સહજ-સત્સંગ

Year : 3 Issue : 34 Dt. 01-11-2015 Page - 52 માસિક

દાસ્યમ્

મા મીરાંબિકા

Life is perpetual choice between truth and falsehood,
light and darkness, progress and regression.
It is for each one to choose freely.
(29 - Feb. 1952)
- The Mother

જીવન : એક પસંદગી

જીવન અખંત એક રીત છે. પસંદગી ક્ષણે ક્ષણે,
સત્ય, પ્રકાશ, પ્રગતિ અથવા અસત્ય, અંધકારને પતન,
દરેકને પસંદગીની સ્વતંત્રતા, વિવેકે કર જીવન - જતન.

પ્રાર્થનાઓ અને ધ્યાન

- શ્રી માતાજી

નિષ્ક્રિય વિશ્વ-ચેતનામાં પ્રવેશ

(તા.૧૯.૦૪.૧૯૧૫ પૃ.૨૧૮)

સ્થૂલ પ્રવૃત્તિઓમાં પણ આદર્શને સિદ્ધ કરવાનું મારું સ્વપ્ન હતું તે હવે ખોટું પડી રહ્યું છે..... આ મને પણ.... પોતાની ભૂલનો સ્વીકાર કરી લીધો છે અને તારા સંકલ્પને પોતાનું પૂર્ણ સમર્પણ કરી દીધું છે..... છતાં બાહ્ય હકીકત તે એક જૂઠાણું છે એ છાપ ભૂંસાઈ ગઈ નથી. શરીર..... હચમચી ગયું છે..... પોતાનાં આરોગ્યની સમતુલા પાછું મેળવી શકતું નથી..... આ પૃથ્વી જ એક વિદેશી વસ્તુ જેવી લાગે છે.

આ વસ્તુસ્થિતિ એક અભાવનો ખ્યાલ આપી રહી છે. પરંતુ એ અભાવ એક પ્રકાશથી, શાંતિ અને વિશાળતાથી ભરેલો છે. તેમાં કોઈ વ્યક્તિરૂપતા નથી. એની અને મારી વચ્ચે કોઈ ભેદ કરવો શક્ય રહ્યો નથી.

અનુક્રમણિકા

શીર્ષક	પૃષ્ઠ	શીર્ષક	પૃષ્ઠ
પ્રાર્થનાઓ અને ધ્યાન		**યોગ પર દીપ્તિઓ**	
(નિષ્ક્રિય વિશ્વ-ચેતનામાં પ્રવેશ)	૩	(પરમ - પ્રભુ સાથે એકતા અને મિલન)	૩૦
પ્રાર્થના છે, અંતરનો પોકાર	૬	**સાંજના વાર્તાલાપો** (યોગમાં માર્ગદર્શન)	૩૨
દિવ્યજીવન (વિશ્વસર્જનનો હેતુ)	૮	**વેદવિજ્ઞાન** (સપ્તર્ષિ અને ઋષિકુળ)	૩૫
માતૃવાણી		**ધ મધર્સ એજન્ડા**	
(સાધકોની સમસ્યાઓ - ૩)	૧૦	(કોષોની સાધના)	૩૭
સાવિત્રી (અશ્વપતિની મૂંઝવણ)	૧૪	**યોગનાં મૂળતત્ત્વો** (કેટલાક સ્પષ્ટીકરણો)	૪૧
યોગ વિષે પત્રો (યોગચક્રો અને તેનાં કાર્યો)	૧૮	**શ્રી અરવિન્દનાં વિચાર-સૂત્રો**	
ઉપનિષદો (જીવનનું જીવન : અમર જીવન)	૨૦	(પૌર્વાત્ય અને પશ્ચિમની જ્ઞાન-પદ્ધતિનો સમન્વય (૧૧૦)	૪૪
વેદ-રહસ્ય (અર્યમા અને ભગનું સ્વરૂપ)	૨૪	**જાતક કથાઓ** (ડંફાસ ભોઠપને નોતરે)	૪૭
શ્રી અરવિન્દ : પોતા વિષે		**૨૪ નવેમ્બર - અધિમનસ સિદ્ધિ દિન**	૪૯
(દર્શનોનો સાચો ઉપયોગ)	૨૭	કવરપેજ ૧ ઉપરની સમજૂતી કવરપેજ ૪ ઉપર	

મા શ્રી અરવિન્દ સાધના કેન્દ્ર ટ્રસ્ટ સંચાલિત, મા શ્રી અરવિન્દ સાધના કેન્દ્ર, રાજકોટનું
શ્રી અરવિન્દ અને શ્રી માતાજીનાં યોગદર્શનની સાદી સરળ ભાષામાં સમજણ આપતું ગુજરાતી ભાષાનું લોકપ્રિય સામયિક

સહજ-સત્સંગ
અંક : ૩૪ વર્ષ : ૩
નવેમ્બર - ૨૦૧૫

સંસ્થાપક અને આદ્યતંત્રી : **સ્વ. ભૂપેન્દ્રભાઈ ત્રિવેદી**

: સહજ સત્સંગ કાર્યાલય :
અર્પણ, ૨૫૯, વૃંદાવન સોસાયટી, કાલાવડ રોડ,
રાજકોટ - ૩૬૦૦૦૫

તંત્રી : **માનસિંહભાઈ ચાવડા મો. ૯૮૨૪૩૭૩૯૨૯**
૭, સાંનિધ્ય બંગ્લોઝ, રઘુનંદન પાર્ક, ઈન્કમટેક્સ ઑફિસ પાછળ, રેસકોર્ષ રીંગ રોડ (પશ્ચિમ), રાજકોટ - ૧

સંપાદન સહાયક મંડળ :
હર્ષદભાઈ ઠકરાર, લલિતભાઈ ઉપાધ્યાય, કમલેશભાઈ માંડવિયા, તેજસ વસા

સંપર્ક માટે : **શ્રી હર્ષદભાઈ ઠકરાર - મો : ૦૯૪૨૭૨ ૨૨૪૧૫**

અર્પણ (દાન) 80G નીચે ઈન્કમટેક્ષ - રાહતને પાત્ર છે.
એન. આર.આઈ. ગ્રાહકો ભારતીય - ચલણનો રાજકોટમાં જ ચૂકવાય તેવો ડ્રાફ્ટ/ ચેક મોકલાવે.
કૃપયા મનીઓર્ડર નહિં પરંતુ રાજકોટમાં વસૂલ થાય તેવાં ચેક, ડ્રાફ્ટ,
'મા શ્રી અરવિન્દ સાધના ટ્રસ્ટ - રાજકોટ'ના નામે રાજકોટમાં જ ચૂકવાય તેવો મોકલશો.
આપનું નામ, સરનામું, જૂનો ગ્રાહક નં. અથવા નવા ગ્રાહક તરીકેનો અચૂક ઉલ્લેખ કરશો.
કવર પેઈજ : ઈન્ટરનેટમાંથી સાભાર

લેખકોના મંતવ્યો તેમનાં પોતાનાં છે. કાયદાકીય વિવાદનું ન્યાયક્ષેત્ર રાજકોટ ન્યાયાલય રહેશે.
(આ અંકમાંના શ્રી માતાજી - શ્રી અરવિન્દનાં મૂળ લખાણો તથા તસ્વીરો શ્રી અરવિન્દ આશ્રમ - પોંડિચેરીના તેમજ એજેંડા પરના મૂળ લખાણો મીરાં અદિતિ સેન્ટર - મૈસુરના કોપીરાઈટ છે.

નિષ્ક્રિય વિશ્વ-ચેતનામાં પ્રવેશ

સમજૂતી - માનસિંહ ચાવડા

માતાજીને ભૌતિક જીવનમાં આધ્યાત્મિક જીવન કંડારવાનું સ્વપ્ન રગદોળાઈ રહ્યું છે. માતાજીને તે હવે અશક્ય લાગવા માંડ્યું છે. માતાજીના મને અને હૃદયે પણ આ હાર જાણે સ્વીકારી લીધી છે.

છતાં મનમાં સંવેદનો જાગે જ છે કે આ ભૌતિક - જીવન જેવું દેખાય છે તે એક જૂઠાણું જ છે. આ તેમના ચૈત્યપુરુષનો ભાવ છે. આવી નિરાશાને કારણે માતાજીનું શરીર પણ કથળવા માંડ્યું છે.

માતાજીને પૃથ્વી પરની કોઈ પ્રવૃત્તિમાં રસ જ રહ્યો નથી. પૃથ્વી પોતે જ તેમને પારકી લાગે છે.

આંતરિક રીતે, શાશ્વત આંતરિક એકાગ્રતામાં પેલાં અસીમ પ્રકાશમય સાક્ષી ચેતનામાં જ માતાજી ગરકાવ રહેવા લાગ્યાં છે. શાશ્વતમૌન એ જ તેમની બાહ્ય અવસ્થા થઈ ગઈ છે.

આખી વસ્તુ જ તદ્દન અભાવાત્મક લાગે છે. ફક્ત પેલી આંતરિક પ્રકાશમય ચેતના છોડીને. તેમાં શંતિ છે, વિશાળતા છે, નિર્લેપતા છે. એક ગૂઢ કૃતાર્થતા અનુભવાય છે. તે ચેતનાને કોઈ આકાર, વ્યક્તિતા નથી. તદ્દન અવૈયક્તિક છે. તેની સાથે માતાજીએ એટલી એકરૂપતા સાધી છે કે તેઓ પોતાને તેથી જુદાં પાડી જ શકતા નથી.

આ વિશાળ ચેતના સાથેની એકરૂપતા ખરેખર તો માતાજીનો નિષ્ક્રિય સાક્ષીભૂત વિશ્વ ચેતનામાં પ્રવેશ અને એકરૂપતાની ઘટના હતી. આને વેદાંતમાં અક્ષર પુરૂષની ચેતના કહે છે.

પ્રાર્થના છે, અંતરનો પોકાર

- જ્યોતિબેન થાનકી

સંપૂર્ણ શ્રદ્ધા રાખીને બોલાવવાથી ભગવાન અચૂક સહાય કરે છે. એનાં અનેક દૃષ્ટાંતો આપણાં ઉપનિષદો, પુરાણો અને ભક્તોનાં જીવનમાંથી સાંપડે છે : બાળક ઉપમન્યુએ બીજાં બાળકોને દૂધ પીતાં જોઈને દૂધ માટે કજિયો કર્યો ત્યારે ગરીબ માતાએ કહ્યું, ''બેટા, આપણી સ્થિતિ એવી નથી કે હું તને દૂધ લાવીને પીવડાવી શકું. તું ભગવાન શિવને પ્રાર્થના કર, તો તેઓ પ્રસન્ન થઈને તારી ઈચ્છા જરૂર પૂરી કરશે.'' બાળક ઉપમન્યુએ તીવ્રભાવે ભગવાન શિવની સ્તુતિ કરી. બાળકની પ્રાર્થનાથી પ્રસન્ન થઈને ભગવાન શિવે તેને ક્ષીરસાગર આપ્યો, એટલે કે એટલી બધી ગાયો આપી હશે કે દૂધ કદી ખૂટે જ નહીં !

ઉપમન્યુએ શિવને કરેલી સ્તુતિ આજે પણ જયશંકર સ્તોત્રના નામે પ્રસિદ્ધ છે. જે કોઈ તન્મયતાપૂર્વક ભાવથી આ સ્તુતિ કરે છે, એનાં ઉપર સદાશિવની કૃપા રહે છે. એવી જ કથા માર્કંડેય નામના બાળકની પણ છે. આ બાળકનું આયુષ્ય માત્ર બાર જ વર્ષનું હતું. એના પિતાએ અગિયાર વર્ષનો થયો ત્યારે શિવની આરાધના કરવા કહ્યું અને મહામૃત્યુંજય મંત્રનું અનુષ્ઠાન કરવા કહ્યું. માર્કંડેયે અકાળ મૃત્યુના પાશમાંથી છૂટવા આર્તભાવે શિવને સ્તુતિ કરી. એથી પ્રસન્ન થઈ શિવે તેને યમના પાશમાંથી છોડાવી દીર્ઘાયુષ્ય બક્ષ્યું. આજે પણ

ચન્દ્રશેખર ચન્દ્રશેખર, ચન્દ્રશેખર પાહિમામ્ ।
ચન્દ્રશેખર આશ્રયે મમ કિં કરિષ્યતિ વૈ યમઃ ॥

આ સ્તુતિ કેટલાંય લોકો પોતાનાં જન્મદિવસે ભાવપૂર્વક કરી સદાશિવની કૃપા મેળવે છે. આવાં તો સ્તુતિ, પ્રાર્થના દ્વારા ઈશ્વરની પ્રત્યક્ષ સહાય પ્રાપ્ત કર્યાનાં અનેક દૃષ્ટાંતો આ યુગમાં પણ આપણને જોવા મળે છે. મુંબઈમાં ૧૯૬૮-૬૯માં હિંસક તોફાનો થયાં ત્યારે મહારાષ્ટ્ર સરકારે લશ્કર બોલાવીને એ તોફાનને શાંત કરવાની જવાબદારી સોંપી. આ અંગે યોજાયેલી પત્રકાર પરિષદમાં એક

પત્રકારે લશ્કરી વડા કમાન્ડર એલ. એસ. રાવને પૂછ્યું, '' તમે શું માનો છો, મુંબઈમાં શાંતિ સ્થપાતાં કેટલો સમય લાગશે ? કમાન્ડર થોડી ક્ષણો આંખો બંધ કરીને મૌન રહ્યાં અને પછી કહ્યું, ''મંગળવારે સાંજ સુધીમાં એટલે કે ત્રીજા દિવસ સુધીમાં શાંતિ સ્થપાઈ જશે.'' ફરી પત્રકારે પૂછ્યું, ''આંખ બંધ કરીને તમે શું શાંતિ સ્થાપવાની યોજના વિચારી રહ્યા હતા ?'' ત્યારે તેમણે સ્મિતપૂર્વક કહ્યું, ''ના રે ભાઈ, હું તો સર્વશક્તિમાન ઈશ્વર સાથે વાર્તાલાપ કરી રહ્યો હતો. મારે એની સાથે હોટલાઈન છે, પ્રાર્થનારૂપી. એમણે મને જે પ્રેરણા આપી, તે મેં તમને જણાવ્યું.'' અને ખરેખર મંગળવારે સાંજ સુધીમાં ૪૮ કલાકમાં મુંબઈમાં શાંતિ સ્થપાઈ ગઈ ! આમ ભૂતકાળના ઋષિમુનિઓ કે સાધુસંતોને જ આ હોટલાઈન આપવામાં આવી છે, તેવું નથી. ભગવાને તો પ્રત્યેક મનુષ્યના હૃદયમાં આ હોટલાઈનનો તાર જોડી દીધેલો છે. જ્યારે એમનો સંપર્ક કરવો હોય ત્યારે થઈ શકે એવી અદ્‌ભૂત વ્યવસ્થા તેમણે ગોઠવી આપેલી છે. પણ બહું જ ઓછાં લોકો એનો ઉપયોગ કરી જાણે છે. મોટાં ભાગનાં લોકો તો એનો ઉપયોગ કર્યા વગર જ પૃથ્વી પરથી વિદાય લઈ લે છે. આપણને બક્ષિસ રૂપે પ્રભુએ આપેલી આ પ્રાર્થનાની હોટલાઈનનો આપણે પૂરો ઉપયોગ કરીને, એમના સીધા સંપર્કમાં રહીને, જીવનની વિષમ પરિસ્થિતિમાં જ નહીં, પણ સમગ્ર જીવનમાં એમનું માર્ગદર્શન મેળવીને આપણાં જીવનને એમનાં પ્રેમ, પ્રકાશ અને આનંદથી પરિપૂર્ણ બનાવી શકીએ છીએ.

શ્રી માતાજીની એક પ્રાર્થનાથી આપણે 'પ્રાર્થના'નું સમાપન કરીએ :

''મને પ્રકાશ આપ. પ્રભુ મારી પ્રાર્થના છે કે હું લેશ પણ ભૂલ ન કરું. મારી પ્રાર્થના છે કે હું તારી સમક્ષ જે અનંત સન્માન ભાવ,

ઉત્કટ ભક્તિ અને ગહન પ્રેમ લઈને આવું છું. તે ઉદ્યોતક બનો. પ્રતીતિકારક બનો. સર્વને સ્પર્શી જનાર બનો. અને સર્વના હૃદયમાં જાગૃત બનો. હે પ્રભુ, હે શાશ્વત ગુરુ, તું છે મારો પ્રકાશ અને મારી શાંતિ. તું મારાં પગલાંને દોરી જા. તું મારાં ચક્ષુને ખોલી જા. તું મારાં હૃદયને અજવાળી જા. અને મને તારાં પ્રત્યે સીધા લઈ જતાં માર્ગ ઉપર મૂકી આપ.''

