₹ ૧૫/-

ચાર તપસ્યાઓ અને ચાર મુક્તિઓ

પ્રભુ અર્પણ

માર્ચ - ૨૦૧૮

(શ્રી અરવિન્દ અને શ્રી માતાજીની શબ્દસુધા)

Matter shall reveal the Spirit's face

Sri Aurobindo

આપણે એક સર્વાંગ સંપૂર્ણ રૂપાંતર ઝંખીએ છીએ, શરીરનું તેમ જ એની સર્વે ક્રિયાઓનું રૂપાંતર. પરંતુ બીજું કંઈ પણ આપણે હાથ ધરી શકીએ તે પહેલાં આપણે એક પ્રથમનું પગલું લેવું અનિવાર્ય બની રહે છે, અને એ પગલું છે : ચેતનાનું રૂપાંતર. આ રૂપાંતર સિદ્ધ કરવા માટે શરૂઆતનું બિન્દુ, એમ કરવા માટેની અભીપ્સા તથા એ માટેનો સંકલ્પ છે. એના સિવાય કંઈ થઈ શકે એમ નથી. પરંતુ આ અભીપ્સામાં એક પ્રકારનું આંતરિક ખુલ્લાપણું ઉમેરવામાં આવે તો આપણે એક જ કૂદકે આ રૂપાંતરિત ચેતનામાં પ્રવેશ કરીને એમાં સ્થાયી થઈ શકીએ છીએ.

શ્રી માતાજી

પૃથ્વી ઉપરનું જીવન આપણે માટે માત્ર એક સાધન રૂપ જ નથી, કોઈ અન્ય સૃષ્ટિમાં પહોંચવા માટે માત્ર એક રસ્તો જ નથી. એ જીવનનું રૂપાંતર સાધી લઈને આપણે એ જીવનને જ આપણું લક્ષ્ય બનાવવાનું રહે છે, એક સાક્ષાત્કાર રૂપ બનાવવાનું રહે છે.

શ્રી માતાજી

પ્રભુ અર્પણ

(આધ્યાત્મિક વિકાસ, એ જ આપણા પૃથ્વી પરના જીવનનો ખરો હેતુ છે.)

શ્રી અરવિન્દ સોસાયટી, વડોદરા.

માર્ચ – ૨૦૧૮ વર્ષ : ૦૪ અંક : ૩

અનુક્રમ

ચાર તપસ્યાઓ અને ચાર મુક્તિઓ

તપસ એટલે દમન નહિ	૦૫
સૌંદર્યની તપસ્યા	૦૮
શક્તિની તપસ્યા	૧૩
જ્ઞાનની તપસ્યા	૧૬
પ્રેમની તપસ્યા	૨૪

*

ઉપસંહાર	
સાચી વાત	૩૨
પૂર્ણયોગની નવીનતા	૩૩
પૂર્ણ રૂપાંતર	૩૪

ૐ

તંત્રી નોંધ : સામાન્યતઃ એમ માની લેવામાં આવ્યું છે કે તપસ્યા એટલે અનેકવિધ બાહ્ય મુશ્કેલીઓ — જેમ કે ઉપવાસ કરવા, લાંબા સમયગાળા દરમિયાન નિદ્રાનો ત્યાગ કરવો, વિ... — જાતે કરી સહન કરવી. આ માન્યતા ખોટી છે. ખરેખર તો તપસ્યા શબ્દ જે ગભીરતર આંતર મૂલ્ય દર્શાવે છે એ છે : સ્વ-શુદ્ધિકરણાર્થે કરાતા એકાગ્ર પ્રયત્ન વડે અભીપ્સાના અગ્નિને વધુ પ્રજ્વળિત કરવો. તપસ્યામાં સામાન્યતઃ કરવામાં આવતી બાહ્ય પ્રકારના ત્યાગ તેમ જ ઇન્દ્રિયદમનની ક્રિયાઓને સ્થાને આપણા વિચારો, લાગણીઓ અને કાર્યો દ્વારા આપણી કામનાઓ, ઝંખનાઓની આહુતિ આપવાનું આપણે શીખવું જોઈએ. આ વિષય પરત્વે શ્રી માતાજીએ જે અદ્દભુત આંતરદૃષ્ટિ તથા માર્ગદર્શન પૂરું પાડ્યું છે તે વિષયક લખાણો અમે આ અંકમાં સમાવ્યાં છે.

*

તપસ એટલે દમન નહિ

અતિમનસના સાક્ષાત્કાર પ્રત્યે લઈ જાય એવી કેળવણીનું અનુશીલન કરવા માટે એક ચતુર્વિધ તપસ જરૂરનું છે તેમ જ એક ચતુર્વિધ મુક્તિ પણ મેળવવાની છે.

તપસને સામાન્ય રીતે દમન સાથે ભેળસેળ કરી દેવામાં આવે છે. જ્યારે તપસની વાત આવે છે ત્યારે આપણને કોઈ ત્યાગીની સાધનાનો ખ્યાલ આવે છે. આ ત્યાગી લોકો શરીરના જીવનને, પ્રાણ તથા મનના જીવનને આધ્યાત્મિક સ્વરૂપ આપવાના મહા કઠિન કાર્યથી દૂર રહેવા માગતા હોય છે અને તેથી તે એમ જાહેર કરી દે છે કે આ વસ્તુઓ - શરીર, પ્રાણ, મન રૂપાંતર પામી શકે તેમ નથી. ત્યાગી આ બધાંને હરેક રીતના આધ્યાત્મિક વિકાસમાં એક અર્થહીન બોજા રૂપ, બંધન અને જંજીર રૂપ સમજી તેમને નિષ્ઠુર રીતે બાજુએ હડસેલી દે છે અથવા કંઈ નહિ તો, આ શરીર, પ્રાણ તથા મનના જીવનને તે એક ન સુધરે તેવી ચીજ તો ગણે જ છે. તે એમ સમજે છે કે આ બધાં એક બોજો છે અને કુદરત યા તો પ્રભુની કૃપા મૃત્યુ દ્વારા તમને તેમાંથી મુક્ત ન કરે ત્યાં સુધી તે બોજાને તમારે બને તેટલા આનંદથી વહેવાનો છે. આ ત્યાગી માનસ વધુમાં વધુ માત્ર એટલું જ સ્વીકારે છે કે પૃથ્વી ઉપરનું આપણને મળેલું આ જીવન એ પ્રગતિ કરવા માટેનું માત્ર એક ક્ષેત્ર જ છે અને માણસે તેમાંથી બને તેટલો વધુમાં વધુ લાભ મેળવી લેવાનો પ્રયત્ન કરવાનો છે. માણસે આ પૃથ્વી ઉપર બને તેટલી ઝડપે એટલી પૂર્ણતા મેળવી લેવી જોઈએ કે જેમાં પછી આ જીવનની કોઈ જરૂર રહે જ નહિ. અને એ રીતે આ કસોટીમાંથી પૂરેપૂરા છૂટી જવાય. આ છે ત્યાગપ્રધાન માનસનું દષ્ટિબિંદુ.

પરંતુ આપણે માટે આ પ્રશ્ન જુદું જ રૂપ ધારણ કરે છે. પૃથ્વી ઉપરનું જીવન આપણે માટે માત્ર એક સાધન રૂપ જ નથી, કોઈ અન્ય સૃષ્ટિમાં પહોંચવા માટે માત્ર એક રસ્તો જ નથી. એ જીવનનું રૂપાંતર સાધી લઈને આપણે એ જીવનને જ આપણું લક્ષ્ય બનાવવાનું રહે છે, એક સાક્ષાત્કાર રૂપ બનાવવાનું રહે છે. આપણે જ્યારે તપસની વાત કરીએ છીએ ત્યારે તેની પાછળ શરીર પ્રત્યે તિરસ્કારનો ભાવ નથી હોતો, તેમાંથી આપણે છૂટા થઈ જવા નથી માગતા. આપણા ધ્યેયને સાધવા માટે આપણને આત્મ-સંયમની તથા આત્મ-પ્રભુત્વની જરૂર રહે છે અને તેટલા માટે જ આપણે તપસની માગણી કરીએ છીએ. કારણ કે, જગતમાં એક બીજું પણ એવું તપસ છે કે જે ત્યાગીઓનાં તમામ તપસો કરતાં પણ એક ઘણું વિશેષ મહાન, વિશેષ સંપૂર્ણ અને કઠિન તપસ છે. આપણા પૂર્ણ રૂપાંતર માટે આ એક ઘણું આવશ્યક તપસ છે. એ ચતુર્વિધ તપસ વ્યક્તિને અતિમનસ સત્યના આવિર્ભાવ માટે તૈયાર કરે છે. આ રીતે જોતાં, દા.ત. આપણે કહી શકીએ કે શરીરની પૂર્ણતા માટે શારીરિક તપસની જરૂર પડે છે તેના જેવાં કઠણ તપ બીજાં ભાગ્યે જ હશે. પરંતુ આ વિષયનો વિચાર આપણે આગળ ઉપર કરીશું.

તપસના આ ચાર પ્રકારોનું વર્ણન શરૂ કરતાં પહેલાં હું એક મુદ્દા વિશે સ્પષ્ટતા કરવી અગત્યનું ગણું છું. એ છે કેટલીક ત્યાગપ્રધાન સાધનાઓ વિશેની આપણી સમજણ. મોટા ભાગના લોકોના મનમાં આ બાબતો અંગે ઘણી જ ગેરસમજણ તથા ગોટાળો પ્રવર્તતાં જોવામાં આવે છે, અને આ વસ્તુઓ તે આધ્યાત્મિક સાધના છે એમ ઘણા માની લે છે. આ ત્યાગપ્રધાન સાધનાઓમાં શરીર ઉપર બહુ જ દમન કરવામાં આવે છે અને એ રીતે આત્માને શરીરમાંથી છૂટો કરી શકાય છે એમ કહેવામાં આવે છે. ખરું જોતાં તો આવી સાધના એ આધ્યાત્મિક સાધનાને અપાયેલું એક સ્થૂલ વિકૃત રૂપ છે. આ એક પ્રકારની દુઃખ માણવાની વિકૃત ભૂખ છે અને તેનાથી પ્રેરાઈને વૈરાગી માણસ આવું આત્મ-દમન કરવા લાગે છે. બાવાઓને આપણે ખીલાની પથારી ઉપર સૂતેલા જોઈએ છીએ, ખ્રિસ્તી સાધુઓ પોતાને મારવા માટે એક ચાબુક રાખે છે, પહેરવાને ગુણિયા કાપડ રાખે છે. આ વસ્તુઓની પાછળ એક પ્રકારનો ક્રૂરતાનો રસ જ હોય છે. જો કે આ રસ આમ તો ગુપ્ત રીતનો જ હોય છે, એની કબૂલાત કોઈ કરતું નથી, તેમ જ તે કરાવી શકાય તેમ પણ નથી. ઉગ્ર સંવેદનો અનુભવવા માટેની આ એક રોગિષ્ઠ ઝંખના છે. માણસની અવચેતનાની એક ભૂખ છે. આ વસ્તુઓ ખરું જોતાં આધ્યાત્મિક જીવનથી બહુ જ વેગળી છે. એ સાવ હલકી, ઘૃણાસ્પદ, અંધકારમય અને રોગિષ્ઠ છે. આધ્યાત્મિક જીવન તો, આથી ઊલટું, પ્રકાશ અને સમતુલાથી ભરેલી વસ્તુ છે, સૌન્દર્ય અને આનંદથી સભર હોય છે. મનમાં અને પ્રાણમાં રહેલી, શરીર ઉપર લદાતી એક પ્રકારની ક્રૂરતાએ શરીર દમનની આ પદ્ધતિઓ શોધી કાઢેલી છે તેમ જ તેનાં ગુણગાન કરેલાં છે. પરંતુ આ ક્રૂરતા તમે તમારા પોતાના શરીર ઉપર આચરતા હો તોપણ છેવટે તો એ ક્રૂરતા જ રહે છે. અને તમામ ક્રૂરતા એક મહા અચેતનતાનું જ લક્ષણ છે. આવી અચેતન પ્રકૃતિવાળા માણસોને પ્રખર ઉગ્ર સંવેદનોની જરૂર હોય છે. એવાં ઉગ્ર સંવેદનો વિના પોતાને કોઈ અનુભવ થાય છે તેમ તે સમજી શકતા નથી, અને ક્રૂરતા એ એક પ્રકારનો પીડારસ હોઈ તે આવાં ઘણાં ઉગ્ર સંવેદનો અનુભવાવી શકે છે. આવી સાધનાઓ સંવેદન માત્રનો નાશ કરવા માગતી હોય છે. તે એમ માનતી હોય છે કે આ રીતે સંવેદનનો નાશ થઈ ગયા પછી શરીર આપણને આત્માની દિશામાં ઝડપથી જવાના માર્ગમાં વિઘ્ન રૂપ નહિ બને. પરંતુ આવી પદ્ધતિ સફળ થઈ શકે કે કેમ એ શંકાસ્પદ વસ્તુ જ છે. બાકી એ વાત તો જાણીતી છે કે તમારે જો જલ્દી પ્રગતિ કરવી હોય તો પછી મુશ્કેલીઓથી કદી પણ ડરવું ન જોઈએ. ઊલટું જ્યારે જ્યારે પ્રસંગ મળે ત્યારે કઠણ કામ કરવા માટે તમારે ખાસ તૈયાર રહેવું જોઈએ. અને એમ કરશો તો તેથી તમારી સંકલ્પશક્તિમાં વૃદ્ધિ થશે; તમારા જ્ઞાનતંતુઓ બળવાન બનશે. એમાં તો શક છે જ નહિ કે ત્યાગના અતિરેકોનો આશ્રય લઈ ભોગવિલાસના અતિરેકોની સામે લડવું, એ અતિરેકોમાંથી જન્મતા તપસની સામે લડવું અને એ રીતે આ ભોગવૃત્તિઓને નિર્મૂળ કરી નાખવી એ તો પ્રમાણમાં ઘણી સહેલી વસ્તુ છે. એના કરતાં એક મિતાચારવાળું, સમતોલ, સમતા અને સ્વસ્થતાવાળું જીવન ગાળવું એ ઘણું જ કઠણ કામ છે. પોતાના શરીર પર અત્યાચાર કરવો અને તેને શૂન્ય જેવું કરી મૂકવું તેના કરતાં એક

સ્વસ્થ અને સરળ રીતે શરીરનો સંવાદમય અને પ્રગતિમય એવો વિકાસ રચવો એ કામ ઘણું જ કઠણ છે. પોતાનામાં ઘણી ત્યાગશક્તિ છે એવું બતાવી આપવા માટે બિચારા શરીરને તેને માટે અનિવાર્ય એવા પોષણથી તથા સ્વચ્છ ટેવોથી વંચિત રાખવું એ વસ્તુ પ્રમાણમાં ઘણી સહેલી છે, અને કોઈ પણ ઇચ્છા સેવ્યા વિના એક શાંત સંયમિત જીવન ગાળવું એ આના કરતાં ઘણું વિકટ કામ છે. વળી શરીર માંદું પડે ત્યારે રોગ તરફ ઉપેક્ષા કરવી, તેની પરવા ન કરવી, અને રોગને તેનું વિનાશક કામ કરવા દેવું એ સહેલું છે; પરંતુ એમ ન કરતાં આંતર તેમ જ બાહ્ય એવી ઉભયવિધ સંવાદિતતા દ્વારા, વિશુદ્ધિ અને સમતુલા દ્વારા રોગને દૂર જ રાખવો, રોગ થાય તો તેમાંથી બહાર નીકળી જવું, તેને જીતી લેવો એ મહા વિકટ કામ છે. અને આ બધા કરતાં પણ ચેતનાને હંમેશાં તેની શક્તિની ટોચ પર ટકાવી રાખવી અને શરીરને નીચલી વૃત્તિઓના પ્રભાવ હેઠળ કદી પણ કામ કરતું ન થવા દેવું એ તો અતિશય વિષમ કામ છે.

આ દૃષ્ટિ ધ્યાનમાં રાખીને આપણે હવે ચાર તપસનું અનુશીલન કરીશું અને એ અનુશીલનમાંથી આપણને ચાર પ્રકારની મુક્તિ મળશે. આ અનુશીલન એક ચાર પ્રકારની સાધના યા તપસ્યાનું રૂપ લેશે, જેની વ્યાખ્યા નીચે મુજબ આપી શકાય :

(૧) પ્રેમની તપસ્યા

(૨) જ્ઞાનની તપસ્યા

(૩) શક્તિની તપસ્યા

(૪) સૌંદર્યની તપસ્યા

આમાં મૂકેલો ક્રમ તે ઉપરથી નીચેની દિશામાં જતો ક્રમ છે પરંતુ અહીં બતાવેલાં આ પગથિયાંનો અર્થ એમ નથી કરવાનો કે આ તપસ્યાઓ એકબીજા કરતાં ઊંચી વા નીચી છે, સરળ વા કઠણ છે. અથવા તો આ સૂચવેલા ક્રમ મુજબ જ એમનો અમલ કરવાનો છે. આ તપસ્યાઓનો ક્રમ, તેમનું મહત્ત્વ તેમ જ વિકટતા પ્રત્યેક વ્યક્તિ મુજબ જુદાં જુદાં હોઈ શકે છે. એ અંગે કોઈ છેવટનો નિયમ બનાવી શકાય તેમ નથી. દરેક વ્યક્તિએ પોતાની શક્તિ તેમ જ અંગત જરૂરિયાત મુજબ પોતાની તપસ્યાની પદ્ધતિ ઉપજાવી લઈ તેનો અમલ કરવાનો રહે છે.

***

સૌંદર્યની તપસ્યા

અહીં તો અમે માત્ર આ બધાનો એક સર્વસામાન્ય એવો વિચાર કરીશું અને બને તેટલી સંપૂર્ણ એવી એક આદર્શ પદ્ધતિનું અત્રે નિરૂપણ કરીશું. આ સામાન્ય નિરૂપણને આધારે દરેક વ્યક્તિએ પોતે પોતાનાથી થાય તેટલી ઉત્તમ રીતે અને શક્ય તેટલા વધુ પ્રમાણમાં આનો અમલ કરવાનો છે. સૌન્દર્યની સાધના વા તપસ્યા આપણને શરીરના તપના માર્ગે કર્મમાંની મુક્તિ પ્રત્યે લઈ જશે. એક સુંદર આકારવાળું, સંવાદમય અંગવિન્યાસવાળું, સૂક્ષ્મ ચપળ ગતિવાળું, બળવાન, પ્રવૃત્તિવાળું, તથા આરોગ્ય તેમ જ અવયવોની ક્રિયાઓમાં રોગ વગેરે સામે વિરોધ કરવાની શક્તિવાળું એવું એક શરીર તૈયાર કરવું એ આ તપસ્યાનો પાયાનો કાર્યક્રમ રહેશે.

