₹ ૨૦/-

સાધના, યોગ અને રૂપાંતર

પ્રભુ અર્પણ

માર્ચ - ૨૦૨૩

(શ્રી અરવિન્દ અને શ્રી માતાજીની શબ્દસુધા)

Matter shall reveal the Spirit's face

Sri Aurobindo

આપણા યોગનો હેતુ આત્મ સિદ્ધિ છે — આત્મ વિલોપન નહિ. યોગીના ચરણો માટે બે માર્ગો નક્કી કરવામાં આવેલા છે, વિશ્વમાંથી મુક્તિ અને વિશ્વમાં પૂર્ણતાની પ્રાપ્તિ; પ્રથમ વસ્તુ ત્યાગવૃત્તિને પરિણામે સિદ્ધ થાય છે, બીજી વસ્તુ તપસ્યાને પરિણામે બની આવે છે; પ્રથમની વસ્તુ જ્યારે આપણે અસ્તિત્વમાં રહેલા પ્રભુને ગુમાવી બેસીએ છીએ ત્યારે આપણને આવકારે છે, બીજી વસ્તુ આપણે જ્યારે પ્રભુને અસ્તિત્વમાં ચરિતાર્થ કરીએ ત્યારે સિદ્ધ થાય છે. આપણો પંથ પૂર્ણતાનો હો, આત્મત્યાગનો નહિ; યુદ્ધમાં વિજય આપણો હો, લડાઈમાંથી પલાયનવૃત્તિ નહિ.

શ્રી અરવિન્દ

(CWSA : 12 : 96)

સામાન્ય સાધનાઓનું લક્ષ્ય છે પરમ ચેતના (સત્–ચિત્–આનંદ) સાથે એકતા સાધવી. અને જે લોકો એ ચેતનામાં પહોંચી જાય છે તેઓ પોતાના વ્યક્તિગત મોક્ષથી સંતુષ્ટ થઈ જાય છે, અને જગતને તેઓ તેમની દુઃખદ સ્થિતિમાં છોડી જાય છે. આનાથી ઊલટું, શ્રી અરવિન્દના યોગની સાધના, જ્યાં બધી સાધનાઓ પૂરી થાય છે ત્યાંથી શરૂ થાય છે. પરમ તત્ત્વ સાથે એક્તાની અનુભૂતિ થતાં વ્યક્તિએ તે અનુભૂતિને બાહ્ય જગતમાં નીચે સુધી લઈ આવવાની રહે છે અને જ્યાં સુધી પૂર્ણ રૂપાંતર શક્ય ન બને ત્યાં સુધી આમ કરતાં રહી પૃથ્વી પરના જીવનને અને એની અવસ્થાને બદલતાં રહેવાનું છે.

શ્રી માતાજી

(GL : 2 : pp 46-47)

પ્રભુ અર્પણ

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

શ્રી અરવિન્દ સોસાયટી, વડોદરા.

માર્ચ – ૨૦૨૩ વર્ષ : ૦૯ અંક : 03

અનુક્રમ

સાધના, યોગ અને રૂપાંતર
(પૂર્ણયોગનું વિહંગાવલોકન : વિશિષ્ટ અંક : ૧)

વિભાગ–૧ : સાધના ૦૬

વિભાગ–૨ : યોગ ૦૮

વિભાગ–૩ : યોગની મધ્યસ્થ પ્રક્રિયા ૧૫

વિભાગ–૪ : ધ્યાન ૨૪

વિભાગ–૫ : રૂપાંતર ૨૭

*

વૃત્ત વિશેષ ૩૧

Form IV ૩૪

તંત્રીનોંધ : પૂર્ણયોગ જે રીતે સમજવામાં આવે છે એ મુજબ એ એના પ્રયોગમાં તેમ જ એનાં પરિમાણોમાં ખૂબ જ વિશાળ છે. 'પૂણયોગનું વિહંગાવલોકન' એક એવો પ્રયત્ન છે જેમાં પૂર્ણયોગને એની પૂર્ણતા અને વિશાળતા સહિત રજૂ કરવાનો ઉપક્રમ અપનાવવામાં આવ્યો છે. વધુમાં રોજબરોજના જીવનમાં એને કઈ રીતે લાગુ કરવો તે તથા સાધકના આધ્યાત્મિક પ્રયત્નોમાં એની વ્યવહારુતા સિદ્ધ કરવી એ છે આ વિહંગાવલોકનો હેતુ. અલબત્ત, પૂર્ણયોગને એની સમગ્રતામાં શબ્દોમાં મૂકી શકાય નહિ, છતાં એની યાત્રાની કંઈક રૂપરેખા રજૂ કરી શકાય. ચેતાનાનો વિકાસ, આધ્યાત્મિક્તા અને એની દિવ્યતાને આંતર તેમ જ બાહ્ય શબ્દોમાં રજૂ જરૂર કરી શકાય. આ વિશિષ્ટ અંક સાધના, યોગ અને રૂપાંતરની વિધવિધ બાજુએ પરત્વે વાચકનું ધ્યાન દોરે છે.

યોગની ચાર શક્તિઓ અને એનાં ચાર લક્ષ્યો

યોગની ચાર શક્તિઓ છે અને એનાં ચાર લક્ષ્યો છે. શુદ્ધિ, સ્વતંત્રતા, પરમ સુખ અને પૂર્ણતા. જે પણ વ્યક્તિ આ ચાર સામર્થ્યોને પરાત્પર, વૈશ્વિક, લીલામય અને વ્યક્તિગત પ્રભુના સત્‌માં સિદ્ધ કરી લે છે એ છે પૂર્ણ અને કેવળ યોગી.

પ્રભુના સર્વ આવિર્ભાવો છે કેવળ પરબ્રહ્મના આવિર્ભાવો.

(CWSA 12:93) **શ્રી અરવિન્દ**

વિભાગ–૧

સાધના

સાધના, તપસ્યા, આરાધના, ધ્યાન

સાધના એ છે યોગનો અભ્યાસ. તપસ્યા છે સંકલ્પની એકાગ્રતા, જેના દ્વારા સાધનામાં પરિણામો પ્રાપ્ત કરી શકાય અને નિમ્ન પ્રકૃતિ ઉપર વિજય પ્રસ્થાપિત કરી શકાય. આરાધના એટલે ઈશ્વરની પૂજા, ઈશ્વર પ્રત્યે પ્રેમ, સ્વાર્પણ અને અભીપ્સા. નામજપ, પ્રાર્થના, ધ્યાન એ છે ચેતનાની આંતર એકાગ્રતા ધ્યાન સમાધિમાં ઊંડે ઊતરવું. ધ્યાન, તપસ્યા અને આરાધના એ સર્વ સાધનાનાં અંગો છે. (CWSA 29 : 215)

***

ઈશ્વર માટે કરવામાં આવે એ છે ખરી સાધના

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

એમાં પ્રશ્ન ઈશ્વર પરત્વેની અભીપ્સાનો છે. તમારા જીવનમાં એ જ કેન્દ્રસ્થ ધ્યેય છે કે કેમ, એ તમારી આંતરિક જરૂરિયાત છે કે નહિ. (CWSA 29 : 240)

***

તમે હંમેશાં 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 તમારા પ્રયત્નને ટેકો આપવા માટે જ માત્ર બોલાવવાનું નહિ રાખો — તો તમને નડતી બાધા ઓછી થઈ જશે અને છેવટે અદશ્ય થઈ જશે. (શ્રી માતાજી : દિવ્ય સ્વરૂપ : ૬૯)

***

તમારે માટે ઘેર રહીને તેમ જ તમારા કાર્યમાં રત રહીને સાધના કરવી બિલકુલ શક્ય છે; ઘણા લોકો આ રીતે સાધના કરે છે. (CWSA 35 : 229)

***

સાધના એટલે કે 'મા' તમારી પાસે છે, તમારી અંદર છે એમ અનુભવ કરો, મા બધું કરે છે એ પ્રમાણે અનુભવો. 'મા' ની બધી વસ્તુઓને ભીતરમાં ગ્રહણ કરો.

(શ્રી અરવિન્દના બંગાળી પત્રો)

***

સાધના માટે શ્રેષ્ઠ વલણ

સાધના માટે તમે શ્રી માતાજી ઉપર આધાર રાખો એ છે શ્રેષ્ઠ વલણ. કારણ, સાચે જ શ્રી માતાજીની શક્તિ જ તમારી અંદર સાધના કરી રહી હોય છે. (CWSA 31 : 276)

***

બાળક : યોગસાધના શું માનવજાતિને ખાતરી કરવાની છે ?

શ્રી માતાજી : ના. સાધના ભગવાનને ખાતર કરવાની છે.... આપણે ભગવાનના આવિર્ભાવની અભીપ્સા સેવીએ છીએ.

***

ચૈતસિક રીતે શ્રી માતાજી પ્રત્યે ખુલ્લા થવાથી સાધના માટે જે કંઈ જરૂરી છે તે બધી વસ્તુઓ ક્રમશ : વિકાસ પામે છે, આ છે સાધનાનું મુખ્ય રહસ્ય, – અનેક રહસ્યોમાંનું મુખ્ય રહસ્ય. (SABCL 15 : 121)

***

યોગ, સાધના, ધ્યાન

યોગ એટલે ઈશ્વર સાથે ઐક્ય, સાધના એટલે ઈશ્વર સાથે ઐક્ય સિદ્ધ કરવા તમે જે રીત અનુસરો છો તે. તમારે સામાન્ય માનવીય ચેતનાથી દૂર હઠી જવું અને દિવ્ય ચેતના સાથે સંપર્ક સ્થાપવો.

