₹ ૨૦/-

પૂર્ણયોગ

પ્રભુ અર્પણ

જુલાઈ – ૨૦૨૧

(શ્રી અરવિન્દ અને શ્રી માતાજીની શબ્દસુધા)

Matter shall reveal the Spirit's face

Sri Aurobindo

જેઓ સરળ સ્વભાવના નથી તેઓ શ્રી માતાજીની મદદનો કોઈ ફાયદો ઉઠાવી શકે નહિ, કારણ કે તેઓ પોતે જ પોતાની જાતને એનાથી ઊલટી દિશામાં વાળે છે.

શ્રી અરવિન્દ

પૂર્ણયોગ

આ યોગનો સમગ્ર સિદ્ધાંત એક જ છે : પ્રભુના દિવ્ય પ્રભાવ પ્રત્યે પોતાની જાતને ખુલ્લી કરી દેવી. એ દિવ્ય પ્રભાવ તમારી ઉપરના પ્રદેશમાં સદાયે આવી રહેલો છે. તમે જો એને વિશે એક વાર સભાન થઈ શકો તો પછી તમારે એને તમારી અંદર બોલાવવાનો રહે છે. એ પ્રભાવ તમારા મનમાં અને શરીરમાં એક શાંતિ રૂપે, પ્રકાશ રૂપે, એક સક્રિય શક્તિ રૂપે, પ્રભુની સાકાર યા તો નિરાકાર હાજરી રૂપે, આનંદ રૂપે નીચે આવે છે.

શ્રી અરવિન્દ

(શ્રી માતાજી : દિવ્ય સ્વરૂપ : પૃ-૨૫)

પ્રભુ અર્પણ

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

શ્રી અરવિન્દ સોસાયટી, વડોદરા.

જુલાઈ - ૨૦૨૧ વર્ષ : ૦૭ અંક : ૭

અનુક્રમ

સાધનાની બાળપોથી

વિભાગ-૧

આપણે શા માટે જીવીએ છીએ તેનું જ્ઞાન થવું ૦૬

અસ્તિત્વ શું છે? ૦૯

ઉત્ક્રાંતિ ૧૦

આપણા જ્ઞાનથી છૂપી રહેતી મૂળભૂત વાસ્તવિકતા ૧૨

બ્રહ્મન (કેવળ) ૧૩

વિભાગ-૨

સાધના શા માટે ચાલુ રાખવાની? ૧૫

યોગમાં સાધક કોણ છે અને સાધના શું છે? ૧૮

અભિમુખતા એટલે શું? આપણી જાતને અભિમુખ કેવી રીતે કરવી? ૨૦

આપણી પાસે જે શ્રદ્ધાની અપેક્ષા રાખવામાં આવે છે ૨૨

અંતર્મુખતા : અંતરમાં રહેલી દિવ્યતાની શોધ ૨૫

વિભાગ-૩

યોગની સમગ્ર પ્રક્રિયાનો પ્રારંભ થાય છે સમર્પણભાવથી ૩૦

પૂર્ણ પ્રકારની સાધનાનું રહસ્ય ૩૨

મૂળભૂત આવશ્યકતા - આત્મ-સમર્પણ ૩૪

જીવનની છૂપી રહસ્યમયતા પરત્વેની કૂંચી ૩૬

આત્માની શોધ માટેની સાધના ૩૮

ટૂંકામાં ઘણું

એકમાત્ર જરૂરિયાત : સતત ઈશ્વરની સંનિધિમાં રહેવું ૪૦

નોંધ :- આ સંકલનમાં જે રજૂ કરવામાં આવ્યું છે — શ્રી અરવિન્દનાં વિશાળ લખાણો અને શ્રી માતાજીના વાર્તાલાપોમાંથી પસંદ કરાયેલાં ટૂંકાં અવતરણો — તે છે સાધના માટેની પ્રારંભિક બાળપોથી. આ સંકલન વાચકોને શ્રી અરવિન્દ અને શ્રી માતાજીનાં લખાણોનો ઊંડાણપૂર્વક અભ્યાસ કરવાની પ્રેરણા પૂરી પાડશે એવી આશા અમે સેવીએ છીએ. અથવા વાચક એક માર્ગદર્શક જ્યોતિ પસંદ કરીને પોતે એમાં સમગ્રતયા પોતાની જાતને ત્યાં સુધી ઝબોળી દે કે એ જ્યોતિ એની ચેતનાનું અંગ બની રહે એમ પણ થઈ શકે.

શ્રી અરવિન્દ

વિભાગ – ૧

આપણે શા માટે જીવીએ છીએ તેનું જ્ઞાન થવું

વ્યક્તિગત અસ્તિત્વનો હેતુ છે : **ઈશ્વરને શોધી કાઢવાનો હર્ષ** અને ઈશ્વર સાથે એકત્વ કેળવવું. વ્યક્તિ જ્યારે આ હેતુની સમજ કેળવી લે છે પછી એ વ્યક્તિ એવું બળ પ્રાપ્ત કરવા તૈયાર હોય છે જે બળ સર્વ મુશ્કેલીઓને પાર કરી જઈ શકે છે.

CWM 16 : 423 22nd November 1971

*

આપણે શા માટે જીવીએ છીએ તેનું જ્ઞાન થવું : ઈશ્વરની શોધ અને એમની સાથે સભાન એકતા સિદ્ધ કરવી. આ સાક્ષાત્કાર ઉપર જ, માત્ર એના ઉપર જ એકાગ્રતા કરવાની અભીપ્સા.
સર્વ સંજોગોનું રૂપાંતર કરી દઈ એ સંજોગોને આ હેતુ પ્રાપ્ત કરવા માટેનાં કરણો બનાવી લેવાનું જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરી લેવું.

CWM 16 : 428 22nd December 1971

*

તાત્ત્વિક રીતે જીવન જીવવા માટેનું એકમાત્ર સાચું કારણ છે : એ છે પોતાની જાતને જાણવી. આપણે અહીં છીએ તે શીખવા માટે — આપણે કોણ છીએ, આપણે અહીં શા માટે છીએ? અને આપણે શું કરવાનું છે એ આપણે શીખવાનું છે. અને આપણે જો એ ન જાણતાં હોઈએ તો આપણું જીવન સર્વથા ખાલીખમ પુરવાર થાય છે — આપણા માટે, તથા અન્યો માટે.

CWM 6 : 15-16 3rd February 1954

*

જીવન સહેતુક છે.
એ હેતુ છે ઈશ્વરને શોધી કાઢવા અને એમની સેવા કરવી. ઈશ્વર આપણાથી દૂર નથી, તેઓ આપણા અંતરમાં જ રહેલા છે, અંતરના ઊંડાણમાં અને લાગણીઓથી તથા વિચારોથી પર.

હે પ્રભુ, માત્ર તું – એ જ સર્વ કંઈ.
અને એ તો એકદમ સ્પષ્ટ છે જ કે સૃષ્ટિનું ધ્યેય પણ એ જ છે,
એ અદ્‌ભુત આનંદ.... સૃષ્ટિ એ તું જ છે, એ લાગણી.

શ્રી માતાજી

(CWM : 11 : 268 : 28th August 1971)

ઈશ્વરપ્રાપ્તિમાં છે શાન્તિ અને નિશ્ચિંતતા અને બધી જ મુશ્કેલીઓનું નિરાકરણ. તમારા બધા પ્રશ્નો ઈશ્વરને સોંપી દો અને તેઓ તમને તમારી બધી મુશ્કેલીઓમાંથી બહાર ખેંચી લાવશે.

(CWM 14 : P : 5 (3 July 970)) **શ્રી માતાજી**

*

ઈશ્વર એ છે જેની અંદરથી સર્વ ઉદ્ભવે છે, જેની અંદર સર્વ કોઈ જીવન ધારણ કરે છે અને દિવ્ય પ્રક્રિયાના સત્ય પ્રતિ પાછા ફરવું એ છે જીવનમાં આત્માનો હેતુ. અજ્ઞાનથી છવાયેલા દિવ્ય સત્ય પ્રતિ આત્માએ પાછા ફરવાનું છે. એમના પરમ સત્યમાં, ઈશ્વર છે સંપૂર્ણ અને અનંત શાન્તિ, ચેતના, અસ્તિત્વ, શક્તિ અને આનંદ. (CWSA : 28 : 5)

*

આપણે ઈશ્વરને જાણીએ છીએ અને ઈશ્વર બનીએ છીએ, કારણ આપણી ગુપ્ત પ્રકૃતિમાં આપણે ઈશ્વર જ છીએ.... સર્વ ભાવન એ છે પ્રકટીકરણ. સ્વ-પ્રાપ્તિ છે ગૂઢ પ્રક્રિયા; સ્વ-જ્ઞાન અને ચેતનાની વૃદ્ધિ એ બે છે સાધનો અને પ્રક્રિયા. (CWSA : 23 : 54)

*

Our life shall find in its fulfilled response
Above, the boundless hushed beatitudes,
Below, the wonder of the embrace divine.

Savitri, p. 315 Sri Aurobindo

*

અને સૌ ઝંખના થાતાં પૂર્ણ આ જિન્દગી તણી
લાધશે શાંત આનંદો નિઃસીમ ઊર્ધ્વને વિષે
ને નીચે લાધશે દિવ્ય આશ્લેષ પ્રભુનો ’દ્ભુત.

અનુ : સુન્દરમ્ ‘સાવિત્રી’ કાવ્યખંડો : પૃ. ૨૦૩

તમારી જાતને જાણો

માણસના જીવનમાં એવો સમય આવવો જ જોઈએ જ્યારે એને પોતાની અહંપ્રધાન વ્યક્તિતાની ધૂંધળી સપાટીની નીચેની બાજુએ, ઊંડે , દૃષ્ટિ કરી પોતાની જાતને જાણવાનો પ્રયત્ન કરવાની ફરજ પડે; સાચા માનવને શોધી નાખવાની એની યાત્રાનો પ્રારંભ થવો જ જોઈએ : અને આમ જો ન બને તો માણસ પછી પ્રકૃતિની પ્રાથમિક કેળવણીની અવસ્થાએ જ અટકી પડશે તથા પ્રકૃતિના ગભીરતમ તેમ જ વિશાળતર આદર્શને એ પામી શકશે નહિ. અને આમ પ્રાથમિક અવસ્થાએ અટકી પડેલા માનવનું વ્યવહારુ જ્ઞાન તેમ જ એની ક્ષમતા ગમે એટલી મહાન હોવા છતાં એ તો પ્રાણીથી થોડી ઊંચી કક્ષાનો માનવી માત્ર જ બની રહેશે. સૌ પ્રથમ તો માણસે પોતાના મનોવ્યાપારો તેમ જ તેના સ્વાભાવિક ઘટકો, અહંકાર, મન અને એનાં કરણો, પ્રાણ તેમ જ શરીર પ્રત્યે ધ્યાન કેન્દ્રિત કરી એમને ઓળખવાં પડશે. અને એમ કરતાં પછી એને એ સમજાશે કે આ કરણોની ગતિવિધિનું જે પ્રયોજન છે, તે અહંકારનો સંતોષ તેમ જ સ્વ-પ્રતિપાદન નહિ, પરંતુ એનાથી બીજું જ કંઈ હોવું જોઈએ. અને આ કરણોની ગતિવિધિનું પ્રયોજન માત્ર નહિ, પણ એના પોતાના સમગ્ર અસ્તિત્વનું પ્રયોજન શું છે તેની સ્પષ્ટતાની જ એને પ્રથમ જરૂર છે.

શ્રી અરવિન્દ

(Life Divine Vol. 19, pp 694-95)

અસ્તિત્વ શું છે?

અસ્તિત્વ એ પ્રકૃતિનું યંત્ર કે કર્મનું ચક્ર માત્ર નથી, જેમાં આત્મા એક ક્ષણ માટે કે પછી યુગો સુધી સપડાઈ ગયો હોય; અસ્તિત્વ એ તો આત્માના સતત થતા રહેતા આવિર્ભાવ રૂપ છે...

***

આવિર્ભાવ એ શાશ્વતનો ગૌણ પ્રસંગ કે ઘટના માત્ર નથી, એ છે અવિનાશી એવા ઐશ્વર્યની મુખમુદ્રા અને એનું સત્ત્વ, એના આનંદ અને એની શક્તિની ગતિ....

***

આ અસ્તિત્વ એ કોઈ અકસ્માત ઘટેલી ઘટના નથી, એ એવું સર્જન થી કે જેનો કોઈ સર્જક ના હોય; બેજવાબદારીપૂર્વક બની આવેલી એ કોઈ બીના નથી. આ અસ્તિત્વ પોતાની અંદર પ્રભુનો શબ્દ સમાવી રહ્યું છે; એક સુગુપ્ત દિવ્ય સંનિધિથી એ સભર ભરેલું છે.

અસ્તિત્વ એ નથી અંધ યંત્ર, જે કોઈ રીતે બની આવ્યું હોય અને જેણે કોઈ હેતુ, ધ્યેય કે કશા ભાન વગર જ આ પ્રસ્થાપિત અધોમુખ ગતિ પ્રાપ્ત કરી લીધી હોય. અસ્તિત્વ એ છે વસ્તુઓનું સત્ય, જે ક્રમિક આવિર્ભાવની પ્રક્રિયા દ્વારા પોતાની અંતર્ભૂત વાસ્તવિકતાની ઉત્ક્રાંતિને વ્યક્ત કરી રહ્યું છે.

અસ્તિત્વ તે ઉદ્દેશહીન, ટકી ન શકે એવું, જેને ટકી રહેવા માટે કોઈ કારણ નથી; તથા જે છે એવું ભાસે છે છતાં ખરેખર છે નહિ, એવો ભ્રમ કે માયા નથી.

એક સમર્થ વાસ્તવિકતા આ અદ્‌ભુત વિશ્વરૂપે પોતાનો આવિર્ભાવ કરી રહી છે.

(SABCL 13 : 553, CWSA 12 : 219, 218)

*

અસ્તિત્વનો સમગ્ર હેતુ અને ઝંખના એ છે હયાતી, ઉચ્છેદ્ નહિ.

(CWSA 12 : 144)

ઉત્ક્રાંતિ

ઉત્ક્રાંતિ એટલે ભૌતિક ચેતનાની જડતામાંથી આત્મતત્ત્વના ક્રમિક પ્રકટીકરણની તેમ જ દેખીતા માનવપ્રાણીમાંથી ધીરે ધીરે થઈ રહેલી ઈશ્વરના સ્વ-પ્રકટીકરણની ક્રિયા.

***

સમગ્ર ઉત્ક્રાંતિ એ એના સાર સત્ત્વમાં આવિર્ભાવ પામેલ સ્વરૂપમાં ચેતનાની શક્તિની માત્રા વધારવા સમાન હોય છે, જેથી કરીને એ સ્વરૂપ હજુ સુધી જે આવિર્ભાવ પામ્યું નથી એવા તત્ત્વની મહત્તર ઉત્કટતામાં આરોહણ પામે; જેમકે ભૌતિક દ્રવ્ય પ્રાણતત્ત્વમાં, પ્રાણતત્ત્વ મનતત્ત્વમાં અને મન આત્મતત્ત્વમાં.

***

અહીં જડ દ્રવ્યમાં આ એક સ્વરૂપ અને ચેતના સમાવિષ્ટ થયેલી છે. ઉત્ક્રાંતિ એક એવી પ્રક્રિયા છે, જેના દ્વારા એ સ્વરૂપ અને ચેતના પોતાને મુક્ત કરે છે; જે અચિત્ જેવું ભાસતું હોય છે તેમાં ચેતનાનો સંચાર થાય છે. અને આમ એક વખત ચેતના પ્રકટ થાય એટલે એ વધુ ને વધુ વિકાસ સિદ્ધ કરવા પોતે જ આગળ ધપતી જાય છે અને સાથોસાથ વિશાળ થતી જઈ મહત્તર પૂર્ણતા પ્રતિ વિકાસ સિદ્ધ કરતી જાય છે. આ પ્રકારે ચેતનાની મુક્તિનું પ્રથમ પરિણામ છે જીવન તત્ત્વ, બીજું પરિણામ મન; અને મનના પ્રકટીકરણથી ઉત્ક્રાંતિ પૂરી થઈ જતી નથી. મનથી પણ મહત્તર એવા કોઈ તત્ત્વમાં એ ચેતના મુક્ત થવાની રાહ જોઈ રહી છે; એ ચેતના હશે આધ્યાત્મિક ચેતના, અતિમાનસિક ચેતના, ઉત્ક્રાંતિનું હવે પછીનું પગલું તે હશે સચેતન સ્વરૂપમાં શ્રેષ્ઠ શક્તિ સ્વરૂપે અતિમનસ અને આત્મતત્ત્વનો વિકાસ. અને એમ થશે ત્યારે જ વસ્તુમાત્રમાં નિમગ્ન થયેલી દિવ્યતા પોતાની જાતને સમગ્રતયા મુક્ત કરી શકશે અને જીવન પૂર્ણતાને અભિવ્યક્ત કરી શકશે.

(SABCL 17 : 41, 19 : 726, 26 : 95)

.... a spiritual evolution (is) the meaning of our existence here.

આધ્યાત્મિક ઉત્ક્રાંતિ છે અહીંના આપણા અસ્તિત્વનો આશય.

***

પૃથ્વીની પ્રકૃતિની ઉત્ક્રાન્તિ પૂરી થઈ નથી કારણ કે આવિર્ભાવ પામેલી પ્રકૃતિની અંદર તિરોભૂત રહેલી ચેતનાની સપ્તવિધ શ્રેણીમાંથી ફક્ત ત્રણ શક્તિઓને તેણે પ્રગટ કરી છે. તેણે તેની દેખીતી અચેતનામાંથી માત્ર મન, પ્રાણ અને જડતત્ત્વની ત્રણ શક્તિઓને બહાર આણી છે.

અતિમાનસ પરિવર્તન પૃથ્વીની ચેતનાની ઉત્ક્રાન્તિની અંદર એક નિર્માણ પામી ચૂકેલી અને અનિવાર્ય વસ્તુ છે; કારણ કે ચેતનાનું ઊર્ધ્વ પ્રતિનું આરોહણ પૂરું થઈ ગયું નથી અને મન એ તેનું અંતિમ શિખર નથી.

