

જીવન દર્શન



બ્રહ્મવેદાન્ત સ્વામી

માધવપુર (ઘેડ)

અનુક્રમણિકા

[કોઈ પણ શિર્ષક પર CTRL + Click કરવાથી, તે પ્રકરણ પર પહોંચી જવાશે.]

| | |
|----------------------------------|----|
| અનુક્રમણિકા..... | 2 |
| પ્રસ્તાવના - શ્રી. શરદ શાહ..... | 4 |
| બ્રહ્મવેદાન્ત સ્વામી, પરિચય..... | 6 |
| માધવપુર(ઘેડ)..... | 9 |
| ઓશો આશ્રમ, માધવપુર(ઘેડ)..... | 10 |
| શરદ શાહ - પરિચય..... | 17 |
| ઉત્કાન્તિ અને શક્યતા..... | 21 |
| માનવજીવનની સંભાવના..... | 23 |
| અંતરયાત્રાના વિવિધ ઉદ્દેશ..... | 24 |
| જાતની ઓળખ..... | 25 |
| અંતરયાત્રા અને પ્રયત્ન..... | 26 |
| અંતરયાત્રાનાં સાધનો..... | 27 |
| અંતરયાત્રાની અવસ્થાઓ..... | 29 |
| અંતરયાત્રા અને એનર્જી..... | 30 |
| કર્તાભાવ અને પ્રેક્ષકભાવ..... | 31 |
| ભીતરની જાગૃતિ..... | 32 |
| આવરણો..... | 33 |
| સરખામણી..... | 34 |
| અહં - ૧..... | 35 |
| અહં - ૨..... | 36 |
| અવેરનેસ, અનુભવ..... | 37 |

| | |
|------------------------|----|
| બેલેન્સ | 38 |
| નિવૃત્તિ અને પ્રવૃત્તિ | 39 |
| માયા | 40 |
| જીવનનું લક્ષ્ય | 41 |
| વિધિઓ | 42 |
| અતૃપ્તિ | 43 |
| રસ અને હાજરી | 44 |
| રસ અને રોગ | 45 |
| અભ્યાસ | 46 |
| જ્ઞાન, ધ્યાન, ભાન | 47 |
| શ્રમ | 48 |
| પ્રેમ | 49 |
| મોજ | 50 |
| એકલતા અને શોષ | 51 |
| સંસાર સુખ | 52 |
| પીડા | 53 |
| જીવન વ્યવહાર | 54 |
| વર્તમાનમાં જીવન | 55 |
| ભક્તિ અને આસક્તિ | 56 |
| જીવન એક રહસ્ય | 57 |
| કામના | 58 |
| કામના અને ભાવના | 59 |
| તપ | 60 |

પ્રસ્તાવના – શ્રી. શરદ શાહ

શ્રીરામના બાળપણની એક પૌરાણિક કથા છે. આકાશમાં ચંદ્રને જોઈને બાળક રામ તેને રમકડું સમજી તે લેવા જીદ પકડી અને રડવા લાગ્યા. તેમની માતાએ બીજા રમકડાઓ આપી સમજાવવા ખુબ પ્રયત્નો કર્યા. પણ રામ કેમેચ કરીને છાના ન રહે. આખરે એક બુઝર્ગો પાણી ભરેલ થાળ મંગાવ્યો અને ચંદ્રનું પ્રતિબિંબ તેમા પડે તેમ ગોઠવ્યું. અને બાળક રામને આપ્યું. રામ રડતા બંધ થઈ ગયા.

બાળક બુદ્ધિ અસલને અને નકલને નથી પકડી શકતી. અહીં પણ સ્વામી બ્રહ્મવેદાંતજીનો જે પરિચય આપવામાં આવ્યો છે તે બધો નકલી છે. પણ આપણી બુદ્ધિ બાળક જેવી છે. આવા નકલી પરિચયથી જિજ્ઞાસા સંતોષાઈ જાય અને આપણને થાય કે સ્વામી બ્રહ્મવેદાંતને હવે હું જાણું છું. પણ આ બધો પરિચય દેહનો અને દેહ સાથે જોડાયેલાં તત્વનો છે. જ્યારે સત્ય કાંઈક જુદું જ છે.

એક માનવદેહમાં ચૈતન્ય જ્યારે પ્રગટ થાય છે ત્યારે તેની સુગંધ, આભા અને તરંગો આસપાસના સમગ્ર વાતાવરણને એક દિવ્યતા અને પવિત્રતાથી ભરી દે છે. માધવપુર (દેડ)માં આવેલ ઓશો આશ્રમ આવું એક તિર્થ છે, જ્યાં સ્વામી બ્રહ્મવેદાંતના નામથી ઓળખાતા એક માનવદેહમાં પ્રગટ ચૈતન્યને અને તેના તરંગોના સ્પર્શથી નજીક આવનાર તમામ જીવ સૃષ્ટિને તે આનંદથી આહલાદિત કરે છે. આસપાસ પ્રકૃતિનો ખજાનો જેમકે, સમુદ્રનો કિનારો, સમગ્ર એશિયામાં પ્રથમ હરોળમાં મુકી શકાય તેવો ત્રણ કિલોમીટર લાંબો બીચ, મધુબનના જંગલો, નારિયેળીના બગીચાઓ, ભાતભાતનાં પક્ષીઓ, હવામાં ગૂંજતા મયુર અને કોયલના ટહુકાઓ, પૌરાણિક મંદિરો અને ઐતિહાસિક ધરોહર સમી શ્રીકૃષ્ણની ભુમિ જ્યાં કૃષ્ણે રુક્મિણી સાથે લગ્ન કરેલ, ચાર જલકુંડ, રાયણનુ વન (૪૦૦-૫૦૦વર્ષ જુના રાયણના લગભગ ૩૦૦જેટલાં વૃક્ષો) આ સમગ્ર પંથકને પ્રાણ પુરે છે.

સ્વામી બ્રહ્મવેદાંત વિષે કાંઈ પણ કહેવું કે લખવું તે મારી ક્ષમતા નથી. છેલ્લા ચાલીસ વર્ષથી તેમણે જીવોને જગાડવા ધૂણી ધખાવી છે. એક અનોખો યજ્ઞ અહીં ચાલી રહ્યો છે. મારા જેવા અનેક જીવો આ યજ્ઞમા અહમની આહૂતિ આપવા આવ્યા છે અને આવી રહ્યા છે. દિવાની જ્યોત પાસે મીણ લઈ જઈએ અને તે પીગળવા માંડે તેમ ધીમે ધીમે મારો અને અન્ય ઘણા સાધકોનો અહમ પીગળી રહ્યો છે, જે હું અહીં અનુભવી રહ્યો છું.

ઘણા મને પૂછે કે, "તમારે આશ્રમમાં કરવાનું શું?" સ્વાભાવિક જ, સમાજમાં રહીએ એટલે આપણી ભાષા, સમજ અને મૂલ્ય બધું કરવા ઉપર જ હોય. શું કરીએ તે મૂલ્યવાન. કોઈ કહે કે, હું વકિલાત કરું છું કે, સર્જન છું અને સર્જરી કરું છું તો વધુ મૂલ્ય અને કોઈ કહે હું તો કડિયાકામ કરું છું કે રીક્ષા ડ્રાઈવિંગ કરું છું, તો ઓછું મૂલ્ય. પરંતુ અહીં આવ્યા પછી મારા જીવનના મૂલ્યો બદલાયા. શું કરું છું તે ગૌણ બની ગયું અને કેવી રીતે કરું છું તે વધુ મૂલ્યવાન બન્યું. શાક સમારું, લાકડા કાપું કે ઝાડુ લગાવું તે સમયે મારી ભાવદશા કેવી રહે છે? ભિતર વિચારો તે સમયે કેવા આવે છે? કાર્ય કરતી વખતે શરીર અને મનની દશા શું છે? તે જોતો થયો અને સમજાયું કે કામ ગમે તે કરીએ જો બેહોશીમાં અને ભાવ

વગર કરીએ તો વેઠ, વૈતરું કે નોકરી બની જાય, પરંતુ તે જ કાર્ય જ્યારે હોશપૂર્વક, ભાવપૂર્વક કરીએ તો પૂજા, અર્ચના, ધ્યાન અને ચાકરી બની જાય છે, અને આપણા સમગ્ર ચિત્તને પ્રસન્નતાથી ભરી દે છે.સ્વામીજી વારંવાર કહે કે,

"ધ્યાનને પ્રવૃત્તિ નથી બનાવવાની, દરેક પ્રવૃત્તિને ધ્યાન બનાવતાં શીખવાનું છે."

એટલે અહીં કોઈ ખાસ, યોગાસનો કે ધ્યાનની વિધીઓ કે તંત્ર, મંત્ર જાપ નથી થતાં. હા, કોઈએ કરવા હોય તો અવશ્ય કરી શકે છે. કોઈ નિષ્ણાત હોય તો અન્ય રસ ધરાવનારને શિખવી શકે છે. પરંતુ અહીં આશ્રમમાં જે મૂળભુત રીતે શિખવવામાં આવે છે તે આનંદપૂર્વક જીવન જીવવાની કળા છે. સ્વામીજી કહે,

"મોજમાં રહો અને ખોજમાં રહો"

જે જીવોને મોજમાં અને ખોજમાં રહેવાની અભિપ્સા ઊઠતી હોય, તેમને અહીં નિમંત્રણ છે.

સ્વામી બ્રહ્મવેદાંત સવાર સાંજ પ્રવચન આપે છે. ગીતા, ગંગાસતી, ગાયત્રી, પતંજલિ યોગ સુત્ર, ઈ.જે.ગોલ્ડ ગુર્જીએફ, પી,ડી.ઓસ્પેન્સ્કી,તાવરિયાજી, ઓશો ના અનેક બહુ મૂલ્ય પુસ્તકો પર આ પ્રવચનો હોય છે. અત્યંત ગૂઢ વાતોને અને રહસ્યોને તદ્દન સરળ ગુજરાતી ભાષામાં સાવ સાદા ઉદાહરણો દ્વારા તે આપણને અંતરયાત્રાના માર્ગે દોરવણી આપે છે. અહીં તેમના કેટલાંક પ્રવચનોમાંથી ચુંટેલાં કેટલાંક અંશો રજુ કરવાનો પ્રયાસ કરે છે. વાચક મિત્રોને આ વાણી ભીતરની પ્યાસ જગવવા પ્રેરિત કરે, તો આ શ્રમ અફળ નહીં જાય.

અંતમા દરેકની ભીતર બેઠેલ એ પરમ ચૈતન્યના અંશને મારા પ્રણામ.

પ્રભુશ્રીના આશિષ.

શરદ.

બ્રહ્મવેદાન્ત સ્વામી, પરિચય



- “ધ્યાનને પ્રવૃત્તિ બનાવવાની નથી. જીવનની દરેક પ્રવૃત્તિને ધ્યાનમય બનાવવાની છે.”
- “ગમે તે પરિસ્થિતિમાંથી મજા અને મસ્તી કઈ રીતે મેળવવા, એ બધું શીખવ્યું રામદુલારે બાપુએ.”
- “સન્યાસ લેવાયો ન હતો. સન્યાસ એ ઓશોની કૃપા હતી.એ ઓશોની (મારે માટે)પસંદગી હતી.”

સાંસારિક નામ

- હીરાલાલ શાહ

જન્મ

- ૬, જુલાઈ-૧૯૩૨; મુંબઈ

અભ્યાસ

- સાયન્સ કોલેજનું બીજું વર્ષ.

કુટુંબ

- માતા- મણીબાઈ ગોવિંદજી; પિતા- મકનજી જગજીવન શાહ
- પત્ની- રમીલા; પુત્રો - ભરત, હરીશ;રામુ અને હિમાન્શુ; પુત્રીઓ-રક્ષા અને હીના

તેમના વિશે વિશેષ

- પિતા માધવપુરના નગરશેઠના દીકરા હતા અને પુષ્ટિમાર્ગમાં રૂચિ ધરાવતા હતા.
- સ્વામીજી એક વર્ષના હતા, ત્યારે પિતા અને ૭ વર્ષના હતા, ત્યારે માતાનો દેહાન્ત થયો હતો.
- ૧૯૩૯- માતા પિતાના દેહાન્ત બાદ માધવપુર સ્થળાંતર. માસા હરજીવનદાસ અને માસી અમૃતાબાઈએ ઉછેર્યા.
- ૧૯૪૦થી-તેમના બાળમન પર ગાંધીજીનો પ્રભાવ પડ્યો.
- ૧૯૪૨- અભ્યાસ છોડી આઝાદીની લડતમાં જોડાયા. સાથે સાથે રામકૃષ્ણ પરમહંસ, સ્વામી રામતીર્થ અને સ્વામી વિવેકાનન્દનાં ઘણાં સાહિત્યનો અભ્યાસ કર્યો. ત્યારથી જ લોભ વૃત્તિ ઘટવા લાગી; જ્યોતિષ, યોગવિદ્યા, તંત્રશાસ્ત્ર, પુનર્જન્મ વિ.માં ખૂબ શ્રદ્ધા જાગવા લાગી.
- ૧૯૬૭- પહેલી વખત 'ઓશો' - રજનીશજી સાથે સત્સંગ, શારદાગ્રામ શિબીરમાં(માત્ર કુતૂહલથી પ્રવચન સાંભળવા ગયા હતા; અને આખો દિવસ રોકાઈ ગયા.) વર્તમાનમાં જીવવાનો પહેલો અનુભવ. બીજા બધા રસ્તાઓ ઉપર ચોકડી મૂકાઈ ગઈ.
- ૧૯૭૨- આબુ ખાતે 'ઓશો'ની શિબીરમાં આકસ્મિક જ દીક્ષા લીધી 'મારી પાત્રતા નથી' ના જવાબમાં ઓશોએ કહ્યું, ' ઉસકી ફિકર છોડ દે. કિસ રૂપમે સન્યાસ લેના યાહતા હૈ?' સફેદ વસ્ત્ર ધારી સન્યાસી બન્યા; અને 'સ્વામી બ્રહ્મવેદાન્ત' નામ મેળવ્યું.
- ૧, નવેમ્બર-૧૯૭૪ વેરાવળ ખાતે 'સંકેત' - રજનીશ ધ્યાન કેન્દ્રના ઉદ્ઘાટન પ્રસંગે કેવળ દૃષ્ટાભાવ પ્રગટ્યો અને 'ભગવાન' પદ કોઈ પ્રયત્ન વિના પામ્યા.
- ત્યાર બાદ જુદી જુદી જગ્યાઓએ અનંત સ્વામી સાથે શિબીરો કરી.
- ૧૯૭૪- હિમાલય જવાનો વિચાર કર્યો, પણ 'રામદુલારે' બાપુએ માધવપુર ખાતેની વાડીમાં જ આશ્રમ બનાવવા અનુરોધ કર્યો. અને બાજુમાં પોતાના હક્કની, ખરાબાની છ એકર જમીન પણ અપાવી
- માધવપુરમાં આશ્રમની શરૂઆત કરી. અને ધીમે ધીમે તેનો વિકાસ કરતા રહ્યા.
- પહેલાં પોતાની વાડીમાં; ત્યાર બાદ ખરાબાની જમીન ખરીદીને; ત્યાર બાદ ત્યજી દેવાયેલી પથ્થરની ખાણોના વિસ્તારમાં. છેલ્લે અડાબીડ પડી રહેલ 'મધુવન'ની જગ્યા પણ સરકારે વિકાસાર્થે વિનામૂલ્યે આપી.
- ૧૯૭૨થી ૧૯૮૨- રામદુલારે બાપુ જેઓ પરિવ્રાજક હતા અને અવારનવાર આશ્રમમાં આવતા-જતા અને આશ્રમના વિકાસ સાથે સ્વામીજીના આંતરિક વિકાસ માટે માર્ગ દર્શન આપતા રહ્યા.
- તેમના આંતરિક અને પ્રજ્ઞાના વિકાસમાં ગુર્જિયેક, વિમલા તાઈ અને તાવરિયાજીનો પણ ઘણો મોટો પ્રભાવ રહ્યો છે.
- આશ્રમને આર્થિક અને આંતરિક સહયોગ માટે વેરાવળના ડોક્ટર વકીલ (સ્વામી વિતરાગ) અને તેમનાં પત્ની સ્વાતિમા નો પણ સહયોગ સતત મળતો રહ્યો છે. ડો. વકીલના દેહાન્ત બાદ સ્વાતિમા પણ સ્થાયી રીતે આશ્રમનાં અંતેવાસી બની ગયાં છે.

- ડો. વકીલના પુત્ર રાજેન જેઓ સ્વામીજીના બીજા નંબરનાં પુત્રી સાથે પરણેલાં છે અને તે પણ તાવરીયાજીની સાધના પધ્ધતિથી યોગ અને ધ્યાન વિષે લોકોને સમજ અને એમના કાર્યમાં સઘન રીતે પરોવાયેલા છે.

રચનાઓ (પ્રકાશિત પુસ્તકો)

- આધ્યાત્મિક – જાગરણ, પૂર્ણતાના પંથે, અતૃપ્તિ ભીતરની, સહયોગથી સમાધિ, અંતઃકરણની ઓળખ, સાધનાની પૂર્વભૂમિકા, વિજળીને ચમકારે
- આત્મકથાત્મક – પરમપદ પ્રતિ સંકેત

સાભાર

- પરમપદ પ્રતિ સંકેત
- શ્રી. શરદ શાહ

તેમના જીવનના એક દિવસ અંગે વિડિયો.

<https://www.youtube.com/watch?v=Xku-v2zFhxk>

માધવપુર(ઘેડ)

પોરબંદર આમ તો ગુજરાતનુ છેવાડાનુ શહેર છે. પરંતુ મહાત્મા ગાંધીનુ જન્મ સ્થળ હોવાથી સમગ્ર વિશ્વમાં પ્રસિધ્ધિ પામ્યું છે. પોરબંદરથી સોમનાથ સુધીનો દરિયાઈ પટ્ટીનો લગભગ ૧૨૫ કિલોમિટરનો માર્ગ છે. આ માર્ગના લગભગ મધ્યભાગે, એટલે કે પોરબંદરથી લગભગ ૬૦ કિલોમિટરના અંતરે દરિયાકાંઠે વસેલું માધવપુર ગામ છે. લગભગ ૧૫,૦૦૦ ની વસ્તીવાળું ગામ જેમાં કોળી, વૈષ્ણવ, મુસ્લીમ મછવારા, બ્રાહ્મણની મુખ્ય વસ્તી છે. આઝાદી પહેલાં આ ગામ પોરબંદર સ્ટેટમાં હતું જે આજે પોરબંદર જીલ્લાનુ રણિયામણુ ગામ છે.

શ્રી કૃષ્ણનુ એક નામ માધવ છે અને તેમના નામ પરથી ગામનુ નામ માધવપુર પડ્યું છે. પૌરાણિક કથા મુજબ શ્રીકૃષ્ણે રૂક્મણીનું અપહરણ કરી અહીં આવેલાં મધુબનના જંગલોમાં ચૈત્રી સુદ ચૌદસના રોજ લગ્ન કરેલ. કથાનક છે કે, રૂક્મણીના પિયર પક્ષે કોઈ ન હતું, તેથી અહીં વસતી કોળી જાતિએ પિયરીયાંઓની ભૂમિકા ભજવેલ. આજે ૫,૦૦૦ વર્ષ પછી પણ અહીં દર વરસે રામનવમીના બીજા દિવસથી માંડી, પાંચ દિવસ, એટલે કે ચૌદસ સુધી કૃષ્ણ- રૂક્મણીનો લગ્નોત્સવ ઉજવાય છે. દરિયાકાંઠે આવેલ પૌરાણિક માધવરાય મંદિરેથી જાન/વરઘોડો નીકળી, ચોરી સુધી જાય અને હિન્દુ વિધિથી લગ્ન મહોત્સવ ઉજવાય છે.

માધવપુરનુ પૌરાણિક તેમજ ઐતિહાસિક મહત્વ છે. અહીં વૈષ્ણવ સંપ્રદાયના સ્થાપક શ્રી વલ્લભાચાર્યજીની ૬૬મી બેઠક (કુલ ૮૪ બેઠક) છે. વૈષ્ણવો માટે માધવપુર મોટું યાત્રાધામ છે. માધવરાયજીનુ પૌરાણિક, છઠ્ઠી સદીનુ મંદિર જે દરિયાકાંઠે આવેલું છે તે હાલ તો ખંડેર હાલતમાં છે. આ સિવાય અહીં ઓશો આશ્રમ, ચાર જલકુંડ, ચાર વાવ, મધુબન અને ચિતવનનો જંગલ વિસ્તાર, ચોરી, નિલકંઠ મહાદેવ, કાયબા ઉછેર કેન્દ્ર, અને એશિયાનો સૌથી સુંદર બીચ છે. ચારેબાજુ નજર કરો ત્યાં વનરાઈ અને નારિયેળીના વૃક્ષોની વાડીઓ, મયુરના, કોયલના ટહુકાઓ અને વિવિધ પક્ષીના ગીતોથી ગુંજતો આ પ્રદેશ, પ્રકૃતિ પ્રેમી સહેલાણીઓ માટે આકર્ષણનુ કેન્દ્ર રહ્યો છે.

માધવપુર (ઘેડ) અંગે સરસ દસ્તાવેજી વિડિયો -

https://www.youtube.com/watch?v=6uSX1IBuxRw&list=PL3_bbEKRIIdiurQByiihQ84ysVHxzLbm_w

<https://www.youtube.com/watch?v=wJ4s-3ac09Y>

ઓશો આશ્રમ, માધવપુર(ઘેડ)

ઓશો આશ્રમના નામે પ્રસિધ્ધ ભૂમિ વિસ્તાર લગભગ ૫૦ એકરના ફેલાવામાં પથરાયેલો છે. આ આશ્રમના નિર્માણમાં સ્વામી બ્રહ્મવેદાંતજી નિમિત્ત બનેલ છે. તેમના પૂર્વજોની વાડીમાં બે નાના રૂમમાં શરૂ થયેલ આશ્રમ આજે એક વિશાળ વટવૃક્ષ બની ચુક્યો છે. ઓશો આશ્રમને ચાર વિભાગમાં વહેંચી શકાય.

1. ઓશો આશ્રમ (જૂનો),
2. રામદુલારે બાપુની સમાધિ/ આશ્રમ,
3. મધુબન/ચિતવન,
4. ગોકુલ આશ્રમ.

૧) ઓશો આશ્રમ (જૂનો)

આ આશ્રમ લગભગ ૧૦ એકરમાં પથરાયેલો છે અને નારિયેળની વાડી ઉપરાંત અન્ય અનેક ફળાઉ અને ઘટાદાર વૃક્ષોથી છવાયેલો વિસ્તાર છે.જેની ઝલક નીચેના ફોટોગ્રાફ પરથી મળશે.



આશ્રમમાં બે બુદ્ધ હોલ (ધ્યાન પ્રવચન માટેનું સ્થળ) છે. એકનું નામ "દેવતીર્થ" છે - જે ઓશોના પિતાજીના નામે રાખવામાં આવ્યું છે, અને તેમનાં અસ્થિકૂલ પણ અહીં રાખવામાં આવ્યા છે. બીજા હોલનું નામ શ્રી તાવરિયાજીના નામે રાખવામાં આવેલ છે. (જેઓ એક મહાન યોગી અને સદગુરુ હતા.)

દેવતીર્થ ની સામે ભગવાન બુધ્ધની પ્રતિમા છે અને તેની પાછળના ભાગમાં એક રાયણનું ૪૦૦-૫૦૦ વર્ષ પુરાણું વૃક્ષ છે.



આ વૃક્ષ નીચે બેસીને સ્વામી બ્રહ્મવેદાંતજીને ઘણીવાર સમાધિનો અનુભવ થયો છે. આથી તે વિસ્તાર સુંદર રીતે સજાવી ધ્યાન માટે રાખવામાં આવેલ છે. અહીં બાજુમાં સ્વાતિમા (સ્વામીજીના સ્વાધ્યાયી અને સંબંધે વેવાણ)નું નિવાસ સ્થાન અને બાજુમાં જ હોમિયોપેથિક ક્લિનિક છે, જ્યાં દર્દીઓને વિના મૂલ્યે સારવાર આપવામાં આવે છે. વાડીના આ વિસ્તારમાં સ્વામીજીનું નિવાસસ્થાન અને તેમના પુત્રો અને પરિવાર જનોનું નિવાસ સ્થાન પણ આવેલ છે. વાડીના પાછળના ભાગે ખુલ્લા મેદાન જેવા વિસ્તારમાં ગરબી ચોક બનાવેલ છે. અહીં નવરાત્રિ દરમ્યાન પારંપારિક રીતે ગરબીનું આયોજન થાય છે. અનેક કલાકારો અને આજુબાજુના ગ્રામવાસીઓ આ શક્તિ પૂજાના મહોત્સવનો લાભ લે છે.



