



**लगवानश्री रडलड डहर्षलनो उडडेश :  
अडनल शडुडोडलं**

**संडलडक**  
अरुथर ओरुडुन

**अनुवलडक**  
रलडकृषुण तुलजरलड वुलस

**डुरकलशक**

## મૂળ લેખકની પ્રસ્તાવના

ભગવાન શ્રી રમણ મહર્ષિએ તેમના જીવનનાં છેલ્લાં પચાસ વર્ષ તિરુવન્નામલાઈમાં ગાળ્યાં હતાં. એ દરમ્યાન ભારતના અને પશ્ચિમના ઘણા દેશોમાંથી આવતા અનેક મુલાકાતીઓ એમને મળેલા. તેમના હેતુઓ જુદા જુદા હતાં. કેટલાક તેમની પાસેથી આધ્યાત્મિક માર્ગદર્શન મેળવવા આવતા. કેટલાક શોક અને ચિંતાથી છૂટવા માટે આવતા. કેટલાક ફક્ત તેમના સહવાસમાં શાંતિનો આનંદ અનુભવવા આવતા. આ સમયગાળામાં એમણે ઘણું ઓછું લખ્યું હતું. પરંતુ તેમની સાથેના મુલાકાતીઓના વાર્તાલાપોની નોંધ સાચવી રાખવામાં આવેલી, જે પાછળથી શ્રીરમણાશ્રમ દ્વારા પ્રકાશિત કરવામાં આવી છે. આવી નોંધો રોજનીશીના રૂપમાં લખાઈ છે, તેથી વિષયનો ક્રમ જળવાયો નથી. આ પુસ્તક લખવાનો હેતુ એ છે કે પ્રકાશિત થયેલા વાર્તાલાપો અને શ્રી મહર્ષિના લખાણો જે “શ્રી રમણ મહર્ષિનાં સંકલિત લખાણો” એ શીર્ષક હેઠળ પ્રકાશિત થયેલાં છે, તેમાંથી સુસંગત મુદ્દાઓનું વિષયવાર સંકલન કરી મહર્ષિના ઉપદેશોનું માળખું તૈયાર કરવું. મહર્ષિના શબ્દોથી અલગ તારવવા માટે સંપાદકની ટિપ્પણી ઇટાલિક્સ અક્ષરોમાં છાપવામાં આવી છે. આ ટિપ્પણી જરૂર પૂરતી રાખી છે.

મહર્ષિનાં વચનોની વિષયવાર રજૂઆત કરવાનો હેતુ હોઈ, એમના સમયની ભિન્નતા ધ્યાનમાં રાખવામાં આવી નથી. શ્રી મહર્ષિ કોઈ વિચારકની જેમ નવી તત્ત્વચિંતન પ્રણાલી વિકસાવવા માગતા ન હતા. તેઓ જ્ઞાની હતા જે પોતાના અપરોક્ષ અનુભવથી મળેલા જ્ઞાનને પ્રકટ કરતા. કેટલીકવાર એવું બને કે કોઈ માણસ સહજભાવે આધ્યાત્મિક માર્ગે ચાલતો હોય કે સભાનપણે શોધ શરૂ પણ કરી ન હોય, એને સાક્ષાત્કારના ટૂંકા ગાળામાં, શાશ્વતતત્ત્વની ઝાંખીમાં, પોતાના દિવ્ય, અવિકારી, નિત્ય, સર્વવ્યાપી આત્માનો સંશયરહિત અનુભવ થાય. આવો અનુભવ શ્રી મહર્ષિને સોળ વર્ષની વયે થયો હતો તે એમણે પોતે જ વર્ણવ્યો છે.

“મેં મદુરા હંમેશને માટે છોડ્યું એથી લગભગ છ અઠવાડિયા પહેલાં મારા કાકાના મકાનના પહેલા માળે હું એકલો બેઠો હતો. અગાઉ ભાગ્યેજ કોઈ માંદગી આવી હશે, અને તે દિવસે પણ મારુ સ્વાસ્થ્ય બિલકુલ ઠીક હતું. તે છતાં એકાએક મૃત્યુના તીવ્ર ભયે મને આવરી લીધો. મારી તબિયતમાં આમ થવાનું કોઈ કારણ ન હતું. મેં એનું કારણ શોધવાનો પ્રયત્ન પણ ન કર્યો. મને લાગ્યું કે ‘હું મરી જઈશ.’ હવે મારે શું કરવું. એ વિચારવા લાગ્યો. વડીલો, મિત્રો

કે ડોક્ટરનો સંપર્ક કરવાનું મને સૂઝ્યું નહીં. મને થયું કે આ પ્રશ્નનો ઉકેલ અત્યારે અને અહીં મારે પોતાને જ લાવવાનો છે.

“મૃત્યુભયના આઘાતે મારા મનને અંતર્મુખ બનાવ્યું. મેં શબ્દોમાં વ્યક્ત કર્યાં સિવાય મનોમન મને પોતાને કહ્યું : ‘હવે મોત આવ્યું છે. એનો અર્થ શો છે ? જે મરે છે એ શું છે ? શરીર મરે છે.’ તરત મેં મૃત્યુની ઘટનાનો વાસ્તવિક અભિનય કર્યો. શરીરને ચત્તું સુવાડી, જાણે મૃત્યુથી આવતી જડતા શરૂ થઈ હોય એમ અંગોને સ્થિર બનાવ્યાં. શબ જેવો થઈને મરણની ઘટનાને વધુ ઊંડાણમાં સમજવાનો યત્ન શરૂ કર્યો. શ્વાસ રોકી લીધો, હોઠ સજ્જડ બંધ રાખ્યા, જેથી કોઈ અવાજ ન નીકળે કે હું અથવા એવો કોઈ બીજો શબ્દ ન બોલાય. પછી મેં મને પોતાને કહ્યું : “ભલે, આ શરીર મરી ગયું છે. લોકો એને સ્મશાનમાં લઈ જશે. ત્યાં એ બળીને રાખ થશે. પરંતુ શરીરના મૃત્યુથી હું મરી ગયો ? આ શરીર હું છું ? શરીર જડ અને મૌન છે. પણ હું મારા વ્યક્તિત્વને પૂર્ણપણે અનુભવું છું, અને “હું” એવા અને મારી અંદર રહેલા પણ શરીરથી જુદા એવા “હું” શબ્દને પણ સાંભળું છું. તેથી હું શરીરથી પર રહેલું ચૈતન્ય છું. શરીર મરે છે, પણ એથી પર રહેલા ચૈતન્યને મૃત્યુ સ્પર્શી શકતું નથી. આનો અર્થ એ થયો કે હું મૃત્યુરહિત ચૈતન્ય છું. આ ફક્ત ઝાંખો વિચાર ન હતો. આ બધું મારી અંદર હૂબહૂ જીવંત સત્યની જેમ પ્રકાશી ઊઠ્યું, જેને મેં લગભગ વિચાર વગરની પ્રક્રિયારૂપે પ્રત્યક્ષ નિહાળ્યું. “હું” એક સ્પષ્ટ સત્ય હતું. મારી વર્તમાન સ્થિતિનું એકમાત્ર સત્ય. શરીરસંબંધી બધી પ્રવૃત્તિઓ એને કેન્દ્રમાં રાખીને ચાલતી હતી. એ ક્ષણ પછી “હું” કે આત્માએ પોતાની તરફ બધું લક્ષ્ય શક્તિશાળી આકર્ષણથી એકાગ્ર કરી દીધું. મૃત્યુનો ભય હંમેશને માટે ચાલ્યો ગયો. એ વખતથી આત્મનિમજ્જન નિરંતર ચાલુ રહેવા લાગ્યું.”

ઉપરના કથનમાં છેલ્લું વાક્ય નોંધપાત્ર છે. કેમ કે આવો અનુભવ સામાન્યપણે ક્ષણિક હોય છે. એ બીજી ક્ષણે વિસરાઈ જાય છે. જોકે તેનાથી મન પર પડેલો સૂક્ષ્મ સંસ્કાર કદી પણ વિસરાતો નથી. વિરલ કિસ્સાઓમાં એ ચિરંજીવી રહે છે, અને માણસ ત્યાર પછી સર્વવ્યાપક આત્મા સાથે તાદાત્મ્યભાવે હંમેશા રહે છે. શ્રી મહર્ષિ આવા વિરલ પુરુષ હતા.

આ પરિવર્તન પછી, આ યુવાન, જે પાછળથી મહર્ષિ તરીકે ઓળખાવાના હતા, સાધુ તરીકે ઘર છોડીને ચાલી નીકળ્યા, અને અરુણાચલ પર્વતની તળેટીમાં આવેલા તિરુવન્નામલાઈ નગરમાં પહોંચ્યા અને જીવનપર્યંત ત્યાં રહ્યા. ત્યાં તેઓ નિજાનંદમાં ડૂબેલા

રહેતા. કોઈની સાથે વાત ન કરતા. ભોજન જવલ્લે જ કરતા. શરીરની તેમને હવે જરૂરત ન હતી, એની તેઓ ઉપેક્ષા કરતા. સમય જતાં સાધકો, ભક્તો તેમની પાસે આવવા લાગ્યા. એમને માટે તેઓ બાહ્ય સામાન્ય જીવન ફરીથી ગાળવા લાગ્યા. કેટલાક તેમનો ઉપદેશ મેળવવાની ઈચ્છાથી, સમજવા માટે પુસ્તકો લાવતા. આમ તેઓ અકસ્માત જ વિદ્વાન બની ગયા, જેની એમને આવશ્યકતા ન હતી. આ ગ્રંથોમાંથી એમણે અદ્વૈત આત્માનું જ્ઞાન સમજાવ્યું, જે એમના પહેલેથી જ સ્વાનુભવથી મેળવેલા જ્ઞાનને અનુરૂપ હતું. આ વિષે તેમણે કહ્યું હતું :-

“મેં પેરિયપુરાણ, બાયબલ અને તાયુમનવર કે તેવારમૂના થોડા અંશો સિવાય કાંઈ વાંચ્યું ન હતું. ઈશ્વર વિષેની મારી ધારણા પુરાણોમાં આવતા વર્ણનો જેવી હતી. મેં કદી બ્રહ્મ, સંસાર વિષે કાંઈ સાંભળ્યું ન હતું. મને ખબર ન હતી કે સર્વના આધાર રૂપે એક અખંડ, અપૌરુષેય સત્તા રહેલી છે, જેની સાથે ઈશ્વરની અને મારી અભિન્નતા છે. પાછળથી તિરુવન્નામલાઈમાં મેં જ્યારે ઋભુગીતા અને બીજા ધર્મગ્રંથો વાંચ્યા ત્યારે એ વાત મેં જાણી. મને લાગ્યું કે મેં જેને નામ કે વિશ્લેષણ વિના સહજપણે અંતઃસ્ફુરણથી અનુભવ્યું હતું, તેને આ બધા ધર્મગ્રંથો નામ આપીને વિશ્લેષણ કરીને સમજાવે છે.”

પ્રશ્નોના ઉત્તર આપવાની શ્રી મહર્ષિની રીત વિષે કાંઈ કહેવું જરૂરી છે. એમાં ઉપદેશ આપવાનો ભાવ ન હતો. તેઓ નિર્બાધપણે બોલતા અને તેમના જવાબ વિનોદ કે રમૂજ ભરેલા હતા. પ્રશ્ન કરનારને સંતોષ ન થાય તો વાંધો ઊઠાવી, ફરીથી પૂછી શકતો. સૌ કહેતા હતા કે શ્રી મહર્ષિનો મુખ્ય ઉપદેશ મૌનથી થતો. પણ એનો અર્થ એવો નહિ કે તેઓ શબ્દોનો ઉપયોગ ન કરતા. એ ખરું કે શાબ્દિક ઉપદેશ એમનો મુખ્ય ઉપદેશ ન હતો. મુખ્ય ઉપદેશ તેમના મૌનથી હૃદય પર થતી અસર હતી. તેમના સાન્નિધ્યની અસર બળવાન હતી. તેમનું સૌન્દર્ય અવર્ણનીય હતું. છતાં સાથોસાથ તેઓ ખૂબ સાદા, સ્વાભાવિક, ડોળ વિનાના અને પૂરેપૂરા તટસ્થ હતા.

એકરૂપતા માટે આ પુસ્તકમાં આવતા સંવાદોમાં પ્રશ્ન કરનાર માટે સાધક (સા.) અને શ્રી મહર્ષિ માટે ભગવાન (ભ.) અક્ષરો વાપર્યા છે. પ્રશ્ન કરનારનું નામ આપ્યું હોય અથવા એ સાધક ન હોય, એવા કિસ્સા આમાં અપવાદરૂપ છે. શ્રી મહર્ષિ માટે સામાન્યપણે ત્રીજા પુરુષમાં ભગવાન શબ્દ વપરાતો, તેથી અહીં એ પદ્ધતિ ચાલુ રાખી છે. સાધારણપણે જગતના સર્જક, પાલક, સંહારક માટે ભગવાન શબ્દ વપરાય છે. પણ કેટલાક વિરલ મહાત્માઓ

માટે ભારતમાં એ શબ્દ વપરાય છે. જિસસ ક્રાઈસ્ટ પોતાને “પિતા” સાથે એકરૂપ થયેલા કહેતા, તેમજ બુદ્ધ માટે અંગ્રેજીમાં “બ્લેસેડ વન”, કૃતકૃત્ય બનેલા એ શબ્દનો પ્રયોગ થાય છે, એના જેવો આ શબ્દ પ્રયોગ છે. સંસ્કૃત ભાષાના અઘરા શબ્દોનો પ્રયોગ બને ત્યાં સુધી ટાળ્યો છે, જેથી પુસ્તક સહેલાઈથી વાંચી શકાય અને આત્મજ્ઞાન કઠણ અને ગૂઢ વિજ્ઞાન છે, જે સંસ્કૃતના પારિભાષિક શબ્દોના જ્ઞાન વિના જાણી ન શકાય એવી છાપ વાંચનારના મન પર ન પડે. એ વાત સાચી છે કે અધ્યાત્મવિદ્યાની કેટલીક શાખાઓ ખાસ પારિભાષિક શબ્દો ધરાવે છે, પરંતુ એવા માર્ગો આડકતરા અને લાંબા હોય છે. પરંતુ જે અદ્વૈત આત્માનું સહજ અને સ્પષ્ટ સત્ય ભગવાન ઉપદેશતા અને આત્માનુસંધાનનો સીધો, પ્રત્યક્ષ અને ટૂંકો માર્ગ બતાવતા એ સાદી ભાષામાં નિરૂપી શકાય એવો છે. ભગવાન પોતે પણ પશ્ચિમના જિજ્ઞાસુઓ માટે સંસ્કૃતના પારિભાષિક શબ્દોનો ઉપયોગ કર્યા વિના એ માર્ગનું નિરૂપણ કરતા. જ્યાં સંસ્કૃત શબ્દોનો ઉપયોગ જરૂરી હતો ત્યાં એનો અર્થ સ્પષ્ટ કર્યો છે. મોક્ષ, પ્રબોધ, આત્મ-સાક્ષાત્કાર વગેરે શબ્દો સંસ્કૃતના જ્ઞાન, મોક્ષ, મુક્તિ વગેરે શબ્દોના સમાનાર્થક છે અને એ બધાનો એક જ અર્થ છે.

જેમાંથી ઉદ્ધરણો લીધાં છે એ મૂળ અંગ્રેજી લખાણો જ્યાં અસ્પષ્ટ જણાયાં છે ત્યાં યોગ્ય પરિવર્તન કર્યું છે. પરંતુ એનાથી મૂળ લખાણનો આશય બદલાતો નથી. ભગવાન તામિલ, તેલુગુ જેવી દક્ષિણની ભાષાઓમાં જવાબ આપતા. પાછળથી એમનું અંગ્રેજીમાં ભાષાન્તર થયું છે. મૂળ ભાવમાં કે અર્થમાં કોઈ પરિવર્તન કરવામાં આવ્યું નથી.

- આર્થર ઓસ્બોર્ન

## संक्षेपोनी यादी

- D.D. Day by Day with Bhagavan, by A. Devaraj Mudaliar  
E.I. Essence of Instruction  
F.H. Five Hymns to shree Arunachala  
F.V. Forty Verses  
F.V.S. Forty Verses, Supplement  
M.G. Maharshi's Gospel  
R.M. Ramana Maharshi & The Path of Self - Knowledge,  
by Arthur Osborne  
S.D.B. Saddarshan Bhasya  
S.E. Self - Enquiry  
S.I. Spiritual Instruction  
W. Who m I ?

Reference numbers refer to page - numbers, except with Essence of Instruction, Forty Verses & Supplement in which they refer to the number of verses & Talks with Shri Ramana Maharshi, in which they refer to the serial number of the talks.

## અનુક્રમણિકા

પ્રકરણ - ૧	મૂળ સિદ્ધાંત .....	૧
પ્રકરણ - ૨	સિદ્ધાંતથી અભ્યાસ તરફ .....	૫૧
પ્રકરણ - ૩	ગૃહજીવન .....	૬૨
પ્રકરણ - ૪	ગુરુ .....	૭૭
પ્રકરણ - ૫	આત્માનુસંધાન .....	૮૨
પ્રકરણ - ૬	બીજી પદ્ધતિઓ .....	૧૨૦
પ્રકરણ - ૭	ધ્યેય .....	૧૫૧



**પ્રકાશકનું નિવેદન**

## “ભગવાન રમણ”

મદુરાઈથી લગભગ ત્રીસ માઈલ તિરૂચૂળી નામનું ગામ છે. આ નાનકડા ગામમાં સ્થિત અતિ પ્રાચીન શિવમંદિરનો મહિમા સુંદરમૂર્તિ અને માણિકવાચકર નામના બે મહાન તામિલ સંતોએ ગાયો છે. આવા આ પવિત્ર ગામમાં, ઓગણીસમી સદીના ઉત્તરાર્ધમાં એક વકીલ સુંદરમ્ ઐયર એમની પત્ની અળગામ્માલ સાથે નિવાસ કરતા હતા. ધાર્મિકતા, શ્રદ્ધા અને ભકિત તથા ઔદાર્ય એ આ આદર્શ પતિ-પત્નીના ગુણો હતા. સુંદરમ્ ઐયર તો પોતાના ગજા ઉપરાંતના ઉદાર હતા; જ્યારે અળગામ્માલ એક આદર્શ હિંદુ નારી હતા. ૩૦મી ડિસેમ્બર, ૧૮૭૯ના દિવસે આ ઉચ્ચ પરિવારમાં વેંકટરામનનો જન્મ થયો; જેને પછી રમણ મહર્ષિ તરીકે દુનિયાએ જાણ્યા. એ દિવસે ‘આદ્રાદર્શન’નો, હિંદુઓનો પવિત્ર તહેવાર હતો. પ્રતિ વર્ષ આ દિવસે નટરાજની મૂર્તિ મંદિરમાંથી બહાર લાવી, ગામમાં ઉત્સવ રૂપે વાજતે - ગાજતે ગલી - ગલીમાં ફેરવાય છે. આ બધી ધામધૂમ ગૌતમ, પતંજલિ, વ્યાઘ્રપાદ અને માણિકવાચકર જેવા મહાન સંતોને ભગવાન શિવે દર્શન આપેલ, એની ઉજવણી તરીકે થાય છે. ૧૮૭૯ના ‘આદ્રા’ દિવસે પણ નટરાજની મૂર્તિ તિરૂચૂળીના મંદિરમાંથી યોગ્ય પૂજન - અર્ચન પશ્ચાત્ બહાર લવાઈ હતી. જે ક્ષણે મૂર્તિ મંદિરમાં ફરી પ્રવેશી રહી હતી, તે ક્ષણે વેંકટરામનનો જન્મ થયો હતો. એમનું બાળપણ સામાન્ય રહ્યું. અસામાન્ય કહી શકાય એવું કશું એમાં ન હતું. એક સાધારણ બાળકની જેમ તેઓ ઉછર્યા. તિરૂચૂળી ગામની પ્રાથમિક શાળામાં ભણ્યા પછી, ડીડીગલની એક નિશાળમાં એક વર્ષ એમણે અભ્યાસ કર્યો. બાર વર્ષની ઉંમરે એમણે પિતાનું છત્ર એમણે ગુમાવ્યું. આ વિપત્તિને કારણે એમના કુટુંબને પિત્રાઈ કાકા સુબ્બઈયારને ઘેર મદુરાઈ રહેવા જવું પડ્યું, જ્યાં પ્રથમ સ્કોટ મિશન સ્કૂલ અને પછી અમેરિકન મિશન હાઈસ્કૂલમાં એનો અભ્યાસ થયો. અભ્યાસમાં સાધારણ વેંકટરામનનું ધ્યાન ભણવા - ગણવામાં લાગતું નહીં. હા, એમનું શરીર બહુ તંદુરસ્ત અને મજબૂત હતું એટલે સહપાઠીઓ એમનાથી ડરતા. પોતાનો ગુસ્સો કાઢવાનો કે પોતાનો બદલો લેવાનો મોકો એમને વેંકટરામન ઊંઘમાં હોય ત્યારે મળી જતો કારણ કે એમની ઊંઘ અસાધારણ હતી. નિદ્રા દરમ્યાન જે કંઈ બનતું તેની જાણ એમને થતી જ નહીં. અરે ! એમને એક જગ્યાથી ઊંચકી, બીજે સુવડાવી દે કે માર મારે તો પણ એમને ખબર પડતી નહીં !

## II

સોળ વર્ષની ઉંમરે આકસ્મિકપણે અરૂણાયલનું નામ એમના કર્ણપટલ પર પડ્યું. બન્યું એવું કે મદુરાઈમાં એમને ઘેર એક વડીલ મહેમાન બની આવ્યા. વેંકટરામનને એમને પૂછ્યું, ‘તમે ક્યાંથી આવો છો ?’ જવાબ મળ્યો, ‘અરૂણાયલ’થી. આ શબ્દ વેંકટરામનને મુગ્ધ કરી ગયો. અતિ ઉત્સાહથી એમણે પૂછ્યું, ‘શું ? અરૂણાયલથી ? એ ક્યાં છે ?’ અને ઉત્તર મળ્યો, ‘તિરૂવન્નામલાઈ એ જ અરૂણાયલ’.

આ બનાવના સંદર્ભમાં ભગવાન એમની રચેલ અરૂણાયલ સ્તુતિમાં કહે છે, ‘અહો ! આશ્ચર્યમ્ ! અહીં સ્થિત છે એ મૂર્ત પર્વત સ્વરૂપે. જેનું કાર્ય છે સમજવું અતિ દુષ્કર, માનવ રૂપે.’ બાળપણથી મારા મને એક વાત ગ્રહણ કરી હતી અને તે એ કે અરૂણાયલ વિશિષ્ટ છે. પરંતુ જ્યારે મેં કોઈ પાસે જાણ્યું કે અરૂણાયલ એટલે તિરૂવન્નામલાઈ, ત્યારે મને એનો અર્થ સમજાયો નહીં. માત્ર જ્યારે મારાં મનને સ્થિર કરી, એણે મને આકર્ષ્યો ત્યારે સામીપ્ય પામતા મેં જાણ્યું કે અરૂણાયલ એ જ એ ‘અચલ’ છે. અરૂણાયલ તરફ બાળક વેંકટરામનનું ધ્યાન આકર્ષનાર આ બનાવ પછી થોડાં જ સમયમાં બીજી વિશિષ્ટ ઘટના ઘટી જેનાથી એમનું મન ઉચ્ચ આધ્યાત્મિકતા તરફ વળ્યું. સેકકીલારના પેરીયપુરાણમ્માં શિવભક્ત સંતોના જીવનચરિત્રનું ચિત્રણ છે. આકસ્મિક રૂપે વેંકટરામનના હાથમાં આ પુસ્તક આવી ચડ્યું. એનું વાંચન એમના અંતરમનને સ્પર્શી ગયું. એમણે વાંચેલ આધ્યાત્મિક પુસ્તકોમાંનું આ પ્રથમ પુસ્તક હતું. સંતોનાં ઉદાહરણોએ એમને અતિ પ્રભાવિત કર્યાં. એમના હૃદયનાં ઊંડાણોમાં કશુંક આ ચરિત્રો સાથે મેળ ખાતું હોય એવું લાગ્યું. કોઈ પણ પૂર્વ તૈયારી વિના, એમનામાં સંતોના જીવનનો સાર એવા ત્યાગ અને ભકિતના ગુણોવાળા પથ પર ચાલવાની તીવ્ર ઈચ્છા જન્મી.

જે આધ્યાત્મિક અનુભૂતિને વેંકટરામન તીવ્રતાથી ઝંખતા હતા એ પણ થોડા જ સમયમાં, આકસ્મિક રીતે એમને મળી ગઈ. ૧૮૮૬ના વર્ષનો મધ્યભાગ, જ્યારે વેંકટરામનની ઉંમર હતી માત્ર સત્તર વર્ષ. એક દિવસ કાકાના ઘરમાં પહેલે માળે તેઓ એકલા બેઠા હતા. એમની તબિયત હંમેશ પ્રમાણે સાજી નરવી હતી. તો ય અચાનક મૃત્યુનો ચોખ્ખો ભય એમને ઘેરી વળ્યો. એમ લાગ્યું કે મૃત્યુ હવે હાથવેંતમાં હતું. હવે પોતાનું મૃત્યુ થવાનું છે એ ભય કેમ કરી ઉત્પન્ન થયો એ એમને ખબર નહોતી. જો કે મૃત્યુનું સાન્નિધ્ય એમને ડરાવી શક્યું નહીં. શાંતપણે એમણે વિચાર્યું કે હવે શું કરવું ?

### III

સ્વયમ્ સાથે એમણે વાર્તાલાપ કર્યો, ‘હવે મૃત્યુ આવી ગયું. આ મૃત્યુ એટલે શું ? મૃત્યુ કોણ પામે છે ? આ શરીર મૃત્યુ પામે છે.’ પછી તેઓ જમીન પર હાથપગ લાંબા કરી સૂઈ ગયા. એમણે હાથપગ એકદમ કડક બનાવી દીધા જાણે શબનાં અચેતન થઈ ગયેલ અંગ ન હોય ! શ્વાસ રોકી, હોઠ પણ સજ્જડ ભીડી દીધા જેથી મૃતદેહનાં બધાં લક્ષણો શરીરમાં આવી જાય. હવે શું થશે ? એમણે વિચાર્યું, “ચાલો હવે આ શરીર મરી ગયું છે. એને ઉપાડીને સ્મશાને લઈ જવાશે અને અગ્નિદાહ પછી એ રાખમાં મળી જશે. પરંતુ શું આ શરીરનાં મૃત્યુ સાથે હું મૃત્યુ પામ્યો છું ? શું આ શરીર એ જ હું ? શરીર તો મૌન અને જડ છે જ્યારે મને તો મારા અસ્તિત્વની તીવ્ર સભાનતા છે. અરે, મારી ભીતર અને છતાંય મારાંથી પૃથક એવા ‘અહમ્’ નો સ્વર મને સંભળાઈ રહ્યો છે. એનો અર્થ જ એ કે હું મૃત્યુથી પર એવો અજર - અમર આત્મા છું.” વર્ષો પછી જ્યારે આ અનુભવનું વર્ણન ભગવાન શ્રી રમણે ભક્તોના લાભાર્થે કર્યું ત્યારે એવું લાગ્યું કે આ કદાચ માનસિક તર્કવિતર્કની પ્રક્રિયા હશે. પરંતુ એમણે સમજાવ્યું કે એમ ન હતું. પરમજ્ઞાનની એ ક્ષણ તો વીજળીની જેમ ચમકી ગઈ હતી. સત્યનો સાક્ષાત્કાર એમને સીધો જ થઈ ગયો હતો. ‘હું’ એ જ સત્ય છે અને એ એકમેવ સત્ય છે એ જ્ઞાન એમને લાઘ્યું એમાં તર્કવિતર્ક ન હતો. મૃત્યુનો ભય ત્યારપછી સદાય માટે ઓગળી ગયો. ‘હું’ નો ઉદ્ઘોષ શ્રુતિના સ્વરની જેમ અન્ય સ્વરોની સાથે વહે છે અને સર્વ સ્વરોમાં નીહિત્ છે, એ સ્વર માત્ર ગુંજતો રહ્યો.

આમ, યુવાન વેંકટરામન કોઈ પ્રકારની દુર્ગમ, લાંબી સાધના વિના આધ્યાત્મિક ઊંચાઈએ પહોંચી ગયા. આત્મજ્ઞાનની ગંગામાં અહંકાર તો કયાંય વહી ગયો. ક્ષણભરમાં વેંકટરામન નામે ઓળખાતો યુવક ઋષિ બની ગયો, સંત બની ગયો.

યુવાન સંતનાં જીવનમાં ઉપરોક્ત ઘટના પછી આમૂલ પરિવર્તન દેખાઈ રહ્યું હતું. પહેલા પ્રિય લાગતી વસ્તુઓ હવે નગણ્ય બની ગઈ હતી, બીજી બાજુ જે આધ્યાત્મિક બાબતો અત્યાર સુધી ઉપેક્ષિત રહી હતી, તે એમના ધ્યાનનું કેન્દ્ર બની ગઈ. વિદ્યાભ્યાસ, મિત્રો, સંબંધીઓ ઇત્યાદિ એમનું મહત્વ ગુમાવી બેઠા. આસપાસનાં વાતાવરણ પ્રત્યે તેઓ નીરસ બની ગયા. નમ્રતા, વિનયશીલતા, અવિરોધ વગેરે ગુણો એમનાં આભૂષણો થઈ ગયા. લોકોથી દૂર આત્મધ્યાનમાં રત બની રહેવું એ એમની જીવનશૈલી બની ગઈ. રોજ તેઓ મીનાક્ષી મંદિરે જઈ, દેવતાઓ અને સંતોની મૂર્તિઓ સમક્ષ ઊભા રહેતા.

#### IV

પ્રત્યેક સમય એમને આનંદાતિરેકનો અનુભવ થતો. એમની આંખોમાંથી અશ્રુધારાઓ વહેતી. દિવ્ય દર્શન હવે સદૈવ, એમની સમક્ષ રહેતું. એમના જીવનનું વહેણ બદલાઈ ગયું હતું.

આ ધરમૂળ પરિવર્તન વેંકટરામનના મોટાભાઈની નજરથી છટકી શક્યું નહોતું. કેટલીયવાર એમણે નાનાભાઈને બેદરકારીભરી, યોગી જેવી રીતભાત વિશે ટોક્યો હતો. સાક્ષાત્કારની એ અદ્વિતીય ક્ષણ પછી છ અઠવાડિયામાં કટોકટીની ઘડી આવી. ૨૯ ઓગસ્ટ ૧૮૯૬નો દિવસ હતો. અભ્યાસ પ્રત્યેની બેદરકારી માટે વેંકટરામનને અંગ્રેજીના શિક્ષકે ‘બેઈન’નાં વ્યાકરણનો પાઠ ત્રણ વખત લખી લાવવાની શિક્ષા કરી હતી. બે વખત એકનો એક પાઠ લખ્યા પછી વેંકટરામનને એ બધું તદ્દન નિરર્થક લાગ્યું. ચોપડીનો ઘા કરી તેઓ પલાંઠીવાળી, આંખ બંધ કરી ધ્યાનમાં ઊતરી ગયા. આ બધું જોઈ રહેલા મોટાભાઈથી હવે રહેવાયું નહીં. વેંકટરામન પાસે જઈ એમણે કટાક્ષથી કહ્યું, ‘આવું કરનાર ને આ બધી વસ્તુઓનું શું કામ ?’ એમનો આશય નાના બંધુને અભ્યાસ તથા બીજી સાંસારિક વાતો પ્રત્યેની બેદરકારી વિશે ઠપકો આપવાનો હતો. વેંકટરામને કોઈ ઉત્તર આપ્યો નહીં. ભણવાનો ઢોંગ કરવાનો અથવા પહેલાં જેવું વર્તન કરવાનો કોઈ અર્થ નહોતો એ તેઓ જાણતા હતા. એમણે ઘર છોડવાનો નિર્ણય કરી લીધો અને એમની પાસે એક જ ગંતવ્ય સ્થાન હતું - તિરૂવન્નામલાઈ. મોટેરાંઓને આ વિશે જણાવવાનો અર્થ નહોતો કારણકે એમની રજા મળવાની નહોતી એ દીવા જેવું સ્પષ્ટ હતું. આથી એમણે બનાવટનો સહારો લીધો. ‘હું બપોરના ખાસ કલાસમાં જાઉં છું’ એમણે મોટાભાઈને જણાવ્યું. ‘તો પછી નીચે ડબ્બામાંથી પાંચ રૂપિયા લઈ જજે અને મારી કોલેજમાં જઈ ફી ભરી દેજે.’ ભાઈએ કહ્યું. વેંકટરામન દાદરો ઊતરી નીચે ગયા, એમની કાકીએ એમને જમાડ્યા અને પાંચ રૂપિયા ડબ્બામાંથી લઈ ઘરમાં પડેલા એક નકશામાં એમણે તિરૂવન્નામલાઈ ગોતી કાઢ્યું અને જોયું કે એની સૌથી નજીકનું સ્ટેશન હતું તિંડીવણમ્. ખરેખર તો રેલનો એક ફાંટો છેક તિરૂવન્નામલાઈ સુધી જતો હતો, પરંતુ જૂના નકશામાં આ દર્શાવાયું ન હતું. યાત્રા ખર્ચ તરીકે ત્રણ રૂપિયા પર્યાપ્ત થઈ રહેશે એમ વિચારી, બાકીના પૈસા અને એક પત્ર, ભાઈની નજરે ચઢે એવા સ્થળે મૂકી એમણે તિરૂવન્નામલાઈ તરફ પ્રયાણ આદર્યું. એમના પત્રનું લખાણ આ મુજબ હતું. ‘દિવ્ય પિતાના આદેશને અનુસરી, હું એમની શોધમાં નીકળી

પડયો છું. આણે (અર્થાત્ એમણે પોતે) એક સત્કાર્યનો આરંભ કર્યો છે, આથી એની કરણી વિશે કોઈએ દુઃખી થવાની જરૂર નથી, અને એની તપાસમાં આર્થિક વ્યય કરવાની જરૂર નથી. તમારી કોલેજની ફી ભરી શકાઈ નથી. આ સાથે બે રૂપિયા મૂક્યા છે.’

પહેલી સપ્ટેમ્બર ૧૮૯૬ની સવારે એમણે તિરૂવન્નામલાઈ જતી ટ્રેન પકડી. થોડા સમયમાં તેઓનું ગંતવ્ય સ્થાન આવી ગયું. ઊતરતાવેત તેઓ જલ્દી જલ્દી અરૂણાયલેશ્વરના વિશાળ મંદિરમાં પહોંચ્યા. ગર્ભદ્વાર સહિત મંદિરનાં સર્વ દ્વારો ખુલ્લાં હતાં. મંદિરમાં કોઈ હાજર નહોતું. પૂજારીઓ પણ નહીં, ગર્ભગૃહમાં પ્રવેશી, જેવા તેઓ પિતા અરૂણાયલેશ્વરની સમ્મુખ જઈ ઊભા રહ્યા કે સમાધિ અને અવર્ણનીય આનંદની અનુભૂતિ એમને વીંટળાઈ વળી. મહાભિનિષ્ક્રમણ પૂરું થયું, હવે વહાણ કિનારે લાંગર્યું હતું.

હવેથી જેમને આપણે ભગવાન રમણ તરીકે ઓળખશું એમનું શેષ આયુષ્ય તિરૂવન્નામલાઈમાં વીત્યું. એમને સંન્યાસની દીક્ષા મળી નહોતી, પરંતુ મંદિરમાંથી બહાર નીકળી જ્યારે તેઓ ગામની ગલીમાંથી પસાર થઈ રહ્યા હતા ત્યારે કોઈએ એમને બૂમ પાડી પૂછ્યું. ‘શું તારે મુંડન કરાવવું છે ?’ તુરત ‘હા’ નો પ્રતિસાદ મળતા એમને અચ્ચાનકુલમ તળાવે લઈ જવાયા જ્યાં એક વાળંદે મુંડન કરી આપ્યું. તત્પશ્ચાત્ તળાવના પગથિયે ઊભા રહી, એમણે બચેલી ‘મૂડી’ તળાવનાં પાણીમાં પધરાવી દીધી. ભાગવતારની પત્નીએ આપેલ મીઠાઈનું પડીકું પણ એ જ પાણીમાં વહાવી દીધું. હવે વારો હતો જનોઈનો. અર્કિંચન એવા રમણ મંદિરે પાછા ફરી રહ્યા હતા ત્યારે ‘આ શરીરને સ્નાનનો પ્રમાદ શા માટે કરાવવો જોઈએ’ એવો વિચાર એમને સ્ફૂર્યો. પ્રકૃતિ સાંભળી ગઈ હોય એમ વરસાદનું એક ઝાપટું આવી એમને ભીંજવી ગયું.

તિરૂવન્નામલાઈમાં એમનું પ્રથમ નિવાસસ્થાન બન્યું અરૂણાયલેશ્વરનું વિશાળ મંદિર. હજાર વિથિકાઓવાળા મંડપમાં થોડાં અઠવાડિયાં તેઓ રહ્યાં. પરંતુ કેટલાક રખડુ છોકરાઓ ધ્યાનસ્થ રમણ પર પથ્થરો વરસાવી જતા. ધ્યાન ભંગ ન થાય એ હેતુથી હવે રમણ મંદિરનાં અવાવરુ ખૂણાઓમાં અને પછીથી પાતાળ લિંગમ (પાતાળમાં સ્થિત શિવલિંગ) તરીકે ઓળખાતા ભોંયરામાં જઈ બેસવા લાગ્યા. કોઈ અડચણ વિના, દિવસો સુધી ઊંડી ધ્યાન સમાધિમાં તેઓ રહેતા. અચળ સમાધિમાં બેઠેલાં રમણને દેહભાન રહેતું નહીં. અરે ઠંડા, અંધારિયા ભોંયરાની જમીન પર સળવળતા કીડા-મંકોડાઓના ડંખની

## VI

પણ એમને સુધ પડતી નહીં. પણ પેલા રખડુ છોકરાઓએ આ જગ્યા પણ શોધી કાઢી અને પોતાની જ ઉમરનાં યુવાન સ્વામી પર પથ્થરો વરસાવવા માંડ્યા. આ સમયે ગામમાં શેષાદ્રી નામના મોટા સ્વામી રહેતા હતા. જેઓ તેમને જાણતા નહોતા તેઓ એમને ગાંડામાં ખપાવતા. ક્યારેક ક્યારેક તેઓ આ યુવાન સ્વામીનું રક્ષણ કરવા પહેરો ભરતા અને છોકરાઓને ભગાડતા. કેટલાંય સમયાંતર પછી ભકતોએ રમણને ભોંયરામાંથી બહાર કાઢ્યા અને ભગવાન સુબ્રહ્મણ્યના મંદિર પાસે બેસાડ્યા. જો કે આ બધા વિશે ધ્યાનસ્થ તેઓ અનભિજ્ઞ જ હતા. હવે કોઈને કોઈ વ્યક્તિ એમનું ધ્યાન રાખવા માંડી. એમની બેઠક વારંવાર બદલાવી પડતી, ક્યારેક ગુફા તો ક્યારેક મંદિરનું પ્રાંગણ, ક્યારેક બગીચો તો ક્યારેક એકાંત ખૂણો, ભકતો જ્યાં બેસાડે તે એમનું બેઠક સ્થાન બની જતું. સ્વામી પોતે ક્યારેય એક અક્ષરેય ઊચ્ચારતા નહીં. એમણે મૌન રહેવાની પ્રતિજ્ઞા તો નહોતી લીધી, માત્ર એમને વાણીની જરૂર લાગતી નહોતી. કોઈવાર યોગવાસિષ્ઠ અને કૈવલ્યનવનીતમનો પાઠ એમની સમક્ષ કરવામાં આવતો.



પોતાના જ્યેષ્ઠ પુત્ર સાથે માતા અળગમ્માલ રમણને સમજાવવા તિરૂવન્નામલાઈ પહોંચ્યા. રમણ પવળકુન્ડરૂ નામના અરૂણાયલના પૂર્વ દિશાના ઢોળાવ પર રહેતા હતા. અશ્રુસભર આંખે, માતાએ, પુત્રને પોતાની સાથે પાછા ફરવા વિનવણીઓ કરી, પરંતુ સંતને પાછા જવાનું ન હતું. માનું આકંઠ કે અશ્રુપ્રવાહ કશુંય એમને ચળાવી શક્યું નહીં. તેઓ મૌન જ રહ્યા અને કશો જ ઉત્તર આપ્યો નહીં.

દિવસો સુધી ચાલેલી માની વિનવણીઓ અને ભાવના જોઈ રહેલ એક ભકતે ભગવાનને પ્રાર્થ્યું કે કશુંક લખીને તો માતાને ઉત્તર આપો. મહર્ષિએ નિર્લિપ્ત ભાવે એક ચબરખી પર લખ્યું.

‘પ્રત્યેકને દોરનાર (ઉપરવાળો) એમને એમના પ્રારબ્ધ મુજબ કાર્ય કરાવે છે. જે થનાર નથી તે ક્યારેય થવું સંભવ નથી, પછી એને માટે કોઈ ગમે એટલા પ્રયત્નો કરે. અને જે થનાર છે તે થયા વિના રહેશે નહીં અને તેને અથાક પ્રયત્નો છતાં કોઈ રોકી શકશે નહીં. આ નિશ્ચિત છે તેથી શાંત (સ્થિર) રહેવું એ જ શાણપણભર્યું છે.’

## VII

ભારે હૈયે અને નિરાશ મને માતા પાછા માનમદુરાઈ ચાલ્યા ગયા. આ ઘટનાનાં થોડા સમય પછી રમણ અરૂણાચલ પર્વત પર 'વિરૂપાક્ષ' ગુફામાં નિવાસ કરવા માંડયા. આ ગુફાનું નામ ત્યાં વર્ષો પહેલાં રહેલા અને ત્યાં જ નિર્વાણ પામેલા સંત વિરૂપાક્ષના નામ ઉપરથી પડ્યું છે. અહીં પણ લોકોના ટોળા એમને શોધતાં આવતાં. આ બધામાં કેટલાક સાચા જિજ્ઞાસુઓ પણ હતા, જેઓ રમણ સમક્ષ આધ્યાત્મિક અનુભવોને લગતા ભિન્ન ભિન્ન પ્રકારના પ્રશ્નો પૂછતા અથવા આધ્યાત્મિક ગ્રંથો લઈ આવી, એમને લગતી કોઈ શંકા કે સવાલનું નિરાકરણ કરાવતા. રમણ ક્યારેક એ પ્રશ્નોના ઉત્તર અને સમજૂતીઓ લખી આપતા. આ રીતે જ એમની પાસે આદિ શંકરાચાર્યની રચના 'વિવેક્યુડામણી' લાવવામાં આવી હતી. એમણે પછીનાં વર્ષોમાં આ પુસ્તકનું તમિલ ગદ્યમાં રૂપાંતર કર્યું હતું. કેટલાક ભોળા અને અભણ લોકો એમની પાસે આધ્યાત્મિક માર્ગદર્શન મેળવવા અથવા સાંત્વના પામવા આવતા. એમાંની એક હતી એચમ્માલ. જેનાથી નિયતિએ ઠૂરતાપૂર્વક એના પતિ, પુત્ર અને પુત્રીને છીનવી લીધા હતા, એ જ નિયતિએ એને રમણ તરફ દોરી. અશાંત એચમ્માલ રમણનાં ચરણે આવી સાંત્વના પામ્યા પછી એમણે રોજ રોજ સ્વામીનાં દર્શને આવવાનો નિયમ બનાવી દીધો. સ્વામી અને એમની સાથે રહેતા અન્ય લોકોનો ભોજન પ્રબંધ પણ એમણે પોતાને શિરે લઈ લીધો.

૧૯૦૩માં સંસ્કૃતના મહાપંડિત અને વિદ્વાન ગણપતિશાસ્ત્રી જેઓ ગણપતિમુનિ તરીકે પ્રખ્યાત હતા, તેમનું તિરૂવન્નામલાઈમાં આગમન થયું. કઠિન તપસૂને કારણે એમનું ઉપનામ ગણપતિમુનિ પડ્યું હતું. એમનું બીજું ઉપનામ હતું 'કાવ્યકંઠા' - અર્થાત્ સરસ્વતી જેમના કંઠમાં વિરાજમાન છે. એમના શિષ્યો એમને નયના (એટલે કે તાત) તરીકે સંબોધતા. દિવ્ય માતા (શકિત) ના તેઓ પ્રચંડ ઉપાસક હતા. વિરૂપાક્ષમાં રહેતા રમણને મળવા તેઓ ઘણીવાર જતા. ૧૯૦૭માં સ્વયમ્ના આધ્યાત્મિક માર્ગ વિશે તેઓ સાશંક બન્યા. શંકાનિવારણ અને માર્ગદર્શન માટે તેઓ પર્વત પર ચઢ્યા અને રમણને ગુફામાં એકલા બેઠેલા જોઈ પ્રશ્ન પૂછ્યો, 'વાંચવા યોગ્ય બધું મેં વાંચ્યું છે, વેદાંતશાસ્ત્ર પૂર્ણપણે જાણ્યું અને સમજ્યું છે, હૃદયભરીને મેં જપ કર્યા છે અને છતાંય તપસૂ શું છે એ હું જાણી શક્યો નથી. આથી હું આપને શરણે આવ્યો છું. તપસૂ વિશે મને જ્ઞાન આપવાની કૃપા કરો.' રમણ ઉચ્ચર્યા, " 'હું' ની સ્ફુરણા ક્યાંથી ઉદ્ભવે છે તે જોવાથી મન જ્યાં લય



## VIII

પામે છે એ જ તપસ છે. જ્યારે મંત્રનો જપ થાય છે ત્યારે એ મંત્રનો ધ્વનિ કે મંત્રના શબ્દનો ઉદ્ગમ જ્યાંથી થાય છે ત્યાં જો ધ્યાન થાય તો મન ત્યાં લય પામે છે, એ જ તપસ છે !” વિદ્વાન માટે આ શબ્દો ઉદ્બોધક બની રહ્યા. એમને લાગ્યું કે ભગવાનની કૃપા એમને વીંટળાઈ વળી છે. રમણને ભગવાન અને મહર્ષિ તરીકે એમણે દુનિયાને ઓળખાવ્યા. એમણે મહર્ષિની સ્તુતિમાં સંસ્કૃત પદ રચ્યાં અને ભગવાનના ઉપદેશને સમજાવતી ‘રમણગીતા’ની રચના કરી.



નાગસુંદરમે સન્યાસ લઈ નિરંજનાનંદ નામ ધારણ કર્યું. રમણભક્તો તેઓને છિન્નાસ્વામી (નાના સ્વામી) તરીકે ઓળખવા લાગ્યા. ૧૯૨૦માં માતાની તબિયત કથળવા માંડી અને વૃદ્ધત્વ સાથે આવતા રોગો એમને ઘેરવા લાગ્યા. રમણે છેવટ સુધી માતાની સારસંભાળ પ્રેમપૂર્વક કરી અને રાતોએ ઉજાગરા કરી ચાકરી કરી. ૧૯ મે ૧૯૨૨, વૈશાખ મહિનાના બાહુલનવમીના પવિત્ર દિવસે માતાએ દેહ ત્યાગ્યો. એમનાં પાર્થિવ શરીરને સમાધિ આપવા પર્વત પરથી નીચે લવાયું. પાલી તીર્થમ્ તળાવ અને દક્ષિણામૂર્તિ મંડપમ્ની વચ્ચે પર્વતના દક્ષિણ છેડે એક સ્થળ નક્કી કરાયું. સમાધિ સ્થળ માટેની બધી તૈયારીઓ રમણ મૌન ઊભા ઊભા જોઈ રહ્યા હતા. નિરંજનાનંદ સ્વામીએ નજીક રહેવાનું શરૂ કર્યું. રોજ રમણ સ્કંદાશ્રમથી નીચે સમાધિ સ્થળ પાસે આવતા. લગભગ છ મહિના પછી તેઓ પર્વત પરથી ઊતરી સમાધિ સ્થળ પાસે રહેવા આવ્યા. એમણે પછીથી કહ્યું કે ‘આ ફેરફાર એમની ઈચ્છા મુજબ નહીં પણ દિવ્યતમ્ ઈચ્છાથી થયો હતો.’ આમ રમણાશ્રમની સ્થાપના થઈ, માતૃસમાધિ પર મંદિર બંધાયું અને ૧૯૪૯માં પ્રતિષ્ઠા કરાઈ. વર્ષો વીતતા, આશ્રમ વિસ્તર્યો અને માત્ર ભારતના જ નહીં પરંતુ વિશ્વભરના લોકો મહર્ષિનાં દર્શન અને આધ્યાત્મિક માર્ગદર્શન માટે આવવા લાગ્યા.



## IX

આશ્રમની ગતિવિધિઓ સરળ રીતે ચાલતી હતી. સમય વીતતા વધુ ને વધુ મુલાકાતીઓ આવવા માંડ્યા હતા. એમાંના કોઈ અલ્પકાળ તો કોઈ વધુકાળ માટે ત્યાં રહેતા. આશ્રમનું ક્ષેત્ર પણ વિસ્તરી રહ્યું હતું. નવી નવી પ્રવૃત્તિઓ અને વિભાગો ખુલવા માંડ્યા હતા, જેમ કે ગૌશાળા, વેદ-પાઠશાળા, પ્રકાશન વિભાગ, માતૃભૂતેશ્વર મંદિરમાં નિયમિત પૂજા ઈત્યાદિ. નવા બંધાયેલ હોલમાં રમણ મોટાભાગનો સમય વિતાવતા અને બધી ગતિવિધિઓના સાક્ષીમાત્ર બની રહેતા. એનો અર્થ એ નહોતો કે તેઓ નિષ્ક્રિય બની બેસી રહેતા. તેઓ પત્રાવળીઓ બનાવતા, શાકભાજી સમારતા, રસોડામાં સૌ સાથે કામ કરતા, પ્રેસમાંથી આવેલાં સાહિત્યનું પ્રુફ રીડિંગ કરતા, સમાચારપત્રો અને પુસ્તકો વાંચતા, પત્રોના જવાબ વિશે સૂચનો કરતા, આમ આખો સમય વ્યસ્ત રહેતા. આ બધી ગતિવિધિઓ કરતાં રહીને પણ તેઓ આ બધાથી અલિપ્ત રહેતા એ જણાઈ આવતું. એમને લોકો તરફથી ઘણીવાર યાત્રા માટેનાં આમંત્રણ આવતા પરંતુ તેઓ તિરૂવન્નામલાઈ છોડી ક્યાંય ગયા નહીં. પાછલાં વર્ષોમાં તો તેઓ આશ્રમની બહાર પણ નહોતા જતા. મોટા ભાગનો સમય લોકો એમની સમક્ષ બેસી રહેતા. ક્યારેક એ શાંતિનો ભંગ કોઈના દ્વારા પૂછાયેલ પ્રશ્નથી થતો. ક્યારેક ભગવાન મૌન રહેતા તો ક્યારેક ઉત્તર આપતા. એમની સમક્ષ બેસવું અને એમની કિરણપુંજ સમાન કરુણા અને સ્મિત સભર આંખોમાં આંખવું એ એક અવર્ણનીય અનુભવ હતો. જાણે સમય સ્તબ્ધ બની ઊભો રહ્યો હોય અને વર્ણનાતીત શાંતિ અને નિશ્ચલતા ઘેરી વળી હોય એમ લાગતું હતું.



૧૯૫૦ની ૧૪મી એપ્રિલે અંતિમ ક્ષણો આવી પહોંચી. એ સાંજે દર્શનાર્થી સર્વ ભકતોને એમણે દર્શન આપ્યાં. આશ્રમમાં ઉપસ્થિત સર્વ જાણી ગયા હતા કે અંત હવે નજીક હતો, રમણ રચિત્ અરૂણાયલની સ્તુતિ તેઓ ગાઈ રહ્યા હતા. અરૂણાયલ શિવનો ઘોષ વાતાવરણમાં પડઘાઈ રહ્યો હતો. મહર્ષિએ સેવકોને એમને બેસાડવા કહ્યું. એમણે પાણીદાર, કરુણામય નયનો જરા ઉઘાડ્યા, એક કોમળ સ્મિત એમના હોઠ પર ફરક્યું, પરમાનંદનું એક અશ્રુ એમની આંખોના ખૂણેથી સરક્યું અને ૮.૪૭ના ડંકે શ્વાસ બંધ થઈ

## X

ગયા. કોઈ ખેંચતાણ, ઠસકા કે મૃત્યુની એકપણ નિશાની વિના શ્વાસ સરકી ગયો. એ વિરલ ક્ષણે એક ધૂમકેતુ આકાશમાં દ્રુત ગતિએ યાત્રા કરી, અરૂણાયલને શિખરે પહોંચી એની પાછળ અલોપ થઈ ગયો.

રમણ મહર્ષિએ બહુ થોડું લિખિત સાહિત્યસર્જન કર્યું છે. એમનાં રચિત્ ગદ્ય કે પદ્ય મોટે ભાગે ભક્તોએ કરેલી પૃથ્થ્યાઓના ઉત્તર સ્વરૂપે રચાયાં છે. એકવાર એમણે કહ્યું હતું. ‘મને ક્યારેય પુસ્તકો લખવાની કે કાવ્યો રચવાની ઈચ્છા થતી નથી. મેં જે કોઈ કાવ્ય રચ્યાં છે તે કોઈ ખાસ ઘટનાના સંદર્ભમાં, કોઈ ભક્ત દ્વારા કરાયેલ વિનંતીના ઉત્તર રૂપે છે.’ એમની સૌથી મહત્વની રચના છે “સત્ વિશે ચાળીસ શ્લોકો.” ‘ઉપદેશસાર’ના શ્લોકોમાં સર્વ વેદોનો નિચોડ છે. અરૂણાયલની પાંચ સ્તુતિઓની રચના ઉપરાંત, ‘વિવેક ચુડામણી’ અને ‘આત્મબોધ’ એ આદિ શંકરાચાર્યના ગ્રંથોનો એમણે તામિલ અનુવાદ કર્યો છે. ભગવાન ઘણું કરીને તામિલમાં લખતા પરંતુ તામિલ ઉપરાંત એમણે સંસ્કૃત, તેલગુ અને મલયાલમ ભાષામાં પણ લખ્યું છે.

શ્રી રમણનો ઉપદેશ વેદાંતના અદ્વૈતવાદને અનુરૂપ છે અને એનો ઉદ્દેશ્ય છે આત્મસાક્ષાત્કાર. આ માર્ગ એટલે આત્મસ્વરૂપ વિશે અર્થાત્ ‘હું’ એ વિશેનું ચિંતન. સાધારણતઃ ‘હું’ એ તત્ત્વ બદલાતુ રહે છે અને ઘણું બધું આવરી લે છે. વાસ્તવમાં એ બધું ‘હું’ નથી હોતું. દાખલા તરીકે આપણે શરીરને ‘હું’ તરીકે ઓળખીએ છીએ. આપણે કહીએ છીએ, ‘હું જાડો છું’, ‘હું પાતળો છું’ વગેરે. આમ કહેવું અયોગ્ય છે એ સમજતા બહુ સમય લાગતો નથી. શરીર જડ હોવાને કારણે શરીર સ્વયમ્ ‘હું છું’ એમ કહી શકે નહીં. અજ્ઞાની માણસ પણ જાણે છે કે ‘મારું શરીર’ એ શબ્દપ્રયોગનો ઉપયોગ શા સંદર્ભમાં થાય છે. આમ શરીર ‘હું’ નથી એ સહેલાઈથી સમજી શકાય છે. પરંતુ જ્યારે અહંકારનો પ્રશ્ન ઉકેલવાનો આવે છે ત્યારે ‘હું’ એટલે અહંકાર નહીં એ સમજવું અઘરું બની જાય છે. આનું કારણ એ છે કે ખોજ કરનાર મન સ્વયમ્ અહમ્નું સ્વરૂપ છે અને ‘હું’ ના માયાવી સ્વરૂપને સમજવા એણે ‘મરવું’ પડે છે. આ કંઈ સહેલી વાત નથી, જ્ઞાન યજ્ઞમાં અહંકારને હોમવો એ જ ઉચ્ચતમ્ આહુતિ છે.

અહંકાર અને આત્મનૂને પૃથ્થક કરવા એ અઘરું છે પરંતુ અસંભવ નથી. જો આપણે ઊંઘના અનુભવનું મનન કરીએ તો સહેલાઈથી આ પૃથ્થકરણ થઈ શકે. ઊંઘમાં

## XI

અહંકાર ગેરહાજર હોય છે પરંતુ આપણે તો અસ્તિત્વ ધરાવીએ છીએ. અહંકાર નિષ્ક્રિય હોય છે છતાં અહંકારની ગેરહાજરી અને અન્ય પદાર્થોની ગેરહાજરીને જાણનાર દ્રષ્ટા તો હાજર છે. જો દ્રષ્ટા ગેરહાજર હોત તો ઊંઘમાંથી જાગ્યા પછી ઊંઘનો અનુભવ કરનાર અને ‘મને ગાઢ ઊંઘ આવી, મને કંઈ ખબર જ ન પડી’, એમ કહેનાર પણ ન હોત.

આમ આપણી અંદર બે ‘અહમ્’ના અસ્તિત્વ હોય છે. એક વાસ્તવિક જેને આપણે આત્મન્ કહીએ છીએ અને બીજો જે અહંકારરૂપી, અવાસ્તવિક છે. આપણને ‘અહમ્’ અથવા ‘હું’ ને અહંકાર સાથે જોડવાની એવી ટેવ પડી છે કે વાસ્તવિક અહમ્ને આપણે જોઈ શકતા નથી. તદુપરાંત આપણા સાપેક્ષ અનુભવો આ ખોટા ‘અહમ્’ની આસપાસ ઘૂમતા રહે છે. ઊંઘમાંથી જાગતાવેંત ‘હું’ નો ઉદય થાય છે અને એની સાથે જ સકળ બાહ્ય વિશ્વનું જ્ઞાન થાય છે. આમ અહંકાર અતિ આવશ્યક અને અતિ બળવાન બનતો દેખાય છે.

પરંતુ વાસ્તવિકતામાં તો આ બંધો પત્તાનો મહેલ છે જે આત્મવિચારના પ્રારંભ સાથે કડકભૂસ થવા અને ઓગળવા લાગે છે. આત્મવિચારના માર્ગ પર ચાલનાર સાધક પાસે અતિ સૂક્ષ્મ મન કરતાં પણ વધુ સૂક્ષ્મતા અપેક્ષિત બને છે. પરમ સત્ય માટે એકાગ્ર બુદ્ધિ જરૂરી છે (દ્રષ્યતે તુ અગ્રયા બુદ્ધયા). આ સાથે એ પણ સત્ય છે કે પરમ જ્ઞાનના ઉદયે પહોંચતા પહેલાં આ બુદ્ધિએ પણ વિલય પામવું પડે છે. પરંતુ સાક્ષાત્કારની એ અંતિમ ક્ષણ સુધીની સફર એણે સતત આત્મવિચારરત રહીને કરવી પડે છે. જ્ઞાન કંઈ આળસુ માટે નથી.

‘હું કોણ’ એ ખોજ મનના સ્વરૂપ વિશે જાણવા માટે કરાયેલ કોરો માનસિક પ્રયાસ નથી. એનો મુખ્ય હેતુ મનને એનાં મૂળ સ્વરૂપ પર સ્થિર કરવાનો છે. આત્મન્ એ સર્વનું મૂળ છે અને અવાસ્તવિક અહમ્ (હું)નું મૂળ પણ આત્મન્ જ છે. આત્મવિચારના માર્ગ પર મનોધારાની સાથે વહેવાને બદલે વિપરીત પ્રવાહે તરવાનું રહે છે અને અંતે માનસિક પરિવર્તનોની પરિધિઓથી પર થવાનું રહે છે. જ્યારે અવાસ્તવિક અહમ્ એના ઉદ્ગમમાં જઈ મળે છે ત્યારે અહમ્નો નાશ થઈ જાય છે. રહે છે માત્ર આત્મન્ જે દેદીપ્યમાન છે અને જે સાક્ષાત્કાર અને મોક્ષ નામે ઓળખાય છે.

## XII

શરીરનું અસ્તિત્વ આ મોક્ષ સાથે સંકળાયેલું નથી. દેહનું અસ્તિત્વ રહી શકે અને વિશ્વના પદાર્થોની જાણ પણ થતી રહે એ સંભવ છે જે મહર્ષિનાં જીવન પરથી સિદ્ધ થાય છે. આત્મનૂને પોતાને સાક્ષાત્કાર ઇત્યાદિથી કોઈ સંબંધ નથી. જેને આત્મસાક્ષાત્કાર થયો છે તેને માટે આત્મનૂથી ભિન્ન એવાં શરીર, વિશ્વ ઇત્યાદિનું અસ્તિત્વ નથી. આત્મનૂ માત્ર છે અને એ સત્ અર્થાત્ નિતાંત અસ્તિત્વ, ચિત્ અર્થાત્ બુદ્ધિ અને આનંદ અર્થાત્ પરમાનંદનું સ્વરૂપ છે. આવો અનુભવ આપણા માટે કાંઈ અજાણ્યો નથી. જેમ કે નિદ્રામાં આપણે બાહ્ય વિશ્વના પદાર્થો અને આંતરવિશ્વનાં સ્વપ્નો બેઉથી અનભિજ્ઞ હોઈએ છીએ ત્યારે આવો અનુભવ કરીએ છીએ. જો કે આ અનુભવ અજ્ઞાનના અંધકારથી છવાયેલો હોય છે અને એથી જ આપણે ફરી ફરી સ્વપ્નનગરો અને ભૌતિક પદાર્થોમય વિશ્વમાં આંખ ખોલીએ છીએ. કેવળ અવિદ્યા દૂર થવાથી જ દ્વૈતની ચૂડમાંથી છુટકારો મળે છે. આ સંભવ બનાવવું એ વેદાંતનો ઉદ્દેશ્ય છે. આપણામાંના નિમ્નતમ કોટિની વ્યક્તિ માટે પણ આશાનું કિરણ સાંપડે અને આપણે નિરાશાના કળણમાંથી બહાર આવીએ એ જ મહર્ષિનાં જ્વલંત ઉદાહરણની સાર્થકતા છે.



---

મૂળ અંગ્રેજી નિબંધના રચયિતા શ્રી ટી. એમ. પી. મહાદેવનૂના લેખનો અનુવાદ રચિતા દલાલ દ્વારા - સંક્ષિપ્તમાં

## મૂળ સિદ્ધાન્ત

- તત્ત્વજ્ઞાનના અભ્યાસી વાચકને પહેલા અધ્યાયનું “મૂળ સિદ્ધાન્ત” એવું નામકરણ કદાચ વિચિત્ર લાગશે. કેમ કે આખું પુસ્તક સિદ્ધાન્ત નિરૂપણ માટે હોવું જોઈએ. પણ હકીકત એવી છે કે શ્રી મહર્ષિ બધા સાચા અધ્યાત્મમાર્ગના ગુરુઓની જેમ સાધકોને વ્યવહારમાં અભ્યાસ માટે તૈયાર કરવાનું વલણ ધરાવતા હતા, સિદ્ધાન્તનિરૂપણનું નહીં. સિદ્ધાન્તનું મહત્ત્વ ખરું, પણ ફક્ત અભ્યાસના આધાર તરીકે.
- સા. બુદ્ધ વિષે એવું કહેવાય છે કે તેઓ ઈશ્વર વિષેના પ્રશ્નની અવગણના કરતા.
- ભ. હા, એ કારણે તેઓ નાસ્તિક કહેવાયા. હકીકતમાં, બુદ્ધ સાધકને અહીં અને હમણાં નિત્યાનંદ પ્રાપ્ત કરવાના માર્ગે ચાલવામાં માર્ગદર્શન કરવા માગતા હતા. ઈશ્વર વગેરે સૈદ્ધાન્તિક વિષયોની ચર્ચામાં એમને કોઈ રસ ન હતો. M.G.II. 55
- સા. ભૌતિક વિજ્ઞાન, મનોવિજ્ઞાન, શરીર વિજ્ઞાન વગેરેનો અભ્યાસ યોગ, મુક્તિ કે એક અદ્વૈત આત્માના સ્ફુરણાત્મક જ્ઞાન માટે મદદરૂપ બને ખરો ?
- ભ. ખાસ નહીં, યોગ માટે કેટલુંક સૈદ્ધાન્તિક જ્ઞાન જરૂરી ખરું. એ પુસ્તકમાંથી મળી શકે છે. પણ વ્યવહારમાં એનો અમલ કરવો, અભ્યાસ કરવો એ ખરેખર આવશ્યક છે. આદર્શ યોગી અને તેનું માર્ગદર્શન ખૂબ સહાયક બની શકે. સ્વયંસ્ફૂર્તપ્રજ્ઞાનો સવાલ છે ત્યાં સુધી, કોઈ માણસ પોતાના કઠોર શ્રમથી એના કાર્ય અને સાચા સ્વરૂપ વિષે નિર્ણય બાંધી શકે, પણ સાચી અંતઃસ્ફુરણા અનુભવ સ્વરૂપ છે અને અંગત માર્ગદર્શન તેમજ વ્યવહારિક સંપર્કની અપેક્ષા રાખે છે. કેવળ પુસ્તકિયું જ્ઞાન બહુ ઉપયોગી નથી. અનુભવ થયા પછી બૌદ્ધિક બોજ નિરુપયોગી છે, અને એને ફેંકી દેવો જરૂરી છે. T. 28

સિદ્ધાન્ત, મત, વાદવિવાદ ખરેખર નુકસાનકારક બની શકે છે, કેમ કે એ માણસને સાચા મહત્ત્વના અને અઘરા આધ્યાત્મિક યત્નથી દૂર લઈ જાય છે, અને તેને બુદ્ધિની ભૂમિકા પર ચાલતા યત્નો સરળ વિકલ્પ પૂરો પાડે છે. પરંતુ એ તેનો સ્વભાવ સુધારી શકતો નથી.

“હે અરુણાચલ ! તેમના અધ્યયનનો શો ઉપયોગ છે, જેઓ ‘ભાગ્ય કોના માટે છે ?’ એમ પ્રશ્ન પૂછી, ભાગ્યના અક્ષરોને ભૂંસી નાખવા ઈચ્છતા

નથી ? તેઓ ગ્રામોદ્ધોનની કક્ષાએ પહોંચી ગયા છે. તેઓ એથી વિશેષ શું છે ? F.V. 35

“જે નિરક્ષર છે તેમનો ઉદ્ધાર થાય છે, જેમનો અહંકાર ભણ્યા પછી પણ શાન્ત થતો નથી એમનો નહીં. નિરક્ષર માણસો આત્મ-મોહ અને મદના રાક્ષસી સંજ્ઞામાંથી બચી જાય છે. તેઓ ચક્રવાતની જેમ ઘૂમતા અસંખ્ય વિચારો અને શબ્દોની જાળમાંથી ઉગરી જાય છે, ધનની પાછળ આંધળી દોટ મૂકવાથી બચી જાય છે. તેઓ અનેક અનિષ્ટોથી બચી જાય છે.” F.V. 36

શ્રી મહર્ષિની દૃષ્ટિએ સૈદ્ધાન્તિક ચર્ચા પણ નિરુપયોગી હતી.

એ અજ્ઞાનથી ઉત્પન્ન થયેલો ભ્રમ છે કે માણસો જે હંમેશાં અને દરેકને માટે સહજ સત્ય છે અને એના સ્વાભાવિક સ્થાન હૃદયકેન્દ્રમાં રહે છે, એને ઓળખી શકતા નથી અને એમાં નિષ્ઠાપૂર્વક રહેતા નથી, પણ એને બદલે વાદ -વિવાદ કરે છે કે એ છે કે નથી, એ સાકાર છે કે નિરાકાર, એક છે કે અનેક. F.V. 34

જે શાશ્વત અને પૂર્ણ છે, તેનાથી અલગ કોઈ વસ્તુ પ્રગટી શકે ખરી ? આવાં તર્કયુદ્ધોનો અંત નથી. એમાં ગૂંચાશો નહીં. એને બદલે તમારા મનને અન્તર્મુખ બનાવીને બધાનો પૂર્ણવિરામ કરો. વાદવિવાદમાં કોઈ અંતિમ નિર્ણય હોઈ શકતો નથી. T. 132

આખરે બધા ધર્મગ્રંથો નિરુપયોગી છે.

બધા ધર્મગ્રંથોનો હેતુ આત્મા કે ઉચ્ચતર શક્તિની હયાતિ તરફ સંકેત કરવાનો છે. એ તેમનો મૂળભૂત હેતુ છે. એથી વધારે એમની કોઈ ઉપયોગિતા નથી. વળી, તેઓ પ્રત્યેક સાધકની વિકાસની ભૂમિકા સાથે તાલમેલ સાધતા હોવાથી, ઘણા વિસ્તારવાળા છે. મનુષ્ય જેમ જેમ ઊંચી ભૂમિકાએ પહોંચે છે, તેમ તેમ તેને પ્રાપ્ત થયેલી અવસ્થા, તેનાથી ઉચ્ચતર અવસ્થા પ્રાપ્ત કરવાના પગથિયા તરીકે જણાય છે. આમ અંતિમ ધ્યેય પ્રાપ્ત થાય ત્યાં સુધી ચાલ્યા કરે છે. જ્યારે ધ્યેય પ્રાપ્ત થાય છે, ત્યારે ધ્યેય માત્ર બાકી રહે છે, અને બીજું બધું - ધર્મગ્રંથો પણ - નિરુપયોગી બની જાય છે. T. 63

જેમને બહુ વિચારવાનું વ્યસન પડ્યું છે, એમને માટે કેટલીકવાર શ્રી મહર્ષિ તત્વજ્ઞાનનું સાંગોપાંગ નિરૂપણ કરતા. છતાં એને માટે તેમનો અભિપ્રાય આવો હતો :-

કહેવાય છે કે તત્ત્વચિંતનની વિવિધ વિચારધારાઓ મુદ્દાઓ સ્પષ્ટ કરી સત્યને પ્રગટ કરે છે. પરંતુ હકીકતમાં તેઓ ગૂંચવણ ઊભી કરે છે, જ્યાં એની કોઈ જરૂરત નથી. કાંઈ પણ સમજવા માટે આત્મા હોવો અનિવાર્ય છે. આત્મા સ્વયં પ્રકાશ અને સ્પષ્ટ છે. પછી આત્મનિષ્ઠ કેમ ન રહેવું ? અનાત્માને જાણવાની શી જરૂર છે ?

અને પોતાના વિષે બોલતાં તેઓ ઉમેરતા :-

હું ખરેખર સદ્ભાગી હતો કે તત્ત્વચર્ચાથી વેગળો રહ્યો. જો હું એમાં પડ્યો હોત તો ક્યાંયનો ન રહ્યો હોત. પણ મારાં સહજ વલણોએ મને “હું કોણ ?” એ સીધી વિચારણા તરફ વાળ્યો. કેવું સદ્ભાગ્ય ! T. 392

### જગત : સત્ય કે મિથ્યા ?

આત્મનિષ્ઠાના અભ્યાસ માટે, પાયાની તૈયારી તરીકે સિદ્ધાન્ત વિષેની થોડી સમજણ આવશ્યક છે. શ્રી આદ્ય શંકરાચાર્યના સિદ્ધાન્તને અનુરૂપ શ્રી મહર્ષિનો ઉપદેશ કેવલાદ્વૈતવાદ સાથે સમાનતા ધરાવે છે. પણ સમાનતાનો અર્થ કોઈ તત્ત્વચિંતક કહે તેમ શ્રી શંકરાચાર્યના વિચારોથી શ્રી મહર્ષિ પ્રભાવિત થયા હતા એવો નથી. ફક્ત પોતાના અપરોક્ષ અનુભવ સાથે શ્રી શંકરાચાર્યનો કેવલાદ્વૈત સિદ્ધાન્ત મેળ ખાય છે - એટલે કે સત્યનું યથાર્થ નિરૂપણ કરે છે - એ વાતનું તેઓ સમર્થન કરતા.

- સા. શ્રી ભગવાનનો ઉપદેશ શ્રી શંકરાચાર્ય જેવો છે ?
- ભ. ભગવાનનો ઉપદેશ તેમના પોતાના અનુભવ અને સીધા સાક્ષાત્કારની અભિવ્યક્તિ છે. કેટલાકને એ શ્રી શંકરના ઉપદેશ સાથે મેળ ખાતો લાગે છે. T. 189
- સા. જ્યારે ઉપનિષદો આ બધું બ્રહ્મ છે એમ કહે છે, તો પછી આપણે જગત મિથ્યા છે, એવા શ્રી શંકરના મત સાથે સહમત કેવી રીતે થઈ શકીએ ?
- ભ. શ્રી શંકરે એમ પણ કહ્યું છે કે જગત બ્રહ્મ કે આત્મા છે. તેઓ આત્માને જગતનાં નામરૂપોમાં મર્યાદિત કરવા સાથે અસંમત છે. તેમણે કહ્યું છે કે બ્રહ્મથી અલગ જગતની સત્તા નથી. બ્રહ્મ કે આત્મા ચલચિત્રના પરદા જેવો છે, અને જગત તેના ઉપર દેખાતા ચિત્ર જેવું છે. જ્યાં સુધી પરદો છે ત્યાં સુધી જ તમે ચલચિત્ર જોઈ શકો છો. પરંતુ જ્યારે પ્રેક્ષક (દ્રષ્ટા) પોતે જ પરદો બની જાય ત્યારે કેવળ આત્મા જ બાકી રહે છે. D.D. 205



(૪)

ભગવાન શ્રી રમણ મહર્ષિનો ઉપદેશ : એમના શબ્દોમાં

શ્રી શંકરાચાર્યના અભિપ્રાયને સમજ્યા વિના, માયાના સિદ્ધાન્તને કારણે, તેમની ટીકા કરવામાં આવે છે. એમણે ત્રણ વિધાનો કર્યા છે : (૧) બ્રહ્મ સત્ય છે. (૨) જગત મિથ્યા છે. (૩) જગત બ્રહ્મ છે. બીજું વિધાન કરીને તેઓ અટક્યા નથી. ત્રીજું વિધાન પહેલાં બે વિધાનોને સ્પષ્ટ કરે છે. એનો અર્થ એ કે બ્રહ્મથી જુદું જગત જોવાય તો એવું જોવું મિથ્યા કે ભૂલ ભરેલું છે. આત્મા તરીકે જ જ્યારે જગતને જોવાય તો તેવું જોવું સત્ય છે. ફલિતાર્થ એ છે કે પ્રપંચ આત્માનો વિલાસ માત્ર દેખાય ત્યારે સત્ય છે, અને આત્માથી અલગ, સ્વતંત્ર હયાતિ ધરાવતો દેખાય, ત્યારે મિથ્યા-માયામાત્ર છે. R.M. 82

એક માત્ર આત્મા સત્ય છે અને અસ્તિત્વ ધરાવે છે. જગત, જીવ અને ઈશ્વર છીપમાં રૂપાના દેખાવની જેમ આત્મામાં કલ્પિત છે. એ ત્રણે એકી સાથે દૃશ્યમાન થાય છે અને અદૃશ્ય થાય છે. હકીકતમાં, કેવળ આત્મા જ જગત, જીવ અને ઈશ્વર છે. જે કાંઈ અસ્તિત્વ ધરાવે છે એ બધું પરાત્પર આત્માનું પ્રગટ સ્વરૂપ છે. W. 16

અહીં એક વાત સ્પષ્ટ કરવાની જરૂર છે : “ઈશ્વર આત્મા-બ્રહ્મમાં કલ્પિત છે,” એ નિરીશ્વરવાદ નથી. અને “આ બધું બ્રહ્મ-આત્મા- છે.” એ જગત અને આત્મા સમ-વ્યાપક છે, એવું બ્રહ્મ-આત્માને મર્યાદિત કરતું વિધાન નથી. જે તત્ત્વચિંતનની કોઈ નવી પ્રણાલી નથી, પણ આધ્યાત્મિક પ્રયત્નના આધારરૂપ માર્ગદર્શન છે એને વાદના વાડામાં બાંધવાની ભૂલ ન કરવી જોઈએ.

સા. સત્ય શું છે ?

ભ. સત્ય ત્રણે કાળમાં સત્ય રહે છે. એને નામરૂપ નથી પણ નામરૂપનું અધિષ્ઠાન-આધાર છે. બધી મર્યાદાઓનો તે આશ્રય છે, પણ સ્વયં અમર્યાદિત છે. એ કોઈપણ રીતે સીમિત નથી. એ સત્ય છે અને બધી મિથ્યા કલ્પનાઓનો આશ્રય છે. એ જે છે એ છે. એ જેવું છે તેવું છે. એ વાણીથી પર છે. સત્ અને અસત્ એવાં વર્ણનો એને લાગુ પડતાં નથી. T. 140

તેઓ દૃષ્ટિબિંદુના ભેદથી ઊભા થતા કે અભિવ્યક્તિના પ્રકારને કારણે પ્રગટતા વિષવાદોમાં પડતા નહીં.

સા. બૌદ્ધો જગતને નકારે છે, જ્યારે હિન્દુ ચિંતકો અસ્તિત્વ સ્વીકારે છે, છતાં એને મિથ્યા ગણે છે. એ બરોબર છે ?

- ભ. દષ્ટિબિંદુના ભેદને કારણે એવો ભેદ જણાય છે.
- સા. કહેવાય છે કે દિવ્યશક્તિથી જગતનું સર્જન થાય છે. અસત્યનું જ્ઞાન માયાના આવરણને કારણે થાય છે ?
- ભ. બધા જ ઈશ્વરની શક્તિથી સર્જન થાય છે એવું સ્વીકારે છે. પણ આ શક્તિનું સ્વરૂપ કેવું છે ? એ એના સર્જનને અનુરૂપ હોવું જોઈએ.
- સા. માયામાં કક્ષાઓ હોય છે ખરી ?
- ભ. માયા સ્વયં છળરૂપ છે. એ એનાથી બહાર રહેલા કોઈ અન્ય વડે દેખાતી હોવી જોઈએ. પણ આવો જોનાર એનાથી પ્રભાવિત કેવી રીતે થઈ શકે? તેથી એ એની કક્ષાઓ વિષે કેવી રીતે બોલી શકે ? તમે ચલચિત્રના પરદા પર પસાર થતાં વિવિધ દૃશ્યો જુઓ છો. આગ મકાનોને ભસ્મ કરતી દેખાય છે. પાણી મોટાં વહાણોને ડૂબાડતું જણાય છે. પણ જેના ઉપર આ ચિત્રોનું પ્રક્ષેપણ થાય છે એ પરદો બળતો કે ભીંજાતો નથી. કેમ ? કારણ કે ચિત્રો અસત્ય છે, અને પરદો સત્ય છે. વળી દર્પણમાં પ્રતિબિંબો પસાર થાય છે, પણ એ એમની સંખ્યા કે ગુણોથી પ્રભાવિત થતું નથી. એ જ રીતે જગત એક અદ્વિતીય સત્યના આશ્રયે દેખાતું દૃશ્ય છે, જે એનાથી જરાય પ્રભાવિત થતું નથી. સત્ય કેવળ એક છે.

માયાની વાત દષ્ટિબિંદુ ઉપર આધારિત છે. તમારું દષ્ટિબિંદુ જ્ઞાનનું બનાવો અને તમને જગત કેવળ બ્રહ્મ દેખાશે. હમણાં જગતરૂપી દૃશ્યમાં તમે ડૂબેલા છો, તેથી તમે એને સાચા જગત તરીકે જુઓ છો. તેનાથી પર થાઓ અને એ અદૃશ્ય થઈ જશે અને કેવળ સત્ય બાકી રહેશે. T. 446

આ છેલ્લાં ઉદ્ધરણમાં જણાવ્યા પ્રમાણે સત્ય જો એક જ હોય તો વિવિધતા વાળા જગતની સત્ય તરીકેની પ્રતીતિને સમજાવવા માટે માયા અથવા સર્જન પ્રક્રિયાનો ખ્યાલ અપનાવવો પડે છે.

મન જ્યારે આત્મા સાથેની તેની એકતાનો ત્યાગ કરી બહિર્મુખ બને છે, ત્યારે તેને “દેખીતી વસ્તુસત્તા” તરીકે જગત દેખાય છે. આ રીતે જ્યારે જગત દેખાય ત્યારે અદ્વિતીય આત્માનું સાચું સ્વરૂપ ઢંકાઈ જાય છે. એથી વિપરીત, જ્યારે આત્માનુભવ થાય ત્યારે વસ્તુસત્તા તરીકે સાચું દેખાતું જગત એમ જણાતું બંધ થાય છે. W. 8

એ માયા છે, જે પોતાની સત્તાનું કેન્દ્ર, હંમેશા હાજર, સર્વવ્યાપક,

પૂર્ણ, સ્વયં-પ્રકાશ અને પોતાનો આત્મા છે, એને અસત્ય અને અસ્તિત્વ ન ધરાવતો હોય એમ દર્શાવે છે. અને એથી વિપરીત જે ખરેખર અસ્તિત્વ નથી ધરાવતા અને અસત્ય છે એવા જગત, જીવ અને ઇશ્વરની ત્રિપુટીને સ્વયંભૂ સત્ય તરીકે દર્શાવે છે. S. I. Chap. II. 5

જગત ખરેખર સત્ય છે, પણ સ્વતંત્રપણે હયાતી ધરાવનાર સ્વયંભૂ સત્તા તરીકે નહીં. દાખલા તરીકે સ્વપ્નમાં તમે જે જગત અને માણસોને જુઓ છો, એ સ્વપ્ન દરમ્યાન સાચાં છે. પણ જાગી ગયા પછી સમજાય છે કે એ જોનારથી સ્વતંત્રપણે હયાતી ધરાવતાં ન હતાં.

આત્માનુભવ ન થયો અને થયો હોય એ બંને માટે જગત સાચું છે. પરંતુ અજ્ઞાની સત્યને જગતના આકારમાં સીમિત થયેલું માને છે, જ્યારે જ્ઞાની સત્યને નિરાકાર પૂર્ણતારૂપે અને જગતના અધિષ્ઠાન તરીકે જુએ છે. બંને વચ્ચે આટલો જ તફાવત છે. F.V.18

મને યાદ છે કે કેટલીવાર ભગવાન સત્ય અને મિથ્યા એ બેનો અર્થ એક છે એમ કહેતા, પણ હું એ વાત સમજ્યો ન હતો. તેથી મેં એમને એ વિષે પૂછ્યું તો એમણે કહ્યું : “હા, કેટલીકવાર હું એમ કહું છું. તમે સત્યનો શું અર્થ કરો છો ? એ શું છે જેને તમે સત્ય કહો છો ?” મેં જવાબ આપ્યો : “વેદાન્ત મુજબ જે નિત્ય છે અને અપરિવર્તનશીલ છે એને જ સત્ય કહેવાય. સત્યનો એ અર્થ છે.”

