

શ્રીગુરુમાઈનાં વચનો પર ધ્યાન

મહાશિવરાત્રિ

ઈશા સરદેસાઈ દ્વારા લિખિત

સમાપન વિચાર

આ સમાપન લેખની પ્રસ્તાવનાના રૂપે, હું તમને કહેવા માગીશ કે હા, આ લેખ ઘણો લાંબો છે. અને ના, હું તમારી પાસેથી એ અપેક્ષા નથી રાખતી કે તમે એક જ વારમાં તેને આખો વાંચો કે અંગ્રેજીમાં સાંભળો. આ “સમાપન વિચાર” લખવા પાછળનો મારો હેતુ એ નથી કે હું તમને વધારે મહેનત કરાવું (ખરેખર!). મારી એવી આશા છે કે તમે આને આનંદ માટે વાંચો — તમને આ વાંચવામાં મજા આવે, કદાચ આ વાંચીને તમારી અંદર એક-બે નવા વિચારો સ્ફૂરે અને એ તમને સિદ્ધયોગ પથ પર તમારા પોતાના સુંદર અનુભવોની યાદ અપાવે.

જ્યારે હું શ્રીગુરુમાઈ સાથે સિદ્ધયોગ સત્સંગમાં ભાગ લેતી હોઉં છું ત્યારે મને ઘણીવાર વિચાર આવે છે કે હું એ સત્સંગમાં હંમેશાં માટે રહું. નિશ્ચિત રૂપે ગુરુમાઈજીનાં સાન્નિધ્યમાં હંમેશાં રહેવું મારા માટે અત્યંત ખુશીની વાત હશે! અને પછી, ચમકતા નીલ-મંડપ એટલે કે સિદ્ધયોગ વૈશ્વિક હોલનો જાદુ પણ તો છે. તે વિસ્તૃત અને સંરક્ષણદાયી છે, સાથેસાથે વિરાટ અને અત્યંત પરિચિત પણ છે. તે આપણને બધાંને એકસાથે જોડી પણ દે છે — મને એ બહુ ગમે છે કે આપણે બધાં સિદ્ધયોગીઓ અને નવા સાધકો આની વ્યાપક છત્રછાયામાં એકત્રિત થઈએ છીએ, જેથી આપણે આપણાં શ્રીગુરુના સાન્નિધ્યમાં રહી શકીએ તેમજ તેમનાં દર્શન અને શિખામણ પ્રાપ્ત કરી શકીએ.

તમે અનુમાન કરી જ લીધું હશે કે હું ‘શ્રીગુરુમાઈનાં વચનો પર ધ્યાન’ની આ શૃંખલાનું સમાપન કરવાની તૈયારી કરી રહી છું. આ શૃંખલાનું કેન્દ્રણ હતું, શ્રીગુરુમાઈની શિખામણો જે તેમણે ૧૫ ફેબ્રુઆરી, ૨૦૨૬ના દિવસે આયોજિત સત્સંગમાં પ્રદાન કરી હતી. આ સત્સંગનું શીર્ષક હતું, ‘માંગલ્ય કો બઢાઓ, મહાશિવરાત્રિ કા ઉત્સવ મનાઓ’। (માંગલ્યને વધારો, મહાશિવરાત્રિનો ઉત્સવ મનાવો). હું કહેવા માગું છું કે મને તમારાં બધાં પ્રત્યે ખૂબ જ કૃતજ્ઞતા મહસૂસ થઈ રહી છે. શ્રીગુરુમાઈની શિખામણો પર મારાં મનનચિંતન વાંચવા માટે અને તેને અંગ્રેજીમાં સાંભળવા માટે આભાર. મેં જે દૃષ્ટિકોણ જણાવ્યા તેના પર ધ્યાનપૂર્વક વિચાર કરવા માટે આભાર. તમારી સમજ

જણાવવા માટે આભાર. તમારી ગ્રહણશીલતા, તમારો ઉત્સાહ, યોગદાન આપવા માટે તમારી નિખાલસતાને કારણે તેમજ સિદ્ધયોગ સાધના પ્રત્યે તમારી વચનબદ્ધતાને કારણે મારો અનુભવ રહ્યો છે કે આપણે વાસ્તવમાં એક અનવરત સત્સંગમાં છીએ.

મેં પહેલાં પણ જણાવ્યું છે કે હું ‘શ્રીગુરુમાઈનાં વચનો પર ધ્યાન’ વિશેના તમારાં બધાંનાં અનુભવો અને અંતર-સમજ વાંચું છું. એ વાત અત્યારે પણ સાચી છે! તમારા અનુભવો અને અંતર-સમજ વિશે ઘણી બધી વસ્તુઓ મને ગમે છે, જેમાંથી એક એ છે કે તમારી અભિવ્યક્તિઓમાં કેટલી વિવિધતા છે. ‘ધ્યાન’ના દરેક ભાગના અંતે મેં જે પ્રશ્નો પૂછ્યા છે, તમે બહુ ઉદારતાથી તેના ઉત્તર આપ્યા છે. તમે તેને સંબંધિત તમારી પોતાની સાધનાની અનુભૂતિઓ અને તમને જે અંતર્દૃષ્ટિઓ પ્રાપ્ત થઈ છે, તે પણ જણાવી છે. અને તમારાંમાંથી ઘણાં લોકોએ પોતાના એ પ્રસંગો પણ જણાવ્યા છે જ્યારે તમને ગુરુમાઈજી પાસેથી આવી શિખામણો પ્રાપ્ત થઈ હતી, જેમાંની અમુક તો દશકો પહેલાં પ્રાપ્ત થઈ હશે. હું કહી નથી શકતી કે આ કેટલી અદ્ભુત વાત છે. આ મારા માટે બહુ સન્માન અને ગૌરવની વાત છે કે મને આવા નિષ્ઠાવાન સિદ્ધયોગીઓની સંગતિ મળી છે.

મને લાગે છે કે એ કહેવું ઉચિત રહેશે કે દરેક પેઢીનાં લોકોને પોતાની પહેલાંના સમય વિશે એક પ્રકારની ઉત્સુકતા ભરેલી અભિલાષા, વિતેલા સમયની એ યાદોને જાણવાની લલક મહસૂસ થાય છે, જેનો તેમણે પોતે અનુભવ ન કર્યો હોય. કદાચ આપણે વિચારીએ, “કાશ હું પણ એ સમયે ત્યાં ઉપસ્થિત હોત!” અથવા

“કાશ અત્યારે પણ એવું થતું હોત!” જ્યારે સિદ્ધયોગ પથના ઇતિહાસમાં જે-જે પ્રસંગો થયા તેની વાત આવે છે ત્યારે તેના વિશે મારા મનમાં આ વિચાર, આ લલક નિશ્ચિતપણે ઊઠે છે. હું આ પથનું અનુસરણ કરતાં-કરતાં મોટી થઈ છું, અને તેમ છતાં, એવું ઘણું બધું છે જે મારા સમય પહેલાં ઘટિત થઈ ચૂક્યું છે. ગુરુમાઈજી સાથે થયેલા અનેકાનેક સત્સંગ, શક્તિપાત ધ્યાનશિબિર, કોર્સ અને રિટ્રીટ. વિશ્વભરમાં ગુરુમાઈજીએ કરેલી ‘ટીચિંગ્સ વિઝિટ’.

તમે આટલી ઉદારતાથી જે પ્રસંગો જણાવ્યા છે, તેને વાંચીને એવું લાગે છે કે એ સમયે ત્યાં ઉપસ્થિત હોવાની ઇચ્છા જેને મેં લાંબા સમયથી મારી અંદર રાખી હતી, તે હવે પૂરી થઈ રહી છે. ભૂતકાળ અને વર્તમાનના અનુભવોની ચર્ચા કરીને, આપણે આ બંને સમયને જોડી રહ્યાં છીએ અને તેમાં એ સૂત્ર જોઈ રહ્યાં છીએ જે આને જોડીને રાખે છે, અને તે છે, આપણાં શ્રીગુરુનું સમયાતીત પ્રજ્ઞાન. હું ભગવાન શિવની કલ્પના કરું છું જેમને ‘ગંગાધર’ પણ કહેવામાં આવે છે કારણ કે ગંગા નદી તેમની જટાઓમાંથી નીકળીને જ વહે છે. છેલ્લા એક મહિનાથી હું ભગવાન શિવ પર બહુ મનન કરી રહી છું કે તેઓ આત્માના સાક્ષાત્ રૂપ છે અને ઈશ્વર, શ્રીગુરુ અને આત્મા એક જ છે. મને એક ખાસ ભાવ, એક વિશિષ્ટ સારતત્ત્વ મહસૂસ થાય છે જે ભગવાન શિવ પર મારા મનનચિંતન સાથે જોડાયેલો છે અને જ્યારે હું તમારા અનુભવો અને મનનચિંતન વાંચું છું ત્યારે મને એ જ સારતત્ત્વ મહસૂસ થાય છે જાણે તે સ્વયં ભગવાન શિવના શીર્ષના સ્થાનથી નીચે આપણા તરફ વહી રહ્યું હોય.