૨) રામદુલારે સમાધિ/આશ્રમ

ઓશો આશ્રમની પાછળના ભાગે રામદુલારે બાપુની સમાધિ અને આશ્રમ આવેલ છે.



અહીં અત્યંત રળિયામણું અને શાંત વાતાવરણ હોય છે. પક્ષીઓના કલરવથી ગૂંજતો આ આશ્રમ વિમલાતાઈ (એક મહિલા ગુરૂ)ના વિશ્રામનુ સ્થળ હતો. તેઓ ઘણીવાર અહીં આવતા. રામદુલારે બાપુ પરિવ્રાજક સંત હતા અને સ્વામીજીને અંતરયાત્રામાં આંગળી પકડીને ચલાવ્યા તેમ કહીએ તો કાંઈ ખોટું નથી. સ્વામીની અંતરયાત્રાને ઊંચાઈના શિખરો સુધી લઈ જવામાં તેમનું ખુબ યોગદાન રહ્યું છે. રામદુલારે બાપુએ ૧૯૮૬માં શિવરાત્રિના દિવસે શરીર છોડી દીધેલ. આજે પણ દર શિવરાત્રિના દિવસે અહીં ભજન કિર્તનનો કાર્યક્રમ યોજાય છે, અને બાપુના હજારો ભક્તો અહીં ભેગા થાય છે. આ ભૂમિ એક અદ્ભુત ઊર્જાથી ભરેલ છે. અનેક સંતો અને સદગુરુઓ પણ અહીં આવી તેને ઊર્જાવાન બનાવતા રહ્યા છે.

૩) ચિતવન અને મધુબનના જંગલોનો વિસ્તાર

મધુબનનો વિસ્તાર જંગલખાતાની માલિકીનો છે. પરંતુ તે વિસ્તારનુ સંરક્ષણ અને માવજત ઓશો આશ્રમને સોંપેલ છે. જે આશ્રમવાસીઓ પ્રેમપૂર્વક કરી રહ્યા છે. ચિતવન તરીકે ઓળખાતો જંગલનો વિસ્તાર આશ્રમની માલિકીનો છે. અહીં પંદર-એક સન્યાસીઓ રહે છે, અને પ્રકૃતિની ગોદમાં રહી સાધના સાથે જંગલમાં મંગલ ઊભું કરી રહ્યા છે. ભર ઊનાળામાં અહીં તાપમાન ૫-૭ ડિગ્રી ઓછું હોય છે. ક્યારેક ક્યારેક દિપડો, જંગલી સુવર કે જરખ પણ આવી જતા હોય છે. આ વિસ્તારમાં એક સમયે અનેક સર્પ અને સરિસુપ પ્રાણીઓ રહેતાં હતાં. આજે પણ તે અવારનવાર દર્શન દેતા હોય છે. રાચણના ૨૦૦-૩૦૦ વૃક્ષો અહીં આવેલા છે.



૪) ગોકુલ આશ્રમ

ગોકુલના નામે ઓળખાતો આ આશ્રમ ગોકુળિયા ગામને બાજુ પર મુકી દે તેવો અદભુત છે. ૨૦૦૮માં તરછોડાયેલી પથ્થરની ખાણોની જગ્યા ખરીદી, તેમાં જે સર્જન કર્યું છે, તે મોહેજોદડોની કે હકુપ્પા સંસ્કૃતિના જમીનમાંથી મળી આવેલ નગરોની યાદ અપાવ્યા વગર ન રહે. જમીન લેવાઈ ત્યારે ખાણોમાં ગાંડા બાવળ, આકડા, ધતુરા અને બીજા જંગલી ઝાડવાની ભરમાર હતી. આજે ત્યાં નકામા વૃક્ષોને દુર કરી લગભગ ૫,૦૦૦ વૃક્ષોનું વાવેતર કરાયેલ છે. ખાણોના ખાડાઓમાં મધુબંતી નદીમાંથી નહેર બનાવી મીઠા પાણીનો સંગ્રહ કરવાથી આસપાસનો વિસ્તાર અને ભૂતળનું પાણી મીઠાં બન્યાં છે. ખાણોની માટી કાઢી એક ૧૫૦ ફુટ ઊંચી એક કૃત્રિમ ટેકરી બનાવવામાં આવી છે, જે માધવપુરની સૌથી ઊંચી જગ્યા છે. તે સ્થળ આજે ગોવર્ધનના નામે ઓળખાય છે. ગોવર્ધન પર કાર/સ્કૂટર અને પગપાળા જઈ શકાય છે. અહીંથી માધવપુરનો સમગ્ર વિસ્તાર જોઈ શકાય છે. ઊપરથી દેખાતો દરિયો અને ૧૮૦ ડિગ્રી પર ફેલાયેલો બીચ જોઈ લોકો મોં માં આંગળા નાખી જાય છે. અહીંથી સૂર્યોદય અને સૂર્યાસ્ત જોવો તે અનન્ય લહાવો છે. સાધકો અહીં ધ્યાન કરવા પણ આવે છે.



ગોકુલ આશ્રમ ધીમે ધીમે તીર્થ બની રહ્યું છે. આ ભૂમિ પર નવદુર્ગા, અંબા માતા, સરસ્વતી, ગણેશ, મહાદેવના મંદિરો બનાવવામાં આવ્યા છે.



અહીં પણ બે બુદ્ધ હોલ, ભોજનાલય, કાફેટેરિયા, બેકરી, અન્નક્ષેત્ર, વેલકમ સેંટર, પુસ્તકાલય, આયુર્વેદિક ક્લિનિક, આંખના સર્જન અને એમ.ડી ડોક્ટરની સેવાઓ વિના મૂલ્યે મળે છે. આશ્રમવાસીઓ/સાધકોના નિવાસસ્થાનો અને બહારથી આવનાર પ્રેમીજનોને રહેવા જમવા વગેરેની સગવડ અહીં મળે છે. યથા શક્તિ આવતા દાનની રકમથી, અને પરમાત્માની કૃપાથી આ સમગ્ર યજ્ઞકર્મ ચાલી રહ્યું છે.

હવે શરદ ભાઈના શબ્દોમાં

હું માધવપુર ઓશો આશ્રમમાં જ રહુ છું અને સ્વામી બ્રહ્મવેદાંતજી મારા ગુરુ છે. નીચેનાં ચિત્રો ઓશો આશ્રમના થોડેક ઝલક આપે છે.



ગોકુળ આશ્રમ



જે પથ્થર પર કરેલ શિલ્પના ફોટાઓ મુકેલ છે તે કોઈ ઘડાવેલા શિલ્પકારોએ નથી બનાવ્યા. આ બધા શિલ્પ અને ચિત્રો અહીં આવનાર લોકો અને કેટલાક આશ્રમવાસીઓએ પહેલીવાર હાથમાં હથોડી ઝીણી ઝાલીને બનાવેલા છે. અહીં ભીતરમાં પડેલ કલાકારને જીવંત કરવાનો અવસર આપવામાં આવે છે અને તેમાંથી સર્જન થાય છે.



શરદ શાહ – પરિચય



સુરેશ જાનીના શબ્દોમાં -

મિત્રો મળ્યા - પ્રભુશ્રીના આશિષ

હા! ખરેખર પ્રભુશ્રીના આશિષ જ કે, મિત્રો મળ્યા.

પણ આજે જે મિત્ર અંગે વાત કરવાની છે; તે અચૂક પ્રભુશ્રીના આશિષ પાઠવીને જ ઈમેલ પૂરો કરે છે !

આ મિત્રને મળવા જતાં મને એમને સરપ્રાઈઝ આપવાનું મન થયું. સવારમાં વહેલો, સીધો એમની ઓફિસે પહોંચી ગયો. અમદાવાદ મ્યુનિ. ના નવરંગપુરા સ્ટેડિયમના સમૃદ્ધ વિસ્તારમાં એમની અર્ધ સરકારી સંસ્થાની ઓફિસ આવેલી છે. પટાવાળો પણ હમણાં જ આવ્યો હતો અને સાફસૂફીમાં વ્યસ્ત હતો. તેણે એમની ઓફિસ સાફ કરી મને બેસાડ્યો. મારી ધીરજ ખૂટી જવાની તૈયારીમાં જ હતી; અને ત્યાં એ આશિષદાતા આવી પહોંચ્યા.

કોણ? ખબર ન પડી ને? પણ જે લોકો એમની સાથે ઈમેલ સમ્પર્કમાં છે; એ બધા તો શિર્ષક વાંચીને તરત એમને ઓળખી ગયા હશે.

શરદ શાહ - પ્રભુશ્રીના આશિષે મળ્યા.

આ છે શરદ શાહ. આમ તો કોમર્સ ગ્રેજ્યુએટ છે; પણ ગુજરાતના ઘણા બધા પ્રોજેક્ટોને એમનાં સલાહ સૂચનો મળેલાં છે. અને મારી અંતરયાત્રાના પ્રોજેક્ટના પણ એ ગાઈડ છે.

પણ એ મૂલાકાત દરમિયાન ઘણું મોડું થઈ ગયું હતું. મારે બીજા એક અગત્યના કામે જવાનું હતું. મને એમની સાથે સત્સંગ કરવાનો જે લ્હાવો હતો; અને જ્યાં જવાનું બહુ જ મન હતું તે, માધવપુરના ઓશો આશ્રમની એમની પાસેથી અલપ ઝલપ ઝાંખી મેળવી, મેં વિદાય લીધી. તે આશ્રમની મૂલાકાત લેવાનો સંકલ્પ તો કર્યો; પણ વિધિનું કરવું તે, અઢી મહિનાની દેશયાત્રા પતી ગઈ તો પણ ત્યાં ન જ જવાયું.

પણ એમની સાથે બેસી સત્સંગ કરવાની તડપન તો રહી જ. એ ક્યાં સંતોષાઈ હતી? ફરી એમનો સમય લઈ, રજાના દિવસે એમને ઘેર જ પહોંચી ગયો; અને એ યાત્રા પણ કેવી યાદગાર? મને એમનું ઘર નહીં જડે , એમ જાણીને મને લેવા એ સામા કારમાં આવ્યા. પણ ભવના ભવરણમાં ભટકવું પડે છે; તેમ આ સ્ફૂટરચાલક એમને અનુસરી ન શક્યો. પણ બે ચાર વાર સેલફોન સમ્પર્કે પાછો લાઈન પર આવી ગયો!

અને એમના દિવાનખંડમાં અમારો સત્સંગ શરૂ થયો. એ સત્સંગની વાતો કરવા આ મિત્ર પરિચયની જગ્યા થોડી જ વપરાય? પણ અહીં આવ્યા બાદ પણ, એમની સાથે નેટ સત્સંગ ચાલુ છે. અને એ સત્સંગનો મર્મ પચાવ્યા વિના એના વિશે લખવું પણ ઠીક નહીં.

પણ.. એમના આશિષ અને સદભાવના જોરે આ નૌકા જરૂર લક્ષ્યસ્થાને પહોંચી જશે; એવી શ્રદ્ધા આ અશ્રદ્ધાળુ જણના ચિત્તમાં જરૂર સ્થાપિત થઈ છે.

શરદ ભાઈના પોતાના શબ્દોમાં

પ્રેમ,

સ્વપરિચયના પ્રયત્નમાં છું. બાકી જે શરીરને બધા શરદના નામે ઓળખે છે તેનો જન્મ ૪થી સપ્ટેમ્બર, ૧૯૫૨ના રોજ બ્રાહ્મણ પરિવારમાં થયો. પરિવાર તો બ્રાહ્મણ હતો, પણ દાદાના સમયથી જ સંસ્કારોમાં ક્રાંતિ આવી ગઈ હતી. દાદાએ વૈષ્ણવધર્મી બાળવિધવા સાથે લગ્ન કરેલાં અને જ્ઞાત બહાર મુકાયેલા. નાત-જાતના ભેદભાવોથી પરિવાર પર હતો. દાદાએ ભરચુવાનીમાં ઉપાસની મહારાજનુ શિષ્યત્વ સ્વીકારી સંસારત્યાગ કરેલો, ત્યારે મારા પિતાની ઉંમર ફક્ત ચાર વર્ષની હતી. દાદીએ કઠીનાઈઓ વેઠીને મારા પિતાનો ઉછેર કર્યો. મેટ્રિક્યુલેટ અને સંગીત વિશારદ(વોકલ) નો અભ્યાસ પિતાએ કરેલો.

અમે ચાર ભાઈબહેનો (ત્રણબહેન અને હું). હું સૌથી નાનો. મારી સાડા ત્રણ વર્ષની ઉંમરે મારી માતાએ શરીર છોડી દીધું. બાળપણની પરવરિશ દાદીએ કરી. આઠ વર્ષ પછી પિતાએ બીજા લગ્ન કરતાં, બીજી માતાના હાથે શેષ પરવરિશ થઈ. જીવનના ઘણાં પાઠ બાળપણમાં જ શીખી લીધા, જે મોટાભાગના લોકોને મોડા શીખવા મળે છે. પરિણામ સ્વરૂપ ઘડતર એવું થયું કે, ગમે તેવી વિપરીત પરિસ્થિતિ પણ વિચલિત ન કરી શકે; જે આજે સન્યાસાશ્રમ જીવન સ્વીકાર્યા પછી ખૂબ ઉપયોગી સાબિત થઈ રહી છે.

ભણતરમાં, કોમર્સ ગ્રેજ્યુએશન અમદાવાદમાં રહી ગુજરાત યુનિવર્સિટીથી કર્ચુ અને પોસ્ટ ગ્રેજ્યુએશન (માર્કેટિંગ અને મેનેજમેન્ટ) ભવન્સ કોલેજ મુંબઈથી કર્ચુ. ટ્યુશનોથી શરૂ કરેલ વ્યવસાયિક કારકિર્દી, ૩૧માર્ચ, ૨૦૧૩માં રિટાયર થયો, ત્યારે સિનિયર પ્રોજેક્ટ કન્સલટન્ટ તરીકે ગુજરાત ઈન્ડસ્ટ્રિયલ અને ટેકનિકલ કન્સલ્ટન્સી ઓર્ગેનાઈઝેશન લિમિટેડ (જીટકો લિમિટેડ) માં પૂરી થઈ.

૧૯૭૧માં આચાર્ય રજનીશના પરિચયમાં આવ્યો અને ૩જી નવેમ્બર, ૧૯૭૮ના રોજ તેમના હાથે સન્યાસ લીધો. ૧૦ ડિસેમ્બર, ૧૯૭૮ના રોજ લગ્ન કર્યા અને કાળક્રમે બે પુત્રોનો પિતા થયો. મોટાં પુત્ર પાર્ષદનો જન્મ ૧૯૭૯માં થયો અને નાના પુત્ર (પૂર્ણ)નો જન્મ ૧૯૮૨માં થયેલો. મોટાં પુત્રે એમ.બી.એ.(માર્કેટિંગ) કર્ચુ. હાલ આસિસ્ટન્ટ વાઈસ પ્રેસિડન્ટ તરીકે અમદાવાદની કંપનીમાં છે. નાના પુત્રે સી.એ. કર્યા પછી હાલ આદિત્ય બિરલા (બેંચોર)માં ચીફ ફાઈનાન્સ ઓફિસર છે. મોટા પુત્રને ત્યાં એક પુત્ર(રાહિલ) અને નાના પુત્રને ત્યાં બે પુત્રીઓ (વૈશ્વી અને ચાર્વી) છે. આમ હું હવે દાદા બની ગયો છું. હિન્દુ પરિવારમાં જન્મ અને સંસ્કારિતા હિન્દુ હતી, પરંતુ અંદર એક અજંપો અને અનેક પ્રશ્નો હતા. જેમ જેમ શરી, શિક્ષણ બુદ્ધિનો વિકાસ થતો ગયો, તેમ તેમ એકમાંથી બીજા એમ હજાર પ્રશ્નો ઊઠવા માંડ્યા. વાંચનનો શોખ હતો, પણ પુસ્તકો ન ઉત્તર આપી શક્યા કે ન સમાધાન. જીવ મુંઝાયા કરતો હતો.

૧૯૭૧માં આચાર્ય રજનીશજીની નાની પુસ્તિકાઓ વાંચવામાં આવી. તેમની અમદાવાદ મુલાકાત સમયે તેમનાં ગીતા પરના પ્રવચનો સાંભળ્યાં. તેમની તર્કબધ્ધ શૈલીએ ચિત્ત પર પ્રભાવ પાડ્યો, અને પહેલી જ વાર કોઈએ હૃદયના તારને ઝણઝણાવ્યા. ત્યારબાદ એક અંતરાલ આવી ગયો અને પછી ૧૯૭૪માં મારા એક સહકાર્યકર મિત્રની (અનિલભાઈ) સાથેની ચર્ચામાં રજનીશજીનો ઉલ્લેખ અને તેમના વિચારો અંગે ચર્ચા થઈ. અને ફરીથી રજનીશજીના પુસ્તકોનું વાંચન અને ચર્ચાઓ તે મિત્ર સાથે થતી ગઈ. પુસ્તકોની સાથે તેમના ઓડિયો પ્રવચનો અને પછી ધ્યાનની વિધિઓમાં ડૂબવાની શરૂઆત થઈ. બુદ્ધિ અને તર્ક તરફ જતી જીવન ઊર્જા, હૃદય અને ભાવ તરફ વળવાની શરૂ થઈ. પરિણામ સ્વરૂપ ૧૯૭૮ની ૩જી નવેમ્બરે પુના સ્થિત ઓશો આશ્રમની મુલાકાત લઈ, રજનીશજીના હાથે સન્યાસ ગ્રહણ કરી, નવું નામ સ્વામી 'શરદ ભારતી' અને ભગવાં વસ્ત્ર અને માળા ધારણ કર્યાં.

ભારતીય સંસ્કૃતિમાં ભગવો રંગ આમ તો આદરને પાત્ર, પણ ઓશોની (રજનીશ)માળા સાથેનો ભગવો સમાજમાં ધૂણાપાત્ર હતો. રોજબરોજની ટીકાઓ, કટાક્ષ, મજાક અને અપમાનો સહન કરવા જાતને તૈયાર કરવી પડતી. અહમ ચકના ચૂર થવાની શરૂઆત થઈ.

એક તરફ સામાજિક વહેવારો, પરિવાર, નોકરી સાચવવાની જવાબદારી અને બીજી તરફ અંતરયાત્રાનાં કપરાં ચઢાણ. તલવારની ધાર પર ચાલવા જેવું. ઉપરથી લોકો ટપલા મારે, ભીતરથી ગુરૂ થપથપાવે અને સંસારની આગમાં શેકાતાં શેકાતાં ઘડો ઘડાતો ગયો. વિચાર, ભાવ, વૃત્તિઓ, સંવેદના બધું બદલાતું ચાલ્યું. સહનશક્તિ વધતી ગઈ.

૧૯૮૬માં માધવપુર સ્થિત સ્વામી બ્રહ્મવેદાંતજીનો પરિચય થયો અને ત્યારથી માધવપુર અવારનવાર જવાનું થતું રહ્યું. સ્વામી બ્રહ્મવેદાંતજીને પણ મારી જેમ જ સામાજિક, આર્થિક અને પારિવારિક સમસ્યાઓ હતી. આ બધી

સમસ્યાઓની વચ્ચે તેમને શાંતિ, પ્રસન્નતા, ધૈર્ય, સૌમ્યતા અને પ્રેમપૂર્વક જીવતા અનુભવ્યા, ત્યારે મારી ભીતર પણ એક વિશ્વાસ અને અભિપ્સા પેદા થઈ કે, બધી સમસ્યાઓ વચ્ચે પણ જીવન આનંદપૂર્ણ રીતે જીવી શકાય છે. એ મારા માટે સૌથી મોટું આશ્વાસન અને આકર્ષણ હતું.

સ્વામીજીના સાન્નિધ્યમાં સ્વાધ્યાયના ગુણ શીખવા મળ્યા. દૃષ્ટિ ભીતરની તરફ વળતી ગઈ. મનમાં ઊઠતા આવેગો, આવેશો, વિચારો, ભાવોનો સ્વાધ્યાય શરૂ થયો - જે ચાલુ જ છે.

આ સ્વાધ્યાયને કારણે ચિંતાઓ ઘટવા લાગી અને ચિંતન વધવા લાગ્યું. પ્રશ્નો ખરતા ગયા અને પ્રતીતિ વધતી ગઈ. અપેક્ષાઓ ઘટતી ગઈ અને અભિપ્સા વધતી ગઈ. કામનાઓ ઘટતી ગઈ અને તૃપ્તિનો અહેસાસ થવા લાગ્યો. લોભવૃત્તિ ઘટતી ગઈ અને દાન/ સેવા વૃત્તિ વધતી ગઈ. કામ તરફ વહેતી ઊર્જા, રામ તરફ વળતી ગઈ. પહેલાં કોઈ સુંદર સ્ત્રીને જોઈ, તેનો કબજો કરવા અને ભોગવવા મન થતું, તે મન હવે સૌંદર્ય નિહાળી આહ્વાદ/ અહોભાવ અનુભવવા માંડ્યું. દુઃખ/ પીડા ભરેલું મન હવે સુખ અને આનંદ અનુભવવા લાગ્યું. ક્રોધ/ હિંસા ભાવ ધીમે ધીમે કરૂણા/ પ્રેમભાવમાં રૂપાંતરિત થવા લાગ્યો.

બસ આમ જીવન યાત્રા ચાલુ છે. સમસ્યાઓ એક યા બીજી આવ્યે રાખે છે, પણ હવે ખાસ વિચલિત નથી કરતી. કપમું વર્ષ ચાલે છે. બીજા બે, પાંચ પંદર વરસ જે જીવન બચ્યું છે, તે અહીં માધવપુર ગુરૂ નિશ્રામાં અને માર્ગદર્શનમાં વ્યતિત થાય અને અંતરયાત્રામાં આગળ વધાય તેવી ઈચ્છા છે. હરિ ઈચ્છા શું , તે ખબર નથી.

પ્રભુશ્રીનાઆશિષ.

શરદ.

ઉત્ક્રાન્તિ અને શક્યતા

કામનાગ્રસિત રખડુ મન, કન્ડિશન્ડ થયેલી અને અનેક માન્યતાઓથી ભરેલી બુદ્ધિ, જાગૃતિ વગરનું રખડુ ચિત્ત, અને વિકૃત અહંકાર - આ છે આપણી પેઢીનો સ્ટાફ. કેવા પરિણામની આશા રાખવી ?

મનુષ્યને અંતઃકરણ આપવા પાછળ કુદરતનું અદ્ભુત આયોજન છે. પશુ-પક્ષીઓ અસ્તિત્વમાં આવે, જીવે અને ગુજરી જાય. શરીર અને પ્રાણ છુટા પડી જાય. વિસર્જન, કંઈ શેષ ન રહે. મનુષ્યમાં જીવન પુરુ થાય એટલે શરીર અને પ્રાણ છુટા પડી જાય. વિસર્જન થાય પણ કંઈક શેષ બાકી રહી જાય. જે બાકી રહી જાય એની યાત્રા ચાલુ રહે છે.

કહે છે કે આપણી પૃથ્વીને પ્રગટ થયે ૪૦,૦૦૦ લાખ વર્ષો થયા. જમીન અને સમુદ્ર બનતા લાખો વર્ષો થયા. મિનરલ જગત અસ્તિત્વમાં આવ્યું. કેટલાય લાખો વર્ષો પછી એક જીવંત કોષનું નિર્માણ થયું. એકકોષી અમીબાનું સામ્રાજ્ય રહ્યું. ધીરે ધીરે સમુદ્રમાં નવા નવા શરીરો પ્રગટ થતા ગયા. ૨૫,૦૦૦ લાખ વર્ષો સુધી તો જીવન પાણી પુરતું જ મર્યાદિત રહ્યું. કેટલાય લાખ વર્ષો પછી વનસ્પતિ જગત, જીવજંતુઓનું જગત, પક્ષીઓ અને પ્રાણીઓનું જગત વિકસ્યું.

