

સંસ્કાર પરિવર્તન તથા



વ્યવહાર શુદ્ધિ

પ્રજાપિતા બ્રહ્માજીમારી ઈશ્વરીય વિશ્વ વિદ્યાલય

સંસ્કાર પરિવર્તન

અને

વ્યવહાર શુદ્ધિ



પ્રબલપિતા બ્રહ્માકુમારી ઈશ્વરીય વિશ્વ વિદ્યાલય,
પાંડવ ભવન, માઉન્ટ આબુ.

પરમપિતા પરમાત્મા શિવે પ્રજ્ઞપિતા બ્રહ્મા
દ્વારા જે જ્ઞાન આપ્યું, એને આધારિત
આ પુસ્તક લખવામાં આવ્યું છે.



: પ્રકાશક :

પ્રજ્ઞપિતા બ્રહ્માકુમારી ઈશ્વરીય-વિશ્વ વિદ્યાલય,
પાંડવ ભવન, માઉન્ટ આબુ (રાજસ્થાન).

* મુદ્રક *

ઓમશાંતિ પ્રેસ,
જ્ઞાનામૃત ભવન, શાંતિવન, તળેટી,
પો. ઓ. મુદરલા, આબુરોડ - ૩૦૭ ૦૨૬
(રાજસ્થાન)

સંસ્કાર પરિવર્તન અને વ્યવહાર શુદ્ધિ

મનુષ્યની મનોદશાને નિશ્ચિત કરવામાં, મનુષ્યને સુકર્મ કે વિકર્મમાં પ્રવૃત્ત કરવામાં સંસ્કારોનો મહત્વનો ફાળો છે. સંસ્કારો જ મનુષ્યને યોગાભ્યાસમાં સહાયક બને છે અને એ જ કદાચ ખરાબ હોય તો વિદ્ય પણ નાખે છે. સંસ્કારોને વશ થયેલો માનવી ન ધ્વંષ્ઠો હોવા છતાં પણ વિકર્મ કરી બેસે છે. એને જ પશ્ચિમના મનોવૈજ્ઞાનિકો “અધઃચેતન મન” કહે છે. અને મનુષ્યની પ્રવૃત્તિનું મૂળ પ્રેરક માન્યું છે.

પ્રબળપિતા બ્રહ્માકુમારી ઈશ્વરીય વિશ્વ વિદ્યાલયમાં આપવામાં આવતું શિક્ષણ સંસ્કાર પરિવર્તન માટે જ છે. જેથી તેઓ આસુરીતામાંથી મુક્ત થઈ દેવત્વને પ્રાપ્ત કરી શકે. આ જ કાર્યક્રમના સંદર્ભમાં આ નાની પુસ્તિકા જન-લાભાર્થે પ્રકાશિત કરવામાં આવી રહી છે.

—જગદીશ

*

અનુક્રમણિકા

ક્રમાંક	વિષય	પૃષ્ઠ
૧	સંસ્કારોમાં પરિવર્તન	૫
૨	જીવનમાં પરિવર્તન લાવવા માટે કેટલીક ઈશ્વરીય યુક્તિઓ	૧૨
૩	વિકર્મોથી બચવાની યુક્તિઓ	૨૪
૪	અવ્યક્ત અથવા વિદેહ અવસ્થામાં વિધનકારી અલ-બેલાપણું અને આળસ	૨૯
૫	વિચારસાગરમંથન અને રૂહરિહાન	૪૨

૧. સંસ્કારોમાં પરિવર્તન

આજે ઘણાં લોકો કહે છે કે અનેક પ્રયત્નો કરવા છતાં અમારા જીવનમાં ખુશી અને આનંદની વૃદ્ધિ થતી નથી, સંસ્કારોમાં ખાસ વિશેષ પરિવર્તન થતું નથી. પવિત્રતા અને દિવ્ય ગુણોની ધારણા થતી નથી અને અમારા મનની ચંચળતા છૂટતી નથી. તેઓ પૂછે છે કે એવી કઈ સહજ યુક્તિઓ છે કે જેને અપનાવવાથી અમારું જીવન અલૌકિક બની શકે અને તેમાં અમે આત્મિક સુખનો અનુભવ કરી શકીએ છીએ ?

આમ જોઈએ તો એવી અનેક યુક્તિઓ છે કે જેનાથી કર્મોમાં શ્રેષ્ઠતા અને સ્વભાવમાં દિવ્યતા આવી શકે છે પરંતુ તેમાંથી નીચે બતાવેલી ચાર યુક્તિઓને ખાસ રૂપમાં અપનાવવાનો પુરુષાર્થ કરીએ તો ઘણું કલ્યાણ થઈ શકે છે.

આમ તો યુક્તિ, સહજ અને સાધારણ દેખાતી હોય છે. પરંતુ તેનું પાલન કરવાથી ઘણો જ આધ્યાત્મિક લાભ મળે છે તેમાં પણ મહત્વની અને ધ્યાન આપવા જેવી એક વાત તો એ છે કે આપણે પોતાને પરમપિતા પરમાત્માના જ સંતાન સમજીએ. બસ હરેક સમયે આ જ નશો રહે કે — “હું તો પરમ પિતા પરમાત્માનો જ સંતાન છું.

“ હું પ્રભુનો છું. ”

આજે કોઈ મનુષ્ય કહે છે કે—“હું જો બાળકોનો બાપ છું.” કોઈ કહે છે કે—હું પંબજનો છું વળી બીજો કોઈ કહે છે. કે હું અમુક સંસ્થાનો પ્રધાન છું. આ રીતે મનુષ્યે પોતાને એટલી બધી ઉપાધીઓ આપી રાખી છે કે અને મનની ચંચળતા માટે પોતે જ કારણભૂત બની રહ્યો છે. જેવી રીતે એક નાનો કરોળિયો પોતે જ રચેલી ઘણી મોટી બાળમાં પોતે જ ફસાઈ બંધ છે. તેવી જ હાલત આજના મનુષ્યોની છે. આજે

મનુષ્ય પોતે જ વિચાર વમળોની બળ ફેલાવે છે અને પોતે જ તેમાં ફસાઈ બંધ છે. તેઓ કહે છે કે, “હું બાળબચ્ચાવાળો છું; હું ગૃહસ્થી છું; હું ઘણો અનુભવી છું.” તે એવું પણ વિચારે છે કે, “હું ખેડકાર છું કારણ કે, મારા જીવનમાં જરા સરખી પણ સુખશાંતિ નથી.” પરંતુ તેના બદલે એવી સ્મૃતિમાં રહેવું જોઈએ કે,—“હું તો પ્રભુનો છું. જ્યારે આપ પોતાને પ્રભુના સમજશે તો આપ આપના તન, મન અને ધનને માયા (કામ, ક્રોધાદિ વિકારો)ના કાર્યમાં નહિ વાપરો. કારણ કે આપ વિચારશે કે પ્રભુની વસ્તુને માયામાં લગાવવી એ તો અનામત રાખવા મળેલી ચીજ વાપરી દગો કર્યા બરાબર કહેવાય આ જ યુક્તિથી બરાબ સંકલ્પો (વિચારો) રોકવામાં અને પવિત્ર બનાવવામાં ઘણી સહાયતા મળશે. જે માયાને જીતવી મુશ્કેલ લાગે છે તેને આ યુક્તિઓ દ્વારા એક સેકંડમાં જીતી શકાશે.

આપ વિચાર કરો કે, હિન્દુસ્તાન - પાકિસ્તાનની સીમા પર સુરક્ષા માટે પહેરો ભરતો એક ફોજ સિપાઈ શત્રુને રોકવા માટે પોતાના પ્રાણની પણ બાજી લગાવી દે છે તેનું કારણ શું ? આપનો નિર્ણય એ જ આવશે કે, તેને પાકો નિશ્ચય છે કે “હું હિન્દુસ્તાન તરફથી યુદ્ધ કરનાર સિપાઈ છું અને હિન્દુસ્તાનમાં ઘુસવા ન દેવા એ મારું કર્તવ્ય છે.” આ નિશ્ચય કે સ્મૃતિથી જ તેને તેના કર્તવ્ય માટે પ્રેરણા મળી રહે છે તે જ રીતે કોઈ મનુષ્ય એ નિશ્ચયને પોતાના જીવનનો આધાર બનાવી લે કે—“હું તો પ્રભુનો જ છું. માયા (વિકારો)ને મનમાં ન ઘુસવા દેવી મારું કર્તવ્ય છે.” તો તેના જીવનમાં પણ પવિત્રતા જરૂર આવશે. કાર્યવ્યવહાર કરતાં કરતાં જો સ્મૃતિમાં રહે કે “હું તો પ્રભુનો જ છું. હું તો શિવબાબાનો સંતાન છું” તો મમતા અને આસક્તિ નહિ રહે અને જીવનમાં મહાન પરિવર્તન આવી જશે.

મારે જવાનું છે.

જીવનમાં આધ્યાત્મિક પરિવર્તન લાવવા માટે આ લાવ પણ સ્મૃતિમાં રહેવો જોઈએ કે, “હવે તો મારે જવાનું છે”— જ્યારે કોઈ મનુષ્યના મનમાં એક સંકલ્પ (વિચાર) દઢ હોય છે કે હવે તો મારે ગાડી ઉપર જવાનું છે. તો તેનું મન સ્ટેશન તરફ લાગી જાય છે. ત્યારે તે પોતાનો સામાન સમેટવા અને લપેટવા લાગી જાય છે. તેવી જ રીતે કોઈ પણ દુકાન પર કામ કરતો હોય કે કોઈ કચેરીમાં નોકરી કરતો હોય, જ્યારે સાંજે દુકાન કે કચેરી બંધ થવાને સમય આવે છે ત્યારે ઘડિયાળ જોતાં જ તેના મનમાં એજ વિચાર આવે છે કે, હવે તો મારે ઘરે જવાનું છે. આજ રીતે જો સૃષ્ટિરૂપી ઘડિયાળમાં જોવામાં આવે તો હવે કળિયુગનો અંત આવી ચૂક્યો છે. હવે તો બધાએ પોતાને ઘેર—પરંમધામ અથવા પરલોક—જવાનો સમય થઈ ગયો છે. તેથી મન ઉપર એ જ ધૂન સવાર થવી જોઈએ કે, હવે તો મારે જવાનું છે. તો મોહ નષ્ટ થઈ જાય.

જ્યાં સુધી કોઈ હોડી કે વહાણનું લંગર પડ્યું હોય અથવા તેને દોરડાથી બાંધેલું હોય ત્યાં સુધી હોડી કે મુસાફર જીપડે ક્યાંથી ? તેવી જ રીતે મનુષ્યાત્માએ મુક્તિ માટે પોતે તો કરી રહી છે. પરંતુ જ્યાં સુધી કોઈ મનુષ્યે જવાનું વિચાર્યું જ નથી, જ્યાં સુધી તેણે પોતાની બુદ્ધિનું લંગર આ સંસાર પરથી ઉપાડ્યું જ નથી અને જ્યાં સુધી તેનું મન કઈ બંધને રૂપી દોરડાથી આ સંસાર સાથે બાંધાયેલું છે ત્યાં સુધી તે મુક્તિના માર્ગ ઉપર આગળ કેવી રીતે વધી શકશે ? તેથી મનમાં પાકી ધારણા કરવી જોઈએ કે મારે તો પરંમધામ જવાનું છે જ્યારે મન આ સ્મૃતિમાં સ્થિત થઈ જાય તો મમતા મટી જાય. સંન્યાસી લોકો થઈ ગયા. શિષ્ટ સંન્યાસીને વૈરાગ્ય અપાવે છે. તેના કરતાં એવી ધૂન સવાર થઈ જાય કે, “માર

તો હવે પરમધામ જવાનું છે તો મોહ નષ્ટ થઈ જાય અને આચારણુ પણ શ્રેષ્ઠ બની જાય.

અંતરીક્ષ યાત્રીઓ જ્યારે પહેલીવાર અંતરીક્ષમાં ગયા ત્યારે વર્તમાનપત્રોમાં એવા સમાચાર છપાયા હતા કે અમેરિકાએ રોકેટ દ્વારા બે યાત્રીઓને અંતરીક્ષ યાન દ્વારા ઉપર અંતરીક્ષમાં મોકલ્યા છે. તે બંને અંતરીક્ષયાત્રીઓ ચાર દિવસો સુધી ઉપર અંતરીક્ષમાં ચક્કર મારતા રહ્યા. તેઓએ જે અનુભવ સંભળાવ્યો તેના પરથી એમ સિદ્ધ થાય કે તેઓને એ તો યાદ રહ્યું જ હતું કે, “અમે નીચે પૃથ્વી પરથી અહીં અંતરીક્ષમાં આવ્યા છીએ અને છેવટે તો અમારે ફરીને પાછું પૃથ્વી પર જ જવાનું છે. અહીં તો અમે બે ચાર દિવસો માટે કાર્ય અર્થે આવ્યા છીએ પરંતુ પછી તો અમારે પાછું ફરવાનું જ છે.” આ જ રીતે આપણે મનુષ્યાત્માઓને એવી સ્મૃતિ રહેવી જોઈએ કે કર્મ કરવા-અમે તો પરમધામથી આ સૃષ્ટિરૂપી કર્મક્ષેત્ર પર આવ્યા હતા. હવે તો અમારે પાછું પરમધામ જવાનું છે. જેઓ ઉપર અંતરીક્ષમાં જાય છે તેઓ તો છે જ દેહસહિત. પાછા દેહસહિત જ પૃથ્વી પર આવે છે. પરંતુ આપણને તો હવે એ જ્ઞાન છે કે આપણે દેહરહિત પરમધામથી આવ્યા હતા, અને દેહરહિત જ પાછું જવાનું છે. દેહરૂપી વસ્ત્ર તો આપણે અહીં જ ધારણ કરેલું હતું. જો આ સ્મૃતિ રહેતાં મનુષ્યનું જીવન ન્યારું અને પ્યારું બની શકે છે, તો તેમાં પરિવર્તન આવી શકે છે.

મારે તો ન્યારા અને પ્યારા બનવું છે.

વાસ્તવમાં આધ્યાત્મિક પુરુષાર્થ ત્યારે જ શરૂ થાય છે, જ્યારે શરૂઆતથી જ મનુષ્ય નિશ્ચય કરે કે મારે તો ન્યારા બનવાનું છે. જ્યારે મનુષ્યને આ વાતની વિસ્મૃતિ થઈ જાય

છે ત્યારે તેનો પુરુષાર્થ પણ અટકી જાય છે. વિચારવાની વાત તો એ છે કે વર્તમાન સમયમાં જે જીવન છે. તેનાથી તો મનુષ્ય સંતુ છે જ નહિ, તો અવશ્ય આ જીવનને ન્યારા બનાવવાની અર્થાત્ પરિવર્તન કરવાની અવશ્યકતા છે. કહેવત પણ છે, કે જીવનને કમળ પુષ્પ સમાન “ન્યારુ” બનાવવું જોઈ એ. જેવી રીતે કમળ પાણીમાં રહેવા છતાં પણ પાણીથી “ન્યારુ” રહે છે તેવી જ રીતે આપણે પણ સંસારમાં રહેવા છતાં સંસારથી ન્યારા બનીને રહેવું જોઈ એ.

એક જૂની ઉક્તિ છે, “જ્ઞાનીનું જીવન ન્યારુ અને પ્યારુ હોય છે.” આ ઉક્તિનો લોકો એવો અર્થ સમજે છે કે જ્ઞાની મનુષ્ય સભ્યતા અને અદ્ભુતી ઊઠતો-બેસતો, બોલતો-ચાલતો હોય છે. તેના કર્મોમાં ઓછાપણું નથી હોતું, પણ ગંભીરતા હોય છે. પરંતુ આપણે જોઈએ તો સભ્યતા અને શિષ્ટાચાર તો ઘણાં અજ્ઞાની (નાસ્તિક) લોકોમાં પણ હોય છે. તો પછી પ્રશ્ન એ થાય છે કે, જ્ઞાનીમાં કયા પ્રકારનું ન્યારાપણું હોય છે ?

આ વિષયમાં ધ્યાન દેવા યોગ્ય વાત એ છે કે, જ્ઞાની ભલે બીજા લોકોની માફક ઊઠતો બેસતો હોય પરંતુ તે પૃથ્વી પર હોવા છતાં બુદ્ધિ દ્વારા તો પરમધામમાં બેઠેલો હોય છે. તેનું મન આ સંસારના વિષય વિકારમાં પણ બેસતું નથી. પરંતુ પ્રિયતમ પ્રભુ પાસે જઈ બેસે છે. જ્યારે અજ્ઞાની લોકો બેઠેલા હોય છે એક સ્થાન પર અને તેનું મન સંસારનો અનેક વ્યક્તિઓ તરફ દોડતું હોય છે. આ જ રીતે જ્ઞાની પોતાના ચક્ષુઓ દ્વારા તો શરીર જ જોતો હોય છે. પરંતુ તે સાથે સાથે બુદ્ધિરૂપી નેત્ર દ્વારા અથવા જ્ઞાનચક્ષુ દ્વારા આત્માને જ જુએ છે. તેની સ્મૃતિમાં તો એ જ રહે છે કે જે મારી વાત સાંભળી રહેલ છે, અથવા જે મને જોઈ

રહેલ છે, તે વાસ્તવમાં તો આત્મા જ છે અને હું પણ આત્મા જ છું; જે આ શરીરરૂપી રથ પર સવાર થઈને કાર્ય કરી રહેલ છે. આ જ રીતે તેનું જોવાનું પણ સંસારના લોકોથી ન્યાડું હોય છે. અને તે આત્મિક સ્થિતિમાં સંસારના લોકોથી પણ પર આત્મિક સ્થિતિમાં સ્થિત બનીને જોતા કે સાંભળતા હોય છે. આ કારણે તેની દૃષ્ટિ, વૃત્તિ, સ્મૃતિ અને સ્થિતિ સંસારથી ન્યારી હોય છે. આં વાત ઘણી જ સાધારણ લાગતી હશે પરંતુ તેની ધારણાથી જીવનમાં મહાન અંતર પડી જાય છે. મનુષ્ય ભોગીમાંથી યોગી બની જાય છે.

