તમારા આંતરિક અને બાહ્ય દૃશ્યને પુનર્નવીન કરવું

ગુરુમાઈ ચિદ્વિલાસાનંદની શિખામણો

પ્રશ્ન પૂછવા, દૃઢતાથી કરતા રહેવું, સમજવું...

“હું અહીં શું કરી રહ્યો છું?”

“મેં આ ધરતી પર શા માટે જન્મ લીધો છે?”

“મારે જે જાણવાની આવશ્યકતા છે તેને હું કેવી રીતે જાણીશ?”

શું, શા માટે અને કેવી રીતે, જો આ પ્રશ્નો આધ્યાત્મિક ઉન્નતિ અને “હું”ના સીમિત ભાવથી ઉપર ઊઠવાની વાસ્તવિક ક્ષુધામાંથી ઉત્પન્ન નથી થતા, તો તે એવું ઝનૂન બની જાય છે જેને કાબૂ કરવું મુશ્કેલ થઈ જાય છે. આ ગૂઢ પ્રશ્નોનું સમાધાન તમારા મસ્તિષ્ક અને પરમ આત્મા સાથે તમારી સંલગ્નતાથી જ ઉદ્‌ભવવું જોઈએ. જ્યારે તમે દૃઢતાથી આ બંનેને સાથે મળીને કામ કરાવતા રહો છો, ત્યારે તમે એ સુનિશ્ચિત કરો છો કે તમે જે શોધ કરી રહ્યા છો, તમારું હૃદય તેનું સાક્ષી છે. તમે એ સુનિશ્ચિત કરો છો કે શું, શા માટે અને કેવી રીતે, આ પ્રશ્નોના ઉત્તર આપવાનો પ્રયાસ કરતી વખતે તમે જે તર્ક-વિતર્ક, એટલે કે જે બૌદ્ધિક વાદ-પ્રતિવાદનું અન્વેષણ કરો છો, તેની ઉત્પત્તિ તમારા આત્મામાંથી થઈ રહી છે અને તે તમને પાછા તમારા આત્મા તરફ લઈ જઈ રહ્યા છે.

જો તમે ભારતનાં શાસ્ત્રો પર ધ્યાન આપો, તો જોશો કે તે પ્રશ્નોત્તરીથી, તર્ક-વિતર્કથી, ખંડન-વિખંડનથી ભરપૂર છે. આ વાતનું એક અદ્‌ભુત ઉદાહરણ ‘બૃહદારણ્યકોપનિષદ’માં વર્ણિત જનક રાજા અને યાજ્ઞવલ્ક્ય ઋષિની એક કથામાં જોવા મળે છે.

આ કથામાં, જનક રાજા યાજ્ઞવલ્ક્ય ઋષિને એક પ્રશ્ન પૂછે છે :

એ શું છે જે મનુષ્યને પ્રકાશ પ્રદાન કરે છે?

જ્યારે યાજ્ઞવલ્ક્ય ઋષિએ ઉત્તર આપ્યો કે એ સૂર્ય છે, ત્યારે જનક આગળ પૂછે છે કે જ્યારે સૂર્યાસ્ત થઈ જાય છે ત્યારે શું થાય છે. આ રીતે, જનક અને યાજ્ઞવલ્ક્યની વચ્ચે પ્રશ્નોત્તરી ચાલતી રહે છે, જેમાં જનક પૂછતા રહે છે કે જ્યારે પ્રકાશના વિભિન્ન સ્રોતો અદૃશ્ય થઈ જાય છે, ત્યારે એ શું છે જે પ્રકાશ પ્રદાન કરે છે?

અંતે, યાજ્ઞવલ્ક્ય ઋષિ જનક રાજાને એવો નિર્ણાયક ઉત્તર આપે છે જેનું ખંડન કરવું શક્ય નહોતું :

એ આત્મા છે જે મનુષ્યને પ્રકાશ પ્રદાન કરે છે.

જોકે કોઈ વ્યક્તિ આવા પ્રકારની પ્રશ્નોત્તરીની પ્રક્રિયામાં સંલગ્ન થાય ત્યારે એ અત્યંત મહત્ત્વપૂર્ણ છે કે તે પોતાની બુદ્ધિનો ઉપયોગ કરે, પરંતુ એનાથી તેને જે સમજ પ્રાપ્ત થાય છે એનું સ્વરૂપ માત્ર બૌદ્ધિક નથી હોતું. ભારતના મહાન સંતકવિઓ આ વાતને સારી રીતે જાણતા હતા. ઉદાહરણ તરીકે, દક્ષિણ ભારતમાં સંત બસવણ્ણા અને અલ્લમપ્રભુએ જિજ્ઞાસુઓને આધ્યાત્મિક જીવન સાથે સંબંધિત વિષયો પર શાસ્ત્રાર્થ કરવા માટે સક્રિયતાથી પ્રોત્સાહિત કર્યા. આ શાસ્ત્રાર્થનો હેતુ હતો કે જિજ્ઞાસુઓ તેમનાં મન-મસ્તિષ્કનો અને તેમની વાક્શક્તિનો ઉપયોગ કરે, જેથી તેઓ ધ્વનિઓ, શબ્દો, વાક્યાંશો અને વાક્યરચનાઓની જટિલતાથી ઉપર ઊઠી શકે.

