મે મહિનાનો પરિચય

૧ મે, ૨૦૨૧

આત્મીય પાઠક,

આપણે મે મહિનામાં — બાબાજીના મહિનામાં આવી પહોંચ્યા છીએ, એ મહિનામાં જ્યારે બાબા મુક્તાનંદે આ ગ્રહ પર જન્મ લીધો હતો. સૌર તિથિ અનુસાર બાબાજીનો જન્મ દિવસ ૧૬ મે ના રોજ છે અને ચાંદ્ર તિથિ અનુસાર આ વર્ષે તેમનો જન્મ દિવસ ૨૬ મે ના રોજ આવે છે. સિદ્ધયોગ પથ પર બાબાજીનો જન્મ દિવસ એ સમય છે જ્યારે આપણે આ જગત પર તેમની કૃપા અને શિખામણોની રૂપાંતરણકારી શક્તિનો મહોત્સવ મનાવીએ છીએ તેમજ આ સમય છે એ ગહન આનંદ અને પ્રેમ પર મનન કરવાનો જેને હજારો જિજ્ઞાસુઓએ બાબાજીની ઉપસ્થિતિમાં મહસૂસ કર્યો હતો. બાબાજીનો આનંદ અને પ્રેમ તેમની વાણી તથા અવાજમાં ઝલકતો; તેમની મુક્ત હિલચાલમાં ઝલકતો; તેમના સહજ, નિખાલસ હાસ્યમાં પ્રગટ થતો; કેવી રીતે બાબાજી ભજનો અને વાર્તાઓને પોતાની શિખામણમાં ગૂંથી લેતા, જેથી તેમની વાત એકદમ સ્પષ્ટ થઈ જતી; અને બાબાજીની સંગતિમાં રહીને અમને એવો અનુભવ થતો કે અમને અમારા ઘરે પહોંચવાનો રસ્તો મળી ગયો છે.

બાબા મુક્તાનંદે શક્તિપાત દીક્ષા, એટલે કે સુપ્ત આધ્યાત્મિક શક્તિ, કુંડલિની શક્તિની જાગ્રતિને આખા વિશ્વમાં ઉપલબ્ધ કરાવી, જોકે પહેલાં તે એક ગુપ્ત રહસ્ય હતું જેની જાણ માત્ર થોડા જ યોગીઓને હતી. તેમણે સિદ્ધયોગ શિખામણોને પ્રદાન કરી અને તેનું નેતૃત્વ કર્યું, જેને તેઓ 'ધ્યાન ક્રાંતિ' કહેતા, જેના દ્વારા તેમણે જિજ્ઞાસુઓને તેમની પોતાની અંદર અને સમસ્ત સૃષ્ટિમાં ભગવાનની ઉપસ્થિતિને ઓળખવા માટેના ઉપાયો પ્રદાન કર્યા.

બાબાજીના મહિનાની તૈયારી માટે, હું મનન કરી રહી છું કે બાબાજી પાસેથી હું શું શીખી છું — તેમણે લખેલાં પુસ્તકો દ્વારા, તેમની શિખામણો દ્વારા, અને એ અવસરો દ્વારા જ્યારે હું તેમના સાન્નિધ્યમાં હતી અને તેમનાં દર્શન કર્યાં હતાં. ગુરુદેવ સિદ્ધપીઠના ગુરુચોકમાં બાબાજી અને બીજાં સિદ્ધયોગ વિદ્યાર્થીઓ સાથે મૌનમાં બેસી રહેવાની સ્મૃતિ મારા મનમાં વારંવાર આવતી રહે છે. ત્યાં, શિયાળાની સુંદર સવારના પ્રકાશમાં, આંબાના વૃક્ષોના છાંયડામાં મને મહસૂસ થતું કે બાબાજીમાંથી શક્તિશાળી પ્રેમ અને કલ્યાણકારી બળનાં કિરણો પ્રસરિત થઈ રહ્યાં છે. હું તેની કલ્પના એક એવા કૃપાપૂર્ણ તેજપુંજ તરીકે કરતી, જેનાં કિરણો અમારાં બધાંનાં હૃદયમાં પ્રવેશી રહ્યાં છે. અત્યારે પણ, એ ક્ષણને યાદ કરતી વખતે હું બાબાજીના પ્રેમના પ્રકાશને મારી અંદર ઝગમગતો મહસૂસ કરું છું.

