

# પ્રબુદ્ધ જીવન

(Life Enrichment)

માનવવિદ્યા અને સમાજશાસ્ત્ર વિષયોના  
અનુસ્નાતક વિભાગોના અભ્યાસક્રમ માટેનું પાઠ્યપુસ્તક

પુસ્તક-૧



સરદાર પટેલ યુનિવર્સિટી

વલ્લાભ વિદ્યાનગર

ગુજરાત

ભારત

# પ્રબુદ્ધ જીવન

(Life Enrichment)

માનવવિદ્યા અને સમાજશાસ્ત્ર વિષયોના

અનુસ્નાતક વિભાગોના અભ્યાસક્રમ માટેનું પાઠ્યપુસ્તક

પુસ્તક-૧



સરદાર પટેલ યુનિવર્સિટી

વલ્લભ વિદ્યાનગર

ગુજરાત

ભારત

પ્રબુદ્ધ જીવન : પુસ્તક ૧

(Life Enrichment)

માનવવિદ્યા અને સમાજશાસ્ત્ર વિષયોના  
અનુસ્નાતક વિભાગોના અભ્યાસક્રમ માટેનું પાઠ્યપુસ્તક

પ્રથમ આવૃત્તિ

૧લી જાન્યુઆરી, ૨૦૧૧

પ્રકાશક

સરદાર પટેલ યુનિવર્સિટી

વલ્લભવિદ્યાનગર-૩૮૮ ૧૨૦

ગુજરાત ભારત

પાઠ્યપુસ્તકની pdf સરદાર પટેલ યુનિવર્સિટીની વેબસાઈટ [www.spuvvn.edu](http://www.spuvvn.edu)  
પર ઉપલબ્ધ છે.

વિભાવના અને સંકલન

શ્રી અરવિન્દ ચેર ઓફ ઈન્ટિગ્રલ સ્ટડીઝ

સરદાર પટેલ યુનિવર્સિટી

સંપાદકો

ડૉ. ભાલેન્દુ એસ. વૈષ્ણવ

ડૉ. ડી. એસ. મિશ્રા

ડૉ. પરમ પાઠક

કોપીરાઈટ

પાઠ્યપુસ્તકની સામગ્રીના કોપીરાઈટ જે તે મૂળ પ્રકાશકોના છે  
એનો નિર્દેશ સૌજન્ય સ્વીકારમાં કર્યો છે.

## આવકાર

સરદાર પટેલ યુનિવર્સિટીમાં વિનયન વિદ્યાશાખામાં ૨૦૧૦-૧૧ શૈક્ષણિક વર્ષના બીજા સેમેસ્ટરમાં એમ.એ. કક્ષાએ 'પ્રબુદ્ધ જીવન' (Life Enrichment)નો અભ્યાસક્રમ દાખલ કરવામાં આવ્યો છે તેને આવકારતા વિશેષ આનંદ આનુભવું છું.

વિદ્યાર્થીઓ જીવન અને શિક્ષણ પરત્વે સર્વાંગી (ઈન્ટીગ્રલ) અભિગમ કેળવે તથા પૂર્વની આધ્યાત્મિકતા અને પશ્ચિમની ભૌતિકતા વચ્ચેની સંવાદિતાનું હાર્દ સમજે તે હેતુસર આ અભ્યાસક્રમ શરૂ કરવામાં આવ્યો છે.

ભૌતિક અને આધ્યાત્મિક જ્ઞાનનો સમન્વય કરવાની વિદ્યાર્થીઓમાં ક્ષમતા પ્રાપ્ત થાય અને એ થકી જીવન સંતર્પક અને સુખમય બને તે હેતુ પણ આ અભ્યાસક્રમની રચનામાં નજર સમક્ષ રાખવામાં આવ્યો છે.

અભ્યાસક્રમના પ્રકરણોને ત્રણ વિભાગમાં ગોઠવવામાં આવ્યા છે :

- (અ) સર્વાંગી જીવન
  - જીવનનું શાસ્ત્ર
  - વ્યક્તિત્વનો વિકાસ
  - પ્રાર્થના
  - ભારતના યુવાનોને સંદેશ
  - શ્રી અરવિંદનો ૧૫ ઓગસ્ટ ૧૯૪૭નો સંદેશ
- (બ) સર્વાંગી શિક્ષણ
  - માનવ મન
  - કેળવણીનું તત્ત્વજ્ઞાન
  - કેળવણીની પદ્ધતિ
  - ચાર તપસ્યાઓ અને ચાર મુક્તિ
  - અંતરાત્મા અને આધ્યાત્મિક કેળવણી
- (ક) સર્વાંગી આરોગ્ય (પાઠ્યપુસ્તક ભાગ-૨)

યુનિવર્સિટીમાં Choice Based Credit System અંતર્ગત માનવવિદ્યા અને સમાજશાસ્ત્ર વિષયોમાં અનુસ્નાતક કક્ષાએ આ અભ્યાસક્રમ પ્રસ્તુત કરવાનું શ્રેય શ્રી અરવિંદ ચેર ઓફ ઈન્ટીગ્રલ સ્ટડીઝ, સરદાર પટેલ યુનિવર્સિટીને જાય છે.

અભ્યાસક્રમના હેતુઓને લક્ષમાં રાખીને પ્રકરણોની પસંદગી અને સંપાદન ડૉ. ભાલેન્દ્રુ વૈષ્ણવ (અધ્યક્ષ, શ્રી અરવિંદ ચેર ઓફ ઈન્ટીગ્રલ સ્ટડીઝ), ડૉ. દયાશંકર મિશ્રા (પ્રોફેસર એમેરીટસ, અંગ્રેજી વિભાગ) અને ડૉ. પરમ પાઠક (પ્રોફેસર, ગુજરાતી વિભાગ) દ્વારા સંયુક્ત રીતે કરવામાં આવેલ છે.

નૂતન પરિમાણ અને દર્શનને આવરી લેતું આ પાઠ્યપુસ્તક તૈયાર કરવા બદલ ત્રણે પ્રાધ્યાપકોનો પ્રયત્ન પ્રશંસનીય છે. વળી, આ અભ્યાસક્રમના અધ્યાપનમાં સ્વૈચ્છિક રીતે સહયોગ કરનારા સૌ અધ્યાપકોને હું અભિનંદન આપું છું.

હું આશા રાખું છું કે પ્રબુદ્ધ જીવનનો આ અભ્યાસક્રમ અભ્યાસુ વિદ્યાર્થીઓને પોતાના જીવનના વિકાસ અને ચારિત્ર્ય ઘડતર સાથે સંવાદ અને સુખશાંતિ પ્રાપ્ત કરવામાં મદદરૂપ થશે.

તા. ૧ જાન્યુઆરી, ૨૦૧૧  
વલ્લભ વિદ્યાનગર

હરીશ પાઠ  
કુલપતિશ્રી,  
સરદાર પટેલ યુનિવર્સિટી

## પ્રસ્તાવના

સરદાર પટેલ યુનિવર્સિટી, વલ્લભવિદ્યાનગરની વિનયન વિદ્યાશાખાના માનવવિદ્યા અને સમાજશાસ્ત્ર વિષયોના અનુસ્નાતક વિભાગોના વિદ્યાર્થીઓ માટે 'પ્રબુદ્ધ જીવન' (Life Enrichment)ના અભ્યાસક્રમ માટે તૈયાર કરવામાં આવેલું આ પાઠ્યપુસ્તક પ્રસ્તુત કરતાં આનંદ અનુભવું છું.

વિદ્યાર્થીઓમાં જીવન, શિક્ષણ અને આરોગ્ય પ્રત્યે સર્વાંગી અભિગમ કેળવાય એ આ અભ્યાસક્રમનો મૂળ હેતુ છે. આ નિમિત્તે વિદ્યાર્થીઓ પોતાના જીવનને પ્રબુદ્ધ બનાવે એવી અભીપ્સા છે.

વિદ્યાર્થીઓ સર્વાંગી અભિગમ કેળવી આત્મપ્રકાશ દ્વારા પોતાના જીવનની સાર્થકતા તરફ ગતિ કરે એવો આ અભ્યાસક્રમનો હેતુ છે; જે ગુજરાતની યુનિવર્સિટીઓમાં દાખલ થઈ રહેલી **Choice Based Credit System** ના ઉદ્દેશ્યોને અનુરૂપ છે.

આજના શિક્ષણમાં એક કાર્યશીલ આધ્યાત્મિકતા, **dynamic spirituality** ઉમેરવાની તાતી જરૂર છે. એવી આધ્યાત્મિકતામાં ભૌતિકતાનો નકાર નહીં હોય, પરંતુ દિવ્યતાની એક અભિવ્યક્તિ તરીકે એનો એમાં સુભગ સમન્વય હશે.

વળી એ પણ જરૂરનું છે કે આપણું શિક્ષણ એ સ્વીકારે, અપનાવે કે માનવી માત્ર તેના શરીર, મન અને લાગણીઓનો જ બનેલો નથી પણ મનુષ્યના શરીર અને મનમાં દિવ્યતાનો અંશરૂપ આત્મા અવગુંઠિત રહેલો છે. જ્યારે આ આત્મા એ મનુષ્યના સર્વાંગી વિકાસનું નેતૃત્વ લેશે ત્યારે જ સાચા અને સર્વાંગી વ્યક્તિગત અને સમષ્ટિગત વિકાસના ધ્યેય, માર્ગ અને પરિણામો સફળ અને સુનિશ્ચિત બનશે.

આ અભ્યાસક્રમના એકમોનું સંકલન શ્રી અરવિન્દ, શ્રી માતાજી, સ્વામી વિવેકાનંદ, મહાત્મા ગાંધી અને રવિન્દ્રનાથ ટાગોરના લખાણોમાંથી કરવામાં આવ્યું છે. માનવજાતના આધ્યાત્મિક ઉત્ક્રાંતિના નવા સોપાનની વાસ્તવિકતા પ્રત્યે વિદ્યાર્થીઓ સભાન થાય એ દૃષ્ટિ પણ આ ચયનમાં રહેલી છે. રાષ્ટ્રીય કેળવણી, સર્વાંગી જીવન અને સર્વાંગી આરોગ્યનો આ અભ્યાસક્રમમાં સમાવેશ કરવામાં આવ્યો છે.

આ પુસ્તકનું સંપાદન ડૉ.ડી.એસ.મિશ્રા (પ્રોફેસર એમેરીટસ, અંગ્રેજી વિભાગ), ડૉ. પરમ પાઠક (પ્રોફેસર, ગુજરાતી વિભાગ) અને મારા થકી સંયુક્ત રીતે થયું છે.

સરદાર પટેલ યુનિવર્સિટીના કુલપતિ ડૉ. હરીશ પાઠનો આ અભ્યાસક્રમ બાબતે અમને પ્રેરણા, માર્ગદર્શન અને જરૂરી મદદ કરી આપવા માટે વિશેષ આભાર માનું છું.

આ અભ્યાસક્રમના આયોજનની સમગ્ર કાર્યવાહી ડૉ. ડી. એસ. મિશ્રા અને ડૉ.પરમ પાઠકના સહયોગથી, સતત સહકારથી રચાયેલ એક કેન્દ્રબિંદુની ફલશ્રુતિ છે.

પ્રબુદ્ધ જીવનના અધ્યાપન અધ્યયનનો અનુભવ જીવનની સર્વાંગી સમૃદ્ધિને વધારનાર તથા તેના દ્વારા રાષ્ટ્રનિર્માણમાં એક આગવું યોગદાન પૂરું પાડનાર બનશે એવી મને શ્રદ્ધા છે.

વિદ્યાર્થીઓ માટે આ એક ઉન્નત અભીપ્સાની ભેટ બની રહે તે માટેની પ્રાર્થના સાથે દિવ્ય તત્ત્વ પ્રત્યે નમ્રતા અને કૃતજ્ઞતા પૂર્વક આ દિશામાંના સર્વ પ્રયત્નો અર્પણ કરું છું.

તા. ૧ જાન્યુઆરી, ૨૦૧૧

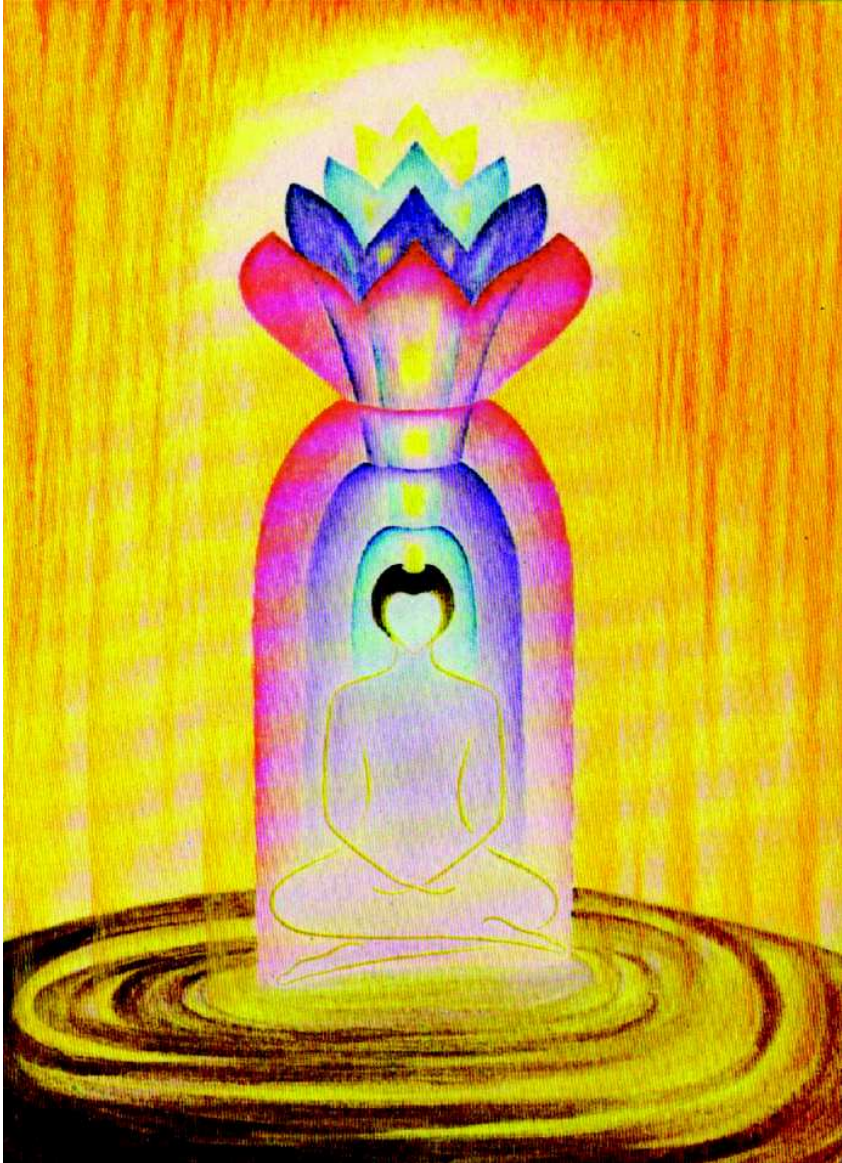
**ભાલેન્દુ વૈષ્ણવ**

ચેરપર્સન, શ્રી અરવિન્દ ચેર ઓફ ઇન્ટિગ્રલ સ્ટડીઝ,  
સરદાર પટેલ યુનિવર્સિટી  
વલ્લભ વિદ્યાનગર

