ્યાન કરવા દે અને જોઉં કે શું થાય છે ?’ પરંતુ જે ક્ષણ મેં શિવ પર ધ્યાન કરવાનું શરૂ કર્યું, હું ‘તે’ બની ગઈ, જટાવાળા ગુંથેલા વાળ, ગળા પર અને બાવડા પર વિંટળાયેલા સર્પોવાળા. મેં વિચાર્યું, ‘કદાચ શિવ પણ મારી કસોટી કરતા હોય,’ આથી મેં તેમના સ્વરૂપ પર ધ્યાન કરવાનું બંધ કર્યું.

હવે મેં વિઘ્નહર્તા એવા ભગવાન ગણેશ પર મારા હૃદય અને આત્માને એકાગ્ર કર્યાં. તુર્તજ મારું સ્વત્વ ગણેશમાં પરિવર્તિત થઈ ગયું. લાંબી સૂંઢ સાથેનું હાથીનું મોઢું, એક અર્ધ તૂટેલ સાથે બે દંતશૂળ વગેરે વગેરે. હું જે કોઈ દેવ કે દેવીના સ્વરૂપનું ધ્યાન ધરું તો હું ‘તે’ બની જતી હતી. ત્યારે, પછી મેં અંતરનો અવાજ સાંભળ્યો, ‘તું તેમનાથી ભિન્ન નથી. તેઓ સર્વે કેટલાય સમય પૂર્વે તારામાં વિલીન થઈ ગયાં છે તો પછી તારે શા માટે આ બધા

દેવદેવીઓને બોલાવવા જોઈએ ?’

ત્યાર પછી પવિત્ર ‘અમ્મા’નું ઈશ્વરનાં સ્વરૂપો પરનું ધ્યાન કરવાનું સ્વાભાવિક રીતે જ શાંત પડી ગયું. પવિત્ર ‘અમ્મા’માંથી અને તેમના અણુએ અણુમાંથી પ્રસ્ફુરિત થતો સર્વવ્યાપક ‘ઓમ્’નો પવિત્ર નાદ હંમેશને માટે ‘તે’માં વિલીન થઈ ગયો. તેમ છતાં દાખલો બેસાડવા તેઓ ધ્યાનમાં બેસતાં. આ વિશે પૂછતાં ‘અમ્મા’એ કહ્યું, ‘ધ્યાન દરમિયાન, મા બધાં જ બાળકો પાસે જશે, ખાસ કરીને એવાઓ પાસે કે જેઓ ઉત્કટતાથી ‘અમ્મા’નો વિચાર કરતા હશે.’

આવો જ પ્રસંગ મહાન મહાકાવ્ય શ્રીમદ્ ભાગવતમાં આવે છે. એક દિવસ પ્રસિદ્ધ નારદ ઋષિ ભગવાન શ્રીકૃષ્ણના નિવાસસ્થાને દ્વારકા ગયા અને જોયું તો ભગવાન ઊંડા ધ્યાનમાં બેઠેલા હતા. નારદજીએ ભક્તિભાવપૂર્વક ભગવાનને પ્રણામ કર્યા અને પૂછ્યું, ‘હે પ્રભુ, આપ કોનું ધ્યાન ધરી રહ્યા છો ?’ મધુર હાસ્ય સાથે ભગવાન બોલ્યા, ‘હું મારા ભક્તોનું ધ્યાન કરી રહ્યો છું.’

એ હંમેશાં યાદ રાખવાનું કે ઘણાની દૃષ્ટિમાં આ નાનકડી, ‘દેવી’ બન્યાં, પરંતુ તેમના પરિવાર માટે તો તેઓ હજી સુધામણિ જ હતાં. પરબ્રહ્મ પરમેશ્વરમાં તેઓ પૂર્ણપણે આરૂઢ થયા હોવા છતાં તેમના માતાપિતા અને મોટાભાઈ માટે તો, તેઓએ જો પ્રયત્ન કર્યો હોત તો પણ આ એવી સૂક્ષ્મ બાબત હતી કે જે તેઓ ક્યારેય ન સમજી શક્યા હોત. તેઓએ તેમની વર્તણૂક વિષે શંકા કરવાનું ચાલુ જ રાખી એમ માનતાં હતાં કે તેઓ કોઈ માનસિક અસંતુલનથી પિડાઈ રહ્યાં છે. તેઓને ડર હતો કે ભક્તોનાં સંપર્કમાં આવવાથી તેમનું નૈતિક અધઃપતન થશે અને આથી કુટુંબની આબરૂને બઢો લાગશે. તેમના ભાઈ સુભગનને તો ‘અમ્મા’ પ્રત્યે ખાસ નફરત હતી અને તેમના તરફની તેની

વર્તણૂક નીચમાંથી દુષ્ટ બનતી ગઈ જે નીચેનો પ્રસંગ દર્શાવે છે.

