પરાક્રમ

‘આનંદમય જન્મદિવસ’ માટે
ગુરુમાઈ ચિદ્વિલાસાનંદ દ્વારા પસંદ કરાયેલો એક સદ્ગુણ

સિદ્ધયોગ ધ્યાનશિક્ષક એરિક બેલિન્ દ્વારા લિખિત વ્યાખ્યા

સંસ્કૃત ભાષામાં પરાક્રમ શબ્દ માટે ઘણાં શબ્દોનો પ્રયોગ થાય છે જેમાંનો એક શબ્દ છે, ‘ધૈર્ય’. ‘ધૈર્ય’ શબ્દના અર્થમાં અનેક છટાઓ છે જેમકે — સાતત્ય કે નિરંતરતા, પ્રજ્ઞાન, સમતા અને નિર્ભયતા. આમાંનો દરેક અર્થ સાધનાના સંદર્ભમાં, પરાક્રમના એક જુદાં પાસાંને દર્શાવે છે.

> પરાક્રમ પરમ સત્યના બોધમાં દઢતાથી પ્રતિષ્ઠિત હોય છે; પરમ સત્ય જે નિત્ય વિદ્યમાન છે, સ્થાયી છે.
>
> પરાક્રમ, પરમ આત્માના પ્રજ્ઞાનમાંથી ઉત્પન્ન થાય છે.
>
> પરાક્રમ, સમતાનું ફળ છે.
>
> પરાક્રમ, વાસ્તવિક અને કાલ્પનિક સંકટો અને ભય વચ્ચેનો ભેદ દેખાડે છે તેમજ આપણને આશ્વાસન આપે છે કે તેની સહાયતાથી આપણે આપણું ધ્યાન અંતર નિહિત શક્તિના ભંડાર તરફ વાળી શકીશું.

પરાક્રમ માટે અંગ્રેજી શબ્દ છે *courage* (કરેજ), જેની વ્યુત્પત્તિ ફ્રેંચ શબ્દ *coeur* (કઑર)માંથી થઈ છે જેનો અર્થ છે, હૃદય. આ અર્થ પરાક્રમ વિશેની આપણી સમજમાં એક નવા દષ્ટિકોણને જોડી દે છે. કેટલીકવાર આપણે એકબીજાને કહીએ છીએ, ‘‘હિંમત રાખો’’ — અર્થાત્ મનમાં દઢતા લાવવી અથવા મનને ગભરાવા ન દેવું અને જેનો પણ સામનો કરવાનો હોય તેના માટે પોતાના અંતર્જાત બળનો સહારો લેવો. સાધનાના સંદર્ભમાં, ‘હૃદય’નો હજી વધારે ગહન અર્થ છે, જે છે આપણી સત્તાનું કેન્દ્ર : હૃદય, અંતરાત્માનું બીજું નામ. આ અર્થમાં જોઈએ તો પરાક્રમ હૃદયમાંથી પ્રવાહિત થાય છે.

શ્રીગુરુમાઈએ તેમનાં પુસ્તક *Courage and Contentment* (કરેજ એન્ડ કન્ટેન્ટમેન્ટ)માં આ પ્રેરણાદાયી ગુણની વ્યાખ્યા આ રીતે કરી છે :

> પરાક્રમનો અર્થ છે, દરેક ક્ષણની માંગને પૂર્ણ હર્ષોલ્લાસ સાથે પૂરી કરવા માટે ઊભા થઈ જાઓ, એ જાણીને કે તમે તેનો સામનો કરવા સમર્થ છો. પરાક્રમનો અર્થ છે, એ વિશ્વાસ હોવો કે તમારી અંદર એક જન્મજાત શક્તિ છે જેનો સાર બાહ્ય ઘટનાઓ દ્વારા ક્યારેય ક્ષીણ નથી થતો.[૧]