એને માટે હંમેશાં શ્રી માતાજીને પુકાર કરતા રહો, શ્રી માતાજી માટે અભીપ્સા સેવો, એમને પ્રાર્થના કરો કે એમની શક્તિ તમારી અંદર કાર્ય કરે અને તમને યોગ્ય બનાવે....

(CWSA 32 : 135)

***

પ્રત્યેક સાધકની પોતાની અલગ સાધના હોય છે

પ્રત્યેક સાધકની પોતાની અલગ સાધના હોય છે, પોતાની મુશ્કેલીઓ હોય છે, પોતાની રીતને એને અનુસરવાનું હોય છે. એની સાધના એની પોતાની અને ઈશ્વર વચ્ચેની બાબત હોય છે, અન્ય કોઈ પણ વ્યક્તિએ એમાં ભાગ ભજવવાનો હોતો નથી.

(CWSA 31 : 630)

***

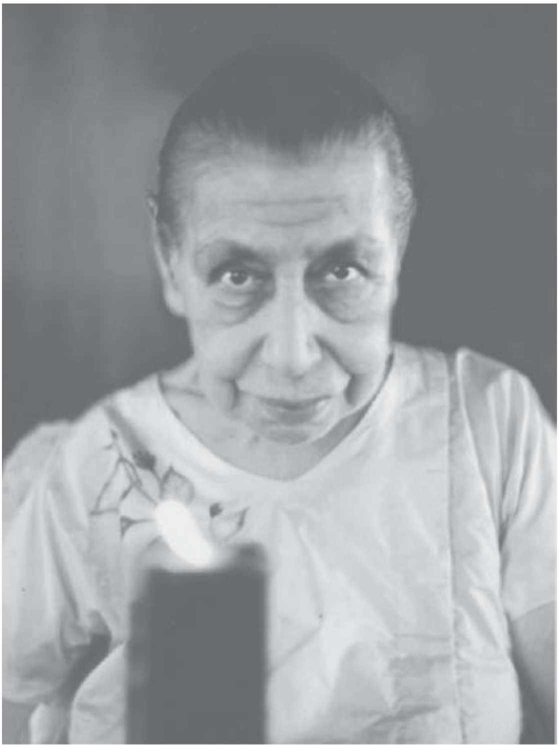
દિવ્ય શક્તિ પરત્વે તમારી જાતને અભિમુખ કરો

આ સાધનામાં એકમાત્ર જરૂરિયાત જે છે તે તમારી જાતને દિવ્ય શક્તિ પરત્વે અભિમુખ કરવી, વ્યક્તિ જો અભિમુખ બને તો આધ્યાત્મિક અનુભૂતિ દ્વારા જરૂરી સમજશક્તિ કે જ્ઞાન આપોઆપ આવી મળશે. (CWSA 35 : 448

***

વિભાગ–૨

યોગ



યોગમાર્ગો ઘણા છે.

યોગમાર્ગો ઘણા છે, આધ્યાત્મિક સાધનાઓ અનેક છે, મુક્તિ અને પૂર્ણતા પરત્વેના માર્ગો ઘણા છે. આત્માની પ્રભુગામી પદ્ધતિઓ અનેક છે. દરેકનું પોતાનું અલગ ધ્યેય હોય છે, એક વાસ્તવિક્તા પરત્વેનો દરેકનો વિશિષ્ટ અભિગમ હોય છે, એની અલગ પદ્ધતિ, એનું સહાયકારી તત્ત્વદર્શન અને એની આચરણની રીત પણ હોય છે. પૂર્ણયોગ એ સર્વને એમના સત્ત્વમાં સ્વીકારે છે અને સર્વના સર્વ ધ્યેયો, પદ્ધતિઓ, અભિગમોના એકીકરણ માટે પ્રયત્ન કરે છે. (સત્ત્વાંશે, વિગતોમાં નહિ). પૂર્ણયોગ સર્વગ્રાહી તત્ત્વદર્શન અને એના આચરણની હિમાયત કરે છે. (CWSA 31 : 630)

***

આપણે યોગ કોને કહીએ છીએ ?

યોગ એ એના મૂળ અર્થમાં સામાન્ય ચેતનામાંથી – કે જેમાં આપણે બાહ્ય દેખાવો પ્રત્યે જ જ્ઞાત હોઈએ છીએ – ઊર્ધ્વ અને અંતરતમ ચેતનામાં – જેમાં આપણે વાસ્તવિક્તા પ્રત્યે જાગ્રત હોઈએ છીએ અને મૂળ અસ્તિત્વને જાણીએ છીએ – પહોંચવાનો માર્ગ છે. એમાં આપણે વાસ્તવિક્તા પ્રત્યે ફક્ત સભાન જ નથી થતા પરંતુ એ વાસ્તવિક્તામાં જીવન ધારણ કરી શકીએ છીએ તથા વસ્તુઓના આભાસમાં રહેવા અને તે મુજબ જ કાર્ય કરવાને બદલે વાસ્તવિક્તામાં રહીએ છીએ અને તેના મુજબ કાર્ય પણ કરી શકીએ છીએ. અજ્ઞાનમાંથી સ્વરૂપના જ્ઞાન પ્રતિ દોરી જતો માર્ગ એ યોગ છે. એ છે દેખીતા આપણા આભાસી સ્વરૂપથી આપણા સાચા સ્વરૂપ તરફ લઈ જતો માર્ગ. બાહ્ય, દ્રશ્યમાન, માનસિક, પ્રાણમય તથા ભૌતિક જીવનમાંથી આંતરિક, આધ્યાત્મિક અસ્તિત્વ તરફ તેમ જ સ્વભાવના આધ્યાત્મિકરણ તરફ દોરતો માર્ગ એ યોગ છે.

(CWSA 12 : 361)

***

યોગ એ વિજ્ઞાન છે, પ્રક્રિયા છે, પ્રયત્ન છે અને કાર્ય છે, જેના દ્વારા મનુષ્ય પોતાની સામાન્ય મનોમય ચેતનામાંથી મહત્તર આધ્યાત્મિક ચેતનામાં પહોંચવાના પ્રયત્નો કરતો રહે છે.

***

સર્વ યોગમાર્ગોનો હેતુ એ જ છે કે ચેતનાના પરિવર્તન દ્વારા વસ્તુમાત્રની પૂઠળે રહેતી વાસ્તવિક્તામાં પ્રવેશ કરવો અને બાહ્ય આભાસોમાં રચ્યાપચ્યા ન રહેવું.

***

યોગની પ્રક્રિયાનો સમગ્ર હેતુ છે : ચેતનાનું પરિવર્તન.

(CWSA 12 : 327, 331, 327)

***

યોગ એટલે તપસ્ચા અને યોગસિદ્ધિ એટલે ઈશ્વરત્વ પ્રાપ્ત કરવું તે. અને એ પ્રાપ્ત કરી શકાય ઈશ્વર સાથે એકત્વ કેળવીને અથવા તો ઈશ્વરના મૂળભૂત સત્ત્વ સાથે તેમ જ એમની સાથે વ્યક્તિગત સંબંધ કેળવીને અને આ બંને રીતે અથવા તો એકીસાથે એ બંને રીતો દ્વારા મનુષ્ય ઈશ્વરત્વ પ્રાપ્ત કરી શકે છે.

***

પૂર્ણયોગ

પૂર્ણયોગ એને કહેવાય જે જગતમાં જ ઈશ્વરનો સાક્ષાત્કાર કરે, જીવનનો સ્વીકાર કરે તથા બધાં જ સ્વરૂપો સાથે અને માનવમાત્ર સાથે ઐક્ય અનુભવે, જીવન અને

અસ્તિત્વને ઈશ્વર ચેતનાથી ભરી દે અને માત્ર વ્યક્તિને જ નહિ પણ આખી માનવજાતિને પૂર્ણતા પ્રતિ દોરી જાય.

આ યોગનો હેતુ પ્રભુની હાજરી અને ચેતનામાં પ્રવેશ પામીને તેને આધીન થઈ રહેવાનો, પ્રભુ પ્રત્યે પ્રભુને ખાતર જ પ્રેમ રાખવાનો, આપણી પ્રકૃતિને દિવ્ય પ્રકૃતિ સાથે સંવાદમાં રચવાનો અને આપણા સંકલ્પ, કાર્યો અને જીવનમાં પ્રભુના કરણ થઈ રહેવાનો છે. એનો હેતુ કોઈ મહાન યોગી કે અતિમાનવ બનવાનો નથી (જો કે એમ બની આવે પણ ખરું) અથવા પ્રભુને પોતાના અહંકારની શક્તિ, ગર્વ અથવા સુખસાધનની પ્રાપ્તિ માટે પકડવાનો નથી. એ મોક્ષ માટે પણ નથી, જો કે એનાથી મોક્ષ અને બીજું બધું પ્રાપ્ત થાય પણ ખરું, પરંતુ એ આપણાં લક્ષ્ય ન હોઈ શકે. આપણું લક્ષ્ય કેવળ પ્રભુ જ 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 આનુષાંગિક પરિણામ તરીકે નહિ પણ એક સ્પષ્ટ અને મધ્યવર્તી ધ્યેય તરીકે. જો બીજા યોગોમાં અવતરણ આવે છે તો તે પણ એક માર્ગે વળતાં 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, વિશ્વથી 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; ને પુરાતન યોગમાર્ગો ઉપર ઘોડેસ્વાર થઈને મારા લક્ષ્ય રૂપે ગૃહે સહીસલામત રીતે, સુપ્રકાશિત, સુનિશ્ચિત કરેલા, પૂર્ણપણે માપી રાખેલા, લાદી જડેલા, સહીસલામત અને જાહેર રીતે ખુલ્લા મુકેલા માર્ગે થઈ વિચરણ કરત. આપણો યોગ એ જૂની પગથી ઉપર ફરીથી પગલાં માંડવાપણું નથી પણ એ એક આધ્યાત્મિક સાહસયાત્રા છે.

