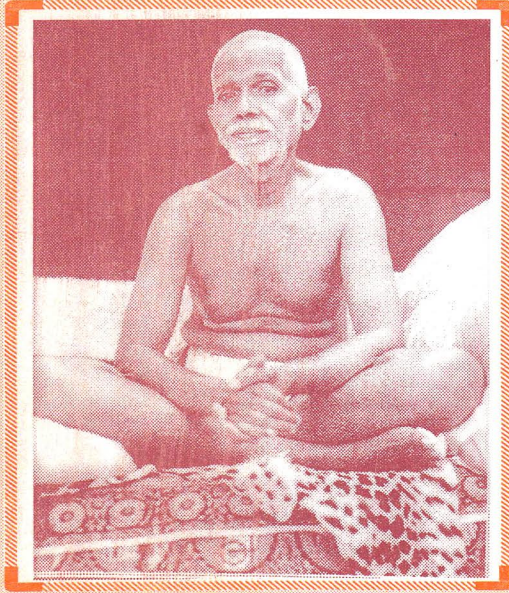


श्रीरमण महर्षिसाथे प्रश्नोत्तरी



श्री गोर आश्रम

मु. पो. जरेडा, ता. मोरजी
अ. राजकोट पीन : ३६३५११.

PRIVATE COLLECTION, NOT FOR SALE

શ્રી રમણ મહર્ષિ સાથે પ્રશ્નોત્તર

સંકલન

શ્રી ગોર

શ્રી ગોર આશ્રમ

મુ. પો. ખરેડા, તા. મોરબી,
જી. રાજકોટ, પીન : ૩૬૩૬૪૧.

Private collection, not for sale

:: 1 ::

અમેરિકનોની નાની સરખી મંડળીએ ઈ.સ. ૧૯૩૬ના ફેબ્રુઆરીમાં આશ્રમમાં થોડા દિવસો સુધી રહીને મહર્ષિને કેટલાક પ્રશ્નો પૂછેલા :

એમણે પ્રશ્ન પૂછ્યો કે સાકાર ઈશ્વર જેવું કશું હોઈ શકે ખરું ?

મહર્ષિ કહ્યું : હા, ઈશ્વર છે.

" શું કહ્યું ? ઈશ્વર આંખ, નાક, તથા કાન વાળો છે ? "

- અમેરિકને આશ્ચર્ય વ્યક્ત કર્યું.

મહર્ષિએ એ આશ્ચર્યની શાંતિ કરતા શાંતિપૂર્વક કહ્યું : તમારે એ બધું છે, તો, ઈશ્વરને શા માટે ન હોય ?

પુરાણોમાં અને બીજા ધર્મગ્રંથોમાં વાંચુ છું કે ઈશ્વરને એવું બધું છે ત્યારે મને હસવું આવે છે.

મહર્ષિએ તરત જ પૂછ્યું : તો પછી એ બધું છે તો પણ તમને તમારે માટે હસવું કેમ નથી આવતું ?

પ્રશ્નકર્તા શાંત થઈ ગયા.

મહર્ષિ પ્રકારાન્તરે કહેવા માંગતા હતા કે તમારે તમારી સાધનામાં આવશ્યકતા હશે તો ઈશ્વર તમારે માટે સાકાર પણ બનશે અને તમને દર્શન આપીને કૃતાર્થ પણ કરશે, એમાં આશ્ચર્યકારક જેવું કશું જ નથી, મહત્વનો મુદ્દો તમારી અભિરુચિ, ભાવના કે પસંદગીનો છે.



મંડળીમાંના એક માણસે પાછળથી આશ્રમમાં થોડા દિવસ એકલા રહીને મહર્ષિને કહ્યું : ઓ મહર્ષિ, જો તમે મને આત્મ સાક્ષાત્કાર કરાવો તો તમારો ખૂબ ખૂબ આભાર માનું.

મહર્ષિ સ્મિત કરતા શાંત રહ્યા, એટલે એણે જણાવ્યું : મને ખરેખર ખૂબ જ આનંદ થશે. કાલે હું અહીંથી વિદાય થવાનો છું અને તમને કાયમને માટે યાદ કરીશ. મહર્ષિ બોલ્યા : તમે કદિ પણ નહીં જાવ.

કેમ ? હું ખરેખર જ જવાનો છું, મારે અમેરિકામાં તાકીદનું કામ છે, પાસપોર્ટ તૈયાર છે અને કાર્યક્રમ પણ ચોકકસ છે. પ્રવાસ પૂરો કરીને પાછા ફરવા માટેની બધી જ

પૂર્વ તૈયારીઓ મેં કરી રાખી છે, હું નથી જવાનો એવું વિધાન તમે કેવી રીતે કર્યું ?

મહર્ષિના શબ્દોનું સાચું રહસ્ય તો હવે પ્રકટ થયું એ બોલ્યા : તમે કદિ પણ આવ્યા નથી એટલે જવાના પણ નથી. હલનચલન અથવા પ્રવૃત્તિ તો મોટર, સ્ટીમર, ટ્રેન અને એવી બીજી વસ્તુઓની થયેલી. એ બધા જ વખત દરમ્યાન અહિં આવતાં સુધી તમે પોતે તો બેસી રહેવા સિવાય કશું જ નથી કર્યું.

ઓહ ! તમારા કહેવાનો ભાવાર્થ એવો છે ? અમેરિકનને હવે એમના શબ્દો સમજાઈ ગયા.

★ ★ ★

ઈ.સ. ૧૯૪૩નાં એપ્રિલમાં એમને કોઈએ દેશ અને કાળ વિશે પ્રશ્ન પૂછ્યો.

એમણે પૂછ્યું : આ પ્રશ્ન કોણ પૂછી રહ્યું છે ? દેશ, કાળ કે તમે ?

" હું પૂછુ છું. " જિજ્ઞાસુએ ઉત્તર આપ્યો.

તમે એ " હું " ને જાણો છો ?

" હું " ને જાણવાની વાત તત્ત્વજ્ઞાનીઓ પર છોડી દો અને મારા પ્રશ્નનો ઉત્તર આપો.

કોઈએ વચ્ચે જ પૂછી નાખ્યું : દેશ તથા કાળ તમને તમારી જાત કરતા પણ વધારે પ્રિય છે ?

જિજ્ઞાસુ જરાક વિચારમાં પડ્યા, એટલે મહર્ષિ બોલ્યા : આવા બધા જ પ્રશ્નો કૃત્રિમ છે. એક વાતનું બરાબર ધ્યાન રાખો કે આત્માના અપરોક્ષજ્ઞાન સિવાય કોઈ પણ સમસ્યાનું નિરાકરણ નહીં થઈ શકે. આત્માનો સાક્ષાત્કાર થયા પછી સઘળું સ્પષ્ટ થઈ જાય છે અને બધા જ પ્રશ્નો ઉકલી જાય છે.

★ ★ ★

એક બીજા મુલાકાતીએ એક વાર પ્રશ્ન કર્યો : મૃત્યુનાં પ્રખર અને ભયંકર ભયમાંથી કેવી રીતે છુટી શકાય ?

" એ ભય તમને ક્યારે લાગે છે ? " મહર્ષિએ સામે પૂછ્યું.

" એ ભય તમને સુષુપ્તિમાં તમારા શરીરને નથી જોતા ત્યારે લાગે છે કે કલોરોફોર્મની અસર નીચે હો છો ત્યારે ? "

તમે જ્યારે જાગૃતિમાં હો છો ને શરીર સાથેના જગતને અનુભવો છો ત્યારે જ એ તમારી પાછળ પડે છે. સુષુપ્તિની જેમ જો તમારા શુદ્ધ સ્વરુપમાં સ્થિતિ કરો અને એમને અનુભવો તો ભય તમારી પાસે નહીં ફરકી શકે.

★ ★ ★

એક ભાવિક ભકતે પૂછ્યું : ભગવાનનાં અરુણાયલનાં આગમનની પાછળ શું પ્રયોજન હતું ?

મહર્ષિએ સામેથી પૂછ્યું : તમારા બધાનાં આગમનની પાછળ ક્યું પ્રયોજન છે ?

" એ દ્વારા હું જાણવા માંગુ છું કે ભગવાને મદુરા છોડ્યું ત્યારથી માંડીને આજ સુધીના એમના આધ્યાત્મિક દ્રષ્ટિકોણમાં કશો ફેર પડ્યો છે કે કેમ ? "

" કશો જ ફેર નથી પડ્યો. એક જ જાતનો અનુભવ કોઈ પણ જાતનાં ફેરફાર વીના સમસ્ત સમય દરમ્યાન ચાલુ રહ્યો છે. "

" તો પછી ભગવાનને અરુણાયલની પ્રશસ્તિનાં ગીતો લખવાની આવશ્યકતા શી હતી ? " એ આવશ્યકતા એમને માટે હતી કે અમારા માટે ? "

મહર્ષિએ જણાવ્યું : " મેં એ પ્રશસ્તિ શા માટે લખી, એની ખબર નથી. એ કદાચ બીજાને માટે લખાઈ હશે. "

પ્રશ્નની દિશા હવે બીજી તરફ વળી : જીવન શું છે ?

" લૌકિક રીતે કહીએ તો જીવન શરીર છે. આધ્યાત્મિક રીતે કહીએ તો એ સર્વોપરી ચેતના છે તમે તેને કઈ દ્રષ્ટિથી જુઓ છો એના પર એનો આધાર રહે છે.

" મૃત્યુ શું છે ? "

" પોતાના મૂળભૂત વાસ્તવિક સ્વરૂપની વિસ્મૃતિ.

★ ★ ★

થિયોસોફીકલ સોસાયટીનાં પ્રમુખ શ્રી જનરાજદાસનાં પત્ની તથા મહર્ષિ વચ્ચે અહંભાવ તથા આત્મા સંબંધી ખૂબ જ રસિક વાતચીત શરૂ થઈ. શ્રીમતિ જનરાજદાસે પૂછ્યું : અહંકાર અને આત્મા બંનેમાં શું તફાવત છે ?

મહર્ષિએ ઉત્તર આપ્યો : જે આવે છે અને જાય છે, ઉત્પન્ન થાય છે ને શાંત બને છે, જન્મે છે અને મરે છે એ અહંકાર છે. જે હંમેશા રહે છે, કદિ પણ બદલાતો

નથી અને લક્ષણોથી રહિત છે, એ આત્મા છે.

" એવું કહી શકાય ખરું કે ઈશ્વર એક અગ્નિ જવાળા છે અને આપણે અંગારા છીએ ? "

" અંગારા અગ્નિ જવાળામાંથી ઉત્પન્ન થાય છે તો પણ એનાથી અલગ થઈને અવકાશમાં પડે છે, પરંતુ આપણે કદિ પણ ઈશ્વરથી અલગ નથી રહેતાં. "

" પરંતુ, આપણાથી અલગ કોઈ ઈશ્વર છે, ખરા ? " આ સંસારના સર્જક તો સ્વાભાવિક રીતે જ હોવા જોઈએ. "

મહર્ષિએ એમની લાક્ષણિક રીતે જણાવ્યું : ' જો આપણાથી એ શબ્દનો અર્થ તમારું શરીર એવો કરતા હો તો સર્જક છે, પરંતુ એનો અર્થ વિશુદ્ધ આત્મા કરતા હો તો એના સિવાય બીજું કશું જ નથી. જો તમે સંસારમાં વિશ્વાસ રાખીને એનું દર્શન કરતા હો તો તમારા સિવાયની અનેક વસ્તુઓને જોયા વિના ને સૃષ્ટિના સર્જક ઈશ્વરનું અનુમાન કર્યા વિના તમારે ચાલવાનું નથી. શરીર, ઈશ્વર અને જગત આત્મામાંથી જ એક સાથે આવિર્ભાવ પામે છે અને આત્મામાં જ અસ્ત થાય છે. ઈશ્વર જો આત્માથી અલગ હોય તો આત્માથી રહિત છે એમ કહેવું જોઈએ. એનો અર્થ એવો થયો કે એ અસ્તિત્વની બહાર અથવા અસ્તિત્વ વિહીન છે. '

શ્રીમતી જીનરાજદાસે કહ્યું : ' મને લાગે છે કે માણસે અહંકારયુક્ત આત્માનું વાસ્તવિક આત્મામાં રૂપાંતર કરવું જોઈએ. '

' અહંકારયુક્ત આત્માનું અસ્તિત્વ જ નથી. '

' એવું જ હોય તો એ આટલી બધી મુશ્કેલી શા માટે ઉભી કરે છે ? એણે રાષ્ટ્રોને લોકોમાં જે ખાનાખરાબી કરી છે તેનો વિચાર તો કરી જુઓ. એ પ્રત્યેકને માટે ભયંકર છે. '

' મુશ્કેલી કોને છે ? મુશ્કેલી પણ કેવળ કાલ્પનિક છે. સુખ અને દુઃખ માત્ર અહંકાર છે અને અહંકાર પોતે કલ્પિત છે. અહંકાર એના મૂળ સ્વરૂપની સતત શોધ કરવાથી અદૃશ્ય થાય છે ત્યારે સુખ તથા દુઃખની ભ્રાંતિ પણ ટંબી જાય છે, અને એ સાના ઉદ્ભવસ્થાન જેવો આત્મા એકલો શેષ રહે છે. સનાતન સત્તાની અંદર અહંકાર અથવા અજ્ઞાન કશું જ નથી. '

' પરંતુ અહંભાવનો ઉદ્ભવ કેવી રીતે થયો ? '

' અહંભાવનું અસ્તિત્વ જ નથી. નહિ તો તમે એક નથી પણ બે છો એવું માનવું પડે : એક અહંકારરૂપે અને બીજા આત્મારૂપે. તમે એક, અખંડ અથવા અવિભાજ્ય છો. તમારા સ્વરૂપના સાક્ષાત્કારની સાધના કરો એટલે ઉપલક્ષ્ય અહંભાવ તેમજ અજ્ઞાનનો અંત આવશે. '

' તો પછી ધારણા કરવાથી આવશ્યકતા ક્યાં રહી ? '

' ધારણા, ધ્યાન અને એવા બીજા આધ્યાત્મિક અભ્યાસક્રમોનો આધાર સાક્ષાત્કાર કરવા માટે નથી લેવાતો, કારણ કે આત્મા તો સદાને માટે છે જ. એ અભ્યાસક્રમોનો આશ્રય અવિદ્યાથી અતીત અવસ્થાની અનુભૂતિને માટે લેવાતો હોય છે. પ્રત્યેક વ્યક્તિ પોતાના અસ્તિત્વનો સ્વીકાર કરે છે અને એને પુરવાર કરવા માટે દર્પણની જરૂર નથી પડતી. અસ્તિત્વ અખંડ જાગૃતિ છે. એ અવિદ્યાનો નિષેધ છે. તો પછી માણસ શા માટે મુશ્કેલીમાં મુકાય છે ? કારણ કે એ પોતાના વાસ્તવિક સ્વરૂપનું વિસ્મરણ કરીને પોતાને બીજા રૂપે માની લે છે. '

★ ★ ★

:: સમર્પણ ભાવ વિશે ::

ઈ.સ. ૧૯૩૭ના એપ્રિલની દશમી તારીખે એક દર્શનાર્થીએ પૂછ્યું :

' આત્મસમર્પણ એટલે શું ? '

મહર્ષિ એ ઉત્તર આપ્યો : ' એ એક પ્રકારનો મનનો સંયમ છે. પોતાના કરતાં વધારે ઉચ્ચ આત્માની સત્તાને ઓળખે છે, ત્યારે અહંભાવ એને આધીન થાય છે. એ સમર્પણની શરૂઆત હોય છે. આત્મા વગર અહંભાવ નથી ટકી શકતો તો પણ એ હકિકતના અજ્ઞાનને લીધે એ વિદ્રોહ કર્યા કરે છે અને એની પોતાની ઈચ્છાને પ્રકૃતિને અનુસરીને કામ કરે છે. '

★ ★ ★

' એ વિદ્રોહી અહંભાવને વશ કેવી રીતે કરી શકાય ? '

' એના ઉદ્ભવસ્થાનની ખોજ કરીને એને આપોઆપ શાંત કરી દેવાથી અથવા એથી પ્રેરાયેલી બધી જ પ્રવૃત્તિઓ, આકાંક્ષાઓ અને યોજનાઓનું સમર્પણ કરીને એના મૂળ પર કુદારાઘાત કરવાથી લાંબા વખતની ટેવોને લીધે એવી મિથ્યા માન્યતા પેદા

થઈ છે કે ચિંતન એક કાયમી પ્રવૃત્તિ છે અને એનો અંત નથી આણી શકાતો, પરંતુ વિવેક અને અભ્યાસની મદદથી એ ભ્રાંત ધારણાનો અંત આવશે. પ્રયત્ન કર્યા સિવાય કોઈને પણ સફળતા નથી મળતી અને થોડાક સફળતા પ્રાપ્ત સાધકો એકધારા ખંતને લીધે જ એ સફળતા મેળવી શક્યા છે. '

★ ★ ★

' મને લાગે છે કે દેવતા કે ગુરુને પશ્ચિપાત કરવામાં આવે છે તેનું પ્રયોજન સમર્પણ ભાવની અભિવ્યક્તિ કરવાનું જ હશે. '

મહર્ષિ તરત જ બોલ્યા : ' અહંભાવને એના ઉદ્ભવસ્થાન હૃદયમાં ઓગાળી નાખવો કે વિલીન કરી દેવો એ જ સાચું સમર્પણ છે. ઈશ્વર બહારના શારીરિક અભિનયથી નથી છેતરાય તેમ. એ ઉપાસકની અંદર એ જ જાગે છે કે એણે કેટલા અહંકાર પર કાબૂ કર્યો છે અને કેટલો અહંકાર વધ્યો છે અથવા ઓછો થયો છે. '

★ ★ ★

:: ધ્યાનની સાધના ::

ધ્યાન સાધના વિશે એમને જુદા જુદા ઉપયોગી, સર્વ સામાન્ય પ્રશ્નો પૂછવામાં આવ્યા છે. એ પ્રશ્નોના એમણે આપેલા ઉત્તરો ખૂબ જ પ્રેરણાત્મક છે.

એક ધ્યાન પ્રિય સાધકે એમને પૂછ્યું :

' ભગવાન, હું જ્યારે જ્યારે ધ્યાન કરવા બેસું છું ત્યારે મારું મસ્તક તપી જાય છે અને તે છતાં પણ ધ્યાનને ચાલુ રાખું છું તો મારું આખું અંગ બળવા માંડે છે. એનો શો ઉપાય કરવો જોઈએ ? '

મહર્ષિએ કહ્યું : ' જો મસ્તકમાં મનને એકાગ્ર કરવાનો અભ્યાસ કરવામાં આવે છે તો ગરમી તથા માથાના દુખાવાનો અનુભવ થાય છે ખરો. ધ્યાન હૃદય માં કરવું જોઈએ. એને લીધે તાજગી, સ્ફૂર્તિ અને ઠંડક અનુભવાશે. થોડોક આરામ કરોને શરીરને ઢીલું કરીને ધ્યાન કરો તો ધ્યાન સહેલું થઈ જશે. કોઈ પણ પ્રકારના પરિશ્રમ વિના ભળતા વિચારોને અટકાવવાની કોશિશ કરો. તમને સત્વરે સફળતા મળશે. '

★ ★ ★

સાધકે બીજીવાર એક બીજી શંકા રજૂ કરી : ' ધ્યાન મનના સંયમથી જ શક્ય બને છે અને મનનો સંયમ પણ ધ્યાનથી જ સાધી શકાય છે. એ એક વિષયક નથી લાગતું ? '

મહર્ષિએ એ શંકાનું સમાધાન કરતા કહ્યું : ' એ બંને એકમેકની ઉપર આધાર રાખે છે. સાચું કહીએ તો ધ્યાનમાં મનના સંયમનો અથવા ભળતા આક્રમક વિચારોની સામેની સૂક્ષ્મ જાગૃતિનો સમાવેશ થઈ જ જાય છે. આરંભમાં ખરેખરા ધ્યાન કરતાં મનના સંયમને માટેના પ્રયત્નો જ વધારે કરવા પડે છે પરંતુ એ પછી ધ્યાન સફળ થાય છે ને સહજ બની જાય છે. '

' એને માટે તમારા અનુગ્રહની આવશ્યકતા છે. '

' અભ્યાસની આવશ્યકતા છે. અનુગ્રહ તો છે જ. '



' ધ્યાનમાં માનસિક રીતે કોઈક શબ્દોનું રટણ કરવું જોઈએ ? '

' ધ્યાન એ વિશેષ પ્રક્રિયા કે સિધ્ધાંતનું માનસિક રટણ નથી તો બીજું શું છે ? એ એક માનસિક જપ છે જે શબ્દોથી શરૂ થાય છે અને આત્માની સનાતન શાંતિમાં લય પામે છે. '



બીજા સાધકે કહ્યું : ' મને શીખવવામાં આવ્યું છે કે સાધનાની દૃષ્ટિએ મંત્રજપ ખૂબ જ શક્તિશાળી છે. '

મહર્ષિ તરત જ જણાવ્યું : ' આત્મા બધા મંત્રોમાં મહાન છે અને અનંત કાળ થી આપોઆપ ચાલ્યા કરે છે. અ આંતર મંત્રથી તમે અજ્ઞાત હો તો બીજા બધા વિચારોને શાંત કરવા માટે એ મંત્રનો બહારના જપ તરીકે આધાર લઈ શકો છો. એ જપ પ્રયત્નપૂર્વક કરવો પડે છે. એના પર સતત રીતે ધ્યાનને કેન્દ્રિત કરવાથી આખરે આંતર મંત્રનું ભાન થશે. એ અવસ્થા અનુભૂતિની અને સહજ છે. એ અનુભૂતિ જેમ જેમ વધતી જશે તેમ તેમ બીજી પ્રવૃત્તિઓમાં ગમે તેટલા રત રહેશો, તો પણ તમે કોઈ પણ પ્રકારના પ્રયત્નો વિના કાયમને માટે અંતર્મુખ બની શકશો. વેદપાઠના તથા

મંત્રોના શ્રવણથી જપના ઈરાદાપૂર્વકના વારંવારના રટણ જેટલું જ ફળ મળે છે. એમનો તાલબધ્ધ સુસંવાદી સ્વર એક જાતનો જપ જ હોય છે. '



ઈ.સ. ૧૯૪૨ માં ઉત્તર ભારતના રેલ્વેના ચીફ એન્જિનિયરે પૂછ્યું : ' હું ધ્યાનનો શરૂઆતનો સાધક છું, ભગવાનને હું પથપ્રદર્શન માટે પ્રાર્થું છું. તમે અમને હું કોણ છું એની ખોજ કરવાનો આદેશ આપો છો. એથી ક્યાં પહોંચાશે તે કહી શકશો ?

મહર્ષિ બોલ્યા : ' તમારે એ પ્રશ્ન પૂછીને બેસી નથી રહેવાનું તમારે એના રહસ્યને હસ્તગત કરવાનું છે. કેટલાંક સાધકો કેટલાંક ચક્રોનું કે શરીરના કેન્દ્રોનું એમની અંદર વિલીન થતાં સુધી ધ્યાન કરે છે, પરંતુ એમણે વહેલા કે મોડા એમના સ્વરૂપનો વિચાર કરવો જ પડશે એ અનિવાર્ય છે. તો પછી તમારા મૂળ ઉદ્ભવસ્થાનમાં વિલીન થતાં સુધી અત્યારથી જ તમારું ધ્યાન કરીને તમારા પર મનને કેન્દ્રિત શા માટે નથી કરતા ? '



' છેલ્લાં વીસ વરસથી હું, કેટલાક ચક્રો પર મનને કેન્દ્રિત કરું છું અને જુદા જુદા પદાર્થોને જોઉં છું તથા શબ્દો સાંભળું છું તો પણ હજુ પરમાત્માની પાસે નથી પહોંચી શક્યો. હવે મારા મનમાં કોઈ વિચાર જાગે કે તરત જ હું કોણ છું એવો પ્રશ્ન પૂછું ? '

' બરાબર છે. બહારના વિચારો વિક્ષેપ ના કરે ત્યાં સુધી એના અર્થ પર મનને કેન્દ્રિત કરી દો. બધા પ્રકારની માનસિક પ્રક્રિયાઓને શાંત કરીને છેવટે અહંવૃત્તિના મૂળ સુધી પહોંચી જવાનું છે. ધ્યેય એ જ છે.



' મનમાં ઉત્પન્ન થનારા વિચારોના વેગને રોકવામાં સફળતા ના મળે ત્યાં સુધી આત્મસાક્ષાત્કાર કરવાનું એકદમ અશક્ય છે. એ બરાબર છે ? '

' તદ્દન બરાબર નથી. બીજા વિચારોને રોકવાની જરૂર જરા પણ નથી. તમે

સુષુપ્તિમાં હો છો ત્યારે અહંભાવ નથી હોતો એટલે વિચારોથી સંપૂર્ણપણે મુક્ત હો છો. જાગૃતિ દશામાં અહંભાવનો ઉદય થતાં બીજા બધા જ વિચારો એકી સાથે દોડી આવે છે. એટલા માટે સૌથી વધારે ડહાપણ ભરેલું કામ તો એ છે કે અહંભાવને પકડીને એનું પૃથક્કરણ કરવું અને એવી રીતે બીજા ભળતા વિચારોને વિશ્લેષરૂપ થવાની તક જ ના પૂરી પાડવી. વિચારની સાચી ઉપયોગીતા અને મનના નિગ્રહમાં અસરકારકતા એમાં જ રહેલી છે.

★ ★ ★

' સૌથી ઉત્તમ ધ્યાન કયું કહેવાય ? '

' સૌથી ઉત્તમ ધ્યાન એ જ છે જે ત્રણે અવસ્થા દરમિયાન ચાલુ રહે છે. એ ધ્યાન એટલું બધું ગાઢ હોવું જોઈએ કે હું ધ્યાન ધરું છું એવો વિચાર પણ ના પેદા થાય. એ ધ્યાન જાગૃતિને સ્વપ્નાવસ્થા પર અસર પહોંચાડશે અને સુષુપ્તિ પણ એવી રીતે એક પ્રકારના એકધારા ધ્યાનનું જ રૂપ ધારણ કરશે. '

★ ★ ★

એ જ સાધકે નાડીઓની માહિતિ માટે પ્રશ્ન પૂછ્યો : ' સુષુમ્ણા નાડીમાં અને આત્મનાડીમાં શો તફાવત છે ? '

મહર્ષિએ પોતાના અનુભવના આધાર પર જણાવ્યું : ' સુષુમ્ણા નાડી યોગ અભ્યાસમાં સ્થૂળ ધ્યાનમાં, ને સિદ્ધિઓની પ્રાપ્તિમાં ભાગ ભજવનારી મુખ્ય નાડી છે. યોગીઓ એ સહસ્ત્રારમાં સમાપ્ત થાય છે, એવું માને છે. આત્મનાડી, પરાનાડી અથવા અમૃતનાડી જ્ઞાનમાર્ગના શાંત ધ્યાનમાં હૃદયમાંથી ઉત્પન્ન થઈને સહસ્ત્રાર તરફ જતો શક્તિપ્રવાહ છે. એ સાધકને આત્મસાક્ષાત્કાર તરફ દોરી જાય છે. આત્મનાડી સુષુમ્ણાને ટેકો આપે છે અને સુષુમ્ણા આખરે એમાં મળી જાય છે. નાડીઓ જ્ઞાનતંતુનાં સમૂહરૂપ છે. એમનામાંથી હૃદયમાંથી પ્રવાહિત થયેલી ચેતના સમસ્ત શરીરમાં ફરી વળે છે. '

★ ★ ★

સમાધિ સબંધી એમણે વ્યક્ત કરેલા વિચારો પણ જાણવા જેવા છે.