દિવ્ય-જીવન

- શ્રી અરવિન્દ

વિશ્વસર્જનનો હેતુ

પ્રકરણ - ૧૧

સમજૂતી - માનસિંહ ચાવડા

બ્રહ્મ સત્ ચિત્ આનંદ સ્વરૂપ છે. તેમાંથી સત્ - પાસાનો આપણે વિચાર કર્યો અને જાણ્યું કે આ સત્ જ જગતનું મૂળ દ્રવ્ય છે. પણ તે દ્રવ્યે લીધેલાં આકારો એ સત્‌ના મૂળસ્વરૂપ કરતાં જુદાં છે. હવે આપણે બ્રહ્મનાં ચિત્ પાસા બાબત જોઈશું.

જગત ચૈતન્યનો જ આવિર્ભાવ છે અર્થાત્ અનેક ચૈતન્ય શક્તિઓના વ્યાપાર સ્વરૂપ આ જગત છે. આ જગત અનંત શક્તિઓનો ખેલ છે,. તે શક્તિઓએ જગતને આ ઘાટ આપ્યો છે. તેથી આ જગત ચિત્ શક્તિઓ વ્યાપાર સ્વરૂપ બની જાય છે. આ વ્યાપાર આત્મસ્વરૂપ માટે કરવામાં આવી રહ્યો છે. નર્તકી જેમ પુરુષને રીઝવવા નર્તન કરે તેમ આ શક્તિઓ પોતાનાં નર્તન દ્વારા આત્મપુરુષને રીઝવી રહી છે. સાંખ્યકારિકા આ રીતે જગતનાં આવિર્ભાવનું કારણ દર્શાવે છે. આ શક્તિઓનાં સમૂહને પ્રકૃત્તિ કહેવામાં આવે છે કારણ તેઓ વિવિધ કૃતિ અર્થાત્ આકાર નિર્માણ કરવા માટે પ્રવૃત્ત થયેલાં છે. (પ્ર + કૃતિ) અથવા એ રીતે લીલા કરવી એ તેનો સ્વભાવ છે. તેની પ્રકૃત્તિ છે. બીજા અર્થમાં કહીએ કે બ્રહ્મતત્ત્વની જ લીલા છે. તે દિવ્યશક્તિઓની રમતનો રસાસ્વાદ લઈ રહ્યું છે. દિવ્યશક્તિઓએ જગત નિર્માણ કરેલું હોવાથી તેને ‘જગત-જનની’, અંબા, આદ્યાશક્તિ વગેરે નામથી બોલાવવામાં આવે છે.

આ રીતે જગત બ્રહ્મનાં સત્ અને ચિત્ પાસાથી કેવું દેખાય છે તે જોયા બાદ હવે તે આનંદ પાસાથી કેવું દેખાય છે તે જોવાનો પ્રયત્ન કરીએ.

જગત એ પરમાનંદનો જ આવિર્ભાવ છે. વિવિધ વ્યક્તિઓ જે વિવિધ

પ્રકારના આનંદ માણી રહ્યાં છે તે પેલાં દિવ્યાનંદનાં જ વિવિધ આવિર્ભાવો હોય છે. બ્રહ્મતત્ત્વ પોતે જ પોતાનાં સર્જનનો આનંદ લૂંટી રહ્યું છે. આ બ્રહ્મતત્ત્વની પોતાની લીલા છે, રમત છે.

આ રીતે જગતનાં ત્રણ સ્વરૂપો પ્રકટ થાય છે. બ્રહ્મનાં સત્ પાસાની દૃષ્ટિએ તે 'માયા' છે. ચિત્ પાસાની દૃષ્ટિએ તે પ્રકૃત્તિ છે અને આનંદ પાસાની દૃષ્ટિએ તે લીલા છે. આ રીતે જગત માયા પણ છે, પ્રકૃત્તિ પણ છે અને લીલા પણ છે.

વિવિધ ચિંતનો આ જગતનાં સ્વરૂપનાં ત્રણે પાસા પૈકી એકને મહત્ત્વ આપી અન્યને ગૌણ ગણે છે અને તેથી આ ત્રણે એકબીજાનાં વિરોધી છે, એવો ભાસ નિર્માણ થાય છે. ખરેખર તે ત્રણે એક જ જગતનાં સ્વરૂપો હોવાથી બહારથી દેખાતો વિરોધાભાસ ઉપર છલ્લોજ હોય છે. તેઓ એક બીજાનાં પૂરક પાસાઓ હોય છે. આપણે આ જગતનો જ એક અંશ છીએ. આ જગત બહારથી જોતાં શક્તિઓનો વ્યાપાર જ લાગે છે. તેથી તે 'પ્રકૃત્તિ' સ્વરૂપ છે એ નિશ્ચિત, પણ આ શક્તિઓ પણ અંતે તો સત્ તત્ત્વની જ એક લયબદ્ધ ગતિ જણાશે. સમુદ્રનાં પેટાળમાં જેમ સમુદ્ર પ્રવાહો વહે છે તેમ આ સત્ તત્ત્વનાં જ પ્રવાહો એટલે વૈશ્વિક શક્તિઓ છે. તેમણે જ આ જગતનો આભાસ નિર્માણ કરેલ છે. તેથી જગતનું માયા પાસું અને પ્રકૃત્તિ પાસું એકબીજાનાં પૂરક બની જાય છે. હવે આ ચેતનાનાં પ્રવાહો શું છે તો તે બ્રહ્મતત્ત્વની આનંદ સ્વરૂપ લહેરીયો છે. તે નિજાનંદ પ્રકટ કરવા માટે નિર્માણ થતાં પ્રવાહો છે. તેથી જગતનું આનંદપાસું પણ તેની સાથે સુસંગત થઈ જાય છે. સત્-ચિત્-આનંદ સ્વરૂપ બ્રહ્મતત્ત્વ જ્યારે ગતિ ધારણ કરીને જગતનું સ્વરૂપ ધારણ કરે છે ત્યારે તે સત્યમ્ શિવમ્ સુંદરમ્ સ્વરૂપ બની જાય છે. બ્રહ્મનું સત્ પાસું જગત દ્વારા પ્રકટ થાય તે 'સત્ય' કહેવાય છે. બ્રહ્મનું ચિત્ સ્વરૂપ શુદ્ધરૂપે પ્રકટ થાય તો તેને શિવમ્ સ્વરૂપ કહે છે - શિવમ્ એટલે શુદ્ધ સ્વરૂપ, પવિત્ર સ્વરૂપ. બ્રહ્મનું આનંદ સ્વરૂપ જ્યારે જગત દ્વારા પૂરેપૂરું પ્રકટ થવા માંડે છે ત્યારે જગત સુંદરતમ્ બની જાય છે. કારણ તે વખતે બ્રહ્મ અને જગત વચ્ચે એક સુસંબંધ સ્થપાય છે. આવી સંવાદિતા એ જ સૌંદર્ય નિર્મિતિનું કારણ બને છે.

માતૃવાણી
- શ્રી માતાજી

અવતરણો

સાધકોની સમસ્યાઓ - ૩

(માતૃવાણી-૧૫ પૃ. ૩૨૨-૩૨૮)
(તા.૨૨ નવેમ્બર૧૯૫૮ - જાન્યુઆરી - ફેબ્રુઆરી ૧૯૬૦)

સમજૂતી - માનસિંહ ચાવડા

સાચી ઉપયોગી નિદ્રા

૧ જો સવારે થાકેલાં ઊઠો તો તે તમસને લઈને..... શરીરનું રૂપાંતર ન થાય ત્યાં સુધી તે અનિવાર્ય વસ્તુ છે. પૃ.૩૨૮

૨ તમસ એટલે અચિત્‌ની નિંદ્રામાં પડવું..... અવચેતન અને અચિત્‌માંથી ઊઠી આવતી વસ્તુઓનો હુમલો. તે મૂર્ખાઈભર્યાં સ્વપ્નાઓ લાવે છે.પૃ.૩૩૧

૩ તમસ ખરાબ ઊંઘનું કારણ છે. પૃ.૩૩૦

૪ તમસમાંથી બચવાની ક્રમશઃ રીત : પીઠ ઉપર ચત્તા સૂઈ જવું. માંશપેશીઓ, નાડીઓને વિશ્રાંતિ..... પૂર્ણ સ્થિરતાવાળી તાણ વગરની પ્રકાશમય ચેતનાની સ્થિતિ..... પગથી મસ્તક સુધી અને અંદરથી બહાર સુધી દરેક વસ્તુનું આત્માર્પણ..... તમારા મંત્રનો જાપ... સમાધિમાં રહેવું..... ઊંઘી જવું. પૃ.૩૨૯

૫ ઊંઘનો એક માત્ર હેતુ સમાધિની અસર પચાવવી એ છે. તેની અસર સંપૂર્ણ શરીરમાં પહોંચે છે. તે ઝેરી તત્ત્વોને બહાર કાઢે છે. પૃ.૩૨૯

૬ જે સમાધિમાં જઈ શકતા નથી તે ભાવપૂર્ણ પ્રાર્થના સાથે ઊંઘમાં પ્રવેશે. પૃ૩૨૯

૭ ખરાબ ઊંઘ બે પ્રકારની હોય છે- પહેલી તમને થકવી નાંખે છે. બીજી તમારી પ્રગતિને નિષ્ફળ કરે છે. પૃ૩૩૦

૮ ઊંઘના ટુકડા : પહેલો ટુકડો ત્રણથી ચાર કલાકનો, બીજો બે થી ત્રણ કલાકનો. આવા ટુકડા કરવાથી ઊંઘ વધુ સારી આવે છે. બે ટુકડા વચ્ચે તમે ફરી ભાવપૂર્ણ પ્રાર્થનાથી સારી અવસ્થા રચી શકો છો. પૃ. ૩૩૦

૯ પૂરતી ઊંઘ ઓછામાં ઓછી સાત કલાકની. પૃ. ૩૩૦

૧૦ રાત્રીનો ઉપયોગ બે રીતે : એક નિષેધક-અસર : તમે જે પ્રાપ્ત કર્યું તે ગુમાવવું નહિ, બચાવી લેવું. બીજો : રચનાત્મક-અસર : પ્રગતિ ચાલું રાખવી. પૃ. ૩૩૦

૧૧ બે વસ્તુથી બચવું : એક અચિત્‌ની નિંદ્રાથી બચવું. અવચેતન, અચિત્‌માંથી ઊઠતી વસ્તુઓનો નિષેધ. બીજી : પ્રાણમય, મનોમય આવેગવાળી ક્રિયાઓથી બચવું.

૧૨ ઊંઘતાં પહેલાં મનોરચના કરો : ‘‘આટલા વાગે હું જાગીશ’’ પૃ. ૩૩૦

સાચું જ્ઞાન

૧ કોઈ વ્યક્તિ દ્વારા બગીચાની વસ્તુઓનું વર્ણન સાંભળવું અને પોતે પ્રત્યક્ષ બગીચામાં જઈને જોવું, બે વચ્ચે મોટો તફાવત છે. પૃ. ૩૩૧

૨ તારીખવાર નોંધેલા અનુભવો અને એક એવી અનુભૂતિ જેમાં તમે તદ્રુપતા મેળવો છો, ભૂત, વર્તમાન, ભવિષ્યથી પર ચાલ્યાં જાઓ છો; તેમાં તફાવત છે. આ બીજું જ સાચું જ્ઞાન છે. પૃ. ૩૩૧

❖

ઘણી વખત વ્યક્તિ સવારે ઊઠે છે ત્યારે થાકેલી ઊઠે છે. તેને પોતાને શેનો થાક લાગ્યો છે તે પણ ખબર હોતી નથી. આનું મૂળ કારણ મૂર્ખાઈભરેલાં સપનાં અને તમસ. પૂર્ણરૂપાંતર ન થાય ત્યાં સુધી તમસનો પ્રશ્ન હલ થવો શક્ય નથી છતાં ઊંઘવા પહેલાની પદ્ધતિમાં તફાવત કરવાથી તમે મોટે ભાગે તે થાકવામાંથી બચી જાઓ છો.

તે પદ્ધતિ નીચે મુજબની છે :

(૧) પીઠ ઉપર ચત્તા પથારીમાં સૂઈ જાઓ.

(૨) બધી માંસપેશીઓ અને નાડીઓને ઢીલીઢફ કરીને તેમને વિશ્રાંતિમાં, તાણરહિત સ્થિતિમાં પ્રવેશવાનાં સૂચનો આપો.

(૩) શરીરના તળિયેથી ટોચ સુધી દરેક અવયવને પ્રભુને અર્પણ કરતાં જાઓ તેમ જ અંદરથી બહારની વસ્તુઓનું પણ સમર્પણ કરો. અહંકારના પ્રત્યાઘાતોને નિર્મૂળ કરી નાખો.

(૪) પછી તમારા મંત્રનો ભાવપૂર્ણ જપ શરૂ કરો. તમે એક પ્રકારની ભાવ-સમાધિમાં ઊતરી જાઓ અને ત્યાંથી ઊંઘમાં.

(૫) હવે તમારી ઊંઘ તમારી સમાધિની અવસ્થાનો જ લંબાયેલો ભાગ બની જશે. આપણી આ ઊંઘનો હેતુ સમાધિની અસરોને પચાવવાનો રહેશે. તે અસર સમગ્ર-શરીરનાં સમગ્ર-ક્ષેત્રમાં ફેલાશે, સાથે-સાથે તે ઝેરી-તત્ત્વોને શરીરમાંથી બહાર કાઢશે. તમારી ગ્રહણશીલતા વધારશે. શક્તિસંગ્રહ વધુ કરશે, જાગશો ત્યારે પણ સમાધિની અસર તમે અનુભવશો.

તમસ એ ખરાબ ઊંઘનું કારણ છે, તેથી તેને રોકવા તમારે ઊંઘના બે ટુકડા કરો. પ્રથમ ટુકડો ચાર કલાકનો, બીજો ત્રણ કલાકનો. બે ટુકડા વચ્ચે જાગો. પોતાનો મંત્રજપ, સમર્પણભાવ જગવી ભાવસમાધિને ફરી જીવંત કરો અને ફરી ઊંઘમાં સરી પડો.

ઊંઘના ટુકડા બે રીતે કરી શકો છો :

(૧) વધારે પાણી પીને સૂવાથી પેશાબ-પાણી માટે શરીર તમને ઊઠાડશે.

(૨) સૂતા પહેલાં આટલા વાગે જાગવું છે એવો સંકલ્પ શરીર ઉપર મૂકો. તે તમને ઊઠાડશે.

રાત્રીનો આ રીતે બે રીતે ઉપયોગ કરી શકીએ છીએ :

(૧) નિષેધાત્મક - જે મેળવ્યું છે તેને તમસનાં પરિણામમાંથી બચાવવું.

(૨) રચનાત્મક - પ્રગતિને ઊંઘ દરમિયાન ચાલું રાખવી.

તમારે આ માટે બે વસ્તુની પરહેજી પાળવી પડશે :

(૧) અવચેતન અને અચિત્‌માંથી ઊઠી આવતી અનિષ્ટ-અસરોને નકારવી.

(૨) માનસિક, ગંભીર પરિશ્રમ, ચિંતન પછી તરત ન ઊંઘવું તેમ જ પ્રાણમય આવેગવાળા પ્રસંગથી બચવું.

સાચું કાળાતીત જ્ઞાન અને શાબ્દિક જ્ઞાન

તમને કોઈ ઘરબેઠા બગીચાની બાબત ઝીણવટભરી વિગતો આપે તો તે શાબ્દિક-જ્ઞાન હોય છે. તમે સાંભળતી વખતે તેવાં મનોમય-ચિત્રો રચી તેને જીવંતતા આપવાનો પ્રયત્ન કરો છો. પણ તેમાં તદ્રુપતાની માત્રા ઘણી ઓછી થઈ જાય છે. જ્યારે તે વસ્તુનો પ્રત્યક્ષ અનુભવ લો છો ત્યારે તમે સાહજિક રીતે તમારાં અનુભવ પ્રવાહમાં એકરૂપ થઈ જાઓ છો. તે તદ્રુપતામાં તમે ત્રણે કાળથી પર ચાલ્યા જાઓ છો. તદ્રુપતા દ્વારા જ તમે કાળાતીત બની શકો છો.

પ્રભુ સાથેની એકરૂપતાનો પોતાનો નક્કર અનુભવ એ જ કાળાતીત અને સાચો અનુભવ છે, જે તમને સાચું જ્ઞાન આપે છે.

નૂતન વર્ષાભિનંદન

સહજ સત્સંગ માસિકનાં સર્વે દાતાઓ, લેખકો, ગ્રાહકો, હિતેચ્છુઓ તથા શ્રી અરવિન્દનાં પૂર્ણયોગનાં સર્વે સાધક ભાઈ-બહેનોને સહજ-સત્સંગનાં પ્રકાશક, પ્રિન્ટર, તંત્રી અને સંપાદન મંડળનાં સર્વે સભ્યોનાં નૂતન વર્ષાભિનંદન. આપ સહુને નૂતનવર્ષ આધ્યાત્મિક અને સાંસરિક જીવનમાં પણ નિરામય પ્રગતિકારક, આનંદમય ઉત્સાહજનક બની રહે તેવી પરમ પ્રભુ ચરણે અભ્યર્થના.

