શ્રીગુરુમાઈનાં વચનો પર ધ્યાન

મહાશિવરાત્રિ

ઈશા સરદેસાઈ દ્વારા લિખિત

“માંગો તો તમને મળશે”

શ્રીગુરુમાઈએ “દર્શનનું બુકિંગ કરવા” માંગતી સાત વર્ષની નાની છોકરીનો પ્રસંગ કહ્યો, ત્યારબાદ તેમણે બીજી એક શિખામણ પ્રદાન કરી જે આ પ્રસંગથી ઉજાગર થાય છે.

ગુરુમાઈજીએ કહ્યું, “માંગો તો તમને મળશે. આપણે બધાં આ જાણીએ છીએ. તે દરેક પરંપરામાં કહેવામાં આવ્યું છે. તે હિંદુ પરંપરામાં છે, ઈસાઈ પરંપરામાં છે, યહૂદી પરંપરામાં છે, મુસ્લિમ પરંપરામાં છે. દરેક પરંપરામાં, દરેક ધર્મમાં સત્ય એક જ છે.”

જ્યારે ગુરુમાઈજીએ આ કહ્યું તો જાણે મારા મનમાં પ્રકાશનો એક ચમકારો થયો; આ પ્રાચીન પ્રજ્ઞાન ફરીથી નવીન થઈ ગયું. હું સામાન્યતઃ બાઇબલના એ ભાગથી પરિચિત હતી જેમાંથી આ કથન, “માંગો તો તમને મળશે” લેવામાં આવ્યું છે. મેં ભગવાન શિવ વિશે જે વાર્તાઓ અને શાસ્ત્રો વાંચ્યાં હતાં, તેમાં મેં આ વિષય પર નિશ્ચિતપણે વાંચ્યું છે. અને મારા અધ્યયન અને બીજાં લોકો સાથે મારી વાતચીતને કારણે હું એ જાણતી હતી કે ઇસ્લામ અને યહૂદી ધર્મગ્રંથોમાં પણ આ ભાવના પ્રતિબિંબિત થાય છે. પરંતુ જ્યાંસુધી ગુરુમાઈજીએ સત્સંગમાં આના વિશે વાત નહોતી કરી, ત્યાંસુધી મેં વિશ્વની *બધી* મોટી ધાર્મિક અને આધ્યાત્મિક પરંપરાઓમાં જોવા મળતા *આ* સિદ્ધાંતના, *આ* વિષયના મહત્ત્વ પર વિચાર નહોતો કર્યો, તેની પ્રશંસા નહોતી કરી.

આપણે ભલે કોઈપણ પરંપરાનું અનુસરણ કરવાનું પસંદ કરીએ, પરંતુ આપણા પ્રયત્નને અત્યંત આવશ્યક માનવામાં આવે છે, આ તથ્યથી આપણે શું શીખી શકીએ છીએ? યહૂદી અને ઈસાઈ બાઇબલો, કુરાન અને ભારતનાં અસંખ્ય શાસ્ત્રો, આ બધાં જ ભગવાનની કલ્યાણકારી કૃપાના ગુણગાન કરે છે. તેમ છતાં, તે એ વાત *પણ* સ્પષ્ટ કરે છે કે સાધકે ભગવાન તરફ પહેલું પગલું ભરવું પડશે. તેણે સ્પષ્ટપણે શબ્દોમાં એ વ્યક્ત કરવું જ પડશે કે તે શું ઇચ્છે છે.

સિદ્ધયોગ પથ પર, ગુરુમાઈજીએ પ્રાર્થનાની શક્તિ વિશે વિસ્તારથી શીખવ્યું છે. પ્રાર્થના એક અત્યંત પવિત્ર કૃત્ય છે, જેમાં આપણે ભગવાન સાથે વાત કરીએ છીએ, ભગવાનને આજીજી કરીએ છીએ, તેમની સાથે સતત સંવાદ કરીએ છીએ અને તેમની સાથે જોડાઈએ છીએ. પ્રાર્થના સ્વયં એક અભ્યાસ છે, એક એવો અભ્યાસ જે મનની

બુદ્ધિમત્તાને હૃદયના સહજ જ્ઞાન સાથે જોડી દે છે. પ્રાર્થના વ્યક્ત કરવામાં ઘણું બધું સમાયેલું હોઈ શકે છે. ભગવાનની સમક્ષ બસ સાષ્ટાંગ પ્રણામ કરવા અને એ આશા રાખવી કે ભગવાન બાકી બધું સંભાળી લેશે, પ્રાર્થના માટે ફક્ત એટલું જ પર્યાપ્ત નથી. તેનો અર્થ એ પણ નથી કે આપણે એ કહીએ જે આપણને "ઉચિત" લાગે છે, જે સાંભળવામાં સારું લાગે છે અથવા આપણે માનીએ છીએ કે ભગવાન આ સાંભળવા માગે છે.