એક દિવસ સુભગન અને તેના પિતરાઈ ભાઈઓએ ખોટા બહાનાં કરી ‘અમ્મા’ને એક સગાના ઘરે બોલાવ્યાં. જ્યારે તેઓ ત્યાં પહોંચ્યાં કે તુર્તજ તેઓએ તેમને એક ઓરડામાં પૂરી દીધાં. તેમને ધમકી આપી અને અચાનક પોતાના કપડામાં ઘુપાવેલી લાંબી છુરી બહાર ખેંચી કાઢી. સુભગન બોલ્યો, ‘તારી આ વર્તણૂકની હવે હદ આવી ગઈ છે. તું કુટુંબની આબરૂને અવશ્ય બટ્ટો લગાડવાની છે. હવે તો તું બધા જ પ્રકારનાં લોકો સાથે મુક્તપણે હળવા મળવાનું બંધ કરી શકે તેમ નથી. તારું ગાવાનું ને નાચવાનું બંધ કરતી નથી તેથી મૃત્યુ જ તારા માટે શ્રેયસ્કર છે.’ તે ‘અમ્મા’નાં અટ્ટહાસ્યભર્યા જવાબથી વધુ કોપિત થયો. ‘અમ્મા’એ કહ્યું, ‘હું મૃત્યુથી જરાપણ ડરતી નથી. વહેલું કે મોડું, આ શરીરનો અંત તો આવવાનો જ છે. પરંતુ આત્માને મારી નાખવો તે તારા માટે શક્ય નથી. હવે જો તે મારા ભૌતિક અસ્તિત્વનો અંત લાવવાનું નક્કી જ કરી નાખ્યું છે તો હું મારી અંતિમ ઈચ્છા વ્યક્ત કરું છું અને તે પૂરી કરવી તારા માટે અનિવાર્ય છે. મને થોડી ક્ષણ ધ્યાન કરવા દે અને ધ્યાન કરતી વખતે તું મને મારી નાખવા મુક્ત છે.’

તેમના આવા હિંમતભર્યા પ્રત્યુત્તરથી તેઓ વધારે કોપિત થયા. તેમાંનો એક બોલ્યો, ‘તું અમને હુકમ કરનારી કોણ છો? તને મારવી કે નહિ એ શું તારી ઈચ્છા પ્રમાણે કરવાનું અમારે?’ ‘અમ્મા’ હસ્યા અને સામો જવાબ આપ્યો, ‘એમ લાગે છે કે ઈશ્વર સિવાય અન્ય કોઈ મારા જીવનનો અંત લાવી શકે તેમ નથી!’ બીજો ત્રાડ પાડીને બોલ્યો, ‘ઈશ્વર? કોણ છે તારો ઈશ્વર?’ જો કે તેઓ શાબ્દિક રીતે ‘અમ્મા’ને ધમકાવી રહ્યા હતા પણ તેમનાં વળતા નીડર જવાબો સાંભળી અને તેમને જરાપણ વિચલીત ન થયેલાં જોઈ, તેમાનાં કોઈની પણ હિંમત ન હતી,

‘અમ્મા’ ને કાંઈ કરવાની.