ટ્રસ્ટી મંડળ
મા શ્રી અરવિન્દ સાધના ટ્રસ્ટ

સાવિત્રી - શ્રી અરવિંદ

સમજૂતી - માનસિંહ ચાવડા

અશ્વપતિની મૂંઝવણ

(Savitri B-1, C-5, P- 76-77)

A brighter heavenlier sun must soon illume
This dusk room with its dark internal stair,
The infant soul in its small nursery school
Mid objects meant for a lesson hardly learned
Outgrow its early grammar of intellect
And its imitation of Earth-Nature's art,
Its earthly dialect to God-language change,
In living symbols study Reality
And learn the logic of the Infinite.

આ અચિત્‌ના અંધારિયા પ્રદેશને આત્મારૂપી પ્રખર દિવ્ય સૂર્યે અજવાળવું જરૂરી છે. આ અચિત્‌ની ઓરડીમાં અંધકારનું સામ્રાજ્ય છે અને જૂનાં સંસ્કારોનાં બાવાજાળાં બાઝેલાં છે. ત્યાંથી અચિત્‌નાં પેટાળમાં અંદર જવાનાં પગથિયાં છે. ચૈત્યપુરુષરૂપી બાળઆત્માને પોતાની બાળ-શાળામાં શિક્ષણ આપવા માટે આ બધી દિવ્ય પ્રતીકોરૂપી વસ્તુઓ વચ્ચે મૂકેલી છે, જેથી જિંદગીમાં જે બોધપાઠો અન્ય સ્થળથી ભણવા ન મળે તે અહીં તે ભણી શકે. તે પોતાની બુદ્ધિએ શીખવેલ સાચાં-ખોટાંના વ્યાકરણમાંથી મુક્ત થઈ જાય અને ભૌતિક તત્ત્વના સ્વભાવની

ગુલામી કરવાનું છોડી દે. તેણે પોતાની ભૌતિક ચેતનામાં રહીને પ્રભુનાં સંકેતોની ભાષાને વિશ્લેષણાત્મક બુદ્ધિથી સમજવાની ટેવ છોડી દેવી પડશે અને પ્રભુએ જે જીવંત પ્રતીકો વિશ્વસ્તરે રચ્યાં છે તેનો સાચા સંદર્ભ સાથે અભ્યાસ કરવાનો રહેશે. તેણે અસીમતત્ત્વના આ નવાં જ પ્રકારનાં તર્કશાસ્ત્રને ભણવું પડશે, જેથી તેને અચિત્‌માં પ્રવેશવાનાં પગથિયાં જડી જાય અને તે તેમાં પ્રવેશીને તેને પ્રકાશમય બનાવી શકે.

The Ideal must be Nature's common truth,
The body illumined with the indwelling God,
The heart and mind feel one with all that is,
A conscious soul live in a conscious world.

આ આત્માએ પોતાનો જે આદર્શ રચ્યો હોય તે પ્રકૃત્તિનાં સર્વસામાન્ય સત્ય (common truth) સાથે મેળ ખાતો હોવો જ જોઈશે અને તે સર્વસામાન્ય સત્ય છે શરીરમાં રહેલ પ્રકાશમય આત્મતત્ત્વે સમગ્ર શરીરને પોતાનાં પ્રકાશથી પ્રકાશિત કરવું, શરીરનાં કણેકણમાં સ્વસભાનતાનો પ્રકાશ સ્થિર કરવો. એ થતાં જ મન અને હૃદય શરીરનાં કોષેકોષ સાથે એકરૂપતા અનુભવશે અને સમગ્ર શરીરને સભાન બનાવી મૂકશે. એવી રીતે સભાન શરીરમાં સભાન આત્મા નિવાસ કરતો થશે.

As through a mist a sovereign peak is seen,
The greatness of the eternal Spirit appeared,
Exiled in a fragmented universe
Amid half-semblances of divine things.

જેમ ધુમ્મસભર્યા વાતાવરણમાં ઉચ્ચત્તમ શિખર દેખાતું હોય છે, તેમ સનાતન આત્મતત્ત્વની મહાનતા આ અચિત્‌નાં ધુમ્મસમાં પણ છતી થાય છે. પણ તે મહાનતા ભેદયુક્ત, વિભિન્નાતાથી ભરપૂર જગતમાં જાણે આત્માની મહાનતાને દેશવટો આપવામાં આવે છે અને તેથી દિવ્યવસ્તુઓની આછી છાપ

જ (half-semblances) ધારણ કરનાર વસ્તુઓમાં તેને જીવન પ્રસાર કરવું પડે છે.

These now could serve no more his regal turn:
The Immortal's pride refused the doom to live
A miser of the scanty bargain made
Between our littleness and bounded hopes
And the compassionate Infinitudes.

પણ આત્માની અસ્પષ્ટ છાપવાળી આવી વસ્તુઓ સાથેનું જીવન અશ્વપતિને સંતોષ આપતું નથી. તેને આ બધું વ્યર્થ અને નિરર્થક લાગે છે (no more his regal) આંતરિક રીતે જે સનાતન આત્માની તેને ઝાંખી થઈ હતી તેને છોડી આ દુન્યવી જીવનની સામે ઝૂકી જવા માંગતો નથી, પોતાની અનુભૂત શ્રેષ્ઠતાને અણનમ રાખવા માગે છે. અશ્વપતિનાં હૃદયમાં જે મહાન ભાવો હતા તે બંધન અનુભવી રહ્યાં હતાં (bounded hopes) અને તે આ દુન્યવી જીવનની ક્ષુદ્ર માંગણીઓ સાથે નાનાં નાનાં અંસતોષકારક તડજોડ કરવા તૈયાર નહોતા. પણ જીવનની માંગણીઓ તેને તે કરવા દબાણ લાવતી ત્યારે કોઈ મખ્ખીચૂસ પૈસાની લેવડદેવડ અનિચ્છાએ કરે તેવો ભાવ તેને જન્મતો હતો. અશ્વપતિને આંતરિક જે વિશાળતાનો ભાવપૂર્ણ મધુર અનુભવ આવી રહ્યો હતો (compassionate) તે આવી સ્થિતિ સર્જતો હતો. અસંતોષ નિર્માણ કરતો હતો.

His height repelled the lowness of earth's state:
A wideness discontented with its frame
Resiled from poor assent to Nature's terms,
The harsh contract spurned and the diminished lease.
Only beginnings are accomplished here;
Our base's Matter seems alone complete,
An absolute machine without a soul.

અશ્વપતિની આધ્યાત્મિક ઊંચાઈએ સ્થિર થયેલી ઊર્ધ્વ-ચેતનાને ભૌતિક

ચેતનાની ક્ષુદ્ર રસોમાં અટવાઈ જવાની ટેવ જરા પણ ગમતી નહોતી. આ ભૌતિક શરીરનું કોચલું તેની વિશાળ બની ગયેલી ચેતનાને બંધનકારક લાગતું હતું. નાઈલાજે, અનિચ્છાએ પ્રકૃત્તિની માંગણીઓને આપેલી નબળી સંમતિમાંથી છૂટી દિવ્ય ચેતના ફરી ફરી પોતાનાં મૂળ સ્વરૂપમાં આવીને સ્થિર થતી હતી (Resiled) આ પ્રકૃત્તિની જ શરતોએ કરાયેલા કઠોર કરારને દિવ્યચેતના હચમચાવી દેતી હતી (spurned) તેને કારણે ભાડા-કરારને જાણે નબળો પાડી નાખતી હતી (diminished lease) આ ભૌતિક સ્તરે તો મહાન-પ્રગતિ જે હાંસલ કરવાની છે, તેની નાનકડી શરૂઆત જ દેખાતી હતી. તે સ્તરની યાંત્રિક વ્યવસ્થા પૂરેપૂરી થઈ ગઈ હતી, પણ તે પૂરેપૂરા મશીનમાં જાણે હજી આત્મા પૂરાયેલો નહોતો, એવી સ્થિતિ નિર્માણ થઈ હતી.

Or all seems a misfit of half ideas,
Or we saddle with the vice of earthly form
A hurried imperfect glimpse of heavenly things,
Guesses and travesties of celestial types.

આ જગત આપણાં સ્વભાવને જરા પણ અનુકૂળ નથી (misfit) એવું અશ્વપતિને લાગવા લાગ્યું. બધું અધકચરું આયોજન છે એવું તેને લાગે છે (half ideas) અથવા અશ્વપતિને એવું લાગે છે કે ઘોડા ઉપર ઘોડેસ્વારી કરવા માટે ઘોડાની પીઠ ઉપર જે પલાણ કે જીન કસવામાં આવે છે તેમ જાણે પોતાનાં આત્માને આ ભૌતિક શરીરરૂપી ઘોડાની નબળાઈઓ સાથે કસીને બાંધેલો છે અને પોતાને અનિચ્છાએ તેમની સાથે જ પ્રવાસ કે ઘોડેસ્વારી કરવી પડે છે. આ અગતિકતા તેને ખૂંચી રહી છે, અને આ ઘોડેસ્વારીને કારણે જે અસ્થિરતા નિર્માણ થાય છે, તેને લીધે જે દિવ્ય વસ્તુઓની અનુભૂતિઓ આવતી હતી તેની હવે અધૂરી અને ઉતાવળે આવતી ઝાંખી જ થાય છે, જે તેનાં ચિત્તમાં એક અસંતોષ નિર્માણ કરે છે. તેમાંથી નિર્માણ થતાં નિષ્કર્ષો (Guesses) જાણે દિવ્યવસ્તુઓની હાસ્યાસ્પદ નકલ હોય (travesties) એવું લાગે છે ! અશ્વપતિનો અધૂરા જીવન વિષેનો અસંતોષ વધતો જ જઈ રહ્યો હતો.

યોગ વિષે પત્રો
- શ્રી અરવિંદ

યોગચક્રો અને તેનાં કાર્યો

(ભાગ.૧, પૃ.૪૦૭-૪૧૧)

પ્રકરણ - ૨૫

અવતરણો

સમજૂતી - માનસિંહ ચાવડા

૧ યોગ કેન્દ્રો અથવા ચક્રોની સંખ્યા સાત છે :
(૧) મસ્તકની ઉપર સહસ્ત્રદલ (૨) ભ્રૂમધ્યમાં આજ્ઞાચક્ર (સંકલ્પ) (૩) કંઠનું વિશુદ્ધાખ્ય ચક્ર (બહિર્મન) (૪) હૃદયમાં (અનાહતચક્ર) (ઊર્મિમય કેન્દ્ર) (૫) નાભિમાં મણિપુર ચક્ર (ઊર્ધ્વપ્રાણ) (૬) નાભિ નીચે સ્વાધિષ્ઠાનચક્ર (નિમ્નપ્રાણ) (૭) ગુદામાં મૂલાધાર-ચક્ર (શારીરિક-ચેતના) પૃ.૪૦૭

૨ આ સર્વ વસ્તુઓ સૂક્ષ્મ-શરીરમાં આવેલી છે. પૃ.૪૦૭

૩ આપણાં યોગની પ્રક્રિયામાં એક ચક્રનો એક નિશ્ચિત માનસશાસ્ત્રીય ઉપયોગ હોય છે. પૃ.૪૦૮

૪ સાતમું ચક્ર અને મગજ એક જ છે..... તે ભૂલ છે. પૃ.૪૦૯

૫ અમે જ્યારે..... એકાગ્રતા કરવાની વાત કરીએ છીએ ત્યારે ઊર્મિમય કેન્દ્ર વિશે કહીએ છીએ..... જે ચાર ભૂમિકાઓની વાત છે તે (૧) મસ્તકની ટોચ ઉપર (૨) ભ્રૂમધ્ય (૩) કંઠ (૪) હૃદય..... છે. પૃ.૪૦૯

૬ ચાર અનુભૂતિઓમાંની છેલ્લી અનુભૂતિ જેમાં આંતર-સ્વરૂપ છે, તેમાં સ્તરો એકબીજામાં ગોઠવાયેલાં છે. પૃ.૪૧૦

૭ મસ્તકની ટોચથી માંડીને કંઠ સુધી મનનો વિસ્તાર છે.... જેમાંનાં મુખ્ય ત્રણ : (૧) મસ્તકની ટોચ = ઊર્ધ્વચેતના સાથે વ્યવહાર..... (૨)

ભ્રૂમધ્યમાં સંકલ્પ, વિચાર, સૂક્ષ્મદૃષ્ટિ રહેલાં છે. (૩) કંઠ બહિર્ગમન કરનારું મન..... પૃ.૪૧૦

૮ ખભાથી માંડીને નાભિ સુધી..... ઊર્ધ્વપ્રાણનાં સ્તરો..... હૃદયનું કેન્દ્ર પ્રમુખસ્થાન ભોગવે છે. પૃ.૪૧૧

૯ નાભિથી નીચે બાકી રહેલું પ્રાણસ્વરૂપ. પૃ.૪૧૧

૧૦ કરોડરજ્જૂના નીચે - શુદ્ધ શારીરિક - ચેતના : પગની નીચે અચિત્ રહેલું છે. પૃ.૪૧૧

૧૧ શરીર આત્મા સાથે સંધાયેલું છે. પૃ.૪૧૧

*   *   *

પરંપરાનુસાર યોગચક્રો અથવા યોગકેન્દ્રોની સંખ્યા સાત છે.

બધા મેરુંદંડના મધ્યભાગમાં આવેલ છે પણ તે સૂક્ષ્મ-શરીરમાં છે. સ્થૂળ-શરીરમાં તેમનો શારીરિક ભાગ માત્ર છે અને સૂક્ષ્મ-શરીર દ્વારા જ કાર્ય કરે છે. શારીરિક ભાગ એટલે આંતરશ્રાવી ગ્રંથીઓ.

દરેક યોગચક્રનું એક વિશેષ કાર્ય છે અને સાથે - સાથે અન્ય સંબંધિત કાર્યો પણ કરે છે.

સહસ્રાર ઊર્ધ્વમનથી માંડી અધિમનસ સુધીની ચેતનાની ક્ષમતાઓ પ્રગટાવી શકે છે.

હૃદયમાં બે પાંખડીનાં પદ્મનો ઉલ્લેખ કદાચ એ દર્શાવે છે કે તેમાં આગળના ભાગમાં ઊર્મિકેન્દ્ર છે, જ્યારે પાછળનાં ભાગમાં ચૈત્તસિક કેન્દ્ર છે.

પરંપરાગત રીતે દરેક યોગચક્રોનાં પદ્મની નિશ્ચિત પાંખડીઓ છે અને નિશ્ચિત પ્રકાશરંગ પણ છે. પાંખડીઓની સંખ્યા જુદી જદ્દી ક્ષમતાઓ દર્શાવે છે અને તે બધી ક્ષમતાઓ ખરેખર એક વિશેષ પ્રકાશરંગની જ ક્ષમતાઓ છે તેથી પદ્મનો રંગ પણ દર્શાવવામાં આવે છે, જે નીચે મુજબનાં છે :

યોગચક્રનું નામ		સ્થાન	પાંખડીઓ (કાર્યો)	પ્રકાશરંગ
૧	સહસ્રાર	મસ્તક ઉપર	૧૦૦૦	શ્વેત

(અનુ. પૃ.૩૪ ઉપર)

જીવનનું જીવન : અમર જીવન

(ઉપનિષદો, પૃ.૧૫૬-૧૬૦)

1 The Brahman-consciousness is also life of our life. It is a supreme and universal energy of existence of which our material life is only an inferior result. P. 156

2 It is the supra-vital principle out of which our physical and mental life are formed and are controlled. P. 156

3 The word prana, in Upanishad, is the life energy itself acting in fivefold movement, each with its characteristic name. P. 156

4 Without it no physical form could have come into being. P. 156

5 We become aware of it by purification of mind and body and subtlisation of our means of sensation. P. 157

6 Vital forms a link between mental and physical and supports them both. P. 157

7 This (controlling of prana) is done by the process of pranayama. He becomes aware of the channels in which that energy distributes itself. P. 157

8 By that potential and remote potentiality can be easily brought forward and set in action. P. 157

9 It opens up those nervous centres in which it is sluggish. P. 158

10 The so called occult powers of yoga are such faculties. P. 158

11 It establishes an increasing communication between the subtle subliminal being and the physical being. P. 158

12 The vedic-symbol of the horse by which the pranic- force is constantly designated in the Rg-veda. P. 158

13 It is the universal energy present in every atom and particle of the universe. P. 159

14 By this superior principle and not by mind that brahman cognises his own being. P. 159

15 It is the supreme enegy (Tapas, chit-shakti) infinite force in action of the supreme. P. 160

16 The self-existent is luminously aware of himself and full of his own delight and reveals itself as a force of infinite consciousness omnipotent and omniscient. P. 160

17 It exists between two poles, one of eternal stillness and pure identity, the other of eternal energy and identity of all with itself, the stillness eternaly supporting the energy. This is the true life from which our life proceeds. P. 160

18 The object of the wise must be to pass in their illumined consciousness... which is immortality. The false life is the passage by which we pass throught death sleep to spirits infinite immortality. P. 160

* * * *

બ્રહ્મતત્ત્વ ફક્ત મનનું મન કે ઇન્દ્રિયોની ઇન્દ્રિય નથી પણ ઉપનિષદ જણાવે છે કે તે જીવનનું પણ જીવન છે. પ્રાણનો પણ પ્રાણ છે. પ્રાણ વિવિધ રૂપોને અસ્તિત્વ આપનાર વૈશ્વિકશક્તિ છે. ભૌતિક જીવન અને વસ્તુઓ એ તો તેની નિમ્નકક્ષાની અભિવ્યક્તિ માત્ર છે.

