

પ્રકાશ તરફ વળવું

૧ ડિસેમ્બર, ૨૦૨૦

આત્મીય પાઠકો,

૨૦૨૦ના અંતિમ મહિનામાં આપનું સ્વાગત! ભલે તમે ઉત્તર ગોળાર્ધમાં શિયાળાની તૈયારી કરી રહ્યાં હોવ કે દક્ષિણ ગોળાર્ધમાં વાવણીની, આ ક્ષણ આપણા આધ્યાત્મિક જીવનમાં પરિવર્તનની ક્ષણ છે, જ્યારે આ વર્ષે આપણે આપણા પરમપ્રિય શ્રીગુરુમાઈ પાસેથી પ્રાપ્ત થઈ રહેલાં માર્ગદર્શન અને શિખામણોની પ્રચુરતા પર ચિંતન કરી રહ્યાં છીએ. મને લાગે છે કે આવા પ્રકારનું ‘મનન’ એ વર્ષ ૨૦૨૧માં પ્રવેશ કરવા માટેની સર્વોત્કૃષ્ટ તૈયારી છે.

આ વિશિષ્ટ ક્ષણમાં, એક અન્ય વર્ષનું સમાપન થઈ રહ્યું છે, જે આપણને સ્પષ્ટ બોધ કરાવી રહ્યું છે કે સમય વીતી રહ્યો છે. શું તમે ધ્યાન નથી આપ્યું કે અંત, સમયને વધુ મૂલ્યવાન બનાવી દે છે? અત્યારે આ ક્ષણે જ્યારે હું અહીં બેસીને લખી રહ્યો છું ત્યારે એક તોફાન નજીક આવી રહ્યું છે અને આકાશમાં અંધારું છવાઈ ગયું છે. મારી આસપાસના સંસારમાં શાંતિ છે, એ કહેવતની જેમ, તોફાન પહેલાની શાંતિ. વીજળીનો ધીમો ગડગડાટ મને વર્તમાન ક્ષણમાં પાછો લાવી રહ્યો છે અને એક લઘુ કવિતા લખવા માટે પ્રેરિત કરી રહ્યો છે.

બધી ક્ષણોની વચ્ચે

વર્ષા પહેલાંની ક્ષણમાં,

એક જીવંત નિઃસ્તબ્ધતા છે,

જેમ કે માછલીનું છલાંગ મારવું,

એક પાનનું ખરીને નીચે પડવું અથવા

શ્વાસપ્રશ્વાસની વચ્ચેનો અવકાશ.

બધી ક્ષણોની વચ્ચે

તમે કંઈ નથી—

બસ એક ‘તે’ છો.

આ પંક્તિઓ સ્ફૂર્યા પછી, મને ખ્યાલ આવ્યો કે આ વર્ષના શ્રીગુરુમાઈના સંદેશના અધ્યયનથી મારી સમજ ગહન થઈ છે અને જો આપણે ધ્યાન આપીએ તો બોધની આવી શાંત ક્ષણો આપણા માટે હંમેશાં ઉપલબ્ધ છે. તેથી, એક મધુર રીતે આ કવિતા મારા માટે એ પ્રજ્ઞાનને દર્શાવે છે જેમાં હું આ વર્ષે વધારે દૃઢતાથી અવસ્થિત થઈ ગયો છું.

