

॥ હરિ:ॐ ॥

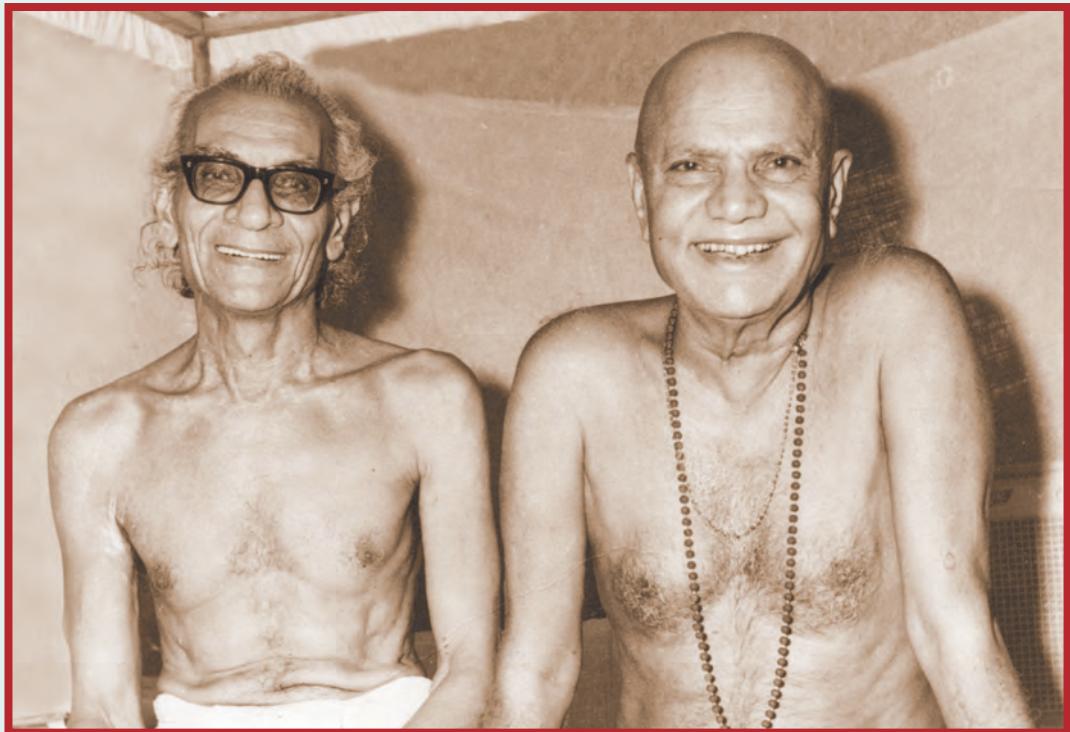
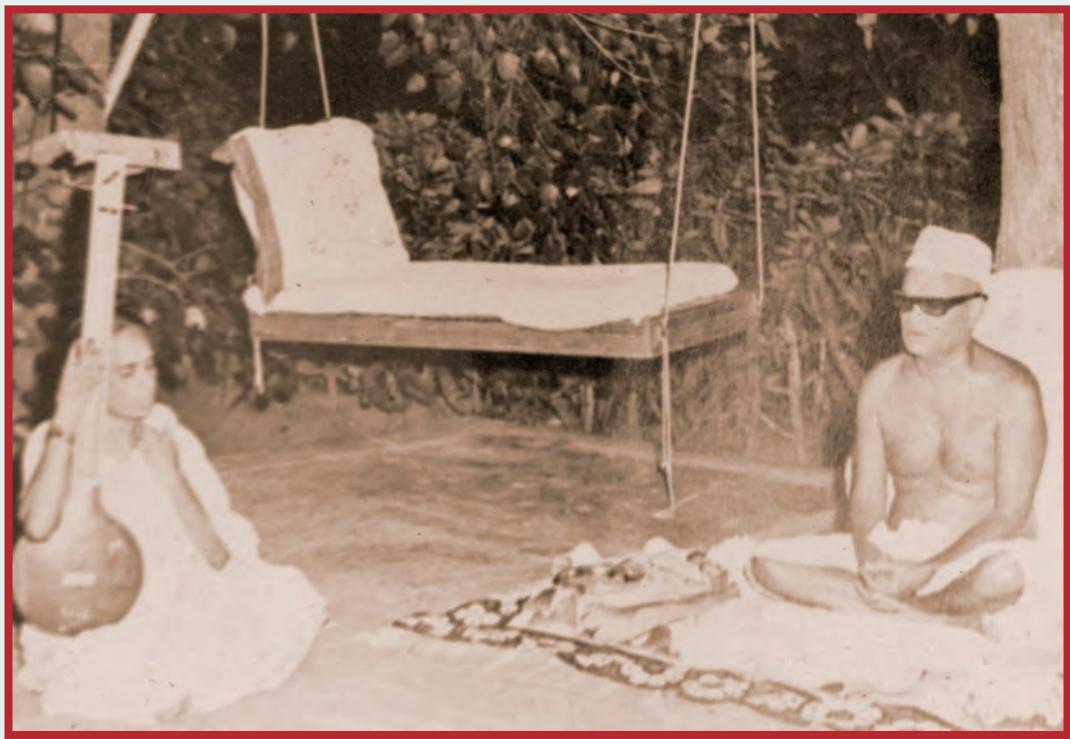
હરિ:ॐ આશ્રમ, નડિયાદ પ્રકાશિત

# હરિ:ॐ ગુજરાતિ

HARI:OM GUNJAN (Gujarati Bi-Monthly)

Vol. 1 • Issue : 6 • 5th May, 2019 • Price : Rs. 10





• વેબસાઈટ-ઈ-મેઇલ •  
[www.hariomashram.org](http://www.hariomashram.org)  
 hariommota10@gmail.com

## દ્રસ્તીમંડળ

શ્રી ગૌતમભાઈ વાડીભાઈ પટેલ  
 શ્રી જિતેન્દ્રકુમાર છ. અમીન  
 શ્રી રાજેન્દ્રભાઈ બી. રાવલ  
 શ્રી જોગેશભાઈ ડી. પટેલ  
 શ્રી પ્રણવભાઈ એસ. પટેલ

### લવાજમ દર

છૂટક નકલ : રૂ. ૧૦/-  
 વાર્ષિક : રૂ. ૬૦/-  
 પાંચ વર્ષ માટે : રૂ. ૨૫૦/-  
 દસ વર્ષ માટે : રૂ. ૪૦૦/-

### હરિ:ॐ ગુંજન અંગો

- બેટની રકમ હરિ:ॐ આશ્રમના નામે મનીઓડરથી કે ચેક/ડી.ડી./ઈ-બેંકિંગ મારફતે આશ્રમના સરનામે મોકલવા વિનંતી.  
 (ઈન્કમટેક એકટની કલમ-૮૦-૪-(૫)ની નીચે બેટની રકમ કરમુક્તિ પાત્ર છે.
- હરિ:ॐ આશ્રમ,  
 પો.બો.નં. ૭૪, નિર્યાદ,  
 પીન કોડ : ૩૮૭૦૦૧.  
 મો. ૭૮૭૮૦૪૬૨૮૮

### ● પ્રકાશન સ્થળ ●

૮૮, પાયલ પાર્ક, સ્ટાર બજારની  
 બાજુમાં, સેટેલાઈટ રોડ,  
 અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૧૫

હરિ:ॐ આશ્રમ, નિર્યાદ પ્રકાશિત

# હરિ:ॐ ગુંજન

'HARI:OM GUNJAN' (Gujarati Bi-monthly)

વર્ષ-૧, અંક-૬

મે-જૂન, ૨૦૧૯

### જપયજ્ઞ

આજકાલ લોકો લાખો રૂપિયા ખર્ચને યજ્ઞ કરે છે. તેમને જાણ કરું છું કે કાળ બદલાયો છે. શા માટે નકમા પૈસા ખર્ચો છો ? એવું કરો કે સમાજનું કલ્યાણ થાય. પણ કોઈ માને નહીં. જપયજ્ઞમાં તો પૈસાનો ય ખર્ચ નહીં. ભગવાનના નામનો જપયજ્ઞ કરવાથી સંસ્કારોનો પ્રવેશ કરાવી શકાય છે. ઉચ્ચારની પણ અસર હોય છે. પણ એમાં નિરંતરતા પ્રગટવી જોઈએ. આમ બને તો કામ, કોધ, લોભ, મોહ, મદ, મત્સર ઘટે. એ બધા મરે પછી જ સહજ પ્રયત્નથી આગળ વધી જવાય.

મોટું લાકડું જલદી ઊંચકાય નહીં. પણ નીચે પથ્થર મૂકીને ગબડાવીએ તો તરત ગબડે. તેમ ભાવનામાં નિરંતરતા પ્રગટે તો જલદી નિકાલ આવે.

સૂક્ષ્મમાં સંસ્કારનો પ્રવેશ થયા વિના ઉદ્ધાર નથી. કોઈ મહાત્માથી સંસ્કારનો પ્રવેશ થાય. પણ આપણે જીવદ્યાવાળા હોવાથી ખાતરી થાય નહીં. એટલા માટે ભગવાનનું નામ લેવામાં નિરંતરતા પ્રગટાવે. આમ કરવાથી બીજો જન્મ તો અનુકૂળતાવાળો પ્રગટવાનો. તમે ચિંતામુક્ત હિલથી ભગવાનનું નામ લઈ શકો એટલા માટે હરિ:ॐ આશ્રમ છે.

આ પદ્ધતિ-ટેકનિક ગુરુમહારાજની કૃપાથી થઈ છે અને એમની કૃપાથી જ ચલાવીએ છીએ.

હરિદ્વાર ૨૬-૨૭

- શ્રીમાટા

# હરિ:ઓં ગુંજન

મે-જૂન, ૨૦૧૯

## અનુક્રમણિકા

માનદંતપીશ્રી : રાજેન્ડ્રભાઈ રાવલ

સંકલન : ડૉ. ચંપકભાઈ ર. મોટા  
નાનિયાદ.

- પમી તારીખે દ્વિમાસિક અંક પ્રગત થાય છે.
- સરનામું બદલાયું હોય તો ગ્રાહક નંબર સાથે તાત્કાલિક હરિ:ઓં આશ્રમ, પો.બો. નં. ૭૪, નાનિયાદ-૩૮૭૦૦૧ને લેખિત જાણ કરશો.

### સાધક-લેખકોને નિંમંત્રણ

પૂ. શ્રીમોટાના સાધકો-ભાવકોને તથા અન્ય લેખકો-કવિઓએ 'હરિ:ઓં ગુંજન' દ્વિમાસિક સામયિક માટે તેમનું સાહિત્ય કાગળની એક બાજુ સુવાચ્ય હસ્તાક્ષરે હરિ:ઓં આશ્રમ, નાનિયાદને મોકલી આપવું. અનુકૂળતાએ મુદ્રિત કરવામાં આવશે.

### ૩૩ લખાણ અંગે ૩૩

- શ્રીમોટાનાં સાહિત્ય વિષયક
- શ્રીમોટાનાં જીવન વિષયક
- પોતાના મૌન-સાધનાના અનુભવો
- કાય, નિબંધ, વાતરી કે સંવાદ સ્વરૂપે સ્વચ્છ અને સુવાચ્ય સાહિત્ય મોકલવું.
- નાનિયાદ આશ્રમની પ્રવૃત્તિવિષયક માહિતી યોગ્ય સમયે સામયિકમાં સ્થાન આપવામાં આવશે.
- દ્વિમાસિક સામયિકમાં પ્રસિદ્ધ થતાં લેખ લેખકના પોતાના અંગત વિચારો છે.

મુદ્રક : સાહિત્ય મુદ્રણાલય પ્રા.લિ.  
સિટી મિલ કમ્પાઉન્ડ, કાંકરિયા રોડ,  
અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૨૨

ક્રમ	વિષય	પૃષ્ઠ
૧.	દોષો દૂર કરવાના દઢ નિર્ધારનું સાચું લક્ષણ ક્રયું ?	શ્રીમોટા ૫
૨.	સંતાનની કેળવણી	શ્રીમોટા ૬
૩.	દુઃખ અને આસક્તિ	શ્રીમોટા ૭
૪.	ત્યાગની સાચી ભાવના	શ્રીમોટા ૧૦
૫.	મનને કેળવવા શું કરવાનું ?	શ્રીમોટા ૧૧
૬.	મનનો સંયમ કેળવવા શું કરવું ?	શ્રીમોટા ૧૧
૭.	સ્વખાં અને સ્વખાંમાં સાધના	શ્રીમોટા ૧૨
૮.	સ્વખમાં ચિત્તના સંસ્કારોનો કથ્ય	શ્રીમોટા ૧૫
૯.	આપણું ધાર્યું કેમ નથી બનતું ?	શ્રીમોટા ૧૭
૧૦.	ગુરુની આવશ્યકતા	શ્રીમોટા ૧૮
૧૧.	ચેતન પ્રગટાવવાની કળા	શ્રીમોટા ૧૯
૧૨.	ઉંઘ-નિદ્રા	શ્રીમોટા ૨૦
૧૩.	ગ્રાટક	શ્રીમોટા ૨૧
૧૪.	મોટાચરણો : આંતરપ્રવેશ	કાર્તિકેય અ. ભંડુ ૨૨

### સ્મરણાભાવના

નામસ્મરણાભાવનાની ધારણા માત્ર યાંત્રિક ન થયા કરે એ ખાસ જોતા રહેવાનું છે. જેમ જેમ ભાવનાની ધારણા સાથે જીપ થયા કરશો, તેમ તેમ ધારણાના પ્રમાણમાં પ્રાણ પ્રકટવાના છે. બાકી તો :-

ભુજંગી

મુખે રામ તો પોપટે નિત્ય ભાખે,  
પછી ફેર બંને મહીં શો વધારે ?  
વધે પ્રાણ ને જોશ, ઉતેજના ના,  
બધું નામ લેવાનું તો વર્થ જાણો.

(‘જીવનસંશોધન’ પૃ. ૨૨૨) - શ્રીમોટા

# ૧. દોષો દૂર કરવાના દઢ નિર્ધારનું સાચું લક્ષણ ક્યું ?

- શ્રીમોટા

પાપનો કે દુર્ગુણનો એકરાર કરવાથી આપણું હદ્ય હળવું બને છે, મન શાંતિ અનુભવે છે, અને પ્રસન્ન ચિત્ત થાય છે; પરંતુ તે સાથે સાથે આપણી અપૂર્ણતાઓનું આપણને જેટલું સ્પષ્ટ દર્શન હોય તેટલું સ્પષ્ટ દર્શન તેને હક્કાવવાના આપણા દઢ નિર્ધાર પરત્વેનું આપણને જાગી જવું જોઈશે. એક બાજુના નકારાત્મક બણને આપણે રચનાત્મક શક્તિથી હણવાનું છે. એવી રચનાત્મક શક્તિથી જો પૂરેપૂરું સાચું ભાન આપણા હદ્યમાં પ્રગટેલું નહિ હોય, તો દુર્ગુણનું આપણને થતું ભાન આપણને નિરાશાના વમળમાં દૂબાડી દેશે ને આપણે હતાશ થઈ જઈશું. તેથી કરીને દુર્ગુણોમાં આપણે જવું નથી ને જીવવું નથી. એવો દઢ મરણિયો નિર્ધાર જે થયો હોય તેનાં બળ અને ભાન શું થોડાં જ ભાગી જવાનાં છે ? જે કંઈ મનહદ્યથી કરીને નિશ્ચય થાય છે એ નિશ્ચય કદી પણ પડી રહી શકતો નથી; તે તો આપણને જગાડે છે ને ઉઠાડે છે, અને જિવાઝચાં કરે છે. એવું થતું અનુભવાય તો જ જાણવું કે સાચો નિર્ધાર થયેલો છે; નિર્ધારનું તે લક્ષણ છે.

આવો દઢ મક્કમ નિર્ધાર હોવા છતાં આપણે કદી કદી હાર પામતાં આપણી જાતને અનુભવીએ તો તે વેળા એમ થવાનું કારણ આપણને જડવું જોઈશે. જેટલું દુર્ગુણોનું બળ છે તેની સામે થવાની તાકાત આપણે ક્યાંકથી ઊભી કરવી જોઈશે. જો કોઈ ‘જીવ’ પોતાના બળ પર જૂઝે છે, એમ યુદ્ધ આપતાં આપતાં હાર પામે છે, અને એમ હાર પામતાં પામતાં પોતાને જો અત્યંત ન સહી શકાય એવો માનસિક સંતાપ થાય છે, તો તેવી વેળા પોતાના અંતરના આર્દ્ર ને આર્ત સાદથી જે ‘જીવ’ પોતાને મદદ કરવાને શ્રીભગવાનની કૃપામદદ પ્રાર્થનાભાવે લળીલળીને યાચ્યાં કરે છે, તેવા ‘જીવ’ને શ્રીભગવાનની કૃપામદદ મળતી હોય છે.

આપણે ડરવાનું કારણ નથી. માથે સમર્થ ધણી ગર્જ છે, એવું જો હદ્યમાં સાચેસાચું પૂરેપૂરું જ્ઞાન હોય તો તેને ડર શેનો ? કરોડાધિપતિની પેઢીનો મુનિમ લાખ્યો રૂપિયા ગુમાવે, પણ તે બધું પોતાના શેઠને જણાવી દઈ નિશ્ચિતતા અનુભવે છે. પ્રામાણિક, વફાદાર અને કામગરો મુનિમ હોય અને જેના પર શેઠનો ધણો પ્રેમભાવ હોય ને શ્રદ્ધાવિશ્વાસ થયેલાં હોય તો તેવાની ગફલતને લીધે થયેલી ભૂલ પણ શેઠ જતી કરે છે. તે જ પ્રમાણે આપણે આપણું જે તે બધું શ્રીભગવાનને ચરણક્રમણે આત્મનિવેદન કર્યા કરીએ, અને કંઈ પણ તેમ કરવામાં બાકી ન રાખ્યાં કરીએ, એટલે કે જમા ને ઉધાર બંને પાસાં તેને બતાવતાં રહીએ તો તે આપણા જીવનનો ચોપડો સંભાળી દેશે.

