શ્રીગુરુની શિખામણોની ગહનતા

એક શાશ્વત શિખામણ

ટેરેસા રુબીઓ દ સિએદ દ્વારા લિખિત

હું મેક્સિકોમાં રહું છું અને વ્યવસાયથી એક ચિત્રકાર છું. હું છેલ્લાં ત્રણ વર્ષથી મારા કામ કરતાં મારી વ્યક્તિગત અને પારિવારિક આવશ્યકતાઓ પર વધારે ધ્યાન આપી રહી હતી, તેમ છતાં હાલમાં જ્યારે મને એક ચિત્ર બનાવવાનું કામ મળ્યું તો મેં એ કામ સ્વીકારી લીધું. મને લાગ્યું કે આ નવું કામ મારી રચનાત્મકતા સાથે ફરીથી જોડાવાનો એક સુઅવસર છે.

મેં ઘણા ઉત્સાહ સાથે તરત જ આ ચિત્ર પર કામ કરવાનું શરૂ કરી દીધું, પરંતુ થોડાં અઠવાડિયાં પછી મને સમજાયું કે હું જે ઇચ્છું છું તેને વ્યક્ત કરવાની રીત મને નહોતી મળી રહી. મારું ચિત્ર મને નિર્જીવ દેખાતું હતું અને હવે આગળ શું કરું તે સમજાતું નહોતું.

ત્યારપછી, મને એક સંદેશ મળ્યો જેમાં મને યાદ અપાવવામાં આવ્યું કે મારે આ ચિત્રને થોડા દિવસોમાં જ પૂરું કરવાનું છે. આ જાણીને હું ખૂબ જ ગભરાઈ ગઈ. જે થઈ રહ્યું હતું તેના વિશે મેં મારા પતિને જણાવ્યું અને એ દિવસે સાંજે તેમણે મને એક ચિઠ્ઠી આપી. ચાર વર્ષ પહેલાં મેં જ તેમને આ ચિઠ્ઠી આપી હતી, જ્યારે *તેઓ* પણ તેમના કામમાં એક મુશ્કેલ પરિસ્થિતિનો સામનો કરી રહ્યા હતા. કાગળની એ ચિઠ્ઠી પર મેં ગુરુમાઈજીની આ શિખામણ લખી હતી :

> જ્યારે પણ તમને લાગે કે તમે અસહાય છો, તો તમે ભગવાનની કૃપાનો અને શ્રીગુરુના આશીર્વાદોનો અસ્વીકાર કરી રહ્યા છો. જે ક્ષણે તમે કૃપાના સ્રોત તરફ વળો છો, જે ક્ષણે તમે તમારા હૃદયમાં વિદ્યમાન ભગવાનના અનંત પ્રકાશ તરફ વળો છો, તમે એ શાંતિ અને સંપૂર્ણ સંરક્ષણ પ્રાપ્ત કરી લો છો જેની તમને આવશ્યકતા છે. જાગો, તમારા આંતરિક પરાક્રમને ઓળખો અને દિવ્ય તૃપ્તિમાં મસ્ત થઈ જાઓ.[૧]

જ્યારે શ્રીગુરુમાઈએ વર્ષ ૧૯૯૭માં તેમના સંદેશનું પ્રવચન આપ્યું હતું ત્યારે મેં પહેલીવાર આ શાશ્વત શિખામણને સાંભળી હતી અને તે મારી અંદર ગુંજવા લાગી હતી. પછી મેં આ શિખામણને ઘણી બધીવાર ગુરુમાઈજીના અંગ્રેજી પુસ્તક, *Courage and Contentment*માં વાંચી હતી.

જ્યારે હું મારા હાથે લખેલા આ શબ્દોને ફરીવાર વાંચી રહી હતી તો હું હળવેથી હસી પડી કારણકે મને યાદ આવ્યું કે એ સમયે હું ઇચ્છતી હતી કે મારા પતિ તેમના હૃદય સાથે ફરીથી જોડાય અને કૃપાની શક્તિને ઓળખે. મને યાદ છે કે તેઓ કૃતજ્ઞ હતા કે તેમને આ ઉદ્ધરણવાળી ચિઠ્ઠી મળી હતી. આ ઉદ્ધરણ તેમને યાદ રહે એટલા માટે તેમણે આ ચિઠ્ઠી ઘરે એ જગ્યાએ મૂકી જ્યાં તેઓ પોતાનું કામ કરે છે. હવે કૃપાને યાદ કરવાની જરૂર મને હતી, એટલા

માટે તેઓ ગુરુમાઈજીની આ શિખામણવાળી ચિઠ્ઠી મને આપી રહ્યા હતા. મને મહસૂસ થયું કે કૃપા સ્વયં મારી પાસે આવી રહી હતી.