ગુરુમાઈજી શીખવે છે કે જે પરાક્રમનો સંબંધ આપણે મોટેભાગે મોટી-મોટી મુશ્કેલીઓ સાથે જોડીએ છીએ, હકીકતમાં તે 'દરેક ક્ષણની માંગ'ને પૂરી કરવા માટે આવશ્યક હોય છે. બીજા શબ્દોમાં કહીએ તો, કાર્ય કરવાની દરેક રીતોમાં આપણે પરાક્રમને લાવવાનો છે, પરિચિત ક્ષેત્રોમાં અને આપણા દિવસની દરેક ક્ષણમાં લાવવાનો છે — ભલે આપણે પરિવારની વચ્ચે હોઈએ, આપણું કામ કરી રહ્યાં હોઈએ કે એકાંતમાં આપણો આધ્યાત્મિક અભ્યાસ કરી રહ્યાં હોઈએ.

પરાક્રમ, એ સૂક્ષ્મ અંતર પ્રક્રિયાને જન્મ આપે છે, જેમાં આપણે આપણા સંકુચિત વિચારોથી દૂર હટીને હૃદયની વ્યાપક અવસ્થા તરફ આગળ વધીએ છીએ. પરાક્રમ દ્વારા આપણે એવા વિચારોનો ત્યાગ કરીએ છીએ જે આપણા મનોબળને તોડી નાંખે છે, જેમકે ''હું યોગ્ય નથી. હું લાયક નથી.'' અને આપણા હૃદયને કહેવા દઈએ છીએ, *''હું તે છું, હું છું.''* પરાક્રમ આપણને અહમ્‌ની સીમાથી મુક્ત થઈને વિનમ્રતાપૂર્વક કાર્ય કરવા માટે સાહસ પ્રદાન કરે છે. ધ્યાનની પ્રશાંતિમાં પરાક્રમ આપણને પ્રોત્સાહન આપે છે કે આપણે આપણી સત્તાના પ્રત્યેક કણમાંથી આપણને રોકી રાખતી એ દરેક વસ્તુને કાઢીને ફેંકી દઈએ, જેથી આપણે અંતરમાં શાંત અને સહજ બની જઈએ.

એ ક્ષણોમાં જ્યારે આપણે આપણા હૃદયની શક્તિ અને વ્યાપકતા પ્રત્યે ગ્રહણશીલ હોઈએ છીએ ત્યારે આપણું પરાક્રમ પ્રગટ થાય છે. આવી ક્ષણો આપણને નવસ્ફૂર્તિ અને નવચેતનાથી પૂર્ણપણે ભરી દે છે. આપણે માત્ર સામર્થ્યનો જ નહીં પરંતુ આહ્લાદ અને ઉત્સાહનો પણ અનુભવ કરીએ છીએ, કારણકે એ પણ હૃદયના જ ગુણો છે.

એ સ્પષ્ટ છે કે પરાક્રમ સાથે જીવન જીવવાથી આપણે અંતરાત્મામાં આપણી શ્રદ્ધાને અભિવ્યક્ત કરીએ છીએ. નિરંતર અભ્યાસ કરવાથી અને સામાન્ય મન પર પડેલો પડદો હટી જવાને કારણે આપણને જે ઉદ્‌બોધક અનુભવો થાય છે તેને યાદ કરતાં રહેવાથી, સમય જતાં આવી શ્રદ્ધા દૃઢ થતી જાય છે. આવી ક્ષણોમાં આપણે આપણી અંતર દિવ્યતાને ઓળખી લઈએ છીએ. આપણા સ્વપ્રયત્નો અને કૃપાના અમોઘ વરદાન દ્વારા આપણે વિશ્વાસ કરવાનું શીખી જઈએ છીએ કે હૃદય એક અક્ષય સ્રોત છે અને બાહ્ય ઘટનાઓ ભલે કોઈપણ હોય, તે આપણું સંરક્ષણ કરશે.