***

પૃથ્વી એ ઉત્ક્રાન્તિ માટેનું સ્થૂલ ક્ષેત્ર છે. મન અને પ્રાણ, અતિમનસ, સચ્ચિદાનંદ પૃથ્વીની ચેતનામાં તત્ત્વરૂપે તિરોભૂત રહેલાં છે; પરંતુ ફક્ત જડતત્ત્વ પ્રથમ સુયોજિત થાય છે, પછી પ્રાણતત્ત્વ પ્રાણમય ભૂમિકામાંથી નીચે ઊતરે છે અને જડતત્ત્વની અંદર રહેલા પ્રાણતત્ત્વને ઘાટ, સંયોજન તથા સક્રિયતા આપે છે અને વનસ્પતિને તથા પશુને સરજે છે; પછી મન મનોમય ભૂમિકામાંથી નીચે ઊતરે છે અને માનવનું સર્જન કરે છે. હવે અતિમાનસ જાતિનું સર્જન કરવાને માટે અતિમનસ નીચે ઊતરવાનું છે.

***

અવક્રાંતિ (Involution)

ઉત્ક્રાંતિ થાય તે પહેલાં એક જરૂરિયાત તરીકે ભાગવત તત્ત્વ તિરોભૂત થઈ જવાની ક્રિયા બની હોવાનું અનિવાર્ય છે. જો એમ ન બન્યું હોય તો અહીં કોઈ ઉત્ક્રાંતિ ન થાત પણ ઉત્તરોત્તર નૂતનતમ વસ્તુઓનું સર્જન થાત, અને એમાંનાં મૂળ તેમના પૂરોગામી સર્જનોમાં ન હોત, એ વસ્તુઓ તેમનાં પૂરોગામી સર્જનોનાં અનિવાર્ય પરિણામો રૂપ અથવા ક્રમબદ્ધ પ્રક્રિયાઓ રૂપે ન બનત, પણ કોઈ અવર્ણનીય દૈવયોગના, અથવા કોઈ આમતેમ અથડાતી નસીબદાર શક્તિના અથવા તો વિશ્વની બહાર રહેલા કોઈ સર્જનહારના સ્વેચ્છાચારી સંકલ્પ અનુસાર અથવા ચમત્કારપૂર્ણ ધારણાને પરિણામે બની આવત.

***

'ઉત્ક્રાંતિ' શબ્દ જાતે જ એની સાથે મૂળભૂત રીતે અગાઉ થયેલ અવક્રાંતિની જરૂરિયાતને દર્શાવે છે....

.... જે કંઈ ઉત્ક્રાંત થાય છે તે પહેલાં અવક્રાંત થયું જ હોય છે....

*

શ્રી અરવિન્દ

આપણા જ્ઞાનથી છૂપી રહેતી મૂળભૂત વાસ્તવિકતા

હું એ દૃષ્ટિબિંદુ સાથે સહમત થતો નથી કે જગત એ માયા છે, મિથ્યા છે. બ્રહ્મ અહીં આ જગતમાં પણ છે, તેમ જ પરાવૈશ્વિક નિરપેક્ષ પણ છે. આપણામાં રહેલું અજ્ઞાન આપણને અંધ બનાવે છે અને આ જગતમાં રહેલા તથા તેનાથી ઊર્ધ્વમાં પણ રહેલા બ્રહ્મનો સાક્ષાત્કાર કરવામાંથી તે આપણને અટકાવે છે તેને લઈને આપણે અસ્તિત્વનું સાચું લક્ષણ જાણતા નથી. આપણે એ અજ્ઞાન ઉપર વિજય મેળવવાનો છે.

***

જગત મૂળ વાસ્તવિકતાની અભિવ્યક્તિ છે અને તેથી તે સત્ય છે. મૂળ વાસ્તવિકતા અનંત અને શાશ્વત પ્રભુ છે. તે અનંત અને શાશ્વત સત્ છે, ચિત્-શક્તિ અને પરમાનંદ છે. તે પરમ પ્રભુએ પોતાની શક્તિથી જગતનું સર્જન કરેલું છે અથવા તેનો પોતાનાં અનંત સ્વરૂપોમાં આવિર્ભાવ કરેલો છે. પરંતુ અહીં આ ભૌતિક જગતમાં અથવા આ જગતના પાયામાં જે વસ્તુ તેનાથી વિરોધી તત્ત્વ તરીકે દેખાય છે, અસત્, જડ અને અચેતન લાગે છે, તેમાં તે ગુપ્ત રીતે છુપાયેલો છે. આ વસ્તુને હાલ આપણે અચિત્ કહીએ છીએ. અને તેણે પોતાની અચેતન શક્તિ વડે આ ભૌતિક વિશ્વની ઉત્પત્તિ કરી છે, એવું લાગે છે. પરંતુ આ તો ફક્ત એક આભાસ છે એવું લાગે છે, કારણ કે અંતે આપણે એમ જાણી શકીએ છીએ કે જગતની આ બધી જે વ્યવસ્થા થયેલી છે, તે એક પરમ ગુપ્ત પ્રજ્ઞાના કાર્ય દ્વારા યોજનાબદ્ધ થયેલી છે. જે અચેતન શૂન્ય દેખાય છે તેમાં જે પરમ સત્ છુપાયેલું છે તે પ્રથમ જગતમાં જડતત્ત્વમાં પ્રગટ થાય છે, પછીથી પ્રાણતત્ત્વમાં અને પછીથી મનસતત્ત્વમાં અને છેવટે આત્મતત્ત્વ તરીકે. બાહ્ય રીતે દેખાતી અચેતન શક્તિ જે સર્જન કરે છે તે હકીકતમાં તો પ્રભુની ચિન્મય શક્તિ છે અને તેની ચેતનાનું જે પાસું ભૌતિક તત્ત્વમાં ગુપ્ત છે, તે પ્રાણતત્ત્વમાં ઉદય પામે છે, મનસતત્ત્વમાં વધારે અને વધારે ખુલ્લું થતું જાય છે અને પોતાના સાચા તત્ત્વને એક આધ્યાત્મિક ચેતનામાં પ્રાપ્ત કરીને છેવટે અતિમનસ તત્ત્વમાં પ્રગટ કરે છે. તેની મારફતે આપણે મૂળ વાસ્તવિકતા વિશે સભાન બનીએ છીએ, તેમાં પ્રવેશ કરીએ છીએ અને પછી તેની સાથે તાદાત્મ્ય પ્રાપ્ત કરીએ છીએ. આ વસ્તુને આપણે ઉત્ક્રાંતિ કહીએ છીએ જે ચેતનાની ઉત્ક્રાંતિ છે અને વસ્તુઓમાં આત્મતત્ત્વની ઉત્ક્રાંતિ છે અને ફક્ત બાહ્ય રીતે જ વિશિષ્ટ જાતિઓની ઉત્ક્રાંતિ છે. આ રીતે જ અસ્તિત્વનો આનંદ પણ મૂળ અચેતનતામાંથી પ્રગટ થાય છે. અને પછી પોતાની જાતને નિજાનંદમાં પ્રાપ્ત કરે છે. અથવા તો ઉપનિષદોમાં જે રીતે કહેવાયું છે તે પ્રમાણે બ્રહ્મના આનંદમાં પ્રગટ થાય છે. વિશ્વની સમજૂતીમાં જે મુખ્ય વિચાર 'દિવ્ય જીવન' માં પ્રતિપાદન કરેલો છે તે આ પ્રમાણેનો છે.

શ્રી અરવિન્દ

(SABCL, 22, PP : 48, 49 and 53)

બ્રહ્મન (કેવળ)

બ્રહ્મન (કેવળ) શબ્દ દ્વારા આપણને જે અભિપ્રેત છે તે છે આપણી જાતથી મહત્તર એવી કોઈ સત્તા, આપણે જે વિશ્વમાં રહીએ છીએ તેનાથી પણ મહત્તર એવી કોઈ સત્તા; પરાત્પર સ્વરૂપની પરમ વાસ્તવિકતા, જેને આપણે ભગવાન તરીકે ઓળખીએ છીએ. એક એવી વાસ્તવિકતા જેના દ્વારા આપણે બધી વસ્તુઓને અસ્તિત્વમાં આવેલી જોઈએ છીએ અથવા જેના દ્વારા આ બધી વસ્તુઓના અસ્તિત્વ વિશે આપણે સભાન બનીએ છીએ. અને એ જો ન હોય તો આ બધી વસ્તુઓ એક ક્ષણ માટે પણ અસ્તિત્વમાં રહી શકે નહિ તેમ જ એના અસ્તિત્વ વિશે આપણે સભાન બની શકીએ નહિ. ભારતીય દર્શન એને 'બ્રહ્મન' તરીકે ઓળખાવે છે. જ્યારે યુરોપિયન વિચાર એને ઓળખે છે 'કેવળ' તરીકે.

***

પશ્ચિમના તત્ત્વદર્શનમાં જેને 'કેવળ' (Absolute) તરીકે ઓળખવામાં આવે છે એ છે પરમ બ્રહ્મન : પરંતુ બ્રહ્મન એ એક સાથે સર્વત્ર વિદ્યમાન એવી વાસ્તવિકતા પણ છે, જેમાં બધી સાપેક્ષ વસ્તુઓ એનાં રૂપો કે એની ગતિવિધિ સ્વરૂપે રહેતી હોય છે.

ઈશોપનિષદ આપણને એ સમજાવે છે કે વિશ્વમાં તેમ જ આપણા પોતાના અસ્તિત્વમાં બ્રહ્મનનો બોધ કઈ રીતે કરવો.

આપણે બ્રહ્મનને સર્વગ્રાહી રીતે સ્થિર અને ગતિમાન એમ બંને રૂપે સમજવાનું છે. શાશ્વત અને અવ્યયી આત્મામાં તેમ જ આ વિશ્વ અને એની સાપેક્ષતાના પરિવર્તનશીલ આવિર્ભાવોમાં, બંને સ્થળે આપણે એને જોવું જ જોઈએ.

આપણે સર્વ વસ્તુને દૂરની અને નજીક, સ્મરણાતીત ભૂતકાળ, નજીકનો વર્તમાન અને અનંત ભાવિ, તથા એમાં સમાયેલ સર્વ કંઈ વસ્તુઓ અને બનાવો રૂપે, – અવકાશ અને સમયમાં – સમજવાની છે.

આપણે બ્રહ્મનને એ રીતે સમજવાનું છે, જે સર્વ વ્યક્તિગત વસ્તુઓ તેમ જ વૈશ્વિકને સમય અને અવકાશ તથા કાર્યકારણથી પર, પરાત્પર રીતે અતિક્રમી જાય છે, સર્વને પોતાનામાં સમાવે છે અને સર્વને આધાર પણ આપે છે.

જે વિશ્વમાં રહેલું છે, જે કંઈ વિશ્વને તથા વિશ્વમાં જે છે તે સર્વને ધારણ કરી રહ્યું છે, એવા સત્ તરીકે આપણે બ્રહ્મનને સમજવાનું છે.

આ છે પરાત્પર, વૈશ્વિક અને વ્યક્તિગત બ્રહ્મન, ઈશ્વર, સ્વામી અને અંતરમાં રહેલ અંતર્યામી, જે સર્વ જ્ઞાનનું ધ્યેય છે. એનો સાક્ષાત્કાર એ છે પૂર્ણતાની પ્રાપ્તિ માટેની શરત, અને અમરત્વ પ્રતિનો માર્ગ.

***

નીરવ બ્રહ્મની અંદર લય પામવાની અનુભૂતિથી શરૂઆત કરી જ્ઞાન તરફ ગતિ કરવી એ શક્ય છે. પણ તે એક શરતે કે તમારે ત્યાં જ અટકી પડવાનું નથી, પણ એજ નીરવ બ્રહ્મનો તમારે આગળ વધીને મા ભગવતી રૂપે, શાશ્વત પરમાત્માની ચિત્-શક્તિ રૂપે સાક્ષાત્કાર કરવાનો છે.

(SABCL 18 : 375-76, 18 : 324, 12 : 86 **શ્રી માતાજી : દિવ્ય સ્વરૂપ : ૧૬**)

***

બ્રહ્મન (કેવળ) પોતાની જાતને બે રીતે અભિવ્યક્ત કરે છે, a Being and a becoming (સત્ અને ભાવન) સત્ (Being) એ છે મૂળભૂત વાસ્તવિકતા; ભાવન (Becoming)એ છે સાર્થક (અસરકારક) વાસ્તવિકતા; એ છે સત્ (Being)ની ક્રિયાશીલ શક્તિ અને એનું પરિણામ. સર્જનાત્મક બળ તેમ જ પ્રક્રિયા પણ એ જ છેઃ સતત પ્રયત્નશીલ છતાં સત્ (Being) ના અપરિવર્તનશીલ, અરૂપ એવા તત્ત્વનું પરિવર્તનશીલ સ્વરૂપ. પ્રક્રિયા, એનું પરિણામ, અને એનો નિષ્કર્ષ.

શ્રી અરવિન્દ

(SABCL : 22 : 268)

વિભાગ – ૨

સાધના શા માટે ચાલુ રાખવાની

તમે યોગ શા માટે કરવા માગો છો? શક્તિ પ્રાપ્ત કરવા માટે? અક્ષુબ્ધતા અને શાંતિ મેળવવા માટે? માનવજાતિની સેવા કરવા માટે?

જો તમારો હેતુ એમાંનો કોઈ હશે તો તેટલા ઉપરથી તમે આ માર્ગ માટે લાયક છો, અધિકારી છો એમ ફલિત થતું નથી. તમારે જેનો ઉત્તર આપવાનો છે તે ખરો પ્રશ્ન તો આ છેઃ

'તમે ભગવાનને ખાતર જ યોગ કરવા માગો છો? ભગવાનને તમારા જીવનના અંતિમ લક્ષ્ય તરીકે તમે સ્વીકારો છો? અને તે પણ તેના વિના તમે રહી શકો તેમ નથી એટલે સુધી તમને તેની ધગશ લાગી છે? તમારી જીવનયાત્રાનો એકમાત્ર હેતુ ભગવાન છે? અને તેના વિના તમને જીવન નિરર્થક, અસાર લાગે છે?' જો એ પ્રમાણે લાગતું હોય, અને એમ લાગતું હોય તો જ, યોગસાધના માટે તમે અધિકારી છો એમ કહી શકાય. (શ્રી માતૃવાણી ગ્રંથ ૩ : પૃ. ૧)

***

મધુર માતાજી, અહીં લખવામાં આવ્યું છે કે ''આ મુક્તિ, પરિપૂર્ણતા, સર્વાંગ સંપૂર્ણતા આપણે માત્ર આપણી ખાતર જ પ્રાપ્ત કરવાની નથી, પણ ભગવાન માટે તે પ્રાપ્ત કરવાની છે.'' પણ અમે જે સાધના કરીએ છીએ, તે શું અમારે પોતાને માટે નથી કરતા?

પણ શ્રી અરવિન્દ તે જ વાત પર ભાર મૂકે છે. તેનો અર્થ એ છે કે, જે પરિપૂર્ણતા આપણે પ્રાપ્ત કરવાનાં છીએ તે અંગત કે સ્વાર્થી હેતુ માટે નથી, તે ભગવાનને પ્રગટ કરવા માટે આપણે સમર્થ થઈએ તેટલા માટે છે, તે ભગવાનની સેવામાં સમર્પિત કરવાની છે. આપણે અંગત પરિપૂર્ણતાનો સ્વાર્થી હેતુ રાખીને આ વિકાસ નથી સાધતા, પણ ભગવાનનું કાર્ય સિદ્ધ કરવાનું છે તેટલા માટે તે વિકાસ સાધીએ છીએ.

પણ શા માટે આપણે આ ભગવાનનું કાર્ય કરીએ છીએ? આપણી જાતને ચરિતાર્થ બનાવવા માટે આપણે તે કાર્ય કરીએ છીએ?

ના, જરા પણ નહિ. તે ભગવાનનો સંકલ્પ છે એટલા માટે આપણે તે કાર્ય કરીએ છીએ. તે અંગત હેતુ માટે જરા પણ નથી; તેમ ન જ હોવું જોઈએ. તે દિવ્ય સંકલ્પ છે, દિવ્ય કાર્ય છે, તેથી આપણે તે કાર્ય કરીએ છીએ.

જ્યાં સુધી તેમાં કોઈ અંગત અભીપ્સા અથવા કામના, કોઈ સ્વાર્થી સંકલ્પ સંમિશ્રિત બની જશે, ત્યાં સુધી તે ભગવાનના સંકલ્પની અભિવ્યક્તિ નહિ હોય. ભગવાન અને તેમનો સંકલ્પ, તેમનો આવિર્ભાવ, તેમની અભિવ્યક્તિ એ જ મહત્ત્વનાં છે, માણસ તે માટે જ અહીં જન્મ્યો છે, માણસ તે જ છે, બીજું કશું જ નહિ. જ્યાં સુધી માણસમાં પોતાની, અહંતાની,

વ્યક્તિની લાગણી હોય, જે આ કાર્યમાં પ્રવેશે, તો તે સાબિત કરે છે કે, માણસે જે હોવું જોઈએ તે હજી સુધી તે બન્યો નથી, બસ એટલું જ, હું એમ નથી કહેતી કે આ એક રાતમાં કરી શકાશે, પણ છતાં સાચે જ આ સત્ય છે.

આ આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રમાં પણ ઘણા લોકો (આધ્યાત્મિક જીવન જેમણે સ્વીકાર્યું છે અને જેઓ યોગ કરે છે તેવા લોકો) પણ અંગત કારણો માટે, અનેક પ્રકારના હેતુઓ માટે આ કાર્ય કરે છે. કેટલાક લોકો જીવનથી કંટાળી ગયા હોય છે, કેટલાક દુઃખી હોય છે, કેટલાક લોકો વધારે જાણવા માગે છે, કેટલાક લોકો આધ્યાત્મિક રીતે મહાન બનવા માગે છે, કેટલાક લોકો વસ્તુઓ શીખવા માગે છે કે જેથી તેઓ બીજાઓને શીખવાડી શકે, આવાં હજારો અંગત કારણસર તેઓ યોગ કરે છે. **બહુ જ થોડા લોકો ભગવાન તેમને સ્વીકારે અને પોતાના સંકલ્પને અનુરૂપ તેમને બનાવે તેટલા માટે ભગવાનને પોતાને સમર્પિત કરતા હોય છે,** અને તે પણ પરિપૂર્ણ વિશુદ્ધિમાં અને સ્થિરતાપૂર્વક; અને છતાં પણ સત્ય તો એમ કરવું તે જ છે. તેમ કરનાર લોકો સીધા લક્ષ્યની પ્રાપ્તિ કરે છે, ભૂલો કરવાનું જોખમ ખેડતા નથી. પણ બીજા સર્વ હેતુઓ હંમેશાં અહંતાથી સંમિશ્રિત બનીને કલંકિત બનેલા હોય છે; તેઓ તેમને સ્વાભાવિક રીતે જ આમતેમ રખડાવે, લક્ષ્યથી પણ બહુ દૂર ધક્કેલી દે.

