

-: ફરિશ્તાપનની અવસ્થામાં સ્થિત થવાના પ્રયોગો :-

અ.કુ. પ્રોફ. પ્રફુલચંદ્ર શાહ (નડીઆદ)

રાજયોગના પ્રત્યેક અભ્યાસુ માટે 'ડબલ લાઈટ ફરિશ્તા સ્વરૂપ' ની અવસ્થા એ યોગની અનુભૂતિ માટે તેમજ તેનાં પ્રયોગ સારું અત્યંત મહત્વની છે. આ એક એવી અવસ્થા છે કે જેમાં આત્મા પોતાના સ્થૂળ શરીરના ભાનથી સંપૂર્ણ પણે મુક્ત બની, સૂક્ષ્મ શરીર ધારણ કરે છે. આ ડબલ લાઈટ સૂક્ષ્મ શરીરના માધ્યમ દ્વારા આત્મા સૂક્ષ્મ વતનમાં શિવબાબા સાથે આકારી મિલન મનાવે છે. વિશ્વ પરિવર્તનના કાર્યમાં મનસા સેવાનું વિશેષ મહત્વ છે. આ સેવાના પ્રયોગમાં પણ સૂક્ષ્મ શરીરનાં માધ્યમનું આગવું મહત્વ છે. આ અવસ્થાને પ્રાપ્ત કરવા સૂક્ષ્મ શરીરની સંકલ્પનાની સ્પષ્ટ સમજ તેમજ તે અવસ્થાને સિદ્ધ કરવા માટેના વિવિધ અભ્યાસને પ્રયોગમાં લાવવાની જરૂરિયાત છે.

ધ્યારા બાબાએ સ્પષ્ટ શબ્દોમાં આપણને સમજાવ્યું છે કે, હડ્ડી-માંસના અથવા પાંચ જડ તત્ત્વોના બનેલા સ્થૂળ-સાકારી શરીર સાથે આપણે સૂક્ષ્મ પ્રકાશનું બનેલું, તે જ માપનું, તે જ આકારનું, તે જ ફીચર્સ વાળું એક સૂક્ષ્મ -આકારી શરીર ધરાવીએ છીએ. આ શરીર માટે બાબાએ 'ડબલ લાઈટ શબ્દ' પ્રયોગ કરેલો છે. કારણકે આ શરીર પાંચ તત્ત્વોના અભાવ ને કારણે હલકું છે. અંગ્રેજીમાં હલકુ એટલે લાઈટ, (Light). બીજું આ શરીર પ્રકાશનું બનેલું છે. લાઈટ (Light) નો બીજો અર્થ પ્રકાશ થાય છે.

આ ડબલ લાઈટ આકારી શરીર આપણા સ્થૂળ શરીરની સાથે સંલગ્ન છે. જીવાત્માનું અસ્તિત્વ ત્રણ સ્તરમાં વહેંચાયેલું છે. (૧) પ્રકાશ બિંદુ ચૈતન્ય આત્મા, (૨) તેણે ધારણ કરેલું સૂક્ષ્મ શરીર (૩) સૂક્ષ્મ શરીર સાથે સંલગ્ન સાકારી સ્થૂળ શરીર.

હું સ્વયં આત્મા છું સ્થૂળ તેમજ સૂક્ષ્મ શરીર મારા વસ્ત્ર છે, મારું સાધન છે. સતત જ્ઞાનની સમજ તેમજ નિરંતર રાજયોગના અભ્યાસથી આપણે સ્થૂળ શરીરના ભાનથી સંપૂર્ણપણે મુક્ત બની, ફક્ત સૂક્ષ્મ શરીર ધારણ કરી, આકારી ફરિશ્તા સ્વરૂપમાં પરિવર્તિત થઈ શકીએ છીએ ! આ ડબલ લાઈટ - આકારી - ફરિશ્તા સ્વરૂપે આપણે સાકાર લોકમાં તદ્ઉપરાંત આકારી સૂક્ષ્મ વતનમાં પણ આપણી ઈચ્છા અનુસાર પરિભ્રમણ કરી શકીએ છીએ. તથા અનેક ગઠન અનુભૂતિ સાથે સ્વ-પરિવર્તન તેમજ વિશ્વ પરિવર્તનનાં પ્રયોગો કરી શકીએ છીએ. આકારી - સૂક્ષ્મ શરીરને આત્માનું 'વહન' કરાવનારૂ વાહન પણ કહી શકાય. એટલે બાબાએ તેના માટે ' અતં:વાહક શરીર' શબ્દ પ્રયોગ કર્યો છે. તેથી મોટાભાગે ફરિશ્તાઓને અંતરિક્ષમાં ઉડતા દર્શાવવામાં આવે છે.