***

પૂર્ણ યોગ શું છે ? એ છે ઈશ્વરના સંપૂર્ણ સાક્ષાત્કારનો માર્ગ, પૂર્ણ આત્મ સાક્ષાત્કારનો માર્ગ. એ છે આપણા અસ્તિત્વની તથા ચેતનાની કૃતાર્થતા સાધી આપતો તેમ જ સ્વભાવનું સંપૂર્ણ રૂપાંતર કરી આપતો યોગ. અને આ બધું પ્રાપ્ત કરવાનું આ જીવનમાં જ, સંપૂર્ણ પૂર્ણતા દ્વારા, બીજા કોઈ શાશ્વત પ્રદેશમાં કાયમી શાંતિ મેળવવા માટે નાસી જઈને નહિ.

આ છે ધ્યેય, એને માટેની પદ્ધતિ પણ ધ્યેય જેટલી જ સમગ્ર અને પૂર્ણ છે. કારણ કે ધ્યેયની સમગ્રતાને પદ્ધતિની સમગ્રતા સિવાય આવરી લઈ શકાતી નથી. પદ્ધતિની સમગ્રતા એટલે આપણે જેનો સાક્ષાત્કાર કરવાનો છે તેના પ્રત્યે પૂર્ણ રીતે ખુલ્લા થવું, તે તરફ જ પૂરેપૂરો ઝોક રાખવો તથા પોતાનું, સમગ્ર અસ્તિત્વનું અને સ્વભાવનું એના દરેક ભાગોમાં, રીતભાતમાં અને હિલચાલમાં નિઃશેષ સમર્પણ કરી દેવું.

આપણાં મન, હૃદય, સંકલ્પ, શરીર, બાહ્ય અને આંતરિક સ્વરૂપ આપણા સચેતન, અર્ધચેતન કે અવચેતન સર્વ ભાગો, સર્વ કાંઈનું આ રીતે નિઃશેષ સમર્પણ થવું ઘટે. અને આ બધાંએ એ સાક્ષાત્કાર તથા રૂપાંતર પામવા માટે સાધનરૂપ બની રહેવું જોઈએ જેથી કરીને આ માનવચેતના અને માનવપ્રકૃતિનું દિવ્ય ચેતના અને પ્રકૃતિમાં જે ઝળહળતું રૂપાંતર થવાનું છે તેમાં તેઓ પણ ભાગીદાર બની શકે.

આ છે પૂર્ણયોગનું મહત્ત્વનું લક્ષણ.

***

અહીં (શ્રી અરવિન્દ આશ્રમમાં) જે યોગમાર્ગનું અનુસરણ કરવામાં આવે છે તેનો હેતુ બીજા યોગમાર્ગો કરતાં જુદો પડે છે, કારણ કે એનો ઉદ્દેશ અજ્ઞાનને વશ એવી સામાન્ય પાર્થિવ ચેતનામાંથી છૂટીને દિવ્ય ચેતનામાં આરોહણ કરવું એટલો જ નથી, પરંતુ એ દિવ્ય ચેતનાની પોતાની જે વિજ્ઞાનમય શક્તિ રહેલી છે તેને માનવનાં મન, પ્રાણ અને દેહના અજ્ઞાનમાં ઉતારી લાવવી, માનવનાં એ કરણોનું રૂપાંતર સાધવું અને એ પ્રમાણે રૂપાંતર પામીને દિવ્ય થયેલી માનવપ્રકૃતિમાં પ્રભુનો આવિર્ભાવ કરવો તથા જડ પાર્થિવ

તત્ત્વમાં દિવ્ય જીવનનું સર્જન કરવું એ પણ આ યોગના ઉદ્દેશમાં આવે છે....

આ યોગ (પૂર્ણયોગ)નું ધ્યેય છે પ્રથમ તો અલગતાની ભાવનાવાળા અહમ્‌ને દિવ્ય ચેતનામાં ભેળવી દઈ સાધકે એ દિવ્ય ચેતનામાં પ્રવેશ પામવો (અને એમ કરવાથી સાધક પોતાના સત્ય વ્યક્તિગત સ્વરૂપને પ્રાપ્ત કરી શકે છે, જે સ્વરૂપ મર્યાદિત, મિથ્યાભિમાની તેમ જ સ્વાર્થી એવો માનવીય અહંકાર નથી, પરંતુ એ હોય છે ઈશ્વરનો અંશ). બીજું છે, મન, પ્રાણ અને શરીરનું રૂપાંતર સિદ્ધ કરવા માટે અતિમનસ ચેતનાનું અવતરણ કરાવવું.

(શતાબ્દી પુસ્તિકા - યોગ - પૃ. ૧૯થી ૨૦)

***

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)

***

જે જે કોઈ શ્રી માતાજી તરફ વળેલું છે તે મારો યોગ જ કરે છે. માણસ પોતે પોતાની મેળે પૂર્ણયોગ 'કરી' શકે છે – એટલે કે પોતાના જ પ્રયત્ન દ્વારા યોગનાં સર્વ અંગોનો અમલ કરી શકે છે અને તે બધાંને સિદ્ધ કરી શકે છે એમ માનવું એ ઘણી મોટી ભૂલ છે. કોઈ પણ માનવ પ્રાણી આ કરી શકે તેમ નથી. સાધકે પોતે જે કરવાનું છે તે આ કે તે પોતાની જાતને શ્રી માતાજીના હાથમાં મૂકી દે અને સેવા દ્વારા, ભક્તિ દ્વારા, અભીપ્સા દ્વારા પોતાની જાતને શ્રી માતાજી પ્રત્યે ખુલ્લી કરે. એમ થતાં શ્રી માતાજી તેનામાં પોતાના પ્રકાશ અને શક્તિ વડે કામ કરવા લાગે છે અને તે રીતે સાધના થવા લાગે છે. વળી પોતે એક મહા પૂર્ણયોગી થવું છે કે અતિમાનસ વ્યક્તિ બનવું છે એવી મહત્ત્વાકાંક્ષા સેવવી તેમ જ પોતે આ સિદ્ધિ તરફ કેટલે સુધી પ્રગતિ કરી છે તે જાણવા માગવું એ ભૂલ છે. સાધક માટે ખરું વલણ તો એ છે કે તે કેવળ શ્રી માતાજી પ્રત્યે પોતાની નિષ્ઠા વાળેલી રાખે, તેમને જ સમર્પિત બની રહે તેમ જ શ્રી માતાજી તેને જે બનાવવા ઇચ્છે તે બની રહેવાની પોતે ઇચ્છા રાખે. આ સિવાયની બીજી વસ્તુઓનો નિર્ણય કરવો અને તમારામાં તે કરી આપવી એ શ્રી માતાજીનું કાર્ય છે. (શ્રી માતાજી : દિવ્ય સ્વરૂપ : પૃ-૬૪-૬૫)

***

તમારી સર્વ ક્રિયાઓ પ્રભુને અર્પણ કરો

''યોગસાધનામાં પ્રગતિ કરવા માટે સાધકે પોતાનું સર્વસ્વ ભગવાનને અર્પણ કરી દેવું જોઈએ, પોતાની પાસે હોય તે નાનામાં નાની વસ્તુ સુદ્ધાં તથા છેક નજીવાં ગણાય તેવાં કર્મો પણ. આનો ચોક્કસ અર્થ શો છે ?''

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 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 નજીવી 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 ગૂંચાયેલા, 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.

(શ્રી માતૃવાણી ગ્રંથ ૩ : ૨૫-૨૬)

***

આ યોગની આચરણપદ્ધતિ બેવડી છે – એની એક બાજુ છે : ઉચ્ચ ભૂમિકાઓએ ચેતનાનું આરોહણ અને બીજી બાજુ છે : ઉચ્ચ ભૂમિકાઓની શક્તિનું પૃથ્વીની ચેતનામાં અવતરણ; જેથી અંધકાર અને અજ્ઞાનની શક્તિને દૂર કરી શકાય અને પ્રકૃતિનું રૂપાંતર સિદ્ધ થઈ શકે. (CWSA 30 : 416)

***

જ્ઞાન, ભક્તિ, કર્મ વગેરેનું એમનું સ્થાન છે

એટલું યાદ રાખો કે હું હંમશાં એ જાહેર કરતો રહ્યો છું કે પૂર્ણયોગમાં જ્ઞાન, ભક્તિ, કર્મ – ચેતનાનો પ્રકાશ, આનંદ અને પ્રેમ, કર્મમાં સંકલ્પ અને શક્તિ – ધ્યાન, આરાધના, ઈશ્વરની સેવા આ સર્વનું એમનું સ્થાન છે જ. (CWSA 29 : 223)

***

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)

વિભાગ–૩

યોગની મધ્યસ્થ પ્રક્રિયા

યોગનો આરંભ 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 કરતાં હોઈએ (એ તો ખુલ્લું છે કે આપણે જે કરતાં હોઈએ છીએ તે આપણાને ઘણું અગત્યનું લાગે છે,) તેના કરતાં 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)

*

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 માનવમન 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 રહેલાં 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; તેનાં પરિણામો 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 પોતાનાં 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 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)

સાધનાની પ્રક્રિયા

અતિમાનસ સાક્ષાત્કાર અતિ ઘણો મુશ્કેલ છે અને તેની શરતોનું ચોક્કસ પાલન માગે છે, અને તેને નીચે સ્થૂલ ભૂમિકા ઉપર લાવવાનું કામ સૌથી વધુ મુશ્કેલ છે.