આભાર વ્યક્ત કરવાના આ ભાવ સાથે, હું અત્યારે એ બધાં લોકોને પણ આભાર કહેવા માગું છું જેમની સાથે મેં ‘શ્રીગુરુમાર્ઘનાં વચનો પર ધ્યાન’ના લેખ લખતી વખતે ચર્ચા-વિચારણા કરી હતી. તમે ધ્યાન આપ્યું હશે કે હું મારા લેખનમાં વિવિધ સ્ત્રોતોથી વિષયવસ્તુનો ઉપયોગ કરવાનું પસંદ કરું છું. ઉદાહરણ તરીકે, એમાં સમાવેશ થાય છે ઐતિહાસિક માહિતી, વૈજ્ઞાનિક અને મનોવૈજ્ઞાનિક સંશોધનો તેમજ ભારતનાં શાસ્ત્રોમાંથી શ્લોકો અને વ્યાખ્યાઓ. હું હંમેશથી ઇચ્છું છું કે હું જ્યારે આવી માહિતી પ્રસ્તુત કરું તો એ શક્ય એટલી સચોટ હોય, અને હું ઘણી ભાવ્યશાળી છું કે હું એવા સિદ્ધયોગીઓ સાથે વાતચીત કરી શકું છું જેઓ આ ક્ષેત્રોમાં વિશેષજ્ઞ છે અને તેઓ મારી સમજનું પરીક્ષણ કરીને તેને પરિષ્કૃત કરે છે. તેમની મદદ મારા માટે અમૂલ્ય રહી છે. તેને લીધે હું મારા મનનચિંતનમાં જ્ઞાનની વધારે ગહનતા લાવી શકું છું.

ભલે આ સંશોધનોએ આ લેખોને ગહનતા પ્રદાન કરી છે, તોપણ મને લાગે છે કે મહાશિવરાત્રિના સત્સંગમાંથી ગુરુમાર્ઘની શિખામણોનું આપણે જેટલું અન્વેષણ કરી શકીએ છીએ, તેમાંથી હું તો હજી તેની સપાટીને જ સ્પર્શ કરી શકી છું. અને મારો દષ્ટિકોણ બસ આ જ છે. તે મારો છે. તે મારી સાધના અને મારા જીવનના અનુભવ પર આધારિત છે, અને તેના પરિણામસ્વરૂપ સમય જતાં મને જે સમજ પ્રાપ્ત થઈ છે, તેના પર જ મારું લેખન અને દષ્ટિકોણ આધારિત છે. જેમકે તમારા અનુભવો અને મનનચિંતનથી એ સ્પષ્ટ થાય છે કે આપણે અગણિત રીતે, અસંખ્ય દષ્ટિકોણોથી મનનચિંતન કરી શકીએ છીએ અને એ બધાંનું અન્વેષણ કરવું ઉચિત રહેશે, વળી, એ પાસાંઓ પર પણ મનનચિંતન કરી શકાય છે જેનો આપણે એ વિચારીને અસ્વીકાર કરી દઈએ છીએ કે તે મૂળ વિષય સાથે સંબંધિત નથી.

મારા માટે એ મહત્વપૂર્ણ છે કે હું સ્પષ્ટ કરું અને ભારપૂર્વક કહું કે હું જે વિચાર વ્યક્ત કરી રહી છું તે તો એક શરૂઆત છે, કોઈ નિશ્ચિત નિષ્કર્ષ નથી. પરંતુ જો મારા વિચારો તમારા માટે ઉપયોગી રહ્યા હોય તો હું હજી કેટલાક વિચારો તમારા માટે પ્રસ્તુત કરવા માગીશ. મકરસંક્રાંતિ પર આયોજિત સત્સંગમાંથી ગુરુમાર્ઘની શિખામણો પર લખેલા ‘સમાપન વિચાર’માં મેં સમજાવ્યું હતું કે હું ગુરુમાર્ઘ પાસેથી શીખી છું કે સ્મૃતિસહાયક શબ્દો, કોઈ વસ્તુને શીખવા અને તેનું અધ્યયન કરવા માટે કેટલા મદદરૂપ હોઈ શકે છે —

ખાસ કરીને Acronym (એક્રોનિમ) ખૂબ ઉપયોગી હોય છે, જેને સંક્ષિપ્ત શબ્દ કહી શકાય છે. તમારામાંથી ઘણાં બધાં લોકોએ મને કહ્યું છે કે મકરસંક્રાંતિ પર મેં જે સંક્ષિપ્ત શબ્દોની રચના કરી હતી, તેનાથી તમને એ સત્સંગની શિખામણોને યાદ રાખવામાં મદદ મળી હતી — તેનાથી તમારી પોતાની ચિંતન પ્રક્રિયામાં સહાય મળી હતી અને તમને પણ સંક્ષિપ્ત શબ્દો બનાવવાની પ્રેરણા મળી હતી.

આ વાતને ધ્યાનમાં રાખીને મેં વિચાર્યું કે મહાશિવરાત્રિના સત્સંગમાંથી ગુરુમાર્ઘની શિખામણો વિશે પણ હું કેટલાક સંક્ષિપ્ત શબ્દો બનાવું. અહીં એ સંક્ષિપ્ત શબ્દો છે અને તેની સાથે મારા મનનચિંતનનું પુનરાવલોકન પણ છે — અને હું પોતાને રોકી શકતી નથી તેથી મારાં કેટલાંક વધારે ચિંતનબિંદુઓ પણ અહીં શામેલ છે.

Mantra Always Heals And Liberates (MAHAL)

મંત્ર હંમેશાં આરોગ્ય અને મુક્તિ પ્રદાન કરે છે (મહેલ)

(Mantra Always Heals And Liberates આ શબ્દોનો અર્થ છે, 'મંત્ર હંમેશાં આરોગ્ય અને મુક્તિ પ્રદાન કરે છે' અને આ અંગ્રેજી શબ્દોના પહેલા અક્ષરોથી જે સંક્ષિપ્ત શબ્દ બન્યો, તે છે MAHAL, એટલે કે 'મહેલ'.)

‘શ્રીગુરુમાઈનાં વચનો પર ધ્યાન : મહાશિવરાત્રિ’ના પહેલા ભાગમાં મેં ‘ૐ નમઃ શિવાય’ મંત્ર પર ગુરુમાઈજીની શિખામણો પર ચિંતન કર્યું. મારા લેખનો મુખ્ય વિષય ગુરુમાઈજીની એ શિખામણ હતી કે મંત્રનું અમૃત ખૂબ જ શીતળદાયી હોય છે, ખાસ કરીને એ સમયે, જ્યારે સંસારનો અગ્નિ ઉગ્ર હોય. મેં એ અગણિત અવસરોમાંથી કેટલાકને યાદ કર્યાં, જ્યારે ગુરુમાઈજીએ સત્સંગ કર્યાં છે અને ‘ૐ નમઃ શિવાય’ મંત્ર ગાવા માટે આપણને બધાંને માર્ગદર્શિત કર્યાં છે, જેથી આપણે મંત્રની આરોગ્યદાયી અને સંરક્ષણ પ્રદાન કરનારી શક્તિઓનું આવાહન કરી શકીએ.

જેમજેમ હું આ શિખામણ પર વધુને વધુ મનન કરતી ગઈ, મારા મનમાં કૈલાસ પર્વતના શિખર પર બિરાજમાન ભગવાન શિવની છબી ફરીથી ઊભરી આવી. મારા સંશોધન અને લેખન દરમિયાન મને જાણવા મળ્યું કે ભગવાન શિવનું એક નામ છે, ‘ગિરિત્ર’ એટલે કે એ જોઓ કૈલાસ પર્વત પર નિવાસ કરે છે અને તેમના ભક્તોની રક્ષા કરે છે. આ નામ, આ વિચાર મને આશ્વાસન આપે છે કે ઉપર બેઠેલા ભગવાન શિવ આપણા પર તેમની કૃપાદષ્ટિ રાખે છે, આપણું ધ્યાન રાખે છે અને જે પણ તેમની શરણ લે છે તેની રક્ષા કરે છે. જ્યારે આપણે મંત્ર ગાઈએ છીએ ત્યારે આપણે ભગવાનના આ રૂપનું આવાહન કરીએ છીએ. આપણે વિનમ્રતાપૂર્વક તેમને પ્રાર્થના કરીએ છીએ કે તેઓ આપણી અને આપણા સંસારની રક્ષા કરે.