આ પરિણામો મેળવવા માટે આપણે સામાન્ય રીતે શરીરને અમુક ઇષ્ટ પ્રકારની ટેવો પાડીએ અને આપણા સ્થૂલ જીવનને વ્યવસ્થિત કરવામાં તે ટેવોની મદદ લઈએ તો ઘણું જ સારું થશે. કારણ, શરીરને આપણે જો કોઈ નિયમિત વ્યવહારના ચોકઠામાં મૂકી આપીએ છીએ તો તે પોતાનું કામ વધારે સરળતાથી કરે છે. પણ આપણે એ પણ ધ્યાન રાખવાનું કે આપણી ટેવો ભલે ગમે તેટલી સારી હોય તોપણ આપણે પાછા તેમના ગુલામ ન થઈ જઈએ. શરીરને આપણે વધુમાં વધુ ચપળ રાખવાનું છે, આપણે જ્યારે પણ જરૂર પડે ત્યારે આપણી ટેવો બદલી શકીએ તેમ હોવું જોઈએ.

શરીરના સ્નાયુઓને આપણે મજબૂત અને સ્થિતિસ્થાપક બનાવીએ, અને એ સ્નાયુઓમાં એવા તો પોલાદી જ્ઞાનતંતુઓ આપણે બાંધી લઈએ કે કોઈ અનિવાર્ય પરિસ્થિતિમાં ગમે તેટલો શ્રમ કરવાની શક્તિ આપણામાં આવી જાય, પરંતુ સાથે સાથે આપણે એ પણ ધ્યાનમાં રાખીએ કે શરીર પાસેથી જરૂર હોય તેથી લેશ માત્ર પણ વધુ શ્રમ ન લઈએ. શરીરની વૃદ્ધિ તથા વિકાસ માટે જેટલી શક્તિ ખરચવાની જરૂર હોય તેટલી જ શક્તિ શરીર પાસે ખરચાવીએ. જે કોઈ વસ્તુઓ શરીરને થકવી નાખે તેવી હોય અને આગળ જતાં જેમાંથી શરીરનાં તત્ત્વોનો હ્રાસ તેમ જ ક્ષય થાય તેમ હોય તે તમામ સામે આપણે ખૂબ જ કડક ચોકીપહેરો રાખવો જોઈએ.

આપણે એક એવું શરીર રચવા માગીએ છીએ કે જે ઊર્ધ્વ ચેતના માટેનું એક બરાબર કરણ બની રહે. આવા શરીરની રચના કરવા માટે યોજાતી શારીરિક કેળવણી આપણી પાસે ઘણી કઠોર ટેવો માગી લે છે. શરીરનો આવો વિકાસ સાધવા માટે આપણી ઊંઘ, આહાર, શારીરિક વ્યાયામ તેમ જ સર્વ પ્રવૃત્તિઓમાં એક ઘણી મોટી નિયમિતતા આપણે સાધવાની છે. આપણે બહુ જ ઝીણવટપૂર્વક આપણા શરીરની જરૂરિયાતોનો અભ્યાસ કરીએ. વ્યક્તિએ વ્યક્તિએ આ જરૂરિયાતો જુદી જુદી હોય છે. અને એ જરૂરિયાતો મુજબ આપણા શરીર વિકાસ માટેનો એક સામાન્ય કાર્યક્રમ નક્કી કરીએ. આ કાર્યક્રમ એક વાર નક્કી થઈ જાય પછી તેને ખૂબ

જ કડકપણે આપણે વળગી રહેવું જોઈએ, એનો ભંગ કરે તેવી કોઈ પણ ધૂન કે શિથિલતા આપણામાં આવવા ન દેવાં જોઈએ. ‘આ એક વાર’ કહી આપણે નિયમોનો જે અપવાદ રૂપે ભંગ થવા દઈએ છીએ તેવું લેશ પણ ન થવા દેવું જોઈએ. આવા અપવાદ રૂપી નિયમભંગો પછી ‘માત્ર એક વાર’થી અટકી જતા નથી. એ ભંગ વારંવાર થતા જ રહે છે. આ લાલચને તમે ‘માત્ર એક વાર’ નમતું આપો તેટલા માત્રથી પણ તમે તમારા સંકલ્પમાં રહેલી વિરોધની શક્તિને ઘટાડી નાખો છો. અને ભવિષ્યના અનેક પરાજયો માટેનાં બારણાં ખોલી નાખો છો. નિર્બળતા માત્ર સામે તમારે દાંત ભીંસીને આગળા વાસી દેવા જોઈએ. તમારા છાનાછપના રાત્રીવિહારો તમારે બિલકુલ અટકાવી દેવા જોઈએ. તમે જાણો છો કે એ તમારાં આનંદ પર્યટનોને અંતે તમે કેવા તો ખલાસ થઈને પાછા ફરો છો. તમારા જઠરની કુદરતી ક્રિયાઓને ખલેલ પહોંચાડે એવી મિજબાનીઓ, જાફતો, ઠાંસીઠાંસીને ખાવું, આમાંનું તમારે કશું ન થવા દેવું જોઈએ. આમ તમારા આનંદવિનોદો કે બીજી પ્રવૃત્તિઓ કે જેમાંથી તમારી શક્તિનો માત્ર બગાડ જ થતો હોય અને જેને અંતે તમે તમારી નિત્ય સાધના માટે અત્યંત ઉદાસ કે અશક્ત બની જતા હો તે સર્વ તમારે સર્વથા વર્જ્ય ગણવાં જોઈએ. તમારા શરીરને શક્ય હોય તેટલું સંપૂર્ણ કરવાનું લક્ષ્ય રાખો અને તમારું સારુંયે ધ્યાન શરીર ઉપર એકાગ્ર કરી દો. આ માટે તમારે એક સમજદાર અને સુનિયંત્રિત પ્રકારનું જીવન ગાળવાની તપસ્યા આદરવાની રહે છે. તમારા આ આદર્શને પહોંચવા માટે તમારે હરેક પ્રકારના અતિરેકો, નાના મોટા તમામ દુર્ગુણો વર્જ્ય કરવા પડશે. તંબાકુ, મદિરા વગેરે જેવાં ધીમાં વિષનું સેવન તમારે બંધ કરવું જોઈશે. આ વસ્તુઓનું સેવન કરતાં કરતાં માણસોને માટે તે જીવનની અનિવાર્ય જરૂર બની જાય છે, અને એ વસ્તુઓ પછી તેનું સેવન કરનારની સંકલ્પશક્તિનો તથા સ્મરણશક્તિનો ધીરે ધીરે નાશ કરી નાખે છે. આ ઉપરાંત શરીર અંગે એક બીજી વસ્તુ એવી છે કે જે ભૂલ તો બધાં જ માણસો, મોટામાં મોટા બુદ્ધિશાળી માણસો પણ વિના અપવાદે કરે છે. એ છે ખોરાક પ્રત્યેનું આપણું દૃષ્ટિબિંદુ. કઈ વાનગીઓ ખાવી, તેને કેવી રીતે તૈયાર કરવી, કેવી રીતે ખાવી આ બાબતોમાં સૌ કોઈ પારાવાર રસ લે છે. આ રસને સ્થાને આપણે ખોરાક પ્રત્યે એક શાસ્ત્રીય દૃષ્ટિબિંદુ સ્થાપિત કરવાની જરૂર છે. શરીરને કઈ કઈ વસ્તુઓ જરૂરની છે તેનું આપણે એક લગભગ રાસાયણિક કોટિનું જ્ઞાન મેળવી લેવું જોઈએ અને એ જરૂરી વસ્તુઓને પૂરી પાડવા માટે તદ્દન શાસ્ત્રીય પદ્ધતિનો આહાર લેવો જોઈએ. આ છે ખોરાકની મહા તપસ્યા. એ તપસ્યામાં આપણે એક બીજી તપસ્યા ઉમેરવાની રહે છે. એ છે નિદ્રાની તપસ્યા, આ તપસ્યા એટલે કે નિદ્રા લેવી બંધ કરી દેવી એમ નહિ પણ કેવી રીતે નિદ્રા લેવી એ જાણી લેવાનું છે. સામાન્ય રીતે બને છે તેમ નિદ્રા અચેતનતાની અંદર ભૂસકા રૂપ ન બની જવી જોઈએ. આવી નિદ્રા શરીરને તાજગી આપવાને બદલે ઊલટું ભારેખમ કરી મૂકે છે. તમે માફકસરનો મિતાહાર રાખો તથા હરેક પ્રકારની અતિશયતાનો ત્યાગ કરો. આ બે વસ્તુઓ પણ તમે જો કરી શકશો તો એટલા માત્રથી પણ તમારે ઊંઘમાં જે અનેક કલાકો ગાળવા પડે છે તેમાંથી તમે બચી જશો. પણ નિદ્રાની બાબતમાં તમે કેટલો વખત ઊંઘો છો તેના કરતાં કેવા પ્રકારની ઊંઘ લો છો

એ વસ્તુ વિશેષ મહત્ત્વની છે. ઊંઘમાંથી તમારે ખરેખરો અસરકારક આરામ તેમ જ વિશ્રાંતિ મેળવવાં હોય તો સૂતા પહેલાં કાંઈક લેવાનું રાખશો. દૂધ, સૂપ, કે ફળના રસ જેવું કંઈક લેશો તો તે બહુ લાભદાયક રહેશે. હળવો ખોરાક તમને બહુ શાંત નિદ્રા આપે છે. એટલે કોઈ પણ સંયોગોમાં વધારે પડતો તો ન જ લેવો. વધુ પડતો ખોરાક તમારી ઊંઘમાં ખલેલ પહોંચાડે છે, તમારી ઊંઘને તામસિક, ભારે, મંદ બનાવી દે છે, એમાંથી તમારા પર ઓથાર ચડી આવે છે, નિદ્રાની બાબતમાં સૌથી વિશેષ મહત્ત્વની બાબત તો તમારા મનની અવસ્થા છે. સૂવા જતાં પહેલાં તમારું મન જો ચોખ્ખું હશે, તમારી લાગણીઓ શાંત હશે, ઇચ્છાઓના ઊભરા તથા તેને લગતી બીજી નાની મોટી અસ્વસ્થતાઓ શાંત થઈ ગયેલી હશે તો તેથી તમારી નિદ્રાને ઘણો લાભ થશે. એટલે તમારે સૂવાનો વખત થયો હોય તે પહેલાં તમે જો ખૂબ વાતો કરી હોય, ગરમાગરમ ચર્ચાઓ થઈ હોય કે કોઈ બહુ રસિક અને ઉત્તેજક પુસ્તક વાંચ્યું હોય તો સૂતા પહેલાં થોડોક આરામ કરી લેવો ઠીક રહેશે. એવા આરામથી તમારા મનની ક્રિયાઓ શાંત પડશે, અને એકલું શરીર ઊંઘતું રહે અને મગજની ક્રિયાઓ અસ્તવ્યસ્ત રીતે ચાલ્યા કરે તેના જેવી સ્થિતિ નહિ થાય. તમને ધ્યાનનો અભ્યાસ હોય તો સૂવા પહેલાં કોઈ મહાન વિશાળ ચેતના પ્રત્યેની અભીપ્સામાં સ્થિર બની કોઈ ઉચ્ચ અને આરામ આપે તેવા વિચારમાં થોડીક મિનિટો એકાગ્ર બની રહો એ પણ ઠીક રહેશે. તમારી નિદ્રાને તેથી ઘણો લાભ થશે અને ઊંઘ દરમિયાન અચેતનતામાં સરી જવાના જોખમમાંથી તમે ઘણે ભાગે બચી જ જશો.

આમ તમારું રાત્રિનું તપ પૂરું કરો, સ્વસ્થ અને શાંતિમય નિદ્રા લઈને શરીરને તમે સંપૂર્ણ આરામ આપી લો તે પછી તમારું દિવસનું તપ શરૂ થશે. આ દિવસની સાધનાને તમારે બહુ વિચારપૂર્વક યોજવાની રહેશે. તમારી દિવસની પ્રવૃત્તિઓને બે ભાગમાં વહેંચી નાખો : એક તો તમારા શરીરના વિકાસ માટે જરૂરની એવી પ્રવૃત્તિ, અને બીજી તમારા નિત્યના વ્યવસાય અંગેની પ્રવૃત્તિ. આ બંને વસ્તુઓ, કસરત તથા કામ શરીરની તપસ્યાનું અંગ બની શકે છે અને બનવી જોઈએ, તમારી કસરતો ક્રમે ક્રમે આગળ વધી જાય એ રીતે બહુ સમજપૂર્વક ગોઠવાવી જોઈએ. દરેક જણે પોતાના શરીરને સૌથી વધુ અનુકૂળ હોય તે કસરતો જ પસંદ કરવી જોઈએ. બની શકે તો આ કાર્ય તમારે એવા કોઈ જાણકારની દોરવણી હેઠળ કરવું જોઈએ કે જે કસરતોને એવી રીતે સંયોજીને ક્રમ વાર ગોઠવી આપે કે જેથી તેનો વધુમાં વધુ ફાયદો તમને મળે, કસરતોની પસંદગી તથા તેનો અમલ એ બાબતમાં લેશ પણ તરંગીપણું ચાલવા ન દેવું જોઈએ. અમુક કસરત સહેલી છે કે મજેદાર છે એટલા માટે જ તમે ગમે તે વખત ગમે તે કસરત નહિ કરી શકો. તમારા શિક્ષકને જરૂર જણાય ત્યારે જ તમારા કસરતના કાર્યક્રમમાં ફેરફાર થઈ શકે. શરીરને સંપૂર્ણ કરવું, વધો સારું કરવું એ દૃષ્ટિએ જોતાં હરેક વ્યક્તિનું શરીર એક સ્વતંત્ર કોયડા જેવું છે. અને એ કોયડાનો ઉકેલ બહુ ધીરજથી, ખંત અને નિયમિતતાથી લાવવાનો છે. લોકો ભલે માનતા હોય કે કસરતબાજના જીવનમાં તો મોજમજા જ કરવાની હોય છે, પણ એ વાત સાચી નથી. ખરું જોતાં તો કસરતબાજે પોતાનું ઇષ્ટ પરિણામ સાધવા માટે એક ઘણું જ કઠોર જીવન ગાળવું પડે છે. એણે ખૂબ જ નિયમપૂર્વક તાલીમ લેવાની રહે

છે, ઘણી જ કડક ટેવો પાડવાની રહે છે. એના જીવનમાં નકામા અને નુકસાનકારક તરંગોને સ્થાન હોઈ શકતું નથી.

પોતાના નિત્ય વ્યવસાય પ્રત્યે પણ માણસે તપસ્યા કરવાની રહે છે. આ તપસ્યા એટલે પ્રથમ તો તમારે કોઈ પણ કામ પ્રત્યે વિશેષ પસંદગી ન રાખવી જોઈએ, તમે જે કાંઈ કરતા હો તે રસપૂર્વક કરવું જોઈએ, જે વ્યક્તિ પોતાની જાતને સંપૂર્ણ કરવા નીકળે છે તેને માટે પછી જગતમાં કોઈ પણ કામ નાનું કે મોટું નથી રહેતું. કોઈ એક કામ વધુ મહત્ત્વનું અને બીજાં ઓછાં મહત્ત્વનાં એમ નથી રહેતું. જેને પ્રગતિ કરવી છે, આત્મ-પ્રભુત્વ મેળવવું છે તેને માટે બધાં જ કામ એકસરખાં લાભદાયક હોય છે. તમને રસ હોય તેવાં કામ તમે વધારે સારી રીતે કરી શકો છો એમ જે કહેવાય છે તેમાં સત્યનો અંશ તો છે. પરંતુ એથીયે મોટું સત્ય તો એ છે કે તમે જે કાંઈ કરતા હો, એક તદ્દન ક્ષુદ્ર લાગે તેવું કામ કરતા હો તેમાં પણ તમને રસ મળી શકે છે. આ સિદ્ધિની ચાવી તમારામાં પૂર્ણતા માટેની જે ધગશ હોય છે તેમાં રહેલી છે. એટલે તમારે ભાગે જે કોઈ પ્રવૃત્તિ, જે કોઈ કામ આવી પડે તે તમે તમારે પ્રગતિ કરવી છે એવા સંકલ્પપૂર્વક કરતા રહો. તમે જે કામ કરો તે તમારાથી બને તેટલી સારી રીતે કરો એ તો ખરું જ, પણ એથીયે વિશેષ તો એ છે કે તમારા દરેક કાર્ય પાછળ એક એવી અખંડ ઝંખના રહેવી જોઈએ કે મારે પૂર્ણ બનવું છે અને તે માટેની પરમ આતુરતાપૂર્વક તમારે કામને વધુને વધુ ઉત્તમ રીતે કરતા રહેવું જોઈએ. આ રીતે કરતાં, છેક સ્થૂલ મહેનતના કામથી માંડી અત્યંત કલાત્મક કે બૌદ્ધિક કામો સુધીનાં તમામ કામો, કાંઈક પણ અપવાદ સિવાય તમારે માટે રસપ્રદ બની રહેશે. આપણી સમક્ષ પ્રગતિ માટે એક અસીમ અનંત અવકાશ પડેલો છે અને નાનામાં નાની વસ્તુ પણ આપણે પરમ ગંભીરતાથી કરી શકીએ છીએ.