## અનુક્રમણિકા

આવકાર : ડૉ. હરીશ પાઠ	iii
પ્રસ્તાવના : ડૉ. ભાલેન્દુ વૈષ્ણવ	v
એકમ-૧ : સર્વાંગી જીવન	૦૧
૧. જીવનનું શાસ્ત્ર	૦૨
૧.૧ જીવનનું શાસ્ત્ર શ્રી માતાજી	૦૨
૧.૨ શરીરરૂપ દેખાતું આ તે કાંઈ બધું નથી શ્રી અરવિન્દ	૦૮
૨. સ્વવિકાસ	૧૦
૨.૧ વ્યક્તિત્વ વિકાસ સ્વામી વિવેકાનંદ	૧૦
૨.૨ મનની શક્તિઓ સ્વામી વિવેકાનંદ	૧૬
૨.૩ શ્રદ્ધા અને સામર્થ્ય સ્વામી વિવેકાનંદ	૨૦
૨.૪ પ્રાર્થના-૧ : માનવજીવનનું અંતરતમ સત્ત્વ મહાત્મા ગાંધી	૨૪
૨.૫ પ્રાર્થના-૨ - અખિલ બ્રહ્માંડમાં... નરસિંહ મહેતા	૩૦
- જ્યાં મન ભયથી રહિત છે... રવીન્દ્રનાથ ટાગોર	૩૧
- એક જ રટણા... સુન્દરમ્	૩૨

૩. સામૂહિક વિકાસ	૩૩
૩.૧ ભારતના યુવાનોને સાદ શ્રી અરવિન્દ	૩૩
૩.૨ આધ્યાત્મિકતાને જીવનમાં ઉતારવી શ્રી અરવિન્દ	૩૯
૩.૩ ભારતને શ્રી અરવિન્દનો સંદેશ : ૧૫ ઓગસ્ટ, ૧૯૪૭ શ્રી અરવિન્દ	૪૫
એકમ-૨ : સર્વાંગી શિક્ષણ	૪૯
૪. કેળવણીનો સાચો સંદર્ભ	૫૦
૪.૧ સાચી અને જીવંત કેળવણી શ્રી અરવિન્દ	૫૦
૫. કેળવણીનો પાયો અને કેળવણીની પદ્ધતિ	૫૪
૫.૧ માનવ મન શ્રી અરવિન્દ	૫૪
૫.૨ કેળવણીનું તત્ત્વજ્ઞાન સ્વામી વિવેકાનંદ	૫૨
૫.૩ કેળવણીની પદ્ધતિ સ્વામી વિવેકાનંદ	૬૪
૬. સાચી કેળવણી	૬૮
૬.૧ ચાર તપસ્યાઓ અને ચાર મુક્તિ શ્રી માતાજી	૬૮
૬.૨ અંતરાત્માની અને આધ્યાત્મિક કેળવણી શ્રી માતાજી	૯૮
સૌજન્ય સ્વીકાર અને સંદર્ભસૂચિ	૧૧૦



## એકમ-૧ : સર્વાંગી જીવન

ईशा वास्यमिदं सर्वं यत् किञ्च जगत्यां जगत् ।  
तेन त्यक्तेन मुञ्जीथा मा गृधः कस्यस्विद् धनम् ॥

જગતમાં જે કાંઈ જડ ચેતન વસ્તુ છે, તે સર્વની અંદર અને બહાર ઈશ્વર રહેલો છે; માટે એ ઈશ્વર જેટલું તને આપે તેટલું તું અનાસક્તભાવે ભોગવ અને જે બીજાનું છે તેનો તું લોભ ન કર.

\*

कुर्वन्नेवेह कर्माणि जिजीविषेच्छतं समाः ।  
एवं त्वयि नान्यथेतोऽस्ति न कर्म लिप्यते नरे ॥

પોતપોતાનાં કર્મો (ફળની ઈચ્છા વિના) કરતા રહીને જ અહીં સો વર્ષ જીવવાની ઈચ્છા રાખવી, બીજો કોઈ આના કરતાં સારો માર્ગ નથી. આ પ્રમાણે કરતાં, તું મનુષ્ય હોઈ તને કર્મ બંધન કરનાર થશે નહિ.

\*

असूर्या नाम ते लोका अन्धेन तमसावृताः ।  
तांस्ते प्रेत्याभिगच्छन्ति ये के चात्महनो जनाः ॥

સૂર્યના પ્રકાશ વિનાના લોકો (દુનિયાઓ) કંઈ પણ ન જોઈ શકાય તેવા ગાઢ અંધકારથી ભરેલા છે. જે મનુષ્યો પોતાના આત્માની હત્યા કરે છે, તેઓ મરણ પછી ત્યાં જાય છે.



## પ્રકરણ-૧

## જીવનનું શાસ્ત્ર

### ૧.૧ જીવનનું શાસ્ત્ર

□ આત્મ-જ્ઞાન અને આત્મ-સંયમ

ધ્યેય વિનાનું જીવન હમેશાં દુઃખી જીવન જ હોય છે.

તમારે સૌ કોઈને જીવનનું ધ્યેય હોવું જોઈએ. પરંતુ એ ન ભૂલશો કે તમારું ધ્યેય જે પ્રકારનું હશે તે પ્રમાણે જ તમારા જીવનનું સ્વરૂપ બંધાશે.

તમારું ધ્યેય ઉચ્ચ અને વિશાળ રાખો, ઉદાર અને આસક્તિ વિનાનું રાખો. એમ કરશો તો તમારું જીવન તમારે પોતાને માટે તેમ જ અન્ય સર્વને માટે એક ઘણી કીમતી વસ્તુ બની રહેશે.

પરંતુ તમારો આદર્શ ભલે ગમે તે હો, પણ જ્યાં સુધી તમે તમારી પોતાની અંદર પૂર્ણતા પ્રાપ્ત નહિ કરી હોય ત્યાં સુધી એ આદર્શનો તમે પૂર્ણ રીતે સાક્ષાત્કાર નહિ કરી શકો.

આ પૂર્ણતા પ્રાપ્ત કરવા માટેનું પ્રથમ પગલું છે સચેતનતા. તમારે પોતાને વિષે સચેતન બનો, તમારા સ્વરૂપના જુદા જુદા ભાગો વિષે, અને તે દરેકના જુદા જુદા કાર્ય વિષે સચેતન બનો. આ જુદા જુદા ભાગોને એકબીજાથી છૂટા પાડતાં તમારે શીખવાનું છે. એ જ્ઞાન થતાં એ વાત તમે સ્પષ્ટ રીતે જાણી શકશો કે તમારી અંદર જે જે ક્રિયાઓ ચાલી રહી છે તે ક્યાંથી ઉત્પન્ન થાય છે, તમને જે વૃત્તિઓ, પ્રત્યાઘાતો અને પરસ્પર અથડાતા સંકલ્પો કાર્યમાં

ધકેલી રહ્યાં હોય છે તે સૌનું મૂળ ક્યાં રહેલું છે. આ એક ઘણો મહેનત માગી લે તેવો વિષય છે, અને તે માટે તમારે સાચા દિલથી અને ખંતપૂર્વક કામે લાગવાનું છે. માણસની પ્રકૃતિમાં, ખાસ કરીને તેની મનોમય પ્રકૃતિમાં એક એવું કુદરતી વલણ છે કે તે પોતે જે કાંઈ વિચારતો હોય છે, અનુભવતો હોય છે, બોલતો અને કરતો હોય છે તેને અનુકૂળ નીવડે તેવા જ ખુલાસા તે આપતો રહે છે. આ બધી ક્રિયાઓને આપણે ખૂબ જ ધ્યાનપૂર્વક નિહાળવાની છે, તેમને જાણે કે આપણો જે ઉત્તમોત્તમ આદર્શ હોય તેના ન્યાયાસન પાસે લઈ આવવાની છે, અને એ આદર્શના આસન પરથી જે ચુકાદો આવે તે સ્વીકારવા માટે સાચા હૃદયથી તૈયારી રાખવાની છે. આ કરીશું તો જ આપણે એક સ્ખલન વિનાની વિવેકબુદ્ધિ વિકસાવી શકીશું. આપણે જો ખરેખર પ્રગતિ કરવી હશે, આપણા સ્વરૂપનું સત્ય જાણવા માટેની શક્તિ મેળવવી હશે, એટલે કે જે એકમાત્ર વસ્તુ ખાતર આપણને ઉત્પન્ન કરવામાં આવ્યા છે, અર્થાત્ જેને આપણે આપણું આ પૃથ્વી ઉપર આવવાનું ધ્યેય કહી શકીએ તેને જાણવા માટેની શક્તિ જો આપણે મેળવવી હશે તો તે માટે આપણે એક ઘણી જ નિયમિત અને અખંડ સાધના આદરીને, જે જે વસ્તુઓ આપણા જીવનના સત્યથી ઊલટી હોય, જે જે વસ્તુઓ એ સત્યનો વિરોધ કરતી હોય તે સર્વને આપણામાંથી બહાર ફેંકી દેવાની રહે છે, યા તો તેમને નિર્મૂળ કરી લેવાની રહે છે. એમ કરતાં કરતાં આપણે આપણાં સર્વ તત્ત્વોને, આપણા સર્વ ભાગોને ધીરે ધીરે એવી રીતે તો વ્યવસ્થિત કરી શકીશું કે જેથી તે બધાં આપણા સ્વરૂપના કેન્દ્રરૂપ અંતરાત્માની આસપાસ એક પૂર્ણ સંવાદમય એકતામાં ગોઠવાઈ જશે. પણ આ એકીકરણની ક્રિયા લાંબો વખત લે છે, એ એકીકરણને થોડીઘણી પૂર્ણતાએ પહોંચાડતાં પણ ઘણો વખત ચાલ્યો જાય છે. એટલે આ પૂર્ણતા પ્રાપ્ત કરવા માટે આપણે ધૈર્ય અને તિતિક્ષાથી બરાબર સજ્જ બનવાનું રહે છે, અને આપણા પ્રયત્નને સફળ બનાવવા માટે જ્યાં સુધી જીવન ટકાવી રાખવું જરૂરી રહે ત્યાં સુધી આપણા જીવનને ટકાવી રાખવાનો દૃઢ નિશ્ચય કરવાનો રહે છે.

આ વિશુદ્ધિ અને એકીકરણ માટેની સાધના આપણે હાથ ધરીએ ત્યારે સાથે સાથે આપણે આપણા બાહ્ય સ્વરૂપને, આપણાં કરણોને પણ પૂર્ણ કરવા માટે ખૂબ જ ક્ષણજી લેવાની રહે છે. પ્રભુનું ઊર્ધ્વ સત્ય જ્યારે પોતાનો આવિર્ભાવ કરવા તૈયાર થાય ત્યારે તમારી અંદર એને એક એવું સૂક્ષ્મ અને સમૃદ્ધ મનોમય તંત્ર મળી રહેવું જોઈએ કે જે પેલા વ્યક્ત થવા માગતા વિચારને, તેમાંનું બળ અને સ્પષ્ટતા જાળવી રાખી શકે તેવી રીતેનું એક વિચારમય રૂપ આપી શકે. વળી એ વિચાર જ્યારે પોતાને શબ્દો દ્વારા વ્યક્ત કરવા માગે ત્યારે તમારામાં વસ્તુને વ્યક્ત કરવાની એવી તો શક્તિ હોવી જોઈએ કે જેથી આ શબ્દો પેલા વિચારને પૂરેપૂરું પ્રાકટ્ય

આપે, નહિ કે તેમને કોઈ બીજું વિકૃત રૂપ આપે. અને આ સત્યને તમે જે રૂપે આકારબદ્ધ કરતા હો તેનો રણકાર તમારાં સર્વ સંવેદનોની અંદર, તમારા સંકલ્પો અને કાર્યોની અંદર, તમારી સર્વ પ્રવૃત્તિની અંદર ગુંજી ઊઠવો જોઈએ. અને છેવટે, આ સર્વ પ્રવૃત્તિઓ પણ, એક અખંડ સાધના દ્વારા, તેમની ઉત્તમોત્તમ પૂર્ણતાએ પહોંચેલી બનવી જોઈએ.

આ બધું સિદ્ધ કરવા માટે એક ચતુર્વિધ સાધનાનો માર્ગ છે. એ સાધનાની એક સામાન્ય રૂપરેખા ત્રણે આપવામાં આવે છે. એ સાધનામાં આ ચાર સ્વરૂપોને એકબીજાથી અલગ અલગ રીતે હાથ ધરવાનાં નથી. એ ચારે પ્રકારની સાધના એકી સાથે પણ થઈ શકે છે, બલ્કે એ ચારે પ્રકાર એકી સાથે ખેડવા એ જ વધુ ઈષ્ટ છે. આ ચતુર્વિધ સાધનાનો પ્રથમ આરંભ આપણે જે સાધનાથી કરવાનો છે તેને આપણે ચૈતસિક સાધનાનું નામ આપીશું. આપણી અંદર ચિદ્વ્યાપારનું જે કેન્દ્ર છે તેને આપણે 'ચિત્પુરુષ' (psychic) કહીશું. આપણા અસ્તિત્વનું ઉત્તમોત્તમ સત્ય ચિત્પુરુષની આપણી આ આંતર વેદી ઉપર મંડાયેલું છે. ચિત્પુરુષ એ સત્યને જાણી શકે છે અને તેનો આવિર્ભાવ કરી શકે છે. એટલે આપણે એ ચિત્પુરુષની આપણામાં રહેલી ઉપસ્થિતિ વિષે સચેતન બનીએ, એના આ સાંનિધ્ય ઉપર આપણે એકાગ્રતા પ્રાપ્ત કરીએ, અને તેને આપણે માટે એક જીવંતી હકીકત બનાવી લઈએ અને તેની સાથે આપણી તદ્દરૂપતા સાધી લઈએ એ ખૂબ જ મહત્ત્વનું છે.

આજ સુધીમાં આ ચિત્પુરુષનું જ્ઞાન મેળવવાની તથા તેની સાથે અંતે તદ્દરૂપતા પ્રાપ્ત કરવાની અનેક પદ્ધતિઓ જગતમાં યોજાયેલી છે. એમાંની કેટલીક પદ્ધતિઓ ચૈતસિક પ્રકારની છે, કેટલીક ધાર્મિક રીતની છે તો કેટલીક યંત્ર જેવી સ્થૂલ પ્રકારની પણ છે. આમાંથી કઈ પદ્ધતિ કોને અનુકૂળ નીવડશે તે ખરું જોતાં તો હરેક વ્યક્તિએ પોતે જ શોધી લેવાનું છે. અને આપણામાં જો સારી અને સ્થિર અભીપ્સા હશે, એક અસ્ખલિત અને સક્રિય સંકલ્પ હશે તો આપણા લક્ષ્યને પહોંચવા માટે જરૂરની સહાય કોઈ ને કોઈ રીતે અવશ્ય મળી આવશે. આ સહાય સાધકને કાં તો બાહ્ય રીતે ગ્રંથોના અધ્યયનમાંથી યા તો ગુરુના ઉપદેશમાંથી મળી આવે, યા તો આંતરિક રીતે તે તેને એકાગ્રતા કે ધ્યાન દ્વારા, યા તો તેની સમક્ષ સત્યના પ્રાકટ્ય દ્વારા અને સત્યની અનુભૂતિ દ્વારા પણ મળી આવે. આ બાબતમાં માત્ર એક જ વાત જરૂરની છે : આ પરમ તત્ત્વને શોધવા માટેનો, તેનો સાક્ષાત્કાર કરવા માટેનો સંકલ્પ. આ શોધ અને સાક્ષાત્કાર એ જ આપણું સૌથી પ્રથમ કાર્ય બની રહેવું જોઈએ. આપણા મનમાં એ વાત દૃઢ થઈ જવી જોઈએ કે આ સિદ્ધિ એ એક એવી તો મહામૂલા મોતી જેવી છે કે જેને ગમે તે ક્રિમંતે પણ આપણે મેળવવી જોઈએ. એટલે તમે ગમે તે કાર્ય કરતા હો, ગમે તે પ્રવૃત્તિ કે કામધંધો કરતા હો, પણ તમારા



જીવનના સત્યને શોધવા માટેનો સંકલ્પ, તે સત્ય સાથે એકરૂપ થઈ જવાનો સંકલ્પ સદા યે તમારામાં જીવંત બની રહેવો જોઈએ, તમે જે કાંઈ વિચારતા હો, તે સર્વની પાછળ એ સંકલ્પ સદાય હાજર રહેવો જોઈએ.