એક જિજ્ઞાસુએ પૂછ્યું : ' સમાધિનો સાચો અર્થ કહી બતાવશો ? '

મહર્ષિ એ જણાવ્યું : ' સમાધિ વ્યક્તિનો સાચો સ્વભાવ છે. '

★ ★ ★

' સમાધિ તથા તુરીયા એક જ છે ? '

' સમાધિ, તુરીયા, નિર્વિકલ્પ એ બધાનો ભાવાર્થ એક જ છે - સ્વરૂપની સભાનતા. તુરીયાનો શબ્દાર્થ ચતુર્થ અવસ્થા અથવા સર્વોપરી ચેતના છે. એ રીતે એ જાગૃતિ, સ્વપ્ન અને સુષુપ્તિ ત્રણે અવસ્થાઓથી જુદી છે. ચતુર્થ અવસ્થા સનાતન તથા શ્રેષ્ઠ છે અને અન્ય ત્રણ અવસ્થાઓ એમાં અવર જવર કર્યા કરે છે. તુરીયાવસ્થામાં મન એના ઉદ્ભવસ્થાન હૃદયમાં મળી જાય છે એવું ભાન રહે છે. મનમાં થોડાક વિચારો પેદા થાય છે અને ઈન્દ્રિયો થોડીક જાગૃત હોય છે. તો પણ એ દરમિયાન મન શાંત હોય છે. નિર્વિકલ્પમાં ઈન્દ્રિયો નિષ્ક્રિય હોય છે, ને વિચારો સંપૂર્ણપણે શાંત બને છે. એટલા માટે એની અંદર પરમાત્માની પરમચેતનાની અનુભૂતિ ગાઢ રીતે થતી હોય છે. એટલે ધન્યતા અનુભવાય છે. તુરીયા સવિકલ્પ સમાધિમાં પ્રાપ્ત થાય છે.

★ ★ ★

જિજ્ઞાસુએ આગળ પૂછ્યું : ' સહજ અને નિર્વિકલ્પ સમાધિમાં શો ભેદ છે ? '

મહર્ષિએ ઉત્તર આપ્યો : ' સહજ છે તે નિર્વિકલ્પ પણ છે. તમે કદાચ કેવળ નિર્વિકલ્પની વાત કરતા હશો. એ કામ ચલાઉ હોય છે. સહજ નિર્વિકલ્પ કામથી હોય છે ને પુનર્જન્મોમાંથી મુક્તિ આપે છે. '

એના અનુસંધાનમાં એમણે આગળ કહ્યું : ' નિર્વિકલ્પના બે પ્રકાર છે : આંતર અને બાહ્ય. આંતર નિર્વિકલ્પમાં મન અંદરના આત્મામાં પૂર્ણપણે મળી જાય છે. ને બીજા કશાનું જ્ઞાન નથી ધરાવતું. એની સરખામણી પવનથી સંરક્ષાયેલા દીપકની સાથે કરી શકાય. પરંતુ બાહ્ય નિર્વિકલ્પમાં મન આત્મામાં લીન હોવા છતાં, જગતનું ભાન રહેતું હોય છે, પરંતુ એને પરિણામે અંદરથી કશી પ્રતિક્રિયા થતી નથી. મન એ દરમિયાન નિસ્તરંગ સાગરની શાંત વિશાળતાથી સંપન્ન હોય છે. એ બંને પ્રકારની દશા દરમિયાન આત્માનો સીધો સાક્ષાત્કાર થાય છે અને ધન્યતાને અનુભવી શકાય છે. બાહ્ય નિર્વિકલ્પના નિસ્તરંગ સાગરમાં અને આંતર નિર્વિકલ્પની અચળ જ્યોતિમાં કશોભેદ નથી રહેતો ત્યારે સહજ નિર્વિકલ્પ સમાધિના અંતિમ ધ્યેયની સિધ્ધિ થાય છે. નિર્વિકલ્પ સહજ હોય છે જ્યારે સવિકલ્પ પ્રયત્ન સાધ્ય છે.

★ ★ ★

'નિર્વાણ એટલે શું?' એક મુલાકાતીએ પ્રશ્ન કર્યો.

મહર્ષિએ ઉત્તર આપ્યો : 'નિર્વાણ એક એવી અવસ્થા છે જેમાં અલગતાની ભાવના નથી રહેતી અને અહંતા એના ઉદ્ભવસ્થાન હૃદયમાં વિલિન થાય છે.

એક અન્ય અવસર પર એમણે જણાવ્યું : 'નિર્વાણ પરિપૂર્ણ અવસ્થા છે. એની અંદર જોવાનું, સાંભળવાનું અથવા અનુભવવાનું નથી બની શકતું. "હું છું" એવી વિશુદ્ધ અસ્મિતાવૃત્તિ વિના એમાં બીજું કશું જ નથી હોતું. તમે ગ્રંથોના વાચન પરથી જે નિર્વાણનું વર્ણન કરો છો તે કેવળ કલ્પના સિવાય બીજું કશું જ નથી. એ અને એવી બીજી પ્રવૃત્તિઓ માણસને નિઃસ્વાર્થ બનાવતી હોય ને પરમ સત્યના સાક્ષાત્કાર માટે તૈયાર કરતી હોય તો સારી છે. સેવા પણ જો સ્વાર્થરહિત હોય તો આત્મસાક્ષાત્કારના એ જ ધ્યેય તરફ દોરી જાય છે.

★ ★ ★

એક દર્શનાર્થીએ સિધ્ધિઓ સંબંધી પૂછ્યું : 'જ્ઞાન થયા પહેલા જેમને સિધ્ધિઓ મળી હોય તેવા જ્ઞાનીઓ પરમાત્મામાં લીન થયા પછી પણ એ સિધ્ધિઓને સાચવી રાખે છે ખરા?'

મહર્ષિએ કહ્યું : 'હા, સિધ્ધિઓ પ્રારબ્ધ કર્મના પરિણામે પ્રાપ્ત થતી હોય છે ને મુક્તિમાં અંતરાયરૂપ નથી થતી. એ મુક્તિ મેળવતાં પહેલા અંતરાયરૂપ થઈ શકે છે.

★ ★ ★

સિધ્ધિઓ વિશે એક બીજો પ્રશ્ન પૂછવામાં આવ્યો : 'જ્ઞાની જો સિધ્ધિઓને મેળવવાની આકાંક્ષા રાખે તો તે સિધ્ધિઓ એને આપોઆપ મળે છે કે એમને માટે એણે કોઈ સ્વતંત્ર પુરુષાર્થ કરવો પડે છે?'

મહર્ષિએ ઉત્તર આપ્યો : 'જ્ઞાની કોણ છે?, જો જ્ઞાની તમને દેખાય છે તે શરીર હોય તો તેની સિધ્ધિઓનું પ્રદર્શન બીજા શરીરોની આગળ કરી શકાશે. પરંતુ એ જો પરમ પવિત્ર આત્મ સ્વરૂપ હોય તો એ સિધ્ધિઓની પ્રાપ્તિ ક્યાંથી કરશે અને એમનું પ્રદર્શન કોની આગળ કરી બતાવશે? ભક્ત તથા જ્ઞાની બંનેને સિધ્ધિઓની લાલશા નથી હોતી અને એ સિદ્ધિઓને માટે સાધના નથી કરતા કારણ કે જ્ઞાની બધાને આત્મારૂપે જુએ છે અને ભક્ત બધામાં પોતાના ઈષ્ટદેવતાને અથવા તો પ્રિયતમ

પરમાત્માનું દર્શન કરે છે. એના પોતાના કર્મો એ પરમાત્મા દ્વારા થતાં હોય છે. પોતાની સ્વતંત્ર ઈચ્છાશક્તિથી કોઈ પણ કર્મમાં પ્રવૃત્ત થવાની આકાંક્ષા એને નથી હોતી, છતાં પણ એ બંનેની પાછળ સિધ્ધિઓ એમના પડછાયાની પેઠે ફર્યા કરે છે. એક સંત પુરુષ એક ઠેકાણે બેસી રહીને દુનિયાની જુદી જુદી દિશાઓમાંથી હજારો લોકોને પોતાના પ્રત્યે આકર્ષે છે એનાથી અસંખ્ય લોકોની પરંપરાગત જીવનપધ્ધતિમાં પરિવર્તન આવે છે ને એમની મદદ મેળવીને કેટલાક ઈશ્વરનો સાક્ષાત્કાર કરવાની પણ શક્તિ પ્રાપ્ત કરે છે : એનાથી વધારે મોટી સિધ્ધિ બીજી કઈ હોઈ શકે ? માણસો એવી કેટલીક વસ્તુઓને જુએ છે જે કહેવાતી સિધ્ધિઓ કરતાં ખૂબ જ વધારે આશ્ચર્યકારક હોય છે તો પણ એ વસ્તુઓ અથવા ઘટનાઓનું દર્શન રોજ રોજ થયા કરતું હોવાથી એમને જોઈને એમને કોઈ જાતનું આશ્ચર્ય નથી થતું. એક માણસ જગતમાં જન્મે છે ત્યારે આ ઈલેક્ટ્રીકના બલ્બ કરતા જરા પણ મોટો નથી હોતો. એ પછી ભવિષ્યમાં મોટો પહેલવાન કે કુસ્તીબાજ બને છે, સંસારમાં સુપ્રિસિદ્ધ કળાકાર, વક્તા, રાજનીતિજ્ઞ અથવા સંત થાય છે. એમાં એમને કશો ચમત્કાર નથી લાગતો પરંતુ જો કોઈક મડદાને બોલતું કરવામાં આવે તો એમના આશ્ચર્યનો અંત નથી રહેતો. '

★ ★ ★

'કામનાઓ જ્ઞાનનો નાશ નથી કરતી ?' કોઈએ પૂછ્યું.

મહર્ષિએ કહ્યું : 'જ્ઞાનીની કામનાઓ બીજા બધા પદાર્થોની પેઠે બહારની હોવાથી એ એનાથી અલિપ્ત રહેતો હોવાથી એને કોઈ પ્રકારની હાનિ નથી કરી શકતી. '

'પુરાણોમાં આવે છે કે જ્ઞાનીઓએ જ્ઞાનીઓ સાથે યુધ્ધો કરેલા એ કેવું લાગે છે ?'

'બરાબર છે, શ્રીકૃષ્ણે ભીષ્મ સાથે યુધ્ધ કરેલું. જ્ઞાનીઓ સમસ્ત જગતને બ્રહ્મરૂપે જોતા હોય છે તો પણ લડે છે. '

★ ★ ★

:: વિદેહ મુકિત વિશે ::

એક સાધકે શંકા રજૂ કરી : 'જ્ઞાની આ પૃથ્વી પર ફરીથી જન્મ ના લેતો હોય તો પણ જો ઈચ્છે તો સૂક્ષ્મ જગતમાં રહીને પોતાનું કાર્ય કરે છે, એવું કહેવામાં આવે છે. તો પછી એની અંદર પોતાની પસંદગી કરવાની કોઈ ઈચ્છા રહે છે ખરી ?'

'ના, મારા કથનનું તાત્પર્ય એવું નથી. ' મહર્ષિએ જણાવ્યું, ' એક ભારતીય તત્ત્વવેત્તાએ એમના એક પુસ્તકમાં શંકરનો આધાર લઈને લખ્યું છે કે વિદેહમુકિત જેવી કોઈ વસ્તુનું અસ્તિત્વ જ નથી કારણ કે પોતાના મૃત્યુ પછી મુક્ત પુરુષ પ્રકાશમય શરીરને ધારણ કરીને સમસ્ત માનવ જાતિની મુકિત થતાં સુધી વાસ કરે છે. '

મહર્ષિએ શંકાનું સમાધાન કરવા માટે વિવેક્યુડામણીના પદ્મમાં શ્લોકને બતાવ્યો. એ શ્લોકનો ભાવાર્થ એવો છે કે ભૌતિક શરીરને છોડ્યાં પછી મુક્ત પુરુષ પાણીમાં પાણી મળે કે તેલમાં તેલ ભળે એવી રીતે પરમાત્મા સાથે એક બની જાય છે. એ ભાવાર્થનું સ્પષ્ટીકરણ કરતાં એમણે કહ્યું કે એ એક એવી અવસ્થા છે જેમાં બંધન તથા મુકિત જેવું કશું જ નથી. બીજું શરીર ધારણ કરવાનો અર્થ નિત્ય આત્મા પર પડદો નાખવાનો છે. પછી એ પડદો ગમે તેટલો સૂક્ષ્મ કે હલકો હોય. એ એક જાતનું બંધન જ છે. મુકિત પરિપૂર્ણ, અખંડ અને અચળ છે.

★ ★ ★

:: એકાંતવાસ ::

એક ભક્તે કહ્યું : ' મારા મનનો નિગ્રહ નથી થઈ શક્યો એટલે મારી ઈચ્છા ઉત્તર ભારતના એક સ્થાનમાં એકાંતવાસ કરવાની છે એને માટે હું શ્રી ભગવાનની કૃપાની કામના કરી રહ્યો છું.'

મહર્ષિએ જણાવ્યું : ' તમે એકાંતવાસ કરવાની ઈચ્છાથી તિરુવણ્ણામલૈ જેટલે દૂર રમણ ભગવાનની સંનિધિમાં આવી પહોંચ્યા છો તો પણ તમને તમારી ઈચ્છા પ્રમાણેની માનસિક શાંતિની પ્રાપ્તિ થઈ હોય અવું નથી લાગતું. હવે તમે બીજે ઠેકાણે જવાની ઈચ્છા રાખો છો અને ત્યાંથી પાછા ક્યાંક બીજે જવાની ઈચ્છા કરશો. એવી રીતે તમારા પરિભ્રમણનો અંત નહિ આવે. તમે નથી સમજતા કે એવી રીતે તમને તમારું મન જ ફેરવી રહ્યું છે. એને સૌથી પહેલાં વશ કરો તો તમે જ્યાં હશો ત્યાં સુખાનુભવ કરી શકશો. તમે વિવેકાનંદના વ્યાખ્યાનો વાંચ્યા છે કે નહિ તેની મને ખબર નથી પરંતુ મને યાદ છે ત્યાં સુધી એમણે એક ઠેકાણે એક એવા માણસની વાત કહી છે જે પોતાના પડછાયાને દફનાવવાની મહેનત કરતો અને જોતો કે જ્યાં જ્યાં જમીનને ખોદવામાં આવતી ત્યાં ત્યાં બધેજ એનું દર્શન થતું. એટલે એને દફનાવવાનું

કામ એકદમ અશક્ય થઈ પડ્યું. પોતાના વિચારોને દફનાવવાનો પ્રયત્ન કરનારા માનવની અવસ્થા પણ એવી જ હોય છે. એટલા માટે માણસે વિચારોના ઉદ્ભવસ્થાન સુધી પહોંચી જવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ, અને વિચાર, મન અને વાસના ત્રણેનો અંત આણવો જોઈએ. '

★ ★ ★

ભક્તે કહ્યું : ' એ બરાબર છે, પરંતુ પર્વતની ટેકરી પર હું જ્યારે એકાદ બે કલાક પસાર કરું છું ત્યારે અહીંના કરતાં કેટલીક વાર વધારે શાંતિનો અનુભવ કરું છું. એના પરથી લાગે છે કે એકાંત સ્થાન મનોનિગ્રહને માટે વધારે અનુકૂળ છે. '

મહર્ષિ બોલ્યા : ' પરંતુ ત્યાં પણ તમે એકાદ કલાક વધારે ગાળો તો તે સ્થળમાં પણ તમને તમારી ઈચ્છા અનુસાર શાંતિનો અનુભવ નહિં થાય. મનની ઉપર કાબુ કરો તો નરક પણ તમારે માટે સ્વર્ગ બરાબર સુખદ થઈ પડશે. વનમાં રહેવાની અથવા એકાંત સેવન કરવાની બધી જ વાતો ત્યાં સુધી કેવળ વાતો જ રહેશે. '

★ ★ ★

ભક્તે હવે એક બીજો વ્યક્તિગત પ્રશ્ન પૂછ્યો : ' જો એકાંતની અને ગૃહત્યાગની કોઈ આવશ્યકતા ના હોય તો પછી શ્રી ભગવાનને માટે સત્તરમા વર્ષે અહીં આવવાની આવશ્યકતા ક્યાંથી ઉભી થઈ ? '

મહર્ષિએ એના ઉત્તરમાં જણાવ્યું : ' જે પરમશક્તિ એમને અહીં લઈ આવી છે તે જ શક્તિ તમને પણ પોતાની સઘળી શક્તિથી તમારા ઘરની બહાર લઈ જતી હોય તો લઈ જવા દો, પરંતુ તમારા પ્રયત્નથી ઘરનો ત્યાગ કરવાનો કશો અર્થ નથી. તમારું કર્તવ્ય નિરંતર આત્મવિચાર કરવાનું છે. '

★ ★ ★

' તો પછી સંતો કે જ્ઞાનીઓના સંગની આવશ્યકતા નથી કે શું ? '

' છે, પરંતુ સર્વોત્તમ સત્સંગ તમારા સ્વરૂપમાં સ્થિતિ કરવાનો છે. એને વાસ્તવિક ગૃહવાસ પણ કહેવામાં આવે છે. ગુફામાં રહેવું એટલે તમારા આત્મામાં પ્રતિષ્ઠિત થવું. જ્ઞાનીઓ ને સંતોનો સમાગમ ખૂબ જ મદદરૂપ બનશે. '

★ ★ ★

' હું જે મંત્રનો જપ કરું છું તેના મૂળને શોધતાં, " હું કોણ છું " નો વિચાર કરતા જેવી રીતે મન શાંત થાય તેવી જ રીતે શાંત થાય છે, તો પછી હું મંત્રને ચાલું રાખું તેમા કશું નુકસાન છે ખરું કે પછી મારે " હું કોણ છું " એ વિચારનો જ આધાર લેવો જોઈએ ? '

' તમે કોઈ પણ વિચાર કે મંત્રનો આશ્રય લઈને એના મૂળ સુધી પહોંચીને તમારી જીજ્ઞાસા નો જવાબ મેળવી શકો છો ? '

★ ★ ★

' જપ અથવા મંત્રની અસર કેવી થાય છે ? '

' એ દ્વારા મનની વૃત્તિ બદલાય છે. મન નહેર જેવું અથવા વિચારોનાં ઝડપી પ્રવાહ જેવું છે અને મંત્ર એ પ્રવાહમાં બાંધેલો બંધ છે એ બંધ પાણીને જ્યાં જરૂર હોય ત્યાં વાળવા માટે બાંધવામાં આવે છે. '

★ ★ ★

:: હવે નાદના શ્રવણ વિશે ::

' વિચાર શાંત થયા પછી કેટલીકવાર મને જુદા જુદા નાદ સંભળાય છે. એ નાદ મિલના અવાજને મળતો અને એન્જિનની સીટી જેવો હોય છે. ઘેર ધ્યાન કરતી વખતે એવો અનુભવ થયા કરતો પરંતુ અહીં તો તમારી સામે હોઉં કે આશ્રમમાં ફરતો હોઉં તો પણ બધે વખતે નાદ ચાલ્યા જ કરે છે. '

મહર્ષિએ એમની લાક્ષણિક રીતે જણાવ્યું : ' નાદ કોણ સાંભળે છે, એ પ્રશ્ન પૂછો, એ પ્રશ્નને ઉપરાઉપરી પૂછ્યા કરો. '

★ ★ ★

એક ઉત્સાહી, ઈશ્વરની પરમ કૃપાની કામનાવાળા સાધકોનો મહર્ષિ સાથેનો વાર્તાલાપ બીજા અસંખ્ય સાધકો માટે પ્રેરણાત્મક છે.

સાધક : મારી સાધનામાં ઈશ્વરના અનુગ્રહની આવશ્યકતા તો છે જ. એ અનુગ્રહની પ્રાપ્તિ પ્રાર્થના તથા ઉપાસના જેવા સાધનોથી ના કરી શકાય ? એ અનુગ્રહ મદદરૂપ ના થઈ શકે ?

મહર્ષિ : ઈશ્વરની કૃપા અને ઉપાસના અથવા એ કૃપાની પ્રાપ્તિ માટેની ભક્તિ

અને એવા બીજા સાધનો તો વચગાળાના સોપાન છે. એ સોપાનનો આશ્રય ધ્યેયની પ્રાપ્તિ થતાં સુધી લેવાતો હોય છે. એવો આશ્રય આવશ્યક છે. જ્યારે ધ્યેયની પ્રાપ્તિ થાય છે ત્યારે ઈશ્વર આત્મારૂપે અનુભવાય છે.

સાધક : બીજા કયા વિશેષ સાધનો મદદરૂપ છે ?

મહર્ષિ : એનો આધાર દરેકના સંજોગો પર રહેતો હોય છે.

સાધક : મારે માટે કયો માર્ગ સૌથી વધારે અનુકૂળ છે ? ઈશ્વર શું મારા પર પોતાનો સંપૂર્ણ અનુગ્રહ નહિ કરે ?

મહર્ષિ : ભક્તિ, જ્ઞાન, કર્મને યોગ બધા જ માર્ગો એક છે. ઈશ્વરને જ્યાં સુધી જાણશો નહીં ત્યાં સુધી પ્રેમ નહિ કરી શકો અને પ્રેમ નહિ કરો ત્યાં સુધી જાણશો નહિ, પ્રેમ તમે જે કાંઈ કરો છો તેમાં પ્રગટ થાય છે ને તે કર્મ છે. માનસિક અનુભૂતિનો વિકાસ અથવા યોગ તમે ઈશ્વરને યોગ્ય રીતે જાણો કે પ્રેમ કરો તે પહેલાની મહત્વની પ્રાથમિક આવશ્યકતા છે.

હવે સાધકે બીજો અનોખો પ્રશ્ન પૂછ્યો :

' હું ઈશ્વર છું ' એવું ચિંતન કર્યા કરું ? એ અભ્યાસ બરાબર છે ? '

મહર્ષિએ ઉત્તર આપ્યો : એવું ચિંતન શા માટે કરવું જોઈએ ? વસ્તુતઃ તમે ઈશ્વર છો. પરંતુ ' હું માણસ છું , હું માણસ છું ' એવું ચિંતન કોઈ કર્યા કરે છે ખરું ? કોઈ માણસ પોતે પશુ છે એવા વિરોધી વિચારનો પ્રતિકાર કરવા માગતો હોય તો ' હું માણસ છું ' એવું પારાયણ કરી શકે ખરો. પોતાના મનમાં ઘર કરી ગયેલા ખોટા ખ્યાલોને દૂર કરવા માટે, એક વચગાળાના સાધન તરીકે માણસ ' હું ઈશ્વર છું ' એવા વિચારનો અથવા ચિંતનમનનનો આધાર લઈ શકે. એમા કશું ખોટું નથી. પરંતુ એનો હેતુ પૂરો થાય છે એટલે એનું પરિણામ ' હું ઈશ્વર છું ' જેવા કોઈ વિચારમાં પ્રકટ થતું પરંતુ કેવળ આત્મસાક્ષાત્કાર રૂપે જ પ્રગટ થાય છે. એ સાક્ષાત્કાર કોઈ પણ પ્રકારની માન્યતાથી કે ચિંતનમનનની વૃત્તિથી પર હોય છે.

સાધક : એ સર્વજ્ઞ, સર્વ શક્તિમાન, પરમ કૃપાળુ પરમાત્મા સાધકના સાક્ષાત્કાર માટેની બધી જ વસ્તુઓની પૂર્તિ નથી કરતા ?

સાધક એ પ્રશ્ન દ્વારા પૂછવા માગતા 'તા કે આપણે સદાને માટે કોઈ ગુરૂ

પર નિર્ભર રહેવું જોઈએ અને એમના ખ્યાલો પ્રમાણે વર્તવું જોઈએ ? એ ગુરુ ગમે તેટલા મહાન હોય તો પણ એમનું જ આજ્ઞાપાલન કરવું જોઈએ ? તો પછી એમાં સ્વતંત્રતા કે સ્વાત્મનિર્ભરતા ક્યાં રહી ?

સાધકની એ માનસિક ગડમથલને મહર્ષિ સત્વર સમજી ગયા અને સ્પષ્ટતાપૂર્વક બોલ્યા : એવું ના સમજતા કે આ શરીર ગુરુ છે.

અને એમણે વિશેષરૂપે સ્પષ્ટતા કરવા માટે પોતાના શરીર તરફ અંગુલિનિર્દેશ કર્યો.

એ સાંભળીને સાધકે જણાવ્યું : મને લાગે છે કે આત્મ સાક્ષાત્કાર કરવાનું કામ ધાર્યા જેટલું સહેલું નથી.

મહર્ષિ બોલી ઊઠ્યા : નિષ્ફળતાની નિરાશાવાદી કલ્પના કરીને પહેલેથી જ શા માટે હતાશ બનો છો ? વિકાસના માર્ગે આગળ વધો. એ જ બરાબર છે. સાચા સાધકને એક ક્ષણમાં જ આત્મસાક્ષાત્કાર થઈ શકે છે.

★ ★ ★

:: હઠયોગ અને વિધ્નો ::

સાધક : ધ્યાનાદિનો અભ્યાસ કરનારા સાધકો નવા વ્યાધિઓના શિકાર બને છે એવું કહેવાય છે. એ સંબંધી સાચી હકીકત ગમે તે હોય તો પણ મને છાતીમાં ને પીઠ પાછળ થોડોક દુખાવો થયા કરે છે. એ ઈશ્વરની મારફત કરાતી કસોટી છે એમ કહેવાય છે. ભગવાન એનું સ્પષ્ટીકરણ કરીને કહેશે કે એ વાત સાચી છે કે ખોટી ?

મહર્ષિ : તમારી બહાર બીજા કોઈ ભગવાન નથી અને એટલા માટે કોઈ જાતની કસોટી નથી કરવામાં આવતી. તમે સાધનાત્મક અભ્યાસને પરિણામે પેદા થનારા નવા વ્યાધિની ને કસોટીની વાત કરી રહ્યા છો તે તો તમારા જ્ઞાનતંતુઓ અને તમારી પાંચ ઈન્દ્રિયો પર પડનારો એક પ્રકારનો બોજો છે. જે મન અત્યાર સુધી નાડીઓમાંથી કામ કરતું, બાહ્ય વિષયોનો અનુભવ કરતું, અને પોતાના ને બીજી ઈન્દ્રિયો વચ્ચેના સંબંધને સાચવી રાખતું એ મન એ સંબંધ છોડીને પાછું વળે છે અને ઉપરામ બને છે.

એનો એ સંબંધ વિચ્છેદ સ્વાભાવિક રીતે જ એના બોજામાં વધારો કરે છે. એને પડતા પરિશ્રમને લીધે કેટલીક પ્રતિક્રિયાઓ પેદા થાય છે. લોકો એ પ્રતિક્રિયાને વ્યાધિ માને છે અથવા ઈશ્વર દ્વારા કરાતી કસોટીનું નામ આપે છે. તમે જો આત્માનો અને આત્મસાક્ષાત્કારનો નિરંતર વિચાર કરતા રહેશો અને ધ્યાનની સાધનાને ચાલું રાખશો તો એ બધી જ પ્રતિક્રિયાઓનો અંત આવશે. આત્મા અથવા પરમાત્માની સાથેના એકધારા સતત સંબંધ અથવા યોગ કરતાં વધારે ઉત્તમ ઔષધિ બીજી એકે નથી. લાંબા વખતથી એકઠી થયેલી વાસનાઓને તિલાંજલી આપતી વખતે પીડાનો અનુભવ કરવો પડે એ તદ્દન સ્વાભાવિક છે.

સાધક : હઠયોગની પ્રક્રિયાઓ વ્યાધિઓને દૂર કરવામાં અત્યંત અસરકારક કરે છે. એવું કહેવાય છે અને જ્ઞાનયોગની પ્રાથમિક આવશ્યકતારૂપે એમની ભલામણ કરવામાં આવે છે.

મહર્ષિ : જે એમની ભલામણો કરતા હોય એ એમનો આધાર ભલે લે. અહીંનો અનુભવ એવો નથી. સતત રીતે કરાતા આત્મવિચારથી બધા જ વ્યાધિઓ અચૂક રીતે દૂર થશે.

સાધક : પ્રાણાયામ સંબંધી શું ?

મહર્ષિ : એના સંબંધી શું ? હું એના સંબંધી પૂરક, રેચક તથા કુંભકની અને એમની માત્રાની સુપ્રસિદ્ધ શાસ્ત્રીય પરિભાષામાં વાત નથી કરતો તો પણ મેં કહ્યું છે કે એનો આધાર લઈ શકાય છે. મન અને પ્રાણનો પ્રાદુર્ભાવ એક જ ઠેકાણેથી થતો હોય છે. એટલે જો એકની પ્રવૃત્તિને તમે અટકાવી દો તો બીજાની પ્રવૃત્તિ આપોઆપ અટકી પડે છે. પ્રાણના નિગ્રહ કરતાં મનનો નિગ્રહ વધારે સહેલો છે. પ્રાણનો નિગ્રહ ગાયને બળજબરી દોહવા બરાબર છે અને મનનો નિગ્રહ ગાયને ઘાસ નાખીને એમની પીઠ પર હાથ ફેરવતા ફેરવતા એને પટાવવા કે રાજી કરવા બરાબર.

