

॥ ॐ ॥

# प्रभुनी षोड

पूज्य श्रीमोटा

ॐ आश्रम प्रकाशन, सुरत

- ❑ પ્રકાશક : ટ્રસ્ટીમંડળ,  
હરિ:ૐ આશ્રમ, સ્થાપના વર્ષ ૧૯૫૬  
કુરુક્ષેત્ર મહાદેવના મંદિરની બાજુમાં,  
જહાંગીરપુરા, રાંદેર, સુરત-૩૯૫ ૦૦૫.  
ફોન : (૦૨૬૧) ૨૭૬૫૫૬૪
- ❑ © હરિ:ૐ આશ્રમ, સુરત, નડિયાદ
- ❑ આવૃત્તિ વર્ષ પ્રત | આવૃત્તિ વર્ષ પ્રત
 

આવૃત્તિ વર્ષ	પ્રત	આવૃત્તિ વર્ષ	પ્રત
પ્રથમ ૧૯૮૮	૧૦૦૦	ચોથી ૧૯૯૯	૨૦૦૦
બીજી ૧૯૯૧	૧૦૦૦	પાંચમી ૨૦૦૬	૧૦૦૦
ત્રીજી ૧૯૯૩	૧૦૦૦	છઠ્ઠી ૨૦૧૦	૨૦૦૦
- ❑ પૃષ્ઠ : ૪૦ + ૧૦૦ = ૧૪૦
- ❑ કિંમત : રૂ. ૧૦/-
- ❑ પ્રાપ્તિસ્થાન :  
હરિ:ૐ આશ્રમ, સુરત-૩૯૫ ૦૦૫  
હરિ:ૐ આશ્રમ, નડિયાદ-૩૮૭ ૦૦૧
- ❑ મુદ્રણશુદ્ધિ : જયંતીભાઈ જાની, ફોન : (૦૭૯) ૨૬૬૧૨૭૨૮
- ❑ ડિઝાઇનર : મયૂર જાની  
બી-૮, રીપલ એપાર્ટમેન્ટ, નારાયણનગર, પાલડી,  
અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૦૭. મો. ૯૪૨૮૪૦૪૪૪૩
- ❑ ટાઈપસેટિંગ : અર્થ કોમ્પ્યુટર  
અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૧૪, ફોન : (૦૭૯) ૨૭૫૪૩૬૯૯
- ❑ મુદ્રક :  
સાહિત્ય મુદ્રણાલય પ્રા. લિ.  
સિટી મિલ કંપાઉંડ, કાંકરિયા રોડ,  
અમદાવાદ - ૩૮૦ ૦૨૨, ફોન : (૦૭૯) ૨૫૪૬૯૧૦૧

॥ હરિ:ૐ ॥

## સમર્પણાંજલિ

(છટ્ટી આવૃત્તિ)

પૂજ્ય શ્રીમોટાના નિમિત્તયોગે જેઓનો સંબંધ  
કેટલાંક વર્ષ પહેલાં જાગ્રત થતાં, જેઓ  
પ્રથમ વખત મૌનરૂમમાં પ્રવેશ્યાં  
અને

મૌનરૂમમાં જેઓ પૂજ્ય શ્રીમોટાની ચેતનાનો  
સંપર્ક પામવા સદ્ભાગી બન્યાં  
એવાં

શ્રીમતી ઈશ્વરીબહેન મહેશકુમાર કબૂતરવાળાને  
તેમ જ

સેવાપરાયણ અને ઉદારદિલવાળા જીવનસાથી એવા  
શ્રી મહેશકુમાર ધનસુખલાલ કબૂતરવાળાને  
‘પ્રભુની ખોજ’ની આ છટ્ટી આવૃત્તિ

સમર્પિત કરતાં અમો આનંદની લાગણી અનુભવીએ છીએ.

ગુરુપૂર્ણિમા  
તા. ૨૫-૭-૨૦૧૦

ટ્રસ્ટીમંડળ,  
હરિ:ૐ આશ્રમ, સુરત

## અનુક્રમ

### ખંડ ૧ : આપણી પૂર્વભૂમિકા અને પ્રભુની ખોજના અંતરાયોનો ઉપાય

વિષય	પૃષ્ઠ	વિષય	પૃષ્ઠ
આપણું સામાન્ય જીવન	૧	સંઘર્ષનો હેતુ	૭
અભિલાષા સાકાર કરો	૨	દુઃખનું કારણ-નિવારણ	૮
નાનું ધ્યેય રાખો	૨	તમન્ના-એ જ ઉપાય	૮
રસ એ જ જીવન	૩	મર્યાદા નક્કી કરવી	૮
સદ્ભાવનું પરિણામ	૩	મહત્વાકાંક્ષાની શક્તિ	૮
રાગદ્વેષથી ભેદ	૪	ભ્રમ ભાંગો	૧૦
પોતાના ખાતર સદ્ભાવ	૫	માન્યતાને વર્તનથી પ્રગટાવો	૧૦
તારી જાતને તપાસ	૫	આપણું ખરું સ્વરૂપ	૧૧
એ ધર્મ નથી	૬	‘પાસે હોવા’નો મર્મ	૧૨
સાચા ધર્મનાં લક્ષણો	૬	‘મોટા’ સાથે મિત્રતા	૧૩
ઊંચી વાત સાથે નરકમાં ?	૭	આધ્યાત્મિક વિજ્ઞાનશાસ્ત્ર	૧૩
સ્વભાવવશ કર્મનું પરિણામ	૮	કઠણ કાળમાંથી કેવી રીતે ઊગરીશું ?	૧૪

### ખંડ ૨ : સંસાર એ જ પ્રભુની પાઠશાળા (સમજણ અને વર્તનકળા)

ભાવના અને પુરુષાર્થ	૧૬	અન્ય વિશે વિચારવાથી	
ભાવનાનાં લક્ષણો	૧૮	શક્તિનાશ	૨૪
સ્વભાવનું ઊર્ધ્વીકરણ	૧૯	રચનાત્મક વિચારો	૨૫
કર્મવેળાએ ભાવના	૨૦	કેવી રીતે શું વિચારવું ?	૨૫
સંસારમાં હૃદયપૂર્વક વર્તનકળા	૨૦	શું ત્યજવાનું ?	૨૫
જ્ઞાનયુક્ત સહિષ્ણુતા એ જ		કર્મનું મહત્વ	૨૬
સંસારનું તપ	૨૨	કર્મકળા	૨૭
અવગુણ ચિત્ત ન ધરો	૨૨	પ્રવૃત્તિ સાથે પ્રકૃતિ	૨૭
જાગૃતિથી શક્તિ વધે	૨૩	પ્રવૃત્તિની પસંદગી	૨૮

બ્રામક સુખ અને		વર્તનકળા	૩૭
આત્માનો આનંદ	૨૮	ભોગવવાની કળા	૩૭
ધ્યેય જરૂરી	૩૦	સાધનનો ઉપયોગ	૩૮
બુદ્ધિનો પ્રકાશ ક્યારે ?	૩૦	પ્રાણ અને બુદ્ધિની શુદ્ધિની કળા	૩૮
ઉકેલની દિશા	૩૧	લક્ષ્મીની શક્તિ	૪૦
બુદ્ધિની-શુદ્ધિની પ્રક્રિયા	૩૨	લક્ષ્મીનો સદ્દુપયોગ	૪૦
બુદ્ધિની શક્તિ	૩૨	મેળ મેળવો	૪૦
ભૂમિકા બદલવી જ પડે	૩૩	વૃત્તિનો ઉપયોગ	૪૧
દુઃખનું કારણ	૩૩	નામસ્મરણથી દ્વંદ્વની	
પ્રાણશુદ્ધિની પ્રક્રિયા	૩૪	પકડનો નાશ	૪૧
માનવદેહમાં દ્વંદ્વ અને		પ્રભુસ્મરણથી નિર્ભયતા	૪૨
વિકાસની શક્યતા	૩૪	કુટુંબ-પહેલું પગથિયું	૪૨
સાચો ધર્મ	૩૫	ભજન એટલે શું ?	૪૩
દુઃખના નિવારણની રીત	૩૫	સદ્ગુરુની પ્રથા	૪૪
મનને આમ કેમ થાય ?	૩૬	ટોળાંમાં કલ્યાણ નહિ	૪૬

### ખંડ ૩ : પ્રભુની ખોજનાં પ્રાથમિક સાધનો, સ્મરણભાવના, સન્મુખતા, ઐકાર શબ્દસાધના

મળેલી સંપત્તિનો ઉપયોગ	૪૭	ઐકારમાં બ્રહ્માંડ	૫૪
ભગવાનનું નામસ્મરણ		ઐકાર ઉચ્ચારથી સૂક્ષ્મ પ્રક્રિયા	૫૪
કરવાની સહેલી રીત	૪૭	સૂક્ષ્મ ચક્રોની ખિલવણી	૫૫
ભાવનાની સમજ	૪૮	ઐકાર જપ-શબ્દ-ઉચ્ચારનું	
નામસ્મરણાં ભાવનાના ઉઠાવ		રહસ્ય	૫૫
માટે ભૂમિકા	૫૦	પ્રકૃતિના ગુણધર્મ ઓળખો	૫૬
હરિનામનું રૂપ અને પરિણામ	૫૦	ઐકારથી પુરુષની જાગૃત્તિ	૫૬
ઐકાર શબ્દ, ઉચ્ચાર અને ઉપયોગ	૫૧	અધ્યાત્મમાં સંશોધન	૫૭
હજાર વર્ષનું તપ એક		‘ઐ’માં ત્રિલોક	૫૮
જિંદગીમાં	૫૧	ઐકારનો ઉચ્ચાર પ્રયોગ કરો	૫૮
શબ્દનું મૂળ	૫૨	ઐકારનો અનુભવ	૫૮
ઐનું અતિસૂક્ષ્મ મૂળ	૫૩	ઐકાર અને પ્રાણાયામ	૫૮

## ખંડ ૪ : નામસ્મરણના અને ગુરુના અનુભવની રીત

નામસ્મરણનો ખપ	૬૧	સ્મરણથી ભક્તિ, ગુણ અને	
નામસ્મરણથી શ્રદ્ધા	૬૨	શક્તિ પ્રગટે	૬૯
પ્રભુસ્મરણ સાથે કર્મ	૬૩	નામસ્મરણનો ઉઠાવ	૬૯
ભગવાનના નામસ્મરણનો		સુખનો આધાર અને દુઃખનું	
મેળ અંતઃકરણ સાથે	૬૩	નિવારણ	૭૦
પ્રાણનો પાયો ખસેડો		સંકલ્પના બળથી એકાગ્રતા	૭૨
એટલે શાંતિ	૬૪	મોટેથી નામસ્મરણ	૭૩
સ્મરણની પ્રક્રિયા	૬૪	ભગવાન સાથે વાત કરાય	૭૪
પ્રયોગવીર બનો	૬૫	સૌથી સરળ રસ્તો	૭૫
સુખ માટે સ્મરણ	૬૫	સંતમહાત્માની પિછાણ	
સત્વગુણમાં સ્થિતિ	૬૬	અને અનુરાગ	૭૬
ભાવનાનું માપ-લક્ષણ	૬૭	ચેતનનિષ્ઠને વળગો	૭૭
દંભ અને ભ્રમણામાં ન રહેશો	૬૭	સત્પુરુષનો પરિચય	૭૭
સંસારમાં નામસ્મરણનો ઉપયોગ	૬૮	સંસારમાં અનુભવ એ જ ગુરુ	૭૮

## ખંડ ૫ : મૌનમંદિર-પ્રભુની ખોજની પ્રયોગશાળા

મૂર્તિપૂજાની સમજણ	૮૦	ચેતનના ગુણધર્મને	
એ ખરું દર્શન નથી	૮૦	અનુભવવાની શક્યતા	૮૫
મૌનઓરડાની અજોડ યોજના	૮૧	પ્રકૃતિનું આવરણ	૮૬
મૌનમંદિરનું પ્રયોજન	૮૧	સાચું તીર્થ	૮૬
મૌનએકાંતનું પ્રયોજન	૮૨	મૌનમંદિરમાં ચેતનાશક્તિ	૮૭
મૌનમંદિર-એક અનોખો		મૌનમંદિરની રચનાનું હાર્દ	૮૮
પ્રયોગ અને સુખનો માર્ગ	૮૩	મૌનમંદિરની સમજણ	૮૯
અનોખી પ્રાણપ્રતિષ્ઠા	૮૩	સત્પુરુષના સૂક્ષ્મ સંસ્કારો	૮૯
સ્વભાવ પરિવર્તન	૮૪	શ્રદ્ધાનું પરિણામ	૯૦
સ્વભાવ પરિવર્તન અનિવાર્ય	૮૪	એકાંતનું મહત્ત્વ	૯૧
મુક્ત જીવન દ્વારા પ્રભુકૃપા	૮૫	‘પોતાને સુધાર’	૯૧



॥ હરિ:ૐ ॥

## પૂર્વભૂમિકા

(‘મૌનમંદિરનું હરિદ્વાર’માંથી)

અજ્ઞાન તિમિરાંધસ્ય જ્ઞાનાંજનશલાકયા ।  
ચક્ષુરુન્મિલિતં યેન તસ્મૈ શ્રીગુરવે નમઃ ॥

સૃષ્ટિકર્તાના કાર્યની આપણા હૃદયમાં પ્રતીતિ થાય અને એમનું વિભુત્વ અનુભવાય એને આધ્યાત્મિક જ્ઞાન કહેવાય છે. આપણે સાંસારિક વમળોમાં ઘૂમ્યા કરતા હોવાથી અને જીવદશાના-કામક્રોધાદિ-રાગદ્વેષના-ચક્રમાં ઊંડા ખૂંપતા જતા હોવાથી નિરંતર પ્રકાશમાન જ્ઞાનરૂપી સૂર્યનું દર્શન પામી શકતા નથી. વળી, આપણે પોતે જ આવા અજ્ઞાનરૂપી અંધકારમાં હોવાથી એને ભેદી શકવાને પણ શક્તિમાન નથી. આથી, જેમના હૃદયાકાશમાં પરમાત્મપ્રકાશ ઝળહળી રહ્યો હોય અને નિમિત્ત યોગે અન્ય જીવમાં એવા પ્રકાશને પ્રગટાવી શકવાનું સામર્થ્ય ધરાવતા હોય એવા સમર્થ સદ્ગુરુના આત્મજ્ઞાનનું અંજન અંજાય તો પ્રભુની ઝાંખી થવાની શક્યતા છે. આવા સદ્ગુરુના સ્થૂળદેહ કરતાંય એમનો અક્ષરદેહ વધુ ક્રિયાકારી હોય છે, કેમ કે તેઓએ દ્વંદ્વાતીત અને ગુણાતીત સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરી હોય છે. તથા, તેઓ સહજાવસ્થામાં સૂક્ષ્મમાં સ્થિત હોય છે.

જ્ઞાન એટલે આધ્યાત્મિક જ્ઞાન. હરિકૃપાથી એ જ્ઞાન દ્વારા, જીવ, જગત અને પરમાત્માના સંબંધોનું રહસ્ય સમજાય અને એ સંબંધને જોડતી ચેતનાશક્તિનો હૃદયમાં અનુભવ કરવાની ઝંખના જાગે. આવા અધ્યાત્મજ્ઞાનનો અનુભવ કરવા માટેનો ક્રિયાત્મક માર્ગ પૂજ્ય શ્રીમોટાએ એમનાં પુસ્તકોમાં દર્શાવ્યો છે. પૂજ્ય શ્રીમોટાએ અધ્યાત્મમાર્ગનું પ્રયોગાત્મક અનુભવદર્શન એ

ગ્રંથોમાં કરાવ્યું છે. વળી, તેઓશ્રીએ પોતાના અનુભવજ્ઞાનથી સંસારનાં અનેક પાસાંઓનું વૈજ્ઞાનિક પૃથક્કરણ કર્યું છે અને અધ્યાત્મમાર્ગનો વૈજ્ઞાનિક દષ્ટિકોણ આપણને સમજાવ્યો છે.

વિજ્ઞાન એટલે ભૌતિકશાસ્ત્રોનું વિશેષજ્ઞાન. આ પ્રકારનું વિજ્ઞાન શ્રીહરિની અનંત સૃષ્ટિના ભૌતિકજ્ઞાનનું જુદાં જુદાં ભૌતિકશાસ્ત્રો મારફતે દર્શન કરાવે, પણ એ ભૌતિકદર્શનમાંથી જે આધ્યાત્મિક દષ્ટિ પ્રાપ્ત થવી જોઈએ, તે માટે ભૌતિકશાસ્ત્ર-જ્ઞાનની દષ્ટિ એના અનંત પાસાંઓમાંથી બહાર નીકળવા માટે અસમર્થ નીવડે છે. આઈન્સ્ટાઈન જેવા કોક વિરલ વિજ્ઞાની જ કહી શકે, ‘ભૌતિકજ્ઞાનની કેડીએ તેના અનંત, સતત, ચોક્કસ સંશોધનમાં રૂબેલો વિજ્ઞાની, ભૌતિકજ્ઞાન પદ્ધતિથી એ જ્ઞાન પાછળ રહેલી સમર્થ પ્રભુશક્તિનો આપણને ખ્યાલ આપે છે. એ આ ગૂઢ પ્રભુશક્તિ આગળ કોઈ પણ વિજ્ઞાનીનું માથું નમ્યા વિના રહેતું નથી.’

અધ્યાત્મશાસ્ત્રના વાંચનથી જીવનનું ધ્યેય અને એ માર્ગ જવા માટેની અનેક દિશાઓનું જ્ઞાન પ્રાપ્ત તો થાય છે, પરંતુ પ્રત્યેક જીવાત્માને એમાંય કઈ દિશાએ જવું, કયા પ્રકારની ક્રિયા દ્વારા એ માર્ગ ઉપર ગતિ થઈ શકે, એ તો એ માર્ગનો ભોમિયો જ દર્શાવી શકે. વળી, એ શ્રેયાર્થીની પ્રકૃતિને સમજતો હોય એવો સમર્થ સદ્ગુરુ હોય તો જ એ શક્ય બની શકે. એવા સદ્ગુરુ પોતાની સ્થૂળ હાજરી દરમિયાન કે પછી એમના સૂક્ષ્મ અક્ષરદેહ મારફતે કે એમના ભાવસ્મરણને પરિણામે જીવાત્માને પ્રેરતા હોય છે, એ માટે જીવાત્માની અભિમુખતા અને જાગૃતિ માટેની તમન્ના પાકી હોય તો જ એ જીવાત્મા પરિણામ પામી શકતો હોય છે. આ દષ્ટિકોણ મને એકાએક નિમિત્ત મળતાં પૂજ્ય શ્રીમોટાના અક્ષરદેહથી સાંપડ્યો. એને હું મારું અહોભાગ્ય માનું



છું અને પ્રભુમંદિરના દ્વારની-હરિદ્વારની મને આછી ઝાંખી થઈ છે. આથી, શ્રદ્ધા દટ બની છે.

મને આવા હરિદ્વારની સંપૂર્ણ ઝાંખી થઈ છે એવો દાવો મારાથી કરી શકાય નહિ, પણ પૂજ્ય શ્રીમોટાનો પાર્થિવદેહ પરમ ચૈતન્યમાં વિલીન થયો એ પછી ચારેક વર્ષે હું એમના અક્ષરદેહના સંપર્કમાં એક દિવસ અનાયાસે મુકાયો. અને એ સંપર્ક મારા હૃદયના ઊંડાણ સુધી પહોંચતો હું અનુભવી રહ્યો છું. એ મારા અનુભવની નાનીસૂની વાત નથી. ‘પૂજ્ય શ્રીમોટા જીવન અને કાર્ય’, ‘જીવનપગરણ’, ‘જીવનપગથી’, ‘જીવનસંદેશ’, ‘જીવનસંશોધન’, ‘જીવનદર્શન’, ‘જીવનપોકાર’ એ ગદ્યગ્રંથો તથા ‘મનને’, ‘તુજ ચરણે’, ‘હૃદયપોકાર’, ‘સદ્ગુરુ’, ‘નિમિત્ત’, ‘પ્રેમ’ અને ‘ભાવ’ એ પદ્યપુસ્તકોએ મને પૂજ્યશ્રીના હૃદયદ્વાર પાસે પહોંચાડ્યો.

પરમ આત્મનિષ્ઠ પુરુષના અક્ષર સ્વરૂપનો કેવો પ્રભાવ હોય છે, એ વ્યક્ત કરવા અને એ વ્યક્તત્વ દ્વારા એમનું કીર્તન કરવા અંગત હકીકતો આ નિવેદનમાં રજૂ કરું છું. કશું અન્યથા સમજાય તો એ મારો દોષ છે. આથી, વાચકોની ક્ષમા ચાહું છું. આમ તો ૧૯૭૨ સુધી પોતાની જાતને નાસ્તિક તરીકે બધાંને ઓળખાવતો, કારણ આપણા ધર્મોના આચરણ અને આશય તથા ક્રિયાત્મક જીવન વચ્ચે જ્યાં જુઓ ત્યાં ઊંડી ખાઈ વર્તાય. લોકો પ્રસંગ આવે ત્યારે વગર સમજે મોટે ભાગે અજ્ઞાની બ્રાહ્મણોની ક્રિયા, પૂજા, કથા વગેરેથી ધર્મ પાળવાનો સંતોષ માની લે. મંદિરોમાં પણ મોટે ભાગે આવું જ. તે ઉપરાંત, જાતજાતનાં કથા, વાર્તા, પ્રવચનો, ધાર્મિક ઉત્સવોમાં ફક્ત બુદ્ધિવિલાસ જ વર્તાય. આ બધાંનો સરવાળો કોઈક વિચાર ચિંતવન કરનાર વૈજ્ઞાનિક બુદ્ધિજીવીને સીધો નાસ્તિકતામાં દોરી જાય છે.

ઝૂરિકમાં એક અમેરિકન મિત્રના ઘરે ૧૯૭૨માં એકાએક Scientific Americanમાં 'Transcendental Meditation ઉપર Meditationમાં નાડી, પ્રાણ વગેરેનો પ્રયોગાત્મક અભ્યાસનો નિબંધ વાંચ્યો અને પોતાની એક ભૂલ સમજાઈ કે અધ્યાત્મ એટલે શું, તથા તેના પ્રયોગો વગેરે કરી શકાય, એ બાબત મેં બિલકુલ પ્રયત્ન કર્યા સિવાય પોતાની જાતને 'નાસ્તિક'નું લેબલ આપ્યું. તે 'આસ્તિક' કહેવડાવવા બરોબર જ 'બુદ્ધિભ્રમ'-સંશોધન કર્યા સિવાયનું એ કહેવાય. એટલે ૧૯૭૨થી સંશોધનાત્મક અભિગમ અપનાવી મહર્ષિ મહેશ યોગી, રજનીશજી તથા મુક્તાનંદજી, સત્ય સાંઈબાબા વગેરેનાં 'દર્શન' કરી, આશ્રમો અને અનુયાયીઓને સમજવાની કોશિશ કરી. એમાંય નિરાશ થઈ જૂના આશ્રમોની મુલાકાત લેવા પોંડિચેરી, ૧૯૭૫માં ગયો. પૂજ્ય અરવિંદ ઘોષ તો ઘણાં વર્ષો પહેલાં જ વિદાય થયેલા અને આશ્રમમાં એમની 'સમાધિ' ઉપર જઈ બેસવાથી કંઈ ફાયદો ન થયો. અને અનુયાયીઓનાં 'ટોળાં' અને તેમની અરસપરસ રાગદ્વેષાત્મક પ્રવૃત્તિ સિવાય 'ક્રિયાત્મક સાધક'નાં મને દર્શન ન થયાં.

ત્યાંથી વળી, ૧૯૭૩ થી ૧૯૭૮ બેત્રણ વખત પૂજ્ય શ્રીરમણ મહર્ષિના આશ્રમમાં રહેવા જવાનું બન્યું અને એમની પદ્ધતિ 'મૌન'ને 'વિચારમાર્ગ'નો સારો એવો અભ્યાસ થયો. એમના લખાયેલા 'સત્દર્શન' અને 'ઉપદેશસાર'માં ક્રિયાત્મક માર્ગનાં કંઈક દર્શન પામ્યો. બંને નાની પુસ્તિકાઓનો વારે વારે અભ્યાસ, કંઈક પ્રેક્ટિસ અને મનન ચિંતવન થયાં, પરંતુ રોજની જિંદગીમાં એનો પ્રાસ બેસાડી ન શકાયો. મોટા ભાગે અનુયાયીઓ આશ્રમ આજુબાજુ પોત પોતાની રીત અને શક્તિ પ્રમાણે વસાહત કરી રહ્યા છે. જેમાં પરદેશીઓ ઘણા સાદી જિંદગી અને આશ્રમની

પ્રાર્થના વેદ પારાયણ, માતૃમંદિર અને મહર્ષિની સમાધિ આજુ-બાજુ દિવસો પૂરા કરે અને ઉચ્ચ અધ્યાત્મજ્ઞાનના અર્થોની અર્થ વગરની ચર્ચા ચાલ્યા કરે ! તેમાં પૂજ્ય શ્રીરમણનો અભિગમ આમ છે કે તેમ છે એવી જૂથો વચ્ચે ચર્ચા થાય. જોકે પૂજ્ય શ્રીરમણનો માર્ગ નિઃશંક એમને માટે સડસડાટ ધોરી રસ્તો હતો, પરંતુ બધા અનુયાયીઓના પ્રારબ્ધ કર્મ કે પ્રકૃતિ અને સમજણ સમન્વય કરી શકાય એવું લાગ્યું નહિ.

સાત વર્ષની આ ખોજ પછી પૂજ્ય શ્રીમોટાના અક્ષરદેહનું સાંનિધ્ય પામ્યો. આ દરમિયાન ૧૯૭૨થી અધ્યાત્મ વિષયના ગ્રંથો વાંચતો હતો અને એમાં ઊંડો રસ પણ રહેતો હતો. ‘શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતા’, ‘શ્રીમદ્ ભાગવત’, ‘પાતંજલ યોગસૂત્ર’ શ્રીમદ્ શંકરાચાર્યનું વિવેકચૂડામણિ’, ‘આત્મબોધ’ અને જરૂર મુજબ ત્રણ-કઠ, મુંડક અને માંડુક્ય-ઉપનિષદોનો પણ વારંવાર ઉપયોગ કરતો હતો. ઉપરાંત, ભગવાન રમણ મહર્ષિ, શ્રીઅરવિંદ ઘોષ તથા વિવેકાનંદના ગ્રંથોનું વાચન પણ કરતો હતો. આ પ્રકારના ગ્રંથોના અભ્યાસથી આત્મજ્ઞાન અંગે જાણકારી તો વધી, પણ ક્રિયાત્મક માર્ગ તથા અનુભવમાં આવે એવું પરિણામ જણાતું ન હતું. Transcendental Meditation અને બૌદ્ધધર્મની વિપશ્યના શીખવાથી પણ સંતોષ થયો ન હતો.

પરંતુ પૂજ્ય શ્રીમોટાએ ૧૯૫૫ થી મૌનમંદિરો-ક્રિયાત્મક પ્રયોગશાળા સ્થાપી છે એવું મેં (એ મૌનમંદિરનો લાભ લેનારાના પરિચયથી) જાણ્યું. આથી, મૌનમંદિરમાં પ્રવેશીને એનો લાભ લેવાનું નક્કી કર્યું. છેલ્લાં ત્રણ વર્ષ દરમિયાન ત્રણ વખત પ્રયોગ કરવાના પ્રસંગો બન્યા છે. અનેક સાંસારિક ફરજો આવી પડતાં એનો પૂરેપૂરો લાભ લેવામાં વિઘ્ન આવતાં. છતાં આવા તૂટક

તૂટક પ્રયોગોથી જીવનદર્શન અને જીવનઝાંખી થયાનો અનુભવ થયો છે એમ મને સ્પષ્ટ લાગે છે.

માત્ર, પ્રયોગાત્મક હેતુથી મૌનમંદિરમાં પ્રવેશેલો ત્યારે સાધનક્રિયા અંગેની માહિતીમાં મેં વાંચ્યું કે શ્રેયાર્થીને કોઈ પણ જાતના વિધિવિધાન, મંત્ર, મૂર્તિદર્શન અંગે સૂચન આપવામાં આવતાં નથી. હિંદુ, મુસ્લિમ, પારસી, ખ્રિસ્તી, કોઈ પણ ધર્મના કે પંથના જિજ્ઞાસુ પોતાને યોગ્ય લાગે એ મંત્ર કે મૂર્તિ સ્વીકારી શકે છે. આ સૂચન મને ખૂબ આકર્ષક લાગ્યું. મૌનમાં બની શકે એટલો વધુ સમય ભગવાનના નામનો જપ કર્યા કરવો- મોટેથી કે મનમાં. જરૂર લાગે તો મોટેથી ભજનો ગાવાં, પણ એમ જિજ્ઞાસુ શ્રેયાર્થીએ પોતાની રીતે ગોઠવી લેવું, પણ વધુમાં વધુ સમય નામસ્મરણમાં ગાળવો અને જો કંટાળો આવે તો આધ્યાત્મિક ગ્રંથોનું વાંચન કરવું. સાંસારિક વિચારો ઓછા આવે એટલા માટે ઓછામાં ઓછા સાત દિવસ અને બને તો એકવીસ દિવસનું મૌનએકાંતનું અનુષ્ઠાન પૂજ્ય શ્રીમોટા પ્રસ્થાપિત મૌનમંદિરમાં થાય તો શ્રેયાર્થી ઘણું જીવનપાથેય મેળવે છે, એમ સમજાયેલું.

મૌનમંદિરમાં પ્રવેશતાં જ વિચારશીલ શ્રેયાર્થીને તો પોતાના મનનું દર્શન થવા માંડે છે. આમ બને એ આધ્યાત્મિક અભિમુખતા માટેની તૈયારી છે. પહેલા પ્રવેશવેળાએ આપણા મનમાં રહેલી જાત જાતની કલ્પનાઓ, અંધારાનો અને એકાંતનો ભય, શારીરિક અને માનસિક ટેવોનું આપણા ઉપરનું વર્ચસ્વ, મનના અનેક વિકારો, વલણો, પ્રાણની અનેક જાતની વૃત્તિઓ એટલે કે ભૂખ, ભય, નિદ્રા અને વિષયવિકારો, બુદ્ધિનાં ખેલ-રમત વગેરેનું દર્શન થવા માંડે છે. વળી, રોજ સવારસાંજ પૂજા, જપ, આરતી, દેવદર્શન, ધ્યાન, પ્રવચનો સાંભળવા વગેરે ક્રિયાઓ કરવાથી

આધ્યાત્મિક માર્ગે છીએ તેમ જ આધ્યાત્મિક ગ્રંથો વાંચીને એ વિશે ચર્ચા કરવી કે લેખો લખવા એટલે આધ્યાત્મિક છીએ, એ માન્યતા સંપૂર્ણ ભ્રાંત છે એની સ્પષ્ટ સમજણ ધીમે ધીમે ઊગે છે. આપણે એ વસ્તુમાંથી બહાર નીકળીએ છીએ.

આ બધી ભ્રાંતિને ભાંગવા માટે અહંકારશુદ્ધિ અને ચિત્તશુદ્ધિ માટે જીવનના કેવા હેતુને લક્ષમાં રાખીને પ્રભુનું નામસ્મરણ કરવું એ ક્રિયાત્મક પ્રયોગ અનુભવથી જ સમજાય છે. પ્રભુનો ભાવ શું એની ઝાંખી થાય છે. સંસાર એટલે પ્રભુની પાઠશાળા તેમ જ પ્રયોગશાળા. આ બંને પ્રકારની જીવંત દૃષ્ટિ રાખવાથી સંસારનું ખરું સ્વરૂપ દેખાય છે અને સંસારના પ્રશ્નો સમજાય છે. આથી, જીવનમાં શાંતિ અનુભવાય છે. આ સાધનોને જરૂર મુજબ વાપરીએ એ બહુ જ જરૂરી આચરણ છે. જપ, નામસ્મરણ, ધ્યાન, પ્રાર્થના, ત્રાટક, આત્મનિવેદન આદિ સાધનો વિશે, એનાં અનેક પાસાંઓ વિશે, પૂજ્યશ્રીએ ઘણી ઊંડી સમજ આપી છે. એ આપણે જાણીએ એ એક વાત છે અને એને આચરીએ એ બીજી વાત છે. એ ‘જાણવા’, ‘આચરવાની’ વચ્ચે મોટી તિરાડ છે, પણ એમાંથી પસાર થવા માટે અભ્યાસ, ખંત, શ્રદ્ધા, ધીરજ, હિંમત વગેરે ગુણોને કેળવીને કેવી રીતે એ આચરી શકાય, એ પૂજ્ય શ્રીમોટાએ પ્રેમપૂર્વક સમજાવ્યું છે. એવું જ એમણે ‘ગુણો’ વિશે વિગતે વાત કરી છે. નહિતર આધ્યાત્મિક માર્ગનો પરિચય પણ મુશ્કેલ છે.

આ બધી ક્રિયા અને આંતરસૂઝ માટે મૌનમંદિરની સાધના પૂરક થાય છે. એમાં પૂજ્ય શ્રીમોટાની અતિસૂક્ષ્મ હાજરીનો પ્રત્યક્ષ પુરાવો છે. મારે મન તો મૌનમંદિર એ હરિદ્વાર છે. પ્રયોગાત્મક રીતે જીવન વિકસાવવાની જિજ્ઞાસા અને ધગશ ઉદ્ભવે તો આગળ જવાય. ‘ધગધગતા જ્વાળામુખી’ જેવી તમન્ના અને

જિજ્ઞાસા વિના આ અનુભવ નિરંતર રહી શકે નહિ એવી સ્પષ્ટતા વારંવાર કરી છે.

પૂજ્ય શ્રીમોટાની પ્રેરણાથી આ પુસ્તકના પ્રકાશક તરીકેનું કામ સાકાર થઈ શક્યું છે. પૂજ્ય શ્રીમોટાના કર્મયોગની જીવંત મૂર્તિસમા મુરબ્બી શ્રી નંદુભાઈએ આ કાર્યને પાર પાડવા સમર્થન અને પ્રોત્સાહન આપ્યું અને તેમણે મારી ભાવનાનો સ્વીકાર કર્યો, એ માટે એમનો સપ્રેમ આભારી છું. આ નિમિત્તે શ્રી રમેશભાઈ ભટ્ટનો પરિચય થયો એનોય આનંદ વ્યક્ત કરું છું. એમણે પૂજ્ય શ્રીમોટાના અક્ષરદેહની ઉપાસના કરીને એનું સંપાદન કર્યું છે. એમણે જીવનના મુખ્ય ધ્યેય અર્થે આ કામ સ્વીકાર્યું છે. એમના સહયોગ વિના આ પુસ્તક પણ તૈયાર ન થાત.

કેશુઆરી, ૧૯૮૩  
મે, ૧૯૮૩માં (ફરી સુધાર્યું)

ડૉ. શરત છોટુભાઈ દેસાઈ

પૂજ્ય શ્રીમોટાની પદ્ધતિ  
-એક ક્રિયાત્મક અભિગમ  
(A Practical Approach)

ડૉ. શરત સી. દેસાઈ M.D.

(Fellow of Indian Academy of Medical Science)

(‘પ્રભુની ખોજ’ ત્રીજી આવૃત્તિ)

આમ તો પૂજ્ય શ્રીમોટાનો પરિચય મને ૧૯૭૯ના ઓગસ્ટ-સપ્ટેમ્બરમાં એકાએક અણધાર્યો થયો. વલસાડમાં મારા એક શ્રેયાર્થી મિત્રને ત્યાં તે વખતના એમના હયાત ગુરુની પ્રેરણાથી એક અધ્યાત્મકેન્દ્ર દર ગુરુવારે ચાલતું હતું. એ કેન્દ્રમાં જવાની મને એકાએક સ્ફુરણા થઈ. એ કેન્દ્રમાં ભજન, કીર્તન અને આરતી પૂરાં થયાં. પછી મારા મિત્ર પાસેનાં પુસ્તકોમાં ‘જીવનપગથી’ પુસ્તક તથા ‘પૂજ્ય શ્રીમોટા સ્મૃતિગ્રંથ’ મારી નજરે ચડ્યાં. આ બંને ગ્રંથો જોઈ જવાની સહજ રુચિ જન્મી. આથી, મેં એ ગ્રંથો મારા મિત્ર પાસે માગ્યા. મિત્રે કહ્યું કે ‘ખુશીથી લઈ જાઓ. એમ પણ એ પુસ્તકો અહીં ઘણા વખતથી પડેલાં જ છે.’

એ પુસ્તકો ઘેર લાવીને બેત્રણ દિવસમાં એક સપાટે પૂરાં કર્યાં. ‘જીવનપગથી’માંના પત્રોની હકીકત અનુભવથી નીતરતી લાગી. ‘જીવનપગથી’ વાંચતાં મનમાં એમ ઠસી ગયું કે પૂજ્યશ્રીના સ્વાનુભવથી પ્રગટેલાં સૂચનોથી સંસારી જીવને પત્રેપત્રમાંથી જ્ઞાન મળે છે. પોતાના રોજના અનુભવો-ઉલ્લાસ, રસ, વિટંબણા વગેરેમાંથી પ્રભુ તરફ વળવાનું દિલ થાય અને જીવનવિકાસની સાધના કરવા માટે અભિગમ કેળવાય એવા રોચક અને પ્રેરક સલાહસૂચનો આ પુસ્તકોમાંથી મળી રહે છે. રોજની જિંદગીના પોતાના અનુભવો એટલે કે સંસારી કોયડાઓ, રસ અને સુખના

લહાવા માટે આશા, ઈચ્છા, તૃષ્ણા, લોલુપતા વગેરેની ઉત્પત્તિ, અનુભવ અને લયની પરંપરા પણ આનાથી પર બીજું કંઈક ‘જીવન’ હોઈ શકે તેની ઝાંખી પૂજ્ય શ્રીમોટા આપણને કરાવે છે. પૂજ્ય શ્રીમોટાનો ‘જીવન’ શબ્દપ્રયોગ અનોખો છે. અધ્યાત્મ સ્પિરિચ્યુઅલ વગેરે શબ્દોથી એ સમજીને જ દૂર રહ્યા છે, કેમ કે આ શબ્દો રોજની જિંદગીમાં અર્થહીન છે. આ અંગેનાં ઘણાં પુસ્તકો મેં વાંચેલાં, પરંતુ રોજરોજનાં કાર્ય કરતાં કરતાં આચરણમાં મૂકી શકાય એવું અનોખું અને અનુભવગમ્ય વલણ દર્શાવતું આવું પુસ્તક મેં જોયું જ ન હતું. પહેલી વાર ‘જીવન’ અને ‘જિંદગી’નો તફાવત મનથી સમજ્યો.

આ પુસ્તકો વાંચ્યાં પછી પૂજ્ય શ્રીમોટાનાં અન્ય પુસ્તકોનો અભ્યાસ અકળ રીતે, એની મેળે જ થયા કર્યો. તેઓશ્રીના ગદ્યગ્રંથોમાંથી એંશી ટકા તથા પદ્યગ્રંથોમાંથી વીસથી ત્રીસ ટકા ગ્રંથોનો અભ્યાસ છેલ્લાં નવ વર્ષમાં અનેક વખત સૂઝ પ્રમાણે કરતો ગયો. ખરી હકીકત કહું તો આવો અભ્યાસ થયા કર્યો. અને એમાંથી બને એટલું પ્રેક્ટિસમાં કેવી રીતે ઉતારવું એ સમજણ ડોક્ટર તરીકે મને ગમી અને યથાશક્તિ ઉપયોગમાં લેવાયા કરાય છે. પૂજ્ય શ્રીમોટાની વાણીમાં કહું તો-

‘પ્રિય નામને ઉરમાં સ્મર્યા કરશું અમે બહુ પ્રેમથી,  
પ્રિય નામને ઉરમાં સ્મર્યા કરશું અમે બહુ રીતથી,  
પ્રિય નામને ઉરમાં સ્મર્યા કરશું અમે બહુ ખંતથી,  
પ્રિય નામનો પ્રભુ, તંત જરી ના છોડશું હરગિજ કદી !

આ રીતે પૂજ્ય શ્રીમોટાના અક્ષરદેહનું સાંનિધ્ય હું પામ્યો. એ સાંનિધ્ય સાથે જ છેલ્લાં નવ વર્ષ દરમિયાન મૌનમંદિરમાં એક અઠવાડિયું ગાળવાના સાતેક પ્રસંગો પ્રાપ્ત થયા. મૌન-મંદિરમાં બેસવાનું આકર્ષણ અગમ્ય હતું, કેમ કે મારી પ્રકૃતિ



બહિર્મુખ રહ્યા કરતી. ક્યારેય એકાંતમાં તથા અંધારામાં રહેવાનું કલ્પેલું કે વિચારેલું પણ નહિ. આથી, સાત દિવસના મૌનએકાંત દરમિયાન પણ ક્યારેક ક્યારેક એકાદ દિવસ વહેલા પણ બહાર આવી જવાનું બનેલું છે. મૌનમંદિરમાં નામસ્મરણ, ભજન, કીર્તન આદિમાં સમય પસાર ન થાય ત્યારે પૂજ્યશ્રીનાં પુસ્તકો વાંચવાનું બનતું. આ વાંચન દરમિયાન પૂજ્યશ્રીની લખાયેલી વાણી નોટબુકરૂપે મને વાંચવા મળી. એ મને ‘ઉપનિષદ’ પ્રકારની લાગી, કેમ કે એમાં પાસે પાસે બેસીને ગુરુશિષ્યસંવાદ થતો હોય એમ અનુભવાયું. ઉપનિષદોમાં વાંચેલું એ આ હસ્તપ્રત વાંચવાથી સરળ રીતે સમજાયું અને આજે વીસમી સદીમાં પણ એ આચરી શકાય એવું વહેવારુ માર્ગદર્શન આમાં છે એવો એક અનોખો અનુભવ મને એ વખતે થયો અને હજુ ચાલુ જ છે. સાથે સાથે જીવદશામાં આધ્યાત્મિક વર્તન રોજના સંસારવહેવારમાં કેવી રીતે અપનાવી શકાય એ ક્રિયાત્મક સૂચનો આપણને મળે છે. આ હસ્તપ્રતનું લખાણ સંપાદિત થઈને ‘મૌનએકાંતની કેડીએ’, ‘મૌનમંદિરનું હરિદ્વાર’, ‘મૌનમંદિરનો મર્મ’, ‘મૌનમંદિરમાં પ્રભુ’ અને ‘મૌનમંદિરમાં પ્રાણપ્રતિષ્ઠા’ એમ પાંચ પુસ્તકરૂપે પ્રગટ થયું છે. આ પુસ્તકોના સંપાદકનો મને એકાએક ભેટો થયો. એમની સાથેનો પરિચય મૈત્રી-પ્રેમસ્વરૂપે ઉત્તરોત્તર વધતો રહ્યો. એમની સાથે ત્યાર પછી જ ‘સહયોગ’ થવાના પ્રસંગો ઊપજ્યા જ કરે છે. એમની સાથે પહેલો સહયોગ ‘મૌનમંદિરનું હરિદ્વાર’ ના પ્રકાશનના પ્રયોજન નિમિત્તે પૂજ્ય શ્રી નંદુભાઈ મારફત થયો.

છેલ્લા સહયોગમાં શ્રી રમણભાઈ અમીન (ચેરમેન એલેમ્બિક કેમિકલ્સ લિ., વડોદરા) તરફથી એમને મળેલી ૪૩ કેસેટ્સના સંગ્રહ દ્વારા થયો. શ્રી રમેશ ભટ્ટે એ કેસેટ્સ ઉપરથી

પૂજ્ય શ્રીમોટાની વાણીને ઉતારીને આઠ પુસ્તકોમાં સંપાદિત કરી છે. એ ૪૩ કેસેટ્સમાં રહેલો પૂજ્ય શ્રીમોટાની વાણીનો સ્ત્રોત ૨૮ કેસેટ્સમાં વિષયવાર સંપાદિત થયો. એ સેટ મુંબઈના NCPA (નેશનલ સેન્ટર ફોર પરફોર્મિંગ આર્ટ્સ)ની Continuous Aircondition Audio-Casette Libraryમાં Material of Timeless Importanceના સંદર્ભે ભવિષ્યના ૫૦૦-૧૦૦૦ વર્ષ સુધી જળવાઈ રહેશે. (આ અંગેની વિશેષ માહિતી આપતી પુસ્તિકા હરિ:ૐ આશ્રમ તરફથી પ્રસિદ્ધ થઈ રહી છે.) એ દરમિયાન વાંચન, મનન, ચિંતન અને નિદિધ્યાસનથી જે નવનીત લાઘ્યું એને ‘પ્રભુની ખોજ’ શીર્ષક હેઠળ રજૂ કરવાનું એક નિમિત્ત પણ ઊભું થયું. જેમાં ‘મૌનએકાંત’ની શ્રેણીનાં ઉપરોક્ત પાંચ પુસ્તકોમાંથી નીચોડરૂપે આ એક પુન:સંપાદન શ્રી રમેશભાઈ ભટ્ટના સહયોગથી થઈ શક્યું. એનો પ્રવેશક લખવાની સૂચનાને અનુસરીને, મારી શક્તિ અને અધિકાર બહારની વાત હોવા છતાં આ વ્યક્ત કરું છું.