આ આંતર સિદ્ધિની ક્રિયાને સંપૂર્ણ કરવા માટે તમે તમારા માનસિક વિકાસ પ્રત્યે પણ પૂરતું ધ્યાન આપો એ ઈષ્ટ છે. કેમ કે તમારું મન રૂપી યંત્ર પણ જેટલું મદદ રૂપ નીવડી શકે છે તેટલું જ વિદ્યન રૂપ પણ બની શકે છે. માણસનું મન તેની કુદરતી અવસ્થામાં એક બહુ જ મર્યાદિત વસ્તુ છે. એની દૃષ્ટિ બહુ અલ્પ છે, એની સમજશક્તિ બહુ સંકુચિત છે, એના ખ્યાલો જડ પ્રકારના છે. આવા મનને વિશાળ કરવા માટે, તેને મુલાયમ અને ઊંડું બનાવવા માટે અમુક પ્રયત્નની જરૂર રહે છે. અને તેથી આપણે હરેક વસ્તુનો બની શકે તેટલાં વધુમાં વધુ દૃષ્ટિબિંદુથી વિચાર કરતા થઈએ એ ખૂબ જ આવશ્યક છે. આ માટે એક નીચે મુજબનો પ્રયોગ અજમાવી શકાય. એમાંથી મનને ખૂબ જ મુલાયમતા મળી શકે તેમ છે, અને વિચારની ઉન્નતિ સાધી શકાય તેમ છે. આ પ્રયોગમાં પ્રથમ તો એક અમુક વિષય લઈ તે અંગે એક સ્પષ્ટ રીતે વિચારેલું દૃષ્ટિબિંદુ રજૂ કરવું, તેની સામે પછી પેલાથી તદ્દન ઊલટું દૃષ્ટિબિંદુ રજૂ કરવું, પેલાના જેટલી જ સ્પષ્ટ રીતે વિચારીને. આમ કર્યા પછી ખૂબ જ કાળજીપૂર્વક વિચાર કરતાં કરતાં એ પ્રશ્નને વિશાળ ને વિશાળ રૂપ આપતા જાઓ, એ પ્રશ્નથી ઉપર ચાલ્યા જાઓ અને તેમ કરતાં તમને એક નવો સમન્વય મળી આવશે. એ સમન્વય તમને એક વધુ વિશાળ, વધુ ઉચ્ચ અને વધુ વ્યાપક વિચારની અંદર એવી રીતે તો મૂકી આપશે કે જેમાં પેલાં બંને વિરોધી દૃષ્ટિબિંદુઓ એક થઈ જશે.

આ પ્રકારના બીજાં મનોયત્નો પણ કરી શકાય છે. એવા કેટલાંક મનોયત્નો માણસના ચારિત્ર્ય ઉપર પણ સારી અસર પહોંચાડે છે અને એ એનો બેવડો લાભ છે. આ રીતે તમે તમારા મનને તાલીમ આપો છો અને સાથે સાથે તમારી લાગણીઓ અને એ લાગણીઓનાં પરિણામો ઉપર તમે કાબૂ મેળવી શકો છો. દા.ત. તમારે તમારા મનને કોઈ પણ વસ્તુ યા તો વ્યક્તિ વિષે કશો નિર્ણય કરવા દેવો નહિ. કેમ કે મન એ પોતે જ્ઞાનનું સાધન છે જ નહિ. તેનામાં જ્ઞાન શોધવાની શક્તિ છે જ નહિ. ઊલટું મને પોતે જ્ઞાન દ્વારા સંચાલિત થવાનું રહે છે. જ્ઞાનનો પ્રદેશ તો માનવના મન કરતાં એક ઘણે ઘણે ઊંચે આવેલી ભૂમિકામાં, શુદ્ધ વિચારોના પ્રદેશથી પણ ઉપરની ભૂમિકામાં આવેલો છે. એ પ્રદેશમાંથી આવતા જ્ઞાનને મને ઝીલવાનું છે, અને તેને આ વિર્ભાવ આપવાનો છે અને તે માટે મને શાંત પડી જવાનું છે, એ જ્ઞાન તરફ ધ્યાનબદ્ધ થવાનું છે. મન પોતે રચના કરવા માટેનું, સંગઠન માટેનું, પ્રવૃત્તિ માટેનું કરણ છે. અને આ ક્રિયાઓની

અંદર જ મન પોતાની સાચી ઉપયોગિતા અને સંપૂર્ણ સફળતા પ્રાપ્ત કરી શકે છે.

એક બીજો અભ્યાસ પણ ચેતનાના વિકાસ માટે બહુ મદદ રૂપ થઈ શકે તેમ છે. કોઈ પણ વસ્તુ અંગે જ્યારે મતભેદ પડે, દા.ત. અમુક નિર્ણય લેવાનો હોય, યા તો કોઈ કામ પાર પાડવાનું હોય ત્યારે આપણે તે બાબતમાં આપણા જ દૃષ્ટિબિંદુને યા તો તે અંગેના આપણા ખ્યાલને જ વળગી ન રહેવું જોઈએ. ઊલટું, આપણે સામા માણસના દૃષ્ટિબિંદુને સમજવા પ્રયત્ન કરવો જોઈએ, તેની જગાએ આપણને પોતાને મૂકી જોવા જોઈએ, અને તે અંગે ટંટોફિસાદ યા તો લડાઈ પણ કરી લેવાને બદલે કોઈક એવો ઉકેલ શોધવો જોઈએ કે જેથી બંને પક્ષને માફકસર સંતોષ થઈ શકે. અને જેનું મન શુભનિષ્ઠાવાળું છે તેને હમેશાં આવો ઉકેલ અવશ્ય જડી આવે જ છે.

હવે આપણે પ્રાણની તાલીમનો વિચાર કરીએ. આપણામાં રહેલું પ્રાણતત્ત્વ એ શીઘ્રવૃત્તિઓ અને કામનાઓનું કેન્દ્ર છે. ઉત્સાહ અને ઉગ્રતા, ક્રિયાત્મક શક્તિ અને તીવ્ર વિષાદ, ઉગ્ર વાસનાઓ અને બંડખોર વૃત્તિઓ એ બધું એમાં આવી રહેલું છે. એ પ્રાણતત્ત્વ હરેક ચીજને ગતિમાન કરી શકે છે. તે વસ્તુઓ રચી શકે છે, સિદ્ધ કરી શકે છે, અને તે હરેક ચીજનો નાશ પણ કરી શકે છે, હરેક ચીજને બગાડી પણ શકે છે. માણસમાં રહેલા આ તત્ત્વને તાલીમ આપવી એ એક ઘણું જ અઘરામાં અઘરું કામ છે. એ એક લાંબી સાધના છે, અને ખૂબ જ ધીરજ માગી લે છે. તે માટે માણસમાં સોએ સો ટકા સત્યનિષ્ઠાની જરૂર રહે છે. આવી સત્યનિષ્ઠા નહિ હોય તો સાધક પહેલે પગથિયેથી જ પોતાની જાતને છેતરી બેસશે, અને પ્રગતિ માટેની સારી યે મહેનત નકામી નીવડશે. પણ આ પ્રાણતત્ત્વ જો સહકારમાં ઊતરે તો પછી કોઈ પણ સિદ્ધિ અશક્ય નહિ લાગે, કોઈ પણ રૂપાંતર અવ્યવહારુ નહિ લાગે. મુશ્કેલી એટલી જ છે કે પ્રાણ પાસેથી આવો સતત સહકાર મેળવવો એ ઘણું કઠણ છે. પ્રાણ એ એક ઘણો અચ્છો કામદાર છે પણ મોટે ભાગે તે પોતાના સંતોષ માટે જ મથતો હોય છે. પ્રાણના આ સંતોષને, પૂરેપૂરો યા તો થોડોઘણો પણ જો અટકાવવામાં આવ્યો, તો તે ઘિડાઈ જાય છે, નાખુશ થઈ જાય છે, હડતાળ પર ઊતરી જાય છે. પરિણામે માણસને પ્રાણ તરફથી મળી આવતી શક્તિ લગભગ પૂરેપૂરી અટકીજાય છે, તેને અન્ય લોકો અને વસ્તુઓ વિષે આગમો થવા લાગે છે, તેનામાં નિરુત્સાહ અને બંડખોર વૃત્તિ આવી જાય છે, કે વિષાદ અને અસંતોષ આવી જાય છે. માણસ પોતે આવી અવસ્થામાં હોય ત્યારે તેણે તદ્દન શાંત રહેવું જોઈએ અને કાંઈ પણ કાર્ય કરતાં અટકી જવું જોઈએ. કેમ કે આવી ક્ષણોમાં જ માણસો મૂર્ખાઈભરેલાં કામો કરી બેસે છે. પોતે મહિનાઓ સુધી નિયમિત પ્રયત્ન દ્વારા પ્રાપ્ત કરેલી વસ્તુને, એ દ્વારા સાધેલી સર્વ પ્રગતિને

મિનિટોમાં જ અગાડી નાખી શકે છે, યા તો તેનો નાશ કરી લઈ શકે છે. જે લોકો પોતાના ચિત્પુરુષની સાથે સંપર્ક સાધી શક્યા હોય છે, તેઓ જ પોતાની અંદર અભીપ્સાની જ્યોતને જીવંતી રાખી શકે છે અને પોતે જે આદર્શ સાધવાનો છે તેની સચેતનતા ટકાવી શકે છે. એવા લોકોને માટે પ્રાણની આવી કટોકટીઓ બહુ લાંબો વખત ટકતી નથી અને એટલી બધી જોખમકારક પણ નથી બનતી. આ સચેતનતાની સહાય વડે તેઓ કોઈ તોફાને ચડેલા બાળક સાથે કામ લેતા હોય તેમ પોતાના પ્રાણની સાથે ધીરજથી અને ખંતથી કામ લે છે, તેને સત્યનું અને પ્રકાશનું દર્શન કરાવે છે, તેને ખાતરી કરી આપવા પ્રયત્ન કરે છે, અને તેની ઘડીભરને માટે ઢંકાઈ ગયેલી શુભવૃત્તિને જાગૃત કરી શકે છે. આવી રીતે ધીરજપૂર્વક કામ કરતાં કરતાં હરેક કટોકટીના પ્રસંગને એક નવી પ્રગતિના રૂપમાં, લક્ષ્યની દિશામાંના એક વધુ આગે કદમ તરીકે ફેરવી શકાય છે. આ બાબતમાં પ્રગતિનો વેગ ધીરો રહે, માણસનું સ્ખલન વારંવાર થતું રહે, તો પણ તે જો હિંમતપૂર્વક પોતાના સંકલ્પમાં અવિચલ રહે તો એક દિવસ તેને અવશ્ય વિજય મળવાનો છે. તે જોશે કે તેનામાં જાગેલી સત્યની પ્રકાશમાન ચેતના સમક્ષ બધી યે મુશ્કેલીઓ ઓગળીને અદૃશ્ય થઈ ગઈ છે.

આપણી સાધનાનો છેલ્લો ભાગ શરીરની તાલીમનો છે. એ માટે આપણે એક સ્પષ્ટ દૃષ્ટિવાળી અને બુદ્ધિપૂર્વક યોજેલી શારીરિક કેળવણી દ્વારા શરીરને બળવાન અને મુલાયમ બનાવવાનું છે. તે રીતે તૈયાર થયેલું શરીર જે ઋત-શક્તિ આપણી દ્વારા પોતાનો આર્વિર્ભાવ સાધવા ઈચ્છી રહી છે તેને માટે આ સ્થૂલ જગતમાં એક સુયોગ્ય હથિયાર બની રહેશે.

શરીર અંગે પ્રથમ વાત તો એ છે કે તે આપણું માલિક ન બની જવું જોઈએ. તેણે આપણી આજ્ઞામાં રહેવાનું છે. અને શરીર એની કુદરતી પ્રકૃતિ મુજબ તો એક નમ્ર અને વફાદાર સેવક જેવું જ છે. દુઃખની વાત એટલી જ છે કે તેના બે માલિકો, પ્રાણ અને મન તેની સાથે જે રીતે કામ લે છે તે અંગે વિવેક કરવાની શક્તિ તેનામાં ઘણી વાર હોતી નથી. એક આંધળાની માફક તે આ માલિકોના હુકમો પોતાને ભોગે પાળ્યે જાય છે. મન પાસે તેના રૂઢ વિચારો હોય છે, તેના જડ અને સ્વચ્છંદી સિદ્ધાંતો હોય છે. પ્રાણ પાસે તેની વાસનાઓ છે, અતિરેકો અને વિલાસો છે. અને એ બધાં થોડાં જ વખતમાં શરીરની કુદરતી સમતુલાને તોડી નાખે છે અને તેનામાં થાક, અશક્તિ, રોગ ઉત્પન્ન કરી દે છે. આ બેયના અત્યાચારમાંથી શરીરને મુક્ત કરવાનું છે. એ મુક્તિ માટેનો એક જ માર્ગ છે. આપણી અંદર રહેલા ચિત્પુરુષના કેન્દ્રની સાથે આપણે અખંડ અનુસંધાનમાં રહેતા થઈ જવું. શરીરની પાસે સહન કરવાની અને સાનુકૂળ થઈ

જવાની એક અદ્ભુત શક્તિ છે. આપણે સામાન્ય રીતે ધારીએ છીએ તે કરતાં કેટલી યે વધારે વસ્તુઓ શરીર કરી શકે તેમ છે. એટલે, અત્યારે શરીરના ઉપર જે બે અજ્ઞાન અને જુલમગાર માલિકોનું રાજ્ય ચાલે છે તેને બદલે આપણી અંદરના મધ્યવર્તી સત્યનું - અંતરાત્માનું - ચિત્પુરુષનું શાસન જો તેના ઉપર સ્થાપી શકાય તો પછી શરીર એવાં એવાં કામો કરી શકશે કે જે જોઈ આપણે આશ્ચર્યચકિત થઈ જઈશું. એ પ્રકાશમય તત્ત્વના શાસન હેઠળ શરીર સ્વસ્થ અને શાંત બનશે, સશક્ત અને સમતુલ બની રહેશે, અને તેની પાસે માગવામાં આવતું કામ કરવા તે હર પળે તૈયાર રહેશે. કારણ કે હવે તેને એવું જ્ઞાન મળી ગયું હશે કે જેને લીધે તે કામની અંદર પણ આરામ મેળવી શકશે, અને પોતે જે શક્તિઓ જ્ઞાનપૂર્વક અને ફલદાયક રીતે ખરચી રહ્યું હોય છે તેને વિશ્વશક્તિઓ સાથે સંપર્ક સાધીને કેવી રીતે પુષ્ટ રાખવી તે પણ તેને આવડી ગયું હશે. આવી રીતે સુદૃઢ અને સમતુલ બનેલા જીવનની અંદર એક નવીન સંવાદિતાનો આર્વિર્ભાવ થશે. અને એ સંવાદિતા ઊર્ધ્વના પ્રદેશોમાં આવેલી સંવાદિતાના જ પ્રતિબિંબ જેવી હોઈ શરીરને તે એક સંપૂર્ણ પ્રમાણબદ્ધતા મેળવી આપશે, તેનામાં આકારનું એક આદર્શ સૌન્દર્ય રચી આપશે. આ સંવાદિતા કમે કમે વધતી જ જશે. આપણી અંદર રહેલું સત્ય એ કોઈ એક સ્થિર અને જડ વસ્તુ નથી. એ સત્ય તો જગતમાં નિત્ય વૃદ્ધિ પામતી, વધુને વધુ વ્યાપક અને વિશ્વરૂપ બન્યે જતી પૂર્ણતાનો જ એક અખંડ આર્વિર્ભાવ છે. માણસનું શરીર આવી કોઈ વધ્યે જતી સંવાદિતાની રીતે કામ કરતું બનશે ત્યારે તેનામાં રૂપાંતરની એક સતત ચાલુ રહેનારી પ્રક્રિયાનો આરંભ થઈ જશે અને એવા રૂપાંતર દ્વારા, શરીરમાં એક એવી શક્તિ આવશે કે જેને લીધે તે અત્યારે તેનામાં અનિવાર્ય રીતે આવતી શિથિલતા અને છેવટે આવતા નાશની સ્થિતિમાંથી મુક્ત થઈ જશે. અને આ વસ્તુ સિદ્ધ થતાં અત્યારે જગતમાં મૃત્યુનું જે અફર જેવું શાસન છે તેને ટકી રહેવા માટે કોઈ કારણ રહેશે નહિ.