જ્યારે હું વિચારી રહી હતી કે આ વિષય પર ગુરુમાઈજીની શિખામણો માટે કયો સંક્ષિપ્ત શબ્દ યોગ્ય છે, ત્યારે હું ઇચ્છતી હતી કે આ શબ્દ એવો હોય જે ભૌતિક સ્થાનનો ભાવ જગાવે અને ખાસ કરીને એવું સ્થાન જે સુરક્ષિત હોય, જેના પર કોઈ વ્યક્તિનો અધિકાર હોય અને જ્યાં તેમનો આશ્રય, તેમનું સંરક્ષણ મળે. હિન્દી શબ્દ ‘મહેલ’નો અર્થ છે મહેલ, જે આવા જ વિશાળ અને ભવ્ય નિવાસસ્થાનને દર્શાવે છે. તેમાં એક વિશેષ વૈભવનો ભાવ છે અને નિશ્ચિતપણે આશ્રયસ્થાનનો ભાવ પણ છે કારણ કે તે એક ભૌતિક સંરચના છે જેમાં લોકો રહે છે અથવા રહ્યાં છે. આ કલ્પના કેટલી સારી છે, હે ને? — એ કલ્પના કરવી કે જ્યારે આપણે મંત્ર ગાઈએ છીએ તો આપણે ભગવાનના મહેલમાં બેઠાં છીએ. આપણે કૃપાથી ઘેરાયેલાં છીએ, ભગવાન અને શ્રીગુરુના આશ્રયમાં સુરક્ષિત છીએ.

Calling on and Accepting the Lord's Love (CALL)

ભગવાનના પ્રેમનું આવાહન કરવું અને તેનો સ્વીકાર કરવો (પોકારવું)

(Calling on and Accepting the Lord's Love આ શબ્દોનો અર્થ છે, 'ભગવાનના પ્રેમનું આવાહન કરવું અને તેનો સ્વીકાર કરવો' અને આ અંગ્રેજી શબ્દોના પહેલા અક્ષરોથી જે સંક્ષિપ્ત શબ્દ બન્યો, તે છે CALL, જેનો અર્થ છે, 'પોકારવું'.)

બીજા ભાગમાં, મેં ગુરુમાઈજીની એ શિખામણ પર કેન્દ્રણ કર્યું હતું કે ભગવાન શિવને તેમનું નામ પ્રિય છે. મેં લખ્યું કે આ શિખામણ પાછળ જે સિદ્ધાંત છે તેને હું કઈ રીતે સમજી — એટલે કે એ કેવી રીતે હોઈ શકે કે જે કોઈ વ્યક્તિ ભગવાનના નામનો જપ માત્ર કરે તો ભગવાન તેને સાંભળે છે અને ઉત્તર પણ આપે છે, પછી ભલે તે વ્યક્તિ કોઈપણ કેમ ન હોય અને તેણે કંઈ પણ કેમ ન કર્યું હોય. મને સમજાયું કે આનો સંબંધ પોતાના ભક્તો માટે ભગવાનની કરુણા અને આ કરુણાના સ્વરૂપ સાથે છે.

આ ભાગ લખ્યો ત્યારબાદ થોડા જ સમય પછી હું એક સહ-સિદ્ધયોગી સાથે વાત કરી રહી હતી જેઓ મારા સલાહકાર પણ છે. તેમણે આ વાતના સારને ખૂબ જ સ્પષ્ટતાથી અને સંક્ષિપ્તમાં વ્યક્ત કર્યો. તેમણે કહ્યું, “હા, ભગવાન નિઃસંદેહ ઇચ્છે છે કે આપણે તેમનું નામ જપીએ. જ્યારે આપણે તેમને પોકારીએ છીએ ત્યારે આપણે સ્વયં આપણા મૂળ આત્માનું આવાહન કરી રહ્યાં હોઈએ છીએ. આપણે જે છીએ, આપણે તેની વધારે સમીપ આવી રહ્યાં હોઈએ છીએ.”

ભગવાન, શ્રીગુરુ અને આત્મા એક જ છે. આપણે આ સત્યનું જ્ઞાન સિદ્ધયોગ પથ પર પ્રાપ્ત કરીએ છીએ. આપણાં શ્રીગુરુની કૃપાથી અને આપણા દૃઢ પ્રયત્નોથી આપણે આ સત્યની અનુભૂતિ કરીએ છીએ. મને આ સંક્ષિપ્ત શબ્દ ગમે છે, “CALL” જેનો અર્થ છે ‘પોકારવું’, કારણ કે એ સિદ્ધયોગ સાધનાને સ્પષ્ટરૂપે પ્રતિબિંબિત કરે છે; બીજા શબ્દોમાં કહીએ તો આ સંક્ષિપ્ત શબ્દ જે અંગ્રેજી શબ્દોના પહેલા અક્ષરોમાંથી બન્યો છે તેનો અર્થ છે, ‘ભગવાનના પ્રેમનું આવાહન કરવું અને તેનો સ્વીકાર કરવો’. આપણે ભગવાનને પોકારીએ છીએ, તેમનું આવાહન કરીએ છીએ અને તેઓ ઉત્તર જરૂરથી આપશે. પરંતુ આપણે એ ઉત્તર સાથે શું કરીએ છીએ? એ ઉત્તર જે રૂપમાં આપણને મળે છે, શું આપણે તેને એ રૂપમાં સ્વીકારીએ છીએ? શું આપણે તેને આપણા અસ્તિત્વમાં આત્મસાત્ કરીએ છીએ? આપણે જ્યાં છીએ ત્યાં જ આપણને મળવા માટે શું આપણે ભગવાન પ્રત્યે, આપણાં શ્રીગુરુ પ્રત્યે કૃતજ્ઞતા વ્યક્ત કરીએ છીએ? અને આ પ્રક્રિયામાં આપણને સ્વયં વિશે શું સમજ મળે છે?

હાલમાં, હું ભગવાન શિવને સમર્પિત વિભિન્ન સહસ્રનામો વિશે વિચારી રહી છું. સંસ્કૃતમાં, ‘સહસ્રનામ’ એટલે એક હજાર નામ અને આ શબ્દનો પ્રયોગ ખાસ કરીને એ સ્તોત્ર માટે કરવામાં આવે છે જે કોઈ વિશેષ દેવતાના એક હજાર નામોને એક-એક કરીને જણાવી તેમની સ્તુતિના સંદર્ભમાં હોય. ગુરુમાઈજીએ કહ્યું છે કે તેમને સહસ્રનામ અત્યંત પ્રિય છે અને કેટલાંક વર્ષોથી સિદ્ધયોગ આશ્રમોમાં આમાંથી ઘણાં સ્તોત્રોનો પાઠ કરવામાં આવી રહ્યો છે.

જ્યારે આપણે સહસ્રનામનું અધ્યયન અને પાઠ કરીએ છીએ તો આપણે એ દેવતાની કૃપાનું આવાહન કરીએ છીએ. આપણને એ દેવતા વિશે હજી વધારે સમજ પ્રાપ્ત થઈ શકે છે — અને પરિણામસ્વરૂપ, આપણે આપણા પોતાના આત્મા વિશે વધારે ગહનતાથી સમજી શકીએ છીએ. આ પણ એક કારણ છે જેના લીધે હું ભગવાન શિવના અનેક નામોમાંથી કેટલાંક નામો વિશે તમને જણાવી રહી છું. આ નામો સુંદર છે, મનમોહક છે અને મોટાભાગે આપણી ચર્ચાના વિષયો સાથે સુસંગત છે, અને તે આપણા અંતરસ્થ ભગવાનના વિભિન્ન ગુણોને વિશેષરૂપે દર્શાવે છે.

વાત એમ છે કે જ્યારે ભગવાન શિવનાં અનેકાનેક નામો અને તેમના ગુણોની સૂચિ બનાવવાની વાત આવે તો હું બસ એક ઝલક જ પ્રસ્તુત કરી શકી છું. આખરે, એક હજાર નામ છે! આમાંથી કેટલાંક નામો તમે પહેલાંથી જ જાણતા હશો. ઉદાહરણ તરીકે, ભગવાન શિવ ‘નટરાજ’ છે એટલે કે બ્રહ્માંડીય નૃત્યના સ્વામી, જેઓ અખિલ બ્રહ્માડના સર્જન અને વિલયના સંચાલનકર્તા છે. તેઓ ‘મહાકાલ’ એટલે કે સમયના સ્વામી છે, તેઓ ‘મૃત્યુંજય’ છે એટલે કે જેમણે મૃત્યુ પર વિજય પ્રાપ્ત કર્યો છે. તેઓ ‘ચંદ્રશેખર’ છે એટલે કે જેઓ પોતાની જટાઓમાં અર્ધચંદ્ર ધારણ કરે છે, તેઓ ‘ઓંકારેશ્વર’ છે જેનો અર્થ છે આદિનાદ ઓમકાર સ્વરૂપ ઈશ્વર. તેઓ ‘રુદ્ર’ પણ છે એટલે કે ઈશ્વરનું તેજસ્વી અને ઉગ્ર રૂપ, જે સીમિતતાઓને નષ્ટ કરે છે, આ ભગવાન શિવનું એ રૂપ છે જેનો મહિમાગાન આપણે શ્રીરુદ્રમ્ના પાઠમાં કરીએ છીએ.