ત્યારે ભગવાને કહ્યું : “જે નામરૂપ મળી જગત બને છે એ સતત પરિવર્તનશીલ છે અને નષ્ટ થાય છે, તેથી એ મિથ્યા કહેવાય છે. આત્માને આ નામરૂપમાં મર્યાદિત કરવો એ મિથ્યા છે અને સર્વને આત્મા તરીકે ગણવાં એ સત્ય છે. અદ્વૈતવાદી કહે છે કે જગત મિથ્યા છે. પણ એ સાથે સાથે એમ પણ કહે છે - “આ બધું બ્રહ્મ છે.” તેથી સ્પષ્ટ છે કે જગતને સ્વતંત્રપણે વસ્તુસત્તા ધરાવનાર સત્ય માનવાનો એ ઈન્કાર કરે છે, એને બ્રહ્મ ગણવાનો નહીં. જે આત્માને જુએ છે, એ જગતમાં પણ આત્માને જ જુએ છે. જ્ઞાની માટે જગતનું દેખાવું કે ન દેખાવું મહત્વનું નથી. બંને સ્થિતિમાં એનું લક્ષ આત્મા તરફ વળેલું રહે છે. આ વાત કોરા કાગળ પર છાપેલા અક્ષરો જેવી છે. તમે અક્ષરોમાં એટલા ડૂબી જાઓ છો કે કાગળને ભૂલી જાઓ છો. પણ જ્ઞાની કાગળને આધાર

તરીકે રહેલો જુએ છે, તેના પર અક્ષરો દેખાય કે ન દેખાય. D.D.266

આ વાત ટૂંકમાં નીચે મુજબ પણ કહેવાઈ છે :

વેદાન્તીઓ કહેતા નથી કે જગત અસત્ય છે. આ એક ગેરસમજ છે. જો તેઓ એમ કહેતા હોય તો ઉપનિષદમાં “સર્વં ખલ્વિદં બ્રહ્મ” કહ્યું છે એનો શો અર્થ થશે ? તેઓ ફક્ત એટલું કહે છે કે જગત જગત તરીકે મિથ્યા છે, પણ આત્મા તરીકે સત્ય છે. જો તમે જગતને અનાત્મા ગણો તો તે મિથ્યા છે. બધું જ, ભલે તમે એને માયા કહો, ઈશ્વરની લીલા કહો, એની શક્તિ કહો, પણ એ આત્મામાં જ હોવું જોઈએ, એનાથી અલગ નહીં. D.D.233

જગત આત્માની અભિવ્યક્તિ છે, વસ્તુસત્તા નથી, એ સિદ્ધાન્તની વાત પૂરી કરતાં પહેલાં ફરીથી એકવાર ભારપૂર્વક કહેવું જોઈએ કે મહર્ષિ માટે સિદ્ધાન્તનું મહત્વ માણસની આધ્યાત્મિક પ્રગતિમાં મદદરૂપ થાય એટલા પૂરતું હતું, ચર્ચા માટે નહીં. અર્વાચીન ભૌતિક વિજ્ઞાન જે અર્થમાં બ્રહ્માંડ - કોસ્મોલોજી - જગતઉત્પત્તિશાસ્ત્ર - સમજે છે, તેનું ભગવાનને મન કોઈ મહત્વ ન હતું.

સા. વેદમાં જગતની ઉત્પત્તિ વિષે વિરોધી વિધાનો મળે છે. એક સ્થળે આકાશને પહેલું સર્જન કહ્યું છે, બીજે સ્થળે પ્રાણને, ત્રીજે સ્થળે કોઈ અન્ય વસ્તુને. આ બધાનો મેળ કેમ બેસાડવો ? આથી વેદની વિશ્વસનીયતાને હાનિ ન થાય ?

ભ. જુદા જુદા ઋષિઓએ જુદા જુદા સમયે સત્યના વિવિધ પાસાઓનું દર્શન કર્યું હતું, જેમાં કોઈ એક દષ્ટિબિંદુ ઉપર ભાર મૂકવામાં આવ્યો હતો. આવાં વિરોધી વિધાનોની તમે શા માટે ચિંતા કરો છો ? વેદનો ખરો આશય અવિનાશી આત્માના સ્વરૂપનો ઉપદેશ કરવાનો અને આપણે એ જ છીએ એ સત્ય પ્રગટ કરવાનો છે.

સા. આ વિષે મને કોઈ સંદેહ નથી.

ભ. તો પછી બીજી બધી વાતો ગૌણ છે એમ માનો અથવા જે અજ્ઞાનીઓ વસ્તુના મૂળ કારણને જાણવા માગે છે, એમને સંતોષવા ખાતર એ વિધાનો કરવામાં આવ્યાં છે એમ માનો. T.30

મેજર ચેડવિક તામિલ ભાષામાં લખાયેલા “કૈવલ્યનવનીત” નામના ગ્રંથના અંગ્રેજી અનુવાદની નકલ કરી રહ્યા હતા. એ દરમ્યાન કેટલાક પારિભાષિક શબ્દો સમજવામાં એમને મુશ્કેલી નડતી હતી. એ વિષે પૂછતાં ભગવાને કહ્યું :

“એ ભાગ જગતની ઉત્પત્તિના વિષયમાં ચર્ચા કરે છે. એ મહત્વના નથી, કેમ કે શાસ્ત્રનો ખરો હેતુ એ વિષયમાં સિદ્ધાન્ત સ્થાપવાનો નથી. પ્રસંગવશાત્ એમનો ઉલ્લેખ થયો છે, જેથી એમાં રસ ધરાવનારા એમને વાંચીને સંતોષ મેળવી શકે. સત્ય એ છે કે જગત પ્રકાશના પૂરમાં પસાર થતી છાયા જેવું છે. છાયાને જોવા માટે પણ પ્રકાશની જરૂર છે. છાયાનું વિશેષ અધ્યયન, વિશ્લેષણ, ચર્ચા કરવાં જરૂરી નથી. એ ગ્રંથનો મુખ્ય હેતુ આત્માનું પ્રતિપાદન કરવાનો છે. સૃષ્ટિ વિષે જે કહેવાયું છે તેની હાલપૂરતી ઉપેક્ષા કરી શકાય.”

ત્યારપછી એ વિષે આગળ બોલતાં ભગવાને કહ્યું : “વેદાન્ત જણાવે છે કે જગત નામનું આ દૃશ્ય તેને જોનારના ઉદય સાથે ઉદય પામે છે. અને એમાં સર્જન પ્રક્રિયાનું વિગતવાર વર્ણન આવતું નથી. એ સ્વપ્ન જેવું છે. જેમાં દ્રષ્ટા અને દૃશ્યનો અનુભવ સાથે ઉત્પન્ન થાય છે. પરંતુ કેટલાક લોકો વસ્તુગત-સત્તાના જ્ઞાનને એવા વળગે છે કે ઉપરના કથનથી સંતુષ્ટ થતા નથી. તેઓ દલીલ કરે છે કે અકસ્માત સૃષ્ટિ કેવી રીતે સંભવે ? કાર્ય પહેલાં કારણ હોવું જ જોઈએ. પોતાની આસપાસ જે જગતને તેઓ જુએ છે, તેની સમજૂતી મેળવવા માગે છે. તેથી શાસ્ત્ર એમના કુતૂહલને શાન્ત કરવા એવા સિદ્ધાન્તોનું નિરૂપણ કરે છે. આ વિષયને આ રીતે સમજાવવાની રીતને ક્રમિક સર્જનનો સિદ્ધાન્ત કહે છે. પરંતુ સાચા અધ્યાત્મમાર્ગની અભીપ્સાવાળો સાધક દૃષ્ટિ-સૃષ્ટિવાદ કે ક્ષણિક સર્જનના સિદ્ધાન્તથી સંતુષ્ટ થઈ જાય છે. T. 651

### મનુષ્યનું સ્વરૂપ

આપણે હવે સિદ્ધાન્તના સારતત્વ - મનુષ્યના અસલ સ્વરૂપ પર આવીએ છીએ. કેમ કે માણસ જગત અને તેના સર્જનહાર ઈશ્વરના સત્ય હોવા વિષે ગમે તે વિચારતો હોય, એ જાણે છે કે એનું પોતાનું અસ્તિત્વ છે, અને તે પોતાના “સ્વ” ને સમજવા, તેને પૂર્ણ કરવા સ્વાધ્યાય કરે છે તેમજ એ માટે ગુરુનું માર્ગદર્શન મેળવવા માગે છે.

એ વ્યક્તિ જે તેના અસ્તિત્વને ભૌતિક શરીરના જીવન સાથે “આ હું છું” એમ તાદાત્મ્યથી ગ્રહણ કરે છે, એ અહંકાર છે. આત્મા શુદ્ધ ચૈતન્ય છે

જેમાં હુંપણાનો ખ્યાલ નથી. ભૌતિક શરીર સ્વયં જડ છે, તેને પણ હુંપણાનો ખ્યાલ હોય શકે નહીં. એ બેની વચ્ચે, એટલે કે આત્મા-શુદ્ધ ચૈતન્ય અને જડ ભૌતિક શરીર વચ્ચે, રહસ્યમય રીતે હુંપણાનો ખ્યાલ, મિશ્રજાતિનો - સંકર, જે બેમાંનો એકેય નથી, ઉત્પન્ન થાય છે. અને એ એક વ્યક્તિ તરીકે વૃદ્ધિ પામે છે. જીવનમાં જે કાંઈ અનિષ્ટ અને નિરર્થક છે, તેનું મૂળ આ વ્યક્તિત્વ છે. તેથી હરકોઈ ઉપાય વડે તેનો નાશ કરવો જરૂરી છે. ત્યાર પછી જે નિત્ય વસ્તુ છે, એ સ્વયં પ્રકાશિત થાય છે. આને મુક્તિ, પ્રબોધ કે આત્મસાક્ષાત્કાર કહે છે. S. I. Chap, IV. 12

સા. ભગવાન ઘણીવાર કહે છે : “જગત તમારી બહાર નથી”, “બધું તમારા પર આધારિત છે”, “તમારી બહાર શું છે ?” આવાં વિધાનો મને સમજાતાં નથી અને ગૂંચવણમાં મૂકે છે. મારા જન્મ પહેલાં જગત હતું. મારા મરણ પછી એ રહેશે. ઘણા બધા મારી જેમ એક વખતે જીવતા હતા, તેમના મરણ પછી પણ આજે જગત હયાત છે.

ભ. મેં એવું કદી પણ કહ્યું છે ખરું કે જગત તમારા કારણે અસ્તિત્વ ધરાવે છે ? મેં ફક્ત એમ પૂછ્યું કે તમારા આત્માથી અલગ, સ્વતંત્ર હોય એવું શું અસ્તિત્વ ધરાવે છે ? તમારે સમજવું જોઈએ કે આત્માનો અર્થ સ્થૂળ શરીર કે સૂક્ષ્મ શરીર નથી. તમને એમ કહેવામાં આવે છે કે જો તમે આત્માને જાણો જેમાં બધા વિચારો - તમારા પોતાના વ્યક્તિત્વનો વિચાર, તમારા જેવા બીજા વ્યક્તિત્વનો વિચાર, અને જગતનો વિચાર - હયાતી ધરાવે છે, તો તમને સમજાશે કે એક પરમ સત્તા કે સત્ય સમગ્ર વિશ્વનો આત્મા છે. ત્યારે તમે જોઈ શકશો કે સૌ જીવોનો એક આત્મા છે. એ એક માત્ર સત્ય, સર્વોપરી, સનાતન આત્મા છે, જે અહંકારયુક્ત અનિત્ય જીવોથી ભિન્ન છે. દેહવિચારરૂપ અહંકાર કે જીવને તમારે આત્મા માનવાની ભૂલ ન કરવી જોઈએ.

સા. તો ભગવાનના કથન પ્રમાણે આત્મા ઈશ્વર છે ?

આવા પ્રશ્નના જવાબમાં ભગવાન પોતાની હંમેશની રીત પ્રમાણે ચર્ચાને સિદ્ધાન્તથી અભ્યાસ તરફ વાળતા, સિદ્ધાન્ત અભ્યાસમાં કઈ રીતે ઉપયોગી થાય તે દર્શાવતા.

ભ. હવે તમે મુશ્કેલી જોઈ શકશો. “હું કોણ છું” એની શોધ “હું શિવ છું” કે “હું

તે છું” એવા ધ્યાનથી જુદી પદ્ધતિ છે. હું “સ્વ” ના જ્ઞાનને આગ્રહપૂર્વક પસંદ કરું છું, કેમ કે તમે જગત કે એના માલિકને જાણો એ પહેલાં તમારે તમારા “સ્વ” ને જાણવો જોઈએ કેમ કે એની સાથે તમે સૌ પહેલાં અને ગાઢ રીતે સંકળાયેલા છો. “હું બ્રહ્મ છું” કે “હું તે છું” એવું ધ્યાન ઓછે વત્તે અંશે માનસિક છે. પરંતુ આત્માનુસંધાન, જેની હું વાત કરું છું, એ એક સીધી અને વધુ સારી પદ્ધતિ છે. કારણ કે જે ક્ષણે તમે આત્માની તપાસમાં જોડાઓ છો અને ધીમે ધીમે વધુ ઊંડાણમાં જવાનો આરંભ કરો છો ત્યારે તમારો સાચો આત્મા તમારું સ્વાગત કરવાની રાહ જોતો હોય છે અને પછી જે કરવાનું છે એ કોઈ અન્ય દ્વારા થાય છે જેમાં વ્યક્તિ કે જીવ તરીકે તમારો હાથ હોતો નથી. આ પદ્ધતિમાં બધા સંશયો અને વિવાદો આપમેળે છૂટી જાય છે. જેમ સૂતેલો માણસ એ સમય પૂરતું પોતાની બધી ચિંતાઓ ભૂલી જાય છે.

આગળનો પ્રશ્ન દર્શાવે છે કે જે લોકો ભગવાનના જવાબથી સંતુષ્ટ ન થયા હોય તેઓને વધુ પ્રશ્નો પૂછવા કે દલીલ કરવાની છૂટ હતી.

- સા. એની શું ખાત્રી કે મારું સ્વાગત કરવા ત્યાં કોઈ રાહ જુએ છે.  
 ભ. જ્યારે સાધક પૂરતા પ્રમાણમાં પરિપક્વ થાય ત્યારે એને સ્વાભાવિક રીતે ખાત્રી થાય છે.  
 સા. આવી પરિપક્વતા કેવી રીતે મેળવાય ?  
 ભ. વિવિધ માર્ગો મુકરર કરવામાં આવ્યા છે. પૂર્વ તૈયારી ગમે તેવી હોય, પણ સાચા હૃદયથી શરૂ કરવામાં આવેલું આત્માનુસંધાન એમાં ત્વરિત ગતિ લાવે છે.  
 સા. આ તો ચક્રાકાર દલીલ થઈ. જો હું પક્વ હોઉં તો આત્માનુસંધાન માટે યોગ્ય છું, અને આત્માનુસંધાન મને પક્વ બનાવે છે.

આ વાંધો એક કે બીજા રૂપમાં વારંવાર ઊઠાવવામાં આવતો. એનો જવાબ ફરીથી સિદ્ધાન્ત કરતાં અભ્યાસની પ્રાથમિકતા પર ભાર મૂકે છે.

- ભ. માનવ મનની આ સ્વાભાવિક મુશ્કેલી છે. તે એક સુનિશ્ચિત સિદ્ધાન્ત પોતાના સંતોષ માટે ઇચ્છે છે. પણ ખરેખર જે મનુષ્ય ગંભીરપણે ઈશ્વર કે પોતાના સાચા આત્માને ઓળખવા - મેળવવા માગે છે એને માટે કોઈ સિદ્ધાન્ત કે તેની જાણકારીની આવશ્યકતા નથી. S.D.B.8, 9.

દરેક મનુષ્ય આત્મા છે. અને સાચે જ અનંત છે. છતાં તે પોતાના શરીરને આત્મા માની લેવાની ભૂલ કરે છે. કોઈપણ વસ્તુને જાણવા માટે જ્ઞાનના અજવાળાની જરૂર છે. અજવાળવું એ ફક્ત જ્ઞાનપ્રકાશનો ધર્મ છે જે ભૌતિક પ્રકાશ અને ભૌતિક અંધકારને પ્રગટ કરે છે. તેથી તે દેખીતા પ્રકાશ અને અંધકારથી પર છે. પરંતુ એ પોતે પ્રકાશ કે અંધકાર નથી. તેને એટલા માટે પ્રકાશ કહેવામાં આવે છે કે એ બંનેને પ્રગટ કરે છે. ચૈતન્ય છે અને અનંત છે. ચૈતન્ય આત્મા છે, જેના વિષે દરેક મનુષ્ય સભાન છે. કોઈ પણ ક્યારે પણ આત્માથી વેગળો હોઈ શકે નહીં અને તેથી બધાને આત્મસાક્ષાત્કાર થયેલો જ છે. છતાં લોકો આ સત્ય જાણતા નથી એ સૌથી મોટું રહસ્ય છે અને તેઓ આત્મસાક્ષાત્કાર કરવા માગે છે. “મને સાક્ષાત્કાર થયો નથી.” એ ખોટા વિચારને છોડવો એ સાક્ષાત્કાર છે. એ કાંઈ નવેસરથી મેળવવાની વસ્તુ નથી. એનું અસ્તિત્વ હંમેશા હોવું જ જોઈએ, નહીં તો એ અનિત્ય બને. અને જે નિત્ય છે તેને માટે જ પ્રયત્ન કરવો ઉચિત છે.

એકવાર આ ખોટો વિચાર કે “હું શરીર છું” અથવા “મને સાક્ષાત્કાર થયો નથી” દૂર થાય, તો પછી પરમ શુદ્ધ ચૈત્યન્ય કે આત્મા જ બાકી રહે છે. લોકોની સામાન્ય ધારણા મુજબ તેઓ આને સાક્ષાત્કાર કહે છે. પરંતુ સત્ય એ છે કે સાક્ષાત્કાર નિત્ય હોવાથી પહેલેથી જ હાજર છે, તેથી આ સ્થળે અને પળે પણ હાજર છે. T. 482

ચૈતન્ય શુદ્ધ જ્ઞાન છે. તેમાંથી વિચારોના સમૂહરૂપ મનનો ઉદય થાય છે. મનનું તાત્વિક સ્વરૂપ કેવળ ચૈતન્ય કે સભાનતા છે. જ્યારે એ અહંકારના ઓથાર નીચે આવે છે ત્યારે તર્ક, વિચાર અને જોવાનું કામ કરે છે. વૈશ્વિક મન જે અહંકારથી મર્યાદિત નથી, એ એનાથી બહાર, એનાથી અલગ એવું કશું ન હોવાથી ફક્ત સભાન છે. બાઈબલ, એક્ઝોડસ-૩. ૧૪ આજ સત્ય પ્રગટ કરતાં કહે છે “આઈ - એમ - ઘેટ - આઈ - એમ” હું - છું - તે - હું છું. T. 589

અહંકારગ્રસ્ત મનની શક્તિ ક્ષીણ થયેલી હોવાથી એ ખૂબ નબળું છે, અને તેથી ત્રાસદાયક વિચારોને ખાળી શકતું નથી. અહંકારમુક્ત મન આનંદમય છે, જેનો અનુભવ આપણને સૌને ગાઢ સ્વપ્ન વિનાની નિંદ્રામાં થાય છે. આથી સ્પષ્ટ થાય છે કે સુખ અને દુઃખ મનનાં પાસાં છે. T. 188



- સા. જ્યારે હું “હું” ને શોધું છું તો મને કંઈ જ જણાતું નથી.
- ભ. કારણ કે તમે આદતને કારણે તમારા આત્માને શરીર સાથે અને દૃષ્ટિને આંખ સાથે એકરૂપ ગણો છો. ત્યાં શું જોવાનું છે ? કોના વડે ? કેવી રીતે ? ત્યાં કેવળ એક ચૈતન્ય છે. એનું જ્યારે શરીર સાથે તાદાત્મ્ય થાય છે ત્યારે આંખો વડે પોતાને બહાર ફેલાવે છે અને આજુબાજુમાં રહેલા પદાર્થોને જુએ છે. માણસ જાગ્રત અવસ્થામાં મર્યાદિત હોઈ પોતાનાથી જુદું કશું જોવા માગે છે, અને ઈન્દ્રિયોને પ્રમાણભૂત સ્વીકારે છે. એ એમ સ્વીકારવા તૈયાર નહીં થાય કે જોનાર, દેખાતા પદાર્થો અને જોવાની ક્રિયા એ બધાં “હું-હું” એ એક ચૈતન્યની અભિવ્યક્તિ છે. આત્મા કોઈ જોવાની વસ્તુ છે એ ભ્રમને ધ્યાન દૂર કરે છે. ખરેખર ત્યાં કંઈ જોવાનું નથી. અત્યારે તમે તમને પોતાને કેવી રીતે ઓળખો છો ? એ માટે તમારે તમારી સમક્ષ દર્પણ રાખવાની જરૂર પડે છે ? ચેતના કે સભાનતા “હું” એજ આત્મા છે. આ સત્ય છે, એને ઓળખો.
- સા. હું જ્યારે વિચારોના મૂળની શોધ કરું છું તો મને “હું” નું દર્શન થાય છે. પણ એનાથી સંતોષ થતો નથી.
- ભ. બિલકુલ બરાબર. કારણ કે પ્રત્યક્ષ થતું એ “હું” આકાર સાથે કદાચ ભૌતિક દેહ સાથે જોડાયેલું છે. શુદ્ધ આત્મા સાથે કંઈ જોડાયેલું ન હોવું જોઈએ. આત્મા શુદ્ધ સત્ય છે. જેના પ્રકાશમાં, શરીર, અહંકાર અને બીજું બધું પ્રકાશિત થાય છે. જ્યારે બધા વિચારો શાન્ત થાય ત્યારે શુદ્ધ ચૈતન્ય બાકી રહે છે. T. 196
- સા. અહંકાર કેવી રીતે ઉત્પન્ન થયો ?
- આ પ્રશ્ન અંતહીન ચર્ચાને જન્મ આપે એવો છે. પરંતુ ભગવાન અદ્વૈતના સત્યને ચુસ્તપણે વળગી રહી, તેનું અસ્તિત્વ નકારે છે.
- ભ. અહંકાર છે જ નહીં. જો તેનું અસ્તિત્વ હોય તો તમારે તમારી અંદર બે “હું” છે એમ સ્વીકારવું પડે. તેથી અજ્ઞાન પણ નથી. જો તમે આત્માની શોધ કરશો, તો જેનું ક્યારે પણ અસ્તિત્વ નથી એવું અજ્ઞાન હયાત નથી એમ તમે જાણશો અને તમે કહેશો કે એ અદૃશ્ય થઈ ગયું. T. 363.
- ક્યારેક સાંભળનારને એમ લાગતું કે વિચારોનો અભાવ ફક્ત શૂન્યસ્થિતિ હોઈ શકે. તેથી તેની સામે ભગવાન સૌને સાવચેત કરતા.
- ભ. વિચારોના અભાવનો અર્થ શૂન્ય નથી. એ શૂન્યને જોનાર કોઈ હોવો જ જોઈએ.

જ્ઞાન અને અજ્ઞાન મનમાં છે અને દ્વૈતમાં રહે છે. પરંતુ આત્મા એ બંનેથી પર છે. એ શુદ્ધ પ્રકાશરૂપ છે એને જોવા કે જાણવા બીજાની જરૂર નથી. બે આત્માઓ નથી. જે આત્મા નથી એ ફક્ત અનાત્મા છે, અને અનાત્મા આત્માને જોઈ શકે નહીં. આત્માને આંખ કે કાન નથી એ ઈન્દ્રિયોથી પર, કેવળ એક શુદ્ધ ચૈતન્યરૂપ છે. T. 245

- ભગવાન ઘણીવાર સ્વપ્નરહિત ગાઢ નિદ્રામાં મનુષ્યનું અસ્તિત્વ હોય છે, અને એ એના અહંકાર તેમજ દેહભાન વિનાના અસ્તિત્વનો પુરાવો છે, એમ કહેતા.
- સા. હું જાણતો નથી કે આત્મા અહંકારથી જુદો છે.
- ભ. ગાઢ નિદ્રામાં તમે કઈ સ્થિતિમાં હતા ?
- સા. હું જાણતો નથી.
- ભ. કોણ જાણતું નથી ? જાગ્રતનો આત્મા ? પણ ગાઢ નિદ્રા દરમ્યાન તમે હતા એ વાતને તમે નકારતા નથી.
- સા. હું હતો અને હું છું. પણ હું જાણતો નથી કે ગાઢ નિદ્રામાં કોણ હતું.
- ભ. બિલકુલ બરાબર છે. જાગેલો મનુષ્ય કહે છે કે ગાઢ નિદ્રા દરમ્યાન એ કાંઈ જાણતો ન હતો. હવે એ વસ્તુ જુએ છે અને પોતે પણ છે, એમ જાણે છે. પરંતુ ગાઢ નિદ્રામાં વસ્તુ ન હતી અને તેમને જોનાર પણ ન હતો. તે છતાં જે માણસ હાલમાં બોલી રહ્યો છે, તે ગાઢ નિદ્રામાં પણ હતો. આ બે અવસ્થાઓમાં શો તફાવત છે ? અત્યારે વસ્તુ છે અને ઈન્દ્રિયોની ક્રિયા છે. એ બધું ગાઢ નિદ્રામાં ન હતું. એક નવો વ્યક્તિ અહંકાર, ઉત્પન્ન થયો છે, જે ઈન્દ્રિયોના માધ્યમથી કામ કરે છે, વસ્તુઓ જુએ છે, અને પોતાને શરીર સાથે એકરૂપ માની ગૂંચવણમાં પડે છે. એ પોતે જ આત્મા હોવાનો દાવો કરે છે. સત્ય એ છે કે જે ગાઢ નિદ્રામાં હતો એ જ હમણાં પણ છે. આત્મા અપરિવર્તનશીલ છે. પણ અહંકાર વચ્ચે આવી ગયો છે. જે આવે અને જાય એ અહંકાર છે, જે સદા અપરિણામી છે એ આત્મા છે. T. 143

- આવા દાખલાઓથી કેટલીકવાર એવી ગેરસમજણ ઉત્પન્ન થતી કે સાક્ષાત્કારની અવસ્થા કે આત્મનિષ્ઠાની સ્થિતિ જેનો ભગવાન ઉપદેશ કરે છે એ ગાઢ નિદ્રા જેવી અજ્ઞાનાવસ્થા છે. તેની સામે પણ તેઓ સાધકોને સાવચેત કરતા.
- ભ. જાગ્રત, સ્વપ્ન અને સુષુપ્તિ એ માત્ર મનની અવસ્થાઓ છે. આત્માની નહીં.

આત્મા આ ત્રણે અવસ્થાઓનો સાક્ષી માત્ર છે. તમારા સાચા સ્વરૂપનું અસ્તિત્વ સુષુપ્તિમાં હોય છે.

સા. પણ ધ્યાન દરમ્યાન ઊંઘી ન જવા એમ કહેવામાં આવે છે.

ભ. એ મૂઢતા છે, જેનાથી અવશ્ય બચવું જોઈએ. જે જાગ્રત સાથે સંકળાયેલી છે એ નિદ્રા સાચી નથી. અને જાગ્રત જે નિદ્રા સાથે સંકળાયેલી છે એ સાચી જાગૃતિ નથી. હાલમાં તમે જાગો છો ? ના. તમારે તમારી સાચી અવસ્થા વિષે જાગવું જોઈએ. તમારે ખોટી ઊંઘ કે ખોટી જાગૃતિમાં ન પડવું જોઈએ. T. 495

ગાઢ નિદ્રાની અવસ્થામાં પણ હાજર હોવા છતાં આત્મા ત્યારે જણાતો નથી. એને એ અવસ્થામાં સીધો જ જાણી શકાય નહીં. સૌ પહેલાં તેનો અનુભવ જાગ્રતમાં થવો જોઈએ. કેમ કે એ આપણો સાચો સ્વભાવ છે, જે ત્રણે અવસ્થાઓમાં એમના આધાર તરીકે સતત મોજુદ હોય છે. પ્રયત્ન જાગ્રત અવસ્થામાં જ કરવો જોઈએ અને અહીં તેમજ હમણાં આત્માનો અનુભવ થવો જોઈએ. પછી સમજાશે કે એ નિરંતર રહેનારો આત્મા છે જે જાગ્રત, સ્વપ્ન અને સુષુપ્તિના આવવા જવાથી પ્રભાવિત થતો નથી. T. 307

હકીકતમાં, આત્મનિષ્ઠ પુરુષની સાચી અવસ્થાનું એકમાત્ર નામ તુરીય-ચોથી-અવસ્થા છે, જે ત્રણે અવસ્થાઓથી પર અને નિરંતર રહે છે. એની તુલના ગાઢ નિદ્રા સાથે કરવામાં આવે છે, કારણ કે એ એની જેમ નિરાકાર અને અદ્વૈત અવસ્થા છે. પરંતુ ઉપરનું ઉદ્ધરણ દર્શાવે છે તેમ એ તેનાથી તદ્દન જુદી છે. તુરીય અવસ્થામાં અહંકાર ચૈતન્યમાં લય પામે છે, જ્યારે નિદ્રામાં એ અચેતનમાં લીન થાય છે.

## મૃત્યુ અને પુનર્જન્મ

મૃત્યુ અને પુનર્જન્મના પ્રશ્નમાં ભગવાન સાધકની સમજણ મુજબ સિદ્ધાન્તને તેને અનુરૂપ બનાવવો પડે છે, એ વાત જેટલી સ્પષ્ટતાથી દર્શાવતા એટલી બીજે કશું નહીં. જે સાધકો શુદ્ધ અદ્વૈત સિદ્ધાન્ત સમજી શકે એવા હતા, એમને તેઓ સમજાવતા કે આ પ્રશ્ન ઊભો થતો જ નથી, કેમ કે જો હમણાં અહંકારનું વાસ્તવિક અસ્તિત્વ ન હોય તો મૃત્યુ પછી હોવાનો પ્રશ્ન જ ઉપસ્થિત થતો નથી.

સા. મનુષ્યે આ જન્મે કરેલાં કર્મ તેને ભવિષ્યના જન્મોમાં અસર કરે છે ?

- ભ. હાલમાં તમે જન્મે છો ખરા ? શા માટે તમે ભવિષ્યના જન્મોનો વિચાર કરો છો ? સત્ય એ છે કે જન્મ કે મૃત્યુ છે જ નહીં. જે જન્મ્યો હોય એને મૃત્યુ વિષે અને મૃત્યુથી બચવા વિષે વિચારવા દો. T. 17
- સા. હિન્દુઓનો પુનર્જન્મ સિદ્ધાન્ત સાચો છે ?
- ભ. કોઈ નિશ્ચિત જવાબ આપી શકાય નહીં. ભગવદ્ગીતામાં વર્તમાન જન્મને પણ નકારવામાં આવ્યો છે.
- સા. આપણું વ્યક્તિત્વ અનાદિ નથી ?
- ભ. પહેલાં એનું અસ્તિત્વ છે કે નહીં એનો નિર્ણય કરો. એનું સમાધાન મેળવ્યા પછી પ્રશ્ન પૂછો. નામલ્વાર કહે છે : “અજ્ઞાનમાં મેં અહંકારને આત્મા માન્યો, પણ જ્ઞાન થતાં જાણ્યું કે અહંકાર છે જ નહીં, અને આત્મા તરીકે તમે એક જ શેષ રહ્યા.” દ્વૈતવાદી અને અદ્વૈતવાદી બંને આત્મજ્ઞાનની આવશ્યકતા વિષે સહમત છે. એને પહેલાં મેળવો, પછી બીજા પ્રશ્નો પૂછો. અદ્વૈત કે દ્વૈતનો નિર્ણય બૌદ્ધિક ધરાતલ પર થવો શક્ય નથી. આત્માને જાણશો તો એ પ્રશ્ન નહીં ઊદ્ભવે. T. 491
- જે જન્મે છે તે અવશ્ય મરે છે. જે મેળવાય છે તે ખોવાય છે. પણ તમે જન્મ્યા હતા ખરા? તમે હંમેશાં રહેનારા છો, આત્મા કદી ખોવાઈ શકે નહીં. T. 29
- ભગવાન દેહતાપૂર્વક આવા પ્રશ્નોમાં ગૂંચવાઈ જવાની વાતને હંમેશ નિરુત્સાહ કરતા. કેમ કે એનાથી અહીં અને હમણાં જ આત્માને જાણવાના સાચા કર્તવ્યથી સાધક વિમુખ બને છે.
- સા. કહેવાય છે કે મૃત્યુ પછી આપણને આપણાં સારાં કે નઠારાં કર્મોના ફળને ભોગવવા વિષે પસંદગીની તક આપવામાં આવે છે. એ વાત સાચી છે ?
- ભ. મૃત્યુ પછી શું થાય છે એવા પ્રશ્નો શા માટે પૂછો છો ? શું હું જન્મ્યો હતો ? શું હું મારા ભૂતકાળનાં કર્મોનાં ફળ ભોગવું છું ? વગેરે પ્રશ્નો શા માટે પૂછો છો ? થોડા સમય પછી તમે ઊંઘી જશો ત્યારે આવા પ્રશ્નો નહીં પૂછો. કેમ? હાલમાં તમે જે છો, એ ઊંઘમાં તમે જે હોવ છો એનાથી જુદા છો ? ના, તમે જુદા નથી. શોધી કાઢો કે શા કારણે ઊંઘમાં તમને આવા પ્રશ્નો ઉપસ્થિત થતા નથી. T. 242
- આત્માના અદ્વૈતના સિદ્ધાન્તને સમજીને વળગી રહેવામાં અસમર્થ હોય એવા સાધકોના નિમ્ન કક્ષાના સાપેક્ષ દષ્ટિબિંદુને પણ ભગવાન પ્રસંગવશાત્ માન્ય રાખતા.

સા.. શ્રીકૃષ્ણ ભગવદ્ગીતાના બીજા અધ્યાયમાં કહે છે કે કોઈ પણ જન્મ્યું નથી. પછી ચોથા અધ્યાયમાં કહે છે કે તારા અને મારા ઘણા જન્મો વીતી ગયા, તેમને હું જાણું છું, તું નથી જાણતો. આ બેમાંથી કયું વિધાન સાચું ?

ભ. સાંભળનારની સમજણ પ્રમાણે ઉપદેશમાં ફેરફાર થતો હોય છે. T. 436

જ્યારે અર્જુને કહ્યું કે રાજ્યલોભથી હું મારા સગાંસંબંધીઓને નહીં મારું તો શ્રીકૃષ્ણે તેને સમજાવ્યું કે હું તું અને આ બધા રાજાઓ પહેલાં ન હતા એવું નથી. હવે પછી આપણે બધા નહીં હોઈએ એવું પણ નથી. વળી, આ આત્મા જન્મતો કે મરતો નથી. ભૂતકાળમાં જન્મ્યો હતો કે ભવિષ્યમાં જન્મશે એવું પણ નથી. વિષયને આગળ ચલાવતાં એમણે કહ્યું કે, આ યોગનું જ્ઞાન એમણે સૂર્યને આપ્યું હતું. અને સૂર્યે મનુને આપ્યું હતું. મનુએ ઈક્ષ્વાકુને આપ્યું હતું. ત્યારે અર્જુને પૂછ્યું કે તમે થોડા વર્ષો પહેલાં જન્મ્યા હતા અને સૂર્ય, ઈક્ષ્વાકુ વગેરે તો યુગો પહેલાં થઈ ગયા, તેથી આવું કેવી રીતે બની શકે ? ત્યારે શ્રીકૃષ્ણે અર્જુનના દષ્ટિકોણ અનુસાર કહ્યું કે હા, તારા અને મારા ઘણા જન્મો થઈ ગયા. એ બધાને હું જાણું છું. તું જાણતો નથી. આવાં વિધાનો વિરોધાભાસી જણાય છે, પણ એ સાંભળનારના દષ્ટિકોણ પ્રમાણે સાચાં છે. જિસસ ક્રાઈસ્ટે પણ કહ્યું હતું કે અબ્રાહમ હતો એ પહેલાં “હું છું.” T. 145

સ્વપ્નમાં ઘણા નવા અનુભવો થયા પછી તમે જાગી જાઓ છો. એમ મૃત્યુ પછી બીજા શરીરની પ્રાપ્તિ થાય છે. T. 144

નદીઓ પોતાનું નામરૂપ છોડીને સમુદ્રમાં ભળી જાય છે. તે છતાં એ પાણી પાછું વરાળ થઈને વરસાદ રૂપે પર્વતો પર વરસીને, નદી રૂપ થઈને ફરીથી સમુદ્રમાં ભળે છે. એ રીતે મનુષ્યો પોતાનું વ્યક્તિત્વ નિદ્રામાં વિલીન કરી દે છે, છતાં પોતાની સહજ વાસનાઓને કારણે પાછા આવે છે. આવું મૃત્યુમાં પણ બને છે. સત્તાનો નાશ થતો નથી.

સા. એવું કેવી રીતે બને ?

ભ. ડાળો કાપી નાખ્યા પછી પણ ઝાડ ફરીથી ફૂટે છે એ નિહાળો. જ્યાં સુધી જીવનસ્ત્રોત નષ્ટ ન થાય ત્યાં સુધી ઝાડ ફરીને ઊગશે. એ રીતે સૂક્ષ્મ સંસ્કારો મૃત્યુ વખતે હૃદયમાં ખેંચાઈને એકઠા થાય છે, નષ્ટ થતા નથી. આ કારણે જીવો ફરીથી જન્મે છે. T. 108

પરંતુ નિરપેક્ષ સત્યના દૃષ્ટિબિંદુથી ભગવાન કહેતા કે હકીકતમાં બીજ પણ નથી, વૃક્ષ પણ નથી. કેવળ એક સત્ છે.

પ્રસંગ પ્રમાણે ભગવાન, અપવાદરૂપે, પુનર્જન્મની વાત વિગતવાર સમજાવતા. પણ આખરે એમ કહેતા કે ખરેખર તો એક આત્મા જ છે અને એ અવિકારી અને અજન્મા છે.

સા. મૃત્યુ અને પુનર્જન્મ વચ્ચે સમયગાળો કેટલો ?

ભ. લાંબો કે ટૂંકો હોઈ શકે. પરંતુ જ્ઞાની પુરુષ આવો કોઈ ફેરફાર અનુભવતો નથી. બૃહદદારણ્યક ઉપનિષદ કહે છે કે એ અનંત સત્તામાં વિલીન થાય છે. કેટલાક કહે છે કે જે લોકો મૃત્યુ પછી અર્ચિરાદિમાર્ગે પ્રયાણ કરે છે એ ફરી જન્મતા નથી, અને જેઓ ધૂમાદિમાર્ગે જાય છે, એ સૂક્ષ્મ શરીરથી કર્મોનું ફળ ભોગવી ફરીથી જન્મે છે. જો માણસનાં પાપ અને પુણ્ય સરખાં હોય તો એ તરત પૃથ્વી પર જન્મે છે. જો પુણ્ય વધારે હોય તો તેનું સૂક્ષ્મ શરીર પહેલાં સ્વર્ગમાં જાય છે, અને પાપ વધારે હોય તો પહેલાં નરકમાં જાય છે. બંને દાખલાઓમાં પાછળથી પૃથ્વી પર જન્મે છે. આ બધું શાસ્ત્રમાં કહ્યું છે, પણ સાચી વાત એ છે કે જન્મ કે મૃત્યુ છે જ નહીં. મનુષ્ય ખરેખર જે છે તે જ રહે છે. T. 553

આ મુદ્દાને તેઓ ઈશ્વરની કૃપાના સંદર્ભમાં પણ સમજાવતા.

ભ. ઈશ્વર દયાને કારણે લોકોને આ જ્ઞાનથી વંચિત રાખે છે. જો તેમને ખબર પડે કે તેઓ પૂર્વજન્મમાં સદ્ગુણી હતા તો ગર્વિષ્ઠ બને અને એથી વિપરીત હોય તો ખિન્ન બને. આ બંને વાતો ખરાબ છે. આત્માને જાણવો એટલું જ પૂરતું છે. T. 553

મનુષ્યની પક્વતા કે આત્મજ્ઞાન માટેની પાત્રતા એના પૂર્વજન્મમાં કરેલી સાધનાનું પરિણામ છે, એમ પણ ભગવાન કોઈવાર જણાવતા.

ભ. કોઈ જિજ્ઞાસુ સાધક કે મુમુક્ષુ જેણે પહેલાના કોઈ જન્મમાં સાધના કરીને પાત્રતા કેળવી હોય તો તેને સત્યનો ઉપદેશ ફક્ત એકવાર કરવામાં આવે તો સાક્ષાત્કાર કરીને સ્થિત થાય છે. એવી યોગ્યતા ન મેળવી હોય, એણે સમાધિ કે આત્માનુભવ થતાં પહેલાં વિવિધ તબક્કાઓ માંથી પસાર થવું પડે છે. T. 21

આનો અર્થ એવો થાય કે આત્માનુભવની લાંબી યાત્રામાં એક જીવનકાળ એક દિવસની મુસાફરી ગણાય. દિવસે ધ્યેયથી કેટલે દૂર રહી માણસ યાત્રા આરંભે છે, એનો આધાર પહેલાંના દિવસો દરમ્યાન કરેલા કે ન કરેલા પ્રયત્ન પર છે, આજે એ કેટલી પ્રગતિ કરશે એનો આધાર એના પ્રયત્નની તીવ્રતા પર છે.

- સા. માણસના મૃત્યુ પછી એની બુદ્ધિ રહે છે ?
- ભ. મૃત્યુની વાત શા માટે ? તમારી ગાઢ નિદ્રામાં શું બને છે એ વિચારો. તમારો એ વખતનો અનુભવ કેવો છે ?
- સા. પરંતુ નિદ્રા બે જાગ્રત વચ્ચેનો ગાળો છે. એજ રીતે મૃત્યુ પછી અશરીર બને છે, ત્યારે બુદ્ધિ એની સાથે હોય છે ખરી ?
- ભ. આત્મા અશરીર થતો નથી. ફક્ત શરીર બદલાય છે, સ્થૂળ શરીર ન હોય ત્યારે સૂક્ષ્મ શરીર હોય છે. જેમ ઊંઘ, સ્વપ્ન, દિવાસ્વપ્ન દરમ્યાન બને છે. T. 206
- જુદા જુદા ધર્મોના સિદ્ધાન્તોના નિરૂપણમાં અને ભાષામાં જણાતા ભેદો સાચા છે એવું ભગવાન કદી પણ સ્વીકારતા નહીં. જે સત્ય તરફ એ બધા સંકેત કરે છે, એ એક અને અપરિવર્તનશીલ છે.
- સા. બુદ્ધધર્મમાં અનેક જન્મોમાં રહેતા જીવનો સ્વીકાર કરવામાં આવ્યો નથી. હિન્દુધર્મમાં પુનર્જન્મ પામતો જીવ સ્વીકારાયો છે, એવો જીવ ખરેખર અસ્તિત્વ ધરાવે છે કે પછી એ વલણો અને વિચારોનો સમૂહ માત્ર છે ?
- ભ. સાચો આત્મા નિરંતર રહે છે અને કશાથી પ્રભાવિત થતો નથી. જેનો પુનર્જન્મ થાય છે એ અહંકાર નીચેના વૈચારિક સ્તરની ઘટના છે. આત્મ-સાક્ષાત્કારથી માણસ એનાથી પર થાય છે. બૌદ્ધો પુનર્જન્મ પામતા અહંકારને નકારે છે, કારણ કે એ સદ્વસ્તુમાંથી કૂટતો બનાવટી ઇશગો છે. માનવ અવસ્થા ચેતનના અચેતન સાથે મિશ્રણનું પરિણામ છે. T. 136
- કેટલીકવાર પ્રિય સ્વજનના મૃત્યુથી થતા શોકને કારણે પ્રશ્ન પૂછવામાં આવતો.
- સા. મૃત્યુ પછી થતી જીવની અવસ્થાનું જ્ઞાન મેળવી શકાય ?
- ભ. એ શક્ય છે. પરંતુ એ માટે પ્રયત્ન શા માટે કરવો જોઈએ ? આવા તથ્યો એમની શોધ કરનાર જેટલાં સાચાં હોય છે.
- સા. માણસનો જન્મ, તેનું જીવન અને મરણ અમારા માટે સાચાં છે ?

- ભ. તમે ભૂલથી તમને પોતાને શરીર માનો છો, અને તેથી વિચારો છો કે બીજો પણ શરીર છે. તમે કે એ શરીર નથી.
- સા. પણ મારી સમજણ પ્રમાણે હું મને પોતાને અને મારા મરી ગયેલા પુત્રને સાચાં માનું છું.
- ભ. અહમ્ વિચારનો જન્મ વ્યક્તિનો જન્મ અને તેનું મૃત્યુ એનું મૃત્યુ છે. અહમ્ વિચાર ઉત્પન્ન થયા પછી, શરીર સાથે ખોટું તાદાત્મ્ય થાય છે. તમને પોતાને શરીર સાથે એકરૂપ માનવાના પરિણામે તમે ભૂલથી બીજાને પણ શરીર સાથે એકરૂપ ગણો છો. તમારું શરીર જન્મ્યું હતું, વધે છે અને મરશે, તેથી તમે વિચારો છો કે બીજા પણ જન્મ્યા, મોટા થયા અને મરણ પામ્યા. પુત્રના જન્મ પહેલાં તમે તેનો વિચાર કરતાં હતાં ? તેના જન્મ પછી એનો વિચાર જન્મ્યો, અને હવે એના મૃત્યુ પછી પણ એ વિચાર ચાલુ રહ્યો. તમે જેટલા અંશે એને વિષે વિચારો છો, એટલા અંશે એ તમારો પુત્ર છે. એ ક્યાં ગયો? એના ઉગમસ્થાનમાં, જ્યાંથી બે ઉત્પન્ન થયો હતો. જ્યાં સુધી તમે હયાત છો, ત્યાં સુધી એ પણ હયાત છે. પરંતુ તમે જો તમને પોતાને શરીર માનવાનું બંધ કરો, અને તમારા સાચા આત્માને ઓળખો, તો આ ગૂંચવણ મટી જશે. તમે શાશ્વત છો અને બીજાઓને પણ શાશ્વત જાણશો. જ્યાં સુધી આ સત્ય જાણ્યું નથી ત્યાં સુધી ખોટા મૂલ્યો ને કારણે શોક રહેશે. ખોટાં મૂલ્યો એટલે આત્માનું ભૂલભરેલું તાદાત્મ્ય અને તેથી ઉત્પન્ન થતું ખોટું જ્ઞાન. T. 278
- હવે છેવટે મૃત્યુના મહત્ત્વ વિષે. બધા ધર્મો મરણ વખતની માનસિક સ્થિતિ અને છેલ્લા વિચારને ઘણું મહત્ત્વ આપે છે. પરંતુ ભગવાન સૌને સાવધાન કરતા કે એ માટે સારી એવી પૂર્વ તૈયારી જરૂરી છે. જો એમ ન બને તો મૃત્યુ વખતે અનિષ્ટ વલણો ઉત્પન્ન થશે અને એ એટલા બધા બળવાન હશે કે તેમને ખાળી શખાશે નહીં.
- સા. ભલે હું જીવન દરમ્યાન સત્ય ન પામું. પણ મને મરણ વખતે એનું વિસ્મરણ ન થાય એવું કરો. ઓછામાં ઓછું મૃત્યુની ક્ષણે મને સત્યનો ઝબકારો દેખાય, જેથી મારું ભવિષ્ય સુધરે.
- ભ. ભગવદ્ગીતાના આઠમા અધ્યાયમાં કહ્યું છે કે વ્યક્તિનો મૃત્યુ વખતનો વિચાર તેના આગલા જન્મનો નિર્ણય કરે છે. પરંતુ સત્યનો અનુભવ જીવન દરમ્યાન થાય એ તેના મૃત્યુકાળે સ્મરણ માટે જરૂરી છે. વિચાર કરો : આ ક્ષણ અને અંતિમ ક્ષણમાં શો ભેદ છે ? અને આ રીતે તમારી સાચી અવસ્થામાં રહો.



## હૃદય અને મગજ

શ્રી મહર્ષિનો હૃદય અને મગજ વિષેનો ઉપદેશ આ તબક્કે જાણવો જરૂરી છે. તેઓ કહેતા કે મગજ નહીં પણ હૃદય ચૈતન્યનું સ્થાન છે. પરંતુ આ હૃદય છાતીની ડાબી બાજુ આવેલું અંગ નહીં પણ જમણી બાજુ આવેલું ચેતના કેન્દ્ર છે. અહીં ચૈતન્ય એટલે વિચાર નહીં પણ શુદ્ધ સદસ્તુની સભાનતા સમજવાની છે. એમણે પોતાના અનુભવથી આત્મસત્તાની સભાનતાનું આ કેન્દ્ર છે, એમ જાણ્યું હતું. પછી કેટલાક પ્રાચીન ગ્રંથોમાં પણ એ વાતનું સમર્થન મળ્યું હતું. તેઓ સાધકોને હૃદય કેન્દ્ર પર એકાગ્રતા કરવાનું કહેતા તે આ આધ્યાત્મિક હૃદય છે. ઘણા ભક્તોએ અને ચૈતન્યના સ્ફૂરણનું આ કેન્દ્ર છે એમ સ્વાનુભવથી જાણ્યું હતું. તેઓ હૃદય જ આત્મા છે એમ પણ કહેતા, અને સાધકોને ધ્યાનમાં રાખવાનું કહેતા કે આ હૃદય શરીરમાં નથી, પણ સ્થાનના ખ્યાલથી પર છે.

- સા. આપ શાથી હૃદય છાતીની જમણી બાજુએ છે એમ કહો છો ? જીવવિજ્ઞાનીઓએ એને ડાબી બાજુ રહેલું જોયું છે. આ વિષે આપની પાસે કોઈ પ્રમાણ છે ?
- ભ. કોઈપણ માણસ શરીરનું અંગરૂપ હૃદય ડાબી બાજુએ આવેલું છે એ હકીકત નકારી શકે નહીં. પણ જે હૃદય વિષે હું વાત કરું છું, એ જમણી તરફ આવેલું છે. આ મારો અનુભવ છે અને એ માટે મારે કોઈ પ્રમાણની જરૂર નથી. છતાં એ વાતનું સમર્થન મલયાલી ભાષાના આયુર્વેદના ગ્રંથમાં અને સીતા ઉપનિષદમાં મળે છે. આમ કહીને ભગવાને મલયાલમના એ ગ્રંથનું લખાણ વાંચી સંભળાવ્યું અને ‘સીતા ઉપનિષદ’નું ઉદ્ધરણ બતાવ્યું જે નીચે મુજબ છે :-

उपरि जठरदेशस्यापि वक्षान्तरे च  
वपुषि विविधवर्णं षट्क मस्त्यंगकानाम् ॥  
कुवलयकलिकाभं दक्षिणांशे निविष्टम्  
भवति हृदयमन्तर्मध्यतो द्वयंगुलान्ते ॥  
भवति वदनमस्यत्वावृतं तत्र मध्ये  
वियति निबिडमास्तेऽज्ञानरूपं तमिस्त्रम् ॥  
इह हि सकलनाडीसंधयो वासनाश्च  
भवति सदनमेतत्प्राणचेतोद्युतीनाम् ॥

કેટલીકવાર તેઓ આ પ્રશ્નના ઉત્તરમાં બાયબલના એકલેશિયાસ્ટ

૧૦.૨ માં આવેલા લખાણનો ઉલ્લેખ કરતા: “જ્ઞાની પુરુષનું હૃદય જમણી તરફ અને મૂર્ખનું હૃદય ડાબી તરફ આવેલું છે.”

સા. ધ્યાન માટે આપ હૃદય ઉપર એકાગ્રતા કરવાનું કેમ કહો છો ?

ભ. કારણ કે તમે ચૈતન્યના મૂળને શોધવા માગો છો. એ તમને ક્યાં મળશે ? એને તમે તમારી બહાર મેળવી શકશો ? તેથી તમને અન્તર્મુખ થવાનું કહેવામાં આવે છે. હૃદય સ્વયં ચૈતન્યસ્વરૂપ કે ચૈતન્યનું કેન્દ્ર છે. T. 205

હું તમને તમારા શરીરમાં “હું” નો ઉદ્ભવ ક્યાંથી થાય છે તેનું નિરીક્ષણ કરવાનું કહું છું. પરંતુ છાતીની જમણી બાજુએથી “હું” નો ઉદ્ભવ થાય છે એમ કહેવું પૂરેપૂરું સાચું નથી. હૃદય સત્યનું બીજું નામ છે. અને એ શરીરની અંદર કે બહાર નથી. એને માટે અંદર કે બહાર નથી. એને માટે અંદર - બહાર જેવું કશું નથી, કેમ કે કેવળ એ જ છે. હું હૃદયથી શરીરના અંગનો, નાડીકેન્દ્રનો, ચક્રનો કે એવા કશાનો નિર્દેશ કરતો નથી. પરંતુ જ્યાં સુધી મનુષ્ય શરીર સાથે પોતાનું તાદાત્મ્ય કરે છે, અથવા પોતાને શરીરની અંદર રહેલો માને છે, ત્યાં સુધી એને સલાહ આપવામાં આવે છે કે “હું” નો ઉદય અને અસ્ત શરીરમાં કઈ જગ્યાએ થાય છે એ નિહાળો. એ છાતીની જમણી બાજુએ આવેલું હૃદય જ હોવું જોઈએ, કારણ કે દરેક વ્યક્તિ, ભલે એ ગમે તે દેશનો કે ધર્મનો હોય, ગમે તે ભાષા બોલતો હોય, જ્યારે “હું” એમ કહે છે ત્યારે છાતીની જમણી તરફ હાથ મૂકે છે. દુનિયામાં બધે જ આ હકીકત જોવા મળે છે. તેથી એ જ હૃદયસ્થાન હોવું જોઈએ. જાગતી વખતે “હું” નું ઉગમસ્થાન અને સૂતી વખતે તેનું લયસ્થાન ખૂબ સાવચેતીથી નિહાળવાનો પ્રયત્ન કરવામાં આવે તો કોઈપણ માણસ જોઈ શકે છે કે હૃદય જમણી તરફ છે. D.D.205

કોઈ ઓરડામાં અંધારું હોય તો તેને અજવાળવા દીવાની જરૂરત હોય છે. પણ જ્યારે સૂર્ય ઊગે ત્યારે એની જરૂરત હોતી નથી. બધી વસ્તુઓ સ્પષ્ટ દેખાય છે, અને સૂર્ય તો સ્વયંપ્રકાશ છે તેથી એને જોવા માટે દીવાની જરૂર હોતી નથી. મનનું પણ એવું છે. જગતની વસ્તુઓ જોવા માટે મનનું પરપ્રકાશિત અજવાળું જરૂરી છે. પરંતુ હૃદય કે આત્માને જોવા માટે મનનું એ તરફ વળવું જ પૂરતું છે. ત્યારે મન સ્વયં અદૃશ્ય થાય છે અને હૃદય ઝળહળી ઊઠે છે. T. 99

તંત્ર શાસ્ત્ર પ્રમાણે સાધકે શરીરમાં આવેલાં ચક્રો કે આધ્યાત્મિક કેન્દ્રો પર, ખાસ કરીને બ્રૂક્ટી પર મનને એકાગ્ર કરવું જરૂરી છે. હવે પછીના એક અધ્યાયમાં જણાવવામાં આવશે કે જમણી તરફ આવેલું હૃદય આ ચક્રોમાંનું એક - અનાહત ચક્ર નથી. નીચે આપેલા સંવાદમાં ભગવાન કહે છે કે હૃદય કેન્દ્ર પર કરવામાં આવતી એકાગ્રતા બીજા બધા ચક્રો કરતાં વધુ અસરકારક છે, પણ અહમ્ની શોધ કરતાં ઓછી અસરકારક છે.

સા. છાતીના વિસ્તારમાં જુદા જુદા રંગનાં છ અંગો કે કેન્દ્રો છે. તેમાં એક મધ્યથી બે આંગળ જમણી તરફ આવેલું હૃદય કેન્દ્ર છે. પણ એને કોઈ આકાર નથી. અમારે એના આકારની કલ્પના કરી એનું ધ્યાન કરવું ?

ભ. ના. ફક્ત હું કોણ એવી શોધ ચલાવવી જરૂરી છે. જાગ્રત અને નિદ્રા એ બંને અવસ્થાઓ દરમ્યાન નિરંતર સમાન રીતે રહેનારી એ સદ્વસ્તુ છે, પરંતુ જાગ્રત અવસ્થામાં દુઃખ છે, તેથી એને દૂર કરવા પ્રયત્ન કરવો જરૂરી છે. નિદ્રામાંથી કોણ જાગ્યું ? એમ પૂછવામાં આવતાં તમે કહો છો “હું” બસ, આ “હું” ને દૃઢતાથી વળગી રહો. જો એમ કરશો તો જે નિત્ય સદ્વસ્તુ છે, એ પોતાને આપોઆપ પ્રગટ કરશે. સૌથી મહત્ત્વની વાત “હું” ની તપાસ છે, હૃદય પર કરવામાં આવતી એકાગ્રતા નહીં. અંદર અને બહાર જેવી કોઈ વસ્તુ નથી. બંને શબ્દોનો એક જ અર્થ છે કે બંને અર્થહીન છે. છતાં હૃદય પર એકાગ્રતાના અભ્યાસની આધ્યાત્મિક સાધના પદ્ધતિ પણ છે. હૃદય પર એકાગ્રતા કરનાર માણસ જ મન જ્યારે નિષ્ક્રિય, નિશ્ચલ અને નિર્વિચાર થાય ત્યારે સભાન રહી શકે છે. જ્યારે બીજાં કેન્દ્રો પર એકાગ્રતા કરનાર સાધકો મનની નિર્વિચાર સ્થિતિમાં સભાનતા ટકાવી રાખી શકતા નથી, પણ મન નિશ્ચલ હતું એમ એના ચંચળ બન્યા પછી અનુમાન કરે છે. T. 131

નીચે આપેલા સંવાદમાં એક અંગ્રેજ મહિલા આવી નિર્વિચાર અવસ્થાનું બયાન કરે છે અને ભગવાન એને સાચી હોવાની બહાલી આપે છે.

સા. એકાએક વિચારો બંધ થાય છે, અને એટલી જ ઝડપથી “હું - હું” ઉત્પન્ન થાય છે અને ચાલુ રહે છે. આ વિચાર નહીં પણ અનુભવ છે. એ સાચું હશે ?

ભ. હા, એ બિલકુલ સાચું છે. વિચારો બંધ થવા જોઈએ અને બુદ્ધિ અદૃશ્ય થવી જોઈએ. એ પછી જ હું - હું ની અનુભૂતિ પ્રગટે છે, અને ચાલુ રહે છે. અનુભવ મુખ્ય છે, બુદ્ધિ નહીં.

- સા. એ મગજમાં નહીં, પણ છાતીમાં જમણી તરફ પ્રગટે છે.  
 ભ. એ ત્યાં જ પ્રગટે, કેમ કે હૃદય ત્યાં છે.  
 સા. જ્યારે હું બહારની તરફ જોઉં છું, તો એ અદૃશ્ય થઈ જાય છે. તો મારે શું કરવું?  
 ભ. દૃઢતાથી એને વળગી રહો. T. 24

આનો અર્થ એવો નથી કે શુદ્ધ હૃંની ચેતના દરમ્યાન વિચાર કરવો શક્ય નથી. આ હકીકત શ્રી ભગવાનના દાખલા પરથી સ્પષ્ટ થાય છે. ભગવાન નિરંતર નિર્વિચાર દશામાં રહેતા. અજ્ઞાની માટે વિચાર માથા ઉપર ઝળૂંબી રહેલું કાળું વાળદ છે, જે એને આત્મસૂર્યના પ્રકાશથી વંચિત રાખે છે. જ્યારે વાદળની આ છત તૂટે છે, અને એના કારણમાં લીન થાય, પછી પ્રકાશ નિરંતર ફેલાયેલો રહે છે, અને જ્ઞાની પુરુષ વિચારનો કેદી બન્યા વિના એનો પ્રયોગ કરી શકે છે. ભગવાન જ્ઞાની પુરુષના મનને દિવસ દરમ્યાન દેખાતા ચંદ્રના બીજા રૂપક વડે પણ સમજાવે છે. ચંદ્ર આકાશમાં છે પણ દિવસે એના પ્રકાશની જરૂરત નથી. કેમકે માણસ સૂર્યના પ્રકાશમાં બધું જોઈ શકે છે.

### દુઃખ

ભગવાનને પૂછાતા પ્રશ્નોમાં એક દુઃખનો હતો. આવા પ્રશ્નો ચર્ચા માટે નહીં પણ અંગત લાગણીને કારણે પૂછાતા. શોકથી પીડાયેલા લોકો ભગવાનના દિલાસાની અપેક્ષા રાખતા. સાચો દિલાસો તેમના મૌનની અસરના રૂપમાં અનુભવાતો, છતાં વાણી વડે પણ ભગવાન આવા પ્રશ્નોના જવાબ આપતા. સાધારણ રીતે પ્રશ્ન કરનારને દુઃખનો અનુભવ કોને થાય છે એમ પૂછવાનું તેઓ સૂચવતા, કારણ કે આત્મા દુઃખાનુભવ અને સંશયથી પર છે. કોઈ વાર વ્યાવહારિક સ્તરે એમ પણ સમજાવતા કે જે અનુભવ મનુષ્યને તેની વર્તમાન અજ્ઞાનતાની સ્થિતિથી અસંતુષ્ટ બનાવી આત્મવિચાર તરફ વાળે એ લાભદાયક છે. દુઃખ અને શોકનો અનુભવ ઘણીવાર માણસને આત્મા તરફ વાળવામાં નિમિત્ત બને છે.

- ભ. આત્માનો પોતાનો આનંદ હંમેશા તમારો છે. ઉત્કટ નિષ્ઠાથી તમે એને શોધશો તો એ તમને અવશ્ય મળશે. તમારા દુઃખનું કારણ બહારના જીવનમાં નથી. એ તમારી અંદર અહંકારના રૂપમાં છે. તમે પોતાની ઉપર મર્યાદાઓ લાદો છો,

અને પછી એમનાથી પર જવાનો નિરર્થક સંઘર્ષ કરો છો. બધું દુઃખ અહંકારને કારણે છે. એના આવવાની સાથે બધા સંતાપો આવે છે. જેનું કારણ ખરેખર અંદર છે, તેને જીવનની ઘટનાઓ ઉપર આરોપિત કરવાથી શો ફાયદો છે ? બહારની વસ્તુઓમાંથી તમને શું સુખ મળવાનું છે? કદાચ મળે તો પણ કેટલીવાર ટકવાનું છે ?

જો તમે અહંકારને નકારો, એને અવગણીને બાળી નાખો તો તમે મુક્ત થશો. તમે એને સ્વીકારશો તો એ તમારી ઉપર મર્યાદાઓ લાદશે અને એમને પાર કરવાની નિરર્થક કડાકૂટમાં નાખશે. રાજા જનકને આ જ ચોર આવી રીતે નષ્ટ કરવા માગતો હતો.

આત્મા - જે તમે ખરેખર હંમેશાં છો - બનવું, એ તમારા સ્વરૂપભૂત આનંદને મેળવવાનો એકમાત્ર રસ્તો છે. M. G. 51

ભગવાનના એક સાદા અને સાચા ભક્તનો ત્રણ વર્ષનો પુત્ર મરણ પામ્યો. બીજે દિવસે એ સપરિવાર આશ્રમમાં આવ્યો. એ લોકોને અનુલક્ષીને ભગવાને કહ્યું કે મનને તાલીમ આપવામાં આવે તો માણસને પ્રિયજનના વિયોગથી થતા શોકને સહન કરવામાં મદદ કરે છે. પોતાનાં બાળકોનું મૃત્યુ સૌથી મોટું શોકનું કારણ છે. જ્યાં સુધી માણસ પોતાને એક નિશ્ચિત આકાર માને છે, ત્યાં સુધી શોક છૂટતો નથી. જો આકારથી પર થાય તો માણસ પોતાને શાશ્વત જાણે છે. ખરેખર, જન્મ કે મૃત્યુ નથી. જે જન્મે છે તે ફક્ત શરીર છે. અને એ અહંકારનું સર્જન છે. સાધારણતયા, શરીર રહિત અહંકાર દેખાતો નથી, તેથી એ શરીર સાથે તાદાત્મ્ય કરે છે. વિચાર સૌથી મહત્વની વસ્તુ છે. બુદ્ધિશાળી વ્યક્તિએ વિચારવું જોઈએ કે એ ગાઢ નિદ્રા દરમ્યાન શરીરને જાણતો ન હતો. તો પછી જાગ્રતૂદશામાં એ તેને શા કારણે અનુભવે છે. ગાઢ નિદ્રાની અવસ્થામાં શરીરનો અનુભવ ભલે ન હોય, પરંતુ એ વખતે આત્મા તો હતો જ. નિદ્રામાં એની સ્થિતિ કેવી હતી અને હવે જાગ્રતમાં કેવી છે ? એ બેમાં શો તફાવત છે? અહંકાર આવે અને સાથે સાથે વિવિધ વિચારો આવે એ જાગ્રત અવસ્થા છે. વિચારો કોને આવે છે, એની તપાસ કરો. વિચારો ક્યાંથી આવે છે, એની શોધ કરો. એનું ઉગમસ્થાન ચેતન આત્મા જ હોવો જોઈએ. આવું ઝાંખુ જ્ઞાન પણ અહંના વિનાશમાં મદદરૂપ બને છે. અહંવિનાશ પછી એક અસીમિત

સદ્વસ્તુનું દર્શન શક્ય બને છે. એ અવસ્થામાં વ્યક્તિઓ-જીવો-નહીં કેવળ એક સનાતન સદ્વસ્તુ હોય છે. તેથી ત્યાં મૃત્યુનો વિચાર નથી. અને શોક પણ નથી.

માણસ એમ માને કે એ જન્મ્યો છે, તો એ મૃત્યુભયથી બચી ન શકે. એણે તપાસ કરવી જોઈએ કે પોતે કદી પણ જન્મ્યો હતો ખરો ? અથવા આત્મા ખરેખર જન્મે છે ખરો ? પછી એને ખબર પડશે કે આત્માનું અસ્તિત્વ સનાતન છે. અને જે શરીર જન્મ્યું હતું એનો વિચારમાં લય થાય છે. આ વિચારનો ઉદ્ભવ બધા તોફાનોનું મૂળ છે. વિચાર ક્યાંથી આવે છે, એ મૂળની ભાળ મેળવો, પછી તમે હંમેશા રહેતા - સદા વિદ્યમાન - અંતરતમ્ આત્મામાં રહેશો અને જન્મના વિચારથી તેમજ મૃત્યુના ભયથી મુક્ત થશો.

સા. આપણો પ્રિયજન મૃત્યુ પામે એ શોકનું કારણ છે. શોકને નિવારવા આપણે સૌને સરખો પ્રેમ કરવો કે કોઈને ન કરવો ?

ભ. પ્રિયજન મરણ પામે ત્યારે જીવવાનું ચાલુ રાખે એને શોક થાય છે. જીવવાનું ચાલુ ન રાખવું એ શોક નિવારવાનો માર્ગ છે. શોક કરનાર મરે પછી શોક કરનાર કોણ રહે ? અહંકાર મરવો જ જોઈએ. એ જ એક માત્ર રસ્તો છે. તમે જે સૂચવો છો એ બંને વિકલ્પો સરખા છે. જ્યારે બધા એક આત્મા છે, એમ સમજાય, પછી પ્રેમ કે શોક કરનાર કોણ રહે ? T. 252

કેટલીવાર અંગત કઠ્ઠણથી પ્રેરાયેલા નહીં પણ દુનિયામાં અનષ્ટિ અને દુઃખને લગતા બિનઅંગત પ્રશ્નો પૂછવામાં આવતા. આવા પ્રશ્નો કરનારા મુલાકાતીઓ હતા જે અદ્વૈત સિદ્ધાન્તને સમજી શકતા નહીં તેમજ આત્માનુસંધાનના માર્ગને અનુસરતા નહીં.

મુ. દુષ્કાળ, મહામારી જેવાં વ્યાપક સંકટો દુનિયામાં મોટી પાયમાલી સર્જે છે. આવી ઘટનાઓનું કારણ શું ?

ભ. એ બધું કોને દેખાય છે ?

મુ. એ ના ચાલે. હું ચોતરફ દુઃખ જોઈ રહ્યો છું.

ભ. તમે નિદ્રા દરમ્યાન દુનિયા કે તેનાં સંકટો વિષે સભાન ન હતા. પણ હવે છો, કેમ કે તમે જાગો છો. નિરંતર એવી અવસ્થામાં રહો, જેમાં તમે બધાથી પ્રભાવિત થતા નથી. જ્યારે તમે દુનિયા વિષે સભાન હોતા નથી અને કેવળ આત્મારૂપે

રહો છો, જેમ કે નિદ્રામાં, દુનિયાનાં સંકટો તમને અસર કરતા નથી. તેથી અંતર્મુખ બની એ આત્માને શોધો, એટલે કે સમાધિમાં રહો, પછી દુનિયા અને એનાં દુઃખોનો અંત આવી જશે.

મુ. પણ એ તો સ્વાર્થીપણું કહેવાય.

ભ. જગત તમારી બહાર નથી. તમે ભૂલથી તમને પોતાને શરીર સાથે એકરૂપ ગણો છો, તેથી તમને દુનિયા તમારી બહાર રહેલી જણાય છે. અને એનાં દુઃખો પણ જણાય છે. પરંતુ દુનિયા અને એના દુઃખો સાચાં નથી. સત્યને શોધો અને આ જૂઠી લાગણીથી મુક્ત થાઓ.

મુલાકાતી એમ કરવા તૈયાર ન હતો. એણે ફરીથી દુનિયાના દુઃખો અને એમને દૂર કરવાના નિરર્થક પ્રયત્નમાં લાગેલા નેતાઓનો નિર્દેશ કર્યો.

મુ. દુનિયામાં મહાન પુરુષો અને સમાજિક, રાજકીય નેતાઓ સંકટો દૂર કરવા પ્રયત્ન કરે છે, પણ તેઓ સફળ થતા નથી.

ભ. એનું કારણ એ છે કે તેઓ અહંકારને કેન્દ્રમાં રાખી તેમની પ્રવૃત્તિઓ કરે છે. જો તેઓ આત્મનિષ્ઠ રહી કામ કરે તો સ્થિતિ જુદી હોય.

તે છતાં જગતની સ્વતંત્ર વસ્તુસત્તાને આખરી સત્ય માનનારા એ મુલાકાતીએ આડકતરી રીતે સૂચવ્યું કે જગતની સ્થિતિ જુદી કેવી રીત હોઈ શકે અને હકકની રૂએ માગણી કરી કે આત્મનિષ્ઠ પુરુષોએ મિથ્યાને સત્ય તરીકે સ્વીકારી જગતને મદદરૂપ થવું જોઈએ.

મુ. મહાત્માઓ કેમ મદદ કરતા નથી ?

ભ. તમે કેવી રીતે જાણ્યું કે તેઓ મદદ કરતા નથી ? જાહેર ભાષણો, બાહ્ય ક્રિયાઓ અને ભૌતિક મદદ, મહાત્માઓના મૌનની તુલનામાં ઘણાં ઊણાં ઉતરે છે. મહાત્માઓ બીજા કરતાં ઘણું વધારે કામ કરે છે.

હવે એ મુલાકાતી વ્યાવહારિક દૃષ્ટિબિન્દુ ઉપર આવ્યો. આંતરિક શોધની જગાએ બાહ્ય કર્મ ઉપર ભાર મૂકવા લાગ્યો. ભગવાને એના દૃષ્ટિબિન્દુનો એટલી જ નિશ્ચયાત્મકતાથી અસ્વીકાર કર્યો.

મુ. દુનિયાની સ્થિતિ સુધારવા આપણે શું કરી શકીએ ?

ભ. જો તમે દુઃખથી મુક્ત રહેશો તો બીજે કયાંય દુઃખ નહીં રહે. હાલની તમારી

મુશ્કેલીનું કારણ તમારું હાલનું દષ્ટિબિંદુ છે. તમને લાગે છે કે દુનિયા તમારી બહાર છે, અને એમાં દુઃખ છે. પણ દુનિયા અને એનું દુઃખ બંને તમારી અંદર છે. તમે અન્તર્મુખ થશો તો દુઃખ નહીં રહે.

મુ. ઈશ્વર પૂર્ણ છે. એણે દુનિયાને અપૂર્ણ કેમ બનાવી ? કાર્યમાં કારણના ગુણો હોય છે. પણ અહીં એથી ઉલટું છે.

ભ. તમે ઈશ્વરથી જુદા છો કે આ પ્રશ્ન પૂછો છો ? જ્યાં સુધી તમે તમને પોતાને શરીર માનશો, તમને દુનિયા બહાર જણાશે. શરીરને જ આત્મા માનનારા તમને અપૂર્ણતા દેખાય છે. પરંતુ ઈશ્વર પૂર્ણ છે, અને તેનું કાર્ય-જગત-પણ પૂર્ણ છે. તમે એને અપૂર્ણ જુઓ છો એમાં તમારી ભૂલ કારણભૂત છે. આત્માનું શરીર કે અહંકાર સાથે તાદાત્મ્ય કરવું એ મૂળભૂત ભૂલ છે.

મુ. આત્મા આ દુઃખરૂપ જગતસ્વરૂપે શા માટે પ્રગટ્યો છે ?

ભ. તમે એને શોધો એ માટે. તમારી આંખો પોતાને જોઈ શકતી નથી. એમની સામે દર્પણ ધરો તો એ પોતાને જોઈ શકશે. દુનિયા દર્પણ છે. પહેલાં તમારા આત્માને જુઓ, અને પછી સંપૂર્ણ જગતને આત્મા તરીકે જુઓ.

મુ. એટલે મારે હંમેશાં અન્તર્મુખ જ રહેવું ?

ભ. હા.

મુ. મારે ક્યારે પણ જગત જોવાનું નહીં ?

ભ. જગત તરફ આંખો બંધ રાખવાનું તમને કહેવામાં આવતું નથી. પહેલાં તમારા આત્માને જુઓ. પછી આખા જગતને આત્મા તરીકે જુઓ. તમે તમને શરીર માનશો તો જગત બહાર અને તમારાથી જુદું દેખાશે. પરંતુ જો તમે અશરીર આત્મા છો, તો જગત પ્રગટ બ્રહ્મરૂપ દેખાશે. T. 272

મુશ્કેલી એ છે કે શરીર અને જગતને સ્વતંત્ર વસ્તુસત્તા તરીકે મિથ્યા ગણવાનું કામ અત્યંત કઠણ છે. નીચેના સંવાદમાં ભગવાન સ્વયં આ હકીકત સ્વીકારે છે.

સા. મારો દાંત દુખે છે, એ પણ ફક્ત વિચાર છે ?

ભ. હા.

સા. તો હું દાંતનો દુખાવો છે જ નહીં એવું વિચારી મને પોતાને સાજો કેમ કરી



(૨૮)

ભગવાન શ્રી રમણ મહર્ષિનો ઉપદેશ : એમના શબ્દોમાં

શકતો નથી ?

ભ. માણસ જ્યારે બીજા વિચારોમાં પરોવાયેલો હોય કે સૂતો હોય તો એ દાંતનો દુખાવો અનુભવતો નથી.

સા. છતાં એ હોય છે.

ભ. જગત સાચું છે એવો વિશ્વાસ એટલો બધો દૃઢ થઈ ગયો છે કે સહેલાઈથી એને ખંખેરી શકાતો નથી. પરંતુ જગત એના જોનાર કરતા વધારે સાચું નથી.

હવે એક એવો રમૂજ સંવાદ, જે ઉપર જણાવેલી મુશ્કેલીને સચોટ રીતે રજૂ કરે છે.

સા. હાલમાં ચીન - જાપાનનું યુદ્ધ ચાલે છે. જો એ કેવળ કલ્પના હોય તો એ નથી ચાલતું એવી કલ્પના કરીને ભગવાન એને બંધ ન કરી શકે ?

ભ. (હસતાં - હસતાં) પ્રશ્ન કરનારનો ભગવાન (જેને એ પોતાની બહાર રહેલ વ્યક્તિ માને છે.) અને ચીન - જાપાન યુદ્ધ, બંને એના પોતાના વિચાર માત્ર છે. T. 451

હવે પછીનો સંવાદ દર્શાવે છે કે કેટલીકવાર ભગવાન નિમ્ન સ્તરના સાપેક્ષ કે વ્યાવહારિક સત્યનો આશ્રય કરી જવાબ આપતા અને એવો નિર્દેશ કરતા કે દુઃખનો અનુભવ માણસને અહંકાર પર અધારિત જીવનથી અસંતુષ્ટ બનાવી આત્માની શોધ તરફ દોરી જાય છે.

સા. દુઃખ હોવાનું કારણ શું હશે ?

ભ. દુઃખ ન હોય તો સુખી થવાની ઈચ્છા કેવી રીતે ઉત્પન્ન થાય ? અને એવી ઈચ્છા ઉત્પન્ન ન થાય તો આત્માની શોધ કેવી રીતે થાય ?

સા. તો બધું દુઃખ સારું છે ?

ભ. હા, સુખ શું છે ? સ્વસ્થ અને સુંદર શરીર, નિયમિત ભોજન વગેરે સુખ છે ? એક સમ્રાટનું આરોગ્ય ખૂબ સારું હોય, છતાં એને અસંખ્ય મુશ્કેલીઓ હોય છે. તેથી બધા દુઃખોનું કારણ હું શરીર છું એવો ખોટો વિચાર છે. એનાથી છૂટવું એ જ્ઞાન છે. T. 633

પાપ

દરેક પ્રકારના પાપ અને અનિષ્ટ અનિયંત્રિત અહંકારનાં પરિણામ છે. બીજાને હાનિ પહોંચાડવાનો વિચાર વગેરે પાપ, આચરનારના ચરિત્રને કારણે ઉત્પન્ન થાય છે. ધર્મો અનુશાસનના નીતિનિયમો તેમજ ભાવનાત્મક પ્રલોભનો વડે, એ બધાંની સામે લોકોને ચેતવે છે, જેથી અહંકાર એની મર્યાદામાં રહે અને નિષિદ્ધ ક્ષેત્રોમાં નિયમ વિરુદ્ધ પ્રવેશ ન કરે પરંતુ જે સીધો અને પાયાની સુધારણા કરે એવો આધ્યાત્મિક માર્ગ અહંકારને જ નકારે છે, એણે અહંકારના અતિરેકો કે મર્યાદાભંગો વિષે વિચારણા કરવાની જરૂર નથી. બધા પ્રકારના અહંકારનો ત્યાગ કરવાનો છે. તેથી અદ્વૈતસિદ્ધાન્ત અહંકાર પર સીધો હુમલો કરે છે, એની વિવિધ અભિવ્યક્તિઓ પર નહીં.

ભ. ગમે તેવો પાપી માણસ પણ, અરેરે હું પાપી છું, શી રીતે હું મુક્તિ પ્રાપ્ત કરી શકીશ, એમ વલોપાત કરવાને બદલે, હું પાપી છું એ વિચારને છોડી દઈને ખરા મનથી આત્માને શોધવાનો પ્રયત્ન ચાલુ કરે તો નિશ્ચય સુધરી જશે. W.14

જે માર્ગ વિચારમાત્રથી મુક્ત થઈ બુદ્ધિથી પર રહેલા આત્માનો સાક્ષાત્કાર કરવાનું ધ્યેય રાખે છે, એણે અનિષ્ટ વિચારોની ટીકા કરવાની પણ જરૂર નથી. બધા વિચારો વિક્ષેપો છે.

સા. પ્રારંભના તબક્કે સારા વિચારો, આત્માનુસંધાનની પ્રક્રિયામાં મદદ કરી શકે ?  
ભ. હા, સારા વિચારો જ્યાં સુધી ખરાબ વિચારોને રોકે ત્યાં સુધી ઉપયોગી છે. પરંતુ આત્માનુભવની અવસ્થામાં એમણે પણ અવશ્ય અદૃશ્ય થવું પડે છે. T. 341

સત્ય કે શુદ્ધતાનો ગુણ ચિત્તનો સ્વભાવ છે. વાદળરહિત આકાશની સ્વચ્છતા જેવી નિર્મળતા ચિત્તાકાશનું લક્ષણ છે. રજોગુણથી વિક્ષિપ્ત થયેલું મન ચંચળ બને છે, અને તમોગુણના અંધકારથી ઘેરાયેલું મન વિશ્વરૂપે પ્રગટ થાય છે. આમ જ્યારે મન ચંચળ અને ઘન દ્રવ્ય જેવું બને ત્યારે સત્ય પરખાતું નથી. જેમ રેશમના ઝીણા તાર મોટી હળપૂણીથી ગૂંથી ન શકાય અથવા પવનથી અસ્થિર બનેલી દીવાની જ્યોતથી ઉત્તમ ચિત્રની વિવિધ રંગછાયાનો ભેદ પારખી ન શકાય, એમ સત્યનો સાક્ષાત્કાર તમસ્થી સ્થૂળ બનેલા અને વિવિધ ચેષ્ટાઓથી ચંચળ બનેલા મનથી થઈ શકતો નથી, કારણ કે સત્ય અત્યંત સૂક્ષ્મ અને પ્રશાંત છે. મનની આવી અશુદ્ધિઓ અનેક જન્મો સુધી ફળની ઈચ્છા

રાખ્યા વિના પોતાના વર્ણાશ્રમ ધર્મ-કર્તવ્યનું પાલન કરવાથી, સદ્ગુરુની પ્રાપ્તિથી, એમણે શીખવાડેલી રીતે કરેલા નિરંતર ધ્યાનાભ્યાસથી ટળે છે. પછી તમોગુણથી મનનું જડ દ્રવ્યમાં રૂપાન્તર અને રજોગુણથી થતી ચંચળતા એ બંને દોષો દૂર થાય છે. ત્યારે મન પોતાની સ્વાભાવિક સ્વસ્થતા અને સૂક્ષ્મતા પ્રાપ્ત કરે છે. ખંતપૂર્વક, નિરંતર કરવામાં આવતા ધ્યાનથી સ્થિર અને સૂક્ષ્મ થયેલા મનમાં જ આત્માનો અખંડ આનંદ પ્રગટી શકે છે. આવા નિત્યાનંદને અનુભવનાર જીવન્મુક્ત છે. S.E. 11

ભગવાન શુદ્ધિની આવશ્યકતા પર ખૂબ જ ભાર મૂકતા. કોઈવાર કોઈ મુલાકાતી ફરિયાદ કરે કે તે ખૂબ નિર્બળ છે, અને પોતાનાં હીન વલણોને નિયંત્રણમાં રાખવામાં અસમર્થ છે, તો તેને સાફ શબ્દોમાં કહેવામાં આવતું કે એણે ખંતથી વધુ પ્રયત્ન કરવાની જરૂર છે. તેની પ્રકૃતિને અનુરૂપ તેને આવા હલકા વલણો કોને છે એમ પૂછવાનું અથવા ઈશ્વરમાં દૃઢ વિશ્વાસ રાખવાનું સૂચવવામાં આવતું.

સા. હું પાપી છું અને કોઈ ધાર્મિક અનુષ્ઠાન કરતો નથી. આ કારણે મારો દુઃખદાયક પુનર્જન્મ થશે ?

ભ. તમે પાપી છો એવું શા માટે માનો છો ? ઈશ્વરમાં દૃઢ શ્રદ્ધા તમને પુનર્જન્મથી બચાવવા માટે પૂરતી છે. તમારો બધો ભાર એના પર નાખી દો. “તિરુવચકમ્” માં કહ્યું છે : “હું કૂતરાથીય ભૂંડો છું, પણ તમે કૃપા કરીને રક્ષણ કરવાની જવાબદારી સ્વીકારી છે. જન્મમરણની માયા તમે વિસ્તારી છે, અને ટકાવી રાખી છે. મારા તાબામાં શું છે કે હું નિર્ણાયકના સ્થાનમાં બેસું ? શું હું ઈશ્વર છું ? હે સર્વસમર્થ પ્રભો ! મને ઘણાં શરીરોમાં જન્મ આપવા કે આપના ચરણમાં શરણ આપી શાંતિ આપવી એ આપે નક્કી કરવાનું છે.” માટે શ્રદ્ધા રાખો કે એ તમને અવશ્ય બચાવશે. T. 30

સા. ઈન્દ્રિય-વિષય-સંયોગથી ઉત્પન્ન થતી મજા કરતાં ધ્યાનમાં વધારે આનંદ છે. છતાં મન ધ્યાનને બદલે મોજમજા શોધે છે. એવું શાથી ?