હું, વિજ્ઞાનનો અભ્યાસી હોવાથી વૈજ્ઞાનિક દૃષ્ટિબિંદુથી જોવા ટેવાયેલો છું અને વૈજ્ઞાનિક પદ્ધતિથી વિચારવાનું મને ફાવ્યું છે. આથી, એ દૃષ્ટિએ ‘પ્રભુની ખોજ’ એટલે શું એ વ્યક્ત કરવાનું આ નિમિત્ત મેં ઉપયોગમાં લીધું છે. આવું નિમિત્ત પૂરું પાડવા બદલ પૂજ્ય શ્રીમોટાનો, મુરબ્બી શ્રી નંદુભાઈનો અને શ્રી રમેશભાઈનો ઋણી છું.

પ્રભુ, ઈશ્વર, હરિ, કર્તા, સ્રષ્ટા, God, Creator, અલ્લા-આ પર્યાયવાચક શબ્દો-જુદી જુદી સંસ્કૃતિમાં તથા બ્રહ્મા, વિષ્ણુ, મહેશ તથા અનેક દેવદેવીઓ પ્રભુની ભિન્ન ભિન્ન શક્તિઓને માનસિક કલ્પનામાં બેસાડવા-ચેતનારૂપ તરીકે લોકોએ કલ્યાં હશે. શ્રીરામ, શ્રીકૃષ્ણ, ભગવાન બુદ્ધ, ભગવાન મહાવીર,

કાઈસ્ટ, રહીમ, જરથોસ્ત સૂફી સંતો વગેરે પ્રભુની મહાન વિભૂતિઓ થઈ. એ જુદા જુદા સમયે ભિન્ન ભિન્ન સંસ્કૃતિની પ્રજાઓમાં પોતાના જીવનમાં પ્રભુનું તત્ત્વ છતું કરીને જીવી ગયા એમ કહી શકાય. આ ઉપરાંત, અનેક સંતમહાત્માઓ દુનિયાના જુદા જુદા પ્રદેશોમાં પોતાનામાં મથીને દૈવી ગુણોનો વિકાસ કરીને તે તે ગુણોના અનેક પાસાંઓને પોતાના જીવન દરમિયાન પ્રગટ કરતાં રહ્યા. વળી, ભારતમાં પૂર્વથી પશ્ચિમ અને ઉત્તરથી દક્ષિણમાં આવા અનોખા ઉચ્ચ કોટિના સંતમહાત્માઓનાં નામો લખતાં ‘સહસ્રનામ’ થાય. એમાંથી આપણા જેવાએ સાંભળેલાં એવાં નામો-પૂજ્ય ચૈતન્ય મહાપ્રભુ, સંત જ્ઞાનેશ્વર, તુકારામ, જ્ઞાનદેવ, ચોખા મેલા, પૂરણદાસ વગેરે તથા પ્રખર વેદાંતી શંકરાચાર્ય, સુરેશ્વરાચાર્ય વગેરે. અને ગુજરાતમાં નરસિંહ મહેતા, અખા ભગત વગેરે અનેક વિભૂતિઓ અનોખી રીતે જીવી. એ અનેક માર્ગો પોતાની જિંદગીમાં છતા કરીને આપણને પ્રભુ કે ઈશ્વરના બૃહદ્ દર્શનની ઝાંખી આપે છે. આપણી વીસમી સદીની સંસ્કૃતિમાં પણ દયાનંદ સરસ્વતી, રામકૃષ્ણ પરમહંસ, સ્વામી વિવેકાનંદ, શ્રીઅરવિંદ, માર્ટિન લ્યૂથર કિંગ, રમણ મહર્ષિ, ગાંધીજી, ટોલ્સ્ટોય, થોરો, રોમાંરોલાં અને બીજા ઘણા ડિરસ્તાઓ-સંતમહાત્માઓ જુદી જુદી રીતે અમુક અમુક દૈવી ગુણો પોતાના જીવન અને કાર્ય દ્વારા વ્યક્ત કરી ગયા છે.

આ પૂર્વ ઇતિહાસ પછી એમ સ્પષ્ટ દર્શન થાય છે કે સંસારમાં રહીને આચરણ કરી શકાય અને આપણા રોજબરોજના જીવનમાં વ્યક્ત કરી શકાય એવી સાધનાપદ્ધતિ અને સાધનામર્મ એમના અભ્યાસમાંથી દેખાતો નથી. આપણા સદ્ગુરુ પૂજ્ય શ્રીમોટા કંઈક અનોખી રીતે જીવ્યા. એમણે પોતાના જીવનમાં પ્રભુને છતો કર્યો. તદ્દુપરાંત, સાધક જો ઈચ્છે, ધારે અને મહેનત

કરે તો એ જ રીતે પ્રભુને પોતાનામાં છતો કરી શકે એવી ગૂઢ કળા તેઓશ્રીએ દર્શાવી છે. ઉપર જણાવેલી વિભૂતિઓએ પણ આવી કળાનાં અમુક પાસાંઓ પોતાના જીવન દરમિયાન અનુભવ-જ્ઞાનથી પોત પોતાની જિંદગીમાં અનોખી રીતે અનુભવીઓએ દર્શાવ્યાં છે ખરાં. પ્રભુનાં તો અનંત પાસાં છે. એનું ‘પૂર્ણદર્શન’ પામવાનું તો દેહધારી સંતનું પણ પૂર્ણત્વ ભાગ્યે જ હોઈ શકે. પૂજ્ય શ્રીમોટાએ આ હકીકતને પોતાના પત્રોમાં વારંવાર પ્રગટ કરી છે. જેથી, આપણે માત્ર ‘ગુરુવાદ’માં ન ફસાઈએ અને કોઈ પણ વ્યક્તિને જ ‘ભગવાન’ રૂપે ન નવાજીએ. સાચા ‘ગુરુ’ કે ખરા ‘ભગવાન’નાં દર્શન ફક્ત આશ્રમોમાં જ થાય એવી માન્યતામાં-ભ્રમણામાં ન રહીએ તે ખાસ જરૂરી છે.

હવે, આપણે પૂજ્યશ્રીમાં ખીલેલી અનોખી કળાદૃષ્ટિથી એમણે ચીંધેલ પ્રભુનો માર્ગ અને એને પામવાની રીતની કંઈક ઝાંખી વૈજ્ઞાનિક રીતે કરીએ.

પ્રભુની ખોજ શરૂ કરતાં પહેલાં ‘પ્રભુ’, ‘ઈશ્વર’, ‘હરી’, -એ શું છે ? -એ કોણ છે ? તથા એ ક્યાં છે એ બાબત આપણી સમજમાં બરાબર બેસાડવી જોઈએ. નહિતર પ્રભુની શોધ કરતાં કેટલાક કાલ્પનિક માર્ગમાં તથા ઉપલક વહેવારમાં ફસાઈ જવાનો પૂરો સંભવ છે. આવા કાલ્પનિક વહેવારો તથા એને અંગે પ્રયોજતા શબ્દો તથા વાણી આપણને ફસાવવા તથા ભ્રાંતિમાં ધૂમતા રાખવા પૂરતા સમર્થ હોય છે, કેમ કે મનુષ્યનું જીવન જ કલ્પના, ભ્રાંતિ, અર્ધસત્ય અને અજ્ઞાનથી ભરેલું છે.

પરંતુ પૂજ્ય શ્રીમોટાને પોતાની સાધનાનો આરંભ કરતાં જ પ્રભુનાં રૂપ અને દર્શનની સમજ ફક્ત ૨૩ વર્ષની ઉંમરે બરાબર સ્પષ્ટ થયેલી. આ સ્પષ્ટતા આપણને સૌને પ્રભુની શોધ કરતાં પૂર્વે ખપમાં લાગે એવી છે. ‘તુજ ચરણે’માં તેઓશ્રીએ પ્રભુનાં

અનેક દર્શનસ્થાનો નોંધ્યાં છે. પૂજ્ય શ્રીમોટાથી ‘તુજ ચરણે’ પ્રાર્થના રચાયેલ છે. આ સ્તવન-પ્રાર્થના ફક્ત એક જ દિવસમાં રચાયેલી.\*નડિયાદમાં એક પાદરી મહાશયની હિંદુધર્મમાંથી વિવિધતાની ટીકાના રચનાત્મક પ્રત્યુત્તરરૂપે રચાયેલી આ પ્રાર્થનામાં જુદી જુદી વ્યક્તિને રુચિ પમાડે એવા ચાર માર્ગો-હઠયોગ, ભક્તિયોગ, જ્ઞાનયોગ, કર્મયોગનું સમજ-જ્ઞાન સરળ ભાષામાં ઊતર્યું છે. ‘તુજ ચરણે’ ને મારો ‘ધ્રુવ તારો’ માનું છું. એમાંથી કોઈ પણ વ્યક્તિને માર્ગદર્શન થઈ શકે છે.

આ કાવ્ય સહેલાઈથી ગાઈ શકાય છે. છેલ્લાં દસ વર્ષમાં અવારનવાર ચારસોપાંચસો વખત મને ગમતી નીચેની પંક્તિઓ એકલો હોઉં ત્યારે ગાઉં છું. એ રીતે એ યાદશક્તિમાં સહેલાઈથી રહી શકે છે એવું અનુભવું છું.

આપણી નજરે આ જે કંઈ વિશ્વ નિહાળાય છે એ બધું કેવી રીતે નિર્માયું છે, એનું પોષણ સંવર્ધન કેવી રીતે થાય છે, તથા એનો વિલય કેવી રીતે સર્જાય છે એનું નિરૂપણ કરતાં પૂજ્યશ્રી લખે છે કે,

### ‘તુજ ચરણે’માંથી

ઈચ્છાથી માત્ર પ્રગટયાં સહુ વિશ્વ જે જે,  
 ઈચ્છાથી જેની સઘળાં નભી તે રહ્યાં છે,  
 ઈચ્છાથી જેની પળમાં સહુ નાશ થાશે,  
 એવા પ્રભુ, હૃદયથી તુજને નમું હું. (૮૫)  
 સત્તાથી જેની દરિયો મરજાદ મૂકી,  
 કેમે કર્યેય છલકાય નહિ કદીયે,

---

\*વિગત માટે ‘શ્રીમોટા સાથે વાર્તાલાપ’, આ. ૧૯૭૯, પૃ. ૮૪ જુઓ.

ચાલે નિયંત્રિત બધું ગતિથી જ જેની,  
 એવા પ્રભુ, હૃદયથી તુજને નમું હું. (૮૬)  
 સત્તાથી જેની ગતિ કાળ કરે, જુઓને,  
 સત્તાથી જેની અવકાશથી વિશ્વ જન્મે,  
 સત્તાથી વિશ્વમહીં ચેતન વ્યાપ્ત તારું,\*  
 એવા પ્રભુ, હૃદયથી તુજને નમું હું. (૮૭)  
 સત્તાથી જેની સહુ ભર્ગ સતેજ થાયે,  
 સત્તાથી જેની વરસાદ પડે ધરાએ,  
 પૃથ્વી ધરે વજન આ વળી માની જેનું,  
 એવા પ્રભુ, હૃદયથી તુજને નમું હું. (૮૮)

પ્રભુના સંકલ્પ અને સત્તા દ્વારા આપણે આ સકળ દૃશ્યમાન અને સક્રિય તત્ત્વોને નિહાળીએ તો પ્રભુનું સ્મૃતિ તરીકેનું રૂપ આપણે સ્વીકારી શકીએ છીએ.

આવા પ્રભુની ઝાંખી આપણે ક્યાં કરવી? એ ક્યાં ક્યાં અને ક્યા રૂપે વસે છે એ પણ સમજવું રહ્યું. પૂજ્યશ્રી લખે છે કે,  
 સૌ પ્રાણીને હૃદય સ્વામી વિરાજતા જે,  
 સૃષ્ટિ બધી ચલવતા ત્રણ કર્મથી તે,  
 ઉત્પત્તિ ને લય તણું પ્રભુ, સ્થાન છે તું,  
 એવા પ્રભુ, હૃદયથી તુજને નમું હું. (૩૨)  
 તું જે તપેય, વરસે સહુ જે, પ્રભુ, તું,  
 ને કાર્ય-કારણતણો મૂળ હેતુ છે તું,

---

\*પૂજ્ય શ્રીમોટા એ જ પ્રભુ-કર્તા-ઈશ્વર અને ચેતન (Bio Energy) જે શબ્દથી બ્રહ્માંડ, વિશ્વ, પૃથ્વી અને પૃથ્વી ઉપર આપમેળે ઉદ્ભવતી વિવિધતા અને વિસ્તારને એક (Concept)માં બેસાડ્યાં છે. World, Human Society, religions, Sciences વગેરેને એક વિહંગાવલોકનમાં કળ અને અકળનો સમન્વય કર્યો છે.

તું ચેતને, જડ, મૃતે, પ્રભુ, અમૃતે તું,  
 એવા પ્રભુ, હૃદયથી તુજને નમું હું. (૪૭)  
 સ્ત્રી જેમ પતિ થકી જગ ઉપજાવે,  
 સંતાન સૌ, ત્યમ બધું જગ ઉદ્ભવાવે,  
 માયાથી આ અચળ ને ચળ જે, પ્રભુ તું,  
 એવા પ્રભુ, હૃદયથી તુજને નમું હું. (૬૪)  
 લોહી દરેક નસ સૂક્ષ્મમહી વહે છે,  
 જેવી રીતે, તરુમહી રસ એક વહે છે,  
 તત્ત્વે જ તેમ સઘળું જગ આ છવાયું,  
 એવા પ્રભુ, હૃદયથી તુજને નમું હું. (૬૫)  
 જેવી રીતે તલમહી રહ્યું તેલ છૂપું,  
 જેવું રહ્યું દૂધમહી ઘૂત છે અજાણ્યું,  
 છે તેમ આ જગતમાંહી છૂપો પડ્યો તું,  
 એવા પ્રભુ, હૃદયથી તુજને નમું હું. (૬૬)

પ્રભુના આવા સર્વવ્યાપી છતાં અકળરૂપને એની લીલા દ્વારા  
 પૂજ્યશ્રી એને સ્પષ્ટરૂપે વર્ણવે છે તો હવે એને સમજવા ચેતન  
 (-પ્રભુ)નાં સામસામાં પાસાંઓ વર્ણવ્યાં છે.

જ્યાં 'નેતિ નેતિ' કહી વેદ બધા વિરામે,  
 જેના ગુણો વળી સરસ્વતી ગાઈ થાકે,  
 'કેવો હઈશ પ્રભુ, તું ?' નવ કોઈ કે' તું,  
 એવા પ્રભુ, હૃદયથી તુજને નમું હું. (૮૭)  
 માયા મહી રમણ નિત્ય કર્યા કરે છે,  
 નિર્લેપ તું ત્યમ છતાંય રહી શકે છે,  
 રે' શૂન્યમાં, પણ વિકારી થતો પ્રભુ, તું,  
 એવા પ્રભુ, હૃદયથી તુજને નમું હું. (૭૦)  
 છો દૂરનો દૂર રહ્યો પણ છે જ ભેગો,  
 પાસે નજીક મહી છેક નજીક છે તું,

કલ્પાય ના દૂર વસે પ્રભુ, તેટલો તું,  
 એવા પ્રભુ, હૃદયથી તુજને નમું હું. (૭૨)  
 તું વિશ્વને નચવતો, વળી આપ નાચે,  
 જાણે મદારી નચવે નિજ માંકડાને,  
 ના ખેલ કો સમજતા તુજ, કો કથે શું ?  
 એવા પ્રભુ, હૃદયથી તુજને નમું હું. (૮૦)  
 કેં કેં કવિ કવી ગયા તુજને કવીને,  
 થાક્યા ઋષિ મરી મથ્યા તુજને કળીને,  
 મૌની રહ્યા પણ ન માપી શક્યા તને તે,  
 એવા પ્રભુ, હૃદયથી તુજને નમું હું. (૮૬)  
 જે બૂહાર છે, પણ મહીય ભર્યો પડ્યો છે,  
 તે તું જ શુદ્ધ સ્વરૂપે સહુમાં ઠર્યો છે,  
 તું છે અખંડિત, અબાધ, સ્વયંભૂ છે તું,  
 એવા પ્રભુ, હૃદયથી તુજને નમું હું. (૩૬)

-તો હવે પ્રશ્ન થાય છે કે જે પ્રભુ આપણી આજુબાજુ સૃષ્ટિમાં  
 રગેરગમાં, સૌનાં હૃદયમાં તથા આપણા પોતાના હૃદયમાં ઠરેલો  
 છે, એનું આપણને 'અનુભવજ્ઞાન' કેમ થતું નથી ? આ પ્રશ્નનો  
 જવાબ પૂજ્યશ્રીએ અનેક વ્યક્તિઓને લખેલા પત્રોમાંથી મળે  
 છે. એમાં તેઓશ્રીએ સંજોગવશાત્ સમયે સમયે પ્રગટ થતાં  
 સંસારી જીવનનાં આવરણોમાંથી કેવી રીતે છૂટા થવું એ દર્શાવ્યું  
 છે. અને એ દ્વારા 'સંસારદર્શન' કેવા ભાવથી કરવું એ પણ  
 જણાવ્યું છે. આપણાં આવરણો આપણાં જ અંતઃકરણોમાં છે. તે  
 -મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત, પ્રાણ અને અહમ્માં થતી પ્રક્રિયામાંથી નીપજે  
 છે. આ હકીકતનોનું 'જ્ઞાન' થવું એ પ્રભુની ખોજ માટેનું પહેલું  
 પગથિયું છે. આપણાં અંતઃકરણોમાં થતી પ્રક્રિયા વખતે સમતોલ  
 દશા ઉપજાવવા માટે શ્રદ્ધા, પ્રેમ, ભાવ અને કર્મો આચરવાની  
 વિવેકયુક્ત રીત સમજાવતાં પૂજ્યશ્રીએ 'તુજ ચરણે'માં વધુ  
 સ્પષ્ટતા કરી છે.



કર્મોં કર્યેં અવતરે, પણ કર્મને જે-  
 આસક્તિ છોડી કરશે, પદમાં સમર્પે-  
 તેનાં, પ્રભુ, મરણજન્મ ફિટાડશે તું,  
 એવા પ્રભુ, હૃદયથી તુજને નમું હું. (૧૬)  
 જે કર્મ અર્પણ કરે નિત એક ચિત્તે,  
 ને ભક્તિયોગ કરશે મન બુદ્ધિથી જે,  
 તેનાં જરૂર ભવબંધન ટાળશે તું,  
 એવા પ્રભુ, હૃદયથી તુજને નમું હું. (૧૫)  
 થૈ તત્ત્વ-વિત્ત સ્મરશે ઉર ભક્તિ જ્ઞાને,  
 તુંમાં ધરી હૃદય આદર, પ્રેમ, તેને,  
 સાયુજ્ય મુક્તિ કરુણાનિધિ આપશે તું,  
 એવા પ્રભુ, હૃદયથી તુજને નમું હું. (૧૪)  
 જ્ઞાનેન્દ્રિયો મન સહિત પદે જ રાખી,  
 કર્મેન્દ્રિયોથી વ્રત જીવન આચર્યેથી,  
 તું હેમખેમ સઘળું ચલવે જ તેનું,  
 એવા પ્રભુ, હૃદયથી તુજને નમું હું. (૧૩)  
 સંકલ્પ ને મનતણા સહુયે વિકલ્પો,  
 આરોપશે હરદમે તુજ પાદ જેઓ,  
 એકાકી દાસ નિજના કરી માનશે તું,  
 એવા પ્રભુ, હૃદયથી તુજને નમું હું. (૧૮)

પૂજ્યશ્રીએ આ રીતે નિર્દેશેલ કર્મ-ભક્તિ જ્ઞાનયોગનો  
 સમન્વય ધીમે ધીમે યાદ રાખી રાખીને આપણે કરવાનો છે. એ  
 સાથે સાથે સંસારમાં દ્વંદ્વદર્શન કરી રાગદ્વેષને આપણામાં પડેલા  
 શત્રુઓ તરીકે પિછાનીને, મહેનત કરી કરી, રાગદ્વેષને મોળા  
 પાડવાના છે. ભલભલા કહેવાતા મહાપુરુષો, સાધુસંતો,

સંન્યાસીઓ, મહંતો વગેરેમાં પણ રાગદ્વેષનાં દર્શન એમના વહેવારમાં આપણને સહેલાઈથી થાય છે, પણ પોતાના મનનાં આવરણોને લીધે કોઈ પણ વ્યક્તિ આ રાગદ્વેષને પોતાનામાં જ પિછાનતી નથી એ જ મહદ આશ્ચર્ય છે. પૂજ્યશ્રીના શબ્દોમાં આ જ મોટી ‘ખાટલે ખોડ’ છે. આમાંથી બહાર નીકળવાનું સૂચન ‘તુજ ચરણે’માંથી નીચેની પંક્તિમાંથી આપણને મળે છે.

હૈયે સમાન જીવમાત્ર જ સર્વ જેને,  
 ના રાગદ્વેષ કંઈ અંતરમાં વસે છે,  
 વૂહાલા ગણે પણ સ્વભાવથી ભક્તને તું,  
 એવા પ્રભુ, હૃદયથી તુજને નમું હું. (૩૩)  
 પ્રેમે અપાર ઉરને મન, ચિત્ત, જેણે-  
 છે સોંપિયાં તુજ પદે કરી લગ્ન તેને,  
 સંસાર સાગર થકી પ્રભુ, તારશે તું,  
 એવા પ્રભુ, હૃદયથી તુજને નમું હું. (૧૯)

દ્વંદ્વાત્મક સંસારીદશાને લીધે નવો ઉત્પન્ન થતો ચિત્તનો કચરો અને આપણા સ્વભાવમાં જ રહેલા માનસિક આવરણો અટકાવવાનાં છે. તેમ જ જે આવરણો પડેલાં છે એને ભક્તિમય જીવન અને સદ્વાંચન તથા સદ્વર્તનથી નિવારતા જવાનું છે.

એનાં અનેક દૃષ્ટાંતો છે અને પ્રેમને અનોખા વહેવારમાં ઉતારી શકાય એવાં પાસાંઓનું વિવરણ તથા કળા એમનાં પુસ્તકોના પત્રોમાં નીતરે છે. એનો રસસ્વાદ તો જે વાંચીને સમજે તે જ માણી શકે, આચરી શકે અને તે પામી શકે.

ભક્તિમય જીવનમાં પ્રેમનું અનોખું સ્થાન છે. આ પ્રેમતત્ત્વ પૂજ્યશ્રીએ પ્રભુકૃપાથી મહેનત કરીને સાધેલું છે. એનું અનોખું વિવરણ સમજવા એમનાથી રચાયેલ ‘પ્રેમ’ પુસ્તકમાં વાંચવું જોઈએ અને સમજીને આચરવું જોઈએ.

પરંતુ પૂજ્ય શ્રીમોટાએ સાધનામાં પ્રવેશ કરતાં જ ‘મનને’ પૂરેપૂરું સમજીને, ઓળખીને અને એની શક્તિને પ્રમાણીને મનમાં રહેલા આવરણ દૂર કરવાની રીતોનો ઘણી જગાએ નિર્દેશ કર્યો છે. મળ, વિક્ષેપ અને આવરણોને મહેનત કરી કરીને પોતામાંથી પૂજ્યશ્રીએ સયોટ પ્રયોગ કરીને દૂર કર્યા હતા. આ સંકેતોનો તથા રીતોનો અભ્યાસ અને આચરણ સ્વીકાર્યા વિના શ્રેયાર્થી પ્રભુની ખોજના માર્ગે વળી શકે નહિ. દરેક શ્રેયાર્થીએ એનો ઉપયોગ પોત પોતાની રીતે કરવાનો રહે છે. પૂજ્યશ્રીએ આ બધું ‘મનને’માં લખ્યું છે. એનું આચરણ સ્લેટ ઉપર લખીલખીને દઢ કરવા પ્રયોગો કરેલા. આપણે પણ કરવું રહ્યું. મનના મળ અને વિક્ષેપ જ્ઞાન અને ભક્તિથી જાય, પણ ચિત્તમાં પડેલા જૂના સંસ્કારોનો ખજાનો-‘મળ’-કેવી રીતે દૂર કરવો એ અંગેનું આવું ક્રિયાત્મક, પ્રયોગાત્મક, સ્પષ્ટદર્શન કે સૂચન મેં અન્ય કોઈ જગ્યાએ વાંચ્યું નથી. આથી, પ્રભુની ખોજમાં પડેલા શ્રેયાર્થીએ પોતાના જ ‘મન’ સાથે કેવી રીતે પાનું પાડવું એની સ્પષ્ટ પદ્ધતિ ‘મનને’માં પૂરી વિગતથી આપી છે. એમાંની કેટલીક ઉપયોગી ક્રિયાત્મક કડીઓ નીચે સૂચવાઈ છે. જે રોજ ધ્યાનમાં રહેવી અગત્યની છે. રોજ ગાઈએ તો એમ થાય.

પ્રભુચિંતવને સર્વ શક્તિ ખપાવો,  
 પ્રભુચિંતવને સર્વ દ્વંદ્વો સમાવો,  
 પ્રભુચિંતવને ચિત્ત ને પ્રાણ સાંધો,  
 પ્રભુચિંતવને નિત્યનાં કર્મ સાધો. (૧૦૪)  
 પ્રભુના વિના આશ કોની ન ધારો,  
 ન આધાર એના વિના દિલ ન્યાળો,  
 ન એના વિના તે કશુંયે વિચારો,  
 ન એના વિના પ્રેમ ક્યાંયે ધરાવો. (૩૯)

હરિનામને ચિત્તામાં તું મઢી લૈ,  
 હદે શ્રેય ને પ્રેય બે સાધી લેને,  
 હમેશાં પ્રભુ-આશ્રયે લીન રે'ને,  
 સ્મર્યા વિણ તું ના ઘડી એક ખોજે. (૧૦૩)  
 સ્મરંતા સ્મરંતા થવું એકધ્યાન,  
 સ્મરંતા સ્મરંતા થવું એકમ્યાન,  
 સ્મરંતા સ્મરંતા થવું હેળમેળ,  
 સ્મરંતા સ્મરંતા થવું એકમેળ. (૧૦૫)  
 થતાં કામ તારાં ભલે રે' સદાયે,  
 રહે લગ્ન તું અંતરે યજ્ઞ માંહે,  
 રખે તૂટતી અંજલિ એકધારી-  
 સદા રાખજે ઉર ચિંતા તું એની. (૧૦૬)  
 હદે નામના જાપની પ્રેમમાળા-  
 વહાવો પદે તે સદા ગંગધારા,  
 શમાવી પૂરાં બુદ્ધિ ને ચિત્ત ભાવ,  
 તહીં હોમજો પ્રાણની વૃત્તિ સર્વ. (૧૦૭)  
 થવાનું રહ્યું યંત્ર તારે પ્રભુનું,  
 કશું કાંઈયે કામ તારે ન બીજું,  
 થતાં તે સુધીમાં કશું ના વિચારો,  
 કર્યા તે કરો વિધન આવ્યે હજારો. (૧૦૮)  
 પ્રભુ-પ્રેમની ધૂનમાં મસ્ત રૈ'ને-  
 સદા કામ તારાં ઉકેલી જ લેવાં-  
 પ્રભુના પદે ચિત્ત મધ્યસ્થ રાખી,  
 ઊંડા પ્રાણ પ્રેરી, પીજે પ્રેમ પ્યાલી. (૧૧૦)  
 હવે, આપણા મનના સ્વચ્છંદી સ્વભાવને સમજીએ અને  
 તેને લાઈન ઉપર લાવીએ.

રહે લિપ્ત ના દંભ, વાદે-વિવાદે,  
 સદા વાદ-વિવાદથી દૂર રે'જે,  
 અહંતાથી છે વાદ નાના વિકારી,  
 ક્રિયા વિણ વાચાળતા છે નકામી. (૩૫)  
 કદી રાગદ્વેષે ન તું લક્ષ દેજે,  
 ન ચિંતા બીજી કોઈ તું વહોરી લેજે,  
 અને ભાગ આવેલ જે કર્મ તેને,  
 કરીને પૂરું નિત્ય નિશ્ચિત રે'જે. (૩૬)  
 અરે ! વેડફી દૈશ ના શક્તિ તારી,  
 નકામું ન બોલીશ, રે' મૌન ધારી,  
 વૃથા બોલીને લાભ શો મેળવે છે ?  
 અને ગાંઠનું ગર્થ શાને ખુએ છે ? (૪૦)  
 અરે ! શીદને વ્યર્થ ચિંતા ધરી તું-  
 નકામું થઈ મૂર્ખ, કાજી બને છે ?  
 બળાપો કર્યેથી વળે શું વધારે ?  
 બધું છોડી દૈને સદા મસ્ત રે'ને. (૪૭)  
 અરે ! દુર્ગુણો કાં જુએ તું બીજાના ?  
 ખરે મૂળગી દૃષ્ટિ તું કાં ફેરવે ના ?  
 નિહાળ્યા કરી તારું જોતું જ રહેજે,  
 સદા તુજ કામે તું એકાગ્ર રે'ને. (૬૭)

રોજબરોજ શ્રેયાર્થીએ કેવી રીતે વર્તવું એ 'તુજ ચરણે' અને  
 'મનને' માંની ઉપરની ક્રિયાત્મક કડીઓ રોજ સવારે પ્રાર્થનામાં  
 ગાવાથી યાદ રહે છે અને સભાનતા રહે તો કામમાં આવે છે.  
 ઉપરાંત, તેઓશ્રીએ પોતાની સાધનાકાળમાં કરેલી એક પ્રાર્થનામાં  
 એક સ્થળે બહુ સુંદર રીતે વ્યક્ત કર્યું છે. આને હું Mental  
 Hygeine તરીકે રોજ મનની સાફસૂફી રહે એટલે વહેવારમાં  
 ઉતારવા મથું છું અને રોજ સવારમાં ગાઉં છું.

## મનને સદ્બોધ

(ગઝલ)

ન પરવા કોઈની કરજે, સદા નિઃસંગ રહી ફરજે,  
ભરોસે ચિત્ત રાખીને, મગન મનમાં થઈ રહેજે.  
ભૂંડી વાણી કહેશે કો, દિલે નવ લાવતો કાંઈ,  
સહુને કાન તું દેજે, દઈશ ના જીભ તું તારી.  
મળી તક ના જવા દેજે, સહુના રાજમાં રહેજે,  
હૃદયમાં નમ્રતા રાખી ખરી તું દીનતા ધરજે.  
મૂરખનું ગમતું મન કરજે, નહિ શીખ દુષ્ટને દેજે,  
ન કોનું મન, વચન, કર્મે, કદી દિલને તું દુભવજે.  
રહેજે હાથ જોડીને સદા ગર્વી તણી સંગે,  
રહેજે મૌન ફલેશીથી, ગુણે તુજ શત્રુને જીતજે.  
જગતના સૌ પ્રપંચોમાં કદી દિલ ના કશું દેજે,  
હરિના નામનું તર્પણ ઉમળકાથી દિલે કરજે.  
ફિકરની ફાકી ફાકીને, ફકીર થઈ નિત્ય તું ફરજે.  
હરિના પ્રેમમાં રસબસ થઈ તલ્લીન દિલ ફરજે.

‘જીવનસંશોધન’, પૃ. ૩૧૬

આ પ્રકારની જીવનરીતિ અપનાવવા આ ભજન પણ રોજ  
ગાવાથી પ્રભુના માર્ગે વળી શકાય છે.

આવી સમજણ પાકી થાય પછી પ્રાર્થનાના સાધન દ્વારા  
જીવનની ભાવના સ્પષ્ટ કરી હૃદયમાં ભાવ જગાડવાનો રહે  
છે. પૂજ્યશ્રીએ જુદી જુદી અવસ્થામાં પ્રાર્થનાઓ કરેલી છે. એ  
ખજાનામાંથી શોધતાં શોધતાં ઘણા નિર્દેશ મળી રહે છે. એમાંથી  
પસંદ કરેલી નીચેની ત્રણ પ્રાર્થનાઓ સૌ શ્રેયાર્થીઓને ઘણી  
ઉપયોગી બને એવી છે એવું મને લાગવાથી નીચે ઉતારું છું. અને  
રાત્રે સૂતી વખતે મનમાં ગણગણાટથી ગાવા યાદ રાખું છું. જેથી,  
દિવસના બનેલા બનાવોનું સમાધાન થવા પૂરી શક્યતા છે. જેથી,  
નવા સંસ્કારો સ્મૃતિપટ ઉપરથી નીકળી શકે.

## તને જ ગમતું

મુજ પર પ્રેમ કરીને રે, તુજને ગમતું સર્વ કરવજો.  
મારી ધારણા સર્વ નકામી, તારું ધાર્યું ફળજો !  
મૂર્ખ માગણી કર્યા કરું, તોયે તુજને ગમતું બનજો.

મુજ પર.

અવળચંડી છે બુદ્ધિ મારી, એને શુદ્ધ વિવેક વળી શો !  
પૂળો મૂકી એના ડ્હાપણમાં, તુજમાં તે કેળવજો.

મુજ પર.

મન, ચિત્ત ને હૃદયભાવના માગી માગી શું માગે !  
ગતિ એમની તે ક્યાં સુધીની ! ટોચે ક્યમ કરી પૂહોંચે !

મુજ પર.

બાળક તે હું કરીશ માગ્યા, વિવેક તારે કરવો,  
પ્રેમ કરી જયમ ત્યમ સમજાવી, મારગ મુજને લેવો.

મુજ પર.

જેવો ઘાટ પ્રભુ, ઘડવો હોયે, તેવો મુજને ઘડજો.  
આડાંફેલાં આવે તેને દૂર ધક્કેલી દેજો.

મુજ પર.

કરી કરીને કરી શકું શું ? હું માટીનું ઢેકું,  
ગૂંદી ગૂંદીને ઘાટ ઘડાવા કરજે યોગ્ય મને તું.

મુજ પર.

‘જીવનસંશોધન’, પૃ.૩૭૦-૭૧

## હું શું કરું ?

(પ્રભુ, શરણચરણમાં રાખો રે, એ રાગ)

મને સૂહાય અહરનિશ દેજે રે, એટલું માંગું.  
અથડામણ મનને, ચિત્તને, પ્રભુ વારેવારે થાયે,  
ઉર ઝઘડો તે ઉપજાવે રે, શું કરું હું ? બાપુ !

મને સૂહાય.

મુજ હૃદય પ્રભુ છે ભોળું, ચિત્તને કદી થાળે પાડું  
મન મેળવતાં નવ ફાવું રે, શું કરું હું ? બાપુ !

મને સૂઝાય.

ઠરતું નથી હજી સુધીયે, મનમાંકડી ચોક્કસ કેમે,  
મને કસોટી બાપ, કરાવે રે, શું કરું હું ? બાપુ !

મને સૂઝાય.

મથી મથી ફરીને પાછું, ઘર વિશે પ્રવેશ કરાવું,  
તોય પૂરેપૂરું નથી ઠરતું રે, શું કરું હું ? બાપુ !

મને સૂઝાય.

મરીને જીવવાની ઝાંખી, એને કરાવવી છે મારે,  
બનશે એ તારી સૂઝાયે રે, એટલું માગું.

મને સૂઝાય.

‘જીવનસંશોધન’, પૃ.૩૭૨

### પદ લગાડી દોની લગની રે.

(પ્રભુ, શરણચરણમાં રાખો રે. એ ઢાળ)

પદ લગાડી દોની લગની રે, પાવલે લાગું.  
મારું પ્રભુ જીવન વચકેલું, એને તે શેં સંકેલું !  
એને વળી વળી પદ હેરું રે, પાવલે લાગું. પદ  
દેખાવ કરે માન્યાનો, ને પ્રભુપદ રસ લાગ્યાનો,  
તોયે નાદ ન છોડે નિજનો રે, પાવલે લાગું. પદ  
એને ક્યાં ક્યાં હું સંભાળું, એને ક્યાં ક્યાંથી હું વારું !  
કદી કદી પ્રભુ, કંટાળું રે, પાવલે લાગું. પદ  
એને વશ કરવાની ચાવી, શોધું છું દા'ડી દા'ડી,  
પણ છટકે તે દઈ તાળી રે, પાવલે લાગું. પદ  
એને આંકીને મેં રેહું, મૂકી દીધું છે છૂટું,  
એને ટોકું કે નવ ચીંધું રે, પાવલે લાગું. પદ



હું તો મારે દૃઢ રહીને, લગની જ લગાડીશ દિલને,  
સઘળું સોંપી દઈ તુજને રે, પાવલે લાગું.

‘જીવનસંશોધન’, પૃ.-૩૭૫-૭૬

‘પ્રભુની ખોજ’માં પૂજ્ય શ્રીમોટાએ જે વાણી મૌનમંદિરમાં બેસવા આવતા જિજ્ઞાસુ-શ્રેયાર્થી સમક્ષ પ્રગટ કરી છે, એને આ અર્થમાં મેં એ વાણીને ઉપનિષદ-વાણી તરીકે પ્રમાણી છે. એ વાણી ‘મૌનએકાંતની કેડીએ’ની શ્રેણીનાં પાંચેય પુસ્તકોમાં વિસ્તારથી વહી છે. જેઓ સાત દિવસના અનુષ્ઠાન દ્વારા મથવા સજ્જ થાય છે, એવા જિજ્ઞાસુઓને મૌનમંદિરમાં નામસ્મરણના સાતત્ય પ્રયોગ સાથે આ પ્રકારના વાંચનથી અનુભવાત્મક જ્ઞાનનો લાભ થાય છે, એવો મારો અનુભવ છે. એવો લાભ વિશેષ એકાગ્રતાથી લઈ શકાય એ માટે મૌનએકાંતની શ્રેણીના પંચપાત્રમાંથી ‘પ્રભુની ખોજ’નું આ પુસ્તક સંકલિત કરવાનો પ્રયત્ન કર્યો છે. ઉપનિષદની માફક આ લખાણો વારે વારે અભ્યાસ કરી પ્રેક્ટિસમાં ઉતારીએ તો જ શુદ્ધ જીવન લાધે.

રોજિંદા જીવનમાં રોજના બારથી અઠાર કલાક લગી પ્રભુનું સ્મરણ સતત ચાલુ રહેવાની ઈચ્છા, આશા અને સંકલ્પ કેવી રીતે કામચાબ થાય એનું નિદર્શન પણ પૂજ્યશ્રીએ કરાવ્યું છે.

પ્રિય નામને ઉરમાં સ્મર્યા કરશું અમે બહુ પ્રેમથી,  
પ્રિય નામને ઉરમાં સ્મર્યા કરશું અમે બહુ રીતથી,  
પ્રિય નામને ઉરમાં સ્મર્યા કરશું અમે બહુ ખંતથી,  
પ્રિય નામનો પ્રભુ તંત જરી ના છોડશું હરગિજ કદી.

‘ગંગાચરણે’માંથી

ઉપરનું આખું ગીત સાધનાની શરૂઆત કરવામાં મદદ કરે.  
માટે, સવારે ઊઠીને ફરતાં ફરતાં ગાવાથી નામસ્મરણ યાદ રહે  
એવું લાગે છે. જેમાંથી ‘પ્રભુની ખોજ’ના અભ્યાસીને હરરોજની

ટૂંકી પ્રાર્થનાનું અને વર્તનનું ભાથું મળી રહે છે. આ પુસ્તકના પરિશિષ્ટમાં આ અને બીજું ભાથું પૂરક બની રહે એવી પૂરી શ્રદ્ધા સાથે જુદું આપ્યું છે.

આખરે, આપણે તો આપણા હૃદયસ્થ ચેતનને-(પ્રભુને), આપણા જીવપ્રકારનાં આવરણોથી દૂર કરીને, ક્રિયાત્મક રીતે છતું કરવાનું છે, પ્રગટ કરવાનું છે. આથી, જીવપ્રકારનાં આવરણોને બરોબર સમજી સમજીને પોતાના ખરાં જીવનપદ ઉપરનાં અવરોધ કરનારાં તત્ત્વો તરીકે વીણી વીણીને હઠાવવા ખૂબ જ જરૂરી છે. આપણી જીવનચર્યા માટે આ ખૂબ જ મહત્ત્વની બાબત છે, કેમ કે આપણી સમગ્ર જીવનચર્યાને આ ક્રિયા સ્પર્શે છે. આ હકીકત દઢ કરવા માટે નામસ્મરણ (હરિ:ૐ જપ), સ્મરણભાવના, ધ્યાન, સદ્વર્તન દ્વારા આપણે આપણા જીવનના તાણાવાણામાં પ્રભુ અસ્તિત્વ સ્પષ્ટ કરવું જોઈએ. આવું જીવન પ્રભુકૃપા હોય તો સદ્ગુરુ સંગતથી બને, પરંતુ જ્યાં સુધી આપણી ઉપર મુજબની તૈયારી થતી ન હોય ત્યાં સુધી સદ્ગુરુની પિછાન થવી પણ મુશ્કેલ છે.

પૂજ્ય શ્રીમોટાને પિછાનવા અને તેઓશ્રીના અકળ ચેતનરૂપને પામવા ‘પ્રભુની ખોજ’, માટેની ઈચ્છા તીવ્ર બને અને એ માર્ગે પગલાં મંડાય એવી ભાવના કાયમ રહે એવી પ્રાર્થનાથી આ પ્રવેશક પૂરો કરું છું.

‘હરિનામને ચિત્તમાં તું મઢી લૈ,  
હૃદે શ્રેય ને પ્રેય બે સાધી લેને.  
હંમેશાં પ્રભુઆશ્રયે લીન રે’ને,  
સ્મર્યા વિણ તું ના ઘડી એક ખોજે.

(‘મનને’-૧૦૩)

## નિવેદન (ત્રીજી આવૃત્તિ)

આ આવૃત્તિ નવેસરથી સંપાદિત થયેલી છે. ફૂટનોટ ડૉ. શરતભાઈ દેસાઈની છે. એ પૂજ્યશ્રીના કથનહારને સ્પર્શવામાં સહાયક બને છે. આ નવા સંસ્કરણ માટે ડૉ. દેસાઈએ જીવનના કટોકટીના સમયમાં ઘણી જહેમત ઉઠાવી છે, એ પ્રભુકૃપા ગણાય.

વાચકો આ સંપાદનનો યોગ્ય લાભ ઉઠાવશે એવી શ્રદ્ધા છે.

હરિ:ૐ આશ્રમ, નડિયાદ.

સી. ડી. શાહ

તા. ૧-૭-૧૯૮૩

મેનેજિંગ ટ્રસ્ટી

## નિવેદન (ચોથી આવૃત્તિ)

‘પ્રભુની ખોજ’ પુસ્તકની છ વર્ષમાં આ ચોથી આવૃત્તિ પ્રગટ કરતાં ઘણો જ આનંદ અનુભવીએ છીએ. જેમ જેમ નવી આવૃત્તિ પ્રગટ થતી ગઈ તેમ તેમ તેમાં ડૉ. શરતભાઈ દેસાઈએ ઘણા ફેરફારો કરી એક સુંદર આવૃત્તિ તૈયાર કરી, તે બદલ તેમના આભારી છીએ.

આ પુસ્તકની ચોથી આવૃત્તિ સ્વ. હરિભાઈ એન. દેસાઈની સુપુત્રીઓ શ્રીમતી ઈંદુબહેન દેસાઈ, શ્રીમતી દક્ષાબહેન દેસાઈ તથા શ્રીમતી મીનાબહેન દેસાઈના આર્થિક સહયોગથી પ્રગટ કરતાં અમો આનંદની લાગણી અનુભવીએ છીએ.

આ પુસ્તકની મુદ્રણશુદ્ધિનું કાર્ય ખૂબ જ ખંતપૂર્વક અને ઉત્સાહથી શ્રી જયંતીભાઈ જાનીએ કર્યું છે, તે બદલ અમે તેમનો હૃદયપૂર્વક આભાર માનીએ છીએ.

આ પુસ્તકની આકર્ષક આવરણ ડિઝાઇન તૈયાર કરી આપનાર શ્રી મયૂરભાઈ જાનીનો અમે હૃદયપૂર્વક આભાર માનીએ છીએ.

ટાઈટલને ચાર રંગમાં છાપી આપનાર સાહિત્ય મુદ્રણાલયના નિયામકો શ્રી શ્રેયસભાઈ તથા શ્રી યજ્ઞેશભાઈ પંડ્યાનો અમે હૃદયપૂર્વક આભાર માનીએ છીએ.

હરિ:ૐ આશ્રમ, નડિયાદ.

સી. ડી. શાહ

તા. ૩૦-૬-૧૯૮૯

મેનેજિંગ ટ્રસ્ટી

## નિવેદન (પાંચમી આવૃત્તિ)

પૂજ્ય શ્રીમોટાએ સુરતના મૌનાર્થીઓને કરેલ સંબોધનો જુદાં જુદાં પુસ્તકરૂપે પ્રકાશિત થયેલ છે, તે પ્રકાશનોમાંથી પુનાના ડૉ. શરત સી. દેસાઈએ કેટલુંક સંપાદન કરતાં 'પ્રભુની ખોજ'નું પ્રકાશન થયું હતું.