“મારે કર્મયોગી બનવાનું છે”—ઉપર જે યુક્તિઓ બતાવવામાં આવી છે તે ઉપરાંત ચાલતાં, ફરતાં એવું—સ્મૃતિમાં રહે કે “હું તો કર્મયોગી છું”—તો તેનાથી પણ જીવનમાં પવિત્રતા આવે છે. આજે મનુષ્ય કહે છે કે “હું તો ગૃહસ્થી છું. તો આરતી ગાતી વખતે કહે છે કે, “હું લગવાન અમે તો મૂર્ખ, ખલ અને ખામી છીએ.” પોતાના વિષે આ પ્રકારના શબ્દ કહેવા કે એવું વિચારવું, તેના બદલે એવા નિશ્ચયમાં રહેવું જોઈએ કે, “હું તો કર્મયોગી છું. આજ્ઞાની મનુષ્ય પોતાને વિકારી મનુષ્ય સમજીને વખતોવખત ગોથાં ખાયા કરે છે. અને કાર્ય—વ્યવહાર કરવા છતાં વિષય—વિકારોની યાદમાં જ રહેતો હોય છે. હવે મનુષ્ય એવો નિશ્ચય કરે કે, “હું તો કર્મયોગી છું. મારે તો કર્મ કરવા છતાં પરમાત્મા સાથે યોગ લગાવવાનો છે.” તો તેવું જીવન યોગયુક્ત થઈ શકે છે. જો તે પોતાને ગૃહસ્થી—(વિકારી ગૃહસ્થી) માનવાને બદલે એવું યાદ રાખે છે કે હું ગૃહસ્થાશ્રમમાં અર્થાત્ ઘરરૂપી આશ્રમમાં રહું છું—તો તેના મનની ચંચળતા મટી શકે છે. આ પ્રકારની સહજ યુક્તિઓથી મનુષ્યના જીવનમાં સંસ્કાર પરિવર્તન થઈ શકે છે.

અને તેને સુખશાંતિ અને ઈશ્વરીય આનંદનો અનુભવ સહજમાં થઈ શકે છે.

જ્યારે પ્રકૃતિમાં પણ એ ગુણ છે કે તે ફરી શકે છે; પ્રવૃત્તિમાં પદાર્થ ઠંડા, ગરમ, કઠોર યા નરમ થઈ શકે છે, તેા શું પ્રકૃતિના તથા સંસ્કારોના સ્વામી હોવાને કારણે આત્મા પોતાના સંસ્કારોને બદલી નહિ શકે ?



૨. જીવનમાં પરિવર્તન લાવવા માટે ઈશ્વરીય યુક્તિઓ

કેટલાક લોકો કહે છે કે, ઈશ્વરીય જ્ઞાન અને સહજ રાજ-યોગનું શિક્ષણ પ્રાપ્ત કર્યા બાદ શરૂ શરૂમાં તો અમને પોતાના જીવનમાં ઠીક-ઠીક પરિવર્તન થયાનો અનુભવ થયો. પરંતુ હવે એણે લાગે છે કે ઉન્નતિની ગતિ મંદ પડી ગઈ છે; જે અવ્યક્ત સ્થિતિ અમારે પ્રાપ્ત કરવાની છે તેનું ચિત્ર તો અમારી સામે સ્પષ્ટ છે, પરંતુ ત્યાં સુધી પહોંચવામાં અમારી ગતિમાં સંતોષ-કારક તીવ્રતા આવી નથી. તેથી તેઓ બાણવા ઇચ્છે કે, હવે ગતિમાં તીવ્રતા લાવવા માટે કયું સાધન અપનાવની જરૂર છે ?

ધ્યાનથી જોઈએ તો ગતિભંગ થવાનાં મુખ્ય પાંચ કારણ હોય છે. જે આ કારણનું નિવારણ કરવાનો પુરુષાર્થ આપણે કરીએ તો આપણે આત્મઉન્નતિની પરકાષ્ટા પર પહોંચી શકીએ છીએ. પરંતુ મોટે ભાગે મનુષ્યો આ પાંચ બાબતો સુધારવા તરફ લક્ષ આપતા નથી. નીચે આ પાંચ બાબતનું વર્ણન કરવામાં આવેલ છે કે જેથી તેના તરફ ધ્યાન જાય.

[૧] ચર્ચા

મનુષ્યની અવસ્થાનો સંપૂર્ણ આધાર તેની ચર્ચા છે. ચર્ચામાં દિનચર્ચાનો સાયંચર્ચા અને રાત્રીચર્ચાનો પણ સમાવેશ થાય છે. મનુષ્ય સૂઈને જ્યારે ઊઠે છે, અને આંખો ઉઘાડે છે અથવા પહેલો વિચાર કરે છે, ત્યારથી જ તેની દિનચર્ચાનો પ્રારંભ થઈ જાય છે. અને રાત્રે સુષુપ્ત અવસ્થા સુધીનો સંકલ્પ વિકલ્પ અથવા કર્મ કરે છે તેની પણ ચર્ચામાં ગણતરી થાય છે, ત્યાં સુધી કે જે સ્વપ્ન જુએ છે તે પણ એક પ્રકારે તેની

ચર્ચાનો જ અધઃચેતન અવસ્થાનો વિસ્તાર છે. ચર્ચા નિયમિત, સન્તુલિત અને જ્ઞાનાનુકુલ ન હોવાને કારણે મનુષ્યનો આધ્યાત્મિક પુરુષાર્થ ઠીલો પડી જાય છે. તેથી સૌથી પહેલાં મનુષ્યે પોતાની ચર્ચા ઉપર જ ધ્યાન દેવું જોઈએ. હવે આપણે ચર્ચાનાં કેટલાંક આવશ્યક પાસાં પર પ્રકાશ પાડીશું.

નિયત સમય અને નિયત માનસિક સ્થિતિમાં નિદ્રાધીન થવું

સવારે નિયત સમયે ઊઠવા માટે માનસિક તથા શારીરિક રીતે તૈયાર થવા માટે એ જરૂરી છે કે, આપણે નિયત સમયે સૂઈ જવું જોઈએ. નિદ્રા પર જેટલો વિજય પ્રાપ્ત કરી શકીએ તેટલું સારું છે. છતાં પણ એમ જણાય છે કે, રાત્રીએ સૂઈ જવા માટે ૧૦ વાગ્યાનો સમય એક અનુકૂળ સમય ગણી શકાય. કારણ કે તે સમયે સૂઈ જવાથી મનુષ્ય સવારે ૩૧ કે ૪ વાગે સહેલાઈથી ઊઠી શકે છે. અને આ સમયના એકાંત શાંત અને સતોગુણી વાતાવરણમાં યોગાભ્યાસ અને પ્રભુમિલનનો આનંદ લઈ શકે છે. જો કોઈ મનુષ્ય ૧૦ વાગ્યાને બદલે મોડો સૂઈ જાય તો તે કાં તો મોડો ઊઠે છે અથવા તો તે દિવસ આખો થાક, નિંદ્રા, આળસ અને ભારેપણાનો પ્રવાહ અનુભવે છે. તેનો પ્રભાવ તેની આખા દિવસની દિનચર્ચા ઉપર પડે છે. તેથી દિનચર્ચાના પાયાને બરાબર રાખવો જરૂરી છે.

રાત્રે નિદ્રા માટેની માનસિક તૈયારી પણ જ્ઞાન અનુસાર જ કરવી જોઈએ. પથારી પર બેસીને પહેલાં આપણે થોડો સમય શિવબાબા (પરમપિતા પરમાત્મા) ની મધુર યાદનો અભ્યાસ કરવો જોઈએ. જો આપણી પાસે વધારે સમય ન હોય અથવા આપણે થાકનો અનુભવ કરી રહ્યા હોઈએ પણ માત્ર પાંચ મિનિટ તો જરૂરથી ઈશ્વરીય યાદમાં બેસવું જોઈએ.

સુવાના પલંગ પર જઈને તરત જ નિંદ્રાધીન થવું એ કાંઈ યોગીને યોગ્ય દિનચર્યા નથી. યોગી તે પહેલાં પોતાની પથારી બરાબર તૈયાર કરીને હાથ-મેંડાં સ્વચ્છ કરીને જ પલંગ પર બેસે છે. અને સહેલાઈથી તે પિતા, માતા, અથવા સાજનરૂપ પરમાત્મા સાથે મનોમિલન મનાવે છે. તે આ સ્થૂળ લોકમાં સૂતાં પહેલાં પોતાનો સૂક્ષ્મ પ્રકાશ પરલોકમાં લઈ જાય છે. અને પોતાના સ્વરૂપનું તથા પ્રભુનું ચિંતન કરતાં કરતાં તે પરમપિતા પરમાત્માની આજ્ઞા લઈને આત્મિક સ્થિતિમાં સૂઈ જાય છે. જાણે કે પોતાની કર્મેન્દ્રિયો રૂપી નોકર-ચાકરોને આરામ માટે રજા આપી દે છે અને પોતે નિઃસંકલ્પ અવસ્થા પ્રાપ્ત કરી લે છે. આવી રીતે સૂઈ જનાર યોગીની નિદ્રા પણ સતોગુણી એટલે કે યોગનિદ્રા હોય છે અને તેને તમોગુણી સ્વપ્નાં આવતા નથી. પરંતુ તે સતયુગી પાવન સૃષ્ટિમાં સૂક્ષ્મ દેવલોકમાં અથવા પુરુષોત્તમ સંગમ યુગી જ્ઞાન જગતનાં જ સ્વપ્નાં જુએ છે અને જે સમયે ઊઠવાનો સંકલ્પ (નિશ્ચય) કરી સૂઈ જાય તે જ સમયે તે જાગી જાય છે.

(૧) સવારે ઊઠવાના સમય માટે યથાર્થ વિધિ-વિધાન

કરી સવારે ઊઠતાંની સાથે સૌથી (પહેલો સંકલ્પ મનરૂપી આંખની સામે) પહેલું દૃશ્ય અને બુદ્ધિમાં સૌથી પહેલી યાદ તે પરમપિતા પરમાત્માની જ આવૃત્તિ જોઈએ અને પલંગ પર ઊઠીને યોગથી જ પોતાની દિનચર્યાની શરૂઆત કરવી જોઈએ તથા પોતાના મનમાં એવી પ્રતિજ્ઞા કરવી જોઈએ કે આજની દિનચર્યા અને અવસ્થા કાલના કરતાં વધારે સારી રાખીશ. અને કોઈને પણ દુઃખ નહીં દઉં. સવારે મનુષ્યનું મન સતોગુણી અવસ્થામાં હોય છે. સુસ્તપણું હોય છે અને આનંદિત તથા સંતુષ્ટ પાત્ર હોય છે તે સમયે પ્રતિજ્ઞા કરવી અથવા

શુભ સંકલ્પ એનો અર્થ એ છે કે કાર્યક્ષેત્રમાં ઉતરતાં પહેલાં પોતાના મનોબળને દિશા બતાવવા જેવી છે તે ખૂબ જ લાભ-દાયક છે. કહેવત છે કે “મનુષ્ય જેવું વિચારે છે તેવો જ તે બની જાય છે. તેથી પોતાના પુરુષાર્થમાં તીવ્રતા લાવવા માટે આ રીતે દૈનિકીય બનવું ખૂબ જ જરૂરી છે.

(૨) દિવસમાં ઓછામાં ઓછા સાત વાર યોગાભ્યાસ

આપણે દિનચર્યામાં એ વાત પર ધ્યાન આપવું જોઈએ કે જે વધારે બની ન શકે તો પણ સાયંકાળ સુધીમાં આપણે ઈશ્વરીય સ્મૃતિમાં ઓછામાં ઓછા સાત વાર તો બેસવું જ. આઠ કલાક ઈશ્વરીય સ્મૃતિમાં સ્થિત થવાના ઈશ્વરીય સંદેશને આપણે પૂરો ન કરી શકીએ તો પણ કોઈ પણ સંજોગોમાં ત્રણ કલાક તો તેનો અભ્યાસ કરવો જ જોઈએ. આપણે જાણીએ છીએ કે જે મનુષ્ય લૌકિક અથવા સ્થૂળ કાર્યમાં પ્રવૃત્ત રહે છે અને આ સમય દરમ્યાન પોતાની બુદ્ધિને તથા કર્મેન્દ્રિયને આ પ્રવૃત્તિજન્ય જગતથી હટાવીને પ્રભુ તરફ લગાડવાનો અભ્યાસ નથી કરતો તેનો પુરુષાર્થ તીવ્ર થઈ શકતો નથી. તેથી આપણું જીવન વ્યસ્ત ભલે હોય તો પણ દિવસ આખામાં ઓછામાં ઓછા સાતવાર ૧૫-૧૫ મિનિટ માટેનો પણ ઈશ્વરીય સ્મૃતિ માટે સમય ફાળવવાનો જ જોઈએ. સવારે ઈશ્વરીય જ્ઞાન-કેન્દ્ર પર તો આપણે દરરોજ તેનો અભ્યાસ કરીએ છીએ. જ પરંતુ તે ઉપરાંત પણ બે વાર ભોજન કરતાં પહેલાં અને ભોજનના સમયે, સવારે ઊડતાંની સાથે અને રાતના પણ સૂતાં પહેલાં, સંધ્યા સમયે અથવા જ્યારે દિવસ ને રાત મળે છે ત્યારે, રાતના કલાસમાં અથવા પોતાને ઘેર અને એકવાર બપોરે...એમ ઓછામાં ઓછા ૧૦-૧૫ મિનિટનો ઈશ્વરીય યાદનો અભ્યાસ કરવો જ જોઈએ. જ્યારે આપણી સામે ભોજન પીરસવામાં આવ્યું હોય

તો તેના પહેલાં સ્વસ્થિતિમાં અને પ્રભુસ્મૃતિમાં ખેસવાથી અવસ્થા અવ્યક્ત બની રહે છે. અનુભવથી ઘણીવાર જોવા મળ્યું છે કે મનુષ્ય કામકાજમાં વ્યસ્ત હોવાનાં અનેક બહાનાં બતાવી યોગાભ્યાસનો સુવર્ણ સમય ખોઈ ખેસે છે. તેનાથી યોગની સૂક્ષ્મતા આગળ વધતી નથી એટલી જ હાનિ નથી થતી પરંતુ યોગનો અભ્યાસ તૂટી જવાથી અને છૂટી જવાથી તેની અવસ્થા વ્યક્ત થવા લાગે છે તથા તે વ્યવહારી અને સંસારી બનવા લાગે છે તેથી અન્ય કાર્યો કરતાં આ કાર્યને આવશ્યક સમજીને જેને જન્મ-જન્માંતરની સગાઈનું સાધન માનીને ઈશ્વર દ્વારા મળેલો આદેશ સમજીને ગમે તેવી પરિસ્થિતિમાં પણ તેને માટે સમય ફાજલ પાડવો જ જોઈએ મનુષ્યે એમ જ સમજવું જોઈએ કે પ્રભુનો તાર આવી ગયો છે. ટ્રંક કોલ આવી ગયો છે અથવા મારે માટે કોઈ આવશ્યક સંદેશ આવ્યો છે અથવા આવવાનો છે. ‘હું ચાલતાં, ફરતાં, ઊઠતાં, ખેસતાં યોગ લગાવીશ.’ એવું વિચારીને ખાસ પ્રકારે પ્રભુ મિલનમાં ખેસવાની અથવા યોગનો અભ્યાસ કરવાની આદતને છોડી દેવી હાનિકારક છે. કાર્ય કરવા છતાં પણ ઈશ્વરીય સ્મૃતિમાં રહેવાનો પુરુષાર્થ તો કરવો જ જોઈએ. પરંતુ તે ઉપરાંત ખાસ કરીને દિવસ દરમ્યાન યોગાભ્યાસ કરવાથી સ્થિતિ સારી બની રહે છે.

સ્વયં પર અંકુશ

અવસ્થામાં થોડી કમજોરીઓ આવી જવાનું એક કારણ એ પણ છે કે, મનુષ્યને સાવધાન કરનાર તેની ત્રુટી બતાવનાર અને તેની સ્થિતિમાં ફરી સ્થિર રાખવા માટે તેને-માર્ગદર્શન આપનાર તથા અંકુશમાં રાખનાર સાથે તેનો સંપર્ક તૂટી જાય છે. જ્યાં સુધી મનુષ્યની અવસ્થા સંપૂર્ણ અને નિર્દોષ ન થઈ જાય ત્યાં સુધી અવશ્ય તેને કોઈ માર્ગદર્શકની જરૂર પડે

છે, કે જેનાથી ઉન્નતિ વધે તથા જે તેની ઉન્નતિ માટે તેના હિતની વાત તેને બતાવે. પરંતુ જોવા મળે છે કે કેટલાક લોકો થોડું સરખું ઈશ્વરીય જ્ઞાન સાંભળ્યા બાદ તથા ઈશ્વરીય સેવામાં જોડાયા બાદ, એવો કોઈ સંગ કરતા નથી—તેઓ કોઈને પણ પોતાની અવસ્થાનો પૂરો હિસાબ જોલીને બતાવતા નથી કે જેથી આગળને માટે તેને માર્ગદર્શન મળી રહે. અને તેનું પરિણામ એ આવે છે કે, કાં તો તે પોતાની ક્ષતિઓને જોઈ શકતા નથી. અથવા દૂર કરી શકતા નથી. અને તેના પરિણામ રૂપે પોતાની કંઈ જ પ્રગતિ—થતી નથી, એ જાણીને તેનામાં નિરાશા આવે છે અને તે પોતે મિથ્યા તૃપ્તિનો અનુભવ કરવા જ્યાં હતા ત્યાં જ રહી જાય છે. તેથી ઉત્તરોત્તર ઉન્નતિ ચાહનાર મનુષ્યે પોતાના પુરુષાર્થમાં તીવ્રતા લાવવા પોતાની અવસ્થાનો હિસાબ રાખવો જરૂરી છે.