બીજી કોઈ વસ્તુ ગમે તેટલી સહાયકારક જણાય તોપણ તમારે ફક્ત તેના એકલા ઉપર આધાર રાખવો જોઈએ નહિ, પરંતુ ખાસ કરીને, મુખ્યત્વે, મૂળ પાયા તરીકે શ્રી માતાજીની દિવ્ય શક્તિ ઉપર આધાર રાખવો જોઈએ. સૂર્ય ને દિવ્ય પ્રકાશ સહાય કરે, પરંતુ શ્રી માતાજીની દિવ્ય શક્તિનું સ્થાન તે લઈ શકે નહિ.

અમારું લક્ષ્ય અતિમાનસ સાક્ષાત્કાર છે, અને તેને માટે કે તેના તરફ જવા માટે જે જે જરૂરનું છે તે બધું તેની દરેક મજલની પરિસ્થિતિ પ્રમાણે અમારે કરવાનું છે. સ્થૂલ ચેતનાને તૈયાર કરવી તે અત્યારે જરૂરનું છે. તેને માટે સંપૂર્ણ સમતા, શાંતિ અને શારીરિક કે પ્રાણમય ભાગોમાં કોઈ અંગત માગણીથી કે ઇચ્છાથી મુક્ત એવું સંપૂર્ણ આત્મ-નિવેદન, આ બધી વસ્તુઓની સ્થાપના કરવાની છે. બીજી વસ્તુ યથાકાળે આવી શકે છે. સ્થૂલ ચેતનામાં ચૈત્ય ઉદ્‌ઘાટન અને ત્યાં પ્રભુની સતત અસ્તિતા ને દોરવણી, આ અત્યારે જરૂરની વસ્તુ છે. આ ભૌતિક ચેતનાની અંદર અમે ઊર્ધ્વનાં દિવ્ય પ્રકાશ, દિવ્ય શક્તિ ને દિવ્ય આનંદને પ્રથમ લાવવા માગીએ છીએ, અને તે પછી અતિમાનસ સત્ય, જે અમારા યોગનો હેતુ છે, તે લાવવા માગીએ છીએ.

*

શારીરિક રીતે શ્રી માતાજી પ્રત્યે ખુલ્લા રહેવાથી, કાર્યને માટે કે સાધનાને માટે જે જરૂરનું છે તે બધું પ્રગતિમાન રીતે વિકસે છે, આ છે મુખ્ય રહસ્યોમાંનું એક રહસ્ય, સાધનાનું કેન્દ્રસ્થ રહસ્ય.

યોગસાધના કરવી એટલે સર્વ આસક્તિઓને જીતવાનો ને ફક્ત પ્રભુ તરફ

વાળવાનો સંકલ્પ. સાધનામાં મુખ્ય વસ્તુ આ છે કે પગલે પગલે પ્રભુની દિવ્ય કરુણામાં વિશ્વાસ રાખવો, વિચારને સતત પ્રભુ પ્રત્યે વાળવો અને જ્યાં સુધી સત્ત્વ ખૂલે અને શ્રી માતાજીની દિવ્ય શક્તિ આધારમાં કામ કરતી સંવેદાય ત્યાં સુધી પોતાને સમર્પિત કરતા રહેવું.

શ્રી માતાજી પ્રત્યે ખુલ્લા રહેવું એટલે સદા શાંત, સુખમય ને વિશ્વાસથી સભર સ્થિતિમાં રહેવું, – નહિ અસ્વસ્થ, નહિ ઉદ્વિગ્ન કે નહિ નિરાશ, – તમારી અંદર શ્રી માતાજીની શક્તિને કામ કરવા દો, તે તમને દોરે, જ્ઞાન આપે, પ્રશાંતિ ને દિવ્ય આનંદ આપે, એવી રીતે રહો.

પૂરેપૂરા ઉદ્‌ઘાટન માટે સત્ત્વ તેમના સતત સ્મરણથી તૈયાર થાય છે. હૃદય ખૂલે ત્યારે શ્રી માતાજીની અસ્તિતા સંવેદાય છે અને તેમની ઊર્ધ્વની દિવ્ય શક્તિ પ્રત્યે ખુલ્લું થવાય ત્યારે ઉચ્ચતર ચેતનાની દિવ્ય શક્તિ નીચે શરીરમાં ઊતરે છે અને સમગ્ર પ્રકૃતિને બદલવા માટે ત્યાં કાર્ય કરે છે.

જ્યારે અહં-કેન્દ્રસ્થ વૃત્તિ અત્યંત ઘટી જાય છે અને વળી શ્રી માતાજી પ્રત્યે ગાઢ ભક્તિ હોય છે, ફક્ત ત્યારે ચૈત્ય કેન્દ્રનું ઉદ્‌ઘાટન સહેલું બને છે. આધ્યાત્મિક નમ્રતા અને આજ્ઞાધીનતાની ને આલંબનની ભાવના આવશ્યક છે.

*

અતિમાનસ પલટા માટે તૈયારી કરવાની શરતો આ છે, પણ તેમાંની એકેય સહેલી નથી, અને આધાર તૈયાર થયો છે એવું કહી શકાય તે પહેલાં તેને પૂરી કરવી જોઈએ. (ચૈતસિક, અહંભાવરહિત, ફક્ત પ્રભુની દિવ્ય શક્તિ પ્રત્યે અભિમુખ) આવું સાચું વલણ જો સ્થાપી શકાય, તો પ્રક્રિયા અતિ ઘણી ઝડપથી ચાલી શકે :-

૧. ચૈત્ય પુરુષને મોખરે લાવો ને તેને ત્યાં રાખો, અને તેની શક્તિને મન, પ્રાણ ને દેહ ઉપર લગાવો, જેથી કરીને તે પોતાની એકચિત્ત અભીપ્સાનું બળ, વિશ્વાસ, શ્રદ્ધા, સમર્પણ, અને તે બધામાં જે કંઈ અસત્ય હોય, અહંતા ને સ્ખલન પ્રત્યે વળેલું હોય, અને દિવ્ય પ્રકાશ ને દિવ્ય સત્યથી દૂર હોય, તે બધાનું નિરીક્ષણ કરવાની શક્તિ, આ બધી વસ્તુઓ મન, પ્રાણ ને દેહને પહોંચાડી શકે.

૨. અહંભાવને તેનાં બધાં રૂપોમાંથી અને ચેતનાની દરેક વૃત્તિમાંથી નિર્મૂળ કરો.

૩. વિશ્વમય ચેતનાને વિકસાવો – અહંકેન્દ્રીય બહિર્મુખ દૃષ્ટિને તજી દો, અને તેને બદલે વિશાળતા, બિન-અંગત ભાવ, વિશ્વવ્યાપી પ્રભુની અનુભૂતિ, વિશ્વવ્યાપી બળનું જ્ઞાન, સમષ્ટિગત આવિર્ભાવની – લીલાની સમજણ ને સાક્ષાત્કાર, આ સર્વ મેળવો.

૪. અહંતાની જગાએ સાચા સ્વરૂપને શોધી લો, જે પ્રભુનો અંશ છે, શ્રી જગદંબામાંથી ઉત્પન્ન થયેલો છે, અને આવિર્ભાવનું કરણ છે. હું પ્રભુનો અંશ છું ને કરણ છું, એવો ભાવ સર્વ ગર્વ, અહંતાનો હકદાવો, ચઢિયાતાપણાનો આગ્રહ, માગણી

કે ઈચ્છા, એ સર્વથી મુક્ત હોવો જોઈએ. કારણ કે, આ બધાં તત્ત્વો તે ભાવમાં હોય તો તે સાચી વસ્તુ નથી.

૫. ઘણા માણસો સાધના કરે છે ત્યારે દીપ્તિ-મન વડે કે ઉચ્ચતર મન વડે થોડો વખત કે થોડે અંશે પ્રકાશિત થયેલાં મન, પ્રાણ ને શરીરમાં રહે છે. પરંતુ અતિમાનસ પલટાની તૈયારી કરવા માટે પ્રજ્ઞા-મનસ ને અધિમનસ સુધી ખુલ્લા થવાની જરૂર છે, જેથી કરીને તેઓ અતિમાનસ પલટા માટે આધારને તૈયાર કરે. ચેતનાને શાંતિથી વિકસવા ને વિસ્તરવા દો, તે પછી આ વસ્તુઓનું જ્ઞાન પ્રગતિમાન રીતે આવશે.

૬. શાંતિ, વિવેકબુદ્ધિ, અનાસક્તિ (પરંતુ બેદરકારી નહિ) આ બધું અતિ અગત્યનું છે, કારણ કે તેમનાથી ઊલટી વસ્તુઓ રૂપાંતરકારક ક્રિયામાં દખલ કરે છે. અભીપ્સાની તીવ્રતા હોવી જોઈએ, પરંતુ તેની સાથે ઉતાવળ ને જડતા ન હોવાં જોઈએ, રાજસી અતિ-આતુરતા કે તામસી નિરુત્સાહિતા પણ નહિ; પરંતુ સ્થિર ને આગ્રહી છતાં શાંત સાદ ને કાર્ય હોવાં જોઈએ. કોઈએ સાક્ષાત્કારને ઝડપી કે ઝૂંટવી લેવાનો નથી, પરંતુ અંદરમાંથી ને ઊર્ધ્વમાંથી સાક્ષાત્કારને આવવા દેવાનો છે અને તેનું ક્ષેત્ર, તેનો પ્રકાર, ને તેની સીમાનું ચોક્કસ નિરીક્ષણ કરવાનું છે.

