

જાનંત સાથે એકત્વારુ



શ્રી. એમ. પી. પટેલ ફાઉન્ડેશન પ્રકાશન

મંગલ પ્રાર્થના

દિવસના પરિશ્રમનો પ્રારંભ કર્યા પહેલાં અને પરિશ્રમને અંતે, પ્રભુ ! હું તારા દ્વાર પર આવું છું, અને મારી પ્રાર્થનારૂપી નૈવેદ્ય તારા ચરણમાં ધરું છું.

મારી કોઈ એવી મોટી માંગણી, મહત્વાકાંક્ષા, લાલસા કે અતૃપ્ત ઝંખના મને સતાવતી નથી કે જે તારી પાસે વ્યક્ત કરતાં મને સંકોચ થાય ! પ્રભુ !

હું તારી પાસે શું માંગું ?

મને સારી સોબત આપ, કંઈ ને કંઈ નવું જાણવાની જિજ્ઞાસા આપ, દુઃખમાં બીજાને મદદરૂપ થવાની સહાનુભૂતિ આપ, બીજાના સુખમાં ભાગ લેવાનો ઉત્સાહ આપ.

ધનથી નહિં તો મનથી, પ્રેમાળ શબ્દોથી અને સહાયરૂપ

ક્રિયાથી બીજાનાં દુઃખ હળવાં કરી શકું એવું મન આપ,

ગમ ખાઈ જવા જેટલી ઉદારતા આપ, અને આઘાતથી અભેદ રહેવા માટે ખેલદિલી આપ.

પ્રભુ, જીવનમાં મને પ્રકાશ આપ, જેમાં મારો આત્મા સત્ય જોઈ શકે.

માત્ર મારી આંખોને નહિ, મારા મનને અજવાળું બતાવ જેમાં હું મારી ભૂલોને જોઈ શકું,

સત્ય અને અસત્યને પારખી શકું. પ્રભુ ! જ્યારે સૂર્ય પોતાનાં કિરણો સંકેલી લે અને અંધકાર આ પૃથ્વી અને આકાશને ગળી જાય,

(અનુસંધાન ટાઈટલ ત્રીજા પર)

શ્રી. એમ.પી.પટેલ ફાઉન્ડેશનની
જીવનઘડતર પ્રકાશન-શ્રેણીની ૨૯મી ભેટ

અનંત સાથે એકતાર

(રાલ્ફ વાલ્ડો ટ્રાઈન કૃત 'ઈન ટ્યુન વિથ
ધ ઈન્ફિનિટ'નો ભાવાનુવાદ)

ભાવાનુવાદિકા - મીરા ભટ્ટ

સ્નેહી શ્રી

જીવનને ઊર્ધ્વગામી કેમ બનાવવું તેનું માર્ગદર્શન આપતું આ
પુસ્તક આપનું સાથી બની રહે, તેવી શુભ કામનાઓ સહ

સપ્રેમ
મંગળભાઈ પી. પટેલ
મૂકેશ એમ. પટેલ



શ્રી. એમ. પી. પટેલ ફાઉન્ડેશન પ્રકાશન

૩-૪, 'વિકલભાઈ ભવન',
સરદાર પટેલ કોલોની રેલવે કોસિંગ પાસે,

અમદાવાદ ૩૮૦ ૦૧૩

ફોન નં. : ૭૫૫ ૧૫૬૪ - ૭૪૫ ૪૩૧૦

શ્રી એમ.પી.પટેલ ફાઉન્ડેશન

જીવનઘડતર પ્રકાશન-શ્રેણીનું ઓગણત્રીસમું પુસ્તક

અનંત સાથે એકતાર

* લેખક : રાજ્જી વાલ્કો ટ્રાઈન

* ભાવાનુવાદિકા : મીરા ભટ્ટ

* © અનિકેત - અમી

* પ્રકાશન-વર્ષ : ઓગસ્ટ, ૧૯૯૯

* પ્રકાશક : શ્રી એમ. પી. પટેલ ફાઉન્ડેશન વતી

મૂકેશ એમ. પટેલ

૩-૪, 'વિકલભાઈ ભવન',

સરદાર પટેલ કોલોની રેલવે કોસિંગ પાસે,

અમદાવાદ - ૩૮૦ ૦૧૩

* મૂલ્ય : સદ્ભાવ-સુવાચન-સદ્ ઉપયોગ

* પ્રકાશન-આયોજન : મુકુન્દ શાહ, ફોન નં. : ૬૬૦ ૦૯૫૯

* આવરણ : જય પંચોલી, ફોન નં. : ૬૬૧ ૪૬૭૮

* આવરણ મુદ્રણ : સર્વોદય ઓફ્સેટ,
અમદાવાદ - ૩૮૦ ૦૧૬.

ફોન નં. : ૨૧૨ ૪૫૧૯

* લેસર કંપોઝ : મિનળ ગ્રાફિક્સ,
અમદાવાદ - ૩૮૦ ૦૦૯.

ફોન નં. : ૭૪૧ ૨૩૯૫

* મુદ્રક : ઉદય ઓફ્સેટ,
અમદાવાદ - ૩૮૦ ૦૦૪.

ફોન નં. : ૫૬૨ ૧૯૬૭

અર્પણ

સ્વ. પૂ. બાપુજી (ડૉ. શિવાનંદ અધ્વર્યુ)ને

જેમણે અનંત સાથે સૂર સાધી

જીવન સાર્થક કર્યું.

બે બોલ અનુવાદિકાતા

અમેરિકન લેખક શ્રી. રાલ્ફ વાલ્ડો ટ્રાઈનનું આ બીજું પુસ્તક અનુવાદિત થઈને ગુજરાતી પાઠકો સમક્ષ રજૂ થઈ રહ્યું છે. અગાઉ તેમના "What All the World is - a Seeking" 'જીવનનું સાચું સુખ' એ નામના પુસ્તકની પણ ત્રણેક આવૃત્તિઓ પ્રગટ થઈ છે. આ પુસ્તકનો પણ અગાઉ 'પ્રભુમય જીવન' ના નામે ગુજરાતીમાં અનુવાદ પ્રગટ થયેલો અને તેની પંદરેક આવૃત્તિઓ બહાર પડેલી, એ હકીકત જ સિદ્ધ કરે છે કે અમેરિકન સમાજની જેમ ગુજરાતી જગતને પણ રાલ્ફ વાલ્ડો ગમી ગયા છે.

અમેરિકામાં એમનાં પુસ્તકો 'ચૈતન્યપ્રદ પુસ્તકો' તરીકે પંકાયેલાં છે અને જીવન - સાધકોમાં એમની ભારે મોટી માંગ રહે છે. આ પુસ્તક પણ લાખોની સંખ્યામાં વેચાતું રહ્યું છે. અને એનાં અનેક ભાષામાં રૂપાંતર થયાં છે. લેખક સ્વયં એક જીવનધર્મી સાધક છે. માનવને પ્રાપ્ત જીવન વધુમાં વધુ કઈ રીતે સાર્થક થઈ શકે એની તલાશમાં એમને પરમપ્રભુ જડી જાય છે અને જાણે જીવનનું ધ્રુવપદ એમને સાંપડી જાય છે. મનુષ્યમાં પડેલી વ્યક્તિગત ચેતના બ્રહ્માંડવ્યાપી પરમચેતના સાથે કઈ રીતે એકાકાર થઈ શકે તેની સાધના અહીં આલેખાઈ છે. માનવજીવનનું આ જ પ્રયોજન છે. આ જ એનો મૂળભૂત ધર્મ છે કે એ પોતાના મૂળ સ્રોતને, મૂળ વતનને પામે. પ્રાણની મહાપ્રાણ સાથે, આત્માની પરમાત્મા સાથે, ચેતનાની પરમ ચૈતન્ય સાથે, સાન્તની અનંત સાથે, સ્થૂળની સૂક્ષ્મ સાથે તદાકાર થવાની પ્રક્રિયાને એમણે વિવિધ પ્રકરણોમાં ઘૂંટી છે. કાર્ય અને કારણ, કૃતિ અને વિચાર વચ્ચેનો સેતુ બાંધી આપી જીવનને ધાર્યા ઘાટ આપવાની કળા એમણે પાને પાને વર્ણવી છે. એમની આધ્યાત્મિકતા કોઈ હવાઈ સ્વપ્નમિનાર રચવામાં નથી, બલકે જીવનમાં શાંતિ, સ્વસ્થતા, નિરામયતા, સદાચાર, રિદ્ધિ-સિદ્ધિ કેવી રીતે સ્થાયી કરી શકાય તેનું વ્યાવહારિક દર્શન છે.

શ્રી મંગળભાઈ પટેલ રાલ્ફ વાલ્ડોના આશક છે. આવા જ એક બીજા પ્રશંસક હતા સ્વ. ડૉ. શિવાનંદ અધ્વર્યુ. બંનેની સંયુક્ત ઈચ્છાનું આ પરિણામ છે. ડૉ. અધ્વર્યુજીને 'જીવનનું સાચું સુખ' એટલું બધું ગમી ગયેલું કે એના અનુવાદ માટે અનેકવાર મારો બરડો થાબડેલો એટલે સહજ શ્રદ્ધાંજલિ રૂપે આ પુસ્તક તેમના ચરણોમાં જ સમર્પિત કર્યું છે.

શ્રી. ધ્રુવકુમાર ભટ્ટનું એક ગીત છે
હરિ તને શું સમરીએ, આપણ જળમાં જળ સમ રહીએ
વણ બોલે, વણ સાંભળીએ ને મબલખ વાતો કરીએ
ચાલને એવું રહીએ, જેવું લીલાશ સાથે પાન.....

ફૂલ અને ફોરમ, નીર અને નદી, જ્યોત અને પ્રકાશ, છાયા અને કાયા
જેવી અભિન્નતા ઈશ્વર સાથે સાધી, સર્વ ભૂત સાથે એકરૂપ થઈએ, એ જ
પ્રભુપ્રાર્થના.

૪૪૭/બી, શિશુવિહાર સામે,
ભાવનગર - ૩૬૪૦૦૧

- મીરા ભટ્ટ

આ પુસ્તક વિશે

વિશ્વના તમામ ધર્મો એક સોનેરી સૂત્ર દ્વારા પરોવાયેલા છે. જગતભરના ઈતિહાસમાં થઈ ગયેલા તમામ પયગંબરો, દ્રષ્ટાઓ, સાધુસંતો અને મહાત્માઓનાં જીવન અને કવન પણ આવા જ એક સુવર્ણ સૂત્ર દ્વારા પરોવાયેલાં છે. ચિરંતન અને પ્રબળ શક્તિ ધરાવનારાં મહિમાવાન સ્ત્રીપુરુષોનાં જીવનમાં પણ આવું સોનેરી સૂત્ર જોવા સાંપડે છે. આ સૌએ જે કાંઈ કર્યું તે તમામ શાશ્વત નિયમો અનુસાર જ કર્યું છે. એટલે જે એકે કર્યું, તે સૌ કોઈ કરી શકે, આટલું સીધુંસાદું ગણિત છે.

આ સોનેરી સૂત્ર તમામે તમામ સાધારણ લોકોમાં પણ દાખલ થવું જોઈએ. સામાન્ય જન આખો દિવસ કામમાં ગૂંથાયેલા રહે છે. તેમનામાં જો આ જીવનદષ્ટિ ખીલે તો તેઓ લાચારીને સ્થાને શક્તિસંપન્નતા, નબળાઈ અને પીડાને સ્થાને તંદુરસ્તી અને જોમ, દુઃખ અને બેચેનીના સ્થાને પૂર્ણ શાંતિ અને અભાવ તથા દારિદ્ર્યને સ્થાને સભરતા અને સમૃદ્ધિ અનુભવશે.

દરેક જણ પોતાનું જગત પોતે જ રચતો હોય છે. અંદરથી પણ આપણે જ ઊગીએ છીએ અને બહારના જગતમાંથી પણ આપણે જ ખેંચીએ છીએ. વિચાર એક મોટું પરિબળ છે, એના દ્વારા જ આપણું આ રચનાકાર્ય થાય છે. સમાન તત્ત્વો પરસ્પર એકમેકને આકર્ષે, એ ન્યાયે આ બધી રચના થાય છે. જેટલા અંશે વિચારમાં આધ્યાત્મિકતા પ્રગટ થઈ હશે, તેટલા અંશે સર્જન પણ

એટલું જ સુંદર અને શક્તિસભર બનશે. અધ્યાત્મીકરણ નિયમાનુસાર જ થતું હોય છે અને માણસ માત્રમાં એ શક્તિ પડેલી છે.

પ્રત્યેક સર્જન સ્થૂળ રૂપે પ્રગટ થાય, તે પહેલાં એનો સૂક્ષ્મ રૂપે વિચાર થયો જ હોય છે. કાર્ય-કારણ પરસ્પર સંકળાયેલાં છે. જેવું બી, તેવું ફળ, જેવો વિચાર, તેવો આચાર આ સર્વસાધારણ નિયમ છે.

આંતરિક, આધ્યાત્મિક સૂક્ષ્મ વિચારના કાર્યકલાપો પાછળ છુપાયેલા મહાનિયમોને આલેખી નાનું બાળક પણ સમજી શકે તેવી સરળતાથી રજૂ કરવું આ છે લેખકનો હેતુ. દરેક જણને ગળે આ વાત સહેલાઈથી ઊતરી જાય અને પોતાના રોજ-બ-રોજના વહેવાર-વર્તનમાં ઉતારી જીવનમાં પરિવર્તન આવે એ છે લેખકનો ઉદ્દેશ. આવા જીવનપરિવર્તનની સંભાવના એ કોઈ કલ્પના કે સિદ્ધાંતની વાત નથી, બલકે પ્રત્યક્ષ આચરણમાં મુકાયેલો આ જીવનવિચાર છે.

સકળ વિશ્વને આરપાર વીંધતી એક દિવ્ય સેર છે. મનુષ્યઈચ્છાની ભીતર, ઉપર અને નીચે એક દિવ્ય સંકલ્પ પણ કામ કરી રહ્યો છે. આ દિવ્ય ચેતના સાથે માનવીય ચેતના સંવાદ સ્થાપે અને પછી તદ્રૂપતા સાધી તમામ ઊર્ધ્વ શક્તિઓને પોતાનામાં અવતારી એક લયમાં, એક સૂરમાં પોતે પણ કામ કરતો થઈ જાય, પોતે એક અદ્ભુત શૃંખલાની કડીરૂપ બની જાય. આ છે અભીપ્સા.

પ્રત્યેક સફળતા પાછળનું આ રહસ્ય છે. આને પરિણામે, કેટલીય વણદીઠી ક્ષિતિજો ખૂલી જશે. અકલ્પિત વૈભવ પ્રાપ્ત થશે અને સ્વખેય નહીં કલ્પેલી શક્તિઓ પ્રગટ થશે.

બોસ્ટન, મેસેચ્યૂએટસ
- નવેમ્બર ૧૮૯૭

રાલ્ફ વાલ્ડો ટ્રાઈન

આમુખ

આશાવાદી સાચો છે, એવો જ સાચો છે નિરાશાવાદી. બંનેમાં રાત-દિવસ જેટલો ફરક, છતાંય પોતપોતાની દૃષ્ટિએ બેઉ સાચા છે. પ્રત્યેકના જીવનમાં એમનું પોતાનું આ દૃષ્ટિબિંદુ, આ દૃષ્ટિકોણ જ નિર્ણાયક પરિબળ બની જતાં હોય છે. જીવન શક્તિશાળી છે કે નબળું, શાંતિમય છે કે ક્લેશમય, સફળ

છે કે નિષ્કળ-આ તમામનો આધાર આ દૃષ્ટિબિંદુ પર છે.

આશાવાદી મનુષ્ય પ્રત્યેક બાબતને સમગ્રપણે સર્વાંગી રૂપે અને સમ્યક્ રૂપે જોઈ શકે છે, જ્યારે નિરાશાવાદીની દૃષ્ટિ સીમિત અને એકાંગી હોય છે. પહેલાની સમજણ પ્રજ્ઞા દ્વારા આલોકિત હોય છે, જ્યારે બીજાની અજ્ઞાનતાથી ઘેરાયેલી હોય છે. બેઉ જણ પોતાના અંતસ્તત્વમાંથી પોતાનું જગત નિર્માણ કરતા હોય છે અને આ નિર્માણનો આધારસ્થંભ પણ પેલું દૃષ્ટિબિંદુ જ હોય છે. આશાવાદી માણસ પોતાની આગવી પ્રજ્ઞા અને અંતર્દૃષ્ટિ દ્વારા પોતાનું સ્વર્ગ રચી લેતો હોય છે; અને જેટલા પ્રમાણમાં આ વ્યક્તિગત સ્વર્ગીયતા રચાય છે, તેટલા પ્રમાણમાં એ આખા જગતને પણ સ્વર્ગીય બનાવવામાં મદદરૂપ થાય છે. જ્યારે નિરાશાવાદી પોતાની જ મર્યાદાઓથી વીંટળાઈને પોતાના માટે નરક નિર્માણ કરી લેતો હોય છે અને એ જ અનુપાતમાં આખી માનવજાતિ માટે પણ નરક જેવું વાતાવરણ ઊભું કરવામાં મદદગાર થતો હોય છે.

આપણા સૌમાં આ આશાવાદી કે નિરાશાવાદીનાં તત્ત્વો પોતાનું વર્ચસ્વ ધરાવતાં હોય છે. એટલે જ આપણે પોતપોતાનાં સ્વર્ગ કે નરક પ્રતિક્ષણ ઊભાં કરી લેતા હોઈએ છીએ અને જેટલા પ્રમાણમાં આ સ્વર્ગ કે નરક રચાય છે, તેટલા જ પ્રમાણમાં બહારના જગતમાં પણ સ્વર્ગ કે નરક રચવામાં આપણે સહાયરૂપ થતાં હોઈએ છીએ - એટલે જ કહેવાયું કે - યથા પિંડે તથા બ્રહ્માંડે.

સ્વર્ગ એટલે સંવાદિતા. નરક એટલે બેસૂરાપણું, પોતાની આસપાસ અલગતાની એક ભીંત યણી લેવી. નરક એટલે કેદ થઈ જવું. સંવાદ તો ત્યારે જ સ્થપાય, જ્યારે એકમેકનો સંપર્ક સધાય. જો આ સંપર્ક સમ્યક્ હોય તો જ સુસંવાદ નિર્માય. આ જ રીતે, પોતાની આડી ભીંત રચી લેવામાં આવી હોય, તે પણ કશાકની સામે જ હોય છે. આમ, જીવનમાં સારો કે નરસો સંબંધ હોય છે, પારસ્પરિકતા હોય છે. આ પારસ્પરિકતા ગુણદર્શી અને વિધાયક હોય, તો એમાંથી સ્વર્ગ નિર્માણ થાય છે, એટલે કે એમાંથી સંવાદિતાનું સંગીત જન્મે છે. આ પારસ્પરિકતા જો દોષદર્શી અને નકારાત્મક હોય છે, તો તેમાંથી વિસંવાદનો કર્કશ કોલાહલ નિર્માણ થાય છે. આમ, માણસનો દૃષ્ટિકોણ જ સમસ્ત વાયુમંડળમાં વિધાયક કે નકારાત્મક સ્પંદનો નિર્માણ કરતો હોય છે.

- મીરા ભટ્ટ

અનુક્રમણિકા

બે બોલ અનુવાદિકાના.....	૨
આ પસ્તક વિશે	૩
આમુખ	૪
૦૧. વિશ્વનું સર્વોપરી સત્ય.....	૭
૦૨. મનુષ્ય જીવનનું સર્વોપરી સત્ય	૧૨
૦૩. છલોછલ ચૈતન્ય અને નિરામય જીવન.....	૩૨
૦૪. જીવનરહસ્ય, સામર્થ્ય અને પ્રેમનો પ્રભાવ	૬૫
૦૫. પ્રજ્ઞા અને અંતઃપ્રકાશ	૭૭
૦૬. પરિપૂર્ણ શાંતિની પ્રતીતિ	૯૭
૦૭. શક્તિની પૂર્ણપ્રાપ્તિ	૧૦૮
૦૮. રિદ્ધિ-સિદ્ધિ-સમૃદ્ધિનું શાસ્ત્ર	૧૨૫
૦૯. માટીપગા માણસમાંથી મહાત્મા	૧૩૬
૧૦. સર્વ ધર્મોનું સમાન તત્ત્વ	૧૪૨
૧૧. સર્વોચ્ચ સંપદા મેળવવાનો પંથ	૧૪૭
૧૨. ઈશ્વરી રાજપથ	૧૫૫
૧૩. આજનો શુભસંકલ્પ	૧૫૯



૧

વિશ્વનું સર્વોપરી સત્ય

અનંત ઐશ્વર્ય અને સામર્થ્યનો ચૈતન્યસાગર એ જ આ વિશ્વનું સર્વોપરી કેન્દ્રવર્તી સત્ય છે. આ મધ્યવર્તી પરમ સત્તા જ સૌનો પ્રાણાધાર છે. સચરાચર સૃષ્ટિ દ્વારા જે પ્રગટ થાય છે, એ પણ આ પરમાત્મસ્વરૂપ જ છે. જીવનના આ સ્વયંભૂ પરમચૈતન્યમાંથી જ સૌ કોઈ નિર્માણ થયાં છે અને હજુય નિરંતર સર્જાતાં રહે છે. જો વ્યક્તિમાં ચૈતન્ય પ્રાણ છે, તો એ ચૈતન્ય જેમાંથી આવ્યું છે, તેનો કોઈ મૂળ સ્રોત તો હોવો જ જોઈએ. જો પ્રેમના સામર્થ્યનો અનુભવ આવતો હોય, તો એ પ્રેમના ઝરણાની ગંગોત્રી ક્યાંક તો હોવી જ જોઈએ. જો આ વિશ્વમાં જ્ઞાન હોય તો જેમાંથી એ જ્ઞાન ફૂટે છે, તેનો મૂળ સ્રોત ક્યાંક હોવો જ જોઈએ. આ જ બાબત શાંતિને, શક્તિને અને ભૌતિક ગણાતી તમામ ચીજોને લાગુ પડે છે.

એટલે કે તમામે તમામ પ્રગટીકરણ પાછળ અનંત ચૈતન્ય અને અપાર સામર્થ્યનું પરમતત્ત્વ પડેલું છે. આ પરમતત્ત્વ જ સૌ કોઈનું મૂળ પરમધામ છે. આ પરમશક્તિ, આ મહાપ્રાણ જ આપણને ઘેરી વળેલા વિરાટ વિશ્વને, પોતાના મહાન શાશ્વત નિયમો અને પરિબળો દ્વારા સર્જે છે, ચલાવે છે અને નિયમનમાં રાખે છે. આપણા રોજિંદા જીવનનું એકેએક કાર્ય પણ આ જ મહાન નિયમો અને શક્તિઓ દ્વારા સંચરિત અને સંચાલિત થાય છે. ક્યારીમાં ખીલતું પ્રત્યેક પુષ્પ પણ આ જ મહાન અને અવિચળ નિયમો દ્વારા ઊગે છે, ખીલે છે, ફૂલેફાલે છે અને કરમાઈ જાય છે. પૃથ્વી અને આકાશની વચ્ચે ઝરતી પ્રત્યેક હિમકણીઓ પણ આ જ મહાન અફર નિયમો દ્વારા જ બંધાય છે, ઝરે છે, પીગળે છે અને

જળરૂપે વહે છે. જગતનું તમામ પ્રાગટ્ય વિશ્વના અફર નિયમોને આધીન છે.

નિયમોનો નિયંતા

એક રીતે તો આ સમગ્ર વિશ્વમાં આ અટળ નિયમો સિવાય બીજું કશું નથી. જો આ સાચું હોય તો આ નિયમોને બનાવનાર કોઈ પરિબળ તો અવશ્ય હોવું જ જોઈએ અને આ પરિબળ આ નિયમો કરતાં પણ વધારે મહાન હોવું જોઈએ. સૌના મૂળમાં રહેલ અનંત જીવન અને સામર્થ્યના આ પરમતત્ત્વને હું 'પરમેશ્વર' કહું છું. તમારે એ તત્ત્વને જે નામે પોકારવું હોય તે નામે ભલે પોકારો. કોઈ 'દિવ્ય જ્યાતિ' કહે, 'વિશ્વવિધાતા' કહે, 'પરમાત્મા' કહે, 'પરમનિયંતા' કહે, ગમે તે નામ એને આપો, નામથી કદી કશો જ ફરક પડતો નથી. જે નામ અનુકૂળ લાગે તે નામ પાડો. એની પાછળના મહાન કેન્દ્રસ્થ તથ્ય અંગે એકમતિ હોય પછી એને ઓળખવાના નામ વિશે ભેદ પડે તેમાં મને લગીરે વાંધો નથી. ગમે તે નામે ઓળખો, ગુલાબ એની સુગંધ ફેલાવવાનું જ છે !

જે આત્મામાં, તે જ પરમાત્મામાં

આ ઉપરથી સમજાયું હશે કે સમસ્ત વિશ્વને પોતાના પરમચૈતન્યથી ભરી દેતું આ અનંત પરમતત્ત્વ એ જ ઈશ્વર છે. એનામાંથી જ બધું સર્જાયું છે અને એનામાં જ સર્વ સમાયેલું છે, એની બહાર કશું કહેતાં કશું પ્રવર્તું જ નથી. એનામાં જ આપણે રહીએ છીએ, હરીએફરીએ છીએ, શ્વસીએ છીએ. આપણા જીવનનું પણ એ જ પરમજીવન છે. બહાર એ જ આપણું જીવન છે. આપણે નિરંતર એની પાસેથી જ જીવન મેળવતાં રહીએ છીએ. આપણે એ વિરાટ પરમાત્માના જ એક અંશરૂપ છીએ. આપણે વ્યક્તિ રૂપે આત્મસ્વરૂપ છીએ, જ્યારે એ સમષ્ટિરૂપ પરમાત્મા છે, જેનામાં આપણા ઉપરાંતનું બાકીનું સર્વસ્વ

સમાયેલું છે. આમ છતાંય, મૂળભૂત તત્ત્વ રૂપે એ પરમચૈતન્ય, એ મહાપ્રાણ અને માણસમાં રહેલી વ્યક્તિગત ચેતના બંને એક સમાન જ છે, એકરૂપ જ છે. મૂળભૂત તત્ત્વ કે ગુણધર્મ રૂપે એમાં કોઈ ફરક નથી. ફરક માત્ર માત્રાનો પડે છે, પ્રમાણનો પડે છે.

એવા કેટલાય પ્રબુદ્ધ મહાત્મા થઈ ગયા છે અને હાલ વિદ્યમાન પણ છે, જે માને છે કે આપણે આપણું જીવન પરમાત્માના વહેતા દિવ્ય પ્રવાહમાંથી મેળવીએ છીએ. વળી, એવા પણ અનેક મહાન લોકો થઈ ગયા છે, જે માને છે કે આપણું જીવન પરમેશ્વરના જીવન સાથે એકરૂપ જ છે અને એટલે જ માણસ અને ઈશ્વર એક છે, અનન્ય છે. હવે બેમાંથી શું સાચું ? બંને સાચા છે. સાચી રીતે સમજીએ તો બેઉમાં તથ્ય છે.

પ્રથમ, આપણે પહેલા અભિગમને સમજીએ. બધાં જ્યાંથી આવે છે, તે જીવનનું અનંત પરમતત્ત્વ જો પ્રભુ હોય તો એ સ્પષ્ટ જ છે કે આપણું જીવન એક વ્યક્તિસ્થિત આત્મા રૂપે પેલા દિવ્ય પ્રવાહ દ્વારા આ અનંત પરમતત્ત્વમાંથી સતત ચાલ્યું આવે છે. બીજા અભિગમ મુજબ, જો વ્યક્તિ તરીકેનું આપણું જીવન એ પરમતત્ત્વના અંશરૂપે સીધેસીધું જ નિર્માણ થયું હોય તો જીવાત્માનું જીવન તેના મૂળ સાથે, પરમતત્ત્વ સાથે એકરૂપ હોવું જ જોઈએ. જેવી રીતે સાગરબિંદુ ગુણધર્મમાં સાગર જેવું જ હોય છે, એ રીતે આત્મતત્ત્વ પરમાત્મતત્ત્વ સાથે એકસમાન એકરૂપ હોવું જોઈએ. આથી જુદું એ હોઈ જ શકે કેવી રીતે ? આ બીજા અભિગમમાં ગેરસમજણને અવકાશ આ રીતે રહે છે કે પરમાત્માનું ચૈતન્ય અને વ્યક્તિગત જીવાત્માનું ચૈતન્ય એકરૂપ હોવા છતાં જીવાત્માની ચેતના કરતાં પરમેશ્વરી ચેતના ઘણી વધારે વ્યાપક છે, જેમાં તમામ શેષ સમાઈ જાય છે. બીજા શબ્દોમાં કહેવું હોય તો, બેઉ ચેતનાના ગુણધર્મ સમાન છે, પરંતુ માત્રા અને પ્રમાણનો વિચાર

કરીએ તો બંનેમાં આસમાન - જમીનનો ફરક છે. - બિંદુ અને સિંધુની જેમ !

આ રીતે જોતાં, બંને વિચારધારા સાચી છે અને વધુમાં, બંને એકસરખી જ છે તેવું નથી લાગતું ? એક સીધાસાદા ઉદાહરણ દ્વારા બંને વિચારધારાને સમજી શકાય.

ખીણનું એક નાનકડું તળાવ પર્વત પરના એક અખૂટ પાણીના મોટા જળાશયમાંથી પાણી મેળવે છે. હવે, આ વાત સાચી છે કે ખીણના તળાવનું પાણી પર્વત પરના જળાશયમાંથી પ્રવાહરૂપે નીચે આવે છે. આ વાત પણ એટલી જ સાચી છે કે ગુણધર્મમાં બંને જળાશયનાં પાણી એક સરખાં જ છે. જે કાંઈ તફાવત છે તે આવો છે : પહાડ પરના જળાશયમાં પાણીનું પ્રમાણ એટલું બધું છે કે એ ખીણના એક જળાશય કરતાં અનેક એવાં જળાશયોને પાણી પૂરું પાડી શકે અને તેમ છતાંય એ અખૂટ રહ્યા કરે. આમ બંને વચ્ચે કોઈ તફાવત હોય તો તે માત્ર જથ્થાનો છે.

આવું જ માનવજીવનનું છે. આપણે સૌ આ બાબતમાં સહમત છીએ કે આપણા સૌના આત્મતત્ત્વ પાછળ પરમતત્ત્વ રહેલું છે અને પરમતત્ત્વના એ અખંડ સ્રોતમાંથી જ આપણું વ્યક્તિગત જીવન વહી આવે છે. આમ જીવાત્મા અને પરમાત્મા ગુણધર્મ રૂપે એક સમાન છે. બંને વચ્ચે જો ભેદ હોય તો માત્ર પ્રમાણનો, વ્યાપ્તિનો છે, માત્રાનો છે; સ્વરૂપનો નથી.

જો આ વાત સાચી હોય, તો આમાંથી આ વાત ફલિત નથી થતી કે મનુષ્ય જેટલા પ્રમાણમાં દિવ્ય પ્રવાહ સાથે એકરૂપ થઈ ઈશ્વર ભણી ખુલ્લો થાય છે તેટલા પ્રમાણમાં એ ઈશ્વરની વધુ નજીક આવતો જાય છે ? ઈશ્વરથી એ જેટલો વધુ નિકટ, તેટલા પ્રમાણમાં એનામાં

પરમાત્માની શક્તિઓ વધુ પ્રગટ થવાની અને જો પરમેશ્વરી શક્તિ અમર્યાદ હોય તો પછી આમાંથી આ જ તારણ નીકળે છે ને કે યથાર્થમાં મનુષ્યને એ જ સીમાઓ બાંધી રાખે છે, જે એ પોતે જ બાંધે છે. પોતાના મૂળ સ્વરૂપને ન ઓળખીને, માણસ પોતે જ પોતાની આસપાસ વાડાબંધી ઊભી કરે છે, આ વાતમાં શું તથ્ય નથી ? એટલે પોતાના સ્વરૂપ વિશેનું યથાર્થ ભાન થવું - આ જ છે જીવનયાત્રાનું પ્રથમ ચરણ. એટલે જ ધર્મગ્રંથોએ આદેશ આપ્યો કે - તું તારા સ્વરૂપને પિછાણ. આ આપઓળખ એ જ જીવનયાત્રાનું પ્રારંભિક બિંદુ છે. આપણી આત્મસત્તા એ પરમસત્તાના અંશરૂપે છે, એનું ભાન થશે તો જીવન સોળે કળાએ ખીલી ઊઠશે.



ખરેખર, માનસિક ક્રિયા દ્વારા જ વિજય પ્રાપ્ત થાય છે. જે માણસ ઉન્નતિશાળી થાય છે તે પ્રથમથી જ એમ માને છે કે, હું ઉન્નત થતો જાઉં છું. તેને દ્રવ્ય પ્રાપ્ત કરવાની પોતાની શક્તિ ઉપર શ્રદ્ધા હોય છે. તે શંકા અને ભયને ઓળખતો નથી. તે રંકતા વિષે વાત પણ કરતો નથી અને વિચાર પણ કરતો નથી. જે વસ્તુને માટે તે પ્રયાસ કરે છે અને જે વસ્તુ પ્રાપ્ત કરવાનો તે નિશ્ચય કરે છે તે જ વસ્તુ તરફ તે પોતાનું મુખ રાખ્યા કરે છે. તેનું વિરોધી ચિત્ર તો એ પોતાના મનમાં દાખલ જ કરતો નથી.

- ઓરીસન સ્વેટ માર્ડન

૨

મનુષ્યજીવનનું સર્વોપરી સત્ય

અગાઉ આપણે વિશ્વના કેન્દ્રવર્તી સત્ય વિશે પરસ્પર સંમત થયા કે આપણે સૌ અનંત એવા પરમતત્ત્વમાંથી પેદા થયાં છીએ. આ થયું વિશ્વગત સત્ય, હવે એમાંથી જ આ પ્રશ્ન સ્વાભાવિકરૂપે પેદા થાય છે કે તો પછી મનુષ્યજીવનનું સર્વોપરી સત્ય કયું છે ? આમ તો અગાઉ કરેલી વિચારણામાં જ આ પ્રશ્નનો ઉત્તર મળી જાય છે.

ઈશ્વર તાદાત્મ્યની પ્રતીતિ

મનુષ્યજીવનનું, તમારા અને મારા પોતાના જીવનનું સર્વોપરી સત્ય આ જ છે કે એ પરમતત્ત્વ સાથેના એકત્વની સભાન અને સત્ત્વશીલ પ્રતીતિ પ્રાપ્ત કરવી; આ દિવ્ય પ્રવાહ ભણી આપણી જાતને પૂર્ણપણે ખુલ્લી મૂકી દેવી. મનુષ્યજીવનનું આ જ કેન્દ્રવર્તી સર્વોત્તમ સત્ય છે. કારણ કે આમાં બીજું બધું જ સમાઈ જાય છે અને બાકીનું બધું એને અનુસરતું આવે છે. આ પરમતત્ત્વ સાથે જેટલા પ્રમાણમાં આપણે તદ્દ્રૂપતા સિદ્ધ કરી શકીએ, એ દિવ્ય પ્રવાહ ભણી અભિમુખ થઈ શકીએ. તેટલા પ્રમાણમાં એ પરમતત્ત્વના ગુણધર્મો અને શક્તિઓને આપણે આપણા માનવીય જીવનમાં સક્રિય કરી શકીશું. આપણા જીવનમાં પ્રભુતા પ્રગટ કરવાનો આ જ માર્ગ છે કે આપણે એના પ્રત્યે અભિમુખ થઈએ.

અને આનો અર્થ શું થાય ? આ જ કે : આપણને આપણા સાચા સ્વરૂપની ઓળખ થાય છે; આપણે આપણા જીવનને મહાન નિયમો અને પરિબળો સાથેની સંવાદિતામાં ગોઠવી દઈએ છીએ. અને પરમ-

સૂરમાં સૂર મિલાવીએ છીએ. અને વિશ્વના ઇતિહાસમાં જે કોઈ મહાન પયગંબરો, દ્રષ્ટાઓ, ઋષિ-મુનિઓ અને ઉદ્ધારકો થઈ ગયા, જેઓ સાથે જ મહાશક્તિશાળી નરપુંગવો હતા, તેમના પ્રત્યે પણ આપણે આપણી જાતને અભિમુખ કરી આપણાં અંતર્દાર ખુલ્લાં મૂકી દઈએ છીએ. કારણ કે આપણે એ પરમ સ્રોત સાથે જેટલા વધુ પ્રમાણમાં પ્રતીતિ અને એકાત્મકતા અનુભવીશું તેટલા પ્રમાણમાં ઊર્ધ્વ શક્તિઓને આપણા દ્વારા પ્રગટ કરી સક્રિય બનાવી શકીશું.

આ દિવ્ય પ્રવાહ તરફથી આપણે આપણું મોં અવળી દિશામાં વાળી લઈશું. આ ઊંચાં પરિબળો અને સામર્થ્યની ઉપેક્ષા કરીશું તો આપણા દ્વારા એ શક્તિઓને પ્રગટાવવાનાં દ્વાર પણ બંધ કરી દઈશું. દિવ્ય શક્તિઓ આપણા દ્વારા કશુંક પ્રગટ કરવા માંગતી હોય તેને અટકાવી દઈએ તો આપણા સહજસિદ્ધ મૂળાધિકારની ઘોર ઉપેક્ષા કર્યા જેવું થશે. એના બદલે જો આપણે પરમતત્ત્વ સાથે આપણા સ્વરૂપની એકાત્મતા અનુભવીએ અને એ દિવ્ય પ્રવાહ ભણી સન્મુખ રહીએ અને ઉચ્ચાત્માઓની આકાંક્ષાઓ અને શક્તિઓને કામે લાગવા દઈએ તો સાથે જ આપણે ‘પ્રભુના માણસ’ બની શકીએ.

‘પ્રભુનો માણસ’, ‘દિવ્ય મનુષ્ય’ એટલે શું ? મનુષ્યદેહમાં હોવા છતાં, જેનામાં પરમેશ્વરી શક્તિ પ્રગટ થતી હોય તે. આવાં સ્ત્રી-પુરુષ સામે બીજું કોઈ કશાય પ્રકારની મર્યાદાઓ બાંધી ન શકે. એમના માટે તો એમણે પોતે મૂકેલી મર્યાદાઓ એ જ સીમાબંધનો, મોટા ભાગની માનવજાતિ માટે તો પોતાના મૂળ સ્વરૂપ વિશેની અજ્ઞાનતા જ મોટી સરહદો ઊભી કરી દે છે. અને એટલે જ ભારે મોટી બહુમતી પોતે કેવી મહાન સંપત્તિની વારસદાર છે તેનું જ્ઞાન મેળવ્યા વગર નરી ક્ષુદ્રતામાં પોતાનું મર્યાદિત જીવન જીવી જાય છે. પોતાના સાચા સ્વરૂપનું યથાર્થ ભાન જ હજુ સુધી તેમને થયું નથી, એટલે અપાર

સંભાવનાઓથી તેઓ વંચિત રહી જાય છે.

હજુ માણસજાતને આ વાતની પ્રતીતિ નથી થઈ કે એનું મૂળ સ્વરૂપ પરમપ્રભુ સાથે તદ્દ્રૂપ છે. આ પ્રતીતિના અભાવમાં એ દિવ્ય પ્રવાહ ભણી અભિમુખ પણ નથી રહેતો, એટલે અનંત શક્તિઓ એનામાં કામ કરતી થઈ શકે તે માટેની નહેરો પણ એ ખોદી નથી શકતો. આપણે આપણી જાતને કેવળ હાડમાંસના માણસ જ માનતા રહીએ તો તદનુસાર જીવન જીવતાં જીવતાં માત્ર માનવીય ભૌતિક શક્તિઓ જ મેળવતાં રહીએ છીએ. પરંતુ જ્યારે દિવ્ય મનુષ્ય કે પ્રભુના માણસ હોવાની આપણને પ્રતીતિ થાય છે અને તદનુસાર જીવન જીવવા લાગીએ છીએ, ત્યારે આપણને એ દિવ્ય શક્તિઓ પણ પ્રાપ્ત થાય છે. આ દિવ્ય પ્રવાહ તરફ આપણે જેટલાં વધુ અભિમુખ થઈ, ખુલ્લાં થઈશું તેટલાં વધારે પ્રમાણમાં આપણે સ્થૂળ માનવતામાંથી 'દિવ્ય માનવતા'માં પલોટાઈ શકીશું.

મારા એક મિત્ર પાસે સુંદર કમળોનું એક સરોવર છે. થોડેક ઊંચે આવેલા એક મોટા તળાવમાંથી આ સરોવરને એક નીક વાટે પાણી પૂરું પાડવામાં આવે છે. એ નીકને છેડે આવેલા એક દરવાજાને આધારે આ પાણી આવે-જાય છે. આ એક અત્યંત રમણીય સ્થળ છે. ભર ઉનાળામાં પણ, સરોવરનાં સ્વચ્છ-પારદર્શક નીતર્યાં જળ ઉપર આ ખીલેલાં કમળો જોવા મળે છે. એના કિનારા પર ગુલાબ અને બીજાં જંગલી ફૂલો પણ ખીલે છે. અહીં પંખીઓ પણ પોતાની તરસ છીપાવવા અને નહાવા આવી જાય છે અને વહેલી પરોઢથી રાત સુધી એમનો મધુર કલરવ સાંભળી શકાય છે. જંગલી ફૂલોના આ બગીચામાં મધમાખીઓનો અવિરત ઉદમ ચાલતો રહે છે. તળાવની પેલે પાર, નજર પહોંચે ત્યાં સુધી એક સુંદર ઝાડી દેખાય છે, જેમાં જાતજાતનાં ફૂલ-ફળ ઊગેલાં દેખાય છે.

અમારો આ મિત્ર માત્ર માણસ નહીં, પણ દિવ્ય મનુષ્ય છે જેનામાં ઠાંસી ઠાંસીને પ્રેમ ભર્યો છે. પરિણામે એના સ્થાનમાં ખાનગી માલિકીની જગ્યા, ‘રાહગીરોને અહીં પ્રવેશ નથી’ - આવાં પ્રવેશબંધીનાં કોઈ પાટિયાં જોવાં મળતાં નથી. એના બદલે જંગલમાંથી પેલા સરોવર ભણી જતા રસ્તા પરના એક રમણીય ખૂણા પર એક સૂચના વાંચવા મળે છે કે ‘કમળ-સરોવર પર સૌનું ભાવભર્યું સ્વાગત છે.’ અમારા આ મિત્રને સૌ કોઈ ચાહે છે, કારણ કે એ છે જ એવો પ્રેમાળ. એ સૌ કોઈને ચાહે છે અને જે કાંઈ એનું છે, તે સૌનું છે.

અહીં ઘણી વાર બાળકો પણ રમતાં જોવાં મળે છે. અહીં થાકેલા-પાકેલા માંદા જણાતા લોકો પણ આવે છે અને જ્યારે તેઓ પાછા જાય છે ત્યારે એક નવા જ પ્રકારની રેખાઓ એમના ચહેરા પર જોવા મળે છે - પેલો બોજો જાણે ઊતરી ગયો ન હોય ! મેં એમને વિદાય લેતી વેળાએ ઘણીય વાર મનોમન ગણગણતાં સાંભળ્યા છે કે ‘ભગવાન આપણા આ માનવ-બંધુનું ભલું કરે !’ ઘણા લોકો આ બગીચાને ‘ત્રભુનું ઉદ્યાન’ પણ કહે છે. મારો મિત્ર એને ‘આત્માનું ઉદ્યાન’ કહે છે અને એ પોતાના ઘણા કલાકો શાંતિપૂર્વક અહીં ગાળે છે. બહારના મુલાકાતીઓ જતા રહે ત્યાર પછી મેં એને ઘણી વાર બગીચામાં આંટા મારતો, અથવા તો દૂધ જેવી ચાંદનીમાં એક બાંકડા પર શાંત બેઠેલો જોયો છે. જાણે પોતે જંગલી ફૂલોની સુગંધ પીતો ન હોય ! સુંદર સરળ પ્રકૃતિનો એ માણસ છે. એ કહે છે કે અહીં જીવન વૈભવ યથાર્થ પ્રગટ થાય છે અને એના પોતાના જીવનનાં કેટલાંય મોટાં મોટાં અને સફળ આયોજનોએ અહીં જ પોતાનો ઘાટ પકડ્યો છે. અને એ અંતઃપ્રેરણાની એક ચિનગારી રૂપે પ્રગટ થઈ વિવિધ સૂચનો પણ કરતાં રહ્યાં છે.

એ પરિસરની પ્રત્યેક ઉપસ્થિતિમાં ભલમનસાઈ, સદ્ભાવ અને આનંદની આબોહવા જ અનુભવાય છે. ઢોર અને પશુ જ્યારે

ઝાડીને છેવાડે બાંધેલી પથ્થરની દીવાલ પાસે પહોંચી આ સુંદર સરોવર સામે જુએ છે ત્યારે લાગે છે કે એમને પણ માણસો જેવી જ આનંદની અનુભૂતિ થઈ રહી છે. પરિતૃપ્તિ અને આનંદના ઊભરામાં જાણે એ હસી રહ્યાં હોય તેવું લાગે છે. કમ સે કમ આ પશુને જોનારા લોકો તો આવું અનુભવે જ છે, કારણ કે એમનાં મોં પર સંતોષ, ઉલ્લાસ અને પ્રફુલ્લિતતાની જે છટા જોવા મળે છે, તેનાથી જ પોતાના સ્મિતને રેલાતું વારી શકાતું નથી.

સરોવરમાં પાણીનો પુરવઠો હંમેશાં ભરપૂર રહે તે માટે તળાવના દરવાજા હંમેશાં ખુલ્લા રાખવામાં આવે છે, જેથી વધારાનું પાણી નાનકડા વહેણમાં વહીને નીચે ખેતરોમાં જાય અને ચરતાં ઢોરોને પીવા માટે પહાડનું ચોખ્ખું પાણી નિરંતર મળતું રહે. વહેળો ત્યાંથી આગળ વહીને પાડોશીઓના ખેતરે પણ પહોંચી જાય છે.

અમારો આ મિત્ર, વચ્ચે એકાદ વર્ષ માટે બહારગામ ગયેલો. પોતાની ગેરહાજરીમાં એણે પોતાની આ મિલકત ભાડે આપેલી. એ નવો માણસ વહેવારુ માણસ હતો. ચોખ્ખું ખણખણતું રોકડું વળતર ન આપે તેવી કોઈ પણ બાબત માટે એની પાસે ફરસદ નહોતી. કમળના સરોવર સાથે જોડાયેલા દરવાજાને એણે બંધ કરી દીધો એટલે પર્વત પરનાં પાણીને હવે નીચે આવવાપણું રહ્યું નહીં, એટલે વધારાના પાણીનો વહેળો પણ વહેતો બંધ થઈ ગયો. 'સૌનું અહીં સ્વાગત છે'. - લખાણવાળું પાટિયું પણ હટાવાયું અને બાળકોનો કલશોર કે મુલાકાતીઓની પ્રસન્નતા - કશું જ ત્યાં રહ્યું નહીં. એકે એક બાબતમાં જમીન-આસમાનનો તફાવત લિભો થઈ ગયો. જીવન સીંચિતા પાણીના અભાવે ફૂલો પણ કરમાઈ ગયાં અને એ ફૂલોની લાંબી ડાળખીઓ નીચે ઝૂકી કાદવમાં પથરાઈ ગઈ. અગાઉ ચોખ્ખા પાણીમાં તરતી માછલીઓ પણ મરી પરવારી અને નજીકથી પસાર થનારા માટે દુર્ગંધ ફેલાવતી

રહી. કાંઠા પરનાં પુષ્પોનાં સ્મિત વિલાઈ ગયાં. પંખીનાં સ્નાન અને ગાન બેઉ પૂરાં થયાં. મધમાખીનું સંગીત સૂનું પડ્યું, અને નીચે ખેતરોમાં વહી જતો વહેજો પણ સુકાઈ ગયો અને ઢોરઢાંખરને પોતાની તરસ છીપાવવા પાણીનો ધોરિયો પણ ન રહ્યો.

વર્તમાન પરિસ્થિતિ અને અમારા મિત્રની ઉપસ્થિતિ વખતની પરિસ્થિતિ વચ્ચેનો તફાવત આંખે ઊડીને વળગે તેવો હતો. ઉપરના સ્રોતમાંથી આવતું વહેણ અટકાવાયું અને આ બધી તારાજી ઊભી થઈ. માત્ર સરોવરની રમણીયતા ખોવાઈ ગઈ એટલું જ નહીં, આસપાસનાં ખેતરો, પશુ-પંખી, ઝાડપાન, નાનાં-મોટાં સૌ કોઈનો આનંદ લુંટાઈ ગયો.

આ કિસ્સામાં આપણને આપણા જીવનનું પ્રતિબિંબ જોવા નથી મળતું ? પરમતત્ત્વ સાથેની આપણી એકતા-અભિન્નતાને જ્યાં સુધી, જેટલા પ્રમાણમાં આપણે જાળવી શકીએ, ત્યાં સુધી ઉન્નત, સામર્થ્યવાન અને અતિસુંદર બાબતો સાથે આપણે સંવાદ સાધી શકીએ છીએ. આ એકત્વની અનુભૂતિ જેટલી વધુ સઘન અને નક્કર હશે, તેટલા પ્રમાણમાં આપણને શક્તિ-સ્ફૂર્તિ પ્રાપ્ત થશે અને આપણી આસપાસનાં આપ્તજનોમાં, પ્રિયજનોમાં એની લહાણી કરી શકાશે. વિશ્વમાં જે કાંઈ સાચામાં સાચું અને ઉત્તમમાં ઉત્તમ છે, તેના પ્રેમમાં પડેલા મિત્રનું આ કમળ-સરોવર છે. ઈશ્વર સાથેના એકત્વમાં આપણે જેટલા પ્રમાણમાં અંતરાયો ઊભા કરીશું, જેટલું દૂરત્વ અનુભવીશું, તેટલો પ્રેરણાનો પ્રવાહ રુંધાશે અને કોઈ સુંદરતા, કોઈ માંગલ્ય કે કોઈ શક્તિનો સંચાર નહીં અનુભવાય. પછી તો આપણી સાથે સંપર્કમાં આવનારા પણ ખોટ જ ખાશે, એમને કોઈ ફાયદો નહીં જણાય. ભાડૂતી માણસના હાથમાં ખેતર ગયા પછીના સરોવરની આ પરિસ્થિતિ છે.

પરમને મેળવવા આત્મનિર્ભર

કમળના સરોવર અને મારી - તમારી જિંદગી વચ્ચે જે ફરક છે, તે અહીં આવે છે. એ સમજી લેવો જોઈએ. આગળ ખોલીને ઉપરના જળાશયમાંથી પાણીનો પુરવઠો મેળવી લેવાનું સરોવરના પોતાના હાથમાં નથી, આ બાબતમાં એ નિરુપાય છે, પરવશ છે. બહારના કોઈ માધ્યમ પર એ પરાવલંબી છે. જ્યારે તમારામાં અને મારામાં પોતાનામાં ભીતર એક તાકાત છે, જે જ્યારે જરૂર પડે ત્યારે, મન ફાવે ત્યારે પાણીનો પુરવઠો પોતે જ મેળવી શકે તેમ છે. આપણા જ વિચારો અને આંતરિક શક્તિ દ્વારા આપણે પોતે જ આ સિદ્ધ કરી શકીએ તેમ છીએ. આપણે પરવશ નથી, સ્વનિર્ભર છીએ.

આત્મતત્ત્વ સીધું પરમતત્ત્વમાંથી ઊતરી આવેલું છે. આત્મતત્ત્વને પરમેશ્વર સાથે સંબંધ છે. તદુપરાંત આપણું ભૌતિક શરીર પણ છે. આપણી આસપાસના ભૌતિક જગત સાથે આ શરીર આપણને જોડે છે. આપણામાં જે 'મન' અને 'વિચાર' છે, તે આપણને બીજા લોકો સાથે જોડે છે.

વિચારતત્ત્વની અપાર શક્તિ

આપણે આગળ વધીએ તે પહેલાં, આ 'વિચાર'તત્ત્વ શું છે, તેને આપણે સમજી લેવું જોઈએ. ઘણી વાર ધારી લેવામાં આવે છે એ મુજબનો એ ક્યારેક, ઘડીક ઝબકી જતો અનિશ્ચિત ઝબકારો નથી કે કોઈ હવાઈ કલ્પના કે તરંગ નથી, બલકે આ વિચારશક્તિ તો વિશ્વની એક ભારે મોટી, પ્રચંડ, પ્રાણવાન તાકાત છે.

પ્રયોગશાળામાં વિચારશક્તિના તથ્યને સમજવા અનેક પ્રયોગો અજમાવાયા છે. વિચારોને પોતાનાં આકાર, ગુણ, સત્ત્વ અને શક્તિ હોય છે અને આપણે જેને 'વિચારનું શાસ્ત્ર' કહી શકીએ, તેટલી

સજ્જતા અને ક્ષમતા એનામાં છે. આ પ્રયોગોને આધારે હવે તો સિદ્ધ થતું આવે છે કે વિચારશક્તિ દ્વારા માત્ર શાબ્દિક નહીં, પણ વાસ્તવમાં એક સર્જનાત્મક શક્તિ સિદ્ધ કરી શકાય છે.

ભૌતિક જગતમાં જે કંઈ છે, તેનો પ્રથમ ઉદ્ભવ 'વિચાર'માંથી થયેલો હોય છે. વિચાર એનું મૂળ છે. આ ઉત્પત્તિકેન્દ્રમાંથી જ ઘાટ પકડાય છે. કોઈ પણ કૃતિ લો, પછી એ કોઈ કિલ્લો હોય, કે કોઈ મૂર્તિ હોય, પ્રત્યેક ચિત્ર કે યંત્ર, કોઈ પણ સર્જન હોય, એનું પ્રાથમિક ઉત્પત્તિસ્થાન માણસના મનમાં હોય છે. આ મૂળ સ્થાનમાંથી જ કોઈ 'વિચાર' કે 'કલ્પના' ઉદ્ભવે છે અને પોતાનો આકાર પકડે છે. આપણે જે વિશ્વમાં રહીએ છીએ, તે વિશ્વ પણ ઈશ્વરના મનમાંથી ઉદ્ભવેલો એક વિચાર, એક તરંગ જ છે. જો જગન્નિયંતા સાથે આપણે એકરૂપ હોઈએ તો આ મહાન તથ્યની પ્રતીતિ નથી થતી કે આપણી આ આંતરિક વિચારશક્તિ દ્વારા આપણે પણ કશુંક સર્જન તો કરી જ શકીએ છીએ?

કોઈ પણ ચીજ દૃશ્ય જગતમાં ઘાટ પકડે છે, તે પહેલાં સૂક્ષ્મરૂપે અદૃશ્યરૂપે પોતાનું અસ્તિત્વ ધરાવતી જ હોય છે, અને આ અર્થમાં આ વાતમાં તથ્ય છે કે જે દેખાય છે તેના કરતાં જે નથી દેખાતું તે વધારે સાચું છે. અદૃશ્ય જગત કારણરૂપ છે અને દૃશ્ય જગત કાર્યરૂપ છે. પરિણામરૂપ છે. અદૃશ્ય જગત અનંત છે, શાશ્વત છે, જ્યારે દૃશ્ય જગત નિત્ય-પરિવર્તનશીલ અને અનિત્ય છે.