આ સમયે આપણા જીવનમાં કદાચ ઘણી મુશ્કેલીઓ હોઈ શકે, પરંતુ આત્મા તેના શાંત પ્રકાશ સાથે સદૈવ ચમકતો રહે છે. પરંતુ શું તમે નથી જોયું કે આપણી જાગૃકતાને આ પ્રકાશ તરફ વાળવા માટે થોડી પહેલ કરવાની અને ધ્યાન રાખવાની જરૂર પડે છે? કેટલીક રીતે, જીવન એક બહુ મોટા થિયેટર જેવું છે જેમાં બાર જુદીજુદી ફિલ્મો એકસાથે ચાલે છે, તેમાંની કેટલીક ફિલ્મો રોમાંચપૂર્ણ હોય છે અને ઉત્તેજના જગાવે છે, એવી પરિસ્થિતિઓ જેમાં કંઈપણ થઈ શકે છે અને કેટલીક ફિલ્મો ખૂબ જ સુંદર અને પ્રેરણાદાયી હોય છે. જોકે આપણે એ પસંદ કરી શકીએ છીએ કે આપણે પોતાને કઈ ફિલ્મમાં મશગૂલ કરવી છે, પણ ત્યારે કદાચ આપણને એવું ન લાગે કે આપણે આપણા જીવનની પરિસ્થિતિઓની પસંદગી કરી રહ્યાં છીએ. તોપણ મહદંશે આપણી પાસે આપણા મનની અંદર કઈ ફિલ્મ ચલાવવી એ નિયંત્રણ તો હોય જ છે. અને જ્યારે આપણે આપણા અંતરના મનોરંજન અને નાટકોથી થાકી જઈએ છીએ—જે હું માનું છું કે એકદમ સાચા લાગે છે—ત્યારે આપણે આપણા બોધને અંતરના એ પ્રશાંત અને ઝગમગતા પ્રકાશ પર લાવી શકીએ છીએ જે આપણી અંદર સતત ચમકી રહ્યો છે.

આત્મા તરફ વળવા માટે એક વ્યવહારિક રીત છે, સિદ્ધયોગ પથ વેબસાઇટ પર કરવામાં આવેલી ગહન અને પ્રેરણાદાયી ઘણી બધી પોસ્ટમાં તમારા અવધાનને લીન કરી દેવું. હવે, અહીં એક મલ્ટીપ્લેક્સ છે જ્યાં બધું જ પ્રેરણાદાયી છે—અને તેથી, વારંવાર અનુભવ કરવા યોગ્ય છે.

ગયા મહિને ‘સિદ્ધયોગ અભ્યાસ : દર્શન અને મનન’ના સમાપનમાં જૈયા સીબર્ટે જણાવ્યું હતું કે આ વર્ષે અત્યારસુધી સિદ્ધયોગ વૈશ્વિક હોલમાં જીવંત વિડીઓ પ્રસારણ દ્વારા ઓગણપચાસ સત્સંગો થયા છે. આ મહિને આપણે આમાંના ઘણા સત્સંગો, અધ્યયનસત્રો અને સિદ્ધયોગ ગોષ્ઠિઓમાં જે શિખામણો પ્રાપ્ત કરી છે, તેનો અભ્યાસ કરવાનું ચાલુ રાખીશું—અને આપણી પાસે એકસાથે એક સંઘમ્ના રૂપે બીજા ઘણા સત્સંગોમાં ભાગ લેવાનો અવસર પણ હશે.

Engaging in Shanta-rasa [શાન્ત-રસ કે સાથ સંલગ્ન होना]

ડિસેમ્બરના પહેલા ત્રણ અઠવાડિયામાં સિદ્ધયોગ વૈશ્વિક હોલમાં સત્સંગની એક નવી શૃંખલા, “શાન્ત-રસ સાથે સંલગ્ન થવું”નું આયોજન કરવામાં આવશે. આ સત્સંગો, જે બુધવાર અને શનિવારે થશે તે જીવંત વિડીઓ પ્રસારણ દ્વારા ઉપલબ્ધ રહેશે.

મંદિરમાં રહો

“મંદિરમાં રહો” આ અદ્ભુત સત્સંગોનો—માર્ચ અને ઓગસ્ટ મહિનાની વચ્ચે સિદ્ધયોગ વૈશ્વિક હોલમાં થયેલા છત્રીસ જીવંત વિડીઓ પ્રસારણનો—પ્રતિભાગીઓ પર જે પ્રભાવ પડ્યો છે, મને લાગે છે કે આપણે તેનો અંદાજો પણ નહીં લગાવી શકીએ. વેબસાઇટ પર “મંદિરમાં રહો”ના શરૂઆતના પૃષ્ઠોમાં ગુરુમાઈજીએ સત્સંગમાં આપેલા પ્રવચનોનું અને કેટલાંક સત્સંગો માટે ગુરુમાઈજીએ ‘જતન કરવા માટે આશીર્વાદો’ શીર્ષકની અંતર્ગત જે શિખામણોની રચના કરી હતી, તેનું સંકલન કરવામાં આવ્યું હતું. મેં આનો ઉલ્લેખ પાછલા પત્રોમાં કર્યો છે, પરંતુ આ શિખામણોને વારંવાર વાંચવી લાભદાયક છે—જે મેં મારા માટે ઘણીવાર મહસૂસ કર્યું છે. અને ફિલ્મના