૭. શ્રી માતાજીની દિવ્ય શક્તિને તમારી અંદર કાર્ય કરવા દો, પરંતુ તેને બદલે ફૂલણજી અહંતાનું કાર્ય યા તો અજ્ઞાનનું બળ સત્ય તરીકે તમારી પાસે જેને લીધે રજૂ થાય એવાં સંમિશ્રણ કે અદલાબદલીથી દૂર રહેવાની કાળજી રાખો. ખાસ કરીને પ્રકૃતિમાં રહેલી સર્વ જડતાને ને અચેતનતાને બહાર ફેંકી દેવાની અભીપ્સા રાખો.

*

યોગસાધના કરવાના બે માર્ગ છે : એક તપસ્યાનો ને બીજો આત્મ-સમર્પણનો. તપસ્યાનો માર્ગ કપરો છે, સમર્પણનો સહીસલામત ને ખાતરીવાળો છે.

જો આ સમર્પણનો માર્ગ તમે સંપૂર્ણપણે ને સહૃદયતાથી સ્વીકારો તો યોગસાધનામાં કોઈ જોખમ કે ગંભીર મુશ્કેલી રહેતી નથી. મુખ્ય વાત સાચા દિલના થવું એ છે. તમારામાં એવી સાચદિલી ન હોય તો સાધના શરૂ કરશોજ નહિ. સાધનાની પહેલી અસર એ થાય છે કે માણસમાં રહેલો માનસિક આત્મસંયમ દૂર થઈ જાય છે, તેથી જે ભૂખી વાસનાઓ માણસની અંદર સુષુપ્ત પડી રહેલી હોય તે બધી એકદમ છૂટી થાય છે ને ઉપર ધસી આવે છે ને સત્ત્વ ઉપર આક્રમણ કરે છે. જ્યાં સુધી આ માનસિક સંયમને ઠેકાણે પ્રભુનો દિવ્ય કાબૂ સ્થપાય નહિ ત્યાં સુધી આ વચગાળાના સમયમાં તમારી સાચદિલી ને સમર્પણની ભાવનાની કસોટી થશે.

સાધનાના દબાણને લીધે જે વૃત્તિઓ ને વાસનાઓ સપાટી ઉપર ધસી આવે, અનાસક્તપણે ને સ્વસ્થતાથી તેમની સામે તમારે થવું જોઈએ, અને એવું સમજવું જોઈએ કે એ બધું તમારા સ્વરૂપને અસંગત હોય છે ને બહારના જગતમાંથી આવતું હોય

છે. એ બધું તમારે પ્રભુને સમર્પણ કરવું જોઈએ એટલે પ્રભુ તે બધું પોતાના હાથમાં લે છે ને તેનું રૂપાંતર કરે છે. (પૂર્ણયોગ માટે વ્યવહારુ માર્ગદર્શન - ભાગ-૧ પૃ. ૬૫,૬૬,૬૯ અને ૭૨)

*

સમર્પણની ક્રિયા અંતરમાં થવી જોઈએ, મન, પ્રાણ અને શરીરને ખુલ્લાં કરી શ્રી માતાજીને સમર્પિત કરી દેવાનાં, જેથી કરીને શ્રી માતાજી એમને પોતાનાં મન, પ્રાણ અને શરીર તરીકે સ્વીકારે અને એ એમના સત્ય સ્વરૂપે જે છે – ઈશ્વરનો અંશ – તેમાં એમનું પુનઃનિર્માણ કરે.

*

ખુલ્લાપણું એ છે ચેતનાની એવી અવસ્થા જેમાં ચેતના શ્રી માતાજી પરત્વે વળી હોય છે, એમાં બીજી કોઈ ગતિવિધિઓ હોતી નથી. એ ચેતના ઈશ્વર તરફથી કંઈ મેળવવાની અપેક્ષા રાખતી હોય છે તેમ જ જે કંઈ ઈશ્વર તરફથી મળી આવે એને ગ્રહણ કરવા એ શક્તિમાન પણ હોય છે.

*

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

*

ખુલ્લા હોવું એટલે સીધી સરળ રીતે શ્રી માતાજી પ્રત્યે અભિમુખ થવું, જેથી શ્રી માતાજીની શક્તિ તમારી અંદર કાર્ય કરી શકે અને તમારામાંનું કંઈ પણ એ શક્તિનો ઈનકાર ન કરે તેમ જ એના કાર્યમાં અવરોધો ઊભા ન કરે.

*

માર્ગ લાંબો છે, પરંતુ આત્મ-સમર્પણ એને ટૂંકો બનાવી દે છે, માર્ગ કઠિન છે, પરંતુ સંપૂર્ણ વિશ્વાસ એને સહેલો બનાવી દે છે.

*

તમામ બાહ્ય દેખાવોની પાછળ શ્રી માતાજીનું કાર્ય ચાલી રહેલું છે એ શ્રદ્ધામાં સાધકે બરાબર મક્કમ રહેવાનું છે. અને તમે જોશો કે આ શ્રદ્ધા તમને ઠેઠ પાર પહોંચાડશે.

શ્રી અરવિન્દ

*

જીવન સમગ્રનું રૂપાંતર કરવાનું 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 રહી 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 નથી તે કશા ઉપયોગનો નથી. કારણ કે તેથી જગત જેવું છે તેવું ને તેવું જ, રૂપાંતર થયા વિનાનું 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. (શ્રી માતૃવાણી ગ્રંથ ૩ : ૨૬)

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

શ્રી માતાજી

ધ્યાન

હા, માતાજી, કારણ કે જ્યારે માણસ ધ્યાન કરે છે, ત્યારે તેમાં શું ચેતનાની એકાગ્રતા નથી હોતી ?

ધ્યાન !

ધ્યાનના અનેક પ્રકારો છે ! દા. ત. લોકો મોટેભાગે જેને ધ્યાન કહે છે તેમાં તેઓ અમુક વિષય અથવા વિચાર પસંદ કરે છે અને તેના વિકાસને અનુસરતા હોય છે અથવા તેનો અર્થ સમજવા પ્રયત્ન કરતા હોય છે. તેમાં એકાગ્રતા છે, પણ પરિપૂર્ણ એકાગ્રતા નહિ. સાચી, પરિપૂર્ણ એકાગ્રતામાં જેના પર એકાગ્રતા કરવામાં આવે છે તે બિંદુ અથવા મુદ્દા સિવાય બીજું કશું જ અસ્તિત્વમાં ન હોય. ધ્યાન એ એક વધારે આરામમય ગતિ છે; તેમાં એકાગ્રતા કરતાં ઓછો તનાવ હોય છે.

જ્યારે માણસ માનસશાસ્ત્રીય સમસ્યાને અથવા આવી પડેલી સંજોગોની સમસ્યાને સમજવા પ્રયત્ન કરે છે, બેસીને બધી શક્યતાઓ પ્રત્યે નજર ફેંકે છે, તેમની તુલના કરે છે, તેમનું અધ્યયન કરે છે, ત્યારે તે એક પ્રકારનું ધ્યાન છે; જ્યારે વસ્તુ આવી પડે છે, ત્યારે માણસ સ્વયંભૂ રીતે ધ્યાન કરે છે. દા. ત. જ્યારે માણસને કોઈ નિર્ણય લેવાનો હોય, કયો નિર્ણય લેવો તેને તે જાણતો ન હોય, ત્યારે મોટેભાગે માણસ ચિંતન કરે છે, પોતાની તર્કબુદ્ધિની સલાહ લે છે, સર્વ શક્યતાઓની તુલના કરે છે અને પોતાની પસંદગી કરે છે. આ એક પ્રકારનું ધ્યાન છે.

હવે એક પ્રકારના ધ્યાનમાં માણસ એક વિચાર પર એકાગ્રતા કરે છે; તે એકાગ્રતા એવી પ્રબળ હોય છે કે જેમાં માત્ર તે વિચાર એકલો જ અસ્તિત્વ ધરાવે છે. આ એક પ્રકારની એકાગ્રતા છે; પણ તે સમગ્ર નહિ, પણ માત્ર માનસિક છે.

સમગ્ર એકાગ્રતામાં પ્રાણિકની અને શારીરિકની સર્વ ગતિઓની એકાગ્રતાનો સમાવેશ થઈ જાય છે, એક બિંદુ પર ત્રાટક કરવાની પદ્ધતિ સુપ્રસિદ્ધ છે. એટલે તે શારીરિક પણ છે, માણસની આંખો આ બિંદુ પર એકાગ્ર બનેલી હોય છે, માણસ પછી બિલકુલ હલન ચલન કરતો નથી, કશું જોતો નથી, તે બિંદુ પરથી પોતાની દૃષ્ટિને સંચાલિત કરતો નથી; પરિણામે તે માણસ મોટેભાગે તે બિંદુરૂપ બની જાય છે, એક મારો ઓળખીતો માણસ એમ કહેતો હતો કે, માણસે તે બિંદુથી પર જવાનું હોય છે, તે બિંદુરૂપ બની જવાનું હોય છે, તે બિંદુને વટાવીને તેનાથી પર જવાનું હોય છે, અને પછી તે માણસ ઉચ્ચતર પ્રદેશો પ્રત્યે ખુલ્લો થઈ જાય છે, પણ એ સાચું છે કે, જો માણસ એક બિંદુ પર સમગ્રપણે એકાગ્રતા

કરવામાં સફળ નીવડે છે, તો એવી એક ક્ષણ આવે છે કે જ્યારે તાદાત્મ્ય પરિપૂર્ણ થઈ જાય છે, પછી એકાગ્રતા કરનાર અને જે વસ્તુ પર તે એકાગ્રતા કરે છે, તે બે વચ્ચે કોઈ ભેદ રહેતો નથી. તે બેનું પરિપૂર્ણ તાદાત્મ્ય થઈ જાય છે. માણસ પોતાની અને તે બિંદુની વચ્ચે ભેદ જોઈ શકતો નથી. આ સમગ્ર એકાગ્રતા છે, જ્યારે ધ્યાન એ વિચારની ખાસ, આંશિક એકાગ્રતા છે.