★ ★ ★

:: સંસાર અથવા માયા વિશેના એમના વિચારો જાણવા જેવા છે. ::

સાધક : જગતનું અસ્તિત્વ મિથ્યા, ભ્રાંતિ, માયા, છે એવું કહેવાય છે. પરંતુ જગતનું દર્શન પ્રતિદિન થઈ રહ્યું છે. મિથ્યા કેવી રીતે હોઈ શકે ?

મહર્ષિ : મિથ્યાનો અર્થ એવો છે કે જગતની ભાવનાનું નિત્ય સત્તા પરમાત્મામાં આરોપણ કરવામાં આવ્યું છે : જેવી રીતે રજજીમાં સર્પના વિચારનું આરોપણ કરવામાં આવે છે તેવી રીતે એ જ માયા અથવા ભ્રાંતિ છે.

સાધક : માયા અથવા ભ્રાંતિ કોને કહેવાય છે ?

મહર્ષિ : બરફને જોવા છતાં એ પાણી છે એવું ના જોવું એ ભ્રાંતિ અથવા માયા કહેવાય છે. એટલા માટે મનોનાશ કરવા માટે કહેવામાં આવે છે એ પણ અર્થ વગરનું કારણ કે છેવટે તો મન આત્માનું જ અંગ છે. આત્મામાં સ્થિતિ કરવી અથવા આત્મા સાથે એક થવું એ જ મુક્તિ છે. માયામાંથી છૂટવું છે. માયા કોઈ અલગ વસ્તુ નથી. પ્રકાશની ગેરહાજરીને અંધકારના નામે ઓળખવામાં આવે છે. તેવી જ રીતે જ્ઞાન અથવા આત્મપ્રકાશની ગેરહાજરીને અજ્ઞાન, ભ્રાંતિ કે માયા કહે છે.

સાધક : સમાધિ કોને કહેવાય ?

મહર્ષિ : મન જ્યારે અંધકારયુક્ત આત્માનો સંબંધ સાથે છે ત્યારે તેને નિદ્રા કહે છે. એ વખતે મન અજ્ઞાનથી આવૃત્ત બને છે. મન જ્યારે સભાન અથવા જાગૃત દશામાં રૂબે છે ત્યારે સમાધિ કહેવાય છે. જાગૃતિ અવસ્થામાં આત્મામાં સતત સ્થિતિ સમાધિ છે. નિદ્રા વખતે પણ આત્માનો સંબંધ સધાય છે ખરો પરંતુ સભાન દશામાં નથી સધાતો, સહજ સમાધિમાં આત્માનુસંધાન અખંડ રીતે ચાલુ હોય છે.

સાધક : સહજ સમાધિની સાધના ક્યારે કરી શકાય ?

મહર્ષિ : આરંભથી પણ કરી શકાય. કોઈ સાધક વરસો સુધી કેવલ નિર્વિકલ્પ સમાધિની સાધના કરે તો પણ તેના મનમાં વાસનાના અંકુરો રહી ગયા હોય તો તેને મુક્તિની પ્રાપ્તિ નથી થઈ શકતી.

સાધક : કહેવાય છે કે પ્રારબ્ધના પ્રભાવમાંથી જ્ઞાની પણ મુક્ત નથી હોતા.

મહર્ષિ : સાચું છે, બીજાને એ એમની જેમ જ ખાતો પીતો, નિદ્રા લેતો, દેહના વિવિધ વ્યાધિઓને ભોગવતો અને એવી રીતે એનાં કર્મફળોનો ઉપભોગ કરતો દેખાય છે. એના જીવનની કેટલીક પ્રવૃત્તિઓ અને પ્રતિક્રિયાઓ એવી રીતે ચાલુ રહે છે. પરંતુ જ્ઞાનીને એમની અસર નથી થતી અને એ એવું નથી માનતો કે એ કર્મોના ફળરૂપે સુખ કે દુઃખને ભોગવી રહ્યો છે કારણ કે એની અંદર કર્તૃત્વબુદ્ધિનો લેશ પણ નથી હોતો.

★ ★ ★

:: ત્યાગનો મર્મ ::

ભક્ત : મારી આકાંક્ષા નોકરીનો ત્યાગ કરીને કાયમને માટે શ્રી ભગવાનના સાનિધ્યમાં રહેવાની છે.

મહર્ષિ : ભગવાન સદાય તમારી સાથે છે, તમારી અંદર છે, અને તમે પોતે ભગવાન છો, એનો અનુભવ કરવા માટે તમારી નોકરીને છોડી દેવાની કે ઘરની બહાર નીકળવાની આવશ્યકતા નથી. ત્યાગ બહારની પરંપરાઓ, કૌટુંબિક ગ્રંથિઓ, ઘર અને એવી બીજી વસ્તુઓના સંબંધ વિચ્છેદમાં નથી સમાયેલો પરંતુ મમતા, આસક્તિ તથા કામનાઓને તિલાંજલી આપવામાં રહેલો છે. તમારે નોકરીનો ત્યાગ નથી કરવાનો પરંતુ બધી જાતના બોજાને ઉપાડનારી તમારી જાતને ઈશ્વરનાં ચરણોમાં અર્પણ કરી દેવાની છે. જે કામનાઓનો ત્યાગ કરે છે તે જગત સાથે એકરૂપ બનીને પોતાના પ્રેમભાવને સમસ્ત બ્રહ્માંડમાં વહેતો કરે છે. ઈશ્વરના સાચા ભક્તના સંબંધમાં ત્યાગના શબ્દપ્રયોગ કરતાં પ્રેમ ને લાગણીનાં વિસ્તારનો શબ્દ પ્રયોગ વધારે ઉત્તમ છે કારણ કે જે નજદીકનાં બંધનોને તોડે છે તે નાત, જાત ને સંપ્રદાયની સીમાની પાર પહોંચીને પોતાની લાગણીને પ્રીતિના પ્રવાહને વધારે વિશાળ દુનિયાને માટે વહેતો કરે છે. જે સંન્યાસી ઘર છોડીને વસ્ત્રોનો ત્યાગ કરે છે તે પોતાના સંબંધીઓ પ્રત્યેના તિરસ્કારને લીધે નથી કરતો પરંતુ પોતાની આજુબાજુના બીજાઓને માટેના પ્રેમના વિસ્તારને લીધે કરે છે. એવી વિશાળતાનો

અનુભવ થતાં એને ઘર છોડીને નાસી જાય છે એવું નથી લાગતું. પૂક્ષ પરથી પાકેલું ફળ જેમ નીચે પડી જાય તેમ એ ઘરમાં રહી જ નથી શકતો. એવી અવસ્થાની પ્રાપ્તિ ના થાય ત્યાં સુધી ઘર કે નોકરીનો ત્યાગ કરવાનું મૂર્ખતા ભરેલું ગણાશે.

ભક્ત : ઈશ્વરનું દર્શન પ્રત્યેકને થઈ શકે ?

મહર્ષિ : હા.

ભક્ત : મને ઈશ્વર દર્શન થઈ શકે ?

મહર્ષિ : હા.

ભક્ત : ઈશ્વરદર્શન કરવા માટે મારા માર્ગદર્શક કોણ ? મારે માર્ગદર્શકની આવશ્યકતા નથી ?

મહર્ષિ : રમણઆશ્રમમાં આવતી વખતે તમારા માર્ગદર્શક કોણ હતા ? જગતને તમે રોજરોજ કોના માર્ગદર્શન મુજબ જોયા કરો છો ? ઈશ્વર શરીર, મન તથા બુધ્ધિથી પર તમારા પોતાના આત્મા છે. તમે જો પ્રમાણિકપણે પ્રયાસ કરશો તો આ જગતને જોઈ શકો છો તેવી જ રીતે તમારા આત્માને પણ જોઈ શકશો. એ દર્શન માટેના પુણ્યપ્રવાસમાં પણ તમારો આત્મા જ તમારો માર્ગદર્શક બની રહેશે.

સાકાર અને નિરાકાર ઉપાસનાની એમની દૃષ્ટિ પણ ઘણી ઉદાર અને વિશાળ હતી. એની પ્રતિતિ નીચેના વાર્તાલાપ પરથી સહેલાઈથી થઈ રહે છે.

ભક્ત : જ્યારે જ્યારે હું ઈશ્વરનાં નામ અને રૂપનો આધાર લઈને ઉપાસના કરું છું ત્યારે ત્યારે મને થાય છે કે હું કશું ખોટું તો નથી કરી રહ્યો કારણ કે એવી ઉપાસના દ્વારા જે અસીમ છે તે સીમિત બને છે ને રૂપ રહિતને રૂપ મળે છે. સાથે સાથે એવું પણ લાગે છે કે નિરાકાર ઈશ્વરની ઉપાસનામાં મારા મનને મારાથી નિત્યનિરંતર નથી લગાડી શકાતું.

મહર્ષિ : જ્યાં સુધી તમને કોઈ નામનો આધાર લઈને આગળ વધવાનું ઉચિત લાગતું હોય ત્યાં સુધી તમે નામ અને રૂપવાળા ઈશ્વરની ઉપાસના કરો તો તેમાં શી

હરકત હોઈ શકે ? તમારા સત્ય સ્વરૂપનો સાક્ષાત્કાર થતાં સુધી સાકાર કે નિરાકાર ગમે તેવા ઈશ્વરની ઉપાસના કરી શકો છો.

★ ★ ★

મહર્ષિની પાપ તેમ જ પાપીઓ પ્રત્યેની દૃષ્ટિ કેવી હતી તેને સમજવાનો આ વાર્તાલાપ મદદ કરે છે :

મુલાકાતી : હું પાપી છું અને કોઈ પ્રકારની ધાર્મિક ક્રિયાઓનો આશ્રય નથી લેતો. એના પરિણામે મને પીડાકારક પુનર્જન્મની પ્રાપ્તિ થશે કે શું ?

મહર્ષિ : તમે પાપી છો એવું શા માટે કહી રહ્યા છો ? તમને પુનર્જન્મમાંથી બચાવવા માટે ઈશ્વરની શ્રદ્ધા પર્યાપ્ત છે. તમારી બધી ચિંતાએ ઈશ્વરને સોંપી દો. 'તિરુવાચકમ'માં કહ્યું છે કે ' હું કૂતરાથી પણ વધારે ખરાબ છું તો પણ તમે કૃપાનિધાન હોવાથી મારી રક્ષાનું બીડું ઝડપ્યું છે. જન્મ અને મરણની ભ્રાંતિને તમે જ ટકાવી રાખી છે. મારામાં ન્યાય કરવાની તાકાત ક્યાં છે ? હું કાંઈ ઈશ્વર છું ? હે શક્તિમાન પ્રભુ ! મને જન્મજન્માંતરમાં ફેરવવો કે તમારા શ્રી ચરણે સ્થિર કરવો એ તમારે નક્કી કરવાનું છે. એટલા માટે ઈશ્વરમાં શ્રદ્ધા રાખો. એ જ તમારી રક્ષા કરશે.

મુલાકાતીએ મોટા ભાગના સાધકોની સમસ્યાનો પડઘો પાડતાં પૂછ્યું : ' ઈન્દ્રિયોનાં વિષયોના સુખોપભોગ કરતા ધ્યાનમાં વધારે આનંદ છે તો પણ મન ધ્યાનને બદલે ઈન્દ્રિયોના સુખોપભોગમાં જ વધારે રસ લેતું હોય છે. એનું કારણ ?

મહર્ષિ એ જણાવ્યું : ' સુખ અને દુઃખ મનની માત્ર અનુભૂતિઓ છે. સુખ આપણો મૂળભૂત સ્વભાવ છે, પરંતુ આપણે આત્માને ભૂલી ગયા છીએ ને તન તથા મનને આત્મા માનીએ છીએ. એ મિથ્યા માન્યતા જ દુઃખને પેદા કરે છે. તો પછી શું કરવું જોઈએ ? એ અનાત્મવૃત્તિનાં મૂળિયાં ઘણાં ઊંડા છે, એ અનેક જન્મોથી ચાલતી આવે છે અને એટલાં માટે મજબૂત બની છે. મૂળભૂત સ્વરૂપ, સ્વભાવ અથવા પરમસુખનો સાક્ષાત્કાર કરતાં પહેલાં એ વૃત્તિનો અંત આણવો પડશે. '

' અહંકારની પકડ કેવી રીતે ઢીલી થાય ? '

' એમાં નવી વાસનાનો ઉમેરો ના કરવાથી. '

★ ★ ★

:: સમર્પણભાવની આવશ્યકતા. ::

- જિજ્ઞાસુ : મારીજાતને જાણવાનો અર્થ ઈશ્વરને જાણવા એવો થાય છે ?
મહર્ષિ : હા, ઈશ્વર તમારી અંદર રહેલા છે.
જિજ્ઞાસુ : તો પછી મારી જાતના ને ઈશ્વરના સાક્ષાત્કારની વચ્ચે કોણ આવે છે ?
મહર્ષિ : તમારું ભટકતું મન અને તમારા વિકૃત વિચારો.
જિજ્ઞાસુ : હું એક નિર્બળ જીવ છું. પરંતુ પરમાત્માની પરમશક્તિ મારી અંદર રહેવા છતાં વિક્ષેપોને દૂર કેમ નથી કરતી ?
મહર્ષિ : તમારી ભાવના હશે તો તેમ કરશે જ.
જિજ્ઞાસુ : એ મારી અંદર ભાવના અથવા આકાંક્ષા શા માટે નથી જગાવતી ?
મહર્ષિ : તો પછી તમારી જાતનું સમર્પણ કરો.
જિજ્ઞાસુ : મારી જાતનું સમર્પણ કરું તો ઈશ્વરની પ્રાર્થનાની આવશ્યકતા નહિ રહે ?
મહર્ષિ : સમર્પણ પોતે જ એક અત્યંત પ્રબળ પ્રાર્થના છે.
જિજ્ઞાસુ : પોતાની જાતનું સમર્પણ કરતાં પહેલાં ઈશ્વરના સ્વભાવને જાણવાની જરૂર નથી રહેતી ?
મહર્ષિ : જો તમારી ઈચ્છાનુસાર ઈશ્વર સર્વકાંઈ કરે એવી ઈચ્છા રાખતા હો તો તમારી જાતનું સમર્પણ કરી દો. નહિ તો પછી ઈશ્વરને બાજુ પર રાખોને તમારા સ્વરૂપને જાણી લો.
જિજ્ઞાસુ : અમે દુન્યવી માણસો છીએ અને એવી પીડાથી પીડિત છીએ જેને દૂર કરવાનું કામ કઠિન છે. અમે ઈશ્વરને પ્રાર્થના કરવા છતાં પણ સંતોષ નથી પામતા. અમારે શું કરવું જોઈએ ?
મહર્ષિ : ઈશ્વર પર વિશ્વાસ રાખો.

જિજ્ઞાસુ : અમે સમર્પણ કરીએ છીએ તો પણ મદદ મળતી નથી દેખાતી.
 મહર્ષિ : પરંતુ તમે સમર્પણ કર્યું હોય તો તમારે ઈશ્વરની ઈચ્છાને માન્ય રાખવી અને તમને આનંદ ના આપે તેવી વસ્તુઓની ફરિયાદ ના કરવી જોઈએ. ઘટનાચક્ર દેખાય છે. તેના કરતા જીવું પણ થઈ જાય. સંકટો અવાર-નવાર માણસને ઈશ્વરની શ્રદ્ધાથી સંપન્ન કરે છે.

જિજ્ઞાસુ : પરંતુ અમે દુન્યવી લોકો છીએ. અમારે પત્નિ, બાળકો, મિત્રો તથા સગા-સબંધીઓ છે અને એમનો અનાદર કરીને, અમારા વ્યક્તિત્વને સંપૂર્ણપણે વિલિન કરી દઈને, ઈશ્વરની અલૌકિક ઈચ્છાને તાબે ના થઈ શકીએ.

મહર્ષિ : એનો અર્થ તો એવો થયો કે તમે તમારા કહેવા પ્રમાણે સાચેસાચું સમર્પણ નથી કર્યું. તમારે ઈશ્વરની શ્રદ્ધાને કેળવવાની આવશ્યકતા છે. ઈશ્વરને સમર્પણ કરો અને એ તમને દર્શન આપે કે ના આપે તો પણ એમની ઈચ્છાનો સ્વીકાર કરો. એમના સુખમાં સુખી બનો. જો તમે એ તમારી ઈચ્છાનુસાર વર્તે એવું ઈચ્છતા હો તો તે સમર્પણ નથી પરંતુ આદેશ છે. તમે તેમને તમારા આદેશનું અનુસરણ કરવાનું કહો અને સાથે સાથે સમર્પણ કર્યાનું જણાવો તે ના બની શકે. એ શું શ્રેષ્ઠ છે અને ક્યારે ને કેવી રીતે કરવું તે બરાબર જાણે છે. બધું એમની ઉપર છોડી દો. બધો બોજો એમને ઉપાડવાનો છે ને તમારે તેની ફિકર નથી કરવાની. તમારી બધી જ ચિંતાઓ એમની છે. સમર્પણનો સાર એ જ છે.

★ ★ ★

:: પ્રાર્થના વિશે. ::

પ્રાર્થના સંબંધી પોતાના વિચારોને પ્રકટ કરતાં મહર્ષિએ એ વાર્તાલાપના અનુસંધાનમાં કહ્યું : એ લોકો ઈશ્વરને પ્રાર્થના કરે છે ને છેવટે જણાવે છે કે તારી ઈચ્છાનો જ વિજય થશે. જો એની ઈચ્છા પ્રમાણે જ થવાનું હોય તો પછી એમણે પ્રાર્થના કરવી જ શા માટે જોઈએ ? ઈશ્વરની ઈચ્છા સઘળા સંજોગોમાંને સદાસર્વદા કાર્ય કરે છે. એ સાચું છે. માણસો

પોતાની મરજી મુજબ નથી ચાલી શકતા. પરમાત્માની એ અલૌકિક ઈચ્છાશક્તિને ઓળખી લો ને શાંતિ રાખો. ઈશ્વર સૌ કોઈની સંભાળ રાખે છે. એણે સૌને પેદા કર્યા છે. તમે અબજોમાંના એક છો. એ સૌનું ધ્યાન રાખે છે તો તમારું નહિ રાખે ? સામાન્ય બુધ્ધિથી પણ સમજી શકાય તેમ છે કે માણસે ઈશ્વરની ઈચ્છાને અનુસરવું જોઈએ. તમારી આવશ્યકતાઓ વિશે એને કહી બતાવવાની જરૂર નથી. એ એમને જાણે છે અને એમનું ધ્યાન રાખશે.

ભક્તે પૂછ્યું કે આપણી પ્રાર્થનાઓ મંજૂર થાય છે ખરી ?

મહર્ષિએ ઉત્તર આપ્યો કે એ આવશ્ય મંજૂર થાય છે. કોઈયે વિચાર નકામો નથી જતો. પ્રત્યેક વિચાર એક અથવા બીજે વખતે પોતાની પ્રતિક્રિયા પેદા કરે છે. વિચારશક્તિ કદી પણ નકામી નથી જતી.



યોગ વિશેના એમના વિચારોને જાણવા માટે આ વાર્તાલાપ મહત્વનો છે.

જિજ્ઞાસુ : યોગ એટલે શું ?

મહર્ષિ : યોગ જે વિયોગની દશામાં હોય તેને જરૂરી છે. પરંતુ મૂળભૂત રીતે તો જે છે તે એક જ છે. આત્માનો સાક્ષાત્કાર કરી લેશો તો પછી કોઈ જાતનો ભેદ નહી રહે.

જિજ્ઞાસુ : ગંગામાં સ્નાન કરવાથી કોઈ હેતુ સિધ્ધ થાય છે ખરો ?

મહર્ષિ : ગંગા તમારી અંદર છે. એ ગંગાની અંદર સ્નાન કરો. એથી તમને ઠંડીથી ધ્રુજારી નહિ છૂટે.

જિજ્ઞાસુ : કોઈ કોઈ વાર ભગવદ્ગીતા વાંચવી જોઈએ ખરી ?

મહર્ષિ : દરરોજ વાંચવી જોઈએ.

જિજ્ઞાસુ : બાઈબલ વાંચી શકાય ?

મહર્ષિ : બાઈબલ તથા ગીતા એક જ છે.

જિજ્ઞાસુ : બાઈબલમાં કહ્યું છે કે માનવનો આત્મા ખોવાય પણ ખરો.
 મહર્ષિ : અહંકારને લીધે હું પણાનો વિચાર પેદા થાય છે અને એ ખોવાય જાય છે કે શાંત થાય છે.

★ ★ ★

:: ધર્મોની એકતા. ::

જુદા જુદા ધર્મો વિશેની એમની વિચારધારાને સમજવા માટે આ વાર્તાલાપ ખાસ મદદરૂપ થઈ પડે તેવો છે.

ભક્ત : બધા ધર્મોમાં સર્વશ્રેષ્ઠ ધર્મ કયો કહી શકાય ? ભગવાનની પધ્ધતિ કઈ છે ?

મહર્ષિ : બધાજ ધર્મો ને બધી જ પધ્ધતિઓ સમાન છે.

ભક્ત : પરંતુ જુદી જુદી પધ્ધતિઓ મુક્તિની પ્રાપ્તિ માટે શીખવવામાં આવે છે.

મહર્ષિ : તમારે મુક્ત શા માટે થવું જોઈએ ? જેવા છો તેવા જ શા માટે ના રહેવું જોઈએ ?

ભક્ત : મારી આકાંક્ષા દુઃખમાંથી છૂટવાની છે. દુઃખમાંથી છૂટવું તેને મુક્તિ કહેવામાં આવે છે.

મહર્ષિ : બધા ધર્મો એ જ શીખવે છે.

ભક્ત : પરંતુ પધ્ધતિ કઈ છે ?

મહર્ષિ : તમે જે રસ્તેથી આવ્યા છો તે જ રસ્તે પાછા જાવ.

ભક્ત : હું કયા રસ્તેથી આવ્યો છું ?

મહર્ષિ : એનો ઉત્તર તમારે શોધવાનો છે. તમે નિદ્રાધીન હતા ત્યારે એ પ્રશ્નો પેદા થયેલા ? અને તે છતાં પણ તે વખતે તમે હયાત હતા. તમે જે છો તે જ વ્યક્તિ ન હતા ?

ભક્ત : હા, હું નિદ્રા દરમ્યાન હયાત હતો. મન પણ હયાત હતું. પરંતુ ઈન્દ્રિયો લય પામી હોવાથી મારાથી બોલી નહોતું શકાતું.

મહર્ષિ : તમે વ્યક્તિ છો ? મન છો ? તમે નિદ્રાધીન હતા ત્યારે મન પોતાની જાહેરાત કરતું હતું ?

- ભક્ત : ના, પરંતુ મહાન પુરુષો કહે છે કે વ્યક્તિ ઈશ્વરથી જુદી છે.
- મહર્ષિ : ઈશ્વરની ચિંતા ના કરો. તમે તમારી વાત કરો.
- ભક્ત : મારી વાત શું કરું ? હું કોણ છું ?
- મહર્ષિ : તે જ શોધી કાઢવાનું છે ને તે પણ તમારે, તે પછી જ તમે બીજું બધું જાણી શકશો. જો ન જાણી શકો તો પ્રશ્નો પૂછવાનો વખત પૂરતો રહેશે.
- ભક્ત : જાગ્યા પછી જગતને જોઉં છું ને મારી અંદર કશો જ ફેરફાર થયેલો નથી દેખાતો.
- મહર્ષિ : પરંતુ નિદ્રાવસ્થામાં હો છો ત્યારે તમને એની માહિતિ નથી હોતી અને છતાં પણ તમે બંને અવસ્થા દરમિયાન હાજર હો છો. હવે કોની અંદર પરિવર્તન થયું છે ? તમારો સ્વભાવ પરિવર્તનશીલ છે કે અપરિવર્તનશીલ ?
- ભક્ત : એનો પુરાવો શું ?
- મહર્ષિ : પોતાના અસ્તિત્વને માટેના પુરાવાની કોઈને જરૂર પડે છે ખરી ? તમે તમારી જાત પ્રત્યે જાગૃત રહો એટલે બીજું બધું જ જણાઈ જશે.
- ભક્ત : તો પછી દ્વૈતવાદીઓ અને અદ્વૈતવાદીઓ પરસ્પર ઝઘડા શા માટે કરે છે ?
- મહર્ષિ : જો પ્રત્યેક માણસ આત્મસાક્ષાત્કાર કરવાના પોતાના મુખ્ય કર્તવ્યનું ધ્યાન રાખે તો ઝઘડા થાય જ નહિ.
- ભક્ત : ઉત્તમોત્તમ અવસ્થાની અનુભૂતિ સૌને માટે એક સરખી હોય છે કે એમાં કોઈ પ્રકારનો તફાવત હોય છે ?
- મહર્ષિ : સર્વોચ્ચ અવસ્થા એક સરખી છે અને તેનો સ્વાનુભવ પણ એક સરખો હોય છે.
- ભક્ત : પરંતુ પરમસત્યના અનુભવની અભિવ્યક્તિમાં થોડોક તફાવત દેખાય છે.
- મહર્ષિ : અનુભવની અભિવ્યક્તિ અથવા અનુભવનું અર્થઘટન મન દ્વારા થતું હોય છે. મન જુદાં જુદાં હોવાથી અર્થઘટન પણ અલગ અલગ દેખાય છે.

- ભક્ત : મારા કહેવાનો ભાવાર્થ એ છે કે સંતો એમના અનુભવને જુદી જુદી રીતે રજૂ કરે છે.
- મહર્ષિ : જે સાધકોને માર્ગદર્શન આપવા માટે એ અનુભવોનું વર્ણન કરવામાં આવે છે તે સાધકોની પ્રકૃતિને લક્ષમાં લઈને વર્ણનની પધ્ધતિઓમાં ફેરફાર કરાયો છે.
- જિજ્ઞાસુ : કોઈ ખ્રિસ્તી ધર્મના નામે વાત કરે છે, કોઈ ઈસ્લામને નામે, તો બીજા વળી કોઈ બુધ્ધ ધર્મને નામે, એનું કારણ એનો વિકાસ હોય છે ?
- મહર્ષિ : એમના વિકાસની પધ્ધતિ ગમે તેવી હોય તો પણ એમનો સ્વાનુભવ તો સરખો જ હોય છે. વર્ણનની પધ્ધતિ અથવા રીતમાં પરિસ્થિતિ પ્રમાણે ફેર પડે છે. એટલું જ.
- ભક્ત : જુદા જુદા સદ્ગુરુઓએ જુદા જુદા સંપ્રદાયોની સ્થાપના કરીને જુદા જુદા સત્યોનો ઉપદેશ આપ્યો છે અને એવી રીતે લોકોમાં ભ્રાંતિ પેદા કરી છે. એનું કારણ ?
- મહર્ષિ : એ બધાએ એક જ સત્યનો સંદેશ જુદા જુદા દષ્ટિ બિંદુઓથી આપ્યો છે. જુદા જુદા બંધારણવાળા માનવ મનની આવશ્યકતાઓને અનુલક્ષીને એવી વિવિધતા જરૂરી હતી. તો પણ એ સૌ એક જ સત્યને પ્રકટ કરે છે.
- ભક્ત : એમણે વિભિન્ન માર્ગોની ભલામણ કરી છે. એમાંથી કયા માર્ગનું અનુસરણ કરવું જોઈએ ?
- મહર્ષિ : તમે માર્ગોની વાત કરી રહ્યા છો જાણે તમે કયાંક બેઠા હો અને આત્મા બીજે ઠેકાણે હોય અને તમારે ત્યાં જઈને તેની પ્રાપ્તિ કરવાની હોય. પરંતુ વસ્તુતઃ આત્મા અહીં જ છે અને તમે હંમેશા તે છો. એ જાણે અહીં રહીને લોકોને રમણાશ્રમનો રસ્તો પૂછવા બરાબર ને દરેક જુદો જુદો માર્ગ બતાવે છે તો કયા માર્ગે આગળ વધવું એવી ફરિયાદ કરવા બરાબર છે.



:: હૃદય અને ચક્રો વિશે. ::

જિજ્ઞાસુ : ભગવાન કહે છે કે હૃદય આત્માનું સર્વોચ્ચ અધિષ્ઠાન કે કેન્દ્ર છે, એનો અર્થ એવો થાય છે કે એ છ યોગચક્રોમાંનું એક નથી ?