તમને એ જાણવું ગમશે કે ‘શ્રીગુરુમાઈનાં વચનો પર ધ્યાન’ની આ શૃંખલાના દરેક ભાગના અંતે, અશ્રુનાં ટીપાં આકારના જે સ્ફટિકનું ચિત્ર તમે જુઓ છો એ ભગવાનના રુદ્ર રૂપનો સંકેત છે. ‘શિવપુરાણ’ જેવાં શાસ્ત્રો અનુસાર, રુદ્રાક્ષ વૃક્ષનાં બીજ — જેનો ઉપયોગ આપણે જપમાળા બનાવવા માટે કરીએ છીએ — મૂળતઃ ભગવાન રુદ્રનાં અશ્રુઓથી ઉત્પન્ન થયાં છે. ભગવાન ગહન ધ્યાનમાં લીન હતા ત્યારે તેમનાં અશ્રુઓ ધરતી પર પડીને રુદ્રાક્ષ બીજ બની ગયાં. ભગવાનનાં અશ્રુ તેમના ભક્તો પ્રત્યે તેમની કરુણા અને ભક્તોનાં કષ્ટોને દૂર કરવાની તેમની ઇચ્છાનાં પ્રતીક છે.

Wonderful, Abundant Yearning (WAY)

અદ્ભુત, પ્રચુર લલક (માર્ગ કે રીત)

(Wonderful, Abundant Yearning આ શબ્દોનો અર્થ છે, ‘અદ્ભુત, પ્રચુર લલક’ અને આ અંગ્રેજી શબ્દોના પહેલા અક્ષરોથી જે સંક્ષિપ્ત શબ્દ બન્યો, તે છે WAY, જેનો અર્થ છે, ‘માર્ગ કે રીત’.)

ત્રીજા ભાગમાં મેં એ પ્રસંગ વિશે લખ્યું હતું જે ગુરુમાઈજીએ કહ્યો હતો, જેમાં એક નાની છોકરી તેનાં માતાપિતા સાથે શ્રી મુક્તાનંદ આશ્રમ આવી હતી અને તેણે પૂછ્યું હતું કે શું તેમણે ગુરુમાઈજી સાથે “દર્શનનું બુર્કિંગ” કરી લીધું છે. મેં લખ્યું હતું કે આ પ્રસંગના સંદર્ભમાં ગુરુમાઈજીનો ઉત્તર મારા હૃદયને સ્પર્શી ગયો હતો, કેવી રીતે

તેમણે એ છોકરીના કૌતુકભર્યા પ્રશ્નનો ઉત્તર આપતાં કહ્યું, “કેમ નહીં?” આનાથી હું દર્શનનાં સ્વરૂપ પર મનન કરવા લાગી કે દર્શનની સાચી અનુભૂતિ હૃદયમાં થાય છે અને આના લીધે દર્શનનો અભ્યાસ આપણા માટે હંમેશાં સુલભ થઈ જાય છે.

પરંતુ, હું અહીં એક મહત્વપૂર્ણ તફાવતને સ્પષ્ટ કરવા માગું છું. ભલે શ્રીગુરુનાં દર્શન આપણાં માટે હંમેશાં સુલભ હોય, ભલે તેની ભરપૂર અનુભૂતિ થતી હોય તોપણ આ અનુભૂતિ આપમેળે નથી થતી. આપણે તેના માટે પ્રયત્ન કરવો પડે છે. એ પ્રયત્ન નિશ્ચિતપણે મધુર હોય છે, તેમછતાં દર્શન માટે તે અનિવાર્ય છે.

તો, આની રીત શું છે? આપણે કયા ખાસ પ્રયત્નો કરવા જ જોઈએ? મહાશિવરાત્રિથી હું આના વિશે ઘણું વિચારી રહી છું — દર્શન પ્રત્યે આપણા દષ્ટિકોણમાં કેવા પ્રકારનું અનુશાસન હોવું જોઈએ, દર્શન માટે આપણી લલકને આપણે કેવી રીતે પોષિત કરી શકીએ, અને જો આપણે આ લલકને લાંબા સમય સુધી આપણી અંદર જાળવી રાખીએ તો તેની તીવ્રતા ઓછી થવા લાગે છે, ભિન્નતાનો ભાવ ધુંધળો થવા લાગે છે અને તે આપણને એ જ અનુભવમાં લીન કરી દે છે જેના તરફ તે આપણને ખેંચી રહી હોય છે.

મેં પહેલાં લખ્યું હતું કે આપણા હૃદયમાં શ્રીગુરુની ઉપસ્થિતિ સાથે જોડાવા માટે આપણે સમય કાઢવો જોઈએ, શક્ય હોય તો દરરોજ. આ એક સારું અને વ્યાવહારિક પગલું છે જે આપણે લઈ શકીએ છીએ. અને સાથેસાથે એક સૂક્ષ્મ પ્રયત્ન પણ છે જે આપણે કરવાનો છે, તે છે, મન અને હૃદયને તૈયાર કરવાં.

મારો અનુભવ રહ્યો છે કે આપણને એ વસ્તુની લલક હોય છે જે આપણા માટે મહત્વપૂર્ણ છે. અને ઘણીવાર, આપણે એ વસ્તુઓને જરૂરિયાત કરતાં વધારે મહત્વ આપી દઈએ છીએ જે આપણને દુર્લભ અથવા ઓછી ઉપલબ્ધ લાગે છે. હું આ એટલા માટે કહી રહી છું જેથી આપણે એ વાતનું ધ્યાન રાખી શકીએ કે દર્શન આપણા માટે આટલાં સુલભ છે, તેથી આપણા માટે દર્શનનું જે મહત્વ છે તે ઓછું ન થઈ જાય. મારું માનવું છે કે આપણે આ જાણીજોઈને નથી કરતાં. હું જાણું છું કે જો હું કોઈપણ સિદ્ધયોગીને પૂછું કે તેના માટે દર્શનનું મહત્વ શું છે તો તે એવું જ કહેશે કે તેના માટે દર્શન અનમોલ છે, તે એટલાં મૂલ્યવાન છે કે તેની સરખામણી કોઈ બીજી વસ્તુ સાથે થઈ જ ન શકે. પરંતુ મારું માનવું છે કે જ્યારે આપણો સમય વ્યતીત કરવા માટે આપણે આપણી પ્રાથમિકતાઓ નિર્ધારિત કરીએ છીએ તો આપણા એ નિર્ણયોમાં એક મૂલ્યાંકન અવશ્ય હોય છે અને આ મૂલ્યાંકન એ વાતનો આધાર છે કે આપણે કઈ વસ્તુ કરવાની પસંદગી કરીએ. કોઈપણ વસ્તુ જે આપણને લાગે કે આપણે તેને આવતીકાલ પર છોડી શકીએ છીએ — કોઈપણ વસ્તુ જેના વિશે આપણે માનીએ કે જ્યાંસુધી આપણે તેના માટે તૈયાર ન હોઈએ ત્યાંસુધી તે આપણી રાહ જોશે — એ આપણા માટે બીજી બધી વસ્તુઓ કરતાં એટલી મહત્વપૂર્ણ નથી જેને આપણે પ્રાથમિકતા આપી છે.

પરંતુ વાત જ્યારે દર્શનની હોય તો શું આપણે ખરેખર આવું કરી શકીએ છીએ? આપણામાંથી દરેક વ્યક્તિ પાસે આ ધરતી પર સીમિત સંખ્યામાં દિવસો છે. દર્શનની અનુભૂતિ વગર કોઈપણ દિવસનું મહત્વ જ શું છે? જો આપણે કોઈ દિવસ ચિંતનમનન ન કરીએ, અથવા બીજું કંઈ નહીં તો સદેહ ગુરુના શબ્દોને યાદ પણ ન કરીએ તો એ દિવસનું મૂલ્ય જ શું છે?

એટલા માટે, આપણે આપણી લલકને જીવંત રાખવા માગીએ છીએ. આપણે તેને નવી ઊર્જાથી ભરવા માગીએ છીએ અને તેને પ્રબળ રાખવા માગીએ છીએ. સદ્નસીબે, દર્શનની અનેક અદ્ભુત — અને વિરોધાભાસી પણ! — વાતોમાંથી એક એ છે કે આપણે તેનો જેટલો વધારે અનુભવ કરીએ છીએ, આપણી લલક તેટલી જ વધતી જાય છે. એટલા માટે જ, ઉદાહરણ તરીકે, મને સિદ્ધયોગ પથ વેબસાઇટ પર ફોટો ગેલરી જોવાનું ખૂબ જ ગમે છે, જેમાં દરરોજ નવા-નવા ફોટાઓ ઉમેરવામાં આવે છે — શ્રી મુક્તાનંદ આશ્રમમાં પ્રકૃતિના ફોટાઓ, ડૉ અને હૃદય આકારના ફોટાઓ. આ ફોટાઓ દર્શાવે છે કે ગુરુમાઈજી શ્રી મુક્તાનંદ આશ્રમના પરિસરમાં શું જોઈ રહ્યાં છે. આ આપણા માટે ગુરુમાઈજી તરફથી એક આમંત્રણ છે કે આપણે પણ તેમની સાથે આ અનુભવમાં ભાગ લઈએ. જ્યારે આપણે આ ફોટાઓને જોઈએ છીએ તો આપણે એ જ જોઈ રહ્યાં હોઈએ છીએ જે ગુરુમાઈજી જુએ છે. આપણે આપણા હૃદયમાં શ્રીગુરુની ઉપસ્થિતિ તરફ આગળ વધી રહ્યાં હોઈએ છીએ. આપણે દર્શનમાં ભાગ લઈ રહ્યાં હોઈએ છીએ.