આધ્યાત્મિક જીવન અંગે વૈજ્ઞાનક દૃષ્ટિકોણથી સામાન્ય માણસ પણ સમજી શકે એ પ્રકારનું લખાણ આ પુસ્તકમાં છે.

જીવન વિશે વિચારનારા સર્વે સ્વજનોને અતિઉપયોગી એવું આ પુસ્તક સમાજને એક અનેરી ભેટ સમાન છે.

આવા પુસ્તકના પ્રકાશન માટે સુરત નિવાસી શ્રી ગોપાલભાઈ એન. પટેલ તરફથી આર્થિક સહયોગ મળેલ છે, તે બદલ તેમનો અમો હૃદયપૂર્વક આભાર માનીએ છીએ.

આ પુસ્તકની મુદ્રણશુદ્ધિનું કાર્ય પૂરા સદ્ભાવથી અને ચોકસાઈપૂર્વક શ્રી જયંતીભાઈ જાનીએ કરી આપ્યું છે. ટાઈટલ ડિઝાઈનનું કાર્ય શ્રી મયૂરભાઈ જાનીએ કરી આપ્યું છે. આ પુસ્તકને સદ્ભાવથી છાપી આપવાનું કાર્ય સાહિત્ય મુદ્રણાલયના શ્રી શ્રેયસભાઈ પંડ્યાએ કરી આપ્યું છે. પૂજ્ય શ્રીમોટા પરત્વેના ભક્તિભાવથી પ્રેરાઈને આ સર્વેએ આ પ્રકાશનમાં આપેલા સહકાર બદલ, તે સૌના અમો ખૂબ ખૂબ આભારી છીએ.

અગાઉની આવૃત્તિઓની જેમ આ નવી આવૃત્તિને પણ સ્વજનો આવકારશે એવી આશા અને શ્રદ્ધા છે.

તા. ૬-૪-૨૦૦૬  
રામનવમી

ટ્રસ્ટીમંડળ,  
હરિ:ૐ આશ્રમ, સુરત.

॥ હરિઃૐ ॥

## ‘પ્રભુની ખોજ’ના વાયકને

આ પુસ્તકનું સંપાદન પ્રયોગાત્મક જર્નલ (Journal) તરીકે કર્યું છે. આથી, વધુમાં વધુ વાયકો પોતે પ્રયોગ કરી, અમલ કરી નવી સમજણ કે દૃષ્ટિ અને નવું જ્ઞાન પામે, એ સંપાદનનું પ્રયોજન છે. પૂજ્ય શ્રીમોટા દરેક કક્ષાના ‘જીવન’ને જિંદગીમાં જીવનનાં સુખ-આનંદ પ્રગટાવવાનો માર્ગ દર્શાવે છે. માટે, પૂજ્ય શ્રીમોટાએ દર્શાવેલી રીતોનો વારંવાર પ્રયોગ કરી કરીને શીખવું પડે છે, કારણ કે આપણી રોજની જિંદગીમાં કામાદિથી દોરવાયેલો જીવનપટ પડેલો છે. એમાંથી નીકળવું મુશ્કેલ છે.

માટે ‘પ્રભુની ખોજ’ વાંચ્યા પછી ઘણું ઘણું કરવાનું રહે છે. આ બધું સ્મૃતિમાં રહે અને અન્યથા પ્રસંગોમાં આપમેળે (Automatic) વર્તાય એ દોહલું હોવાથી, રોજની ‘યાદનીશી’ (Memory Aid) તરીકે પૂજ્ય શ્રીમોટાની જ રચનામાંથી આ ત્રિપુટી મૂકી છે. એમાંની પહેલી પ્રાર્થના Aid Memorie છે. બીજું ‘સાધનામર્મ’ વર્તન માટેનું માર્ગદર્શન (Guide to Behaviours) છે. અને આરતી-આચરણ સંહિતા (Guide to Practise) અથવા વર્તનકળા છે.

આપણું જીવન રાગદ્વેષાદિના પ્રવાહમાં જ તણાયે જાય છે. આથી, ‘હું’ કે ‘મારું’-થી-પોતાનાથી નોખા થઈ શકવાની કળા જેવી કોઈ ચીજ છે એની ખબર જ હોતી નથી. ‘પ્રભુની ખોજ’માં આ કળાની તારવણી થઈ છે. આવી કળા આત્મસાત્ કરી શકાય, પણ આપણે જીવદશાના અનેક જૂના સંસ્કાર-સ્વભાવથી પડેલા પટમાંથી બહાર નીકળી શકતા નથી. જો નીકળવું હોય તો...

આ પુસ્તકમાં દર્શાવેલા પ્રયોગો વાંચી, સમજી, પ્રભુસ્મરણ આચરણમાં મૂકવા સિવાય કોઈ સરળ સીધો માર્ગ નથી. આ

પુસ્તકનો ‘અભ્યાસ’ એટલે વારંવાર વાંચી, ગોખી, સમજી પ્રેક્ટિસમાં મૂકવાની કળા આપણે શીખવી હોય તો...

એ માટે થોડાક સમયમાં સહાયક-પ્રેરક બને એવી આ સામગ્રી (સાધન-ત્રિપુટી) દિવસ દરમિયાન અનેકવાર ઉપયોગમાં લઈ શકાય. અમને આશા છે કે પૂજ્ય શ્રીમોટાએ કહ્યું છે એ મુજબ પ્રયોગો કરવા અને આત્મસાત્ કરવા કોઈક ધન્ય પળે કોઈક વાચક પ્રેરાશે...

...તો અમારાથી થયેલો આ પ્રયત્ન સફળ થશે... જો વાચકોના અનુભવ-પત્ર દ્વારા નવીન સૂચનો મળે તો પત્ર નીચેના ટૂંકા સરનામે એક પોસ્ટકાર્ડમાં જ મોકલવા, જવાબ જોઈએ તો રિપ્લાઈ પેઈડ પોસ્ટકાર્ડ મોકલવા કૃપા...

[સરનામું : 106, AKAR,8  
HAREKRISHNA MANDIR Rd.  
SHIVAJI NAGAR,  
PUNE PIN-411016]

-સંપાદકો

પ્રભુની ખોજ



પૂજ્ય શ્રીમોટા

‘હું સર્વત્ર વિદ્યમાન છું.’

‘જીવનદર્શન’, ૧૦મી આ., પૃ. ૩૮૨

- શ્રીમોટા



## ખંડ ૧

# આપણી પૂર્વભૂમિકા અને પ્રભુની ખોજના અંતરાયોનો ઉપાય

### આપણું સામાન્ય જીવન

આપણે પ્રકૃતિમય બની ગયા છીએ. આથી, પ્રકૃતિને આપણે ઓળખતા નથી. આપણે સ્વભાવને પણ ઓળખતા નથી. આપણે તો માનવી હોવા છતાં જાણે પશુચોનિમાં છીએ, કેમ કે આપણે જે વિષયવિકારને ભોગવીએ છીએ એના વિશેનું આપણને ભાન નથી. આપણે એનો વિચાર પણ કરતા નથી. ઢોર ગમે તેવું કર્મ કરે તેનો તેને વાંધો નથી. તેનું તેને બંધન નથી, કેમ કે એ તો કર્મને માત્ર ભોગવે છે, પણ મનુષ્યને તો સારાં કે ખોટાં કર્મ કરતાં વિચારો થાય છે. અને એ રીતે અનેકગણી રીતે પ્રારબ્ધ વધાર્યા કરે છે. તમને ખોટું લાગે તો ભલે. તોય હું તમને કહું કે ઢોર પ્રારબ્ધ વધારતું નથી. આપણે તો પ્રારબ્ધ ઘણું વધારીએ છીએ, પોષીએ છીએ. આપણે તો પળેપળે રાક્ષસોને જન્માવીએ છીએ. વિચારની રીતે મને આ હકીકત લાગે છે.

મનુષ્ય સાવધાન બનતો નથી. જાગૃતિ રાખતો નથી. એટલે તેને આ વાત હકીકતરૂપે લાગતી નથી. એને ચેતનનું પાસું સમજાતું નથી. માટે, તે નવાં પ્રારબ્ધ ઉપજાવતો જાય છે. બે માખીઓમાંથી એક માખી મધપૂડા ઉપર બેસે છે અને બીજી નરક ઉપર બેસે છે. આપણને મધપૂડા ઉપર બેસતી માખી ગમે છે, પણ આપણને આપણી જાતનું ભાન જાગતું નથી. જેને આવું ભાન જાગે છે, એ ઉત્થાન પામે છે.

અનુભવીઓએ તો જોયું કે મનુષ્ય, પશુ કરતાં પણ ખરાબ થાય છે. એક કર્મ કરતાં અનેક કર્મો ઊભાં કરે છે. એક જન્મ લઈને અનેક જન્મોનું ભાથું ઊભું કરે છે.

આપણે મનુષ્યજીવનનો અર્થ સમજતા નથી અને પશુની માફક જીવનને જીવી રહ્યા છીએ. પશુનું જીવન આપણા જીવન કરતાં સારું છે, કેમ કે તેમને પાપપુણ્યનું બંધન નથી. મનુષ્ય તો એના કરતાં બદતર પ્રાણી છે. એ અનેક પ્રકારનાં પાપ કરે છે અને પુણ્ય ઓછાં કરે છે. આપણે તો સુમેળ સાધવાનો છે. એકબીજાની મદદમાં લાગવાનું છે, પણ તે આપણાથી બનતું નથી. આથી, ઊલટું આપણે નિંદા, અદેખાઈ વગેરે પેદા થવા દઈને પાપાયરણ કરીએ છીએ.

### અભિલાષા સાકાર કરો

જીવનમાં આનંદ પ્રગટાવવો હોય તો મહત્વાકાંક્ષા સેવવી જોઈએ. એટલું જ નહિ પણ એ મહત્વાકાંક્ષાને આકાર પમાડવા શું કરવું જોઈએ તેનો ખ્યાલ પણ આવવો જોઈએ. તેમ જ એ માટે વિચારપૂર્વકની યોજના થવી જોઈએ અને એ પ્રમાણે તે જીવન વિતાવતો હોવો જોઈએ. આમ થાય તો જ તે માનવી અભિલાષા પૂર્ણ કરી શકે. ગમે તે પ્રકારની મહત્વાકાંક્ષા હોય પણ તેને માટે જે જંપ રાખીને બેસતો નથી, તેને આનંદ પ્રગટી શકવાનો છે. જે એકલી માત્ર અભિલાષા રાખે અને કાંઈ કશું કરે નહિ, તેમ જ આડંબર રાખે તો નાનામાં નાના નિશ્ચયને પ્રગટાવી શકતો નથી, એવો જીવ કયા પ્રકારની અભિલાષા પૂર્ણ કરી શકે ?

### નાનું ધ્યેય રાખો

તમારી સ્થિતિ સમજીને નાનું ધ્યેય પણ લો. તમારામાં જે પ્રકારનાં વિચાર, કામના, ઈચ્છા ઊઠે છે, તેને સમજીને નાનું

સરખું પણ ધ્યેય રાખો. તેને પ્રાપ્ત કરવા મથો. એમ કરતાં કરતાં પણ ધ્યેય ઊંચું થતું જશે. ભાવના તો પ્રકાશ આપનારી છે, હૈયાસૂઝ આપનારી છે. આપણે કોઈ પ્રવૃત્તિ કરવી હોય તો તે ધ્યેય રાખીને કરવી જોઈએ. તેને માટે થનગનતો ઉત્સાહ, દૃઢતા, ખંત દર્શાવો. તેને માટે ફનાગીરીની તૈયારી, જીવનને ન્યોછાવર કરવાની તાલાવેલી હોવી જોઈએ. આવું નહિ હોય તો નાના ધ્યેયને પણ પ્રાપ્ત નહિ કરી શકો. નાનકડું ધ્યેય પણ પ્રાપ્ત કરવા અપાર ધીરજ અને થનગનતો ઉત્સાહ હોય તો ગુણ પણ કેળવી શકાય. ભાવનાપૂર્વક હૃદયના આનંદના ઊંચાળા મારતી ભાવનાથી મથવું જોઈએ.

**રસ એ જ જીવન**

જેની અભિલાષાનો પ્રકાર ઊંચો હોય, તેને વિશેષ સહન કરવાનું હોય છે. એ માટે શૌર્ય, ઉદારતા, ધૈર્ય, સાહસ, હિંમત આદિ ગુણોનું ભાથું જોઈએ. તેવો જીવ અભિલાષાના માર્ગે જઈ શકે. તેના જીવનમાં આનંદ હોય છે. જેઓ એમ કહે છે કે ‘અમને જીવનમાં રસ નથી,’ તો એ વાત મુદ્દલ ખોટી છે. જેના જીવનમાંથી રસ ચાલ્યો જાય છે, એનું જીવન જતું રહે છે. મનુષ્યજીવન આનંદ અને રસ માટે જ છે.

**સદ્ભાવનું પરિણામ**

અનંત પ્રકારના અને અનંત મનુષ્ય સાથેના સંબંધો હોય છે. એવા સંબંધોમાં મીઠાશ વગેરે પ્રગટે અને તેમની સાથે ભાતૃભાવે સદ્ભાવથી, સુમેળથી અને પ્રેમથી વર્તીશું તો આપણા પોતાના માટે જ એમ કરવાનું છે એ સમજજો. આપણી બુદ્ધિ સૂક્ષ્મ થશે. આપણી વાણી સરળ થશે. એની અસર આપણી પ્રકૃતિ-સ્વભાવ ઉપર પણ થશે. જેણે આવું ઉત્પન્ન કરવું છે, તેણે સંસારમાં આ

રીતે વહેવાર કરવો જોઈએ. આમ કરીશું તો સ્વભાવમાં રૂપાંતર થવાની શક્યતા છે.

### રાગદ્વેષથી ભેદ

જો ભેદ ઘટાડવા હોય તો રાગદ્વેષ મોળા પાડો. ઘણાં કહે છે કે ‘સમાજમાં ઘણા ઝઘડા થયા કરે છે એનું કારણ ?’ તો કહે, ‘કલિકાળ’-પણ હું તો કહું છું કે જેવો કાળ અને જેવી દશા જોઈતી હોય તે આપણે પ્રગટાવી શકીએ છીએ, કારણ આપણામાં ચેતન પડેલું છે.\* એટલે સુખ મેળવવું હોય તો રાગદ્વેષ મોળા પાડ્યા સિવાય તેમ થવાનું નથી. જગતમાં વિવિધતા અને વિસ્તાર છે. ચેતનનું એ સ્વરૂપ છે. એટલે વિવિધતા તો રહેવાની જ. એને કોઈ મિથ્યા કરી શકે એમ નથી. એટલે એની સાથે મેળ રાખવો પડે, બાપદીકરાને બનતું નથી, પણ કેમ ન બને ? જો વિચારે કે ભેદ ઘટાડવો છે તો ઘટે. માંદા પડીએ ત્યારે દવા લેવાનું સૂઝે છે. આ જ રીતના આપણે સંસારમાં માંદા પડ્યા છીએ તે સૂઝતું નથી. માબાપે નાનપણથી મોટા કર્યા તો કંઈ તમારો ધર્મ ખરો કે નહિ ? આપણી વાત સાચી હોય તો સમજાવીને નમ્રતાથી સદ્ભાવથી કહી શકીએ. આપણા મનમાં અણગમો, ખરાબ લાગણી પ્રવર્તાવીએ તે આપણો ધર્મ નથી. આ ઝેર તો સમસ્ત સમાજમાં પ્રસરેલું છે. તો જો સુખી થવું હોય તો ભેદ ઘટાડો. એ પછી માબાપ, પિતાપુત્ર, ભાઈબહેન સંબંધીઓ, સ્વજનો અને કારખાનાના મજૂરો સાથે પણ ભેદ ઘટાડો તો જ ઘર્ષણ ઘટશે.

---

\* પૂજ્ય શ્રીમોટા, સ્વાનુભવથી અને સ્પષ્ટ દર્શનથી ભગવાન-પ્રભુ-ઈશ્વર વગેરેનો અર્થ ‘ચેતન’ (Bio-Energy) કરે છે.

## પોતાના ખાતર સદ્ભાવ

જો આપણે ભેદ ઘટાડવાના પ્રયત્ન કરીએ પણ સામો પક્ષ એમ ન કરે તો આપણી મુશ્કેલી ઓછી ન થાય, પણ જે પોતે ભેદ ઘટાડવા માગે છે, એની બુદ્ધિમાં હૈયાસૂઝ પ્રગટે છે. માટે, એનું બધાંની સાથેનું વર્તન એવું હોય છે. જતે દિવસે એમાંથી સદ્ભાવ ઊગશે કે કેમ તે ન કહેવાય, પણ શક્યતા ખરી. દા.ત. મહાત્મા ગાંધી અને જિન્નાહ. એમાં ગાંધીજીએ છેવટ સુધી સદ્ભાવ રાખ્યો, પણ જિન્નાહ તો પોતાની માન્યતામાંથી ન ડગ્યા. એટલે ગાંધીજીનો સદ્ભાવ ઊગી ન નીકળ્યો. એમણે તો સદ્ભાવ જ રાખ્યો. છતાં સામેથી રિસ્પોન્સ (પ્રતિભાવ) ન મળે તો પણ તમને પોતાનામાં કંઈ ફેરફાર લાગશે અને શાંતિ રહેશે.

## તારી જાતને તપાસ

સામાન્ય માણસો ગમે તેવી વાતો કરે તેનું તો કશું મહત્ત્વ નથી, પણ આધ્યાત્મિક પ્રકારની વાત કરનારાઓ જ્યારે બ્રહ્મની અને એવી બીજી વાતો હાંકે છે, એમને હું કહું છું કે ‘તારું જીવન તો જો. બ્રહ્મની વાતો કરે છે એ સાંખી શકાતું નથી.’ મારા ગુરુમહારાજની તો આજ્ઞા છે કે તેવાઓનો તો ભ્રમ તોડવો. તેવાઓ જો પોતાના જીવનમાં સુધારો નહિ કરે તો દારૂ પીને દારૂડિયો ગમે તેમ બકે તેવી વાત કહેવાય.

ભગવાનની વાત કરનારા જીવો કશી મહેનત કરતા નથી. તેમના વિચાર અને વર્તનમાં કશો ઢંગધડો નથી. એવા જીવો જ્યારે ભગવાનની વાતો કરે ત્યારે મને ખૂબ લાગી આવે છે. એવા લોકો જ્યારે બીજાઓ વિશે વાત કરે ત્યારે કહું છું કે ‘તારી જાતને તપાસ. તું કેટલે ઊંચે ગયો છે, કેટલે ઊંચે પડ્યો છે એનો વિચાર કર. બીજાનું જોવાનું છોડી દે.’

સંસારી માણસો વાત કરે છે તો ભલે કરે. એ તો સ્વાર્થમાં જ પડેલા છે, પણ ભગવાનના રસ્તે જવાની વાત કરનારાઓને બેધડક કહેવું એવી મારા ગુરુમહારાજની આજ્ઞા છે. અભિલાષા વગરનું જીવન કદી પણ ન જીવવું. નાનો સરખો પણ અભિલાષ સાકાર કરી શકશે તો આત્મવિશ્વાસ પ્રગટશે કે મારાથી કાંઈ થઈ શકશે. અભિલાષા ન હોય તો લાચાર બની જવાય. અભિલાષા વગરનું જીવન ચીંથરેહાલ સ્થિતિ જેવું છે. થોડોક આનંદ અને રસનો જેણે અનુભવ કરવો છે, એણે સાત્ત્વિક અભિલાષા રાખવી.

મહેનતની ભાવના પ્રગટી નથી ત્યાં સુધી તમારું કશું વળવાનું નથી. વગર મહેનતે માગ્યે કશું મળતું નથી. તમારે કોઈ અપેક્ષા હોય તો મહેનત કરો. ફળ તો મળવાનું હશે તો મળશે. મફતનું કોઈનું પણ લેશો નહિ, કેમ કે મફતનું લીધેલું પચતું નથી. અમે તો મહેનતનું ખાઈએ છીએ. ભગવાનની કૃપા અને તમારા બધાની ઓથ છે તેથી અહીંનું તો ચાલે છે. એ ધર્મ નથી

આપણા સમાજમાં ધર્મ વિશે સાચી સમજણ પ્રગટેલી લાગતી નથી. ધર્મ એટલે શું ? બે માળા કરવી, ઘીનો દીવો કરવો, દેવદર્શન જવું, કથાવાર્તા સાંભળવી કે કોઈ મહાત્મા પધાર્યા હોય તો તેમને જોવા જવું, ભાગવત સપ્તાહ હોય તો કથા સાંભળવી-આટલી હકીકતમાં ધર્મની સમજણ ઘટાવાય છે. મારી દૃષ્ટિએ આને ધર્મ કહેવાય નહિ. એ તો અજ્ઞાન છે. મને પોતાને ગુરુકૃપાથી સમજાયું છે, તે કહું છું.

**સાચા ધર્મનાં લક્ષણો**

જ્યારે ધર્મનાં લક્ષણો વર્તાય ત્યારે ધર્મ જીવતો છે એમ લાગે. ધર્મ જીવંત હોય તો સાહસ, ઉદારતા, ધૈર્ય, હિંમત, સહનશીલતા,

અભય, સમભાવ વગેરે એનાં લક્ષણો છે. આ બધાં લક્ષણો જ્યારે સમાજમાં પ્રવર્તેલાં હોય એટલે એ દેખાય ત્યારે ધર્મ જીવતો છે એમ ગણાય.

**ઊંચી વાત સાથે નરકમાં ?**

કોઈ મહાત્મા એમ ને એમ કશું આપી દેતા નથી. મથ્યા વગર કશું પામી શકાતું નથી તો પછી ભગવાનની ભાવના કેમ કરીને પામી શકવાના છો ? હજી તો મન આડુંઅવળું ભમ્યા કરે છે. સંસારનું તારું કાર્ય તો કર્યા કર. ઊંચી વાત લઈને નરકમાં ફર્યા કરે એ કેમ ચાલે ? જે લોકો ભગવાનની વાત કરતા હોય તેમને જરૂર કહેવું કે તે પોતાની સ્થિતિ સમજી શકે.

**સ્વભાવવશ કર્મનું પરિણામ**

જેઓ મારી સાથે સંબંધમાં છે, તેઓને વિનંતી કરું છું કે પહેલાં પોતાની અંદર તપાસ કરે. પોતાની અંદર મનન કરે. મારી સાથે જૂના રચનાત્મક કાર્યકર્તાઓ છે, તેમને પણ હું તો એમ જ કહું છું કે ભલું કરવું હોય તો જાતે ભલા થવું પડશે. આપણે પ્રત્યેક કર્મ આપણી પોતાની પ્રકૃતિ અને સ્વભાવ અનુસાર કરવાના. ભલે એ સાત્ત્વિક પ્રકારનું કર્મ હોય, પણ તમારી પ્રકૃતિ અને સ્વભાવ તેવાં ન હોય તો કેવી રીતે એ સાત્ત્વિક પ્રકારે થશે ? એટલે જેવાં પ્રકૃતિ અને સ્વભાવ એ જ રીતે એ (કર્મ) થવાનાં. પ્રકૃતિથી થતાં કર્મોથી તો રાગદ્વેષ અને ભેદ જ વધશે.

**સંઘર્ષનો હેતુ**

વહેવારમાં કોઈ ભાઈ સાથે તમારે સારું બનતું હોય ત્યાં લગી તમે તેની પ્રકૃતિને નહિ ઓળખો, પણ તમારે જ્યારે સંઘર્ષ થાય ત્યારે તમે એની પ્રકૃતિને સારી રીતે ઓળખી શકો છો. જો

તે ઉદાર દિલવાળો હશે તો તે તેવો દેખાશે. જો તે કપટી-પ્રપંચી હશે તો તે તેવો દેખાશે. માટે, સંઘર્ષણ થશે તો જ સમજણ પ્રગટે.

આપણા શરીરમાં સત્-અસત્, અહિંસા-હિંસા, સુખ-દુઃખ રહે એવી રચના છે. કોઈ કહે કે હું સત્ય જ કહું છું તો એ વાત ખોટી છે. નીતિઅનીતિ બંને થવાનાં છે. આપણે પ્રયત્ન કરતા હોઈએ કે સત્ય તરફ જ વળવું છે, પણ એવું કહેનારા જગતમાં બહુ થોડાક જ હોય છે. આપણે બધાં સાથે સદ્ભાવ-સુમેળ રાખવાનો પ્રયત્ન કરતા હોઈએ, પણ સામો જીવ ન રાખે તો સંઘર્ષણ જરૂર થાય. આમ છતાં આ જે દ્વંદ્વ થયું છે એનો હેતુ તો જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવાનો છે.

### દુઃખનું કારણ-નિવારણ

ખરી રીતે તો દુઃખ આપણે પોતે જ ઊભું કરીએ છીએ અને દોષ ભગવાનને દઈએ છીએ. હવે, દુઃખ વધારે ઊભું ન કરવું હોય તો આ સમજવાની હકીકત છે. એક કણ જેટલા દુઃખને પણ પ્રેમથી સહન કરશો તો એ દુઃખ ગયું. પ્રેમથી એ ભોગવતાં જે સંસ્કાર ચિત્તમાં પડ્યા તેના કારણે સુખનાં બી વવાય છે. મધમાં માખીની માફક દુઃખમાં જે ડૂબી જતો નથી એને દુઃખમાંથી કેવી રીતે સુખ મેળવવું એ રીતે જીવવાની કળા આવડે છે. દુઃખ કોઈ આવકારશે નહિ. સુખ બધાંને ગમે છે, પણ માનવી એવી રીતે વર્તે છે કે એને દુઃખ જ મળે. આપણને દુઃખ મળતાં એનું ભાન જાગશે અને સમજણ ઊગશે ત્યારે દુઃખમાંથી ઊગરી જઈશું.

### તમન્ના-એ જ ઉપાય

સંસારમાં આટલું બધું દુઃખ હોવા છતાં પણ મન એમાં વળગેલું કેમ રહે છે, એ એક મોટો કોયડો છે. માયા છે એટલે



એમાં લપેટાઈ જઈએ છીએ એમ કહેવાય છે, પણ એ ખોટી વાત છે. તમારે એમાંથી ઊઠવું નથી, નીકળવું નથી, કારણ તમને સાચા સુખની ગતાગમ નથી. સાચા સુખ માટે ફના થઈ જવાની તત્પરતા નથી. સંસારમાં રહેવા છતાં અને અનેક પ્રકારનાં કર્મ કરવા છતાં તટસ્થ સાક્ષીભાવે રહી શકાય છે, એ પ્રત્યક્ષ અનુભવની હકીકત છે, પણ તેવી રીતે તટસ્થ ક્યારે થઈ શકાય ? જ્યારે આપણને તેવું રહેવાનું સૂઝે-આપણને ચેતનને ઓળખવાની જ્વાળામુખી જેવી ધગધગતી તમન્ના પ્રગટે. જ્યાં સુધી આવું થાય નહિ ત્યાં સુધી સાક્ષીભાવે રહી શકાય નહિ.

### મર્યાદા નક્કી કરવી

ભગવાનનું નામ લીધા સિવાય પણ આ રીતે જીવવાનું સૌભાગ્ય પ્રગટે તોપણ જીવન બદલી શકાય. ચેતનનું અસ્તિત્વ ક્યારેય ઘટી જતું નથી. માત્ર, તેના અસ્તિત્વનો ખ્યાલ રાખવાથી, એના પ્રતિ મોં હોવાથી, આપણી મહત્વાકાંક્ષા જેટલી ઊંચી થયા કરે, તેમ તેમ એનું ધોરણ પણ ઊંચું થયા કરે. તેમ છતાં સામાન્ય માણસે પોતાની શક્તિની મર્યાદા નક્કી કરી લેવી જોઈએ. કોઈ માણસ કહે કે કરોડ રૂપિયા કમાવા છે, પણ જો એની પાસે એટલી મૂડી ન હોય તો તેમ નહિ થઈ શકે.

### મહત્વાકાંક્ષાની શક્તિ

સૌ પ્રથમ તો મહત્વાકાંક્ષાની જરૂર છે. એનાથી જીવ, આત્માને પામી શકે, બ્રહ્મ પણ બની શકે, પણ એ માટે લોહીનું બિંદુયે બિંદુ ખર્ચવાની તત્પરતા હોવી જોઈએ. જેનામાં એ પ્રગટેલી છે એ નરકના ખાડામાં પડેલો હોય તોપણ પોતાને ઊંચે લઈ જવાની એનામાં શક્તિ પ્રગટે છે. આપણે આપણા ધ્યેયના માર્ગે સીધા અને સરળ રીતે જઈ શકીએ ત્યારે જાણવું કે આપણામાં સાચી મહત્વાકાંક્ષા પ્રગટેલી છે. જેનામાં મહત્વાકાંક્ષા નથી એ

લૂલો છે. એવાને બ્રહ્મની વાતો કરવાનો અધિકાર નથી. તેવા લોકો ભલે પ્રાર્થના કરે, ભજન કરે તોપણ એમાં કશો દમ પ્રગટવાનો નથી. એના કરતાં તો લોકો સાથે સદ્ભાવ અને પ્રેમથી વર્તે તો તે વધારે સારું છે.

### **ભ્રમ ભાંગો**

આપણા સમાજમાં ભગવાન વિશે અથવા તો ખરેખર મહાત્મા થઈ ગયા છે તેમને વિશે કેટલીક ભ્રામક માન્યતા પ્રસરે છે. આપણે કહીએ છીએ કે ‘ભગવાનને મન બધાં સરખાં, બધાં ઉપર દયા કરે, કરુણા કરે’, એવી રીતે મહાત્માઓ માટે પણ માન્યતા છે. એટલે સમાજને એની ખરી સમજણ નથી. કોઈ મહાત્મા કે ભગવાન તમને કશું આપી દેવાનો નથી. તમારી અભિમુખતા જાગ્યા વિના કંઈ કશું થવાનું નથી. એટલે એવી ખોટી માન્યતા પ્રવર્તે ત્યારે ખરી વાત કહેવી પડે. એટલે મહાત્મા ‘આમ કરી દે અને તેમ કરી દે, કે આમ કરે અને તેમ કરે’ એ બરાબર નથી. એ કંઈ તમારો ગુલામ નથી. માટે, તમારા મનમાંથી એવી ભ્રામક માન્યતા કાઢી નાખવી પડશે. મારો એક મિત્ર મને લખે છે કે ‘હું તમારો મિત્ર છું’, પણ મને ખબર પડવી જોઈએને કે તું મિત્ર છે અને ખરેખર મિત્રભાવ રાખે છે ? અમે તો ભગવાનની કૃપાથી મિત્રભાવ રાખીએ છીએ. વળી, ઘણા લોકો ખાલી ખાલી પગે લાગવા આવે છે, માથાં નમાવ્યાં કરે છે. એટલે અમે કહીએ છીએ કે ‘ભ્રમ કાઢી નાખો’. ખોટા ભ્રમમાં પડી રહેવાથી કંઈ વળવાનું નથી.

### **માન્યતાને વર્તનથી પ્રગટાવો**

એટલે આવી સમજણ રાખશો નહિ. એક જણ તો મને લખે છે કે ‘સાંઈબાબાએ આમ કર્યું અને તેમ કર્યું’, પણ તે વિશેની ઘણી માન્યતા અતિશયોક્તિભરી છે. હું કંઈ મહાત્મા નથી. અમારો

વેશ તો ગૃહસ્થાશ્રમી છે. મારે માટે પણ બધાં ખોટી વાતો કરે છે પણ હું તો બધાંને પ્રેમ કરું છું. કેટલાક તો કહે છે, ‘મોટા, અંતર્યામી છે’, પણ તું થોડો એવી માન્યતા રાખે છે અને એ પ્રમાણે વર્તે છે? ખરેખર તો જ્યારે ભાવનાપૂર્વકનું તમારું વર્તન થશે ત્યારે ભગવાન જે તમારામાં પડેલો છે, તે ‘છતો’ થવા માંડશે. તે તમારામાં છે, સમસ્ત બ્રહ્માંડમાં છે અને છતાં એ નોખો છે.

### આપણું ખરું સ્વરૂપ

ખરા અર્થમાં આપણે આત્માના સ્વરૂપમાં છીએ. એટલે કે આત્મા જ છીએ, પણ મળ, વિક્ષેપ અને આવરણને કારણે પ્રકૃતિરૂપ થઈ ગયા છીએ. એટલે નિર્ભેળ રહી શકતા નથી.

ચેતન તો માનવી સાથે માનવી જેવું, પશુયોનિમાં પશુ જેવું અને જળચર સાથે જળચર જેવું તાદાત્મ્યના ગુણથી થાય છે. છતાં તે સર્વથી નોખું પણ છે. એવી રીતે નોખા રહેવાની કળા આપણે શીખવાની છે.

પુરુષ એ આત્માનું સ્વરૂપ છે અને પ્રકૃતિ દ્વંદ્વમય છે. પુરુષ સુષુપ્ત દશામાં રહેલો છે.

માનવી ઘણું કમાયો હોય, તેને બધી જાતની સુખસગવડ હોય, પણ પક્ષાઘાત થવાથી ખાટલે પડ્યો હોય તો ગરજને કારણે કોઈક ખબર અંતર પૂછે, તેની દવા પણ કરે, પણ તેને ગણકારે નહિ. માનવી પાસે આટલું બધું સામર્થ્ય હોવા છતાં ‘પુરુષ’ સુષુપ્તદશામાં હોવાને લીધે ચેતનની ગતિ પ્રગટતી નથી અને આપણા જીવનમાં ચેતનના ગુણધર્મ પ્રગટતા નથી. સૂર્ય સદાય પ્રકાશમાન છે, પણ પૃથ્વી પોતાની ગતિને કારણે દિવસ અને રાત્રિ અનુભવે છે. એ જેટલી સાચી હકીકત છે એટલી જ સાચી હકીકત આપણી પોતાની પ્રકૃતિ દ્વંદ્વ અને ગુણને કારણે ચેતનને

સમજી શકતી નથી તે છે. આથી, આપણે ભગવાનના ગુણધર્મને- પ્રકાશને અનુભવી શકતા નથી.

**‘પાસે હોવા’નો મર્મ**

કોઈ મહાત્મા ચેતનમાં પ્રગટેલા હોય તેની પાસે ચાળીસ વર્ષ સુધી રહે તોય કોરા ધાકડ જેવા જ હોય છે. એનામાં રાગદ્વેષ પણ વધારે હશે. ‘ઉપનિષદ’ એટલે ‘પાસે હોવું’ એમ જ અર્થ થાય છે. એનો મર્મ એ છે કે જ્ઞાન અને ભક્તિથી પાસે રહેવું જોઈએ. આ માટે પણ ચેતન પરત્વે અભિમુખતા અને ચેતનમાં દિલ મળેલું હોવું જોઈએ. જ્યારે ચેતનમાં નિષ્ઠા પામેલા જીવની વાતો સાચી લાગે ત્યારે તેના જીવનમાં ચેતન ઊતરશે.

સંસારમાં દ્વંદ્વ અને ભેદની પદ્ધતિથી વેગળા થઈ જઈએ તો ગીતાજીમાં કહ્યું છે તેવી દ્વંદ્વાતીત અને ગુણાતીતની ભૂમિકા પ્રગટે. એ દુર્લભ નથી. જેવી રીતે નદીમાં પાણી વહે છે, જેવી રીતે શ્વાસોશ્વાસ લેવાય છે તેટલું જ તે સરળ છે. આપણામાં ચેતન છે, પણ તમન્ના નથી, હેતુ નથી. મનુષ્યત્વની અને માનવી શરીરના અગત્યની આપણને પડેલી નથી. આપણે દ્વંદ્વમાં એટલા બધા રત થઈ ગયા છીએ કે એ તારવવું મુશ્કેલ છે. મનથી તો માણસ વિચારે પણ હૃદય કૂંચું નથી. એટલે કરુણા ઊપજતી નથી, ભાવના પ્રગટતી નથી.

કેટલાક લોકો મને પૂછે છે કે ‘આ પ્રકારનું જીવન અમારા પ્રારબ્ધમાં ન હોય તો કેવી રીતે બની શકે?’ અલ્યા, તું શું જાણે કે તારું પ્રારબ્ધ કેવું છે? સંસારમાં ઘણા માણસોએ ધાર્યું પાર પાડ્યું છે. તો પાછા એ લોકો કહે છે કે ‘એમના પ્રારબ્ધમાં હશે.’ એવી દલીલ કરનારને હું કહું છું કે તમને તમારી જાતમાં વિશ્વાસ નથી. !

તમારામાં તેવા ગુણો નથી એમ માનીને બધું પ્રારબ્ધ ઉપર છોડી દો છો. માટે, તમને કહું છું કે કંઈક અભિલાષા હોય એને

સાકાર કર્યા વિના જંપો નહિ. જો તું મહેનત કરીને પોતાની વસ્તુને આકાર આપી શકશે, એને પૂરેપૂરી પાર ઉતારશે તો તારામાં શ્રદ્ધા પ્રગટશે. એ જો પ્રગટે તો આપણે જીવનને સમૃદ્ધ બનાવી શકીએ. જે ચેતન છે, એને સંપૂર્ણપણે અનુભવવાની શક્યતા છે. અને એ માત્ર, મનુષ્યજીવન દરમિયાન જ શક્ય છે.\* પશુયોનિ, દેવયોનિ તેમ જ પૃથ્વી સિવાયના લોકમાં પણ ચેતનના અનુભવની શક્યતા નથી. જ્યાં આ પાંચ તત્ત્વોવાળાં શરીર છે ત્યાં બધાં જ ચેતનને અનુભવવા સમર્થ છે.

### ‘મોટા’ સાથે મિત્રતા

મારાથી કોઈક વખતે ક્રોધ થઈ જાય છે. હું તો ઘણી વખત ક્રોધ કરતો નથી, પણ શરીર છે એટલે ક્રોધ થઈ જાય છે અને જેના ઉપર ક્રોધ કરવો પડે છે, એ લોકો મને ઉપયોગમાં પણ આવે છે. જો દુનિયામાં ભગવાનનો લાભ લેવો હોય તો તમે કઈ રીતે એને ભજો છો એની બરાબર ખોજ કરી લો તો એના વિશે ભ્રમ રહેશે નહિ. જેણે દોસ્તી રાખવી હોય તેણે પહેલાં મિત્રતા કેળવવી પડશે. હું તો રાખું છું, તેની પછીથી ખબર પડશે. સંસારવહેવારમાં સંસારી વાત કરવી પડે છે. ખરેખરો પ્રેમ કરનાર માણસ નિસ્પૃહ છે. એ પરવાવાળો છે અને બેપરવાવાળો પણ છે. મારા ગુરુમહારાજે મને કહ્યું છે કે ‘બધાંને પ્રેમ કરવો. બધાંને સાચી વાત કરવી.’ એટલે હું બધાંને સત્ય વાત કહું છું.

### આધ્યાત્મિક વિજ્ઞાનશાસ્ત્ર

આપણા શાસ્ત્રમાં આધ્યાત્મિક સ્થિતિનું વિજ્ઞાનશાસ્ત્ર જો કોઈ હોય તો તે ગીતામાતા છે. એમાં જે કહ્યું છે કે ફલાણામાં ‘હું’

---

\* ‘ચેતન’ યા Bio-Energy જે સકળ વિશ્વમાં પ્રસરેલી છે, તે જ આપણામાં છે તેમ જ બધી ઈંદ્રિયોને પ્રકાશમાન કરે છે અને એ ‘અનુભવી’ શકાય એ શક્યતા પૂજ્ય શ્રીમોટાએ જ સ્પષ્ટ કરી છે.

છું. ‘હું’ આમાં છું, એ સાચું છે. જેવું જ્ઞાન જે વખતે પ્રગટે તેવી સ્થિતિ તે વખતે થાય છે. ભક્તનાં લક્ષણ પણ બારમા અધ્યાયમાં છે અને પંદરમા અધ્યાયમાં ઉત્તમ સ્થિતિ પણ બતાવી છે. એટલે ગીતા એ પ્રેક્ટિકલ સાયન્સ-આધ્યાત્મિક વિજ્ઞાન છે. એ શ્રીકૃષ્ણે કહ્યું છે એટલે નહિ પણ એમાં જે હકીકત છે તેથી આમ કહું છું. ઘણી વખતે કોઈક લખાણને કોઈ મોટી વ્યક્તિનું નામ લગાડી દે છે એવું નથી. અસલના વખતમાં વેદવ્યાસનું નામ લગાડે તો એનો પ્રચાર બહુ થાય. પહેલાં આ જવલ્લે જ થતું, પણ હાલમાં કોઈનું લખાણ હોય તેની ચોરી કરી પોતાનું નામ લગાડે છે, તે ઘણું ખરાબ છે. તો મૂળ વાત એ છે કે સંસારવહેવારમાં ભેદ ઘટાડવા માટે બાપ, દીકરો, દીકરી વગેરેમાંથી પણ ભેદ ઘટાડવાનો છે. જો પ્રયત્ન કરીએ તો સુખ મળે. ઘણા કહે છે કે પ્રારબ્ધમાં હતું તે મળ્યું, પણ હું કહું છું કે પુરુષાર્થથી પ્રારબ્ધ પણ પલટાવી શકાય છે.

ઘણા સેવકો બહારગામ ‘સેવા’ કરવા જાય, પણ પોતાની સેવા ન કરે. ઘરમાં છોકરાંઓ સાથે બિલકુલ બેસે નહિ. ઘરમાં બૈરાં સાથે બે ઘડી સદ્ભાવની વાર્તા ન કરે અને જગતની સેવા કરવા નીકળી પડીએ એટલે ઘરમાં ભેદ ન ઘટે. ઘરમાં ભેદ ઘટાડવાની એટલી સેવા ન કરો તો દુનિયાની સેવા થવાની નથી. **કઠણ કાળમાંથી કેવી રીતે ઊગરીશું ?**

આ પ્રપંચકાળમાંથી ઊગરવાનું સાધન જ્ઞાનભક્તિપૂર્વકનું ભગવાનનું સ્મરણ છે. એનાથી ભાવના પ્રગટે છે. સાથે સાથે રાગદ્વેષ મોળા પાડવાનું કરીએ તો કાળ નહિ નડે. મહાભારતનું યુદ્ધ એ કઠણ કાળ હતો. અર્જુનને એ નડેલો. એને ગભરામણ

પણ થઈ હતી. એમણે ભગવાન શ્રીકૃષ્ણને રથ સોંપ્યો. ભગવાન શ્રીકૃષ્ણે રાગદ્વેષ મોળા પાડવાનું કહ્યું. કઠણ કાળ આવે ત્યારે લોકો દાન કરતા અને અનુષ્ઠાન કરતા. તમે અનુષ્ઠાન કરો. રાગદ્વેષ મોળા પાડો. પ્રથમ બીજાનું સારું તાકો તો કઠણ કાળ નડી શકવાનો નથી. બીજાને નડે, પણ તમને નહિ નડે. બધાય ગ્રહોની યુતિ થવાની હશે ત્યારે થશે. અલ્યા, તું શા માટે ગભરાય છે ? તારી પાપવૃત્તિ ગભરાય છે. એવું લાગે તો બીજાને સુખ આપવાનો વિચાર કર. સંસારવહેવારમાં પણ આ જરૂરનું છે.



## ખંડ ૨

### સંસાર એ જ પ્રભુની પાઠશાળા

#### (સમજણ અને વર્તનકળા)

ભાવના અને પુરુષાર્થ

આ સંસારવહેવારમાં આપણે અનેક જીવો સાથે સંકળાયેલા છીએ અને તેને લીધે દરેકની સાથેના વહેવારવર્તનમાં પ્રત્યાઘાત થાય છે. એનાથી દુઃખ, સંતાપ, ફ્લેશ, હર્ષ, શોક વગેરે થાય છે. એવા કોઈ પ્રદેશમાં આપણે જઈએ કે જેનાથી આ બધું દૂર થઈ શકે. જેને આ બધાંથી દૂર થવું હોય તેણે તે માટે પ્રયાસ કરવો જ રહ્યો. જેને ધગધગતી જિજ્ઞાસા થઈ હોય તેને પ્રયત્ન ન પણ કરવો પડે. દા.ત. રામકૃષ્ણ પરમહંસ, રમણ મહર્ષિ, શ્રીઅરવિંદ. એવાઓ એમના સાથી પણ સાથે લાવતા હોય છે. તેમને પણ સાધના કરવી પડે છે. એવો જ દાખલો શ્રીકૃષ્ણ ભગવાનનો. તેમને પણ સાધના કરવી પડી. દા.ત. કૃષ્ણ ભગવાને સાંદીપનિને ઘેર નિમિત્તરૂપે પણ સાધના કરવી પડેલી. એટલે આવી ભાવનાને કેળવવાને, વિકસાવવાને પુરુષાર્થની જરૂરત છે જ. એને માટે જુદા જુદા સંપ્રદાયો હોઈ શકે. જો ભાવનાને વિકસાવવી હોય, એકધારી પ્રવર્તાવવી હોય તો પુરુષાર્થની જરૂરત છે જ. બધાંને માટે પુરુષાર્થ વગર શક્ય જ નથી. એ ભાવનાને જીવતી રાખવાને દરેક જીવ પોતાને અનુકૂળ એવા પ્રયત્નથી એને આગળ વધારે. એવો પ્રયત્ન કે પુરુષાર્થ તે સાધનાની રીત. એને માટે એટલે કે એવી સાધના માટે શાંત અને અક્ષુબ્ધ વાતાવરણની ખાસ જરૂર. એના વિના અસંભવ. એટલે કે સંસારમાં ભાવનાના વિકાસની પ્રવૃત્તિ ચલાવ્યા કરવી સામાન્ય રીતે અશક્ય. એ ભાવનાને સળંગ રાખવા માટે સામાન્ય રીતે



દરેક જીવને એની પોતાની પસંદગીની રીત માટે આવા એકાંતની જરૂર ખરી. આ કારણે આવા આશ્રમોની જરૂર છે અને તેથી આવા આશ્રમો બનાવેલા. આમા કોઈ પંથ કે સંપ્રદાયનું બંધન નથી. શ્રીમાતાજી, શ્રીકબીર કે બીજો કોઈ ફોટો મૂકવામાં પણ વાંધો ન હોય. નડિયાદ આશ્રમમાં જૈન ભાઈઓ પણ બેઠા છે. પારસીભાઈ પણ આવ્યા છે. એટલે આ રચનામાં જીવ પોતાને પોતાનો શોધનાર બની શકે અને એના ચિત્તમાં જે સુષુપ્ત સંસ્કારો પડેલા છે, તે ઘણાને ઊભરે પણ ખરા.