ભ. સુખ અને દુઃખ મનનાં પાસાં છે. આપણો સાચો સ્વભાવ સુખ છે. પણ આપણે આત્માને ભૂલી ગયા છીએ, અને મન કે શરીરને આત્મા માનીએ છીએ. આવું ખોટું તાદાત્મ્ય દુઃખ ઉત્પન્ન કરે છે. આવી પરિસ્થિતિમાં શું થઈ શકે ? આવું

વલણ ઘણાં જન્મોથી ચાલ્યું આવે છે અને તેથી દૃઢમૂળ થઈ ગયું છે-બળવાન બની ગયું છે. આ ખોટું વલણ જાય તો જ આપણા સાચા સ્વભાવરૂપ આનંદ મળે. T. 540

સૌથી મહત્વની વાત નવી વાસનાઓ કે સૂક્ષ્મ વલણો ન ઉમેરવાની છે.

સા. સ્વામી, અહંકારની પકડ ઢીલી શી રીતે પાડવી ?

ભ. નવી વાસનોઓનો ઉમેરો ન થવા દઈને. T. 173

સ્વતંત્ર વસ્તુસત્તા તરીકે જણાતું જગત જો માયા હોય તો તેમાં જણાતું અનિષ્ટ પણ માયા છે. એને નિવારવાનો ઉપાય માયામુક્ત સત્ય અન્તરાત્મા તરફ પાછા વળવું એ છે.

સા. સ્વામી યોગાનંદના શિષ્ય અમેરિકાના એક મુલાકાતીએ પૂછ્યું કે દુનિયામાં શુભ અને અશુભ શાથી છે ?

ભ. શુભ અને અશુભ સાપેક્ષ છે. સારુ અને નરસું જાણનાર કોઈ દ્રષ્ટા હોવો જોઈએ. એ દ્રષ્ટા અહંકાર છે, અને એ આખરે આત્મામાં લય પામે છે. તમે કહી શકો કે અહંકારનું મૂળ પરમાત્મા છે. આ વ્યાખ્યા કદાચ વધારે સુનિશ્ચિત અને તમને સમજાય એવી છે. T. 106

## ઈશ્વર

ઉપર ઉપરથી જોતાં લાગે કે શ્રી મહર્ષિના ઈશ્વર વિષેનાં વિધાનો અસંગત છે, કેમ કે કોઈવાર તેઓ ઈશ્વરમાં પૂર્ણ વિશ્વાસ અને શરણાગતિનો ઉપદેશ કરતા તો ક્યારેક ઈશ્વર મિથ્યા છે એમ કહેતા. પણ જરા ઊંડો વિચાર કરવાથી સમજાય છે કે એમાં કોઈ અસંગતિ નથી. એક વાત હંમેશા યાદ રાખવી જોઈએ કે મહર્ષિ નવી તત્ત્વચિંતનની પ્રણાલીનું પ્રતિપાદન કરવા માગતા ન હતા. ફક્ત અધ્યાત્મ માર્ગ ચાલવા ઈચ્છનાર સાધકોને વ્યાવહારિક માર્ગદર્શન પૂરું પાડવા માગતા હતા. જે સાધક અદ્વૈત આત્માને સમજી શકે, એ એમ પણ સમજી શકે કે એ તેનો પોતાનો, ઈશ્વરનો અને જગતનો પણ આત્મા હોવો જોઈએ. પરંતુ જે સાધક પોતાના અહંકારની દેખીતી સચ્ચાઈને જ વળગી રહે, એ આત્માને પણ પોતાનાથી ભિન્ન ઈશ્વર તરીકે જ કલ્પી શકે, જેણે એને ઉત્પન્ન કર્યો છે. તેથી સાધકોની આવશ્યકતા મુજબ તેઓ ઈશ્વરતત્ત્વને

સમજાવતા. આ વિષયમાં અને આના જેવી બીજી માન્યતા પર આધારિત બાબતોમાં તેઓ ચર્ચાની નિરર્થકતા દર્શાવીને કહેતા કે અદ્વૈત કે દ્વૈત બેમાંથી પસંદ પડે એ માર્ગ પર ચાલવું જરૂરી છે. ચર્ચા નહીં.

ભ. બધા ધર્મો જીવ, જગત અને ઈશ્વર એમ ત્રણ મૂળ તત્ત્વો કલ્પે છે. પરંતુ એક સત્ય ત્રણ રૂપોમાં આવિર્ભાવ પામે છે. એમ કહી શકાય કે જ્યાં સુધી અહંકાર પ્રવર્તે છે ત્યાં સુધી એ ત્રણ ખરેખર ત્રણ છે. તેથી અહંકારના વિલય પછી પોતાની સહજ સત્તામાં રહેવું એ પૂર્ણ સ્થિતિ છે.

જગત સત્ય છે કે મિથ્યા ? ચેતન છે કે જડ ? સુખરૂપ છે કે દુઃખરૂપ ? આવા વિવાદો નિરર્થક છે. જેમાં અહંકાર અને જગત બંનેની પ્રતીતિ નથી એવી વિકલ્પો વિનાની સ્થિતિમાં રહેવું સૌને માન્ય છે.

જ્યાં સુધી પોતાને સાકાર માનીએ, ત્યાં સુધી જગતને અને ઈશ્વરને સાકાર માનવાની ફરજ પડશે. જો આત્મા રૂપહીન છે તો પછી કોણ જોશે ? એ દ્રષ્ટા આત્મા જ આંખ છે, અને એ દૃષ્ટિ અનંત છે. F.V. 2-4

બ્રહ્મ જોઈ કે જાણી શકાય નહીં. એ દ્રષ્ટા, દૃશ્ય અને દર્શન અથવા જ્ઞાતા, જ્ઞાન અને જ્ઞેયની ત્રિપુટીથી પર છે. સત્ય હંમેશા જેવું છે તેવું જ રહે છે. અજ્ઞાન અને જગતની હયાતી આપણા ભ્રમને કારણે છે. જ્ઞાન અને અજ્ઞાન સાચાં નથી. જે એ બંનેથી અને બીજાં દ્વન્દ્વોથી પર છે એ સત્ય છે. એ પ્રકાશ કે અંધકાર નથી. એ બંનેથી પર છે. આપણે સમજવાની સગવડ ખાતર સત્યને પ્રકાશ કહીએ છીએ, અને અજ્ઞાનને તેની છાયા કહીએ છીએ. D.D. 216

જ્યાં સમજવાની સાચી તાલાવેલી હોય ત્યાં ભગવાન વિગતવાર સમજાવતા, અને પ્રશ્ન કરનારને એક આત્માના સિદ્ધાન્ત તરફ દોરી જતા.

સા. શ્રી થોમ્પસન શાન્ત પ્રકૃતિના યુવક હતા. તેઓ જિજ્ઞાસુ વિદ્યાર્થી તરીકે ભારતમાં હિન્દુ તત્ત્વચિંતન શીખવા માટે કેટલાંક વર્ષોથી રહેતા હતા. તેમણે પૂછ્યું : ગીતામાં શ્રી કૃષ્ણ કહે છે કે હું બ્રહ્મની પ્રતિષ્ઠા છું. બીજી જગ્યાએ કહે છે : હું સૌના હૃદયમાં રહેલો છું. આમ પરમ સત્યનાં જુદાં જુદાં પાસાં પ્રગટ કરવામાં આવ્યા છે. મને એમ સમજાય છે કે સત્યનાં ત્રણ પાસાં છે : (૧) વિશ્વાતીત, (૨) વિશ્વનો આત્મા અને (૩) વિશ્વરૂપ. સાક્ષાત્કાર એ ત્રણેનો કે ત્રણમાંથી એકનો થવો જોઈએ ? વિશ્વરૂપમાંથી વિશ્વાતીતમાં આવી, વેદાન્ત વિશ્વનાં

નામરૂપનો ત્યાગ કરે છે, કેમ કે એ માયા છે. એ જ વેદાન્ત સોનું અને તેના અલંકારોની જેમ “આ બધું બ્રહ્મ છે” એમ કહી બ્રહ્મરૂપ પણ જણાવે છે. તો આપણે સત્યને કેવી રીતે સમજી શકીએ ?

ભ. ગીતા કહે છે કે **બ્રહ્મણો હિ પ્રતિષ્ઠાહમ્**. એ અહંને જાણવામાં આવે તો બધું જાણી શકાય છે.

સા. પણ એ તો બ્રહ્મનું વિશ્વાત્મ તરીકેનું રૂપ છે.

ભ. અત્યારે તમે એમ વિચારો છો કે તમે એક વ્યક્તિ છો. તમારી બહાર વિશ્વ વિસ્તરેલું છે. એ વિશ્વથી અતીત બ્રહ્મ કે ઈશ્વર રહેલો છે. આવી દૃષ્ટિમાં ભેદ રહેલો છે. આ ભેદ અવશ્ય જવો જોઈએ. કારણ કે ઈશ્વર તમારાથી કે જગતથી જુદો નથી. ભગવદ્ગીતામાં ૧૦.૨૦ કહે છે : “હે ગુડાકેશ, હું સર્વ પ્રાણીઓના હૃદયમાં રહેલો આત્મા છું. હું ભૂતોનો આદિ, મધ્ય અને અંત છું.”

આમ ઈશ્વર ફક્ત સૌના હૃદયમાં જ રહેલો નથી. એ સૌનો આધાર, મૂળ, રહેઠાણ અને અંત પણ છે. બધા એમાંથી ઉદ્ભવે છે, એમાં રહે છે અને આખરે એમાં વિલીન થાય છે. તેથી એ ભિન્ન નથી.

સા. આખું બ્રહ્માંડ કેવળ મારા એક અંશમાં રહેલું છે એવું ગીતાનું કથન આપણે શી રીતે સમજવું જોઈએ ?

ભ. એનો એવો અર્થ નથી કે ઈશ્વરમાંથી એક કણ છૂટો પડી જગત બને છે. ઈશ્વરની શક્તિ કામ કરે છે. એ કામના એક પાસા તરીકે વિશ્વ અભિવ્યક્ત થાય છે. એ રીતે ઋગ્વેદ, પુરુષસૂક્ત ૧૦.૮૦.૩માં મંત્ર છે. “પાદોડસ્ય વિશ્વા ભૂતાનિ” એના એક ભાગમાં સર્વ ભૂતો રહેલાં છે. આનો અર્થ એવો નથી કે બ્રહ્મમાં ચાર ભાગ છે.

સા. બ્રહ્મ અવિભાજ્ય છે એટલું તો મને સમજાય છે.

ભ. સાચી વાત એ છે કે બ્રહ્મ આ બધું છે અને અવિભાજ્ય છે. એ નિત્ય અપરોક્ષ, હંમેશા હાજર છે. પણ લોકો આ વાત જાણતા નથી. માણસે ફક્ત આટલું જાણવું જરૂરી છે કે આત્મા બ્રહ્મ છે, એ સનાતન સત્ય છે. એ સત્યનું દર્શન જે વિદ્ય અવરોધે છે, એને દૂર કરવું એ જ્ઞાન છે. બધાં વિદ્ય ભેગાં કરીને તમારું એક વ્યક્તિ તરીકે ભિન્ન હોવાનું મંતવ્ય બને છે. તેથી અત્યારની તમારી સાધના

આત્મા અને બ્રહ્મ જુદાં નથી એ સત્યને પ્રગટ કરવામાં પરિણમશે.

બધા ખ્રિસ્તીઓ, મહાન્ આત્મનિષ્ઠ સંતોને બાદ કરતાં, એવા ખ્યાલને વળગી રહે છે કે ભિન્ન વ્યક્તિત્વવાળો જીવ એક શાશ્વત સત્ય છે. એક જેસુઈટ પાદરીએ ભગવાન સાથે આ વિષે ચર્ચા શરૂ કરી હતી. પણ એ અધૂરી રહી હતી. ભગવાન એના મનને આત્માનુસંધાન તરફ વાળવા પ્રયત્ન કરતા હતા. પણ એ એને બદલે સૈદ્ધાન્તિક નિરૂપણની અપેક્ષા રાખતો હતો.

સા. ડો. એસ. જે. એમાઈલ ગેથિયર, શેમ્બગનૂર, કોડાઈકેનાલમાં આવેલી સેક્રેડહાર્ટ કોલેજમાં તત્ત્વજ્ઞાનના પ્રોફેસર હતા. એમણે કહ્યું : ‘આપ મને આપના ઉપદેશનો સાર કહેશો ?’

ભ. એ નાની પુસ્તિકાઓમાં આપેલ છે. ખાસ કરીને “હું કોણ છું ?” એ પુસ્તકમાં.

સા. એ હું જરૂર વાંચીશ પણ આપ આપના શ્રી મુખથી કેન્દ્રબિંદુ કહેશો ?

ભ. કેન્દ્રબિંદુ એ જ વસ્તુ છે.

સા. આપના કહેવાનો ભાવ હું સમજ્યો નહીં.

ભ. તમારે કેન્દ્ર શોધવું જોઈએ.

સા. હું ઈશ્વરમાંથી આવ્યો છું, તો ઈશ્વર મારાથી જુદો નથી ?

ભ. આ પ્રશ્ન કોણ પૂછે છે ? ઈશ્વર પૂછતો નથી. તમે પૂછો છો. તો શોધી કાઢો કે તમે કોણ છો. પછી ઈશ્વર તમારાથી ભિન્ન છે કે નહીં એ તમે નક્કી કરી શકશો.

સા. પણ ઈશ્વર પૂર્ણ છે, અને હું અપૂર્ણ છું. હું શી રીતે એને પૂરેપૂરો જાણી શકું ?

ભ. ઈશ્વર એમ કહેતો નથી. તમે કહો છો, અને આવો પ્રશ્ન પૂછો છો. તેથી તમે કોણ છો એની ભાળ મેળવ્યા પછી ઈશ્વરને તમે સમજી શકશો.

સા. પણ આપે આપના આત્માની ભાળ મેળવી છે. કૃપા કરીને કહો કે ઈશ્વર તમારાથી જુદો છે કે નહીં ?

ભ. એ સ્વાનુભવનો વિષય છે. દરેકે પોતે જ એનો અનુભવ કરવો જોઈએ.

સા. ઓહો, હવે સમજાયું, ઈશ્વર અનંત છે. હું અંતવાળો છું. મારું અલગ વ્યક્તિત્વ છે જે ક્યારેય પણ ઈશ્વરમાં ભળી જઈ શકે નહીં. બરોબર ?

ભ. અનંતતા અને પૂર્ણતામાં વિભાગો નથી. જો સીમિત વ્યક્તિ અનંતથી જુદો હોય તો અનંતની પૂર્ણતા નષ્ટ થાય. આમ તમારું કથન વદતોવ્યાઘાત છે.

સા. ના, જુઓ ઈશ્વર અને એનું સર્જન એ બે જુદાં છે.

- ભ. તમે તમારા વ્યક્તિત્વ વિષે શી રીતે સભાન છો ?
- સા. મારામાં એક જીવ છે. એને હું એની ક્રિયાને કારણે જાણું છું.
- ભ. તમે એને ગાઠ નિદ્રામાં જાણતા હતા ?
- સા. ગાઠ નિદ્રામાં ક્રિયાઓ મોકુફ રહે છે.
- ભ. પણ છતાં તમે તો હયાત હતા, અને અત્યારે પણ હયાત છો. આ બેમાંથી તમારી સાચી અવસ્થા કઈ ?
- સા. નિદ્રા અને જાગ્રતિ ફક્ત અકસ્માત છે, હું એની પાછળ રહેલી વસ્તુ છું.  
મુલાકાતીએ ઘડિયાળ સામે જોયું અને કહ્યું : મારે ગાડી પકડવાનો સમય થયો છે. ભગવાનનો આભાર માની એણે વિદાય લીધી. આમ આ વાર્તાલાપ અધૂરો રહ્યો. T. 602

તત્ત્વચિંતકો અને ઈશ્વર વિષે ઉપદેશ કરનારા ધર્મગુરુઓને પજવતા પ્રશ્નોની છણાવટ નીચેના સંવાદોમાં થઈ છે. ઈશ્વર સાકાર કે નિરાકાર, તેની સ્વતંત્રતા અને સર્વજ્ઞતા, પ્રકૃતિના કાયદા વગેરે વિષેના પ્રશ્નોના જવાબમાં ભગવાન આવા વિષયો અને એમની ચર્ચાને ગૌણ ગણતા એ હકીકત તરીકે આવે છે.

- સા. મારી સ્વતંત્ર ઈચ્છાશક્તિ અને સંપૂર્ણ વિશ્વનું નિયંત્રણ કરતી સર્વ સમર્થ ઈશ્વરની ઈચ્છાશક્તિ વચ્ચે કેવો સંબંધ છે ? ઈશ્વરની સર્વજ્ઞ, સર્વ સમર્થ ઈચ્છાશક્તિ અને અહંકારની સ્વતંત્ર ઈચ્છાશક્તિ વચ્ચે સુમેળ ખરો ? પ્રકૃતિના કાયદા, ઈશ્વરની ઈચ્છા સાથે મેળ ખાય છે ?
- ભ. હા. અહંકારની સ્વતંત્ર ઈચ્છાશક્તિ, સીમિત ઈચ્છા અને દૃષ્ટિને જણાતો વર્તમાન છે. એ અહંકારને પોતાની ભૂતકાળની ક્રિયાઓને નિયમો અને કાયદાઓની મર્યાદામાં થતી જુએ છે, અને એની સ્વતંત્ર ઈચ્છાશક્તિ એ કાયદાઓની એક કડી છે. ત્યારે અહંકાર જોઈ શકે છે કે તેની સ્વતંત્ર ઈચ્છાશક્તિ, હકીકતમાં ઈશ્વરની સર્વજ્ઞતા અને સર્વશક્તિમત્તાનું કાર્ય છે. તેથી છેવટે અહંકાર એવા નિર્ણય પર આવે છે કે પોતે અને પોતાની સ્વતંત્ર ઈચ્છાશક્તિ દેખાવ છે, અને ઈશ્વરેચ્છા જ એના મૂળમાં રહેલી છે. પ્રકૃતિના કાયદા ઈશ્વરેચ્છાની અભિવ્યક્તિ છે, અને શાસ્ત્રમાં એમની વ્યવસ્થિત રજૂઆત થયેલી છે. T. 28

નીચેનો સંવાદ સિદ્ધાન્તની ચર્ચાનો નિષેધ અને અભ્યાસની આવશ્યકતાનું પ્રતિપાદન કરે છે.



- સા. ઈશ્વર પુરુષ છે ?
- ભ. હા, એ હંમેશા પ્રથમ પુરુષ “હું” છે, અને નિરંતર તમારી સમક્ષ છે. તમે દુન્યવી વાતોને મહત્વ આપો છો, તેથી ઈશ્વર પાછળ ધકેલાઈ ગયેલો લાગે છે. જો તમે બીજું બધું છોડી દઈ, એને જ શોધશો તો એ આત્મા કે “હું” સ્વરૂપે રહેશે.
- સા. અદ્વૈત સિદ્ધાન્ત પ્રમાણે સાક્ષાત્કારની છેવટની અવસ્થામાં ઈશ્વર સાથે સંપૂર્ણ એકતા હોય છે. વિશિષ્ટાદ્વૈત મુજબ વિશિષ્ટ એકતા હોય છે. જ્યારે દ્વૈતવાદ પ્રમાણે એકતા થતી જ નથી. આમાંથી કઈ વાત સાચી માનવી ?
- ભ. ભવિષ્યમાં શું થશે, એની કલ્પના અત્યારે શા માટે કરો છો ? બધા સહમત છે કે “હું” હયાત છે. સાચા સાધકે, પોતે કોઈપણ મતને અનુસરતો હોય, સૌ પહેલાં આ “હું” શું છે એ શોધવું જોઈએ. પછી ઘણો સમય રહેશે જેમાં છેવટની અવસ્થા વિષેની હકીકત જાણી શકાશે. અને એ પણ જાણી શકાશે કે “હું” પરમાત્મામાં ભળી જશે કે જુદો રહેશે. પહેલેથી એનો નિર્ણય ન કરવો જોઈએ, પણ મન ખુલ્લું રાખવું જોઈએ.
- સા. પણ છેવટની અવસ્થાની થોડી સમજણ સાધક માટે માર્ગદર્શક ન બની શકે?
- ભ. સાક્ષાત્કારની છેવટની અવસ્થા વિષે અત્યારે નિર્ણય કરવાથી કોઈ હેતુ સરતો નથી. એનું કાંઈ મૂલ્ય નથી.
- સા. એમ શાથી ?
- ભ. કારણ કે તમે શરૂઆત જ ખોટી કરો છો. જે બુદ્ધિ આત્મા પાસેથી પ્રકાશ મેળવે છે, તેના વડે થયેલો આ નિર્ણય છે. બુદ્ધિની એ ધૃષ્ટતા નથી કે એ જેની પાસેથી પોતાનો થોડો પ્રકાશ મેળવે છે એના વિષયમાં નિર્ણય કરવાનું સાહસ કરે ? બુદ્ધિ ક્યારેય પણ આત્મા સુધી પહોંચી શકતી નથી, તો એ સાક્ષાત્કારની છેવટની આવસ્થાનો નિર્ણય કેવી રીતે કરી શકે ? એ તો મીણબત્તીના પ્રકાશના ધોરણે સૂર્યના મૂળ પ્રકાશનું માપ કાઢવાના પ્રયત્ન જેવું છે. સૂર્યની નજીક પહોંચતા પહેલાં મીણબત્તી ઓગળી જશે. ફક્ત કલ્પનાઓમાં રાગવા કરતાં અત્યારે અને અહીં જ તમારી અંદર રહેલા સત્યને શોધવાનો સાચા હૃદયથી પ્રયત્ન કરો. M. G. 57

હિન્દુધર્મમાં ઘણા દેવોની માન્યતા છે, એ વિષે પ્રશ્નો પૂછાતા. ખ્રિસ્તીઓ

તેમજ મુસલમાનોની જેમ હિન્દુઓ પણ એક ઈશ્વરની ઉપાસના કરે છે. અગાઉ ઈશ્વર વિષે પૂછાયેલા પ્રશ્નોમાંથી ઘણા હિન્દુઓએ પૂછ્યા હતા. તેઓ માને છે કે એક ઈશ્વર પોતાની અનેક વિભૂતિઓના રૂપમાં પ્રગટ થઈ શકે છે, તેથી અનેક દેવોને ભજે છે. છતાં કોઈ એક રૂપ કે નામથી બીજાનો નિષેધ કરતા નથી.

સા. ધર્મગ્રંથોમાં આટલા બધા દેવોનો ઉલ્લેખ કેમ થયો હશે ?

ભ. શરીર એક છે પણ એનાથી કેટલાં બધાં કામ થાય છે. બધાં કર્મોનું મૂળ એક છે. ઈશ્વર વિષે પણ એમ જ છે. T. ૩૭૧

એમ પણ પૂછાતું કે બધા દેવોનાં રહેઠાણો-સ્વર્ગો-સાચાં હશે ? આ પ્રશ્ન એવી માન્યતાના આધારે ઉત્પન્ન થાય છે કે આ ભૌતિક વિશ્વ અને પૂછનારનું શરીર અંતિમ સત્ય છે, જે ભગવાન માન્ય ન રાખતા. હંમેશની જેમ પ્રશ્ન પૂછનારને સત્યની શોધ તરફ વાળતા.

સા. ઈશ્વર કે શિવ, વિષ્ણુ અને એમનાં સ્વર્ગ - કૈલાસ, વૈકુંઠ સાચાં છે ?

ભ. તમે આ શરીરમાં નિવાસ કરો છો એ જેટલું સાચું છે એટલાં એ પણ સાચાં છે.

સા. મારો આશય એ છે કે મારા શરીરની જેમ એમનું ભૌતિક અસ્તિત્વ છે કે પછી સસલાના શીંગડાની જેમ મિથ્યા કલ્પના છે ?

ભ. તેમનું અસ્તિત્વ છે.

સા. જો એ હયાત હોય તો કોઈ જગ્યાએ હોવાં જોઈએ. તેઓ ક્યાં છે ?

ભ. તમારામાં.

સા. તો તેઓ ફક્ત મારી કલ્પના છે, જેને હું ઉત્પન્ન કરી શકું અને નિયંત્રણમાં રાખી શકું.

ભ. બધું એવું જ છે.

સા. પણ હું તો સસલાના શીંગડા જેવી જૂઠી કલ્પના પણ કરી શકું, અથવા મૃગજળ જેવું આંશિક સત્ય પણ કલ્પી શકું. જ્યારે કેટલાંક એવાં સત્યો પણ છે, જે મારી કલ્પનાથી સ્વતંત્ર હયાતી ધરાવે છે. ઈશ્વર, વિષ્ણુ વગેરે દેવો એવું અસ્તિત્વ ધરાવે છે ?

ભ. હા.

સા. ઈશ્વર કાલચક્રના અંતમાં પ્રલય થતા લય પામે છે ?

ભ. શા માટે લય પામે છે ? મનુષ્ય પણ આત્મસાક્ષાત્કાર કરી, વિશ્વના પ્રલયથી પર

- થઈ શકે છે, અને એ રીતે મુક્ત થઈ શકે છે, તો પછી મનુષ્ય કરતાં અનંતગણો જ્ઞાની અને શક્તિમાન ઈશ્વર કેમ નહીં ?
- સા. દેવોની જેમ અસુરો - રાક્ષસો પણ છે ?
- ભ. હા.
- સા. સર્વોચ્ચ દિવ્ય ચેતનાનો ખ્યાલ આપણે શી રીતે કરવો ?
- ભ. જે છે, એટલે કે સાચું અસ્તિત્વ ધરાવે છે, એ રીતે. T. 30
- ભગવાને શ્રી અરુણાયલને ઈશ્વર માની, તેમની પ્રાર્થનાના પાંચ શ્લોકો રચ્યા હતા. એ વિષે એક મુસ્લિમના પ્રશ્નો રસપ્રદ છે.*
- સા. હું અરુણાયલ પંચકનો પાઠ વારંવાર કરું છું. આપે આ પ્રાર્થના અરુણાયલેશ્વરને ઉદ્દેશીને કરી છે. આપ અદ્વૈતવાદી છો, તો ઈશ્વરને આપનાથી ભિન્ન માની કેવી રીતે સંબોધી શકો ?
- ભ. ભગવાન, ભક્ત અને પ્રાર્થના બધું આત્મા છે.
- સા. પણ આપ ઈશ્વરને સંબોધો છો. અરુણાયલ પર્વતની પરમાત્મા તરીકે પ્રાર્થના કરો છો.
- ભ. તમે આત્માને શરીર સાથે એકરૂપ ગણો છો, તો ભક્ત આત્માને અરુણાયલ સાથે તદાત્મ કેમ ન ગણી શકે ?
- સા. જો અરુણાયલ આત્મા છે, તો ઘણાં પર્વતો છે, તેમાંથી એને જ કેમ પસંદ કર્યો? પરમાત્મા સર્વત્ર છે. આપ એને અરુણાયલ કેમ ગણો છો ?
- ભ. કોણે તમને અલ્લાબાદથી અહીં આકર્ષિત કર્યા ? બીજા મુલાકાતીઓને કોણે આકર્ષ્યા ?
- સા. શ્રી ભગવાને.
- ભ. મને અહીં કોણે આકર્ષિત કર્યો ? અરુણાયલે. એ દેવશક્તિને નકારી શકાય નહીં. વળી, અરુણાયલ અંદર છે, બહાર નહીં, અરુણાયલ આત્મા છે.
- સા. ધર્મગ્રંથોમા આત્મા, પરમાત્મા વગેરે ઘણા શબ્દોનો પ્રયોગ થયો છે. તેઓની કક્ષા કઈ ?
- ભ. તેમનો પ્રયોગ કરનાર જ્ઞાનીની નજરમાં એ બધાનો એક જ અર્થ છે. પરંતુ સાંભળનાર એની કક્ષા પ્રમાણે જુદી રીતે સમજે છે.
- સા. પણ આપ એક વસ્તુ માટે જુદા જુદા શબ્દો કેમ વાપરો છો ?

ભ. એ પરિસ્થિતિ પર નિર્ભર છે. એ બધા શબ્દોનો અર્થ આત્મા છે. પર એટલે સાપેક્ષ નહીં, અથવા સાપેક્ષની પેલી પાર એટલે કે પૂર્ણ. T. 273

ભગવાન કેટલીકવાર એવાં વિધાનો કરતા, જે ઉપરછલ્લા ટીકાકારની દષ્ટિએ અજ્ઞેયવાદ કે નાસ્તિકતા લાગે, જેવું બુદ્ધના વિષયમાં બનતું આવ્યું છે, દાખલા તરીકે-  
ભ. ઈશ્વરની ચિંતા શા માટે કરો છો ? આપણે જાણતા નથી કે ઈશ્વર છે કે નહીં. પરંતુ આપણે જાણીએ છીએ કે આપણે છીએ તેથી પહેલાં તમારા પોતાના પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરો. તપાસ કરો કે તમે કોણ છો.

આ અજ્ઞેયવાદ નથી. ભગવાન પણ બુદ્ધની જેમ પૂર્ણજ્ઞાનની ભૂમિકાથી બોલતા. પ્રશ્ન કરનારની સ્થિતિમાં પોતાને મૂકીને એને સૂચવતા કે એણે પોતે જે જાણે છે તેના પર ધ્યાન કરવું જોઈએ. જેને એ ફક્ત માને છે એના પર નહીં. એ લોકોને કહેતા કે ઈશ્વર છે કે નહીં અથવા સાક્ષાત્કારમાં ઈશ્વર સાથે અભેદ થાય છે કે નહીં એ જાણવાનો પ્રયત્ન કરવાને બદલે ફક્ત આત્માને જાણવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. એ જાણ્યા પછી તેઓ બીજી વાતો પણ જાણી શકશે. એ વિષે મતાગ્રહ રાખવો નિરર્થક છે.  
સા. એક મુલાકાતીને સંભળાવવા માટે એક ભક્ત સદ્દર્શન વાંચતા હતા. એ સાંભળ્યા પછી તેણે પૂછ્યું : ૩૭મા શ્લોકમાં સાધના દરમ્યાન દ્વૈત અને છેવટે અદ્વૈત એવા નિર્દેશનો અર્થ શો ?

ભ. એ નિર્દેશ એવા લોકોને અનુલક્ષીને છે જેઓ માને છે કે આધ્યાત્મિક સાધના દ્વૈતવિચારથી શરૂ થવી જોઈએ. તેઓ કહે છે કે ઈશ્વર છે અને મનુષ્યે ત્યાં સુધી એનું પૂજન અને ધ્યાન કરવું જોઈએ જ્યાં સુધી એનું અલગ વ્યક્તિત્વ ઈશ્વરમાં ભળી જાય નહીં. બીજાઓ કહે છે કે વ્યક્તિ અને ઈશ્વર હંમેશા તિન્ન રહે છે, અને ક્યારેય એક થતા નથી. પરંતુ અંતમાં શું થશે એનો વિચાર અત્યારે કરવાની જરૂર નથી. બધા સહમત છે કે વ્યક્તિ અત્યારે હયાત છે, તેથી માણસે સૌ પહેલાં પોતાની એટલે પોતાના આત્માની શોધ કરવી જોઈએ. ત્યાર પછી પૂરતો સમય રહેશે જે દરમ્યાન વિચારી શકાશે કે જીવ ઈશ્વરનો અંશ છે, અને એ એમાં ભળી જાય છે કે જુદો રહે છે. નિર્ણયની કલ્પના પહેલેથી કરવી યોગ્ય નથી. મન ખુલ્લું રાખો. અંદર ડૂબકી લગાવો, અને આત્માને ઓળખો. તેથી સત્ય આપમેળે તમારા હૃદયમાં પ્રગટ થશે. આત્મામાં દ્વૈત છે, વિશિષ્ટાદ્વૈત છે કે અદ્વૈત છે એનો નિર્ણય પહેલેથી શા માટે કરવો જોઈએ ? એમ કરવાનો કશો અર્થ નથી, કારણે કે અત્યારે

તમારે બુદ્ધિથી નિર્ણય કરવો પડશે, અને બુદ્ધિ એનો પ્રકાશ આત્મા પાસેથી મેળવે છે. તેનો એ આંશિક, પ્રતિબિંબિત પ્રકાશ પૂર્ણ અને મૂળ પ્રકાશની ધારણા કેવી રીતે કરી શકે ? બુદ્ધિ આત્મા સુધી પહોંચતી નથી. તેથી એ એના સાચા સ્વરૂપનો નિર્ણય કેવી રીતે કરી શકે ? T. 63

એક અમેરિકન મહિલાને સમજાવતાં ભગવાને કહ્યું : આત્મા જ સત્ય છે. બીજું બધું અસત્ય છે. તમારાથી અલગ મન કે બુદ્ધિનું અસ્તિત્વ નથી. બાઈબલમાં કહ્યું છે : શાન્ત થાઓ અને જાણો કે “હું” ઈશ્વર છે. “હું છું” એ જ ઈશ્વર છે એવું જાણવા માટે કેવળ નિશ્ચલતા જરૂરી છે, પછી એમણે ઉમેર્યું : બાઈબલના બે વચનોમાં પૂરેપૂરું વેદાન્ત સમાયું છે : “હું છું તે હું છું” અને “નિશ્ચલ બનો અને જાણો કે હું છું એ ઈશ્વર છે.” T. 338

આત્માન્વેષણ અઘરું લાગે એમને માટે ભગવાન ઈશ્વર ભજન અને આત્મ-સમર્પણની ભલામણ કરતા.

સા. ધ્યાન દરમ્યાન આપણે શું વિચારવું જોઈએ ?  
ભ. ધ્યાન શું છે ? વિચારોનો નિરોધ કે મોકૂફી. તમે એક પછી એક આવતા વિચારોને લીધે વિક્ષિપ્ત થાઓ છો. એક વિચારને વળગી રહો જેથી બીજા બધા દૂર રહે. નિરંતર અભ્યાસથી મનને બળ મળે છે. તેથી એ ધ્યાનમાં સ્થિર રહી શકે છે. સાધકની પ્રગતિની કક્ષા મુજબ ધ્યાનના સ્વરૂપમાં ફેરફાર થાય છે. જો તે ખરેખર યોગ્ય હોય તો સીધો જ વિચાર કરનારને વળગી રહી શકે છે, અને એ એના મૂળમાં આપમેળે ડૂબી જશે. શુદ્ધ ચૈતન્ય એ મૂળ છે. જો સાધક સીધો જ વિચાર કરનારને વળગી ન શકે તો એણે ઈશ્વરનું ધ્યાન કરવું જોઈએ. એનાથી યોગ્ય સમયે એ જ સાધક પૂરતા પ્રમાણમાં શુદ્ધ થઈ, વિચારકને વળગી રહી શકશે અને પૂર્ણ સત્તામાં ડૂબી શકશે. T. 453

જો સાધક ભક્તિ માર્ગ સ્વીકારે તો ભગવાન પૂર્ણ શરણાગતિની અપેક્ષા રાખતા.

સા. ઈશ્વરનાં અવ્યક્ત અને વ્યક્ત એવાં બે રૂપ વર્ણવવામા આવે છે. વ્યક્તમાં જગતને એમના ભાગ તરીકે સ્વીકારવામાં આવે છે. જો આ વાત સાચી હોય તો વિશ્વરૂપ ઈશ્વરને આપણે સહેલાઈથી જાણી શકીએ, કેમ કે આપણે પણ વિશ્વના એક ભાગ છીએ.

- ભ. ઈશ્વર કે વિશ્વના સ્વરૂપને જાણતાં પહેલાં તમે પોતાને જાણો.
- સા. મને પોતાને જાણવો એ ઈશ્વરને જાણવા બરોબર છે ?
- ભ. હા, ઈશ્વર તમારામાં છે.
- સા. તો પછી, ઈશ્વરને એટલે કે મને પોતાને જાણવામાં અડચણ શી છે ?
- ભ. તમારું ભમતુ મન અને વિકૃત જીવન વ્યવહાર.
- સા. હું તો નિર્બળ પ્રાણી છું, પણ મારામાં રહેલા ઈશ્વરની શક્તિ કેમ બધી અડચણો દૂર નથી કરતી.
- ભ. તમારી અભીપ્સા સાચી હશે તો એ અવશ્ય કરશે.
- સા. ઈશ શક્તિ મારામાં અભીપ્સા કેમ જગાડતી નથી ?
- ભ. તો તમારે ઈશશક્તિની શરણાગતિ સ્વીકારવી જોઈએ.
- સા. હું આત્મસમર્પણ કરું, તો પ્રાર્થનાની જરૂર ખરી ?
- ભ. આત્મ-સમર્પણ સમર્થ પ્રાર્થના છે.
- સા. પણ શરણાગત થતાં પહેલાં ઈશ્વરના સ્વરૂપને જાણવું જરૂરી નથી ?
- ભ. તમે ઈચ્છતા હો કે જે કંઈ જરૂરી છે એ ઈશ્વર કરે તો તમને પોતાને એને સોંપી દો. અથવા ઈશ્વરને રહેવા દો અને તમને પોતાને જાણો. M.G. 55
- જો શરણાગતિ સાચી હોય તો કોઈ ફરિયાદ કે હતાશા ન હોઈ શકે.
- સા. અમે દુન્યવી જીવો છીએ, કોઈ ને કોઈ શોક કે ચિંતાથી ગ્રસ્ત છીએ. અમે એને દૂર કરી શકતા નથી. અમે એ માટે ઈશ્વરને પ્રાર્થાએ છીએ, છતાં અમને સંતોષ થતો નથી. અમારે શું કરવું ?
- ભ. ઈશ્વરમાં પૂરી શ્રદ્ધા રાખો.
- સા. અમે શરણાગત થઈએ છીએ છતાં મદદ મળતી નથી.
- ભ. શરણાગતિનો અર્થ છે, ઈશ્વરેચ્છાનો સ્વીકાર. તમને ગમે એવું ન બને તો તમારે ફરિયાદ ન કરવી જોઈએ. અત્યારે જણાય છે એ કરતા સ્થિતિ બદલાતી જણાશે. દુઃખ ઘણીવાર માણસને ઈશ્વરમાં શ્રદ્ધા રાખવા તરફ દોરી જાય છે.
- સા. પણ અમે દુન્યવી માણસો છીએ. અમારે પત્ની, બાળકો, મિત્રો અને સંબંધીઓ છે. એમને અવગણીને તેમજ વ્યક્તિત્વનો થોડો અંશ રહેવા દીધા વિના, પૂર્ણ આત્મસમર્પણ કરી શકીએ નહીં.

ભ. એનો અર્થ એ કે તમે ખરેખર આત્મસમર્પણ કર્યું નથી. તમારે ફક્ત ઈશ્વરમાં વિશ્વાસ રાખવો જરૂરી છે. T. 43

ભક્તિમાર્ગના અનુયાયીએ બધું ઈશ્વરને સોંપી દેવું જોઈએ :-

ભ. ઈશ્વર જગતનો ભાર વહે છે. નકલી અહંકાર પોતે ભાર વહેવાનો દેખાવ કરે છે, એ મંદિરના ગોપુરમ્માં શિલ્પીએ કોતરેલી આકૃતિ જેવો છે. એ જાણે કે ઊંચા બુરજનો ભાર ઊંચકતો હોય એમ જણાય છે. યાત્રી પોતાના સામાનને ગાડામાં મૂકવાને બદલે, જે ખરેખર ભાર વહે છે, પોતાના માથા પર મૂકે તો એમાં વાંક કોનો ? F.V.S. 17

સાક્ષાત્કારની બાબતમાં પણ એવી અધીરાઈ ન ચાલે. એવી વિટંબણામાં પડેલા એક સાધકને ભગવાને કહ્યું :-

ભ. ઈશ્વરને આત્મસમર્પણ કરો. એ તમને દર્શન આપે કે ન આપે, એની ઈચ્છાને માથે ચડાવો. એની પ્રસન્નતાની રાહ જુઓ. તમને જે પસંદ હોય એ એને કરવાનું કહો એ શરણાગતિ નહીં, હુકમ થયો. તમે એને આજ્ઞાંકિત થવાનું કહો અને સાથે સાથે આત્મસમર્પણ કર્યું છે એવું વિચારી ન શકો. તમારે માટે શું સારું છે એ ઈશ્વર જાણે છે, અને એ કેમ અને ક્યારે કરવું એ પણ જાણે છે. બધું પૂર્ણપણે એને સોંપી દો. તમારે હવે કોઈ ફિક્કર કરવાની નથી.

દુન્યવી વસ્તુઓ માટેની આજીજી જો પ્રાર્થનામાં હોય તો એ ઈશ્વરમાં શ્રદ્ધા ન હોવાનો પુરાવો છે. ભગવાન સામાન્યપણે એવી પ્રાર્થનાને પ્રોત્સાહન ન આપતા.

ભ. લોકો પ્રાર્થના કરે છે અને અંતમાં કહે છે “તારી ઈચ્છા પ્રમાણે થાઓ.” બધું એની ઈચ્છા મુજબ થતું હોય તો તેઓ શા માટે પ્રાર્થના કરે છે ?

એ સાચું છે કે ઈશ્વરેચ્છા હંમેશા અને બધી પરિસ્થિતિઓમાં પ્રવર્તે છે. માણસ પોતાની મેળે કશું કરી શકતો નથી. ઈશ્વરેચ્છાની પ્રબળ શક્તિને પિછાણો અને મૌન રહો. ઈશ્વર દરેકની સંભાળ રાખે છે. એણે બધાને ઉત્પન્ન કર્યા છે. તમે બે અબજમાં એક છો. જો એ આટલા બધાની સંભાળ રાખે છે, તો તમને બાકાત રાખશે ? સામાન્ય બુદ્ધિને પણ સમજાય છે કે માણસે ઈશ્વરેચ્છાનો સ્વીકાર કરવો પડે છે. તમારી જરૂરિયાતો વિષે એને કાંઈ કહેવાની જરૂર નથી, કેમ કે એ જાણે છે, એ જરૂર એમની તજવીજ કરશે. T. 549

બીજા પ્રસંગોએ ભગવાન પ્રાર્થનાની શક્તિની અસરકારકતાનું સમર્થન

કરતા. બીજી બાબતોની જેમ આ વિષયમાં પણ તેઓ એવું દૃષ્ટિબિંદુ રજૂ કરતા, જે પ્રશ્ન કરનારની આધ્યાત્મિક પ્રગતિમાં મદદગાર બને.

સા. આપણી પ્રાર્થનાઓ મંજૂર થાય છે ?

ભ. હા. પ્રાર્થના સ્વીકારાય છે. કોઈપણ વિચાર નિષ્ફળ જતો નથી. યોગ્ય સમયે દરેક વિચાર પોતાની અસર ઉત્પન્ન કરે છે. વિચારની શક્તિ કદી નકામી જતી નથી. D.D. 230

આગળ સ્પષ્ટ થશે કે ભગવાનનો આ અણસાર સાકાર ઈશ્વર તરફથી મળતા અંગત જવાબ કરતાં, ઘણા વિશાળ કુદરતી નિયમ તરફ સંકેત કરે છે. વિચારોની સારાં કે નરસાં પરિણામો ઉત્પન્ન કરવાની - વિચાર કરનાર પર વિચારની પ્રતિક્રિયા ઉત્પન્ન કરવાની શક્તિના સામાન્ય નિયમનો એ નિર્દેશ કરે છે. આ નિયમની સમજણમાં કર્મ કરતાં જરાય ઉતરતી નહીં એવી વિચારની મોટી જવાબદારીની સ્વીકૃતિ સમાયેલી છે. કાઈસ્તે પણ કહ્યું હતું કે કોઈ સ્ત્રી તરફ કુદૃષ્ટિ કરવી એ તેની સાથે વ્યભિચાર કરવા બરોબર પાપ છે. નીચેનો ફકરો દર્શાવે છે કે ભગવાનનો આ ઉપદેશ ઈશ્વરની માનવરૂપમાં કરવામાં આવતી કલ્પનાથી કેટલો ભિન્ન છે.

ભ. ઊગતા સૂર્યની ઈચ્છા, નિર્ધાર કે પ્રયત્ન વિના ફક્ત તેના કિરણોના સાન્નિધ્યમાં અંતર્ગોળ કાચ ગરમી પેદા કરે છે, કમળ ખીલે છે, પાણીની વરાળ થાય છે, અને બધા લોકો પોતપોતાના કામમાં લાગી જાય છે. લોહચુંબક નજીક હોય ત્યારે સોય ખેંચાય છે. એ રીતે પરમેશ્વરના સાન્નિધ્ય માત્રથી સૃષ્ટિ, સ્થિતિ અને સંહારના ત્રિવિધ ક્રમમાં પડેલો જીવ તેના પ્રારબ્ધ પ્રમાણે તેનાં નિયત કર્મ કરે છે. અને પછી નિશ્ચેષ્ટ બની વિશ્રામ અનુભવે છે. આમાં પરમેશ્વરનો કોઈ પૂર્વ નિર્ધાર હોતો નથી. કોઈપણ કર્મ કે ઘટના એની સત્તાના છેડાને પણ સ્પર્શતાં નથી. એની આવી નિર્દોષ નિર્લેપતાને સૂર્ય અને પ્રાણીઓનાં કર્મ સાથે, અથવા સર્વવ્યાપક છતાં નિર્લેપ આકાશ અને એમાં વાયુ, અગ્નિ, જળ અને પૃથ્વીના ગુણોની પરસ્પર ક્રિયા-પ્રતિક્રિયા સાથે સરખાવી શકાય. W. 17

## ધર્મો

અગાઉના વિભાગમાં જણાવ્યા પ્રમાણે એક હકીકત સ્પષ્ટ થઈ હશે કે



ભગવાનનો ઉપદેશ કોઈ ધર્મથી વિરુદ્ધ નથી. કોઈ તત્ત્વચિંતક કે ધર્મગુરુ જીવ ઈશ્વરથી હંમેશા જુદો છે કે નહીં એ વિષે દલીલ કરવા માગે તો ભગવાન એની સાથે ચર્ચામાં ઉતરતા નહીં, પણ એને અભ્યાસ તરફ વાળતા. આનો દાખલો આપણે જેસુઆઈટ પાદરીના કિસ્સામાં જોયો. જ્યારે સાક્ષાત્કાર થશે એટલે એ વિષયનું જ્ઞાન થશે. સાક્ષાત્કારના અભાવમાં સૈદ્ધાન્તિક જ્ઞાન કોઈ રીતે મદદરૂપ બની શકે નહીં.

નિશ્ચિતપણે કહીએ તો ભગવાન હિન્દુ ન હતા કે હિન્દુધર્મની ઉપાસના પદ્ધતિથી બંધાયેલા ન હતા. હિન્દુ ધર્મ પ્રમાણે જે પુરુષ આત્મા સાથે નિરંતર, સભાન તાદાત્મ્ય અનુભવે છે એ સર્વ ધર્મોથી પર છે. એ અધ્યાત્મપર્વતનું સર્વોચ્ચ શિખર છે. જેની તરફ બધા માર્ગો દોરી જાય છે. ભગવાનના ઘણા અનુયાયીઓ હિન્દુ, મુસ્લિમ, ખ્રિસ્તી, પારસી અને બીજા ધર્મોના હતા. એમાંથી એકને પણ પોતાનો ધર્મ બદલવાની ભલામણ કરવામાં આવી ન હતી.

કોઈપણ ધર્મ સર્વસાધારણ અને વિશિષ્ટ એમ બે પ્રકારનાં કર્મ ઉપદેશે છે. સર્વસાધારણ માટેના નિયત કર્મ વ્યક્તિ અને સમાજના જીવનનું નિયમન કરી સંવાદિતા આણે છે. એ એમની માન્યતા અને નૈતિકતા સાથે સુસંગત હોય છે, અને સારા જીવનની પ્રેરણા અને તક પૂરી પાડે છે, તેમજ મરણોત્તર સદ્ગતિ અપાવે છે. વિશેષ પાત્રતાવાળા પુરુષો-સ્ત્રીઓ માટે એ આ જીવન દરમ્યાન અધ્યાત્મની ઉચ્ચ ભૂમિકાઓ મેળવતા જઈ, પરમ સત્યને પામવાનો માર્ગ દર્શાવે છે. સર્વસાધારણ જીવનને સ્પર્શતી બાબતોમાં ધર્મો પરસ્પર વિરોધાભાસી હોય તેમ જણાય છે, પણ ખરેખર વિરોધી હોતા નથી. ભગવાન બધા ધર્મોના વિશિષ્ટ વર્ગ સાથે સંકળાયેલા હતા. આ વર્ગ સાક્ષાત્કારના માર્ગો સાથે સંબંધ ધરાવતો હોય છે. તેથી તેમનો ઉપદેશ કોઈ ધર્મ સાથે સંઘર્ષમાં આવતો નથી. તેઓ એવા સાધકોનું માર્ગદર્શન કરતા જે ભગવાને દર્શાવેલા આત્માનુસંધાનના સીધા માર્ગનું અનુસરણ કરવા તત્પર હતા. કોઈપણ ધર્મ આ માટે પાયારૂપ બની શકે છે. ભગવાન બધા ધર્મોને માન્ય રાખતા. જે લોકો કોઈપણ પ્રચલિત ધર્મનું અનુસરણ ન કરતા, એમને તેઓ કોઈ દબાણ ન કરતા. જ્યારે જુદા જુદા ધર્મો અને સાધના પદ્ધતિઓ વિષે પ્રશ્ન પૂછાતા, ત્યારે તેઓ એમનાં ઊંડા સત્યો અને રહસ્યો પ્રગટ કરતા, અને બધા ધર્મોની પાયાની એકરૂપતા દર્શાવતા.

સા. યોગ શું છે ?

- ભ. જે વિયોગની અવસ્થામાં છે અને માટે યોગ જરૂરી છે. પણ ખરેખર આત્મા એક છે. જો તમે એને જાણો તો વિયોગ રહેશે નહીં.
- સા. ગંગાસ્નાન અસરકારક છે ?
- ભ. તમારી અંદર ગંગા છે. એમાં સ્નાન કરો. એ તમને ઠંડીથી ધ્રુજાવશે નહીં.
- સા. અમારે કોઈવાર ભગવદ્ગીતા વાંચવી જોઈએ ?
- ભ. હંમેશા.
- સા. અમે બાયબલ વાંચી શકીએ ?
- ભ. ગીતા અને બાયબલ સમાન છે.
- સા. બાયબલ કહે છે કે મનુષ્ય પાપમાં જન્મ્યો છે.
- ભ. મનુષ્ય અવસ્થા પાપ છે. ગાઢ નિદ્રામાં મનુષ્ય હોવાની લાગણી નથી. દેહ વિચાર પોતાની સાથે પાપ લાવે છે. વિચારનો જન્મ પાપ છે.
- સા. બાયબલ કહે છે કે મનુષ્યનો આત્મા નષ્ટ થઈ શકે છે.
- ભ. અહંવિચાર અહંકાર છે. એ નષ્ટ થાય છે. ખરો હું તો “હું છું તે છું” છે. T.

164

ખ્રિસ્તીઓના ત્રિપુટીના સિદ્ધાન્તને તેઓ આ રીતે સમજાવતાં. પિતા પરમેશ્વરની સમકક્ષ છે. પુત્ર ગુરુની સમકક્ષ છે. પવિત્ર પ્રેત આત્મા છે. “**ઈશ્વરો ગુરુરાત્મેતિ મૂર્તિભેદવિભાગિને, વ્યોમ વદ્ વ્યાપ્ત દેહાય, દક્ષિણામૂર્તયે નમઃ**” નો અર્થ છે : ઈશ્વર કે પિતા ભક્તો સમક્ષ ગુરુ કે પુત્રરૂપમાં પ્રગટ થાય છે, એ એમને આત્માની વ્યાપકતા સમજાવે છે. આનો અર્થ એ કે ઈશ્વર પિતા - જીવન્તત્ત્વ છે. જે સર્વત્ર વ્યાપ્ત છે. અને આત્માનો સાક્ષાત્કાર ઈશ્વર સાક્ષાત્કાર બરાબર છે.

હિન્દુ કે અન્ય ધર્મોમાં વર્ણવેલા સ્વર્ગથી સંતુષ્ટ થવાના તેઓ વિરોધી હતા. કારણ કે જ્યાં સુધી આકાર છે ત્યાં સુધી દ્રષ્ટા, દર્શન અને દેશ્ય એમ ત્રણ રહે છે, એક આત્મા નહીં.

- સા. સેન્ટ ટેરેસાનો આધ્યાત્મિક અનુભવ “પ્રબુદ્ધ - ભારત” ના માર્યના અંકમાં ટૂંકમાં આપેલો છે. એ મેડોનાના આકારની ભક્ત હતી, અને એ આકાર એની સમક્ષ જીવન્ત બનતો, અને એ આનંદમગ્ન બની જતી, એ શક્તિપાત જેવું કાંઈ હશે ?

- ભ. જીવન્ત બનતી મૂર્તિ ધ્યાનની શક્તિ અને ઊંડાણ બતાવે છે. શક્તિપાત મનને અન્તર્મુખ બનવા માટે તૈયાર કરે છે. પોતાની છાયા ઉપર મનને કેન્દ્રિત કરવાની પણ એક પદ્ધતિ છે. તેમાં સમય જતાં છાયા જીવન્ત બને છે અને પ્રશ્નોના જવાબ આપે છે. એવું મનની શક્તિ કે ધ્યાનના ઊંડાણના કારણે બને છે. જે કાંઈ બાહ્ય છે, એ અલ્પકાલીન છે. આવાં દર્શન થોડા વખત માટે આનંદ ઉપજાવે છે, પણ સ્થાયી શાંતિ નથી આપતાં. શાંતિની પ્રાપ્તિ કેવળ અવિદ્યા - આત્માના અજ્ઞાન-ના નિવારણથી જ થાય. T. 393
- સા. આપણે ઈશ્વરને એના સાકાર સ્વરૂપમાં જોઈ શકીએ ?
- ભ. હા. ઈશ્વરને મનમાં જોઈ શકાય. સાકારરૂપ પણ ફક્ત ભક્તના મનમાં જ દેખાય છે. ઈશ્વરનો જે આકાર દેખાય છે એ ભક્તનું મન નક્કી કરે છે. પણ એ છેવટનો અનુભવ નથી. એમાં દ્વૈતની અનુભૂતિ છે. એ માનસિક દર્શન કે સ્વપ્ન જેવું છે. એ રીતે જ્યારે ઈશ્વરનાં દર્શન થાય, ત્યાર પછી આત્માન્વેષણ શરૂ થાય છે. જે આત્મસાક્ષાત્કાર તરફ દોરી જાય છે. આત્માન્વેષણ અધ્યાત્મમાર્ગનો છેવટનો તબક્કો છે. T. 251.
- કેટલીવાર ભગવાનના જવાબ સૂત્રરૂપ અને ગહન હતા. એમાં પણ એ જ પરમ સત્ય જોવા મળે છે. એમનું ખૂંચે એવું રૂપ પ્રશ્ન કરનારની આક્રમક રીતનું પ્રતિબિંબ છે.
- પ્ર. બધા ધર્મોમાં શ્રેષ્ઠ કયો ? ભગવાનની પદ્ધતિ કઈ છે ?
- ભ. બધા ધર્મો અને પદ્ધતિઓ સમાન છે.
- પ્ર. પણ મુક્તિ માટે ઘણી પદ્ધતિઓ ઉપદેશેલી છે.
- ભ. તમારે મુક્તિ શા માટે મેળવવી જોઈએ ? અત્યારે તમે જેવા છો એવા કેમ ન રહી શકો ?
- પ્ર. મારે દુઃખમાંથી છૂટવું છે. દુઃખમાંથી છૂટકારો એટલે મુક્તિ.
- ભ. એ વાત બધા ધર્મો શીખવે છે.
- પ્ર. પણ એની પદ્ધતિ કઈ ?
- ભ. તમે જે રસ્તે આવ્યા એ રસ્તે પાછા જાઓ, (સરખાવો : “માતાના ગર્ભમાં પાછા ફરી, પુનર્જન્મ પામો.” - ક્રાઈસ્ટ)
- પ્ર. હું ક્યાંથી આવ્યો છું ?

- ભ. ફક્ત એટલું જ તમારે શોધી કાઢવાનું છે. તમે ઊંઘતા હતા ત્યારે આવા પ્રશ્નો થતા હતા ? છતાં ત્યારે તમે હતા. તમે અત્યારે છો એ જ ન હતા ?
- પ્ર. હા. નિદ્રા દરમ્યાન હું હતો. મન પણ હતું. છતાં ઈન્દ્રિયો લીન થયેલી હોવાથી બોલી શકતો ન હતો.
- ભ. તમે મન છો ? વ્યક્તિ છો ? તમે સૂતા હતા ત્યારે મન તમારી સમક્ષ પોતાની જાહેરાત કરતું હતું ?
- પ્ર. ના. પણ ધર્મગ્રંથો કહે છે કે વ્યક્તિત્વ ઈશ્વરથી ભિન્ન છે.
- ભ. ઈશ્વરની વાત જવા દો. તમારા વિષે બોલો.
- પ્ર. મારા વિષે ? હું કોણ છું ?
- ભ. બસ, એ તમારે શોધી કાઢવાનું છે. પછી તમે બીજું બધું જાણી શકશો. જો ત્યારે પણ ન જાણી શકો તો પણ ઘણો સમય રહેશે. એટલે પૂછી શકશો.
- પ્ર. જ્યારે હું જાગું છું ત્યારે જગત જોઉં છું, જરાય બદલાયેલો હોતો નથી.
- ભ. તમે જ્યારે સૂતા હો છો ત્યારે જગત જોતા નથી. છતાં એ બંને અવસ્થાઓમાં તમે હયાત છો. અત્યારે કોણ બદલાયું છે ? બદલાતા રહેવું તમારો સ્વભાવ છે કે ન બદલાવું એ ?
- પ્ર. તેનું પ્રમાણ શું ?
- ભ. માણસ પોતાની સત્તા માટે પુરાવાની અપેક્ષા રાખે રાખે છે ? ફક્ત તમારા વિષે સભાન રહો, એટલે બીજું બધું જાણી શકાશે.
- પ્ર. તો પછી દ્વૈતવાદી અને એદ્વૈતવાદી શા માટે ઝઘડતા હશે ?
- ભ. જો દરેક માણસ આત્મશોધનું પોતાનું કર્તવ્ય બજાવે તો ઝઘડા રહેશે નહીં. T. 479  
આધ્યાત્મિક અનુભવની અભિવ્યક્તિ જુદી હોઈ શકે, કારણ કે નિરાકારને કોઈ આકાર આપવો પડે છે, ત્યાર પછી જ એને વ્યક્ત કરી શકાય. પણ તાત્ત્વિક રીતે એ બધા સરખા હોય છે.
- સા. ઉચ્ચતમ અવસ્થાનો અનુભવ બધા માટે સરખો હોય છે કે ભિન્ન ?
- ભ. ઉચ્ચતમ અવસ્થા અને એનો અનુભવ સમાન હોય છે.
- સા. પણ સત્યના અર્થઘટનમાં તફાવત જોવા મળે છે.

- ભ. અર્થઘટન મનથી થાય છે. મન જુદાં જુદાં છે. તેથી અર્થઘટન પણ ભિન્ન હોય છે.  
 સા. મારો આશય એ છે કે સત્યના દ્રષ્ટાઓની અભિવ્યક્તિ ભિન્ન હોય છે.  
 ભ. એમની અભિવ્યક્તિનો પ્રકાર ભિન્ન હોઈ શકે, કારણ કે તેઓ ભિન્ન પ્રકૃતિના સાધકોના માર્ગદર્શન માટે બોલતા હોય છે.  
 સા. કોઈ ખ્રિસ્તી મત પ્રમાણે, કોઈ ઈસ્લામ પ્રમાણે, કોઈ બૌદ્ધ પ્રમાણે વાત કરે છે. આવો ભેદ એમના શિક્ષણના કારણે હશે ?  
 ભ. તેમનું શિક્ષણ ગમે તે પ્રકારનું હોય, તેમનો અનુભવ સમાન હોય છે. ફક્ત પરિસ્થિતિ પ્રમાણે અભિવ્યક્તિ ભિન્ન હોય છે. T. 595

આ જ વાત એક ધર્મના વિભિન્ન પંથો વિષે પણ સાચી છે.

- સા. જુદા જુદા આચાર્યોએ જુદા જુદા મતો સ્થાપ્યા છે. જુદાં જુદાં સત્યો જાહેર કર્યા છે, અને લોકોને ગૂંચવ્યા છે. એમ શાથી ?  
 ભ. તેઓએ એક જ સત્યનો જુદા જુદા દૃષ્ટિકોણથી ઉપદેશ કર્યો છે. આમ કરવું જુદી જુદી રીતે ઘડાયેલા મનવાળા લોકોની જરૂરત પ્રમાણે આવશ્યક બને છે. પણ બધા એક સરખા સત્યને પ્રગટ કરે છે.  
 સા. તેઓએ જુદા જુદા માર્ગો પ્રબોધ્યા છે. લોકોએ કયો માર્ગ અનુસરવો ?  
 ભ. તમે કોઈ એક જગ્યાએ છો અને આત્મા કોઈ બીજી જગ્યાએ છે એમ માની તમે માર્ગોની વાત કરો છો, જાણે તમારે ચાલીને એની પાસે પહોંચવાનું હોય. પણ સાચી વાત એ છે કે આત્મા હમણાં અને અહીં હાજર છે. તમે હંમેશા આત્મા જ છો. આ તો રમણાશ્રમમાં રહીને એનો માર્ગ પૂછવા જેવી વાત છે. અને તમે ફરિયાદ કરો છો કે બધા જુદો માર્ગ બતાવે છે, અને પૂછો છો કે તમારે કયા માર્ગનું અનુસરણ કરવું. D.D. 233

ભગવાન બધા ધર્મો સાચા છે એમ કહેતા. સાથે સાથે લોકોને એ બધાથી પર જવાનું કહેતા. 'એ સર્ચ ઈન સિક્રેટ ઈન્ડિયા'ના લેખક પોલ બ્રન્ટને સ્વર્ગ-નરક વિષે પૂછ્યું :

- સા. ધર્મો દેવો, સ્વર્ગ, નરક વગેરેની વાતો કેમ કરતા હશે ?  
 ભ. લોકોને એમ સમજાવવા કે એ બધાં આ જગતની સમકક્ષ છે, અને આત્મા એક જ સત્ય છે. ધર્મોનો ભેદ સાધકોના દૃષ્ટિબિંદુ પ્રમાણે હોય છે. દાખલા તરીકે, ભગવદ્ગીતામાં આવો પ્રસંગ આવે છે. જ્યારે અર્જુને કહ્યું કે રાજ્યલોભથી હું

સગાંસંબંધીઓને નહીં મારું, ત્યારે શ્રી કૃષ્ણે સમજાવ્યું કે હું, તું, અને આ બધા રાજાઓ પહેલાં ન હતા એવું નથી. હવે પછી આપણે બધા નહીં હોઈએ એવું પણ નથી. આત્મા નિત્ય છે, એ જન્મતો કે મરતો નથી. ભૂતકાળમાં જન્મ્યો હતો કે ભવિષ્યમાં જન્મશે એવું પણ નથી. પછી વિષયને આગળ વધારતાં એમણે કહ્યું કે આ યોગનું જ્ઞાન અગાઉ મેં સૂર્યને આપ્યું હતું. સૂર્યે મનુને અને મનુએ ઈક્ષ્વાકુને આપ્યું હતું. ત્યારે અર્જુને પૂછ્યું કે તમે થોડાં વર્ષો પહેલાં જન્મ્યા હતા અને સૂર્ય, ઈક્ષ્વાકુ વગેરે યુગો પહેલાં થઈ ગયા, તો આવું કેવી રીતે બની શકે ? ત્યારે શ્રીકૃષ્ણે અર્જુનના દૃષ્ટિકોણ પ્રમાણે કહ્યું કે હા, તારા અને મારા ઘણાં જન્મો થઈ ગયા. એ બધાને હું જાણું છું, તું જાણતો નથી. આવાં વિધાનો વિરોધાભાસી જણાય છે, પણ સાંભળનારના દૃષ્ટિકોણ પ્રમાણે સાચાં છે. જિસસ ક્રાઈસ્ટે પણ કહ્યું હતું : અબ્રાહમ હતો એ પહેલાં હું છું. T. 145

સા. ધર્મ ચર્ચામાં આવાં વર્ણનોનો શો હેતુ છે ?

ભ. ફક્ત આત્મા સત્ય છે એમ પ્રસ્થાપિત કરવાનો.

સા. ભગવાન હંમેશા ઉચ્ચતમ ધોરણે જ બોલતા હોય છે ?

ભ. (સ્મિત કરતાં) લોકો સ્પષ્ટ અને સાદા સત્યને સમજતા નથી. સત્ય એમનો રોજનો સર્વદા વર્તમાન, સનાતન અનુભવ છે. એ અનુભવ પોતાના આત્માનો છે. કોઈ મનુષ્ય આત્મા વિષે સભાન ન હોય એવો છે ખરો ? છતાં લોકોને એના વિષે સાંભળવું ગમતું નથી. જ્યારે પરલોકમાં શું છે ? સ્વર્ગ, નરક, પુનર્જન્મ વગેરે શું છે ? એ જાણવા તેઓ આતુર છે, કારણ કે તેઓ રહસ્ય પસંદ કરે છે. સીધા, દેખીતા સત્યને નહીં. ધર્મો તેમને આત્મા તરફ વાળવા માટે, શરૂઆતમાં એમની રહસ્યપ્રિયતાને પંપાળે છે. તમે ગમે એટલું પરિભ્રમણ કરો, છેવટે તમારે આત્મા તરફ પાછા વળવું પડશે. તો પછી અત્યારે અને અહીં આત્મામાં સ્થિતિ કેમ કરતા નથી. T. 145

અગાઉ ગીતા અને બાયબલ નિરંતર વાંચવા જોઈએ એવું કહ્યું છે. બીજા પ્રસંગોએ કહેવામાં આવતું કે છેવટે બધા ધર્મગ્રંથોનું વિસ્મરણ થવું જરૂરી છે.

ભ. બધા ધર્મગ્રંથો એમ ઉપદેશવા માટે છે કે માણસે પોતાના અસલી મૂળ તરફ પાછા પગલાં કરવાં જોઈએ. એણે કાંઈ નવું મેળવવાનું નથી, ફક્ત ખોટા ખ્યાલો અને નકામા વળગણો છોડવાનાં છે. આમ કરવાને બદલે એ કોઈ વિચિત્ર અને

રહસ્યમય વસ્તુ જાણવા માગે છે, કારણ કે એ માને છે કે એનું સુખ કોઈ બીજી જગ્યાએ રહેલું છે. બસ, એ જ ભૂલ છે. T. 252

એકપણ અપવાદ વિના, બધા ધર્મો કહે છે કે મુક્તિ માટે મનને કેળવી, વશ કરી, જીતવું જરૂરી છે. એકવાર માણસ એમ જાણી લે કે મનનો સંયમ બધા ધર્મગ્રંથોનું લક્ષ્ય છે, પછી એમનું વારંવાર અધ્યયન કરવું નિરર્થક છે. અને મનના સંયમ માટે હું કોણ અને ક્યાંથી ? એવી પોતાની અંદર શોધ ચલાવવી જરૂરી છે. આવી શોધ ધર્મગ્રંથોમાં કેવી રીતે થઈ શકે ? W. 23

માણસે જ્ઞાનચક્ષુથી આત્માને જોવાનો-ઓળખવાનો છે. રામ પોતાને રામ તરીકે ઓળખવા માટે દર્પણમાં જુએ છે ? W. 20

“હું” એ શબ્દ જેનો બોધ કરાવે છે એ પાંચ કોશની અંદર છે. ધર્મગ્રંથો પાંચ કોશથી બહાર છે. તેથી આત્માને મેળવવા કશો વિચાર કર્યા વગર પાંચ કોશોને અનાત્મા ગણી ત્યજવા જરૂરી છે, તો પછી ધર્મગ્રંથોમાં એને ખોળ્યે જવો એ નિરર્થક શ્રમ છે. W. 23

જે બંધનમાં છે એ “હું” કોણ છે, એવી શોધ કરી, પોતાના સાચા સ્વરૂપને જાણવું એ જ મુક્તિ છે. મનને અંતર્મુખ કરી, આત્મામાં સ્થિતિ કરવી એ આત્માન્વેષણ છે. આત્મા સચ્ચિદાનંદ છે એવું તત્પરતાપૂર્વક નિદિધ્યાસન-ઉંડું ચિંતન કરવું એ ધ્યાન છે. W. 27

ખરેખર એક વખત એવો આવશે જ્યારે બધું ભણેલું ભૂલી જવું પડશે. W. 23

આત્માજ્ઞાની પુરુષ તત્-તે-સ્વરૂપે વિલસે છે જેનું ધર્મગ્રંથોમાં જણાવેલા બધાં વિશેષણો વર્ણન કરે છે. તેથી એને માટે બધા ધર્મગ્રંથો નિરૂપયોગી છે. S. I. 4, 9.

## સિદ્ધાન્તથી અભ્યાસ તરફ

ગયા અધ્યાયમાં દર્શાવાયું એમ ભગવાન સિદ્ધાન્તનો ઉપદેશ ફક્ત અભ્યાસના પાયા તરીકેનો હેતુ પાર પાડવા કરતા. અભ્યાસની આવશ્યકતાનો મુદ્દો નિયતિ અને સ્વતંત્ર ઈચ્છાશક્તિના પ્રશ્ન સાથે સંકળાયેલો હતો. કારણ કે એવા પણ લોકો હતા જે એમ પૂછતાં કે જો બધું પૂર્વનિર્ધારિત હોય તો અમારે પ્રયત્ન શા માટે કરવો ? બધા ગમે તે રીતે આખરે પોતાના મૂળ તરફ જવાના જ હોય તો પ્રયત્નની શી જરૂર ?

સા. બંગાળના એક મુલાકાતીએ પૂછ્યું : શ્રી શંકરાચાર્યે કહ્યું છે કે આપણે બધા મુક્ત છીએ. આપણે બધા તણખો અગ્નિમાં ભળે એમ, જ્યાંથી આવ્યા છીએ એ ઈશ્વરમાં પાછા વિલીન થવાના છીએ, તો પછી આપણે બધા પ્રકારનાં પાપ કેમ ન કરવાં ?

ભગવાનનો જવાબ સ્પષ્ટ કરે છે કે પ્રશ્નમાં જે નિત્યમુક્ત કહેવાયો છે એ અહંકાર નથી, આત્મા છે.

ભ. એ સાચું છે કે આપણે બધા બંધનમાં નથી, એટલે કે સાચા આત્માને કોઈ બંધન નથી. એ પણ સાચું કે તમે તમારા મૂળસ્ત્રોતમાં આખરે વિલીન થશો. પણ એ દરમ્યાન તમે જેને પાપ કહો છો તે આચરશો તો તેનાં પરિણામ ભોગવવાં પડશે, એમાંથી તમે છટકી ન શકો. કોઈ તમને માર મારે, ત્યારે તમે એમ કહેશો ખરા કે હું મુક્ત છું, મારની અસરથી મુક્ત છું, મને કોઈ પીડા થતી નથી, ભલે એ મને મારવાનું ચાલુ રાખે ? જો તમે ખરેખર એવું અનુભવી શકતા હો તો, ફાવે તેમ વર્તી શકો છો, ફક્ત હું મુક્ત છું એવા શબ્દો બોલવાથી શું વળે ? D. D. 258

ભગવાન કેટલીકવાર નિયતિવાદની સ્થાપના કરતાં વચનો બોલતા. સોળ વર્ષની વયે એમણે ઘર છોડ્યું, ત્યારે તેઓ આત્મજ્ઞાની હતા. એમનાં માતાજીએ શોધ ચલાવી, અને એમનો પત્તો મેળવી, મળ્યાં, ત્યારે તેઓ મૌન પાળતા. માતાની ઘેર પાછા ફરવાની આજીજીના જવાબમાં એમણે લખીને જણાવ્યું : વિદ્યાતા દરેક જીવના પ્રારબ્ધ પ્રમાણે નિયંત્રણ કરે છે. તમે ગમે એટલો પ્રયત્ન કરો, જે નિયતિ પ્રમાણે નથી બનવાનું એ નહીં બને, અને જે બનવાનું છે એ અવશ્ય બનશે. એ વાત નિશ્ચિત છે. તેથી સૌથી શ્રેષ્ઠ રસ્તો મૌન રહેવાનો છે. R.M.42



(૫૨)

ભગવાન શ્રી રમણ મહર્ષિનો ઉપદેશ : એમના શબ્દોમાં

ભક્તો સમક્ષ પણ તેઓ આવા વિધાનો કરતા.

શરીર જન્મે ત્યારે જ એણે જે કામ કરવાના છે એ નિશ્ચિત થાય છે. એનો સ્વીકાર કે ત્યાગ તમારા હાથમાં નથી. તમને ફક્ત એક સ્વતંત્રતા મળેલી છે. તમે મનને અંદરની તરફ વાળી શકો છો અને કર્મ માત્રનો ત્યાગ કરી શકો છો. D.D.211

સા. શ્રીમતી દેસાઈને તા. ૦૩-૦૧-૧૯૪૬ ના રોજ ભગવાને આપેલા જવાબના અનુસંધાનમાં મેં પૂછ્યું : મનુષ્યજીવનના મહત્વના બનાવો, તેનો મુખ્ય વ્યવસાય, મકાન, વાહન વગેરે પૂર્વનિશ્ચિત હોય છે કે પછી પાણીનો પ્યાલો લેવો, ઓરડામાં એક ખૂણેથી બીજે જવું વગેરે નજીવી બાબતો પણ પૂર્વનિર્ધારિત હોય છે.

ભ. બધું જ પૂર્વનિર્ધારિત હોય છે.

સા. મેં પૂછ્યું : તો પછી માણસની જવાબદારી કે સ્વતંત્ર ઈચ્છા શી રહી ?

ભ. શરીર અસ્તિત્વમાં શા માટે આવે છે ? એને એ રીતે ઘડવામાં આવે છે કે જે કર્મો એણે જીવન દરમ્યાન કરવાનાં છે એ કરી શકે. સ્વતંત્રતાને નિસ્ખત છે ત્યાં સુધી માણસ શરીર સાથે પોતાનું તાદાત્મ્ય ન કરવા માટે હંમેશા સ્વતંત્ર છે. અને એ રીતે કર્મોના પરિણામે થતાં સુખદુઃખોથી અલિપ્ત રહી શકે છે. D.D.78

અદ્વૈતના દૃષ્ટિકોણ પ્રમાણે નિયતિ કે સ્વતંત્ર ઈચ્છાનો પ્રશ્ન ઉત્પન્ન થતો નથી. રેડિયો વિષે જેમણે કદી કશું સાંભળ્યું ન હોય એવા લોકો એની આસપાસ ઊભા રહી વિચાર કરે કે આ ખોખામાં રહેલો માણસ પ્રસારણ કેન્દ્રે નક્કી કરેલું ગીત જ ગાઈ શકે કે તેમાં ઓછો વત્તો ફેરફાર કરી શકે ? જવાબ છે કે ખોખામાં માણસ છે જ નહીં, તેથી આવો પ્રશ્ન ઊભો થતો નથી. એ રીતે અહંકારને સ્વતંત્ર ઈચ્છા છે કે નહીં એ પ્રશ્નનો જવાબ છે કે અહંકાર છે જ નહીં. તેથી એની સ્વતંત્રતાનો પ્રશ્ન ઉપસ્થિત થતો નથી. તેથી આવા પ્રશ્નોનો ભગવાનનો જવાબ એ હતો કે પ્રશ્ન કરનારે જેને નિયતિ અને સ્વતંત્ર ઈચ્છા લાગુ પડે છે, એને શોધી કાઢવો જોઈએ.

સા. માણસને સ્વતંત્ર ઈચ્છા હોય છે કે જીવનમાં બધું પૂર્વનિશ્ચિત હોય છે ?

આ પ્રશ્ન પણ ઉપરના જેવો છે, પણ પ્રશ્ન કરનારની આવશ્યકતા પ્રમાણે જવાબમાં ફેરફાર થાય છે. ઉપર કહ્યું એમ અહંકારના મિથ્યાપણાનું ધ્યાન ન રાખવામાં આવે તો હવે પછીના જવાબો વિરોધાભાસી જણાશે.

ભ. વ્યક્તિત્વની સાથે સાથે સ્વતંત્ર ઈચ્છા અસ્તિત્વ ધરાવે છે. જ્યાં સુધી વ્યક્તિત્વ

ટકી રહે, ત્યાં સુધી સ્વતંત્ર ઈચ્છા પણ રહે. બધા શાસ્ત્રો આ તથ્યના આધારે રચાયાં છે, અને સ્વતંત્ર ઈચ્છાને સાચી દિશામાં વાળવાની સલાહ આપે છે.

આ જવાબ પહેલાના જવાબથી વિરુદ્ધ નથી. કારણ કે ભગવાનના દૃષ્ટિકોણ મુજબ માણસનું વ્યક્તિત્વ કેવળ દેખાવ છે. માણસ જ્યાં સુધી એમ માને છે કે પોતે અલગ વ્યક્તિત્વ ધરાવે છે, ત્યાં સુધી તેની સ્વતંત્ર ઈચ્છા હોવાની વાત પણ માને છે. એ બેનું સહ-અસ્તિત્વ છે. નિયતિ અને સ્વતંત્ર ઈચ્છાનો પ્રશ્ન તત્ત્વચિંતકો અને ધર્માચાર્યોને પજવતો રહ્યો છે અને પજવતો રહેશે. કારણ કે એનું સમાધાન દ્વૈતના ધોરણે શક્ય નથી. ઈશ્વર એક સત્તા અને એણે સર્જેલા ઘણા જીવોની સત્તા, અને એ બેની સ્વતંત્ર ઈચ્છાશક્તિનો મેળ બેસે એવો નથી. જો ઘણા જીવો સ્વતંત્ર ઈચ્છા ધરાવતા હોય તો ભવિષ્યમાં શું થશે એનો નિર્ણય - ઘટનાક્રમમાં તબદીલી લાવવાનો નિર્ણય - તેઓ કરે, તેથી ઈશ્વર સર્વજ્ઞ અને સર્વશક્તિમાન ન હોઈ શકે. બીજી તરફ જો ઈશ્વર સર્વજ્ઞ એન સર્વશક્તિમાન હોય તો એને શું થવાનું છે, એનું પૂર્વજ્ઞાન છે, અને બધાનું નિયંત્રણ કરે છે, તેથી ઘણાં જીવો પાસે નિર્ણય કરવાની શક્તિ નથી એટલે કે સ્વતંત્ર ઈચ્છાશક્તિ નથી. પરંતુ અદ્વૈતની ભૂમિકાએ આ પ્રશ્ન અદૃશ્ય થઈ જાય છે. હકીકત એ છે કે અહંકારને સ્વતંત્ર ઈચ્છાશક્તિ નથી, કારણ કે તેની હયાતી નથી. સાપેક્ષ કે વ્યાવહારિક સત્યની દૃષ્ટિએ અહંકાર સ્વતંત્ર ઈચ્છાનો બનેલો છે, એટલે કે સ્વતંત્ર ઈચ્છાનો ભ્રમ અહંકારરૂપી ભ્રમને જન્મ આપે છે. “જ્યાં સુધી વ્યક્તિત્વ છે, ત્યાં સુધી સ્વતંત્ર ઈચ્છા છે” એવું ભગવાનનું કથન આ રીતે મૂલવવું જોઈએ. ત્યાર પછીનું ભગવાનનું કથન પ્રશ્ન કરનારને સિદ્ધાન્ત ચર્ચાથી અભ્યાસ તરફ વાળે છે. :-

શોધી કાઢો કે નિયતિ અને સ્વતંત્ર ઈચ્છા કોને છે ? પછી એ સ્થિતિમાં રહો, તો એનાથી એ બંનેથી પર થવાશે. આવા પ્રશ્નોની ચર્ચાનો આ જ હેતુ છે. કોને આવા પ્રશ્નો ઊભા થાય છે ? એની ભાળ મેળવો અને શાન્તિમાં રહો. T. 205

કર્મ ભક્તિ, યોગ અને જ્ઞાન એ બધાનો એક જ માર્ગ એ છે કે કર્મ, વિભક્તિ, વિયોગ અને અજ્ઞાન કોને છે એનું અન્વેષણ કરવું. આવા અન્વેષણથી અહંકાર નષ્ટ થાય છે, અને જેમાં આમાંનો એકેય નકારાત્મક ગુણ નથી, ક્યારેય પણ ન હતો - એવી આત્મનિષ્ઠાની અવસ્થા સત્ય તરીકે બાકી રહે છે. F.V. 14

જ્યાં સુધી માણસ કર્તા છે, ત્યાં સુધી એને કર્મફળ ભોગવવાં પડે છે. પરંતુ જ્યારે એ “કર્તા કોણ છે ?” એવી શોધ વડે આત્માને જાણે છે, ત્યારે

એનો કર્તાપણાનો ભ્રમ ભાંગે છે. અને ત્રણે પ્રકારનાં કર્મ નષ્ટ થાય છે. એ નિત્યમુક્તિની અવસ્થા છે. F.V. 38

હકીકતમાં આપણે સચ્ચિદાનંદ છીએ, છતાં કલ્પના કરીએ છીએ કે આપણે નિયતિથી બંધાયેલા છીએ, તેથી આ બધી વિડંબના આપણને વળગે છે.  
સા. મેં પૂછ્યું : આપણે શાથી આવી ખોટી કલ્પના કરીએ છીએ ? શા કારણે આપણને અજ્ઞાનનું આવરણ થાય છે ?

ભ. તમને પોતાને પૂછો કે આ અજ્ઞાન કોને થયું છે ? ત્યારે તમે જાણશો કે તમને અજ્ઞાન થયું જ નથી અને તમે હંમેશાં સચ્ચિદાનંદ હતા, છો, અને રહો છો. માણસ પહેલેથી સ્વયં જે છે એ બનવા માટે બધા પ્રકારની તપસ્યા કરે છે. બધો પ્રયત્ન એવી ભૂલભરેલી માન્યતા છોડવા માટે છે કે મનુષ્ય સ્વયં અપૂર્ણ છે, સીમિત છે અને સંસારનાં દુઃખોથી ઘેરાયેલો છે. D.D.41

સા. જો બધું પૂર્વનિશ્ચિત હોય, જે થવાનું છે એ થશે જ તો પછી પ્રાર્થના કે પ્રયત્નનો શો ઉપયોગ ? શું આપણે ફક્ત આભસુ બની બેસી રહેવું જોઈએ ?

આ ટૂંકો પ્રશ્ન ભગવાનને પૂછાતા આવા ઘણા પ્રશ્નોનો પ્રતિનિધિ છે. જવાબ એ જ, સિદ્ધાન્ત ચર્ચા નહીં, પણ શું કરવું એનો ઉપદેશ.