અસ્તિત્વ માટે તે એક જ કારણ, લક્ષ્ય હોવું, એક જ હેતુ હોવો, ભગવાનને એટલું પરિપૂર્ણ સમર્પણ કરી દેવું કે તમે તમારી જાતને તેમનાથી ભિન્ન જોઈ શકો જ નહિ, કોઈપણ અંગત પ્રતિકાર્યોને વચ્ચે આવવા દીધા સિવાય તમે સંપૂર્ણપણે ભગવાનરૂપ જ બની જાઓ, આ આદર્શ વલણ છે. તે વલણ જ માત્ર તમને જીવનમાં અને કાર્યમાં આગળ લઈ જાય છે, દરેક વસ્તુથી સુરક્ષિત રાખે છે, તમારી જાતથી પણ, કારણકે માણસની જાત પોતે બધાં જોખમોમાં સૌથી વધારે મહાન છે, તેના કરતાં વધારે મોટું કોઈ બીજું જોખમ નથી. (અહીં 'જાત' નો અર્થ છે અહંતાયુક્ત જાત)

શ્રી અરવિન્દના કહેવાનો આ અર્થ છે, બીજો નહિ.

હવે કોને પ્રશ્ન જડ્યો છે?

તમારે પુસ્તકના શબ્દોમાં પ્રશ્નને શોધવાનો નથી, પણ મેં જે વાંચ્યું તેના પ્રત્યે તમને જે પ્રતિકાર્ય થયું તેમાંથી શોધવાનો છે, જો તમે બરાબર સાંભળ્યું હોય, તેની તમારા પર અમુક અસર પડી હોય, તો તમારામાં કેટલાંક પ્રતિકાર્યો પેદા થયાં હોવાં જ જોઈએ. તમારે તે પ્રતિકાર્યોને તમારામાં સ્પષ્ટ બનાવવાં જોઈએ. પછી જો તમે એક દિવસે મને પૂછો કે, ''મને શા માટે આવી લાગણી પેદા થઈ? તેનો શો અર્થ છે? મને આવો વિચાર શા માટે આવ્યો?'' તો આ સાચે જ પ્રશ્નો છે! કારણ કે તે એવી તક છે કે, જ્યારે તમારી ચેતનામાં કોઈક વસ્તુને સ્પષ્ટ કરી શકાય. જ્યારે હું વાંચું છું, ત્યારે તમારામાં ક્યાંક, છેવટે મસ્તિષ્કમાં તો કોઈક પ્રતિકાર્ય પેદા થયું જ હોય. તમારે તેને નોંધી લેવું જોઈએ અને મને પૂછવું જોઈએ કે, ''જ્યારે મેં એ વાક્ય સાંભળ્યું, ત્યારે ઓચિંતી મને આવી લાગણી શા માટે થઈ. જ્યારે પેલું વાક્ય કહેવામાં આવ્યું,

ત્યારે મને આવો વિચાર કેમ આવ્યો?'' આ પ્રશ્નો રસપ્રદ હોય.

માતાજી આપે હમણાં જ કહ્યું કે આપણે દરેક વસ્તુ ભગવાન માટે કરવી જોઈએ.

હા.

પણ ભગવાન આ અંધાધુંધીવાળા જગતમાં શા માટે પ્રગટ થવા માગે છે?

કારણકે તે માટે જ તેમણે પૃથ્વીનું સર્જન કર્યું છે, બીજા કોઈ હેતુ માટે નહિ. પૃથ્વી એ એક વિકૃત રૂપમાં ભગવાન પોતે જ છે; ભગવાન તેને ફરી સત્યમાં સ્થાપિત કરવા માગે છે. પૃથ્વી તેમનાથી ભિન્ન કે અપરિચિત નથી. તે તેમની જ વિકૃતિ છે, જેણે ફરી પોતાના મૂળ સ્વરૂપને ધારણ કરવું જોઈએ, ભગવાનરૂપ બનવું જોઈએ.

તો પછી ભગવાન શા માટે આપણે માટે અજાણ્યા રહ્યા છે?

હે મારા બાળક, તે આપણી સાથે કોઈ અપરિચિત તત્ત્વ નથી. એ તો તમારી કલ્પના માત્ર છે. તે તમારા અસ્તિત્વનું સારતત્ત્વ છે. ભગવાન સિવાય તમે અસ્તિત્વમાં જ ન હો. ભગવાન સિવાય તમે એક ક્ષણના કરોડમાં ભાગ સુધી પણ અસ્તિત્વમાં ન હોઈ શકો. તમે માત્ર એક પ્રકારની અસત્ય ભ્રાન્તિમાં અને વિકૃતિમાં જીવો છો, એટલે તમને તેનું ભાન નથી. તમે તમારી જાતથી સભાન નથી. તમે જેને તમારી જાત માનો છો, પણ જે તમે નથી તેવી કોઈક વસ્તુથી સભાન છો.

તો પછી, હે મધુર માતાજી, હું કોણ છું?

ભગવાન.

(શ્રી માતૃવાણી ગ્રંથ ૭ : પૃ. ૧૯૪થી ૧૯૭)

> વ્યક્તિ પોતાને માટે સાધના કરે એ એક બાબત છે.... ખરી સાધના એ છે કે જે ઈશ્વરને માટે કરવામાં આવે.
>
> **શ્રી અરવિન્દ**

યોગમાં સાધક કોણ છે અને સાધના શું છે?

વિશ્વમાં જે કાંઈ થઈ રહ્યું છે તેમાં પ્રભુ પોતાની દિવ્ય શક્તિ દ્વારા સઘળાં કર્મોની પાછળ રહે છે. પરંતુ પોતાની યોગમાયા વડે ત્યાં તે આવરિત રહે છે અને જીવના અહં મારફત અવિદ્યા પ્રકૃતિમાં તે કાર્ય કરે છે.

યોગસાધનામાં પણ ભગવાન પોતે જ સાધક છે અને તે પોતે સાધના પણ છે; પ્રભુની જ શક્તિ પોતાની જ્યોતિ, શક્તિ, જ્ઞાન, ચેતના, અને આનંદ વગેરે તત્ત્વોનો પ્રયોગ કરીને સાધકના આધાર ઉપર કાર્ય કરે છે તેને લઈને, તથા જ્યારે સાધકનો આધાર તેના પ્રત્યે ખુલ્લો થાય છે ત્યારે તેની અંદર પોતાની દિવ્ય સંપત્તિઓ સહિત પ્રભુની શક્તિ અવતરણ કરે છે તેને લઈને સાધના શક્ય બને છે. પરંતુ જ્યાં સુધી સાધકની અધોમુખ પ્રકૃતિ સક્રિય હોય છે ત્યાં સુધી સાધકનો અંગત પ્રયત્ન આવશ્યક છે.

સાધનામાં જે અંગત પ્રયત્ન કરવાનો છે તેમાં અભીપ્સા, પરિત્યાગ અને સમર્પણ એમ ત્રિવિધ પુરુષાર્થનો સમાવેશ થાય છે. ('મા' પુસ્તક : ૧૦-૧૧)

***

આ યોગનો સમગ્ર સિદ્ધાંત એક જ છે : પ્રભુના દિવ્ય પ્રભાવ પ્રત્યે પોતાની જાતને ખુલ્લી કરી દેવી. એ દિવ્ય પ્રભાવ તમારી ઉપરના પ્રદેશમાં સદાયે આવી રહેલો છે. તમે જો એને વિશે એક વાર સભાન થઈ શકો તો પછી તમારે એને તમારી અંદર નીચે બોલાવવાનો રહે છે. એ પ્રભાવ તમારા મનમાં અને શરીરમાં એક શાંતિ રૂપે, પ્રકાશ રૂપે, એક સક્રિય શક્તિ રૂપે, પ્રભુની સાકાર યા તો નિરાકાર હાજરી રૂપે, આનંદ રૂપે નીચે આવે છે. પણ આ ચેતના પ્રાપ્ત થાય તે પૂર્વે માણસમાં શ્રદ્ધા હોવી જરૂરની છે. અને આ અભિમુખતા માટે, પોતાની જાતને ખુલ્લી કરવા માટે તેણે અભીપ્સા સેવવાની છે. અભીપ્સા, પુકાર, પ્રાર્થના એ બધાં એક જ વસ્તુનાં રૂપો છે અને બધાં જ અસરકારક નીવડે છે. આમાંથી જે કોઈ પ્રકાર તમને સ્વાભાવિક હોય યા તો સૌથી વધુ સહેલો હોય તે તમે લઈ શકો છો. બીજો રસ્તો છે એકાગ્રતાનો. તમારી ચેતનાને તમે હૃદયના ભાગમાં એકાગ્ર કરો (કેટલાક મસ્તકની અંદર યા તો મસ્તકની ઉપરના ભાગમાં પણ એકાગ્રતા કરે છે) અને ત્યાં હૃદયમાં શ્રી માતાજીનું ધ્યાન ધરો અને તેમને ત્યાં આવવા માટે બોલાવો. જુદે જુદે વખતે તમે આ બેમાંથી એક યા તો બંને વસ્તુ કરી શકો છો. આમાંથી તમને સ્વાભાવિક રીતે જે કાંઈ થાય તે થવા દેવું, યા તો તમે એ કરવા બેસો ત્યારે જે કરવાની તમને પ્રેરણા થાય તે પ્રમાણે કરતા રહેવું.

***

તમે કદી પણ કશું સાચું સમર્પણ કર્યું નથી, તમારી જાતને મુક્ત હૃદયથી અને સાદી

સીધી રીતે તમે મા ભગવતીના હાથમાં કદી મૂકી દીધી નથી. અને છતાં આ અતિમનસના યોગમાં સફળ થવા માટેનો એ જ એકમાત્ર માર્ગ છે. યોગી બનવું, સંન્યાસી કે તપસ્વી થવું એ અહીંનું લક્ષ્ય નથી. આ યોગનું લક્ષ્ય છે રૂપાંતર. અને એ રૂપાંતરનું કાર્ય તમારી પોતાની શક્તિ કરતાં કોઈ અનંતગણી મહાન શક્તિ દ્વારા જ થઈ શકવાનું છે. મા ભગવતીના હાથમાં તમે એક સાચા બાળક જેવા બની રહેશો તો જ એ વસ્તુ સિદ્ધ થઈ શકશે.

***

તમે હમેશાં તમારા પોતાના મન અને સંકલ્પબળ ઉપર વધુ પડતો વિશ્વાસ રાખતા રહેલા છો અને એ કારણે જ તમે પ્રગતિ કરી શકતા નથી. એક વાર તમે જો શ્રી માતાજીની શક્તિ ઉપર શાંત ભાવે આધાર મૂકવાની ટેવ પાડી શકશો — એ શક્તિને માત્ર તમારા પ્રયત્નને ટેકો આપવા માટે જ બોલાવવાનું નહિ રાખો — તો તમને નડતી બાધા ઓછી થઈ જશે અને છેવટે અદશ્ય થઈ જશે.

શ્રી અરવિન્દ

(શ્રી માતાજી દિવ્ય : દિવ્ય સ્વરૂપ ૨૫, ૨૬, ૬૮-૬૯)

***

''મારે કંઈ જોઈતું નથી', એવું કહેનાર સંન્યાસીનું વલણ અને 'મારે આ ચીજ જોઈએ છે' એવું કહેનાર સંસારીનું વલણ સરખાં છે. સંન્યાસીને પોતાના ત્યાગ પ્રતિ એટલી જ આસક્તિ હોઈ શકે છે. તમારે ભગવાનની પાસેથી જે વસ્તુઓ આવે તે બધી — અને ફક્ત તે જ વસ્તુઓ — સ્વીકારવી જોઈએ. કારણ કે વસ્તુઓ પોતે વેશ બદલીને સંતાઈ રહેલી ઇચ્છાઓમાંથી આવી શકે છે.

(શ્રી માતાજી)

(શ્રી માતાજી : દિવ્ય સ્વરૂપ : ૦૨)

અભિમુખતા એટલે શું?
આપણી જાતને અભિમુખ કઈ રીતે કરવી?

ખુલ્લાપણું એ ચેતનાની એક અવસ્થા છે, જે વ્યક્તિને શ્રી માતાજી તરફ વળેલી રાખે છે; તે બીજી ગતિઓથી મુક્ત હોય છે અને પ્રભુ તરફથી જે કાંઈ આવે તેને ગ્રહણ કરવાની ઇચ્છા રાખે છે અને ગ્રહણ કરે છે.

***

એક એવી અવસ્થા હોય છે જેમાં સાધક તેની અંદર દિવ્ય શક્તિ કાર્ય કરી રહી છે એ હકીકત પરત્વે સભાન હોય છે. કંઈ નહિ તો એનાં પરિણામો વિશે સચેત હોય છે. અને તે પોતાની મનોમય સક્રિયતા, પ્રાણમય ચંચળતા, તથા શારીરિક તમોગ્રસ્તતા ને જડતા વડે શક્તિના અવતરણમાં રૂકાવટ પેદા કરતો નથી. એ જ છે ઈશ્વર પરત્વેનું ખુલ્લાપણું.

***

આપણે જેને ખુલ્લાપણું કહીએ છીએ એ છે ચેતનાની પોતાની ક્ષમતા કે જે અનેક સ્તરોએ ઊર્ધ્વમાંથી થતા ઊર્ધ્વ ચેતનાના અવતરણને ગ્રહણ કરી શકે છે.

***

શ્રી માતાજી પ્રત્યે ખુલ્લા થવું (અભિમુખ થવું) એટલે હંમેશને માટે સ્વસ્થ રહેવું, આનંદમાં રહેવું, તથા નિશ્ચિંત રહેવું....એમની શક્તિને તમારી અંદર કાર્ય કરવા દેવી, એ શક્તિના માર્ગદર્શનને સ્વીકારવું...

***

શ્રી માતાજીમાં વિશ્વાસ રાખવાથી જરૂરી ખુલ્લાપણું પ્રાપ્ત થાય છે....

શ્રી અરવિન્દ

(Cent. ed. Vol-23, P-604, 603, Vol-24, P-1137, Vol-25, P. 124 & 121)

***

ખુલ્લા હોવું એનો અર્થ એ જ કે શ્રી માતાજી પ્રત્યે એ રીતે અભિમુખ થવું કે જેથી શ્રી માતાજીની શક્તિ તમારી અંદર કાર્ય કરી શકે અને તમારામાંનું કંઈ પણ તેમનાં કાર્યનો વિરોધ કે ઇનકાર કરે નહિ. જો તમારું મન તેના પોતાના જ વિચારોનું કેદી બની રહે અને શ્રી માતાજીને તેની અંદર પ્રકાશ તેમ જ સત્યને લઈ આવવાની પરવાનગી ન આપે; પ્રાણ પોતાની કામનાઓને વળગી રહે અને શ્રી માતાજીની શક્તિ જે આત્મવિશ્વાસ તથા જુસ્સો લઈ આવે છે તેને પોતાની અંદર પ્રવેશવા ન દે; શરીર પોતાની ઇચ્છાઓ, ટેવો ને જડતામાં પુરાયેલું રહે અને પોતાની અંદર શ્રી માતાજીનો પ્રકાશ તથા એમની શક્તિને પ્રવેશવા ન દે તેમ જ કાર્ય ન કરવા દે તો પછી એ વ્યક્તિ ખુલ્લી નથી એમ કહી શકાય.

***

માતાજી પ્રત્યે ખુલ્લા રહેવું એટલે હંમેશાં શાન્ત, સુખી અને વિશ્વાસપૂર્ણ બની રહેવું — ન તો ક્ષુબ્ધ થવું, કે ન શોક કરવો કે પછી નિરાશા અનુભવવી — જેથી કરીને શ્રી માતાજીની શક્તિ તમારી અંદર કાર્ય કરી શકે. તમારું માર્ગદર્શન કરી શકે, તમને જ્ઞાન આપી શકે, શાન્તિ અને આનંદ આપી શકે. તમે જો તમારી જાતને ખુલ્લી ન રાખી શકતા હો તો પછી તમે સતત એવી અભીપ્સા સેવો કે તમે ખુલ્લા થઈ શકો. (પત્રાવલિ : બંગાળી ભાષાના પ્રશ્નોના ઉત્તર)

***

ખુલ્લાપણું આપોઆપ થઈ આવે છે, અને એ થઈ આવે છે સંકલ્પ અને અભીપ્સાની સચ્ચાઈ દ્વારા.

***

ખુલ્લા થવાનો શ્રેષ્ઠ માર્ગ છે : સમર્પણ.... સમર્પણ એટલે પોતાનામાં રહેલી દરેક વસ્તુનું પ્રભુને નિવેદન કરવું. પોતે જે કંઈ છે, અને પોતાની પાસે જે કંઈ છે તેનું અર્પણ કરવું. પોતાના વિચારો, પોતાની કામનાઓ, ટેવો વગેરેનો આગ્રહ સેવવાનો નહિ, બલ્કે એ બધી વસ્તુઓને સ્થાને દિવ્ય સત્યને એનાં જ્ઞાન, સંકલ્પ અને કાર્યોને પ્રસ્થાપિત કરવા દેવાં.

***

શ્રી માતાજીમાં શ્રદ્ધા રાખવાથી જરૂરી ખુલ્લાપણું પ્રાપ્ત થશે અને તમારી ચેતના જ્યારે તૈયાર હશે ત્યારે એ ખુલ્લાપણું આવશે.

કેવળ ધ્યાન દ્વારા, જે વસ્તુની જરૂર હશે તે આવશે નહિ.

***

શ્રી માતાજી પરત્વે તમારી જાતને ખુલ્લી રાખો, તેઓનું કાયમ સ્મરણ કરો અને તેમની શક્તિને તમારી અંદર કાર્ય કરવા દો. બીજી બધી જ વસ્તુઓનો ઇનકાર કરો — આ છે યોગનો નિયમ.

શ્રી અરવિન્દ

(Cent. ed. Vol-23, P-603, 604)

***

''સતત સ્મરણ ધ્વારા આપણું સ્વરૂપ સંપૂર્ણપણે
ખુલ્લા થવા માટે તૈયાર થતું હોય છે.''