આમાંથી હવે સ્વાભાવિક રીતે જ આપણે કર્મમાંની મુક્તિમાં આવી પહોંચીએ છીએ. આ કર્મમાંની મુક્તિ એટલે હરેક રીતની સામાજિક રૂઢ પ્રણાલીમાંથી મુક્તિ, હરેક રીતના નૈતિક પૂર્વગ્રહોમાંથી મુક્તિ, બેશક, આનો અર્થ કેવળ સ્વચ્છંદી કે પછી કશાય નિયમના બંધન વિનાનું જીવન એવો તો નથી જ થતો. હવે તો તમે, આથી ઊલટું, એક એવા નિયમનો અંગીકાર કરો છો કે જે તમામ સામાજિક નિયમો કરતાં પણ ઘણો વધુ કડક નિયમ છે. આ નિયમ તો કોઈ પણ રીતના મિથ્યાચાર કે દંભને લેશ પણ બરદાસ્ત નથી કરતો. એ મહા નિયમ તો તમારી પાસેથી એક પૂરેપૂરી સત્યનિષ્ઠા માગી લે છે. શરીરની સમતુલા, શક્તિ અને સૌન્દર્યનો વિકાસ થાય એ રીતે જ આપણી તમામ શારીરિક પ્રવૃત્તિઓ યોજાવી જોઈએ. અને આ ધ્યેયને જો સિદ્ધ કરવું હશે તો પછી તમે કોઈ પણ રીતના ઇન્દ્રિય સુખની આરાધના નહિ કરી શકશો. તમારે ઇન્દ્રિયોના તમામ આનંદો વર્જ્ય કરવા પડશે. આ ત્યાગમાં જાતીય આનંદનો પણ ત્યાગ આવી જાય છે. કારણ, જાતીય સંભોગની હરેક ક્રિયા તમને મૃત્યુના મુખમાં જ લઈ જાય છે. એટલા માટે જ હરેક યુગમાં, હરેક ધર્મસાધનામાં અમૃતત્વના ઉપાસકોને માટે જાતીય સંભોગનો નિષેધ કરવામાં આવેલો છે. એનું કારણ એ છે કે આ ક્રિયાને અંતે વ્યક્તિ ઉપર હમેશાં અચેતનનો એક વધુ આછો લાંબો ગાળો ચડી આવે જ છે.

એ અચેતનતાની પળોમાં માણસની ચેતના હરેક પ્રકારની અસરો પ્રત્યે ખૂલી જાય છે, અને એક નીચલી અવસ્થામાં સરી પડે છે, એટલે જે લોકો ખરેખર જ પોતાને અતિમનસના જીવન માટે તૈયાર કરવા માગતા હોય તેમણે આનંદ, આરામ કે વિશ્રાંતિના બહાર હેઠળ પોતાની ચેતનાને શક્તિના આ દુર્વ્યયમાં તથા અચેતનતાની ખાડમાં કદી પણ સરી પડવા ન દેવી જોઈએ. તમારે વિશ્રામ મેળવવો હોય તો તે અંધકાર કે દુર્બળતામાં સરી પડીને નહિ પણ શક્તિ અને પ્રકાશમાં પહોંચીને મેળવવો જોઈએ. જીવનમાં પ્રગતિ ઇચ્છનારાઓ માટેનો એકમાત્ર નિયમ તે આત્મ-સંયમ જ છે. પરંતુ પોતાને જેઓ અતિમાનસના આવિર્ભાવ માટે તૈયાર કરવા માટે છે તેમણે તો આત્મસંયમથી પણ આગળ જવાનું છે. આત્મસંયમને સ્થાને તેમણે તો ઇન્દ્રિયોપભોગનો સંપૂર્ણ ત્યાગ સ્વીકારવાનો છે. પૂર્ણયોગનો સાધક આ ત્યાગ ઇન્દ્રિયો પર બળાત્કાર કરીને યા તો તેમનું દમન કરીને નહિ સાધે. એ માટે તે એક આંતર પરિવર્તનનો કીમિયો અજમાવશે. એ રીતે કામ કરતાં જે શક્તિઓ સામાન્ય રીતે પ્રજનનની ક્રિયામાં વપરાઈ જાય છે તે બધી પ્રગતિ તથા પૂર્ણ રૂપાંતર માટેની શક્તિઓ રૂપે પલટો પામે છે. એ વાત કહેવાની તો ભાગ્યે જ જરૂર હોય કે સાચી રીતે લાભકારક અને સંપૂર્ણ એવું પરિણામ સાધવું હોય તો માત્ર સ્થૂલ શરીરના સંકલ્પમાંથી જ નહિ પરંતુ પ્રાણ અને મનની ચેતનામાંથી પણ જાતીય ભોગની તમામ વૃત્તિ તથા ઇચ્છા સર્વથા નિર્મૂળ કરવાની રહે છે. જે કોઈ રૂપાંતર મૂલગામી તથા સ્થાયી સ્વરૂપનું હોય છે તે અંદરથી બહારની દિશામાં આવે છે, બહારનું રૂપાંતર એ આંતર રૂપાંતરનું જ એક સ્વાભાવિક અને અનિવાર્ય પરિણામ હોય છે.

આમ હવે તમારી પાસે એક ચોક્કસ પસંદગીનો પ્રશ્ન આવીને ઊભો રહે છે. કુદરત અત્યારે છે તેવી માનવજાતિને ટકાવી રાખવા માટે વ્યક્તિ પાસે માગણી કરતી રહે છે અને એ માગણીને વશ થઈ કુદરતના લક્ષ્યને સાધવા માટે માણસ તેના હાથમાં પોતાનું શરીર સોંપી દે છે. તમે હવે પોતાને આ રીતે કુદરતના હાથમાં મૂકી દેશો કે પછી એક નવી જાતિના સર્જન માટેનું એક નવું પગલું બની રહેવા માટે તમારું આ જે શરીર છે તેને જ તૈયાર કરશો ? એટલું તો તમે અવશ્ય યાદ રાખી શકશો કે આ બે વસ્તુઓ કદી સાથે ચાલી શકવાની નથી. હરેક પળે તમારે એ નક્કી કરવાનું રહે છે કે તમે ગઈ કાલની માનવતામાં પુરાઈ રહેવા માગો છો કે પછી આવતી કાલની પરમ માનવતામાં પહોંચવા માગો છો.

તમારે જો ભાવિમાં આવી રહેલા જીવન માટે તૈયાર થવું હશે, તથા એ જીવનના એક સક્રિય અને સુયોગ્ય અંગ રૂપ બની રહેવું હશે તો તમારું જીવન અત્યારે તેનો જે ઘાટ છે તે મુજબનું જ બની રહે એવા જીવનમાં તમને સફળતા મળે એ ભાવના તમારે પડતી મૂકવી પડશે.

તમારે પૂર્ણ સૌન્દર્યમય અને સંવાદિતમય જીવનનો આનંદ માણવો હશે તો પછી ઇન્દ્રિયસુખોનો ત્યાગ કરવો જ પડશે.

શ્રી માતાજી

(શ્રી માતૃવાણી ગ્રંથ - ૧૨ પૃષ્ઠ ૫૯થી ૬૨ અને પૃષ્ઠ ૬૨થી ૬૮)

શક્તિની તપસ્યા

આમાંથી હવે આપણે સહજ રીતે પ્રાણની તપસ્યામાં આવી પહોંચીએ છીએ. પ્રાણની તપસ્યા એટલે સંવેદનોનું તપસ, શક્તિની તપસ્યા, પ્રાણ સાચે જ શક્તિનું સ્થાન છે. તમને સાક્ષાત્કાર કરાવી આપે તેવા ઉત્સાહો તેમાં છે. મનમાં રહેતો વિચાર પ્રાણમાં આવીને સંકલ્પનું રૂપ લે છે અને કર્મ માટેની એક સક્રિય શક્તિ બને છે. પ્રાણ એ ઇચ્છાઓ તથા આવેશોનું પણ સ્થાન છે એ વાત પણ સાચી છે. પ્રાણમાં ઉગ્ર વૃત્તિઓ તથા એવા જ ઉગ્ર પ્રત્યાઘાતો, બંડ અને વિષાદ પણ આવી રહેલાં છે. આવા પ્રાણનો કોયડો ઉકેલવા માટેની સામાન્ય રીત એ ગણાય છે કે પ્રાણને ગૂંગળાવી નાખવો, સંવેદનોથી તેને વંચિત રાખીને ભૂખે મારી નાખવો. હા, એ વાત ખરી છે કે પ્રાણનો મુખ્ય ખોરાક સંવેદનો જ છે. એને સંવેદનો ન મળે તો તે ઊંઘી જાય છે, શિથિલ અને જડ થઈ જાય છે અને આખરે સાવ ખાલી થઈ જાય છે.

પ્રાણના નિર્વાહ માટેની સામગ્રી ખરું જોતાં તો ત્રણ દિશામાંથી આવી મળતી હોય છે. આમાંની સૌથી પહેલી દિશા તે નીચેની બાજુની દિશા છે, એ દિશામાંથી પ્રાણને ઇન્દ્રિયોનાં સંવેદનો મારફતે સ્થૂલ શક્તિઓની સામગ્રી બહુ જ સરળ રીતે મળતી રહે છે.

પ્રાણને માટે સામગ્રીનું બીજું દ્વાર તેની પોતાની જ સમાન ભૂમિકા ઉપર રહેલું છે. પ્રાણ જો પૂરતા પ્રમાણમાં વિશાળ અને ગ્રહણશીલ હોય છે, તથા વિશ્વરૂપ પ્રાણશક્તિઓ સાથે તે જો સંપર્કમાં હોય છે તો તેમાંથી પણ તેને પોતાના નિર્વાહની સામગ્રી આવી મળે છે.

પ્રાણને મળતી સામગ્રીનું ત્રીજું મૂળ ઉપરની દિશામાં રહેલું છે. પ્રાણમાં જ્યારે પ્રગતિ માટેની કોઈ મહાન અભીપ્સા જાગે છે ત્યારે જ આ દિશા તરફ તે સામાન્ય રીતે ખુલ્લો બને છે. એ ઊર્ધ્વ ભૂમિકામાં રહેલાં આધ્યાત્મિક બળોને તથા પ્રેરણાઓને તે પોતામાં પ્રવેશવા દે છે અને તેમને પોતામાં પચાવીને તે પોતાની પુષ્ટિ મેળવે છે.

આ ત્રણ ઉપરાંત એક ચોથા મૂળમાંથી પણ માણસો પ્રાણની સામગ્રી મેળવવાને લગભગ હમેશાં પ્રયત્ન કરતા રહે છે. પણ સાથે સાથે એ હકીકત પણ નોંધવાની છે કે માણસોને જીવનમાં મળતી ઘણીખરી યાતનાઓ તેમ જ કમનસીબીઓ પણ આ જ મૂળમાંથી મળી આવતી હોય છે. આ વસ્તુ તે બીજા માણસો સાથેનો પ્રાણશક્તિઓનો વિનિમય છે. આ વિનિમય મોટે ભાગે બબ્બેના જોડામાં મળીને માણસો કરે છે. લોકો ભૂલથી એમ માની લે છે કે આ તો પ્રેમ છે. પણ વસ્તુતઃ તેમાં પ્રેમ જેવું કાંઈ જ હોતું નથી. તે માત્ર પરસ્પરના વિનિમયમાં રાચતાં બે બળો વચ્ચેનું આકર્ષણ જ હોય છે.

આ સ્થિતિમાં હવે આપણે જો પ્રાણને ભૂખે મારવો ન હોય તો પછી તેને મળતાં સંવેદનો આપણે પાછાં ઠેલી દેવાનાં નથી, ઘટાડી નાખવાનાં નથી, બુઠ્ઠાં કરી નાખવાનાં નથી તેમ જ તેમનાથી ભાગી જવાનું પણ નથી. પ્રાણની તપસ્યાનો માર્ગ આ નથી. એ તપસ્યા સંવેદનોનો

વિવેક અને જ્ઞાનપૂર્વક ઉપયોગ કરવામાં રહેલી છે. સંવેદનો, જ્ઞાન તથા કેળવણી મેળવવા માટેનું એક અત્યંત ઉત્તમ હથિયાર છે. અને એટલે સંવેદનો પાસેથી આ રીતનું કામ લેવું હોય તો તેમનો ઉપયોગ આપણા અહંકારના કોઈ હેતુને સાધવા માટે ન થવા દેવો જોઈએ. ઇન્દ્રિય-સુખ તથા આત્મતૃપ્તિ મેળવવા માટેની આપણી અંધ અને અજ્ઞાન ભરેલી પ્રવૃત્તિમાં તેમને આનંદના સાધન તરીકે ન વાપરવાં જોઈએ.

આપણી ઇન્દ્રિયો પોતે હરેક વસ્તુને લેશ પણ ઘૃણા કે અપ્રસન્નતા વિના ભેટી શકે તેવું સામર્થ્ય તેમનામાં આવી જવું જોઈએ. પરંતુ આ સાથે ઇન્દ્રિયોમાં એક વિવેકશક્તિ પણ આવવી જોઈએ તથા ખીલવી જોઈએ. એ શક્તિ વડે ઇન્દ્રિયો પ્રાણનાં વિવિધ આંદોલનોનું સ્વરૂપ, મૂળ તથા પરિણામ સમજી શકે તેવી થવી જોઈએ. તેમ જ એ આંદોલનો આપણા શરીર તથા પ્રાણની સ્વસ્થતા તથા પ્રગતિને માટે મદદરૂપ થઈ શકે તેવાં છે કે નહિ તે જ્ઞાન પણ ઇન્દ્રિયોને આમાંથી થવું જોઈએ. આ ઉપરાંત, સ્થૂલ જગતોને તથા પ્રાણમય જગતોને તેમના તમામ સંકુલ સ્વરૂપોમાં સમજવા તથા અભ્યાસ કરવા માટેનાં સાધન તરીકે પણ ઇન્દ્રિયોનો ઉપયોગ થવો જોઈએ. આ બધું થશે ત્યારે ઇન્દ્રિયોને રૂપાંતર માટેના માનવજાતિના મહા પ્રયત્નમાં પોતાનું સાચું સ્થાન મળી રહેશે.

આપણે પ્રાણને દુર્બળ કરી નાખીશું તો તેથી આપણી સાચી પ્રગતિ સાધવામાં આપણને કશી જ મદદ નહિ મળે. પ્રાણને પ્રકાશિત કરીને બળવાન તથા વિશુદ્ધ કરીને જ આપણે સાચી પ્રગતિ સાધી શકીશું. શરીરને ખોરાક ન આપવાથી જેમ નુકસાન થાય છે તે જ રીતે પ્રાણને સંવેદનોથી વંચિત રાખવાથી પણ નુકસાન થાય છે. પરંતુ આ સંવેદનોની પસંદગી પણ આપણે શરીરના ખોરાકની પસંદગી જે રીતે ડહાપણ વાપરીને તથા અમુક દૃષ્ટિપૂર્વક કરીએ છીએ તેવી જ રીતે કરવાની રહે છે. પ્રાણ એક મહાન ક્રિયાશક્તિ ધરાવતું કરણ છે. આપણા સ્વરૂપના અન્ય સર્વ અંશોની પ્રગતિ માટે એ કરણ એક અત્યંત અનિવાર્ય એવી વસ્તુ છે. એટલે, શરીરના ખોરાકની પસંદગી પાછળ શરીરની ક્રિયાઓ બરાબર થતી રહે તથા શરીરની વૃદ્ધિ થાય એવી દૃષ્ટિ આપણે રાખીએ છીએ તે જ રીતે આ પ્રાણ રૂપી કરણની વૃદ્ધિ તથા સંપૂર્ણતાને દૃષ્ટિમાં રાખીને જ પ્રાણ માટેનાં સંવેદનોની આપણે પસંદગી કરવાની રહે છે.

પ્રાણને આપણે કેળવવાનો છે, તેને વધુ સંસ્કારી, વધુ સંવેદનશીલ, વધુ સૂક્ષ્મ બનાવવાનો છે, તથા આપણે કહીશું કે તેને વધુ શાનદાર પણ, એ શબ્દના ઉત્તમ અર્થમાં, બનાવવાનો છે. તેને આ રીતે સંસ્કારીને જ આપણે તેમાં રહેલી ઉગ્રતાઓ તથા પાશવતાઓને જીતી શકીશું. કારણ કે પ્રાણમાં રહેલાં અજ્ઞાન અને અસંસ્કારિતાને લીધે જ, તેનામાં રસવૃત્તિના રહેલા અભાવમાંથી જ સામાન્ય રીતે આ ઉગ્રતાઓ અને પાશવતાઓ જન્મતી હોય છે.

ખરું જોતાં તો, પ્રાણ કેળવાયેલો નથી હોતો ત્યારે તે જેમ કુદરતી રીતે જ અસંસ્કારી, અહંપ્રધાન અને વિકૃત હોય છે તેવી જ રીતે તે જ્યારે કેળવાય છે, પ્રકાશ પામે છે, ત્યારે તે એટલો જ ઉમદા, વીર અને નિઃસ્વાર્થી બની શકે છે. **માનવમાત્રમાં સુખ માટેની એક ઝંખના**

વસેલી છે. એ ઝંખનાને જો અતિમનસની પરમ સમૃદ્ધિ માટેની અભીપ્સામાં પલટી લેવાનું જ્ઞાન દરેક માણસને થઈ જાય તો તેટલું પણ બસ થયું ગણાય. અને આ માટે, પ્રાણની કેળવણીને જો ખંતપૂર્વક અને સાચા દિલથી ખુબ ખૂબ આગળ વધારવામાં આવે તો પછી માનવના જીવનમાં એક એવી ક્ષણ જરૂર આવે છે કે જ્યારે પ્રાણને પૂરી ખાતરી થઈ જાય છે કે અરે, મારી સમક્ષ તો એક ઘણું મહાન, ઘણું સુંદર ધ્યેય આવી રહેલું છે. અને એ પ્રગતિ થઈ ગયા પછી પ્રાણ પરમાત્માના દિવ્ય આનંદને પ્રાપ્ત કરવા માટે સજ્જ બને છે અને ઇન્દ્રિયોની ક્ષુદ્ર અને ભ્રામક તૃપ્તિઓને સર્વથા પડતી મૂકી દે છે.

શ્રી માતાજી

(શ્રી માતૃવાણી ગ્રંથ - ૧૨ પૃષ્ઠ ૬૯થી ૭૧)

શ્રી માતાજી

જ્ઞાનની તપસ્યા

આપણે મનની તપસ્યાનો વિચાર કરીએ છીએ ત્યારે પ્રથમ તો આપણને એ જ ખ્યાલ આવે છે કે આમાં આપણે લાંબાં લાંબાં ધ્યાન કરવાનાં આવશે, એમાંથી આપણા ચિત્ત ઉપર આપણે કાબૂ મેળવી શકીશું અને છેવટે એની પરમ સિદ્ધિ તરીકે આપણને આંતર નીરવતાની પ્રાપ્તિ થશે. યોગસાધનાની આ બાજુ આપણને ઘણી પરિચિત છે અને તેથી તેના ઉપર વિસ્તૃત વિવેચન કરવાની જરૂર નથી. પરંતુ આ સાધનાની એક બીજી બાજુ પણ છે જેના પ્રત્યે લોકોનું ધ્યાન સામાન્ય રીતે બહુ ઓછું ગયેલું છે. એ છે વાણીનો સંયમ : આપણા વિચારકો, અમુક જૂજ અપવાદ સિવાય, વાણીના સ્વચ્છંદ ઉપયોગની સામે કેવળ મૌનની જ હિમાયત કરે છે. પરંતુ વાણીનો એકદમ લય કરી નાખવો તેના કરતાં વાણી ઉપર કાબૂ મેળવવો એમાં એક વધુ મહાન તપસ્યા રહેલી છે અને એ તપસ્યા વધુ લાભદાયક પણ છે.