ભ. નિયતિને જીતવાના, એનાથી બચવાના ફક્ત બે માર્ગ છે. એક, નિયતિ કોને છે, એની તપાસ કરી, એવો નિર્ણય કરવો કે કેવળ અહંકાર એનાથી બંધાયેલો છે, આત્મા નહીં, અને અહંકાર હયાત જ નથી. બે, ઈશ્વરની સંપૂર્ણ, બિનશરતી શરણાગતિ વડે અહંકારનો વિનાશ. એમ સમજવું કે પોતે અસહાય છે. સતત એમ કહેવું કે હે નાથ ! એક તું જ છે. હું નહીં. આ રીતે હું અને મારુંનો ખ્યાલ સદંતર છોડી દઈ, તમારી સાથે શું કરવું એ વાત ઈશ્વરને સોંપી દેવી. સંપૂર્ણ શરણાગતિ ત્યાં સુધી થતી નથી જ્યાં સુધી ભગવાન પાસે ભક્ત આ કે તે માગે. સાચું આત્મસમર્પણ એ છે જેમાં પ્રભુ માટે જ પ્રભુપ્રેમ હોય, બીજા કશા માટે નહીં, મોક્ષ માટે પણ નહીં. બીજા શબ્દોમાં : અહંકારનો સદંતર વિનાશ નિયતિના વિજયનો માર્ગ છે. આવો વિનાશ તમે આત્મવિચાર વડે કે ભક્તિ વડે કરો એનાથી કોઈ ફરક પડતો નથી. D.D.230

અધ્યાત્મમાર્ગના ઉપદેશકો માટે આવો જવાબ સામાન્ય છે. મને યાદ છે કે એકવાર હું નિકોલ્સનનો ગ્રંથ “અબુસઈદ - સૂફી સંત” વાંચી રહ્યો હતો. અંતમાં વિદ્વાન

લેખક કહે છે કે એ સંત સિદ્ધાન્તમાં નિયતિવાદ અને વ્યવહારમાં સ્વતંત્ર ઈચ્છાના ઉપયોગની વાત કરતા. ભલે તથાકથિત ધંધાદારી તત્ત્વચિંતકોને આ પ્રશ્ન ગૂંચવી નાખે, પણ અધ્યાત્મમાર્ગના સાચા ગુરુઓનો આવો જ અભિગમ હોય છે. કાઈસ્ટે કહ્યું હતું કે ઈશ્વરેચ્છા વિના ચકલું પણ જમીન પર બેસી શકતું નથી અને વ્યક્તિના માથાના વાળ પણ નિશ્ચિતપણે ગણેલા હોય છે. કુરાન કહે છે કે જ્ઞાન અને શક્તિ અલલાહનાં છે, અને એ પોતાની ઈચ્છા પ્રમાણે લોકોને સાચા કે અવળે રસ્તે દોરે છે. આમ છતાં કાઈસ્ટે અને કુરાન બંને મનુષ્યને ઉપદેશ છે કે તમારી ઈચ્છાશક્તિનો ઉપયોગ સાચે રસ્તે ચાલવા માટે કરો, પાપને રસ્તે ચાલવા માટે નહીં. ભગવાન નિરંતર ભારપૂર્વક કહેતા કે મનુષ્ય યત્ન અનિવાર્ય છે. જીવનવ્યવહારમાં આ હકીકત સૌને સમજાય છે, ભલે એ કોઈપણ મતને અનુસરતો હોય. કોળિયો મ્હોમાં મૂકવાનું અને ચાવવાનું કામ માણસ કરે છે, એમ નથી કહેતો કે ભૂખથી મરવાનું મારું પ્રારબ્ધ હશે તો ખાવાનો શો અર્થ ? શ્રમ કરીને પૈસા કમાય છે, અનાજ ખરીદે છે, ભોજન બનાવીને ખાય છે. તો પછી આધ્યાત્મિક સાધનાની વાત આવે ત્યારે એણે બીજું ધોરણ શા માટે આપવાનું જોઈએ.

સા. કોલમ્બોના એક યુવાને ભગવાનને કહ્યું : જે. કૃષ્ણમૂર્તિ પ્રયત્ન સાધ્ય એકાગ્રતાથી ભિન્ન અનાયાસ અને પસંદગી રહિત ચેતનાની પદ્ધતિનો ઉપદેશ કરે છે. ધ્યાનની શ્રેષ્ઠ પદ્ધતિ અને ધ્યેયના સ્વરૂપ વિષે ભગવાન મારું માર્ગદર્શન કરે એમ ઈચ્છું છું.

ભ. પસંદગી વિનાની, અનાયાસ ચેતના આપણું સાચું સ્વરૂપ છે. જો આપણે એને પ્રાપ્ત કરી એમાં રહીએ તો ઘણું સારું. પણ એવી અવસ્થા પ્રયત્ન વિના, ધ્યાનાભ્યાસ વિના મેળવી શકાતી નથી. યુગો જૂની વાસનાઓ મનને બહારના વિષયો તરફ ખેંચે છે. આવા બધા વિચારો ત્યાગી, મનને અંદર વાળવું પડે છે, અને આ કાર્ય મોટા ભાગના લોકો માટે પ્રયત્નસાધ્ય છે. એ સાચું છે કે બધા ધર્મગ્રંથો અને ગુરુઓ સાધકને મૌન કે પ્રશાન્ત રહેવાનું કહે છે, પણ એ કામ સરળ નથી. એ માટે પ્રયત્ન કરવો પડે છે. જો તમને કોઈ એવો પુરુષ મળે જેણે આ સર્વોચ્ચ પ્રશાન્ત, અચલ અવસ્થા પ્રાપ્ત કરી હોય તો સમજજો કે એને માટે એણે પૂર્વજન્મમાં પુરુષાર્થ કર્યો છે. વિકલ્પરહિત અનાયાસ ચેતનાની અવસ્થા પ્રયત્નપૂર્વક કરેલા ધ્યાનાભ્યાસથી જ મળે છે. તમને અનુકૂળ હોય એવી પદ્ધતિ અખત્યાર કરી ધ્યાનાભ્યાસ શરૂ કરો. જુઓ કે તમને બીજા બધા વિચાર દૂર રાખવામાં શું

મદદરૂપ બને છે, અને પછી નિયમિત ધ્યાન માટે એ પદ્ધતિ અખત્યાર કરો.

આના અનુસંધાનમાં ભગવાને મહાન તામિલ સંત કવિ તાયુમાનવરના કેટલાંક પદોનો ઉલ્લેખ કર્યો, જેનો સાર આ પ્રમાણે છે : જો શાન્ત રહેશો તો એમાંથી આનંદ પરિણમશે. પણ તમે તમારા મનને આ સત્ય ગમે એટલીવાર કહો, એ શાન્ત - મૌન - નહીં રહે. મન મનને શાન્ત રહેવા કહે છે, જેથી એને અખંડ આનંદ મળે, પણ એ એવું નહીં કરે. બધા ધર્મગ્રંથો કહે છે, અને આપણે રોજ મહાત્માઓ પાસેથી અને આપણા ગુરુ પાસેથી સાંભળીએ છીએ કે શાન્ત રહેવું આત્માના નિત્યાનંદ માટે જરૂરી છે, છતાં આપણે કદાપિ શાન્ત, મૌન રહેતા નથી. પણ માયાવી દુનિયા અને ઇન્દ્રિયોના વિષયોમાં ભટકીએ છીએ. આ કારણે એ અનાયાસ, અચલ અવસ્થા પ્રાપ્ત કરવા માટે પ્રયત્નની જરૂર છે. D.D. 89-90

એ સર્વોચ્ચ અનાયાસ અવસ્થા જ્યાં સુધી પ્રાપ્ત થઈ નથી, ત્યાં સુધી માણસ માટે પ્રયત્ન કર્યા વિના રહેવું અશક્ય છે. તેની પ્રકૃતિ તેની પાસે પરાણે યત્ન કરાવશે. શ્રીકૃષ્ણ અર્જુનને કહે છે કે તેનો સ્વભાવ તેને યુદ્ધ કરવાની ફરજ પાડશે.

- સા. આ વિષે હું વધારે જાણવા માગું છું. મારે યત્નરહિત રહેવા યત્ન કરવો ?  
ભ. અત્યારે પ્રયત્ન કર્યા વિના રહેવું તમારા માટે અશક્ય છે. જ્યારે તમે તમારા પોતાના સ્વરૂપના ઊંડાણમાં જશો, ત્યારે તમારા માટે પ્રયત્ન કરવો અશક્ય બનશે. S.D.B. 4
- સા. ધ્યાન, સમાધિ અને આત્મનિમજ્જનમાં શું તફાવત છે ?  
ભ. ધ્યાનનો આરંભ અને એમાં ટકી રહેવું મનના સભાન પ્રયત્નથી શક્ય બને છે. જ્યારે એવો પ્રયત્ન સંપૂર્ણ પણે શમી જાય ત્યારે એને સમાધિ કહેવાય છે. S.I.II.15
- સા. જો આત્મા નિત્ય અપરોક્ષ - સદા પ્રાપ્ત - હોય તો મારે ફક્ત મૌન રહેવું ?  
ભ. તમે કોઈ બીજી પ્રવૃત્તિમાં પડ્યા વિના નિશ્ચલ-મૌન-રહી શકો તો બહુ સારું, પણ જો એ શક્ય ન હોય તો, જ્યાં સુધી સાક્ષાત્કારનો સંબંધ છે ત્યાં સુધી ચૂપચાપ બેસી રહેવાનો અર્થ નથી. તમને સક્રિય રહેવાની ફરજ પડે ત્યાં સુધી સક્રિય રહો અને આત્માનુભવ માટેની સાધના કરતા રહો. T. 255

ધ્યાન સંગ્રામ છે. તમે ધ્યાનની શરૂઆત કરો કે તરત જ બીજા વિચારો ભેગા મળી, વધુ શક્તિશાળી બની, જે સદ્વિચારને તમે વળગી રહેવા માગો

છો, એને ડૂબાડી દેવાનો સંઘર્ષ શરૂ કરશે. એ એક સારો વિચાર વારંવાર અભ્યાસ કરીને ક્રમશઃ બળવાન બનાવો. જ્યારે એ શક્તિશાળી બનશે ત્યારે બીજા વિચરો આપોઆપ અદૃશ્ય થશે. ધ્યાનમાં આવું યુદ્ધ ચાલે છે. T. 371

જ્યાં સુધી અહંકાર રહે ત્યાં સુધી પ્રયત્ન આવશ્યક છે. જ્યારે એ નષ્ટ થશે ત્યારે કર્મો આપોઆપ થવા લાગશે. T. 467

કોઈપણ માણસ પ્રયત્ન વિના સફળ થતો નથી. મનનો સંયમ તમારો જન્મસિદ્ધ અધિકાર નથી. જે થોડા સિદ્ધ પુરુષો સફળ થયા છે એ તેમના ખંતપૂર્વકના પ્રયત્નથી જ. T. 398

સાક્ષાત્કાર સ્થિર બને એ પહેલા કેટલીકવાર તેની ઝાંખી થતી હોય છે. આવા સંજોગોમાં સઘન અભ્યાસની-પ્રયત્નની આવશ્યકતા છે.

સાક્ષાત્કાર થાય ત્યાં સુધી પ્રયત્ન જરૂરી છે, અને ત્યારપછી પણ આત્મા આપમેળે પ્રકાશવો જોઈએ, નહીં તો પૂર્ણ આનંદ અખંડ નહીં બને. આવી સહજ, અનાયાસ, સ્વરૂપ સ્ફૂર્તિની અવસ્થા સ્થિર થાય નહીં, ત્યાં સુધી એક કે બીજા રૂપે પ્રયત્નને કરવો જોઈએ. T. 78

ભગવાન કોઈવાર સમાધિ માટેના સમ્યક પ્રયત્નને કર્તવ્ય કહે છે.

સા. મારે સાક્ષાત્કાર માટે પ્રયત્ન શા માટે કરવો જોઈએ ? જેમ હું સ્વપ્નમાંથી જાગી જાઉં છું, એમ આ ભ્રમજાળમાંથી પણ નીકળી જઈશ. આપણે સૂતા હોઈએ, ત્યારે સ્વપ્નમાંથી જાગવાનો પ્રયત્ન કરતા નથી.

ભ. સ્વપ્નમાં તમને આ સ્વપ્ન છે એવો અણસાર મળતો નથી. તેથી એમાંથી બહાર નીકળવા માટે તમારા પર કોઈ ફરજ લાદવામાં આવતી નથી. પરંતુ વર્તમાનમાં કહેવાતી જાગ્રત અવસ્થામાં તમારો ગાઢ નિદ્રાના સુખનો અનુભવ અને ધર્મગ્રંથો તેમજ સંતોના વચનોમાં તમને વાંચવા-સાંભળવા મળે છે કે આ જાગ્રત એક પ્રકારના સ્વપ્ન જેવી અવસ્થા છે. આ બધાને લીધે તમને ઝાંખુ ઝાંખુ જ્ઞાનનું સ્ફુરણ અવશ્ય થાય છે, અને એ તમારા પર ફરજ લાદે છે કે તમારે પ્રયત્ન કરી આ ભ્રમની અવસ્થામાંથી બહાર નીકળવું જોઈએ. પણ તમે આત્મસાક્ષાત્કાર કરવા ન ઈચ્છતા હો તો કોણ તમને સાક્ષાત્કાર કરવાનું કહે છે. તમે આ સ્વપ્નમાં રહેવાનું પસંદ કરતા હો તો ભલે જેવા છો એવા રહો. D.D. 76

કેટલીકવાર આ વિષયના પ્રશ્નોત્તર પ્રસંગે સાધકોને કહેવામાં આવતું કે પ્રયત્ન પણ વ્યક્તિના સ્વપ્નનો ભાગ છે.

સા. કહેવાય છે કે આપણી જાગ્રત અવસ્થા નિદ્રા દરમ્યાન અનુભવાતા સ્વપ્ન જેવી છે. આપણે સ્વપ્નમાં તેનાથી છૂટવા કે જાગવા સભાનપણે પ્રયત્ન કરતા નથી. સ્વપ્નનો આપમેળે અંત આવે છે. એ રીતે અત્યારની જાગ્રત અવસ્થા, જે હકીકતમાં ફક્ત બીજા પ્રકારનું સ્વપ્ન છે, તો તેનો આપણા પ્રયત્ન વિના, આપમેળે અંત કેમ થતો નથી, અને આપણે સાચી જાગ્રતિ - સાક્ષાત્કારમાં કેમ આવતા નથી ?

ભ. તમારો ખ્યાલ કે વર્તમાન જાગ્રત તરીકે ઓળખાતા સ્વપ્નમાંથી જાગવા માટે પ્રયત્ન જરૂરી છે, અને એ વિચારના આધારે સાચી જાગૃતિ કે સાક્ષાત્કાર માટેનો તમારો પ્રયત્ન એ બધું સ્વપ્નનો ભાગ છે. જ્યારે તમને આત્માનું જ્ઞાન થશે ત્યારે જોશો કે નિદ્રા તેમજ નિદ્રા દરમ્યાન સ્વપ્ન કે જાગ્રત જેવી અવસ્થાઓ હતી જ નહીં. ફક્ત તમે એટલે આત્મા અને તમારી સાચી અવસ્થા જ હતાં. D.D. 13-14

કોઈવાર આવા પ્રશ્નો નિયતિ અને પુરુષાર્થના સંઘર્ષને બદલે અનુગ્રહ અને પ્રયત્નના સંબંધનું રૂપ લેતા. લોકો એમ પૂછતા કે આત્મજ્ઞાન ઈશ્વર કે ગુરુના અનુગ્રહથી જ મળે એમ હોય તો પ્રયત્નની શી જરૂર છે ? આવો પ્રશ્ન બીજા ધર્મોમાં પણ ઊભો થાય છે. ખ્રિસ્તી ધર્મમાં મુક્તિ ઈશ્વરકૃપાથી કે સત્કર્મોથી મળે છે, એ વિષે વિવાદ ચાલે છે. હકીકતમાં નીચેનો સંવાદ જણાવે છે એમ એ બે વચ્ચે કોઈ સંઘર્ષ નથી.

સા. કહેવાય છે કે જેમને પસંદ કરવામાં આવ્યા હોય, તેઓ જ આત્મજ્ઞાન મેળવી શકે છે. આ વાત નિરુત્સાહ પેદા કરે છે.

ભ. એનો અર્થ ફક્ત એ છે કે આપણે ઈશ્વરની કૃપા વિના, આપણા મનથી જ આત્મજ્ઞાન મેળવી શકતા નથી.

મેં વચ્ચે બોલતા જણાવ્યું કે ભગવાન એમ પણ કહે છે કે કૃપા મનસ્વી રીતે ઊતરતી નથી. એને માટે માણસે આ કે પૂર્વજન્મમાં પ્રયત્ન કરી પાત્રતા કેળવવી પડે છે.

સા. પણ માનવના પ્રયત્નને નિરર્થક કહ્યો છે, તેથી તેને આત્મસુધારણાની પ્રેરણા ક્યાંથી થાય ?

મેં મુલાકાતીને પૂછ્યું કે મનુષ્યે યત્ન ન કરવો જોઈએ એવું ક્યાં કહ્યું છે ? તેણે જવાબમાં “હું કોણ છું” ? એ પુસ્તિકામાં આવેલા એક ફકરાનો નિર્દેશ કર્યો. એમાં કહ્યું છે કે ઈશ્વર બધાનું સર્જન, પાલન અને નિયંત્રણ કરે છે, તેથી આપણે શું કરીશું એ વિષે ચિંતા ન કરવી જોઈએ. મેં પ્રશ્ન કરનારની સમજમાં સુધારો કરવાના હેતુથી કહ્યું કે ત્યાં “હું કર્તા છું” એવા ભાવની નિંદા કરી છે, મનુષ્ય યત્નની નહીં. ભગવાને મારી સમજૂતિનું સમર્થન કર્યું.

સા. અજ્ઞાનના નિવારણ માટે અનુગ્રહ જરૂરી છે ?

ભ. બિલકુલ સાચી વાત છે, પણ અનુગ્રહ હંમેશા હાજર છે. અનુગ્રહ એટલે આત્મા. એ નવેસરથી મેળવાય એવી વસ્તુ નથી. ફક્ત એની હયાતીને ઓળખવાની જરૂર છે. સૂર્ય શુદ્ધ પ્રકાશ છે, અંધકાર એની જાણમાં નથી. છતાં લોકો એના આગમનથી અંધારું જાય છે એમ કહે છે. અંધકારની જેમ અજ્ઞાન પણ કેવળ આભાસ છે, સત્ય નથી. તેની અસત્યતાને લીધે, જ્યારે એ અસત્યતા છતી થાય છે, ત્યારે એ નષ્ટ થયું એમ કહેવાય છે. સૂર્ય છે, પ્રકાશ છે, તમે એના પ્રકાશથી ચોતરફ ઘેરાયેલા છો, છતાં તમારે એને જોવો હોય તો તમારે તમારી આંખો એના તરફ ફેરવવી પડે છે, અને જોવું પડે છે, એમ અનુગ્રહ તમારે તમારા પ્રયત્નથી મેળવવાનો છે, જોકે તે અત્યારે અને અહીં જ હાજર છે.

સા. મને સમજાય છે કે સમર્પણથી વૃદ્ધિ પામતો અનુગ્રહ અનુભવાય છે.

ભ. એકવાર હંમેશને માટે આત્મસમર્પણ કરો, અને ઈચ્છાનો અંત લાવી દો. જ્યાં સુધી હું કરું છું એવો ખ્યાલ રહે છે ત્યાં સુધી અહંકાર અને ઈચ્છા રહે છે. આ બંધું જાય ત્યારે આત્મા એના શુદ્ધ સ્વરૂપમાં પ્રકાશે છે. કર્મ નહીં, કર્તાપણાનો ભાવ બંધન છે. નિશ્ચલ બનો અને જાણો કે “હું છું” એ ઈશ્વર છે. પ્રશાન્ત દશા પૂર્ણ આત્મસમર્પણ છે. એમાં વ્યક્તિત્વનો અણુ પણ નથી. નિશ્ચલ અવસ્થા રહેશે અને મનનો સ્પંદ રહેશે નહીં. મનની ચંચળતા વ્યક્તિત્વનું, કર્તાપણાના અભિમાનનું અને ઈચ્છાનું કારણ છે. જો એનો પૂર્ણવિરામ થાય, તો પછી શાન્તિ જ શાન્તિ છે. આ દૃષ્ટિએ જાણવુંનો અર્થ બનવું એવો થાય છે. આ અવસ્થામાં જ્ઞાતા, જ્ઞાન અને જ્ઞેયની ત્રિપુટીવાળું સાપેક્ષ જ્ઞાન હોતું નથી. T.345

સા. પણ ક્યારેક ઈશ્વરકૃપાની ખાત્રી હોતી નથી.

ભ. અપકવ મન ઈશકૃપા અનુભવતું ન હોય તો એનો અર્થ એવો નથી કે એ



- ગેરહાજર છે. કારણ કે એવું હોય તો ઈશ્વર ક્યારેક કૃપાળુ મટી જાય છે એવો નિર્ણય કરવો પડે એટલે કે ઈશ્વર મટી જાય છે એમ માનવું પડે.
- સા. એ ક્રાઈસ્ટના કથન જેવું છે કે તમારા વિશ્વાસ પ્રમાણે ઈશ્વર તમારી સાથે વર્તશે.
- ભ. બિલકુલ બરોબર.
- સા. કઈ ઉપનિષદ કહે છે : આત્મા જેને પસંદ કરે છે એ જ એને જાણી શકે છે. આત્માએ પસંદગી શા માટે કરવી જોઈએ ? અને કરે તો અમુક વ્યક્તિ જ કેમ ?
- ભ. સૂર્ય ઊગે ત્યારે કેટલીક કળીઓ ખીલે છે, બધી નહીં. એ માટે સૂર્યને દોષ આપી શકાય ? કળી સૂર્ય પ્રકાશ વિના, પોતાની મેળે ખીલતી નથી, એ જ એને ખીલવે છે.
- સા. આપણે એમ કહી શકીએ કે આત્માએ પોતે પોતાના ઉપર માયાનું આવરણ આણ્યું છે, તેથી તેને ટાળવા આત્માની મદદ જરૂરી છે ?
- ભ. તમે એમ કહી શકો.
- સા. આત્માએ પોતે જ પોતાની ઉપર આવરણ આણ્યું હોય તો એ સ્વયં એને દૂર નહીં કરે ?
- ભ. તે કરશે પણ આવરણ હોવાની ફરિયાદ કોણ કરે છે ? આ પ્રશ્ન તમને પોતાને પૂછો.
- સા. હું શા માટે પૂછું ? આત્મા પોતે જ ભલે પરદો હટાવે.
- ભ. જો આત્મા ફરિયાદ કરતો હોય તો એ જરૂર હટાવે. M. G. 57
- સા. ધર્મગ્રંથોમાં કહ્યું છે એમ ઈશ્વર સર્વવ્યાપક હોય તો એનો સાક્ષાત્કાર સહેલાઈથી થવો જોઈએ. તેની કૃપા વિના તેનો સાક્ષાત્કાર તો શું ઉપાસના પણ થઈ શકતી નથી એમ ધર્મગ્રંથો કહે છે. તેથી એની કૃપા વિના, પોતાના પ્રયત્નથી કોણ એનો સાક્ષાત્કાર કરી શકે ?
- ભ. એવો કોઈપણ સમય નથી જ્યારે આત્મા અજાણ્યો કે અપ્રત્યક્ષ હોય, કેમ કે એ તમારું સાચું સ્વરૂપ છે. તેનામાં એની નિરંતર હાજરી એનો અનુગ્રહ છે. આને એની પ્રસન્નતા, પ્રકટીકરણ કે પ્રબોધ કહે છે. માણસને આવી સાક્ષાત્કાર, સ્વયંપ્રકાશ અનુગ્રહની હાજરીની જાણ ન હોય તો એ એના ન હોવાનો પૂરાવો નથી. સૂર્ય આખા જગતને પ્રકાશે છે. છતાં ઘુવડ એને જોઈ શકતો ન હોય તો એમાં સૂર્યનો શો દોષ છે ? દોષ એ પક્ષીની દૃષ્ટિમાં રહેલો છે. એ રીતે જો કોઈ માણસ નિત્ય

પ્રકાશિત આત્માની હાજરી વિષે સભાન ન હોય તો એ આત્માના સ્વભાવને કારણે નહીં, પણ માણસના અજ્ઞાનને કારણે છે. સર્વોચ્ચ, મહાન ઈશ્વર નિરંતર અનુગ્રહરૂપ છે. તેથી કૃપા એ કરી શકાય એવી કોઈ અંગત ક્રિયા નથી. એ સર્વદા હાજર હોવાથી તેનું પ્રાગટ્ય કોઈ ખાસ સમયગાળાની કે નિમિત્તની અપેક્ષા રાખતું નથી. S.I.II.7

ઈશ્વર તરફ વળવું, એની કૃપાની ઈચ્છા થવી એ જ એનો અનુગ્રહ છે.

- સા. સંશયો ઉત્પન્ન થયે જ જાય છે. સાધક નિઃસંશય કેવી રીતે થઈ શકે ?
- ભ. એક સંશય થાય એને દૂર કરવામાં આવે, તો બીજો થાય, એને પણ દૂર કરીએ તો ત્રીજાને જગ્યા મળે એ માટે જ. આમ ચાલ્યા જ કરશે. તેથી બધા સંશયો ટળે એ શક્ય નથી. એને બદલે સંશય કોને થાય છે ? એ શોધી કાઢો. સંશયોના મૂળ સુધી પહોંચો અને ત્યાં જ રહો. પછી એ ઉત્પન્ન નહી થાય. આ રીતે બધા સંશયો દૂર થઈ શકે છે.
- સા. ફક્ત અનુગ્રહ એમ કરવામાં મદદરૂપ બની શકે ?
- ભ. અનુગ્રહ તમારી બહારની વસ્તુ નથી. કૃપા મેળવવાની ઈચ્છા, તમારામાં કામ કરતી કૃપાનું પરિણામ છે. T. 618
- ઈશ્વરકૃપા એ જ ગુરુકૃપા છે.
- સા. સફળતાનો આધાર ગુરુકૃપા છે.
- ભ. હા, તમારો અભ્યાસ એ કૃપાનું જ ફળ છે. સફળતા એમાંથી આપમેળે જ પરિણમે છે. 'કૈવલ્યનવનીત'માં એક શ્લોક છે : હે ગુરો, અનેક જન્મોથી મારી ખબર તમે રાખતા રહ્યા છો. મારો મોક્ષ થયો ત્યાં સુધી તમે મારું માર્ગદર્શન કરતા રહ્યા છો. તેથી સમજો કે આત્મા જ જરૂર પડ્યે ગુરુ તરીકે બહાર પ્રગટ થાય છે, અથવા અંદર રહીને જે જરૂરી છે એ કર્યે જાય છે. T. 425
- સા. અભ્યાસ દરમ્યાન મને લાગે છે કે મારા પર ભગવાનની કૃપા ન થાય તો મારા પ્રયત્નોમાં હું સફળ થઈ શકીશ નહીં.
- ભ. ગુરુકૃપા હંમેશાં હોય છે. તમે ધારો છો કે એ આકાશમાં ક્યાંક મૂકેલી વસ્તુ છે, જે તમારા પર ઊતરવી જોઈએ. ખરેખર, એ તમારી અંદર તમારા હૃદયમાં રહેલી છે. તમે જ્યારે કોઈ પણ ઉપાય વડે મનનો લય એના મૂળમાં કરો છો, ત્યારે એ અંદરથી ઝરણાની જેમ ધસી આવે છે.

## ગૃહજીવન

કોઈપણ વ્યક્તિ ભગવાનના ઉપદેશ પ્રમાણે સિદ્ધાન્તથી અભ્યાસ તરફ વળવાનો નિર્ણય કરે, તો એના ગૃહજીવન પર શી અસર થાય એ પ્રશ્ન ઊભો થઈ શકે. હિન્દુ ધર્મમાં આધ્યાત્મિક સાધકો માટે બાહ્ય ભૌતિક ત્યાગ ઉપદેશાયો નથી, જેવો ક્રાઈસ્ટ અને બુદ્ધના મૂળ ઉપદેશોમાં જોવા મળે છે. એથી ઉલટું ગૃહસ્થાશ્રમને યોગ્ય માન આપવામાં આવે છે, અને સત્કર્મના માર્ગને પ્રામાણિક ગણવામાં આવે છે. હકીકતમાં ભારતની પ્રાચીન શિષ્ટ જીવન પ્રણાલી મુજબ વ્યક્તિએ ગૃહસ્થધર્મ બજાવ્યા પછી, પુખ્તવયના પુત્ર કે પુત્રોને ગૃહજીવનની જવાબદારી સોંપીને વાનપ્રસ્થ તરીકે નિવૃત્તિ પરાયણ જીવન જીવવું જોઈએ.

તેમ છતાં, અદ્વૈતસિદ્ધાન્ત અને એના પર આધારિત આત્માનુસંધાનનો માર્ગ, જેનું વર્ણન હવે પછીના અધ્યાયમાં થશે, પરંપરાગત રીતે દુન્યવી જીવનનો ત્યાગ કરી સંન્યાસ આશ્રમ સ્વીકાર્યો હોય એવા સાધકો માટે અનુકૂળ માનવામાં આવ્યો છે. તેથી ભગવાનના અનુયાયીઓ સ્વાભાવિક રીતે ઘણીવાર તેઓએ દુન્યવી જીવનનો ત્યાગ કરવો જોઈએ કે નહીં એમ પૂછતા. આ ત્યાગવૃત્તિ આધ્યાત્મિક નિશ્ચયની સૂચક છે, જે આજે પણ હિન્દુસ્તાનમાં જોવા મળે છે. પશ્ચિમની જેમ આવા ત્યાગનો અર્થ પોતાના ઘરની નજીક બગીચામાં કે નાના ઓરડામાં એકાન્ત જીવન જીવવું અથવા કોઈ મઠમાં તપસ્વી છતાં સુરક્ષિત જીવન જીવવું એવો થતો નથી, પણ ઘર અને ધનનો સદંતર ત્યાગ કરી પ્રવ્રજ્યા લઈ ચાલી નીકળવું, અને ભોજન તેમજ વસ્ત્ર માટે ધાર્મિકવૃત્તિના લોકોની ઉદારતા પર આધાર રાખવો અને ગુફામાં કે જીર્ણ મંદિરમાં કે યથાસંભવ બીજા એકાન્ત જગ્યાએ સૂવું એવો થાય છે. આજકાલ એવું પણ બને છે કે સાધુ બનેલો પુરુષ પોતાના પરિવાર પાસેથી સાદા અન્ન-વસ્ત્ર માટે થોડી રકમ સ્વીકારે છે, છતાં આવું સાદું જીવન કઠોર હોય છે. આમ છતાં આવું જીવન સ્વીકારવા માટે ભગવાન પાસે નિરંતર વિનંતી થતી, પણ તેઓ હંમેશાં એની પરવાનગી ન આપતા. જીવનની કોઈપણ પરિસ્થિતિમાં આત્મવિચારની સાધના આંતરિક રીતે મનમાં કરવાની છે.

- સા. આપે ઉપદેશેલું આત્મચિંતન ઘેર રહી થઈ શકે એમ નથી, તેથી આપ મને ગૃહજીવન ત્યાગી સંન્યાસ લેવાની પરવાનગી આપો.
- ભ. તમે ગૃહસ્થો છો એવું શા માટે વિચારો છો ? સંન્યાસ લઈ નીકળશો તો એના

જેવો હું સંન્યાસી છું એવો વિચાર તમારો પીછો પકડશે. તમે ઘરમાં રહો કે ઘરનો ત્યાગ કરી જંગલમાં રહો, તમારું મન તમારો પીછો છોડશે નહીં. વિચારનું મૂળ અહંકાર છે. એ શરીર અને જગત સર્જે છે, અને તમને ગૃહસ્થ છો એવું વિચારવાની ફરજ પાડે છે. તમે સંન્યાસ લેશો તો એ તમને કુટુંબના વિચારની જગ્યાએ ત્યાગના વિચાર સાથે, અને ઘરના વાતાવરણની જગ્યાએ જંગલના વાતાવરણ સાથે જોડશે. આમ માનસિક વિદ્યો હંમેશાં તમારી સાથે રહેશે. નવા વાતાવરણમાં એ વિધ્નો કદાચ વધશે. વાતાવરણનો ફેરફાર મદદરૂપ નથી. મન સ્વયં એક વિધ્ન છે, જેને તમારે ઘરમાં રહીને કે વનમાં રહીને જીતવું પડશે. તમે એ કામ વનમાં કરી શકો તો ઘરમાં કેમ નહીં ? પછી વાતાવરણ શા માટે બદલવું જોઈએ ? પ્રયત્ન તમે અત્યારે જ શરૂ કરી શકો, વાતાવરણ ભલે ગમે તેવું હોય.

- સા. સંસારના કાર્યોમાં રોકાયેલા રહી, સમાધિનો આનંદ અનુભવી શકાય ?  
 ભ. હું કરું છું, એવી લાગણી વિદ્ય છે. તમે પોતાને પૂછો : કામ કોણ કરે છે ? તમે ખરેખર કોણ છો, એ યાદ રાખો. પછી કામ તમે બંધન નહીં કરે, આપમેળે થતું રહેશે. કામ કરવાનો કે એને ત્યાગવાનો પ્રયત્ન ન કરો. તમારો પ્રયત્ન બંધન છે. પ્રારબ્ધને કારણે જે બનવાનું છે એ બનશે. તમારું પ્રારબ્ધ કર્મ કરવાનું હશે, તો તમે એને ટાળી નહીં શકો. કામમાં જોડાવાની તમને ફરજ પડશે. તેથી એ વાત ઉચ્ચ શક્તિ પર છોડો. કર્મ ત્યાગવું કે ન ત્યાગવું તમારા હાથની વાત નથી. M. G. I. 7

સ્ત્રીઓ પાણી ભરેલાં માટલાં માથા પર રાખી વાતચીત કરે છે, ત્યારે તેઓ તેમના મનને માટલા પર એકાગ્ર કરી રાખે છે. એ રીતે શાણો માણસ કામમાં પરોવાય છે, ત્યારે તેનું મન આત્મામાં સ્થિરતાથી જોડાયેલું રહે છે. તેથી કર્મ એને વિક્ષેપ કરતું નથી. T. 231

- સા. ગૃહસ્થ જો આત્માનુસંધાનની સાધનામાં સફળ થવા ઇચ્છાતો હોય તો એને માટે બ્રહ્મચર્ય આવશ્યક છે એવું હું માનું છું. બરોબર ?  
 ભ. પત્ની અને પતિ ખરેખર કોણ છે એ જાણો, તો આ પ્રશ્ન નહીં રહે.  
 સા. આત્મસાક્ષાત્કાર માટે બ્રહ્મચર્ય જરૂરી નથી ?  
 ભ. બ્રહ્મચર્ય એટલે બ્રહ્મમાં વિચરવું - જીવવું. બ્રહ્મચર્ય શબ્દનો જે સામાન્ય અર્થ

સમજવામાં આવે છે, એનો સાક્ષાત્કાર સાથે સંબંધ નથી. બ્રહ્મચારી બ્રહ્મમાં એટલે કે આત્મામાં જીવે છે અને એમાં આનંદ મેળવે છે. એણે સુખનાં બીજા સાધનો માટે ફાંફાં મારવાં પડતાં નથી. આત્માથી વિખૂટા પડવું બધાં દુઃખોનું કારણ છે.

સા. પણ યોગ માટે બ્રહ્મચર્ય જરૂરી ખરું કે નહીં ?

ભ. સાક્ષાત્કારનાં બીજાં સાધનોની જેમ એ પણ એક સહાયક સાધન છે.

સા. એ અનિવાર્ય નથી ? વિવાહિત માણસ આત્મજ્ઞાન મેળવી શકે ?

ભા. ચોક્કસ મેળવી શકે. મનની પકૂવતાનો એ પ્રશ્ન છે. માણસ વિવાહિત હોય કે અવિવાહિત એ આત્મસાક્ષાત્કાર કરી શકે છે કારણ કે આત્મા અત્યારે અને અહીં હાજર છે. જો એ એવો ન હોય, અને પ્રયત્નથી ભવિષ્યમાં મેળવવાની વસ્તુ હોય તો, એની શોધ નકામી છે. કારણકે જે સ્વાભાવિક નથી એ કાયમી નથી. પણ હું જે કહું છું તે આ છે : આત્મા આ સ્થળે અને આ પળે હાજર છે, અને ફક્ત એ જ હયાત છે. T. 17

સા. આત્મસાક્ષાત્કાર માટે સંન્યાસ લેવો જરૂરી ખરો ?

ભ. સંન્યાસ એટલે વ્યક્તિત્વનો ત્યાગ. મુંડન કરાવવું કે ભગવાં વસ્ત્રો પહેરવાં એ સંન્યાસ નથી. કોઈ માણસ ગૃહસ્થ હોય, પણ ગૃહસ્થ હોવાના વિચારથી મુક્ત હોય તો એ સંન્યાસી છે. એથી ઊલટું, એ ભગવાં વસ્ત્રો પહેરી ભ્રમણ કરતો હોય, છતાં પોતે સંન્યાસી છે એવું વિચારતો હોય તો સંન્યાસી નથી. પોતાના ત્યાગ વિષે વિચારવું ત્યાગના હેતુને નિષ્ફળ બનાવે છે. T. 427

સંન્યાસનો તમે શું અર્થ કરો છો ? ઘર છોડવું અને ખાસ રંગનાં વસ્ત્ર પહેરવાં એ સંન્યાસ છે ? તમે જ્યાં જશો - ભલે હવામાં ઊડી જશો - ત્યારે પણ તમારું મન તમારી સાથે નહીં રહે ? તમે એને પાછળ મૂકી, એના વિના ક્યાંય પણ જઈ શકો છો ? D. D. 200

તમારા જીવનનાં કર્તવ્યો અને વ્યવસાય શા માટે તમારા આધ્યાત્મિક પ્રયત્નની આડે આવવાં જોઈએ ? દાખલા તરીકે, તમારા ઘરની અને કાર્યાલયની પ્રવૃત્તિમાં ભેદ છે. કાર્યાલયની પ્રવૃત્તિમાં તમે અનાસક્ત રહો છો, અને ફરજ બજાવતી વખતે શું થશે એની ચિંતા કરતા નથી, એટલે કે કંપની કે સંસ્થાના માલિકને નફો કે નુકસાન થશે એ વિષે સતત ચિંતિત રહેતા નથી, જો કે તમે

- કામ પૂરી નિષ્ઠાથી કરો છો. એથી ઉલટું, તમારા ઘરનું કામ તમે આસક્તિથી કરો છો અને નિરંતર બિનજરૂરી ચિંતાથી ઉત્સુક રહો છો કે એ તમને અને તમારા પરિવારને હંમેશાં લાભદાયક જ હોવું જોઈએ. પરંતુ જીવનનાં બધાં કામ અનાસક્ત ભાવે કરી શકાય છે, અને એ રીતે કેવળ આત્માને સત્ય માની જીવન જીવી શકાય છે. મનુષ્ય આત્મામાં સ્થિરતાપૂર્વક રહે તો એ એની સાંસારિક ફરજો યોગ્ય રીતે બજાવી શકે નહીં એવી ધારણા ખોટી છે. આ વાત અભિનેતાની કામગીરીથી સમજી શકાય. એ વેશ ધારણ કરી અભિનય કરે છે, અને પોતાની ભૂમિકા લાગણીપૂર્વક ભજવે છે પણ એ જાણે છે કે પોતે એ પાત્ર નથી, ખરા જીવનમાં એ કોઈ બીજો છે. એ રીતે તમે જ્યારે એક વાર નિઃસંશય પણ જાણ્યું કે તમે શરીર નહીં, આત્મા છો, પછી હું શરીર છું એવી લાગણી તમને શા માટે કનડવી જોઈએ. શરીર જે કાંઈ કરે, એ તમને આત્મનિષ્ઠામાંથી ડગાવી શકવું ન જોઈએ. આવી આત્મનિષ્ઠા તમને શરીર સંબંધી ફરજો યોગ્ય અને અસરકારક રીતે બજાવવામાં આડખીલીરૂપ બનતી નથી, જેમ અભિનેતાની પોતાના સાચા દરજ્જાની સ્મૃતિ, રંગમંચપર અભિનયમાં આડખીલી બનતી નથી. D. D. 211
- સા. એક વાત ચોકકસ છે કે જ્યાં સુધી હું કર્તા છું, એ વિચારનો અણુ પણ બાકી રહે, તો સાક્ષાત્કાર શક્ય નથી. કોઈ મુમુક્ષુ ગૃહસ્થ પોતાની સાંસારિક ફરજો એ વિચાર વિના બજાવી શકે ખરો ?
- ભ. હું કર્તા છું એ વિચાર વિના કર્મ ન થઈ શકે એવો કોઈ નિયમ નથી. વિચાર વિના કર્મ અને ગૃહસ્થની ફરજો બજાવી શકાય કે નહીં, એ પ્રશ્ન પૂછવાનું કોઈ કારણ નથી. દાખલા તરીકે કોઈ પેઢીમાં મુનીમ તરીકે કામ કરનાર એના કાર્યાલયમાં આખો દિવસ ચીવટપૂર્વક પોતાની ફરજ બજાવતો હોય ત્યારે એક વટેમાર્ગને એ પેઢીની બધી આર્થિક જવાબદારી ઊઠાવતો હોય એવું જણાય છે. એ પોતાની ફરજો સમજાવી બજાવે છે છતાં એ સ્પષ્ટ સમજે છે કે આવક જાવકની એના અંગત જીવનપર કોઈ અસર નથી, તેથી એ અનાસક્ત રહે છે, અને હું કર્તા છું એવી લાગણીથી મુક્ત રહે છે. એ રીતે એક શાણો, મુમુક્ષુ ગૃહસ્થ, એના જીવનની ફરજો એ એનું પ્રારબ્ધ છે એમ માની, આસક્તિવિના, નિમિત્તમાત્ર બની, અદા કરે એ ખરેખર શક્ય છે. આવાં કામ જ્ઞાનમાર્ગમાં અડચણરૂપ બનતાં નથી. જ્ઞાન મનુષ્યને એની સાંસારિક ફરજો અદા કરતાં

અટકાવતું નથી. જ્ઞાન અને કર્મ વિરોધી નથી, એટલે કે જ્ઞાનપ્રાપ્તિ કર્તવ્ય કરવાના માર્ગમાં અવરોધરૂપ નથી, અને કર્તવ્ય કર્મ કરવાં જ્ઞાનપ્રાપ્તિના માર્ગમાં વિઘ્ન નથી.

- સા. આત્મનિષ્ઠ પુરુષ અને ગૃહસ્થ જીવન, જેમાં એણે પોતાનો પૂરો સમય આજીવિકા કમાવામાં અને પરિવારના નિભાવમાં વિતાવવો પડે છે, એ બેનો સંબંધ શું છે, અને એ બે કેવી રીતે પરસ્પર લાભાન્વિત થાય છે ?
- ભ. ગૃહસ્થ પોતાની અંગત સુખસુવિધાની દરકાર કર્યા વિના પોતાનાં કર્તવ્ય પરિવારના ભરણપોષણ અને કલ્યાણ માટે સતત બજાવે છે, એ એણે એના પરિવારની નિઃસ્વાર્થ સેવા કરેલી ગણાય છે. એ એનું પ્રારબ્ધ છે. આવા ગૃહસ્થને એના પરિવારથી કોઈ લાભ નથી. એણે પરિવાર તરફની પોતાની ફરજ અદા કરવાની આવી રીતને આધ્યાત્મિક શિક્ષણનું સાધન બનાવ્યું છે, તેથી આખરે એ મુક્તિનો આનંદ તેમજ સંતોષ અનુભવે છે, જે બધા માર્ગોનું છેવટનું ધ્યેય છે, અને એ જ શ્રેષ્ઠ પુરસ્કાર પણ છે, તેથી એ પરિવાર પાસેથી કે પરિવારના સભ્યો પાસેથી કાંઈપણ મેળવવાની આવશ્યક્તા અનુભવતો નથી.
- સા. એક ગૃહસ્થ નિરંતર પારિવારિક ફરજો બજાવવામાં લાગેલો રહે છે, અને એમાંથી સ્વાભાવિક રીતે નવાં નવાં કામ પૂરાં કરવાની આવશ્યક્તા ઊભી થાય છે, એનાથી એ ઉત્તેજિત પણ થાય છે. એ એવાં કર્મોમાં જોડાયેલો રહી, પરમ શાંતિ, ઉપરતિ અને મુક્તિનો અનુભવ કેવી રીતે કરી શકે ?
- ભ. ફક્ત પ્રેક્ષકની નજરે પ્રબુદ્ધ બનેલો ગૃહસ્થ પારિવારિક ફરજોમાં ગૂંથાયેલો દેખાય છે. દેખીતી રીતે ઘરનાં કામોમાં જોડાયેલો દેખાતો એ ખરેખર કાંઈ પણ કરતો નથી. બાહ્ય પ્રવૃત્તિ એને આંતરિક શાંતિ, ઉપરતિ અને મુક્તિ અનુભવતાં અટકાવતી નથી, અને એ કાંઈને કાંઈ સતત કર્યે જવાની આંતરિક ચંચળતાથી મુક્ત છે. S. I. Chap. II. 823, 24, 25
- સા. એક મુલાકાતીએ પૂછ્યું : મારે વ્યવસાયમાંથી નિવૃત્તિ લઈ વેદાન્તનાં પુસ્તકો વાંચવાં જોઈએ ?
- ભ. પદાર્થોનું જો સ્વતંત્ર અસ્તિત્વ હોય, એટલે કે તમારા વિચારોથી અલગ હયાતી ધરાવતા હોય તો એમનાથી નિવૃત્ત થવું સંભવે. પણ હકીકતમાં એવું નથી. પદાર્થોનું અસ્તિત્વ તમારા કારણે, તમારા વિચારોને કારણે છે. તેથી એમનાથી

નિવૃત્ત થઈ તમે ક્યાં જઈ શકો ? અને વેદાન્તનાં પુસ્તકો વાંચવાનો સવાલ છે ત્યાં સુધી તમે ઘણા ગ્રંથો વાંચી શકો, પણ એ બધા તમને તમારી અંદર આત્માને અનુભવવાનું કહેશે. આત્મા ગ્રંથોમાં નથી. એને તમારે તમારા માટે, તમારી અંદર મેળવવાનો છે. D.D.P. 1

સા. મૌનવ્રત ઉપયોગી ખરું ?

ભ. એકાન્ત માણસના મનમાં છે. જે મનુષ્ય સાંસારિક વ્યવહારમાં જોડાયેલો રહેતો હોય, છતાં મનની પ્રશાંત અવસ્થા ટકાવી રાખતો હોય, તો એ હંમેશાં એકાન્તમાં છે. બીજો માણસ જંગલમાં રહેતો હોય, છતાં મનને સંયમમાં ન રાખી શકતો હોય તો એ એકાન્તમાં રહે છે એમ કહેવાય નહીં. એકાન્ત મનનું વલણ છે. જીવન નિર્વાહની વસ્તુઓમાં આસક્ત થયેલો માણસ કદી પણ એકાન્ત અનુભવી શકતો નથી, ભલે એ ગમે ત્યાં રહેતો હોય. જ્યારે એક અનાસક્ત માણસ સર્વદા એકાન્તમાં છે. M.G.I. 15

આમાંથી જેમ સૂચિત થાય છે એમ ભગવાન મૌનવ્રત લેવાની વાતનું અનુમોદન કરતા નહીં. સમાજમાં એક પ્રકારનું એકાન્ત અનુભવવા કેટલાક લોકો આવું મૌન વ્રત લેતા હોય છે. તેઓ કહેતા કે નિશ્ચલ મન સાચું મૌન છે. મન ક્રિયાશીલ હોય તો ન બોલવાથી કંઈ ફાયદો થતો નથી. વિચાર અને વાણી બંનેનો સંયમ આવશ્યક છે.

ભ. એકાન્તનું મૌન બળજબરીનું મૌન છે. સમાજમાં નિયંત્રિત રીતે બોલવું મૌન છે, કારણ કે એ વખતે માણસે બોલવાની ઉત્તેજનાનું નિયંત્રણ કરવું પડે છે. બોલતાં પહેલાં બોલનાર હાજર હોવો જોઈએ. બોલનારનું મન બીજી રીતે રોકાયેલું હોય તો, વાણીનું નિયંત્રણ આપમેળે થાય છે. મન અન્તર્મુખ હોય ત્યારે એ બીજી રીતે ક્રિયાશીલ હોય છે, તેથી બોલવા ઉત્સુક હોતું નથી. મૌન વ્રતનો હેતુ બોલવાના કારણે ઉત્તેજિત થયેલા મનની ચંચળતાને મર્યાદિત કરવાનો છે, પણ જો મનનું જ નિયંત્રણ કરવામાં આવે તો મૌનની આવશ્યકતા રહેતી નથી. એનાથી મૌન સ્વાભાવિક બની જાય છે. T. 60

જ્યાં સુધી મન પરિપક્વ થયું નથી, ત્યાં સુધી કર્મત્યાગ શક્ય નથી.

સા. કર્મ કેવી રીતે મદદ કરી શકે ? કર્મનો ભારે બોજ પહેલેથી જ આપણા ઉપર લદાયેલો છે, જેનાથી આપણે મુક્ત થવાનું છે. કર્મ એમાં વધારો કરે નહીં ?



ભ. પ્રયત્ન કરી જુઓ. તમારી સહજ વાસનાઓ, વલણો, ટેવો તમને એવું નહીં કરવા દે. ધ્યાન ધીરે ધીરે સિદ્ધ થાય છે. ગુરુ કૃપાથી જેમ જેમ વાસનાઓ નબળી પડતી જાય છે, તેમ તેમ ધ્યાનષિદ્ધિ વધે છે. T. 80

જેણે પોતાના પ્રારબ્ધ પ્રમાણે ગૃહસ્થ જીવનની ફરજો અદા કરી છે, અને પોતાની જગ્યા લેવા બાળકો ઉછેર્યાં છે, અને ભારતની શિષ્ટ સ્વીકૃત પરંપરા પ્રમાણે ગૃહજીવન ત્યાગી વાનપ્રસ્થ બની શકે છે, એવા માણસને પણ ભગવાન સંન્યાસની પરવાનગી આપતા નહીં.

સા. મને હવે પરિવારમાં આનંદ નથી, હવે મારે ત્યાં કાંઈ કરવાનું રહ્યું નથી. મેં મારું કર્તવ્ય બજાવ્યું છે. હવે ઘરમાં પૌત્ર - પૌત્રીઓ છે. મારે હવે ત્યાં જ રહેવું કે એને ત્યાગીને ચાલી નીકળવું ?

ભ. અત્યારે તમે જ્યાં છો ત્યાં જ રહેવું જોઈએ. પણ હાલમાં તમે ક્યાં છો ? તમે ઘરમાં છો કે ઘર તમારામાં છે ? તમારાથી અલગ ઘર છે ખરું ? જો તમે તમારા મૂળ સ્થાનમાં રહેશો, તો તમને જણાશે કે બધી વસ્તુઓ તમારામાં ભળી ગઈ છે. પછી આવો પ્રશ્ન બિનજરૂરી બની જશે.

સા. એમ લાગે છે કે મારે ઘરમાં જ રહેવાનું છે.

ભ. તમારે તમારી સાચી અવસ્થામાં રહેવાનું છે.

કેટલીકવાર સવાલ પૂછાતો કે શ્રી મહર્ષિ પોતાના અનુયાયીઓને સંન્યાસની પરવાનગી નથી આપતા, તો એમણે પોતે ગૃહજીવન ત્યાગી અગેહ અવસ્થા કેમ સ્વીકારી ? એના જવાબમાં તેઓ કહેતા કે એ એમનું પ્રારબ્ધ હતું. એક વાત યાદ રાખવી જરૂરી છે કે તેઓ ગૃહ - જીવનમાં રહી, કર્મ સાથે સુસંગત એવા આત્મ-વિચારના માર્ગનો ઉપદેશ કરતા. સમયની આવશ્યકતાને ધ્યાનમાં રાખી, એમણે એ નવો, અનોખો માર્ગ સર્જ્યો હતો. પોતે આ માર્ગની સ્થાપના કરે એ પહેલાં એમણે સાક્ષાત્કારની અવસ્થામાં દંઢપણે પ્રતિષ્ઠિત થવું જરૂરી હતું.

સા. સંસારના વ્યવહારોમાં જોડાયેલો રહીને હું આધ્યાત્મિક સાધનાનો અભ્યાસ કરી શકું ?

ભ. હા, ચોક્કસ, દરેક વ્યક્તિએ એમ કરવું જોઈએ.

સા. સાંસારિક જીવન વિદ્ય નથી ? બધા ધર્મગ્રંથો ત્યાગની હિમાતય નથી કરતા ?

ભ. સંસાર મનમાં છે. જગત એવું કહેતું નથી કે હું જગત છું. જો જગત એમ કહી

શકે તો એ નિરંતર - ગાઢ નિદ્રાની અવસ્થામાં પણ - હાજર રહેવું જોઈએ. પણ ગાઢ નિદ્રામાં એ હોતું નથી, તેથી એ શાશ્વત નથી. અશાશ્વત હોવાથી એની હયાતી સાચી નથી. અસત્ય હોવાને કારણે સત્ય આત્માવડે એને દબાવી દઈ શકાય છે. આત્મા શાશ્વત છે. ત્યાગ એટલે આત્માનો અનાત્મા સાથેના તાદાત્મ્યનો ત્યાગ. અજ્ઞાનની નિવૃત્તિ થયા પછી, અનાત્માની હયાતીનો અંત થાય છે. એ સાચો ત્યાગ છે.

- સા. તો પછી આપે આપની સોળ વર્ષની વયે ગૃહત્યાગ કેમ કર્યો ?  
ભ. એ મારું પ્રારબ્ધ હતું. જીવનમાં માણસના વ્યવહારનો રસ્તો તેના પ્રારબ્ધ પ્રમાણે નક્કી થાય છે. મારું પ્રારબ્ધ એ રસ્તે હતું. તમારું બીજું રસ્તે છે.
- સા. મારે પણ ત્યાગ ન કરવો જોઈએ ?  
ભ. જો એ તમારું પ્રારબ્ધ હોત તો આ પ્રશ્ન ઉપસ્થિત ન થાત.
- સા. તો હું ઠરાવું છું કે મારે ઘરમાં રહેવું, અને આધ્યાત્મિક સાધના કરવી. પણ હું આ જન્મમાં સાક્ષાત્કાર કરી શકીશ ?  
ભ. એનો જવાબ પહેલાં અપાયો છે. તમે હંમેશાં આત્મા છો. સન્નિષ્ઠ પ્રયત્ન કદી પણ નિષ્ફળ જતો નથી. સફળતા પરિણમવા બંધાયેલી છે. T. 363
- સા. સમાજ સુધાર વિષે આપનો શો ખ્યાલ છે ?  
ભ. આત્મ-સુધાર આપોઆપ સમાજ સુધારમાં પરિણમે છે. આત્મસુધાર તરફ ધ્યાન આપો. સામાજિક સુધાર પોતાની કાળજી રાખશે. T. 282
- આ પ્રકારના પ્રશ્ન પૂછનાર ભક્તની પ્રકૃતિના હતા. ભક્તિ દ્વૈત મૂલક ધર્મની અપેક્ષા રાખે છે. ભગવાન એમને ઈશ્વરની શરણાગતિનો ઉપદેશ કરતા. ઈશ્વરાધીન થઈને રહેવું અને પોતાની ફરજ બજાવવી. પૂરા વિશ્વાસથી જીવનમાં પોતાનો ભાગ ભજવવો, એટલું જ જરૂરી છે. વ્યક્તિ પરિણામ માટે જવાબદાર નથી.
- ભ. હવે હું તમને પૂછું છું : ગાડીમાં બેસનાર માણસ પોતાનો સામાન ક્યાં મૂકે છે ?  
સા. ગાડીના ડબ્બામાં કે ભારવાહક ખાનામાં.  
ભ. માણસ ટ્રેનમાં બેઠો હોય એ દરમ્યાન માથા પર કે ખોળામાં રાખતો નથી ?  
સા. ફક્ત મૂર્ખ માણસ જ એવું કરે.  
ભ. જ્યારે તમે એકવાર ભક્તિ કે જ્ઞાનના માર્ગે આધ્યાત્મિક સાધના શરૂ કરો, ત્યાર

પછી પણ તમારો ભાર તમે ઊઠાવતા હો તો, એ એના કરતાં હજારગણું મૂર્ખાઈ ભરેલું છે.

- સા. પણ મારી બધી જવાબદારીઓ અને ઊપાડેલા કામ છોડી શકું ?
- ભ. તમે જોયેલો મંદિરના ગોપુરમૂનો ઊંચો બુરજ યાદ છે ? ત્યાં ઘણાં પૂતળાં કોતરેલાં છે. ચાર ખૂણાઓમાં બેસણીના ભાગમાં ચાર પૂતળાં છે. એ તમે જોયાં છે ?
- સા. હા.
- ભ. ભલે, હું કહું છું કે એ પૂતળાં કદાવર બુરજનો ભાર ઊઠાવે છે.
- સા. એ કેવી રીતે ? ભગવાન શું કહેવા માગે છે ?
- ભ. મારું એવું કહેવું, તમારા જીવનની બધી જવાબદારીઓ અને ઉપાડેલાં કામોનો ભાર તમે ઉપાડો છો એવા તમારા કહેવા કરતાં વધુ મૂર્ખાઈ ભર્યું નથી. વિશ્વનો માલિક બધો ભાર ઉપાડે છે. તમે માનો છો કે એ તમે ઉપાડો છો. તમારે બધો ભાર એને સોંપી દેવો જોઈએ. તમારે જે કરવાનું હશે એ માટે યોગ્ય સમયે તમને નિમિત્ત બનાવવામાં આવશે. તમારી ઈચ્છા વિના તમે એ નહીં કરી શકો એમ માનશો નહીં. ઈચ્છા તમને આવશ્યક બળ પૂરું પાડતી નથી. શક્તિ માલિકની જ છે. S. D. B. 26, 27

*કેટલીક વાર જગતની પરિસ્થિતિ વિષે ઘેરી ઉત્સુક્તા અને ચિંતા તેમજ જવાબદારી ઉઠાવવાની ભાવના જોવા મળતાં.*

- સા. આપણે કટોકટી ભર્યા સમયમાં જીવીએ છીએ. ભગવાન જગતના ભવિષ્ય વિષે પોતાનો અભિપ્રાય આપશે.
- ભ. ભવિષ્યની ચિંતા તમારે શા માટે કરવી જોઈએ ? વર્તમાનને પણ તમે યોગ્ય રીતે જાણતા નથી. વર્તમાન સંભાળો, ભવિષ્ય એની સંભાળ રાખશે.
- સા. દુનિયા નજીકના ભવિષ્યમાં મૈત્રી અને સહયોગના નવા યુગમાં પ્રવેશ કરશે કે પછી અંધાધૂંધી અને યુદ્ધ તરફ ઘસડાશે ?
- ભ. જગતનું શાસન કરનાર તે એક છે. જગતની સંભાળ રાખવાનું કામ એનું છે. જેણે જગતને જીવન આપ્યું છે, એ એની સંભાળ રાખવાનું કામ પણ જાણે છે. એ જગતનો ભાર વહે છે, તમે નહીં.
- સા. કોઈપણ જાતના પૂર્વગ્રહ વિના ચોતરફ જુઓ તો આવી કરુણાસભર સંભાળ ક્યાંથી આવે છે, એ જાણવું મુશ્કેલ છે.

ભ. જેવા તમે છો એવું જગત છે. તમારો પોતાને સમજ્યા વિના જગતને સમજવાનો પ્રયત્ન નિરર્થક છે. સત્યને શોધનારે આવા પ્રશ્નો વિષે ચિંતા ન કરવી જોઈએ. લોકો આવા પ્રશ્નોમાં પોતાની શક્તિ વેડફી નાખે છે. પહેલાં તમારી પાછળ રહેલું સત્ય શોધો, પછી જગત - જેના તમે એક ભાગ છો - તેની પાછળ રહેલું સત્ય સમજવા માટે તમે વધુ સારી સ્થિતિમાં હશો. D. M. 155

એક મુલાકાતીએ પોતે લખેલા “ધ ડેસ્ટિની ઓફ ફ્રીડમ” પુસ્તક માટે બે બોલ લખી આપવા માટે ભગવાનને વિનંતી કરી. એણે કહ્યું કે બીજા એક મહાનુભાવ એની ભૂમિકા લખવા સંમત થયા છે. ભગવાન પોતાનો સંદેશ અને આશીર્વાદ લખી આપે તો તે આભારી થશે. ભગવાને કહ્યું કે એમણે અગાઉ આવું કશું કર્યું નથી. તેથી હવે પણ એમની પાસેથી એની અપેક્ષા રાખવી ન જોઈએ. છતાં એણે પોતાનો આગ્રહ ચાલુ રાખ્યો. મને એમને સમજાવવામાં મુશ્કેલી પડી કે એમનો આગ્રહ અસ્થાને છે. ત્યારે એણે કહ્યું કે જગતને આધ્યાત્મિક સંદેશની ખૂબ જરૂર છે. ભારત અને બીજા દેશોના યુવાનોને ધર્મ કે નીતિનું શિક્ષણ આપવામાં આવતું નથી. એ એમના વિકાસમાં ખામી લાવે છે. મેં એને કહ્યું કે ભગવાનના મત મુજબ માણસે પહેલાં પોતાને ઓળખવો જોઈએ, પછી જરૂરી લાગે તો જગતને સુધારવા નીકળી શકે છે. એને પોતાની દલીલ ચાલુ રાખવી હતી, પણ સદ્ભાગ્યે વેદપારાયણનો સમય થયો હતો તેથી એને ન છૂટકે અટકવું પડ્યું. D. D. 200

સા. દુઃખી જગતને મદદ કરવાનો મારે યત્ન ન કરવો જોઈએ ?

ભ. જેણે તમને ઉત્પન્ન કર્યા, એ શક્તિએ જગતને ઉત્પન્ન કર્યું છે. જો ઈશ્વરે જગત સર્જ્યું હોય તો એની સંભાળ રાખવાની જવાબદારી એની છે, તમારી નહીં. M.G.I. 34

છતાં આનો અર્થ એવો નથી કે ભગવાન લોકોનાં દુઃખો તરફ ઉદાસીન હતા, અને જેઓ કઠોર હૃદયના હોય એમની કઠોરતા પ્રત્યે દુર્લક્ષ્ય કરતા. માણસાઈ અને ભાઈચારાના ભાવથી, જેઓ મુસીબતમાં હોય એમને મદદ કરવી જોઈએ. બીજાને મદદ કરતાં ગર્વ અનુભવવો કે ઈશ્વરનો પાઠ ભજવવાનો દેખાવ કરવો, એનાથી એ વિરુદ્ધ હતા. નીચેના સંવાદમાં આ સ્પષ્ટ થાય છે.

સા. આપણે જગતમાં દુઃખ જોઈએ છીએ. માણસ ભૂખ્યો હોય એ એક ભૌતિક સત્ય

છે, અને ભૂખ્યા માણસ માટે એ એક તથ્ય છે. આપણે એને સ્વપ્ન જેવું ગણી, એના દુઃખથી અછૂતા રહી, લાગણી શૂન્ય રહેવું જોઈએ ?

ભ. તત્ત્વજ્ઞાન કે પરમ સત્યની દૃષ્ટિએ, તમે જે દુઃખની વાત કરો છો એ નિઃસંદેહ સ્વપ્ન છે. જગત અને એના ભાગરૂપે રહેલું દુઃખ સ્વપ્ન છે. તમે ગાઢ નિદ્રામાં હો છો ત્યારે સ્વપ્ન આવે છે કે તમે ભૂખ્યા છો અને બીજાઓને પણ ભૂખથી પીડાતા જુઓ છો. તમે ખાઓ છો અને દયાથી પ્રેરાઈને બીજાઓને પણ ખાવાનું આપો છો, જ્યાં સુધી આ સ્વપ્ન ચાલે છે ત્યાં સુધી એ બધું દુઃખ, અત્યારે તમને જગતમાં દેખાતા દુઃખ જેટલું સાચું જણાય છે જાગ્યા પછી તમને ખબર પડે છે કે બધું અસત્ય હતું. સૂતા પહેલા તમે પેટ ભરીને ખાધું હોય છતાં સ્વપ્નમાં એમ લાગે છે કે સૂર્યના તાપમાં સખત કામ કરીને થાકી ગયા છો અને ભૂખ લાગી છે. જાગ્યા એટલે ખબર પડી કે તમારું પેટ ભરેલું છે, અને તમે પથારીમાં હાલ્યા પણ નથી. પરંતુ આ બધું કહેવાનો અર્થ એવો નથી કે તમે સ્વપ્નમાં રહીને પણ જે દુઃખ જોઈ રહ્યા છો એ અસત્ય છે એમ માની વર્તી શકો. સ્વપ્નની ભૂખ સ્વપ્નના અન્નથી જ ભાંગવી પડે છે. બીજા ભૂખ્યા લોકો તમે સ્વપ્નમાં જુઓ છો, એમને પણ સ્વપ્નનું અન્ન પુરું પાડવું જોઈએ. કદી પણ તમે સ્વપ્ન અને જાગ્રત અવસ્થાઓનું મિશ્રણ ન કરી શકો. તેથી તમે જ્યાં સુધી સાક્ષાત્કારની અવસ્થા પ્રાપ્ત ન કરો, અને આ માયાવી દેખાવ જેવી દુનિયાથી પર બની સાચી જાગૃતિ પ્રાપ્ત ન કરો ત્યાં સુધી તમારે સમાજ સેવા અવશ્ય કરવી જોઈએ. જ્યારે પણ દુઃખી લોકો તમારી નજરે પડે ત્યારે એમના દુઃખને દૂર કરવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. તમારે અભિમાનમાં આવી એવું ન વિચારવું જોઈએ કે તમે તમારાથી ઉતરતા દરજ્જાના માણસને મદદ કરી રહ્યા છો. એને મદદની જરૂર છે અને હું એને મદદ કરવાની સ્થિતિમાં છું તેથી હું ઊંચા દરજ્જાનો છું અને આ નીચા દરજ્જાનો છે એમ તમારે ન વિચારવું જોઈએ. હું કરું છું એવા અહંકારને બદલે હું ઈશ્વરનું નિમિત્ત માત્ર છું એવા ભાવથી તમારે સમાજ સેવા કરવી જોઈએ. ઈશ્વરભક્તિના સાધન તરીકે અન્યને મદદ કરવી જોઈએ. આવી સેવા આત્મસેવા છે, અન્યસેવા નહીં. તમે બીજાને નહીં, પોતાને જ મદદ કરો છો. D. D. 80

આત્માનુસંધાનના માર્ગે ચાલનારા સાધકે રાજકીય પ્રવૃત્તિમાં ભાગ ન લેવો, એવો ભગવાનનો અભિગમ હતો.

- સા. દેશપ્રેમી બનવું આપણું કર્તવ્ય નથી ?
- ભ. તમારું કર્તવ્ય હોવું એ જ છે, આ કે તે બનવું નહીં. “હું છું તે હું છું” એ ટૂંકમાં સંપૂર્ણ સત્ય પ્રગટ કરે છે. અને એની પદ્ધતિ “નિશ્ચલ બનો” એમ ટૂંકમાં દર્શાવી છે. M.G.I. 34
- છતાં રાજકીય પ્રવૃત્તિમાં જોડાયેલા લોકોને ભગવાન સેવા સમર્પણના ભાવથી આગળ વધવાની સાદી સલાહ આપતા, જેથી તેમના કાર્યમાંથી સ્વાર્થવૃત્તિ કમશઃ ઓછી થાય.
- સા. સ્વરાજ્યની ઈચ્છા રાખવી યોગ્ય છે ?
- ભ. આવી ઈચ્છા નિઃસંદેહ સ્વાર્થથી શરૂ થાય છે. છતાં ઊંચા ધ્યેય માટે કાર્ય કરતાં મનુષ્યની દૃષ્ટિ ધીમે ધીમે વિશાળ થતી જાય છે, જેથી એ વ્યક્તિ મટી સમષ્ટિ સાથે એકરૂપ થાય છે. વ્યક્તિત્વનું આવું વિલીનીકરણ ઈચ્છવા યોગ્ય છે. એને નિષ્કામ કર્મ કહેવાય.
- સા. લાંબા સંઘર્ષ અને મહાન ત્યાગ પછી ભારતને સ્વરાજ્ય મળે તો ખુશ થવું વ્યાજબી ખરું કે નહીં ? એ માટે ગર્વ લઈ શકાય ?
- ભ. પોતાના કાર્ય દરમ્યાન માણસે ઈશ્વર સમક્ષ આત્મ સમર્પણ કરીને હૃદયમાં એ દિવ્ય શક્તિને નિરંતર યાદ રાખી હોય, એવા સેવકના મનમાં ગર્વ કેવી રીતે પેદા થાય ? કર્મયોગી કર્મના પરિણામની દરકાર કરતો નથી. તેથી તેનું કર્મ નિઃસ્વાર્થ હોય છે. T. 502
- ગાંધીજીએ ઈશ્વરને આત્મ સમર્પણ કર્યું છે. તેઓ નિઃસ્વાર્થ ભાવે કામ કરે છે, તેથી તેમની નજર પરિણામ પર સ્થિર થયેલી નથી, પણ જેમજેમ એ પ્રગટ થાય છે, તેમ તેમ તેને સ્વીકારતા જાય છે. દેશ માટે કામ કરનારનું આવું વલણ હોવું જોઈએ.
- સા. આ કામ સફળ થશે ?
- ભ. પ્રશ્ન કરનારે આત્મસમર્પણ કર્યું નથી, તેથી આ પ્રશ્ન પૂછે છે.
- સા. તો આપણે વિચારવું ન જોઈએ, પણ દેશહિતનું કામ કર્યું જવું જોઈએ.
- ભ. પહેલાં તમારી પોતાની સંભાળ રાખો, એટલે બીજું બધું સહજ પણે બનતું જશે.
- સા. અંગત દૃષ્ટિએ નહીં દેશહિતની દૃષ્ટિએ પૂછું છું.
- ભ. પહેલાં શરણાગતિ સિદ્ધ કરો, પછી જુઓ. શરણાગતિ ન હોય તો સંશયો

ઉત્પન્ન થાય છે. ભક્તિ વડે શક્તિ મેળવો, પછી તમને મેળવેલી શક્તિની માત્રા પ્રમાણે પરિસ્થિતિ સુધરતી જણાશે. T. 521

આત્મદૃષ્ટિએ બીજા નથી એ સત્ય ન સમજી શકનારા અને સતત કાર્યરત રહેવાના સ્વભાવવાળા માણસો એમ પૂછતા કે પોતાની મુક્તિ માટે પ્રયત્ન કરવામાં સ્વાર્થ વૃત્તિ રહેલી છે કે નહીં. તેઓ સમજી શકતા નહીં કે મુક્તિ માર્ગે ચાલનારે સ્વાર્થ જ નહીં, સ્વયં અહંકારનો પણ ત્યાગ કરવો પડે છે. એમ પણ પ્રશ્ન પૂછાતો કે ભગવાન લોકસંગ્રહ માટે ફરતા કેમ નથી.

સા. લોકોને સત્યનો ઉપદેશ કરવા માટે ભગવાન પરિભ્રમણ કેમ કરતા નથી ?  
ભ. તમે કેવી રીતે જાણ્યું કે હું એમ કરતો નથી ? મંચપર ઊભા રહી લોકો સમક્ષ ભાષણો કરવાં એવો ઉપદેશનો અર્થ છે ? ઉપદેશ એટલે જ્ઞાન આપવું, અને એ મૌનથી પણ થઈ શકે છે. એક માણસ આ રીતે કલાકો સુધી આવેશમય ભાષણ સાંભળે છે, અને જીવનપરિવર્તન થાય એવો પ્રભાવ ગ્રહણ કર્યા વગર ઘેર જાય છે. બીજો માણસ પવિત્ર સાધુની હાજરીમાં બેસે છે, અને થોડીવાર પછી જીવન દૃષ્ટિમાં મૌલિક ફેરફાર સાથે પાછો ફરે છે. બેની તુલના કરો અને નક્કી કરો કે કઈ રીત સારી છે. મોટેથી પ્રભાવ વિનાનાં ભાષણ કરવાં એ કે મૌન વડે બીજાપર અચૂક પ્રભાવ પાડે એવી દિવ્ય શક્તિનું પ્રદાન કરવું એ ? બીજું, વાણી કેવી રીતે ઉત્પન્ન થાય છે એ વિચારો. પહેલાં અમૂર્તજ્ઞાન હોય છે. એમાંથી અહંકાર ઉત્પન્ન થાય છે. અહંકાર વિચારોને, અને વિચારો વાણીને જન્મ આપે છે. આમ, અવ્યક્ત જ્ઞાન, અહંકાર, વિચાર અને શબ્દ એવો ક્રમ છે. તેથી શબ્દો મૂળ ઉગમસ્થાનના પ્રપૌત્ર છે. જો શબ્દો અસર ઉત્પન્ન કરતા હોય, તો વિચાર કરો કે મૌનની અસર કેટલી શક્તિશાળી હોવી જોઈએ. T. 285

આત્મજ્ઞાની માણસ મૌનથી ઘણા લોકોને મદદ કરી શકે એ વિષે શંકા રાખનાર માણસોને ભગવાન યોગ્ય જવાબ આપતા. સ્વયં શ્રી મહર્ષિ આ સત્યનો પૂરાવો હતા. ઘણા સાધકો ભગવાનની કૃપાની અસર એમની મૌન અવસ્થામાં પોતાના હૃદયના ઊંડાણમાં અનુભવાતી મદદના રૂપમાં મેળવીને ધન્ય બનતા. આ રીતે ઘણા ભક્તો શોક અને મૂંઝવણથી મુક્ત થઈ, સમજણ અને શાન્તિના માર્ગે દૃઢતાથી ચાલતા થયા હતા. આમ છતાં ભગવાન એમને યાદ રાખવાનું કહેતા કે જ્ઞાનના દૃષ્ટિકોણથી બીજા નથી જેમને મદદ કરી શકાય.

- સા. મારો આત્માનુભવ અન્યને મદદ કરી શકે ?
- ભ. હા, ચોક્કસ. એ સૌથી શ્રેષ્ઠ મદદ છે. પરંતુ હકીકતમાં, જેમને મદદ કરી શકાય એવા બીજા નથી. કારણ કે આત્મનિષ્ઠ પુરુષ, સોની જુદા જુદા આભૂષણોમાં ફક્ત સોનું જુએ, એમ કેવળ આત્માને જુએ છે. જ્યાં સુધી તમે દેહ સાથે તાદાત્મ્ય કરો ત્યાં સુધી વિવિધ જીવો અને રૂપો દેખાય છે. જ્યારે તમે દેહથી પર થાઓ ત્યારે શારીરિક ચેતના સાથે બીજાઓ પણ અદૃશ્ય થાય છે.
- સા. એ વાત ઝાડ - પાન વગેરેને પણ લાગુ પડે છે ?
- ભ. આત્માથી અલગ એ બધાં ક્યારે પણ અસ્તિત્વ ધરાવી શકે ખરાં ? એની શોધ કરો. તમે એમને જુઓ છો એવું તમે વિચારો છો. વિચાર તમારામાં પ્રગટ થાય છે. તપાસ કરો કે વિચાર ક્યાંથી પ્રગટ થાય છે. એમ કરશો તો વિચારો પ્રગટ થતા બંધ થશે, અને કેવળ આત્મા બાકી રહેશે.
- સા. બૌદ્ધિક રીતે એ સત્ય મને સમજાય છે, છતાં એ બધાં દેખાય છે.
- ભ. હા, એ ચલચિત્ર પ્રદર્શન જેવું છે. પરદા પર પ્રકાશ ફેંકવામાં આવે છે, અને ગતિશીલ છાયાઓ પ્રેક્ષકોને કોઈ કથાનો અભિનય ચાલી રહ્યો હોય એવો ભ્રમ પેદા કરે છે. ધારો કે કથામાં પ્રેક્ષકવર્ગને પણ પરદા પર દેખાડવાનો હોય, તો દૃશ્ય અને પ્રેક્ષક બંને પરદા પર હશે. આને તમારી પોતાની સાથે ઘટાવો. તમે પરદો છો. એ પરદારૂપી આત્માએ અહંકાર પેદા કર્યો, એને વિચારો વળગેલા છે, જે જગત, વૃક્ષો, વનસ્પતિ વગેરે રૂપે દેખાઈ રહ્યા છે, જેમના વિષે તમે પૂછો છો. ખરેખર, આત્મા સિવાય આ બધું કાંઈ નથી. જો તમે આત્માને જોશો, તો સદા, સર્વત્ર, સર્વરૂપ એજ દેખાશે. આત્માથી અલગ કશાની હયાતી નથી. T. 13
- આ વાત તિબેટવિષે ગ્રંથો લખનાર પ્રસિદ્ધ ઇવાન્ઝ વેન્ઝને પણ સમજાવવામાં આવી હતી.*
- ઈ. વે. કહેવાય છે કે તિબેટમાં ઘણા સિદ્ધો એકાન્તમાં રહીને જગતને મદદ કરે છે. એમ કેવી રીતે બને ?
- ભ. એ બની શકે છે. માનવજાતિ માટે આત્મસાક્ષાત્કાર સૌથી મોટી મદદ છે. તેથી જંગલમાં રહેનારા સંતો મદદરૂપ છે, એમ કહેવાય છે એ સાચું છે. પરંતુ એ વાત ભૂલવી ન જોઈએ કે એકાન્ત ફક્ત જંગલમાં નથી. શહેરોમાં અને દુનિયાના વ્યવહારોમાં પણ એ ઉપલબ્ધ છે.



- ઈ.વે. સંતો લોકો સાથે ભળે અને એમને મદદ કરે એ જરૂરી નથી ?
- ભ. આત્મા જ એક સત્ય છે, દુનિયા અને એના વ્યવહારો નહિ. આત્મનિષ્ઠ પુરુષ જગતને પોતાનાથી ભિન્ન જોતો નથી.
- ઈ.વે. એનો અર્થ એવો થાય કે મનુષ્યનો સાક્ષાત્કાર માણસ જાતને ઊંચે ઉઠાવે છે, ભલે લોકો એ વાત ન જાણતા હોય.
- ભ. હા. એ મદદ દેખી ન શકાય એવી હોય છે, છતાં તે હોય છે એ વાત સાચી છે. આત્મજ્ઞાની માણસ માનવ માત્રને મદદ કરે છે. પણ લોકો આ વાત જાણતા હોતા નથી.
- ઈ.વે. તેઓ બધા સાથે હળે મળે એ વધુ સારી વાત નથી ?
- ભ. હળવા મળવા માટે બીજા છે જ નહીં: આત્મા એક છે અને કેવળ એ જ સત્ય છે.
- ઈ.વે. જો એકસો આત્મજ્ઞાની પુરુષો હોય તો દુનિયા માટે વધુ લાભદાયી ન બને ?
- ભ. જ્યારે તમે આત્મા કહો છો ત્યારે અનંતનો ઉલ્લેખ કરો છો. પરંતુ જ્યારે તમે પુરુષો એની સાથે જોડો છો ત્યારે તમે એના અર્થને મર્યાદિત કરો છો. આત્મા કેવળ એક અને અનંત છે.
- ઈ.વે. હવે સમજાયું. શ્રી કૃષ્ણે ગીતામાં કહ્યું છે કે આસક્તિ વિના કર્મ કરવું જોઈએ. આવું કર્મ પ્રમાદ કે અકર્મણ્યતા કરતાં સારું છે. એને જ કર્મયોગ કહેવાય ને?
- ભ. જે કહેવાયું છે, એ સાંભળનારની પ્રકૃતિને અનુરૂપ કહેવાયું છે.
- ઈ.વે. યુરોપમાં લોકો સમજતા નથી કે એકાન્તમાં રહીને પણ માણસ મદદરૂપ બની શકે છે. તેઓ માને છે કે જગતમાં કાર્યરત રહેનાર જ ઉપયોગી બની શકે છે. આ ગેરસમજ ક્યારે દૂર થશે ? યુરોપિયનોનું મન કળણમાં ઊંડું ઉતરતું જશે કે સત્ય સમજશે ?
- ભ. યુરોપ કે અમેરિકાને મન પર ન લો. એ મનમાં નહીં તો બીજે ક્યાં છે ? તમારા આત્માને જાણો એટલે બધું જાણી શકાશે. તમે સ્વપ્નમાં ઘણા માણસો જુઓ છો; જાગીને સ્વપ્નનું સ્મરણ કરો છો ત્યારે એમ જાણવાનો પ્રયત્ન કરો છો ખરા કે સ્વપ્નમાં જોયેલા બધા માણસો પણ જાગ્યા કે નહીં. ? T. 20
- આત્મજ્ઞાની જગતને લાભદાયક બન્યા વિના રહી શક્તો નથી. એની હયાતી જ પરમ મંગલ છે. T. 210

## ગુરુ

બધા ધર્મો કહે છે કે આત્માજ્ઞાન માટે અભ્યાસ ઉપરાંત માર્ગદર્શકની જરૂર છે. ભગવાને બીજી બધી બાબતોની જેમ આ સિદ્ધાન્તનો પણ ગંભીર અર્થ બતાવ્યો છે. આ સિદ્ધાન્ત ક્રાઈસ્ટ તમારામાં છે, એ ખ્રિસ્તી ધર્મની અને બોધિસત્વ પ્રત્યેક માણસમાં વસે છે, એ બૌદ્ધ ધર્મની માન્યતાની સમકક્ષ છે.

- સા. ભગવાન કહે છે કે ગુરુકૃપા વિના કોઈપણ આત્મજ્ઞાન મેળવી શકે નહીં. આપના આ કથનનો શો અર્થ છે ? આ ગુરુ કોણ છે ?
- ભ. જ્ઞાનમાર્ગની દૃષ્ટિએ ગુરુ એટલે આત્માની સર્વોચ્ચ અવસ્થા. એ અહંકારથી ભિન્ન છે, જેને તમે પોતે છો એમ માનો છો.
- સા. જો એ મારી પોતાની સર્વોચ્ચ અવસ્થા હોય, તો એને હું ગુરુકૃપા વિના મેળવી ન શકું એમ કહેવાનો શો અર્થ છે ?
- ભ. અહંકાર વ્યક્તિત્વ છે, અને સૌના માલિકથી જુદો છે. જ્યારે એ સાચી ભક્તિથી માલિક સમક્ષ જાય છે, ત્યારે માલિક નામરૂપ ધારણ કરી, એને પોતાની તરફ ખેંચે છે. તેથી કહેવાય છે કે ગુરુ પરબ્રહ્મ કે ઈશ્વરથી જુદા નથી. ગુરુ ઈશ્વરકૃપાનું મૂર્ત સ્વરૂપ છે.

આનો અર્થ એ થાય કે ગુરુ આત્મા કે ઈશ્વર છે, જે માનવરૂપે બહાર પ્રગટ થાય છે. આવું પ્રકટીકરણ આવશ્યક છે. પરંતુ પ્રશ્ન કરનારના મનનું આ જવાબથી સમાધાન થયું નહીં, કારણ કે એ જાણતો હતો કે ભગવાનને માનવગુરુ ન હતા, અને એવા બીજા ઘણા દાખલાઓ પણ નોંધાયા છે, ખાસ કરીને ધર્મસંસ્થાપકોના. એણે પૂછવાનું ચાલુ રાખ્યું.

- સા. પણ કેટલાક એવા પણ છે જેમને માનવગુરુ ન હતા.
- ભ. સાચી વાત છે. કેટલાક મહાન આત્માઓ માટે ઈશ્વર સ્વયં પ્રકાશના પણ પ્રકાશ રૂપે અંદર પ્રગટ થાય છે.

પ્રસંગવશાત્ કોઈ પૂછનાર ખુલ્લી રીતે એમ કહેતો કે ભગવાનને પોતાને કોઈ માનવગુરુ ન હતા, તો તેઓ જણાવતા કે ગુરુ માનવરૂપે જ પ્રગટ થાય એવો નિયમ નથી.

જે લોકો ભગવાનના ઉપદેશ વિષે અપ્રત્યક્ષરૂપે જાણતા થયા હતા, તેઓ

એમ માનતા કે એમના અભિપ્રાય પ્રમાણે ગુરુની આવશ્યકતા નથી. બીજું, ભગવાન દેખીતી રીતે કોઈને દીક્ષા આપતા નહીં, એને તેઓ પોતાની માન્યતાનું સમર્થન માની લેતા. પરંતુ ભગવાન આ વાતનો નિષેધ કરતા. એસ.એસ.કોહને આ વિષે ભગવાન સાથે શ્રીઅરવિન્દાશ્રમના પ્રસિદ્ધ સંગીતજ્ઞ દિલીપકુમાર રોયના વાર્તાલાપની નોંધ રાખી છે.