ઉપનિષદોમાં જીવનનો આવિર્ભાવ કરવાની શક્તિને પ્રાણ કહે છે. શારીરિક શ્વાસોશ્છશ્વાસ એ તેની શારીરિક અભિવ્યક્તિ માત્ર છે. તે શરીરમાં પાંચ પ્રકારનાં કાર્ય કરે છે. દરેક કાર્ય કરનારને ખાસ નામ આપેલાં છે. આમ, પાંચ પ્રાણ છે.

જીવન એ શ્વાસ-પ્રશ્વાસ નથી. શ્વાસપ્રશ્વાસ વગરનું જીવન પણ શક્ય છે. જો કે પશ્ચિમના ચિંતકો જીવન-શક્તિને ભૌતિક-જીવનથી જુદી જોતા નથી. ખરેખર તો જીવનશક્તિ બધાં રૂપ-ઘડતરોને રચે છે અને ટકાવી રાખે છે. વિદ્યુત-શક્તિ એ પ્રાણ-શક્તિનો એક ભૌતિક આવિર્ભાવ છે. ભૌતિક શક્તિઓ તો પ્રાણશક્તિની વાહક માત્ર છે.

આ મૂળ પ્રાણશક્તિને જાણવી હોય, સમજવી હોય તો આપણે આપણા મનને શુદ્ધ કરવું પડશે અને ઇન્દ્રિયોને સૂક્ષ્મ કરવી પડશે. ભૌતિક અને માનસિક અસ્તિત્વને જોડનાર તત્ત્વ પ્રાણતત્ત્વ છે.

પ્રાણશક્તિ પ્રાણાયામથી વધારી શકાય છે, તેથી જ માધ્યમો અથવા નાડીઓ દ્વારા પ્રાણશક્તિ વહે છે તે બાબત વ્યક્તિ સભાન બને છે. પ્રાણશક્તિને સૂક્ષ્મ કરવાથી તે વસ્તુ બીજસ્વરૂપ છે તેને વિકસાવી શકાય છે. સૂક્ષ્મમાં સૂક્ષ્મ સુપ્ત-ક્ષમતાઓને વિકસાવી શકાય છે. આમાં શારીરિક અને માનસિક બન્ને ક્ષમતાઓને અંતર્ભાવ થાય છે. મનને પણ શરીર દ્વારા પ્રગટ થવા પ્રાણશક્તિની જરૂર પડે જ છે. પ્રાણશક્તિ નાડીતંત્રનાં કેન્દ્રોને ખોલે છે, તેમાં રહેલી પ્રાણશક્તિને જાગૃત કરે છે અને વિકસાવે છે.

લોકો જાણે છે તે યોગિક-શક્તિઓ તે આ છે, જે સાચી નથી. તે તેના અવચેતન સ્વરૂપમાંની સૂપ્ત ક્ષમતાઓને જાગૃત - ચેતનામાં લાવી પ્રગટ કરે છે.

ઉપનિષદમાં અને ઋગ્વેદમાં પ્રાણશક્તિ માટે અશ્વનું રૂપક વાપરેલ છે. એક, બન્ને વચ્ચેની વેગથી દોડવાની ક્ષમતા તો છે જ, તે સિવાય અશ્વ શબ્દમાં ત્રણ ધાતુ છે. આશ = આશા રાખવી. અશુના = ખાઈ જવું. આસુ = ફેલાવું, જવું. આ ત્રણે કાર્યો પ્રાણ કરે છે. તે ભૌતિક જીવનમાં આશા, ઈચ્છા નિર્માણ કરે

છે. (આશ) તે અન્નને પચાવવાની ક્રિયા કરે છે (અશુના) અને ભૌતિક, માનસિક અને આધ્યાત્મિક ત્રણે જીવનમાં ફેલાય છે.(અસુ)

ખરેખર તો પ્રાણ એ વૈશ્વિકશક્તિ છે જે દરેક અણુમાં પણ કાર્ય કરી રહી છે. આ વૈશ્વિક પ્રાણશક્તિથી જ બ્રહ્મ પોતાને જાણે છે, પછી તે આવિર્ભાવ સાથેનું હોય કે આવિર્ભાવ રહિતનું. તે જ આપણામાં ઇચ્છા તરીકે જન્મે છે, ભોગ તરીકે ભોગવીએ છીએ અંતે ભોગનાં સંવેદનોને સક્રિય કરે છે.

તે જ પ્રાણશક્તિ મનનાં અજ્ઞાનમય કાર્યોને ગતિ આપે છે અને તે જ પ્રાણશક્તિ પરમ-ચેતનાની સભાનતા સ્વરૂપ રહેલી છે. આ અંતિમ સ્વરૂપમાં નથી હોતી ઇચ્છાઓ, નથી હોતું અજ્ઞાન. તે પોતે જ સ્વયંપ્રકાશિત ચેતના હોય છે જે પોતાના જ સનાતન આનંદમાં મગ્ન છે. આ જ છે આપણાં જીવન પાછળનું સાચું દિવ્ય-જીવન.

તો તે દિવ્ય-જીવનનું સ્વરૂપ શું છે ? તે પરમ-આદ્યાશક્તિ છે, તે ચિત્-શક્તિ છે, તે તપસ્‌શક્તિ છે. પ્રભુનાં સંકલ્પને સિદ્ધ કરવા એકાગ્ર થયેલી ચિત્-શક્તિ એટલે જ તપસ્‌શક્તિ. તે એક અસીમ બળ છે જે પરમ-ચેતનાની પ્રકાશમય-ચેતનામાં પ્રભુનાં સંકલ્પને સિદ્ધ કરવા કાર્ય કરી રહ્યું છે અને તેમાં જ તેને સક્રિય આનંદ આવી રહ્યો છે. તે સર્વજ્ઞ અને સર્વશક્તિમાન શક્તિ છે. તે બે ધ્રુવો વચ્ચે વહે છે. એક ધ્રુવ છે નિષ્ક્રિય શાંત પ્રકાશય સ્વલીન અવસ્થા બીજો ધ્રુવ છે જેમાં તે પરમ-ચેતના બધાં જ રૂપો સાથે સક્રિય રીતે એકરૂપ થઈને રહેલ છે. પ્રાણ બન્ને ધ્રુવોને ધારણ કરે છે. શાંત નિષ્ક્રિય અવસ્થા એ જ સક્રિય અવસ્થાનો આધાર છે. તેથી જ્ઞાની માણસનું કાર્ય છે આંતરિક રીતે શાંત, નીરવ, પ્રકાશમય, વિશાળ, નિષ્ક્રિય ચેતનામાં રહેવું અને બાહ્ય-જીવનમાં સમગ્ર જગતને પોતાનાં જ વિવિધ રૂપો તરીકે અનુભવવું. આ જ છે અમર-જીવન.

આપણું ભૌતિક - જીવન તે અમર-જીવનને પ્રાપ્ત કરવાનું સાધન છે. તેમાંની અજ્ઞાનમય મૃત્યુને આધીન અવસ્થાને છોડી આપણે અમરતાનાં પંથે વિહરવું છે.

અર્યમા અને ભગનું સ્વરૂપ
(મુક્તિ અને આનંદની પ્રાપ્તિ)

(વેદનું રહસ્ય ભા.૨, પૃ.૧૩૦-૧૩૪)

પ્રકરણ -૧૭

સમજૂતી - માનસિંહ ચાવડા

૧ ત્રીજા દેવ અર્યમાનું આવાહન ઋષિઓએ ઓછામાં ઓછું કર્યું છે. પૃ.૧૩૦

૨ એટલી સંખ્યામાં ઋચાઓ નથી કે જેમાંથી આપણે તેનાં કાર્યોનો સ્પષ્ટ ખ્યાલ બાંધી શકીએ અથવા તેના સ્વરૂપની નવરચના કરી શકીએ. પૃ.૧૩૧

૩ આશરે છ ઋચાઓમાંથી તેનું મુખ્ય - કાર્ય પ્રગટ થાય છે. પૃ.૧૩૧

૪ પાછળની પરંપરામાં અર્યમાને પિતૃઓમાં પ્રથમ ગણવામાં આવે છે. પૃ.૧૩૧

૫ માનવ-પિતૃઓને પૂર્વજો કહેવામાં આવે છે. અમૃતત્ત્વને પ્રાપ્ત થયેલાં જીવાત્માઓ પણ પિતૃઓ ગણાય છે. પૃ.૧૩૧

૬ ગીતાના વિભૂતિ યોગમાં..... હું પિતૃઓમાં અર્યમા છું (એમ કહેલ છે.) પૃ.૧૩૧

૭ અર્યમા શબ્દ 'અર્ય' સાથે જોડાયેલ છે. પૃ.૧૩૧

૮ અર્યમા એ દેવ છે, કે જેની દિવ્ય-શક્તિમાં આર્યતા પ્રતિષ્ઠિત છે. પૃ.૧૩૧

૯ તે માણસોને માર્ગ ઉપર મુસાફરી કરાવે છે. પૃ.૧૩૨ (માર્ગનો નેતા)

૧૦ અર્યમાનું વિશિષ્ઠ કાર્ય એક ઋચામાં (૧૦-૬૪-૫) આ પ્રમાણે વર્ણવાયું છે : 'અભંગ માર્ગવાળો, અનેક રથોવાળો, અર્યમા વિવિધ સ્વરૂપોનાં જન્મમાં, સપ્તવિધ તત્ત્વને પરિપૂર્ણ કરે છે. પૃ.૧૩૨

૧૧ આપણાં અસ્તિત્ત્વમાં રહેલાં સપ્તવિધ તત્ત્વોને પરિપૂર્ણ કરવાનાં છે. પૃ.૧૩૨

૧૨ તે દિવ્ય-જન્મના દેવોને આ સપ્તવિધ આહુતિ અર્પણ કરે છે. પૃ.૧૩૨

૧૩ અર્યમા માનવની સતત આત્મવિકાસ માટેની..... ગતિનો પ્રતિનિધિ છે. પૃ.૧૩૨

૧૪ ભગ માનવ-ચેતનામાં દિવ્ય આનંદને તથા પરમ સુખને લાવી આપે છે. પૃ.૧૩૩

૧૫ બળવાન લોકો વૃદ્ધિ માટે ભગનું આવાહન કરે છે. નિર્બળ લોકો પણ તેનું જ આવાહન કરે છે. (૭-૪૧-૨) પૃ.૧૩૩

૧૬ ભગ વડે આપણે ઉપભોગના સ્વામી બનીએ છીએ. પૃ.૧૩૪

૧૭ (અનંત આનંદ) આ માનવમાં ભગનું ચિહ્ન છે. પૃ.૧૩૩

૧૮ આનંદથી ભગ ''વિશાળ અને પુષ્કળ શક્તિનું સર્જન કરતો'' (હોય છે) પૃ.૧૩૩

૧૯ (તે) સ્ર્વગની વિશાળતાને તથા પ્રાચૂર્યને આવરી લે છે. પૃ.૧૩૩

૨૦ સર્વ-સમાવેશક સુખ એ ભગની દેન છે. પૃ.૧૩૩

૨૧ અદિતિનાં અસ્તિત્વમાં તે એકવીસ આનંદોને ધારણ કરે છે. પૃ.૧૩૩

૨૨ જ્યારે પરમાત્મા - અનંત ચેતનાનાં તેજોને ઝબ્બાની પેઠે ધારણ કરે છે..... ત્યારે આપણને સંપૂર્ણ દિવ્ય - સુખ પ્રાપ્ત થાય છે. પૃ.૧૩૩

૨૩ વશિષ્ઠ ઋષિ ભગને ૭-૪૧-૩ ના સૂક્તમાં કહે છે : ''ઋત્‌ની સમૃદ્ધિવાળા ભગ અમારામાં તે વિચાર પ્રગટ કર, તેની વૃદ્ધિ કર, જેના

વડે ઋત્‌ની પ્રાપ્તિ થાય.'' પૃ.૧૩૪

૨૪ ભગ સવિતૃ (સૃષ્ટા) છે, જે અપ્રગટ દિવ્યમાંથી દિવ્યવિશ્વનાં ઋત્‌ને લઈ આવે છે. પૃ.૧૩૪

૨૫ દેવી અદિતિ, સમ્રાટ વરુણ - મિત્ર - અર્યમા બધાં એક મન વડે..... દિવ્ય સ્રષ્ટાની આ સૃષ્ટિ વિષે અમારી આગળ કથન કરે છે. પૃ.૧૩૪

૨૬ ચતુર્વિધ સવિતૃની આ દિવ્ય સૃષ્ટિનાં પાયામાં વરુણ છે. મિત્ર તેને સંયોજિત કરી દોરવણી આપે છે. અર્યમા તેને સિદ્ધ કરે છે અને ભગ તેને ભોગવે છે. પૃ.૧૩૪

* * *

'અર્યમા' માટે સ્વતંત્ર સૂક્તો નથી. તેમ જ તેમનું આવાહન પણ ઓછું કરવામાં આવે છે, અને છતાં ચાર સમ્રાટોમાં મુખ્ય દેવોમાં તેમનું સ્થાન છે. આ કોયડાનો જવાબ નીચે મુજબનો છે : (૧) અર્યમાનું કાર્ય છે મુક્તિ, જે સાધનાનાં અંતિમ ચરણમાં આવે છે. પણ પ્રભુને પોતાને પ્રગટ થવા માટે પ્રકૃત્તિએ રચેલાં બધાં જ બંધનોમાંથી મુક્ત થવું ખૂબ જ જરૂરી છે. તેથી અર્યમાનું કાર્ય ઉચ્ચ કક્ષાનું અને સાથે - સાથે મૂળભૂત બંને પ્રકારનું બની જાય છે. તેથી અંતિમ કક્ષાનાં ઋષિઓ જ તેમને યાદ કરે છે તેથી સૂક્તો ઓછાં છે.

પણ આ ઘટના આપણાં માટે મુશ્કેલીઓ સર્જે છે. તેમનાં કાર્યનું સ્પષ્ટ વર્ણન કે તેમનાં સ્વરૂપનું સ્પષ્ટ વર્ણન ન મળતું હોવાથી આપણને તેમની વિગતો સમજવી મુશ્કેલ જાય છે. ઉપરનું તેમનું કાર્ય આપણે ગણાવ્યું છે તે તેમના નામના વ્યુત્પત્તિજન્ય અર્થના આધારે. યમ એટલે નિયમન કરનાર, નિયંત્રણ કરનાર અને અર્યમાનો અર્થ છે નિયમનથી મુક્ત અર્થાત્ પ્રકૃત્તિનાં બંધનોમાંથી મુક્ત. તેથી મુક્તિ તેનું કાર્ય. અર્યમામાં અર્ + યમ બે શબ્દો છે. અર્ ઉપરથી અરિ શબ્દ આવ્યો છે. તે પણ આ જ અર્થમાં છે જે પ્રકૃત્તિનાં બંધનો, દૂષણો, નબળાઈઓ સામે સંઘર્ષ ખેલે છે તે જ આર્ય. અહીં પ્રકૃત્તિ એટલે નિસર્ગ એવા આધુનિક અર્થમાં નહિ પણ પુરુષ અને પ્રકૃત્તિ એમાંનાં પ્રકૃત્તિના અર્થમાં લેવાનો છે.

દર્શનોનો સાચો ઉપયોગ

પ્રકરણ - ૪૫

(પૃ.૧૯૪-૧૯૭)

અવતરણો

સમજૂતી - માનસિંહ ચાવડા

1 The vision and voices can help us to see or hear our Guru. P. 194

2 Be sure that you will make the right use of them... you should get higher discrimination and knowledge first. P. 195

3 The vision and voices belong to the inner occult sense. P. 195

4 They are being misled or in danger of being misled by false visions and false voices. P. 195

5 Everyday should be regarding as a day when a descent may take place or a contact established. P. 195

6 The period of 15th is a period of great descents but also of great resistance. P. 195

7 What you have to learn is not to allow depression, but remain quiet allowing time for the assimilation and ready for fresh experience or growth. P. 196

8 My force is not limited to the Ashram and its conditions... The Ashram, however, remains at the centre of the work and without the practice of Yoga the work would not exist and would not have any meaning or fruition. P. 196

9 Zeal and enthusiasm are all right and very necessary but the

spiritual conditions combines calm intensity. P. 197

10 The calm spiritual strength is a hundred times stronger... it is steady and unshakable and perpatually dynamic. P. 197

શ્રી અરવિન્દ દૃષ્ટિ અને શ્રુતિની વાત કરી રહ્યાં છે. આત્મા સર્વજ્ઞ હોય છે. તેની આ ક્ષમતાઓ યોગીનાં ચિત્તમાં દૃષ્ટિ (દર્શન) અને શ્રુતિ તરીકે પ્રગટ થતાં હોય છે. તેને કારણે ગુરુ તેમને મદદ અને માર્ગદર્શન આપી શકે છે.