(૩) નામ, માન-શાન અથવા પ્રાપ્તિની આકાંક્ષા

કેટલાક લોકો એવા પણ હોય છે કે, ઈશ્વરીય જ્ઞાન ને સહજ યોગનું શિક્ષણ પ્રાપ્ત કર્યા બાદ ઈશ્વરીય સેવા તો કરે છે. પરંતુ સાથે સાથે પોતાના કાર્યના ક્ષણસ્વરૂપે નામ અથવા યશ મેળવવાની આશા રાખે છે. તેઓ જે સેવા કરે છે તેમાં નમ્રભાવે પોતાને સેવાધારી અથવા નિમિત્ત સમજવાને બદલે પોતાને એક કુશળ અને યોગ્ય સેવાધારી માનવા લાગે છે. અને પ્રતિષ્ઠા, સુવિધા તથા સત્કાર મેળવવાની આશા મનમાં રાખતા હોય છે. જે તેઓની આ ઈચ્છા પૂરી થાય તો તેમાં વધારેને વધારે ક્ષાતા જાય છે. અર્થાત્ વધારે યશ પ્રાપ્ત કરવાની લાલસાથી વધારે કાર્યોમાં જોડાઈ જાય છે, અને તેના પરિણામે તેમની પાસે—યોગાભ્યાસ માટે એકાંત નથી મળતું કે નથી શાંતિમાં બેસવાનો સમય બચતો કે નથી આત્મચિંતન અને

આત્મનિરીક્ષણની ટેવ પડતી. જો તેને માન કે પદ ન મળે તો, તેઓ નારાજ અને ખિન્ન-ચિત્ત બની જાય છે. અને દિવસે દિવસે આ ભાવને કારણે-ઈશ્વરીય સેવા છોડી દે છે. “અમારાં કરેલાં કાર્યની કાંઈ કિંમત જ નથી અથવા તેના તરફ કેઈ ધ્યાન દેતું નથી.” આ રીતે ઉત્તરોત્તર પોતાની બુદ્ધિને સેવા-કાર્યમાંથી વાળી લઈ ઉલટા-સુલટા સંકલ્પ-વિકલ્પોમાં લગાવીને તેઓ પોતાનો કરેલો પુરુષાર્થ અથવા સેવાકાર્યનું ક્ષણ તરત જ જોવા ઈચ્છે છે. જો તે ક્ષણ જોવા ન મળે તો અથવા ક્ષણ મળવામાં થોડો વિલંબ થાય તો પણ તેઓ અધીરા અને અસંતુષ્ટ બની કાર્ય છોડી દે છે. અને એમ કહેવાનું શરૂ કરે છે કે “કાંઈ પરિણામ તો આવતું નથી તો પછી કરવાથી લાભ શો?” આ રીતે તેઓ ઉત્સાહહીન, નિરાશ અને પુરુષાર્થહીન બનીને ઉત્તરોત્તર પોતાની ધારણામાં કમજોર થતા જાય છે. અને પોતાના જીવનમાં અવનતિનો અનુભવ કરે છે. તેથી આપણા પર કોઈનો અંકુશ હોવો જોઈએ એ વાતની જરૂર આવશ્યકતા છે. થોડા થોડા સમયને અંતરે પોતાની અવસ્થાની આંતરિક તપાસ કરાવવી. અને આધ્યાત્મિક ઔષધ અને ઉપચાર દ્વારા પોતાને ઠીક કરતા રહેવું તેમજ નામ, માન, અને શાનની ભાવના, જે પુરુષાર્થમાં એક મોટી રૂકાવટ બની રહે છે, તેનો ત્યાગ કરવો.

(૪) થાક અને આરામ -પસંદગી

જેવું લૌકિક યાત્રામાં બનતું હોય છે, મનુષ્ય જેટલો વધારે ચાલતો હોય છે, તેટલો તેને વધારે થાક લાગે છે અને જેટલો જાંચો ચઢતો જાય છે, તેટલા જાંચે ચઢ્યા બાદ તેને તેની-મંજીલ જાચી અને કઠીન જણાતી હોય છે. તેવું જ કાંઈક આધ્યાત્મિક યાત્રામાં પણ બનતું હોય છે. મનુષ્ય આ

આધ્યાત્મિક પથ પર ચાલતાં ચાલતાં અથવા જિંચે ચઢતાં ચઢતાં કેટલાક સમય પછી થાક અને મુશ્કેલીઓનો અનુભવ કરવા લાગે છે. વિધનોનો સામનો કરવાની હિંમત છોડી દે છે. તે જીવનમાં નીરસતાનો અનુભવ કરવા લાગે છે. નિરુત્સાહી બની જાય છે. પરંતુ હતાશ ન થવું જોઈએ.

વધારેમાં વધારે વિધનો અથવા મુશ્કેલીઓ તો મંજીલ નજીક આવ્યાની નિશાનીઓ અર્થાત્ ટોચ પર પહોંચવાનાં ચિહ્ન હોય છે. તે તો આપણને વધારે હિંમત, આત્મ-વિશ્વાસ તથા ઉત્સાહ ભરવાની ચેતવણી અગર આમંત્રણ આપે છે. તેને પાર કરીને જ આપણે તે પ્રભુની પાસે પહોંચી શકીશું. જેને કાયર સાધકોએ ‘અપરંપાર’ કહેલ છે. તેથી મનોબળનો પ્રયોગ કરતાં કરતાં ઈશ્વરીય સંગઠનનો સાથ મેળવીને વિજયી ધ્વજ હાથમાં લઈને સર્વશક્તિવાન પરમાત્માની શક્તિશાળી સેનાનો એક વક્ષદાર સિપાઈ હોવાનું પોતાને સમજીને આપણે એ સ્થાનો પર પહોંચવાનું સાહસ કરવાનું છે કે, જ્યાં આપણાં પહેલાં કોઈએ પગ મૂક્યો ન હોય, અનેક પ્રકારનાં વિધનોનો નાશ કરવાને બદલે પોતાનો તેનાથી નાશ કરી દેવો એ તો એના જેવું થયું કે કાગળના વાઘને સાચો વાઘ માની બેહોશ થઈ જવું.

વિધનોથી ઉદ્વિગ્ન થવું એ આપણી પોતાની માનસિક અવસ્થાની ત્રુટિ છે. રાઈનો પહાડ સમજીને તેને દૂર કરવાનો પ્રયાસ ન કરવો. તે આપણી પોતાની દૃષ્ટિનો દોષ છે. વિધનો નાના હોય પણ એને મોટા સમજવું કે જોવાં એ તો અંત-ર્ગોળ અરીસા સામે ઊભા રહીને પોતાને મોટા ને બહિર્ગોળ અરીસા સામે નાના દેખાવા જેવું ગણાય. તેથી વિધનોને વિધન ન માનીને અથવા નદી ઓળંગવા માટે પુલ સમજીને તેના ઉપર ચાલવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ.

આપણી પોતાની વર્તમાન અવસ્થાથી અસંતુષ્ટ થવું તે એમ સિદ્ધ કરે છે કે તેનાથી ઊંચા આવવાના સંસ્કાર અમારામાં છે. અને પહેલાં પણ આપણે ઊંચે ગયા છીએ; તેથી અસંતુષ્ટતા તે આપણે માટે સંતોષકારી હોવા જોઈએ. કારણ કે તે એ વાતની સૂચક છે, કે આપણે વર્તમાન અવસ્થાથી ઊંચે જઈ શકીએ છીએ.

તે ઉપરાંત જો આપણા રસ્તામાં કાંઈ દીવાલ હોય જેને આપણે પાર નથી કરી શકતા અને જેને કારણે આપણે સમજીએ છીએ કે અમારી પ્રગતિ અટકી ગઈ છે. ત્યારે પણ આપણે એ દીવાલને હટાવવા પ્રયત્નો કરવા જોઈએ. કારણ કે પ્રયત્નો સિવાય બીજો કોઈ રસ્તો જ નથી. નેપોલિયનની સેનાના રસ્તામાં પર્વત-એક મોટી રૂકાવટ બની ગયો હતો જેને પરિણામે લશ્કર રોકાઈ ગયું હતું પરંતુ આજે નેપોલિયનની મહાનતાનો મહિમા લોકો એટલા માટે કરે છે કે તેણે પહાડો ઉપર પણ તોપનો બંદોબસ્ત કરી વિજયનાં ઢુંડુભી વગાડ્યાં. જેને સેનાપતિ પહાડ માનતો હતો તે જ પહાડ નેપોલિયનને ખાડા ખરબચડાવાળી જમીન જ લાગતી હતી. તેથી તેના સેનાપતિએ કહ્યું કે, હવે પછી આગળ જવું અસંભવિત છે. ત્યારે નેપોલિયને કહ્યું કે, 'અસંભવ' શબ્દ તો મૂર્ખોના શબ્દકોષમાં જ મળી શકે. અને આ વાત પણ સાચી છે. કારણ કે બુદ્ધિનો પ્રયોગ કરતાં પહેલાં જ જે ચીજ અસંભવ માલૂમ પડતી હતી તે જ ચીજ બુદ્ધિબળ, યુક્તિ, નીતિ, નિપુણતા તથા સાહસ દ્વારા સંભવિત બની જાય છે. મનુષ્યનું ચંદ્ર પર ઊતરવું, ફરના દેશમાં રહીને કોઈ વ્યક્તિને કોઈ ચંત્ર દ્વારા જોવી અને સાંભળી શકવી પહેલાં આ બધી બાબત અસંભવ લાગતી હતી પરંતુ 'વૈજ્ઞાનિકોની ધીરજ, સાહસ અને સતત બુદ્ધિ વાપરતા રહેવાનું' કૃણ મળ્યું છે, કે આ સિદ્ધિ

ઓથી કંઈક ગુચવણ ભરેલા પ્રશ્નો, સાધારણ મનુષ્યની આલોચનાઓ, આર્થિક મુશ્કેલીઓ તથા પ્રાકૃતિક વિધો પાર થઈ શકશે.

તેથી આપણે પણ પુરુષાર્થ અંગેનો અભ્યાસ કદી છોડવાનો નથી. આજે જે દીવાલને આપણે એક, બે, ત્રણ અથવા હથ હથોડા લગાવતા હોઈએ છતાં તે પડતી નથી. તથા આપણા રસ્તામાંથી દૂર થતી નથી. તે પણ આપણે આપણો પુરુષાર્થ ન છોડવો જોઈએ. કારણ કે આખરે એકસોમો હથોડો વાગતાંની સાથે દીવાલ પડી જશે. તેટલા માટે કોઈએ કહ્યું છે કે, “પરિશ્રમથી જ કાર્યો સિદ્ધ થાય છે.” સૂતેલા સિંહના મુખમાં મૃગો આપોઆપ આવી જતા નથી અર્થાત્ પરિશ્રમથી જ દરેક કાર્ય અને મનોરથો સિદ્ધ થાય છે. આપણે એ વાત ધ્યાનમાં રાખવી જોઈએ કે, ક્યારેક આપણી માનસિક વૃત્તિ આપણા કાબૂમાં ન પણ આવે. ઈશ્વરીય સ્મૃતિમાં આપણું મન સ્થિત ન પણ થાય. જ્ઞાન શ્રવણમાં આપણને રસ ન આવે, આપણાં કોઈ ખરાબ સંસ્કાર આપણો પીછો ન પણ છોડે, તે પણ નિરાશ થવાનું કોઈ કારણ નથી. અભ્યાસના હથોડા એક દિવસ એવા સંસ્કારરૂપી દીવાલને ભોંય લેગી કરી જ દેશે એ વાત નિશ્ચિત છે. જે પથ્થર પણ કાચા ઘડા સામે નિરંતર અથડાઈને, ઘસાઈને જાય છે, તે શું આપણા પુરુષાર્થની પોલાદી દીવાલ સામે આપણા સંસ્કાર અતૂટ રહી શકે ખરા?

(૫) આહાર-વિહાર પર પૂરું ધ્યાન

એ વાત પણ અજમાવી જોઈ છે કે, જે કોઈ મનુષ્ય ભારે ભોજન કરે છે, અથવા દિવસમાં ઘણીવાર ખાવાની ટેવ પાડે છે, ત્યારે પણ તેનામાં આજસ આવી જાય છે. અને શરીરમાં ભારેપણું તથા બુદ્ધિમાં સ્થૂળતા માફૂમ પડે છે. ઉપરાંત જીભ પર કાબૂ ન હોવાને કારણે ધીરે ધીરે અન્ય કર્મેન્દ્રિયો પણ

બળવો કરવા લાગે છે. અન્ય કર્મેન્દ્રિયો પર કાબૂ કરીએ અને સુખેન્દ્રિય પર કાબૂ રાખીએ એ તો આખા દેશ પર કબજો જમાવ્યા બાદ દુશ્મનને તેમાંથી થોડો ભાગ આપી દેવા જેવું થયું ગણાય. ખાદ્ય પદાર્થો તરફનું આકર્ષણ પણ પ્રકૃતિ તરફનું એક આકર્ષણ જ છે. આ આકર્ષણથી તેનું રૂપાંતર થઈ જવાનો સંભવ છે. તેથી જો કે જ્ઞાન અને યોગ માર્ગમાં ભક્તિમાર્ગની જેમ ઉપવાસ અથવા અન્ન ત્યાગ કરવાની જરૂર નથી. પણ તે ઇન્દ્રિયને પણ અંકુશમાં રાખવાની જરૂર છે. કારણ કે ભોજન લોહુપતા, પીણાં માટે તૃષ્ણા અને સ્વાદની પરાધીનતા પણ એક પ્રકારની બહિર્મુખતા જ છે અને તે પણ દેહઅભિમાનનું એક રૂપાંતર છે જે મનુષ્યને વારંવાર સ્થૂળતા તરફ લઈ જાય છે. તેથી યોગીએ માત્ર સાત્વિક ભોજનનો નિયમ જ નહીં અપનાવતાં વારંવાર ખાવા-પીવાની ટેવ પણ છોડી દેવી જોઈએ.

આ રીતે મનુષ્યે પોતાનો વિહાર પણ બરાબર રાખવો જોઈએ. વિહાર બરાબર રાખવાના ઉદ્દેશથી ઔદ્ધ-ભિક્ષુકોએ તો ઘરબાર છોડીને “વિહાર” બનાવી લીધો અને સંન્યાસીઓએ “પીઠા” અથવા આશ્રમ સ્થાપિત કરી લીધો છે, કે સંન્યાસીએ એવું કરવાનું કહ્યું નથી પરંતુ પોતાના ઘરને જ “વિહાર” અથવા ‘આશ્રમ’ બનાવવાનો છે. આમ કહેવાનો આશય (ભાવ) એ કે પોતાના ઘરમાં જ પવિત્રાનું વાતાવરણ બનાવવું જોઈએ. ઓગું મનુષ્યે અહપગ્રાહી બનવું જોઈએ. વધારે વસ્તુઓનો ઉપભોગ છોડવો જોઈએ. ઘરને એક ‘જનરલ મર્ચન્ટ’ અથવા પરચુરણ દુકાન બનાવી લેવી જોઈએ. દીર્ઘસૂત્રી બની જવું એ યોગીઓ માટે અનુકૂળ નથી. કહેવાનો અર્થ એ છે કે ઠાઠ-મઠ, સજ-ધજ, એશઆરામ, દેખાવાના સાધનોથી પોતાના વિહારને ભરી દેવો, એ પોતાની યુદ્ધિ પર બિનજરૂરી બોજો

નાખવો ગણાય. આપણો વિહાર જેટલો સાદો, સાત્ત્વિક, સ્વચ્છ અને સ્વધર્મની યાદ દેનારો હોય, એટલો જ તે શ્રેયકારક ગણાશે.

આપણે જોઈએ છીએ કે, પરસ્પરના વ્યવહારમાં જ્યાં જરા પણ શંકા આવી જાય ત્યાં વિચ્છેદ યા મતલેદ પેદા થાય છે. વૈમનસ્ય અથવા ઉલટો વૈરાગ્ય ઉત્પન્ન થાય છે. ત્યાં પણ મનુષ્યનું મન આનંદિત અવસ્થામાં રહેતું નથી. અનેક પ્રકારની ભાંજગડમાં પડી જાય છે. અને મનુષ્યનો યોગ તૂટી જાય છે. તેથી આવશ્યકતા તો એ વાતની છે કે, બીજાઓ સાથે આપણું સરળતા, મધુરતા, નમ્રતા, સ્નેહ, સહાનુભૂતિ, સહનશીલતા, સન્માન, સહયોગ અને સહકારને ન છોડીએ અને ઘૃણા, દ્વેષ, બદલાની ભાવના, નિન્દા, ચુગલી, વેર, વિરોધ વગેરેને ન અપનાવીએ. નહિતર આપણી આધ્યાત્મિક ઉન્નતિમાં બીજાઓ પ્રતિ આપણો અથવા બીજાનો વ્યવહાર મોટો વિક્ષેપ બની શકે છે.

આ રીતે જો આ પાંચ બાબતો સુધારવાની કોશિષ કરીએ તો આપણી અવસ્થાની કલા ઉપર ચઢશે. અને આપણા સંસ્કાર બદલાઈ જશે એ વાત નિશ્ચિત છે.

જ્યારે દેવતાનું બનવા લક્ષ્ય પોતાની સામે રાખશે તો દૈવી લક્ષણો જરૂર આવશે.

૩. વિકર્મોથી બચવાની યુક્તિ

પ્રત્યેક કર્મનું કોઈ ફળ તો જરૂર હોય છે જ, જે કર્તાએ વહેલું કે મોડું અવશ્ય લોગવવું પડે છે. આ વાતનો કોઈ ઈન્કાર કરી શકે તેમ નથી. તે ઉપરાંત એ વાત પણ બધા માનશે જ કે, કયા મનુષ્યે કયાં કયાં કર્મ કર્યાં છે, કયાં કયાં કર્મનું ફળ લોગવી ચૂક્યો છે, અને કયા કયા કર્મનું કેવું કેવું ફળ તેણે ક્યારે અને કયા રૂપમાં લોગવવાનું છે, આ વાત પણ કોઈ મનુષ્ય જાણતો નથી. મનુષ્ય એ પણ નથી જાણતો કે પહેલાં તેણે કયા કર્મનું ફળ શું? અને ક્યારે?? અને કયા રૂપમાં લોગવ્યું છે. અથવા હવે લોગવી રહ્યો છે. કર્મના ફળદાતા મનુષ્ય પોતે જ નથી. મનુષ્ય કર્મની ગડન ગતિને જાણતો નથી. પરમાત્મા જ એક માત્ર અજન્મા, અવિનાશી, સાક્ષી, અકર્તા અને અલોક્તા છે. તે જ બધાંની જન્મપત્રી અને કર્મપત્રીને જાણે છે. એટલા માટે ગીતામાં લગવાનનું મહાવાક્ય છે કે, “હે વત્સ હું તારા અનેક જન્મોને જાણું છું પરંતુ તું જાણતો નથી. તું કર્મની ગુહ્યગતિને મારી પાસેથી જાણ” તેથી લગવાન પોતે જ બતાવી શકે છે કે વિકર્મના દંડથી બચવા માટે કોઈ ઉપાય છે કે નહિ.