- દિ. કેટલાક લોકો એવી વાત ફેલાવે છે કે શ્રી મહર્ષિ ગુરુની આવશ્યકતા નકારે છે. બીજા એથી ઉલટું કહે છે. મહર્ષિનું આ વિષે શું કહેવું છે ?
- ભ. મેં ગુરુની આવશ્યકતા નથી, એવું ક્યારે પણ કહ્યું નથી.
- દિ. શ્રી અરવિન્દ ઘણી વાર આપને ગુરુ ન હતા એમ કહે છે.
- ભ. એનો આધાર તમે કોને ગુરુ કહો છો એના ઉપર છે. ગુરુ માનવરૂપમાં જ હોય એ જરૂરી નથી. દત્તાત્રેયને પાંચ મહાભૂત વગેરે ચોવીસ ગુરુ હતા. એટલે કે જગતમાંનાં બધાં રૂપ એમનાં ગુરુ હતાં. ગુરુ અનિવાર્ય રીતે જરૂરી છે. ઉપનિષદો કહે છે કે ગુરુ સિવાય કોઈ પણ માણસને મનથી અને ઈન્દ્રિયોથી દેખાતા પદાર્થોના જંગલમાંથી બહાર કાઢી શકે નહીં. તેથી ગુરુ હોવા જ જોઈએ.
- દિ. મારો કહેવાનો ભાવ એ છે કે શ્રી મહર્ષિને માનવગુરુ ન હતા.
- ભ. કોઈ વખત એ હોય પણ ખરા. મેં અરુણાચલને ઉદેશીને સ્તોત્ર નથી ગાયાં ? ગુરુ શું છે ? ગુરુ ઈશ્વર કે આત્મા છે. પહેલાં માણસ તેની ઈચ્છાઓ પૂરી કરવા ઈશ્વરની પ્રાર્થના કરે છે. પછી એક વખત એવો આવે છે જ્યારે એ ઈચ્છાપૂર્તિ માટે નહીં, પણ સ્વયં ઈશ્વર માટે પ્રાર્થના કરે છે. એની પ્રાર્થનાના જવાબમાં ઈશ્વર તેની સમક્ષ માનવ કે અમાનવ, કોઈને કોઈ રૂપમાં પ્રગટ થાય છે, અને એનું માર્ગદર્શન કરે છે.

એક મુલાકાતીએ કહ્યું કે શ્રી મહર્ષિને કોઈ ગુરુ ન હતા, ત્યારે એમણે સમજાવેલું કે ગુરુ મનુષ્યરૂપે જ પ્રગટે એવો નિયમ નથી. બીજા સાધક સાથેના વાર્તાલાપના સંદર્ભની મદદથી એની સમજમાં આવ્યું કે આવું અત્યંત વિરલ કિસ્સાઓમાં બને છે. R. M. 143.

આ પ્રશ્નની ચર્ચા આગળ ચલાવતાં પહેલાં ઈશ્વર, ગુરુ અને આત્મા અભિન્ન છે, એ કથનનો ભાવાર્થ વિચારીએ. ગુરુ શબ્દનો સામાન્ય અર્થ છે એવો પુરુષ જેને શિષ્યોને દીક્ષા આપી, એમના માટે આધ્યાત્મિક અનુશાસનનું

સ્વરૂપ નક્કી કરવાનો અધિકાર સોંપાયો હોય, અને ગુરુ તરીકેના એના કાર્યોને પ્રામાણિક રૂપ આપવા યોગ્ય શક્તિ અપાઈ હોય, જેમ ધર્મગુરુના કાર્યો પ્રામાણિક ત્યારે ગણાય જ્યારે એણે એ માટે યોગ્યતા મેળવી હોય, અને વિધિસર નિમણૂક કરવામાં આવી હોય. આ રીતે નિમણૂક થઈ હોય એવા ધર્મગુરુ દ્વારા કરાવવામાં આવેલી સમૂહ-પ્રાર્થના પ્રામાણિક ગણાય છે. પરંતુ જેની એવી નિમણૂક થઈ નથી એવો માણસ ભલે નૈતિક દષ્ટિએ વધારે પવિત્ર હોય તેમજ બુદ્ધિશાળી હોય, છતાં એના દ્વારા કરાવાયેલી સમૂહ-પ્રાર્થના પ્રામાણિક ગણાતી નથી. આ રીતે ગુરુનું પદ અને એમણે આપેલી દીક્ષા અને મુકરર કરેલા અનુશાસનની પ્રામાણિકતા સાધારણતયા ગુરુપરંપરામાં પૂર્વના ગુરુએ એમને તથા એમની યોગ્યતાને કારણે પોતાના ઉત્તરાધિકારી તરીકે આપેલી દીક્ષા પર આધારિત હોય છે. ભગવાન ગુરુ શબ્દના આવા અર્થને બહુ માન્યતા આપતા નહીં, છતાં આ વિષે કોઈ પૂછે તો એનો સ્વીકાર કરતા.

- સા. કોઈ સાધક દીક્ષા લીધા વિના, આકસ્મિક રીતે મળેલાં મંત્રના જપથી લાભ મેળવી શકે ખરો ?
- ભ. સાધકે દીક્ષા મેળવેલી હોવી જોઈએ. મંત્રજપનો અધિકાર મેળવવો જોઈએ. આ માટે એક દષ્ટાન્ત છે. એકવાર એક રાજા એના મંત્રીની મુલાકાતે એના ઘેર ગયો. ત્યાં એમને જણાવવામાં આવ્યું કે મંત્રી જપ કરી રહ્યા છે. રાજાએ એમની રાહ જોઈ. પછી મુલાકાત થઈ ત્યારે રાજાએ એ મંત્ર વિષે પૂછ્યું. મંત્રીએ કહ્યું કે એ ગાયત્રી મંત્ર છે. રાજાએ મંત્રીને એ મંત્રની દીક્ષા પોતાને આપવા વિનંતી કરી, ત્યારે મંત્રીએ એ માટે પોતાની અસમર્થતા જાહેર કરી. રાજાએ એ મંત્ર બીજા કોઈ પાસેથી શીખીને, ફરી વાર જ્યારે મંત્રીને મળ્યો ત્યારે મંત્ર બોલી સંભળાવ્યો, અને પૂછ્યું કે મંત્ર બરોબર છે કે નહિ. મંત્રીએ કહ્યું કે મંત્ર બરાબર છે, પણ તમે એ બોલ્યા એ બરોબર નથી. રાજાએ એનું કારણ પૂછ્યું. મંત્રીએ પાસે ઊભેલા રાજસેવકને રાજાને ગિરફતાર કરવા હુકમ કર્યો. તેનો અમલ ન થયો. મંત્રીએ વારંવાર હુકમ કર્યો, છતાં અમલ ન થયો. રાજાએ ગુસ્સે થઈને રાજસેવકને મંત્રીને ગીરફતાર કરવા હુકમ કર્યો. તરત હુકમનો અમલ થયો. મંત્રીએ હસીને કહ્યું કે આ આપના પ્રશ્નનો જવાબ છે. રાજાએ પૂછ્યું: કેવી રીતે ? મંત્રીએ કહ્યું હુકમ અને તેનો અમલ કરનાર સમાન હતા. પણ અધિકારનો

ભેદ હતો. મારા હુકમની કોઈ અસર ન થઈ, પરંતુ આપે હુકમ કર્યો તેની તરત અસર થઈ. મંત્રદીક્ષા વિષે એવું છે. T. 8

ભગવાન જ્યારે ગુરુ શબ્દનો પ્રયોગ કરતા, ત્યારે આના કરતાં ઘણી વધારે મહાન ધારણાવિષે વાત કરતા, જે ગુણ તેમજ લક્ષણથી ખૂબ ઊંચી હતી. તેઓ સદ્ગુરુ, ગુરુદેવ વિષે વાત કરતા, એ પણ એના સર્વોચ્ચ અર્થમાં, એવા ગુરુ જેમણે આત્મા કે બ્રહ્મ સાથે પોતાનું તાદાત્મ્ય અનુભવ્યું હોય અને નિરંતર એમાં નિષ્ઠાપૂર્વક રહેતા હોય.

- સા. ગુરુનાં લક્ષણો કયા, જેથી સાધક એમને ઓળખી શકે ?
- ભ. ગુરુ એ છે જે સર્વદા આત્માની ગહનતામાં રહે છે. એ પોતાનામાં અને બીજામાં ભેદ જોતા નથી. પોતે પ્રબુદ્ધ યાને મુક્ત છે અને બીજા બધા અજ્ઞાનના અંધકારમાં ડૂબેલા છે કે બંધનમાં છે એવું વિચારતા નથી. ગમે તેવા સંયોગો એમને એમની આત્મનિષ્ઠામાંથી ડગાવી શકતા નથી, અને વ્યગ્રતાથી સંપૂર્ણપણે મુક્ત છે.
- સા. ગુરુના ઉપદેશનું કે આધ્યાત્મિક શિક્ષણનું રહસ્ય શું છે ?
- ભ. ઉપદેશ શબ્દનો અર્થ વસ્તુને એના યોગ્ય સ્થાનમાં મૂકવી એવો છે. શિષ્યનું મન, પોતાની મૌલિક, સાચી, શુદ્ધ સત્તા કે આત્મા - સચ્ચિદાનંદ - થી વિખૂટું પડી, વિચારનું રૂપ ધારણ કરી, વિષયો વડે ઈન્દ્રિયતૃપ્તિની શોધમાં નિરંતર ભટકતું ફરે છે. તેથી એ જીવનના ઉતાર - ચઢાવની લપેટમાં આવે છે, અને નિઃસત્ત્વ, નિર્બળ, જડ જેવું બને છે. ગુરુ પોતાના ઉપદેશથી એને એની મૂળ અવસ્થામાં પાછું લાવે છે. તેની શુદ્ધ સત્ત્વ અવસ્થામાંથી છટકી જતું અટકાવે છે. આત્મા સાથે અભેદની સ્થિતિ ફરીથી સ્થાપે છે, એટલે કે ગુરુની અવસ્થા જેવી એની અવસ્થા કરે છે.

એનો બીજો અર્થ એ છે કે જે વસ્તુ દેખીતી રીતે દૂર જણાતી હોય એને પાસે લાવી દેવી. શિષ્ય જેને ઘણે દૂર, પોતાનાથી ભિન્ન ગણે છે, ગુરુ એને તદ્દન નજીક, પોતાનાથી અભિન્ન છે, એમ દેખાડી આપે છે.

- સા. આપ કહો છો એમ શિષ્યની સાચી સત્તા, ગુરુની સત્તાથી અભિન્ન હોય, તો ધર્મગ્રંથો એમ શાથી કહે છે કે વ્યક્તિ પોતાની સાધનાથી ગમે તેવી મહાન શક્તિ મેળવે, ગુરુકૃપા વિના આત્માનુભવ ન મેળવી શકે ?
- ભ. શિષ્યની સત્તા ગુરુની સત્તાથી અભિન્ન છે, એ વાત સાચી છે, છતાં ગુરુકૃપા વિના વ્યક્તિ જવલ્લેજ પોતાની સાચી સત્તાનો અનુભવ કરી શકે છે. S.I.1.4

ગુરુ દેહધારી વ્યક્તિ નથી.

- ભ. ગુરુ વિષે તમારો શો ખ્યાલ છે ? એને તમે મનુષ્યના આકારવાળો, વિશેષ પરિમાણનો દેહ, ચહેરો વગેરે માનો છો. સાક્ષાત્કાર પછી એક શિષ્ય ગુરુને કહે છે. હવે હું સમજ્યો કે અસંખ્ય જન્મોમાં મારા હૃદયમાં આપ એક માત્ર સત્ય તરીકે બિરાજેલા હતા, અને હવે મારી સમક્ષ માનવરૂપે આવીને અજ્ઞાનનું આવરણ હટાવ્યું છે. આવો દુર્લભ લાભ આપવાના બદલામાં હું આપને શું આપી શકું ? ગુરુએ જવાબ આપ્યો : તમારે કંઈ કરવાની જરૂરત નથી. તમે તમારી સાચી અવસ્થામાં જેવા છો એવા રહો એટલું પૂરતું છે. ગુરુનું સત્ય આવું છે. D. D. 75

ભગવાન ઘણીવાર કહેતા કે દિવ્ય, સાચા ગુરુ પોતાના હૃદયમાં વસે છે, અને એજ બહાર પ્રગટ થયેલા છે. બહાર રહેલા ગુરુ મનને અંદરની તરફ વાળે છે, અને અંદર રહેલા ગુરુ મનને અંદરથી પોતાની તરફ ખેંચે છે. વ્યક્તિની પરિસ્થિતિ પણ આકસ્મિક રીતે સર્જાતી નથી. ગુરુ આત્મખોજ માટે યોગ્ય વાતાવરણ સર્જે છે.

- સા. ગુરુ કૃપા શું છે ?
- ભ. ગુરુ આત્મા છે. કોઈ વખતે માણસ તેના જીવનથી અસંતુષ્ટ બને છે. એની પાસે જે છે તેનાથી તેને સંતોષ થતો નથી. પ્રભુ પ્રાર્થના વડે એ એની ઈચ્છાઓને સંતુષ્ટ કરવાનો પ્રયત્ન કરે છે. ધીમે ધીમે એનું મન પવિત્ર થતાં, એ ઈશ્વરને જાણવાની ઈચ્છા કરે છે. હવે એને દુનિયાની વસ્તુઓ જોઈતી નથી પણ ઈશ્વરની કૃપા જોઈએ છે. ઈશ્વર તેના પર પ્રસન્ન થઈ ગુરુરૂપે પ્રગટ થાય છે અને એને સત્યનો ઉપદેશ કરે છે. વિશેષ કરીને એને પોતાના સંગથી શુદ્ધ કરે છે. ભક્તનું મન આમ શક્તિશાળી બને છે અને અંદરની તરફ વળવા સમર્થ બને છે. ધ્યાનથી એનું મન વધુ શુદ્ધ થાય છે. છેવટે તરંગ વિનાના સમુદ્ર જેવું પ્રશાન્ત, ગંભીર બને છે. આવો પ્રશાન્ત વિસ્તાર આત્મા છે.

ગુરુ અંદર અને બહાર પણ છે. બહારથી એ મનને અંદર વળવા ધક્કો મારે છે, અને અંદર રહીને એને આત્મા તરફ ખેંચે છે, અને શાન્ત બનવામાં મદદ કરે છે. એ ગુરુની કૃપા છે. ઈશ્વર, ગુરુ, અને આત્મામાં ભેદ નથી.

- સા. થિયોસોફિકલ સોસાયટીમાં માર્ગદર્શન મેળવવા ગુરુની શોધ માટે ધ્યાન કરવામાં આવે છે.

- ભ. ગુરુ અંદર છે. ગુરુ ફક્ત બહાર છે એવા ખોટા ખ્યાલને દૂર કરવા માટે ધ્યાન કરવામાં આવે છે. ગુરુ કોઈ અજાણ્યો માણસ હોય જેની તમે રાહ જુઓ છો, તો એ જરૂર અદૃશ્ય પણ થઈ જશે. એવા અલ્પજીવી ગુરુનો શો ઉપયોગ ? પરંતુ જ્યાં સુધી તમે શરીર છો અને જુદું વ્યક્તિત્વ ધરાવો છો એવો ખ્યાલ તમારા મનમાં છે, ત્યાં સુધી બહારના ગુરુની આવશ્યકતા છે અને તેથી એ શરીરધારી બની તમારી સમક્ષ પ્રગટ થશે. જ્યારે દેહ સાથેનું તમારું ભૂલભરેલું તાદાત્મ્ય ખતમ થશે, ત્યારે ગુરુ આત્માથી અભિન્ન જણાશે.
- સા. ગુરુ અમને દીક્ષા વગેરે દ્વારા આત્માને જાણવામાં મદદ કરશે ?
- ભ. ગુરુ તમારો હાથ પકડી, તમારા કાનમાં કાંઈ કહેશે એમ તમે માનો છો. તમે ગુરુને તમારા જેવો ગણો છો. તમારે શરીર છે એટલે તમે વિચારો છો કે ગુરુને પણ શરીર હોવું જોઈએ. તમે એવી અપેક્ષા રાખો છો કે એ ભૌતિક ધરાતલ પર ઈન્દ્રિયગમ્ય એવો કોઈ વિધિ કરશે. પરંતુ એનું કાર્ય તમારી અંદર, આત્માના ક્ષેત્રમાં થતું હોય છે.
- સા. ગુરુ કેવી રીતે મેળવાય ?
- ભ. સર્વવ્યાપક ઈશ્વર, કરુણાથી ભક્ત પર દયા કરે છે, અને એના વિકાસ મુજબ એની સમક્ષ પ્રગટ થાય છે. ભક્ત સમજે છે કે એ એક માણસ છે. તેથી એ બે પાર્થિવ શરીરો વચ્ચે હોય એવા સંબંધની અપેક્ષા રાખે છે. પરંતુ ગુરુ સ્વયં ઈશ્વર કે આત્મા જ દેહધારી બન્યો છે તેથી એ અંદરથી કાર્ય કરે છે અને ભક્તને એની ભૂલો જોવામાં મદદ કરે છે અને અંદર રહેલા આત્માનો સાક્ષાત્કાર થાય ત્યાં સુધી એને સાચા માર્ગ ચાલવામાં મદદ કે માર્ગદર્શન કરે છે.
- સા. તો પછી ભક્તે શું કરવું ?
- ભ. એણે ગુરુના ઉપદેશ પ્રમાણે પોતાના મનની અંદર કાર્ય કરવું. ગુરુ અંદર અને બહાર એમ બંને બાજુએ છે. તમને અંદરની તરફ વાળવા માટે યોગ્ય પરિસ્થિતિ ઉત્પન્ન કરે છે. સાથે સાથે અંદરના પ્રદેશને તૈયાર કરે છે, જેથી તમને અંદર ખેંચી શકાય. એ બહારથી ધક્કો મારે છે, અને અંદરથી ખેંચાણ કરે છે, એમ બે સ્તરે કામ કરે છે, જેથી તમે તમારા કેન્દ્રમાં અચલપણે પ્રતિષ્ઠિત થઈ શકો.
- તમને લાગે છે કે તમે તમારા પોતાના પ્રયત્નથી જગતને જીતી શકશો. પણ જ્યારે તમે તમારા પ્રયત્નોમાં નાસીપાસ થાઓ છો ત્યારે તમને સમજાય

છે કે મનુષ્ય કરતાં કોઈ ઊંચી શક્તિ છે. અહંકાર શક્તિશાળી હાથી જેવો છે, જેને સિંહ કરતાં ઉતરતી શક્તિનું કોઈપણ નિયંત્રણમાં રાખી શકે નહીં, જે અહીં ગુરુ છે. એની દૃષ્ટિ જ હાથી જેવા અહંકારને ધ્રુજાવી દે છે અને અંતમાં મારી નાખે છે. તમને યોગ્ય સમયે સમજાશે કે તમારો મહિમા તમારા વ્યક્તિત્વના અંતમાં રહેલો છે. એ અવસ્થા મેળવવા માટે તમારે આત્મ - સમર્પણ કરવું જોઈએ કેમકે ત્યારે ગુરુ જાણી લે છે કે તમે એના માર્ગદર્શન માટે પાત્ર બન્યા છો અને એ ખરેખર તમારું માર્ગદર્શન કરે છે. M. G. 35-37

સા. ગુરુ ઈશ્વર કે આત્માનું પ્રકટીકરણ છે, એમ કહેવાનો ભાવ શો છે ?

ભગવાન હંમેશાં દરેક વાત અદ્વૈતના દૃષ્ટિકોણથી કહેતા. પ્રશ્ન કરનાર પણ ભગવાનના દૃષ્ટિકોણમાં રહેલા સત્યને પારખી શકતા, ફરક ફકત એટલો કે ગુરુએ આ સત્યનો સાક્ષાત્કાર કર્યો છે, જ્યારે પ્રશ્ન કરનારે કરવાનો છે.

ભ. જ્યાં સુધી તમે આત્માને શોધો છો ત્યાં સુધી ગુરુની જરૂર છે. તમે તમને પોતાને વ્યક્તિગત આત્મા અને ગુરુને સાચો આત્મા માનો છો એમાં રહેલી દ્વૈત દૃષ્ટિનો નાશ અજ્ઞાનનો નાશ છે. તમારામાં જ્યાં સુધી દ્વૈત રહે ત્યાં સુધી ગુરુ જરૂરી છે. તમે તમને પોતાને શરીર સાથે એકરૂપ માનો છો તેથી તમે વિચારો છો કે ગુરુ પણ શરીર છે. હકીકતમાં ગુરુ શરીર નથી અને તમે પણ શરીર નથી. ગુરુ આત્મા છે અને તમે પણ આત્મા છો. જેને તમે આત્મ-સાક્ષાત્કાર કહો છો તેનાથી આવું જ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય છે. T. 282

તમે ગુરુને શરીર સમજવાની ભૂલ કરો છો. ગુરુ પોતે એવી ભૂલ કરતા નથી. એ અરૂપ આત્મા છે જે તમારી અંદર છે. એ તમને માર્ગદર્શન કરવા બહાર દેખાય છે. T. 282

આત્મા સાથે નિરંતર, સભાન તાદાત્મ્ય સિદ્ધ કર્યું છે એવા આત્મજ્ઞાની ગુરુ વિષે એક વિચિત્ર વિરોધાભાસ ઉત્પન્ન થાય છે. એ પોતાને ગુરુ અને કોઈને પોતાનો શિષ્ય કહેશે નહીં. કારણ કે એ સાચા અને પૂર્ણજ્ઞાની ગુરુ છે, તેથી જેમાં દ્વૈતનો સ્વીકાર છે એવા ગુરુ-શિષ્ય સંબંધનું સમર્થન કરશે નહીં.

જો કે તેઓ શિષ્યોને ઉપદેશ આપે છે છતાં પોતાને ગુરુ કહેતા નથી. કારણ કે તેઓ જાણે છે કે ગુરુ-શિષ્ય સંબંધ માયાથી ઉત્પન્ન થયેલી રૂઢિ કે પ્રણાલિકા છે. T. 499.



ભગવાન મૌનથી શિષ્યોને દીક્ષા આપતા. શિષ્ય દૂર હોય તો સ્વપ્નમાં અને નજીક હોય તો દૃષ્ટિથી દીક્ષા આપતા. છતાં તેઓ એમને પોતાના શિષ્ય ન ગણતા અને જેમાં દ્વેષનો સ્વીકાર હોય એવો કોઈ વિધિ ન કરતા. તેઓ એમના પર સતત નજર રાખતા તેમજ મૌખિક રીતે અથવા મૌન અનુગ્રહ શક્તિ વડે એમને માટે અનુશાસન નક્કી કરતા. પણ પોતાને એમના ગુરુ ન ગણતા.

સા. કૃપા ગુરુની ભેટ નથી ?

ભ. ઈશ્વર, ગુરુ અને કૃપા પર્યાય શબ્દો છે અને શાશ્વત તેમજ સર્વવ્યાપક છે. આત્મા પહેલેથી જ અંદર નથી ? ગુરુ પોતાની દૃષ્ટિથી એને બક્ષિસ તરીકે આપે છે ? જે એવું માનતો હોય એ ગુરુ નામને લાયક નથી. ગ્રંથો દીક્ષાના ઘણા પ્રકારો વર્ણવે છે, જેમાં પાણી, અગ્નિ, મંત્ર વગેરેથી ધાર્મિક વિધિઓ કરવાની હોય છે. આવી વિચિત્ર ક્રિયાઓ દીક્ષા કહેવાય છે, જાણે એ કર્યા પછી જ શિષ્ય પાત્રતા મેળવતો હોય.

ગુરુ એવા હોય છે કે ત્યાં વ્યક્તિ શોધવામાં આવે તો મળતો નથી. દક્ષિણામૂર્તિ આવા ગુરુ છે. તેઓ મૌન ધારણ કરીને બેઠા. શિષ્યો એમની સમક્ષ આવ્યા. એમને મૌન ચાલુ રાખ્યું અને શિષ્યોના સંશયો નષ્ટ થઈ ગયા. એનો અર્થ એ કે એમણે એમનું વ્યક્તિ તરીકે અસ્તિત્વ ગુમાવ્યું. જ્ઞાન આવી મૌન સમજણ છે. સાધારણ રીતે આપવામાં આવતી શાબ્દિક વ્યાખ્યાઓ જ્ઞાન નથી. કાર્યનું સૌથી સમર્થ સ્વરૂપ મૌન છે. ધર્મગ્રંથો ગમે એટલા વિશાળ અને શબ્દભારયુક્ત હોય, અસરકારક નથી. ગુરુ શાન્ત છે અને સર્વત્ર શાન્તિ પ્રવર્તે છે. ગુરુનું મૌન બધા ધર્મગ્રંથો કરતાં વધારે વિશાળ અને અસરકારક છે. તમને એમ લાગે છે કે અહીં આટલો બધો વખત રહ્યા, આટલું બધું સાંભળ્યું, બહુ પ્રયત્ન કર્યો પણ કાંઈ મળ્યું નહીં. ગુરુ સદા તમારી અંદર છે. T. 398

બધાને ભગવાનની મૌન દીક્ષાનો અને અનુગ્રહનો તરત અનુભવ થતો નહીં, પણ તેઓ એમને હૈયાધારણા આપતા.

સા. કહેવાય છે કે મહાત્માની એક નજર પૂરતી છે. યાત્રા, મૂર્તિ - પૂજા વગેરે એટલાં અસરકારક નથી. હું અહીં ત્રણ મહિનાથી છું, છતાં શ્રી મહર્ષિની દૃષ્ટિથી મને શું લાભ થયો એની ખબર પડતી નથી.

ભ. દષ્ટિમાં શુદ્ધ કરવાનો પ્રભાવ હોય છે. શુદ્ધિ નજરે નિહાળી શકાય નહીં. લાકડાના ટુકડાને સળગતાં વાર લાગે છે. કોલસો જલ્દી સળગે છે જ્યારે દારૂગોળો ક્ષણમાં ભસ્મ થઈ જાય છે. મહાત્માના સંસર્ગમાં આવનારા ભિન્ન પ્રકારના માણસોનું પણ એવું છે. T. 155

પ્રસંગોપાત્ત કહેવું જોઈએ કે જેણે ઉપરનો પ્રશ્ન કર્યો હતો, એ ભગવાન પાસે રોકાયો અને સૌથી ચુસ્ત અને અનુરાગી ભક્તોમાંનો એક બની ગયો.

ગુરુમાં પૂર્ણ વિશ્વાસ સાથે, અગાઉના અધ્યાયમાં જણાવ્યા મુજબ પોતાનો પ્રયત્ન પણ આવશ્યક છે.

સા. ઓકટોબરમાં આશ્રમ છોડ્યા પછી, ભગવાનની પાસેથી મળેલી શાન્તિ દસેક દિવસ સુધી મને ઘેરી રહી. મને એની સભાનતા પણ રહી. બધો વખત જ્યારે કામમાં રોકાયેલો હોઉં ત્યારે પણ એ શાન્તિ અને એકત્વનો પ્રવાહ અંદર ચાલુ રહેતો. કંટાળાજનક ભાષણ વખતે તંદ્રા જેવી સ્થિતિમાં બેધારી ચેતના હોય છે, એવું કાંઈ હતું. પરંતુ પછી એ સદંતર ચાલ્યું ગયું. પહેલાંની મૂર્ખાઈઓએ એનું સ્થાન લઈ લીધું. કામના બોજથી ધ્યાન કરવાનો અલગ વખત મળતો નથી. હું છું, એવું સતત સ્મરણ અને કામના સમયમાં પણ એનો અનુભવ ચાલુ રાખવાનો પ્રયત્ન પૂરતો છે ?

ભ. મન શક્તિશાળી બનશે ત્યારે એ આંતર પ્રવાહ નિરંતર ચાલુ રહેશે. વારંવાર અભ્યાસ કરવાથી મન પ્રબળ બને છે. આવું મન એ પ્રવાહને વળગી રહેવા સમર્થ હોય છે. પછી તમે કામમાં હો કે ન હો, એ પ્રવાહ નિરંતર વહેતો અને ખલેલ વિનાનો બને છે. T. 310

ઘણીવાર એવું બનતું કે શિષ્ય પ્રયત્નો કરવા છતાં પોતાનામાં સુધાર ન જોતો. એને ગુરુમાં શ્રદ્ધા રાખવાનું કહેવામાં આવતું. અંદર ચાલતી પ્રક્રિયાને એ જોઈ ન શકતો હોય એમ બને. પણ અદૃશ્ય રીતે થતો સુધારો ઘણો વધારે હોઈ શકે છે.

ભગવાન ભક્ત સાધકોમાં દેખાય એવા મોટાં પરિવર્તન લાવતા નહીં. આવાં પાયા વગરનાં ચણતર પાછળથી પડી ભાંગતા હોય છે. કોઈકવાર સાધક પોતાનામાં કોઈ પરિવર્તન ન દેખાતાં હતાશ થઈ જતો અને ફરિયાદ કરતો કે એ જરાપણ પ્રગતિ નથી કરી રહ્યો. આવા દાખલાઓમાં ભગવાન સાન્ત્વન આપતા અથવા ગમ્મતમાં પૂછતા કે તમે કેવી રીતે જાણ્યું કે પ્રગતિ થતી નથી.

પછી સમજાવતા કે અંદર થઈ રહેલી પ્રગતિને ગુરુ જાણે છે, તમે નહીં. તમારે ફક્ત તમારુ કામ ખંતપૂર્વક ચાલુ રાખવાનું છે, ભલે થઈ રહેલું ચણતર તમારા મનની દૃષ્ટિમર્યાદાથી બહાર હોય. R.M.165.

કેટલાંક સાધકો ભગવાન પાસેથી પોતે ગુરુ છે એવા સ્પષ્ટ વિધાનની અપેક્ષા રાખતા, પણ ભગવાન એવું કરતા નહીં.

તિબેટના યોગ વિષે ઘણા ગ્રંથો લખનાર પ્રસિદ્ધ ઈવાન્ઝ વેન્ઝે ભગવાનને પૂછ્યું કે તેઓ શિષ્યોને દીક્ષા આપે છે કે નહીં. ભગવાન ઉત્તર આપ્યા વિના મૌન રહ્યા. ત્યારે એક ભક્તે જવાબ આપવાનું પોતાને માથે લીધું અને કહ્યું કે શ્રી મહર્ષિ કોઈને પોતાનાથી બહાર રહેલા ગણતા નથી. તેથી એમને કોઈ શિષ્ય ન હોઈ શકે. એમનો અનુગ્રહ સર્વવ્યાપક છે, જેનું યોગ્ય વ્યક્તિને મૌનથી પ્રદાન કરવામાં આવે છે. T. 23

ભગવાને આ વાત સાંભળી, પણ એનો નિષેધ ન કર્યો. કેટલીકવાર તેઓ સમજાવતા કે શિષ્ય માટે ગુરુશિષ્યસંબંધ જરૂરી છે, કેમકે એ વસ્તુઓને દ્વેતના સંદર્ભમાં જુએ છે. તેથી શિષ્ય એમ કહી શકે કે અમુક મારા ગુરુ છે, પણ ગુરુ કોઈને પોતાનો શિષ્ય નહીં કહે.

સા. ભગવાન કહે છે કે એમને કોઈ શિષ્ય નથી ?

ભ. હા.

સા. તેઓ એમ પણ કહે છે કે મુમુક્ષુ માટે ગુરુ જરૂરી છે ?

ભ. હા.

સા. તો પછી મારે શું કરવું ? મારું અહીં વર્ષો સુધી રહેવું ફક્ત સમયનો બગાડ હતો? ભગવાન કહે છે કે પોતે ગુરુ નથી તો મારે દીક્ષા માટે બીજા ગુરુ પાસે જવું ?

ભ. તમને ઘણે દૂરથી અહીં લાવનાર અને લાંબા ગાળા સુધી રાખનાર કોણ છે ? એ વિષે તમે વિચાર્યું છે ? સંદેહ શા માટે રાખો છો ? ગુરુને શોધવા તમારે બીજે જવાનું હોત તો ઘણા વખત પહેલા ગયા હોત. જ્ઞાની કે ગુરુ પોતાનામાં અને અન્યમાં કોઈ ભેદ જોતો નથી. એની નજરમાં બધા જ્ઞાની છે. બધા એની સાથે એકરૂપ છે, તેથી એ એમ કેવી રીતે કહી શકે કે અમુક મારો શિષ્ય છે. પરંતુ જે મુક્ત નથી એ બધું વિવિધ ભેદવાળું જુએ છે, બધાને પોતાનાથી ભિન્ન જુએ છે.

તેથી તેને માટે ગુરુશિષ્ય સંબંધ સાચો છે. એને માટે દીક્ષાની ત્રણ પદ્ધતિઓ છે. સ્પર્શથી, દૃષ્ટિથી, અને મૌનથી. (અહીં ભગવાને એને આંતરિક સમજણ આપી કે તેમની પદ્ધતિ મૌનની છે.)

સા. તો ભગવાનને શિષ્યો છે, એ વાત સાચી ?

ભ. મેં હમણાં કહ્યું એમ ભગવાનની નજરમાં કોઈ શિષ્ય નથી પણ શિષ્ય માટે ગુરુકૃપા સાગર જેવી છે. એ પ્યાલો લઈને આવશે તો પ્યાલો ભરી મેળવશે. સાગર કૃપણ છે એવી ફરિયાદ નકામી છે. જેમ પાત્રતા વધારે એમ વધારે અનુગ્રહ અનુભવાશે. એનો આધાર સંપૂર્ણપણે શિષ્ય ઉપર છે. D.M.141-142

છતાં જ્યારે એણે એના સમર્થન માટે દબાણ કર્યું, એટલે ભગવાન આશ્રમના એક કાર્યકર તરફ ફર્યા, અને વિનોદમાં કહ્યું :- આ ભાઈને સભ-રજીસ્ટ્રારના કાર્યાલયમાં લઈ જાઓ, દસ્તાવેજ મેળવી એના ઉપર અધિકારીની મહોર મરાવી આપો.

નીચેના વાર્તાલાપમાં ભગવાને સૂચવ્યું કે એમને પ્રત્યક્ષ ગુરુ ગણી શકાય.

સા. અમને સત્યનો સાક્ષાત્કાર કરવામાં ભગવાન મદદ કરશે ?

ભ. મદદ હંમેશાં હાજર હોય છે.

સા. તો પ્રશ્ન પૂછવાની આવશ્યકતા ન હોવી જોઈએ. હંમેશાં હાજર હોય એવી મદદનો મને અનુભવ થતો નથી.

ભ. આત્મ-સમર્પણ કરો એટલે તમને એનો અનુભવ થશે.

સા. હું હંમેશ આપના ચરણોમાં છું. હું અનુસરી શકું એવો ઉપદેશ ભગવાન મને આપશે ? કારણ કે છસો માઈલ દૂર રહીને હું આપની મદદ કેવી રીતે મેળવી શકીશ ?

ભ. સદ્ગુરુ અંદર છે.

સા. મારે પ્રત્યક્ષ ગુરુ જોઈએ છે.

ભ. એ પ્રત્યક્ષ ગુરુ કહે છે કે એ અંદર છે.

ભગવાનની શુદ્ધ આધ્યાત્મિક પ્રકારની દીક્ષા અને માર્ગદર્શનને અનુરૂપ, તેઓ કોઈને સ્પર્શ કરતા નહીં કે બીજા એમને સ્પર્શે એ પસંદ કરતા નહીં. ચાલુ વાર્તાલાપના અનુસંધાનમાં ભક્તે વિનંતી કરી.

સા. મને મદદની ખાત્રી આપવા માટે સદ્ગુરુ મારા માથે હાથ મૂકશે ? કેમ કે તેથી મને આશ્વાસન રહેશે કે આપ આપનું વચન પાળશો.

આવા પ્રસંગે ભગવાન મૌન રહેતા અથવા વિનોદ કરતા. આ પ્રસંગે એમણે વિનોદમાં કહ્યું

ભ. બીજી વખત તમે મારી પાસે કરાર લખાવી લેશો. પછી એમ કલ્પના કરશો કે મદદ નથી મળતી, તો દાવો માંડશો.

પુસ્તકના કેટલાક વાચકો એમ કહેશે કે ઈશ્વર સ્વયં સદ્ગુરુ તરીકે પ્રગટયા છે, એ સત્ય ભગવાનના જીવનકાળ દરમ્યાન એમને મળવાનું જેમને સદ્ભાગ્ય મળ્યું હતું, એવાઓ માટે બરાબર છે. પરંતુ અત્યારે જે ગુરુની શોધમાં છે એમનું શું ? ગુરુ તો ઘણા મળે એમ છે, પણ ભગવાન જેવા જીવન્મુક્ત, જે આત્મા સાથે નિરંતર સભાન તાદાત્મ્યમાં રહેતા હોય એવા સદ્ગુરુનું પૃથ્વીપર પ્રકટ થવું વિરલ ઘટના છે.

સા. સાધકને કેવી રીતે તે સમજાય કે અમુક વ્યક્તિ ગુરુ બનવા લાયક છે ?

ભ. એમના સાન્નિધ્યમાં અનુભવાતી શાન્તિથી, અને એમની તરફ થતા પૂજ્ય ભાવથી.

સા. પાછળથી ખબર પડે કે એ લાયક નથી તો સંપૂર્ણ વિશ્વાસ મૂકનાર શિષ્યનું શું થાય ?

ભ. દરેકનું ભવિષ્ય એની લાયકાત પ્રમાણે નક્કી થશે. T. 282

પણ ગુરુએ સર્વોચ્ચ અવસ્થા ન મેળવી હોય, તે છતાં એક દૃષ્ટિએ એમને આત્માનું પ્રકટીકરણ ગણી શકાય. શિષ્ય સ્વયં આત્મા છે, જો કે એ પોતાના આવા સાચા સ્વરૂપથી અજાણ છે. બાહ્ય જગત એની સંભાવનાઓ અને વલણો પ્રગટ કરે છે. એના ગુરુ તરીકે કાર્ય કરનાર વ્યક્તિ, આત્મા વિષેની પૂરી સભાનતા વિના પણ માર્ગદર્શનની સંભાવના પ્રગટ કરે છે.

એક બીજી સંભાવના પણ છે, ભગવાનનું ચાલુ માર્ગદર્શન. ભગવાનનું કથન યાદ હશે કે ગુરુ માનવરૂપે જ પ્રગટ થાય એવો નિયમ નથી, જોકે એવું વિરલ દાખલાઓમાં બને છે. એમને પોતાને માનવગુરુ ન હતા. જેમ એમણે આત્માનુસંધાનનો, આધુનિક જગતની પરિસ્થિતિને અનુરૂપ, બાહ્ય વિધિવિધાન વગરનો, આંતરિક રીતે અનુસરી શકાય એવો નવો માર્ગ સર્જ્યો, એજ રીતે એમણે માનવજાતિ માટે દેહધારી ગુરુની આવશ્યકતા વિનાની, મૌન, નિરાકાર દીક્ષાની સંભાવના પણ સર્જી છે. એમના જીવન દરમ્યાન પણ દીક્ષા મૌનથી કે દૃષ્ટિથી આપતા, અને કહેતા કે સાચો ઉપદેશ મૌનથી અપાય છે.

સા. અનુગ્રહનું સર્વોચ્ચ રૂપ કયું ?

- ભ. મૌન અનુગ્રહનું સર્વશ્રેષ્ઠ સ્વરૂપ છે. એ શ્રેષ્ઠ આધ્યાત્મિક ઉપદેશ પણ છે. ઉપદેશના બીજા બધા પ્રકારો મૌનમાંથી ઉત્પન્ન થાય છે અને તેથી ગૌણ છે. મૌન મધ્ય છે. જો ગુરુ મૌન રહે તો સાધકનું મન આપમેળે શુદ્ધ થાય છે. T. 518

ભગવાનના અનુયાયીઓ અનુભવે છે કે એમનો મૌન ઉપદેશ આજે પણ પહેલાંની જેમ ચાલુ છે. જે લોકો એમને એમના જીવન દરમ્યાન મળ્યા ન હતા તેઓ એમની તરફ આકર્ષાયા છે, અને એમના માર્ગદર્શનનું અનુસરણ કરી સાધના કરી રહ્યા છે. કોઈને જો આ વાત વિચિત્ર લાગતી હોય તો એનો અર્થ એ કે ભગવાન એમના જીવન દરમ્યાન કોણ હતા એ તેઓ સમજ્યા નથી તેથી તેઓ ગુરુને શરીર સાથે એકરૂપ ગણે છે. કેટલીકવાર એવો સવાલ પણ પૂછાય છે કે જીવન્મુક્ત પુરુષ દેહવિલય પછી, સર્વના આત્મા, પરમ તત્ત્વમાં ભળી ગયા પછી શિષ્યોને માર્ગદર્શન આપવાનું કેવી રીતે ચાલુ રાખી શકે ? પરંતુ જીવન્મુક્ત મહાત્મા તો પહેલેથી, એટલે કે દેહ હોય ત્યારે પણ સર્વાત્મા, પરમ તત્ત્વસાથે સભાનપણે એકરૂપ થયેલા હોય છે. તેથી સદેહ અવસ્થામાં દીક્ષા આપવી અને માર્ગદર્શન કરવું અસંગત ન હોય તો વિદેહ અવસ્થામાં પણ નથી. મૃત્યુ એમના સ્વરૂપમાં, એમની અવસ્થામાં કોઈ ફેરફાર કરતું નથી એમને કાંઈ મેળવવાનું નથી, કારણ કે તેઓ તદ્રૂપ છે અને કાંઈ ખોવાનું નથી કારણ કે એમણે એમના અહંનું સમર્પણ કર્યું છે.

- પી. બેનર્જીએ પૂછ્યું : જીવન્મુક્તિ અને વિદેહમુક્તિમાં શો તફાવત છે ?

- ભ. કોઈ તફાવત નથી. પૂછનારને એમ કહેવામાં આવે છે કે શરીર સાથે જ્ઞાની જીવન્મુક્ત છે અને જ્યારે એ શરીર ખંખેરી નાખે છે ત્યારે વિદેહ મુક્ત છે. પણ આ ભેદ જોનારની દૃષ્ટિમાં છે જ્ઞાનીની દૃષ્ટિમાં નહીં. શરીર છોડ્યા પછી અને પહેલાં એની સ્થિતિ સરખી છે. આપણે જ્ઞાનીને શરીરનો આકાર અથવા એ આકારમાં રહેલ વ્યક્તિ માનીએ છીએ. પણ જ્ઞાની જાણે છે કે એ આત્મા છે જે એક માત્ર સત્ય છે, અંદર તેમજ બહાર વિદ્યમાન છે અને કોઈ રૂપ કે આકારમાં બંધાયેલો નથી. ભાગવતનો એક શ્લોક કહે છે : જેમ મધ પીધેલા માણસને પોતાનું ઉપરનું વસ્ત્ર શરીર પર છે કે સરી પડ્યું છે એનું ભાન હોતું નથી એમ જ્ઞાની એના શરીર વિષે જવલ્લેજ સભાન હોય છે અને એ રહે કે જાય એનાથી એને કશો ફરક પડતો નથી. D. D. 86.87

ભગવાન અર્થહીન કુતૂહલને પ્રોત્સાહન ન આપતા. જ્ઞાની કે મુક્ત પુરુષની અવસ્થા વિષે પૂછેલા પ્રશ્નનો જવાબ જવલ્લે જ આપતા. મેં એમને એક પ્રશ્નના જવાબમાં એવું કહેતા સાંભળ્યા છે કે જ્ઞાની દેહ છોડ્યા પછી પણ કાર્યરત રહી શકે છે. ભગવાન આજે પણ શરણાગત જિજ્ઞાસુનું માર્ગદર્શન કરે છે, એ સત્ય એમના શિષ્યો સ્વાનુભવથી જાણે છે.

ભોપાલના નિવૃત્ત મુખ્ય મેડિકલ અધિકારી ડો. મસાલાવાલા એકાદ મહિનાથી અહીં છે અને આશ્રમના દવાખાનામાં ડો. કે. શિવરાવની ગેરહાજરીમાં હંગામી ધોરણે હવાલો સંભાળે છે. એમણે પૂછેલા સવાલો અને ભગવાનના જવાબો નીચે મુજબ છે.

સા. ભગવાન કહે છે કે જ્ઞાનીનો પ્રભાવ મૌન રીતે સાધકમાં દાખલ થાય છે. વળી ભગવાન એમ પણ કહે છે કે મહાન પુરુષોનો, ઊંચી કોટિના સંતોનો સંપર્ક સાધકને તેની સાચી સત્તા જાણવાનું અસરકારક સાધન છે.

ભ. હા. એમાં વિરોધ ક્યાં છે ? જ્ઞાની, મહાપુરુષ, ઊંચી કોટિના સંત, એમાં કોઈ તફાવત છે ? જ્ઞાની એ બધામાં કોઈ ભેદ જોતા નથી. એમનો સંપર્ક કલ્યાણકારક છે. એ બધા મૌન રહી કાર્ય કરશે. બોલવાથી એમનો પ્રભાવ ઓછો થાય છે. બોલવું હંમેશાં મૌન કરતાં ઓછું પ્રભાવશાળી છે. તેથી મૌન સંપર્ક શ્રેષ્ઠ છે.

સા. આવો સંપર્ક જ્ઞાનીના દેહવિલય પછી પણ ચાલુ રહે છે કે ફક્ત એના દેહની હયાતીમાં જ ?

ભ. ગુરુ ભૌતિક શરીરમાં નથી. તેથી એવો સંપર્ક એના દેહવિલય પછી પણ ચાલુ રહે છે. D.D.145

ભ. ભગવાને કહ્યું કે જેણે ગુરુ કૃપા મેળવી છે, એનો કદી પણ ત્યાગ થતો નથી. જેમ વાઘના મોંમાં પડેલો શિકાર છટકી શકતો નથી એમ જેણે ગુરુકૃપા મેળવી છે એનો નિઃસંદેહ ઉદ્ધાર થશે અને ક્યારેય ત્યજશે નહીં. W. 20

ભગવાનના દેહનો અંત નજીક હતો ત્યારે આ વાતને યાદ કરીને કેટલાક ભક્તોએ ફરિયાદ કરી કે તેઓ એમને છોડીને જઈ રહ્યા છે અને પૂછ્યું કે હવે તેઓ એમના માર્ગદર્શન વિના શું કરશે ? ત્યારે ભગવાને ટૂંકમાં જવાબ આપ્યો.

ભ. તમે શરીરને વધારે પડતું મહત્ત્વ આપો છો. R. M. 185

આનો ભાવ સ્પષ્ટ છે કે ગુરુ સશરીર હોય કે અશરીર, એ ગુરુ જ રહે છે.

ભગવાનના ભક્તોએ આ વિધાનની સચ્ચાઈ એમના દેહ વિલય પછી અનુભવી છે.

અહીં સુધી સિદ્ધાન્તચર્યાથી અભ્યાસ તરફ વળવાની આવશ્યકતા, વર્તમાન યુગની પરિસ્થિતિને અનુરૂપ બાહ્યાચારવિના અભ્યાસની શક્યતા, અને ગુરુની અનિવાર્યતાની ચર્યા કર્યા પછી, હવે બે અધ્યાયોમાં ભગવાને દર્શાવેલાં અભ્યાસનાં સ્વરૂપોની ચર્યા કરવામાં આવશે. એમણે ખુલ્લી રીતે અભ્યાસની કે સાધના પદ્ધતિની પણ ચર્યા કરી છે, એ વાત ખાસ નોંધપાત્ર છે. બધા ધર્મોના અધ્યાત્મમાર્ગના ગુરુઓ એમનાં વચનો અને લખાણોમાં મુખ્યત્વે સિદ્ધાન્તની ચર્યા કરે છે, પણ વ્યાવહારિક રીતે અમલમાં મૂકવાની અભ્યાસની કે અનુશાસનની પદ્ધતિની ચર્યા ઓછી અથવા નથી કરતા. આનું કારણ એ છે કે આધ્યાત્મિક પ્રશિક્ષણની કોઈપણ પદ્ધતિ ત્યારે જ અસરકારક રીતે યોજી શકાય, જ્યારે અધિકારી પુરુષ વડે પ્રામાણિક રીતે ઉપદેશવામાં આવી હોય, જેમ રાજા અને મંત્રીનો દાખલો આપીને ભગવાને આ વાત કહી છે. છતાં ભગવાને સ્વયં ઉપદેશેલી પદ્ધતિ એમણે ખુલ્લી રીતે પોતાનાં વચનોમાં અને લખાણોમાં પ્રતિપાદિત કરી છે. પ્રસ્તુત પુસ્તક જે ગ્રંથો પર આધારિત છે, તેમાંથી મોટા ભાગના ભગવાનના જીવન કાળ દરમ્યાન લખાયા અને પ્રસિદ્ધ થયા હતા. તેઓ હંમેશાં એમાં રસ લેતા અને કોઈ સાધક પ્રશ્ન પૂછે તો એનો જવાબ બીજા સાધકને આપવા પ્રેરતા. આ ગ્રંથોના સંપાદનના અને પ્રકાશનના કાર્યમાં ભગવાને જીવનના અંત સુધી રસ લેવાનું ચાલુ રાખ્યું હતું. જો ગુરુના પ્રત્યક્ષ હસ્તાન્તરણ વિના કોઈ પદ્ધતિ અસરકારક ન બની શકતી હોય તો એમણે આવું કેમ કર્યું હશે ? જવાબ છે : શરીરના મૃત્યુથી કોઈ તફાવત પડતો નથી. મુક્ત પુરુષ શરીરના મૃત્યુ પહેલાં ગુરુ હોય છે. અને એના મૃત્યુ પછી પણ ગુરુ રહે છે. ગુરુ મૃત્યુ પછી વધારે મુક્ત થતો નથી. જે માર્ગ એમણે કૃપા કરીને, એમની તરફ વળનારા સાધકો માટે, ખુલ્લો મૂક્યો હતો, એ ફક્ત એમના જીવનકાળ દરમ્યાન એમને મળનારા ગણ્યા ગાંઠ્યા સાધકો માટે ન હતો. આજે પણ મનથી એમની તરફ વળનારા એનો લાભ ઊઠાવી શકે છે.

અંતકાળે ભગવાને કહ્યું. હતું : આ લોકો કહે છે કે હું મરું છું, પણ હું ક્યાંય જતો નથી. હું ક્યાં જઈ શકું ? હું અહીં છું. R. M. 185



## આત્માનુસંધાન

અગાઉના પ્રકરણમાં જણાવેલાં કારણોસર ભગવાન પોતાને ગુરુ કહેતા નહીં, પણ ગુરુ તરીકેની કામગીરી કરતા. કોઈ મુલાકાતી પ્રશ્નો સાથે આવે તો તેઓ વાતના પ્રવાહને સિદ્ધાન્તચર્ચાથી અભ્યાસ તરફ વાળતા. આધ્યાત્મિક પ્રશિક્ષણની પદ્ધતિઓ નિરૂપવામાં, મુકરર કરવામાં અને સજવવામાં તેઓ જેટલો ઉત્સાહ દાખવતા, એટલો સિદ્ધાન્તચર્ચામાં નહીં. તેઓ વારંવાર કહેતા કે સાચો ઉપદેશ મૌનથી થાય છે. પણ એનો અર્થ એવો નહીં કે તેઓ શાબ્દિક બોધ ન આપતા. શાબ્દિક બોધ સાધકને કયા માર્ગે પ્રયત્ન કરવો એ દર્શાવતો અને એમના મૌનની હૃદય પર થતી અસર એને એમ કરવામાં મદદ કરતી.

હવે પછીના પ્રકરણમાં દર્શાવવામાં આવશે એમ ભગવાન ઘણી ભિન્ન ભિન્ન પદ્ધતિઓને પ્રામાણિક ગણી, મુકરર કરતા, છતાં આત્માનુસંધાન પર સૌથી વધુ ભાર મૂકતા, અને સતત એની ભલામણ કરતા. તેથી એની ચર્ચા પહેલાં કરીશું.

આત્માનુસંધાન નવી પદ્ધતિ નથી. હકીકતમાં, સૌથી સીધી હોવાથી, એ સૌથી પ્રાચીન હોવી જોઈએ, જેને અહંગ્રહ ઉપાસના કે નિર્ગુણ ભક્તિમાર્ગ કહેતા, અને થોડા સાહસિક સાધકો માટે સુરક્ષિત હતી, જેઓ સંસારના વ્યવહારને ત્યાગી, એકાન્તમાં નિરંતર ધ્યાનમગ્ન રહી શકતા. વર્તમાન સમયમાં એ અપેક્ષા પ્રમાણે, પરિસ્થિતિવશાત્ ધીમે ધીમે વિરલ બની છે. ભગવાને એને કર્મમાર્ગ સાથે એવી રીતે જોડી આપી છે કે એને નવું સ્વરૂપ પ્રાપ્ત થયું છે, અને અર્વાચીન યુગની લાક્ષણિક પ્રવૃત્તિશીલતા સાથે એનો ઉપયોગ કરી શકાય છે. એમાં કોઈ વિધિ, બાહ્યાચાર કે કર્મકાંડ ન હોવાથી, ખરેખર, વર્તમાન સમય માટે એ આદર્શ પદ્ધતિ છે. આધુનિક જીવનની આવશ્યકતાઓ સાથે એનું અનુકૂલન થયું હોવા છતાં, એની ગુણવત્તા ઓછી થઈ નથી, કે નિર્બળ બની નથી, પણ કેન્દ્રિય અને પ્રત્યક્ષ, સીધો માર્ગ બની છે.

મનના પ્રશમન માટે આત્માનુસંધાન સિવાય બીજું કોઈ અસરકારક સાધન નથી. બીજાં સાધનોથી મન શાન્ત થાય ખરું. પણ એ શાન્તિનો આભાસ હોય છે. મન ફરીથી ચંચળ બને છે. W. 12

આ સીધી પદ્ધતિ છે. બીજી પદ્ધતિઓમાં અહંકારને જાળવી રાખીને અભ્યાસ કરવામાં આવે છે. તેથી ઘણા સંશયો ઉત્પન્ન થાય છે, અને છેવટના

પ્રશ્નનું સમાધાન કરવાનું બાકી રહે છે. આ પદ્ધતિમાં છેવટનો પ્રશ્ન જ એક માત્ર પ્રશ્ન છે, અને એને સૌથી પહેલો ઊઠાવવામાં આવે છે. T. 146

આત્માનુસંધાન આત્મા પહેલેથી જ સાક્ષાત્ નથી એમ તમને વિચારવા પ્રેરે એવાં વિદ્યો દૂર કરી, તમને સીધું જ આત્મસાક્ષાત્કાર તરફ દોરી જાય છે. T. 298

ધ્યાન માટે ધ્યેય વસ્તુની આવશ્યકતા હોય છે. આત્માનુસંધાનમાં કેવળ ધ્યાતા છે, ધ્યેય નથી. આ બે વચ્ચે આટલો તફાવત છે. T. 390

સા. આત્માનુસંધાન શાથી આત્મસાક્ષાત્કારનો સીધો માર્ગ છે ?

ભ. કારણ કે એ સિવાયના બીજા માર્ગોમાં અનુસરવા માટે મનને સુરક્ષિત રાખવાની વાત ગૃહીત એટલે કે પૂર્વધારણા તરીકે સ્વીકારાયેલી છે. મન વિના એમનું અનુસરણ થઈ શકતું નથી. અભ્યાસના જુદા જુદા તબક્કાઓમાં અહંકાર ભિન્ન ભિન્ન અને સૂક્ષ્મરૂપો ધારણ કરે છે, પણ એનો સદંતર વિનાશ થતો નથી. બીજી પદ્ધતિઓ વડે અહંકાર કે મનનો નાશ કરવાનો પ્રયત્ન ચોર પોતે પોલીસ બની પોતાને પકડવાનો પ્રયત્ન કરે એના જેવું છે. આત્માનુસંધાન એ સત્યને પ્રગટ કરે છે કે મન ખરેખર અસ્તિત્વ ધરાવતું નથી. તેથી સાધકને આત્માની કે પૂર્ણ તત્ત્વની શુદ્ધ અદ્વિતીય સત્તાનો અનુભવ કરાવવા માટે એ સમર્થ છે. M.G.P.51

આત્માનુસંધાનની પદ્ધતિમાં મનનો ઉપયોગ કરવામાં આવતો નથી, એ ક્યન સૌની સમજમાં આવતું નહીં. આ વિષે પૂછવામાં આવતા ભગવાને સમજાવ્યું કે એનો અર્થ મનને સાચી વસ્તુ તરીકે ન સ્વીકારતાં, એની હયાતી વિષે જ પ્રશ્ન ઊઠાવવો. એ એની હયાતિના ભ્રમને ટાળવાનો સૌથી સીધો સરળ રસ્તો છે.

મનને મારવા માટે મનને જ કહેવું, એ ચોરને પોલીસ બનાવવા બરોબર છે. એ તમારી સાથે આવશે અને ચોરને પકડવાનો ડોળ કરશે, પણ એથી કશું પરિણામ આવશે નહીં. તેથી તમારે અંદરની તરફ વળવું જોઈએ, અને મનનો ઉદ્ગમ ક્યાંથી થાય છે એ તરફ લક્ષ આપવું જોઈએ. તેથી તેના અસ્તિત્વનો અંત થશે.

સા. આ પ્રશ્નના સંબંધમાં જાફનાના તંબી દોરાઈ, જે એક વર્ષથી પલાકોત્તુમાં રહેતા હતા, એમણે મને પૂછ્યું કે મનને અંદરની બાજુ વાળીને, એના મૂળને શોધવા કહેવું એ પણ મનનો ઉપયોગ થયો કે નહીં ? મેં આ શંકા ભગવાન સમક્ષ મૂકી ત્યારે ભગવાને કહ્યું.

ભ. અલબત્ત, આપણે મનને કામે લગાડીએ છીએ એ હકીકત સર્વસ્વીકૃત અને જાણીતી છે. મનનો નાશ મન વડે જ થઈ શકે છે. પરંતુ પ્રારંભમાં જ મન છે અને હું એને નષ્ટ કરવા માગું છું એમ વિચારવાને બદલે, તમે એના મૂળને શોધવા તરફ ધ્યાન કેન્દ્રિત કરશો તો તમને જણાશે કે એની હયાતી જ નથી. મન બહારની તરફ વળે ત્યારે વિચારો અને વસ્તુઓના રૂપમાં પરિણમે છે, અને અંદરની તરફ વળે ત્યારે એ પોતે જ આત્મા બની જાય છે. D. D. 31

મન નષ્ટ થાય છે અથવા મન આત્મામાં વિલીન થાય છે એમ કહેવાનો અર્થ એકસરખો છે. એનો અર્થ એવો નથી કે માણસ પત્થર જેવો અચેતન બની જાય છે પણ એવો છે કે આત્મા કે શુદ્ધ ચૈતન્ય વૈયક્તિક મનની મર્યાદામાં બંધાયેલું રહેતું નથી અને હવે એ કાચમાંથી ધૂંધળું જોતું નથી પણ પ્રકાશમય દૃષ્ટિથી સ્પષ્ટ જુએ છે.

ભ. મનના સ્વરૂપ વિષે નિરંતર, સ્થિર શોધ કરવાથી એનું “તે” માં રૂપાન્તર થાય છે, જેનો નિર્દેશ “હું” થી કરવામાં આવે છે, અને એ જ હકીકતમાં આત્મા છે. પોતાના અસ્તિત્વને ટકાવી રાખવા માટે મનને કોઈ સ્થૂળ વસ્તુનો આશ્રય લેવો પડે છે. એ પોતાની મેળે કદી ટકી શકતું નથી. મનને સૂક્ષ્મ શરીર, અહંકાર કે જીવ પણ કહેવામાં આવે છે.

ભૌતિક શરીરમાં જે અહંરૂપે ઉત્પન્ન થાય છે એ મન છે. શરીરમાં હું વિચાર ક્યાંથી ઉત્પન્ન થાય છે, એ મૂળસ્થાનને શોધશો તો જણાશે કે એ હૃદયમાંથી ઉત્પન્ન થાય છે. હૃદય મનનું મૂળ અને રહેઠાણ છે, અથવા કોઈ આંતરિક રીતે હું -હું એમ પોતાને ઉદ્દેશીને સતત રટણ કરે અને સંપૂર્ણ મનને તેના ઉપર સ્થિરતાથી એકાગ્ર થયેલું રાખે તો પણ એના ઉગમસ્થાન સુધી પહોંચી શકે.

જે સૌથી પહેલો અને સૌથી વધુ મહત્વનો વિચાર મનમાં પેદા થાય છે એ મૂળભૂત, મુખ્ય અહં-વિચાર છે. એ આદ્ય વિચારના ઉગમ પછી બીજા અસંખ્ય વિચારો ઉત્પન્ન થાય છે. બીજા શબ્દોમાં, પ્રથમ પુરુષ એકવચન “હું” ના ઉદય પછી બીજા અને ત્રીજા પુરુષનાં સર્વનામ “તું-તે” વગેરેનો ઉદય થાય છે અને તેઓ એના વિના ટકી શકતા નથી.

બીજા બધા વિચારો, અહં-વિચાર ઉત્પન્ન થયા પછી જ સ્ફુરે છે, અને મન વિચારોનો સમૂહ છે, તેથી “હું કોણ ?” એની તપાસ કરવાથી જ મન શમે છે. એ સર્વ-વિચાર-સમૂહરૂપ હું-વિચાર, જે આવી શોધમાં સંડોવાયેલો છે, એ

બીજા વિચારોનો નાશ કરી, છેવટે સળગતી ચિતા સંકોરવામાં વપરાતી લાકડીની જેમ, પોતે પણ ભસ્મ થઈ જાય છે. W. 10

ઉપરનાં ભગવાનનાં કથનોથી એ સ્પષ્ટ થાય છે કે ભગવાન જે આત્માનુસંધાનની પદ્ધતિ ઉપદેશે છે, એ મનોવૈજ્ઞાનિકોના આંતર-નિરીક્ષણ કે મનો-વિશ્લેષણથી તદ્દન જુદી પ્રક્રિયા છે. હકીકતમાં, એ માનસિક પ્રક્રિયા નથી. આંતરનિરીક્ષણ એટલે મનના બંધારણનું અને એમાં રહેલા, સતત બદલાતા તત્ત્વોનું અધ્યયન. જ્યારે આત્માનુસંધાનમાં મનની પાછળની ભૂમિકાની તપાસ અથવા જેમાંથી એ પેદા થાય છે એ અંતરાત્મા તરફ ગતિ કરવામાં આવે છે.

સા. જો મન કે અહંકારનો ગમે તે રીતે ત્યાગ કરવાનો છે તો પછી તેના વિશ્લેષણમાં સમય શા માટે બગાડવો ?

ભ. જે બંધનમાં છે એ 'હું' કોણ છું ? એની વૈજ્ઞાનિક શોધ કરવી અને પોતાનું સાચું સ્વરૂપ જાણવું એટલે મોક્ષ. મનને અંદર વાળેલું રાખવું, અને એ રીતે આત્મનિષ્ઠ બનવું એ આત્માનુસંધાન છે. જે ક્યારને વાળી ઝૂડીને ફેંકી દેવાનો છે, એનું પરીક્ષણ નિરર્થક છે એમ આત્માને ઢાંકનારાં તત્ત્વોને ફેંકી દેવાને બદલે એમને ગણવામાં સમય બગાડવો નિરર્થક છે. આત્મતત્ત્વના જિજ્ઞાસુએ ઈન્દ્રિયગમ્ય વિશ્વને સ્વપ્ન સમાન ગણવું જોઈએ. W. 21

આત્માન્વેષણ મનની ચિકિત્સા માટે કરવામાં આવતા મનોવિશ્લેષણથી મૂળભૂત રીતે ભિન્ન છે. આવી ચિકિત્સા માણસને સામાન્ય, સ્વસ્થ અને કાર્યક્ષમ બનાવી શકે, પણ માનવીય અવસ્થાની સરહદોથી પર ન લઈ શકે. કારણ કે મનની ચિકિત્સા કરનારા મનોવૈજ્ઞાનિકોએ પોતે આ કામ કર્યું નથી. તેઓ પોતે જે માર્ગે ચાલ્યા નથી, તેનું ઉદ્ધાટન ન કરી શકે. મનની ચિકિત્સા આત્માનુસંધાનના પ્રાથમિક તબક્કા સાથે એક વાતમાં સમાન છે કે એ મનના ઊંડાણમાંથી વિચારો અને અશુદ્ધિઓને બહાર લાવે છે.

સા. જ્યારે હું ધ્યાનનો પ્રયત્ન કરું છું, તો બીજા વિચારો બળથી પ્રગટે છે.

ભ. હા. ધ્યાનમાં દરેક પ્રકારના વિચારો પ્રગટે છે. એ બરોબર છે કારણ કે અંદર જે છૂપાયું છે એને બહાર લાવવામાં આવે છે. બહાર ન આવે તો એનો નાશ શી રીતે થાય ? વિચારો સમય જતાં શાન્ત થાય એ માટે જ આપમેળે પ્રગટ થતા હોય છે. એ રીતે મન શક્તિશાળી બને છે. M.G. I. 20

- સા. હું જ્યારે એકાગ્ર બનવાનો પ્રયત્ન કરું છું ત્યારે દરેક પ્રકારના વિચારો ઉત્પન્ન થઈ મને બેચેન બનાવે છે. જેમ વધુ પ્રયત્ન કરું છું, એમ વધુ વિચારો પ્રગટે છે. મારે શું કરવું.
- ભ. હા. એવું બનશે. જે બધું અંદર છે એ બહાર આવવા યત્ન કરશે. જ્યારે જ્યારે મન અવળે રસ્તે રજાવા માંડે ત્યારે ત્યારે એને ખેંચીને આત્મામાં સ્થિર કરવાના પ્રયત્ન સિવાય બીજો રસ્તો નથી. D. D. 35
- સા. ભગવાન ઘણીવાર કહે છે કે સાધકે આત્મશોધના આરંભમાં બીજા વિચારોનો અસ્વીકાર કરવો જોઈએ. પણ વિચારો અસંખ્ય છે. એક વિચાર ત્યજીએ એટલે બીજો આવે છે અને આનો અંત જણાતો નથી.
- ભ. તમારે વિચારોને ત્યજતા જવું એમ હું કહેતો નથી. તમને પોતાને એટલે અહં વિચારને વળગી રહો. જ્યારે તમને એ એક વિચાર ચાલુ રાખવામાં આનંદ અનુભવાશે ત્યારે બીજા વિચારો આપોઆપ ત્યજાશે અને અદૃશ્ય થશે.S.D.B.4
- આત્માનુસંધાન મનોવૈજ્ઞાનિકો સમજે છે એવું આંતરનિરીક્ષણ નથી એમ તત્ત્વચિંતકો સમજે છે એવી દલીલબાજી કે તર્ક પણ નથી.
- સા. જ્યારે હું “હું કોણ” વિષે વિચારું છું, તો જવાબ મળે છે કે હું આ મર્ત્ય શરીર નથી પણ ચેતન આત્મા છું. પછી એકદમ બીજો વિચાર આવે છે કે આત્મા શા માટે પ્રગટ થયો હશે ? એટલે કે ઈશ્વરે શા માટે જગત સર્જ્યું હશે ?
- ભ. “હું કોણ” એ શોધનો ખરો અર્થ અહંકાર કે અહંવિચારના મૂળને શોધવાનો પ્રયત્ન છે. તમારે મનમાં હું શરીર નથી એવા અન્ય વિચારોને સ્થાન આપવાનું નથી. અહંના મૂળની શોધ બીજા વિચારોથી છૂટવાનું સાધન છે. તમે કહો છો એવા બીજા કોઈ પણ વિચારને અવકાશ ન આપતાં તમારે તમારું લક્ષ્ય અહમ્ વિચારના મૂળ તરફ એકાગ્ર કરી રાખવાનું છે અને જ્યારે બીજો કોઈ વિચાર આવે તો એ કોને આવ્યો ? એમ પૂછી, જવાબ “મને” એવો આવે ત્યારે આ હું કોણ છે ? એનું ઉગમ સ્થાન શું છે ? એમ પૂછી ફરી વાર એ જ મૂળની શોધ-એ જ વિચાર-પ્રવાહ ચાલુ રાખવાનો છે. D.D.68

કેટલીકવાર ભગવાન શરૂઆતના તબક્કામાં વૈચારિક દલીલનો ઉપયોગ કરવાનું સૂચવતા. વ્યક્તિત્વ કે અહંકાર અસત્ય છે એ વાતની ખાત્રી કરાવવા, અને એ રીતે આત્માનુસંધાન તરફ સાધકને વાળવા માટે એમ કરતા.

- સા. હું કોણ છું ? આનો જવાબ શી રીતે મેળવવો ?
- ભ. તમને પોતાને પ્રશ્ન પૂછો. શરીર કે અન્નમય કોષ અને એનાં કાર્યો હું નથી. એનાથી ઊંડે ઉતરતાં મન કે મનોમય કોષ, અને એના કાર્યો - વિચારો હું નથી. પછી આ વિચારો ક્યાંથી ઉત્પન્ન થાય છે, એ પ્રશ્નનો ક્રમ આવશે. વિચારો સ્વયંસ્ફૂર્ત, છીછરા અથવા વિશ્લેષણાત્મક હોય છે. તેઓ મનમાં ક્રિયાશીલ બને છે. એમને વિષે સભાન કોણ છે ? વિચારોની હયાતી, એમની સ્પષ્ટ ધારણા અને એમનો ક્રમ કે પ્રવાહ વ્યક્તિ સમક્ષ પ્રગટ થાય છે. આવા વિશ્લેષણથી એમ નિર્ણય થાય છે કે વ્યક્તિત્વ વિચારોની હયાતી અને ગતિને જાણનાર તરીકે નિરંતર ક્રિયાશીલ રહે છે. આ વ્યક્તિત્વ અહંકાર છે. જેને લોકો હું કહે છે. આ વિજ્ઞાનમય કોષ અથવા બુદ્ધિતત્ત્વ અહં રૂપી તલવારને રહેવાનું મ્યાન છે, સ્વયં અહં નથી. હજી આગળ તપાસ ચલાવતાં પ્રશ્ન થાય છે કે આ હું કોણ છે અને ક્યાંથી આવે છે ? એ નિદ્રા દરમ્યાન ન હતો. એના પ્રગટ થવા સાથે, ઊંઘ સ્વપ્ન અને જાગ્રતમાં પરિવર્તિત થાય છે. પરંતુ અત્યારે હું સ્વપ્ન અવસ્થા સાથે સંકળાયેલો કે ચિંતિત નથી. જાગ્રત અવસ્થામાં હું કોણ છું ? જાગ્યા પછી હું જો નિદ્રામાંથી પ્રગટયો હોય તો એ અજ્ઞાનમાંથી જન્મ્યો છે આવો અજ્ઞાની હું ધર્મગ્રંથો જેનું વર્ણન કરે છે અને સંતપુરુષો જણાવે છે એ ન હોઈ શકે. તેથી હું નિદ્રાથી પણ પર છું અને અહીં તેમજ અત્યારે છું અને સ્વપ્નમાં તેમજ નિદ્રામાં પણ એ જ હતો તેથી હું ત્રણે અવસ્થાઓના ગુણધર્મોથી રહિત છતાં એમનો તટસ્થ સાક્ષી અને આશ્રયરૂપ આત્મા છું. આ રીતે વિચાર વડે, વૈજ્ઞાનિક ઢબે આત્મવિશ્લેષણ કરી, હું કોણ એ પ્રશ્નનો જવાબ મેળવી, આત્માને ઓળખવો જોઈએ. T. 25.

અમદાવાદથી આવેલ બે પારસી મહિલાઓએ ભગવાનને કહ્યું :

- મ. સ્વામીજી, અમે બચપણથી આધ્યાત્મિક વલણ ધરાવીએ છીએ. તત્ત્વજ્ઞાનના કેટલાક ગ્રંથો વાંચ્યા છે અને વેદાન્ત તરફ આકર્ષાયાં છીએ. તેથી અમે ઉપનિષદો, યોગવાસિષ્ઠ, ભગવદ્ગીતા વગેરે વાંચ્યાં છે. ધ્યાનનો પ્રયત્ન પણ કરીએ છીએ પણ એમાં પ્રગતિ થતી નથી. અમને સમજાતું નથી કે સાક્ષાત્કાર કેવી રીતે કરવો. આપ દયા કરી અમને સાક્ષાત્કાર કરવામાં મદદ કરશો ?
- ભ. તમે ધ્યાન શી રીતે કરો છો ?
- મ. મને હું કોણ છું, એમ પૂછવાથી શરૂઆત કરું છું, અને શરીરને આ હું નહીં એમ

અળગું કરું છું. એ રીતે પ્રાણને અને મનને પણ આ હું નહીં એમ અલગ કરું છું. પછી એનાથી આગળ વધાતું નથી.

- ભ. મનની ગતિ એટલે સુધી છે, તેથી તમારી રીત બરોબર છે પણ એ ફક્ત માનસિક છે. બધા ધર્મગ્રંથો આ પ્રક્રિયાનું નિરૂપણ, સાધકને સત્ય તરફ દોરવા માટે કરે છે. સીધી રીતે સત્યનો નિર્દેશ થઈ શકતો નથી તેથી આવી માનસિક પ્રક્રિયાનો ઉપયોગ કરવો પડે છે. જુઓ, જે બધાંને આ હું નહીં એમ અલગ કરે છે એ હું ને અલગ ન કરી શકે. આ હું નહીં, પેલું હું નહીં એમ કહેવા માટે હું હોવો જ જોઈએ. આ હું સ્વયં અહંકાર કે અહંવિચાર છે. અહં વિચાર ઉત્પન્ન થયા પછી જ બીજા વિચારો પ્રગટે છે, તેથી અહંવિચાર મૂળ વિચાર છે. જો મૂળ ઉખાડી નાખવામાં આવે તો બધું એકી સાથે ઉખડી જાય છે. તેથી મૂળરૂપ અહંની તપાસ કરો. તમને પોતાને પૂછો : હું કોણ છું? હુંના મૂળને શોધી કાઢો, એટલે બધા પ્રશ્નો અદૃશ્ય થઈ જશે, અને કેવળ શુદ્ધ આત્મા બાકી રહેશે.
- મ. પણ મારે એ કરવું શી રીતે ?
- ભ. જાગ્રત, સ્વપ્ન અને ગાઢ નિદ્રામાં હમેશાં હું હોય છે. જે સૂતો હતો એ જ હું અત્યારે બોલે છે. હું નો અનુભવ નિરંતર થાય છે. એમ ન હોય તો તમારે તમારા અસ્તિત્વનો નિષેધ કરવો પડે, જે તમે કરતા નથી - કરી શકતા નથી. તમે કહો છો : હું છું. તપાસ કરો આ હું કોણ છે.
- મ. હજી મને સમજાતું નથી. આપ કહો છો કે અત્યારે જે હું છે એ ખોટો છે. મારે આ ખોટા હું ને શી રીતે અલગ કરવો ?
- ભ. તમારે ખોટા હું ને અલગ કરવાની જરૂર નથી. હું પોતાને અલગ કેવી રીતે કરી શકે ? તમારે ફક્ત એના મૂળની ભાળ મેળવવાની છે, અને ત્યાં જ રહેવાનું છે. તમારો પ્રયત્ન અહીં સુધી પહોંચી શકે છે. પછી જે હુંથી પર છે, એ પોતાની સંભાળ લેશે. તમારું ત્યાં કાંઈ ચાલી ન શકે. કોઈ પ્રયત્ન ત્યાં પહોંચી ન શકે.
- મ. જો હું હંમેશા, અહીં અને અત્યારે પણ છું, તો એ અનુભવતી કેમ નથી ?
- ભ. કોણ કહે છે કે તમે એ અનુભવતાં નથી ? એમ કહેનાર સાચો હું છે કે ખોટો ? આ પ્રશ્ન તમે તમને પોતાને પૂછશો તો જવાબ મળશે કે એમ કહેનાર ખોટો હું છે. આ ખોટો હું સાચા હુંને છૂપાવનાર અવરોધ છે, જેને હટાવવાનો છે, જેથી સાચો હું પ્રગટ થાય. મેં સાક્ષાત્કાર કર્યો નથી, એવો ખ્યાલ જ સાક્ષાત્કાર માટે અવરોધરૂપ છે.

હકીકતમાં આત્મા પહેલેથી જ સાક્ષાત્ છે, એમાં કંઈ વધારે કરવાનું નથી. જો એવું કંઈ કરવાનું હોય તો સાક્ષાત્કાર નવી વસ્તુ થઈ જે પહેલાં હયાત ન હતી અને હજી સુધી હયાત નથી, પણ ભવિષ્યમાં ક્યારેક, હયાત થવાની છે. પરંતુ જે જન્મે છે એ નષ્ટ પણ થાય છે. સાક્ષાત્કાર શાશ્વત ન હોય તો એ મેળવવા યોગ્ય નથી. આપણે જેને શોધીએ છીએ, એ એવું કંઈ નથી, જેણે પોતાની હયાતી શરૂ કરવાની હોય. એ “તે” છે જે સનાતન છે, પણ અવરોધને કારણે આપણાથી છૂપાયેલો છે. આપણે ફક્ત એ અવરોધને દૂર કરવાનો છે. જે શાશ્વત છે, એ અજ્ઞાનને લીધે ઓળખાતો નથી. અજ્ઞાન અવરોધ છે. એનાથી છૂટકારો મેળવો એટલે બધું સારું થશે.

અહં-વિચાર ભૂત-પ્રેત જેવો છે. એ પ્રત્યક્ષ કે ઈન્દ્રિયગમ્ય નથી. શરીર અને અહંવિચાર એકીસાથે ઉત્પન્ન થાય છે, સાથેસાથે ફાલે-ફૂલે છે, અને સાથે સાથે અદૃશ્ય થાય છે. દેહભાન ખોટો હું છે એને ત્યજો. આ કામ તમે હુંના મૂળને શોધવાથી જ કરી શકશો. શરીર “આ હું છું” એમ કહેતું નથી. તમે કહો છો શરીર હું છું. તપાસ કરો કે આ હું કોણ છે. એના ઉગમસ્થાનની ભાળ મેળવો, એટલે એ લુપ્ત થશે.

- મ. પછી આનંદ હશે ખરો ?
- ભ. આનંદ, સત્તા અને ચૈતન્ય સમ-વ્યાપક છે. જે લક્ષણો શાશ્વત સદ્વસ્તુનાં છે, એજ અખંડ આનંદને પણ લાગુ પડે છે. તમારું અસલ સ્વરૂપ આનંદ છે. અજ્ઞાન એને છૂપાવે છે. તેથી આનંદને પ્રગટ કરવા તમારે અજ્ઞાનને દૂર કરવું પડશે.
- મ. આપણે જગત, જીવ અને ઈશ્વરના છેવટના સત્યને ન જાણવું જોઈએ ?
- ભ. એ બધા હુંના ખ્યાલો છે. અહંવિચારના આવ્યા પછી જ એ ઉત્પન્ન થાય છે. ગાઠ નિદ્રામાં તમે એ ત્રણનો વિચાર કરતા હતા ? છતાં તમે ત્યાં હાજર હતા. એ તમે અત્યારે બોલી રહ્યા છો. જો એ બધાં સત્ય હોય તો ગાઠ નિદ્રામાં પણ તમારી સાથે રહેવાં જોઈએ. તેઓ અહંવિચારના આશ્રયે રહે છે. જગત તમને કહે છે : હું જગત છું ? શરીર તમને કહે છે : હું શરીર છું ? તમે કહો છો : આ જગત છે, આ શરીર છે. તેથી એ બધા તમારા ખ્યાલો છે. તપાસ કરો કે તમે કોણ છો, પછી બધા પ્રશ્નોનો અંત આવશે.
- મ. આત્મજ્ઞાન પછી શરીરનું શું થાય છે ? તેની હયાતી ચાલુ રહે છે કે નહીં ? અમે જોઈએ છીએ કે જ્ઞાની પુરુષો પણ બીજાઓની જેમ કાર્ય કરે છે.



- ભ. અત્યારે તમારે આ વાતની ફિકર ન કરવી જોઈએ. આત્મજ્ઞાન થયા પછી પૂછવાની ઈચ્છા થાય તો પૂછી શકશો. આત્મજ્ઞાની પુરુષોને પોતાની સંભાળ લેવા દો. તમે એમની ચિંતા શા માટે કરો છો ? હકીકતમાં, જ્ઞાન થયા પછી શરીર કે અન્ય કાંઈપણ આત્માથી અલગ દેખાશે નહીં.
- મ. જો અમે હંમેશાં સચ્ચિદાનંદ હોઈએ, તો ઈશ્વરે અમને મુશ્કેલીમાં શા માટે મૂક્યાં ? એણે અમને ઉત્પન્ન જ શા માટે કર્યાં ?
- ભ. ઈશ્વર તમારી સમક્ષ આવીને કહે છે કે એણે તમને મુશ્કેલીમાં મૂક્યાં છે ? આવું તમે કહો છો. ફરીવાર, આ કહેનાર ખોટો હું છે. એ જો નષ્ટ થાય તો પછી ઈશ્વરે આ કે તે સર્જ્યું એમ કહેનાર કોઈ રહેશે નહીં. જેની ખરેખર હયાતી છે એ તો હું છું એમ પણ કહેતો નથી, કારણ કે હું નથી એવો સંશય ક્યારે પણ પેદા થઈ શકે ખરો ? જો એવો સંદેહ થાય કે હું ગાય કે ભેંસ છું, તો માણસે પોતાને યાદ આપવી પડે કે પોતે કોઈ બીજું પ્રાણી નહીં, પણ માણસ છે. પરંતુ એવું ક્યારેય બનતું નથી. આ વાત પોતાના અસ્તિત્વ અને સાક્ષાત્કાર વિષે પણ સાચી છે. T. 197
- છેલ્લું ઉદ્ધરણ આપણને આત્માનુસંધાન શું નથી એ પ્રશ્ન તરફથી એ શું છે તેની સમજણ આપે છે.
- ભ. જ્યારે મન પોતાના સ્વરૂપની તપાસ નિરંતર ચલાવે છે, ત્યારે મન જેવી કોઈ વસ્તુ નથી એ સત્ય પ્રગટ થાય છે. સૌને માટે આ સીધો માર્ગ છે. S.T. 17
- મન ફક્ત વિચારસમૂહ છે. અહંવિચાર, બધા વિચારોનું મૂળ છે. આ અહંવિચાર ક્યાંથી જન્મે છે, એમ એની અંદર તપાસ કરો, ત્યારે એ નષ્ટ થાય છે. આ શાણપણ છે. જ્યાં અહં લુપ્ત થાય છે ત્યાં અહં-અહં આપમેળે પ્રગટ થાય છે, જે પૂર્ણ-અનંત છે. S. T. 18-19
- જો અહં હોય તો બીજું બધું પણ છે, જો એનો લય થાય તો કાંઈ પણ પ્રકાશિત થતું નથી. હકીકતમાં આ બધું અહંનું રૂપ છે. એની શોધ કરવી એ સર્વત્યાગનો માર્ગ છે.
- અહંનો ઉદય ન થાય, એ આત્માની સાચી અવસ્થા છે. અહં તેના જન્મસ્થાનની શોધ વિના નષ્ટ ન થાય. જો એ નષ્ટ ન થાય તો આત્મા એક છે, એવી નિષ્ઠા શી રીતે થાય ?
- ઊંડા કૂવાના પાણીમાં પડેલી વસ્તુ મેળવવા માટે જેમ કોઈ ડૂબકી

મારે, એમ પ્રાણ અને વાણીનો સંયમ કરીને, પોતાની અંદર ડૂબકી લગાવી, અહંકારનું જન્મસ્થાન શોધતાં, તેના મૂળરૂપને પ્રાપ્ત કરવું જોઈએ.

