

ગુરુમાઈ ચિદ્વિલાસાનંદની શિખામણો

દેવદૂત સદશ બનો

સાયંકાલીન નામસંકીર્તન

શનિવાર, ૨૧ માર્ચ, ૨૦૨૦

ભગવાન નિત્યાનંદ મંદિર

સિદ્ધયોગ પથ પર, હું હંમેશાં અનુશાસન વિશે વાત કરું છું અને હવે આખા સંસારથી અપેક્ષિત છે કે તે કડક અનુશાસનનું પાલન કરે, જેથી એ સુનિશ્ચિત થઈ શકે કે દરેક વ્યક્તિ સુરક્ષિત છે, સ્વસ્થ છે અને બીજાં પ્રત્યે સજગ છે. આ વિશ્વમાં ૧૯૫ દેશ છે, અને મને કહેવામાં આવ્યું છે કે ૧૭૦ થી પણ વધારે દેશ આ નવા રોગથી પ્રભાવિત છે. જે દેશો સુરક્ષિત અને આનાથી પ્રભાવિત નથી — તે એવા જ બની રહે. અને એ દેશો જે પ્રભાવિત છે — જેમાં શામેલ છે આ દેશ જ્યાં હું વર્તમાનમાં છું અને એ દેશ જ્યાં મારો જન્મ થયો છે — તે પુનઃ સુરક્ષાનો અને સારા સ્વાસ્થ્યનો અનુભવ કરે.

હવે એક ગમ્મતની વાત કરીએ, મને કહેવામાં આવ્યું છે કે આજકાલ અંતર્મુખી લોકોનો સમય ઘણો સારી રીતે પસાર થઈ રહ્યો છે. તો આ એક રીત છે એ જાણવાની કે આ વિકટ પરિસ્થિતિમાં તમારા માટે શું કરવું અનુકૂળ છે. આપણી આસપાસ ઘણી બધી જગ્યા હોવી એ સારું છે, અને હંમેશાં લોકો સાથે સતત વાત કરતા રહેવાનું કોઈ યોગ્ય કારણ પણ નથી હોતું. તમારામાંથી અમુક લોકોને કદાચ યાદ હશે, વર્ષોથી મેં આશ્રમમાં અને વિશ્વભરમાં ટીચિંગ્સ યાત્રાઓ દરમિયાન જાગૃક્તા સાથે મૌનનું પાલન કરવાના મહત્ત્વ વિશે શીખવ્યું છે. વાસ્તવમાં, શ્રી મુક્તાનંદ આશ્રમ અને ગુરુદેવ સિદ્ધપીઠમાં રિટ્રીટ દરમિયાન લોકોને, “હું મૌનમાં છું”નો બેજ પહેરવાનું બહુ ગમતું હતું. કેટલાંક લોકોને તો આ બેજ પહેરવો એટલો ગમતો કે તેઓ આશ્રમમાં તેમના પૂરા નિવાસ દરમિયાન આ બેજ પહેરી રાખતાં. હું તમને નથી કહી રહી કે તમે “હું મૌનમાં છું”નો બેજ પહેરો; તોપણ, આ સમય દરમિયાન તમે થોડો સમય કાઢીને મૌનનો અભ્યાસ કરો.

વાસ્તવમાં તો આ બહુ લાંબી રિટ્રીટનો સમય છે. રિટ્રીટના આ સમયનો લાભ ઉઠાવો. એ વિચારવાને બદલે કે તમને શું નથી મળી રહ્યું, તમારી પોતાની એક સુંદર જગ્યા બનાવો — તમારી અંદર અને તમારા ઘરમાં. આ સમય છે જ્યારે તમે તમારા અંદરની “બિનજરૂરી વસ્તુઓ”ને બહાર કાઢીને ફેંકવાનો સંકલ્પ કરી શકો છો — ખાસ કરીને એ બધી વસ્તુઓ જેનો નિકાલ કરવા માટે હું શ્રી મુક્તાનંદ આશ્રમના સ્ટાફ સદસ્યોને કહેતી રહું છું. હું તેમને કહું છું : “તમારી અંદર એ બધી વસ્તુઓને જોવી મને સહેજપણ નથી ગમતું.” તેથી જે વસ્તુઓ તમને નથી ગમતી એ બધી વસ્તુઓનો ત્યાગ કરવાનો આ એક ઉત્તમ સમય છે. મનુષ્ય દરેક નાનામાં નાની વસ્તુથી પ્રભાવિત થઈ જાય છે. જો કોઈ તેમની તરફ જુએ, તો તેઓ ચિંતિત થઈ જાય છે અને વિચારે છે, “પેલી વ્યક્તિ મને શા માટે જોઈ રહી છે?” અને પછી જ્યારે કોઈ તેમની તરફ નથી જોતું, તો તેઓ ચિંતિત થઈ જાય છે અને વિચારે છે, “તે વ્યક્તિ મારી તરફ શા માટે નથી જોઈ રહી?”