શ્રી અરવિન્દ

યોગ માટે જરૂરી એવી શ્રદ્ધા

યોગ માટે જરૂરી એવી પાયાની શ્રદ્ધા, જે આત્મામાં અંગભૂત રહેલી છે, એ છે : ઈશ્વરનું અસ્તિત્વ છે અને એ જ એક પ્રાપ્ત કરવા લાયક વસ્તુ છે — એની સરખામણીમાં જીવનમાં બીજું એવું કંઈ નથી જે મેળવવા પાત્ર છે. જ્યાં સુધી માણસમાં આ શ્રદ્ધા હશે ત્યાં સુધી એ આધ્યાત્મિક જીવન માટે અચૂક યોગ્ય ઠરશે. હું તો એમ જણાવીશ કે માણસની પ્રકૃતિમાં અવરોધો, ઇનકાર તેમ જ મુશ્કેલીઓ સંપૂર્ણપણે ભરેલાં હશે, વર્ષો સુધી એ ભારે જહેમત ઉઠાવતો રહેતો હશે, તો પણ આ શ્રદ્ધાને લઈને એ આધ્યાત્મિક જીવનમાં નિઃસંશયપણે સફળ રહેશે.

તમારે આ શ્રદ્ધાને કેળવવાની જરૂર છે — જે શ્રદ્ધા તર્ક અને સામાન્ય બુદ્ધિ સાથે સુસંગત છે — જો ઈશ્વરનું અસ્તિત્વ હોય અને તેઓ જ તમને આ માર્ગમાં લાવ્યા હોય (જે સ્પષ્ટ છે) તો પછી તમારે માટે ઈશ્વરનું માર્ગદર્શન પણ છે જ, જે તમને બધી મુશ્કેલીઓ હોવા છતાં પાર ઉતારશે...

... મોટી મુશ્કેલીઓ છે એટલે સફળતા ના મળે, અથવા તો હજુ સુધી પરમાત્મા સાક્ષાત્ થયા નથી એટલે કદાપિ એમનો સાક્ષાત્કાર થશે જ નહિ એમ માની લેશો નહિ. પરંતુ જેઓ મહાન અને મુશ્કેલ એવું ધ્યેય પસંદ કરતા હોય છે ત્યારે તેઓ જે રીત અપનાવતા હોય છે તે જ રીત તમે અપનાવો : ***'હું સફળતા પ્રાપ્ત કરીશ ત્યાં સુધી પ્રયત્નો ચાલુ રાખીશ — મુશ્કેલીઓ ભલે ગમે તે હોય.' અને ઈશ્વરમાં શ્રદ્ધા રાખનાર વધુમાં ઉમેરે છે : 'ઈશ્વરનું અસ્તિત્વ છે, ઈશ્વરની મારી શોધમાં હું નિષ્ફળ જઈ શકું નહિ. ગમે તે થાય, હું એમને શોધી નાખુ નહિ ત્યાં સુધી પ્રયત્નો જારી રાખીશ.'*** (SABCL 23 : 573)

*

એક સામાન્ય વિચાર તરીકેની તેમ જ તેના સતત અને વિશિષ્ટ આચાર તરીકેની જે શ્રદ્ધાનો આપણને આગ્રહ કરવામાં આવે છે તે શ્રદ્ધા છેવટે તો ઈશ્વર અને શક્તિની હાજરીને અને માર્ગદર્શનને, આપણી સમગ્ર જાત તરફથી તેમ જ તેનાં સમસ્ત અંગો તરફથી અપાયે જતી, એક વિશાળ, અને સદાય વિકસ્યે જતી, અને સદાય શુદ્ધતર, સમૃદ્ધતર અને દૃઢતર થયે જતી અનુમતિ બની રહે છે. જ્યાં સુધી આપણે મહાશક્તિની હાજરી અનુભવીએ નહિ અને તેનાથી તરબતર બની જઈએ નહિ ત્યાં સુધી તેના પરની આપણી શ્રદ્ધાના પુરોગામી તરીકે કે તેના સાથીદાર તરીકે તો અવશ્ય, આપણા પોતાના જ આધ્યાત્મિક સંકલ્પમાં અને કાર્યશક્તિમાં તેમ જ અદ્વૈત અને મુક્તિ અને સિદ્ધિ પ્રત્યે સફળતાપૂર્વક આગળ વધી શકવાની આપણી શક્તિમાં, એક દૃઢ અને મર્દાનગીભરી શ્રદ્ધા જ હોઈ શકે. માનવને પોતાની જાતમાં, પોતાના વિચારોમાં

અને પોતાનાં સામર્થ્યમાં એટલા માટે જ શ્રદ્ધા આપવામાં આવી છે કે જેથી તે મહાન વસ્તુઓ માટે કાર્ય કરે, તેમનું સર્જન કરે તથા તેટલે ઊંચે ચડે, અને અંતે, આત્માની વેદી પર પોતાના સામર્થ્યને એક ઉમદા આહુતિ તરીકે અર્પણ કરે. ઉપનિષદમાં કહ્યું છે કે : नायमात्मा बलहीनेन लभ्यः, એટલે કે કોઈ નિર્બળ માનવ આ આત્માને પામી શકતો નથી. અપંગતા આપણા બધા જ આત્મ-સંશયને, સિદ્ધિ માટેનાં આપણાં સામર્થ્ય માટેની સર્વ શંકાને, ઉખેડી નાખવાની છે કારણકે એ છે નિર્વીર્યતાને અપાતી ખોટી અનુમતિ, અશક્તિની હવાઈ કલ્પના, અને આત્માની સર્વશક્તિમત્તાનો ઇન્કાર. આપણી હાલની અશક્તિ ભલેને ગમે તેટલી ભારે લાગણી હોય તે છતાં તે શ્રદ્ધાની એક કસોટી માત્ર જ છે, એક તાત્કાલિક મુશ્કેલી માત્ર છે; અને એ અશક્તિના ભાનને વશ થવું એ પૂર્ણયોગના સાધકને માટે તો એક નરી અર્થહીનતા છે, કારણકે તેનું લક્ષ્ય છે : ખુદ અત્યારે પણ આપણી જાતમાં સુષુપ્ત પડેલી એક પરિપૂર્ણતાનો વિકાસ; કારણકે માણસ પોતાની જાતમાં જ, પોતાના આત્મામાં જ, દિવ્ય જીવનનું બીજ સાચવી રહેલો છે, તેના યત્નોમાં સફળતાની શક્યતા સમાએલી છે, તેમાં તે છે જ; અને વિજય એ એક નિશ્ચિતતા જ છે કારણકે તેની પાછળ એક સર્વ-સમર્થ શક્તિનો સાદ અને હાથ આવી રહેલ છે. તો, સાથે સાથે, આ આત્મશ્રદ્ધાને રાજસિક અહંકાર અને આધ્યાત્મિક અભિમાનના જરા સરખા સ્પર્શમાંથી પણ શુદ્ધ કરી નાખવાની છે. સાધકે શક્ય તેટલે અંશે પોતાના મનમાં સ્થિર રાખવાનો ખ્યાલ એ છે કે પોતાનામાં રહેલી શક્તિ એ કોઈ અહંભાવી અર્થમાં એની પોતાની શક્તિ નથી. પણ દિવ્ય વિશ્વવ્યાપી મહાશક્તિની શક્તિ છે, અને તેનો ઉપયોગ કરવા જતાં જે કાંઈ અહંતાને તે વચમાં લાવશે તેથી માત્ર એક મર્યાદા જ ઊભી થશે, અને અંતમાં તે એક અંતરાય જ બની રહેશે. આપણી અભીપ્સાની પાછળ રહેલી એ દિવ્ય, વિશ્વવ્યાપી મહાશક્તિનું સામર્થ્ય સર્વે મર્યાદાઓથી પર છે અને જ્યારે જ્યારે તેને સાચી રીતે સાદ કરવામાં આવે છે ત્યારે ત્યારે એ આપણામાં ઊતરી આવવાનું અને અશક્તિ તથા અંતરાય માત્રનો નાશ કરવાનું ચૂકતી નથી.

(યોગમાર્ગોનો સમન્વય : ગ્રંથ : ૨ પૃ. ૨૮૧-૨૮૨)

***

એ જ એકમાત્ર સત્તા છે; ઘટ ઘટનું ઘટક એ જ છે; એ જ છે એ આદિ આનંદ,— વિશ્વવ્યાપી અને વિશ્વથી પણ પર; સર્વ ચેતનાઓને ઘડનાર અને ચલાવનાર અનંત ચેતના એ જ છે; સર્વ કર્મ અને અનુભવોને ધારણ કરનાર સીમાવિહીન સત્તા એ જ છે; એનો જ સંકલ્પ ઉત્ક્રાંતિને હજી તેના અસિદ્ધ, છતાં અનિવાર્ય ધ્યેય અને પરિપૂર્ણતા તરફ દોરી રહ્યો છે. એને જ પરમ પ્રિયતમ તરીકે સ્વીકારીને આપણું હૃદય સમર્પણ કરી શકે છે; એ જ એ પ્રેમના અનંત માધુર્યમાં, આનંદના ઊછળતા સમુદ્રમાં એ ધબકી શકે છે, વહી શકે છે. કારણકે સર્વ અનુભવોમાં આત્માને આધાર આપનાર ગુપ્ત આનંદ એ જ છે અને જ્યાં સુધી સર્વે શોક અને યાતનાઓનો અંત ના આવે ત્યાં સુધી સર્વે સંગ્રામો અને અગ્નિપરીક્ષાઓમાં આથડતા ખુદ અહમ્‌ને પોતાને નિભાવનાર પણ એ જ છે; અનંત અને દિવ્ય, પ્રેમીનો પ્રેમ અને આનંદ એ

જ છે; વસ્તુમાત્રને પોતપોતાના માર્ગે દોરી, પોતાની સુખદાયક એકતામાં એક કરનાર એ જ છે. એજ એ માર્ગદર્શન અને સિદ્ધિદાયક અદૃશ્ય શક્તિને આપણી સંકલ્પશક્તિ ચસક્યા વિના ચોંટી શકે છે; કારણકે તેનાં સર્વ બળતું મૂળ એ જ છે. એ જ આ કાર્યસાધક શક્તિ છે કે જે અવ્યક્ત બ્રહ્મમાં સ્વયંપ્રકાશિત શક્તિરૂપે વસેલી છે, જેમાં સર્વે સિદ્ધિઓ સમાએલી છે અને જ્યાં સુધી એ સિદ્ધ ના થાય ત્યાં સુધી પ્રશાંતિથી કાર્ય કરે છે; અને એ જ કાર્યસાધક શક્તિ વ્યક્તિઓમાં એક સર્વજ્ઞ, સર્વ—સમર્થ, યોગના અધિષ્ઠાતા તરીકે વસે છે; વ્યક્તિઓને તેમનાં ધ્યેય પર પહોંચાડવાના તેના કાર્યમાંથી તેને રોકી શકવાની કોઈની તાકાત નથી. આ જ એ શ્રદ્ધા છે કે જેનાથી સાધકે પોતાની શોધ અને સાધના શરૂ કરવાની છે. કારણ કે માણસોને, માનસિક માનવોને, પોતાના દરેક પ્રયત્નમાં, અને ખાસ કરીને તો, નહિ દેખાતા એ ભગવાનને શોધવામાં તેણે શ્રદ્ધાનો આશરો લીધા વિના છૂટકો નથી. જ્યારે સાક્ષાત્કાર થાય છે ત્યારે શ્રદ્ધા, દિવ્ય રીતે કૃતકૃત્ય થઈને અને સંપૂર્ણ બનીને પોતે જ જ્ઞાનની સનાતન જ્યોતિમાં રૂપાંતર પામી જાય છે.

(યોગમાર્ગોનો સમન્વય : ગ્રંથ : ૧ પૃ. ૯૫-૯૬)

***

આપણામાં એક એવી શ્રદ્ધા હોવી જોઈએ જે બુદ્ધિની શંકાથી જરા પણ ડગે નહિ, કારણ કે — श्रद्धावान् लभते ज्ञानम् — શ્રદ્ધાવાળો માણસ જ્ઞાનને પ્રાપ્ત કરે છે; પરંતુ अज्ञश्चाश्रद्दधानश्च संशयात्मा विनश्यति — — 'જે માણસ અજ્ઞાની છે, શ્રદ્ધા વગરનો છે, જે સંશયાત્મા છે તે વિનાશને પામે છે.' વળી, नायंलोकोऽस्ति न परो न सुखं संशयात्मनः । 'જે માણસ શંકાઓથી ભરેલો છે તેને માટે આ લોક નથી તેમ પરલોક પણ નથી, તેને માટે સુખ નથી.' વાસ્તવમાં, શ્રદ્ધા વિના આ જગતમાં નિશ્ચયાત્મક એવું કાંઈ જ સિદ્ધ થઈ શકતું નથી. અથવા તો, ઊર્ધ્વ લોકની પ્રાપ્તિ પણ શ્રદ્ધા વિના સિદ્ધ થઈ શકતી નથી. અને શ્રદ્ધા જેવા કોઈ ખાતરી ભરેલા પાયા અને સક્રિય સહાય વડે જ માણસ ઐહિક જીવનમાં અથવા તો આધ્યાત્મિક જીવનમાં કોઈ પણ પ્રકારની સફળતા, સંતોષ અને સુખ પ્રાપ્ત કરી શકે છે. પરંતુ જે માનસ કેવળ સંશયગ્રસ્ત રહે છે તે શૂન્યમાં જ લય પામે છે. આમ હોય છે તે છતાં ઊતરતા પ્રકારના જ્ઞાનમાં શંકા અને સંશયાત્મકતા, થોડા સમય માટે ઉપયોગનાં હોય છે, પરંતુ ઊર્ધ્વ પ્રકારના જ્ઞાનમાં એ વસ્તુઓ બાધા રૂપ થઈ પડે છે. કારણ કે ઊર્ધ્વમાં જ્ઞાનનો જે પ્રકાર છે તેનું રહસ્ય સત્ય અને સ્ખલન વચ્ચે સમતુલા સાધવામાં નહિ પરંતુ ક્રાંતદર્શન વડે પ્રત્યક્ષ થયેલા સત્યની સતત વર્ધમાન અનુભૂતિ કરવામાં રહેલું છે. (ગીતાનિબંધો : ૨૪૫)

અંતર્મુખતા : અંતરમાં રહેલી દિવ્ય સંનિધિની શોધ

માણસો બાહ્ય વસ્તુઓમાં ગુંથાયેલા રહે છે, અર્થાત્ તેમની ચેતના બહિર્મુખ છે; ગહનતર સત્ય પ્રત્યે, દિવ્ય હાજરીને શોધવા માટે અંતર્મુખ બનવાને બદલે, તેમની ચેતના જીવનની સર્વ વસ્તુઓમાં, પોતે જે કાંઈ જુએ છે, જાણે છે, કરે છે તેમાં ગુંથાયેલી રહે છે. આ પ્રથમ ગતિ છે. તમે જે કાંઈ કરો છો તેમાં, આસપાસના માણસોમાં, તમે જેમનો ઉપયોગ કરો છો તે વસ્તુઓમાં ગુંથાયેલા રહો છો. પછી જીવનમાં તમે ઊંઘો છો, ખાઓ છો, વાતો કરો છો, થોડુંક કામ કરો છો, થોડીક મજાક પણ કરો છો; અને ફરી પાછું તેનું તે જ કરતા રહો છો; આ કાર્યક્રમ રોજ રોજ ચાલુ રહે છે. આ માણસે શું કહ્યું, પેલા માણસે શું કર્યું, પોતે શું કરવું જોઈએ, પોતે પોતાનું લેસન શીખવાનું છે તે વિશે, જે એકસર્સાઈઝ પોતે તૈયાર કરવાની છે તે વિશે, માણસની તબિયત સારી છે કે કેમ તે વિશે, મોટે ભાગે માણસ આનો જ વિચાર કર્યા કરે છે.

એટલે પ્રથમ ગતિ, જે બહુ સહેલી નથી, એ છે કે એ બધું માણસે પાછળ મૂકી દેવું જોઈએ અને પોતાની ચેતના સમક્ષ એક જ મહત્ત્વની વસ્તુ અંદર આવવા દેવી જોઈએ; તે છે જીવનના હેતુની શોધ, પોતે કેવો છે, શા માટે જીવે છે, આ બધાની પીઠમાં કયું તત્ત્વ રહેલું છે, આની શોધ. આ પ્રથમ પગલું છે, આવિર્ભાવ કરતાં તેના કારણમાં અને લક્ષ્યમાં વધારે રસ લેવો તે. અર્થાત્ બાહ્ય દેખીતી વસ્તુઓ સાથેના સમગ્ર તાદાત્મ્યમાંથી ચેતનાને પાછી ખેંચી લેવી, અને પોતે જે સત્યને શોધવા માગે છે તેના પર એક પ્રકારની એકાગ્રતા એ પ્રથમ ગતિ છે.

માણસ આ અવસ્થા પરથી કૂદકો મારી શકતો નથી. પ્રથમ માણસે પોતાના આત્માને શોધી કાઢવો અને તેની સાથે તાદાત્મ્ય કરવું એ અનિવાર્ય છે. પાછળથી તે રૂપાંતર પ્રત્યે આવી શકે છે. (શ્રી માતૃવાણી ગ્રંથ ૭ : પૃ. ૩૫૫-૩૫૬)

***

આ શોધ આદરવાનો જેમણે નિશ્ચય કર્યો હશે તેવા પ્રવાસીઓ માટે સલાહના શબ્દો ઉપયોગી નીવડશે. આ રહ્યા એ થોડાક શબ્દોઃ

તમારે પ્રથમ તો એ યાદ રાખવાનું છે કે આધ્યાત્મિક વસ્તુઓનો નિર્ણય તમે મન દ્વારા કદી પણ કરી શકવાના નથી. એ એક અશક્ય વસ્તુ છે, અને આ મુદ્દો તમારે કદી પણ ભૂલવાનો નથી. જેમણે જેમણે યોગ વિશે કંઈ લખ્યું છે તે સૌએ આ વસ્તુ કહેલી છે. પરંતુ આનો અમલ બહુ થોડાકે જ કર્યો છે. તેમ છતાં, તમારે આ માર્ગમાં આગળ વધવું હશે તો તમે કોઈ પણ પ્રકારનો માનસિક નિર્ણય ન લો, માનસિક અભિપ્રાય ન બાંધો, અને મનોમય રીતનો પ્રત્યાઘાત ન સેવો એ અત્યંત આવશ્યક છે.

તમારા અંગત આરામ માટેની, અંગત ઇચ્છાની તૃપ્તિની, આનંદવિનોદની કે સુખોપભોગની હરેક રીતની ઝંખના તજી દો. તમારી ઝંખના માત્ર એક જ હોવી જોઈએ :

પ્રગતિ. એ ઝંખનાનો અગ્નિ તમારા અણુએ અણુમાં સળગી ઊઠવો જોઈએ. તમને જે કાંઈ વસ્તુ મળી આવે તેને તમારી પ્રગતિમાં એક મદદ તરીકે ગણી લો અને તમારે કરવાની પ્રગતિ એકદમ કરી લો.