અહંશબ્દના ઉગમસ્થાનની શોધ જ આત્મજ્ઞાન તરફ લઈ જાય છે. આ હું નથી, તે હું નથી, એવું ધ્યાન આત્મ-શોધમાં મદદરૂપ બની શકે, પરંતુ એ સ્વયં શોધ નથી. F. V. 28-31

બંધન અને મોક્ષનો ખ્યાલ મનના વિકલ્પો છે. એમની કોઈ સ્વતંત્ર સત્તા નથી, તેથી તેઓ પોતાની મેળે ક્રિયાશીલ બનતા નથી, પણ બીજી કોઈ વસ્તુનાં રૂપો છે. તેથી એ બંનેથી સ્વતંત્ર એવું કોઈ તત્ત્વ હોવું જોઈએ, જે એમનું ઉગમસ્થાન અને આશ્રયસ્થાન પણ છે. મનુષ્ય બંધન અને મોક્ષ કોને છે એની તપાસ કરે તો તેને સમજાશે કે એ બંને મને છે, એટલે કે હુંને છે. પછી આ હું કોણ છે ? એની પ્રામણિક રીતે શોધ આદરે તો હું જેવું કાંઈ નથી એમ એને સ્પષ્ટ પણે સમજાશે. આ સત્ય જાણ્યા પછી જે બાકી રહે એ સ્વયં પ્રકાશ, સ્વતંત્ર સત્તા છે. આને પરમ સત્યનો સાક્ષાત્ અપરોક્ષ અનુભવ કહે છે. આવો અનુભવ મનને નિરંતર અંતર્મુખ રાખી, ક્ષણનો પણ બીજી વાતોમાં દુર્વ્યય કર્યા વિના, જે કોઈ સાધક આંતરિક શોધમાં લાગે, એને સ્વાભાવિકપણે, કોઈ અસામાન્ય ઘટના ન હોય એવી સહજતાથી પ્રાપ્ત થાય છે તેથી જેણે આવી સિદ્ધિ મેળવી છે અને આત્મા સાથે તાદાત્મ્ય ભાવે રહે છે એને માટે બંધન કે મોક્ષ છે જ નહીં એ સત્યમાં સંશયનો લેશ પણ નથી. S.T. 4-15.

આત્મા શુદ્ધ ચૈતન્ય છે છતાં માણસ પોતાને શરીર માને છે જે જડ છે અને કહેતું નથી કે હું શરીર છું. પૂર્ણ આત્મા પણ એવું કહેતો નથી પણ એ બે વચ્ચે એટલે કે અચેતન શરીર અને ચેતન આત્મા વચ્ચે એક બનાવટી અહં ઉત્પન્ન થાય છે અને પોતાને શરીર પૂરતો મર્યાદિત માને છે, એ એવું કહે છે. એને શોધો એટલે એ આત્માસની જેમ વિલીન થઈ જશે. આ આત્માસ અહંકાર, મન કે વ્યક્તિ છે. બધા ધર્મગ્રંથો આ આત્માસના આધારે રચાયા છે જેમનો હેતુ એ આત્માસનો વિનાશ છે. વર્તમાન અવસ્થા કેવળ ભ્રમ છે. એનું નિવારણ આપણું લક્ષ્ય છે, બીજું કાંઈ નહીં. T.427

ભગવાન અહીં અહંકારને આત્માસ અને બનાવટી અહં કહે છે. ઉપરના પારસી મહિલાઓ સાથેના વાર્તાલાપમાં ખોટો અહં અને સાચો અહં એવા શબ્દો વાપરે

છે. કેટલીક વાર તેઓ વ્યાવહારિક હેતુમાટે સાચા અહંને મેળવવા, ખોટા અહંના ત્યાગની વાત પણ કરે છે. પરંતુ આનો અર્થ એવો નથી કે માણસમાં બે અહમ્ છે. એમના કથનનો ભાવ એ છે કે સાધકે પોતાના અહમ્ નું એક મર્યાદિત વ્યક્તિ તરીકેનું તાદાત્મ્ય ત્યજીને, વિશ્વાત્મા તરીકેની એની સાચી ઓળખ મેળવવી જોઈએ. તેઓ વારંવાર ભાર પૂર્વક કહેતા કે માણસમાં બે અહં નથી, જેમાંથી એકે બીજાને જાણવાનો હોય. અદ્વૈત સિદ્ધાન્ત પ્રમાણે આત્માને જાણવો એટલે આત્મા બનવું. જો એમ ન હોય તો જ્ઞાતા અને જ્ઞેયનું દ્વૈત થાય અથવા દ્રષ્ટા, દશ્ય અને દર્શનની ત્રિપુટી થાય.

- સા. માણસે આત્માનું જ્ઞાન કેવી રીતે મેળવવું ?  
 ભ. કોનો આત્મા ? એ શોધી કાઢો.  
 સા. મારો. પણ હું કોણ છું ?  
 ભ. એ તમારે જ શોધવાનું છે.  
 સા. હું જાણતો નથી.  
 ભ. કોણ કહે છે કે હું જાણતો નથી એનો વિચાર કરો. તમારા વાક્યનો હું કોણ છે, અને એને શું નથી જણાતું ?  
 સા. મારામાં રહેલ કોઈ વ્યક્તિ કે વસ્તુ.  
 ભ. એ વ્યક્તિ કોણ છે અને કોની અંદર છે ?  
 સા. કદાચ કોઈ શક્તિ હશે.  
 ભ. એની તપાસ કરો.  
 સા. હું શા કારણે જન્મ્યો ?  
 ભ. કોણ જન્મ્યું ? તમારા બધા પ્રશ્નોનો એક જ જવાબ છે.  
 સા. તો પછી, હું કોણ છું ?  
 ભ. (સ્મિત કરતાં) તમે મારી પરીક્ષા લેવા આવ્યા છો ? તમે કોણ છો એ તમારે જ કહેવાનું છે.  
 સા. હું ગમે એટલો યત્ન કરું, મને હુંનો પત્તો લાગતો નથી, અને સ્પષ્ટ રીતે સમજાતું પણ નથી.  
 ભ. સમજાતું નથી એમ કોણ કહે છે ? તમારામાં બે હું છે જેમાંથી એક બીજાને સમજાતો નથી ?  
 સા. હું કોણ છું ? એમ પૂછવાને બદલે આપ કોણ છો ? એવો પ્રશ્ન પૂછી શકું ? જેથી

મારું મન આપની ઉપર સ્થિર થાય આપને હું ગુરુના રૂપમાં અવતરેલા ભગવાન માનું છું. મને પોતાને હું કોણ ? એમ પૂછું, એના કરતાં, આવી શોધથી કદાચ મારી શોધના લક્ષ્યની વધારે નજીક પહોંચી શકીશ.

ભ. તમારી શોધ પ્રારંભમાં ગમે તે રૂપ લે, અંતમાં તમારે એકમાત્ર હુંરૂપ આત્મા તરફ વળવું જ પડશે. હું અને તું, ગુરુ અને શિષ્ય એવા ભેદ અજ્ઞાનની નિપજ છે. કેવળ એક સર્વોચ્ચ હું જ વિદ્યમાન છે. એનાથી જુદી રીતે વિચારવું એ પોતાને ભ્રમમાં નાખવા બરાબર છે. તમારું લક્ષ્ય અહીં અને અત્યારે જ આત્માનુસંધાનની મદદથી આવા ઉપરછલ્લા ભૌતિક ભેદોથી પર જવાનું છે તેથી હું અને તું એવા શરીર સંબંધી ભેદોને ક્યાં અવકાશ છે ? જ્યારે તમે વિચારના જન્મસ્થાનને શોધતાં, મનને અન્તર્મુખ બનાવો છો, ત્યારે ત્યાં તું ક્યાં છે અને હું પણ ક્યાં છે ? તમારે જે સૌને પોતાનામાં સમાવે છે એ આત્માની ભાળ મેળવી, તદ્રૂપ બનવાનું છે.

સા. એ વિચિત્ર નથી લાગતું કે હું હુને શોધે ? હું કોણ છું ? એવી તપાસ આખરે એક પોકળ સૂત્ર સાબિત થાય એવું ન બને ? અથવા મારે એ પ્રશ્નને મંત્રની જેમ રટયા કરવાનો છે ?

ભ. આત્માનુસંધાન ચોક્કસ પોકળ સૂત્ર નથી. કોઈપણ મંત્રના જપ કરતાં એ ઘણું વધારે છે. હું કોણ છું ? એવું અન્વેષણ ફક્ત માનસિક પ્રશ્ન જ હોત તો એનું કોઈ ખાસ મૂલ્ય ન હોત. એનો હેતુ સંપૂર્ણ મનને એના મૂળ તરફ એકાગ્ર કરવાનો છે. તેથી એ એક હું વડે બીજા હુંની શોધ નથી. વળી એમાં મનની પૂર્ણ ક્રિયાશીલતા રહેલી છે જેનું લક્ષ્ય શુદ્ધ આત્મ-ચૈતન્યમાં દૃઢતાપૂર્વક સ્થિર થવાનું છે. તેથી એ અર્થશૂન્ય સૂત્ર નથી. આત્માનુસંધાન સ્વતંત્ર, પૂર્ણ સત્તા, જે ખરેખર તમે છો, એને અનુભવવાનું એક માત્ર સીધું અને અમોઘ સાધન છે. M.G.II.47-51

નીચેના પ્રશ્નોત્તર, આત્માનુસંધાન એક હુંથી બીજા હુંને શોધવાની નહીં, પણ અહંવિચારના જન્મસ્થાનને શોધવાની પ્રક્રિયા છે, એમ દર્શાવે છે.

સા. મને કહેવામાં આવ્યું છે કે આપની ચિંતન પ્રણાલી પ્રમાણે મારે મારા વિચારોનું ઉગમસ્થાન શોધવું જોઈએ. મારે એ શી રીતે કરવું ?

- ભ. મારી કોઈ ચિંતનપ્રણાલી નથી. છતાં એ સાચું છે કે માણસે પોતાના બધા વિચારોનું જન્મસ્થાન શોધવું જોઈએ.
- સા. ધારો કે મને ઘોડાનો વિચાર આવ્યો. એનું મૂળ શોધતાં મને જણાય છે કે એનું મૂળ સ્મૃતિ છે, જે પહેલાં પ્રત્યક્ષ જોયેલા ઘોડાને કારણ ઉત્પન્ન થાય છે. બસ આટલે અટકી જવાય છે.
- ભ. એ બધા વિષે વિચારવાનું તમને કોણે કહ્યું ? એ બધા પણ તમારા વિચારો છે. પ્રત્યક્ષ અને એની સ્મૃતિને વાગોળવાથી તમારું શું ભલું થવાનું હતું ? એ તો પહેલાં બીજ કે ઝાડ એ જૂના વિવાદની જેમ અન્તહીન હશે. પૂછો કે પ્રત્યક્ષ અને સ્મૃતિ કોને છે ? જે હુંને એ બે છે, એ ક્યાંથી ઉદ્ભવે છે એ શોધવાનું છે. પ્રત્યક્ષ, સ્મૃતિ કે એવો બીજો કોઈપણ અનુભવ હું ને થાય છે. આવા અનુભવો એને ગાઢ નિદ્રામાં થતા નથી. છતાં તમારે કહેવું પડે છે કે નિદ્રા દરમ્યાન તમે હતા અને અત્યારે પણ છો. એ દર્શાવે છે કે હું નિરંતર રહે છે અને બીજી બધી વસ્તુઓ આવે છે અને ચાલી જાય છે.
- સા. આપ કહો છો એમ મારે પણ હુંનું જન્મસ્થાન શોધવું છે. પણ એ શી રીતે કરવું ? હું જન્મે છે એ સ્થાન કયું છે ?
- ભ. જે સ્થાનમાં તમે નિદ્રા દરમ્યાન હતા એમાંથી તમે આવ્યા છો. ફક્ત એ વખતે તમે ક્યાં પ્રવેશ્યા છો એ તમે જાણી શક્યા ન હતા. આ કારણે જાગ્રત અવસ્થા દરમ્યાન એની શોધ કરવી જરૂરી છે.
- સા. અમારામાંના એક સાધકે એને “હું કોણ ?” અને “રમણગીતા” વાંચવાની સલાહ આપી. ભગવાને એને મંજૂરી આપી. દિવસ દરમ્યાન એણે પુસ્તકો વાંચ્યાં. આજે એણે ભગવાનને પૂછ્યું : એ ગ્રંથો આત્મખોજ કરવાની સલાહ આપે છે, પણ માણસે એ શી રીતે કરવું ?
- ભ. એ પણ ગ્રંથોમાં સૂચવ્યું હશે.
- સા. મારે હું કોણ ? એ વિચાર ઉપર મન એકાગ્ર કરવું જોઈએ ?
- ભ. તમારે હું-વિચાર ક્યાંથી જન્મે છે, એ તરફ મનને એકાગ્ર કરવું જોઈએ. બહાર જોવાને બદલે અંદર નજર કરો અને શોધો કે હું વિચાર ક્યાંથી ઉદ્ભવે છે.
- સા. ભગવાન કહે છે કે જો હું એ જોઉં તો આત્માને અનુભવીશ ?
- ભ. આત્મા અનુભવવાની વસ્તુ નથી. જે સ્વયં સર્વદા સત્ય છે, એને કોઈ શી રીતે

સત્ય બનાવી શકે. લોકો અસત્યને સત્ય તરીકે અનુભવે છે. એમ કરવાનું બંધ થવું જોઈએ જ્યારે તમે એવું કરશો એટલે તમે હંમેશાં ખરેખર જે છો તે રહેશો, અને સત્ય સત્ય રહેશે. બધા ધર્મો અને એમણે ઉપદેશેલી અભ્યાસ પદ્ધતિઓ લોકોને અસત્યને સત્ય માનવાની ભૂલ ત્યજવામાં મદદ કરવા માટે અસ્તિત્વમાં આવ્યા છે.

સા. જન્મ ક્યાંથી થાય છે ?

ભ. કોનો જન્મ છે ?

સા. ઉપનિષદો કહે છે : જે બ્રહ્મને જાણે છે, એ બ્રહ્મ બને છે.

ભ. એ બનવાની નહીં, હોવાની વાત છે. D.D. 231-232.

ભગવાન વારંવાર કહેતા કે આત્મસાક્ષાત્કાર જેવી કોઈ વસ્તુ નથી, અને આત્મા એક, હમણાં અને હંમેશાં છે. એ કોઈ નવી વસ્તુ નથી જેને મેળવવાની હોય. તો પછી એના સાક્ષાત્કારનો અર્થ શો ? એમ પૂછનારને તેઓ કહેતા કે આત્મા સાક્ષાત્કાર છે, એને માટે કાંઈ કરવાનું નથી. અજ્ઞાનનું આવરણ એને છૂપાવે છે, એને ફક્ત દૂર કરવાનું છે, અદ્વૈત વેદાન્તનો આ તાત્ત્વિક વિરોધાભાસ છે.

સા. લક્ષ્ય સુધી પહોંચવાનો શ્રેષ્ઠ માર્ગ કયો ?

ભ. પહોંચવાનું હોય એવું કોઈ લક્ષ્ય નથી. કાંઈ મેળવવાનું નથી. તમે આત્મા છો, અને હંમેશાં છો, આત્મા વિષે “એ છે” એથી વધારે કશું કહી શકાય નહીં. ઈશ્વર કે આત્માને જોવો એટલે તમે આત્મા છો એમ સમજવું. જોવું એટલે હોવું. તમે આત્મા છો છતાં જાણવા માગો છો કે આત્માને કયે માર્ગે મેળવવો. આ તો રમણાશ્રમમાં રહીને ત્યાં જવાના કેટલા રસ્તા છે અને એમાં શ્રેષ્ઠ કયો એમ પૂછવા જેવું છે. તમે શરીર છો એ વિચાર તમારે છોડવાનો છે તેમજ અનાત્મા, એટલે કે બહારની બધી વસ્તુઓના વિચાર છોડવાના છે એનાથી વધારે કાંઈ કરવાનું નથી. જ્યારે જ્યારે તમારું મન પદાર્થો તરફ બહાર જાય ત્યારે ત્યારે એને રોકીને આત્મા કે હું પર સ્થિર કરવું જોઈએ. આટલો પ્રયત્ન તમારે કરવાનો છે. D.D. 287

આ વિરોધાભાસ છતાં, આ પુસ્તકના બીજા પ્રકરણમાં જણાવ્યું છે એમ, ભગવાન પ્રયત્નની આવશ્યકતા પર ભાર મુકતા.

ભ. જ્યાં સુધી મનુષ્ય કોઈપણ પ્રકારના પ્રયત્ન વિના મનની સ્વાભાવિક, મૂળભૂત,

નિર્વિચાર અવસ્થા પ્રાપ્ત ન કરે, એટલે કે હું અને મારું એવા ખ્યાલો સદંતર નિર્મૂળ ન થઈ જાય, ત્યાં સુધી નિરંતર અભ્યાસ કરવો જરૂરી છે. S.I.II.18

કાંઈ નવું મેળવવાનું નથી એ વિચારને સ્પષ્ટતાથી સમજાવવા માટે અદ્વૈત કહે છે કે, અહીં પ્રશ્ન ફક્ત અજ્ઞાનના પરદાને હટાવવાનો છે, જેમ શેવાળને હટાવવા માત્રથી, નીચે પહેલેથી જ હાજર પાણી પ્રગટ થાય છે. અથવા વાદળો હટી જતાં, તેમનાથી છૂપાયેલું, છતાં ત્યાં જ રહેલું, આકાશ પ્રગટ થાય છે.

સા. મનુષ્ય આત્માને કેવી રીતે જાણી શકે ?

ભ. આત્મા હંમેશાં છે. એને જાણવાનો નથી એટલે કે એ કોઈ નવું જ્ઞાન મેળવવાનું નથી. જે અહીં અને અત્યારે નથી પણ નવું છે, એ કાયમી ન હોઈ શકે. આત્મા સર્વદા છે, ફક્ત એનું જ્ઞાન અવરોધાયેલું છે, અને એ અવરોધને અજ્ઞાન કહે છે. અજ્ઞાન હટાવો અને જ્ઞાન પ્રકાશશે. હકીકતમાં આત્માને અજ્ઞાન નથી કે જ્ઞાન પણ નથી. એ ફક્ત વળગણો છે જેમને હટાવવાનાં છે. તેથી આત્માને જ્ઞાન અને અજ્ઞાનથી પર કલ્પો છે. આટલું સમજો કે એ સ્વભાવે જેવો છે એવો જ રહે છે.

અલબત્ત, આત્મા ઉપર આવી એકાગ્રતા મનના પૂર્ણ સંયમની અપેક્ષા રાખે છે, અને ઘણા સાધકો ફરિયાદ કરતા કે એ સરળ નથી.

સા. આત્મા ઉપર મનને એકાગ્ર કરવાનો પ્રયત્ન કરું છું, તો મન ભટકવા માંડે છે. મારા માટે આ ખાસ મુશ્કેલી છે.

ભ. (સ્મિત કરતાં) એ કાંઈ તમારા એકલાની મુશ્કેલી નથી. બધાને એ મુસીબત નડે છે. ગીતા વગેરે ધર્મગ્રંથોમાં એની ચર્ચા કરવામાં આવી છે. ગીતામાં આપેલી સલાહ મુજબ જ્યારે મન બહાર ભટકવા માંડે ત્યારે દરેક વખતે એને પાછું વાળી આત્મામાં સ્થિર કરવા સિવાય બીજો કયો રસ્તો છે ? એ વાત સાચી કે એમ કરવું સહેલું નથી. લાંબા અભ્યાસથી એ કામ થાય છે.

મન ઈચ્છિત વસ્તુ પાછળ ભટકે છે અને જે લક્ષ્ય નક્કી કર્યું હોય, એના ઉપર ટકતું નથી, એમ જ્યારે ફરિયાદ થતી, ત્યારે ભગવાન કહેતા કે આત્માનુસંધાનમાં મનની સમક્ષ કોઈ લક્ષ્ય મૂકવામાં આવતું નથી. ફક્ત એને પોતાની તરફ વાળવામાં આવે છે, જેથી એનું મૂળ શોધી શકાય. પણ નીચેના પ્રશ્નના જવાબમાં તેઓ ઈચ્છા અને સુખ પણ મનને આત્મા તરફ વાળી શકે, એમ જણાવે છે.

ભ. દરેક માણસ એને શોધે છે જે એને સુખ આપે. તમારું મન એક કે બીજી વસ્તુ

તરફ બહાર ભમે છે, કારણ કે તમે એમ વિચારો છો કે એમાંથી તમને સુખ મળશે. પરંતુ ઝીણવટથી તપાસ કરશો તો બધું સુખ - વિષયોમાંથી આવતું જણાતું સુખ પણ - આત્મામાંથી આવતું જણાશે. પછી તમારું મન સહેલાઈથી આત્મામાં રહેવા લાગશે. D.D. 257, 258

કેટલીકવાર લોકો વિચારોને શાન્ત કરવામાં પડતી મુશ્કેલી વિષે ફરિયાદ કરતા. ભગવાન એમને વિચાર કરનાર કે શંકા કરનારનું નિરીક્ષણ કરવાનું કહી ફરી વાર આત્મવિચાર તરફ દોરી જતા. શંકાઓ હજાર હોઈ શકે, પણ શંકા કરનારની હયાતી વિષે કોઈ શંકા કરતું નથી. એ કોણ છે ?

ભ. જો તમે સંશય કરનાર અને એના ઉત્પત્તિસ્થાનને શોધી કાઢશો, તો બધા સંશયોનો અંત આવશે. અંતહીન રીતે સંશયો દૂર કરવાની રીત નિરર્થક છે. આપણે એક દૂર કરીએ એટલે બીજી આવે, અને એમ એનો અંત ક્યાંય નહીં હોય. પરંતુ જો સંશય કરનારના ઉત્પત્તિસ્થાનની શોધ વડે, એની હયાતી જ નથી એવું સમજશો, તો બધા સંશયોનો અંત આવશે. D.D.22

એકાગ્રતા એટલે મનનો સંયમ પણ એનો અર્થ એક વિચાર પર સ્થિરતા નથી. ભગવાન આવું કરનારને નિરુત્સાહ કરતા નહીં, પણ એક વિચાર પર સ્થિરતા સિદ્ધ થયા પછી, પોતાની હયાતીની લાગણી પર - હું છું - એ ભાવ પર સ્થિરતા કરવાની સલાહ આપતા. આવી સ્થિરતા માટે બધા વિચારોનો ત્યાગ જરૂરી છે.

સા. કોઈ પણ વિચાર પર એકાગ્રતા આત્મજ્ઞાનનું સાધન બની શકે ?

ભ. એક વસ્તુનું ચિંતન ખરી એકાગ્રતા નથી. બધા વિચારોનો ત્યાગ વધારે સારી રીત છે, કારણ કે વિચાર માત્ર આપણા સાચા સ્વરૂપના દર્શનમાં વ્યવધાન છે. બધા પ્રયત્નો અજ્ઞાનના પરદાને હટાવવા તરફ વાળવા જોઈએ. અત્યારે બધા વિચારોને શાન્ત કરવાનું કામ મુશ્કેલ લાગે છે પણ આત્મામાં ઊંડા ઉતર્યા પછી તેમને સક્રિય કરવાનું મુશ્કેલ જણાશે. શા માટે આપણે આ બધી બાબતોનો વિચાર કરવો જોઈએ ? કેવળ આત્મા હયાત છે. વિચારો સક્રિય ત્યારે થાય જ્યારે સ્થૂળ પદાર્થો હોય પણ એ છે જ નહીં તો પછી વિચારો ઉત્પન્ન કેવી રીતે થાય ? ટેવ આપણને એમ માનવા પ્રેરે છે કે બધા વિચારોનું બંધ થવું મુશ્કેલ છે. આ ભૂલ સમજાય તો માણસ એટલો મૂર્ખ નથી કે વિચારવાનો અનાવશ્યક શ્રમ કરી પોતાને ત્રાસ આપે. T. 398



મન છટકે તો વાંધો નથી, પણ તમને એ સમજાય એટલે એને હળવેથી પાછું વાળી અંદર આત્મામાં જોડો, બસ આટલું કરવાનું છે. આવા પ્રયત્ન વિના કોઈ સફળ ન થઈ શકે. મનનો જય કોઈનો જન્મસિદ્ધ અધિકાર નથી. જે થોડા લોકો સફળ થયા છે, એ ખંતપૂર્વકના અભ્યાસથી થયા છે. અભ્યાસ ચાલુ રાખો એટલે એકાગ્રતા શ્વાસોશ્વાસની જેમ સ્વાભાવિક બનશે. મનને આત્મામાં જોડો અને ત્યાં સ્થિર રાખો. બધું સારું થશે. નિરંતર કરાતો અભ્યાસ મનને પ્રબળ બનાવે છે, પછી એ રઝળવાની નબળાઈ છોડી દે છે.

આપણું લક્ષ બુદ્ધિ અને સ્થૂળ પદાર્થો તરફ હોય, ત્યારે મન ફક્ત એમના વિષે સભાન હોય છે. આપણી વર્તમાન સ્થિતિ આવી છે. પણ જો આપણે અંદર આત્માતરફ લક્ષ્ય રાખીએ તો ફક્ત આત્મા વિષે સભાન રહીએ છીએ. તેથી લક્ષ્ય મહત્વનું છે. આપણું મન લાંબા સમયથી બહારના સ્થૂળ પદાર્થો તરફ લક્ષ્ય રાખતું આવ્યું છે તેથી એ તેમનું ગુલામ બની ગયું છે અને તેઓ એને આમથી તેમ ખેંચે રાખે છે. મન ભટકવા માંડે કે તરત તપાસ ચલાવવી જોઈએ કે આપણે ખરેખર કોણ છીએ. આમ મનને વાળીને આત્માના અનુભવની ટેવ પાડવી જોઈએ. આ રીતે બધાં દુઃખો નાશ પામે છે અને અખંડ આનંદ પ્રાપ્ત થાય છે.

ઉપરના ફકરાઓ સ્પષ્ટ કરે છે કે ભગવાન સાધકને ફક્ત અહં વિચાર પર એકાગ્રતા સાધવાનું કહેતા નથી, પણ એ ક્યાંથી ઉત્પન્ન થાય છે એ શોધવાનું પણ કહે છે. આવી શોધ આત્માન્વેષણ ને છાતીની જમણી બાજુ આવેલા હૃદયકેન્દ્ર પર એકાગ્રતા કરવા સાથે જોડે છે, અને દર્શાવે છે કે એ માનસિક પ્રક્રિયા નથી. આત્માનુસંધાન દરમ્યાન આ કેન્દ્રમાં સ્પષ્ટ અનુભવાય એવો મુક્તિનો આનંદ ઉત્પન્ન થાય છે.

- ભ. મનને ફક્ત આત્મા ઉપર કેન્દ્રિત કરવાથી આનંદ ઉત્પન્ન થાય છે. વિચારોને બહારની તરફ ભટકતા અટકાવી, અંદર ખેંચવાનો પ્રયત્ન વૈરાગ્ય છે. વિચારને આત્મામાં સ્થિર કરવાનો યત્ન અભ્યાસ છે. હૃદય પર મનને એકાગ્ર કરવું, આત્મા પર એકાગ્ર કરવા બરોબર છે. હૃદય આત્માનું બીજું નામ છે. D. D. 254
- સા. (શ્રી જી. વી. સુબ્બારામૈયા) કોઈ ગ્રંથમાં એવું કહ્યું છે કે સહચારમાં પહોંચ્યા પછી પણ, અંતિમ સાક્ષાત્કાર માટે, સાધકે હૃદયમાં આવવું જરૂરી છે, અને હૃદય છાતીની જમણી બાજુએ છે ?

- ભ. ના. એવું કોઈ પુસ્તકમાં વાંચ્યું નથી, પણ હૃદય છાતીની જમણી બાજુ આવેલું છે એવું મલયાલમમાં લખેલા ઔષધ વિજ્ઞાનના એક ગ્રંથમાં કહ્યું છે. એ શ્લોકનો મેં તામિલમાં અનુવાદ કર્યો હતો, અને ચાલીસ શ્લોકની પૂરવણીમાં પ્રકાશિત થયો છે. 'સીતા ઉપનિષદ'માં પણ એવું વિધાન કરતા બે શ્લોક છે. (જે અગાઉ પહેલા પ્રકરણમાં આપ્યા છે.)
- ભ. બીજા કેન્દ્રો વિષે આપણે કાંઈ જાણતા નથી. એમની ઉપર મનને કેન્દ્રિત કરવાથી શું સિદ્ધિ પ્રાપ્ત થાય છે એ વિષે આપણને ચોક્કસ માહિતી નથી. પણ હુંનો ઉદય હૃદયમાંથી થાય છે તેથી તેનો લય પાછો એમાં જ કરવાથી આત્માનો અનુભવ થાય છે એવો મારો અનુભવ છે. D.D. 218.
- જાણો કે હૃદયમાં શુદ્ધ અવિકારી આત્મચૈતન્યનો અનુભવ જ્ઞાન છે, જે અહંકારના નાશ દ્વારા મુક્તિ આપે છે.
- શરીર માટીના પાત્ર જેવું અચેતન છે, એને અહંબુદ્ધિ નથી. તેથી શરીર હું નથી. શરીરભાન વિનાની ગાઢ નિદ્રામાં આપણે આત્માની સત્તા અનુભવીએ છીએ. તો પછી આ હું કોણ છે ? અને ક્યાંથી જન્મે છે એની તપાસ કરતાં જે સાધકો શુદ્ધ બુદ્ધિથી હૃદયમાં ઊંડા ઉતરે છે એ આત્માનુભવ કરે છે અને તદ્દૂપ બની રહે છે. તેઓમાં પૂર્ણ અરુણાયલશિવ સોહમ્ સ્ફૂર્તિરૂપે સ્વયં પ્રકાશે છે. F.V.S. 9-10.
- સા. ભગવાન કહે છે કે હૃદય આત્માનું કેન્દ્ર સ્થાન છે ?
- ભ. હા, એ આત્માનું એક અને સર્વોચ્ચ કેન્દ્ર છે. એ વિષે તમારે શંકા ન કરવી જોઈએ. સાચો આત્મા હૃદયમાં છે જે અહંકારની પાછળ રહેલો છે.
- સા. આપ કૃપા કરીને કહેશો કે એ શરીરમાં કઈ જગાએ છે ?
- ભ. તમે એને તમારા મનથી જાણી નહીં શકો કે કલ્પનાથી એનું ચિત્ર ખડું નહીં કરી શકો. હું કહું છું કે એ અહીં છે. (છાતીની જમણી તરફ હાથ મૂકે છે). એને અનુભવવાનો એકમાત્ર સીધો રસ્તો એ છે કે કલ્પના કરવી બંધ કરો, અને તમે ખરેખર જે છો તે રહેવા પ્રયત્ન કરો. ધર્મગ્રંથો એને કેન્દ્ર કે હૃદયગુહા કહે છે.
- સા. પ્રાચીન ઋષિઓ હૃદય શબ્દથી આ કેન્દ્રનો ઉલ્લેખ કરતા એની ખાત્રી રાખી શકું ?

- ભ. હા. તમે એ ખાત્રી રાખી શકો. પણ તમારે એનું સ્થાન નક્કી કરવા કરતાં એને અનુભવવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. જોવા માટે માણસે આંખો ક્યાં છે એ શોધવું પડતું નથી. હૃદય પોતાના સ્થાનમાં છે અને હંમેશાં ખુલ્લું છે. ફક્ત તમે એમાં પ્રવેશવાની દરકાર કરો એ જરૂરી છે. એ તમારી ક્રિયાઓનો આધાર છે, ભલે તમે એ વિષે સભાન ન હો. આત્મા હૃદય છે એમ કહેવું વધારે સાચું છે. આત્મા હૃદય કેન્દ્ર છે, સર્વત્ર છે, અને પોતાના વિષે હૃદય કે આત્મભાન તરીકે નિરંતર જાગ્રત છે.
- સા. ભગવાન કહે છે કે હૃદય આત્મચૈતન્યનું કેન્દ્ર છે. એ યોગનાં છ ચક્રોમાંનું એક છે ?
- ભ. યોગના ચક્રો નીચેથી ઉપર જતી કેન્દ્રોની શ્રેણી છે જે જ્ઞાનતંતુઓની ગૂંથણીરૂપ છે અને વિવિધ ભૂમિકાઓ દર્શાવે છે. એમાંના પ્રત્યેકની વિશિષ્ટ શક્તિ અને જ્ઞાન હોય છે. એ માથામાં રહેલા સહસ્ત્રાર - હજાર દળવાળા કમળ તરફ દોરી જાય છે. ત્યાં પરા શક્તિ વસે છે. આત્મા શક્તિની બધી ગતિઓને આશ્રય પૂરો પાડે છે છતાં એનું સ્થાન હૃદયકેન્દ્ર છે.
- સા. આત્મા શક્તિના પ્રાગટ્યથી ભિન્ન છે ?
- ભ. ખરેખર, આત્માથી ભિન્ન શક્તિનું પ્રગટીકરણ નથી. આત્મા આ બધી શક્તિઓ રૂપે વિલસે છે. જ્યારે યોગી સમાધિ કે આત્મજ્ઞાનની સર્વોચ્ચ અવસ્થા પ્રાપ્ત કરે છે ત્યારે હૃદયમાં રહેતો આત્મા એને આધાર પૂરો પાડે છે, ભલે એ વાતની એને ખબર હોય કે નહોય. પરંતુ એનું લક્ષ્ય આત્મામાં કેન્દ્રિત થયેલું હોય તો એ જાણે છે કે પોતે કોઈ પણ અવસ્થા કે કેન્દ્રમાં હોય, એ હંમેશાં એ જ સત્ય, એ જ હૃદય, એ જ એક સર્વત્ર વ્યાપક આત્મચૈતન્ય, શાશ્વત અને અવિકારી છે. તંત્રશાસ્ત્રમાં હૃદયને સૂર્યમંડલ, અને સહસ્ત્રારને ચંદ્રમંડલ કહ્યાં છે. આ એ બેની તુલનાત્મક મહત્તા પ્રગટ કરે છે. D.B.17-20

હૃદયમાં એકાગ્રતાનો અભ્યાસ, આત્મવિચાર અને યોગનો સંબંધ બતાવે છે, એવો સંબંધ ભક્તિ સાથે પણ છે, એમ ભગવાન કેટલીક વાર કહેતા. એ બંનેનું એક જ લક્ષ્ય છે. પરા ભક્તિ એટલે પોતાનાથી ભિન્ન કલ્પેલા ઈશ્વર કે ગુરુને અહંકારનું સમર્પણ, જ્યારે જ્ઞાનમાર્ગ આત્મવિચારથી અહંકારનો વિલય છે. હવે પછીના પ્રકારણમાં ભક્તિ વિષે વિગતે ચર્ચા થશે. નીચેનો ફકરો દર્શાવે છે કે એ બંને માર્ગોનું લક્ષ્ય એક છે.

- સા. અહં ભ્રમ હોય તો એ ભ્રમનો ત્યાગ કોણ કરે છે ?
- ભ. અહં સ્વયં અહંભ્રમનો ત્યાગ કરે છે અને છતાં અહં બાકી રહે છે. આત્માનુભવનો આવો વિરોધાભાસ છે. જ્ઞાની પુરુષો આમાં કોઈ વિરોધ જોતા નથી. ભક્તનો દાખલો વિચારો. એ ઈશ્વર સમક્ષ પ્રાર્થના કરે છે કે પોતાને એમની અંદર સમાવી લે અને પૂર્ણ શ્રદ્ધા તેમજ એકાગ્રતાથી પોતાને સમર્પિત કરે છે. પછી બાકી શું રહે છે ? આત્મસમર્પણ પછી અહંકારની જગ્યાએ ઈશ્વર બાકી રહે છે, એટલે કે ઈશ્વરમાં અહંકારનો વિલય થાય છે. આ ભક્તિ કે શરણાગતિનું શ્રેષ્ઠ સ્વરૂપ છે, અને અનાસક્તિનું શિખર છે.

તમે “મારી” ગણાતી વસ્તુઓનો ત્યાગ કરો છો, એ કરતાં “હું” અને “મારું” એ ભાવોનો ત્યાગ કરો તો બધું એકી સાથે ત્યજાય છે અને માલિકીનું બીજ નષ્ટ થાય છે. આ રીત અનિષ્ટને એની બીજ કે અંકુરની અવસ્થામાં કચડી નાખવામાં આવે છે. પરંતુ આવું કરવા માટે અનાસક્તિ ઘણી તીવ્ર હોવી જોઈએ. પાણીમાં બળપૂર્વક ડૂબાડેલો માણસ હવા લેવા માટે પાણીની સપાટીથી ઉપર આવવાનો પ્રયત્ન જે તીવ્રતાથી કરે છે એવી તીવ્રતા આ માટે હોવી જોઈએ.

વિક્ષેપ ઉત્પન્ન કરનારા વિચારો એક તરફ તો બીજી તરફ નિદ્રા, સાધક માટે ભયરૂપ છે. અધ્યાત્મમાર્ગના શરૂઆતના તબક્કામાં ધ્યાન માટે બેસનાર સાધકો, એકાગ્રતાના પ્રયત્નને દબાવી દેતા ઊંઘના પ્રબળ મોજાનો ભોગ બનતા હોય છે. ત્યારે જો તેઓ ધ્યાન કરવાનું બંધ કરે તો એ મોજું અદૃશ્ય થાય છે અને તેઓ જરાપણ નિદ્રાળુપણું અનુભવતા નથી. આ ફક્ત અહંકારના પ્રતીકારનું એક રૂપ છે; અને તોડી નાખવું જરૂરી છે.

- સા. ધ્યાનમાં બેઠા પછી કોઈવાર મને ઊંઘ આવે છે. મારે શું કરવું ?
- ભ. હંમેશા આત્મામાં રહેવું જરૂરી છે. એમાં એક તરફ દુનિયાના પદાર્થો, (ઇન્દ્રિયોના વિષયો, ઈચ્છાઓ, વલણો) ના કારણે થતો વિક્ષેપ અને બીજી તરફ ઊંઘ વિધ્નરૂપ છે. ધર્મગ્રંથોમાં ઊંઘને સમાધિનું પહેલું વિદ્ન કહ્યું છે અને સાધકની પ્રગતિના તબક્કા મુજબ એનો સામનો કરવાની વિવિધ પદ્ધતિઓ બતાવી છે. પહેલાં વિક્ષેપનાં કારણો દૂર કરવાની અને ઊંઘ ઓછી કરવાની સલાહ આપવામાં આવે છે. ગીતામાં કહ્યું છે એમ નિદ્રાનો સદંતર ત્યાગ કરવો જરૂરી નથી. સાધકે દિવસ દરમ્યાન બિલકુલ સૂવું નહીં. રાત્રિના મધ્યભાગમાં દસથી બે વાગ્યા

સુધી નિદ્રાને મર્યાદિત બનાવવી. બીજી પદ્ધતિ પ્રમાણે સાધકે ઊંઘની ચિંતા ન કરવી. જ્યારે એ આવવા લાગે ત્યારે માણસ એને રોકી શકતો નથી. માટે જાગ્રત અવસ્થામાં પ્રત્યેક પળે ધ્યાનવડે આત્મામાં સ્થિર રહેવાનો પ્રયત્ન કરો. ઊંઘ આવે તો સૂઈ જાઓ પણ જાગ્યા પછી તરત ધ્યાનાભ્યાસમાં જોડાઓ તો એ પૂરતું છે. તેથી નિદ્રા દરમ્યાન પણ એ જ ધ્યાન-પ્રવાહ જળવાશે. આનો પૂરાવો એ છે કે માણસ જે બળવાન વિચાર મનમાં રાખી સૂઈ જાય છે એ જાગ્યા પછી હાજર હોય છે. આ રીતે સતત ધ્યાન કરનાર સાધક માટે નિદ્રાને સમાધિસ્થિતિ કહી છે. D. D. 241 - 242

આ વાત યાદ રાખવી જરૂરી છે, કેમકે શ્રી મહર્ષિ ઘણીવાર નિદ્રાને નિરહંકાર દશાનું દ્રષ્ટાન્ત કહેતા. પરંતુ એનો અર્થ નિદ્રાને પ્રોત્સાહન આપવાનો નથી, એ વાત ઉપરના ફકરાથી સ્પષ્ટ થાય છે. નિદ્રા સાચી નિરહંકાર દશા નથી, પણ શુદ્ધ ચૈતન્યનો અચેતન, અંધારો પાછલો ભાગ છે.

ધ્યાનમાર્ગે આગળ વધતા સાધકો ક્યારેક શૂન્ય અથવા ભય અનુભવતા, તેમને ભગવાન શૂન્ય કે ભય અનુભવનાર કોણ છે એને વળગી રહેવાની સલાહ આપતા. સુખનો અનુભવ કરનાર સાધકને પણ એજ સલાહ આપવામાં આવતી. અનુભવનાર ન હોય તો, શૂન્ય, ભય, સુખ કે બીજું કોઈ દૃશ્ય હોઈ શકે નહીં.

સા. હું ધ્યાનમાં નિર્વિચાર અવસ્થાએ પહોંચું છું ત્યારે કેટલીક વાર સુખ તો કેટલીક વાર અસ્પષ્ટ ભય અનુભવું છું. એને હું વર્ણવી શકતો નથી.

ભ. તમને ગમે તે અનુભવ થાય તમારે એટલેથી સંતોષ માની અટકવું ન જોઈએ. સુખ કે ભય અનુભવો ત્યારે પોતાને પૂછો કે એ કોણ અનુભવે છે. અને પ્રયત્ન ચાલુ રાખો, જ્યાં સુધી સુખ અને ભયથી પર થાઓ, બધું દ્વૈત શમે અને કેવળ એક સત્ય જ બાકી રહે. આવા અનુભવો થાય એમાં કાંઈ ખોટું નથી. પણ ત્યાં અટકવું ન જોઈએ. દાખલા તરીકે વિચાર શમે ત્યારે લયના સુખમાં સંતોષ માની કદાપિ અટકવું નહીં, પણ બધું દ્વૈત શમે ત્યાં સુધી યત્ન ચાલુ રાખવો. D.D.193

સા. મારે આદિથી અંત સુધી હું ને શી રીતે શોધવો ? અને ધ્યાનના એક તબક્કે ખાલીપણું કે શૂન્યપણું અનુભવું છું ત્યાંથી આગળ શી રીતે વધવું ?

ભ. ભલે નાદ, દૃશ્ય કે એવું બીજું કાંઈ પણ, અથવા શૂન્ય જણાય તો મનપર લેશો નહીં. આ બધા અનુભવો દરમ્યાન તમે છો કે નહીં ? શૂન્ય જણાય ત્યારે પણ

તમારી હયાતી હોય જ છે, તો જ તમે કહી શકો કે તમે શૂન્ય અનુભવ્યું. એ “તમે” માં દૃઢતા પૂર્વક સ્થિતિ કરવી એ આદિથી અંત સુધીની તપાસ છે. વેદાન્તના બધા ગ્રંથોમાં શિષ્ય બાકી રહેતા શૂન્ય કે કંઈ નહીં વિષે પ્રશ્ન ઊઠાવે છે અને ગુરુ એનો જવાબ આપે છે એ હકીકત જોવા મળશે. મન પદાર્થો જુએ છે અને વિવિધ ભાવો અનુભવે છે પણ એ જોવાનું અને અનુભવવાનું બંધ થાય એટલે એને શૂન્ય જણાય છે. પણ એ “તમે” નથી. તમે અનુભવ અને એના અભાવરૂપ શૂન્ય, બંનેને પ્રકાશિત કરતું અજવાળું છો જે રંગમંચના દીવા જેવું છે. એ દીવો નાટક ચાલતું હોય ત્યારે તમને રંગમંચ, અભિનેતાઓ અને કથાનો અભિનય જોવા શક્તિમાન બનાવે છે. નાટક પુરું થાય ત્યારે પણ એ દીવો પ્રકાશવાનું ચાલુ રાખે છે અને તમને બધો ખેલ ખલાસ થઈ ગયો એમ કહેવા માટે સમર્થ બનાવે છે. બીજો દાખલો લઈએ. આપણે ચોતરફ પદાર્થો જોઈએ છીએ પણ સંપૂર્ણ અંધારામાં એમને જોઈ શક્તા નથી અને કહીએ છીએ કે આપણે કશું જોતા નથી. આ રીતે, જે શૂન્યની તમે વાત કરો છો, એમાં તમે તો છો જ.

“તમે” સ્થૂલ, સૂક્ષ્મ, અને કારણશરીરના, ભૂત, વર્તમાન અને ભવિષ્ય ત્રણે કાળના અને શૂન્યના પણ સાક્ષી છો. શૂન્ય પેલી દસ માણસોની વાતમાં આવતા ખોવાયેલા દસમા માણસ જેવું છે. દસ માણસો ગણતરી કરતાં પોતાને છોડીને બાકીના નવને ગણે છે અને નિશ્ચય કરે છે કે દસમો માણસ ખોવાયો છે અને જાણતા નથી કે એ ક્યાં છે. આપણે લાંબા વખતથી એવા ખ્યાલથી ટેવાયા છીએ છે કે આપણે શરીર છીએ તેમજ ચોતરફ જે દેખાય છે એ શાશ્વત છે. જ્યારે આ બધું દેખાતું બંધ થાય છે ત્યારે કલ્પના કરીએ છીએ કે આપણા અસ્તિત્વનો અંત થઈ ગયો.

અહીં ભગવાને વિવેકચૂડામણિ, ૨૧૨, ૨૧૩ નો ઉલ્લેખ કર્યો. શિષ્ય ગુરુને કહે છે : આપના ઉપદેશ મુજબ હું પાંચ કોષોને અનાત્મા ગણી અલગ કરું છું, તો મને લાગે છે કે કશું બાકી રહેતું નથી. ગુરુ એને સમજાવે છે : જેના વડે અહંકાર અને એણે કલ્પેલા બધા જીવો અને વિકારો, તેમજ એ બધાનો અભાવ કે શૂન્ય જોવાય છે, એ હંમેશા રહેનાર દ્રષ્ટા આત્મા છે.

“હું અથવા આત્માનું સ્વરૂપ તેજોમય હોવું જોઈએ. આપણે બધા વિકારો અને એમના અભાવને કેવી રીતે જોઈએ છીએ ? જે પ્રકાશમાં આપણે એ જોઈએ છીએ એ જો બીજા પાસેથી મેળવેલો હોય તો પ્રશ્ન થશે કે એણે એ ક્યાંથી મેળવ્યો ? આમ આવા તર્કની સાંકળનો ક્યાંય અંત નહીં મળે. તેથી તમે પોતે જ તેજસ્વરૂપ - આત્મજ્યોતિ છો. આ સત્યનું સૌને સમજાય એવું દૃષ્ટાન્ત આ પ્રમાણે છે. તમે જુદા જુદા અનાજની જુદા જુદા આકારની મીઠાઈઓ બનાવો છો. તે બધી મીઠાઈઓ ગળી લાગે છે, કારણ કે તેમાં સાકર નાખેલ છે. ગળપણ સાકરનું સ્વરૂપ છે. એ રીતે બધા અનુભવો અને એમના અભાવમાં પ્રકાશ રહેલો છે જે આત્માનો સ્વભાવ છે. આત્મા વિના એમનો અનુભવ ન થઈ શકે. (થોડીવાર પછી) પહેલાં સાધક આત્માને સ્થૂલ પદાર્થરૂપે જુએ છે, પછી શૂન્યરૂપે જુએ છે, અને છેવટે આત્મારૂપે જુએ છે. આ બધા છેલ્લા તબક્કામાં કોઈ જોવાનું નથી, કારણ કે અહીં જોવું એટલું હોવું.” D.D.240-241

અધ્યાયનો ઉપસંહાર કરતાં પહેલાં કેટલાક વિશેષ નિયમો જે બધામાટે અનિવાર્ય નથી, જણાવવા જરૂરી છે. જે સાધારણતયા ધ્યાન કહેવાય છે એ નિયમિત રીતે સવાર સાંજ નક્કી કરેલા સમય દરમ્યાન શરીર ટટ્ટાર રાખીને, આંખો બંધ કરીને, અનુકૂળ આસનમાં બેસીને કરવાનું છે. જે “સાધારણતયા ધ્યાન કહેવાય છે” એમ કહેવાનું કારણ એ છે કે આ અધ્યાયમાં ચર્યા મુજબ ધ્યાન શબ્દ આત્માનુસંધાન કે હૃદયકેન્દ્રમાં હું છું એવી લાગણી પર કરવામાં આવતી એકાગ્રતા માટે વપરાય છે, અને એ ધ્યાન શબ્દથીજ ઓળખાતા માનસિક ચિંતનથી જુદું છે. ભારતમાં લોકો જમીન પર આસન પાથરી, પલાંઠી વાળી, પચાસનમાં કે સુખાસનમાં બેસે છે. પણ આ બધી પ્રાથમિક તૈયારી, બીજી, આડકતરી પદ્ધતિઓ માટે મહત્વની છે, આત્માનુસંધાન માટે ગૌણ છે. કારણ કે આત્માનુસંધાન નિશ્ચિત સમયગાળાના ધ્યાનથી ક્રમશઃ વિસ્તરતુ જઈ, બધા વિચારો અને કર્મોના આંતરપ્રવાહરૂપ બનવું જોઈએ.

- સા. (ઈવાન્ઝ વેન્ઝ) વાઘ, મૃગ વગેરે પ્રાણીઓ મારી નાખી, એમની ચામડીનો યોગાસન માટે ઉપયોગ કરવો યોગ્ય છે ?
- ભ. મન વાઘ અને મૃગ છે.
- સા. બધું ભ્રમરૂપ હોય તો, પ્રાણી હિંસામાં શો વાંધો છે ?
- ભ. ભ્રમ કોને છે, એ તમારે અવશ્ય ખોળી કાઢવું જોઈએ.

- સા. ક્યું આસન સારું છે ?
- ભ. કોઈપણ. ખાસ કરીને સુખાસન. પણ જ્ઞાનમાર્ગમાં એ મહત્વનું નથી.
- સા. આસન વ્યક્તિની પ્રકૃતિ દર્શાવે છે ?
- ભ. હા.
- સા. વ્યાધ્રયર્મ, મૃગચર્મ, ઊનનાં આસનોના ગુણધર્મ અને અસરો કઈ ?
- ભ. એ બધું કેટલાક લોકોએ શોધી કાઢ્યું છે, અને યોગના પુસ્તકોમાં એનું વર્ણન મળે છે. આસનો ચુંબકીય શક્તિના વાહક કે અવાહક હોય છે. જ્ઞાનમાર્ગમાં એનું કાંઈ મહત્વ નથી. આસનનો ખરો અર્થ આત્મામાં અડગ સ્થિતિ છે, અને એ અંદર છે.
- સા. ધ્યાનમાટે યોગ્ય સમય કયો ?
- ભ. સમય શું છે ?
- સા. આપ કહો.
- ભ. સમય એક ખ્યાલ છે. સત્તા કેવળ સત્યની છે. તમે એને જેવું વિચારો એવું એ દેખાય છે. તમે એને સમય માનો તો એ સમય છે. તમે એને હયાતી માનો તો એ હયાતી છે, વગેરે. એને સમય માનીને પછી એને ક્ષણ, કલાક, દિવસ, રાત્રિ, માસ, વર્ષ વગેરેમાં વિભાજિત કરો છો. જ્ઞાનમાર્ગમાં સમયનું કશું મહત્વ નથી. પણ સમય અને આસન વગેરેના નિયમો અને અનુશાસનો શરૂઆત કરનાર સાધકો માટે સારા છે.
- સા. ભગવાન યુરોપિયનો માટે ખાસ આસનની ભલામણ કરે છે ?
- ભ. એ વ્યક્તિની માનસિક તૈયારી પર આધાર રાખે છે. કોઈ કઠોર નિયમ નથી.
- સા. ધ્યાન બંધ કે ખુલ્લી આંખે કરવું જોઈએ ?
- ભ. બંને રીતે થઈ શકે છે. મહત્વનો મુદ્દો એ છે કે મનને અંદર વાળીને, તપાસના કામમાં લાગેલું રાખવું જોઈએ. કેટલીક વાર એમ બને કે આંખો બંધ હોય ત્યારે સૂતેલા વિચારો વેગથી ધસી આવે છે. પણ આંખો ખુલ્લી હોય ત્યારે મનને અંદર વાળવું મુશ્કેલ બની શકે છે. એ માટે મન પ્રબળ હોવું જોઈએ. મન સ્વભાવથી શુદ્ધ છે પણ સ્થૂલ પદાર્થો અંદર લેવાથી અશુદ્ધ બને છે. એને બહારની છાપો અંદર લીધા વિના અને બીજી બાબતોનો વિચાર કર્યા વિના પોતાની તપાસમાં જોડાયેલું રાખવું, એ મોટી વાત છે. T. 17



આગલા અધ્યાયમાં સ્પષ્ટ થશે, એમ ભગવાન બીજી પદ્ધતિઓ માન્ય રાખતા અને સાધકને યોગ્ય લાગે તો એ માર્ગે ચાલવાની પરવાનગી આપતા, પરંતુ આત્માનુસંધાન સાથે એમની ગૂંચવણ ન થાય એની સાવધાની રાખતા. દાખલા તરીકે, બીજા આડકતરા માર્ગો કેટલાક સદ્ગુણો વિકસાવવાની આવશ્યકતા પર ભાર મૂકે છે. આ વિષે પૂછતાં, ભગવાને કહ્યું કે આત્માનુસંધાનના સીધા માર્ગમાં આવી આવશ્યકતા નથી.

સા. કેટલાક ગ્રંથો જણાવે છે કે આત્માસાક્ષાત્કારની યોગ્યતા કેળવવા માણસે દૈવી ગુણો વિકસાવવા જોઈએ.

ભ. આત્મજ્ઞાનમાં બધા દૈવી ગુણો સમાયેલા છે અને બધા આસુરી દુર્ગુણો અજ્ઞાનમાં સમાયેલા છે. જ્યારે અજ્ઞાન જાય અને જ્ઞાન આવે, એટલે બધા દૈવી ગુણો આપમેળે પ્રગટે છે. આત્મજ્ઞાની કદી જુદું બોલી શકતો નથી કે કોઈ પાપ કરી શકતો નથી. કેટલાક ગ્રંથોમાં કહ્યું છે કે માણસે એક પછી એક સદ્ગુણો કેળવીને સાક્ષાત્કાર માટે પાત્રતા કેળવવી જોઈએ પરંતુ જ્ઞાનમાર્ગના અનુયાયીઓ માટે આત્મવિચાર બધા દૈવી ગુણો વિકસાવવા માટે પૂરતો છે. એમણે બીજું કંઈ કરવાની જરૂર નથી.

જે સાધકોને અનુકૂળ લાગે, એમના માટે મંત્રજપ માન્ય રાખતા પણ હું કોણ ? એ મંત્ર ન બનવો જોઈએ, એવો આગ્રહ રાખતા.

સા. કૃપયા કહો કે મને આત્માનુભવ શી રીતે થાય ? મારે “હું કોણ ?” ને મંત્ર તરીકે જપવાનો છે ?

ભ. ના. એનો મંત્ર તરીકે જપ કરવાનો નથી. T. 486

સોહમ્ એવું ધ્યાન આત્મવિચાર જેવું હોવાથી એ બેની ગૂંચવણ થવાની સંભાવના છે. એનાથી સાવધ રહેવા જણાવતા.

ભ. શિવોહમ્ કે સોહમ્રૂપના ધ્યાનથી આત્મવિચાર જુદી પદ્ધતિ છે. હું આત્મજ્ઞાન પર ભાર મૂકું છું કારણ કે જગત અને એના માલિકને જાણવાનો પ્રયત્ન કરતાં પહેલાં તમારો તમારા સ્વ સાથે વધુ નજીકનો સંબંધ હોવાથી તમારે આત્મજ્ઞાન પહેલાં મેળવવું જોઈએ. તે હું છું કે હું બ્રહ્મ છું એવું ધ્યાન ઓછે વત્તે અંશે માનસિક છે, પણ હું જેના વિષે કહું છું એ આત્મવિચાર સીધી અને એના કરતાં ચરિયાતી પદ્ધતિ છે. કારણકે જ્યારે તમે પોતાની તપાસમાં ઊંડા ઉતરો છો,

ત્યારે સાચો આત્મા તમારું સ્વાગત કરવા ત્યાં ઊભો હોય છે, પછી જે કંઈ થાય છે એ બીજા કોઈ દ્વારા કરવામાં આવે છે એમાં તમારો હાથ હોતો નથી. આ પદ્ધતિમાં સંશયો આપોઆપ છૂટી જાય છે, જેમ સૂતેલો માણસ બધી ચિંતાઓ એટલા સમય દરમિયાન ભૂલી જાય છે. S.D.B.8

વેદ, “તે તું છે,” એમ સ્પષ્ટ કહે છે, છતાં પરમ આત્મામાં નિષ્ઠા પ્રાપ્ત કર્યા વિના ફરીથી (તે હું છું અથવા શરીર હું નથી, એમ) વિચારવું એ બુદ્ધિની નબળાઈ છે કારણ કે તે પોતાના આત્મા તરીકે હંમેશાં પ્રકાશે છે. F. V. 32.

હું શરીર છું, એવો વિચાર આવે તો તે હું છું, એવો વિચાર પરમ આત્મામાં સ્થિર થવામાં મદદરૂપ બને. તમારે, તે હું છું, એવું શા માટે સતત વિચારવું જોઈએ ? મનુષ્ય માટે, હું મનુષ્ય છું, એમ વિચાર્યું જવું જરૂરી છે? આપણે હંમેશાં તે નથી ? F. V. 36

સા. એક પંજાબીએ મહર્ષિને કહ્યું કે કામકોટિના શંકરાચાર્યે તેને પુરી નજીકના પોતાના ગામ જલેશ્વરથી અહીં આવવા પ્રેર્યો છે. એ વિશ્વભ્રમણમાં રસ ધરાવે છે. હઠયોગનો અભ્યાસ કરે છે અને હું બ્રહ્મ છું, એવું ધ્યાન કરે છે. થોડીવારમાં શૂન્ય જેવી સ્થિતિ પ્રવર્તે છે. માથું ગરમ થઈ જાય છે અને મૃત્યુનો ભય થાય છે. મહર્ષિ પાસેથી માર્ગદર્શન ઈચ્છે છે.

ભ. શૂન્ય કોણ જુએ છે ?

સા. હું સમજું છું કે હું જોઉં છું.

ભ. શૂન્યને ઉપરથી, તટસ્થ સાક્ષી તરીકે જોતું ચૈતન્ય આત્મા છે.

સા. મને એટલાથી સંતોષ નથી. હું એવો અનુભવ કરી શકતો નથી.

ભ. હું-વિચાર પેદા થયા પછી, મૃત્યુનો ભય થાય છે. તમે કોના મૃત્યુથી ડરો છો ? ભય કોને થાય છે ? જ્યાં સુધી આત્માનું શરીર સાથે તાદાત્મ્ય છે ત્યાં સુધી ભય રહેશે.

સા. પણ હું શરીર વિષે સભાન નથી હોતો.

ભ. કોણ કહે છે કે એ શરીર વિષે સભાન નથી ?

સા. મને સમજાતું નથી.

ભ. તમે કેવી રીતે ધ્યાન કરો છો ?

- સા. હું બ્રહ્મ છું, એ રીતે.
- ભ. હું બ્રહ્મ છું, એ ફક્ત વિચાર છે. એ કોણ છે ? સ્વયં બ્રહ્મ એવું કહેતું નથી. એને એમ કહેવાની શી જરૂર છે ? સાચો હું પણ એવું નથી કહેતો કારણ કે હું હંમેશા બ્રહ્મ જ છે. તેથી એ ફક્ત વિચાર છે. એ વિચાર કોનો છે ? બધા વિચારો ખોટા હુંમાંથી આવે છે. નિર્વિચાર રહો. જ્યાં વિચાર છે ત્યાં ભય છે.
- સા. હું એ રીતે વિચાર્યો જાઉં છું, તો વિસ્મૃતિ થાય છે, મસ્તક ગરમ થાય છે, અને ભય લાગે છે.
- ભ. મન મસ્તકમાં એકાગ્ર થાય ત્યારે ગરમીનો અનુભવ ત્યાં થાય છે. એવું અહંવિચારના કારણે થાય છે. જ્યાં સુધી વિચાર છે, ત્યાં સુધી વિસ્મૃતિ પણ છે. પહેલાં હું બ્રહ્મ છું એ વિચાર, પછી વિસ્મૃતિ, પાછો અહંવિચાર અને મૃત્યુનો ભય થાય છે. વિચાર અને વિસ્મૃતિ બંને ફક્ત અહંવિચારને લાગુ પડે છે. એને શોધશો, તો એ આભાસની જેમ અદૃશ્ય થશે. પછી જે બાકી રહેશે, તે સાચો હું છે. એ આત્મા છે. હું બ્રહ્મ છું એ વિચાર, બીજા વિચારોને દૂર રાખી એકાગ્ર થવામાં મદદરૂપ થઈ શકે. એ એક વિચાર પણ કોનો છે ? એમ તમારે પોતાને પૂછવું જોઈએ. હુંમાંથી આવાતો જણાશે. એ હું ક્યાંથી ઉત્પન્ન થાય છે, એની તપાસ કરશો એટલે લુપ્ત થશે, અને પૂર્ણ આત્મા આપ મેળે પ્રકાશશે, પછી પ્રયત્ન જરૂરી નથી. જ્યારે સાચો હું એક જ રહેશે, એને હું બ્રહ્મ છું, એમ કહેવાની જરૂર નહીં રહે. માણસ હું માણસ છું એમ જપ કર્યો જાય છે ? એને પડકાર ફેંકવામાં ન આવે ત્યાં સુધી શા માટે હું માણસ છું એવી જાહેરાત કરવી જોઈએ ? માણસ પોતાને માણસ નહીં પણ બીજું કોઈ પ્રાણી માનવાની ભૂલ કરે છે ખરો ? એ રીતે એક માત્ર બ્રહ્મ કે હું જ હયાત છે, એને પડકાર ફેંકનાર કોઈ નથી. તેથી હું બ્રહ્મ છું, એમ રટયે જવાની જરૂર નથી. T. 202

આ પ્રકરણમાં આત્માનુસંધાન આધ્યાત્મિક સાધના પદ્ધતિ કે ધ્યાન તરીકે વર્ણવવામાં આવ્યું છે. દરરોજ નિયમિતપણે નક્કી કરેલા સમયે એનો અભ્યાસ કરવાનો છે. આ રીતે એની શરૂઆત કર્યા પછી જ્યાં સુધી પ્રયત્નની જરૂર રહે ત્યાં સુધી નિયમિત ધ્યાન કરવું જોઈએ. પરંતુ એટલું પૂરતું નથી, ધ્યાન દરમ્યાન અનુભવાતી આત્મચેતના, બીજા સમયે પણ ચાલુ રહે, એ રીતે વિકસાવવાની છે. પછી એ અનાયાસ, આપમેળે પ્રગટે છે અને ચાલુ રહે છે. પ્રવૃત્તિ દરમ્યાન પણ એ આંતર પ્રવાહ વધુને

(૧૧૯)

ભગવાન શ્રી રમણ મહર્ષિનો ઉપદેશ : એમના શબ્દોમાં

વધુ ટકી રહે એ લક્ષ્ય છે. ત્રીજા પ્રકરણમાં ભગવાનનું સૂચન આપણે જોઈ ગયા કે આધ્યાત્મિક સાધના ઘરમાં રહીને જ કરવાની છે, આશ્રમમાં કે વનમાં જઈને નહીં. એનો હેતુ હવે સ્પષ્ટપણે સમજાયો હશે.

સા. નિયમિત ધ્યાનનો અભ્યાસ મનને પ્રબળ બનાવવા જરૂરી છે ?

ભ. જો તમે એ તમારું કામ નથી, એ વિચાર નિરંતર તમારી સમક્ષ રાખો તો એ જરૂરી નથી. પહેલાં એની યાદ આપવા પ્રયત્ન આવશ્યક છે. પણ પછી એ સ્વાભાવિક અને નિત્ય બને છે. કામ એની મેળે થતું જશે, અને તમારી શાંતિ વિક્ષેપ વિનાની બનશે. ધ્યાન તમારો સાચો સ્વભાવ છે. અત્યારે તમે એને ધ્યાન કહો છો, કારણ કે બીજા વિચારો વિક્ષેપ કરે છે. જ્યારે આ વિચારો શમી જાય છે, તમે એકલા રહો છો, એટલે કે નિર્વિચાર ધ્યાનની અવસ્થામાં રહો છો. એ તમારો અસલ સ્વભાવ છે, જેને તમે અત્યારે વિચારોનું શમન કરી અનુભવવા માગો છો. આવું વિચારોનું શમન, અત્યારે ધ્યાન કહેવાય છે. પરંતુ જ્યારે અભ્યાસ દૃઢ થાય છે, ત્યારે તમારો અસલ સ્વભાવ ધ્યાન તરીકે પ્રગટ થાય છે. M. G. 20

આ પહેલાંના પ્રકરણમાં જણાવ્યું હતું એમ સાધારણતયા ગુરુ આધ્યાત્મિક સાધનાના એકાદ રહસ્યને છૂપાવે છે અને જેને પાત્ર સમજી દીક્ષા આપે, એની સમક્ષ પ્રગટ કરે છે. પરંતુ ભગવાને ઉપદેશેલી આત્માનુસંધાનની સાધનામાં આવું કોઈ રહસ્ય નથી. સાધકની પ્રજ્ઞા આ સાધનાના સ્વરૂપને એની સમક્ષ પ્રગટ કરે છે, અને એનો અભાવ એને છૂપાવે છે.

સા. બીજી સાધના પદ્ધતિઓમાં ગુરુ કોઈ રહસ્ય છૂપાવે છે અને દીક્ષા વખતે શિષ્ય સમક્ષ પ્રગટ કરે છે. એવું કોઈ રહસ્ય ભગવાનની આત્માનુસંધાનની પદ્ધતિમાં છે ખરું, જે લખાણોમાં પ્રગટ નથી થયું ?

ભ. પુસ્તકોમાં લખ્યું છે એથી વધારે કંઈ જાણવાનું નથી. કોઈ રહસ્ય અપ્રગટ રાખવામાં આવ્યું નથી. આ માર્ગમાં બધું પ્રગટ છે. D. D. 281

## બીજી પદ્ધતિઓ

સા. કઈ પદ્ધતિ શ્રેષ્ઠ છે ?

ભ. એ સાધકની પ્રકૃતિ પર આધાર રાખે છે. દરેક વ્યક્તિ પૂર્વજન્મોના સંસ્કાર સાથે જન્મે છે. એક વ્યક્તિ માટે એક પદ્ધતિ સરળ પૂરવાર થશે, બીજા માટે બીજી. આમાં સર્વસાધારણ નિયમ ન હોઈ શકે. T. 580

નીચેના પ્રશ્નોત્તરમાં ભગવાન બધી પદ્ધતિઓનો હેતુ અને લક્ષ્ય દર્શાવે છે.

સા. આત્માને અનુભવવા માટે કઈ પદ્ધતિ અપનાવવી જોઈએ ?

ભ. પદ્ધતિઓ ઘણી છે. તમે આત્માનુસંધાન અપનાવી શકો. તમે પોતાને પૂછો: હું કોણ છું ? એ તમને અનુકૂળ ન લાગે તો હું બ્રહ્મ છું અથવા એવા કોઈ બીજા વિચારને સહારે ધ્યાન કરી શકો. અથવા કોઈ મંત્ર કે સ્તોત્ર પર મનને એકાગ્ર કરી શકો. દરેક પદ્ધતિમાં બીજા વિચારોને અલગ રાખી, સ્વીકારેલા એક સદ્વિચાર પર મનને એકાગ્ર કરવાનું લક્ષ્ય છે. જો આપણે એમ કરીએ, તો એ એક વિચાર પણ ધીમે ધીમે લુપ્ત થાય છે અને મન એના જન્મસ્થાનમાં શમી જાય છે. D.D. 24

ડો. મસાલાવાળાએ એમના મિત્ર શ્રી બી. કે. અજગાંવકરનો પત્ર ભગવાનને આપ્યો. એ મિત્ર, અઠ્ઠાવીસ વર્ષની ઉંમરે જ્ઞાન મેળવનાર શ્રી જ્ઞાનેશ્વરના અનુયાયી હતા. પત્રમાં લખ્યું હતું : તમે મને પૂર્ણ કહો છો, પણ જગતમાં કોણ પૂર્ણ નથી ? ભગવાન એ વાત સાથે સંમત થયા અને આજે સવારે આ વિષય પર ચાલેલી ચર્ચાના સંબંધમાં આગળ કહ્યું : પહેલાં આપણે પોતાને મર્યાદિત બનાવીએ છીએ અને પછી પૂર્ણ બનવા માગીએ છીએ, જે આપણે હંમેશાં છીએ. આપણા પ્રયત્નો, આપણે મર્યાદિત છીએ, એ ખોટા ખ્યાલથી મુક્ત થવા માટે છે. પત્રમાં આગળ લખ્યું હતું : શ્રી રમણ મહર્ષિ અદ્વૈત સિદ્ધાન્તના અજાતવાદનો ઉપદેશ કરે છે. પણ એ સમજવો મુશ્કેલ છે. આ વિષે ભગવાને કહ્યું : કોઈએ એમને એવું કહ્યું હશે. હું ફક્ત અજાતવાદનો ઉપદેશ નથી કરતો પણ બધા મતોને માન્ય રાખું છું. એક સત્યને સાંભળનારની સમજશક્તિને અનુકૂળ આવે, એ રીતે વિવિધતાથી કહેવું પડતું હોય છે.

અજાતવાદ પ્રમાણે એક સત્ય સિવાય બીજા કશાની હયાતી નથી. જન્મ નથી, મૃત્યુ નથી, સૃષ્ટિ અને પ્રલય નથી. સાધક અને સાધના નથી. બંધન નથી, અને મોક્ષ પણ નથી. સનાતન સત્ય એક અને અદ્વિતીય છે, નિત્ય છે. આ સત્ય ઘણા લોકો સમજી શકતા નથી. તેઓ પૂછે છે : જે નક્કર જગત ચોતરફ વિસ્તરેલું છે, એને કેવી રીતે અવગણી શકાય ? એમને સ્વપ્નનો દાખલો આપીને કહેવામાં આવે છે કે જે કાંઈ દેખાય છે એનો આધાર જોનાર છે. દ્રષ્ટાથી અલગ દૃશ્ય નથી. આને દૃષ્ટિસૃષ્ટિવાદ કહે છે. એ મુજબ દ્રષ્ટા પહેલાં પોતાના મનથી બધું સર્જે છે, અને પછી એને જુએ છે. કેટલાકને આ સત્ય પણ નથી સમજાતું. તેઓ કહે છે : સ્વપ્નનો અનુભવ ટૂંકો છે. જ્યારે જગત હંમેશાં રહે છે. સ્વપ્નનો અનુભવ એને જોનાર પૂરતો મર્યાદિત હતો. જ્યારે જગત બધાને દેખાય છે, અને અનુભવાય છે. તેથી જગત નથી એવું કહી ન શકાય. એમને સૃષ્ટિ દૃષ્ટિવાદનો ઉપદેશ આપવામાં આવે છે. એ મુજબ ઈશ્વરે સૌ પહેલાં અમુક તત્ત્વ સર્જ્યું. પછી એમાંથી બીજું સર્જ્યું, પછી ત્રીજું વગેરે કહેવામાં આવે છે. આ વર્ગના લોકોને આનાથી જ સંતોષ થાય છે. તેમનું મન બીજી રીતે સંતુષ્ટ થતું નથી. તેઓ પોતાના મનમાં વિચારે છે કે આ બધી ભૂગોળ, ખગોળ, નકશા, વિજ્ઞાન, તારાઓ, ગ્રહો, અને એ બધાને નિયંત્રણમાં રાખતા નિયમો અસત્ય કેવી રીતે હોઈ શકે ? એમને એવું કહેવું પડે છે કે હા, ઈશ્વરે આ બધું બનાવ્યું છે. તેથી તમને એ દેખાય છે.

ડો. મસાલાવાળાએ વાંધો ઊઠાવ્યો કે આ બધા મતો સાચા ન હોઈ શકે. એક સિદ્ધાન્ત જ સાચો હોઈ શકે. ત્યારે ભગવાને કહ્યું : આ બધા દૃષ્ટિબિંદુઓ પૂછનારને એની પ્રગતિના તબક્કા પ્રમાણે, સમજાય એ માટે રજૂ કરવામાં આવે છે. પરમ સત્ય એક, અદ્વિતીય છે. D.D.P.P. 149, 150

જે સાધકો આત્માનુસંધાનના માર્ગને ન અનુસરી શકતા, એમના માટે ભગવાન બીજા માર્ગને માન્ય રાખતા. આ લેખકને એમણે કહેલું : બીજા બધા માર્ગો આત્માનુસંધાન તરફ દોરી જાય છે. કોઈ સાધકને બીજો આડકતરો માર્ગ અનુકૂળ લાગે, તો તેઓ એને એ માર્ગ દોરતા, અને ધીરે ધીરે આત્માનુસંધાન તરફ લાવી દેતા.

પ્રભુપ્રાપ્તિ માટે પ્રયત્ન કરતા બધા સાધકો અસંખ્ય જુદા જુદા માર્ગોએ પ્રગતિ કરી શકે છે, એ વિષે બોલતાં ભગવાને કહ્યું : દરેકને એની પસંદગીના

માર્ગે જવાની છૂટ હોવી જોઈએ. એ માર્ગ માટે કદાચ એ ઘડાયો હોય. બળપૂર્વક ધર્માન્તર કરાવવાથી કોઈ હેતુ સરતો નથી. ગુરુ શિષ્ય સાથે એની પસંદગીના માર્ગે ચાલશે. જ્યારે એ પાત્ર બનશે એટલે એને સર્વોચ્ચ માર્ગે વાળશે. ખૂબ ઝડપથી દોડતી મોટરને એકદમ ઊભી રાખવાથી કે બીજી દિશામાં વાળવાથી અકસ્માત સર્જાય છે. D.D.42

બીજી પદ્ધતિઓ આત્માનુસંધાનથી ભિન્ન જ હોય એવું નથી. કેટલીકને એની સાથે જોડી શકાય.

### સત્સંગ

સિદ્ધપુરુષનું સાન્નિધ્ય આત્મજ્ઞાન માટે સૌથી મહત્વની મદદ છે. આત્મા સત્ છે, એની સાથે સંગ એટલે સત્સંગ. અશરીર આત્મા સદ્વસ્તુ છે. તેથી સત્સંગ માટે શારીરિક સંપર્ક જરૂરી નથી. આત્મારૂપી સદ્વસ્તુનો સંગ કરતાં ન આવડે, તો એના સતત સંગમાં રહેતા સિદ્ધપુરુષનો સંગ કરવો એ પણ સત્સંગ છે. ભગવાન આવા સત્સંગના લાભની વાત પણ કરતા.

સત્યનિષ્ઠ સંતોનો સંગ આસક્તિ છોડાવે છે, ધીમે ધીમે મનની સૂક્ષ્મ આસક્તિ પણ છૂટે છે. જેમના મનમાંથી આસક્તિ છૂટી છે, તેઓ તત્ત્વ સાથે એકરૂપ બને છે, અને જીવન્મુક્ત થાય છે. માટે સંતોનો સંગ કરવો જોઈએ.

સત્સંગથી અને હૃદયમાં આત્માનુસંધાન કરવાથી જે અવસ્થા પ્રાપ્ત થાય છે, એ ધર્મગ્રંથો વાંચવાથી, ગુરુથી, પુણ્યકર્મથી કે બીજા કોઈ સાધનથી મેળવી શકાતી નથી.

જો સંતોનો સંગ કરવા મળે તો બીજા અનુશાસનોનું શું કામ છે ? જો મંદ, શીતલ, દક્ષિણનો પવન વાતો હોય, તો પંખાનું શું કામ છે ?

ગંગા પાપને, ચંદ્ર તાપને, અને કલ્પવૃક્ષ દારિદ્ર્યને શમાવે છે. પણ સંતના દર્શન માત્રથી આ બધા કલેશો શમે છે.

તીર્થજળ, માટી અને પત્થરની મૂર્તિઓ, સંતના કૃપા કટાક્ષની તુલનામાં કાંઈ નથી. એ બધાં લાંબા ગાળા સુધી સેવવામાં આવે તો પવિત્ર કરે છે, પણ સંતની કૃપાપૂર્ણ એક દૃષ્ટિ જ મનુષ્યને પવિત્ર કરે છે. F.V.S. 1-5

આ પાંચ શ્લોક ભગવાને રચ્યા નથી. ચાલીસ શ્લોકોની પૂરવણીમાં ઉમેરવા માટે એમણે સંસ્કૃતમાંથી તામિલમાં એમનું ભાષાંતર કર્યું હતું. બીજા શ્લોકમાં ગુરુ

શબ્દ સામાન્ય શિક્ષક માટે વપરાયો છે, નહીં તો ગુરુ અને સંત સમાનાર્થક હોવાથી, એવું કથન નિરર્થક બને.

### પ્રાણાયામ

પ્રાણાયામના ઘણા પ્રકારો છે. શ્વાસ રોકવો, ચોક્કસ રીત મુજબ લયબદ્ધ શ્વાસોચ્છ્વાસનું નિયમન અને ફક્ત શ્વાસગતિનું નિરીક્ષણ, એ બધાંને પ્રાણાયામ કહેવાય છે. મહર્ષિ કેટલાક સાધકોને પ્રાણાયામની પરવાનગી આપતા પણ એના ખાસ પ્રકારનો નિર્દેશ ન કરતા. એનું કારણ એ હોઈ શકે કે પૂછનાર કોઈ બીજા ગુરુ પાસેથી ખાસ પ્રકારનો પ્રાણાયામ શીખી, એનો અભ્યાસ કરતો હોય, અને ભગવાન પાસેથી એના સાચા હોવાની ખાતરી મેળવવા માગતો હોય, અથવા એ ચાલુ રાખવો કે નહીં, એ જાણવા માગતો હોય. તેઓ કોઈપણ સાધનાપદ્ધતિ સાધક માટે નક્કી કરવા સમર્થ હતા, છતાં પ્રાણાયામના કોઈપણ ગૂંચવણભર્યા વિધિનો કદી પણ ઉપદેશ કરતા નહીં.

ત્રંથોમાં અષ્ટાંગયોગના જુદા જુદા અંગો પર વિગતવાર ચર્ચા કરવામાં આવી છે, તેથી જેટલું જરૂરી હતું, એટલું જ અહીં જણાવ્યું છે. આ વિષે જેમને વધુ જાણવાની ઈચ્છા હોય એમણે અનુભવી યોગી પાસેથી વિગતો શીખવી જોઈએ. S.E. 34

ભગવાન કોઈ સાધકને શ્વાસગતિનું નિરીક્ષણ કરવાની સાલહ આપતા, કારણ કે એમાં અનુભવી યોગીના માર્ગદર્શનની જરૂર નથી, તેમજ નુકસાન થવાની સંભાવના પણ નથી. પ્રાણાયામના અટપટા પ્રકારો, સ્વયં અભ્યાસ કરનાર યોગી જ શીખવી શકે.

- સા. સાદો પ્રાણાયામ, જેમાં શ્વાસ અંદર લેવો, રોકવો, અને છોડવો, એમાં એક ચાર અને બે એવો લય સ્વીકારવામાં આવે છે, એ વધુ સારો કહી શકાય ?
- ભ. આવા બધા લયો ગણતરી કરતાં મંત્રજપના સહારે કરવામાં આવે તો મનના નિયંત્રણમાં મદદરૂપ બને છે, એટલું જાણવું પુરતું છે. શ્વાસગતિનું નિરીક્ષણ પણ પ્રાણાયામનો એક પ્રકાર છે. શ્વાસ રોકવામાં બળ વાપરવું પડે છે, અને કોઈવાર નુકસાન પણ કરી શકે છે, ખાસ કરીને યોગ્ય, અધિકારી ગુરુ દરેક તબક્કે માર્ગદર્શન ન કરતો હોય તો. ફક્ત શ્વાસગતિનું નિરીક્ષણ સરળ અને જોખમ વિનાનું છે.



મહર્ષિ જ્યારે કોઈને પ્રાણાયામની સલાહ આપતા તો એને એમ પણ સમજાવતા કે એ મનના નિયંત્રણનું સાધન માત્ર છે.

યોગમાર્ગનો મૂળભૂત સિદ્ધાન્ત છે કે મનનું અને પ્રાણનું ઉગમસ્થાન એક છે. બેમાંથી એકનું નિયંત્રણ થતાં બીજાનું નિયંત્રણ આપમેળે થાય છે. S. I. II - 3

મનનું અને પ્રાણનું મૂળ એક છે. વિચાર સમૂહ એટલે મન. અહં વિચાર સૌ પ્રથમ અને મુખ્ય વિચાર છે, એ જ અહંકાર છે. અહંકારનું અને પ્રાણનું જન્મસ્થાન એક છે. તેથી જ્યારે મન શાન્ત થાય ત્યારે પ્રાણ શાન્ત થાય છે, અને એથી ઉલટું જ્યારે પ્રાણ શાન્ત થાય, ત્યારે મન પણ શાન્ત થાય છે.

શ્વાસ કે પ્રાણને મનનું સ્થૂળરૂપમાં પ્રકટીકરણ કહે છે. મૃત્યુ સુધી મન આ શક્તિઓને આશ્રય આપી, શરીરમાં ધારણ કરે છે. મરણ વખતે એમને પોતાનામાં સમાવી સાથે લઈ જાય છે. નિદ્રા દરમ્યાન મન અપ્રગટ રહે છે ત્યારે પણ પ્રાણો કાર્યરત રહે છે. આવો કુદરતી નિયમ છે. એનો હેતુ નિદ્રામાં શરીર મર્ચું નથી, એવું જણાવી, તેનું રક્ષણ કરવાનો છે. આવી વ્યવસ્થા ન હોત તો, ઘણાં સૂતાં શરીરો જીવતાં જ બાળી નાખવામાં આવ્યાં હોત. નિદ્રા દરમ્યાન મન શ્વાસરૂપ જીવનશક્તિને ચોકીદાર તરીકે પાછળ છોડીને જાય છે. પણ જાગ્રત અવસ્થામાં અને સમાધિમાં જ્યારે જ્યારે મન સ્થિર થાય છે, ત્યારે ત્યારે પ્રાણ પણ સ્થિર થાય છે. મન પ્રાણ કરતાં વધારે સૂક્ષ્મ અને બળવાન છે, તેથી એ પ્રાણશક્તિનું નિયંત્રણ કરે છે. તેથી પ્રાણાયામનો અભ્યાસ મનને થોડા વખત માટે દબાવી શકે છે, તેનો આખરી લય કરી શકતો નથી. 12

આ કારણે ભગવાનના ઉપદેશ મુજબ જે સાધકો સીધું જ નિયંત્રણ કરી શકતા નથી, એમને માટે પ્રાણાયામ જરૂરી છે.

સા. પ્રાણનું નિયંત્રણ જરૂરી ખરું ?

ભ. અંદર ડૂબકી મારવામાં પ્રાણનિયંત્રણ ફક્ત મદદરૂપ સાધન છે. સાધક મનનું નિયંત્રણ કરીને પણ એ કામ કરી શકે છે. મન સ્થિર થતાં, પ્રાણનું નિયંત્રણ આપોઆપ થાય છે. પ્રાણાયામની આવશ્યકતા નથી. મનનો સંયમ પૂરતો છે. જે સાધકો સીધું જ મનનું નિયંત્રણ કરી શકતા નથી, એમને માટે પ્રાણાયામની ભલામણ કરવામાં આવે છે. T 448

આથી સમજી શકાય છે કે ભગવાન પ્રાણાયામને સ્વતંત્ર માર્ગ તરીકે નહીં, મનને સંયમમાં લેવાના ગૌણ સાધન તરીકે માન્ય રાખતા. એકલો પ્રાણાયામ સ્થાયી પરિણામ ન લાવી શકે.