તે સાકારથી નિરાકારની તરફ જવાની વાત હતી.

તે આકારથી

આ કા ર હી ન

તરફ આગળ વધવાની વાત હતી.

'અનુભવમંટપ'માં, દિવ્ય અનુભવના મંડપમાં, જેને સત્સંગો માટે બસવણ્ણાએ નિર્મિત કર્યો હતો, તેમાં હૃદય અને બુદ્ધિ વચ્ચે અસાધારણ અને ઘણા પ્રભાવશાળી શાસ્ત્રાર્થ થતા હતા. કેટલીકવાર જિજ્ઞાસુઓ પ્રશ્ન પૂછતા; કેટલીકવાર શ્રીગુરુ પ્રશ્ન પૂછતા. જિજ્ઞાસુના પ્રશ્નના ઉત્તર પણ દરેક બાજુથી આવતા — શ્રીગુરુ પાસેથી, બીજા જિજ્ઞાસુઓ પાસેથી અને કેટલીકવાર અંતર-પ્રકાશથી પ્રેરિત કોઈ ક્ષણમાં સ્વયં પ્રશ્નકર્તા પાસેથી પણ. ઘણીવાર, અન્ય સંતો અને મહાત્માઓ આ સત્સંગોમાં આવતા જેથી તેઓ પણ આ ઊર્જસ્વી ચર્ચાનો આનંદ ઉઠાવી શકે અને તેમાં ભાગ લઈ શકે. આવા જ એક અવિસ્મરણીય પ્રસંગ પર, બસવણ્ણા અને અલ્લમપ્રભુની સાથે થતા સત્સંગમાં પ્રવેશ મેળવવા માટે, સંત-કવયિત્રી અક્કમહાદેવીએ એક પ્રશ્નમાળાના ખૂબ માર્મિક ઉત્તર આપીને ભગવાન શિવ સાથે પોતાના ઐક્યને પ્રમાણિત કર્યું હતું — તેઓ ભગવાન શિવને 'ચેન્નમલ્લિકાર્જુન' કહીને સંબોધિત કરતાં હતાં અર્થાત્, "એ સૌંદર્યવાન ભગવાન જેઓ મલ્લિકાપુષ્પ જેવા શ્વેતવર્ણી છે."

આ રીતે, પ્રશ્નો પૂછવામાં આવતા. ઉત્તરો આપવામાં આવતા. એકબીજા સાથે તર્ક-વિતર્કોનું આદાનપ્રદાન ચાલતું રહેતું, વાદવિવાદોની પ્રબળતા વધતી જતી, ચર્ચાઓની ગહનતા, જટિલતા અને ગતિ વધતી જતી, ત્યાંસુધી, જ્યાંસુધી —

કંઈ નહીં.

કંઈ કહેવાનું બાકી ન રહેતું. કંઈ કરવાનું બાકી ન રહેતું.

કંઈ નહીં, માત્ર. . .

પ્રકાશ!

અને બધું જ એક દેદીપ્યમાન મૌનમાં વિલીન થઈ જતું, એ મૌન જે અનંતકાળ સુધી ગુંજતું રહેતું.

આ જ તે ગુંજાયમાન મૌન છે, તે અલૌકિક અનુભવ છે જેની જિજ્ઞાસુઓની અનેક પેઢીઓને તીવ્ર લલક હોય છે. આ જ તે સત્ય છે જેને તેઓ આ પૃથ્વી ગ્રહ પર રહીને જાણવા માગે છે, જેથી તેમને આ માયા અને આ ભવસંસારની પાર જવા માટે માર્ગ નિર્ધારિત કરવાની દક્ષતા અને પ્રવીણતા પ્રાપ્ત થાય.