ભગવાનને આપણે આપણા રોજિંદા વ્યવહારમાં આવી અનેક વાર પ્રાર્થના હદ્યમાં હદ્યથી કર્યા કરવાની હોય છે. પ્રાર્થનાનો કોઈ અમુક મુક્રર સમય હોય એવું કશું પ્રાર્થનાભાવાની નથી. જ્યાં જ્યાં કહેવા જેવું લાગે ત્યાં પ્રાર્થનાભાવે હદ્યમાં હદ્યથી કહ્યા કરીએ, ને એવી પ્રાર્થનાની પરંપરા જો આપણને થયેલા અત્યંત ઉત્કટ માનસિક સંતાપમાંથી પ્રકટેલી હશે, તો તે પ્રાર્થના કરવામાં આપણું હદ્ય પણ સામેલ થયેલું હશે. ગંજેન્દ્રમોક્ષનું દણ્ણાંત તો તેને ખબર હશે. એક બાજુ મગર તેના પગને પકીને પાણીમાં ખેંચી લઈ જાય છે ને બીજી બાજુ સર્વ સ્વબળ વાપરીને પોતે પાણીમાં ખેંચાઈ ન જાય તે માટે તે કારમું યુદ્ધ આચ્યાં કરે છે. આમ યુદ્ધ આપતાં આપતાં તેની હાર થાય છે ત્યારે તે ભગવાનનો સાદ પાડે છે. શ્રીભગવાન કૃપા કરીને તેને મગરની પકડમાંથી છોડાવે છે.

આપણા જીવનમાં આપણને તેવો અનુભવ અનેક વાર-જો આપણે સાચા અર્થમાં સાધના કરતાં હોઈએ તો— થયાં કરવો જોઈશે; તો જ આપણને

## ૨. સંતાનની કેળવણી

- શ્રીમોટા

**સ્વજન :** મારા પુત્રને હવે નિશાળે મોકલવાનો છે. મારા મનમાં શિક્ષણાના માધ્યમ અંગે ગડભાંજ છે. અંગેજ માધ્યમમાં ભણાવવાનો અત્યારે પ્રવાહ વહે છે. મારે શું કરવું એ સૂજતું નથી.

**શ્રીમોટા :** બાળકને પોતાની માતૃભાષા દ્વારા જ શિક્ષણ અપાય તે ઉત્તમ. નાનપણમાં પણ તેને અંગેજ ન શીખવાય તેવું કશું નથી. ચારથી સાત વર્ષ સુધીમાં બાળકને ઘણી ભાષાનું જ્ઞાન આપી શકાય, પણ શિક્ષણ માત્ર માતૃભાષા દ્વારા જ અપાય તે જ વધુ યોગ્ય.

**સ્વજન :** આ છોકરાને અમુક વસ્તુઓ જ ખાવાની ટેવ પડી છે. એ સિવાય બીજું ખાતો નથી. એને આવી ટેવમાંથી ઉગારવા ખૂબ પ્રયત્ન કરીએ છીએ છતાં પરિણામ આવતું નથી.

**શ્રીમોટા :** બાળકને બેનેબેણે એટલે પરાણે ખાવાની કોઈ ટેવમાંથી ઉગારવું તે પણ ઉચિત નથી. તે બાળક ભલે હોય તો પણ તેને સમજાવવું તેનામાં યોગ્ય પ્રકારની સમજણ પ્રગટાવીને તેમ કરી શકાય. બાળકની સમજણ ઉપર બળાત્કાર ના થાય. આપણા ઉત્તમ પ્રકારના સંસ્કાર તેનામાં આપમેળે પડે કે ઊરો તો ઉત્તમ, પરંતુ બાળકે અમુક જ ખાવું જોઈએ, અમુક જ પહેરવું જોઈએ, તે બાબતમાં આપણે તેના ઉપર પરાણે કશુંયે લાદીએ નહિ. આપણે જેને યોગ્ય માનતા હોઈએ તે બધું બાળકને વારંવાર સમજાવીએ.

**સ્વજન :** મારા મિત્રનો મોટો પુત્ર માંસાહાર કરે છે. મને આની ખૂબ ચીડ છે.

**શ્રીમોટા :** માંસાહાર કરનાર ઘાતકી હોય તેવું કશું નથી. તે કરુણા અને દયાવાળો પણ હોઈ શકે, તે સારી ભાવનાવાળો પણ હોઈ શકે. આપણે પોતે તે ના ખાઈએ તે આપણા માટે ઉત્તમ, પણ માંસાહારને કનિષ્ઠ-ઉત્તરતો ગણીને આપણે તેમ ગણીએ તે બરોબર નહિ ગણાય.

(‘મુક્તાત્માનો પ્રેમસ્પર્શ’ ચોથી આવૃત્તિ, પૃ. ૮૫-૮૬)

### ગુજરાતી

“જીવન એ તો તપશ્ચર્યા” જીવનની એ સમજ જેને જીવનની, દુઃખથી, એને સમસ્યા ગૂઢ ઉકલે છે.

### શાર્દૂલવિકીડિટ

એવું જીવન હર્ષથી પ્રભુપદે જે જે સમર્યા કરે, એને જીવનમાં પડે રસ ખરો, ભાવે જીવામાં હદે; ‘એવું જીવન તો થવા ઉભયનું’ તે ભેટ આજે ચહું, એવા જીવનનું સમર્પણ કરી બન્ને જીવો એક શું!

(‘જીવનસંદેશ’ પૃ. ૭૫)

- શ્રીમોટા

### ૩. દુઃખ અને આસક્તિ

સાબરમતી આશ્રમ  
તા. ૨૯-૭-૧૯૮૮

સુખ-દુઃખના મૂળમાં જોઈશું તો (અરે ! એની લાગણી થવી એ જ બતાવે છે કે) એના મૂળમાં જ આસક્તિ રહેલી છે એમ આપણાને જણાશે. આસક્તિ એટલે કોઈ કશા તરફ લાગણીનો મમતાભર્યો પક્ષપાત. રાગ ને દેખ તેથી જન્મે છે ને તેમાંથી સુખ-દુઃખનાં દ્વંદ્વો ઊભાં થયા જ કરે છે. મનુષ્યનો સામાન્ય રીતે સ્વભાવ પડી ગયો છે કે તે પોતાનું સુખ શોધે. પોતાની સુખની તીવ્ર શોધમાં એને જગતની અનેક વસ્તુઓમાં આસક્તિ બંધાય છે. ‘કુદરતના નિયમ પ્રમાણે ભટકવા ગયેલું વહાણ વાયુના જોરે મહાસાગરમાં ગમે ત્યાં તણાઈને નાશ પામે છે’, તેવું જ માનવીનું થાય છે. આપણે ગંભીર ભાવે આપણું પૃથક્કરણ જો શાંત ચિંતે કરી જોઈશું તો સમજાશે કે આપણા પ્રત્યેક કાર્યમાં કોઈ ને કોઈ પ્રકારની સૂક્ષ્મ આસક્તિ રહેલી હોય છે. શરીરધારી કોઈ માનવી જો પોતાની અંદર નજર કરશે તો આ વાતનો ઈન્કાર કરી શકે એમ નથી; કારણ કે આસક્તિ શરીર સાથે જોડાયેલી જ છે. આસક્તિ બિલકુલ ન હોય તો અહ્મનો સંપૂર્ણ લય થઈ ગયો હોય, કેમ કે અહ્મનો સંપૂર્ણ લય થઈ ગયો હોય ત્યારે શરીર ટકી જ કેવી રીતે શકે ? એટલે શંકરાચાર્ય જેવા જ્ઞાનીઓ પણ જ્ઞાનપ્રચાર માટે એક પ્રકારનું સાત્ત્વિક અહ્મ રાખતા હતા એમ શ્રીરામકૃષ્ણ પરમહંસે કહ્યું છે. અને એ જ રીતે કર્મ-કોઈ પણ જાતનાં કર્મ-પણ કોઈ ને કોઈ પ્રકારની આસક્તિ વિના થઈ શકતાં નથી. કર્મ-એટલે કે પ્રવૃત્તિ કદી પણ કંઈ પણ કરવાની ઈચ્છા વિના ઉદ્ભવી શકતાં નથી. ઈચ્છા એ આસક્તિનું જ એક લક્ષણ છે.

આમ, આસક્તિ કોઈ ને કોઈ પ્રકારે સૂક્ષ્મ કે સૂક્ષ્મતમ રીતે પણ રહ્યા કરતી હોવાથી માનવી ‘જીવો’ તો બધી ઈન્દ્રિયભોગ્ય વસ્તુઓ વિષે આસક્તિ વધારવા જવાના. ને પરિણામે કંઈ નહિ પણ દુઃખ જ પ્રાપ્ત કરવાના. ઉપર જણાવ્યું તેમ આસક્તિમાં સૂક્ષ્મ ઈચ્છાઓને પોષવાની વૃત્તિ રહેલી હોય છે. અને તેથી માનવી જીવ હુંમેશાં કોઈને કોઈ ઈચ્છાને પોષવામાં જ જીવન ગાળતો હોય છે. પણ તેનું તેને ભાન સામાન્ય રીતે નથી હોતું. આપણે આપણી જાતની જરા ઊંડા ઊતરી તપાસ કરીશું તો જણાશે કે આપણાં આંખ, કાન, ત્વચા, જીબ વગેરે બધી જ ઈન્દ્રિયો-અરે, એટલું જ નહિ, સમગ્રપણે આપણે જેને ‘આપણે’ કહીએ તે પણ કોઈને કોઈ ન કળી શકાય એવી આસક્તિમાં ખૂબ ગમે તેવી મીઠાશ અનુભવતા હોઈએ છીએ. આ મીઠાશ ઈન્દ્રિયજન્ય છે; ને ઈન્દ્રિયોના સંતોષ માટે છે. તેથી જ્યાં સુધી આપણે એને પ્રયત્નપૂર્વક નિઃસ્વાર્થી ન બનાવી શકીએ, એની ટેવોના પ્રવાહને ન વાળીએ ત્યાં સુધી ઈન્દ્રિયો બધી વસ્તુના પોતાના વિષયમાં સ્વચ્છંદ રાચશે. ઘણા માનવીઓને તો ભાન પણ નથી રહેતું હોતું કે તેમની ઈન્દ્રિયો પોતપોતાના વિષય ઉપભોગમાં રાચ્યા જ કરતી હોય છે. સાધનામાં જેમ કેમ ઊડો પ્રવેશ થાય છે, તેમ તેમ જ માલૂમ પડતું જાય છે કે અસ્ત્ર સુધી નિર્દોષ માનેલી પ્રવૃત્તિનું મૂળ તો કોઈ જાતની સૂક્ષ્મ આસક્તિમાં એટલે કે ઈન્દ્રિયોની ઉપભોગની વૃત્તિને કારણે છે. તેથી જ આપણે જાગૃતિપૂર્વક ઈન્દ્રિયોની ટેવના પ્રવાહને વાય્યા કરવાનો છે. જ્યાં સુધી ઈન્દ્રિયો બધી વસ્તુના પોતાના વિષયોમાં સ્વચ્છંદ રાચશે ને આપણાને પેલા કરોળિયાની માફક પોતાની આસપાસ જ મોદું જાળું ઊભું કરવામાં સહાય કરશે ત્યાં પછી અંતે બહાર

નીકળવાનો માર્ગ જ રાખેલો હોવાથી નાશ પમાડશે. ઈન્દ્રિયોને પોતાના વિષયોમાં એવો પ્રબળ રસ પડે છે કે એવા રસની પાછળ રહેલા ભારે દુઃખનો વિચાર કદી કદી ઉठે તો પણ માનવી તેમાં ઘસડાયે જાય છે. જે પ્રવૃત્તિઓને ‘અશુભ પ્રવૃત્તિ’ તરીકે આપણી સમજણ ઓળખી શકે તેવી પ્રવૃત્તિ તરફ જ્યારે ઈન્દ્રિયો બેંચાય છે, ત્યારે બધી ઈન્દ્રિયોને આપણી એ સમજણને લીધે ખબર તો હોય છે કે, ‘આ કાર્ય કરવા જેવું નથી’, તેમ છતાં આપણી ઉપરવટ થઈને ઈન્દ્રિયો પોતાનું ધાર્યું કરી જાય છે અને ઈન્દ્રિયોનું સુખ એટલે ગીતાજીમાં કહેલું છે તેવું રાજસિક સુખ. પરિણામે તે પછી સ્વાભાવિક રીતે જ દુઃખ જન્મે છે. આ રીતે જન્મતા સુખ-દુઃખને અટકાવવા પ્રથમ આપણે સંસ્કાર શુદ્ધિ કરવા સમર્થ પ્રયત્ન કરવા ધટે છે.

આપણામાં તટસ્થપણે વિચારવાની અને સમજવાની શક્તિ રહેલી જ છે. પણ ઘણી વખતે તે શક્તિ ઢંકાયેલી પડી રહેલી છે. એટલે સુખ-દુઃખનાં બીજ વવાતાં હોય છે, ત્યારે તે પરિસ્થિતિમાં પણ આપણે બેદરકાર રહીએ છીએ, અને પ્રતિકૂળ સંજોગોને અનુકૂળ થઈ જઈએ છીએ. હરણ ગમે ત્યાં રાચતાં હોય છે, ત્યારે પણ તેમને કોઈ હિસ્ક પ્રાણીનો ભય સતત રહ્યા કરે છે ને તેથી જ તેઓ સદાય સાવધ રહી શકે છે ને ઓચિતા હુમલામાંથી પણ બચી જઈ શકે છે. આ જેમ સતત જીગૃતિનું જ પરિણામ છે, તેમ જો આપણે પણ સુખ-દુઃખના પંજામાં સપડાવું ન હોય તો ઈન્દ્રિયો ઉપર સતત આકમણ કરનાર-ને ઘણી વાર તો છૂપી રીતે આકમણ કરનાર, આપણી આસક્ત ઈચ્છાઓ, વિચારો, કર્મો વગેરેનો સતત ભાગવતી પ્રેમથી પ્રતિકાર કરવો જ જોઈશે, આવો પ્રતિકાર સહજ થવો શક્ય છે, જો આપણામાં જીગૃતિવાળી ચેતના હોય તો, ભગવાનની કૃપાથી જ એવો પ્રતિકાર થઈ

શકે છે અને આપણાથી સતત સાક્ષીભાવ કેળવવાનું પણ ત્યારે બની શકે છે.

ઈન્દ્રિયોની સૂક્ષ્મ ઈચ્છાઓ એવી તો મીઠી અને બળવાન હોય છે કે તે સંતોષાય તો જ આપણને સુખ વળે છે. સંસારના રોજ રોજના વ્યવહારમાં જ રૂબી ગયેલા માનવીને ઈન્દ્રિયોની આવી સૂક્ષ્મ ચાલબાજીની સમજણ જ ઘણી વાર નથી પડતી તો પછી તેનો પ્રતિકાર કરવાનું તો સૂજે જ ક્યાંથી ? એટલે આંતરનિરીક્ષણનો સતત ચોકી પહેરો રાખવો એ દરેક માનવી માટે જરૂરી અને હિતકારક છે – એના ભલા માટે અનિવાર્ય પણ છે. એમ કરતાં કરતાં જ્યારે એવી સ્થિતિ થાય કે પ્રત્યેક ઈન્દ્રિય પોતાના વિષયના પ્રસંગને કારણે સ્પર્શનીને પાછી યથાયોગ્ય સ્થિતિમાં જ રહે ને કોઈ પણ પ્રકારના હર્ષ કે શોકનો અતિરેક માનવીને ન થાય, ત્યારે એવી સ્થિતિ આવી કહેવાય કે ઈન્દ્રિયોના તે તે વિષયોના સમભોગમાં દોષ નથી. આમ, જ્ઞાનપૂર્વક, સ્વાર્થરહિત, વર્તન થયા કરે એવી સ્થિતિમાં ઈન્દ્રિયોને લાવી મૂકવા માટે ખૂબ પ્રયત્ન કરવાથી જ બધા સુખદુઃખનો નાશ થઈ શકશે. ઈન્દ્રિયોને પોતાના વિષયમાં રસ લેતી બંધ કરી દીધા પછી જ આપણે બધી પરિસ્થિતિમાં યથાયોગ્ય વર્તન રાખી શકવાના છીએ. તેથી જે વિચારો આવે તેને કાઢી નાખવા માટે તે પ્રત્યે સાક્ષીભાવ કેળવવા આપણે સતત મથવાનું રહ્યું છે.

આપણા સતત જગ્યત પ્રયત્ન છતાં, એનું સંપૂર્ણ જ્ઞાન હોવા છતાં, ઈન્દ્રિયોનું તેમાં આસક્તપણું ન હોવા છતાં; ઈન્દ્રિયો ઉપરનાં પૂરા કાબૂયુક્ત પૂરાં ભાન ને જ્ઞાન સતત જીવતાં જીગૃતાં હોવા છતાં, આપણી વૃત્તિને યોગ્ય ન હોય એવું કોઈ કામ થાય તો તેમાં પૂર્વ સંસ્કાર છે, ને તે ભોગવાઈ જાય છે એમ માનવું, કારણ કે એ ભાવ-વિચાર-પાછળ આસક્તિ નથી, એવી આપણને અંતરની પૂરી પ્રતીતિ છે. માત્ર જેમ શ્વાસ લેવાની કિયા થાય છે, તેમ તે કિયા થાય

છે, તેમ તે કિયા ત્યારે-તેવી સ્થિતિ થયા પછી-થાય છે. પણ આ ઘણી સૂક્ષ્મ વાત છે ને તે સમજવી ઘણી કઠણું છે.