વિષયમાં બને છે તેમ, આ સત્સંગના સીકવલ એટલે કે તેના પછીના ભાગ આપ્યા છે, તેમાંથી દરેક ભાગ સિદ્ધયોગ સંઘમે આ સત્સંગોમાંથી જે પ્રાપ્ત કર્યું તેના વિભિન્ન પાસાંને દર્શાવે છે. તેમાંના બે ભાગો નીચે મુજબ છે.

- **Be in the Temple II** (મંદિરમાં રહો - ૨)—આ પૃષ્ઠોમાં સિદ્ધયોગ ધ્યાન શિક્ષકો અને સાધકો દ્વારા અપાયેલાં ઘણાં બધાં પ્રવચનો અને વ્યાખ્યાઓ, વિશ્વભરના સિદ્ધયોગીઓ દ્વારા કથિત પ્રાચીન વાર્તાઓ, તેમજ “મંદિરમાં રહો” સત્સંગમાં સિદ્ધયોગ સંગીત અને નામસંકીર્તનની જે ઓડિઓ ક્લિપ પ્રસ્તુત કરવામાં આવી હતી તેનો અને સાથેસાથે સિદ્ધ કોફી બનાવવાની રીતનો પણ સમાવેશ કરવામાં આવ્યો છે. **About “Be in the Temple II”**ના પરિચયમાં ઈશા સરદેસાઈ લખે છે કે આ સત્સંગો માટે ગુરુમાઈજીનો સંકલ્પ હતો કે લોકોનું મનોબળ ફરીથી સુદૃઢ કરવું.
- **Be in the Temple III** (મંદિરમાં રહો - ૩)—અહીં તમને સિદ્ધયોગ ધ્યાન શિક્ષકો તેમજ ભારતના સાહિત્યકાર અને આધ્યાત્મિક પરંપરાના વિદ્વાનો દ્વારા લિખિત વ્યાખ્યાઓ જોવા મળશે, જેમાં સિદ્ધયોગની કેટલીક એવી શિખામણો, અભ્યાસો અને પરંપરાઓની ગહન સમજ આપવામાં આવી છે જે “મંદિરમાં રહો” સત્સંગનો ભાગ હતા. **About “Be in the Temple III”**ના પરિચયમાં, સ્વામી શાંતાનંદ આપણને આ પૃષ્ઠોમાં રજૂ કરેલી પાવન શિખામણોને એ ઉદ્દેશ્ય સાથે ધ્યાનપૂર્વક જોવા માટે પ્રોત્સાહિત કરે છે કે આપણે આપણા જીવનમાં અને સાધનામાં શું લાગુ કરી શકીશું તેને ઓળખીએ. તેઓ લખે છે કે આ, 'like unearthing gold—the gold of divine wisdom' (સુવર્ણને શોધવા જેવું છે—દિવ્ય પ્રજ્ઞાનના સુવર્ણને શોધવા જેવું).

તહેવારોની ઋતુ

ડિસેમ્બરનો મહિનો તેના તહેવારો માટે જાણીતો છે. તેને ઘણીવાર તહેવારોની ઋતુ કહેવામાં આવે છે : પ્રકાશનો જાદુઈ સમય જ્યારે લોકો તેમનાં ઘરો અને શેરીઓને શણગારે છે તેમજ એકબીજાંને આપવાની રીતો શોધે છે—અને ખાસ કરીને બાળકોને આપવાની રીત.

આ સમયે વિશ્વભરમાં લોકો તહેવારો ઉજવે છે જેવા કે હનુકા, યહૂદીઓનો “પ્રકાશનો ઉત્સવ” (૧૦-૧૮ ડિસેમ્બર), કવંઝા, પારિવારિક સદાચારનો આફ્રિકન-અમેરિકન તહેવાર (૨૬ ડિસેમ્બર-૧ જાન્યુઆરી) અને ક્રિસમસ દિવસ (૨૫ ડિસેમ્બર), માનવ જાતિમાં ઈશ્વરના અવતરણના સન્માનનો ખ્રિસ્તી તહેવાર.