'શબ્દ-શક્તિ' એ વાસ્તવમાં અક્ષરશઃ વૈજ્ઞાનિક તથ્ય છે. આપણી વિચારશક્તિ દ્વારા આપણામાં સર્જક શક્તિ પેદા થાય છે. જેને આપણે બોલાયેલો શબ્દ કહીએ છીએ, તે તો આ ભીતરની વિવિધ શક્તિઓનું બાહ્ય પ્રગટરૂપ જ છે. એટલે જ, બોલાયેલો શબ્દ એક સાધન છે, જેના દ્વારા વિચાર કેન્દ્રીભૂત થાય છે અને કોઈ ચોક્કસ દિશા પકડે

છે. આ કોઈ કેન્દ્ર પર એકાગ્ર થવું, એને દિશા આપવી - આ બધી પ્રક્રિયા, કોઈ પણ અદૃશ્ય બાબત દૃશ્ય સ્વરૂપ પ્રગટે તે પહેલાં જરૂરી બની જાય છે.

હવાઈ કિલ્લા બાંધવા, શેખચલ્લીના વિચારો કરવા વગેરે અંગે ઘણું બધું કહેવાયું છે અને આવી તરંગી મનોદશાને કદીય કોઈએ આવકારી નથી. પરંતુ પ્રત્યક્ષ જમીન પર કિલ્લો બાંધતા પહેલાં, હવામાં કિલ્લો બાંધવો એ હંમેશાં જરૂરી હોય છે. જે લોકો હવામાં કિલ્લા બાંધે છે, તેમનો વિરોધ તો એટલા માટે થાય છે કે તેઓ એમની કલ્પનાને સાકાર બનાવતા નથી, કલ્પના કરીને જ અટકી જાય છે. એ કૃતિનો એક ભાગ આચરણમાં મૂકે છે, એ પણ અગત્યનો ભાગ છે, પરંતુ બીજો એટલો જ જરૂરી ભાગ આચરવાનો બાકી રહી જાય છે. અધૂરા કામને કોણ વધાવે ?

સરખું સરખાંને ખેંચે

આ વિચારશક્તિને આપણે માનસિક આકર્ષણશક્તિ કહી શકીએ. અને આ મહાન નિયમ અહીં લાગુ પડે છે કે સમાન ચીજો સમાનને આકર્ષે છે. આપણે જીવનના દૃશ્ય કે અદૃશ્ય બંને જગતમાંથી આપણા વિચારોને અનુરૂપ બાબતોને, સંજોગોને અને શક્તિઓને ખેંચતા રહીએ છીએ.

આપણને ખબર હોય કે ન હોય, પણ આ પ્રક્રિયા નિરંતર ચાલતી રહે છે. કહી શકાય કે આપણે એક વિશાળ વિચારસાગરમાં જીવીએ છીએ અને આપણી આસપાસના જગતમાં ભીતરના વિચારો તરંગરૂપે સતત બહાર ફેંકાતા રહે છે અને બહારથી પણ તરંગો અંદર આવતા રહે છે. આપણે જાણીએ કે ન જાણીએ, આ વાતાવરણની આપણા પ્રત્યેક પર વત્તીઓછી અસર થતી જ રહે છે. આપણી

સંવેદનશીલતા પર આ અસરના પ્રમાણનો આધાર રહે છે.

આપણામાંથી કેટલાક વધારે સંવેદનશીલ હોય છે. એમનાં તન-મનનું બંધારણ જ એવું હોય છે કે તેઓની ગ્રહણશીલતા તેજ હોય છે. આવા માણસો જે કોઈના સંપર્કમાં આવે, તેના પ્રભાવ તળે આવી જાય છે. એક પ્રખ્યાત છાપાનો સંપાદક એવો મારો એક મિત્ર એટલો બધો સંવેદનશીલ છે કે એ કોઈ પણ સભા-સંમેલનમાં જાય, ત્યાં અનેક લોકો સાથે હળે-ભળે અને વાતો કરે ત્યારે એ બધા લોકોની શારીરિક-માનસિક સ્થિતિની અસરો પણ ઝીલ્યા વગર રહી શકતો નથી, અને એટલે એનાં તન-મન પર પણ એની ભારે અસરો ઝીલાતી રહે છે. તે એટલી હદ સુધી કે બે-ત્રણ દિવસ સુધી એ પ્રભાવમાંથી મુક્ત થઈ તે પોતાની મૂળ સ્થિતિમાં આવી શકતો નથી, અને પોતાનું કામ જોઈએ તેવું સારું કરી શકતો નથી.

આવી સંવેદનશીલતા ઘણાને ગમતી નથી, એ લોકો આને દુર્ભાગ્ય ગણે છે. પણ એવું હરગિજ નથી. આ તો સારી બાબત છે, કારણ કે આવી સંવેદનક્ષમતા હશે તો જ આત્માની ઊર્ધ્વ પ્રેરણાઓ અને બહારથી આવતી શુભ શક્તિઓને ઝીલી શકાશે. બલ્કે, વસ્તુઓને ગ્રહણ કરી શકવાની અક્ષમતા જ દુર્ભાગ્ય ગણાવું જોઈએ, સિવાય કે બહારથી આવતા અશુભ, અનિષ્ઠનીય વિચારોને અટકાવવાની શક્તિ ન હોય. મન ગમે તેટલું ગ્રહણશીલ હોય તોપણ, બહારથી આવતાં ખરાબ તત્ત્વો સામે પોતાનાં બારણાં બંધ કરવાની શક્તિ તો માણસમાં હોવી જ જોઈએ, અને કોઈ ગમે તેટલું સૂક્ષ્મ સંવેદનશીલ હોય તોપણ પોતાનાં બારણાં બંધ કરી દેવાની શક્તિ તો એ જરૂર મેળવી શકે છે.

આ શક્તિ મેળવવા એણે મનને સક્રિય કરવું પડશે. વળી, વચ્ચે વચ્ચે પોતાની જાતને અંદર ખેંચી મનનું આ વલણ સ્થિર કરવું કે ખોટી બાબતો વિશે મેં મારાં બારણાં બંધ કર્યાં છે અને જે કાંઈ વિધાયક

અને ઉન્નત પ્રભાવો છે તેને જ ગ્રહણ કરવા હું તત્પર છું. અવારનવાર આવો અભ્યાસ થતો રહે તો પછી આની ટેવ પડી જાય છે અને જે કોઈ આ બાબતમાં ગંભીર અને ઉત્સુક હશે તો તે સારા અસરકારી પ્રભાવોને પોતાની તરફ ખેંચી લેશે. આ રીતે જીવનના તમામ દૃશ્ય-અદૃશ્ય જાતના નિષેધાત્મક પ્રભાવોને દૂર કરી શકાશે અને બધા જ ઉન્નત અને શુભ વિચારોને પોતપોતાની ઉત્કટતાના પ્રમાણમાં આવકારી શકાશે.

સ્થૂળ-સૂક્ષ્મ અને દૃશ્ય-અદૃશ્ય જગત

જીવનની વણજોયેલી બાબતો કઈ છે ? એક તો, આપણી આસપાસના વાતાવરણમાં, આ સ્થૂળ જગતમાં જીવનારા જીવાત્માઓ જે જે વિચારો, ભાવનાઓ અને લાગણીઓ પેદા કરે છે તે આપણા માટે અદૃશ્ય જગત છે અને બીજું, જે લોકોએ પોતાનાં સ્થૂળ શરીર છોડી દીધાં છે તેવા મૃતાત્મા કે જેઓ હવે ભિન્ન પ્રકારના માધ્યમથી વ્યક્ત થાય છે, તેવા સૂક્ષ્મ જીવોના વિચારો, ભાવનાઓ અને લાગણીઓ પણ આપણા માટે અદૃશ્ય જગત છે.

મનુષ્યની હસ્તીનો આરંભ શારીરિક જગતના સ્તર પર થાય છે, પરંતુ એનું સૂક્ષ્મ શરીર આ સ્થૂળ પૃથ્વીના સ્તરો છોડીને ઉપરના અદૃશ્ય લોકના પ્રભાવો પણ પોતાની દિવ્ય શક્તિઓ દ્વારા ઝીલતું હોય છે. આ સૂક્ષ્મ જગતનો પ્રભાવ અત્યંત ભવ્ય અને અલૌકિક હોય છે. પ્રત્યેક સ્થૂળ લોકની ભીતર અને ઉપર બીજું એક સૂક્ષ્મ જગત હોય છે. સ્થૂળ જગત તો માત્ર બાહ્ય કવચ સમું છે અને તે કેવળ સ્થૂળ ઘાટ પ્રગટ કરે છે. જ્યારે અંદરનું સૂક્ષ્મ જગત કે સૂક્ષ્મ લોક તો જાગૃત માનવલોકનું સાચું ઘર છે, જ્યાંથી આધ્યાત્મિક સ્તરના અનેક અકલ્પનીય પ્રદેશો એક પછી એક ખૂલતા જાય છે. આ બધો બાહ્ય અને આંતરિક વ્યાપ જોતાં, બે પ્રકારનાં શરીર હોય છે. સ્થૂળ અને સૂક્ષ્મ. સ્થૂળ શરીર એ તો ઉપરના

ફોતરાં જેવું અથવા કપડાં જેવું છે. જેવી રીતે કણસલામાં રહેલું અનાજ એના ફોતરાંના રક્ષણને કારણે વૃદ્ધિ પામ્યું, પછી એ ફોતરાંનું કોઈ પ્રયોજન રહેતું નથી, એ નકામાં થઈ જાય છે, એ જ રીતે, સૂક્ષ્મ શરીરનો અમુક વિકાસ થઈ જાય પછી એનું સ્થૂળ શરીર પણ બિનઉપયોગી થઈ છૂટી જાય છે. આ સૂક્ષ્મ શરીરના અનેક વિભાગો દ્વારા જીવાત્મા અનેક વિવિધ જગતો સાથે જોડાય છે અને પોતાનો વિકાસ કરે છે.

જીવન-અખંડ ધારા

ગમે તે સ્વરૂપમાં હોય પણ જીવનનું આ એક સત્ય છે કે ભલે બાહ્ય આકારો બદલાતા રહે, પરંતુ જીવન એક સતત વહેતી અખંડિત ધારા છે. જીવન એ વિશ્વનો શાશ્વત સિદ્ધાંત છે અને એટલે એ સતત હોય જ છે, પછી એનું માધ્યમ ભલે બદલાતું રહે. ‘મારા પિતાના ઘરમાં ઘણાં મકાન છે. - મકાન બદલાતાં રહે છે, પરંતુ અંતઃચેતના કાયમ એક જ રહે છે. ભૌતિક શરીરમાંથી વ્યક્તિનો વિલય થયો પરંતુ તેથી કરીને કાંઈ તેના પ્રાણતત્ત્વનો, ચેતનાનો અંત આવ્યો તેવું નથી. એ ચૈતન્ય બીજા કોઈ આકારમાં પ્રવેશ પામે છે; જીવન એ એક સતત ચાલતી પ્રક્રિયા છે, એ પગલે પગલે ચાલતી રહે છે. એ કશું ચૂકતી નથી કે નથી કોઈ કૂદકો લગાવતી. જિંદગી એકધારી નિરંતર વહેતી જ રહે છે.

આ બીજાં રૂપોમાં પણ, સ્થૂળ જગતની જેમ જાતજાતનાં વિભિન્ન સ્તરો હોય છે, ભાતભાતની માનસિકતા અને વિશિષ્ટતા ત્યાં પણ પ્રવર્તે છે. અહીં પણ, સમાન તત્ત્વ સમાનને ખેંચે - એ નિયમ મુજબ આપણે પણ સમાનધર્મી તત્ત્વો તરફ ખેંચાઈ આપણા વિચારો મુજબના પ્રભાવો હેઠળ આવીએ છીએ. ઘણા લોકોને આ વાત સાચી નથી લાગતી, પરંતુ વિચાર કરતાં સમજાય છે કે જીવન સર્વત્ર એક સરખું છે, પ્રત્યેક જીવાત્માનું મૂળ એક જ છે. જીવમાત્ર પરમતત્ત્વ સાથે જોડાયેલો છે. તેમાંય જ્યારે કોઈ પણ વિચારને ખેંચવાનું અને એના પ્રભાવ હેઠળ

આવવાનું આપણા પોતાના જ હાથમાં હોય ત્યારે તો આપણે જ આપણા સંજોગોના સ્વામી છીએ એ વાત સાવ સાચી ઠરે છે. સંજોગોને આધીન થવું કે ન થવું એ આપણા જ હાથની વાત છે.

આપણા જીવનનો દોર આપણે જ આપણા હાથમાં રાખવો જોઈએ; આપણે જે રસ્તે જવું હોય તે જ રસ્તે આગળ વધવું જોઈએ. જો આપણી જીવનનૌકાનું સુકાન આપણા હાથમાં નહીં રાખીએ, તો જે દિશાનો પવન ફૂંકાશે, એ દિશામાં આપણે ફેંકાઈ જઈશું. એનાથી ઊલટું, આપણને અનુકૂળ એવા વિચારને આવકારી એના પ્રભાવને ખેંચી લાવીએ અને આ રીતે પૃથ્વી પર ગમે તે કાળમાં, ગમે તે સ્થળે થઈ ગયેલા અનેક ઉમદા, સર્વોત્તમ અને મહાન મહાનુભાવોની મદદ મેળવીએ.

જે લોકોએ માનવજાતના પ્રેમને ખાતર પોતે કષ્ટો સહન કર્યાં છે અને હજુ પણ કરી રહ્યા છે, બલકે અગાઉ કરતાં વધારે ઉત્સાહ અને વધારે શક્તિ ખર્ચીને આ બધી વાતો સમજાવી રહ્યા છે, તો એમના કરતાં જુદું વિચારવાની કોઈ જરૂર રહેવી ન જોઈએ.

થોડા દિવસ પહેલાં, મારા એક મિત્ર સાથે ઘોડેસવારી કરતાં વાતચીત ચાલી કે આજકાલ લોકો જિંદગીની વધુ સત્વશીલ અને ઊંડી બાબતોમાં રસ લઈ રહ્યા છે, આંતરિક શક્તિઓના જ્ઞાન અંગે તેમની જિજ્ઞાસા પ્રબળ બની છે, પોતાના મૂળ સ્વરૂપ અંગે અને પરમતત્ત્વ સાથેના પોતાના સાચા સંબંધ અંગે જાણવાની ઉત્કટતા ઉત્તરોત્તર વધી રહી છે. આખા જગતમાં આજે આધ્યાત્મિક આકાંક્ષા જાગી ઊઠી છે, ભવિષ્યમાં આપણે આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રમાં લોકોનો ઉત્કર્ષ સ્પષ્ટપણે જોઈ શકીશું. ત્યારે વાતવાતમાં મેં કહ્યું - “અત્યારે આપણી વચ્ચે ઈમર્સન જીવતા હોત તો કેવું સારું થાત! પોતાના યુગમાં પણ એ ઘણા બધા આગળ નીકળી ગયેલા લોકોત્તર માનવી હતા, આજના જેવી પરિસ્થિતિ

લાવવા તેમણે અથાગ પુરુષાર્થ કર્યો, એમનો વિશ્વાસ અને એમની નિર્ભયતા અદ્ભુત હતાં. આજે આ બધું જોવા જો તેઓ હાજરાહજૂર હોત તો કેટલા ખુશ થાત ! “ત્યારે મારા મિત્રે જવાબ આપ્યો : અત્યારે પણ તેઓ અહીં સાક્ષીરૂપ નથી, તેવું આપણે શી રીતે કહી શકીએ ? વળી આજની પરિસ્થિતિ નિર્માણ કરવામાં એમનો હાથ નથી, એવું પણ આપણે શી રીતે કહી શકીએ ? કદાચ અહીં જ્યારે તેઓ જીવતા હતા, ત્યારે એમણે જે કાંઈ કર્યું, તેના કરતાં ઘણું વધારે અત્યારે પણ કરી રહ્યા હોય, એવું શા માટે ન બને ? આ વાત માટે મેં એનો આભાર માન્યો. સાચું જ કહેવાયું છે કે - એવા સિદ્ધાત્માઓને અહીં મોકલાવાયા છે, જે મુક્તિના વારસદારોને દીક્ષા આપે.

જે રીતે વિજ્ઞાન આજે સિદ્ધ કરી રહ્યું છે કે આપણે જે પદાર્થો જોઈએ છીએ, તે તો મૂળ વસ્તુનો એક ભાગમાત્ર છે. આપણા પોતાના જીવનમાં અને આખા જગતમાં પણ જે પરિબળો કામ કરી રહ્યાં છે, તે સઘળાં આપણને નરી આંખે દેખાતાં નથી. આપણે જે કાંઈ જોઈ રહ્યાં છીએ, તે તો એ પરિબળોનાં પરિણામસ્વરૂપ છે. વિચારોમાં અપાર તાકાત છે. સમાન વિચારો સમાન વિચારોને ખેંચે છે, એટલે જે વ્યક્તિ પોતાના જીવનનો દોર હાથમાં લે છે, તે પોતાના જીવનના પ્રકારનો મક્કમ નિર્ધાર કરી શકે છે.

જીવન અંગે ઊંડી દૃષ્ટિ ધરાવતા એક તત્ત્વજ્ઞાની કહે છે કે - “આધ્યાત્મિક અને ભૌતિક પદાર્થો વચ્ચેની આપલે અંગેના નિયમો ધાર્યું પરિણામ લાવનારા છે. ઉદાસીન લોકો એવી વિષાદગ્રસ્ત અને નિષેધક બાબતોને જ પોતાના તરફ ખેંચી લાવે છે. નિરુત્સાહી, હારી-થાકી ગયેલા લોકો કોઈ પણ બાબતમાં સફળ નીવડતા નથી અને પોતે બીજા ઉપર બોજારૂપ બનીને જીવે છે. આશાવાદી, આત્મવિશ્વાસ અને આનંદથી ઊભરાતો મનુષ્ય સફળતાને વરે છે. માણસનો બગીચો

સૂચવી જાય છે કે એ માણસનું વ્યક્તિત્વ કેવું છે. ગૃહિણીના પોશાક પરથી એની માનસિકતાનો ખ્યાલ આવી જાય છે. ફૂવડ અને લઘરવઘર સ્ત્રી બેકાળજી, ઉદાસીનતા અને અવ્યવસ્થાની ચાડી ખાય છે. જે રીતે કોઈ પણ પ્રવાહીમાં દેખાતો તાંબાનો કણ બીજા અદૃશ્ય કણોને પણ પોતાની તરફ ખેંચી લાવે છે, એ રીતે માણસની અંદર કામ કરતો વિચાર પોતાને અનુરૂપ સંદર્ભ રચી જતો હોય છે. નિરંતર આશાવાદી, આત્મવિશ્વાસુ અને પોતાના ધ્યેય અંગે દૃઢનિશ્ચયી માનસ બાહ્ય સંદર્ભમાંથી પોતાને અનુકૂળ એવી શક્તિઓ ખેંચી લાવે છે.

“તમારામાં રહેલા વિચારનું યથાર્થમાં મૂલ્ય છે. તમારા શરીરનું બળ, તમારા મનનું બળ, તમારા કાર્યમાં સફળતા અને તમારી સોબતથી અન્યને મળતો આનંદ આ બધાનો આધાર તમારા વિચારના પ્રકાર પર છે. તમે પોતે જે ભાવમાં રમો છો, એ ભાવને અનુરૂપ સામગ્રી જ તમને અદૃશ્ય જગતમાંથી મળી જાય છે. આ આધ્યાત્મિક નિયમ રાસાયણિક નિયમ જેટલો જ શાસ્ત્રીય અને વૈજ્ઞાનિક છે. રસાયણવિદ્યામાં આપણને દેખાતા પદાર્થ જેટલી જ બાબત નથી હોતી. એમાં તો, નરી આંખે દેખાય તેના કરતાં દશ હજાર ગણાં વધારે તત્ત્વો એવાં છે, જે આપણને દેખાતાં જ નથી. ભગવાન ઈશુ કહે છે - ‘તમારી ઘૃણા કરે, એનું પણ તમે ભલું જ કરો’ - આ વાત વૈજ્ઞાનિક તથ્ય અને પ્રાકૃતિક નિયમના આધાર પર ઊભી છે. સત્કર્મ કરવું એટલે વિશ્વમાં રહેલાં ભલાઈનાં તમામ તત્ત્વોને આપણા ભણી ખેંચવાં. બૂરું કરવામાં જગતનાં અનિષ્ટ તત્ત્વો આપણા તરફ ખેંચાઈ આવે છે. આપણને જ્યારે આ સાચી દૃષ્ટિ મળશે, ત્યારે આપણો આત્મ-નિગ્રહ તમામ ખોટા વિચારને અટકાવશે. જેઓ ઘૃણામય જીવન જીવે છે, તેઓ મરશે પણ ઘૃણામાં જ. આ જ વાત કહેવાઈ છે ને કે - પ્રત્યેક દુષ્ટ વિચાર એ સામા માણસ તરફ ખેંચાયેલી તલવાર સમો છે ? અને બદલામાં સામેથી

વળતી તલવાર જો ખેંચાય તો તો બંનેને માટે વળી વધારે ખરાબ પરિસ્થિતિ સર્જાય. બૂરાઈ બૂરાઈને સર્જે છે.”

બીજી એક પ્રબુદ્ધ વ્યક્તિ પણ કહે છે કે પરસ્પર આકર્ષણનો નિયમ પ્રત્યેક ક્રિયામાં વૈશ્વિક રીતે લાગુ પડે છે. આપણી ઈચ્છા અને અપેક્ષા મુજબ આપણે આકર્ષી શકીએ છીએ. જો આપણી ઈચ્છા અને અપેક્ષા વચ્ચે અંતર હોય તો એ પરિસ્થિતિ વિભાજિત કુટુંબ જેવી થશે, જેનો અંજામ વિનાશ જ હોઈ શકે. એટલે તમે જે ઈચ્છો છો, તેવી જ આશા-અપેક્ષા પણ રાખો, પછી તમારી ઈચ્છા મુજબની બાબતો જ તમારા ભણી ખેંચાઈ આવશે. તમને મનપસંદ એવો કોઈ પણ વિચાર સેવતા રહો, પછી તમે જમીન પર હો કે દરિયા પર, તમે સભાન હો કે ન હો, તેમ છતાંય તમારા ભણી તમે એવી જ બાબતોને ખેંચી લાવશો, જે તમારા વિચારને અનુરૂપ હોય. વિચારો એ આપણી પોતાની નિજી અંગત મૂડી છે, ધીરે ધીરે સ્થિરતાપૂર્વક આપણી યોગ્યતા વધારીને, આપણને મનગમતી બાબતમાં આપણે એને પ્રયોજી શકીએ છીએ.

આપણે હમણાં મનની શક્તિની પણ વાત કરી. તીવ્ર ઉત્કંઠા, એની સાથે આશા-અપેક્ષા જોડાઈ જાય છે ત્યારે વિચારશક્તિ કામે લાગે છે. આ એક પ્રકારની શ્રદ્ધા જ છે, વિશ્વાસ છે, તેથી લગીરે વસ્તુ - ઓછું નહીં. આ આત્મશ્રદ્ધા સાથે જેટલા પ્રમાણમાં ઉત્કટ ઈચ્છા જોડાય છે અને અવિચલ આશાનું સિંચન થાય છે ત્યારે ઈચ્છા મુજબની બાબતો તાદૃશ થાય છે. - અદૃશ્ય જગતમાંથી એ દૃશ્ય જગતમાં પરિવર્તિત થાય છે, સૂક્ષ્મતામાંથી એ પ્રત્યક્ષતામાં પ્રવેશે છે, નિરાકાર આકાર પકડે છે.

જરા સરખી પણ શંકા કે ભય જો દાખલ થઈ જાય છે તો પ્રચંડ શક્તિ બનીને જે ખેંચાઈ આવવાનું હોય છે, તે વિખરાઈ જાય છે અને એમાંથી કશું નીપજતું નથી. વિધાયક દૃષ્ટિ અને પૂર્ણ આશાનું સિંચન થતું રહે તો એવી દુર્ભેદ અને પ્રબળ શક્તિ નિર્માણ થાય છે, જેની સામે

કોઈ અંતરાય ટકી શકતો નથી અને અત્યંત સુંદર પરિણામો નીપજે છે. આ બધી બાબતોમાં, સિદ્ધિના પ્રમાણનો આધાર સાધના અને પુરુષાર્થ પર રહેવાનો. જેટલી માત્રા ખર્ચાશે, તેટલી માત્રામાં બદલો મળી રહેશે.

ઈચ્છાશક્તિ, સંકલ્પશક્તિ અંગે આજકાલ ઘણું બધું કહેવાય છે. જાણે એ વસ્તુ પોતે જ એક તાકાત હોય, એ રીતે એને વર્ણવવામાં આવે છે. પરંતુ સંકલ્પ એ તો વિચારશક્તિનું પ્રગટ રૂપ જ છે.

ઈચ્છાશક્તિ - સ્થૂળ અને સૂક્ષ્મ

આ સંકલ્પશક્તિ બે પ્રકારની છે - માનવીય અને દિવ્ય. માનવીય ઈચ્છાશક્તિ એટલે જેને આપણે ઊતરતી કક્ષાની નિમ્ન કોટિની સ્થૂળ કહી શકીએ તેવી છે. આ પ્રકારની ઈચ્છાને ઈન્દ્રિયોની લોલુપતામાં જ સંતૃપ્તિ મળે છે. જેમને આ તથ્યનું હજુ ભાન નથી થયું કે આ દૃશ્ય જગતને પેલે પાર એક અદૃશ્ય જગત અને સૂક્ષ્મ અલૌકિક શક્તિઓ પણ છે અને જો એને આત્મસાત્કરવામાં આવે તો જીવનમાં ઊંચામાં ઊંચા પ્રકારની પરિપૂર્ણતા સિદ્ધ થાય છે અને પરમ આનંદ પ્રાપ્ત કરવાની શક્તિ પ્રેરે છે. દિવ્ય સંકલ્પશક્તિ એ ઉચ્ચ કક્ષાની શક્તિ છે, જે ઈશ્વર સાથેની અભિન્નતા અનુભવે છે અને પરિણામે પોતાની ઈચ્છાને ઈશ્વરની ઈચ્છા સાથે તાલે તાલ મેળવે છે. 'તારી ભીતર વસેલો પ્રભુ એ જ સર્વ શક્તિમાન છે.'

માનવીય સંકલ્પશક્તિને મર્યાદા હોય છે. કાપદો કહે છે ને કે - 'બસ, આટલે સુધી જ, એથી આગળ નહીં.' એના જેવું. જ્યારે દિવ્ય સંકલ્પશક્તિને તો કોઈ સીમા જ નથી. એ તો સર્વશ્રેષ્ઠ, વરિષ્ઠ અસીમ શક્તિ છે. પ્રત્યેક ચીજ તમારા માટે સુલભ અને પ્રાપ્ય છે, જેટલા પ્રમાણમાં માનવીય સંકલ્પબળ દિવ્ય સંકલ્પબળમાં પરિવર્તિત થાય છે, તેટલા પ્રમાણમાં એ ભવ્ય બને છે અને પછી તો 'સીમ સીમ ખૂલજા'ની

જેમ, તારા હુકમ મુજબ બધું થયા કરશે. જીવન અને એના સામર્થ્યનું રહસ્ય અને પ્રયોજન આ જ છે કે માણસે પરમતત્ત્વ સાથે જોડાઈ, પોતાને નિત્ય વર્ધમાનશીલ રાખવો જોઈએ.

પ્રત્યેક જીવનચેતનાનું સામર્થ્ય, બહેકે પ્રત્યક્ષ જીવનચેતના સુધ્યાંનો આધાર એના મૂળભૂત સ્રોત સાથેના અનુસંધાનમાં છે. પરમેશ્વર સર્વવ્યાપી પણ છે અને સાથોસાથ સર્વ સત્તાધીશ પણ. છેક આદિકાળથી તે આજ સુધી, મારા - તમારા અને સૌ કોઈના જીવનનું સર્જન, નિયંત્રણ એ જ કરતો આવ્યો છે. એ જ સર્વેસર્વા છે. આપણે એને ગેરહાજર અદૃશ્ય જમીનદાર તરીકે ગણી શકીએ, જેણે આ વિશાળ વિશ્વનાં પરિબળોને કામે લગાડી દીધાં છે અને પોતાની જાતને ખસેડી લીધી છે.

જેટલા પ્રમાણમાં આપણે પ્રભુને વિશ્વવ્યાપી અને સર્વસત્તાધીશ માનીશું, તેટલા પ્રમાણમાં આપણે એની શક્તિનો અને ચેતનાનો અંશ પામી શકીશું. જીવન અને શક્તિના અનંત તત્ત્વ રૂપે આપણે એને જેટલા પ્રમાણમાં આત્મસાત્ કરતાં જઈશું, તેટલા પ્રમાણમાં આપણે એની સાથે એકરૂપ થઈશું, એનો અંશ આપણામાં વધારે ને વધારે પ્રગટ થતો રહેશે અને એમ કરીને આપણે એના ગુણોને પણ વધુ ને વધુ આપણા જીવનમાં ઉતારતા જઈશું. આ સર્વવ્યાપી, સર્વસત્તાધીશ પ્રભુની પરમચેતનાના અસીમ સાગર સાથે આપણે જેટલા પ્રમાણમાં અભિમુખ, ખુલ્લાં થઈ શકીશું, તેટલા વધુ પ્રમાણમાં આપણે આપણી જાતને માધ્યમ બનાવી શકીશું, જેના દ્વારા અનંત શક્તિ અને પ્રજ્ઞા કામ કરતી થઈ શકશે.

મનરૂપી સાધન દ્વારા આપણે આપણા આત્માને, આપણા આંતરિક જીવનને બાહ્ય ભૌતિક જીવન સાથે જોડી શકીએ છીએ અને સ્થૂળ દેહ દ્વારા આત્મશક્તિને પ્રગટાવી શકીએ છીએ. આપણા

દિલદિમાગ અને વિચારતત્ત્વને સતત અંતરાત્મા સાથેના સંપર્કમાં રાખવા જરૂરી છે. જે પરમ-દિવ્યના આપણે અંશરૂપ છીએ, તેની સાથેની એકરૂપતા આ આંતરિક શક્તિ દ્વારા જેટલા પ્રમાણમાં અનુભવી શકાશે, તેટલા પ્રમાણમાં આપણું અંતર આલોકિત થશે.

અંતઃપ્રેરણાની અદ્ભુત શક્તિ

જેને આપણે અંતઃપ્રેરણા કહીએ છીએ, તે આ આંતરિક સંબંધની નીપજ છે. જેવી રીતે માણસની વિવિધ ઈન્દ્રિયો બહિર્મુખી હોય છે, એ જ રીતે આ અંતઃપ્રેરણા અંતર્મુખી હોય છે અને તેથી કોઈ પણ બાહ્ય સાધન વગર સત્યને જોવા-ઓળખવાની અને ગ્રહણ કરવાની શક્તિ આ અંતઃપ્રેરણામાં હોય છે. આ અંતઃપ્રેરણા દ્વારા જીવન અને પ્રકૃતિનાં અગમ્ય રહસ્યોને જાણી શકાય છે, આના દ્વારા પરમતત્ત્વ સાથેની સભાન એકરૂપતા અને સમાનતા અનુભવી શકાય છે અને ઈશ્વરના સંતાન તરીકેની દિવ્ય વિભૂતિ અને ભવ્યતાની અનુભૂતિ પણ પ્રાપ્ત કરી શકાય છે. દૈવી પ્રેરણાના માર્ગદર્શનમાં આ અંતઃપ્રેરણા જેટલી વધારે વિકસિત થઈ, પૂર્ણતા પામતી જશે, તેટલી એ અંતર્દષ્ટિને વધુ ને વધુ ખીલવતી જશે. આ અંતર્દષ્ટિને કારણે, પ્રત્યેક વસ્તુનાં સ્વભાવ, ગુણવત્તા, લક્ષણ તથા હેતુ પણ સહજગમ્ય બને છે. ફરી તપાસીએ : જે રીતે બાહ્ય ઈન્દ્રિયો બહિર્મુખી હોય છે એ જ રીતે, આ આધ્યાત્મિક વૃત્તિ, અંતર્મુખી હોય છે અને સત્યને સીધે સીધું જાણવા-તપાસવા અને સ્વીકારવાની ક્ષમતા હોવાને કારણે, જાણકારી મેળવવાનાં તમામ બાહ્ય સાધનોની મદદ વગર સત્યને સમજવાની આ શક્તિને કારણે આપણે એને અંતઃપ્રેરણા કહીએ છીએ. આ આત્મશક્તિની પ્રતીતિ દ્વારા જ, તમામ પ્રેરિત ઉપદેશો અને આધ્યાત્મિક ઉદ્ગારો પ્રાપ્ત થયા છે. આ રીતે, પોતાની તીવ્ર ઉત્કંઠામાંથી જન્મેલી, પોતાના પરમપિતા સાથેની મનુષ્યની સભાન એકતા માનવના અંતરાત્માને

દિવ્ય પરમાત્માનાં પ્રેરણા તથા પ્રકાશના સીધા સંપર્કમાં મૂકી દે છે અને દિવ્ય પ્રભુની સહયોગી શક્તિ દ્વારા મનુષ્ય પોતે એક દ્રષ્ટા અને ઋષિ બની જાય છે.

માણસ જ્યારે આધ્યાત્મિક અનુભૂતિના આવા ઊર્ધ્વ શિખર પર પહોંચે છે ત્યારે માણસના મનમાં એક પ્રકારની તટસ્થ વૃત્તિ આવી જાય છે અને એનું દર્શન પૂર્વગ્રહરહિત અને સદંતર મુક્ત બને છે. એને પોતાને જ સત્યનું સીધેસીધું આકલન થતું જાય છે. સત્યને જાણવા-સમજવા એને કોઈ બાહ્ય સ્થૂળ આધારોની જરૂર પડતી નથી. પછી એ જે કંઈ જુએ છે, તે દિવ્ય પ્રકાશના પરિપ્રેક્ષ્યમાં જ જુએ છે. પોતાની અંતઃપ્રેરણા સીધી પરમાત્મા સાથે જોડાયેલી હોવાને કારણે, દિવ્યતાના ઉજાશમાં ઈશ્વરનું પ્રયોજન, જે-તે બાબત અંગેનું સત્ય ખુલ્લું થઈ જાય છે. આ અંતઃપ્રેરણાને કેટલાક લોકો ‘અંતરાત્માના અવાજ’ તરીકે, તો કેટલાક ‘ઈશ્વરી નાદ’ તો કેટલાક અંતર્નાદ તો વળી ‘છઠ્ઠી ઈન્દ્રિય’ પણ કહે છે. નામ ગમે તે આપો, એ આપણી આંતરિક-આધ્યાત્મિક ઈન્દ્રિય છે.

જેટલા પ્રમાણમાં આપણને આપણા સાચા મૂળ સ્વરૂપનું ભાન થતું આવે છે, જેટલા પ્રમાણમાં પરમતત્ત્વ સાથેની એકરૂપતા સિદ્ધ થતી આવે છે, જેટલા પ્રમાણમાં દિવ્ય સ્રોત સાથે આપણે ખુલ્લાં બની અભિમુખ થઈએ છીએ. આ અંતઃપ્રેરણાનો સાદ, આત્માનો અવાજ, ઈશ્વરી સાદ સ્પષ્ટ રીતે સંભળાય છે અને જેટલા પ્રમાણમાં આપણે એ સાદને સાંભળીશું, અનુસરીશું એ વધારે સ્પષ્ટતાપૂર્વક સંભળાશે અને અંતે એવો સમય આવશે, જ્યારે સદંતર અચૂક નિતાંત નિર્ભેળ બનીને આપણને દોરશે.



3

છલોછલ ચૈતન્ય અને નિરામય જીવન

પરમાત્મા અનંત ચૈતન્યસ્વરૂપ છે. આપણે જો આ અસીમ ચૈતન્યરૂપના સીધા વારસદાર હોઈએ, એના અંશરૂપ હોઈએ, તેના દિવ્ય પ્રવાહને ઝીલવા આપણા અંતરનાં દ્વાર ખુલ્લાં રાખીએ તો તેનો પ્રભાવ આપણા આધ્યાત્મિક અને સ્થૂળ શારીરિક જીવન પર પણ પડવો જોઈએ. કારણ કે આ જે પરમતત્ત્વ છે, એ પોતાના મૂળ નિરામય સ્વભાવ મુજબ કદાપિ રોગી ન હોઈ શકે અને તેથી તે અનંત ચૈતન્ય જેનામાં વહેવા લાગે, તેને પણ કદી કોઈ રોગ લાગુ પડી ન શકે.

મનની અસર તન પર

એક વાત આપણે પાકી કરી લઈએ કે પ્રત્યેક જીવન અંદરથી બહાર વહી આવતું જીવન છે. આ એક અટલ નિયમ જ છે કે - જેવું અંદર, તેવું બહાર. જેવું કારણ, તેવું કાર્ય. બીજા શબ્દોમાં કહેવું હોય તો, વિચાર-મન-લાગણીઓ-ભાવના આ બધાંની અસર સ્થૂળ શરીર પર પડતી જ હોય છે.

કેટલાક કહેતા હોય છે કે - “આજકાલ મનની અસર દેહ પર પડવા અંગે ઘણી વાતો કહેવાય છે, પરંતુ આ વાતને કેટલું મહત્ત્વ આપવું તે સમજાતું નથી. તમે પોતે આ વાત માનો છો કે નહીં?” અચાનક તમને કોઈ માઠા સમાચાર આપે તો તરત તમે ફિક્કા પડી જાઓ છો, ધ્રૂજવા લાગો છો અથવા તો તમે ભાન ગુમાવી બેસો છો. આમ કેમ ? તમારું મન એ સંદેશાને પહેલાં ઝીલે છે અને પછી એની અસર શરીર પર થાય છે. તમારો મિત્ર જમતી વખતે તમને કાંઈક આડું-

અવળું કહી બેસે છે અને એથી તમે દુભાઓ છો. અત્યાર સુધી તો તમે આરામથી ભોજન આરોગતા હતા, પરંતુ ભાઈબંધની વાત સાંભળ્યા પછી ભૂખ મરી જાય છે. પરંતુ સૌ પહેલાં તો મિત્રની વાત તમારા અંતરમાં જ ઝીલાઈ હતી.

જુઓને, પેલો માણસ ઘસડાતા પગે ચાલ્યો આવે છે. રસ્તામાં નાનકડો કાંકરો પણ નડે તો ગબડી પડે છે. આવું કેમ ? આ જ કારણ કે એનું મન નબળું પડી ગયું છે. બીજા શબ્દોમાં, તેના મનની નબળી સ્થિતિને કારણે જ એનું શરીર નબળું પડ્યું છે. જેનું મન સ્થિર હોય છે, તેના પગ પણ સ્થિર જ પડે છે, જેનું મન ડામાડોળ હોય છે તેના પગ પણ આડાઅવળા જ પડે છે.

ક્યારેક અચાનક તમારી સમક્ષ કોઈ મુશ્કેલી ઊભી થઈ જાય છે તો તમે થરથર કાંપવા લાગો છો અને ભયગ્રસ્ત બની શક્તિ ગુમાવી બેસો છો. આવા ટાણે, તમારી ચાલવાની શક્તિ ક્યાં હણાઈ જાય છે ? તમે ધ્રૂજો છો શા માટે ? આવું થવા છતાં, આ વાત મનાતી નથી કે મનનો શરીર પર ભારે પ્રભાવ પડે છે ? માની લો કે તમને ગુસ્સાનો આવેશ આવી ગયો. થોડા વખત પછી તમે માથું દુખવાની ફરિયાદ કરો છો, અને તેમ છતાંય તમે લાગણીઓ અને મનની અસર શરીર પર પડે છે, તે સ્વીકારતાં નથી ?

એકાદ દિવસ પહેલાં, મિત્ર સાથે ચિંતા અંગે વાતચીત ચાલતી હતી. એણે કહ્યું કે - મારા બાપુજી અત્યંત ચિંતાગ્રસ્ત છે. ત્યારે મેં એને કહ્યું કે તારા બાપુજી તંદુરસ્ત નથી. એ નબળા છે, અશક્ત છે, નિરુત્સાહી છે, તેમનામાં જોશ અને જાગૃતિ નથી. અને પછી એના બાપુજી અંગે અને એમના દુઃખ અંગે મેં વિસ્તારથી ખ્યાલ આપ્યો.

મારા આ પ્રત્યુત્તરથી એને નવાઈ લાગી. એ બોલી ઊઠ્યો : “તમે તો મારા બાપુજીને ઓળખતા પણ નથી, તોપણ એમના રોગ

અંગે તમે આટલી ઝીણવટથી શી રીતે કહી શકો છો ?”

ત્યારે મેં જવાબ વાળ્યો કે “તમે જ હમણાં કહ્યું કે મારા બાપુજીને ચિંતા ઘેરી વળી છે, એટલે મને એનું કારણ જડી ગયું. તો તેમની તબિયત અંગે કહેવામાં તો મારે કારણ સાથે એનાં પરિણામોને જ જોડવાનાં હતાં.”

ભય અને ચિંતાને પરિણામે શરીરના પ્રવાહો સાથેનો સંબંધ તૂટી જાય છે, એટલે જીવનશક્તિનો પ્રવાહ પણ કુંઠિત બની ધીમો પડી જાય છે. આશા અને શાંતિ જીવનપ્રવાહના માર્ગોને વધારે ખુલ્લા અને મોકળા રાખે છે, એના કારણે પ્રાણશક્તિ કૂદકે ને ભૂસકે ધસમસતી વહેતી રહે છે, પરિણામે શરીરમાં રોગનું નામોનિશાન સુધ્ધાં રહેતું નથી.

થોડા જ સમય પહેલાં, એક મહિલા પોતાના ગંભીર વ્યાધિ અંગે મારા મિત્ર સાથે વાત કરી રહી હતી. મારો આ મિત્ર જાણતો હતો કે આ બહેનને એની સગી બહેન સાથે બનતું નહોતું. એ મહિલાએ જણાવેલાં રોગનાં ચિહ્નો વગેરે શાંતિથી સાંભળી લઈ, ઝીણી નજરે એની સામું જોઈ માયાળુ અવાજે કહ્યું: “તમારી બહેનને ક્ષમા કરી દો.” ત્યારે એ બહેને મક્કમતાપૂર્વક કહ્યું: “મારી બહેનને હું કદીય માફ ન કરી શકું.” ત્યારે મારા મિત્રે પણ એટલી જ દૃઢતાપૂર્વક કહ્યું: “તો તો પછી તમે પણ તમારા સંધિવાને અને અંગોના જકડાઈ જવાની પીડાને કાયમ માટે ભોગવતા રહો.”

થોડા સમય બાદ ફરી વાર મળવાનું થયું. હળવા પગે આવીને એ બોલી, “મેં તમારી સલાહ માની, મારી બહેનને મેં ક્ષમા આપી દીધી. હવે ફરીથી અમારી મૈત્રી થઈ ગઈ છે અને મને ખબર નથી કે કયા કારણે પણ મારી પીડા ઉત્તરોત્તર ઘટતી ગઈ અને આજે તો એ પુરાણા રોગનું નિશાન સુધ્ધાં રહ્યું નથી, અને ખરેખર કહું છું કે હવે અમે બંને બહેનો

એટલી બધી નિકટ આવી ગઈ છીએ કે એકબીજા વગર અમને ચાલતું નથી.” અહીં પણ આપણને કાર્ય-કારણ-અનુબંધ જોવા મળે છે.

આવા તો કેટલાય પ્રમાણભૂત કિસ્સાઓ, કહી શકાય. કોઈ માતાને ક્રોધનો ક્ષણિક ઊભરો આવી જાય છે અને તે જ વખતે ધાવી રહેલું બાળક કલાકેકમાં મરી જાય છે, કારણ કે ગુસ્સાના આવેગમાં દૂધમાં ઝેરનું તત્ત્વ દાખલ થઈ જાય છે કેટલાક દાખલાઓમાં તો માતાના ક્રોધાવેગને કારણે તેના ધાવણા બાળક પર વિપરીત અસરો થઈ હતી અને એને આંકડી સુધ્યાં આવી હતી.

એક જાણીતા વૈજ્ઞાનિકે આ પ્રયોગ અનેક વાર અજમાવી જોયો છે. કેટલાક માણસોને એક ગરમ ઓરડામાં રાખવામાં આવ્યા. પછી દરેક માણસ પર જુદા જુદા પ્રકારના આવેગો અજમાવવામાં આવ્યા. કોઈના પર ક્રોધાવેગ, તો કોઈના પર બીજો કોઈ આવેગ. પછી દરેકના શરીરમાંથી પરસેવાનું એકેક ટીપું લઈને એની સાથે કેટલાંક રસાયણ ભેળવી તારણ કાઢી એ જ વખતે કહ્યું કે દરેક માણસમાં કઈ લાગણી પ્રબળ હતી. માણસોનાં થૂંક તપાસીને પણ માણસની પ્રકૃતિ અંગે એ કહી શકતો હતો.

એક પ્રખ્યાત અમેરિકન ડૉક્ટર જેણે મનુષ્યના દેહ - બંધારણ વિશે સારો અભ્યાસ કર્યો છે, તે જણાવે છે : મન એ શરીરનો સ્વાભાવિક રખેવાળ છે. પ્રત્યેક વૃત્તિ પોતાની અસર છોડતી હોય છે અને રોગ, ઈન્દ્રિયલોલુપતા કે બધા પ્રકારના દુર્ગુણોનાં માનસિક ચિત્રણો મન પર અસર કરી કંઠમાળ અને રક્તપિત્ત જેવા રોગો શરીરમાં ઉત્પન્ન કરે છે. ક્રોધને કારણે થૂંકમાં ફેરફાર થઈ જીવન ઘાતક ઝેર બની જાય છે. એકાએક ઊમટતી લાગણીઓનો પ્રબળ ધક્કો હૃદયને નબળું પાડે એટલું જ નહીં, એમાંથી મરણના દાખલા પણ બને છે, અથવા તો માણસ સાનભાન ભૂલી પાગલ થઈ જતો પણ જોવા મળે છે. વિજ્ઞાનીઓએ

પ્રયોગો દ્વારા સાબિત કર્યું છે કે સામાન્ય માણસના પરસેવામાં અને અપરાધી માણસના પરસેવામાં ફેર પડી જાય છે. એટલે જ કહેવાય છે કે ભયને કારણે હજારો લોકોનો ભોગ લેવાયો છે, બીજી બાજુ હિંમતે બંદા, તો મદદે ખુદા વાળી વાત પણ સિદ્ધ થઈ છે.

માનો ગુસ્સો ધાવણા બાળકમાં ઝેર ફેલાવી શકે. એક પ્રખ્યાત અશ્વપાળ કહેતો હતો કે ગુસ્સામાં કહેવાયેલો એક શબ્દ ઘોડાની નાડીમાં એક મિનિટના દસ ધબકારા વધારી મૂકે છે. જો પશુ માટે આ વાત સાચી હોય તો તો માનવ અને તેમાંય બાળક માટે એ કેટલી અસર કરનારી નીવડી શકે? ઘણીવાર માનસિક મૂંઝવણને કારણે ઊલટી થઈ જતી હોય છે. અતિશય ક્રોધ કે ભયને કારણે કમળો થઈ જતો હોય છે. વધારે પડતા ગુસ્સાને કારણે ક્યારેક વાઈ પણ ઊપડે છે. તો ક્યારેક મૃત્યુ પણ આવી જાય છે. એક કરતાં વધારે કિસ્સામાં જોવા મળ્યું છે કે માનસિક વ્યથામાં વિતાવેલી રાતને પરિણામે જિંદગી જોખમમાં મુકાય છે. ગ્લાનિ, લાંબી ચાલતી આવતી અદેખાઈ, વેરઝેર, અવિરત ચિંતા અને ઉદ્વેગને પરિણામે અનેક લોકોએ મગજ ગુમાવી બેઠાના દાખલા જોવા મળ્યા છે. માંદા અને રોગિષ્ઠ વિચારો અને વિઘાતક મનોદશામાંથી જ રોગ પેદા થાય છે અને મનમાં સડો પેસી જવાને કારણે જ અપરાધભાવના પેદા થઈ ફૂલેફાલે છે.

આ બધી હકીકતોને આધારે તારવી શકાય તેમ છે કે માનસિક અવસ્થા, લાગણીઓ, ઊભરાઓ અને વૃત્તિઓની શરીર પર ભાતભાતની અસરો પડતી હોય છે અને જો એ વૃત્તિઓ વધારે ને વધારે પોષાતી રહે તો તે શરીરમાં આનુષંગિક રોગો ઉત્પન્ન કરે છે અને ધીરે ધીરે એ રોગ જડ ઘાલી જાય છે અને મનનો સડો પેદા કરે છે.

હવે શરીર પર વૃત્તિની કેવી રીતે અસર થાય છે તે તપાસીએ. માની લો કે કોઈ વ્યક્તિ પર ગુસ્સો સવાર થઈ જાય છે. આ

મનોવિકારને પરિણામે શરીરમાં એક ઝંઝાવાત ખડો થઈ જાય છે, પરિણામે શરીરને પોષનારા આરોગ્યપ્રદ રસ અને ધાતુ વિષાક્ત જંતુ ફેલાવી પોતે જ ઝેરીલા અને ઘાતક બની જાય છે. આવી નકારાત્મક અસરો લાંબી રહે તો તેમાંથી રોગ ઉત્પન્ન થાય છે અને ધીરે ધીરે એ કાયમનું ઘર ઘાલી જાય છે. આથી ઊલટું, જે દયા, કરુણા, પ્રેમ, ઉદારતા, સદ્ભાવની વૃત્તિનું વર્ચસ્વ જળવાય તો શરીરના તમામ રસોમાંથી તંદુરસ્ત, વિશુદ્ધ અને જીવનદાયી પ્રવાહ વહેવા લાગે છે. શરીરની તમામ શિરાઓ મોકળી અને ખુલ્લી થઈ જાય છે અને જીવનદાયી શક્તિ તેમાંથી નિર્વિઘ્નપણે વહેતી રહે છે. આને પરિણામે રક્ત, ધાતુ તથા રસમાં એટલી બધી તાકાત જન્મે છે કે ઝેરી અને રોગિષ્ઠ વિષાણુઓ નાશ પામે છે અને શરીર સુદૃઢ અને સક્રિય બને છે.

દાક્તર રોગીને તપાસવા જાય છે. એ કાંઈ દવાબવા આપતો નથી, તેમ છતાંય માત્ર એનું ત્યાં જવું જ દર્દીને રાહત પહોંચાડે છે. દાક્તર પોતાની સાથે આરોગ્યનું વાતાવરણ લઈ જાય છે. એનો પ્રસન્ન ચહેરો, મીઠી વાણી, વળી નવી આશા લઈને એ દર્દીના ઓરડામાં પ્રવેશે છે. આ આશા અને પ્રસન્નતા જ બધે ફેલાઈ જાય છે અને દર્દીના મન પર સૌમ્ય છતાંય પ્રભાવક અસર પાડી જાય છે. આ માનસિક અવસ્થા જ રોગીના શરીર પર અસર કરે છે અને આ માનસિક સૂચન માત્રથી સુધારો થવા માંડે છે.

ગાંઠ વાળો કે જે કાંઈ સ્વસ્થ અને પ્રસન્ન છે,

તે મન તથા તન માટે પણ પુષ્ટિદાયક છે.

એટલે જ મર્ત્ય માનવી માટે આવશ્યક છે -

- આશા, જે અમૃત - સંજીવની સમાન છે.

કેટલીક વાર આપણે નબળી તબિયતવાળા માણસને કહેતા

સાંભળીએ છીએ કે તમે આવો છો ત્યારે મને હંમેશાં ખૂબ સારું લાગે છે. આ કથન પાછળ એક ઊંડું વૈજ્ઞાનિક તથ્ય રહેલું છે. 'શાણનો શબ્દ દવાની ગરજ સારે' જેવું આ છે. માનસિક સંકેત - સૂચનોની માણસ પર ભારે મોટી અસર થતી હોય છે. અભ્યાસનું આ એક અદ્ભુત અને રસપ્રદ ક્ષેત્ર છે. આ માધ્યમ દ્વારા અત્યંત વિલક્ષણ અને શક્તિશાળી આયામોને આપણે કામ કરતાં બનાવી શકીએ. એક ખૂબ જ નામાંકિત શરીરશાસ્ત્રીએ કહ્યું છે કે પ્રયોગશાળામાં એણે સિદ્ધ કર્યું છે કે એક વર્ષથી પણ ઓછા ગાળાના સમયમાં માણસનું આખું શરીરતંત્ર બદલાવી શકાય; કેટલાક ભાગો તો માત્ર થોડાં અઠવાડિયામાં બદલાવી શકાય.

એમને પુછાયું કે - શું તમે આ આંતરિક પરિબળો દ્વારા રોગિષ્ઠને સાજો કરી શકો છો ? ત્યારે એ કહે છે - નિ:સંદેહ ! વળી, સાજા કરવાની આ જ સ્વાભાવિક કુદરતી પદ્ધતિ છે. દવા-દારુ જેવી બાહ્ય બાબતો તો કૃત્રિમ અને બનાવટી છે, એનાથી અંતરાયો દૂર થાય અને પ્રાણશક્તિ સારી રીતે કામ કરતી થઈ જાય. પરંતુ હકીકતે તો, અંદરનાં જીવનધારક તત્ત્વોને કામે લગાડીને જ સાચી તંદુરસ્તી સિદ્ધ કરી શકાય. એક વિશ્વવિખ્યાત સર્જન અને ચિકિત્સકે તાજેતરમાં જ પોતાના સાથીઓ સમક્ષ જાહેર કર્યું કે - છેલ્લા કેટલાય સૈકાઓથી, શરીરને પોષણ આપનારાં જીવનધારક તત્ત્વોની વૈદક શાસ્ત્રમાં ઉપેક્ષા જ થઈ છે. એના સ્થાને માનસિકતા પર બહારની દવાની શી અસર થાય છે તેનો જ વધારે અભ્યાસ થતો રહ્યો છે. આને લીધે દાકતરો પણ આને અનુસરીને જ ઈલાજ શોધતા રહ્યા છે. પરિણામે દાકતરો પણ સમયની સાથે કૂચ કરી શક્યા નથી અને વૈદકીય જગતમાં આ મનોવૈજ્ઞાનિક પરિબળની ઉપેક્ષા થતી રહી છે અને એટલે એનો જોઈએ તેવો વિકાસ થયો નથી. પરંતુ હવે નવી સદીનો અરુણોદય થઈ રહ્યો છે એટલે

માનવજીવનની આગેકૂચ પ્રકૃતિની ગુપ્ત શક્તિઓને ખોલવાની દિશામાં આગળ વધી રહી છે. હવે આરોગ્યશાસ્ત્રમાં પણ મનોવિજ્ઞાનને સમજવાનું ફરજિયાત બની રહ્યું છે અને મનોચિકિત્સાના વિશાળ પ્રદેશમાં આ સિદ્ધાંત કામ કરતો થઈ ગયો છે. હવે ઢીલ કરવાને કે શંકા - અવઢવ કે પ્રશ્નો ઊભા કરવાને કોઈ સમય જ રહ્યો નથી. હવે જે ઢીલમાં નાંખશે, તે પોતે જ ખોવાઈ જશે, કારણ કે આ પ્રગતિકૂચમાં હવે આખી માનવજાત જોડાઈ ગઈ છે.