જો આ જ એ અનુભવ છે જેને તમે પ્રાપ્ત કરવા માગતા હો, તો તમારે ત્યાંસુધી પહોંચવા માટેની પ્રક્રિયાનો સ્વીકાર કરવો જ પડશે. બાબા મુક્તાનંદ સત્સંગમાં કહેતા હતા કે કેવી રીતે દરેક વ્યક્તિને સત્ય જાણવા માટે "શોર્ટકટ" જોઈએ છે. બાબાજી કહેતા કે લોકો સત્યને જલ્દીથી પામવા માગે છે અને તેઓ એ પણ ઇચ્છે કે સત્ય "ટૂંકું" અથવા સંક્ષિપ્ત હોય જેથી તેઓ તેને જલ્દીથી સમજી શકે. પરંતુ, જેમ બાબાજી સમજાવતા હતા : "સત્ય તો એ જ સત્ય રહેશે, તેથી તમારે તેને એ જ રીતે સમજવું પડશે જેવું તે છે."

આ ઉપમા પર વિચાર કરો : જો તમે તમારા ભૌતિક શરીરને સ્વસ્થ અને તંદુરસ્ત રાખવા માગતા હો તો તમારે નિયમિતપણે વ્યાયામ કરવો પડશે. તમારી માંસપેશીઓને વિકસાવવા અને મજબૂત બનાવવા માટે પરિશ્રમ કરવો પડશે. તમારા કંકાલતંત્રની એટલે કે હાડકાંઓની સંરચના પર અને બાકીનું શરીર જે પણ સ્થિતિમાં હોય તેના પર નિર્ભર રહેવું પર્યાપ્ત નથી.

એવી જ રીતે, જો તમે આધ્યાત્મિક જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવા માગતા હો અને તેને સ્થાયી રૂપે જાળવી રાખવા માગતા હો તો ફક્ત "પૂછપરછ" કરવાથી કામ નહીં ચાલે — એવું વિચારવાથી કામ નહીં ચાલે કે ફક્ત એટલા માટે કે તમે કોઈ તીર્થસ્થાન પર ગયા છો અથવા તમે કોઈ પાવન ગ્રંથમાંથી થોડાં વાક્યો વાંચી લીધાં છે, તેથી તમારા માટે બધું જ બરાબર છે, વ્યવસ્થિત છે. તમે એવી અપેક્ષા ન રાખી શકો કે કોઈ વ્યક્તિ કે વસ્તુ તમારું કામ કરશે અને તમે એક આંગળી પણ હલાવ્યા વિના તમારું લક્ષ્ય પ્રાપ્ત કરી લેશો. ના, તમારો પ્રયત્ન આવશ્યક છે. તમારે તમારી આકલન કરવાની પ્રક્રિયાથી સંબંધિત તમારી ક્ષમતાઓનો ઉપયોગ કરવો પડશે; આશીર્વાદરૂપે પ્રાપ્ત આ વિલક્ષણ મન-મસ્તિષ્કનો તમારે લાભ ઉઠાવવો જ પડશે.

અને જ્યારે તમે આવું કરો છો, ત્યારે તમે જે શોધી કાઢો છો, તે તમારી ઉચ્ચતમ કલ્પનાઓથી ઘણું વધારે ઉત્કૃષ્ટ હોય છે. તમારા સાહસી પ્રયત્નો અને તેની સાથે શક્તિપૂરિત કૃપા, આ બંને સાચે જ પ્રચંડ બળ છે. આ બળની તાકાતથી તમને વ્યવહારિક જ્ઞાન, વ્યાવહારિક કૌશલ્ય પ્રાપ્ત થશે; તમે તમારા પ્રશ્નોના ઉત્તર મેળવવા માટે એક નકશો તૈયાર કરી શકશો.

તેથી પ્રશ્ન પૂછો, દઢતાથી કરતા રહો અને પછી : *સમજો.* તમારી ડાયરીમાં લખતા રહો — અથવા તમારા પોતાના મનન રૂપે તમારા મનમાં લખતા રહો. માર્ગ પર ટકી રહેવા માટે તમારા સાધના સર્કલમાં ત્યાંસુધી ચર્ચાઓ કરવાનું ચાલુ રાખો જ્યાંસુધી તમે સમાધાનના એ સ્થાન સુધી પહોંચી ન જાઓ અને તમારી પોતાની ઇચ્છાનુસાર અંતરમાં વિશ્રાંતિ પામવાનું સામર્થ્ય પ્રાપ્ત ન કરી લો.

મેં સત્સંગોમાં એક યાત્રી વિશે વાર્તા કહી છે, જેને માટીનો એક એવો ગઠ્ઠો મળે છે, જે ઘણો રોચક હતો અને તે એને પોતાને ઘરે લઈ જાય છે. થોડી જ વારમાં, તે વ્યક્તિનું આખું ઘર મનમોહક સુગંધથી ભરાઈ જાય છે. જ્યારે તેને સમજાય છે કે સુગંધ માટીમાંથી આવી રહી છે, તો તે માટીને એ વિશે પૂછે છે. માટી કહે છે કે તેનામાંથી આવી સુગંધ એટલા માટે આવી રહી છે કારણ કે તે ગુલાબનાં ફૂલોની સાથે રહેતી હતી.