મહર્ષિ : યોગગ્રંથમાં વર્ણવેલા નીચેથી માંડીને ઉપરનાં બધાં જ ચક્રો જ્ઞાનતંતુઓનાં જુદા જુદા કેન્દ્રો છે, એ જુદી જુદી ભૂમિકાને રજૂ કરે છે. એ ભૂમિકાઓમાંની પ્રત્યેક અલગ અલગ સામર્થ્ય ને જ્ઞાનવાળી છે ને સહસ્ત્રાર તરફ લઈ જાય છે. એ મગજમાં આવેલું સહસ્ત્રદલ પદ્મ છે અને એમાં પરમ શક્તિનો વાસ છે. પરંતુ શક્તિની સમસ્ત પ્રવૃત્તિને સાથ આપનારા આત્માનું અધિષ્ઠાન ત્યાં નથી. એ હૃદયકેન્દ્રમાં રહીને મદદ કરે છે.

જિજ્ઞાસુ : કેટલાક પુસ્તકોમાં કહેલું છે કે આત્મસાક્ષાત્કારની પ્રારંભિક તૈયારીરૂપે માણસે બધી જાતનાં દૈવી સંપત્તિનાં લક્ષણોને વિકસાવવાં જોઈએ.

મહર્ષિ : આત્મજ્ઞાનના માર્ગમાં બધાં જ શુભ કે દૈવી લક્ષણોનો સમાવેશ થાય છે ને બધાં ખરાબ અથવા આસુરી લક્ષણોનો સમાવેશ ઘોર અજ્ઞાનની અંદર કરવામાં આવે છે. જ્ઞાનનો પ્રકાશ થતાં અજ્ઞાનનો અંત આવે છે ને દૈવી સંપત્તિ સ્વાભાવિક રીતે જ આપો આપ આવી મળે છે. માણસે આત્મસાક્ષાત્કાર કર્યો હશે તો તે જૂઠું નહિ બોલી શકે, પાપ નહિં કરી શકે, કે કોઈ પ્રકારનું કુકર્મ કરવા નહિ પ્રેરાય. પુસ્તકોમાં નિ:શંક રીતે કહેવામાં આવ્યું છે કે માણસે વારાફરતી બધા ગુણોનો વિકાસ કરીને પોતાની જાતને છેવટના સાક્ષાત્કાર માટે તૈયાર કરવી જોઈએ, પરંતુ જ્ઞાનમાર્ગનો આશ્રય લઈને આગળ વધનારને માટે બધી જાતના સદ્ગુણોની પ્રાપ્તિ માટે આત્મ વિચાર પર્યાપ્ત ઠરે છે. એણે એ સિવાય બીજું કશું કરવાની આવશ્યકતા નથી રહેતી.

જિજ્ઞાસુ : હું આત્મ સાક્ષાત્કાર કેવી રીતે કરી શકું તે કૃપા કરીને કહી બતાવો. મારે ' હું કોણ છું ? ' એના જપ કરવા જોઈએ ?

મહર્ષિ : ના, એનો ઉપયોગ જપ કરવા માટે નથી કરવાનો.

જિજ્ઞાસુ : કઈ પધ્ધતિ સર્વોત્તમ છે ?

મહર્ષિ : એનો આધાર દરેક વ્યક્તિની પ્રકૃતિ પર રહેતો હોય છે. પ્રત્યેક વ્યક્તિ પોતાના પૂર્વજન્મના સંસ્કારોને લઈને જન્મે છે. એક પધ્ધતિ એક વ્યક્તિને માટે સરળ થઈ પડે તો બીજી બીજીને માટે. એમાં કોઈ સામાન્ય નિયમ નથી બાંધી શકાતો.

પધ્ધતિઓ અનેક છે. ' હું કોણ છું ? ' નો આધાર લઈને આત્મવિચારનો અભ્યાસ કરી શકો છો, અથવા એમ કરવું ઠીક ન લાગે તો ' હું બ્રહ્મ છું ' એવું ધ્યાન કરી શકો છો, અથવા બીજી જાતનું ધ્યાન કરીને આગળ વધી શકો છો. તમને અનુકૂળ લાગે તો કોઈ મંત્રનો આધાર લઈને પણ મનને સ્થિર કરી શકો છો. તમે ગમે તેવી સાધના પધ્ધતિનો આધાર લો તે પણ તમારો હેતુ મનને એકાગ્ર કરવાનો, એક વિચાર પર કેન્દ્રિત કરવાનો, અને એ દ્વારા બીજા અનેકવિધ વિચારોને શાંત કરી દેવાનો જ હોય છે જો એ હેતુની સિધ્ધિની દિશામાં આગળ વધવામાં આવે તો આખરે એક વિચાર પણ વિલીન થાય છે ને મન એના મૂળ ઉદ્ભવસ્થાનમાં જઈને વિરામ પામે છે.



:: પ્રાણાયામની સાધના ::

સાધકોમાંના કેટલાંકને પ્રાણાયામનું આકર્ષણ હોય છે. મહર્ષિ પ્રાણાયામના અભ્યાસને કેવી રીતે જોતા કે મૂલવતા તે જાણવાનું ખરેખર ને ખૂબ જ રસપ્રદ થઈ પડશે. એક સાધકે એમને પ્રાણાયામ સંબંધી જ પ્રશ્ન કર્યો :

સાધક : પ્રાણાયામનો અભ્યાસ આવશ્યક છે ?

મહર્ષિ : પ્રાણાયામ પોતાની અંદર ડૂબકી મારવામાં મદદ કરે છે. મનનાં નિગ્રહથી પણ એવી જ ડૂબકી મારી શકાય. મનનો નિગ્રહ થતાં પ્રાણનો નિરોધ આપોઆપ જ થઈ જાય છે. પ્રાણાયામનો અભ્યાસ એટલા માટે જ આવશ્યક નથી લાગતો. મનનો નિગ્રહ પૂરતો છે. પ્રાણાયામની ભલામણ

તો એવા સાધકને માટે કરવામાં આવે છે. જે પોતાના મનનો સીધો નિગ્રહ નથી કરી શકતો.

મનને વશ કરવા માટે આત્મવિચાર જેવો અસરકારક અને અકસીર માર્ગ બીજો એકે નથી. બીજા માર્ગોનો આધાર લેવાથી મન વશ થાય છે ખરું પરંતુ કેવળ ઉપર ઉપરથી. એ પાછું પોતાના મૂળ સ્વરૂપમાં આવી જાય છે.

દાખલા તરીકે, પ્રાણાયામથી મન શાંત થાય છે તો પણ એની શાંતિ પ્રાણવાયુનો નિરોધ થતાં સુધી જ ચાલુ રહે છે. પ્રાણવાયુને પૂર્વવત્ મુકિત મળતાં મન જાગ્રત થાય છે, છૂટું બને છે, ને બહિર્મુખ વૃત્તિને ધારણ કરીને સૂક્ષ્મ વાસનાઓના પ્રવાહમાં વહેવા માંડે છે.

પ્રાણાયામ મનને વશ કરવાનું એક ઉપયોગી સાધન છે. એનો આધાર એના સિવાય જે પોતાના મનનો નિગ્રહ ના કરી શકે તેમણે જ લેવો જોઈએ. જે પોતાના મનને એકાગ્રને વશ કરી શકતા હોય તેમને માટે એમની જરૂર જરા પણ નથી. આરંભમાં મનનાં નિગ્રહની શક્તિ ના સાંપડે ત્યાં સુધી એનો આધાર લઈ શકાય પરંતુ પાછળથી એનો ત્યાગ કરવો જોઈએ.

એ જ વાતને વધારે વિશદ કરતાં એમણે એક બીજા અવસર પર ઉદ્દગારો કાઢતાં જણાવ્યું :

પ્રાણાયામ પણ મદદરૂપ છે. મનની એકાગ્રતાને ધારણ માટેની વિવિધ પ્રક્રિયાઓમાં એનો પણ સમાવેશ થાય છે. પ્રાણાયામ ચંચલ મનને વશ કરવામાં અને એકાગ્ર બનાવવામાં ઉપયોગી ઠરે છે. એટલા માટે એનો આધાર લઈ શકાય. પરંતુ એટલાથી સંતોષ માનીને અટકી જવું ના જોઈએ. પ્રાણાયામ દ્વારા મનનો નિગ્રહ કરીને જે અનુભવો થાય તેથી સંતુષ્ટ થઈને બેસી રહેવાને બદલે નિગ્રહ યુક્ત મનને ' હું કોણ છું ? ' એ વિચાર તરફ દોરવું જોઈએ અને આખરે આત્મામાં

લીન કરી દેવું જોઈએ.

★ ★ ★

સાધકે પૂછ્યું કે આસનો અનેક જાતના છે, એ બધામાં સૌથી ઉત્તમ આસન કયું કહી શકાય ?

મહર્ષિએ એમની વિશિષ્ટ રીતે ઉત્તર આપતાં જણાવ્યું કે મનની એકાગ્રતાનું આસન સર્વોત્તમ છે.

એવો રહસ્યમય ઉત્તર એ પ્રાતઃસ્મરણીય મહાપુરુષ વિના બીજું કોઈ ભાગ્યે જ આપી શક્યું હોત.

સાધકને એ સાંભળીને સંતોષ થયો.

હઠયોગ વિશે પોતાના વિચારોની અભિવ્યક્તિ કરતાં એમણે કહ્યું :

હઠયોગીઓ કોઈ પણ પ્રકારના વિશ્લેષ કે વિઘ્નો વિના સાધના કરી શકાય એટલા માટે શરીરને સર્વાંગ સુંદર, સ્વસ્થ કે સારું રાખવાની આકાંક્ષા રાખે છે. એવા યોગીઓ આત્મિક સાધનાની સિધ્ધિ માટે જીવનને વધારીને દીર્ઘજીવી બનવામાં પણ રસ લે છે. કેટલાક યોગીઓ એ લક્ષ્યાંકોની સિધ્ધિ માટે ઔષધિઓના પ્રયોગો પણ કરતા હોય છે. એમનું પ્રખ્યાત ઉદાહરણ એ હોય છે, કે ચિત્રકામનો પ્રારંભ થાય તે પહેલા કેનવાસ બરાબર હોવું જોઈએ બરાબર છે, પરંતુ કેનવાસ કયું ને ચિત્રકામ કયું છે ? એમની માન્યતા મુજબ શરીર કેનવાસ છે. અને આત્માની શોધ ચિત્રકામ. પરંતુ આત્માના કેનવાસ પર શરીર પોતે જ એક ચિત્ર હોય એવું નથી લાગતું ?

સાધકે જણાવ્યું કે હઠયોગને સહાયક તરીકે માનવામાં આવે છે. તો મહર્ષિએ કહ્યું : હા, વેદાંતમાં પારંગત મોટા મોટા પંડિતો પણ એનો અભ્યાસ કરતા હોય છે. એના સિવાય એ મનનો નિગ્રહ નથી કરી શકતા. એટલા માટે એટલું અવશ્ય કહી શકો કે બીજી કોઈ રીતે જે પોતાના મનને શાંત ના કરી શકે તેમને માટે એ ઉપયોગી છે.

સાધક : જ્યોતિ પર મનને કેન્દ્રિત કરવા જેવાં બીજા સાધનોનો આધાર શા માટે ના લઈ શકાય ?

મહર્ષિ : જ્યોતિની ધારણા મનને સ્થિર કરે છે ને ઈચ્છાશક્તિને વધારે છે પરંતુ કેવળ કામચલાઉ વખતને માટે. એ કાયમી લાભ પહોંચાડી

શક્તી નથી.

કેટલાંક સાધકો નાદાનુસંધાનની સાધનામાં રસ લે છે. એક સાધકે એ સાધના સંબંધી પૂછ્યું તો એમણે જણાવ્યું :

નાદાનુસંધાન કેટલીક સુંદર સર્વમાન્ય સાધનાઓમાંની એક છે. એનો આધાર લેનારાઓની અસરકારકતાનો ખાસ દાવો કરે છે. એમની દૃષ્ટિએ એ સીધી સરળને સીધી સાધના છે. બાળક જેવી રીતે હાલરડાને સાંભળીને નિદ્રાધીન થવા પ્રેરાય છે તેવી રીતે નાદની મદદથી સાધક સમાધિમા પ્રવેશી શકે છે. વળી બીજી રીતે કહીએ તો લાંબા પ્રવાસ પછી પાછા ફરતા પોતાના પુત્રનું સ્વાગત કરવા રાજા જેવી રીતે રાજ્યના સંગીતજ્ઞોને મોકલે છે. તેવી રીતે નાદ સાધકનું સ્વાગત કરીને એને આનંદપૂર્વક ઈશ્વરના દરબારમાં પહોંચાડી દે છે. નાદ એકાગ્રતાની સિધ્ધિમાં સહાયતા કરે છે, પરંતુ એકાગ્રતા અથવા નાદની અનુભૂતિ થયા પછી સાધના બંધ ના કરવી જોઈએ. નાદ ધ્યેય નથી. ધ્યેયનું ધ્યાન હંમેશા રાખવું જોઈએ. નહિતો પરિણામ મીઝામાં આવશે. નાદાનુસંધાનની સાધના સારી છે, પરંતુ આત્મવિચારની સાથે એનો આધાર લેવામાં આવે તે વધારે સારું છે.

★ ★ ★

:: આહાર વિશે ::

આહાર વિશે મહર્ષિના વિચારોને જાણવા માટે આ વાર્તાલાપ ખાસ વાંચવા જેવો છે.

જિજ્ઞાસુ : આધ્યાત્મિક સાધના કરનાર સાધકને માટે કઈ જાતનો આહાર અનુકૂળ છે ?

મહર્ષિ : સામાન્ય માત્રાનો સાત્ત્વિક આહાર.

જિજ્ઞાસુ : સાત્ત્વિક આહાર એટલે ?

મહર્ષિ : રોટલી, ફળ, શાકભાજી, દુધને બીજા પદાર્થો.

જિજ્ઞાસુ : ઉત્તરના કેટલાક લોકો માછલી ખાય છે. એ ઉચિત છે ? મહર્ષિએ કશો ઉત્તર ના આપ્યો.

જિજ્ઞાસુ : અમે અંગ્રેજો અમુક જ પ્રકારનો ખોરાક ખાવા ટેવાયેલા છીએ.
ખોરાકમાં ફેરફાર કરવાથી સ્વાસ્થ્ય પર અસર પડે છે ને મન કમજોર
બને છે. શારીરિક સ્વાસ્થ્યને સાચવી રાખવાનું જરૂરી નથી લાગતું ?

મહર્ષિ : લાગે છે. શરીર નબળું હોય તો પણ મન મજબૂત રહી શકે છે.

જિજ્ઞાસુ : સામાન્ય ખોરાક ન મળતાં અમારું આરોગ્ય કથળે છે અને મન નિર્બળ
બને છે.

મહર્ષિ : માનસિક બળનો અર્થ તમે કેવોક કરો છો ?

જિજ્ઞાસુ : સાંસારિક આસકિતઓનો અંત લાવવાની શક્તિ.

મહર્ષિ : માણસના મન પર એના આહારની અસર થાય છે. મન જે ખોરાક
ખાવામાં આવે છે તેમાંથી બનતું હોય છે.

જિજ્ઞાસુ : બરાબર, પરંતુ અંગ્રેજો સાત્ત્વિક ખોરાકની ટેવ કેવી રીતે પાડી શકે ?

મહર્ષિ : (શ્રી ઈવાન્સ - વેન્ડ્રઝ તરફ ફરીને) તમે અમારે ત્યાં ભોજન કરો
છો. તેને લીધે તમને કોઈ તકલીફ પડે છે ખરી ?

ઈવાન્સ-વેન્ડ્રઝ : ના, કારણ કે મને તેની ટેવ પડી ગઈ છે.

મહર્ષિ : ટેવને લીધે વાતાવરણને અનુકૂળ થઈ શકાય છે. મુખ્ય વસ્તુ મન છે.
હકીકત એ છે કે ટેવને લીધે મનને કેટલોક ખોરાક સારો ને સ્વાદિષ્ટ
લાગે છે. શાકાહારીને બિનશાકાહારી બંને પ્રકારના ખોરાકમાં જરૂરી
તત્વો રહેલાં છે. ફક્ત મન પોતાની ટેવ મુજબના ખોરાકને ચાહે છે ને
સ્વાદિષ્ટ સમજે છે.

જિજ્ઞાસુ : આત્મસાક્ષાત્કારી પુરુષને પણ એ પ્રતિબંધો લાગુ પડે છે ખરા ?

મહર્ષિ : એ આત્મનિષ્ઠ હોય છે અને જે ખોરાક ખાય છે એનાથી અલિપ્ત રહે છે.

જિજ્ઞાસુ : ઉપવાસથી આત્મ સાક્ષાત્કારમાં મદદ મળે છે ખરી ?

મહર્ષિ : હા, પરંતુ એ મદદ કેવળ કામ ચલાઉ હોય છે. ખરી મદદ તો માનસિક
ઉપવાસથી જ મળી રહે છે. ઉપવાસની સાથે આધ્યાત્મિક વિકાસ
સધાવો જોઈએ. વધારે પડતાં ઉપવાસથી મન નબળું બને છે અને

આધ્યાત્મિક સાધના માટેના જરૂરી સામર્થ્યનો હાસ થાય છે. એટલા માટે વિવેકપૂર્વક ભોજન કરો અને સાધના ચાલુ રાખો.

જિજ્ઞાસુ : કેટલાંક લોકો કહે છે કે એક મહિનાના ઉપવાસને છોડ્યા પછી દસેક દિવસે મન નિર્મળ તથા સ્થિર થાય અને કાયમને માટે એવું જ રહે છે.

મહર્ષિ : હા, પરંતુ ઉપવાસના દિવસો દરમિયાન જો આધ્યાત્મિક સાધના ચાલુ રાખી હોય તો જ તેવું બની શકે છે.



એક ભક્તે સમર્પણભાવની વધારે સ્પષ્ટતા માટે પૂછ્યું : સંપૂર્ણ આત્મસમર્પણનો અર્થ એવો નથી કે મુક્તિ અથવા ઈશ્વરની પ્રાપ્તિની ઈચ્છાનો પણ પરિત્યાગ કરવો જોઈએ ?

મહર્ષિએ એના ઉત્તરમાં જણાવ્યું : સંપૂર્ણ સ્વાત્મસમર્પણનો અર્થ એવો થાય છે કે તમારી અંદર તમારી પોતાની કોઈ ઈચ્છા ના રહેવી જોઈએ, ઈશ્વરની જે ઈચ્છા તે જ તમારી ઈચ્છા થઈ જવી જોઈએ, અને તમારી પોતાની કોઈ સ્વતંત્ર ઈચ્છા ના હોવી જોઈએ.

ભક્તે કહ્યું : એ મુદ્દો મને સારી પેઠે સમજાઈ ગયો છે. હવે મને એ જાણવાની આકાંક્ષા છે કે સમર્પણની સિધ્ધિ માટે કયા ક્રમનો આધાર લેવો જોઈએ.

મહર્ષિએ જણાવ્યું : એને માટેના માર્ગો બે છે. એક માર્ગ 'અહં' ના મૂળ ઉદ્ગમસ્થાનનો વિચાર કરીને એમાં મળી જવાનો અને બીજો માર્ગ એવું અનુભવવાનો કે 'હું પોતે અસહાય છું. ઈશ્વર જ સર્વશક્તિમાન છે અને એ ઈશ્વરનું સંપૂર્ણ શરણ લીધા વિના મારી સલામતીનો બીજો કોઈ રસ્તો નથી રહેતો.' એવી રીતે ક્રમેક્રમે એવી શ્રદ્ધા કેળવવી જોઈએ કે એક ઈશ્વરનું જ અસ્તિત્વ છે અને અહંભાવ નકામો છે. બંને માર્ગો કે પદ્ધતિઓનું ધ્યેય એક જ છે. સંપૂર્ણ સ્વાત્મસમર્પણ જ્ઞાન અથવા મુક્તિનું બીજું નામ છે.'

' મને એવું સમર્પણ અશક્ય લાગે છે. ' ભક્તે ફરિયાદ કરી.

મહર્ષિ તરત જ બોલી ઊઠ્યા : સંપૂર્ણ સમર્પણ શરૂઆતમાં અશક્ય જેવું હોય છે પરંતુ આંશિક સમર્પણ સૌને સારું શક્ય છે. લાંબે વખતે એવા આંશિક

સમર્પણમાંથી જ સંપૂર્ણ સમર્પણની સૃષ્ટિ થાય છે.

★ ★ ★

:: મૂર્તિ પૂજા ::

મહર્ષિને મૂર્તિપૂજા પ્રત્યે કોઈ પણ પ્રકારનો તિરસ્કાર નહોતો. કેટલાક સાધકોને મૂર્તિપૂજાની આવશ્યકતા હોઈ શકે છે એ વાતનો એ સ્વીકાર કરતા. એની પ્રતીતિ માટે આ વાર્તાલાપ પૂરતો છે.

ભક્ત : વ્યાવહારિક સાધનાનાં સોપાન ક્યાં છે ?

મહર્ષિ : એનો આધાર સાધકની યોગ્યતા, ભૂમિકા તથા પ્રકૃતિ પર રહે છે.

ભક્ત : હું મૂર્તિપૂજા કરું છું.

મહર્ષિ : કરતા રહો. એથી મનની સ્થિરતા સાધી શકાય છે. એકાગ્ર બનો. છેવટે બધું બરાબર થઈ રહેશે. માણસો એવું માને છે કે મોક્ષ ક્યાંક બહાર છે ને બહારથી મેળવવાનો છે. એમની માન્યતા ખોટી છે. એ તો તમારી અંદર રહેલા આત્માનું જ્ઞાન છે. ધ્યાન દ્વારા એનું અપરોક્ષ જ્ઞાન થઈ શકશે. જન્મ ને મરણનાં ચક્રરૂપી સંસારનું મૂળ કારણ તમારું મન જ છે.

ભક્ત : મારું મન અત્યંત અસ્થિર છે તો શું કરું ?

મહર્ષિ : કોઈ પણ એક પસંદગીના પદાર્થ પર તમારું ધ્યાન સ્થિર કરો અને એને ત્યાં જ રોકાયેલું રાખો. એવા અભ્યાસથી બધું બરાબર થઈ રહેશે.

ભક્ત : મને ધ્યાન કરવામાં મુશ્કેલી લાગે છે.

મહર્ષિ : તમે સતત અભ્યાસનો આધાર લેશો તો તમારું ધ્યાન શ્વાસ લેવા જેવું સ્વાભાવિક બની જશે. એ તમારા આત્મવિકાસના શિરમુકુટ જેવું થશે.

ભક્ત : આત્મસાક્ષાત્કારનું પ્રયોજન શું છે ?

મહર્ષિ : આત્મસાક્ષાત્કાર અંતિમ ધ્યેય છે અને પોતે જ એક પ્રયોજન છે.

ભક્ત : મારા કહેવાનું તાત્પર્ય એ છે કે એનો ઉપયોગ કે લાભ શું છે ?

મહર્ષિ : તમે આત્મસાક્ષાત્કાર સંબંધી શા માટે પૂછો છો ? તમારી વર્તમાન પરિસ્થિતિમાં સંતોષ શા માટે નથી માનતા ? એ તો દેખીતું છે કે તમે અસંતોષના શિકાર થયેલા છો. આત્માનો સાક્ષાત્કાર કરવાથી તમારા એ અસંતોષનો અંત આવશે.

ભક્ત : આ સાધનાનું ધ્યેય શું ?

મહર્ષિ : સત્યનો સાક્ષાત્કાર.

ભક્ત : સત્યનું લક્ષણ શું ?

મહર્ષિ : (૧) આદિ અથવા અંત વગરનું અસ્તિત્વ - સનાતન

(૨) સર્વવ્યાપકતા, અનંતતા.

(૩) બધાં રૂપોમાં, બધી જાતનાં પરિવર્તનોમાં, બધાં બળોમાં, તત્ત્વોમાં અને બધા જીવોમાં રહેનારી નિત્ય સનાતન સત્તા.

બધું પરિવર્તનશીલ છે, વિલીન થાય છે, પરંતુ એ એક કાયમ રહે છે.

(૪) જ્ઞાતા, જ્ઞાન ને જ્ઞેય તરીકે એ એક જ છે. દેશને કાળની અપેક્ષાએ ત્રિવિધ ભાસે છે. પરંતુ સત્ય એ ત્રણેથી અતીત છે. એ જાણે કે મૃગજલ છે. એ ત્રિપુટી ભ્રાંતિને લીધે જ ભાસે છે.

ભક્ત : જો ' અહં ' પણ એક ભ્રાંતિ હોય તો એનો અંત કોણ આણે છે ?

મહર્ષિ : અહં ' અહં ' ની ભ્રાંતિનો અંત આણે છે અને તો પણ ' અહં ' રહે છે. આત્મસાક્ષાત્કારનો એ વિરોધાભાસ છે. જે આત્મસાક્ષાત્કારથી સંપન્ન છે એને એમાં કોઈ પ્રકારનો વિરોધાભાસ નથી લાગતો.

★ ★ ★

:: શક્તિઓ વિશે ::

ભક્ત : લોકોત્તર મહાપુરુષોની શક્તિઓ કેવી હોય છે ?

મહર્ષિ : શક્તિઓ સાધારણ હોય કે અસાધારણ અને મનની હોય કે તમારા

કહેવા પ્રમાણે ઊર્ધ્વમનની, એમનું અસ્તિત્વ એમની પ્રાપ્તિવાળા પુરુષ વગર નથી રહેતું. એ કોણ છે તે શોધી કાઢો.

- ભક્ત : બીજાને આત્માનો સાક્ષાત્કાર કરાવવા માટે ભગવાન અલૌકિક સિધ્ધિઓનો ઉપયોગ કરે છે કે પછી ભગવાનનો સાક્ષાત્કાર જ એ માટે પર્યાપ્ત થઈ પડે છે ?
- મહર્ષિ : અલૌકિક સિધ્ધિઓ કે વિશેષ શક્તિઓના પ્રયોગ કરતાં સાક્ષાત્કારનું આત્મિક સામર્થ્ય ખૂબજ ચઢિયાતું છે. સંતપુરુષમાં અહંભાવ નથી હોતો એટલે એને માટે બીજા નથી રહેતા. તમને મોટામાં મોટો ક્યો લાભ પહોંચાડી શકાય તેમ છે ? સુખનો, અને સુખ શાંતિ વગર નથી આવતું. શાંતિ જ્યાં વિક્ષેપ કે ગડબડ ના હોય ત્યાં જ રહેતી હોય છે, ને વિક્ષેપ કે ગડબડનું કારણ મનમાં પેદા થતા વિચારો છે. મન પોતે જ વિલીન થઈ જાય તો સંપૂર્ણ શાંતિની પ્રાપ્તિ થાય. મનને શાંત કરવામાં ના આવે ત્યાં સુધી કોઈને સુખ ના સાંપડી શકે ને શાંતિ પણ ના થાય અને માણસ પોતે જ્યાં સુધી સુખી ના હોય ત્યાં સુધી બીજાને સુખી ના કરી શકે. મન વગરના સંતપુરુષને માટે કોઈ બીજા નથી હોતા એટલે એનો સાક્ષાત્કાર જ - અથવા એ સાક્ષાત્કારી પુરુષશ્રેષ્ઠની સંનિધિ જ - બીજાને પણ સુખી કરી શકે છે.
- ભક્ત : આધ્યાત્મિક વિકાસમાં શરીરને અદૃશ્ય કરવાનું આવશ્યક કે લાભકારક નથી લાગતું ?
- મહર્ષિ : તમે તેનો વિચાર કેમ કરો છો ? તમે શરીર છો ?
- ભક્ત : ના, પરંતુ ઉચ્ચોચ આધ્યાત્મિક વિકાસનો પ્રભાવ શરીર પર પણ પડવો જ જોઈએ. ના પડવો જોઈએ ?
- મહર્ષિ : તમે શરીરમાં કેવોક ફેરફાર કરવાની ઈચ્છા રાખો છો ને શા માટે ?
- ભક્ત : અદૃશ્ય થવાની શક્તિ ઉચ્ચોચ જ્ઞાનના પુરાવારૂપ નથી ?
- મહર્ષિ : એ દૃષ્ટિએ જોતાં તો બીજાની સમક્ષ બોલનારા, લખનારાને બીજાના દેખતાં જીવનારા સૌ કોઈને અજ્ઞાની જ માનવા જોઈએ.

ભક્ત : વશિષ્ઠ અને વાલ્મીકિ જેવા સંતોની અંદર એવી શક્તિઓ હતી ખરી.
 મહર્ષિ : એમની જ્ઞાનની સાધનાની સાથે સાથે એવી વિશેષ શક્તિઓની કે સિધ્ધિઓની પ્રાપ્તિ માટે પ્રયત્નો કરવાનું એમનું પ્રારબ્ધ હશે. જે જ્ઞાનને માટે જરૂરી નથી અને જ્ઞાનના માર્ગમાં અંતરાયરૂપ બની શકે છે તેની આકાંક્ષા શા માટે રાખવી જોઈએ ? સંતનું શરીર દેખાય છે તો તેથી સંતને કોઈ કષ્ટ પડે છે ?