જે વ્યક્તિએ છુરી બહાર કાઢી હતી તેને અચાનક કૂદકો મારી આગળ આવી ‘અમ્મા’ની છાતી પર છુરી રાખી તેમની હત્યા કરવાનો પ્રયત્ન કર્યો પરંતુ તેજ ક્ષણે તેની છાતીમાં બરાબર તેજ જગ્યાએ, જે જગ્યાએ તેને ‘અમ્મા’ને છુરી ભોંકવાનો પ્રયત્ન કર્યો હતો, ત્યાં ભયંકર અસહ્ય એવો દુઃખાવો થવા લાગ્યો. વેદનાથી તે પોતે જમીન પર ઢળી પડ્યો. આ જોઈ ઓરડામાં રહેલ બીજાઓના હૃદયમાં ભય પેઠો. આ ક્ષણે દમયંતી, જેને સુભગન અને તેના સગાંઓ સાથે સુધામણિને જતાં જોયા હતા ભયભીત થઈ પોતે ત્યાં આવી પહોંચી. ઘરમાં દાખલ થતાં જ ત્યાં થતાં ઘોંઘાટને સાંભળી, સમજી ગયાં કે કાંઈ અઘટીત બની રહ્યું છે. તેઓ બંધ દરવાજાને ઠોકવા લાગ્યા અને તે ખોલવા માટે ચીસો પાડી. દરવાજો ખોલવામાં આવ્યો. દમયંતી તો ‘અમ્મા’નો હાથ પકડી ઝડપથી બહાર નીકળી ઘર તરફ ચાલવા લાગ્યા.

ઈડામનેલ પરત જતી વેળા તેઓ સમુદ્રકિનારે થઈ જઈ રહ્યાં હતાં. ત્યારે ‘અમ્મા’ એ દમયંતીને કહ્યું, ‘મારા કારણે તમે લોકો બેઆબરૂ થયા છો. આ સમુદ્ર પણ મારી માતા છે. ખુશીથી તે હાથ લાંબા કરી મને સ્વીકારશે. હું તેના ખોળામાં જાવ છું’ ‘અમ્મા’ના આ શબ્દો સાંભળી દમયંતી માનસિક રીતે અસંતુલિત થઈ ગયાં. તેઓ ચીસો પાડીને કહેવા લાગ્યા, દીકરી, એમ ના કહે. એમ ના બોલ દીકરી ! કૃષ્ણભાવ દરમિયાન ભગવાન કૃષ્ણે મને કહ્યું છે કે, ‘અગર તું જો આત્મહત્યા કરીશ તો મારાં બધાં જ બાળકો પાગલ થઈ જશે...’ ગમે તેમ કરીને ‘અમ્મા’ને સમજાવ્યા અને તેમને ઈડામનેલ પાછા લાવ્યાં.

આ પ્રસંગ અહીં પૂરો થતો નથી. જે વ્યક્તિએ ‘અમ્મા’ની હત્યા કરવાનો પ્રયત્ન કર્યો હતો તેને દવાખાને લઈ જવો પડ્યો. તેને સારામાં સારી સારવાર આપવામાં આવી તેમ છતાં તે સતત

લોહીની ઉલટી કરતો રહ્યો અને અંતે મૃત્યુ પામ્યો. જ્યારે તે ગંભીર રીતે પીકાઈ રહ્યો હતો ત્યારે ‘અમ્મા’ તેને જોવા દવાખાને ગયા. તેને પ્રેમથી આશ્વાસન આપ્યું, પોતાના હાથે ખવરાવ્યું. ‘અમ્મા’ પ્રત્યે તેને કરેલ ઘોર ભૂલથી તેને ઘણો પશ્ચાતાપ થયો અને પોતાના પ્રત્યે ‘અમ્મા’ની દયા અને ક્ષમા જોઈ તે ધ્રુસકે ધ્રુસકે રડી પડ્યો.

વાયકોએ અહીં ખાસ ધ્યાનમાં લેવાનું કે ‘અમ્મા’ને તેમના તે સગા પર, કે જેણે તેમની હત્યા કરવાનો પ્રયત્ન કર્યો હતો, કોઈ પ્રકારનો દ્વેષ કે અણગમો ન હતો કે ન તો ‘અમ્મા’એ એવો કોઈ સંકલ્પ કરેલો કે જેથી તે આવા દુર્ભાગ્યને ભેંટે. તેને જે ભોગવવું પડ્યું તે તો ફક્ત તેના કર્મનું ફળ જ હતું. ‘અમ્મા’એ ખુલાસો કર્યો,