આ વિષયમાં લગવાનનું મહાવાક્ય છે કે. “હે વત્સ તું ગમે તેટલો પાપી કેમ ન હોય મારું. શરણ લે. હું તને સર્વ પાપોથી મુક્ત કરી દઈશ. વિચારવાની વાત તો એ છે કે શરણ લેવામાં એવો તે કયો જાડુ છે કે, જેનાથી મનુષ્યના પાપો અથવા વિકર્મો પણ સમાપ્ત થઈ જાય છે. શું શરણ લેવા માત્રથી જ મનુષ્યના પાપોનો યોજે ઊતરી જાય છે? જો શરણ લેવાથી અથવા શરણાગતિ દ્વારા વિકર્મોનો અંત હોવો એટલો સહજ હોય તો મનુષ્ય, “નવસો ઉંદર મારી બિલ્લીબાઈ હજ

આલ્યા” એ કહેવત અનુસાર મનુષ્ય પાપ કરતો જ રહેશે અને એક દિવસ પ્રભુનું શરણુ સ્વીકારી પાપનો બોલો ઉતારી દેશે.

‘શરણુ’ નો અર્થ શું છે ?

શરણુ લેવાનો અર્થ છે—પોતાનું તમામ સમર્પણ કરીને કોઈના રક્ષણ હેઠળ ચાલી જવું. પરમાત્માની શરણુગતિ સ્વીકારવી એટલે પોતાના તન, મન અને ધન તેમને સમર્પણ કરી તેમની જ આજ્ઞાનુસાર ચાલવું. સંસારમાં કોઈ પણ કર્મ નહીં હોય. જેનો તન, મન અથવા ધન સાથે સંબંધ ન હોય. વિકર્મો થાય છે તે પણ તેના ઉપયોગથી જ થાય છે. ધર્મ કે સત્કર્મ પણ તેના જ ઉપયોગથી થાય છે. હવે તેના દ્વારા વિકર્મને બદલે શુભ કર્મ જ થાય, અને આ વસ્તુ પરમાત્માના સૂચવેલ રાહ પર ચાલવાથી જ શક્ય બને છે. કારણ કે તે જ કર્મની ગહન ગતિને બાણ છે. અને આપણી જન્મપત્રીથી પરિચિત છે. “મારે કોની સાથે કયા પ્રકારની લેણદેણુ રાખવી કે જેથી આગળ ઉપર વિકર્મોનો હિસાબ કિતાબ ન બને.” આ વાત પણ એક પરમાત્મા સિવાય કોણુ મને બતાવી શકે તેમ છે ? દેહના સંબંધીઓ સાથે અત્યારે મારી કંઈ લેણુ-દેણુ છે (કે કર્મબંધન છે) માટે મારે તેમની સાથે જીવન-નિર્વાહ કરવાનો છે. કોડી કોડીનો આપણુ સૂક્ષ્મ હિસાબ પરમાત્મા સિવાય બીજું કોણુ બાણુ છે ? કેઈની સાથે કયાં સુધી સેવાની લેણુદેણુ કરવાનો કેટલો અધિકાર છે તે ક્યેા મનુષ્ય બાણુ શકે ? આ બધા કર્મબંધનથી મુક્ત થવા માટે શું કર્મબંધનમાં ફસાયેલા કોઈ મનુષ્યના મત પ્રમાણુ ચાલવાથી સફળતા મળે ખરી ? જવાબ એ જ મળશે કે કહી નહિ.

તો એક પરમાત્મા જ છે કે જેનું શરણુ લેવાથી અથવા તે પગલે મગલે જેનો શ્રી-મત લેવાથી મનુષ્ય કર્મબંધનોથી

મુક્ત થઈ શકે છે. અથવા જન્મ-જન્માંતરના વિકર્મેના હિસાબ-કિતાબ-સમાપ્ત થઈ જાય છે. તેના સિવાય મુક્તિ અથવા કર્માતીત અવસ્થા પ્રાપ્ત કરવાનો બીજો કોઈ ઉપાય નથી. અથવા પદસ્નાતુલ્ય વાત-બુદ્ધિમાં સારી રીતે ધારણ કરી લેવી જોઈ એ.

પરમાત્મા અવતરિત થઈને મનુષ્યને શરણ આપે છે.

પરમપિતા પરમાત્માના અવતરણનું આ જ મુખ્ય કારણ છે. પરમપિતા પરમાત્મા આ લોક અને પરલોકનાં ગુહ્ય રહસ્યો બતાવવા માટે જ અવતરતા નથી પરંતુ પગલે પગલે સાવધાન કરવા માટે, માર્ગદર્શન આપવા માટે અને સલાહ સૂચનો આપવા સાકાર તનનો આધાર લે છે. જો તેઓ સાકાર રૂપ ધારણ ન કરે તો પ્રત્યેક મનુષ્યને પોતાની જન્મપત્રી, પરિસ્થિતિ, યોગ્યતા અને કર્મબંધનો અનુસાર તેને સર્વોત્તમ સલાહ કેવી રીતે આપી શકે. અને જો સલાહ ન દે તો કર્મબંધનની જાળમાં ફસાયેલો માનવી અથવા વિકર્મેના અંધારા કૂવામાં અટવાયેલો માનવી-બહાર કેવી રીતે નીકળી શકે? પરમાત્માના સર્વોત્તમ (શ્રીમત) મત વિના તો મનુષ્યના વિકર્મે બનતા જ રહેશે. અને આ રીતે મનુષ્ય કર્મબંધનોથી કદી છૂટકારો મેળવી નહીં શકે, તેથી દુઃખમાંથી સંપૂર્ણ રીતે છૂટકારો મેળવવા માટે વિકર્મેના હિસાબ-કિતાબ કરવો આવશ્યક છે. તે ચૂકવવા માટે પરમાત્માનું માર્ગદર્શન કે મત આવશ્યક છે. તેનો મત લેવા તેનું શરણ સ્વીકારવું આવશ્યક છે. અર્થાત્ તેને સમર્પણ કરી દેવું અથવા તેનું સંતાન બનવું આવશ્યક છે. કારણ કે બાપ પોતાના સંતાનોને અથવા ટીચર (શિક્ષક) પોતાના શિષ્યોને જ સલાહ આપે છે. બીજા કોઈને નહિ. અને સાદર સંતાનો (વ્યક્ત

આત્માઓ)ને સલાહ આપવા માટે પરમપિતા પરમાત્માએ સાકાર રૂપ ધારણ કરવું આવશ્યક છે. જેથી કરીને પોતાને સાકાર રૂપ દ્વારા પોતે આદર્શ કર્મ કરીને બતાવી શકે. અને કર્મ કરવાનું શીખવી શકે. પરમપિતા પરમાત્માનું જ્ઞાન તો મનુષ્ય ધારણ પણ કરી લે છે. પરંતુ મનુષ્યનાં જે કર્મો છે તે વિકર્મો ન બને અને ભવિષ્ય માટે વિકર્મોનો હિસાબ-કિતાબ ચૂકતે થઈ જાય, અહ્ય બુદ્ધિવાળા મનુષ્યો માયાના છળકપટમાં ફસાઈ ન જાય—આ બધું ત્યારે જ સંભવી શકે જ્યારે મનુષ્યને એક પરમાત્મા સદૃશ્યરૂનું માર્ગદર્શન મળે અને તે માટે પરમાત્માનું અવતરણ થવું આવશ્યક છે.

જ્ઞાનમાર્ગ અને ભક્તિમાર્ગમાં આ જ મોટું અંતર છે. ભક્તિ માર્ગમાં તો ફક્ત ગીત જ ગાય છે કે “હું પ્રભુ અમે તારે શરણે આવ્યા છીએ.” કેવળ કહીએ છીએ કે, “તારે દ્વાર હું ભિલો છું કૃપા કરો ભર્તા, પાર પ્રહ્મ પરમેશ્વર હુઃખ હર્તા.” પરંતુ યથાર્થ રીતે તેઓ નથી પરમાત્માનું શરણ સ્વીકારતા કે તેમની સલાહ પ્રમાણે ચાલતા, કારણ કે પરમાત્માનું શરણ અથવા સલાહ કે શિક્ષણ તો ત્યારે જ પ્રાપ્ત થાય છે જ્યારે તે સ્વયં પૃથ્વી પર પ્રહ્માનું સાકાર તન ધારણ કરે છે. ત્યારે તેની પાસેથી જ્ઞાન લેનાર જ્ઞાની બાળક ક્રિયાત્મક રીતે તેનું શરણ કે ગોઠ લઈને તેમની આજ્ઞા પર ચાલીને મુક્તિ અને જીવનમુક્તિને પ્રાપ્ત કરે છે.

પરમાત્માનું અવતરણ ત્યારે જ થાય છે જ્યારે બધા મનુષ્યાત્માઓ કર્મ બંધનમાં ફસાયેલા હોય. તે જ સમયને “ધર્મગ્લાનિ”નો સમય કહેવાય છે. ત્યારે જ પરમાત્મા કર્મ-બંધનોથી મુક્ત કરી જીવનમુક્ત સતયુગી સૃષ્ટિનું સ્થાપન કરે છે. અથવા મુક્તિધામમાં લઈ જવા આવે છે. તેથી મુક્તિ અને

જીવનમુક્તિના દાતા એક પરમાત્મા જ છે. નથી કોઈ લૌકિક ગુરુ, સંત, સ્થાપક કે વિદ્વાન.

તેથી 'મામેક' શરણું વ્રજ' એ એક મહામંત્ર (સર્વોત્તમ) સિમાંત) છે જેના દ્વારા દુઃખ દૂર થાય છે. વિકાર રૂપી શત્રુને દૂર કરવાની આ એક માત્ર સંજીવની છુટ્ટી અને પરમ ઔષધિ છે પરંતુ જેવી રીતે કોઈ મૂર્ખ બિમારી દૂર-કરવા માટે ઔષધિને ઉપયોગ કરવાને બદલે કોઈ નુકસાન જ અજમાવતો રહે તેવી જ રીતે બેસમજ લોકો આ મહામંત્ર અથવા અણુમેલ સલાહ પર ચાલવાને બદલે શ્લાકનો જ પાઠ કરતાં રહે છે. તે રોજે રોજ મંત્રનું રટણ કર્યા કરે છે. જેવી રીતે 'હું પહોંચી જાઉં', 'હું પહોંચી જાઉં' કહેતા રહેવાથી કોઈ વ્યક્તિ પોતાની મંજીલ (લક્ષ) પર પહોંચી શકતો નથી. પરંતુ સત્માર્ગ પર ચાલતા રહેવાથી જ પહોંચી શકે છે તેવી જ રીતે 'પ્રભુ અમે આપના શરણુગત છીએ' એમ કહેવાથી કે કહેતા રહેવાથી મુક્તિ મળતી નથી. તેથી હજી પણ પિતા પરમાત્મા શિવનું શરણું લેવામાં નહીં આવે તો પાપનું પોટલું માથા પર ચઢેલું જ રહેશે અને અંતે રૌવું જ પડશે, કારણ કે, આ પોટલાંને ઉપાડીને મુક્તિધામન દ્વાર સુધી આજ સુધી કોઈ પહોંચી શક્યું નથી કે નથી પહોંચી શકવાનું.

૪. અવ્યક્ત અથવા વિદેહ અવસ્થામાં બાધક અલબેલાપણું અને આળસ

શિવબાબાએ મનુષ્યમાત્રના કલ્યાણ માટે સમજવું છે કે, જો કોઈ મનુષ્ય આખા દિવસમાં આઠ કલાક પણ કાર્ય-વ્યવહાર કરે અને આઠ કલાક આરામ નિદ્રા અને ખાવા-પીવામાં ગાળે તો બાકીના આઠ કલાક તો તેણે ઈશ્વરીય યાદમાં ગાળવા જ જોઈ એ. પરંતુ આપણે જોઈએ છીએ કે મનુષ્ય એટલો પણ સમય ઈશ્વરીય યાદમાં ટકતો નથી. શિવબાબાએ કહ્યું છે કે તેનું કારણ અલબેલાપણું અને આળસ. આ અલબેલા-પણું અને આળસ ક્યા ક્યા રૂપમાં સામે આવે છે, અને તેનું નિવારણ કેવી રીતે થાય તે હવે આપણે જોઈએ.

સમય ઓછો અને થાકનું બહાનું

ઘણુંખરું મનુષ્ય ૮ કલાક ઈશ્વરીય યાદમાં સ્થિત ન હોવાના કારણમાં એ બહાનું બતાવે છે કે કચેરીમાં બુદ્ધિ કામ-કાજમાં પરોવાયેલી હોય છે. કચેરીથી ઘેર પાછા આવ્યા બાદ તે વિચારે છે કે હવે તો આખા દિવસના કામના ભારથી હવે બુદ્ધિ થાકી ગઈ છે માટે થોડો આરામ કરવો પડશે અથવા ગપ્પાં મારી મારીને આનંદ માણવો પડશે. આ રીતે પોતાને ખોટી વાત સમજાવીને ઈશ્વરીય યાદમાં ધ્યાન ઓછું આપે છે અને પોતાના ચાર્ટમાં યાદની ગતિને વેગ આપી શકતો નથી. પરંતુ તે એમ નથી વિચારતો કે પોતે ખોટું બહાનું કાઢીને નકાસું પોતાનું દિલ બહેલાવે છે અને જન્મ-જન્માંતર માટે પોતાને ખોટી નુકસાનીમાં ઉતારી રહ્યો છે અને લાગ્યને પાછું ઠેલી રહ્યો છે. મનુષ્ય જ્યારે આઠ કલાક કાર્યવ્યવહાર કરતો હોય ત્યારે ટેલિફોનની ઘંટડી વાગે અગર કોઈ વ્યક્તિ મળવા આવે અથવા તો નાસ્તો કરવાનો વિચાર આવે તો તે

તરફ તો ધ્યાન દેતો જ હોય છે. મનુષ્યની બુદ્ધિ પૂરા સમયના કાર્યવ્યવહારમાં લાગી રહેતી નથી. ગ્રાહક કે ફાઇલ આખો સમય તો તેની સાથે હોતી નથી. એટલું તો ન જ બને કે એકાદ કલાકમાં તે પાંચ-સાત મિનિટનો સમય પણ ન કાઢી શકે. તો શિવબાબા કહે છે કે કાર્યવ્યવહાર કરતાં પણ એક વાત ધ્યાનમાં રાખો કે ગમે તે થાય અને ગમે તે કાર્ય કરવું પડે પરંતુ સમયમાં દર કલાકે ૫-૭ મિનિટ તો આત્મિક સ્વરૂપમાં સ્થિત થવાનું તથા ઈશ્વરીય યાદનું કાર્ય કરવું જ જોઈએ. જો આપણી કચેરીમાં કચારેક વધારે અથવા ખૂબ જ જરૂરી કાર્ય આવી પડે અથવા દુકાન પર વધારે ગ્રાહકો આવી પડે તો શું આપણે તેની તરફ ધ્યાન નહીં દઈએ? પોતાની ફરજ સમજીને કરીએ જ છીએ છે? તો પછી ઈશ્વરીય યાદને મહત્ત્વ કેમ આપતા નથી. તે શું આપણી ફરજ નથી? શું તેનાથી બીજા કોઈને લાલ થવાનો છે? શું તેને માટે બીજા જન્મ કે બીજા યુગ આવવાનો છે? આપણે એમ કેમ ન માની લઈએ કે શિવબાબા પણ એક ગ્રાહક બનીને આપણી દુકાન પર આવ્યા છે જે ગ્રાહક ફક્ત પાંચ મિનિટ માટે આપણી પાસેથી યાદરૂપી વસ્તુ માગે છે અને આપણને પાંચ કરોડ રૂપિયા આપી બંધ છે. આપણે એમ શા માટે ન માનવું કે દરેક કલાકે એક ઈશ્વરીય સરકારની ફાઇલ પણ આવી બંધ છે જેના પર ‘અરજન્ટ’ (તાતકાલિક)ની સ્લીપ લગાવેલી છે અને ફાઇલમાં આપણે આપણી બાબતમાં વિચાર કરવાની બાબત છે. કચેરીમાં પણ સાપ્તાહિક રીપોર્ટ કે માસિક રીપોર્ટ તૈયાર કરવાનો હેતુ છે જ. તો આપણે એમ સમજીને કેમ ન ચાલવું કે, દર પાંચ મિનિટ આપણે આપણી બાબતમાં ઈશ્વરીય સરકારને રીપોર્ટ આપવાનો છે, ઈશ્વરીય યાદથી તો મનુષ્યની નિર્ણયશક્તિ કે કાર્યશક્તિ વધે છે અને જે કાર્ય સામાન્ય રીતે કોઈ વ્યક્તિ

એક કલામાં કરી શકે તે જ કાર્ય ઈશ્વરીય યાદમાં રહીને તેના કરતાં ઓછા સમયમાં કરી લે છે. તેથી ઈશ્વરીય યાદ તો વ્યવહાર આટોપવામાં પણ સહાયક છે.

શિવબાબા કહે છે કે ઓફિસમાં ન્યારે આપણે કલમનો ઉપયોગ કરીએ છીએ તો પણ સાથે સાથે યાદ કરે! કે 'હું કમળ પુષ્પ સમાન ન્યારો અને અલિપ્ત છું.' ન્યારે આપણી સામે ફાઇલ આવે ત્યારે એમ વિચારો કે શિવબાબા મારા જીવનની ફાઇલ અથવા રેકર્ડમાં કયાં રિમાર્ક આપી રહ્યા હશે અને કઈ વાત ઉપર હસ્તાક્ષર કરી રહ્યા હશે? ન્યારે આપણે કાર્યવ્યવહાર માટે દોડાદોડ કરવી પડતી હોય અગર બુદ્ધિ દોડાવવી પડતી હોય તો એમ વિચારવું જોઈએ કે આપણે ઈશ્વરીય યાદરૂપી યાત્રામાં પણ દોડી રહ્યા છીએ કે નહીં? આ રીતે હવે ખેદરકારી છોડવી જોઈએ, નહીંતર આ કળિયુગી સૃષ્ટિરૂપી ભંભોરને તો આગ લાગવાની જ છે, સંસારની હાલત તો આપણી સામે જ છે. તો પછી ક્યારે કરીશું?