એક સાચી પ્રાર્થના છે, આપણા પોતાના આત્માનું પરમાત્મા સાથે મિલન, એ આત્મા જે આપણી ચારેબાજુ, સર્વત્ર સ્પંદિત થઈ રહ્યો છે. અને આવી સાચી પ્રાર્થના કરવા માટે, આપણે પહેલાં *સાંભળવું* પડશે — ઉદાહરણ તરીકે, બાળકોનાં પગરવને અથવા આપણી બારી સાથે અથડાતા પવનના સુસવાટાને. કમ્પ્યુટરના કીબોર્ડ પર સતત થઈ રહેલા આંગળીઓના ટકટક અવાજને અને ગેસ પર સૂપ ઊકળવાના અવાજને. આપણે જે સ્પંદનને શોધી રહ્યાં છીએ તે દરેક અવાજમાં સમાહિત છે — એ અવાજમાં જે કદાચ આપણને સામાન્ય લાગે અને એ અવાજમાં પણ જેને આપણે દિવ્યતાનું કંપન સમજીએ છીએ.

જોકે આપણે વ્યક્તિગત પસંદને પણ ધ્યાનમાં રાખવી જોઈએ. દરેક વ્યક્તિનું શરીર અલગ હોય છે. આપણી નર્વસ સિસ્ટમ એટલે કે ચેતાતંત્રની સંવેદનશીલતા અલગઅલગ હોય છે. કેટલાક અવાજ આપણને સુખદ લાગશે અને બીજા કેટલાક અવાજ આપણને ત્રાસજનક લાગતા હોય છે. મારા માટે એ સમજવું મદદરૂપ છે અને અત્યંત મહત્ત્વપૂર્ણ પણ છે કે એ કયા અવાજ છે જે મને પસંદ છે અને કેવા પ્રકારના ઘોંઘાટ છે જે હું જાણું છું કે મને તકલીફ આપે છે અને મારે તેનાથી દૂર રહેવાનું છે. જો આપણે એ જાણતાં ન હોઈએ કે આપણા શરીરને શું ગમે છે અને શું નથી ગમતું, તો પછી આપણે ભગવાનનો અનુભવ કરવા માટે આ શરીરનો ઉપયોગ કેવી રીતે કરી શકીએ? તેના બદલે, જો આપણે સ્વયં પોતાની સાથે આ પ્રક્રિયાને અપનાવીએ, જો આપણે એ જાણી લઈએ કે આપણને શું ગમે છે અને આપણા માટે શું સારું છે તો આપણે સ્વયંને એ અનુભવ કરવાનો અદ્‌ભુત અવસર આપીએ છીએ કે આપણે ઈશ્વરને સ્પર્શ કરી શકીએ.

અંતતઃ, આ જગતના મૌનમાંથી ફક્ત એક જ ધ્વનિ ઉત્પન્ન થયો છે, અને આ જ એ ધ્વનિ છે જે પવન, લહેરો અને આપણા હૃદયના ધબકારામાં ગુંજી રહ્યો છે. આદિનાદ 'ૐ'. જ્યારે આપણે આ ધ્વનિ સાંભળવાની કોશિશ કરીએ છીએ, જ્યારે આપણે તેને શબ્દો દ્વારા વ્યક્ત કરીએ છીએ ત્યારે આપણે જે પ્રાર્થના કરીએ છીએ તે તેની શક્તિથી અનુપ્રાણિત થઈ જાય છે. તેમાં 'ૐ'ની શક્તિ સમાહિત હોય છે.