પણ આ અનુભવો સાચા અર્થમાં સમજવા અને સાચા અર્થમાં વાપરવાનો વિવેક વિકસાવવો તેથી પણ મહત્ત્વનો છે. નહીં તો દર્શનો અને શ્રવણો પેદા કરવાની ક્ષમતા અદિવ્ય તત્ત્વોમાં પણ હોય છે. તેઓ દિવ્ય-અનુભૂતિ જેવું જ વાતાવરણ સર્જીને યોગીને ખોટે માર્ગે દોરી જાય છે.

અંતરાત્મામાં આ દર્શન અને શ્રવણ કરવાની ક્ષમતા હોય છે. તેની પોતાની સૂક્ષ્મ ઈન્દ્રિયો હોય છે. તેથી ઘણાં યોગીઓ આ ક્ષમતાના ક્ષેત્રને વિકસાવતા જ નથી. પણ તેથી સાધનામાંનું માર્ગદર્શન મેળવવાનું એક મહત્ત્વનું સાધન આપણે ગુમાવી બેસીએ છીએ. આપણે ખરેખર તો આ ક્ષમતા સાથે એક ઊર્ધ્વ પ્રકાશમય વિવેક-શક્તિને પણ સાથે - સાથે વિકસાવવાની જરૂર છે.

લોકો ૧૫મી ઑગસ્ટે પોતાને કોઈ દિવ્ય અનુભૂતિ આવે તેવી ઉત્સુકતા રાખે છે. ખરેખર રોજ ૧૫મી ઑગસ્ટ છે એમ સમજીને પોતાની ચેતનાને ગ્રહણશીલ રાખીને યોગ કરતાં શીખવું જોઈએ. તે ખાસ દિવસોમાં ચેતનાનું અવતરણ વધારે થાય છે પણ ચેતનાનાં અવતરણનો ઉપયોગ સુપાત્રો જ કરી શકે છે એ પણ નિશ્ચિત જ.

જ્યારે આવા શુભ દિવસે જેમ દિવ્ય ચેતનાનું અવતરણ વધારે થાય છે તેમ તેનાં સામે વિરોધ પણ વધુ જોવા મળે છે. તેથી ઘણાંને તે દિવસે વિચિત્ર શુષ્કતાની અનુભૂતિ, બધિરતાની અનુભૂતિ પણ આવવી શક્ય છે. તે તેના સંરક્ષણ માટેનું પ્રભુનું આયોજન હોય છે, જેથી તે અદિવ્ય-શક્તિનો ભોગ ન બને.

ઘણી વખત અનુભૂતિ આવ્યાં પછી તેનાં પરીણામો બે ત્રણ દિવસ પ્રખર રીતે અનુભવાય છે, પછી ઓસરવા લાગે છે તેનાં બે કારણો છે :

(૧) તે અનુભૂતિને પચાવવા માટે તેને આપણી ચેતનાનાં ઊંડાણમાં ડુબાડી દેવામાં આવે છે. આપણે બાહ્ય ચેતનામાં રહેવાથી આપણને તેનાં પરીણામો અનુભવાતાં નથી.

(૨) તે અનુભૂતિને ધારણ કરી રાખનારી ચેતનાની અવસ્થા ટકાવી રાખવામાં આપણે સક્ષમ પૂરવાર થતા નથી.

આવા પ્રસંગો ધીરજ રાખી, પોતાનો યોગ વિષેનો ઉત્સાહ ટકાવી રાખીને યોગ-સાધનાને તીવ્ર બનાવવાની હોય છે. હતાશા યોગનાં શુભ-પરીણામોને ઘાતક નીવડે છે. શાંતિથી પોતાની સંકલ્પશક્તિને ચેતવી યોગ-સાધના વધારતા જવી એ જ તેનો સાચો ઉપાય છે.

આવી શાંત આધ્યાત્મિક શાંતિ અને સમતામાં અખૂટ તાકાત રહેલી છે. તે વિસ્ફોટ સર્જતી નથી. ઊથલપાથલ કરતી નથી પણ સતત અવરોધો ઉપર દબાણ વધારતી જ જાય છે. તેનો આત્મવિશ્વાસ અડગ અને અખંડ રહે છે.

આવી રીતે જ સ્થગિતતાનાં ગાળાનો આપણે સામનો કરવાનો હોય છે.

એક વિવેક દરેક યોગીએ રાખવાનો હોય છે. મારાં યોગ અને ચેતનાનાં વિકાસ માટે જે અનુભૂતિ જરૂરી હશે તે જ મને આપવામાં આવે છે. અનુભૂતિઓની વિપુલતા કાંઈ યોગમાંની પ્રગતિની નિશાની નથી. પણ સમતા, નિર્લેપતા, વિશાળતા, પ્રસન્નતા, પ્રકાશમયતા, આ જ સાચા વિકાસનાં અચૂક લક્ષણો છે.

(પૃ.૫૦ ઉપરથી)

૨૪ નવેમ્બર - અધિમનસ સિદ્ધિ દિન

ગીતા નિબંધમાં શ્રી અરવિન્દે સમજાવ્યાં મુજબ માનવે મનને પ્રભુની ચેતનામાં એક કરવાનું છે. માનવે પોતાની ભાવપ્રધાન પ્રકૃત્તિને પ્રેમમાં રૂપાંતરિત કરવાની છે. માનવે તેનાં સર્વ કાર્યો યજ્ઞરૂપે પ્રભુને અર્પણ કરવાના છે. આમ માનવનાં મન, પ્રાણ અને શરીરે પ્રભુનાં હથિયાર બની રહેવાનું છે.

માનવે પ્રભુનું શુદ્ધ સ્વરૂપે હથિયાર બનવા માટે પોતાની જાતનું સંપૂર્ણપણે પ્રભુને સમર્પણ કરવાનું છે. શ્રી અરવિન્દે સમજાવ્યાં મુજબ સંપૂર્ણ સમર્પણ શ્રી માતાજીએ કરેલું છે.

આપણે સૌ શ્રી માતાજીનાં જીવનમાંથી પ્રેરણા લઈ પરમ પ્રભુને આપણાં સમગ્ર મન, પ્રાણ અને શરીર વિગેરે સમર્પિત કરીને પ્રભુના શુદ્ધ હથિયાર બનીએ, તેમજ પશુ માનવમાંથી દિવ્ય માનવમાં રૂપાંતર પામીએ એવી કરુણામયી માને પ્રાર્થના.

ૐ શાંતિ...... શાંતિ..... શાંતિ.....

યોગ પર દીપ્તિઓ -શ્રી અરવિન્દ

પરમ - પ્રભુ સાથે એકતા અને મિલન

અવતરણો
(ભાગ-૧, પ્રકરણ ૩ પર આધારિત)
પ્રકરણ - ૫૬

સમજૂતી – કમલેશ માંડવિયા

- **...... પ્રકૃત્તિમાં નવો જ સંવાદ પ્રગટાવે છે..... ઊર્ધ્વ પ્રૃકત્તિની વધુ ને વધુ ઉચ્ચ શક્તિઓને તથા ગતિઓને પણ નીચે લઈ આવે છે. પૃ.૫૨**
- **તેને લીધે અતિમનસ શક્તિ અને જીવનનું અવતરણ કરાવવું પણ શક્ય બને છે. પૃ.૫૨**
- **હૃદય કેન્દ્રમાં..... ચૈત્યપુરુષ (ને) લઈને આ બધી તૈયારીઓ થાય છે, સહાય મળે છે, પ્રગતિ થાય છે. પૃ.૫૨**
- **..... જેટલાં પ્રમાણમાં ચૈત્યપુરુષ આગળ..... તેટલાં પ્રમાણમાં દિવ્યશક્તિનું કાર્ય પણ વધારે વેગવાળું સલામત અને સહેલું બને છે. પૃ.૫૨**
- **..... હૃદયમાં પ્રેમ, ભક્તિ અને સમર્પણ વધતાં જાય છે, તેમ તેમ સાધનાનો વિકાસ ઝડપી અને વધારે પૂર્ણ થાય છે. પૃ.૫૨**
- **..... દિવ્ય ચેતનાનાં અવતરણની અને..... પ્રકૃત્તિના રૂપાંતરની ક્રિયાનો અર્થ પ્રભુ સાથે વધારે ને વધારે ગાઢ સંબંધ અને એકતા, મિલન એવો થાય છે. પૃ.૫૨**

****

દિવ્યશક્તિઓનાં અવતરણમાં જે પ્રક્રિયાઓ થાય છે અને સાધકનો ચૈત્યપુરુષ જે અગ્રભાગે આવી ને કાર્ય કરતો થાય છે તે શ્રી અરવિન્દ સમજાવી રહ્યાં છે.

પ્રથમ શાંતિની સ્થાપના, ત્યારબાદ દિવ્ય શક્તિઓનું અવતરણ અને પછી સાધકમાં બનતી ઘટનાઓ અને તેમની દ્વારા ચૈત્યપુરુષનું અગ્ર ભાગે આવી ને કાર્ય કરવું.

દિવ્યશક્તિઓનાં અવતરણથી સાધકમાંની પ્રકૃત્તિ એક પ્રકારની મુક્તિ અને ત્યારબાદ રૂપાંતર અનુભવે છે. અને તે દ્વારા એક નવો જ સંવાદ સાધકમાં પ્રગટ થાય છે. તેને કારણે સાધક પોતાની વ્યક્તિગત પ્રકૃત્તિમાં પણ એક પ્રકારની ઊર્ધ્વ પ્રકૃત્તિની જે ઊર્ધ્વ શક્તિઓ છે તે પણ સ્થાયી કરે છે. અપરાપ્રકૃતિ પ્રભુ કૃપાથી પરાપ્રકૃત્તિ બને છે. અને જો સાધકનું લક્ષ્ય અતિમનસ ચેતનાની પ્રાપ્તિ હોય તો અતિમનસ શક્તિ (Supramental Force) અને જીવનનું (Supramental Life) પણ અવતરણ કરાવવું પણ હવે શક્ય બને છે.

આ દિવ્ય બદલાવની પાછળ તો ચૈત્યપુરુષ જ હોય છે. સાનુકુળ વાતાવરણ મળતા જ ચૈત્યપુરુષ પૂર્ણ રીતે અગ્રભાગે આવી જાય છે અને સાધકની પ્રકૃત્તિને દિવ્ય શક્તિઓનાં હાથમાં મૂકીને એક સંવાદમય અને દિવ્ય વાતાવરણ નિર્માણ કરે છે અને તેને સ્થાયી કરતો થાય છે. જો આ પ્રક્રિયામાં પ્રાણ કે મન અગ્રભાગે આવી જાય તો દિવ્ય શક્તિઓ પોતાનાં કાર્યને થંભાવી લે છે અથવા તો તેની માત્રા ઓછી કરી નાંખે છે. આવા સમયે સાધકમાંનો અહંકાર કાર્ય કરતો હોય છે. આ કાળમાં સાધક ગેરમાર્ગે દોરવાય જઈ શકે છે. જો ચૈત્યપુરુષ અગ્રભાગે હોય તો આ કાર્ય સલામત અને સહેલું બને છે. અને સાધનામાં વિકાસ પણ ઝડપી અને વધારે પૂર્ણ બને છે.

આ રૂપાંતરની પ્રક્રિયામાં સાધક પરમ-પ્રભુની વધુ ને વધુ નિકટ જાય છે અને તેના દ્વારા એક પ્રકારનો દિવ્ય અને ગાઢ સંબંધ સ્થપાય છે. આ સંબંધ સાધકને 'પોતીકો' (Intimate) - લાગવા માંડે છે. જાણે પોતાની દિવ્યતાને જાણતો થાય છે. આ Intimate સંબંધમાં ધીરે - ધીરે એકતા (oneness) પ્રગટ થવા માંડે છે. આ એકતાને કારણે હવે સાધકને પરમ-પ્રભુનું મિલન શક્ય બને છે. સાધક પોતાનું સમગ્ર સ્વરૂપ એ દિવ્ય ઐકયમાં ઓગળતું અનુભવે છે. પોતાનાં જીવનને સાર્થક બનાવે છે.

સાંજના વાર્તાલાપો

- શ્રી અંબુભાઈ પુરાણી

પ્રકરણ - ૫૩

ભાગ - ૩

યોગમાં માર્ગદર્શન

(૧૦.૧૨.૩૮) (પૃ.૨૬૨)

સમજૂતી - માનસિંહ ચાવડા

શિષ્ય : સાધના માટે તમે પોંડીચેરી શા માટે પસંદ કર્યું ?

શ્રી અરવિન્દ : મુંબઈ છોડીને હું કલકત્તા આવી રહ્યો હતો. ત્યારે લેલેને મેં પૂછેલું સાધના માટે મારે શું કરવું ? તેમણે થોડીવાર ધ્યાન કરીને કહેલું નિશ્ચિત સમયે ધ્યાન કરવાની ટેવ પાડજો. એ વખતે જે હૃદયમાં અવાચક શબ્દો સંભળાય તે મુજબ જ વર્તજો. મને ધ્યાનમાં ઊર્ધ્વમાંથી આદેશ મળ્યો. પોંડીચેરી જા અને મેં પોંડીચેરી જવાનો નિર્ણય લીધો.

તે પછી નિશ્ચિત સમયે કરવાનું ધ્યાન છૂટવા લાગ્યું. સતત ધ્યાન જ રહેતું હતું. એ વખતે લેલે કલકત્તા આવેલાં. તેમને મેં આ વાત જણાવેલી. તેમને એમ લાગ્યું કે કોઈ સેતાને મારાં ઉપર પકડ જમાવી છે. તેથી સાધના વિરોધી વિચારો આવી રહ્યાં છે.

શિષ્ય : કહે છે કે 'યોગિક સાધના' યોગાંગમ્ (૧૯૧૦માં લખેલો પ્રથમ ગ્રંથ) શ્રી કેશવ સેને લખાવેલો.

શ્રી અરવિન્દ : ખરેખર તો તે ગ્રંથના લખાણ પહેલાં અને લખાણબાદ મારી સામે રામમોહન રૉયની મૂર્તિ ખડી થતી. તેથી કદાચ સ્લીપ ઑફ પેન થી, મેં કેશવ સેન લખ્યું હશે એમ મને લાગે છે. શું

આપ જાણો છો ઉત્તર યોગી નામ કેવી રીતે પ્રસિદ્ધ થયું ?

શિષ્ય : 'ના'

શ્રી અરવિન્દ : દક્ષિણમાંના યોગી એ મૃત્યુ પહેલાં જણાવેલું કે ઉત્તરમાંથી એક પૂર્ણયોગી આવશે. તે ત્રણ વસ્તુ પ્રસિદ્ધ કરીને આવશે. આ વાત તેમણે પોતાનાં એક જમીનદાર શિષ્યને કહેલી.

મેં મારા જીવન વિષેની ત્રણ વાતો પત્રદ્વારા મારા પત્નીને જણાવીને અહિં આવેલો. તેણે મને શોધી કાઢ્યો અને 'યોગિક-સાધના' ગ્રંથનો બધો ખર્ચ તેણે ઉપાડી લીધેલો.

શિષ્ય : ટાગોરે પોતાની જન્મ શતાબ્દી વખતે કાવ્યમાં જણાવ્યું છે કે રામકૃષ્ણે કામિની ને બંધનકારક ગણી અને છતાં સ્ત્રીઓ તેમને પૂજતી.

શ્રી અરવિન્દ : રામકૃષ્ણે કામ-કાંચનને બંધનકારણ ગણાવ્યા છે. સ્ત્રીને નહીં. કામ એટલે ઇચ્છાઓ, કામવાસના વગેરે.

શિષ્ય : લેલેને સાક્ષાત્કાર થયેલો ?

શ્રી અરવિન્દ : હા એક ખાસ કક્ષાનો, પણ અહંકાર અને મહત્ત્વાકાંક્ષા તેઓમાં હતી. બ્રહ્મો સમાજમાં ફક્ત દ્વિજેન્દ્રનાથ, શિવલાલ શાસ્ત્રી અને કેશવ સેન ત્રણને જ થોડો ઘણો સાક્ષાત્કાર થયેલો.

શિષ્ય : કહે છે કે ઇશુ સ્પર્શમાત્રથી રોગ મટાડતા તે શક્ય છે ?

શ્રી અરવિન્દ : શ્રદ્ધા હોવી જરૂરી છે. ઇશુ જ કહેતા તારી શ્રદ્ધા તારો રોગ મટાડશે.

શિષ્ય : શું શ્રદ્ધા અનિવાર્ય છે ?

