દિવ્ય પ્રેમનો મહિનો

૧ ફેબ્રુઆરી, ૨૦૨૦

આત્મીય પાઠકો,

દિવ્ય પ્રેમના મહિનામાં આપનું સ્વાગત! શું તમને ખબર છે કે ‘વેલકમ’ *(welcome)* શબ્દ જૂની અંગ્રેજી ભાષાના શબ્દ વિલકુમા *(wilcuma)* પરથી આવ્યો છે, જેનો અર્થ છે, ‘‘એવી વ્યક્તિ જેના આગમનથી આપણને આનંદ થાય છે.’’ ઊંડો વિચાર કરીએ તો આ અભિવાદન એક ગહન દૃષ્ટિકોણ વ્યક્ત કરે છે, જેને સંસ્કૃત ભાષાના કથન *અતિથિ દેવો ભવ*, અર્થાત્ ‘‘અતિથિ ભગવાન છે’’માં વ્યક્ત કરવામાં આવ્યું છે. અને જેમ તમારાંમાંથી ઘણાં લોકો જાણે છે કે આપણે જેને પણ મળીએ છીએ, તેમની અંતર દિવ્યતાને ઓળખવી એ સિદ્ધયોગની મુખ્ય શિખામણનો સાર છે, અને તે છે : *પરસ્પર દેવો ભવ*.

તો, ફેબ્રુઆરીના આ મહિનામાં એકબીજાનું સ્વાગત કરવું વિશેષતઃ યોગ્ય છે કારણકે આ મહિનામાં સિદ્ધયોગ કૅલેન્ડરના બે મુખ્ય ઉત્સવો આવે છે, જે પ્રેમના ઉત્સવો છે : સંત વૅલન્ટાઇન્સ ડે અને મહાશિવરાત્રી. મહાશિવરાત્રી પર આપણે આનંદથી ભગવાન શિવનું સન્માન કરીએ છીએ અને તેમનું ધ્યાન કરીએ છીએ; ભગવાન શિવ જે પરમ પુરુષ છે અને આપણા હૃદયનું સત્ત્વ છે. અને સંત વૅલન્ટાઇન્સ ડે પર આપણે આપણા જીવનમાં ઉપસ્થિત અન્ય લોકોને પ્રેમના પ્રતીકરૂપે ભેટ આપીને આ દિવ્યતાને ઉલ્લાસપૂર્વક વ્યક્ત કરીએ છીએ. આ રીતે, અદ્વૈત પરમ ચેતના જે ભગવાન છે, પ્રેમ, મિત્રતા, આનંદપૂર્ણ સહચારિતા અને આપણી આસપાસના મનુષ્યોનું સ્વાગત કરવાના દિવ્ય વિલાસમાં સ્વયંને અભિવ્યક્ત કરે છે અને સ્વયંની અનુભૂતિ પણ કરે છે.

* * *

૨૦૨૦ માટે શ્રીગુરુમાઈના સંદેશ સાથે સંલગ્ન થવું

આપણે દરરોજ જમીએ છીએ જેથી આપણા ભૌતિક શરીરને પોષણ મળે અને આપણે જે શારીરિક અને બૌદ્ધિક ક્રિયાકલાપ કરીએ છીએ તેને સહાય મળે. માત્ર થોડી કલ્પના કરીએ તો આપણે જોઈ શકીએ છીએ કે આપણી સત્તાના આધ્યાત્મિક પાસાને પણ દરરોજ પોષિત કરવાનો વિચાર ઉત્તમ છે. સિદ્ધયોગ શિખામણોનું અધ્યયન કરવું અને તેનો અભ્યાસ કરવો એ આપણી અંતર સત્તાને સશક્ત કરવાની અને તેને આનંદ પ્રદાન કરવાની શ્રેષ્ઠ રીત છે. અને જેવી રીતે આપણામાંની દરેક વ્યક્તિની ભોજન માટે પોતાની આગવી રુચિ હોય છે, તેવી જ રીતે આપણામાંની દરેક વ્યક્તિની આધ્યાત્મિક અધ્યયન અને અભ્યાસમાં સંલગ્ન થવાની મનપસંદ રીતો હોય છે.

વર્ષ ૨૦૨૦માં, શ્રીગુરુમાઈનો સંદેશ આપણા સિદ્ધયોગ અધ્યયન અને અભ્યાસનું માર્ગનિર્દેશન કરે છે — અને સૌભાગ્યથી, આ સંદેશના તમારા અધ્યયનને મદદ કરવા માટે અનેકવિધ રીતો ઉપલબ્ધ થશે જેમાં મનનચિંતન કરવાની અને અભ્યાસને કાર્યાન્વિત કરવાની રીતો પણ હશે.