આ ક્રિએશનોમાં શરીરની વિવિધતા એડેપ્ટેશન પ્રમાણે થતી ચાલી. પ્રાણની ઇન્ટેલીજન્સ વિવિધ રચના કરી. આ રચનાઓ શરીર અને પ્રાણ પુરતી સિમિત રહી. જીવન સાઈકલ સમાપ્ત થાય એટલે શરીરનું વિસર્જન થાય. પ્રાણ બાયોઇલેક્ટ્રીસિટીનું કનેક્શન છુટું પડે, કંઈ શેષ ન બચે.

ઉત્ક્રાંતિમાં માણસ પેદા થયો. એક નવું ડાયમેન્શન ઉમેરાયું. શરીર પ્રાણ સાથે જીવ સંયોજાયો.. સાથે ડિવાઇન-ફેગમેન્ટનું અનુસંધાન થયું. શરીર અને પ્રાણ વાઈટલ-એનર્જી પુરતા એક્ટિવિટી કરતાં હતાં, તેમાં સાઇકિક એનર્જી ઉમેરાઈ. જીવનનું સાઈકલ સમાપ્ત થાય એટલે શરીરનું વિસર્જન થાય. પ્રાણ-બાયોઇલેક્ટ્રીસિટીનું કનેક્શન છુટું પડે, પણ શેષ કંઈક બચે.

શું માણસની કૃતિ સુધી જ કુદરતનો પ્લાન હશે ? આ ભૂલોક સિવાય બીજે ક્યાંય જીવન હશે ? આપણે સાંભળીએ છીએ કે ભુલોક ઉપરાંત, ભુવલોક છે, સ્વલોક છે, જનલોક છે, તપલોક છે, સત્યલોક છે. કહે છે સાત લોક ઉપર છે, સાત લોક નીચે છે. આપણે સાંભળીએ છીએ કે ગાંધર્વ, દેવ, ઋષી, મહર્ષી, સિદ્ધ, બુદ્ધ - એવી સ્થિતિ પ્રાપ્ત થઈ શકે છે. સ્વાભાવિક પ્રશ્નો ઉઠવાના. પ્રશ્ન ઉઠે કે આપણી શું સંભાવના છે ? અત્યારની હાલ જે સ્થિતિ છે તેમાં રૂપાંતરણ લાવી શકાય ? કેવી રીતે ?

શાસ્ત્રોમાં વર્ણનો આવે છે કે ફિઝીકલ બોડી(અન્નમય કોષ) ઉપરાંત, ઇથરીક બોડી(પ્રાણમય કોષ), એસ્ટ્રલ બોડી(મનોમય કોષ), મેન્ટલ બોડી(વિજ્ઞાનમય કોષ) અને સ્પિરીચ્યુઅલ બોડી(આનંદમય કોષ) હોય છે. શું આપણે આ બોડી અનુભવી શકીએ? કહે છે બધા બોડીની પાર આપણું શુદ્ધતમ હોવાપણું છે.

ભીતરના જગતના નિયમો છે. ભીતરના જગતના સાયન્સને ધર્મ કહે છે. વ્યાવહારિક જગતનો વ્યવહાર ભલે ચાલે પણ વાસ્તવિક જગતનો સંપર્ક ગુમાવી બેસીએ તો કુદરતના નિયમોનો ભંગ થાય. પીડા અને સંતાપ વધે એટલે આપણે જાગૃત ચેતનાઓ પાસે જઈએ. જાગૃત ચેતનાઓની મસ્તી, જાગૃતિ, તાજગી, શાંતિ આપણને સ્પર્શે. આપણે તો કામના અને વાસનાથી ઘેરાયેલા હોઈએ. થાય છે એવું કે આવી સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરવાની કામના ઉઠે. એક નવી કામનાનો ઉમેરો થાય !

ખરી ધ્યાસ અને કામના વચ્ચે ઘણો મોટો તફાવત છે. હવે આ નવી કામના લઈ આપણે શિબીરોમાં જઈએ, દેવમંદીરોમાં જઈએ, પ્રવચનો-કથાઓ સાંભળીએ, ધ્યાનની વિધિઓ કરીએ, મંત્રોના પ્રયોગો કોઈ બતાવે એમ કરીએ અને થાય એવું કે આપણે સંસારમાં તો ઘણો બોજો લઈને ફરતા જ હતા, એમાં ધર્મધ્યાનનો બોજો આવી પડે. ક્યારેક તો હતાશા, નીરાશા, ડિપ્રેશન પણ આવી જાય.

અંતરયાત્રા એ આપણી સંભાવના છે. એ કામનાનો વિષય નથી. અંતરયાત્રા એ જીવને શિવમાં રૂપાંતરણ કરવાની પ્રક્રિયા છે - અલ્ટીમેટ આલ્કેમી છે.

માનવજીવનની સંભાવના

શાસ્ત્રો અને બુદ્ધ પુરૂષો આપણા માળખાને સમજવા કહે છે, જેથી આપણુ જીવન ફક્ત શરીર પૂરતું મર્યાદિત ન રહે, આપણી સંભાવનાની આપણને ઓળખ થાય. - સમજીએ

ભીતર ચૈતન્ય તત્વ છે. કોઇ એને ડિવાઈન ફેગમેન્ટ કહે, કોઇ એને શુદ્ધ સત્તા કહે, કોઇ એને જોનારી સત્તા કહે, કોઇ એને આત્મતત્વ કહે, કોઇ એને ડિવાઈન સ્પાર્ક કહે, કોઇ એને ચિદઅંશ કહે.

ડિવાઈન ફેગમેન્ટ ઉપર એક આવરણ છવાયુ છે. કોઇ એને સૂક્ષ્મ શરીર કહે, કોઇ એને જીવ કહે, કોઇ એને વિવિધ સંસ્કારોનુ માળખુ કહે, ઉત્ક્રાંતિમાં ધારણ કરાયેલી એક સ્થિતિ કહે. એક બીઈંગ; જે શરીર બદલતુ જાય છે, યાત્રા કરતુ જાય છે. યાત્રા ઊર્ધ્વમુખી પણ હોઈ શકે, યાત્રા અધોમુખી પણ હોઈ શકે. લાઇટ વાઇબ્રેશન્સના જગત, હેવી વાઇબ્રેશન્સના જગત. આ સૂક્ષ્મ શરીર ધારણ કરે છે -એક સ્થૂળ શરીર. આપણો દેહ, આ પ્લેનેટ ઉપર સાઠ કે સિત્તેર વર્ષ માટે વાપરવા અપાયેલુ એક સાધન.

આવું આખું યુનિટ - ચિદઅંશ, જીવનુ માળખુ અને સ્થૂળ શરીર, જ્યારે સંસારમાં રમવા ઉતરે ત્યારે એને એક નામ મળે છે. ઓળખ આપવામાં આવે છે. મનુષ્ય સાઈકોલોજીકલ લેવલે સમાજ બનાવી ને સાથે જીવતું પ્રાણી છે. કુદરતના જગતમાં મનુષ્ય પોતાનુ આગવુ જગત નિર્મિત કરે છે. દેશ અને કાળ પ્રમાણે એ જગતના નિયમો નક્કી કરે છે. ત્યાંથી આપણા સંસારની શરુઆત થાય છે.

ધીરે ધીરે માણસ પોતાના નિર્મિત કરાયેલા સંસારમાં એવુ તો તાદાત્મ્ય અનુભવે કે, પોતાનું સાચું સ્વરૂપ વિસરી જાય છે. ભીતર બેહોશી વ્યાપેલી રહે છે. સંસારમાં જ ખોવાઈ જવાય છે. કુદરતના કાયદાઓનો ભંગ થાય છે. નવી નવી કામનાઓ, વાસનાઓ અને નેગેટિવ ઇમોશન્સમાં ઘેરાતા જવાય છે. તેમાંથી નવા નવા આવરણો બંધાતા જાય છે. આવરણો શુદ્ધ સત્તાના પ્રકાશને રોકી રાખે છે. બેહોશી અને અંધારુ વ્યાપ્ત રહે છે. અથડામણો વધારે ને વધારે થતી રહે છે.

જીવન સાઈકલ પૂરી થાય છે. નવા આવરણો પ્રમાણે બીજ બને છે. નવી યાત્રા માટે સૂક્ષ્મ શરીર અને સ્થૂળ શરીર મળે છે. વળી એવી ને એવી સ્થિતિ. સંતાપ, પીડા અને દુઃખ સિવાય કશુ હાથ લાગતું નથી. જીવ ક્યારેક થાકે છે. ભીતર પ્રશ્નો ઊઠે છે. પોતાના સાચા સ્વરૂપ માટે ઉત્સુક થાય છે. પોતાના વાસ્તવિક સ્વરૂપને સમજવાની કોશિષ કરે છે. કોઇ ને કોઇ જાગૃત ચેતનાની મદદ મળી જાય છે.

આમ થાય ત્યારે અંતરયાત્રાના દ્વાર તેના માટે ખુલે છે

અંતરયાત્રાના વિવિધ ઉદ્દેશ

પોતાના વાસ્તવિક સ્વરૂપને પામવાની પ્રોસેસને ધર્મ કહે છે. ધર્મના નામે પણ ઘણા ગોટાળા થાય છે. દરેક જીવ 'સ્વ' સ્વરૂપના બોધ માટે ઉત્સુક ન પણ હોય. દરેક જીવ ધર્મ પ્રત્યે જુદી જુદી રીતે ઉત્સુક થાય છે. - સમજીએ

1. જીવન જીવતાં જીવતાં જીવ ઘડાય છે. ઘણી પીડા અને દુઃખ ભોગવે છે. ઘણા પ્રશ્નો ઊઠે છે. ઘણા જીવો પ્રશ્નોના ઉત્તરો મળે, એનાથી સંતોષ માની ફરી એ જ ઘરેડમાં ગોઠવાઈ જાય છે.
2. ઘણા જીવોને જીવનમાં કંઈક મેળવવું છે, જીવનમાં કંઈક બનવું છે, પણ વ્યગ્ર મનના કારણે અંતરાયો આવે છે. કોઈ વિધિ, કોઈ માર્ગ જો મનની શાંતિ અપાવે તો બમણા જોરથી પોતાના લક્ષ્યની સિદ્ધિ માટે અંપલાવી શકે. વળી, કોઈ ઓલિયા-સંતની મહેરબાની થઈ જાય, તો પાસા પોબાર એવી ગણતરીથી ધર્મનું શરણું લે છે.
3. ઘણા જીવો ધર્મના આચરણને બેંકના વહેવાર જેવો સમજે છે. ધર્મ પ્રત્યેની ઉત્સુકતા, જીવનમાં કામનાઓ પૂર્ણ થાય એ પુરતી જ રહે છે.
4. ઘણા જીવો સંસારમાં સંઘર્ષ કરવા કરતાં ધર્મના નામે કોઈ શાંતિની જગ્યાએ ઠરીઠામ થઈ શકાય એ આશયથી ઉત્સુક થાય છે.
5. ઘણા જીવોની સમજમાં આવી જાય છે કે પુનરાવૃત્તિ કરવાનો કોઈ અર્થ નથી. ધાંચીના બળદ જેવી સ્થિતિમાંથી બદલાવટ થઈ શક્તી હોય, તો તેઓ એમ કરવા ધર્મમાં ઉત્સુક થાય છે. ધર્મના નિયમો સમજે છે. રૂપાંતરણની પ્રક્રિયા સમજે છે. રૂપાંતરણની પ્રક્રિયા આચરણમાં મુકે છે.

આમ, કૃતુહલથી પ્રેરિત થયેલા જીવો છે, જીજ્ઞાસુ સાધકો છે અને મુમુક્ષુ સાધકો છે. આપણી ઉત્સુકતા શેમાં છે એ જોઈ લેવું. પરિણામ તે પ્રમાણે!

રૂપાંતરણ એક પ્રોસેસ છે; ધર્મ ભીતરના જગતનું સાયન્સ છે. યાત્રાએ નીકળવું હોય તો માહિતી એકઠી કરવી પડે અને નકશાઓનો અભ્યાસ કરી લેવો પડે. પણ યાદ રાખવું કે આટલું પૂરતું નથી. યાત્રાએ ખરેખર નીકળવાનું છે, પ્રોસેસમાંથી પાસ થવાનું છે. ખેતીની ચર્ચા કરવાથી કે કાગળ ઉપર ઊપજની ગણતરી કરવાથી ખેતરમાં કાંઈ ઊગતું નથી. માહિતી હોય તો ઊર્જાનો બિનજરૂરી વ્યય અટકાવી શકાય. આયુષ્યની એક હદ છે. ભીતરના રૂપાંતરણ માટે જરૂરી જીવન ઊર્જા હોય તેવા જીવનના તબક્કામાં પૂરો પ્રયત્ન કરી લેવો પડે. જીવન ઊર્જા ક્ષીણ થાય પછી ધર્મ તરફની ઉત્સુકતા કોઈ કામની નથી. આટલો રાઈટ ડેટાનો ઉપયોગ.

વ્યસ્ત જીવનમાં જીવતાં જીવતાં પોતાના સાચા સ્વરૂપની શોધ એ મુશ્કેલ કાર્ય છે. વ્યવહારથી ભાગવાનું નથી અને વાસ્તવિક જગતને ભુલવાનું નથી. અર્જુનની જેમ બન્ને પલ્લામાં એક એક પગ રાખી બેલેન્સ જાળવવાનું છે અને સાથે સાથે પ્રતિબિંબને જોઈ લક્ષ્યવેધ કરવાનો છે.

જાતની ઓળખ

અત્યારે જે પ્રાણ આપણી પાસે છે તે પૂરતો પણ નથી અને શુદ્ધ પણ નથી. કાળાં વાદળાં જ્યારે સૂર્યને ઢાંકી દે છે, ત્યારે અંધારું પ્રબળ બની જાય છે. આપણે આપણી અશુદ્ધિઓ પ્રત્યે પૂરતા સભાન નથી. જો કે આપણને બીજાની અશુદ્ધિઓ સરળતાથી દેખાય છે! અશુદ્ધિઓનાં ઘણાં કારણો છે. અશુદ્ધિઓને કારણે ચિત્ત ભટકતું જ રહે છે, અને જીવન- ઊર્જા ખર્ચાતી રહે છે. આખી જિંદગી રઝળપાટ પછી હાથ લાગે છે- વ્યર્થતાનો અનુભવ. હાથ લાગે છે- જીવનો બળાપો અને લાચારી. પ્રકૃતિનો હેતુ સમજ્યા વગર આપણું કન્ડિશન્સ માઈન્સ કંઈક ને કંઈક આડુઅવળું કરતું રહે છે. કામનાઓ અને વાસનાઓ વધતી જ રહે છે, અને વિકારી ભાવો પ્રગટ્યા કરે છે. - સમજીએ -

- ધાર્યું બધું મળે તો અહંકાર પ્રગટે.
- અહંકાર પ્રબળ થાય એટલે મદ પ્રગટે.
- ધાર્યું અડધું મળે તો મોહ પ્રગટે.
- મહેનત કરી, પણ આપણને ધાર્યું ન મળ્યું, પણ અન્ય કોઈને મળ્યું તો ઈર્ષ્યા પ્રગટે.
- મહેનત કરવી નથી અને જોઈએ છે. બીજા મેળવે છે, એ જોઈ ને અદેખાઈ આવે છે.
- પ્રકૃતિ આપે છે તે નહીં, પણ બીજું કંઈક જોઈએ છે; અસૂયા પ્રગટે.
- જે મળ્યું હોય તે પુરતું હોય, તેમ છતાં બસ મેળવતા જ જાવ, ભેગું કરતા જ જાવ - એવી વૃત્તિ થી લોભ પ્રગટે.
- પોતાના સુખને અનુરૂપ કોઈ વર્તે તો મિત્ર. પ્રતિકુળ વર્તે તો પ્રતિદ્વંદી, શત્રુ. આવી વૃત્તિઓને કારણે રાગ અને દ્વેષ પ્રગટે.
- પોતાનું ધાર્યું ન થાય તો ક્રોધ પ્રગટે.
- ધાર્યું થવામાં કોઈ વચ્ચે આવે તો હિંસા પ્રગટે.

જીવનમાં નજર કરીશુ તો જણાશે કે આવા અનેક વિકારી ભાવો ઉઠ્યા જ કરે છે. ભય, પીડા, ઇનસિક્યોરીટી, પ્રતિસ્પર્ધા, પૂર્વગ્રહો, ગિલ્ટ જેવી અનેક વિકૃતિઓથી આપણી ચેતના ઘેરાયેલી રહે છે.

સૌ કૌરવો..અને અંતે મહાભારત. પોતાને જાણ્યા વગર, સીધા પરમાત્માને જાણવા નીકળનાર ભટકી પડે છે.

અંતરયાત્રા અને પ્રયત્ન

ગણિત શીખવું હોય તો પૂરી રીત શીખવી પડે. દાખલો ગણવો પડે. ગણિતના પુસ્તકને અંતે દાખલાનો જવાબ જોઈ સીધેસીધો લખી નાખીએ તો ગણિત ન આવડે.

ધર્મ ભીતરના જગતનુ સાયન્સ છે. સંસારથી ભાગી છુટીએ કે તૈયાર ઉત્તરોથી સમાધાન મેળવવા પ્રયત્ન કરીએ તો સફળતા ન મળે. અતૃપ્તિ રહેવાની.

ભુખ લાગે તો રસોઈના વર્ણનો વાંચવાથી પેટ ન ભરાય. ભુખ લાગે તો રસોઈ કરવી પડે, જમવું પડે, તૃપ્ત કરવી પડે. ફક્ત મેનુકાર્ડ વાંચવાથી પેટ ન ભરાય. ફક્ત શાસ્ત્રોનુ પઠન જ કર્યા કરીએ તો શું પરિણામ આવે ?

રોગ થયો હોય તો ડૉક્ટર નિદાન કરી દવાનુ પ્રિસ્ક્રીપ્શન લખી આપે. પ્રિસ્ક્રીપ્શન પ્રમાણે દવા લાવવી પડે અને લેવી પડે. ફક્ત પ્રિસ્ક્રીપ્શનો વાંચ્યાં કરવાથી રોગ દુર થાય ?

ભીતર જાગૃતિ વધે, શુદ્ધ સત્તાની આડે આવેલા આવરણો હટે, તો પ્રેમ, ધ્યાન, શાંતિ, મસ્તી, આનંદની અનુભૂતિ થઈ શકે અને અંતે સ્વરૂપદર્શન થઈ શકે. જાગૃતિ વધારવા સઘન પ્રયાસ કરવા પડે. જીવંત આશ્રમો અને જીવંત જાગૃત ચેતનાઓનુ માર્ગદર્શન લેવુ પડે. જીવનઊર્જાને આ લક્ષ્ય માટે વાપરવી પડે. અતૃપ્તિ તો જ મટે.

ફક્ત શાસ્ત્રો વાંચવાથી, જ્ઞાનચર્યા કરવાથી, પ્રવચનો સાંભળવાથી માહિતી એકઠી થાય, પણ પરિણામ હાથ ન આવે, સમાધાન ઉપલબ્ધ ન થાય.

સંસારવ્યવહારમાં કોઈ વિદ્યા પ્રાપ્ત કરવી હોય, નોકરીમાં પ્રમોશન, કોઈ પદ પ્રાપ્ત કરવું હોય, ધંધામાં બે પૈસા પ્રાપ્ત કરવા હોય, ઘરના મકાન બનાવવાં હોય, સુખસગવડના સાધનો વસાવવાં હોય તો ખાસ્સી જીવનઊર્જા ખર્ચવી પડે છે. કેટલાં બધાં આયોજનો અને પ્રયત્નો કરવાં પડે છે ! ભીતરની યાત્રા જ્યારે જીવનઊર્જા સાવ તળીયે બેઠી હોય ત્યારે શરૂ કરીએ અને કોઈની કૃપાની આશા રાખીએ તે કેમ બને ? આત્મદર્શન, પરમાત્માની સત્તાને અનુભવવા માટે જીવનઊર્જા પુરા દાવથી લગાવવી પડે છે. કહે છે ને કે,

**‘હરિનો મારગ છે શુરાનો,
નહી કાયરનું કામ જોને’**

યાત્રાએ નીકળો પછી સમજાશે. પહેલા એ સ્થિતિનુ મૂલ્ય શું છે તે તો સમજાયા! ઓથેન્ટિક પ્યાસ હશે તો યાત્રા અઘરી નથી.

અંતરયાત્રાનાં સાધનો

આપણે અંતર્યાત્રામાં જવું છે. આપણી પાસે જે ઉપલબ્ધ સાધનો છે, તેને ઓળખી લેવા જરૂરી.”

આપણી પાસે સ્થૂળ શરીર છે - ફિઝીકલ બોડી. તેમા પાંચ જ્ઞાનેન્દ્રિયો છે - આંખ, કાન, નાક, સ્વાદેન્દ્રિય અને સ્પર્શેન્દ્રિય. પાંચ કર્મેન્દ્રિયો છે. - બે હાથ, બે પગ અને જીભ. આ સાધનોથી આપણે બહારના જગત સાથે સંકળાઈ શકીએ છીએ અને કંઈક કરી શકીએ છીએ.

કહે છે કે, આ શરીર પુરા બ્રહ્માંડની પ્રતિકૃતિ છે. પિંડ છે તે બ્રહ્માંડ છે. કેટલીય અટપટી પ્રક્રિયાઓ આ શરીરમાં ચાલી રહી છે. શરીરવિજ્ઞાન કુદરતની કરામતો જાણવા પ્રયત્ન કરે છે. શરીરવિજ્ઞાને ઘણી જાણકારી હાંસલ કરી છે. ઘણું જાણી શકાયું છે અને હજુ ઘણું જાણી શકાતું નથી.

શ્વાસ લેવાતો રહે છે, હૃદય ધબકતું રહે છે, એક એક કોષને લોહીનો પૂરવઠો પહોંચતો રહે છે. અગણિત વિટામિન્સ, પ્રોટિન્સ, હોર્મોન્સ બનતાં રહે છે. પાચનક્રિયા અદભૂત રીતે ચાલતી રહે છે. ઉષ્ણતામાન જળવાતું રહે છે. સોલ્ટ કન્ટ્રોલ થતો રહે છે. કઈ સત્તા આ બધું સંભાળી રહેલ છે ? આ બધું કઈ ઊર્જાથી ચાલે છે ? આ ઊર્જા કેવી રીતે ઉત્પન્ન થાય છે ?

આ વાઈટલ એનર્જી, બાયોઇલેક્ટ્રીસિટી કેવી ઇન્ટેલિજન્સ ધરાવે છે? એ ક્યાંથી આવે છે? જડ જગતમાંથી ચેતન જગતનો કેવો અદભૂત વિકાસ થયો છે? કઈ સત્તા આ બધાને ઉત્પન્ન કરે છે, ધારણ કરે છે અને પોષે છે ?

ભાગ્યે જ આપણે આ બારામાં વિચારીએ છીએ. આપણે આપણા અહંતા અને મમતાના જગતમાં ગજબના ઉલ્લાસ છીએ. કલ્પના, વાસના અને વિવિધ કામનાઓના જગતમાં જીવતાં જીવતાં ઘણી વાર આપણું શરીર છે, તેને પણ ભુલી જઈએ છીએ. મનોવ્યાપારથી જ જીવીએ છીએ.

ફિઝીકલ બોડી, સ્થૂળ શરીર ઉપરાંત આપણી પાસે સૂક્ષ્મ શરીર છે. આ શરીરનાં સાધનો છે - મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત અને અહંકાર. મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત અને અહંકાર એ ઊર્જાઓ છે; સાઇકિક એનર્જી. સાઇકિક એનર્જીથી ભાવ પ્રગટે, ફિલીંગનું જગત. સાઇકિક એનર્જીથી વિચાર પ્રગટે, જ્ઞાન પ્રગટે; થિન્કિંગનું જગત.