વિશ્વના વિવિધ ધર્મોમાં પણ ફરિશ્તા Angel નો ઉલ્લેખ છે. આપણા ઋષી મુનિઓએ

પણ સૂક્ષ્મ શરીરના માધ્યમનો ઉપયોગ કરી, ઘણા શુભકાર્યો કર્યા છે, ચમત્કારિક પ્રયોગો કર્યા છે, વિશેષ અનુભૂતિઓ પણ કરાવેલ છે. વર્તમાન સમયે પુરુષાર્થી બ્રાહ્મણો પણ આ સ્વાનુભવ કરી રહ્યા છે.

લોકોએ ભલે આ વાતોને અગમ-નિગમ અથવા ચમત્કારમાં ખપાવી દીધી હોય, પરંતુ આ બધું જ સત્ય હકીકત છે જેને આજે વૈજ્ઞાનિક સમર્થન મળે છે. પરમાનોનું વિજ્ઞાન - પારભૌતિક વિજ્ઞાન - આધ્યાત્મ વિજ્ઞાન - તબીબી વિજ્ઞાન ક્ષેત્રે થયેલા પ્રમાણિત સંશોધનોએ આ વાતને સ્પષ્ટ કરી છે કે સ્થૂળ શરીર સાથે તેજ ફીચર્સ વાળું સૂક્ષ્મ પ્રકાશમય શરીર સંલગ્ન છે. આ સૂક્ષ્મ શરીરના, કલીરીયન ફોટોગ્રાફી તેમજ સ્પીરીટ ફોટોગ્રાફી દ્વારા ફોટો પણ પાડી શકાય છે.

સંગમ યુગમાં બાબા સાથે સર્વ સંબંધોની રસના પ્રાપ્ત કરવા માટે આકારી-ડબલ લાઈટ - ફરિશ્તા સ્વરૂપનું અત્યંત મહત્વ છે. આપણે ગાયન કરીએ છીએ કે, તુમ હી સંગ બેહુ - તુમ્હી સંગ ચલું - તુમ્હી સંગ બોલું - તુમ્હી સંગ ખાઉં - તુમ્હી સંગ ગાઉં - તુમ્હી સંગ નારું નો વાસ્તવિક અનુભવ કરવા આકારી વતન અને આકારી સ્વરૂપ બંને વિશેષ મહત્વના છે. આજ રીતે જુદા જુદા ક્ષેત્રોની મનસા સેવાના વિશાળ ફલક પર પણ આપણા ફરિશ્તા સ્વરૂપ દ્વારા સેવા કરવાનું વિશેષ મહત્વ છે.

ઉપરોક્ત બાબતો થી મને બરાબર સમજાઈ ગઈ, તેથી જ્યાં સુધી આપણે આકારી-ફરિશ્તા સ્વરૂપમાં સ્થિત નથી થતાં ત્યાં સુધી આકારી વતન સાથેનું આપણું બૌદ્ધિક તેમજ ભાવનાત્મક જોડાણ (કનેક્શન) સંભવ નથી અને વતનમાં બાબા સાથેના સચોટ અનુભવો પણ સંભવ નથી એટલે મેં આપની સમક્ષ અત્રે આકારી ફરિશ્તા સ્વરૂપમાં સ્થિત થવા માટે બાબાએ બતાવેલી તેમજ મહારથી ભાઈ-બહેનોએ અપનાવેલી કેટલીક ભિન્ન ભિન્ન વિધિથી યોગાભ્યાસ કરવાનો પ્રયોગ દર્શાવ્યો છે. આવા અભ્યાસને કારણે મારા માટે તો આકારી ફરિશ્તા સ્વરૂપમાં આવવું થોડું સરળ બની ગયું. હવે પ્રવર્તમાન સમયે દૈનિક જીવનમાં સમયાંતરે નીચે પ્રમાણેની કેટલીક વિધિઓનો અભ્યાસ કરવાથી આપણે સરળતાથી ફરિશ્તાપનની અવસ્થાનો અનુભવ નિરંતર કરી શકીએ છીએ. તેટલું જ નહીં આપણી યોગાભ્યાસની વિધિમાં વિવિધતા લાવવાથી રસરૂચિ વધશે.