Attune To The Universal Notes Emerging (ATTUNE)

‘બ્રહ્માંડમાંથી ઊઠતા સ્વરો સાથે એકલય થાઓ’ (એકલય થાઓ)

(Attune To The Universal Notes Emerging આ શબ્દોનો અર્થ છે, ‘બ્રહ્માંડમાંથી ઊઠતા સ્વરો સાથે એકલય થાઓ’ અને આ અંગ્રેજી શબ્દોના પહેલા અક્ષરોથી જે સંક્ષિપ્ત શબ્દ બન્યો, તે છે ATTUNE, જેનો અર્થ છે, ‘એકલય થાઓ’.)

ચોથો ભાગ પરંપરાગત સિદ્ધાંત, “માંગો તો તમને મળશે,” વિશે ગુરુમાઈજીની શિખામણ પર કેન્દ્રિત હતો. મેં એ વાતનું પરીક્ષણ કર્યું કે ભગવાન પાસે કંઈક ‘માંગવું’ એનો શું અર્થ છે — જેનું વર્ણન કરતા મેં કહ્યું હતું કે તેનો અર્થ છે ભગવાનને પ્રાર્થના કરવી — અને મેં એ પણ જણાવ્યું હતું કે હું ગુરુમાઈજી પાસેથી પ્રાર્થનાની શક્તિ વિશે શીખી છું. હું શીખી છું કે પ્રાર્થના માત્ર આપણી ઇચ્છાઓની પૂર્તિ કરવાનું કે આપણી જરૂરિયાતોને પૂરી કરવાનું સાધન નથી. તે ભગવાનના ધામ સુધી પહોંચવાનો સેતુ હોઈ શકે છે.

જ્યારે આપણી પ્રાર્થના આંતરિક જોડાણના સ્થાનથી ઉદ્ભવે છે તો એ વધારે અર્થપૂર્ણ હોય છે, તેની શક્તિ વધી જાય છે. આપણે બ્રહ્માંડીય સ્પંદન સાથે એકલય થઈ જઈએ છીએ. જ્યારથી મેં આ વિષય પર મારું આરંભિક ચિંતન લખ્યું છે ત્યારથી હું આના પર મનન કરી રહી છું. વિશેષરૂપે, હું ગહનતાથી વિચારી રહી છું કે હૃદયના પ્રજ્ઞાનને સાંભળવા માટે અને તેને વ્યક્ત કરવા ઇચ્છુક રહેવા માટે શું જરૂરી છે — પછી ભલે આપણે તેને પોતાની સમક્ષ વ્યક્ત કરીએ અથવા તો આપણી આસપાસનાં લોકો સમક્ષ.

કાશ હું એવું કહી શકતી હોત કે મને મારા અંતર-જ્ઞાન પર હંમેશાં પૂરેપૂરો વિશ્વાસ હોય છે. પણ આવું નથી થયું. કેટલીકવાર એવું થયું છે કે હું અંતરના ઊંડાણથી જાણતી હોઉં છું કે અમુક વાત સાચી છે, ત્યારે મેં નવી-નવી

રીતો શોધીને અસાધારણ કુશળતાથી એ વાતની ઉપેક્ષા કરી છે અને મારા અંતર-જ્ઞાનને બદલે હું એ આકર્ષક ભ્રમ પર વિશ્વાસ કર્યો છે જે બહુ સરળ લાગે છે, મનને સારો લાગે છે અને વિચારવાની મારી જૂની રીત સાથે મેળ ખાય છે, પરંતુ તે હંમેશાં યોગ્ય સાબિત નથી થતો. આવું કદાચ એટલા માટે થાય છે કારણ કે સત્ય હંમેશાં એવું નથી દેખાતું જેવું આપણે વિચારીએ છીએ કે તે દેખાય. આના લીધે હંમેશાં તરત જ સંતોષ નથી મળતો. કેટલીકવાર તો સહેજ પણ સંતોષ નથી મળતો, બીજું કંઈ નહીં તો એ ઇચ્છાઓ અંગે તો સંતોષ નથી જ મળતો જે શરૂઆતથી આપણી અંદર હતી. આનો સ્વીકાર કરવા માટે વિનમ્રતા જરૂરી છે, એવું ખુદ્દાપણું જરૂરી છે જેનાથી આપણે આપણી પૂર્વધારણાઓને એક તરફ રાખી શકીએ, ક્યારેક-ક્યારેક આપણી અંદર ઊઠતી એ જીદને છોડી શકીએ કે આપણે હંમેશાં જ સાચાં હોઈએ — અને જો આપણે ખોટાં હોઈએ તો આપણે આપણી પ્રતિષ્ઠા બચાવવાની ઇચ્છાને છોડી શકીએ.

એકવાર ગુરુમાઈજીએ મને એપિક્ટેટસની એક ઉક્તિ કહી હતી, જે પ્રાચીન ગ્રીસના એક સ્ટોઇક દાર્શનિક હતા. એપિક્ટેટસ સલાહ આપે છે, “એવું ન માંગો કે વસ્તુઓ તમારી ઇચ્છા અનુસાર જ ઘટિત થાય, તેના બદલે એવું ઇચ્છો કે તે એ રીતે ઘટિત થાય જે રીતે એ વાસ્તવમાં થાય છે, ત્યારે તમે સુખી રહેશો.”^૧

મારા માટે એપિક્ટેટસના શબ્દોનો અર્થ એ નથી કે તમે ખોટાં કૃત્યોને બસ ચૂપચાપ સ્વીકારી લો. મારી સમજ પ્રમાણે એ સંવેદનહીનતાનું સમર્થન નથી અથવા પૃથ્વીગ્રહના નિવાસી તરીકે આપણે જે જવાબદારીઓ નિભાવવી જોઈએ, તેનો ત્યાગ કરવાની વાત પણ નથી. એના બદલે, મારા માટે આ શબ્દો એક ચેતવણી છે કે આપણે આપણા વ્યક્તિગત સ્વાર્થ પ્રમાણે આપણી પરિસ્થિતિઓને બદલવાનો પ્રયાસ ન કરીએ. ગુરુમાઈજીની શિખામણોના અધ્યયન પર આધારિત મારી સમજ અનુસાર, મારું માનવું છે કે દુનિયામાં આપણે જે દુષ્ટતા જોઈએ છીએ તે મોટાભાગે આ માનસિકતાનું પરિણામ છે, તે આ લાલચનું પરિણામ છે જેને આપણે કોઈ નિયંત્રણ વિના વધવા દઈએ છીએ.

આવી અનિયંત્રિત લાલચને કેવી રીતે રોકી શકાય તેના માટે મારી પાસે કોઈ જવાબ નથી, પરંતુ મને નિશ્ચિતરૂપે એવું લાગે છે કે હજી વધારે લાલચ રાખવી એ તેનું સમાધાન નથી. જ્યારે આપણે સ્વયં સાથે જોડાવાનો પ્રયત્ન કરીએ છીએ, જ્યારે આપણે વાસ્તવમાં દુનિયાના લય સાથે એક થવાનો પ્રયત્ન કરીએ છીએ, ત્યારે આપણે વધારે જાગૃક્તાથી પગલું ભરી શકીએ છીએ. આપણે ફક્ત એ જ નથી કરતાં જે આપણે કરવા માંગીએ છીએ. આપણે એ કરીએ છીએ જે કરવું જરૂરી છે, જે લાભદાયક છે, જે ઉત્થાનકારી અને પરસ્પર સહાયક છે.

Peace Requires Assessing Yourself (PRAY)

શાંતિ માટે સ્વયંનું મૂલ્યાંકન કરવું જરૂરી છે (પ્રાર્થના કરો)

(Peace Requires Assessing Yourself આ શબ્દોનો અર્થ છે, ‘શાંતિ માટે સ્વયંનું મૂલ્યાંકન કરવું જરૂરી છે’ અને આ અંગ્રેજી શબ્દોના પહેલા અક્ષરોથી જે સંક્ષિપ્ત શબ્દ બન્યો, તે છે PRAY, જેનો અર્થ છે, ‘પ્રાર્થના કરો’.)