મનના લય માટે આત્માનુસંધાન જેવું અસરકારક અને પર્યાપ્ત બીજું કોઈ સાધન નથી. બીજા ઉપાયોથી મનોલય થાય ખરો, પણ એ અલ્પકાલીન હોય છે. મન ફરીથી ભમવા માંડે છે. દાખલા તરીકે, પ્રાણાયામથી મનોલય થાય છે. પ્રાણનિરોધ ચાલુ રહે ત્યાં સુધી મન સ્થિર થાય, પણ એ નિરોધ છૂટતાં મન બહિર્મુખ બની, સૂક્ષ્મ વાસનાઓના કારણે ભટકવા માંડે છે. W. 12

ભગવાનના ઉપદેશ મુજબ ચાલનારા સાધકોએ પ્રાણાયામનો સહારો ક્યારે છોડવો, એ પણ જાણવું જરૂરી છે.

- ભ. મનના સંયમ માટે પ્રાણાયામ મદદગાર છે, અને જે લોકો આવા કોઈ ઉપાય વિના મનનો સંયમ કરી શકતા નથી, એમને માટે એ ઉપયોગી છે. જે સાધકો મનને એકાગ્ર કરી, એનો સંયમ કરી શકે છે, એમને માટે એ જરૂરી નથી. શરૂઆતમાં મનના સંયમમાં મદદગાર સાધન તરીકે એનો ઉપયોગ કરી શકાય, પણ પછી છોડી દેવો જોઈએ. D.D. 196

પ્રાણાયામના ઉપયોગમાં સાવધાન રહેવાનું બીજું કારણ છે કે એ સૂક્ષ્મ અનુભવો તરફ દોરી જઈ, સાધકને સાચા લક્ષ્યના માર્ગથી ચલિત કરી શકે છે. આગલા અધ્યાયમાં દર્શાવવામાં આવશે કે ભગવાન સાધકને સિદ્ધિઓ અને અવનવા અનુભવોમાં રસ લેવાની કે એમને ઈચ્છવાની વિરુદ્ધમાં સાવધાન કરતા. પ્રાણાયામના અભ્યાસ સાથે આવી ચેતવણી તેઓ જોડતા.

- ભ. પ્રાણાયામ, બીજા ઘણા ઉપાયોમાંનો એક છે, જે મનને એકાગ્ર થવામાં મદદરૂપ છે. પ્રાણાયામની મદદથી મનનું નિયંત્રણ કર્યા પછી, એનાથી ઉત્પન્ન થતા કોઈ પણ અસાધારણ અનુભવથી સંતુષ્ટ ન થતાં સાધકે એકાગ્ર થયેલા મનને હું કોણ ? એ પ્રશ્ન સાથે અંદરની યાત્રામાં જોડવું જોઈએ, અને આત્મામાં સ્થિર ન થાય ત્યાં સુધી એમાં જોડેલું રાખવું જોઈએ. D.D. 19

### આસનો

સામાન્યપણે ભગવાનના અનુયાયીઓ ખંડમાં એમની સમક્ષ પલાંઠી વાળીને ધ્યાન માટે બેસતા. બીજાં જટિલ, મુશ્કેલ આસનોનો અભ્યાસ થતો નહીં.

ગયા અધ્યાયમાં જણાવ્યું એમ આસનો યોગમાર્ગમાં મહત્વનાં ખરાં, જ્ઞાનમાર્ગમાં નહીં.

સા. આસનો ઘણાં છે. એમાં શ્રેષ્ઠ કયું ?

ભ. મનની એકાગ્રતા શ્રેષ્ઠ આસન છે. T. 559

### હૃદયોગ

ભ. હૃદયોગીઓ શરીરને યોગ્ય સ્થિતિમાં રાખવાનું કહે છે, જેથી આત્મખોજ નિર્વિધ્ને પાર પડે. તેઓ એમ પણ કહે છે કે જીવનને લંબાવવું જોઈએ, જેથી આત્માની શોધ, એના સફળ અંત સુધી કરી શકાય. કેટલાક એ માટે કાયાકલ્પનાં ઔષધોનો પ્રયોગ કરે છે. તેઓ દાખલો આપે છે કે ચિત્રકામ શરૂ કરતા પહેલાં ફલક કે કંતાન ચોખ્ખું અને મજબૂત હોવું જોઈએ. એ વાત તો સાચી છે, પણ ફલક ક્યુ અને ચિત્ર ક્યુ ? એમના મતમાં શરીર ફલક છે, અને આત્માની શોધ ચિત્ર છે. પણ આત્મારૂપી પરદા પર શરીર એક ચિત્ર નથી ?

સા. પણ હૃદયોગ મદદરૂપ સાધન તરીકે ખૂબ વખણાય છે.

ભ. હા, વેદાન્તમાં પારંગત મહાપંડિતો પણ એનો અભ્યાસ કરે છે. એ સિવાય એમનું મન શાન્ત થતું નથી. તેથી એમ કહી શકાય કે જે સાધકો બીજી રીતે મનનો લય કરી શકતા નથી, એમને માટે એ ઉપયોગી છે. T. 619

### પ્રકાશ પર ત્રાટક

સા. સાધકે પ્રકાશ પર ત્રાટક જેવા બીજા ઉપાયો કેમ ન યોજવા ?

ભ. પ્રકાશ સામે એકીટશે જોવાથી મન મૂર્ચ્છિત જેવું થાય છે, અને ઈચ્છાશક્તિ થોડા વખત માટે જડ જેવી થઈ જાય છે. તેનાથી કોઈ કાયમી લાભ થતો નથી. T. 27

### નાદ પર એકાગ્રતા

કેટલાક સાધકો નાદ-કોઈ સ્થૂલ અવાજ નહીં, પણ અંદર સૂક્ષ્મસ્તરમાંથી ઉત્પન્ન થતા ધ્વનિ - પર એકાગ્રતા કરે છે. ભગવાન આને માન્ય રાખતા, પણ સાથે સાથે હંમેશાં યાદ રાખવાનું કહેતા કે નાદ સાંભળનાર કોણ છે, એ તરફ લક્ષ રાખી, આત્માને દૃઢતાથી વળગી રહેવું જરૂરી છે. આનાથી ચિત્ત એકાગ્ર થાય છે, પણ એકાગ્ર થયેલા ચિત્તથી એના મૂળની શોધ થવી જરૂરી છે.

સા. હું નાદ પર એકાગ્રતા કરવાનો યત્ન કરું છું. એ બરાબર છે ?

- ભ. નાદાનુસંધાન માન્ય થયેલી વિવિધ પદ્ધતિઓમાંની એક છે. એના પુરસ્કર્તાઓ એને ખાસ ગુણવાળી ગણે છે. એમના મત પ્રમાણે એ સરળ અને સીધી પદ્ધતિ છે. બાળક હાલરડાથી શાન્ત બની ઊંઘી જાય, એમ નાદથી સાધકનું મન શાન્ત થઈ સમાધિમાં જોડાય છે. કોઈ રાજા લાંબી યાત્રા પરથી પાછા ફરતા પોતાના યુવરાજનું સ્વાગત કરવા રાજ્યના શ્રેષ્ઠ સંગીતકારોને મોકલે છે, એમ ઈશ્વર પોતાના પ્રિયભક્તનું સ્વાગત કરવા નાદ મોકલે છે. નાદ એકાગ્રતામાં મદદરૂપ છે પણ એનો અનુભવ થવા માંડે ત્યારે એને જ લક્ષ્ય ન માની લેવું જોઈએ. નાદ લક્ષ્ય નથી તેના સાંભળનારને દૃઢતાથી વળગી રહેવું જોઈએ, નહીં તો એ શૂન્યમાં પરિણમે છે. જોકે સાંભળનાર એ શૂન્યમાં પણ હાજર છે પણ એનો અપરોક્ષ અનુભવ એનું વિસ્મરણ ન થવા દેવાથી થાય છે. નાદાનુસંધાન સારું છે, પણ આત્માનુસંધાન સાથે એ ચડિયાતું છે. T. 148

### હૃદય પર કે ભૂકુટી પર એકાગ્રતા

આંખોની ભમ્મરો વચ્ચે ભૂકુટી પર એકાગ્રતા એક પ્રકારનો યોગાભ્યાસ છે. ભગવાન મંત્રજપ સાથે એની અસરકારકતા માન્ય રાખતા. પરંતુ છાતીના જમણા ભાગમાં આવેલા હૃદય પર એકાગ્રતા કરવાની ખાસ ભલામણ કરતા, કારણ કે એ વધારે સલામત અને અસરકારક છે.

- સા. હું જ્ઞાનેશ્વરી અને વિચારસાગરનો અભ્યાસ કરું છું, અને ભૂકુટી પર એકાગ્રતાનો પ્રયત્ન કરું છું. મને ધ્રુજારી અને ભયનો અનુભવ થાય છે અને આગળ વધાતું નથી. ભગવાન મારું માર્ગદર્શન કરશે ?
- ભ. દૃષ્ટિને ગમે ત્યાં સ્થિર કરો પણ દ્રષ્ટાને ભૂલશો નહીં. ભૂકુટીમાં દૃષ્ટિ સ્થિર કરો છો, પણ દ્રષ્ટાને ભૂલશો નહીં. ભૂકુટીમાં દૃષ્ટિ સ્થિર કરો છો, પણ દ્રષ્ટાને દૃષ્ટિમાં રાખતા નથી. દ્રષ્ટાને હંમેશાં લક્ષ્યમાં રાખશો તો બધું સારું થશે. T. 162
- સા. અમને કપાળમાં બે ભમ્મરોની વચ્ચેના સ્થાનમાં મનને એકાગ્ર કરવાની સલાહ આપવામાં આવી છે. એ બરોબર છે ?
- ભ. દરેક માણસ જાણે છે કે પોતે હયાત છે. પણ બધા એ સભાનતાને અવગણે છે, અને ઈશ્વરની શોધમાં ચોતરફ ફરે છે. ભૂકુટી પર મનને એકાગ્ર કરવાનો હેતુ મનને એકાગ્ર થવામાં મદદ કરવાનો છે. મનને બળપૂર્વક રોકીને એને વિખેરતા અટકાવવાની ઘણી પદ્ધતિઓમાંની આ એક છે. મનને પ્રયત્નપૂર્વક એક પ્રવાહમાં

- વહેવાની ફરજ પાડવામાં આવે છે. એ એકાગ્રતામાં મદદરૂપ સાધન છે. પણ સાક્ષાત્કાર માટે હું કોણ ? એવી તપાસની પદ્ધતિ અપનાવવી જોઈએ. અત્યારની મુશ્કેલીઓ મનમાં વિક્ષેપ લાવે છે, એમનું નિવારણ મનથી થાય છે. T. 557
- સા. ભગવાન હૃદયને ચૈતન્યનું સ્થાન કહે છે, જે આત્મા સાથે એકરૂપ છે. હૃદય શબ્દનો ચોક્કસ અર્થ શો ?
- ભ. તમે ચૈતન્યનો ઉગમ શોધો છો તેથી હૃદયની વાત કહેવામાં આવે છે. દરેક ઊંડું અને સાચું ચિંતન કરનાર મન, હુંના સ્વરૂપની શોધ તરફ અનિવાર્ય આકર્ષણ ધરાવે છે. તમે એને ઈશ્વર, આત્મા, હૃદય, ચૈતન્યનું સ્થાન કે ગમે તે નામ આપો, એ એક છે. આમાં મહત્ત્વની વાત આ છે : હૃદય એટલે મનુષ્યના અસ્તિત્વનો અંતરતમ ભાગ કે કેન્દ્ર. એના સિવાય બીજું કંઈ નથી.
- સા. પણ આપ ભૌતિક શરીરમાં, છાતીના મધ્યભાગથી જમણી બાજુ બે આંગળના અંતરે એ આવેલું છે, એમ કહો છો.
- ભ. હા. પ્રાચીન ઋષિઓના જણાવ્યા પ્રમાણે એ આત્માના અનુભવનું સ્થાન છે. આધ્યાત્મિક હૃદય, એજ નામથી ઓળખાતા લોહીના ચરખાથી જુદું છે. આધ્યાત્મિક હૃદય શરીરનું અંગ નથી. એના વિષે એટલું જ કહી શકાય કે એ તમારા અસ્તિત્વનો અંતરતમ ભાગ છે, જેની સાથે તમે જાગ્રતમાં, સ્વપ્નમાં, સુષુપ્તિમાં, કામના સમયમાં અને સમાધિમાં એકરૂપ છો. હૃદિ-અયમ્ એ બે સંસ્કૃત શબ્દો મળીને હૃદય શબ્દ બને છે, જેનો અર્થ પણ હૃદયમાં રહેલો આ (પુરુષ) એવો થાય છે.
- સા. એમ હોય તો એ શરીરના કોઈ ભાગમાં મર્યાદિત કેવી રીતે હોઈ શકે ? હૃદય માટે સ્થાન નક્કી કરવું એ સ્થળકાળથી પર એવા તત્ત્વ માટે ભૌતિક મર્યાદા નક્કી કરવા જેવું છે.
- ભ. તમારી વાત સાચી છે. પણ હૃદયના સ્થાન વિષે પ્રશ્ન કરનાર પોતાને શરીર સાથે કે શરીરમાં હયાતી ધરાવતો માને છે. અત્યારે તમે પ્રશ્ન પૂછો છો ત્યારે તમે એમ કહી શકો કે અહીં ફક્ત તમારું શરીર છે, અને તમે ક્યાંક બીજેથી બોલો છો ? ના. તમે તમારા શારીરિક અસ્તિત્વને સ્વીકારો છો. આ કારણે ભૌતિક શરીરનો ઉલ્લેખ કરવો પડે છે. હકીકતમાં શુદ્ધ ચૈતન્ય અવિભાજ્ય અને ભેદરહિત છે. એને કોઈ રૂપ કે આકાર નથી. અંદર કે બહાર નથી. જમણું કે

ડાબું નથી. શુદ્ધ ચૈતન્ય હૃદય છે, અને બધાનો પોતાનામાં સમાવેશ કરે છે. કાંઈપણ એનાથી બહાર કે અલગ નથી. આ અંતિમ સત્ય છે.

સા. ભગવાનનું કથન કે હૃદયકેન્દ્રનો અનુભવ છાતીના જમણા ભાગમાં થાય છે, એને મારા જેવો સાધક શી રીતે સમજી શકે ?

ભ. ભૌતિક શરીરથી સદંતર અસંબદ્ધ, અને મનથી પર રહેલું શુદ્ધ ચૈતન્ય સાક્ષાત્ અનુભવની વાત છે. જ્ઞાની મહાત્મા પોતાના અશરીર, શાશ્વત અસ્તિત્વને એટલી સ્પષ્ટતાથી અનુભવે છે, જેટલી સ્પષ્ટતાથી અજ્ઞાની પોતાના શારીરિક અસ્તિત્વને અનુભવે છે. આ ચૈતન્યનો અનુભવ શરીરભાન સાથે તેમજ તેના વિના પણ થઈ શકે છે. શુદ્ધ ચૈતન્યના અશરીર અનુભવ વખતે મહાત્મા દેશકાળથી પર હોય છે. તેથી હૃદયના સ્થાનનો પ્રશ્ન રહેતો નથી. પરંતુ ચૈતન્યથી અલગ શરીર જીવી શકે નહીં. તેથી શુદ્ધ ચૈતન્ય દેહભાન પણ જાળવી રાખે છે. દેહભાન સ્વભાવથી મર્યાદિત છે, તેથી એ અસીમ, શાશ્વત, શુદ્ધ ચૈતન્ય સાથે સમ-વ્યાપક ન હોઈ શકે. દેહભાન એ ચૈતન્યનું નાના કદનું પ્રતિબિંબ છે. મહાત્માએ શુદ્ધ ચૈતન્ય સાથે પોતાનું તાદાત્મ્ય અનુભવ્યું છે. તેથી તેને માટે દેહભાન, સ્વયં-પ્રકાશ, અનંત ચૈતન્ય જે સ્વયં છે, તેનું વળાંક લીધેલું, પ્રતિબિંબિત કિરણ માત્ર છે. આ અર્થમાં જ્ઞાની પુરુષ પોતાના દૈહિક અસ્તિત્વ વિષે સભાન છે.

આ સત્ય પોતાના અનુભવ વિના, ફક્ત બુદ્ધિથી સમજી શકાય નહીં. એને સમજવા માટે તમારે યાદ રાખવું જરૂરી છે કે તમે જાણો કે ન જાણો, તમે હંમેશા એ જ છો. તેથી તમારા મર્યાદિત દેહભાન કે અહંકારનું મૂળ શોધતાં, તમને એ શુદ્ધ ચૈતન્ય અવશ્ય પ્રાપ્ત થશે. પછી આ સત્ય તમને સૂર્યના પ્રકાશ જેટલું સ્પષ્ટ દેખાશે. આ કામ તમારે કરવાનું છે, એમાં તમારા ઈષ્ટ દેવ, ગુરુ, તમારો પુત્ર કે શિષ્ય કે બીજા કોઈ પ્રતિનિધિ ચાલે નહીં. તમારા સાચા સ્વરૂપને તમારે જ ઓળખવું પડશે.

સા. મારા જેવો સામાન્ય માણસ જે અહંકારનું મૂળ શોધી, એમાં તન્મય થયો નથી, તેથી જેની પાસે હૃદયનો સાક્ષાત્ અનુભવ કે એની સ્મૃતિ નથી, એ આ સત્ય કેવી રીતે સમજી શકે ? હૃદયના સ્થાન માટે પણ અમારે તો અટકળનો જ આશ્રય લેવો રહ્યો.

- ભ. હૃદયના સ્થાનનો નિર્ણય, અજ્ઞાની માટે પણ જો અનુમાન પર અધારિત હોય, તો એ વિષે વિચારવું નિરર્થક છે. પરંતુ હકીકત એવી નથી. એ માટે તમારે અટકળ પર આધાર રાખવાનો નથી. એ ભૂલ વિનાનું સહજજ્ઞાન છે.
- સા. એવું સહજજ્ઞાન કોને છે ?
- ભ. બધાને.
- સા. મને પણ ભગવાન હૃદયના સહજજ્ઞાન ધરાવનારની શ્રદ્ધેય પદવી આપે છે.
- ભ. હૃદય જ્ઞાનની નહીં, પણ હૃદયના સ્થાનના જ્ઞાનની, જેનો સંબંધ તમારા સાચા સ્વરૂપ સાથે છે.
- સા. શ્રી ભગવાન એમ કહેવા માગે છે કે મને ભૌતિક દેહમાં હૃદયના સ્થાનનું સહજજ્ઞાન છે ?
- ભ. કેમ નહીં ?
- સા. (પોતાના તરફ હાથથી સંકેત કરીને) મને પોતાને ઉદ્દેશીને ભગવાન આ વાત કહે છે ?
- ભ. હા, આ સહજજ્ઞાનનો પુરાવો છે. હમણાં તમે તમને પોતાને ઉદ્દેશીને કેવો સંકેત કર્યો ? તમે તમારો હાથ છાતીના જમણા ભાગ પર મૂક્યો કે નહીં ? બસ, એ હૃદયનું સ્થાન છે.
- સા. તો હૃદયના સાક્ષાત્ જ્ઞાનના અભાવમાં મારે આ સહજજ્ઞાનનો આશ્રય લેવો જોઈએ ?
- ભ. એમાં ખોટું શું છે ? નિશાળે જતો બાળક જ્યારે કહે છે : મેં આ દાખલો સાચી રીતે કર્યો અથવા જ્યારે તમને પૂછે છે : દોડીને તમારા માટે પુસ્તક લઈ આવું ? ત્યારે શું એ માથાનો નિર્દેશ કરે છે, જેણે દાખલો ગણ્યો, અથવા પગનો નિર્દેશ કરે છે, જે ચોપડી લઈ આવશે ? ના, બંને વખતે એ પોતાની આંગળી સ્વાભાવિક રીતે, છાતીની જમણી તરફ લઈ જઈ, પોતાનો નિર્દેશ કરશે. એ રીતે એ તેની અંદર તેના હું પણાનું જન્મસ્થાન ત્યાં છે, એ ગંભીર સત્યને અભિવ્યક્ત કરશે. આ ભૂલ વિનાનું સહજજ્ઞાન છે, જે એને પોતાનો નિર્દેશ કરતી વખતે હૃદય કે આત્માનો નિર્દેશ એ રીતે કરવા પ્રેરે છે. આવી સંકેતની રીત તદ્દન અનૈચ્છિક, સાહજિક, અને સાર્વત્રિક છે, એટલે માનવમાત્ર માટે સમાન છે. ભૌતિક શરીરમાં હૃદયના સ્થાનનો આનાથી વધુ બળવાન પુરાવો તમારે કયો જોઈએ ?

- સા. પણ પ્રશ્ન એ છે કે આત્માનુભવનું સ્થાન બ્રૂકુટિ છે કે હૃદય ?
- ભ. તમને અનુકૂળ જણાય તો, અભ્યાસ માટે તમે બ્રૂકુટિ પર એકાગ્રતા સાધી શકો. પણ એ ભાવના કે કાલ્પનિક ધ્યાન છે. જ્યારે આત્માનુભવની સર્વોચ્ચ સ્થિતિ, જેમાં તમે તેની સાથે પૂરેપૂરું તાદાત્મ્ય અનુભવો છો, અને જેમાં તમારું અલગ વ્યક્તિત્વ વિલીન થઈ જાય છે, અને જે મનથી પર છે, એ હૃદયમાં થાય છે. ત્યાં જુદું ધ્યેય નથી, જેનો તમારે એનાથી અલગ દ્રષ્ટા તરીકે રહી, અનુભવ કરવાનો હોય.
- સા. હું આ પ્રશ્ન બીજી રીતે મૂકું છું. બ્રૂકુટિ આત્માનું સ્થાન છે ?
- ભ. તમે એ વાતમાં તો સહમત છો કે આત્મા ચૈતન્યરૂપ કે ચૈતન્યનો મૂળ ઉગમ છે, અને એ ત્રણે અવસ્થાઓમાં સમાનપણે રહે છે. પરંતુ સાધક ધ્યાન દરમ્યાન ઊંઘી જાય, તો શું થાય છે ? એ જુઓ. ઊંઘના પહેલા લક્ષણ તરીકે એનું માથું ઝૂકવા માંડે છે. આત્મા જો બ્રૂકુટિમાં વસતો હોય, તો આવું ન બને. એને આત્માનું સ્થાન એ શરતે માની શકાય કે એ પોતાના સ્થાનને કોઈ વાર છોડી દે છે, જે બેહુદી વાત છે. હકીકત એ છે કે સાધક આત્માનો અનુભવ કોઈ પણ કેન્દ્ર કે ચક્ર પર મનને એકાગ્ર કરીને કરી શકે છે. પરંતુ તેથી એ ચક્ર કે કેન્દ્ર આત્માનું સ્થાન બનતું નથી.
- સા. ભગવાન કહે છે કે આત્માનું સ્થાન હૃદય છે છતાં બીજા કોઈ પણ કેન્દ્ર પર એકાગ્રતા કરવાથી એનો અનુભવ થઈ શકે છે. તો બ્રૂકુટિ પર પૂર્ણ એકાગ્રતા કરવામાં આવે તો એ આત્માનું સ્થાન બની જાય એવું ન બને ?
- ભ. જ્યાં સુધી એકાગ્રતાના અભ્યાસની વાત ચાલે છે, જે દરમ્યાન તમે કોઈ સ્થાનમાં લક્ષ્ય એકાગ્ર કરવાનો પ્રયત્ન કરો છો, ત્યાં સુધી આત્માના સ્થાનની ચર્ચા ફક્ત બૌદ્ધિક કસરત છે. તમે તમને પોતાને દ્રષ્ટા અને જ્યાં લક્ષ્ય સ્થિર કરો છો, એને દૃશ્ય માનો છો. આ કેવળ ભાવના છે. એથી ઊલટું, જ્યારે તમે દ્રષ્ટાને પોતાને જ જુઓ છો, ત્યારે આત્મામાં વિલીન થાઓ છો, તેની સાથે એક બનો છો, એ હૃદય છે.
- સા. તો પછી બ્રૂકુટિ પર એકાગ્રતાનો અભ્યાસ સલાહભર્યો ખરો ?
- ભ. ધ્યાનના અભ્યાસનું છેવટનું પરિણામ એ છે કે જે લક્ષ્ય પર સાધક પોતાનું મન સ્થિર કરે છે એ દ્રષ્ટાથી જુદું અસ્તિત્વ ધરાવતું બંધ થાય છે. દ્રષ્ટા અને દૃશ્ય બંને એક આત્મા બને છે, એ હૃદય છે. બ્રૂકુટિ પર એકાગ્રતાનો અભ્યાસ



પ્રશિક્ષણની ઘણી પદ્ધતિઓમાંની એક છે, અને એનાથી તત્કાળ પૂરતા વિચારોને અસરકારક રીતે દબાવી શકાય છે. કારણ કે વિચારવું મનની બાહ્ય ક્રિયાશીલતા છે, અને વિચાર તેની શરૂઆતના તબક્કામાં ભૌતિક કે માનસિક દૃષ્ટિનું અનુસરણ કરે છે. દૃષ્ટિને બે ભ્રમરો વચ્ચેના સ્થાનમાં સ્થિર કરવાના અભ્યાસની સાથે મંત્રજપ ચાલુ રાખવો જોઈએ, કારણ કે મનની દૃષ્ટિ પછી મહત્વની દૃષ્ટિએ મનના કાન આવે છે. મનવડે વાણીને નિહાળવાની આવી એકાગ્રતાથી મનને બળવાન તેમજ સ્થિર બનાવી શકાય છે, અથવા વિક્ષિપ્ત, વિખરાયેલું અને નિર્બળ પણ બનાવી શકાય છે. તેથી મનના નેત્રને કોઈ પણ કેન્દ્ર પર - ભ્રૂકુટિ પર - સ્થિર કરવાના પ્રયત્ન સાથે તમારે કોઈ મંત્ર કે ઈશ્વરના નામનું માનસિક ઉચ્ચારણ પણ કરવું જોઈએ. નહીં તો, તમારા એકાગ્રતાના લક્ષ્ય ઉપરની પકડ ગુમાવશો, અને ઊંઘમાં સરી પડશો. આવો અભ્યાસ, મંત્ર, નામ કે ઈષ્ટદેવ, જે ખરેખર આત્મા જ છે, એ તમે પસંદ કરેલા ધ્યાનના લક્ષ્ય સાથે તાદાત્મ્ય તરફ દોરી જાય છે. શુદ્ધ ચૈતન્ય, આત્મા કે હૃદય અંતિમ સાક્ષાત્કાર છે. M.G.PP71-72/71-82

### સહસાર

તંત્રમાર્ગ મનુષ્ય શરીરમાં રહેલા કુંડલિની તરીકે ઓળખાતા આત્મિક શક્તિના પ્રવાહની ક્રમશઃ ખીલવણી કે ઉદ્ઘાટનના માર્ગને ઉપદેશ છે. જેમ જેમ એ શક્તિ ખૂલતી જાય છે અને ઉર્ધ્વગતિ કરે છે, તેમ તેમ શરીરમાં રહેલાં ચક્રોની હારમાળાને કે સૂક્ષ્મ કેન્દ્રોને મુક્ત કરતી જાય છે, જેથી તે તે કેન્દ્રની સિદ્ધિ અને દર્શન સાધકને પ્રાપ્ત થાય છે. અંતમાં એ શક્તિ બ્રહ્મરંધ્રમાં મસ્તકમાં રહેલા હજાર દળવાળા સહસ્રાર કમળમાં પહોંચે છે, અને સાધકને સમાધિ લાગે છે. આ વિષે ભગવાનને પૂછતાં, એમણે કહ્યું કે ગમે તે પ્રકારના અનુભવો થાય, પણ આત્માનુભવનું પરમ સ્થાન હૃદય છે.

- સા. કોઈ ખાસ ચક્ર કે કેન્દ્ર પર એકાગ્રતાના અભ્યાસની સલાહ ભગવાન કેમ આપતા નથી ?
- ભ. યોગશાસ્ત્ર કહે કે મસ્તકમાં સહસ્રારમાં આત્માનું સ્થાન છે. ‘પુરુષસૂક્ત’ કહે છે કે હૃદય તેનું સ્થાન છે. સાધકને આ વિષે સંશય ન થાય, એમાટે હું હુંપણાના સૂત્રને પકડી રાખી એના મૂળ તરફ અંદર આગળ વધવાની સલાહ આપું છું. કારણ કે

કોઈને પણ હુંપણા વિષે સંદેહ ન હોઈ શકે, બીજું, કોઈ પણ માર્ગ અપનાવવામાં આવે, હુંપણાના મૂળનો અનુભવ છેવટનું ધ્યેય છે. તેથી જો તમે આત્મ - વિચારનો માર્ગ અપનાવશો તો હૃદય કે આત્મામાં પહોંચશો. M.G. 82

સા. જીવ નાડી ખરેખર છે કે કલ્પનાનો તુકડો છે ?

ભ. યોગીઓ જીવ નાડી, આત્મ નાડી કે પરા નાડી છે એવું કહે છે. ઉપનિષદો એક કેન્દ્રની વાત કરે છે, જ્યાંથી હજારો નાડીઓ નીકળે છે. કેટલાક એનું સ્થાન બ્રહ્મરંધ્રમાં હોવાનું કહે છે, કેટલાક બીજી જગાએ હોવાનું કહે છે. 'ગર્ભોપનિષદ' ગર્ભાશયમાં ગર્ભની રચના અને બાળકના વિકાસના તબક્કાઓનું વર્ણન કરે છે. ગર્ભવિકાસના સાતમે મહિને બ્રહ્મરંધ્રથી જીવ પ્રવેશે છે, એમ કહ્યું છે. નાના શિશુનું બ્રહ્મરંધ્ર કોમળ હોય છે અને ધબકે છે, એને એ તથ્યનો પુરાવો કહે છે. એને કઠણ થતાં કેટલાક મહિના લાગે છે. આમ જીવ ઉપરથી આવે છે અને બ્રહ્મરંધ્રથી શરીરમાં પ્રવેશે છે, અને શરીરમાં ફેલાયેલી હજારો નાડીઓથી કાર્ય કરે છે. તેથી સત્યના સાધકે, પોતાના મૂળ સ્થાનમાં પહોંચવા માટે મસ્તકમાં રહેલા સહસ્ત્રારમાં એકાગ્રતા કરવી જોઈએ. પ્રાણાયામ યોગીને મૂલાધાર ચક્રમાં ગૂંચળું વાળીને સૂતેલી કુંડલિની શક્તિને જગાડવામાં મદદ કરે છે. એ સુષુમ્ણા નાડીમાં થઈને ઉપર ચઢે છે. આ નાડી કરોડરજ્જુના અંદરના ભાગમાં આવેલી છે અને મસ્તક સુધી વિસ્તરેલી છે.

એમાં સંદેહ નથી કે સહસ્ત્રારમાં એકાગ્ર થવાથી સમાધિનો અનુભવ થાય છે, પણ તેનાથી સૂક્ષ્મ વાસનાઓ નષ્ટ થતી નથી. તેથી યોગીએ સમાધિમાંથી જાગવું પડે છે, કારણ કે બંધન છૂટ્યું નથી, એણે હજી વાસનાઓ નિર્મૂળ કરવા પ્રયત્ન કરવો પડે છે. વાસનાઓ નિર્મૂળ થતાં અંદર છૂપાયેલા સંસ્કારો, તેની સમાધિમાં વિક્ષેપ કરતા નથી. આ માટે એ સુષુમ્ણાના આગળના વિસ્તાર જેવી જીવ નાડીથી સહસ્ત્રારમાં થઈને હૃદયમાં ઉતરે છે. આ રીતે, સુષુમ્ણા વળાંકવાળી નાડી છે. એ સૂર્યચક્રથી નીકળી, કરોડરજ્જુના માર્ગે માથામાં પહોંચે છે અને ત્યાંથી પાછી વળી હૃદયમાં પૂરી થાય છે. યોગી જ્યારે હૃદયમાં પહોંચે છે ત્યારે સમાધિ કાયમી બને છે. આમ હૃદય છેલ્લું કેન્દ્ર છે.

કેટલાંક ઉપનિષદો હૃદયમાંથી નીકળતી એકસો એક નાડીઓની વાત કરે છે. એમાં એક પ્રાણ નાડી છે. યોગીઓ કહે છે એમ જીવ ઉપરથી આવી,

સહસ્રારમાં પ્રતિબિંબિત થતો હોય તો પ્રતિબિંબ ઝીલી શકે એવું માધ્યમ હોવું જોઈએ, અને એ માધ્યમ અસીમ ચેતનાને શરીરની મર્યાદામાં બાંધી શકે એવું શક્તિશાળી હોવું જોઈએ. ટૂંકમાં સર્વત્ર વ્યાપક ચૈતન્ય જીવ તરીકે મર્યાદિત બને છે. આવું પ્રતિબિંબનું માધ્યમ વાસનાઓ છે. ઘડામાં રહેલા પાણીની જેમ, વાસનાઓ પોતાની અંદર ચેતનાનું પ્રતિબિંબ ઝીલે છે. જો ઘડાનું પાણી ખાલી કરવામાં આવે તો પ્રતિબિંબ પડે નહીં અને સદ્વસ્તુ કે ચેતના પ્રતિબિંબિત થયા વિના પોતાના મૂળરૂપે રહેશે. અહિં વસ્તુ સર્વવ્યાપક સત્તા અને ચેતના છે જે બધામાં સરખી રીતે રહેલી છે. એને એના પ્રતિબિંબથી જ ઓળખવાની નથી. એ સ્વયં પ્રકાશ છે. તેથી સાધકનું લક્ષ્ય હૃદયમાં રહેલી બધી વાસનાઓ નિર્મૂળ કરવાનું હોવું જોઈએ, જેથી શાશ્વત ચૈતન્યના પ્રકાશને અવરોધનાર કોઈ માધ્યમ રહે નહીં. આ કામ અહંકારના મૂળની શોધ કરવાથી, અને હૃદયમાં ઊંડા ઉતરવાથી સિદ્ધ થાય છે. આત્મસાક્ષાત્કારનો આ સીધો અને ટૂંકો માર્ગ છે. જે આ માર્ગે ચાલે છે એણે નાડી, મસ્તક, સહસ્રાર, કુંડલિની, પ્રાણાયામ અને યકોની ચિંતા કરવાની જરૂર નથી.

આત્મા ક્યાંયથી આવતો નથી, અને બ્રહ્મરંધ્રમાંથી શરીરમાં દાખલ થતો નથી. એ જેવો છે એવો જ રહે છે. સદા પ્રકાશિત, સદા સ્થિર, અચલ અને અવિકારી રહે છે. વિકારો અને પરિવર્તનો આત્મામાં નથી. આત્મા હૃદયમાં રહે છે અને સૂર્યની જેમ સ્વયં-પ્રકાશ છે. પરિવર્તનો એના કિરણોમાં થાય છે. આત્મા અને શરીર-મનનો સંબંધ, સ્વચ્છ સ્ફટિક અને એની પૃષ્ઠ ભૂમિના સંબંધ જેવો છે. સ્ફટિક પાસે લાલ ફૂલ હોય તો એ લાલ દેખાય છે, લીલારંગનું પુષ્પ એની પાસે હોય તો એ લીલો દેખાય છે વગેરે. વ્યક્તિ પોતાને સતત પરિવર્તનશીલ શરીર-મનની મર્યાદામાં બાંધે છે, જે એમનું અસ્તિત્વ અપરિણામી આત્મામાંથી મેળવે છે. જે કરવું જરૂરી છે એ એટલું જ કે આ ખોટું તાદાત્મ્ય ત્યજવું જોઈએ. એમ કરવામાં આવે તો આત્મા કેવળ, અદ્વિતીય સત્ય છે એવું સમજાશે. T. 616

### મૌન

સાધારણતયા ભગવાન મૌનનું વ્રત લેવાની સલાહ આપતા નહીં. મનનું નિયંત્રણ થતાં બિનજરૂરી બોલવાનું ટળશે. બોલવાનું બંધ કરવાથી મન શાન્ત થાય નહીં. કાર્ય કારણને ઉત્પન્ન કરી શકે નહીં.

- સા. મૌનનો નિયમ લેવો જરૂરી છે ?  
 ભ. પ્રત ફક્ત પ્રત છે. ધ્યાનમાં એ કેટલીક હદ સુધી મદદ કરી શકે. મનને ધાંધલ-ધમાલ કરવા દઈ, મોઢું બંધ રાખવાનો શો અર્થ ? મન ધ્યાનમાં જોડાયેલું હોય, તો બોલવાની શી જરૂર છે ? ધ્યાન જેવું શ્રેષ્ઠ બીજું નથી. માણસ પોતાના નિત્યકર્મમાં તલ્લીન રહે, તો મૌનપ્રતનો શો ઉપયોગ છે ? T. 371

### આદાર

ભગવાન ધ્યાન માટે, ભૌતિક વસ્તુઓની મદદને ઓછું મહત્વ આપતા. પણ આદારને સાત્ત્વિક અને ઉત્તેજના ન કરે એવો રાખવાની આવશ્યકતા પર ભાર મૂકતા.

મનના શુદ્ધ સત્ત્વગુણને વિકસાવવા, આચરણના બધા નિયમોમાં, આદારને સાત્ત્વિક પદાર્થો પુરતો મર્યાદિત રાખવાનો અને યોગ્ય માત્રામાં લેવાનો આગ્રહ શ્રેષ્ઠ છે. સાત્ત્વિક ગુણો સાધકને આત્માનુસંધાનમાં મદદરૂપ છે. W. 12

ભગવાને સૌ પહેલાં રચેલા “આત્માનુસંધાન” માં નીચે મુજબનો નિર્ણય જોવા મળે છે :-

આપણે સાદો, પૌષ્ટિક ખોરાક અપનાવીએ અને બધા કલેશોના બીજ જેવા અહંકારને નિર્મૂળ કરવાનો સાચા હૃદયનો પ્રયત્ન નિરંતર કરીએ, એ આપણા હાથની વાત છે.

અહંકાર વિના મનના વળગાડ જેવા વિચારો પેદા થાય ખરા ? આવા પ્રેતના વળગાડ જેવા મનમાં પેદા થતા વિચારો સિવાય કોઈ માયા છે ખરી ?

- Words Of Grace, 40

- સા. વિક્ષેપો દૂર થાય અને મનની એકાગ્રતા થાય એવાં મદદરૂપ સાધનો કયા ?  
 ભ. શરીરના સ્તરે પાચન તંત્ર અને બીજાં અંગોને ઉત્તેજનાથી મુક્ત રાખવાં. એ માટે ગુણવત્તા અને પ્રમાણ બંને દૃષ્ટિએ આદારનું નિયમન કરવું. ઉત્તેજના કરે એવો ખોરાક ન લેવો. વધુ પડતું મીઠું, મરચું, કાંદા, અફીણ, મદિરા વગેરે ટાળવાં. કબજિયાત, સુસ્તી અને ઉત્તેજના પેદા કરે એવા બધા પદાર્થો ભોજનમાં ન લો. મનના સ્તરે એક વિષયમાં રસ લો અને મનને એમાં સ્થિર કરો. તલ્લીનતા ઉત્પન્ન કરી, બીજા બધા વિચારોને દૂર રાખે એવો એ રસ હોવો જોઈએ. આ વૈરાગ્ય અને એકાગ્રતા છે.

શ્રીમતી પિગોટ મદ્રાસથી આશ્રમની બીજી વારની મુલાકાતે આવ્યાં, અને પથ્ય આહાર વિષે પ્રશ્નો પૂછ્યા.

શ્રી. પિ. અધ્યાત્મસાધનામાં જોડાયેલા માણસે કેવો આહાર લેવો ?

ભ. ઓછી માત્રામાં સાત્ત્વિક આહાર લેવો જોઈએ.

શ્રી. પિ. કયો આહાર સાત્ત્વિક ગણાય ?

ભ. રોટલી, ફળ, શાક, દૂધ વગેરે.

શ્રી. પિ. ઉત્તર ભારતમાં કેટલાક લોકો માછલી ખાય છે. એની છૂટ ખરી ?

ભગવાને આ પ્રશ્નનો જવાબ ન આપ્યો. તેઓ હંમેશા બીજાની ટીકા કરવાનું ટાળતા. આ પ્રશ્ન એમને ટીકા કરવા અથવા પોતાના કથનમાં પરિવર્તન કરવા પ્રેરે એવો હતો.

શ્રી. પિ. અમે યુરોપિયનો ખાસ પ્રકારના ખોરાકથી ટેવાયેલા છીએ. એમાં પરિવર્તન અમારા સ્વાસ્થ્ય પર અસર કરે છે, અને અમારા મનને નબળું બનાવે છે. શરીર સ્વાસ્થ્ય જાળવવું આવશ્યક નથી ?

ભ. ખૂબ જરૂરી છે, શરીર નબળું બને એમ મન પ્રબળ થાય છે.

શ્રી. પિ. અમારા પ્રચલિત ખોરાક વિના અમારું આરોગ્ય બગડે છે અને મન નિર્બળ થાય છે.

એ વાત ધ્યાનમાં આવી હશે કે ભગવાન અને શ્રીમતી પિગોટ “મનની શક્તિ” એ શબ્દોને જુદા જુદા અર્થોમાં પ્રયોજતા હતા. ભગવાન શક્તિશાળી શબ્દનો અંકુશમાં ન રાખી શકાય એવો અર્થ કરતા હતા. શ્રીમતિ પિગોટ ભગવાન એવા અર્થમાં એને પ્રયોજતાં હતાં તેથી ભગવાનનો પછીનો પ્રશ્ન એમને એમનો દ્રષ્ટિકોણ રજૂ કરવા કે સુધારવા પ્રેરે છે.

ભ. તમે મનની શક્તિથી શું કહેવા માગો છો ?

શ્રી. પિ. સાંસારિક આસક્તિઓ છોડવાની શક્તિ.

ભ. આહારના ગુણો મનપર અસર કરે છે. ખાધેલા ખોરાકમાંથી મન પોષણ મેળવે છે.

શ્રી. પિ. એ સાચું, પણ યુરોપિયનો સાત્ત્વિક ખોરાક સાથે પોતાનું અનુકૂલન કેવી રીતે કરી શકે ?

- ભ. (ઈવાન્ઝ વેન્ઝ તરફ ફરીને) તમે અમારો ખોરાક ઘણા વખતથી લઈ રહ્યા છો. એનાથી તમને અગવડ પડે છે ?
- ઈ. વે. ના. હું એનાથી ટેવાઈ ગયો છું.
- ભ. વાતાવરણ સાથે મહાવરો પાડવો, એને રસમ કે પ્રથા કહે છે. એમાં મન મહત્વનો ભાગ ભજવે છે. હકીકતમાં, અમુક ખોરાક સારો કે સ્વાદિષ્ટ છે એમ માનવાનો મનને મહાવરો પડે છે. શાકાહાર અને માંસાહારમાંથી જરૂરી પોષણ મેળવી શકાય છે. મન એવો ખોરાક ઈચ્છે છે જેની એને ટેવ પડી છે, અને તેથી સ્વાદિષ્ટ માને છે.
- શ્રી. પિ. આવાં નિયંત્રણો સિદ્ધપુરુષને પણ લાગુ પડે ખરાં ?
- ભ. એ અવિચળ સ્થિતિમાં દૃઢ થયો હોવાથી એણે લીધેલા ખોરાકની અસર એના મન પર પડતી નથી. T. 22
- ભગવાનની લાક્ષણિકતા એ હતી કે આહાર સંબંધી પ્રશ્નોના, જો પૂછવામાં આવે તો જ ઉત્તર આપતા. પણ જ્યારે કોઈ પૂછે નહીં, તો શાકાહાર લેવાનો આગ્રહ ન કરતા. એમના મૌનની એવી અસર હતી કે સાધકમાં ધીરે ધીરે માંસાહાર તરફ અણગમો ઉત્પન્ન થતો અને શાકાહાર લેવાનું વલણ વધતું.
- સા. ઉપવાસ સાધનામાં મદદરૂપ ખરા ?
- ભ. હા. પરંતુ એ હંગામી મદદ છે. માનસિક ઉપવાસ કાયમી મદદ કરે છે. ઉપવાસ લક્ષ્ય નથી. સાથે સાથે આત્મિક વિકાસ થવો જોઈએ. અનશન મનને નબળું બનાવે છે અને આત્મખોજની શક્તિ પણ રહેતી નથી. તેથી માપ સર ભોજન કરો, અને આત્મશોધ ચાલુ રાખો.
- સા. એવું કહેવાય છે કે એક મહિનાના ઉપવાસ છોડ્યા પછી, દસ દિવસ બાદ મન શુદ્ધ અને સ્થિર થાય છે અને ત્યાર પછી હંમેશાં એવું રહે છે.
- ભ. હા. પરંતુ આત્મશોધ ઉપવાસ દરમ્યાન ચાલુ રાખવામાં આવી હોય તો જ. T. 170

### બ્રહ્મચર્ય

અગાઉ એક અધ્યાયમાં ચર્ચા થઈ ગઈ હોવાથી બ્રહ્મચર્ય વિષે વધારે કહેવાની જરૂર નથી. સામાન્યતયા ભારતમાં જે લોકો ગૃહજીવન ત્યાગી, સાધુ બનતા નથી, એ લગ્ન કરે છે. ભગવાન હંમેશા ભારપૂર્વક કહેતા કે બ્રહ્મચર્ય એટલે બ્રહ્મમાં વિચરવું કે

જીવવું. તેઓ બાહ્ય સન્યાસને - વિધિસર ભગવાં વસ્ત્રોના સ્વીકારને - પ્રોત્સાહન આપતા નહીં. તેમજ બ્રહ્મચર્યનો પણ આગ્રહ રાખતા નહીં. સાથે સાથે તેનો વિરોધ કરતા નહીં. તેઓ ભક્તોના લગ્નમાં અને એમને ઘેર પુત્રજન્મ જેવા અવસરોમાં રસ દાખવતા.

### ભક્તિ

હવે આપણે પ્રેમ અને લગન, પૂજા અને આત્મ-સમર્પણના ભક્તિમાર્ગ પર આવીએ છીએ. સાધારણતયા આ માર્ગને આત્માનુસંધાનના માર્ગનો વિરોધી ગણવામાં આવે છે, કારણ કે ભક્તિમાર્ગ પૂજ્ય-પૂજક, પ્રેમી-પ્રેમપાત્રના દ્વૈત પર આધારિત છે, જ્યારે આત્મશોધ અદ્વૈત પર આધારિત છે. તેથી ચુસ્ત સિદ્ધાન્તવાદી એવી ધારણા બાંધવા પ્રેરાય છે કે જો આમાંનો એક સત્ય પર આધારિત હોય તો બીજો અવશ્ય ભૂલભરેલી માન્યતાપર આધારિત હોવો જોઈએ. આવા મતાગ્રહી લોકો એકની પ્રસ્થાપના કરતી વખતે, ઘણી વાર બીજાને ઊતારી પાડતા કે વખોડતા હોય છે. ભગવાન આ બંને માર્ગોને પ્રામાણિક ગણતા, અને એમના અનુયાયીઓને બંને ઉપર ચાલવામાં માર્ગદર્શન આપતા. તેઓ ઘણી વાર કહેતા : બે માર્ગો છે. તમને પોતાને પૂછો : હું કોણ છું ? અથવા આત્મસમર્પણ કરો. તેમના અનુયાયીઓમાંના ઘણા ભક્તિમાર્ગ પસંદ કરતા.

સા. બિનશરતી આત્મસમર્પણ શું છે ?

ભ. પૂર્ણ આત્મસમર્પણમાં પ્રશ્ન પૂછનાર કે જેની સંભાળ રાખવી પડે એવું કોઈ બાકી રહેતું નથી. બધા વિચારોના આધાર રૂપ અહમ્ વિચારને વળગી રહેવામાં આવે તો વિચારો શમી જાય છે અથવા સાધક ઉચ્ચતર શક્તિ સમક્ષ બિનશરતી, પૂર્ણ આત્મસમર્પણ કરે છે. સાક્ષાત્કાર માટે ફક્ત આ બે માર્ગો છે. T. 321

આત્માનુસંધાન અહંની શોધ કરતાં એની હયાતી નથી એવું જ્ઞાન ઉત્પન્ન કરીને, અહંકારને ઓગાળે છે. જ્યારે ભક્તિ અહંકારનું સમર્પણ કરે છે. બંને અહંશૂન્યતાના લક્ષ્યપર પહોંચાડે છે. બસ, એટલું જ જરૂરી છે.

સા. પ્રારબ્ધથી બચવા શું કરવું ?

ભ. પ્રારબ્ધને જીતવાના કે તેનાથી મુક્ત થવાના બે રસ્તા છે. એક, પ્રારબ્ધ કોને છે, એની તપાસ કરતાં સમજાય કે અહંકાર એનાથી બંધાયેલો છે, આત્મા નહીં, તેમજ અહંકાર છે જ નહીં. બે, ઇશ્વર સમક્ષ પૂર્ણ આત્મસમર્પણ કરીને અહંકારનો વિનાશ કરવો. એમ સમજવું કે પોતે અસહાય છે અને હંમેશાં કહેવું : ‘હે નાથ! હું નહીં, તુંજ છે.’ આ રીતે હું અને મારું ના ખ્યાલો છોડી દેવા, અને પોતાને

વિષે શું કરવું એ ઈશ્વરની ઈચ્છા પર છોડવું. ઈશ્વર પાસે આ કે તે માગવું એ સાચી શરણાગતિ નથી. ઈશ્વરપ્રેમ ફક્ત પ્રેમ માટે જ હોવો જોઈએ, બીજા કશા માટે - મોક્ષ માટે પણ - નહીં, એટલે પૂર્ણ શરણાગતિ. બીજા શબ્દોમાં, પ્રારબ્ધથી મુક્ત થવા માટે અહંકારનો પૂરેપૂરો વિલય આવશ્યક છે, ભલે એ તમે આત્માનુસંધાનથી અથવા ભક્તિ-શરણાગતિથી સિદ્ધ કરો. D. D. 230

આત્મજ્ઞાનનો તણખો સંપૂર્ણ સૃષ્ટિને રૂના પર્વતની જેમ ભસ્મ કરે છે. કારણ કે અગણિત બ્રહ્માંડો અહંકારના નબળા, હયાતી વગરના પાયા પર રચાયાં છે. જ્ઞાનનો અણુબોમ્બ પડતાં એ બધાં નાશ પામે છે. શરણાગતિની વાત ગોળના ગણેશમાંથી થોડો ગોળ ચોરીને એમને જ અર્પણ કરવા જેવી છે. તમે માનો છો કે તમે તમારું શરીર, જીવ, અને તમારી માલિકીની બધી વસ્તુઓ ઈશ્વરને અર્પણ કર્યાં. પરંતુ શું એ તમારી માલિકીની હતી ખરી, જેથી તમે એમને અર્પણ કરી શકો? વધુમાં વધુ તમે એમ કહી શકો : મેં ભૂલથી જે ખરેખર તમારું છે, એને અત્યાર સુધી મારું માન્યું હતું. હવે મને સમજાય છે કે એ બધું તમારું હતું અને છે. હવેથી હું એ મારું છે, એમ માની વર્તીશ નહીં. હું અને મારું ની હયાતિ નથી, કેવળ ઈશ્વર કે આત્મા જ છે, એવી પાકી સમજણ જ્ઞાન છે. D.D. 421

ભગવાન વારંવાર સમજાવતા કે ઈશ્વર હુંનું જન્મસ્થાન છે, અને આત્માથી અભિન્ન છે, તેથી સાચી ભક્તિ આત્માની ભક્તિ છે, એટલે ભક્તિનો અર્થ છે આત્માનુસંધાન.

ભક્ત આત્મસમર્પણ કરે એ પર્યાપ્ત છે. શરણાગતિ એટલે પોતાની સત્તાના મૂળ કારણને પોતાની જાત સોંપી દેવી. આ મૂળ કારણ તમારી બહાર રહેલો કોઈ ઈશ્વર છે, એવી કલ્પના કરી, તમને પોતાને છેતરણો નહીં. વ્યક્તિનું મૂળ તેની પોતાની અંદર છે, એને તમારી જાત સોંપી દો. એનો અર્થ એ કે તમારે તમારું મૂળ શોધીને, એમાં વિલીન થઈ જવું. તમે તમને પોતાને એનાથી બહાર રહેલા માનો છો તેથી પૂછો કે મૂળ ક્યાં છે ?

કેટલાક લોકો દલીલ કરે છે કે સાકર પોતે પોતાની મીઠાશ ચાખી ન શકે એમ સાધક પરમ સત્યમાં વિલીન થઈ જાય અને આનંદને માણે, એ બે વાતો સાથે ન થઈ શકે. તેથી ઈશ્વરથી જુદું અસ્તિત્વ ટકાવી રાખી, એનો આનંદ



અનુભવવો જોઈએ. પણ ઈશ્વર સાકર જેવી જડ વસ્તુ છે ? સાધક આત્મ-સમર્પણ કરે અને પરમ આનંદને અનુભવવા પોતાનું અલગ વ્યક્તિત્વ ટકાવી રાખે, એવું કેવી રીતે બને ? તેઓ આગળની વાત કરતાં કહે છે જીવ ઈશ્વરના ધામમાં જઈને ઈશ્વરની સેવા કરે છે. ઈશ્વર તમારી સેવાની રાહ જુએ છે ? કે સેવા શબ્દ સાંભળીને છેતરાય છે ? સર્વરૂપ, સર્વશક્તિમાન ઈશ્વરની સેવા કોણ કરી શકે ? એ સર્વજ્ઞ, શુદ્ધ ચૈતન્ય એમ નહીં પૂછે : મારાથી અલગ રહી, મારી સેવા કરવાનો ગર્વ કરનારા તમે કોણ છો ?

બીજી તરફ, તમે આત્મામાં વિલીન થાઓ તો વ્યક્તિત્વ બાકી રહેશે નહીં. તમે મૂળ બની જશો પછી શરણાગતિ ક્યાં રહી ? કોણ આત્મસમર્પણ કરશે અને કોને ? આ પરાભક્તિની અવસ્થા છે, આત્મશોધ અને જ્ઞાનની પણ આ જ અવસ્થા છે.

વૈષ્ણવોમાં શ્રેષ્ઠ શ્રી નામલ્વાર કહે છે : હું મને પોતાને ઓળખ્યા વિના, હું અને મારુંને વળગી રહી, ભૂલભૂલામણીમાં ફસાયો હતો, અને ભટકી રહ્યો હતો. પણ હવે હું મને ઓળખી ગયો છું અને સમજું છું કે હું તમે છો, અને મારી માલિકીની વસ્તુઓ તમારી છે. આમ પોતાની ઓળખ થવી એટલે ભક્તિ. વિશિષ્ટાદ્વૈતમત પણ આ તથ્ય સ્વીકારે છે. છતાં સામ્પ્રદાયિક સિદ્ધાન્તને વળગી રહી, એમ કહેવાનું ચાલુ રાખે છે કે જીવો ઈશ્વરનાં અંગો છે. તેઓ એમ પણ કહે છે કે જીવ શુદ્ધ થવો જોઈએ પછી એણે આત્મસમર્પણ કરવું જોઈએ. તેથી અહંકાર નષ્ટ થાય છે અને મૃત્યુ પછી આત્મા વિષ્ણુના ધામમાં જાય છે. ત્યાં પરમાત્માની સેવાનો આનંદ તેને પ્રાપ્ત થાય છે. જીવ તેના જન્મસ્થાનથી અલગ છે એમ કહેવું દંભ છે. ભક્ત નિરહંકાર થાય છતાં અલગ વ્યક્તિત્વ જાળવી રાખે જેથી ઈશ્વરની સેવા કરી શકે એમ કહેવું એ પોતાને છેતરવા બરાબર છે. પહેલાં જે ખરેખર પ્રભુનું છે એને પચાવી પાડવું અને પછી એની સેવા કરવી એ કેવી વિચિત્ર વાત છે. પણ પ્રભુ બધું જાણે છે. T. 208

આનાથી સ્પષ્ટ થાય છે કે ભગવાન જે પૂર્ણ શરણાગતિની વાત કરે છે, એ સહેલી નથી.

જ્યારે જ્યારે સાધક શરણાગત થવાનો પ્રયત્ન કરે છે ત્યારે ત્યારે અહંકાર માથું ઊંચકે છે, જેને દબાવી દેવાનો પ્રયત્ન કરવો પડે છે. આત્મસમર્પણ

સહેલું નથી. અહંકારને વિલીન કરવાનું કામ સહેલું નથી. જ્યારે ઈશ્વર સ્વયં તેના અનુગ્રહથી મનને અંદર પોતાની તરફ વાળે ત્યારે જ પૂર્ણ શરણાગતિ શક્ય બને છે. D. D. 227

સા. પૂર્ણ, બિનશરતી આત્મસમર્પણનો અર્થ એવો થાય કે ભક્તે મોક્ષ અથવા પ્રભુપ્રાપ્તિની ઈચ્છા પણ ન રાખવી ?

ભ. પૂર્ણ શરણાગતિ એટલે તમારી પોતાની કોઈ ઈચ્છા ન હોવી. ઈશ્વરેચ્છા તમારી ઈચ્છા બનવી જોઈએ.

સા. આવી શરણાગતિની અવસ્થા મેળવવા સાધકે શું કરવું ?

ભ. બે રસ્તા છે. એક, હું ના મૂળની શોધ કરી એમાં વિલીન થવું. બે, એમ સમજવું કે હું સ્વયં અસહાય છું. ઈશ્વર એક જ સર્વશક્તિમાન છે તેથી મને પોતાને સંપૂર્ણપણે એને સોંપી દેવા સિવાય મારી સલામતીનો બીજો કોઈ માર્ગ નથી. નિરંતર આવું વિચારતાં એવો નિશ્ચય થવો કે ઈશ્વર જ અસ્તિત્વ ધરાવે છે અને અહંકારનું કાંઈ વજૂદ નથી. બંને માર્ગો એક લક્ષ્ય તરફ લઈ જાય છે. પૂર્ણ શરણાગતિ એટલે જ્ઞાન કે મોક્ષ. D.D. 140

શરૂઆતમાં આંશિક શરણાગતિ, અને પછી ધીરે ધીરે પૂર્ણ શરણાગતિ શક્ય બને છે.

સા. મને શરણાગતિ શક્ય લાગતી નથી.

ભ. પૂર્ણ શરણાગતિ શરૂઆતમાં અશક્ય છે. પણ સૌને માટે આંશિક શરણાગતિ શક્ય છે. સમય જતાં એ પૂર્ણ શરણાગતિ તરફ દોરી જશે. T. 244

દ્વૈતમતના આગ્રહી અનુયાયીઓ વાંધો ઊઠાવી શકે કે ભગવાન જેને માન્ય રાખે છે એ ભક્તિમાર્ગ, અમે માન્ય કરેલા ભક્તિમાર્ગથી જુદો છે. કેમકે અમે ભક્ત અને ભગવાનનું શાશ્વત દ્વૈત સ્વીકારીએ છીએ. આવા પ્રસંગોએ ભગવાન ચર્યાને અભ્યાસ તરફ વાળી દેતા, અને કહેતાં કે પહેલાં તમે માનો છો એવા તમારાથી જુદા ઈશ્વર સમક્ષ પૂર્ણપણે શરણાગત થાઓ, પછી જુઓ કે સંદેહ રહે છે કે નહીં.

મુંબઈના શ્રી રામકૃષ્ણ મઠના સ્વામી સબુદ્ધાનંદે ભગવાનને કહ્યું કે આપે આત્મ-સાક્ષાત્કાર કર્યો છે, તેથી હું આપની પાસેથી એ અવસ્થાના અનુભવનું વર્ણન સાંભળવા ઈચ્છું છું.

ભ. જેને સાક્ષાત્કાર કહેવામાં આવે છે, એમાં આપણે જે છીએ તે રહેવાની વાત છે.

એમાં કાંઈ નવું જાણવાનું કે બનવાનું નથી. જે એક જ હંમેશાં છે અને હતું એ હું છું એવો અનુભવ એટલે સાક્ષાત્કાર. એનું વર્ણન ન થઈ શકે ફક્ત એ રૂપે રહી શકાય. આપણે યોગ્ય શબ્દના અભાવને કારણે, એને આત્માનો કે સત્યનો સાક્ષાત્કાર કહીએ છીએ પરંતુ જે એક જ સત્ય છે, એને સત્ય કેવી રીતે બનાવી શકાય ? આપણે બધા અસત્યને સત્ય ગણીએ છીએ. આ ભૂલ અવશ્ય સુધારવી જોઈએ. બધા ધર્મોની સાધનાઓનું આ ભૂલ સુધારવાનું ધ્યેય છે. જ્યારે આપણે અસત્યને સત્ય માનવાનું છોડીશું એટલે કેવળ સત્ય બાકી રહેશે અને આપણે તે હોઈશું.

સ્વામી સ. આ સમજૂતી અદ્વૈત સિદ્ધાન્તના માળખામાં બરાબર છે પણ બીજા એવા મતો પણ છે જે સાક્ષાત્કારમાં જ્ઞાતા, જ્ઞાન અને જ્ઞેયનું એકરૂપ થવું અનિવાર્ય છે એવું માનતા નથી. તત્ત્વચિંતનની કેટલીક પ્રણાલીઓ બે કે ત્રણ શાશ્વત તત્ત્વોનું અસ્તિત્વ સ્વીકારે છે. દાખલા તરીકે ભક્ત જેનું ભજન કરી શકે એવો ભગવાન હોવો જ જોઈએ.

ભ. ભક્તને જરૂરત હોય ત્યાં સુધી ભજન માટે ભિન્ન ઈશ્વર છે એ વાત સામે કોઈને વાંધો હોઈ શકે નહીં. પરંતુ ભક્તિનો વિકાસ થતાં, ભક્ત એવું સમજવા માંડે છે કે એક ઈશ્વરનું જ અસ્તિત્વ છે અને એની પોતાની કાંઈ કિંમત નથી. એમ એ માર્ગે આગળ વધતાં, એ એક વખતે એવા તબક્કામાં પહોંચે છે જ્યારે કહે છે : હું નહીં, પણ એક તું જ છે, મારી ઈચ્છા નહીં ફક્ત તારી ઈચ્છા જ છે. ભક્તિમાર્ગમાં જેને પૂર્ણ શરણાગતિ કહે છે, એ અવસ્થાએ પહોંચ્યા પછી ભક્તને સમજાય છે કે અહંકારનો નાશ એટલે આત્મ-સાક્ષાત્કાર. આપણે અત્યારે એક, બે કે એથી વધારે તત્ત્વો વિષે ઝઘડો કરવાની જરૂર નથી. દ્વૈતવાદીઓ તેમજ ભક્તિમાર્ગના અનુયાયીઓના મત પ્રમાણે પૂર્ણ શરણાગતિ આવશ્યક છે, પહેલાં એને સિદ્ધ કરો, પછી તમે પોતે જુઓ કે કેવળ એક આત્માનું અસ્તિત્વ છે, કે બે કે ત્રણ તત્ત્વોનું અસ્તિત્વ છે. જુદી જુદી સમજ શક્તિવાળા મનુષ્યોને અનુકૂળ આવે એમ રજૂઆત કરવી પડતી હોય છે. પરંતુ સત્ય એ છે કે આત્માનુભવ જ્ઞાતા, જ્ઞાન અને જ્ઞેયની ત્રિપુટીથી પર છે. આત્મા આત્મા જ છે, એથી વધારે કશું એના વિષે કહી શકાય નહીં.

- સ્વા. સં. આત્મસાક્ષાત્કારની અસર એટલી પ્રબળ કહેવામાં આવે છે કે મનુષ્ય શરીર એને એકવીસ દિવસથી વધુ સમય માટે સહન કરી શકતું નથી.
- ભ. તમારો જ્ઞાની વિષે શો ખ્યાલ છે ? એ શરીર છે કે બીજું કંઈ ? જો શરીર નથી, તો શરીર એના પર શી અસર કરી શકે ? ગ્રંથોમાં વિદેહમુક્તિ, જીવન્મુક્તિ વગેરે ઘણા મોક્ષના પ્રકારો વર્ણવ્યા છે. માર્ગમાં તબક્કાઓ હોઈ શકે. મોક્ષમાં એ હોતા નથી. D. D. 155
- સા. પ્રેમ બેની અપેક્ષા રાખે છે. આત્મા પોતાનું પ્રેમપાત્ર કેવી રીતે બને ?
- ભ. પ્રેમ આત્માથી જુદો નથી. જુદા પદાર્થ પ્રત્યેનો પ્રેમ નીચી કક્ષાનો છે, એ કાયમી ન હોઈ શકે. આત્મા કે ઈશ્વર સ્વયં પ્રેમ છે. T. 433
- પ્રકૃતિ અને પ્રગતિના તબક્કા પ્રમાણે જે સાધકોને ભક્તિમાર્ગ સાથે સંકળાયેલાં વિધિવિધાનો આવશ્યક લાગતાં, તેમને માટે ભગવાન એની પરવાનગી આપતા.*
- સા. પુરોહિતવર્ગ વિવિધ પૂજા અને પ્રાર્થનાની પદ્ધતિઓ પર ભાર મૂકે છે અને કહે છે કે એમને ન અનુસરવું પાપ છે. ધાર્મિક સમારોહ અને પૂજા-પ્રાર્થનાની આવશ્યકતા ખરી ?
- ભ. હા. પૂજા-પ્રાર્થના પણ જરૂરી છે. તમને એની આવશ્યકતા ન જણાય પણ બીજાઓ માટે એ જરૂરી છે. જે બાળક માટે જરૂરી છે એ સ્નાતક માટે નથી. સ્નાતકને પણ શૈશવમાં શીખેલા મૂળાક્ષરોનો ઉપયોગ કરવો પડે છે. એ એના ઉપયોગ તેમજ મહત્ત્વને જાણે છે. D. D. 79
- પૂજા હિન્દુ દેવ દેવીઓમાંથી કોઈ એક પર મનને એકાગ્ર કરવાનું સાધન છે. એક ઈશ્વરને એની વિવિધ વિભૂતિઓના રૂપમાં ભજવાનો હિન્દુઓનો આ પ્રાચીન વૈદિક માર્ગ છે.*
- સા. અધ્યાત્મના પ્રશિક્ષણ માટે કયા પગલાં લેવા જોઈએ ?
- ભ. એ સાધકની પ્રકૃતિ પર આધાર રાખે છે.
- સા. હું મૂર્તિની પૂજા કરું છું.
- ભ. એ ચાલુ રાખો. એનાથી મન એકાગ્ર થશે. એકાગ્ર થાઓ, એટલે છેવટે બધું સારું થશે. લોકો સમજે છે કે મોક્ષ પોતાનાથી બહાર ક્યાંક શોધવાનો છે. એ ભૂલ છે. તમારી અંદર નિરંતર વસતા આત્માને જાણવો એ મોક્ષ છે. મનને એકાગ્ર કરો એટલે એ તમને મળશે. મન સંસારચક્ર છે.

- સા. મારું મન ઘણું ચંચળ છે. મારે શું કરવું ?
- ભ. મનને કોઈ પવિત્ર વસ્તુ પર કે વિચાર પર એકાગ્ર કરો અને વળગી રહેવાનો પ્રયત્ન કરો. છેવટે બધું ભલું થશે.
- સા. મને એકાગ્ર થવું અઘરું લાગે છે.
- ભ. અભ્યાસ ચાલુ રાખો. એકાગ્રતા શ્વાસોચ્છ્વાસની જેમ સ્વાભાવિક બનશે. એ સફળતાનું શિખર હશે. T. 31

ભગવાન દેવદેવીઓના દર્શન ( Vision - દિવ્ય કાલ્પનિક દૃશ્ય ) ની ઈચ્છાને માન્ય ન રાખતા. કોઈપણ ઈચ્છાને - જલ્દી સાક્ષાત્કાર કરવાની ઈચ્છાને પણ - માન્ય ન રાખતા.

- સા. પોલેન્ડના કુમારી ઉમાદેવીએ હિન્દુ ધર્મ સ્વીકાર્યો હતો. એમણે ભગવાનને કહ્યું : અગાઉ મેં આપને જણાવ્યું હતું કે જ્યારે મેં હિન્દુ ધર્મ સ્વીકાર્યો એ સમયગાળામાં મને ભગવાન શિવનાં કાલ્પનિક દર્શન થયા હતાં. એવો અનુભવ ફરી વાર કોર્તાલમમાં થયો હતો. પરંતુ આવું કાલ્પનિક દર્શન ક્ષણિક હોય છે છતાં આનંદદાયક હોય છે. જાણવા માગું છું કે એને કાયમી કેવી રીતે બનાવી શકાય ? ચોતરફ મને જે કાંઈ દેખાય છે એમાં શિવ વિના જીવન નથી. એમનું સ્મરણ ખૂબ આનંદ આપનારું છે. એમના દર્શનને કાયમી કેવી રીતે બનાવી શકું ?
- ભ. તમે શિવના દર્શનની વાત કરો છો. દર્શન દૃશ્યની હયાતી અને દ્રષ્ટા જોનારની હયાતી સૂચવે છે. દર્શનનું મૂલ્ય એને જોનારના મૂલ્ય જેટલું છે. એટલે કે દર્શનનું સ્વરૂપ દ્રષ્ટાની ભૂમિકાની સમાંતર છે. જે દેખાય એ અદૃશ્ય પણ થાય. તેથી કોઈ પણ દર્શન શાશ્વત ન હોઈ શકે. પરંતુ શિવ શાશ્વત છે. શિવદર્શન જોનારની દૃષ્ટિ, એની પાછળ રહેલી બુદ્ધિ, અને છેવટે જોનારના આધાર તરીકે રહેલી ચેતનાના અસ્તિત્વને સૂચવે છે. સાધક માને છે એટલું આવું દર્શન સાચું હોતું નથી. કારણ કે એ સાક્ષાત્ કે અપરોક્ષ નથી, સહજ અને સૌથી નજીકનું નથી. એ પ્રાથમિક છે. એ બધા સ્તરોમાં ચૈતન્ય એવી વસ્તુ છે જે કદી બદલાતી નથી તેથી એ શાશ્વત છે, એ શિવ છે. દર્શન દ્રષ્ટા પર આશ્રિત છે. દ્રષ્ટા આત્મચૈતન્યને નકારી ન શકે. એવી એક પણ ક્ષણ નથી, જ્યારે ચૈતન્યસ્વરૂપ આત્મા હયાત ન હોય, અને દ્રષ્ટા ચૈતન્યથી અલગ રહી શકે નહીં. એ ચૈતન્ય કાયમી સત્તા છે અને કેવળ સદ્રૂપ છે. દ્રષ્ટા જે રીતે દૃશ્ય જુએ છે એ રીતે પોતાને

જોઈ શકતો નથી : પણ તેથી એ પોતાના અસ્તિત્વને નકારી શકે નહીં. આ કારણે જોવું નહીં, પણ હોવું એ સાચું દર્શન છે. હોવું એટલે આત્મસાક્ષાત્કાર. તેથી “હું છું - તે હું છું” હું છું એ શિવ છે. એના વિના બીજું કશું હોઈ શકે નહીં. દરેક વસ્તુની સત્તા શિવમાં, શિવને કારણે છે. તેથી હું કોણ છું ? એની શોધ કરો. પોતાની અંદર ઊંડા ઉતરો, અને આત્મા રૂપે રહો. એ સદ્વસ્તુ શિવ છે. એનાં દર્શનની વારંવાર અપેક્ષા ન રાખો. શિવમાં અને જે બધી વસ્તુઓ તમે જુઓ છો, એમાં શો તફાવત છે ? શિવ દ્રષ્ટા અને દેશ્ય બંને છે. તમે શિવ વિના હોઈ ન શકો. શિવ હમેશાં અત્યારે અને અહીં પણ, હાજર છે. તમે શિવનો સાક્ષાત્કાર કર્યો નથી એવો ખ્યાલ ભૂલ ભરેલો છે, અને એ ખ્યાલ જ સાક્ષાત્કારમાં વિદ્વંસ રૂપ છે, એને ત્યજો એટલે સાક્ષાત્કાર હાજર છે.

સા. હા. પણ હું એને જલ્દી શી રીતે સિદ્ધ કરી શકું ?

ભ. એ સાક્ષાત્કારમાં બીજું વિદ્વંસ છે. શિવ વિના કોઈ વ્યક્તિ ન હોઈ શકે. અત્યારે પણ તમે એ જ છો. એમાં સમયનો પ્રશ્ન નથી. કોઈ ક્ષણ સાક્ષાત્કાર વિનાની હોય તો એનો પ્રશ્ન ઊભો થાય. પણ તમે શિવ વિના ન હોઈ શકો. શિવ પહેલેથી સાક્ષાત્ છે. કદી પણ સાક્ષાત્ ન હોય એવું નથી. શિવના શરણમાં અને તેમની ઈચ્છા મુજબ રહો, ભલે તેઓ પ્રગટ થાય કે ન થાય. એમની પ્રસન્નતાની રાહ જુઓ. તમે એમને તમારી ઈચ્છા પ્રમાણે વર્તવાનું કહો એ શરણાગતિ નહીં, આજ્ઞા થઈ. તમે એમને આજ્ઞાંકિત્ થવાનું કહો અને સાથે સાથે એમ પણ કહો કે તમે આત્મસમર્પણ કર્યું છે, તો એ બરાબર નથી. તમારે માટે શું સારું છે એ તેઓ જાણે છે. એ ક્યારે અને કેવી રીતે કરવું એ પણ તેઓ જાણે છે. બધું એમની પર છોડી દો. બોજ એમનો છે. તમારે કોઈ ફિક્કર કરવી જરૂરી નથી. તમારી બધી ચિંતા એમની છે. આ ભક્તિ કે શરણાગતિ છે. T. 450

સા. ઈશ્વરદર્શન ભવ્ય હોય છે ?

ભ. તમારો આત્મા તમારી ભાવના પ્રમાણે દેશ્ય બની તમારી સંમુખ પ્રગટ થાય એ ઈશ્વર દર્શન છે. તમારે ફક્ત આત્માને ઓળખવાનો છે. એમાં બધું આવી જાય છે. T. 621

ભગવાન ઘણીવાર કહેતા કે ઈશ્વરને જાણવો એટલે એને પ્રેમ કરવો. તેથી જ્ઞાન અને ભક્તિ છેવટે એક છે.

### જપ

જપ એટલે ઈશ્વરના નામનું - મંત્રનું રટણ કરવું અને માનસિક રીતે એનું આવાહન કરી, એની હાજરીનો અભ્યાસ કરવો. દુનિયાના બધા ધર્મોમાં સૌથી વધુ પ્રચલિત આધ્યાત્મિક પ્રશિક્ષણની આ સહેલી રીત છે. ઈશ્વર સાથે નિકટનો સંબંધ અને પ્રેમ કરવાની આ રીત ભક્તિમાર્ગની સહિયર છે. ભગવાન અને માન્ય ગણાતા મંત્રની દિક્ષા અધિકારી ગુરુ પાસેથી મેળવવી જોઈએ, એ વાત મંત્રી અને રાજાના દાખલામાં સમજાવી છે. ભગવાન મંત્ર જપની પરવાનગી આપતા, પણ જવલ્લે જ. મંત્રજપ વખતે ધ્વનિ ક્યાંથી ઉત્પન્ન થાય છે, એ તરફ લક્ષ રાખવાની સલાહ પણ આપતા.

સા. મંત્રજપનો હેતુ શો છે ?

ભ. ઝુંકાર, રામ, પ્રભુ અથવા બીજો કોઈ પણ મંત્ર જપવામાં મુખ્ય મુદ્દો એક વિચાર સિવાય બીજા બધા વિચારોને દૂર રાખવાનો છે. મંત્રજપમાં જેટલો ભક્તિભાવ વધારે એટલું સારું પરિણામ આવે છે.

સા. જ્યારે કલાક અથવા એથી થોડો વધારે સમય મંત્રજપ કરું છું, તો ઊંઘ જેવી અવસ્થા ઉત્પન્ન થાય છે. જાગ્યા પછી યાદ આવે છે કે જપમાં વિક્ષેપ થયો, એટલે ફરીથી જપ ચાલુ કરું છું.

ભ. ઊંઘ જેવી અવસ્થા ! બિલકુલ બરાબર છે. એ તમારી સહજ અવસ્થા છે. અત્યારે તમે અહંકાર સાથે તાદાત્મ્ય કરો છો, તેથી એને તમે વિક્ષેપ ગણો છો. તેથી તમારે આવા અનુભવનો વારંવાર અભ્યાસ કરવો જોઈએ. જ્યાં સુધી તમને ખાત્રી થાય કે એ તમારી સ્વાભાવિક અવસ્થા છે ત્યારે તમને સમજાશે કે જપ મનની બાહ્યક્રિયા છે. છતાં એ આપમેળે ચાલુ રહેશે. તમે તમને પોતાને અત્યારે જપ કરનાર મન સાથે એકરૂપ ગણો છો, તેથી તમારો પ્રશ્ન ઉત્પન્ન થયો છે. મંત્રજપનો હેતુ, બીજા બધા વિચારોને દબાવી દઈ, ફક્ત એક વિચારને વળગી રહેવાનો છે. એનાથી ચિત્તની તલ્લીનતા ઉત્પન્ન થાય છે જે આખરે આત્માનુભવમાં કે જ્ઞાનમાં પરિણમે છે.

સા. મારે નામજપનો અભ્યાસ કેવી રીતે કરવો જોઈએ ?

ભ. માણસે ઉપરછલ્લી કે યાંત્રિક રીતે પ્રેમભક્તિના ભાવવિના ઈશ્વરના નામનો ઉપયોગ ન કરવો જોઈએ. જ્યારે પ્રભુના નામનું ઉચ્ચારણ કરો ત્યારે તીવ્ર

અભીપ્સાથી પ્રભુનું આવાહન કરવું જોઈએ, એની હાજરી અનુભવવી જોઈએ, અને એની સમક્ષ પૂર્ણ આત્મ સમર્પણ કરવું જોઈએ. આવું પૂર્ણ આત્મ નિવેદન થાય પછી હરિનામ સતત તમારી સાથે રહેશે.

શરૂઆતના તબક્કામાં ગુરુ કે ઈષ્ટ દેવની મૂર્તિનું મનના નેત્રથી દર્શન કરતાં કરતાં જપ કરવો જોઈએ.

- સા. હું ઈષ્ટ દેવનું નામ લઈ શ્વાસ અંદર લઉં છું અને સાંઈ બાબાનું નામ લઈ બહાર કાઢું છું અને સાથે સાથે સાંઈ બાબાનું સ્વરૂપ નિહાળું છું. ભગવાનમાં પણ હું સાંઈબાબાને જોઉં છું. બંનેનો બહારનો દેખાવ સરખો છે. ભગવાન પાતળા છે. બાબા ખડતલ હતા. મારે આ પદ્ધતિ ચાલુ રાખવી કે બદલવી જોઈએ ? મારી અંદરથી મને કોઈ એમ કહે છે કે જો હું આમ નામરૂપને વળગી રહીશ, તો કદી પણ એમનાથી પર નહીં જઈ શકું, અને છોડી દઈને પછી શું કરવું, એ મને સમજાતું નથી. આ વિષે આપ મને માર્ગદર્શન આપો.
- ભ. તમારે તમારી આ પદ્ધતિ ચાલુ રાખવી જોઈએ. જપ નિરંતર ચાલુ રહે અને બીજા બધા વિચારો શાન્ત થાય ત્યારે સાધક એના સાચા સ્વરૂપમાં - દિવ્ય તલ્લીનતામાં - સ્થિર થાય છે. આપણુ મન બહારની સાંસારિક વસ્તુઓ તરફ વળેલુ રાખીએ છીએ તેથી આપણા સાચા સ્વરૂપ-નિત્ય તન્મયતા-વિષે સભાન રહેતા નથી. જ્યારે સભાન પ્રયત્ન વડે, પ્રભુનું ધ્યાન-આવાહન કરીને, મનને બીજી બધી વસ્તુઓ વિષે વિચાર કરતું રોકીએ છીએ ત્યારે જે બાકી રહે છે એ આપણો અસલ સ્વભાવ કે તદ્રૂપતા છે. જ્યાં સુધી તમે તમને પોતાને નામરૂપ ગણો છો ત્યાં સુધી ઈશ્વરના ધ્યાનમાં નામરૂપથી છટકી શકતા નથી. જ્યારે તમને સમજાશે કે તમે નામરૂપ નથી ત્યારે નામરૂપ આપમેળે છૂટી જશે. બીજા કોઈ પ્રયત્નની જરૂર નહીં રહે. નામજપ અને ધ્યાન સ્વાભાવિક રીતે તમને એ તરફ દોરી જશે. નામજપ અત્યારે સાધન છે એ સાધ્ય બની જશે. ઈશ્વર અને એનું નામ એ બંને અભિન્ન છે. D.D. 146, 147

ઉપરના ફકરામાં જણાવ્યું એમ, નામજપ ધ્યાનમાં પરિણમે છે. તેથી મોટેથી કરવામાં આવતા જપ કરતાં, મૌન જપ વધારે સારો છે, કારણ કે એ આંતરિક છે.

- સા. મૌખિક અને માનસિક જપમાં શો તફાવત છે ?
- ભ. મૌખિક જપમાં જે ધ્વનિ છે એ વિચારમાંથી ઉત્પન્ન થાય છે. માણસે બોલતાં



પહેલાં વિચારવું પડે છે. વિચારસમૂહ મન છે. તેથી મૌખિક જપ કરતાં માનસિક જપ વધારે સારો.

- સા. મંત્રનું ધ્યાન કરતાં કરતાં, એને મોઢેથી પણ બોલવો એ સારું નહીં ?
- ભ. નામજપ માનસિક બને પછી એને મોઢેથી ઉચ્ચારવાની જરૂર નથી. માનસિક જપ એટલે ધ્યાન. ધ્યાન, ચિંતન અને માનસિક જપ એક વસ્તુ છે. વિચારોની અવ્યવસ્થા દૂર થાય, બીજા બધા વિચારોની જગ્યાએ એક જ વિચાર ચાલુ રહે, એને ધ્યાન કે મનન કહે છે. ધ્યાન કે નામજપનો હેતુ ઘણા વિચારોને બદલે મનને એક વિચાર પર સ્થિર કરવાનો છે. પછી એ એક વિચાર પણ એના જન્મસ્થાનમાં વિલીન થાય છે એ શુદ્ધ ચૈતન્ય કે આત્મા છે. પહેલાં મન નામજપમાં જોડાય છે, પછી પોતાના મૂળમાં વિલીન થાય છે. T. 328

પૂજન, નામજપ, અને ધ્યાન, શરીર, વાણી અને મનથી થાય છે અને એ ત્રણની મૂલ્યવત્તા ક્રમશઃ વધતે અંશે છે એ વાતમાં સંશય નથી. વિશ્વને આઠ મૂર્તિધારી શિવનું પ્રગટ સ્વરૂપ માની કોઈપણ રીતે એનું કરેલું પૂજન ઈશ્વર પૂજન છે.

સ્તુતિપાઠ કરતાં ઊંચે અવાજે કરેલો મંત્રજપ, એના કરતાં ધીમા અવાજે કરેલો નામજપ ઉત્તમ છે. પણ મનથી થતો નામજપ સર્વશ્રેષ્ઠ છે - એ જ ધ્યાન છે.

તૂટક તૂટક ધ્યાનાભ્યાસ કરતાં, તેલની ધારા કે જળના પ્રવાહ જેવું નિરંતર ધ્યાન વધારે સારું છે. E.1.4-7

### કર્મયોગ

અગાઉ એક પ્રકરણમાં ચર્ચા થઈ ગઈ હોવાથી, અહીં આ વિષયમાં ઓછું કહેવાનું છે. એક બાજુ શ્રી મહર્ષિ નિરર્થક કામગીરી છોડવાનો ઉપદેશ આપતા, તો બીજી તરફ કર્મને ત્યજવાના પ્રયત્નને પણ પ્રોત્સાન ન આપતા, જીવનનાં દૈનંદિન આવશ્યક કર્મ, અનાસક્ત ભાવે, આત્માનુસંધાનનો આંતરિક પ્રયત્ન છોડી દીધા વિના, કરવાનો તેઓ ઉપદેશ આપતા.