જીવન એટલે અનંત જન્મોના સંસ્કાર લઈને આવેલી (જીવની) ચેતનશક્તિની માનવીદેહ દ્વારા થતી વહેનકિયા. જીવન નદીના ગ્રવાહની માફક પ્રતિક્ષણે પલટાંતું જાય છે; ને છતાં તે પલટાં-કેરફારો-જૂનાના આધાર ઉપર થતાં રહેલા હોય છે. જૂના સંસ્કારોએ નદીના પટની માફક એક પટ રચેલો હોય છે; તે પટમાં વહેવા તરફ જીવનગ્રવાહનું વલણ અને નવા સંસ્કારોનું ઘડતર સાધારણ રીતે અને સ્વાભાવિક રીતે હોય છે તેથી ઈન્દ્રિયોના સામ્રાજ્ય હેઠળ ઘણા માનવીઓ કર્મનાં-સંસ્કારોનાં પોટલાં બાંધીને જગતમાં આવ્યા હોય છે અને વધારે મોટાં પોટલાં બાંધીને જગતમાંથી ચાલતા થાય છે. કોઈ કોઈ વિરલ વ્યક્તિઓને જ એ પોટનું છોડી મૂકીને જ કોઈ પણ જાતના બંધન વિના, બોજા વિના આ સંસારમાંથી પ્રયાણ થઈ શકે તેવી સ્થિતિ મેળવવાની પ્રબળ ઈચ્છા થાય છે. આવી પ્રબળ ઈચ્છાને પરિણામે એવો કોઈ પોતાની ઈન્દ્રિયોને તેમના તેમના વિષયોમાં રસ લેતી રોકવા માંડે છે. એ રીતે ઈન્દ્રિયોના વિષયો પ્રયે સાક્ષીભાવ રાખતાં રાખતાં એવો ધન્ય જીવ નિરાસકત બનતો જાય છે, તે છેવટે એની ઈન્દ્રિયોની ટેવોના વલણનું પણ એવું રૂપાંતર થઈ જાય છે કે ઈન્દ્રિયોનો પણ સાક્ષીભાવ રહેવો સહજ થઈ જાય છે. આમ એની વૃત્તિ નિરાસક્તિના ઠંડા ભાવના ગ્રવાહમાં વહેતી થાય છે. એટલે સંસ્કારોની સંપૂર્ણ શુદ્ધિ થવા આવતાં એનાં કર્મબંધનો તૂટે છે. આમ જ્યારે ઈન્દ્રિયો નિરાસકત થવા માંડે છે ને પછી તેમ થાય છે ત્યારે જ આપણાને સાચી વિવેકશક્તિ મળે છે. એવી વિવેકશક્તિની આંખ ઊંઘડ્યા પહેલાના નિર્ણયો આપણી બુદ્ધિના નિર્ણયો હોય છે. અને આપણી

બુદ્ધિ અનેક જન્મોના સંસ્કારોથી વિવિધ રંગે રંગાયેલી હોય છે; તેથી એવી બુદ્ધિએ સુજાતેલા નિર્ણયો પૂરેપૂરા જ સાચા છે એમ માની લેવું એ પોતાના ભગવાનને રસ્તે જવાના માર્ગ પર પથરા નાખવા સમાન છે. માટે એવા નિર્ણયોને આધારે જીવન ઘડવું તે યોગ્ય નથી. આપણે સમજવું ને યાદ રાખવું જોઈએ કે આપણી ‘મોહકલીલ’ (મોહરૂપી કાદવ) માં પડેલી બુદ્ધિના નિર્ણયો પૂરેપૂરા સાચા તો નથી જ. આવા વિચારોના પ્રવાહ મુજબ સાધનામાં આગળ ધપતા જઈશું, ત્યારે આપણને અનુભવ થશે કે ઈન્દ્રિયોની બેંચ લાગ્યા કરતી હોવા છતાં તે માર્ગ ન જતાં યથાયોગ્ય માર્ગ વર્તન રાખવાની શક્તિ આપણને વધારે ને વધારે પ્રમાણમાં મળ્યા કરે છે. અથવા એ સૂક્ષ્મ કણા આપણને પ્રભુકૃપાથી વધારે ને વધારે હસ્તગત થતી જાય છે.

જગતમાં યોગ્ય રીતે જીવન જીવવું એનો અર્થ જ એ કે ઈન્દ્રિયોના વ્યવહાર ભલે ચાલુ રહ્યા કરે પણ તે તે વેળાએ સતત જાગૃતિ હોય અને સાક્ષીભાવે રહેવાને પ્રયત્ન કરવાની સ્વાભાવિક રીતે જ સહજ ટેવ પડી જાય, અંગ્રેજીમાં જેને, “Reflex action” કહે છે તેના જેવું એક જાતનું તાટસ્થભાવનું વલણ આપોઆપ સામું ઊંઘડ્યા જ કરે ને એમ થતાં સાક્ષીભાવ આપણામાં છેવટે સતત રહેશે. ત્યારે આપણી બુદ્ધિ પ્રભુનાં ચરણકમળમાં સમર્પિત થતી જશે ને છેવટે પૂરી રીતે સમર્પિત હશે. આવો સુભગ સંયોગ આપણા જીવનમાં પ્રાપ્ત થવા સારુ પૂરીપૂરી નમ્રતા, શ્રદ્ધાવિશ્વાસની અનિવાર્ય જરૂર છે; અને તે બધું જપ, ધારણા, ધ્યાન, પ્રાર્થના, શરણભાવ ને સતત સમર્પણયજ્ઞ વગેરે પ્રભુકૃપાથી થયા કરે તેમ થતું જતું હોય છે; અને તેમ તેમ થતું જતાં આપણાથી થતા જતા પ્રયેક કર્માં તેનો ભાવ ઊતરેલો આપણને અનુભવમાં આવશે જ.

(‘જીવનસંદેશ’ પૃ. ૧૮૮ થી ૧૯૪)

## ૪. ત્યાગની સાચી ભાવના

**સ્વજન બહેન :** મોટા, સગાંસંબંધીઓ માટે આપણો ગમે તેટલું ઘસાઈએ કે ગમે તેટલું ભોગવીએ અને જતું પણ કરીએ, તોય કોઈને કશી કદર થતી જ નથી. એટલે એમ થાય છે કે શું આપણે ત્યાગની ભાવના રાખીએ- એ રીતે વર્તીએ- એ બધું નકારું જ ?

**શ્રીમોટા :** આપણા ઉપનિષદનું એક વાક્ય છે કે બધું ત્યાગી ત્યાગીને ભોગવો અને એવો ત્યાગ કરવાની શક્તિ આપોઆપ માનવદિલમાં તો છે જ, પરંતુ ત્યાગનું મહત્વ માનવીનું દિલ જંબે અને ત્યાગમાંથી સાચું સુખ ફળી શકે એવી જાગૃત સમજણ માનવીના દિલમાં જ્યાં સુધી પ્રગટી શકી નથી ત્યાં સુધી તે હૈયાના આનંદથી અને ઉમળકાથી ત્યાગ કરી શકતો નથી. જાણેઅજાણે અનિચ્છાએ માનવી એકબીજા માટે ત્યાગ કર્યા વિના રહી શકતો નથી, પરંતુ એવો ત્યાગ તો નાદ્યુટકાનો ત્યાગ છે. માનવીને પરસ્પરને માટે કેટલીયે વાર અને ઘણીવાર બેણેબેળે ત્યાગ કરવો પડે છે અને એવા ત્યાગમાંથી મનમાં વિકૃતિ જન્મે છે અને મનને બળાપો, ફ્રોશ, સંતાપ, કોઈ વાર ઉશ્કેરાટ અને અશાંતિ પણ જન્મે છે, ‘ત્યાગાત્ શાંતિઃ અનંતરમ्’- ત્યાગથી અનંત શાંતિ જન્મે છે. ઉત્સાહભર્યા ઉમળકાથી અને ઉમંગથી જે ત્યાગ થાય તેમાંથી અનંત સુખ પ્રાપ્ત થઈ શકે છે- તેવો જ્ઞાનભક્તિયુક્ત હેતુ અને તેનું જ્ઞાન તે ત્યાગ કરતી વેળા પળેપળ માનવીના દિલમાં જબકતું અને ઉપર તરતું રહ્યા કરે તો તેવા જ્ઞાનભક્તિપ્રેરક હેતુથી પ્રેરાઈને જે ત્યાગ બન્યા કરે તેવા ત્યાગનું મૂલ્યાંકન બહુ ઊંચું છે. એવો ત્યાગ જ્યારે પ્રગટે છે ત્યારે મન, બુદ્ધિ અને આપણાં હૃદય વિશાળ, ઉદાર, સહજનશીલ અને મળેલા દરેક જીવ પરત્યે સદ્ગુરૂભાવથી ભરપૂર રહ્યા કરે છે.

આ સંસારવહેવારમાં મળેલાં સંબંધીઓ અનેક પ્રકારની પ્રકૃતિ અને સ્વભાવવાળાં હોવાનાં. પરસ્પરનાં પ્રકૃતિ અને સ્વભાવ જુદાં જુદાં પ્રકારનાં હોવાથી તેમાંથી આપમેળે સંઘર્ષણ, અથડામણ, અકળામણ પેદા થાય છે. અને તેને લીધે માનવીનું મન વધારે ને વધારે દીદળું બને છે, પરંતુ જો પ્રકૃતિ અને સ્વભાવનો તેના વિજ્ઞાન પ્રમાણે અભ્યાસ કરીએ અને સમજાએ કે પ્રકૃતિ અને સ્વભાવને લીધે આ બધું સંઘર્ષણ થાય છે તો તેવું થવાનું કારણ સામસામી વ્યક્તિઓનાં પ્રકૃતિ અને સ્વભાવ છે, એ આપણાને સહેજે સમજાઈ જાય.

સંસારવહેવારનો ગુણધર્મ જ એવો છે કે તેમાંથી આ પ્રકારની અથડામણ થવાની જ. એટલે એમાંથી જે ઊગરવા ઈચ્છે અને તેમાંથી જેને તરતાં રહેવાનું દિલ થાય અને સફાળા જાગી ઊઠવાની ઈચ્છા થાય તેવા જીવને જ ત્યાગ કરવાનું ખરેખરું દિલ પ્રગટે છે. એવા અથડામણના પ્રસંગમાંથી પોતાને એકમાત્ર શાંતિ જ જોઈએ છે અને તે શાંતિ ટકાવવી છે. એવું ખરેખરું જેને દિલમાં પ્રગટેલું છે તેવો જ માનવી સરળતાથી અને ઉમળકાથી ત્યાગ કરી શકશે. એમાંય સંસારવહેવારમાં માનવીને વશેકવશે કે બળેબળે પણ ત્યાગ તો કરવો જ પડે છે, તો પછી માનવી સમજને, પોતાનાં સુખશાંતિને માટે સમજ સમજને ત્યાગ કરે તો તેવા ત્યાગમાંથી માનવીના જીવનમાં આનંદ અને શક્તિ બંને પ્રગટી શકે, ભાવનાભર્યા દિલના એવા ઉમળકાથી જેનાથી ત્યાગ થાય છે તેમને નવું જીવન પાંગરે છે અને એવા જીવનનો લહાવો કોઈ અનેરો છે. એ તો તે પ્રમાણે જે સમજ સમજને પોતાના હિત ખાતર તેમ વર્તી શકે છે તેવો જીવ એકલો જ તેને માણી શકે છે.

સમજશપૂર્વકના ત્યાગ વિના સાચું સુખ મળી શકે નહિ. જો આપણે હિલથી સાચા ભાવથી ત્યાગ કરીએ તો સુમેળ, સંપ, સહાનુભૂતિ, ધીરજ, સહનશક્તિ, એકબીજાનાં મન અને વિચારો પ્રતિ ઉદારતા, સહિષ્ણુતા અને આનંદ-પ્રસન્નતા એવા એવા ગુણો જરૂર વિકરી શકે અને ત્યાગમાંથી જીવનનાં નવાં પગરણ એક પછી એક પાંગરતાં જાય. જીવનના સાચા સુખની પ્રાપ્તિ એવા ત્યાગથી છે. એવો ત્યાગ માનવીના મનને હળવુંકૂલ બનાવે છે.

(‘મુક્તાનાનો પ્રેમસ્પર્શ’ પૃ. ૧૦૫-૧૦૭,  
તા. ૨૧-૮-૧૯૬૨)

## ૫. મનને કેળવવા શું કરવાનું ? - શ્રીમોટા

સાધકના મનમાં શાંતિ, સ્થિરતા, તટસ્થતા, સમતા, ધીરજ આદિ ગુણો ખીલે—ખીલતા રહે— તે પણ તેટલું જ જરૂરનું છે; પરંતુ તે બધાં પર ઝાણું મહત્વ સાધક ન આપતો રહે, પણ તે તે કાજે હૃદયમાં પ્રેમભક્તિ વડે કરીને કર્યા જ કરતો રહે. તે તે કાજે તેવું રચનાત્મક બળ મેળવ્યા કરવાનો અનુભવ કરતો રહે. આવા બધાનું જીવતુંજાગતું મહત્વ હૃદયમાં રહ્યા કરે તે ઘણું જરૂરનું છે. મનમાં મનની સ્થિરતા, શાંતિ આદિ સ્થપાયા વિના સાધક ઘણી જ વેળા ગુંચવાડામાં પડી જતાં જોયેલો છે. આવી પડેલ પરિસ્થિતિમાં સમતા, શાંતિ ને ધીરજપૂર્વક ઉકેલ આણી શકવામાં ઘણો અધીરો ને હાવરોબાવરો બની જતો અનુભવાયો છે. જે તે કામ સ્વસ્થતાથી, સમતાથી, શાંતિથી થયાં જાય, તો તેમાં અકળામણ, ઉકળાટ, અશાંતિ, રાગદ્વેષ વગેરે ન થયાં કરે; ને આમ થવું તે પણ સાધના જો કરવી હોય તો ઘણું ઘણું જરૂરનું છે. સર્વ કંઈ જે કરવાનું છે તે પ્રભુની ભાવના પ્રગટાવવા-કેળવવા કાજે કરવાનું છે, પોતાના જ વિકાસ કાજે કરવાનું છે, એમ પણ મનને કેળવતા રહેવાનું છે.

(‘ભર્મણગંગા’ પ્રથમ આવૃત્તિ, પૃ. ૩૦-૩૧)

## ૬. મનનો સંયમ કેળવવા શું કરવું ? - શ્રીમોટા

અલ્ય આહાર (શરીરની આરોગ્યતા અને સુખાકારી પૂરેપૂરાં જળવાઈ રહે તેટલો તો ખરો જ) અલ્ય વિહાર, અલ્ય નિદ્રા, અલ્ય બોલવું, અલ્ય સંબંધ, અલ્ય સંપર્ક, અલ્ય વ્યવહાર, અલ્ય જવું-આવવું ને અલ્ય મેળાપો એ બધાં મનનો સંયમ કેળવવામાં ઘણાં ઘણાં મદદરૂપ છે.

જીવનમાં, વ્યવહારમાં, વર્તનમાં, સંબંધમાં, કર્મમાં, વૃત્તિમાં, વિચારમાં, કામનાઓમાં, સ્થળ તેમ જ સૂક્ષ્મ પ્રકારમાં શાંતિ, સમતા, પ્રસન્નતા, ધીરજ આદિ કેમ જળવાયાં કરાય, તેને તેને લક્ષ્યમાં રાખીને જેમ કરવું યોગ્ય લાગે તેમ તે કરવું. જ્યાં જ્યાં તેનો ભંગ થતો લાગે ત્યારે અટકવું. આવા બધા, અલ્યતા, ના પ્રકારની પાછળનો હેતુ તો એટલો જ કે ‘જીવે’ વધારે ને વધારે અંતર્મુખતા કેળવ્યા કરવાની છે. માનવીની બધી ક્રિયા, કર્મો, વ્યવહારો વર્તનો, સંબંધો, વિચારો ને વૃત્તિઓ આદિ બધું જ બાહર્મુખતાનું છે. જે જીવની એવી દશા હોય, તેનું તેવું માનસ ને તેની તેવી બુદ્ધિ સાધનામાર્ગ વિષેનું યથાર્થ મૂલ્યાંકન પણ કરી શકતાં નથી.

સાધનામાર્ગનાં થવા કાજે જ્ઞાનપૂર્વક રજથીયે ૨૪ થવાની જરૂર છે. નમ્રતા તો શૂન્યતાનીયે પાર થાય તે ઘણું જ જરૂરનું છે. નમ્રતા એટલે પોતે કશું જ નથી — એકમાત્ર શ્રીભગવાન જ છે — એવી નિષાપૂર્વકની જ્ઞાનયુક્ત ભાવના તે. તેવિના આપણું કામ કદી પાકી શકવાનું નથી. માટે જે તે આ માર્ગનું તને લખવાનું બન્યાં કરે, તેનું યથાશક્તિ પ્રેમભક્તિથી, હૃદયથી પાલન કરતી રહેજે. આ પામર જીવની તારા જીવમાં પ્રાણપ્રતિજ્ઞા કરવાની જવાબદારી તારી છે. આ ‘જીવ’ની શોભા તારા જીવનના વર્તનમાં છે. તારી વાણીમાં, તારા વર્તનમાં તારી ભાવનામાં છે તે જાણજે.