થાક માટે શક્તિવર્ધક ચૂણું ઈશ્વરીય યાદ જ છે.

કચેરી કે દુકાનના કાર્ય બાદ જો થાક લાગે તો થાક માટે 'શક્તિવર્ધક ચૂણું' ઈશ્વરીય યાદ જ છે. ઈશ્વરીય યાદ થાક દૂર કરે છે. ઉપરાંત થાકનો પણ ત્યારે જ અનુભવ થાય છે અને થાક બાધક ત્યારે જ બને છે ન્યારે આપણે ઈશ્વરીય યાદનું મહત્ત્વ સમજતા નથી. થાકેલા મનુષ્યને જો કોઈ સ્નેહી કે સંબંધીની માંદગીને કારણે બગલું પડે તો શું તે બગતો નથી? લેને કોઈ જરૂરી કામ માટે તાર આવે તો શું જતો નથી? શું વિદ્યાર્થી પરીક્ષાના દિવસો નજીક આવતા બંધ ત્યારે રાતદિવસનો ભેદ ભૂલીને 'થાક' શબ્દને તદ્દન હલકો સમજીને ભવિષ્યનો વિચાર કરીને પરીક્ષાના દિવસે પરીક્ષાનું મસ્તિષ્ક સામે શખીને દિલ

લગાવીને અથાગ પરિશ્રમ નથી કરતો? તેથી 'થાક....થાક' એ શબ્દ તેના મુખ ઉપર આવે છે જેને નિશ્ચય નથી કે આ સુહાવના સંગમયુગમાં યાદની યાત્રાથી આપણને ભવિષ્યમાં ૨૧ જન્મો માટે સુખ મળનાર છે કે જેમાં કદી પણ કોઈ પણ પ્રકારની અપૂર્ણતા હોતી નથી. આપણને સ્વાસ્થ્ય, સૌંદર્ય, સંપત્તિ અને શાંતિ વિ. બધું જ મળશે. એવી કોઈ વસ્તુ કે કોઈ એવું સુખ નહીં રહે જે અપ્રાપ્ય હોય. ત્યારે આપણે આજીવિકા માટે પણ આ પ્રકારે પસીનો પાડવો પડશે નહીં. જે કોઈ મનુષ્ય આ વાત જ સારી રીતે સમજતો ન હોય તો તે એ કઈ રીતે કહી શકે કે મને આ વખત થોડો થાક લાગ્યો છે તો હવે મારે આરામ કરવો છે. આટલી જબરજસ્ત કમાણી માટે તો તેને આરામ હરામ થઈ જશે. જન્મ-જન્મ-તરથી તો મનુષ્યે આરામ તો કરેલ જ છે અને વેપાર-ધંધો પણ કર્યો છે અને હવે તે પોતે જ કહે છે કે અમે ગોરખ-ધંધામાં પડ્યા છીએ. હવે આખા કલ્પમાં આ એકલો જ અંતિમ જન્મ છે કે જેનો થોડો સમય બાકી રહ્યો છે અને તેથી શિવબાબા કહે છે કે "જે થોડો સમય બચ્યો છે તેમાં ફક્ત આઠ કલાક મને યાદ કરો તો હું તમને ૨૧ જન્મો સુધી સંપૂર્ણ સ્વર્ગીય સુખ આપીશ. તેમાં પણ શિવબાબા લૌકિક ધંધો કરતાં રોકે થોડા જ છે? તો પછી મનુષ્યનું ભેગું ખરાબ થઈ ગયું છે કે માયાએ તેને થપ્પડ મારી છે? કે તેને વિચાર જ નથી આવતો? ઘણું જ વીતી ચૂક્યું છે. હવે તો થોડો સમય બચ્યો છે. હવે તો મારે ચેતીને નારાયણ પદ માટે પુરુષાર્થ કરવો જોઈએ, ભક્તિમાર્ગમાં અલભેલાપણું ચાલતું જ રહ્યું પરંતુ બ્યારે ભગવાન પોતે જ આવ્યા છે અને તે પણ ખાસ ખબરનો આપવા, ત્યારે અલભેલાપણું ઘણું જ હાનિકારક છે.

હું પુરુષાર્થી છું; હજી સંપૂર્ણ થોડો જ થયો છું ?

અલભેલાપણાનું એક રૂપ એ છે કે જે મનુષ્ય સ્વરૂપની તથા શિવબાબાની વિસ્મૃતિમાં રહે છે તે માટે ભાગે એમ વિચારે છે કે, “હજી તો હું પુરુષાર્થી છું. હું થોડો જ હજી સંપૂર્ણ બન્યો છું, હજી મારામાં કોઈ ને કોઈ ખામી તો હશે જ” આ પ્રકારે ઊલટું વિચારીને તે પોતાની સંપૂર્ણ અવસ્થાને પાછી ધકેલી દે છે. તે એમ નથી વિચારતો કે મારે હવે જ સંપૂર્ણ બનવાનું લક્ષ્ય સામે રાખીને પૂરેપૂરો પુરુષાર્થ કરવાનો છે નહીંતર સંપૂર્ણ બનવા માટે બીજો સમય થોડો જ આવવાનો છે ? ઉપરાંત પુરુષાર્થીનો અર્થ ભૂલ-ચૂક કરનાર અથવા ‘અલભેલો’ (ધીર-ગંભીર હોય તે) વ્યક્તિ થોડો જ થાય ? સાચો પુરુષાર્થી તો એ જ છે કે જેને એકવાર ભૂલ બતાવવામાં આવે તે બીજાવાર ન કરે અથવા જે ઇશારાથી જ પોતાની ક્ષતિ સમજીને દૂર કરવાના પુરુષાર્થમાં પૂરેપૂરો લાગી જાય. પુરુષાર્થ (પુરુષ અર્થ)નો ભાવ એ છે કે, ‘આત્મા માટે’ અથવા ‘આત્માના હિતાર્થે’. જેને સદા આત્માનું કલ્યાણ ધ્યાનમાં રહેતું હોય અથવા જે પ્રકૃતિમાં અનાસકત થઈને સદા પુરુષત્વ અથવા આત્મ નિશ્ચયમાં રહેતો હોય તે જ પુરુષાર્થી છે. જે આત્માને અથવા આત્માના હિતને ભૂલીને પ્રકૃતિના દેહમાં ફસાઈ જાય છે તે પુરુષાર્થી કેવો ? શું એવાને પુરુષાર્થી કહેવો જે શિવબાબાની આજ્ઞાનું થોડું ઉલ્લંઘન કરતો હોય ? આપણને શિવબાબા જે આજ્ઞા કરે છે તે આપણે પુરુષો (આત્માઓ) ના કલ્યાણ માટે તો છે અને તે એવું સમજીને જ અપાય છે કે આપણે વેપાર અને વ્યવસાય-વાળા પુરુષ છીએ ત્યારે તો શિવબાબા આપણને ફક્ત આઠ કલાક જ ઈશ્વરીય યાદમાં રહેવાનું કહે છે, ૧૬ કલાક નહીં. શું શિવ-બાબા જાણતા નથી કે આપણે વેપારનું, કચેરીનું કે ઘરનું કાર્ય કરવાનું છે ? જે આ બધું જાણવા છતાં પણ આપણને તેઓ આઠ કલાક જ યાદમાં રહેવાનું કહે છે અને પછી પણ આપણે

રહેતા નથી તો તેનો અર્થ એ થયો કે કાં તો આપણે એવું મानीએ છીએ કે આપણે શિવબાબા કરતાં અધિક સમજદાર છીએ. અથવા તો આપણે એટલા અલભેલા છીએ કે આપણને તેની આજ્ઞા અથવા આપણા ભવિષ્યની પરવા જ નથી. તેથી હવે ‘પુરુષાર્થી’ નો સાચો અર્થ જાણીને આપણે સાચો પુરુષાર્થ કરવો જોઈએ.

૩. રીસ કરીએ છીએ; ‘રેસ’ (Race) નહીં

કેટલીકવાર મનુષ્ય જુએ છે કે તેનાથી વધારે માન્યતા પ્રાપ્ત કરનાર જ્ઞાનવાન વ્યક્તિ કે જેને જ્ઞાનક્ષેત્રમાં મહારથી માનવામાં આવે છે. તેમાં પણ અમુક અમુક ક્ષતિઓ છે તે પણ ઈશ્વરીય યાદમાં આઠ કલાક રહેતો નથી. એટલે તે વિચારે છે કે “હું તો જ્ઞાનક્ષેત્રમાં તેનાથી ‘નાનો’ છું અથવાં પાછળ આવનારામાંનો એક છું તો પછી મારામાં અમુક અમુક ક્ષતિ હોય તો તેમાં શું મોટી વાત છે? તે કહે છે કે ‘મોટા પણ એવું’ કરે છે. અમે તો હજી નાના છીએ. અમારાથી કદાચ આવું થાય તો શું થઈ ગયું?” તે એમ નથી વિચારતો કે મોટાઓનાં મોટાઈએ વાતને કારણે નથી કે તેમાં અમુક ક્ષતિઓ છે પરંતુ જે વાતમાં તેઓ મોટા છે તેને કારણે જ તેઓમાં મોટાઈ છે. જે વાતની તેઓમાં ખામી છે, તેમાં તો તેઓ પણ નાના છે અને તે દૂર કરવાની તો તેઓ પણ કોશિશ કરી રહ્યા છે. જે ખામીઓને કારણે તેઓમાં પણ ‘નાનપ’ છે અથવા તો જે પુરાઈ (ખરાબી)ને તેઓ પણ દૂર કરવાની કોશિશ કરી રહ્યા છે તે જોઈને મારે પણ પોતામાંથી કાઢી પાખવી જોઈએ. તે વાતમાં વધારે અલભેલા થોડા જ થવાનું હોય? જ્યારે મોટાઓની પણ આ ખામી અથવા ખરાબી અમારી આંખમાં ખટકતી હોય તો અમારામાં તે રહે તો ખીજાઓને પણ અમારી ખામીઓ ખટકરશે નહીં તો પછી શું આપણે ખીજાઓની પુરાઈનું અનુકરણ કરીને આપણું રજિસ્ટર ખરાબ કરવું છે? કે આપણ આપણા દૈવી માતાપિતા જે આપણાથી આગળ જ છે તેમને જોવાં છે

તથા નિરાકાર પરમપ્રિય પરમપિતા પરમાત્મા શિવ, જેઓ પોતે જ સંપૂર્ણ આત્મા છે, તેને જોઈને આપણા પુરુષાર્થને આગળ વધારવાનો છે, આપણાથી અધિક માન્યતા પ્રાપ્ત વ્યક્તિઓ પાસેથી શું ગ્રહણ કરવાનું છે. ખુરાઈ કે મોટાઈ? જો આપણે તેઓ પાસેથી સારું લઈને પોતાની કલાઓને વધારવાની જ છે તો તેઓની ખુરાઈ જોવી જ ન જોઈએ. પરંતુ તેઓ સાથે રેસ (Race) કરીને આગળ વધવાનો જ સંકલ્પ મનમાં રાખવો જોઈએ.

આ રીતે જ્યાં સુધી ઈશ્વરીય યાદને અને અવ્યક્ત અવસ્થા ધારણ કરવાનો પ્રશ્ન છે તેમાં પણ આપણે આપણા વ્યક્તિગત પુરુષાર્થ પર ધ્યાન દેવું જોઈએ. આપણે ઈશ્વરીય યાદનો અને આપણો ચાર્ટ ઉંચે લાવવાના પુરુષાર્થમાં કાયમ રહેવું જોઈએ. અને બીજાઓને પણ નમ્રતાપૂર્વક આ બાબતમાં સચેત કરવા જોઈએ. તેઓને નુકસાનમાં ઊતરતા જોઈને આપણે પણ નુકસાનમાં ઊતરવું ન જોઈએ.

૪. મારો પાયો તો સારો છે

ઘણીવાર મનુષ્ય એમ વિચારે છે કે “મારો બુદ્ધિમાં જ્ઞાનનો પાયો તો સારો છે અને મજબૂત પણ છે. હું જ્ઞાનનાં બધાં રહસ્યો સમજી તો ગયો છું; હું બધા કાયદા-કાનૂન તો જાણું છું જ. વખત આવે બધું ઠીક કરી લઈશ અને પોતાની ખામી પૂરી કરી લઈશ. ખરું જોતાં તો આ પણ મનુષ્યનો ઊલટો સંકલ્પ છે. ખામી પૂરી કરવા માટે વળી કયો સમય મળવાનો છે? કઈ ઘડીની આપણે રાહ જોઈ રહ્યા છીએ. જે ઘડી વીતી ગઈ તે શું પાછી આવવાની છે? શું આપણને આપણા જીવનની ઘડીઓ પર ભરોસો છે? ભલા બતાવો તો ખરા કે આપણા જીવનની કેટલી ઘડીઓ હવે બાકી છે? જો આજે આપણો પ્રાણ નીકળી જાય કોઈ અકસ્માતથી દેહ છોડવો પડે તો આપણી શી ગતિ હશે?

વળી, આ સંગમયુગી જીવનમાં જેટલા સમયથી પવિત્ર રહી શક્યા હોઈશું, જેટલા વધારે સમયથી આપણે દિવ્ય નિયમનું પાલન કરતા આવ્યા હોઈશું તે સમયનું ફળ તો આપણને મળશે જ. એવું થોડું જ છે કે જે દશવર્ષથી પવિત્ર રહ્યા હશે અને જે આજથી પવિત્ર રહેવા લાગશે તે બંને એક સરખા ગણાશે? જેણે દશ વર્ષોમાં વિલિનન પરિસ્થિત્યોનો ઈશ્વરીય નિયમપૂર્વક સામનો કર્યો હશે અને વિઘ્નોને જ્ઞાનયુક્ત રીતીથી પાર કરેલ હશે અને જે આજથી જ પુરુષાર્થ કરી રહ્યા છે એ બંનેનું શું એક સરખું જ ફળ મળશે? ના. તેથી એમ કહેવું કે “અમારી ખુદ્ધિમાં જ્ઞાનનું ખીજ તો પડેલ છે, અમારા નિશ્ચયનો પાયો તો મજબૂત છે. અમારી અમુક અમુક પરિસ્થિતિ ઠીક થઈ જાય તો અમે પુરુષાર્થ કરવા લાગી જઈશું. આ ઊલટું વચન છે. ઘણા સમયથી અભ્યાસ કરતા રહેવાથી જ યોગની અવસ્થા પરિપક્વ થાય છે. નહીંતર, અવસ્થા કાચી રહી જશે અને માથા ઉપર વિનાશકાળ આવી પહોંચશે ત્યારે કાંઈ બની શકશે નહીં.

૫. હું એકલો થોડો જ છું ખીજઓ પણ છે

અલબેલાપણાને કારણે મનુષ્ય એમ પણ વિચારે છે કે, “હું એકલો જ એવો થોડો છું. એવા તો ઘણા છે તો તેમના હાલ થશે તેજ મારા થશે; હમણાં હમણાં બધાની અવસ્થા જોતાં એમ લાગે છે કે હજી પુરુષાર્થ માટે થોડો સમય રહ્યો છે, આ રીતે વિચારીને પોતાની જવાબદારી હલકી કરી દે છે. જ્યારે મનુષ્યને કોઈ ઈશ્વરીય કાર્ય સોંપવામાં આવે છે ત્યારે પણ તે કહે છે કે “મને આ કાર્ય શા માટે સોંપ્યું છે?” તે એમ નથી વિચારતો કે “બધાએ આ કાર્ય માટે મારા ઉપર જ આશા રાખી છે અથવા ચાલો આથી તો મારું ભાગ્ય ઊંચું બનશે.” પરંતુ તે માયાવી સંકલ્પ લાવી પોતાની ખુદ્ધિ ખરાબ કરે છે અને ભાગ્ય પણ બગાડે છે. તે ઈશ્વરીય કાર્યને ન સમજીને બનેલા ભાગ્યને પણ ગુમાવે છે.

આ રીતે, મનુષ્ય એ નથી વિચારતો કે આઠ કલાક યાદની યાત્રા કરવાનો અને અવ્યક્ત અવસ્થામાં રહેવાનો જે આદેશ શિવબાબાએ આપેલ છે તે વ્યક્તિગત મારે માટે છે. બીજાઓ તેનું પાલન કરે અથવા ન કરે. તે વાતની કાળજી કરવી એ મારું કામ નથી. હું શા માટે બીજાની નકલ કરું ? હું આ આજ્ઞાનું પાલન કરીને શા માટે ન બતાવું કે બીજાઓ મારા ગુણ ગ્રહણ કરે ? મારે શિવબાબાની આજ્ઞા માનવી કે મનુષ્યોને જોવા છે ? આ રીતે જો તે બરાબર રીતે વિચારે તો પોતાના અલબેલાપણાના અને આળસના દુર્ગુણ સંસ્કારો દૂર કરી ઘણી જ ઉન્નતિ કરી શકે છે.