વિધિ - ૧ :- સ્વયંના સાકાર શરીરનું ક્રમશઃ સૂક્ષ્મ શરીરમાં પરિવર્તન :- (Method of Conuersion)

આ વિધિ માટે શ્વાસનની અથવા છતાં સૂઈ જવાની પોઝીશન સારી રહેશે. સોફામાં અથવા ખુરશીમાં બેસીને પણ આ વિધિને અપનાવી શકાય છે.

ઉપરની કોઈપણ સ્થિતિમાં સ્થિત થઈ જાઓ. શરીરને સહેજ ટીલું છોડી દો અને બંને નાસિકાથી ઊંડા ઊંડા શ્વાસ લો. બે-પાંચ મિનિટ માટે તમારા ધ્યાનને શ્વાસ પર કેન્દ્રીત કરો. અને મનને શાંત - સ્થિર તેમજ એકાગ્ર કરી લો.

ત્યારબાદ તમારા ધ્યાનને મસ્તિષ્કના કેન્દ્ર બિંદુ પર સ્થિર કરો અને તમારા આખા શરીરના મનોચિત્રણ સાથે સ્વયંનું જ્યોતિ બિંદુ આત્માના રૂપમાં દર્શન કરો, આત્મચિંતન આત્મદર્શન કરી આત્મસાત કરવાનો અભ્યાસ કરો.

ત્યારબાદ તમારું ધ્યાન ઘુંટણની નીચેના ભાગના બંને પગ પર કેન્દ્રીત કરો અને દટ સંકલ્પ સાથે મનોચિત્રણ કરો કે, મારા હૃદી માંસના બંનેલા પગ ઓગળી રહ્યાં છે અને તેનું રૂપાંતર, સફેદ પ્રકાશમય તત્ત્વથી, સૂક્ષ્મ સ્વરૂપમાં થઈ રહ્યું છે.

ત્યારબાદ તમારા ધ્યાનને કમરથી નીચેના તેમજ ઘુંટણથી ઉપરના ભાગ પર કેન્દ્રીત કરો અને ઉપર પ્રમાણે સંકલ્પ કરી તે ભાગનું સૂક્ષ્મમાં રૂપાંતર કરો.

ત્યારબાદ ક્રમશઃ તમારા ધ્યાનને પેટ તેમજ છાતીના ભાગ પર, ત્યારબાદ ગળા તેમજ માથાના ભાગ પર કેન્દ્રીત કરી ઉપરોક્ત વિધિ અપનાવી સમગ્ર સ્થૂળ શરીરનું સૂક્ષ્મમાં રૂપાંતર કરો.

હવે તમે સ્થૂળ શરીરના ભાનથી મુક્ત છો અને તમે ફક્ત સૂક્ષ્મ શરીરધારી ફરિશ્તા છો. હવે તમે આ પોઝીશન માંથી ઉભા થઈ જાઓ, અંતરિક્ષમાં ઊંડી જાઓ, અંતરિક્ષમાં પરિભ્રમણ કરતાં કરતાં સૂક્ષ્મ વતન તરફ પ્રયાણ કરો.

વિધિ - ૨ :- સ્વયંના સ્થૂળ શરીરથી સૂક્ષ્મ શરીરને અલગ કરવાની વિધિ. (Method of Seperation) :-

આ અભ્યાસ માટે સુખાસન અથવા ધ્યાન માટેના કોઈપણ આસનમાં બેસવું સારું રહેશે. સુખાસન એટલે સાદી પલાઠી વાળી જમીન પર બેસવું. ખુરશી અથવા સોફામાં બેસીને પણ આ અભ્યાસ કરી શકાય.

શરીરને સહેજ ટીલું છોડી દો, ઊંડા ઊંડા શ્વાસ લો, બે-ત્રણ મિનિટ માટે તમારા સમગ્ર ધ્યાનને શ્વાસ પર કેન્દ્રીત કરો - ધીરે ધીરે તમારું મન-શાંત - સ્થિર તેમજ એકાગ્ર થવું જશે.