(‘ભર્મણગંગા’ પ્રથમ આવૃત્તિ, પૃ. ૩૦-૩૧)

## ૭. સ્વખાં અને સ્વખાંમાં સાધના

આપણે જ્યારે ઉંઘમાં હોઈએ છીએ ત્યારે સ્વખાંમાં આપણી વાસનાના જોરે આપણે અનેક એવા પ્રસંગો અનુભવીએ છીએ કે તેનો જાણે આપણને પ્રત્યક્ષ અનુભવ થતો હોય ! ત્યારે આપણે સાંભળીએ છીએ. જોઈએ છીએ, સુંધીએ છીએ, ચાખીએ છીએ, સ્પર્શાએ છીએ, એટલું જ નહિ, પરંતુ હાથ-પગ અને બીજી તમામ કર્મન્દ્રિયોનો ઉપયોગ પણ કરતા હોઈએ છીએ. આ બધી કર્મન્દ્રિયો અને જ્ઞાનેન્દ્રિયો ત્યારે સ્થૂળપણે તો જાણે નિશ્ચેષ હોય છે; પરંતુ એ બધી ઈન્દ્રિયોની અંદર રહેલો પ્રકૃતિનો જે સ્વભાવ છે તે એમાંથી બેંચાઈને સૂક્ષ્મતમ્ પ્રાણતત્વમાં રહે છે અને પેલી સ્થૂળ પાર્થિવ ઈંદ્રિયો તો ઉંઘમાં જ પડેલી હોય છે; અને ઉંઘમાં હોવા છતાં બીજી બધી ઈન્દ્રિયો અને કરણો તેના સૂક્ષ્મ સ્વરૂપે હોયાં કરે છે.

સાધારણ રીતે તો આ બધી ઈન્દ્રિયોની વાસના ઉંઘ વેળાના સ્વખાંમાં, એમાંથી સ્થૂળતા નીકળી ગયેલી હોવાના કરણે વધુ જોરદાર બને છે, અને તે વાસના ભોગવવામાં આપણે તદાકાર બનીએ છીએ; પરિણામે વાસના પોતાનાં મૂળ ઊંડાં ઘાલે છે. આવી વેળા જો આપણે જાગૃતિ રાખી શકીએ અને ઈન્દ્રિયોની વાસનામાં ભાગ લેતા અટકી જઈ શકીએ તો સાધનામાં ઘણી મદદ મળે.



આપણી દસે ઈન્દ્રિયો, મન, પ્રાણ, ચિત્ત, બુદ્ધિ, ભાવના—લાગણી આદિ સકળ કંઈ ઉંઘમાં આમ તો નિશ્ચેષ પડેલાં હોવા છતાં તેઓ જાણે અતિ સૂક્ષ્મમાં સૂક્ષ્મ એવા પ્રાણતત્વમાં સમાઈ જતા હોય છે. ફરીથી જન્મ લેવાની વેળા એ બધું તેની સાથે જાય કે હોય અને તે કેવી રીતે, તે આમાંથી સમજ શકાશે.

સ્વખાં જે જે અનુભવો થઈ રહેલા હોય તેમાંથી અલગ થવા માટે ‘આ બધું મારાથી અલગ છે’ એવી જાગૃતિ રહેવી કે રાખવી જોઈએ.

આપણું મન આમ તો ઉંઘતું કહેલું છે – પરંતુ તે ખરી રીતે ત્યારે પણ સૂક્ષ્મપણે સક્રિય હોય છે. – એટલે આમ ઉંઘતું હોવાથી આપણે સ્વખાં જોઈએ છીએ. સ્વખાં દરમિયાન સ્વખાંના ભાગ તરીકે મન કદીક વિચાર કરી જાય છે તે વળી જુદી વાત છે.

સૂક્ષ્મ હંમેશાં સ્થૂળ કરતાં વધુ બળવાન હોય છે. વેગવાન પણ હોય છે; જેમ પૃથ્વી એટલે માટી કરતાં પાણી અને પાણી કરતાં પવન વધુ ચેતનવાળો છે તેમ. આથી દિવસની સ્થૂળ જાગૃતિની સ્થિતિમાં આપણે જે કદી ન કરીએ (કારણ કે આધારનાં કરણો ત્યારે ચોકીદારરૂપે હોય છે) તે વસ્તુ આપણે સ્વખાં કરીએ છીએ. આથી આપણી સાચી પરખ ઘણી વાર સ્વખાં જણાઈ આવે છે. – જોકે હંમેશ તે તેની કસોટી ન ગણી શકાય, કારણ કે સ્વખાંમાં બેણસેળપણું પણ ઘણું હોય છે. ખીચડા જેવું ને ઊડ્ઝૂડિયાપણું પણ તેમાં હોય છે.



સ્વખાની આપણને ખબર પડે છે એ બતાવી આપે છે કે જે ઈંદ્રિયો દ્વારા જે જ્ઞાન ત્યારે પામીએ છીએ એની પાછળ દિવસના ભાગમાં જ્ઞાન પમાડનાર જે ચેતના છે તે તો ત્યારે સૂતેલી હોય છે, પણ બીજી કોઈક એવી ચેતના ત્યારે જીવતીજાગતી હોય છે, કે જેનાથી આપણને આ બધાંની સમજણ પડે છે. ચેતનાના ત્રણ પ્રકારો છે. ઉપરની, વચ્ચેલી અને છેક અંતરની સપાટીની. આપણને સતત કેવાં સ્વખાં આવે છે એના ઉપરથી આપણામાં કયા પ્રકારની ચેતના કામ કરી રહેલી છે તે સમજાય છે. રોજબોજના વ્યવસાયોનાં કે વ્યવહારનાં સ્વખાં જો આવતાં હોય તો એ માત્ર આપણું સ્થૂળપણું બતાવે છે, તથા તે ઉપરાંત એ સ્થૂળપણું આપણામાં ઊતરતું જાય છે, આપણે એમાં રસ લઈએ છીએ ને તે વૃત્તિમાં સપડાતા જઈએ છીએ એમ બતાવે છે. વળી વિષયનાં

સ્વર્જાં, લાલસાનાં, કીર્તિનાં કે એવાં સ્વર્જાં આપણા વાસનાદેહનાં છે એટલે કે તે વૃત્તિઓ આપણા પ્રાક્તમાં ગંડી પેઢેલી છે એમ સમજાય છે. વળી એવાં સ્વર્જાં બંધ થતાં જાય (જોકે તદ્દન જડ માણસને તો એવાં સ્વર્જાં નથી આવતાં) તો એમ પણ જાણી શકાય કે આપણે છેક ઉપરની સપાટી પરની ચેતનાના પડથી આપણે અલગ પડતા જઈએ છીએ.

સ્વર્જાંને આપણે સર્વાંશો, નક્કરપણે, જેમ ફેંકી દેવાનાં નથી તેમ સર્વાંશો, નક્કરપણે મહત્વ પણ આપવાનું નથી; છતાં એમાંથી દિશાસૂચન મળી શકે છે ખરું.

સ્વર્જાંનો પૂરૈપૂરો અર્થ આપણાને સમજાતો નથી એનું કારણ એ છે કે એની પાછળની જે ચેતનાથી આપણાને જ્ઞાન થતું હોય છે એ ચેતનાની આપણાને સમજણ પડેલી હોતી નથી; અને એની પાછળના રહેલા સરંગપણામાંનો એકાદ નાનકડો ભાગ જ આપણાને દેખા દે છે; એટલે એના સમગ્ર સરંગપણાની સમજણ કેવી રીતે પડી શકે?

આધુનિક માનસશાસ્ત્રીઓ જણાવે છે કે સ્વર્જાંની પાછળ કંઈક રચના રહેલી છે અને એનાં પણ કારણો હોય છે, ને તેમાં ઘણી વાર તથ્યાંશ હોય છે, એટલે આપણે સ્વર્જાંને નકારાં પણ ગણવા નહિ, તેમજ એનો અર્થ કે રહસ્ય આપોઆપ સહજપણે ન સમજાઈ જાય તો એની પાછળ માથાફોડ પણ ન કરવી. સાધારણપણે માનવીનાં મોટા ભાગનાં સ્વર્જાં ભેણસેળવાળાં અને ઢંગધડા વિનાનાં હોય છે. કોઈ એક જ પ્રકારનાં ને અમુક જ વિષયનાં સ્વર્જાં આવતાં હોય તો તે ઉપરનાં સ્વર્જાં કરતાં તદ્દન જુદી પ્રકારનાં ગણાય. તે માનવીનું મન તે એક પ્રકારમાં પરોવાયેલું હોવાનું સમજી શકાય.

સ્વર્જાં દ્વારા ઘણાંને કંઈક કંઈક ઉકેલો ને સૂજ મળી જતાં જાણ્યાં છે. સ્વર્જ કેટલીકવાર સાંકેતિક પણ હોય છે.



સાધનાની દશાની જગત સ્થિતિમાં આપણામાં પ્રવર્તતા સાત્ત્વિક ગુણો; જેમ કે વિવેક, તાટસ્થ્ય, શાંતિ, સમતા, પ્રસન્નતા, નિરાગ્રહીપણું, અક્ષુભ્યતા આદિ જ્યારે સ્વર્જાંમાં પણ એવા જીવતા ને ઉપયોગમાં પ્રવર્તી શકે એવા પ્રગટેલા હોય, ત્યારે જ તેવા ગુણો શક્તિસ્વરૂપ બની આપણા આધારમાં જીવતા બની ગયેલા છે એમ જાણવું. વળી, સ્વર્જાંમાં જે જે વૃત્તિઓ ભોગવવાનું બને તે સ્વર્જ-સંસ્કાર દિવસની જગત-પ્રવૃત્ત દશામાંના કર્મના સંસ્કાર કરતાં ઘણા વધુ બંધનકર્તા છે. સ્વર્જાંમાં ચેતનયુક્ત જગૃતિ હોવી અને ત્યારે તાટસ્થ્ય જાળવવું એ સાધનાની ઘણી ઊંચી કક્ષાની વાત ગણાય.



કેટલાક જીવને સ્વર્જ વેળા પોતાને સ્વર્જ આવ્યું છે એવો ઘ્યાલ જાગે છે ખરો, પણ તેથી કંઈ તેઓ સ્વર્જ સાથે ભળી ગયેલા નથી એમ ન ગણાય. વૃત્તિ, વિચાર આદિને ત્યારે તેઓ ભોગવે છે ને તેમાં પૂરા એકરસ થયેલા હોય છે.



જે જીવે ઉત્કટ્ટતાથી ને એકધારા પ્રયંક વેગથી સાધનામાં ઝંપલાવ્યું છે એવાને સાધનામાં આગળ જતાં જતાં એનાં સ્વર્જાંનો પ્રકાર જીવદશાવાળાનાં સ્વર્જાંના પ્રકાર કરતાં તદ્દન જુદી જાતનો બની જતો હોય છે; તથા જીવનની અને સાધનાની જુદી જુદી કક્ષાઓમાં સ્વર્જનો પ્રકાર પણ અવનવી રીતે બદલાતો રહે છે.

કેટલાક સાધકને તેના સદ્ગુરુ તરફથી સ્વર્જ દ્વારા પણ અનુભવવાનું અને જાણવાનું મળી શકતું હોય છે. સૂક્ષ્મ દોષોનું તીવ્રતમ ભાન પણ ત્યારે જ જાગી શકે છે.



સ્વર્જમાં જે જે કંઈ થાય, વિચાર આવે કે કદીક કોઈનું ‘દર્શન’ થાય તેના પર જાગો મદાર બાંધવાનો નથી કે કુલાઈ પણ જવાનું નથી. તેવી હકીકતને ઘણું

વધારે મહત્ત્વ પણ આપનારા કેટલાક જીવ હોય છે; પણ તે ભ્રમણામાં પડેલા પ્રમાણવું. સાચી રીતે જે આપણે કરવાનું છે તે કર્યા કરીશું અને તેમાં જો આપણું દિલ પ્રગટાવી શકીશું તો આખરે તો એવી સ્થિતિ થવાની છે કે જેમાં સ્વખને સ્થાન જ નથી. એવી સ્થિતિમાં સ્વખાં પ્રગટી શકતાં નથી.

‘સ્વખનમાં અમુક અમુક દર્શન થયાં ને આમ બન્યું ને તેમ બન્યું’ — એ રીતે કંઈક રાજી થતા કેટલાક જીવને જાણ્યા છે. ‘સ્વખનમાં સદ્ગુરુની પર પ્રેમ ઊભરાયે’, એવું પણ કહેનારા સાંભળ્યા છે. પણ અલ્યા ! જગ્રતમાં તો તેની મદદ લેવાનો દિલનો ઉમળકો તને પૂરો પ્રગટ્યો નથી અને તું સ્વખની શીદને વાત કરે છે ?

●

જેમ દિવસની જગ્રત-પ્રવૃત્ત દશામાં આપણાને ઊઠતા વિચારોની આસક્તિમાં આપણે ન રહીએ, અને તેને પરિણામે ઊઠેલા વિચારમાં આપણું મન ન પરોવીએ અને રસ લેતા બંધ થઈએ, તો જ ધ્યાનમાં ઊઠતા એક એક વિચાર સાથે તેના આનુષાંગિક બીજા વિચારને સંકળાઈ જતાં અટકાવી શકીએ છીએ; તેવું જ ઊંઘમાં સ્વખાં વિષેનું પણ છે. સાધક જેમ જેમ દિવસની પ્રવૃત્ત દશામાં નિરાસકત બનતો જાય છે, નિરાગહી બનતો જાય છે, તેમ તેમ તેના વિચારોની સાંકળ જોડાતી બંધ થાય છે, જે સંપૂર્ણ નિરાસકત બને છે તેને વિચારો કરી-કરીને કર્મમાં પ્રવેશવાનું બનતું નથી. તેમ છતાં તેવાને પણ પ્રારબ્ધ રહેલું હોય છે. એવો ઉચ્ચાત્મા સાધક ચિત્તમાં પડી રહેલા પ્રારબ્ધના સંસ્કારોને સ્વખનમાં પણ સ્કુરાવી સ્કુરાવીને અથવા એ સંસ્કારો પોતાના સ્વભાવ પ્રમાણે સ્વખનમાં ઊઠે ત્યારે સ્વખનમાં પણ તે પ્રતિ જગ્રતપણે તટસ્થ રહીને, તેમાં રસ ન લઈને, તે સંસ્કારોને આપોઆપ ખપાવી દઈને તેમના પટ પ્રમાણેનો આકાર લેતા અટકાવે છે. એવી રીતે આપોઆપ સ્વખનમાં જે

સંસ્કારો ઊઠે છે, તેના વલાર કે વહેશમાં પોતે જાગૃતિભર્યો તટસ્થભાવ રાખ્યા કરતો હોવાથી તે સંસ્કારો તેનામાં નવું કર્મબંધન ઊભું કરતા નથી. આમ જ્યારે જ્યારે વિચારો કે સંસ્કારો આપણને સ્પર્શ કર્યા વિના આપોઆપ વહી જતા હોય ત્યારે ત્યારે આપણે તેટલા પ્રમાણમાં ખાલી થતા જઈશું. ઉપર જણાવેલી સ્થિતિનો સાધક એવી રીતે ચિત્તમાં પડેલા બધા સંસ્કારોને ખાલી કરી નાખે છે. પોતાના પ્રારબ્ધને ભોગવી નાખવાનો આ પણ એક રસ્તો છે; પણ આ એક જ રસ્તો છે એમ માનવાનું નથી.

●

જેણે જીવનની સાધનાની શરૂઆત કરી છે, એવા સાધકથી ઊંઘમાં ઊઠતા સંસ્કારોમાં પોતાનું મન ન જાય એવી હદ્યની જાગૃતિ રાખી શકતી નથી. આથી સાધક દિવસના સર્વ વ્યવહારમાં કર્મો કરતો રહેવા છતાં જો તેમાં આસક્તિ રાખ્યા વિના નહિ ભેળાવાનો ચેતનાયુક્ત જાગૃતિભર્યો પ્રયાસ કર્યા કરશે તો ને તેમાં જેટલા અંશે સફળ થશે તેટલા અંશે રાતના ઊંઘમાંના સ્વખનમાં તેમ જ તે સમયના સંસ્કારોમાં અલગપણે રહી શકવાને તે સમર્થ નીવડી શકશે. વળી ઊંઘની જરૂર શરીરને છે. ‘પ્રાણ’ અથવા તો એવું જે સૂક્ષ્મ તત્ત્વ અંદર રહેલું છે અને જેને આપણે કર્મનું પ્રેરક તત્ત્વ કહીએ છીએ, તે તો ઊંઘનું હોતું નથી. એટલે ઊંઘમાં આપણે સયેતન રહીએ એવી ઊંઘની સ્થિતિ સાધકની થવી જરૂરી છે. આને માટે સાધક સૂતાં પહેલાં ને દિવસ દરમિયાન પણ ખૂબ ઉત્કટ ઝંખનાપૂર્વક ભાવનાથી હદ્યના ઊંડાણમાંથી પ્રેરાઈને એકભાવે પ્રાર્થના કરશે. એમ તો પ્રત્યેક કર્મના અંતરમાં એના હદ્યનો પ્રાર્થનાભાવ આગળ જતાં પ્રત્યક્ષ જીવતો બન્યા કરવાનો છે. એવું થતાં સાધક કર્મનાં નવાં બંધનમાંથી ઊગરી જવાની શક્યતાવાળો બની રહે છે.