જે ભાવનામાં એકધારો રમમાણ છે તેને આવી જરૂર નથી, પણ જેને પોતે પોતાને શોધવો છે અને જેનાં મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત, પ્રાણ અને અહમ્માં ઘણા સંસ્કારો પડેલા છે તેને માટે છે. જેને આમાં કોઈ જાતની સૂઝ નથી તેને માટે આવી જરૂર છે.

હૃદયની લાગણીઓ યોગ્ય સ્થિતિમાં કેળવવા માટે તો ભાવના પ્રગટવી જોઈએ અને એ પ્રગટાવવા માટે જુદાં જુદાં સાધનો ખોળી કાઢ્યાં. ભજન, પ્રાર્થના, સદ્વાચન, સત્સંગ વગેરે કે જેનાથી મન ઊર્ધ્વ સ્થિતિમાં પ્રગટે.

સંસારવહેવાર અને કર્મ પ્રત્યેના વિચારોને બદલે એનાથી અતિરિક્તપણે વિચારવાનું બને એ માટે ભજન, પ્રાર્થના વગેરેનો ઉપાય લો તો ભાવના પ્રગટે, એના સંસ્કાર જ્ઞાનતંતુ ઉપર એટલે આપણા આધાર ઉપર પડે. આપણને દુઃખ, હર્ષ વગેરે લાગણીઓ થાય છે, તેની સમજણ જ્ઞાનતંતુને લીધે પડે છે. આપણા જ્ઞાનતંતુ જેટલા મજબૂત એટલા પ્રમાણમાં દુઃખ વગેરેના હુમલાની અસર મન ઉપર ઓછી થાય. માટે, દુઃખમાંથી બચવા આપણા જ્ઞાનતંતુઓ મજબૂત થવા જોઈએ.

ચિત્તમાં જે કાંઈ વિચારો-વૃત્તિઓ ઊઠે, તે બધાં પ્રભુનાં ચરણકમળે ધરી દેવાં જોઈએ. આપણે જેવી રીતે આપણા મિત્ર

પાસે ખાનગીમાં ખાનગી હકીકત કહી દઈએ છીએ, પણ તે કાંઈ આપણું દુઃખ હળવું કરે એવું હોતું નથી, પણ ભાવના તેમ કરાવે છે. એવી રીતે દરેક કલાક-મિનિટોના અનેક સંઘર્ષણ વગેરે જે બધું હોય તે આપણા પ્યારા પ્રભુને સમર્પણરૂપે આત્મનિવેદન કરતા રહીએ તો જ્ઞાનતંતુ જરૂર Tone up થાય છે, બળ મળે છે. એ એટલાં બધાં મજબૂત થાય છે કે આપણે મુશ્કેલી અને સંઘર્ષણથી અલિપ્ત રહી શકીએ છીએ. કશાથી આવરાઈ જઈએ નહિ. કોયડાનો ઉકેલ પણ આપણે ઉત્તમ રીતે કરી શકીએ છીએ.

### ભાવનાનાં લક્ષણો

ભાવના પ્રગટે એનાં પણ લક્ષણો છે. તેનાથી સ્ફૂર્તિ આવે છે. આપણે ધરતી ઉપર ચાલવા છતાં ધરતીથી અધ્ધર ચાલતા હોઈએ એમ આપણને લાગે છે. ભાવનાથી હૈયાસૂઝ પ્રગટે છે. કોઈ પ્રશ્ન વિશે ઝાઝા વિચાર કરવા પડતા નથી. જીવનમાં ઊઠતા અનેક પ્રકારના કોયડાના ઉકેલ પણ સહેલાઈથી મળી જાય છે. આડાઅવળા તર્ક ઊઠતા નથી. કોઈ પૂછે છે કે ‘ભક્તિ કરવાથી પૈસા કમાઈ શકાય ?’ હું કહું છું કે ભક્તિ કરવાથી સારી આવડત આવે છે. ઘરાક સાથે વર્તવાની કળા પણ આવડશે. અનેક પ્રકારની પ્રેરણાઓ જાગશે. કર્મ કરતાં ભક્તિ પ્રગટશે તો કર્મની આવડત આવશે. એટલું જ નહિ પણ કર્મમાં આપણી દૃષ્ટિ સમતાવાળી, તટસ્થતાવાળી થશે. કશાથી આવરાઈ નહિ જાય. હેતુનું ભાન પણ ટકશે. આપણને ઘરાકના આવવાના પ્રયોજનનું-તેના સ્વભાવ-પ્રકૃતિનું પણ દર્શન થઈ જશે.

ભાવનાથી આપણને કામ કરવાની કળા પણ પ્રાપ્ત થાય છે. સામાન્ય માણસ કરે એના કરતાં અનેકગણું કામ કરી શકીએ

છીએ. આ મારા અનુભવની વાત છે. હું સવારે ચારથી રાતના દસ લગી કામ કરતો, પણ મને થાક લાગતો ન હતો.

### સ્વભાવનું ઊર્ધ્વીકરણ

આપણે કર્મ કરીએ છીએ, પણ વેઠિયાની જેમ કરીએ છીએ. કર્મ કરીએ તેમાં ભાવના હોતી નથી. અનુભવીઓએ કહ્યું કે કર્મ પ્રભુપ્રીત્યર્થે કરો. કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ વગેરે મોળા પડશે. ભગવાનની સાથે રમો, લડો, હસો, પ્રેમ કરો તો એનું રૂપાંતર-ઊર્ધ્વગમન થશે.

ભગવાનનું નામ લેતાં, પ્રાર્થના કરતાં, આત્મનિવેદન કરી કરીને સમર્પણ કરતાં એની સાથે સંબંધ બંધાઈ જાય તો જ્ઞાનતંતુ અને હૃદયનું યોગ્ય સ્થિતિએ પ્રગટવાનું થશે, એટલું જ નહિ પણ ફેફસાં પણ અસલ સ્થિતિએ આવશે. પ્રાણાયામ કરતાં આ સારો અને સરળ રસ્તો છે. આપણો શ્વાસ પણ લાગણી, ભય, કચવાટ વગેરેમાં બરોબર ગતિમાં નથી હોતો. ચિત્તના મળને કારણે નકારાત્મક વલણ પ્રગટે છે. દસ્ત સાફ આવવો એ ઘણું જરૂરી છે. એનું પણ માનવીને જ્ઞાનભાન નથી. દસ્ત સાફ નહિ હોય તો અહમ્-પ્રાણ સાફ થાય નહિ. મળ સાફ કેમ આવે એ શીખવું જોઈએ. એક મિત્રને કહ્યું કે ‘મરતાં મરતાં મળ રહી ન જાય, કેમ કે જન્મે ત્યારે મળ બને છે અને મરે ત્યારે મળ રહે છે.’ એને માટે મળની શુદ્ધિની ખાસ જરૂર.

સકળ બ્રહ્માંડની રચના એવા પ્રકારની છે કે તેને આપણે સાકારરૂપે જોઈ શકીએ છીએ, પણ એની રચના બહુ સૂક્ષ્મ છે. પૃથ્વી ઉપર જેટલા ધર્મ થઈ ગયા તેની મૂળ સંસ્કૃતિના આદ્યપ્રવર્તકો પણ થઈ ગયા. તેઓ કહી ગયા છે કે શબ્દ એ બ્રહ્મ

છે. સાકાર અને નિરાકાર એવાં ચેતનનાં બે સ્વરૂપ છે.\* આ બેમાં કોઈ ઓછુંવતું નથી. બંને માર્ગનાં પ્રત્યક્ષ લક્ષણ સરખાં છે અને તે શબ્દરૂપે છે. શબ્દમાં કોઈ શક્તિ રહેલી છે. ક્રોધ, દયા અને પરોપકારની અને એવી બીજી અનેક પ્રકારની લાગણીઓ શબ્દ વડે પ્રગટાવી શકાય છે. શબ્દમાં આવી શક્તિ છે એ હકીકત નિર્વિવાદ છે.

### કર્મવેળાએ ભાવના

કર્મ કરતી વખતે કેવા પ્રકારની ભાવના રહે તેના ઉપર કર્મના પરિણામનો આધાર રહે છે. વાસનામાં મન રોકાયેલું હોય તો કર્મ ઉત્તમ ન થાય. માટે, મનને ઉત્તમ બનાવો. મનને એવું ઉત્તમ બનાવી દો કે સારાંનરસાં પરિણામનો ભેદ ન રહે. ભગવાન પ્રત્યેની ગતિ રહે તો જ બને. ભાવનાને કેળવવા અનેક પ્રકારના પ્રયત્નો અનુભવીઓએ કર્યા. કેમ કરીને ચેતનાતત્ત્વ વહે એના અનુભવીઓના એ પ્રયોગોમાંથી જ્ઞાનયોગ, ભક્તિયોગ, સાંખ્યયોગ વગેરે માર્ગો થયા. આ બધું પ્રયોગથી સાબિત કરી શકાય એમ છે. જેવી રીતે પરદેશ જવું હોય તો પૈસા જોઈએ તેવી રીતે વૃત્તિ શુદ્ધ કરવા ભગવાન પ્રત્યેની ગતિ જોઈએ. અને જો વૃત્તિ શુદ્ધ થયેલી હોય ત્યારે મન લાયક બને, પણ આપણે ઝંપલાવવાને તૈયાર હોતા નથી.

### સંસારમાં હૃદયપૂર્વક વર્તનકળા

સંસારવહેવારમાં કર્મ તો કરવાનાં છે. કર્મને કારણે બીજી વ્યક્તિઓની સાથે સંકળાયેલાં રહેવાનાં. તો તેવી વ્યક્તિ પ્રત્યે મીઠાશથી વર્તવું, મીઠાશ દંભવાળી નહિ હોવી જોઈએ.

---

\* ચેતનનાં બે સ્વરૂપ સાકાર અને નિરાકાર. શબ્દરૂપે એ બંનેનાં આધ્યાત્મિક માર્ગનાં પ્રત્યક્ષ લક્ષણ સરખાં છે. શબ્દમાં કઈ શક્તિનું દર્શન રહેલું છે, આ ખૂબ જ અનોખું 'મોટાશાસ્ત્ર'.

કર્મ તો જડ છે, પણ તે કરતી વખતે વ્યક્તિઓ પ્રત્યે પ્રેમ, ઉદારતા, સહાનુભૂતિભર્યું વલણ રાખીશું તો કર્મ ઉત્તમ થવાનું. તેવી વખતે તરડાઈ જઈને, રોષથી વાત કરશો તો કામ નહિ થાય. કામમાં ઊલટી ખલેલ પહોંચશે. વેપારમાં પણ આ અજમાવી જુઓ. ભલે એનું પરિણામ જલદી ન આવે. એ માર્ગ આકરો છે. કોઈએ ગુસ્સો કર્યો અને તમે સામે ગુસ્સો કર્યો તો નહિ ચાલે. સંસારવહેવારમાં આમ નમ્રતા રાખીશું તો અભિરુચિ પ્રગટશે. માટે કર્મ કરતાં કરતાં સંકળાયેલાંની સાથે રોફ, અભિમાન, રુઆબ, ગુસ્સો કરવાનું છોડી દો. ત્યાગ કરવાનો આવે તો ત્યાગ કરો. આપણા માટે એટલું પણ બસ છે. આવી ભાવનાથી જીવીશું તો ચેતન પ્રત્યેનું વલણ વિશેષ થતું જશે. મન વધારે શાંતિવાળું, પ્રસન્નતાવાળું થશે. અશાંતિ રાખશો તો નહિ થાય. માટે, સદ્ભાવ, સહાનુભૂતિથી વર્તશો નહિ તો કામ બગાડશો. મુશ્કેલી-ગૂંચ આવે ત્યારે આવરાઈ નહિ જતાં મનમાં સ્મરણ કરો. પછી જે સ્થિતિ થાય તે અનુભવો. નામની મહત્તાની વાત હું નથી કરતો. હું તો માનસશાસ્ત્રની રીતે વાત કરું છું. આપણે એક પ્રવૃત્તિમાંથી બીજી પ્રવૃત્તિમાં જઈએ ત્યારે પહેલી વાત આપણા સુષુપ્ત મનમાં પડેલી હોય છે, તે બીજી પ્રવૃત્તિમાં જવાથી આપમેળે ઉકલી જાય છે. માટે, મુશ્કેલીમાં તેનાથી આવરાઈ નહિ જતાં તેનાથી વિમુખ થવું. તો પ્રશ્નો હલ થશે. બોલતાં લાખવાર વિચારશો. બધું સાંભળજો પણ કોઈને કાંઈ કહેશો નહિ. જરૂર વિનાનું નકામું સાંભળવું પણ નહિ. નકામું સાંભળવાથી એના સંસ્કાર પડે. તે તમારે ભોગવવા પડે. તો કોઈની એવી વાતો સાંભળવી તે પણ બરાબર નથી. એવું સાંભળવાથી આપણે એ ભોગવવું પડે. કોઈની નિંદા કરવી નહિ, તેમ સાંભળવી પણ નહિ. બીજાના દોષ મારી આગળ જે બતાવે

છે, તેને દંભી ગણું છું. જે બીજાના દોષ જોયા કરે છે તે નબળો છે. હંમેશાં પોતે સુધરવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. સંસાર-વહેવારમાં ગુણઅવગુણ બંને છે. કોઈ સંપૂર્ણ નથી. દેહધારી સંપૂર્ણ હોઈ શકે નહિ. આપણા બધાંમાં ગુણઅવગુણ બંને છે. જો ગુણ જોઈશું તો સારા ગુણનું ધન મળશે. જો અવગુણ જોશો તો તેના સંસ્કાર પડશે. જો કોઈ ખરાબ હોય અને તેનું પ્રેમથી સહન કરશો તો તે પણ તપ જ છે.

### જ્ઞાનયુક્ત સહિષ્ણુતા એ જ સંસારનું તપ

જ્ઞાનથી કરીને, સહનશીલતા દાખવીને, અન્યાય સહન કરશો તો એ તપ છે. પ્રેમથી ઉદારતાથી તેમ કરવું જોઈએ. મારે એકલાએ જ આમ શા માટે કરવું તે વિચારવું નહિ. સામો ન સમજે તો ત્યાગપૂર્વક સહન કરવું, બેળે બેળે નહિ. આ તો ઉમળકાનો માર્ગ છે. પ્રેમથી સહન કરવાને તૈયાર ન હો તો ભગવાનને માર્ગે ઉન્નતિ નથી. સંસારવહેવાર એ માટે જ મળેલો છે. જગતને મિથ્યા કહેનારાને જ હું મિથ્યા કહું છું. આ ન થાય તો ભગવાનને માર્ગે ન જઈ શકાય. આવું કહેશો તે ચાલશે નહિ.

જીવનમાં સદ્ભાવથી વર્તીએ, પ્રેમભક્તિ રાખીએ, મળેલાંને ત્યાગની ભાવનાથી સહન કરીએ. બેળેબેળે કર્યું નહિ ચાલે. સંસારમાં દરેકને ઈચ્છા કે અનિચ્છાએ સહન કરવાનું આવે છે. ઘસાવું પડે છે. બૈરાંછોકરાં માટે ઘસાવું પડે. હંમેશાં સમજુને વધારે માર પડે છે. જ્યારે જ્યારે ઘસાવું પડે તો પ્રેમથી-ઉમળકાથી કેમ નહિ કરવું? પ્રેમથી તેમ કરીએ તો શાંતિ મળે. કોઈને માટે આ કર્યું અને તે કર્યું એ વિચારવાનો કશો અર્થ નહિ.

### અવગુણ ચિત્ત ન ધરો

બીજાને કેમ કરીને શાંતિ થાય તે રીતે આપણે વર્તવું જોઈએ. આપણું કુટુંબ લો. જે માણસ તેમાં વિશાળતા, ઉદારતા,

સહનશીલતા, ત્યાગ ન કરી શકે તે કશું ન કરી શકે. માણસ પોતાની પાસે બે રૂપિયા હશે તો કોઈકને આપી શકશે. જેની પાસે કશું ન હોય તો શું આપી શકવાના ? કુટુંબમાંથી જ એ ભાવનાને જન્માવી જોઈએ. કુટુંબમાં કુસંપ પ્રગટાવીએ, કજિયો, ક્લેશ, કંકાસ કરીએ તો બહાર શું સેવા કરી શકવાનો ? ઘરથી જ સેવા કરવાની શરૂઆત કર. બીજે ક્યાં સેવા કરવા જવાનો છે ? સુખી થવું હોય તો ઘરમાં જ ભાઈ સાથે સદ્ભાવ, સુમેળ પ્રગટાવવો. શું તે પણ ભાવના નથી. ? લોક બોલે ખરા પણ તેવું કેવી રીતે વર્તાય તેની સમજણ નથી. કોઈ કહે છે કે બીજા આડે ન આવે તો તેમ થાય, પણ આપણે સંકળાયેલા હોઈએ એટલે આડુંતેડું બનવાનું છે. અરસપરસ પ્રેમ, સુમેળ કરવો પડશે. અહીં ઘણા આવે છે. તેમના કુટુંબમાં તો સુમેળ હોતો નથી. હું મારા પોતાના કુટુંબમાં રહેલો છું અને બધું અનુભવ્યું માટે કહું છું કે એકબીજાના અવગુણ ન જોશો. સાચી હકીકત કહું છું. કુટુંબમાં નિહાળેલું છે. જો અવગુણ જોશો તો ક્લેશ, સંઘર્ષણ વધશે. તો તમારું ભલું નહિ થાય. સંસારવહેવારનું સુખ મળશે નહિ.

### જાગૃતિથી શક્તિ વધે

હંમેશાં તમારામાં રહેલી નબળાઈઓનું ભાન પ્રગટાવો અને તેમાંથી નીકળવાને મથો. જે જાતે પ્રસન્ન રહે છે, તેને એ પ્રકારનાં આંદોલનો હોય છે. જે પ્રકારની ભૂમિકા આપણામાં હોય તે પ્રકારનાં આંદોલનો આકર્ષાય છે અને એ મગજમાં ઘૂસી જાય છે. આપણે શક્તિનું આહ્વાન કરીએ તો તે આપમેળે પ્રવેશી શકે, પણ આ બધું થાય એ માટે આપણે પોતાની વિચારપદ્ધતિ બદલવી જોઈએ. સુખી થવું હોય ત્યારે આ પદ્ધતિ અજમાવાય. આપણે સુખી થવું નથી એવું નથી, પણ સુખ કોને કહેવાય એનું આપણને

ભાન નથી. આ તો ઘણી મર્યાદાવાળા સંસારી સુખની વાત છે, કારણ ચેતનના સુખને મેળવવાની ભાવના આપણને જાગી નથી. અન્ય વિશે વિચારવાથી શક્તિનાશ\*

દરેક માણસ પોતા કરતાં બીજા વિશે વધુ વિચારે છે અને એ રીતે શક્તિનો નાશ કરે છે. બીજા વિશે વિચારનાર પોતાના જીવનમાં કશું સાધી શકે નહિ. તે પોતાને સુધારી શકે નહિ. ઊલટું એ પોતાની શક્તિનો નાશ કરે છે.

કોઈ માનવી પાસે પાંચ હજાર રૂપિયા હોય તો તે વેડફી નાખતાં પહેલાં લાખ વાર વિચાર કરે, કેમ કે તેને મન એ રૂપિયાની કિંમત છે. મગજ એ તો એથીય કીમતી ધન છે. તેમ વિચારરૂપી ધન છે, કેમ કે મગજ એ વિચારોનું કેંદ્ર છે. એને રચનાત્મક રીતે કેળવવા ઉપયોગ કરીએ તો શક્તિ જરૂર વધે. બીજાઓ વિશે વિચાર કરવાથી શક્તિનો નાશ થાય છે. માટે, વિચારના એ કેંદ્રને સદ્ભાવનાથી કેળવીએ તો આપણામાં ગુણ અને શક્તિ ખીલવા માંડે. ગુણ અને શક્તિ સહજ રીતે સંકળાયેલાં છે. માટે, નકારાત્મક વિચારો છોડવા જોઈએ અને જો આપણે શાંતિ, પ્રસન્નતા વગેરે અનુભવવાં હોય તો બીજાના વિચાર કરવાનું છોડી દેવું જોઈએ. પોતાની જાતને જ તપાસાય અને એ પણ ઉત્તમમાં ઉત્તમ કેવી રીતે થાય તેનો વિચાર કર્યા કરવો. બીજા શું કરે છે એ જોવું નહિ. જે માણસ બીજાની ચિંતાનો ટોપલો રાખી ફરે છે, તેને જ રોગનો હુમલો થાય છે. તે

---

\* મન અને તેથી થતા વિચારો એ આપણું ખરું ધન છે, જેનું સ્થાન મગજ (Mind) છે. બીજાઓ વિશે અન્યથા વિચારોથી શક્તિનાશ થાય છે. તેને કેવી રીતે અટકાવવા-પાછા વાળવા એ જ ખરી Psychology છે. ખોજનું આ અનન્ય પાસું છે.



શક્તિહીન થાય છે. રોગના હુમલા ન વધે એ માટે પોતાના માટે વિચાર કરો તો એ ઉત્તમ છે.

### રચનાત્મક વિચારો

જ્યારે પણ કોઈના વિશે નકારાત્મક વિચાર આવે ત્યારે તેના સારા ગુણનો વિચાર કરો. આ રીતે માનવી પોતાના મનને સારું કરે, એને પાંસરું કરે તો મન સુવિચારમાં પ્રગટી જાય. આવી રીતે રચનાત્મક વિચાર કરવાથી લાભ થશે. માટે, જો આપણે રચનાત્મક વિચાર કરવાની ટેવ પાડીશું તો વસ્તુનો ઉકેલ કરવાની પણ ટેવ પડશે. ગમે તેવાં ગૂંચ, કોયડા, મુશ્કેલીઓમાં પણ રચનાત્મક રીતે વિચાર કરવાથી શાંતિ અને પ્રસન્નતા ટકી રહેવાનાં અને તેનો ઉકેલ પણ તે સારી રીતે કરી શકવાનો.

### કેવી રીતે શું વિચારવું ?\*

આપણે પોતાના વિશે વિચારવાનું છે. આપણા કે કોઈના દોષ કે વિષયવાસનાના વિચાર કર્યા કરવાના નથી. એ બધું તો નબળાઈના ઢગલા વધારે. પોતાના દોષનું ભાન જાગે એ જરૂરનું છે, પણ એને નિવારવા કેવું મથી રહ્યો છે, કેવા પ્રયત્ન કરે છે એ વિચારવાનું છે. એમાંથી નીકળી જવા કેવા ભગીરથ પ્રયત્ન, જોશ, ઉત્સાહ, ઉમળકો પ્રગટ્યો છે, તે જોવાનું-વિચારવાનું જરૂરનું છે. આવું ન અનુભવાતું હોય તો માનવી ઊંચે ન આવી શકે. આ બધું કરવા માટે પણ આંતરિક બળ જોઈએ. માટે, શાસ્ત્રકારો, ઋષિમુનિઓએ શોધી કાઢ્યું કે આંતરિક બળ વિકસાવવા માટે ભગવાનનું નામસ્મરણ એ ઉત્તમમાં ઉત્તમ ઉપાય છે.

### શું ત્યજવાનું ?

જો કાંઈ છોડવાનું હોય તો તે આસક્તિ, કામ, ક્રોધ, લોભ,

---

\* કેવી રીતે શું વિચારવું-આ એક Psychology નું મુખ્ય અંગ. આ આત્મસાત્ કરે એ જ ખરો 'ભક્ત.' પછી જ 'ભક્તિમાર્ગ' ક્રિયાત્મક બને.

મોહ, મદ વગેરે છે. આપણા જ અંતઃકરણમાં કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ, મદ રહેલાં જ છે. મોહ ન થાય, કામ ન થાય, એવું બની શકવાનું નથી. આ પ્રકારનું જ પ્રકૃતિનું તત્ત્વ છે. એની શુદ્ધિ થયા વગર કશું બનશે નહિ. પહેલાંના વૈદ્યો સારવાર કરતાં પહેલાં દરદીની મળશુદ્ધિ કરાવતા. માટે, આપણા અંતઃકરણમાં શુદ્ધિ અનિવાર્ય છે. કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ, આપમેળે અદૃશ્ય થાય એ બનવાનું નથી. ત્યાં લગી અનાસક્ત રીતે વર્તવાનું પણ બની શકવાનું નથી. હજારોમાં એકાદ જવલ્લે જ તેજસ્વી રીતે કરી શકે. માટે, મનુષ્યનો ઉદ્ધાર તો ફક્ત ભગવાનના નામસ્મરણથી જ થઈ શકે, એવા ઈતિહાસમાં અનેક દાખલાઓ મોજૂદ છે.

### કર્મનું મહત્ત્વ\*

શરીરના નિર્વાહના કારણે કર્મ છે, પણ જો ફક્ત સ્વાર્થની ભૂમિકાથી જ કર્મ કરશો તો તેમાં જ બંધાયેલા રહેશો. એવું કર્મ ભાવનાનું ઘોતક નહિ થાય. એનાથી ગુણશક્તિ ખીલે નહિ. હંમેશાં કર્મ કરો તો એવી રીતે કરો કે ગુણશક્તિ વિશેષ ખીલે. કોઈ દિવસ કર્મથી બંધાઈ જાઓ નહિ. તેમ જ કર્મથી પલાયમાન થાઓ નહિ. કર્મ તો ઉત્તમમાં ઉત્તમ રીતે થવું જોઈએ.

કર્મને અવગણે તે ભક્તિ કરવાને લાયક નથી. જેનામાં કર્મ કરવાની હિંમત, સાહસ, પુરુષાર્થ નથી તે ભક્તિ પણ નહિ કરી શકે. ભક્તિનો મૂળ પાયો પુરુષાર્થમાં છે. પુરુષાર્થ એટલે પરાક્રમ, શૌર્ય, દૃઢતા વગેરે ગુણોનો સમૂહ. માટે, કર્મ એવી રીતે કરો કે જેનાથી આવરાઈ ન જવાય.

---

\* વિચાર, વર્તન અને કર્મોનો ભક્તિ સાથે સમન્વય થાય તે સમજવું અને આચરવું જરૂરી છે.

કર્મ બધાંને માટે જરૂરી સાધન છે, પણ તે એવી રીતે થવું જોઈએ કે શાંતિ તથા પ્રસન્નતા તૂટવી જોઈએ નહિ. કર્મ કરતાં તે ઉત્તમમાં ઉત્તમ જળવાઈ રહે તો ગુણશક્તિ પ્રગટે. જે કર્મ કરીએ તે નિરાસક્ત નિરામયભાવે ધર્મ તરીકે કરીએ, જેનાથી સત્ત્વગુણ પ્રગટે અને એ રીતે કર્મ કરવાથી તેના ભારથી લદાઈ ન જઈએ.

### કર્મકળા

આપણે એક કર્મ કરતાં અનેક પ્રકારના વિચારો કરીએ છીએ. આપણે ભલે સંસારના કોઈ કર્મમાં રત હોઈએ પણ એક-માત્ર તે કર્મનો જ વિચાર કરતા હોઈએ, એકાગ્રતા ત્યાં જ હોય તો તે કર્મ સારું થાય છે. અને ઉત્તમ પ્રકારનું કર્મ શાંતિ, પ્રસન્નતા, ધીરજ, સમતા પ્રગટ્યા સિવાય થતું નથી. તેના સિવાય તમે કર્મ પણ ન કરી શકો. અહમ્પૂર્વક સિદ્ધાંતની વાત નહિ કરો તો જ કર્મ સારી રીતે કરી શકો. આ બધું પ્રગટેલું હોય તો જ કર્મ થાય.

ઉત્તમ કર્મ માટે શાંતિ, પ્રસન્નતા, ધીરજ કેળવવાની ખાસ જરૂર. કેવી રીતે તેમ કરવું તે કોયડો છે. એનો ઉપાય એ જ કે ગૂંચ આવે ત્યારે તે વિષયથી થોડોક સમય દૂર હઠવું તો ઉકેલ આપોઆપ મળે. હું ભણતો ત્યારે ભૂમિતિમાં ગૂંચ આવે એટલે એકી કરવા કે જાજરૂ જતો. એ રીતે આપણે 'વેગળા' થતા જઈએ અને કામ કરવા છતાં કર્મથી નોખા રહેતા શિખાય.

### પ્રવૃત્તિ સાથે પ્રકૃતિ

માણસની પ્રવૃત્તિ સાથે પ્રકૃતિ અને સ્વભાવ સંકળાયેલાં છે. આપણે દરેક પ્રવૃત્તિ, સ્વભાવ અને પ્રકૃતિ પ્રમાણે જ કરીએ છીએ. આપણે બીજા જીવો સાથેના સંબંધોમાં પણ તેમ જ કરતા

હોઈએ છીએ. વહેવારવર્તનમાં જે રીતે વર્તાતું હોય એનું માધ્યમ પ્રકૃતિ અને સ્વભાવ છે. આપણે ઘણા માનવી સાથે પ્રવૃત્તિને કારણે સંકળાયેલા હોઈએ છીએ. જે જે જીવો સાથે સંકળાયેલા હોઈએ તે દરેકનાં પ્રકૃતિ અને સ્વભાવ જુદા જુદા પ્રકારના હોય છે. અને તે પણ પ્રકૃતિ-સ્વભાવ પ્રમાણે જ વર્તાતું હોય છે. આમાં ઈચ્છા અનિચ્છાનો કોઈ સવાલ રહેતો નથી. જેવી રીતે અગ્નિ ગરમ છે એવું આપણી સમજણને કારણે લાગે છે, તેવી રીતે કર્મને પણ જુદી જુદી રીતે પ્રકૃતિ-સ્વભાવથી પર થઈને કરવાનું હોય છે અને સંતમહાત્માઓ તેમ કરતા હોય છે.

### પ્રવૃત્તિની પસંદગી

કર્મવહેવારમાં અનેકની સાથેના સંબંધમાં પ્રકૃતિ-સ્વભાવને કારણે અશાંતિ, સંઘર્ષ, ગૂંચ, મુશ્કેલી પ્રગટે છે. શાંતિ રહેતી નથી. સંતમહાત્માઓ જીવનમાં અનેક જીવો સાથે આવી રીતે સંબંધમાં હોય છે અને તેવા તેને કારણે બધાં સાથે જીવદશામાં ભાગ લેતા હોય છે. સમાજમાં આપણે કોઈનાં બાપ, મા, બહેન, ભાઈ, દીકરી, દીકરા હોઈએ છીએ. જીવનમાં દરેક સાથે જે રીતે સંબંધ હોય તે રીતે વર્તતા હોઈએ છીએ, તેને કારણે આપણને દુઃખ અશાંતિ વગેરે થાય છે અને આપણે કારણે તેમને પણ તેવું થતું હોય છે. સંસારમાં બીજા જીવોથી આપણને ત્રાસ, સંતાપ, ક્લેશ, હરકત, મુશ્કેલી થયા વિના રહેતી નથી. એનાથી મુક્ત થવું હોય તો ગમે તે પ્રકારની પ્રવૃત્તિ લઈએ તો મુક્ત ન થઈ શકીએ. પ્રવૃત્તિ એવા પ્રકારની હોવી જોઈએ કે જેનાથી બીજા સાથેનો સંપર્ક ઓછામાં ઓછો હોય અને આપણે તેનાથી અલિપ્ત થતા જઈએ. આવી પ્રવૃત્તિ એ નામસ્મરણ છે. જેની સાથે આપણી પ્રાપ્ત પ્રવૃત્તિ પણ થઈ શકે છે.

## બ્રામક સુખ અને આત્માનો આનંદ

સ્ત્રી, પુત્રો, બાહ્યસંપત્તિ એ બધાંને કારણે સુખ મળે. એ ક્ષણિક છે અને ભ્રમણા છે. ખરું સુખ તો આંતરિક કરણો-મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત, પ્રાણ અને અહમ્ને મઠારવાથી આપણામાં પ્રગટે છે. અને કોણ મઠારે ? જેની પાસે ધ્યેય છે કે 'સુરત જવું છે.' એને એ સૂઝે, પણ જેને જીવનનું ધ્યેય નથી, જેને મનન ચિંતવન કરવું નથી એવો માનવી એનાં મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત, પ્રાણ અને અહમ્ને કેવી રીતે મઠારે ? એ તો જેની સામે ધ્યેય પ્રગટેલું નથી એવો માનવી ગમે તે ક્ષેત્રમાં-અરે, પૈસા કમાવવાના કે સેવાના ક્ષેત્રમાં ભલે હો, એનાં મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત, પ્રાણ અને અહમ્ને કેવી રીતે મઠારે ? તો સુખ ક્યાંથી મળે ?

આત્માનો સ્વધર્મ પળેપળ આનંદમાં પ્રગટવાનો છે. જેમ સૂર્યમાં પ્રકાશ, અગ્નિમાં ગરમી તેમ આત્મામાં આનંદ એ બધું સહજ છે તો પછી માનવી જાગતો કેમ નથી ? એનો મૂળ સ્વભાવ આનંદ છે. સૂર્ય, રાત્રિએ જતો નથી રહેતો, પ્રકાશ પણ જતો નથી રહેતો, પણ પરિસ્થિતિ બદલાય છે. એટલે અંધકાર છવાય છે. તેમ આપણે આત્મા છીએ, ચેતન છીએ, પણ જીવદશામાં ખૂંપી ગયા છીએ. અરે, કર્તુમ્ - અકર્તુમ્ અન્યથા કર્તુમ્ છીએ. સત્ અને અસત્માં એમ જ રહીએ છીએ. આપણી એ સ્થિતિ હોવાથી વર્તમાનમાં અનુભવતા નથી. એનું કારણ આપણે જે ભેદ પાડ્યો છે તે છે. આત્માની સ્થિતિના ભાનમાં રહી એકધારા પ્રવર્તે તેવા લોકો માયામાં ડૂબી જતા નથી. આત્માની સ્થિતિમાં પ્રવર્તે એવો જીવ નિર્વિકાર રહી શકે છે, પણ આપણે એવું અનુભવી શકતા નથી, કારણ કે આપણે ભેદમાં છીએ. આપણે આત્માનું પળેપળ ભાન રાખી શકતા નથી. આપણાં મનાદિકરણો એટલે મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત, પ્રાણ

અને અહમ્ આપણને સુખ અને દુઃખની દ્વંદ્વ પરિસ્થિતિમાં લઈ જાય છે તો આપણાથી કઈ ઉત્તમ સ્થિતિમાં મનાદિકરણોને લઈ જવાય તે આપણે વિચારવું. એકબીજાનું સહન કરીએ. પ્રેમથી, સદ્ભાવથી, સુમેળ રાખીએ. દરેકને સહન કરવું પડે છે, પણ નાછૂટકે કે ત્રાસીને સહન કરે છે. એટલે એમાં ભેદ-વિકૃતિ વધે છે. એટલે સહન કરવાનું આવે એનાથી કોઈ છટકવાનું નથી. તો પ્રેમથી સહન કરવાની આદત કેળવીએ તો એથી જ્ઞાનતંતુ બહુ મજબૂત થશે.

### ધ્યેય જરૂરી

રાગદ્વેષને મોળા પાડવા એટલે આપણે કેવા થવું છે એનું નિશ્ચિતપણે નક્કી થવું જોઈએ. એટલે ધ્યેય નિશ્ચિતપણે ન પ્રગટે ત્યાં સુધી ગમે તેટલો પ્રયત્ન કરો તોપણ મનાદિકરણોને મઠારવાનું ન બને.

તો ધ્યેય નક્કી કરવાની કેમ સમજ પડે ? દિલમાં લાગી જાય તો જ આ વસ્તુ બની જાય. એટલે પ્રાણ અને બુદ્ધિ જો સુધારી શકાય તો બીજાં કરણો પણ સુધરે. જો તે કાળે ધ્યેય પ્રમાણે ગતિ થાય અને વર્તાય તો સમજવું કે ધ્યેય પ્રગટવા માંડ્યું છે.

### બુદ્ધિનો પ્રકાશ ક્યારે ?\*

બુદ્ધિ એ ચેતનનું નજીકમાં નજીકનું અંગ છે. ભગવાનના સ્વરૂપનાં લક્ષણનો જ્ઞાનપ્રકાશ બુદ્ધિમાં થાય તે સમજાય છે. બુદ્ધિ અનેક પ્રકારના સંસારના સંબંધોમાં સમજણ પ્રેરે છે. એ બુદ્ધિ

---

\* બુદ્ધિનું (Intellent) સ્પષ્ટીકરણ પણ પૂજ્ય શ્રીમોટાનું અનોખું અનુભવગમ્ય છે. પ્રાણ અને બુદ્ધિ એ આપણા જ મનાદિકરણનાં અંગો આપણને કેવી રીતે અંતરાય કરે છે. તેમ જ સુધારી શકાય છે એ બતાવ્યું છે.

કોઈ પણ વખતે સૂર્યના પ્રકાશ જેવી સમજણ પ્રગટાવતી નથી. એનું કારણ બુદ્ધિ, કર્મથી અને પ્રકૃતિથી આવરાઈ જાય છે. આપણી બુદ્ધિ અનેક પ્રકારની કામના, આશા, લોલુપતાથી પ્રેરાયેલી રહ્યા કરે છે.\* એટલે કે બુદ્ધિ સાત્ત્વિક નથી. એમાં સમતા, તટસ્થતા નથી. એટલે કોયડાનો ઉકેલ કરવામાં બુદ્ધિ કામયાબ નથી હોતી. બાકી, બુદ્ધિનું અસલ સ્વરૂપ તો જ્ઞાનપ્રકાશ છે. જો બુદ્ધિમાં સમતા હોય તો દરેકનો એ ઉકેલ આપી શકે. એટલે જ્યાં સુધી એ અનેક પ્રકારના રાગદ્વેષથી પ્રેરાયેલી છે ત્યાં સુધી એ અસમતાને લીધે આપણને સ્પષ્ટ ઉકેલ નથી આપતી.

### ઉકેલની દિશા

આપણામાં જો ભગવાન ઉપર શ્રદ્ધા, વિશ્વાસ પ્રગટી જાય તો સકળ મુશ્કેલીઓનો કંઈ નિવેડો આવી શકે, નિશ્ચિંત થઈ શકીએ. એટલે બુદ્ધિની મદદ વડે, ભગવાનને સહારે એમાંથી ઉકેલ કાઢી શકીએ. બુદ્ધિથી ઉકેલ કરવાના પ્રયત્ન સાથે ભગવાનમાં ભરોસો બેસી ગયો હોય તો આજ નહિ તો કાલ ઉકેલ આવશે. દરેક કોયડાનો અંત છે. એક ચેતન જ એવું છે કે જેને અંત નથી. બાકી બધાંને અંત છે. ચેતન તો અનાદિ અનંત છે તો પછી ગૂંચ, કોયડા, મુશ્કેલી આવે તેનો અંત આવવાનો છે એ નક્કી સમજવું, પણ એનાથી દુઃખી થઈ જઈએ, ક્લેશ પામીએ, અકળામણ અનુભવીએ તો એમ કરીને એનો કાળ આપણે પોતે લંબાવીએ છીએ. એટલે જો નિરાંત સેવીએ તો દરેકનો અંત છે એમ સમજાઈ જાય. એનો અર્થ એમ નહિ કે બેસી રહેવું, પ્રયત્ન ન કરવો, પણ મનમાં ક્લેશ કે

---

\* પ્રાણની વ્યાખ્યા પૂજ્ય શ્રીમોટાએ ઘણી જગ્યાએ આપી છે. આશા, ઈચ્છા, તૃષ્ણા, લોલુપતા આ પ્રાણની ગતિથી ઉત્પન્ન થાય છે. પ્રાણવૃત્તિ ઉપર કાબૂ મેળવવા આ ખાસ સમજવા જેવું છે.

અશાંતિ ન થાય તે ખાસ જોવું, ગભરાવું નહિ. એમ કરીને એવી ભૂમિકાને ટૂંકાવી શકાય.

### બુદ્ધિની શુદ્ધિની પ્રક્રિયા\*

બુદ્ધિને શુદ્ધ કરવા પ્રાણની શુદ્ધિ થવી જોઈએ, કેમ કે મળના ક્ષેત્રમાં હોઈએ ત્યાં તો મળની દુર્ગંધ જ આવવાની. ત્યાં અત્તરની સુવાસ ક્યાંથી પ્રગટવાની? આ સંસારવહેવારમાં પડેલા હોઈએ ત્યાં સદ્ભાવના કેવી રીતે પ્રગટાવવી? પણ જો ઝંખના જાગે તો સંસારનાં સકળ કર્મ સદ્ભાવથી કરતાં કરતાં પણ શુદ્ધિ થઈ શકે છે. સંસારમાં આપણે કર્મ તો કરવાં જ પડે છે, પણ લોભ ન રાખીએ. પાંચના પચીસ કેમ નહિ? પચીસના પચાસ કેમ નહિ? એવી ધારણા નહિ રાખીએ. આપમેળે ભલે મળે, એવી વૃત્તિ રાખીએ અને એવી ભાવના કેળવીએ તો તે શક્ય છે, પણ આપમેળે તે સત્કર્મમાં વાપરવાની ભાવના કેમ થતી નથી? તેમ ન થાય તો કાંઈ નહિ, પણ તું લોભ રાખ નહિ.

### બુદ્ધિની શક્તિ

સંસારવહેવારમાં મુશ્કેલી, ગૂંચ, કોયડા તો પ્રગટવાનાં જ. સુખદુઃખ આવવાનાં. એનાથી વેગળું થઈ શકાવાનું નથી. એની શક્યતા પણ નથી. વળી, કોઈ પ્રશ્ન પૂછશે કે ભગવાને આ બધું કેમ કર્યું? આ સવાલ મૂર્ખપણાનો છે. ભગવાને સાથે બુદ્ધિ પણ આપી છે. બુદ્ધિ તો પ્રકાશ આપનાર છે. કોઈ કહેશે કે ખોટી વાત. હું કહું છું સંસારવહેવારમાં કામની સમજણ પડે તે કેવી રીતે? બુદ્ધિને કારણે જ તેમ થાય છે. એટલે તે પ્રકાશ આપનાર છે. ચેતનની નજીકનું કરણ-અંગ બુદ્ધિ છે, પણ તેનો સાત્ત્વિક

---

\* બુદ્ધિ અને પ્રાણશુદ્ધિની પ્રક્રિયા-આ Practical Behavior Psychology છે. પ્રભુની ખોજના ભક્ત માટે અનિવાર્ય અને સાધ્ય છે. જે ધ્યેયની લગની લાગે તો.



ઉપયોગ કરતા નથી. એટલે તે જાડી રહે છે. તેનો તમે ઉપયોગ કરશો તો તેનું હાર્દ પણ તમને સમજાશે. ભગવાને બુદ્ધિ પણ આપી છે. વિવેકશક્તિ-સાચુંખોટું પારખવાની શક્તિ આપી છે. તેનો ઉપયોગ કરાતો નથી. બુદ્ધિ શબ્દનો મૂળ ધાતુ બુધ્ એટલે જાણવું. આપણને બધાંનું મૂળ સમજાવે તેનું નામ બુદ્ધિ. તેનો ઉપયોગ કરીએ તો રહસ્ય સમજાય. જે કામમાં બુદ્ધિનો પ્રવેશ થાય તે વસ્તુમાં પ્રકાશ આપે.

અત્યારે બુદ્ધિ મોહકલિલ-મોહરૂપી કાદવમાં ખરાડાયેલી છે. અનુભવી પુરુષોએ જોયું કે બુદ્ધિ જ જ્ઞાન પ્રેરનારી છે. તેને જ પકડો અને બુદ્ધિની શુદ્ધિ કરો અને બુદ્ધિને શુદ્ધ કરવાનો સહેલામાં સહેલો ઉપાય ભગવાનનું સ્મરણ જ છે.