ભક્ત : ના.

મહર્ષિ : સંમોહક શક્તિવાળા પુરુષ પોતાને એકાએક અદૃશ્ય કરી દે છે, એટલા માટે શું એને સંત સમજવો ?

ભક્ત : ના.

મહર્ષિ : દૃષ્ટિગોચરતા કે અદૃષ્ટિગોચરતા તો જે જુએ છે તેના સંબંધમાં લાગુ પડે છે. એ કોણ છે ? એ પ્રશ્નનો ઉત્તર સૌથી પહેલા શોધી કાઢો. બીજા પ્રશ્નનું મહત્વ કશું નથી.

ભક્ત : હું આધ્યાત્મિકમાં લગભગ વીસેક વરસથી વધારે વખતથી રસ લઉં છું તો પણ બીજા જેમની પ્રાપ્તિ દાવો કરે છે તેવા કોઈ એ પ્રકારના અવનવા અનુભવો મને નથી થયા. મારી અંદર દૂરદર્શન, દૂરશ્રવણ જેવી સિધ્ધિઓ નથી દેખાતી. મારી જાત આ કાયામાં જાણે કે કેદ થઈ ગઈ હોય એવું મને લાગ્યા કરે છે.

મહર્ષિ : એ બધું બરાબર છે. નિત્ય કે સત્ય વસ્તુ એક જ છે અને તે કેવળ આત્મા. બીજી બધી વસ્તુઓ એના આધારે અને એની અંદર રહે છે. દૃષ્ટા, દર્શનને દૃશ્ય એક આત્મા જ છે. આત્મા સિવાય કોઈ જોઈ કે સાંભળી શકે છે ? તમે કોઈને દૂર કે નજદીક જુઓ કે સાંભળો એથી શું ફેર પડે છે ? બંને પ્રસંગોમાં શ્રવણેન્દ્રિયની અને નયનેન્દ્રિયની આવશ્યકતા તો પડે જ. એવી રીતે મનની આવશ્યકતા પણ પડતી હોય છે. એ બધામાંથી કોઈના વગર નથી ચાલતું. તમે એમની ઉપર નિર્ભર છો. તો પછી દૂરદર્શન કે દૂરશ્રવણની શક્તિનો મોહ શા માટે રાખવો

જોઈએ ? એ ઉપરાંત, જે મળે છે તે એક દિવસ વિદાય પણ થઈ જાય છે. એ સનાતન નથી હોઈ શકતું. એક માત્ર સનાતન વસ્તુ પરમસત્ય અથવા આત્મા છે. તમે કહો છો કે ' હું છું ', ' હું જઈ છું ', ' હું બોલું છું ', ' હું કામ કરું છું ' વગેરે, ... એ બધા પ્રયોગોમાં ' હું છું ' આવે છે. એ જ મૂળભૂત સર્વોપરી સત્તા છે. ઈશ્વરે મુસાને એ જ સત્યનો સંદેશ આપેલો - ' હું છું તે જ હું છું ', ' શાંતિથી સંપન્ન બનીને જાણી લો કે હું ઈશ્વર છું. ' એટલે ' હું છું ' એ ઈશ્વર છે.



આત્મસાક્ષાત્કાર કરી ચૂકેલો મહાપુરુષ એક જ ઠેકાણે બેસી રહે એવી ભાંત ધારણા મોટા ભાગના લોકોમાં પ્રચલિત છે. એ સંબંધી મહર્ષિનો અભિપ્રાય જાણવા જેવો છે.

ભક્ત : આત્મસાક્ષાત્કારી પુરુષ જુદે જુદે ઠેકાણે ફરે, કામ કરે અને બોલે ખરા ?

મહર્ષિ : શા માટે નહિ ? તમે એવું માનો છો કે આત્મસાક્ષાત્કાર માણસને શિલાસરખો શૂન્ય ને નિષ્ક્રિય બનાવી દે છે ?

ભક્ત : મને ખબર નથી. પરંતુ મારા સાંભળવામાં આવ્યું છે કે બધી જાતની ઈન્દ્રિયોની પ્રવૃત્તિઓમાંથી, અનુભૂતિઓમાંથી ને વિચારોમાંથી મનને હટાવી લેવું એ ઉચ્ચોચ અવસ્થાનું લક્ષણ છે. એને પ્રવૃત્તિરહિતતા પણ કહી શકાય.

મહર્ષિ : એવું જ હોય તો પછી એ અવસ્થાને સુષુપ્તિ કરતાં જુદી કેવી રીતે કહી શકાય ? વળી એ અવસ્થા ગમે તેટલી ઉત્તમ હોય તો પણ એકધારી નથી રહેતી એટલે એને પ્રાકૃતિક અને સામાન્ય અવસ્થા ના કહી શકાય. આત્મા તો ત્રણે અવસ્થામાં રહે છે. એની ઉપસ્થિતિનું એ પ્રતિનિધિત્વ કેવી રીતે કરી શકે ? એવી અવસ્થાનું અસ્તિત્વ છે એ સાચું છે અને કેટલાક માણસોને માટે એની આવશ્યકતા પણ હોઈ શકે. પરંતુ સંત પુરુષો નિષ્ક્રિય નથી હોતા કારણ કે એ સૃષ્ટિનું સર્જન કરે છે અને એની પ્રવૃત્તિઓનું નિયમન કરે છે.

ભક્ત : સમાધિ કોને કહેવાય ?

મહર્ષિ : યોગમાં શબ્દનો પ્રયોગ એક પ્રકારની દેહાતીત દશાને માટે કરવામાં આવે છે અને સમાધિના કેટલાક પ્રકારો કહેવામાં આવ્યાં છે. પરંતુ હું જે સમાધિની વાત કરું છું તે જુદી જાતની છે. એ સહજ સમાધિ છે. એ એ અવસ્થા દરમિયાન તમે પ્રવૃત્તિની વચ્ચે પણ સ્વસ્થને શાંત રહી શકો છો. તમે એવું અનુભવો છો કે તમે તમારી અંદરના અંતરાત્માં દ્વારા જ પ્રવૃત્ત બનો છો અને જે કાંઈ બોલો છો, કરો છો કે વિચારો છો એથી અલિપ્ત રહો છો. તમે ચિંતા, ઉપાધિ તથા વ્યાધિથી મુક્તિ મેળવો છો. તમારી અંદર અહંકારનો અંશ પણ નથી રહેતો અને તમારા જીવનની બધી જ પ્રવૃત્તિ એ પરમશક્તિ દ્વારા થયા કરે છે. જેની સાથે તમે નિત્યનિરંતર અખંડ એકતાનો અનુભવ કરો છો.

એક મુલાકાતી: સાક્ષાત્કારી પુરુષો સામાન્ય રીતે સક્રિય જીવનમાંથી નિવૃત્તિ લે છે ને દુન્યવી પ્રવૃત્તિમાં નથી પડતા.

મહર્ષિ : એવું હોય કે ના પણ હોય. સાક્ષાત્કાર થયા પછી કેટલાક મહાન પુરુષો વ્યવસાય કે ધંધો કરે છે. અથવા રાજ્ય ચલાવે છે. કે શાસન કરે છે. કેટલાક એકાંત સ્થળોમાં ચાલ્યા જાય છે. અને શરીર ધારણને માટે જરૂરી પ્રવૃત્તિ સિવાયની બીજી પ્રવૃત્તિ નથી કરતા. એ સંબંધી કોઈ સર્વ સામાન્ય નિયમ નથી બનાવી શકાતો.

સંત પુરુષની શાંતિને નિષ્ક્રિયતામાં કે જડતામાં નથી ખપાવવાની.

ભક્ત : મન વગર વિચાર કરી શકાય ?

મહર્ષિ : બીજી પ્રવૃત્તિઓની પેઠે વિચારો પણ ચાલુ રહી શકે. એ પરમ ચેતનામા વિક્ષેપરૂપ નથી થઈ શકતા.

★ ★ ★

એક ભક્ત સ્ત્રીએ એમની સમાધિ અવસ્થાના અનુભવો વિશે પૂછ્યું તો એમણે કહ્યું કે સમાધિ મન તથા વાણીથી અતીત હોવાથી એનું વર્ણન નથી કરી શકાય

તેમ. સુષુપ્તિ અવસ્થાને વર્ણવવાનું શક્ય નથી હોતું તો સમાધિનું વર્ણન તો કરી શકાય જ કેવી રીતે ?

ભક્ત સ્ત્રી : પરંતુ હું જાણુ છું કે સુષુપ્તિમાં મને કશું ભાન ન હતું.

મહર્ષિ : ભાન હોવું અથવા ન હોવું મનની સાથે સંબંધ રાખે છે. સમાધિ મનથી અતીત હોય છે.

ભક્ત સ્ત્રી : તો પણ એનું વર્ણન કરી બતાવો તો સારું.

મહર્ષિ : તમને પોતાને સમાધિ થશે ત્યારે જ તેનો ખ્યાલ આવશે.

★ ★ ★

જિજ્ઞાસુ : સાક્ષાત્કારી અને સાક્ષાત્કાર વગરના બંનેને જગતનો અનુભવ થતો હોય તો પછી એમની અંદર ભેદ શો છે. ?

મહર્ષિ : સાક્ષાત્કારી પુરુષ જ્યારે જગતને જુએ છે ત્યારે સૌના સારરૂપ આત્માને જોતો હોય છે. સાક્ષાત્કાર વગરનો પુરુષ જગત ને જુએ કે ના જુએ તો પણ પોતાના સત્ય સ્વરૂપથી અથવા આત્માથી અનભિજ્ઞ હોય છે. સિનેમાના પડદા પરની ફિલ્મનો દાખલો લો. ફિલ્મનો આરંભ થાય છે તે પહેલા તમારી સામે શું હોય છે ? માત્ર પડદો. એ પડદા પર આખો ખેલ દેખાય છે અને એના બધા ચિત્રો કે દ્રશ્યો સાચા લાગે છે. પરંતુ એમની પાસે પહોંચીને એમને પકડવાનો પ્રયાસ કરો તો પડદા સિવાય કશું જ નથી પકડાતું. ખેલ પૂરો થાય ને ચિત્રો કે દ્રશ્યો દેખાતા બંધ થાય તે પછી પણ શું રહે છે. ? પડદો જ. એવું જ આત્મા સંબંધી સમજી લેવાનું છે. એક એનું જ અસ્તિત્વ છે. દ્રશ્યો આવે છે ને જાય છે. જો તમે આત્મનિષ્ઠ હશો તો જુદા જુદા દ્રશ્યોને જોઈને ભાન નહિ ભૂલો. દ્રશ્યો દેખાય છે કે નથી દેખાતા તેનું મહત્વ પણ તમારે માટે એટલું બધું નહિ રહે.

★ ★ ★

:: જીવન વિષયક વિચારો ::

અદારમી સપ્ટેમ્બર ૧૯૪૫ ને દિવસે આશ્રમમાં કેટલાક બંગાળી ભાઈઓ

આવ્યા. એમનામાંના એકના બાળકનું તાજેતરમાં મૃત્યુ થયેલું. એ ભાઈએ મહર્ષિને પ્રશ્ન પૂછ્યો :

' એ બાળકનું મૃત્યું એટલી નાની ઉંમરમાં કેમ થયું ? અમને જે દુઃખ પડ્યું તે એના કર્મને લીધે ભોગવવું પડ્યું કે અમારા કર્મને લીધે ?

મહર્ષિએ કહ્યું : ચાલુ જીવનમાં બાળકને ભોગવવાનું પ્રારબ્ધ પૂરું થવાથી એનું શરીર છૂટી ગયું. એટલે એને બાળકનું કર્મ કહી શકાય. તમને લાગેવળગે છે ત્યાં સુધી તમે તેનો શોક ના કરવા માટે સ્વતંત્ર છો. છોકરો તમારો ન હતો. પણ ઈશ્વરનો હતો : જે ઈશ્વરે એને આપ્યો એ જ ઈશ્વરે એક દિવસ પોતાની ઈચ્છાનુસાર એને લઈ લીધો એવો વિવેક કરીને તમારા મનને બને તેટલું શાંત, સ્વસ્થ અથવા અલિપ્ત રાખી શકો છો. તે તમારા હાથમાં છે.

દર્શનાર્થી : જો કોઈ માણસ લાંબુ જીવે તો આત્મસાક્ષાત્કારની સંસિદ્ધિને માટે સાધના કરવાની વિશેષ તકો મેળવી શકે.

મહર્ષિ : નાની ઉંમરમાં મરનારી વ્યક્તિ થોડા જ વખતમાં ફરી જન્મે અને નવા જન્મમાં વર્તમાન જીવનમાં લાંબુ જીવનારી વ્યક્તિ કરતાં આત્મસાક્ષાત્કારની સાધના કરવા માટેના વધારે સારા સાનુકૂળ અવસરો મેળવી શકે એવું પણ બની શકે.

દર્શનાર્થી : આપણે બધી જ પ્રવૃત્તિઓનો પરિત્યાગ કરવો જોઈએ એવું કહેવામાં આવે છે. એનો અર્થ આપણે આપણી પ્રવૃત્તિઓને બનતા પ્રમાણમાં ઓછી કરવી જોઈએ એવો થાય છે.

મહર્ષિ : પ્રવૃત્તિઓનો પરિત્યાગ કરવાનો અર્થ પ્રવૃત્તિ અથવા કર્મોની આસક્તિનો, એમનાં ફળોનો, અને હું કર્તા છું એવા મિથ્યાભિમાનનો ત્યાગ છે. શરીરના ધારણપોષણ માટે જે જરૂરી છે તે કર્મો કરવાં જ જોઈએ. એવી પ્રવૃત્તિઓનો પરિત્યાગ નહિ થઈ શકે. એવી પ્રવૃત્તિઓ કોઈને પસંદ પડે કે ના પડે તો પણ એમને તિલાંજલી આપવાનું બરાબર નથી.

★ ★ ★

:: સાધના વિશે - કુંડલિની ::

જિજ્ઞાસુ : પ્રાણ અથવા જીવનપ્રવાહનો પ્રવેશ સુષુમ્ણા નાડીમાં કેવી રીતે થઈ શકે જેથી રમણ ગીતામાં કહ્યા પ્રમાણે ચિત્ત-જડ ગ્રંથિનું ભેદન કરવાનું કામ સહજ બની જાય ?

મહર્ષિ : ' હું કોણ છું ' તેની ખોજ કરવાથી.

યોગી કુંડલિનીને જાગ્રત કરીને સુષુમ્ણામાં લઈ જવાનું ધ્યેય રાખીને તેની સિધ્ધિના નિશ્ચિત પ્રયત્નો કરે છે. જ્ઞાની એ આદર્શને નજર સમક્ષ રાખીને આગળ નથી વધતો. તો પણ બંનેને એક સરખા પરિણામની પ્રાપ્તિ થાય છે. એટલે કે એમનો પ્રાણવાયુ સુષુમ્ણામાં પહોંચી જાય છે અને એમની ચિત્ત-જડ ગ્રંથિનો નાશ થાય છે. કુંડલિની આત્મા, સ્વરૂપ અથવા શક્તિનું બીજું નામ છે. આપણે શરીરમાં સીમિત હોવાનો સ્વાનુભવ કરતા હોવાથી એને શરીરની અંદર માનીએ છીએ, પરંતુ એ આત્મા અથવા આત્મશક્તિ કરતાં જુદી ના હોવાથી વસ્તુતઃ શરીરની અંદર અને બહાર બંને ઠેકાણે છે.

જિજ્ઞાસુ : કુંડલિની સુષુમ્ણા તરફ આગળ વધે એટલા માટે કેવી રીતે નાડી શોધન કરવું જોઈએ ?

મહર્ષિ : યોગી એ હેતુની પૂર્તિ માટે પ્રાણાયામ તથા મુદ્રાઓ જેવી ક્રિયાઓના અભ્યાસનો આધાર લે છે ખરો, પરંતુ જ્ઞાની કેવળ આત્મવિચારને માર્ગે જ આગળ વધે છે. એ માર્ગનું અનુસરણ કરવાથી મન આત્મામાં લીન થાય છે ત્યારે આત્મા, એની શક્તિ અથવા કુંડલિની આપોઆપ જ જાગી જાય છે ને ઉપર ઉઠે છે.



દર્શનાર્થી : આધ્યાત્મિક માર્ગમાં જે કેવળ શરૂઆત કરતો હોય એણે શું કરવું જોઈએ ?

મહર્ષિ : તમે આવો પ્રશ્ન પૂછી રહ્યા છો એ જ બતાવે છે કે તમારે શું કરવાનું છે તે તમે જાણો છો. તમે જીવનમાં શાંતિના અભાવનો અનુભવ કરી

રહ્યા હોવાથી જ એ શાંતિની પ્રાપ્તિ માટેના કેટલાક પ્રયત્નો કરવા માટે ઉત્સુક છો. મારા પગમાં થોડુંક દર્દ થઈ રહ્યું છે. માટે જ હું આ મલમને લગાડી રહ્યો છું.

દર્શનાર્થી : શાંતિની પ્રાપ્તિ માટે કઈ પધ્ધતિનો આધાર લેવો જોઈએ ?

મહર્ષિ : કેટલાક લોકોમાં જે એવો ખ્યાલ પ્રવર્તે છે કે એક ધ્યેય છે અને એને પહોંચવાનો માર્ગ છે તે ખ્યાલ ખોટો છે. આપણે સદા ધ્યેય અથવા શાંતિ છીએ. આપણે શાંતિસ્વરૂપ નથી એ વિચારમાંથી જ મુક્તિ મેળવવાની છે.

દર્શનાર્થી : બધા જ ગ્રંથો ગુરુના માર્ગદર્શનની આવશ્યકતાનો નિર્દેશ કરે છે.

મહર્ષિ : હું અત્યારે જે કહી રહ્યો છું તે જ ગુરુ પણ કહી બતાવશે. તમારી પાસે નથી એવી કોઈ વસ્તુ તે તમને નથી આપવાના. અપ્રાપ્તની પ્રાપ્તિ કરવાનું કામ દરેકને માટે અશક્ય છે. એવી કોઈક વસ્તુની પ્રાપ્તિ થશે તો પણ તે કાયમને માટે નહિ રહે ને જેમ આવશે તેમ જ ચાલી જશે. જે આવે છે તે જશે ખરી. જે સદાને માટે છે તે જ ટકી રહેશે. તમારી પાસે જે નથી એવું કશું નવું ગુરુ તમને નથી જ આપવાના. આવશ્યકતા આપણે આત્માનો સાક્ષાત્કાર નથી કર્યો એ ભ્રાંત ધારણાનો અંત આણવાની છે. આપણે સદા આત્મા જ છીએ. આપણે એનો અનુભવ નથી કરતા એટલું જ.



:: નામસ્મરણ અને અભ્યાસ ::

જાનકી : હું હંમેશા નામ સ્મરણ કરવાની ઈચ્છા રાખું છું. પરંતુ એની સાથે સાથે કોલેજના આગળના અભ્યાસ માટે પણ આતુર છું. તો મારે શું કરવું જોઈએ?

મહર્ષિ : એ બંને ઈચ્છાઓ વિરોધી નથી જ.

જાનકી : જો હું નિત્યનિરંતર નામ સ્મરણ કરતી રહું તો અભ્યાસ કેવી રીતે કરી શકું ?

મહર્ષિએ કશો ઉત્તર ના આપ્યો. એમના વતી ભકતોએ એને જણાવ્યું :

બંને વસ્તુઓ સાથે સાથે કરી શકાય છે એવું કહેવામા આવ્યું છે. મન અભ્યાસમાં રાખો અને હૃદયમાં ઈશ્વરને ધારણ કરો.

★ ★ ★

:: ધ્યાન વિશે ::

સાધિકા : હું જ્યારે ધ્યાનમાં બેસું છું ત્યારે વિભિન્ન પ્રકારના વિચારો કે તર્કવિતર્કો મનમાં પેદા થઈને મને બેચેન બનાવે છે. જેટલો વધારે પ્રયત્ન કરું છું તેટલા વધારે વિચારો પેદા થાય છે. એ સંજોગોમાં મારે શું કરવું ?

મહર્ષિ : બરાબર છે. એવું સ્વાભાવિક રીતે જ થતું હોય છે. અંદર હોય છે તે બધું બહાર આવવાની કોશિશ કરે છે. મન જ્યારે જ્યારે બર્હિમુખ બને ત્યારે ત્યારે તેને પાછું વાળવું, અંતર્મુખ કરવું, અને આત્માની અંદર કેન્દ્રિત કરવું જોઈએ. એના સિવાય બીજો કોઈ રસ્તો નથી.

★ ★ ★

:: વાસનાનો વિજય ::

જિજ્ઞાસુ : મારી વાસનાઓ સાથે કેવી રીતે કામ લઉં ? એમને રોકવાની કોશિશ કરું કે સંતોષું ? ભગવાનની પધ્ધતિનો આધાર લઈને ' આ વાસનાઓ કોને થાય છે ? ' એવો પ્રશ્ન પૂછું છું તો એમનો અંત નથી આવતો પણ એ પ્રબળ બને છે.

મહર્ષિ : ' એ બતાવે છે કે તમે મારી પધ્ધતિનું બરાબર અનુશરણ નથી કરતા. સાચો રસ્તો વાસનાઓ જ્યાંથી પેદા થાય છે તે તેમના મૂળસ્થાનને શોધી કાઢવાનો અને એનો અંત આણવાનો છે. વાસનાને રોકવાથી એ થોડાક વખતને માટે દબાય ખરી, પરંતુ વળી પાછી પેદા થાય છે. જો એમને સંતોષવામાં આવે છે તો થોડા વખતને માટે સંતોષાય છે ને પાછી અસંતુષ્ટ થાય છે. વાસનાઓ કે ઈચ્છાઓને સંતોષવાની ને તે દ્વારા નિર્મૂળ કરવાની કોશિશ અગ્નિમાં કેરોસીન રેડીને એને ઠારવાની કે તૃપ્ત કરવાની કોશિશ બરાબર છે. એક માત્ર માર્ગ વાસનાના કે ઈચ્છાના મૂળને પકડીને એને દૂર કરવાનો જ છે. '

જિજ્ઞાસુ : ' હું કોણ છું ? ' એની ખોજ કરતાં કરતાં મારાથી નિદ્રાધીન થઈ જવાય છે. તો મારે શું કરવું ?

મહર્ષિ : જાગૃત્તિદશાના સઘળા સમય દરમિયાન તમારી ખોજ ચાલુ રાખો. એ પૂરતું થઈ પડશે. નિદ્રાધીન થતાં સુધી જો તમારી ખોજ ચાલુ રાખશો તો નિદ્રાવસ્થામાં પણ એ ખોજ ચાલુ રહેશે. જાગો એટલે તરત જ પાછી એ ખોજ શરૂ કરો.

★ ★ ★

:: વર્ણાશ્રમ ::

જિજ્ઞાસુ : રાષ્ટ્રના વિકાસ માટે વર્ણાશ્રમના ભેદોનો અંત આણવો જોઈએ એ શું આવશ્યક નથી લાગતું ?

મહર્ષિ : એ આવશ્યક છે કે આવશ્યક નથી તે મારાથી કેવી રીતે કહી શકાય ? એવા વિષય પર હું કદી નથી બોલતો. માણસો અવારનવાર અહીં આવે છે જે વર્ણાશ્રમ વિશેનો મારો અભિપ્રાય પૂછે છે. જો હું કાંઈક કહું તો અહિંથી જઈને તરત જ તેને છાપામાં છપાવશે કે આમનો અભિપ્રાય પણ આવો છે. જે ધર્મગ્રંથોએ વર્ણાશ્રમ ધર્મનું પ્રતિપાદન કર્યું છે તેમણે જીવમાત્રની એકતાનો ને અભેદ ભાવનાના મૂળભૂત સત્યનો સંદેશ પણ પૂરો પાડ્યો છે. જીવમાત્રની એકતા કરતાં વધારે ઉત્તમ સત્યનો સંદેશ સંભળાવવાનું કોઈને માટે શક્ય છે ખરું ? પોતાની જાતને સુધાર્યા સિવાય અથવા સુધારતાં પહેલાં સમસ્ત દેશને સુધારવાની શરૂઆત કરવાની સહેજ પણ આવશ્યકતા નથી. પ્રત્યેક માનવનું પ્રથમ કર્તવ્ય પોતાના મૂળ વાસ્તવિક સ્વરૂપનો સાક્ષાત્કાર કરવાનું છે. એ કર્યા પછી જો એને ઉચિત લાગે તો એ દેશના સુધારકાર્યનો આરંભ કરી શકે છે. રામતીર્થ જાહેરાત કરેલી કે 'જોઈએ છે સુધારકો - જે પહેલાં પોતાની જાતનો સુધાર કરે તેવા સુધારકો.' દુનિયામાં કોઈ બે માણસો એક સરખી રીતે વિચારે કે વર્તે એવું નથી બનતું. બાહ્ય ભેદો તો અવશ્ય રહેવાના. એમને દૂર કરવાનો ગમે તેટલો પ્રયત્ન કરવામાં આવશે તો પણ એ દૂર

નહિ થઈ શકે. વર્ણાશ્રમ જેવા ભેદોને દૂર કરવા માગનારા કહેવાતા સામાજિક સુધારકોના પ્રયત્નો સફળ નથી થયા. એ પ્રયત્નોએ એ ભેદોને દૂર કરવાને બદલે બીજા નવા ભેદો ઉભા કર્યા છે અને બ્રહ્મોસમાજ અને આર્યસમાજ જેવા નવા વર્ગો કે નવી જાતિઓનો ઉમેરો કર્યો છે. પ્રત્યેક માનવને માટેનો એકમાત્ર ઉકેલ પોતાના મૂળભૂત સત્ય સ્વરૂપનો સાક્ષાત્કાર કરવાનો છે.

જિજ્ઞાસુ : આત્મ સાક્ષાત્કારને માટે ત્યાગ આવશ્યક છે ?

મહર્ષિ : ત્યાગ તથા સાક્ષાત્કાર બંને એક જ છે. એ એક જ અવસ્થાવિશેષનાં બે પાસા છે. અનાત્મનો ત્યાગ કરવો એ જ ત્યાગ અથવા સંન્યાસ છે. આત્મામાં સ્થિતિ કરવી એ જ્ઞાન અથવા સાક્ષાત્કાર કહેવાય છે. એક જ સત્યનાં એ બે પાસા છે - એક વિધેયાત્મક અને બીજું નિષેધાત્મક. ભકિત, જ્ઞાન, યોગ, આત્મસાક્ષાત્કાર અથવા મુક્તિનાં જુદા જુદા નામ માત્ર છે. એ આપણો મૂળભૂત સ્વભાવ છે. શરૂઆતમાં એ સાધન લાગે છે પરંતુ છેવટે સાધ્ય બની જાય છે. ભકિત, યોગ, જ્ઞાનના અભ્યાસ માટે સભાન પ્રયત્નની જ્યાં સુધી આવશ્યકતા હોય છે ત્યાં સુધી તે બધાં સાધન બને છે. એ આપણા તરફથી કોઈ પણ પ્રકારનો પ્રયત્ન કર્યા વિના જ ચાલુ રહે ત્યારે આપણે ધ્યેયની સિધ્ધિ કરી કહેવાય. સાક્ષાત્કારની નવેસરથી પ્રાપ્તિ નથી કરવાની સત્ય એના અસલ સ્વરૂપમાં સદાય કાયમ રહે છે. આપણે અસત્યનો સાક્ષાત્કાર કર્યો છે અથવા જે અસત્ય છે એને સત્ય તરીકે માની લીધું છે. આપણે એનો ત્યાગ કરવાનો છે. આવશ્યકતા માત્ર એની જ છે.

જિજ્ઞાસુ : અસત્ય આવ્યું ક્યાંથી ? સત્યમાંથી અસત્યનો આવિર્ભાવ થઈ શકે ખરો ?

મહર્ષિ : એનો આવિર્ભાવ થયો છે કે કેમ તે વિચારી જુઓ. બીજા દષ્ટિકોણથી જોતાં જણાશે કે અસત્ય જેવું ખરેખર કશું જ નથી. એક માત્ર આત્માનું જ અસ્તિત્વ છે. જેની ઉપર સમસ્ત જગત ટકી રહ્યું છે તે અહંકારની શોધ કરવાનો પ્રયત્ન કરશો તો જણાશે કે અહંકારનું અસ્તિત્વ જ

નથી અને આ સૃષ્ટિ પણ અસ્તિત્વ નથી ધરાવતી.