એ દિવસે, હું ચિત્રના વિચારથી અડધી રાત્રે જાગી ગઈ. હું ઊઠીને ધ્યાનકક્ષમાં ગઈ અને જે મહસૂસ કરી રહી હતી તેના પર મનન કરવા લાગી. મને સમજાયું કે મારી તીવ્ર ઇચ્છા હતી કે હું મારા કામમાં સફળ થાઉં અને એ સાબિત કરું કે હું મારા કામમાં કેટલી સારી છું, અને આ મહત્ત્વાકાંક્ષા જ મારી રચનાત્મકતામાં બાધા બની રહી હતી. મેં નિશ્ચય કર્યો કે હું મારા પરાક્રમ અને આત્મવિશ્વાસ પ્રત્યે જાગરૂક રહીશ. હું ગુરુમાઈજીને તેમની કૃપા માટે પ્રાર્થના કરવા લાગી.

ત્યારે મને ગુરુમાઈજીના શબ્દો યાદ આવ્યા : "જે ક્ષણે તમે કૃપાના સ્રોત તરફ વળો છો, જે ક્ષણે તમે તમારા હૃદયમાં ભગવાનના અનંત પ્રકાશ તરફ વળો છો, તમે એ શાંતિ અને સંપૂર્ણ સંરક્ષણ પ્રાપ્ત કરી લો છો જેની તમને આવશ્યકતા છે."

મારી અંદર ગુંજતા આ શબ્દોની સાથે હું ધ્યાન કરવા બેસી ગઈ. મેં મારા મનને ધ્યાનના એ અનુભવને યાદ કરવા પર કેન્દ્રિત કર્યું જે મને થોડાં અઠવાડિયાં પહેલાં સિદ્ધયોગ સાધના રિટ્રીટમાં થયો હતો જ્યારે મને મારી અંદર અને મારી આસપાસ દરેક જગ્યાએ ભગવાનના પ્રકાશનાં દર્શન થયાં હતાં. આ અનુભવમાં, સૌપ્રથમ મને મારા શરીરના દરેક ભાગમાં પ્રકાશની અનુભૂતિ થઈ. પછી આ પ્રકાશ વિસ્તૃત થઈને મારા શરીરની બહાર અને જે રૂમમાં હું બેઠી હતી તેની બહાર સુધી ફેલાવા લાગ્યો, અને અંતે એક સમય આવ્યો જ્યારે બધું જ પ્રકાશ થઈ ગયું. મેં મારા સીમિત "હું-પણા" સાથેનું મારું તાદાત્મ્ય ગુમાવી દીધું અને હું શક્તિ અને પ્રકાશના ક્ષેત્રમાં વિલીન થઈ ગઈ.

જ્યારે મેં આ દિવ્ય અનુભવને યાદ કર્યો ત્યારે ફરી એકવાર મને અંતર પ્રકાશનાં દર્શન થયાં. આ પ્રકાશમાં હું મહસૂસ કરી શકતી હતી કે શ્રીગુરુની કૃપા મને આલિંગન કરી રહી છે તેમજ મારી બધી ચિંતા અને ભય લુપ્ત થઈ રહ્યાં છે. હું વિસ્તૃતતા અને સ્વતંત્રતાનો અનુભવ કરી રહી હતી. પૂર્ણતાના આ વૈભવમાં મેં અનુભવ કર્યો કે હું પૂર્ણ છું. હું આનંદ અને પૂરા વિશ્વાસ સાથે એ જાણતી હતી કે હું આ ચિત્ર બનાવવા માટે સક્ષમ છું. હજી પણ મધ્યરાત્રિનો સમય હતો તેથી હું પાછી સૂઈ ગઈ. બીજા બે કલાકની ઊંઘ પછી, હું ફરીથી જાગી ગઈ. તે સમયે વહેલી સવારના ત્રણ વાગ્યા હતા, તેમ છતાં આ વખતે હું મારા ચિત્ર પર કામ શરૂ કરવાની પ્રેરણા સાથે જાગી હતી.

જ્યારે હું મારા સ્ટુડિયો પર પહોંચી ત્યારે હું મારા હૃદયની પ્રશાંતિને ઓળખવા માટે થોભી. મેં મારી અંતર્નિહિત શક્તિના રૂપે કૃપાનું સન્માન કર્યું અને માર્ગદર્શન માટે પ્રાર્થના કરી. મને પૂરેપૂરી ખાતરી હતી — અને તે રાહતની વાત હતી! — કે હું કોઈ વિશેષ વસ્તુ પ્રાપ્ત કરવા માટે ચિત્ર નહોતી બનાવી રહી. પરંતુ હું મારા પોતાના હૃદય સાથેના જોડાણનો અનુભવ કરવા માટે ચિત્ર બનાવી રહી હતી.