આ પૂર્ણતા પ્રાપ્ત કરવી એ આપણું લક્ષ્ય છે. એ પૂર્ણતાની કોટિએ આપણે જ્યારે પહોંચીશું ત્યારે આપણને જણાશે કે આપણે જે સત્યની ખોજ કરી રહ્યા છીએ તે સત્યનાં ચાર મુખ્ય સ્વરૂપો છે : પ્રેમ, જ્ઞાન, શક્તિ અને સૌન્દર્ય. સત્યનાં આ ચાર તત્ત્વો આપણી અંદર આપોઆપ જ પોતાનું પ્રાકટ્ય કરશે. આપણો ચિત્પુરુષ સાચા અને વિશુદ્ધ પ્રેમનું વાહન બની રહેશે. આપણું મન એક અસંદિગ્ધ એવા પરમ જ્ઞાનનું વાહન બનશે. આપણો પ્રાણ એક અજેય બલ અને શક્તિને આર્વિર્ભાવ આપશે અને શરીર એક પૂર્ણ સૌન્દર્યનું અને પૂર્ણ સંવાદિતાનું પ્રગટ રૂપ બની રહેશે.

શ્રી માતાજી

## ૧.૨ : શરીરરૂપ દેખાતું આ તે કાંઈ બધું નથી

શરીરરૂપ દેખાતું આ તે કાંઈ બધું નથી.  
રૂપ છેતરતું, છન્નવેશ છે વ્યક્ત માનવી;  
સ્વર્ગીય શક્તિઓ ગૂઢ ઊંડે રહેતી મનુષ્યમાં.  
એની ભંગુર નૌકામાં કાલસાગરમાં થઈ  
અવિનાશી કરે યાત્રા પ્રચ્છન્નવેશને ધરી.  
પ્રભુની જ્યોત છે એવો આત્મા એક વિરાજતો,  
છે અગ્નિમય એ અંશ અદ્ભુતાત્મસ્વરૂપનો,  
નિજ સુંદરતાનો ને નિજાનંદ કેરો એ શિલ્પકાર છે,  
આપણા મર્ત્ય દાર્શિય રહેલો અમૃતાત્મ એ.  
અનાદ્યંતતાણાં રૂપો રચતો શિલ્પકાર આ,  
પટાંતરે રહેતો આ નિવાસી આણ-ઓળખ્યો,  
દીક્ષાધારી છુપાયેલાં પોતાનાં જ રહસ્યનો,  
મૂક ને તનુ કો બીજે ઢાંકી રાખે નિજ વૈશ્વ વિચારને.  
નિગૂઢ ભાવના કેરું નિઃશબ્દ બલ ધારતો,  
પૂર્વનિર્મિત આકાર અને કર્મ નિરૂપતો,  
જિંદગીથી જિંદગીએ અને એક શ્રેણીથી અન્ય શ્રેણિએ  
મુસાફરી કરી જાતો, એકથી અન્ય રૂપમાં  
પ્રતિબિંબિત પોતાનું સ્વરૂપ બદલ્યે જતો,  
નિજ મંડાયલી મીઠે વર્ધમાના મૂર્તિને એ નિહાળતો,  
ને આગામી દેવ કેરું કીટ માંહે પૂર્વદર્શન પામતો.

સાવિત્રી : શ્રી અરવિન્દ



## પ્રકરણ-૨ સ્વવિકાસ

### ૨.૧ : વ્યક્તિત્વ વિકાસ

આપણી આજુબાજુમાં શું બને છે આપણે જોઈએ છીએ. આ દુનિયામાં એકબીજાની અસર એકબીજા ઉપર થાય છે. આપણા પોતાનાં શરીરોની જાળવણીમાં આપણી શક્તિનો અમુક ભાગ ખર્ચાઈ જાય છે. તે ઉપરાંતનું આપણી શક્તિનો દરેક અણુ રાત ને દિવસ બીજાઓ ઉપર અસર કરવામાં વપરાય છે. આપણાં શરીરો, આપણા સદ્ગુણો, આપણી બુદ્ધિ, આપણી આધ્યાત્મિકતા, આ બધાં સતતપણે બીજા ઉપર અસર કર્યા જ કરતાં હોય છે. આ પ્રમાણે આપણી આજુબાજુ ચાલતું જ હોય છે. હવે આપણે એક નક્કર દાખલો લઈએ. એક માણસ આવે છે. તમે જાણો છોકે તે વિદ્વાન છે, તેની ભાષા સુંદર છે; કલાકો સુધી તે તમારી સમક્ષ બોલે છે પણ તેની કંઈ અસર થતી નથી. ત્યાર પછી એક બીજો માણસ આવે છે, તે સારી રીતે ગોઠવ્યા વગરના થોડાક જ શબ્દો બોલે છે; કદાચ તેની ભાષામાં વ્યાકરણના નિયમો પણ જળવાયા હોતા નથી. છતાં પણ તે આપણા ઉપર ઊંડી અસર કરી જાય છે. તમારામાંના ઘણાંએ તે અનુભવ્યું હશે. તેથી એ વાત સ્પષ્ટ છે કે માત્ર શબ્દો જ હંમેશા ઇલાપ પાડી શકતા નથી. ઇલાપ પાડવા માટે શબ્દો અથવા વિચારો તો માત્ર ત્રીજો હિસ્સો છે, અને બે હિસ્સા માણસના પોતાના હોય છે. જેને તમે વ્યક્તિત્વનું આકર્ષણ કહો છો, તે જ બહાર નીકળીને તમારા ઉપર ઇલાપ પાડે છે.

અમારા કુટુંબોમાં વડીલો હોય છે; તેમાના કેટલાક સફળ નીવડે છે, કેટલાક નિષ્ફળ જાય છે. આમ કેમ બને છે ? આપણી નિષ્ફળતા માટે આપણે બીજાને દોષ દઈએ છીએ. જે

ઘડીએ હું નિષ્ફળ જાઉં છું તે વખતે હું કહું છું કે અમુક માણસ મારી નિષ્ફળતાનું કારણ છે. નિષ્ફળતાને વખતે માણસને પોતાના દોષ અને નબળાઈઓ કબૂલ કરવી ગમતી નથી. દરેક માણસ પોતાની જાતને નિર્દોષ માને છે, અને દોષનો ટોપલો કોઈ અન્ય વ્યક્તિ ઉપર અથવા કોઈ વસ્તુની ઉપર અથવા છેવટે દુર્ભાગ્ય ઉપર ઢોળે છે. જ્યારે કુટુંબના વડીલો નિષ્ફળ જાય ત્યારે તેમણે પોતાની જાતને પૂછવું જોઈએ કેટલાક લોકો કુટુંબની વ્યવસ્થા વધુ સારી રીતે કેમ રાખી શકે છે અને બીજા કેમ નથી રાખી શકતા ? તે વેળા તમે જોશો કે તે તફાવતનું કારણ માણસનું વ્યક્તિત્વ છે.

#### □ મહાન નેતાઓ :

માનવજાતના મહાન નેતાઓની વાત કરીશું તો આપણને દેખાશે કે માણસનું વ્યક્તિત્વ જ મહત્વની વસ્તુ છે. હવે ભૂતકાળના મહાન લેખકો અથવા મહાન વિચારકોનો દાખલો લો. ખરું જોતાં તેમણે કેટલા વિચારોનું મનન કર્યું છે ? ભૂતકાળના માનવજાતના નેતાઓનાં લખાણોનો વિચાર કરો; તેમનું દરેક પુસ્તક લો અને તેનું મૂલ્યાંકન કરો. દુનિયામાં અત્યાર સુધીમાં વિચારાયેલ નવા તેમ જ સાચા વિચારો તો માત્ર મુઠ્ઠીભર જ છે. આપણા માટે જે વિચારો તેઓ મૂકી ગયા છે તે જુઓ; તેમનાં પુસ્તકોમાં વાંચો. લેખકો આપણને જબરદસ્ત લાગતા નથી, છતાં તેમના સમયમાં તેઓ ખરેખર તેવા જ હતા. શા માટે તેઓ તેવા બન્યા ? માત્ર તેમનાં વિચારો કે લખાણો કે ભાષણોથી જ નહીં, પરંતુ તેમનાં વ્યક્તિત્વથી, કે જે આજે વિદ્યમાન નથી. મેં હમણાં કહ્યું તેમ તેમનું વ્યક્તિત્વ જ મુખ્ય છે અને તેમનું લખાણ કે બુદ્ધિ ગૌણ છે. આપણામાં વ્યાપી રહેલું વ્યક્તિત્વ જ આપણું સાચું સ્વરૂપ છે; આપણાં કાર્યો તો માત્ર તેનું પરિણામ છે. જો વ્યક્તિ હોય તો કાર્ય તો થવાનું જ છે; કાર્ય કારણને અનુસરે જ.

તમામ કેળવણી કે શિક્ષણનો આદર્શ આ પ્રમાણે મનુષ્ય બનાવવાનો હોવો જોઈએ. પણ તેમ કરવાને બદલે આપણે હંમેશા બહારનો ચળકાટ વધારવાની કોશિશ કરીએ છીએ. જો અંદર કંઈ સત્ત્વ ન હોય તો બહારના ચળકાટનો શો અર્થ છે ? દરેક શિક્ષણનું ધ્યેય માણસનો વિકાસ કરવાનું હોવું જોઈએ. જે માણસ બીજા માણસો ઉપર જાદુઈ અસર કરે છે તેનામાં શક્તિનો ખજાનો ભર્યો હોય છે; જ્યારે તે માણસ તૈયાર હોય ત્યારે તે ધારે તે બધું કરી શકે છે. તેના વ્યક્તિત્વની છાપ જેના જેના ઉપર પડે છે, તે સઘળું તેનાથી પ્રભાવિત થાય છે.

હવે આપણે જાણીએ છીએ કે આ હકીકત છે, છતાં પણ ભૌતિક વિજ્ઞાનનો કોઈ પરિચિત નિયમ આ વાતને સમજાવી શકશે નહીં. રસાયણશાસ્ત્ર કે ભૌતિકશાસ્ત્ર વડે આપણે આ

બાબત કેવી રીતે સમજાવી શકીશું ? કેટલો ઓક્સિજન કે હાઈડ્રોજન કે કાર્બનવાયુ, અગર જુદી જુદી સ્થિતિના કેટલા અણુઓ કિંવા કેટલા જીવકોષો વગેરે આ રહસ્યમય વ્યક્તિત્વને સમજાવી શકશે ? અને છતાં આપણે જોઈએ છીએ કે તે એક હકીકત છે, એટલું જ નહીં પણ તે જ સાચો માણસ છે; તે જ માણસ જીવન જીવે છે, ચાલે છે, કામ કરે છે; તે જ બીજાઓ ઉપર અસર પાડે છે, બીજાઓને ચલાવે છે અને લય પામે છે; તેની બુદ્ધિ, તેનાં પુસ્તકો અને કાર્યો, એ તેની પાછળ રહેલ અવશેષો માત્ર છે. આનો વિચાર કરો. મહાન ધર્મપ્રવર્તકોને મહાન ફિલસૂફો (તત્ત્વજ્ઞાની) સાથે સરખાવો. ફિલસૂફોએ ભાગ્યે જ કોઈના આંતર જીવન પર પ્રભાવ પાડ્યો હશે અને છતાં તેમણે પુસ્તકો અદ્ભુત લખ્યાં હશે. બીજા બાજુ ધર્મપ્રવર્તકોએ પોતાના જીવન દરમિયાન જ અનેક દેશોમાં હલચલ જગાવી દીધી હશે. આ તફાવત વ્યક્તિત્વને કારણે જ થયો હતો. ફિલસૂફા કિસ્સામાં અસર કરનારું જે વ્યક્તિત્વ છે તે ખૂબ જ મોળું છે, જ્યારે મહાન અવતારોના કિસ્સામાં વ્યક્તિત્વ પ્રચંડ છે. પહેલાના કિસ્સામાં આપણને માત્ર બુદ્ધિનો સ્પર્શ થાય છે, જ્યારે બીજા દાખલામાં આપણને જીવનનો સ્પર્શ થાય છે. પહેલા દાખલામાં માત્ર રાસાયણિક ક્રિયા થાય છે; તેમાં કેટલાંક રસાયણો તે એક સાથે મૂકવામાં આવે છે કે જે ધીમે ધીમે ભેગાં થાય, અને જો યોગ્ય સંજોગો મળે તો પ્રકાશ પેદા કરે અથવા તો બુઝાઈ જાય. બીજા કિસ્સામાં પેલો પ્રકાશ જબરી મશાલની માફક બીજાને અજવાળતો તથા આજુબાજુને પ્રકાશિત કરતો જાય છે.

#### □ યોગવિજ્ઞાન

યોગશાસ્ત્ર એવો દાવો કરે છે કે આ વ્યક્તિત્વને વિકસાવે તેવા નિયમો તેણે શોધી કાઢ્યા છે, અને તે નિયમો તથા પ્રણાલીનું પાલન કરવાથી દરેક માણસ પોતાના વ્યક્તિત્વને વિકસાવી અને મજબૂત બનાવી શકે છે. આ એક મોટી વ્યવહારુ બાબત છે અને કેળવણી માત્રનું રહસ્ય આ છે; તેનો પ્રયોગ સર્વત્ર થઈ શકે છે. ગૃહસ્થના જીવનમાં - ગરીબ કે તવંગર, વેપારી કે આધ્યાત્મિક પુરુષ, દરેકનાં જીવનમાં આ વ્યક્તિત્વને શક્તિશાળી બનાવવું એ મોટી બાબત છે. આપણે જાણીએ છીએ કે ભૌતિક નિયમોની પાછળ અતિ સૂક્ષ્મ નિયમો પડેલાં છે. એટલે કે ભૌતિક દુનિયા, માનસિક દુનિયા, આધ્યાત્મિક દુનિયા એવાં ભિન્ન ભિન્ન તત્ત્વો નથી; જે કાંઈ છે તે એક જ છે. આપણે એમ કહીએ, કે અસ્તિત્વ એક આણીદાર શંકુ જેવું છે; સૌથી વધારે જાડો ભાગ આ છેડે છે, ને બીજે છેડે જતાં જતાં તે વધારે આણીદાર, વધારે સૂક્ષ્મ બનતો જાય છે. સૌથી સૂક્ષ્મ ભાગને આપણે આત્મા કહીએ છીએ, સૌથી સ્થૂળ ભાગને આપણે શરીર તરીકે ઓળખીએ છીએ. જે અણુમાં છે તે જ વિરાટમાં છે. આપણું આ વિશ્વ બરાબર તેના જેવું

જ છે. બાહ્ય દૃષ્ટિએ તે અત્યંત સ્થૂળ છે; અને બીજા છેડા તરફ તે અણીદાર બનતાં બનતાં છેવટે સૂક્ષ્મમાં સૂક્ષ્મ ઈશ્વર બની જાય છે.