પાંચમા ભાગમાં મેં શાંતિ માટે ગુરુમાઈજીની ઉત્કૃષ્ટ પ્રાર્થના વિશે જણાવ્યું હતું. આપણે આપણા અંતરમાં જે શાંતિની અનુભૂતિ કરીએ છીએ તેની અને આપણા સંસારમાં વ્યાપક રૂપે જે શાંતિ પ્રાપ્ત કરવા માંગીએ છીએ, તેની વચ્ચે ગુરુમાઈજી જે સંબંધ જોડી રહ્યાં હતાં, તે સંબંધ પર હું મનનચિંતન કરી રહી હતી. મેં એના વિશે પણ લખ્યું હતું કે હું ગુરુમાઈજી પાસેથી શીખી છું કે આપણે પ્રાર્થનાશીલ હોવાનો અંતર-ભાવ રાખીએ — બીજા શબ્દોમાં કહું તો આપણે આપણા હૃદયને કોમળ રાખીએ અને સમાનુભૂતિ દર્શાવવા માટે તત્પર રાખીએ. આ કરવા માટે, આપણે સ્વયં પ્રત્યે સૌમ્યતાથી સતર્ક રહેવું પડશે, આપણે આ સંસારના ક્રિયાકલાપોમાં પૂરીરીતે અવશ્ય ભાગ લઈએ અને એ વાતનું પણ ધ્યાન રાખીએ કે તેના સતત થઈ રહેલા ઉતાર-ચઢાવ સાથે આપણે ઝઝૂમતાં ન રહીએ.

મેં ગુરુમાઈજીની પ્રાર્થના પર મારા મનનચિંતન વિશે અને તેમનાં દ્વારા પ્રયુક્ત શબ્દો પર મારી સમજ વિશે ઘણા ફકરાઓ લખ્યા. પરંતુ મારી અંદર એક ખૂણો એવો છે જે હજી સુધી આ વાતને સ્વીકારી નથી શકતો કે સ્વયં ગુરુમાઈજીએ પ્રાર્થના કરી! હું અત્યંત ભાવુક થઈ ગઈ છું. આપણાં શ્રીગુરુએ આપણાં માટે, સમસ્ત માનવજાતિ માટે પ્રાર્થના અર્પિત કરી.

થોડા સમય પહેલાં, ગુરુમાઈજીએ મને તેમનાં બાળપણનો એક પ્રસંગ કહ્યો હતો. તેઓ ગુરુદેવ સિદ્ધપીઠના એક વડીલ વ્યક્તિ સાથે વાત કરી રહ્યાં હતાં. ગુરુમાઈજીએ એ વડીલને પૂછ્યું, “શું ભગવાન પણ પ્રાર્થના કરે છે?”

એ વડીલે કહ્યું, “હા, ભગવાન પણ પ્રાર્થના કરે છે.”

પછી ગુરુમાઈજીએ પૂછ્યું, “ભગવાન કોના માટે પ્રાર્થના કરે છે?”

એ વડીલે કહ્યું, “ભગવાન તેમના ભક્તો માટે પ્રાર્થના કરે છે.”

ગુરુમાઈજીએ મને કહ્યું કે ગુરુ બન્યાં પછી તેમને સમજાયું કે આનો અર્થ શું છે. કારણ કે તેઓ તેમના ભક્તો માટે પ્રાર્થના કરે છે.

જ્યારથી ગુરુમાઈજીએ મને આ પ્રસંગ કહ્યો છે ત્યારથી મેં તેને મારા હૃદયમાં સાચવીને રાખ્યો છે અથવા તો કદાચ આ પ્રસંગ સ્વયં જ મારા હૃદયમાં જઈને વસી ગયો, એ જાણીને કે તેના રહેવા માટે આ જ તેનું પોતાનું સ્વાભાવિક-સ્થાન છે. જેમજેમ હું આ પ્રસંગ વિશે વધારે વિચારું છું, મને મારા એક પ્રિય અભંગ, “શ્રીગુરુ

સારિખા”ની એક પંક્તિ યાદ આવે છે. ગુરુમાઈજીએ ઘણીવાર સત્સંગમાં આ અભંગ ગાયો છે. આ અભંગમાં સંતકવિ જ્ઞાનેશ્વર મહારાજ કહે છે : શ્રીગુરુ સારિખા, અસતાં પાઠીરાખા । ઇતરાંચા લેખા કોણ કરી ॥

આનો અનુવાદ છે, “શ્રીગુરુ જેવા પરમ સંરક્ષક મારી સાથે છે, તો હું બીજા કોઈની સહાયતા શા માટે માગું?” થોડાં વર્ષો પહેલાં, જ્યારે ગુરુમાઈજીએ મધુર સરપ્રાઈઝમાં આ અભંગ ગાયો હતો ત્યારે તેમણે આ અનુવાદને વિસ્તારપૂર્વક સમજાવ્યો હતો; ખાસ કરીને મરાઠી ભાષાનો શબ્દ ‘પાઠી’, જેનો અર્થ છે, એક વ્યક્તિની પીઠ. ગુરુમાઈજીએ સમજાવ્યું હતું કે જ્ઞાનેશ્વર મહારાજ આપણને કહી રહ્યા છે કે શ્રીગુરુ હંમેશાં આપણી સાથે છે.

મને આ શબ્દરચના ખૂબ ગમે છે. સિદ્ધયોગ પથ પર આપણે કેટલાં ભાગ્યશાળી છીએ કે આપણી પાસે એક સદેહ શ્રીગુરુ છે. આપણે અત્યંત ધન્ય છીએ કે આપણી પાસે એક એવાં શ્રીગુરુ છે જેઓ આપણને આગળ વધવાનો માર્ગ બતાવે છે અને જેમની કૃપા હંમેશાં આપણી સાથે છે.

Goodness Outlasts Our Despondency (GOOD)

સારપ આપણી નિરાશા કરતાં પણ વધારે સમય સુધી ટકે છે (સારું)

(Goodness Outlasts Our Despondency આ શબ્દોનો અર્થ છે, ‘સારપ આપણી નિરાશા કરતાં પણ વધારે સમય સુધી ટકે છે’ અને આ અંગ્રેજી શબ્દોના પહેલા અક્ષરોથી જે સંક્ષિપ્ત શબ્દ બન્યો, તે છે GOOD, જેનો અર્થ છે, ‘સારું’.)

છઠ્ઠા ભાગમાં આપણે આપણાં જીવનમાં “સારપનાં બીજ વાવવાં” વિશે ગુરુમાઈજીની શિખામણ પર અન્વેષણ કર્યું. ગુરુમાઈજીએ કહ્યું કે કોઈને કંઈક સારું કહેવું એ હંમેશાં એકદમ ઠીક છે — અને આપણી વાત સાંભળીને એ વ્યક્તિ કેવી પ્રતિક્રિયા કરશે, એના લીધે એ વાત કહેવામાં આપણે સંકોચ ન કરવો જોઈએ. એટલું જ નહીં, આપણે જે દયાળુતા દર્શાવીએ છીએ તેને ભલે એ વ્યક્તિ એ સમયે ગ્રહણ ન કરી શકે, તોપણ આપણા શબ્દો વ્યર્થ નહીં જાય. કોઈક સમયે, એ વ્યક્તિને યાદ આવશે કે આપણે તેને શું કહ્યું હતું, તેના પ્રત્યે આપણી પ્રશંસાને આપણે કેવી રીતે વ્યક્ત કરી હતી. આપણા શબ્દો તેને એ આશ્વાસન આપશે જેની તેને જરૂર હશે.

જેમકે મેં પહેલાં લખ્યું છે કે મને ગુરુમાઈજીના શબ્દોથી એ સમજ મળી છે કે “સારપનાં બીજ વાવવાં”માં ઘણું બધું સમાયેલું છે, તેનો અર્થ ફક્ત એ નથી થતો કે આપણે કોઈ વ્યક્તિને સારું મહસૂસ કરાવવા માંગીએ છીએ (જોકે તે પણ ચોક્કસપણે આનો એક ભાગ છે). આપણે આવું એટલા માટે પણ કરીએ છીએ જેથી આપણે પોતાને એ દૃઢતાપૂર્વક કહી શકીએ કે આપણે કોણ છીએ, આપણે કયા સિદ્ધાંતોનું સમર્થન કરીએ છીએ, આપણે આ સંસારને કેવો બનાવવા માંગીએ છીએ. આપણે આવું સ્વયં પ્રત્યે સન્માનને કારણે કરીએ છીએ, આપણાં શ્રીગુરુ પાસેથી જે શીખ્યાં છીએ તેના પ્રત્યે સન્માનને કારણે કરીએ છીએ.