(‘જીવન પગરણ’ પાના નં. ૪૮૬ થી ૪૮૭)

મ્રિય ભાઈ,

જ્યારે આપણે ઉંઘમાં હોઈએ છીએ ત્યારે મન સિવાયની સ્થૂળ દસેય ઈંડ્રિયો પોતપોતાના કામમાં જગ્રતપણે રહેલી હોતી નથી, પરંતુ તેથી કાંઈ તે તે ઈંડ્રિયોમાંથી સૂક્ષ્મપણે રસ લેવાની કે ભોગવવાની વૃત્તિ ઉંઘમાં ચાલી ગઈ હોતી નથી. ઉલટું ઈંડ્રિયોનું સ્થૂળપણું નીકળી ગયેલું હોવાથી ચિત્તમાંથી ઉઠેલા સંસ્કારો, વૃત્તિઓ અને તેમાં રહેલો રસ, આપણી દિવસની પ્રવૃત્તિમાન દશા કરતાં ઘણા બળવત્તર પ્રમાણમાં ભોગવાતાં રહે છે. આવી સ્થિતિમાં જે સંસ્કારો ઉઠ્યા હોય તેમાં કાળ અને સ્થળનો પણ લય થઈ જતો હોય છે; અને ઈંડ્રિયોથી એકાકરપણે તેમાં આપણે સવિશેષ પ્રવૃત્ત રહ્યા કરીએ છીએ, તેથી દિવસની પ્રવૃત્તિમાં થતાં કર્મોના કરતાં પણ સ્વખનમાં જાગતા સંસ્કારોના ઉદ્યમાં વધારે બંધનમાં જકડાયા કરતા હોઈએ છીએ. દિવસના પ્રવૃત્તિનાં કર્મોના જે કંઈ વિચાર કે વૃત્તિ થાય, તે તે તાત્કાલિક ફળવામાં અનેક અંતરાયો તેમાં રહે છે. ‘જીવ’ તેથી તે તે વિચાર કે વૃત્તિને પૂરું ભોગવી શકતો હોતો નથી. જ્યારે ઉંઘમાં સ્વખની અંદર જે વિચાર કે વૃત્તિ ઉઠે, તે તો એકદમ આકાર લઈ લેતાં હોય છે, તેમાં માનવીનું મન પૂરેપૂરું ભોગ ભોગવતું હોય છે.

પરંતુ જેમ ‘જગ્રત’ દશામાં આપણાને ઉઠતા વિચારોની આસક્તિમાં આપણે ન રહીએ, અને તેને પરિણામે ઉઠેલા વિચારોમાં આપણું મન ન પરોવીએ, અને રસ લેતા બંધ થઈએ, તો જ ધ્યાનમાં ઉઠતા એક એક વિચાર સાથે તેના આનુષંગિક બીજા વિચારને સંકળાવા દેતા અટકાવી શકીએ છીએ. તેવું જ ઉંઘમાં સ્વખનદશાનું પણ છે. સાધક જેમ જેમ ભગવાનની કૃપાથી જગ્રત દશામાં નિરાસકત બનતો જાય છે. નિરાગ્રહી બનતો જાય છે, તેમ તેમ તેના વિચારોની સાંકળ મનમાં જોડાતી બંધ થવાનું બન્યા કરે છે. જે

સંપૂર્ણ નિરાસકત બને છે, તેને વિચારો કર્યા પછી કર્મોમાં પેસવાનું બનતું નથી, તે તો આપમેળે જ સહજપણે, સરળપણે પોતાનાં કાર્યો કરતો હોય છે. તેમ છતાં એવાને પણ પ્રારબ્ધ રહેલું હોય છે. એવો સાધક ઉચ્ચાત્મા ચિત્તમાં પડી રહેલા પ્રારબ્ધના સંસ્કારોને સ્વખનમાં પણ સ્કુરાવી સ્કુરાવીને અથવા એ સંસ્કારોને પોતાના સ્વભાવ પ્રમાણે સ્વખનમાં ઉઠે ત્યારે સ્વખનમાં પણ તે પ્રતિ જગ્રતપણે તટસ્થ રહીને, તેમાં રસ ન લઈને તે સંસ્કારોને આપોઆપ વહેતા જતા અને તેમના પટ પ્રમાણોનો આકાર લેતા અટકાવે છે. એવી રીતે આપોઆપ સ્વખનમાં જે સંસ્કારો ઉઠે છે, તેના વલાણ કે વહેણમાં પોતે જાગૃતિભર્યો તટસ્થભાવ રાખ્યા કરતો હોવાથી તે સંસ્કારો તેનામાં નવું કર્મબંધન ઉભું કરતા નથી. આમ જ્યારે જ્યારે વિચારો કે સંસ્કારો આપણાને સ્પર્શ કર્યા વિના, આપણાને લેપ લગાડ્યા વિના, આપોઆપ વહી જતા હોય, ત્યારે ત્યારે આપણે તેટલા પ્રમાણમાં ખાલી થતા જઈશું. ઉપર જાણાવેલી સ્થિતિનો સાધક એવી રીતે ચિત્તમાં પડેલા બધા સંસ્કારોને ખાલી કરી નાબે છે. પોતાના પ્રારબ્ધને ભોગવી નાખવાનો આ પણ એક રસ્તો છે; પણ એક જ રસ્તો છે એમ માનવાનું નથી.

આ ઉપરથી સમજાય છે કે દિવસની પ્રવૃત્તિમય દશામાં ઉઠતા વિચારોની સાથે જો આપણે સાંકળો જોડવા ન દઈએ તો આપોઆપ આપણામાં તટસ્થતા કેળવાતી જશે; ને તે તટસ્થતાનો ભાવ પ્રત્યક્ષપણે, પ્રત્યેક કર્મ કરતી પણે તેના અંતરમાં જો જીવતો થયેલો હશે, તો તેવો તટસ્થતાનો ભાવ સ્વખની બાબતમાં પણ ઉપયોગી થઈ પડશે. તેમ થતાં આપણી આસક્તિ પણ ઘટશે. વિચારોની સાથે સાંકળ ન જોડવા દેવી એ સાધનાનું એક મુખ્ય અંગ છે. તેથી અવારનવાર એ બાબતમાં જ્યારે જ્યારે તેવી માનવિક સ્થિતિ (સાંકળ જોડાઈ જવાની દશામાં)

આવી પડે ત્યારે સાધકે જાગૃતિ રાખ્યા કરવી. પરંતુ તે તરફ જ ભાર એણો આખ્યા ન કરવો ઘટે. સહજપણે ભાર તો એનાથી સાધકનામાં જ આખ્યા કરવાનો બનવો જોઈએ. સાધનાના જોશમાં કે જોશને લીધે જ અથવા સાધનાથી નીપજતા પરિણામને લીધે જ આપોઆપ તેની તેવી સ્થિતિ થતી જવાની છે એમ તેણે જાણવું. આવું થતાં પહેલાં પણ જ્યારે જ્યારે વિચારોની સાંકળોમાં પરોવાતા હોઈએ ત્યારે તેનો તુરત જ આપણાને ખ્યાલ જાગવો ઘટે ને ખ્યાલ જાગીને જો ચેતી જવાનું બને તો જ તે સાંકળો જોડવાનું કાર્ય અટકી શકે. આવી રીતે પ્રત્યેક વિચારની સાથે સાંકળ ન જોડવાનું ભાન જેને જાગે છે ને એવી જીવતી ચેતનાપૂર્વકની જાગૃતિ જેનામાં જાગે છે, તે જ સાચો સાધક છે.

પરંતુ જેણે જીવનની સાધનનાની શરૂઆત કરી છે, એવા સાધકોથી તે ઊંઘમાં ઉઠતા સંસ્કારોમાં પોતાનું મન ન જાય એવી હૃદયની જાગૃતિ રાખી શકતી નથી. તેથી સાધક દિવસના સર્વ વ્યવહારમાં કાળજીપૂર્વક અભ્યાસથી તે તે વધુ કરતો હોવા છાતાં તેમાં આસક્તિ રાખ્યા વિના, ના ભેળાવાનો ચેતનાયુક્ત જાગૃતિભર્યો પ્રયાસ કર્યા કરશે; એટલે કે તે તે કમમાં શ્રીપ્રભુની ભાવનાને ધારણ રાખીને પ્રવર્તવા મથ્યા કરશે ને તેમાં તે જેટલો સફળ થશે તેટલે અંશે તેના આધારે રતના ઊંઘમાંના સ્વખભમાં, તેમ જ તે સમયના સંસ્કારોમાં અલગપણે રહી શકવાને તે સમર્થ નીવડી શકશે. વળી ઊંઘની જરૂર શરીરને જ છે. પણ ‘પ્રાણ’ અથવા તો અવું જે સૂક્ષ્મ તત્ત્વ અંદર પડેલું છે અને જેને આપણે કર્મનું પ્રેરક તત્ત્વ કહીએ છીએ, તે તો ઊંઘનું હોતું નથી. એટલે ઊંઘમાં આપણાને આપણું ભાન રહે, આપણે સાવચેત રહીએ, એવી ઊંઘની સ્થિતિ સાધકની થઈ જાય તો જ એની સાધના થતી રહે છે એમ જાણી શકાય. અવું થવું ધણું જરૂરનું પણ છે. એની મહત્ત્વાની વધારે ને વધારે જ્યારે હૃદયમાં સાધકને સમજાશે ત્યારે તે એને મેળવ્યા

વિના રહેવાનો નથી. આને માટે તે સૂતાં પહેલાં ને દિવસ દરમ્યાન પણ ખૂબ ઉત્કટ ઊંઘનાપૂર્વક ભાવનાથી હૃદયના ઊંડાણમાંથી પ્રેરાઈને એક ભાવે પ્રાર્થના કરશે; ને એક પણ દિવસ તેની પ્રાર્થના કર્યા વિના તેને ચેન નહિ પડે. એમ તો પ્રત્યેક કર્મના અંતરમાં એના હૃદયનો પ્રાર્થનાભાવ આગળ જતાં તો પ્રત્યક્ષ જીવતો બન્યા કરવાનો છે. એવું થતાં સાધક કર્મના નવા બંધનોમાંથી ઊગરી જવાની શક્યતા પર આવી ઊભે છે.

એવા સાધકને દિવસમાં જેટલી જાગૃતિ હોય છે તેના કરતાં વધારે જાગૃતિ તે રાત્રે રાખી શકશે, અને આમ રાત્રે ચેતનાભરી જાગૃતિથી મેળવેલું બળ તેના દિવસના વ્યયહારમાં તટસ્થતા જાળવવા માટે ઉપયોગનું થઈ પડે છે. આમ, સાધક જ્યારે ઊંઘમાં, રાત્રિના વખતમાં, સ્વખની દશામાં, અંતરમાં અંતરથી જાગૃતિ અનુભવ્યા કરતો હોય છે ત્યારે ચિત્તમાંના ઉઠતા સંસ્કારો, કે જે સ્વખ માટે અથવા બીજી રીતે વ્યક્ત થતા હોય છે, તેને રસથી ભોગવવામાં કદાપિ પણ મંડ્યો રહી શકશે નહિ. પરંતુ તે તેનાથી અલગ રહેવાને સતત પ્રયત્નશીલ રહેશે. આવી ચેતનાભરી જાગ્રત અલગતા ત્યારે જ શક્ય છે કે જ્યારે સાધક પોતાનાં બધાં જ કર્મો પોતાની સાધનની દિલ્લિએ જ કર્યા કરશે. કર્મનાં આદિ, મધ્ય અને અંતમાં શ્રી ભગવાનની ભાવના અને ધારણા સાથે સંકળાઈને જ તે બધું કર્યા કરશે. તેથી તેનામાં પોતાનું ‘અહમ’ તથા આસક્તિ અને આગ્રહો ઘટવાનો પૂરો સંભવ રહે છે. જે જીવને કર્મનાં આદિ, મધ્યને અંતમાં જાઝા વિચારો ઉઠે છે, તે જીવે સાધનાનું પહેલું પગથિયું પણ મંડ્યું નથી એમ જાણવું ને માનવું, સ્વખભમાં જે જીવ ચેતનાભરી જાગૃતિ રાખી સ્વખને વહી જવા દે છે અથવા તેની સાથે ચેતનાયુક્ત સમતા ધારણ કરી શકે છે, તેવો જીવ જ પોતાના કર્મ પ્રારબ્ધને પોતાનામાં અસર કરતું અટકાવી શકે છે.

(‘જીવનસંદેશ’ પૃ. ૬૮ થી ૭૧)

## ૮. આપણું ધાર્યુ કેમ નથી બનતું ?

આપણે આપણું જ ધાર્યુ કરી શકીએ, આપણા કલ્યા પ્રમાણે બધું થાય એવી ઈચ્છા કે આગ્રહ મન રાખ્યાં કરે તે પણ અયોગ્ય છે. આપણે તો શ્રીભગવાનનું ધાર્યુ થાય તે કાજે જીવનું છે. જો તેમ છે તો પછી આપણા અહંકારને, આગ્રહોને, સમજણોને, ટેવોને વગેરેને તોડવા જુદા જુદા નિભિતે જે જે પ્રસંગો મળ્યા કરે, તેને સાધકે પ્રેમથી સ્વીકારવાનું દિલ થયાં કરવું ઘટે. ‘પ્રત્યેક પ્રસંગ ગુરુરૂપ છે’, તેનો અર્થ આવી રીતનો છે. પ્રત્યેક પ્રસંગને જીવનવિકાસના ઘડતરમાં કયું ને કેવું સ્થાન છે તે જોવાને અંતરની આંખ આપણે કેળવવાની છે. જો તે થયાં કરશે, તો આપણને સંસાર વહેવારમાં સામાન્ય ‘જીવો’ જે પ્રમાણે વર્તે છે, તેમાં દુઃખ કે ન્યાય-અન્યાય જોવાનું જરા પણ દિલ થવાનું નથી, કારણ કે તેમની કને બીજી વધારેની આશા રાખવી એ જ આપણું પોતાનું અજ્ઞાન સૂચ્યવે છે. આપણું જે રીતનું જીવનધોરણ હોય, સમજણ હોય ને જે જાતની ભાવના હોય, તેવું જ બધાં ‘જીવો’નું હોય, એવું તો બની જ ન શકે ને ? તેથી આપણને તો જે જીવનવિકાસને રૂંધે ને મનમાં અશાંતિ આદિ ઉપજાવે, ને એવું જો મન આપણને જોવરાવવાનું કરાવે, તો તેમાં તે તે રીતે ભાગ લેવાને સાધકે સ્પષ્ટ ઈન્કાર કરવો. પોતે તેથી અલગ બનવું. મનની રીતે વિચારવાનું કામ તારું નથી. એમ પ્રત્યેક ‘જીવ’ સાથેના બનાવને પ્રસંગ વખતે મનને જો ટકોરતાં રહીશું તો અકળાઈ જવાનો, દુઃખી થઈ જવાનો કે આપણને ન્યાય અન્યાય થઈ રહ્યો છે એવું વિચારવાનો અવસર આપણને નહિ થાય. આપણે તો જે તે કંઈ જીવનવિકાસના હિસાબે, ગણતરીએ

ને તે જ ભાન કર્યા કરવાનું છે ને વિચારવાનું છે. તે વિના બીજી રીતે બીજી રીતનો ભારપૂર્વક હૃદયથી ઈન્કાર કર્યા કરવાનો રહે છે તે જાણજે.

પ્રભુને પળવાર પણ વિસારે ન મૂક્યાય, એનું પ્રત્યક્ષ જ્ઞાનભાન સાધકને હૃદયમાં રહ્યાં કરે તે ધાર્યાં ધાર્યાં મહત્વનું છે. પ્રભુ કાજે જીવવાનું છે, ને એને જ કાજે જે તે કર્યા કરવાનું છે. જેમાં ને તેમાં એનું જ ભાન પ્રવત્તા કરે તે એટલું જ જરૂરનું છે. જ્યારે જ્યારે જીવદશામાં આવી પડીએ, ત્યારે ત્યારે હૃદયમાં હૃદયથી ચેતીને એને જગાડતાં રહીએ ને કૃપાબળમદદ મેળવતાં રહીએ.

(‘સમર્પણગંગા’ પૃ. ૨૨-૨૩)

### લગ્નનો હેતુ – એકાત્મભાવસંબંધ

(અનુષ્ઠાપ)

પતિ, પત્ની, પિતા, માતા, સુહુદ્દ, જે કે ગણો દિલે જેવો ગણો તમે જેમ તેવો વર્તીશ પ્રેમથી.

ને પતિપત્નીસંબંધ પણ અંતે તો શા માટે છે ? તેનો અંતિમ હેતુ શોછે ? વ્યાચ્છિમાંથી સમાચ્છિમાં પ્રકટી તન્મય, તદાકાર થઈ એક જીવંત ચેતનાપ્રવાહરૂપ થવાને માટે લગ્નનો સંબંધ છે. જીવનમાં સુષુપ્ત પડી રહેલી વાસનાઓ સંપૂર્ણપણે દિવ્ય રૂપાંતર પામી જાય, દિવ્ય ચેતનાશક્તિમાં પરિણામ પામે, તેવા હેતુને માટે લગ્નનો સંબંધ છે. અત્યંત પ્રેમના ઉત્કટ ભાવથી, વેગથી, કોઈક એક મુખ્ય હેતુને માટે આપણાં દિલ જો પૂરેપૂરાં એક થઈ શક્યાં, તો તે પણ એક જાતનું લગ્ન જ છેને ? તેવા સંબંધમાં બધા સંબંધો મળી જાય છે, ભળી જાય છે ને છેવટે ગળી પણ જાય છે.

(‘જીવનસંદર્ભ’ પૃ. ૧૦૮-૧૦૯)

કોઈ પણ વિષય કે કાર્યક્રેતમાં કોઈ સારો ને સહદ્યી હોશિયાર શીખવનાર પ્રત્યક્ષપણે મળી જાય તો તે વિષયમાં કે કાર્યક્રેતે કુશળતા મેળવવી શીખનારને ઘણી સહેલી થઈ પડે છે. સંસારમાં જ્યાં જ્યાં નજર નાખીશું ત્યાં માલૂમ પડશે કે દરેક વ્યક્તિ કોઈ ને કોઈ શીખવનાર પાસેથી પોતાને જોઈતું શીખી લે છે. અજાણ્યા પર્વત ઉપર ચઢવું હોય તો આપણે ભૂલા ન પડીએ કે સંકટોમાંથી ઊગારી જઈએ તે કારણે ભૌમિયાને સાથે લઈએ છીએ તેવું જ અધ્યાત્મમાર્ગ છે.