પૃથ્વી ઉપર અર્થવાળા અવાજનો ઉપયોગ કરી શકે તેવુ પહેલું પ્રાણી તે માણસ છે. મનુષ્ય પોતાની આ શક્તિ વિશે મગરૂરી ધરાવે છે અને એ શક્તિનો કશી મર્યાદા કે વિવેક વિના મનફાવતો ઉપયોગ કર્યે જાય છે. માણસની આ વાણીના ઘોંઘાટથી જગતના કાન ખરેખર બહેરા થઈ રહ્યા છે અને કેટલીક વાર તો આપણને લગભગ એમ જ લાગે છે કે વનસ્પતિની દુનિયામાં જે એક સંવાદપૂર્ણ મૌન વસેલું છે તે માણસની દુનિયામાંથી તો ખરેખર ચાલ્યું જ ગયેલું છે.

એ પણ એક જાણીતી બીના છે કે માણસમાં મનની શક્તિ જેમ ઓછી હોય છે તેમ તેને વધારે બોલવાની જરૂર પડે છે. દાખલા તરીકે આપણે એવા કેટલાક જંગલી તથા કેળવણી વિનાના લોકો જોઈએ છીએ કે જેઓ પોતે મોંએથી બોલે નહિ ત્યાં લગી વિચાર કરી શકતા નથી. તમે જોશો કે એવા લોકો થોડાઘણા નીચા અવાજે કંઈક ગણગણ્યા કરતા હોય છે. પોતાની વિચારમાળાને આગળ લંબાવવા માટે એમની પાસે આ જ રીત હોય છે. એ લોકો બોલે નહિ ત્યાં સુધી તેમનો વિચાર આકાર લઈ શકતો નથી.

વળી એવા પણ ઘણા લોકો હોય છે કે જેઓને પોતે શું કહેવા માગે છે તે વસ્તુ પોતે બોલવા માંડે છે ત્યારે જ સમજાવા લાગે છે. ભણેલા લોકોમાં પણ જે લોકો નબળી મનઃશક્તિવાળાં હોય છે તેમની પણ આ પ્રમાણે જ સ્થિતિ હોય છે. એવા લોકોની વાતચીત ખૂબ જ લાંબી અને કંટાળાજનક બની જાય છે. એ લોકો બોલવા લાગે છે ત્યારે તેમના વિચારો વધારે સ્પષ્ટ થતા જાય છે. ચોક્કસ થતા જાય છે. અને એ કારણે પોતાના કથનને વધુને વધુ ચોક્કસ રીતે કહેવા માટે તેઓ એકની એક વાત ફરી ફરીને કહેતા રહે છે. કેટલાક લોકો એવા પણ હોય છે કે જેમને પોતાને કહેવાની વસ્તુ વિશે આગળથી તૈયારી કરવી પડે છે. એમને તમે એકદમ બોલવાનું કહેશો તો તેમની જીભ અચકાવા લાગશે. પોતાના કથનને બરાબર કડીબંધ રીતે

ચોક્કસ શબ્દોમાં ગોઠવવા માટેનો સમય તેમને મળેલો નથી હોતો એટલે આમ બનતું હોય છે.

બોલનારાઓના વર્ગમાં છેલ્લો વર્ગ જન્મજાત વક્તાઓનો આવે છે. વકતૃત્વની કળા તેમને વરેલી હોય છે. પોતાના કથનને રજૂ કરવા માટે જોઈતા શબ્દો તેમને આપોઆપ મળી આવે છે. અને પોતાના વકતવ્યને તેઓ સરસ રીતે કહી પણ આપે છે.

પરંતુ મનની તપસ્યાની દૃષ્ટિથી જોતાં આ બધી વસ્તુઓ વાતોડિયાપણાની કક્ષામાં જ આવી જાય છે. કારણ બોલવાની અનિવાર્ય જરૂર વિના એક પણ શબ્દો બોલવો તેને હું વાતોડિયાપણું જ ગણું છું. હા, તમે પૂછી શકો છો કે બોલવા માટે આવી અનિવાર્ય જરૂર ક્યારે સમજવી. અને એ વસ્તુ સમજવા માટે આપણે બોલાતી વાણીની સર્વ કક્ષાઓનું એક સામાન્ય વર્ગીકરણ કરીને વિચાર કરીશું.

બોલાતા શબ્દોમાં પહેલો વર્ગ છે સ્થૂલ ભૂમિકા ઉપરના બાહ્ય વ્યવહારને ખાતર વપરાતા શબ્દોનો, આવા શબ્દોની સંખ્યા સૌથી મોટી છે અને સામાન્ય જીવનમાં ઘણે ભાગે તે શબ્દો જ સૌથી વધુ ઉપયોગના હોય છે.

આપણા રોજિંદા વ્યવહારમાં શબ્દોનો આ અખંડ ગણગણાટ આપણને અનિવાર્ય જેવો જ લાગે છે. પરંતુ તમે આ ઘોંઘાટને ઓછામાં ઓછો કરી નાખવા પ્રયત્ન કરશો તો તમને જણાવા લાગશે કે ઘણીએક વસ્તુઓ તમે જો બોલ્યા વિના મૂંગા મૂંગા કરશો તો તે વધારે સારી રીતે અને વધારે ઝડપથી થઈ શકે છે. એવી શાંત ક્રિયા તમારી આંતર શાંતિને તથા એકાગ્રતાને ટકાવી રાખવામાં પણ મદદગાર બને છે.

તમારે જો એકલા રહેવાનું ન હોય અને બીજાઓની સાથે રહેવું પડતું હોય તો પછી તમે એવી ટેવ પાડો કે જેથી તમારે બોલી બોલીને તમારી જાતને સતત બહિર્મુખ ન બનાવવી પડે. અને તમે જોશો કે તમારી અને બીજાઓની વચ્ચે ધીરે ધીરે એક આંતરિક સમજૂતી સ્થપાતી જાય છે. તે પછી તમે તમારી વાત ઓછામાં ઓછા શબ્દો દ્વારા અથવા બિલકુલ શબ્દ વિના પણ બીજાને પહોંચાડી શકશો. આ બહારની નીરવતા તમારી આંતરિક શાંતિને માટે પણ બહુ અનુકૂળ હોય છે અને તમારામાં જો શુભેચ્છા અને અખંડ અભીપ્સા હશે તો તમે એવું વાતાવરણ સર્જી શકશો કે જે પ્રગતિને માટે બહુ જ પોષક નીવડશે.

બીજા માણસોની સાથેના જીવનવ્યવહારમાં આપણે આપણી આજીવિકા અને બીજી સ્થૂલ પ્રવૃત્તિઓને અંગે જે શબ્દો વાપરીએ છીએ તે ઉપરાંત સંવેદનો, લાગણીઓ અને ઊર્મિઓને વ્યક્ત કરતા શબ્દો પણ આપણે વાપરતા હોઈએ છીએ. અને આ બાબતમાં, આપણને બાહ્ય મૌન જાળવવાની જો ટેવ પડેલી હોય તો તે બહુ જ કિંમતી મદદ રૂપ થઈ પડે છે. તમારા ઉપર જ્યારે કોઈ સંવેદન કે લાગણીનું મોજું ધસી આવે ત્યારે આ મૌનની ટેવને લીધે તમને વિચાર કરવા માટે જરૂરી વખત મળી જાય છે અને જરૂર પડે તો, તમારી લાગણીઓ અને સંવેદનોને તમે શબ્દોમાં બહાર કાઢી નાખો તે પહેલાં જ તમે અટકી જાઓ છો અને સાચે જ, આ રીતે કેટલા બધા ઝગડા ટાળી શકાય તેમ છે ! આપણા ઉપર કેટલીયે માનસિક આફતો ઘણી વાર

માત્ર વાણીના અસંયમને કારણે જ તૂટી પડતી હોય છે. આ મૌનની ટેવ દ્વારા તમે આવી કેટલીયે મુસીબતોમાંથી બચી જશો.

તમે આટલો બધો સંયમ ન પાળી શકો તોપણ તમે જે કંઈ બોલતા હો તેના ઉપર તમારો કાબૂ તો હંમેશાં રહેવો જ જોઈએ. ઝનૂન, ગુસ્સો કે મિજાજના આવેશમાં આવી જઈ તમારી જીભ ગમે તે બોલવા લાગે તેમ કદી ન થવા દેવું જોઈએ. આવી જીભને લીધે ઝગડા ઊભા થાય છે જ. પરંતુ આ ઉપરાંત પણ બીજું એક પરિણામ આવે છે. તમારી જીભના આવા બેકાબૂ ઉપયોગને લીધે વાતાવરણમાં એક જાતનાં અનિષ્ટ આંદોલનો ઉત્પન્ન થાય છે. અવાજનાં આ આંદોલનો એક અત્યંત ચેપી વસ્તુ હોય છે. એ આંદોલનોને પ્રગટ થવા દેવાની તક આપીને તમે તેને તમારી અંદર તેમ જ બીજાઓની અંદર પણ એક કાયમની વસ્તુ બનાવી દો છો.

આપણે બીજાઓ વિશે જે કાંઈ બોલીએ છીએ તેને પણ એક પ્રકારનું વાતોડિયાપણું જ ગણવું જોઈએ. અને આ રીતની વાતચીત એ તો એક અત્યંત ખરાબ વસ્તુ છે.

તમારે અમુક માણસો માટે વાલી તરીકે, શિક્ષક તરીકે કે પછી ખાતાના ઉપરી તરીકે જવાબદારી હોય તો જ તેના વ્યવહાર માટે તમારે કાંઈ વિચારવાનું રહે છે. જે માણસોની સાથે તમારે આવો કાંઈ સંબંધ ન હોય તેઓ પછી શું કરે છે કે શું નથી કરતા તે વિશે તમારે કશી જ લેવાદેવા રહેતી નથી. બીજા માણસો વિશે તમારે કશી પણ વાત ન કરવી જોઈએ, તેમને વિશે યા તો તેમના વ્યવહાર વિશે તમારે કશો અભિપ્રાય ન આપવો જોઈએ, અથવા તો બીજા લોકો એમને માટે શું ધારે છે કે શું બોલે છે તે વાત પણ તમારે બીજા કોઈને પાછી ફરી ફરીને કહી સંભળાવવી ન જોઈએ.

હા, તમે કોઈ અમુક ખાતામાં કે વેપાર રોજગારમાં કે કોઈ સહકારી કામોમાં કામ કરતા હોય ત્યારે ત્યાંના કામકાજ અંગે રિપોર્ટ કરવાની ફરજ તમારા ઉપર આવી શકે છે. એવું હોય ત્યારે તમારો અહેવાલ તે તે કામ પૂરતો જ મર્યાદિત રહેવો જોઈએ. તેમાં કોઈ પણ અંગત વસ્તુ તમારે આવવા દેવી ન જોઈએ. તમારું નિવેદન માત્ર વિષય પૂરતું જ રહે. તેમાં તમારો કોઈ પણ અંગત રીતનો પ્રત્યાઘાત, તમારી પસંદગી, સહાનુભૂતિ કે વિરોધની લાગણી આવવાં ન જોઈએ. અને ખાસ કરીને, તમને મળેલા કામની અંદર તમારા ક્ષુદ્ર અંગત રાગદ્વેષને તો કદી દાખલ ન થવા દેશો.

આમ હરેક સંજોગોમાં તેમ જ સર્વસામાન્ય રીતે પણ, બીજાઓ વિશે તમે જેટલું ઓછું બોલશો – પછી ભલે તે તેમની પ્રશંસા રૂપે પણ હોય – તેટલું વધુ ઠીક રહેશે. આપણી પોતાની અંદર શું ચાલી રહ્યું હોય છે તે જાણવું એ પણ કેટલી બધી અઘરી વસ્તુ છે ? ત્યાં પછી બીજાઓની અંદર શું ચાલી રહ્યું છે તે વસ્તુ તો ખાતરીપૂર્વક જાણી શકાય જ કેવી રીતે ? એટલે, કોઈ પણ વ્યક્તિ અંગે જાણે કે તમે છેવટનો ચુકાદો આપી દેતા હોય તેવી રીતે કદી ન બોલો, તમારા એવા ચુકાદામાં જો કાંઈ દ્વેષનું તત્ત્વ નહિ હોય તો પછી એમાં ભારોભાર મૂર્ખતા જ હશે.

વિચારને જ્યારે વાણી દ્વારા પ્રગટ કરવામાં આવે છે ત્યારે એ અવાજનાં આંદોલનોમાં પણ એ શક્તિ હોય છે. એ શક્તિ તમારા વિચારને સાવ સ્થૂલમાં સ્થૂલ પદાર્થ સાથે જોડી દે છે. અને એ રીતે એ વિચારને તે એક મૂર્ત અને અસરકારક વસ્તુ બનાવી આપે છે. આ કારણે જ તમારે કોઈ પણ વસ્તુ કે વ્યક્તિ વિશે કિંચિત્ પણ ખરાબ ન બોલવું જોઈએ. તમારી વાણી દ્વારા એવી એક પણ વસ્તુ ન બોલાવી જોઈએ કે જે જગતમાં દિવ્યતાના સાક્ષાત્કારની દિશામાં જે પ્રગતિ થઈ રહેલી છે તેની લેશ પણ વિરુદ્ધમાં જતી હોય. આ એક અફર એવો સર્વસામાન્ય નિયમ છે. પરંતુ એને એક અપવાદ છે. જે વસ્તુઓ કે કાર્યોને તમે ટીકાપાત્ર ગણતા હો તેને વિખેરી નાખવા માટે યા તો નવું રૂપ આપવા માટે તમારામાં સક્રિય સંકલ્પ હોય, તે માટેની તમારામાં એક સજ્ઞાન શક્તિ હોય તો તમે ટીકા કરી શકો છો, ખરી રીતે તો આ સજ્ઞાન શક્તિમાં અને સક્રિય સંકલ્પમાં એક એવું બળ આવી શકે છે કે જે વડે તમે ઠેઠ જડતત્ત્વમાં પણ એક એવી શક્તિ પૂરી શકો છો કે જેને લીધે તે ખરાબ આંદોલનો સામે પ્રત્યાઘાત આપી શકશે, તેનો ઇન્કાર કરી શકશે, અને છેવટે જતાં એ આંદોલનોને એવાં તો ઠીક કરી આપશે કે તે સ્થૂલ ભૂમિકા ઉપર પ્રગટ થતાં જ અટકી જશે.

પરંતુ આ એક જોખમ તથા સાહસનું કામ છે. જે વ્યક્તિએ જ્ઞાનની ભૂમિકા સિદ્ધ કરેલી હશે તથા જેની માનસિક શક્તિઓમાં આત્માનો પ્રકાશ તથા સત્યની શક્તિ આવી રહેલાં હશે તેવી વ્યક્તિ જ આ કાર્ય વિના જોખમે સફળ રીતે કરી શકશે. આવી વ્યક્તિ, કર્મનો આ દિવ્ય કર્તા, સર્વ પ્રકારના રાગદ્વેષ તથા આસક્તિથી મુક્ત હોય છે. પોતાની અંદરથી તેણે અહંકારની મર્યાદાઓ તોડી નાખેલી હોય છે. પૃથ્વી ઉપર અતિમનસના કાર્ય માટે તેણે પોતાની જાતને એક પૂરેપૂરું વિશુદ્ધ અને કશા અંગત વ્યક્તિત્વ વિનાનું શુદ્ધ કરણ બનાવી લીધેલી હોય છે.

અત્યાર સુધીમાં આપણે વ્યવહારમાં બોલાતા શબ્દોનો વિચાર કર્યો, હવે આપણે એક બીજા પ્રકારના શબ્દોનો વિચાર કરીશું. એ શબ્દો તે વિચારો, અભિપ્રાયો, ચિંતન તથા અભ્યાસનાં પરિણામોને વ્યક્ત કરવા માટે વપરાતા શબ્દો છે. અહીં આપણે હવે બુદ્ધિના પ્રદેશમાં આવીએ છીએ. આપણને કદાચ એમ લાગશે કે આ વિષયમાં તો લોકો વધારે સમજદાર હશે, સમતોલપણે કામ કરતા હશે, અને તેથી ઓ ક્ષેત્રમાં અતિશય કડક તપસ્યાની જરૂર નહિ રહેતી હોય. પરંતુ અહીં પણ પરિસ્થિતિ બહુ સારી નથી. આ જ્ઞાનની અને વિચારોની ભૂમિમાં પણ માણસો પોતાની પ્રતીતિઓને ઝનૂનપૂર્વક ઉચ્ચારતા ફરે છે, અહીં પણ સાંપ્રદાયિક અસહિષ્ણુતા છે, રાગદ્વેષના આવેશો છે. એટલે આ ક્ષેત્રમાં પણ આપણે એટલી જ કડક રીતે મનની તપસ્યા આચરવાની રહે છે. આપણે જેમાંથી ઘણી વાર ગરમાગરમ વાદાવાદી ઊભી થઈ જાય છે તેવા વિચારોનો તમામ વિનિમય બહુ જ કાળજીપૂર્વક બંધ કરી દેવો જોઈએ. એવી વાદાવાદી લગભગ શૂન્યમાં જ પરિણમતી હોય છે. વળી બીજા લોકોની માન્યતાઓનો વિરોધ કરવાનું પણ બંધ કરી દેવું જોઈએ. એવા વિરોધનું પરિણામ ગરમાગરમ ચર્ચાઓ અને ઝગડામાં પણ આવતું હોય છે. આ બધું મનની સંકુચિતતામાં આવે છે. મનના

પ્રદેશમાં તમે ઠીક ઠીક ઊંચે પહોંચી જાઓ છો ત્યારે આ વસ્તુઓને તમે સહેલાઈથી મટાડી શકો છો.

આપણે જે કાંઈ વિચારો બાંધીએ છીએ તે તો એક અનિર્વાચ્ય એવી શબ્દાતીત વસ્તુને વાણીમાં વ્યક્ત કરવાની અનેક રીતોમાંની એક રીત છે. આ જ્ઞાન જ્યારે આપણને થઈ જાય છે ત્યારે પછી કોઈ પણ રીતની સાંપ્રદાયિક મનોવૃત્તિમાં રહેવું ખરેખર અશક્ય જ બની જાય છે. દરેક વિચારની અંદર સત્યનો કંઈક અંશ યા સત્યનું કાંઈક પાસું તો રહેલું હોય છે જ. પરંતુ એવો કોઈ પણ વિચાર જગતમાં નથી કે જે સંપૂર્ણ રીતે સત્ય હોય.