‘જે રીતે મનુષ્ય ‘મા’ને પ્રેમ કરે છે તેજ રીતે સંખ્યાબંધ સૂક્ષ્મ જીવો પણ ‘મા’ને પ્રેમ કરે છે. અગર કોઈ ‘મા’ને દુઃખ પહોંચાડે, ‘મા’ તો પ્રત્યાઘાત નહિ કરે. ‘મા’ વિના કોઈ અકળામણ તેને સહન કરી લેશે અને તેના વિરુદ્ધ વિચારશે પણ નહિ તેમ માનીને કે તે અણસમજુ છે. પરંતુ આ સૂક્ષ્મ જીવો, કોષિત થઈ વેર લેશે. આ કેમ બને તમે સમજી શકો છો ખરા ? ધારી લો કે કોઈની માતા પર કોઈ પુરુષે હુમલો કર્યો, શું તો તેનાં બાળકો છાનાંમાનાં કંઈ પરવાહ કર્યા વિના બેઠા રહેશે ખરાં ? અગર તેમની ‘મા’ તેમને રોકવાની કોશિશ કરે તો પણ તે બાળકો તે માણસને શોધી કાઢશે અને વેર લેશે.’

દુન્યવી અસ્તિત્વની મર્યાદાઓથી પર થઈ ‘અમ્મા’ હરકોઈને, નાત, જાત, રંગ કે લિંગના ભેદ રાખ્યા વગર પ્રેમથી સ્વીકારતાં. અજ્ઞાની નાસ્તિકો માટે તો ‘મા’નું વિશાળ ખુલ્લું મન અને સમદષ્ટિ, એ એક માનસિક સંતુલનનું પ્રગટ ચિહ્ન હતું. આ તોફાનીઓએ તો મંદિરમાં ભાવદર્શન સમયે પ્રવેશવાનું અને

અનાવશ્યક પ્રશ્નો પૂછવાનું ચાલુ રાખ્યું. જો કે ‘અમ્મા’ તો તેથી અલિપ્ત અને શાંત રહેતાં હતાં છતાં સુગુણાનંદન તેઓની ટીકાઓથી ઘણા હતાશ થયેલ હતાં. વધુમાં પોતાની પુત્રીનાં લગ્ન કરી દેવાના બધાય પ્રયત્નો નિષ્ફળ ગયા હતા. તેમના મગજમાંથી આ વિચાર પૂરેપૂરો દૂર થયો ન હતો. આથી તેમને એમ લાગવા લાગ્યું કે તેમની ઈચ્છા પૂર્ણ કરવામાં ભાવદર્શન એક મોટા અવરોધરૂપ છે. આથી હવે તેઓ પણ સુભગનની સાથે એવી માન્યતા ધરાવવા લાગ્યા કે, ભાવદર્શન એક શરમજનક બાબત છે. બીજી પણ કોઈ બાબતથી તેઓ ચિંતીત હતાં. ભાવદર્શન પછી તેમની પુત્રીનું શરીર પથ્થર જેવું સખત બની જતું અને કલાકો સુધીના સતત માલિશ પછી જ તે સ્વાભાવિક બનતું હતું.

આવી હતી સુગુણાનંદનની માનસિક અવસ્થા, ત્યારે તેઓએ સુભગન સાથે યેનકેન પ્રકારે ભાવદર્શનનો અંત લાવવાનો દૃઢ નિશ્ચય કર્યો. આ વિચાર સાથે સુગુણાનંદન પછીના ભાવદર્શન સમયે મંદિરમાં દાખલ થયા. તેમણે ‘અમ્મા’ને કહ્યું, ‘દેવીએ ‘નનકડડી’નાં શરીરમાંથી ચાલ્યા જવું જોઈએ. અહીં હવે અમને ભાવદર્શનની જરૂર નથી. અમારે તેનાં લગ્ન કરી દેવાં છે. મને મારી દીકરી પાછી જોઈએ છે.’

‘મા’એ તેમને સાવકા પિતા તરીકે સંબોધીને પૂછ્યું, ‘શું તે તારી દીકરી છે ? પહેલાં જ તેઓ અસ્વસ્થ હતા અને તેમાં વળી તેમને આમ સંબોધિત કરી બોલાવવાનાં કારણે તેઓ વધુ ગુસ્સે થયા અને સામો જવાબ આપતાં આ પ્રમાણે બોલ્યા, ‘હા, તે મારી દીકરી છે.’ શું દેવ-દેવીઓને સાવકા પિતા હોય છે ? મારે મારી દીકરી પાછી જોઈએ છે !’