હું આ વાત સારી પેઠે જાણું છું કે છેલ્લાં વર્ષો દરમિયાન, આ બાબતમાં ભારે મોટી મૂર્ખાઈ આચરવામાં આવી છે. ઘણી નકામી, વ્યર્થ અને મૂર્ખાઈ ભરેલી વાતો અંગે દાવા કરવામાં આવ્યા છે. પરંતુ તેથી કરીને માનસશાસ્ત્રના મૂળભૂત નિયમોને ઊની આંચ પણ આવે તેમ નથી. પ્રત્યેક નવા તત્ત્વજ્ઞાનના પ્રારંભકાળમાં આવું જ બને છે, પરંતુ જેમ જેમ કાળ સરે છે, તેમ તેમ નિરર્થક અને મૂર્ખતાપૂર્ણ વાતો નાશ પામે છે અને જે સાચાં તત્ત્વો છે, તે જ દુનિયા સામે વધારે સ્પષ્ટતાપૂર્વક ખૂલીને પ્રગટ થાય છે.

આવાં તત્ત્વોને અમલમાં મૂકીને, થોડા જ સમયમાં રોગી માણસો કાયમને માટે સાવ સાજા થઈ ગયા હોય, એવા ઘણા કિસ્સા અંગત રીતે મારી જાણમાં છે. આરોગ્યજગતે જે રોગોને અસાધ્ય ગણી છોડી દીધા હોય તેમાંના કેટલાક કિસ્સા પણ છે. પ્રત્યેક જમાનામાં અને ધર્મોમાં આવા દાખલા જોવા મળે છે. આવી સાજા કરનારી ચિકિત્સા ફરી વાર પ્રચલિત બને તેમાં ખોટું પણ શું છે ? આવી શક્તિ તો છે જ. ભૂતકાળમાં જે નિયમોને આધારે આ સિદ્ધ થયું તે, નિયમોના આશ્રયે ફરી વાર પણ આ સિદ્ધ થઈ જ શકે.

સાચો વૈદ્ય પોતે જ

બીજી વ્યક્તિ માણસનો રોગ મટાડી શકે, પરંતુ રોગને

ધરમૂળમાંથી કાયમ માટે હઠાવવો હોય તો માણસે પોતે જ પુરુષાર્થ કરવો જોઈએ. બીજો માણસ, માર્ગદર્શક તરીકે અંદરની આ શક્તિની પ્રતીતિ કરાવવા સુધી મદદગાર થઈ શકે, પરંતુ કાયમી સુધારા માટે તો બાકીની મજલ માણસે પોતે જ કાપવી પડે. આ અંગે ભગવાન ઈશુ સ્પષ્ટ કહે છે - જાઓ, અને ફરી કદી પાપ ન કરશો. આનો આ જ અર્થ થાય છે કે તેઓ જીવનના એક શાશ્વત અને સનાતન નિયમ તરફ ધ્યાન ખેંચવા માંગે છે કે તમામ રોગો અને પીડાનું મૂળ કારણ જાણ્યે-અજાણ્યે, કારણ-અકારણ પણ થયેલો નિયમભંગ જ છે.

જ્યાં સુધી આ નિયમભંગ થતો રહે છે, ત્યાં સુધી પીડા ભોગવવાની રહે જ છે. જે ક્ષણે પાપ થતું અટકે છે, તે ક્ષણે શાશ્વત નિયમ સાથે અનુબંધ જોડાઈ જાય છે અને રોગના મૂળ કારણનું નિવારણ થઈ જાય છે. અહીં 'પાપ' આધ્યાત્મિક અને તાત્વિક એમ બેઉ અર્થમાં લેવાનું છે. ભૂતકાળમાં થયેલા નિયમભંગને કારણે ઉદ્ભવેલી વિષમ પરિસ્થિતિ પણ સાચી દિશામાં શક્તિ વહેવા લાગશે તેમ તેમ સુધરતી જશે.

તમામ ચેતનાઓનું પણ જે પરમ ચૈતન્ય છે, તે પરમતત્ત્વ સાથેની એકરૂપતાની પ્રતીતિ સિવાય બીજો કોઈ ઈલાજ એવો નથી કે જે સનાતન નિયમો સાથેનો સંવાદ વધારે ઝડપભેર કે વધારે પૂર્ણતાથી લાવી શકે. અહીં રોગ તો નિર્મૂળ થશે જ, શરીરમાં એકઠા થયેલા વિષાણુઓને પણ દૂર કરાશે. પછી આ કથનની પૂર્ણ પ્રતીતિ થશે કે 'હું તારામાં મારું ચૈતન્ય પૂરીશ અને તું જીવન પામીશ.' આ દિવ્ય સ્રોત ભણી માણસ સંપૂર્ણપણે ખુલ્લો થઈ જશે.

પ્રભુમય થઈને અપાર શક્તિ મેળવો

પરમાત્મા સાથેની એકરૂપતા જે ક્ષણે અનુભવાય, તે જ ક્ષણે માણસને પોતાની આધ્યાત્મિક સૂક્ષ્મ હસ્તીની પ્રતીતિ થાય છે, પછી એ

માત્ર ભૌતિક વ્યક્તિ રહી શકતો નથી. પછી પોતાને રોગ અને અનિષ્ટોથી ભરેલા દેહ રૂપે નહીં, પરંતુ આત્મસ્વરૂપે ઓળખવા માંડે છે. પોતે જ આ દેહનો નિર્માતા છે અને એટલે જ પોતે દેહનો માલિક છે, જેમાં તે રહે છે. જે ક્ષણે પોતાના આ ધણીપણાની પ્રતીતિ થાય છે, તે ક્ષણે દેહનું પોતાના પરનું સ્વામીત્વ એ અટકાવી દે છે. અગાઉ જે બાબતો શરીરનો કબજો લઈ પોતાનું જોર અજમાવતી હતી, તેનાથી હવે ડરવાનું જ બંધ થાય છે એટલું જ નહીં, એવી બાબતોને જ એ ધરમૂળથી અટકાવી દે છે. અત્યાર સુધી કુદરતી નિયમોથી દૂર ભાગવાનું થતું હતું, પરંતુ હવે તેની સાથે પ્રેમ બંધાય છે અને હવે એની સાથે અનુબંધ જોડાય છે. બલકે હવે પોતે જ એ અનુસંધાન સાધવા માટે કુદરતી નિયમોને આજ્ઞા કરે છે. આ રીતે અગાઉ જે ગુલામ હતો, તે હવે ધણી બને છે. જે ક્ષણે પ્રેમ આરંભાય છે, તે ક્ષણથી થતું નુકસાન અટકી જાય છે.

આ સંસારમાં આવા નિર્બળ અને માંદા અસંખ્ય લોકો છે. આ લોકો ઈશ્વરને પોતાનામાં કામ કરવા દેવાની તક આપે તો આ બધા જ મજબૂત અને તંદુરસ્ત બની શકે. આવા લોકોને હું તો કહીશ : “દિવ્ય પ્રવાહને રુંધશો મા.” બીજું કાંઈ પણ કરો, પણ આ નહીં. તમારી જાતને એની સમક્ષ ખુલ્લી કરી દો. એને નિમંત્રો, જેટલા પ્રમાણમાં એની સન્મુખ તમે ખુલ્લા થશો, તેટલા પ્રમાણમાં તેનું વહેણ તમારામાં પ્રવેશી અત્યારે શરીર પર પોતાનું જોર અજમાવતાં તમામ અનિષ્ટ તત્ત્વોને દૂર કરશે. એણે કહ્યું જ છે - “જે લોકો મને શોધી કાઢે છે, તેમના માટે મારા શબ્દો પ્રાણરૂપ બની જાય છે, અને એમના શરીર માટે આરોગ્યરૂપ બની જાય છે.”

ઘણા બધા દિવસો સુધી નીકમાં કાદવવાળું પાણી વહ્યા કર્યું છે, એટલે અડખેપડખે અને તળિયે કાદવના થર જામ્યા છે અને તેમાં પાછું કાદવવાળું પાણી આવ્યા જ કરે છે એટલે થર જાડા થતા ગયા છે. આને

બદલો. સ્વચ્છ નીતર્યા પાણીના સ્રોત ભણી નીકનું મોં વાળી લ્યો તો થોડા જ વખતમાં પેલા જામી ગયેલા કાદવના થર પણ નીકળી જઈને તણાઈ જશે. આખી નીક એકદમ ચોખ્ખી અને નિર્મળ બની જશે અને જોતજોતામાં તો ગંદકીને સ્થાને રમણીયતા સર્જાઈ જશે. અને હવે જે શુદ્ધ પાણી વહેતું થશે તે સ્વાસ્થ્ય, સામર્થ્ય અને સ્ફૂર્તિ માટેનું મહત્વનું સાધન બની જશે.

હા, એ વાત ચોક્કસ જ છે કે પ્રભુ સાથેનું તાદાત્મ્ય જેટલા પ્રમાણમાં સધાયું હશે, તેટલા પ્રમાણમાં જ રોગના સ્થાને નીરોગીતા, વિસંવાદને સ્થાને સુસંવાદ, કષ્ટ - પીડાને સ્થાને તંદુરસ્તી અને જોમ સ્થપાશે. તમારામાં જેટલી પરિપૂર્ણતા અનુભવશો એના પરિમાણમાં આરોગ્ય-સામર્થ્ય-સંપન્ન બનશો. પછી આ બધાના તમે વાહક બનશો અને જે કોઈના સંપર્કમાં આવશો એને પણ આ બધાનો અનુભવ કરાવશો; કારણ કે જે રીતે રોગ ચેપી છે, એ જ રીતે તંદુરસ્તી પણ ચેપી છે, આ વાત આપણને યાદ રહેવી જોઈએ.

અધ્યાત્મમાં ઉધારી ન ચાલે

પ્રશ્ન પુછાય છે કે આ બધાં સત્યોને નક્કર વ્યવહારમાં કેવી રીતે ઉતારાય, જેથી કરીને પૂર્ણ શારીરિક સ્વાસ્થ્યનો આનંદ માણી શકાય અને ગમે તેટલો મોટો રોગ હોય તોપણ માણસ એમાંથી છૂટી શકે ? આનો જવાબ આ જ હોઈ શકે કે દરેક માણસે પોતપોતાનો માર્ગ શોધી લેવાનો હોય છે, આ બાબતમાં કોઈના વતી બીજું કોઈ કરી શકે તેવી ઉધારી ચાલતી નથી.

સૌ પહેલાં તો આ જ વાત છે કે માણસમાં પૂર્ણ સ્વાસ્થ્યનો વિચાર આવે એ જ શક્તિશાળી પરિબળોને કામ કરતાં કરીને માણસને નીરોગીતા તરફ લઈ જાય છે. માત્ર મોંએથી આ વાતને ઉચ્ચાર્યા

કરવાને બદલે એનો પ્રત્યક્ષ અનુભવ લેવો જોઈએ. તેમ છતાંય કેટલાકને માત્ર ઉચ્ચારણથી પણ પેલી પ્રતીતિ થવામાં મદદ મળી છે.

ઈશ્વર સાથેની એકરૂપતા, એ જ આપણો મૂળ સ્રોત છે તે બાબતની પ્રતીતિ જેટલા પ્રમાણમાં થઈ હશે, તેટલા પ્રમાણમાં સ્થૂળ શરીરમાં નીરોગીતા અને શક્તિ-સ્ફૂર્તિ પેદા થશે. કારણ કે આ પરમતત્ત્વ કદીય કોઈ રોગિષ્ઠ તત્ત્વને પોતાની નજીક પણ ફરકવા ન દે અને એ જ સ્રોતમાંથી આપણે આવ્યા છીએ એની પ્રતીતિ-અનુભૂતિ આપણને એવા મુકામે પહોંચાડી દે છે જ્યાં શરીરની રોગિષ્ઠ અવસ્થા પેલા પરિપૂર્ણ સામર્થ્યશાળી તત્ત્વ સાથે સંપર્કમાં આવી, એના પ્રભાવ હેઠળ આવશે. આ સુધારાની ગતિનો આધાર તમારી પ્રતીતિ પર રહેવાનો.

કેટલાક કિસ્સાઓમાં તો પોતાની જાતને મૂળ સ્રોત ભણી પૂરેપૂરી ખુલ્લી કરી દેવાને કારણે રોગ તાત્કાલિક અને કાયમ માટે મટી ગયો તેવું બન્યું છે. ઉત્કટતા, તીવ્રતાના પ્રમાણમાં સમય લેવાતો હોય છે. તેમ છતાંય આ ઉત્કટતા, ભયભીત વિહ્વળ અને નિરાશાવાદી હોવાને બદલે શાંત, સ્વસ્થ અને આશાવાદી હોવી જોઈએ.

આ પ્રક્રિયાથી ઘણાને મોટી મદદ લાધશે અને આરોગ્ય સુધરી જશે. મનને એકદમ શાંત કરી દો, હૃદયમાં સૌ માટે પ્રેમની ભાવના ભરી દો અને તમારા અંતરમાં વધારે ને વધારે ઊંડા જઈ આ વિચાર સેવો કે - મારા જીવનનાય મહાજીવન સમા સર્વશક્તિમાન પ્રભુ સાથે હું એકરૂપ છું. એક આત્મતત્ત્વ રૂપે મારા પોતાના મૂળ ગુણધર્મ મુજબ કોઈ રોગ ધરાવી ન શકું. અને પછી હું મારા રોગિષ્ઠ શરીરને પેલા પરમતત્ત્વના મૂળ સ્રોત ભણી અભિમુખ કરી દઉં છું અને પેલું વહેણ મારામાં પ્રવેશે છે. ધીરે ધીરે એ આગળ વહેતું જાય છે અને તબિયત સુધરતી જાય છે. આ તથ્યનો પૂરેપૂરો અનુભવ લો અને પેલો સત્ત્વશીલ

શક્તિઓના સંસર્ગને પરિણામે તમે ત્વરિત અને ઉખાસભર પ્રકાશ અનુભવો. સાજા થવાની પ્રક્રિયા ચાલી રહી છે તેવું સ્વીકારો અને આ માન્યતાને ટકાવી રાખો. ઘણા માણસોની ઈચ્છા એક હોય છે અને અપેક્ષા જુદી હોય છે. જેવું ઈચ્છીએ, તેવી જ આશા-અપેક્ષા સેવીએ. પણ કેટલાકને શુભ તત્ત્વો કરતાં અશુભ તત્ત્વો પર વધારે શ્રદ્ધા હોય છે, એટલે તેઓ માંદા જ રહેતા હોય છે.

આ ધ્યાન, અનુભૂતિ અને આસારવારનો આશરો અવારનવાર લેવાતો રહેશે અને પછી આ જ મનની આંતરિક સ્થિતિમાં લાંબો વખત ટકી રહેવાનું થશે, પેલી મહાન શક્તિને એનું કામ કરવાનો અવકાશ અપાશે, તો રોગ અને અસ્વસ્થતાને સ્થાને તંદુરસ્તી અને સ્વસ્થતાનો અનુભવ થવા લાગશે. આ ચમત્કારનું કોઈ ખાસ મોટું કારણ નથી, સિવાય આ કે પરમતત્ત્વને આપણે કામ કરવા દઈએ છીએ

કોઈને શરીરના એકાદા અંગ પર તકલીફ હોય તો એ આખા શરીર ઉપરાંત આ અંગને વિશેષપણે પેલા ચૈતન્ય-પ્રવાહ ભણી ધરી દે અને પ્રબળ ભાવના કરે તો તે અંગ પર જીવનપ્રવાહ વિશેષ પ્રમાણમાં વહીને એને સાજો કરી દે છે. આમ છતાંય, એક વાત યાદ રાખવી જોઈએ કે આ દુરસ્તી ત્યાં સુધી જ ટકશે, જ્યાં સુધી રોગ થવાનાં કારણો નહીં અપાય. બીજા શબ્દોમાં - 'જ્યાં સુધી નિયમો તોડાતા રહેશે, ત્યાં સુધી રોગ અને પીડા પરિણમતાં જ રહેશે.'

આ પ્રતીતિનો પ્રભાવ માત્ર રોગ પર નહીં, સાજા શરીર પર પણ થશે અને એ શરીરની પ્રાણશક્તિ, બળ અને સામર્થ્યમાં વૃદ્ધિ કરશે.

આવી આંતરિક શક્તિઓ દ્વારા રોગ મટાડવાના ઘણા કિસ્સા પ્રત્યેક કાળમાં અને દેશમાં જોવા મળે છે. એમાં બહારનાં કોઈ સાધનોનો ઉપયોગ લેવાયો નથી. જાતજાતની પદ્ધતિઓ અને જાતજાતનાં નામોથી આ બધું ઓળખાય છે, પરંતુ એની પાછળ આ નિયમ જ કામ

કરે છે. ઈશ્વર જ્યારે પોતાના પ્રેરિતોને પૃથ્વી પર મોકલે છે ત્યારે માંદા અને અશક્ત લોકોને સાજાસમા કરવા અને જ્ઞાન આપવા મોકલે છે. અગાઉ ચર્ચના ફાધરો માટે રોગ મટાડવા એ સેવાના એક ભાગરૂપે હતું.

જો ભૂતકાળમાં આવું હતું, તો અત્યારે શા માટે આવું ન હોઈ શકે ? કુદરતના કાનૂનો તો આજ પણ એના એ જ છે. છતાંય, થોડાક અપવાદો બાદ કરતાં, આપણે કાનૂનના અંદરના આત્માને મર્મને પકડવાને બદલે માત્ર બાહ્ય શબ્દોને અનુસરીએ છીએ. નર્ચા પોકળ શબ્દો વિનાશ નોતરે છે, અંદરનો આત્મા, અંદરનું સત્ત્વ જ પ્રાણ અને શક્તિ પૂરે છે. જે વ્યક્તિ બહારના કોરા શબ્દોના માળખાને પાર કરી ભીતરના અંતર-તત્ત્વમાં પ્રવેશ કરશે તેને આવી પ્રાણશક્તિ અચૂક લાધશે. પછી પોતે લાભાન્વિત થઈ બીજાને પણ લાભ કરાવતો થઈ જશે અને અંતે તો એ લોકોમાં અધિકારપૂર્વક હરતોફરતો થઈ જશે.

પરિસ્થિતિના શિકાર નહીં, માલિક બનીએ

આજે આપણને આ તથ્ય જડી ગયું છે કે પ્રત્યેક રોગનું મૂળ વિકૃત મનોદશા અને લાગણીતંત્રમાં છે. પ્રત્યેક બાબતના પ્રભાવમાં માણસનું માનસિક વલણ કામ કરતું હોય છે. આપણે ભય કે ઘૃણાની ગ્રંથિથી પીડાતાં હોઈએ, તો આપણા પર એની અવળી અને ક્યારેક તો વિઘાતક અસરો પણ થઈ શકે. આપણી અંદર ભરપૂર આત્મવિશ્વાસ છલકાતો હોય અને વિરોધી તત્ત્વો પર વિજય મેળવવાનો ભરોસો હશે તો આપણે સંવાદિતા સ્થાપી શકીશું અને એ તત્ત્વ આપણને કોઈ ઈજા નહીં પહોંચાડી શકે.

આપણી પોતાની અંદર જ કશું નબળું, રોગિષ્ઠ ન હોય તો બહારનો કોઈ રોગ આપણામાં પ્રવેશ પામી ન શકે. આ જ રીતે, કોઈ પણ અનિષ્ટ કે અશુભ પરિસ્થિતિ પણ ઊભી ન થઈ શકે, સિવાય કે એને

આવકારનારું કોઈ તત્ત્વ આપણી ભીતર હોય. આપણી સામેની ગમે તે પરિસ્થિતિનાં કારણબીજ આપણે આપણામાં જ વહેલી તકે શોધી શકીશું તો એ પરિસ્થિતિને બદલીને કશુંક શુભ પ્રવેશે તેવી પરિસ્થિતિ ઊભી કરી શકીશું.

હકીકતમાં આપણામાં એટલી સત્તા છે કે આપણે સંજોગોના માલિક બની શકીએ, પરંતુ આપણી અજ્ઞાનતાને કારણે આપણે અનેક પ્રકારની વિષમ પરિસ્થિતિના ગુલામ બની જઈએ છીએ.

આપણને વાવાઝોડાની બીક લાગે છે ? અરે, એમાં કશું જ ડરવાપણું નથી. મનોમન શ્રદ્ધા સેવવાની છે કે એ તો ઈશ્વરની શુદ્ધ હવાનો એક નાનકડો પ્રવાહ માત્ર છે. એ મને કશી ઈજા પહોંચાડે તેમ નથી. મને શરદી કે તાવ કશું જ ન થઈ શકે. જો હું પોતે એને શક્ય બનાવું, તો જ એ મને અસર કરી શકે. બધો આધાર મારા પર છે. કારણો અને નિમિત્ત વચ્ચેનો ભેદ પારખતાં આપણને આવડવું જોઈએ. વાવાઝોડું એ કારણ નથી કે ન તો એ પોતાની સાથે કોઈ બીજું અવાંતર કારણ લઈ આવે છે.

એક જ પવનના સપાટામાં બે વ્યક્તિ સપડાય છે. એક માણસ એથી ઈજાગ્રસ્ત થાય છે, જ્યારે બીજાને લગીરે આંચ આવતી નથી, બલકે એને તો આનંદનો અનુભવ જ થાય છે. પહેલો સંજોગોનો શિકાર બને છે, એ પવનથી ડરે છે, એની સામે થથરે છે અને એની માઠી અસરો વિશે જ એ વિચાર્યા કરે છે. બીજા શબ્દોમાં, એને પોતાનામાં દાખલ કરવા માટે એ તમામ દરવાજા ખોલી આપે છે અને જે વસ્તુ બિનઉપદ્રવી અને ફાયદાકારક હતી તે વસ્તુને નુકસાનકર્તા બનાવી પોતાનામાં દાખલ કરવા શક્તિ પ્રેરે છે. જ્યારે પેલો બીજો માણસ પોતાને સંજોગોનો સ્વામી સમજે છે. નહીં કે એનો શિકાર, એટલે એને આવા ઝપાટાની કશી ચિંતા જ નથી હોતી. એ તો એને આવકારે છે, એના

પ્રત્યે હકારાત્મકતાથી જુએ છે અને પોતાના ભણી આવતી તાજી હવાનો લાભ મેળવે છે એટલું જ નહીં આથી પણ વધારે ઠંડા અને પ્રચંડ તોફાનને સહી લેવાની શક્તિ પોતાનામાં કેળવે છે. જો હવા જ કારણભૂત હોય તો એ બંને વ્યક્તિ પર સમાન અસર નિપજાવત. પરંતુ એવું નથી થતું, એ હકીકત દર્શાવે છે એ પોતે કારણ નથી, પણ પરિસ્થિતિ છે, નિમિત્ત છે, જે સામેની પરિસ્થિતિ મુજબનાં પરિણામો ઊભાં કરે છે.

બિચાનું વાવાઝોડું ! હજારો વાર લોકો આવી ભૂલ કરી બેસે છે. વાંક પોતાનો હોય અને દોષ બીજા પર ઢોળે ! પોતે સંજોગોના સમ્રાટ બનવાને બદલે નર્યા ગુલામ રહી જાય છે ! જુઓ, કેવું પરિણામ આવે છે તે ! જે મનુષ્ય પરમતત્ત્વ પ્રભુની પ્રતિકૃતિ છે, પ્રભુની પ્રાણશક્તિ અને ચેતનાથી સભર છે, જે સત્તાધીશ થવા નિર્માયો છે, તે પોતે જ શુદ્ધ જીવનદાયક હવા આપતા વાવાઝોડાથી ડરી જાય છે, કાંપી ઊઠે છે અને હાર ખાય છે. આમાં તો પાડાને વાંકે પખાલીને ડામ દેવા જેવું થાય છે, તેમ છતાંય આમાં એક ફાયદો થાય છે કે પોતાના વિશેની ભ્રમણાઓ ભાંગવાના પ્રયત્નમાં મદદરૂપ થાય છે.

એટલે સૌ પહેલાં તો આપણું ઘર સાફ કરી લેવું જોઈએ. આપણી ભીતર સ્વસ્થ વાતાવરણ નિર્માણ કરવું જોઈએ અને પોતાનું માનસિક વલણ પણ બદલવું જોઈએ. હવામાં નુક્સાન કરવાની શક્તિ નથી, પરંતુ જ્યારે આપણે પોતે જ એ શક્તિનું આરોપણ એનામાં કરીએ છીએ ત્યારે તેનામાં એ શક્તિ આવે છે. એટલે હવાનો ડર રાખ્યા વગર, એને મિત્ર ભાવે અનુકૂળ બનાવવી અને પવનના જોરદાર ઝપાટામાં પણ બેસવાની ટેવ વધારવી. તબિયત અત્યંત નબળી હોય તો ભારે તોફાનમાં ભલે ન બેસીએ, અથવા તો જે અંદરથી ડરના માર્યા ફફડતા હોય તે પણ ન બેસે, પણ એમણે પણ મંદ મંદ વહી આવતી

હવાની લહેરો સહેતાં તો શીખી જ લેવું જોઈએ. હવાના ઝપાટાનો તો એક દાખલો થયો, પરંતુ જીવનની તમામ પરિસ્થિતિઓમાં માણસે આ રીતે વિવેકબુદ્ધિપૂર્વક રસ્તો કાઢવો જોઈએ.

કરીએ તેવું પામીએ

આપણે સત્તાધારી છીએ અને આ તથ્ય કેટલાકના જીવનમાં પ્રત્યક્ષ થતું આપણને જોવા મળે છે કે એમની સત્તા જગત પર ચાલે છે. તો પછી જે ‘એક’ને સધાય છે, તે વહેલું - મોડું ‘સૌ’ને સધાવું જોઈએ. - પછી કોઈ પરિસ્થિતિના ગુલામ થઈને જીવવાપણું રહેતું જ નથી. જેટલા વધુ પ્રમાણમાં આપણે આપણી શક્તિઓને પિછાણતાં થઈશું, તેટલા પ્રમાણમાં આપણું શાસન સ્થપાશે, આપણે કર્તાહર્તા બની શકીશું અને પરિસ્થિતિનો દોર આપણા હાથમાં લઈ શકીશું. આ શક્તિનું ભાન નહીં થાય તો આપણે ગુલામ બનીને કોઈના દોરાયા દોરાઈશું. આપણી ભીતર જે જડે, તે જ આપણે પામી શકીએ. આપણામાં હોય એને જ આપણે આકર્ષી શકીએ. આધ્યાત્મિક નિયમ જ એવો છે કે મનમાં જે પડ્યું હોય, તેવું જ તમારા તરફ બહારથી ખેંચાઈ આવે છે. આ કુદરતી કાનૂન છે અને દરેક કુદરતી કાનૂન એ અટળ આધ્યાત્મિક કાનૂન છે.

જીવનમાત્ર કાર્ય-કારણનો ખેલ છે, એમાં કશું જ ‘તક’ કે ‘અકસ્માત’ જેવું કશું નથી. અરે, સમગ્ર વિશ્વની બાબતમાં પણ એવું કશું નથી. આપણે જીવનમાં જે કાંઈ મળે તેટલાથી સંતોષ નથી માનતાં? એટલે નસીબને ભાંડી સમય વેડફવાને બદલે, પોતાનું અંતર્પરીક્ષણ કરી, અંદરનાં નકારાત્મક કારણો દૂર કરી, વિધાયક પરિસ્થિતિ નિર્માણ કરીએ. આ માત્ર સ્થૂળ શરીર અંગે જ નહીં, જીવનની તમામ પરિસ્થિતિઓને લાગુ પડે છે. જે કાંઈ આપણા જીવનમાં ઘટે છે, તેને આપણે પોતે જ નોતરું મોકલ્યું છે. વણનોતર્યું કશું જ આવી શકે તેમ નથી. જાણ્યે-અજાણ્યે, આપણે જ આપણી પરિસ્થિતિ ઊભી કરીએ

છીએ. પહેલી નજરે આ વાત સ્વીકારવી એ ઘણાને અઘરી લાગે, પરંતુ ખુલ્લું મન રાખી જો કોઈ આ વિશે વિચારશે અને શાંત બેસી તપાસશે, વિચારશક્તિના પ્રભાવોનું મૂલ્યાંકન કરશે તો આ વાત એની સમક્ષ દીવા જેવી સાફ થઈ જશે અને સમજવામાં પણ સરળ થઈ પડશે.

પછી મનુષ્ય સમક્ષ જે કાંઈ સંજોગો ઊભા થાય, માણસના માનસિક વલણ મુજબ એની અસરો અંકાશે. કોઈ પરિસ્થિતિ તમારામાં ગુસ્સો કે ખીજ પેદા કરે છે ? હા, તો તમે એવું થવા દો છો એટલે એ તમને ચીડવે છે. તમારો તમારા પોતાના પ્રદેશ પર તો કાબૂ હોવો જ જોઈએ, પરંતુ તમે પોતે ઊઠીને તમારી સત્તા કોઈકને, થોડીવાર માટે પણ સોંપી દો તો તમે શાસિત બની જ જવાના. એ રીતે ગુલામી અનિવાર્ય જ છે.

જે કાંઈ સંજોગો નિર્માય, તેમાં અવિચળ રહેવા માટે સર્વપ્રથમ તો આપણે આપણું કેન્દ્ર રચી લેવું જોઈએ. પછી આપણા પોતાના એ કેન્દ્રબિંદુ પર સ્થિર થઈ જવું જોઈએ અને પછી અંદરથી બહાર જગત પર શાસન ચલાવવું જોઈએ. જે માણસ સત્તાધીશ બનીને પોતાના માટે આવી સ્થિતિ ઉત્પન્ન નથી કરતો, તે બહારથી ઊભી થતી પરિસ્થિતિઓનો ગુલામ થઈ જાય છે. એટલે તમારું કેન્દ્ર નિર્માણ કરો અને એના પર સ્થિર ઊભા રહો. કોઈ પણ વ્યક્તિ કે પરિસ્થિતિ સામે નમતું ન જોખો. આ રીતે જેટલા વધુ સ્થિર થશો, તેટલા પ્રમાણમાં તમે વધુ ને વધુ શક્તિશાળી બનતા જશો. આ કેન્દ્ર કેવી રીતે મળે ? બસ એ જ ઉપાય. પરમપ્રભુ સાથેની એકતા અનુભવો, આ પ્રતીતિને અવિરત ટકાવી એમાં જ જીવતાં થઈ જાઓ.

આવું ન કરતાં, બીજાને સત્તા સોંપી, ગુસ્સો, અશુભ, હાનિ વગેરે નોતરતા રહો તો નસીબ તમારા, પણ પછી જે સનાતન શુભ, માંગલ્ય અને કલ્યાણ છે, એની સામે તમારા બખાળા કાઢશો મા.

જે પોતે પૂર્ણ છે, તેના માટે જગત પણ પૂર્ણ;

જે ભગ્ન, ખંડિત તેના માટે જગત પણ ખંડેર.

તમારી અંદરની બારીઓના કાચ જ ગંદા અને ધૂળવાળા હશે, તો એમાંથી તમને જે દેખાશે તે પણ ગંદું, રજોટિયું અને ઝાંખું - અસ્પષ્ટ જ હશે. ભલે તમારો નિરાશાવાદ, તમારું 'મારું નસીબ ફૂટેલું, હું બિચારો' નું ગાણું ચાલુ રાખો, પણ તમારી ફરિયાદવૃત્તિને અટકાવો. તમારી પોતાની બારીઓના કાચ સાફ કરવાના થયા છે એ હકીકત ભૂલી કેમ જાઓ છો? એટલું સમજો કે તમારો કોઈ મિત્ર, પોતાની બારીઓના કાચ સ્વચ્છ રાખે છે, જેથી શાશ્વત સૂર્ય અંદર અજવાળું ફેંકી, બહારના જગતને ખુલ્લું કરે છે. તમારા કરતાં એ મિત્ર જુદા જ જગતમાં જીવે છે, એ તથ્યને પિછાણો.

એટલે, તમારી પોતાની બારીઓના કાચ સાફ કરો અને બહારની કોઈ, ત્રાહિત દુનિયા માટે ફાંફાં માર્યા કરવાને બદલે, તમારી પોતાની અદ્ભુત આંતરિક દુનિયાની ભાળ મેળવો. જો તમારા પોતાના જગતની સુંદરતાઓ તમે શોધી નહીં શકો તો સંભવ છે કે તમને એ બીજે ક્યાંય નહીં જડે.

કવિની નજર જ્યાં પડે છે

તે ડાળે કવિતા અવશ્ય ઝૂલે છે.

કવિના ચરણ જ્યાં પડે છે

તે શેરી રાજમાર્ગ બની જાય છે.

આ જ શેક્સપીયર, જેનું માત્ર પસાર થવું શેરીમાં આટલા બધાં સ્પંદનો ઊભાં કરે છે, તે પોતાના એક પાત્રના મોંમાં શબ્દો મૂકે છે - વહાલા બ્રુટ્સ, દોષ સિતારાઓમાં નથી, આપણામાં છે કે આપણે નીચ અને હલકટ છીએ. અને એના જીવનનાં કાર્ય સૂચવી જાય કે જે

સત્યની આપણે વાત કરીએ છીએ, તેની એને પ્રતીતિ છે. આ અંગે એણે બીજું પણ એક સત્ય પ્રગટ કર્યું છે, તે જોઈએ :

આપણા સંદેહો જ આપણને દગો દે છે માત્ર પ્રયત્નના અભાવને કારણે જ અને આપણને વિજયને સ્થાને હાર અપાવે છે.

એક ફેંચ કહેવત છે - તમારા પર પડેલાં દુઃખોને તો તમે વેઠ્યાં, પરંતુ ન આવેલાં દુઃખોને, તે આવી પડશે તેવા ભયથી વધારે વેઠ્યાં.

ભય અને વિશ્વાસનો અભાવ આ બંને વસ્તુ પરસ્પર સંકળાયેલી છે. એકમાંથી બીજું પેદા થાય છે. બીકથી કોઈ કેટલું ફફડે છે એ મને જણાવો અને હું તમને કહી દઈશ કે એનામાં આત્મવિશ્વાસની કેટલી ઊણપ છે. ભય અને ચિંતા આ બંને મોંઘા પડી જાય તેવા પરોણા છે, એમની આગતાસ્વાગતા કોઈ ન કરી શકે. આપણને જેનો ડર હોય છે, તેને જ આપણે નોતરી દેતાં હોઈએ છીએ, પરંતુ જો માનસિકતા બદલી શકીએ તો આપણે જે ઈચ્છીએ તેને જ નિમંત્રીએ અને આકર્ષીએ. ભયગ્રસ્ત મન એવી ચીજો માટે પોતાનાં બારણાં ખોલી આપે છે, જેમાંથી ભયભીત પરિસ્થિતિ જ નિર્માણ થાય છે.

પૂર્વના એક યાત્રાળુએ એક દિવસે પ્લેગને પૂછ્યું, “તું ક્યાં જાય છે ?” તો એણે કહ્યું કે “પાંચ હજાર માણસોને મારી નાંખવા હું બગદાદ જાઉં છું.” થોડા દિવસ પછી પાછા ફરતાં એ જ યાત્રિક પેલા પ્લેગને મળ્યો. પૂછ્યું, “તમે મને કહેલું કે તમે બગદાદમાં પાંચ હજાર માણસોને મારવા જાઓ છો, પણ એને બદલે તમે તો પચાસ હજાર માણસોને મારી નાંખ્યા,” ત્યારે પ્લેગે કહ્યું, “ના, તમારી વાત સાચી નથી. મેં તો તમને કહ્યા મુજબ પાંચ હજાર લોકોને જ માર્યા, પરંતુ બાકીના તો પ્લેગના નામે બીકના માર્યા ફફડાટથી મરી ગયાં.”

ભય શરીરના સ્નાયુના લીરેલીરા ઉડાડી શકે. રક્તના પ્રવાહને

એ આંતરી શકે, એ જ રીતે જીવનનાં તમામ જીવનદાયી પરિબળોને હંફાવી શકે. ભયને કારણે શરીર જડ, નિશ્ચેતન અને હલવા-ચાલવા શક્તિહીન બની જઈ શકે.

બાળઉછેરમાં વિવેક

આ પ્રમાણે ભયથી ફફડતા રહી આપણે પોતે ભયજનક પરિસ્થિતિને તેડું મોકલતાં રહીએ છીએ, એ જ રીતે બીજા મનુષ્યોને પણ ભયની સ્થિતિમાં કલ્પી લઈ તેમના તરફ પણ ભયજનક સંયોગો ઊભા કરવામાં આપણે મદદ કરી બેસીએ છીએ. આપણું મન જેટલા પ્રમાણમાં મજબૂત હોય અને બીજાનું એવું નબળું હોય કે આપણી અસર ત્યાં પહોંચી જાય તો તેટલા પ્રમાણમાં આપણે તેને નુકસાન પહોંચાડી દઈએ છીએ. ખાસ કરીને નાનાં બાળકો આસપાસના સંજોગો અને વાતાવરણ મુજબ જીવતાં હોય છે, કારણ કે તેમનાં કુમળા મન પર બહારની અસર તરત પડી જતી હોય છે અને પછી તો મોટાં થાય ત્યારે પણ બાળપણમાં ઝીલાયેલી અસરો હેઠળ જ તેમનું જીવન ઘડાતું જાય છે. આવા સંજોગોમાં, એ બાળકોના વાલીએ કે માતાએ ગર્ભાવસ્થામાં કેટલી બધી કાળજી રાખવી જોઈએ ? ગર્ભાવસ્થામાં તો અજાત બાળક પર પ્રત્યેક લાગણીની સારી-માઠી અસરો ઝીલાતી હોય છે. માતાપિતાએ પોતાનાં બાળકને ઊંચકતાં પહેલાં તપાસી લેવું જોઈએ કે પોતાનામાં ભયની લાગણી તો નથીને? ન ઈચ્છવા છતાં, આવું ઘણીવાર બને છે. જે રીતે બાળઉછેરમાં ઓછી કાળજી લેવાય તે યોગ્ય નથી, એ જ રીતે વધારે પડતી કાળજી લેવાય તે પણ બરાબર નથી; આ વાત પણ સમજી લેવી જોઈએ.

મેં એવા પણ કિસ્સા જોયા છે, જેમાં માબાપ પોતાનાં બાળકો વિશે એટલી બધી ચિંતા કરતાં હોય છે કે જે બાબતોનો એમને ભય હોય છે, તેવું બનવાની સંભાવના ન હોય તોપણ, ખેંચાઈને તેવું જ બની જાય

છે. ઘણી વાર તો આવા ભય માટે કોઈ કારણ પણ નથી હોતું. પરંતુ કોઈ સંભાવના લાગે તો તે અંગે સાવ ઊલટું વલણ કેળવવું, જેથી બંને પરિબળો સામસામે અથડાઈ સરખાં થઈ જાય. સમજણ અને શક્તિના વિધાયક વિચારો સાથે બાળકને ઉછેરવું, જેથી પરિસ્થિતિના ગુલામ થવાને બદલે, પરિસ્થિતિ પર કાબૂ ધરાવી શકાય. અને હકારાત્મક ભાવના બાળકને સારો નીવડવામાં મદદ કરશે અને પ્રતિકૂળ સંજોગોને વશ ન થતાં, તેની સામે ટક્કર લઈ એ વિજય મેળવશે.

એક મિત્રનો કિસ્સો છે. એને કોઈક દુર્વ્યસન સતાવતું હતું અને એની મા તથા વાગ્દત્તાના વિચારોથી એ હંમેશ ફફડતો રહેતો હતો. થોડા જ વખતમાં એનું લગ્ન થવાનું હતું, પરંતુ તેના મગજ પર આ બંને અંગે નકારાત્મક વિચારો સવાર થઈ ગયા હતા. એમની શંકા-કુશંકા એમની પૂછપરછ, એમનો વહેમ - આ બધું એની શક્તિ ઘટાડતાં જતા હતા. ઘણી વાર તો આ વિરોધ સામે એ હિંમત હારી જતો અને વ્યસનને આધીન થઈ જઈ પોતાના પ્રયત્નોનાં હથિયારોને હેઠાં મૂકી દેતો.

આ ઉપરથી આપણને સમજાય છે કે પોતાના સ્વજન માટે અત્યંત પ્રેમ રાખનાર અને તેના માટે ભોગ આપનારા માણસો જ એને બળ આપવાને બદલે, હિંમત હરાવનારા સિદ્ધ થતા હતા. અને વ્યસન છોડાવવામાં મદદરૂપ થવાને બદલે વિઘ્નરૂપ થતા હતા.

ભય અને ચિંતા જેવી લાગણીઓવાળી માનસિક સ્થિતિ કોઈ પણ માણસ માટે ખૂબ મોંઘી થઈ પડે છે, એની ભારે મોટી કિંમત ચૂકવવી પડે છે. ભયને કારણે શરીર પાછું પડતું જાય છે, ચિંતા શરીરને ખાઈ જાય છે. કહ્યું છે ને - ચિંતા અને ચિતા એકસમાન. એમાં કશું મેળવવાપણું તો છે જ નહિ બલકે બધું ખોવાનું જ છે. લાંબા વખત સુધી સેવાતી શોકની લાગણી પણ આવી જ પરિસ્થિતિ ઊભી કરે છે. દરેકની

પોતપોતાની આગવી પીડા હોય છે. માઝા મૂકતો લોભ, આંધળો સ્વાર્થ અને પાર વગરની કંજૂસાઈ શરીર પર વિપરીત અસર કરે છે. ક્રોધ, અદેખાઈ, ઘૃણા, સતત દોષ-દર્શન, વાસના જેવી વૃત્તિઓની પોતપોતાની આગવી અસરો હોય છે અને આ તમામ વિકારો જુદી જુદી રીતે શરીર તથા મનને નબળા પાડ્યા સિવાય રહેતા નથી.

હવે આપણને સમજાશે કે જીવનના ઉન્નત ધારાધોરણ મુજબ જીવવામાં, એટલે કે તલસ્પર્શી જ્ઞાન મેળવવામાં અને તદનુસાર ઉત્તમ આચાર-વિચાર સેવવામાં જ સુખ અને વૈભવનો આધાર રહેલો છે. આરોગ્યનો તો વળી, આ બેથી પણ વધારે આધાર આ બાબત પર રહેલો છે. એક હિબ્રુ તત્વજ્ઞાનીએ જીવનનું અદ્ભુત રસાયણશાસ્ત્ર રજૂ કર્યું છે કે - સાચુકલો માણસ જીવનના સત્વને ભેટે છે, અસત્ય અને અનિષ્ટને વરેલો માણસ મોતને ભેટે છે. વળી એ ઉમેરે છે કે - 'સચ્ચાઈમાં જીવન છે, એથી ત્યાં મરણ નામની કોઈ ચીજ જ નથી.' સામાન્ય લોકોને સમજવામાં અઘરું પડે તેવું આ રહસ્ય છે, પરંતુ આ રહસ્ય પણ સમજાઈ જાય એવી ઘડી હવે પાકતી જાય છે.

એકાંગી અને અનિયમિત જીવનને કારણે જ ઘણા ખરા માણસો અકાળે મોતને આધીન થાય છે. અને ઈશ્વરનું મંદિર થવાને લાયક શરીર, એ જ શરીરમાં વસનારા માણસનાં અજ્ઞાન, કુવિચાર અને મોહને કારણે ખંડિયેર બનીને નાશ પામે છે.

વિચારશક્તિનું મહત્ત્વ સમજનારા, સૂક્ષ્મ દષ્ટિવાળા અભ્યાસુઓને તો કોઈ પણ માણસની માનસિક સ્થિતિની અસરો તેના અવાજમાં, હાલચાલમાં અને ચહેરામાં અંકિત થયેલી જણાય છે. આવો અભ્યાસી, માણસની માનસિક સ્થિતિ જાણીને તે માણસનો અવાજ, ગતિ અને તેના ચહેરાનો દેખાવ પણ કહી શકશે તથા તે કયા રોગોને પાત્ર છે એ પણ જણાવી શકશે.

માનવ તથા અન્ય પ્રાણીઓનાં શરીરનો અભ્યાસ કરનારા ખાતરીપૂર્વક જણાવે છે કે મનુષ્યનું શરીર લગભગ એક સો વીસ વર્ષ સુધી જીવવું જોઈએ, પરંતુ વાસ્તવિકતા જોતાં આપણને એથી ઊલટું જ જણાય છે. ઘણા બધા લોકો અકાળે ઘરડા અને નબળા થઈ મૃત્યુ પામતા જોવા મળે છે. યુવાનીનાં વર્ષો પણ ટુંકાઈ જતાં જોવા મળે છે અને પ્રૌઢાવસ્થામાં આરોગ્ય તો દેખાતું જ નથી. આને કારણે લોકો માનતા થઈ ગયા છે કે માણસનું આયુષ્ય જ ઓછું હોય છે અને વિધાતાએ જેટલું આયખું નક્કી કર્યું હોય, તેટલું જ આયખું જીવવા મળે છે. આને પરિણામે ઘણા માણસો અમુક ઉંમરમાં જ એમ માનતા થઈ જાય છે કે ‘હવે તો ઘડપણ આવ્યું એટલે મૃત્યુ પણ નજીક જ છે. હવે ઝાઝું જીવવાનું નથી !’ આવા અશુભ વિચારો સેવીને જ માણસ મૃત્યુને પોતાના તરફ ખેંચી લાવે છે અને અકાળે વૃદ્ધ બની જાય છે.

અહીં મને એંસી વર્ષની એક સ્ત્રી યાદ આવે છે. વર્ષોની વાત પરથી તો લોકો એને મરણકાંઠે જ સમજી લે, પરંતુ આ સ્ત્રીને વૃદ્ધ કહેવી એ સાચે જ અજવાળાને અંધકાર કહેવા જેવું, અથવા તો સફેદ રંગને કાળો રંગ કહેવા જેવું થઈ જાય; કારણ કે તેને સગી આંખે જોનારને તો તેના શરીરમાં પચીસ વર્ષની નવયુવતીનો ઉત્સાહ, ચપળતા અને બળ દેખાય છે; મને કહેતાં આનંદ અને દુઃખ બંને થાય છે કે આ સ્ત્રી પચીસ વર્ષની ઘણી છોકરીઓથી પણ વધારે નાની લાગે છે. દરેક માણસમાંથી અને પ્રત્યેક પરિસ્થિતિમાંથી કશુંક શુભ જ તારવી લેવાની વૃત્તિને કારણે એને સર્વત્ર શુભ જ સાંપડ્યું છે. એની તેજસ્વિતા અને મધુર અવાજ પ્રત્યેક માણસને પોતાના ભણી ખેંચી લાવે છે. છેક બાળપણથી આખી જિંદગી પર્યંત પોતાનું આ વ્યક્તિત્વ એ જાળવી શકી છે. પરિણામે આ બધાં વર્ષો દરમિયાન સેંકડો-હજારો લોકોમાં એણે ઉત્સાહ, આશા અને હિંમતનો સંચાર કરાવ્યો છે અને હજુ આવનારાં અનેક વર્ષો સુધી એ

લોકોને પ્રેરણા આપતી જ રહેવાની છે.

એના વિચાર-પ્રદેશમાં ભય, ચિંતા, ગ્લાનિ, ઘૃણા, અદેખાઈ, નિરાશા, શોકને પ્રવેશ જ નથી. પરિણામે ઘણી મોટી બહુમતી જે માંદલી માનસિકતા અનુભવે છે, તેનાથી આ મહિલા સદંતર મુક્ત જ છે. લોકો તો અજ્ઞાનવશ રોગને જ સ્વાભાવિક માની લઈ જીવનની વાસ્તવિકતા રૂપે ગણી લે છે. આ સ્ત્રી પણ આવા અજ્ઞાનીની જેમ વર્તી હોત તો એ પણ કોઈ રોગનો શિકાર બની ગઈ હોત; પરંતુ એને તો આ સત્ય આત્મસાત્ કરી લીધું છે કે કમ સે કમ પોતાની જિંદગી પર પોતાનો એકાધિકાર છે અને એની પરવાનગી વગર એ પ્રદેશમાં કોઈ દાખલ થઈ શકે તેમ નથી. એ આ વાત પણ જાણે છે કે આટલો નિશ્ચય જીવનની તમામ પરિસ્થિતિઓ નક્કી કરી આપે છે. એને સર્વત્ર હરતી-ફરતી જોવી, એનું તેજસ્વી વ્યક્તિત્વ, એની ચપલ ચાલ અને એના રણઝણતા હાસ્યને સાંભળવું એ સાચે જ લહાવારૂપ છે. શેક્સપીયરે સાચું જ કહ્યું છે કે શરીરને સમૃદ્ધ બનાવનાર મન જ છે.

હમણાં જ મેં એને રસ્તા પરથી પસાર થતી જોઈ ત્યારે મેં જોયું કે એને જોતાં વેંત જ રમતાં બાળકો એની તરફ દોડી આવ્યાં, એમની સામે તેણે પ્રેમભરી નજર ફેંકી ત્યાં એક ધોબણ માથા પર કપડાનું પોટલું લઈ નીકળી તો એની સાથે વાત કરવા વળી. તે જ વખતે એક મજૂર પોતાના હાથમાં ટિકિનો લઈને કામે જતો હશે, તે આ સ્ત્રીને જોઈને એને મળવા ઊભો રહી ગયો. આમ, જે કોઈ એને મળે તે સૌને પોતાના ભર્યાભર્યા જીવનમાંથી કાંઈક ને કાંઈક પ્રસાદી એ પીરસતી રહી.

સદ્ભાગ્યે, એ જ વખતે એક વૃદ્ધા ત્યાં આવી ચડી. આમ તો એ આ મહિલાથી દશ-પંદર વર્ષ નાની જ હશે, પરંતુ કમરથી એ વાંકી વળી ગઈ હતી અને લાગતું હતું કે એના સાંધા જકડાઈ ગયા હતા. એના ચહેરા પર ગમગીની છવાઈ ગઈ હતી, તેમાં એનો કાળો પોશાક અને

ચહેરા પરની કાળી જાળી વધારો કરતા હતા. આવો પોશાક પહેરી પોતાના જીવનમાં આવી પડેલાં દુઃખોને એ નિરંતર સંભાર્યા કરતી હતી અને એને કદી ભૂલવા જ માંગતી નહોતી. જીવનની ઘટનાઓમાં પડેલાં શુભ તત્ત્વોને જોવાની એની દૃષ્ટિ જ ખીલી નહોતી, તેથી પ્રભુનાં અનંત પ્રેમ તથા કરુણામાં તેને લગીરે શ્રદ્ધા નહોતી, તેના દિમાગમાં દુઃખ, શોક, ગમગીની અને ચિંતાના જ વિચારો ઘર ઘાલી ગયા હતા અને જે કોઈ મળે તેની સમક્ષ એ આ બે વાતો જ કર્યા કરતી. એક તો, પોતાના જીવનમાં આવેલાં દુઃખો અને કષ્ટો, જેને પંપાળી પંપાળીને એણે તાજાં રાખ્યાં હતાં અને બીજી વાત આ કે જીવનમાં કશું શુભ છે તે અંગેનો ભારોભાર અવિશ્વાસ. પરમપિતા પરમાત્માનાં પ્રેમ તથા કરુણામાં પણ એને જરીકે શ્રદ્ધા નહોતી.

પોતાનાં જ દુઃખો અને અભાવોથી વીંટળાયેલી આ સ્ત્રી આશા, આનંદ, હિંમત જેવી કોઈ ચીજ ન તો કોઈને પ્રેરી શકતી હતી, ન સ્વીકારી શકતી હતી. જે કોઈ મળે તેની પાસે એ પોતાનાં રોદણાં રડ્યાં કરતી, પરિણામે સામેના માણસમાં પણ ગ્લાનિ છવાઈ જતી, કારણ કે મોટા ભાગના માણસોની માનસિક હાલત આવી જ નકારાત્મક હોય છે. આ વૃદ્ધા જ્યારે નજીક આવી ત્યારે બંનેમાં રહેલો જમીન-આસમાન જેટલો તફાવત આંખે ઊડીને વળગ્યો અને થયું કે ભગવાન આવા વિરલ વ્યક્તિત્વવાળા આશાવાદી માણસોની સોબતમાં રાખ્યા કરે અને આવા લોકો લાંબું આયુષ્ય ભોગવે, જેથી કરીને જગતના લાખો માનવીને તેમના ભવ્ય જીવનમાંથી જીવનપોષક તત્ત્વો મળ્યાં કરે, જેથી કરીને સૌનાં જીવન ખીલી ઊઠે.

જેવા વિચાર તેવું વ્યક્તિત્વ

તમે પણ સદા યુવાન રહેશો અને તમારાં પાછલાં વર્ષોમાં પણ યૌવનનો આ ઉત્સાહ અને જોશ સાચવી શકશો ? તો એક વાત ધ્યાનમાં

છલોછલ ચૈતન્ય અને નિરામય જીવન

રાખો કે તમારું વિચારજગત કેવું છે ? ગૌતમ બુદ્ધે એક વાર કહ્યું હતું કે - “જેવા વિચાર કરશો, તેવા તમે થવાનાં.” રસ્કિને પણ આ જ મતલબની વાત કરેલી કે - “તમારામાં સુવિચારોનો માળો બંધાવા દો. સુંદર વિચારોનો કેવો મજાનો મહેલ રચી શકાય છે, જે આફતના સમયમાં આપણું રક્ષણ કરી શકે છે, આ વાત નાનપણમાં આપણને કોઈ શીખવતું જ નથી.” જુવાનીનાં જોમ, સૌંદર્ય અને સૌષ્ઠવ કાયમ ટકી રહે તેવું તમે ઈચ્છો છો ? તો તમારા માનસમાં ગંદા વિચારને ફરકવા સુધ્ધાંની મનાઈ કરી દો. વિચારોમાં તમે જેટલા યુવાન રહેશો, તેટલા જ દેહમાં પણ યુવાન રહી શકશો, બદલામાં તમારું શરીર તમારા મનને ઘડવામાં મદદરૂપ થશે. શરીર અને મન એકમેકને મદદરૂપ થતાં હોય છે.

તમારા વિચારો અને ભાવનાને અનુરૂપ માનસિકતા બંધાતી હોય છે. આ રચના માત્ર અંદરથી જ થતી નથી, એ સમાન પ્રકારનાં આનુષંગિક તત્ત્વોને બહારથી પણ ખેંચી લાવતી હોય છે. સમાન વિચાર બહારના સમાન તત્ત્વને ખેંચી લાવે છે. જો અંદરનું વહેણ આનંદી, આશાવાદી અને શુભંકર હોય તો બહારના આવા જ વહેણ સાથે તમે જોડાઓ છો. જો એ વિષાદભર્યું, ભયભીત અને નિરાશાજનક હોય તો બહારના એવા જ કોઈ પ્રવાહ સાથે તમે સંકળાઓ છો.