વસ્તુઓની આ સાપેક્ષતાનું ભાન જો આપણને રહે તો તેને લીધે આપણી સ્વસ્થતા ટકાવી રાખવામાં, વાતચીતમાં એક શાંત સમતોલપણું જાળવવામાં આપણને બહુ જ સમર્થ મદદ મળી રહે છે. આ વિષયનું કાંઈક જ્ઞાન ધરાવનાર એક વૃદ્ધ ગુહ્યવિદને કહેતાં મેં સાંભળેલા કે,

> **'જગતમાં મૂળે ખરાબ હોય તેવી વસ્તુ કોઈ છે જ નહિ. તકલીફ માત્ર એટલી જ છે કે વસ્તુઓ તેમના સાચા સ્થાને નથી. દરેક ચીજને તેના યોગ્ય સ્થાને મૂકી આપો. અને જગત સંવાદથી ભરેલું બની જશે.'**

પરંતુ કાર્યની દૃષ્ટિથી જોતાં, દરેક વિચારમાં વ્યવહારમાં સિદ્ધ થવા માટે જેટલી શક્તિ હોય છે તે મુજબ તે વિચારનું મૂલ્ય રહે છે. હા, એ સાચું છે કે વિચારમાં રહેતી આ શક્તિ જુદી જુદી વ્યક્તિઓમાં જુદી જુદી રીતે કામ કરે છે. અમુક વિચાર એક માણસ ઉપર ખુબ જ પ્રબળ અસર નિપજાવે છે. તો બીજા માણસ ઉપર તેની કશી પણ અસર નથી હોતી. પણ આ શક્તિ પોતે પણ એક ચેપી વસ્તુ છે. અમુક વિચારો આખા જગતને બદલી શકે તેવી શક્તિ ધરાવતા હોય છે. અને આવા વિચારોને જ આપણે વ્યક્ત કરવા જોઈએ. આત્માના વ્યોમમાં આવા વિચારો માર્ગદર્શક તારકો જેવા હોય છે. પૃથ્વીને તેના પરમ સાક્ષાતકાર પ્રત્યે એવા વિચારો જ લઈ જાય છે.

શબ્દોનો હવે છેવટનો વર્ગ તે શિક્ષણ આપવાના હેતુથી બોલાતા શબ્દોનો વર્ગ છે. આ પ્રકારના શબ્દવર્ગ ઠેઠ બાળશાળાઓથી માંડી તે વિદ્યાપીઠોના અભ્યાસક્રમ સુધી ફેલાયેલા છે. એ વર્ગમાં રસ યા તો જ્ઞાન આપવા માટે લખાયેલાં સર્વ પ્રકારનાં કળા અને સાહિત્યનાં સર્જનોનો સમાવેશ પણ થઈ જાય છે. આ પ્રદેશમાં, પ્રત્યેક પુસ્તક પોતે કેટલું મૂલ્ય ધરાવતું હોય છે તેના ઉપર બધો આધાર રહે છે. આ વિષય ઘણો વિશાળ હોઈ તેની સંપૂર્ણ ચર્ચા અત્રે શક્ય નથી. પરંતુ આ બાબતમાં એ વાત સાચી છે કે હમણાં હમણાં કેળવણી માટેની કાળજી બહુ જ વ્યાપક બની રહેલી છે તથા શિક્ષણમાં વિજ્ઞાનની છેલ્લામાં છેલ્લી શોધોનો ઉપયોગ કરવા માટે તથા તેમને કેળવણીની સેવામાં રજૂ કરવા માટે પ્રશંસનીય પ્રયત્નો ચાલી રહેલા છે. પરંતુ આ બાબતમાં પણ સત્યના અભીપ્સુ માટે એક તપસ્યાની જરૂર ઊભી રહે છે જ.

એક વસ્તુ સામાન્ય રીતે બધાએ સ્વીકારી લીધેલી છે કે બાળકને તથા મોટાંઓને પણ અભ્યાસમાં લાગતા થાકને હળવો કરવા માટે, તથા આરામ આપવા માટે કેળવણીની પ્રક્રિયામાં

એક હળવું, આનંદોત્પાદક અને છીછરા પ્રકારનું સાહિત્ય પણ દાખલ કરી શકાય. અમુક દૃષ્ટિથી જોતાં આ સાચું છે. પરંતુ દુર્ભાગ્યની વાત એ છે કે આ આરામ આપવાને બહાને શિક્ષણમાં એવી કેટલીયે વસ્તુઓ ઢગલોબંધ દાખલ થઈ ગયેલી છે કે જે કેવળ માનવ સ્વભાવની અસંસ્કારી, કુરૂપ તથા હલકી બાજુને જ રજૂ કરતી હોય છે. આ આરામ અને વિનોદના બહાના હેઠળ માણસમાં રહેલી અત્યંત અધમ વૃત્તિઓ અને હલકામાં હલકા રસો પ્રગટ થઈ રહેલા છે અને એ બધાં પોતાને એક અનિવાર્ય આવશ્યકતા તરીકે ખપાવીને પોતાનું સ્થાન કાયમ કરી રહેલાં છે. પરંતુ આ વસ્તુ લેશ પણ સાચી નથી. આપણે સ્વચ્છંદતામાં સર્યા વિના પણ વિશ્રાંતિ મેળવી શકીએ છીએ, આપણે બીભત્સ થયા વિના પણ આરામ મેળવી શકીએ, આપણી પ્રકૃતિમાંનાં ગ્રામ્ય તત્ત્વોને ઉપર આવવા દીધા વિના પણ આપણે આસાએશ અનુભવી શકીએ છીએ. અને જ્યારે તપસ્યાની દૃષ્ટિથી આ જરૂરિયાતોને તપાસીએ છીએ ત્યારે તો એમનું આખું સ્વરૂપ બદલાઈ જાય છે. ત્યાં વિશ્રાંતિ એ એક આંતર મૌનનું રૂપ ધારણ કરે છે, આગ્રહ તે ચિંતન રૂપે બને છે. અને આસાએશ તે આનંદ રૂપે બની રહે છે.

આપણે બધા સામાન્ય રીતે એ વાત સ્વીકારી લઈએ છીએ કે માણસને જીવનમાં આનંદવિનોદ મળવો જોઈએ. જીવનની જહેમતમાંથી આસાએશ મળવી જોઈએ. પરંતુ એ વસ્તુ સાચી રીતે તો આપણા જીવનના ધ્યેયને એક થોડા વધુ લાંબા કાળ માટે પૂરેપૂરી ભુલાવી દેનારી જ નીવડે છે, આપણને જે માટે જીવન મળેલું છે તે મૂળ ધ્યેયને જ તે વિસરાવી દે છે. આ આરામ કે આનંદ-વિનોદને આપણે એક કુદરતી અને અનિવાર્ય વસ્તુ તરીકે જરા પણ ગણવી ન જોઈએ. આ વસ્તુ તો માનવના જીવનની એક નબળાઈ છે. માણસની અભીપ્સામાંથી જ્યારે તીવ્રતા ઓસરતી જાય છે, તેની સંકલ્પશક્તિ અસ્થિર બની જાય છે, તેનામાં જ્યારે અજ્ઞાન, અચેતનતા અને શિથિલતાનાં તત્ત્વો જોર કરે છે ત્યારે માણસ આ નબળાઈને વશ થઈ જાય છે. આ બધી વસ્તુઓને સાચી ઠેરવવાનો પ્રયત્ન તમે મૂકી દેજો અને તમને થોડી વારમાં જ જણાઈ આવશે કે એ ચીજો જીવનમાં જરા પણ જરૂરની નથી અને એક સમય એવો પણ આવશે કે જ્યારે તમને એ સર્વ પ્રત્યે ઘૃણા ઉત્પન્ન થશે અને તમે તેને તમારા જીવનમાં લેશ પણ સ્થાન નહિ આપશો. અને આમ થશે ત્યારે, માણસને હાથે થયેલાં સર્જનોમાંથી મોટા ભાગનાં સર્જનો, જે દેખીતી રીતે આનંદ આપવા માટે લખાયાં છે પણ ખરું જોતાં જે માણસને અધોગતિમાં લઈ જનાર જ હોય છે તેમને કોઈ પણ રીતનું પ્રોત્સાહન કે ટેકો નહિ મળે.

પરંતુ આમાંથી આપણે એમ પણ ન માનવું જોઈએ કે આપણી વાતચીતનો વિષય જે રીતનો હશે તે રીતે આપણા બોલેલા શબ્દનું મૂલ્ય ગણાશે, તમે બીજા કોઈ વિષયની માફક આધ્યાત્મિક વિષયો ઉપર પણ ગમે તેટલી વાતો કરી શકો છો. પણ આ રીતનું વાતોડિયાપણું પણ એક અત્યંત જોખમકારક વસ્તુ થઈ શકે છે. દા.ત. નવોસવો સાધક પોતે જે કાંઈ શીખ્યો હોય છે તે બીજાઓને કહેવા માટે હમેશાં આતુર રહે છે. પણ સાધનામાં તે આગળ વધતો જાય છે તેમ તેમ વધુ ને વધુ સમજવા લાગે છે કે પોતે કંઈ બહુ ઝાઝુ જ્ઞાન મેળવ્યું નથી તથા

બીજાઓને જ્ઞાન આપવાનો પ્રયત્ન કરવા પહેલાં તેણે પોતાના જ્ઞાનમાં શું મૂલ્ય રહેલું છે તેની ખાતરી કરી લેવાની રહે છે. એમ કરતાં કરતાં છેવટે તેનામાં શાણપણ આવે છે. તેને સમજાય છે કે કંઈક ઉપયોગી નીવડે તેવી વાતચીત થોડી એક મિનિટો સુધી પણ કરવી હોય તો તે માટે કેટલાયે કલાકો સુધી મૂંગી એકાગ્ર અવસ્થામાં રહેલું પડે છે. અને આંતરિક જીવનમાં તેમ જ આધ્યાત્મિક સાધનામાં તો વાણીના ઉપયોગ ઉપર આથી પણ વિશેષ સખત નિયમન રાખવાનું રહે છે. એમાં તો બોલવાનું અનિવાર્ય ન બને ત્યાં સુધી એક પણ શબ્દ બોલાવો ન જોઈએ.

તમારે તમારી આધ્યાત્મિક અનુભૂતિઓ વિશે કદી પણ વાત ન કરવી જોઈએ એ તો એક જાણીતી હકીકત જ છે. તમારી અનુભૂતિઓમાંથી તમારામાં એક શક્તિ સંચય થાય છે અને એ શક્તિ તમારી પ્રગતિને વેગ આપવા માટે તમને મળે છે. એ શક્તિને એક જ મિનિટમાં તમારે તમારામાંથી ચાલી જતી જોવી ન હોય તો તમે આ અનુભૂતિની વાત કોઈને કદી ન કરશો. આ નિયમમાં માત્ર પોતાના ગુરુ પરત્વે અપવાદ થઈ શકે. તમને થયેલી અનુભૂતિ એ શું છે યા તો તેનો અર્થ શો છે એ અંગે તમારે ગુરુ પાસેથી કંઈ ખુલાસો મેળવવો હોય કે કાંઈ સૂચના જોઈતી હોય તો તમે ગુરુને એ વાત કહી શકો છો. આવી વસ્તુઓ તમે ફક્ત ગુરુ પાસે જ કશા જોખમ વિના કહી શકો છો. ગુરુને આ વિષયનું જ્ઞાન હોય છે અને તે દ્વારા તે તમારી અનુભૂતિમાં આવેલી વસ્તુઓને તમારે માટે નવા આરોહણ માટેનાં પગથિયાં બનાવી આપે છે. આવી શક્તિ માત્ર ગુરુમાં જ હોય છે.

વળી, ગુરુને પોતાને પણ જે અનુભૂતિઓ અંગત પ્રકારની થતી હોય તે પરત્વે પણ આ જ મૌનનો નિયમ લાગુ પડે છે. પ્રકૃતિની અંદર હરેક વસ્તુ ગતિ કરી રહેલી છે અને જે વસ્તુ આગળની દિશામાં ગતિ નથી કરતી તેની ગતિ પછી ઊલટી દિશામાં પીછેહઠ રૂપે જ બને છે. ગુરુએ પણ શિષ્યની માફક, પ્રગતિ કરવાની જ રહે છે, ભલે પછી એ પ્રગતિ શિષ્યની ભૂમિકા કરતાં જુદી ભૂમિકા ઉપરની હોય. અને એટલે ગુરુને માટે પણ પોતાની અનુભૂતિઓની વાત કરવી લાભદાયક નીવડતી નથી, એ અનુભૂતિને શબ્દોમાં મૂકવા જતાં, તેની પાછળ રહેલી જીવંત શક્તિ ઘણે અંશે લુપ્ત થઈ જાય છે. પરંતુ ગુરુ પોતાની અનુભૂતિઓ વિશે જો શિષ્યોને સમજૂતી આપે તો તેથી તે શિષ્યોની સમજશક્તિને ખૂબ જ વધારી શકે છે અને તેમાંથી શિષ્યોની પ્રગતિ પણ ખૂબ થાય છે. ગુરુ પાસે આમ બે વિકલ્પો રહે છે : પોતાની પ્રગતિ અને શિષ્યની પ્રગતિ. આ બેમાંથી કઈ વસ્તુનો પોતે કેટલો ભોગ આપી શકે છે ને આપવો જોઈએ એ વાત ગુરુએ પોતાના જ્ઞાન દ્વારા નક્કી કરવાની રહે છે. આમાં એ વાત તો ભાગ્યે જ કહેવાની હોય કે ગુરુ પોતાની અનુભૂતિઓનું વર્ણન આપે તેમાં આત્મશ્લાઘા કે મિથ્યાભિમાનનું તત્ત્વ તો કદી આવવું જ ન જોઈએ. એવું તત્ત્વ ગુરુને ગુરુ નહિ રહેવા દે, ગુરુ ગુરુ મટીને એક દંભી બની જશે.

અને શિષ્યોને હું આ કહીશ : ‘હરેક સંજોગોમાં તમારા ગુરુને વફાદાર રહેજો, એ ગુરુ પછી ભલે ગમે તેવા હો, એ ગુરુ તમારામાં જેટલે સુધી જવાની શક્તિ હશે ત્યાં સુધી તમને

લઈ જશે. અને તમારે સદ્ભાગ્યે જો તમને પ્રભુ પોતે જ ગુરુ તરીકે મળ્યા હશે તો તો પછી તમારા સાક્ષાત્કારને કશી સીમા જ નહિ રહેશે.'

પણ પરમાત્માને પોતાને પણ, તે પૃથ્વી પર અવતાર ધારણ કરે છે ત્યારે પ્રગતિનો આ જ નિયમ લાગુ પડે છે, પોતાના આવિર્ભાવના સાધન રૂપે પરમાત્માએ જે શરીર રૂપી વસ્ત્ર ધારણ કરેલું હોય છે તે પણ એક સતત પ્રગતિમાન અવસ્થામાં રહેવું જોઈએ. વળી આ અવતાર જે નિયમને અનુસરીને પોતાના વ્યક્તિત્વનો આવિર્ભાવ કરતા હોય છે તે નિયમ પણ એક રીતે પૃથ્વીની પ્રગતિના સર્વસામાન્ય નિયમની સાથે જ સંકળાયેલો હોય છે. આ રીતે જોતાં, પૃથ્વી ઉપર દેહમાં આવીને રહેલા પરમાત્મા પણ, જ્યાં સુધી માણસો પૂર્ણતાને સમજવા માટે તથા સ્વીકારવા માટે તૈયાર ન હોય ત્યાં સુધી સંપૂર્ણ બની શકતા નથી, હા, એક દિવસ એવો અવશ્ય આવશે કે જ્યારે માનવો, અત્યારે પોતાનાં કામ પ્રભુ પ્રત્યેની ફરજના ભાનમાંથી પ્રેરાઈને કરે છે તેને બદલે, પોતાનાં સર્વ કામ પ્રભુ પ્રત્યેના પ્રેમમાંથી જ કરવા લાગશે, અથવા વધારે ચોક્કસ રીતે કહીએ તો માનવની પ્રગતિ તેના અહંકાર તરફથી તથા વિરોધને દબાવી દઈને નહિ, પરંતુ માનવના સારાયે સ્વરૂપની પ્રભુ પ્રત્યેની પૂર્ણ નિષ્ઠામાંથી જન્મતા આનંદને માર્ગે થતી રહેશે, અહંકારના વિરોધને દબાવતા રહીને આગળ વધવું એ વસ્તુ ખૂબ જ પ્રયત્ન માગી લે છે અને કદી કદી એમાં ભારે યાતના પણ વેઠવી પડે છે.

આ વિષયનો ઉપસંહાર કરતાં છેવટે હું તમને આ કહીશ : તમારી વાણી દ્વારા તમારે જો માત્ર સત્યને જ વ્યક્ત કરવું હોય અને તમારી વાણીમાં મંત્રનું બળ મેળવવું હોય તો તમે શું કહેવાના છો તે વિશે આગળથી વિચાર કરવા ના લાગશો, તમારે કહેવામાં કઈ વસ્તુ સારી નીવડશે, કઈ વસ્તુ ખરાબ નીવડશે તેનો આગળથી નિર્ણય ન કરી લેશો, તેની શી અસર થશે તેની પહેલેથી ગણતરી ન કરશો. તમારા મનને બિલકુલ શાંત કરી દો, તમે એક સાચા વલણમાં સ્થિર થઈ જાઓ, એટલે કે સર્વ જ્ઞાન રૂપ, સર્વ વિદ્યા રૂપ, સર્વ ચૈતન્ય રૂપ મહા તત્ત્વ પ્રત્યે તમે એક અસ્ખલિત અભીપ્સામાં સુસ્થિર બની રહો. અને પછી, તમારી અભીપ્સા જો સાચી હશે, એ અભીપ્સા તે તમારે સફળ રીતે, સારી રીતે કામ કરવું છે એ રીતની મહત્ત્વાકાંક્ષાને છુપાવા માટેનું માત્ર એક ઢાંકણ જ નહિ હોય, એ અભીપ્સા જો શુદ્ધ હશે, આપોઆપ આવેલી અને સાદ્યંત સમગ્ર હશે તો પછી તમારે બોલ્યે જવાનું રહેશે, જે શબ્દ બોલાવાની જરૂર હશે તે તમારા મુખથી બોલાવા લાગશે, નહિ ઓછા-નહિ વધુ, અને એ શબ્દોમાં સર્જનનું બળ હશે.