હું મહાશિવરાત્રિ વિશે ઘણું બધું કહી રહી છું તેથી મારા મનમાં ચંદ્રમાના પ્રકાશ સંબંધિત એક ઉપમા ઊભરીને આવે છે. ચંદ્રમા એ વાતથી અપ્રભાવિત રહે છે કે આપણે નજર ઉઠાવીને ઉપર તેના તરફ જોઈએ છીએ (કે નથી જોતાં) આપણે તેની સુંદરતાની પ્રશંસા કરીએ છીએ (કે નથી કરતાં). તે દરેક પરિસ્થિતિમાં ચમકતો રહેશે. તેનો પ્રકાશ નીચે ધરતી પર ફેલાતો રહેશે અને તે તેની ચમકમાં આપણને આલિંગન આપતો રહેશે. જરા એ સારપનો વિચાર કરો જે ચંદ્રમા કરે છે! ચંદ્રમાની કળા સમુદ્રમાં ભરતી-ઓટ નિયંત્રિત કરે છે; તેના ફળસ્વરૂપ, પૃથ્વીનાં મોટાભાગનાં પ્રાણીઓનું જીવનચક્ર ચાલે છે, જીવજંતુથી લઈને સ્તનધારી પ્રાણીઓ સુધી, જળચરોથી લઈને પરોપજીવી પ્રાણી કે વનસ્પતિ સુધી બધાંનું જીવન ચંદ્રમા અને ભરતી-ઓટના તાલમેલથી ચાલે છે. જે જીવો જોઈ શકે છે તેઓ પોતાના જીવનચક્રનું આ સંતુલન જાળવી રાખવા માટે ચંદ્રના પ્રકાશ પર નિર્ભર છે. શિકાર કરવો, ભોજન શોધવું, ખાવું અને ખવડાવવું, ઊડવું અને પ્રજનન કરવું, તેમના આ બધા જ ક્રિયાકલાપો એ વાત પર આધાર રાખે છે કે ચંદ્રમામાંથી કેટલો પ્રકાશ પ્રસરિત થઈ રહ્યો છે.

મને લાગે છે કે આપણે ચંદ્રમાથી પ્રેરણા લઈ શકીએ છીએ. ખરું ને? આપણે આપણા અંતરના પ્રકાશને — એ અંતર-જ્યોતના પ્રકાશને જેને ગુરુકૃપા દ્વારા પ્રજ્વલિત કરવામાં આવી છે — તેના પૂર્ણ વૈભવ સાથે બહાર ફેલાવા કેમ ન દઈ શકીએ? આવું કરવું કેટલું મુક્તિદાયક હશે? કારણ કે એ વાતની ચિંતા કર્યા વિના કે આપણાં શબ્દો અને કૃત્યોને કેવી રીતે ગ્રહણ કરવામાં આવશે, કોઈ સંકોચ કે ખચકાટ વિના બીજાં લોકો સાથે આપણી સારપ વહેંચવી એ નિઃસંદેહ સંપૂર્ણ સ્વતંત્રતાનું કૃત્ય છે.

મેં ભગવાન શિવનાં જે નામોનો ઉલ્લેખ કર્યો છે તેમાંથી એક નામ છે ‘સ્વયંભૂ’. સંસ્કૃત ભાષાના આ શબ્દના બે ભાગ છે : ‘સ્વયં’ જેનો અર્થ છે “સ્વતઃ” અને ‘ભૂ’નો અર્થ છે, “ઉદ્ભવવું, બનવું, ઉત્પન્ન થવું.” જે સ્વયંભૂ છે તે સ્વયં જન્મ લે છે, સ્વયં જ પ્રગટ થાય છે અને સંપૂર્ણપણે સ્વતંત્ર છે. તેનો ઉદ્ભવ બીજા કોઈ સ્ત્રોતમાંથી નહીં, પરંતુ પોતાનામાંથી થયો છે; તેનું અસ્તિત્વ બીજાં પર નિર્ભર નથી કરતું. તમારાંમાંથી જે લોકો ભારતમાં રહે છે અથવા જેમણે ત્યાં યાત્રા કરી છે, તેઓ કદાચ ‘સ્વયંભૂ’ શબ્દને જાણતાં હશે કારણ કે તે સમગ્ર દેશમાં જોવાં મળતાં જ્યોતિર્લિંગ સાથે જોડાયેલો શબ્દ છે. આ લિંગોને ‘સ્વયંભૂ’ કહેવામાં આવે છે — બીજા શબ્દોમાં કહીએ તો તે કોઈ માનવની સહાયતા વિના પ્રાકૃતિકરૂપે ધરતીમાંથી આપોઆપ પ્રગટ થાય છે. (જ્યોતિર્લિંગો અને તેના મહત્ત્વ વિશે વધારે જાણવા માટે, હું તમને આમંત્રિત કરું છું કે તમે સિદ્ધયોગ પથની વેબસાઇટ પર આ વિષય પર અમી બંસલ દ્વારા લિખિત સુંદર વ્યાખ્યાને વાંચો.)

લિંક : <https://www.siddhayoga.org/mahashivaratri/jyotir-linga-column-of-light/>

હું આ બધું એટલા માટે કહું છું કારણ કે આપણે સિદ્ધયોગ પથ પર શીખીએ છીએ કે ભગવાન શિવ અને આપણો અંતરાત્મા, બંને એક જ છે. તેથી જો ભગવાન શિવ સ્વયંભૂ છે તો આપણે પણ સ્વયંભૂ છીએ અર્થાત્ જો સ્વયંભૂ શબ્દથી વ્યક્ત થનારી સંકલ્પનાઓ અને ગુણો સાથે ભગવાન શિવનો ઘનિષ્ઠ સંબંધ છે તો એ વાત આપણા માટે પણ સાચી છે. આપણા અંતરમાં જે પ્રકાશ છે, આપણા હૃદયમાં જે સારપ છે તેને કોઈના પ્રમાણની જરૂર નથી. તેને કોઈની સ્વીકૃતિની મહોરની જરૂર નથી. તે તો બસ છે. અને જો આપણે તેને વહેવા દઈએ તો તે બસ વહેતાં રહે છે.

તદુપરાંત, આના પછી જે થાય છે તે વ્યવહારિક દષ્ટિએ કીમિયાગીરી કે જાદુ જ છે. મેં સંક્ષિપ્ત શબ્દ પસંદ કર્યો છે, "GOOD" — Goodness Outlasts Our Despondency એટલે કે 'સારપ આપણી નિરાશા કરતાં પણ વધારે સમય સુધી ટકે છે' કારણ કે આ શિખામણનો અભ્યાસ કરવાનો મારો અનુભવ આ જ રહ્યો છે. જ્યારે આપણે બીજાં લોકો પ્રત્યે ઉદારતા મહસૂસ કરીએ છીએ ત્યારે આપણા પોતાના માટે ખરાબ મહસૂસ કરવું અઘરું છે. જ્યારે આપણે આપણી અંદર ભગવાનના પ્રકાશનો અનુભવ કરી રહ્યાં હોઈએ અને આપણે જેની સાથે વ્યવહાર કરીએ છીએ, તેનામાં એ જ પ્રકાશને પ્રતિબિંબિત થતાં જોઈ રહ્યાં હોઈએ તો સંસારની જે દશા છે તેના વિશે નિરાશ રહેવું — આશાને પૂરીરીતે છોડી દેવી મુશ્કેલ છે. આ બહુ રસપ્રદ વાત છે, હે ને? તેથી ઘણીવાર, જ્યારે આપણે એ આવશ્યકતાને છોડી દઈએ છીએ કે આપણા પ્રકાશને સ્વીકારવામાં આવે અને તેના બદલામાં આપણને પણ કંઈક મળે ત્યારે આપણે જોઈએ છીએ કે આ પ્રકાશ એવી અનપેક્ષિત રીતે ચમકતો-ચમકતો આપણી પાસે પાછો આવી જાય છે, જેની આપણે કલ્પના પણ ન કરી હોય.

Shiva Encompasses Everything (SEE)

શિવમાં બધું જ સમાયેલું છે (જુઓ)

(Shiva Encompasses Everything આ શબ્દોનો અર્થ છે, 'શિવમાં બધું જ સમાયેલું છે' અને આ અંગ્રેજી શબ્દોના પહેલા અક્ષરોથી જે સંક્ષિપ્ત શબ્દ બન્યો, તે છે SEE, જેનો અર્થ છે, 'જુઓ'.)

આ સમાપન વિચારના પહેલાના ભાગમાં એટલે કે સાતમા ભાગમાં મેં લખ્યું હતું કે ગુરુમાઈજીએ આપણને “હું શિવ છું, શિવ સર્વશ્રેષ્ઠ છે,” આ કથનમાં નિહિત સત્યનો અનુભવ કરવા માટે કહ્યું. મેં એ વિશે લખ્યું કે ભગવાન શિવના સંદર્ભમાં “સર્વશ્રેષ્ઠ” શબ્દથી હું શું સમજી છું — અને ભારતનાં શાસ્ત્રો પણ મૂલતઃ આપણને આ જ કહે છે કે ભગવાન શિવ એ આત્મા છે જે સમસ્ત સૃષ્ટિમાં વ્યાપ્ત છે. જેમકે શાસ્ત્રો કહે છે તેમજ ગુરુમાઈજીએ અને બાબા મુક્તાનંદે શીખવ્યું છે : “એવું કંઈ પણ નથી જે શિવ નથી.” એટલા માટે, શિવ કરતાં વધારે મહાન કંઈ હોઈ જ ન શકે. શિવથી પરે કંઈ જ નથી. ભગવાન શિવ નિઃસંદેહ સર્વશ્રેષ્ઠ છે.