'મધુર સરપ્રાઇઝ'માં એકથી વધારેવાર ભાગ લેવો એ ગુરુમાઈજીના સંદેશને આત્મસાત્ કરવાની એક શક્તિશાળી રીત છે. હું તમને આગ્રહપૂર્વક સલાહ આપું છું કે તમે ''શ્રીગુરુમાઈના સંદેશના અધ્યયનમાં ઊંડા ઊતરવું'' — આ વ્યાખ્યાને વાંચો જેમાં ઇટલીના એક સિદ્ધયોગ ધ્યાન શિક્ષક, લિઓનાર્ડો રુસો ગયા વર્ષે 'મધુર સરપ્રાઇઝ'માં એકથી વધારેવાર ભાગ લેવાના પોતાના ગહન અનુભવો વિશે જણાવે છે. તેઓ આવું વિશેષ દિવસો પર કરતા, જેને તેઓ ''સ્વર્ણિમ રવિવાર'' કહેતા — મેં નક્કી કર્યું છે કે આ વર્ષે ગુરુમાઈજીના સંદેશના મારા અધ્યયનમાં હું આ અભ્યાસને કાર્યાન્વિત કરીશ.

ગયા વર્ષે સંદેશનું અધ્યયન કરવાની મારી મનપસંદ રીત હતી, સિદ્ધયોગ ધ્યાનસત્રોમાં ભાગ લેવો. ખાસ કરીને, મને દરેક સત્રમાં સમાવિષ્ટ ધ્યાનના નિર્દેશોનું અનુસરણ કરવું બહુ ગમતું હતું — મને લાગતું કે હું એક પ્રશાંત શક્તિમાં આવરિત છું અને જ્યારે હું નિર્દેશો સાંભળતો તો મને સરળતાથી ધ્યાન લાગી જતું. હું નિશ્ચિતપણે ૨૦૨૦ના ધ્યાનસત્રોમાં પણ ફરીથી ભાગ લઈશ કારણકે આ મહિનાથી આઠ ધ્યાનસત્રોની નવી શૃંખલા ઑડિયો પ્રસારણ દ્વારા શરૂ થવાની છે! શ્રીગુરુમાઈએ, આમાંના પ્રત્યેક ધ્યાનસત્ર માટે શીર્ષક અને કેન્દ્રણ પ્રદાન કર્યું છે, અને પ્રથમ સત્રના ધ્યાન શિક્ષક હશે, સ્વામી ઈશ્વરાનંદ.

આવનારા વર્ષમાં ગુરુમાઈજીના સંદેશનું અધ્યયન અને અભ્યાસ કરવાની બીજી પ્રભાવશાળી રીતો એ હશે કે આપણે સિદ્ધયોગ પથ વેબસાઇટ પર ઉપલબ્ધ કરવામાં આવનારી અનેક અધ્યયન સામગ્રી સાથે સંલગ્ન થઈએ. હું નિશ્ચિતરૂપે આમાં ભાગ લેવા માટે આતુર છું — તમે કલ્પના કરી શકો છો કે ગુરુમાઈજીના સંદેશનો અભ્યાસ કરવાની આ દરેક રીતોમાં એ સામર્થ્ય છે જે આપણને સંદેશના જીવંત અનુભવ તરફ માર્ગદર્શિત કરી શકે છે.

આ મહિનાના તહેવારો

સંત વૅલન્ટાઇન્સ દિવસ — ૧૪ ફેબ્રુઆરી

સંત વૅલન્ટાઇન્સ દિવસ એક પ્રસિદ્ધ તહેવાર છે, જેમાં પ્રેમનો ઉત્સવ મનાવવામાં આવે છે તેમજ ઘણીવાર આપણે આપણા પ્રિયજનને એક મોટા લાલ રંગના હૃદયના ચિત્રવાળું કાર્ડ અને ચૉકલેટ આપીએ છીએ. સિદ્ધયોગ પથ પર, સંત વૅલન્ટાઇન્સ દિવસ પર પ્રેમના દિવ્ય સ્રોત રૂપે મહાન હૃદયનું સન્માન કરવામાં આવે છે, અને તેનો ઉત્સવ મનાવવામાં આવે છે, અને એ આપણને યાદ અપાવે છે કે આપણે આપણી અંદર અને એકબીજામાં આ મહાન પ્રેમનું સન્માન કરીએ. સંત વૅલન્ટાઇન્સ દિવસ સાથે સંકળાયેલું આ મહાન હૃદય પ્રેમના આ પ્રગટ રૂપનું પ્રતીક છે. વૅલન્ટાઇન્સ દિવસને મનાવવાની એક આનંદપૂર્ણ અને ચિંતનશીલ રીત છે, સિદ્ધયોગ પથ વેબસાઇટ પર 'દરેક કૃત્યમાં પ્રેમ ૨૦૨૦'ની મુલાકાત લેવી, જે આ તહેવાર નિમિત્તે શ્રીગુરુમાઈ તરફથી આપણા બધાં માટે એક ભેટ છે. 'દરેક કૃત્યમાં પ્રેમ ૨૦૨૦' દ્વારા, ગુરુમાઈજી આપણને દિવ્ય પ્રેમના ગહન અનુભવમાં લઈ જાય છે. દર વર્ષે તે અલગ હોય છે અને દર વર્ષે તે એક નવી રીતે મારું હૃદય ખોલે છે.

