

સ્વામી મુક્તાનંદનાં વચનો પર ધ્યાન

ઈસ્ટરના ઉપલક્ષમાં સિદ્ધયોગ સત્સંગ

ઈશા સરદેસાઈ દ્વારા લિખિત

શરીરને મિત્ર બનાવી લો

આપણે જે પ્રસંગ પર કેન્દ્રણ કરી રહ્યાં છીએ, તેમાં બાબા મુક્તાનંદ આપણને જણાવે છે કે એક સંત જ્યારે તેમના મૃત્યુનો સમય નજીક આવે છે ત્યારે પોતાના શરીરને શું કહે છે. સંત એ યાતના-પીડા માટે અફસોસ વ્યક્ત કરે છે જે તેમણે પોતાના શરીરને આપી હતી. તેઓ કહે છે, “મેં તને કોણ જાણે કેટલું પીડિત કર્યું હશે. કેટલો ત્રાસ આપ્યો હશે.... મેં જાણ્યેઅજાણ્યે તારા પ્રતિ કેટલા અપરાધ કર્યા હશે.”^૧ તેઓ એ વાત પ્રત્યે કૃતજ્ઞતા વ્યક્ત કરે છે કે તેમના શરીરે હંમેશાં દૃઢતાપૂર્વક તેમની સહાય કરી છે અને તેઓ તેમના શરીરનો આભાર માને છે કે તેને કારણે તેઓ સાધના દ્વારા ભગવાનની અનુભૂતિ કરી શક્યા, પરમાત્માની પ્રાપ્તિ કરી શક્યા.

ભગવાનની ખોજમાં, લોકોએ તેમનાં શરીરને દરેક પ્રકારની તકલીફો પહોંચાડી છે. ઘણીવાર તેઓ બસ એ રીતરિવાજોનું પાલન કરતાં હોય છે જે તેમની ધાર્મિક પરંપરામાં નિર્ધારિત કરવામાં આવ્યા છે અથવા સૂચવવામાં આવ્યા છે. તેઓ પર્વતની ટોચ પર એક પગ પર ઊભા રહે છે. તેઓ ઘણાં દિવસો સુધી ઉપવાસ કરે છે; તેઓ પોતાને ઊંઘથી વંચિત રાખે છે. તેઓ ખુદ્દા પગે તીર્થયાત્રા કરે છે — કેટલીકવાર સેંકડો માઈલ સુધી ચાલીને જાય છે, કેટલીકવાર ઊંચા અને પથરાળ પર્વતો પર ચઢે છે, તેમનાં અંગો દુઃખે છે, તેમના પગમાંથી લોહી નીકળે છે. બાબાજી જે સંત વિશે વાત કરી રહ્યા છે તેમણે પણ ભગવાનની પોતાની ખોજમાં કદાચ આમાંથી એક અથવા વધારે વસ્તુઓ કરી હશે.

મારું માનવું છે કે જે લોકો પોતાને બહુ ધાર્મિક અથવા આધ્યાત્મિક વૃત્તિનાં નથી માનતાં, તેઓ પણ કોઈક અંશે આ વાતને સમજી શકે છે. મોટાભાગનાં લોકો તેમનાં શરીરનો ઉપયોગ કોઈ એવા પ્રકારની પૂર્ણતા અથવા પોતાની ક્ષમતાનો પૂર્ણ વિકાસ કરવા માટે કરે છે, જેના માટે તેમણે તેઓ હાલમાં જેવાં છે તેના કરતાં વધારે નવીન, સારાં અને ઉત્કૃષ્ટ બનવું પડશે. અને તેઓ જે આદર્શની ઇચ્છા રાખે છે, તે હંમેશાં તેમની પહોંચથી એકદમ બહાર હોય એવું લાગે છે. અથવા તો બની શકે તેમના દષ્ટિકોણમાં તે પ્રાપ્ત કરી શકાય એવા હોય, પરંતુ ત્યાંસુધી નહીં જ્યાંસુધી તેઓ પોતે બળપૂર્વક એક ઉચિત સીમાની બહાર ન જતાં રહે.