હું એ અવશ્ય માનું છું કે જ્યારે આપણે પ્રાર્થના કરી રહ્યાં હોઈએ ત્યારે બની શકે કે *તે હંમેશાં* આ સ્થાનથી ન ઊભરે. કેટલીકવાર આપણે નિરાશા અથવા ડર અથવા તો અપરાધભાવને કારણે પણ પ્રાર્થના કરીએ છીએ. કેટલીકવાર આપણે પ્રાર્થના કરીએ છીએ કારણ કે આપણને ખરેખર કંઈક જોઈતું હોય છે. આના વિશે આપણે સ્વયંને દોષ આપવાની જરૂર નથી. આપણે જે પણ બેચેનીને કારણે પહેલાં પ્રાર્થના કરી હતી, તેમાં *વધારે* અપરાધભાવ ઉમેરીને બેચેની વધારવાની કોઈ જરૂર નથી. જેમકે મેં પહેલાં લખ્યું હતું, આપણી પ્રાર્થનાઓ તોપણ ફળશે. એટલા માટે જ ભગવાન શિવને વરદ એટલે કે વરદાન પ્રદાન કરનારા, શંભુ એટલે કે સુખ આપનારા અને કરુણાનિધિ એટલે કે કરુણાના ભંડાર કહેવામાં આવે છે.

પરંતુ, ગુરુમાઈજીની શિખામણો પરથી હું એ સમજી છું કે પ્રાર્થના આના કરતાં પણ ઘણી *વધારે* હોઈ શકે છે. તે બસ એક ઇચ્છા પૂરી કરવા કરતાં ઘણી વધારે હોઈ શકે છે. તે ભગવાનના અનુભવનાં દ્વાર ખોલી શકે છે — અને પછી એ અનુભવથી જે શબ્દો ઉદ્‌ભવે છે, તે ભગવાનની ઇચ્છા અનુસાર હોય છે. મારું ધ્યાન વર્ષ ૨૦૨૬ માટે શ્રીગુરુમાઈના સંદેશ પર જાય છે, અને ખાસ કરીને તેની બીજી પંક્તિ પર : "અનુપાલન કરો! તમારા ધર્મને નિભાવો." મને આ વાત ખૂબ જ રસપ્રદ લાગે છે કે એ ખાતરી કરવા માટે કે આપણો ધર્મ શું છે અને પછી તેને નિભાવવા માટે, તેનું અનુપાલન કરવા માટે પહેલાં આપણને અમુક અંશે પોતાના વિશે, બીજાંઓ વિશે અને આ સંસાર વિશે બોધ હોવો જરૂરી છે.

હાલમાં, હું શ્રી મુક્તાનંદ આશ્રમમાં મારી એક મિત્ર સાથે હતી અને અમે બંને પ્રાર્થના વિશે પોતપોતાના અનુભવો એકબીજાને જણાવી રહ્યા હતા. અમને ખબર પડી કે ભગવાન નિત્યાનંદના મંદિરમાં તેમની સામે જઈને પ્રાર્થના કરતી વખતે અમને બંનેને એક જેવા જ અનુભવો થયા છે. પ્રાર્થના માટે જતાં પહેલાં અમે ખરેખર ખૂબ જ વિચારીએ છીએ કે અમારે શું માંગવું છે. અમારી ઇચ્છાઓ વ્યક્ત કરવા માટે અમે *સચોટ* શબ્દો શોધીએ છીએ. અમે જે શબ્દો કહેવા માંગીએ છીએ તેને યાદ પણ કરી લઈએ છીએ, જેથી જ્યારે પ્રાર્થના કરવાનો સમય આવે ત્યારે તે અમને સહેલાઈથી યાદ આવી જાય. પરંતુ પછી, જ્યારે અમે બડે બાબાની સમક્ષ આવીએ છીએ — જ્યારે અમે તેમના સ્વર્ણિમ સ્વરૂપને નિહાળીએ છીએ અને તેમની કૃપામય દૃષ્ટિ અમારા પર પડે છે — ત્યારે એ શબ્દો જેને અમે આટલા ધ્યાનપૂર્વક યાદ કર્યા હતા, તે અંદરથી નીકળતા જ નથી. તેના બદલે, *બીજા* શબ્દો નીકળે છે, એવા શબ્દો જે અમને પણ આશ્ચર્યચકિત કરી દે છે, પરંતુ આ શબ્દો કદાચ એ વાત વધારે સચોટતાથી વ્યક્ત કરે છે કે અમે વાસ્તવમાં શું ઇચ્છતા હતા.