જેણે પ્રભુના માર્ગ વળવું છે, અંતર્મુખી થવું છે, ભગવાનને શરણે રહેવું છે અથવા ઊર્ધ્વગામી જીવન પોતાનામાં ઉદ્ભવવાવાવું છે, તેણે એવા કોઈક સાથે સંપર્ક રાખવો જરૂરી છે કે જેણી પેલાના સંપર્ક અને સંબંધના પરિણામે પોતાનામાં ઊર્ધ્વગામી પ્રવાહો અથડાય અને જન્મે. એવી વ્યક્તિ-વિભૂતિ નિરાસકત, અહંરહિત, દુંદુતીત, ત્રિગુણાતીત અને ભગવાનની ભાવનામાં સદાય રત હોવાથી સાધારણ માનવીમાં જે રાગાત્મક પ્રવાહો પેલા છે. તેનાથી ઉચ્ચ કોટિના પ્રવાહો તે જીવમાં અથડાશે. જોકે સાધકને શરૂમાં આની જાણ થઈ શકતી નથી, પરંતુ આગળની કક્ષાઓમાં જાણ થઈ શકે છે અને સાધકમાં

એક જાતનું સંઘર્ષણ થઈ મંથન જાગશે. આમ, સામસામા રાગાત્મક અને અરાગાત્મક પ્રવાહો જાગ્યા કરતા હોવાથી જીવની ચેતનાશક્તિમાં જરૂર ફેરફાર થવા માંડશે. આપણા બીજા સંબંધો પાર્થિવ હોવાથી એવા સંબંધો આપણને પાર્થિવપણાથી ઉપર લઈ જઈ શકતા નથી. ગુરુની પ્રથા આ કારણે હશે.

જેમ સંપર્ક કે સંબંધ એકલાથી આપણને સામી વ્યક્તિનું ચિંત્વન થતું નથી. પણ એમાં જ્યારે રાગ કે આસક્તિ પ્રગટે છે ત્યારે તેનું ચિંત્વન થયાં કરે છે — ને રાગ જેટલો વધુ તેટલું ચિંત્વન વધુ, તેમ જ એવા ગુરુ પ્રત્યે પણ જો ખૂબ પ્રેમ જાગ્યા કરશે તો એનું ચિંત્વન પણ જરૂર સવિશેષ રહેશે. ગુરુ પ્રત્યેના પ્રેમનો હેતુ આપણી ચેતનાને જગાડવાનો, જગાડીને કિયાત્મક બનાવવાનો અને તેમ થતાં થતાં આપણું સર્વાશે દિવ્ય રૂપાંતર થવાનો છે. આ સંબંધના હેતુમાં પૂરેપૂરી રીતે જ્ઞાન અને ભાન હોવા ઉપરાંત ગુરુ પ્રત્યેનો આપણો ભાવ Receptive and Responsive - ગ્રહણાત્મક અને કિયાત્મક સહકારવાળો હોવો જોઈશે. ખરી આતુરતાભર્યા વલણ, વૃત્તિ અને દસ્તિ આપણામાં કેન્દ્રિત, એકાગ્ર ને હંદયસ્થ રહેવાં જોઈશે.

(‘જીવન પગરણ’ પૃ. ૨૫૫-૨૫૬)

### ‘હરિઃઽં ગુંજન’ને ભેટ

(૧)	ચંદ્રકાન્તાબેન જશભાઈ પટેલ (અમદાવાદ)	રૂ. ૧૫,૦૦૦/-
(૨)	નીરજકુમાર જગદીશભાઈ શાહ (ડાકોર)	રૂ. ૫,૦૦૦/-
(૩)	પૌત્ર અનુજના લગ્નપ્રસંગે ભેટ ડ. પરમાનંદ તલાટી (અમદાવાદ)	રૂ. ૩,૫૦૦/-
(૪)	સ્વ. અક્ષયકુમાર બી. દેસાઈ (અમદાવાદ)	રૂ. ૫૦૧/-
(૫)	મૂદુલાબેન એમ. મુખી (અમદાવાદ)	રૂ. ૫૦૦/-

ઉપરોક્ત સર્વે સ્વજનોના અમે આભારી છીએ.

## ૧૧. ચેતન પ્રગટાવવાની કળા

**સ્વજન બહેન :** મોટા, તમે મારી એકલીના જ દોષ બતાવો છો અને વઢો છો. એમને તો કશું જ કહેતા નથી.

**શ્રીમોટા :** હું તને એકલીને જ કહું છું અને તારા દોષ બતાવું છું અને એને કશું નથી કહેતો એ તારી ભ્રમણા છે. તારા પતિને તથા બીજી એક સ્વજન બહેનને હું જેટલું વહું છું કે તેને નિર્દ્ય આધાત આપું છું તે તો બિચારી એકલી અથવા તો તે પ્રસંગના જે સાક્ષી હોય તે જાણો. મારી સાથેના સંબંધમાં એવા આધાતોને પ્રેમપૂર્વક સત્કાર કે સ્વીકાર કરવાની તૈયારી હશે તો જ તે સંબંધનો લાભ આપણે બધાં ઉઠાવી શકીશું. મારે તો આપણાં બધાં વહાલાંઓ પાસેથી બધુંય લેવું છે. જેમ તેમનાં પાપ મને વહાલાં છે તેમ તેમનાં પુણ્ય પણ મને વહાલાં છે. તેમનો કયરો પણ મને અત્યંત વહાલો છે. તેમની તેવી વૃત્તિઓ તથા તેમના જીવનનું એવું રચનાત્મકપણું એ મારો ખોરાક છે. પરંતુ તેવું પણ આપવાની કળા આપણે બધાં સ્વજનો શીખીએ તો તેનો પણ ઉપભોગ કરીને ઉપયોગ કરવાની કળા ભગવાને જે સંપડાવી છે, તેને જીવનમાં ઉતારવાનું પ્રત્યક્ષ બની શકે. મારે

તો નરસુંયે જોઈએ અને સારું પણ જોઈએ. એવું બધુંયે આપતા રહો તો જ કંઈ ચેતનશક્તિ પ્રગટાવવાનો સંભવ રહે.

મારી ઘડી વિચિત્રતાઓ છે, પરંતુ તેવી વિચિત્રતાઓમાં મને જે સાચી રીતે સમજવાનું કરે છે, તેને તેવી વિચિત્રતાઓમાં કોઈ અનેરું દર્શન થાય છે. સૌ બહેન અને પૂજય કાકાની વાત આવે ત્યારે તેમને એકલાંને જ લાંબું છું. ભૂલેચૂકે તેમનાથી પણ પ્રેમભાવે હૃદયના સંપૂર્ણ આદર્શ પ્રેમભાવે જો કશું ન બને તો તેમાં આપણે જ દોષિત છીએ. મારા સંબંધમાં જે જે બીજી બહેનો છે, તેમને તેમની તેવી જ રીતે ઠપકારવાનું બન્યું છે. એવા અનેક આધાતો સહન કરવાની શક્તિ હોય એટલું જ નહિ, પરંતુ હૃદયથી એને સત્કારવાની ધગશ બને, તમના હોય તો જ આપણો સંબંધ કામમાં આવવાનો છે.

અમારાં બધાંની વતી તારા બાબાને ખૂબ ખૂબ રમાડજે. તેને ભજનો સંભળાવતી રહેજે. બધું કામકાજ કરતી વેળા ભગવાનનું સ્મરણ કરતી રહેજે.

(‘મુક્તાત્માનો પ્રેમસ્પર્શ’ ચોથી આવૃત્તિ, પૃ. ૬૬)



### ગારોલા આત્માને...

- અમદાવાદ નિવાસી સુભદ્રાબેન હર્ષદભાઈ શાહનો દેહાંત તા. ૨૮-૨-૨૦૧૮ના રોજ થયેલ છે.
- ડાકોર નિવાસી જગદીશભાઈ અંબાલાલ શાહનો દેહાંત તા. ૩-૩-૨૦૧૮ના રોજ થયેલ છે.
- અમદાવાદ નિવાસી સ્વ. પ્રતાપભાઈ ઉપાધ્યાયના પુત્રવધૂ સરલાબેન હરિશભાઈ ઉપાધ્યાયનો દેહાંત તા. ૧૩-૩-૨૦૧૮ના રોજ થયેલ છે.
- અમદાવાદ નિવાસી સ્વ. અક્ષયકુમાર બી. દેસાઈનો દેહાંત તા. ૧૩-૧૨-૨૦૧૮ના રોજ થયેલ છે.
- ચલથાણ-કડોદરા, સુરતના નિવાસી હૃદયસ્થ મનસુખભાઈ જોખી, શ્રી ગિરધરભાઈ જોખી, શ્રી શિવલાલ જોખી, શ્રી કાંતિભાઈ જોખી તેમજ અમદાવાદ નિવાસી શ્રી દુલ્ઘાશંકર જોખીના માતુશ્રી કમળાબા ત્રિભોવનદાસ જોખીનો સ્વર્ગવાસ તા. ૧૧-૪-૨૦૧૮ને ગુરુવારના રોજ થયેલ છે.

પૂ. શ્રીમોટા સર્વેના આત્માને શાંતિ અર્પે તેવી અભ્યર્થના.

સાધકની નિદ્રા નરી જડતાવાળી ન હોવી જોઈએ. તેમાંની સ્થૂળતા સતત ઘટતી જવી ઘટે. નિદ્રામાં પણ જગ્યત દશા પ્રગટી શકે છે. ઉંઘતા હોવા છતાં અંતરમાં જાગૃતિ હોઈ શકે છે. આ પણ પૂરતું નથી. ઉંઘ પરનો સંપૂર્ણ જીવતો કાબૂ એને આવી જવો જોઈએ છે; એનો અર્થ એ નથી કે એ ધારે ત્યારે ઉંઘી શકે ને ધારે ત્યારે ઉંઘી શકે — જોકે એ પણ નિદ્રા પરના કાબૂનો એક ગૌણ પ્રકાર છે. સાધનાના ગાળામાં એવો કાળ પણ પ્રગટે છે કે જીવારે ઉંઘ સમૂહણગી પણ જતી રહે છે. અલબંત એ કોઈ રોગને કારણે નહિ.

●  
ઉંઘનો પ્રકાર સાધનાની પારાશીશીનું એક લક્ષણ બની શકે છે. જે પ્રકારનું કર્મ કરતા હોઈએ તેના પર ઉંઘનો આધાર છે. જ્ઞાનતંતુઓને ખેંચ જ્યાં વધુ રહે તેવી દિવસની જેની પ્રવૃત્તિ હોય તેને ૭ થી ૮ કલાક પણ ઉંઘ જરૂરી બની રહે. જીવારે જે પ્રકારના કર્મમાં શાંતિ, પ્રસન્નતા હોય, સમતા હોય, વ્યવસ્થિત અને સુદ્ધારણાનું બધું હોય, રાગદેખ ન હોય, કામ, કોધ આદિ પ્રાણની પ્રવૃત્તિ ન હોય, અહંકારથી ભરેલાં કર્મ ન હોય; તેવા પ્રકારનાં કર્મ જે જીવથી થતાં હોય તેવાને ઉંઘ ૪ થી ૫ કલાક પણ બસ થઈ રહે. જે જીવનું રોજિંદું એકધારું સતત મનનચિંત્વન સાચ્ચિક પ્રકારનું છે, તેની ઉંઘ તો તેનાથી પણ ઓછા કલાકની સંભવી શકે છે. કેટલીક વાર અસ્યંત ઉશ્કેરાઠી પણ મુદ્દલે યા ઓછી ઉંઘ થઈ જાય છે. જે જીવને ઓછામાં ઓછી ઉંઘથી પોતાના જ્ઞાનતંતુનું સમારકામ—પ્રગટી ગયેલા સાચ્ચિક ગુણોને લીધે—થયેલું અનુભવાય છે, તેવા જીવને ઉત્તમ પ્રકારનો જાગ્રવો. ઉંઘ એ જ્ઞાનતંતુના સમારકામ માટે છે.

●

ઉંઘના માત્ર કલાક, બળપૂર્વક, ઘટાડવાથી ફાયદો નહિ થાય, એટલું જ નહિ, પણ બગાડો થશે. તેના કરતાં તો દિનભર શાંતિ, પ્રસન્નતા, અંતર્મુખતા આદિ દૈવી ગુણોની વૃદ્ધિ તથા મનનચિંત્વન પ્રતિ ખાસ ધ્યાન દેવાનું જોઈએ તમસ અને રજસ પ્રકારનું ગુણનું ધોરણ ઘટીને સાચ્ચિક પ્રકારનું પ્રગટે તેમ કરવું જોઈએ. આવું બધું કરવાથી ઉંઘમાં જે ફેરફાર થશે તે ઉત્તમ હશે. જેના આધારની સમગ્ર ભૂમિકા પ્રલુભ્ય દશામાં પ્રગટવા માંડી છે, પ્રલુભ પર જેના શ્રદ્ધા, વિશ્વાસ અટલ છે ને જેના જીવનમાં તે પરત્વેની એકાગ્રતા પ્રગટેલી છે. તેવાને પણ ઉંઘ સાચ્ચિક પ્રકારે ઓછી હોઈ શકે છે. જીવનમાં સંપૂર્ણપણે આત્મનિષાનો ભાવ પ્રગટી જાય છે ત્યારે ઉંઘનો સ્થૂળ પ્રકાર સંપૂર્ણ બદલાઈ જાય છે. એ ઉંઘનો હોવા છતાં ઉંઘનો નથી.

●

કેટલાકની શરીરપ્રકૃતિ જ એવી હોય કે આહારની જેમ ઉંઘ ઓછી યા વધી હોય. આ કારણથી સાધકે ઉંઘની બાબતમાં સ્થૂળપણે વિચારવાનું કર્યો કરતાં પોતે પોતાના રોજિંદા જીવનમાં ભગવાનના ભાવને કેટલો વધારેમાં વધારે સમગ્ર ધારણ કરી શક્યો છે, તે એની આગણ એક ભારે મહત્વનો વિષય હોવો ઘટે.

●

ઉંઘ પર જેનો ચેતનપૂર્વકનો સંયમ પ્રગટે છે તે ઉધ્વરિતસ થઈ શકે છે, એટલે કે એવા પ્રકારની સંભવિતતા એનામાં જન્મે છે. ઉંઘની જરૂર શરીરને છે. જીવારે સતત ગંગાના પ્રવાહના જેવા ભાવપ્રવાહમાં જ્ઞાનપૂર્વક આપણી જીવનધારા પ્રગટી હોય છે ત્યારે શરીરનું સ્થૂળપણું તેમાં વચ્ચે આવી શકતું નથી. જીવારે ભાવ જાગતો કે જાગેલો.

## ૧૩. ત્રાટક

ત્રાટકમાં આંખ મીંચાવા દેવાની કે પાંપણ ફરકવા દેવાની નથી. જ્યારે એવું થાય ત્યારે તે બંધ કરી દેવું. પરંતુ સમયનો નિર્ધાર તેમાં જળવાય ત્યારે તે યોગ્ય પ્રકારનું છે એમ ગણાય. ગમે ત્યારે ગમે તેમ તે મૂકી ન દઈ શકાય. ત્રાટકથી મક્કમતા કેળવાય છે, નિશ્ચયબળ કેળવાય છે; અને દઢાત્મક ને નિશ્ચયાત્મક ભાવ પ્રકટાવવાને માટે ને એકમાં જ સ્થિરતાથી વળગી રહેવા માટેનું બળ કેળવવાને માટે ત્રાટકનું સાધન યોગ્ય છે.

સમયની મર્યાદા જાળવીને ત્રાટક સમયે એક વખત પણ પાંપણ હાલી જાય ત્યાર પછી તે બંધ કરવું. જો એમાં નક્કી કરેલા સમયની મર્યાદા નહિ જળવાય તો તેનાથી કશો ફાયદો નથી. આપણી પ્રકૃતિમાં જે સગડગની વૃત્તિ છે, તેને નિશ્ચયાત્મકપણામાં પ્રકટાવવાને માટે આ એક ઉત્તમ સાધન છે. જો મુકરર કરેલી સમયની મર્યાદાનો વારંવાર ભંગ થયા કરે તો તો લાભને બદલે ગેરલાભ પણ થાય. પ્રત્યેક સાધનાના અભ્યાસને માટે સ્થળ ને કાળ નિર્ધિત અને નિર્ધિત થયેલાં હોવાં જોઈએ; અને તેમાં ભાવનાની સંબંધતા પ્રકટે તો જ ભાવની પરિપક્વતા પ્રકટે છે. ત્રાટકમાં મધ્યબિંદુ જ જણાય ને આગળપાછણનું કશું પણ ન જણાય તાં સુધી મથ્યા કરવાનું છે. ત્રાટકના કેન્દ્રસ્થ વર્તુળની વચ્ચે ચાકથી એક ટપું કરવું ને તેના પર આંખને સ્થિર રાખ્યા કરવી. જેમ જેમ ભાવસ્થ થવાતું જશે, તેમ તેમ આંખો સ્થિર થતી જવાની. હૃદયમાં પ્રકટેલો ભાવ વ્યવહારમાં પણ જ્ઞાનપૂર્વક ઉપયોગમાં પ્રકટાવવાનો છે. જેમ આપણે ભૂમિતિમાં Theorem (પ્રમેય) કરતા ને તેની Exercise (મનોયતા) કરતા હતા તેવી રીતે ધ્યાન વગેરે સાધનો પ્રમેય છે, જીવનબ્યવહારમાં પ્રત્યક્ષ આચરણ તે મનોયતા છે.