મેં પહેલાં જે ચિત્ર બનાવ્યું હતું તેના પર નજર કરીને હું કોઈ એવો સંકેત શોધવા લાગી જ્યાંથી હું આ કામને નવીનતાના ભાવ સાથે શરૂ કરી શકું. અચાનક મને સ્પષ્ટતા મળી કે હું આ ચિત્રમાં કયા વાતાવરણની રચના કરવા માગું છું અને મેં ખૂબ જ કાળજીપૂર્વક કામ કરવાનું શરૂ કર્યું. વહેલી સવારની ગહન પ્રશાંતિએ મારા મનને સ્થિર

રાખવામાં મારી મદદ કરી. હું આ મૌનમાં વિક્ષેપ નાખવા નહોતી માગતી, તેથી હું મારા કામને એકાગ્રતાથી કરવા લાગી. હું ધીરેધીરે ચિત્ર બનાવી રહી હતી, દરેક રંગથી, પીંછીના દરેક લસરકાથી ચિત્રના દશ્યને વધુ જીવંત અને આકર્ષક બનાવી રહી હતી. મને મહસૂસ થયું કે હું ચિત્ર સાથે વાર્તાલાપ કરી રહી છું અને મારા હાથની ગતિ સહજ અને સુસંગત થતી ગઈ. થોડા-થોડા સમયે હું થોભીને કેન્વાસ પર જે બની રહ્યું હતું તેને જોતી હતી — તેનું મૂલ્યાંકન કરવા માટે નહીં, પરંતુ એ જોવા માટે કે હવે શું કરવાની જરૂર છે.

આ રીતે હું ઘણા કલાકો સુધી પૂર્ણ આત્મવિશ્વાસ અને આનંદ સાથે ચિત્ર બનાવતી રહી. થોડા સમય પછી જ્યારે મેં એ ચિત્રને જોયું ત્યારે કેન્વાસ પર જે પ્રગટ થયું હતું તે જોઈને હું ચકિત રહી ગઈ. ચિત્ર હજી પૂરું નહોતું થયું, પરંતુ તે પૂર્ણતા તરફ આગળ વધી રહ્યું હતું — હું ખુશી, અનાસક્તિ અને સ્વતંત્રતાના ભાવનો અનુભવ કરી રહી હતી.

પછી, ચિત્ર પૂરું કરીને જ્યારે મેં તેને મોકલી દીધું — એ પણ સમયસર! — ત્યારે હું કૃતજ્ઞતાનો અનુભવ કરી રહી હતી. શ્રીગુરુમાઈના શબ્દો પર મનનચિંતન કરવાથી હું અસહાય મહસૂસ કરવાને બદલે તૃપ્ત અને સશક્ત મહસૂસ કરવા લાગી અને તેનાથી હું મારી રચનાત્મકતાને પ્રગટ કરી શકી. ગુરુમાઈજીની અમૂલ્ય શિખામણે મને એ યાદ રાખવા માટે પ્રેરિત કરી કે કૃપા સદૈવ મારી સાથે છે.

હવે, હું જોઉં છું કે મારા હૃદય સાથે જોડાવાની આ શિખામણ મને ફક્ત મારું ચિત્ર પૂરું કરવા માટે નહીં પરંતુ મારા જીવનની કોઈપણ પરિસ્થિતિનો સામનો કરવા માટે પણ માર્ગ બતાવે છે. જ્યારે-જ્યારે હું જોઉં છું કે કોઈ વસ્તુ મારી ઇચ્છા અનુસાર ન થવાને કારણે હું ચિંતિત થઈ રહી છું, ત્યારે હું થોભું છું અને મારું ધ્યાન મારા હૃદય પર લઈ જાઉં છું. ત્યાં હું કૃપાની ઉપસ્થિતિનો અનુભવ કરી શકું છું, જેના કારણે હું મારી અપેક્ષાઓને છોડીને જે પણ ઘટિત થઈ રહ્યું હોય તેના પ્રત્યે આત્મવિશ્વાસ અને સન્માન સાથે સમર્પણ કરી શકું છું.

મને ગુરુમાઈજીના શબ્દોને એક મધુર સંસ્મરણના રૂપે યાદ કરવા ખૂબ જ ગમે છે જેથી હું મારી અંદર અનંત પ્રેમ અને કૃપાને ઓળખી શકું. જ્યારે પણ હું આવું કરું છું ત્યારે મારો વિશ્વાસ વધુને વધુ દઢ થતો જાય છે કે મારી જીવનયાત્રામાં મારાં પરમપ્રિય શ્રીગુરુની કૃપા મારા બધા પ્રયત્નોની સાથે છે અને તેને માગદર્શિત પણ કરી રહી છે.

© ૨૦૧૮ એસ.વાય.ડી.એ. ફાઉન્ડેશન®. સર્વાધિકાર સુરક્ષિત.

[૧] ગુરુમાઈ ચિદ્વિલાસાનંદ, *Courage and Contentment: A Collection of Talks on Spiritual Life* (સાઉથ ફૉલ્સબર્ગ, ન્યૂયૉર્ક : એસ.વાય.ડી.એ. ફાઉન્ડેશન, ૧૯૯૯), પૃષ્ઠ ૧૯.