‘અમ્મા’એ સ્વસ્થતાથી ઉત્તર આપ્યો, ‘જો હું તને તારી દીકરી પાછી આપીશ તો તે ફક્ત એક મડદું હશે બીજું કંઈ નહિ. તે તુર્તજ સડવા માંડશે. તારે તેની દફનવિધિ કરવી પડશે. તેનાં

લગ્ન નહિ.’ બીજુ કંઈ સાંભળવા તત્પર નહિ તેવા સુગુણાનંદને માગણી કરી, ‘દેવી તેમના સ્વસ્થાને પાછાં ફરે, મને તો મારું બાળક પાછું જોઈએ છે !’

‘અમ્મા’એ કહ્યું, ‘જો તેમ હોય તો, આ લે તારી દીકરી. લઈજા એને !’ તત્ક્ષણ ‘અમ્મા’ તે જ જગ્યાએ ઢળી પડ્યાં. થોડીક ક્ષણોમાં તો તેમનું શરીર જડ થઈ ગયું અને હૃદયના ધબકારા બંધ પડી ગયા. તેમની આંખો ખુલ્લી હોવા છતાં તેમાં જીવનનું કોઈ જ ચિહ્ન ન હતું. તે મૃત્યુ પામ્યાં હતાં.

તુર્તુજ મોટી રડારોળ શરૂ થઈ. બધાં જેઓ દર્શન માટે આવ્યાં હતાં દુઃખના માર્યા મૂંગા બની ગયાં. દમયંતી અને તેમની પુત્રીઓ બેભાન થઈ ધરતી પર ઢળી પડ્યાં. સમાચાર વાયુવેગે પ્રસરી ગયા કે સુગુણાનંદને કોઈ મોટી ભૂલ કરવાથી દેવીએ સુધામણિની જિંદગી લઈ લીધી છે. ક્ષમયે ‘અમ્મા’ના મૃત્યુથી બધા સુગુણાનંદનને દોષી ઠરાવવા લાગ્યા.

શરીરની ચોતરફ દીવા પ્રગટાવવામાં આવ્યા. તે ક્ષણે પ્રકૃતિ પણ થંભી ગઈ હતી. ચોતરફ નિઃસ્તબ્ધતા છવાઈ ગઈ. કેટલાક ભક્તો આર્કંદ કરવા લાગ્યા જ્યારે કેટલાક તો એકાએક અને અનિયંત્રિત લાગણીના આવેશના કારણે મૂર્ખની જેમ બડબડાટ કરવા લાગ્યા. કેટલાક ‘અમ્મા’ના દેહ પાસે પૂજ્યભાવથી બેસીને તેમના નસકોરાં પાસે હાથ લઈ જઈને પરીક્ષણ કરી રહ્યા હતા કે તેમના શ્વાસ ચાલી રહ્યા છે કે નહિ. હાજર રહેલ ડોક્ટરે નાડી તપાસી. બધું જ ખલાસ થઈ ગયું હતું. આ એક ભયંકર ક્ષણ હતી.

પોતાના વણવિચાર્યા વર્તનના કારણે જે ભયજનક પરિસ્થિતિ ઉપસ્થિત થઈ તે સમજમાં આવતાં તેઓના હૃદયમાં ઉત્પન્ન થયેલ વેદના સહન ન કરી શકવાથી સુગુણાનંદન પણ બેભાન થઈને ઢળી પડ્યા. ચોતરફ વિષાદનું વાતાવરણ છવાઈ ગયું. અશક્ય

બાબત ખરેખર સત્ય બની હતી. ‘અમ્મા’ના પુનઃજાગૃતિની બધી આશાઓ વ્યર્થ હતી. આઠ કલાક વીતી ગયા. હોશમાં આવતાં, અત્યંત આઘાતજનક દૃશ્યને જોતા, સુગુણાનંદન ઉચ્ચે અવાજે દિવ્ય ‘મા’ને પ્રાર્થના કરવા લાગ્યા. ‘હે દેવી, અજ્ઞાનવશ મારાથી બોલાયેલ વચનોને ક્ષમા કરવા હું આપને યાચના કરુ છું. મારી દીકરીને પુનઃ જીવંત કરો. મારી ભૂલને ક્ષમા કરો. ફરી ક્યારેય હું આવું દુષ્ટ કાર્ય નહિ કરું.’ વારંવાર આ રીતે પ્રાર્થના અને વિનવણી કરતા રડતા રડતા તેઓ જમીન પર મંદિરમાં દંડવત્ કરતા પડી ગયા.