:: સર્વ કાંઈ નિશ્ચિત ::

- જિજ્ઞાસુ : માણસના જીવનમાં એનો મુખ્ય વ્યવસાય, એની નોકરી પહેલેથી નિશ્ચિત હોય છે કે પછી એના જીવનની ક્લુલક લાગે તેવી ઘટનાઓ કે ક્રિયાઓ જેવી કે પાણીનો પ્યાલો પીવો ને ઓરડાની એક જગ્યાએથી બીજી જગ્યાએ જવું એ પણ પહેલેથી જ નિશ્ચિત હોય છે ?
- મહર્ષિ : સર્વ કાંઈ પહેલેથી નિશ્ચિત થયેલું હોય છે.
- જિજ્ઞાસુ : તો પછી માણસની જવાબદારી કે સ્વતંત્ર ઈચ્છા જેવું શું રહ્યું ?
- મહર્ષિ : તો પછી શરીર શા માટે પેદા થાય છે ? એની રચના વર્તમાન જીવનમાં નિશ્ચિત કરાયેલી જુદી જુદી પ્રવૃત્તિઓને કરવા માટે જ થતી હોય છે. બધો જ કાર્યક્રમ ઘડાઈ ચૂક્યો હોય છે. ' એની ઈચ્છા વિના એક અણુ પણ નથી હાલી શકતું ' એ વિધાન દ્વારા એ જ સત્યનું પ્રતિપાદન કરવામાં આવ્યું છે. તમે એની ઈચ્છા વિના કહો કે પછી કર્મ વિના કહો બધું એક જ છે. મનુષ્યની સ્વતંત્રતાને લાગે વળગે છે ત્યાં સુધી એ પોતાને શરીર ના સમજે અને શારીરિક પ્રવૃત્તિઓના પરિણામે પ્રાપ્ત થનારાં સુખો તથા દુઃખોની અસર નીચે ના આવે એવી યોગ્યતાનું નિર્માણ કરવા માટે એ સદાને સારું ને સંપૂર્ણપણે સ્વતંત્ર છે.
- જિજ્ઞાસુ : ધર્મગુરુઓ જુદી જુદી કર્મકાંડની પ્રક્રિયાઓ ને પૂજાઓની ભલામણ કરે છે અને જનતાને જણાવે છે કે એમનો આધાર જો ઉપવાસ અને બ્રહ્મભોજન સાથે નહિ લેવામાં આવે તો પાપ લાગશે અને અમંગલ થશે. એવી કર્મકાંડની પધ્ધતિઓનું તથા વિધિપૂર્વકની પૂજાઓનું પાલન કરવાનું આવશ્યક છે ?
- મહર્ષિ : હા. એવી બધી ઉપાસના પણ આવશ્યક છે. તમારે માટે એની આવશ્યકતા ના પણ હોય. પરંતુ એનો અર્થ એવો નથી કે એની આવશ્યકતા સંસારમાં કોઈને નથી અને એથી કશા જ શુભ હેતુની સિધ્ધિ નથી થતી. પ્રાથમિક

શાળાના વિદ્યાર્થીને માટે જે આવશ્યક હોય છે તે એક ગ્રેજ્યુએટને માટે આવશ્યક નથી હોતું. એને હવે શબ્દોના સંપૂર્ણ ઉપયોગની ને રહસ્યની ખબર હોય છે.

- જિજ્ઞાસુ : હું ઓમકાર - પૂજા કરું છું. હું ઓમ્ રામ કહું છું એ સારું છે ?
 મહર્ષિ : હા. કોઈ પણ પૂજા સારી છે. ઓમ્ રામ કે એવું બીજું કોઈ પણ નામ ચાલી શકશે. મુખ્ય મુદ્દો ઓમ્ અથવા રામ અથવા ઈશ્વર સિવાયના બીજા બધા જ વિચારોને દૂર કરવાના છે. બધા જ મંત્રો કે જપોથી એમાં મદદ મળે છે. જે રામના જપ કરે છે તે રામમય બની જાય છે. ઉપાસક વખતના વિતવાની સાથે ઉપાસ્ય બની રહે છે. એ વખતે જ એ જેના જપનો આધાર લઈને આગળ વધતો'તો તે ઓમ્કારના સંપૂર્ણ સારને સમજી શકે છે.

મુક્તિ આપણો મૂળભૂત સ્વભાવ છે. પરંતુ આપણે એવું કલ્પી લઈએ છીએ કે આપણે બદ્ધ છીએ અને કાયમને માટે મુક્ત હોવા છતાં મુક્ત થવાના જુદા જુદા પ્રખર પ્રયત્નો કરતા રહીએ છીએ. એ વસ્તુની સમજ આપણે એ અવસ્થા પર પહોંચીશું ત્યારે જ પડી શકશે. આપણને એ જાણીને ખૂબ જ આશ્ચર્ય થશે કે કાયમને માટે હતા ને છીએ એની પ્રાપ્તિને માટે આપણે એકધારા પ્રયત્નો કરતા રહેલા.



:: શાંતિની પ્રાપ્તિ ::

- મુલાકાતી : આજે સવારે ભગવાને મને જણાવ્યું કે માણસ યથાર્થને જાણતો નથી ત્યાં સુધી શાંતિ નથી મેળવી શકતો. એ યથાર્થ એટલે શું ?
 મહર્ષિ : જે હંમેશા છે તે જ યથાર્થ છે. એ જ શાંતિ છે. શાંતિ એનું બીજું નામ છે.
 મુલાકાતી : એની પાસે કેવી રીતે પહોંચાય અથવા શાંતિની પ્રાપ્તિ કેવી રીતે કરી શકાય ?
 મહર્ષિ : મેં પહેલાં કહ્યું તેમ જે સાચેસાચ છે તે શાંતિ છે. આપણે માત્ર શાંત રહેતાં શીખવાનું છે. શાંતિ આપણો સાચો મૂળભૂત સ્વભાવ છે. એને આપણે વિકૃત કરીએ છીએ. આપણે એને વિકૃત કરવાનું કે બગાડવાનું

બંધ કરીએ એટલું જ જરૂરી છે. શાંતિને આપણે નવેસરથી પેદા નાી કરવાની દાખલા તરીકે એમ માનો કે હોલમાં જગ્યા છે. એ જગ્યાને આપણે જુદા જુદા પદાર્થોથી ભરી દઈએ છીએ. આપણે જગ્યાની ઈચ્છા રાખતા હોઈએ તો એ બધા પદાર્થોને હટાવવાની આવશ્યકતા રહે છે. એમને હટાવીએ એટલે જગ્યા થઈ જાય છે. એવી જ રીતે આપણે આપણા મનમાંથી બધો જ કૂડોકચરો, બધા જ વિચારો, હટાવી દઈએ તો શાંતિનું પ્રકટીકરણ સહજ બને છે. શાંતિની અનુભૂતિના અવરોધોને દૂર કરી દેવા જોઈએ. શાંતિ જ એકમાત્ર વાસ્તવિકતા છે.



:: અંગુષ્ઠમાત્ર પુરુષ ::

માઉન્ટ આબુથી આવેલા શ્રી આનંદ સ્વામીએ પૂછ્યું : ' પુસ્તકોમાં કહ્યું છે કે પુરુષ અંગુષ્ઠ-પ્રમાણ છે. એનો ભાવાર્થ શું સમજવો જોઈએ ?

મહર્ષિએ ઉત્તર આપ્યો : પુસ્તકો દેખીતી રીતે જ પુરુષની ઉપાધિનો ઉલ્લેખ કરે છે. એમના કહેવાનો આશય એવો તો ન જ હોઈ શકે કે સર્વવ્યાપક પુરુષ અંગુષ્ઠ-પ્રમાણ છે.

' એ પુરુષ હૃદયમાં છે ? '

' હૃદયનો અર્થ જો ભૌતિક કે સ્થૂલ હૃદય કરીએ તો એમાં એ હોઈ શકે. પરંતુ પુસ્તકો જે હૃદયકમળનું વર્ણન કરે છે તે અંદરથી પોલું છે અને એ પોલાણમાં જ્યોતિ છે. એવા સૂક્ષ્મ હૃદયમાં પુરુષનો નિવાસ છે અને પેલી જ્યોતિ એ અંગુષ્ઠ-પ્રમાણની જ્યોતિ છે એવું કહી શકાય. '

' એ પ્રકાશનું દર્શન આત્મસાક્ષાત્કાર કહેવાય ? '

' એનું દર્શન કરવું એટલું જ નહિ પરંતુ એમાં સ્થિતિ કરવી અને એ-મય બનવું એ આત્મસાક્ષાત્કાર છે. '

' નિર્વિકલ્પ સમાધિમાં પ્રાણનું શું થાય છે ? '

' એ જ્યાંથી આવ્યો હોય છે ત્યાં પાછો જાય છે ને વિલીન થાય છે. '

' મારે એ જાણવું છે કે એ વખતે શ્વાસોશ્વાસ રહે છે કે કેમ ? '

' શ્વાસોશ્વાસની પ્રક્રિયા એના મૂળ રૂપમાં નથી રહેલી પરંતુ કોઈક સૂક્ષ્મ રૂપમાં રહી શકે છે. એ લોકો મહાપ્રાણની વાત કરે છે ખરા.'

' સહજ સમાધિ એટલે શું ? '

' એ આપણે સ્વાભાવિક સ્થિતિ છે. એ આપણી સહજ અવસ્થામાં પ્રતિષ્ઠા છે. આપણા વિકલ્પોના ત્યાગને પણ નિર્વિકલ્પ સમાધિ કહે છે. વિકલ્પોને છોડી દઈએ તો સમાધિ આપણી સ્વાભાવિક સ્થિતિ બની જાય છે. '

' સુષુપ્તિ આનંદમાં અને તુરીય આનંદમાં શો તફાવત છે ? '

' આનંદો કાંઈ જુદા જુદા નથી હોતા. આનંદ એક જ છે : એ આનંદ આત્માનો આનંદ છે. એમાં જાગૃત્તિ અવસ્થાના આનંદનો અથવા પશુના આનંદથી માંડીને ઉત્તમોત્તમ બ્રહ્મનાં આનંદનો સમાવેશ થઈ જાય છે. નિદ્રામાં અજ્ઞાત રીતે અનુભવાતો આનંદ તુરીય દશામાં સભાન રીતે અનુભવાય છે. એટલો જ તફાવત છે. જાગૃતિદશામાં અનુભવાતો આનંદ ઉપાધિ આનંદ કહેવાય છે. '

★ ★ ★

:: ગુરુનો સંબંધ ::

મહર્ષિ : મહાપુરુષો, જ્ઞાનીઓ અથવા અલૌકિક આત્માઓ સાથેનો સંપર્ક સારો છે. એ બધા મૌન દ્વારા કાર્ય કરતા હોય છે. બોલવાથી એમની શક્તિ ઓછી થાય છે. મૌન સૌથી વધારે શક્તિશાળી છે. વાણી મૌન કરતાં સદાયે ઓછી શક્તિશાળી હોય છે. એટલે માનસિક સંપર્ક સૌથી શ્રેષ્ઠ હોય છે.

ભક્ત : જ્ઞાનીનું સ્થૂલ શરીર છૂટી જાય છે તે પછી પણ એ વિધાન સાચું ઠરે છે કે એ સ્થૂલ શરીરમાં હોય છે ત્યાં સુધી જ એ કામ કરે છે ?

મહર્ષિ : ગુરુ કોઈ સ્થૂલરૂપ નથી હોતા. એટલે એમના સ્થૂલ રૂપના નાશ પછી પણ એમની સાથેનો સંપર્ક જળવાઈ રહે છે.

ભક્ત : એવી રીતે, એવી રીતે ભક્ત કે શિષ્યનો પોતાના ગુરુ સાથેનો સંપર્ક ગુરુના દેહાવસાન પછી પણ ચાલુ રહે છે કે બંધ થાય છે ? ગુરુના

દેહાવસાન પછી ઉચ્ચાવસ્થાએ પહોંચેલા આત્માને માટે પોતાને અંતરાત્મા જ ગુરુ તરીકે કામ કરે છે એ શક્ય છે ખરું, પરંતુ ઉચ્ચાવસ્થાએ ના પહોંચેલા અધકચરા સાધકે શું કરવું ? ભગવાને કહ્યું છે કે ભક્તના મનને આત્માભિમુખ કરવા માટે બાહ્યપુરુષનાં ગુરુની આવશ્યકતા પણ રહેતી હોય છે. એ બીજા સિધ્ધ પુરુષના સંપર્કમાં આવી શકે ? એવો સંપર્ક શારીરિક જ હોવો જોઈએ કે પછી માનસિક હોય તો પણ ચાલી શકે ? એ બંનેમાં વધારે સારો સંપર્ક કયો ?

મહર્ષિ : મેં આગળ પર કહી બતાવ્યું તેમ, ગુરુ શારીરિક આકૃતિ નથી હોતા એટલે એમની આકૃતિ અદેશ્ય થઈ જાય તે પછી પણ એમનો સંપર્ક ચાલુ રહેશે. જગતમાં એક જ્ઞાનીનું અસ્તિત્વ હોય તો એના નજીકના શિષ્યો જ નહિ પરંતુ જગતના બધા જ લોકો એના શિષ્યો કે ભક્તો જેવા બની જાય છે. જે એની પ્રત્યે ઉદાસીન હોય અને જે એના વિરોધી હોય તે પણ. અને એ બધાને એની ઉપસ્થિતિનો લાભ મળે છે.

ભક્ત : મુક્તિ શરીર છૂટતાં પહેલાં જ પ્રાપ્ત થાય છે કે મૃત્યુ પછી મળે છે ?

મહર્ષિ : મુક્તિ તમારું બીજું નામ છે. એ સદાને માટે તમારી સાથે જ રહે છે. એને મૃત્યુ પછી કે બીજે કયાંક નથી મેળવવાની. કાઈસ્ટે કહ્યું છે : ' ઈશ્વરનું રાજ્ય તમારી અંદર છે. ' અહીં જ. તમને મૃત્યુ નથી.

★ ★ ★

સાધક : જુદા જુદા અસંખ્ય ધર્મગુરુઓ જુદા જુદા માર્ગોનો ઉપદેશ આપે છે. એમનામાંથી માણસે પોતાના ગુરુ તરીકે કોનો સ્વીકાર કરવો ?

મહર્ષિ : જેમની સંનિધિમાં તમને સુખ અથવા શાંતિનો અનુભવ થતો હોય તેવા કોઈ પણ પુરુષને પસંદ કરી શકો છો.

સાધક : ઓમ્નો ભાવાર્થ શો થાય છે ?

મહર્ષિ : ઓમ્ સર્વ કાંઈ છે. એ બ્રહ્મનું બીજું નામ છે.

★ ★ ★

:: માયા ::

જિજ્ઞાસુ : માયા કોને કહેવાય છે ?

મહર્ષિ : એ અનિર્વચનીય અથવા અવર્ણનીય છે.

જિજ્ઞાસુ : એ કોને સ્પર્શે છે ?

મહર્ષિ : જે પોતાની અલગતાનો અનુભવ કરે છે ને ' હું આ કરું છું ' તથા ' આ મારું છે. ' એવું વિચારે છે એ મનને અથવા અહંકાર ને.

જિજ્ઞાસુ : એ કેવી રીતે ઉત્પન્ન થાય છે ? અથવા ક્યાંથી આવે છે ?

મહર્ષિ : કોઈ જ નથી કહી શકે તેમ.

જિજ્ઞાસુ : એનો આવિર્ભાવ શેમાંથી થાય છે ?

મહર્ષિ : એ-વિચારમાંથી અથવા ' હું કોણ છું ? ' એ પ્રશ્નને પૂછવાની નિષ્ફળતામાંથી.

જિજ્ઞાસુ : હિરણ્યગર્ભ એટલે શું ?

મહર્ષિ : હિરણ્યગર્ભ સૂક્ષ્મ શરીર અથવા ઈશ્વરનું બીજું નામ છે એટલું જ.



:: માનસ જપ ને ધ્યાન ::

દર્શનાર્થી : માનસ જપ અને ધ્યાનમાં ફેર શું ?

મહર્ષિ : એ બંને એક જ છે. બંનેમાં મન, મંત્ર અથવા આત્મામાં એકાગ્ર થાય છે. મંત્ર, જપ, ધ્યાન કેવળ જુદા જુદા નામો છે. જ્યાં સુધી એમને માટે પ્રયત્ન કરવો પડે છે. ત્યાં સુધી આપણે એમને એ નામથી ઓળખીએ છીએ પરંતુ જ્યારે આત્માનો સાક્ષાત્કાર થાય છે ત્યારે એ કોઈ પણ પ્રકારના પ્રયત્ન સિવાય સ્વાભાવિક રીતે જ થયા કરે છે ને જે સાધન હોય છે તે સાધ્ય બને છે.

દર્શનાર્થી : ' પુનર્જન્મ છે ખરો ? '

મહર્ષિ : ' જો જન્મ નામની કોઈ વસ્તુ હોય તો એક પુનર્જન્મને બદલે જન્મોની પરંપરા હોવી જોઈએ. તમને આ જન્મ શા માટે ને કેવી રીતે મળ્યો ? એ જ કારણસર અને એવી જ રીતે બીજા જન્મો પણ મળવા જ

જોઈએ. પરંતુ જો તમે પૂછો કે જન્મ કોનો થાય છે અને જન્મને મરણ તમારે માટે છે કે તમારાથી અલગ એવી કોઈક બીજી જ વસ્તુને માટે તો સત્યને સમજી શકશો અને સત્ય સમસ્ત કર્મોને ભસ્મીભૂત કરે છે ને તમને બધા જન્મોમાંથી છોડાવે છે. ધર્મગ્રંથોએ સુંદર રીતે સમજાવ્યું છે કે જેમનો અંત આપવા માટે અસંખ્ય જન્મોની જરૂર પડે છે તે સમસ્ત સંચિત કર્મો, દારૂગોળાનો પર્વત જેવી રીતે અગ્નિના અંગારથી સળગી જાય છે. તેવી રીતે, જ્ઞાનના નાનકડા અંગારથી સ્વાહા થાય છે. અહંકાર જ જગતનું અને જેની મહાન સંશોધનશક્તિનું વર્ણન કરવાનું કપરું થઈ પડે તે વિજ્ઞાનનું કારણ છે, અને જો આત્મવિચારનો આશ્રય લઈને એ અહંકારનું વિસર્જન કરવામાં આવે તો એ બધું જ હાલી ઊઠે છે અને નિત્ય સત્તા અથવા એક આત્મા જ શેષ રહે છે.

★ ★ ★

મુલાકાતી : જો હું શરીર નથી તો પછી મારા શુભાશુભ કર્મોને માટે હું જવાબદાર છું ખરો ?

મહર્ષિ : જો તમે શરીર નથી ને કર્તાપણાનો ભાવ નથી રાખતા તો તમારાં શુભાશુભ કર્મોના પરિણામની અસર તમને કદી પણ નહિ થાય. શરીરથી કરાતાં કર્મોના સંબંધમાં ' આ હું કરું છું ' અથવા ' એ મેં કર્યું ' એવું શા માટે કહો છો ? એવી રીતે જ્યાં સુધી દેહભાવનો અનુભવ કરો છો ત્યાં સુધી તમને કર્મોની અસર થયા કરે છે અને યોગ્ય તેમ જ અયોગ્યનો વિચાર પણ ચાલુ રહે છે.

★ ★ ★

:: સિધ્ધિઓ ::

મુલાકાતી : મહર્ષિ પતંજલીનાં યોગસૂત્રોમાં વર્ણવેલી સિધ્ધિઓ સાચી છે કે કેવળ એમનું સ્વપ્ન છે ?

મહર્ષિ : જે આત્મા અથવા બ્રહ્મ છે એને એ સિધ્ધિઓનું મહત્વ કશું નહિ લાગે.

પતંજલિ પોતે કહે છે કે એ સઘળી સિધ્ધિઓ મનની મદદથી કરી
બતાવવામાં આવે છે જે આત્માસાક્ષાત્કારમાં અંતરાયરૂપ છે.

મુલાકાતી : શ્રી અરવિંદ જણાવે છે કે જગત સાચું છે અને તમે તેમ જ વેદાંતીઓ
એને મિથ્યા માનો છો. જગત અસત્ય અથવા મિથ્યા કેવી રીતે હોઈ
શકે ?

મહર્ષિ : વેદાંતીઓ જગત અસત્ય છે એવું નથી કહેતા. એ એક ગેરસમજ છે.
જો એ એવું કહેતા હોય તો પછી ' બધું બ્રહ્મ જ છે ' એ વેદાંતવાક્યનો
અર્થ શો સમજવો ? એ ફક્ત એટલું જ કહેવા માગે છે કે જગત જગત
તરીકે મિથ્યા છે પરંતુ આત્મારૂપે સાચું છે. જગતને જો તમે અનાત્મા
તરીકે માનતા હો તો તે સાચું નથી. જગત, માયા, લીલા, શક્તિ
અથવા જે કહો તે બધું આત્માની અંદર જ હોવું જોઈએ અને એથી
અલગ ના હોઈ શકે. શક્તિ શક્તિમાનથી અલગ ના હોઈ શકે.

મુલાકાતી : જુદા જુદા ધર્મગુરુઓએ જુદા જુદા પંથો સ્થાપીને જુદા જુદા સત્યોનો
ઉપદેશ આપ્યો છે અને એવી રીતે લોકોની ભ્રાંતિમાં વધારો કર્યો છે.
એનું કારણ ?

મહર્ષિ : એમણે એક જ સત્યનો સંદેશ આપ્યો છે. કિન્તુ જુદા જુદા દષ્ટિબિંદુ
પરથી એવા ભેદભાવો જુદી જુદી રીતે ઘડાયેલા જુદા જુદા મનના
માનવોની આવશ્યકતાની પૂર્તિ માટે જરૂરી હતા. તો પણ એ એક જ
સનાતન સત્યનું પ્રતિપાદન કરે છે.

★ ★ ★

:: મનની શાંતિ ::

જિજ્ઞાસુ : સંકલ્પો તથા વિકલ્પોવાળા ચંચળ મનને શાંત કેવી રીતે કરવું ?

મહર્ષિ : આ પ્રશ્ન કોણ પૂછે છે ? તમે પૂછો છો કે મન પૂછે છે ?

જિજ્ઞાસુ : મન.

મહર્ષિ : એ મન શું છે તે જોઈ લો તો તે શાંત બનશે.

જિજ્ઞાસુ : મન શું છે તે કેવી રીતે જોઈ શકાય ?

- મહર્ષિ : મનના સંબંધમાં તમારો દષ્ટિકોણ કેવો છે ?
- જિજ્ઞાસુ : મોટા દષ્ટિકોણ એવો છે કે એ વિચાર છે.
- મહર્ષિ : મન વિચારોનો સમૂહ છે. પરંતુ સઘળા વિચારોનું મૂળ ઉદ્ભવસ્થાન અહંભાવ છે. એટલા માટે એ ' અહં ' શું છે, તેની ખોજ કરવાનો જો પ્રયત્ન કરશો તો મન મટી જશે. મનનું અસ્તિત્વ તમે બહારની વસ્તુઓનો વિચાર કરશો ત્યાં સુધી જ કાયમ રહેશે. પરંતુ જ્યારે એને બાહ્ય પદાર્થોમાંથી પાછું વાળશો ને એનો અથવા ' અહં ' નો વિચાર કરવાના કામમાં લગાડશો અથવા બીજા શબ્દોમાં કહીએ તો અંતર્મુખ બનાવશો ત્યારે એનું અસ્તિત્વ મટી જાય છે.



:: શ્રાધ્ધ વિશે ::

- ભક્ત : સ્વર્ગવાસી મનુષ્યોની પાછળ એમના વારસો દ્વારા કરવામાં આવતી વાર્ષિક શ્રાધ્ધ જેવી ક્રિયાઓ સ્વર્ગસ્થ મનુષ્યોનાં કર્મોનો નાશ કરવાની શક્તિ ધરાવે છે એવું માનીએ તો એ માન્યતા કર્મના સિધ્ધાંતના મૂળ માં ઘા કરનારી લાગે છે. કારણ કે પછી તો મનુષ્ય પોતાના પુત્રો તથા બીજા સ્વજનો દ્વારા કરાતી ધર્મક્રિયાઓની મદદથી પોતાનાં કુકર્મોનાં કુફળમાંથી સહેલાઈથી મુક્તિ મેળવી શકે.

- મહર્ષિ : એવી ધર્મક્રિયાઓ મૃતાત્માને થોડાક પ્રમાણમાં મદદરૂપ થઈ શકે છે. પ્રાયશ્ચિત અને સત્કર્મો મનુષ્યનાં કુકર્મોના કુફળનો નાશ કરે છે. એવું કહેવામાં આવે છે. એ જ સિધ્ધાંત એ સંબંધમાં પણ લાગુ પડે છે.

- ભક્ત : ત્રણેક વરસ પહેલાં મારી માન્યતા એવી હતી કે મૃતાત્માની પાછળ કરાતી વાર્ષિક શ્રાધ્ધ જેવી ક્રિયાઓ એમનો પુનર્જન્મ થતાં સુધી જ એમને મદદ પહોંચાડતી હતી.

- મહર્ષિ : એ કેટલાંક પુનર્જન્મોમાંથી પસાર થાય છે તો પણ પ્રકારાંતરે મદદ મેળવે છે અને એ બધાનું ધ્યાન રાખનારી અથવા એની વ્યવસ્થા

કરનારી એક એજન્સી છે. એ વ્યવસ્થાતંત્ર અથવા એજન્સી બધું સંભાળે છે. અલબત્ત, જ્ઞાનમાર્ગ એવું બધું નથી જણાવતો.

ભક્ત : ભગવાને એવું કહેલું કે જો મનુષ્ય આ જગતનાં અસ્તિત્વને માનતો હોય તો તેણે બીજા જગતોના અસ્તિત્વને પણ માનવું જોઈએ.

મહર્ષિ : એ બરાબર છે.



:: સાક્ષાત્કાર ને શરીર ::

મુલાકાતી : સાક્ષાત્કારી પુરુષને કોઈ વિશેષ કર્મ નથી રહેતું. એને એના કર્મનું બંધન નથી હોતું. તો પછી એણે પોતાના શરીરમાં શા માટે રહેવું જોઈએ ?

મહર્ષિ : એ પ્રશ્ન કોણ પૂછે છે ? પ્રશ્ન પૂછનાર સાક્ષાત્કારી પુરુષ છે કે અજ્ઞાની ? જ્ઞાની શું કરે છે ને શા માટે કહે છે તેની ચિંતા તમારે શા માટે કરવી જોઈએ ? તમે તમારું સંભાળો એટલું પૂરતું છે.

તમારા મગજમાં એવો ખ્યાલ પ્રવર્તે છે કે તમે શરીર છો. એટલે જ્ઞાનીને પણ શરીર હોય છે એવું માનો છો. જ્ઞાની પોતાને શરીર છે. એવું બોલી બતાવે છે બરા ? તમને એ સશરીર દેખાય છે અને બીજા બધાની પેઠે શરીર દ્વારા કર્મો કરતા દેખાય છે, એટલું જ. બળી ગયેલું દોરડું દોરડા જેવું દેખાય છે ખરું પરંતુ દોરડાનું કામ નથી કરી શકતું અને એની સાથે કશું બાંધી પણ નથી શકાતું. જ્યાં સુધી મનુષ્ય દેહભાવમાં બંધાયેલો છે ત્યાં સુધી એ બધું સમજવાનું સહેજ પણ સહેલું નથી. એટલા માટે પ્રશ્નોના પ્રત્યુત્તરરૂપે કેટલીકવાર એવું કહેવામાં આવે છે કે પ્રારબ્ધની શક્તિ શેષ હોય છે ત્યાં સુધી જ્ઞાનીનું શરીર રહે છે અને પ્રારબ્ધ પૂરું થતાં પડી જાય છે. એ બાબતમાં એવું ઉદાહરણ પણ આપવામાં આવે છે કે જે બાણ છૂટી ગયું છે તે આગળ વધીને પોતાના ગંતવ્યસ્થાને કે લક્ષ્યે પહોંચશે જ. પરંતુ વાસ્તવિકતા તો એ છે કે જ્ઞાની પ્રારબ્ધ કર્મ જેવાં બધાં કર્મોથી પર હોય છે અને શરીર તેમજ તેનાં કર્મોમાં બંધાયેલો નથી હોતો.