બાબાજીએ મારા જીવનની દિશા જ બદલી નાખી. સન ૧૯૭૬માં મેં બાબાજી પાસેથી શક્તિપાત દીક્ષા પ્રાપ્ત કરી અને તેમની પાસેથી હું સિદ્ધયોગ ધ્યાનનો અભ્યાસ કેવી રીતે કરવો એ શીખી. તે સમયે હું ન્યૂરો વૈજ્ઞાનિક હતી તેમજ યુનિવર્સિટીમાં ભણાવતી હતી અને હું વિચારતી હતી કે વિજ્ઞાન પાસે બ્રહ્માંડને સમજવાના બધા જ પ્રશ્નોના

ઉત્તર છે. પરંતુ બાબાજી પાસેથી શક્તિપાત પ્રાપ્ત કર્યા પછી અને ધ્યાનના અભ્યાસની શરૂઆત કર્યા પછી, મને સમજાયું કે મારે ઘણું બધું શીખવાનું બાકી છે. મેં એક વૈજ્ઞાનિકની જેમ ધ્યાન કરવાનો સંકલ્પ કર્યો ને હું મારા અંતરની પ્રયોગશાળામાં તેનું અન્વેષણ કરવા લાગી — ધ્યાન કરતી વખતે હું મારા વિચારોને જોતી અને પોતાને પૂછતી કે ધ્યાનના કારણે મારી જાગરૂકતામાં કેવી રીતે પરિવર્તન થઈ રહ્યું છે.

જ્યારે મેં પહેલીવાર ધ્યાન કરવાનું શરૂ કર્યું ત્યારે શરૂઆતમાં મેં જોયું કે વિચારોની ધારા વહી રહી છે. પછી જ્યારે મેં મારા શ્વાસપ્રશ્વાસ પર ધ્યાન કેંદ્રિત કર્યું તો વિચારો વિલીન થવા લાગ્યા અને મને એ જાણીને એટલો આનંદ થયો કે વિચારોની નીચે જ વિશુદ્ધ આનંદમય મૌન છે. હું બાબાજી પાસેથી શીખી હતી કે પરમ ચિતિ જ આપણા મન અને એ દરેક વસ્તુ જેનું અસ્તિત્વ છે તેનો આધાર અને સાર છે. જેમજેમ હું ધ્યાન કરતી ગઈ, તેમતેમ હું એ સમજવા લાગી કે ધ્યાનની એ પ્રશાંત ક્ષણોમાં જ્યારે મારું મન વિશ્રામ કરી રહ્યું હોય છે ત્યારે હું આ જ વિશુદ્ધ ચિતિમાં પ્રવેશ કરું છું.

છેલ્લા થોડા દસકોમાં જ્યારે મેં ગુરુમાઈજીના માર્ગદર્શનમાં મારા ધ્યાનના અભ્યાસને ગહન કર્યો ત્યારે મને પ્રેરણા મળી કે હું ન્યૂરો વિજ્ઞાનની દૃષ્ટિથી ધ્યાનના લાભદાયી પ્રભાવોનું અન્વેષણ કરું. મને જાણવા મળ્યું કે ધ્યાન, આપણા મગજની સંરચનાને એકદમ બદલી નાખે છે. મને આના પ્રબળ પુરાવાઓ પણ મળ્યા છે કે ચિતિ જેને આપણામાંનાં ઘણાં જાગરૂકતા સમજે છે — તેનું અસ્તિત્વ ત્યારે પણ રહે છે જ્યારે આ શરીર કામ કરવાનું બંધ કરી દે છે.