(‘જીવન પગરણ’ પૃ. ૨૭૭ થી ૨૭૫)

હોય છે ત્યારે અમુક કાળ પૂરતી ઊંઘ મુદલે પણ ન હોય એવું બને ખરું. ઘણી આગળની કક્ષામાં ઊંઘ વેળા નસકોરાં પણ બોલતાં હોય, શરીર પણ નિશ્ચેષપણે પડેલ હોય, પણ માંહીથી જાગૃત રહ્યા કરતો હોય એમ પણ શક્ય બને છે. તે પછીથી તો જીંઘ ઘણી જાણે ગાઢી હોય ને મહદાના જેવી ઊંઘ પણ હોય, તેમ છતાં માંહેલી ચેતનયુક્ત જાગૃતિ તો જીવતીજાગતી જ હોય તેમ પણ બનતું હોય છે.

●  
સાધના કરતી વેળા ઊંઘ આવી જાય છે ને તેનું કારણ તો એટલું જ છે કે હજી આપણાને આપણી ઈચ્છાશક્તિનો યોગ્ય ઉપયોગ કરતાં આવજું નથી. જેમ ચઘુની કે તલવારની ધાર ઘણી વાર વાપર્ય જળવાઈ રહે છે તેમ આપણે આપણી ઈચ્છાશક્તિનો, સંકલ્પબળનો સાધનામાં ઉપયોગ કરીશું અને આપણી ભાવનાનો વિકાસ થાય એ હેતુના ખ્યાલ સાથે તેનો નિત્યના વ્યવહારમાં પણ ઉપયોગ કરતાં રહીશું તો સાધના કરતાં કરતાં જે ઊંઘ આવે છે તેને આપણે અટકાવી શકીશું. તને હમણાંની ઊંઘ ઘણી વધારે આવે છે તેનું કારણ આળસ અને તમસ ગણાય. તારી ઘટનામાં ઊંઘનું કારણ શરીર જણાય છે. અત્યંત તામસિક જડતાને કારણો પણ ઊંઘનો એવો હુમલો હોય, અથવા તો જ્ઞાનતંત્રઓની નબળાઈ થઈ જવાથી પણ કેટલાકને તેમ બને છે ખરું. કેટલાકની બાબતમાં તેમની અમુક સહજ કુદરતી વૃત્તિઓને દબાવવાનું બનતું હોય, અથવા તેનું જે પ્રકારનું સહજ બ્યક્ત થવાપણું હોય, તેવી રીતે તે ના થતું હોય અને તેથી કરીને એક પ્રકારની વિકૃતિ પણ થાય છે, તેને પરિણામે પણ ઊંઘ વિશેષ આવતી હોય છે.

(‘જીવન સંશોધન’ વીજ આવૃત્તિ, પૃ. ૨૦૨, ૨૧૨)

આ વાધમાં સૂર અખંડ પૂરો ને દિવ્ય રાગાવલિને જગાવો,  
વાજિંત્ર મારા ઉરનું વગાડો ને વિશ્વસંગીત વિભો ! સુષાવો. ૧૬  
આ વાધમાં અખંડ સૂર પૂરો, ને દિવ્ય રાગાવલિ જાવો; મારા ઉરનું વાજિંત્ર વગાડો  
ને હે વિભો ! વિશ્વસંગીત સુષાવો.

આનંદનો સાગર નિત્ય રેલે જે આપના કોમલ અંતરંગો,  
જ્યાં નાદનું કોકિલ નિત્ય ટૌકે ત્યાં જીવ આ શીધ્ર નિવાસ જંખે. ૨૦  
આપના કોમલ અંતરંગો [= હૃદયમાં] [જ્યાં] આનંદનો જે નિત્ય સાગર રેલે [છે] [અને]  
જ્યાં નાદનું કોકિલ નિત્ય ટૌકે [છે] ત્યાં આ જીવ શીધ્ર નિવાસ જંખે [છે.]

જો આપનો સાથ મળી ગયો તો ઉજાગરો અંતરને પછી શો ?  
કલ્પદુમે આશ્રય અર્પિયો જો સંકલ્પ તો કેમ થશે ન પૂરો ? ૨૧

જો આપનો સાથ મળી ગયો [હોય] તો પછી અંતરને [ચિંતાજન્ય] ઉજાગરો શો ?  
[= ક્યાંથી હોય ?] જો કલ્પદુમે આશ્રય અર્પિયો [હોય] તો [પછી] સંકલ્પ [= ઈચ્છા]  
કેમ પૂરો ન થશે ? [= થાય ?]

ભણુ સાહેબ દ્વારા રચિત મોટાચરણોની આ કૃતિ ઘણા બધા શ્લોકમાં ભણુ સાહેબે મોઘમ રીતે, પ્રચ્છન્ન  
રીતે અધ્યાત્મના, આત્મોપલબ્ધિના અતિ સૂક્ષ્મ કહી શકાય તેવા પાસાની વાત કરી છે. શરીરરૂપ વાજિંગ્રમાં  
ગુરુવર્ય શ્રીમોટા દિવ્યસંગીત વિશ્વસંગીત સંભળાવે, ‘જ્યાં નાદનું કોકિલ નિત્ય ટૌકે ત્યાં જીવ આ શીધ્ર નિવાસ  
જંખે.’ આ ‘નાદ’ સંભળવાની અવસ્થાને તથા નાદ શું છે તેને સમજવા માટે આપણે પ્રયત્ન કરવો પડશે.

નાદ બે પ્રકારના છે : આહતનાદ અને અનાહતનાદ. આહતનાદ બે વસ્તુઓના અથડાવાથી થાય છે.  
દા.ત. નગારાનો દંડ સાથે સંયોગ થવાથી ઉત્પન્ન થતો નાદ, અથવા બે હાથ વડે તાળી પાડતાં થતો નાદ.  
અનાહતનાદ આપોઆપ દેહમાં પ્રગટ થાય છે; તેમાં બે વસ્તુના સંયોગ કે આધ્યાત્મની જરૂર હોતી નથી. શ્રી  
શ્રીમા આનંદમયી કહે છે : “જ્યારે કુંડલિનીશક્તિ જગૃત થાય છે ત્યારે નાભિમૂળમાં જેટલી ગ્રંથિઓ છે તે  
બધી ખૂલવા લાગે છે. જ્યારે ગ્રંથિઓ ખૂલે છે ત્યારે અનેક પ્રકારના શબ્દો સંભળાય છે અને જ્યોતિ દેખાય  
છે. એક પણ ગ્રંથિનો ભેદ થતાં શબ્દ સંભળાય છે, આને અનાહત ધ્વનિ કહે છે. પણ જ્યાં સુધી ચિત્ત સ્થિર  
નથી હોતું ત્યાં સુધી સંભળાતું નથી. સંસારના વિભિન્ન ધ્વનિઓનો જ આ સમૂહ છે. જેમ શંખ, ઘંટ, ઘડિયાળ  
વગેરેના અવાજ અલગ અલગ છે, પરંતુ એક સાથે વગાડવાથી જે પ્રકારનો અવાજ થાય છે એવા પ્રકારનો  
અનાહત ધ્વનિ હોય છે. સંસારમાં એવો કોઈ ધ્વનિ નથી જેની સાથે આની તુલના થઈ શકે. સંસારના બધા  
ધ્વનિ આ ધ્વનિથી ઉત્પન્ન થાય છે. એવી રીતે બીજી એક ગ્રંથિ ભેદાવાથી જ્યોતિનું દર્શન થાય છે. આ  
જ્યોતિ પણ અમર છે. જગતના કોઈ પણ પ્રકાશ સાથે આની તુલના ન થઈ શકે. ગ્રંથિભેદ થતાં લોકોના  
સંસ્કાર અનુસાર વિવિધ રૂપદર્શન પણ થાય છે.”

લગભગ બધા જ ઉપનિષદોમાં રહસ્યમય શબ્દ ઊંનો ઉલ્લેખ થયેલો છે. પૂ. વિમલાબહેન કહે છે : “ઊંનું  
સ્વરૂપ પ્રતીક છે, તે નાદનું પ્રતીક છે, જે મૌનનો સાર છે. તમે ઊંની મૂર્તિ નહિ બનાવી શકો, ભારતીય  
ગ્રંથિઓએ એને આકાર આપવાનો પ્રયત્ન કર્યો છે. તેઓ તેને શબ્દરૂપે અંકિત કરે છે, કારણ કે નાદને

સમજવાની બીજી કોઈ રીત નથી. આ માત્ર સાંકેતિક ચિહ્ન છે, પ્રતીક છે.” કઠોપનિષદનું ભાષ્ય કરતાં તેઓ કહે છે : “યમરાજ કહે છે કે તે પરબ્રહ્મ, તે પરમસત્ય, કેવળ એકાત્મક, સ્વયંભૂ નાદ દ્વારા જ સૂચ્યવી શકાય. જ્યાં જ્યાં જીવન છે ત્યાં ત્યાં નાદ છે; નાદ એની અભિવ્યક્તિનો સાર છે. સાગર, પર્વત, વૃક્ષ, પશુ, પક્ષી, મનુષ્ય વગેરે ભલે એના પ્રત્યે સભાન હોય કે નહિ, એમના અસ્તિત્વમાં તે સ્વયંભૂ, અનાદિ તેમજ અનંત નાદ ધબક્યા કરે છે. અસ્તિત્વના છેક ઊંડાણમાં રહેલો આ મૂળનાદ સર્જનનો ઝોત છે, સૃષ્ટિનો સાર છે, તેથી જ તે યથાર્થતાનું પ્રતીક છે.”

ઉંના આ નાદને પરબ્રહ્મ એટલા માટે કહે છે કે જીવન એક અભિનિશિખા છે, તેમાં જ્યોતિ છે અને નાદમાં જ્યોતિ સમાયેલી છે. જેમ બ્રહ્માંના પાત્રમાં બ્રહ્મરૂપે, પરમ સત્યરૂપે જ્ઞાન, ઈચ્છા અને કિયા [કર્મ]નો ત્રિવિધ અભિન સમાયેલો છે એ જ રીતે ઉંનો નાદ એ પાત્ર છે, માધ્યમ છે, જેમાં જીવન-જ્યોતિ સમાયેલી છે. અન્ય કોઈ પણ ધ્વનિ આવો એકરૂપ-સંપૂર્ણ ધ્વનિ નથી, સ્વયંભૂનાદ નથી. સંપૂર્ણ જીવન એ નાદથી ધબકે છે.

શ્રી એ. જી. ભંડ સાહેબ ‘નાદાનુસંધાન’ નામના એક લેખમાં લખે છે : “જ્યાં સુધી મન એકાગ્ર થતું નથી, ત્યાં સુધી તે નાદનું શ્રવણ થતું નથી. પતંજલિએ દર્શાવીલી ચિત્તની ક્ષિપ્ત, વિક્ષિપ્ત અને મૂઢ દશામાં તેનું શ્રવણ થતું નથી. ચિત્ત એકાગ્ર થતાં તેનું શ્રવણ થવા લાગે છે.” વિમલાબહેન ટકાર કઠોપનિષદનું વિવરણ કરતાં કહે છે : “આપણે એના [નાદના] ધબકારને સાંભળી શકતા નથી, કારણ કે આપણા કાન ઘર્ષણથી પેદા થતા ધ્વનિથી અવરોધાયેલા છે. જેમાંથી મનુષ્યની ભાષાઓનું નિર્માણ થયું તે વિકૃત ધ્વનિ તરફથી આપણું ધ્યાન ખસતું નથી ત્યાં સુધી તે અનાદિ નાદ ઉં સંભળાતો નથી.”

આ અનાહત કે અનાહદ નાદ સાંભળવો મુશ્કેલ છે, કારણ કે મન ઈચ્છાઓ, આશાઓ, મહત્વાકાંક્ષાઓનું કુરુક્ષેત્ર છે. અવ્યવસ્થિત વિચારોનું ટોણું વાનરોની પેઠે કૂદાકૂદ કરે છે. જ્ઞાનેન્દ્રિયો પોતાના ઈન્દ્રિય-ગોચર વિષયોની દિશામાં પ્રાકૃતની જેમ દીડાદોડ કરે છે. જો તમે તમારી જાતને સાહજિક સંયમના સૌંદર્ય તેમજ લાલિત્યથી કેળવી નહિ હોય તો ઉંના સૂક્ષ્મ નાદનો અનુભવ કરી શકતો નથી; કારણ કે તે અનાહતનાદ છે, મૌનનો સાર છે.”

ભંડ સાહેબ લખે છે : “યોગ તારાવલિમાં, હઠયોગના ગ્રંથોમાં - હઠયોગ - પ્રદીપિકામાં જુદી જુદી રીતે નાદાનુસંધાન કરવાની પદ્ધતિઓ દર્શાવવામાં આવી છે. ખાસ વાત તો એ છે કે નાદ અથવા નાદાનુસંધાન ચિત્તરૂપી મૃગનું બંધન કરવા માટેની જાળ છે. તે મૃગને મારવા માટે શિકારીનું કામ કરે છે.”

નાદની વાત પૂરી કરતાં પહેલાં અહીં શ્રી રમણ મહર્ષિએ કહેવી વાત રજૂ કરવી અત્યંત આવશ્યક છે. તેઓ કહે છે : “નાદ એકાગ્રતામાં મદદ કરે છે, પણ એનો અનુભવ થવા માટે ત્યારે એને લક્ષ્ય ન માની લેવું જોઈએ. નાદ લક્ષ્ય નથી, તેના સાંભળનારને દર્શાતાથી વળગી રહેવું જોઈએ, નહિ તો એ શૂન્યમાં પરિણિમે છે; જો કે એ સાંભળનાર એ શૂન્યમાં પણ હાજર છે પણ એનો અપરોક્ષ અનુભવ, એનું વિસ્મરણ ન થવા દેવાથી થાય છે. નાદાનુસંધાન સારું છે, પણ આત્માનુસંધાન સાથે એ ચારિયાતું છે. એ રીતે નાદ ‘ચિન્મય’ અને ‘તન્મય’ [આત્મજ્ઞાની] પણ બને છે. નાદ, જ્યોતિ અને વિચાર [આત્મવિચાર] મનષ્યને એક જ લક્ષ્ય પર પહોંચાડે છે. નાદ અને જ્યોતિ કરતાં વિચાર સીધો માર્ગ છે.”

આ માટે ભંડ સાહેબ ગુરુદેવના સંગાથ, સાથ, સધિયારાની ઈચ્છા રાખે છે અને એમને શ્રદ્ધા છે કે ગુરુદેવની સહાયથી, દોરવાળીથી આત્મોપલબ્ધિનો સંકલ્પ પૂરો થશે.



જે જન્મજન્માતરમાં કરેલાં, આ જન્માંયે પણ આચરેલાં,  
જાણે અજાણેય કરેલ કર્મો જ્ઞાનાભિજનમાં તે સધળાં પ્રજાળો. ૨૨

જે જન્મજન્માતરમાં કરેલાં [હોય], જે આ જન્મમાંય પણ આચરેલાં હોય, જે કર્મો  
જાણે અજાણેય કરેલ હોય [હોય] તે સધળાં જ્ઞાનાભિજનમાં [= આત્મજ્ઞાનના અભિજનમાં]  
પ્રજાળો [= બાળી નાખો].

પ્રસ્તુત શ્લોકમાં શ્રેયાર્થી અનેક જન્મોમાં અને આ જન્મમાં થયેલ કર્માની વાત કરે છે તથા ગુરુદેવની કૃપાથી આ સધળાં કર્મો આત્માની ઉપલબ્ધિમાં કે જ્ઞાનરૂપી અભિજનમાં બળીને ખાક થઈ જાય તેવી અભીષ્ટા સેવે છે. જે કર્મો દેહમાં અહંભાવ કરીને થાય છે તે સૌ કોઈને ભોગવવાં પડે છે. અહંભાવ એટલે આસક્તિ ‘હું અને મારું’નો ભાવ, રાગ અને દેખથી થતાં સૌ કામો અને વાસનાથી પ્રેરાઈને થતાં કામો, એ સૌ અહંભાવમાં આવી જાય છે. અહંભાવથી જે કર્મો થયાં હોય છે તેના ત્રણ પ્રકાર છે : સંચિત, પ્રારબ્ધ  
અને ક્રિયામાણ.

**સંચિત કર્મો :** પૂર્વના અનેક જન્મોમાં કે આ જ જીવનના ભૂતકાળમાં મનુષ્યે અહંકારપૂર્વક જે શુભાશુભ કર્મો કર્યા હોય છે તે સંસ્કારરૂપે સૂક્ષ્મ શરીરમાં સ્થિત રહે છે. આજે પણ નિયના જીવનમાં આપણે જે જે વાસનાજન્ય કામો કરીએ છીએ તે સૌના સૂક્ષ્મ સંસ્કારો મન ઉપર રહી જાય છે. મનમાં સંસ્કારો રૂપે સંચિત થયેલી એટલે કે એકઠાં થયેલાં, કર્મો સંચિતકર્મો કહેવાય છે. કર્મના નિયમ અનુસાર આપણા પ્રત્યેક કર્મનું ફળ અવશ્ય આપણાને મળે છે, પરંતુ આમાંથી નહિ ભોગવેલા તમામ ફળ જીવાત્માને નામે જમા રહે છે. આવા નહિ ભોગવાયેલાં ફળોનો સંચય થવાથી તેને સંચિતકર્મ કહે છે.