ઘણાં વર્ષો સુધી આ તહેવારોની ઋતુમાં, હું ચર્ચમાં ગાયક-મંડળી સાથે ગાતો હતો અને અમે જે આધ્યાત્મિક ગીતો ગાતાં હતાં તે મને વિશેષ પ્રિય હતા. સિદ્ધયોગ પથ પર, આપણને આખા વર્ષ દરમિયાન ભગવત્નામ ગાવાનું અને આપણી પોતાની સત્તામાં વારંવાર દિવ્ય રહસ્યનો અનુભવ કરતાં રહેવાનું સૌભાગ્ય પ્રાપ્ત થયું છે. આ તહેવારોની ઋતુ વિષે સાચે જ કંઈક જીવંત અને વિશેષ હોય છે, દરરોજ નામસંકીર્તન કરવું અથવા અઠવાડિયામાં ઘણા દિવસ શ્રીગુરુગીતાનો પાઠ કરવો એ તમારી પોતાની સત્તામાં સાચે જ પ્રકાશનું એક પર્વ બનાવી લેવાની એક સર્વોત્તમ રીત હોઈ શકે.

પ્રકાશની વાત કરીએ તો, આ મહિનો એ ક્ષણનો સૂચક છે જ્યારે પ્રકાશનો આપણો અનુભવ નવી ઋતુના આરંભ તરફ જાય છે. ડિસેમ્બરમાં આવતો અયનકાળ (સંક્રાંતિ) ઉત્તર ગોળાર્ધમાં પાનખરમાંથી શીતઋતુના પરિવર્તનને અને દક્ષિણ ગોળાર્ધમાં વસંતઋતુમાંથી ગ્રીષ્મઋતુના પરિવર્તનને સૂચિત કરે છે. એક વર્ષમાં બે અયનકાળ આવે છે અને દરેક એ ક્ષણને દર્શાવે છે જ્યારે પૃથ્વીનો એક ધ્રુવ સૂર્યથી સૌથી વધુ દૂર નમેલો હોય છે—ડિસેમ્બરમાં ઉત્તર ધ્રુવ, જૂનમાં દક્ષિણ ધ્રુવ. ઉત્તર ગોળાર્ધમાં, ૨૧ ડિસેમ્બરે શીતઋતુ અયનકાળ, પ્રકાશના સમયમાં પાછા ફરવા જેવું છે અને આના વિશે સિદ્ધયોગ પથની વેબસાઇટ પર તમે ઋગ્વેદની ઋચાઓ, “The Radiant One” વાંચી શકો છો જેમાં પ્રકાશના ધોતક, સૂર્યની આરાધના કરવામાં આવી છે.

આ વર્ષ સમાપ્ત થઈ રહ્યું છે ત્યારે હું તમારાંમાંથી દરેકને ધન્યવાદ આપવા માગું છું કે તમે આ માસિક પત્રો સાથે ખૂબ જ વિચારશીલતાથી સંલગ્ન રહ્યાં છો. મેં પત્રો વિશે લખેલી તમારી દરેક ટિપ્પણીઓ વાંચી છે અને જે રીતે તે તમારું વિદ્યાર્થીત્વ દર્શાવે છે તેની હું પ્રશંસા કરું છું. તમારી ઉપસ્થિતિએ મને અંતરના ઊંડાણના અવાજને સાંભળવાની અને દરેક મહિનાના વિષયને વ્યક્ત કરે તેવા શબ્દો શોધવાની પ્રેરણા આપી છે. મારી શુભકામના છે કે સિદ્ધયોગ સંઘર્ષમાં આપણાંમાંથી દરેક વ્યક્તિ આવતા વર્ષમાં પોતાની આધ્યાત્મિક ઉન્નતિ કરવાનું ચાલુ રાખે.

આદર સહિત,

પૉલ હૉકવુડ