તમે જે કાંઈ કરતા હો તે બધામાં આનંદ લેવાનો પ્રયત્ન કરો. પરંતુ કોઈ પણ ચીજ આનંદને ખાતર ન કરશો. કદી પણ ઉશ્કેરાઈ ન જશો, ગભરાઈ ન જશો, મૂંઝાઈ ન જશો. હરકોઈ પરિસ્થિતિમાં, તમામ પરિસ્થિતિમાં સંપૂર્ણ શાંત રહો. અને છતાં હમેશાં જાગૃત રહી એ વસ્તુ જાણી લેજો કે તમારે હજી કેટલી પ્રગતિ કરવાની છે અને એ પ્રગતિ કરી લેવામાં લેશ પણ વખત ગુમાવશો નહિ.

બાહ્ય બનાવોને તે દેખાય છે તે રીતના કદી સમજશો નહિ. એ બનાવો તો કોઈ એક બીજી વસ્તુને જ પ્રગટ કરવા માટેના એક કઢંગા પ્રયત્ન જેવા હમેશાં હોય છે. એનું પાછળનું સત્ય કાંઈ જુદું જ હોય છે અને તમારી ઉપરછલ્લી સમજશક્તિની પકડમાં ભાગ્યે જ આવે છે.

કોઈના પણ વર્તન વિશે કદી પણ ફરિયાદ ન કરશો. એ માણસની પ્રકૃતિ જે કારણે આ પ્રમાણે વર્તન કરતી હોય છે તે વસ્તુને બદલી શકવાની તમારામાં શક્તિ હોય તો જ ફરિયાદ કરવી. અને જો તમારામાં એવી શક્તિ હોય તો તો પછી એ ફરિયાદ કરવાને બદલે એ માણસને જ બદલી નાખો.

તમે ગમે તે કામ કરો, પરંતુ તમારી સમક્ષ તમે જે લક્ષ્ય રાખેલું છે તે કદી ન ભૂલશો. તમે આ જે મહાન શોધ હાથ ધરી છે તેની સાધનાની અંદર કોઈ પણ વસ્તુ મોટી નથી કે નાની નથી. એમાં હરેક વસ્તુ એકસરખા મહત્ત્વની છે. અને તમારી સાધનાની વિજય તરફની ગતિને તે વધારી શકે છે, યા તો ઘટાડી શકે છે. આ રીતે જોતાં તમે જ્યારે જમવા બેસો ત્યારે શરૂઆતમાં થોડીક ક્ષણો ધ્યાનમાં એકાગ્ર થજો અને એ રીતની અભીપ્સા કરજો કે તમે જે ખોરાક લેવાના છો તેમાંથી તમારા શરીરને માટે જરૂરી એવી બધી સામગ્રી મળી રહે. એ ખોરાક તમારા મહાન ધ્યેયની સાધના માટે શરીરને એક નક્કર આધાર રૂપ બનાવી આપે અને એ સાધનામાં સતત ટકી રહેવાની તેમ જ અખંડ ખંતની શક્તિ તમને આપે.

તમે રાત્રે સૂવા જાઓ તે પહેલાં પણ થોડીક ક્ષણો ધ્યાનમાં એકાગ્ર થજો અને એ રીતની અભીપ્સા કરજો કે તમારી નિદ્રા તમારા થાકેલા જ્ઞાનતંતુઓને પાછા તાજા કરી આપે, તમારા મગજને શાંતિ અને સ્વસ્થતા આપે, અને જાગૃત થયા પછી તમે પાછા નવી શક્તિથી સજ્જ બનીને તમારા મહાન ધ્યેય પ્રત્યેની તમારી યાત્રા ફરી પાછી શરૂ કરી શકો.

તમે કાંઈ પણ કર્મ કરો તે પહેલાં એકાગ્ર બનીને એ સંકલ્પ કરશો કે તમારું એ કર્મ તમારા મહાન ધ્યેય પ્રત્યેની તમારી કૂચની અંદર તમને મદદ રૂપ થઈ પડે, અથવા તો એ આ કૂચમાં વિઘ્ન રૂપે તો ન જ થાય.

તમે કાંઈ પણ બોલો, તમારા મોંમાંથી શબ્દો બહાર આવે તે પહેલાં ઘડીભર એકાગ્ર થઈને તમે જે કાંઈ બોલવાના હો તે શબ્દોની જરા તપાસ કરી લેશો, અને તમારા મહાન ધ્યેયના

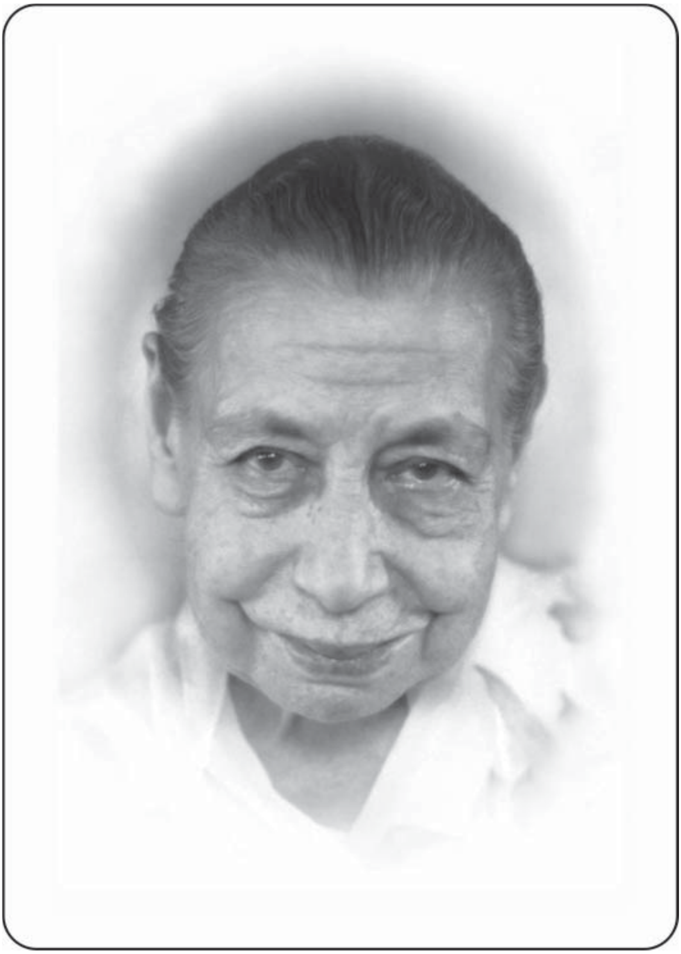
માર્ગે પ્રગતિ કરવા માટે અત્યંત જરૂરના હોય, અને બીજી કોઈ પણ રીતે તમારી પ્રગતિને હાનિકારક ન હોય એટલા શબ્દો જ તમે બહાર આવવા દેશો.

ટૂંકમાં, તમારા જીવનનો હેતુ, તમારા જીવનનું લક્ષ્ય તમે કદી પણ વીસરશો નહિ. આ મહાન તત્ત્વની પ્રાપ્તિ માટેનો મહા સંકલ્પ, પ્રકાશના કોઈ મહા પક્ષી જેવો, તમારા ઉપર હમેશ ઘૂમતો રહેવો જોઈએ. તમે જે કાંઈ કરતા હો, તમે જે કોઈ અવસ્થામાં હો, તમારી સર્વ ક્રિયાઓ ઉપર એ ધ્યેય રૂપી મહા ગરુડ પોતાનો પડછાયો પાથરતો સદાયે ચક્કર લગાવતો રહેવો જોઈએ.

(શ્રી માતૃવાણી ગ્રંથ ૧૨ : પૃ. ૪૧-૪૩)

પૂર્ણયોગનું પરમશાસ્ત્ર એ છે, બુદ્ધિવાળી અને જીવંત એવી દરેક વ્યક્તિના હૃદયમાં છુપાઈ રહેલા સનાતન વેદ. સનાતન જ્ઞાન અને સનાતન પરિપૂર્ણતાનું કમળ આપણી અંદર એક બંધ કળીરૂપે બિડાઈ બેઠેલું છે. એક વાર માણસનું મન અનંત તરફ વળવા માંડે, એક વાર તેનું હૃદય નાશવંત વસ્તુઓના મોહના ભારમાંથી અને ઘેરામાંથી બહાર નીકળે અને તેને પ્રભુની થોડીઘણી પણ લગની લાગે એટલે આ કમળ ધીમે ધીમે, કે એકદમ, પોતાના સાક્ષાત્કારોની પાંખડીઓ એક પછી એક ખોલવા માંડે છે.

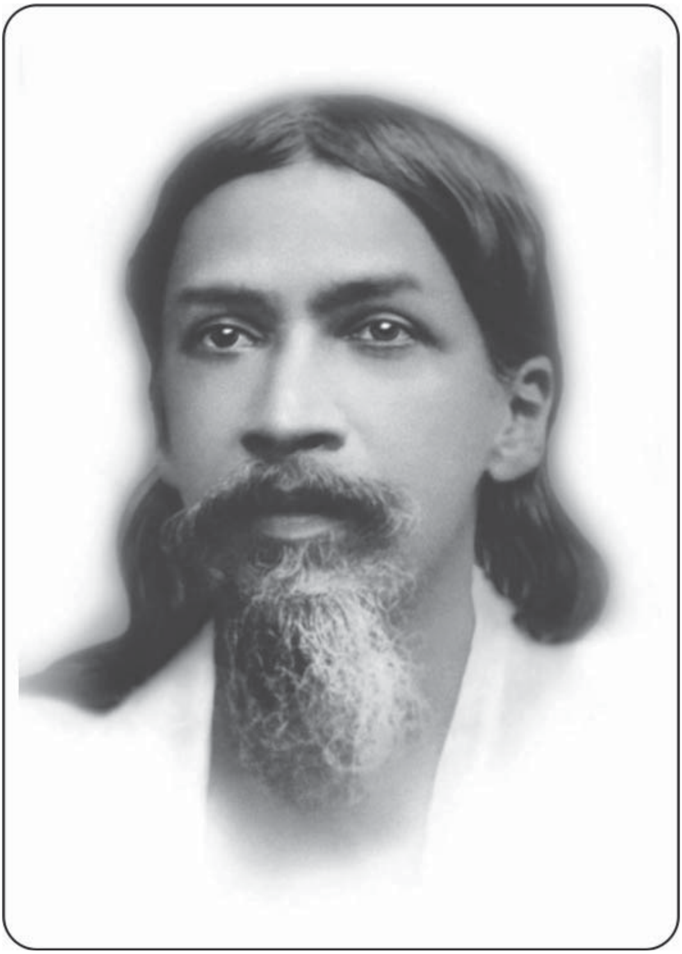
(યોગમાર્ગોનો સમન્વય : ૧ : પૃષ્ઠ : ૬૧)



શ્રી માતાજી

''મારા હૈયાતણા હાર્દ પ્રતિ જાગૃતિ પામતાં
જણાયું કે પ્રેમની ને એકતાની અનુભૂતિ જ જિંદગી,
ને આપણા સુનેરી આ પરિવર્તનની મહીં
છે આ જાદૂ પ્રવર્તતો,
સત્ય સમસ્ત છે આ જ, મુનિદેવ!
જાણું જે હું અને જેને પામવાને માટે પ્રયાસ હું કરું.''

અનુ : શ્રી પૂજાલાલ *(Savitri P : 723-24)*



શ્રી અરવિન્દ

આપણે જ્યારે વ્યક્તિતા કેળવવાથી પર થઈ જઈશું ત્યારે આપણે સાચા વ્યક્તિ બની રહીશું. અહંકાર હતો સહાયક, અહંકાર છે બાધ....

વિભાજીત વ્યક્તિને વિશ્વ-વ્યક્તિત્વમાં રૂપાંતરિત કરી દે; તારા સમગ્ર 'સ્વ' ને દિવ્ય બની જવા દે, આ છે તારું ધ્યેય.

(CWSA 13 : 199) શ્રી અરવિન્દ

વિભાગ – ૩

યોગની સમગ્ર પ્રક્રિયાનો પ્રારંભ થાય છે સમર્પણભાવથી

સમર્પણ કરવું એટલે તમારા જીવનની સર્વ જવાબદારી પ્રભુને સોંપવી. આ પ્રકારના નિર્ણય વિના કાંઈ થઈ શકે નહિ, જો તમે સમર્પણ ન કરો તો યોગ કરવાનો તો પ્રશ્ન જ નથી રહેતો. બીજી સર્વ વસ્તુઓ સ્વાભાવિક રીતે એની પાછળ પાછળ આવે છે, કારણ કે આવી પ્રક્રિયાની શરૂઆત સમર્પણની સાથે જ થાય છે. સમર્પણની ક્રિયા તમે જ્ઞાન દ્વારા અથવા ભક્તિ દ્વારા કરી શકો છો.

*

યોગસાધના કરવાના બે રસ્તા છે : એક તપસ્યાનો અને બીજો આત્મસમર્પણનો. તપસ્યાનો માર્ગ અઘરો છે. એ માર્ગમાં તમારે તમારી જાત ઉપર જ આધાર રાખીને ચાલવાનું છે. જેટલી તમારી શક્તિ તેટલું તમે પ્રાપ્ત કરશો, તેટલા તમે ઊંચે ચઢશો. એ રસ્તે ડગલે ને પગલે પતન થવાનો સંભવ હમેશાં રહેલો જ હોય છે. અને એક વાર જો પતન થયું તો ઊંડી ખાઈને તળિયે જઈ પડવાના અને એની અંદરથી વિરલા જ પાછા બહાર આવી શકે છે. પરંતુ સમર્પણનો માર્ગ ખાતરીભર્યો અને સલામત છે. પરંતુ આ માર્ગે જ પશ્ચિમના લોકોને મુશ્કેલી નડે છે. પશ્ચિમના લોકોને પોતાની અંગત સ્વતંત્રતા લઈ લે એવી સઘળી વસ્તુઓનો ભારે ભય હોય છે, અને એવી વસ્તુઓથી દૂર ભાગવાનું તેઓને શિક્ષણ મળેલું હોય છે. માના ધાવણ સાથે જ પશ્ચિમના લોકો પોતાના વ્યક્તિત્વની ચેતના પીએ છે. અને આત્મસમર્પણ એટલે તો એ બધું છોડી દેવું. અર્થાત્, રામકૃષ્ણ કહેતા તે પ્રમાણે તમે વાંદરાના બચ્ચા પેઠે યા તો બિલાડીના બચ્ચા પેઠે સાધનાનો માર્ગ લઈ શકો છો. વાંદરાનું બચ્ચું મા પોતાને લઈ જાય તેટલા માટે તેને વળગે છે. તેણે પોતાની પકડ મજબૂત રાખવી જોઈએ. કારણ કે જો તેની પકડ નરમ પડે યા તો છૂટી જાય તો તે નીચે પટકાવાનું. પરંતુ બિલાડીના બચ્ચાની વાત જુદી છે. તે પોતાની માને વળગતું નથી, ઊલટું તેની મા તેને લઈને હેરવેફેરવે છે. બચ્ચાને નથી હોતો ભય કે નથી હોતી તેને માથે જવાબદારી. તેને પોતાને કાંઈ જ કરવાનું હોતું નથી. મા પોતાને લઈ જાય ત્યાં તેને લઈ જવા દેવી અને ‘મા’ ‘મા’ પોકારવું એ જ એનું કામ રહે છે.

જો આ સમર્પણનો માર્ગ તમે સંપૂર્ણપણે અને પૂરેપૂરી સહૃદયતાથી સ્વીકારો તો યોગસાધનામાં જોખમો યે નથી, તેમ ગંભીર મુશ્કેલીઓ યે રહેતી નથી. મુખ્ય વાત દિલના સાચા થવું, એ છે. જો તમારામાં એવી સહૃદયતા — સાચા — દિલી — ન હોય તો યોગસાધના શરૂ જ ન કરશો. માણસો સાથેના વ્યવહારમાં અસત્ય અને છેતરપિંડીને સફળતા મળવાની થોડી પણ શક્યતા હોઈ શકે, પણ ભગવાનના સંબંધમાં છેતરપિંડીને લેશ માત્ર સ્થાન નથી. દિલના

નિખાલસ અને અંતઃકરણના ઊંડાણ સુધી ખુલ્લા હશો અને સાધના કરવાનો એકમાત્ર હેતુ ભગવત્-પ્રાપ્તિ અને ભગવત્-સાક્ષાત્કાર કરવો એ જ કેવળ હશે, તથા ભગવાનની પ્રેરણાથી જીવનમાં સંચાલિત થવાનો તમારો આદર્શ હશે તો તમે આ માર્ગમાં આગળ વધી શકશો.

(શ્રી માતૃવાણી ગ્રંથ ૩ : પૃ. ૫-૬)

*

સૌથી ખાસ અગત્યનું સમર્પણ તો તમારા ચરિત્રનું, તમારી જીવન જીવવાની પદ્ધતિનું હોય છે જેથી એમનું રૂપાંતર સિદ્ધ થઈ શકે. જો તમે તમારી પોતાની જ પ્રકૃતિનું સમર્પણ નહિ કરો તો આ પ્રકૃતિ કદાપિ રૂપાંતર નહિ પામે. વધુમાં વધુ અગત્યની વસ્તુ આ છે. તમારામાં વસ્તુઓને સમજવાની અમુક પ્રકારની ઘાટી હોય છે, વસ્તુઓનો પ્રત્યુત્તર વાળવાની અમુક રીતની પદ્ધતિ હોય છે, તમારી લાગણીઓ અમુક રસ્તે વહેતી હોય છે, પ્રગતિ કરવા માટે લગભગ અમુક નિશ્ચિત માર્ગ હોય છે, અને આ સર્વ ઉપરાંત, જીવન પ્રત્યે જોવાની અને તેમાંથી અમુક વસ્તુઓની અપેક્ષા રાખવાની ખાસ પ્રકારની દૃષ્ટિ હોય છે — તો, તમારે સમર્પણ કરવાનું છે તે આ વસ્તુઓનું હોય છે. એટલે કે, જો તમારે સાચે જ દિવ્ય પ્રકાશ પામવો હોય અને પોતાની જાતનું રૂપાંતર સિદ્ધ કરવું હોય, તો તમારે તમારી આખી જીવન જીવવાની પદ્ધતિનું જ સમર્પણ કરી દેવાનું રહે છે — અને એ અર્પણ પોતાની જાતને દિવ્ય ચેતના પ્રત્યે ખુલ્લી કરીને, એને શક્ય તેટલા પ્રમાણમાં ગ્રહણશીલ બનાવી રાખીને કરવાનું રહે છે, જેથી તમારે ક્યા પ્રકારના થવું જોઈએ તે જોઈ શકનાર ભાગવત ચેતના તમારા ઉપર સીધેસીધું કાર્ય કરે અને તમારા અસ્તિત્વના સત્યને વધુ અનુરૂપ ક્રિયાઓમાં એમનું રૂપાંતર કરે, જેથી એ ક્રિયાઓ વધુ સત્યમય બની રહે. આપણે જે કાંઈ કરતા હોઈએ તેનું સમર્પણ કરવા કરતાં આ વસ્તુ અનંતગણી વધુ અગત્યની છે. આપણે જે વસ્તુ કરતા હોઈએ (એ તો ખુલ્લું છે કે આપણે જે કરતા હોઈએ છીએ તે આપણને ઘણું અગત્યનું લાગે છે,) તેના કરતા સૌથી વધુ અગત્યની વસ્તુ તો એ છે કે આપણે શું છીએ. ગમે તે પ્રકારનું કાર્ય હોય, છતાં એમાં તમે એ કાર્ય કઈ રીતે કરો છો તે ખાસ અગત્યનું નથી પણ અગત્યની વસ્તુ તો એ છે કે એ વસ્તુ તમે ચેતનાની કઈ અવસ્થામાંથી કરો છો.