મિનિટો કલાકોની જેમ વ્યતીત થઈ. અચાનક ભક્તોમાંના એકે ‘અમ્મા’ના શરીરમાં હલનચલનનો આછો અણસાર જોયો. ખૂબ આશાઓ સાથે, ભક્તો ઊભા થઈ ગયા. દુઃખનાં અશ્રુઓ હર્ષના અશ્રુઓમાં પરિવર્તિત થઈ ગયાં. ‘અમ્મા’ પુનઃ સજીવન થયાં, પરંતુ કૃષ્ણભાવમાં ! કૃષ્ણના પરમભક્ત એવા સુગુણાનંદનને કહ્યું, ‘શક્તિ સિવાય કૃષ્ણ હોય શકે નહિ !’

આ બનાવ દ્વારા સુગુણાનંદનમાં ઈશ્વર અને પોતાની દીકરી પ્રત્યેના તેમના વલણમાં મહત્વનું પરિવર્તન આવ્યું. આ પછી તેમણે, તેમને જેમ લાગે તેમ કરવાનું તેમના પર છોડી દીધું અને તેમના લગ્ન કરવાનો ફરી કદી પ્રયત્ન કર્યો નહિ. પાછળથી એક સમયે ‘અમ્મા’ એ ખાસ આ બનાવને અનુલક્ષીને કહ્યું :

‘દેવી પાસેથી તેઓ પોતાની પુત્રીને પાછી લાવવા મક્કમ હતા. પરંતુ જો આ ખરેખર તેમની પુત્રી હોય તો તેઓમાં તેને પુનઃસજીવન કરવાની શક્તિ પણ હોવી જોઈએ. આમ તેઓ કરી શકે તેમ ન હતા. વધુમાં વધુ તો આ શરીર તેમનું છે તેમ ગણી શકાય. જ્યારે તેમણે તેમનું બાળક પાછું માગ્યું ત્યારે આ શરીર તેમને આપવામાં આવ્યું હતું.’

—❀— —અનુ. ચંદ્રકાન્ત દિવાકર

॥ મકરસંક્રાંતિ : સૂર્યોપાસનાનું પર્વ ॥

સમગ્ર ગ્રહોના રાજા ભગવાન સૂર્યદેવ બાર રાશિમાં લગભગ પ્રત્યેક માસ પ્રવેશ કરે છે. જે ‘સંક્રાંતિ’ કહેવાય.

એ જ રીતે વર્ષના પણ બે ભાગ પાડવામાં આવ્યા છે : ઉત્તરાયણ અને દક્ષિણાયન. (આ બંને અયન મળીને એક વર્ષ થાય.)

મકરસંક્રાંતિને દિવસે સૂર્ય પૃથ્વીની પ્રદક્ષિણા કરવાની દિશા બદલીને થોડો ઉત્તર તરફ ઢળે છે, એટલે કે મકરરાશિમાં પ્રવેશ કરતા આ સમયને ‘ઉત્તરાયણ’ કહે છે.

આ એક ‘ખગોળીય ઘટના’ છે. જેનાથી જડ અને ચેતનની દિશા અને દશા નક્કી થાય છે.

૧૪ મી જાન્યુઆરીએ આવતા મકરસંક્રાંતિનું ભારતમાં ધાર્મિક, આધ્યાત્મિક, વૈજ્ઞાનિક અને જ્યોતિષીય દૃષ્ટિએ વિશેષ મહત્ત્વ છે.

પુરાણોમાં દર્શાવ્યા મુજબ સૂર્યદેવનો જન્મ કશ્યપ મુનિના અંશ અને માતા અદિતિનાગર્ભથી થયેલો એટલે તેઓ ‘આદિત્ય’ કહેવાયા.

વેદો, પુરાણો, ઉપનિષદોમાં સૂર્યદેવને સાક્ષાત્ પરબ્રહ્મના રૂપમાં પ્રતિષ્ઠિત કરેલ છે.

સૂર્યદેવની આરાધના, ઉપાસના-પૂજન-અર્ચન કરવાથી બ્રહ્મા-વિષ્ણુ-મહેશની આરાધનાનું વિશેષ ફળ મળે છે.