**ભૂમિકા બદલવી જ પડે**

આપણે દ્વંદ્વ અને જીવદશાની ગુણની ભૂમિકામાં છીએ. એટલે કર્મ પણ તેવાં જ થાય છે અને ચેતનનો ગુણધર્મ આનંદ આપણને નથી મળતો. આપણે કપડાંને રંગ ચઢાવવો હોય અને કપડું જો મેલું હોય તો પહેલાં મેલ કાઢવો પડે. એ માટે એને પહેલાં સારી પેઠે ધોવાની જરૂર. આપણે એ પહેલું કરવું પડે અથવા તો રંગારાએ એ કામ પહેલું કરવું પડે અથવા તો એ કપડું રંગેલું હોય તો એનો પહેલો રંગ કાઢવો પડે. આ જીવનમાં ભગવાનનો રંગ ચઢાવવો હોય તો આપણી દ્વંદ્વાત્મક-ગુણાત્મક સ્થિતિનો રંગ બદલવો પડે તો જ ભગવાનના પરમ માંગલ્યમય ગુણોનો અનુભવ કરી શકીશું. નહિતર વેદના, દુઃખ મળે એ ભોગવ્યા કર ! દુઃખી થા ! શોક કર !

**દુઃખનું કારણ**

આપણને દુઃખ આવે છે. એ આપણા પોતાના અનેક પ્રકારનાં કર્મને કારણે આવે છે એમ સમજીએ અને એવી ભાવનાથી એ

દુઃખ ભોગવીએ. એવે વખતે જે ભગવાનને પ્રાર્થના કરે છે અને જે દુઃખ થતું હોય એ અર્પણ કરે છે, તે દુઃખને શક્તિરૂપે પ્રગટાવવાનું મોટામાં મોટું સાધન સમજે છે.

### પ્રાણશુદ્ધિની પ્રક્રિયા

પ્રાણસને જો કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ, આશા, તૃષ્ણા ન હોય તો તે પ્રવૃત્તિ કરી શકે નહિ એ હકીકત છે. તે પ્રાણનો ઘડાયેલો છે. એટલે કર્મ તો કર્યા કરે છે, પરંતુ આશા, તૃષ્ણા વગર થયેલાં કર્મથી પ્રાણની શુદ્ધિ થયા કરે છે. જો કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહમાં અતિશયતા ન હોય તો પ્રાણ ઊધ્વરેખ લાગે, પ્રાણ ઊધ્વરેખ થાય તો સદ્ભાવ અને સત્કાર્યની વૃત્તિઓ જન્મે. જો મનુષ્યમાં એકબીજાનું ભલું કરવાની અને પ્રભુપ્રીત્યર્થે બીજાનું સારું કરું એવી ભાવના નહિ હોય તો પતન થાય. ‘હું બીજાની સેવા કરું છું.’ એવી ભાવનાથી માનવીનું અહમ્ વધે છે. જે પોતાની ઊધ્વગમનરૂપી સેવા ન કરે એ બીજાની સેવા શી રીતે કરવાનો ? જેનાં અહમ્, અણગમો, અભિમાન, કામક્રોધાદિ વગેરે ઘટ્યાં ન હોય તે બીજાની સેવા કરવાની લાયકાતવાળો નથી.

### માનવદેહમાં દ્વંદ્વ અને વિકાસની શક્યતા

મનુષ્યશરીર વડે કરીને ચેતન શોધી શકાય છે. બીજી કોઈ પણ યોનિના શરીરથી તેમ બની શકતું નથી. આ હકીકત બુદ્ધિથી સમજાય એવી છે, કારણ દ્વંદ્વ, ગુણો અને પ્રકૃતિનું આ શરીર બનેલું છે. સામસામાં પાસાંઓ વચ્ચે જીવનનું મૂલ હોય છે. સુખદુઃખ, તેજઅંધકાર, શાંતિઅશાંતિ આ સામસામાં પાસાંઓના સંઘર્ષણથી બધું સમજાય છે. એટલે ચેતનનું હાર્દ મેળવવા અને જ્ઞાન મેળવવા માટે મનુષ્યશરીરની રચના પ્રભુએ કરી છે. કોઈ પૂછે છે, ‘ભગવાને આ બધું શા માટે કર્યું ? આ બધું ન હોત તો

માનવી સુખી હોત.' હું કહું છું કે સુખી ન થાત, પણ એક જ પાસાના સેવનથી જડ થાત ! દેવયોનિમાં આનંદ છે એ વાત સાચી, પણ ત્યાં વિકાસ નથી. વિકાસ થવા માટે અવકાશ પણ નથી. મનુષ્યયોનિમાં જ સામસામાં પાસાં હોવાને કારણે વિકાસની શક્યતા છે.

### સાચો ધર્મ

વહેવારમાં મળેલા સંબંધોમાં, સકળ પ્રવૃત્તિમાં, કાર્યોમાં, આપણા પોતાના વિકાસના અર્થે જ આપણે રાગદ્વેષ મોળા પાડીએ. કોઈના પ્રત્યે વેર ના થાય, ઉમળકો પ્રગટે એવી સદ્ભાવના પ્રગટે અને એમ કરતાં કેમ કરીને આ સંસારમાંથી આપણી આશા, ઈચ્છા, તૃષ્ણા, લોલુપતા, ઓછાં થાય અને તે કરવાને અંતરનું બળ જગાડવા ભગવાનના સ્મરણનો આશરો લઈએ અને એમ કરીને જીવની ઉન્નતિ થાય એ સાચો ધર્મ કહેવાય. મળેલા જીવો સાથેના સંબંધોમાં, વાતચીતમાં તટસ્થતા, સમતા કેળવીએ. પ્રપંચથી ન વર્તીએ, આપણો સ્વાર્થ ન રાખીએ, કોઈનું ભલું કેવી રીતે થાય, કોઈનું દિલ ન દુભાય, કોઈનું અહિત ન થાય એ રીતે પળેપળ વર્તીએ એનું નામ ધર્મ. ધર્મ એ જ આચરણની સાચી વિધિ છે. આવા આચરણ સાથે ભગવાનનું નામ લેવાય તો જીવનનો ઉઠાવ જલદી થાય. સારાં ફળ માટે સારી જમીન પણ જોઈએ. પથ્થરની જમીનમાં આંબા પાકે નહિ. તેવી રીતે જીવનના ઉઠાવ માટે જ્ઞાનભક્તિવાળા જીવનની ખાસ જરૂર છે. જીવનમાં હંમેશાં સ્વાર્થ જ સાધી લેવાનું કરીએ, પ્રપંચથી વર્તવાનું કરીએ અને ભગવાનની માળા કરીએ અને તેમાં ઘણો સમય વિતાવીએ તેથી કલ્યાણ ન થઈ શકે.

### દુઃખના નિવારણની રીત

અમે કહીએ છીએ કે સંસારમાં દુઃખ તો આવવાનું જ. એને

મિથ્યા કરી શકીએ એમ નથી. એટલે સંસારમાં દુઃખ, ક્લેશ, સંતાપ, ભય વગેરે તો રહેવાનાં જ. એનાથી હતાશ ન થઈ જઈએ. મક્કમ રહીએ. ભાંગી ન પડીએ. આમ થાય તો પછી એના વિશે અફસોસ ન કરતાં ટટ્ટાર રહી શકીએ. એને નિર્મૂળ કરી શકીએ એમ નથી તો એનો ઉકેલ કરવો અને એનો ઉપાય એવો શોધવો કે આ બધું હોવા છતાં શાંતિવાળા, પ્રસન્નતાવાળા રહી શકીએ. એની ઉપર તરતા રહી શકીએ એવું કોઈ સાધન હોઈ શકે ખરું ? અને એની શોધ કરતાં, અનુભવીઓએ શોધી કાઢ્યું કે આ બધું થાય છે શેને લીધે ? તો મનને લીધે.

**મનને આમ કેમ થાય ?\***

મન, ચાર વસ્તુ સાથે સંકળાયેલું છે :- બુદ્ધિ, ચિત્ત, પ્રાણ અને અહમ્ સાથે. આપણે જે બધું માનીએ-ઈચ્છીએ અને તેવી જ કલ્પના વગેરે કરીએ છીએ તે પ્રમાણે ન બને તો દુઃખ થાય. એટલે મન સ્વતંત્ર નથી. મનની જે બધી ઈચ્છાઓ હોય તે ન ફળે એટલે આવું થાય. મન, પ્રાણ સાથે સંકળાયેલું છે અને પ્રાણમાં આશા, તૃષ્ણા, કામના, લોલુપતા વગેરે ઉદ્ભવે છે અને તે ધાર્યું ન થાય એટલે મનને દુઃખ થાય.

પછી બુદ્ધિને એમ થાય કે એમ કર્યું હોત, તેમ કર્યું હોત તો સારું. એટલે બુદ્ધિ સાચો નિર્ણય કરે નહિ અને અહમ્ એમાં જોડાય અને એમાં એ રીતે ગતિ કરાવે. જેમ વીજળી હોય અને એને માટે ઍજિન હોય પણ ઍજિન ચલાવવા માટે વીજળીનો ધક્કો જોઈએ. તેમ અહમ્નો ધક્કો બધી વૃત્તિ અને પ્રવૃત્તિમાં હોય છે. ચિત્તમાં સંસ્કાર જ પડે છે અને તે દરેક જાતના. એમાં બધું એકઠું થયા કરે. એ તિજોરી છે. એમાં બધું ભરાયા જ કરે.

---

\* મનાદિકરણ દરેક મનુષ્યમાં સમજણ વગર વર્તી રહ્યાં છે. તેના જ્ઞાનભાન માટે આ આખું પ્રકરણ વારે વારે ઊથલાવવું જરૂરી લાગે છે.

એ ખાલી થતું નથી અને સમય પાકે તેવા સંસ્કારો ઊગે. આમ, બધું તંત્ર ચાલ્યા જ કરે છે.

### વર્તનકળા

સંસારવહેવારમાં દુઃખ તો જરૂર આવવાનું છે. ફલાણાએ આમ કર્યું, તેમ કર્યું, એવું બધું આપણામાં પ્રગટે ત્યારે તેનો હેતુ વિચારવો, પણ આપણે સામો માણસ વર્તે એ રીતે જ વર્તવાનું ન રખાય. આ એમ વર્તતાં ભાવના પણ જવાળામુખી જેવી થવાની છે. એ સાથે ભગવાનનું નામ અને સત્સંગ ચાલુ રાખવાં. આમ થશે તો જ આપણે ચેતનના માર્ગે જઈ શકવાના છીએ એ વાત નિશ્ચિત છે. આપણે જાતે ભાવનાથી વર્તીશું તો સામો માણસ પણ ભાવનાથી વર્તશે એમ બનવાનું નથી. બીજા માણસો પોત પોતાની ભાવના પ્રમાણે વર્તવાના.

### ભોગવવાની કળા

આપણે જો સુખી થવું હોય તો એ બધું પ્રેમથી સહન કરવું. એટલે આપણે પોતે આ રીતે જ સુખી કે દુઃખી થઈએ છીએ.

કોઈ ફરિયાદ કરે કે મારે જ સહન કરવાનું ? તો એ બરાબર નથી. જ્યારે સહન કરવાનું આવે ત્યારે મનને સમજાવવું કે આ તો કર્મ-પ્રારબ્ધ છે. સમાજ અનેક વ્યક્તિઓથી બનેલો છે. એટલે એકબીજાએ એકબીજા માટે ત્યાગ કરવો પડે તો જ સમાજ ઊંચે ચડે. ત્યાગથી જીવન ઉન્નત થાય છે. જો પ્રેમથી ત્યાગ કરીએ તો જીવન ઊંચે ચડે, પણ બેળેબેળે ત્યાગ કરીએ એટલે આપણને એનાથી જે શક્તિ મળવી જોઈએ તે મળતી નથી. ત્યાગ કરવાનો આવે ત્યારે જેના દિલમાં પ્રેમનો ઉમળકો પ્રગટે તેનું જીવન ધન્ય છે ! સહન કરવાનું આવે તે સહન કરવાનું, તે ત્યાગ કરવાનું રહેવાનું છે. તો એને જો બેળેબેળે કરીશું તો જીવદશામાં વધારે ને વધારે રહીશું અને

દુઃખી દુઃખી થઈ જવાના અને ઊલટા ખાડામાં પડવાના. બીજા વિશે વિચાર્યા કરીશું તો જાણી જોઈને દુઃખી થઈશું, કારણ સતત વિચારની સાંકળથી એના એવા સંસ્કારો પડવાના. તો હું તો કહું છું કે મનમાં આવું ખોટું નાણું શું કરવા એકદં કરો છો ? એનાથી તો નુકસાન જ જવાનું છે. ત્યાગ કરવાનું અને સહન કરવાનું આવે તે પ્રેમથી સહન કરો અને ત્યાગો. અને આવું સહન કરવાનું કે ત્યાગવાનું શોધવા નથી જવાનું, પણ જ્યારે નિમિત્ત આવે ત્યારે પ્રેમથી સહન કરો અને એમ સમજો કે એ જીવ સાથે આપણું એવું પ્રારબ્ધ ! એટલે એ પ્રેમથી ભોગવવું. જે બીજાના દોષ જુએ તે અજ્ઞાની છે. આથી, પોતે વધારે દુઃખી થશે, સંતાપ પામશે. ઊલટું, આપણે દૈવ સમજવું કે આપણાં જ કર્મને કારણે આ બધું થાય છે.

### સાધનનો ઉપયોગ

મુશ્કેલી દૂર કેવી રીતે થાય ? નામ એ ‘કોમન ફેક્ટર’- સામાન્ય અવયવ છે. બધા જ ધર્મનું રહસ્ય એમાં જ છે. આપણે સુખદુઃખ, મુશ્કેલીઓ, ગૂંચો આવે ત્યારે બુદ્ધિ એમાં આવરાઈ જાય નહિ માટે એવું બધું જ ભગવાનને કહેવાનું રાખો. તેવે વખતે સ્મરણ કરો, ભજન કરો. સદ્વાંચન કે સત્સંગ કરો. તમે તેમાં અટવાયા કરો એટલે મુશ્કેલીઓનો કાળ વધવાનો. પાંચ મિનિટને બદલે, પાંચ કલાક, પાંચ દિવસ સુધી રહે, પણ બુદ્ધિને તેનાથી વિમુખ કરો તો ઉકેલ તરત જ મળી જાય. તેવે વખતે સત્સંગ, સ્મરણ, ભજન કરવું. બુદ્ધિને એમાં ન પાડવી. એટલે ઉકેલ મળી જશે.

### પ્રાણ અને બુદ્ધિની શુદ્ધિની કળા

મહાત્મા લોકોએ વિચાર્યું કે મનને દુઃખ થાય છે. જો એને કેળવીએ તો ફેર પડે. જીવદશામાં આપણો મોટામાં મોટો શત્રુ

પ્રાણની શક્તિ છે. એટલે એ લોકોએ વિચાર્યું કે મનની શુદ્ધિ કરવાની વાત બરાબર નથી. મનને જે થાય તે પ્રાણને લીધે થાય છે. માટે, પ્રાણની શુદ્ધિ કરો. એટલે કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ, વગેરે મોળા પાડીએ, પણ બુદ્ધિનું ક્ષેત્ર મન, ચિત્ત, પ્રાણ અહમ્ કરતાં નિરાળું છે. બુદ્ધિનું ક્ષેત્ર સ્વતંત્ર છે. જો સંસારમાં વિચારીએ તો દરેકના સ્વભાવની સમજણ આપણને બુદ્ધિ વડે થાય છે. બુદ્ધિ એ પ્રકાશ પાડનારી સૂક્ષ્મ ઈન્દ્રિય છે. એના વડે સંસાર-વહેવારની સમજણ પડે છે. બધાંની સમજણ પડે છે, પણ બુદ્ધિ, પ્રાણના રંગે રંગાયેલી છે. એટલે જેવાં આપણાં આશા, ઈચ્છા, કામના, લોલુપતા વગેરે હોય તેવી આપણી બુદ્ધિ થતી હોય છે. એટલે દુઃખમાં સુખ અનુભવવું હોય તો બે ઈન્દ્રિયો મઠારવાની જરૂર છે-અને તે પ્રાણ અને બુદ્ધિ.

જેમ નિર્મમત્વપણું, નિર્ભેળપણું, સમતા વગેરે કેળવીએ તેમ બુદ્ધિ શુદ્ધ થતી જાય છે, તેજસ્વી બને છે અને આપણા પ્રશ્નો, કોયડાઓનો ઉકેલ બહુ સરસ રીતે નીવડે અને કઈ રીતે કામ કરીએ તો એનો યોગ્ય ઉકેલ આવશે એની એને સમજણ પડતી જશે અને સામાન્ય બુદ્ધિ કરતાં વિશેષ સમજણ પ્રગટે છે. એટલે આપણી માન્યતા ખોટી પડે છે કે કામના, લોલુપતા વગર કર્મ નથી થઈ શકતાં.

મુશ્કેલી-ગૂંચ આવે ત્યારે આવરાઈ નહિ જતાં મનમાં સ્મરણ કરો. પછી જે સ્થિતિ થાય તે અનુભવો. નામની મહત્તાની વાત હું નથી કરતો. હું તો માનસશાસ્ત્રની રીતે વાત કહું છું. એક પ્રવૃત્તિમાંથી બીજી પ્રવૃત્તિમાં જવાથી ગૂંચ આપમેળે ઉકલી જાય છે. માટે, મુશ્કેલીમાં તેનાથી આવરાઈ ન જતાં તેનાથી વિમુખ થવું, તો પ્રશ્નો હલ થશે.

## લક્ષ્મીની શક્તિ

ધનનો પણ ઉપયોગ ભગવાનને માટે કરો. ધનનો આશરો તેમ જ માતાપિતાનો, પુત્રનો કે આવો સંસારી આશરો લઈએ તો એ તો ચંચળ છે. એ ખરો આશરો નથી. ભગવાનનો આશરો એ બહુ સમર્થનો આશરો છે. એ ચંચળ નથી, કોઈ ભાગ્યશાળીને જ એ મળે. એ એમ ને એમ ન મળે.

## લક્ષ્મીનો સદુપયોગ

લક્ષ્મી એ તો દૈવીશક્તિ છે. પૈસા એ સુખી થવાનું સાધન છે એ ખરું, પણ જે પૈસાનો સદુપયોગ કરે છે, એનો વ્યભિચાર નથી કરતો એ પૈસા દ્વારા સુખશાંતિ મેળવી શકે છે. બાકી, લક્ષ્મી એ તો મહાન શક્તિરૂપ છે. એના જરા સરખા પણ દુરુપયોગથી તે વ્યાધિ ઊભી કરનાર છે. માટે, ફાંફાં મારો છો એ વ્યર્થ છે.

લક્ષ્મીની સંસારવહેવારમાં જરૂર છે. લક્ષ્મી માયા છે એમ કહેનાર ખોટા છે. લક્ષ્મી શક્તિ છે. એનો સદુપયોગ કરવો જોઈએ. જો એની સાથે વ્યભિચાર કર્યો તો તમને એ પાડશે. લક્ષ્મીનો જે દુરુપયોગ કરે છે તે પાપી છે. તે પડશે. જે એનો સદુપયોગ કરશે તેની લક્ષ્મી ટકશે. જૂના જમાનામાં સાત સાત પેઢી સુધી લક્ષ્મી ટકતી, પણ આજે એમ નથી. લક્ષ્મી એ પવિત્ર શક્તિ છે. એને તમે ભગવાનનાં કામમાં વાપરો. તમારા એકલા સ્વાર્થ માટે વાપરશો તો એ પતનનું કારણ થઈ પડશે. અલ્યા, આ તારા બાપનું નથી. ત્યાગથી ભોગવીશ તો શાંતિ અને અનંત કાળનું સુખ મળશે. ભગવાનના પ્રસાદરૂપે જે બાકી રહે તે જ ખાઓ. સુખી કરો અને સુખી થાઓ.

## મેળ મેળવો

મારા ગુરુમહારાજે મને કહેલું કે ‘સંસારવહેવારમાં પૃથ્વી ઉપર પગ રાખીને વાત કરજે. સૂક્ષ્મ વાતોથી બધાંને લાભ ન



થાય. આ સંસારમાં બધાં સુખી થાય એવી વાત કહેજે. એમાં એમનું ભલું થશે.’ માટે તમને કહું છું. મેળ મેળવશો તો સુખી થશો. એટલે મેળ મેળવવો અને રાખવો. ભગવાનની સાથે એવો મેળ રાખો તો કહે ‘એ તો રખાતો નથી,’ એ હવા, પૃથ્વી, જળ અને તેજ આપે છે કે નહિ ? અને આ સકળ બ્રહ્માંડ સર્જેલું છે, તે આપણે માટે છે. દરેક માબાપ પોતાનાં છોકરાં માટે કંઈક મૂકી જાય છે. સંસારમાં આ હકીકત છે. તેમ જ ભગવાને આપણે માટે આ બ્રહ્માંડમાં બધું મૂક્યું છે. એ તો અમૃતના સાગર છે. તેથી, સુખી થવું હોય તો એક જ ચાવી છે કે મેળ મેળવવો અને મેળ રાખવો.

### વૃત્તિનો ઉપયોગ

વૃત્તિઓનો ઉપભોગ સ્વાભાવિક થાય એમાં પાપ નથી, પણ એને માટે લોલુપતા, ઝંખના થાય તો એ પાપ છે. મનુષ્ય આ વૃત્તિઓમાં એટલો બધો અટવાયેલો છે કે તેને બીજું ભાન જાગી શકતું નથી. જીવનમાં સદ્ભાવ અને સદ્ગુણ પ્રગટાવવા જોઈએ. જેનાથી કરીને જીવનદીપ શોભે, પણ એવું આચરવાનું એને ગમતું નથી.

### નામસ્મરણથી દ્વંદ્વની પકડનો નાશ

વિચારોની માળા એ પણ દ્વંદ્વાત્મક ભૂમિકાનો પ્રકાર છે. નામસ્મરણની ધૂન પ્રગટવાથી દ્વંદ્વાત્મક ભૂમિકાની પકડ જામતી નથી. સમજી શકાય એવી હકીકત છે કે માણસ ક્રોધ કરે છે ત્યારે બધું ભૂલી જાય છે. તે વખતે એ અવિચારી કાર્ય પણ કરી નાખે છે. દેશના ભાગલા પડ્યા તે વખતે સામાન્ય માનવીઓએ પણ ન કરવાનાં કાર્યો કર્યાં છે એ હકીકત છે. તે વખતે ક્રોધ માધ્યમ બને છે. એવી જ રીતે નામસ્મરણની ધૂન માધ્યમ બને તો સમય

વધતાં દ્વંદ્વની ભૂમિકા રહે નહિ. એમાંથી ટેક પ્રગટે અને એનાથી ધીરજ, બળ, હિંમત કેળવાતાં જાય છે.

### પ્રભુસ્મરણથી નિર્ભયતા

કેટલાક માણસો કહે છે ખરા કે પોતે રાત્રે ગમે ત્યાં જાય તોપણ એમને બીક ન લાગે. આવું કહેનારનાં ચિત્ત સમાજમાં બીક કે ભયના સંસ્કારોને ગ્રહી લેતાં હોય છે અને એવા સંસ્કાર જાગ્રત થાય, એવા પ્રકારનો પ્રસંગ સાંપડે ત્યારે કેવી સ્થિતિ થાય છે એની ખબર પડે છે. ‘બીક નથી લાગતી’ એવું કહેનારને પણ પરસેવો છૂટી જાય છે. શરૂઆતમાં મને પણ એવું થતું. જોકે હવે એવું કશું થતું નથી. ભૂતપ્રેતાદિના ભયના સંસ્કારો સમાજના વાતાવરણમાં રહેલા હોય છે. એનો પણ જ્યારે ઉદય વર્તમાન થાય છે ત્યારે પણ ખબર લેવાઈ જતી હોય છે ! આ પ્રકારના ભયના સંસ્કારો નામસ્મરણને પરિણામે ઓછા થઈ શકે છે.

### કુટુંબ પહેલું પગથિયું

આપણામાંના બધા ભક્તિની મોટી વાતો કરે તે બરાબર નથી, કારણ કે એ વધુ પડતી વાતો છે. એટલે આ સંસારમાં જે જીવોની સાથે કર્મ-પ્રારબ્ધ ભોગવવાનું થાય છે, તેઓની સાથે પ્રેમ, સદ્ભાવ, સુમેળથી વર્તો. દ્વંદ્વાતીત કે ગુણાતીત થયા સિવાય કદી પણ ચેતનનો અનુભવ થાય નહિ. ભાઈઓ કે કુટુંબીઓ માટે જો ઉદારભાવે ત્યાગ કરવાનું ન કેળવી શકીએ તો દંભ વધશે. જો પહેલું પગથિયું ન ચડીએ તો આગળ કેમ જવાશે ?

જે જીવોની સાથે આપણે સંકળાયેલા છીએ, તેઓની સાથે પ્રેમથી, ત્યાગ કેળવીને આપણે સહન કરીએ અને તે પણ પ્રેમથી. તો જ તેનાથી શ્રેય થશે. સહન કરવાનું તો દરેકને હોય છે. તે જો પ્રેમથી કરીશું તો આપણું પોતાનું કલ્યાણ છે. જો બેળેબેળે કરીશું તો આપણે વધારે દુઃખી થઈશું.

ભજન એટલે શું ?\*

ભગવાનનું ભજન કરવું એટલે રાગદ્વેષ મોળા પાડવા, ક્રોધ ન કરવો, બધા પ્રત્યે સદ્ભાવ રાખવો અને સકળ કંઈ બ્રહ્મસ્વરૂપ છે, બધાં જ ભગવાનનાં સ્વરૂપ છે તો કોના તરફ ગુસ્સો કરવો ? એટલે સમતા કેળવીએ, સદ્ભાવ રાખીએ અને એવી રીતે વર્તીએ. એનું નામ ભજન છે. બાકી, એકાદ કલાક નામ દઈએ અને પછી એમ જ વર્તીએ તે ભજન નહિ, પણ આપણે જે કંઈ કરીએ તે બધાં મળેલાની સલાહ લઈને કરીએ અને મનસ્વીપણે ન કરીએ. જેટલું કામ પ્રેમથી, સહકારથી કરીશું, મન મેળવીને કરીશું, તેમાં બરકત રહેશે, પણ જો એમ કરીશું નહિ તો મનમેળ થતો હશે તોપણ નહિ થાય અને એમ ચેતનથી આપણે દૂર થતા જઈશું.

એટલે સંસારમાં જેની સાથે સંકળાયા છીએ તેની સાથે મેળ રાખીને વર્તીએ. એ પણ ભગવાનનું ભજન જ છે. માટે, કૃપા કરીને આટલું તો જરૂર કરજો. દિલનો મેળ એ બહુ મોટી વાત છે. એનાથી આપણું અનેક પ્રકારનું હિત થાય છે. પૈસાથી તો થાય જ, પણ એકબીજાને સ્વભાવથી ત્રાસ-મુશ્કેલી થાય છે તે પણ નહિ થાય. જો તમે એટલું પણ નહિ કરો તો મારી સાથે જે સંબંધ રાખો છો તેનો પણ કશો અર્થ નથી. એટલે તમે બધાં સાથે જો મેળ નહિ રાખો તો તેનો પણ કશો અર્થ નથી. તમે બધાં સાથે જો મેળ નહિ રાખો તો પંચાત પડશે. માટે, સંસારના-જીવનવહેવારના ક્ષેત્રમાં, કમાવાના ક્ષેત્રમાં આટલું તો જરૂર શીખજો. મેળ રાખવો એ મુખ્ય વસ્તુ છે. એમાં નીચા જવાની વાત જ નથી. ભાઈ, ભાઈને માટે, સ્વજનોને માટે પ્રેમ રાખવામાં નીચા જવાનું છે શું ? થોડી ધીરજ નથી રાખતા ? દરેક કોયડાનો

---

\* 'ભજન' શબ્દની ખરી સમજ મને આ વાંચ્યા પછી જ પડી.

ઉકેલ છે અને આ હકીકત કોઈ એકને કહેતો નથી, બધાંને કહું છું. દરેક કાર્ય બધાંની સંમતિ લીધા વિના, મેળ મેળવ્યા વિના કરશો નહિ, કેમ કે મેળ મેળવવાની વાત સંસારવહેવારમાં ખપની છે. આપણામાં પાંચ કરણો છે. મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત, પ્રાણ અને અહમ્. એ દરેક સાથે પણ મેળ રાખીએ, પણ એની સાથે મેળ રાખવો બહુ મુશ્કેલ, કારણ એ દરેક (મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત, પ્રાણ અને અહમ્) જુદી રીતે વિચારે છે. એ બધાં પાંચે અંદર-આપસમાં લડતાં હોય છે. એનો મેળ મેળવવા માટે ભગવાનનું ભજન જ એક સાધન છે. એના વડે કરીને જ આપણી બધી વૃત્તિઓનું રૂપાંતર થઈ શકે છે.

ભગવાન એટલે અંતર્યામી. સ્થળકાળનો જેને ભેદ નહિ. બધાંમાં હોવા છતાં નોખો. દૂધમાં જેમ મેળવણ નાખો તો દહીં થાય, તેમ જો સંસારમાં મેળવણ કરતાં રહો તો સદ્ભાવ અને સુખ મળશે. કોઈએ મને આજ સુધીમાં એમ કહ્યું નથી કે મને સંસારમાં સુખ છે. દુઃખ જાતે ઊભું કરીએ છીએ. માનવીને અહમ્ એવું જાગે કે બીજાને ગણકારે નહિ. માટે, જેની સાથે આપણાં લટિયાં ગૂંથાયેલાં છે તેની સાથે ભેગાં રહો. આ એક બે જણને લાગુ નથી પડતું પણ દરેકને લાગુ પડે છે.

### સદ્ગુરુની પ્રથા

માત્ર, ભાવનાત્મક શબ્દનું મનનચિંતવન કરો ખરા, પણ રૂપ વિના મન, તદાકાર થાય નહિ. મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત, પ્રાણ અને અહમ્ને રૂપ જોઈએ. આથી, મનોરમ્ય સૃષ્ટિ સર્જવી. બ્રહ્મા, વિષ્ણુ, મહેશ જેવા દેવોની સૃષ્ટિ સર્જવી, પણ આ દેવો પ્રત્યક્ષ નથી. સંસારમાં અનેક પ્રકારની ગૂંચો, મુશ્કેલીઓ આવી પડે ત્યારે કોઈ પ્રત્યક્ષ નથી. સંસારમાં અનેક પ્રકારની ગૂંચો, મુશ્કેલીઓ આવી પડે ત્યારે કોઈ પ્રત્યક્ષ બોલતું નથી. નરસિંહ

કે મીરાં, ભગવાન સાથે ભલે વાત કરે. આપણા માટે એ દૂરની વાત. આથી, ઋષિમુનિઓએ આગળ વિચાર્યું. તેમાંથી સદ્ગુરુની પ્રથા નીકળી.

દરેક ક્ષેત્રમાં કોઈની પાસે તો શીખવું પડે છે. આપણું દિલ જેનામાં વિશેષ તેના તરફ આપણે પ્રેમભક્તિ અનુભવીએ છીએ. ત્યાં દિલ ખુલ્લું કરીએ છીએ. મિત્ર કંઈ આપણી મુશ્કેલી લઈ લેતો નથી, પણ તેને વાત કરતાં હળવાશ પ્રગટે છે. તેનામાં પ્રેમની ભાવના હોવાથી આપણે ગદ્ગદ થઈએ તો પછી ગુરુ સાથે વાત કરતાં તો હળવા થવાય. ઉપર ગયેલા હોય એટલે માર્ગ પણ બતાવી શકે. ઘાંચમાંથી ગાડું બહાર કાઢે-એનો એવો અભ્યાસ હોય તો. માટે, ગુરુની પ્રથા નીકળેલી. આપણે બધા સંસારી જીવો રહ્યા અને અનેક પ્રકારનાં ગૂંચ, કોયડા, મુશ્કેલીઓ ઊપજે. એમાંથી હળવાશ થાય એ માટે કંઈક શોધવાની ગુરુની પ્રથા ઉદ્ભવી.

પણ આ જમાનામાં સાચા ગુરુ મળવા મુશ્કેલ છે. કઠણ કાળ છે. ભલભલા મહાત્માનાં દર્શન કર્યાં, પણ પાયાની હકીકતનું જ્ઞાન નથી મળતું. ચમત્કાર જોયા કરે. એક મહાત્માએ ચમત્કારનું પૂંજું, પણ નિરહંકાર, નિષ્કામ, નિર્મમત્વની માત્રા કેટલી ઘટી તે કોઈ પૂછતું નથી. જે કરવાનું છે તે કોઈની ચેતનાશક્તિથી પ્રગટે છે, તે તો જીવાત્મા સાથે મહાત્માનો પ્રારબ્ધયોગ હોય તો થાય. શ્રદ્ધા પ્રગટાવવા સહજમેળે મથામણો માથા ઉપર આવી રહે. શ્રદ્ધા વગેરે ચમત્કારથી નહિ પ્રગટે. રેલને પણ વર્ષ બે વર્ષમાં ભૂલી જઈશું. ૧૯૨૭માં ખેડામાં આફત આવી પણ તે ભુલાઈ ગઈ. ચમત્કારને મહત્ત્વ આપવાનું નથી. નિષ્કામ, નિરહંકાર, નિર્મોહ કેમ થવાય એ જોવું એ સાચી રીત છે. નહિ તો અટવાઈ જઈશું.

## ટોળાંમાં કલ્યાણ નહિ

મારા ગુરુમહારાજનો હુકમ છે ‘ભાષણો કરવાં છોડી દો. બોલવું નહિ. પ્રવચન કરવું નહિ. પાસે આવવા દે. દિલનો પ્રેમ ન થાય ત્યાં સુધી વચન ગળે ઊતરવાનાં નથી.’ મારા ગુરુ-મહારાજના હુકમ પ્રમાણે ચાલુ છું. પ્રેમ થાય ત્યારે જ વચન ગળે ઊતરે છે. હજારો ભાષણ કરે, પણ ભાષણ કરનારમાં ભાવના નથી. શબ્દને લઈ જનાર ઈશ્વરી તત્ત્વ છે. શબ્દને પ્રસારવા જેવી રીતે વીજળીની શક્તિ ફેંકવામાં આવે છે તેવી રીતે ભાવનારૂપી શક્તિ ભાષણ કરનારમાં હોતી નથી. અને જે આપણામાં નથી તે સામી વ્યક્તિમાં ક્યાંથી આવે ? એ તો નર્ચો આડંબર છે. ગુરુમહારાજે જ્યારે મને આ બધું કહ્યું ત્યારે મને ગળે ઊતર્યું નહિ, પણ હવે તે સમજાય છે.

શહેરના અને અહીં આવનાર મિત્રોને મારી વિનંતી છે કે હું ક્યાંક જઉં કે અહીં આવું ત્યારે સ્ટેશને પધારશો નહિ. ત્યાં આવીને સમય અને પૈસા બગાડવાનો અર્થ નથી. તેટલો વખત સારાં કામ કે પરોપકારનાં કામ કરવામાં વખત આપો. આ રીતે સમયનો બગાડ-દુરુપયોગ થાય છે. સંસારમાં લક્ષ્મી એક મોટામાં મોટી શક્તિ છે. જગત આજે એનાથી માપે છે. લક્ષ્મીવાળો ગમે તેવો હોય-દુરાચારી હોય-તોપણ લોકો એને માન આપે છે. જ્યારે ગરીબ ચારિત્ર્યવાન હોય પણ લોકોને મન કશી કિંમત નથી. લક્ષ્મીની તો કિંમત છે. છતાં આજે સમયકાળની કિંમત વિશેષ છે. એ લોકોના લક્ષમાં ઊતરતું નથી. ખરેખર જો ભાવના હોય તો સારું કામ કરો. ટોળાંમાં જવું-આવવું, હો હા કરવી એ પદ્ધતિનો કશો અર્થ નથી. એનાથી ખરેખરો ભાવ કે ઝંખના જાગતી નથી. ખરેખરી ઝંખના કે ભાવ જેને જાગે તે બોલ્યા વગર રહી શકતો નથી. □

## ખંડ ૩

### પ્રભુની ખોજનાં પ્રાથમિક સાધનો,

### સ્મરણભાવના, સન્મુખતા, ઝૂંકાર શબ્દસાધના મળેલી સંપત્તિનો ઉપયોગ

ભગવાન અધ્ધર લટકતો નથી, એ તો આપણાં હૈયામાં પડેલો છે. આપણને એને બોલાવવાનું જ્ઞાનભાન નથી. આજે તો એવું ચાલ્યું છે કે આપણે માત્ર આપણો જ વિચાર કરીએ છીએ. ભલેને તમે આઠ પ્રહર ભગવાનનું નામ લો, પણ જીવનમાં ભાવના ટકાવ્યા સિવાય કશું જ વળે નહિ. આપણને જે કંઈ સંપત્તિ મળી છે, તે આપણા એકલાને માટે નથી. શરીર સંપત્તિ મળી હોય તો એ બીજાને હેરાન કરવા માટે નથી, પણ બીજાને મદદ કરવા મળેલી છે.

કોઈ માણસ ભગવાનને ન માનતો હોય છતાં પણ પ્રામાણિક હોય તો ભગવાનનું નામ લેનાર કરતાં એ ચડિયાતો છે. ભગવાનનું નામ તો તટસ્થ થવા, ચિત્ત શુદ્ધ કરવા લેવાનું હોય. ચિત્ત શુદ્ધ થયા વિના ભગવાનનો વાસ આપણામાં ન હોય.

### ભગવાનનું નામસ્મરણ કરવાની સહેલી રીત

ભગવાનનું નામ એવી રીતે લેવાવું જોઈએ કે આપણે શ્વાસોશ્વાસ અથવા લોહીનું ભ્રમણ થાય છે એ જ રીતે એક ગતિએ નામસ્મરણ ચાલે. ભગવાનના નામની ભાવના ચાલ્યા કરશે તો વૃત્તિઓનું ઊર્ધ્વગમન થયા કરશે. બારચૌદ કલાક સળંગ ચાલશે ત્યારે મનની પ્રવૃત્તિઓમાં હળવાશ જરૂર અનુભવાશે. સાથે સદ્વાંચન સદ્ભાવનાનો અભ્યાસ જોડી

શકીએ. ભલે કામ કરતાં હોઈએ પણ દર પાંચ પાંચ મિનિટે સદ્ગુરુની ધારણા કરીને સ્મરણ કરશો તો હળવાશ પગટશે.\* તમને જે કામની ગરજ પડે છે, તે કામ કર્યા કરો છો. લોકો શું કહેશે તેની પરવા નથી કરતા તો પછી પ્રિયતમ ભગવાનને રીઝવવા હશે તો એનું નામસ્મરણ કર્યા કરવું પડશે અને કરવા પાછળની આપણી સાચી ભાવના હશે તો આપણે સાચી રીતે પ્રગટી શકીશું.

### ભાવનાની સમજ

જેના જીવનમાં ભાવના ન પ્રગટે તેનાથી કશુંય થાય નહિ, પણ ભાવના આવે ક્યાંથી? ભાવના એ પ્રકૃતિ-સ્વભાવથી પરની કક્ષા છે. એ એક હકીકત છે. ભાવના પ્રકૃતિ, સ્વભાવ, દ્વંદ્વ અને ગુણથી પરની સ્થિતિ છે. માટે, ભાવનાના વિકાસ માટે એવી પ્રવૃત્તિ લેવી જોઈએ કે જે દ્વંદ્વાત્મક ન હોવી જોઈએ. ચેતન પ્રત્યેની પ્રવૃત્તિ એવી પ્રવૃત્તિ છે. એ પ્રકારની ભાવના કેળવવા એવા પ્રકારનો આધાર લેવો જોઈએ. ભાવના પ્રગટાવવા સતત કર્મ કરવું જોઈએ. આપણે કર્મ કરીએ છીએ, પણ હેતુનું ભાન રહેતું નથી. આપણામાં ચેતન રહેલું છે, પણ તેની અવેરનેસ (સતત જાગૃતિ) પ્રગટેલી નથી હોતી. ભાવના વગર ગુણશક્તિનો વિકાસ થાય નહિ. એટલે આનંદ પણ નહિ આવે. ભાવનાથી કરેલાં કર્મમાંથી અનેક પ્રકારનું સુખ ઊપજે. આપણી શાંતિ અને પ્રસન્નતા જળવાઈ રહે અને ભાવના હોય તો કર્મ કરતાં કરતાં પણ આ બધું સાંપડી રહે.

હાલની દ્વંદ્વાત્મક, ગુણાત્મક પ્રકૃતિથી વેગળા થઈએ તો અનંત પ્રકારનો આનંદ પ્રગટે કે જે આનંદને સીમા નથી. તે

---

\* પૂજ્ય શ્રીમોટા આ ક્રિયા માટે વારે વારે નિર્દેશ કરે છે... જેને એમણે 'સન્મુખતા' કહી છે.



ઉત્સાહને કશા સાથે સરખાવી નહિ શકાય. એટલે તેને અવર્ણનીય કહ્યો છે. એ ન થઈ શકે તેવું નથી. એ બધું બની શકે તેવું છે. એવો સાબિતીપૂર્વકનો પ્રયોગ છે. ન થવાનું કશું કારણ નથી, પણ તેવી તમન્ના પ્રગટતી નથી. એને માટે જ્વાળામુખી જેવી ધગધગતી તમન્ના, ગુરુમહારાજના આશીર્વાદને કારણે કે ઈશ્વરની કૃપાએ પ્રગટે તો અનુભવ થયા વિના રહે નહિ.

સંતભક્તોએ આધાર આપ્યો છે ભગવાનનું શરણ. એનાથી સહારો મળે છે, ઓથ મળે છે અને ક્લેશ, દુઃખ, મૂંઝવણ વગેરેમાં ભગવાનના શરણથી હળવાશ થાય છે. સંસારવહેવારમાં બીજું પણ એક પાસું છે અને તે ગૂંચ-મુશ્કેલીથી આવરાયેલું છે. જ્ઞાનીને પણ તેવું હોય છે, પણ સંસારના લોકો આવરાઈ જાય છે. ભક્ત કદીયે આવરાઈ જતો નથી. એટલો ફેર છે. કોઈ મનુષ્ય બાકી નથી. હવે પછી પણ એ બધું રહેવાનું, પણ ભક્તના હૃદયમાં શાંતિ, ધીરજ, પ્રસન્નતા જળવાઈ રહે છે. બધાંની ઈચ્છા તેવી હોય છે, પણ કાંઈ એવું ઈજેક્ષન નથી કે તેવું બની જાય. એને માટે એક જ આધાર અને તે ભગવાનનું સ્મરણ-એવું ભક્તો કહી ગયા છે. અને તે પ્રયોગાત્મક છે એવું કહી ગયા છે. એટલું જ નહિ પણ ન્યોછાવર કરીને યાહોમ કરીને કહી ગયા છે. એ જેમ તેમ બતાવ્યું નથી. કરુણા લાવીને તેમ કર્યું છે. એથી કરીને જરૂર શાંતિ મળવાની.

જ્યાં સુધી અજપાજપ-અખંડતા પ્રગટે નહિ ત્યાં સુધી કરણોનું સબ્લીમેશન-ઊર્ધ્વગમન થાય નહિ. સાત્ત્વિક રીતે તેવું તો જ થાય. એ ગણિતશાસ્ત્રના જેવી ચોખ્ખી વાત છે. આમ, ગોળ ખાધે ગળ્યું થઈ જાય તેવું નથી. અનુભવ કરવો હોય તો વળગી રહેવું પડે. અભ્યાસ વિના કોઈ પણ વિષયનું હાર્દ પકડાય નહિ. એને માટે વૈરાગ્ય જોઈએ. વૈરાગ્ય એટલે અનાસક્તિ અને

નિરહંકારીપણાનો સમટોટલ. તેવી ભાવના લોકોમાં બહુ ઓછી હોય છે.

**નામસ્મરણમાં ભાવનાના ઉઠાવ માટે ભૂમિકા**

જો ખરેખર સ્મરણ કરતાં હોઈએ તો એનામાં ભૂમિકા જોઈએ. સદ્અસદ્ની વૃત્તિ હોય પણ તે પરત્વે જાગૃતિ હોય. દરેક સાથે કેમ વર્તવું તેનો વિવેક જોઈએ. એટલે સ્મરણની ભાવનાનો ઉઠાવ અનેક પ્રકારના પૂર્વગ્રહોથી, મદ-મત્સરથી આપણે જકડાયેલા છીએ, તે જો મોળા પાડીએ તો ભગવાનની ભાવનાનો ઉઠાવ બહુ જલદી થાય છે. એટલે તેનું ફળ ચાખવું હોય તો સાથે સાથે રાગદ્વેષ, પૂર્વગ્રહો, મડાગાંઠો વગેરે મોળાં પાડીએ તો જ સ્મરણની ભાવનાનો ઉઠાવ બહુ જલદી થાય. ઘણા માણસો કોઈને કાગળમાં 'દેવ' લખે છે, પણ એવી ભાવના ન હોય તો એ એને પોતાને છેતરે છે. આના કરતાં તો એ એને ન માને તે ઉત્તમ, પણ દંભ ઉત્પન્ન કરવાથી કે કેળવવાથી વધારે પતન થાય છે. એટલે ભાવનાના સ્મરણનો ઉઠાવ કરવાને માટે રાગદ્વેષ મોળા પાડવા જ જોઈએ. તે સિવાય આરો નથી. એવી જે પકડો છે, તે શોધીને મોળી પાડવી જ પડશે.