#### □ સૂક્ષ્મની શક્તિ

આપણે એ પણ જાણીએ છીએ કે મોટામાં મોટી શક્તિ સૂક્ષ્મમાં મૂકાયેલી છે, સ્થૂળમાં નહીં. આપણે એક માણસને ભારે વજન ઉપાડતો જોઈએ છીએ, તેના સ્નાયુઓ મોટાં થતાં દેખીએ છીએ, તેના આખા શરીરમાં થાકનાં ચિહ્નો જોઈએ છીએ અને આપણે ધારીએ છીએ કે સ્નાયુઓ મજબૂત થી જ છે. પણ આ સ્નાયુઓને શક્તિ આપનારી વસ્તુ તો ઝીણા દોરા જેવી નસો જ છે; જે ક્ષણે આમાંની એક પણ ઝીણી નસ સ્નાયુઓ સુધી પહોંચતી અટકી જાય કે તરત જ સ્નાયુઓ કામ કરી નહીં શકે. આ નાજુક નસો કંઈક સૂક્ષ્મ વસ્તુઓ-તંતુઓમાંથી શક્તિ લાવે છે, અને તે સૂક્ષ્મ વસ્તુ હજુયે વધારે સૂક્ષ્મ તત્ત્વ-મનમાંથી શક્તિ લાવે છે. તેથી શક્તિનું સાચું સ્થાન સૂક્ષ્મ તત્ત્વ જ છે. એ ખરું છે કે માત્ર સ્થૂળ વસ્તુઓમાં જ આપણે ગતિ જોઈએ છીએ; જ્યારે સૂક્ષ્મ તત્ત્વમાં ગતિ થાય છે ત્યારે આપણે તે જોઈ શકતા નથી. જ્યારે કોઈ સ્થૂળ વસ્તુ ગતિમાન થાય છે ત્યારે આપણે તેને પકડીએ છીએ અને આમ આપણે સ્વાભાવિક રીતે જ ગતિને સ્થૂળ વસ્તુ સાથે સાંકળી દઈએ છીએ. પણ ખરું જોતાં તો બધી શક્તિ સૂક્ષ્મમાં જ રહેલી છે. આપણે સૂક્ષ્મમાં કંઈ પણ ગતિ જોતા નથી તેનું કારણ કદાચ એમ હોય કે એ ગતિ એટલી બધી તીવ્ર હોય છે કે આપણે તે જોઈ શકતા નથી. પણ કોઈ વિજ્ઞાન વેડે કે કોઈ શોધને પરિણામે જો આપણે બાહ્ય ઘટનાના કારણરૂપ આ સૂક્ષ્મ બળોને પકડી શકીએ તો તે બાહ્ય અભિવ્યક્તિ પોતે જ આપણા કાબૂમાં આવી જશે. નાનકડો પરપોટો તળાવને તળિયેથી આવતો હોય છે; પણ તેને ઉપર આવતાં દરમિયાન આપણે જોઈ શકતાં નથી; જ્યારે સપાટી ઉપર આવે છે ત્યારે જ માત્ર આપણે તેને જોઈ શકીએ છીએ. તે જ પ્રમાણે વિચારોને પણ જ્યારે તેઓ ખૂબ વિકસી જાય અથવા કાર્યમાં પરિણમે, માત્ર ત્યાર પછી જ આપણે જોઈ શકીએ છીએ. આપણે કાયમ ફરિયાદ કરતા હોઈએ છીએ કે આપણાં કાર્યો ઉપર અથવા આપણા વિચારો ઉપર આપણો કાબૂ નથી. પણ આપણો તેના પર અંકુશ કેવી રીતે હોઈ શકે ? જો આપણે સૂક્ષ્મ હિલચાલ ઉપર કાબૂ મેળવી શકીએ, જો વિચારને, તે વિચાર બને અથવા કાર્યમાં પરિણમે તે પહેલાં આપણે મૂળમાંથી પકડી શકીએ, તો જ આપણે તેના ઉપર કાબૂ મેળવી શકીએ. હવે જો કોઈ એવી રીતે હોય કે જેનાથી આપણે પેલી સૂક્ષ્મ શક્તિઓનું કે સૂક્ષ્મ કારણોનું પૃથક્કરણ કે સંશોધન કરી શકીએ, તેને સમજી શકીએ અને છેવટે તેને પકડમાં લઈ શકીએ, તો જ માત્ર આપણે આપણી જાત ઉપર કાબૂ મેળવી શકીએ. અને જે માણસે પોતાનું મન કાબૂમાં લીધું છે તે ચોક્કસ બીજા કોઈના પણ

મનને તાબે કરી શકશે. તેથી જ પવિત્રતા અને નૈતિકતા હંમેશને માટે ધર્મના સાધ્ય તરીકે રહેલી છે. પવિત્ર અને નીતિવાળો પુરુષ હંમેશા પોતાની જાત ઉપર કાબૂ ધરાવતો હોય છે. બધાં મન એક જ છે; એક વિરાટ મનના તેઓ જુદા જુદા ભાગો છે. જે માણસ માટીના એક ઢેકાને ઓળખે છે તે દુનિયાભરની માટીને ઓળખે છે. જે માણસ પોતાના મનને જાણે છે અને તેને વશમાં રાખે છે, તે દરેકના મનનું રહસ્ય જાણે છે અને દરેકના મન ઉપર અધિકાર ધરાવે છે.

#### □ આપણો ઝડપી વિકાસ

જે ભૂમિકાઓમાંથી પસાર થઈને માનવ જાતિ ઊંચે આવી તે ભૂમિકાઓમાંથી દરેક માણસ તેના બાળપણમાં પસાર થાય છે; તફાવત ફક્ત એટલો જ છે કે માનવજાતને આ કામમાં જ્યારે હજારો વર્ષો લાગ્યાં, જ્યારે બાળકને ફક્ત થોડાંક વર્ષો લાગે છે. શરૂઆતમાં તો બાળક આદિ કાળનો જંગલી માનવ જ હોય છે - એ પોતાના પગ તળે પતંગિયાને કચડી નાખે છે. શરૂઆતમાં બાળક પોતાના આદિ પૂર્વજો જેવો જ હોય છે. જેમ જેમ તે મોટો થાય છે તેમ તેમ તે માનવજાતના વિકાસની જુદી જુદી અવસ્થાઓમાંથી પસાર થાય છે, અને આખરે માનવજાતને કરેલા વિકાસના છેલ્લા પગથિયા સુધી પહોંચી જાય છે; માત્ર તેની ગતિ ઝડપી અને વેગીલી હોય છે. હવે સમગ્ર માનવજાતને એક જાતિ તરીકે ગણો અથવા પ્રાણીમાત્રની એટલે કે મનુષ્ય અને નીચલી કક્ષાનાં પ્રાણીઓની એકત્ર ગણના કરો; તે બધાં સમગ્ર રીતે એક અમુક ધ્યેય તરફ આગળ વધે છે. આપણે તેને ‘સંપૂર્ણતા’ એવું નામ આપીએ. કેટલાક પુરુષો અને સ્ત્રીઓ એવાં જન્મે છે કે જેમની મારફત માનવજાતની સામુદાયિક પ્રગતિ અગાઉથી સૂચિત થાય છે. આખીયે માનવજાત જ્યાં સુધી આ પૂર્ણતાને ન પામે ત્યાં સુધી રોકાવાને બદલે અથવા યુગોનાં યુગો સુધી પુનર્જન્મ લેવાને બદલે, તે લોકો જાણે કે પોતાની જિંદગીના જૂજ વરસોમાં જ તેમાંથી પસાર થઈ જાય છે અને પૂર્ણતાને પામે છે. આપણે જાણીએ છીએ કે જો આપણી જાતને આપણે વફાદાર હોઈએ તો આ પ્રગતિને આપણે માણસોને એક બેટ ઉપર રહેવા છોડી દેવામાં આવે, અને તેમને જરૂર પૂરતાં જ અન્ન, વસ્ત્ર અને આશ્રયસ્થાન આપવામાં આવે, તો તેઓ સુધારાનાં પગથિયાં ચઢતાં ચઢતાં ધીમે ધીમે ઉપર જશે જ. આપણે એ પણ જાણીએ છીએ કે આ પ્રક્રિયાને વધારાનાં સાધનો વેડે ત્વરિત બનાવી શકાય. આપણા ઝાડને ઝડપથી ઊગવામાં મદદ કરીએ છીએ, ખરું ને ? જો આપણે તેમને કુદરતને આશરે છોડી દીધાં હોત તો પણ વૃક્ષ મોટાં તો થાત, પરંતુ તેમાં તેમને ખૂબ લાંબો સમય લાગત. કુદરતી રીતે ઊગતાં તેમને જે સમય લાગે, તેથી ઓછા સમયમાં ઊગવામાં આપણે તેમને મદદ કરીએ છીએ. સર્વ સ્થળે કાયમ આપણે એ જ કરીએ છીએ; કૃત્રિમ સાધનો વેડે વસ્તુઓનો ઉછેર ઝડપી બનાવીએ છીએ. તો

આપણે આવી રીતે માણસોની પ્રગતિને પણ ઝડપી કેમ ન બનાવી શકીએ ? જાતિ તરીકે આપણે આમ કરી શકીએ. બીજા દેશોમાં ઉપદેશકો શા માટે મોકલવામાં આવે છે ? કારણ એ છે કે, આ સાધનો વડે આપણે જાતિઓનો ઉત્કર્ષ જલદી સાધી શકીએ છીએ. તો શું આપણે વ્યક્તિઓનો ઉત્કર્ષ ઝડપી ન બનાવી શકીએ ? જરૂર. આ ઝડપમાં આપણે કોઈ મર્યાદા મૂકી શકીએ. માણસ માત્ર આટલું જ કરી શકે, વધારે નહીં, તેમ કહેવાનું તમારી પાસે કોઈ જ કારણ નથી. સંજોગો તેમાં અદ્ભુત ઝડપ લાવી શકે. તો તમે પૂર્ણતાને ન પામો ત્યાં સુધી ઉત્કર્ષમાં કોઈ મર્યાદા આવી શકે ખરી ? અર્થાત્ તેનું પરિણામ શું આવે ? જે પૂર્ણ માનવી આ માનવજાતિનો આદર્શ-જે કદાચ કરોડો વર્ષો બાદ આવવાનો છે, તે આજે પણ થઈ શકે. યોગીઓ આમ જ કહે છે તેઓ કહે : બધા મહાન અવતારો અને પયગંબરો આવા જ માણસો છે; તેઓ આ જિંદગીમાં જ સંપૂર્ણતાને પામી ગયા હોય છે. જગતના ઇતિહાસના દરેક તબક્કે અને દરેક સમયે આવા મહાન માણસો પાક્યા જ છે. હમણાં તાજેતરમાં જ એવો એક પુરુષ હતો કે, જે માનવજાતિની આખી જિંદગી જીવ્યો અને આ જીવનમાં જ ધ્યેયને પહોંચ્યો. વિકાસની આ ત્વરા પણ નિયમોને અધીન હોવી જોઈએ. જો આપણે આ નિયમોનું સંશોધન કરીએ અને તેનું રહસ્ય સમજી લઈને આપણી જરૂરિયાતોને લાગુ પાડીએ, તો પરિણામે આપણે પણ વિકાસ પામીએ. આપણે પણ આપણા ઉછેર તથા વિકાસને ઝડપી બનાવીએ, અને આ જીવનમાં જ સંપૂર્ણ બનીએ. આપણા જીવનની આ ઉચ્ચ બાજુ છે; અને મનના તથા તેની શક્તિઓના વૈજ્ઞાનિક અભ્યાસનો ખરો હેતુ આ પૂર્ણતાને પામવાનો છે. માનવીને પૈસા વડે તેમજ બીજાં ભૌતિક સાધનો વડે મદદ કરવાનું તથા તેનું દૈનિક જીવન સરળતાથી કેમ પસાર કરવું તે શીખવાનું તો ગૌણ બાબત છે.

આ શાસ્ત્રની ઉપયોગિતા યુગોના યુગો સુધી રાહ જોયા વિના સંપૂર્ણ માનવી પેદા કરવાની છે; માનવીને ભૌતિક દુનિયાના હાથમાં માત્ર રમકડું બની, સમુદ્રમાં આમતેમ ફેંકતો - જેને મોજાં ફાવે તેમ અથડાવ્યે રાખે તેવો લાકડાનો ટુકડો બનાવવાનો નથી. આ શાસ્ત્ર ચાહે છે કે તમે બળવાન બનો; કાર્યને પ્રકૃતિને હવાલે સોંપવાને બદલે તમે જ તેને હાથ ધરો અને આ નાનકડી જિંદગીને પાર કરી જાઓ. એ જ મહાન વિચાર છે. (૭.૫૫-૬૦)

સ્વામી વિવેકાનંદ

## ૨.૨ : મનની શક્તિઓ

એક વિચારને ગ્રહણ કરો. તેને તમારું જીવન સર્વસ્વ બનાવી દો; એના વિષે ચિંતન કરો, એનું સ્વપ્ન સેવો, એ વિચાર પર જ જીવો. તમારું મગજ, સ્નાયુઓ, માંસપેશીઓ, જ્ઞાનતંતુઓ અને તમારા શરીરનું અંગે અંગ - એ બધાંને એ વિચારથી ભરી દો અને એ સિવાયના અન્ય સર્વ વિચારને બાજુ પર મૂકી દો. સફળતા મેળવવાનો આ જ માર્ગ છે. આપણે જો શાશ્વત કલ્યાણ સાધવું હોય, અને અન્ય લોકોને તેમાં ભાગીદાર બનાવવા હોય, તો આપણે વિશેષ ઊંડા ઉતરવું જોઈએ. આ સિદ્ધ કરવાનું પહેલું પગલું મનને વ્યગ્ર ન થવા દેવાનું, ચંચળ બનાવે તેવા વિચારો ધરાવતા માણસો સાથે ન ભળવાનું છે... જીવન કે મૃત્યુની પરવા કર્યા વિના સખત અભ્યાસ કરો; એકવાર ઝૂકાવી દો અને ફળનો વિચાર કર્યા વગર કાર્યમાં મંડી પડો.

જગતના સર્વ મહાન પયગંબરો, સંતો અને ઋષિઓએ શું કર્યું ? કેવળ એક જન્મમાં જ તેઓએ માનવજાતનું સમગ્ર જીવન જીવી લીધું. સામાન્ય માણસોને સંપૂર્ણતાની જે સ્થિતિએ પહોંચતા અનેક જન્મો લેવા પડે તે સ્થિતિએ તેઓ એક જન્મમાં પહોંચી ગયા. આવા પુરુષો એક જન્મમાં પૂર્ણતાની કોટીએ પહોંચી જાય છે; બીજા કશાનો તેઓ વિચાર કરતાં નથી, જીવનની એક પળ તેઓ અન્ય કોઈ વિચાર માટે ખર્ચતા નથી અને આ રીતે પૂર્ણત્વને પ્રાપ્ત કરવાનો તેમનો માર્ગ ટૂંકો બને છે. એકાગ્રતાનો આ જ અર્થ છે - કે સમીકરણની શક્તિને તીવ્ર બનાવવાની અને પૂર્ણ કોટિએ પહોંચવાના માર્ગને ટૂંકાવવો.

એકાગ્રતાની શક્તિ જેમ જેમ વધુ ને વધુ કેળવાતી જશે, તેમ તેમ વધુ ને વધુ જ્ઞાનપ્રાપ્તિ થતી જશે. કારણ કે જ્ઞાન પ્રાપ્તિનો આ જ એકમાત્ર ઉપાય છે. હલકામાં હલકો બુટપોલિશવાળો પણ જેટલો વધારે એકાગ્ર થશે, તેટલો તે જોડાને વધારે ચમકવાળા બનાવશે; એ જ રીતે, એકાગ્રતાને લીધે રસોયો વધુ સારી રસોઈ બનાવશે. ધન મેળવવામાં, ઈશ્વરની આરાધના કરવામાં કે અન્ય કોઈ કાર્ય બજાવવામાં એકાગ્રતાની શક્તિ જેટલી વધારે, તેટલું તે કાર્ય વધારે સારું થશે. આ જ એક એવો સાદ છે, એવી ટકોર છે, કે જે પ્રકૃતિનાં દ્વારને ઉઘાડી નાખે છે અને પ્રકાશના પૂરને બહાર રેલાવે છે.

મનની શક્તિઓને એકાગ્ર કર્યા સિવાય આ જગતમાંનું બધું જ્ઞાન ક્યાં મેળવાયું છે ? આપણે એનાં દ્વાર કેમ ખખડાવવાં તે જાણીએ, યોગ્ય પ્રહાર કેવી રીતે કરવો તે પિછાનીએ, તો જગત તેનાં રહસ્યો આપણી સમક્ષ ખુલ્લાં કરવા તૈયાર છે. એકાગ્રતામાંથી આ પ્રહારનું બળ

અને શક્તિ આવે છે. માનવમનની શક્તિને કોઈ મર્યાદા નથી. જેમ એ વધુ એકાગ્ર બને, તેમ એક કેન્દ્ર પર વધુ શક્તિ એકાગ્ર થાય; જ્ઞાન પ્રાપ્તિનું એ જ રહસ્ય છે.