“શિવબોધ” શબ્દ વારંવાર મારા મનમાં ઊભરી રહ્યો છે. મૂલતઃ આ શબ્દ ભારતનાં શાસ્ત્રોમાં જોવા મળે છે અને એમાં કોઈ આશ્ચર્ય નથી કે હું આ શબ્દ વિશે સૌથી પહેલાં ગુરુમાઈજી પાસેથી શીખી છું. (હકીકતમાં, સિદ્ધયોગ પથની વેબસાઇટ પર ફોટાની એક શૃંખલા છે જે શિવબોધનાં વિભિન્ન રૂપો દર્શાવે છે.) મેં જોયું છે કે જ્યારે આપણે કહીએ છીએ, “હું શિવ છું, શિવ સર્વશ્રેષ્ઠ છે,” તો આ વાક્યાંશ દ્વારા આપણે જે બોધને ધારણ કરવાનો પ્રયાસ કરી રહ્યાં છીએ, તેને ‘શિવબોધ’ શબ્દ એકદમ સચોટતાથી દર્શાવે છે. આપણે આપણી અંદર અને બહાર શિવ એટલે કે પરમ આત્માની ઉપસ્થિતિનો અનુભવ કરવાનો પ્રયત્ન કરી રહ્યાં હોઈએ છીએ.

આ કોઈ સંયોગ નથી કે મને શ્રીગુરુમાઈના વર્ષ ૨૦૨૬ના સંદેશના શબ્દોનું પણ સ્મરણ થઈ રહ્યું છે, ખાસ કરીને ચોથી પંક્તિના શબ્દો, “અવલોકન કરો! તમારી ચેતનાને પ્રબુદ્ધ કરો.” આપણી વ્યક્તિગત ચેતનાને ઉચ્ચતર કરવા માટે આપણી ચેતનામાં શિવભાવને વ્યાપ્ત થવા દેવા કરતાં વધારે સારી રીત શું હોઈ શકે?

હું સમજું છું કે આ એક એવી વાત છે જે કહેવી સહેલી છે, પણ કરવી અઘરી છે. તમે વિચારી રહ્યા હશો, “ઈશા, સાંભળવામાં તો આ બહુ સારું લાગે છે. પરંતુ મારા જીવનમાં અને આ સંસારમાં જે કંઈ પણ થઈ રહ્યું છે, તેમાં હું ભગવાન શિવની ઉપસ્થિતિનો અનુભવ કેવી રીતે કરું, કેવી રીતે એ અનુભવ કરું કે આ બધાંની પાછળ ભગવાનની મરજી છે? શું હું એની અવગણના કરું જે મને ઉચિત નથી લાગતું અથવા જે મને બિલકુલ ખોટું લાગે છે?”

આનો ટૂંકમાં જવાબ છે, ના. જેમકે હું અત્યાર સુધીમાં કેટલીય વાર કહી ચૂકી છું કે મારા કહેવાનો અર્થ એ નથી કે સત્યને શોધવાનું કાર્ય કરવું અને પહેલાંની કોઈ અસત્ય વાતની અવગણના કરવી અથવા તેને માફ કરી દેવી, આ

બંને વાત એક જેવી છે. હું જે કહેવા માગું છું તેનો અર્થ થોડો અલગ છે. સિદ્ધયોગ પથ પર આપણે જે કરી રહ્યાં છીએ તે છે, માંગલ્યને વધારવું. આપણે એ નિર્ણય લઈ શકીએ છીએ કે આપણે આપણું ધ્યાન કઈ વસ્તુ પર કેન્દ્રિત કરીએ, આપણે આપણા જીવનમાં કઈ વસ્તુને વિકસિત થવા દઈએ. આપણી ઉપર નકારાત્મકતાનાં વાદળો ઘેરાય, એવું થવા દેવાને બદલે આપણે ભગવાન શિવ જેવા બની શકીએ છીએ, જેમની જટાઓમાં ચંદ્રમા સુશોભિત છે. આપણે એ યાદ રાખી શકીએ છીએ કે આપણાં હૃદય સ્વાર્ણિમ છે અને આપણે જ્યાં પણ જઈએ ત્યાં સારપનાં બીજ વાવી શકીએ છીએ.

હું સારીરીતે સમજી શકું છું કે આ કરવું હંમેશાં સહેલું નથી હોતું. સંભવ છે કે આના માટે ધૈર્ય, નિરંતરતા અને દૃઢનિશ્ચયની જરૂર પડશે. પરંતુ મને લાગે છે કે આપણે આ પડકાર કે જેને હિન્દીમાં યુનૌતી કહે છે, તેના માટે તૈયાર છીએ. હા, હું માનું છું કે કદાચ હું આ વાત તમારી હિંમત વધારવાની સાથેસાથે મારા પોતાના માટે પણ કહી રહી છું. તેમ છતાં, તમને શું લાગે છે? આ પડકાર સ્વીકારવા વિશે તમે શું વિચારો છો? આપણાં શ્રીગુરુ આપણા પથને પ્રકાશિત કરી રહ્યાં છે, માંગલ્યને વધારવાનો આપણો સંકલ્પ આપણા મનના અગ્રસ્થાન પર છે, તો શું તમને નથી લાગતું કે આપણે નિશ્ચિતપણે પ્રગતિ કરીશું? જેમકે ગુરુમાઈજી મારી (ઘણી બધી પ્રિય શિખામણોમાંથી) એક પ્રિય શિખામણમાં કહે છે : “તમે તમારા હૃદયને જ્યાં પણ સમર્પિત કરો છો, તમે ત્યાં જ પહોંચી જાઓ છો.”^૨

ફરી એકવાર તમારા બધાંનો આભાર, ખૂબ ખૂબ આભાર — સમય કાઢીને શ્રીગુરુમાઈનાં વચનો પર ધ્યાનની મારી આ શુંબલાને વાંચવા માટે અને તેને અંગ્રેજીમાં સાંભળવા માટે. મારા પરિચયાત્મક લેખમાં મેં તમને જણાવ્યું કે મને એવું લાગે છે કે આપણે અહીં જે કરી રહ્યાં છીએ તે એક પ્રકારનું “ડિજિટલ સાધના સર્કલ” છે. આ છેલ્લો મહિનો આપણી વચ્ચે એક આનંદદાયી વાર્તાલાપ જેવો રહ્યો છે, જ્યાં આપણે સિદ્ધયોગ પથ પર એકસાથે ચાલતાં-ચાલતાં આપણાં વિચારો અને અનુભવો એકબીજાંને જણાવ્યાં.

હું પૂરા હૃદયથી ગુરુમાઈજી પ્રત્યે મારી કૃતજ્ઞતા વ્યક્ત કરવા માગું છું કે તેમણે મને આ સેવા કરવા માટે કહ્યું. મને આનાથી એટલો લાભ થયો છે કે હું તેને શબ્દોમાં વ્યક્ત નથી કરી શકતી; એટલો લાભ જે મારી કલ્પનાથી પરે છે. આ લાભ હજી પણ ઉજ્જગર થઈ રહ્યાં છે, પરંતુ એક લાભ એવો જરૂર છે જેના વિશે હું તમને અત્યારે જણાવી શકું છું. જ્યારથી મેં આ સેવા કરવાનું શરૂ કર્યું છે ત્યારથી મને ગુરુમાઈજીનાં એક પછી એક, એક પછી એક સપનાંઓ આવી રહ્યાં છે. અનવરત દર્શન. અનવરત સત્સંગ.

હું તમને પ્રોત્સાહિત કરું છું કે તમે મહાશિવરાત્રિના ઉપલક્ષમાં આયોજિત સિદ્ધયોગ સત્સંગમાંથી શ્રીગુરુમાઈનાં વચનો પર ધ્યાન કરતા રહેજો. આ વિષય પર મારા લેખોએ જો કંઈ કર્યું હોય તો હું આશા રાખું છું કે તેણે એ દર્શાવ્યું હશે કે જ્યારે આપણે આપણાં શ્રીગુરુનાં વચનોને હૃદયમાં ઉતારીએ છીએ તો આપણે જે પ્રજ્ઞાનની ખોજ કરી શકીએ છીએ — જે પ્રજ્ઞાનને આત્મસાત્ કરી શકીએ છીએ, સાકાર કરી શકીએ છીએ — તેની કોઈ સીમા નથી.



© ૨૦૨૬ એસ.વાય.ડી.એ. ફાઉન્ડેશન®. સર્વાધિકાર મુરક્ષિત.

¹ *Marcus Aurelius, Meditations; Epictetus, Enchiridion* માંથી રૂપાંતરિત (Chicago: Henry Regnery Company, ૧૯૫૬), પૃષ્ઠ ૧૭૪.

² ગુરુમાઈ ચિદ્વિલાસાનંદ દ્વારા લિખિત પુસ્તક ‘અંતરશુદ્ધિનાં સોપાન : દિવ્ય સદ્ગુણોનો યોગ’માંથી ઉદ્ધૃત (ચિત્શક્તિ પબ્લિકેશન્સ, ૨૦૧૩), પૃષ્ઠ ૨૭.