(શ્રી માતૃવાણી ગ્રંથ ૫ : પૃ. ૪૪-૪૫)

સમર્પણ એ જ સાચો રસ્તો છે, પ્રભુને પૂર્ણ, નિર્ભેળ, બિનશરતી સમર્પણ કરવું એ જ યોગ્ય માર્ગ છે.

શ્રી માતાજી

પૂર્ણ પ્રકારની સાધનાનું રહસ્ય

રામબાણ ઔષધ છે, પણ માત્ર એક — પૂર્ણ નિર્ભરતાનું વલણ, એ છે એકદમ પૂર્ણ પ્રકારની સાધનાનું મહાન રહસ્ય... 'નિર્ભર' એટલે ઈશ્વર પર ભરોસો, પરિસ્થિતિ કે મુશ્કેલીઓ ગમે તે હો. જ્યારે બધું સારું ચાલતું હોય ત્યારે 'નિર્ભર' રહેવું એ ખાસ મહત્ત્વનું નથી. સાધકે એ સમતોલ પરિસ્થિતિ ધારણ કરવી જોઈએ અને તમે એમાં વૃદ્ધિ પામી શકો છો.

શ્રી અરવિન્દ

(Nirodbaran's Corrospondences with Sri Aurobindo, Vol II P-650)

શ્રદ્ધા માટેની શરતો

સૌથી અગત્યની અવસ્થા તો લગભગ એક બાળક જેવો વિશ્વાસ હોવો જોઈએ. એક બાળકનો સાચો વિશ્વાસ, જે જાણે છે કે તે ચોક્કસ આવશે, જે પોતાની જાતને બિલકુલ પૂછતો પણ નથી. તેથી જ્યારે જરૂર હોય છે ત્યારે તેને ખાતરી હોય છે કે તે વસ્તુ આવવાની જ છે. વારુ, આ વસ્તુ તે છે. આ પ્રકારનો વિશ્વાસ — આ ખરેખર સૌથી અગત્યની શરત છે.

અભીપ્સા કરવી તે અનિવાર્ય છે. પરંતુ કેટલાક લોકો પોતાની અંદર રહેલી શ્રદ્ધા અને શ્રદ્ધાનો અભાવ, તથા વિશ્વાસ અને અવિશ્વાસના સંઘર્ષ સાથે અભીપ્સા કરે છે, એક આશાવાદ જેને વિજયની ખાતરી હોય છે અને એક નિરાશા જે પોતાની જાતને પૂછે છે કે ક્યારે દુર્ઘટના આવશે. તે બન્ને વચ્ચે તેમની અંદર સંઘર્ષ હોય છે. જો તમારા સ્વરૂપમાં આ વસ્તુ હાજર હશે, તો તમે અભીપ્સા કરો છતાં તમે કાંઈ પણ મેળવશો નહીં અને તમે કહો છો, ''મેં અભીપ્સા કરેલી પણ મને કાંઈ પ્રાપ્ત થયું નહિ.'' તે એટલા માટે બને છે કારણ કે તમારી અભીપ્સાને તમારા આત્મવિશ્વાસની ખામીને લઈને તમે બધો સમય ભૂંસી નાખો છો. પરંતુ જો તમને ખરેખર વિશ્વાસ હોય..., બાળકોને જ્યારે તેમની જાત ઉપર છોડી મૂકવામાં આવે છે અને મોટા માણસો દ્વારા તેમની વિકૃતિ થયેલી હોતી નથી, ત્યારે તેમને એટલો બધો વિશ્વાસ હોય છે કે બધું સારું જ બનશે ! દા.ત. જ્યારે તેમને કોઈ નાનો અકસ્માત થાય છે ત્યારે તેઓ કદી એમ વિચારતા નથી કે આ કોઈ ગંભીર વસ્તુ બનશે ! તેઓ સાહજિક રીતે જ માની લે છે તે તુર્ત પૂરું થઈ જશે અને આ વસ્તુ તેનો અંત લાવવામાં ખૂબ શક્તિશાળી રીતે મદદ કરે છે.

વારુ, જ્યારે કોઈ વ્યક્તિ શક્તિને માટે અભીપ્સા કરે છે અને જ્યારે પ્રભુની મદદ માગે છે ત્યારે અવિચલિત ખાતરીથી તેની માગણી કરે છે કે તે આવશે જ, તે ન આવે એ અશક્ય છે. તો પછી તે ચોક્કસ આવશે. તે આ પ્રકારનું છે.... હા, આ ખરેખર આંતરિક ઉદ્‌ઘાટન છે. આ વિશ્વાસ, અને કેટલાક લોકો સતત આ અવસ્થામાં રહે છે. જ્યારે કોઈ વસ્તુને ગ્રહણ કરવાની હોય છે ત્યારે તેને ગ્રહણ કરવા તેઓ કાયમ તૈયાર હોય છે. બીજા કેટલાક એવા હોય છે જ્યારે તેમને કંઈક પ્રાપ્ત કરવાનું હોય, કોઈ શક્તિ નીચે ઊતરતી હોય ત્યારે તેઓ કાયમ ગેરહાજર

હોય છે, તે ક્ષણે તેઓ ત્યાં બંધ હોય છે, જ્યારે બીજા, જેમનામાં આવી બાળક જેવી શ્રદ્ધા હોય છે તેઓ ખરે સમયે ત્યાં કાયમ હાજર હોય છે.

અને એ વિચિત્ર છે, ખરુંને, કે બાહ્ય રીતે કોઈ જાતનો ભેદ નથી. તેમનામાં બરાબર તે પ્રકારની જ શુભેચ્છા હોય છે, તે જ પ્રકારની અભીપ્સા, તે જ પ્રકારની શુભ કરવાની ઇચ્છા. પરંતુ તેઓ, જેમનામાં પોતાની અંદર સ્મિતયુક્ત વિશ્વાસ હોય છે, તેઓ પ્રશ્ન કરતા નથી, પોતાની જાતને પૂછતા નથી કે તેમને પ્રાપ્ત થશે કે નહીં, કે દિવ્ય પ્રભુ તેમને પ્રત્યુત્તર આપશે કે નહીં આપે — આ પ્રશ્ન ઉપસ્થિત થતો જ નથી, તે કાંઈક સમજી લેવાનું હોય છે.... ''મારે જેની જરૂર હશે તે મને આપવામાં આવશે, જો હું પ્રાર્થના કરીશ તો મને ઉત્તર મળશે; જો હું મુશ્કેલીમાં હોઈશ અને મદદની માગણી કરીશ તો મને મદદ મળશે અને તે આવશે એટલું જ નહીં પરંતુ મારે માટે તે બધું ગોઠવી આપશે.'' જો સાહજિક સચ્ચાઈભર્યો, પ્રશ્ન વગરનો વિશ્વાસ હશે તો બીજી કોઈ પણ વસ્તુ કરતાં તે વધારે સારું કામ આપશે, પરિણામ અદ્‌ભુત હોય છે. માણસ મનના વિરોધાભાસો અને શંકાઓને લઈને દરેક વસ્તુને બગાડી નાખે છે, આ પ્રકારના ખ્યાલો, જ્યારે વ્યક્તિ મુશ્કેલીમાં હોય છે ત્યારે આવે છે, ''ઓહ, તે અશક્ય છે ! હું તે કદી સંભાળી શકીશ નહીં, અને જો તે વધારે ગંભીર બની જશે, જે પરિસ્થિતિમાં હું છું તેમાં, જે મારે જોઈતું નથી, તે વધારે ખરાબ બનવાનું છે, જો હું વધારેને વધારે નીચે સરકવાનું ચાલુ રાખીશ, જો, જો, જો, જો....'' આ પ્રમાણે અને જે શક્તિને પોતાને ગ્રહણ કરવાની છે તેની અને પોતાની વચ્ચે એક દીવાલ બાંધે છે, ચૈત્ય પુરુષને આ શ્રદ્ધા હોય છે, તે અદ્‌ભુત રીતની હોય છે, છાયા વગરની, દલીલ વગરની, વિરોધ વગરની અને તે જ્યારે તે પ્રમાણે હોય છે ત્યારે એવી એક પણ પ્રાર્થના નથી જેને ઉત્તર ન મળે, એવી એક પણ અભીપ્સા નથી જે સાક્ષાત્કાર ન પામે.

(શ્રી માતૃવાણી ગ્રંથ ૬ : ૩૯૦-૯૧)

***

જ્યારે તમે યોગસાધના કરવા તત્પર થાઓ ત્યારે તમારા મનના ઘડેલા બધા ઘાટોના તથા પ્રાણના રચેલા આધારોના ટુકડેટુકડા થઈ જાય તેને માટે તમારે તૈયાર રહેવું જોઈએ. સાધના કરવી હોય તો ફક્ત તમારા અંતરાત્માની શ્રદ્ધા સિવાય બીજા કશા પણ આધાર વગર હવામાં અધ્ધર લટકવાની તમારે તૈયારી રાખવી જોઈએ. તમારે તમારા ભૂતકાળનું વ્યક્તિત્વ સંપૂર્ણપણે ભૂલી જવું પડશે, તેની સર્વે આસક્તિઓ સમૂળગી છોડી દેવી જોઈશે. તમારી ચેતનામાંથી તેને ઉખેડીને દૂર ફેંકી દેવી પડશે તથા સર્વ પ્રકારનાં બંધનોથી મુક્ત થઈને એક નવો જન્મ લેવો પડશે. તમે જે 'હતા' તેનો વિચાર ન કરો, પરંતુ તમે જે થવાની અભીપ્સા રાખો છો તેમાં મનને પરોવો. તમે જેનો સાક્ષાત્કાર કરવા માગતા હો તેમાં જ સર્વ રીતે લીન થઈ જાઓ. તમારા મરી ચૂકેલ ભૂતકાળ પ્રત્યેથી પાછા ફરી જાઓ અને ભવિષ્ય પ્રત્યે સીધી દૃષ્ટિ કરો. તમારો ધર્મ, તમારો દેશ, તમારું કુટુંબ ત્યાં છે, પ્રભુમાં. (શ્રી માતૃવાણી ગ્રંથ ૩ : ૯૨)

જે ક્ષણે આપણને સમગ્ર પરિસ્થિતિ સંપૂર્ણપણે હાથમાંથી સરી જતી લાગે, તે જ ક્ષણે આપણે શ્રદ્ધાની એક પરમ ક્રિયા કરવી જોઈએ અને વિશ્વાસ રાખવો જોઈએ કે ઈશ્વરકૃપા આપણને કદાપિ નિરાશ નહિ કરે. (CWM : 15 : 169)

*

મૂળભૂત આવશ્યકતા - આત્મસમર્પણ

પણ આપણે હજી સુધી જેને જાણતા નથી એની ઉપર એકાગ્ર થવાય કેવી રીતે? તો વળી, જ્યાં સુધી આપણી જાતને આપણે પ્રભુ પર એકાગ્ર ના કરીએ ત્યાં સુધી આપણે તેને જાણી પણ કેવી રીતે શકીએ? એક એવી એકાગ્રતા કે જે પોતે જ છેવટે જીવંત સાક્ષાત્કાર થઈને ઊભી રહે, અને આપણી જાતમાં, અને આપણે બીજું જે કાંઈ જાણીએ છીએ એ સર્વમાં, પ્રભુની હાજરીની સતત અનુભૂતિ : એ છે યોગમાં થતો ''જ્ઞાન'' અને ''જ્ઞાન'' - ની શોધનો અર્થ. શાસ્ત્રો વાંચીને કે ચિંતનભર્યા તર્કનો આશરો લઈને પ્રભુને બૌદ્ધિક રીતે સમજવા મંડ્યા રહેવું એ પૂરતું નથી; એવી અથાગ માનસિક મહેનતને અંતે, આપણે સનાતન પ્રભુના વિશે જે કાંઈ કહેવાનું હોય તે જાણી શક્યાં હોઈએ, અનંત પ્રભુના વિશે જે કાંઈ વિચારી શકાય તે પણ મેળવ્યું હોય, અને છતાં ય તેના વિશે આપણે કાંઈ જ જાણ્યું ના હોય એમ પણ બને. આવું બૌદ્ધિક ખેડાણ એ કોઈ પ્રબળ યોગની પહેલી ભૂમિકા જરૂર બની શકે, પણ એ કાંઈ અનિવાર્ય નથી; એ કોઈ એવી તૈયારી નથી કે જે બધાએ કરવી જ જોઈએ, કે બધાની પાસે કરાવવામાં આવતી જ હોય. અનુમાન કે ચિંતન કરીને મેળવેલ બૌદ્ધિક જ્ઞાન એ જો યોગસાધનાની અનિવાર્ય શરત કે ફરજિયાત ભૂમિકા હોત તો, જૂજ અપવાદ સિવાય, કોઈ જ યોગ ના કરી શકત. ઊર્ધ્વનો પ્રકાશ આપણી અંદર તેનું કાર્ય કરી શકે એટલા માટે એ બે જ માગણી કરે છે : આત્માનો સાદ અને મનમાં ઠીક ઠીક ધારણ-શક્તિ. મનમાં પ્રભુનું સતત ચિંતન કરીને, ગતિશીલ ભાગોમાં એવી જ એક સંકલ્પ-શક્તિ ભેગી કરીને અને હૃદયમાં એક અભીપ્સા, એક શ્રદ્ધા, એક ભૂખ જાગ્રત કરીને આ ધારણ-શક્તિ મેળવી શકાય. જો ત્રણે ય બાબતો એક થઈને કે એક તાલમાં આગળ ના વધે તો એમ પણ બને કે ગમે તે એક દોરવણી આપે, કે આગળ પડતી બને. શરૂઆતમાં, ચિંતન પૂરતું ના હોય —, અને ના જ હોય —, અભીપ્સા પણ નાની અને કાચી હોય, શ્રદ્ધામાં પૂરતો પ્રકાશ ના હોય, અથવા, જ્ઞાનના ખડક પર તેનો પાયો મંડાએલો ના હોઈ વત્તી-ઓછી થતી હોય, આનાકાની કરતી હોય કે સહેલાઈથી ઓસરી જતી પણ હોય; કદીક એ સમૂળગી ઓલવાઈ પણ જાય અને ફૂંકાતા પવનમાં બુઝાઈ ગએલી મશાલની માફક એને મહામુશ્કેલીએ ફરી ફરીને પેટાવવી પડે એમ પણ બને. પણ જો, એક વાર અંતરમાં ઊંડે ઊંડે પણ આત્મસમર્પણનો સંકલ્પ થઈ ગયો હોય, જો આત્માના સાદથી જાગી જવાયું હોય તો એ બધી કાચી કાચી બાબતો પણ પ્રભુને કામ કરવા માટેનાં પૂરતાં સાધનો બની શકે છે. એથી જ શાણા પુરુષો ભગવાનને રસ્તે જનારના માર્ગમાં મર્યાદા મૂકતાં વિચાર કરશે, પ્રવેશ કરવા માટેના એના નાનામાં નાના બારણાને, નીચામાં નીચા અને અંધારિયા બાકોરાને, કે ખુદ ડોકાબારીને પણ બંધ નહિ કરે. જો સમર્પણ-ભાવ હોય તો ગમે તે નામે, ગમે તે રીતે, ગમે તે રૂપે, અને ગમે તે વસ્તુ અર્પણ કરવામાં આવે એટલું પૂરતું છે; કારણકે સાધકના હૃદયમાં બેઠેલો ભગવાન, બધું જ સમજે છે અને બધી જ ભેટ સ્વીકારે છે.

(યોગમાર્ગોનો સમન્વય : ૧ પૃષ્ઠ ૯૩-૯૪)

***

જેમ જેમ તમે ભગવાનને વધુને વધુ આત્મસમર્પણ કરો છો, તેમ તેમ ભગવાન સમગ્રપણે, સતત, પ્રતિક્ષણ, તમારા સર્વ વિચારોમાં, જરૂરિયાતોમાં તમારી સાથે જ રહે છે. કોઈ અભીપ્સા એવી નથી કે જેને તરત પ્રત્યુત્તર ન મળે. તમને ભગવાનની પરિપૂર્ણ, સતત, સમગ્ર નિકટતા અનુભવાય છે. જાણે ભગવાન બધો સમય તમારી સાથે જ હોય છે; તમે ચાલો છો અને તે તમારી સાથે ચાલે છે; તમે ઊંઘો છો અને તે તમારી સાથે ઊંઘે છે; તમે ખાઓ છો અને તે તમારી સાથે ખાય છે; તમે વિચાર કરો છો અને તે તમારી સાથે વિચાર કરે છે; તમે ચાહો છો અને તે જ તમારો પ્રેમ છે. પણ તે માટે માણસે સંપૂર્ણ આત્મસમર્પણ કરી દેવું જોઈએ, પોતાને માટે કોઈ પણ વસ્તુ તેમાંથી બાકાત ન રાખવી જોઈએ, કોઈ વસ્તુનો બગાડ ન કરવો જોઈએ; તમારા અસ્તિત્વમાં ભગવાનને સમર્પિત નહિ થયેલી, નાનામાં નાની વસ્તુ પણ એક પ્રકારનો બગાડ છે; તે તમારા આનંદનો બગાડ છે; તે વસ્તુના પ્રમાણમાં તમારું સુખ પણ ન્યૂન બને છે, તમે જે વસ્તુ ભગવાનને નથી સમર્પતા તે ભગવાન તમને જે આપવાના છે તેમાં અવરોધરૂપ છે. તમે ભગવાનને તમારી નિકટ સતત નથી અનુભવતા, કારણ કે તમે હજી તેમના નથી બની ગયા, તમે હજી અનેક વસ્તુઓના અને વ્યક્તિઓના રહ્યા છો. તમારા વિચારમાં, કાર્યમાં, લાગણીઓમાં, આવેગોમાં એવી લાખો વસ્તુઓ છે કે જેમને તમે ભગવાનને સમર્પિત નથી કરતા, તેથી તમે તેમને હંમેશાં તમારી નિકટ નથી અનુભવતા, કારણ કે આ બધી વસ્તુઓ તેમની અને તમારી વચ્ચે પડદા-રૂપ, દિવાલો બની ગઈ છે. પણ જો તમે બધું જ તેમને સમર્પિત કરી દો, કશું જ બાકી ન રાખો, તો તમે જે કાંઈ કરો, વિચારો, પ્રતિક્ષણ જે અનુભવો તેમાં ભગવાન સતત, સમગ્રપણે તમારી સાથે રહે જ. પણ તે માટે તમારે પરિપૂર્ણ આત્મસમર્પણ કરી દેવું જોઈએ, કાંઈ જ બાકી ન રાખવું જોઈએ; તમે જે નાનકડી વસ્તુ બાકાત રાખો છો તે તમારી અને ભગવાનની વચ્ચે રચાતી દિવાલનો એક પત્થર બની જાય છે. પછી પાછળથી તમે ફરિયાદ કરો છો કે ઓહ હું તેમને અનુભવી શકતો નથી! પણ તમે જો તેમને અનુભવો, તો તે જ આશ્ચર્યજનક ગણાય.