એટલે જો વર્તમાન મનઃસ્થિતિ નકારાત્મક બની ગઈ હોય તો ફરી પાછા બાળપણમાં પહોંચી જાઓ અને બાળક જેવી સહજ-સરળ, રમતિયાળ વૃત્તિને જગવો. બાળકો ભેગાં થાય છે ત્યારે તેમનો રમવાનો ઉત્સાહ સહજપણે જાગી ઊઠે છે અને રમતમાં એ ખોવાઈ જાય છે, પરંતુ એ જ બાળક જ્યારે એકલું પડે છે ત્યારે એનો ઉમંગ-ઉત્સાહ ઓસવાઈ જાય છે. તમારામાં રહેલો બાળપણનો ઉત્સાહ વિલોપાઈ ગયો હોય તો એ પાછો મેળવવા તમારે મથવું પડશે. તમારે નિજાનંદી અને ચિંતામુક્ત

થતાં શીખવું પડશે.

આ બાળપણને તમારે પાછું લાવવું પડશે. તમે અત્યંત ગંભીર અને ઉદાસ કે જીવનના વહેવારોમાં ગળાડૂબ છો. બાલિશતા વગર તમે પાછા આનંદી અને ખેલદિલ બની શકો છો. હળવા મિજાજમાં રહીને પણ તમે તમારો વ્યવસાય સારી-સફળ રીતે કરી શકો છો, કારણ કે આનંદને કારણે તમે વધુ એકાગ્રતા સાધી શકશો. આખો દિવસ મોઢું સોગીયું અને ચડેલું રહે, તો એમાંથી માંદગી આવે જ. આવી મનોવૃત્તિને પરિણામે તો માણસ હસવાનું જ ભૂલી જઈ શકે.

અઢાર કે વીસ વર્ષની ઉંમરે બાલ્યાવસ્થાનો ઉમંગ ઓસરતો જઈ તમે ગંભીર થવા માંડો છો. તમે કોઈક વ્યવસાયમાં લાગ્યા. એની ચિંતા, ગૂંચવણો, આંટીઘૂંટી અને જવાબદારીઓમાં તમે ગૂંથાઈ ગયા. અથવા તો એવી કોઈ ચિંતાજનક મુશ્કેલીમાં આવી પડ્યા કે કોઈ કામમાં એવા ખોવાઈ ગયા કે રમતગમત માટે કોઈ સમય જ બચ્યો નહીં. પાછી ઊઠબેસ પણ એવા વડીલો સાથે થતી રહી, જેમાં નર્થુ રગશિયું જીવન જ જીવવાનું હોય. પરિણામે તમે ભારેખમ, ચિંતાગ્રસ્ત વિચારોની પકડમાં આવી ગયા. ધીરે ધીરે તમે આમાં ઊંડા ખૂંપી ગયા. તમે પ્રત્યેક બાબતને આર્થિકલાભ-હાનિના સંદર્ભે જ મૂલવવા લાગ્યા. કમે કમે આ માનસિકતા તમારાં લોહીમાંસમાં ઊતરતી ગઈ, કારણ કે શરીરમાં માનસિકતા જ પ્રવાહિત થઈને ઘટ્ટ થાય છે. વર્ષોનાં વર્ષો આ જઘરેડમાં વહી જાય છે, પરિણામે તમારું શરીર જડ અને અક્કડ બની જાય છે. હવે તમે ઝાડ પર પણ ચડી શકતા નથી, ન તો પહેલાંની સ્ફૂર્તિ કે ચપળતા રહ્યાં. તમારા મનમાં જે નિરુત્સાહી અને ઢીલાંઢસ વલણો રહ્યાં, તેને પરિણામે તમારું આજનું શરીર છે.

આ સ્થિતિમાં તમારે સુધારો કરવો હોય તો ધીમે ધીમે પણ ચોક્કસપણે આગળ વધવું પડશે. તમારે પરમશક્તિ પાસેથી પૂર્ણ

શ્રદ્ધાપૂર્વક માર્ગદર્શન માંગીને ઉત્સાહપૂર્ણ, આનંદી અને શક્તિશાળી વિચારો સેવવા પડશે. માંદલા વિચારોથી સદંતર દૂર રહી સ્વસ્થ વિચારતંત્ર નિર્માણ કરવું પડશે, કારણ કે ઘણાં વર્ષોની ખોટી આદત પડી ગઈ છે.

પશુઓની જેમ, અજ્ઞાનતાને લીધે આજકાલ આપણાં શરીરો નબળાં પડી ગયાં છે, પરંતુ હંમેશાં એવું જ રહેશે એવું માની લેવાની કાંઈ જરૂર નથી. જેમ જેમ આત્મવિદ્યા વધતી જશે, તેમ તેમ આપણે આપણા વિનાશનું મૂળ કારણ સમજતાં થઈશું અને જગતમાં રહેલી શક્તિનો કે કાનૂનનો લાભ લેવાનું શીખી શરીરને નવેસરથી ઘડવાનું અને વધારે ને વધારે શક્તિશાળી બનાવવાનું શીખીશું. અત્યાર સુધી કુદરતના એ કાનૂનની અવળી નકારાત્મક અસરો ઝીલી, પરંતુ હવે આપણામાં વિધાયક વિચારો જગાડી કુદરતની પણ વિધાયક શક્તિઓ પ્રાપ્ત કરીશું.

પૂર્ણ નીરોગીતા એ જ જીવનની સ્વાભાવિક અને સહજ સ્થિતિ છે. એનાથી જુદી સ્થિતિ અસ્વાભાવિક અને કૃત્રિમ છે. કુદરતના નિયમો તોડવાને કારણે જ આવી અસ્વાભાવિક સ્થિતિ ઊભી થઈ છે. કુદરતે રોગ, પીડા અને વ્યાધિ સર્જ્યાં જ નથી, આ બધી માનવની સરજત છે. કુદરતનો કાનૂન ન પાળવાને લીધે આવું બન્યું છે, અને એવું કરવાને આપણે એટલા બધા ટેવાઈ ગયા છીએ કે રોગને જ આપણે સ્વાભાવિક માનતા થઈ ગયા છીએ.

દાકતર નહીં શિક્ષક

હવે એવો સમય આવવાનો છે, જ્યારે દાકતર-વૈદ્ય શરીર પર ઈલાજ કરવાને બદલે સીધો મનનો જ ઈલાજ કરશે, જેથી શરીર આપોઆપ સુધરી જશે. બીજા શબ્દોમાં કહીએ, તો સાચો દાકતર એક

શિક્ષક હશે; એનું કામ લોકોને રોગ જ ન થાય તે હશે, નહીં કે રોગને દુરસ્ત કરવાનું. આનાથી આગળ પર એવો સમય આવશે જ્યારે દરેક માણસ પોતે જ પોતાનો દાક્તર બનશે. આપણે જેટલા અંશે કુદરતી કાનૂનોને પાળીશું, તેટલા અંશમાં આંતરિક જગત અને આધ્યાત્મિક શક્તિઓ વિશે વધારે જાણતા થઈશું, પછી શરીર પ્રત્યે આપણે ઓછું ધ્યાન આપીશું. બરાબર સમજી લો, ઓછું ધ્યાન, નહીં કે ઓછી કાળજી. શરીરની સંભાળ તો જરૂર રાખવાની છે, પણ એની ચિંતા કર્યા કરવાની ન હોય.

શરીરની ચિંતા કરીને શરીરની જ આળપંપાળ થતી રહી ન હોત તો હજારો માણસોનાં શરીર આજે વધારે તંદુરસ્ત હોત. જે લોકો પોતાના શરીરની વધારે પડતી આળપંપાળ કર્યા કરે છે, તેમનાં શરીર વધારે માંદલાં અને રોગિષ્ઠ રહે છે.

શરીરને યોગ્ય પોષણ, વ્યાયામ, તાજી હવા, જરૂરી સૂર્યસ્નાન સ્વસ્થ રાખે છે. એને સ્વસ્થ રાખો અને પછી એના વિશે ઓછામાં ઓછું વિચારો. તમારા વિચારો અને વાતચીતમાં કદીય રોગ-માંદગીની નકારાત્મક વાતો ન આવવા દેશો, આવી વાતોથી બંને પક્ષને નુકસાન થાય છે. વાતો સાંભળીને સામાનું ભલું થાય તેવી વાતો કરો. આવી વાતોથી સ્વસ્થતા અને શક્તિ ફેલાશે.

નકારો નહીં, હકારો

જીવનમાં નકારાત્મક વલણ હંમેશને માટે નુકસાનકારક છે. આ વાત જેટલી શરીરને લાગુ પડે છે, તેટલી જ દરેક બાબતને લાગુ પડે છે. એક ચિકિત્સકે આંતરિક શક્તિઓ વિશે ઊંડો અભ્યાસ કરીને, આ અંગે જે લખ્યું છે તે અત્યંત અગત્યનું અને સૂચક છે. એ કહે છે - રોગની નિંદા કે ઘૃણા કરીને આપણે કદીય આરોગ્ય પ્રાપ્ત ન કરી

શકીએ. જે રીતે અપૂર્ણતાનો વિચાર કરી પૂર્ણતા પ્રાપ્ત ન કરી શકાય. વિસંવાદ દ્વારા સંવાદ સ્થાપી ન શકાય, એવું જ આરોગ્ય વિશે છે.

જે હકીકત તમે પોતે ઈચ્છતા નથી, તેના અંગે કદીય વિચાર કે ઉચ્ચાર ન કરશો. તમારી પીડા અંગે પણ ઝાઝું ના વિચારશો કે ન તો એનાં લક્ષણો અંગે અભ્યાસ કરજો. તમે તમારી જાત પર કાબૂ નથી ધરાવી શક્તા એવી વાત મનમાં પણ ન લાવશો... હું તો બાળકોમાં નાનપણથી જ ઊંચા વિચારો અને જીવનની શુદ્ધિ દ્વારા અનારોગ્ય સામે દીવાલ ચણી લેવા ઈચ્છું. મૃત્યુ, રોગ કે ઘટ્ટા, અદેખાઈ, વેરઝેર અને લોલુપતા જેવી દરેક નકારાત્મક વૃત્તિઓને ભગાડી દેવા પ્રેરીશ, જેથી કરીને ખરાબ વસ્તુ આચરવાનું તેમને પ્રલોભન જ ન થાય. હું તેમને શીખવીશ કે ગંદો ખોરાક, ગંદું પીણું અને ગંદી હવા લોહીને દૂષિત કરે છે અને ગંદું રક્ત માંસમજજા પણ ગંદાં જ પેદા કરે છે અને આ બધામાંથી જ દુરાચારની વૃત્તિ વિકસે છે. સ્વચ્છ જીવન માટે વિશુદ્ધ વિચારો ઉપયોગી છે, એ જ રીતે તંદુરસ્ત શરીર માટે સ્વસ્થ વિચારો આવશ્યક છે, એમને હું દૈવ સંકલ્પશક્તિ ધારણ કરવા શીખવીશ અને જિંદગીના દુશ્મન બની શકે તેવાં તત્ત્વોથી જોજનો દૂર રહેવા પ્રેરીશ. બીમાર માણસમાં હું આશા, આત્મવિશ્વાસ અને આનંદ જગાડીશ. આપણા વિચારો અને ભાવનાઓ જ આપણી સંભાવનાઓની સીમા બાંધે છે. આપણા વિચારો, કલ્પના અને શ્રદ્ધા જેટલી હદે જઈ શકે ત્યાં સુધી જ આપણો વિકાસ થઈ શકશે, એટલે વાસ્તવમાં વિચારો અને ભાવનાઓની અમુક હદ બાંધી દઈને આપણે આપણા વિકાસ આડે એવી દીવાલો બાંધી દઈએ છીએ કે જેથી એની આગળ આપણે જઈ જ ન શકીએ.

સૃષ્ટિમાં જેવું બી, તેવું ફળ - આ નિયમ ચાલે છે. ઘટ્ટા, અદેખાઈ, વેર, ઝેર-આ બધાંને એમનાં સંતાન હોય છે. પ્રત્યેક કુવિચાર

બીજા કુવિચારોને પેદા કરે છે અને આખું જગત ખરાબ વિચારોથી છવાઈ જાય છે. આ સત્ય હોવાથી, ભવિષ્યના ઉત્તમ દાક્તરો શરીરને કેવળ દવાઓથી ભરી નહીં દે અને ભવિષ્યની માતાઓ પોતાનાં બાળકના ક્રોધ, દ્વેષ અને ઈર્ષ્યારૂપી રોગોને પ્રેમના ઔષધથી જ દૂર કરવાનું શિખવાડશે. ભવિષ્યનો વૈદ્ય લોકોને આનંદી સ્વભાવ અને મંગળ ભાવનાઓ સેવવાનું તથા ઉમદા કાર્યો કરવાનું સમજાવશે, જેથી શરીર તેમ જ હૃદયને પુષ્ટિ મળે; કારણ કે આનંદી સ્વભાવ ઉત્તમ ઔષધની ગરજ સારે છે.

તમારા મનનું આરોગ્ય અને સામર્થ્ય જે રીતે એના સંબંધમાં આવનારી વસ્તુઓ પર છે, એ જ રીતે શરીરનું પણ છે. પરમતત્ત્વમાં કદીય કોઈ રોગ, કોઈ દૂષિત તત્ત્વ હોતું જ નથી. એટલે તમારી જાતને આ પરમતત્ત્વ સામે અભિમુખ કરી દેશો તો સદા સ્ફૂર્તિવાન એવું શારીરિક સ્વાસ્થ્ય અને સામર્થ્ય તમારું બની જશે.

‘નરસા પર સારપની જીત, વ્યાધિ પર આરોગ્યની;

જેવા વિચારો તેવું જીવન, જાગો અને ચિંતવો પ્રભુને.’

આખી વાતનો સાર આપણે એક વાક્યમાં મૂકી શકીએ. ‘પરમાત્મા નિરામય અને આરોગ્યવાન છે અને તેવા જ છો તમે.’ તમારા સાચા સ્વરૂપ અંગે જાગૃતિ કેળવો, જ્યારે આ વાતનું ભાન થશે ત્યારે તમારા શરીરમાં કેવાં તત્ત્વો કામ કરી રહ્યાં છે, તેનો ખ્યાલ આવશે. ઈશ્વરની ઈચ્છા એ તમારી ઈચ્છા છે અને જો ઈશ્વરને તમામ ચીજો સર્વસુલભ છે તો તે તમારા માટે પણ એટલું જ સાચું છે. આમ સતત એક જ નિદિધ્યાસન ચાલતું રહેશે તો ધીરે ધીરે અંતરમાં જે કાંઈ વિષમતા હશે તે દૂર થશે અને સાથોસાથ શારીરિક રોગો અને નિર્બળતાઓ પણ નાશ પામશે અને પ્રગતિ આડે રુંધનારી સીમાઓ પણ

તૂટતી જશે.

માટે બંધુઓ ! એ પ્રભુ અને એ પરમતત્ત્વમાં એકલીન થઈ તેનો અપૂર્વ આનંદ મેળવો. એથી તમારી તમામ ભાવનાઓ ફળીભૂત થશે અને તમારું હૃદય આપોઆપ બોલી ઊઠશે કે, 'હું બધી રીતે સુખી છું.' મને ભવ્ય વારસો મળ્યો છે. ભવિષ્ય માટે કશું ઉધાર ન રાખો. ભવિષ્યમાં સારી સ્થિતિ થશે અને સૌ સારાં વાનાં થશે એવું ધારી લઈને જ બેસી ન રહેશો. જે કાંઈ કરવું છે તે આજે, અત્યારે જ ચરિતાર્થ કરો. તમે જે પરમશક્તિના વારસદાર છો, તેમના માટે જે સર્વોત્તમ છે, તે જ આચરણીય છે એટલી વાત યાદ રાખો. આજ આજ ભાઈ, અત્યારે ! જે કાંઈ કરવું છે તે આ જ ક્ષણે !

આપણે રોટીને બદલે માટી

અમૃતને સ્થાને વખડાં

શા માટે માંગીએ છીએ ?

સ્વર્ગના પર્વત પર ઊગેલા

કલ્પવૃક્ષનાં પર્ણો પર

ઝીલાયેલાં અમર ઝાકળજળ

શા માટે ન ઝીલીએ ?



આપણે ધારીએ તો દિવસને અંતે આપણી નોંધપોથીમાં પવિત્ર વિચારો, નિઃસ્વાર્થ કાર્યો, આનંદપ્રદ આશાઓ અને આપણી હલકી વૃત્તિઓ પર પ્રાપ્ત કરેલા વિજયો આપણે જરૂર લખી શકીએ.

- એલ. એલ. એલન

૪

જીવનરહસ્ય, સામર્થ્ય અને પ્રેમનો પ્રભાવ

પરમપ્રભુ અસીમ પ્રેમના સાગરસ્વરૂપ છે. એની સાથેની અભિન્નતાનું જેવું ભાન થાય કે તરત આપણામાં એટલો બધો પ્રેમ વ્યાપી જાય છે કે આપણને સર્વત્ર ઊજળું જ ઊજળું દેખાય છે અને ત્યારે આપણને એ પણ સમજાય છે કે આપણે પરસ્પર પણ સૌ એક અને અભિન્ન જ છીએ. એક વાર આ તથ્યની પ્રતીતિ થઈ જાય પછી આપણે કદીય કોઈનુંય બૂરું કરી શકીએ જ નહીં. એક વિરાટ દેહનાં જ આપણે સૌ અંગ છીએ અને એકની હાનિથી બાકીનાં સૌ અંગોને હાનિ પહોંચે છે, આ વાત પણ આપણને સમજાઈ જાય છે.

જીવમાત્રમાં સમાન ચેતના

એક જ મુખ્ય પ્રવાહના આપણે સૌ અંશરૂપ છીએ અને એટલે સૌમાં એક જ તત્ત્વ વિલસે છે આ વાત સમજાઈ જાય છે પછી બધા પૂર્વગ્રહો શમી જાય છે અને ઘૃણા મટી જાય છે. પ્રેમના અંકુર ફૂટે છે અને પછી એનું જ સામ્રાજ્ય પ્રવર્તે છે. પછી તો ગમે ત્યાં જઈએ, ગમે તેના સંપર્કમાં આવીએ, સર્વત્ર અંદર વિરાજમાન પ્રભુનાં જ દર્શન થાય છે. આમ આપણામાં શુભ દૃષ્ટિ કેળવાય છે અને આપણને શુભ જ મળે છે. આ શુભતત્ત્વ સદૈવ કાંઈક ને કાંઈક આપતું જ રહે છે.

‘જે પોતાના હાથમાં તલવાર લેશે, તેની સામે તલવાર ઉગામાશે’ - આ કથન પાછળ એક ગહન વૈજ્ઞાનિક તથ્ય છુપાયેલું છે.

વિચારોની શક્તિનો આપણને પરચો મળે છે ત્યારે આ વાત આપણે તરત પકડી શકીએ છીએ કે જે ક્ષણે આપણામાં બીજા માટે કોઈ તિરસ્કારનો ભાવ આવે છે ત્યારે સામેની વ્યક્તિ પર આપણા આંતરિક મનોભાવોનો પડઘો પડે છે અને એને પણ આપણા માટે એવો જ તિરસ્કારનો ભાવ જાગે છે અને એ ભાવ પાછો મૂળ માણસ પાસે જ પાછો આવી જાય છે. આ રીતે વાસના, ક્રોધ, ઘૃણા વગેરેની અસરો પણ તપાસીએ છીએ ત્યારે સરવાળે એ કેટલી બધી કિંમત માંગે છે તે સમજાય છે. અંતે આપણને આ પણ સમજાય છે કે આવી નકારાત્મક વૃત્તિઓ સેવવાથી સામેની વ્યક્તિ કરતાં આપણને જ વધારે સહેવું પડે છે.

પછી જ્યારે આપણને પૂરેપૂરું સમજાય છે કે આખરે તમામ ભૂલ, પાપ કે અપરાધનું મૂળ સ્વાર્થ છે અને બધા સ્વાર્થનું મૂળ અજ્ઞાનતા છે, ત્યારે બીજાનાં કાર્યોને આપણે શી રીતે મૂલવીશું ? ઉદારતા દાખવવી જ પડે છે. પોતાનું મોટું નુકસાન કરીને માણસ અજ્ઞાનતામાં નાના લાભ મેળવવા જાય છે. એટલે સ્વાર્થી મનુષ્ય બિચારો અજ્ઞાની છે. સાચો ડાહ્યો માણસ કદીય સ્વાર્થી નથી હોતો. એ દીર્ઘદ્રષ્ટા છે અને એને આ હકીકત સમજાઈ ગઈ છે કે એક વિરાટ શરીરના કોઈ એક અંગને ત્યારે જ ફાયદો થશે, જ્યારે આખા શરીરને ફાયદો થશે અને એટલે જ એ જે કાંઈ ઈચ્છશે તે સમગ્ર માનવજાતિ માટે, કેવળ પોતાની જાત માટે નહીં.

તમામ પાપ, ભૂલ અને અપરાધોનું મૂળ જો સ્વાર્થ હોય અને સ્વાર્થનો પાયો અજ્ઞાનતા હોય તો પછી, જ્યારે જ્યારે આપણે સ્વાર્થ અને અજ્ઞાનતા જોઈશું ત્યારે એ માણસમાં રહેલા ગુણોને આપણે તપાસીશું. દરેકમાં રહેલી ભલાઈ અને સારપને આપણે શોધીશું. ઈશ્વર જો ઈશ્વરને બોલાવે તો ઈશ્વર જવાબ આપશે અને શેતાન જો શેતાનને

બોલાવશે તો શેતાન જવાબ વાળશે અને શેતાનને હંમેશાં ક્રીમત ચૂકવવી પડે છે.

ઘણી વાર કોઈને કહેતાં સાંભળું છું કે મને ફલાણામાં એકે ગુણ દેખાતો નથી. ખરેખર એવું છે ? તો તો પછી તમે આંધળા જ છો. થોડુંક ઊંડું જુઓ તો પ્રત્યેકમાં તમને પ્રભુ પોઢેલો દેખાશે. પરંતુ આટલી વાત યાદ રાખો કે પ્રભુને પારખવા સામે પ્રભુ જ જોઈએ. ભગવાન ઈશુએ હંમેશાં માણસોમાં રહેલાં ઉમદા, ઊંચાં તત્ત્વો સાથે જ વાત કરી. એ જાણતા હતા અને પ્રત્યેકમાં વસેલા પરમાત્માને એ પિછાણતા હતા, કારણ કે એમણે પોતાનામાં રહેલા પરમાત્માને પિછાણ્યા હતા. ઈશુના વિરોધીઓ પોતે જ પોતાની કેદમાં પુરાયેલા હતા, સ્વાર્થમાં અંધ હતા એટલે પોતાની આ અજ્ઞાનતાને કારણે પોતાનામાં રહેલા પરમાત્મા વિશે એમને કશી ભાળ જ નહોતી અને એટલે એમને સ્વપ્નમાં પણ આ વાત ન ઊગી કે પાપીઓમાં પણ પરમેશ્વર વસી શકે છે.

સામેના માણસને આપણે જેટલો દુષ્ટ અને અપરાધી માનીએ, એટલી દુષ્ટતા અને અપરાધનું આપણે એના પર આરોપણ કરીએ છીએ. સામેના માણસના વ્યક્તિત્વનું બંધારણ અપરિપક્વ હોય તો જે કાંઈ સૂચનો સામેથી આવશે, તેને એ સ્વીકારી લેશે અને વિચારોના પ્રભાવમાં આવી ખોટું આચરશે. આ રીતે એના દુરાચરણના આપણે જ નિમિત્ત બની જઈએ છીએ. આ જ રીતે, આપણે કોઈ માણસના ગુણ જોઈએ છીએ ત્યારે ભલાઈ, સચ્ચાઈ એને સૂચિત થાય છે અને આમ, આડકતરી રીતે આપણે એના જીવન પર પ્રભાવ નાંખી શકીએ છીએ. જે કોઈને આપણે મળીએ તે સૌને માટે આપણા હૃદયમાં પ્રેમ ઊભરાય તો તેટલા અંશે આપણે સામે પણ પ્રેમને જગાડીએ છીએ અને પછી પ્રેમની એ જ ઉદાત્ત અને ઉખ્માસભર અસરો એમના જ તરફથી વળતી આપણા પર પણ થાય છે. આની પાછળ એક ગહન વૈજ્ઞાનિક સિદ્ધાંત

પડેલો છે કે આખું જગત તમને યાહે એવું જો તમે ઈચ્છતા હો તો પહેલાં તમે જગતને યાહવાનું શરૂ કરો.

પ્રેમ કરો અને વળતો પ્રેમ પામો

જેટલા પ્રમાણમાં આપણે યાહીશું, તેટલા પ્રમાણમાં આપણને વળતો પ્રેમ મળશે. કારણ હોય તો કાર્ય પેદા થાય છે. કૂવામાં હોય તો હવાડામાં આવે, એના જેવું છે.

મનના છૂપા વિચારોમાં શુભને સેવો.

એ જ ઘડે છે આપણ ભાવિ

અગમ્ય છે હરિની લીલા !

મારા એક મિત્રનો તો કાયમ આ જ અભ્યાસ ચાલે છે. વિચારરૂપે એ પોતાના પ્રેમને સતત બહાર મોકલતો રહે છે. 'ઓ સર્વજન, તમને સૌને હું યાહું છું.' અને આપણે જોઈ શકીએ છીએ કે માત્ર સંપર્કમાં આવનારા લોકો માટે જ નહીં, બલકે સમસ્ત જગત માટે શુભ વિચારો આશીર્વાદરૂપ બની જાય છે.

કેવળ મનુષ્યો જ નહીં, પ્રાણીઓ પર પણ આ વિચાર-વૃત્તિઓની અસર થાય છે. ઘણાં જાનવર તો માણસ કરતાં વધારે સંવેદનશીલ હોય છે. એટલે આપણાં વિચારો અને આંતરિક વલણોનો પ્રભાવ એ વધારે પ્રમાણમાં ઝીલે છે. એટલે કોઈ પણ પ્રાણી મળે, એના માટે પણ આપણે પ્રેમનું વલણ જ દાખવીએ. એના પર આ પ્રેમની અસર થશે. એ આપણને કેટલો જલદી પ્રતિસાદ આપે છે અને આપણા પ્રેમ તથા નિસ્ખતનો એ કેવો ત્વરિત પડઘો પાડે છે, એ બીના અત્યંત રસપ્રદ થઈ પડે છે.

એવી દુનિયા કે જ્યાં માત્ર ભગવાનને જ મળવાનું હોય તે

દુનિયા કેવી મઝાની બની જાય ! આવા જગતમાં જ જીવવાનો આનંદ આવે અને આવું જગત હું નિર્માણ કરી શકું. જેટલા જેટલા આપણે આગળ વધીશું તેટલા પ્રમાણમાં દરેકમાં રહેલા પરમાત્માને આપણે પિછાણી શકીશું અને પછી જ્યારે પ્રત્યેકમાં આપણે પ્રભુનું જ પ્રતિબિંબ દેખાતું થઈ જશે ત્યારે તો એ વિશ્વ ઈશ્વરમય થઈ જશે.

દરેકમાં ઈશ્વરને જોવાનું શરૂ થઈ જાય પછી તો પ્રભુને આપણે વધુ ને વધુ આત્મસાત્ કરતા થઈએ છીએ. આપણા સૌનું કેવું આ મહાભાગ્ય ! માત્ર ધારણાઓને આધારે બીજાનો ન્યાય કરીને આપણને શું મળવાનું ? આપણે માણસની ભૂલોની પેલે પાર જઈને જોઈ શકીએ તેમ છીએ. માણસની પરિવર્તનશીલતા આપણા ધ્યાનમાં છે એટલે બહારના માળખાની અધૂરપો જોવાને બદલે ભીતર બેઠેલા સાચા, શાશ્વત સ્વરૂપને જ જોવાની ટેવ પાડીએ છીએ ત્યારે માંગલ્યનું એક અદ્ભુત સૌંદર્ય પ્રગટ થાય છે. આ પરિણામ ઉપરથી વિરોધી તારણ પણ નીકળી શકે છે કે પ્રેમની જેમ જો આપણે કોઈને તિરસ્કારતાં થઈ જઈશું તો આપણામાં પણ નર્યો તિરસ્કાર અને નફરત જ ઊભરાશે.

આમ, પરસ્પર પ્રેમનું આદાન-પ્રદાન થાય છે ત્યારે આપણે ચારેય દિશાઓમાંથી પ્રેમને નોતરીએ છીએ. કોઈ કેટલો પ્રેમ કરી જાણે છે એ મને કહો તો હું વળતું કહી આપીશ કે એના જીવનમાં એણે પ્રભુને કેટલો જોયો છે ! માણસ જેટલું ચાહે છે, તેટલો તે પ્રભુની સાથે જીવે છે. પ્રેમ કરવો એટલે પ્રભુના સામ્રાજ્યમાં - પ્રેમ અને સંવાદના સામ્રાજ્યમાં પ્રવેશવું, કારણ કે 'પ્રેમ એટલે કાનૂનનું પૂર્ણ પરિપાલન' છે.

એક રીતે જોઈએ તો પ્રેમ એ જ સર્વસ્વ છે. જીવનની એ ચાવી છે અને એનો પ્રભાવ જગત આખાને હલાવી નાંખે છે. સૌ માટેના પ્રેમના વિચારો જ સેવતા થઈ જાઓ અને પછી પ્રેમના મુલકમાં જીવવા માંડો. આ જ રીતે, ઘૃણા અને દ્વેષના વિચારો સેવો અને તમારામાં પણ

એ જ વૃત્તિઓ પ્રગટશે.

બુરાઈ ઝેરીલી, ઘૃણા નઘરોળ છે, ડંખીલી છે.

એને સેવીને સામા એવા જ ઘા વહોરશો, આગમાં ફેંકાશો.

જેવો વિચાર કરશો, તેવો જ વિચાર બહાર ફેંકાશે અને એવો જ વિચાર પાછો ફેંકાશે. આ એક અફર નિયમ છે. વિચારોની અસરો શરીર ઝીલે છે. પ્રેમના જેવી ભાવનાઓ શરીર પર સારી અસર કરે છે. વિશ્વના એ શાશ્વત નિયમને અનુરૂપ છે, કારણ પ્રભુ પોતે જ પ્રેમમય છે. પ્રેમમાં જીવનદાયક, સ્વાસ્થ્ય - પ્રેરક પ્રભાવ છે. પ્રેમ તમારા મુખને સુંદર, તમારા અવાજને મધુર અને તમને સર્વાંગસુંદર બનાવી દે છે. જેટલા પ્રમાણમાં પ્રેમનું આહ્વાન આપણે કરી શકીએ તેટલા પ્રમાણમાં આપણામાં પ્રેમ છલકાશે, જે આપણાં તન-મન પર છવાઈ જશે.

દ્વેષ-ઘૃણા જેવી વૃત્તિઓ અસ્વાભાવિક, અકુદરતી અને વિકૃત છે અને વિશ્વવ્યવસ્થા સાથે પણ એનો કોઈ તાલમેલ નથી. પ્રેમનાં આ વિરોધી વલણો ઈશ્વરી કાનૂનનો ભંગ કરે છે અને પરિણામે દુઃખ અને પીડા નોતરે છે. જ્યારે તમારામાં ક્રોધ, ઘૃણા, દ્વેષ, અદેખાઈ જેવી વૃત્તિઓ જાગે છે ત્યારે તમારા શરીર પર તેની અવળી અસરો થાય છે, પરિણામે, સ્વાસ્થ્ય જોખમાય છે અને જો આ વલણ ચાલુ રહે તો તમે કોઈ રોગના શિકાર બની જાઓ છો. પછી તો માત્ર તમારા મન દ્વારા જ નહીં, બીજા સમાન મન દ્વારા પણ તમે આવાં નકારાત્મક વલણોને જ નોતરતા રહો છો અને તમે વિનાશ ભણી ઘડેલાઈ જાઓ છો.

આમ, પ્રેમ પ્રેમને પ્રેરે છે, ઘૃણા ઘૃણાને જન્માવે છે. પ્રેમ અને સદ્ભાવના શરીરને બાંધે છે, ઘૃણા અને દ્વેષ શરીરના ભૂકકે ભૂકકા ઉડાડે છે. પ્રેમ એ તો જીવનનું મહાજીવન છે. પ્રાણનોય મહાપ્રાણ છે, જ્યારે ઘૃણા-દ્વેષ એ મૃત્યુ છે.

પ્રામાણિક, સંનિષ્ઠ, સત્વશીલ માનવી

શુદ્ધ અને સાચુકલા પણ,

તમારું સર્વોત્તમ જગતને અર્પો,

બદલામાં સર્વોત્તમ પામો.

પ્રેમ આપો અને તમારી ભીતર પ્રેમ વહેશે

બની સંકટ સમયનું તારક બળ.

વિશ્વાસ સેવો અને બદલામાં એમનો

વિશ્વાસ તમારા શબ્દ તથા કૃતિમાં

સંપાદન કરતા રહો.

કોઈ કહે છે કે ‘અમુક માટે મારા મનમાં કદીય દ્વેષભાવ જાગ્યો નથી, અને છતાંય એ મારા પર દ્વેષ રાખે છે, તેનું શું કારણ ?’ સંભવ છે કે તમારા મનના અજ્ઞાત ઊંડા સ્તરમાં નકારાત્મક વલણો છુપાયેલાં પડ્યાં હોય ! આવું થાય ત્યારે સામી વ્યક્તિ માટેના પ્રેમ અને સદ્ભાવનાથી તમારા અંતરને છલોછલ છલકાવી દો. આને કારણે સામેથી આવતી નિષેધાત્મક વૃત્તિઓ તમારા સુધી પહોંચી તમને કશું નુકસાન ન પહોંચાડે. આ રીતે ખોટી પ્રતિક્રિયાઓને તમે નિષ્પ્રભ કરી શકો. પ્રેમ વિધાયક છે અને ઘૃણા કરતાં વધારે શક્તિશાળી છે. દ્વેષને પ્રેમથી અચૂકપણે જીતી શકાય છે.

બીજી બાજુ, જો તમે ઘૃણાનો સામનો ઘૃણાથી કરશો તો એ વધશે. એથી તમે આગમાં તેલ જ રેડશો અને આંચ વધારે પ્રખર બનશે અને એ અનિષ્ટોને વધારે ઘેરાં બનાવશે. એનાથી કશો લાભ તો નહીં જ થાય, સરવાળે ખોટ જ જશે. દ્વેષના બદલામાં પ્રેમ કરીને તમે માઠી અસરોને તમારા સુધી પહોંચવા જ નહીં દો. આથી પણ વધારે, આ પ્રક્રિયા દ્વારા વહેલા - મોડા તમે પેલા દુશ્મનને મિત્રમાં પલટાવી શકશો. દ્વેષની સામે દ્વેષ કરીને આપણે નીચા ઊતરીએ છીએ અને દ્વેષ સામે પ્રેમ

કરીને માત્ર તમે જ નહીં, બલકે સામેની વ્યક્તિ પણ ઊંચી ચઢે છે.

એક ઈરાની મહાત્માએ કહ્યું છે - ‘ઉદ્ધતાઈનો જવાબ વિનમ્રતાથી અને અવળાઈનો જવાબ ભલમનસાઈથી આપો, નમ્ર માણસ વાળ જેવા સાધનથી હાથીને પણ દોરી શકે. તારા દુશ્મન સાથે નમ્રતાપૂર્વક વર્તજે. શાંતિનો ભંગ કરવો તે પાપ છે !’ બૌદ્ધ ધર્મ કહે છે- ‘કોઈ મૂર્ખતાપૂર્વક મને કોઈ નુકસાન પહોંચાડશે તો મારા નિર્દેશ પ્રેમથી હું એનું રક્ષણ કરીશ. એ જેટલું વધારે મારું અનિષ્ટ તાકશે, તેટલું વધારે હું એનું ભલું ઈચ્છીશ’ ચીની કહેવત છે - ‘શાણો માણસ ખોટને પણ નફામાં પલટાવી દે છે.’ હિંદુ ધર્મ કહે છે - ‘બૂરાને સારપથી, કોધને પ્રેમથી, જીતો. ઘૃણા સામી ઘૃણાથી કદીય અટકતી નથી, માત્ર પ્રેમથી જ એને મટાડી શકાય છે.’

સાચાં ડાહ્યાં સ્ત્રીપુરુષ કોઈનેય પોતાના શત્રુ નહીં ગણે. ઘણી વાર આવી ઉક્તિ સાંભળવા મળે છે કે “વાંધો નહીં, હું એને સુધારી લઈશ.” શું તમે આવું કરી શકશો ? કેવી રીતે ? એક તો આ રીત છે કે એ તમારી સાથે જે રીતે વર્તે છે એ રીતે તમે પોતે વર્તો, જેવા સાથે તેવા થવું. આ રીતથી તમે પણ એની કક્ષાએ ઊતરી જશો અને સરવાળે બેઉ હીણા પડશો. એના બદલે તમે જો એનાથી વધારે ઊંચી કક્ષાએ પહોંચી દ્વેષને બદલે પ્રેમ અને અસદ્વ્યવહારને સ્થાને ભલમનસાઈથી વર્તશો તો બંને ઊંચા ચઢશો અને એથી બંનેને ફાયદો થશે. જાતને મદદ કર્યાં સિવાય, કદીય બીજાને મદદ કરી શકાતી નથી અને ઘણી વાર તો બીજા કરતાં તમારા માટે જ એવો અભિગમ વધારે મૂલ્યવાન થઈ પડે છે. દ્વેષના બદલામાં દ્વેષ કરીને તમે દ્વેષ જ નોતરો છો, પછી એ વિશે તમે કશી ફરિયાદ પણ ન કરી શકો, કારણ કે તમારી એ જ લાયકાત છે. જ્યારે દ્વેષના બદલામાં પ્રેમ કરીને તમે તમારી જાત પર વિજય મેળવો છો અને સાથોસાથ સામેની વ્યક્તિની પણ મોટી સેવા કરો છો,

જેની એને તાતી જરૂર છે.

આ રીતે તમે એના રક્ષક બની જાઓ છો. અને બદલામાં એ પણ બીજા ભૂલ કરનારા લોકોને બચાવી લેશે અને સજજનોની સંખ્યામાં વૃદ્ધિ કરશે. ઘણી વાર આપણે ધારીએ તે કરતાં સામેનો સંઘર્ષ વધારે જટિલ હોય છે. એટલે આપણામાં વધારે અનુકંપા, નમ્રતા અને સહાનુભૂતિની જરૂર હોય છે. પછી આપણે કોઈને ભાંડીશું કે તિરસ્કારીશું નહીં, એના બદલામાં પૂર્ણ સહાનુભૂતિ દાખવીશું.

એકમેકને સંભાળો, પંથ છે કાંટાળો
પગ પણ થાક્યા છે, હૈયામાં ઉદાસી
વળી માથા પર વજન, ન કોઈની સહાનુભૂતિ;
ત્યારે જ સંભાળો, એકમેકને
હુંફાળા પ્રેમથી એકમેકને સાચવી લો
આંખોમાં નીતર્યો પ્રેમ
બનાવી દેશે લૂખા રોટલાને
પ્રભુ થાળનાં પચાસ પકવાન.

જ્યારે આપણે આ વાત બરાબર સમજી લઈએ છીએ કે તમામ અનિષ્ટોનું મૂળ અજ્ઞાનતા છે, ત્યારે કોઈ પણ રૂપમાં અનિષ્ટને જોઈશું, ત્યારે આપણા હૃદયમાં તે વ્યક્તિ માટે દયા, કરુણા, અનુકંપા અને સહાનુભૂતિ જ ઊભરાશે. ધીરે ધીરે અનુકંપા પ્રેમમાં અને પ્રેમ કરુણામય સેવામાં પલટાશે. આ દિવ્ય પ્રક્રિયા છે. આ રીતે, નબળા માણસને ગોથાં ખાવામાં સહાયરૂપ થવાને બદલે એ ટટ્ટાર ઊભો રહી શકે ત્યાં સુધી પકડી મદદ પહોંચાડીએ. પરંતુ જીવનનો પ્રવાહ અંદરથી બહાર વહે છે, એની અંતઃચેતના દિવ્યતાને ઝીલે છે અને જીવનના મહાન નિયમોનું જ્ઞાન કરાવે છે. એટલે બીજાની અંતઃચેતના જગાડવામાં આપણે કદી ઉતાવળ ન કરી શકીએ. માત્ર આપણા જીવન દ્વારા જ આપણી ભીતરની

દિવ્ય ચેતનાનો સ્પર્શ કરાવી શકીએ.

ઉપદેશ નહીં, પણ આચરણ. સંબોધીને નહીં, પ્રત્યક્ષ જીવીને, સિદ્ધાંત દ્વારા નહીં, સમ્યક્ વર્તન દ્વારા સત્ય સિદ્ધ કરવાનું છે. પ્રત્યક્ષ જીવનનો બીજો કોઈ વિકલ્પ જ નથી. વાવીશું તેવું લણીશું. જેવાં બી, તેવાં ફળ. માત્ર શારીરિક ઈજા પહોંચાડીને જ કોઈને મારી શકાય તેવું નથી, વિઘાતક વિચારો દ્વારા પણ કોઈનું અપમૃત્યુ કરાવી શકાય છે. આ પ્રકારના ખૂનમાં આપણો પણ આત્મઘાત થઈ જ જાય છે. બીજાનાં નબળાં વલણો સ્વીકારી ઘણા લોકો માંદગીને વહોરી લેતાં હોય છે, ઘણાને તો મોત જ આંબી જાય છે. જગતમાં ઘૃણા ફેલાવો અને જુઓ કે જગત એક નરક બની જશે. જગતમાં પ્રેમ પ્રસરાઓ અને અનુભવો કે એના સમસ્ત સૌંદર્ય અને ઝળહળાટથી સ્વર્ગ એક હકીકત બની જશે.

પ્રેમ ન કરવો એટલે જીવવાનું બંધ કરવું અથવા તો જીવતાં મોતને જીવવું. બધા માટે પ્રેમ અનુભવીને જ પૂર્ણ જીવન, ભર્યું ભર્યું જીવન જીવી શકાય છે અને સુંદરતા તથા સામર્થ્યની વૃદ્ધિ પણ આવા જ જીવનથી થાય છે. આવા જીવનમાં જ હંમેશાં વધારે ને વધારે લોકોનો સમાવેશ થતો રહે છે અને એટલે જ એનો વ્યાપ અને પ્રભાવ પણ ઉત્તરોત્તર વધતો જાય છે. માણસ જેટલો વધારે ઉન્નત, તેટલો એ પ્રેમ અને મૈત્રીમાં વધુ ને વધુ સમાવેશક હશે, એથી ઊલટું, માણસ જેટલો વધારે સંકુચિત તેટલો વધારે વંચિત થશે. એના જીવનમાંથી બાદબાકી થશે. બાદબાકી કરવી તો સહેલી છે. કોઈનો સમાવેશ આપણા જીવનમાં કરી સર્વસમાવિષ્ટ બનવું, એમાં જ જીવન છે. સ્વાર્થી, સંકુચિત માણસો જ એકલપેટું જીવન જીવી શકે. એમનો સ્વભાવ જ એકલપેટો હોય છે. ઉદાર નિઃસ્વાર્થ મનુષ્ય કદીય એકલપેટો ન રહી શકે. એને બદલાની કશી પડી નથી હોતી. સ્વાર્થી માણસને પરિણામમાં જ રસ હોય છે અને એટલે પોતાને માન્યતા મળે તે માટે જ્યાં ત્યાં ફાંફાં મારતો રહે છે,

જ્યારે બીજો પોતાનામાં જ સંતુષ્ટ રહે છે અને આખા વિશ્વને પોતાના તરફ ખેંચી લે છે. પહેલો માત્ર પોતાને યાહે છે, જ્યારે બીજો આખા જગતને યાહે છે, પરંતુ આખા જગત પ્રત્યેના આ પ્રેમમાં પોતાની જાતનો પણ સમાવેશ એ કરી લેતો હોય છે.

માણસ જેટલો વધુ પ્રેમ કરે છે, તેટલો વધારે તે પ્રભુ પાસે પહોંચે છે, કારણ કે પરમાત્મા અનંત પ્રેમનો જ સાગર છે. જ્યારે આપણે આ વિશ્વચેતનાના સંપર્કમાં આવીએ છીએ, ત્યારે એ દિવ્ય ચેતના આપણી અંતઃચેતનામાં દિવ્ય પ્રેમ ભરી દે છે, જે આપણા જીવનને સમૃદ્ધ અને પ્રેમમય કરે છે અને પછી આપણી ચેતનામાંથી એ પ્રવાહ બીજા લોકો સુધી પહોંચે છે.

પરમતત્ત્વ સાથેનું આપણું ઐક્ય સમસ્ત માનવજાતિ સાથેની એકતા પણ સ્થાપી દે છે. આ મહાનિયમ આપણા જીવનમાં પણ કામ કરતો થઈ જાય છે કે આપણું જીવન વિલીન કરી દઈને જ આપણું જીવન વધારે સભરતા અનુભવે છે. બીજાની સેવામાં અર્પિત જીવન જ વધારે સાર્થક નીવડે છે, ત્યારે આપણને આ સત્ય સમજાય છે કે જીવ માત્ર એક જ પરમતત્ત્વમાંથી સર્જાયો છે અને સૌ એક સમાન છે. બીજાની સેવામાં આપણી સેવા પણ સમાઈ જ જાય છે અને પોતાને હાનિ પહોંચાડ્યા સિવાય બીજાને ખોટના ખાડામાં ઉતારી શકાતાં નથી. સ્વાર્થી, સ્વકેન્દ્રિત અને સંકુચિત જીવન જીવનારા માણસને વ્યાપક વિશ્વમાં જીવવાનો આનંદ મળતો નથી. પરંતુ જે માણસ બીજાની સેવાર્થે જીવન વિતાવે છે, તેનું જીવન વ્યાપ પામી સમૃદ્ધ બને છે. વિશ્વના પ્રત્યેક જીવન સાથે એનો અનુબંધ જોડાયેલો છે એટલે એ સમગ્રતા સાથે સંકળાઈ અત્યંત વૈભવશાળી બને છે.

અહીં થોડુંક 'સાચી સેવા' અંગે પણ સમજી લઈએ. એક વાર પીટર અને જહોન દેવળ તરફ જતા હતા, ત્યાં દરવાજે એક અપંગ

માણસે કાંઈક દાન માંગ્યું, ત્યારે પીટરે એને એક દિવસ ચાલે તેટલી દાન-દક્ષિણા આપી, કાયમ માટે માંગવાની પરિસ્થિતિમાં રાખવાને બદલે એની અનન્ય સેવા કરી. એણે કહ્યું કે - “મારી પાસે સોના-ચાંદીના સિક્કા તો નથી, પરંતુ મારી પાસે છે તે હું તને આપું છું.” એમ કહીને એણે એને આર્થિક રીતે પગભર બનાવી સ્વાવલંબન ઊભું કરી આપ્યું. એટલે મોટામાં મોટી સેવા આ છે કે આપણે બીજાને આત્મનિર્ભર બનાવીએ. નાનીમોટી મદદ આપીને એ વધારે નબળો પડે તેવું પણ બની શકે. સંજોગો પર એનો આધાર છે. પરંતુ પોતે જ પોતાને મદદ કરતો આત્મનિર્ભર બનાવી દેવાથી તો કોઈ કદીય નબળો પડતો નથી, બલ્કે એ વધુ ને વધુ પ્રેરણા મેળવી શક્તિ વધારતો જાય છે. આવી સેવા કરીને માણસ વધારે સભર અને શક્તિશાળી જીવનમાં પ્રવેશ કરે છે.

સૌથી મોટી સેવા તો માણસને એના પોતાના વિશે સાચું જ્ઞાન કરાવી દેવામાં છે. એના પોતાનામાં જે શક્તિઓ પડેલી છે, તે શક્તિઓનું ભાન કરાવવા કરતાં મોટું બીજું કોઈ જ્ઞાન નથી. પોતાની અંદર પડેલી શક્તિઓને મહાશક્તિના મૂળ સ્રોત ભણી અભિમુખ કરી દેવાથી જે સામર્થ્ય પ્રાપ્ત થાય છે, તે વિશે એને અવગત કરી દેવો જોઈએ, જેથી એ પોતે ઈશ્વરાભિમુખ બની જાય અને પછી તો પરમાત્મા જ એનામાં પ્રગટ થઈ પોતાનું કામ કરશે.

આપણી સામાજિક પરિસ્થિતિની સમસ્યાઓના નિવારણ માટે આવાં કેટલાંક મહાન સત્યો ફેલાય તે જરૂરી છે. આ સત્યને લોકો જેટલું વધારે સમજી વધુ ને વધુ આત્મસાત્ કરશે તેટલો સમસ્યાઓનો નિવેડો વધારે સરળ બનશે અને જલદી પણ આવશે.



૫

પ્રજ્ઞા અને અંતઃપ્રકાશ

પરમાત્મા અનંત જ્ઞાનના ભંડાર છે અને એની સાથે જેટલા અંશે આપણે જોડાઈ શકીએ, તેટલા અંશે એ પરમ જ્ઞાન આપણા દ્વારા પ્રગટ થતું રહે છે. આ જ્ઞાન દ્વારા આપણે વિશ્વના હૃદય સુધી પહોંચી શકીએ અને મોટા ભાગના લોકો માટે અજ્ઞાત એવાં રહસ્યોને જાણી શકીએ.

પ્રભુ એ જ જ્ઞાનદાતા

આ પરમ જ્ઞાન અને અંતદૃષ્ટિ પ્રાપ્ત કરવા માટે આપણે બીજા કોઈ માધ્યમ દ્વારા નહીં પણ સ્વયં પ્રભુમાં જ અખંડ શ્રદ્ધા પર આધાર રાખવાનો હોય છે. આ જ્ઞાન માટે આપણે કોઈની પણ પાસે જવાની શી જરૂર ? શા માટે આપણે સીધા પ્રભુના દરવાજા જ ન ખટખટાવવા જોઈએ ? કહેવાયું છે કે ‘કોઈનામાં હજુ જ્ઞાન પ્રગટ્યું ન હોય તો એને ઈશ્વર વિશે પૂછવા દો.’ વળી, “તેઓ સાદ પાડે તે પહેલાં હું જવાબ આપીશ; હજુ તો એમનું બોલવાનું પૂરું નહીં થયું હોય, ત્યાં હું એ સાંભળી લઈશ.” આ છે ઈશ્વરનું કહેણ.

આમ, સીધા આપણે મૂળ સ્રોત ભણી પહોંચી જઈએ છીએ ત્યારે કોઈ વિભૂતિ, સંસ્થા કે ગ્રંથોનો આશરો આપણે લેવો નથી પડતો. આ બધાં માધ્યમો દ્વારા આપણે સત્યના સંકેતો જરૂર સમજીએ. એમને આપણે ‘માધ્યમ’રૂપે જરૂર સન્માનીએ, પણ ‘મૂળ સ્રોત’ રૂપે કદાપિ નહીં. એમને આપણે શિક્ષકપદે જરૂર સ્થાપીએ, પણ ગુરુપદે કદાપિ નહીં. બ્રાહ્મીગ કહે છે તેમ -

સત્ય અંદર જ પડ્યું છે, બહારની કોઈ પણ ચીજ દ્વારા એ પ્રગટ થઈ જ ન શકે. આપણા સૌમાં એક એવું કેન્દ્રબિંદુ પડ્યું છે, જ્યાં સત્યનો નિવાસ છે.

‘તારી જાત સાથે તું પ્રામાણિક રહે’ આ તથ્યથી મોટું કોઈ શિક્ષણ નથી. કારણ કે આપણા અંતરાત્મા દ્વારા જ ઈશ્વર આપણી સાથે બોલે છે. આ અંતરાત્મા એ જ અંદરનો ભોમિયો છે. અંદરનો આ પ્રકાશ જ પ્રત્યેક માણસને દોરે છે. આ અંતરાત્મા છે. આ સ્વયંપ્રેરણા છે. આ અંતર્નાદ છે, ઈશ્વરનાદ છે. ‘તું અંદરથી કાંઈક સાંભળીશ અને એ જ રસ્તે તારે ચાલ્યા આવવાનું છે’ - આ છે આદેશ.

મોઝીઝને આ જ અંતર્નાદે દોર્યો. આપણે પણ જો આ અંતઃપ્રેરણાના અવાજને અનુસરીશું, તો એ વધારે સ્પષ્ટ અને વધારે સરળતાથી બોલશે, જેથી કરીને એની દોરવણીથી આપણે દૂર ન જઈએ. મોટી મુશ્કેલી આ છે કે આપણે અંદરના અવાજ તરફ ધ્યાન જ આપતા નથી, એ અવાજને અનુસરતા નથી. પરિણામે આપણે જ આપણી સામે પડી જઈએ છીએ. આપણે આમતેમ ફંગોળાઈએ છીએ. અને આગળ વધવા માટે કોઈ ચોક્કસ દિશા નક્કી નથી થતી. મારો એક મિત્ર આ અંતર્નાદને એટલા ધ્યાનથી સાંભળે છે, પોતાની અંતઃપ્રેરણા સાથે તાલે તાલ મેળવી હંમેશાં અંદરના અવાજને ઝડપભરે અમલમાં મૂકવા તત્પર રહે છે કે પરિણામે એને અંદરથી જ સતત માર્ગદર્શન મળતું રહે છે અને એ હંમેશાં સાચી પળે, સાચું કામ, સાચી રીતે પાર પાડે છે. ક્યારે કેવી રીતે વર્તવું તેનું જ્ઞાન હંમેશ એ ધરાવે છે અને એનામાં ક્યારેય કોઈ પણ બાબતની અવઢવ કે દ્વિધા રહેતી નથી.

પણ કેટલાક કહે છે : ‘આપણી અંતઃપ્રેરણા મુજબ ચાલવામાં કશું જોખમ નથી ? કોઈને હાણ પહોંચાડવાની પ્રેરણા થાય તો ?’ પરંતુ આ બાબતમાં આપણે નિશ્ચિંત રહેવું જોઈએ કે અંતરાત્માનો અવાજ

કદીય કોઈને નુકસાન કરે તેવું આચરવા કદાપિ તમને નહીં કહે. પરમ સત્ય અને પરમ ન્યાય વિરોધી વાત એ ઉચ્ચારશે જ નહીં. અને ક્યારેક તમને આવું સાંભળવાનો આભાસ થાય તોય સમજી લેશો કે આ અંતઃપ્રેરણા નથી. આ તો કોઈ નીચલી કક્ષાના સ્તરેથી તમે દોરાઈ રહ્યા છો.

એનો અર્થ એ નહીં કે આપણે આપણી બુદ્ધિ વાપરવાની જ નથી, આપણે આપણી બુદ્ધિને આ ઊર્ધ્વ આધ્યાત્મિક દર્શનથી આલોકિત કરવાની છે. જેટલા પ્રમાણમાં આ સિદ્ધ થશે, તેટલા પ્રમાણમાં પ્રકાશ અને શક્તિ પ્રગટાવવામાં એ માધ્યમ બનશે. જ્યારે માણસની પોતાની અસ્મિતા પરિપૂર્ણ રીતે ખીલી ઊઠે છે, ત્યારે જ એ પરમ જ્ઞાન અને પ્રજ્ઞાના પ્રદેશમાં દાખલ થઈ શકે છે. આ અસ્મિતા જાગવી એટલે અંદરની આ મહાન શક્તિ સિવાયની બીજી કોઈ બાહ્ય શક્તિનો આધાર ન લેવો. આ સ્વયંપૂર્ણતા છે. માણસને જ્યારે પરમશક્તિની અનુભૂતિ થાય છે અને જ્યારે એના સીધા સંપર્કમાં એ આવી જાય છે ત્યારે જ જીવનમાં નહીં ખૂલેલાં સત્યો અને રહસ્યો એની સમક્ષ ખુલ્લાં થાય છે. તમામ જ્ઞાન-વિજ્ઞાનનો આ જ પાયો છે, જે ભીતરથી પ્રગટે છે. જે અનંત શક્તિમય છે, તે અંદરથી ફૂટી આવતું હોય છે.