શ્રી માતાજી

(શ્રી માતૃવાણી ગ્રંથ - ૧૨ પૃષ્ઠ ૭૨થી ૮૧)

પ્રેમની તપસ્યા

સર્વ તપસ્યાઓમાં સૌથી વિશેષ કઠિન તપસ્યા તે લાગણી અને ઊર્મિની તપસ્યા છે, પ્રેમની તપસ્યા છે.

ખરેખર, માણસને જીવનમાં અન્ય ક્ષેત્રો કરતાં કદાચ લાગણીઓના વિષ્યમાં જ એવો વિશેષ અનુભવ થાય છે કે પોતે જાણે કે કોઈ એક અનિવાર્ય અપરિહાર્ય એવા તત્ત્વની સામે આવીને ઊભો છે. માણસમાં જ્યારે લાગણી, ઊર્મિ, પ્રેમ જાગૃત થાય છે ત્યારે તેને લાગે છે કે પોતે વિધિની કોઈ પ્રચંડ ચૂડમાં પકડાયો છે અને એમાંથી પોતાને માટે કોઈ છટકબારી નથી. પ્રેમ વિશે (અથવા કંઈ નહિ તો માણસો જેને 'પ્રેમ' નામથી ઓળખે છે તે વસ્તુ વિશે તો) ખાસ એમ જ માનવામાં આવે છે કે એના જેવી સમર્થ શક્તિ જગતમાં બીજી છે જ નહિ. એના હાથમાં સપડાયા પછી તમારે માટે કોઈ બીજો રસ્તો રહેતો જ નથી. એ મહાતરંગી મન્મથ પોતાને ફાવે તેમ તમારા ઉપર પ્રહાર કરતો રહે છે અને તમારી ઇચ્છા હોય કે ન હોય પણ તે તમારી પાસે પોતાનું ધાર્યું કરાવે છે. સાચે જ, જગતમાં પ્રેમના નામે માનવે ભયંકરમાં ભયંકર અત્યાચારો કરેલા છે, ભારેમાં ભારે મૂર્ખતાઓ આચરેલી છે.

અને છતાં માણસે પાછું આ પ્રેમની શક્તિને, કાબૂમાં રાખવા માટે, તે શક્તિને હળવી અને વિનમ્ર બનાવવાની આશાપૂર્વક અનેક નૈતિક તેમ જ સામાજિક નિયમો પણ બનાવેલા છે. પરંતુ આ બાબતમાં બનતું તો એમ જ આવેલું છે કે એ નિયમોનું જેટલું પાલન થાય છે તેના કરતાં તેમનો ભંગ જ વિશેષ થતો રહેલો છે. આ બધા નિયમો પ્રેમની નિર્બંધ ગતિ ઉપર જે અંકુશ મૂકવા જાય છે તેને લીધે તે ઊલટી પ્રેમની અંદર રહેલી સ્ફોટક શક્તિ વધતી જ જતી લાગે છે. અને તે વધે જ એ સ્વાભાવિક છે, કેમ કે પ્રેમની વૃત્તિને તમે નિયમો દ્વારા કદી કાબૂમાં લઈ શકવાના નથી. પ્રેમની આ અદમ્ય વૃત્તિઓને કાબૂમાં લેવાનું કાર્ય તો આ પ્રેમ કરતાં પણ એક વધુ મહાન, વધુ ઉચ્ચ અને વધુ સત્યમય પ્રેમની શક્તિ દ્વારા જ સિદ્ધ થઈ શકે. પ્રેમના ઉપર પ્રેમનું જ શાસન ચાલી શકે છે, અને તે શાસન આ પ્રેમને વધુ જ્ઞાનમય, વધુ વિશાળ કરીને, તેનું રૂપાંતર કરીને જ સ્થાપી શકાય છે. કોઈ પણ વસ્તુ ઉપર કાબૂ મેળવવો એટલે કે તેને દબાવી યા તો નિર્મૂળ કરી નાખવી એમ નથી, પરંતુ કોઈ પણ પરમ રસાયન દ્વારા તમારે તેનું એક નવું જ સ્વરૂપ બનાવવાનું રહે છે. અને બીજી કોઈ વસ્તુ કરતાં પ્રેમની બાબતમાં તો આ હકીકત વધારે લાગુ પડે છે. કેમ કે, જગતમાં કાર્ય કરતી સર્વ શક્તિઓમાં પ્રેમની શક્તિ જ સૌથી વિશેષ સમર્થ, સૌથી વિશેષ અવિરોધ્ય શક્તિ છે. જગતમાં જો પ્રેમ ન હોત તો એ પાછું અચેતનતાના અંધારમાં જ ગરક થઈ ગયું હોત.

બેશક, આ વિશ્વનું સર્જન કરનારી શક્તિ તો ચેતના છે, પરંતુ એ વિશ્વનું ઉદ્ધારક તત્ત્વ તે પ્રેમ છે. આ પ્રેમ એટલે શું, તેનું લક્ષ્ય એટલે શું, તેની ગતિરીતિ કેવી હોય એની ઝાંખી તો

આ પ્રેમતત્ત્વનો સજ્ઞાનપણે અનુભવ કરવાથી જ થઈ શકે, આ તત્ત્વનું શબ્દોમાં વર્ણન આપવા બેસવું એ તો શબ્દાતીત વસ્તુને મનનાં વસ્ત્રો પહેરાવવા જેવું થાય. જગતના તત્ત્વજ્ઞાનીઓએ, મર્મજ્ઞાનીઓ અને ગુહ્યવિદોએ આ વર્ણન આપવાને પ્રયત્નો કરેલા છે, પણ એ પ્રવૃત્તિ બહુ સફળ નીવડેલી નથી, અને આ બધાઓ જેમાં નિષ્ફળ નીવડ્યા છે ત્યાં હું સફળ થઈ શકીશ એવું માનવાની ધૃષ્ટતા હું નહિ કરું. હું માત્ર આ જ્ઞાનીઓ અને પંડિતોએ જે વસ્તુને બહુ સૂક્ષ્મ અને સંકુલ રીતે વર્ણવી છે તેને બને તેટલા સાદા શબ્દોમાં કહેવા માગું છું, આ પ્રેમની એક જીવંત અનુભૂતિ પ્રત્યે લઈ જવા માટે હું આ લખું છું, અને સાવ નાના બાળકને પણ હું આ અનુભૂતિમાં લઈ જવા ઇચ્છું છું.

પ્રેમ એના મૂળ સ્વરૂપે એક તાદાત્મ્યનો આનંદ છે. એ પ્રેમની પરમ અભિવ્યક્તિ મિલનના મહા આનંદ રૂપે થાય છે. આ મિલન અને તાદાત્મ્યની બે અવસ્થાઓની વચ્ચે વિશ્વમાં થતા પ્રેમના સર્વ પ્રકારના આવિર્ભાવો આવી રહેલા છે.

પોતાના વિશ્વરૂપ આવિર્ભાવના આરંભમાં પ્રેમ તેના મૂળ વિશુદ્ધ સ્વરૂપે બે પ્રકારની ગતિઓનો બનેલો હોય છે. આ બે એકબીજાની પૂરક એવી ગતિઓ પ્રેમની પ્રેરણાના સામસામેના છેડાઓથી શરૂ થઈને એકબીજા સાથેના સંપૂર્ણ મિલન તરફ જવા લાગે છે. આ પ્રેમની પ્રેરણા તેના એક છેડા ઉપર પૂર્ણ આત્મસમર્પણની એક ક્ષુધાનું રૂપ લે છે. વ્યક્તિની ચેતના તેના આદિ મૂળ તત્ત્વમાંથી જ્યારે છૂટી પડી ગઈ, અને અચેતન રૂપની બની ગઈ ત્યારે વ્યક્તિની ચેતનામાં એક મોટી ખાઈ રચાઈ ગઈ. આ ખાઈના ઉપર પુલ બાંધવાનું કાર્ય કેવળ પ્રેમ જ કરી શકે તેમ છે.

જગતનું સર્જન થતાં પરમાત્માએ પોતાના અંશોને પોતામાંથી અવકાશમાં વહેતા મૂકેલા, એ બધા અંશોને સર્જાયેલા જગતનો વિનાશ થવા દીધા સિવાય પાછા તેના મૂળ સ્થાનમાં લઈ આવવાના હતા, આ કાર્ય કરી શકે તેવી પરમ શક્તિ માત્ર પ્રેમમાં જ હતી, અને તેથી જગતમાં પ્રેમે પોતાનો આવિર્ભાવ કર્યો.

વિશ્વના અંધકાર અને અચેતનતા ઉપર આ પ્રેમ ઘૂમી રહેલો છે, અગાધ રાત્રિના હૃદયમાં એણે પોતાની જાતને અણુ અણુ કરીને વિખેરી નાખેલી છે. અને તે વખતથી પછી જગતમાં જાગૃતિ આવેલ છે. ઊર્ધ્વ આરોહણ શરૂ થયેલું છે, જડતત્ત્વ ધીરે ધીરે બંધાવા લાગ્યું છે અને તેની અનંતવિધ પ્રગતિનાં મંડાણ થયાં છે. જુઓને, આ સ્થૂલ તેમ જ પ્રાણમય પ્રકૃતિના સર્વ આવેગોની પાછળ આ પ્રેમનું તત્ત્વ જ, એક સ્ખલનશીલ તેમ જ અજ્ઞાનમય સ્વરૂપે રહીને, શું હરેક ક્રિયાને તથા હરેક સમૂહરચનાને વેગ આપી રહેલું નથી ? વનસ્પતિ જગતમાં તો આ વસ્તુએ તદ્દન દેખી શકાય તેવું રૂપ લીધેલું છે. છોડવામાં અને વૃક્ષમાં આ પ્રેમતત્ત્વે વધુ પ્રકાશ, વધુ હવા અને વધુ સ્થળ મેળવીને વિકાસ પામવાની એક આવશ્યકતાનું રૂપ લીધું છે, પુષ્પમાં તો એ પ્રેમપૂર્વક પ્રફુલ્લન પામીને સૌન્દર્ય અને સુગન્ધના એક ઉપહાર રૂપે બની રહેલો છે. પશુઓમાં પણ તે તેમની ક્ષુધા અને તરસની પાછળ રહેલો છે. અન્ય વસ્તુઓને આત્મસાત્

કરવી, પોતાનો વિસ્તાર કરવો, વંશવૃદ્ધિ કરવી એ રીતની પશુઓમાં રહેલી જરૂરિયાતની પાછળ, અર્થાત્, તેમની હરેક પ્રકારની સચેતન યા અચેતન ઇચ્છાની પાછળ એ જ પ્રેમતત્ત્વ રહેલું છે એમ નથી લાગતું ? એથી ઉપરની કક્ષાઓનાં પ્રાણીમાં જોઈશું તો ત્યાં માદા પોતાનું બલિદાન દઈને પોતાના સંતાનને જે ભક્તિભાવથી ઉછેરે છે તેની પાછળ પણ આ જ તત્ત્વ રહેલું છે. અને આમાંથી હવે માનવની દુનિયામાં આવતાં પ્રેમનો વિશેષ સ્પષ્ટ પ્રાદુર્ભાવ જોવા મળે છે. માનવમાં મનની સ્થાપના થયેલી હોવાને લીધે તેનામાં આ પ્રેમતત્ત્વનો સુયોગ તેનું ઉચ્ચમાં ઉચ્ચ રૂપ ધારણ કરે છે, કેમ કે અહીં માનવમાં તે હવે એક સભાન રીતની તથા જ્ઞાનપૂર્વકની ક્રિયા બની રહે છે. ખરી વસ્તુ તો એ છે કે પૃથ્વીનો વિકાસ અમુક જરૂરી કક્ષાએ પહોંચ્યા પછી પ્રકૃતિએ તરત જ પ્રેમના આ મહા સમર્થ તત્ત્વને વંશવર્ધનની ક્રિયા સાથે જોડી આપ્યું છે, તેની સાથે મિશ્રિત કરી આપ્યું છે અને એ રીતે પોતાની સર્જક પ્રવૃત્તિની સેવામાં તેને જોડી દીધું છે. પ્રેમ અને વંશવૃદ્ધિ, એ બે વસ્તુઓ જગતમાં એટલી બધી તો ગાઢ અને નિકટની બની ગયેલી છે કે એ બેને છૂટાં પાડી શકે તેમ જ તેમનો અલગ અનુભવ કરી શકે એવી પ્રકાશમય ચેતના હજી બહુ વિરલ માણસોમાં જ આવેલી છે. અને આમ આ પ્રેમતત્ત્વ જગતમાં હરેક પ્રકારની અધોગતિ ભોગવી રહેલું છે, નીચે સરતાં તે ઠેઠ પશુ કોટિ બની ગયેલું છે.

અને પ્રેમતત્ત્વનું આ અધઃપતન થયું તે જ ક્ષણે પ્રકૃતિએ પાછો પોતાના આદિમ અદ્વૈતની જગતમાં ફરીથી સ્થાપના કરવા માટેનો સંકલ્પ આદરેલો છે. આ વસ્તુ પ્રકૃતિનાં કાર્યોમાંથી આપણે સ્પષ્ટ જોઈ શકીએ છીએ. કુદરત માનવજાતિમાં જીવનની અનેક અવસ્થાઓનું અને કક્ષાઓનું સર્જન કરતી કરતી વધુને વધુ સંકુલતાવાળાં, તેમ જ વધુને વધુ સંખ્યામાં જૂથો રચવા લાગે છે. પ્રથમ તો તે આ પ્રેમની શક્તિને પ્રયોજીને બે માનવોને ભેગાં કરે છે. એમાંથી માન વયુગલ રચાય છે, કુટુંબના ઉદ્ભવનો પાયો નંખાય છે. આ રીતે કુદરત વ્યક્તિના અહંકારને એક જોડિયા અહંકાર રૂપે વ્યક્તિગત અહંકારની સાંકડી સીમાઓને ભેદી આપે છે. એમાં પછી બાળકનું આગમન થતાં એક વધુ સંકુલ પ્રકારનો એકમ, કુટુંબની રચના ઊભી થાય છે. વખત જતાં આ કુટુંબો વચ્ચે વિવિધ પ્રકારના સંબંધો રચાતા ગયા, વ્યક્તિઓ વચ્ચે વિનિમય થવા લાગ્યો, લોહીનાં મિશ્રણ બનવા લાગ્યાં અને તેમાંથી વધુ વિશાળ જૂથ રચાવા લાગ્યાં. કુટુંબમાંથી ટોળીઓ રચાઈ, જાતિઓ બની, જ્ઞાતિઓ અને વર્ગો ઊભા થયા અને આખરે તેમાંથી રાષ્ટ્ર સરજાયું. આ બધા સમૂહોના સર્જનનું કાર્ય જગતના જુદા જુદા ભાગોમાં એક સાથે ચાલી રહેલું હતું. એ સમૂહોમાંથી આજે જગતની વિવિધ જાતિઓ રચાઈ છે. આ જાતિઓને પણ કુદરત ક્રમે ક્રમે એક કરી લેશે. કેમ કે, કુદરત તો આખીયે માનવજાતિની એકતા નિપજાવવા માટે પ્રયત્ન કરી રહેલી છે અને તે માટે તે ઠેઠ સ્થૂલ ભૂમિકા ઉપર એક સાચો પાયો બાંધી રહેલી છે.

માનવજાતિના મોટા ભાગને તો આ બધું જીવનમાં એક અકસ્માતની લીલા જેવું લાગે છે.

પરંતુ તેઓ એ વસ્તુ જોઈ શકતા નથી કે આ બધાની પાછળ એક વિશ્વયોજના કામ કરી રહેલી છે. જગતમાં જેમ જેમ પરિસ્થિતિ સરજાતી જાય છે તેમ તેમ લોકો પોતાની પ્રકૃતિ પ્રમાણે તેનો વત્તીઓછી સરળતાથી સ્વીકાર કરતા રહે છે. જગતમાં કેટલાક માણસો આ વિકસતી જતી પરિસ્થિતિથી પૂર્ણ સંતુષ્ટ રહેનાર હોય છે, તો કેટલાક અસંતુષ્ટ પણ રહે છે.

આ સંતુષ્ટ રહેનાર માણસોમાં અમુક વર્ગ એવો હોય છે કે જેને પ્રકૃતિની ગતિ સાથે હમેશાં મેળ જ રહેતો હોય છે. આ છે જગતના આશાવાદી લોકો. એમને જગતનાં અનિષ્ટ કે ઉદ્વેગકારક તત્ત્વો સામે ફરિયાદ નથી હોતી. તેઓ કહે છે કે જગતમાં રાત્રિ ભલે રહી, એને લીધે દિવસના પ્રકાશનું મૂલ્ય વધુ સમજાય છે, જગતમાં પડછાયા છે એને લીધે જ રંગોની ચમક વધુ ખીલે છે, જગતમાં દુઃખ છે તેથી જ આનંદની તીવ્રતા વધારે અનુભવી શકાય છે. દર્દને લીધે જ સુખની મોહકતા વધુ સમજાય છે, રોગને લીધે જ આરોગ્યની મહત્તા પૂરી સમજાય છે. કેટલાકને તો મેં એમ પણ કહેતા સાંભળ્યા છે કે તેમને શત્રુઓ છે માટે આનંદ થાય છે. કેમ કે, શત્રુઓને લીધે મિત્રોનું મૂલ્ય બરાબર સમજાય છે. આવા લોકોને માટે જાતીય આનંદ એ જીવનનો એક અતિ મધુર રસ બની રહે છે, ઉત્તમ ભોજન એ તો જીવનની એક અનેરી લહાણ અને તેથી અનિવાર્ય આવશ્યકતા બની રહે છે. અને માણસે જન્મ લીધો છે પછી તેનું મૃત્યુ થાય એ તો એમને કુદરતનો સ્વાભાવિક ક્રમ જ લાગે છે એટલું જ નહિ, મૃત્યુને તેઓ વધાવી પણ લે છે. કેમ કે, આ મૃત્યુ તો એક મોટો મુક્તિદાતા છે. જીવનની યાત્રા જો વધુ પડતી લંબાઈ જાય તો તે કંટાળાજનક પણ બની જાય છે. અને મૃત્યુ આવીને એનો વેળાસર અંત લાવી આપે એથી વધારે આનંદજનક ઘટના કઈ કહેવાય !