પ્રાણી જગત સુધી વાઈટલ એનર્જીનું સામ્રાજ્ય છે. મનુષ્યમાં વાઈટલ એનર્જી ઉપરાંત સાઇકિક એનર્જીનું સામ્રાજ્ય છે. આ બે ઊર્જાઓ ઉપરાંત મનુષ્યમાં એક હાયર ગ્રેડની ઊર્જા છે - કોન્સિયસ એનર્જી, ચૈતન્ય ઊર્જા.

સ્થૂળ શરીરના ઙ્કશનો થતા રહે છે, સૂક્ષ્મ શરીરના ઙ્કશનો થતા રહે છે; પણ કોઇને એનો બોધ થાય છે? બોધ ક્યાં થાય છે? બોધ, જાગરુકતા, અવેરનેસ, વિવેક, પ્રજ્ઞા, અવધાન, મેધા, સભાનતા - આ બધા શબ્દો આપણે સાંભળીએ છીએ. આ બધા શબ્દો કોન્સિયસ એનર્જીના ગુણધર્મોનું વર્ણન કરવા વપરાય છે.

વાઈટલ એનર્જીથી સ્પેસનું ભાન થાય. સાયકિક એનર્જીથી કાળનું ભાન થાય. કોન્શિયસ એનર્જીથી પોતાનું ભાન થાય! કાળાતીત અનુભૂતિ એ આત્મતત્વનું ક્ષેત્ર છે. આપણું જીવન વાઈટલ એનર્જીના અને સાઈકિક એનર્જીના જગતમાં પૂરું થઈ જાય છે. કોન્શિયસ એનર્જીનું ડેવલપમેન્ટ એ સાધનાનું લક્ષ્ય છે.

બાકી ધર્મના નામે ગમે તે કર્યા કરો, સૌ સૌની મોજ !

અંતરયાત્રાની અવસ્થાઓ

કોન્શિયસ એનર્જિથી અંતર્યાત્રા થાય. પ્રકાશ પડે તો રસ્તો દેખાય. પોતાનું ભાન વધે, વર્તમાન ક્ષણમાં ઠહેરાવ વધે. પછી ભીતરી રૂપાંતરણ શક્ય બને. પ્રેમ, જ્ઞાન, આનંદ, આત્મદર્શન એ બધી પછીની વાતો છે. સંભાવના આપી છે, જાગવું, ન જાગવું એ આપણી સ્વતંત્રતા.

- પ્રાણીજગત - શરીર ઓરિએન્ટેડ જીવન; તમસનું જીવન.
- મનુષ્યનું જગત - વધુ પડતો સાઇકિક એનર્જિનો ઉપયોગ, મન,બુદ્ધિ, ચિત્ત અને અહંકારની સક્રિયતા, ક્રિયાશીલતા, દોડાદોડી, પ્રયત્નનું જગત; રજસનું જગત.
- સત્વનું જગત - પોતાના હોવાપણાનો બોધ, 'સ્વ'ની અનુભૂતિ, વર્તમાન ક્ષણમાં ઠહેરાવ, ભીતરની જાગૃતિમાં ઉત્તરોત્તર વધારો - આ છે સત્વનું જગત.

સત્વ તરફ વધુ ને વધુ રહેવાનું થાય, પોતાના સાચા હોવાપણાનો અહેસાસ થાય, ભુતકાળ અને ભવિષ્યકાળમાં થતી ભટકનો ઓછી થાય, ચિત્ત લય અનુભવે, ભીતર સમાધાન થાય, નવાં નવાં દર્શનો થાય, કારણ વગર મસ્તી પ્રગટે, એક ગહેરી શાંત સ્થિતિ અનુભવાય તો આત્મતત્વના ક્ષેત્ર તરફ યાત્રા થાય છે એમ જાણવું.

આત્મતત્વની સત્તા માત્રથી કેટલીય અશુદ્ધિઓનાં આવરણ હટવાં લાગશે. પ્રકાશ આવે એટલે અંધકાર ન રહે. શુદ્ધ આત્મતત્વની અનુભૂતિ થાય ત્યાં સુધી અંતરયાત્રા છે. નિર્વાણ, વિસર્જન પછીની વાતો છે.

અત્યારે આપણી પોતાની શી હાલત છે તેનું ઇમ્પાર્શિયલ ઓબ્ઝર્વેશન કરી લેવું. તટસ્થ - તટ ઉપર થઈને જોઈ લેવું.

યાત્રાની શરૂઆત તો આપણે જ્યાં હોઈએ ત્યાંથી થાય.

અંતરયાત્રા અને એનર્જી

અંતરયાત્રામાં નીકળવું છે? તો ખુબ ઊંચા ગ્રેડની એનર્જી જોઈશે.

કાળા ઓઇલથી ફૂડ એન્જીન ચાલે. વજન વહન કરવાની ટ્રકો સારું ઈંધણ માગે, ડિઝલ જોઈએ. પેટ્રોલથી ચાલતા વાહનોમાં ડિઝલ ન વપરાય. વિમાનમાં સાદું પેટ્રોલ ન ચાલે, ત્યાં જોઈએ એવિએશન ફ્યુએલ. સ્પેસની યાત્રાએ નીકળવું હોય તો, રોકેટમાં એવિએશન ફ્યુએલ પણ ન ચાલે, રોકેટ માટે સોલિડ ફ્યુએલ, લિક્વિડ ઓક્સિજન અને એવા ખુબ હાયર ગ્રેડના ઈંધણની જરૂર પડે.

ભીતર પ્રાણ શરીર છે (ઈથરિક બોડી), ભાવ શરીર છે (એસ્ટ્રલ બોડી), જ્ઞાન શરીર છે (મેન્ટલ બોડી) અને આનંદ શરીર છે (સ્પિરિચ્યુઅલ બોડી). સૂક્ષ્મ અને હાયર ઇન્ટેલિજન્સ ધરાવતી ઊર્જાઓની જરૂરત પડે. આપણી પાસે જે એનર્જી છે તેનું શુદ્ધીકરણ કરવું પડે. ફૂડ ઓઇલ રોકેટમાં ન ભરાય. ભીતરની યાત્રા સ્પેસ ટ્રાવેલ જેવી છે. ચિત્ત આકાશ પછી ચિદ્ર આકાશ.

ઊર્જાના શુદ્ધીકરણ, ઉર્ધ્વીકરણ અને રૂપાંતરણની પ્રોસેસ છે. આ શરીરને ટ્રાન્સફોર્મિંગ એપરેટસ કહ્યું છે. આપણા સાંભળવામાં આવે છે કે ભાવશુદ્ધિ, જ્ઞાનશુદ્ધિ, ચિત્તશુદ્ધિ જરૂરી છે. પછી જ અંતરયાત્રામાં પરિણામો મળે. સૌ પ્રથમ પૂરતી ઊર્જા તો હોવી જોઈએ ને ? અત્યારે તો જીવન એવી રીતે ગોઠવાયું છે, અને શરીરના સ્તરે અને સાયકિક સ્તરે એવી આપાધાપી છે કે, જીવનઊર્જા ત્યાં જ વપરાઈ જાય છે. પૂરતી ઊર્જા જ નથી !

વ્યવહારના ક્ષેત્રમાં પૈસાની ભાષાથી આપણે પરિચિત છીએ. પૈસાની કમાણી ઓછી હોય અને ખર્ચાઓ વધુ હોય તો નાણાંભીડ અનુભવાય. સાધનાના ક્ષેત્રમાં આવું જીવન ઊર્જાના બારામાં અનુભવાય છે. પૂરતી અને ઊંચા ગ્રેડની જીવન ઊર્જા હોય તો 'સ્વ' અનુભુતિના લક્ષ્ય તરફ જઈ શકાય. જીવનઊર્જાને પ્રેપરેશન, પ્યોરીફિકેશન અને પરફેક્શનના તબક્કાઓમાંથી પસાર કરવી પડે છે.

વાસ્તવિકતા તો એ છે કે, જીવનઊર્જા સંસાર-વ્યવહારમાં ખૂબ જ ખર્ચાઈ જાય છે, એટલે સદાય ઊર્જાભીડ અનુભવાય છે.

સ્વબોધનુ લક્ષ્ય હોય તો, કોન્શિયસ એનર્જીનું વધુ અને વધુ પ્રગટીકરણ થાય, તેવી રીતે જીવનમાં આયોજન કરવું પડે. તમસ અને રજસના ક્ષેત્રમાંથી ચિત્ત મુક્ત થશે, સત્વના ક્ષેત્રમાં રહેતું થશે તો યાત્રા શક્ય બનશે.

કર્તાભાવ અને પ્રેક્ષકભાવ

આત્મતત્વ સૌમાં છે. સરળતાથી અનુસંધાન (એની સાથે જોડાણ) થતું હોય, તો ઉત્તમ સમાધાન. કંઈ કરવાની, કંઈ જાણવાની જરૂર નથી, પણ જો અનુસંધાન સરળતાથી ન થતું હોય, તો પ્રયાસ કરવો પડે. “

ચિત્તનુ ભટકન જોઈ લેવું. મન, બુદ્ધિ અને અહંકારના અજંપા જોઈ લેવા, કામના અને વાસનાનું જગત જોઈ લેવું. જોતાં થવાશે તો કોઈને પુછવું નહીં પડે. ભીતર બધું દેખાશે.

જુવો, જાણો અને જાગો.

વ્યવહારનું જગત એ પર્સનાલિટિનું જગત, મુખૌટાઓનું જગત છે. સંસારની રમતમાં છીએ એટલે કંઈ ને કંઈ કરવું પડે. તેમાથી કર્તાભાવ જન્મે, ‘હું’ જન્મે. કર્તાના ઙ્કશન્સ જુદાં જુદાં હોય. પુત્ર આગળ એ પિતા બને, પત્ની આગળ એ પતિ બને, શેઠ આગળ એ નોકર બને. આમ થતાં થતાં ઘણા પ્રકારના ‘હું’ નિર્મિત થઈ જાય. કર્તાભાવ ગહેરો થતો જાય. અહંકારનુ ક્ષેત્ર નિર્માણ થઈ જાય, બંધાતા જવાય. રિયલ હોવાપણું, સાચું સ્વરૂપ ભુલાઈ જવાય.

અહં શબ્દ બન્યો છે ‘અ’ અને વિસર્ગ ‘હ’ માંથી. એક વર્ણમાળાનો પહેલો શબ્દ છે, બીજો વર્ણમાળાનો છેલ્લો શબ્દ છે. અહંકારનુ ક્ષેત્ર વિશાળ થઈ જાય છે, એ દર્શાવવા આ શબ્દ બન્યો. આત્મતત્વ ક્યાંયથી લાવવાનું નથી. કર્તાભાવ ઓછો થાય, દ્રષ્ટાભાવ વધે, અંદર જોવાતું થાય, તો વાત બને, અંગ્રેજીમાં શબ્દ છે : રેકોઝિશન.

બુદ્ધિનો વિકાસ બહુ થયો, હવે બોધના વિકાસની જરૂર છે. મનુષ્યજાતિ ત્યાં સુધી અતૃપ્ત રહેશે. બોધ એ સમજવા કરતાં અનુભવવાનો વિષય છે. ભીતર બોધ પ્રગટે એટલે શું ? ભીતર અનુસંધાન કરવું એટલે શું ? ભીતર અનુસંધાન કેમ કરવું? તે બધું સમજાવવા, તેને વિસ્તારથી કહેવા શબ્દો તો વાપરવા પડે, માહિતી તો આપવી પડે. આ બધુ સાહકિક એનર્જિથી અપાય, સાહકિક એનર્જિથી કહેવાય, સાહકિક એનર્જિથી સંભળાય. પછી એમ લાગે કે બધુ સમજાઈ ગયું ! પ્રપંચ !

જાણકારી મળે એને ફક્ત સ્મૃતિનો ભાગ બનાવવાનો નથી. અનુભૂતિના જગતમાં પ્રયોગાત્મક અનુભવ કરવાનો છે. અહીં ભ્રમનો મોટો પ્રદેશ છે. જાણકારી મેળવી, જ્ઞાનચર્યાઓ કરી, માહિતી એકઠી કરી; ઘણી વાર નકલી સમાધાન પણ થઈ જાય છે ! સમાધાન જેવું લાગે ! કહે છે કે બ્રહ્મ અને ભ્રમ પાસે પાસે હોય છે !

પ્રકૃતિમાં પ્રસંગો, ઇવેન્ટ્સ સામે આવશે. અસલી સમાધાન હશે તો ટકશે, નકલી સમાધાન ઝાઝો વખત ટકતું નથી. સાવચેત રહેવું જરૂરી.

ભીતરની જાગૃતિ

બોધનો વિકાસ એટલે શું ? કોન્શિયસ એનર્જિનો વિકાસ એટલે શું? સમજીએ -

માણસ થ્રી-બ્રેઇન બીઈંગ છે. તેમા ત્રણ એનર્જિ કામ કરે છે. સ્થૂળ શરીર પૂરતી વાઇટલ એનર્જિ, સૂક્ષ્મ શરીર પૂરતી સાઇકિક એનર્જિ અને 'સ્વ' અનુભવ માટે કોન્શિયસ એનર્જિ.

શારીરિક શક્તિનો વિકાસ કરવો હોય, તો વ્યાયામ કરવો પડે, અખાડામાં જવું પડે, જીમ્નેશિયમમાં જવું પડે. તે વિષયના જાણકારો પાસે માર્ગદર્શન લેવું પડે, તાલીમ લેવી પડે. તેવી જ રીતે - બોધના વિકાસ અર્થે, કોન્શિયસ એનર્જિના ડેવલપમેન્ટ માટે જીવંત સ્કૂલો, જીવંત આશ્રમોમાં જવું પડે. તે વિષયોની જાણકાર જાગૃત ચેતનાનું માર્ગદર્શન લેવું પડે, તાલીમ લેવી પડે.

ઇતિહાસ, ભુગોળ શીખવા હોય, ગણિત શીખવું હોય, ફિઝીક્સ-કેમેસ્ટ્રીના વિષયોનું જ્ઞાન લેવું હોય તો જીમ્નેશિયમમાં ન જવાય. સો-બસો ઇંડબેઠકો વધુ કરવાથી કે થોડા વધુ સૂર્યનમસ્કાર કરવાથી, શરીરના લેવલે કસરતો વધારવાથી ઇતિહાસ-ભુગોળ ન આવડે ! તે માટે સ્કૂલ-કોલેજમાં ભણવું પડે. બુદ્ધિનું સ્તર અલગ છે. ત્યાંની પ્રક્રિયા અલગ છે.

આવું જ ભીતરની જાગૃતિ, બોધ વધારવા બારામાં છે. બુદ્ધિ વડે જાણકારી પ્રાપ્ત કરવાથી, સ્મૃતિનો ભંડાર વધારવાથી, શાસ્ત્રોના અભ્યાસ માત્રથી, વિવિધ ધર્મોના અભ્યાસ માત્રથી ભીતરની જાગૃતિ ન વધે! આ પ્રપંચ સમજી લેવા જેવો છે.

જાગૃતિનું સ્તર અલગ છે.ત્યાંની પ્રક્રિયા અલગ છે.

શારીરિક શક્તિનો વિકાસ કરવાથી બુદ્ધિ ન વધે, તેમ બુદ્ધિનો વિકાસ કરવાથી જાગૃકતા ન વધે. આ ભેદ ભીતરથી સમજાઇ જવો જોઇએ.

ગ્રાઉન્ડ-ફ્લોર પર ગમે તેટલા આંટા મારીએ, પણ દાદરો ન ચડીએ ત્યાં સુધી ઉપર ન જવાય. કેટલીયે લાંબી હોરિઝોન્ટલ યાત્રા કરો, ગમે તેટલો વિસ્તાર કરી લો, પણ વર્ટિકલ યાત્રા ન થાય. વર્તુળને ગમે એટલું મોટું કરો, તો પણ ગોળો, સ્ફીચર ન બને.

ભીતરની જાગૃતિ, ભાન, અવધાન, બોધ, અવેરનેસ; એ શબ્દો જેના માટે વપરાય છે તે સ્થિતિ ઉત્ક્રાન્તિમાં નવું ડાઇમેન્શન છે.

આવરણો

આમ તો યાત્રા જેવું કાંઈ નથી. બધી રિલેટિવ ટર્મ્સ છે. આવરણો ઘટતાં જાય, એટલે સૂર્યનો પ્રકાશ વધતો જાય. સૂર્ય તો ત્યાં નો ત્યાં જ છે.

કોઈ ભીતર ડૂબવાની ભાષા વાપરે, કોઈ ઉપરના લેવલે ચડવાની ભાષા વાપરે, કોઈ પ્રોસેસ ઓફ ક્રિસ્ટલાઇઝેશન કહે. અનુભવ એક; કહેવાની રીત અલગ અલગ. સૂર્ય તો ત્યાં નો ત્યાં જ છે. પૃથ્વી પોતાની ધરીની આસપાસ ફરે છે. જેમ જેમ સૂર્ય તરફ કોઈ પ્રદેશ આવતો જાય, તેમ તેમ સૂર્ય ઊગતો જણાય. સૂર્ય પોતે ઊગતો પણ નથી, આથમતો પણ નથી.

ભીતરનાં આવરણો હટતા જાય એ જરૂરી. તમસ અને રજસ કરતા સત્વ તરફ વધુ રહેવાનું થતું જાય એ જરૂરી. આવરણો હલકાં થાય. ભીતર ચિત્ત વર્તમાનમાં ઠહેરતું જાય, અશુદ્ધિઓનાં આવરણો હટતાં જાય તેમ તેમ પ્રકાશ વધતો જાય. ભીતર જાગૃકતા વધતી જાય. પહેલાં મોં-સુઝણું જેવી સ્થિતિ અનુભવાય, ભીતર દેખાવાની શરૂઆત થાય પણ હજી કાંઈ સ્પષ્ટ ન દેખાય. ધીરે ધીરે જાગવાનો અભ્યાસ પ્રબળ થતો ચાલે ત્યારે મોં-સુઝણાની સ્થિતિમાંથી પરોઢના પ્રકાશ જેવી સ્થિતિ આવે.

પ્રકાશ વધતો જાય તેમ પરોઢ, પ્રભાત, સવાર થતી ચાલે. પછી તો ઝળહળતો પ્રકાશ !

આત્મતત્વનો અનુભવ આમ થાય છે. લક્ષ્ય તરફ સતત અભ્યાસ જરૂરી.

સરખામણી

‘હું કોણ છું?’ તે પ્રશ્નના સીધા ઉત્તર મેળવીને, કંઠસ્થ કરીને, દોહરાવીને, ‘હું જાણું છું.’ એવી ભ્રાંતિ થઈ શકે. અંતરયાત્રાનો પ્રદેશ જુદો છે. ત્યાના નિયમો જુદા છે. નકલી સમાધાન લાંબું ટકતું નથી. દરેક જીવ યાત્રામાં છે. તેને સંસ્કારનું એક માળખું છે. તેનું ઉત્ક્રાંતિમાં એક લેવલ છે. તેની એક બેઝિક ટાઇપ છે. અશુદ્ધિઓના આવરણો દરેક જીવને અલગ અલગ હોય, પણ ભીતરની ચૈતન્ય સત્તા તો સૌમાં એક સરખી હોય.

સમજીએ -

કુવામાં પાણી લાવવું છે. દરેકનો કુવો ભીતરના જળસ્ત્રોત સાથે સરવાણીઓથી જોડાયેલો છે. થોડાં આવરણોને કારણે પાણી નથી આવતું. કુવાને ગાળવો પડે, આડેના અવરોધો દૂર કરવા પડે. કોઈના કુવામાં રેતી, કાદવ ઉલેચવાનાં હોય; તો કોઈના કુવામાં પથ્થર-પાણા હટાવવાના હોય. પ્રયત્નમાં તફાવત દેખાય. સરવાણી ફૂટે, કુવો પાણીથી ભરાઈ જાય.

કોઈની સરખામણીમાં ન પડવું. ઘણી વાર સમન્વય કરવામાં જીવન ખર્ચાઈ જાય છે. દરેકને પોતાનું ખેતર છે. દરેક ખેતરને પોતાનું એક પોત હોય. ખેતરમાં સ્થાન પ્રમાણે, આજુબાજુ એક આવરણ હોય. બધા ખેતરમાં બધું ન પાકે. ક્યાંક નાળિયેરી પાકે, ક્યાંક કેરી પાકે, ક્યાંક સીતાફળ થાય, ક્યાંક કેસર થાય, વળી સિઝન પ્રમાણે પાકે.

સાધનાના ક્ષેત્રમાં પોતાનું પોત, એક પોટેન્શીયાલીટી હોય. સરખામણીમાં પડવું નહીં.

ભીતર જાગરૂકતા વધે એ લક્ષ્ય.

અહં - ૧

ચૈતન્ય તરફ, 'સ્વ'ના અનુભવ તરફ લઈ જાય, ભીતરનું જાગરણ વધારે તે પૂણ્ય. તેનાથી વિમુખ બનાવે તે પાપ. જીવને છુટો કરે તે સંપત્તિ દૈવી. જીવને વધુ ને વધુ બાંધે એ સંપત્તિ આસુરી. પૈસા બારામાં કેશિયર જેવી સ્થિતિ બનાવો; આવે ને જાય. પૈસાને પકડી પણ શકે અને છોડી પણ શકે એ શ્રીમંત. પૈસાને પકડી શકે પણ છોડી ન શકે એ પૈસાદાર.

ઓશોએ એન્લાઈટનમેન્ટની ઘટના પછી વર્ષો સુધી પ્રોફેસરની નોકરી કરી, સાંસારિક ફરજો બજાવી. આપણે તેમની પાસેથી હજુ સન્યાસ લીધો છે, ભીતરની યાત્રાએ નીકળવાનો સંકલ્પ લીધો છે અને સર્વિસ છોડવાની, જવાબદારીથી ભાગવાની વાતો કરીએ છીએ !વાસના છુટી નહી અને બધું છોડી બેઠા. કહે છે ને કે બાવાના બેય બગડયા; ન માયા મીલી ન રામ ! સંસારી ધારે તો બેય માણે.

‘અહમ્ ને ઓગાળવો છે’ – આ પણ મોટો અહમ્ છે!

સાયકોલોજિકલ લેવલે, સંસાર વ્યવહારમાં જુદા જુદા પાત્રો ભજવતા ભજવતા ઘણા ‘હું’ ઉભા થઈ જાય છે. બેટાની સામે બાપ બનવું પડે, પત્નિની સામે પતિ બનવું પડે, શેઠની સામે નોકર બનવું પડે, નોકરની સામે શેઠ બનવું પડે. અનેક પ્રકારના મુખોટા પહેરી વ્યવહાર કરવો પડે. ઘણા ‘હું’ની ભીડ ઉભી થઈ જાય. સાધક જ્યારે જાગવાનો સંકલ્પ કરે, એક લક્ષ્ય બનાવે ત્યારે એક પરમેનન્ટ ‘હું’ ઉભો થાય છે. સાધનાની શરુઆતમાં એક બાજુ આ પરમેનન્ટ ‘હું’ અને બીજી બાજુ અનેક પર્સનાલીટીના ‘હું’.

પોતાના રિયલ હોવાપણાનો અહેસાસ, ‘રિયલ હું’ જુદી જ વાત છે.

આપણું એક હોવાપણું છે - બીઇંગ. આ બીઇંગ, બીકમિંગની પ્રોસેસમાં ઉતરી પડે છે. બીઇંગ, ડુઇંગની પ્રોસેસમાં ઉતરી પડે છે.

કંઈક ‘બનવું’ છે, પછી કંઈક ‘બની’ જાય છે.

અહં - ૨

અહંના જુદા જુદા આકાર એટલે અહંકાર.અહંકાર અને વાસ્તવિક હોવાપણાને ઓળખી બતાવે એ જ્ઞાન.

અહંકાર બહુરૂપિયો છે. તે જરૂર પડે પ્રેમી, વિવેકી, તપસ્વી, ભક્ત, જ્ઞાની એવા ઘણા રૂપો લઈ શકે છે. સાધનાના જગતમાં વિશેષ સાવધાની રાખવી પડે. અહંકાર અને શુદ્ધ હોવાપણું અલગ છે. અહંકારે આજે નહીં તો કાલે રાજીનામું આપવું પડશે. થાકે ત્યારે પાકે !