**હરિનામનું રૂપ અને પરિણામ**

એ નામ કેવું હોવું જોઈએ ? એના પ્રત્યે અભિરુચિ હોવી જોઈએ. હૃદયના ધબકારા સાથે બોલી શકાય તેવું હોવું જોઈએ. નાભિ, કંઠ અને મૂર્ધન્યને એકીસાથે સ્પર્શે તેવો જપ હોવો જોઈએ. એ જપ સતત કરતાં રહેવાથી ધૂન પ્રગટે અને ધૂનમાંથી લય પ્રગટે અને એમાંથી એકાગ્રતા થાય અને તે અખંડ થાય ત્યારે કેંદ્રિતતા થાય. એનીય અખંડતા પ્રગટે કે જેનાથી ચેતનાનો અનુભવ થાય.

## ઐકાર શબ્દ, ઉચ્ચાર અને ઉપયોગ

‘ઐ’ શબ્દની પાછળ પણ યુગ યુગથી ચાલી આવતી ભાવના છે. તેની પાછળ પરંપરા છે. ભગવાનના નામની પાછળ ભાવનારૂપી પ્રવાહ છે. આવી રીતે સમજાવું ત્યારે તે લોકો આ વાત કબૂલ કરતા. રેડિયોની વાત વૈજ્ઞાનિક રીતે કબૂલ કરવામાં આવે છે, તે પ્રમાણે આને સ્વીકારવી પડે છે. ભગવાનના નામના શબ્દમાં પણ ભાવના છે. એનો જેટલો પ્રવાહ મોટો એટલો એ વધુ વિસ્તાર પામે. જો નામનો પ્રવાહ ઓછો હોય તો તેનો વિસ્તાર ઓછો થાય. જો ભાવના પ્રચંડ હોય તો મન, બુદ્ધિ, પ્રાણ, અહંકાર એ ચારેય ઉપર અસર કરે જ. ત્યારે એ લોકોએ વાત કબૂલવી પડે છે. તે લોકો કહે છે કે આવી સમજ અમને કોઈ આપતું ન હતું. એટલે અમે ગપાષ્ટક માનતા. તે બધાંને કહું છું કે પ્રયોગ કરી જુઓ, પણ તેવો પ્રયોગ કરનાર બહુ થોડા છે.

આ (નામસ્મરણ) જેટલું વધારે કરીએ તેટલું વધુ કર્મ આપમેળે થયા કરે. જો ભાવનામાં ઊંડા ઊતરીએ તો સતેજ થવાય અને તેમાં ઉત્કટતા આવે અને એવી ઉત્કટતા થાય ત્યારે એકાગ્રતા થાય અને એકાગ્રતા કેંદ્રિત બની જાય ત્યારે સ્થૂળ કર્મો આપોઆપ ઉત્તમ રીતે થાય. આવા માણસોમાં હંમેશાં સદ્ભાવ જ હોય છે.

## હજાર વર્ષનું તપ એક જિંદગીમાં

આપણી જીવવૃત્તિ શબ્દની શક્તિને ઉઠાવ આપી શકતી નથી. જો તેની ભૂમિકા કેળવાય તો વૃત્તિઓનું ઊર્ધ્વગમન થયા વિના રહે જ નહિ. જો શબ્દમાં સાતત્ય પ્રગટે તો હજાર વર્ષ તપ કરતાંયે વૃત્તિઓને લય પમાડી ન શકાય, એ આ એક જિંદગીમાં જ લય પમાડી શકાય એવી શબ્દની શક્તિ છે.

પ્રવચનનો સાંભળવાની અસર આપણા ઉપર પડતી નથી. ઘણા સાધુમહાત્માઓની કથાઓ ચાલે છે. છતાં સમાજ પતિત દશામાં છે-પહેલાં કરતાંય નીચે પડેલો છે. એમાંથી બચવા, ઊંચે આવવા એક જ રસ્તો છે અને એ ભગવાનનું નામસ્મરણ. સાથે સાથે આપણે સદ્વાંચન કરીએ અને ભાવનાને જગાડીએ તો જ જીવન ઊંચું કરી શકીએ.

જીવનનિર્વાહ માટે કર્મ ગમે તેવું મળ્યું હોય પણ તેને કર્મનો દોષ નથી. કર્મ તે દોષનું કારણ નથી. કર્મ કરતી વેળાએ મનાદિકરણ જે પ્રકારનાં રહે તેનાથી જ દોષ થાય છે. એટલે એ દોષ સ્પર્શે નહિ એવી સ્થિતિ ભગવાનના નામથી પ્રગટે છે.

ૐ વિશે તો આપણાં શાસ્ત્રોમાં ઘણું લખાયેલું છે. મેં કદી શાસ્ત્ર વાંચ્યાં નથી. જ્યારે હરિજન સેવક સંઘમાં હતો ત્યારે સવારે ૭ થી રાત્રે ૯ વાગ્યા સુધી કામ જ કરતો. તે વખતે પણ હરિજનો ઉપર જે જુલમ કે ત્રાસ ગુજરતો તેના નિવારણ માટે ગામડે ગામડે ફરતો. ત્યારથી આ દિશામાં-ભગવાનના માર્ગ પરત્વે-મોઢું ફર્યું. તે પછીથી મને જે પ્રત્યક્ષ અનુભવ થયો છે તે જ કહીશ.

### શબ્દનું મૂળ

બાઈબલમાં શરૂઆત આ પ્રમાણે છે-In the begining there was a word. શબ્દ એટલે શું તેની ગડભાંજ થાય. ત્યારે word એટલે શું ? આ સંસારવહેવારમાં જે બધી ગતિ ચાલી રહેલી છે, વહેવાર ચાલી રહ્યો છે, તે શબ્દથી ચાલી રહેલો છે. તે સિવાય તો ઈશારો કરવો પડે. તેમ છતાં ઈશારો એ શબ્દનું સૂક્ષ્મ સ્વરૂપ છે. ત્યારે એમાં પણ શબ્દની ભાવના તો રહેલી છે.

ત્યારે પ્રશ્ન એ ઊઠે છે કે શબ્દમાં બ્રહ્મનો અનુભવ કેવી રીતે થાય ? સંસારવહેવારમાં પ્રેમ, અણગમો, વેર વગેરે પ્રગટે છે એ વાત દરેક કબૂલ કરશે. એનાથી પ્રેમ, સહાનુભૂતિ, સદ્ભાવ, વેર, ઈર્ષાદિ પ્રગટે છે. તેમ છતાં એનાથી ભાવનાય પ્રગટે છે તે હકીકત છે. તેમ જીવનના ક્ષેત્રમાં કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ, મદ, મત્સર એ બધું શબ્દથી પ્રગટે છે. કેવી રીતે પ્રગટે ? એના ઉપર પણ શાસ્ત્રોનું લખાણ છે. કામ ઉપર કામશાસ્ત્ર લખાયું છે. એની જુદી જ ટેકનિક છે. એ અંગેની શૃંગારિક સાહિત્યિક ભાષા છે. તેમ જ ક્રોધ અને મોહનું છે. શબ્દ ત્રણ પ્રકારના છે. સ્થૂળ, સૂક્ષ્મ અને કારણ. એના પણ વિભાજન થતાં ત્રણ પ્રકાર ગણાય. એનો એકમાં કેવી રીતે મેળ ખવડાવવો ?

**ઝંનું અતિસૂક્ષ્મ મૂળ**

In the begining there was a word એ Positive સ્થિતિ છે, એ ભાવાત્મક છે. એમાંથી Manifestation થયું તે શબ્દ થયો. બાળક જન્મે પછી રડે નહિ તો ગભરાઈએ છીએ. એટલે શબ્દ પહેલાંની શૂન્યાવસ્થા છે અને મળરૂપી જે વૃત્તિઓ છે, તેનો ત્યાગ કરવો પડે. એટલે વધવું અને જીવવું હોય તો શબ્દની ઉપાસના કરવી અને કામ, ક્રોધ, લોભ વગેરેનો ત્યાગ કરવો.

શબ્દની પહેલાંની સ્થિતિ તે શૂન્યાવસ્થા કે જે ભાવાત્મક છે. જ્યાં શૂન્યાવસ્થા છે ત્યાં ઝંનું અસ્તિત્વ છે, પણ સૂક્ષ્મ સ્વરૂપે છે. જ્યારે શબ્દ પ્રગટે તે સાકારરૂપે પ્રગટે છે.

હજારો વર્ષ પહેલાં એટલે કે જ્યારે ભાષાનો ઉદય થયો ન હતો ત્યારે વાદળાં અને એનો ગડગડાટ થાય તેને ભગવાનનો અવાજ ગણેલો. એની પ્રાર્થના વેદમાં છે. એમ અનંત પ્રકારના શબ્દો છે. તેમ જ વનસ્પતિની મૂગી સૃષ્ટિ છે. જેની અંદર એક રમત રમાઈ રહેલી છે. એને લીધે પૃથ્વી ઉપર જીવન રહેલું છે

અને એમાંથી એ લોકોએ મૂળ શબ્દ શોધ્યો અને જે પ્રગટ્યો તેને  
ઠુંકલ્યો.

### ઠુંકારમાં બ્રહ્માંડ

શબ્દની ઉત્પત્તિ ત્રણ ઠેકાણે ઉદ્ભવે. નાભિ, કંઠ અને મૂર્ધન્ય. એટલે એ ત્રણે સ્થળમાંથી ઊઠે અને ત્રણેયને ભેદે એવો શબ્દ ઠું છે. ઉપરાંત, શબ્દના મૂળ ત્રણ-સ્થૂળ, સૂક્ષ્મ અને કારણ. એ બધાં ઠુંકારમાં સમાયેલાં છે. ઠુંકારમાં અખંડ બ્રહ્માંડ સમાયેલું છે. એકલી પૃથ્વી નહિ, પણ સમસ્ત નભોમંડળ પણ એમાં સમાયેલું છે. એમ બધા અનુભવીઓએ કહ્યું છે. બુદ્ધિથી વિચારીએ તોપણ એ એમાં સમાઈ જાય છે. દા.ત. એક વિસ્તારને ‘ભવાનીવડ’ ઉલ્લેખ કરીએ એની સાથે બધો વિસ્તાર ઉપરાંત, બધી જગ્યા આવી જાય. એવું જ ઠુંનું છે, પણ એ અનુભવમાં પ્રગટી શકે ખરું? હા, પણ એને માટે સતત સાધના જોઈએ. એ જો અવિરતપણે-સળંગપણે પ્રગટે તો એનો અનુભવ થાય. એનાથી કામ, ક્રોધ વગેરે મોળા પડે. મારા એક મિત્ર છે. બેંગલોરમાં એરફોર્સમાં છે. એમણે મને હમણાં જ કહ્યું કે ૪૦ હજાર ફૂટ ઊંચે વિમાન ઊડે પછી એ ડાઈવ મારે ત્યારે એ અવાજની એટલી ઈન્ટેન્સિટી-તીવ્રતા-ઊઠે કે એનાથી મકાન પણ ઊડી જાય અને વધુ અવાજ થાય તો વિમાન પણ તૂટી જાય. તેવી જ રીતે ઠું શબ્દના અવાજના સાતત્યથી આપણા જ્ઞાનતંતુની ક્રિયા ઉપર પડઘો પડે.

### ઠુંકાર ઉચ્ચારથી સૂક્ષ્મ પ્રક્રિયા

ઠુંમાં ત્રણ અક્ષર -અ, ઉ, મ્ - છતાં ખરી રીતે એમાં એકેય અક્ષર નથી. ચેતનમાં જેમ બે પાસાં છે. નિરાકાર અને સાકાર- એ જ પ્રમાણે ઠુંકારમાં અક્ષર હોવા છતાં અક્ષર નથી. ઠું બોલવાથી માત્ર આપણામાં ભાવના પ્રગટતી નથી, પણ જે એની

ભાવના પ્રગટાવવાને માટે (એનો)એક સાધન તરીકે ઉપયોગ કરે છે, તેને એ એમાં મદદરૂપ થાય છે. ઘણો લાંબો વખત ઔંકારનો ઉચ્ચાર સતત રહ્યા કરે છે તો એવા ઉચ્ચારથી કરોડરજ્જુમાં જે આંદોલનો ફેલાય છે તેથી ચકો ખીલે છે અને એનાથી સમતા પ્રગટે છે. એટલે સુખદુઃખની સ્થિતિમાં સમતા પ્રગટે ત્યારે જીવનમાં ઘણી સરળતા રહે છે.

### સૂક્ષ્મ ચકોની ખિલવણી

ઔંકારમાંથી જે આંદોલન પ્રગટે છે, તે નાભિ, કંઠ અને મૂર્ધન્ય, ત્રણમાં સ્પર્શે છે અને ઉચ્ચાર સાથે એની બરાબર સામે આપણા જ્ઞાનતંતુને સંકળાઈને ચકો આવેલાં છે. જ્યાંથી ચેતનની બધી ગતિ થાય છે. આ ચકો નાભિમાં, કંઠમાં અને મૂર્ધન્યમાં રહેલાં છે. હવે જ્યારે ઔંકાર અવાજના મોટા ઉચ્ચારણથી આંદોલનો ઊઠે ત્યારે એ બધાં ચકો ખીલવાં માંડે છે.

### ઔંકાર જપ-શબ્દ-ઉચ્ચારનું રહસ્ય\*

સાધુ લોકો કહે છે ગૃહસ્થીથી ઔંકારનો ઉચ્ચાર ન કરાય. એટલે મેં તો પ્રયોગ કરેલો કે એનાથી શું થાય ? અને સાથે અમુક પુરશ્ચરણ પણ કરવાં એમ મેં તો નક્કી કરેલું. એક પુરશ્ચરણ એટલે ૨૪ લાખ જપ અને એનાથી મને કશું નુકસાન થયું ન હતું. દરેક જપની સાથે ઔં તો હોય જ છે. તેથી, જપ મધુર થાય છે. આપણી સાથે આવરણ રહેલું છે. ચેતનમાં પણ આવરણ

---

\* ઔંકાર શબ્દ શાસ્ત્રનું સ્પષ્ટ અર્થ અને વિવરણ મને આ સંક્ષિપ્ત હેવાલ પછી જ સમજાયાં. એ પહેલાં માંડુક્ય ઉપનિષદ ઉપર શાસ્ત્રીય પ્રવચન, શંકરાચાર્યના ગુરુ ગોવિંદાચાર્યનું ભાષ્ય, શંકરાચાર્યની ટીકા, તેમના જ અનુગામી સુરેશ્વરાચાર્યની પ્રણવ-વર્તિકા ટીકા વગેરે ગ્રંથોનો અભ્યાસ થયેલો. પણ (પ્રેક્ટિસ) ક્રિયાત્મક પદ્ધતિની માહિતી કોઈ પણ જગ્યાએ ન મળી.

આવું એટલે પ્રકૃતિરૂપ દ્વંદ્વ અને ગુણવાળું થઈ ગયું. એ સ્થિતિમાં  
ઠુંકાર કેવો ભાગ ભજવે છે ?

સંન્યાસીઓ માટે જે એનું શરણ છે એ વાત ખોટી છે.  
ઠુંકારનું ઉચ્ચારણ સરળ છે. જપ હંમેશાં ટૂંકો Low Consonant  
(ભારે વ્યંજન ન હોય એવો) હોય અને એમાં ઢૂસ્વ સ્વરો હોય  
અને ત્રણેય સ્થળના સ્તરને ભેદે એવો હોવો જોઈએ. એટલે  
જ્યારે એનું સતત રટણ-સ્મરણ થાય તો પ્રકૃતિનાં જે સંઘર્ષણો  
જાગે, મુઝારો થાય, એનાં સંવેદન ઠુંકાર જપ કરવાથી ધીરે ધીરે  
ઓછાં થતાં જાય છે અને એમ ઓછાં થતાં શાંતિ અને પ્રસન્નતા  
વધતાં જાય છે. આમ થતાં સકળ વસ્તુમાંથી આપણને ઠુંકારની  
લગની લાગ્યા કરે અને પછીથી Effortless Effort જેવું  
અજપાજપ જેવું થઈ જાય.

**પ્રકૃતિના ગુણધર્મો ઓળખો**

દરેક વખતે પ્રકૃતિથી કર્મ કરતાં રાગદ્વેષ પ્રગટે અને એ  
રાગદ્વેષ કર્મ કરતાં વધતાં જવાના, કારણ એને ખ્યાલ નથી કે  
મારે રાગદ્વેષ મોળા પાડવાના છે. જેમ નદીમાં પૂર આવે તો  
હજારો માણ લાકડાં તણાઈ જાય, તેમ આપણે પ્રકૃતિથી તણાઈ  
જઈએ છીએ.

**ઠુંકારથી પુરુષની જાગૃતિ**

ઠુંકારના સતત ઉચ્ચારણથી સમતા પ્રગટે, રાગદ્વેષ ઘટે  
અને દ્વંદ્વ અને ગુણની પકડ મોળી પડે. ઠુંકારના સ્મરણથી  
સાતત્ય પ્રગટે અને કરોડરજ્જુમાંનાં ત્રણ ચક્રોને એનાં  
આંદોલનોનો સ્પર્શ થતાં ખીલે છે. આથી, સમતા પ્રગટે અને  
રાગદ્વેષ મોળા પડે અને એમ દ્વંદ્વ અને ગુણ મોળાં પડતાં આપમેળે  
કામ, ક્રોધ, લોભ વગેરે મોળા પડે અને એ મોળા પડે એટલે  
પ્રકૃતિથી આપણે જે ધકેલાતા હતા તેને બદલે 'કોઈ બીજો ફોર્સ



(Force) ‘આપણી પાસે કામ કરાવે છે અને દંદ અને ગુણ આપણને કર્મમાં ધકેલતા નથી. એટલે બીજું જે કાંઈ આપણામાં છે, તે કર્મમાં ધકેલે છે તે શું છે ? તો કહે છે કે આપણામાં જે ચેતન છે તે દંદ અને ગુણ મોળાં પડતાં, પુરુષ જે આપણામાં રહેલો છે એ જાગ્રત થાય છે અને તેમ થતાં આપણે પ્રકૃતિથી દોરવાતા નથી. દંદ અને ગુણમાંથી પ્રકૃતિ ખસી જતાં આપણામાં જે કર્મો પ્રગટે તે ચેતનના બળથી પ્રગટે. એટલે જે પ્રકૃતિથી દોરવાતા તેને બદલે હવે પ્રકૃતિના સ્વામી બનવાથી પ્રકૃતિ પ્રમાણે દોરાવવાનું નથી.

### અધ્યાત્મમાં સંશોધન

ઠુંકારનો આવો અનુભવ જે આપણા લોકોને થયો એમણે Word is a mystic Power એમ કહીને બેસી ન રહેતાં એનું સંશોધન કર્યું. પશ્ચિમમાં લોકો જે બધી શોધ કરે છે તે લોકો ભૌતિકવાદી છે એમ કહીએ છીએ એ ખરી રીતે યોગ્ય નથી. આપણે આળસુ, પ્રમાદી છીએ. આપણે તો તડાકા માર્યા કરવા છે કે અમારી સંસ્કૃતિ બહુ જૂની અને સમૃદ્ધ, પણ આપણે કેવા છીએ ? આપણો બાપ કરોડપતિ હતો, પણ આપણી પાસે કંઈ ન હોય તો ? રાજાઓના વંશજો ભીખ પણ માગે. એટલે જો આગળ આવવું હોય તો જૂની સંસ્કૃતિમાંથી પ્રેરણા મેળવી સંશોધન થવું જોઈએ.

આપણા લોકોએ અધ્યાત્મવિદ્યામાં ઘણાં સંશોધનો કરેલાં છે અને મૂકી ગયા છે. શબ્દમાં ગૂઢ શક્તિ રહેલી છે તેનો અભ્યાસ કર્યો અને એમ કરતાં એનું હાર્દ, રહસ્યો ખૂલતાં ગયાં. એમને લાગ્યું કે ચેતનનો અનુભવ કરવા કાળ અડચણરૂપ છે તો એ કેમ કરીને ટૂંકાવાય કે જેથી ચેતનનો જલદી અનુભવ થાય ? આપણી હાલની પરિસ્થિતિમાં કાળનું યોગ્ય મૂલ્યાંકન ન કરી શકીએ.

આઈન્સ્ટાઈનની રિલેટીવીટીને આખી દુનિયામાં ભાગ્યે જ પાંચસાત માણસો સમજી શકતા હશે. થીઅરી કંઈ ખોટી નથી. તદ્દન વાજબી છે.\*

શબ્દમાં જે ગૂઢ રહસ્ય રહેલું છે, તેનો જલદીથી અનુભવ થઈ શકે તેમ કરવા તંત્રવિદ્યા છે. એના જાણકારો બહુ ઓછા છે. એના બીજરૂપે એની હસ્તી છે. કંઈ કશું નાશ પામતું નથી, પણ એ શીખવાની ભાવના ક્યાં પ્રગટેલી છે ?

શબ્દના રહસ્ય ઉપરથી તંત્રમાર્ગ ઉદ્ભવ્યો. એ શબ્દ પણ એવો છે કે એનો અર્થ પણ ન કાઢી શકાય. ઝૂં, હ્રીં, કલીં એવા કેટલાયે શબ્દો છે, તે ઘણા બ્રાહ્મણો આરાધનામાં બોલે છે, પણ એ કરવા માટે આપણામાં બહુ ચિત્તશુદ્ધિ જોઈએ તો જ તંત્રવિદ્યા સાધ્ય થઈ શકે. જો કોઈ વિકારી માણસ તંત્રમાર્ગ લે તો કદાચ વિકાર વધે. આથી, તંત્રમાર્ગની વાત કરવી અસ્થાને ગણાય છે. જ્યારે ઝૂંકાર જ એવો શબ્દ છે કે જે વિકાર ઘટાડે.

### ‘ઝૂં’માં ત્રિલોક

ઝૂંમાં જે ત્રણ અક્ષરો આવેલા છે.- અ, ઉ, મ્-એ ત્રણ લોકના પ્રતીક છે. કોઈ ૭ કે ૧૪ લોક કહે છે. કોઈને એમ લાગે છે કે ગપ્પાં છે ! પણ એ અનુભવથી ખબર પડે. ‘પિંડે તે બ્રહ્માંડે’ એવી કહેવત છે. જે ખેલ આ બ્રહ્માંડમાં થઈ રહેલો છે, તે જ પ્રમાણમાં શરીરમાં થઈ રહેલો છે. આ શરીરમાં અણુપરમાણુની રચના છે એ બ્રહ્માંડમાં પણ છે. એ અણુપરમાણુ ફૂટે છે એમ શક્તિથી શરીરની ગરમી રહે છે. ખોરાક પણ પચે છે.

---

\* પૂજ્ય શ્રીમોટાથી પ્રભુકૃપાથી રચાયેલ પદ્ય અને ગદ્ય કૃતિઓનું પણ આમ જ છે. એને સમજવા અને પ્રયોગાત્મક સાબિત કરવાવાળા પણ જૂજ જ રહેવાના.

## ઐકારનો ઉચ્ચાર પ્રયોગ કરો

જીવનમાં ચેતનના અનુભવને માટે શબ્દની ઉપાસનાની જરૂર. આ બધું જાણતાં આનંદ થાય, પણ એની આરાધના કરવી મુશ્કેલ છે. આગળ જતાં જેમ શબ્દનાં ત્રણ મૂળ, તે કોઈકને એક, બે કે ત્રણ અથવા ત્રણેયમાંથી પ્રગટે. એ ત્રણે કરણનો આપણને ખ્યાલ નથી હોતો. નાભિમાંથી ઉઠાવો અને જુઓ કે તમારા માનસની સ્થિતિ કેવી થાય છે. એનો બુલંદ અવાજ-રણકાર તમારામાં ઉન્મિલન કરી દેશે, એકાગ્ર કરી દેશે. કરી જુઓ. ગમે તેવી મૂંઝવણમાં આવો જ અવાજ ખૂબ મદદરૂપ છે. તેમ જ કંઠ અને મૂર્ધન્યમાંથી ઊઠતા અવાજની પણ જુદી અસર હોય છે. કરી જુઓ તો ખબર પડે.

## ઐકારનો અનુભવ

હું તો અનુભવથી કહું છું કે ભગવાનનું નામ લેશો તો બુદ્ધિ સૂક્ષ્મ થશે. તમને જીવનમાં ગભરામણ નહિ થાય. ગૂંચ, મુશ્કેલી આવે ત્યારે તમે ઉકેલ શોધી શકશો. કશાથી આવરાઈ નહિ જવાય. લોકોના સ્વભાવ સાથે કેવી રીતે વર્તવું એની પણ સૂઝ-સમજણ તમને પ્રગટશે. સંઘર્ષણ, ત્રાસ, વેદના, દુઃખ વગેરે ઊપજે એના નિવારણ માટે પણ ભગવાનનું સ્મરણ એ સરસ ઉપાય છે.

## ઐકાર અને પ્રાણાયામ

પ્રાણાયામ શીખવાની શરત એ હતી કે જેની ચિત્તશુદ્ધિ થઈ હોય, જેના રાગદ્વેષ, લોભ, મોહ, ક્રોધ આદિ ઘટ્યા હોય તે પ્રાણાયામ કરી શકે. આ તો શરત થઈ. બીજી શરત હતી હૃદયની. હૃદયમાં ૬૫-૭૦-૭૫ ધબકારા હોય. લોહીનું પ્રવાહ વોલ્યૂમ જે પ્રમાણે થવું જોઈએ એ પ્રમાણે નથી થતું, પણ જે લોહી દરેક માણસની નાડીમાં વહન કરે છે તેની ગતિમાં ફેરફાર

હોય છે. એનો આધાર હૃદયની ગતિ ઉપર રહે છે. હૃદયને માટે એક જ ઉપાય છે. અનુભવીઓએ એવી શોધ કરી કે જ્યારે ભાવના પ્રગટે, તેનું સાતત્ય પ્રગટે તો હૃદય બરાબર સ્થિતિમાં કામ કરી શકે. આજે પ્રાણાયામ માણસથી થઈ શકે એવી સ્થિતિ નથી. અને જો આજે એ કરે તો પોતાનાં ફેફસાંને ઊલટાં બગાડે. જ્યારે અહમ્ નમ્રતામાં પ્રગટે તો જ તે પ્રાણાયામ શીખવાની લાયકાતવાળા કહેવાય.\*



---

\* અનેક હઠયોગ કેંદ્રોમાં આ જાતની સમજણ જોવામાં નથી આવતી. પ્રભુકૃપાથી આ બધું જોવા મળે છે, કારણ કે આ વિષયનો અનુભવ લેવાનો શોખ છે.

## ખંડ ૪

### નામસ્મરણના અને ગુરુના અનુભવની રીત

નામસ્મરણનો ખપ

લોકોને વિચાર આવે છે કે નામસ્મરણ શું ખપમાં આવે ? હું કહું છું કે કરી તો જો, પાણીમાં પડ્યા સિવાય અને હાથ હલાવ્યા સિવાય તરીને જવાય નહિ. તેમ, આ કરતાં કરતાં અજપાજપ સુધી જવાય ત્યારે એનો લાભ સમજાય. માણસ ખોટ આવવા છતાં એકના એક ધંધાને પંદરવીસ વર્ષ પકડી રહે તો તે ધંધો એક વખત જરૂર ચારી આપે. માણસ લક્ષાધિપતિ હોય, પાસે દસવીસ લાખ રૂપિયા હોય અને તે બધું શૂન્ય સુધી છૂટી જાય છતાં, તે વ્યાપારને પકડી રાખે તો પાછા ઉપર આવી જાય. તેવાઓને પણ મેં જોયા છે. લોકો કહે છે કે ભગવાનના નામમાં કશો સ્વાર્થ નથી. શા માટે એને વળગી રહીએ ? અમે કહીએ છીએ કે તમારો એમાં સ્વાર્થ છે. જેમ આપણે શરીર જરૂરનું-સાથે કાન, આંખ, હાથ, પગ બધી ઈન્દ્રિયો એટલી જ જરૂરની. તેવી રીતે શાંતિ પ્રસન્નતા વગેરે જાળવવા અને માંદગી, ચિંતા, ઉપાધિ વગેરેમાં ટકવા માટે ઉત્તમમાં ઉત્તમ સાધન ભગવાનનું સ્મરણ પણ જરૂરનું છે, પરંતુ લોકોને તેમાં શ્રદ્ધા, વિશ્વાસ નથી. તે શ્રદ્ધા વગર અને કર્યા વગર અનુભવી શકાતું નથી. શ્રદ્ધા એટલે અંધશ્રદ્ધા નહિ. આપણને ચલાવે-ગોદાટે એ જ શ્રદ્ધા સાચી અને સાચી શ્રદ્ધા હોય તો જ જ્ઞાન પચે. ગીતામાતા કહે છે કે એવી શ્રદ્ધા પ્રગટે તો ભગવાનનું સ્મરણ આપણને અનેક પ્રકારે મદદ કરનાર બને. ઋગ્વેદમાં ગાયત્રીનું પ્રતીક

સૂર્ય. ખરી રીતે તો એ તેજ અને શક્તિ આપનાર છે. ગાયત્રીમંત્ર ચેતનની પ્રાર્થના છે.

અત્યારે તો આપણી બુદ્ધિ મોહકલિલ છે, તે સાચો ઉકેલ લાવી શકે નહિ. એ આવરણ હઠે તો જ્ઞાન આપમેળે પ્રગટે. ગાયત્રી એવું આવરણ હઠાવવા માટેની મોટામાં મોટી પ્રાર્થના છે. અનુભવીઓએ તેવું કહ્યું છે.

### નામસ્મરણથી શ્રદ્ધા

સાધુમહાત્માઓ પણ એવું કહ્યા કરે છે કે ‘કૃપા બધું કરી દેશે.’ અને એમ કહીને સમાજને ઊંધિ રસ્તે દોરે છે, પણ હું તો ગુરુમહારાજની કૃપાથી સમાજને સાચી વાત કહું છું કે ‘ભગવાનનું નામ લેતાં જો એના ઉપર શ્રદ્ધા થઈ જાય તો એનો સહારો જેવો તેવો નથી. જેમ દીવો સળગતો હોય તો એનું અજવાળું ચારે કોર ફેલાઈ જાય છે તેમ જો ભગવાન ઉપર ભરોસો બેસી જાય તો અઢળક સહારો મળી રહે છે. એ માટે નામસ્મરણ, પ્રાર્થના, ભજન વગેરે સાધનોથી પ્રકૃતિને સુધારીએ તો ધીમે ધીમે શ્રદ્ધા પ્રગટે. શ્રદ્ધા જ્ઞાનાત્મક અને બળવાન છે. શ્રદ્ધા જીવનમાં નવો પ્રાણ પૂરે છે. મડદાને બેઠા કરે છે. એવી શ્રદ્ધા પ્રગટાવવાને માટે પ્રકૃતિને શુદ્ધ કરો અને સાથે સાથે ભગવાનનું ભજન પ્રાર્થના કરો તો જ શ્રદ્ધા પ્રગટે અને એમ જીવન ઊંચે લઈ જવામાં તમને મદદરૂપ થશે.

આપણે માયામાં-ભેદમાં ફસાયેલા રહીશું તો જીવ પ્રકારની વૃત્તિઓના સંસ્કાર લઈને જન્મીશું. આવું શાસ્ત્રવાચન, ઉપદેશ કે કશાથી પણ ન બને. મારા ગુરુમહારાજે ઉકેલ કર્યો કે પ્રારબ્ધયોગ તો તારે પણ ભોગવવો પડશે. એટલે અંદર બેસીને જે પ્રયત્ન કરીશું અને મથીશું ત્યારે તે સાચી રીતે બનશે. એ સ્મરણ કોઈ રીતે નુકસાન કરવાનું નથી.

## પ્રભુસ્મરણ સાથે કર્મ

સામાન્ય લોકો માટે તેવી રીતે કર્મ કરવું એકદમ શક્ય નથી. માટે સકળ ક્રિયા, પ્રભુપ્રીત્યર્થે, પ્રભુને સમર્પણ કરીને, એનું સ્મરણ કરતાં કરવાં. સકળ ક્રિયા સ્મરણ કરતાં કરતાં પ્રભુપ્રીત્યર્થે કરવાથી અનાસક્ત, નિર્મોહી થઈ શકશો. ભગવાનને ધરાવ્યા વિના કશું કરો નહિ. એમ કરવાથી એક પ્રક્રિયા પ્રગટશે. મનને સતત સ્મરણમાં રોકવાથી જડ રીતે કર્મમાં ભેરવાઈ જવાનું બનતું નથી. એ રીતે ભગવાનનું સ્મરણ કરતાં કરતાં, એને સમર્પણ કરતાં કરતાં કર્મ કરીશું તો રાગદ્વેષથી મુક્તિ મેળવીશું.

## ભગવાનના નામસ્મરણનો મેળ અંતઃકરણ સાથે

ભાઈ, અનુભવ કરો. કરી જુઓ અને મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત, પ્રાણ અને અહમ્ની સમતુલા જળવાય એમ સમતાથી વર્તો. સાત કરોડ વખત ભગવાનના નામ-જપ લખવાથી મોક્ષ થઈ જાય એમ મેં સાધુઓને કહેતા સાંભળ્યું છે. એ તદ્દન ખોટી વાત છે. આપણાં મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત, પ્રાણ અને અહમ્ વગેરે જેમ વહેતાં હશે તેમ વહેવા દેશો તો ભગવાનના સ્મરણનો મેળ ખાશે નહિ. એટલે ભગવાનના સ્મરણનું મન, બુદ્ધિ સાથે સંધાણ થાય એ મુખ્ય રસ્તો. રાગદ્વેષ મોળા પડ્યા વિના કોઈ ભૂમિકા થવાની નથી.

કરોડો વર્ષ ભગવાનનું નામ લીધા કરો તોપણ તમને કોઈ તારી શકશે નહિ. આપણે જીવદશામાં છીએ. માટે, રાગદ્વેષમાં કાયમ ન રહીએ એ કેળવવું બહુ અઘરું છે. એનો કોઈ ઉપાય ખરો? હા, ભગવાનનું સ્મરણ, પ્રાર્થના કરતાં એની મેળે આપણાં મન, બુદ્ધિ સાથે પ્રયત્ન કરતાં કરતાં ટેવ પાડીએ અને તેમ કરવા સંપ, સુમેળ અને સદ્ભાવથી મળેલા જીવો સાથે વર્તીએ. એનાથી

સહેવાનું ઘણું આવશે તે ખાસ લક્ષમાં રાખશો, પણ ભાવનાથી કરીને વર્તેલું તમને સુખની સ્થિતિમાં રાખશે એ નિશ્ચિત છે એ જાણજો.

### પ્રાણનો પાયો ખસેડો એટલે શાંતિ

પ્રાણશુદ્ધિ થાય એટલે મન સંકલ્પવિકલ્પ કરતું અટકી જાય.\* આમ તો મન ક્યારેય નવરું રહેતું નથી. તે અનેક જાતના સંકલ્પવિકલ્પ કર્યા કરતું હોય છે. વૃત્તિઓ પ્રગટે છે એનું કારણ આપણામાં આશા, તૃષ્ણા, કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ આદિ જીવતા છે. એને જીતવા, યુદ્ધના યોદ્ધા કરતાંય પણ વિશેષ પરાક્રમીનું કામ છે. જેને જીવતીજાગતી તમન્ના પ્રગટે એ જ આ કરી શકે. એ પાયો જ ખસી જાય તો મન કઈ રીતે સંકલ્પવિકલ્પ કરવાનું? તે મ કરે છે એનું કારણ આપણામાં પડેલી વૃત્તિઓ છે. એ વૃત્તિઓ ખસી જાય તો મન પણ નીરવતાને પ્રાપ્ત થાય છે. તો સમજી લો કે પ્રાણથી શુદ્ધિ થાય તો મન માંકડું ઠેકાણે રહે. આ બધું સંયમ રાખવાનું એમ ને એમ થશે નહિ. આ માટેનો પણ સરળ ઉપાય ભગવાનનું સ્મરણ.

### સ્મરણની પ્રક્રિયા

આપણામાં અહમ્ વગેરે ઘટતાં નથી, કેમ કે પ્રાણની શુદ્ધિ પ્રગટેલી હોતી નથી. તેનું લક્ષ પણ પ્રગટેલું હોતું નથી. માટે, ઉચ્ચતર ભાવનાથી ભગવાનનું સ્મરણ કર્યા કરો અને તે ગંગામૈયાના જેવા અખંડ પ્રવાહની માફક કરવા લાગશો ત્યારે પ્રાણના હુમલાનું શમન થઈ શકશે. જ્યારે અજપાજપની સ્થિતિએ

---

\* મન, બુદ્ધિ, પ્રાણ, ચિત્ત, અહમ્, મનાદિકરણના એક એક ઉપાંગોનું સ્પષ્ટ દર્શન, એની ક્રિયાઓ વગેરેથી ઊગતા સંસ્કારો, વૃત્તિઓ આ બધું ટૂંકમાં પૂજ્યશ્રીએ સુંદર રીતે રજૂ કર્યું.



પહોંચશો ત્યારે રાગદ્વેષ મોળા પડશે અને કામના, લોલુપતા, આશા, તૃષ્ણા, લોભ, ક્રોધ, મોહ વગેરે નકારાત્મક ગુણો છે તે ઘટવા માંડશે.\*

### પ્રયોગવીર બનો

ભગવાનનું નામ લેતાં કોઈ મશ્કરી કરે તો કરવા દો. જો ભગવાનનું નામ લેવામાં સાહસ કે હિંમત નથી કરતો તો બીજું શું કરવાનો ? મસ્તીથી ભગવાનનું નામ લલકારો. બીજા ભલે હસે. એ પછીની ખુમારી જુઓ. આ તો કરી જોવાનો પ્રયોગ છે. પ્રયોગ કર્યા વગર સમજાય નહિ. જે પ્રયોગવીર છે એ જ પ્રયોગ કરી શકે છે.

### સુખ માટે સ્મરણ

ચેતનનો અનુભવ કરવો એ જીવનું નક્કી કરેલું ધ્યેય હોય તો સતત પ્રયત્નમાં મંડ્યા રહેવું જોઈએ. માની લો કે કોઈએ એવું ધ્યેય નક્કી ન કર્યું હોય અને એમ કહે કે અમે તો સંસારમાં પડેલા જીવો છીએ. અમારે તો સુખશાંતિ પ્રગટે એવી ઈચ્છા છે. તેવા જીવોને પણ મારી ભલામણ છે કે આ કરી તો જુઓ.

ચેતનનો અનુભવ કરીએ એવું હાલના તબક્કે નિશ્ચયાત્મક રીતે નક્કી ન કરી શકીએ. છતાં સંસારના હુમલાઓથી બચવા પણ ભગવાનનું સ્મરણ ભલે જીભથી બોલાય છે, પણ એનો પ્રકાશ અંતરમાં ઊતરે છે. શબ્દને વિસારી શકાય, પણ સ્મરણ એ બોલાય અને છતાં સંભળાય. †ભગવાનનું સ્મરણ એ એવો

---

\* સ્મરણની પ્રક્રિયાથી જ મનના વિકારો દૂર થઈ શકે. આ ક્રિયાત્મક સમજણ બહુ જરૂરી છે.

† શબ્દ, ઉચ્ચાર, પ્રભુસ્મરણ, ભાવના તથા ભાવનાત્મક મનમાં આંદોલનો પેદા થવાથી મનની પ્રકૃતિ-સ્વભાવ બદલાય. આ ઘણું જ ઉચ્ચ જ્ઞાન સમજાવ્યું.

શબ્દ છે કે જેમ એ બોલાય તેમ તેમ તે અંતરમાં ઊતરતો જાય. જેટલી ઉચ્ચ પ્રકારની ભાવનાથી એ બોલાય તેટલી ઉચ્ચ પ્રકારની ભાવનાથી એ અંતરમાં ઊતરે છે. આપણે કોઈ પણ શબ્દ કોઈથી બોલીએ છીએ ત્યારે આપણા પ્રાણમાં એ થથરાટી પેદા કરે છે, જ્યારે ભગવાનનું નામ એ તો ભાવનાત્મક છે. એવા ભાવનાત્મક આંદોલનો જગાડે છે.

ભગવાનનું નામસ્મરણ સતત થવાથી સતત ભાવનાત્મક સ્થિતિમાં રહી શકાય છે. તેમાંયે કેટલાક ગાળામાં એકાગ્રતા અને ભાવના પ્રગટે છે. એના જે સંસ્કાર કરણોમાં પડે છે તે બહુ ઊંડા હોય છે. દિવસમાં એવો ભાવનાનો ગાળો વધતો જાય, તેમ તેમ એની ગાઢતા થતી જાય.

### સત્ત્વગુણમાં સ્થિતિ

જ્યાં સુધી આકાશતત્ત્વની પ્રતિષ્ઠા પ્રગટી નહિ શકે, આકાશનો ગુણ પ્રકાશમય નહિ થાય ત્યાં સુધી સત્ત્વગુણની વૃદ્ધિ થઈ શકે નહિ. અનુભવીઓએ આ અનુભવીને જગત આગળ મૂક્યું છે. શબ્દમાં આકાશતત્ત્વ છે. માટે, શબ્દમાં નિરંતરતા પ્રગટે, તેમાં ભાવનાનું સાતત્ય જાગે અને એ અખંડ રહે તો આકાશતત્ત્વ વિશેષ પ્રમાણમાં આપણા સારા આધારમાં જાગે તો જ સત્ત્વગુણની પ્રતિષ્ઠા થાય. કામને લય કરી દેવા માટેની સાધના કરવી બહુ મુશ્કેલ છે. એ આપણી શક્તિ બહારની વાત છે. જ્યારે આ શબ્દની સાધના તો લૂલા, લંગડા, અપંગ, વૃદ્ધ સર્વ કોઈ કરી શકે છે. એવા શબ્દની સાધના તે ભગવાનનું નામ. કરંચીમાં એક મોટા માણસે સવાલ પૂછ્યો હતો. ‘પ્રિય વ્યક્તિનું નામ લઈએ તો ચાલે કે નહિ?’ તેનો જવાબ આપ્યો હતો. ‘પત્ની, પ્રિય હોય અને એના નામનું સ્મરણ કરે તો તેની ભાવના પ્રકાશિત થશે. તું ચેતનનો અનુભવ નહિ કરી શકે. શબ્દ એવો

હોવો જોઈએ કે તે દ્વંદ્વાતીત ગુણાતીત પ્રદેશનો હોવો જોઈએ. એવા પ્રદેશનો શબ્દ એ કેવળ ભગવાનનું નામસ્મરણ જ છે.’ આપણી ભારતીય સંસ્કૃતિનું લોહી જે આપણામાં વહ્યું છે, એ ભાવનાત્મક શબ્દના ઉચ્ચારણથી જાગ્રત થાય છે.

રોજ ભગવાનનું નામ લઈએ અને સદ્વાંચન અને સત્સંગ કર્યા કરીએ અને જીવપ્રકારની વૃત્તિઓ મોળી પાડવાનું કરીને સદ્ભાવ પ્રગટ કરીએ. બે ભાઈઓ વચ્ચે બને નહિ તો મનુષ્ય-જીવનનું મૂલ્ય શું ? આપણે શું સમજ્યા ? આપણે જે બોલીએ છીએ તેનું રહસ્ય ઊગે નહિ તો આ પ્રવૃત્તિ મિથ્યા છે.

કર્મ કોઈથી ભુસાઈ જવાનું નથી. માટે, તમે જે રીતે ભાવનાથી વર્તો એ રીતે બીજાઓ તમારી સાથે વર્તે એ આશા મૂકી દેવી. પોતે જ નિશ્ચય કરવો કે મારે જ આમ વર્તવું. અને એમ વર્તીશું તો ભાવનાને પ્રકાશિત કરી શકીશું અને ઉત્તેજિત કરી શકીશું.

### ભાવનાનું માપ-લક્ષણ

ભાવના પ્રગટે તો બીજા સાથે મળવામાં પ્રેમ આનંદ પ્રગટે, ઊર્મિ-લાગણી પ્રગટે. ભાવના એ પ્રત્યક્ષ પ્રમાણ સિવાયની વાત નથી. ભાવના પ્રગટે તો એકબીજા સાથે ઉત્સાહ પ્રગટે. પ્રત્યક્ષ પ્રમાણથી તમારા દિલનું માપ કાઢતા રહેજો. પ્રત્યક્ષ લક્ષણ વિનાની વાત ખોટી છે.\*

### દંભ અને ભ્રમણામાં ન રહેશો

પ્રારબ્ધ તો વહેવારમાં છે. ભગવાનની ચેતનાત્મક ગતિમાં ઊડવા માટે પ્રારબ્ધ બિલકુલ ખલેલ નહિ પાડે. મનુષ્યજીવન

---

\* માપ=measure=self-Analysis

લક્ષણ=Sign OR Evidence=અધ્યાત્મ લક્ષણોનું માપ કાઢતા રહેવું તો અધ્યાત્મશાસ્ત્ર=Science પ્રયોગાત્મક કહેવાય.