અર્થાત્, આ માનવીને માટે જીવન છે તેવું જ બરાબર છે. જીવન પાછળ કોઈ કારણ હોઈ શકે કે નહિ, તેનો કોઈ હેતુ હોઈ શકે કે નહિ, તે જાણવાની તેમને લેશ પણ ઉત્કંઠા નથી હોતી. બીજાઓનાં દુઃખોથી તેમને લેશ પણ વ્યથા થતી નથી. જીવનમાં પ્રગતિ કરવાની તેમને કશીયે જરૂર જણાતી નથી.

આવા માણસોનું પરિવર્તન કરવા તમારે કદી પ્રયત્ન ન કરવો. એમ કરવા જશો તો તમે ભારે ભૂલ કરી બેસશો. આવા લોકો એ કદીક અકસ્માત તમારી વાત સાંભળશે તો તેઓ એક નવી સમતુલામાં પહોંચ્યા પહેલાં જ પોતાની ચાલુ સમતુલાને ખોઈ બેસશે. આ માણસો આંતરિક જીવન માટે હજી તૈયાર નથી હોતા, પણ તેમના ઉપર કુદરતની રહેમ હોય છે. કુદરત સાથે તેઓ ખૂબ જ ગાઢ મેળમાં હોય છે અને તેમની આ સિદ્ધિને તમારે નિરર્થક રીતે હચમચાવવી ન જોઈએ.

એક બીજા પ્રકારના લોકો પણ સંતુષ્ટ જીવન ગાળતા હોય છે, પરંતુ તેમનો સંતોષ જરા ઓછી માત્રામાં, તેમ જ ઓછો ચિરંજીવી હોય છે. આ લોકોનું સંતોષનું મૂળ પ્રેમના જાદુમાં રહેલું છે. માણસ જ્યારે પોતાના અહંકારના કેદખાનાની સાંકડી દીવાલોને ભેદીને બહાર નીકળે છે, પોતાના સમર્પણ દ્વારા તે જ્યારે એક મુક્ત હવામાં ઊંચે ચડવા લાગે છે ત્યારે, એ

સમર્પણ ભલે પછી બીજી વ્યક્તિ માટે હોય, કુટુંબ ખાતર હોય, દેશને ખાતર કે પોતાના ધર્મને ખાતર હોય, પણ તે દ્વારા તે એક આત્મવિસ્મરણ અનુભવવા લાગે છે અને એવા આત્મ-વિસ્તરણમાં તેને પ્રેમના અદ્ભુત આનંદની એક પૂર્વઝાંખી થાય છે. આવા આનંદાનુભવથી તેને એમ લાગે છે કે તેને પ્રભુનો સંપર્ક પ્રાપ્ત થયો છે પરંતુ આ સંપર્ક મોટે ભાગે ક્ષણિક પ્રકારનો જ છે, કારણ કે, આ દિવ્ય પ્રેમ માનવની અંદર ઊતરે છે ત્યારે તરત જ તે માનવના અહંકારની નિમ્ન કોટિની ક્રિયાઓ સાથે ભેળસેળ થઈ જાય છે. એ અહંકાર આ પ્રેમને મલિન કરી મૂકે છે, એ પ્રેમની વિશુદ્ધિમાં રહેલી તમામ શક્તિને હરી લે છે. પરંતુ ધારો કે આ પ્રેમ તેના વિશુદ્ધ સ્વરૂપે માનવમાં ટકી શકે તેમ હોય તોપણ તેટલા માત્રથી દિવ્ય ચેતના સાથેનો સંપર્ક હમેશાં ટકી રહી શકતો નથી. કારણ પ્રેમ એ તો પ્રભુનાં અનેક સ્વરૂપોમાંનું માત્ર એક સ્વરૂપ છે. અને પ્રભુનાં બીજાં સ્વરૂપોની પૃથ્વી ઉપર વિકૃતિઓ થયેલી છે તેવી જ વિકૃતિઓ પ્રેમની પણ થયેલી છે.

આમ છતાં કુદરતના ચાલુ રાહને અનુસરતા સામાન્ય માનવને માટે આ બધા અનુભવો ખરેખર સારા અને હિતકારક છે. પરંતુ કુદરત ભાવિની એકતાની દિશામાં બહુ અસ્થિર વેગે ગતિ કરતી રહે છે. અને જગતમાં જે લોકો આ એકતા તરફની ગતિને વેગવાન થયેલી જોવા માગતા હોય છે તેમને આ અનુભવો પૂરતો સંતોષ આપી શકતા નથી. એ લોકોનું અંતઃકરણ કુદરતના આ ચાલુ રાહથી કોઈ જુદો માર્ગ લેવાને, એક વધારે સીધો અને વધારે ઝડપી, કોઈ અસાધારણ માર્ગ લેવાને ઝંખતું હોય છે. એવો કોઈ માર્ગ લઈ તેઓ માનવની સામાન્ય પ્રકૃતિમાંથી, અને એ પ્રકૃતિની અંતહીન યાત્રામાંથી મુક્ત થઈ જવાની ભાવના સેવતા હોય છે. એ અસાધારણ માર્ગ તેમને એક એવી આધ્યાત્મિક પ્રગતિમાં મૂકી આપે છે કે જે દ્વારા તેઓ વધુમાં વધુ ઝડપે નવી માનવજાતિનું જગતમાં સર્જન કરી શકશે અને એ માનવજાતિ પૃથ્વી ઉપર અતિમનસના સત્યને આવિર્ભાવ આપશે. આવા અસામાન્ય આત્માઓએ માનવ માનવની વચ્ચે જોવામાં આવે છે તેવા હરેક પ્રકારના પ્રેમને વિસર્જી દેવાનો રહે છે. કારણ, આ પ્રેમ ભલે ગમે તેટલો સુંદર અને વિશુદ્ધ હોય તોપણ તે માનવ આત્માના પ્રભુ સાથેના સંબંધમાં એક વિચ્છેદ ઊભો કરે છે, પ્રભુ સાથેના સીધા સંબંધને તે કાપી નાંખે છે.

તમને પ્રભુના પ્રેમનો અનુભવ થશે તો તરત જ જણાઈ આવશે કે તે સિવાયના બીજા સર્વ પ્રેમમાં કેવું તો અજ્ઞાન રહેલું હોય છે. તમે જોશો કે આ બીજા પ્રેમમાં લઘુતા, અહંકાર અને અંધકારનું કેવું તો મિશ્રણ હોય છે. એ પ્રેમ એક સોદા જેવો હોય છે, એમાં પોતાની જાતને વધુ ઉત્તમ તરીકે ઠસાવવા માટેની, પોતાનો અધિકાર જમાવવા માટેની સતત ખેંચતાણ રહ્યા કરે છે. તમે જોશો કે સારામાં સારા માણસોના પ્રેમમાં પણ ગેરસમજૂતીઓ અને આળાઈ રહેલી હોય છે, તકરારો અને શંકાઓ ભરેલી હોય છે.

વળી એ પણ બહુ જાણીતી હકીકત છે કે તમે જેને ચાહતા હો છો તેના જેવા જ તમે બની રહો છો. એટલે તમારે જો પ્રભુના જેવા બનવું હશે તો તો પછી કેવળ પ્રભુ ઉપર જ તમારે પ્રેમ

કરવાનો રહે છે. જે લોકોને પ્રભુ સાથેના પ્રેમાનુભવનો પરમ આનંદ અનુભવવા મળેલો હોય છે તેઓ જ માત્ર જાણી શકે છે કે એ પ્રેમની સરખામણીમાં બીજા બધા પ્રેમ કેવા તો શુષ્ક હોય છે. કેવા તો નિસ્તેજ અને દુર્બળ હોય છે. આવો પરમ આનંદમય પ્રભુપ્રેમ પ્રાપ્ત કરવા માટે તમારે કઠણમાં કઠણ સાધના કરવી પડે તોપણ તમે જોશો કે એ સાધના એ તમને પ્રભુપ્રેમમાં લઈ જશે તો તે જરાકે કઠણ નહિ લાગે, લાંબી કે કઠોર નહિ લાગે, એ પ્રેમાનુભવ એક એવી તો અનન્ય વસ્તુ છે કે જેને તમે ભાગ્યે જ શબ્દ દ્વારા વર્ણવી શકો.

પ્રભુ-પ્રેમની આ અદ્‌ભુત અવસ્થાને આપણે પૃથ્વી ઉપર સિદ્ધ કરવા માગીએ છીએ, આ મહા પ્રેમ જ જગતની કાયાપલટ કરી આપશે અને પ્રભુના દિવ્ય સાંનિધ્યને જગત પોતામાં ધારણ કરી શકે તેવી પાત્રતા તેમાં સરજી આપશે. જગત પ્રભુ માટે આવું એક સુપાત્ર નિવાસસથાન બનશે ત્યારે પ્રેમ તેના શુદ્ધ અને સત્ય સ્વરૂપે પૃથ્વી ઉપર એક શરીરની અંદર સાકાર બનશે. એ શરીર એવું હશે કે જે આ પ્રેમના ઉપર એક ઢાંકણ કે બુરખા તરીકેનું કામ નહિ કરતું હોય, પરમાત્માએ પોતાના પરમ પ્રેમ દ્વારા માનવની સાધનાને વિશેષ સરળ કરવાનો એક વાર પ્રયત્ન કરેલો છે, એ પ્રેમ દ્વારા માનવ અને પોતાની વચ્ચેના સંબંધને એક વધુ ગાઢ નિકટતામાં મૂકી આપવાનો, એ નિકટતાને વધુ સ્પષ્ટ રીતે જોઈ શકાય તેવી કરવાનો પ્રયત્ન કરેલો છે. અને આ માટે તેમણે માનવના જેવા જ દેખાવવાળું સ્થૂલ શરીર ધારણ કરેલું છે. પરંતુ જડ તત્ત્વના સ્થૂલ આકારમાં નિબદ્ધ થવાને પરિણામે હમેશાં એમ જ બનતું આવેલું છે કે પ્રભુ પોતાના મૂળ સ્વરૂપને તેના વિશુદ્ધ રૂપે કદી રજૂ કરી શકેલા નથી, આવા દેહમાં એ મૂળ સ્વરૂપ એક વિકૃત રૂપે જ વ્યક્ત થઈ શકેલું છે. માણસો જ્યારે પોતાની ચેતનામાં તેમ જ શરીરમાં કોઈ એક અનિવાર્ય એવી પ્રગતિ સિદ્ધ કરશે ત્યારે જ પ્રભુ પોતાના સ્વરૂપને તેના પૂરા વૈભવમાં આવિર્ભાવ આપી શકશે. માનવમાં એક એવું તો હલકટ અભિમાન છે, એક એવી તો મૂર્ખ દાંભિકતા છે કે પ્રભુનો પરમ દિવ્ય પ્રેમ જ્યારે માનવના આકારમાં પ્રગટ થાય છે ત્યારે તેને તે એક દુર્બળતાની, પરાધીનતાની અને અપૂર્ણતાની નિશાની ગણી લે છે.

અને છતાં માણસ એ વાત ક્યારથીએ જાણે છે કે આ જગતની પીડાનો અંત લાવી શકે તેવી વસ્તુ તો એક પ્રેમ જ છે. બેશક, આ જ્ઞાન શરૂ શરૂમાં માણસને બહુ સ્પષ્ટ નથી હોતું પણ માણસ જેમ જેમ પૂર્ણતા પ્રત્યે આગળ વધતો જાય છે તેમ તેમ આ વસ્તુ તેને વધુ ને વધુ સ્પષ્ટ થતી જાય છે. માણસ જાણે છે કે પ્રેમના મૂળ તત્ત્વમાં રહેલો વાચાતીત આનંદ જ વિશ્વમાંથી વિરહની સળગતી વ્યથાને સદંતર દૂર કરી શકશે. આ જગત શા માટે અસ્તિત્વમાં આવ્યું, એની અંતિમ સાર્થકતા શામાં છે એનો જવાબ માણસને પ્રભુ સાથેના પરમ મિલનના આનંદમાં જ માત્ર મળી શકશે.

એટલે આપણે ભલે ગમે તેટલો પુરુષાર્થ ખેડવો પડે, ગમે તેટલી કઠોર તપસ્યા કરવી પડે પણ તે દ્વારા જો આપણા શરીર-તત્ત્વને આપણે પ્રકાશમય કરી શકીશું, તેને વિશુદ્ધ, સંપૂર્ણ અને એક એવા નવા જ સ્વરૂપવાળું બનાવી શકીશું તો એ સારોયે પુરુષાર્થ અને તપાસ્યા પૂરેપૂરાં

સાર્થક ગણાશે. આપણું શરીર તત્ત્વ આવી નવીન અવસ્થા પ્રાપ્ત કરશે તે પછી પરમાત્મા તેની અંદર આવીને બાહ્ય આકાર ધારણ કરશે, અને ત્યારે એ આકાર પરમાત્માને ઢાંકી રાખનાર એક આચ્છાદન રૂપ નહિ રહેશે. એવા શરીર દ્વારા પેલું અદ્‌ભુત પ્રેમતત્ત્વ જીવનને એક મધુર આનંદના સ્વર્ગ રૂપે પલટી નાખવાની શક્તિ ધરાવનાર એ દિવ્ય પ્રેમ પોતાની જાતને સંપૂર્ણ મુક્ત ભાવે વ્યક્ત કરી શકશે.

તમે કહેશો કે આ તો અંતિમ લક્ષ્યની વાત થઈ, આ તો સાધનાની છેવટની સિદ્ધિ છે, અંતિમ વિજય છે. પણ એ સિદ્ધિ સુધી પહોંચવા માટે અમારે શું કરવાનું રહે છે ? એ વિજય મેળવવાને અમારે કેવો માર્ગ લેવો જોઈએ, એની સાધનાનાં પહેલાં પગથિયાં ક્યાં છે ?

આના જવાબમાં આપણે પહેલી વસ્તુ તો એ સ્મરણમાં રાખીએ કે આપણે આપણા પ્રેમની સારીયે ગતિને એકમાત્ર પ્રભુ સાથેના અંગત સંબંધની દિશામાં જ વાળવાનો નિશ્ચય કરેલો છે. એટલે અન્ય માણસો સાથેના આપણા સંબંધમાં આપણે એક ખરેખર સાચી, નિરહંકારી, અવિકારી અને સ્થિર પ્રકારની શુભેચ્છા અને માયાળુતા ધારણ કરીશું. માનવો પ્રત્યેના આ ભાવના બદલામાં આપણે કોઈ પ્રત્યુત્તરની, કૃતજ્ઞતાની કે તેના સ્વીકાર સરખાની પણ આશા રાખીશું નહિ. તમારી સાથે અન્ય લોકો ભલે ગમે તેવું વર્તન રાખે પણ તમે તમારામાં તિરસ્કારની એક નાનકડી લહેર પણ ઊભી ન થવા દેશો. તમે તો કેવળ પરમાત્મા પ્રત્યેના અમિશ્ર આનંદમાં જ સ્થિર રહેજો. જગતના માણસો તમને સમજતા ન હોય, તમારા તરફ શુભેચ્છા ન રાખતા હોય તેવે પ્રસંગે તમારું રક્ષણ કેવી રીતે કરવું, તમારો બચાવ કેવી રીતે કરવો એનો નિર્ણય તમે માત્ર પ્રભુના હાથમાં જ સોંપી દેજો.

જીવનમાં તમારે જે કાંઈ આનંદ જોઈએ, સુખ જોઈએ એ તમારે કેવળ પ્રભુ પાસેથી જ મેળવવાનાં છે, તમારે કાંઈ સહાય જોઈએ, કોઈ આધાર જોઈએ ત્યારે તે માટે કેવળ પ્રભુની ઉપર જ નજર માંડજો અને તે તમને ત્યાંથી જ મળી રહેશે. તમારાં તમામ દુઃખોમાં પ્રભુ તમને દિલાસો દેશે, તમારી સાધનામાં તમને તે માર્ગ બતાવશે, તમારી યાત્રામાં તમે ગબડી પડશો તો તમને તે ઉપાડી લેશે, તમે જો કદી મૂર્છિત થઈ જશો, થાકી જશો, તો પોતાના સશક્ત પ્રેમ-બાહુમાં એ તમને ઉપાડી લેશે અને પોતાની મધુરતાના આશ્વાસનથી તમને વીંટાળી લેશે.

અહીં કદાચ નાનકડી ગેરસમજ ઊભી થાય તેમ છે તો તેનો પણ જરા ખુલાસો કરી લઈશ. પ્રભુ વિશે બોલતી વેળાએ હું નરજાતિનો શબ્દ વાપરું છું તે તો મારે જે ભાષા વાપરવી પડે છે તેની મર્યાદાને કારણે બને છે. પરંતુ જે તત્ત્વને હું પ્રેમ તરીકે વર્ણવું છું તે ખરું જોતાં તો નર કે નારીના તમામ ભેદોથી પર છે.એ તત્ત્વ જ્યારે માનવનું શરીર ધારણ કરે છે ત્યારે તે પોતાના કાર્યની આવશ્યકતા મુજબ નર કે નારીનો દેહ લે છે.

તો ટૂંકમાં, લાગણીની તપસ્યા એટલે લાગણીમાંથી જન્મતી હરેક આસક્તિનો ત્યાગ. એ લાગણી ભલે ગમે તે પ્રકારની હો, એ કોઈ વ્યક્તિ માટેની હો, દેશ માટેની કે બીજી કોઈ વસ્તુ પ્રત્યેની હો, એ સર્વનો ત્યાગ કરીને તમારે પરમાત્માના દિવ્ય સત્ય પ્રત્યેની આસક્તિમાં જ

તમારી જાતને પૂર્ણ ભાવે એકાગ્ર કરી દેવી જોઈએ. એ એકાગ્રતાને પરિણામે તમને પરમાત્મા સાથે એક પૂર્ણ તાદાત્મ્ય પ્રાપ્ત થશે અને તમે પૃથ્વી ઉપર અતિમનસના સાક્ષાત્કાર માટેનું કરણ બની શકશો.

આવી સાધનામાંથી સ્વાભાવિક રીતે જ આપણને ચાર મુક્તિઓ મળશે. એ મુક્તિઓ આપણને થયેલા સાક્ષાત્કારનાં મૂર્ત સ્વરૂપો જેવી હશે. આપણને લાગણીઓની મુક્તિ પ્રાપ્ત થશે ત્યારે તેની સાથે સાથે જ, અતિમનસ એકતાનો પૂર્ણ સાક્ષાત્કાર થતાં તેના પરિણામ રૂપે આપણને દુઃખ માત્રમાંથી પણ મુક્તિ મળશે. મનની મુક્તિ એટલે કે અજ્ઞાનમાંથી મળેલી મુક્તિ. આપણામાં પ્રકાશનું મન કિંવા જ્ઞાનમય ચેતના સ્થાપિત કરી આપશે અને એ ચેતના શબ્દના સર્જક સ્વરૂપે વ્યક્ત થશે.