કોઈપણ બળને સર્જ શકાય નહિ; તેને કેવળ અમુક ચોક્કસ દિશામાં વાળી શકાય. તેથી આપણામાં પહેલેથી જ રહેલ મહાન શક્તિઓને નિયમનમાં રાખતાં આપણે શીખવું જોઈએ. અને ઈચ્છાશક્તિ દ્વારા એ શક્તિઓને કેવળ પશુતુલ્ય સ્થિતિમાં રાખવાને બદલે તેમને આધ્યાત્મિક પંથે વાળવી જોઈએ. આ રીતે સ્પષ્ટ જોઈ શકાય છે કે બ્રહ્મચર્ય એ સર્વ નીતિમત્તા અને સર્વ ધર્મોની આધારશિલા છે... જો કોઈપણ માનવી પોતાના જીવનની સૌથી પ્રબળ શક્તિનો અપવ્યય કરે, તો તે આધ્યાત્મિક થઈ શકે નહિ.

આપણે મુક્ત ! આપણે એક ક્ષણને માટે પણ આપણા પોતાના મન પર સત્તા ચલાવી શકતા નથી. એક વિષય ઉપર મનને કેન્દ્રિત કરી શકતા નથી, બીજી બધી બાબતોને છોડી દઈને મનને એક જ મુદ્દા ઉપર એકાગ્ર કરી શકતા નથી. ! છતાં આપણે આપણી જાતને મુક્ત માનીએ છીએ ! જરા વિચાર તો કરો ! આપણે શું કરવું જોઈએ તે જાણ્યા છતાં બહુ થોડા સમય માટે પણ આપણે તે પ્રમાણે કરી શકતા નથી. કોઈક ઈન્દ્રિય સુખનો વિચાર જાગે છે અને તરત આપણે તેને તાબે થઈ જઈએ છીએ. આપણી વિવેકબુદ્ધિ આવી નિર્બળતા માટે આપણને થપ્પડ મારે છે, છતાં આપણે ફરી ફરીને એમ કરીએ છીએ. રોજ રોજ એમ કરીએ છીએ. ગમે તેટલો પ્રયત્ન કરીએ તો પણ આપણે ઉચ્ચ પ્રકારનું જીવન જીવી શકતા નથી. ઈન્દ્રિયોની આ ગુલામીમાંથી જ દુનિયાનું સઘળું દુઃખ પેદા થયું છે... નિરંકુશ અને દોરવાણી વિનાનું મન આપણને હંમેશા નીચેને નીચે, ઘણે નીચે ખેંચ્યા કરશે, ચીરી નાખશે, મારી નાખશે; જ્યારે સંયમિત અને સન્માર્ગે દોરવાયેલું મન આપણને બચાવશે, મુક્ત કરશે. તેથી આવા મનને આપણે અંકુશમાં રાખવું જ જોઈએ.

માણસ અને પશુ વચ્ચે મુખ્ય તફાવત તેમની એકાગ્રતાની શક્તિમાં રહેલો છે. કોઈપણ કાર્યક્ષેત્રની તમામ સફળતાઓની પાછળ આ કારણ રહેલું છે... કલા, સંગીત વગેરેમાં ઉત્તમ સિદ્ધિઓ એકાગ્રતાનાં પરિણામો છે... એકાગ્રતાની શક્તિની વધુ ઓછી માત્રા માણસ માણસ વચ્ચે પણ તફાવત પાડે છે. હલકામાં હલકા માણસને મહાનમાં મહાન માણસ સાથે સરખાવી જુઓ. બન્ને વચ્ચેનો તફાવત એકાગ્રતાની માત્રાનો જ હોય છે.

એકાગ્રતા એ સર્વ જ્ઞાનનો સાર છે. તેના વિના કંઈ થઈ શકે નહિ. સામાન્ય માણસમાં તેની વિચારશક્તિનો નેવું ટકા ભાગ વ્યર્થ જાય છે, અને એટલે જ તે સતત ભૂલો કર્યા કરે છે. કેળવાયેલું મન અથવા માણસ કદી ભૂલો કરે નહિ. ચિત્તને જ્યારે એકાગ્ર કરી પાછું તેના પોતાના પર જ કેન્દ્રિત કરવામાં આવે છે, ત્યારે આપણી અંદરનું બધું આપણું માલિક નહિ, પરંતુ આપણું દાસ બને છે.

સંકુચિત હૃદયના લોકો પાસેથી તમે કયા કામની અપેક્ષા રાખી શકો ? જગતમાં કોઈ જ કામની નહિ ! સમુદ્ર તરવો હોય તો તમારામાં લોખંડી ઈચ્છાશક્તિ જોઈશે, તમારે પહાડો વીંધી નાખવા જેટલા બળવાન બનવું જોઈશે.

સારા તેમજ ખરાબ વિચારો એ દરેક પ્રબળ શક્તિ છે. અને એ બંને પ્રકારના વિચારો વિશ્વમાં વ્યાપી રહેલા છે. આંદોલનની જેમ વિચાર પણ જ્યાં સુધી કાર્યમાં પરિણત ન થાય ત્યાં સુધી વિચારના રૂપમાં રહે છે. દાખલા તરીકે, માણસ જ્યાં સુધી થપાટ મારે નહિ, ત્યાં સુધી બળ તેના હાથમાં ગુપ્ત પડ્યું રહે છે, પણ જ્યારે તે થપાટ મારે છે, ત્યારે તે એ બળને કાર્યમાં ફેરવી નાખે છે. સારાનરસા વિચારોના આપણે જ વારસદારો છીએ. જો આપણે આપણી જાતને પવિત્ર અને સદ્વિચારોનું સાધન બનાવીએ, તો એ સદ્વિચારો આપણામાં પ્રવેશ કરશે. સારો માણસ ખરાબ વિચારોને ગ્રહણ કરવા તૈયાર નહિ હોય.

માનવજાતિના ઈતિહાસમાં તમે જોશો કે આવા પયગમ્બરો આવે છે, ત્યારે તેમના જન્મ સાથે જ તેઓનું જીવનકાર્ય નિશ્ચિત થયેલું હોય છે. તેમની યોજના ઘડાઈને તૈયાર પડેલી હોય છે. તમે જોશો કે તેમાંથી એક તસુમાત્ર પણ તેઓ ચળતા નથી. તેઓ એક જીવનકાર્ય-એક સંદેશ લઈ આવે છે... આવા મહાન પયગમ્બરોનું, અવતારોનું, તમે એક ખાસ લક્ષણ જોશો કે તેમની આત્મશ્રદ્ધા પ્રબળ હોય છે... જ્યારે તેઓ કોઈ વાત કહેવા લાગે છે, ત્યારે દુનિયા તેમને અવશ્ય સાંભળે છે. જ્યારે તેઓ બોલે છે, ત્યારે તેમનો દરેક શબ્દ હૃદયમાં સીધો ઊતરી જાય છે; જાણે કે બોમ્બનો ગોળો ફાટ્યો. જો શબ્દની પાછળ શક્તિ ન હોય તો તેની શી કિંમત છે ? કંઈ ભાષામાં તમે બોલો છો, અગર કંઈ રીતે ભાષાની રચના કરો છો તેની શી કિંમત છે ? તમે વ્યાકરણશુદ્ધ બોલો કે છટાથી બોલો, તેનીય શી કિંમત છે ? તમારી ભાષા આલંકારિક છે કે નહિ તેની શી મહત્તા છે ? પ્રશ્ન તો એ જ છે કે તમારી પાસે કંઈ આપવા જેવું છે કે નહિ ? પ્રશ્ન

છે આપવા - લેવાનો, માત્ર સાંભળ્યા કરવાનો નહિ. તમારી પાસે આપવા જેવું કંઈ છે ખરું ? - એ છે પ્રથમ પ્રશ્ન. જો તમારી પાસે એવું કંઈ હોય, તો આપો.

જ્યારે સત્યની આ શક્તિ તમારામાં પ્રતિષ્ઠા પામશે, ત્યારે સ્વપ્નમાં પણ તમે કદી અસત્ય બોલશો નહિ. તમે મન, વચન અને કર્મમાં જે કાંઈ કહેશો તે સત્ય નીવડશે. તમે કોઈને કહેશો, 'સુખી થાઓ' તો એ માણસ સુખી થશે; જો કોઈ રોગીને તમે કહેશો, 'તમે નીરોગી બનો' તો એ તત્કાળ નીરોગી બની જશે.

ધ્યાન એ મહત્ત્વની બાબત છે. ધ્યાનનો અભ્યાસ કરો ! એ સર્વોત્તમ વસ્તુ છે. ધ્યાનમાં મગ્ન થયેલું ચિત્ત એટલે આધ્યાત્મિક જીવનનો નિકટતમ ઉપાય. આપણા જીવનની એ એક ક્ષણ એવી છે કે જ્યારે આપણે ભૌતિકતાથી તદ્દન અલગ થઈ જઈએ છીએ અને તમામ ઉપાધિઓથી મુક્ત બનેલો આપણો આત્મા કેવળ સ્વ - રૂપમાં જ સમમાણ રહે છે. એવો અદ્ભુત છે આ આત્માનો સંસ્પર્શ.

સ્વામી વિવેકાનંદ

“જગતી જીવશે ગુપ્ત પ્રભુને પ્રગટાવવા  
લઈ સ્વહસ્તમાં લેશે આત્મા લીલા મનુષ્યની  
જીવન પૃથિવીનું આ બનશે દિવ્ય જીવન.”

સાવિત્રી : શ્રી અરવિન્દ

### ૨.૩ : શ્રદ્ધા અને સામર્થ્ય

જે મનુષ્યને પોતાની જાતમાં શ્રદ્ધા નથી તે નાસ્તિક છે. જૂના ધર્મોએ કહ્યું : 'જેને પ્રભુમાં શ્રદ્ધા નથી તે નાસ્તિક છે.' નવો ધર્મ કહે છે : 'જેને પોતાની જાતમાં શ્રદ્ધા નથી તે નાસ્તિક છે.'

જગતનો ઈતિહાસ એટલે જે થોડા મનુષ્યોને પોતાની જાતમાં શ્રદ્ધા હતી એવા મનુષ્યોનો ઈતિહાસ. એવી શ્રદ્ધા મનુષ્યની અંદર રહેલી દિવ્યતાને પ્રગટ કરે છે. એવી શ્રદ્ધા વડે તમે ઈચ્છો તે કરી શકો. જ્યારે તમે તમારી અંદર રહેલી અનંત શક્તિને પ્રગટ કરવા માટે પૂરતો પુરુષાર્થ ન કરો ત્યારે જ તમે નિષ્ફળ થાવ છો. કોઈપણ મનુષ્ય કે રાષ્ટ્ર આત્મશ્રદ્ધા ગુમાવે કે તરત જ તેનો નાશ થાય છે.

શ્રદ્ધા, શ્રદ્ધા, પોતાની જાતમાં શ્રદ્ધા ; શ્રદ્ધા, ઈશ્વરમાં શ્રદ્ધા આ છે મહત્તાનું સહસ્ય. તમારા તેંત્રીસે કરોડ પૌરાણિક દેવતાઓમાં તમે શ્રદ્ધા ધરાવો અને પરદેશીઓએ અવારનવાર તમારી સમક્ષ આણેલા તમામ દેવતાઓમાં તમે શ્રદ્ધા રાખો - અને એમ છતાં તમારી જાતમાં કશી શ્રદ્ધા ન ધરાવો તો તમને મુક્તિની પ્રાપ્તિ થઈ શકે નહિ.

આત્મા માટે અમુક વસ્તુ અશક્ય છે એવો વિચાર કદાપિ કરશો નહિ, એવો વિચાર કરવો એ મોટામાં મોટું પાખંડ છે. જો જગતમાં ક્યાંય પાપ હોય તો તે 'હું નિર્બળ છું, પેલા લોકો નિર્બળ છે' એવું કહેવામાં છે.

તમે જેવા વિચાર કરશો, તેવા તમે થશો. જો તમે તમારી જાતને નિર્બળ ધારશો, તો તમે એવા બની જશો; અને જો તમે તમારી જાતને સમર્થ માનશો, તો તમે સમર્થ બની જશો.

મુક્ત બનો; કોઈપણ વ્યક્તિ પાસેથી કશી અપેક્ષા રાખો નહિ. મને ખાતરી છે કે જો તમે તમારા જીવનનું સિંહાવલોકન કરશો તો તમને જણાશે કે તમે હંમેશાં બીજા લોકો પાસેથી સહાય મેળવવાનો વ્યર્થ પ્રયાસ કરી રહ્યા હતા - અને એવી સહાય તમને કદાપિ મળી નહિ. તમને જે કંઈ સહાય મળી એ બધી તમારી પોતાની જાતમાંથી, તમારા આત્મામાંથી મળી.

કદાપિ 'નકાર' ભાણશો-નહિ; 'આ મારાથી થઈ શકશે નહિ' એવું કહેશો નહિ; કારણ કે તમારામાં અનંત શક્તિ ભરી પડી છે. તમારી મૂળ પ્રકૃતિની સરખામણીમાં સ્થળ અને કાળ પણ કશી વિસ્માતમાં નથી. તમે જે ઈચ્છો તે કરી શકો છો; તમે સર્વશક્તિમાન છો.



તમે તો ઈશ્વરનાં સંતાનો છો, અક્ષય સુખના ભાગીદાર છો, પવિત્ર અને પૂર્ણ આત્માઓ છો. અરે ઓ પૃથ્વી ઉપરના દિવ્ય આત્માઓ ! તમે પાપી ? મનુષ્યને પાપી કહેવો એ જ પાપ છે; મનુષ્ય પ્રકૃતિને એ કાયમી લાંછન લગાડવા જેવું છે; અરે ઓ સિંહો ! ઊભા થાઓ અને ‘અમે ઘેંટા છીએ’ એવા ભ્રમને ખંખેરી નાખો. તમે અમર આત્માઓ છો, મુક્ત છો, ધન્ય છો, નિત્ય છો; તમે જડ પદાર્થ નથી, શરીર નથી; જડપદાર્થ તમારો દાસ છે, તમે એના દાસ નથી.

સંઘર્ષોની - ભૂલોની - પરવા કરશો નહિ. મેં કોઈ ગાયને જૂઠું બોલતી કદાપિ સાંભળી નથી; પણ એ તો ગાયની કોટિ થઈ, માણસની નહિ. એટલે આ નાની નાની નિષ્ફળતાઓની, નાનાં નાનાં સ્ખલનોની પરવા કરશો નહિ. તમારા આદર્શને હજાર વાર ઊંચો ધરી રાખો. અને જો હજારવાર નિષ્ફળતા સાંપેડે તો વધુ વખત પ્રયત્નો ચાલુ રાખો.

નિર્ભળતા ટાળવાનો ઉપાય એ નથી કે નિર્ભળતાનું ચિંતન કરવું. પરંતુ એનો ઉપાય તો એ છે કે બળનું ચિંતન કરવું, માણસોમાં જે બળ પ્રથમથી જ રહેલું છે તેનું તેમને ભાન કરાવો.

ઉપનિષદોમાંથી બોમ્બની માફક ઊતરી આવતો અને અજ્ઞાનના રાશિ ઉપર બોમ્બગોળાની જેમ તૂટી પડતો એવો જો કોઈ એક શબ્દ તમને જડી આવતો હોય તો તે શબ્દ છે ‘અભી:’.

જો તમે ધ્યાનપૂર્વક જોશો, તો તમને ખ્યાલ આવશે કે મેં ઉપનિષદો સિવાયના કોઈપણ પુસ્તકોમાંથી અવતરણો આપ્યાં નથી; અને એમાંથી પણ મેં કેવળ સામર્થ્યના વિચારને રજૂ કર્યો છે. વેદ અને વેદાન્તનું એ સારતત્ત્વ છે; એ એક શબ્દમાં બધું સમાઈ જાય છે.