ત્યારબાદ તમારા સ્થૂળ શરીરનું મનોચિત્રણ (Visualization) કરો અને તેની સાથે સંલગ્ન સૂક્ષ્મ શરીરનું પણ મનોચિત્રણ કરો અને ત્યારબાદ સમગ્ર ધ્યાનને ભ્રુકુટિમાં કેન્દ્રીત કરી તે સ્થાને સ્વયંનું પ્રકાશિત બિંદુ રૂપમાં દર્શન કરો. આમ, સ્પષ્ટ રૂપે અનુભવ કરવાનો પ્રયાસ કરો કે હું આત્મા, એક બીજા સાથે સંલગ્ન એવા, સ્થૂળ તેમજ સૂક્ષ્મ બંને શરીરનો માલીક છું. સ્થૂળ શરીર, સૂક્ષ્મ શરીર અને બિન્દુરૂપ આત્મા સંલગ્ન હોવા થતાં ત્રણેય અલગ છે. ત્રણેનું સ્વતંત્ર અસ્તિત્વ છે, તેનો અનુભવ કરવાનો પ્રયાસ કરો.

ત્યારબાદ તમારા સૂક્ષ્મ શરીરને ધીરે ધીરે સ્થૂળ શરીરથી અલગ કરો, બંને શરીરને અલગ થતાં જોવાનો પ્રયાસ ચાલુ રાખો, તમારું સ્થૂળ શરીર જે તે પોઝીશનમાં તમારી પાછળ છુટી જઈ રહ્યું છે અને તમે આત્મા સૂક્ષ્મ શરીરની ભ્રુકુટિમાં સ્થિત થઈ ઉપર તરફ આગળ વધી રહ્યા છો તેવો અહેસાસ થશે.

આ તમારું ફરિશ્તા સ્વરૂપ છે. આ સ્વરૂપમાં સૂક્ષ્મ અંતરિક્ષ યાત્રા (Astral Journey) નો આનંદ લૂટો. અથવા સૂક્ષ્મ વતન તરફ પ્રયાણ કરો.

વિધિ - ૩ :- લાઈટના કાર્બમાં સ્વયંમના સંપૂર્ણ ફરિશ્તા સ્વરૂપનું પ્રક્ષેપણ :- (Method of Projection)

બાબાની સીતેરના દશકાની એક અવ્યક્ત મુરલીમાં આ વિધિનું સરસ રીતે વર્ણન કર્યું છે. આ વિધિ માટે કોઈપણ સરળ અવસ્થામાં બેસી જાવ, શરીરને શિથિલ કરી દો. આગળની વિધિની જેમ ઊંડા ઊંડા શ્વાસ લઈ, શ્વાસ પર ધ્યાન કેન્દ્રીત કરી, મનને શાંત કરો.

ત્યારબાદ તમારી સન્મુખ એક પ્રકાશમય વર્તુળ ને ઈમર્જ કરો, જેના માટે બાબાએ લાઈટનો કાર્બ શબ્દ પ્રયોગ કર્યો છે. આ સફેદ પ્રકાશના વર્તુળમાં તમારા અંતિમ સમયના પૂર્ણ - અવ્યક્ત - ડબલ લાઈટ - ફરિશ્તા સ્વરૂપને પ્રત્યક્ષ કરો અને તેનું દર્શન કરો. ચિત્રની સ્થિરતા (Stability) અને સ્પષ્ટતા (Clarity) ખૂબ જરૂરી છે. શરૂઆતમાં થોડું મુશ્કેલ લાગશે પરંતુ વારંવાર આવા અભ્યાસથી તે સિદ્ધ થઈ જશે.

આ રીતે પ્રક્ષેપિત ડબલ લાઈટ સ્વરૂપમાં સ્થિત થઈ તમે વતન તરફ પ્રયાણ કરી શકો છો. નિરંતર અભ્યાસ કરવાથી અને તેમાં નવીનતા લાવવાથી, બાબાએ બતાવેલી ધારણાઓના ચૂસ્તપણે પાલન કરવાથી, શ્રીમત અનુસાર દિનચર્યા સેટ કરવાથી ફરિશ્તાપનની સ્થિતિને પ્રાપ્ત કરવી સરળ બની જશે.

-: ઓમ શાંતિ :-