પ્રાણની મુક્તિ એટલે કે કામનામાંથી મળેલી મુક્તિ, વ્યક્તિના સંકલ્પમાં એક નવી શક્તિ લાવી આપે છે કે જે દ્વારા તમને પરમાત્માના દિવ્ય સંકલ્પ સાથે સંપૂર્ણ રીતે અને અજ્ઞાન રીતે તાદાત્મ્ય પામવાની શક્તિ મળી આવે છે, અને તેમાંથી તમને શાંતિ અને સ્વસ્થતા, તેમ જ તેના પરિણામ રૂપે મળી આવતી શક્તિ પણ મળી આવે છે.

અને છેવટે, આ બધી સિદ્ધિઓના શિખર જેવી શરીરની મુક્તિ આવે છે. આ મુક્તિ એટલે કે સ્થૂલ જગતના કાર્યકારણના નિયમમાંથી મુક્તિ. હવે તમને તમારી જાત ઉપર સંપૂર્ણ કાબૂ પ્રાપ્ત થઈ જાય છે. હવે તમે તમારી પાસે અવચેતના તથા અર્ધચેતનામાંથી આવતાં પ્રેરણો દ્વારા કામ કરાવતી, તેમ જ સામાન્ય જીવનની ઘરડમાં તમને પૂરી રાખતી પ્રકૃતિના નિયમોના દાસ નથી રહેતા. આ રીતની મુક્તિ પ્રાપ્ત થતાં તમારે જે માર્ગ લેવો હશે તેનો નિર્ણય તમે પૂરા જ્ઞાનપૂર્વક કરી શકશો, તમારે સિદ્ધ કરવાની વસ્તુની તમે પસંદગી કરી શકશો, હરેક પ્રકારની અંધ નિયતિમાંથી તમે તમારી જાતને મુક્ત કરી લઈ શકશો અને તમારા જીવનમાં એક ઉત્તમોત્તમ જ્ઞાનને, ઉત્તમોત્તમ સંકલ્પને, અતિમનસ ચેતનાને કાર્ય કરવા લઈ શકશો. એ સિવાયની બીજી કોઈ પણ વસ્તુને તમે તમારા જીવનમાર્ગમાં ફરકવા દેશો નહિ.

શ્રી માતાજી

(શ્રી માતૃવાણી ગ્રંથ - ૧૨ પૃષ્ઠ ૮૨થી ૯૧)

ઉપસંહાર

સાચી વાત

શ્રી અરવિન્દના સંદેશનો સમગ્ર આધાર ગીતા પર છે એ વાત સાચી નથી. ગીતામાં આધ્યાત્મિક ઉત્ક્રાંતિનો વિચાર તેમ જ ઊર્ધ્વ સ્તરો અને અતિમાનસિક સત્-ચેતનાનો વિચાર; તથા એ ચેતનાને પૃથ્વીના જીવનના રૂપાંતરના કાર્ય માટે કરણ બનાવી અહીં નીચે ઉતારી લાવવાનો વિચાર રજૂ થયો નથી.

અતિમનસનો – સત્ચેતનાનો – વિચાર, ઋગ્વેદમાં અને ઉપનિષદના એક કે બે ફકરાઓમાં જરૂર રજૂ થયેલો છે, પરંતુ ઉપનિષદમાં તો એ વિચાર જ્ઞાનના મૂળ સ્વરૂપ રૂપે, બીજના રૂપમાં જ રહેલો છે – વિજ્ઞાનમય પુરુષ જે મનોમય, પ્રાણમય અને શારીરિક સ્વરૂપને અતિક્રમી જાય છે; ઋગ્વેદમાં એ વિચાર જરૂર રહેલો છે, પણ ત્યાં પણ એક સિદ્ધાંત સ્વરૂપે જ, ત્યાં એ વિચાર વિકાસ પામ્યો નથી. અને એ સિદ્ધાંત પણ હિંદુ પ્રણાલીમાં અદશ્ય થઈ ગયો છે.

આમ હિંદુ પ્રણાલી સાથે શ્રી અરવિન્દના સંદેશને સરખાવતાં શ્રી અરવિન્દના સંદેશની નૂતનતા – આ બધી વસ્તુઓ સિદ્ધ કરી આપે છે :

આ જગત એ નથી માયાનું સર્જન કે નથી ઈશ્વરની લીલા, અથવા તો નથી એ અજ્ઞાનમાં થતા જન્મમરણના ફેરાઓનું ચક્ર, કે જે ફેરાઓમાંથી આપણે નાસી છૂટવાનું હોય – આ જગત છે આવિર્ભાવનું ક્ષેત્ર, જેમાં આત્મા અને પ્રકૃતિની ક્રમિક ઉત્ક્રાંતિ જડતત્ત્વમાં થઈ રહેલી છે અને આમ એ ઉત્ક્રાંતિ જડતત્ત્વમાંથી પ્રાણમાં, પ્રાણમાંથી મનમાં, અને મનતત્ત્વમાંથી મનથી પરના તત્ત્વમાં આગળ થતી રહેશે. અને જીવનમાં સત્ ચિત્ આનંદ પૂર્ણ સ્વરૂપે પ્રકટ નહિ થ ાય ત્યાં સુધી આ ઉત્ક્રાંતિની પ્રક્રિયા ચાલુ રહેશે. આ છે યોગનો મૂળભૂત વિચાર - પાયો - અને આ જ વસ્તુ જીવનને નવી દિશા આપે છે. (Cent ed. Vol. 22, Page 69-70)

શ્રી અરવિન્દ

*

પૂર્ણયોગની નવીનતા

મેં તેને સર્વાંગસંપૂર્ણ પૂર્ણયોગ કહ્યો છે અને તેનો અર્થ એ કે તે પ્રાચીન યોગમાર્ગોની ઘણી પ્રક્રિયાઓ અને સારતત્ત્વને સમાવી લે છે - તેની નવીનતા, તેના લક્ષ્યમાં, તેનાં સ્થાનમાં, તેની પદ્ધતિની સમગ્રતામાં રહેલી છે...

**

આ યોગ પુરાતન યોગોની સરખામણીમાં નૂતન છે, કારણ કે :

(૧) એનો હેતુ દુનિયામાંથી અને જીવનમાંથી સ્વર્ગ કે નિર્વાણ પ્રત્યે ભાગી છૂટવાનો નથી, પરંતુ ચેતના અને અસ્તિત્વનું રૂપાંતર સાધવાનો છે. એ વસ્તુ કોઈ ધ્યેયના ગૌણ અથવા આનુષંગિક પરિણામ તરીકે નહિ પણ એક સ્પષ્ટ અને મધ્યવર્તી ધ્યેય તરીકે. જો બીજા યોગોમાં અવતરણ આવે છે તો તે પણ એક માર્ગે પળતાં બનતી એક ઘટના તરીકે અથવા ઊર્ધ્વારોહણના પરિણામ તરીકે. એ યોગોમાં આરોહણ એ જ મુખ્ય વસ્તુ હોય છે. આ યોગમાં ઊર્ધ્વારોહણ એ પ્રથમ પગથિયું છે પરંતુ એ અવતરણના સાધનરૂપે છે. ચેતનાના ઊર્ધ્વ પ્રત્યે આરોહણને પરિણામે સિદ્ધ થતું એક નૂતન ચેતનાનું અવતરણ – એ વસ્તુ આ સાધનાની મુખ્ય નિશાની અને મુદ્રા છે. તંત્ર અને વૈષ્ણવમાર્ગ પણ અંતે તો જીવનમાંથી મુક્તિમાં અંત પામે છે; અહીં જીવનમાં ભાગવત ચરિતાર્થતા લક્ષ્ય રૂપે છે.

(૨) આમાં વ્યક્તિના લાભાર્થે પ્રભુના સાક્ષાત્કારનો વ્યક્તિગત હેતુ સિદ્ધ કરવાની અપેક્ષા રાખવામાં આવતી નથી, પરંતુ એ વસ્તુ કોઈ એવી વસ્તુ છે જે અહીંની પાર્થિવ ચેતના માટે સિદ્ધ કરવાની છે, એ સિદ્ધિ વૈશ્વિક છે, વિશ્વની પર નથી. જે વસ્તુનો લાભ પામવાનો છે તે પણ એક એવી (અતિમાનસ) ચેતનાની શક્તિનું અવતરણ કરાવવાનો છે જે હજી સુધી પાર્થિવ પ્રકૃતિમાં પ્રયોજવામાં આવેલી નથી કે સક્રિય બનેલી કે બનાવવામાં આવેલી નથી. એ વસ્તુ આધ્યાત્મિક જીવનમાં પણ બનેલી નથી, એમાં પણ એ હજી પ્રયોજવાની અને સીધેસીધી સક્રિય કરવાની છે.

(૩) આ હેતુ સિદ્ધ કરવા માટે એક પ્રક્રિયા સુનિશ્ચિત કરી લેવામાં આવેલી છે જે એની સમક્ષના ધ્યેય જેટલી જ સર્વાંગસંપૂર્ણ છે અને એ હેતુ તે ચેતના અને પ્રકૃતિનું સર્વાંગ સંપૂર્ણ રૂપાંતર છે. એમાં જૂની પદ્ધતિઓ ગ્રહણ કરવામાં આવે છે પણ ક્રિયાના અંશ તરીકે અને બીજી જુદી તરી આવતી ક્રિયાઓને મદદગાર થાય તેટલા માટે જ, પુરાતન યોગોમાં આ પદ્ધતિ જેવી કોઈ પ્રક્રિયા (સમગ્રપણે) અથવા એના જેવું બીજું કાંઈ આગળ ધરવામાં કે સિદ્ધ કરવામાં આવ્યું હોય તેવું મને જડ્યું નથી. જો મને કોઈ એવી વસ્તુ જડી હોત તો મેં નવા રસ્તાઓ ઘડવામાં અને ત્રીસ વર્ષનું સંશોધન અને આંતર સર્જન કરવામાં સમય બગાડ્યો ન હોત; પુરાતન યોગમાર્ગો ઉપર ઘોડેસ્વાર થઈને મારા લક્ષ્ય રૂપ ગૃહે, સહીસલામત રીતે, સુપ્રકાશિત, સુનિશ્ચિત કરેલા, પૂર્ણપણે માપી રાખેલા, લાદી જડેલા, સહીસલામત અને જાહેર રીતે ખુલ્લા મૂકેલા માર્ગે થઈ વિચરણ કરત. આપણો યોગ એ જૂની પગથી ઉપર ફરીથી પગલાં માંડવાપણું નથી પણ એ એક આધ્યાત્મિક સાહસ યાત્રા છે. (SABCL Vol-23, PP 99-101)

*

પૂર્ણ રૂપાંતર

આપણે એક પૂર્ણ રૂપાંતર, શરીર અને તેની સર્વ પ્રવૃત્તિઓનું રૂપાંતર માગીએ છીએ. પરંતુ આપણે બીજું કંઈ કાર્ય હાથમાં લઈ શકીએ તે પહેલાં એક અત્યંત આવશ્યક એવું પ્રથમ પગલું આપણે પૂરું કરી લેવાનું છે, એ છે ચેતનાનું રૂપાંતર. અને એનું આરંભસ્થાન, કે જે કહેવાની જરૂર નથી, તે આ રૂપાંતર માટેની અભીપ્સા અને તેને સિદ્ધ કરવાનો સંકલ્પ તે છે; આ ન હોય તો કંઈ જ થઈ શકે નહિ. પરંતુ આ અભીપ્સામાં જો એક આંતરિક ઉદ્‌ઘાટન, એક પ્રકારની ગ્રહણશીલતા ઉમેરવામાં આવે, તો પછી તમે એક કૂદકે આ રૂપાંતર પામેલી ચેતનાની અંદર પ્રવેશ કરી શકો છો, અને ત્યાં રહી શકો છો. એ એક સંપૂર્ણ અને નિઃશેષ પલટો છે, પાયાની અવસ્થામાં એ એક ક્રાંતિ છે; દડાની અંદરની બાજુને બહાર ફેરવીએ એના જેવું એ કંઈક છે. આ બદલાયેલી ચેતનામાં દરેક વસ્તુ નવી અને જુદી દેખાય છે. એટલું જ નહિ, પરંતુ તે સામાન્ય ચેતનાને જેવી દેખાતી હતી તેના કરતાં લગભગ ઊલટી દેખાય છે. રૂપાંતર પામેલી ચેતનામાં તમે જ્ઞાનમાંથી પ્રસ્થાન કરો છો અને જ્ઞાનમાંથી જ્ઞાન પ્રતિ આગળ વધો છો. આમ છતાંયે આ એક આરંભ જ હોય છે. સ્વરૂપના જુદા જુદા ભાગો અને સ્તરો એક આંતરિક રૂપાંતરના પરિણામે ધીમે ધીમે અને ક્રમે ક્રમે રૂપાંતર પામતા રહે છે.

*

દિવ્ય ચેતનાની જુદી જુદી અવસ્થાઓ હોય છે. રૂપાંતરની પણ જુદી જુદી અવસ્થાઓ હોય છે. પહેલી અવસ્થા છે ચૈતસિક રૂપાંતર, તેમાં બધી જ વસ્તુઓ વ્યક્તિની ચૈત્ય ચેતના દ્વારા ભગવાનની સાથે સંપર્કમાં રહેતી હોય છે. બીજી અવસ્થા છે આધ્યાત્મિક રૂપાંતર, તેની અંદર બધી વસ્તુઓ વિશ્વરૂપ ચેતનામાં, ભગવાનમાં ડૂબી ગઈ હોય છે. ત્રીજી અવસ્થા છે અતિમાનસ રૂપાંતર, તેમાં બધી વસ્તુઓ દિવ્ય વિજ્ઞાનમય ચેતનાની અંદર અતિમાનસની રીતે રૂપાંતરિત થયેલી હોય છે. આમાંની છેલ્લી અવસ્થા સિદ્ધ થાય ત્યારે જ મન, પ્રાણ અને શરીરના સંપૂર્ણ રૂપાંતરની શરૂઆત થાય છે — સંપૂર્ણતાના મારા અર્થમાં.

અતિમાનસ રૂપાંતર એ જ આધ્યાત્મિક મનોમય રૂપાંતર નથી. અતિમાનસ રૂપાંતર તે એ મન, પ્રાણ અને શરીરનો એવો પલટો હોય છે કે જે અધિમાનસ-આધ્યાત્મિક રૂપાંતર સાધી શકતું નથી. તમે જેનો ઉલ્લેખ કરો છો તે બધા આધ્યાત્મિક પુરુષો હતા, પણ તે જુદી જુદી રીતે. દાખલા તરીકે કૃષ્ણનું મન અધિમનસની રીતનું હતું, રામકૃષ્ણનું મન સહજ પ્રજ્ઞામય હતું, ચૈતન્યનું આધ્યાત્મિક-ચૈતસિક હતું, અને બુદ્ધનું આલોકિત ઊર્ધ્વ મનોમય હતું. તે બધું અતિમાનસથી જુદું છે. (પૂર્ણયોગ માટે - વ્યવહારુ માર્ગદર્શન - ભાગ ૩ પૃ. ૯૨)

*

સાધના એટલે

પ્રકૃતિનું શુદ્ધિકરણ કરવું,

પોતાની જાતનું નૈવેદ્ય ધરી દેવું.

સત્ય પુરુષ, અંતરમન તેમ જ પ્રાણને

ઊર્ધ્વ શક્તિ પરત્વે ઉદ્‌ઘાટિત કરવાં;

ઈશ્વરનો સ્પર્શ અને હાજરી અનુભવવી,

સર્વ વસ્તુમાં ઈશ્વરનાં દર્શન કરવાં.

સમર્પણ, ભક્તિ,

ચેતનાનું વૈશ્વિક ચેતનામાં વિસ્તૃતીકરણ,

સર્વમાં 'એક'નું દર્શન,

પ્રકૃતિનું ચૈતસિક તેમ જ આધ્યાત્મિક રૂપાંતર કરવું.

શ્રી અરવિન્દ

(Letters on Yoga, Cent. ed Vol. 24, P-1271)

(વર્ષ ૦૪ : અંક ૩)

RNI NO GUJGUJ/2015/60353
P. R. NO VDR(E)/338/FEB-18 TO JULY-18

વાર્ષિક લવાજમ ₹ ૧૮૦ - છૂટક અંક : ₹ ૧૫

શ્રી અરવિન્દ સોસાયટી, પોંડિચેરીની માસિક પત્રિકા
છૂટક અંકની કિંમત ₹ ૧૫-૦૦
વાર્ષિક લવાજમ ભારતમાં ₹ ૧૮૦
વિદેશ માટે-હવાઈ માર્ગે
અમેરિકન ડોલર ૨૫ વાર્ષિક

© શ્રી અરવિન્દ આશ્રમ ટ્રસ્ટ, પોંડિચેરી-૬૦૫ ૦૦૨

પ્રકાશક :

શ્રી શરદચંદ્ર એમ. જોશી, અધ્યક્ષ,
શ્રી અરવિન્દ સોસાયટી, શ્રી અરવિન્દ નિવાસ,
દાંડિયા બજાર, વડોદરા-૩૯૦ ૦૦૧
ફોન નં. (૦૨૬૫) ૨૪૧૨૬૮૫
E-mail : sasvadodara@aurosociety.org
વેબસાઈટ : www.auronivas.org

*

મુદ્રણસ્થાન : કૈલાસ પ્રિન્ટરી, ડી-૧૨, સરદાર એસ્ટેટ,
આજવા રોડ, વડોદરા. ફોન નં. ૨૫૧૩૪૭૩ મો.૯૮૭૯૦૦૬૦૯૦
E-mail : vishal6090@gmail.com

*

તંત્રી : શ્રી કિરીટકુમાર ઇન્દ્રવદન ઠક્કર

Published and Printed by Shri Sharadchandra M. Joshi,
on behalf of Sri Aurobindo Society, Vadodara
Published at Sri Aurobindo Nivas, Dandia Bazar, Vadodara-390001.
Printed at Kailas Printery D/12, Sardar Estate, Ajwa Road, Vadodara.
Editor : Shri Kiritkumar Indravadan Thakkar.