મારા કાર્ય દરમ્યાન અને સિદ્ધયોગ અધ્યયન કરતી વખતે આ માહિતી વિષે જણાવતા મને ઘણો આનંદ થાય છે, વિશેષતઃ એવાં લોકો સાથે જેમણે તેમની પોતાની ‘અંતર ખોજ’ દ્વારા — તેમના સિદ્ધયોગ ધ્યાનના અભ્યાસ દ્વારા — અનંત અને શાશ્વત ચિતિની અનુભૂતિ કરી છે અને જેઓ એ જાણવામાં રસ ધરાવે છે કે કેવીરીતે વૈજ્ઞાનિક શોધની નિયમબદ્ધ કાર્યપ્રણાલી આવી માહિતીનું સમર્થન કરે છે.

આ કેટલીક રીતો છે જેના દ્વારા મારું જીવન સમૃદ્ધ થયું છે; ત્યારથી, જ્યારે વર્ષ ૧૯૭૬માં મેં બાબા મુક્તાનંદ પાસેથી શક્તિપાત પ્રાપ્ત કર્યો અને હું બાબાજી અને ગુરુમાઈજીની શિખામણોના માર્ગદર્શનમાં સિદ્ધયોગ ધ્યાનનો અભ્યાસ કરી રહી છું.

આ મહિનામાં, બાબાજીના જન્મ દિવસના સન્માનમાં, સિદ્ધયોગ પથ વેબસાઇટ પર બાબાજી વિશે કેટલાક પ્રસંગો, તેમની શિખામણો, તેમના ફોટાઓ, તેમની કૃપાનું આવાહન કરનારા સ્તોત્રો અને બીજું પણ ઘણું બધું પ્રકાશિત કરવામાં આવશે. બાબા મુક્તાનંદના જન્મ દિવસના મહોત્સવના ઉપલક્ષમાં સિદ્ધયોગ ઑડિયો સત્સંગ પણ ઉપલબ્ધ થશે, જેમાં તમે આ આખા મહિના દરમ્યાન ભાગ લઈ શકશો.

***

મે મહિનામાં, બાબાજીના જન્મદિવસ ઉપરાંત બીજા અનેક તહેવારો અને કાર્યક્રમો છે, જેને આપણે સિદ્ધયોગ પથ પર મનાવીએ છીએ.

માતૃદિવસ : ૯ મે

વિશ્વભરના પચાસ દેશોમાં માતૃદિવસ મનાવવામાં આવે છે — અમેરિકા સહિત, તેમાંના પચ્ચીસ દેશોમાં આ તહેવાર મે મહિનાના બીજા રવિવારે મનાવવામાં આવે છે. માતૃદિવસ પર આપણે આપણી માતાઓને કૃતજ્ઞતા અર્પિત કરીએ છીએ, જેઓ આપણને આ સંસારમાં લાવ્યાં અને જેમનાં પ્રેમથી પોષિત થઈને આપણે મોટાં થયાં. આપણે તે બધાં લોકોનું પણ સન્માન કરીએ છીએ જેમણે જીવનમાં આપણું સંરક્ષણ કર્યું અને આપણી દેખભાળ કરી.

સિદ્ધયોગ ગુરુઓ દ્વારા હંમેશાં માતાઓનું ખૂબ સન્માન કરવામાં આવે છે. બાબાજીએ તેમની આધ્યાત્મિક આત્મકથા 'ચિત્‌શક્તિ વિલાસ', તેમની માતાને અને તે બધી માતાઓને સમર્પિત કરી હતી જેમણે તેમના જીવનમાં તેમની દેખભાળ કરી હતી. દર વર્ષે, અસંખ્ય પ્રવચનો અને કવિતાઓમાં ગુરુમાઈજીએ માતાઓના ગુણોનું સ્તુતિગાન કર્યું છે. બાબાજી અને ગુરુમાઈજીએ જિજ્ઞાસુઓની અનેક પેઢીઓને દિવ્ય માતા, કુંડલિની શક્તિ વિશે શીખવ્યું છે, જેઓ પોતાની સત્તામાંથી આ સૃષ્ટિનું સર્જન કરે છે અને જેમની જીવન રૂપાંતરણકારી શક્તિને શ્રીગુરુ શક્તિપાત દીક્ષા દ્વારા આપણી અંદર જાગ્રત કરે છે.