મહાશિવરાત્રી— ૨૧ ફેબ્રુઆરી

તેના નામ મુજબ, મહાશિવરાત્રી ‘‘શિવની મહાન રાત્રિ’’નો ઉત્સવ છે. ભગવાન શિવના અનેક નામોમાંથી એક નામ છે ‘શાંત’ જેનો અર્થ થાય છે, ‘‘એ જે પ્રશાંત છે’’ — જે ધ્યાનના પરમ ગુરુ માટે સર્વોચિત નામ છે. તેમને ઘણીવાર પદ્માસનમાં બેઠાં હોય એ રીતે દર્શાવવામાં આવે છે જેમાં તેમનો એક હાથ બીજા હાથ પર ધ્યાનમુદ્રામાં મૂકેલો હોય છે. ઘણીવાર તેમની આંખો નીચેની તરફ નમેલી હોય છે અને તેમની જાગરૂકતા અંતરમાં ઊંડે સ્થિર હોય છે. ભગવાન શિવનું આ ચિત્ર આપણને અંતરમાં જોવા અને આપણા પોતાના આત્મા પર ધ્યાન કરવા માટે નિર્દેશિત કરે છે, એ આત્મા જે નિર્મળ, આનંદમય ચેતના છે અને ભગવાન સાથે એક છે.

ભગવાન શિવને આદિગુરુ પણ કહેવામાં આવે છે, જેમની કૃપા સિદ્ધયોગ પરંપરાના ગુરુઓમાંથી પ્રવાહિત થાય છે. શ્રીગુરુની આ ઉદારતાને કારણે આપણે શક્તિપાત દીક્ષા પ્રાપ્ત કરીએ છીએ તેમજ ગહન અને સ્વયંસ્ફૂર્ત ધ્યાનનો અનુભવ કરી શકીએ છીએ.

મહાશિવરાત્રીની રાત્રિ, સિદ્ધયોગીઓ બધાંના પરમ આત્મારૂપી, ભગવાન શિવના નામનો જપ, ‘ૐ નમઃ શિવાય’ મંત્ર રૂપે કરીને તેમની આરાધના કરવામાં સમર્પિત કરે છે. ‘ૐ નમઃ શિવાય’ સિદ્ધયોગ પરંપરાનો દીક્ષામંત્ર છે. એવું કહેવાય છે કે મહાશિવરાત્રી પર શિવના નામના એક જપમાં, અન્ય કોઈ સમયે કરવામાં આવતા એક હજાર જપ જેટલી શક્તિ હોય છે. આ મારો પ્રિય તહેવાર છે — તેના વિશે કંઈક છે જે જાદુઈ છે.

લીપ વર્ષ— ૨૯ ફેબ્રુઆરી

શું તમે જાણો છો કે એક સૌર વર્ષ હકીકતમાં ૩૬૫ ¼ દિવસ લાંબું હોય છે? હા, સૂર્યને પોતાની ભ્રમણકક્ષામાં પરિક્રમા કરવા, પોતાની ૫૮.૪ કરોડ માઈલની (૯૪ કરોડ કિલોમીટર) વાર્ષિક યાત્રા પૂરી કરવા માટે એક દિવસના ચતુર્થાંશ ભાગ જેટલો સમય વધારે લાગે છે. દર ચાર વર્ષે આ વધારાના ૬ કલાક ભેગા કરીને આપણે એક વધારાનો દિવસ ઉમેરીએ છીએ, ૨૯ ફેબ્રુઆરી. આપણે તેને લીપ વર્ષ કહીએ છીએ. જો આપણે આ દિવસને ઉમેરીએ નહીં, તો ૭૮૦ વર્ષ પછી નવવર્ષનો દિવસ ઉનાળાના અયનકાળ સાથે આવશે!