(શ્રી માતૃવાણી ગ્રંથ : ૭ પૃષ્ઠ ૨૪૮-૨૪૯)

પૂર્ણયોગનો પ્રથમ શબ્દ છેઃ સમર્પણ.
અને આખરી શબ્દ પણ છે : સમર્પણ.

શ્રી અરવિન્દ

જીવનની છૂપી રહસ્યમયતા પરત્વેની કૂંચી

સૃષ્ટિનું રક્ષણ કરનારી અને તેને દિવ્યતા તરફ લઈ જતી શક્તિએ આ ભાવનાથી આકર્ષાઈને જ દુનિયામાં અવતરણ કર્યું છે; તેનો આશય છે, આ અહમ્‌પ્રધાન દુનિયામાં ભરેલી ભૂલોને મર્યાદામાં રાખવાનો, સુધારવાનો અને ધીમે ધીમે કરતાં, સમૂળગી દૂર કરવાનો. દિવ્યાત્મા પરમપુરુષે આ અવતરણ એટલા માટે કર્યું છે, એટલે કે શક્તિ અને જડતત્ત્વમાં આશ્રય એટલા માટે લીધો છે કે જેથી કરીને તેમને જ્ઞાનનો પ્રકાશ મળે. અને એ જ છે અજ્ઞાન અને અચેતન સૃષ્ટિના ઉદ્ધારનું બીજ.

*

યજ્ઞનું રહસ્ય આત્મ-બલિદાન નથી પણ જાતની ભેટ છે; તેનો હેતુ જાતનું વિસર્જન નહિ પણ જાતની કૃતાર્થતા છે. તેની પદ્ધતિ જાતને જીવન વિનાની કરવાની નહિ પણ જીવનથી સમૃદ્ધ કરવાની છે; પ્રાકૃત ભાગોને અપંગ કરવાની નહિ પણ દિવ્ય અંગોમાં તેનું રૂપાંતર કરવાની છે; જાત પર જુલમ નહિ પણ તેને આછા સંતોષમાંથી વિશાળ આનંદમાં લઈ જવાની છે.

*

જો કોઈ એક યજ્ઞનો પૂરેપૂરો સ્વીકાર થતો હોય તો તે છે માત્ર આત્મસમર્પણનો, — આત્મસમર્પણ સંપૂર્ણ, ઉત્તમ અને નિઃશેષ. અને એ છે, સામે મોંએ, ભક્તિભાવથી, પૂરા ભાનથી, રાજીખુશીથી અને કાંઈ પણ બાકી રાખ્યા વિના કરેલી, સંપૂર્ણ શરણાગતિ. શરણાગતિ કોને? એને, કે જે એકીસાથે આપણો અંતરાત્મા છે, ઘટ ઘટમાં બેઠેલો છે, સર્વવ્યાપી છે, આ કે આવાં, અને બીજાં સર્વ વિશ્વોથી પર, પર-બ્રહ્મ છે, અને આ સર્વ હોવા છતાં જે ગુપ્ત રીતે અણુએ અણુમાં છુપાઈ બેઠેલ પરાત્પર છે. જે કોઈ આત્મા પોતાની જાત પૂરેપૂરી આવા પ્રભુને ભેટ ધરે છે તેને પ્રભુ પણ પોતાની જાત પૂરેપૂરી ભેટ આપે છે. જે કોઈ પોતાની પૂરેપૂરી પ્રકૃતિ ભેટ ધરે છે તે જ, માત્ર તે જ, પરમાત્માને પામે છે. જેઓ સર્વ કાંઈ ન્યોચ્છાવર કરી શકે છે તેઓ જ પરમ પ્રભુને સર્વત્ર ભોગવી શકે છે. પરમ આત્મત્યાગથી જ પરમ પદ મળે છે. આપણી સમગ્ર જાતને યજ્ઞ દ્વારા ઊર્ધ્વ પંથે લઈ જઈને આપણે પુરુષોત્તમને આપણી અંદર સ્થાપી શકીએ અને એ પરાત્પર પ્રભુને અહીં અંતરતમ ચેતનામાં જીવંત કરી શકીએ.

*

ટૂંકમાં, આપણી પાસે એટલીજ માગણી કરવામાં આવે છે કે આપણે આપણા આખા જીવનને જ એક સભાન યજ્ઞ બનાવી દઈએ. આપણા જીવનની દરેક પળ, — હા, દરેકેદરેક પળ—, સનાતન પ્રભુને સતત અને ભક્તિભાવથી આત્મ-સમર્પણ કરવામાં વિતાવવાની છે. આપણાં બધાં જ કર્મો, — મોટામાં મોટાં, અસાધારણ અને ઉત્તમ કર્મો તો ખરાં જ પણ નાનામાં નાનાં, તદ્દન સામાન્ય અને ક્ષુલ્લક કર્મો પણ — સમર્પિત કર્મો તરીકે જ કરવાનાં છે. આપણે ફાળે

આવેલ પ્રકૃતિની આંતરિક અને બાહ્ય સર્વ ગતિઓને સમર્પણ-ભાવમાં ધારણ કરીને જીવવાનું છે; અને આપણાથી પર, અને આપણા અહમ્‌ના કરતાં તો ઘણું ઘણું મહાન, જે ''કાંઈક'' છે તેને માટેનો સમર્પણ-ભાવ જાગ્રત કરવાનો છે, ગમે તે ભેટ કરીએ, ગમે તેને ભેટ ધરીએ પણ એમ કરવામાં આપણને ભાન હોવું જોઈએ કે આપણે, સર્વ કોઈમાં વિરાજતા એ એકમાત્ર દિવ્ય પુરુષને જ એ અર્પણ કરી રહ્યાં છીએ. આપણાં સામાન્યમાં સામાન્ય અને પૂરેપૂરાં ભૌતિક અને સ્થૂળ કર્મો પણ આ ઉચ્ચ પ્રકારે થવાં જોઈએ : જ્યારે આપણે જમીએ ત્યારે આપણને ભાન હોવું જોઈએ કે આપણે આપણી અંદર રહેલ પ્રભુને અન્ન આપી રહ્યાં છીએ; મંદિરમાં પવિત્ર ભેટ ધરી રહ્યાં છીએ; અને આપણી માત્ર શારીરિક જરૂરિયાત પૂરી પાડીએ છીએ, કે જાતનું સંવર્ધન કરી રહ્યાં છીએ એ ભાન ચાલ્યું જવું જોઈએ. આપણે કોઈક મહામહેનતનું કામ, કોઈક કડક કાર્ય, સાધના કે કોઈક મુશ્કેલીવાળું કે ઊંચી જાતનું સાહસ હાથ ધરીએ તે ભલે માત્ર આપણી જાત, અન્ય લોકો માટે હોય કે આખી જ માનવજાતિ માટે હોય છતાં પણ એ કામમાં આપણી જાત, અન્ય લોકો કે માનવજાતિ આગળ અટકી પડવું એ તો પછી આપણે માટે શક્ય જ ના રહેવું જોઈએ. આપણે જે કાંઈ કરીએ તે એક શ્રમયજ્ઞ થઈ જવો જોઈએ પણ એ યજ્ઞ લોકો માટે નહિ પણ લોકો દ્વારા, કે સીધેસીધો જ, એકમાત્ર ભગવાનને માટે જ કરવો જોઈએ; એ સર્વમાં રહેતો અને એ સર્વેએ સંતાડી રાખેલો એ ભગવાન હવે આપણે માટે છૂપો ના રહેવો જોઈએ પણ આપણા આત્મા સમક્ષ, આપણી બુદ્ધિ સમક્ષ, અરે, આપણી ઇન્દ્રિયો સમક્ષ એ સતત પ્રત્યક્ષ થવો જોઈએ. આપણાં કર્મોનું સંચાલન અને પરિણામ એ એકમાત્ર ભગવાનના હાથમાં મૂકી દેવું પડશે, અને તે પણ એ સૂક્ષ્મ અનુભવથી કે આપણે જે કાંઈ અભીપ્સાઓ સેવી શકીએ છીએ કે શ્રમ-કાર્ય કરી શકીએ છીએ એ એ જ માત્ર હાજરાહજૂર, અનંત અને ઊર્ધ્વતમ ભગવાનને લીધે જ થાય છે. કારણ કે જે કાંઈ બને છે તે તેના જ સ્વરૂપમાં બની રહ્યું છે, કારણ કે આપણી અંદરથી અભીપ્સા અને શ્રમને બહાર લાવીને પ્રકૃતિ તેમને તેની જ વેદી પર ભેટ ધરી રહી છે. જ્યારે, બહુ જ સ્પષ્ટ રીતે, પ્રકૃતિ પોતે જ કાર્ય કરી રહી હોય અને આપણે તો માત્ર તેના સાક્ષી અને તેને આપણી અંદર ધારણ કરનારા અને તેને આધાર આપનારા હોઈએ ત્યારે પણ આપણને એ જ પરમ પ્રભુ અને તેના જ એ કાર્યની સતત યાદ અને મક્કમ ભાન, રહેવાં જોઈએ. ખુદ આપણા શ્વાસોચ્છ્‌વાસ અને આપણા હૃદયના ધબકારા એ પણ સમગ્ર વિશ્વમાં ચાલી રહેલ યજ્ઞના જ જીવંત તાલ છે એવું ભાન આપણને થઈ શકે, અને થવું જ જોઈએ.

શ્રી અરવિન્દ

(યોગમાર્ગોનો સમન્વય : ભાગ-૧ પૃષ્ઠ ૧૨૧થી ૧૨૮)

***

આત્માની શોધ માટેની સાધના

તમે પૂછ્યું છે કે મનોમય શોધનું જીવંત આધ્યાત્મિક અનુભૂતિમાં પરિવર્તન કરવા માટે કેવી સાધનાનું અનુસરણ કરવું જોઈએ. સૌથી પ્રથમ જરૂરિયાત તમારી અંદર ચેતનાની એકાગ્રતા માટે કરવાની સાધના છે. સામાન્ય માનવ મન બાહ્ય સપાટી ઉપર સક્રિય બને છે અને તે આત્માને ઢાંકી દે છે. પરંતુ એક બીજી અંદર રહેલી ચેતના છે, એક ગુપ્ત ચેતના, જે સપાટી ઉપરની ચેતનાની પાછળ આવેલી છે, જેમાં આપણે આપણા આત્મા વિશે સભાન બની શકીએ છીએ તેમ જ પ્રકૃતિના એક વિશાળ અને વધારે ઊંડા સત્ય વિશે સચેતન બનીએ છીએ, જેમાં આત્માનો સાક્ષાત્કાર કરી શકીએ છીએ અને પ્રકૃતિની મુક્તિ અને રૂપાંતર સાધી શકીએ છીએ. સપાટી પર રહેલા મનને સ્થિર કરવા માટે અને આંતર જીવન જીવવા માટેનું એકાગ્રતાનું આ લક્ષ્ય હોય છે. આ સાચી ચેતનાના, સપાટી કરતાં જુદી ચેતનાના બે મુખ્ય કેન્દ્રો હોય છે, એક હૃદયમાં (શારીરિક હૃદય નહિ પરંતુ છાતીની વચ્ચે રહેલું હૃદય કેન્દ્ર) અને બીજું મસ્તકમાં રહેલું કેન્દ્ર. હૃદયની અંદરની એકાગ્રતા અંદર ખૂલે છે અને આ આંતર ખુલ્લાપણાને લઈને તથા ઊંડાણમાં જવાથી, વ્યક્તિ પોતાના આત્મા અથવા ચૈત્યપુરુષ વિશે સભાન બને છે, અને તે વ્યક્તિની અંદર રહેલું દિવ્ય તત્ત્વ છે. આ તત્ત્વ જ્યારે બુરખામાંથી ખુલ્લું થાય છે ત્યારે અગ્રભાગે આવવાની શરૂઆત કરે છે, પ્રકૃતિ ઉપર શાસન કરે છે અને તેને સત્ય તરફ, પરમાત્મા તરફ વાળવાની, અને ગતિઓમાં પરિવર્તન કરવાની શરૂઆત કરે છે, અને તેની અંદર તથા જે ઊર્ધ્વમાં રહેલું છે તેને નીચે આવવાનો સાદ કરે છે. તે પરમાત્માની ચેતનાને લઈ આવે છે, ઉચ્ચતમ તત્ત્વ પ્રત્યે સ્વરૂપનું નિવેદન કરે છે, અને આપણી ઉપર ઊર્ધ્વમાં જે મહાન બલ અને ચેતના રાહ જોઈને રહેલા છે તેમને આપણી પ્રકૃતિમાં અવતરણ કરવાનું આમંત્રણ આપે છે. હૃદય-કેન્દ્રમાં એકાગ્રતા કરવાથી અને સાથે સાથે પોતાની જાતનું પરમાત્માને અર્પણ કરવાથી તથા અંદરની ચેતનાને ખુલ્લી કરવાની અભીપ્સા માટે, અને હૃદયમાં પ્રભુની દિવ્ય હાજરી માટે આ પ્રથમ માર્ગ છે અને જો તે પ્રમાણે કરી શકાય તો તે નૈસર્ગિક શરૂઆત થાય; તેના પરિણામે જો તે એક વખત પ્રાપ્ત થાય તો બીજા કોઈ પણ માર્ગ કરતાં આ આધ્યાત્મિક માર્ગ ઘણો સહેલાઈથી અને સલામતીવાળો બનાવે છે.

પેલી બીજી રીત મસ્તકમાં એકાગ્રતા કરવાની, કેન્દ્રમાં કરવાની હોય છે. તે બાહ્ય મનમાં શાંતિ ઉતારી લાવે તો આંતર મન, જે વધારે વિશાળ અને ઊંડાણમાં રહેલું છે તથા આધ્યાત્મિક અનુભૂતિને અને આધ્યાત્મિક જ્ઞાનને ગ્રહણ કરવાની વધારે શક્તિ ધરાવે છે, તેને ખુલ્લું કરે છે. પરંતુ એક વખત અહીં એકાગ્રતા કર્યા પછી માણસે નીરવ મનોમય ચેતનાને મનની ઉપર ઊર્ધ્વમાં જે વસ્તુઓ રહેલી છે તેમની તરફ તેને ખુલ્લું કરવું જોઈએ. થોડા સમય પછી માણસને લાગે છે કે પોતાની ચેતનાનું ઊર્ધ્વ ગમન થાય છે અને પછી જે ઢાંકણ તેને આ શરીરની સાથે

બંધાયેલું લાગે છે તેની પર જઈને તેને મસ્તક ઉપરનું એક કેન્દ્ર પ્રાપ્ત થાય છે જ્યાં તે અનંતમાં મુક્તિ પ્રાપ્ત કરે છે. ત્યાં તે વૈશ્વિક આત્મતત્ત્વના સંપર્કમાં આવવાની શરૂઆત કરે છે, તેનામાં દિવ્ય શાંતિ, પ્રકાશ, શક્તિ, જ્ઞાન અને પરમાનંદ પ્રાપ્ત થતો જાય છે, તે વસ્તુઓ તેનામાં પ્રવેશ કરે છે અને એ તેમનામય બનતો જાય છે અને તેની પ્રકૃતિમાં આ વસ્તુઓનું અવતરણ થતું જાય છે. તેમ છતાં તે યાદ રાખવું ખાસ જરૂરી છે કે ચેતનાની મસ્તકના કેન્દ્રમાં એકાગ્રતા કરવી એ તેને ઊર્ધ્વમાં રહેલા કેન્દ્રની ઉપર ચડવા માટેની ફક્ત તૈયારી રૂપ જ હોય છે; નહિ તો પછી માણસ પોતાની મનની અનુભૂતિઓમાં જ પુરાયેલો રહે છે અથવા ઊર્ધ્વમાં રહેલા સત્યનું માત્ર પ્રતિબિંબ જ તેનામાં રહે છે અને આધ્યાત્મિક પરાત્પર તત્ત્વમાં જીવન ધારણ કરવા માટે તે ચેતના ઊર્ધ્વમાં ચડતી નથી. કેટલાક માટે મનોમય એકાગ્રતા વધારે સહેલી હોય છે. બીજા કેટલાક માટે હૃદયની એકાગ્રતા વધારે સહેલી પડે છે; કેટલાક બન્ને વારાફરતી કરવા માટે શક્તિમાન હોય છે — પરંતુ હૃદયના કેન્દ્રથી શરૂઆત કરવી, જો વ્યક્તિ તે પ્રમાણે કરી શકે તો, વધારે ઇચ્છનીય છે.