મળ્યું છે એ જ બતાવી આપે છે કે ચેતનને અનુભવવાની શક્યતા છે, પણ એ માટે આપણામાં જ્વાળામુખી જેવી ધગધગતી ભાવના પ્રગટેલી નથી. ઈચ્છા થવી એ જરૂરી છે, પણ એનો વિચાર આવતો નથી. વિચાર આવે તો ભગવાનની ભક્તિ કર્યા વિના રહેવાય નહિ. ભાવનાનું ઘનસ્વરૂપ ભક્તિ છે. કોઈ માણસ ભગવાનનું નામ લીધા કરે, બેસીને માત્ર એ જ કર્મ કર્યા કરે, છતાં પણ રાગદ્વેષમાં જ રહેતો હોય તો એ ક્રિયાને પણ હું તો દંભ જ કહું છું. લોકો કહે છે કે રોજ કરોડ જપ કરો તો મોક્ષ મળી જાય. એવું કહેનારાઓને હું કહું છું કે એ વાત ખોટી છે. લોકોને ભ્રમણામાં ન રાખો. જો રાગદ્વેષ મોળા ન પડે, કામ, ક્રોધ, લોભ, દ્વેષ, ઈર્ષા ઘટાડી ન શક્યાં તો સતત જપનો પણ ઉઠાવ નહિ આવે.

### સંસારમાં નામસ્મરણનો ઉપયોગ

ધન કરતાં બુદ્ધિ ચડિયાતું સાધન છે, પણ આપણાં મન-બુદ્ધિ તો ડહોળાયેલાં, સંતાપવાળાં, ક્લેશવાળાં હોય તો ધન ક્યાંથી મેળવી શકો ? એટલે એ મનબુદ્ધિને ઠેકાણે રાખવાનું સરળ સાધન ભગવાનનું નામસ્મરણ છે. સંસારમાં આપણો રથ બરાબર ચાલી શકે, અનેક પ્રકારના કોયડાઓ, મુશ્કેલીઓ, ગૂંચો, ઉપાધિઓમાંથી શાંતિ મળે એ માટે ભગવાનના નામનું સાધન એ સરળ સાધન છે. કોઈ પણ પ્રકારનો મુઝારો થાય, અશાંતિ થાય તો ઘરના ખૂણામાં એકાંતમાં બેસીને નામ લો તો મુઝારો જશે. તે પછી વિચાર કરશો તો ઉકેલ મળશે. સંસારનાં કાર્યો સારી રીતે કરવા માટે પણ ભગવાનનું નામ એ સરળ ઉપાય છે. કામ કરતાં કરતાં ભગવાનના નામસ્મરણનો અભ્યાસ આગળ વધે તો રાગદ્વેષ ઓછા થાય. મોળા પડે.

## સ્મરણથી ભક્તિ, ગુણ અને શક્તિ પ્રગટે

ભગવાનનું સ્મરણ કર્યા કરવાથી ભાવનાની એકાગ્રતા થાય. ભાવના સ્થિતિસ્થાપક નથી. એમાં ગતિ છે. ભાવના પ્રગટે ત્યારે એ ભોળો નથી હોતો, પણ એની બુદ્ધિ સૂક્ષ્મ અને છે. ભક્તો, ભોળા નથી હોતા. મારી સાથે અનેક ક્ષેત્રના માણસો છે. વહેવારકુશળતા પણ મારામાં છે. એટલે દરેકને માર્ગ બતાવી શકું છું. ભક્તિની અંદર પરોવાતાં બુદ્ધિ સંકુચિત થાય છે એવું નથી, પણ બુદ્ધિયોગ થાય છે. એની બુદ્ધિ વિશાળ અને છે. જે બધાંની સાથે હળીમળી શકતો હોય છે, એ જ સાચો ભક્ત છે.

જો આપણામાં કર્મ પ્રત્યે ભાવના પ્રગટે તો યોગ્ય રીતે કર્મ કરવાનું ભાન પ્રગટે. ‘ભક્ત એટલે તો ભોટ’ એવી લોકોમાં-સમાજમાં માન્યતા છે, પણ એનામાં તો બુદ્ધિયોગ હોય છે. ભગવાન જ વિવેકવાળી બુદ્ધિ આપે છે. ભાવનામાંથી બુદ્ધિ જાગ્રત થાય છે. એ જાગ્રત થાય એટલે બેઠા થઈ શકાશે. એ બધું થઈ શકશે. એ બધું ભાવનાના મૂળ પાયા વગર બની શકતું નથી. તે માટેનો પણ આ પ્રયોગ છે. નામસ્મરણ લઈએ કરીએ તો ઉચ્ચારનો ફાયદો થાય, પણ સુમેળ પ્રગટાવવાની સૂઝ તથા ભાવના પ્રગટાવ્યા વગર જોઈએ તેવો ફાયદો થવાનો નથી.

### નામસ્મરણનો ઉઠાવ

ભગવાનનું સ્મરણ તથા એના ઉચ્ચારણથી જીવનનો વિકાસ કેવી રીતે થાય ? ભગવાનનું સ્મરણ કરતાં નિરાગ્રહી, નિષ્કામી, નિરહંકારી, નિર્લોભી વગેરે થતા જઈએ તો નામસ્મરણનો ઉઠાવ સારો થઈ શકે છે. ઘણી વખત ઉઠાવ નથી થતો, કારણ આપણે હંમેશાં આસક્ત, કામ, ક્રોધ અને લોભવાળા જ રહીએ છીએ. એટલે સમાજમાં પણ સારી છાપ પડતી નથી અને સમાજમાં પણ દૂષણો વધારે જોવાય છે. મારી સાથે રહેલા માણસોને માટે,

સાબરમતી આશ્રમમાં એક સંમેલનવેળા મને ફરિયાદ કરવામાં આવેલી કે ‘હજુ બધા એવા ને એવા જ છે.’ પણ મારે કહેવું પડ્યું કે સેવામાં પડેલા પણ એવા ને એવા જ રહ્યા છે. કોઈ જ જુગતરામભાઈ, નરોત્તમભાઈ, બબલભાઈ, રવિશંકર મહારાજ એવા આંગળીને ટેરવે ગણી શકાય એટલા જ શુદ્ધ રહેવાના. દરેક ક્ષેત્રમાં આવા માણસો ઓછા રહેવાના.

લોકોની સેવા કરતાં કરતાં તું તારી સેવા કર. ભગવાનની ભક્તિ કરી એનું માધ્યમ બની જા. પછી તું સાચી સેવા કરી શકીશ. આપણે આપણામાં રહેલી વૃત્તિઓમાં ડોકિયું કરીએ તો સમજાશે કે પહેલું આ જ કામ કરવા જેવું છે. ભગવાનના માધ્યમ બન્યા વિના સમાજની સેવા કરવાથી તો સમાજને મેલો કરીએ છીએ.

### સુખનો આધાર અને દુઃખનું નિવારણ

સુખનો આધાર મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત, પ્રાણ અને અહમ્ ઉપર છે. એને તટસ્થતા કે સમતાવાળાં કેળવી શકશો તો સુખ મળશે, કારણ કે સુખનો આધાર બાહ્ય પરિસ્થિતિ ઉપર કે સાધન ઉપર નથી. એ તો આંતરિક કરણો ઉપર આધાર રાખે છે. ઋષિ-મુનિઓએ કહ્યું કે માનવીને એ એકદમ જાગતું નથી અને આપણામાં ભગવાન પ્રત્યે જે ભાવના સુષુપ્તપણે પડેલી છે, તેને જાગૃત કરીએ તો જ એ બને.

જ્યારે નામસ્મરણમાં સાતત્ય પ્રગટે ત્યારે ધૂન પ્રગટે તો લય (રીધમ) થાય. તેને કારણે ડોલન થવા લાગે અને ડોલન થવાની

---

\* રોજબરોજના સંસારની પ્રવૃત્તિમાં રહ્યા છતાં નામસ્મરણ સાતત્યથી પ્રકૃતિથી ઉત્પન્ન થતાં કામાદિ અને તેને લીધે થતાં દુઃખ, ક્લેશ, સંઘર્ષ, અશાંતિ સ્પર્શ ન કરે એ અનોખી વાત કોઈ પણ શાસ્ત્રમાં વાંચવામાં નથી આવી.

સ્થિતિથી એકાગ્રતા આપમેળે થાય. નામસ્મરણમાં જેમ જેમ સાતત્ય વધે તેમ તેમ એ વિશેષ ગાઢતાવાળું થાય. એવું થાય ત્યારે પ્રવૃત્તિ કરતાં હોવા છતાં, દુઃખ, ક્લેશ, સંતાપ વગેરેની હાજરી હોવા છતાં તે લેપાતો નથી. જેમ જેમ તમે આગળ વધતા જાઓ તેમ તેમ અશાંતિ લાગે નહિ.

ભગવાનની કૃપાએ મને ફેફરુંનો રોગ થયો અને એક મહાત્માએ નામસ્મરણ કરવાનું કહ્યું. તેમાં એવું જોશ પ્રગટી ગયું કે તેને કારણે ગુંજન પ્રગટવા લાગ્યું. આ જે કરે તેને ખબર પડે એ હકીકતની વાત છે, કલ્પનાની વાત નથી.

નામસ્મરણ સાથે પ્રવૃત્તિમાં હોઈએ તો તે સુખદ બને અને આત્મબળ ટકી રહે છે એ અનુભવેલી હકીકત છે. ભગવાનનું સ્મરણ હાલની જીવદશાની પ્રવૃત્તિ કરતાં જુદી પ્રવૃત્તિ છે. આપણે દ્વંદ્વાતીત, ગુણાતીત થયા નથી. નામસ્મરણથી એ સ્થિતિ પ્રગટે છે. ક્લેશ, સંતાપ, દુઃખ, મુશ્કેલી ઓછાં થાય છે. \*નામસ્મરણને કારણે એવો ધીમે ધીમે અનુભવ થશે. બારચૌદ કલાક કામ કરતો તે વખતે પણ ભગવાનના ગુણધર્મો માટે અને એના મનનચિંતવન માટે થોડી વાર ભાન જાગતું, બાકી રહે નહિ. નામસ્મરણ એકલાથી નહિ ચાલે એમ લાગ્યું. તે વખતે ગુરુમહારાજે કહ્યું કે સાતત્ય પ્રગટે ત્યાં સુધી સ્મરણ લઈ જા. બીજી કશી ભાંજગડમાં પડવું નહિ. જેમ જેમ ભાવના પૂરેપૂરી શબ્દમાં પ્રગટે ત્યારે સમાજમાં રહેવા છતાં દુઃખ થાય નહિ. આ હકીકતની વાત છે. સંઘર્ષ, અશાંતિ, દુઃખ, ક્લેશમાંથી

---

\* નહિ તો સુખની શોધમાં ઈન્દ્રિયાદિ અને કામાદિ વૃત્તિઓને સંતોષવામાં જ સામાન્ય રીતે આપણે આખી જિંદગી પસાર કરીએ છીએ. ભાન રહેતું જ નથી કે સુખ અને આનંદ એ બેને આપણે જ કેળવી અને માણી શકીએ છીએ.

ઊગરવાની બધાંની ઈચ્છા હોય છે. એમાંથી બચાતું નથી. એમાંથી ઊગરવા માટે તો ઊંચી પ્રવૃત્તિમાં સતત એકધારા પડીએ, ઝંપલાવીએ અને તેને અંગે જીવતુંજાગતું ભાન રખાય, એવી ભાવના જીવનમાં પ્રગટે ત્યારે તે બીજા જીવો સાથે અનેક રીતે દુઃખ, ક્લેશ વગેરેમાં સંકળાયેલો હોય છતાં તેનો સ્પર્શ થતો નથી.\*

### સંકલ્પના બળથી એકાગ્રતા

જો આઠે પ્રહર સત્ત્વગુણની નીતિ આપણામાં પ્રગટેલી હોય તો સાક્ષાત્કારની ભાવના પ્રગટી શકે. કોઈ પણ ભાવનાના વિકાસમાં આગળ વધીએ તો જ આગળ જવાનો રસ્તો ખુલ્લો થાય. એમ ને એમ ભાવનાના ક્ષેત્રમાં આગળ વધીને સળંગતા પ્રગટવાની નથી. રોજ ધ્યાનમાં બેસો અને જરા જરા વાતમાં ક્ષુબ્ધ થઈ જવાય તો તો આપણી એકાગ્રતા ન થઈ કહેવાય. એટલે એવું Strong will કે સંકલ્પનું બળ પ્રગટવા સિવાય આવી એકાગ્રતા પ્રગટી ન શકે. દરેક માટે પ્રેક્ટિસની જરૂર અને દરેકની અભિરુચિ જુદી જુદી હોય એટલે દરેકની રીત પણ જુદી હોવાની. અભ્યાસથી અવારનવાર ભાવનાનો મૂડ પ્રગટે અથવા ઊભરા આવે. બાકી, સળંગ ભાવનાની સ્થિતિ ન રહે. આવા ઊભરાથી આ અંગેનું કામ પતી જવાનું નથી. આવા અભ્યાસથી બેટરી ચાર્જ થયા કરે, પરંતુ ભાવનાથી એકાગ્રતા, કેંદ્રિતતા થવાની જરૂર અને તે થવા માટે મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત, પ્રાણ અને અહમ્ની નીરવતા થવાની જરૂર છે. મનનો ધર્મ સંકલ્પવિકલ્પ કરવાનો,

---

\* રોજબરોજના સંસારની પ્રવૃત્તિમાં રહ્યા છતાં નામસ્મરણ સાતત્યથી પ્રકૃતિથી ઉત્પન્ન થતાં કામાદિ અને તેને લીધે થતાં દુઃખ, ક્લેશ, સંઘર્ષ, અશાંતિ સ્પર્શ ન કરે એ અનોખી વાત કોઈ પણ શાસ્ત્રમાં વાંચવામાં નથી આવી.



પ્રાણનો ધર્મ કામના, આશા, તૃષ્ણા, લોલુપતા, ઈચ્છા વગેરે-તે બધું શમી જવાની જરૂર. એટલે એકલા ભગવાનની ભાવનાના તલસાટની જરૂર.

ઘણા કહે છે કે ‘મનથી મનમાં સ્મરણ કરીએ છીએ, પણ મનનો ગુણધર્મ તો સંકલ્પવિકલ્પ કરવાનો, એ તો એ જ કરે. એને લગની તો સંકલ્પવિકલ્પ કરવાની. એટલે એ તો એમાં જ રહે. માનસિક જપ ઉત્તમ ખરા, પણ આપણું મન એટલું નીરવ ન હોય. એ કારણે સંકલ્પવિકલ્પ કરવાનું જ. એટલે આપણા કાન સાંભળે એટલું મોટેથી બોલીને સ્મરણ કર્યા કરવું એ ઉત્તમ છે. એક વખત મનની નીરવતા થઈ જાય પછી માનસિક જપ થયા કરે. બાકી, જે એમ કહે છે કે ‘માનસિક જપ ઉત્તમ’ તો તેને મુબારક.

માણસે જીવનમાં નિશ્ચયાત્મકપણે ટેક રાખવો જોઈએ. ‘પર્વત ડગે પણ ટેક ન ડગે’ જો આવું દૃઢ વલણ રાખવામાં આવે તો તે સાર્થક બને છે. આપણે બુદ્ધિમાન માણસો છીએ. આ વાતનો સ્વીકાર ન કરીએ, પણ ધરતીકંપ થાય છે ત્યારે પર્વત પણ ડગી જાય છે, પણ જેણે મરણિયો ટેક લીધો છે, તે માણસ ડગતો નથી, ખસતો નથી. ટેક તો એક પ્રતીક છે, પડધો છે. જીવનમાં તેને માટે ખમીર હોવું જોઈએ. કાંઈ પણ કરવાને માટે ખમીરની જરૂર છે. પછી તે સાંસારિક બાબતો હોય કે આધ્યાત્મિક બાબતો હોય ! એના વગર કોઈ પણ માર્ગમાં આગળ નથી વધી શકાતું. ટેક પાળવા માટે તો શૌર્ય, ત્યાગ, બલિદાન વગેરેની ખાસ જરૂર હોય છે. તેવા ખમીર વગર આગળ ન વધી શકાય. **મોટેથી નામસ્મરણ**

નામસ્મરણમાં સળંગતા પ્રગટે તો જ સાચું નામનું સ્મરણ થઈ શકે. ભગવાનનું નામ લેવાથી એકદમ સ્વભાવ નહિ

પલટાય. જન્મોજન્મનો યોગ છે. એક જન્મમાં જે મુક્ત થઈ ગયા એ તો અપવાદ છે. સામાન્ય લોકો માટે તો જન્મોજન્મનો યોગ છે. આનું પણ ગણિતશાસ્ત્ર છે કે નામસ્મરણમાં સળંગતા પ્રગટે તો જ આપણી વૃત્તિઓ ધીમે ધીમે બદલાય. તેમ થાય તે પછી જ ધીમે ધીમે આપણા જીવનમાં શુદ્ધતા આવે. ગમે તેવાં દુઃખો પડે, ક્લેશ થાય તો ઈશ્વરનું નામસ્મરણ કરો તો એનું દુઃખ શમે. મોટેથી બોલવું જોઈએ. હાલની આપણી જીવદશામાં મન સંકલ્પવિકલ્પ કર્યા કરે. તેથી, નામસ્મરણ મોટેથી કરવું, પણ એ રીતે કરતાં કરતાં નિર્મોહી બનવું. નિર્મળ થવા મનની શુદ્ધિ પ્રાપ્ત કરવી. આમાં કોઈ ચમત્કાર નથી. ચમત્કારને મહત્વ આપવાની જરૂર નથી.\*

જ્યારે જ્યારે ત્રાસ, ક્લેશ, સંતાપ થાય ત્યારે ભગવાનનું નામ લો, એનું સ્મરણ કરો અને તે પણ દીર્ઘ ઉચ્ચારથી-દીર્ઘ શ્વાસથી ભગવાનનું સ્મરણ કરીએ તો અનેક પ્રકારના વિચારની પકડમાંથી હળવા થઈએ. પ્રયોગથી સમજાય એવી આ હકીકત છે. જ્યારે જ્યારે સંતાપ, વેદના, ત્રાસ, ક્લેશ વગેરે પ્રગટે ત્યારે એકાંતમાં એટલે ઘરના ઓરડામાં અથવા તો ગમે ત્યાં જો ભગવાનનું નામ લલકારીએ તો મનના આવેગો શમે છે અને જીવપ્રકારની વૃત્તિઓ પણ શમે છે. અમે કહીએ છીએ કે અરે કામ, ક્રોધ, મદ, મત્સર વગેરે પણ ખૂબ ઉત્કટ રીતે પ્રગટે ત્યારે જો તમે દીર્ઘ ઉચ્ચારણથી સ્મરણ કરો તો કેવી સ્થિતિ થાય છે તે તમે અનુભવી શકો. ઉપરાંત, આધિ, વ્યાધિ, ઉપાધિને મટાડવાને માટે પણ આ રામબાણ ઈલાજ છે.

---

\* દરેક બુદ્ધિમાન વ્યક્તિએ આ બધું વારે વારે વાંચી પ્રેક્ટિસ પ્રવૃત્તિ બંને કરવા રહ્યાં. એમ કોઈ સાધારણ રીતે સંસારમાંથી નિવૃત્ત થઈ ફક્ત સાધનામાં જ પ્રવૃત્ત રહે એવું બનવું મુશ્કેલ છે.

## ભગવાન સાથે વાત કરાય

ભક્તિના ઘણા પ્રકારો છે. તેમાં ઉત્તમમાં ઉત્તમ પ્રકારની ભક્તિ એ કે જે કંઈ થાય તે ભગવાનને કહ્યા કરો. એટલે કે આત્મનિવેદન કરો તે છે. એટલે જ્યારે કંઈ પણ થાય ત્યારે નિવેદન કરવાથી બુદ્ધિ શાંત થાય અને એમ કરતાં ઉકેલ કરવામાં સરળતા થાય છે અને એમ કરતાં એની ઓથનું આપણને ભાન પ્રગટે છે.

ભગવાનની ઓથ એક એવા પ્રકારની છે કે એના જેવી બીજી કોઈ નિરાંત અનુભવાતી નથી, એ મેળવવા માટે નિવેદન કરવું. એનું સ્મરણ, ભજન, સદ્વાંચન, સત્સંગ કરવાથી ભાવનાનું જ્ઞાનભાન સુષુપ્ત પડેલું છે તે જાગતું થાય છે અને માથે સમર્થ ગર્જે છે એમ લાગવાથી કોઈ જાતનો ભય કે ડર રહેતો નથી. એ પ્રકારની ભક્તિ કરવાથી જીવનનિર્વાહમાં પણ સરળતા રહે છે. આપણે એકલા નથી, પણ માથે કોઈ છે અને હંમેશાં એ મદદ કરે છે, ઉકેલ કરે છે. એની મદદનો ઉપયોગ જો ન કરી શકીએ તો આપણે કમનસીબ છીએ.

## સૌથી સરળ રસ્તો

ભગવાનને આપણે ભૂલી ગયા છીએ. કોઈ કહેશે કે હું રોજ પાંચ માળા કરું છું, તે પછી જમું છું. આ રીતે આપણે ભગવાનને છેતરીએ છીએ. એને ટોડલે મૂકતા હોઈએ તો ઠીક, અરે, ખિસ્સામાં રાખતા હોઈએ તોય ઠીક, પણ આ તો ‘એ’ છે જ નહિ એવી રીતે વર્તીએ છીએ. એને છેતરીએ છીએ. ભગવાન સંસારવહેવારમાં આપણને મદદ કરે છે. જિંદગીમાં કોઈએ પાંચ હજાર રૂપિયા આપ્યા હોય તો એને ભૂલીએ છીએ? પણ હવા, પાણી, અગ્નિ, પ્રકાશ વગર જિવાય એવું નથી, એ બધું ભગવાને પેદા કર્યું અને એ બધું સહજ રીતે મળે છે. અને

બધું છે તો ખરુંને ? આ બધાં સિવાય ન જિવાય એ વાત સાચી ? તો કહે, ‘હા’. એની કોઈ દિવસ કદરભક્તિ દિલમાં પ્રગટી ? તો કહે ‘ના’. તો આપણે માણસ તરીકે જીવીએ છીએ તેનું આપણને ભાન નથી. ભગવાન તો આપણને પળેપળ જિવાડી રહ્યો છે. એનું ભાન ભગવાનની કૃપાથી આપણને બધાંને પ્રગટે એટલી મારી વિનંતી છે.

### સંતમહાત્માની પિછાન અને અનુરાગ

જ્યારે ઊર્ધ્વજીવનની ભાવનાથી અને જિજ્ઞાસાથી સત્સંગ કરવા જાવ તો ચેતનમાં નિષ્ઠા પામેલા એ મહાત્માથી આપણું ઘણું કલ્યાણ થાય. આ રીતે એમના સંસ્કાર ઉદય પામે તો જીવનમાં ઊંચે પ્રગટી શકવાની ઘણી શક્યતા છે. સાધનાનો ઉકેલ સમજવાની વૃત્તિ હોય તો એવો આત્મા ઉપાય પણ બતાવે અને એમની મદદ પણ મળે, કેમ કે એ તટસ્થ હોય છે, પણ આવી ભાવનાથી સત્સંગ કરનારા ઓછા હોય છે.

ભાન કેમ નથી પ્રગટતું ? કારણ, આપણે તામસમાં પડેલા છીએ. એ છે જ નહિ એમ વર્તીએ છીએ. ખિસ્સામાં કે ટોડલે પણ નથી રાખતા. એમ કરીએ તો એ છે એવી રીતે વર્તવું પડે, તો એ છે એનું ભાન પ્રગટે. એનો કોઈ ઉપાય ? તો કહે, ‘જિજ્ઞાસા થવી જોઈએ, સંસારમાં આપણને જે સમજણ પ્રગટે છે, તેનું કારણ તેવી ગરજ પ્રગટે છે. ગરજ પ્રગટ્યા વગર નિકટ ન જઈ શકીએ. એવી ગરજ જો પ્રગટે-ભગવાનને અનુભવવાની જિજ્ઞાસા પ્રગટે તો જ બને તો કહે છે કે ‘ગરજ કે જિજ્ઞાસા તો પ્રગટી નથી. માટે, બીજો કોઈ ઉપાય બતાવો.’ ઈજેક્શનથી ઝટ સારું તો થાય, પણ આયુર્વેદમાં, હોમિયોપથીમાં અને યુનાની દવાની પદ્ધતિમાં ધીરજ જોઈએ, પણ રોગ જડમૂળથી જાય. જ્યારે ઈજેક્શનમાં એક સારું થતાં બીજું નવું ઊભું થતું હોય છે

તો બીજો રસ્તો સંતમહાત્મામાં અનુરાગ, પણ એ મહાત્મા ક્યાં છે ? એને કેવી રીતે ઓળખવા ? સંસારમાં માણસને ઓળખી શકતા નથી. એક જ માણસ કોઈની સાથે સારી રીતે વર્તે, કોઈ સાથે લુચ્ચાઈથી વર્તે, કોઈ પ્રત્યે મમતા, ક્રોધ વગેરે કરે. આપણે માણસને તો ઓળખતા નથી તો મહાત્માને કેવી રીતે ઓળખવા ?

### ચેતનનિષ્ઠને વળગો

આ બધું અનંત કાળથી ચાલ્યા કરે છે. એટલે કોઈ ચેતનમાં નિષ્ઠા પામેલા હોય તેનામાં રાગ પ્રગટે અને એના કોઈ વચનથી શ્રદ્ધા પ્રગટે અને આપણે તે પ્રમાણે વર્તીએ તો આપણું કામ અને કલ્યાણ થાય. એવો સંત જીવનમાં અનેક ક્ષેત્રોમાં ખપ લાગે છે, પણ એને ખોળી કાઢવો બહુ મુશ્કેલ. ગીતામાતા કહે છે કે સંસારમાં ભગવાનને માટે મથનારા બહુ થોડા. વળી, એમાંથીયે એ જાળવી રાખનારા થોડા અને અનુભવનારા તો બહુ જ થોડા. એટલે આપમેળે પ્રારબ્ધને કારણે જો એની સાથે મેળ બેસી જાય તો એને પકડી રાખવો. એનામાં રાગ કરવો અને એમ કરતાં સંબંધ વધારવો. સાધારણ રીતે જેની સાથે મેળ બેસી જાય તેને પકડી રાખવો. મારા જેવો જે કોઈ વેશધારી હોય તેની સાથે દિલ મળી જાય તો વળગી રહો. એવાનો પરિચય થાય તો એને વિશેની આવી સમજણ પડે.

### સત્પુરુષનો પરિચય

એનો પરિચય કેવી રીતે થાય ? એનાં કોઈ લક્ષણો ખરાં ? હા, Wealth, sex, power, સંપત્તિ, વિષયવાસના અને સત્તાથી એ પર હોય, લાખો મળે છતાં એમાં બંધાયેલાં ન હોય. sex એટલે કે વાસનાથી એ પર હોય, power-સત્તાથી એ આવરાયેલો ન હોય, એનામાં નમ્રતાનો અનુભવ થાય-આ એનાં

લક્ષણો છે. એના અનુભવમાં આવો તો સમજણ પડી જાય. એને પછી પ્રેમથી, ઉમળકાથી વળગ્યા કરશો તો એ સરળમાં સરળ રસ્તો છે. આ સંસારમાં માતા, પિતા, પુત્ર, ભાઈ, બહેન વગેરે મળ્યાં છે, તેનું કારણ એની સાથે તેવું કર્મ ઊભું કર્યું એટલે તે મળ્યાં. તેમ સંતપુરુષ સાથે એવો સંબંધ થાય તો એને વધારવો. આથી, એનો અંગત પરિચય થશે અને એમ કરતાં કરતાં એના પરિચયથી આપણે એને ઓળખી શકીશું. એમાંથી પછી જિજ્ઞાસા જાગશે અને જો એ સાચી હશે તો એ ગતિ કરાવશે. જિજ્ઞાસા સદા ગતિમાન છે. એ તળાવના પાણી જેવી બંધિયાર નથી, પણ ગંગામૈયાના પ્રવાહ જેવી છે. કોઈ પણ લાગણી ગતિમાન છે. એટલે જિજ્ઞાસાની જો ગતિ ન થઈ તો એ ખોટી છે. એટલે સાચી જિજ્ઞાસા હંમેશાં ગતિ કરાવે. એટલે એવા આત્માની સાથે રાગ, પ્રેમ, ઉમળકો, લાગણી થઈ, એના ગુણોનો પરિચય થયો અને જિજ્ઞાસા થઈ તો એવો એ આપણને ગતિ કરાવશે અને ઊંચે લઈ જશે એમાં કોઈ ફેરફાર નથી.

**સંસારમાં અનુભવ એ જ ગુરુ**

સંસારમાં જીવતોજાગતો ‘પ્રથમ ગુરુ તે નામસ્મરણ’ છે. આંધળાની લાકડી છે. તે મુશ્કેલીમાં હિંમત ટકાવી રાખે છે. તે પ્રગતિમાં આગળ ને આગળ ડગલાં ભરાવે છે. બળ, સાહસ, ખંત, ઉત્સાહ, ધીરજ બધું આપે છે. જે માણસ ભગવાનનું સ્મરણ કરે છે અને એનો જેને અભ્યાસ છે, તે અભ્યાસને કારણે એને ઉકેલ એકદમ જડી આવે છે. માનસશાસ્ત્રીય હકીકત છે. તમારું મન જ્યારે એક કોયડામાં અટવાયેલું હોય ત્યારે સુષુપ્ત મન વિચારમાં ગરકી જાય છે. જ્યારે આપણું મન પ્રાર્થના- એકાગ્રતામાં રોકાયેલું હોય ત્યારે પ્રેરણાત્મક વિચારનો ફણગો ફૂટી જાય. માટે, ભગવાનનું સ્મરણ ચાલુ રાખશો તો આધિ-વ્યાધિના ઉકેલ

પણ તમને મળશે. આ હું અનુભવની વાત કરું છું. તમે પ્રયોગ કરી જોજો. અનુભવે જ હકીકત સમજાશે. સંસારમાં અનુભવ જેવો બીજો કોઈ ગુરુ નથી.

આધ્યાત્મિક ભૂમિકામાં પણ એટલાં બધાં વિધ્નો આવે છે કે તે વિધ્નો દૂર કરવાની ભગવાનના સ્મરણ સિવાય બીજા કોઈની પણ શક્તિ નથી. એટલે આ બધાંને માટે ઉત્તમમાં ઉત્તમ સાધન સ્મરણ જ છે અને તે બધાં લઈ શકે. પુરુષ, સ્ત્રી, બાળક તથા કોઈ પણ જાતિના તે લઈ શકે. સ્ત્રીઓ પણ આચાર્યા થઈ ગઈ છે. તેના ઐતિહાસિક દાખલા છે. ગાર્ગી વગેરે. તે ઋષિમુનિઓ સાથે વિવાદ પણ કરતાં હતાં અને તે પણ એટલી ઉચ્ચ કક્ષાએ કે જાતિભેદનું ભાન રહેતું નહિ. ખ્યાલ રહેતો નહિ. વેદોએ કહ્યું કે સ્ત્રીઓને શાસ્ત્ર ભણવાનો અધિકાર નથી. એ બિલકુલ ખોટી વાત છે. એ તો જ્યારે ભાવનાનું પતન થયું ત્યારે કહેવા લાગ્યા કે સ્ત્રીઓને વેદ ભણવાનો અધિકાર નથી.



## ખંડ ૫

### મૌનમંદિર-પ્રભુની ખોજની પ્રયોગશાળા

#### મૂર્તિપૂજાની સમજણ

ભગવાનને રૂપ જેવું કશું નથી. એને તો મન આગળ લાવી જ કેવી રીતે શકાય ? મન, રૂપની વાત સમજતું નથી. રૂપ તો વિચાર કરતાં કલ્પી શકાયું ! રૂપ માટે અનેક દેવદેવીઓની કલ્પના થઈ. વળી, શબ્દ તો હતો જ. આમ, શબ્દ અને રૂપમાં રમવાથી આકાશ અને તેજથી સૂક્ષ્મ શરીર મોખરે થાય.

પણ જે જાતના રૂપથી આપણું મન ફસાઈ જાય તેવું રૂપ ન ચાલે. આથી, આપણા ઋષિમુનિઓએ સ્ત્રીપુરુષો સાત્ત્વિક ભાવમાં પ્રગટે માટે દેવદેવીઓનાં રૂપ મૂક્યાં.

#### એ ખરું દર્શન નથી.

મોરલી વગાડતા કૃષ્ણનું દર્શન થયું એ ચેતનનું લક્ષણ છે એમ કેટલાક કહે છે, પણ જેમના દિલમાંથી રાગદ્વેષ મટ્યા જ નથી એ દર્શનનો કશો અર્થ નથી. એનું મૂલ્ય તો એ દૃશ્ય સિનેમામાં કે ફોટામાં જુઓ એટલું જ રહેવાનું. જો દર્શનથી જીવનમાં નવો તબક્કો ન પ્રગટે, રાગદ્વેષ મોળા ન પડે, સહાનુભૂતિ ન પ્રગટે, ત્યાં સુધી થયેલાં દર્શનનો કશો જ અર્થ નથી. ખરેખરાં દર્શનનો અનુભવ થાય ત્યારે મનુષ્ય જીવદશાની ભૂમિકામાં રહી શકતો નથી. એનામાં રહેલાં કામ, ક્રોધ, આશા, તૃષ્ણા વગેરેનું ભાવનાથી ઊર્ધ્વગમન થાય છે. એ જીવનની પ્રવૃત્તિમાં પડેલો હોવા છતાં એનું મોઢું ચેતન તરફ હોય છે. એ રાગદ્વેષથી પ્રેરાતો નથી. તેવી પ્રવૃત્તિમાં પ્રેરણા



પામતો નથી. અને જે કર્મ કરવાનાં હોય છે એ ઉચ્ચ ભૂમિકાથી કરતો હોય છે.

### મૌનઓરડાની અજોડ યોજના

મને એમ લાગ્યું છે કે ભાષણ કરવાથી કંઈ વળવાનું નથી. એટલે આ મૌનએકાંત ઓરડામાં બેસાડીશ તો કંઈક તો પોતાને વિશે વિચારે અને એમ બધાં ભગવાન તરફ જરા પણ વળી શકે એવી કોઈ યોજના હોય તો હરિ:ૐ આશ્રમમાં એક જ છે. આ સંસારવહેવારમાં અનેક પ્રકારની મુશ્કેલી, ગૂંચ, ચિંતા હોય છે. માંદા પડીએ તો સાત દિવસ ખાટલામાં પડી રહેવાનો વાંધો નહિ, પણ મૌનમંદિરમાં સાત દિવસ બેસવાનું હોય તો પંચાત. ઓચિંતો તાવ આવી જાય તો શું ? ઘણા તો મને કહે છે કે ‘મહારાજ, તમારે તો આગળ ઉલાળ નહિ અને પાછળ ઢળાવ નહિ.’ પણ આ યોજના આખા હિંદુસ્તાનમાં અનોખી છે. આ રીત મારી છે એટલે નહિ, પણ આ જાતના સાધનથી માણસનું મન, સંસારથી નોખું પડે તો જરા સરખું પણ ભગવાન તરફ વળી રાગદ્વેષ મોળા પડે, આશા, તૃષ્ણા, કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ, મદ, મત્સર વગેરે પણ મોળાં પડે, એ જ ખરી સેવા છે. એનો યશ મને નથી, પણ મારા ગુરુમહારાજને છે. એમણે જ મને આ સુઝાડેલું અને આ જ ખરી સેવા છે એમ સૂચવેલું.

### મૌનમંદિરનું પ્રયોજન

મને મારા ગુરુમહારાજે કહ્યું કે ‘તું આ બધું રહેવા દે. આવા એકાંત ઓરડા બનાવ.’ એટલે આ જે બનાવ્યું છે, તે મેં ગુરુમહારાજના હુકમથી બનાવ્યું છે. એની અંદર બેસનારને પોતાની અંદર જે ભરેલું પડ્યું છે, તે બધું ઊભરાય છે. જે બધું ઊભરાય છે એ બધાંનું એ પૃથક્કરણ કરી શકે છે. પોતાનામાં શું શું ભરેલું છે, એ જાણવાની કદી કોઈને બહાર તક મળતી નથી.

અંદર એ તક મળે છે. વળી, અંદર સોળસત્તર કલાક સુધી ભગવાનના નામની પ્રવૃત્તિ થયા કરે છે અને એક જ જાતની પ્રવૃત્તિ કે ભાવનામાં વખત ગાળી શકે છે. પરિણામે એ જાતના સંસ્કાર એના ચિત્તમાં પડે છે. એ સંસ્કારનો ઉઠાવ થાય છે. એટલે કે એવા અભ્યાસની વધારે ધારણા જાગે છે ત્યારે સંસ્કારો સૂક્ષ્મમાં પ્રવેશે છે અને આપણા જન્મનો આધાર સૂક્ષ્મ સંસ્કારો ઉપર જ રહેલો છે - આ પુનર્જન્મમાં માનતા હોય તેમને માટે છે. આપણો આગળ જન્મ હતો અને બીજો થશે એનો આધાર સૂક્ષ્મ ઉપર છે. સૂક્ષ્મ એ તો ઘરના ઉંબરા જેવું છે.

### મૌનએકાંતનું પ્રયોજન

કોઈ કહે છે ભગવાનમાં શ્રદ્ધા નથી તો હું કહું છું કે શબ્દમાં શક્તિ રહી છે. વિજ્ઞાને તે પુરવાર કરેલું છે. શબ્દને કારણે ધૂન પ્રગટે છે. વિચાર ઓછા આવે છે. બીજા સંસ્કાર મન ગ્રહણ ન કરે તો તેની અસર ઝાઝી ન થાય. આવું સ્મરણ બહાર ન થાય. અંદર પંદરસત્તર કલાક પણ લેવાય છે. તેના દાખલા છે. કોઈ દલીલ કરે છે. ખાવાપીવાનું નાહવાઘોવાનું મળે તો ઝાડ નીચે બેસીને કેમ ન લેવાય ? આની શી જરૂર ? તેનો જવાબ એ છે કે આપણે એ રીતે ટેવાયેલા નથી. સરળતા હોય તો ભગવાનનું નામ સરળતાથી લઈ શકાય. જંગલમાં ધ્રુવ કે પ્રહ્લાદ જેવા કોઈક જ જઈ શકે. આ આશ્રમ થયો છે તો સુરતનાં ભાઈબહેનો આવે છે. અંદર બેસનારને શરીરથી કશી હેરાનગતિ હોય છે તોપણ આપોઆપ મટી જાય છે. કશો વાંધો આવતો નથી. કોઈક અંદરથી લખે કે શરીરને આમ થયું છે. હું તેને હિંમત આપું છું અને સારું થાય છે. મારામાં શક્તિ છે એવું નથી, પણ એવી ચેતનાશક્તિ છે કે ભગવાનને પ્રાર્થના કરવાથી શારીરિક પીડા પણ જતી રહે છે.

## મૌનમંદિર-એક અનોખો પ્રયોગ અને સુખનો માર્ગ

મારા ગુરુમહારાજે મને કહ્યું હતું કે 'તારે અનેક જીવો સાથે કર્મ-પ્રારબ્ધ ભોગવવાનું છે, તે સારું નરસું અને બધી રીતનું હોય, પણ તેની સાથે એવી રીતે એ પ્રારબ્ધ ભોગવવું કે એ જીવોનું પણ સાથે કલ્યાણ થાય, પણ ત્યારે મને આ વાતની ગમ નહિ. આજે પણ નથી. એટલે મેં મારા ગુરુમહારાજને પૂછેલું કે 'કેવી રીતે એ ભોગવવું?' ત્યારે એમણે મને આ જાતના ઓરડા બનાવવા કહેલું. એટલે એ બધા જીવો-જે મળે તે બધા-સાથે આ રીતે પ્રારબ્ધ ભોગવાય કે જેથી એ બધાંની ઊંચે ગતિ થાય. બધાં સાથે સુમેળ, પ્રેમ, સદ્ભાવનો ગુણ કેળવતા થાય અને આમ અંદર પુરાઈને અંતર્મુખતા કેળવે તો એનું કલ્યાણ થાય. આવી રીતે કોઈ જીવ એકવીસ દિવસ એકવીસ વખત બેસે તો એવા જીવનું કલ્યાણ થાય એ નિશ્ચિત હકીકત છે. હું એ અંગે લખાણ આપવા પણ તૈયાર છું. એકાંતમાં જીવ પોતે કેવો છે, કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ વગેરે એનામાં જે ભર્યા પડ્યાં છે તે જાગ્રત થાય છે. કોઈ જીવોનું દૃષ્ટિબિંદુ પણ બદલાય છે. એને નવી સમજણ પડે છે.

## અનોખી પ્રાણપ્રતિષ્ઠા

જેમ મૂર્તિની પ્રાણપ્રતિષ્ઠા થયા સિવાય પૂજા થઈ શકતી નથી, તેમ આ જે નવ મૌનરૂમો છે, તેની પ્રાણપ્રતિષ્ઠા થયા સિવાય પૂજા થઈ શકતી નથી. આ જે નવ મૌનરૂમો છે, તેની પ્રાણપ્રતિષ્ઠા થઈ છે. અહીં કોઈ પણ બેસીને, જેની જે જાતની અભિરુચિ હોય, તે જાતનું એ ભગવાનનું સ્મરણ લઈ શકે છે. વળી, પોતાના જીવતાજાગતા કોઈ નરનો ફોટો રાખવો હોય તો તે પણ રાખી શકે છે. એવું કેટલાય લોકોએ કર્યું પણ છે. કોઈ જાતની રૂઢિચુસ્તતા નથી. એટલે કોઈ પણ આ અંગે પ્રયોગ

કરી શકે. બહાર ચારપાંચ કલાકથી વધારે રહી શકીએ નહિ. બહાર આવા બે જણાએ પ્રયોગો કરેલા છે. બધી જાતની સગવડ હોવા છતાં એ શક્ય બન્યું ન હતું. એટલે અહીં જે પ્રાણપ્રતિષ્ઠા છે, તેથી સોળસત્તર કલાક સુધી નામ લઈ શકાય છે. આ કંઈ મારી મહત્તા બતાવવા નથી કહેતો, પણ જે હકીકત છે, તે નમ્રભાવે કહું છું.

### સ્વભાવ પરિવર્તન

આ માનવશરીર મળ્યું છે એનું ભાન જાગે એટલા માટે તમને બધાંને કહેવાનું છે કે અહીં આવીએ ત્યારે આપણા મનમાં જીવનની ઉચ્ચતાનો સવાલ લઈને આવીએ. આજે મંગળવારે પ્રાર્થનાના દિવસે પણ આપણે એની એ જ વાત લઈને ના આવીએ. મનુષ્યજીવન વિશેનો વિચાર કરવાનો ના હોય તો અહીં આવવાનો કશો અર્થ નથી. સંસારવહેવારમાં પ્રારબ્ધયોગે જે કોઈ મળે એવા ‘જીવ’ને ભાવનામાં ઊંચે પ્રગટવાનો આ સ્થાને આવવાનો હેતુ છે. એટલા ખાતર ગુરુમહારાજની કૃપાથી આ આશ્રમ કર્યો છે. હું તમારો સંબંધ ઈચ્છું ખરો, પણ તમારે પળભર ચસવું ન હોય કે તમારામાં જરા સરખો પણ ફેરફાર થવા દેવો ન હોય તો એવા સંબંધની જરૂર નથી. એના કરતાં મારે ભગવાન સાથેનો સંબંધ સારો છે. તમારે રાગદ્વેષનાં કૂંડાળાંમાં પડ્યા રહેવું હોય તો મારી સાથેના સંબંધનો કશો અર્થ નથી.

### સ્વભાવ પરિવર્તન અનિવાર્ય

કોઈ કહેશે કે આવું કહેશો તો પછી આશ્રમ કેવી રીતે ચાલશે ? તો આ મારું જીવન એના ઉપર નભેલું નથી. આશ્રમ નહિ ચાલે તો અમે બંધ કરી દઈશું. માટે, તમે એ વિશે વિચારશો નહિ, પણ અહીં આવવા ઘરેથી નીકળો અને પાછા ઘરે પહોંચો ત્યાં સુધી એક જ ભાવમાં રહો. લોકો તો મંદિરમાં દર્શન કરવા

જાય ત્યારે અલકમલકની વાતો કરતાં જાય. એ રીતે વાતો કરતાં આવવાનો કશો અર્થ નથી. એના કરતાં નહિ આવો તો વધારે સારું. નથી ભગવાનનું નામ લેવું અને નથી સ્વભાવ બદલવો, સંસારમાં એકબીજા માટે જતું કરવાની સહનશક્તિ નથી કેળવવી તો પછી અહીં આવવાનો કશો અર્થ નથી.

### મુક્ત જીવન દ્વારા પ્રભુકૃપા

મનુષ્યજીવન શેના માટે છે એ સમજો. કડવાશ છોડો. બીજાની નિંદા કરવાનું છોડો. અવગુણો જોવાની દૃષ્ટિ છોડો. એકબીજાનાં દુઃખમાં કેવી રીતે મદદમાં આવી શકાય એ જુઓ. એકબીજાના જીવનમાં મોકળાશ પ્રગટે એ જુઓ અને આમ કરતાં કરતાં ભગવાનનું નામ લઈએ તો ભગવાનની કૃપા તો છે જ, તે તો સદા સર્વદા વિકસેલી છે. કૂલ બાગમાં હોય છે, એની સુવાસ યોમેર પ્રસરે છે, તેમ મનુષ્યસમાજમાં અનંત પ્રકારની ભાવનાથી પ્રકાશી રહેલા આત્માઓની સુવાસ પ્રગટેલી છે. એવા લોકોના જીવન દ્વારા ભગવાનની કૃપા પ્રસરેલી છે, એનું ભાન આપણને જાગતું નથી.