અહંકાર પાંસેથી કર્તાનું કામ લેવાનું છે. ઇન્ડીવિજ્યુઅલની ઓળખ માટે નામ આપવું પડે છે. પણ નામ સર્વસ્વ થઈ બેસે છે. નામ માટે જુઓ, કેટલા ઉપદ્રવ ચાલે છે? અંતે તો ન નામી - નનામી ! પણ આ બોધ રહેતો નથી.

‘મારે કરવું છે, મારે જ કરવું છે, મારા વગર થશે નહીં’ – આમ અહંકાર પ્રભાવ જન્માવે છે. સત્તાનો વિસ્તાર કરે છે. દરેક ક્ષેત્રમાં તે પગદંડો જમાવે છે. સાધનાના ક્ષેત્રમાં પણ તેનો ઉપદ્રવ વિશેષ રહે છે. તેને જુઓ, નીરખો. તેની ચાલને જાણો, પરખો.

સીધેસીધા અહંકાર ઉપર કામ કરવું મુશ્કેલ છે. સરળતાથી જીવાતું હોય તો ‘હું છું.’ની પ્રતીતિ હૃદય આગળ હાથ રાખીને થાય છે. પણ અહંકાર વિકૃત થઈ ગયો હોય, રાઈ ચડી ગઈ હોય, ત્યારે પોતાના હોવાનો મગજમાં ભાસ થાય છે. આવો આભાસી અનુભવ, આવું મગજ લઈ સાધનામાં ઉતરવું મુશ્કેલ છે. એક્ટિવ અહંકાર હોય તો સંકલ્પનો માર્ગ (યોગ/ ધ્યાન) અને પેસિવ અહંકાર હોય તો સમર્પણનો માર્ગ (ભક્તિ) સરળ પડે. અહમ્ ના સર્જનની પ્રક્રિયા ‘ના’ માંથી જન્મે છે. અહમ્ ના વિસર્જનની પ્રક્રિયા ‘હા’ માંથી જન્મે છે.

પ્રકૃતિ શું કરાવવા માંગે છે તે સ્વીકારો. આશ્રમમાં જાય, શિબિરો કરે, વિધિ-વિધાન કરે. પછી અહંકાર પાયસ-ઇગો બની જાય -‘પવિત્ર અહંકાર’ અહંકારનું એક નવું સ્વરૂપ. રોગ ગહેરો થાય.

અવેરનેસ, અનુભવ

વાસ્તવિક જગતને જીવનનાં મૂલ્યો સાથે સંબંધ છે. વ્યવહારિક જગતને પૈસો, કિંમત (પ્રાઇઝ) સાથે સંબંધ છે. પ્રાઇઝ માટે જીવનના મૂલ્યોનો ભોગ આપવો પડે છે, એટલે પીડા થવાની.

પુરુષ અને પ્રકૃતિ - પોતાના હોવાપણા સાથે રહેવાય, મુક્ત રહેવાય તો પુરુષ. નહી તો પ્રકૃતિના વશમાં. પુરુષ અર્થે પ્રયત્ન એટલે પુરુષાર્થ. પશુઓએ પરાધીનતાથી જીવવું પડે. પશુ શબ્દ પાશમાંથી આવ્યો, પાશ એટલે બાંધવાનું દોરડું.

મસ્તી માલિકને હોય.ગુલામીમાં તો મજબૂરી હોય.

વિચારો બહુ ઊઠે છે? ચિત્ત બહુ ભટકે છે? શરીર ઉપર આવી જાવ. કોઈ કામ શરૂ કરી દો. શરીરની હાજરી સ્પર્શથી અનુભવો. શરીરના લેવલ પર અવેરનેસ ટકતી થાય, પછી વિચારના લેવલ ઉપર અને ઘણા પ્રયાસ પછી 'ભાવ'ના લેવલ પર અવેરનેસ ટકતી થશે.

ડાયરેક્ટ આત્મતત્વના અનુભવની વાતો ભ્રમણામાં લઈ જશે. આપણી ક્ષમતા હોય ત્યાંથી શરૂ કરવું.

ધ્યોર અવેરનેસ સીધી અનુભવમાં આવતી નથી. એટલે આધાર લેવો પડે છે. દરેક સ્ટેજ પર જોવાવાળું તત્વ મોજૂદ રહેતું જાય છે. અંતે શુદ્ધ સ્વરૂપે અનુભવી શકાય છે.

શુદ્ધ સત્તાના અનુભવ માટે અદ્ભુત રમત ગોઠવાઈ છે. પાંચ જ્ઞાનેન્દ્રિયો, પાંચ કર્મેન્દ્રિયો, અને ચાર અંતઃકરણના સાધનો; મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત અને અહંકાર આપ્યા છે. આમ આપણી પાસે કુલ ૧૪ કરણો છે. સામે છે ત્રણ ગુણોની અટપટી ગુંથણી, પાંચ મહાભુત, મનસ, ઇન્ટેલિજન્સ અને 'એમનેસ'

સૌની પાર છે નિત્ય ઉપસ્થિતી; કોન્શિયસનેસ. શુદ્ધ 'એમનેસ' ને અનુભવી 'ઇઝનેસ' માં આવો. દેહી..વિદેહી..મહાવિદેહી..વિકરણ દર્શન; અને અંતે બુંદ સાગરમાં મળી જાય..અલ્ટીમેટ ઓરીજીનલ સોર્સ !

પ્રબુદ્ધ ચેતનાઓ માર્ગદર્શન આપતી રહે છે; રમવું કઈ રીતે? અને છુટવું કઈ રીતે? યાત્રાની શરૂઆત તો જ્યાં બંધાયા છીએ તેને સ્વીકારી, તેને જોઈ, પોતાની મર્યાદા જાણી, જાગૃત ચેતનાઓનું માર્ગદર્શન લઈને કરીએ તો સરળ પડે.

બેલેન્સ

ભીતરની જાગૃતિ વગર શાંતિની ઇચ્છા વાંઝણી છે. ભીતરની જાગૃતિ વગર સુખ અને કહેવાતી મસ્તી લાંબો સમય ટકતાં નથી, અંતે બધું ભાંગી પડે છે. મનુષ્યે બુદ્ધિનો વિકાસ ખુબ કર્યો. હવે તેણે ભીતરની જાગૃતિ વધારવાની છે. પૂરી મનુષ્યજાતિ માટે આ તબક્કો હવે બહુ મહત્વનો છે.

જાગૃતિ વગર ધંધા-ધાપામાં રઝળપાટ, માની લીધેલા માનપાન, સુખવૈભવ; છેવટે એકડા વગરના મીંડા સાબિત થાય છે. માણસ જ્યારે આવી સ્થિતિમાં આવી પડે છે, ત્યારે કારણો શોધે છે. અન્યને દોષિત માને છે. સંસાર પૂરેપૂરો માણવાનો છે. ભાગવાનું નથી. ભીતર જાગૃતિ વધે તે માટે પ્રયત્નો પણ કરવાના છે. જાગૃતિ વધે તેમ તેમ બેહોશી દૂર થાય. અંદર અંધારું ઓછું થાય. પ્રકાશિત બુદ્ધિને બધું સાફ-સાફ દેખાય. પ્રકાશીત બુદ્ધિને વિવેક કહે છે. પ્રકાશ જેમ જેમ વધતો જાય તેમ તેમ બુધિ નિખરતી જાય. ઉત્તરોત્તર નવાં નવાં દર્શનો થતાં જાય. બિનજરૂરી આપાધાપી ઓછી થાય. સ્વ-દર્શનનો માર્ગ ખુલ્લો થાય. બુદ્ધિ પ્રકાશિત થતી જાય તેને શાસ્ત્રીય નામો આપ્યાં છે- વિવેક, મતિ, ધી, પ્રજ્ઞા, મેધા; પ્રકાશનો ઉત્તરોત્તર વધારો.

ભીતરની અતૃપ્તિ 'સ્વ'ના દર્શન સુધી કોઈ ને કોઈ સ્વરૂપે રહેવાની. જીવન ઊર્જા પ્રયાસ માટે વાપરવી પડશે. અત્યારે તો પુરેપુરી જીવન ઊર્જા સંસારમાં કંઈક મેળવવા, કંઈક બની જવાના પ્રયાસમાં વપરાઈ રહી છે.- સમજીએ

પૈસા કાં તો વપરાય, કાં વેડફાય, કાં ઇન્વેસ્ટ થાય. આવું જીવન ઊર્જા બારામાં છે. જીવન ઊર્જા સરપ્લસ હશે તો ઇન્વેસ્ટમેન્ટ થઈ શકશે. જીવન ઊર્જાનો ઉપયોગ વધુ ને વધુ સજગતાથી જીવનમાં કરવો પડે. જીવન ઊર્જાનો ઉપયોગ વધુ ને વધુ વર્તમાન ક્ષણમાં રહેવા કરવો પડે. વર્તમાન ક્ષણમાં ઠહેરાવ વધશે, તો ચિત્તની ભટકન ઓછી થશે. આ સાધનાની ચાવી છે, ઉત્કાંતિનું પગથિયું છે. મનુષ્યની ઊર્ધ્વગામી સંભાવનાઓનું દ્વાર છે. સૌ પ્રથમ તો જીવન ઊર્જાના બિનજરૂરી વ્યયને અટકાવવો પડે.

રસોઈમાં સપ્રમાણ મીઠું જરૂરી. વધુ પણ નહીં, ઓછું પણ નહીં. આમ થાય તો રસોઈ સ-રસ થાય. સંગીતમાં સપ્રમાણ સૂર જરૂરી. કમ પણ નહીં, તીવ્ર પણ નહીં. આમ થાય તો સંગીત ગમે. આવું જ જીવનના બારામાં છે. જીવન એવું ગોઠવતા રહો કે, આવો સમ ઉપલબ્ધ થાય. જીવન મધુર બને. સાધનાની ગહેરાઈ પછી સમજાશે. પહેલાં જીવનને મધુરું તો બનાવો, જીવનમાં હાર્મની, બેલેન્સ તો પ્રગટાવો.

બે પેંગડામાં સ્થિર ઉભા ન રહેવાના કારણે કેટલાય રાજાઓ દ્રૌપદીના સ્વયંવરમાં નીચે પછડાયા હતા. અર્જુનની જેમ સમ પકડાય, બન્ને પલ્લાં સમતોલ થાય તો મત્સ્યવેધ થઈ શકે. સાધનાની ગહેરી વાતો ઋષિમુનીઓ કહી ગયા છે. દ્રૌપદી સેક્સ-એનર્જિનું પ્રતિક છે. એ એનર્જિ અત્યારે આપણા ઇન્સ્ટેક્ટ, મુવિંગ, સેક્સ, ફિલીંગ અને થીકીંગ; એમ પાંચ કેન્દ્રો સાથે જોડાયેલી છે. આ એનર્જિના ચેનલાઈઝીંગ દ્વારા કૃષ્ણદર્શન શક્ય બને છે..ગહેરી વાતો છે. વિસ્તારથી સમજીશું.

નિવૃત્તિ અને પ્રવૃત્તિ

ચિત્ત વર્તમાનમાં ઠહેરે, ધીરે ધીરે તેનો લય થાય, તરંગો અને એનર્જિનું જગત પાર થાય, શૂન્યના પ્રદેશમાં પ્રવેશ થાય ત્યારે 'સ્વ'દર્શન, આત્મદર્શન અનુભવાય.

નિવૃત્તિ એટલે વૃત્તિ ઉઠે નહીં એવી ભિતરી દશા. પ્રવૃત્તિ છોડી દઈ ભાગી છુટવાથી નિવૃત્તિ ન થાય. વૃત્તિ ઊઠવાનાં કારણો બદલાય પણ સ્થિતિ ન બને; પરિસ્થિતિ બદલવાની નથી, સ્થિતિ બદલવાની છે.

જાગવાનું છે કે જાણકારી મેળવવાનું લક્ષ્ય છે તે તપાસો. જાગવાનું હોય તો જીવન ઊર્જાના વપરાશને જોઈ લેવો પડે. કંઈક બનવું છે, કંઈક મેળવવું છે, કંઈક કલ્પનાનું જગત છે, કોઈ માની લીધેલું ધ્યેય છે તે મેળવવું જ છે - આવી દોડમાં જીવન ઊર્જા ખર્ચાતી હોય, તો સાવધાન થઈ જવું. કુદરતે બનાવેલા વાસ્તવિક જગતને છોડી એક કાલ્પનિક જગતમાં, માણસે ઉભા કરેલા જગતમાં, મન વડે ઉભા થયેલા જગતમાં આપાધાપી થતી હશે તો જીવન ઊર્જા ખુબ ખર્ચાતી રહેશે.

જાગવાનું લક્ષ્ય હોય તો સૌ પ્રથમ એવી ફોલ્સ પર્સનાલિટીમાંથી, એવા ઇલ્યુઝરી જગતમાંથી બહાર આવી જવું પડે. તે પછી પર્સનાલિટીના જગતમાં, વ્યવહારના જગતમાં વપરાતી અને વેડફાતી જીવન ઊર્જાને જોઈ લેવી પડે. આપણે કેટલાયે મુખોટા પહેરી માણસે ઉભા કરેલા જગતમાં જીવવું પડે છે. મુખોટાને પર્સોના કહે; તે ઉપરથી શબ્દ બન્યો પર્સનાલિટી. જુદા જુદા મુખોટા પહેરી ક્યાંક બાપ, ક્યાંક પુત્ર, ક્યાંક પતિ, ક્યાંક પત્નિ, ક્યાંક શેઠ, ક્યાંક નોકર, ક્યાંક સાહેબ, ક્યાંક આસિસ્ટન્ટ બનતા રહેવું પડે છે. વ્યવહારના નામે ખુબ આપાધાપી કરવી પડે છે. ખુબ જીવન ઊર્જા વેડફાય છે. ઇલ્યુઝરી, ભ્રામક જગત તો છોડવું જ પડે. ત્યાં વેડફાતી જીવન ઊર્જા નર્ચો વ્યય છે. પર્સનાલિટીના જગતમાં વેડફાતી અને વપરાતી જીવન ઊર્જાનું નિયમન કરવું પડે પછી એસેન્સનું જગત આવે.

એસેન્સનું જગત - જીવ ધરાય એવી પ્રવૃત્તિઓનું જગત. ધીમેધીમે બિનજરૂરી આપાધાપીમાંથી નીકળતા જવું પડે અને જીવનમાં રસ આવે તેવી પ્રવૃત્તિઓમાં જીવન ઊર્જા વધુ ને વધુ વાળવી પડે.

યાદ રહે...બિનજરૂરી આપાધાપીમાંથી મુક્ત થવાનું છે. આળસ અને નિષ્ક્રિયતા લાવવાનાં નથી.

જીવનમાં રસ આવશે તો એક હાર્મની પ્રગટશે. જીવન મધુરું બનશે. તે પછી ભીતર ભાન વધુ ને વધુ પ્રગટે તે માટે શું પ્રયત્નો કરવા તે સમજવું સરળ પડશે.

કાલ્પનિક જગત અને વ્યવહારિક જગત ખુબ ઊર્જા માંગી લે છે. પોતાના જીવનમાં રસ આવે એવા પ્રયત્નો માટે પણ સમય અને ઊર્જા આપી શકાતાં નથી એવું જીવન બની ગયું છે ત્યાં અંતરયાત્રાની વાત ક્યાં કરવી ? કોને કરવી?

માયા

જીવનથી ભાગવાનું નથી. જીવન અનુભવ લેવા માટે છે. વ્યર્થતાનો બોધ જાતે થવો જોઈએ. ઓશો કહે છે તેમ

માનો મત, જાનો !

બધું મિથ્યા છે, બધું માયા છે, એમ માની પ્રમાદમાં સરકી જવાય છે. અનુભવમાંથી સમજ પ્રગટે છે. સમજથી જીવનમાં ક્રાંતિ આવે છે. સંભાવનાઓ પડી છે, ફલાવરિંગ થશે.

કોઈ આપણને બાંધતું નથી, આપણે બંધાવા માંગીએ છીએ. કુદરતે આંખો રૂપ જોવા આપી છે. સામે અનંત દ્રશ્યો અને સુંદરતા સર્જ્યા છે. કાન અવાજ-સંગીત સાંભળવા આપ્યા છે. અનંત વાઇબ્રેશન્સ, ગુંજનો સર્જ્યા છે. જીભ રસાસ્વાદ માટે આપી છે. અનંત રસથાળ બનાવ્યા છે. નાક સુગંધના આસ્વાદ માટે આપેલ છે. સુગંધની વિવિધતાનો ક્રિએશનમાં કોઈ પાર નથી. ચામડી સ્પર્શ માટે આપી છે. બહારના જગતમાં સંપર્કમાં આવવા અનંત દ્વાર બનાવ્યા છે. જુઓ, ચારેબાજુ રસથાળ છે. આ વાસ્તવિક જગત છે.

રસ લેવામાં વાંધો નથી, રાગનો વાંધો છે, આસક્તિનો વાંધો છે. ફરીને ફરી ક્યારે મળે? બધું મારી માલકિયતમાં ક્યારે અને કેવી રીતે આવી જાય ? એવો રાગ જન્મે છે, એવો મોહ જન્મે છે, તેનો વાંધો છે.

તાદાત્મ્ય, રાગ, મોહ જન્મે એટલે ચિત્ત ભટક્યા કરે. જીવન ક્ષણિક છે, પરિવર્તનશીલ છે - એનો બોધ રાખી રસ લેવો. મોહ અને માયા - 'હું' અને 'મારું', 'અહંતા' અને 'મમતા' હોય ત્યાં મોહ હોય, નિદ્રા જેવું. જે નથી છતાં સાચુ લાગે ત્યાં માયા હોય, ભ્રમણા જેવું.

મોહમાયા બારામાં જાણવાથી કે ચર્ચા કરવાથી છુટાતું નથી. ભીતર બોધ, જાગૃતિ, અવેરનેસ હોય તો દેખાય. અંધારા રૂમમાં પ્રકાશ કરીએ તો સઘળું દેખાય. તેમ ભીતર પ્રકાશ આવે તો કોઈને પુછવું ન પડે. સીધેસીધું દેખાય. બિનજરૂરી અથડામણોમાંથી છુટકારો સહજ થાય.

કુદરતે બનાવેલા વાસ્તવિક જગતથી ક્યાંય દુર આપણે નિર્માત કરેલા વ્યવહારિક જગતમાં એટલા બધા ઉલટી ગયા છીએ કે કેટલાય સમય સુધી આપણને આપણા શરીરનો પણ બોધ રહેતો નથી. જીવ અને આત્મતત્વની વાત કોને કરવી?

જીવનનું લક્ષ્ય

પૈસા કમાઈને જોઈ લીધું હોય, પદ-પ્રતિષ્ઠા મેળવીને જોઈ લીધું હોય, દેવદર્શન, પોથીપુરાણ, જ્ઞાનચર્યાઓ કરી લીધી હોય પણ, ભીતર અજંપો ચાલુ રહે. અંદર કંઈક ખુટે છે, તેનો અહેસાસ થતો હોય - તો ખરી પ્યાસ જન્મવાની શક્યતાઓ વધુ. જીવ થાકે તો પાકે.

ફોલ્સ-પર્સનાલિટી, કાલ્પનિક, ભ્રામક આપાધાપીમાંથી તો તરત મુક્ત થવું પડે. એ તો પડછાયાનો પણ પડછાયો છે. પર્સનાલિટી, વ્યવહારિક જગતનો એક ઉપયોગ છે, એની જરૂરત છે. પણ એ જ જીવનનું લક્ષ્ય નથી. જીવ રસ લઈ શકે તે માટે આયોજન કરવા પર્સનાલિટી સહયોગી બને તે જરૂરી. જીવને સંગીતની મોજ હોય, યાત્રાઓ કરવી ગમતી હોય, ચિત્રકામ કે એવી કળાકારીમાં રસ આવતો હોય, જ્ઞાન-વિજ્ઞાન જાણવાનો રસ હોય. દરેક જીવને ક્યાંક તૃપ્તિનો અહેસાસ થાય એ રીતે આયોજન કરવું પડે. પર્સનાલિટીનું જગત એને સહયોગી બને તે જરૂરી. સમજીએ -

મગફળીના છોડનું અવલોકન કરો. છોડ સૌ પ્રથમ પાંદડાંઓની ખૂબ વૃદ્ધિ કરે છે. ખૂબ પાન ઊગે છે. ખૂબ સૂર્યનો પ્રકાશ ઝીલાય છે. જીવનની એક સાઈકલ છે, દાણા બનાવવાના છે. પાંદડાં ખૂબ સૂર્યપ્રકાશ ઝીલી વૃદ્ધિ માટે રસ બનાવે છે. રસનો ઉપયોગ મગફળીનો છોડ સીધો દાણા બનાવવા કરતું નથી. છોડ પહેલાં તો મૂળ પાસે ફોતરાં બનાવે છે. ફોતરાંમાં પોલાણ રાખે છે. ફોતરું બની જાય એટલે છોડની ઇન્ટેલિજન્સ હવે ફોતરાં માં જતા રસને રોકે છે અને દાણો બનાવવા લાગે છે. દાણો એનું લક્ષ્ય છે. ફોતરું રક્ષણ માટે જરૂરી છે. જાડું અને મોટું ફોતરું લક્ષ્ય નથી.

માણસ ફોતરું મોટું ને મોટું કરતો રહે છે, અને દાણો બનાવવાનું ચૂકી જાય છે. વ્યવહારિક જગતમાંથી ઘણું મેળવી લે છે, પણ અતૃપ્ત રહી જાય છે. એવું કેવું પ્લાનિંગ કરીને જીવ્યા કે, ન ભોગવી શક્યા, ન દઈ શક્યા અને જીવ મુંઝાયા કરે છે ? યુવાન શરીર હોય એટલે કલ્પનાની યાત્રાઓ થાય. ઘરડું શરીર થાય ત્યારે સ્મૃતિની યાત્રાઓ થાય. ભીતર સત્તા તરફની યાત્રા રહી જાય છે.

જીવન ઊર્જાનો વ્યય અટકે, એ પ્રારંભિક જરૂરિયાત. શરીર, ભાવ અને વિચારોના સ્તરે સતત ઊર્જા વેડફાતી રહે છે, તે પહેલાં તો પોતાની સમજમાં આવી જવું જોઈએ. ખૂબ આપાધાપી થાય એટલે પીડા થાય.

- શરીરની પીડાને વ્યાધિ કહે.
- ભાવની પીડાને આધિ કહે.
- વિચારોની પીડાને ઉપાધિ કહે.

ત્રિવિધ તાપ અને જીવન પુરુ. જીવન અતૃપ્ત. જાગ્રત પુરુષો આ જ પ્રદેશોમાં સંવેદનાઓનું સુખ, આહ્લાદ અને પ્રસન્નતા અનુભવે છે. આપણી ભૂલ ક્યાં થાય છે, તે માટે જાગ્રત ચેતનાઓનું માર્ગદર્શન જરૂરી.

વિધિઓ

ભીતર જાગૃતિની યાત્રા ચાલુ થાય ત્યારે સ્થુળ શરીર, ભાવ જગત અને વિચાર જગત વિરોધ ઊભા કરશે. હેબિટમાંથી મુક્ત થવું એટલું સરળ નથી. વિરોધના કારણે પીડા જન્મશે. આવી પીડા સાધકે ઝીલવાની છે. આવી પીડાથી ભાગવાનું નથી, પણ જાગવાનું છે. પીડાને સફરિંગ કહે છે. જાગૃતિ માટેની સફરિંગને કોન્શિયસ સફરિંગ કહે. અનનેસેસરી સફરિંગ અને નેસેસરી સફરિંગ તો સંસારવ્યવહારમાં સતત ભોગવાતી હોય છે. પણ જાગૃતિ વધારવા કોન્શિયસ સફરિંગમાંથી પસાર થવું પડે છે. આપણે ત્યાં એને તપ કહે.

જાગૃતિ વધારવા વિધિઓ તો ઘણી આપવામાં આવે છે. પણ ચાલાક મન તેને મિકેનિકલ કરી નાંખે છે. શરીર વિધિ કરી નાંખે અને જીવ ભટકવા ચાલ્યો જાય ! સમાજ પ્રચારમાં, દેહ આચારમાં અને જીવ વિચારમાં ચાલ્યો જાય ! ધર્મના નામે આવું ઘણું ચાલ્યા કરે છે. પણ મનુષ્યનું રૂપાંતરણ અટકી જાય છે.