આ રીતે ઈશ્વરીય સેવા બાબતમાં પણ વ્યક્તિએ એમ ન વિચારવું જોઈએ કે “ઠીક ત્યારે તેઓ જે કાંઈ કરી રહ્યા છે, તે તેમને કરવા દો. મારા ઉપર જવાબદારી થોડી જ છે ? અથવા તો તેમણે મારી સલાહ થોડી જ લીધી છે, અથવા મને કહ્યું થોડું જ છે ? વ્યક્તિએ સમજવું જોઈએ કે જે વ્યક્તિ કોઈના કહેવાથી કરે છે તેને અર્ધુ ક્ષણ મળે છે. તેનું અર્ધુ ક્ષણ કહેનારને મળી જાય છે. ઉપરાંત તેમાં કોઈના કહેવાની શું જરૂર છે તે તો “જે કરશે તે મેળવશે” જેવી વાત છે. કરવાનું નિમંત્રણ તો બધાને છે જ. હા મોટેરાંને સન્માન કરીને અને તેઓની સંમતિથી કરવાનું છે. પરંતુ એમ કહેવું છે, “જે કાંઈ તેઓ કરશે તે બધામાં હું ખુશી છું તે તો અંદરથી નારાજ હોવાની નિશાની છે. નારાજ થવું કે રૂઠવું એટલે કે પોતાના ભાગ્યથી રૂઠવું. દરેક પોતાનું ભાગ્ય બનાવવાનો વિચાર કરવો જોઈએ. અને તેના માટે તક મેળવવી જોઈએ, નહિ કે રૂઠીને એક બાજુ ખેસી જવું અથવા બીજાના સ્વભાવ સાથે અથડાઈને આળસ અને અલબેલાપણાનો હાર ગળામાં નાખી લેવો જોઈએ.

[૬] “આ સહજ માર્ગ છે”

આ સહજ માર્ગનો સાચો અર્થ શિવબાબાએ આપણને અનેક વાર સમજાવ્યો છે કે, આ રાજયોગ માર્ગ સહજ છે. કેટલાક લોકો એાછી સમજણને કારણે આ કથનનો એવો અર્થ ઘટાવે છે, (કહે છે) કે, આપણે કોઈ પણ મુશ્કેલીમાં આવવું જ ન જોઈએ (ઉપાધીમાં પડવું જ ન જોઈએ). આપણે એવી કોઈ ઈશ્વરીય સેવા કરવી પડે, જ્યાં ભૂખ તરસ સહન કરવાં પડે, થોડી નિદ્રાનો ત્યાગ કરવો પડે, આર્થિક મુશ્કેલીઓ- માંથી પસાર થવું પડે તથા સાંસારિક સગવડો સિવાય થોડો સમય કામ કરવું પડે. જે તેઓ એમ સમજે છે કે કાર્ય કરવું જ નહિ. કારણ કે “આપણો માર્ગ તો સહેલો અને સહજ છે. આપણો કોઈ હઠયોગનો માર્ગ થોડો જ છે?” આ રીતે યાદની યાત્રાની બાબતમાં પણ તેઓ વિચારે છે કે, આ રીતે સમય અને સગવડ મળે ત્યારે જ એ સંભવ છે. વાતવમાં મુશ્કેલીઓનો સામનો કરવાથી જ આત્મામાં શક્તિ ભરાય છે. સહજ માર્ગનો અર્થ એ છે કે ઈશ્વરીય યાદ માટે જાણી જોઈને ભૂખ્યા રહેવાનું નથી કે પ્રાણાયામ તથા હઠક્રિયાઓ કરવાની નથી, પરંતુ તેનો અર્થ એવો તો ન જ થાય કે સેવાના કાર્યમાં પણ આપણે એશઆરામી બની જવું. જે આપણે અહીં સુખ-સગવડ તથા આરામ લોગવતા રહીશું તો ભવિષ્યમાં આપણને કેવું પ્રારબ્ધ મળશે? અહીં તો આપણે સાદું અને મહેનતુ જીવન વ્યતીત કરવાનું છે. આ વાતને ધ્યાનમાં રાખીને આપણે ગમે તેવા સંજોગોમાં ઈશ્વરીય યાદમાં રહેવાનો પુરુષાર્થ કરવો જોઈએ. આપણે એમ ન વિચારવું જોઈએ કે, અમુક સમસ્યાનો ઉકેલ થઈ જશે ત્યારે આપણે ઈશ્વરીય યાદમાં રહી શકીશું અથવા અમુક સગવડો મળશે ત્યારે ઈશ્વરીય સેવા થઈ શકશે. આમ વિચારવું એ પણ અલખેલાપણું જે આજસનું સૂક્ષ્મરૂપ છે.

જો શરીરમાં કોઈ રોગ હોય અથવા અન્ય કોઈ કારણ હોય તો પણ પ્રયત્ન કરીને આપણે ઈશ્વરીય યાદની પર રહીએ અને તનથી વધી તો મનથી, ધનથી, વચનથી અને થોડા કર્મથી પણ ઈશ્વરી સેવા કરતા રહીએ. કારણકે શી ખબર કે ભવિષ્યમાં કોઈ રોગ, કમજોરી, દુર્ઘટના અથવા કોઈ મુશ્કેલી નહીં આવે? આ રીતે આપણે જીવનને સફળ બનાવવા માટે પ્રયત્ન કરતા રહેવું જોઈએ. હવે અલબેલા બનવાનો તથા આળસમાં પડી રહેવાનો સમય નથી.

હિંમત હારો નહિ, ફરી ફરીને પુરુષાર્થ કરો

કેટલીકવાર એવું પણ બને છે કે મનુષ્ય કોઈ વિકાર જીતવા અથવા સંસ્કાર મિટાવવાનો પુરુષાર્થ કરે છે. પરંતુ સફળ થતો નથી ત્યારે નિરાશ અને ઉદાસ બને છે. અને પછી તેનામાં આળસ અને અલબેલાપણું આવે છે. પરંતુ એવું બનવું ન જોઈએ. આ વિષયમાં રાજા રોબર્ટબ્રુસની કથા ઉદાહરણ રૂપ છે. જેણે કરોળિયાને ઘણીવાર જમીન પર પડ્યા બાદ ફરી ફરીને પુરુષાર્થ કરતો જોયો. હવે શિવબાબા કહે છે કે આપ પણ હિંમત ન હારો. હાથમાં જ્ઞાનની તલવાર અને ડ્રામાની ઢાલ લઈને ફરી ફરીને પુરુષાર્થ કરો. તો ખરેખર છેવટે તો માયા પર વિજય જરૂર મળશે. હવે જ્યારે આપણે શિવાબાબાના જ બન્યા છીએ તો સળતા તો આપણે જન્મસિદ્ધ અધિકાર છે.

[૭] માયાના સંકલ્પ-વિકલ્પો

મનુષ્યના મનમાં અનેક પ્રકારના સંકલ્પ-વિકલ્પો જીઠે છે તે પણ તેનો ઉત્સાહ ઉમંગ ઢીલો કરી નાંખે છે; તેને સુસ્ત બનાવી દે છે. તેનામાં નિરાશા ઉત્પન્ન થાય છે, ત્યારે મનુષ્ય વિચારતો, વિચાર કરતો થઈ જાય છે કે પુરુષાર્થ શું કરવો? આવી પરિસ્થિતિમાં નીચે જણાવેલી યુક્તિઓ અપનાવવી જોઈએ.

(૧) હું કોનો બન્યો? છું. ચાલતાં, ફરતાં, જીઠતાં, બેસતાં એમ યાદ રાખવું જોઈએ કે, આખી દુનિયા જેની શોધ કરી

રહી છે અથવા યાદ કરે છે તેની સાથે મારે ખરેખર તો પિતા-પુત્રનો સંબંધ છે. હવે તો હું કેટલા ઊંચા બાપનો પુત્ર બન્યો છું. આ રીતે બુદ્ધિ ઉપર તરફ જશે અને દેહભાનથી અલગ થઈ જશે. તથા સાંસારિક વાતોમાં ફસાશે નહીં. જેના એક માત્ર દર્શન અથવા સાક્ષાત્કાર માટે ભક્ત લોકો માથું ઉતારી આપવા તૈયાર થઈ જાય છે, તે ભગવાન જ આપણને પરમપિતા રૂપમાં પ્રાપ્ત થયા છે. શું આ કોઈ નાની-સૂની વાત છે? કરોડો મનુષ્ય તો પ્રભુને ઓળખતા પણ નથી કે માનતા પણ નથી. અન્ય કરોડો જેઓ માને છે, તે પણ તેને યથાર્થ રીતે જાણતા કે ઓળખતા નથી. હવે હું તો કેવો ભાગ્યશાળી છું કે, મારો સંબંધ તે પરમપિતા સાથે હવે જોડાઈ ગયો છે.

(૨) મારો પાટું કેટલો ઊંચો છે? પોતાનો પાટું યાદ કરવાથી પણ મનુષ્યમાં ઉમંગ અને ઉત્સાહ પેદા થાય છે. તેથી મનુષ્યે એવું વિચારવું જોઈએ કે હું તો ભાગ્યશાળી છું કારણ કે ખુદ પરમપિતા પરમાત્માની સાથે તથા પ્રજાપિતા બ્રહ્માની સાથે મારો પણ પાટું છે. આ પુરુષોત્તમ સંગમયુગમાં થોડાં ઘણાં ગણતરીમાં આવે જેવાં કે, જેને પરમાત્માનો સાચો પરિચય મળ્યો છે, અને અમે, જેઓ બ્રહ્મચર્યપૂર્ણ તથા યોગાભ્યાસનું જીવન વ્યતિત કરીએ છીએ, તેવા પૈકીનો હું એક છું.

(૩) પરમાત્માની કીર્તિ : ભક્ત લોકો તો ભગવાનનું કીર્તન કરે છે. પરંતુ આપણે મનમાં જ પરમાત્મા શિવની કીર્તિ કરવી જોઈએ. ‘શિવબાબા આપ તો ખરેખર પતિતપાવન છો, માયાની જાળમાંથી આપે જ અમને બહાર કાઢ્યા છે, આપ તો સુખશાંતિના દાતા છો, આપે જ અમારા જીવનમાં સુખનો સાર ભર્યો છે, શિવબાબા આપે જ અમારા જીવનને કમળપુષ્પ સમાન બનાવ્યું છે....’ આ રીતે શિવબાબાના ગુણ ચિંતનથી બુદ્ધિ ખીલશે અને જીવનમાં રસ અને ઉમંગ આવશે.

(૪) તું તો મારી આંખોનું નૂર છે : ભક્ત લોકો કહે છે કે, “લગવાનની છબી તો અમારા નયનોમાં સમાઈ ગઈ છે. તે તો સદા અમારી આંખોની સામે જ છે. તેઓ તો લગવાનની મૂર્તિ તથા પાર્થિવ શરીરને સામે રાખીને એવું કહે છે. પરંતુ આપણને જ્યારે વાસ્તવિક સ્વરૂપનો પરિચય પ્રાપ્ત થયો છે, તથા અનુભવ પણ થયો છે, તો આપણે પણ સદા ગદગદ થવું જોઈએ અને આવું વિચારીને તેની છબી આંખોથી દૂર ન થવી જોઈએ; થવા દેવી પણ ન જોઈએ. ‘કે તે તો અમારી આંખોનું નૂર છે. તે અમારાથી અલગ કેવી રીતે થઈ શકે? અર્થાત્ અમે તેને ભૂલી કેમ શકીએ?’

(૫) સ્વર્ગનું દૃશ્ય સામે લાવવું : તે ઉપરાંત આપણે સ્વર્ગના દૃશ્યો પણ સામે લાવવા જોઈએ. આપણા મનમાં ચિત્ર એવાં પ્રગટ થવાં જોઈએ કે ત્યાં આવા મહેલો હશે, બગીચા હશે, આવાં ઝરણાં હશે, આવી ત્યાંની શોભા હશે. આ રીતે અમે ત્યાં રાજ્ય કરીશું.....વિશ્વના મહાવિનાશમાં હવે ઘણો જ અલ્પ સમય બાકી રહ્યો છે. હવે તો સમજે કે સ્વર્ગિક સુખના દિવસો આવી જ રહ્યા છે. તેથી હવે તો તેના જ સ્વપ્નાં દેખાવા જોઈએ. તેને જ મન પર લાવવા જોઈએ. જેનાથી ઘણી જ ખુશી થશે. અને આજસ ભાગી જશે. કારણ કે આપણે પુરુષાર્થ કરીશું ત્યારે તો આપણે તે સૃષ્ટિમાં જઈ શકીશું, નહીંતર કેવી રીતે જઈશું ?

(૬) અત્યારે નહીં તો ક્યારે પણ નહિ : મનુષ્યનો આ જે સ્વભાવ છે, કે આજની વાતને કાલ પર મુલતવી રાખવી અને અમુક પરિસ્થિતિ પસાર થઈ જશે ત્યારે જ અમુક કાર્ય કે પુરુષાર્થ કરીશ. પરંતુ હકીકતમાં ‘આજે નહીં તો ક્યારે પણ નહીં’ એ નાદ જ આપણી સમક્ષ સદા રહેવો જોઈએ. એવું ન વિચારવું કે કાલથી યોગ લગાવવાનું શરૂ કરીશ. પરંતુ; અત્યારથી જ ઈશ્વરીય યાદમાં સ્થિત થઈશ એવો જ વિચાર

કરવો જોઈએ. પરિસ્થિતિઓને સ્વસ્થિતિઓથી અનુકૂળ બનાવવાનો છે. એવું ન વિચારવું કે પરિસ્થિતિ બરાબર થશે ત્યારે જ સ્વસ્થિતિનો અભ્યાસ કરીશ. એવું પણ ન વિચારવું જોઈએ કે વ્યવહાર ઓછો થશે ત્યારે પુરુષાર્થ કરીશું. પરંતુ જ્યારે આપણે પરમાર્થમાં લાગી જઈશું તો વ્યવહારમાં પણ અવશ્ય સહાય મળશે એવું જ વિચારવું.

આ પ્રકારે હવે જ્ઞાન-મંથન કરતાં કરતાં પુરુષાર્થમાં લાગી જવું જોઈએ. શિવબાબા કહે છે કે હવે એવો સમય આવી પહોંચ્યો છે કે, જેટલો સમય વેપાર વ્યવહાર કરતા હો તેનાથી પણ અધિક સમય ઈશ્વરીય યાદ અને ઈશ્વરીય સેવામાં લગાવો. આમ છતાં પણ આવું જો થઈ જ ન શકે તો વેપાર વ્યવહારમાં જેટલો સમય ગાળો છો તેટલો સમય તો ઓછામાં ઓછો ઈશ્વરીય યાદમાં રહો. જરૂરી યાદ કરો. નહીંતર પાછળ રહી જશો અને પસ્તાવું પડશે.

૫. વિચારસાગર મંથન અને ૩૬ રિહાન

પરમપિતા પરમાત્મા શિવે અને કવાર કહ્યું છે કે બાળકો એકાંતમાં બેસી વિચારસાગર મંથન કર્યા કરો. પરમપિતા શિવે વિચારમંથનના ફાયદા બતાવતાં ઘણીવાર સમજાવ્યું છે કે તેનાથી (૧) બરાબ સંકલ્પ વિકલ્પોથી બચી જશે અને બુદ્ધિ બીજી બાજુ જવાને બદલે આ અમૃત મંથનમાં જ લાગી રહેશે. (૨) ખુશી વધશે. (૩) રૂહાની નશે ચઢશે. (૪) ઉન્નતિ થશે. (૫) દિવ્યગુણોની ધારણા પરિપક્વ થશે. (૬) આધ્યાત્મિક અવસ્થા ઊંચી જશે અને (૭) બીજાઓ સાવે ગભરાયા વિના જીગરી વાત કરી શકશે. અને તેના કૃણસ્વરૂપે પુરાણા સંસ્કારો ઢીલા થતા મટી જશે. અને તેને સ્થાને સતોગુણી સંસ્કારો આવી જશે.

જ્યારે વિચારસાગર મંથનના આટલા બધા લાભો છે તો હું મેંશાં થોડો સમય આ શુભ કાર્ય માટે શા માટે ન લગાવવો કે જેથી આપણને કુવિચારમાં જવાનો સમય જ ન રહે ? ઈશ્વરીય જ્ઞાન પ્રાપ્ત કર્યા પહેલાં તો આપણા વિચારો પણ આટલા ઊંચા નહોતા કે આપણે તેનું મંથન કરીએ. હવે શિવબાબાએ જ આપણને કલ્યાણકારી વિચારો આપ્યા છે મનુષ્યના આચાર અને વિચારને તે ઘણા જ ઊંચે લઈ જનારા છે અને જ્ઞાન-સાગર પવમાત્રાએ એટલા બધા વિચારો આપ્યા છે કે આપણી નાની સરખી ખુદ્ધિમાં પણ વિચારોનો એક નાનો સરખો સાગર બની ગયો છે. આ પુરુષોત્તમ સંગમ યુગ જ એવો યુગ છે કે જ્યારે આ વિચારસાગર મંથન કરી શકીએ અને આ રીતે આત્માના આરા સંસ્કારોને મજબૂત કરી શકીએ. વિચાર જ આચારનો અને સુખદુઃખનો આધાર છે. તેથી વિચારો ઊંચા હોવા ખૂબ જ જરૂરી છે.

વિચારસાગર મંથન કેવી રીતે કરવું ?

પરંતુ પ્રશ્ન એ ઊઠે કે આપણે વિચારસાગર મંથન કેવી રીતે કરવું ? વિચાર સાગર મંથનની રૂપરેખા અથવા વિધી-વિધાન શું હોવું જોઈએ ? વિચાર સાગરમંથનના વિધીવિધાન બાબતમાં થોડો સંકેત તો આપણને વિચારમંથન ઉપર જણાવેલા કાયદાઓ પર વિચાર કરવાથી મળી રહે છે. દાખલા તરીકે વિચાર મંથનનો એક લાભ ખુશીનો પારો ચડશે તે બાબતનો છે. આપણે બાણીએ છીએ કે ખુશી મુખ્યત્વે કરીને બે કારણોને લીધે વધે છે—કોઈ સમસ્યાનો ઉકેલ આવી જવાથી, અને કંઈક પ્રાપ્તિ થવાથી. તેથી વિચાર સાગર મંથનની એક રૂપરેખા એ છે કે આપણે ઈશ્વરીય જ્ઞાન કે કોઈ મહાવાક્ય કે સૂત્ર અથવા રહસ્ય લઈ તેના પર એવા દષ્ટિકોણથી વિચાર કરીએ કે તે જ્ઞાનબિન્દુ સમસ્યાનો ઉકેલ સુઝાડે છે અથવા તેનાથી આપણા જીવનમાં શું પ્રાપ્તિ થાય છે. વળી સમસ્યાઓ

પણુ મુખ્યત્વે કરીને ત્રણ પ્રકારની હોય છે: (૧) જે આપણા સંબંધિત હોય, (૨) જે આપણા પરમાર્થ સંબંધિત હોય, (૩) જે સામાન્ય દેશ અથવા લોક સંબંધિત હોય, તેથી કોઈ પણ જ્ઞાનબિન્દુ લઈને તેને આ ત્રણ પ્રકારની સમસ્યાઓની દૃષ્ટિથી જોવું જોઈએ. આ વાત એક દૃષ્ટાંતથી સ્પષ્ટ થશે. શિવબાબાની જ્ઞાન-મુરલીમાં રોજ આવતું મુખ્ય મહાવાક્ય છે કે “બાળકો આત્મભિમાની અથવા દેહી નિશ્ચયી બનેા”

આવો ત્યારે તેના પર આપણો વિચારો શરૂ કરીએ અને જોઈએ કે આ મહાવાક્ય આપણી સમસ્યાનો ઉકેલ સુઝાડે છે કઈ રીતે ?