શ્રીગુરુ અને શિષ્ય જોડાયેલા છે

મારી પત્ની, અચલા વૂલાકોટ સાથે મારા લગ્ન ઘણાં વર્ષો પહેલાં શ્રી મુક્તાનંદ આશ્રમની નજીક એક બગીચામાં થયા હતા. ત્યારબાદ થોડાં સમયમાં જ અમને શ્રીગુરુમાઈનાં દર્શન પ્રાપ્ત થયાં. અચલા અને હું ગુરુમાઈજીનાં ચરણો પાસે જમીન પર બેઠાં હતાં, જ્યારે બાકીના પરિવારજનો અને લગ્નમાં આવેલાં અન્ય લોકો અમારી પાછળ અર્ધ ગોળાકારમાં બેઠાં હતાં. એક સમયે, ગુરુમાઈજીએ મારા પિતાજીને પૂછ્યું કે તેમને કયા કયા શોખ છે? મારા પિતાજીએ જવાબ આપ્યો કે તેઓ શિલ્પકાર છે અને તેમને લાકડાના ટુકડાને આકાર (અંગ્રેજીમાં આકાર માટે શબ્દ છે ‘ફૉર્મ’ *form*) આપવો બહુ ગમે છે.

ગુરુમાઈજીએ નિર્દોષતાથી કહ્યું, ‘‘શું તમને ખેતી કરવી ગમે છે?’’ (અંગ્રેજીમાં ‘ખેતી કરવી’ માટે શબ્દ છે, ‘ફાર્મ’ *farm.*)

મને લાગ્યું કે ગુરુમાઈજીએ તેમને બરાબર સાંભળ્યાં નથી એટલે મેં ધીમેથી કહ્યું, ‘‘ફૉર્મ, ગુરુમાઈજી. તેમને ‘ફૉર્મ’ (આકાર આપવો) ગમે છે.’’

ગુરુમાઈજીએ મારી તરફ જોઈને સ્મિત કર્યું અને મજાક કરતાં હોય એમ તેમના પગના અંગૂઠાથી મારા ઘૂંટણને હળવો ધક્કો માર્યો. મારું મન વિચારશૂન્ય થઈ ગયું અને મેં મહસૂસ કર્યું કે અચાનક મારામાંથી વિસ્મય અને પ્રેમનું પૂર વહેવા લાગ્યું. મેં વિચાર્યું, ‘વાહ’. *હું પણ એકદમ આ જ રીતે શબ્દચાતુર્યથી વાત કરું છું — અને ગુરુમાઈજી મને બતાવી રહ્યાં છે કે અમે કેટલી ઘનિષ્ટતાથી જોડાયેલાં છીએ.* મને લાગ્યું કે આ એક ગહન ઉપહાર હતો — લગ્નનો દિવ્ય ઉપહાર : એ અનુભવ કે શ્રીગુરુ અને શિષ્ય સાચે જ એક છે. પછી થોડી વધુ વાતચીત થઈ અને બધાંને તરબૂચનું શરબત આપવામાં આવ્યું. મને લાગ્યું કે મારા પિતાજી — અને સાચું કહું તો મારાં માતાપિતા બંને — લગ્નના આ નાનકડાં સંમેલનમાં જેટલા પ્રેમનો અનુભવ કરી રહ્યાં હતાં તેનાથી અત્યંત ખુશ હતાં. અને મને જીવનભર માટે એક શિખામણ પ્રાપ્ત થઈ ગઈ.

હું તમને આમંત્રિત કરું છું કે તમે તમારા પોતાના એ અનુભવો વિશે વિચાર કરો કે તમે, ભગવાન અને ગુરુ સાથે, એક છો. દિવ્ય પ્રેમનો આ મહિનો તમારા માટે એ ઓળખવાનો શ્રેષ્ઠ સમય છે કે તમારા મનમાં અને હૃદયમાં આ ગહન સંબંધ માટે કેટલી લલક છે, ત્યારબાદ તમારા સાચા આત્માને પ્રાર્થના કરો કે તે તમને આ સદૈવ ઉપલબ્ધ અનુભવ પ્રત્યે જાગ્રત કરે. આ મહિનાને દિવ્ય પ્રેમનો મહિનો બનાવી લો!

શુભકામનાઓ સહિત,

પૉલ હૉકવુડ

© ૨૦૨૦ એસ.વાય.ડી.એ. ફાઉન્ડેશન®. સર્વાધિકાર સુરક્ષિત.