ખેડૂત વાવણી કરે. છોડ ધીરે ધીરે મોટો થાય. ડુંડા બેસે. છોડનો કાળક્રમ પૂરો થાય. ડુંડા બેસે પણ તેમા દાણા ન બેઠા હોય તો ખેડૂતને કેવી પીડા થાય? આખી સાઇકલ, મોસમ વ્યર્થ ગઇ. આપણો પણ આવો કાળક્રમ છે.

આપણા ઋષિ મુનિઓએ અદ્ભુત રહસ્યો માણ્યાં છે. 'ઉર્ધ્વમુલ, અધઃ શાખા' એમ કહે છે. મહા શૂન્યમાં શુદ્ધ ચૈતન્યનો વાસ. ત્યાંથી આદ્યશક્તિ ઉદભવી. શક્તિના સ્પંદનોમાંથી ઉદભવ્યો નાદ. નાદનું એટમિક સ્ટ્રક્ચર. નાદમાંથી સ્વર જન્મ્યા. સ્વર સાથે વ્યંજનના ઉપયોગથી બન્યા શબ્દો. શબ્દો અને વ્યાકરણની બની ભાષા. ભાવને, પ્રતીતિને વ્યક્ત કરવા બની ભાષા. વાણી અને વિચારો ખૂબ હોય પણ ભાવ ન હોય, ભીતરની પ્રતીતિ ન હોય, તો જટિલતા વધી જાય. કોરા શબ્દોનો કુગાવો. વિચારોનાં વાદળાં. ચારે બાજુ જીવને ઝંઝાવાત. રસવિહીન જગત.

મહાશૂન્યમાં આપણું ઘર. રિટર્ન-ટુ-સોર્સ, ફરી ત્યાં પ્રસ્થાપિત થવું હોય, તો જે નિયમોથી બંધાયા છીએ, એ જ નિયમોથી છુટકારો. પછી ભીતરની અતૃપ્તિ શમે. અનુભવ અને પ્રતીતિના જગતમાં પુનઃપ્રવેશ અત્યંત જરૂરી.

વિજ્ઞાન-ભૈરવ તંત્રમાં ૧૧૨ વિધિ આપી છે. આપણે શિબિરોમાં જોઇ ગયા. શ્વાસના સહારે, પ્રાણના સહારે, ઇન્દ્રિયોની સંવેદનાઓને સહારે, શુન્યતાના સહારે, ભાવના સહારે અંતરયાત્રા શરૂ થઈ શકે તે માટે વિધિઓ અપાઇ છે.

ભાષા અને શબ્દો ખૂબ મહત્વના માધ્યમ છે. કોરા શબ્દો પ્રાણહીન છે. શબ્દો સાથે ધબકતા પ્રાણ ભળે તો પ્રાણવાન સાહિત્ય પ્રગટે.

શબ્દો સાથે છલકાતો ભાવ હોય તો કાવ્યો, લાગણીભર્યું સાહિત્ય પ્રગટે. શબ્દો સાથે જ્ઞાન, દર્શન સંલગ્ન થાય તો સૂત્રો જન્મે; યોગસૂત્ર, બ્રહ્મસૂત્ર, શિવસૂત્ર જન્મે. શબ્દો સાથે અસ્મિતાનો બોધ ભળે ત્યારે વર્ણવાય આત્મતત્વની અનુભૂતિ, અહમ્ બ્રહ્માસ્મિ અને તત્વમસિ ની ઘોષણા, ઉપનિષદો.

અતૃપ્તિ

સિક્ક્યોરિટી - બીજને તૂટવું નથી, તો તે સલામત છે. ઇંડાને છોડી પક્ષીને બહાર આવવું નથી તો તે સલામત છે. પણ લાઇફ પ્રગટ નહીં થાય. ફણગો જ ન ફૂટે તો ફલાવરિંગની વાત ક્યાં કરવી ?

આપણે જીવન ઊર્જાનો ઉપયોગ રસપૂર્વક જીવવા ઓછો કરીએ છીએ. સુખપૂર્વક મરી શકાય તેવાં આયોજનો માટે તેનો ઉપયોગ કરીએ છીએ ! રસમય ક્ષણો સામે આવતી રહે છે, પણ આપણને લાઇફ-ઇન્સ્યોરન્સ ઉપર વધુ ભરોસો છે. વાસ્તવિક જીવન સાથે આપણો મિલાપ હમેશા વાસી હોય છે.

ખેતરમાં મોલ લહેરાતો હોય, પણ ખેડૂતને એમ જ વિચાર આવતો રહે કે, 'કેટલો પાક ઊતરશે? કેવો ભાવ આવશે?' તો લહેરાતા મોલની ખુશબૂ, તેની ગરીમા, કુદરતના અદ્ભુત ક્રિએશનને એ માણી જ નહીં શકે. આપણા જીવનમાં સતત આવું થતું રહે છે - એ દેખાય છે ?

સ્વ'બોધની ક્ષમતા હોવા છતાં માણસ બેહોશીમાં જીવવાનું પસંદ કરે, તો સજા મળવાની. પ્રકૃતિના ગહેરા નિયમો છે. અત્યારે મળેલા જીવનને સહજ સ્વીકારો અને ચૈતન્ય તરફ અભિમુખ થાવ. ભાગવાનું નથી, જાગવાનું છે. અત્યારે મળેલા જીવનના બારામાં ફરિયાદ કોને કરશો ? અંહી ઇફેક્ટ કોઝ બને છે, અને કોઝ ઇફેક્ટ બને છે. ભીતરમાં જાગૃતિ વધશે, એટલે બધું સાફ સાફ દેખાશે. દેશી ભાષામાં કહે છે ને કે, દિલમાં દીવો કરી લો. ભીતરની જાગૃતિ નહીં આવે, ત્યાં સુધી બહારના જગતમાં કંઈ પણ બની જાવ, કંઈ પણ મેળવી લો, પણ ભીતર કંઈક ખૂટે છે તે અહેસાસ થતો જ રહેશે.

ચૈતન્ય તત્વ, ડિવાઇન ફેગમેન્ટ, આત્મસત્તા એવા નામથી ઓળખીએ છીએ તે સત્તા તો એવી ને એવી છે. જીવ-સંસ્કારના માળખાનું આડે આવરણ છે. જીવન શરૂ થાય, સાથે આવેલા સંસ્કારોના પડળો ઊખડે, સાથે સાથે નવા પડળો વીંટળાતા જાય. જાગૃતિ ન હોય તો આમ બની જ જવાનું. જીવન પુરું થાય..નવા માળખાના સંસ્કાર એકત્રિત થાય, નવું બીજ બની જાય..વળી નવી સાઈકલ, નવા ટાઇમ સ્કેલ, નવા પ્લાનમાં ચાલુ થાય.

આત્મસત્તાની અનુભૂતિ થાય તેવી સંભાવનાઓ પૂરેપૂરી મુકી છે. તે સત્તાનું અનુસંધાન નહીં થાય, ત્યાં સુધી બધું મળતું રહેશે, ભોગવાતું રહેશે...પણ કંઈક ખૂટતું રહેશે. ભીતરમાં અતૃપ્તિ અનુભવાતી રહેશે.

રસ અને હાજરી

ઇન્દ્રિયો દ્વારા જે ઇમ્પલ્સિસ ભીતર દાખલ થઈ જાય છે, તેમાં ઊંચા ગ્રેડનો પ્રાણ, સૂક્ષ્મ એનર્જી હોય છે. આ સૂક્ષ્મ એનર્જીનું સેન્સિંગ અને પછી ફિલિંગમાં રૂપાંતરણ થવું જોઈએ. પોતાની સાચી હાજરી અનુભવમાં ન આવતી હોય તેવા સમયે આ સૂક્ષ્મ એનર્જી ભીતર પચતી નથી. આ સૂક્ષ્મ એનર્જી મળરૂપે બહાર નીકળી જાય છે. આ ન પચેલો સૂક્ષ્મ પ્રાણ વિચારો રૂપે સતત વહેતો રહે છે. સતત વિચારો આવે છે, તેનું આ કારણ છે.

પોતાની હાજરી અનુભવાય તો આ સૂક્ષ્મ પ્રાણ ભીતર પચી શકે, તેને ઇમ્પ્રેશન ફૂડ કહે. જાગવાની વિધી કરવાની છે. વિધિ લક્ષ્ય નથી. જાગરણ લક્ષ્ય છે. બોધ લક્ષ્ય છે. વિધિ ચાલતી રહે, અને જીવ ભટકવા ચાલી જાય, તો વિધિ અર્થહીન બની જાય. છાશ વલોવવાની છે. માખણ છૂટું પાડવાનું છે. છાશમાં ફક્ત ફીણ-ફીણ થઈ જાય તો પ્રોસેસ અધૂરી. ઘણા સાધકો ખૂબ મહેનત કરે છે. ફીણ ફીણ થઈ જાય છે. ખરાબ અને વાસી ખોરાક સ્થૂળ શરીરમાં લઈએ તો સ્થૂળ શરીર માંદું પડે. ખરાબ અને વાસી ઇમ્પ્રેશન્સ સૂક્ષ્મ શરીરમાં લઈએ તો સૂક્ષ્મ શરીર, જીવ માંદો પડે. આખા દિવસની દિનચર્યા પર નજર રાખો. ખરાખોટા સમાચાર, ફૂથલી, નિંદા, કેવો ખરાબ અને વાસી ખોરાક આપણા સૂક્ષ્મ શરીરને આપીએ છીએ તે જુઓ.

સૂક્ષ્મ શરીરની બીમારીને કારણે જીવ આટલી બધી પીડા અનુભવે છે. ભીતર જાગૃતિ વધતી જાય, તેમ તેમ ચિત્તનો ઠહેરાવ વધે. ચિત્ત લય પામતું જાય. વર્તમાન ક્ષણમાં વધુ ને વધુ રહી શકાય. પોતાની સાચી હાજરી અનુભવાય. હાજરી અનુભવાય તો ઇન્દ્રિયો દ્વારા આવતા સૂક્ષ્મ પ્રાણ ડાઇજેસ્ટ થઈ શકે. સંવેદનાઓનો રસ પ્રગટે.

- ઇન્સ્ટિટ્યુટ સેન્ટરમાં ઇન્દ્રિયોનો રસ
- મુવિંગ સેન્ટરમાં કળા-કારીગરીનો રસ
- ફિલીંગ સેન્ટરમાં પ્રેમ-દયા-લાગણીનો રસ
- થિન્કિંગ સેન્ટરમાં જ્ઞાનનો રસ

કુદરત અખુટ ઇમ્પ્રેશન કુડ આપતી રહે છે. ચારે બાજુ સુંદર ક્રિએશન છે, સુંદર દ્રશ્યો છે, રમણીય રંગોની વિવિધતા છે, સ્વરોની મહેફીલ છે, અદ્ભુત નાદ છે, સંગીત અને વાઇબ્રેશન્સની ન કલ્પી શકાય એવી વિવિધતા છે, સુગંધોની દુનિયા ભરી પડી છે, વિવિધ સ્વાદથી ભરેલા રસથાળ છે. અને માણસ બેહોશ છે.

ઇમ્પલ્સિસ તો આવતા રહે છે. પણ લે કોણ ? યાવે કોણ ? બેહોશીના કારણે સ્મૃતિ આધારિત, મિકેનિકલ ઓટો-રિફ્લેક્સિસથી ચાલતો રોબોટિક વ્યવહાર થઈ જાય છે. આને આપણે જીવન સમજીએ છીએ !

ભીતરની યાત્રા જેમ જેમ થતી જશે તેમ તેમ ગહેરા ભાવનો, પ્રેમનો, અનુગ્રહનો અનુભવ, નવા નવા દર્શન અને જ્ઞાનનો અનુભવ થતો જશે. હાજરી નહી હોય તો યંત્રમાનવ ! જીવન ઉર્જાની ચહલપહલ, સ્થૂળ દેહ ક્યાંક, સૂક્ષ્મ દેહ ક્યાંક અને જોનારો ગુમ.

રસ અને રોગ

વિવિધ રચનાઓ ભરેલી આ દુનિયામાં ખેંચાણ તો થવાનું. ઓબ્જેક્ટમાં દ્રષ્ટિ જાય તેનો વાંધો નથી. ઓબ્જેક્ટમાં દ્રષ્ટિ ફસાયેલી રહે તેનો વાંધો છે - રસનો વાંધો નથી, રોગનો વાંધો છે. કોઈ એવી વ્યવસ્થા કરવી પડે, જેથી ભીતરની યાત્રા બારામાં, 'સ્વ'દર્શનના લક્ષ્ય બારામાં આપણી યાદ બની રહે. આપણે જોઈશું તો તરત સમજમાં આવી જશે કે, લક્ષ્ય વારંવાર ભુલાઈ જવાય છે.

મંદિર, પૂજા, પ્રાર્થના, તિર્થયાત્રાઓ, આશ્રમો મદદરૂપ થઈ શકે. પણ સાવધાની ન રહે, તો ત્યાંય ચિત્તનું ભટકન ઘટવા જગ્યાએ વધી પડે, લક્ષ્ય ચૂકી જવાય. સંસારનો બોજો હોય તેમાં સાધનાનો બોજો આવી પડે. સારા કામ કરશું તો સારા થઈશું એમ નહીં, પણ સારા થઈશું તો સારાં કામ થશે.

પ્રકૃતિમાં જે શીખવા માંગે છે તેની પરીક્ષા લેવામાં આવે છે. પણ જે શીખવાડવા માંગે છે તેને પ્રકૃતિ શિક્ષા કરી શીખવાડે છે. વિજ્ઞાન 'HOW' નો ઉત્તર આપે છે. 'WHY' નો ઉત્તર તેના માટે કઠીન કામ છે - ઉપાય કરી લેવા, ઉપાધિ કરવી નહીં. પ્યાસ છે કે પ્યાસની ભ્રમણા છે - એ કોણ નક્કી કરે ? આપણે આપણી જાતને જોઈ લેવી પડે. ઘણી વાર ભ્રમણાની યાત્રા ખૂબ લાંબી થઈ જાય છે.

- આત્મતત્વ સદાય વર્તમાનમાં છે.
- સ્થૂળ શરીર સદાય વર્તમાનમાં છે.
- સુક્ષ્મ શરીર સતત ભટકતું રહે છે.

આ ત્રણેયને એક લાઇનમાં લાવી દો - એ સાધના.

ચિત્ત પોતાના સ્વરૂપમાં જવા ટેવાયેલું નથી. ચિત્ત ચૈતન્યને મળે અને ત્યાં ઓગળી જાય તેમ કરવાનું છે. સતત અભ્યાસ જરૂરી. આ છે ભીતરની યાત્રાનું સારસૂત્ર.

અભ્યાસ

ચિત્ત વ્યગ્ર હોય તો પહેલાં તેને એકાગ્ર કરવાનો અભ્યાસ. એકાગ્ર ચિત્તને ભીતર વાળવાનો અભ્યાસ. ભીતર જવા સક્ષમ બનેલા ચિત્તને ભીતર ઠહેરાવવાનો અભ્યાસ. ભીતર ઠહેરતા ચિત્તને નિરોધનો અનુભવ કરાવવાનો અભ્યાસ. નિરોધના અનુભવમાં મસ્ત રહેવા ચિત્તને શૂન્યમાં લય કરાવવાનો અભ્યાસ. પછી પ્રતીક્ષા અને તિતિક્ષા.

ચિત્ત આમ પોતાના મૂળ સ્વરૂપ, ચૈતન્યમાં લય પામે છે - નિર્વાણ, રિટર્ન ટુ ધ સોર્સ. વિધિ ગમે તે હોય, માર્ગ ગમે તે હોય; લક્ષ્ય એક. ચિત્તને કેળવતાં પહેલાં તો તે જ્યાં ચોટતું હોય, ભટકતું હોય, અટકતું હોય, તેના કારણો જોઈ લેવાં પડે. કારણો પકડાય તો તે પ્રમાણે ઉપચાર થાય. ચિત્ત મુક્ત રહેવું જોઈએ, ફી - એટેન્શન, વૈરાગ્ય

વૈરાગ્યના નામે નીરસતા, જડતા, નિર્માલ્યપણું આદર્શ ન બની જાય તેની તકેદારી રાખવી ખૂબ જરૂરી. સામે પ્રસંગો આવશે, નિમિત્તો આવશે, ભાગવાનું નથી. છૂટા રહેવાની કળા હાંસલ કરવાની છે.

ઓશો કહે છે - 'ભાગો મત, જાગો'

દાદા ભગવાન કહે છે - 'નિમિત્તને બટકું ન ભરો, જુઓ અને ચૈતન્ય સત્તાને જાણો'.

ચિત્ત સરળતાથી છુટું રહેતું થશે, સરળતાથી મુક્ત થઈ શક્તું હશે, સરળતાથી પાછું ફરતું હશે, પછી જ તેને ભીતર જવાનો અભ્યાસ કરાવી શકાય. અભ્યાસ અને વૈરાગ્ય; ભીતરની યાત્રામાં દરેક તબક્કે સતત જોઈશે. જળ સમુદ્ર તરફ સહેજે વહે છે, અગ્નિ ઉપરની તરફ સહેજે ઉઠે છે, એમ ચિત્ત ચૈતન્ય તરફ સહેજે ઊર્ધ્વમુખી બનવું જોઈએ.

અત્યારે ચિત્ત વ્યગ્ર છે, ભટકે છે, અધોગામી છે. ચિત્તને ઊર્ધ્વમુખી થવાના સંસ્કાર આપવા પડે. સૌ પ્રથમ 'એજ્યુકેશન ફોર એટેન્શન'. આ માટે વિધિ-નિષેધ આપવામાં આવે છે. પણ વિધિ-નિષેધમાં જ જીવન ખર્યાઈ જાય, તો નવી ઉપાધિ. ધર્મના નામે એક વધુ બોજો ! ચિત્ત વર્તમાન ક્ષણમાં ઠહેરતું નથી, જલ્દી ડ્રિફ્ટિંગ થઈ જાય છે, ભટકવા ચાલી જાય છે - આનું ભાન તો પહેલાં આવવું જોઈએ ! પૂર્ણ ભાનની વાત પછી.

શરીરના સ્તરે પદ્માસન અને સૂક્ષ્મશરીરના સ્તરે ભટકન. કંઈ વળશે નહીં. હોશ રાખવો હોય તો તે કામ બેહોશીમાં કઈ રીતે થઈ શકે ? જાગવું છે તો સૌ પ્રથમ તમે તો હોવા જોઈએ ને ? શરીર અહીં બેઠું હોય, સાધનાની વિધિ કરાતી હોય અને જીવ ક્યાંય ભટકતો હોય તે કેમ ચાલે ? પોતાની ભીતર જોઈ લો.

જ્ઞાન, ધ્યાન, ભાન

નો-સેલ્ફ, નિર્વાણ, નથીગનેસ એમ કહે. કારણ કે એ 'થીંગ' નથી. પ્રાપ્ત કરવાનું કોઈ ઓબ્જેક્ટ નથી. શૂન્યમાં ઊતરવાની વાત છે. શૂન્યમાં ઓગળવાની વાત છે. ચિત્તના ચૈતન્યમાં સંપૂર્ણ લયની વાત છે. જ્ઞાન, ભાન અને ધ્યાનની યાત્રા જ્યાં પૂરી થાય છે, ત્યાંની વાત છે. યાત્રાની શરૂઆત તો આપણે જ્યાં હોઈએ ત્યાંથી જ કરવી પડે. અત્યારે, આ ક્ષણે આપણુ ચિત્ત ક્યાં ક્યાં ભટકે છે, તે જોવામાં આવે છે ? તટસ્થ ભાવે જોતાં જોતાં, જોનારો પ્રગટ થશે. અંતે તો જોનારાને જોવાનો...દેખ લે દેખનહારા !

ભીતરની યાત્રા લાંબી લાગે છે; છે નહીં.

અંતઃકરણના ચાર ઘટકો મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત અને અહંકારના ભટકાવને કારણે આમ લાગે છે.

મોહ અને માયા, તાદાત્મ્ય અને ભ્રમણા, હું અને મારું, ગહેરું આઇડેન્ટિફિકેશન. 'છે' એ સાચું ભાસે. આઇડેન્ટિફિકેશન તૂટે તો જ ખરી 'AM'ness જન્મે. તે એમનેસ ધનીભૂત થાય ત્યારે 'IS'ness જન્મે. આ 'IS' ness ના વિસર્જનની, નિર્વાણની વાતો ખૂબ થાય છે. અત્યારે તો વર્તમાન ક્ષણમાં થોડી સેકંડોનો ઠહેરાવ પણ મુશ્કેલ છે.

હજી કર્તા ખુબ સકીય છે. ડિઝાયર ટુ ડુ, ડિઝાયર ટુ બીકમ, ડિઝાયર ટુ પઝેસ, અહંકારનુ સામ્રાજ્ય! ઇગો પેસીવ થાય તો સેલ્ફ પરખાય. શરીરમાં વ્યાધિ, હૃદયમાં આધિ, વિચારો માં ઉપાધિ. ફક્ત સમાધિની વાતોથી કાંઈ ન વળે. જે છીએ, જ્યાં છીએ તેનો સહજ સ્વીકાર કરી ત્યાંથી જ યાત્રાની શરૂઆત કરવી પડે. નહીં તો ભ્રમણાની યાત્રા ખૂબ લાંબી થઈ જાય, ભીતરની અતૃપ્તિ ત્યાંની ત્યાં રહે.

- જ્ઞાન - KNOWLEDGE
- ધ્યાન - ATTENTION
- ભાન - AWARENESS

– આ ત્રણેય વધવા જોઈએ.

જ્ઞાન હોય પણ ધ્યાન ન હોય તો સામે સત્ય હોય તો પણ દેખાય નહીં. ધ્યાન હોય પણ જ્ઞાન ન હોય તો સત્ય ઓળખી ન શકાય. બાળક જેવું જ્ઞાન હોય, ધ્યાન હોય, પણ તે તરફ ભાન ન હોય !

ત્રણેયની સમ્યક યાત્રા, સહજ અવસ્થા, ભીતર તૃપ્તિ.

શ્રમ

શ્રમ અને મજુરીમાં ફરક છે. શ્રમ એ તો પૂજા છે. શ્રમ શબ્દમાંથી 'આશ્રમ' શબ્દ બન્યો. આપણુ શરીર છે, તે ધર્મનું સાધન છે. આ સાધન બહુ રહસ્યમય છે. સાધનનો ઉપયોગ થવો જોઈએ. જો તેમ ન થાય તો સાધન કટાઈ જાય. શરીરમાં પાંચ કર્મેન્દ્રિયો અને પાંચ જ્ઞાનેન્દ્રિયો છે. આપણે સ્થૂળ આહાર લઈએ છીએ, હવાનો આહાર લઈએ છીએ અને જ્ઞાનેન્દ્રિયો વડે છાપોનો (Images) ખોરાક લઈએ છીએ.

ઊર્જાને સ્થિર રાખી શકાતી નથી. તે ફરતી રહેવી જોઈએ. સ્થૂળ ખોરાકમાંથી મળતી ઊર્જા કર્મેન્દ્રિયો દ્વારા યોગ્ય ઉપયોગમાં ન લેવાય તો તે વિચારોના રૂપમાં વપરાશે. એટલે એ ઊર્જાનો શરીરની કર્મેન્દ્રિયો મારફત ઉપયોગ થવો જરૂરી છે. આશ્રમમાં એટલા માટે વિવિધ પ્રવૃત્તિઓ થતી રહે છે. આ પ્રવૃત્તિઓ કોઈ કામનાને પોષવા માટે નથી, પણ એ અસ્તિત્વની માંગ છે. તે એક કર્મયોગ છે.

કામ સભાનતાથી થવું જોઈએ. કામ કરતાં જો કામના જાગે, વિચારો અને કલ્પના આવે, નેગેટિવિટી આવે તો તરત જ સાવધાન થઈને દ્રષ્ટાભાવથી તેને જોઈ લેવું. ઇચ્છા જાગે, ક્રોધ આવે, આળસ આવે તો તેનાથી થતી ભીતરની પ્રતિક્રિયાને સાક્ષીભાવે જોઈ લેવી. સાધનાનું આ પહેલું પગથિયું છે. શ્રમકાર્યમાં કર્તાભાવ આવે, તેના વળતરની અપેક્ષા જાગે તો એ કામ શ્રમ નહીં પણ કામ્ય કર્મ થઈ જાય છે.