શ્રી અરવિન્દ : ના, દરદીની જાણ બહાર પ્રયત્ન થાય તો શક્યતા વધી જાય છે. શ્રદ્ધા મનની ઉપરની કક્ષાની વાત છે. મન જાણે તો તરત શંકાકુશંકા લેવા માંડે છે. ન જાણે તો શંકા લેતું નથી. સરળ હૃદયની શ્રદ્ધા જરૂરી છે. તે શંકા લેતી નથી. ઠાકુર કહેતા કે ખરેખર તો બધી શ્રદ્ધા અંધ જ હોય છે, કારણ તેનાં કારણો બાબત તે જાણતી હોતી નથી.

શિષ્ય : શું શંકા આસપાસના વાતાવરણને કારણે નિર્માણ થાય છે અને તેથી પહેલાં જેવા પરીણામો આવતા નથી?

શ્રી અરવિન્દ : હા, વાતાવરણથી પરીણામ થાય જ છે. આશ્રમની જ વાત છે. એક નવા સાધકને જૂના સાધકે જણાવ્યું, ''દરેકને મનપસંદ વાત કરવાની છૂટ છે. તેથી સત્યનો પણ આગ્રહ ન રખાય. બીજાએ કહ્યું જાતીય સમાગમ સાધનામાં જરા પણ ખલેલ પહોંચાડતો નથી.'' આ સૂચનોથી દોરાઈ તે સાધકની સાધનામાં ઘણી વિકૃત્તિઓ નિર્માણ થઈ અને તેને આશ્રમ છોડવો પડ્યો.

શંકા લેવી એ શારીરિક મનની ખાસિયત છે. તે ખાસિયતને વાતાવરણમાંના સૂચનો વધારી મૂકે છે. માતાજીએ આ માટે કડક નિયમો લાદેલાં. પણ યશસ્વી ન થયાં. ઘણી યોગશાખાઓમાં તેથી જ કડક નિયમો છે. દા.ત. બૌદ્ધ ધર્મની સાધના, ફ્રાન્સનાં લોબાર્ટ યોગસાધના, જેમાં મૌન રાખવાનું કહ્યું છે.

(અનુ. પૃ.૧૯ ઉપરથી)

યોગ વિષે પત્રો

૨	આજ્ઞાચક્ર	ભ્રૂમધ્ય	૨	આકાશી
૩	વિશુદ્ધ ચક્ર	કંઠ	૧૬	ઘાટોનીલ
૪	અનાહત	હૃદય	૧૨	લીલો
૫	મણિપુર	નાભિ	૧૦	કેસરિયો
૬	સ્વાધિષ્ઠાન	લિંગ	૬	લાલ
૭	મૂલાધાર	ગુદા	૪	જાંબલી
			૫૦	

વેદોમાં ૪૯ વાયુ દર્શાવેલા છે. વાયુ એટલે પ્રકાશરંગની લહેર અથવા આંદોલન. આધુનિક વૈજ્ઞાનિક ભાષામાં કહેવું હોય તો Wave-Theory of Light વેદો તેને 'છંદ' કહે છે. છંદ એટલે લય, Rythem. આવ ૪૯ છંદ + મૂળ પ્રકાશ મળીને કુલ ૫૦ થાય છે.

ભાગ - ૯

સપ્તર્ષિ અને ઋષિકુળ

વેદનાં મંડલ. તેની સૂક્ત સંખ્યા, મંત્રસંખ્યા અને ઋષિઓ નીચે મુજબનાં છે.

મંડલ		સૂક્તો		મંત્રો		ઋષિ
૧	-	૧૯૧	-	૨૦૦૬	-	વિવિધ
૨	-	૪૫	-	૪૨૯	-	ગૃત્સમદ
૩	-	૬૨	-	૬૧૭	-	વિશ્વામિત્ર
૪	-	૫૮	-	૫૮૯	-	વામદેવ
૫	-	૮૭	-	૭૨૭	-	અત્રિ
૬	-	૭૫	-	૭૬૫	-	ભરદ્વાજ
૭	-	૧૦૪	-	૮૪૧	-	વશિષ્ઠ
૮	-	૧૦૩	-	૧૬૩૬	-	કણ્વ-પ્રગથિવંશ
૯	-	૧૧૪	-	૫૬૦૪	-	વિવિધ
૧૦	-	૧૯૧	-	૧૭૫૪	-	વિવિધ

બૃહદારણ્ય ઋષિ શબ્દનો આધ્યાત્મિક અર્થ લે છે. તેના મતે સાધકના મન-પ્રાણ જ સાધના માર્ગને શોધીને આપણને દર્શાવે છે. તેથી તે જ ઋષિઓ છે. ઋષ શબ્દનો અર્થ છે શોધવું અને ઋષિ શબ્દનો અર્થ છે શોધક.

મૂળ આપણું પ્રાણ તત્ત્વ જ આનંદને શોધતું હોય છે. તેથી તે જ ઋષિ છે પ્રાણ નવા ઋષયઃ (બૃહદારણ્યક) મંડળનાં (૨-૩-૨) તે મુજબ ઋષિઓનાં નામના અર્થ નીચે મુજબ થાય છે.

૧ ગૃતસમદ :

ગૃત્સમત્‌માં બે શબ્દો છે. ગૃત્સ એટલે ગળનાર, 'અવતરણ પામનાર' અર્થાત્‌ અપાન વાયુ અને મત્‌નો અર્થ પ્રાણશક્તિ અર્થાત્‌ પ્રાણ અને અપાનને સમતુલામાં રાખનાર ઋષિ.

૨ વિશ્વામિત્ર:

વિશ્વા + મિત્ર અખિલ બ્રહ્માંડનો મિત્ર. પ્રાણ મિત્ર બની બ્રહ્માંડનાં ભોગ ભોગવે છે. તેથી પ્રાણ જ વિશ્વામિત્ર છે.

૩ વામદેવ:

વામ + દેવ. વામ એટલે વરણીય પૂજનીય દેવ અર્થાત્ દિવ્યપ્રાણ તેથી વામદેવનો અર્થ દિવ્ય - પ્રાણ.

૪ અત્રિ:

અત્રાયત્ અર્થાત્ રક્ષણ કરવું તેથી શરીરનું રક્ષણકરનાર પ્રાણ જ અત્રિ છે

૫ ભરદ્વાજ:

વાજ = અન્ન, ભરત્ = ભરણપોષણ કરવું પ્રાણ જ શરીરનાં અવયવોનું ભરણપોષણ કરે છે તેથી પ્રાણ જ ભરદ્વાજ છે.

૬ વશિષ્ઠ:

પ્રાણ વગર ઈન્દ્રિયો કાર્ય કરતી નથી. તેથી પ્રાણ જ વિશેષ તત્ત્વ છે. વશિષ્ઠ એટલે વિશેષતત્ત્વ, તેથી પ્રાણ જ વશિષ્ઠ છે.

૭ મરિચિ:

મરિચિ = પ્રકાશકિરણ. પ્રાણશક્તિના ઉર્જાકેન્દ્ર સ્વરૂપ સૂર્યમાંથી જ પ્રકાશ કિરણોરૂપી પ્રાણનાં આંદોલનો નીકળે છે. તેથી મરિચિ એટલે પ્રાણના આંદોલનો.

આ સાતે સાત ઋષિઓ માનવ શરીરમાં વસે છે. સપ્ત ઋષયઃ પ્રતિહિતા શરીરે (યજુર્વેદ ૩૪-૫૫) સારાંશ યોગચક્રોમાં રહેલી તે પ્રાણ-શક્તિ છે.

આ સાત પ્રાણરૂપી સાત ઋષિઓ માનવ શરીરમાં સપ્તધાતુ રચીને શરીર નિર્માણ કરી, તેમની દ્વારા પરમાત્માની શોધ આદરે છે.

મુંડકોપનિષદ સપ્તપ્રાણ બાબત નીચે મુજબ જણાવે છે :

સપ્તપ્રાણાઃ પ્રભવંતિ તસ્માત્, તસ્માત્ સપ્તર્ચિષઃ સમિધઃ સપ્તહોમા।
સપ્ત ઈમે લોકા યેષુ ચરંતિ
પ્રાણા ગુહાશયાઃ નિહિતા સપ્તસપ્ત॥ (મુંડક ૨-૧-૮)

આ બ્રહ્મતત્ત્વમાંથી સાત પ્રાણ, સાત અર્ચિ (પ્રકાશકિરણો) સાત સમિધા, સપ્તહોમ, સાત લોક જેમાં સાત પ્રાણ ગમન કરે છે. આ સાતે પ્રાણ હૃદયગુફામાં

(અનુ.પૃ.૪૩ ઉપર)

ધી મધર્સ એજન્ડા

(મૂળ પુસ્તક : Mind of cells - by Satprem તેના પર આધારિત) **પરમસિદ્ધિનો પંથ**

- માનસિંહ ચાવડા

કોષોની સાધના

પ્રકરણ - ૨૦

સમજૂતી - માનસિંહ ચાવડા

Up above everything is fine, but down below it's swarming. Infact, it is a battle against little, very tinythings : certain habits of being, certain ways of feeling, of reacting... 1960-165

Its a monumental battle against habits going back thousands of years - 1963-108.

If you want to experience the body, you must live in the body... 1966-303

When ever you do things from a sense of acquired wisdom, acquired knowledge or past experiences. How... false it really is, and that there is really something ELSE behind. 1969-2712

If you want your physical consciousness to reach a state allowing physical immortality, you must be so free from everything the present physical consciousness stands for... 1953-1410

Death if not inevitable. It is an accident which has always

happened until now... 1953-1410

Every feeling, every sensation, every repulsion, everything that makes up the fabric of our physical life must be overcome, transformed and freed of all its habits 1953-1410

The body is starting to understand one thing : EVERYTHING that happens is meant to attain the true state, the state the cells are supposed to be in, so that realization may be accomplished - 1963-3010

You are beaten and buttered until you understand - until you are in that state in which all bodies are your body - 1958-105

Shri Auribindo was the first, and he left before telling us what he was doing. I am literally carving out a trail through a virgin forest - 1961-157

Every possible difficulty in the body's subconscious rose up en masse - as it had to happen, and as it must have happened for Shri Aurobindo, I understand now ! - 1961-157

****

સત્ય - ચેતનામાં રહેવું એટલે ભૂતકાળનાં અનુભવોનાં આધારે આપણાં મને નિર્માણ કરેલી બધી જ માન્યતાઓને ત્યાગવી. આ માન્યતાઓ આપણાં પાર્થિવશરીર બાબતની હોય, આપણી ભાવનાઓ બાબતની હોય કે આપણાં વિચારો બાબતની હોય, બધાં જ શાસ્ત્રોની, ધર્મોની, નીતિમત્તાની, સામાજિક વર્તનની, સારા-નરસાની માન્યતાઓ ત્યાગવાની રહે છે. તેમને ‘સહજ અને સ્વાભાવિક જીવન’ તરીકે ન સ્વીકારતાં તે વર્ષોનાં અનુભવને કારણે નિર્માણ થયેલ વ્યક્તિગત કે સામાજિક ટેવો માત્ર છે એમ સમજવાની જરૂર છે. મૃત્યુ પણ આવી ટેવોમાંની એક છે. અને તે ટેવ આકસ્મિક છે. આજ સુધી ચાલતી આવે છે.

પણ ભવિષ્યમાં બદલાઈ પણ શકે છે.

આ બધી ટેવો મળીને જ આપણું અચેતન મન બનેલું છે. તે આપણાં જીવન ઉપર શાસન કરે છે અને સાચા જીવનને આપણી સામે વિકૃત્ત રીતે પ્રકટ કરે છે. તે વિકૃત્તિ જ આપણને 'સહજ અને સામાન્ય' લાગે છે અને આ જ આપણી મોટામાં મોટી ભૂલ છે.

આપણી ચેતનાને આ બધાનાં પરિત્યાગ પછી એકદમ કોરી પાટી બનાવવાની હોય છે. શરીરને આવતા અનુભવને આપણું અવચેતન પોતાનાં જૂનાં અનુભવાનુસાર અર્થ આપે છે તે નકારવાની જરૂર હોય છે. સતત પૂછવું જરૂર પડે છે કે આ અર્થની પાછળ શું સાચું સત્ય છુપાયેલું છે. આ અર્થ નું આવરણ છે અને તે આવરણ હઠાવવું જરૂરી છે.

આપણાં શરીરનાં કોષો ધીમે - ધીમે આ રીતે અનુભવ બાબત સાચો પ્રતિભાવ આપતા શીખશે. તેઓ ધીમે - ધીમે જાણે છે કે એક શરીરને પોતાનું અને અન્ય શરીરને પારકું માનવાની સ્વાભાવિક લાગણી ખોટી અને અવાસ્તવિક છે. બધાં શરીરો કોષોનાં જ બનેલાં છે અને કોષો એક જ પાર્થિવતત્ત્વનાં બનેલાં હોય છે અને આવા અનંત કોષોમાંથી એક જ અસીમ ચેતના, પ્રકાશમય ચેતના પ્રકટ થઈ રહી છે. આને લીધે બધાં જ શરીરો સાધકને પોતાનાં લાગશે. પોતે અસીમ પ્રકાશરૂપ છે અને તે પ્રકાશ દ્વારા અનંત શરીરોનું સંચાલન કરી રહ્યો છે એમ તે અનુભવે છે.

આ પાર્થિવ કોષોમાંનું - વિરાટમાંનું જાગરણ છે. વિરાટ સ્વરૂપનો સાક્ષાત્કાર છે. સંપૂર્ણ પૃથ્વી એટલું જ નહિં પણ આપણી સમસ્ત સૂર્યમાળાનું જે ભૌતિક - શરીર છે - વિરાટ સ્વરૂપ છે તેમાં સભાનતા પ્રાપ્ત થવાની આ પ્રક્રિયા છે. આ સભાનતામાં ભૂતકાળની ટેવો ક્ષણે ક્ષણે નડતર, અવરોધ નિર્માણ કરે છે પણ સાધકે ધીમે - ધીમે તે ટેવને નકારવાની હોય છે, તે ઘૂંટાતી ન રહે તેની કાળજી રાખવાની હોય છે. આ પ્રક્રિયા સતત ઉકળતા ચરૂની જેમ સભાન - જાગૃત મનમાં થતી હોય છે. તે દરમિયાન સાધકે પેલી અસીમ ચેતના સાથે પેલા

પરમ-પ્રકાશ સાથે એકરૂપ થઈને જૂની પ્રક્રિયા તેને માટે તદ્દન નકામી છે એવી ધારણા કરીને ઉદાસીન રહેવાનું છે, નિષ્ક્રિય રહેવાનું છે. સાક્ષીભાવ આધાર અને પ્રોત્સાહન ન મળવાથી ધીમે - ધીમે તે નબળી પડી ખરી પડે છે અને આ રીતે આપણું પાર્થિવતત્ત્વ આ મને નિર્માણ કરેલ જાળામાંથી મુક્ત થઈને પોતાનાં અસલ સ્વરૂપમાં પ્રકટ થવા માંડે છે. આ સાધનાની પ્રક્રિયામાં આનંદ કે સુખની ભાવના ઓછી જાગે છે. ફક્ત સજાગતાની, એકાગ્રતાની જ ભાવના અનુભવાય છે. સાક્ષીભાવ જ અનુભવાય છે.

આ સાધનામાં આવતા અનુભવો, આપત્તિઓ અને અવરોધો આપણને સાચા પાર્થિવતત્ત્વના દર્શન કરાવતા હોવાથી તે પ્રગતિ જ કરાવતા હોય છે એવી ધારણા સાધકમાં જન્મે છે. અવરોધોથી તે હતાશ થતો નથી પણ જીજ્ઞાસુવૃત્તિથી નવી સમજો હાંસલ કરવા સામો જાય છે.

આ સાધના શ્રી અરવિન્દે પ્રથમ શરૂ કરી આને માતાજી 'The path of descent', descent into hell અથવા 'cellular experience' કહેતાં. આવી વસ્તુઓ માતાજીને પણ કોઈએ સમજાવી નહોતી, કારણ તેથી પૂર્વગ્રહ નિર્માણ થવાની શક્યતા હતી. તેમણે ફક્ત તેમને સાધના આગળ ધપાવવાની સૂચના આપેલી હતી. માતાજી કહે છે કે આ સાધનાનો માર્ગ વણખેડ્યો છે અને ઘનઘોર જંગલમાંથી પગદંડી ચાતરવા જેવી આ મુશ્કેલ વસ્તુ છે. તદ્દન નવો નકોર છે. એવું તેમને સતત અનુભવાય છે.