પરમેશ્વરના આ અવાજ પ્રત્યે જો આપણે ખુલ્લાં હઈશું તો જાણવા જેવું પ્રત્યેક અમૂલ્ય જ્ઞાન આપણી પાસે પહોંચી જશે. આ રીતે આપણે દ્રષ્ટા બનીએ છીએ અને પ્રત્યેક પદાર્થની ભીતર અને આરપાર આપણે જોઈ શકીએ છીએ. નવી તારિકાઓ કે નવા નિયમો જેવું તો જગતમાં કશું જ નથી, પરંતુ મૂળ સ્રોત સામે ખુલ્લાં થઈએ છીએ ત્યારે આપણી સમક્ષ અત્યાર સુધી અપ્રગટ એવું વિશ્વ ખુલ્લું થાય છે. આમ, આ રીતે પરમ સત્યનું આકલન થાય છે ત્યારે સતત બદલાયે જતી

હકીકતો જાણવાની કશી જરૂર રહેતી નથી. પછી આપણે આપણી અંદરની જાત સાથે શાંત-એકાંતમાં દાખલ થઈ જઈ શકીએ. જરૂર પડે ત્યારે જે - તે દિશાની બારી ખોલી જરૂર જેટલી માહિતી મેળવી લઈએ. આ જ સાચું જ્ઞાન છે. ‘આત્મજ્ઞાન એ પ્રભુ વિશેનું જ્ઞાન છે.’ આ બ્રહ્મવિદ્યા પ્રેરણા દ્વારા પ્રાપ્ત થાય છે. સામાન્ય જ્ઞાન કરતાં એ ઘણી દૂરની બાબત છે. વિદ્વતા કે વિષયજ્ઞાન, યાદશક્તિ કે એવી કોઈ સ્થૂળ શક્તિ દ્વારા પ્રાપ્ત કરી શકાય. એ પ્રશિક્ષણ દ્વારા કેળવી શકાય છે, પરંતુ આત્મજ્ઞાન, પ્રજ્ઞા એ સ્થૂળ જ્ઞાન વિજ્ઞાનની પેલે પારની ચીજ છે, આવી પારમિતા પ્રજ્ઞામાં માહિતી કે જ્ઞાનનું કોઈ મહત્ત્વ જ નથી.

બૌદ્ધિક અહંકાર છોડો

જેમને આ પ્રજ્ઞાના પ્રદેશમાં દાખલ થવું છે, તેમને સૌ પ્રથમ તો તમામ બૌદ્ધિક અભિમાનોથી મુક્ત થવું પડે છે. એમને નાનકડા બાળક જેવા બનવું પડે છે. સાચી પ્રજ્ઞાને આડે પૂર્વગ્રહો, મતાગ્રહો અને માન્યતાઓ આડખીલીરૂપ બની જાય છે. પોતાના અભિપ્રાયો અંગેની પ્રતિબદ્ધતા એના પ્રભાવ માટે આત્મઘાતી નીવડે છે. એ સત્યના મુખને ઢાંકી દે છે એટલે આગ્રહ છોડવો જ પડે.

ધર્મ કે વિજ્ઞાનના ક્ષેત્રમાં, રાજકીય, આર્થિક કે સામાજિક ક્ષેત્રમાં લાગેલા માણસો પોતાની જ પ્રતિબદ્ધતાઓથી અને પૂર્વગ્રહોથી એટલા બધા ઘેરાયેલા હોય છે કે સત્યનું ઉન્નત અને અપ્રગટ સ્વરૂપ ત્યાં પ્રવેશ જ પામી શકતું નથી; અને વધવા કે વિસ્તૃત થવાને બદલે તેઓ સંકુચિત અને બદ્ધ બની જાય છે અને સત્ય ઝીલવા માટે વધુ અપાત્ર બનતા જાય છે. જગતના વિકાસમાં મદદરૂપ થવાને બદલે તેઓ એવા તો આડખીલીરૂપ બની જાય છે કે પ્રગતિ રુંધાઈ જાય છે. એટલે એમની પાસેથી કોઈ જ આશા રખાય તેમ નથી. જોકે, આવા લોકો ઝાઝું કાંઈ કરી શકતા જ નથી, કારણ કે સતત પછડાટો ખાઈ પાછા પડે છે,

જ્યારે સત્યનો ઈશ્વરી વિજય રથ તો, સ્થિર પગલે આગળ ધપતો જ રહે છે.

જ્યારે વરાળથી ચાલતા એંજિનની હજુ અજમાયશ થતી હતી અને હજુ તો એ પ્રત્યક્ષ વ્યવહારમાં આવ્યું પણ નહોતું, ત્યારે એક સુપ્રસિદ્ધ અંગ્રેજે એક પત્રિકામાં છપાવ્યું કે, આ એંજિન દરિયાઈ ક્ષેત્રે કામ નહીં લાગે, કારણ કે ત્યાં યંત્ર ચલાવવાના કોલસા પહોંચાડવાનું જ અશક્ય થઈ પડશે. પરંતુ કોલસાથી ચાલતી આગબોટો બની અને ચાલી. આ બાબતનું રસપ્રદ પાસું એ હતું કે ઈંગ્લેન્ડથી અમેરિકા જતી પહેલી આગબોટમાં જ બીજા માલસામાન સાથે આ ચોપાનિયાની પહેલી આવૃત્તિ પણ હતી.

રમૂજ થાય તેવી આ હકીકત છે, પરંતુ વધારે રમૂજ તો માણસ નામના પ્રાણીની છે, જે સત્ય સામે પોતાની આંખ મીંચી લેવા માંગે છે અને નવા સત્યને ગ્રહણ કરવા તૈયાર જ નથી થતો. અગાઉ જે કાંઈ પ્રસ્થાપિત થઈ ચૂક્યું છે, તે એના ચિત્તમાં એવું જડબેસલાક થીજીને સ્થિર થઈ જાય છે કે એથી જુદું કશું જ સ્વીકારવા એ તૈયાર નથી થઈ શકતો. જ્યારે સત્ય તો ઘણું બધું વ્યાપક છે. એટલે જ કહેવાયું છે કે

‘તમારા ચિત્તની તમામ બારીઓ ખુલ્લી રાખો, જેથી વિશ્વના તમામ ભદ્ર વિચારો તેમાં પ્રવેશે, સઘળી ભવ્યતાઓ તેને સુંદર બનાવે. જે લોકો પોતાના મતાનુસાર એકાદી નાનકડી બારી જ ઉઘાડી રાખે છે, તે દશે દિશાનાં અનંત કિરણો અને આહ્લાદક શીતલહરીઓથી વંચિત રહી જાય છે, માટે સંદેહો અને એકદેશીયપણાના પડદાને ચીરી નાંખો. સત્ય આવી શકે તેટલી વિશાળ અને ઊંચી બારીઓ ભીતર પડેલી જ છે.’

સત્ય અંગે એક મહાન નિયમ છે - બૌદ્ધિક અહંકાર, મતાગ્રહ, પૂર્વગ્રહ કે બીજા કોઈ પણ કારણસર માણસ સત્ય સામે પોતાનાં બારણાં

બંધ કરી દે છે, ત્યારે સત્ય સીધેસીધું, કોઈ પણ સ્ત્રોત વગર, સ્વયં નીચે ઊતરી આવશે. બીજી બાજુ, કોઈ માણસ સત્યને ગમે તે સ્ત્રોતમાંથી પ્રગટ થવા દેવા પોતાનાં બારણાં ચારે દિશામાં ખુલ્લાં રાખે છે, ત્યારે ચારે દિશાઓથી સત્ય એના તરફ વહી આવે છે. માણસ આ રીતે મુક્ત બને છે. સત્ય જ માણસને મુક્ત કરે છે. બીજા બંધનમાં પુરાયેલા રહે છે, કારણ કે ત્યાં સત્યને નોતરાયું જ નથી, અને જ્યાં એનો પૂર્ણ અને મુક્ત આવકાર નથી, ત્યાં સત્ય દાખલ પણ નહીં થાય.

અને સત્યના પ્રવેશને જ્યારે નકારવામાં આવે છે ત્યારે સત્ય સાથે સંકળાયેલું માંગલ્ય પણ નકારાઈ જશે. ઊલટું, આવી બાબતમાં તો જડતા, રોગ, મૃત્યુ અને ભૌતિક - આધ્યાત્મિક-બૌદ્ધિક એમ સર્વ પ્રકારનો વિનાશ જ વસે છે. જે માણસ સત્યની મુક્ત અને નિર્બંધ શોધમાં લાગેલી વ્યક્તિને અટકાવશે તો તેની હાલત ચોર કે લૂંટારા કરતાં પણ બદતર થશે. કારણ કે તે માણસ બીજાના જીવનવિકાસ પર જ કુઠારાઘાત કરે છે.

પ્રત્યેકનું સત્ય સીમિત

ઈશ્વરના પરમ સત્યનો કોઈ એકલથ્યુ ઈજારો રાખી શકે ? ઘણા સત્યના પ્રબોધક તરીકે પંકાયેલા છે; પરંતુ સાચો ગુરુ કદીય પોતાને બીજા માટે કદીય સત્યના ભાષ્યકાર રૂપે ન સ્થાપી શકે; સાચો શિક્ષક તો આટલી જ વાત સમજાવશે કે દરેકે પોતાના વિશેનું આત્મજ્ઞાન પોતે જ, અંદરથી પ્રાપ્ત કરવાનું છે. આંતરિક શક્તિને પોતે જ અનુભવવાની છે. જ્યારે બીજા ઉપદેશકોમાં ઐહિક સ્વાર્થ અને લાભની તૃષ્ણા હોવાને કારણે ખોટા દાવા કરતા રહે છે કે 'મારા સિવાય સંપૂર્ણ સત્ય બીજે ક્યાંય નહીં મળે, મારા જેવો લાયક ગુરુ બીજો કોઈ નથી.' આવું કહેનાર માણસ પાજી કે રૂઢિવાદી જ હોઈ શકે.

પૂર્વના ધર્મગ્રંથોમાં દેડકાની એક વાત આવે છે. એક દેડકો જન્મથી જ એક કૂવામાં રહેતો હોય છે. અને ક્યારેય એમાંથી બહાર નીકળ્યો નહોતો. એક દિવસે સમુદ્રમાં રહેતો એક દેડકો કૂવામાં આવ્યો. એને પેલા દેડકાએ પૂછ્યું કે ‘તું ક્યાંથી આવ્યો છે ?’ ત્યારે એણે કહ્યું કે “હું સમુદ્રમાંથી આવું છું.”

“સમુદ્ર ? એ વળી શું ? એ ક્યાં હોય ?

“સમુદ્ર એટલે એમાં ખૂબ ખૂબ પાણી હોય, અને એ અહીંથી બહુ આઘે નથી, નજીક જ છે.”

“તારો સમુદ્ર કેટલો મોટો છે?”

“ખૂબ મોટો”.

“આટલો મોટો?” - નજીક પડેલા એક પથ્થરને ચીંધીને એણે પૂછ્યું.

“ના, એથી પણ મોટો.”

“આટલો મોટો ?” - જે પાટિયા પર બેઠ બેઠા હતા તે બતાવીને એણે પૂછ્યું.

“ના, ભાઈ, ના, એથી પણ વધારે મોટો !”

“તો પછી કેટલો મોટો”.

“તારા આ કૂવા કરતાં પણ એ ઘણો બધો વધારે મોટો છે. આના જેવા લાખો કૂવાનું પાણી પણ તેમાં નંખાય, તો તેનાથી પણ વધારે પાણી એમાં સમાયેલું છે.”

“સાવ ખોટું ! નર્ચુ જૂઠાણું ! તું ચાલ્યો જા અહીંથી. તારા જેવા ગપોડશંકરનું મારે કાંઈ કામ નથી.”

‘તમે સત્યને જાણશો તો સત્ય તમને મુક્ત કરશે.’ - આવું

વચન અપાયું છે. પરંતુ જો તમે તમારાં દ્વાર જ બંધ કરી દેશો, તો તમે તમારા કિલ્લામાં જ કેદ રહેશો, તમારા સંકુચિત વિચારો, રૂઢિઓ અને આદતોને જ પકડી રાખશો તો તમે મૂર્ખ અને અવિચારી જ ઠરશો. બુદ્ધિનો અહંકાર અને ઉન્માદ આવું જ પરિણામ લાવે છે. ગમે તે કારણસર, સત્ય સામે ખુલ્લા ન થવાને પરિણામે વિકાસ રુંધાઈ જાય છે. માનસિક વિકાસ રુંધાઈ જાય તે જ છે બુદ્ધિમંદતા કે મૂર્ખતા. બીજી બાજુ, જે લોકો અમુક માણસે, ગ્રંથે કે સંસ્થાએ એ વાત કહી એટલે તેને સત્ય માની બેસે છે, તેનો વિકાસ પણ રુંધાઈ જાય છે. અંદરના પ્રકાશ સામું જોયા વગર જે માત્ર બાહ્ય આધારને પકડી રાખે છે, તે લોકોમાં આવી એકાંગીતા આવી જતી હોય છે.

વૉલ્ટ વ્હિટમેન સાથે આપણે પણ ગાઈએ કે ‘આ જ પળથી મારા અંતરાત્માને મર્યાદાઓ અને સરહદરેખાઓથી મુક્ત કરું છું. હું પોતે જ મારો પરિપૂર્ણ સ્વામી છું. બીજાઓને હું સાંભળીશ. તેમના કથનના તથ્યને સમજી-વિચારીને ગ્રહણ કરીશ. પરંતુ જો કોઈ મને અંકુશમાં રાખવા માંગશે તો વિનમ્રતાપૂર્વક એ તાબેદારીનો અસ્વીકાર કરીશ.’

તું તારા દિલનો દીવો થા ને !

ઈશ્વરનું અબાધિત સત્ય સૌ કોઈ માટે, સમાનપણે ખુલ્લું છે એ વાત; અને જે કોઈ એને ઉત્કટતાપૂર્વક ઝંખશે, શોધશે અને પોતાને ખુલ્લા રાખશે, તેની પાસે પ્રગટ થવા સત્ય તત્પર રહેશે એ વાત અત્યંત આનંદની છે.

જગતમાં આપણા વિકાસમાં જાણવા જોગ જે કાંઈ છે, તે આપણે ન જાણી શકીએ તેવું લગીરે નથી. માત્ર એને ખોલવાનો કીમિયો જાણી લેવો જોઈએ. આપણે એનો ઉપયોગ પણ કરી શકીએ. ઈશ્વરના

સત્ય પર સૌનો સમાનાધિકાર છે. એનો ઉપયોગ કરતાં આવડી જાય પછી બધું જ્ઞાન આપણું જ છે, આ વાત બરાબર ધ્યાનમાં આવી જવી જોઈએ.

એક અફર નિયમ છે આ, જેમાંથી કોઈ કદાપિ છટકી ન શકે, આપણી ભીતર કશુંક પડ્યું છે એવું, જે જરૂરી તમામ ખેંચી શકે.

કોઈ સંજોગોમાં શું કરવું, કયો રસ્તો લેવો, તે આપણને ન સમજાય તો તેમાં દોષ આપણો જ છે. જો દોષ આપણામાં છે, તો એનું નિવારણ પણ આપણામાં જ છે. આપણે જો નિરંતર જાગૃત રહ્યા હોઈએ તો આવી સ્થિતિ પેદા જ ન થાય. અંદર તો દીવો ઝળહળે જ છે. જાગૃતિ એ દાખવવાની છે કે એ દીવાની આડે કશું આવી ન જાય. 'તારામાં જ ચૈતન્યનો ફુવારો છે : તારા પ્રકાશમાં અમે ઉજાશને પામીશું.'

એક મહાન વ્યક્તિના ઉદ્ગારોને જોઈએ, જેની સમક્ષ પોતાનાં કર્તવ્યો અંગે કદીય પ્રશ્ન ઊભો થયો નહોતો. એ કહે છે 'તમારે કયો રસ્તો લેવો એ અંગે દ્વિધા ઊભી થાય ત્યારે બહારની બધી માર્ગદર્શિકા અજમાવી લીધા પછી અંદરની આંખને જોવા દો, અંદરના કાનને સુણવા દો અને આ સીધી સાદી, કુદરતી, સુંદર પ્રક્રિયાને પ્રશ્નો પૂછ્યા વગર કે શંકાઓ ઊઠાવ્યા વગર ચાલવા દો. જીવનની કટોકટીના કપરા સંજોગોમાં, આપણે એક સાદી દિશા પકડવાની જરૂર છે. આ દિશા પહેલેથી જડેલી જ છે, પરંતુ ઘણા ઓછા લોકો એનો અર્થ જાણે છે. આ દિશા છે 'તારા અંતઃગૃહમાં પ્રવેશ કર અને બારણાં બંધ કરી દે.' શું આનો અર્થ આવો છે કે સાચે જ કોઈ ઓરડામાં ઘૂસી જઈ તાળું વાસી દેવું ? આવું હોય તો તો ખુલ્લાં મેદાનોમાં, દરિયામાં કે ઉપર આકાશમાં તો એનું પાલન જ ન થઈ શકે ? વળી ભગવાન ઈશુને તો નગરના નિવાસીના સાંકડા ઓરડા કરતાં સરોવરો અને જંગલો જ ખૂબ

ગમતાં હતાં; પરંતુ આ જ્ઞાન તો સૌ કોઈ માટે, સદા સર્વદા, સર્વ સ્થાને, સર્વ સંજોગોમાં પ્રાપ્તવ્ય છે અને અમલમાં મૂકવા યોગ્ય છે.

એક પહોંચેલા સિદ્ધપુરુષના કામ કરવાના મેજ પાસે ઘણા બધા વેપારીઓ ધંધાનું કામ ચલાવતા અને મોટે મોટેથી વાતો કરતા રહેતા. પરંતુ આસપાસની આ બધી ડબલગીરીથી આ માણસ લગીરે ક્ષુબ્ધ થતો નહોતો, જ્યારે કોઈ પણ પ્રશ્ન ઉદ્ભવે ત્યારે પોતાની આસપાસ એ એવું અભેદ આવરણ ઊભું કરી દેતો કે જાણે પોતે નર્પી એકાંત જંગલમાં બેઠો ન હોય ! એની મૌન અને અવિચલ સ્થિતિમાં પોતાના પ્રશ્ન સિવાય બીજા કશા વિશે એ વિચારતો નહીં. જ્યાં સુધી જવાબ ન મળે ત્યાં સુધી તે પોતાના આસન પરથી ડગતો નહિ. આવી એકાગ્રતાને લીધે એને પોતાના પ્રશ્નનો અચૂક જવાબ મળતો. સત્ય અંગે અંદરથી જે સ્ફુરણો થાય તે આપણી રોજિંદી ભૂખને મટાડવા પર્યાપ્ત હોય છે. એ રણની વીરડી બનીને આવે છે. એનાથી રોજની જરૂરિયાત સંતોષાઈ જાય છે. પરંતુ એનો અમલ તત્કાળ થવો જોઈએ. એમાં જો ઢીલાશ આવે તો તેમાં આડશ ઊભી થઈ જાય છે. જેટલી વધારે ઢીલાશ થાય, તેટલી આ અંતઃસ્ફુરણ પર પડદા પડતા જાય અને પછી વિવિધ ભ્રમણાઓ જાગે અને એમાં નિમ્ન વાસનાઓ પણ ભળવા માંડે.

આ વૈશ્વિક કાનૂનની એક જ શરત છે અને તે આપણે માનવી જોઈએ. બાકીની તમામ ઈચ્છાઓને બાજુ પર મૂકી દો અને સત્યને જાણવાની કેવળ એક જ ઈચ્છા સેવો. સત્ય સમજાય પછી તરત એ મુજબ આચરણ કરવાનો દૃઢ નિર્ધાર પણ જોઈએ. સત્યના આ અનન્ય પ્રેમ સિવાય બીજો કોઈ લગાવ કે વળગણ ન જોઈએ. આ દિશાનું પાલન કરો, અપેક્ષા અને ઈચ્છા એ કદીય વિખૂટું ન પાડી શકાય તેવું યુગલ છે એ વાત યાદ રાખો અને તરત જ તમારા જીવનના અંધકારમાં ઉજાશ ફેલાઈ જશે. કારણ કે અંદરનું સ્વર્ગ ખૂલતાં વેંત, બહારનાં તમામ સ્વર્ગ

તમારા માટે ખૂલી જાય છે. આને આપણે 'મૌન સાધના' કહી શકીએ. પ્રત્યેક માણસની અંદર રહેલ અંતઃજ્યોતિને અનુસરવાનું છે, તમારા પોતાના અંતર્નાદને સાંભળવાનો છે.

અંતરાત્મા દિવ્ય છે અને એ જ્યારે પરમતત્ત્વ સામે અભિમુખ થાય છે ત્યારે બધાં રહસ્યો ખૂલી જાય છે. આ દિવ્ય પ્રકાશથી જેટલા દૂર જઈએ તેટલા એ રહસ્યો આડે પડદા નંખાઈ જાય છે.

કોઈ પણ ચીજ પોતે પોતાને ઢાંકતી નથી. જ્યારે આધ્યાત્મિક ઇન્દ્રિય ખૂલે છે ત્યારે તમામ સ્થૂળ ઇન્દ્રિયોની મર્યાદાઓ વટાવી શકાય છે. જેટલા અંશે આપણે પરમતત્ત્વ સાથે એકરૂપતા સાધી હશે, તેટલા અંશે આપણે એવા પ્રદેશમાં પહોંચીશું, જ્યાં આ અંતર્નાદ હંમેશાં આપણી સાથે સંવાદ કરશે અને જો આપણે એને અનુસરીશું તો એ આપણને દિવ્ય પ્રકાશમાં પણ લઈ જશે. આનો અર્થ એવો નથી કે આ જન્મ પછી આપણે કોઈ સ્વર્ગમાં જઈશું, બલકે પ્રભુનું એ સ્વર્ગ આ જ જન્મમાં, આ જ ક્ષણે, અહીં પૃથ્વી પર જ નીચે ઊતરી આવશે.

ઈશ્વરની લગન લગાડો

કોઈ પણ માણસ આ અંતઃપ્રકાશથી વંચિત નથી. બસ, આપણું મોં એની સામું ધરી દઈએ તો જે રીતે ફૂલ ખીલે છે કે વાયરો વાય છે, એટલી સ્વાભાવિકતાપૂર્વક એ આવે છે. એના માટે કોઈ પૈસા ચૂકવવા પડતા નથી. બસ, આ એક અવસ્થા છે, સ્થિતિ છે, જે અનુભવવાની છે, પછી કોઈ રાજા હોય કે પ્રજા, અમીર હોય કે ગરીબ, માલિક હોય કે મજૂર, તમામે તમામ માનવ આ પ્રતીતિ મેળવી શકે છે. સૌ સમાન રીતે સરખા વારસદાર છે. ખેડૂત હોય, નોકર હોય કે ગમે તે હોય, જો પહેલાં આ પ્રતીતિ અનુભવે તો એનો હક્ક પહેલો બને છે.

આ જગતનું જ નહીં, બ્રહ્માંડના કોઈ પણ જગતના જીવન

કરતાં આ સૌથી વધુ સમૃદ્ધ, ઉન્નત અને પૂર્ણતમ જીવન છે, પછી ઈશ્વર અને તમારા જીવન વચ્ચે કોઈ ભેદ જ નથી. પ્રભુ સાથેનું ઐક્ય અનુભવો. જેટલા અંશે આ અનન્યતા અનુભવશો, તેટલી પ્રતીતિ વધતી જશે અને તમે જોશો કે ત્યાં સઘળું સરસ-સરસ જ ઘટશે. તમામ સુંદર અને સારી બાબતો તમે અનુભવશો. પછી કોઈ વસ્તુ માટે પ્રતિબંધ કે ઈન્કાર નહીં હોય. બસ, આજે જેની જરૂર અનુભવાય, તે આજે મળી રહેશે, કાલની ચિંતા આજે નહિ કરવાની, કારણ કે કાલે જેની જરૂરિયાત ઊભી થશે, તે કાલે મળી રહેશે.

ઈશ્વરી કાનૂનને કોઈ સંપૂર્ણતઃ આધીન થઈ જશે, પછી એ કદી નિષ્ફળ નહીં જાય, અડધુંપડધું સમર્પણ હશે તો અનિશ્ચિતતા રહેશે અને એટલે અસંતોષ પણ રહેશે. પરમેશ્વરથી વધારે દૃઢ અને સુનિશ્ચિત બીજું કશું નથી. જે કોઈ પોતાને એનાં ચરણોમાં ધરી દે, તેના માટે પ્રભુ કદીય પાછી પાની ન ભરે. બસ, શરત આટલી જ છે કે ઊઠતાં- જાગતાં, ખાતાં- પીતાં, કામ કરતાં, બસ એની જ રઢ લાગેલી હોય. આમાં જાગૃતિ-નિદ્રા વચ્ચે કોઈ ભેદ નથી. આ તબક્કે, નિદ્રામાં પણ કેવાં સંકેતો અને માર્ગદર્શન મળે છે, તે વિશે થોડી વાતો કરી લઈશું ?

નિદ્રાનો મહિમા

જ્યારે આપણે ઊંઘી જઈએ છીએ, ત્યારે માત્ર આપણું શરીર આરામમાં નિશ્ચેષ્ટ હોય છે, પણ અંતરાત્માની પ્રવૃત્તિ તો ચાલુ જ હોય છે. જાગૃતિમાં કામને લીધે થાક લાગ્યો હોય, એટલે શરીરના વિશ્રામ માટે, શરીરના કોશોનું પુનર્ગઠન થતું રહે તે માટે કુદરતે નિદ્રાની વ્યવસ્થા કરી છે. આ કુદરતનો અખૂટ પુરવઠો છે. શરીરને પૂરતી ઊંઘ આપવામાં ન આવે તો નકામી ચીજોને ફેંકવાની અને નવા કોશો નિર્માણ કરવાની પ્રક્રિયામાં નડતર આવે છે અને આવા તબક્કે રોગ દાખલ થઈ જાય છે.

સામાન્યતઃ આપણે શરીરનો જે ઉપયોગ કરીએ છીએ, તેના કરતાં વધારે ઉદાત્ત પ્રયોજન માટે આ શરીર આપણને મળેલું છે. તેમાંય, શરીર જ્યારે માલિકનુંય માલિક થઈ બેસે, ત્યારે આ વાત વધારે મહત્વની થઈ પડે છે. જેમ જેમ આપણને પેલે પારનાં તત્ત્વોનું ભાન થતું જાય છે, તેમ તેમ જડ શરીર વધારે સંવેદનશીલ બને છે, શરીરમાં ઘૂસી ગયેલાં હલકાં દ્રવ્યો ખરવાં માંડે છે અને શરીર વધારે ને વધારે શુદ્ધ, ઘાટીલું અને હળવું બનતું જાય છે. પછી મનને આનંદનું સામ્રાજ્ય મળી જવાને કારણે, વધારે પડતી ખાણી-પીણી બંધ થઈ જાય છે. પછી ભારે તીખા-મસાલેદાર ભોજનની રુચિ રહેતી નથી. દારૂ જેવા કેફી પીણાનું ખેંચાણ પણ રહેતું નથી. ધીરે ધીરે ખાનપાન અને બીજા ઉપભોગોની તૃષ્ણા પણ ઓસરતી જાય છે. ખોરાક સાત્ત્વિક બને છે, વ્યર્થ ભોગવિલાસ દૂર થાય છે, પરિણામે શરીરને ઘસારો ઓછો પહોંચે છે. જે કાંઈ ઘસારો પહોંચે છે તેની પણ પૂર્તિ થતી રહે છે અને મન અને શરીર સમતોલ સ્થિતિમાં આવી જઈ, સ્વસ્થ બની રહે છે. પછી પહેલાં જેટલી ઊંઘની પણ જરૂર રહેતી નથી, ઓછી નિદ્રાથી પણ શુદ્ધ અને હળવા થયેલા શરીરને લાભ પહોંચી જાય છે.

આમ, ધીરે ધીરે શરીર ઉત્તરોત્તર વધુ ને વધુ શુદ્ધ અને સંવેદનશીલ થતું જાય છે, એ મન તથા આત્માને જીવનની ઉચ્ચ અનુભૂતિઓ કરાવવા મદદરૂપ થાય છે. આ જ વાત બ્રાહ્મણો કહી છે: 'તમામ સારી ચીજો આપણી જ છે, કારણ કે જેમ શુદ્ધ જીવાત્મા શરીરને મદદ કરે છે, તે જ રીતે શુદ્ધ દેહ જીવાત્માને મદદ કરે છે.'

ઉપરોક્ત વિવેચનથી સમજાશે કે શરીરને વિશ્રામ આપવા અને લાગેલો ઘસારો પૂરવા નિદ્રા ખૂબ જરૂરી છે. હા, અંતરાત્માને આવા કોઈ આરામની કે પૂર્તિની જરૂર નથી, એટલે એ તો ચોવીસે કલાક પોતાનું કામ કર્યા જ કરે છે.

આ અંતરાત્માની ગતિવિધિ જાણનારા દ્રષ્ટા મનુષ્ય કહે છે કે એના જ પ્રતાપે અમે ધારીએ તો નિદ્રામાં પણ પ્રવાસ કરી શકીએ છીએ. કેટલાક મનુષ્યો તો નિદ્રામાં જોયેલાં સ્થળોનું કે મેળવેલી માહિતીઓનું અને બનેલી ઘટનાઓનું તાદૃશ વર્ણન પણ કરી શકે છે.

મોટા ભાગના લોકો સપનાં ભૂલી જાય છે, પરિણામે ત્રાલ હાથમાંથી છટકી જાય છે. આ બાબતમાં અનુભવી લોકો કહે છે કે આધ્યાત્મિક નિયમોને બરાબર સમજી લેવાય તો ઈચ્છા મુજબ જે - તે સ્થળે જઈ શકાય છે અને જાગી ગયા પછી બધું યાદ પણ રાખી શકાય છે. એ તો જે હોય તે, પણ આટલી વાત નક્કી કે સામાન્ય માનવીને ઊંઘમાં જે પ્રકાશ, જ્ઞાન અને માર્ગદર્શન મળી શકતાં નથી, તે અભ્યાસુને મળી શકે છે.

કેટલાક લોકોએ આવા લાભો મેળવ્યા પણ છે, અંતરાત્માને અંતરતરમાંથી આદેશો મળતા રહે છે. આમાં અસ્વાભાવિક કશું નથી, કારણ કે બાહ્ય-સ્થૂળ જગત સાથેના સંબંધના દરવાજા બંધ થવાને કારણે, આંતરજગત વધારે સક્રિયપણે પોતાનાં સ્ફુરણો કે સ્પંદનો જગાવી શકે છે. સૂતી વખતે મનોમન અમુક સમયે ઊઠી જવાનો દૃઢ સંકલ્પ કરીએ તો ધારેલા સમયે ઊઠી શકાય છે. જાગૃતિમાં જે પ્રશ્નનો જવાબ ન મળ્યો હોય તેનો જવાબ ઊંઘમાંથી ઊઠીને તરત મળી ગયો હોય, તેવું પણ અનેક વાર બનતું હોય છે.

મારી એક જાણીતી પત્રકાર મિત્રે પોતાની પત્રિકાના એક પરિશિષ્ટ લેખને આ રીતે જ લખેલો. એના સંપાદકે આ મહત્વનો વિગતસભર લેખ સવારે તૈયાર કરીને આપવા જણાવ્યું. આ વિષય એના માટે થોડો અજાણ્યો પણ હતો અને વિગતો મેળવવાના એના પ્રયાસો પણ નિષ્ફળ ગયા. પોતે લખવા તો બેઠી, પણ કાંઈ સૂઝ પડે નહીં, કશું નહીં વળે તેવું લાગ્યું. અંતે નાસીપાસ થઈને કાગળ-કલમ

ઊંચાં મૂક્યાં અને સૂવા ગઈ. સૂતી વખતે, નિદ્રામાં પોતાને મોટી મદદ આવી મળશે, આવી શ્રદ્ધા સાથે એણે આંખો મીંચી અને સવાર સુધી ગાઢ ઊંઘમાં પડી ગઈ. સવારે ઊઠતાં વેંત એને રાતનું અધૂરું રહેલું કામ યાદ આવ્યું. થોડી વાર તો એ પથારીમાં જ પડી રહી અને એની આંખો સમક્ષ આખો લેખ તરવરવા લાગ્યો. એ સફાળી ઊભી થઈ અને સીધી કલમ હાથમાં લઈ કાગળ ઉપર આખો લેખ સડસડાટ લખી નાંખ્યો.

મનમાં જે વિચારો ચાલતા હોય, તેને ન બદલાવાય, ત્યાં સુધી એ ચાલ્યા જ કરે છે. અને ઊંઘમાં શરીર વિશ્રામ કરતું હોય છે, દિલદિમાગ તો સક્રિય રહી જ શકે છે, એટલે મગજને જે સૂચના અપાઈ હોય, તે મુજબ એ પોતાનું કામ કરતું રહે છે અને માણસ જાગે ત્યારે મગજે કરેલું કામ સામે આવીને પરિણામરૂપે ઊભું રહે છે. ઘણાને આવાં પરિણામ તરત મળે, ઘણાને વાર પણ લાગે. સાતત્યપૂર્વક અને શાંતિપૂર્વક કરાયેલા પ્રયત્નો ચિત્તની શક્તિને વધારતા રહે છે.

વળી, નિદ્રામાં આપણે આપણા વિચારોના સમાન ક્ષેત્રમાંથી પણ મદદ ખેંચી શકીએ છીએ. સરખું સરખાને આકર્ષે એ નિયમને લાગુ પાડીને ઊંઘમાં આપણા કાર્યને વેગ આપી શકીએ. જાગૃતિ કરતાં નિદ્રામાં આપણી આંતરિક શક્તિઓ વધારે સક્રિય અને ગ્રહણશીલ હોય છે, એટલે જ આપણે સૂવા જઈએ ત્યારે આપણા મનમાં જે વિચારો ચાલતા હોય તેના અંગે ભારે સંભાળ રાખવાની જરૂર છે. વળી, આ બાબત આપણા હાથની જ છે. આપણે નિયમો અનુસાર વર્તીએ તો જાગૃતાવસ્થા કરતાં નિદ્રાવસ્થામાં ઘણો વધારે લાભ મેળવી શકીએ.

આ અંગે અનુભવીઓ આવી સલાહ આપે છે. કે તમારે જ્યારે કશી માહિતી જોઈતી હોય, અથવા તો મનમાં દ્વિધા હોય ત્યારે સૌ પહેલાં તો ભૂતમાત્ર માટે મનમાં પ્રેમ અને સદ્ભાવના કેળવવાં, આને કારણે મન શાંત થાય છે અને બહારનાં શાંતિ-આંદોલનોની મદદ પણ

તમને મળી રહે છે.

પછી મનમાંથી શંકાકુશંકા દૂર કરો અને દૃઢતાપૂર્વક શ્રદ્ધા રાખો કે તમે જાગશો ત્યારે તમને તમારો જવાબ અચૂક મળી જશે. જાગ્યા પછી, બાહ્ય જગતની અવાંતર બાબતો તમારા મન પર પોતાની અસર પેદા કરે તે પહેલાં જ, તમારા અંતરાત્મામાંથી જે સ્પંદનો વહે તેને ઝીલવા તત્પર રહો. જેટલા પ્રમાણમાં તમે આ આંતરસંકેતોને ઝીલશો, તેટલા પ્રમાણમાં તમને વધુ ને વધુ ખુલાસો મળતો રહેશે.

તમારી આ આંતરિક શક્તિઓ ખીલવવી હોય તો એમને અનુકૂળ દિશામાં મનને વાળી લો, તો એ બધી શક્તિઓ કામે લાગશે અને ધાર્યું પરિણામ લાવશે, એમાં કોઈ શક નથી. તમારી ઈચ્છાઓને લગીરે અવઢવ વગર, વ્યક્ત કરો અને એ શક્તિને પોકારો તો સૂક્ષ્મ જગતમાં એનાં સ્પંદનો વહેતાં કરી સમાન ક્ષેત્રમાંથી શક્તિને ખેંચી લાવી તમારામાં બળ પૂરે છે. આ અંગેના નિયમોને પાળનારા માટે કશું ફળ્યા વગર રહેતું નથી. પોતાની શક્તિઓને જે જાણે છે અને ઉપયોગમાં લાવે છે, તેની તમામ ઈચ્છાઓ ફળીભૂત બને છે.

સૂચ્ય જતી વખતે પ્રેમ, સદ્ભાવના, શાંતિ અને સહયોગના વિચારો વહેવડાવશો તો તમને અત્યંત શાંતિમય, સુખકારી, ગાઢ, બળવર્ધક ઊંઘ આવશે અને સાથોસાથ તમારી શારીરિક, માનસિક અને આધ્યાત્મિક શક્તિ પણ વધતી જશે.

મારો એક સેવાભાવી મિત્ર કહેતો હોય છે કે ઘણી વાર મધરાતે એ સફાળો જાગી ઊઠે છે અને ત્યારે એના મનમાં વીજળીના ચમકારાની જેમ કોઈ રૂપરેખા ઝળહળી ઊઠે છે, જે એના કાર્યને આગળ ધપાવવા ઉપયોગી સિદ્ધ થાય છે. આવી અંતઃપ્રેરણાને ઝીલવા એ શાંત પડ્યો રહે છે, એના પરિણામે આ યોજનાને અમલમાં મૂકવાની યુક્તિ પણ એને અંદરથી મળતી રહે છે. આ બધી યોજનાઓ ક્યારેક તો હેરત

પમાડનારી હોય છે, પણ સૂક્ષ્મ જગત સાથે એનો સંબંધ અતૂટ રહેવાને કારણે ન દેખાતાં ક્ષેત્રોમાંથી એ મદદ મેળવતો રહે છે. એનું જીવન ઉદાત્ત ધ્યેયને વરેલું છે. એને પોતાને સમજણ નથી પડતી કે આ બધી ઉન્નત અંતઃસ્ફુરણાઓ ક્યાંથી આવે છે અને કેવી રીતે કામ કરે છે. આના વિશે ભાતભાતની કલ્પનાઓ થઈ શકે, પણ એનું રહસ્ય તો ગણ્યાગાંઠ્યા વિરલા લોકો જ જાણી શકે. પરંતુ આપણા માટે તો આટલી વાત સમજવી પૂરતી છે કે જે મનુષ્ય જીવનના ઊંચા નિયમો મુજબ જીવન જીવે છે અને તે પ્રત્યે પોતાની જાત ખુલ્લી રાખે છે, તેને આવી પ્રેરણાઓ મળતી રહે છે.

આપણે પણ આપણા જીવનને કોઈ ઊંચું ધ્યેય પ્રાપ્ત કરાવીશું અને કુદરતના નિયમોને આધીન રહી વર્તીશું તો આપણને પણ આવી સદ્પ્રેરણાઓ મળશે. આ વિષયના એક ઊંડા અભ્યાસી કહે છે કે ‘નિદ્રામાં આધ્યાત્મિક જ્ઞાન મેળવવું કાંઈ અઘરી બાબત નથી.’ મુખ્ય વાત, સ્થૂળ જગતને બદલે અંદર મોં વાળી લેવાની જરૂર છે. પછી આપણો વર્તમાન અને ભવિષ્ય આપણા જ હાથમાં છે. દિવસ કરતાં રાત્રે વિચારશક્તિ વધારે સતેજ હોય છે અને આપણી અંતઃસૃષ્ટિ પણ વધારે સક્રિય હોય છે. હકીકતમાં, આ અંતઃસૃષ્ટિનું પણ પોતાનું એક આગવું જગત હોય છે. જેવાં આપણાં દિલદિમાગ, તે મુજબની સારી-નરસી સ્થિતિ આ અંતર્જગતની હોય છે. જ્યારે આપણે બહારના જગત પાસેથી કશું મેળવવા આપણાં બારણાં બંધ કરી દેતાં હોઈએ છીએ, ત્યારે અંદરનાં બારણાં ખૂલી જાય છે અને આપણને જ્ઞાન આપતાં હોય છે. એટલે જ ઊંઘતી વખતે, જે ઉકેલની શોધમાં હોઈએ, તેનું ચિંતન કરતાં સૂઈ જવું જોઈએ. ઘણા લોકોને તો ઊંઘમાં સપનાં જ આવ્યાં કરે છે, જ્યારે જ્ઞાની લોકો નિદ્રા મારફત અનેક નવી પ્રેરણા મેળવી જાણે છે. સામાન્ય લોકોમાં તો પોતાનાં સ્વપ્નોને સમજવાની શક્તિ પણ હોતી

નથી, જ્યારે જીવનસાધકો તો આ સ્વપ્નોનું રહસ્ય પણ જાણતા હોય છે. આનું સ્વાભાવિક કારણ આ જ છે કે એમનાં જીવન પવિત્ર છે. જે માણસ પોતે પવિત્ર જીવન ગાળે છે તે માત્ર પોતાના જ માટે ઉત્તમ શક્તિ અને આનંદ પ્રાપ્ત કરતો નથી, બલકે તેવો માણસ આખા જગત માટે ઉપકારી સિદ્ધ થાય છે. માણસની પોતાની ઈચ્છા સિવાય, બીજી કોઈ શક્તિ એને નરકમાં રાખી ન શકે. માણસ ઈચ્છે તો કોઈ પણ સ્વર્ગ પહોંચી શકે. બધો આધાર માણસની પોતાની ઈચ્છા પર છે. અવનતિ કે ઉન્નતિ, બંનેનો આધાર પોતાનું મન જ છે, એટલે મનોમન જીવનનું ઉત્થાન ઈચ્છશો તો કુદરતની અપાર શક્તિઓ તમારી વહારે ધાઈ તમને ઊંચે ચડાવશે.

પ્રભાતનો પુનિત કાળ

સવારે ઊઠીએ ત્યારે મન અત્યંત શાંત હોય છે અને તેની ગ્રહણશીલતા પણ અત્યંત તીવ્ર હોય છે, ત્યારે બહારની દુનિયા સાથેના સંબંધો પણ થોડા વખત માટે છૂટી ગયા હોય છે અને મન પણ સ્વસ્થ અને શાંત હોય છે, તેથી એ કાંઈ પણ ઝીલવા શક્તિમાન હોય છે, આને કારણે જ ઘણા લોકો સવારે વધારે સારું કામ કરી શકતા હોય છે. માનવજીવનને ઊર્ધ્વારોહી બનાવવા પરોઢનો સમય અત્યંત ઉપયોગી છે, ત્યારે મન કોરા કાગળ જેવું ખાલીખમ હોય છે, ત્યારે આપણે એને જે દિશામાં લઈ જવું હોય તે દિશામાં વાળી શકીએ છીએ.

પ્રાતઃકાળનો સમય પ્રારંભિક કાળ છે, એટલે ત્યારે પૂર્વજીવનને ભૂલી નવો કક્કો શીખવા તત્પર રહેવું જોઈએ. આ વાત કદી ભૂલવી ન જોઈએ કે જે રીતે આપણા વર્તમાનનો આધાર ભૂતકાળ પર છે, એ જ રીતે આપણા ભાવિનો આધાર પણ આપણા વર્તમાન પર જ છે. જે ગયું તે ગયું, એનો વિચાર છોડીએ. આવતી કાલનો વિચાર આવતી

કાલે, એને પણ છોડીએ અને વર્તમાન, માત્ર વર્તમાન પર, 'આજ' પર આપણા વિચારને કેન્દ્રિત કરીએ.

દરરોજ નવો પ્રારંભ થાય છે, દર પ્રભાતે નવું જગત સર્જાય છે, દુઃખ-સંતાપ અને પાપથી થાકેલા જન, તમારા માટે - મારા માટે, સૌ કોઈ માટે આ એક સુંદર આશા પ્રગટ થઈ છે.

ભૂતકાળ પૂરો થયો છે, જે થયું તે થયું, સરેલાં આંસુ વહી ગયાં, ગઈ કાલની ભૂલોથી જ એ કાલને ઢાંકી દો, ગઈ કાલના લોહીભીના ધાને વચ્ચે વહી ગયેલી રાતના કાળથી રુઝાઈ જવા દો.



ભૂતકાળને જવા દો, એ કાંઈ પાછો આવવાનો નથી, થયું તે ન થયું બનવાનું નથી, પ્રભુની દયા-કૃપા યાચો અને વ્યતીતને માફ કરો, હવે તો 'આજ' અને 'આજ જ' આપણી છે, એને વધાવો.

અહીં ઝળહળતું આકાશ છે, ધરતીએ પણ નવા સાજ શણગાર્યા છે, શ્રમિત અંગો પણ વિશ્રામ પામી, પરોઢના ઝાકળમાં સ્નાન કરી, નવોદિત સૂરજનાં કિરણો પામી ધીરે ધીરે સ્ફૂર્ત બની રહ્યાં છે.

રે મન ! રોજ નવો પ્રારંભ થાય છે, મધુર ગીત સાંભળ અને પુરાણાં શોક-સંતાપ અને પાપને ખંખેરી નાંખ; ભાખેલા કોયડાઓ, શંકિત પીડાઓ ભલે એના સ્થાને રહે, પણ તું નવું ધૈર્ય ધારણ કરી નવા પ્રભાતને સ્વીકાર અને ફરી એક વાર સજ્જ થા !

નવલા દિવસનું નવલું પ્રભાત ! શી એની સમૃદ્ધિ અને શો એનો ઝળહળાટ ! એમાં અપાર, ઉદાત્ત અને શાશ્વત શક્યતાઓ ગર્ભિત છુપાયેલી છે. નવો કાળ, નવી સફળતા ! નવી પળને આવવા દો, પણ એના આવતાં પહેલાં જે વર્તમાન પળ છે, તે પર સ્થિર થાઓ. વર્તમાન

ક્ષણમાં જીવો, આ જ છે ચારિત્ર્ય-ઘડતરનું રહસ્ય. આમાંથી જ ઊંચામાં ઊંચું જીવન જીવવાની કળા પ્રાપ્ત થશે, આ સિવાય બીજી કોઈ પણ રીતે ક્યાંય પણ, ક્યારેય પણ આ લક્ષ્ય સિદ્ધ ન થઈ શકે.

આને પરિણામે, તમામ શક્યતાઓ - સંભાવનાઓના ક્ષેત્રમાં આપણે પહોંચી જઈ શકીએ છીએ. મનની ઉત્કટ ઝંખના હોય તો આ સર્વોચ્ચ ઊંચાઈ પ્રાપ્ત થયા વગર રહી જ ન શકે. ભલેને વર્તમાનમાં એક પળ કે એક કલાક ઊંચા વાતાવરણમાં વીત્યો હોય, પણ પેલો 'સમાન સમાનને આર્કર્ષ' - નિયમાનુસાર આવનારી બીજી પળ, બીજા કલાક માટે પણ આવી ઊંચી મનઃસ્થિતિ પેદા થશે, આમ એક પછી એક ઉન્નત મનોવૃત્તિવાળી પળો આવ્યા કરશે અને પછી ધીરે ધીરે એ એટલી સ્વાભાવિક બની જશે કે એના માટે કશો પ્રયત્ન પણ કરવો નહીં પડે, બલકે આનાથી વિરોધી કે નિમ્ન પ્રકારની સ્થિતિ લાવવા માટે એને પ્રયત્ન કરવો પડે એવી હાલત ઊભી થશે.

આ પ્રમાણે, વિશ્વમાં જે સર્વોચ્ચ અને સર્વોત્તમ છે, તે પ્રત્યે પ્રેમ જાગે છે અને એની સાથે અનુસંધાન જોડાય છે અને એના પરિણામે વિશ્વની સર્વોચ્ચ અને સર્વોત્તમ બાબતોને પણ આને માટે પ્રેમ જાગે છે અને અનુસંધાન જોડાય છે. દરેક વળાંક પર એ વહારે ધાય છે અને એને બધી રીતે અનુકૂળ વર્તે છે, કારણ કે એણે પણ પોતાની જાતને વિશ્વપ્રવાહો પ્રત્યે અનુકૂળ કરી હોય છે.



સુખી બનવાની ત્રણ અગત્યની વસ્તુઓ આ છે - કરવા યોગ્ય કાર્ય, સ્નેહ રાખવા યોગ્ય વસ્તુ અને આશા રાખવાનું સ્થાન.
- કોલ્ટન



પરિપૂર્ણ શાંતિની પ્રતીતિ

પ્રભુ તો અપાર શાંતિના ધામ છે, અને જે ક્ષણે આપણો તાલેતાલ એમની સાથે મળી જાય છે તત્ક્ષણે, આપણે પણ અપાર શાંતિનો અનુભવ કરીએ છીએ, કારણ કે શાંતિ સંવાદ છે. ‘આધ્યાત્મિકતા એટલે ભર્યું ભર્યું જીવન અને છલોછલ શાંતિ’ - આ મહાસત્ય પાછળ ઊંડો અર્થ રહેલો છે. એક તો, આપણે આત્મસ્વરૂપ છીએ એનું ભાન, પછી એ જ હકીકતની નિરંતર પ્રતીતિ થાય એ જ છે આધ્યાત્મિકતા, અને એનો અર્થ જ એ કે આપણા જીવનમાં અખંડ સંવાદ અને અપાર શાંતિ છે. પરંતુ આપણી આસપાસ તો હજારો લોકો ચિંતા, ત્રાસ, આધિ, વ્યાધિ, ઉપાધિથી ઘેરાયેલા અને શાંતિ માટે આમતેમ ઝાવાં નાંખતા દેખાય છે, તન-મનથી સાવ નંખાઈ ગયેલા, દેશ-દેશાવર ભટક્યા કરે, છતાંય ખાલી ને ખાલી, સતત ફાંફાં મારતા લોકો જ જોવા મળે છે; અને આ રીતે તો એમને કદી શાંતિ મળી જ ન શકે, કારણ કે જ્યાં શાંતિ છે, ત્યાં એ લોકો શોધતા જ નથી. શાંતિ તો ભીતર છે, એ કાંઈ બહાર શોધવાથી થોડી મળે ? અંદર શોધીએ તો જ એ મળે, નહીંતર નર્યાં ઝાંઝવાં ! નર્યાં મૂગજળ.

શાંતિનું મૂળ ભીતર

શાંતિ બાહ્ય જગતમાં નથી. એ તો માણસના આત્મામાં છે. આપણે ગમે તેટલાં સ્થાનો ફરી વળીએ, સ્થૂળ ભૂખ અને તૃષ્ણા શમાવીને શાંતિ મેળવવા મથીએ, શાંતિ માટે ઉપરથી નીચે પટકાઈએ, પરંતુ એ રીતે તો શાંતિ મળે જ નહીં, એ રીતે તો એ આપણી પકડ અને

પહોંચમાં આવશે જ નહીં, કારણ કે ત્યાં એ છે જ નહીં. આપણી સ્થૂળ ઈચ્છાઓ, વાસનાઓને અંદરના જગત સાથે એક સૂરમાં લાવીશું, ત્યારે જ સાચાં સુખ-શાંતિનો આપણામાં અરુણોદય થશે. આથી ઊલટી દિશામાં જવાથી રોગ, પીડા અને અસંતોષ જ નોતરવાનાં રહેશે.

ઈશ્વર સાથે એકરૂપ થવામાં જ શાંતિ મળી શકે છે. બાળકની સહજ સરળતા દ્વારા આપણને આ શાંતિ મળી શકે, કારણ કે બાળક પ્રભુ સાથે અનન્યરૂપ છે. મેં આવા બાળવત્ લોકોને જોયા છે, જેઓ અત્યંત પ્રસન્ન અને શાંત જણાયા છે. એક જુવાન માણસ શરીરે સાવ બેહાલ અને નંખાઈ ગયેલો, બધા એને દયાની દુઃખી લાગણીથી જ જુએ, વળી એ પણ સામે એવી જ ઉદાસ અને ઉદ્વિગ્ન મનોવૃત્તિથી પોતાને જુએ. પરંતુ થોડા વખત પહેલાં, એને ઈશ્વર સાથેના તાદાત્મ્યનો એવો અનુભવ થયો કે એની તબિયત એકદમ સારી થઈ ગઈ અને હવે જ્યારે મળીએ ત્યારે એના મોંમાં એક જ વાક્ય હોય : ‘વાહ ! જીવન કેવું ભર્યું ભર્યું અને સુંદર છે !’

અમારા પોલીસ વિભાગમાં જ એક અમલદાર છે, એ કહે છે કે પ્રભુ સાથેની એકરૂપતા એવા તીવ્ર સંવેગ સાથે અનુભવાય છે કે મારા પગ ધરતી પર ટકાવવા મુશ્કેલ થઈ પડે છે, જાણે મને પાંખો ફૂટી હોય એવો આનંદનો મહાસાગર મારી ભીતર ઊછળે છે.

આવું ઐક્ય અનુભવનારા લોકો કદી ભયભીત નથી બનતા, કારણ કે તેઓ સતત સંરક્ષણ અનુભવતા રહે છે અને આ અનુભવ જ એમના સંરક્ષણને મજબૂત કરે છે. ‘કોઈ હથિયાર તને ભેદી નહીં શકે’ ‘તારી આસપાસ કોઈ અનિષ્ટ ફરકી શકશે નહીં.’ ‘તારી આસપાસનાં પશુ-પહાડ સૌ કોઈ તારી જેમ જ શાંત અને નિરુપદ્રવી બની જશે.’ આવી બધી ઉક્તિઓ આપણને સાકાર થતી જોવા મળે છે.

સાચુકલા બનીએ

આવું સુંદર જીવનારા ઘણાં ભાઈબહેન આપણને મળી આવે છે. જે ક્ષણે આપણામાં ડર પ્રવેશે, તે જ ક્ષણે ભયભીત અને બેબાકળા કરનારી વસ્તુ પણ આપણામાં દાખલ થઈ જાય છે. જે માણસ અત્યંત નિર્ભય હોય એના પર કોઈ જાનવર પણ કદીય હુમલો નહીં કરે. કોઈ પણ પ્રાણી, કૂતરો જ લઈ લો, જો એ જોશે કે તમે ડરી રહ્યા છો તો એ તરત તમારી સામે ભસશે. પણ આપણે અંદરથી પ્રભુમય હોવાની સ્થિતિમાં હોઈએ તો આપણે શાંત અને સ્વસ્થ જ રહીએ છીએ, બહારના કોઈ બનાવો આપણામાં ઉદ્વેગ કે અશાંતિ પેદા કરી શકતા નથી. પછી આપણને લોકો તરફથી પણ નિરાશા થતી નથી, કારણ કે આપણે એમને સાચી રીતે મૂલવીએ છીએ. આપણે એમના અંતરાત્મામાં રહેલા સદાશયોને પકડી શકીએ છીએ, પરિણામે કોઈ ગેરસમજ પ્રવર્તતી નથી.