અક્ષય તૃતીયા : ૧૪ મે

હિંદુ પંચાંગ અનુસાર અક્ષય તૃતીયા વર્ષના સર્વાધિક મંગલમય સાડાત્રણ દિવસોમાંથી એક દિવસ તરીકે જાણીતી છે. આ દિવસે, લોકો નવાં કાર્યોની શરૂઆત કરે છે, પરોપકારનાં કાર્યો કરે છે તેમજ પૂજા, મંત્રજપ અને દક્ષિણા જેવા આધ્યાત્મિક અભ્યાસોને કરે છે. સિદ્ધયોગ પથ વેબસાઇટ પર તમે અક્ષય તૃતીયાના ઇતિહાસ અને મહત્ત્વ વિશે તેમજ મહાભારતમાંથી લેવામાં આવેલ અક્ષય તૃતીયા સંબંધિત એક વાર્તા, ''ભગવાન શ્રીકૃષ્ણનો અક્ષય અનુગ્રહ'' પણ વાંચી શકો છો.

આદિ શંકરાચાર્ય જયંતી : ૧૬ મે (ભારતમાં ૧૭ મે)

આદિ શંકરાચાર્યનો જન્મ આઠમી શતાબ્દીમાં દક્ષિણ ભારતના કેરળ રાજ્યમાં થયો હતો. તેઓ એક આત્મજ્ઞાની આધ્યાત્મિક ગુરુ હતા, જેમણે સંપૂર્ણ ભારતમાં અદ્વૈત વેદાંત દર્શનની સંસ્થાપના કરી. સિદ્ધયોગની ઘણી શિખામણો આ દર્શન પર આધારિત છે, જે જીવાત્મા અને પરમાત્માના ઐક્યને માન્યતા પ્રદાન કરે છે. શ્રીશંકરાચાર્યે ચાર મઠની સ્થાપના કરી અને દસ સંન્યાસ પરંપરાની પણ શરૂઆત કરી, જેમાં સરસ્વતી પરંપરાનો સમાવેશ છે; શ્રીગુરુમાઈ અને બાબાજી આ જ પરંપરાના છે. આદિ શંકરાચાર્યની જન્મજયંતીના સન્માનમાં તમે સિદ્ધયોગ પથ વેબસાઇટ પર આદિ શંકરાચાર્ય દ્વારા રચિત કેટલાંક સ્તોત્રો અને ભજનો વાંચી શકો છો, સાંભળી શકો છો અને ગાવાનું પણ શીખી શકો છો.

***

હું આ પત્રનું સમાપન કરી રહી છું ત્યારે ભારત સહિત, વિશ્વના અનેક ભાગોમાં વૈશ્વિક મહામારીનો પ્રકોપ વધી રહ્યો છે, અનેક લોકોનું જીવન ભય તેમજ પીડાથી ગ્રસ્ત છે. આ સમયે, એ જાણવાનો કોઈ રસ્તો નથી કે આ મુશ્કેલીઓ ક્યાં સુધી રહેશે, અથવા ક્યારે લોકોનું જીવન આખરે ફરીથી સુવ્યવસ્થિત થશે. આવી પરિસ્થિતિમાં આપણે શું કરી શકીએ? આપણે કેવી રીતે મદદ કરી શકીએ? આ મહિનામાં બાબા મુક્તાનંદનું સન્માન કરીને અને તેમની ધરોહરને યાદ કરીને આપણે એક વસ્તુ તો કરી જ શકીએ છીએ, તે છે સિદ્ધયોગ સાધનાના આપણા પ્રયાસોને ખૂબ વધારીએ તેમજ આ ગ્રહને દુઃખથી મુક્ત કરવા માટે અને તેનું ઉત્થાન કરવા માટે આપણા આધ્યાત્મિક અભ્યાસોનાં ફળ અર્પિત કરીએ.

આદર સહિત,

અચલા વુલાકોટ

© ૨૦૨૧ એસ.વાય.ડી.એ. ફાઉન્ડેશન®. સર્વાધિકાર સુરક્ષિત.