જીવન સમગ્ર અનુભવની પાઠશાળા છે :

શું ''સર્વ કાર્ય'' એ અનુભવની પાઠશાળા છે ?

હા, ચોક્કસ. તમને તે નથી સમજાતું ?

ના, માતાજી.

જો તમે કશું જ ન કરો, તો તમને કોઈ અનુભવ પ્રાપ્ત થાય નહિ. સમગ્ર જીવન એ અનુભવનું ક્ષેત્ર છે. તમે જે કોઈ ગતિ, વિચાર અને કાર્ય કરો છો, તે અનુભવ બની શકે, તેણે અનુભવ બનવું જ જોઈએ. સ્વાભાવિક રીતે જ કાર્ય અનુભવનું એક ક્ષેત્ર છે, જેમાં માણસે પોતે અંદર જે પ્રગતિ સાધવા પ્રયાસ કર્યો હોય છે તે પ્રગતિને લાગુ પાડવી જોઈએ.

જો તમે કાર્ય કર્યા સિવાય ધ્યાનમાં કે ચિંતનમાં જ રહો, તો તમે પ્રગતિ કરી છે કે નહિ તે જાણી શકો નહિ; તમે તમારી પ્રગતિ કર્યાની ભ્રાન્તિમાં રહો. પણ જો તમે કાર્ય કરવાની શરૂઆત કરો, તો તમારા કાર્યના સર્વ સંયોગો, બીજાઓ સાથે સાધેલા સંપર્કો, ભૌતિક ધંધો, આ બધું અનુભવનું ક્ષેત્ર બની જાય છે, જેને પરિણામે તમે સાધેલી પ્રગતિને અને હજી બાકી રહેલી પ્રગતિને જાણી શકો છો. જો તમે કાર્ય કર્યા સિવાય તમારી જાતમાં પુરાયેલા જ રહો, તો તમે એક પરિપૂર્ણ વિષયીગત ભ્રાન્તિમાં જીવો. જે ક્ષણે તમે તમારી જાતનું બાહ્યીકરણ કરો છો, બીજાઓ સાથે, સંજોગો સાથે, જીવનના પદાર્થો સાથે સંપર્કમાં આવો છો, ત્યારે તમે વિષયગત રીતે પરિપૂર્ણ રીતે સભાન બનો છો કે મેં પ્રગતિ કરી છે કે નહિ; હું વધારે શાન્ત, સભાન, બળવાન, નિઃસ્વાર્થ બન્યો છું કે નહિ, હવે તમારામાં કોઈ કામના, પસંદગી, નિર્બળતા, બિનવફાદારી રહ્યાં છે કે નહિ. કાર્ય કરવા વડે જ તમે આ બધાંથી સભાન બનો છો. પણ જો તમે માત્ર અંગત ધ્યાનમાં જ પુરાયેલા રહો, તો તમે એક સમગ્ર ભ્રાન્તિમાં પ્રવેશો અને તેમાંથી કદી પણ બહાર ન આવો, અને એમ માની લો કે મેં અસાધારણ વસ્તુઓ સિદ્ધ કરી છે, પણ સાચી રીતે જોતાં તમને તેમ કર્યાની એક ભ્રાન્તિ માત્ર હોય છે.

શ્રી અરવિન્દના કહેવાનો એ અર્થ છે.

*

શ્રી અરવિન્દે કોઈક જગ્યાએ લખ્યું છે કે જ્યાં બીજા યોગનો અંત આવે છે ત્યાંથી આપણા યોગની શરૂઆત થાય છે. મોટેભાગે યોગ ભગવાન સાથે આ તાદાત્મ્ય એક્તા પ્રત્યે દોરી જાય છે; તેથી તો તેને યોગ કહેવામાં આવ્યો છે. જ્યારે લોકો આ સ્થિતિને

પ્રાપ્ત કરે છે, ત્યારે તેઓ પોતાના માર્ગના અંતભાગને પહોંચે છે અને સંતોષ અનુભવે છે. પણ શ્રી અરવિન્દે લખ્યું છે કે જ્યાં તે યોગો સમાપ્ત થાય છે ત્યાં આપણે શરૂઆત કરીએ છીએ. તમે ભગવાનને પ્રાપ્ત કર્યા છે; પણ ધ્યાનમાં બેસી જવાને બદલે, તમારા નકામા બની ગયેલા શરીરમાંથી ભગવાન તમને લઈ જાય, તેની રાહ જોવાને બદલે, તમે આ ચેતના સાથે શરીર અને જીવન પ્રત્યે વળો છો અને રૂપાંતરના કાર્યનો પ્રારંભ કરો છો, જે મહાન પરિશ્રમ માગી લે છે, અહીં શ્રી અરવિન્દ ઉપમા આપે છે કે તે જ્યાં માણસનો પગસંચાર કદી થયો નથી તેવા જંગલમાંથી આપણે માર્ગ કાપવાનો છે, કારણ કે કોઈએ પણ પહેલાં આ કર્યું નથી, તેથી માણસે પોતાનો માર્ગ રચી લેવાનો છે. પણ પોતાના આત્મામાં રહેલા ભગવાન સાથેની એક્તાની અનિવાર્ય મંજૂરી મેળવ્યા વગર આ રૂપાંતર સિદ્ધ કરવા માટે પ્રયત્ન કરવો એ બાલિશતા છે.

(શ્રી માતૃવાણી ગ્રંથ-૭ : પૃ. ૨૮૦-૨૮૧, ૨૯૫-૨૯૬ અને ૩૫૬-૩૫૭)

*

એ (સક્રિય ધ્યાન) એક એવું ધ્યાન છે જેમાં તમારા સ્વરૂપનું રૂપાંતર કરવાની શક્તિ હોય છે. સામાન્ય રીતે લોકો સક્રિય ધ્યાન કરતા નથી. જ્યારે તેઓ ધ્યાનમાં પ્રવેશ કરે છે – કંઈ નહિ તો જેને તેઓ ધ્યાન કહે છે તેમાં પ્રવેશ કરે છે – ત્યારે તેઓ એક પ્રકારની અચલ અવસ્થામાં ચાલ્યા જાય છે જેમાં કોઈ વસ્તુ હરકત કરતી નથી. જ્યારે તેઓ એ અવસ્થામાંથી બહાર આવે છે ત્યારે લગભગ પહેલાં હોય છે તેવા જ હોય છે. એમનાં સ્વરૂપ કે ચેતનામાં કોઈ પ્રકારના પરિવર્તનની રચના થઈ હોતી નથી. એ લોકો આ પ્રમાણે શાશ્વત કાળ લગી ધ્યાન કર્યે જાય તેમ બની શકે છે અને છતાં તેમની કે વિશ્વની ચેતનામાં કોઈ પણ પ્રકારનું પરિવર્તન સિદ્ધ ન કરે તેમ બનવું શક્ય છે. આ જ કારણસર શ્રી અરવિન્દ સક્રિય ધ્યાનની વાત કરે છે, કારણ કે એ ધ્યાનનો પ્રકાર સામાન્ય લોકોમાં પ્રચલિત ધ્યાનના પ્રકારથી તદ્દન ઊલટો હોય છે; એ ધ્યાન તો રૂપાંતરકારી ધ્યાન હોય છે.

(શતાબ્દી પુસ્તિકા ધ્યાન : પૃ. ૬)

*

વિભાગ–૫

રૂપાંતર

સાધનાથી કરવામાં આવેલા રૂપાંતરમાં સ્વરૂપનું અતિમાનસની રીતનું રૂપાંતર જો થયું ન હોય તો તે સંપૂર્ણ થઈ શકતું નથી. ચૈતસિક રીતનું રૂપાંતર પૂરતું નથી, તે માત્ર એક શરૂઆત છે, આધ્યાત્મિક રીતનું રૂપાંતર અને ઊર્ધ્વ ચેતનાનું અવતરણ પૂરતું નથી, તે માત્ર એક મધ્યમ સ્થિતિ છે; અંતિમ સિદ્ધિને માટે અતિમાનસ ચેતના અને શક્તિના કાર્યની આવશ્યકતા રહે છે. આનાથી કંઈક ઓછું હોય તો તે પૂરતું છે એવું વ્યક્તિ ભલે માને, પરંતુ પૃથ્વીની ચેતનાને માટે આગળનું નિર્ણાયક પગલું ભરવાને માટે તે પૂરતું નથી.

*

શરીરનું રૂપાંતર જો સંપૂર્ણ થઈ જાય તો તેનો અર્થ મૃત્યુને આધીનતા મટી ગઈ છે એમ થાય – તેનો અર્થ એમ નથી કે માણસ એનું એ જ શરીર સદાકાળ રાખવા માટે બંધાયેલો રહેશે. માણસને જ્યારે પરિવર્તનની ઈચ્છા થાય છે ત્યારે તે પોતાને માટે નવું શરીર સરજી લે છે. પરંતુ તે કેવી રીતે કરવામાં આવશે તે અત્યારે કહી શકાય નહિ. અત્યારે આ વસ્તુ શારીરિક જન્મ વડે કરવાની પદ્ધતિ છે, – કેટલાક ગુહ્યવિદ્યાના જાણકારો એમ ધારે છે કે એક સમય એવો આવશે કે જ્યારે તે આવશ્યક નહિ રહે, – પરંતુ તે પ્રશ્નનો નિર્ણય કરવાનું કામ અતિમાનસ ઉત્ક્રાંતિ ઉપર છોડી દેવું જોઈએ.