જૂના વખતમાં કૃષ્ણ પોતે ગાયો ચરાવવા જતા. શ્રી રમણ મહર્ષિ વહેલી સવારે ત્રણ વાગે ઊઠીને કામે લાગતા. કહે છે કે ઓશો રોજ ૧૧ કિલોમિટર ચાલીને નદીમાં સ્નાન કરવા જતા. શરીરના માધ્યમથી સાધનાની કમાણી કરતા.

શ્રમ કરતાં કરતાં સંવેદના કેટલી અનુભવી ? જોતાં રહેવું. શ્રમ ગમે ત્યાં, ગમે ત્યારે, ગમે તે કરો - પણ એક જ ખ્યાલ રાખવાનો છે કે , શ્રમ દરમિયાન પૂરેપૂરા વર્તમાનમાં રહેવું. કોઈ કામના કે અપેક્ષા સિવાય, શ્રમ કરતાં એવો ભાવ સેવવો કે કામ ઇષ્ટદેવનું છે, ગુરુનું છે. તેમ કરવાથી સાધકના ભાવપ્રદેશનો વિકાસ થશે. શ્રમ વિનાનું શરીર ધ્યાનમાં ન જઈ શકે. તે દિવાસ્વપ્નોને સેવશે. જીવનનો એક અર્થ છે પુરુષાર્થ, જેમાં પોતાના હોવાપણાની અનુભૂતિ થાય છે.

આ રીતે શ્રમયજ્ઞ એ સાધનાનું મહત્વનું અંગ છે.

પ્રેમ

ટૂંકમાં કહેવું હોય તો પ્રેમ એ પરમાત્મા છે. ચુંબકના મેગ્નેટિઝમને કારણે લોહું ખેંચાય છે. ફૂલ ઊગતા સૂર્ય તરફ જાય એ પણ મેગ્નેટિઝમ છે; પણ એ બાયો-મેગ્નેટિઝમ છે. વીજળીનો પ્રવાહ જ્યાં જ્યાં હોય ત્યાં હંમેશાં મેગ્નેટિઝમ હોય છે. આપણને બહારની વીજળીનો ખ્યાલ છે. દરેકના શરીરમાં પણ મેગ્નેટિટીઝમ, બાયો-ઇલેક્ટ્રિસિટી છે. આપણે તેને પ્રાણ કહીએ છીએ. પણ આપણે આ પ્રાણને બહુ ઓળખતા નથી, અને બહારની ઇલેક્ટ્રિસિટીને પણ ક્યાં ઓળખીએ છીએ ? સ્વિચ જ દબાવતાં આવડે છે!

જ્યાં ખોરાક છે ત્યાં કુદરતે ચુંબકીય ક્ષેત્ર નિર્માણ કરેલ છે. જે વસ્તુ ભાવતી હોય ત્યાં આપણુ ચિત્ત ખેંચાય છે અને ચોંટી જાય છે ! આ મેગ્નેટિઝમ છે. આપણને એટલી ખબર પડે કે, જીવ ચોંટી ગયો છે અને હવે ઉખડી ગયો! વસ્તુમાં જીવ ચોંટે અને ઉખડી પણ જાય છે. આપણા મેગ્નેટિઝમમાં ભરતી અને ઓટ આવ્યા કરે છે.

સંસારી જીવ ગમે તે ભાવને પ્રેમનુ નામ આપી દે છે. તે શરીરને 'હું' કહે છે, અને 'અહમ્' ને આત્મા કહે છે. એને તો એક કપ આઇસક્રીમ ખાવા મળે તો કહેશે આનંદ આવી ગયો ! આનંદ તો આત્માની અનુભૂતિ થવાથી આવે. સંસારી જીવો એકબીજાને ઘડીક મળે તો કહેશે આનંદ આવી ગયો. પણ ચિત્ત આત્મસ્મરણમાં જાય તો જ સાચો આનંદ થાય. આપણે ભૂખ-તરસની તૃપ્તિ અને ઇન્દ્રિયના વિષયની તૃપ્તિને આનંદ કહીએ છીએ. જ્યાં ખેચાણ થાય તેને પ્રેમ કહીએ છીએ. પ્રેમ શબ્દ બહુ સસ્તો થઈ ગયો છે !

પ્રેમતત્વ તો દિવ્ય છે. તે સર્વવ્યાપી છે. પ્રેમતત્વ એવું છે કે, તેમાં ક્યારેય ગાંઠ પડતી નથી. ગાંઠ અહમ્ ને પડે. આત્મા એ પરમાત્માનો અંશ છે. પ્રેમ એ પરમાત્મા છે, ત્યાં ક્યારેય ગાંઠ ન પડે. આપણે પ્રેમના નામે છેતરાઇએ છીએ. શરીર અને ઇન્દ્રિયોના આકર્ષણને પ્રેમ કહીએ છીએ. આ આકર્ષણમાં ઊભ આવે છે. પ્રેમમાં ક્યારેય ઊભ આવતી નથી. પ્રેમ શાશ્વત છે. તે ક્યારેય મરતો નથી પણ વધતો જાય છે. પ્રેમની પ્રતીતિ થાય તો મન નિષ્કામ અને નિર્વિચાર બની જાય. બુદ્ધિ નિશ્ચલ બની જાય. જ્યાં પ્રેમતત્વ હોય ત્યાં અહમ્ ક્યારેય હોઇ શકે નહીં.

ફરીને કહું, પ્રેમ એ પરમાત્માનુ સ્વરૂપ છે.

મોજ

જે કાયમ છે, એનો સંગ કરીએ તો કાયમ માટે મોજમાં રહી શકાય ! મોજનું કારણ બહાર નથી, પણ તમારી અંદર છે. મને આ પકડાઈ ગયું છે. મોજ છટકી જવાનું કારણ એ છે કે, આપણે પ્રતિબિંબને પકડીએ છીએ. પકડવાનું છે બિંબને. મોજ બહાર નહીં, ભીતરમાં છે. માણસ પૈસા કમાવા દોડ્યે જાય છે. આમ દોડવાથી પૈસા મળે, પરંતુ મોજ ન મળે. સંસાર વ્યવહારમાં બહાર દોડીએ તે ઠીક છે, પરંતુ ધ્યાન ચિત્ત ભીતરમાં રાખવું પડે. બહાર બધી પ્રવૃત્તિઓ કરીએ, પણ ઘેર આવીએ ત્યારે અંદર ઊતરવું જોઈએ. શ્રીમદ્ રાજચંદ્ર ધંધો કરતા પણ ધંધાનું પતી જાય પછી ભીતરમાં તાર જોડી દેતા. એમની પાસે મોજની આ માસ્ટર-કી હતી.

ગુજિએક જેને આત્મસ્મરણ કહે છે; આપણે જેને આત્મા કહીએ છીએ - ત્યાં સૂરતા લગાડી દઈએ. સંસારની પ્રવૃત્તિમાં જરા પીડા જેવું લાગે ત્યારે ભીતરના ધ્યાનનું પાણી પી લેવું - બહુ મોટી વાત નથી. પણ તકલીફ એ છે કે, આપણી ખોજ ઊંઘી દિશામાં છે. આપણે એ દિશાને જ બદલવાની છે. આપણે નાની-નાની વાતમાં ગંભીર થઈ જઈએ છીએ. ગંભીર થવાથી મોજ ક્યાંથી આવે ? આ વાત વિચારવાની નથી, જીવવાની છે. અત્યારે જ જીવી લો. ઠીક લાગે તે કરો, પણ મોજથી કરો. શું કરવું એ મહત્વનું નથી, પણ કઈ રીતે કરો છો, તે મહત્વનું છે.

મોજ માટે સમજવા કે વિચારવાનું નથી, પણ જીવવાનું છે. ખેતી કરતા હો તો ખેતી; પણ તે મોજથી કરો. લગ્ન કરવા છે, તો મોજથી કરો. આશ્રમમાં રહો, તો મોજથી રહો. મારે ખાવા જોઈએ છે, એમ તમારે પણ ખાવા જોઈએ છે. હું જે કહું છું, તે મોજથી કહું છું, તમે લમણે હાથ દઈને કરો છો ! સંસારી અને સન્યાસીમાં ફરક માત્ર આ મોજનો છે. હસો, ખેલો, ધ્યાન ધરો. પરમાત્મા તો બધે છે.

ગાડીમાં બેઠાં પછી બધું જોવાની મજા આવે છે. અને આપણું સ્ટેશન આવે, ત્યારે ઊતરી જવાનું છે.

તો મોજ માણોને !

એકલતા અને શોખ

અસ્તિત્વમાં બધાં એકબીજા સાથે જોડાયેલાં છે. બીજને ધરતીમાં વાવવાથી તે ધરતી અને આકાશ બન્ને સાથે સંબંધ સ્થાપિત કરે છે, તેથી તે ખીલે છે. આપણે ધરતીનું જોડાણ ગુમાવીએ છીએ. આપણા બનાવેલા રીત-રિવાજ, ભાષા અને નિયમોને કારણે જીવ ગુંચવાતો જાય છે. મનુષ્ય રમત બનાવે છે રમવા માટે, પરંતુ તેને અહંકાર અને કામના પકડી લે છે.

વ્યક્તિ ધ્યાનમાં ઊડી ઊતરે ત્યારે તેને એકલવાયું ક્યારે ય ન લાગે કારણ કે, ધ્યાન અને પ્રેમ એક જ સિક્કાની બે બાજુઓ છે. મનુષ્ય સંસારમાં સામાજિક પ્રાણી છે. માણસો સમૂહમાં રહીને એકબીજા સાથે લડે છે, ઝઘડે છે, ભાષણો આપે છે, સંસારની જવાબદારીઓ વહન કરે છે. એકલો પડે ત્યારે બારીબારણા બંધ કરે, કેસેટનો સહારો લે...અને નિંદર આવે તો સૂઈ જાય. નિંદર આવવી એ કુદરતી છે પણ આ બધામાં એકલતા લાગે તો રસ્તો ચુકાઈ ગયો.

એકલવાયું લાગે તો એને જોવું. સંસારનો તાપ આકરો છે, પણ જાત સાથે રહેવું તે એનાથી પણ આકરું છે. બહુ વસમું લાગે છે. આપણો ઉછેર સમાજની વચ્ચે થાય છે. મજૂરી કરતી સ્ત્રી બાળકને ખવડાવી-ધવડાવીને કુદરતના ભરોસે મુકી દે છે. આવા બાળકને એકલવાયા હોવાના સંસ્કાર પડે છે. તેને એકલવાયું લાગે જ નહીં. પડ્યે પડ્યે તારા જુએ, ઝાડ જુએ, ઊડતા પંખીઓ જુએ, પંખીઓ સાથે વાતો કરે. પ્રતીતિની દ્રષ્ટિએ એનો જીવાત્મા સમૃદ્ધ હોય છે. શહેરમાં ઊછરતા બાળકને બંધ ફ્લેટમાં ઊછરવું પડે છે, તે બહાર નીકળી ન શકે. એટલે તેને એકલા રહેવાના સંસ્કાર મળતા નથી. તેનામાં સમાજની વચ્ચે રહેવાના જ સંસ્કાર પડે છે. પછી એકલા રહેવામાં તેને પીડા થાય છે.

ધીરે ધીરે પોતાની જાત સાથે રહેવાનો અભ્યાસ કરવો જરૂરી છે. પોતાની અંદરથી મોજ લેવી એ એક કળા છે, જે શીખવી પડે છે. પોતાના શોખ શોધી લેવા પડે. સવારથી સાંજ સુધી એવી પ્રવૃત્તિઓ કરીએ કે મોજ આવે. ભીતરમાં જીવીએ. દરેક પરિસ્થિતિમાં મોજ આવે છે.

ધ્યાનની અવસ્થામાં રહેવા માટે કોઈ શોખ કેળવવો, પણ તે પોતાને માટે. જે કંઈ કરીએ તે મોજથી કરીએ. એકલા રહીને ધરાઈ જઈએ ત્યારે સમાજમાં- બહાર આવી શકાય. બધા સામાજિક પ્રાણી છે; અને આપણે એમાંના એક છીએ. ભીતરમાં એક તત્વ એવું છે, જે જોયા કરે છે અને પ્રકાશ પણ આપે છે.

એક વાર તે પકડતા આવડે તો પછી યાત્રા સડસડાટ થાય છે !

સંસાર સુખ

ભીતરની જાગૃતિ વગર શાંતિની ઇચ્છા વાંઝણી છે. ભીતરની જાગૃતિ વગર સુખ અને કહેવાતી મસ્તી લાંબો સમય ટકતાં નથી, અંતે બધું ભાંગી પડે છે.

મનુષ્યે બુદ્ધિનો વિકાસ ખૂબ કર્યો. હવે તેણે ભીતરની જાગૃતિ વધારવાની છે. પુરી મનુષ્યજાતિ માટે આ તબક્કો હવે બહુ મહત્વનો છે. જાગૃતિ વગર ધંધાધાપામાં રઝળપાટ, માની લીધેલા માનપાન, સુખવૈભવ; છેવટે એકડા વગરનાં મીંડાં સાબિત થાય છે. માણસ જ્યારે આવી સ્થિતિમાં આવી પડે છે. ત્યારે કારણો શોધે છે. અન્યને દોષિત માને છે. સંસાર પૂરેપૂરો માણવાનો છે. ભાગવાનું નથી. ભીતર જાગૃતિ વધે, તે માટે પ્રયત્નો પણ કરવાના છે. જાગૃતિ વધે તેમ તેમ બેહોશી દૂર થાય. અંદર અંધારું ઓછું થાય. પ્રકાશિત બુદ્ધિને બધું સાફ-સાફ દેખાય. પ્રકાશિત બુદ્ધિને વિવેક કહે છે. પ્રકાશ જેમ જેમ વધતો જાય તેમ તેમ બુદ્ધિ નિખરતી જાય. ઉત્તરોત્તર નવાં નવાં દર્શનો થતાં જાય. બિનજરૂરી આપાધાપી ઓછી થાય. સ્વદર્શનનો માર્ગ ખુલ્લો થાય.

બુદ્ધિ પ્રકાશિત થતી જાય તેને શાસ્ત્રીય નામો આપ્યા છે - વિવેક, મતિ, ધી, પ્રજ્ઞા, મેધા; પ્રકાશનો ઉત્તરોત્તર વધારો. ભીતરની અતૃપ્તિ 'સ્વ'ના દર્શન સુધી કોઈ ને કોઈ સ્વરૂપે રહેવાની. જીવન ઊર્જા પ્રયાસ માટે વાપરવી પડશે. અત્યારે તો પુરેપુરી જીવન ઊર્જા સંસારમાં કંઈક મેળવવા, કંઈક બની જવાના પ્રયાસમાં વપરાઈ રહી છે. સમજીએ-

જેમ પૈસા કાં તો વપરાય, વેડફાય, કાં ઇન્વેસ્ટ થાય. આવું જીવન ઊર્જા બારામાં છે. જીવન ઊર્જા સરપ્લસ હશે તો ઇન્વેસ્ટમેન્ટ થઈ શકશે. જીવન ઊર્જાનો ઉપયોગ વધુ ને વધુ સજગતાથી જીવનમાં કરવો પડે. જીવન ઊર્જાનો ઉપયોગ વધુ ને વધુ વર્તમાન ક્ષણમાં રહેવા કરવો પડે. વર્તમાન ક્ષણમાં ઠહેરાવ વધશે તો ચિત્તની ભટકન ઓછી થશે. આ સાધનાની ચાવી છે. ઉત્કાંતિનું પગથિયું છે. મનુષ્યની ઉર્ધ્વગામી સંભાવનાઓનું દ્વાર છે. સૌ પ્રથમ તો જીવન ઊર્જાના બિનજરૂરી વ્યયને અટકાવવો પડે.

રસોઇમાં સપ્રમાણ મીઠું જરૂરી. વધુ પણ નહીં અને ઓછું પણ નહીં. આમ થાય તો રસોઇ સ-રસ થાય. સંગીતમાં સપ્રમાણ સૂર જરૂરી. કમ પણ નહીં અને તીવ્ર પણ નહીં. આમ થાય તો સંગીત ગમે. આવું જ જીવનના બારામાં છે. જીવન એવું ગોઠવતાં રહે કે આવો 'સમ' ઉપલબ્ધ થાય. જીવન મધુર બને. સાધનાની ગહેરાઇ પછી સમજાશે. પહેલાં જીવનને મધુરું તો બનાવો. જીવનમાં હાર્મની, બેલેન્સ તો પ્રગટાવો.

બે પેંગડામાં સ્થિર ઉભા ન રહેવાના કારણે કેટલાય રાજાઓ દ્રૌપદીના સ્વયંવરમાં નીચે પછડાયા હતા. અર્જુનની જેમ 'સમ' પકડાય, બન્ને પલ્લાં સમતોલ થાય તો મત્સ્યવેધ થઈ શકે. સાધનાની ગહેરી વાતો ઋષિમુનીઓ કહી ગયા છે. દ્રૌપદી સેક્સ-એનર્જિનું પ્રતિક છે. એ એનર્જિ અત્યારે આપણા ઇન્સ્ટિટ્યુટ, મુવિંગ, સેક્સ, ફિલિંગ અને થિંકિંગ; એમ પાંચ કેન્દ્રો સાથે જોડાયેલી છે. આ એનર્જિના ચેનલાઈઝીંગ દ્વારા કૃષ્ણદર્શન શક્ય બને છે.

ગહેરી વાતો છે, વિસ્તારથી સમજીશું.

પીડા

અત્યારે આપણું હોવાપણું વ્યવહારમાં છે. વ્યવહારમાં પીડા હોય છે. જ્યાં ન ગમતું હોય ત્યાં રહેવું પડે. એનાથી અંદર જે સંવેદના થાય તેને પીડા કહે છે. નોકરી નથી કરવી તો પણ કરવી પડે, ત્યારે પીડા થાય છે. નાના બાળકને ભુખ લાગે, પેટમાં દુખે અને રડે તે એની પીડા છે. વ્યક્તિત્વના જગતમાં વ્યક્તિત્વને ઠેસ લાગે, ત્યારે પીડા થાય છે. સંસારીને પોતાની પીડાની ખબર નથી પડતી ત્યારે રાડો નાંખે છે. વ્યવહારિક પીડાનો ઉપચાર વ્યવહારિક જગતમાં થાય. મંત્ર, જાપ કે ઠાકોર-સેવાથી એ પીડાનો ઉકેલ ન મળે.

શરીરના સ્તર પર પણ પીડા થાય છે. શરીરની સિસ્ટમમાં કોઈ પણ ગરબડ થવાથી શારીરિક પીડા થતી હોય છે. ડોક્ટરી ઇલાજથી આ પીડામાંથી મુક્ત થવાય. એક પીડા સૂક્ષ્મ શરીરમાં થતી હોય છે. કોઈ અપમાન કરે ત્યારે મનમાં પીડા થાય છે. અપેક્ષા કે કામના પૂરી ન થાય, ત્યારે પીડા થાય છે. સંસારી માણસ અનેક કામનાઓથી પીડાતો હોય છે.

મોટે ભાગે પીડા થતી હોય છે બેહોશીના કારણે. કામનાની પૂર્તિ ન થાય અને જે નથી એની આકાંક્ષા - અપેક્ષા સેવીએ તે પુરી ન થાય તો અંદર જીવ બળે છે. જીવ બળે ત્યારે સમય અને શક્તિનો વ્યય થાય છે. પીડામાં વાસ્તવિકતા હોય છે; જ્યારે જીવ બળે છે એમાં મોટે ભાગે ભ્રાંતિ હોય છે. છોકરો હોસ્પિટલમાં હોય, દવા-દારૂ કે ઉપચારનું પરિણામ ન મળે ત્યારે બીજું કશું ન કરી શકવાથી જીવ બળે છે. આ જીવ બળવાનું નિરર્થક છે.

ગમે તે કારણસર જીવ બળે તો તરત ઉપચાર કરવો; અને જીવને ઠારી નાખવો. જીવ બળે ત્યારે દ્રષ્ટાભાવ કેળવવો, બળતા જીવને જોયા કરવો. જોવાથી જીવ નકામો બળતો નથી. બળતા જીવને જોવાથી આપણને કોન્શિયસ એનર્જી મળી જાય છે. જે જાગે છે તેને પીડા થતી નથી, જીવ પણ બળતો નથી. શરીર કે મનમાં થતી પીડા અને નાની-મોટી બાબતોમાં બળતા જીવને ઠારવાનો સાચો ઉપચાર છે જાગરણનો.

જાગૃત વ્યક્તિ જીવે છે. અને જે જીવે છે એને પીડા થતી નથી.

શરીરને કષ્ટ થાય છે, મનમાં સુખ-દુખ થાય છે; અને જીવ આ બધું ભોગવે છે.

જીવન વ્યવહાર

મારી મુશ્કેલી એ છે કે, જે વસ્તુ જીવવાની છે, એને કહેવી પડે છે ! બરફીનો ટુકડો ખાવાનો હોય અને એને સમજાવવા જઈએ તો ગોટે ચઢી જવાય. જીવન જીવવા માટે છે. અમુક વાત નથી સમજાતી, માટે તેનું મૂલ્ય નથી, તેની કિંમત નથી. આપણે જે રીતે જીવીએ છીએ તે જોતાં જીવનનું મૂલ્ય નથી સમજતા. જીવનનું મૂલ્ય સમજાવવા માટે પ્રવચનો, ઉદાહરણો આપવા પડે છે. સવારથી સાંજ સુધી વ્યવહારો ચાલે છે. ધાર્યું બધું થતું નથી. બહાર ગમે તેવી પરિસ્થિતિ હોય, એમાં જીવ બાળવો કે મોજમાં રાખવો એ આપણા હાથમાં છે. બજારમાં દાગીનાથી લઈને દાળીયા સુધી બધું મળે છે. પૈસા ક્યાં વાપરવા; બજારમાંથી શું લેવું તે આપણા હાથમાં છે !

જીવનમાં જે કંઈ પ્રસંગ બને, એમાં જીવ બાળવો ન જોઈએ. આ આપણા હાથમાં છે. જીવનું મૂલ્ય છે. જીવ ન બળે એ માટે સાવધાની રાખવાની છે. ગેસ બળતો હોય તો ઠારી નાંખવાનો છે. આપણને 'ભાન' નથી રહેતું એટલે નાની-મોટી વાતોમાં જીવ બાળ્યા કરીએ છીએ. આપણે પગે ચાલતા હોઈએ અને કોઈ ગાડીમાં બેસી પસાર થાય તે જોઈને ઇર્ષ્યા-અદેખાઈ આવે અને જીવ બળે - એ આપણું અજ્ઞાન છે. બીજાના ભાણામાં લાડુ જોઈને જીવ બળે છે. શીખવાનું એટલું જ છે કે આપણા ભાણામાં રોટલી-શાક હોય તેનો અનુગ્રહ માનીને મોજથી ખાઈ લેવું જોઈએ..આ મન થાય અને ખીજ ચડે તો માનવું કે રસ્તો ચૂકાઈ ગયો !

અંદર જ્યારે ઇર્ષ્યા હોય ત્યારે ભાન નથી રહેતું કે, શું બોલાઈ જાય છે? જીવનમાં સરળતા આવે ત્યારે જીવવાની મજા આવે છે. જીવ શા માટે બાળવો ? પરિસ્થિતિઓ સ્થિર નથી, તે બદલાયે જાય છે. જીવનમાં નાની-મોટી મુશ્કેલીઓ તો આવે. ચીજવસ્તુઓના ભાવ વધે, સારી રીતે રહેવા ન મળે, કોઈ અપમાન કરે...આવું બધું તો થયા કરે. પણ આપણે દ્રષ્ટાભાવથી જોયા કરવાનું છે. જીવ બાળ્યા વિના ન રહે, તો સાવધાનીથી ત્યાંથી દૂર હટી જવું. અદેખાઈ કે ઇર્ષ્યા ન આવે એવી સ્થિતિ તો ધ્યાનની અમુક અવસ્થા પછી જ આવે છે.

