દઢતા

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

સિદ્ધયોગ ધ્યાનશિક્ષિકા અચલા વુલાકૉટ દ્વારા લિખિત વ્યાખ્યા

‘દઢતા’ માટે અંગ્રેજી શબ્દ છે, *steadfast* (સ્ટેડફાસ્ટ) અને તેના અનેક સૂક્ષ્મ અર્થભેદ છે. *steadfast* (સ્ટેડફાસ્ટ)નો ઉદ્‌ભવ પ્રાચીન અંગેજી શબ્દ, *stedefæst* (સ્ટેડેફેસ્ટ)થી થયો છે. સ્ટેડેફેસ્ટમાં *stede* (સ્ટેડે)નો અર્થ છે ‘સ્થાન’ અને *fæst* (ફેસ્ટ)નો અર્થ છે ‘મજબૂતીથી સ્થાપિત’. તેનો અર્થ છે, ઉદ્દેશ્ય અથવા સંકલ્પમાં દઢ હોવું અથવા પાકું, અટલ, અવિચળ રહેવું. તેથી સ્ટેડફાસ્ટ કે દઢ હોવું એટલે કોઈ સ્થાન પર મજબૂતીથી સ્થાપિત રહેવું, જેમકે એક પર્વત અથવા ઊંડાં મૂળવાળું કોઈ વૃક્ષ. યોગમાં તેનો અર્થ છે, ઉદ્દેશ્ય, સંકલ્પ અને કૃત્યમાં અડગ કે દઢ થવાનો આંતરિક ગુણ.

પોતાના પુસ્તક ‘અંતરશુદ્ધિનાં સોપાન’માં શ્રીગુરુમાઈ દઢતાના મહત્ત્વ વિશે કહે છે :

> દઢતા અથવા જેને ક્યારેક ક્યારેક અવિરત પ્રયાસ પણ કહે છે — તેનું જીવનના દરેક ક્ષેત્રમાં ખૂબ ઊંચું સ્થાન છે. તેના વગર ન સાચું સુખ હોઈ શકે, ન સાચો આનંદ અને ન કોઈ ચિરસ્થાયી પ્રાપ્તિ.[1]

આ ખૂબ જ આશ્ચર્યજનક કથન છે કે સુખ અને ચિરસ્થાયી પ્રાપ્તિ દઢતા પર નિર્ભર છે. તેમ છતાં તેના સત્યને મોટાભાગે કળા-કૌશલ્ય શીખવાના આપણા અનુભવ દ્વારા સમર્થન મળે છે. ઉદાહરણ તરીકે, બની શકે કે એક બાળક વાયોલિન વગાડવાનું શીખવા માંગતું હોય અને ખૂબ ઉત્સાહ સાથે તે પોતાનું અધ્યયન શરૂ કરી દે. પરંતુ બની શકે કે ક્યારેક તેને દૈનિક અભ્યાસ કરવો મુશ્કેલ લાગે અને તે પ્રયત્નો કરવાનું છોડી દેવા માટે પ્રલોભિત થઈ જાય. તે ક્ષણે આ કદાચ સૌથી સરળ ઉપાય લાગે. પરંતુ જો તે તેના અભ્યાસને લગાતાર દઢતા સાથે કરતું રહેશે, તો તે આ કળામાં નિપુણ થવાનો અને પોતાના લક્ષ્યની પ્રાપ્તિ કરવાનો સાચો આનંદ પામશે. અભ્યાસમાં દઢતા જ એ વસ્તુ છે જેના દ્વારા તેને કોઈ ધુનને કુશળતા અને સાથેસાથે કૌશલ્યતાથી વગાડવાના આનંદનો અનુભવ થાય છે અને તે સંગીતજ્ઞ બનવાના તેના ઉદ્દેશ્યને પ્રાપ્ત કરી શકે છે. તેથી સુખ અને પ્રાપ્તિની કુંજી છે, કોઈપણ ઉદ્યમમાં દઢતા અને નિરંતરતા સાથે પ્રયાસ કરતા રહેવું.

શ્રીગુરુમાઈ આગળ કહે છે :

> સંસ્કૃતમાં, અવિરત પ્રયાસ શબ્દની ઘણી વિશિષ્ટ વ્યાખ્યાઓ છે. તેમાંથી એક છે, દીર્ઘ પ્રયત્ન. એક અન્ય શબ્દ છે સ્થૈર્ય, જેના ચાર એકદમ જુદાજુદા અર્થ છે : અડગતા, ધૈર્ય, નિરંતરતા અને દઢતા.[2]

ગુરુમાઈજીએ જણાવેલા અર્થના આ સૂક્ષ્મ ભેદ, દૃઢતાના સદ્‌ગુણ વિશેની આપણી સમજને વધારે છે. તે આપણને યાદ અપાવે છે કે દૃઢ રહેવાનો અર્થ છે, આપણા ઉદ્દેશ્યમાં અડગ રહેવું, આપણા પ્રયત્નોમાં નિરંતરતા રાખવી અને જ્યારે આપણે આપણા લક્ષ્ય તરફ સ્થિરતાથી લાંબા સમય સુધી આગળ વધી રહ્યાં હોઈએ, ત્યારે સ્વયં પોતાના પ્રત્યે ધૈર્યશીલ રહેવું. જ્યારે આપણે દૃઢ હોઈએ છીએ ત્યારે આપણે માર્ગમાં આવતા અંતર અને બાહ્ય પડકારોથી સ્વયંને વિચલિત થવા દેતા નથી.