શ્રી જીજ્ઞાબેન દવેએ તૈયાર કરેલી સુ. શ્રી જ્યોતિબેન થાનકીનાં
શ્રી માતાજીનું જીવનકાર્ય ઉપરના વાર્તાલાપોની
(રાજકોટ કેન્દ્ર સ્થાપના દિન નિમિત્તે) સીડી નીચેના સરનામે મળશે

શ્રી જીજ્ઞાબેન દવે,
યોગાંજલી આશ્રમ, દેથળી રોડ, સિદ્ધપુર. મો.૯૮૯૮૬ ૦૨૩૨૫

યોગના મૂળ તત્ત્વો

- શ્રી અરવિન્દ

વિભાગ - ૨

પ્રકરણ - ૧

સમજૂતી - માનસિંહ ચાવડા

કેટલાંક સ્પષ્ટીકરણો

(૨૩) પ્રબળ અહંકારની સુધરવાની અનિચ્છા કે અક્ષમતા

સાધક : મેં 'એચ'ને કહ્યું કે શ્રી અરવિન્દે મને લખી જણાવ્યું છે કે મેં તમારી વર્કબુકમાં જે શેરો માર્યો છે તે લખવનો મને પૂરેપૂરો અધિકાર છે. તેણે પોતાને યોગ્ય ઠરાવવાનો પ્રયત્ન કર્યો અને મારાં વર્તન સામે તાર્કિક કારણો પણ દર્શાવ્યા. મેં તે બધું સાંભળવાનો ઈન્કાર કર્યો. મેં તેને પૂછ્યું'' શું તમે એમ સમજો છો કે તમે મારાથી શ્રેષ્ઠ છો? તમારે ખરેખર મારો શેરો ગંભીરતાથી લઈ પોતામાં સુધારો કરવો જોઈએ. આવી વાંઝણી ચર્ચાઓનો કોઈ ફાયદો નથી.'' મેં તેને તમારો પત્ર વાંચવા પણ આપવાની તૈયારી બતાવી પણ તેણે વાંચવાનો શાંતિથી ઈન્કાર કર્યો. તેની આવી વિચિત્ર સમતા જોઈને મને આશ્ચર્ય થયું.

શ્રી અરવિન્દ : આ છે પ્રબળ અહંકાર. પોતાની અહંકારગ્રસ્ત માન્યતાઓમાંથી મુક્ત થવાની અનિચ્છા અથવા અશક્તિ આમાં દેખાય છે.

(૨૪) ટીકાઓ ભાગ્યે જ સાચો સુધારો લાવે છે.

સાધક : હું 'એચ' પ્રત્યે આજે વધુ કઠોર રીતે વર્ત્યો. મારી તર્કવિચારણા તેને જરા પણ મદદરૂપ નહોતી. ઊલટું, તેથી મારી છાપ બગડી. મેં જે તેને કહ્યું તેથી તેની ભાવનાઓને ઈજા પહોંચી હતી.

(૨૫) દિવ્ય-ચેતનાનાં મૂલ્યો આપણા કરતા જુદાં હોય છે.

સાધક : જેઓ અધિમનસ ચેતનામાં જ રહે છે તેવા શ્રી માતાજી અને જેઓ મૌનમાં જ રહે છે તેવાઓને શું જગતમાં કોઈ રસ પડતો હશે ? તો તેમને તેમાં રસ હોઈ શકે ?

શ્રી અરવિન્દ : તેઓ જગતને કઈ દૃષ્ટિથી જુએ છે તેનાં ઉપર આ અધિમાનસિક ચેતના અને મૌનમાં રહેનારાઓનાં વલણનો આધાર રહે છે. દિવ્યતા માટે એક ટપકું પણ અસીમતા જેટલું જ રસપૂર્ણ લાગે છે.

(૨૬) સાધકનાં અજ્ઞાનીમનની શંકાશીલ રહેવાની ટેવ

સાધક : બે ત્રણ દિવસથી 'ટી' અને 'એલ' મારી સાથે ભાગ્યે જ બોલે છે. શું તમે તેમને મારી સાથે ઓછામાં ઓછો અથવા જરા પણ સંબંધ ન રાખવાની સૂચના આપી છે.

શ્રી અરવિન્દ : જરા પણ નહિ. મેં તેમને તમારા વિષે કાંઈ જ લખ્યું નથી.

(૨૭) અન્યના અનુભવો ટાંકવા વિષે

સાધક : 'એલ' મારી સાધના દરમિયાન અનુભવેલા વિરોધી શક્તિઓના હુમલા બાબત બોલી ત્યારે મને પ્રથમ એમ લાગ્યું કે મેં તમને પત્ર દ્વારા જણાવેલી હકીકતો તમે તેમને જણાવી હશે, પણ પાછળથી મને યાદ આવ્યું કે હું અને 'એલ' પોતપોતાની સાધના બાબત ખૂલા દિલથી ચર્ચા કરતા હતા ત્યારે મેં તેને આ હુમલાઓ બાબત જણાવેલું. પણ આ વાત તેણે મને તે વખતે જણાવી નહિ તેનું કારણ તેનીસાધનામાંની એકાગ્રતા અને મૌન રહેવાની ટેવને લીધે એમ મને હવે જણાય છે.

શ્રી અરવિન્દ : હા, તેમજ હોવું જોઈએ. કારણ એલ અને 'ટી' હાલમાં ભાગ્યે જ પત્રો લખે છે. 'ટી'ને હું લોકો બાબતની વિગતો જણાવતો જ નથી. 'એલ'ને તેની સાધનામાં ચૈત્તસિક ઉઘાડ આવી રહ્યો છે. ત્યારે આવતી મુશ્કેલીઓ સમજાવવા કોઈક વખત અન્યના અનુભવો ટાંકું છું.

(૨૮) બાહ્ય પરિસ્થિતિનું પરીણામ

સાધક : અગાશી ઉપરની તિરાડો રીપેર થઈ ગઈ છે. તેથી હવે વરસાદનું

પાણી ગળવાની મુશ્કેલીનું નિવારણ થયું છે. પણ તે તિરાડોમાંની મોટી તિરાડો રીપેર કરતી વખતે થતાં ઘોંઘાટથી મારી સાધનામાં નાની તરડ પડી ગઈ છે. તે પણ રીપેર થઈ ગઈ છે. પણ આવી રીતે સાધનામાં તરડ પડવી એ કાંઈ સારું લક્ષણ તો ન જ ગણાય ને !

શ્રી અરવિન્દ : અર્થાત્ તમારી વાત સાચી છે. બાહ્ય પરિસ્થિતિને લીધે સાધનામાં તરડ ન જ પડવી જોઈએ પણ બહારના વાતાવરણની ધસમસતી ધારાનું અંદર ચૂંવાક થયું. આ જ તેનું કારણ છે.

(૨૯) અન્ન બાબતનાં બાહ્ય ધારાધોરણો

'ડી' એ કહ્યું કે તેમણે મારી ડીશમાં શ્રી માતાજીના રૂમમાંનું એ સંતરું મૂકેલું છે. મેં તે બાબતમાં કડક વલણ અપનાવ્યું (શ્રી માતાજી માટેના સંતરા શ્રી માતાજીને જ વાપરવાનો અધિકાર છે પણ પાછલાં બે દિવસના અનુભવો બાદ મને સમજાયું કે અન્ન બાબત આવા કઠોર નિયમો હોવા જરૂરી નથી. કારણ હજી અન્ન બાબતની આંતરિક સાચી ભૂમિકા સ્થિર થયેલી જ નથી.

શ્રી અરવિન્દ : તે સંતરાથી તમને હાની થવાની શક્યતા નથી, કારણ તે શ્રી માતાજીનું સંતરું છે.

(અનુ.પૃ.૩૬ ઉપરથી)

રહેલ જીવમાંથી (ચૈત્યપુરુષમાંથી) પ્રગટ થાય છે. શરીરમાં સાત ધાતુઓ, ઈન્દ્રધનુષનાં સાત પ્રકાશરંગો સ્વરૂપ સપ્ત પ્રાણમાંથી બનેલાં છે. પ્રાણને જ શરીરમાં 'ઓજસ' કહે છે. તે સાતેનો ઉપયોગ સાધનામાં, જીવન યજ્ઞમાં કરવાનો છે. તે જ સાત સમિધા અને સાત હોમ, યજ્ઞ બની જાય છે. શરીરમાંનાં સાત યોગચક્રોમાં આ સાત અગ્નિ સ્થિર છે અને સાત યોગચક્રો એ જ સપ્તલોકના પ્રવેશદ્વાર છે.

આ બધામાં પ્રાણ શક્તિ જ રમતી હોય છે.

સાતપ્રાણની અને સપ્ત યોગચક્રોની ખાસિયતો શોધીને તેમને યોગસાધના દ્વારા કેવી રીતે વિકસાવવા તેનું જ્ઞાન સપ્તર્ષિઓએ શોધી કાઢી લોકોને આપેલું છે.

શ્રી અરવિન્દનાં વિચાર-સૂત્રો
- શ્રી માતાજી

પૌર્વાત્ય અને પશ્ચિમની જ્ઞાન-પદ્ધતિનો સમન્વય (૧૧૦)

પ્રકરણ - ૬૧
(માતૃવાણી ભા.-૧૦ - પૃ.૨૩૬-૨૪૩)

સમજૂતી - માનસિંહ ચાવડા

સૂર્યનું બંધારણ અથવા મંગળની રેખાઓ જોવી તે બેશક એક મહાન સિદ્ધિ છે. પરંતુ જ્યારે તું જેમ ચિત્ર જુએ છે, તેમ માનવમાં રહેલા આત્માને જોવાનું સાધન પ્રાપ્ત કરીશ ત્યારે તને ભૌતિક વિજ્ઞાનના ચમત્કાર કેવળ બાળોનાં રમકડાં જેવા લાગશે અને તને હસવું આવશે. (૧૧૦)

*****

શ્રી રામકૃષ્ણે શ્રી વિવેકાનંદને કહેલું કે તું સાચી ચેતનામાં રહીશ તો તું જેમ મને જોઈ શકે છે તેમ પ્રભુને જોઈ શકીશ અને તું જેમ મને સાંભળે છે તેમ તેમને સાંભળી શકીશ.

બાળક : માતાજી ભૌતિક વિજ્ઞાનનાં ચમત્કારો ઉપર તમને કેમ હસવું આવે છે ?

માતાજી : તેમના સંશોધનો વ્યવહારમાં સાચાં જ છે અને તે મહાન વસ્તુ પણ છે પણ પોતે સત્ય શોધી કાઢ્યું છે અને તે પૂર્ણ છે એ તેમનાં આત્મવિશ્વાસ બદલ મને હસવું આવે છે. અસ્તિત્વનાં અનેક સ્તરો છે. દરેકનાં નિયમો જુદા છે. ફક્ત ભૌતિક સ્તરનું સત્ય એ તો અનેક સૂક્ષ્મ સ્તરોનાં સત્યનો એક આવિર્ભાવ માત્ર છે. બધાં જ સત્યો અને તેમના સંબંધોની સાચી જાણકારી અને તેનો જીવનમાં ઉપયોગ કરવાની ક્ષમતા એ જ સાચું વિજ્ઞાન છે. આજે જેને

વિજ્ઞાન કહીએ છીએ તે ખૂબ જ ઉપર છલ્લું છે. દા.ત. મૃત્યું શું છે તેનો તેમની પાસે જવાબ નથી. ઘણી વસ્તુ બાબત તેઓ જાણતા નથી. આ જગત પાછળ કોઈ અગમ્ય તત્ત્વ છે જે બાબતમાં તેમની ગણતરીઓ ઊંધી પડી જાય છે.

તમે આત્માનાં સંપર્કમાં હો છો ત્યારે તે જ્ઞાન ભૌતિક જ્ઞાન કરતાં ક્યાંય ચડિયાતું હોય છે, કારણ તે જ્ઞાન ભૌતિક વિજ્ઞાન આપી શકતું નથી. તેઓ એમ નથી કહેવા માંગતા કે ભૌતિકજ્ઞાન પણ આત્મજ્ઞાનથી મેળવી શકાય છે અથવા જે ભૌતિકજ્ઞાનને અશક્ય છે તે બધું જ આત્મજ્ઞાનથી પ્રાપ્ત કરી શકાય છે.

વિજ્ઞાનીઓ કહે છે કે તેમનું વિજ્ઞાન અને તેનાં સાધકો હજી પૂર્ણ નથી. તે પૂર્ણતા પ્રાપ્ત કરશે ત્યારે ઘણું બધું જાણી શકાશે.

શ્રી અરવિન્દનું કહેવું છે કે ભૌતિક સત્યો કરતાં આત્માનું સત્ય અને આંતર જગતના સત્યો વધારે અદ્‌ભૂત છે. તેની સામે ભૌતિક સત્યો વામણાં લાગે છે તેથી તેમને હસવું આવે છે.

બાળક : આત્માને પોતાની શક્તિ છે તેનાં જોરે તે ભૌતિક તત્ત્વનું રૂપાંતર કરી શકે છે. તે શું સત્ય નથી ?

માતાજી : તે સત્ય જ છે. આત્મા સતત આપણાં શરીર, કોષો અને ભૌતિક જગત ઉપર પોતાની શક્તિનું દબાણ મૂકી જ રહ્યો છે, પણ આપણે તે બાબતમાં સભાન નથી. અન્ય લોકો આ હકીકતને પણ માન્ય રાખતા નથી, કારણ તે બાબત તેઓ કાંઈ જાણતા જ નથી.

બાળક : શું તે શક્તિ અતિમનસ શક્તિ છે ?

માતાજી : નામને મહત્ત્વ નથી. પણ વાતાવરણમાં કોઈક નવું તત્ત્વ ઉમેરાયું છે અને તે ભાગ પાડી રહ્યું છે એની મને ખાતરી છે.

જીવનમાંની બધી જ ઘટનાઓ અમૂક નિયમાનુસાર થાય છે. તે સૂક્ષ્મ નિયમો અફર અને જડ નથી, કારણ તે અનેક છે અને એકબીજાને મદદરૂપ અથવા અવરોધરૂપ થઈને સંયુક્ત પરીણામ નિપજાવે છે. આવી ચેતનના કાર્યો

બાબતની સભાનતા તમને નવી દૃષ્ટિ અને સમજણ આપે છે. દરેક વસ્તુને ભૌતિક નિયમોથી જ સમજાવવાનો દુરાગ્રહ ખોટો હોય છે.

બાળક : આનો અર્થ પદાર્થનું રૂપાંતર એ ખરેખર કોઈ રૂપાંતર નથી પણ તે પદાર્થના સાચા સ્વરૂપ અને સાચા કાર્યો બાબતની સભાનતા જ છે.

માતાજી : હા, ચેતના રૂપાંતર પામે છે તેથી વસ્તુનું સાચું કાર્ય પ્રગટ થવા માંડે છે. આપણે તેને જ રૂપાંતર કહીએ છીએ. ચેતનાનો અમુક તબક્કાનો વિકાસ તો ઘણી વખત આપણી જાણ બહાર થાય છે.

ભૌતિક વિજ્ઞાન પોતે જગતમાંનું મૂળભૂત તત્ત્વ શોધી કાઢશે અને અધ્યાત્મની બરાબરી કરશે એ વાત લોકોને સાચી લાગે છે પણ ખરેખર તો આંતરિક રીતે તે ચેતનાની એકતા બાબતમાં સભાન નહિં થાય ત્યાં સુધી તે બાહ્ય જગતમાં તે એકતાને સમજી અને ઓળખી પણ નહિ શકે. સારાંશ આધ્યાત્મિક પ્રગતિનો સથવારો તો જોશે જ. માનવ માત્રને આવો આછો અનુભવ આવેલો જ હોય છે. તે તેને સ્પષ્ટ સભાન રીતે સમજી શકતો નથી. વિજ્ઞાની જો સત્યનિષ્ઠ હશે તો ક્યા તબક્કે પેલું આત્મતત્ત્વ તેની પકડમાંથી છટકી જાય છે. તે શોધી કાઢી તેને સમજવા માટે નવા સાધનો નવી પદ્ધતિઓ, નવા આંદોલનો અને નવા તબક્કાઓ ખુલ્લી રીતે સ્વીકારીને આગળ વધશે.

શ્રી અરવિન્દે એક પત્રમાં જણાવેલ છે કે ભારતે શ્રદ્ધાથી નિશ્ચિત પદ્ધતિઓ અપનાવી જે આત્માનો સાક્ષાત્કાર કર્યો છે તેથી ઘણું ઓછું પશ્ચિમે શંકાઓ લઈને, પ્રયોગો કરીને મેળવ્યું છે.

આ બે પદ્ધતિઓનો સમન્વય કેમ કરવો તે અઘરો પ્રશ્ન હમણાં મારા મનમાં ઘોળાયા કરે છે. મને એક માર્ગ દેખાય છે તે પ્રેમનો છે. એકરૂપ થવાની ક્ષમતા વધારવાનો છે. પણ પ્રેમ શબ્દને એટલો વિકૃત્ત કરી નાંખ્યો છે કે તેને વાપરવામાં પણ ગેરસમજો વધારે થવાની શક્યતા છે. આમાંથી કોઈક માનસશાસ્ત્રીય માર્ગ કાઢવાની જરૂર છે. પણ તે વિકસાવવા વખત લાગશે.

ડંફાસ ભોઠપને નોતરે

પ્રકરણ - ૩૪

ગુંડાઓની એક ટોળી હતી. તેમણે રાત્રે જંગલમાં શરાબ માંસની મિજબાની ગોઠવી. પોતે પોતાની ડંફાસ મારતા બધાં મિજબાની માણી રહ્યાં હતાં. મિજબાનીમાં માંસ ખૂટ્યું.