મારી સાથે આવું એટલી બધીવાર થયું છે કે હું તેના પર હસ્યા વગર નથી રહી શકતી. સાથેસાથે, તે મને પ્રાર્થના પ્રત્યે મારા દૃષ્ટિકોણને પરિષ્કૃત કરવા માટે પ્રેરિત કરે છે. તે મને સ્વયંને વધારે સારી રીતે સમજવા અને સ્વયં સાથે પ્રામાણિક રહેવા માટે પ્રેરિત કરે છે. હું માનું છું કે ભાવનાઓના તરંગો અને કેટલીકવાર આપણી વિચારધારામાં આવી જતી જડતાનાં મૂળમાં જે પ્રામાણિકતા, જે સત્ય નિહિત છે, તેમાં આપણે એ મહાન સત્ય સુધી પહોંચી જઈએ છીએ જેના વિશે ગુરુમાઈજી કહે છે.

અને જ્યારે આપણી પ્રાર્થનાઓ સત્યના આ સ્થાનથી ઉદ્‌ભવે છે ત્યારે તે સાકાર *થઈને* જ રહે છે, બીજો કોઈ વિકલ્પ નથી. જેમકે સિદ્ધાંત છે, "માંગો તો તમને મળશે." આપણે પ્રાર્થનામાં ફક્ત એ વ્યક્ત કરીએ છીએ જે થવાનું જ છે. આપણે એ સંભાવનાને વાસ્તવિક રૂપ આપી રહ્યાં છીએ જે હંમેશથી અસ્તિત્વમાં હતી, પરંતુ હજી સુધી કોઈ આકાર લીધા વિના વાયુમંડળમાં હતી. ફક્ત એટલું જ નહીં, આપણે સંસારમાં જેને સાકાર રૂપ આપી રહ્યાં છીએ તેમાં લાંબા સમય સુધી ટકી રહેવાની શક્તિ હોય છે અને તેનો લાભ માત્ર આપણા સુધી જ સીમિત નથી રહેતો, પરંતુ બીજાં બધાંને પણ થાય છે. હા, પ્રાર્થનાથી કોઈપણ ઇચ્છા પૂરી થઈ શકે છે. પરંતુ આપણે એ ઇચ્છા પૂરી થવાથી મળતા સંતોષનો આનંદ ક્યાં સુધી ઉઠાવીશું, એના પહેલાં કે હજી એક, પછી હજી એક, પછી હજી એક ઇચ્છા જાગીને તેની જગ્યા લઈ લે?

મારો અનુભવ રહ્યો છે કે જે પ્રાર્થના હૃદયથી કરવામાં આવે છે તે અનંત ફળ પ્રદાન કરે છે. તે સદૈવ જીવંત રહે છે. તે એક પ્રકારના તાવીજ જેવી જ બની જાય છે, જે પ્રાર્થના કરનારી વ્યક્તિ અને એ બધાં લોકો માટે માંગલ્ય વધારે છે, જેમનાં જીવન પ્રત્યક્ષ કે પરોક્ષ રીતે તેની પ્રાર્થનાથી પ્રભાવિત થાય છે. મને શિરડીના મહાન સંત સાંઈબાબાનું એ પ્રસિદ્ધ ઉદ્ધરણ યાદ આવે છે, જેને મેં ગુરુમાઈજીને ઘણીવાર બોલતાં સાંભળ્યાં છે : “લોકો જે ઇચ્છે છે તે હું તેમને આપું છું એ આશાએ કે એક દિવસ તેઓ એ ઇચ્છશે જે હું તેમને આપવા માગું છું.”[૧]

તો હવે હું તમને પૂછવા માગું છું — શું તમે એવી વ્યક્તિ છો જેને પ્રાર્થના કરવાનું અને પોતાની પ્રાર્થનાઓ અર્પિત કરવાનું લાભદાયી લાગે છે? જો હા, તો શું તમે કૃપા કરીને જણાવશો : તમારા જીવનમાં તમે પ્રાર્થનાની શક્તિનો અનુભવ કેવી રીતે કર્યો છે?

૧ ગુરુમાઈ ચિદ્વિલાસાનંદ દ્વારા લિખિત પુસ્તક ‘અંતરશુદ્ધિનાં સોપાન : દિવ્ય સદ્‌ગુણોનો યોગ’માંથી (ચિત્‌શક્તિ પબ્લિકેશન્સ, ચેન્નઈ, ૨૦૧૩), પૃષ્ઠ ૭૮.

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