સાધનાના લક્ષ્ય તરફ વધવાના સંદર્ભમાં, દૃઢ રહેવાનો અર્થ છે કે આપણે આપણી દૃષ્ટિ શ્રીગુરુની શિખામણો પર મજબૂતીથી ટકાવી રાખીએ તેમજ આપણા કર્તવ્યોને નિભાવવા માટે અને અંતરમાં સ્થિત આત્માને ઓળખવા માટે કૃતસંકલ્પ રહીએ. આપણા અવધાનમાં આ સ્તરનો નિરંતર પ્રયાસ એટલે અડગતા કે દૃઢતા, આપણને આપણા શુદ્ધ બોધ, આપણા શુદ્ધ પ્રેમને ઓળખવામાં મદદ કરે છે, જેને કારણે આપણે જે કંઈ પણ કરીએ છીએ તેમાં આપણને હજી વધુ તૃપ્તિ મળે છે.

એવું લાગી શકે કે આપણા સંકલ્પો પર મજબૂતીથી ટકી રહેવા માટે ભગીરથ પ્રયત્નોની જરૂર છે. પરંતુ મારો પોતાનો અનુભવ આવો નથી રહ્યો. દૃઢતાનો અભ્યાસ પોતે જ આપણને પોષિત કરે છે અને આપણને એ ક્ષણો તરફ લઈ જાય છે જ્યાં આપણે ગહન આનંદ અને હૃદયની તૃપ્તિને ઓળખી લઈએ છીએ, તેની અનુભૂતિ કરીએ છીએ. અને તેના પરિણામે, આપણને પ્રેરણા મળે છે કે આપણે સાધનામાં વધુ ઊંડા ઉતરીએ. દૃઢતાના આ સદ્‌ગુણની કલ્પના કરવાની એક પ્રભાવકારી રીત એ છે કે આપણે તેને આપણા હૃદય અને શ્રીગુરુના મહાન હૃદયની વચ્ચે પ્રેમ અને આનંદની એક અટૂટ શક્તિશાળી દોરના રૂપે જોઈએ. પ્રેમની આ દોર, પ્રેમનું આ બંધન હૃદયના પથ પર આપણા કેન્દ્રણને મજબૂતીથી સ્થિર રાખે છે.

શ્રીભગવદ્ ગીતામાં કહેવામાં આવ્યું છે કે દૃઢતા એક મુખ્ય ગુણ છે જેના દ્વારા હૃદયના અનવરત બોધને પ્રાપ્ત કરી શકાય છે જે યોગનો ઉદ્દેશ્ય છે. શ્લોક ૭:૧૮માં કહ્યું છે :

> *ઉદારાઃ સર્વ એવૈતે જ્ઞાની ત્વ્ આત્મૈવ મે મતમ્ ।*
> *આસ્થિતઃ સ હિ યુક્તાત્મા મામ્ એવાનુત્તમાં ગતિમ્ ।।*
>
> જેનું મન દૃઢ છે, તે માત્ર મારામાં એટલે કે પરમ લક્ષ્યમાં સ્થિત છે.[૩]

આ શ્લોકમાં ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ અર્જુનને યાદ કરાવે છે કે દૃઢ રહેવાનું, પોતાના મનને મજબૂતીથી સંકલ્પ પર ટકાવી રાખવાનું ફળ છે, આત્મજ્ઞાન. ભગવાન કહે છે કે જે વ્યક્તિનું મન અંતર્મુખ થવા દૃઢ છે જેથી તે પરમ હૃદય તરફ ઉન્મુખ થાય, તે આ અદ્વિતીય લક્ષ્યને પ્રાપ્ત કરી લે છે અને અંતતઃ ત્યાં જ અવસ્થિત થઈ જાય છે.

ભગવાન શ્રીકૃષ્ણની શિખામણ આપણને સાધનાના લક્ષ્ય સુધી પહોંચવાની કુંજી પ્રદાન કરે છે. ક્ષણિક અવરોધો, અસફળતાઓથી તટસ્થ કે અપ્રભાવિત રહીને આપણે જીવનની મુશ્કેલીઓથી ઉપર ઊઠી શકીએ છીએ. ન તો સફળતાથી અત્યંત ઉલ્લસિત થઈને કે ન તો અસફળતાથી હતોત્સાહિત થઈને, આપણે એક સમયે એક કદમ

ઉઠાવીએ છીએ અને આપણી યાત્રાના દરેક ભાગનો આનંદ ઉઠાવવાનું શીખીએ છીએ. ત્યારે આપણને એ અનુભવ થાય છે કે આપણા દરેક કદમમાં એક નવો અવસર સમાહિત છે જેના દ્વારા આપણે અંતરમાં વિદ્યમાન આત્માને ઓળખવાની આપણી ક્ષમતાને વધારી શકીએ છીએ. આ અનુભવ ધીરે-ધીરે, વારંવાર થવા લાગે છે અને અંતતઃ તે આપણી નિરંતર સ્થિતિ બની જાય છે. આપણે આત્માના આનંદમાં લીન થઈ જઈએ છીએ. જેમ ગુરુમાઈજી કહે છે, આપણે જોઈએ છીએ કે સાધનામાં દૃઢતા, ચિરસ્થાયી પ્રાપ્તિ અને સાચું સુખ પ્રદાન કરે છે.

દૃઢતા માટે અભિકથન

હૃદય પર કેન્દ્રણ બનાવી રાખવા માટે હું સતત પ્રયત્નશીલ રહું છું.

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

---

[૧] ગુરુમાઈ ચિદ્વિલાસાનંદ, અંતરશુદ્ધિનાં સોપાન (ચિત્શક્તિ પબ્લિકેશન્સ, ૨૦૧૩), પૃ. ૩૭-૩૮.

[૨] ઉપર્યુક્ત, પૃ. ૩૮.

[૩] ભગવદ્ ગીતા, ૭.૧૮, અંતરશુદ્ધિનાં સોપાન, પૃ. ૫૧.

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