ધૂર્તબલ નામના ગુંડાએ ડંફાસ મારી, ‘‘આ હમણાં તમારી સામે માંસનો ઢગલો કરી દઉં. મોજ કરોને.’’

બધાં એક અવાજે બોલ્યાં, ‘‘તો ધૂર્તબલ, તું લઈ આવ.’’

ધૂર્તબલ મૂંઝાયો પણ નાટક કરતા બોલ્યો, ‘‘હમણાં લઈ જ આવું છું. તમે જરા વાટ જોજો.’’

ધૂર્તબલ પહોંચ્યો કસાઈને ઘેર. ધમકાવ્યો તેને.

‘‘પણ ભાઈ, હમણાં મારી પાસે એકે બકરું નથી. આપું કેવી રીતે ! સવારે બજારમાંથી બકરા ખરીદવાનાં છે.’’

ધૂર્તબલ મૂંઝાયો.

કસાઈ બોલ્યો, ‘‘એક ઉપાય છે.’’

‘‘ક્યાંકથી બકરું ચોરી આવ અથવા સ્મશાને હમણાં શિયાળ ભેગા થાય છે તેમાંથી એકને પકડી લાવ. તને માંસ તૈયાર કરી આપીશ. પણ ગામમાં બકરાં હાલમાં મળતા નથી. એ તકલીફ છે.’’

ધૂર્તબલને શિયાળ પકડી લાવવાનું વધારે સુગમ લાગ્યું. તે સ્મશાને

પહોંચ્યો. તેને એક યુક્તિ જડી. ''મને જોશે તો શિયાળ પડખે નહિ આવે. તેના કરતાં લાકડી પડખે છૂપાવી મરી ગયાનો ઢોંગ કરીશ તો મને ખાવા પાસે આવશે. પછી તે છે ને હું છું.''

તે શબની જેમ પડખે લાકડી રાખી સૂતો.

થોડીવારમાં શિયાળોનું એક ટોળું ત્યાં આવ્યું. બધાં બિનવારસી શબ જોઈને ખૂશ થવાં લાગ્યા. તેમાં એક વૃદ્ધ અનુભવી શિયાળ હતો. તે બોલ્યો, ''ભાઈઓ, ઉતાવળ ન કરશો. આ માણસ જાતનો વિશ્વાસ નહિં. મને પરીક્ષા લેવા દો. તેની મરી ગયાની ખાતરી બાદ જ પાસે જઈશું.''

બધાંને તે શિયાળની વાત વ્યાજબી લાગી. શિયાળ દબાતા પગલે પાસે જઈ રહ્યો હતો. ત્યાં તેને લાકડી દેખાઈ. તે વિચાર કરવા લાગ્યો, ''શબ શા માટે લાકડી છૂપાવે જરૂર દાળમાં કાળુ છે.''

તેણે યુક્તિ કરી. દબાતે પગલે જઈ લાકડી ધીમેથી ખેંચી લીધી. ધૂર્તબલને લાગ્યું. કોઈક ઉંદર ખેંચે છે. તેથી આંખો બંધ રાખીને જ છીં..... છીં..... કરવા લાગ્યો. શિયાળ સમજી ગયું. તેણે ટોળા પાસે જઈને વાત કરી. બધાં શિયાળોએ તેને પાઠ શિખવવાનું નક્કી કર્યું.

વૃદ્ધ શિયાળે યુક્તિ બતાડી. બધાં એક સામટાં તૂટી પડવાનું, બે ત્રણ જણાં લાકડી લઈ ભાગી જાય. બે ત્રણ જણાં તેનું ધોતીયું ખેંચી ને ફાડી નાંખે. બાકી બધાં તેને આખા શરીરે બટકાં ભરે.

યોજના પ્રમાણે બધાં શિયાળ ધૂર્તબલ ઉપર તૂટી પડ્યાં. તેની જે ફજેતી થઈ ન પૂછો વાત. ધૂર્તબલ સીધો ઘરભેગો થઈ ગયો.

૨૪ નવેમ્બર - અધિમનસ સિદ્ધિ દિન

- હર્ષદ ઠકરાર

શ્રી અરવિન્દ આશ્રમ અને શ્રી અરવિન્દનાં પૂર્ણયોગના સાધકો ૨૪ નવેમ્બરને સિદ્ધિદિન તરીકે ઉજવે છે. ૧૯૨૬ના ૨૪ નવેમ્બરના રોજ શ્રી અરવિન્દે પાર્થિવ ચેતનામાં અધિમનસ ચેતનાને આવિર્ભૂત કરવાની સિદ્ધિ પ્રાપ્ત કરી છે. અધિમનસ ચેતના એટલે માનવની ચેતનામાં જે મનોમય ચેતના સ્થપાયેલી હતી, તે ચેતના ઉત્ક્રાંન્ત થઈ અધિમનસ ચેતનામાં રૂપાંતર પામે છે.

આપણે સૌ જાણીએ છીએ કે આ જગત અચિત્‌માંથી ઉત્ક્રાંત થઈ માનવની મનોમય ચેતના સુધી વિકાસ પામ્યું છે. શ્રી માતાજીએ સમજાવ્યાં મુજબ ઉત્ક્રાંતિમાં માનવએ અંતિમ અવસ્થા નથી. પરંતુ માનવની મનોમય ચેતનાએ ઉત્ક્રાંન્ત થઈ મનથી ઊર્ધ્વમાં રહેલ ચેતનામાં પ્રવેશ પામવાનો છે.

અત્યાર સુધી ઉત્ક્રાંન્તિની પ્રક્રિયા પ્રકૃત્તિના નિયમ મુજબ આગળ ધપી છે. ઉત્ક્રાન્તિની પ્રક્રિયાને ઝડપી બનાવવી હોય તો માનવે ફક્ત પ્રકૃત્તિની શક્તિ ઉપર આધારિત રહેવાને બદલે પોતાની મનોમય ચેતનાને પણ પ્રકૃત્તિની શક્તિથી મદદમાં લેવાની છે. એ માટે માનવ અત્યાર સુધી પોતાની મનોમય ચેતનાનો ઉપયોગ પોતાનાં અંગત સ્વાર્થ અર્થે કરતો આવ્યો છે. તેમાંથી તેણે મુક્ત થઈ, મનોમય ચેતનાનો ઉપયોગ પ્રભુનાં કાર્યો માટે કરવાનો છે.

શ્રી અરવિન્દે મનોમય ચેતનાને પ્રભુનાં કાર્ય માટે ઉપયોગ કરી પાર્થિવ ચેતનામાં અધિમનસ ચેતનાને આવિર્ભૂત કરી આપી છે. એટલે કે મનોમય ચેતનાને અધિમનસ ચેતનામાં રૂપાંતરીત કરી અધિમનસ ચેતનાનાં અસ્તિત્વને સ્થાપિત કરી આપી છે. શ્રી અરવિન્દે આ સિદ્ધિ દ્વારા પોતાની વ્યક્તિગત પાર્થિવ ચેતનામાં અધિમનસ ચેતનાને આવિર્ભૂત કરી નથી, પરંતુ સમગ્ર માનવ જાતની પાર્થિવ ચેતનામાં અધિમનસ ચેતનાને આવિર્ભૂત કરી આપી છે.

અધિમનસ ચેતનાને શ્રી અરવિન્દ શ્રી કૃષ્ણ ચેતના પણ કહેતા. કૃષ્ણનો અર્થ સમજવામાં આપણને એક સંસ્કૃત સુભાષિત મદદરૂપ થાય છે.

''કૃષિર્ભુવાચકો શબ્દ ણશ્ચ નિવૃત્તિ,
વાચક તયોરૈકયં પરબ્રહ્મ, કૃષ્ણ ઈત્યાભિધીયતે।।

કૃષ્ણ શબ્દમાં રહેલો 'કૃષ' અસ્તિત્વ દર્શાવે છે અને 'ણ' આનંદ સૂચવનાર છે. અસ્તિત્વ અને આનંદ એ બન્નેના ઐક્ય રૂપ પરબ્રહ્મ એટલે 'કૃષ્ણ' એમ કહેવાય છે.

આ રીતે અધિમનસ ચેતના એટલે આનંદમય ચેતના છે. અત્યાર સુધી માનવ મન દ્વારા હર્ષ - શોક, સુખ - દુઃખ, આશા - નિરાશા, વિગેરે દ્વન્દ્વોમાં જીવન વ્યતિત કરતો હતો. તેમાંથી મુક્ત થઈ અદ્વિતીય આનંદમાં પ્રવેશ કરે છે. કારણ કે આનંદનાં દ્વન્દ્વમાં આવતો કોઈ પર્યાય વાચક શબ્દ જ નથી. આનંદ પોતે એક અદ્વિતીય અસ્તિત્વ છે.

અધિમનસ ચેતનાનાં આર્વિભૂત થવાથી માનવની ઈન્દ્રિયો જે મન દ્વારા સંચાલિત થતી હતી તે સર્વે ઈન્દ્રિયો અધિમનસ ચેતના દ્વારા સંચાલિત થાય છે. એટલે અત્યાર સુધી માનવની ઈન્દ્રિયો માનવનાં વિશિષ્ટ અંગો તરીકે કાર્ય કરતી હતી. તેને બદલે પોત પોતાનાં વિષય સાથે ચેતનાનો સંબંધ બની રહે છે. એટલે માનવની ઈન્દ્રિયો પાર્થિવ ન રહેતા દિવ્યતાને અભિવ્યક્ત કરતી ઈન્દ્રિયો બની રહે છે

શ્રીકૃષ્ણ અવતાર તરીકે આવી ગયા અને શ્રી અરવિન્દે અધિમનસ ચેતનાને આર્વિભૂત કરવાની સિદ્ધિ પ્રાપ્ત કરી હોવા છતાં માનવ શા માટે હજુ પશુ માનવ તરીકે જીવે છે?

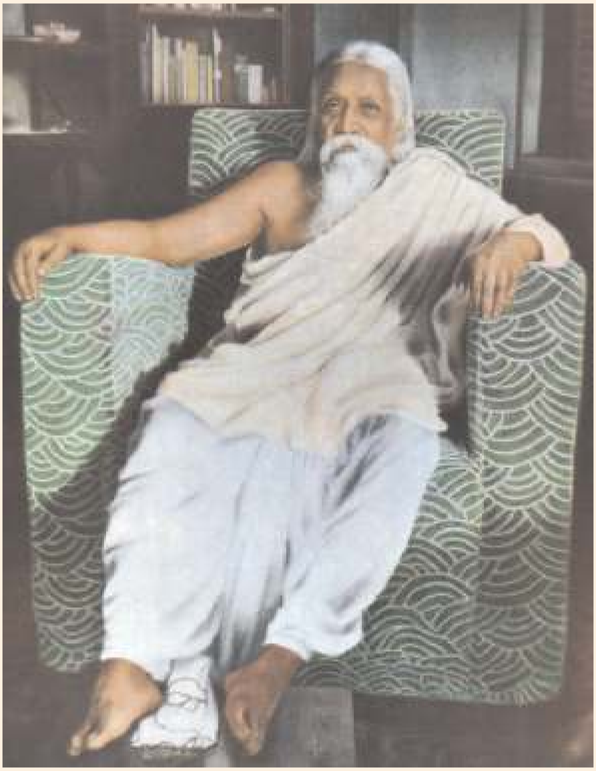
જે રીતે સૂર્યોદય થાય અને આપણે આપણાં ઘરનાં બારી દરવાજા ખોલીએ નહીં તો સૂર્યનો પ્રકાશ આપણાં ઘરમાં પ્રવેશી શકતો નથી. તે રીતે માનવે તેનું મન પરમ પ્રભુ પ્રત્યે ખુલ્લું કર્યું નથી. માનવે પોતાનું મન પરમ પ્રભુ પ્રત્યે કેવી રીતે ખુલ્લું કરવું તે માટે ભગવદ્ ગીતા આપણી મદદમાં આવે છે. ગીતામાં શ્રી કૃષ્ણ અર્જુનને જણાવે છે :

'મન્મના ભવ મદભક્તો મદ્યાજી માં નમસ્કુરુ।
મામેવૈષ્યસિ યુકત્વૈવમાત્માનં મત્પરાયણઃ।।

(ગીતા : અ : ૯ : શ્લો. : ૩૪)

મનને પ્રભુની એટલે મારી દિવ્ય ચેતના સાથે એક કર, તારી ભાવપ્રધાન પ્રકૃત્તિને પ્રભુનાં પ્રેમમાં પલટાવી નાખ, વિશ્વના સ્વામીને કર્મના ફળ અર્પણ કર અને તારી ભક્તિ અને અભીપ્સાને મારી એક માત્ર આરાધના બનાવ. આ રીતે મુક્ત થઈ મારી પાસે આવ.

(અનુ.પૃ. ૨૯ ઉપર)



શ્રી અરવિંદ

A wider consciousness opens then its doors;
Inwading from spiritual Silences,
A ray of timeless Glory stoops a while,
To commune with our seized illumined Clay,
And leaves its white stamp upon our lives.

The Secret Knowledge - Savitri 1-4-48

શુદ્ધ અસીમ આત્માનો પ્રભાવ

વિશાળ - ચેતનાનાં દ્વાર ખૂલે, ધસમસતી અવતરતી દિવ્ય-શાંતિથી,
ક્ષણમાત્ર પ્રગટતું વૈભવ અતિ, સનાતન અધ્યાત્મ ચેતના તણું,
અને જાણે ગોષ્ટિ કરતું આ તન સાથે, જે ઝળહળી ઊઠતું તે ક્ષણે,
અને તેની શુભ્ર જ્યોત ટકતી, આ જીવનમહિં વિશાળ અતિ.

ગૂઢજ્ઞાન - સાવિત્રી - ૧.૪.૪૮

Registration of News Paper No. GUJGUJ/2013/48361 Postal Reg. No. RAJKOT-303/2015-2017
Price : Rs. 15/- Annaul Subscription : Rs. 150/- 1st of Every Month at Rajkot RMS - Langauge : GUJARATI

દાસ્યમ્

સમર્પણ દાસભાવમાં પરીણમે, જો અહંકાર ટકી રહે,
પ્રભુ આજ્ઞાને આધિન રહી, એ જીવનને નવો ઘાટ દે.
ગુરુઆજ્ઞા પણ પ્રભુ આજ્ઞા ગણે, અથવા આંતરપ્રેરણાનો આદેશ,
નિઃશંક બની એ અનુસરે, દાસભાવનો તીવ્ર આવેશ.
દાસભાવે શ્રદ્ધા ભક્તિ પ્રબળ, વળે ગુરૂજન પ્રતિ હરક્ષણ,
તેવો સમર્પણભાવ મદદરૂપ બને, ઓગાળે અહંકાર પ્રતિક્ષણ.
અહંકાર નામશેષ થતાં, દાસભાવ બને આત્મભાવ નિષ્કલંક,
પછી સહજ-સમાધિએ રમે, ન કર્તાભાવનો અંશ.
અથવા આત્મભાવે સ્થિર છતાં, સ્વીકારે અંશ - અંશી ભાવ,
અંશ સાધન બને ને, અંશી તેનો ચાલક કહેવાય.
આ ભાવ પણ ન અંતિમ ગણ્યો, તેમાં ન જગત-ઉત્ક્રાંતિનું જ્ઞાન,
પ્રભુ જગતરૂપે ઉત્ક્રાંત થતાં, એ આયોજનથી એ અજાણ.
જ્યારે તે જ્ઞાન પણ પ્રકાશે, કરણભાવની સાથોસાથ,
ત્યારે એ પૂર્ણયોગી બને, જાણે પ્રભુ હૃદયની વાત.

ઈન્ટરનેટ ઉપર રાજકોટ કેન્દ્રનાં પ્રકાશનો

સહજ સત્સંગ માસિક
www.motherandsriaurobindo.org>E-Library>Magazines>SahajSatsang(Gujarati)
www.aurogujarat.com>Journals & Ebooks>Sahaj Satsang

પુસ્તકો
www.motherandsriaurobindo.org>centers>India>Gujarat>Rajkot

E-mail ID : sahajsatsang@gmail.com

સહજ સત્સંગ (માસિક) તંત્રી : માનસિંહ કે. ચાવડા, પ્રકાશક : કમલેશ સી. માંડવીયા, મુદ્રક : લલિત એચ. ઉપાધ્યાય, માલિક : મા શ્રી અરવિન્દ સાધના ટ્રસ્ટ, પ્રકાશન સ્થાન : સહજ સત્સંગ કાર્યાલય, ''અર્પણ'' ૨૫૯, વૃંદાવન, ન્યારી ફિલ્ટર પ્લાન્ટ સામે, કાલાવાડ રોડ, રાજકોટ - ૩૬૦ ૦૦૫ ગુજરાત, મુદ્રણ સ્થાન : લા મેર પ્રિન્ટરી, ''અર્પણ'' ૨૫૯, વૃંદાવન, ન્યારી ફિલ્ટર પ્લાન્ટ સામે, કાલાવાડ રોડ, રાજકોટ - ૩૬૦ ૦૦૫. ગુજરાત