- મુલાકાતી : માણસને આત્મસાક્ષાત્કાર થઈ જાય છે તે દરમિયાન શું દેખાય છે ?
એ દશામાં એ શું જુએ છે ?
- મહર્ષિ : એ અવસ્થા દૃષ્ટાને દેશ્યથી અતીત હોય છે. એ દરમિયાન કશાનું દર્શન કરનારો દૃષ્ટા નથી રહેતો. બધાને જોનારો દૃષ્ટા આત્મસાક્ષાત્કારની એ અલૌકિક અવસ્થા દરમિયાન શાંત થાય છે અને એકલો આત્મા જ શેષ રહે છે.
- ભક્ત : કેટલાક કહે છે કે જીવનમુક્તો સદાને માટે બ્રહ્માકાર વૃત્તિથી સંપન્ન હોય છે. તો શું એ નિદ્રાવસ્થામાં પણ બ્રહ્માકાર વૃત્તિવાળા હોય છે ? જો હોય તો એમના સંબંધમાં નિદ્રા કોણ લે છે ?
- મહર્ષિ : જીવનમુક્તો સદાને માટે નિદ્રામાં પણ બ્રહ્માકાર વૃત્તિથી સંપન્ન હોય છે. છેલ્લા પ્રશ્નનો ને તમારા સંપૂર્ણ પ્રશ્નનો સાચો ઉત્તર એ છે કે જ્ઞાનીને જાગૃતિ, સ્વપ્ન અથવા સુષુપ્તિ અવસ્થા નથી હોતી કિન્તુ કેવળ તુરંચ અવસ્થાનો અનુભવ થતો હોય છે. જ્ઞાની નિદ્રા લે છે પરંતુ નિદ્રારહિત બનીને નિદ્રા લે છે અથવા નિદ્રાવસ્થા દરમિયાન પણ જાગતો હોય છે.



:: ગુરુની આવશ્યકતા ::

- દર્શનાર્થી : આત્મસાક્ષાત્કાર માટે ગુરુની આવશ્યકતા છે ખરી ?
- મહર્ષિ : આત્મસાક્ષાત્કારરૂપી ફળની પ્રાપ્તિ મોટે ભાગે ઉપદેશો, પ્રવચનો કે ધ્યાનાદિથી નથી થતી પરંતુ ગુરુની કૃપાથી જ થતી હોય છે. બીજાં સાધનોની સહાયતા ગૌણ હોય છે. જ્યારે ગુરુકૃપા તો એક અત્યંત આવશ્યક તેમ જ પ્રાથમિક કારણરૂપ હોય છે.
- દર્શનાર્થી : આત્મસાક્ષાત્કારમાં અંતરાયરૂપ વિધ્નો કયાં છે ?
- મહર્ષિ : મનની વાસનાઓ.
- દર્શનાર્થી : મનની આદતો કે વાસનાઓને કેવી રીતે જીતી શકાય ?
- મહર્ષિ : આત્માના સાક્ષાત્કાર દ્વારા.
- દર્શનાર્થી : એ એક વિષયક છે.

મહર્ષિ : અહંભાવ જ એવી મુશ્કેલીઓ પેદા કરે છે, વિક્ષેપો ઊભા કરે છે, અને પછી દેખીતા વિરોધાભાસોથી ગભરાઈ જાય છે. કોણ પ્રશ્નો પૂછે છે તે શોધી કાઢો એટલે આત્માનું દર્શન પણ કરી શકશો.

દર્શનાર્થી : આત્મસાક્ષાત્કાર માટે બીજાં ઉપયોગી સાધનો કયા છે ?

મહર્ષિ : શાસ્ત્રો અને સાક્ષાત્કારી સત્પુરુષોનાં સદ્દુપદેશો.

દર્શનાર્થી : એવા સદ્દુપદેશો ચર્ચાઓ, પ્રવચનો અને ધ્યાન અથવા ચિંતનના રૂપમાં હોઈ શકે ?

મહર્ષિ : હા. એ બધી મદદ ગૌણ ગણાય છે પરંતુ ગુરુની કૃપા ખાસ મહત્વની છે.

દર્શનાર્થી : માણસને એની પ્રાપ્તિ માટે કેટલો વખત લાગે ?

મહર્ષિ : તમારે શા માટે જાણવું છે ?

દર્શનાર્થી : મારી અંદર આશાનો સંચાર કરવા.

મહર્ષિ : એ પ્રકારની કામના પણ અંતરાયરૂપ છે. આત્મા સદાય છે જ. એના વિના બીજું કશું જ નથી. આત્મામાં સ્થિતિ કરો એટલે આકાંક્ષાઓ તેમજ શંકાઓનો અંત આવશે. એવો આત્મા સ્વખન, જાગૃતિ તથા સુષુપ્તિ અવસ્થાના સાક્ષીરૂપ છે. એ અવસ્થાઓ અહંકારની છે. આત્મા અહંકારથી પણ પર છે. તમે સુષુપ્તિમાં અસ્તિત્વ નહોતા ધરાવતા ? એ વખતે તમને ખબર હતી કે તમે ઊંઘમાં છો અથવા જગતને નથી જાણતા ? સુષુપ્તિની ભાન વિનાની અવસ્થાનું વર્ણન તમે જાગૃતિમાં આવ્યા પછી જ કરી શકો છો. એટલા માટે નિદ્રાની ને જાગૃતિ દશાની ચેતના એક જ છે. એ જાગ્રત ચેતનાને જો જાણી લેશો તો ત્રણે અવસ્થાનું અવલોકન કરનારી ચેતનાને પણ સમજી શકશો. એ ચેતનાની ખોજ સુષુપ્તિની ચેતનાનું અનુસંધાન કરવાથી કરી શકાય છે.

દર્શનાર્થી : એ દશામાં મને ઊંઘ આવી જાય છે.

મહર્ષિ : હરકત નહિં.

દર્શનાર્થી : એ શૂન્યાવસ્થા હોય છે.

મહર્ષિ : શૂન્યવસ્થા કોને માટે હોય છે ? શોધી કાઢો. તમે કદી પણ તમારી જાતનો ઈન્કાર નહિ કરી શકો, આત્મા હંમેશા હોય છે અને બધી જ અવસ્થાઓમાં અસ્તિત્વ ધરાવે છે.

દર્શનાર્થી : મારે નિદ્રાધીન હોઉં એવી રીતે રહેવું જોઈએ અને સાથે સાથે જાગૃતિને પણ જાળવી રાખવી જોઈએ ?

મહર્ષિ : હા. સજાગપણું એ જાગૃતિ દશા છે. એટલે એ અવસ્થા નિદ્રાની નહિ હોય પરંતુ નિદ્રારહિત નિદ્રાની હશે. જો તમારા વિચારોને વશ થશો તો તેમના પ્રવાહમાં તણાઈ જશો અને અનંત મુસીબતમાં મુકાઈ જશો.

દર્શનાર્થી : તો પછી મારે વિચારના મૂળની ખોજ કરતાં પાછા જવું જોઈએ.

મહર્ષિ : બરાબર છે. એમ કરવાથી વિચારો શાંત થશે અને એકલો આત્મા જ શેષ રહેશે. સાચું કહીએ તો આત્માને માટે અંદર કે બહાર જેવું કશું જ નથી. એ બધા અહંકારના ઉભા કરેલા વિભાગો છે. આત્મા તો કેવળ અને નિર્મળ છે.

દર્શનાર્થી : એવું બુધ્ધિ દ્વારા જ સમજી શકાય છે. બુધ્ધિ સાક્ષાત્કારમાં મદદરૂપ નથી ?

મહર્ષિ : હા. પરંતુ અમુક ચોકકસ ભૂમિકા સુધી જ. બુધ્ધિથી આત્મા અતીત છે એ જાણ્યા પછી બુધ્ધિ આત્માને પહોંચતાં પહેલાં વિલીન થઈ જાય છે.



જિજ્ઞાસુ : મારે મારી પત્નિનો ને મારા કુટુંબનો ત્યાગ ના કરવો જોઈએ ?

મહર્ષિ : તે તમને કેવી રીતે નુકશાન કરે છે ? પહેલાં શોધી કાઢો કે તમે કોણ છો ?

જિજ્ઞાસુ : માણસે ઘરનો, સ્ત્રીનો, સંપત્તિનો ત્યાગ ના કરવો જોઈએ ?

મહર્ષિ : સૌથી પહેલાં સમજી લો કે સંસાર શું છે. આ બધો સંસાર છે ? માણસો એની અંદર નથી રહેતા ને રહીને આત્મસાક્ષાત્કાર નથી કરી લેતા ?

- જિજ્ઞાસુ : આત્મસાક્ષાત્કારની વ્યવહારુ સાધનાનાં સોપાન ક્યાં છે ?
- મહર્ષિ : એનો આધાર સાધકની યોગ્યતા તથા પ્રકૃતિ પર રહેતો હોય છે.
- જિજ્ઞાસુ : મારું મન અત્યંત અસ્થિર છે તો મારે શું કરવું જોઈએ ?
- મહર્ષિ : તમારી ચિત્તવૃત્તિને કોઈ એક પદાર્થ પર કેન્દ્રિત કરો અને એની ઉપર લગાડેલી રાખવાનો પ્રયાસ કરો. સઘળું સારું થશે.
- જિજ્ઞાસુ : મને મનને એકાગ્ર કરવાનું કઠિન લાગે છે.
- મહર્ષિ : એને માટેનો અભ્યાસ ચાલુ રાખો. તમારી એકાગ્રતા શ્વાસ લેવા જેટલી સહેલી બની જશે. એ તમારી પ્રાપ્તિઓના શિરમુકુટ જેવી બની રહેશે.
- જિજ્ઞાસુ : મારે માટે યોગની જરૂર નથી લાગતી ?
- મહર્ષિ : યોગ મનની એકાગ્રતાના સાધન સિવાય બીજું શું છે ?
- જિજ્ઞાસુ : એકાગ્રતામાં મદદ મળે તે માટે કેટલાંક પેટા સાધનોની આવશ્યકતા નથી હોતી ?
- મહર્ષિ : પેટા સાધનોમાં પ્રાણાયામ વગેરેનો સમાવેશ થઈ જાય છે.
- જિજ્ઞાસુ : ઈશ્વરનું દર્શન કરવાનું શક્ય નથી ?
- મહર્ષિ : શક્ય છે. તમે આ ને તે બધાનું દર્શન કરો છો તો પછી ઈશ્વરનું દર્શન શા માટે ના કરી શકો ? તમારે ફક્ત જાણવું જોઈએ કે ઈશ્વર શું છે. બધા રોજ રોજ ઈશ્વરને જોતા હોય છે પરંતુ એને જાણતા નથી એટલું જ. ઈશ્વર શું છે તે શોધી કાઢો. લોકો ઈશ્વરને જાણતા નથી એટલે જુએ છે તો પણ નથી જોતા.
- જિજ્ઞાસુ : મૂર્તિની પૂજા કરતી વખતે હું રામ અથવા કૃષ્ણના જપ કરું તો તે બરાબર છે ?
- મહર્ષિ : માનસ જપ ખૂબ જ ઉત્તમ છે. એથી ધ્યાનમાં મદદ મળે છે. મન જપ સાથે એકરૂપ બની જાય છે અને એ પછી સાચી પૂજાના રહસ્યનું જ્ઞાન થાય છે. એ રહસ્ય આરાધ્યદેવમાં પોતાના વ્યક્તિત્વને વિલીન કરી દેવાનું છે.

જિજ્ઞાસુ : પરમાત્મા સદા આપણાથી અલગ છે ?
મહર્ષિ : એ એક સામાન્ય માન્યતા છે પરંતુ ખોટી છે. એ તમારાથી અલગ છે એવું ના માનો એટલે પછી ઈશ્વરની સાથેના આત્માની એકતાની અનુભૂતિ કરી શકશો.

જિજ્ઞાસુ : મૂર્તિપૂજા ઉપરાંત ગુરુનું માર્ગદર્શન આવશ્યક નથી ?

મહર્ષિ : તમે સલાહ સિવાય શરૂઆત કેવી રીતે કરી ?

જિજ્ઞાસુ : ધર્મગ્રંથોની મદદ મેળવીને.

મહર્ષિ : કોઈ તમને ઈશ્વર અથવા ભગવાનની માહિતિ પૂરી પાડે છે. ઈશ્વર પોતે જ તમારા ગુરુ થઈને હાજર થાય છે. ગુરુ ગમે તે હોય તેથી શું થયું ? આપણે ગુરુ અથવા ભગવાનથી જુદા નથી. ગુરુ ઈશ્વર છે એની પ્રતીતિ શિષ્યને છેવટે થતી હોય છે. માનવ ગુરુ અને ઈશ્વર ગુરુમાં કશો તફાવત નથી હોતો.

જિજ્ઞાસુ : આત્મોન્નતિનો માર્ગ બતાવવામાં જ્ઞાની ગુરુની મદદ મોટા ભાગ નથી ભજવાતી ?

મહર્ષિ : ભજવે છે. તમે પ્રાપ્ત પ્રકાશનો આધાર લઈને આગળ વધશો તો તમારા ગુરુને મેળવી લેશો. એ પોતે જ તેમને શોધી કાઢશે.

★ ★ ★

:: નાદ, બિંદુ, કલા ::

સાધક : નાદ, બિંદુ અને કલા એટલે શું ?

મહર્ષિ : વેદાંતની પરિભાષામાં એમને પ્રાણ, મન તથા બુધ્ધિ કહેવામાં આવે છે. તંત્ર માર્ગમાં નાદને પ્રકાશથી ભરપૂર સૂક્ષ્મ શબ્દ કહેવામાં આવે છે એ પ્રકાશ શિવનું શરીર ગણાય છે. એનો વિકાસ થાય છે. ને શબ્દનો લઈ થઈ જાય છે. ત્યારે તે બિંદુ બને છે. પ્રકાશમય બનવું કે જ્યોતિસ્વરૂપ થવું એ ધ્યેય છે. કલા બિંદુનો એક ભાગ કહેવાય છે.

★ ★ ★

ભક્ત : અરુણાયલ પર્વત પોલો છે ?

- મહર્ષિ : પૂરાણોમાં એવું કહેલું છે. હૃદય પોલું છે એવું કહ્યું છે તે છતા તેમાં પ્રવેશ કરવાથી ને ઊંડા ઉતરવાથી પ્રકાશનો વિસ્તાર દેખાય છે. એવી રીતે પર્વત પણ પ્રકાશમય છે. ગુફાઓ અને બીજી વસ્તુઓ એ પ્રકાશથી આચ્છાદિત છે.
- ભક્ત : એની અંદર ગુફાઓ છે ખરી ?
- મહર્ષિ : મને એની અંદર ગુફાઓ , સુંદર શેરીઓ વાળા શહેરો ને સમસ્ત સંસારની ઝાંખી થઈ છે.
- ભક્ત : એમાં સિધ્ધ પુરુષો પણ રહે છે ખરા ?
- મહર્ષિ : ત્યાં સઘળા સિદ્ધોનો વાસ છે એવું કહેવાય છે.
- ભક્ત : એમાં એકલા સિધ્ધો જ છે કે બીજા પણ ?
- મહર્ષિ : આ દુનિયામાં છે તેવી જ રીતે.
- ભક્ત : સિધ્ધોનો નિવાસ હિમાલયમાં મનાય છે.
- મહર્ષિ : કૈલાસ હિમાલયમાં છે. એ શિવનું નિવાસસ્થાન છે. પરંતુ આ પર્વત તો શિવ પોતે જ સાક્ષાત્ શિવ છે. શિવ પોતે જ્યાં હોય ત્યાં એમના આશ્રયસ્થાનનાં સઘળા અંગોપાંગો પણ હોવા જ જોઈએ.
- ભક્ત : પર્વતના પોલાણમાં ને બીજી વાતોમાં ભગવાન માને છે. ખરા ?
- મહર્ષિ : દરેક વસ્તુ વ્યકિતના પોતાના દૃષ્ટિકોણ પર અવલંબે છે. તમે પોતે પણ ધ્યાનમાં પર્વત પર સંતોના આશ્રમોની ઝાંખી કરી છે. તમારા પુસ્તકમાં તમે એવું વર્ણવ્યું છે પણ ખરું
- ભક્ત : હા. એ ઝાંખી પર્વત પરના દ્રશ્યોની હતી ઝાંખી મારી અંદર થયેલી.
- મહર્ષિ : એ વસ્તુ બરાબર છે. સર્વકાંઈ માનવના આત્માની અંદર છે. જગતને જોવા માટે કોઈક દૃષ્ટા હોવો જોઈએ. આત્મા વિના જગત હોઈ જ ના શકે. આત્માની અંદર સૌનો સમાવેશ થઈ જાય છે. વાસ્તવિક રીતે વિચારીએ તો આત્મા સર્વરૂપ છે. આત્માથી અલગ બીજું કશું જ નથી.
- ભક્ત : પર્વતનું રહસ્ય શું છે. ?
- મહર્ષિ : તમે કહ્યું છે કે પિરામીડનું રહસ્ય એ આત્માનું રહસ્ય છે. એવી જ રીતે આ પર્વતનું રહસ્ય એ આત્માનું રહસ્ય છે.



:: સૂક્ષ્મ શરીર ::

- જિજ્ઞાસુ : તેજોમય અથવા સૂક્ષ્મ શરીર શું છે ?
- મહર્ષિ : સ્વપ્નાવસ્થામાં તમારે શરીર નથી હોતું ? બિંદાના પર પડેલાને વિશ્રાંતિ લેતા શરીર કરતાં એ અલગ નથી હોતું ?
- જિજ્ઞાસુ : મૃત્યુ પછી આપણે રહીએ છીએ ખરા ? સ્થૂલ શરીરથી અલગ પડેલું સૂક્ષ્મ શરીર રહે છે ? એને મૃત્યુની અસર નથી થતી ?
- મહર્ષિ : નિદ્રાવસ્થામાંથી કેટલાક અવનવીન અનુભવો પછી જેવી રીતે તમે જાગી ઊઠો છો તેવી જ રીતે ભૌતિક અથવા શારીરિક મૃત્યુ પછી બીજું શરીર મળે છે.
- જિજ્ઞાસુ : સૂક્ષ્મ જયોતિર્મય શરીર મૃત્યુ પછી ચાલીશ વરસ સુધી રહે છે એવું કહેવામાં આવે છે.
- મહર્ષિ : વર્તમાન શરીરમાં તમે સ્વપ્ન શરીરને સૂક્ષ્મ કહો છો. સ્વપ્નશરીરમાં તમે એવું કહો ખરા ? અત્યારે સૂક્ષ્મ જે છે તે તે વખતે સાચું દેખાશે. એ દષ્ટિકોણને અનુસરીને વિચારતાં વર્તમાન શરીર પોતે જ સૂક્ષ્મ છે. એક સૂક્ષ્મશરીરમાં અને બીજા સૂક્ષ્મશરીરમાં શું તફાવત છે ? બંનેમાં કશો જ તફાવત નથી.
- જિજ્ઞાસુ : વાસ્તવિકતામાં જુદા જુદા ક્રમ છે.
- મહર્ષિ : સ્વપ્ન શરીર અત્યારે મિથ્યા છે એવું કહીએ અને સ્વપ્નમાં આ શરીર મિથ્યા હતું એવું કહીએ તેથી વાસ્તવિકતાના ક્રમ કે ભેદ પાડવામાં આવે છે. એવું નથી સમજવાનું સુષુપ્તિ દરમિયાન શરીરનો અનુભવ જરા પણ નથી થતો. હંમેશાં એક જ વસ્તુનું અસ્તિત્વ હોય છે અને એ આત્માનું.



:: અહંભાવ ::

મુલાકાતી : અહંભાવ શું છે ?

મહર્ષિ : અહંભાવ તમારી બહારની વસ્તુ નથી પરંતુ અંદરની વસ્તુ છે એટલે એની સ્પષ્ટતા તમને હોવી જ જોઈએ.

મુલાકાતી : ' એની વ્યાખ્યા શું ? '

મહર્ષિ : ' વ્યાખ્યા પણ અહંભાવની મદદથી જ કરવી જોઈએ. અહંભાવે પોતાની વ્યાખ્યા કરવી જોઈએ. '

મુલાકાતી : ' આત્મા શું છે ? '

મહર્ષિ : ' અહંભાવ શોધી કાઢો એટલે આત્માને શોધી શકશો. '

મુલાકાતી : ' તો પછી એ બંને એક છે ? '

મહર્ષિ : અહંભાવ વગરનો આત્મા હોઈ શકે પરંતુ આત્મા વગરનો અહંભાવ ના હોય. એ બંને સમુદ્ર અને પરપોટા જેવા છે.



:: સાધના વિશે ::

જિજ્ઞાસુ : તાંત્રિક સાધનાથી આત્મસાક્ષાત્કાર કરી શકાય છે ?

મહર્ષિ : હા.

જિજ્ઞાસુ : તંત્રની કઈ ઉપાસના સર્વોત્તમ છે ?

મહર્ષિ : એનો આધાર સાધકની પ્રકૃતિ પર રહેતો હોય છે.

જિજ્ઞાસુ : આત્મસાક્ષાત્કારની પ્રાપ્તિ કરાવવામાં કુંડલિની કેવો ભાગ ભજવતી હોય છે ?

મહર્ષિ : કુંડલિની તમે નિર્ધારીત કરેલા કોઈ પણ લક્ષ્યથી આગળ વધે છે. કુંડલિની પ્રાણશક્તિ છે.

જિજ્ઞાસુ : જુદા જુદા ચક્રોમાં જુદા જુદા દેવતાઓ રહે છે એવું કહેવાય છે. સાધના દરમિયાન એમનું દર્શન થઈ શકે છે ?

મહર્ષિ : જો ઈચ્છા હોય તો એમનું દર્શન થઈ શકે.

જિજ્ઞાસુ : આત્મસાક્ષાત્કારની સાધના સમાધિનો આધાર લઈને આગળ વધે છે ?

મહર્ષિ : એ ઉભયનો ભાવાર્થ એક જ છે.

- જિજ્ઞાસુ : ગુરુ પોતાની વિશેષ શક્તિનો સંચાર કરીને પોતાના શિષ્યને આત્મસાક્ષાત્કાર કરાવી શકે છે એવું કહેવાય છે તે સાચું છે ?
- મહર્ષિ : હા. ગુરુ આત્મસાક્ષાત્કાર નથી કરાવી શકતા. એ કેવળ એની વચ્ચેના અંતરાયોને દૂર કરે છે. આત્માનો સાક્ષાત્કાર તો સદા થયેલો જ છે.
- જિજ્ઞાસુ : આત્મસાક્ષાત્કાર માટે ગુરુ અનિવાર્ય રીતે આવશ્યક હોય છે ?
- મહર્ષિ : જ્યાં સુધી તમે આત્મસાક્ષાત્કારની ઈચ્છા રાખતા હો ત્યાં સુધી ગુરુ આવશ્યક છે. ગુરુ આત્મા છે. ગુરુને વાસ્તવિક આત્મા સમજો અને તમારા આત્માને વ્યક્તિગત આત્મા એ દ્વૈતભાવનાની નિવૃત્તિ થાય છે ત્યારે અજ્ઞાનનો અંત આવ્યો એવું કહી શકાય છે. તમારી અંદર દ્વૈતભાવનાનું અસ્તિત્વ છે, ત્યાં સુધી ગુરુની આવશ્યકતા છે. તમે દેહાધ્યાસથી બંધાયેલા હોવાથી ગુરુને પણ કોઈક શરીર સમજો છો. તમે તથા ગુરુ શરીર નથી. તમે આત્મા છો ને ગુરુ પણ આત્મા છે. તમે જેને આત્મસાક્ષાત્કાર તરીકે ઓળખો છો તેની સિધ્ધિ થતાં એ જ્ઞાનની પ્રાપ્તિ થાય છે.
- જિજ્ઞાસુ : અમુક વ્યક્તિ ગુરુ થવાને યોગ્ય છે એવું કેવી રીતે જાણી શકાય ?
- મહર્ષિ : એની સંનિધિમાં અનુભવાતી માનસિક શાંતિથી અને એને માટે તમારા અંતરમાં ઉત્પન્ન થનારા આદરભાવથી.
- જિજ્ઞાસુ : ગુરુ જો પાછળથી અયોગ્ય સાબિત થાય તો એની અંદર શ્રદ્ધા રાખનારા શિષ્યના ભાગ્યનું શું ?
- મહર્ષિ : પ્રત્યેકને પોતાની લાયકાત પ્રમાણે ફળ મળી રહે છે.
- જિજ્ઞાસુ : સામાજિક સુધારણાના સંબંધમાં તમારો અભિપ્રાય કેવો છે ?
- મહર્ષિ : આત્મસુધારણામાંથી સામાજિક સુધારણા આપોઆપ જ પેદા થાય છે. તમે આત્મસુધારણાનું ધ્યાન રાખો એટલે સામાજિક સુધારણા સ્વાભાવિક રીતે જ થઈ રહેશે.
- જિજ્ઞાસુ : મૃત શરીરોને અડયા પછી સ્નાન કરવાની આવશ્યકતા છે ?
- મહર્ષિ : શરીર શબ છે. જ્યાં સુધી માણસ એના સંસર્ગમાં હોય ત્યાં સુધી એણે આત્માની સલિલમાં સ્નાન કરવું જોઈએ.

જિજ્ઞાસુ : જો અદ્વૈત જ અંતિમ હોય તો પછી મધ્યાચાર્ય દ્વૈતનો ઉપદેશ શા માટે આપ્યો ?

મહર્ષિ : તમારો આત્મા દ્વૈત છછે કે અદ્વૈત ? બધી જ સાધના પધ્ધતિઓ આત્મસમર્પણનો સ્વીકાર કરે છે. સૌથી પહેલાં એની સિધ્ધિ કરી લો. પછી કોનો દષ્ટિકોણ સાચો છે ને કોનો ખોટો છે તેનો નિર્ણય કરવાનો પૂરતો સમય મળી રહેશે.

જિજ્ઞાસુ : જનતાને તમે સન્માર્ગે આગળ વધવાનો ઉપદેશ શા માટે નથી આવતા ?

મહર્ષિ : તમે તમારો મેળે જ નકકી કરી લીધું છે કે હું ઉપદેશ નથી આવતો. તમને ખબર છે કે હું કોણ છું ને ઉપદેશ કોને કહેવાય છે ?

★ ★ ★

:: ધ્યાન ::

જિજ્ઞાસુ : ધ્યાનની સાધના કેવી રીતે કરવી જોઈએ ?

મહર્ષિ : ધ્યાન સાચું કહીએ તો આત્મનિષ્ઠા છે. પરંતુ મનમાં જ્યારે તર્ક-વિતર્કો પેદા થાય છે અને એમનો અંત આણવાનો પ્રયત્ન કરવામાં આવે છે ત્યારે તે પ્રયત્ન મોટે ભાગે ધ્યાનના નામે ઓળખાય છે. આત્મનિષ્ઠા તમારો મૂળભૂત સ્વભાવ છે. તમે જેવા છો તેવા જ રહો. એ જ ધ્યેય છે.

જિજ્ઞાસુ : પરંતુ વિચારો આવ્યા કરે છે. આપણા પ્રયત્નોનું પ્રયોજન વિચારોનો અંત આણવાનું જ છે ?

મહર્ષિ : હા. ધ્યાન એક જ વિચાર પર કરાતું હોવાથી, બીજા વિચારોને દૂર કરવામાં આવે છે એટલા માટે, એટલા પ્રમાણમાં ધ્યાન નિષેધાત્મક કહેવાય છે.

જિજ્ઞાસુ : આત્મસંસ્થં મનઃકૃત્વા કહીને મનને આત્મામાં સ્થિર કરવાનું કહ્યું છે. પરંતુ આત્મા અવિચારણીય છે.

મહર્ષિ : તમે ધ્યાન કરવાની ઈચ્છા જ શા માટે કરો છો ? તમે ધ્યાન કરવાની

ઈચ્છા રાખો છો માટે જ મનને આત્મામાં એક કરવાનો આદેશ આપવામાં આવ્યો છે. ધ્યાન કર્યા સિવાય તમે જેવા છો તેવા જ શા માટે નથી રહેતા ? એ મન શું છે ? બધા જ તર્ક-વિતર્કોનો અંત આવે છે ત્યારે એ આત્મસંસ્થ બને છે એટલે કે આત્મામાં સ્થિતિ કરે છે.

જિજ્ઞાસુ :

જો કોઈક રૂપ આપવામાં આવે તો એનું ધ્યાન કરી શકું ને બીજા વિચારોનો અંત આવે. પરંતુ આત્મા રૂપ વગરનો- નિરાકાર છે.