વારંવાર મોજ લેવાનો અભ્યાસ કરવો. એકલા હોઈએ તો એકલાનો અને સાથે હોઈએ તો સાથેનો આનંદ લઈ લેવો. આનંદ લેતાં ન આવડે તો જીવ તો બાળવો જ નહીં. ન ગમે તેની ઉપેક્ષા કરવી. બીજાના સુખમાં આપણું સુખ છે, એની પ્રતીતિ કરીને મૈત્રીભાવ કેળવવો. દુલા કાગે કહ્યું છે;

‘તારા આંગણે કોઈ આશાભર્યો આવે તો આવકારો મીઠો આપજે’.

કોઈની સાથે વિચાર કે ભાવથી ન ફાવે તો ભલે ન ફાવે, પણ જીવ ન બાળવો. જમવામાં દૂધપાક અને ચટણી પીરસાય. ચટણી ન ફાવે તો એકબાજુ મુકી દેવી ! નકારાત્મક ભાવને વ્યક્ત ન કરવો. જીવનમાં જે કંઈ ઘટના બને તે ઘટનામાંથી મોજ લઈ લેવી.

એક વાર જીવવાની નેક આવી જાય પછી તો કુદરત મદદ કરે છે !

વર્તમાનમાં જીવન

ઓશોએ સરસ ઉપાય બતાવ્યો છે. શરીરમાં લોહી દોડે છે તેને આપણે દોડવા દઈએ છીએ. એવી રીતે વિચાર ચાલે છે, તો ચાલવા દો. વિચાર જિંદી છે. જેમ જેમ કાઢવા જઈએ તેમ તેમ ફરી ફરીને પાછા આવ્યા કરે છે. આપણે જે કરવાનું છે તે - તેને ચાલવા દઈએ. તેનાથી દૂર ચાલ્યા જવાનું છે. ઓશો કહે છે

‘તૈરો મત; બહો’.

વિચારનો પ્રવાહ ચાલતો હોય તો સાથે વહેવું, કરવું કશું નહીં. તટ ઉપર ઊભા રહીને નદીના પ્રવાહને જોઈએ છીએ, એમ જોતા રહેવું. સારા કે ખરાબ - જે કંઈ વિચાર આવે તેને જોઈ લો. આવતા વિચાર સાથે રાગ કે દ્વેષ ન રાખવો. ખરાબ કે ભયના વિચારથી ભયભીત થઈ જવાય છે; તેથી જે વિચાર આવે તે ભલે આવે, તેને માણવા. જે કંઈ વિચાર આવે તેની સાથે વહેતાં જવું. પ્રયોગ કરવાથી ખ્યાલ આવશે કે વિચારપ્રક્રિયા સાથે કેવો વ્યવહાર કરવો. જીવવા માટે વિચાર પ્રક્રિયાને કેળવવી પડે.

વિચાર મોટે ભાગે ભુત કે ભવિષ્યકાળના આવે છે. વર્તમાનમાં રહેવાનું શરૂ કરીએ, એટલે વિચારનું જોર ઓછું થઈ જશે. વર્તમાનમાં રહેવું એ એક કળા છે. વર્તમાનમાં જે કંઈ સામે આવે તેનો સ્વીકાર કરવો. ગમે તે આવે, પણ તેનું ભાન હોવું જોઈએ. આ ભાન રહે તેને ‘અવેરનેસ’ કહે છે. પસંદગી પ્રત્યે સભાન રહેવાનું છે. જોવું.. પણ કંઈ પસંદગી ન કરવી. ધ્યાનમાં પસંદગી ન હોય.

ભીતરમાં એક સત્તા પ્રકાશમાન છે. તેમાં જે કંઈ વિચાર આવે, જે કંઈ થાય, કરવાનું કશું નથી. કૃષ્ણમૂર્તિ તેને ‘ઓઇસલેસ અવેરનેસ’ - પસંદગી વગરનું અવધાન કહે છે. શ્રી કૃષ્ણ તેને સાક્ષી કહે છે - જે કંઈ છે તેને માત્ર જોયા કરવાનું.

ઉપનિષદમાં એક કથા છે. એક ઝાડની ડાળી ઉપર બે પંખી બેઠાં છે. એક પંખી ઊડાઊડ કરે છે, અને બીજું તે જોયા કરે છે. રૂપક છે. આપણું ચિત્ત ભટક્યા કરે તે વ્યવહારિક છે. અંદર એક સત્તા છે, એક સ્વરૂપ છે જે માત્ર જોયા કરે છે. જે જોયા કરે છે, તે આપણું અસલ સ્વરૂપ છે.

ઓશોને કોઈએ પ્રશ્ન પુછ્યો કે, “તમારો ટેસ્ટ શું છે ?”

ઓશોએ કહ્યું ‘સાદગી મને ગમે છે, પણ પસંદ હું ઉત્તમ કરું છું’.

આપણને વર્તમાનમાં જે ક્ષણ મળી છે, તેમાંથી મોજ લઈ લેવી. હું વર્તમાનમાં જે સામે આવે તેની સાથે દિલથી વાતો કરી લઉં છું. તમે પણ જાગૃતિ સાથે વર્તમાનની મોજ લઈ લો.

ભક્તિ અને આસક્તિ

જીવનમાં ઘણા આઘાતો આવવા છતાં પણ જીવ કેમ જાગતો નથી ?

કારણમાં વિવેકનો અભાવ છે. આપણી ભક્તિ સાપેક્ષ છે, આસક્તિયુક્ત છે. ભક્તિ અને આસક્તિ બન્નેમાં અહમ્ છે. છતાં ભક્તિમાં અહમ્ ઓગળી જવા માંગે છે, જ્યારે આસક્તિ પકડી લેવા માંગે છે. ભક્તિમાં પ્રતીક્ષા હોય છે, જ્યારે આસક્તિમાં આગ્રહ અને અધીરાઈ હોય છે.

મીરાં અને કૃષ્ણ સાથે ન હતાં તેથી મીરાં માટે કૃષ્ણને મેળવવા પ્રતીક્ષા, તિતિક્ષા (*) સિવાય બીજો આશરો ન હતો. જો આ સ્થૂળ દેહનું સાન્નિધ્ય હોત તો જુદી વાત હોત. મીરાંમાં બાળપણથી કૃષ્ણ-પ્રેમ હતો. બાલ્યાવસ્થામાં કૃષ્ણની મૂર્તિ સાથે આસક્તિ હતી. આધાર પૂરતી આસક્તિ રાખેલ, પછી એ આસક્તિ પણ છુટી જાય છે.

આપણે સદગુરુ યા ઇશ્વરનો આધાર લઈએ છીએ, પણ પછી એ આધાર કામનામાં પરિણમે છે. શરૂઆતમાં સેવા પૂજા કરીએ પણ પછી ક્યારે વ્યક્તિગત માંગણી મુકીએ તેની ખબર જ નથી પડતી!

દરેક આઘાત ભક્તને ઉપર ચડાવે છે.

આસક્તને આઘાત નીચે ઉતારે છે.

વેદના અને આઘાત તો દરેકના જીવનમાં આવે છે, પણ તેનો કેવો ઉપયોગ લેવો તેનો વિવેક આવવો જોઈએ. ગટરના પાણી અને ગંગાના પાણીની પરખ શક્તિ આવવી જોઈએ. આશ્રમજીવન સ્વીકારીએ એટલે ભક્તિ આવતી નથી. ભક્તિ માટે જીવ અંદરથી જાગવો જોઈએ.

આપણા વ્યવહારના સંબંધોમાં પણ શુદ્ધિ નથી. વાતવાતમાં ખોટું લાગી જાય, ઇર્ષ્યા આવી જાય, સંબંધોમાં સ્વાર્થપરાયણતા આવી જાય, કોઈ પ્રકારનો નકારાત્મક ભાવ આવી જાય, તો એ આસક્તિનું પરિણામ છે. ભક્તિમાં તો હમેશા શુદ્ધ અને હકારાત્મક ભાવ જ હોય.

અત્યારે આપણે ખોટું જીવન જીવીએ છીએ અને સાચાની અપેક્ષા રાખીએ છીએ ! ખોટો ચેક કેટલો ચાલે ? સત્યને માટે, ભક્તિને માટે બલિદાન આપવું પડે. મીરાંએ બલિદાન આપ્યું. આપણે તો જે સમજીએ છીએ, માનીએ છીએ તેને જ સત્ય માનીએ છીએ, અને આપણી માન્યતાઓને યોગ્ય ઠેરવીએ છીએ! જ્યાં સુધી આવા જસ્ટિફિકેશન્સ છે ત્યાં સુધી જીવનમાં પરિવર્તનનો કોઈ અવકાશ નથી. ભક્તિ એ ગંગાનું પાણી છે, ભક્તિ એ શુદ્ધ સોનું છે.

જીવન તો નિર્ભાર છે; ભાર લાગે તો સમજવું કે રસ્તો ચુકાઈ ગયો છે.

જીવન એક રહસ્ય

અસ્તિત્વમાં બધે જીવન ધબકતું છે. પશુ-પક્ષી, કિટકો અને બધી યોનિ જીવે છે. મનુષ્યયોનિને અંતઃકરણ સાથે સૂક્ષ્મ શરીર મળ્યું છે. સૂક્ષ્મ શરીર જીવનને સમજવા માટે આપેલ છે, પણ અહંકારનો એટલો બધો પ્રભાવ છે કે, તે જીવવાનું ભુલી જાય છે. પ્રકૃતિના નિયમો સમજવા માનવજાત મથામણ કરે છે. બ્રહ્માંડના રહસ્યો ઊકેલવા માટે તે જરૂરી છે. પણ બુદ્ધિના આગ્રહમાં મનુષ્ય જીવન જીવવાનું ભુલી જાય છે. સમજવાના રસ્તે જાય તે જ્ઞાન અને જીવવાના રસ્તે જાય તે ધ્યાન. ઓશો કહે છે

‘સેલીબ્રેટ ધ લાઇફ’

જીવનને ઉત્સવ બનાવો.

જ્યાં સુધી આપણે કોણ છીએ? શા માટે છીએ? શું શા માટે કરીએ છીએ? – એની સમજ ન પડે ત્યાં સુધી ઉત્સવ થઈ શકતો નથી. આ દુનિયા કોણે બનાવી ? શા માટે બનાવી ? – આવા પ્રશ્નો થતા હોય છે. આપણું ચિત્ત કુદરત તરફ ન જતાં પડોશી તરફ જાય છે - અધર ઓરીએન્ટેડ. પારકી પંચાતને કારણે આપણે ભટકી ગયા છીએ. પહેલાં તો આપણે જીવવાનું છે અને સમજીને જીવવાનું છે. નાનું બાળક સમજ્યા વગર મોજમાં જીવે છે. અને એક અવધૂત સમજણની પાર બોધ સાથે જીવે છે ! જીવન એક રહસ્ય છે. જીવ સમજવાની કોશિષ કરે છે. પણ સમજાતું નથી. પછી ખોજવાની કોશિષ કરે છે. છતાં મળતું નથી.

આપણે જીવવાનું છે અને સમાજમાં રોલ ભજવવાનો છે. દેહ છે તો સંબંધો છે. સંબંધને કારણે પિતા, પુત્ર, મા, બહેનની પ્રતીતિ થાય છે. દેહમાં ‘હું’ની પ્રતીતિ થાય છે. હું પુરુષ છું યા હું સ્ત્રી છું - આ પ્રતીતિ દેહાધ્યાસને કારણે થાય છે. એક પ્રતીતિ દેહના ‘હું’ની થાય છે, બીજી પ્રતીતિ એસ્ટ્રલ બોડી - મનોમય કોષની થાય છે. વિજ્ઞાનમય કોષમાં અહંકાર રસ લે છે. તે લઘુતાગ્રંથિ કે ગુરુતાગ્રંથિમાં બંધાઈ જાય છે. પણ અસલી વિજ્ઞાનમય કોષમાં ‘અમુક ખબર પડે છે અને અમુક ખબર પડતી નથી’ - તેની ખબર પડે છે. અજ્ઞાનનું જ્ઞાન થાય છે. એ સાચું છે કે, જ્યારે જીવ અંદર ઊતરતો જાય અને બહાર જોતો થાય, ત્યારે અસલી - નકલીની ખબર પડે. બધા જીવે છે એની ખબર કોને પડે છે ? જેને એની ખબર પડે છે તે રહસ્યમય છે. આ રહસ્યની ખોજ તે સાધના છે. પણ એ સહેલાઈથી શોધ્યું જડે તેમ નથી.

સાચો દ્રષ્ટા ક્યારેય દ્રશ્ય બની ન શકે. દ્રષ્ટાને સાક્ષીની ખબર પડે. સાક્ષી પાછળ જતો જાય. શંકરાચાર્ય જેને કહે છે ‘નેતિ..નેતિ...’- એ શોધતાં શોધતાં ગુમ થઈ જવાય તો સાચો રસ્તો સમજવો. અને શોધતાં શોધતાં અટવાઈ જવાય તો સમજવું કે તે અહમ્ નું બીજું, નકલી રૂપ છે. પોતાની જાતને જાણવી એ અહમ્ નું અસલી રૂપ છે. આ બન્ને ને ઓળખવાની શક્તિને વિવેક કહે છે.

અહંકારનો રસ માદક છે. એમાથી છુંટવું સહેલું નથી. છતાં જોતાં જોતાં એમાથી છુટી શકાય છે...”

કામના

આપણામાં જાતજાતની કામનાઓ પડેલી છે. પાંચ કેન્દ્રો છે. વિચાર કેન્દ્રમાં કંઈ સમજવાની, આયોજન કરવાની અને મગજમારી કરવાની કામના હોય. ભાવકેન્દ્રમાં લાગણીના સંબંધો અંગેની કામના હોય. કામકેન્દ્રમાં શરીરની અવસ્થા પ્રમાણે કામના હોય. આ કેન્દ્રમાં વિષય તરફ ચિત્ત જાય તો તરત જ એની સાથે ચોંટી જાય છે.

આપણું અચેતન મન આપણી જાણ બહાર આપણને છેતરતું હોય છે. જાગૃતિપૂર્વક નિરીક્ષણ કરવાથી ખબર પડે. ચેતન મન અને અચેતન મન વચ્ચે વિરોધ હોય. ઉપરથી લક્ષ્ય સાધનાનું હોય અને અંદર કામનાઓ હોય. આપણુ ચિત્ત જ્યાં જોડાયેલું હોય છે, ત્યાંથી કામનાની માંગ ઊઠે છે. આ માંગ પૂરી ન થાય ત્યારે ક્રોધ આવે છે. જ્યારે ક્રોધ આવે છે ત્યારે સમજવું કે ક્રોધ ને ક્રોધ સ્વરૂપે કામના હોય છે જ. આ એક નિયમ છે. અંદર નેગેટિવિટી આવે તો સમાધાન કરી નાખવું અને જોઈ લેવું કે તેના કારણમાં કામના તો નથી ને ? આ કામના પકડાઈ જાય તો અંદરથી છૂટકારો મળે; અથવા કામનાને જોઈ લેવી અને રાહ જોવી. અંદર સંકલ્પશક્તિ હોય તો કામનાને કન્ટ્રોલ કરી શકાય, અન્યથા એ કામના આપણને હેરાન કર્યા કરે છે. બાકી સામાન્ય રીતે કોઈ કામના થતી હોય તો પૂરી કરી લેવી. જાગૃતિપૂર્વક એમાંથી પસાર થઈ જવું.

બીજી નાજૂક વાત એ છે કે, કામનાને ક્યારેય અંતરાય કે અવરોધરૂપ ન ગણવી. તે એક ઊર્જા છે. આપણે જાગ્યા નથી તેથી તે અંતરાયરૂપ લાગે છે. જીવમાં જાતજાતની કામનાઓ જાગે છે. કામના જાગે એ સાથે જીવ જાગે એવું આયોજન કરી લેવું. કામના જાગે એ સાથે જીવ જાગે તો યાત્રામાં સહયોગી થાય. જીવ જેમ જાગતો જાય એમ જાગૃતિની શક્તિ વધતી જાય છે. જાગૃતિ વધવાની સાથે અંદર વિલ-પાવર, સંકલ્પશક્તિમાં વૃદ્ધિ થાય છે; અને એ સંકલ્પશક્તિના કારણે જીવને ચોંટાડવો કે ન ચોંટાડવો એનો વિવેક આવી જાય છે. કોન્શીયસ એનર્જી - સભાનતાની ઊર્જા આવતાં જીવનમાં રસ આવે છે. પછી જીવ ગમે ત્યાં જાય નહીં.

જીવનમાં એવું સભાન આયોજન કરી લેવું કે...

કામના જાગે અને તે સાથે જીવ જાગે

કામના જાગે અને જીવ જાગે !

કામના અને ભાવના

ઇન્વોલ્યુશન એટલે અઘોગતિ. કામના હોય ત્યાં ચેતના નીચે તરફ પડી જાય છે. માણસ ભાવનાના જગતમાં રહે તો એની ઊર્ધ્વગતિ થાય છે. મનુષ્યમાં આજકાલ ભાવના ઓછી થતી જાય છે. મનુષ્ય કામનાગ્રસ્ત વધારે છે. સમસ્યા એ છે કે, ભાવનાના જગતમાં પણ કામના ધૂસી જાય છે ! કોઈની સાથે હર્થા-ફર્યા, ખાધું-પીધું, ભાવ જાગ્યો અને તે સાથે તરત જ ભાવનામાં કામના આવે છે કે, આવી સ્થિતિ ફરી ક્યારે આવશે ? જેવી કામના થઈ કે, તરત જ ચેતના ભવિષ્યમાં જતી રહી ! ભાવના હંમેશા વર્તમાનમાં જ હોય; કામના હંમેશા ભવિષ્યમાં હોય.

ભાવના દિલમાં હોય છે, જ્યારે કામના દિમાગમાં હોય છે. ભાવના શુદ્ધ હોય છે, જ્યારે કામના વિકારગ્રસ્ત હોય છે. કામનામાં મમત્વ અને માલિકીભાવના ખતરનાક જીવાણુ હોય છે. આપણે એક સુંદર ફૂલને જોઈએ છીએ, તે સાથે જ અંદર વિચાર પકડાઈ જાય છે કે, આ ફૂલને ઘેર કેવી રીતે લાવવું ? જોવાની સાથે જ આસક્તિ જાગે છે. આ ક્ષણે સાવધાન થઈ જવું. ફૂલને માત્ર જોવાનું છે. વસ્તુને ખરીદી શકાય છે, પણ તે સાથે માલિકીભાવ જોડાઈ જાય છે ! મારી પત્નિ, મારો પતિ, મારો ગુરુ, મારો ધર્મ. આ 'મારું - મારું' ના બંધનમાં જીવ ફસાઈ જાય છે.

ભાવના અને કામનાની પોતપોતાની જગ્યા છે. આપણે માત્ર જોવાનું છે. સંસારમાં સંબંધથી જીવીએ છીએ. પતિ, પત્નિ, પ્રેમિકા, મિત્ર...જે કોઈ સંબંધ હોય તેમાં ભાવ અને કામનાના ક્ષેત્ર જુદા જુદા છે. સંસારી સંબંધ એક વાત છે, અને ભાવનાત્મક સંબંધ બીજી વાત છે. ભાવનાત્મક સંબંધમાં માલિકીભાવ હોતો નથી. મિત્ર સાથે માલિકીભાવ નહીં હોય પરંતુ ભાઈની સાથે માલિકીભાવ આવે છે. જ્યાં સમર્પણ હોય ત્યાં માલિકીભાવ જતો રહે છે. છોકરા-છોકરીમાં પ્રેમ થાય તે એક વાત છે, પણ લગ્ન કરતાની સાથે જ બંધન બની જાય છે. પછી ભાવના જતી રહે છે. માત્ર કામના બાકી રહે છે. સંબંધમાં ઊતરતાંની સાથે પ્રેમની જગ્યાએ સામ-સામે આરોપ મુકવાનું ચાલુ થઈ જાય છે! પ્રેમ, મોહ, આસક્તિ એ બધું અલગ છે. જેને પ્રેમ માનીએ છીએ એ પ્રેમ હોતો જ નથી. પ્રેમમાં તો આહૂતિ આપવાની હોય છે. પ્રેમ એ હોવાપણાની ઊંચી અવસ્થા છે.

પ્રેમમાં અપેક્ષા ન હોય. ત્યાં માત્ર આપવાનું જ છે. આમ થાય ત્યારે કામનાનું રૂપાંતર ભાવનામાં થાય. શુદ્ધ ભાવના અપેક્ષા રહિત હોય છે. શિબિરમાં બધા ભાવનાથી ભેગા થાય છે. ત્યાં અનુગ્રહના ભાવ સાથે સહયાત્રા થાય છે. અહીં કંઈ લેવા કે આપવાનો વિચાર આવે તો સાવધાન થઈ જવું. મનની જાળમાં ફસાઈ ન જવાય તે માટે જાગૃત રહેવું, વર્તમાનમાં રહેવું.

મન હંમેશા કામનાની પાછળ ભાગે છે. આ મનને કેળવીને ભાવનાના ક્ષેત્રમાં વાળવા સભાન રહેવું.

તપ

સાદા સીધા લોકોને બધાં હેરાન કેમ કરે છે ? ફળવાળા ઝાડ પર જ લોકો પથ્થર કેમ મારે છે ?

એક સાદો નિયમ સમજો કે, સોનાને બધા તપાવે છે, પિત્તળને કોઈ તપાવતું નથી. નિશાળે બેસે તેને પ્રશ્નો પૂછાય, રખડે એને કોણ પૂછે? જીવનમાં જે રખડેલા છે, ભટકતા છે તેમને કોઈ પ્રોબ્લેમ આવતા નથી. અને પ્રોબ્લેમ આવે તો પણ એ શું કરી શકે ? હું બગીચામાં ઝાડ પાસે બેસું છું. ઝાડ ઉપર વાંદરો ડાળી તોડી નાખે છે. મને પીડા થાય છે કે, માંડ ઊછરતા ઝાડને વાંદરો તોડી નાખે છે. પણ પછી નિરીક્ષણમાં આવ્યું કે, જ્યાં ડાળી તુટે છે, ત્યાં બીજી ત્રણ ડાળીઓ પ્રગટે છે ! અને રહસ્યમય નિયમ સમજમાં આવે છે. બચપણમાં જેને મુશ્કેલી પડે છે, તેને ખુબ મળે છે ! ગુર્જિએફ અને આપણા ઋષિમુનિઓ તપવાનું કહે છે - વોલન્ટરી સફરિંગ.

પહેલા ગર્ભશ્રીમંતો અને રાજાઓ પોતાના સંતાનને ગુરુકૂળમાં મોકલતા. આપણે ઉલટું કરીએ છીએ. આશ્રમમાંથી છોકરાઓને પાછા બોલાવીએ છીએ ! આશ્રમમાં તપવાનું છે. રોટલા તપે તો સ્વાદ આવે. અને જીવનમાં આપણે જાતે તપતા નથી તો કુદરત આપણને તપાવે છે ! જ્યારે કુદરત તપાવે તો તેને મોજથી સ્વીકારીએ તો તે તપ થઈ જાય છે. નાના બાળકને ઉછેરવામાં મા-બાપે ઉજાગરા કરવા પડે છે. ભારે જવાબદારી છે, છતાં સમજપૂર્વક મોજથી ઉછેરીએ, તો પરિણામ અતિ શુભ આવે છે.

કોઈ પણ પરિસ્થિતિ કાયમ ટકતી નથી. શ્રી રામદુલારે બાપુએ સાધના માટે બે સૂત્રો આપ્યા છે - પ્રતીક્ષા અને તિતિક્ષા. આપણે જ્યારે થાકી જઈએ છીએ, ત્યારે આવા પ્રશ્નો ઊઠે છે. પણ ચૂલા પર રોટલી ફુલકું ન બને ત્યાં સુધી તેને તપાવવી પડે. માખણ ન નીકળે ત્યાં સુધી છાશને વલોવવી પડે. અધુરિયો જીવ ઝાડ પર પથ્થર નાખીને ફળ તોડે છે, અને ખાય છે. પણ એ છોકરમત છે.

ઝાડ પર ફળ પાકે તે સાથે આપોઆપ ખરી પડે છે. આ કુદરતનો નિયમ છે.