- સા. અહંકારની પકડ શિથિલ શી રીતે થાય ?
- ભ. એમાં નવી વાસનાઓ ન ઉમેરીને. T. 173

- સા. કર્મ કેવી રીતે મદદ કરી શકે ? પહેલેથી ભારે બનેલા, અને ફેંકી દેવાના બોજમાં વધારો નહીં કરે ?
- ભ. નિરહંકાર ભાવે કરેલાં કર્મ ચિત્તને શુદ્ધ કરે છે અને ધ્યાનમાં સ્થિર થવામાં મદદ કરે છે.
- સા. પણ કોઈ કર્મ ત્યાગીને, નિરંતર ધ્યાન કરવા માગે તો ?
- ભ. પ્રયત્ન કરી જુઓ. તમારાં જન્મજાત વલણો એમ નહીં કરવા દે. ગુરુકૃપાથી એ વલણો નબળાં થાય, એમ ધીરે ધીરે ધ્યાન વધતું ચાલે છે. T. 80

### પદ્ધતિઓની શ્રેણી

ભગવાન બધી પદ્ધતિઓને માન્ય રાખતા. તેઓ એમની સીધી કે આડકતરી અને વધારે કે ઓછી અસરકારકતાના ક્રમમાં શ્રેણી પણ ગોઠવતા. આ હકીકત ગયા પ્રકરણના અંતમાં 'ઉપદેશસાર'નાં ચારથી સાત શ્લોકોમાં જોઈ શકાય છે. નીચેનું વિવરણ પણ આ વાતનું સમર્થન કરે છે.

બહારના પદાર્થોની નશ્વરતાના નિરક્ષણથી વૈરાગ્ય થાય છે. આવું નિરીક્ષણ-પરીક્ષણ પહેલું અને સૌથી મહત્વનું પગલું છે. જ્યારે આ વિચારણા આપોઆપ આગળ વધે, એટલે ધન, યશ, આરામ અને સુખ સગવડો તરફ ઉદાસીનતા થાય છે. ત્યાર પછી હૃદયમાં અહં-વિચારના મૂળ સુધી આંતરિક તપાસથી પહોંચાય છે. એ અંતિમ ધ્યેય છે.

છતાં સ્વભાવથી જે સાધકમાં આત્મ-વિચારની યોગ્યતા ન હોય, એણે ભક્તિમાર્ગે આગળ વધવું જોઈએ. ઈશ્વર, ગુરુ, માનવતા, નૈતિક મૂલ્યો, અથવા સૌન્દર્યના આદર્શ પ્રત્યે ભક્તિ કેળવી શકાય. આવી ભક્તિ જ્યારે માણસનો કબજો લે છે, ત્યારે બીજી આસક્તિઓ નબળી પડે છે અને શાન્ત તટસ્થતા વિકસે છે. ભક્તિના લક્ષ્ય માટે આસક્તિ વધે અને છેવટે એના પર પુરું પ્રભુત્વ સ્થાપે ત્યારે કોઈ અવલંબન વિના પણ એકાગ્ર થઈ શકે છે. આ ભૂમિકામાં ઈષ્ટ દેવનાં દર્શન વગેરે આલૌકિક અનુભવો કેટલાકને થાય છે પણ કેટલાકને નથી થતા.

જેને આત્મ-વિચાર અને ભક્તિનો માર્ગ પસંદ ન હોય એ યોગ માર્ગનો આશ્રય કરી, પ્રાણાયામથી શાન્તિ મેળવી શકે છે. માણસનું જીવન ભયમાં હોય તો એનું ધ્યાન એને બચાવવા તરફ જાય છે. શ્વાસને રોકવામાં

આવે, તો મન એના પ્રિય વિષયો તરફ બહાર કૂદકા મારી શકતું નથી, તેથી એને શાન્ત રહેવાની ફરજ પડે છે. શ્વાસ રોક્યો હોય ત્યાં સુધી મન સ્થિર રહે છે. લક્ષ્ય શ્વાસ પર કેન્દ્રિત થયું હોય ત્યારે બીજી પ્રવૃત્તિ થઈ શકતી નથી. આવી શાન્ત સ્થિતિમાં કોઈ કારણસર ઉત્તેજના થાય, તો શ્વાસ અનિયમિત બને છે. સુખનો અતિરેક, શોકના અતિરેક જેટલો દુઃખદાયી હોય છે. આ બંને દરમ્યાન શ્વાસ ક્ષુબ્ધ થાય છે. ખરું સુખ શાન્તિમાં રહેલું છે. મોજ મઝાનું સુખ સાચું સુખ નથી.

કેટલાકને પ્રકૃતિના કારણે પહેલા બે માર્ગો માફક ન આવતા હોય, અને યોગમાર્ગ ઘડપણના કારણે અનુકૂળ ન હોય, તો સામાજિક સેવા, સારાં કામોનો કર્મમાર્ગ અનુસરી શકે. આ માર્ગે વ્યક્તિનાં સારાં વલણોનો વિકાસ થાય છે, અને સત્કર્મ વડે સંતોષ મેળવે છે. તેથી એનો અહંકાર નબળો પડે છે અને સારું પાસું ખીલવા માંડે છે. આ રીતે સમય જતાં અગાઉ જણાવેલા ત્રણ માર્ગોમાંથી કોઈ એક માટે યોગ્યતા કેળવાય છે અથવા કેવળ કર્મમાર્ગ વડે જ આંતર દૃષ્ટિ ખૂલી શકે અને મોક્ષસિદ્ધિ પણ મેળવી શકાય છે. T. 27

**દયેય**

- સા. આત્માસાક્ષાત્કારનો હેતુ શો છે ?
- ભ. આત્મસાક્ષાત્કાર સ્વયં હેતુ અને ધ્યેય છે.
- સા. એનો શો ઉપયોગ છે ?
- ભ. તમે તમારી વર્તમાન સ્થિતિમાં સંતુષ્ટ કેમ નથી ? શા માટે આત્મસાક્ષાત્કાર વિષે પ્રશ્ન પુછો છો ? આ અસંતોષ આત્માને અનુભવવાથી દૂર થાય છે. T. 487  
ઉપરનો પ્રશ્ન જવલ્લેજ પૂછાતો, કારણ કે ભગવાન પાસે આવનારા એટલું તો સમજતા હતા કે અજ્ઞાનદશા - ખ્રિસ્તીઓ જેને મનુષ્યની પતિત દશા કહે છે - ઈચ્છવા યોગ્ય નથી, અને આત્માનુભવ અંતિમ લક્ષ્ય છે. નીચેનો પ્રશ્ન ગંભીરતાથી પૂછાયો છે, તેથી ઉત્તર પણ ઊંડાણમાં જાય છે.
- સા. આ પ્રક્રિયાનું લક્ષ્ય શું છે ?
- ભ. આત્માની ઓળખ. સત્યને સત્ય તરીકે જાણવું.
- સા. સત્યનું સ્વરૂપ કેવું છે ?
- ભ. (અ) આદિઅંતરહિત સત્તા, શાશ્વત અસ્તિત્વ.  
(બ) સર્વત્ર વ્યાપક, અનંત અસ્તિત્વ.  
(ક) બધાં રૂપ, પરિવર્તન, શક્તિ, ભૌતિક દ્રવ્ય, અને બધી ચેતનાના આધાર રૂપે રહેલી સત્તા. બધું બદલાય છે, અને નષ્ટ થાય છે, એક હંમેશાં રહે છે.  
(ડ) જ્ઞાતા, જ્ઞાન અને જ્ઞેયની ત્રિપુટીની જગ્યા એક લે છે. ત્રિપુટી દેશ કાળમાં થતો દેખાવ છે. સત્ય એનાથી પર, એની પાછળ રહે છે. ત્રિપુટી અનંત સત્યમાં જણતા મૃગજળ જેવી છે અને સત્યના અજ્ઞાનથી પેદા થયેલા ભ્રમથી દેખાય છે.
- સા. જો 'હું' પણ ભ્રમ હોય, તો ભ્રમનો ત્યાગ કોણ કરે છે ?
- ભ. હું, ભ્રમરૂપ 'હું' નો ત્યાગ કરીને પણ હું - હું રહે છે. આત્માનુભવનો આવો વિરોધાભાસ છે. જ્ઞાની પુરુષો એમાં કોઈ વિરોધ જોતા નથી. T. 28  
ઘણા તત્ત્વચિંતકો અને ધર્મગુરુઓ આત્મ-સાક્ષાત્કારનો અર્થ સમજતા નથી, તેથી એની ખોટી રજૂઆત કરે છે. ક્યારેક વિરોધ કરી, ઊતારી પણ પાડે છે. ભગવાને

અહીં સમજાવ્યું, એમ એનો અર્થ જે સત્ય છે કે જેનું અસ્તિત્વ છે, એને અનુભવવું એવો થાય છે. સત્ય સદાકાળ જેવું છે, તેવું રહે છે. એમાં કોઈ પરિવર્તન થતું નથી, ભલે કોઈ એને જાણે કે ન જાણે. એમને સત્ય સમજવામાં મળતી નિષ્ફળતા સમજી શકાય એમ છે, કારણ કે તેઓ સત્યને મનના માધ્યમથી સમજવા માગે છે. સત્ય જ્ઞાતા, જ્ઞાન, અને જ્ઞેયની ત્રિપુટીથી પર છે, જેમાં આ ત્રિપુટી મૃગજળ જેવો દેખાવ છે. આ વિધાનને પણ તેઓ મનથી-મૃગજળમાંના એક ઘટકથી-સમજવા પ્રયત્ન પ્રયત્ન કરે છે. તેઓ એમ સમજી શકતા નથી કે મૃગજળ તેના આશ્રયરૂપે રહેલા સત્ય સુધી પહોંચી શકે નહીં. આ હકીકતને બૌદ્ધિક સ્તરે સમજાય એવી રીતે ભાષામાં રજૂ કરી શકાય નહીં. તેથી ભગવાન સાક્ષાત્કારના સ્વરૂપ અને અર્થ વિષેના પ્રશ્નોને પ્રોત્સાહન આપતા નહીં. ભગવાનનો હેતુ પ્રશ્ન કરનારને મદદ કરવાનો હતો, એના બૌદ્ધિક કુતૂહલને સંતોષવાનો નહીં, તેઓ વારંવાર ભારપૂર્વક કહેતા કે જે જરૂરી છે એ આત્માનુભવ માટેનો પ્રયત્ન છે, એ પ્રયત્નમાં સફળતા મળ્યા પછી, કોઈ પ્રશ્ન નહીં રહે.

ભ. કેટલાક લોકો અહીં આવીને પોતાના વિષે કાંઈ પૂછતા નથી પણ જીવન્મુક્ત વિષે પૂછે છે : એ જગતને જુએ છે ? પ્રારબ્ધ ભોગવે છે ? શરીર છૂટતાં પહેલાં કે પછી મોક્ષ મળે ? મુક્ત પુરુષનું શરીર ચમત્કારિક રીતે પ્રકાશમાં વિલીન થાય કે નહિ ? મુક્તિ પછી, ભૌતિક શરીર રહે, તો એને મુક્ત કહેવાય ખરો ? એમના પ્રશ્નોનો અંત નથી. માણસે આ બધાની ચિંતા શા માટે કરવી જોઈએ? મોક્ષ આવા પ્રશ્નોના જવાબમાં રહેલો છે ? તેથી હું એમને કહું છું કે મોક્ષની વાત છોડો. પહેલાં વિચારો કે બંધન જેવું કાંઈ છે કે નહીં. તમારી પોતાની તપાસ સૌ પહેલાં કરો. T. 578

ભગવાન કોઈ વાર કહેતા કે આત્મસાક્ષાત્કારની વાત કરવી એ ભ્રમ - ભ્રામક જેલમાંથી ભ્રામક છૂટકારો - છે. લોકો અનાત્માને આત્મા ગણીને, અસત્યને સત્ય સમજીને, ભ્રમમાં ભટકી રહ્યા છે. તેમને તેમાંથી છોડાવવા આત્મસાક્ષાત્કારની વાતના બીજા ભ્રમનો ઉપયોગ કરવો પડે છે. કાંટો કાઢવા કાંટો વાપરવો પડે એના જેવી આ બાબત છે. આત્મા હંમેશાં આત્મા જ રહે છે, એમાં સાક્ષાત્કાર જેવું કાંઈ નથી. જે કાંઈ છે એ બધું આત્મા છે, અને આત્મા સિવાય કાંઈ નથી, તો કોણે શેનો સાક્ષાત્કાર કરવાનો છે અને શી રીતે ? D. D. 232 - 233

ધર્મગુરુઓમાં એવી માન્યતા પ્રવર્તે છે કે આત્મસાક્ષાત્કાર અને સંતપણું એ

બે જુદી બાબતો છે, અને જગતના ધર્મોમાં કેટલાક આત્મસાક્ષાત્કાર પર ભાર મૂકે છે, તો બીજા કેટલાક સંતપણાપર ભાર મૂકે છે. આ માન્યતા ખોટી છે. હિન્દુ ધર્મમાં અને દુનિયાના બીજા બધા ધર્મોમાં સાક્ષાત્કારી સંતો થયા છે, અને તેઓમાં ઘણી ભિન્નતા જોવા મળે છે. એમની વ્યક્તિગત લાક્ષણિકતા પણ ભિન્ન હોય છે. કેટલાક આનંદઘેલા બની નાચે છે, ગાય છે, તો કેટલાક ધીર - પ્રશાન્ત હોય છે. કેટલાક કઠોર તપ કરે છે, તો કેટલાક સૌમ્ય અને માયાળુ હોય છે. કેટલાક તત્ત્વજ્ઞાનવિષે સૂક્ષ્મ તર્ક કરતા પંડિત હોય છે, તો કેટલાક નિરક્ષર, સાદા, ભોળા હોય છે. સિદ્ધિની દૈષ્ટિએ પણ એમનામાં ભેદ હોય છે. કેલાટક અલૌકિક શક્તિ ધરાવનારા હોય છે, તો કેટલાક શાન્તિના સાગરમાં નિમગ્ન રહે છે. કેટલાક માનસેવામાં પ્રેમ પૂર્વક જોડાયેલા હોય છે, તો કેટલાક સદંતર ઉદાસીન રહેનારા હોય છે. આ બધામાં સામાન્ય માનવોમાં કદી પણ જોવા ન મળે એવી પવિત્રતા હોય છે. એમની અવસ્થા પૃથ્વી પર જીવતા, બીજા સાધારણ માણસો જેવી બહારથી દેખાતી હોવા છતાં, આંતરિક રીતે દિવ્ય હોય છે. અને છતાં આ બધું આત્મ-સાક્ષાત્કાર કરતાં ઓછું છે. આ બધું દ્વૈતના ક્ષેત્રમાં છે, જ્યાં ઈશ્વર કે આત્મા “અન્ય” છે, જ્યાં પ્રાર્થના જરૂરી છે, અને દિવ્ય પ્રાકટ્ય સંભવિત છે. સૈદ્ધાન્તિક દૈષ્ટિએ તેઓ સામાન્ય મનુષ્ય જેટલા આત્મસાક્ષાત્કારથી દૂર છે. કારણ કે પૂર્ણ સત્ય, અને ગુણમયી માયાનું સત્ય, અનન્ત અને સાન્તમાં સરખું પરિમાણ ન હોઈ શકે. દસ લાખ, સો કરતાં અનંતની વધારે નજીક નથી. આ વિશાળ ખાઈની સમજણ પેલી બૌદ્ધ કથામાંથી મળે એમ છે. એક માણસ, જે રત્ન એના ગળામાં પહેરેલું હતું, એની શોધમાં આખી પૃથ્વી ખૂંદી વળ્યો. આખરે એક મિત્રે એનું ધ્યાન એ તરફ દોર્યું, ત્યારે એની શોધમાં, વર્ષો સુધીનું એનું ભ્રમણ એની નજીક લઈ જતું જણાતું નથી. છતાં જો એણે શોધ શરૂ ન કરી હોત તો એ એને મળ્યું ન હોત. સંત, સામાન્ય મનુષ્ય કરતાં સાક્ષાત્કારની વધુ નજીક છે, એમ કહી શકાય, જેમ સામાન્ય માનવ કૂતરા કરતાં એની વધુ નજીક છે, પણ બંને અલગ વ્યક્તિ હોવાના ભ્રમમાં સમાન છે.

સંતોની સિદ્ધિમાં જેમ ઓછાવત્તાપણું હોય છે, એમ સ્વર્ગમાં પણ ઊંચી અને નીચી શ્રેણી હોય છે. એનો આધાર દીક્ષાની તીવ્રતા અને સીધા કે આડકતરા માર્ગનું અનુસરણ હોય છે. આવા વિષયોના પ્રશ્નોના જવાબ ભગવાન, જો પૂછવામાં આવે તો જ આપતા, કારણકે તેઓ આ વિષયને બહુ મહત્વ ન આપતા. દેખીતી રીતે

ઊંચી, નીચી જણાતી ભૂમિકાઓમાં થઈને સાધકને ઊપર ઊઠાવવાનો એમનો હેતુ ન હતો, પણ સીધા જ પરમ સત્ય તરફ દોરી જવાનો હતો.

સા. આપણે અહીં કરેલાં સત્કર્મોના ફળ રૂપે, મર્યા પછી સ્વર્ગમાં જઈએ છીએ ?  
ભ. સ્વર્ગ તમારા વર્તમાન જેટલું સાચું છે. પણ જો આપણે કોણ છીએ એ વિષે તપાસ કરી આત્માની ભાળ મેળવીએ, તો સ્વર્ગનો વિચાર કરવાની શી જરૂર છે ? T. 31

સા. પરમાત્મામાં વૈકુંઠ છે ?

ભ. પરમાત્મા કે વૈકુંઠ તમારી અંદર નહીં તો બીજે ક્યાં છે ?

સા. પણ સ્વર્ગ પુણ્યશાળી માણસને એની ઈચ્છાથી સ્વતંત્ર દેખાય છે ?

ભ. આ જગત તમને તમારી ઈચ્છાથી દેખાય છે ? T. 385

આ રીતે ભગવાન શક્તિના આધ્યાત્મિક વિકાસમાં તબક્કાઓ સ્વીકારતા, પણ એની વિગતો આપવાનું ટાળતા.

યોગશાસ્ત્રમાં વર્ણવેલાં ચક્રો કરોડરજજુમાં નીચેથી ઉપર તરફ આવેલાં જ્ઞાનતંતુઓનાં કેન્દ્રો છે. એ પ્રત્યેકની પોતાની શક્તિ અને જ્ઞાન છે, જે ત્યાં પહોંચેલા સાધકને પ્રાપ્ત થાય છે. S. D. B. 19

સા. અત્યારે એક એવા સંત હયાત છે જે ઈશ્વરના એક અવતાર પાસેથી પ્રેરણા મેળવે છે અને એની પ્રેરણાથી બોલે છે. શું આ સાચું હશે ?

ભ. તમે તમારી ચોતરફ આ બધું જુઓ છો, એના જેટલું એ સાચું છે.

આત્માની તુલનામાં આ જગત અથવા બીજું કોઈ સૂક્ષ્મ જગત સ્વતંત્રપણે હયાત નથી. કોઈ સંત કે ઊંચી કોટિનો સાધક, આત્માના અદ્વૈતને અંતિમ સત્ય તરીકે જાણ્યા વિના પણ ઊંચી ભૂમિકા કે સિદ્ધિ મેળવી શકે અથવા એની ઝાંખી કરી શકે, પરંતુ એ છેવટની સિદ્ધિ નથી, જેમ અનંતની તુલનામાં મોટી સંખ્યાનું મૂલ્ય નાની સંખ્યા કરતાં વધારે નથી. છતાં, એની પવિત્રતા અને અભીપ્સા એને આ જન્મમાં કે હવે પછીના જન્મમાં અદ્વિતીય પરમ સત્તા કે આત્માનો સાક્ષાત્કાર અવશ્ય કરાવશે.

જે સાધક અંતિમ ધ્યેયને નજરમાં રાખી, પ્રયત્નશીલ છે એણે સિદ્ધિના તબક્કાઓ કે ભૂમિકાઓ લક્ષ્યમાં લેવાની નથી. કાં તો એ જ્ઞાની છે, અથવા નથી. ભગવાન આત્મજ્ઞાન વિષે વિગતવાર રજૂઆત કરતા, કારણ કે સૌને એ તરફ દોરવા એ એમના જીવનનો હેતુ હતો.

- સા. મુક્તિમાં તબક્કાઓ છે ?
- ભ. આત્મસાક્ષાત્કાર અથવા મુક્તિમાં ઊંચા - નીચા સ્તરો કે તબક્કાઓ નથી.
- સા. જેમ પૂર્ણ સત્યની પ્રાપ્તિ પહેલાં પ્રગતિના તબક્કાઓ હોય છે, એમ સત્યમાં સ્તરો હોય છે ?
- ભ. ફક્ત વ્યક્તિના અનુભવમાં સ્તરો હોય છે સત્યમાં નહીં. પહેલાં ન હોય એવી નવી વસ્તુ પ્રાપ્ત કરવાની હોય તો એ અવશ્ય નષ્ટ પણ થાય. પણ પરમ સત્ય સનાતન છે, આ સ્થળે, આ પળે પણ છે. T. 132
- આત્માનુભવમાં સ્તરો નથી. પરંતુ એની છડી પોંકારતી આત્મા કે જાંખી કોઈ શકે, જે હજી કાયમી બની નથી. કોઈવાર આ જન્મમાં આધ્યાત્મિક સાધના ન કરી હોય એવા લોકોને પણ આવી જાંખી થતી હોય છે. જેમ જેમ સાધક, તેના અહંકારને નકારવાના સતત અભ્યાસથી એની અપારદર્શકતા ઓછી કરતો જાય છે એમ એને આ જાંખી વારંવાર થાય છે. પ્લોટિનસ કે માઈસ્ટર એકહાર્ટ જેવા મહાન રહસ્યવાદી ચિંતકો પણ એમના પોતાના કઠ્ઠા પ્રમાણે આવી જાંખી પર આધાર રાખતા હતા કારણ કે એમણે ભગવાનની જેમ આત્મા સાથે કાયમી તાદાત્મ્યની અવસ્થા મેળવી ન હતી.
- ભ. કોઈ માણસ મોટા અધિકારીને એકવાર જુએ એટલાથી એના જેવો બની શકે ખરો ? પણ જો એ પ્રયત્ન કરે અને એ સ્થાન માટે પાત્રતા મેળવે તો જરૂરથી એવો બની શકે. એ પ્રમાણે જે અહંકાર મનના બંધનમાં છે એ એક વખત પોતે આત્મા છે એવી જાંખી કરે, એટલાથી દિવ્ય, અદ્વિતીય આત્મા બને ખરો ? મનના વિનાશ સિવાય આત્મા બનવું સંભવિત નથી. રાજાને એક વાર જોઈને પોતાને રાજા જાહેર કરવાથી કોઈ ભિક્ષુક રાજા ન બની શકે.
- સા. એક વાર આત્મસાક્ષાત્કાર થયા પછી, એ ખોવાય ખરો ?
- ભ. આત્માનુભવ સ્થિર થતાં સમય લાગે છે. આત્મા દરેકના સાક્ષાત્ અનુભવનો વિષય છે પણ લોકો જેમ માને છે એમ નહીં. એના વિષે એટલું જ કહી શકાય કે એ જેવો છે તેવો જ રહે છે. અગ્નિ માણસને દગાડે છે પણ મંત્ર કે ચમત્કારિક યુક્તિઓથી એની શક્તિનો પ્રતિબંધ કરવામાં આવે તો દગાડતો નથી. એમ આત્મા હંમેશાં સાક્ષાત્ છે. પ્રગટ છે. પણ વાસનાઓ એને ઢાંકે છે. વાસનાઓની ચંચળતાના કારણે આત્માનુભવને કાયમી બનતાં વાર લાગે છે. તૂટક, તૂટક



આત્માનુભવ પુનર્જન્મ રોકી શકતો નથી અને વાસનાઓ હોય ત્યાં સુધી એ કાયમી બની શકતો નથી. સદ્ગુરુના સાન્નિધ્યમાં વાસનાઓ શાન્ત થાય છે. મન સ્થિર થાય છે, અને સમાધિસુખ અનુભવાય છે. જેમ યુક્તિઓથી અગ્નિ બાળતો નથી, એમ સદ્ગુરુના પ્રભાવથી વાસનાઓ બંધન કરતી નથી. આમ, ગુરુની હાજરીમાં શિષ્ય સાચું જ્ઞાન અને આત્માનુભવ મેળવે છે પણ આત્મામાં કાયમ સ્થિર થવા માટે, એણે આગળનો પ્રયત્ન કરવો પડે છે. એમાં સફળ થતાં એ પોતાની સાચી સત્તા જાણશે અને જીવન્મુક્ત થશે. T. 141

કેટલાક આરામ ખુરશીમાં બેસીને ચિંતન કરનારા શૈક્ષણિક તત્ત્વચિંતકો કહે છે કે આત્મશોધની પદ્ધતિ, સંતોની નમ્રતા અને અભિમાનશૂન્યતા જેવા ગુણો પર આધારિત નથી, પણ પોતાની આત્માની પૂર્ણતા જેવી માની લીધેલી, ઘમંડી પૂર્વધારણા પર આધારિત છે. જો તેઓ આવી ટીકા કરવાને બદલે અહંકારના મૂળ જેવી વાસનાઓને નિર્મૂળ કરવાનો પ્રયત્ન કરે, તો એમને એમની ટીકાની પોકળતા માલુમ પડશે, અને સમજાશે કે આત્માનુસંધાનનો માર્ગ નમ્રતા અને ઘમંડ જેવા બધાં દ્વન્દ્વોથી પર છે, અને અહંકારને નમ્ર બનાવવાનો નહીં પણ એનો સદંતર વિનાશ કરવાનો માર્ગ છે.

ભ. તમે હંમેશા આત્મા છો, પણ તમારી અત્યારની મર્યાદિત ચેતના કે અહંકારને પૂર્ણ ચૈતન્ય કે આત્મા સાથે એકરૂપ ગણવાની ભૂલ કરી ગૂંચવણમાં પડો છો. આવું ખોટું તાદાત્મ્ય અજ્ઞાનને લીધે થાય છે. એને નષ્ટ કરવાનું છે. અજ્ઞાનના નાશની સાથે અહંકારનો પણ નાશ થાય છે. એક કામ કરવાનું છે: અહંકારનો નાશ. પછી સમજાશે કે સાક્ષાત્કાર પહેલેથી જ હાજર છે, અને એને મેળવવા કોઈ પ્રયત્ન જરૂરી નથી. કારણ કે એ બહારની કે નવેસરથી મેળવવાની વસ્તુ નથી, પણ હંમેશાં અને બધે હાજર છે તેથી અહીં અને અત્યારે પણ છે. T. 174

સા. આ પદ્ધતિ સાક્ષાત્કાર માટે સામાન્યપણે સ્વીકારાયેલી જરૂરી સદ્ગુણો કેળવતા ચાલવાની પદ્ધતિ કરતાં વધુ ઝડપી છે ?

ભ. હા, બધા દુર્ગુણો અને દોષો અહંકારને વિંટળાઈને રહે છે. એ અહંકાર જાય એટલે સ્વાભાવિક રીતે સાક્ષાત્કાર પરિણમે છે. T. 146

સંત અને રહસ્યવાદી તત્ત્વચિંતક પછી હવે જાદુ કે ગૂઢવિદ્યાના સાધકની વાતનો ઉલ્લેખ કરવો જરૂરી છે. આવો સાધક સાક્ષાત્કારના માર્ગે એટલા માટે ચાલે છે કે એનાથી અસાધારણ શક્તિઓ પ્રાપ્ત થઈ શકે છે. ભગવાન કદી પણ આ હેતુને

માન્ય કરતા નહીં. આત્માનુભવ પોતાની સાથે આવી શક્તિઓ લાવી શકે છે. નિમ્નનો સમાવેશ ઉચ્ચતમમાં થઈ શકે છે. પરંતુ સિદ્ધિઓની ઈચ્છા, સાક્ષાત્કારમાં વિલંબ ઉત્પન્ન કરે છે. નિમ્નની પાછળ પડવાથી ઉચ્ચતમ બાજુએ રહી જાય છે કે નકારાય છે. અહંકારને નવી અલૌકિક શક્તિઓથી મઢવાનો હેતુ હોય તો એનો એના નાશ સાથે મેળ કેવી રીતે બેસે ? આવો સાધક સાક્ષાત્કારના અર્થ કે સ્વરૂપને સમજતો નથી.

સા. યૌગિક સિદ્ધિઓ કઈ ?

ભ. ઊંચી કે નીચી શક્તિઓ, મનની કે અતિમનસની શક્તિઓ, એમને ધારણ કરનાર વ્યક્તિના સંદર્ભમાં હયાતી ધરાવે છે. એ વ્યક્તિને શોધી કાઢવો એ શ્રેષ્ઠ સિદ્ધિ છે. D. D. 232

જે આત્મનિષ્ઠ બનવા ઈચ્છે છે, એણે, ખરેખર પોતે છે, એ આત્મા કે શુદ્ધ સત્તા તરફ એકાગ્રતા પૂર્વકના લક્ષ્ય માંથી કદી પણ ચલિત ન થવું જોઈએ. એમાંથી જો એ ચલિત થાય, તો એને મનની કલ્પનાઓથી પ્રગટ થતાં વિવિધ દૃશ્યો દેખાય છે. સાધકે આવાં દર્શનોથી ગેરમાર્ગે દોરાવું ન જોઈએ. પ્રકાશ દેખાવો, નાદ સંભળાવો, સાકાર ઈશ્વરનું અંદર કે બહાર વસ્તુસત્તા તરીકે દર્શન થવું, આ બધાને અંતિમ લક્ષ્ય માની લેવાની ભૂલ ન કરવી જોઈએ. આ બધાંને જોનાર બુદ્ધિ સ્વયં મિથ્યા કે માયાવી છે. તો તેના વડે જોવાયેલી વસ્તુઓ કે વસ્તુશૂન્ય દર્શનો સાચાં કેવી રીતે હોઈ શકે ? S. I. II. 16

કેટલાક એવા અણસમજુ માણસો પણ છે, જે સ્વયં ઈશ્વરની શક્તિથી કાર્ય કરવા સમર્થ બને છે એ હકીકત સમજતા નથી, અને બધી દિવ્યશક્તિઓ મેળવવા ઈચ્છે છે. તેઓ લંગડા માણસ જેવા છે, જે એમ કહે છે કે મને જો કોઈ મારા પગ પર ઊભા રહેવા માટે ટેકો આપે તો હું શત્રુદળને જીતી શકું છું.

મુક્તિમાં મનની શાંતિ કાયમી બને છે. જે લોકો મનની ચંચળતા વિના પ્રાપ્ત ન થઈ શકે એવી સિદ્ધિઓ મેળવવાના પ્રયાસમાં મનને જોડે છે, એ મોક્ષના અખંડ આનંદમાં મગ્ન કેવી રીતે થઈ શકે ?

સા. યોગી પોતાના પૂર્વજન્મો જાણી શકે ?

ભ. તમે વર્તમાન જીવનને પૂર્ણ પણે જાણો છો કે ભૂતકાળના જન્મોને જાણવા માગો છો ? વર્તમાન ને સમજો, એટલે બીજું બધું સમજાશે. તમે તમારા અત્યારના

- મર્યાદિત જ્ઞાનથી પણ દુઃખી છો, તો એનાથી વધારે જ્ઞાનનો બોજ તમારી ઉપર શા માટે લાદવા ઇચ્છો છો ? તમારે વધારે દુઃખી થવું છે ?
- સા. બીજાઓને આત્મજ્ઞાન થાય એ માટે ભગવાન ગૂઢ શક્તિનો પ્રયોગ કરે છે કે એમનો સાક્ષાત્કાર જ એ માટે પૂરતો છે ?
- ભ. આત્મજ્ઞાનની શક્તિ બધી ગૂઢ શક્તિઓ કરતાં વધારે સમર્થ છે. જ્ઞાનીમાં અહંકાર હોતો નથી, તેથી એને માટે બીજી શક્તિઓની જરૂર નથી. સૌને આપી શકાય એવો શ્રેષ્ઠ લાભ સુખ છે. સુખ શાંતિમાંથી નિપજે છે. જ્યાં વિક્ષેપ ન હોય, ત્યાં શાંતિનું સામ્રાજ્ય હોય છે. મનમાં એક પછી એક, રોકાયા વિના પ્રગટતા વિચારોથી વિક્ષેપ પેદા થાય છે અને શાંતિ નષ્ટ થાય છે. જ્યારે મન ગેરહાજર હોય ત્યારે સંપૂર્ણ શાંતિ હોય છે. જ્યાં સુધી મનુષ્ય મનનો નાશ ન કરે ત્યાં સુધી એને શાંતિ મળે નહીં, સુખી થઈ શકે નહીં. માણસ સ્વયં સુખી ન હોય તો એ બીજાઓને શાંતિની લહાણી કેવી રીતે કરી શકે ? પરંતુ મન વિનાના જ્ઞાનીની દૃષ્ટિમાં બીજા નથી. તેથી તેના આત્માનુભવનું સત્ય એકલું બીજાઓને સુખી કરવા માટે પર્યાપ્ત છે. M. G. 41-42
- સા. દક્ષિણામૂર્તિસ્તોત્રના છેલ્લા શ્લોકમાં જણાવ્યા પ્રમાણે ઇશ્વરત્વ સાથે સિદ્ધિઓ મળે છે ખરી?
- ભ. પહેલાં ઇશ્વરત્વ મેળવો, પછી પૂછજો. T. 7
- સા. સાધકે આત્મસાક્ષાત્કાર સાથે સિદ્ધિઓની ઇચ્છા રાખવી જોઈએ ?
- ભ. કોઈ સિદ્ધિ આત્મસાક્ષાત્કાર સુધી પહોંચતી નથી. તો એનાથી આગળ કેવી રીત જઈ શકે ? સિદ્ધિની ઇચ્છા એ જ રાખે જે શુદ્ધ ચૈતન્યથી સંતુષ્ટ નથી. આત્માનુભવના પરમ આનંદને અવગણવાનું વલણ હોઈ, તેઓ રાજમાર્ગ છોડી અવળે રસ્તે ચડી જાય છે, અને માર્ગભ્રષ્ટ થવાનું જોખમ વહોરે છે. તેમને સીધા રાજમાર્ગે આગળ વધતા રાખવા માટે, એવું કહેવામાં આવે છે કે આત્માનુભવ સાથે સિદ્ધિઓનું ઐશ્વર્ય જોડાયેલું છે. હકીકતમાં આત્મજ્ઞાનમાં બધાનો સમાવેશ થાય છે તેથી જ્ઞાની પુરુષ સિદ્ધિઓ માટે કદી પણ વિચાર નહીં કરે. સાધકે પહેલાં આત્મજ્ઞાન મેળવવું જોઈએ પછી જરૂરી જણાય, તો સિદ્ધિઓ મેળવી શકાય. T. 57

સાધકની પ્રકૃતિ પ્રમાણે જ્ઞાન પહેલાં કે પછી સિદ્ધિઓ મળે અથવા ન પણ મળે, તેમને ઈષ્ટ ગણી, એમની પાછળ ન પડવું જોઈએ. જ્ઞાનમાર્ગે ચાલતાં સિદ્ધિઓ કે દર્શનો ન મળે તો હતોત્સાહ ન થવું જોઈએ.

સા. આધ્યાત્મિક પ્રગતિ દરમ્યાન શરીર અદૃશ્ય બને એ જરૂરી ન હોય તો પણ લાભદાયક ખરું કે નહીં ?

ભ. તમે શરીર છો ? જો નથી તો આવો વિચાર શા માટે કરો છો ?

સા. એ સાચું, પણ આત્મશક્તિ શરીરમાં ફેરફાર કરે કે નહીં ?

ભ. શરીરમાં કયું પરિવર્તન ઈચ્છો છો ? શા માટે ?

સા. અદૃશ્ય બનવાની શક્તિ જ્ઞાનનો પુરાવો નથી ?

ભ. એવું હોય તો જે ઋષિ મુનિઓ બીજા જુએ એમ આખું જીવન જીવી ગયા, ઉપદેશ કર્યો, ગ્રંથો લખ્યા, એ બધા અજ્ઞાની ગણાવા જોઈએ.

સા. પણ વસિષ્ઠ અને વાલ્મીકિ પાસે આવી સિદ્ધિઓ હતી.

ભ. જ્ઞાન સાથે સિદ્ધિઓ મેળવવાનું એમનું પ્રારબ્ધ હશે. જે જરૂરી નહીં પણ જ્ઞાનમાં વિદ્વ બને એમ છે, એ તમારું લક્ષ્ય શા માટે હોવું જોઈએ ? જ્ઞાનીનું શરીર દેખાય છે એથી એને અડચણ પડે છે ?

સા. ના.

ભ. જાદુગર પણ વારમાં પોતાને અદૃશ્ય બનાવે છે. એ જ્ઞાની છે ?

સા. ના.

ભ. દેખાવું અને ન દેખાવું એનો આધાર જોનાર પર છે. જોનાર કોણ છે ? એ પ્રશ્નનો જવાબ મેળવો, બીજા પ્રશ્નો મહત્વના નથી. T. 30

એક અમેરીકન મુલાકાતી, સિદ્ધિઓ ન મળવાથી નિરાશ થયો હતો.

સા. હું અધ્યાત્મ માર્ગે વીસેક વર્ષથી ચાલી રહ્યો છું. બીજા ઘણા મિત્રો દાવો કરે છે, એવા અવનવા અનુભવો મને થતા નથી. દૂરદર્શન, દૂર શ્રવણ વગેરેની શક્તિ મને મળી નથી. મને શરીરરૂપી જેલમાં પડ્યા જેવું લાગે છે. એથી વધારે કંઈ નહીં.

ભ. બરાબર છે. એક આત્મા જ સત્ય છે. બીજું બધું એમાં, એના વડે અને એની માલિકીનું છે. દ્રષ્ટા, દૃષ્ટિ અને દૃશ્ય, બધું જ આત્મા છે. કોઈ આત્મા વિના જોઈ કે સાંભળી શકે ? તમે નજીકથી જુઓ કે દૂરથી જુઓ કે સાંભળો, એનાથી

શો ફરક પડે છે ? એ માટે જોવાની અને સાંભળવાની ઈન્દ્રિયો, મન, સાવધાની જરૂરી છે. એમાંથી એક પણ ન હોય તો, જોઈ કે સાંભળી શકાય નહીં. તો પછી દૂરદર્શન, દૂરશ્રવણ માટે આટલો મોહ કેમ ? જે મળ્યું છે, એ સમય જતાં જતું પણ રહેશે એ કદી કાયમી ન હોઈ શકે. કેવળ અદ્વિતીય આત્મા સત્ય છે અને નિત્ય છે. તમે કહો છો : હું જાઉં છું, હું જોઉં છું વગેરે. એમાંથી “હું છું” ને કૌંસમાં મૂકો, એ હું છું, મૂળભૂત અને કાયમી સત્ય છે. ઈશ્વરે મોઝિસને આ સત્યનો ઉપદેશ કર્યો હતો : યાહોવાહ - હું છું તે હું છું - આ સત્યને જાણવા નિશ્ચલ બનો. હું છું એ ઈશ્વર છે. T. 503

અત્યાર સુધી જે કહેવામાં આવ્યું છે, તેનાથી સ્પષ્ટ સમજાયું હશે કે આત્માનુભવ સૌથી સાદો, સરળ અને સ્વાભાવિક અનુભવ છે. ખરેખર, એ એક જ સાદી અને સ્વાભાવિક વસ્તુ છે, ફક્ત જે આપણે ખરેખર છીએ, એવા રહેવું. છતાં આવી અવસ્થા વિરલ છે. એ સંતોથી અજાણી છે, તત્ત્વચિંતકો ફક્ત એની ઝાંખી કરે છે. ભગવદ્ગીતામાં શ્રીકૃષ્ણ કહે છે : હજારોમાં કોઈ એક માણસ મોક્ષ સિદ્ધિ માટે પ્રયત્ન કરે છે. આવા પ્રયત્નરત સિદ્ધોમાંથી કોઈ એક જ મને તત્ત્વતઃ હું છું રૂપે જાણે છે. આ યુગની નબળાઈ એ છે કે ઘણા લોકો જે એનાથી અજાણ છે એ અમે આ સર્વોચ્ચ અવસ્થા પ્રાપ્ત કરી છે, એમ જૂઠું બોલે છે. માટે જિજ્ઞાસુ સાધકોએ સાવધાન રહેવું જરૂરી છે.

કોઈ પણ ધર્મના અનુયાયી વડે, કોઈ પણ એક માર્ગ, એક વખત પ્રાપ્ત થયા પછી આ સર્વોચ્ચ અવસ્થા સમાન હોય છે, કારણ કે એ સ્વભાવતઃ ભેદોથી પર છે. સાધકે પસંદ કરેલા માર્ગ પ્રમાણે ઈશ્વર કે આત્માનુભવનાં-ત્રણ પાસાં છે: સત્ (સત્તા, સત્ય), ચિત્ (ચૈતન્ય), અને આનંદ.

જ્ઞાનીઓ સત્ના પાયા પર ભાર મૂકે છે. અને તેના ભાવરૂપ સત્ત્વ કે અસ્તિત્વમાં, નિરંતર હું કોણ છું એની આંતરિક શોધ વડે, પોતાના અલગ વ્યક્તિત્વનો વિલય કરી તદ્દ્રૂપ રહે છે.

યોગીઓ પ્રાણાયામની મદદથી ચિત્તવૃત્તિઓનો સંપૂર્ણ નિરોધ કરી, તદ્દ્રૂપ ઈશ્વરની શક્તિરૂપ ચેતનાના પ્રકાશને નિહાળે છે, જે એકકેન્દ્રી હોવા છતાં સર્વ દિશાઓમાં ફેલાઈને સંપૂર્ણ વિશ્વને ઊજાળે છે.

ભક્તો ઈશ્વરના પ્રેમામૃતના નશામાં સ્વભાન ભૂલી જઈ, એના

આનંદરૂપ પાયાના અનુભવમાં નિરંતર મગ્ન રહે છે, એ આનંદને છોડવાની અનિચ્છાને કારણે તદ્રૂપ બની જાય છે.

કર્મ, ભક્તિ, યોગ અને જ્ઞાનના ચાર માર્ગ એક બીજાનો છેદ ઊડાડતા નથી. સાધક પોતાની પ્રકૃતિ પ્રમાણે, ઈશ્વરના ખાસ પાસા તરફ આકર્ષાય છે, એ હકીકત ભાર પૂર્વક જણાવવા ધર્મગ્રંથોમાં એમનું ભિન્ન માર્ગો તરીકે વર્ણન કરવામાં આવ્યું છે.

**- શ્રી 'અરુણાચલપંચક'ની ટીકાના સંપાદકીયમાંથી.**

સાક્ષાત્કારના અનુભવને સમાધિ કહે છે. ઘણા લોકો એવું માને છે કે સમાધિ અચેતન સ્થિતિ છે. પરંતુ એ વાત સાચી નથી. માનવીય શક્તિઓ અને ક્રિયાઓ જાળવી રાખીને પણ સમાધિમાં રહી શકાય છે. હકીકતમાં, ભગવાન શ્રી રમણ મહર્ષિ જેવા આત્મનિષ્ઠ મહાત્માઓ કાયમ આ અવસ્થામાં રહેતા હોય છે. આત્માનુભવ પહેલાં થતી એની ઝાંખી પણ અચેતન અવસ્થામાં થાય એ જરૂરી નથી.

સ્વામી લોકેનાનંદે ભગવાનને સમાધિ વિષે પૂછ્યું. ભગવાને કહ્યું :

૧. સત્યને વળગી રહેવું સમાધિ છે.
૨. પ્રયત્નપૂર્વક એને વળગી રહેવું, સર્વિકલ્પ સમાધિ છે.
૩. પ્રપંચ વિસ્મરણ પૂર્વક, સત્યમાં વિલીન થવું, નિર્વિકલ્પ સમાધિ છે.
૪. પ્રપંચ વિસ્મરણ સાથે, અજ્ઞાનમાં વિલીન થવું, નિદ્રા છે.
૫. મૂળભૂત, શુદ્ધ, સ્વાભાવિક અવસ્થામાં અનાયાસ રહેવું, સહજ નિર્વિકલ્પ સમાધિ છે. T. 391

નિદ્રા	કેવળ નિર્વિકલ્પ સમાધિ	સહજ નિર્વિકલ્પ સમાધિ
૧. મનજીવતું છે. ૨. અજ્ઞાનમાં વિલીન છે.	૧. મનજીવતું છે. ૨. જ્ઞાનમાં વિલીન છે. ૩. કૂવાના પાણીમાં દોરડે બાંધેલી ડોલ ધૂબેલી હોય એવું છે. ૪. દોરડાના છેડાથી પાછું ખેંચી શકાય છે.	૧. મન નષ્ટ થયું છે. ૨. આત્મામાં વિલીન છે. ૩. સમુદ્રમાં ભળેલી નદીની જેમ નામરૂપ વિનાનું છે. ૪. સમુદ્રમાંથી નદીને પાછી વાળી શકાય નહીં. T. 187.

સ્વામી લો. સહજ સમાધિ પહેલાં નિર્વિકલ્પ સમાધિ આવશ્યક છે ?

ભ. જ્યારે આપણામાં સંસ્કારો હોય અને એમને ત્યજવાનો પ્રયત્ન ચાલુ હોય,

એટલે કે આપણે અપૂર્ણ હોઈએ, અને મનને નિર્વિચાર કે એકાગ્ર કરવાનો પ્રયત્ન કરતા હોઈએ, એ દરમ્યાન જે સમાધિ થાય, એને નિર્વિકલ્પ સમાધિ કહેવાય. જ્યારે લાંબા, નિરંતર અભ્યાસથી આપણે હંમેશાં નિર્વિચાર દશામાં રહીએ, એટલે કે સમાધિમાં જવાનું અને એમાંથી બહાર આવવાનું જરૂરી ન હોય, એને સહજ સમાધિ કહેવાય. સહજ અવસ્થામાં માણસ ફક્ત આત્માને જ જોતો હોય છે, અને જગતને આત્માના આવિર્ભાવ તરીકે જોતો હોય છે. D. D. 48

સમાધિનિષ્ઠ મહાત્મા કર્મ કરી શકે, એવો પ્રશ્ન પણ સમાધિ વિષે ફક્ત અનુમાન કરનાર અજ્ઞાની મનુષ્યોને થાય છે.

- સા. જેને આત્મજ્ઞાન થયું છે એવો પુરુષ વાતચીત કરી શકે ? હરી ફરી શકે? કામ કરી શકે?
- ભ. કેમ નહીં ? તમે ધારો છો કે જ્ઞાન થવું એટલે શૂન્ય કે પત્થરની જેમ જડ થવું ?
- સા. મને ખબર નથી પણ કહેવાય છે કે સમાધિ અવસ્થામાં ઈન્દ્રિયોને તેમની પ્રવૃત્તિમાંથી પાછી ખેંચી લેવી પડે અને બધા વિચારો અને અનુભવો શાન્ત થઈ જાય છે એટલે કે ચેષ્ટા માત્રનો અંત થાય છે.
- ભ. તો ગાઢનિદ્રામાં અને સમાધિમાં ફેર શો ? એવી અવસ્થા, ભલે ગમે એટલી ઉચ્ચ હોય, આવીને ચાલી જાય એવી હશે, તેથી સામાન્ય, સ્વાભાવિક નહીં હોય. એ પરમાત્માની નિત્ય હાજરીનું પ્રતિનિધિત્વ કેવી રીતે કરશે ? પરમ આત્મા ત્રણે અવસ્થાઓ દરમ્યાન રહે છે અને એમના ગયા પછી પણ ટકી રહે છે. એ સાચું કે આવી અવસ્થા છે અને કેટલાક સાધકોને એમાંથી પસાર થવું આવશ્યક પણ હોઈ શકે. એવી અવસ્થા આત્માનુસંધાન દરમ્યાન પ્રગટતો હંગામી તબક્કો છે અથવા એવી ઈશ્વરેચ્છા હોય અથવા સાધકનું એવું પ્રારબ્ધ હોય તો એ એના જીવનના અંત સુધી ટકી રહે છે, પણ કોઈપણ સંજોગોમાં તમે એને સર્વોચ્ચ અવસ્થા ન કહી શકો. નહીં તો એમ માનવું પડે કે ઋષિ મુનિઓ જ નહીં, સ્વયં ઈશ્વર પણ એવી અવસ્થા પ્રાપ્ત કરી શક્યા નથી. કારણ કે જ્ઞાની ઋષિઓ બધા પ્રવૃત્તિશીલ હતા, અને ઈશ્વર પણ વિશ્વના નિયમનના કાર્યમાં જોડાયેલા છે. અને જગતની પ્રવૃત્તિઓને દિશા આપે છે. S. D. B. 10

સા. સમાધિ એટલે શું ?

ભ. યોગશાસ્ત્ર પ્રમાણે સમાધિ વિશેષ પ્રકારની નિર્વિચાર, અચેતન જેવી અવસ્થા છે, અને એના વિવિધ પ્રકારો વર્ણવામાં આવ્યા છે. પરંતુ હું જેની વાત કરું છું, એ સહજ સમાધિ જુદી અવસ્થા છે. એમાં સાધક પ્રવૃત્તિ દરમ્યાન પણ પ્રશાન્ત અને સ્વસ્થ રહે છે. એને એમ લાગે છે કે એ અંદર ઊંડાણમાં રહેલા આત્મા વડે પ્રેરાઈને કામ કરે છે. અને એ જે કાંઈ કરે છે, એની અસરથી મુક્ત રહે છે. તેને કોઈ ફિકર, વ્યગ્રતા કે તાલાવેલી નથી. કારણ કે એ અહંકારરૂપે કશું જ નથી, અને બધું “તે” ના વડે થઈ રહ્યું છે, જેની સાથે એ સભાનપણે એકરૂપ છે. S. D. B. 11

આત્માનુભવ પછી માણસ ગૃહજીવનમાં અને દુન્યવી પ્રવૃત્તિમાં જોડાયેલો રહે એનાથી એની અવસ્થામાં ફેર પડતો નથી.

સા. જ્ઞાની પુરુષો સામાન્યતા નિવૃત્તિપરાયણ રહે છે, દુન્યવી બાબતોથી અળગા રહે છે.

ભ. તેઓ પ્રવૃત્તિશીલ રહે પણ ખરા અને ન પણ રહે. કેટલાક સાક્ષાત્કાર પછી રાજ્ય અથવા વ્યાપાર ધંધો ચલાવે છે. કેટલાક જંગલમાં એકાન્ત સ્થાનમાં ચાલ્યા જાય છે, અને શરીર જીવતું રહે એ માટે જરૂરી હોય, એનાથી જરાય વધારે પ્રવૃત્તિ કરતા નથી. આ વિષે કોઈ સાધારણ નિયમ નથી. D.D. 74

પશ્ચિમના લેખકો માટે જ્ઞાનીની દેખીતી નિષ્ક્રિયતા અનેક મુશ્કેલ પ્રશ્નોમાંની એક છે. આધુનિક ખ્રિસ્તીઓ માને છે કે બાહ્ય રીતે સક્રિય રહેતી માર્થા કરતા, ધ્યાન પરાયણ મેરીએ, વધારે સારો માર્ગ પસંદ કર્યો હતો, એવું જિસસનું કથન ભૂલભરેલું હતું. તેઓ મેરી કરતાં માર્થાને ચડિયાતી ગણે છે, અને જ્ઞાનીની નિષ્ક્રિયતાની ટીકા કરે છે.

સા. મને આત્મસાક્ષાત્કાર થાય, તો હું બીજાઓને મદદ કરી શકું ?

ભ. હા એ બીજી મદદો કરતાં શ્રેષ્ઠ છે. પણ જેમને મદદ કરી શકાય, એવા બીજા નથી.

આવો વિરોધાભાસ બૌદ્ધધર્મના હીરકસૂત્રમાં પણ નોંધાયો છે. બુદ્ધ કરુણા વિષે વાત કર્યા પછી સમજાવે છે કે જેની ઉપર કરુણા કરવી પડે એવા બીજા નથી. ભગવાન બુદ્ધ કહે છે : સુભૂતિ ! એમ વિચારીશ નહીં કે તથાગત બીજાઓને મુક્ત કરવાની ઈચ્છા રાખે છે. એ નિમ્ન ભૂમિકાનો વિચાર છે. કારણ કે તથાગત જેમને



મુક્ત કરે; એવા જીવો નથી. એવા જીવો હોય તો એનો અર્થ એવો થાય કે તથાગત પોતાના મનમાં સ્વચ્છંદ રીતે ઈન્દ્રિયગમ્ય પદાર્થોના ખ્યાલોમાં રમે છે, દાખલા તરીકે એનો પોતાનો આત્મા, બીજાઓના આત્મા, જીવધારી પ્રાણીઓ, અને વિશ્વાત્મા વગેરે અસ્તિત્વ ધરાવે છે. તથાગત જ્યારે પોતાનો નિર્દેશ કરે છે, ત્યારે પણ એ પોતાના મનમાં એવો કોઈ મનસ્વી ખ્યાલ ધરાવતો નથી. ફક્ત અજ્ઞાની માણસો આત્મા વિષે જાણે કે એ એમની પોતાની માલિકીની વસ્તુ હોય, એમ વાત કરે છે. તથાગત જ્યારે હું, તું, મનુષ્યો, પ્રાણીઓ વગેરે શબ્દો ઉચ્ચારે છે, ત્યારે પણ ખરેખર એવા જીવો હયાત છે, એમ કહેવાનો એનો ભાવ હોતો નથી. એ ફક્ત ભાષાની અનિવાર્યતા છે.

- ડ્વાઈટ ગોડાર્ડના 'એ બુદ્ધિસ્ટ બાયબલ'માંથી આર્થર ઓસ્બોર્ન પોતાની 'બુદ્ધિઝમ એન્ડ ક્રિશ્ચિયાનીટી ઈન ધ લાઈટ ઓફ હિન્દુઈઝમ'ના પૃષ્ઠ ૧૧૪ પર ઉદ્ધૃત.

ભ. લોકો ઘણીવાર કહે છે કે જ્ઞાની પુરુષે બીજાઓને સત્ય વિષે જાગ્રત કરવા માટે ફરતા રહેવું જોઈએ. જ્યારે ચોતરફ દુઃખ ફેલાયેલું હોય, ત્યારે કોઈ માણસ આત્મનિષ્ઠ બની, શાન્ત કેવી રીતે બેસી શકે ? પણ જ્ઞાની માણસ કોણ છે ? શું એ જગતને અને એના દુઃખને પોતાની બહાર જુએ છે ? સ્વયં આત્મ-સાક્ષાત્કાર કર્યા વિના, તેઓ જ્ઞાનીની અવસ્થાનો નિર્ણય અનુમાનથી કરી લે છે. જ્ઞાનીના દૃષ્ટિકોણ મુજબ એમનું કથન વિચાર્યા વિનાનું છે. એક માણસ સ્વપ્નમાં ઘણા માણસોને જુએ છે. જાગ્યા પછી પૂછે છે કે સ્વપ્નમાં જોયેલા બધા માણસો પણ જાગ્યા કે નહીં ? આવો પ્રશ્ન હાસ્યાસ્પદ છે. બીજા એક સજ્જન કહે છે : મને આત્માનુભવ ન થાય તો વાંધો નથી, પણ બીજા બધાઓને જ્ઞાન થાય એમાં હું મદદ કરવા ઈચ્છુ છું, ભલે મારું નિર્વાણ સૌથી છેલ્લું થાય. આ ભાઈ પણ પેલા સ્વપ્ન-દ્રષ્ટા જેવા છે, જે કહે છે કે પહેલાં આ બધા લોકોને જાગવા દો, ત્યાર પછી જ હું જાગીશ. T. 498

છતાં વિરોધાભાસ એવો છે કે જ્ઞાની બહારથી નિષ્ક્રિય જણાય છે, પરંતુ એ સૌથી વધુ સક્રિય છે.

એક સાધકે ખંડમાં ભગવાન સમક્ષ લાઓત્સેના “તાઓ તે ચીંગ” માંથી એક ફકરો વાંચ્યો : જ્ઞાની પોતાની નિષ્ક્રિયતાથી સૌનું શાસન કરે છે. શ્રી ભગવાને એ વિષે કહ્યું : જ્ઞાનીનું નૈષ્કર્મ્ય એવું છે. આ વાતની આટલી સ્પષ્ટતા

એટલા માટે કરવી પડે છે કે જ્ઞાનીની નિષ્ક્રિયતાને લોકો પ્રમાદ માની લે છે, પણ એવું નથી. T. 599

જ્ઞાનીના કર્મ જેવો બીજો પ્રશ્ન એના પ્રારબ્ધનો છે. જ્ઞાનીને પ્રારબ્ધનું બંધન છે કે નહીં ? પરંતુ ખરેખર આ પ્રશ્ન અસ્થાને છે. જ્ઞાનીનું શરીર પ્રારબ્ધ સાથે સંકળાયેલું છે, પણ એ પોતે પોતાને શરીર માનતા નથી. તેથી શરીરનું પ્રારબ્ધ એને અસર કરતું નથી. જ્ઞાની શાશ્વત આત્મા સાથે તાદાત્મ્ય સાધી ચૂક્યો છે, જેમાં જગત, એનું શરીર અને શરીરનું જીવન એ બધું પસાર થઈ રહેલા દેખાવ જેવાં છે. આ કારણે એ કશાથી બંધાતો નથી.

સા. જ્ઞાનીને કર્મ નથી તેથી એ પ્રારબ્ધથી બંધાયેલો નથી. તો એ શરીરને શા માટે જાળવે છે ?

ભ. આ પ્રશ્ન કોણ પૂછે છે, જ્ઞાની કે અજ્ઞાની ? જ્ઞાની શું કરે છે, અને શા માટે કરે છે, એ તમે શા માટે વિચારો છો ? વધુ સારું એ છે કે તમે તમારી ચિંતા કરો. એમ કહી ભગવાન મૌન રહ્યા. થોડી વાર પછી એમણે કહ્યું : તમે માનો છો કે તમે શરીર છો, તેથી એમ વિચારો છો કે જ્ઞાની પણ શરીર છે. જ્ઞાની પોતે કહે છે કે એ શરીર છે ? તમે માનો છો કે જ્ઞાનીને શરીર છે, જેનાથી એ બીજાઓની જેમ કર્મ કરે છે. દોરડી બળી જાય તોય એની રાખ દોરડી જેવી દેખાય છે. પણ એનાથી કશું બાંધી શકાતું નથી. જ્યાં સુધી માણસ શરીર સાથે પોતાનું તાદાત્મ્ય કરે છે, ત્યાં સુધી એને આ બધી વાતો સમજાવવી મુશ્કેલ છે. તેથી કેટલીક વાર એવું કહેવામાં આવે છે કે જ્ઞાનીનું શરીર પ્રારબ્ધના અંત થતાં સુધી ટકી રહે છે, અને પ્રારબ્ધના અંતથી એનો પણ અંત થાય છે. અને આના દાખલા તરીકે ધનુષમાંથી છૂટેલા બાણની વાત કહેવામાં આવે છે, જે ગતિશીલ રહી તેના લક્ષ્યને વીંધે છે, જોકે એનું લક્ષ્ય હતું એ પ્રાણી ખસી ગયું છે, અને એની જગ્યાએ બીજું કોઈ આવી ગયું છે. પરંતુ સાચી વાત એ છે કે જ્ઞાની પ્રારબ્ધથી પર થઈ ગયો છે, અને શરીર કે એના પ્રારબ્ધથી બંધાયેલો નથી. D.D. 295, 296

અસ્થાને ગણાય એવો બીજો પ્રશ્ન જ્ઞાનીના સુખદુઃખનો છે.

સા. જ્ઞાનીને સુખદુઃખનો અનુભવ થાય છે કે નહીં ?

ભ. જ્ઞાની અને અજ્ઞાની બંનેને સુખદુઃખની સંવેદના સમાન રીતે થાય છે. ફેર એટલો છે કે અજ્ઞાની પોતાને જેને સંવેદન થાય છે, એ શરીર સાથે એકરૂપ ગણે

છે. જ્યારે જ્ઞાની સમજે છે કે આ બધું બ્રહ્મ કે આત્મા છે. પીડા છે, તો ભલે રહે, એ પણ આત્માનો એક ભાગ છે, અને આત્મા પૂર્ણ છે. T. 383

આત્માનુભવના સ્વરૂપનું જ્ઞાન ન હોવાથી, એવો પણ પ્રશ્ન થાય કે જ્ઞાની પાપ કરી શકે ? પાપ એટલે અહંકારવાળા વ્યક્તિનું પોતાના અંગત હિત માટેનું, એવું કર્મ જે ઇશ્વરેચ્છા કે વિશ્વસંતુલનનું વિરોધી છે. પરંતુ જ્યાં અહંકાર જ નથી અને તેથી વિશ્વાત્મા જ છે, ત્યાં કોણ કોના વિરોધમાં કર્મ કરે ?

સા. જ્ઞાની પાપ કરી શકે ?

ભ. અજ્ઞાની માણસ જ્ઞાનીને જુએ છે અને એને શરીર સાથે એકરૂપ ગણે છે, કારણ કે એ આત્માને જાણતો નથી અને પોતાના શરીરને આત્મા માને છે. એ એની એ ભૂલને જ્ઞાનીના શરીર સુધી વિસ્તારે છે. આ કારણે જ્ઞાનીને ભૌતિક આકાર માની લેવામાં આવે છે. વળી, અજ્ઞાની પોતાનાં કર્મોનો જન્મદાતા નથી, છતાં પોતાને એવો કલ્પી લે છે અને શરીરનાં કર્મોને પોતાના કર્મો માને છે. આ કારણે અજ્ઞાની જ્ઞાનીના શરીરને સક્રિય જોઈને વિચારે છે કે જ્ઞાની પણ એ જ રીતે કર્મ કરે છે. પરંતુ જ્ઞાની સત્ય જાણે છે અને છેતરાતો નથી. અજ્ઞાની જ્ઞાનીની અવસ્થા સમજી શકે નહીં. આ કારણે અજ્ઞાનીને કર્મની વાત ગૂંચવે છે. જ્ઞાની માટે એ પ્રશ્ન ઊભો થતો નથી. T. 499

ભ. બધા સારા કે દૈવી ગુણોનો સમાવેશ જ્ઞાનમાં થાય છે, અને બધા આસુરી દુર્ગુણોનો સમાવેશ અજ્ઞાનમાં થાય છે. જ્ઞાન આવે ત્યારે અજ્ઞાન ચાલ્યું જાય છે, જેથી બધા દૈવી ગુણો આપમેળે આવી જાય છે. જ્ઞાની મનુષ્ય જૂઠું બોલી શકતો નથી, કે પાપ કરી શકતો નથી. D. D. 231

અહંકાર અને અજ્ઞાન છે જ નહીં, અથવા મનનો નાશ થાય છે, એવા વિધાનોનો અર્થ ઘણીવાર લોકો સમજી શકતા નથી. એનો અર્થ એ છે કે મન અથવા અહંકાર દેખાય છે એવો સર્જન કરનાર કે વિચારો, યોજનાઓ અને નીતિઓનો આવિષ્કાર કરનાર નથી, પણ નિમિત્ત માત્ર છે. મનોનાશ પછી પણ પ્રજ્ઞા અને શુદ્ધ સ્વયંપ્રકાશ ચૈતન્ય બાકી રહે છે.

સા. મનુષ્ય મન વિના વિચારી શકે ?

ભ. બીજા કામોની જેમ વિચારો પણ ચાલુ રહી શકે છે, પરંતુ તેઓ શુદ્ધ ચૈતન્યમાં વિકાર ઉત્પન્ન કરતા નથી. T. 43

ઈશ્વરમાં અને જીવન્મુક્ત પુરુષમાં લોકો શુદ્ધ મનની હયાતીનું અનુમાન કરે છે. તેઓ પૂછે છે કે એ સિવાય તેઓ જીવી કે કાર્ય કેવી રીતે કરી શકે? પરંતુ દલીલને આપેલી આ છૂટ છે. હકીકતમાં શુદ્ધ મન કેવળ પરમ ચૈતન્ય છે. દ્રષ્ટા અને દશ્ય એકરૂપ બની જાય છે, ત્યારે કેવળ પરમ ચૈતન્ય બાકી રહે છે. એ શૂન્ય કે અજ્ઞાનની અવસ્થા નથી, પરમ આત્મા છે. T. 68

જ્ઞાનીના મનને કેટલીક વાર દિવસે દેખાતા ચંદ્ર સાથે સરખાવાય છે.

- ભ. ચંદ્રનો પ્રકાશ સૂર્યનો પ્રતિબિંબિત પ્રકાશ છે. સૂર્ય આથમે ત્યારે પદાર્થો જોવા માટે ચંદ્રનો પ્રકાશ ઉપયોગી છે. સૂર્ય ઊગ્યા પછી કોઈને ચંદ્રના પ્રકાશની આવશ્યકતા રહેતી નથી. ભલે, આકાશમાં એનું બિમ્બ દેખાતું હોય. હૃદય અને મનનું પણ આવું છે. મન એના પ્રતિબિંબિત પ્રકાશથી પદાર્થો જોવા માટે ઉપયોગી છે. જ્યારે એને અંદરની તરફ વાળવામાં આવે છે, ત્યારે એ સ્વયંપ્રકાશ, મૂળભૂત અજવાળામાં વિલીન થાય છે, ત્યારે એ દિવસે દેખાતા ચંદ્ર જેવું હોય છે. M. G. 18-19

કેટલાક લોકો અહંકારને ત્યાગવાની કલ્પનાથી ગભરાતા હોય છે. ભગવાન સમજાવતા કે માણસ સૂઈ જાય છે ત્યારે અહંકારનો ત્યાગ કરે છે. લોકો માને છે કે મન કે અહંકારનો નાશ થતાં શૂન્ય રહેશે. હકીકતમાં, વિચાર કરનાર, વિચાર અને વિચારનું લક્ષ્ય એક ચેતન અને આનંદમય મૂળમાં વિલીન થાય છે. તેથી અહંકાર વિલય પછીની સ્થિતિ શૂન્ય કે અચેતન નથી. મને સમજાતું નથી કે લોકો નિર્વિચાર, શાન્ત અવસ્થાથી કેમ ગભરાય છે? તેઓ દરરોજ ઊંઘમાં આવી દશાનો અનુભવ કરે છે. ઊંઘમાં વિચારો કે મન નથી. છતાં જાગ્યા પછી માણસ કહે છે : હું સુખથી સુતો હતો. D. D. 65

ઊંઘમાં લોકો શૂન્યમાં વિલીન થવા માટે અહંકાર ત્યાગે છે. જ્યારે આત્માનુભવ વખતે શુદ્ધ ચૈતન્યના સર્વોચ્ચ આનંદમાં વિલીન થવા માટે અહંકાર ત્યજાય છે.

- સા. ખાવા પીવાના અને હરવા ફરવાના આનંદમાં અને આત્માનુભવના આનંદમાં શો ફેર છે ?
- ભ. આત્માનુભવ વખતે તમને સૌથી શ્રેષ્ઠ આનંદ મળશે, ખરેખર તો તમે આનંદરૂપ બની જશો. તમે કહો છો, એવા મોજ-મઝાનાં સુખો તમારા સ્વરૂપભૂત આનંદના પ્રતિબિંબ છે. D. D. 199

મનથી પર હોવાના કારણે સમાધિ વર્ણવી શકાય નહીં, એનો ફક્ત અનુભવ થઈ શકે, એક અમેરિકન મહિલાએ પૂછ્યું.

- સા. આપનો સમાધિનો અનુભવ કેવો છે ?
- ભ. તમારે તમારો અનુભવ કહેવો જોઈએ અને પછી પૂછવું જોઈએ કે એ સાચો છે કે નહીં.
- સા. મારા અનુભવો મહત્વના નથી. શ્રી ભગવાનનો અનુભવ સાચો છે. તેથી હું એને જાણવા ઈચ્છું છું. તિરુવન્નામલાઈમાં ભગવાને શરૂઆતના દિવસોમાં કેવી સાધના કરી હતી ? સમાધિમાં શરીરમાં ગરમી કે ઠંડક અનુભવાય છે ?
- ભ. સમાધિ મન અને વાણીથી પર છે તેથી એ વર્ણવી શકાય નહીં. કોઈ પોતાનો ગાઠ નિદ્રાનો અનુભવ વર્ણવી શકે ? સમાધિ એનાથી વધારે અવર્ણનીય છે. સાધના એ કરે જેને કાંઈ મેળવવાનું હોય. મારે કાંઈ મેળવવાનું ન હતું. અહં વિચારની શોધ કરતાં એ એના મૂળમાં વિલીન થઈ ગયો. સાધક વિના સાધના કોણ કરે ?
- સા. ઊંઘના મારા અનુભવ વિષે હું એટલું કહી શકું કે હું અચેતન હતી.
- ભ. ચેતના અને અચેતના મનનાં પાસાં છે. સમાધિ મનથી પર છે.
- સા. છતાં આપ મને કહી શકો કે સમાધિસ્થિતિ કેવી છે ?
- ભ. તમે સમાધિ સ્થિતિમાં જશો ત્યારે જાણશો. T. 110

ભગવાન કોઈવાર ચલચિત્રના પરદાનો દાખલો આપતા.

- સા. જો જ્ઞાની અને અજ્ઞાની બંને જગત જોતા હોય તો એમનામાં તફાવત શો ?
- ભ. જ્ઞાની જગતએ જુએ છે, ત્યારે સંપૂર્ણ દૃશ્ય જગતના આધાર રૂપે રહેલા આત્માને જુએ છે. અજ્ઞાની દૃશ્ય જગતને જુએ કે ન જુએ પોતાની સાચી સત્તા આત્માથી અજાણ છે. ચલચિત્રના પરદાનો દાખલો લો. ચલચિત્ર શરૂ થાય એ પહેલા તમારી સમક્ષ શું છે ? પરદો. એના પર તમે સાચું લાગે એવું, પૂરી જીવનની કથાનું, ચિત્ર જુઓ છો. પરંતુ નજીક જઈ, એ ચિત્રોને પકડવાની કોશિશ કરો તો તમે શું પકડો છો ? પરદો. ખેલ પૂરો થયા પછી, ચિત્રો દેખાતાં બંધ થાય પછી, બાકી શું રહે છે ? પરદો. આત્મા વિષે પણ આવું જ છે. આદિ, મધ્ય અને અંતમાં આત્મા છે. ચિત્રો આવે ને જાય. તમે આત્માને વળગી રહો તો, ચિત્રો દેખાવાથી છેતરાશો નહીં. ચિત્રો દેખાય કે ન દેખાય, એનું કશું મહત્વ નથી. M. G. 61

એકવાર કાયમી, નિશ્ચલ સહજ સમાધિ પ્રાપ્ત થાય, તો એને જ મોક્ષની અવસ્થા કહેવાય છે. લોકો જીવન્મુક્તિ અને વિદેહમુક્તિના ભેદ વિષે પ્રશ્ન પૂછતા, ત્યારે ભગવાન સમજાવતા કે એવો ભેદ ફક્ત જોનારની દૃષ્ટિમાં છે. મુક્ત પુરુષ શરીર રહે કે જાય, એમાં કશો ફરક જોતો નથી.

સા. (શ્રી બેનર્જી) જીવન્મુક્તિ અને વિદેહમુક્તિમાં શો તફાવત છે ?

ભ. કોઈ તફાવત નથી. પૂછનારને કહેવું પડે છે કે જ્ઞાની સ-શરીર હોય ત્યારે જીવન્મુક્ત અને અશરીર હોય ત્યારે વિદેહમુક્ત કહેવાય છે. આ ભેદ જોનારની દૃષ્ટિમાં છે, જ્ઞાનીની દૃષ્ટિમાં નહીં. એની સ્થિતિ શરીર છૂટતાં પહેલાં અને પછી સમાન છે. આપણે એને માનવશરીર કે એ શરીરમાં રહેલો કોઈ જીવ માનીએ છીએ, પણ એ પોતે સમજે છે કે એ અંદર અને બહાર સર્વત્ર રહેલું એક માત્ર સત્ય આત્મા છે, જે કોઈપણ રૂપની મર્યાદામાં બંધાયેલો નથી. ભાગવતનો એક શ્લોક કહે છે : જેમ નશામાં ભાન ભૂલેલો માણસ પોતાના શરીર ઉપરનું વસ્ત્ર ઓઢેલું છે કે પડી ગયું છે એ જાણતો નથી, એમ જ્ઞાની પુરુષ પોતાના શરીર વિષે જવલ્લેજ સભાન હોય છે, અને શરીર રહે કે જાય એથી એને કોઈ ફરક પડતો નથી. D. D. 86 - 87

સાક્ષાત્કાર કે મોક્ષમાં કક્ષા કે તબક્કા હોતા નથી. શરીર હોય ત્યારે મોક્ષનો એક તબક્કો અને છૂટ્યા પછી બીજો, એવું નથી. જ્ઞાની પુરુષ જાણે છે કે પોતે આત્મા છે. શરીર કે બીજું કંઈ નહીં. આવા આત્મનિષ્ઠ, સિદ્ધ પુરુષને શરીરની હાજરી કે ગેરહાજરી સમાન છે. D. D. 110

આત્માનુભવને તુર્યાવસ્થા પણ કહેવામાં આવે છે, કારણ કે એ જાગ્રત, સ્વપ્ન, સુષુપ્તિ એ ત્રણ અવસ્થાઓથી પર છે.

જ્યારે હું ખંડમાં પ્રવેશ્યો, ત્યારે ભગવાન કોઈ પ્રશ્નના જવાબમાં કહી રહ્યા હતા : જાગ્રત અને સ્વપ્નમાં કોઈ ફેર નથી, સિવાય કે જાગ્રત લાંબી અને સ્વપ્ન ટૂંકી અવસ્થા છે. બંને મનની પેદાશ છે. જાગ્રત લાંબી હોવાથી આપણે એને આપણી સાચી અવસ્થા માનીએ છીએ. પણ હકીકતમાં આપણી સાચી અવસ્થા તુરીય છે. એ હંમેશાં જેવી છે એવી રહે છે, અને ત્રણે અવસ્થાઓના ગુણો અને લક્ષણોની અસરથી મુક્ત રહે છે. આપણે એ ત્રણને અવસ્થાઓ કહીએ છીએ, તેથી એને પણ યોથી અવસ્થા કહીએ છીએ, પણ ખરેખર એ

આત્માની સ્વાભાવિક સ્થિતિ છે. ત્રણથી જુદી છે, તેથી એને ત્રણની અપેક્ષાએ યોથી કહેવી પડે છે, પણ હકીકતમાં એ નિરપેક્ષ અને પર છે. D. D. 79

હકીકતમાં બંધન નથી.

- ભ. મોક્ષ આપણું સાચું સ્વરૂપ છે છતાં આપણે કલ્પના કરીએ છીએ કે બંધનમાં છીએ અને પછી મુક્ત થવા માટે કઠોર શ્રમ કરીએ છીએ, જો કે એ દરમ્યાન પણ આપણે મુક્ત હોઈએ છીએ. આ વાતની ખબર ત્યારે પડે છે, જ્યારે આપણે એ અવસ્થાએ પહોંચીએ છીએ. આપણને ત્યારે આશ્ચર્ય થાય છે કે જે આપણે હંમેશાં હતા અને છીએ એ બનવા માટે ઘણી દોડાદોડ અને પરિશ્રમ કર્યો. આ વાત એક દૃષ્ટાન્તથી સ્પષ્ટ થશે. એક સાધક શ્રી રમણાશ્રમમાં પોતાના ઓરડામાં જઈ સૂઈ ગયો. ઊંઘમાં એને સ્વપ્ન આવે છે કે એ જગતના પ્રવાસે નીકળ્યો છે, અને પર્વતો, ખીણો, નદીઓ, જંગલો, રણપ્રદેશવાળા અનેક ખંડોમાં યાત્રા કરી રહ્યો છે. ઘણા વર્ષોની થકવી નાખનાર, લાંબી યાત્રા પછી મહા મહેનતે એ પાછો ફર્યો, તિરૂવન્નામલાઈ પહોંચી, આશ્રમમાં પ્રવેશી, પોતાના ઓરડામાં ગયો. બરોબર એ વખતે જાગી ગયો. એણે જોયું કે એ જે પથારીમાં સૂતો હતો ત્યાં જ છે, જરા પણ હાલ્યો નથી. બહુ લાંબી શ્રમવાળી યાત્રા કરી, ત્યાં પહોંચ્યો નથી, પણ બધો વખત ત્યાં જ હતો. મોક્ષની હકીકત બિલકુલ આના જેવી છે. કોઈ પૂછે કે આપણે નિત્યમુક્ત હોવા છતાં, શા માટે બંધનમાં પડ્યા હોવાની કલ્પના કરીએ છીએ ? તો જવાબમાં મારો પ્રશ્ન છે : આશ્રમના તમારા ઓરડામાં રહીને તમે કેમ વિશ્વના પર્યટને નીકળવાની અને પર્વતો, ખીણો, રણપ્રદેશ, સમુદ્ર વગેરે પાર કરવાની કલ્પના કરો છો ? એ બધું મન અથવા માયા છે. D. D. 79-80

આ વિષયને લગતા સદ્દર્શનના કેટલાક શ્લોકોનો ભાવ નીચે આપ્યો છે:

૮. પરમાત્માની કોઈપણ નામરૂપથી પૂજા કરવી એ એના નામરૂપરહિત સ્વરૂપના સાક્ષાત્કારનું સાધન છે. પરંતુ ખરું સત્યનું દર્શન એ છે, જેમાં સદ્વસ્તુમાં પોતાનું તાદાત્મ્ય થાય અને એમાં અવિચળ નિષ્ઠા થાય.
૯. દ્રષ્ટા, દેશ્ય વગેરે દ્વન્દ્વો, અને જ્ઞાતા, જ્ઞાન, જ્ઞેય વગેરે ત્રિપુટીઓ, કોઈ એક સત્તાના આધારે અસ્તિત્વ ધરાવે છે. એ એક સત્યને શોધવા માણસ જો અંદર

- દષ્ટિ કરે તો એ દ્વન્દ્વો અને ત્રિપુટીઓ ઓગળી જાય છે. જેઓ એ સત્યને જુએ છે, તેઓ જ્ઞાની છે. તેઓ સંશયોથી કદી પણ ચલિત થતા નથી.
૨૧. આત્માને જોવો જોઈએ. કારણ કે આત્માને જોવો એટલે ઈશ્વરને જોવો, એ વેદવચનનું રહસ્ય સમજવું કઠણ છે. આત્મા જ દૃશ્ય ન હોય, તો ઈશ્વરને જોવાની વાત જ ક્યાં રહી ? સ્વયં ઈશ્વરનું અન્ન બનવું (ઈશ્વરમાં વિલીન થવું), એ જ એનું દર્શન છે.
૨૨. પરમ સદ્વસ્તુ બુદ્ધિને પ્રકાશ આપી, સ્વયં બુદ્ધિના આધાર રૂપે એની પાછળ ગુપ્તપણે વિલસે છે. તેથી બુદ્ધિને અંદરની તરફ પાછી વાળી, તેના જન્મસ્થાનમાં જોડવા સિવાય આત્મદર્શનનો બીજો માર્ગ નથી.
૩૦. હું કોણ છું ? એની તપાસ કરતાં કોઈ હૃદય પ્રદેશમાં પહોંચે, તો વૈયક્તિક અહંકાર નતમસ્તક બની ચાલ્યો જાય છે, અને ફરીથી માથું ઊંચકવા સમર્થ થતો નથી. પછી બીજું સર્વોત્કૃષ્ટ તત્ત્વ અહંરૂપે સ્ફુરે છે, પણ એ અહંકાર નથી, પૂર્ણ, પરમ આત્મા છે.
૩૧. જે અહંકારને ગળી જઈને, આત્માના અખંડ આનંદમાં લીન થયો છે, એને ક્યુ કર્તવ્ય બાકી છે ? એ આત્મા સિવાય કશું જાણતો નથી. એની અવસ્થાને સમજવા કોણ સમર્થ છે ?
૩૨. વેદ 'તે તું છે' એમ સ્પષ્ટપણે કહે છે, છતાં શરીર મનથી પર આત્મામાં નિષ્ઠા ન થાય અને 'હું શરીર નથી, આત્મા છું' એવો વિચાર કરવો પડે, એ બુદ્ધિની નબળાઈ છે કારણ કે એ હંમેશા પોતાના આત્મા તરીકે વિલસે છે.
૩૩. હું મને નથી જાણતો કે જાણું છું, એવો, વિકલ્પવાદ હાસ્યાસ્પદ છે. શું આત્મા બે છે જેમાંથી એક બીજાને જાણે ? આત્મા એક છે એ વિષે કોઈની બુદ્ધિમાં ભેદ જોવા મળતો નથી.
૩૪. એ અજ્ઞાનમાંથી ઉત્પન્ન થયેલો ભ્રમ છે કે માણસો જે હંમેશાં દરેક વ્યક્તિ માટે સહજ સત્ય છે અને એના સ્વાભાવિક સ્થાન હૃદયકેન્દ્રમાં રહે છે એને ઓળખતા નથી અને એમાં નિષ્ઠાપૂર્વક રહેતા નથી પણ એને બદલે વાદ વિવાદ કરે છે કે છે કે નથી, સાકાર છે કે નિરાકાર, એક છે કે અનેક.



(૧૭૨)

ભગવાન શ્રી રમણ મહર્ષિનો ઉપદેશ : એમના શબ્દોમાં

૩૫. નિત્યપ્રાપ્ત સત્યને શોધી, એમાં નિશ્ચયલતાપૂર્વક રહેવું એ જ એક સાચી સિદ્ધિ છે. બીજી સિદ્ધિઓ સ્વપ્નમાં મેળવેલી વસ્તુઓ જેવી છે. જાગી ગયેલા માટે સ્વપ્ન સાચું હોઈ શકે ? સત્યમાં સ્થિર થયેલો માણસ ફરી વાર ભ્રમમાં પડે ખરો ?
૩૮. માણસ જ્યાં સુધી હું કર્મ કરું છું, એવું માને છે ત્યાં સુધી એને કર્મફળ ભોગવવું પડે છે. જ્યારે કર્મ કરનાર કોણ છે ? એની તપાસ કરી આત્માને ઓળખે છે ત્યારે એનો પોતે કર્તા હોવાનો ખ્યાલ નાશ પામે છે અને ત્રણે પ્રકારનાં કર્મોનો અંત આવે છે. આ જ મોક્ષ છે.
૩૯. મનુષ્ય જ્યાં સુધી પોતાને બંધનમાં રહેલો માને છે ત્યાં સુધી એને મોક્ષના વિચારો આવે છે. પણ બંધન કોને છે ? એની વિચારણા કરતાં પોતે નિત્યમુક્ત, નિત્યસિદ્ધ આત્મા છે એવી ખાતરી થયા પછી, બંધનની અને મોક્ષની ચિંતા ક્યાં રહે ?
૪૦. જ્ઞાનીઓ કહે છે કે મુક્તિ ત્રણ પ્રકારની છે. સાકાર, નિરાકાર અને બંને પ્રકારની (એટલે કે મુક્ત પુરુષ ઈચ્છે ત્યારે ગમે તેવું રૂપ ધારણ કરી શકે છે અથવા નિરાકાર રહી શકે છે), આ ત્રણે વિકલ્પોનો વિચાર જે અહંબુદ્ધિ કરે છે, તેનો વિનાશ મુક્તિ છે.

• • •  
શ્રી રમણાર્પણમસ્તુ