'કુલાર્ણવતંત્ર'માં આ પ્રક્રિયાનું વર્ણન આ રીતે કરવામાં આવ્યું છે :

> *અસાધ્યસાધકં શૂરમુત્સાહબલસંયુતમ્ ।*
> *અનુકૂલં ક્રિયાયુક્તમપ્રમત્તં વિચક્ષણમ્ ।। ૧૩.૨૮ ।।*
>
> તે જ્ઞાની છે જે પોતાની સાધના અને ઉત્સાહના બળ દ્વારા અસાધ્યને સાધ્ય કરી લે છે. તે પ્રમાદરહિત બનીને અનુકૂળ કર્મોમાં અને તપશ્ચર્યામાં રત રહે છે. તે શૂરવીર છે.[૨]

એક જ્ઞાની અને શૂરવીર સાધક, પોતાની સાધનામાં સ્થિર અને દૃઢ હોય છે અને ઉત્સાહ દ્વારા, શાબ્દિક રીતે કહીએ તો દિવ્ય પ્રેરણા દ્વારા પોતાના આધ્યાત્મિક અભ્યાસોને પ્રજ્વલિત રાખે છે. સાતત્ય કે નિરંતરતા, પ્રજ્ઞાન, સમતા અને નિર્ભયતા દ્વારા સ્થિર પ્રગતિ કરતાં-કરતાં એક સાધક પોતાની એ સમજને દૃઢ કરતો જાય છે કે આ માનવ શરીરની અંદર પરમાત્મા નિવાસ કરે છે.

સિદ્ધયોગની શિખામણો આપણને આવા જ સાધક બનવા માટે સમર્થ બનાવે છે અને આપણને પ્રોત્સાહિત કરે છે, તે આપણને પરાક્રમથી ભરી દે છે. કોઈપણ પરિસ્થિતિમાં આપણે એ પસંદગી કરી શકીએ છીએ કે આપણે હિંમત રાખીએ તેમજ આત્મવિશ્વાસ અને હર્ષોલ્લાસ સાથે એ પરિસ્થિતિનો સામનો કરવા માટે ઊભા થઈ જઈએ. કોઈપણ પડકારનો સામનો કરતી વખતે આપણી અંદર ઉચિત અને આવશ્યક કાર્ય કરવાનું સામર્થ્ય હોય છે કારણકે આપણા અંતરમાં એવી શક્તિ છે, જે એ બધી પરિસ્થિતિની સમકક્ષ છે, જેને જીવન આપણી સમક્ષ પ્રસ્તુત કરે છે. દરેક ક્ષણમાં — આ *વર્તમાન* ક્ષણમાં — આપણે સર્વાધિક શક્તિશાળી, સર્વાધિક આનંદપૂર્ણ અને સર્વાધિક પરાક્રમી બની શકીએ છીએ.

પરાક્રમ માટે અભિકથન

હું અંતરનિહિત શક્તિના ભંડારમાંથી પરાક્રમ પ્રાપ્ત કરું છું.

(અભિકથન : એ કથન જેનું જાગરૂકતાથી વારંવાર ઉચ્ચારણ કરવામાં આવે છે જેથી તે આપણી ચેતનામાં ફેલાઈ જાય.)

---

[1] ગુરુમાઈ ચિદ્વિલાસાનંદ, *Courage and Contentment: A Collection of Talks on Spiritual Life* (સાઉથ ફૉલ્સબર્ગ, ન્યૂયોર્ક : એસ.વાય.ડી.એ. ફાઉન્ડેશન, ૧૯૯૯) પૃ. ૭.

[2] 'કુલાર્ણવતંત્ર' ૧૩:૨૮. સ્વામી મુક્તાનંદ, *The Perfect Relationship* (સાઉથ ફૉલ્સબર્ગ, ન્યૂયોર્ક : એસ.વાય.ડી.એ. ફાઉન્ડેશન, ૧૯૯૯), પૃ. ૩૮.

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