### ચેતનના ગુણધર્મને અનુભવવાની શક્યતા\*

આપણામાં પણ ચેતન છે. આંખે જોવું, કાને સાંભળવું, મોંથી બોલવું વગેરે ચેતનને કારણે જ બને છે. તે આપણારૂપ થઈ ગયું છે. એટલે સમજાતું નથી. ચેતન, ઝાડ સાથે ઝાડરૂપે, અગ્નિ સાથે અગ્નિરૂપે, વાયુ સાથે વાયુરૂપે અને તેજ સાથે તેજરૂપે હોય છે. તેવી જ રીતે આપણા સ્વભાવ સાથે એકરૂપ થઈ જાય છે. જેમ વીજળીનો પંખામાં ઉપયોગ કરો તો પંખારૂપે, ગોળામાં ઉપયોગ કરો તો પ્રકાશરૂપે. તેવું જ ચેતનનું છે.

---

\* 'પ્રભુની ખોજ' એ સમજવા ચેતનનો Concept બરોબર સમજવો જરૂરી છે.

## પ્રકૃતિનું આવરણ

ભગવાન છે પણ દેખાતો કેમ નથી ? કારણ ‘એ’ આપણાં આવરણોથી ઢંકાઈ ગયો છે. આપણી પ્રકૃતિરૂપ થઈ ગયો છે. સોનું છે પણ એની ભસ્મ બનાવો તો એના ગુણધર્મ બદલાઈ જાય. તેમ જ ચાંદી, પારો અને ઝેરનું પણ. ઝેરની ભસ્મ બનાવો તો એનો પણ ગુણધર્મ બદલાઈ જાય. એટલે ચેતન છે ખરું, પણ એ જે જે રૂપ થઈ ગયું તે તે રૂપનો એનો ગુણધર્મ થઈ ગયો. ચેતન વૃક્ષરૂપ થયું તો વૃક્ષના ગુણધર્મ એના થઈ ગયા, તેમ જ આપણામાં ચેતનના ગુણધર્મ પ્રકૃતિના થઈ ગયા.

એટલે ચેતન છે તે પ્રકૃતિના ઢાળમાં છે. એટલે પ્રકૃતિ ખસી જાય તો ચેતન છતું થઈ જાય. તો જો પ્રકૃતિ જાય તો ભગવાન છતો થઈ જાય.

ચેતનને જળમાં જળના, આકાશમાં આકાશના, તેજમાં તેજના, પૃથ્વીમાં પૃથ્વીના ગુણધર્મ એને લાગ્યા, તેમ જ આપણે પ્રકૃતિમાં એટલે પ્રકૃતિના ગુણધર્મ એને લાગ્યા. જો ચેતનના ગુણધર્મ અનુભવવા હોય તો પ્રકૃતિમાંથી મુક્ત થઈ જાવ.

પહેલાંના જમાનામાં કેટલાક યમ, નિયમ, સંયમ પાળવા પડતા. જો પ્રકૃતિમાંથી મુક્ત થવું હોય તો યમ અને સંયમ પાળવા જોઈએ, પણ આ કાળમાં તેમ બનવું મુશ્કેલ છે.

## સાયું તીર્થ

ભાગવતી જીવન કપરું છે, પણ તે ઊંચે ચડવાનો રસ્તો છે. જીવદશા એ પતનની દશા છે. એમાં દ્વંદ્વની દશામાં હોવાથી સારુંનરસું, પાપપુણ્ય વગેરે કરતાં હોઈએ છીએ. એટલે સંસાર-વહેવારમાં રહેલા આપણને પોતાને ભાન જાગતું નથી અને મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત, પ્રાણ અને અહમ્ વગેરેને આ જાતનો વિચાર કરવાનો પણ અવકાશ મળતો નથી. તેને માટે આ જગ્યા છે.

અહીં જીવ પોતાના વિશે તટસ્થતાપૂર્વક વિચારી શકે છે. તમે હજારો રૂપિયા ખરચીને તીર્થ કરવા જાઓ, પણ તે મારી દૃષ્ટિએ નકામા પૈસા ખરચો છો, કારણ તમને એ જાતની ભાવના નથી પ્રગટેલી. જ્યારે અહીં એકાગ્રતા, પ્રસન્નતા કેળવાય છે. જ્યારે બીજે કશે એવું બનતું નથી. એટલે ખરું તીર્થ આ છે. એમાં જે નાહશે તેનું કલ્યાણ થશે. આ મારી જગ્યા છે એટલે નથી કહેતો, પણ જીવ એવો ગળાબૂડ સંસારમાં ડૂબેલો છે કે એનું મહત્ત્વ સમજાતું નથી. ગંગા પાસે છે એટલે તેનું મહત્ત્વ નથી સમજાતું.

**મૌનમંદિરમાં ચેતનાશક્તિ**

આ મૌનમંદિરની અંદર ભગવાનની કૃપાથી અને ગુરુ-મહારાજના આશીર્વાદથી એવી ચેતનાશક્તિ રહેલી છે. જેથી, અંદર રહેલો માણસ આનંદથી દિવસો પસાર કરી શકે છે. અંદર રહેલી ચેતનાશક્તિના પરિણામે એ બને છે.

અંદર જે ચેતનાશક્તિની મદદ છે, એ મદદ તમને ખબર ન પડે એવી રીતે મળે છે. અરે, ખુલ્લા જંગલમાં એકાંતમાં રહેવું એ પણ બહુ અઘરું છે, પણ અહીં તો એ જાતની પ્રાણપ્રતિષ્ઠા થયેલી છે.

હું નમ્રતાપૂર્વક કહું છું કે ભગવાનનું નામસ્મરણ એ કરી શકાય એવી વસ્તુ છે. એને વળગી શકાય છે, પણ આજે ભાવના નથી અને તેના પરત્વે ખરેખરું દિલ પ્રગટ્યું નથી. અહીં તો બ્રાહ્મણ, મુસલમાન, જૈન, ખ્રિસ્તી બધા બેસી શકે. હમણાં નડિયાદમાં એક ૭૫ વર્ષના ડોસા બેઠા હતા. તેમને આંખે દેખાય નહિ. મેં તેમને ભય પણ બતાવ્યો હતો કે અંદર બહુ મુશ્કેલી પડશે. છતાં એ ડગ્યા નહિ. એ મક્કમ નિરધાર કરીને બેઠા. અંદર બેસતી વખતે મેં કહ્યું હતું કે ‘તમારી સાથે અંદર કોઈ હશે એ નક્કી માનજો.’ અમે મૌનમાં બેસનારનું પૂર્ણાહુતિના આગલા

દિવસે નિવેદન લઈએ છીએ. એમાં એમણે લખ્યું હતું કે કોઈ દિવસ એકલાપણું લાગ્યું નથી.

મૌનરૂમમાં બેસવાનું મળે અને જે નામસ્મરણ અહીં લેવાય તેના સંસ્કાર ઘણા જ ઊંડા પડે છે. તેના બે દાખલા આપું :-

બાબુભાઈ તમાકુવાળા ચૌદ દિવસ બેભાન રહ્યા હતા. તે દશામાં પણ એ સ્મરણ કરતા. વળી, પદ્માસન વાળીને બેસતા. એમને જીવવાની મુશ્કેલીમાં સ્મરણ ખૂબ મદદરૂપ નીવડ્યું.

બીજું, અહીં બારડોલીવાળા ઉત્તમચંદભાઈની નાની દીકરી નિરંજના સાત દિવસ મૌનમાં બેઠેલી. તે બારડોલી ગયા પછી તેના બાપા પાસે સૂતી હતી. તે ઊંઘમાં 'હરિ:ૐ' બોલતી. તેના બાપાને થયું કે આ છોકરી જાગે છે કે ઊંઘે છે ? એટલે એમણે જોયું તો એ ઊંઘતી હતી. પછી એમણે પણ 'હરિ:ૐ' બોલવાનું કર્યું તો પેલી છોકરીએ પણ શરૂ કર્યું. પછી તો એમણે એને જગાડીને પૂછ્યું કે તું જાગતાં જાગતાં 'હરિ:ૐ' બોલતી હતી ? એટલે કહ્યું કે ઊંઘમાં પણ એનાથી ભગવાનનું નામ લેવાતું હતું.

આ ઉપરથી અહીં મૌનમાં બેસનારમાં સંસ્કાર કેટલા ઊંડા પડે છે એ સમજાય છે. એટલે સંસારવહેવારમાં આપણું મન ઘણી દિશામાં વહેંચાયેલું હોવાથી મૌનમાં સ્મરણ જેટલું ઊંડું જઈ શકે એટલું ઊંડું બહાર રહીને લેવાથી લઈ શકાશે નહિ. એટલે આવા એકાંતમાં કોઈ પણ જાતની પ્રવૃત્તિ વિના રહીએ ત્યારે ભગવાનની ધારણા એટલી ઊંચે લઈ જાય છે અને એ કારણે રોગ, દુ:ખ, મુશ્કેલી વગેરેમાં પણ ખૂબ મદદરૂપ નીવડે છે.

**મૌનમંદિરની રચનાનું હાર્દ**

જ્યાં લગી ભગવાનના નામની ઝંખના ન જાગે ત્યાં સુધી મનુષ્ય દુ:ખી રહેવાનો. માટે, એવી ઝંખના જાગે તો જ ગતિ



થાય. એટલે એવી ઝંખના જગાડવા માટે ભગવાનની કૃપાથી અને ગુરુમહારાજના હુકમથી આ મૌનમંદિરની રચના કરેલી છે. અહીં એકધારા પંદરસોળ કલાક સંસ્કાર પડે છે. એ સંસ્કાર સ્થૂળ શરીરના ચિત્ત ઉપર પડે છે. એ સંસ્કારો દ્વંદ્વાદિ ગુણના નથી. માટે, એની ઊર્ધ્વગતિ જ કરાવવાના. એ સંસ્કારો સીધા સૂક્ષ્મમાં જ પડવાના. એનો ઉદયવર્તમાન જલદી થવાનો અને એ અનેકગણો. જેવી રીતે દુઃખને હાયવોય કરીને અને ત્રાસ પામીને ભોગવીએ છીએ અને એ અનેકગણું બને છે, તેમ સંસ્કારોનો ઉદયવર્તમાન થતાં એ અનેકગણું બને છે. આ સંસ્કારોનો ઉદયવર્તમાન થતાં એ અનેકગણી ગતિ પ્રેરાવનારા બનવાના. મૌનમંદિરની રચના એવી રીતની છે કે જીવ એની મેળે ભગવાનનું નામ લીધા કરે છે.

### મૌનમંદિરની સમજણ

મૌનમંદિરમાં દર વર્ષે બેસો તો બેટરી ચાર્જ થઈ શકે. બહાર જ્ઞાનેન્દ્રિય અને કર્મેન્દ્રિય રોકાયેલાં હોય છે. માટે, ચેતનનો વિચાર કે કલ્પના પણ ઊઠતા નથી. જ્યારે અહીં એ જાતની ભાવના ખીલે છે. અહીં અંદર વ્યક્તિ એકલી હોય છે. એટલે બહારના સમાજના વાતાવરણની બીકથી જ વૃત્તિઓ ઉપર દાબ રહ્યા કર્યો હોય છે. એ વૃત્તિઓ ઊભરાય છે. ખરેખરો સાધક હોય તે સમજી લે છે કે આનાથી મારે વિમુખ થવાનું છે. અંદર આપણને આપણું સાચું સ્વરૂપ સમજાય છે.

### સત્પુરુષના સૂક્ષ્મ સંસ્કારો

કોઈને એમ પ્રશ્ન જાગે કે દ્વંદ્વની ભૂમિકાને લીધે આપણને પાસ ન લાગે તો સત્સંગ કરવાનો શો અર્થ ? આપણને ત્રણ શરીર છે : ૧. સ્થૂળ શરીર, ૨. સૂક્ષ્મ શરીર, ૩. કારણ શરીર. ત્રીજું શરીર એ કારણ શરીર તે ભાવાત્મક છે. એમાં આધારરૂપે

એકલું આકાશતત્ત્વ છે. બીજા પ્રકારનું શરીર - સૂક્ષ્મ શરીરમાં આકાશતત્ત્વ વિશેષ અને એનાથી ઊંચતરતા પ્રમાણમાં તેજતત્ત્વ છે. સૂક્ષ્મ શરીરનું સ્થાન ઘરમાંના ઉંબરા જેવું છે. ચેતનમાં નિષ્ઠા પામેલા જીવોનો સંસ્કાર આપણા સૂક્ષ્મ શરીરને સ્પર્શે છે, પણ આપણી ભૂમિકાને લીધે એનો ઉઠાવ થતો નથી. એમ છતાં જ્યારે શરીર ન હોય ત્યારે બીજા જન્મમાં એ સંસ્કારોનો તરત જ ઉદય થાય છે. આ રીતે સત્સંગમાંથી પરિણામ ઝટ આવી શકે છે. સત્સંગમાં તો પાસે ગયા કે સંસ્કાર પડે. પાસે જવાનું પણ દુર્લભ છે. તુલસીદાસે તો ગાયું છે કે ભાગ્ય વિના સત્સંગ સાંપડવો પણ મુશ્કેલ છે. ભાગ્યશાળીને જ સત્સંગ મળે છે.

આપણામાં પુરુષ અને પ્રકૃતિ બંને છે, પણ પ્રકૃતિ મોખરે છે અને પુરુષ સુષુપ્ત છે. જ્યારે પાંચેય કરણમાં મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત, પ્રાણ અને અહમ્માં લગાતાર ભાવના જાગે ત્યારે પુરુષ જાગ્રત થાય. આવું થાય તો સ્થૂળમાં હોવા છતાં સ્થૂળથી અતીત વર્તી શકાય. આપણા ઋષિઓએ અનુભવ કરીને શાસ્ત્રો રચ્યાં. ઉપનિષદ એ અનુભવનું શાસ્ત્ર છે. ઉપનિષદ એટલે તત્ત્વ-ચેતનની પાસે બેસવું. મતલબ કે તેની ભક્તિમાં તન્મય બનવું. વાત એ કે મરણ વખતે જો ભગવાનની ભાવના જાગે તો આકાશતત્ત્વ મોખરે રહે. સૂક્ષ્મ શરીર મોખરે કરવું હોય તો ભગવાનની વિશિષ્ટ પ્રકારની ભાવનાયુક્ત ભગવાનના સ્મરણની અસરની ખાસ જરૂર.

### શ્રદ્ધાનું પરિણામ

શ્રદ્ધામાંથી બુદ્ધિનો વિકાસ ન થાય તો એ શ્રદ્ધા નથી. ભગવાનનું સ્મરણ એકધારું કરે ત્યારે શ્રદ્ધા પ્રગટે અને તેને ભગવાન બુદ્ધિયોગ આપે છે. બુદ્ધિયોગવાળા ધારે તો વધારે

ક્રમાઈ શકે. માટે, કહું છું કે જીવનનિર્વાહનું બહાનું ન કાઢો. જીવનનિર્વાહ તો ભગવાનના સ્મરણથી વધુ સારી રીતે ચલાવી શકાય. ભગવાનની કૃપાશક્તિ તો એકધારી મળ્યા જ કરે છે, પણ એમાં શંકા કરે છે. એટલે પંચાત થાય છે. વેપાર કરવો હોય અને કોઈ મિત્ર ખૂબ પૈસાવાળો હોય તો એની ઓથ રહે, પણ જેને ભગવાનની ઓથ હોય તેનું ભગવાન બરાબર ચલાવતો હોય છે, પણ એમાં એક જ શરત છે કે એકધારો ભગવાનનો થઈ જા. માત્ર, જીવનનિર્વાહ જ નહિ પણ દરેક પ્રવૃત્તિમાં ભગવાન સહાયરૂપ થશે. ભગવાનના નિરંતર સ્મરણમાં આપણું કલ્યાણ છે અને એ દરેક રીતે મદદ પૂરનારું છે.

### એકાંતનું મહત્વ

જો આપણે દુનિયાને સુધારવી હોય તો પોતાની જાતને પહેલાં સુધારવી પડશે. સમાજને ઊંચે આણવા પોતાની જાતને પહેલાં ઊંચે લેવી પડશે. અને પ્રકૃતિને સુધારવાનું મહત્વ સમજાય અને એને સુધારવાની ગરજ જાગે તો જ કંઈ થાય. દરેક પ્રહ્લાદ, ધ્રુવ થઈ શકતા નથી, પણ માણસને પોતાની પ્રકૃતિમાં એ કેવો છે, એનામાં કેવા સંસ્કારો પડેલા છે, તે સમજવાની એને બહાર નવરાશ નથી, જ્યારે મૌનમંદિરની અંદર એ બધું ઊભરાય ત્યારે ઘણા અકળાય છે, પણ જો કોઈ સદ્ભાગી જીવ એને સમજીને એ રીતે પોતાને સુધારશે તો અમને સંતોષ છે, કારણ આખી દુનિયા સુધરી જવાની નથી. એની અમને ખબર છે. એટલે પ્રકૃતિ અને સ્વભાવમાં શુદ્ધિ કરજો.

### ‘પોતાને સુધાર’

પણ એ એકદમ ન થઈ જાય. જીવનમાં કરવા જેવું જો કોઈ મુખ્ય કર્મ હોય તો એ છે. એને જ મહત્વ આપજો અને દરેક કર્મ

પોતાની પ્રકૃતિને સુધારવાને કરે તો જ એનામાં ફેરફાર થાય. ઘણાં મારી પાસે આવે છે, તે બીજાની વાત કરે અને પોતાનું શું છે તેની વાત ન કરે. એટલે હું તો જોઉં છું કે બધાં પારકાંની વાત કર્યાં કરે. એ એમ ન જુએ કે પોતાનામાં પણ અવગુણ પડેલા છે. જેને પોતાને સુધરવું છે તે પંડને જ જુએ તો તેને તેની સમજ પડે. જેથી, એ પોતે સુધરવા મથે છે.

આ ભક્તિનો માર્ગ આનંદનો, પ્રસન્નતાનો છે તથા ન્યોછાવરીનો માર્ગ છે. આપણા મનમાં જે અનેક પ્રકારની વિચારવૃત્તિઓ જાગે એનો અર્થ એ કે હજુ પૂરી ભક્તિ પ્રગટી નથી.

॥ હરિ:ૐ ॥

## સ્મરણભાવના

(હરિગીત)

પ્રિય નામને ઉરમાં સ્મર્યા કરશું અમે બહુ પ્રેમથી,  
પ્રિય નામને ઉરમાં સ્મર્યા કરશું અમે બહુ રીતથી,  
પ્રિય નામને ઉરમાં સ્મર્યા કરશું અમે બહુ ખંતથી,  
તુજ નામનો પ્રભુ તંત જરી ના છોડશું હરગિજ કદી.... ૧

જીવનતણા અતિશય કઠણ દારુણ ઝંઝાવાતમાં,  
કે સહુ દિશે સૂઝે નહિ એવા જીવનઅંધારમાં,  
જીવનતણી ચઢતી અને પડતીમહીં પળપળ સદા,  
તુજ નામનું પ્રિય સ્મરણ તે સાથી રહો મનહૃદયમાં.... ૨

સંસારનાં કર્તવ્યમાં, વ્યવહારીઓની સાથમાં,  
સહુ કામમાં, ખાતાં, પીતાં, ઊઠતાં અને વળી બોલતાં,  
જે જે કંઈ કરતાં, બધાંની સાથ વર્તતાં સદા,  
તુજ નામનું પ્રિય સ્મરણ તે સાથી રહો મનહૃદયમાં.... ૩

મુશ્કેલીમાં નડતી અમોને ને ઉપાધિમાં જગે,  
ઝઘડા અને કંકાસમાં, દિલમાં થતાં સહુ દર્દમાં,  
દિલની અમૂંઝણમાં અને આવી પડેલી ગૂંચમાં,  
તુજ નામનું પ્રિય સ્મરણ તે સાથી રહો મનહૃદયમાં.... ૪

મનના વિચારોમાં અને મનની બધીયે વૃત્તિમાં,  
મન વાસનામાં, પાપમાં, ચિતના બધા સંસ્કારમાં,  
મનની રમત ને ગમતમાં, મનના રમણ ને વલણમાં,  
તુજ નામનું પ્રિય સ્મરણ તે સાથી રહો મનહૃદયમાં.... ૫

અમ શરીરથી બનતી ક્રિયામાં, ઈંદ્રિયોના વિષયમાં,  
અમ શરીરકેરા રોમરોમે, હૃદયકેરા લોહીમાં,  
રગ રગમહીં, નખશિખમહીં, ને શરીરના નવ દ્વારમાં,  
તુજ નામનું પ્રિય સ્મરણ તે સાથી રહો મનહૃદયમાં.... ૬

પ્રભુની ખોજ • ૯૩

ખટ રસતણા સહુ સ્વાદમાં, મીઠી મીઠી બધી વાસમાં,  
ઉર ચેતનામાં, બુદ્ધિમાં, ચિત પ્રેરણામહી, પ્રાણમાં,  
અમ લાગણીમાં, ભાવનામાં, પ્રેમમાં, રસમાં બધા,  
તુજ નામનું પ્રિય સ્મરણ તે સાથી રહો મનહૃદયમાં.... ૭

આધાર સૌ નિજનો સદા માની ઉપર જે ધારતું,  
માને અતિશય વૂહાલથી જ્યમ બાલુડું પોકારતું,  
વિખૂટું પડેલું માડીથી હરપળ કરે શું આરડ્યાં !  
તેવી રીતે તુજ નામ પ્રભુ ! તારું સ્મરાજો તાનમાં.... ૮

જીવનતણા સહુ ભંગમાં, જીવનતણા સૌ રંગમાં,  
જીવનતણા એ અટપટા આડા ઊભા સૌ તારમાં,  
મારી ગમે તેવી ભલે હો સર્વ જીવનભાતમાં,  
રસીલું વણાયાં ત્યાં કરો પ્રિય નામ તારું ભાવમાં.... ૯

સંબંધીઓ ને સ્વજનની સહુ વાતમાં ને ચીતમાં,  
સંસારના વ્યવહારમાં ને જે થતાં સહુ કાર્યમાં,  
પત્ની અને પરિવારમાં છોને પરોવાયેલ હો,  
તે તે દશામાંહે પ્રભો ! તુજ નામ પ્રિય હૈયે વસો....૧૦

પ્રિય નામ - સૂર્ય ઊગ્યા થકી ફીટે જીવનઅંધાર સૌ,  
એવું કૃપાથી જીવનમાં અમને ફૂલવજો, ફળવજો,  
ચાનક અમોને લાગજો તુજ દિવ્ય જે પ્રિય નામની,  
પ્રગટી રહો અમ જીવન તે છાયા રૂપે તુજ પ્રેમની....૧૧

સારાય જીવનપટતણા તાણા અને વાણા વિશે,  
ભીંજાયેલા હો રગરગે તુજ પ્રેમથી રંગાયેલા,  
તુજ નામના પ્રિય સ્મરણના ઠોકે સદા ઠોકાયેલા,  
એવું પ્રભુપદ હો સમર્પિત આ જીવન, હો તુજ કૃપા...૧૨

તુજ નામનો મહિમા ઋષિઓ કેંક ભક્ત કવિ કથે,  
હું તો બિચારું રાંકડું તે શું કથી કથીને કથે ?  
જ્યમ સૂર્ય આગળ આગિયો, દરિયા કને ખાબોચિયું.

હીરા કને જ્યમ કાય એવો સાવ હું નાદાન છું....૧૩

‘શ્રીગંગાચરણે’, પૃ. ૨૯ થી ૩૨

- શ્રીમોટા

## સાધનામર્મ

૧. મુખથી કે મનમાં જાગૃતપણે જપ, સાથે સાથે હૃદયપ્રદેશે ધ્યાન તથા ચેતનના ચિંતન સહ ભાવાત્મક ભાવનું રટણ.
૨. પ્રત્યેક પળે સતત સમર્પણ, સારું તેમ જ નરસું-બનેનું.
૩. સાક્ષીભાવ, જાગૃતિ, વિચારોની સાંકળ ન જોડો.
૪. બને તેટલું વધુ વાચિક અને માનસિક મૌન રાખો, કેળવો અને ખૂબખૂબ શરણભાવ જીવનમાં ચેતનાપૂર્વકની જાગૃતિથી કેળવ્યા કરો.
૫. આગ્રહો—પ્રભુચિંતન સિવાયના સર્વ આગ્રહો છોડો, નમ્રતા કેળવો, શૂન્ય થવાનું ધ્યેય રાખો.
૬. ખૂબ ભાવપૂર્વક હૃદયસ્થ રહીને આર્દ્ર અને આર્તભાવથી પ્રાર્થના કરો, ભગવાનને સર્વ સુખદુઃખ જણાવતા રહો, તેની સાથે આત્મનિવેદન દ્વારા અંગત ખૂબ ગાઢો સંબંધ બાંધો, મનમાં કશુંયે ઘોળાવા ન દો. ખાલી રહો.
૭. આવી પડતાં કામો પ્રભુનાં સમજો, જરાયે કચવાટ વિના ખૂબ પ્રેમપૂર્વક તે કરો. પ્રત્યેક પ્રસંગ-બનાવ આપણા કલ્યાણ અર્થે જ છે અને પ્રત્યેક પ્રવૃત્તિ આપણા પોતાના જ વિકાસાર્થે થવી ઘટે. પ્રત્યેક પ્રસંગ પાછળ પ્રભુનો ગૂઢ, શુભ સંકેત રહેલો છે.
૮. આત્મલક્ષી-અંતર્મુખી થાઓ, માત્ર પોતાની દુનિયામાં વસો. જાણી-જોઈને જાતને સંડોવવા દો નહિ.
૯. પર (પારકાંની) સેવા પ્રભુની સેવા સમજો, સેવા લેનાર, સેવા દેનાર ઉપર, સેવા કરવાની તક આપીને ઉપકાર કરે છે. રામે આપ્યું છે અને રામને દઈએ છીએ, ત્યાં 'મારું મારું' ક્યાં રહ્યું? તારું આ જગતમાં છે શું?
૧૦. પ્રત્યેક કાર્ય, પ્રત્યેક વાતચીત, વ્યવહાર આપણા ધ્યેયને વેગ આપે એવા ખાસ હેતુસર, હેતુનું લક્ષ જીવતું રાખીને કરવાં. વાંચતી-લખતી વખતે અને પ્રત્યેક કર્મ કરતી પળે ભાવની સ્મરણ ધારણાનો અભ્યાસ કેળવ્યા કરો.
૧૧. વૃત્તિનું મૂળ શોધો, તેનું પૃથક્કરણ કરો. તેમાં ભેળવાયા વિના તેને તટસ્થતાપૂર્વક અને સ્વસ્થતાપૂર્વક નિહાળો.
૧૨. પ્રભુની પ્રત્યેક કળા, સૌંદર્ય, રમ્યતા, વિશુદ્ધતા આદિ પ્રસાદીઓમાં પ્રભુની ખોજ ● ૮૫

રહેલા ભાવનું, તેને તેને અનુરૂપ ભાવનું, આપણામાં ત્યારે અવતરણ થવા પ્રાર્થના કરવી.

૧૩. ઊર્મિ, આવેશ અને લાગણીને એમને એમ વહી જવા ન દો, તેમજ તેમાં ભેળવાઈ પણ ન જાઓ. તેનો સાધનામાં ઉપયોગ કરો, તાટસ્થ્ય કેળવો.
૧૪. જમતી વખતે અને પાણી પીતી વખતે જીવનમાં ચેતનશક્તિના અવતરણ-ભાવની પ્રાર્થના કરવી, શૌચ, પેશાબ આદિ ક્રિયાઓ સમયે વિકારો, નબળાઈઓ ઇત્યાદિના વિસર્જનભાવની પ્રાર્થના કરવી.
૧૫. સ્થૂળનો ખ્યાલ ત્યજીને સૂક્ષ્મતત્ત્વને નજર સામે રાખો. વૃત્તિની શુદ્ધિ કરો, ભાવની વૃદ્ધિ કરો.
૧૬. પ્રભુ સચરાચર છે. આત્મવત્ સર્વભૂતેષુની ભાવના કેળવો.
૧૭. પ્રત્યેક વ્યક્તિ અને વસ્તુની ઊજળી બાજુ જુઓ. કોઈનાય કાજ ન થાઓ, કશાય ઉપર ઝટ અભિપ્રાય ન આપો, વાદવિવાદ ના કરો, પોતાનો આગ્રહ ન રાખો, બીજાઓમાં શુભ હેતુઓનું આરોપણ કરો, માનસિક અને સાર્વત્રિક ઉદારતા જીવનમાં પ્રગટાવો, ખૂબ પ્રેમભાવ કેળવો, પ્રકૃતિનું રૂપાંતર કરવાનું છે, તે લક્ષમાં રાખીને પ્રકૃતિવશ ન થતાં કર્મોની ઉપરવટ વર્તો. ફળની આસક્તિ છોડો. પોતાને થતા અન્યાયો-આવી પડતાં દુઃખો-આદિનું મૂળ પોતામાં જ છે એમ દેઢાવો, ગુરુમાં પ્રેમભક્તિભાવ દેઢતર કર્યા કરો. અભીપ્સા, ઈન્કાર અને સમર્પણનો ત્રિવેણીસંગમ ઉદ્ભવવાવો, સદાય પ્રસન્નતા પ્રવર્તાવો, કૃપા અને પુરુષાર્થના યુગલને જીવનમાં ઉતારો, પ્રત્યેક કર્મના આદિ, મધ્ય અને અંતમાં પ્રભુની સ્મૃતિ પ્રગટાવો, મન નિઃસ્પંદ કરો, રાગદ્વેષ નિર્મૂળ કરવાની જાગૃતિ રાખો, થયેલા આધ્યાત્મિક અનુભવો પ્રત્યક્ષ રોજિંદા વહેવારમાં જીવતા કરો, ક્યાંયે કશામાંથી ભાગવાનું ના હોય, યદચ્છા જે આવી મળે તે પ્રભુપ્રસાદી ગણીને તેને વધાવી લો. ક્યાંય કોઈની સરખામણી ના કરો, અનુકૂળ પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિ એ મનની ભ્રમણા છે, જીવનસાધના સારુ સર્વ કંઈ સાનુકૂળ જ હોય છે, પ્રભુમય-તેના મૂક યંત્ર-થવાની જ બસ એક ઉત્તેજના હવે જીવનમાં રાખો.
૧૮. કર્મમાં, કર્મનું મહત્ત્વ નથી, પરંતુ જીવનના ભાવનું સતત એકધારું, જીવતું ચિંતન રહ્યા કરે એ સવિશેષપણે મહત્ત્વનું છે. તેવો જીવતો અભ્યાસ કર્મ કરતી પળે કેળવવો.

- શ્રીમોટા



॥ હરિ:ૐ ॥

## પૂજ્ય શ્રીમોટાના જીવનની મહત્વની તવારીખ

જન્મ : તા. ૪-૯-૧૮૯૮, ભાદરવા વદ ચોથ, સંવત ૧૯૫૪

સ્થળ : સાવલી, જિ. વડોદરા, નામ : યૂનીલાલ,

માતા : સૂરજબા, પિતા: આશારામ, અટક : ભાવસાર.

૧૯૧૬ : પિતાનું અવસાન.

૧૯૦૫ થી ૧૯૧૮ : તૂટક અભ્યાસ-સાથે આકરી મજૂરી.

૧૯૧૯ : મેટ્રિક પાસ.

૧૯૧૯-૨૦: વડોદરા કોલેજમાં.

તા. ૬-૪-૧૯૨૧: કોલેજ ત્યાગ.

૧૯૨૧ : ગૂજરાત વિદ્યાપીઠ.

૧૯૨૧ : વિદ્યાપીઠનો ત્યાગ. હરિજન સેવાનો આરંભ.

૧૯૨૨ : ફેફડુંના રોગથી કંટાળીને ગરુડેશ્વરની ભેખડ ઉપરથી આત્મહત્યાનો

પ્રયાસ, દેવી બચાવ, 'હરિ:ૐ' જપથી રોગ મટાડવાનો સફળ પ્રયોગ.

૧૯૨૩ : 'તુજ ચરણે' તથા 'મનને'ની રચના.

૧૯૨૩ : વસંતપંચમીએ પૂ. શ્રીબાળયોગીજી દ્વારા દીક્ષા. શ્રીકેશવાનંદ ધૂણીવાળા

દાદાનાં દર્શને - સાંઈખેડા ગયા. રાત્રે સ્મશાનમાં સાધના અને દિવસભર

પ્રભુપ્રીત્યર્થે હરિજન સેવા.

૧૯૨૬ : લગ્ન-હસ્તમેળાપ વખતે સમાધિનો અનુભવ.

૧૯૨૭ : હરિજન આશ્રમ, બોદાલમાં સર્પદંશ-પરિણામે 'હરિ:ૐ' જપ અખંડ

થયો.

૧૯૨૮ : 'તુજ ચરણે' ની પ્રથમ આવૃત્તિનું પ્રકાશન.

૧૯૨૮ : પહેલી હિમાલય યાત્રા.

૧૯૨૮: સાકોરીના પૂ. શ્રીઉપાસની બાબાનું નડિયાદમાં આગમન, એમના આદેશ

મુજબ સાકોરી જવું-ત્યાં મળમૂત્રની પથારીમાં સાત દિવસ.

૧૯૩૦ : મનની નીરવતાનો સાક્ષાત્કાર.

૧૯૩૦ થી '૨૭ દરમિયાન સાબરમતી, વીસાપુર, નાસિક અને યરવડા જેલમાં.

હેતુ-દેશસેવાનો નહિ, સાધનાનો. સખત પરિશ્રમ અને લાઠીમાર દરમિયાન

પ્રભુસ્મરણ-મૌન. વિદ્યાર્થીઓને સમજાવવા વીસાપુર જેલમાં સરળ

ભાષામાં શ્રીમદ્ ભગવદ્ ગીતાનું વિવરણ લખ્યું- 'જીવનગીતા'

૧૯૩૪ : સગુણ બ્રહ્મનો સાક્ષાત્કાર.

૧૯૩૪થી ૧૯૩૯ દરમિયાન હિમાલયમાં અઘોરી બાવા પાસે જવાનું બન્યું, ધુંવાધારના ધોધની પાછળની ગુફામાં સાધના. ચૈત્ર માસમાં ૨૧ છાણાંની ૨૧ ધૂણી ધખાવી નર્મદાકિનારે ખુલ્લામાં શિલા ઉપર નગ્ન બેસીને સાધના, શીરડીના સાંઈબાબાનું પ્રત્યક્ષ દર્શન-આદેશ-સાધનાના અંતિમ તબક્કાનું માર્ગદર્શન.

૧૯૩૯ : તા. ૨૯-૩-૧૯૩૯ : રામનવમી, સંવત : ૧૯૯૫ કાશીમાં નિર્ગુણ બ્રહ્મનો સાક્ષાત્કાર. હરિજન સેવક સંઘમાંથી રાજનામું. 'મનને'ની પ્રથમ આવૃત્તિનું પ્રકાશન.

૧૯૪૦ : (તા. ૯-૯-૧૯૪૦) વિમાનમાર્ગે અમદાવાદથી કરાંચી જવાનો ગૂઢ હુકમ.

૧૯૪૧ : માતાનું અવસાન.

૧૯૪૨ : હરિજન સેવક સંઘમાંથી છૂટા થયેલા, છતાં હરિજન કન્યાછાત્રાલય માટે મુંબઈમાં ફાળો ઉઘરાવ્યો. બે વખત સખત પોલીસમાર-દેહાતીત અવસ્થાના પુરાવા.

૧૯૪૩ : ૨૪, ફેબ્રુઆરીમાં ગાંધીજીના પેશાબના ઝેરી જંતુઓનું પોતાના પેશાબમાં દર્શન. નૈમિત્તિક તાદાત્મ્યનો અનુભવ.

૧૯૪૫ : હિમાલયની યાત્રા-અદ્ભુત અનુભવો.

૧૯૪૬ : હરિજન આશ્રમ, અમદાવાદ મીરાંકુટિરમાં મૌનએકાંતનો આરંભ.

૧૯૫૦ : દક્ષિણ ભારતના કુંભકોણમૂમાં કાવેરી નદીને કિનારે હરિ:ૐ આશ્રમની સ્થાપના.

૧૯૫૪ થી સુરતના કુરુક્ષેત્રમાં એક ઓરડીમાં મૌનએકાંતનો આરંભ.

૧૯૫૫ : (તા. ૨૮-૫-૧૯૫૫) નડિયાદ, શેઢી નદીને કિનારે હરિ:ૐ આશ્રમની સ્થાપના.

૧૯૫૬ : (તા. ૨૩-૪-૧૯૫૬) સુરત, કુરુક્ષેત્રમાં હરિ:ૐ આશ્રમની સ્થાપના.

૧૯૬૨ થી ૧૯૭૫ : શરીરના અનેક રોગો-સતત પ્રવાસ સાથે ૩૬ અધ્યાત્મ-અનુભવ ગ્રંથોનું લેખન-પ્રકાશન.

૧૯૭૬ : ફાજલપુર-મહીનદીના કિનારે શ્રી રમણભાઈ અમીનના ફાર્મ હાઉસમાં તા. ૨૩-૭-૧૯૭૬ના રોજ માત્ર છ જણની હાજરીમાં આનંદપૂર્વક દેહત્યાગ. પોતાનું 'ઈંટ-ચૂનાનું સ્મારક ન કરવાનો આદેશ' અને આ નિમિત્તે મળેલી રકમનો ઉપયોગ દૂર ગુજરાતનાં પછાત ગામોમાં પ્રાથમિક શાળાના ઓરડાઓ બંધાવવાના લોકફાળામાં કરવાની સૂચના.

॥ હરિ:ૐ ॥

॥ હરિ:ૐ ॥

## આરતી

ૐ શરણચરણ લેજો, પ્રભુ શરણચરણ લેજો,  
પતિત ઉગારી લેજો (૨) કર ગ્રહી ઉર લેજો. ...ૐ શરણ.

મનવાણીના ભાવો, કર્મ વિષે ઊતરો, પ્રભુ (૨)  
મન, વાણી ને દિલને (૨) કૃપાથી એક કરો. ...ૐ શરણ.

સર્વ મળેલાં સાથે, દિલ સદ્ભાવ ઊગો, પ્રભુ (૨)  
છો અપમાન થયાં હો (૨) ત્યાંયે ભાવ બઢો. ...ૐ શરણ.

નિમ્ન પ્રકારની વૃત્તિ, ઊર્ધ્વગમન કરવા, પ્રભુ (૨)  
પ્રભુકૃપાથી મથાજો (૨) ચરણશરણ ગ્રહવા. ...ૐ શરણ.

મનના સકળ વિચારો, પ્રાણતણી વૃત્તિ, પ્રભુ (૨)  
બુદ્ધિતણી સૌ શંકા (૨) ચરણકમળ ગળજો. ...ૐ શરણ.

જેવા દિલ હોઈએ પ્રભુ, તેવા દેખાવા, પ્રભુ (૨)  
મતિ મુજ ખુલ્લી રે'જો (૨) સ્પષ્ટ જ પરખાવા. ...ૐ શરણ.

દિલમાં કંઈક ભર્યું હો, તે થકી બીજું ઊલટું, પ્રભુ (૨)  
કદી પણ મુજથી ન બનજો (૨) એવી મતિ દેજો. ...ૐ શરણ.

જ્યાં જ્યાં ગુણ ને ભાવ, દિલ ત્યાં મુજ ઠરજો, પ્રભુ (૨)  
ગુણ ને ભાવની ભક્તિ (૨) દિલ મુજ સંચરજો. ...ૐ શરણ.

મન,મતિ,પ્રાણ પ્રભુ ! તુજ ભાવ થકી ગળજો, પ્રભુ (૨)  
દિલમાં તુજ ભક્તિની (૨) છોળો ઊછળજો. ...ૐ શરણ.

-શ્રીમોટા

## પૂજ્ય શ્રીમોદાનાં પુસ્તકો

૧. મનને (પદ્ય) ૨૨. જીવનપોકાર (પત્રો) ૪૪. જીવનસૌરભ (પદ્ય) ૬૭. કર્મઉપાસના (પદ્ય)
૨. તુજ ચરણે (પદ્ય) ૨૩. આર્તપોકાર (પ્રાર્થના) ૪૫. જીવનસ્મરણ સાધના (પદ્ય) ૬૮. મૌનએકાંતની કેડીએ (પ્રવચન)
૩. દેદ્યપોકાર (પદ્ય) ૨૪. હરિજન સંતો (ગદ્ય-પદ્ય) ૪૬. જીવનરંગત (પદ્ય) ૬૯. મૌનમંદિરનું હરિદ્વાર (પ્રવચન)
૪. જીવનપગલે (પદ્ય) ૨૫. Life's Struggle (જીવનસંગ્રામ'નો અનુવાદ) ૪૭. જીવનમથામાણ (પદ્ય) ૭૦. મૌનમંદિરનો મર્મ (પ્રવચન)
૬. ક્રીંગલચરણે (પદ્ય) ૨૬. જીવનમંથન (પત્રો) ૪૮. કૃપા (પદ્ય) ૭૧. મૌનમંદિરમાં પ્રભુ (પ્રવચન)
૭. ક્ષમવાચકમળે (પદ્ય) ૨૭. જીવનસંશોધન (પત્રો) ૪૯. સ્વાર્થ (પદ્ય) ૭૨. મૌનમંદિરમાં પ્રાણપ્રતિષ્ઠા(પ્રવચન)
૮. પ્રણામપ્રલાપ (પદ્ય) ૨૮. નર્મદાપદે (પદ્ય) ૫૦. શ્રીસદ્ગુરુ (પદ્ય) ૭૩. શેષ-વિશેષ (સત્સંગ)
૯. પુનિત પ્રેમગાથા (પદ્ય) ૨૯. જીવનદર્શન (પત્રો) ૫૧. જીવનકથની (પદ્ય) ૭૪. જન્મ-પુનર્જન્મ (સત્સંગ)
૧૦. જીવનસંગ્રામ (પત્રો) ૩૦. જીવનપરાગ (સારસંચય) ૫૨. પ્રેમ (પદ્ય) ૭૫. વદ્વપ-સર્વરૂપ (સત્સંગ)
૧૧. જીવનસંદેશ (પત્રો) ૩૧. અભ્યાસીને (પદ્ય) ૫૩. જીવનસંદન (પદ્ય) ૭૬. અગ્રતા-ઓકાગ્રતા (સત્સંગ)
૧૨. જીવનપાથેય (પત્રો) ૩૨. જિજ્ઞાસા (પદ્ય) ૫૪. મોહ (પદ્ય) ૭૭. જોડાજોડ (સત્સંગ)
૧૩. AT THY LOTUS FEET (‘તુજ ચરણે’નો અનુવાદ) ૩૩. જીવન અનુભવ ગીત (પદ્ય) ૫૬. જીવનપદ્મડી (પદ્ય) ૭૮. અન્વય-સમન્વય (સત્સંગ)
૧૪. જીવનપ્રેરણા (પત્રો) ૩૪. જીવનઝલક (પદ્ય) ૫૭. જીવનકેડી (પદ્ય) ૮૦. એકીકરણ-સ્મીકરણ (સત્સંગ)
૧૫. TO THE MIND (‘મનને’નો અનુવાદ) ૩૫. જીવનલાહરિ (પદ્ય) ૫૮. જીવનચણતર (પદ્ય) ૮૧. પગલે પગલે પ્રકાશ (પત્રો)
૧૬. જીવનપગરણ (પત્રો) ૩૬. જીવનસ્મરણ (પદ્ય) ૬૦. ભાવકલ્પિકા (પદ્ય) ૮૨. કેન્સરની સામે (પત્રો)
૧૭. જીવનપગથી (પત્રો) ૩૭. શ્રદ્ધા (પદ્ય) ૬૧. ભાવરથુ (પદ્ય) ૮૩. ધનનો યોગ
૧૮. જીવનસંહણ (પત્રો) ૩૮. જીવનરસોમણ (પદ્ય) ૬૨. ભાવજ્યોતિ (પદ્ય) ૮૪. મુક્તાભાનો પ્રેમસ્પર્શ (પત્રો)
૧૯. જીવનસંપાન (પત્રો) ૪૦. નિમિત્ત (પદ્ય) ૬૩. ભાવપુષ્પ (પદ્ય) ૮૫. સૈતદેહય (પત્રો)
૨૦. જીવનપ્રવેશ (પત્રો) ૪૧. રાગદેષ (પદ્ય) ૬૪. ભાવલધ્ધા (પદ્ય) ૮૬. સંમય સાથે સમાધાન (પત્રો)
૨૧. જીવનગીતા (ગદ્ય-પદ્ય) ૪૩. જીવનતપ (પદ્ય) ૬૫. જીવનપ્રવાહ (પદ્ય) ૬૬. જીવનપ્રભાત (પદ્ય) ૮૭. સેતદેહય (પત્રો)

આ ઉપરાંત ઉપરનાં પુસ્તકોમાંથી થયેલા ૧૫ સંકલનો.