દેવદૂત બનો — કારણકે દેવદૂતો આટલા જલ્દી પ્રભાવિત નથી થતા. સ્વયંને પૂછો કે એક દેવદૂત સદશ વૃત્તિ કેવી હોય છે એ સમજવા માટે તમે ક્યાં-ક્યાં પગલાં લઈ શકો છો અને આ વૃત્તિનો વિકાસ તમે કેવી રીતે કરી શકો છો. એ કીડાને ફેલાઈ જવા દો. તમારા દેવદૂત સદશ પ્રકાશને ચમકવા દો. તમારી દેવદૂત સદશ વૃત્તિને પ્રસરિત થવા દો. તમારા દેવદૂત સદશ વ્યવહારથી બીજાનું કલ્યાણ થવા દો.

આ સત્સંગમાં પહેલાં મેં કહ્યું હતું કે બીજાં લોકો જે મહસૂસ કરે છે તેના માટે તમે જવાબદાર નથી. પણ, જ્યારે તેઓ તમને જુએ ત્યારે તેમને સારું મહસૂસ થવા દો. શ્રી મુક્તાનંદ આશ્રમના સ્ટાફ સદસ્યોને હું હંમેશાં આ જ કહું છું કે જ્યારે હું તેમને જોઉં તો મને ખુશી થવી જોઈએ કે હું તેમને જોઈ શકી. અને હું ઇચ્છું છું કે તેમનો વ્યવહાર આ વાત દર્શાવે. તેમ છતાં, મોટાભાગે લોકો બહુ વિચિત્ર રીતે વ્યવહાર કરે છે અને જ્યારે આ રહસ્યમય રોગ ફેલાઈ રહ્યો છે તો મને કહેવામાં આવ્યું છે કે લોકો વધારે વિચિત્ર વ્યવહાર કરી રહ્યાં છે. તો મારા મનમાં આ વિચાર આવ્યા વગર રહેતો નથી, “હવે શું બદલાઈ ગયું છે? આને એક કારણ બનાવીને લોકો વધારે વિચિત્ર વ્યવહાર કેમ કરી રહ્યાં છે, જ્યારે તેઓ તો આમ પણ વિચિત્ર વ્યવહાર કરતાં હોય છે?”

રોગથી મુક્ત થવાની ઇચ્છા માત્ર શારીરિક વ્યાધિથી રાહત મેળવવાની ઇચ્છા નથી. આધ્યાત્મિક માર્ગ પર આપણે આત્માની વ્યાધિની પણ વાત કરીએ છીએ. આત્મા શુદ્ધ છે; પરંતુ, આત્માની મહાનતાને ન ઓળખીને તમે એવી વસ્તુઓ કરો છો જે ન તો ઉચિત છે અને ન તો યોગ્ય.

વર્ષ ૨૦૨૦ માટે મારો સંદેશ છે, આત્મા કી પ્રશાંતિ. તમારી અંદર જે પણ ચાલી રહ્યું હોય, આ સંદેશને અગ્રભૂમિ પર લઈ આવો. આત્મા કી પ્રશાંતિ. આત્મા કી પ્રશાંતિ. આત્મા કી પ્રશાંતિ.

પ્રકૃતિ ઘણી નિર્દયી હોઈ શકે. જંગલમાં પશુઓ હંમેશાં પશુઓને ખાય છે. પરંતુ મનુષ્ય તરીકે, તમારી અંદર બુદ્ધિ છે અને બુદ્ધિ કેટલી સુંદર છે. તમે તમારી બુદ્ધિનો ઉપયોગ કોઈ મહાન કાર્ય કરવા માટે કરી શકો છો. તેથી, એ વિચારવાને બદલે, “હું મારા સમય સાથે શું કરું?” — એ વિચારો કે આ સમયનો ઉપયોગ તમે કોઈ સારું કામ કરવા માટે કેવી રીતે કરી શકો. એ વિચારો કે અંતે જ્યારે તમે આ પરિસ્થિતિમાંથી બહાર આવશો ત્યારે તમે અનુશાસન સાથે તમારા જીવનની સારસંભાળ કેવી રીતે કરશો.