મારા નવયુવાન મિત્રો ! બળવાન બનો. તમને મારી આ સલાહ છે. ગીતાના અભ્યાસ કરતાં ફૂટબોલની રમત દ્વારા તમે સ્વર્ગની વધુ નજીક પહોંચી શકશો. આ શબ્દો તમને આકરા લાગશે, પરંતુ મારે તમને કહેવું જોઈએ, કારણ કે તમે મને પ્રિય છો. મુશ્કેલી ક્યાં છે એ હું જાણું છું, મને થોડો અનુભવ મળ્યો છે ખરો. તમારાં બાવડાં, તમારા સ્નાયુઓ, સહેજ વધુ મજબૂત હશે, તો તમે ગીતાને વધુ સારી રીતે સમજી શકશો.

હું પ્રત્યેક વ્યક્તિને આ એક પ્રશ્ન પૂછું છું : ‘તમે બળવાન છો ? તમને બળની અનુભૂતિ થાય છે ?’ હું જાણું છું કે કેવળ સત્ય જ મનુષ્યને બળવાન બનાવે છે... બળ એ દુનિયાના રોગનું ખરું ઔષધ છે.

મહત્ત્વનો મુદ્દો આ છે : બળ એટલે જીવન. નિર્ભલતા એટલે મૃત્યુ; બળ એટલે

સુખ, શાશ્વત, અમર જીવન; નિર્ભળતા એટલે સતત તાણ અને યાતના; નિર્ભળતા એટલે જીવનનો ક્ષય.

જો તમારે સફળતા પ્રાપ્ત કરવી હોય, તો તમારી પાસે પ્રયંડ ખંત અને દૃઢ ઈચ્છા શક્તિ હોવા જોઈએ. ખંતીલો માણસ કહે છે : ‘હું સાગરને પી જઈશ. મારી ઈચ્છા થતાં વેંત પર્વતો કડઠભૂસ થઈ તૂટી પડશે. આવા પ્રકારની શક્તિ પ્રાપ્ત કરો. આવા પ્રકારની ઈચ્છાશક્તિ દાખવો. જો તમે પુરુષાર્થ કરશો, તો જરૂર તમે ધ્યેયને પામી શકશો.

જરૂર છે મર્દોની, સાચા મર્દોની; બીજું બધું તો થઈ રહેશે. પણ ખરેખર તો બળવાન, પ્રાણવાન, શ્રદ્ધાવાન અને નિષ્ઠાથી ઊભરાતા નવયુવકોની જરૂર છે. જો આવા સો નવયુવકો આવી મળે, તો આ જગતની સૂરત પલટી જાય.

શું દેશમાં પડઘમો બનતાં નથી ? શું ભારતમાં રણભેરીઓ અને રણશીગાઓ મળતાં નથી ? આપણા યુવકોને આવાં વાદોનો મન્દ્ર ધ્વનિ સંભળાવો. ઝૌણ પ્રકારના સંગીતસૂરો છેક બાલ્યકાલથી સાંભળી સાંભળીને આ દેશ લગભગ સ્ત્રિયાભૂમિમાં પલટાઈ ગયો છે.

‘અજ્ઞાનથી ભરેલું એટી જીવન જીવવું એના કરતાં મૃત્યુ પામવું એ વધું સારું છે; પરાજયથી ભરેલી જિન્દગી ગુજારવી એના કરતાં સમરભૂમિમાં મૃત્યુને ભેટવું એ બહેતર છે.’ ધર્મનો પાયો આ છે.

આવો, કશુંક વીરતાભર્યું કાર્ય કરી બતાવો. ભાઈ, તમને મુક્તિની પ્રાપ્તિ, થાય તો પણ શું થયું ? પતનની થોડી પરંપરા ચાલે, તો પણ શો વાંધો છે ? શું આ સુભાષિત ખોટું છે ?

મનસિ વચસિ કાયે પુણ્યપીયૂષપૂર્ણા-  
સ્ત્રિભુવનમુપકારશ્રેણિભિઃ પ્રીણચન્તઃ  
પરગુણપરમાણન પર્વતીકૃત્ય નિત્યં  
નિજહદિ વિકસન્તઃ સન્તિ સન્તઃ ક્ષિયન્તઃ  
(ભર્તૃહરિ)

(જેમનાં મન, વાણી અને કાયા પુણ્યરૂપી અમૃતથી ભરપૂર છે, જેઓ ત્રણેય ભુવનોને અનેક ઉપકારો કરીને પ્રસન્ન કરે છે, પારકાના પરમાણુ જેટલા ગુણોને, પર્વતની સમાન મોટા કરીને, જેઓ પોતાના હૃદયમાં રાજી થાય છે તેવા સંત લોકો વિરલ જ હોય છે.)

પ્રત્યેક માણસ પોતાનાથી બનતો શ્રમ ન કરે તો શું કોઈ પણ કાર્ય થઈ શકે ખરું ? ઉદ્યોગિનઃ પુરુષસિંહમુપૈતિ લક્ષ્મીઃ ! ‘સિંહની છાતીવાળા ઉદ્યોગી પુરુષને જ લક્ષ્મી આવી મળે

છે.’ ભૂતકાળમાં દષ્ટિ કરવાની કંઈ જરૂર નથી. આગળ ઘણો ! આપણે અપાર શક્તિ, અનંત ઉત્સાહ, અસીમ હિંમત અને અપરિમિત વૈર્યની જરૂર છે. તો જ મહાન કાર્યો સિદ્ધ થાય...

નિરાશ થશો નહિ; માર્ગ ઘણો કઠિન છે - અસ્ત્રાની ધાર ઉપર ચાલવા જેવો કઠિન છે; આમ છતાં હિંમત હારશો નહિ. ઊંઠો, જાગો અને ધ્યેયને સિદ્ધ કરો.

ભાઈ ! તું શા માટે રડે છે ? તને રોગ કે મૃત્યુ નથી. ભાઈ, તું શાને રડે છે ? તને દુઃખ કે દુર્ભાગ્ય નથી. ભાઈ, તું શા માટે આંસુ સારે છે ? તારાં નસીબમાં મૃત્યુ કે પરિવર્તન નિર્માયાં જ નથી; તું કેવળ સત્ છો... તું સ્વ - સ્થ થા.

લોકો ગમે તે કહે, તમે તમારા સિદ્ધાંતને વળગી રહો; તો ખાતરી રાખજો કે જગત તમારા પગમાં પડવાનું છે. લોકો કહે છે : ‘અમુક વ્યક્તિમાં વિશ્વાસ રાખો.’ પણ હું કહું છું : ‘પહેલાં તમે તમારી જાતમાં વિશ્વાસ રાખો.’ એ જ સાચો રસ્તો છે. તમારામાં શ્રદ્ધા રાખો. સઘળી શક્તિ તમારામાં જ રહેલી છે. તેના પ્રત્યે સભાન બનો અને તેને બહાર લાવો. કહો કે ‘હું બધું કરી શકીશ’. ‘જો તમે દૃઢતાથી સર્પના ઝેરના અસ્તિત્વનો પણ અસ્વીકાર કરો, તો તે ઝેર પણ બિન અસરકારક બની જાય.’

એકવાર કાશીમાં હું એક જગ્યાએથી પસાર થતો હતો, ત્યાં એક બાજુ પાણીનું મોટું તળાવ હતું અને બીજી બાજુ ઊંચી દીવાલ હતી. એ જગ્યાએ ઘણાં વાંદરા હતા. કાશીના વાંદરા મોટા હિંસક પશુઓ જેવા હોય છે... તેઓ મારી નજીક આવ્યા, એટલે મેં દોડવાનું શરૂ કર્યું. પણ હું જેમ જેમ વધુ ઝડપથી દોડતો ગયો તેમ તેમ વાંદરાઓ પણ ઝડપથી પીછો પકડવા લાગ્યા અને તેમણે મને બચકાં ભરવા માંડ્યાં. એમનાથી છટકવાનું મને અશક્ય લાગ્યું; પણ બરાબર એ જ વખતે એક અજાણ્યા ભાઈ આવી ચડ્યા અને તેણે ભૂમ પાડીને મને કહ્યું, ‘‘પશુઓનો સામનો કરો.’’ હું પાછો ફર્યો અને વાંદરાઓની સામે થયો, એટલે તેઓ પાછા હટ્યા અને આખરે નાસી ગયા. જીવન માટે આ એક બોધપાઠ છે. ભયની સામે થાઓ, તેનો હિંમતપૂર્વક સામનો કરો. જીવનની હાડમારીઓથી જ્યારે આપણે ભાગતા નથી, ત્યારે વાંદરાઓની જેમ તે પાછી હટે છે. આપણે સ્વાતંત્ર્ય મેળવવું હોય તો તે પ્રકૃતિ ઉપર વિજય મેળવીને જ પ્રાપ્ત કરી શકીશું, નહિ કે નાસી છૂટીને. નામદને કદી વિજય સાંપડતો નથી. જો ભય, મુશ્કેલી અને અજ્ઞાનને આપણે આપણી આગળથી નસાડવાં હોય, તો આપણે તેમની સામે લડવું પડશે.

સ્વામી વિવેકાનંદ

## ૨.૪: પ્રાર્થના-૧ : માનવજીવનનું અંતરતમ સત્ત્વ

પ્રાર્થના માણસના જીવનનું અંતરતમ સત્ત્વ છે એ બીજા મુદ્દા પર આવું. પ્રાર્થના કાં તો આજીજીરૂપે હોય અથવા વધારે વ્યાપક અર્થમાં અંતરમાં ઈશ્વર સાથે અનુસંધાન હોય. બંને અર્થમાં સરવાળે પરિણામ એક જ આવે છે. ઈશ્વરને આજીજીરૂપે થતી પ્રાર્થનામાં પણ આત્માને શુદ્ધ કરવાની અને તેના પર ચડેલો મેલ દૂર કરવાની, તેના પર ચડેલાં અજ્ઞાન ને અંધકારનાં પડમાંથી તેને મુક્ત કરવાની માગણી જ હોય છે. તેથી પોતાના અંતરમાં વસતા ઈશ્વરને જગાડવાની જેને તાલાવેલી લાગી હોય તેનો પ્રાર્થનાનો આધાર લીધા વગર છૂટકો નથી. પરંતુ પ્રાર્થનાકેવળ થોડા શબ્દોનું પોપટિયું રટણ નથી કે તેવા રટણનું શ્રવણ નથી અથવા કોઈક મંત્રનો અર્થ વગરનો પાઠ નથી. આત્માને દેંદોળીને જગાડતું ન હોય તેવું રામનામનું કેટલુંયે રટણ થાય તોયે તે મિથ્યા છે. પ્રાર્થનામાં શબ્દો ન હોય પણ દિલ હોય તે વાત શબ્દો હોય પણ દિલ ન હોય તે વાતના કરતાં બહેતર છે. પ્રાર્થના માટે આત્માને ભૂખ ઊપડી હોય તેને શમાવવાને જ તે હોવી જોઈએ અને ભૂખ્યા માણસને ઊલટભેર પૂરું ભોજન કરવામાં જેવો સ્વાદ આવે છે તેવો ભૂખ્યા અથવા ઈશ્વર સાથે અનુસંધાન માટે તલસતા જીવને પ્રાર્થનામાં સ્વાદ આવશે. અને મારો પોતાનો તેમ જ મારા સાથીઓનો થોડો અનુભવ તમને જણાવું કે પ્રાર્થનાના જાદુનો જેને એક વખત અનુભવ થયો છે તે દિવસો સુધી ખોરાક વગર ચલાવશે પણ પ્રાર્થના વગર તેને એક ક્ષણ પણ નહીં ચાલે. એનું કારણ એવું છે કે પ્રાર્થના વગર અંતરની શાંતિ નથી.

કોઈ કહેશે કે જો એવું હોય તો આપણા જીવનની પળેપળ આપણે પ્રાર્થના કરવી જોઈએ. એ વિશે કશી શંકા નથી. પણ આપણે માણસો છીએ ને હંમેશા ગફલત કરીએ છીએ. એક ક્ષણને માટે પણ આપણને માણસોને અંતરમાં ઈશ્વર સાથે અનુસંધાન કરવાને ત્યાં ઊંડો ઊતરવાનું મુશ્કેલ લાગે છે. અને આપણને કામને માટે ઈશ્વરના અનુસંધાનમાં રહેવાનું અશક્ય લાગે છે તેથી આપણે રોજ થોડા સમયને માટે દુનિયાની આસક્તિમાંથી અળગા થવાનો ગંભીર પ્રયાસ કરવાને સારું અમુક વખત જુદો કાઢીએ છીએ, કહો કે આપણા દેહભાવમાંથી બહાર નીકળવાનો અંતરથી પ્રયત્ન કરીએ છીએ. તમે સુરદાસનું ભજન સાંભળ્યું છે. ઈશ્વરની સાથે એક થવાની જેને તાલાવેલી લાગી છે એવા આત્માનો એ આર્તનાદ છે. આપણે મુકાબલે તેઓ સંત હતા પણ તેમને પોતાને માટે તેઓ નામીયા પાપી હતા. આધ્યાત્મિક દષ્ટિથી તેઓ આપણા કરતાં ક્યાંયે આગળ નીકળી ગયા હતા પણ ઈશ્વરથી પોતાની જુદાઈનું ભાન તેમને એટલું તીવ્રપણે રહેતું હતું કે મો સમ કૌન કુટિલ ખલ કામી એમ ગાઈને તેમણે ત્રાસીને તેમ જ નિરાશ થઈને આકંઠ કર્યું.

અહીં સુધી મેં પ્રાર્થનાની જરૂર વિશે વાત કરી અને તેની મારફતે પ્રાર્થનાના હાર્દનો પણ વિચાર કર્યો. આપણને આપણા માનવબંધુઓની સેવા કરવાને જન્મ મળ્યો છે અને આપણે પૂરા જાગ્રત ન રહીએ તો તે સેવા કરી શકતા નથી. માણસના અંતરમાં પ્રકાશ અને અંધકારનાં બળો વચ્ચે નિરંતર કારમાં યુદ્ધ ચાલ્યાં છે અને જેની પાસે પ્રાર્થનાનો આધાર નથી તે અંધકારનાં બળોનો ભોગ બન્યા વગર રહેવાનો નથી. પ્રાર્થના કરનારો જીવ અંતરમાં અને બહારથી આખીયે દુનિયા સાથે શાંતિ અનુભવશે; પ્રાર્થનાથી ભરેલા દિલ વગર જે માણસ દુનિયાના વહેવારોમાં પ્રવેશ કરશે તે જાતે દુઃખી થશે ને દુનિયાને પણ દુઃખી કરશે. તેથી મરણ પછી આવનારી માણસની સ્થિતિ સાથે પ્રાર્થનાનો જે સંબંધ છે તેની વાત જવા દઈએ તોપણ પોતાની આસપાસની જીવોથી ભરેલી દુનિયામાં પ્રાર્થના તેને માટે અપાર મૂલ્યવાન વસ્તુ છે. આપણાં રોજબરોજનાં કામોમાં વ્યવસ્થા, શાંતિ અને સરળતા લાવવાનું એકમાત્ર સાધન પ્રાર્થના છે. એ એક મહત્ત્વની વાત સાંભળી લેવાય તો બાકીની વાતોની સંભાળ આપમેળે લેવાતી રહેશે. ચોરસના એક ખૂણાને સરખો કરતાંવેંત બાકીના આપમેળે સરખા થયા વગર રહેતા નથી.

તેથી તમારા દિવસની શરૂઆત પ્રાર્થનાથી કરવાનું રાખો. અને તે એવી ઊંડી ભાવનાથી કરો કે તેનો પ્રભાવ સાંજ સુધી તમારા મન પર રહે. અને દિવસનું કામ પણ પ્રાર્થનાથી પૂરું કરો જેથી રાત પણ મીઠાં કે માઠાં સ્વપ્નાં વગરની શાંતિથી ભરેલી જાય. પ્રાર્થના કેવી કરવી ને તેનું સ્વરૂપ કેવું રાખવું તેની ક્લિષ્ટતામાં પડશો મા. તેનું સ્વરૂપ ગમે તે હો પણ તેનાથી તમારું ઈશ્વર સાથે અનુસંધાન થવું જોઈએ. એટલી કાળજી રાખો કે પ્રાર્થનાનું સ્વરૂપ ગમે તે હોય પણ તેના બોલ મોઢેથી બોલાતા હોય તે દરમિયાન તમારું મન રજગવા ન નીકળી પડે, સ્થિર ને એકાગ્ર હોય.