**પ્રારબ્ધ કર્મો :** આ સંચિતકર્મોમાં તીવ્રતમ સંસ્કારો રૂપ જે મુખ્ય કર્મ છે તેને આરંભકર્મ કહે છે. એ આરંભકર્મને આધારે નવું શરીર બને છે. આરંભકર્મો એક પણ અને અનેક પણ હોય. આ આપણું વર્તમાન શરીર આપણાં એ આરંભકર્મોને લઈને બન્યું છે. એ આરંભકર્મ કે કર્મો તે પ્રારબ્ધકર્મ છે. આ પ્રારબ્ધકર્મ જીવાત્માએ ભોગવવું જ પડે. તેમાંથી તે કદી મુક્ત થઈ શકે નહિ. કારણ કે પ્રારબ્ધકર્મ તો પોતે જ પેદા કરેલા છે. તે ભોગવ્યા વિના તેનો નાશ થઈ શકતો નથી. જે કર્મોથી કોઈ પણ મનુષ્ય તેને ભોગવ્યા વિના બચી ન શકે તે પ્રારબ્ધકર્મ છે.

**ક્રિયામાણ કર્મો :** ત્રીજાં ક્રિયામાણ કર્મો છે. વર્તમાન શરીરમાં જ્ઞાની કે અજ્ઞાની જે કર્મ કરે છે તેને ક્રિયામાણકર્મ કહે છે. થતાં કર્મ તે ક્રિયામાણકર્મ છે. ક્રિયામાણકર્મ કેવા કરવાં એ આપણા હાથની વાત છે. માણસે પોતાનામાં જેટલી વિવેક બુદ્ધિ હોય, જેટલી અશુભનો સામનો કરવાની શક્તિ હોય તે બધી એકત્ર કરીને ક્રિયામાણ કર્મોને શૂદ્ધ કરવાની જરૂર છે. વર્તમાન કર્મો હાથમાં આવી ગયાં તો ભવિષ્ય પણ હાથમાં જ છે અને ભૂતકાળની ચિંતા તો કરવાની હોય જ નહિ, કારણ કે એનો ઉપાય નથી.

જ્ઞાનયોગી ચંદુભાઈ લખે છે : “પ્રારબ્ધકર્મોનું શરીર બંધાયું છે. ભાથામાંથી બાણ નીકળી ચૂક્યું છે, છેવે એ બાણને પાછું વાળી શકાય નહિ. એ એનું પરિણામ નિપાત્રાશે. તે કર્મો તો ભોગવવાં જ પડવાનાં,

ભોગવે જ છૂટકો. ભક્ત, સાધક, જ્ઞાની, પરમહંસ, ગૃહસ્થ, સંન્યાસી, ખી-પુરુષ સૌને પ્રારબ્ધકર્મો તો ભોગવવાં જ પડવાનાં. ભક્તે પોતાનું બધું જ પ્રભુને સમર્પિત કર્યું હોય છે, એટલે તેને ફળોની અસર જણાતી નથી, જ્ઞાની થયા પછી માણસ શરીરભાવે કશું નથી કરતો [ભહુ સાહેબ જેને જ્ઞાનાજિનિ કહે છે], એટલે પ્રારબ્ધ ભોગવવા છતાં તેને ‘હું પ્રારબ્ધ ભોગવું છું’ એવું અભિમાન નથી, હર્ષ, શોક, સુખ-દુઃખ, રાગ-દ્રેષ્ટ વગેર પ્રસંગો એના માનસ પર જાગી અસર નથી કરતા. આપણે સૌ પ્રારબ્ધ, સંચિત અને ડિયામાણ ત્રણો કર્મો ભોગવીએ છીએ, જ્યારે જ્ઞાની પ્રારબ્ધકર્મ ભોગવે છે. પ્રારબ્ધકર્મ પૂરાં ભોગવાઈ રહે છે એટલે નવાં કર્મનું બંધન તેને થયેલું ન હોવાથી એ શરીર છૂટતાં સત્ત, ચિત્ત, આનંદ તત્ત્વ સાથે એકરૂપ થઈ જાય છે.”

વર્તમાનકાળમાં મનુષ્ય કર્મ કરવાને સ્વતંત્ર છે. પૂર્વના સંસ્કારોને લઈને કેટલીક વખત તે અમુક કર્મો તરફ વધારે પ્રેરાય એવું પણ બને. પણ સાવધાની રાખે તો પૂર્વસંસ્કારોને પણ ધોઈ શકાય છે. ભક્તિ, ઉપાસના, યોગ, આત્મવિચાર એ સૌ પૂર્વસંસ્કારોને ધોવાને માટે છે. એ સંસ્કાર યાવચ્ચન્દ્ર -દિવાકરો રહે એવા હોય તો મનુષ્યના પુરુષાર્થને સ્થાન ન રહેત એમ શ્રી ચંદુભાઈ સમજાવે છે.

અહીં શ્રી રમણ મહર્ષિની સમજૂતી પણ રજૂ કરવા જેવી છે. એક મુલાકાતીએ મહર્ષિને પ્રશ્ન કર્યો : “ક્યાંક માનવપ્રવૃત્તિને શક્તિનો ઝોત માનવામાં આવ્યો છે, તો બીજે કહેવાયું છે કે આ બધી હિવ્યકૃપા છે, તો આમાંથી શું સાચું છે ?” આના જવાબરૂપે મહર્ષિએ કહ્યું : “હા, એમ કહેવાયું છે કે ગતજન્મોનાં કર્મ સિવાય બીજો કોઈ ભગવાન નથી. આ જન્મનાં શાસ્ત્રાનુસાર કરેલાં કર્મો-કાર્યો બે ઘેટાંની જેમ સામસામા અથડાય છે અને એમાંથી જે નબળાં હોય તે નાશ પામે છે. એટલે જ કહેવાયું છે કે પુરુષકાર [—પુરુષાર્થ-પ્રયત્ન] ને પ્રબળ કરી લેવો જોઈએ.”

જ્ઞાનયોગી શ્રી ચંદુભાઈ કહે છે : “પ્રારબ્ધ કે દૈવ એ તો કુદરતના નિયમ પ્રમાણે નિશ્ચિત થઈ ચૂકેલું કર્મનું ફળ જ છે. એ સંબંધી હર્ષ-શોક કરવાનો કોઈ અર્થ નથી. એથી આગળ જઈશું તો પ્રારબ્ધ, દૈવ, કર્મ, કર્મના ફળ બધું જ ઊરી જશે. પછી સમજાશે કે દૈવ તો નિર્બણ માનસવાળા મને સાંત્વન આપવા માટે યોજાયેલ શબ્દમાત્ર છે.”

●

મારા હદે છે તણાખો જવલંતો જે વીજ શો નિત્ય રહે સ્કુરંતો  
તેને મહાજ્યોતિ બનાવી નાથ ! ધનાંધકારે કરજો પ્રકાશ. ૨૩

મારા હદ્યે તણાખો જવલંતો છે, [પણ] જે વીજ શો નિત્ય સ્કુરંતો રહે [છે.]

[= જબકે છે, પ્રકાશ-અંધકાર થયા કરે છે.] [હેણે] નાથ ! તેને મહાજ્યોતિ બનાવી ધનાંધકારે પ્રકાશ કરજો.

પ્રસ્તુત શ્લોકમાં ભહુ સાહેબે પ્રયોજેલ ‘તણાખો’ શબ્દનો અર્થ જિજ્ઞાસા થાય છે. આ તણાખો જબક્યા કરે છે આથી જિજ્ઞાસુ ગુરુદેવને પ્રાર્થે છે કે તેઓ એમને અજ્ઞાનરૂપી અંધકારમાંથી જ્ઞાનરૂપી મહાજ્યોતિમાં લઈ જવાની કૃપા કરે, સહાય કરે. ભહુ સાહેબની આ પ્રાર્થનાના સંબંધમાં પૂજ્ય શ્રીમોટાની સાધનાના અનુભવને ટાંકી શકાય. પૂજ્ય શ્રીમોટા લખે છે : “મારી જિજ્ઞાસા ઉત્કટ તો હતી, પણ તેની સાથે તે

સતત, સ્થિર ને ઉર્ધ્વગામી એમ ગ્રાણ લક્ષ્યાં તેનાં જે હોવાં જોઈએ તે ન હતાં, અધૂરાં હતાં. એટલે સાધનામાં જ્ઞામતાં જ્ઞામતાં અને સ્થિર થતાં છ વર્ષ થયેલાં. જે જીવની જિજ્ઞાસા સતત, સ્થિર, ઉર્ધ્વગામી અને ઉત્કટ હોય તેને સાધનામાં દફ થઈ જતાં વાર ન લાગે.” આ સાથે શ્રીમોટા એમ દશવિ છે : “જિજ્ઞાસુએ નમ્રમાં નમ્ર થવું ઘટે. સાધનાને કાજે જ્ઞાનભક્તિપૂર્વકની ધરાવેલી નમ્રતા પોતે જ તેજસ્વીપણામાં [મહાજ્યોતિ] પ્રગટે છે. તે પોતે એક શક્તિસ્વરૂપે પલટાય છે. સાચી હદ્યની નમ્રતા ઘેટાના જેવી નથી હોતી. એનામાં અજ્ઞિનું પ્રયંડ તેજ અને શક્તિ રહેલાં છે.” પૂ. વિમલામા કહે છે : “વ્યક્તિના જીવનમાં જ્યારે સાચી જિજ્ઞાસા જાગૃત થાય છે, છવાઈ જાય છે ત્યારે પરિણામ એ આવે છે કે તેનામાં વિનમ્રતા જાગૃત થાય છે : ‘મારે જીવનનો અર્થ શોધવો છે, મને ખબર નથી, માટે શોધી કાઢવો છે.’ એ કહેવાની વિનમ્રતા જાગૃત થાય છે. જિજ્ઞાસા છે અને વ્યક્તિ વિનમ્ર નથી તો સમજી લો કે તેની જિજ્ઞાસા કેવળ બૌદ્ધિક કુતૂહલ છે, જિજ્ઞાસા નથી.”

પૂજ્ય શ્રીમોટા જે વિનમ્રતાની વાત કરે છે તેનો પ્રાર્દ્ધભાવ ક્યારે થાય તેને દર્શાવતાં શ્રી વિમલાબહેન કહે છે : “ઉધાર લીધેલા વિચાર, અનુભૂતિનું વર્ણન કરતા શબ્દ, આ શાસ્ત્રો - જે કંઈ છે અને ઓળખીને ખરી પડવા દો, ત્યારે વિનમ્રતાનો જન્મ થશે. વિનમ્રતામાં શૂન્યનો આલોક છે. એ શૂન્યતાના આલોકમાં તમે જે જિજ્ઞાસાની જ્યોતને જુઓ છો એ તમને આગળ લઈ જાય છે.”

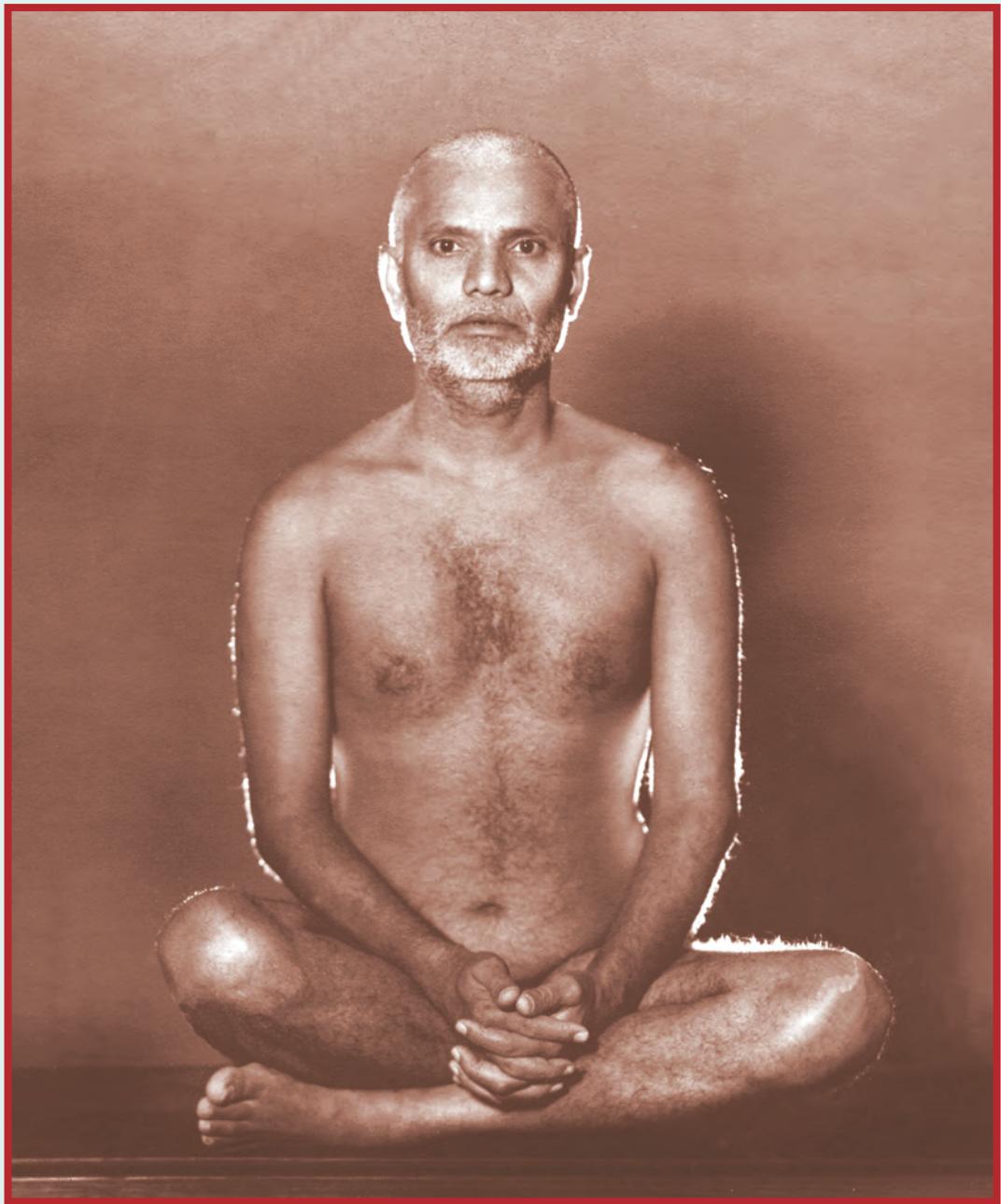
આ તણખો [જિજ્ઞાસામાં] ક્યારે મહાજ્યોતિમાં પરિણમી અંધકારનો નાશ [આત્મોપલબ્ધિ કરાવે] કરે તેને માટેની કેટલીક શરતો છે. ‘હું’ના કેન્દ્રને નિષ્ઠિય બનાવવું પડે. કુતૂહલ સંવેદનશીલ બને અને જિજ્ઞાસામાં પરિવર્તન પામે. વ્યક્તિના પ્રત્યેક અંગમાંથી વિનમ્રતા નીખરી ઉઠે. શોધ માટે તડકાટ, વ્યાકુળતા અને તાલાવેલી સર્જાય [સિદ્ધાર્થ અને નરેન્દ્ર જેવી તાલાવેલી]. શરીર, મન અને બુદ્ધિ સાથે વૈજ્ઞાનિક અને પ્રેમભય વ્યવહાર થાય. જિજ્ઞાસાના અજ્ઞિને પ્રજ્વલિત રાખવા માટે શુદ્ધ એકમાત્ર શક્તિ છે. પૂજ્ય શ્રીમોટા એમની લાક્ષણિક શૈલીમાં આ વાતને રજૂ કરતાં કહે છે : “જે કંઈ આવી પડે છે તેનો ઉકેલ બુદ્ધિ વડે કરતાં હોઈએ છીએ અને એ બુદ્ધિ પણ કેવી ? ગમા, અણગમા, અમુક પ્રકારના બાંધેલા મતો, સમજણો, આગ્રહો આદિ બધું એમાં સ્થૂળ અને સૂક્ષ્મપણે રહેલાં જ હોય છે. આ બુદ્ધિમાં સમતા અને સ્વસ્થતા પ્રગટેલી હોતી નથી... પ્રેમભક્તિથી રંગાયેલી બુદ્ધિ શક્તિ સ્વરૂપ છે... હાઈ જાણવા માટે બુદ્ધિમાં સમતા પ્રાપ્ત કરી લેવી જોઈશે.... મન, પ્રાણ અને બુદ્ધિની શુદ્ધિ સર્વ પ્રકારે થયા કરે તે વિના તેવું થવું કદાપિ શક્ય નથી.” જેમ જેમ અંતર્મુખતા કેળવાતી જશે તેમ તેમ બુદ્ધિમાં સમતા આદિ પ્રગટ્યાં કરશે.

છેલ્દે બીજી એક વાત કરવાની : જેમના ચિત્તમાં સાધનાની ઉત્કટતા છે, મુક્તિની તમના છે એવી [જિજ્ઞાસા] શિષ્યાવસ્થા અને જેની સમજણ શતદલ કમળના જેવી પૂરબહારમાં ખીલી ઊરી છે, જ્યાં અહંકારનું પુરું નિરસન થઈ ગયું છે અને જેમના શરીરમાંથી વિશ્વચેતના વ્યક્ત થઈ રહી છે. આ બન્ને [શિષ્ય અને ગુરુ] અવસ્થાઓનું મિલન કરાવવું એ જીવનની એક જવાબદારી છે. આ બન્નેનો મેળાપ કરાવી આપવાની જવાબદારી પ્રલુની છે એવી હૈયાધારણ શ્રી વિમલાબહેન ઠકાર આપે છે.



(કમશઃ)





## (BOOK-POST - Printed Matter)

RNI No. GUJGUJ/2018/76364

Printed and Published by RAJENDRA BACHUBHAI  
RAVAL on behalf of HARI OM ASHRAM - NADIAD  
and Printed at Sahitya Mudranalaya Pvt. Ltd., 55/15,  
City Mill Compound, Kankaria Road, Ahmedabad-  
380022 and published from 89, Payal Park, Near  
Star Bazar, Satellite, Ahmedabad-380015.

Editor RAJENDRA BACHUBHAI RAVAL