એક દિવસ, એક સજ્જન મારા મિત્રને જોઈ, ઔપચારિક શબ્દો બોલવા લાગ્યા કે ‘તમારાં દર્શનથી મને ખૂબ આનંદ થયો’ વગેરે વગેરે, પરંતુ મારો મિત્ર તરત એમની સ્થિતિ પામી ગયો એટલે આંખે આંખ મિલાવી કહે, ‘તમે ભૂલો છો. મને મળવાથી તમને આનંદ નથી થયો, બલકે તમે થોડા ખિન્ન જ થયા છો, એવું તમારો ચહેરો જ ચાડી ખાય છે,’ ત્યારે પેલા સજ્જન કહે ‘આ બાહ્ય શિષ્ટાચારના જગતમાં બહારથી તો રાજીપો બતાવવો જ પડેને ! ‘ત્યારે મારા મિત્રે ખુલાસો કર્યો કે, ‘ભાઈ ! અહીં જ તમે થાપ ખાઓ છો. હૃદયમાં કાંઈ હોય અને જીભ ઉપર બીજું કાંઈ, આવા બેવડા ધોરણને બદલે, અંતરમાં જે કાંઈ હોય તે જ સાચેસાચું કહી દેવાની ટેવ પાડશો, તો જ તમને એ સરળતાનું મહત્ત્વ સમજાશે અને એવા સદાચારથી જ તમે વિજય પામશો.’

આ જ રીતે આપણે પણ લોકોને સાચી રીતે પિછાનવા

માંડીશું, તો આપણને એમના તરફથી કદીય નિરાશ થવું નહીં પડે અને અમથાં અમથાં કોઈને સાતમે આસમાને પહોંચાડી નહીં દઈએ. અસત્ય બોલવામાં ગમે તેટલી ફાવટ હોય, તોપણ લાંબો વખત એ ટકી શકતું નથી, વળી સામેની વ્યક્તિને ઓળખી ન શકીએ અને માત્ર વખાણના જ કુગ્ગા ઊડાડ્યા કરીએ તેમાં એમના પ્રત્યેની મિત્રતા કે સજ્જનતા દાખવવામાં પણ આપણે પાછા પડીએ છીએ.

જે બાબતો અગાઉ પીડા, દુઃખ અને ગ્લાનિ પેદા કરી શકતી હતી, તેની હવે આપણા પર કાંઈ જ અસર નહીં થાય, કારણ કે હવે આપણે દરેક બાબતને એના સમ્યક્ દૃષ્ટિકોણથી જ પારખતાં હોઈશું. પછી તો મૃત્યુ જેવી ઘટના દ્વારા આપણો મિત્ર ગુમાવી બેસીએ તોપણ આપણે શોકાતુર નહીં થઈ જઈએ, કારણ કે આપણે જાણીએ છીએ કે માત્ર શરીરનો અંત આવવાથી જીવનનો છોડો આવી જતો નથી. દેહાંત પછી પણ આપણા મિત્ર સાથેનું ઐક્ય ટકાવી શકાય છે. માત્ર સ્થૂળ શરીર નાશ પામે તેથી કાંઈ અંદરનું આત્મિક જીવન ખંડિત થતું નથી. આવી અગાધ શ્રદ્ધાને પરિણામે પ્રાપ્ત થયેલ શાંત સ્વસ્થતાને કારણે પોતાને અને નિર્બળ મનના લોકોને એ કહી શકશે કે -

રે પ્રિયજન ! સ્વસ્થ બનો અને પ્રત્યેક આંસુને લૂછી લો !

કારણ જે ગુમાવ્યું છે, તે આંસુના એક બુંદને પણ લાયક નથી, એ તો મોતી વિહોણી છીપલી જેવું નકામું છે, છોડો એને.

ભીતરનું મોતી, અંદરનો આત્મા, એ તો આ રહ્યો ! સનાતન, અનશ્વર !!

એટલે વિયોગની પીડા તો એને સહેવી જ નહીં પડે, કારણ કે હવે એને ખબર છે કે બે આત્મા વચ્ચે તો કોઈ દીવાલ જ નથી, પછી બેઉ સ્થૂળ દેહે જીવતાં હોય કે ન હોય, પ્રત્યેક આત્મા એકમેક માટે સુલભ

જ છે. ઈશ્વર સાથેની એકરૂપતા જેટલી વધારે સંગીન હશે, તેટલી આ અન્ય આત્માઓ સાથેની અભિન્નતા પણ સંગીન હશે.

જે બાબતો અંગે આપણાં દ્વાર મોકળાં હશે, તે આપણા માટે સુલભ બની જાય છે. અગાઉના વખતમાં માણસોને દેવદૂતોનાં દર્શનની તીવ્ર ઝંખના થતી, તો એ લોકો દેવદૂતોને જોઈ શકતા હતા. જો એ જમાનામાં એમનાં દર્શન થઈ શકતાં હોય તો આજે કેમ નહીં ? કારણ કે શાશ્વત નિયમો સદાકાળ એક સરખા જ પ્રવર્તતા હોય છે. આજે દેવદૂતો ન આવતા હોય, તેનું એક માત્ર કારણ આ જ હોઈ શકે કે આપણે એમને બોલાવતા જ ન હોઈએ. આપણા દરવાજા જ બંધ હોય, પછી એ ક્યાંથી આવે ?

ઈશ્વર સાથેના તાદાત્મ્યથી મેળવેલી શાંતિ આપણે જ્યાં જઈએ ત્યાં સાથે જ વસે છે. પછી તો ચોમેરથી લોકો આપણા તરફ ખેંચાશે અને આપણી શાંતિનો સંસ્પર્શ એમના પર થશે. ઈશ્વર સાથેની એકરૂપતાની માત્રા પર આ બધા પ્રભાવનો આધાર રહેશે. આ રીતે આપણે શાંતિના એવા પૂર્ણ વાહક બની શકીએ કે જ્યાં જઈએ ત્યાં આપણે શાંતિ જ શાંતિ ફેલાવીએ. એકાદ-બે દિવસ પહેલાં જ એક સ્ત્રી એક શાંત-સ્વસ્થ પુરુષનો હાથ પકડીને કહેતી હતી કે 'તમને જોઈને એટલો બધો આનંદ થાય છે કે ન પૂછો વાત! આજે ખૂબ ગ્લાનિ અને ઉદ્વેગ અનુભવ્યા કરતી હતી, પણ જેવા તમને જોયા કે તરત જ, કોણ જાણે એ વ્યથા-પીડા ક્યાં અલોપ થઈ ગઈ, ખબર ન પડી ! આપણી ચોમેર પણ આવા પ્રસન્નચિત્ત માણસો ઘણા હોય છે, જેઓ સતત શાંતિ અને સદ્ભાવ ફેલાવતા રહે છે, જ્યાં વિષાદ જુએ, ત્યાં પ્રસન્નતા, ભય હોય ત્યાં ધૈર્ય, નિરાશા હોય ત્યાં આશા અને નબળાઈ હોય ત્યાં શક્તિ પ્રેરતા રહે છે.

આવી ક્ષમતા એ લોકોમાં જ પ્રગટ થાય છે, જેઓએ પ્રભુ

સાથેનું તાદાત્મ્ય સિદ્ધ કર્યું છે. એમને એમના જીવનનો પ્રાણાધાર પ્રાપ્ત થઈ ચૂક્યો છે, એમ કહી શકાય. આખા જગતનું આ જ એક માત્ર કેન્દ્રબિંદુ છે - સર્વસત્તાધીશ પરમાત્મા ! એની સાથેની અભિન્નતા અનુભવાય, પછી જ આ શક્તિની પ્રતીતિ જાગી શકે છે.

આવી વ્યક્તિમાં જ આ સામર્થ્ય જાગી શકે છે. એણે પોતાનું અનુસંધાન વિશ્વની કેન્દ્રરૂપ આ મહાશક્તિ સાથે જોડી દીધું છે. ચારે દિશામાંથી એ કેન્દ્રમાંથી શક્તિ મેળવતો રહે છે. પછી તો એનામાંથી જે કાંઈ સ્પંદનો જાગે, વિચાર-વહેણો પ્રસરે તે સઘળાં શક્તિસ્વરૂપ જ હોય છે અને સમાન સમાનને ખેંચે એ નિયમ મુજબ, પોતાની ચોમેર શાંતિ-શક્તિ અને આનંદનાં સ્પંદનો અને વહેણોને જ એ પોતાના ભણી ખેંચી લાવે છે અને આ રીતે પોતાની જાતને શાંતિ અને આનંદના મુખ્ય પ્રવાહ સાથે જોડી દે છે.

પછી તો જેની પાસે જે હોય તે એને મળે. આ કુદરતનો ક્રમ છે. એનો વિધાયક, હકારાત્મક વિચાર કામ કરતો થઈ ચારે દિશાઓમાંથી સહયોગ મેળવતો થઈ જશે. આ વિચારો દ્વારા જ ઘટનાઓ સાકાર થશે. અત્યાર સુધી જે ચીજો અપ્રગટ કે નિરાકાર હતી, તે હવે પ્રત્યક્ષ બનશે.

આવા માણસ સમક્ષ ભય કે નિષ્ફળતાના કોઈ વિચાર ફરકશે સુધ્ધાં નહીં, કદાચ ફરકી પણ જાય, તોય ઊઠતાંવેંત એ શમી જશે. એ પોતના તરફ એમને ખેંચશે જ નહીં, એનામાં તો બીજા પ્રકારનો પ્રવાહ વહે છે એટલે નબળાઈ, નિરાશા કે ભયના વિચારો ફરકી જ ન શકે. જે લોકોમાં પોતાનામાં નકારાત્મક વલણો ભર્યાં પડ્યાં હોય, તે પોતે જ પોતાની તરફ નિરાશાને ખેંચતા રહેશે, પરિણામે તેમની અંદર નિરાશા અને નકારાત્મક બેવડાતી જશે અને પછી સ્થૂળ જગતના આવા નિરાશામય પ્રવાહ સાથે એ જોડાઈ જશે. બહારના જે કાંઈ નબળા, ભયભીત નકારાત્મક પ્રવાહો હશે, તેના એ ભોગ બનશે અને એમનામાં

શક્તિનો સંચાર થવાને બદલે, શક્તિનો હ્રાસ થશે. આ પણ કુદરતનો જ ક્રમ છે. ‘રખેને મારું જે કાંઈ છે તે હું ગુમાવી બેસીશ’ આવી ભયવૃત્તિને કારણ હું મારી પાસે જે કાંઈ છે તેને રૂમાલમાં સંતાડી દઉં છું તો, સાચે જ, મારી ભયવૃત્તિની કિંમત મારે ચૂકવવી જ પડે છે.

શક્તિ-સામર્થ્યના સબળ વિચારો અંદરથી પણ શક્તિનો અનુભવ કરાવે છે અને બહારથી પણ. નિર્બળતાના વિચારો અંદરથી પણ નિર્બળતા ખેંચી લાવે છે અને બહારથી પણ. હિંમત જોશ પેદા કરે છે, ભય નબળાઈ પેદા કરે છે. હિંમત સફળ બનાવે છે, ભય નિષ્ફળ; આત્મવિશ્વાસ અને હિંમત ધરાવતી વ્યક્તિ જ પરિસ્થિતિ પર કાબૂ મેળવે છે અને પોતાના બળનો અનુભવ જગતને પણ કરાવે છે. આથી ઊલટું, જે માણસ હિંમત હારી જાય છે, તે પરિસ્થિતિ પર પોતાનો કાબૂ ગુમાવી બેસે છે અને ભય તથા વિઘ્નોથી બેબાકળો થઈ, પરિસ્થિતિનો ગુલામ બની બેસે છે.

પ્રત્યેક પરિસ્થિતિ માટે માણસ પોતે જ જવાબદાર હોય છે. સુખ કે દુઃખ એ માણસના હાથની વાત છે. જે કાંઈ દૃશ્ય જગતમાં છે, તેના તંતુ અદૃશ્ય જગતમાં પડેલા હોય જ છે. સ્થૂળ જગત એ પરિણામ છે, સૂક્ષ્મ જગત કારણરૂપ છે. કાર્યકારણ વચ્ચે સંબંધ હોય છે. અંદરથી માણસ જેવું અનુભવે, તેવું જ એ બહારથી પામે છે. માણસ પરિસ્થિતિમાં જે ફેરફાર ઈચ્છતો હોય, તે ફેરફાર એને પોતાની અંદર કરી લેવો જોઈએ. જે લોકો નિરાશાના ભયંકર ખાડામાં ફેંકાઈ ગયા હોય તેમના માટે આ હકીકતનું સ્પષ્ટ ભાન એક મહાન પરિવર્તન લાવી શકે. જે લોકો વ્યાધિ-વિષાદમાં ઘેરાયેલા છે, તેમને આને લીધે પ્રસન્નતા અને નીરોગિતાનો અનુભવ થશે.

ભયમુક્તિ માટે આત્મવિશ્વાસ

લાખો-કરોડો લોકો કેવા બીકના માર્યા ફફડતું જીવન ગુજારે છે? જે લોકો મજબૂત અને શક્તિશાળી બની શકે, તે સાવ માયકંગલા અને નૂરવિહોણા બની બેઠા હોય છે. તેમનાં બળ અને પુરુષાર્થ હીણાં પડી ગયા હોય છે. એમને ચોમેર ભય જ ભય વર્તાય છે - અછતનો ભય, ભૂખમરાનો ભય, લોકોનો ભય, મહેણાં-ટોણાંનો ભય, ખોટનો, રોગનો, મૃત્યુનો ભય ! કરોડો માટે ભય એ જાણે રોજિંદી બાબત થઈ પડી છે. ચોમેરથી એમને ભયનો વિચાર જ ઘેરી વળ્યો છે. આવી પરિસ્થિતિમાં તો માણસ પોતાની પાસે જે કંઈ હોય તેને પણ ગુમાવી બેસે.

ભયમાં કશું મેળવવા જોગ હોતું નથી, બસ, એમાં તો ખોટ જ ખોટ અને હાણ જ હાણ છે ! જો કોઈ એમ કહે કે ‘મને તો સતત ફફડાટ રહે જ છે. મારા માટે એ જ સ્વાભાવિક છે, એનાથી હું બચી ન શકું!’ - આવું કહેવામાં તમે જ તમારી જાતની ઉપેક્ષા કરો છો. તમારે તમારી શક્તિ પિછાણવી જોઈએ. જ્યાં સુધી તમને એ શક્તિનું ભાન ન થાય, ત્યાં સુધી તમે એનો પૂરેપૂરો સદુપયોગ કેવી રીતે કરી શકો ? તમે ન કરી શકો એમ કહી પાણીમાં બેસી જશો તો પછી તમે સાચે જ, કશું નહીં કરી શકો. પરંતુ જો તમે વિશ્વાસ રાખો કે તમે કરી શકો તેમ છો, તો સાચે જ કરી શકશો. કહેવાયું છે કે - તેઓ એવું કરી શકે છે, કારણ કે તેઓ માને છે કે એ કરી શકશે. બીજા શબ્દોમાં, આ માનસિક વલણ જ એમનામાં એવી શક્તિ અને સહિષ્ણુતા આપશે, જે એમને જીત અપાવવા પર્યાપ્ત બનશે.

એટલે ‘તમે કરી શકો છો’ - આ વિચારને ફરી ફરી વાગોળો. તમારી ચેતનામાં આ વિચારબીજને વાવો, ઉછેરો અને પછી ચારે કોરથી શક્તિ મેળવો. આવો વિચાર અત્યારે વેરવિખેર થઈ ગયેલ શક્તિને કેન્દ્રિત કરી વિધાયક બનાવશે અને એનાથી આધ્યાત્મિક

શક્તિનો સંચાર થશે. પછી તો બાહ્ય ક્ષેત્રમાંથી પણ એને મદદ મળશે. તમારા જેવી નિર્ભય, મજબૂત અને સાહસવાળી સમાન પ્રકૃતિને એ પોતાના તરફ ખેંચી લાવશે. જો આ બાબતમાં તમે પ્રામાણિક અને ઉત્કટ હશો તો ભયની પકડ ઢીલી પડી જશે અને નિર્ભયતાને બદલે શક્તિ અનુભવશો અને સંજોગોના શિકાર બનવાને બદલે પરિસ્થિતિના નિર્માતા બનશો અને પ્રબળ શક્તિવાન બનશો.

આપણા રોજિંદા જીવનમાં વધારે શ્રદ્ધા કેળવવાની જરૂર છે - ભલાઈ માટે કામ કરતી શક્તિમાં શ્રદ્ધા, પરમ પ્રભુમાં શ્રદ્ધા અને એટલે જ એની પ્રતિકૃતિરૂપ એવી આપણી જાતમાં શ્રદ્ધા ! અને ગમે તેટલો ગાઢ અંધકાર હોય, ગમે તેવા કપરા સંજોગો હોય તોપણ, આ હકીકતનું ભાન રહેવું જોઈએ કે જે રીતે ભગવાનના તાબામાં અવકાશના સૂર્ય જેવાં અનેક નક્ષત્રમંડળો છે, એ જ રીતે આપણે પણ છીએ. આ ભાન આપણામાં શ્રદ્ધા જન્માવશે કે જે રીતે જગતમાં બધું સુપેરે ચાલી રહ્યું છે, એ જ રીતે આપણા જીવનમાં પણ બધું હેમખેમ જ છે. ‘જેનું ચિત્ત, ઈશ્વરમાં લાગેલું હોય છે, તેને તું પૂરી શાંતિ આપીશ.’

પ્રભુ કરતાં વધારે નિશ્ચિત, સલામત અને સુસ્થિર બીજું કશું નથી. પછી, પરમેશ્વરની અનંત શક્તિના સ્ત્રોત સન્મુખ આપણી જાતને ખુલ્લી કરી દેવાથી આપણામાં પણ શક્તિ ઊભરાય છે, આ પ્રતીતિથી આપણામાં પણ સદા વધ્યે જતી શક્તિનો અનુભવ થશે કારણ કે આ રીતે, આપણે એની સાથે જોડાઈને કામ કરીએ છીએ અને વળતું એ પણ આપણી સાથે જોડાઈને કામ કરે છે. પછી આ વાતની આપણને પૂરેપૂરી ખાતરી થઈ જાય છે કે બધી બાબતો ભેગી થઈને ભલાઈને ચાહનારાનું ભલું જ કરે છે. પછી ભૂતકાળમાં જે ભયો અને વિઘ્નો અંતરાયરૂપ નીવડતાં હતાં, તે શ્રદ્ધામાં પલટાઈ જશે અને શ્રદ્ધા એના સાચા અર્થમાં આત્મસાત્ થશે ત્યારે એવી તાકાત બની જશે, જેની સામે

કશું ઊભું રહી નહીં શકે.

જ્યારે ભૌતિકવાદ સ્વાભાવિક રીતે જ નિરાશામાં ડુબાડી દે છે. આથી બીજું એ કરી પણ શું શકે ? આપણામાં અને સચરાચર જગતની તમામ બાબતોમાં એ પરમેશ્વરી શક્તિ જ કામ કરે છે. આ વાતનું જ્ઞાન આશાવાદ જન્માવે છે. નિરાશાવાદ નિર્બળતા જન્માવે છે. આશાવાદ શક્તિ પેદા કરે છે. જેમનામાં ઈશ્વર પર શ્રદ્ધા છે એ દરેક તોફાનને સફળતાપૂર્વક પાર કરી જાય છે એટલું જ નહીં, શ્રદ્ધા અને આત્મશક્તિ દ્વારા એ જ તોફાનને શાંત ઋતુની જેમ જ શાંતિ અને સ્વસ્થતાપૂર્વક વધાવે છે, કારણ કે એ અગાઉથી પરિણામોને જાણે છે. વળી એનામાં અખૂટ શ્રદ્ધા પણ છે કે રાખણહારો હજાર હાથવાળો ઉપર બેઠો જ છે. ઈશ્વરદીધું આ વચન છે કે તું બોલાવીશ અને હું આવીશ. સ્વીકારનાર હોય પછી આપવામાં હું પાછું વાળીને જોતો નથી. હવે આમાં વધારે ખુલાસો કરવાપણું છે જ ક્યાં ?

પરમશક્તિ સાથે તાલેતાલ મિલાવીને જેટલું કામ કરીએ, પરિણામો વિશે આપણે તેટલા વધારે નિરપેક્ષ રહી શકીએ છીએ. આ હકીકત ધ્યાનમાં રાખવાથી પૂર્ણ સમૃદ્ધ અને પ્રાણવાન શાંતિનો અનુભવ થાય છે, જે વર્તમાનને પરિપૂર્ણ બનાવે છે અને આ જ રીતે શક્તિની વૃદ્ધિની પણ ખાતરી અપાવે છે. આ પ્રમાણે પરમાત્મા પર પૂર્ણ શ્રદ્ધા રાખી ખરી શાંતિ મેળવી હોય છે, તે જ કહી શકે છે કે -

‘હું ઉતાવળે નહીં, ધીરજપૂર્વક કામ કરું છું,

કારણ કે ઉતાવળે આંબા ન જ પાકે.

શાશ્વત પંથનો હું પથિક છું, મારું મને આવી જ મળશે,

સૂતાં કે જાગતાં, દિવસે કે રાતે, શોધું છું જે મિત્રોને,

તે શોધી રહ્યા છે મને પણ;

કોઈ ઝંઝાવાત મારી હોડીને અવળે માર્ગે દોરી શકે તેમ
નથી,

ન તો મારા ભાગ્યનો પ્રવાહ બદલી શકે તેમ છે.



વહેતાં જળ દૂર ઊંચેથી ફૂટતાં ઝરણાને,
એમના મૂળ સ્રોતને સારી પેઠે જાણે છે,
એટલે જ સમથળ ઢાળે નિરંતર

ખળ ખળ ખળ વહેતાં જ રહે છે

રોજ રાત પડે, આકાશ તારકોથી ઝળહળી ઊઠે છે

સાગરમાં ભરતીનાં મોજાં ઊછળતાં રહે છે

ન કોઈ કાળ કે સ્થળ; ન ખીણ કે પહાડ

જે મારું પોતાનું છે, તેને ન કોઈ

મારાથી દૂર કદી રાખી શકે.



દેરક મનુષ્ય એક બળવાન લોહચુંબક જેવો છે, જેની
આકર્ષણશક્તિ કોઈ પણ ઇચ્છિત દિશા તરફ યોજી શકાય.
દરેક મનુષ્ય એવી રીતે તેની શક્તિઓને યોજી શકે કે જેથી
તે જેવી ઇચ્છા કરે તે તેના તરફ ખેંચાઈને આવે.

- ઓરીસન સ્વેટ માર્ડન

૭

શક્તિની પૂર્ણ પ્રાપ્તિ

પરમપ્રભુ અનંત શક્તિનો ઝરો છે અને જેટલા પ્રમાણમાં આપણી અભિમુખતા હોય, તેટલા પ્રમાણમાં પ્રભુ આપણા દ્વારા પ્રગટ થાય છે. ઈશ્વર સાથેના સાયુજ્યથી બધું શક્ય બની જાય છે. બધી બાબતોના કર્તાહર્તા પરમાત્મા સાથે સંબંધ રાખવામાં શક્તિનું સાચું રહસ્ય છુપાયેલું છે. જેટલી માત્રામાં આપણો આ અનુબંધ રહે છે, તેટલી માત્રામાં આપણી મર્યાદાઓને ઓળંગી આપણે ઊંચા ઊઠી શકીએ છીએ.

આત્માની અપાર શક્તિ

આવું જ હોય તો, શક્તિ મેળવવા માટે આમતેમ ફાંફાં શા માટે મારવા ? પછી જાતજાતની અજમાયશો શા માટે કર્યા કરવી ? ઊંડી ખીણોમાં આમતેમ ભટક્યા કરવાને બદલે સીધા ઊંચા પહાડ પર જ ચડવાનું શરૂ કેમ ન કરવું ? બધા ધર્મગ્રંથોમાં જે માણસનો સર્વોત્તમ પ્રાણી તરીકે નિર્દેશ થયો છે, તે દેહધારી મનુષ્યનો નહીં, આત્મધારી મનુષ્યનો છે. માણસ કરતાં ઘણાં પ્રાણી વધારે કઠાવર અને શક્તિશાળી છે, જેની શારીરિકતા જોઈએ તો ‘માણસ’ કરતાં ઘણી બધી ચડી શકે, પરંતુ એની આધ્યાત્મિક શક્તિને કારણે એ સૌ પ્રાણીઓમાં સર્વોત્તમ સિદ્ધ થાય છે. એને મળેલી માનસિક, મનોવૈજ્ઞાનિક અને આધ્યાત્મિક શક્તિઓને કારણે એ સૌ જીવોમાં સર્વશ્રેષ્ઠ પ્રાણી મનાયો છે.

સ્થૂળ શરીરમાં ન અનુભવી શકાય તેવું ઘણું બધું આત્મામાં છે. માણસ આત્મમય જીવન જીવે તો માત્ર ભૌતિક દેહધારી કરતાં ઘણી-

બધી વિશેષતા એ દાખવી શકે. જગતના તમામ ધર્મગ્રંથો ચમત્કારોથી ભર્યા પડ્યા છે. કોઈ ખાસ યુગમાં કે ખાસ સ્થાનોમાં જ આ ચમત્કારો સર્જાયા છે, તેવું કાંઈ નથી. ચમત્કારો સર્વ કાળે, સર્વ સ્થળે શક્ય છે. જે કાંઈ ભૂતકાળમાં બન્યું તે બધું એ જ નિયમોનો આશ્રય લેવાથી આજે પણ બની શકે તેમ છે. પરમાત્મા સાથે તદ્દૂપતા સાધી જેમણે અનંત શક્તિઓ ભણી પોતાનાં દ્વાર ખોલી દીધાં, તેવા લોકો દ્વારા જ આ ચમત્કારો સિદ્ધ થયા હતા.

પ્રશ્ન ઊભો થઈ શકે કે ચમત્કાર એટલે શું ? શું એ કોઈ અલૌકિક ઘટના છે ? સામાન્ય માણસો સામાન્ય સ્થિતિમાં જે કામ કરી શકે તેના કરતાં જે બનાવ ઊંચા પ્રકારનો હોય તેને જ ચમત્કાર કહી શકાય. ચમત્કારનો અર્થ આના સિવાય બીજો હોઈ ન શકે. સર્વવ્યાપી, સર્વજ્ઞ અને સર્વશક્તિમાન પરમાત્મા સાથે જેણે તાદાત્મ્ય સિદ્ધ કર્યું હોય, તે માણસ ઈશ્વરી નિયમો અને શક્તિઓનો જ્ઞાનપૂર્વક સદુપયોગ કરે છે, તેને મર્યાદિત શક્તિવાળા સામાન્ય લોકો ચમત્કાર ગણે છે અને આવા ચમત્કારી વ્યક્તિને લોકોત્તર માણસ ગણે છે. આપણે પણ એ નિયમો અને શક્તિઓને સમજી એનો ઉપયોગ કરીએ, તો આપણે પણ તેવા જ ચમત્કારો કરી શકીએ. જેમ જેમ આપણે નીચલી કક્ષામાંથી ઉપરની કક્ષામાં પહોંચીએ છીએ, જેમ જેમ જડવાદમાંથી અધ્યાત્મવાદ તરફ વળતા જઈએ છીએ, તેમ તેમ ભૂતકાળમાં ચમત્કાર લાગતી બાબતો આપણને સામાન્ય અને સ્વાભાવિક લાગવા માંડે છે; અને આજે જે ચમત્કારરૂપ લાગે છે, તે પણ ભવિષ્યમાં આપણને સ્વાભાવિક લાગવા માંડશે, સંસારમાં પહેલેથી આવું જ ચાલ્યું આવે છે. હા, અલગારી ને સિદ્ધપુરુષ ચમત્કારો સર્જી શકે છે.

તે ઊંચા પ્રકારની શક્તિઓને આત્મસાત્ કરી બહુસંખ્યક લોકો કરતાં મૂઠી ઊંચેરો બની જાય છે, અલગારી ઓલિયો બની જાય

છે. પરંતુ જે વાત એક માટે શક્ય છે, તે તમામ માટે શક્ય છે. દરેકના જીવનમાં એક જ કાયદો લાગુ પડે છે. આપણે પણ શક્તિપુંજ અથવા તો સાવ શક્તિવિહોણા માનવ બની શકીએ. જે ક્ષણે માનવને ભાન થાય કે એ ઊંચો ઊડી શકે છે, તે ક્ષણે એની તમામ મર્યાદાઓ તૂટી પડે છે અને એ ઊંચો ઊડી શકે છે. પછી તો પોતે જે મર્યાદાઓ બાંધે તે સિવાયની બીજી કોઈ મર્યાદાઓ રહી શકતી નથી. નવનીત ઉપર તરી જ આવે છે અને એનું એક માત્ર કારણ આ જ છે કે નોખા તરી આવવું એ માખણનો ગુણધર્મ છે.

આપણે જ આપણું નસીબ ઘડીએ

‘વાતાવરણ’ અંગે ઘણી બધી વાતો થાય છે. વાતાવરણ માણસને ઘડે તેવું કદાપિ ન થવું જોઈએ, બલ્કે સદાસર્વદા માણસે જ વાતાવરણ ઘડવું જોઈએ. આ વાત જો આપણને સમજાય તો કોઈ વિશિષ્ટ વાતાવરણમાંથી આપણને બહાર કાઢવાની જરૂર નથી, કારણ કે આપણું કામ હજુ ત્યાં બાકી હોય તેવું બને. પરંતુ આપણે પરિસ્થિતિને એવો નવો ઘાટ જરૂર આપી શકીએ કે જેને કારણે સમગ્ર વાતાવરણ જ આપોઆપ બદલાઈ જાય.

આ જ વાત આનુવંશિકતા કે વારસાગત પ્રભાવને લાગુ પડે છે. આપણે ઘણી વાર આવું પુછાતું સાંભળીએ છીએ કે - વારસાગત બાબતો પર વિજય કેવી રીતે મેળવી શકાય ? પોતાના સાચા સ્વરૂપ વિશે સાવ અજ્ઞાન માણસ જ આવો પ્રશ્ન પૂછી શકે. આવાં અંતરાયોને પાર ન કરી શકાય એ માન્યતા સેવીએ, તો તો પછી આ બધું કાયમ માટે ઘર ઘાલી જાય તેવું થાય. પરંતુ જે ક્ષણે આપણને આપણા મૂળભૂત સાચા સ્વરૂપનું અને આંતરિક શક્તિઓનું ભાન થાય કે તરત જ આપણી વારસાગત ખામીઓ અને અસરો ઓછી થવા માંડે છે અને જેમ જેમ વધારે જાગૃતિ થતી જશે, તેમ તેમ એની સદંતર નાબૂદી થશે.

આપણે જીતી ન શકીએ તેવી કોઈ બાબત નથી;

દુષ્ટ વૃત્તિ વારસામાં મળી છે, તેવું કદાપિ ન કહીશ,
અથવા તો કોઈ દુષ્ટ વલણ આપણા જીવનને

સદા માટે કાળા પાણીની સજા બનાવી દે છે

તેવું પણ કદી ન સ્વીકારીશ.

તારાં માબાપ કે દાદા-પરદાદા માટે જે શક્તિ હતી,

તે તારી સેવામાં પણ ખડેપગે તૈયાર જ છે.

વારસો - ભવ્ય છે, સુંદર અને દિવ્ય છે,

પુરુષાર્થ કરે તેના માટે નિશ્ચિત વિજયનું વરદાન છે.



એવું કોઈ આરોહણ નથી, જે ચડી ન શકાય,

કાળની શાશ્વતીમાં તમામ વિજય તારા ચરણે છે

તારી ગમે તે ભૂલને કારણે, તું ભાન ગુમાવી પડ્યો ન રહેતો

પરમપ્રભુના સુરક્ષાદળ પર શ્રદ્ધા રાખજે.

આત્મા સિદ્ધ ન કરી શકે તેવો પૃથ્વી પર કોઈ દાવો નથી

તારી જાતને અનંત સોતનો અંશ માન,

તારી આત્મશક્તિ આગળ કશું ટકી ન શકે

કારણ માનવાત્માનો દિવ્ય વારસો જ એટલો ભવ્ય છે.

અસ્મિતા જગાડો

વળી કેટલાક લોકો પોતાનામાં પડેલી સંભાવનાઓથી ઘણા-
બધા દૂર એવું પરાવલંબી જીવન જીવતા હોય છે, કારણ કે તેઓ પોતાનું

વ્યક્તિત્વ બીજાને જ સોંપી દેતા હોય છે. તમારે શક્તિ અનુભવવી હોય તો તમારો આત્મપ્રત્યય મેળવવો જ પડે. તમારા જીવનનો દોર તમારા પોતાના જ હાથમાં હોવો જોઈએ. ઘેટાના ગાડરિયા પ્રવાહ જેવું ઉધાર, રગશિયું પરાવલંબી જીવન ન ચાલે. તમારી ભીંતર પરમતત્ત્વના અંશરૂપે જે આત્મતત્ત્વ પડેલું છે, તેની સાથે પ્રામાણિક રહો. કોઈ રીતરિવાજ, રૂઢિ કે પરંપરાને તમારા મન પર સવાર થવા ન દો. એ કાંઈ જીવનના મૂળભૂત સિદ્ધાંતો નથી. જે સનાતન મૂલ્યો છે તેનું પાલન તો સજ્જન માણસો ગમે તે ભોગે કરતા જ રહેશે.

તમારા વ્યક્તિત્વનો લોપ ન થવા દેશો. એ તો તમારી શક્તિનું મુખ્ય સંવાહક બળ છે. જે લોકોએ પોતાનું વ્યક્તિત્વ કે પોતાની અસ્મિતા પ્રગટ કરવાનું કૌવત પ્રાપ્ત નથી કર્યું, તેવા લોકો રૂઢિ અને પરંપરાને આધીન થઈ જાય છે. આવું કરવાથી જીવનમાં સ્વતંત્ર પ્રતિભા ખીલતી નથી, આની કિંમત રૂપે તમારી આઝાદી ચૂકવીને તમે માત્ર પરંપરાના ગુલામ બની જાઓ છો અને આવી રીતે બીજા લોકોને ખુશ કરવાના પ્રયત્નોમાં તમે પોતે લોકોની નજરમાં હાસ્યાસ્પદ થઈ પડો છો.

એના બદલે જો પોતાનું વ્યક્તિત્વ જાળવી જાણીએ, તો આપણે આપણી જાતના માલિક બનીએ છીએ અને જો તમારામાં શાણપણ અને સમજદારી હશે તો સમાજમાં વધારે સ્વસ્થ અને ઉન્નત પરિસ્થિતિ નિર્માણ કરવામાં તમે મદદરૂપ થઈ શકશો. વળી, ઘણાબધા લોકો તમને પૂછતાં આવશે, તમારા માન-આદર કરશે અને પેલા ગાડરિયા જીવન કરતાં આવું સ્વતંત્ર પ્રતિભા દાખવતું જીવન જીવવા બદલ સન્માન કરશે, પછી તમારો પ્રભાવ સમગ્ર સમાજ પર પડશે.

આવું આત્મલક્ષી જીવન જીવવામાં જ સાર્થકતા છે. આપણા વ્યક્તિત્વને જાળવી રાખવું એ જ પહેલી, છેલ્લી અને સદાની પરમનીતિ છે.

સો વાતની એક વાત આ જ કે તારી જાત સાથે પ્રામાણિક બન, રાત પછી દિવસ આવે જ છે, એટલી સુનિશ્ચિતતાપૂર્વક વફાદારી રાખ, પછી તું કદી કોઈ સામે જુઠો સાબિત નહીં થાય.

જ્યારે આપણે પરમશક્તિના અનુસંધાનમાં જીવન જીવીએ છીએ ત્યારે આપણે લોકમતથી ડરીને કશું કરતા નથી. પરમેશ્વર આપણી પડખે છે, એની આપણને અડગ શ્રદ્ધા હોય છે. આના બદલે લોકોને ખુશ રાખવા જીવન જીવીએ છીએ તો તેઓ તો કદી ખુશ થવાના જ નથી, બલકે આપણે એમના વધુ ને વધુ ગુલામ થતા જઈશું, કારણ કે એમની માગણીઓ ઉત્તરોત્તર વધ્યે જ જવાની. તમારું જીવન તમારે કેમ જીવવું એ તો કેવળ તમારી અને ઈશ્વર વચ્ચેની બાબત છે, પરંતુ એના બદલે તમે લોકોને જ પ્રમાણભૂત માની બેસો તો તો તમે ખોટા માર્ગે ભટકવા લાગશો, એ વિશે કોઈ શંકા નથી. આપણો દોર આપણા જ હાથમાં હોવો જોઈએ અને જ્યારે પરમશક્તિશાળી પ્રભુમાં એ દોર મળી જાય છે, પછી તો આપણને ગુલામ બનાવી શકે તેવી કોઈ તાકાત જગતમાં નથી.

જ્યારે આપણામાં આત્મપ્રત્યય જાગે છે, આપણી પોતાની આંતરશક્તિનું ભાન થાય છે અને જ્યારે આપણે સર્વનિયંતા પ્રભુને આપણા જીવનના ધ્રુવતારક બનાવીએ છીએ ત્યારે આપણે પોતે જ આપણા નિયમરૂપ બંની જઈએ છીએ અને ત્યારે જ રૂઢિઓના ગુલામોને પરંપરાઓમાંથી મુક્ત કરવાનું કામ હાથ ધરી શકીએ છીએ.

પરમ સૌંદર્યનું આ મૂળ નિધાન આપણા હાથમાં આવે છે કે તરત જ આપણું મનોહર અને સામર્થ્યવાન વ્યક્તિત્વ ખીલી ઊઠે છે. પછી ખોટો દંભ કે આડંબરને સ્થાન જ નથી રહેતું, કારણ કે જેનામાં પોતાનું કૌવત ન હોય તે જ માણસ બહારનો ભપકો કે આડંબર રાખે. જે આવા બાહ્ય દેખાવાથી બીજાને આંજવા પ્રયત્ન કરે, તેના પોતાનામાં

કોઈ ઊણપ હોવી જ જોઈએ. પેલી પૂંછડી કાપેલા ઘોડાની વાર્તા છે ને ? લોકોનું ધ્યાન ખેંચવા પોતાના ઘોડાની પૂંછડી જ કાપી નાંખી.

પરંતુ જે લોકો પોતાનો પ્રભાવ પાડવા આવા ફાંફાં મારે છે, તે બીજાને તો મૂરખ બનાવી શકતા નથી, બલ્કે પોતે જ મૂરખ બની જાય છે. જે લોકોમાં સાચું ડહાપણ અને સમજણ હોય છે તે લોકો તો લોકોનાં કથન અને કૃતિ પાછળનો આશય તરત સમજી જાય છે.

જે માણસ સહજ રીતે પોતાનું સત્ત્વ પ્રગટ કરે છે, તે જ યથાર્થ મહાન માણસ છે. જેમને પોતાની મૂળ આત્મશક્તિનું ભાન થયું હોય છે, તે દેખાડા માટે કશું કરતાં જ નથી. બીજા જાણે તેવાં કામો કરવા પડે તો નાછૂટકે જ કરતાં હોય છે. હકીકતમાં તો આવા લોકો જ સાચા કર્મયોગી હોય છે. એમનો સંબંધ પરમશક્તિ સાથે હોય છે એટલે તેઓ ઉન્નત શક્તિઓ ખેંચતાં રહી હંમેશાં ઊંચી દશામાં રહેતા હોય છે અને પરિણામે કોઈ ચિંતાઓ એમને સતાવતી નથી. પોતાના દ્વારા આખરે તો પરમશક્તિ જ કામ કરી રહી છે અને પોતે તો પ્રભુના માત્ર સાધનરૂપ છે, આ વાત તેઓ સમજી ગયા હોવાને કારણે પોતાના શિરે કોઈ ભાર રાખતા નથી.

બાહ્ય કળા ખીલવવા અંતઃશક્તિ ઉપયોગી

સર્વોચ્ચ શક્તિ પ્રાપ્ત કરવાનું રહસ્ય કે સાધન આ જ છે કે કાર્યનાં બાહ્ય સાધનો સાથે આપણી અંતઃશક્તિઓનો સંબંધ સ્થાપવો. જો તમે ચિત્રકાર હો તો તમારા ચિત્રાલેખનમાં તમારી જેટલી અંતઃશક્તિઓ ઉપયોગમાં લેવાશે, તેટલા તમે ઉત્તમ ચિત્રકાર બનવાના. અંતરાત્મા દ્વારા તમને જે પ્રેરણા મળે, તેનાથી વધારે ઊંચી પ્રેરણા તમને બીજે ક્યાંયથી પણ મળી ન શકે. અંતરાત્મામાં પ્રેરણા જગાડવા તમારું આંતરિક અનુસંધાન પરમતત્ત્વ સાથે જોડાયેલું રહે - આટલું જ કામ

તમારે કરવાનું છે.

તમારે છટાદાર વક્તા બનવું છે ? એનો પણ આ જ ઉપાય છે. પરમશક્તિ સાથે અનુસંધાન, તદનુસાર વર્તન-વ્યવહાર અને તમારામાં શક્તિનો અખૂટ ભંડાર ખૂલી જશે અને તમે લોકોનાં મન જીતવાની અને તેમને સન્માર્ગે વાળવાની શક્તિ પામશો. જો તમે બરાડા પાડી પાડીને કે હાથપગ પછાડીને કેવળ સ્થૂળ સાધનોનો ઉપયોગ કરવામાં મંડ્યા રહેશો તો તેનું પરિણામ પણ એવું જ આવશે. એના બદલે પરમાત્મા તરફ વળશો તો એની જ વાણી તમારા દ્વારા બોલાવા લાગશે અને તમે એક સાચા-પ્રભાવશાળી વક્તા સિદ્ધ થશો. સાર આટલો જ છે કે તમે જેટલા વધારે અંતર્મુખ અને પ્રભુમય બનશો, તેટલી તમારા દ્વારા વધુ ઈશ્વરી શક્તિ પ્રગટ થશે.

આ જ વાત સંગીતને પણ લાગુ પડે છે. ઈશ્વરી વાણીને તમારા દ્વારા પ્રગટ થવા દેવી હોય તો તેના ભણી વળો, પ્રભુને જ તમારી મૂળ ગંગોત્રી બનાવો. બાકી બીજા ગમે તેટલાં ફાંફાં મારશો તોપણ પેલું ઈશ્વરી સંગીત પેદા નહીં કરી શકો. જે પરમપ્રભુ સાથે તન્મય થઈને ગાય છે, તેના સૂર જ એવા મધુર અને મનમોહક હોય છે કે સાંભળનારા પર અમીટ અસર છોડી જાય છે.

ઉનાળામાં ક્યારેક કોઈ જંગલમાં, તંબુમાં ડેરો નાંખીને રહેતો હોઉં ત્યારે, વહેલા પરોઢિયે ચોમેર સર્વત્ર શાંતિ પથરાયેલી હોય છે. પછી ધીમે ધીમે પંખીના કલરવ સાથે દિવસ ઊગવા લાગે છે અને આખા જંગલમાં એક મધુર સંગીત છવાઈ જાય છે. આ માધુર્ય નિર્માણ કરવામાં વૃક્ષો, પર્ણો અને ઝાડીઓ પણ પોતાનો હિસ્સો નોંધાવતાં હોય, એવું લાગે. પ્રકૃતિનું આવું સંગીત સાંભળતો હોઉં ત્યારે મને થાય કે આમાંથી આપણે સંગીતશાસ્ત્ર વિશે પણ કેટલું બધું શીખી શકીએ ? પંખીઓ પાસે પણ શીખવાનું કેટલું બધું પડ્યું છે ?

જે રીતે પંખીઓ પરમશક્તિઓને પોતાની ભીતર કાર્ય કરવા દે છે, એ રીતે આપણે પણ સર્વોત્તમ શક્તિઓને આપણી ભીતર કામ કરવાની તક આપવા દઈએ તો આપણે પણ લોકોનાં હૈયાંને ખેંચી લઈ શકીએ.

શ્રી સેંકી નામના એક પ્રસિદ્ધ ગાયકે ડેન્વર શહેરમાં પોતાનું અત્યંત પ્રસિદ્ધ ગીત ગાતાં પહેલાં પોતાનો વૃત્તાંત આ રીતે કહ્યો હતો: “મેં મારા મુડી નામના ભાઈબંધ સાથે ગ્લાસ્ગોથી એડિનબરો જતાં એક પુસ્તકબંડારમાંથી ધાર્મિક સામયિકની એક નકલ ખરીદેલી. અમે ગાડીમાં જતા હતા, ત્યારે તે પત્રિકામાં નજર ફેરવતાં મારી દૃષ્ટિ એક કવિતા પર પડી. મેં મારા મિત્રને કહ્યું - મને જોઈતું ગીત મળી ગયું, ત્યારે એનું ધ્યાન મારા તરફ નહોતું. એ ગીતનો ઢાળ હજુ મેં બેસાડ્યો નહોતો, એટલે એટલો ભાગ કાપી લઈ મારી ગીતપોથીમાં મૂકી દીધો.”

“એક દિવસે કોઈ સભામાં સરસ ભાષણ પૂરું થયા પછી મને એક ગીત ગાવાનું કહેવામાં આવ્યું. અનેકવાર ગાયેલું એક ગીત ગાઉં-એવું પહેલાં થયું, પરંતુ પછી પેલી પત્રિકાવાળું ગીત ગાવાનો વિચાર આવ્યો, પણ હજુ એનો રાગ બેસાડવાની તક મળી નહોતી, એટલે થોડો અસમંજસમાં પડ્યો. પણ પાછું થયું કે જેવું ગવાય તેવું, પણ આ જ ગીત ગાઈ સાંભળાવું. વાજું વાગવા લાગ્યું અને મેં સૂર મેળવ્યા. પહેલી કડી પૂરી થઈ. લોકો એકચિત્તે સાંભળતા રહ્યા. મેં એક લાંબો શ્વાસ લીધો. બીજી કડી પણ એટલી જ સારી રીતે ગાઈ શકાશે કે કે કેમ, તેવું લાગ્યું. પણ મેં પ્રયત્ન કર્યો અને એમાં પણ હું હેમખેમ પાર ઊતરી ગયો. ગીત પૂરું થયું, ત્યારે શ્રોતાગણ પર એનો એટલો બધો પ્રભાવ પડ્યો કે આખો સભાખંડ સ્તબ્ધ બની ગયેલો અને કેટલાક લોકોની આંખોમાંથી તો આંસુ સરવા લાગ્યાં. મારા જીવનની એ અત્યંત ઉત્કટ ક્ષણો હતી. શ્રી મુડી પણ કહેવા લાગ્યા કે આવું સરસ ગીત આ અગાઉ ક્યારેય સાંભળ્યું

નથી. પછી તો એ ગીત એટલું બધું ફેલાઈ ગયું કે સર્વત્ર મારી વાહ વાહ પોકારાઈ ગઈ.”

આ સેંકીની જેમ આપણે પણ ઉત્તમ પ્રેરણા મેળવવા આપણા દૃઢ્યમંદિરનાં દ્વાર ખુલ્લાં રાખીએ તો આપણને પણ આવી જ પ્રેરણા મળી શકે. પરંતુ આપણે આવી બાબતોમાં ઊણા પડીએ છીએ, એટલે જ આપણાં કાર્યો પણ ઊણાં જ ઊતરે છે.

જ્યારે આપણે આપણી જાતને સર્વોત્કૃષ્ટ સ્રોત સાથેના અનુસંધાનમાં જોડી દઈએ છીએ ત્યારે એ ઉન્નત પ્રેરણાઓ કદીય આપણને દગો દેતી નથી. જ્યારે આપણે આ ચૂકી જઈએ છીએ ત્યારે જ સર્વોત્તમ પરિણામો પ્રાપ્ત કરી શકાતાં નથી, પછી એ ગમે તે બાબતમાં હોય.

તમે પોતે જો લેખક હો, તો આટલી વાત યાદ રાખો કે પ્રત્યેક સફળ કૃતિ પાછળનું એક મોટું રહસ્ય આ છે કે - તમારી અંદર ડોકિયું કરો અને લખો. જાત સાથે પ્રામાણિક રહો. નિર્ભય બનો. તમારો અંતરાત્મા જે કાંઈ સાખ દે તેને વળગી રહો. પોતે હોય તેના કરતાં જરીકે વધારે માણસ લખી શકતો નથી. જો એને વધારે લખવું હોય તો પછી એને પોતાનું સત્ત્વ વધારવું પડે. એનું લખાણ તો માત્ર એનું પોતાનું જ ફરજંદ છે. એ પોતાની જાતનો જ લહિયો માત્ર છે. એક અર્થમાં એ પોતાને જ પોતાના પુસ્તકમાં ઉતારે છે. પોતાનામાં હોય તેનાથી કશું વધારે એ પીરસી શકે નહીં. પોતે જે છે તે જ એને શબ્દાંકિત કરવાનું હોય છે.

એનું વ્યક્તિત્વ વિરાટ હોય, એનો હેતુ ઉદાત્ત હોય, ઊંડો ભાવનાશાળી હોય, ઉન્નત પ્રેરણાઓ ભણી અભિમુખ હોય તો એના લખાણમાં એવું કશુંક અવર્ણનીય તત્ત્વ ઉમેરાઈ જાય છે કે પ્રત્યેક વાચકને લેખકે રજૂ કરેલી પ્રેરણાઓ પ્રેરિત કરે છે. ઘણી વાર એવું બને

છે કે લીટીઓમાં લખાયું હોય છે, તેથી અદકરું બે લીટીઓની વચ્ચે લખાયેલું હોય છે. લેખકના અંતરાત્માનો આ પ્રતાપ છે. આ એક જ કારણસર એ પુસ્તક સર્વોત્તમ બની જાય છે.

મહાન લેખક પોતાની આ આંતરિક શક્તિને પોતાના લખાણમાં રેડી દેતો હોય છે. એટલે લોકોનું ધ્યાન ખેંચાઈ એ પુસ્તક ઝડપભેર સર્વત્ર ફેલાઈ જાય છે. જે પુસ્તક વિપુલ પ્રમાણમાં વંચાય છે, તેની પાછળ લોકોની એક બીજાને કરેલી ભલામણ કામ કરી જાય છે. ઈમર્સન ઠીક જ કહે છે કે સારું પુસ્તક જગતમાં ફરતું જ રહે છે. તે ઉત્તમ માણસોના હાથમાં જાય છે અને લોકો તેને આનંદથી વાંચી બીજા સમાન રસના લોકો પાસે પહોંચાડે છે. આ પ્રમાણે એ પુસ્તક અનેક જાગૃત અને શાશ્વા-ઉદાર લોકોને ખેંચી લે છે. આવું પુસ્તક લોકોના અસ્પષ્ટ વિચારોને સ્પષ્ટ કરે છે, ઊગતા કાચા વિચારોને પરિપક્વ કરે છે અને પછી તો વાચકોની સદ્ભાવના જ એને વધુ ને વધુ પ્રસિદ્ધિ આપે છે.

આવા જે લેખકો ‘સાહિત્યને ખાતર સાહિત્ય’ના દૃષ્ટિકોણપૂર્વક નહીં, પરંતુ લોકોને કશુંક સત્વશીલ, લોકજીવનને વધુ સમૃદ્ધ, સુંદર અને મધુર કરી શકે તેવું ભાથું પૂરું પાડવાની દૃષ્ટિએ લખતા હોય છે. લોકોને વધારે સાર્થક અને ઊંચા પ્રકારની આનંદપ્રાપ્તિનું જીવન જીવવામાં મદદ મળે એ તેમનો હેતુ હોય છે. લેખકનો આશય જો આવા લોકહિતનો હોય, તો એની કલમમાંથી એવું લખાણ ઝરે છે, જે સાહિત્યિક કૃતિ બની જાય છે. એણે અગાઉથી આયોજન કરીને લખ્યું હોત તોપણ સાહિત્યનો જે સ્પર્શ ન આવી શક્યો હોત, તે આવા લખાણમાં આવી જાય છે.

બીજી બાજુ, જે લેખક ચીલાચાલુ ધોરણોને છોડતાં ગભરાય છે અને એને વળગી રહે છે, તે પોતાની સર્જક શક્તિને આ રીતે

મર્યાદિત કરી મૂકે છે. આધુનિક યુગનો એક મોટો લેખક કહે છે કે મારા પુસ્તકમાં તાડવૃક્ષની સુગંધ આવશે અને એને મધુમાખીઓનો મીઠો ગણગણાટ અનુસરશે. મારી બારી પર, ચાંચમાં તણખલું કે દોરીનો કટકો ઘાલી બેઠેલી ચકલી પણ મારી વાર્તામાં ભાગ લેતી જણાશે. આના જવાબમાં હું કહું છું કે સજ્જન મિત્ર, તમારા જેવા નીડર અને મહાન ગ્રંથકારોનાં પુસ્તકો વાંચીને જાતને સુધારવાને બદલે, લોકોને બોધ આપવા નીકળી પડેલા સંખ્યાબંધ લેખકો પોતાનાં સામાન્ય પુસ્તકો છપાવી મારે, તેના કરતાં તો તમારા તાડની સુગંધ અને માખીઓના ગણગણાટને હું વધારે આવકારીશ. કહેવાયું છે ને કે અગાઉ જે લખાઈ ચુકાયું છે તેવું વાસી ફરી લખવાનો કશો ઉપયોગ નથી. આવા લોકો સમજી શકતાં જ નથી કે ગઈ કાલ વીતી ચૂકી છે અને આજનો દિવસ એ નૂતન દિન છે. નવા દિને કશું વાસી ન ચાલે.

શેક્સપિયર પર, અગાઉના ગ્રંથોમાંથી ઉઠાંતરી કરવાનો આરોપ મુકાયો, ત્યારે તેના જવાબમાં લેન્ડોર કહે છે કે - 'પોતાના પૂર્વજો કરતાં એમનામાં વધારે મૌલિકતા હતી. એક કૂંક મારીને મડદાને પણ બેઠા કરી દેવાનું એ જાણતા હતા. આવી પ્રાણસંજીવની કળા એમને સધાઈ હતી.' આ એવા માનવ છે, જે સંસારની કેડીએ ચાલતા નથી, બલ્કે સંસારને પોતાની કેડી પર ચાલતો કરી મૂકે છે.