આત્મા નિશ્ચયથી વ્યવહાર કેવી રીતે સુધરે છે.

પહેલાં આપણે આપણાં વ્યવહારને લઈએ. જે વ્યવહાર આત્મિક દૃષ્ટિ અપનાવીએ અને પોતાને આત્માએ સમજીને ચાલીએ તો જોઈશું કે આપણને થાક નથી લાગતો. બીજું આપણી દૃષ્ટિ દોષિત નહીં થાય. ત્રીજું આપણે વિકારો અને વિકર્મોથી પણ બચી જઈશું ધારણ કે નિરાકારી સ્થિતિમાંથી મનુષ્ય નિરંકારી અને નિર્વિકારી સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરે છે. તેથી પોતાના દેહથી ન્યારો ‘આત્મા’ નિશ્ચય કર્યાથી આપણને પણ લોકો બીજા મનુષ્યોથી ન્યારા હોવાનો અનુભવ કરશે અને આપણે તેને પ્યારા લાગીશું. આ રીતે લોકો સાથેના આપણા વ્યવહારમાં શાંતિ, પ્રેમ, સદ્ભાવના વિગેરે આવી જશે. તો જોઈ લો કે આ મહાવાક્ય કેટલું અણમોલ છે તેનાથી આપણો બધો વ્યવહાર સુંદર બની જશે અને વર્તમાન સમજ પણ શાંતિદાયક થશે. અને ભવિષ્ય સુખાકારી થશે. તેનાથી આપણો વ્યવહાર સુધરશે. આપણા જીવનમાં શુભ પરિવર્તન આવી જશે. આપણે છળકપટ, લોભ, મોહ વિગેરેથી બચી જઈશું અને આપણા મનમાં એક પ્રકારનો ઉલ્લાસ આવશે અને શક્તિ વધશે. આ એક મહાવાક્ય પર આચરણ કરવાથી આપણી અનેક ચિંતાઓ, વ્યથાઓ

વાસનાઓ, તથા વેદનાઓ શાંત થઈ જશે. અને આપણે જિંદગીની આત્મા બનીને આત્મિક સુખમાં રમણ કરવાનું શીખીશું.

આત્મા નિશ્ચયનું પરમાર્થમાં મહત્વ

હવે આ મહાવાક્યનો સંબંધ પરમાર્થ સાથે જોડીએ. આમ તો આપણે ભક્તિમાર્ગમાં પણ જપ, તપ, યજ્ઞ, પૂજા, યાત્રા ભક્તિ વિગેરે કરતા હતા. પરંતુ આત્મનિષ્ઠ ન હોવાને કારણે અથવા આત્મિક દૃષ્ટિ ન અપનાવવાને કારણે આપણે નિર્વિકારી બની શક્યા નહિ. અને સાધનાના માર્ગ પર આગળ વધી શક્યા નહિ. પ્રતિદિન આપણે પ્રાર્થના અથવા કીર્તનમાં એમ તો કહેતા જ રહ્યા કે “વિષય-વિકારો મિટાઓ, પાપ હરો દેવા”. પરંતુ આપણા વિકારો મટ્યા નહિ. કારણ કે બધા વિકારો દેહ અભિમાનથી જ પેદા થાય છે. અને દેહ અભિમાનને મટાવી શકાય છે “આત્મા નિશ્ચયથી”. પરંતુ આપણે આત્મ નિશ્ચયનો તો અભ્યાસ જ નથી કર્યો; આમ છતાં આપણે એટલું તો જાણીએ છીએ કે આપણે આત્માએ છીએ. પરંતુ આપણે ચાલતાં, ફરતાં, કાર્ય કરતાં પોતાને આત્મિક સ્મૃતિમાં સ્થિત રહેવાનો અભ્યાસ કરતાં નથી અને જ્યારે ભક્તિ કરવા બેસતા હતા ત્યારે પણ પોતાને દેહથી ન્યારા એક “આત્મા નિશ્ચય” કરીને બેસતા નહોતા. બધી પૂજા યજ્ઞ, આદિ આપણે દેહ અભિમાનમાં રહીને કરતાં હતાં જેને કારણે નથી આપણાં પાછલાં વિકર્મો ભસ્મ થતાં કે નથી ભવિષ્ય માટે વિકર્મો છૂટતા. નહોતી શાંતિ મળતી કે નહોતા ઈશ્વરીય સ્મૃતિમાં સ્થાયી અને યથાર્થ રસ લઈ શકતા પરંતુ ઘણાં પૈસાનો ખર્ચ કરતાં કરતાં, ગુદી ગુદી જગ્યાએ માથું નમાવવા સ્થાને સ્થાને ભટકતાં ગ્રંથશાસ્ત્ર વાંચતાં વાંચતાં ગુરુ ગોસાઈઓના બન્યા છતાં પણ આપણે એમ જ કહેતા રહ્યા કે અમારું મન ચંચળ છે, અમારા મનમાં શાંતિ નથી, અમારી આત્મિક ઉન્નતિ નિરંતર થતી નથી. વિ. વિ. હવે જ્યારે આપણે આત્મા નિશ્ચયમાં સ્થિત

રહેવાનો અભ્યાસ કરીએ છીએ તો ઘણી જ શાંતિ મળે છે કારણ કે આત્માનો સ્વધર્મ જ શાંતિ છે. આપણા જીવનમાં પવિત્રતા પણ આવે છે અને આપણે ઈશ્વરીય યાદમાં પણ રહી શકીએ છીએ. કારણ કે ઈશ્વર સાથેનો આપણો સંબંધ આત્મિક છે. દૈહિક નહિ. પહેલાં જ્યારે આપણે દેહઅભિમાનમાં જ રહેતા હતા ત્યારે આપણી યાદનો તાંતણો પરમાત્મા સાથે જોડાતો ન હતો. જેવી રીતે વિજળીના બંને તાર ઉપરનું રબર હૂર કરીનેહેજ જોડવાથી જ વીજળીનો કરન્ટ આવે છે તેવી જ રીતે હવે શરીરથી ન્યારો એક આત્મા માનીને બેસવાથી અને પરમપિતા પરમાત્માને પણ નિરાકાર, અર્થાત્ શરીર-રહીત સર્વશ્રેષ્ઠ 'આત્મા' પરમ-આત્મા માનીને તેની સાથે યાદ દ્વારા સંબંધ જોડવાથી આત્મા લાઇટ (પ્રકાશ) અને માઇટ (શક્તિ)નો અનુભવ કરે છે. તેથી સ્પષ્ટ છે કે આ એક મહાવાક્ય દ્વારા પરમાર્થમાં ઘણું જ અંતર પડી જાય છે અર્થાત્ ઘણી જ ઉન્નતિ થાય છે.

આત્માભિમાની બનવાથી, દેશ સમાજ

અથવા લોકોની સમસ્યાનો ઉકેલ

હવે દેશ અથવા સમાજ અથવા લોકોની સમસ્યા સાથે મહવાક્યનો સંબંધ જડીએ. દેહ-દૃષ્ટિ છોડીને આત્મિક દૃષ્ટિ અપનાવવાથી આપણે બધાની સાથે ભાઈ-ભાઈનો સંબંધ બરાબર રીતે જોડાય છે. તેથી આજે જ્યારે હિન્દુ-મુસ્લિમ, શીખ-ઈસાઈ વિ. માં ક્રાંટ-ક્રૂટ છે અથવા ગુજરાતી કે મહારાષ્ટ્રીયન વગેરે રૂપમાં મતભેદ અને કલહ-કલેશ છે, તે પરસ્પર આત્મિક દૃષ્ટિથી અપનાવવાથી સમાપ્ત થઈ શકે છે. કારણ કે આત્મિક રૂપમાં તો બધાં એક દેશ (પરમધામ) થી આવ્યા છીએ. બધા એક જ પિતા 'પરમધામનાં સંતાન હોવાને કારણે ભાઈ-ભાઈ છીએ. બધાનો આત્મિક ધર્મ' (વાસ્તવિક લક્ષણ) પવિત્રતા અને શાંતિ છે અને બધાની આત્મિક ભાષા "મૌન" (Silence) છે.

આત્મિક દૃષ્ટિકોણ અપનાવવાથી બ્રહ્મચર્યનું પાલન થઈ શકે છે અને આ પ્રકારે સંતતિ નિયોજન થઈ શકે છે. તથા સંસારમાં બ્રહ્મચાર, ભેળસેળ, હિંસા વિ. જે બધાં દુઃખોનાં કારણો છે તેનું નિવારણ આ મહાવાક્ય અનુસાર-પરસ્પર વર્તવાથી થઈ શકે છે.

પુશીનો પારો ચઢી જશે

ઉપર જણાવેલ રીતે જ્યારે આપ વિચાર સાગર મંથન કરશો તો આપની પુશીનો પારો ચઢી જશે. કારણ કે આપ વિચારશો કે અહા! શિવબાબાએ મને કેવી અણુમોલ યુક્તિ બતાવી છે! વ્યક્તિ અને સમાજનો કાયાકલ્પ કરનારી પરમ ઔષધિ છે. હું ઘણા સૌભાગ્યશાળી છું કે મારી નાની પુદ્ધિમાં આ વાત બરાબર બેસી ગઈ છે હવે તો અવશ્ય મારો વ્યવહાર અને પરમાર્થ બંને સિદ્ધ થઈ જશે. અને બીજાઓને પણ આ જ્ઞાનનો પરિચય દઈને હું લોક કલ્યાણાર્થે રુહાની સેવા કરીશ.

રુહાની નશો

સ્વાભાવિક વાત છે કે જ્યારે આ રીતે આપ “આત્મા નિશ્ચય”નો લાભ જાણશો તો આપ પોતે પણ ‘આત્મા નિશ્ચય’માં સ્થિત થવાના અભ્યાસમાં લાગી જશો. અને આપને રુહાની નશો ચઢશે. જ્યારે આપ વિચારમંથન કરીને જોશો કે આ મહાવાક્યથી તો બધી સમસ્યાઓ સહજ, કોઈ પણ પ્રકારનું ખર્ચ કર્યા વગર હલ થઈ જશે અને તેનાથી અણુમોલ શાંતિ પ્રાપ્ત થશે. અને ભવિષ્યમાં પણ અપાર સુખ મળે છે. તો સ્વાભાવિક વાત છે કે અત્યારે પણ પુશી વધશે જ અને ‘રુહ’માં સ્થિત થવાથી રુહાની નશો પણ વધશે. કારણ કે ‘રુહ’ તો પરમાત્માનું સંતાન છે તેથી મનુષ્ય પોતાને પણ પરમાત્માનાં સંતાન માનીને પ્રકુલિત થશે.

આ પ્રકરણની શરૂઆતમાં આપણે વિચાર સાગર મંથનના સાત મુખ્ય કાયદાનો ઉલ્લેખ કર્યો હતો. એમાં બે (પુશી

થશે અને રૂહાની નશે ચઢશે) નું સ્પષ્ટીકરણ થયું. વ્યવહાર, પરમાર્થ તથા દેશની સમસ્યાએને ઈશ્વરીય જ્ઞાનની વાતો કઈ રીતે હલ કરી શકે છે તેના પર વિચાર કરવાથી ખુશી વધશે અને રૂહાની નશે પણ ચઢશે. ત્રીજે લાભ એ બતાવ્યો હતો કે “ઉન્નતિ” થશે.

આપણે જાણીએ છીએ કે આપણી ઉન્નતિ માટે શિવ-બાબાએ આપણને ચાર વિષયો બતાવેલા છે. જ્ઞાન, યોગ, દિવ્ય ગુણની ધારણા અને ઈશ્વરીય સેવા. તેથી વિચાર સાગર મંથનની રૂપરેખા એ છે કે જે મુદ્દા ઉપર આપણે વિચારસાગર મંથન શરૂ કર્યું તેના સંબંધ વ્યવહાર-પરમાર્થ તથા દેશની સમસ્યા સાથે સાંકળ્યા બાદ હવે જ્ઞાનયોગ, દિવ્યગુણની ધારણા તથા ઈશ્વરીય સેવા સાથે જોડીએ.

સમસ્ત જ્ઞાનમાં ‘આત્મા-નિશ્ચય’નું મહત્ત્વ

હવે આપણે એવો વિચાર ચલાવીએ કે શિવબાબાએ આપણને ‘આત્માનિશ્ચયી બનો’ એવો જે આદેશ આપ્યો છે, તે જ આખા જ્ઞાનના પાયાની ઈંટ છે. કારણ કે રૂહાની જ્ઞાનની શરૂઆત જ ‘આત્મા’થી થાય છે. જો આપણે પોતાને ‘આત્મા’ ન માનીએ અને દેહ માનીશું તો જ્ઞાનનો આધાર જ નષ્ટ થઈ જશે. જો આત્મા જ નથી તો પુનર્જન્મ કેવો અને કોનો ? જો આત્મા જ ન હોય તો કર્મોની ગતિ સાથે ન ચાલે તો પછી આપણે સારાં કર્મો શા માટે કરીએ અને ખરાબ કર્મોથી શા માટે બચીએ ? જો આત્મા જ ન હોય તો મહાત્મા ને પરમાત્માનું અસ્તિત્વ જ ન હોઈ શકે. આત્માને ન માનવાથી આપણે એ પણ નથી જાણી શકતા કે કેવી રીતે પતિત થયા અને હવે પાવન બનવાથી આપણી સદ્ગતિ કેવી રીતે થશે. તેથી જ ‘આત્મા નિશ્ચય’નું મહત્ત્વ ઘણું જ છે. કારણ કે તેના વિના મુક્તિ અને જીવન-મુક્તિ, યોગ, દિવ્યગુણો વિ. ની ચર્ચા નિરર્થક

બની જાય છે. ઉપરાંત 'જ્ઞાન'નો અર્થ છે—જે ચીજ જેવી છે, તેવા જ રૂપમાં તેને જાણવી. તેથી સૌથી પહેલાં તો આપણે એ જાણવું જોઈએ કે આખો દિવસ આપણે હનરવાર હું—હું શબ્દનો પ્રયોગ કરીએ છીએ. આ હું શબ્દ કોનો વાચક છે? હું દેહ છું કે આત્મા? પોતાને ખરી રીતે જાણ્યા વગર બાકી બધું કેવી રીતે જાણી શકશે? તો આ પ્રકારે પહેલાં પોતાને, 'આત્મા' નિશ્ચય કરવાની આવશ્યકતા છે. જ્ઞાનવાન વ્યક્તિ જ જો પોતાને 'આત્મા' નિશ્ચય ન કરે તો પછી જ્ઞાની અને અજ્ઞાની મનુષ્યમાં ભેદ જ રહેતો નથી.

યોગમાં આત્માનિશ્ચયનું મહત્ત્વ

'યોગ'નો તો ભાવાર્થ જ છે "પિતા પરમાત્માની સ્થિતિમાં સ્થિત થવું." 'પરમાત્મા' શબ્દ 'પરમ-આત્મા'થી બન્યો છે. અને પરમાત્માને આત્મિક સંબંધે 'પરમપિતા' કહીએ છીએ. તેથી આત્મા નિશ્ચયની સ્થિતિ વિના તો યોગનો આરંભ જ થઈ શકતો નથી. સારાય દિવસ દરમ્યાનના વ્યવહારમાં મનુષ્ય 'આત્મા' નિશ્ચય બુદ્ધિ થઈને ન ચાલે તો યોગના અભ્યાસ સમયે નથી તેનું મન એકાગ્ર થતું કે નથી તેને ઈશ્વરીય સ્મૃતિમાં રસ પડતો. જ્યારે મનુષ્ય એવો નિશ્ચય કરે કે 'હું આ દેહથી અલગ એક જ્યોતિર્બિંદુ આત્મા છું. હું પરમધામ અથવા બ્રહ્મલોકથી આ સૃષ્ટિમંચ પર આવ્યો છું'ત્યારે જ તે યોગની સીડી પર ચઢી શકે છે. અત્યાર સુધી લોકો કાં તો હઠયોગ કરતાં આવ્યા છે, અથવા તેઓ દેહધારી વિષ્ણુ, શંકર, રામ, કૃષ્ણ, ઈશુ, બુદ્ધ વ. ને યાદ કરતા રહ્યા છે. અથવા તેઓ દેહધારી દેવી-દેવતાઓની ભક્તિ પૂજામાં લાગી રહ્યા છે. હવે પરમપિતા શિવે સૌથી અગત્યનું મુખ્ય અણુમોલ રહસ્ય તો એ સમજાવ્યું છે કે 'તમે કોઈ દેહ નથી, કે નથી પરમાત્મા કોઈ દેહધારી પરંતુ તમે પણ જ્યોતિર્બિંદુ આત્મા

છો અને ભગવાન પણ 'પરમ આત્મા' છે. તેથી હવે પોતાને 'આત્મા નિશ્ચય' કરવો તથા ભગવાનને પણ પરમ 'આત્મા.' નિશ્ચય કરવો તે જ સાચો યોગ છે. આ રીતે વિચાર કરવાથી યોગના વિષયમાં પણ આપણી ઉન્નતિ થશે.