આ સમયે હજારો, હજારો લોકો પાસે નોકરી નથી, અથવા તો કામ કરવા માટે ઓફિસમાં નથી જઈ શકતાં. નિઃસંદેહ, અને સમજી શકાય એવી વાત પણ છે કે આ વસ્તુ અકથિત ચિંતાઓ અને વ્યગ્રતાને જન્મ આપે છે. કારણકે દરેક વ્યક્તિ આ જ નાવમાં સવાર છે, તેથી એ અત્યંત આવશ્યક છે કે દરેક વ્યક્તિ એકબીજાનું મનોબળ વધારવામાં સહાયક બને. એ અતિ આવશ્યક છે કે દરેક વ્યક્તિ એકબીજાને સહારો આપવાની રચનાત્મક રીતો શોધે. ઘણાં લોકો કહે છે કે તેમને રચનાત્મક બનવું બહુ ગમે છે — તો હવે હું તમને રચનાત્મક બનવા માટે કહી રહી છું. સ્વયંની મદદ કરવાની અને બીજાને મદદ કરવાની રીતોમાં રચનાત્મક બનો. બીજાં પાસેથી મદદ પ્રાપ્ત કરવાની રીતોમાં રચનાત્મક બનો.

અલબત્ત, લોકોનાં હૃદય રડી રહ્યાં છે. પરંતુ, તેઓ જુએ છે કે તેઓ પૂરીરીતે અસહાય છે, તેથી સાંત્વના શોધવા માટે તેમની એક રીત એ છે કે તેઓ કોઈ એવા તરફ આંગળી ચીંધે જે તેમના દુઃખનું કારણ હોઈ શકે. આનાથી ઉગરવાનો આ એક દુઃખ ઉપાય છે — તેમના જીવનમાં કે આ સંસારમાં જે પણ સમસ્યાઓ ચાલી રહી છે તેના માટે કોઈ બીજાને દોષી ગણવું. સમસ્યાના સ્રોતને નક્કી કરવામાં અને તેના માટે બીજા કોઈને દોષી ગણવામાં ફરક છે. મારી તમને સલાહ છે કે તમે તમારા હૃદયને સુદૃઢ કરો, કારણકે તમે જાણો છો કે તમે હૃદયની માંસપેશીને વધુ મજબૂત બનાવવા માટે તેના પર જેટલું કાર્ય કરશો તે એટલી જ વધારે મજબૂત થતી જશે. પછી, તેની ઊર્જાને તમે ઉકેલ શોધવામાં વાપરી શકો.

એ સમજી લો કે રડવાથી અને ફરિયાદ કરવાથી તમને કંઈ પ્રાપ્ત નહીં થાય. જ્યારે તમે આમ કરો છો ત્યારે એવું લાગે છે જાણે કે તમે એવા ચકડોળ પર બેઠાં છો, જેમાંથી તમે ક્યારેય નીચે નથી ઊતરી શકતા. તમે બસ ગોળ-ગોળ ફરતાં રહો છો. તે એક દુશ્વર બની જાય છે. તેથી, તમારી બુદ્ધિને ચમકાવો.

તમારા હૃદયને સુદૃઢ કરવાની અને તમારી બુદ્ધિને ચમકાવાની એક રીત છે, દેવદૂત સદશ વૃત્તિનો વિકાસ કરવો. વિચારો કે તમે કેવી રીતે દેવદૂત સદશ કાર્યો કરી શકો છો. હવે બની શકે કે તમે વિચારો, “દેવદૂત સદશ વૃત્તિ શું છે?” એસ.વાય.ડી.એ. ફાઉન્ડેશનના વેબસાઇટ વિભાગના પ્રમુખ, સંદીપ કનોસલ અહીં સંગીતમંડળી સાથે બેઠા

છે, અને તેઓ સિદ્ધયોગ પથ વેબસાઇટ પર સિદ્ધયોગની ઘણી બધી શિખામણો પોસ્ટ કરતા રહે છે. અને આ શિખામણોમાંથી એક છે, મારા ૨૦૨૦ના સંદેશ પર અભ્યાસ પુસ્તિકા. આ અભ્યાસ પુસ્તિકામાં, મેં ઘણા બધા પ્રશ્નો આપ્યાં છે, જેના ઉત્તર તમે તમારી જર્નલમાં લખી રહ્યાં છો, અને તેમાં તમે આ પ્રશ્નને પણ ઉમેરી શકો છો. “હું દેવદૂત સદશ વૃત્તિનો વિકાસ કેવી રીતે કરું? હું દેવદૂત સદશ પ્રકાશનો પ્રસાર કેવી રીતે કરું?”



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