*

સામાન્ય પ્રકૃતિમાં આપણે અજ્ઞાનમાં રહેતાં હોઈએ છીએ અને ભગવાનને જાણતા નથી. સામાન્ય પ્રકૃતિની શક્તિઓ અદિવ્ય શક્તિઓ છે, કારણ કે તે અહંકાર, ઈચ્છા અને અચેતનાનું એક આવરણ વણે છે, અને તે આવરણ આપણી પાસેથી પ્રભુને સંતાડી દે છે. પ્રભુને જાણનારી અને તેમની અંદર સચેતનપણે રહેનારી એવી ઊર્ધ્વતર અને ગહનતર ચેતનામાં પ્રવેશ કરવા માટે આપણે નિમ્ન પ્રકૃતિની શક્તિઓથી મુક્ત થઈ જવાનું રહે છે, અને આપણે દિવ્ય મહાશક્તિના કાર્ય પ્રત્યે ખુલ્લા થવાનું રહે છે. તે કાર્ય આપણી ચેતનાનું પરાપ્રકૃતિની ચેતનામાં રૂપાંતર કરી આપશે.

*

જો બાહ્ય પ્રકૃતિનું રૂપાંતર થાય નહિ તો પછી માનવ ભલે શક્ય હોય તેટલી ઊંચાઈએ ચડે અને મોટામાં મોટી અનુભૂતિઓ પ્રાપ્ત કરે, પરંતુ બાહ્ય મન તો અજ્ઞાનનું જ કરણ 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 ખારા અર્થમાં.

અતિમાનસ રૂપાંતર એ જ આધ્યાત્મિક મનોમય રૂપાંતર નથી. અતિમાનસ રૂપાંતર તે 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.

*

અહીં આશ્રમમાં જે જીવન અને કાર્ય વિકાસ પામી રહ્યું છે તેને વિશ્વના પ્રશ્નની સાથે સંબંધ છે અને તેથી માણસની અંદર ચાલતા વિરોધી શક્તિઓના કાર્યની સાથેના સંઘર્ષનો તેણે સામનો કરવાનો રહે છે. એ સંઘર્ષને તે ટાળી શકે તેમ રહ્યું નથી.

*

આપણે પરમાત્મા પાસેથી જે વરદાન માગ્યું છે એ તો પૃથ્વી વિશ્વની ઉચ્ચમાં ઉચ્ચ શક્તિ પાસેથી માગી શકે તેવું મોટામાં મોટું વરદાન છે. એ વરદાનમાં આપણે એક પરિવર્તન માગ્યું છે, પણ એ પરિવર્તન સિદ્ધ થવું અત્યંત મુશ્કેલ છે. એની સિદ્ધિ માટેની શરતો કપરામાં કપરી છે. આપણે તો એકદમ એમ જ માગ્યું છે કે પ્રભુનું સત્ય અને શક્તિ જડતત્ત્વમાં અવતરણ પામે, જડતત્ત્વની ભૂમિકામાં અને ચેતનામાં અને સ્થૂલ જગતમાં અતિમાનસની સ્થાપના થાય અને જડતત્ત્વના છેક મૂળ રૂપ સુધી એક સંપૂર્ણ રૂપાંતર બની આવે. આવો ચમત્કાર તો કોઈ પરમ કૃપા જ સાધી શકે તેમ છે.

*

પૂર્ણ સમર્પણ કરવું, પ્રભુના પ્રભાવ પ્રત્યે પોતાની જાતને અનન્યપણે ખુલ્લી કરવી અને સત્યનો સતત અને સર્વાંગીભાવે સ્વીકાર કરવો તથા અસત્યનો અસ્વીકાર કરવો, ફક્ત આ શરતો જ મૂકવામાં આવી છે. અનંત તત્ત્વની સાથે એક થવું એ છે યોગનો હેતુ; અન્ય કોઈ હેતુ નહિ. બીજાં બધાં લક્ષ્યો આ એક દિવ્ય પૂર્ણતાની અંદર સમાવેશ પામી જાય છે.

*

આપણી સાધના જો સ્વરૂપની સમગ્ર પૂર્ણતાને માટે હોય, તો પછી એ સ્વરૂપના શારીરિક ભાગને બાજુએ રાખી શકાય તેમ નથી; કારણ કે શરીર તે ભૌતિક પાયો છે, શરીર તે આપણે વાપરવા માટેનું સાધન છે. એક સમગ્ર પૂર્ણતા, એ આખરી ધ્યેય આપણે આપણી સમક્ષ રાખેલું છે, કારણ કે આપણો આદર્શ તે દિવ્ય જીવન છે અને આપણે તેનું અહીં સર્જન કરવા ઇચ્છીએ છીએ. એ દિવ્ય જીવન એટલે પૃથ્વી ઉપર સિદ્ધ થયેલું આત્માનું જીવન, ભૌતિક પ્રકૃતિની પરિસ્થિતિઓમાં અહીં પૃથ્વી ઉપર પણ પોતાનું આધ્યાત્મિક રૂપાંતર કરી રહેલું એવું જીવન.

આપણે એક પૂર્ણ રૂપાંતર, શરીર અને તેની સર્વ પ્રવૃત્તિઓનું રૂપાંતર માગીએ છીએ. પરંતુ આપણે એક 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 થઇ 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 જ્ઞાન માંથી 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. **શ્રી અરવિન્દ**

(પૂર્ણયોગ માટે વ્યવહારુ માર્ગદર્શન ભાગ-૩ પૃઃ ૯૦ થી ૯૪)

*

नास्तितत्त्वं गुरोः परम् !

વૃત્ત વિશેષ

તા. ૪ ફેબ્રુઆરી ૨૦૨૩ ના રોજ શ્રી રામકૃષ્ણ - વિવેકાનંદ કેન્દ્ર વડોદરા દ્વારા શ્રી અરવિન્દ નિવાસ, વડોદરાની શુભેચ્છામુલાકાતનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. ભારતના વિધવિધ શ્રી રામકૃષ્ણ - વિવેકાનંદ કેન્દ્રના કુલ ૧૨૫ પ્રતિનિધિઓ, સન્યાસીઓ મુલાકાતમાં જોડાયા હતા.

શ્રી અરવિન્દ સોસાયટી, વડોદરા તરફથી મુલાકાતીઓનું સ્વાગત સંસ્થાના અધ્યક્ષ શ્રી શરદભાઈ જોશીએ કર્યું હતું. પોતાના આવકાર પ્રવચનમાં શ્રી શરદભાઈએ શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસ અને શ્રી અરવિન્દના આધ્યાત્મિક સંબંધ વિશે ઉલ્લેખો કર્યા હતા.

આ પ્રસંગે શ્રી રામકૃષ્ણ - વિવેકાનંદ કેન્દ્ર વડોદરાના અધ્યક્ષ શ્રી ઇષ્ટમયાનંદજીએ કેન્દ્ર તરફથી શ્રી અરવિન્દ નિવાસ, વડોદરાને શ્રી વિવેકાનંદજીની સુંદર પ્રતિમાની ભેટ આપી હતી. **(અહેવાલ : શ્રી કૈલાશ જોશી)**

*

શ્રી અરવિન્દની ૧૫૦મી જન્મજયતીની ઉજવણીના ભાગરૂપે શ્રી અરવિન્દ સોસાયટી બ્રાન્ચ - અમરેલી મુકામે ૨૦૨૨-૨૦૨૩ વર્ષ દરમ્યાન કાર્યક્રમોનાં આયોજનો કરવામાં આવ્યાં હતાં.

ફેબ્રુઆરી – ૨૦૨૨

૧ ફેબ્રુઆરી ૨૦૨૨, કેન્દ્રના ૪૧મા સ્થાપનાદિન નિમિત્તે કાર્યકારી સમિતીની મિટીંગ મળી હતી અને તેમાં શતાબ્દીવર્ષ દરમ્યાન કરવામાં આવનાર પ્રોગ્રામની રૂપરેખા ઘડી કાઢવામાં આવી હતી.

૨૧ મી ફેબ્રુઆરી શ્રી માતાજીના જન્મદિન નિમિત્તે સવારમાં ૯થી ૯:૩૦ દરમ્યાન ધ્વજવંદન તથા દિવ્યાંશ આસપાસ સમૂહ ધ્યાન કરવામાં આવ્યું તથા સાંજે શ્રી આલોક પાંડેનો દ્રશ્ય શ્રાવ્ય વાર્તાલાપ રાખવામાં આવ્યો હતો.

માર્ચ – ૨૦૨૨

દર વર્ષની જેમ આ વર્ષે પણ તા. ૨૯ માર્ચથી ૪ એપ્રિલ દરમ્યાન સઘન સાધના સપ્તાહની ઉજવણી કરવામાં આવી હતી.

તા. ૨૮/૦૩/૨૨ રાત્રિના ૧૨ થી ૨૯/૦૩/૨૨ રાત્રિ ૧૨ કલાક દરમ્યાન 'શ્રી મા' પુસ્તકનું અખંડ વાંચન સાધકો દ્વારા કરવામાં આવ્યું.

તા. ૩૦ ના રોજ સુરત કેન્દ્રના વરિષ્ઠ સાધક શ્રી કૈવલ્યભાઈ સ્માર્તનો વાર્તાલાપ રાખવામાં આવ્યો હતો. વિષય "શ્રી અરવિન્દનો પૂર્ણયોગ વ્યવહાર માં" તા. ૩૧ ના રોજ વડોદરા કેન્દ્રના યુવા સાધક શ્રી નરેન્દ્રભાઈ પટેલનો વાર્તાલાપ થયો જેમાં તેમણે "ભારત માતાના પનોતા પુત્ર શ્રી અરવિન્દ" વિશે વક્તવ્ય રજૂ કર્યું હતું.