આવા વલણમાં મને જે સમસ્યા દેખાય છે — અને હું સમજું છું કે એ સંત પણ આ જ વાત તરફ સંકેત કરી રહ્યા છે — તે એ છે કે આ પોતાને અસ્વીકાર કરવાની વૃત્તિ પર આધારિત છે. આપણું શરીર જેવું છે, તેવું જ નથી રહી શકતું. આપણે આજે જેવાં છીએ, તેવાં હંમેશાં નથી રહી શકતાં. આપણને આરંભમાં જે શરીર આપવામાં આવ્યું છે તેને આધાર-બિંદુ માનીને સ્વીકારવાને બદલે અને એ બિંદુથી જ તેની અનેક જન્મજાત

વિશિષ્ટતા અને ક્ષમતાઓની ખોજ કરવાને બદલે — તેની પુનઃ ખોજ કરવાને અને ખોજ કરતા રહેવાને બદલે — આપણે તેને એક બાધા રૂપે જોઈએ છીએ. એક એવો અવરોધ જેને આપણે પાર કરવાનો છે. આપણે શરીરની જે પણ કસોટીઓ કરીએ છીએ, તે બધી એક જ અકથિત પ્રશ્નમાંથી આવે છે : “મારું શરીર આવું હોવા છતાં, શું હું આવો બની શકું છું, આ કરી શકું છું, આ પ્રાપ્ત કરી શકું છું?”

સિદ્ધયોગ પથ પર, શ્રીગુરુમાઈએ અને બાબા મુક્તાનંદે આપણને પ્રોત્સાહિત કર્યા છે કે આપણે સ્વયંને એક અલગ પ્રશ્ન પૂછીએ. આપણે આપણાં શરીરનો અને તેણે આપણને જે અનેક ઉપહારો આપ્યા છે તેનો ઉપયોગ આપણાં લક્ષ્યોને પ્રાપ્ત કરવા માટે કેવી રીતે કરી શકીએ? ખાસ કરીને, આપણે આપણા શરીરનો ઉપયોગ ભગવાનને જાણવા માટે કેવી રીતે કરી શકીએ? સિદ્ધયોગ સાધના માટે અનુશાસન અતિ આવશ્યક છે. તેના માટે પ્રયત્ન કરવો પડે છે. પરંતુ આ પ્રયત્ન એવો છે જેમાં આપણે આપણાં શરીરની સાથે મળીને કાર્ય કરવાનું છે, તેની વિરુદ્ધ નહીં. જેમકે ગુરુમાઈજીએ કહ્યું છે, “સિદ્ધયોગ પથનું અનુસરણ કરવા માટે તમારે કોઈ બીજી વ્યક્તિ જેવા બનવાની કે બીજું કંઈ બનવાની જરૂર નથી. શ્રીગુરુને પ્રેમ કરવા માટે તમે જેવા છો તેવા જ રહેવાનું છે, તમારે કોઈ બીજા જેવું બનવાની જરૂર નથી.”

એટલા માટે હું તમને પૂછવા માગું છું : શું તમારી પાસે કોઈ એવા માપદંડો છે જેનાથી તમે એ જાણી શકો કે ક્યારે પરિપૂર્ણતાના નામ પર તમે પોતાને ક્ષમતા કરતાં વધારે તાણી રહ્યા છો? શું તમારી પાસે કોઈ એવું સાધન કે ચંત્ર છે જેનાથી તમે તમારા પ્રયત્નોની તીવ્રતાને માપી શકો અને એ પ્રયત્નોનું મૂલ્યાંકન તેનાં પરિણામોના આધાર પર કરી શકો? આ બધાંની વચ્ચે, શું તમે વસંતના ઉમંગોત્સાહને તમારા શ્વાસમાં ભરવા માટે હજી પણ સમય કાઢી રહ્યા છો — જેથી તેનો સાર તમારા અસ્તિત્વના રોમ-રોમને સ્પર્શ કરીને તેને સુખ પ્રદાન કરી શકે?



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

^૧ સ્વામી મુક્તાનંદ, ચિત્શક્તિ વિલાસ : એક આધ્યાત્મિક આત્મકથા, (ચિત્શક્તિ પબ્લિકેશન્સ, ૨૦૨૨), પૃષ્ઠ ૨૬૯-૨૭૦.