મહર્ષિ :

કોઈ નકકર પદાર્થોનું અથવા રૂપોનું ધ્યાન કહેવાય છે જ્યારે આત્માનો વિચાર અથવા નિદિધ્યાસન તરીકે ઓળખાય છે.



સાધક :

મને આત્મા- પરમાત્મા, સચ્ચિદાનંદનો સાક્ષાત્કાર કરવા માટે મદદ કરો.

મહર્ષિ :

આત્મા- પરમાત્મા સચ્ચિદાનંદ એક જ વસ્તુનાં જુદા જુદા નામ છે. એ વસ્તુ આત્મા છે. આત્માનો સાક્ષાત્કાર સદાને માટે થયેલો છે. એ સિવાય એની અંદર આનંદ ના કોઈ શકે. એ શાશ્વત ના હોય તો એનો આરંભ હોવો જોઈએ. જેનો આરંભ હોય છે. એનો અંત પણ થાય છે. એટલે એ ફક્ત ક્ષણભંગુર હોય છે. કામચલાઉ અથવા અશાશ્વત અનિત્ય અવસ્થાની પ્રાપ્તિને માટેના પ્રયત્નનો કશો અર્થ નથી. એ ભૂમિકા અથવા નિત્ય જાગૃત સહજ શાંતિની હોય છે એ એક હકિકત છે. કોઈ પણ પ્રકારના પ્રયત્ન વગરની જાગૃતિદશા આત્મ કલ્યાણની દશા છે એને સાક્ષાત્કાર કહેવામાં આવે છે.

સાધક :

મારી ઈચ્છા બૌદ્ધિક ઉત્તરો મેળવવાની નથી. મારે વ્યવહારું જવાબો જોઈએ છે.

મહર્ષિ :

બરાબર છે. પ્રત્યેક જ્ઞાનને બૌદ્ધિક વાર્તાલાપની આવશ્યકતા નથી હોતી. પ્રત્યેક માણસ આત્માનો પ્રત્યક્ષ અનુભવ કરી શકતો હોવાથી એવા વાર્તાલાપો જરા પણ જરૂરી નથી. દરેક વ્યક્તિ ' હું છું ' એવું કહેતી હોય છે. એથી અધિક અનુભવવા જેવું કશું છે ખરું ?

- સાધક : મને એ બરાબર ના સમજાયું.
- મહર્ષિ : તમે અસ્તિત્વ ધરાવો છો. તમે ' હું છું ' એવું જણાવો છો. એનો અર્થ અસ્તિત્વ છે.
- સાધક : પરંતુ મને એની-મારા અસ્તિત્વની ખાતરી નથી.
- મહર્ષિ : ઓહ ! તો પછી અત્યારે કોણ બોલે છે ?
- સાધક : હું જ. પરંતુ હું અસ્તિત્વ ધરાવું છું કે નહિ તેની મને ખાતરી નથી. એ ઉપરાંત, મારા અસ્તિત્વનો સ્વીકાર કશું જ પરિણામ નથી પેદા કરતો.
- મહર્ષિ : અસ્તિત્વનો ઈન્કાર કરનારું કોઈક હોવું જોઈએ. જો તમારું અસ્તિત્વ ના હોય તો કોઈ પ્રશ્નકર્તા જ ના હોય, ને કોઈ પ્રશ્ન પેદા જ ના થઈ શકે.
- સાધક : એમ માની લઈએ કે હું અસ્તિત્વ ધરાવું છું.
- મહર્ષિ : તમે અસ્તિત્વ ધરાવો છો એવું કેવી રીતે જાણ્યું ?
- સાધક : કારણ કે હું વિચારું છું, અનુભવું છું. જોઉં છું, માટે.
- મહર્ષિ : એટલે તમે એવું કહેવા માગો છો કે તમારા અસ્તિત્વનું એના પરથી અનુમાન કરી શકાય છે. વળી નિદ્રાવસ્થામાં વિચારવાનું કે અનુભવવાનું નથી હોતું અને તો પણ અસ્તિત્વ હોય છે.
- સાધક : પરંતુ ના. હું સુષુપ્તિમાં હતો એવું ના કહી શકું.
- મહર્ષિ : સુષુપ્તિના તમારા અસ્તિત્વનો ઈન્કાર કરો છો ?
- સાધક : હું સુષુપ્તિમાં હોઉં કે ના પણ હોઉં. ઈશ્વર જાણે.
- મહર્ષિ : નિદ્રામાંથી જાગો છો ત્યારે નિદ્રાધીન થતાં પહેલાં તમે શું કર્યું તેને યાદ રાખો છો.
- સાધક : નિદ્રા પહેલાંને નિદ્રા પછી હું હતો એવું કહી શકું પરંતુ નિદ્રા દરમિયાન હતો કે નહિ તે ના કહી શકું.
- મહર્ષિ : તમે ઊંઘમાં હતા એવું કહી શકો છો ?
- સાધક : હા.

મહર્ષિ : તમે નિદ્રાવસ્થાને યાદ ના રાખતા હો તો એવું કેવી રીતે જાણી શકો ?
સાધક : એનો અર્થ એવો નથી થતો કે હું નિદ્રા દરમિયાન હયાત હતો. એવા અસ્તિત્વનો સ્વીકાર કરવાથી કશો જ હેતુ નહિ સરી શકે.

મહર્ષિ : તમારા કહેવાનો આશય એવો છે કે માણસ નિદ્રાધીન થાય છે ત્યારે દરેક વખતે મરણ પામે છે અને જાગે છે ત્યારે પુનર્જીવન પામે છે ?

સાધક : એવું પણ હોઈ શકે. એની ખબર એક ઈશ્વરને છે.

મહર્ષિ : તો પછી આ સમસ્યાઓનો ઉકેલ પણ ઈશ્વરને પોતાને જ આવીને કરી લેવા દો. નિદ્રામાં જો માણસને મરવું પડતું હોય તો મરણથી ભયભીત બને છે તેમ એને નિદ્રાનો ભય લાગશે. એથી ઉલટું, એ નિદ્રાની યાદના કરતો હોય છે. નિદ્રામાં આનંદ ના મળતો હોય તો કોઈ એની ઈચ્છા જ શા માટે કરે ?

સાધક : નિદ્રામાં કોઈ પ્રત્યક્ષ આનંદ નથી હોતો. નિદ્રાની ઈચ્છા તો શારીરિક થાકને મટાડવા માટે કરાતી હોય છે.

મહર્ષિ : એ બરાબર છે. થાકને મટાડવા અથવા થાકમાંથી મુક્તિ મેળવવા માટે. થાકમાંથી મુક્ત હોય એવું કોઈક છે ખરું.

સાધક : હા.

મહર્ષિ : એટલે તમે નિદ્રામાં હો છો ને અત્યારે પણ છો. તમે નિદ્રામાં વિચાર્યા વગર અને અનુભવ કર્યા સિવાય પણ સુખી હતા. તમે અત્યારે પણ એવા જ છો તો પણ શા માટે સુખી નથી ?

સાધક : નિદ્રામાં સુખ છે એવું કેવી રીતે કહી શકાય ?

મહર્ષિ : પ્રત્યેક કહે છે તે હું સુખે સૂઈ ગયેલો.

સાધક : એ સાચું કહેતાં હોય એવું નથી લાગતું. સુખ છે જ નહિ. કેવળ શોકનો અભાવ છે.

મહર્ષિ : તમ પરમ સુખસ્વરૂપ છો એટલા માટે દરેક કહે છે કે હું સુખપૂર્વક સૂતેલો. એનો અર્થ એ થયેલો કે નિદ્રા દરમિયાન માણસ પ્રાથમિક મૂળ પવિત્ર અવસ્થામાં રહેતો હોય છે. શોકના સંબંધમાં તો એ જ કહેવાનું કે શોક છે જ નહિ. એ છે જ ક્યાં કે તમે એવું કહી શકો કે

નિદ્રામાં એનો અભાવ હોય છે . આત્માના વિસ્મરણ અને દેહાધ્યાસને લીધે જ બધી ભૂલો પેદા થઈ છે.

સાધક : મારે સાક્ષાત્કાર જોઈએ છે. હું મારી મૂળભૂત સુખી પ્રકૃતિનો અનુભવ નથી કરી શકતો.

મહર્ષિ : કારણ કે આત્મા અને અનાત્માનો વિવેક કરવામાં નથી આવતો. અનાત્મા પણ આત્માથી અલગ નથી. છતાં પણ આત્મા અલગ છે ને શરીરમાં બંધાયેલો છે. એવો ખોટો ખ્યાલ પ્રવર્તે છે. સુખની સ્વાનુભૂતિને માટે એ ખોટી માન્યતામાંથી મુક્તિ મેળવવી જોઈએ.

દર્શનાર્થી : મનની શાંતિનો ભાવાવેશ કે સમાધિના પરિણામે જ મળી શકે છે. એ ભાવાવેશ કે સમાધિની પ્રાપ્તિ કેવી રીતે થાય ?

મહર્ષિ : ભાવાવેશ અથવા ભાવસમાધિમાં વિચારોનો અભાવ હોય છે. એ અવસ્થા નિદ્રામાં પ્રવર્તે છે. એને લીધે તમે કાયમી માનસિક શાંતિનો અનુભવ કરી શકો છો ?

દર્શનાર્થી : આશ્રમમાંથી નીકળતી પત્રિકામાં જણાવવામાં આવ્યું છે કે ભાવસમાધિ જરૂરી છે.

મહર્ષિ : ભાવસમાધિ કોઈ નવેસરથી મેળવવાની અલગ વસ્તુ નથી સમજવાની. તમારી સ્વાભાવિક અવસ્થા સમાધિની જ છે.

દર્શનાર્થી : પરંતુ મને એનો અનુભવ નથી થતો.

મહર્ષિ : તમારી એ વિપરીત માન્યતા જ અંતરાય છે.

દર્શનાર્થી : મને આત્મસાક્ષાત્કાર નથી થયો તેથી જ કહી રહ્યો છું કે મારી કાયમી સમાધિ અવસ્થાને હું નથી સમજી શકતો.

મહર્ષિ : એ કેવળ પુનરાવર્તન છે. એ અંતરાય છે. એ એટલા માટે ઉત્પન્ન થાય છે કે તમે તમને અનાત્મા માનો છો એ જ ભૂલ છે. આત્માને આત્મા માનવાની ભૂલ ના કરો તો આત્માને સ્પષ્ટ રીતે અનુભવી શકશો.

દર્શનાર્થી : એ વસ્તુ સિધ્ધાંતની દૃષ્ટિએ સમજી શકું છું પરંતુ વ્યવહારિક રીતે નથી સમજાતી.

- મહર્ષિ : આત્મા બે નથી જેથી એક આત્મા બીજા આત્માનો સાક્ષાત્કાર નથી થયો એવું કહી શકે.
- દર્શનાર્થી : હજુ પણ સિધ્ધાંતની દૃષ્ટિએ સમજાય છે એટલું જ. મને સમાધિ કેવી રીતે સાંપડશે ?
- મહર્ષિ : સમાધિની અસર કેવળ કામચલાઉ હોય છે. એ જ્યાં સુધી રહે છે ત્યાં સુધી સુખાનુભૂતિ થતી હોય છે. એમાંથી જાગ્યા પછી જૂની પહેલાંની વાસનાઓ ઘેરી વળે છે. સહજ સમાધિની મદદથી વાસનાઓનો નાશ ના થાય ત્યાં સુધી સાધારણ સમાધિથી કશો હેતુ નથી સરતો.
- દર્શનાર્થી : પરંતુ સહજ સમાધિ પહેલાં ભાવ સમાધિ થવી જ જોઈએ ?
- મહર્ષિ : સમાધિ એક સ્વાભાવિક દશા છે. પ્રવૃત્તિઓને જુદા જુદા દેશ્યો એમાં બાધક નથી બનતાં. એ બધું આત્માથી અલગ નથી એવું અનુભવવામાં આવતાં આત્માનો સાક્ષાત્કાર શક્ય બને છે. સમાધિથી મનની સનાતન શાંતિની સિધ્ધિ ના થતી હોય તો એની આવશ્યકતા ક્યાં રહે છે ? ગમે તે થતું હોય તો પણ અત્યારે તમે સમાધિમાં જ છો એવું સમજી લો. એમાં બધું આવી જાય છે.
- દર્શનાર્થી : એ સમાધિની અવસ્થા માટે સારુ સ્વાભાવિક હોય તો પછી એવું શા માટે કહેવામાં આવે છે કે સાક્ષાત્કાર પહેલાં એને મેળવવાની આવશ્યકતા છે ?
- મહર્ષિ : એનો આશય એવો છે કે માણસને સમાધિની પોતાની સનાતન સ્થિતિ વિશેષની માહિતિ હોવી જોઈએ. એવું ભાનના હોવું એ અજ્ઞાન છે. એ એક નકારનું મૃત્યુ જ કહેવાય છે. પ્રમાણે વૈ મૃત્યુઃ ॥
- ભક્ત : વાસનાઓના સર્વનાશ પહેલાં આત્મસાક્ષાત્કાર થઈ શકે ?
- મહર્ષિ : વાસનાઓ બે જાતની હોય છે. એક તો બંધ હેતુ અને બીજી ભોગ હેતુ. અજ્ઞાનીને માટે એ બંધનનું કારણ બને છે ને જ્ઞાનીને માટે આનંદનું. બીજી જાતની વાસના સાક્ષાત્કારમાં અંતરાયરૂપ બનતી હોય છે.



:: વિચાર રહિતતા ::

- ભક્ત : તમારા કહેવા પ્રમાણે વિચારોથી મુક્તિ મેળવવવા માટે શું કરવું જોઈએ ?
ફક્ત હું કોણ છું ? એવા આત્મવિચારનો આધાર જ લેવો જોઈએ ?
- મહર્ષિ : ફક્ત શાંત બેસી રહેવું જોઈએ. એવું કરી જુઓ.
- ભક્ત : એવું કરવું અશક્ય લાગે છે.
- મહર્ષિ : બરાબર છે. એટલા માટે જ ' હું કોણ છું ? ' નો વિચાર કરવાની ભલામણ કરવામાં આવે છે.
- ભક્ત : એવો પ્રશ્ન પૂછું તો અંદરથી કશો ઉત્તર નથી મળતો.
- મહર્ષિ : તમારે કેવા ઉત્તરની કે કેવી મદદની આવશ્યકતા છે ? તમે ત્યાં નથી ? તો પછી એથી અધિક શું ?
- ભક્ત : વિચારો વધારે ને વધારે પ્રમાણમાં પેદા થાય છે.
- મહર્ષિ : એ વખતે ' હું કોણ છું ? ' પ્રશ્નને પૂછ્યા કરો.
- ભક્ત : પ્રત્યેક વિચાર પેદા થાય ત્યારે એવું કરું ? ઠીક. જગત આપણો વિચાર જ છે ?
- મહર્ષિ : એ પ્રશ્ન જગતને માટે જ રહેવા દો. ' મારી ઉત્પત્તિ કેવી રીતે થઈ છે ? ' તે એને પોતાને જ પૂછવા દો.
- ભક્ત : તમારો કહેવાનો આશય એવો છે કે એનો મારી સાથે કશો સંબંધ નથી ?
- મહર્ષિ : સુષુપ્તિમાં કશાનો અનુભવ નથી થતો. આ બધું જાગ્યા પછી જ જોઈ શકાય છે. વિચારો પેદા થાય છે તે પછી જ જગતના અસ્તિત્વનો અનુભવ થાય છે. એ વિચાર વિના બીજું શું હોઈ શકે ?



:: જપ વિશે ::

- ભક્ત : માનસ જપ વાચિક જપથી શ્રેષ્ઠ ના કહેવાય ?
- મહર્ષિ : વાચિક જપ શબ્દ સાથે સંકળાયેલા હોય છે. શબ્દ કે સ્વર વિચારોને પરિણામે પેદા થાય છે. કારણ કે વિચારોની શબ્દોમાં અભિવ્યક્ત કરતાં પહેલાં માણસે વિચારવું પડે છે. વિચારો મનને મનાવે છે. એટલા

કરતાં પહેલાં માણસે વિચારવું પડે છે. વિચારો મનને મનાવે છે. એટલા માટે માનસ જપ વાચિક જપથી શ્રેષ્ઠ છે.

ભક્ત : જપનો વિચાર કરવાની સાથે સાથે આપણે એમને બોલીને ના કરવા જોઈએ ?

મહર્ષિ : જપ માનસ અને કે મનમાં જ થવા માંડે તો પછી એમના સ્વર કે શબ્દ અથવા ધ્વનિની આવશ્યકતા ક્યાં રહે છે ?

જપ મનમાં થવા માંડે એટલે મનનું રૂપ ધારણ કરે છે. ધ્યાન, મનન અને માનસ જપ એક જ છે.

ભક્ત : મન મગજનો ભાગ ગણાય છે.

મહર્ષિ : મગજ એ ક્યાં ? શરીરની અંદર છે. હું તો કહું છું કે શરીર પોતે જ મનની રચનારૂપ છે. શરીરનો વિચાર કરો છો ત્યારે તમે મગજની વાત કરો છો. મન જ શરીરને પેદા કરે છે, એની અંદર મગજની રચના કરે છે, ને મગજને પોતાની આધારભૂમિ તરીકે નક્કી કરે છે.

ભક્ત : શ્રી ભગવાને એક ઠેકાણે જણાવ્યું છે કે જપના મૂળ ઉદ્ભવસ્થાનને શોધી કાઢવું જોઈએ. એ દ્વારા મનનો નિર્દેશ નથી કરવામાં આવ્યો ?

મહર્ષિ : એ બધી પ્રવૃત્તિ મનની છે. જપ મનને એક ચોક્કસ વિચાર પર કેન્દ્રિત કરવામાં મદદ કરે છે. બીજા બધા વિચારોને એમની સંપૂર્ણ નિવૃત્તિ થતાં સુધી ગૌણ ગણવામાં આવે છે. જપ માનસિક થાય છે ત્યારે ધ્યાન કહેવાય છે. ધ્યાન તમારો વાસ્તવિક સહજ સ્વભાવ છે. એ પ્રયત્નપૂર્વક કરવામાં આવે છે માટે ધ્યાન તરીકે ઓળખાય છે. વિચારોનો વેગ જ્યાં સુધી સતાવતો હોય ત્યાં સુધી પ્રયત્નની આવશ્યકતા હોય છે. તમારી અંદર બીજા ભળતા વિચારો પેદા થાય છે એટલે એક વિચારની સતતતાને તમે ધ્યાનના નામથી ઓળખો છો. એ ધ્યાન સહજ અથવા અનાયાસ બની જાય તો તે તમારું વાસ્તવિક સ્વરૂપ છે. એવું અનુભવી શકાશે.

★ ★ ★

:: કામવાસનાની નિવૃત્તિ ::

- ભક્ત : કામવાસનાનો અંત ક્યારે આવી શકે ?
મહર્ષિ : ભેદભાવ મટી જાય ત્યારે.
ભક્ત : એ કેવી રીતે મટે ?
મહર્ષિ : બીજી જાતિ અને એનો સંબંધ માનસિક ખ્યાલો વિના બીજું કશું જ નથી. ઉપનિષદો કહે છે કે બધું પ્રિય લાગે છે કારણ કે આત્મા સૌથી વધારે પ્રિય હોય છે. સુખ માણસની અંદર છે. પ્રેમ કેવળ આત્માનો અથવા આત્માને લીધે જ હોય છે. એ બહાર હોય છે એવું ના સમજતા. એમ કરશો તો ભેદભાવ મટી જશે.



:: સાક્ષાત્કાર સહેલો છે. ::

- સાધક : આત્મસાક્ષાત્કારની વાત તો સહેલી લાગે છે પરંતુ એને આચરણમાં ઉતારવું કઠિન છે.
મહર્ષિ : આત્મસાક્ષાત્કાર કરતાં વધારે સહેલું બીજું શું છે ? આત્મા બીજા બધા જ પદાર્થો કરતાં નજદીક છે. એનો સાક્ષાત્કાર જો ના થઈ શકે તો જે દૂર છે અને અલગ છે એનો સાક્ષાત્કાર કરવો શું સહેલો છે ?
સાધક : ' આત્મસાક્ષાત્કાર ભ્રામક લાગે, એને કાયમી કેવી રીતે કહી શકાય ? '
મહર્ષિ : આત્મા કદી પણ ભ્રામક ના હોઈ શકે. એ જ એકમાત્ર વાસ્તવિકતા છે. જે દેખાય છે એ અદૃશ્ય પણ થઈ જાય છે અને એટલા માટે કાયમી નથી હોતું. આત્મા કદી દેખાતો અને અદૃશ્ય નથી થતો એટલા માટે કાયમી છે.



:: ધ્યાનની સાધના ::

- ભક્ત : કામ, ક્રોધ, લોભ, ભ્રાંતિ, અભિમાન અને ઈર્ષ્યાને કેવી રીતે જીતી શકાય ?

- મહર્ષિ : ધ્યાન કરવાથી.
- ભક્ત : ધ્યાન એટલે શું ?
- મહર્ષિ : ધ્યાન એટલે બીજા બધા જ તર્ક-વિતર્કોને શાંત કરીને એક વિચાર પર મનને એકાગ્ર કરવું.
- ભક્ત : ધ્યાન કોનું કરી શકાય ?
- મહર્ષિ : તમારી રુચિ તથા પસંદગી પ્રમાણે ગમે તેનું.
- ભક્ત : શિવ, વિષ્ણુ તથા ગાયત્રી એકસરખા શક્તિશાળી અને અમોઘ કહેવાય છે. એમાંથી મારે કોનું ધ્યાન કરવું જોઈએ ?
- મહર્ષિ : તમને જે પણ સૌથી વધારે પસંદ પડે તેનું. એ બધાં એક સરખાં અસરકારક છે. પરંતુ તમારે કોઈ એકને વળગી રહેવું જોઈએ.
- ભક્ત : ધ્યાન કેવી રીતે કરવું ?
- મહર્ષિ : તમને જે ઉત્તમ લાગે એના પર મનને એકાગ્ર કરો. જો કોઈ એક વિચાર જોર પકડે તો બીજા બધા વિચારોને બાજુએ મૂકીને આખરે એમનો અંત લાવવો. ભેદભાવના હશે ત્યાં સધી બુરા વિચારો આવ્યા કરશે. પોતાના પ્રેમાસ્પદ પદાર્થનું વર્ચસ્વ વધવા માંડતાં કેવળ શુભ વિચારો જ શેષ રહેશે. એટલા માટે એક જ વિચાર ને પકડી રાખો. ધ્યાનની સાધના જ મુખ્ય સાધના છે.

★ ★ ★

:: બ્રહ્મચર્ય ::

- દર્શનાર્થી : બ્રહ્મચર્યનું પાલન સફળતાપૂર્વક થઈ શકે એટલા માટે એનો અભ્યાસ કેવી રીતે કરવો જોઈએ ?
- મહર્ષિ : એમાં મનોબળ ઘણો મોટો ભાગ ભજવે છે. સાત્વિક ખોરાક તથા પ્રાર્થના પણ એમાં મદદરૂપ બને છે.
- દર્શનાર્થી : યુવાને કુટેવોમાં પડેલા છે. એ એમાંથી બહાર નીકળવા માગે છે અને આપણી શિખામણની આકાંક્ષા રાખે છે.
- મહર્ષિ : માનસિક સુધારાની આવશ્યકતા છે.
- દર્શનાર્થી : એમને માટે કોઈ ખાસ ખોરાક, વ્યાયામની અથવા એવી બીજી

વસ્તુની ભલામણ કરી શકાય ?

મહર્ષિ : એમને માટે કેટલીક ઔષધિઓ છે. યોગાસનો અને સાત્ત્વિક આહાર પણ ઉપયોગી છે.

દર્શનાર્થી : સાક્ષાત્કારની સાધના માટે નૈષ્ઠિક બ્રહ્મચર્ય આવશ્યક છે ?

મહર્ષિ : સાક્ષાત્કાર સ્વયં નૈષ્ઠિક બ્રહ્મચર્ય છે. પ્રતિજ્ઞા કે વ્રત બ્રહ્મચર્ય નથી કહેવાતું. બ્રહ્મમાં ચર્યા એ બ્રહ્મચર્ય છે : એને માટેનો બળજબરી પૂર્વકનો પ્રયત્ન નહિ.

દર્શનાર્થી : કામ, ક્રોધાદિ વૃત્તિઓ સદ્ગુરુની સંનિધિમાં શાંત થાય છે એવું કહેવામાં આવે છે તે સાચું છે ?

મહર્ષિ : સાચું છે. આત્મસાક્ષાત્કાર પહેલા કામ ક્રોધનો અંત આવવો જોઈએ.

દર્શનાર્થી : પરંતુ એક ગુરુના સઘળા શિષ્યો કાંઈ વિકાસની એક સરખી ભૂમિકાવાળા ન હોઈ શકે. કેટલાકના જીવનમાં સ્ખલન પણ દેખાય. એવા સ્ખલન માટે કોને જવાબદાર કહી શકાય ?

મહર્ષિ : આત્મસાક્ષાત્કાર અને વ્યક્તિગત સંસ્કારો વચ્ચે કોઈ જાતનો સંબંધ નથી હોતો. ગુરુના નિશ્ચિત કરેલા આદર્શ પ્રમાણે જીવવાનું સદાને સારું શક્ય નથી હોતું.

દર્શનાર્થી : વાસનાનો પ્રભાવ આત્મસાક્ષાત્કાર પર નથી પડતો ?

મહર્ષિ : પોતાની જાતને પવિત્ર કરવાનો પ્રયાસ સહજ બની જવો જોઈએ.

દર્શનાર્થી : સાક્ષાત્કાર પહેલાં સઘળી અશુષ્ઠિઓનો અંત આણવાનું આવશ્યક નથી લાગતું ?

મહર્ષિ : એ જ્ઞાનથી પૂરેપૂરી ધોવાઈ જાય છે.

★ ★ ★

:: કામના ::

જિજ્ઞાસુ : કોઈ વસ્તુની કામના કરવાનું ખરાબ છે ?

મહર્ષિ : માણસે પોતાની કામના પૂરી થાય તો ફુલાઈ જવું ના જોઈએ અને જો કામના પૂરી ન થાય તો નિરાશ ના બનવું જોઈએ. કામનાની પૂર્તિથી

અતિપ્રસન્ન બનવાનું કામ જરા પણ ઈચ્છવા જેવું નથી. લાભ છેવટે નષ્ટ થાય છે. એટલે અતિપ્રસન્તા અથવા ઉલ્લાસ આગળ પર એક દિવસ દુઃખ અથવા પીડામાં પરિણમે છે. માણસે સઘળા સંજોગોમાં સુખ તથા દુઃખની લાગણીઓથી પર થવું જોઈએ. પ્રસંગો માણસને શા માટે અસર પહોંચાડે છે ? કશું મેળવવાથી તમે આગળ નથી વધી જવાના ને ખોવાથી કંઈ નષ્ટ નથી થવાના તમે તો હંમેશા જે છો તે જ રહેવાના છો.

જિજ્ઞાસુ : અમારા જેવા સંસારી માણસો કામનાનો પ્રતિકાર નથી કરી શકતા.
મહર્ષિ : તમે કામના કરો તો ગમે તેવા પરિણામને માટે તૈયાર રહો. પ્રયત્ન કરો પરંતુ પરિણામના પ્રભાવમાં પડીને ભાન ના ભૂલો. જે થાય તેનો સમતાપૂર્વક સ્વીકાર કરો. કારણ કે સુખ ને દુઃખ કેવળ મનની વૃત્તિને લીધી જ થતાં હોય છે. એમને યથાર્થતાની સાથે કશો સંબંધ નથી.

★ ★ ★

ભક્ત : ગુરુની ખાસે રહેવાનો અર્થ શો થાય છે ?
મહર્ષિ : આત્મજ્ઞાનની પ્રાપ્તિ કરવાનો.
ભક્ત : પરંતુ ગુરુની સંનિધિથી ખાસ લાભ થતો હોય છે.
મહર્ષિ : હા. એથી મન નિર્મળ બને છે.
ભક્ત : એને પ્રભાવ અથવા પુરસ્કાર કહી શકાય. શિષ્યે કેવી રીતે રહેવું જોઈએ ?
મહર્ષિ : એનો આધાર શિષ્યની પ્રકૃતિ અથવા શ્રેણી પર રહેતો હોય છે.
ભક્ત : એવું હોય તો એનું પરિણામ બરાબર આવી શકે ?
મહર્ષિ : હા.

★ ★ ★