એપ્રિલ – ૨૦૨૨

તા. ૪ એપ્રિલના રોજ બોટાદ કેન્દ્રના સાધક પ્રો. ભરતસિંહજી ઝાલાનો વાર્તાલાપ - ''ભારતીય તત્ત્વદર્શનમાં શ્રી અરવિન્દનું વિશિષ્ટ પ્રદાન'' થયો હતો.

મે – ૨૦૨૨

તા. ૨૪મેથી ૩૧ મે દરમ્યાન મૂર્ધન્યસાધક તથા સાવિત્રીના મર્મજ્ઞ જ્ઞાતા પ્રો. અશ્વિનભાઈ કાપડિયાનું સાવિત્રી સપ્તાહ - જ્ઞાનયજ્ઞ – કેન્દ્રમાં યોજવામાં આવેલ જેમાં કેન્દ્રના સાધકો ઉપરાંત ગામના શ્રોતાગણોએ પણ ભાગ લીધો હતો.

ઓગસ્ટ – ૨૦૨૨

અમરેલી શહેરના હૃદય સમા વિસ્તાર નાગનાથ ચોક, લિલિયા રોડ અને કોલેજ સર્કલ માં શ્રી અરવિન્દની શતાબ્દી નિમિત્તે ૩ વિશાળકાય બેનર 20x30 feet નાં મૂકવામાં આવેલ. શ્રી જ્યોતિબહેન લિખીત શ્રી અરવિન્દ વિષયક પુસ્તકો ''શ્રી અરવિન્દ જીવનધારા'' અને સ્વાતંત્ર સંગ્રામના પથસર્જક શ્રી અરવિન્દ અમરેલી જીલ્લાની અંદાજે 500 શાળાઓમાં વિતરણ કરવામાં આવ્યાં હતાં.

અમરેલી જીલ્લા જેલ સુપ્રિટેન્ડેન્ટ સાહેબના શ્રી અરવિન્દની ૧૫૦મી જન્મ શતાબ્દી નિમિત્તે આમંત્રણથી જેલના આશરે ૨૦૦ કેદીભાઈઓને શ્રી અરવિન્દના જેલના કાર્યકાળ દરમ્યાન કરેલ કામની વિગતો અને તેમના તથા શ્રી માતાજીના જીવન પ્રસંગોની વાત કેન્દ્રના સાધકમિત્રો દ્વારા કરવામાં આવી.

ઓકટોબર – ૨૦૨૨

શરદ પૂનમના દિવસે દાંડિયારાસ નું આયોજન કરવામાં આવેલ હતું જેમાં સર્વે સાધક ભાઈ-બહેનો એ ભાગ લીધો હતો.

ડિસેમ્બર – ૨૦૨૨

દર વર્ષની જેમ આ વર્ષે પણ રિદ્ધિમંગલમાં જાન્યુઆરીમાં અડદિયાનો મહાપ્રસાદ આપવામાં આવ્યો હતો. લગભગ ૪૦૦ કીલો જેટલા અડદિયા બનાવ્યા હતા. કેન્દ્રના સર્વ સભ્યો હાજર રહી શ્રમદાનમાં જોડાયા હતા.

જાન્યુઆરી – ૨૦૨૩

૮ જાન્યુઆરી ૨૦૨૩ રવિવારે સવારે ૭:૦૦ વાગે શ્રી અરવિન્દ કેન્દ્ર અમરેલી દ્વારા એક દિવસના ગીરપ્રવાસનું આયોજન કરવામાં આવેલ જેમાં 62 વ્યક્તિઓ બસ દ્વારા વાકું ની ધાર, સીમર દરિયા કિનારે, સીમર જગજીવનદાસ બાપુનો આશ્રમ જ્યાં બપોરે ભોજન પ્રસાદ નું આયોજન રાખેલ તથા ત્યાર બાદ દ્રોનેશ્વર, તુલસી શ્યામ અને છેલ્લે ધારી ઉન્મીલન શ્રી અરવિન્દ કેન્દ્રની મુલાકાત લીધી. ધારી કેન્દ્રમાં બધાંને ભોજન પ્રસાદ લેવડાવી રાત્રે ૧૦:૩૦ વાગે અમરેલી પાછાં ફર્યાં હતાં.

(અહેવાલ : મંત્રી : શ્રી અરવિન્દ સોસાયટી, અમરેલી શાખા)

સભ્યો/ગ્રાહકોને સૂચનો

૧. 'પ્રભુ અર્પણ' - સામાન્યતઃ દર મહિનાની પાંચમી તારીખે પ્રસિદ્ધ થાય છે.
૨. અંક ચોકસાઈથી ટપાલ દ્વારા રવાના કરાય છે. છતાં ટપાલમાં ગેરવલ્લે જાય અને અંક તા. ૨૦ સુધીમાં ન મળે તો પોતાના વિભાગની પોસ્ટ ઓફિસને ફરિયાદ કરી તેની નકલ અત્રે મોકલવી. બને ત્યાં સુધી બીજી નકલ મોકલવામાં આવશે.
૩. સરનામું બદલાયાની સૂચના ૧૫ તારીખ પહેલાં પોતાના સભ્ય/ગ્રાહક નંબર સાથે આપવી.
૪. સંસ્થા સાથે મેગેઝીનને લગતા પત્રવ્યવહારમાં આપનો સભ્ય/ગ્રાહક નંબર આપવો જરૂરી છે.
૫. શ્રી અરવિન્દ સોસાયટીની વાર્ષિક સભ્ય ફી (અ.ભા.પ માસિક સાથે)

૧ વર્ષ	રૂા. ૨૦૦/-	૧૦ વર્ષ	રૂા. ૪૦૦૦/-(ડોનર મેમ્બર)
૩ વર્ષ	રૂા. ૫૮૦/-	૨૦ વર્ષ	રૂા. ૨૫,૦૦૦(કોર્પોરેટ મેમ્બર)
૫ વર્ષ	રૂા. ૯૬૦/-		

૬. ભારતમાં 'પ્રભુ અર્પણ'નું ફક્ત ગ્રાહક (સભ્યપદ વગર) તરીકેનું વાર્ષિક લવાજમ રૂા. ૨૦૦/- છે.
૭. ગમે તે માસથી સભ્ય/ગ્રાહક થઈ શકાય છે. એક વર્ષથી ઓછી મુદત માટે સભ્ય/ગ્રાહક નોંધવામાં આવતા નથી.
૮. નવા સભ્ય/ગ્રાહકે લવાજમ મોકલતી વખતે ''નવા સભ્ય/ગ્રાહક છે,'' એમ લખવું.
૯. નવા અથવા જૂના સભ્યો/ગ્રાહકો પોતાનું લવાજમ પોતાના સભ્ય/ગ્રાહક નંબર સાથે રૂબરૂમાં અથવા મની ઓર્ડરથી અથવા બેન્ક ડ્રાફ્ટથી ''શ્રી અરવિન્દ સોસાયટી'' ના નામથી ભરી શકે છે. જો ચેકથી લવાજમ ભરવાનું હોય તો વાર્ષિક લવાજમ ઉપરાંત વધારાની રકમ રૂા. ૨૦/- ઉમેરી ચેક લખવો.
૧૦. લવાજમ વસુલ કરવા માટે અંક વી.પી. થી મોકલાતો નથી.
૧૧. વ્યવસ્થા અંગેનો સર્વ પત્ર વ્યવહાર :
વ્યવસ્થાપક, 'પ્રભુ અર્પણ'-રવાનગી વિભાગ, શ્રી અરવિન્દ સોસાયટી, વડોદરા શાખાના નામથી કરવો.
૧૨. જે સભ્યોનું લવાજમ પૂરું થઈ ગયું હોય તેઓએ પોતાનું લવાજમ તુર્ત મોકલી આપવું. જે કવરમાં આપને 'પ્રભુ અર્પણ' મળે છે તેની ઉપર, આપના સભ્યપદ નંબર પછી ૧, ૪, ૭, વિ. અંક દર્શાવેલા હોય છે, તે કયા માસમાં આપનું લવાજમ પૂરું થાય છે તે દર્શાવે છે. લવાજમ પૂરું થયાની સૂચના વ્યક્તિગત રીતે આપવામાં આવતી નથી.

PRABHU ARPAN
FORM IV

1. Place of Publication	Vadodara
2. Periodicity of Publication	Monthly
3. Printer's Name **Citizenship & address**	Shri Sharadchandra M. Joshi Indian C/o Sri Aurobindo Society, Sri Aurobindo Nivas, Dandia Bazar Vadodara - 390 001
4. Publisher's Name **Citizenship & Address**	Shri Sharadchandra M. Joshi Indian C/o Sri Aurobindo Society, Sri Aurobindo Nivas, Dandia Bazar Vadodara - 390 001
5. Editor's Name **Citizenship & Address**	Shri Kiritkumar Indravadan Thakkar Indian, E-102, Chandranagar Colony Waghodia Road, Vadodara - 390 019
6. Name and Address **of the Owner**	Sri Aurobindo Society Vadodara Branch.

I hereby declare that the particulars given above are ture to the best of my knowledge and belief.

Vadodara
31-3-2023

Sd/-
(Shri Sharadchandra M. Joshi)
Publisher

'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 અનુભવાવાના છે તેને માટેનો સંગીન પાયો છે — આધાર છે. કારણ કે બીજા બધાં સત્યો એમાંથી જ ઉદ્ભવે છે.

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

શ્રી અરવિન્દ

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

Published on 5th of Every Month
Posted on 10th of Every Month at Vadodara HO

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

(વર્ષ ૦૯ : અંક ૦૩)

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-હવાઇ 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.