બીજા પ્રકારની સાધના, મનની, પ્રાણમય આત્માની કે પ્રાણની અથવા શારીરિક સ્વરૂપની પ્રકૃતિની ક્રિયાત્મકતા વિશેની છે. અહીં પ્રકૃતિને આંતર-સાક્ષાત્કારની સાથે સુમેળમાં રાખવાનો સિદ્ધાંત છે જેથી કરીને વ્યક્તિ બે પ્રતિકૂળ ભાગમાં વહેંચાઈ જાય નહિ. અહીં ઘણા પ્રકારની સાધનાઓ અથવા પ્રક્રિયાઓ શક્ય છે. તેમાં એકમાં વ્યક્તિએ પોતાના સમગ્ર કર્મો પ્રભુને અર્પણ કરવાના હોય છે અને તેના માટે આંતરિક માર્ગદર્શન માગવાનું હોય છે અને પોતાની પ્રકૃતિને એક દિવ્ય ઉચ્ચતર શક્તિ તેના હાથમાં લઈ લે તેવું કરવાનું છે. જો આંતર-આત્મા ખુલ્લો થાય, જો ચૈત્ય પુરુષ અગ્ર ભાગે આવે તો બહુ મુશ્કેલી રહેતી નથી — તેની સાથે એક ચૈતસિક વિવેક આવે છે, એક સતત સૂચન મળ્યા કરે છે, એક એવું શાસન જે અંદર રહેલી સર્વે અપૂર્ણતાઓને ખુલ્લી કરે છે અને સ્થિરતા અને ધૈર્યથી બધાને દૂર કરે છે, અને સાચી મનોમય અને પ્રાણમય ગતિઓ લાવે છે તથા શારીરિક ચેતનાની પણ ફરીથી નવીન રીતે રચના કરે છે. બીજી પદ્ધતિમાં મનોમય, પ્રાણમય અને શારીરિક સ્વરૂપની ગતિઓમાંથી બિલકુલ અલગ થઈને ઊભા રહેવું, તે બધી વ્યક્તિમાં રહેલી સામાન્ય પ્રકૃતિનું એક ટેવ મુજબનું ઘડતર છે જે આપણી ઉપર ભૂતકાળમાં કરેલા કાર્યોનું પરિણામ છે, જે આપણા ઉપર લાદવામાં આવેલું છે. પરંતુ તે આપણા સાચા સ્વરૂપનો ભાગ નથી; જેટલા પ્રમાણમાં વ્યક્તિ આ પ્રમાણે સફળતા પ્રાપ્ત કરે અને તટસ્થ બનતી જાય, મન અને તેની પ્રક્રિયાને પોતાની જાત તરીકે જુએ નહિ તથા પ્રાણ અને તેની ક્રિયાઓને પણ પોતાની સાચી જાત તરીકે ગણે નહિ, શરીર અને તેનાં કાર્યોને પણ પોતાનાં તરીકે ગણે નહિ, તેટલા પ્રમાણમાં આપણે આપણી અંદર રહેલા સાચા સ્વરૂપ વિશે — આંતર મનોમય, આંતર પ્રાણમય અને આંતર શારીરિક વિશે — આપણે સભાન બનીએ છીએ અને આપણે સ્થિર, શાંત, બંધનમુક્ત અને તટસ્થ બનીએ છીએ, અને તે વસ્તુ સાચા

અનુસંધાન પૃ. ૪૨

એકમાત્ર જરૂરિયાત

સતત ઈશ્વરની સંનિધિમાં રહેવું

યોગ એટલે પ્રભુ સાથે એકતા. એ એકતા આત્મસમર્પણ દ્વારા સિદ્ધ થાય છે. પ્રભુને થતા તમારા આત્મસમર્પણ ઉપર એવી એકતાનો પાયો રચાય છે, શરૂઆતમાં એ સમર્પણની ક્રિયા તમે એક સામાન્ય ભાવે કરો છો, એટલે કે હંમેશને માટે અને એકી વખતે તમો કહો છો કે 'હું પ્રભુનો દાસ છું. મારું જીવન અનન્ય ભાવે કેવળ ભગવાનને જ માટે છે. મારા સર્વે પ્રયત્નો ભગવાનની પ્રાપ્તિ કરવા માટે છે. વગેરે વગેરે' પરંતુ એ તો ફક્ત પહેલું પગથિયું થયું ગણાય. એ કાંઈ પૂરતું નથી. તમારું સમગ્ર જીવન ભગવાનને અર્પણ કરવાનો તમે સંકલ્પ કર્યો કે પછી પ્રત્યેક ક્ષણે તેને તમારે સ્મરણમાં રાખવાનો રહે છે, તથા જીવનની ઝીણીઝીણી ઘટનાઓમાં તેનો અમલ કરવાનો બાકી રહે છે. ડગલે ને પગલે, પ્રતિ ક્ષણે, તમને લાગવું જોઈએ કે તમે ભગવાનના જ છો. તમે જે કાંઈ વિચારો યા તો કરો તે કર્મ દ્વારા ભાગવત ચેતના જ તમારામાં કાર્ય કરી રહી છે એવો સતત અનુભવ તમને થયા કરવો જોઈએ. 'મારું' કહી શકો એવું કશું પણ તમારે માટે હોવું ન જોઈએ. સઘળું ભગવાન પાસેથી આવે છે એવો અનુભવ તમને થવો જોઈએ. અને એ રીતે તમને જે મળેલું હોય તે તેના મૂળ માલિકને જ અર્પણ કરવું જોઈએ. જ્યારે આ સત્યને તમે સમજી શકશો તથા તેનો સાક્ષાત્કાર કરી શકશો, ત્યારે જે જે વસ્તુ તમે સામાન્ય રીતે નજીવી યાને અગત્ય વિનાની ગણી કાઢતા હતા એ નજીવી બાબત પણ નજીવી અને અર્થ વગરની નહિ લાગે. એ સઘળી તમને ઘણી અર્થપૂર્ણ જણાશે. એ નવી વસ્તુ પણ તમારી દૃષ્ટિ આગળ અજ્ઞાતના વિશાળ પ્રદેશોને ખોલી આપશે.

ઉપર જણાવેલા સમર્પણના સામાન્ય ભાવને જીવનની વિગતોમાં ઉતારવા માટે તમારે નીચે પ્રમાણે કરવું જોઈએ. આખો વખત ભગવાનની પ્રત્યક્ષ હાજરીમાં રહેતાં શીખો. પ્રભુની એ પ્રત્યક્ષ હાજરી જ તમને હલાવીચલાવી રહી છે તથા તમે કરો છો તે સઘળું તમારી અંદર તે જ કરી રહી છે એવું સતત અનુભવી તેમાં જીવન ધારણ કરો. તમારી સર્વ ક્રિયાઓ તેને સમર્પણ કરો. તમારી કેવળ માનસિક ક્રિયાઓ જ નહિ, પ્રત્યેક વિચાર, પ્રત્યેક ભાવ માત્ર જ નહિ, પરંતુ તદ્દન સામાન્ય અને બહિર્મુખ ગણાતી ક્રિયાઓ, જેવી કે ખાવાપીવાની પણ તેને જ સમર્પણ કરો. જ્યારે ખાઓ ત્યારે પણ ભગવાન તમારા દ્વારા ભાગ લે છે એવો ભાવ અનુભવો. જ્યારે તમારી સઘળી ક્રિયાઓ, એટલે કે પ્રવૃત્તિઓ, આ એક અખંડ જીવનપ્રવાહમાં એકત્ર કરી શકશો ત્યારે તમારામાં અત્યારે જે ભેદ છે, બેવડું જીવન છે, તેને ઠેકાણે અભેદ યાને એકતા સ્થાપન થશે. ત્યાર પછીથી તમારા જીવનનો એક ભાગ ભગવાનને અર્પણ થયેલો અને બીજા બધા ભાગો સામાન્ય જીવનના હેતુઓને વરેલા તથા સામાન્ય વસ્તુઓમાં ગૂંચાયેલાં એવી દ્વિધાવિભક્ત સ્થિતિ ટકી નહિ રહે. તમારું સમગ્ર જીવન યોગસાધનામાં ભાગ લેવા માંડે છે અને તમારી અંદર પ્રકૃતિનું સમગ્ર રૂપાંતર ક્રમે ક્રમે થવા માંડે છે.

પૂર્ણયોગની સાધનામાં આપણે સમગ્ર જીવનનું છેક નાનામાં નાની વિગત સુધી રૂપાંતર સાધવાનું છે, તેને દિવ્યતામાં પરિણત કરવાનું છે. એ કાર્યમાં કશું પણ 'નજીવું', કશું પણ 'નકામું' કે એમ ને એમ રહેવા દેવાનું છે જ નહિ. 'જ્યારે હું ધ્યાન કરીશ, કે તત્ત્વજ્ઞાનનું પુસ્તક વાંચીશ, યા તો આ વાર્તાલાપ સાંભળું છું તે દરમિયાન હું ભગવાનની જ્યોતિ પ્રત્યે મારી જાતને ખુલ્લી રાખીશ. અને તેને માટે હૃદયમાં અભીપ્સા જાગ્રત કરીશ. પરંતુ જ્યારે હું ફરવા માટે યા તો મારા મિત્રોને મળવા માટે જાઉં ત્યારે એ બાબત તદ્દન ભૂલી જાઉં તો પણ ચાલી શકે.' એ પ્રમાણે તમે આ યોગસાધનામાં કહી શકતા નથી. આ જાતની વૃત્તિ કે વલણને કાયમ રાખવું એનો અર્થ તો એ થાય કે તમે રૂપાંતર પામ્યા વિનાના રહેશો, અને ભગવાન જોડે કદી પણ સાચી એકતા નહિ સાધી શકો. તમારી પ્રકૃતિમાં હમેશને માટે બે ભાગ પડેલા જ રહેવાના. એ પ્રમાણે કરવાથી બહુ બહુ તો તમને ઊંચા આધ્યાત્મિક જીવનની ફક્ત ઝાંખી જ થવાની. કેટલીક અનુભૂતિઓ અને સાક્ષાત્કારો તમે ધ્યાન કરતા હો ત્યારે, યા તો તમારી આંતર ચેતનામાં, તમે અનુભવો એ બનવાજોગ છે. પરંતુ તમારી સ્થૂળ શારીરિક ચેતના અને તમારું બહિર્મુખ જીવન બદલાયા વિનાનું રહી જવાનું. જે આંતર સાક્ષાત્કાર યા તો આંતર જ્ઞાનજ્યોતિનો અનુભવ સ્થૂળ દેહનો તથા બહિર્મુખ જીવનનો સ્વીકાર કરતો થાય તે કશા ઉપયોગનો નથી. કારણ કે તેથી જગત જેવું છે તેવું ને તેવું જ, રૂપાંતર થયા વગરનું રહે છે. અત્યાર સુધી એ જ પ્રમાણે સતત બનતું આવેલું છે. જેઓને ઘણા જ મહાન અને સમર્થ સાક્ષાત્કારો થતા તેવા સાધકો પણ પોતાની આંતર શાંતિમાં અક્ષુબ્ધપણે રહેવા માટે જગતથી દૂર થઈ જતા. અને જગત પોતાની ઘરેડમાં ચાલ્યા કરતું, દુઃખ અને મૂઢતામાં પડ્યું રહેતું. જીવનની આ સ્થૂલ પાર્થિવ ભૂમિકા ઉપર મૃત્યુનું અને અજ્ઞાનનું સામ્રાજ્ય નિષ્કંટકપણે ચાલુ રહેતું. જેઓ એ પ્રમાણે સંસારથી દૂર થઈ જાય છે તેમને માટે એ આપત્તિઓમાંથી ઊગરી જવું, મુશ્કેલીથી પરાઙ્મુખ થવું, અને કોઈ બીજી અપાર્થિવ ભૂમિકામાં સુખી સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરી તેમાં મગ્ન રહેવું એ વધારે આનંદદાયી હોય એ બનવા જોગ છે. પરંતુ સંસાર અને જીવનને તેઓ પલટાયા વિનાનાં જ મૂકે છે. વળી એવા સાધકોની પોતાની બહિર્મુખ ચેતના તથા તેમની સ્થૂળ શારિરીક ચેતના પણ જેવી હોય છે તેવી જ અસંસ્કૃત, અરૂપાંતરિત રહે છે. પોતાની ઉચ્ચ આધ્યાત્મિક ભૂમિકામાંથી જ્યારે તેઓ આ સ્થૂલ ભૂમિકા ઉપર પાછા ફરે છે ત્યારે ઘણુંખરું તેમનું વર્તન સામાન્ય માણસો કરતાં પણ ઊતરતા પ્રકારનું હોવાનું સંભવે છે. કારણ કે તેમણે પાર્થિવ વસ્તુઓ ઉપરનો કાબૂ ગુમાવી દીધેલો હોય છે. સ્થૂલ જીવન સાથેનો તેમનો વ્યવહાર કઢંગો અને નિર્બળ બની જાય છે. પ્રત્યેક ક્ષણે ગમે તે બળો તેમના વ્યવહાર ઉપર અસર કરી જાય છે.

*

'જ્યારે મનની પ્રવૃત્તિઓમાં, યા તો બૌદ્ધિક વિષયોમાં આપણે એકાગ્ર થઈ જઈએ છીએ ત્યારે કેટલીક વાર શા માટે ભગવાનની વિસ્મૃતિ થઈ જતી હશે, યા તો તેની સાથેનો સંબંધ છૂટી જતો હશે?''

એ પ્રમાણે ભગવાનનું વિસ્મરણ થવાનું યા તો તેનો સંબંધ છૂટી જવાનું કારણ એ છે કે હજુ તમારી ચેતના બે ભાગમાં વહેંચાયેલી છે. તમારી મનોમય ભૂમિકામાં હજી ભગવાનની પ્રતિષ્ઠા થઈ નથી. તમે હજી સુધી દિવ્ય જીવનને પૂર્ણપણે સમર્પિત થયા નથી. નહિ તો, તમે માનસિક પ્રવૃત્તિઓમાં ગમે તેટલી એકાગ્રતા કરો તોપણ ભગવાન તમને સહાય કરી રહ્યો છે, તે તમને ધારણ કરી રહ્યો છે એવી લાગણી થયા વગર નહિ રહે.

પ્રત્યેક પ્રવૃત્તિમાં, પછી ભલેને તે બુદ્ધિની હોય કે ક્રિયાત્મક હોય તોપણ તમારું તો 'સ્મરણ કર અને સમર્પણ કર', એ જ સૂત્ર હોવું જોઈએ. તમે જે કાંઈ કરતા હો તે ભગવાનને આહુતિ તરીકે અર્પણ કરો. એ ક્રિયા તમારે માટે ઘણી સરસ નિયમન રૂપ પણ નીવડશે. કારણ કે ઘણાં મૂર્ખાઈભરેલાં અને નકામા કાર્યો કરતાં તે તમને અટકાવશે.

(શ્રી માતૃવાણી ગ્રંથ : ૩ પૃષ્ઠ ૨૫થી ૨૮)

(પેજ ૩૯નું ચાલુ)

આત્માનું ઊર્ધ્વમાંથી પ્રતિબિંબ પાડે છે; અને આપણે તેના સાચા પ્રતિનિધિ બનીએ છીએ. આવા શાંત આંતર-સ્વરૂપમાંથી જે જે વસ્તુઓનો પરિત્યાગ કરવાનો હોય છે તેમનો પરિત્યાગ થાય છે, જે વસ્તુને રાખવાની હોય છે અને રૂપાંતર કરવાનું હોય છે તેનો સ્વીકાર થાય છે, એક પૂર્ણતા માટેનો આંતર-સંકલ્પ થાય છે અથવા પ્રકૃતિના ફેરફાર માટે જે વસ્તુ જરૂરી છે તેના માટે દરેક પગલે પરમાત્માની શક્તિને પુકાર થાય છે. તે વસ્તુ આંતરતમમાં રહેલા ચૈતસિક તત્ત્વ પ્રત્યે મન, પ્રાણ અને શરીરને ખુલ્લું કરી શકે છે અને તેનો માર્ગદર્શન આપતો પ્રભાવ. અથવા સીધેસીધું માર્ગદર્શન મળી રહે છે. ઘણા ખરા પ્રસંગોમાં આ બન્ને પદ્ધતિ એક સાથે શરૂ થઈને એક સાથે કાર્ય કરે છે અને તે બન્નેનું એકમાં મિલન થાય છે. પરંતુ વ્યક્તિ ગમે તે એક વસ્તુથી શરૂઆત કરી શકે છે, જે પદ્ધતિ તેના માટે સાહજિક અને અનુસરણ કરવામાં સહેલી હોય છે.

શ્રી અરવિન્દ

(યોગ વિશે પત્રો - ભાગ-૨ પૃષ્ઠ ૧૯થી ૨૧)

'મા' તમે મને અતિશય વહાલાં છો

એક શિષ્યે શ્રી માતાજીને પત્ર લખ્યો હતો –

'કોઈ ચોક્કસ કારણ સિવાય હું તમને આ પત્ર લખી રહ્યો છું તો મને માફ કરશો, પરંતુ તમે મને અતિશય વહાલાં છો એમ તમને કહેવાનું મને મન થઈ આવે છે. મારામાં એક હજાર ને એક અપૂર્ણતાઓ હોવા છતાં આ એક લાગણી મારામાં રહેલી છે – કે તમે મારાં 'મા' છો, હું તમારા હૃદયનો જ એક અંશ છું આટલાં વર્ષો દરમિયાન હું ફક્ત આટલું જ સત્ય અનુભવી શક્યો છું. બીજા કોઈ સત્યની મને કશી અનુભૂતિ થઈ નથી તે કદાચ, મારી કમનસીબી હોઈ શકે, પરંતુ આ એક લાગણી મને થઈ આવે છે તે બદલ હું તમારો અંતરથી આભારી છું.'

શ્રી અરવિન્દનો જવાબ : તમારી આ લાગણી, જે સત્યો પાછળથી અનુભવવાવાના છે તેને માટેનો સંગીન પાયો છે – આધાર છે. કારણ કે બીજા બધાં સત્યો એમાંથી જ ઉદ્‌ભવે છે.

શ્રી માતાજીનો જવાબ : મારા આશીર્વાદ હંમેશા તમારી સાથે જ છે.

શ્રી અરવિન્દ

(Life-Literature - Yoga, by - K.D.Sethana,
1967 edition, P-18)

(વર્ષ ૦૭ : અંક ૭)

RNI NO GUJGUJ/2015/60353
RNP/VDR(E)338/2020-21
VALID UP TO 31/12/2023

વાર્ષિક લવાજમ ₹ ૨૦૦ - છૂટક અંક : ₹ ૨૦ (તા. ૧-૦૪-૨૦૨૧ થી)

શ્રી અરવિન્દ સોસાયટી, પોંડિચેરીની માસિક પત્રિકા

છૂટક અંકની કિંમત ₹ ૨૦

વાર્ષિક લવાજમ ભારતમાં ₹ ૨૦૦

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.