આપણા સાથી જિજ્ઞાસુઓની સાથે વિચારોનું આદાનપ્રદાન કરવું આના જેવું જ છે. ઘણીવાર તમે એ જોઈ અથવા સ્વીકારી નથી શકતા કે તમે તમારી સાધનામાં કેટલા આગળ વધી ગયા છો, તમે કેટલું બધું પ્રાપ્ત કરી લીધું છે. પરંતુ જ્યારે તમે સમાન વિચારધારાવાળા વિદ્યાર્થીઓ સાથે હોવ છો તો તેઓ તમારી તપસ્યાના ફળ તરફ તમારું ધ્યાન દોરી શકે છે. જો તેઓ જે કહે છે તે એકદમ સચોટ હશે તો તમે તેને મહસૂસ કરશો — કેટલીકવાર એ અનુભૂતિ સૂક્ષ્મ હોય છે અને કેટલીકવાર એ તમારી અંદર શક્તિના મોટા વિસ્ફોટના રૂપમાં હોય છે. જ્યારે આ જ્ઞાન તમારી અંદર વધુને વધુ વિકસિત થતું જાય છે — એ જ્ઞાન કે તમારી પાસે તે છે જેની તમને જરૂર છે અને તમે વાસ્તવમાં *ત્યાં* પહોંચી ગયા છો — ત્યારે તમારી સાધના સ્વપ્રેરિત થઈ જાય છે. તમારી યાત્રામાં આગળ વધતી વખતે, તમે માર્ગથી ભટકી ન જાઓ તેમાં જિજ્ઞાસુઓનો સંઘમ્ પણ તમારી મદદ કરી શકે છે; તેઓ તમને એ બતાવી શકે છે કે તમે ક્યાં જઈ રહ્યા છો અને માર્ગમાં આગળ વધતા રહેવા માટે તમારે ક્યાં *હોવું* જોઈએ.

આ શિખામણની શરૂઆતમાં મેં ત્રણ પ્રશ્નો આપ્યા હતા જેને કદાચ તમે સ્વયંને પૂછી રહ્યા હશો. છેલ્લો પ્રશ્ન હતો : મારે જે જાણવાની આવશ્યકતા છે તેને હું કેવી રીતે જાણીશ? તમને તમારી સાધના દરમ્યાન જુદાજુદા સમયે આ પ્રશ્નના જુદાજુદા ઉત્તરો મળશે, અને તમે જોશો કે એ ઉત્તરો એકદમ સાચા છે.

સ્વયંને કેન્દ્રિત કરવા માટે તમે, અત્યારે, મનમાંને મનમાં અથવા મોટેથી પોતાને આ કહી શકો છો :

> ‘‘મને મારા પ્રશ્નોના સ્પષ્ટ ઉત્તર મળે અને હું જે તરફ આગળ વધી રહ્યો છું, તેના માટે નિશ્ચિત દિશા મળે.
>
> ‘‘બીજાં લોકો મને જે કહે છે અને મારા વિશે મને જે સ્મરણ કરાવે છે, તેને હું તત્પરતા અને ગ્રહણશીલતા સાથે સાંભળું, તેનું સન્માન કરું તથા તેનો પ્રતિસાદ આપું.
>
> ‘‘બીજાં લોકો મારા પર જે સારપની વર્ષા કરે છે, અને જે કૃપા મારી સત્તામાં ખૂબ જ દયાળુતાથી પ્રવાહિત થાય છે, તેનો હું ક્યારેય અસ્વીકાર ન કરું, ત્યારે પણ જ્યારે હું તેની મહત્તાથી અજાણ હોઉં.
>
> ‘‘મારા જીવનમાં ઉપસ્થિત દિવ્ય હાથની પૂર્ણતામાં મારું મન શરણ લે.
>
> ‘‘હું એ જાણી શકું કે મારું અહીં હોવું એ મહાનતમ સાહસિક કાર્ય છે જે પહેલાં ક્યારેય નથી થયું.’’

~ ગુરુમાઈ ચિદ્વિલાસાનંદ

© ૨૦૨૪ એસ.વાય.ડી.એ. ફાઉન્ડેશન®. સર્વાધિકાર સુરક્ષિત.

આ શિખામણમાં જે વાર્તાઓનો સંદર્ભ આપવામાં આવ્યો છે, તેને વાંચવા માટે અંગ્રેજીમાં પ્રકાશિત આ શિખામણની નીચે આપેલી લિંક પર ક્લિક કરો.