સારો લેખક જડ નિયમોને આધીન રહેવાનું પસંદ કરતો નથી. તે તો અંતરમાં બેઠેલા ભગવાનનો લહિયો બનીને, માનવબંધુઓનો રોજિંદો સંઘર્ષ ઘટે તે માટે જ લખતો હોય છે. લોકોમાં આશા અને મીઠાશ સીંચાય, અવિચારી અને પાશવી મનુષ્યો થોડા વિચારશીલ, દયાળુ અને નમ્ર બને, ડરપોક અને અજ્ઞાની સ્ત્રીઓની અપ્રગટ શક્તિ પ્રગટ થઈ તેમનો પ્રભાવ એવો ખીલી ઊઠે કે તેઓ પોતે જ આશ્ચર્યચકિત થઈ જાય. આવાં પરિણામો લાવી શકે તેવું સાહિત્ય નિર્માણ કરવું, એ

જ મહાન લેખકનું કર્તવ્ય હોય છે. લોકોને આત્માની દિવ્યતા, અમરતા, સંસિદ્ધિ અને શક્તિ-વૈભવનું ભાન અને પ્રતીતિ થાય, એવા પંથે લેખક જો તેમને વાણી શકે તો જ એ પોતાની કૃતિને સાર્થક ગણશે. ટીકાકારોની પ્રશંસા કે ટીકાની એને લગીરે પડી નથી હોતી. જે રીતે ઊંચાં તાડોના વનમાં, વસંત ઋતુની પવનલહરી જે અનુપમ સંગીત સર્જે, તેની સમક્ષ થોડીક સૂકી ડાળખીઓનો ખડખડાટ કશા હિસાબમાં નથી, એ જ રીતે એના પુસ્તકના લોકો પર પડેલા પ્રભાવ સામે પેલા ટીકાકારોની સ્તુતિ-નિંદાનું કશું જ મહત્ત્વ નથી.

જો તમે ધર્મગુરુ હો તો બીજાઓના મર્યાદિત, સંકુચિત અભિપ્રાયોની ધૂંસરીમાંથી મુક્ત થઈ, તમારા અંતરના અવાજને અનુસરશો તો તમારી વાણીમાં અધિકૃતતા આવશે. તમારે પુરાણાં થોથાંની વાણી ઉચ્ચાર્યા કરવાની કશી જરૂર નથી. અંદરથી જે ઊગે તે બોલો, એ દિવ્ય બની જશે. ભવિષ્યવાદીઓની આકાશવાણી શોધવાને બદલે, તમે પોતે જ ભાવિ ભાખતા થઈ જશો. કારણ કે અંદરનો આ દિવ્ય માર્ગ બધા કાળે, બધા માટે સમાન રીતે જ ખૂલેલો હોય છે. ભૂતકાળમાં કોઈને જે સંભળાયું - દેખાયું હોય તે આજે પણ એટલું જ સર્વજનસુલભ છે. વિશ્વમાં સર્વશક્તિનું મૂળ સર્વત્ર એક જ છે. એટલે તમે ચિત્રકાર, સંગીતકાર, લેખક કે ધર્મગુરુ કે ગમે તે હો, આટલી વાતની ગાંઠ મારી લો કે બીજાંનાં હૃદય આકર્ષવાં હોય તો તે યોગ્યતા પણ અનંત શક્તિરૂપ પરમાત્માને અનુસરવામાં જ પ્રાપ્ત થઈ શકશે.

આપણે જો ખ્રિસ્તી ધર્મ પાળતાં હોઈએ, તો આપણે ઈશુના ઉપદેશને જીવનમાં ઉતારવો જોઈએ. આપણી શ્રદ્ધેય વ્યક્તિ જે નિયમોને અનુસરીને જીવન જીવી, તે જ નિયમોનું પાલન આપણા જીવનમાં પણ થવું જોઈએ. એ લોકોએ પ્રભુ સાથે સંવાદ સાધ્યો, પ્રભુની સાથે તાદાત્મ્ય અનુભવ્યું, એને કારણે તેઓ પ્રભુના પયગંબર બની

શક્યા.

તેમણે કદીય કોઈ ચીજ પોતાના માટે ન માંગી. સમગ્ર માનવજાતિ માટે જ ઈશ્વરની કરુણા યાચી. તેમણે 'અહીં અને આ ક્ષણે જ' જીવનની સાર્થકતા અનુભવી. તેમના માટે કશું ઉધાર કે વાસી નહોતું. પોતે પરમાત્માને પામ્યા સિવાય, બીજા કોઈને આવો રસ્તો ચીંધી શકાતો નથી.

પોતાના જીવનમાં, પ્રત્યક્ષ આચરણમાં કશું ન હોય અને નર્ચો ઉપદેશ અપાય તો તેથી કશું જ સરતું નથી. પરંતુ જગતમાં મહાન અવતારોના શિષ્યો આવું કરી બેસતા હોય છે. એટલે મહેરબાની કરીને, પ્રત્યક્ષ અનુભૂતિમાં ન ઊતર્યું હોય, તેવું કશું કોઈને કહેશો મા. આપણી અંદર પણ એ જ પ્રભુ બેઠેલો છે, જે ભગવાન ઈશુમાં હતો. આપણે એ પ્રભુ સાથે સીધો સંપર્ક સાધીને, પ્રત્યક્ષ અનુભવ મેળવીને જ જીવતા શબ્દો ઉચ્ચારવા જોઈએ. એવા શબ્દોમાં જ સાચી અધિકૃતતા, સાચી સત્તા દેખાશે, કારણ એ પ્રભુની સત્તા છે. ત્યાર પછી તમારા શબ્દને લોકો અનુસરશે. ભારે મોટું મૂલ્ય ચૂકવીને પ્રાપ્ત કરેલું આ અણમોલ રત્ન છે.

આપણે તો એવા નરવીરો જોઈએ, જે લોકોને પહેલાં જીવતાં શિખવાડે. જર્મન કહેવત છે કે પહેલી ચીજ પહેલાં થવી જોઈએ. મૃત્યુની કળા શીખતાં પહેલાં જીવન જીવવાની કળા આવડી જાય તો મૃત્યુ પણ એક સુંદર-મંગળ ઘટના બની જઈ શકે.

ધર્મસ્થાપના હજુ બાકી છે

આજકાલ ઘણા લોકો બોલતા હોય છે કે - આજે ધર્મ મરી પરવાર્યો છે. 'ધર્મનું મરણ ?' અરે, જેનો હજી જન્મ જ નથી થયો, તે મર્યો શી રીતે ? હજી તો ધર્મનું માંડ ગર્ભધારણ થયું છે, એમ કહી શકાય. આ ધર્મને જીવીએ ત્યારે જ ધર્મ જન્મે છે. જે રીતે મનુષ્યનું આત્મતત્ત્વ

પરમતત્ત્વ સાથે એકરૂપ છે, એ જ રીતે ધર્મ પણ માનવના આત્મા સાથે જોડાયેલી અભિન્ન ચીજ છે. આત્માને જેમ જન્મ-મરણ નથી, એ જ રીતે ધર્મને પણ જન્મ-મરણ નથી.

પણ સાચે જ, જે મરી રહ્યા છે તે લૂખા શબ્દો, પોકળ શાસ્ત્રો અને સિદ્ધાંતો, ક્રિયાકાંડો અને વિધિવિધાન છે. એ બે રીતે મરી રહ્યા છે. ઘણો મોટો સમુદાય આવાં ધર્તિગોથી હવે ત્રાસી ગયો છે. અને એનાથી છુટકારો ઈચ્છે છે. પાનખરમાં વૃક્ષ પરથી પાંદડાં ખરી પડે, એ રીતે લોકો આ કહેવાતા ધર્મને ખંખેરી રહ્યા છે. બીજો એક એવો વર્ગ પણ છે જે પોતાના અંતરમાં સાચા પ્રભુને પામવા મથી રહ્યો છે. જે રીતે વૃક્ષમાં, જૂનાં પર્ણ ખરીને, નવાં પાન ફૂટે એ રીતે, આ લોકોનાં જૂનાં પાંદડાં ખરી રહ્યાં છે.

આજે મંદિરો કે દેવળોમાં ચાલતાં આવાં લૂખ્યાં ક્રિયાકાંડો અને શાસ્ત્ર-પુરાણ દ્વારા લોકોની થાળીમાં પૌષ્ટિક ભોજનને બદલે નર્પા પથરા પિરસાય છે, એના બદલે જે લોકોને પરમશક્તિ સાથે સીધું અનુસંધાન છે અને જેઓ આપણા એ મૂળ સ્ત્રોતમાંથી પ્રેરણા મેળવે છે, તેમને ત્યાં કામ કરવા દો અને પછી જુઓ કે ધર્મ મરી પરવાર્યો છે કે ચેતનવંતો છે. દીવો બીજા દીવાને પ્રગટાવી શકે, માત્ર વાટથી બીજો દીવો ન પ્રગટાવી શકાય. જેમને પ્રભુની કૂંકનો સ્પર્શ થયો છે, તેમના જીવનનાં સૌંદર્ય અને પાવિત્ર્યનો લોકોને સ્પર્શ થવા દો અને જુઓ કે લોહચુંબક કેવું લોખંડને ખેંચી જાય છે. પછી આપણે જોઈ શકીશું કે આજે જે દેવળ-મંદિરો ખાલીખમ છે, તેમાં તસુભર જગ્યા પણ ખાલી નહીં મળે એટલા લોકો ઊભટશે. મોતીને બહાર લાવવા માટે એની બહારની છીપલી તોડવી જ પડે. આજે આપણે નવી વિભૂતિઓ શોધવા જવાની જરૂર નથી. આપણી પાસે આવા મૂઠી ઊંચેરા માનવીઓ છે જ. પછી સમય પાકશે અને આપણી એવી સાધના થઈ હશે તો નવા સિદ્ધો

પણ આવશે, પણ અત્યારે નહીં. પ્રત્યેક ક્ષણને પ્રગટ થવાની એની પોતાની જન્મકુંડળી હોય છે.

ઋતુ ઋતુનું કામ કરતી જ હોય છે. જ્યારે દક્ષિણના વાયરાની કુદરતને જરૂર હોય છે ત્યારે તેવા પવનો ફૂંકાઈ ઝાડપાન, ફળ-ફૂલને ખીલવતી જ હોય છે, આવું જ છે માનવીય જગતનું. માણસ એની સાધનામાં પરિપક્વ થાય છે, ત્યારે પરમશક્તિની હવા, પ્રભુની ફૂંકરૂપે એને આવી જ મળે છે અને એ નખશિખ બદલાઈ જાય છે. એની લાગણીઓ, ભાવના, કલ્પનાઓ, બુદ્ધિ-પ્રતિભા જાણે નવો જન્મ ધારણ કરે છે. એની કલ્પના બહારનું આ પરિવર્તન છે. દિવ્ય શક્તિના સ્પર્શ માત્રથી પોતાનામાં જે શક્તિઓ ઊભરાતી એ નિહાળે છે, તેથી અચંબો પામી જાય છે, પોતે અવાક બની જાય છે. ભવિષ્યમાં પોતાની સાથે કેવું કેવું અકલ્પનીય ઘટી શકે તેની એને પ્રતીતિ મળે છે. આ જ છે ઈશ્વરના અસ્તિત્વની સાબિતી. માનવઆત્મામાં દિવ્ય શક્તિનો શ્વાસ ફૂંકાવા દો અને વસંતઋતુ બેસી જશે અને પાનખરનાં જૂનાં પર્ણો ખરી વૃક્ષને નવી ફૂંપળો બેસશે. જે રીતે સ્થૂળ સૃષ્ટિમાં કુદરત ઋતુના રંગ બદલે છે, એવું આ અંતર્જગતમાં બદલાશે, પછી પ્રભુ પ્રત્યેની આસ્થા વધુ દૃઢ થશે અને સ્થૂળ જગતના ઉપલકિયા અનુભવો કરતાં આ આંતરિક અનુભૂતિ વધારે ચિરસ્થાયી બનશે.

વિશ્વમાં શક્તિનો આ એક જ મૂળ સ્રોત છે. તમારામાં ગમે તે વિશિષ્ટ કળા હોય, પ્રત્યેકને ખીલવવાની શક્તિ આ મૂળ ગંગોત્રીમાંથી જ મળી શકે છે. જો આ અનુસંધાન સ્થાપિત ન થાય તો તમે કશું સિદ્ધ નહીં કરી શકો. તમે બીજા-ત્રીજા ધોરણે ભલે પહોંચી જાઓ, પણ પારંગતતા તો પામી જ ન શકો. ટોચની સિદ્ધિ કે પરિપૂર્ણ પારંગતતા માટે તો આપણા મૂળ સ્રોત સાથેનું અનુસંધાન અનિવાર્ય જ છે.

એક વાર આ દિવ્યતા સાથે સંપર્ક સધાય, પછી જીવનનું આખું

સ્તર જ બદલાઈ જાય છે. જાણે આપણે કોઈ નવી જ દુનિયામાં દાખલ થયાં હોઈએ એવો એક અવનવો, અદ્ભુત, અભૂતપૂર્વ અનુભવ આવે છે અને શક્તિના તો જાણે આપણામાં ફુવારા ફૂટે છે. આપણું હૃદય નીતર્યા જળ સમું શુદ્ધ, નિર્મળ થઈ જવાને કારણે આપણા શક્તિ-સામર્થ્યમાં અપાર વૃદ્ધિ અનુભવાય છે.

હે પ્રભુ ! તારી સાથેની મારી અભિન્નતા જન્મસિદ્ધ છે, એ અબાધિત છે, પૃથ્વીની કોઈ તાકાત એને છીનવી ન શકે. મારા આ અજર-અમર જન્માધિકારને સ્મરું છું. ત્યારે મારું વ્યક્તિત્વ ગુલાબની જેમ ખીલી ઊઠે છે. મારા પર જાણે અમૃતવર્ષા થતી હોય એમ હું સુગંધી વાદળોથી વીંટળાઈ વળું છું. પરમાનંદનું એક સુંદર ગીત હું સાંભળું છું. જેમાં મને અલૌકિક સમૂહ નાદ સ્પષ્ટપણે સંભળાય છે.

અને પ્રભુના બીજ સમા મારા વ્યક્તિત્વના અંકુર ફૂટતાં હું અનુભવું છું, મારી ચોમેર દૈવી દીવાલોથી હું ઘેરાયલો છું અને પ્રભુ મને એ તૃણભૂમિમાંથી જાણે ચૂંટી રહ્યો છે !



પહેલા સામા માણસમાં આતુર ઈચ્છા પ્રગટાવો. જે આવી ઈચ્છા જાગ્રત કરી શકશે તે આખી દુનિયાને પોતાની મરજી મુજબ ન્યાયવશે; જે આ કામ નહિ કરી શકે તે એકલો પડી જશે.

- હેરી એ. ઓવરસ્ત્રીટ

૮

રિદ્ધિ-સિદ્ધિ-સમૃદ્ધિનું શાસ્ત્ર

પરમપિતા પરમાત્મા જ તમામ રિદ્ધિ-સિદ્ધિ, વૈભવ-સમૃદ્ધિના સ્વામી છે અને જગતમાં જે કાંઈ ભૌતિક ચીજ-વસ્તુઓ, પદાર્થો, નજરે પડે છે. તે તમામે તમામ એમનામાંથી જ ઉદ્ભવે છે. આ મૂળભૂત પરમતત્ત્વ સાથે જેમનો અનુબંધ છે, તેમની પાસે એ જે ઈચ્છે, તે સઘળું લોખંડને જેમ લોહચુંબક આકર્ષી લે, એ રીતે આવી મળે છે.

જેને દળદરતામાં જ રહેવું હોય તે એવો દળદરિયો જ રહી જાય. પરંતુ જે માણસ સમૃદ્ધિ અને આબાદીનાં સપનાં સેવી, તદનુસાર આચરણ કરે, તો તે સમૃદ્ધ બની શકે છે, કારણ કે સમાન વસ્તુ સમાન તત્ત્વ ભણી આકર્ષાય છે.

જે રીતે પરમાત્મા સર્વ પદાર્થોમાં છે, એ જ રીતે પદાર્થો પણ પરમાત્મામાં રહેલા હોય છે. મનુષ્ય જેટલા અંશે આ વાત આત્મસાત્ કરી લે છે, તેટલા પ્રમાણમાં જે કાંઈ પરમાત્માનું છે, તેને પોતાનું બનાવી શકે છે. આપણી લાયકાત જ આપણી સમૃદ્ધિ નક્કી કરશે. આ રીતે, હુકમનો એક્કો આપણી બાજીમાં આવી જાય છે. આપણે જેવું ઈચ્છીએ તેવું આપણે કરી શકીએ, જો આપણે લાયકાત કેળવીએ તો.

આ સર્વસાધારણ નિયમ સદાકાળે પ્રવર્તતો જ રહે છે. અત્યારે આ ક્ષણે પણ આ જ નિયમ કામ કરે છે. બસ, આપણે એનો અમલ કરીએ, એટલું જ બાકી છે. ઈશ્વર જ કર્તાહર્તા છે. એને તો આ એક જ વાત કહેવાની છે કે - 'મારાં બાળ, મને ઓળખ. જેટલા અંશે તું મને પામીશ, તેટલા અંશે મારું જે કાંઈ છે, તે બધું તારું જ છે.' યોગ્યતા કેળવો

અને ભરપૂર પામો. ઈશ્વર સારી વસ્તુઓ પણ કોઈના ઉપર લાદતો નથી. એના રાજ્યમાં તો બધું નિયમોના આધારે જ ચાલે છે.

એક ખોટી માન્યતા લોકોના મનમાં ઘર ઘાલી ગઈ છે કે મનુષ્યમાં સુર-અસુરનો સંગ્રામ ચાલતો રહે છે, પરિણામે જીવનદષ્ટિ એકાંગી બની જાય છે. હકીકતમાં, સ્વસ્થ જીવનદષ્ટિ ખીલવવાની જરૂર છે. તમારી પ્રજ્ઞા જાગી જાય, પછી સાચું ઐશ્વર્ય, સાચી પ્રભુતા પ્રગટે જ છે. માણસની પ્રજ્ઞા જાગે અને પોતાને મળેલી આત્મશક્તિનો ઉપયોગ કરે તો આ વિરાટ વિશ્વ એનો ખજાનો ખુલ્લો કરી દેશે. જેવી માંગ, તેવો પુરવઠો. માંગણી સાચી રીતે મુકાવવી જોઈએ, એટલી જ શરત છે. બસ, આટલો નિયમ સમજાઈ જાય અને યોગ્ય આચરણ થાય તો ગરીબાઈ કે અછત-અભાવનો પડછાયો સુધ્ધાં તમારી સમક્ષ ફરકી ન શકે.

તમે જ્યારે અનુભવો કે પરિસ્થિતિ તમારા હાથમાંથી છટકી જઈ રહી છે, તે ક્ષણે જો તમે એનો કાબૂ મેળવી ન લો તો પરિસ્થિતિનું વર્ચસ્વ તમારા પર સ્થપાઈ જઈ શકે. પરંતુ ગમે તેવી પરિસ્થિતિ હોય, તમારા ચિત્તમાં આત્મવિશ્વાસ હશે, તમારામાં પડેલી ગર્ભિત શક્તિઓ વિશે તમે જાગૃત હશો તો તાત્કાલિક વિષમતાઓ અને પ્રતિકૂળતાઓને તમે પાર કરી જઈ શકશો. પછી તમારી અંદરની શક્તિઓ કામે લાગશે અને તમે વધારે અનુકૂળ પરિસ્થિતિ સર્જી શકશો. અને એવો સમય પણ લાવી શકશો, જ્યારે તમે અનુભવશો કે જૂના સંજોગોમાંથી બહાર નીકળી અવાયું, એ જ સારું થયું.

શું તમારામાં કે વિશ્વમાં કે સમસ્ત બ્રહ્માંડમાં એ જ અનંત શક્તિ કામ કરી રહી છે. વિચારમાં અપાર શક્તિ છે. બસ, એને વહેતો કરો અને યોગ્ય સમયે, તમારી પાસે યોગ્ય પરિસ્થિતિ અને યોગ્ય તક આવીને ઊભી રહેશે અને પરિણામ જોઈને તમને એની શક્તિનો

અંદાજ આવશે. બસ, દૃઢતાપૂર્વક વિચારને વળગી રહો અને અડગ શ્રદ્ધાપૂર્વક એને વાગોળતા રહો. આ રીતે, પેલા આધ્યાત્મિક સમાચારપત્રમાં તમે તમારી જાહેરાત છપાવતા રહો છો, જે માત્ર આ જગતમાં જ નહીં, સમસ્ત બ્રહ્માંડભરની શક્તિઓ ખેંચી લાવશે. જગતમાં વિજ્ઞાપન માટે આનાથી મોટું એવું બીજું કોઈ માધ્યમ નથી. તમારી પોતાની આધ્યાત્મિક સજ્જતાના પ્રમાણમાં આ જાહેરાતનો પ્રતિસાદ તમને મળી રહેશે.

છાપાની 'જોઈએ છે' વાળી જાહેરાતો જોવી હોય તોપણ, તમારી આંતરિક શક્તિઓને કામે લગાડી દો. હાથમાં છાપું લેતાં પહેલાં, વિચારને વહેતો મૂકી દો અને પછી જાહેરાત જુઓ, તપાસો અને હકારાત્મક પ્રતિસાદ જ મળશે, તેવી આશા સેવો. તમને અંદરથી તરત જ પ્રેરણા જાગશે. આ જ છે તમારા અંતરાત્માનો અવાજ. એ સંભળાય કે તરત એને અનુસરો.

તમને નવી પરિસ્થિતિ અનુકૂળ ન લાગે, તો તરત જ એ પરિસ્થિતિને ચડવાનું પગથિયું બનાવી, બીજી ઈચ્છનીય પરિસ્થિતિ માટે વિચારને વહેતો કરો. આવી ભાવના સેવો ત્યારે પણ તમારી ચાલુ પરિસ્થિતિને પૂરો ન્યાય આપો, પૂરી પ્રામાણિકતાપૂર્વક તેને વળગી રહો, જેથી તમને વધારે અનુકૂળ પરિસ્થિતિ તમે પામી શકો. જો આ પ્રામાણિકતા ન રહે, તો સંભવ છે કે તમે વધારે પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિમાં મુકાઈ જઈ શકો.

સમૃદ્ધિ મેળવવાનો પણ આ જ મુખ્ય નિયમ છે કે તમારા પર દેખીતી કોઈ આફત આવી ચડે, તો તેનો અફસોસ ન કરતાં, એ સ્થિતિનો શક્ય તેટલો સદુપયોગ કરવો અને એવી ભાવના સેવવી કે આ દિવસો પણ જલદી પૂરા થશે અને સારા દિવસો આવશે. આવી સદ્ભાવના સેવવાથી આપણે સૂક્ષ્મ શક્તિઓને ગતિમાં મૂકી દઈએ

છીએ, જે સદ્ભાવનાને સાકાર કરી શકે છે. એટલે ‘મારું તો નસીબ જ ફૂટેલું છે’ કે ‘હું લાચાર, હું શું કરી શકું ?’ - આવા નકારાત્મક વિચારો સેવવાને બદલે, તમારી પરિસ્થિતિમાંથી બહાર આવવા મથો. તમારી ભાવનાને દૃઢતા અને શ્રદ્ધાપૂર્વક જાગૃત રાખી એના પર આશા-અપેક્ષાનાં નીર સીંચ્યાં કરો.

મનમાં કદીય ફરિયાદને ઊઠવા ન દો, એના સ્થાને ઈચ્છનીય પરિસ્થિતિ લાવવામાં સમય-શક્તિ ખર્ચો. તમે યથાશીઘ્ર સારા દિવસો જોશો તેવું વિચારો. શાંતિ અને સ્વસ્થતાપૂર્વક પણ મક્કમતા અને આત્મવિશ્વાસપૂર્વક આ વાતને મનોમન વાગોળ્યા કરો. આ રીતે તમે વાંછનીય પરિસ્થિતિને ખેંચી શકશો. આ રીતે સંકેત કરવામાં કે મનોમન મનોરથો ઘડવામાં સંકોચ ન કરશો. તમારા આવા માનસિક સંકેતો જ નવા સંજોગોને ઘડશે, એને સાકારશે. આ રીતે વિશ્વના આવા વહેણને તમે તમારા તરફ વહેતું કરવામાં પ્રેરકરૂપ બનો છો. તમારા માટે અને દુનિયા માટે હિતકારક હોય એવું કાંઈ તમે ઈચ્છતા હો અને એ ઈચ્છાને સાકાર કરવા તમે મનોમન, તમારી ચૈતસિક શક્તિઓને કામે લગાડી કુદરતની શક્તિઓને અનુકૂળ કરતા રહેશો તો તમારી મનોવાંછિત પરિસ્થિતિ અચૂક સાકાર થશે.

એક બહેનને હું જાણું છું, જેમને પૈસાની ખૂબ જરૂર હતી. સારા કાર્ય માટે એમને પૈસા જોઈતા હતા અને એ ન મળે તેવું કોઈ કારણ એ જોતાં નહોતાં. એમને આ આંતરિક શક્તિઓમાં પૂરો વિશ્વાસ અને શ્રદ્ધા હતાં. એમણે તો આ જ માર્ગ અપનાવ્યો. સવારના પહોરમાં મૌનધ્યાન કર્યું. આ રીતે, વિશ્વની મહાન શક્તિઓ સાથે તદ્દ્રૂપતા કેળવી, પરિણામે સાંજ નમે તે પહેલાં એક સજ્જને એના કુટુંબીજનને કહેણ મોકલાવ્યું કે આ બહેન અમુક કામ કરી આપશે ? મનોમન નવાઈ તો લાગી, પણ એણે તરત પોતાની જાતને કહ્યું ‘જો આ જ છે પ્રતિસાદ !’

- એણે તરત જ એ કામ સ્વીકારી લીધું અને પેલા ભાઈને સંતોષ થાય એ રીતે કામ પાર પાડ્યું, અને પોતે ધાર્યું હતું તેના કરતાં વધારે વળતર આપવાની વાત આવી. તેણે તે લેવા ના પાડી, પરંતુ પેલા સજ્જને આગ્રહ રાખ્યો કે - અમારા બાળકની તમે જે રીતે ઉત્તમ સેવા કરી છે, તેના પ્રમાણમાં આ રકમ કાંઈ નથી. આ રીતે, એ બહેનને પરમાર્થી કામ માટે જેટલી રકમની જરૂર હતી, તેના કરતાં વધુ રકમ મળી ગઈ અને તરત જ તેણે ધારેલું કામ આદરી દીધું.

ઉચ્ચ શક્તિઓ કેવી રીતે કામ કરે છે, તેના અનેક દાખલાઓ આપી શકાય તેમ છે. તેમાંનો આ એક દાખલો આપણને ઉપયોગી બોધપાઠ આપે છે. તમારા ખોળામાં સામેથી વસ્તુઓ આવી પડશે, એમ ધારી લઈ માત્ર હાથ જોડીને બેસી ન રહેશો. તમારી શક્તિઓને વહેતી કરો અને પછી જે કાંઈ કામ કરવાનું હાથ આવે, તે કરવા માંડો અને એને સારી રીતે પાર પાડો. એનાથી પણ ઉત્તમ આકાંક્ષા રહેતી હોય તો એવી ભાવના જાગૃત કરો, જેથી તમારું વર્તમાન કામ તમને વધારે ઊંચું કામ મેળવી આપવામાં સાધનરૂપ થઈ શકે. તમે જેવું ઈચ્છો છો તેવું ધારી લો. જેને આપણે કલ્પનાઓ કહીએ છીએ, તે અદૃશ્ય જગતની વાસ્તવિકતાઓ અને શક્તિઓ જ છે. મનથી તમે હવેલીમાં રહેવાનું શરૂ કરો અને થોડા જ વખતમાં તમારી આસપાસ હવેલીનું વાતાવરણ ખડું થઈ જશે. પરંતુ આનો અર્થ એ નથી કે વર્તમાન પરિસ્થિતિ માટે તમારે પસ્તાતાં રહેવું કે મનોમન ઓશિયાળા થઈ જવું અને મનમાં સતત ફરિયાદની વૃત્તિ રહેવા દેવી. જગતની દૃષ્ટિએ સાવ નિમ્ન હાલતમાં હો, ત્યારે પણ તમે અતિઉચ્ચ હાલતમાં છો, એવી માનસિકતા કેળવવી પડે. તમારે પતરાની થાળીમાં જમવું પડતું હોય ત્યારે તમારે એ પતરાની થાળીને ચાંદીની થાળી તરફનું એક પગલું ગણવું પડશે. જે લોકો ચાંદીની થાળીમાં જમી રહ્યા છે તેમના માટે અદેખાઈ કે દ્વેષની

કોઈ ભાવના જાગવી ન જોઈએ, નહીંતર તમારું મનોબળ એટલું ઓછું થશે.

આ અંગે એક અનુભવી મિત્ર આ રીતે સલાહ આપે છે 'તમે જો કોઈ રીંછના હાથમાં આવી પડ્યા હો ત્યારે તમને એ સૂઘે ત્યારે એની સામે હસતાં હસતાં જોઈ સામે ઊભેલા આખલા તરફ નજર રાખો.' એનો અર્થ આ જ કે જ્યારે આફતમાં સપડાઓ ત્યારે આફતનું જ ધ્યાન ધરશો તો એ તમને ઘેરી વળશે, એના બદલે બીજી ઈચ્છનીય પરિસ્થિતિમાં મન લગાડશો તો એ સાકાર પણ કરી શકાશે. ટૂંકમાં, પરિસ્થિતિના ગુલામ ન બનો, નવી પરિસ્થિતિને નિર્માણ કરતાં શીખો. દુઃખ આવે ત્યારે ધીરજ ખૂટી જાય તો તે આફતનું દુઃખ વધી પડે છે, એના બદલે એની સામે અણનમ ઊભા રહીએ તો આપત્તિ આપોઆપ દૂર થઈ જશે.

અંતરાત્મા પર સંપૂર્ણ વિશ્વાસ હોવો એ જ ઉજ્જવળ વિજયનો રામબાણ ઈલાજ છે. દરેક માણસની સફળતા-નિષ્ફળતાનો આધાર બાહ્ય સંજોગો પર નહીં, પરંતુ તેના પોતાના પર નિર્ભર છે. આ અંગે વિશ્વાસ બેસી જાય તો બહારની કોઈ પણ પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિને આપણે અનુકૂળ બનાવી શકીશું. પછી સદાય આમતેમ ફાંફાં મારવાને બદલે, આપણા પોતાના કેન્દ્રમાં રહીને ધારીએ તેવા સંજોગો નિર્માણ કરી શકીશું.

આધુનિક જગતના ઘણા ખરા લોકો વહેવારુ બનીને રોજિંદા જીવનની ઘટમાળમાં વ્યસ્ત રહે છે. આપણે જે ઉચ્ચ નિયમોની વાત કરી રહ્યા છીએ તેને વધારે તપાસીશું તો સમજાશે કે તેઓ યથાર્થમાં વ્યવહારોમાં જ અટવાયેલા રહે છે અને યથાર્થમાં જે વાસ્તવિકતા છે, તેનાથી ઘણા બધા છેટાં હોય છે.

જે લોકો વહેવારુ જગતમાં વ્યસ્ત હોવા વિષે અભિમાન ધરાવતા હોય છે, તેમના કરતાં સ્થૂળ જગત વિશે ઓછું વિચારનારા લોકો વધારે વહેવારુ અને વાસ્તવિક છે, અને કહેવાતા વહેવારિયા ઓછા વ્યવહારુ અને વાસ્તવિક હોય છે. જીવનની સમગ્રતા જોતાં આ લોકોની વ્યવહારદક્ષતા અને વાસ્તવિકતા ઓછી પડતી જણાય છે, કારણ કે જીવનની સમગ્રતા એ વાસ્તવ છે - વસ્તુસ્થિતિ છે.

માણસે આખું જગત મેળવી લીધું હોય, પણ હજુ પોતાની જાતનો જ પરિચય મેળવ્યો ન હોય, તેવા માણસને આપણે શું કહીશું ? આપણી આસપાસ એવા અસંખ્ય લોકો છે, જેમને હજી જીવન નામની ચીજનો કક્કો-બારખડી પણ આવડ્યો નથી હોતો. ક્ષણભંગુર ભૌતિક ચીજોના તેઓ નર્ચા ગુલામ હોય છે. જે લોકો એમ માને છે કે અમે તો અખૂટ ધનના માલિક છીએ, વાસ્તવમાં તેઓ પોતે જ એ ધનવૈભવના ગુલામ હોય છે. તેઓ પોતાનું કે જગતનું કશું ભલું ન કરતાં, નર્ચુ વેરાન જીવન જીવતા હોય છે. આવા લોકો જ્યારે શરીર તજે છે ત્યારે તો તેમની અજ્ઞાની સ્થિતિ અત્યંત દયાજનક બની જાય છે, કારણ કે એકઠા કરેલા ખજાનામાંથી ફૂટી કોડી પણ સાથે લઈ જઈ શકાતી નથી અને આંતરિક સંપત્તિના નામે તો મીઠું જ હોય છે, એટલે સાવ ખાલી હાથે દુનિયા છોડવી પડે છે. દયા-કરુણા, ઊંચા સદ્ગુણો, આત્માની ખીલેલી શક્તિઓ જેવા આત્માના વૈભવ સામું તો તેમણે કદીય જોયું જ નથી, ઊલટું કેટલીક નુકસાન કરે તેવી બાબતો ગાંઠે બાંધી હોય છે, જેમનો શરીર સાથે નાશ થઈ શકતો નથી, દુર્વાસનાઓ બીજા લોકમાં પણ જીવાત્મા સાથે જઈ એને સતત પીડતી રહે છે, દરેક કર્મોનાં ફળ તો ભોગવવાં જ પડે છે. આ તો કર્મનો સિદ્ધાંત છે કે વાવો તેવું લણો અને કરો તેવું પામો.

જેમને ભૌતિક ચીજવસ્તુઓની જ આસક્તિ હોય તે તો શરીર

નાશ પામ્યા પછી પણ રહેવાની જ છે. પરંતુ આસક્તિ હશે, એને સંતોષવાની શક્યતા નહીં રહે, એટલે એને બમણી પીડા ભોગવવી પડશે. તેમાંય જો એણે આ સંસારમાં ભેગી કરેલી મિલકત આમતેમ વેડફાઈ જતી એ જુએ તો તો એની પીડાનો કોઈ પાર જ નહીં રહે. પોતાની ઈચ્છા મુજબનું વસિયતનામું એણે કર્યું હશે તોપણ તેની ઈચ્છા હવે કોઈ કામની નહીં રહે.

આ રીતે, કોઈ પણ ભૌતિક વૈભવ કે સંપત્તિને ‘આપણી’ માનવી એ કેટલી મોટી મૂર્ખામી છે ? દાખલા તરીકે ભૂમિ તો ભગવાનની છે અને આપણે કહીએ છીએ કે મારી આટલાં વીઘાં જમીન છે. જે ચીજને સદૈવ માટે આપણી પાસે રાખી ન શકીએ, તે ચીજ કદીય આપણી હોતી જ નથી. આપણી પાસે જે કોઈ ચીજવસ્તુ આવે તે વાપરવા માટે આવે છે, એનું માલિકીપણું ભોગવવા માટે નથી આવતી. એનો સદુપયોગ જ થવો જોઈએ. આપણે તો એના રખેવાળ કે વાલી માત્ર છીએ, એના ઉપયોગ વિશે આપણી પાસેથી કેફિયત માંગવામાં આવશે. કર્મનો બદલો મળી રહે છે, આ સિદ્ધાંત જીવનમાં સતત કામ કરતો જ રહે છે, છતાંય આપણી પોતાની વાત આવે છે ત્યારે આપણે તેને ઉચિત રીતે સમજી શકતા નથી.

જે માણસને ઉચ્ચ જીવનનો છંદ લાગે છે, તે તો કદીય ધનસંપત્તિ એકઠી કરવા ઈચ્છતો જ નથી. એક પાઈ પણ વધારે એ ઈચ્છતો નથી. જેમ જેમ એની આંતરિક સમૃદ્ધિ વધતી જાય છે, તેમ તેમ સ્થૂળ સંપત્તિનું મૂલ્ય એની નજરમાં ઘટતું જાય છે. એક વાર એને આ તથ્યનું ભાન થઈ જાય છે કે એની ભીતર જ એવો સ્રોત પડ્યો છે, જ્યાંથી એની સઘળી જરૂરિયાતો પૂરી પડી શકે તેમ છે, ત્યાર પછી એને ચીજવસ્તુ કે ધનવૈભવના સંઘરાનું લગીરે ખેંચાણ રહેતું નથી, જે ધનવૈભવ પાછળ સતત દેખરેખ-કાળજી રાખવી પડે અને જીવનની

સાચી પ્રાપ્તિને બદલે આ વ્યર્થ બાબતમાં જ સમય-શક્તિ ખર્ચવાં પડે. બીજા શબ્દોમાં કહેવું હોય તો, પહેલાં એ પ્રભુનું સામ્રાજ્ય શોધે છે અને પછી એ અનુભવે છે કે આ મળી ગયા પછી બાકીનું તમામ એને અનુસરતું આવી જ મળે છે.

ઈશુએ કહેલું કે સોયના કાણામાંથી ઊંટ પસાર થઈ શકે, પરંતુ ધનિક માણસનો સ્વર્ગમાં પ્રવેશ ન થઈ શકે. બીજા શબ્દોમાં, સ્થૂળ ભૌતિક ચીજોના સંઘરામાં જ માણસ પોતાની તમામ શક્તિ ખર્ચી નાંખે, પછી આ બીજા અદ્ભુત સામ્રાજ્યને શોધવાનો સમય-શક્તિ એ લાવે ક્યાંથી ? લાખો-કરોડો રૂપિયા ભેગા કરવા અને રાતદિવસ એની પળોજણ કરવી એ સારું છે કે દરેક જરૂરિયાત પાર પાડતી રહે તેવો સ્રોત શોધવો તે સારું છે ?

આંતરિક જગતનો ખેવૈયો દુનિયાના અનેક સાધારણ લોકો જેવો ધન-કીર્તિનો ગુલામ નથી હોતો. જે રીતે શરીરમાં કોઈ રોગ ન થાય તેની એ કાળજી રાખે છે, એ રીતે આ ધન-કીર્તિનું દૂષણ એનામાં પેસી ન જાય એનું એ ધ્યાન રાખે છે. આંતર્જગતનું ભાન થયા પછી અંતરાયરૂપ બનતી વસ્તુઓ તરફ ધ્યાન અપાય છે. જે ધનવૈભવનો વધુ પડતો સંઘરો આપણા માટે માથાનો દુખાવો થઈ પડે, તેની પાછળની આંધળી દોટ શા માટે ?

અમુક મર્યાદા પછી ધનનો તમે શો ઉપયોગ કરવાના ? વધુ પડતું ધન આશીર્વાદ બનવાને બદલે અભિશાપ બની બેસે છે. આપણી આસપાસના અનેક લોકોનાં જીવન સ્વાર્થી અને સંકુચિત થઈ ગયાં છે, તેમણે પોતાનો સમય વધુ પડતી સંપત્તિ એકઠી કરવામાં ગાળવાને બદલે સાચું ધન શોધવામાં ગાળ્યો હોત તો તેમનાં જીવન સુંદર, સુખી અને પ્રસન્ન બન્યાં હોત !

કોઈ માણસ આખી જિંદગી ધન એકઠું કર્યા કરે અને પછી

દયા-દાન કરવા નીકળે તો તેની જિંદગી પણ સાર્થક નથી થતી. આ તો નકરું બહાનું છે. મારા ફાટી ગયેલા નકામા જોડા જે હું કદીય વાપરવાનો ન હોઉં, તે હું કોઈને આપી દઉં તો તેમાં શું ધાડ મારી ? જો હું નવા જોડા કોઈ ઉઘાડપગાને આપું તો તેમાં પરોપકાર છે. વળી, એ જૂતાંની સાથે પ્રેમ આપું તો બેવડી બક્ષિસ અપાય છે અને બદલામાં મને પણ બેવડા ધન્યવાદ મળે છે.

માણસે ભેગા કરેલા ધનનો સારામાં સારો સદુપયોગ આ જ છે કે રોજે રોજ પરોપકાર પાછળ ધન ખર્ચવું. આ રીતે તેમના આંતરિક જીવનમાં રોજ સંતોષ અને સમૃદ્ધિ વધશે. પછી તો એક સમય એવો પણ આવશે, જ્યારે પોતાની પાછળ લખલૂટ ધન મૂકી જવું તે અપકીર્તિનો વિષય ગણાશે. તાત્પર્ય આ જ કે, સમજુ માણસે પરોપકારનાં કામ સંતાનો કે ટ્રસ્ટીઓને આપી જવા કરતાં, પોતે જ એનો સદુપયોગ કરી લેવો.

કોઈ માણસ ભલે મહેલમાં રહેતો હોય, પરંતુ એનું જીવન તો ઘરવિહોણા માણસ કરતાંય નબળું હોય તો એ માણસ ગરીબ જ છે. રહેવા માટે ભલે એની પાસે હવેલી હોય, પણ હકીકતમાં એ ઝૂંપડીથીય બદતર છે.

જે વસ્તુઓનો નકામો સંઘરો થયો હોય અને કોઈનાય ઉપયોગમાં એ ચીજો આવતી ન હોય તો, તેનો નાશ કરવા માટે જ કુદરતે ઊધઈ-કાટ જેવી ચીજો નિર્માણ કરી છે. સ્થૂળ ચીજોની ત્રણ જ ગતિ હોય છે - દાન, ભોગ કે નાશ.

ઘણા માણસો નજીવી ચીજો મેળવવાને લોભે ઉમદા ચીજો ગુમાવે છે. જો નજીવી ચીજોનો સદુપયોગ થાય તો જ ઉમદા ચીજો તેમની પાસે આવી શકે. માત્ર સંગ્રહ કરવાથી તો હાનિ જ થાય છે, જ્યારે સદુપયોગ કરવાથી નવું જ્ઞાન અને નવું જીવન મળ્યાં કરે છે.

જો વૃક્ષ લોભી બનીને પોતાનાં પાકટ પાંદડાં સંઘરી રાખે તો વસંત ઋતુનું સુંદર પત્રપુષ્પવાળું નવજીવન એને ક્યાંથી મળે ? આવું વૃક્ષ ધીમે ધીમે જીર્ણ થઈ સુકાઈ જશે. આ જ રીતે માણસે પણ વસ્તુઓનો સદુપયોગ કરી ધનને વહેતું રાખવું જોઈએ. હકીકતમાં તો જે દ્રવ્ય વહેતું રહે છે એ જ સાચું દ્રવ્ય છે. અપાય છે, તો બદલો મળી જ રહે છે. ઈશ્વરનો ભંડાર પણ આપણને મળી રહે, એટલું જ નહીં, પરમાત્માના ઐશ્વર્ય અને સામર્થ્યને વહેવડાવનારી શાખા આપણે બની શકીએ, જેનો લાભ બીજા મનુષ્યોને પણ મળી શકે.

સમૃદ્ધિ એ વિશ્વનો કાનૂન છે, જો આડે અંતરાયો ઊભા ન કરાય તો કુદરત પાસેથી જરૂરિયાતો પૂરી પાડવા સતત પુરવઠો મળતો જ રહે તેમ છે. મનુષ્ય માટે આ જ સ્વાભાવિક અને સહજ જીવન છે કે અનંત ચૈતન્ય સાથે પોતાનું અનુસંધાન જાળવી રાખે અને જરૂરિયાતોનો પુરવઠો મેળવતો રહે.

પછી કશું સંઘરી રાખીને નહીં, પણ જરૂર મુજબ વાપરીને બાકીનું બીજાને આપી દેવાથી, આપણી પાસે સતત નવો પ્રવાહ આવતો રહે છે અને શક્ય છે કે પુરાણા પુરવઠા કરતાં આ નવો પુરવઠો વધારે કામનો હોય. આ રીતે આપણે અપાર ઐશ્વર્યનો ભોગવટો કરી શકીએ છીએ એટલું જ નહીં, આપણે એ ઐશ્વર્યને વહેવડાવનારા વહેણા પણ બની શકીએ છીએ.



જે માણસ પોતાની જાતને બીજાની જગ્યાએ મૂકી શકે છે,
જે સામા માણસની લાગણી સમજે છે તેને પોતાના ભવિષ્ય
સંબંધી કદી ચિંતા કરવાની જરૂર પડતી નથી.

- ઓવન ડી-યંગ



માટીપગા માણસમાંથી મહાત્મા

અત્યાર સુધી મેં તમારી પાસે કેટલાંક મૂળભૂત તથ્યો અંગે મારી મતિ-દષ્ટિ મુજબ વિચારો રજૂ કર્યા. બીજાઓના ઉપદેશોને આધારે મેં કશું કહ્યું નથી, પણ એ ઉપદેશો કોઈ દષ્ટાવાનના પણ કેમ ન હોય ! હવે આપણે વિશ્વના આવા મહાન ચિંતકો અને પયગંબરોના જીવનસંદેશોના ઉજાશમાં આ તથ્યોને તપાસીએ.

પ્રભુનું સામ્રાજ્ય તારી ભીતર

અત્યાર સુધી અગાઉ જે કાંઈ કહેવાયું તે તમને યાદ હશે કે મનુષ્યજીવનની એક અત્યંત મહત્વની વાસ્તવિકતા આ છે કે આપણને પરમતત્વ સાથેની આપણી મૂળભૂત એકતાનું ભાન થાય અને એ દિવ્ય સ્રોત પ્રતિ આપણે આપણી જાતને અભિમુખ કરી ખુલ્લી મૂકી દઈએ. ઈશુએ કહ્યું કે હું અને પરમપિતા એકસમાન છીએ. આ કથનમાં આપણે પરમપ્રભુ સાથેની એમની અભિન્નતાનો રણકો સાંભળીએ છીએ. વળી તેઓ કહે છે :- ‘હું તમને જે વાણી કહું છું ‘તેનો કહેનારો હું નથી, પણ મારી ભીતર વસનાર પરમાત્મા જ એ કહે છે, એ જ છે મોટો કર્તાહર્તા.’ આ ઉક્તિમાં પણ, પોતે પોતાના અભિક્રમથી કશું જ કરી શકે તેમ નથી, અને જે કાંઈ ઘટે છે, તે ઈશ્વર સાથેના સાયુજ્ય થકી જ સંભવ બને છે, આ વાતની પ્રતીતિ બોલે છે. પરમપિતા કામ કરે છે અને હું કરતો થાઉં છું. બીજા શબ્દોમાં, પરમપિતા શક્તિ સીંચે છે, હું એ ભણી ખુલ્લો રહું છું, અને પછી એ શક્તિ મેળવી કામ કરતો થાઉં છું.

આગળ એ કહે છે ‘પહેલાં તમે પ્રભુનું સામ્રાજ્ય, એની

પુણ્યશીલ સચ્ચાઈ પામો અને બાકીનું બધું તમને મળી જશે. આમતેમ ડાફોરિયાં મારવાની જરૂર નથી, શું તમે આ વાત જાણતા નથી કે પ્રભુનું સામ્રાજ્ય તમારી અંદર જ પ્રવર્તે છે ?” ભગવાન ઈશુની દૃષ્ટિમાં ઈશ્વર અને સ્વર્ગનું સામ્રાજ્ય એક જ છે. આનો અર્થ આ જ થાય છે કે પરમતત્ત્વ સાથેની એકરૂપતાના ભાન સાથે જ તમને ઈશ્વરી રાજ્ય જડી જશે. અને જેવું એ જડી જશે, બાકીનું બધું આપોઆપ આવી મળશે.

બાઈબલમાં એક ઉડાઉ દીકરાની વાત આવે છે, એમાં આ જ વાત કહેવાઈ છે. એ છોકરો મોજશોખમાં અને ભોગવિલાસમાં પોતાનું સર્વસ્વ ઉડાડી મૂકી સર્વનાશ નોતરે છે અને પછી એને સમજાય છે કે આ રીતે તો પોતે સાવ જાનવરની કક્ષાએ નીચે ઊતરી ચૂક્યો છે, ત્યારે એને ભાન થાય છે અને એ બોલી ઊઠે છે : ‘હું આ કીચડમાંથી બહાર નીકળીશ અને મારા પરમપિતા પાસે પહોંચીશ.’ આનો અર્થ આ છે કે એની અંદર રહેલો અંતરાત્મા એને જગાડે છે કે તું નર્ચો પશુ નથી, તું તો મહાન પિતાનો સંતાન છો. ઊઠ અને તારા પિતા પાસે પહોંચ, જે તારા જીવનનો દોર હાથમાં લઈ બધું સમું-સુતરું પાર ઉતારશે. પૃથ્વી પરના કોઈ માણસને તારો પિતા ન કહીશ. કારણ કે તારો એક જ પિતા છે, જે સ્વર્ગમાં છે. અહીં આ વાતનું સૂચન છે કે માનવીનું જીવન સીધા ઈશ્વરી જીવનમાંથી વહ્યું આવે છે. આપણા જન્મદાતા માબાપ તો માત્ર દૈહિક માધ્યમ છે, માત્ર આપણા દેહને પેદા કરનારાં છે, આપણું સાચું જીવન, આપણો પ્રાણ તો આપણા પરમપિતા પરમેશ્વર, જે જીવનના પણ મહાજીવન છે, તે પ્રાણજીવન છે.

સૌનો એક જ પિતા

એક વખતે કોઈક આવીને ઈશુને કહ્યું કે બહાર તમને મળવા તમારાં માતા તથા ભાઈઓ આવ્યાં છે. ત્યારે એ બોલી ઊઠે છે કે કોણ

મારી મા અને કોણ મારા ભાઈભાંડુ ? જે લોકો મારા પરમપિતાની ઈચ્છાને અનુસરે છે, એ જ છે મારો ભાઈ, મારી બહેન અને મારી માતા!

ઘણા લોકો આ સગપણ સાથે જડબેસલાક બંધાઈ ગયેલા જોવા મળે છે. માત્ર રક્તસંબંધે બંધાયેલા લોકો જ માત્ર આપણાં સ્વજન નથી, આ વાત યાદ રહેવી જોઈએ. જે આપણા વિચારોના, સમાન શીલના, આપણા સ્નેહભાજન હોય તેવા પ્રિયજન જ આપણા નિકટનાં સગાંસ્નેહી છે. સંભવ છે કે આવાં સ્વજનને હજુ સુધી આપણે મળ્યા કે દીઠા પણ ન હોય, એ માનવરૂપે હોય કે બીજા કોઈરૂપે હોય અને છતાંય પરસ્પર-આકર્ષણોના નિયમાનુસાર એકમેક માટે કામ કરતાં હોય અને ક્યારેય દગો દેનારા ન હોય.

જ્યારે કહેવાયું કે પૃથ્વી પરના પિતાને ન બોલાવીશ, કારણ કે તારો એક જ પરમપિતા છે, જે સ્વર્ગમાં છે. આ કથનમાં પ્રભુના પિતૃત્વના મહાન વિચારનો પાયો સાંપડે છે. અને પ્રભુ આપણા સૌનો પરમપિતા હોય, તો માનવમાત્ર પરસ્પર ભાઈભાંડુ છે, આ વાત સિદ્ધ થઈ જાય છે. પરંતુ આના કરતાંય ઊંચી એવી એક વાત અહીં સિદ્ધ થાય છે કે મનુષ્ય અને ઈશ્વર એકરૂપ છે અને એટલે જ સમસ્ત માનવજાતિ પણ એકરૂપ જ છે. આ તથ્ય સમજાઈ ગયા પછી, પરમેશ્વર સાથેની એકરૂપતા જેમ જેમ સિદ્ધ થતી જાય છે, તેમ તેમ આપણે સમસ્ત માનવજાતિને પણ આ પ્રતીતિ કરાવવા ભણી એક ડગલું ઊંચા ઉઠાવીએ છીએ અને આ રીતે એમને ઈશ્વર ભણી એક કદમ આગળ લઈ જઈએ છીએ.

બાળક જેવાં બનો

ભગવાન ઈશુની આ વાત પણ મહત્વની છે કે તમે નાનાં બાળકો જેવાં નહીં બનો, ત્યાં સુધી તમને પ્રભુના સામ્રાજ્યમાં

પ્રવેશવાનો હક્ક નહીં મળે. વળી એમણે કહ્યું કે માણસને એકલી રોટીથી ન ચાલે, આ બધા ઉદ્ગારોનું હજુ પૂરેપૂરી રીતે આપણને આકલન થયું નથી. અત્યંત મહત્વનાં આ વચનો છે. અહીં એ કહેવા માંગે છે કે ભૌતિક જીવન પણ માત્ર સ્થૂળ ખોરાક પર અવલંબિત રહી ન શકે, શરીરનાં આરોગ્ય અને સુખાકારી માટે પણ પરમતત્ત્વ સાથેનું જોડાણ જરૂરી છે. જે લોકોનાં અંતર શુદ્ધ અને નિર્મળ છે તે પ્રભુને જોઈ શકશે. બીજા શબ્દોમાં જે લોકો જગતમાં કેવળ ઈશ્વરને પિછાણે છે, તે ધન્ય છે, કારણ કે આવા શુદ્ધ હૃદયના લોકો જ પ્રભુને ઓળખી શકશે.

હિન્દુ શાસ્ત્રકાર મનુ મહારાજ કહે છે કે જે માણસ પોતાના આત્મામાં ભૂતમાત્રનો આત્મા નિહાળે છે અને સૌ સાથે સમાનભાવે વર્તે છે, તે પરમ સાર્થકતા પામે છે. એથેન્સિયસ કહે છે કે હાડયામના બનેલા માનવ પણ પ્રભુ બની શકે. ભગવાન બુદ્ધની વાણીમાં પણ આ વાત જડે છે કે ‘અહં’માંથી મુક્ત ન થવાને કારણે માણસો બંધનમાં પડેલા છે. જુદાઈની તમામ ભાવનાઓ તજી દઈ, ઈશ્વર સાથેની એકરૂપતા સિદ્ધ થાય - આ જ વાત પ્રત્યેક ધર્મોપદેશમાં કહેવાઈ છે. મધ્યયુગના યોગીઓએ પણ આ જ વાતનું પુનરુચ્ચારણ કર્યું છે - ઈશ્વર સાથેનું મિલન અને સાયુજ્ય.

આપણા વર્તમાનના નિકટ કાળમાં જોઈએ તો એમેન્યૂલ સ્વીડનબર્ગ, એક પ્રબુદ્ધ મહાત્મા હતો, તે દિવ્ય આંતરપ્રવાહ સાથે તાદાત્મ્ય સિદ્ધ કરવાના અચૂક નિયમો બતાવે છે. ધર્મ અને ઉપાસનાનું મહાન મધ્યવર્તી તથ્ય ! અંતઃપ્રકાશ છે. અંતરાત્મા ઈશ્વર સાથે જેટલો ખુલ્લો હશે, તેટલા અંશે ઈશ્વર પણ આત્મા સાથે સંવાદ સાધશે. આ જ વાત, બીજા એક સંતે આ રીતે કહી છે કે આપણે સૌ ચૈતન્યના મહાસાગરના એક ઝરણારૂપ છીએ. એ મહાપ્રવાહ સાથે એકરૂપ થઈને જ એને આ મહાજ્ઞાન લાધ્યું.

જગતના ઈતિહાસમાં સર્વત્ર આપણને આ જ એક વાત જોવા મળે છે કે જે લોકો ઈશ્વર સાથે એકરૂપ થયા તેમને જ પ્રજ્ઞા અને સામર્થ્ય, શાંતિ અને આનંદ પ્રાપ્ત થયાં. ઈઝરાઈલના લોકોએ જ્યારે પ્રભુને પિછાણ્યા અને એમના માર્ગદર્શનને સ્વીકાર્યું, ત્યારે જ સમૃદ્ધ, શક્તિશાળી બની શક્યા. જ્યાં સુધી માણસ પોતાની શક્તિના મદારે પરિસ્થિતિને જીતવાની કોશિશ કરે છે, ત્યાં સુધી એ પાછો પડે છે, પરંતુ જેવો એ પ્રભુની સહાય માટે પોકાર કરી ઊઠે છે, એની શક્તિ અનંતગણી વધી જાય છે.