દિવ્ય ગુણોની ધારણા અને આત્માનિશ્ચય

દિવ્ય ગુણોની ધારણા આત્મા અભિમાની બનવાથી થાય છે. સર્વગુણોના ભંડાર તો પરમાત્મા જ છે. જ્યારે આપણે આત્માના રૂપમાં સ્થિત થઈએ છીએ તો પરમપિતા પરમાત્માની સ્મૃતિ અવશ્ય આવે છે અને ઈશ્વરીય સ્મૃતિથી મધુરતા, પ્રેમ, શીતળતા, અંતર્મુખતા, સહનશીલતા, અડોલતા, નિર્ભયતા, વ. ગુણોની ધારણા અવશ્ય થાય છે. આત્મા તો છે જ દેહથી અલગ નિરાકાર; તો નિરાકારી સ્થિતિમાં રહેવાથી નિરઅહંકારિતાની સ્થિતિ બને છે. અને નિરઅહંકારિતા તો સર્વગુણની ખાણ છે, તો સ્પષ્ટ છે કે દિવ્યગુણોરૂપી વૃક્ષનું બી 'આત્મનિશ્ચય' છે. આસુરી લક્ષણોનું બીજ; દેહ-અભિમાન છે. તેથી આત્મનિશ્ચયમાં સ્થિત હોવું જરૂરી છે. કારણ કે તેનાથી જ દિવ્યગુણોના વિષયમાં આપણી ઉન્નતિ થશે. ઉપરાંત આપણે મનુષ્યમાંથી દેવતા બનીશું જીવનમુક્તિ, દેવપદ પ્રાપ્ત કરવાની એક જ સીડી છે—'આત્મચિંતન', અને પતિત થવાની સીડી છે 'પરચિંતન'. પરચિંતનમાં દેહચિંતન અથવા દેહ-અભિમાન પણ સામેલ છે કારણ કે દેહ પણ છે તો 'પર'. આપણે દેહ તો નથી જ.

ઈશ્વરીય સેવામાં આત્માભિમાન

ઈશ્વરીય સેવા શું છે? ઈશ્વરીય સેવા છે - લોકોને ઈશ્વરનો પરિચય આપવો, તેઓને જીવનનું લક્ષ્ય બતાવવું, પવિત્ર બનવા તથા દિવ્યગુણની ધારણા કરવાના પાઠ શીખવવા અને તેઓને આત્માભિમાની બનાવવા બે આપણે પોતે જ આત્માભિમાની

નહીં બનીએ તો કોરી પંડિતાઈથી શ્રોતાઓ પણ આત્માલિમાની બનશે નહીં પરંતુ તેઓ પણ સાંભળેલું વણસાંભળેલું સમજી લેશે. પોતે આત્મવિશ્વાસમાં સ્થિત બનીને દૃષ્ટિ આપીશું અને આત્મભાવમાં ટકીશું તો તેઓ પણ આત્મ-સ્વરૂપમાં સ્થિત બનીને શાંતિ અને પવિત્રતાના લાભ લેશે. પરમપિતા પરમાત્મા સાથે પોતાની બુદ્ધિનો સંબંધ તોડીને જો આપણે બીજાને જ્ઞાન સંભળાવશું તો તેનો તેના ઉપર કાંઈ પ્રભાવ પડશે નહીં. તેથી પોતાની અને બીજાની ઉન્નતિ માટે 'આત્મનિશ્ચયમાં સ્થિત હોવાનું' આપણા માટે પણ જરૂરી છે.

આ રીતે આપણે ઈશ્વરીય મહાવાક્ય (બાળકો આત્મા-નિશ્ચયી બની દેહાલિમાન છોડો) અને પોતાના ચાર વિષયો સાથે જોડવાથી આપણને એ જાણવા મળ્યું કે આ તો ઘણી જ મહત્ત્વની વાત આપણને કહેવામાં આવી છે. આ મહાકાવ્યને આચરણમાં લાવ્યા વિના તો આપણે આપણા ભણતરના ચારે વિષયોમાં કમજોર રહી જઈશું અને 'ઓછા ગુણ મેળવીને પાસ થઈશું' અથવા આપણા વિકર્મો દગ્ધ થયા વગર રહી જશે અને આપણે ધર્મરાજપુરીમાં સજા ખાવી પડશે અથવા આપણે સર્વગુણ સંપન્ન નહીં બની શકીએ અને આપણું દેવપદ જીંચું નહીં હોય તો જ્યારે આ રીતે વિચારમંથન કરીશું ત્યારે આત્મનિશ્ચયી બનવાની આજ્ઞાનું મહત્ત્વ આપણા મનમાં વધારે સ્પષ્ટ થશે. આપણે તેનો અભ્યાસ કરવામાં લાગી જઈશું અને જેથી સ્વર્ગકીય ઉન્નતિ પણ થશે.

દિવ્ય ગુણોની ધારણા પાકી કેવી રીતે થાય

અને અવસ્થા કેવી રીતે વધે ?

જ્યારે કોઈ વાત બરાબર રીતે સ્પષ્ટ થઈ જાય, મનુષ્ય તેના મહત્ત્વ બાબતમાં નિશ્ચય બુદ્ધિ બની જાય છે ત્યારે તે વાત મનમાં એટલી જાંડી બેસી જાય છે કે તે તેને આચરણમાં

લાંબ્યા વગર રહી શકતો નથી. તેથી જ્યારે આપણે કોઈ જ્ઞાન-બિંદુ લઈને તેના દ્વારા બધી સમસ્યાઓને ઉકેલ મળશે તે જોઈશું અને પરમાર્થ માટે હિતકર અને આવશ્યક માનીશું અને પોતાના આધ્યાત્મિક શિક્ષણને તેનું એક ભંડુ મહત્ત્વનું અંગ માનીશું તો આવશ્ય આપણી તે ધારણા બની જશે કે આપણે તેને આચરણમાં મૂકીશું. કારણ કે તેના સિવાય નથી આપણી ઉન્નતિ કે નથી આપણું કલ્યાણ. તો પહેલાં જે આપણા માટે અભ્યાસ હોતો તે હવે આપણો એક સંસ્કાર અથવા સહજ સ્વભાવ બની જશે અને આ મુદ્દાની ધારણા આપણી બુદ્ધિમાં એવી પાકી થઈ જશે કે આપણી સમક્ષ ગમે તેટલી મુશ્કેલીઓ ભલે આવે, આપણે ગમે તે પરીક્ષાઓમાંથી પસાર થવું પડે, આપણે એ માન્યતાથી ડગીશું નહિ પણ આચરણમાં આપણે તેને ગમે તેટલા ભોગે લાવીશું. “આત્મા નિશ્ચયમા સ્થિત થાઓ” - આ ઈશ્વરીય મહાકાવ્ય પર આપણે વિચારમંથન કરી રહ્યા હતા. વિચાર કરતાં કરતાં આપણે જ્યારે એવા નિર્ણય પર પહોંચ્યા કે આ બધી સમસ્યાઓનો એક માત્ર ઉકેલ આ જ છે, આ જ સુખશાંતિનું સાધન છે, તેના વિના જીવનનું કલ્યાણ અથવા ઉન્નતિ થઈ શકતી નથી તો પછી આપણે ગમે તે સંભોગોમાં આ જ માન્યતા ઉપર આચરણ કરવાની કોશીલ કરીશું ને ?

જ્યારે આપણે તેને આચરણમાં લાવવાનો જોરદાર પુરુષાર્થ કરવા લાગી પડીશું તો આપણી આસ્મિક અવસ્થા પણ અવશ્ય આગળ વધશે. આપણી આધ્યાત્મિક અવસ્થા માટે બળ લાવનારી ચીજ તો ‘નિશ્ચય’ છે એક વાત આપણે જોટલી જરૂરી સમજીશું તેટલો જ તેની ધારણા માટે આપણે તીવ્ર પુરુષાર્થ કરીશું તો જ્યારે વિચારસાગર મંથનથી આપણો દૃઢ નિશ્ચય થાય છે અને આપણે જ્ઞાનના કોઈ સહસ્યનું મહત્ત્વ

દર્શન કરીએ છીએ તો નિઃસંદેહ મંથનના ફળસ્વરૂપમાં આપણી આધ્યાત્મિક અવસ્થા પણ આગળ વધશે. ઉચ્ચ વિચાર (High thinking)થી આપણે ઉચ્ચ બનીશું.

સંકલ્પ-વિકલ્પોથી કેવી રીતે બચવું ?

આપણે અગાઉ જોઈ ગયા કે આપણને એકાંતમાં બેસીને વિચાર સાગર મંથનની ટેવ પડી જશે તો આપણે પરચિંતનથી વ્યર્થ ચર્ચામાં પડીને સમય અને શક્તિ નષ્ટ કરવામાંથી બચી જઈશું. જો આપણી બુદ્ધિને જ્ઞાનનો રસ લેવામાંથી કુરસદ જ નહીં મળે તો તેમાં વ્યર્થ સંકલ્પ-વિકલ્પ આવશે ક્યાંથી ? તેથી મનની પરેશાનીથી, ચંચળતા અને વ્યર્થ પંચાયતથી બચવાનો ઉપાય છે વિચારસાગર મંથન. તેનાથી એ લાલ થશે કે પહેલાં આપણા મનમાં જે વિકાર વધી રહ્યા હતા, તે હવે નિર્જીવ થઈ જશે. આપણામાં જે વાસનાઓ ઊઠતી હતી તે નિર્બળ બની જશે અને આપણામાં સંકલ્પો જે તોફાન લાવ્યા કરતા હતા હવે તે શાંત ને ક્ષીણ થઈ જશે. તો વિચાર-સાગર મંથનના કેટલા લાભ છે જોઈ લો.

વિચારો રૂપી ગાડીની એક, બત્તી...વગેરે

ઉપરના ફકરાઓમાં આપણે વિચારસાગર મંથનની વિધિ અને સિદ્ધિ જોઈ. વિચાર ચલાવવા એ એક મોટર ગાડી ચલાવવા જેવું છે. જો કોઈ મનુષ્ય મોટરગાડી તો ચલાવે પરંતુ જો તેને એક મારવાનું, ગાડીને વાળવાનું સ્થાન હોય ત્યાં ગાડી વાળી ન શકાય તો પછી તે મનુષ્ય તથા તે મોટરના શા હાલ થશે તે સમજી લો. જો પાછળ આવતી ગાડીની બાબતમાં બાણુવું હોય અને જો તે ગાડીના દર્પણનો ઉપયોગ ન બાણુતો હોય તો તેની સ્થિતિ કેવી થશે ? તેથી જ્યારે આપણે કહીએ છીએ કે આ શરીર એક મોટર છે અને આત્મા તેનો ડ્રાયવર છે તો તે ડ્રાયવરને આ બધાનાં ઉપયોગની બાણુકારી તો હોવી જ જોઈ એ ને ?

જે કોઈ મનુષ્ય બેઠો હોય વિચારસાગર મંથન કરવા એટલે કે કોઈ જ્ઞાન બિંદુ લઈને તેનું મનન કરવા પરંતુ તેના અગાઉના સ્વભાવને કારણે જે તેનું મન અશુદ્ધ સંકલ્પોમાં જ દોડી જાય તો તે રીતે તો તેને લાભને બદલે હાની થઈ જશે. તેથી તે વખતે વિચારપ્રવાહને વાળવાની અથવા અશુદ્ધ વિચારો પર એક લગાવ્યા બાદ ફરી શુદ્ધ વિચાર શરૂ કરવાની જરૂર પડશે. નહીંતર તો અકસ્માત અથવા દુર્ઘટના થઈ જશે. અર્થાત મનુષ્યનું મન અશાંત થઈ જશે. મૂડ (સ્વભાવ) બગડી જશે અને શરીર સ્વાસ્થ્ય પર પણ ખરાબ અસર પડશે.

તેથી એ જાણવાની જરૂર છે કે આપણી મોટરગાડીની એક કેવી છે, અને એક ક્યારે લગાવવાની છે. આપણી ગાડીનું સ્ટીયરિંગ બ્હીલ કયું છે અને તેને ક્યાં, ક્યારે, કેટલું વાળવાનું છે:

‘મનમના ભાવ’ જ એક છે.

આપણી ગાડીની એક છે “મનમભાવ” વિચારસાગર મંથન કરતાં કરતાં જે એમ જણાય કે આપણું મન પરચિંતનમાં અથવા દોષમનમાં અથવા દેહ અભિમાન અથવા અજ્ઞાન તરફ જવા લાગ્યું છે તો આપણે ‘મનમભાવ’ રૂપી એક મારવી જોઈએ, આપણે વિચારોની ગતિ ઘટાડીને તથા રોકીને મનને શિવબાબાની યાદમાં ટકાવી દેવું જોઈએ. અને હું જ્યોતિબિંદુ-શાંત સ્વરૂપ આત્મા છું—આ સ્મૃતિમાં સ્થિત કરી દેવું જોઈએ તથા પૂર્ણ શાંતિ (મૌન) માં ચાલ્યા જવું જોઈએ. સૃષ્ટિ રૂપી નાટકનું ભવિષ્ય આપણી ગાડીની હેન્ડ એક છે. જ્યારે આપણાં વિચારો વધારે ચાલતા હોય કે અમુક વાત થવાની જરૂર ન હોતી તે કેમ થઈ? અમુક વાત આમ થઈ હોત તો સાડું થાત, અમુક વ્યક્તિ કે પરિસ્થિતિ મને પસંદ નથી....વિ. વિ. ત્યારે ઉપર બતાવેલા ડ્રામાના—

સુદ્ધાઓનો એક તરીકે ઉપયોગ કરવો જોઈએ. અર્થાત્ એમ વિચારવું જોઈએ કે “જે આ સૃષ્ટિરૂપી ડ્રામામાં થવાનું હતું તેમ જ થયું છે. હવે વીતેલું વીસરીને આગળની વાત વિચારવી જોઈએ.

આપણને આ ગાડીની એક તો મળી આવી. પરંતુ તેનું સ્ટાર્ટર, તેને ચલાવનાર કયો છે? તે છે ‘નિશ્ચય’. જેવો આપણો નિશ્ચય હશે તેવી આપણી ગાડી ચાલશે. નહીંતર, ધક્કો મારવાથી અગર ખીબા પાસે ધક્કા મરાવવાથી જ ચાલવા માંડશે.

આપણી ગાડીનું પેટ્રોલ છે, હિંમત અને સાહસ. જો હિંમત અને સાહસ નહીં રહે તો ગાડી અટકી પડશે. પુરુષાર્થ નહીં ચાલે, અથવા જ્ઞાન જ આપણી ગાડીનું પેટ્રોલ છે. જો જ્ઞાનરૂપી પેટ્રોલમાં કચરો પડેલો હોય, મનુષ્ય મન ભળેલી હોયતો પણ ગાડી ચાલશે નહીં. વિચારસાગર મંથન પણ ચાલશે નહીં.

આપણો માર્ગ છે જ્ઞાનયોગ. આ માર્ગ અથવા પટ્ટી ઉપરથી જો આપણા વિચાર-સાગરની ગાડી ઊતરવા લાગે તો તેને ફરી પાછી ઉપર ચઢાવી લેવી જોઈએ. અને જો અજ્ઞાનતા તથા દેહાભિમાન તરફ આપણું મંથન જવા લાગે તો તેને વાળીને માર્ગ પર અથવા સંનમાર્ગ પર લઈ જવું જોઈએ. આપણી ગાડીની આગળની લાઈટ છે ‘બ્રહ્મપિતા બ્રહ્મા તથા જગદબા સરસ્વતી’. તેઓએ આપણી સમક્ષ જીવન વ્યતિત કર્યું છે. જે રસ્તો આપણને બતાવ્યો છે, આપણા માર્ગ પર જે પ્રકાશ ફેંક્યો છે તેનું અનુકરણ કરતાં કરતાં આપણા જીવનને તથા આપણા વિચાર સાગરમંથનની ગાડીને ચલાવવાની છે.

આપણી ગાડીની પાછળની લાઈટ છે ‘આપણી ધારણાઓ તથા ગુણ’. તેણે જ આપણી પાછળ પ્રકાશ છેડવાના છે અને ખીબાઓને સાવધાન કરવાના છે. આપણી પાછળ

આવનારાશ્ચાને તેનાથી સાવધાની મળે છે તેથી આપણે વિચાર-સાગર મંથનમાં એ ખ્યાલ રાખવાનો છે કે પાછળની લાઈટ આપણે ચાલુ રાખી છે કે નહીં ?

આપણી ગાડીનું દર્પણ (અરોસો) છે 'સૃષ્ટિ નાટકના આદિ-મધ્ય-અંતનું જ્ઞાન'. આ જ્ઞાનરૂપી દર્પણ જ આત્મારૂપી ડ્રાયવરની ત્રીજી આંખ છે. તેના દ્વારા જ આપણે પાછળ આવનારાઓને જોઈ શકીએ છીએ અને આગળ નીકળી જનારને તથા પોતાને પણ જોઈ શકીએ છીએ. તથા પોતાને સલામતીથી ચલાવી શકીએ છીએ.

આપણી મંજીલ અથવા આપણું લક્ષિત સ્થાન છે 'મુક્તિ અને જીવનમુક્તિ'. પરમાત્મામાં લીન થવું અથવા પરમાત્મા બની જવું એ નહીં. આત્માનો પરમાત્મા સાથે લીન થવાનો સંકલ્પ હોવો એટલે સ્વપ્નામાં પૂલાવ બનાવવો એમ ગણાય. આત્મા તો અવિનાશી છે અને પરમાત્મા પણ અનાદિ અને અવિનાશી છે. એકનું બીજામાં લીન થઈ જવું અસંભવ છે.

તો કહેવાનો ભાવ એ છે કે વિચારસાગર મંથનની ગાડી શરૂ કરતા પહેલાં આત્મારૂપી ડ્રાયવરની આગળ પાછળની લાઈટ તપાસી લેવી જોઈએ; અને પછી પ્રેક, દર્પણ, વિ. નો બરાબર ઉપયોગ કરવો જોઈએ. અને પોતાની મંજીલ તથા માર્ગનું ધ્યાન રાખીને તેને આગળ જવા દેવી જોઈએ. જો આ બધાનો પ્રયોગ કરતાં કરતાં વિચારસાગર મંથન કરીશું તો ચોક્કસ આપણને ખૂબ ખુશી થશે. શક્તિ મળશે અને આપણા મનમાં ખોટા સંકલ્પ-વિકલ્પ પણ ચાલશે નહીં અને આપણા જૂના સંસ્કારો બદલાઈ જશે.