આ દિવસે તલ, ફળ, ઘી, ગોળ, અનાજ, બાજરી, કપડાં, રોકડ રકમ તેમજ સુવર્ણદાનનો મહિમા છે.

સૂર્યનું એક નામ ‘પતંગ’ છે. પતંગ ઉડાડવાની એક પરંપરા ઊભી થઈ છે.

મહાભારતના ‘વનપર્વ’ અનુસાર સૂર્યઉપાસનાથી યુધિષ્ઠિરને ‘અક્ષયપાત્ર’ પ્રાપ્ત થયું હતું. માટે મકરસંક્રાંતિ સૂર્યોપાસનાનો શ્રેષ્ઠ દિવસ છે. આ દિવસે જપ, તપ, દાન, સ્નાન, પિતૃઉપાસનાથી સૂર્યદેવની વિવિધ પ્રકારે આરાધના કરવાથી પુણ્યફળની પ્રાપ્તિ થાય છે.

શાસ્ત્રોએ માનવકલ્યાણના હેતુ માટે એવી ‘ખાસ ક્ષણો’ દર્શાવી છે તેમાં કરેલાં કર્મો, દાન, પુણ્ય-અક્ષયગણાં થાય છે. ગુપ્તદાન-જ્ઞાનદાનનો મહિમા ખાસ ગણાવાયો છે.

શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતાના ૮મા અધ્યાયમાં (અક્ષરયોગ) શ્રીકૃષ્ણ અર્જુનને કહે છે : ‘ઉત્તરાયણમાં મૃત્યુ પામેલા બ્રહ્મજ્ઞાની બ્રહ્મપદને પામે છે.’

મહાભારતકાળમાં અર્જુનનાં બાણોથી વીંધાયેલા, બાણશૈયા પર સૂતેલા, ઈચ્છામૃત્યુનું વરદાન ધરાવનારા ભીષ્મ પિતામહે પોતાનો દેહ ત્યાગવા માટે મકરસંક્રાંતિનો દિવસ પસંદ કર્યો હતો. એટલે એની પવિત્રતા-મંગલમયતા એમાં સ્પષ્ટ રીતે સૂચિત છે.

‘રામચરિતમાનસ’માં તુલસીદાસ ‘બાલકાંડ’માં વર્ણવે છે તેમ :

‘રામ ઈક દિન ચંગ (પતંગ) ચડાઈ,

ચંદ્રલોક મેં પહુંચ ગઈ !’

આમ, મકરસંક્રાંતિ એ આકાશ, પ્રકાશ, પ્રકૃતિ, સંસ્કૃતિ તેમજ સૂર્યોપાસનાના પર્વ તરીકે આધ્યાત્મિક માહાત્મ્ય ધરાવે છે.





॥ મને મસ્ત બનીને જીવવા દો ॥

મને મસ્ત બનીને જીવવા દો, મને સહુના હૈયે ઠરવા દો,
... મને
કટુવાણી જે કર્ણ સુણો, તો ક્ષમા ધરીને ચાહવા દો
... મને
પ્રશંસા સુણી નમવા દેજો, સહુની સેવા કરવા દો
... મને
સહુનું સર્વમંગલ કરજો, પ્રાર્થના મનમાં કરવા દો
... મને
મારે શું? એ મંત્ર જપવો, હસતાં રમતાં ખસવા દો
... મને
અભિનય મારો સફળ કરી દો, પેલે પાર ઉતારી દો
... મને
મા સર્વેશ્વરીના સદગુરુજીનો સંદેશ સદા ઝીલવા દો
... મને

- પૂ. શ્રી 'મા' સર્વેશ્વરી
(રાગ- મને નાનો નાનો બનાવી દો...)

Regd. No. : BVHO/113/2024-2026,
Renewed upto 31-12-2026. R.N.I. No. 71957/99

“ ઈશ્વરના
અનુગ્રહથી સર્વ કાંઈ
શક્ય બને છે. ”

- પૂ. શ્રીયોગેશ્વરજી

Permitted to SPO's Bhavnagar, Posted at RMS Office Bhavnagar
on 1st of every month. Total Volume Pages 68.
Price per copy Rs.8/- Annual Subscription Rs.25/-