ઈશ્વરના અવાજને સાંભળવો, એના પ્રકાશમાં જીવવું, આ જ છે જીવનની ચરમ સાર્થકતા, પરમ ધન્યતા, કૃતકૃત્યતા.

આ જ એક નિયમને અનુસરીને જગતના તમામ સાધુસંતો, મહાત્માઓ, દ્રષ્ટાઓ, ફકીરો અને પયગંબરો કૃતાર્થ થઈ શક્યા. જગતના મૂળને શોધવું અને એની સાથે એકરૂપ થવું, આ જ છે પ્રક્રિયા. આ જ કેડી પર ચાલીને તેઓ જીવનવીર બન્યા. પરમેશ્વરને કોઈ એક પ્રજા કે જાતિ માટે કશો પક્ષપાત નથી. એને કોઈ વધારે વહાલાંદવલાં નથી, એને માટે સૌ સમાન છે. જે પ્રભુને સન્માને છે, તે જ એના માણસ બની જાય છે.

કોઈ ખાંસ યુગ કે કોઈ ખાસ સ્થળ-એવું કશું છે જ નહીં. દરેક કાળે, દરેક સ્થળે ચમત્કારો સર્જાયા છે. એ ભૂતકાળમાં પણ સર્જાયા અને આજે પણ સર્જાઈ શકે. બસ, નિયમાનુસાર થાય અને પરિણામ આવે. ઈશ્વર સાથે ચાલનારા સમર્થ બન્યા. કારણ અને પરિણામ, કારણ અને કાર્ય બંને પરસ્પર જોડાયેલાં જ હોય છે.

ભગવાન કાંઈ સામે ચાલીને કોઈનો ઉદ્ધાર કરવા જતો નથી. જે પોતાનો ઉદ્ધાર કરે છે, તેના જ પ્રભુ હાથ ઝાલે છે. આવા અનેક કિસ્સા દેશ-પરદેશના ઈતિહાસમાં જોવા સાંપડે છે. વાવો તેવું લણો - આ

કુદરતનો કાનૂન છે. પ્રભુની કૃપા કે અવકૃપા - તમામનો આધાર માણસ પોતે જ છે. આ તો કરીને પામવાની વાત છે, સીધો સટ હિસાબ છે.

આપણે જ આપણા સર્વોત્તમ મિત્ર કે દુશ્મન બની શકીએ. જેટલા અંશે અંતરાત્મા અને પ્રભુ સાથે દોસ્તી કે દુશ્મની તેટલા અંશે સૌ સાથે દોસ્તી કે દુશ્મની સાધી શકાય છે. જેટલા અંશે મૂળ ધામ સાથે, પરમધામ સાથે જોડાયેલા હોઈશું, તેટલા અંશે આપણા જાતબાંધવોને મદદરૂપ થઈ શકીશું અને આ જ રીતે આપણે એકમેકના ઉદ્ધારક કે તારક બની શકીશું. આ રીતે સાચે જ, આપણે જગતના મુક્તિદાતા બની શકીએ.



અમુક કાર્ય કરવાની તમારી તીવ્ર ઈચ્છા એ તે કાર્ય કરવાની તમારી શક્તિનું પ્રમાણ છે. તમે તે કાર્ય કરી શકો છો તથા કરશો એમ વારંવાર દઢતાપૂર્વક જણાવવાથી તમારું કાર્ય વિશેષ નિશ્ચિત બને છે. જે કાર્ય કરવાની તમારી શક્તિ વિષે તમને શ્રદ્ધા હોય છે તે કાર્ય તમે કરશો જ.

- ઓરીસન સ્વેટ માર્ડન

૧૦

સર્વ ધર્મોનું સમાન તત્ત્વ

તમામ ધર્મોની અંદર કોઈક ને કોઈક સમાન તત્ત્વ હોવું જ જોઈએ. આપણે એ સત્ય શોધી કાઢવું જોઈએ. દરેક ધર્મમાં એ છે જ, એના વિશે સૌ એકમત છે. કોઈ ગમે તે ધર્મમાં માને, પરંતુ આ સત્ય એક મહાન સત્ય છે, તે વિશે બે મત નથી. લોકો નજીવી બાબતોસર પોતાના મત અંગે ઝઘડા કરતા રહે છે. પરંતુ મહાન સત્યો અંગે સૌને કશું કહેવાપણું નથી.

આવું થતું હોય છે. દેશમાં માંહોમાંહે ઝઘડા અને સંઘર્ષ ચાલતા જ રહે છે, પરંતુ દેશ પર પૂર, દુકાળ, ઝંઝાવાત જેવી કોઈ આફતો ઊતરી આવે છે ત્યારે આપસી મતભેદોને બાજુ પર મૂકી, સૌ ખભે ખભો મિલાવીને એક મહાન હેતુસર કામ કરવા લાગે છે. કારણ કે અલ્પજીવી અથવા તો ધીમે ધીમે ઉત્ક્રાંત થતું અનાત્મ તત્ત્વ જ સંઘર્ષ, કલહ અને વાદવિવાદ નિર્માણ કરે છે; જ્યારે આત્મારૂપી સનાતન તત્ત્વ તો પ્રેમ અને સેવા રૂપે સૌ દ્વારા એક સાથે કામ કરે છે.

રાષ્ટ્રઅભિમાન ઉત્તમ ગુણ છે અને દરેક માણસ પોતાના દેશને ચાહે એ સારી જ વાત છે. પરંતુ કોઈ દેશપ્રેમી બીજા દેશને ધિક્કારે તો તેમાં તેના મનની લઘુતા જ પ્રગટ થાય છે અને તેને કારણે પોતાના દેશ પ્રત્યેના સાચા પ્રેમની કસોટીમાં પણ તે ઊણો જ ઊતરશે. સ્વદેશ જેટલો જ પ્રેમ બીજા દેશો પ્રત્યે રાખે તો જ તેના હૃદયની ઉદારતા અને વિશાળતા કહેવાય. આવા પ્રકારનો રાષ્ટ્રપ્રેમ જ પ્રશંસનીય અને ભરોસો મૂકવા લાયક છે.

અનંત વિરાટ શક્તિ વિષે સર્વસંમતિ

ઈશ્વર જીવનનું અને શક્તિનું મૂળ આધારભૂત અનંત તત્ત્વ છે, સૌ જીવો પાછળનું એ જ પરમ પ્રાણતત્ત્વ છે, ઈશ્વર વિશેનું આવું દૃષ્ટિબિંદુ સૌ ધર્મોને માન્ય છે. તમામ ધર્મો અને તમામ લોકો આ બાબતનો સ્વીકાર કરે છે. ઈશ્વર વિશેનાં અમુક મંતવ્યોને કારણે દુનિયામાં આસ્તિક અને નાસ્તિક બેઉ પ્રકારના લોકો હોઈ શકે. કેટલાક ભક્તો અને ધાર્મિક લોકો ઈશ્વર સાથે એવી બાબતો જોડી દે છે, જે કોઈ પણ સન્માનીય વ્યક્તિ સ્વીકારવા રાજી ન થાય. ઈશ્વર પોતાનાં બાળકો પ્રત્યે દ્વેષ કે વેરઝેર કેવી રીતે રાખી શકે ? છતાંય અણસમજી માણસો ઈશ્વર માટે આવા જ અભિપ્રાયો સેવે છે. માણસો ઉપર જેવા આરોપો મૂકીએ, તેવા આરોપો આપણે ઈશ્વર પર મૂકતા અચકાતા નથી. આવું ન માનનારા લોકો નાસ્તિકમાં ખપે છે.

સાચું પૂછો, તો નિર્મળ હૃદયનો સાચો નાસ્તિક જ ધર્મનો સાચો મિત્ર છે. નાસ્તિકો ઈશ્વરના સૌથી મહાન સેવકો છે. માનવજાતિના તેઓ સાચા સેવકોમાંના એક છે. ઈશુ ખ્રિસ્ત જગતના એક આવા જ અસાધારણ નાસ્તિક હતા. એમણે અગાઉથી ચાલી આવેલી ગલત રૂઢિઓ કે પરંપરાને વશ થવાનો અસ્વીકાર કર્યો. ઈશુ સમસ્ત વિશ્વના હતા, જ્યારે જહોનનું સ્થાનિક વ્યક્તિત્વ હતું. તેમનું ખાવાપીવાનું, પહેરવા-ઓઢવાનું વિશિષ્ટ અને દેશી હતું, જ્યારે ભગવાન ઈશુ સૌને પોતાના લાગે તેવા વૈશ્વિક હતા. ઈશુ કોઈ એક દેશના કે કોઈ એક યુગના જ મસીહા નહોતા. તેઓ સમસ્ત વિશ્વના હતા અને સર્વ કાળે, સર્વ સ્થળે ઉપયોગમાં આવી શકે તેવો ઉપદેશ તેમણે આપ્યો. તમામ ધર્મોનું જે સર્વસાધારણ સત્ય છે, તે જુદાં જુદાં મોતીઓને એક સૂત્રમાં પરોવે છે. આ વૈશ્વિક સત્યની ઉપાસના ગમે તે વ્યક્તિ, ગમે તે કાળે કરી શકે.

પરમતત્ત્વની સર્વવ્યાપકતા, સર્વાશ્લેષીતા વિશે સર્વસંમતિ છે. આ એક સનાતન સત્ય છે. ધર્મોમાં એવું ઘણુંબધું હોય છે, જે યથાકાળે ખરી જઈ શકે. હકીકતમાં, તો પ્રત્યેક પયગંબર પ્રભુનો પ્રેષિત મસીહા છે. શું ઈશુ, શું બુદ્ધ, શું રામ-કૃષ્ણ ! દરેક ધર્મગ્રંથ ઈશ્વર પ્રેરિત છે.

પ્રત્યેક ધર્મનું મૂળ સ્ત્રોત છે - પરમેશ્વર, ઈશ્વર સાથે તાદાત્મ્ય સાધનારા ભક્તો દ્વારા કહેવાયેલી આ ઈશ્વરવાણી છે. દરેકે વતીઓછી પ્રેરણા મેળવી હોય તેવું બની શકે. દરેકની ગ્રહણશીલતા એકસરખી ન હોઈ શકે. પરંતુ પ્રત્યેક યુગમાં પરમેશ્વર આવા મસીહા મોકલી આપે જ છે.

ઈશ્વર કોઈ એક જ દેશમાં, કે એક જ યુગમાં પયગંબર પેદા કરે છે તેવું હરગિજ નથી. આ વાત સમજાઈ જાય પછી કોણ કયા ધર્મમાં માને છે, એ વાત ગૌણ બની જાય છે. પ્રત્યેક ધર્મની પાયારૂપ વાતો અંગે નિષ્ઠાપૂર્વક આચરણ થાય તે મહત્ત્વનું છે. સત્ય કરતાં આપણી જાત પ્રત્યે આપણો પ્રેમ ઓછો હશે તો લોકોને આપણા મતના કરી દેવામાં આપણો રસ પણ ઓછો થતો જશે. ધર્મનાં મહત્ત્વનાં સત્યો પ્રત્યે સૌની શ્રદ્ધા કેળવાય તે તરફ આપણું ધ્યાન વધારે રહેશે. માનવમાત્રમાં પરસ્પર આત્મીયતા વધવી જોઈએ - આ ધ્રુવમંત્ર પ્રત્યેક ધર્મનો છે.

પ્રત્યેક ધર્મનાં મૂળભૂત તત્ત્વો એકસમાન છે. સ્થળકાળને અનુસરીને ગૌણ બાબતોમાં નજીવો ફરક હોય છે. ઘણા મને મારો ધર્મ પૂછે છે, ત્યારે હું કહું છું કે કેવળ માનવધર્મ જ સર્વત્ર છે. નજીવા ફેરફારો અત્યંત ગૌણ છે. ભલે દરેકનાં નામ જુદાં જુદાં હોય, હકીકતે તો એક જ ધર્મ પ્રવર્તે છે.

સત્ય એક હોય તો ધર્મ પણ એક જ હોય. જે સાર્વત્રિક સત્ય નથી, જે સર્વકાલીન, સર્વદેશીય સાર્વજનિક સત્ય નથી, તે સત્ય સત્ય

જ કેમ કહેવાય ? ‘ગમે તે કેડીએ હું ચાલું, પરંતુ દરેક કેડી મને એ રાજમાર્ગ પર લઈ જાય છે, જે પ્રભુ પાસે પહોંચાડે છે.’ - ઈરાની ધર્મગ્રંથમાં આમ કહ્યું છે - ‘ઈશ્વરે વિશાળ ગાલીયો પાથર્યો છે, જેમાં ભાતભાતના રંગ છે.’ બૌદ્ધ ધર્મ કહે છે - ‘શુદ્ધ હૃદયવાળો મનુષ્ય દરેક શ્રદ્ધાને સન્માનશે. જેવી રીતે આકાશ કે જળ સૌ સાથે સમાનભાવે વર્તે છે અને ઊંચ-નીચ કે ગરીબ-અમીરના કોઈ ભેદ જાણતાં નથી, એ જ રીતે મારો ધર્મ પણ કોઈ ભેદભાવ જાણતો નથી.’ ચીનનો ધર્મ કહે છે - ‘વિશાળ હૃદયવાળા સજ્જન વિવિધ ધર્મોમાં એકતા પામે છે, જ્યારે સંકુચિત હૃદયવાળાને સર્વત્ર ભેદ જ ભેદ દેખાય છે.’ હિન્દુ ધર્મ કહે છે - ‘સંકુચિત માનસવાળાને પ્રશ્ન થાય છે કે ફલાણો આપણી ન્યાતનો છે કે પરનાતનો ? પરંતુ જેના અંતરમાં પ્રેમ જ પ્રેમ છે તેને માટે તો આખું વિશ્વ એક કુટુંબ છે.’ ઈશુ કહે છે - ‘સ્વર્ગમાં પ્રવેશવાનાં ઘણાં દ્વાર છે અને દરેક માણસ પોતાની રીતે એમાં દાખલ થઈ શકે છે.’ ‘શું આપણે સૌ એક જ પિતાનાં સંતાન નથી ? ઈશ્વરે ધરતી પર વસનારા સૌ જીવમાં એક જ પ્રકારનું લોહી વહેવડાવ્યું છે.’ એક જ્ઞાનીએ કહ્યું છે કે - ‘મનુષ્યના આત્મા માટે પ્રાચીન કાળમાં જે લાભદાયક હતું તે પ્રભુએ તે કાળના લોકોને કહ્યું. આજે જે ઉપયોગી છે તે આજે કહે છે.’

ટેનીસન કહે છે - મેં સપનું જોયું કે પથ્થર પર પથ્થર મૂકી એક સુંદર પવિત્ર મકાન બનાવવામાં આવ્યું, જે નહોતું મંદિર કે ન મસ્જિદ, ન દેવળ કે ન ગુરુદ્વારા. એ અત્યંત ઊંચું અને સાદું હતું. સ્વર્ગમાંથી વહી આવતી પ્રત્યેક લહેરખી માટે એનાં દ્વાર-ખુલ્લાં હતાં અને એટલે જ સત્ય, શાંતિ, પ્રેમ અને ન્યાય જેવાં તત્ત્વોએ આ પુનિત ધામમાં નિવાસ કર્યો હતો.

વાસ્તવમાં, ધર્મ તો માણસને આનંદ પ્રેરનારી ઊંચામાં ઊંચી ચીજ છે. આપણે ધર્મને જ્યારે એના સાચા સ્વરૂપે અનુભવીએ છીએ,

ત્યારે સમજાય છે કે ધર્મ કદી ગ્લાનિ, અંધકાર કે દુઃખ ઉપજાવી શકે જ નહીં, બલકે શાંતિ, આનંદ અને સુખ જ આપી શકે. આવો ધર્મ કોઈ પણ માટે તિરસ્કારપાત્ર હોઈ ન શકે, સૌ માટે એ સુરુચિકર જ હોય ! દરેક ધર્મગુરુએ આ સત્ય સિદ્ધાંતો સમજી લોકોને આત્મા તથા આત્મા-પરમાત્માના સંબંધ અંગે જ્ઞાન આપવામાં સમય-શક્તિ ખર્ચવાં જોઈએ. આમ થશે તો સર્વત્ર એટલો બધો આનંદ ફેલાશે કે ધર્મસ્થાનોમાં થોકબંધ લોકો ઊમટશે અને લોકોના અંતરમાંથી ધર્મ વિશે એવા સહજ ઉદ્ગારો નીકળ્યા કરશે કે આવા સાચા, જીવનોપયોગી અને પ્રાણ ફૂંકનારા ધર્મને સૌ કોઈ ઝંખવા લાગશે. આપણા રોજિંદા જીવનમાં જે ધર્મ લાભદાયક નીવડે, તે જ ધર્મ સાચો છે. આ કસોટીમાંથી પાર ન ઊતરી શકે તે વસ્તુ 'ધર્મ' કહેવડાવવાને લાયક નથી. આપણા રોજના વહેવારમાં ઉપયોગી થાય એવા જ ધર્મની માણસને જરૂર છે. આવા ધર્મ સિવાયના બીજા કોઈ ધર્મ માટે ખર્ચેલાં સમય-શક્તિ વ્યર્થ છે. વ્યવહારમાં, દરરોજ ઊભા થતા પ્રસંગોમાં ધર્મને અમલમાં મૂકી શકીએ, તો જે ધર્મને જીવ્યા તેવું કહી શકાય. એવું શક્ય ન હોય તો જીવન વ્યર્થ ગયું એમ જ સમજવું રહ્યું.



ચોક્કસ રીતે કામ કરવાનો અને નિષ્ફળતા મળે તો તેને પણ વેઠી લેવાનો નિશ્ચય કરો. શંકાશીલ માણસોએ આ દુનિયામાં કશું ભલું કર્યું નથી. ઈશ્વરનો ચોપડો હરેક પળે ચોક્કસ રાખવામાં આવે છે અને આપણામાંના દરેકને પોતાના જીવનની દરેક પળ ને અંતે તેનો હિસાબ ચૂકવી દેવામાં આવે છે.

- ટી. એઝ. હકિસ્લ

સર્વોચ્ચ સંપદા મેળવવાનો પંથ

હવે પ્રશ્નોનો પણ પ્રશ્ન, પ્રશ્નાધિરાજ આ જ હોય છે કે પરમેશ્વરની પ્રાપ્તિનો માર્ગ કયો ? પ્રભુની લગની કેવી રીતે લાગે ? તમારા સિદ્ધાંતો તો સુંદર અને સાચા લાગે છે, પણ એનો અનુભવ કેવી રીતે થાય ? એ પ્રત્યક્ષ જીવનમાં કેવી રીતે સાકાર થાય ?

રસ્તો સરળ છે, જો આપણે પોતે એને વિકટ ન બનાવી દઈએ તો. આ અંગે મુખ્ય શબ્દ એક જ છે - ખોલો. આ દિવ્ય પ્રવાહ ભણી તમારાં દિલ-દિમાગને ખુલ્લાં મૂકી દો. બસ, એ પણ દરવાજા ખૂલે એની જ રાહ જોતું બહાર બેઠું છે. પાણીનો તો સ્વભાવ જ છે - વહેવું. એ વહેવા તલસે છે. બસ, દરવાજા મોકળા થાય એની જ રાહ છે. ઈશ્વર સાથેની એકરૂપતા અનુભવો. પરમેશ્વરની પ્રભુતા ગ્રહણ કરે તે માટે અંતરાત્માને ખુલ્લો રાખવો અને એ માટે અંતઃકરણની ઉત્કટ ઝંખના - આ બે બાબત મહત્વની છે.

મૌન-ધ્યાનની ઉપાસના

દરરોજ, થોડો સમય શાંત, એકાંત સ્થાને મૌનમાં બેસવું લાભદાયક નીવડી શકે. ઈશ્વર સાથેના એકાંત સાંનિધ્યમાં મનને ગ્રહણશીલ બનાવીને બેસવું. સ્વસ્થતાપૂર્વક મનોમન આશા સેવવી કે આ ક્ષણે જ ઈશ્વરાનુભૂતિ પ્રત્યક્ષ થશે. આ પ્રત્યક્ષ અનુભૂતિનું કિરણ જ તમારા અંતરમાં ઊતરશે અને પછી તમારા મન દ્વારા અંગોપાંગમાં ફેલાશે. જેટલા અંશે આ અનુભૂતિ પ્રત્યક્ષ થશે, તેટલા અંશે શાંતિદાયક અને ઉજાશ પાથરતી સાત્ત્વિક શક્તિ તમારામાં કામ કરતી અનુભવાશે

પછી ધીરે ધીરે આ એકતા અને આત્મીયતાનો અનુભવ જગત સાથે પણ આવશે. હવે તો તમે પર્વતના શિખર પર પહોંચી ગયા છો અને ઈશ્વરી વાણી તમારા દ્વારા બોલાઈ રહી છે. ત્યાર બાદ, પર્વત પરથી નીચે ઊતરો ત્યારે તમે આ પ્રતીતિથી છલોછલ છલકાતા હશો. પછી આ જ પ્રતીતિમાં જીવો, જાગો, ચાલો, વિચારો, કામ કરો અને ઊંઘો. આમ, ભલે તમે સ્થૂળ દેહે પર્વત પર ન હો તેમ છતાંય તમારી અંદરની અનુભૂતિનું વાતાવરણ તો પર્વત પરનું જ કાયમ ટકી રહે, તેવું ઊર્ધ્વારોહી થવું જોઈએ.

મુખ્ય ચીજ - તીવ્ર ઝંખના

આમ કરતાં કરતાં, ધીરે ધીરે એવી સ્થિતિ પેદા થશે કે તમે તમારા ધંધામાં હો કે ઘોંઘાટવાળી શેરીમાંથી પસાર થતા હો, તમે ઈચ્છો ત્યારે તમારા આ આંતરિક મૌનપ્રદેશમાં દાખલ થઈને પરમપ્રભુ સાથેનું ઐક્ય સાધી શકો. તમને સર્વત્ર ઈશ્વરી સ્પર્શ અનુભવાશે. પ્રેમ, જ્ઞાન, શાંતિ, સામર્થ્ય અને સમૃદ્ધિનો દેવતા તમને દોરી રહ્યો છે, તમારું રક્ષણ-પોષણ કરી રહ્યો છે એવી છત્રછાયા તમે અનુભવશો. આ સતત ચાલતી પ્રાર્થનાનો મર્મ છે, એ નિરંતર ચાલુ રહેવી જોઈએ. ઈશ્વરને જાણવા અને એનાં કદમ સાથે કદમ મિલાવવા માટેની આ પ્રાર્થના છે. આ જ છે પ્રભુને અંદર પામવો તે. આ આપણો પુનર્જન્મ છે, આપણે હવે દ્વિજ બન્યા. પહેલો પ્રાકૃતિક અને બીજો આ - આધ્યાત્મિક. આ રીતે જ પ્રાકૃતિક આદમનું વિસર્જન થાય છે અને આધ્યાત્મિક ઈશુનું સર્જન થાય છે. આ નવા જન્મને શાશ્વત કાળ સુધી ટકાવવાનો છે, પછી તમે ગમે તે ધર્મને પાળો, ઈશ્વરને શાશ્વત કાળ સુધી અનુભવ્યા જ કરવાનો છે. ચિરંતન કાળ સુધી ટકતી આ એક શાશ્વત અનુભૂતિ છે. એ ધીરે ધીરે નહીં, અત્યારે, આ ક્ષણે જ પ્રાપ્ત કરવાની બાબત છે.

આપણને આવી પ્રતીતિ આ ક્ષણે જ પ્રાપ્ત થઈ શકે, જો

આપણી ઉત્કટતા અત્યંત તીવ્ર હોય તો. બસ, આપણે આપણાં મુખ પ્રભુની દિશામાં વાળી લેવાની જરૂર છે, પછી એક વાર દિશા પકડાઈ જાય, ત્યાર બાદ તો મુકામે પહોંચીએ તેટલી જ વાર. પરંતુ જો આપણે પ્રભુના મુકામથી અવળી દિશામાં ગતિ કરતાં રહીએ તો મંજિલ ઘણી દૂર છે, એમ જ સમજવાનું રહે. ગેથેએ કહેલું -

“તમે ઉત્સુક છો ? તો આ ક્ષણને જ પકડો :

તમે જે કાંઈ કરી શકો, તે આ પળે જ આરંભો.

આ હિંમત દાખવવામાં જ શક્તિ, પ્રતિભા અને જાદુ છે

બસ, કામ આરંભી દો અને મગજ કામ કરવા લાગશે,

આરંભો અને કાર્ય સંપન્ન થઈ જશે.”

ગૌતમ સિદ્ધાર્થે કહેલું - ‘સત્યની દિશામાં મારાં પગરણ મંડાઈ ગયાં છે અને હવે તે મેળવીને જ હું જંપીશ. હું બુદ્ધ બનીને જ જંપીશ.’ આ મક્કમતાને કારણે જ તેમને આ જ જન્મમાં નિર્વાણપ્રાપ્તિ થઈ. આ જ કારણે, કરોડો લોકોના તેઓ પથદર્શક બની શક્યા.

ઈશુ નહોતા કહેતા કે - ‘હું મારા પિતાનું કામ પાર પાડવા જન્મ્યો છું, તે શું તમે જાણતા નથી ?’ આમાંથી જ એમણે સિદ્ધ કર્યું કે - ‘હું અને પરમપિતા એક અને અનન્ય છીએ.’ આ જ જીવનમાં તેમણે ઈશ્વરના સામ્રાજ્યનો અનુભવ કર્યો. આ જ કારણે તેઓ પણ કરોડોં લોકો માટે દીવાદાંડીરૂપ બની શક્યા.

મુખ્ય અંતરાય આ તીવ્ર ઉત્કંઠાના અભાવનો જ નડે છે. આપણામાં તડપન જાગતી જ નથી. હૃદયમાં જો ઈશ્વરને મળવાની ઉત્કટ ઝંખના અને લગન લાગે અને માણસ ઈશ્વર તરફ વળે, પછી પ્રભુ મળ્યા વગર રહેતો જ નથી, જે મનુષ્ય સત્યનિષ્ઠ અને પ્રામાણિક છે, જે ઈશ્વરી તત્ત્વને જાણવા અભિમુખતા કેળવે છે, તેની સમક્ષ ઈશ્વરી

નિયમો ખુલ્લા થઈ જાય છે.

હું પોતે અંગત રીતે આવા લોકોને જાણું છું, જેમણે પોતાની તીવ્ર ઝંખનાને કારણે પ્રભુપ્રાપ્તિનો માર્ગ શોધી લીધો હોય અને પછી ઈશ્વરી તત્વનો અનુભવ કર્યો હોય. એક વાર પરમતત્વ સાથે અનુસંધાન થઈ ગયું પછી સતત તેઓ એના સંપર્કમાં રહે છે અને ચોવીસે કલાક પ્રભુના સામ્રાજ્યમાં વસે છે. અપાર સમૃદ્ધિ તેમના ચરણોમાં રગદોળાય છે. એમને કશી વાતે ખોટ નથી. કશાની જરૂર પડી નથી અને તે વસ્તુ આધી નથી, આવું જ થાય છે. જીવનમાં નરી નિશ્ચિંતતા છે. તેમને ભરોસો પડી ગયો છે કે ઉપરવાળો ચિંતા કરનારો બેઠો છે, પછી આપણે શી ફિકર ? જે એમને માટે શક્ય બન્યું તે આપણા સૌ માટે બની જ શકે, એ વાત યાદ રહેવી જોઈએ. આવું જીવન જ હકીકતમાં સ્વાભાવિક જીવન છે. આત્મા પરમાત્મામાં સંલીન થાય એ કુદરતી બાબત જ છે. પછી એક વાર માણસ એ દિવ્ય પ્રવાહ સાથે પોતાનું જીવન જોડી દે, ત્યાર બાદ તો ભરતી-ઓટ આવ્યાં કરે, ઋતુચક્રો ફર્યાં કરે, ગ્રહો-નક્ષત્રો પોતાના ક્ષેત્રમાં ફર્યાં કરે, એમ જીવન પણ નિરંતર વહ્યા કરે.

એ દિવ્યતા સાથેનો અનુબંધ તૂટી જાય છે, ત્યારે જ ક્લેશ-કંકાસ, શંકા-કુશંકા, વ્યાધિ-દુઃખ, ભય-ચિંતા વગેરે હાડમારીઓ આવ્યા કરે છે. જ્યાં સુધી આવા વિચ્છેદનું જીવન રહે ત્યાં સુધી આ બધું ભોગવવાનું કપાળે રહેવાનું જ. દિવ્ય પ્રવાહથી ઊલટી દિશામાં વહેવામાં જ કપરાં ચઢાણ છે, એની સાથે ચાલવામાં તો સુગમતા જ સુગમતા છે. આમાં નિર્ભયતા અને સરળતા બંને છે. અનંત જીવન સાથે સમરસ થવું એનું નામ જ પ્રભુમય જીવન અથવા દિવ્ય જીવન છે. આનો અનુભવ કરવાથી વિશ્વની તમામ ચીજો સાથે આપણે જોડાઈ જઈએ છીએ. પછી તો આપણો આત્મા, અંતઃકરણ અને શરીરની વચ્ચે પણ

સંવાદ સધાય છે અને ત્યારે આપણે પરિપૂર્ણ અને સર્વાંગી જીવનનો અનુભવ કરીએ છીએ, પછી આપણા પર બહારની ઈન્દ્રિયોનું જોર ચાલી શકતું નથી, બાહ્ય ઈન્દ્રિયો મનને વશ થશે અને આત્માનો પ્રકાશ મનને વશ કરશે. પછી જીવનમાં કોઈ પણ પ્રકારનો અભાવ રહેશે નહીં, જીવન સર્વાંગ સુંદર બનશે, સતત સંવર્ધિત આનંદ પ્રાપ્ત થશે અને શક્તિના ભંડાર ખૂલશે. આપણને ત્યારે આ વાતનું પણ ભાન થશે કે આવો મધ્યમ માર્ગ એ જ બધી રીતે ઉપકારક છે. આ જ રાજમાર્ગ છે. શરીરને અતિશય કષ્ટ આપવું કે નર્ચા પોપલાવેડા કર્યા કરવાથી સાચો માર્ગ નહીં જડે. પ્રત્યેક ચીજનો વિવેકભર્યો ઉપયોગ કરવાનો છે, ન તો એનો સદંતર ત્યાગ કે નર્ચો ભોગવટો.

જ્યારે આપણે આવી ઊંચી મનઃસ્થિતિમાં જીવીએ છીએ ત્યારે આપણે ઈન્દ્રિયોની ઉપેક્ષા પણ નથી કરતા, બલકે એનો પૂરેપૂરો વિનિયોગ કરીએ છીએ. જ્યારે શરીર હળવું ફૂલ બની, નિરામય, સુંદર અને ઘાટીલું બની જાય છે ત્યારે બધી ઈન્દ્રિયો પણ વધારે સંવેદનશીલ બને છે અને એ સૂક્ષ્મ સ્પંદનોને ઝીલતી થઈ જાય છે. પછી તો આપણને કલ્પના પણ ન હોય, તેવી શક્તિઓનો અનુભવ થાય છે. આપણે ઈન્દ્રિયાતીત જગતમાં દાખલ થઈ જઈએ અને આપણને જ પારલૌકિક બાબતોની અનુભૂતિ આવવા માંડે છે. પછી સાંભળેલી કે કપોલકલ્પિત વાતો નહીં, બલકે આપણી પોતાની જ ઈન્દ્રિયો દ્વારા જીવતી - જાગતી સ્વાનુભૂતિ થશે. પછી કોઈને આવો અનુભવ થતો હતો કે કેમ, તે વિશેની ચર્ચા કરવાપણું નહીં રહે. હવે આપણે જ આપણી જાતને દોરીશું અને આપણાં જ્ઞાન અને અનુભવના આધારે બીજાને પણ દોરી શકીશું અને અધિકારપૂર્વક ચોક્કસ વાતો કહી શકીશું. આ દુનિયામાં અદૃશ્ય જગતની એવી કેટલીક બાબતો હોય છે, જેમનો આપણે પોતે અનુભવ ન લઈએ, ત્યાં સુધી. એમના વિશે આપણે કશું જ કહી ન

શકીએ. મહાન તત્ત્વજ્ઞાની પ્લોટિનસે કહેલું કે - 'જે પ્રભુની ઈચ્છા મુજબ ચાલશે, તે જ પ્રભુનો સિદ્ધાંત સમજી શકશે.' જેનું અંતર પ્રભુને જોવા તલસે, તેણે સાક્ષાત્ પ્રભુ બનવું રહ્યું. આ રીતે પ્રભુમય બનીએ તો જ એના નિયમો અને પરમ સત્યનું જ્ઞાન થાય અને જ્યારે આપણે પ્રબુદ્ધ બનીએ, પછી જ બીજા લોકો પાસે આ મહાસત્ય પહોંચાડી શકીએ.

આ પ્રમાણે પરમ ચૈતન્યનો જાતઅનુભવ મેળવ્યા પછી, માણસ ક્યાંય પણ જશે કે કોઈની પણ સાથે હળશે-ભળશે ત્યારે સૌ કોઈમાં ઉન્નત પ્રેરણા જગવશે, જેના પરિણામે તેઓ પણ શક્તિસંચાર અનુભવશે. એના પોતાનામાં જે શક્તિઓ કામ કરતી હશે, તેનો પ્રભાવ ચોમેર ફેલાશે. જે રીતે ફૂલની સુગંધ ચોમેર ફેલાય છે, એ જ રીતે આ શક્તિના તરંગો પણ સ્પંદિત થશે. સુગંધી ફૂલ સુગંધ પ્રસરાવે, દુર્ગંધી છોડવો દુર્ગંધ ફેલાવે, એવું જ આ વ્યક્તિત્વનું છે. નબળા માણસ પાસેથી ન કોઈ પ્રેરણા મળે છે, ન કોઈ તાજગી. લાંબો સમય આવા લોકો સાથે રહેવાનું થાય તો માંદા પડી ગયા જેવું લાગી શકે.

જેટલું જીવન ઊંચું, તેટલું એ વધારે પ્રભાવકારી. નિમ્ન કોટિના જીવનની પણ અવળી અસરો પડે છે. પ્રત્યેક વ્યક્તિત્વમાંથી પોતપોતાનું સારું કે નરસું પર્યાવરણ નિર્માણ થતું જ હોય છે.

સાગરખેડુ ઘણીવાર કહેતા હોય છે કે દૂરથી ટાપુ દેખાતો ન હોય તે છતાંય, ચંદનનાં વૃક્ષોની સુગંધ ઉપરથી તેઓ જાણી શકે છે કે ટાપુ નજીક છે. આ જ રીતે, કોઈ પવિત્ર આત્મા મૌન-શાંત બેઠો હોય તોપણ પોતાનાં આંદોલનો, સ્પંદનો હવામાં વહેતાં રાખતો હોય છે અને આસપાસના સૌ લોકો પર એની અસર પડતી હોય છે. આપણે પણ ચિત્તશુદ્ધિ કરીને આવી પ્રભાવક શક્તિ પ્રાપ્ત કરવી જોઈએ. પછી લોકો કહેશે કે તમારા આવવાથી અમારા ઘરમાં શાંતિ અને આનંદનું મોજું ફરી વળે છે. પછી તમે બહાર ફરવા જશો ત્યારે થાકેલા-પાકેલા, નિરાશ

થયેલા માણસો ઉપર તમારો પ્રભાવ પડશે અને તેમનામાં નવો જીવનપ્રવાહ વહેવા લાગશે અને તેઓ નવી તાજગી અનુભવશે. કોઈ પ્રાણી પાસેથી પસાર થવાનું થાય તો એ પ્રાણી પર પણ તમારો પ્રભાવ પડશે. ટૂંકમાં, પરમાત્માનો સંસ્પર્શ પામેલા માણસનો પ્રભાવ કાંઈક ઓર જ હોય છે. એટલે આવું આધ્યાત્મિક જીવન પ્રાપ્ત કરવા જ આ મનુષ્ય અવતાર મળ્યો છે અને એ આપણે આ ક્ષણે જ પ્રાપ્ત કરી લેવું જોઈએ - આ સત્યને સમજી લઈ જીવનમાં ઉતારવું એ જ આ જિંદગીનું સર્વોત્તમ જ્ઞાન અને કર્તવ્ય છે અને આ જ જિંદગીનું મોટામાં મોટું વરદાન છે. આવું જીવન આપણી અંદર જ પડ્યું છે, આ વાતનું જ્યારે ભાન થઈ જાય છે ત્યારે માણસ આનંદોલ્લાસથી ઝૂમી ઊઠે છે અને જ્યારે જીવનનું, સાચા-સમ્યક્ જીવનનું પદાર્પણ થશે ત્યારે કાંઈક આવી અનુભૂતિ થશે :

વાહ ! હવે હું વસું શાશ્વતીમાં,

સઘળું દીસે દિવ્ય-ભવ્ય.

જમું પણ અલૌકિક,

પાન પણ અમૃતનું જ.

આકાશના મેઘધનુષ્યના લાલ-પીળા

સપ્તરંગી પ્રકાશમાં

ઝળહળે પ્રભુનો અગાધ પ્રેમ.

પંખીના કલરવગાનમાં કે ખીલેલાં સુંદર ફૂલોમાં,

પરોઢનાં ઝળહળતાં તેજ કિરણોમાં

કે રાત્રીના શાંત-મૌન મહાસાગરમાં

રૂખી જાય છે મમ નિજાત્મા,

પ્રભુ-મહિમામાં સંલીન મારાં તન-મન !

ઈશ્વર સાથે એક બનીને અખંડિત જીવન જીવાય છે ત્યારે જગતનાં તમામ સૌંદર્ય અને આનંદ-સાગર સામે આવીને ઊભાં રહે છે. આ બધું આ જ માનવદેહમાં, સદેહે પ્રાપ્ત કરવાની વાત છે, પૃથ્વી પર સ્વર્ગ ઉતારવાની વાત છે. નિર્બળતા, દુઃખ-સંતાપ, ભય, મર્યાદા અને ઝંખનાને સ્થાને સામર્થ્ય, સુખ, આનંદ, નિર્ભયતા, આત્મવિશ્વાસ અને સંપ્રાપ્તિ લાવવાનાં છે. શાંતિ, શક્તિ અને સમૃદ્ધિનો પારાવાર અનુભવ લેવાનો છે. અનંતના પૂર સાથે સૂર મિલાવવાની વાત છે.



કોઈ પણ રોગને પોષણ મળે એવો સંયોગ જો આપણા શરીરમાં ન હોય તો રોગની તાકાત નથી કે તે આપણા શરીરમાં પ્રવેશી શકે. તે જ પ્રમાણે કોઈ અશુભ કે અનિષ્ટ સ્થિતિને અનુકૂળ તત્ત્વો જો આપણામાં ન હોય તો તે સ્થિતિની તાકાત નથી કે આપણા પર તે સવાર થઈ શકે. માટે જે કાંઈ સુદશા કે દુર્દશા આપણા પર આવી પડે તેનું કારણ બહાર શોધવાને બદલે આપણે આપણામાં જ શોધવું જોઈએ. જો તે કારણ શોધી કાઢીને તેને દૂર કરીએ તો તેથી આપણી આંતરસ્થિતિ એવી તો ઉત્તમ બનશે કે જેથી કેવળ સારી દશા જ આપણી તરફ આકર્ષાઈને આવ્યા કરશે. સ્વભાવથી જ આપણે આપણી દશાના સ્વામી થવાને સરજાયેલા હોવા છતાં માત્ર અજ્ઞાનને લીધે જ સંયોગોને આધીન બની જઈને તેના ગુલામની પેઠે વર્તીએ છીએ.

- રાલ્ફ વાલ્ડો ટ્રાઈન

ઈશ્વરી રાજપથ

આપણે પોતે ગૂંચવી ન મારીએ તો જીવન કાંઈ સમસ્યા કે કોયડો નથી જ નથી. આપણે પરિણામો સ્વીકારી લઈએ છીએ, પણ એનાં કારણોમાં ઊંડા ઊતરતાં નથી. જીવનનાં ઝરણાં અંદરથી ફૂટતાં હોય છે. જેવું અંદર, તેવું બહાર- આ કુદરતનો એક અટલ નિયમ છે.

દિવ્યતાનો એક એવો પ્રવાહ વહે છે, જે આપણને અપાર શાંતિ અને સલામતી બક્ષી શકે તેમ છે. એના માટે માત્ર આપણે સાવધાન, સાબદા અને દૃઢનિશ્ચયી થવાની જરૂર છે. એને શોધી લીધા પછી એની સાથે વહેતાં રહેવાનું છે. પરમનિયંતાએ બનાવેલા કાનૂનને અનુસરીને જીવાતું આ કુદરતી, આધ્યાત્મિક જીવન છે.

સ્ફુરણાને અંદરથી પ્રગટવા દો

સ્થૂળ અને સૂક્ષ્મ દેહની શક્તિઓને આ રહસ્યમય પરમતત્ત્વ ઈન્દ્રિયાતીત અનુભવ કરાવે છે. ચિંતન-મનન કરનારું સક્રિય મન જે કાંઈ કરી શકે તેના કરતાં વધારે સૂક્ષ્મ એવી આ શક્તિ છે. એમના દ્વારા આપણને અંતઃસ્ફુરણા જાગતી હોય છે, આપણને કોઈ દોરતું હોય તેવું અનુભવાતું હોય છે અને ક્વચિત્ પ્રસંગોપાત્ત આવતી અનુભૂતિઓને બદલે એ સ્થાયી રૂપ પકડે છે અને ધીરે ધીરે સ્વાભાવિક બની જાય છે.

આ તો જ થઈ શકે જો આપણે સર્વોચ્ચ કાનૂનને સમજીએ તો. કાર્ય-કારણનો આ સનાતન નિયમ છે. પરમ સર્જક શક્તિ પણ આ જ કાયદાને અનુસરે છે. મનુષ્યમાં અંતરાત્મા જીવનને દોરવાનું અને નિયમન કરવાનું કામ કરે છે, પરંતુ તે માટે સૌ પહેલાં તો એનું ભાન

થવું જોઈએ, જેથી એ પોતાનું કાર્ય કરી શકે.

જીવનના આ કાનૂનોને સર્વોત્તમ રીતે જાણનારા અને એને લોકો પાસે રજૂ કરનારા ઈશુ આ બાબતનું પૂર્ણ જ્ઞાન ધરાવતા હતા. માત્ર પોતાના જ જીવનમાં પ્રત્યક્ષ કૃતિ દ્વારા એમને પ્રગટ કર્યાં, એટલું જ નહીં, લોકો પણ એને અનુસરી શકે તે માટે સ્પષ્ટતા કરી બતાવી. જીવનમાં સંદેહ કે ભય રહે, તેના સ્થાને તેમણે વિશ્વાસ અને હિંમત પ્રેર્યાં. એમણે કહ્યું - 'સૌ પહેલાં પ્રભુનું સામ્રાજ્ય અને પ્રભુની સત્યતા શોધી કાઢો, પછી બાકીનું બધું થઈ રહેશે.' આ 'બાકીનું બધું' એટલે રોજિંદા જીવનની જરૂરિયાતો પણ ખરી જ.

ઈશ્વરનું આ સામ્રાજ્ય શોધવું એટલે પેલો મૂળભૂત દિવ્ય પ્રવાહ શોધવો અને તેની સાથે આપણા જીવનના તારેતાર જોડી દેવા. ઈશ્વરી ઈચ્છા અને ઈશ્વરી પ્રયોજનમાં આપણા જીવનના આવિર્ભાવોને ઓગાળી દેવા. આપણી શારીરિક કક્ષાની નિમ્ન તૃષ્ણાઓ અને વાસનાઓને સ્થાને દિવ્ય અભીપ્સાઓને જ કામ કરવા દેવું. આ ઉન્નત પ્રયોજનો સિદ્ધ થશે તો માણસના વિચારો, કૃત્યો, આશયો અને આચારોમાં, એના સમગ્ર જીવનમાં એવું ભવ્ય રૂપાંતર થશે કે જીવનની આખી કક્ષા જ બદલાઈ જશે.

ઈશુએ કહ્યું હતું કે - 'તું પ્રત્યક્ષ પ્રભુની વાણી સાંભળી શકીશ કે આ જ પંથ છે, એના પર ચાલવા માંડ અને પછી જમણી તરફ જા, ડાબી ભણી વળ' કે 'તારી ભીતર રહેલ પરમાત્મા સર્વશક્તિમાન છે.' અથવા 'જે દિવ્ય શક્તિના આશ્રયે વસે છે, તે પરમપ્રભુની છત્રછાયા હેઠળ પહોંચી જાય છે - આ બધી ઈશુવાણી એ કોઈ કાવ્યાત્મક કલ્પનાઓ નથી, બલકે આધુનિક મનોવિજ્ઞાનનો અને અધ્યાત્મ-શાસ્ત્રનો જાણીતો-મૂળભૂત નિયમ છે. આ બધી પ્રત્યક્ષ અનુભૂતિના ઉદ્ગારો છે.

ઈશુના જીવનમાં આપણે કેટલી બધી વાર જોઈએ છીએ કે પરમપિતા સાથે તાદાત્મ્ય અનુભવવા પહાડ પર ચાલ્યા જાય છે. વળી પાછા લોકો વચ્ચે આવી લોકોની સેવા કરવા માંડે છે. આ જ વાત આપણે આપણા રોજિંદા જીવનમાં આચરવાની છે. રોજ થોડોક સમય એકાંતનો કાઢી પરમપિતા સાથેના આપણા સાયુજ્યને આપણે તાજું કરી લેવાનું છે. ઈશ્વરી અનુસંધાનથી ઉત્પ્રેરિત થઈ ફરી પાછા લોકોની સેવાર્થે નીચે આવવાનું છે. આ દિવ્ય પ્રવાહ સાથે રોજ એકરૂપતા સાધીશું તો આપણી મજબૂતાઈ વધશે અને આશા-હિંમત વધશે, જે જીવનમાં શક્તિનો સંચાર કરશે. કેવળ સ્થૂળ, ભૌતિક જીવન જીવવાને કારણે જેમના માટે જીવન કેવળ કોયડો હોય છે, તે પણ ઉકલી જાય છે.

આંતરિક શક્તિઓનું મૂલ્ય આપણને ત્યારે જ સમજાય છે, જ્યારે આપણે એનું મહત્ત્વ સમજી પ્રત્યક્ષ આચરણમાં મૂકીએ છીએ. સાધનનો સાક્ષાત્ વિનિયોગ થાય ત્યારે જ તેનું મૂલ્ય અંકાય. સાકરનો સ્વાદ ચાખવામાં છે, માત્ર વાતોથી એની મીઠાશ ન મણાય.

પ્રભુને અંદર શોધવો એટલે અંધકારમાં ફાંફા મારવાં એવું હરગિજ નથી. ઈશ્વરનો સાક્ષાત્કાર એટલે પ્રભુનું સ્પષ્ટ-સુરેખ દર્શન ! જેમાં નિઃસ્વાર્થતા, નિઃશેષ સમર્પણ અને પરિપૂર્ણ ગુણસંપન્નતાનો સમાવેશ થાય છે.

નકામી ચિંતામાં સમય વેડફવાને બદલે જો હકારાત્મક વલણ સાથે મૌનપૂર્વક, અખૂટ વિશ્વાસ સાથે ઈશ્વરી કૃપા યાચીએ તો આપણને પરમકૃપા અચૂક આવી મળશે અને આપણે ચિંતામુક્ત ગગનવિહારી પંખી બની શકીશું.

ચૈતન્યના મહાસાગર સાથે અનુભવેલું થોડુંક તાદાત્મ્ય જીવનમાં અમૃત વરસાવશે. જો આપણે સંનિષ્ઠ હોઈશું તો આપણા જીવનની આ એક અણમોલ સંપદા બની જશે.

એક સાધકનું સૂત્ર બીજાને કદાચ કામ ન આવી શકે, દરેકનો પોતપોતાનો આગવો રાજપથ હોય છે, છતાંય કેટલાંક સૂચનો મળી શકે તેવી આ નાનકડી પ્રાર્થના છે.

હે પરમપિતા, તું પ્રેમ, જ્ઞાન અને સામર્થ્યની અનંત ગંગોત્રી છે. તારામાં જ મારી સમગ્ર હસ્તી સમાવિષ્ટ છે. તારા સ્વરૂપને મારામાં પ્રગટાવ, હે જીવનનાથ !

સર્વોચ્ચ જ્ઞાન, પ્રેમ અને શક્તિના મૂળ સ્રોત પ્રત્યે મને અભિમુખ બનાવ, જેથી તારી શક્તિ પામી હું તારી અને મારા માનવબંધુઓની સેવા કરી શકું, પ્રાણીમાત્રને મદદ પહોંચાડી શકું. તારી સાથેના મિલન દ્વારા જ મને દિવ્ય દિગ્દર્શન લાધશે અને મારી તમામ જરૂરિયાતો પૂરી પડી શકશે.

હે અંતઃસ્વામી, તારું સ્વરૂપ પ્રગટ કર અને મને પરમ ભણી લઈ જા, પરમ ચેતનામાં જ અંતઃચેતના સમાવિષ્ટ છે, એ તથ્ય સાકાર થાય તો મારા જીવનમાં ઉત્તરોત્તર વધુ ને વધુ પ્રભુતા પ્રગટ થઈ શકે.

મારામાં અનંત સામર્થ્ય, શક્તિ, જ્ઞાન અને પ્રેમનો સાગર છૂપાયેલો છે. મને દિવ્ય સહાય અને કૃપા અવશ્ય આવી મળશે, કારણ કે મારામાં પરમપિતા કામ કરી રહ્યા છે અને એટલે જ મને પણ એ દિશામાં પુરુષાર્થ કરવાની પ્રેરણા મળશે.



સારા કામમાં વિશ્વાસ રાખો અને શક અને અવિશ્વાસ નહારા કામ માટે જ રહેવા દો. અવિશ્વાસ રાખવા કરતાં ઠગાવું પણ વધારે સારું છે.

- એમ. ડી. લાફેટેલી

આજનો શુભ સંકલ્પ

ઈશ્વરના પંથને અનુસરવા 'આજનો સંકલ્પ' ઉપયોગી નીવડી શકે. તે આ મુજબ હોઈ શકે :

હું સંકલ્પ કરું છું કે

અનંત આકાશના ટમટમતા લખકોટિ તારલા હેઠળ, ગેલીલીના આસમાની જલનિષિ પાસેના પહાડ પર સીધીસાદી અને સ્પષ્ટ ભાષામાં મારા ગુરુદેવે જે ઉપદેશ આપ્યો, તેને હું આત્મસાત્ કરું એવું એ ઈચ્છતા હતા તે હું સ્વીકારું છું.

ઈશ્વર અને સમગ્ર માનવબંધુઓ પ્રત્યેના પ્રેમને તેમણે જ્યારે તમામ ધર્મોના સારરૂપે અને મનુષ્યના કર્તવ્યરૂપે આલેખ્યો ત્યારે એનો અર્થ તેઓ જાણતા હતા અને જે જાણતા હતા તે જ એમને અભિપ્રેત હતું.

એટલે જ મારા નૂતન દિવસના મંગળ પ્રભાતે જીવનનો શુભારંભ કરતાં, મારી યાત્રા નિર્ભય અને સુખાકારી નીવડે, મારા માલિકને પરમપ્રભુનો જે પ્રેમ, માર્ગદર્શન અને હૂંફ મળ્યાં તે મને પણ મળે તે માટે હું સંકલ્પબદ્ધ થાઉં છું.

જાણવા માટે ઉત્કટતાપૂર્વક હું સાંભળીશ અને મારા પરમપિતાની ઈચ્છા પૂરી કરવા હું આતુરતાપૂર્વક દોડી જઈશ, અંદરથી હું સ્વસ્થ અને શાંત રહીશ, કારણ કે મને પ્રભુનું માર્ગદર્શન અને હૂંફ મળી રહેશે તેથી મને કોઈ ઊંની આંચ નહીં આવે એવી શ્રદ્ધા મારામાં ઝળહળતી હશે; કારણ કે હવે તો હું પ્રભુની નિશ્રામાં જ જીવું છું અને

સદાકાળ જીવતો રહીશ.

સામે કોઈ ચિડાતું - ખિજાતું હશે તોપણ હું ધીરજ કેળવીશ, સૌમ્યતાપૂર્વક પ્રત્યુત્તર વાળીશ, ઘૃણા સામે પ્રેમ કરીશ અને સેવાનો આનંદ આપે તેવાં સત્કર્મોમાં ગૂંથાયેલો રહીશ, કારણ કે આને લીધે જ મનુષ્યજીવન સાચા અર્થમાં માનવીય બને છે.

મારા પડોશીને નુકસાન પહોંચાડીને કોઈ લાભ ખાટી જવાની કલ્પના સુધ્ધાં નહીં કરું, કારણ કે મારા હક્કનું મેળવીશ તો જ મને એનો પૂરેપૂરો આનંદ મળશે. આ નિયમ હું જાણું છું - આવી વૃત્તિ જ માણસને માણસ બનાવે છે.

આજનો દિવસ સાર્થક કરવા હું સંકલ્પ કરું છું કે જ્યારે સાંજ ઢળી જશે અને રાત્રિ ઊગશે, ત્યારે મારી બીજા દિવસની યાત્રા મને ઈશ્વરી ધામની વધુ નજીક પહોંચાડશે, એટલું જ નહીં, માનવ તરીકે મેં મારો માનવધર્મ બજાવ્યો હશે અને આ દુનિયામાં મારી માનવીય ભૂમિકા અદા કરી મારા પરમપિતાનાં પ્રેમ અને ઉષ્માને હું સાચા અર્થમાં લાયક બન્યો હોઈશ.



જે માણસો સવારમાં સત્કાર્યો કરે છે એમને દિવસનો દરેક કલાક મજા આપે છે અને તેમની આસપાસની દરેક વસ્તુમાંથી તેમને માટે શાંતિ અને ઉલ્લાસ જન્મે છે.

- ગેસનર

(ટાઈટલ બીજાનું ચાલુ)

જ્યારે દિવસના પરિશ્રમ પછી શરીર અને મનને આરામ આપવા હું
પથારીમાં પડું,

ત્યારે મને એવો પ્રકાશ બતાવ કે જેમાં દિવસભરમાં મેં ક્યાં શાણપણ
વાપર્યું અને ક્યાં ભૂલો કરી તે જોઈ શકું અને તેની ઉપરથી બોધપાઠ
લઈ શકું.

મનને પ્રકાશ આપ, પ્રભુ ! કે જેથી આવતી કાલની ગૂંચવણો અને
અનિશ્ચિતતાઓ, આફતો અને ઠોકરો વચ્ચેથી હું સત્ય પંથે ચાલી શકું.

મને વિજયમાં નમ્રતા અને પરાજયમાં હિંમત આપ,

અને પ્રભુ ! મને રાત્રે એવી શાંત અને સ્વસ્થ નિદ્રા આપ, કે જે પ્રામાણિક
પરિશ્રમનું મધુર ફળ છે.

પ્રભુ ! હું એવું કંઈ નથી માંગતી કે જે માંગતા શરમાવું પડે,

મારી માંગણી બહુ નાનકડી છે.

હું થોડુંક વધુ માંગી લઉં ?

પ્રભુ ! મને સદ્બુદ્ધિ આપો.