સૂર્ય, ચંદ્ર ને તારા સમેત વિશ્વમાં વિચરતા બધાંયે પદાર્થો કેટલાક કાનૂનને તાબે રહે છે. એ કાનૂનોના અંકુશ મૂકનારા પ્રભાવ વિના આ દુનિયાનો વહેવાર એક ક્ષણ પણ ચાલે નહીં. તમે સૌએ તમારા માનવબંધુઓની સેવા કરવાનું વ્રત અથવા મિશન સ્વીકાર્યું છે. એટલે તમે જો તમારી જાત પર કોઈ અંકુશ નહીં મૂકો. કોઈ નિયમનું નિયંત્રણ નહીં સ્વીકારો તો તમારા ભાંગીને ભૂકા થઈ જશો. પ્રાર્થના એવી એક આધ્યાત્મિક શિસ્ત છે. આપણે માણસોને જાનવરથી જુદાં પાડનારી વસ્તુ આ શિસ્ત અને તેનું નિયંત્રણ છે. માથું ટટાર રાખી બે પગ પર ચાલનારાં માણસો રહેવું હોય અને માથું નીચું રાખી ચાર પગે ચાલનારાં જાનવર ન થવું હોય તો આપણે શિસ્ત અને નિયમને ઓળખીએ અને સ્વેચ્છાથી તેનો અંકુશ સ્વીકારીએ.

યંગ ઇન્ડિયા ૨૩-૦૧-'૩૦

## □ પ્રાર્થના શા સારું ?

પ્રાર્થના કરવી જ શા માટે ? ઈશ્વર જો હોય તો તેને આ બનાવની ખબર નહીં હોય ? એને પ્રાર્થના કરીએ તો જ શું એ પોતાનું કર્તવ્ય કરી શકે ?

ના, ઈશ્વરને કશાની યાદ આપવાની જરૂર નથી. એ તો દરેક જણના હૃદયમાં વસે છે. એની રજા સિવાય કંઈ જ બનતું નથી. આપણી પ્રાર્થના એ તો આપણા હૃદયનું શોધન છે. પ્રાર્થના આપણને યાદ દેવડાવે છે કે એના આધાર વિના આપણે નિરાધાર છીએ. પ્રાર્થના વિના, ઈશ્વરના આશીર્વાદ વગર મનુષ્યનો ગમે એટલો પુરુષાર્થ ફોગટ છે એવા ચોક્કસ ભાન વગર કોઈ પણ પુરુષાર્થ પૂરો થવાનો નથી. પ્રાર્થના આપણને નમ્રતા શીખવે છે. એ આત્મશુદ્ધિ કરવાનું, અંતરને શોધવાનું ઉદ્બોધન કરે છે.

હરિજનબંધુ, ૯-૬-'૩૫

મારી દૃષ્ટિએ ઈશ્વરને રામ કહો કે રહમાન કહો, ગોડ કહો કે અહુરમઝ્દ કહો કે કૃષ્ણ કહો, આ બધી શક્તિઓમાં પણ એક અમોઘ શક્તિ છે, એને નામ આપવાનાં મનુષ્યનાં ફાંફાં ચાલ્યાં છે. મનુષ્ય અપૂર્ણ હોવા છતાં પૂર્ણ થવાનો પ્રયત્ન કરે છે, તેથી વિચારના તરંગોમાં પડે છે અને પછી જેમ બચ્ચું ફાંફાં મારે, પડેઆખડે, અને પછી ટટાર થાય, તેમ બુદ્ધિરૂપે મનુષ્ય હજુ થોડા મહિનાનું જ બચ્ચું છે, એમ કહીએ, તો બ્રહ્માના દિવસમાં માપતા મુદલ અતિશયોક્તિ નથી, પણ શુદ્ધ સત્ય છે. આ બધું મનુષ્ય તો પોતાની જ ભાષામાં જણાવી શકે. ઈશ્વર નામની શક્તિને તો ભાષા જેવું કંઈ છે જ નહીં. એને મનુષ્યોનાં સાધનની ક્યાં કંઈ જરૂર છે ? એ તો પોતાની પાસે જે સાધન છે, એ વડે જ મહાસાગરરૂપી શક્તિને વિશે વર્ણન કરી શકે. આટલું ગળે ઊતરી શકે, તો બીજું પૂછવાપણું રહેતું નથી. તો પછી એને પ્રાર્થના કરવી એ મનુષ્યની ભાષામાં ઠીક જ કહેવાય, કેમ કે, એ મહાન શક્તિને પણ આપણા ઢાળમાં નાખીને જ એની કંઈક કલ્પના કરી શકીએ. એ કલ્પના કરતાં યાદ રાખીએ કે, આપણે બિંદુ છીએ, આપણે નાનકડું જંતુ છીએ, એ પણ ઈશ્વરરૂપી મહાસાગરના. અથવા ખરેખર તો એમાં પડી અનુભવ જ લેવાય, એનું વર્ણન આખી ન શકાય. એટલે બલાવાટ્સકીની ભાષામાં એમ કહેવાય કે, મનુષ્ય પ્રાર્થના પણ પોતારૂપી મહાન શક્તિને પોતે જ કરે છે. એમ કરતાં આવડે તે જ પ્રાર્થના કરે, એમ કરતાં ન આવડે તેને પ્રાર્થના કરવાની જ ન હોય. તેથી ઈશ્વરને માહું નથી લાગવાનું, પણ જે એ મહાન શક્તિને પ્રાર્થના નહીં કરે તે ખોશે, એમ મારે અનુભવથી કહેવું જોઈએ. પછી ભલે કોઈ ઈશ્વરને વ્યક્તિ ગણીને પૂજે કે ભજે, ને કોઈ મહાન શક્તિ ગણીને પૂજે કે બંને પોતપોતાની દૃષ્ટિએ ઠીક જ કરે છે. નિરપેક્ષ રીતે યોગ્ય શું છે, એ તો કોઈ જાણતા જ નથી, અને કદાચ જાણશે જ નહીં. આદર્શ તો આદર્શરૂપે દૂર જ રહેવાનો, એટલું યાદ રાખવું ઘટે. બીજી બધી શક્તિઓને આપણે જડ શક્તિ

ગણીએ છીએ, પણ ઈશ્વર એ જીવનશક્તિ છે, જે બધેય છે તેમ છતાં બધાની બહાર પણ છે.

હરિજનબંધુ, ૧૮-૮-૪૬

#### □ એક બૌદ્ધ સાથે વાર્તાલાપ

બુદ્ધના એક અનુયાયી ડોક્ટર ફાબ્રી ગાંધીજીને એબોટાબાદ મુકામે મળ્યા હતા. તેમણે પૂછ્યું : દૈવી માનસને પ્રાર્થનાથી પલટી શકાય ખરું ? અને પ્રાર્થનાથી તે કોઈને જડે ખરું ?

ગાંધીજી : પ્રાર્થના વખતે હું શું કરું છું તે પૂરી રીતે સમજાવવું મુશ્કેલ છે પણ ઈશ્વરી સંકેત બદલી શકાય કે નહીં એ તમારી શંકાનો જવાબ આપવામાં મુશ્કેલી નથી. તે એકે જડચેતન સચરાચરમાં ઈશ્વરનો વાસો છે. પ્રાર્થના એટલે મારામાં રહેલા એ ઈશ્વરી તત્ત્વને જાગ્રત કરવાનો મારો પ્રયત્ન. મારામાં બૌદ્ધિક સમજ તો છે પણ જીવંત સ્પર્શ નથી. તેથી જ્યારે હું હિંદને સારુ સ્વરાજ અથવા આઝાદીની પ્રાર્થના કરું છું, અગર તો એવા સ્વરાજને સારુ જરૂરી સામર્થ્ય માગું છું, અથવા તેની પ્રાપ્તિને સારુ સૌથી મોટો ફાળો આપવાની અભિલાષા ધરું છું ત્યારે એનો અર્થ એ થયો કે એવી ઈચ્છાના જવાબરૂપે તેવું સામર્થ્ય મારામાં સીંચાય છે.

ડૉ.ફાબ્રી : ત્યારે તો તેને તમે પ્રાર્થના ન કહી શકો. પ્રાર્થના એટલે તો ભીખવું કાં હકથી માગવું.

ગાંધીજી : ભલે, પણ હું તો મારી પોતાની પાસે જ, ઉચ્ચાત્મા પાસે અથવા તો જેની જોડે હજી મારું સંપૂર્ણ તાદાત્મ્ય થયું નથી એ ખરા આત્મા પાસે જ ભીખું છું ને ? તેથી જ એ વસ્તુને જો તમે સચરાચર વ્યાપેલા ઈશ્વરી તત્ત્વમાં પોતાને ખોઈ દેવાની અવિરત ઝંખના તરીકે વર્ણવો તો તેમાં શું ખોટું ?

ડૉ.ફાબ્રી : પણ જેઓ પ્રાર્થના ન કરી શકે તેમનું શું ?

ગાંધીજી : તેવાઓને હું કહું, નમ્ર બનો, અને તમારી બુદ્ધિની કલ્પનાથી ખરા બુદ્ધને મર્યાદિત ન કરો. જો બુદ્ધમાં પ્રાર્થના કરવા જેટલી નમ્રતા ન હોત તો કરોડો મારણસના જીવન ઉપર આજે હજારો વરસ થયાં તે જે સામ્રાજ્ય ભોગવી રહેલ છે તે કદાપિ ભોગવી શકત નહીં. બુદ્ધિ કરતાં અનંતગણું ઉચ્ચ એવું કંઈક છે જે આપણા સૌના ઉપર અને નાસ્તિકના ઉપર પણ આધિપત્ય ભોગવે છે. તેમની નાસ્તિકતા અને તત્ત્વજ્ઞાન જીવનની કટોકટીને સમયે તેમને ખપ લાગતાં નથી. કંઈક ઉચ્ચતર, કંઈક બહારનું તેમને જોઈએ છે, જે તેમને ટકાવી રાખે. તેથી જો કોઈ એવો કોયડો મારી આગળ મૂકે તો હું તેને કહું કે પરમેશ્વર અથવા પ્રાર્થનાનો અર્થ જ્યાં સુધી તું તારી પોતાની જાતને શૂન્યવત્ નહીં કરી મૂકે ત્યાં સુધી તને નહીં સમજાય. તારી મહત્તા અને મહાન બુદ્ધિવૈભવ છતાં આ વિશ્વમાં તું એક બિંદુમાત્ર છે એ સમજવા જેટલી નમ્રતા તારે કેળવ્યે

જ છૂટકો. જીવનને વિશે નરી બૌદ્ધિક કલ્પના બસ નથી. આધ્યાત્મિક કલ્પના જે બુદ્ધને હંકાવે છે, તે જ માત્ર મારણસને સંતોષી શકે છે. કરોડોના જીવનમાં કટોકટીનો પ્રસંગ આવે છે જ. પૈસાથી મળતી સાધનસામગ્રી, પ્રેમ સર્વ કંઈ હોય છે, પણ જીવનની અમુક પળે તે કશામાંથી તલમાત્ર સાંત્વન તેમને મળી શકતું નથી અને તેમના પ્રાણ તરફડે છે. આવી પળે જ મારણસને ઈશ્વરની ઝાંખી થાય છે, જે ઈશ્વર આપણા જીવનને એકેએક પગલે આપણને દોરી રહે છે તેની ઝાંખી થાય છે. આનું નામ જ પ્રાર્થના.

ડૉ.ફાબ્રી : એટલે કે જેને આપણે ખરો આધ્યાત્મિક અનુભવ કહીએ છીએ કે જે બૌદ્ધિક કલ્પનાથી જોરાવર છે તેની તમે વાત કરો છો. બે વાર મારા જીવનમાં મને એવો અનુભવ થયો છે. પાછળથી તે ભૂંસાઈ ગયો, પણ હવે હું બુદ્ધનાં એકબે વચનામૃતોમાંથી મહાસાંત્વન મેળવું છું. બે વચનો તે આ : ‘સ્વાર્થ દુઃખનું મૂળ છે.’ ‘ભિખ્ખુઓ ! યાદ રાખજો કે સર્વ કંઈ ક્ષણભંગુર છે.’ આ બોધામૃતનું ચિંતન લગભગ શ્રદ્ધાની જ જગા લઈ લે છે.

ગાંધીજી : એનું જ નામ પ્રાર્થના.

હરિજનબંધુ, ૧૩-૮-૪૮

#### □ કેવી રીતે, કોને અને ક્યારે પ્રાર્થના કરવી

“ઈશ્વરભજન - પ્રાર્થના કેવી રીતે ને કોની કરવી એ સમજાતું નથી. અને તમે તો વારંવાર પ્રાર્થના કરવાનું લખો છો; એકેમ થાય એ સમજાવશો ?”

આમ એક જણ પૂછે છે. ઈશ્વરભજન એટલે તેના ગુણનું ગાન; પ્રાર્થના એટલે આપણી અયોગ્યતાનો, આપણી અશક્તિનો સ્વીકાર. ઈશ્વરનાં સહસ્ર એટલે અનેક નામ છે, અથવા કહો કે તે નનામો છે. જે નામ આપણને ગમી જાય તે નામથી આપણે ઈશ્વરને ભજીએ, પ્રાર્થાએ. કોઈ તેને રામ નામે ઓળખે છે, કોઈ કૃષ્ણ નામે; કોઈ તેને રહીમ કહે છે, તો કોઈ તેને ગોડ કહે છે. એ બધા એક જ ચૈતન્યને ભજે છે. પણ જેમ બધો ખોરાક બધાને રુચતો નથી, તેમ બધાં નામ બધાને રુચતાં નથી. જેને જેનો સહવાસ હોય છે તે જ નામે તે ઈશ્વરને ઓળખે છે, અને તે અંતર્યામી સર્વશક્તિમાન હોવાથી આપણા હૃદયના ભાવ ઓળખી, આપણી યોગ્યતા પ્રમાણે આપણને જવાબ આપે છે.

એટલે કે પ્રાર્થના કે ભજન જીભથી ન થાય પણ હૃદયથી થાય. તેથી જ મૂંગાં, તોતડાં, મૂઢ પણ પ્રાર્થના કરી શકે છે. જીભે અમૃત હોય ને હૃદયે હલાહલ હોય તો જીભનું અમૃત શા કામનું ? કાગળના ગુલાબમાંથી સુગંધ કેમ નીકળે ? તેથી જેને સીધી રીતે ઈશ્વરને ભજવો છે તે તેને પોતાના હૃદયને ઠેકાણે બેસાડે. હનુમાનની જીભે જે રામ હતો તે જ તેના હૃદયનો પણ

સ્વામી હતો, અને તેથી જ તેનામાં અપરિમિત બળ હતું. વિશ્વાસે વહાણ ચાલે છે, વિશ્વાસે પર્વત ઉપાડાય છે, વિશ્વાસે સમુદ્ર ઉપરથી કૂદકો મરાય છે; તેનો અર્થ એ છે કે જેના હૃદયમાં સર્વશક્તિમાન ઈશ્વર વસે છે તે શું ન કરી શકે ? ભલે કોઢિયો હોય કે ક્ષયનો રોગી હોય, જેના હૃદયમાં રામ વસે છે તેના બધા રોગનો સર્વથા નાશ થઈ જાય છે.

નવજીવન, ૨૦-૯-'૨૫

પ્રાર્થના અથવા પૂજામાં કેટલો સમય આપવો, એની કંઈ મર્યાદા બંધાય ? એ તો જેવી જેની પ્રકૃતિ. પૂજાનો સમય એ જીવનનો અમૂલ્ય સમય છે. એ પૂજા એટલા માટે આપણે કરીએ છીએ કે તેથી આપણે વિવેકથી વિનમ્ર થઈ ઈશ્વરની સત્તા વિના એક તરણું સરખું પણ હાલતું નથી એ વસ્તુનું જ્ઞાન મેળવીએ, આપણે તો માત્ર એ મહા પ્રજાપતિના હાથમાં માટીરૂપ છીએ એવું ભાન મેળવીએ. એ સમય એવો છે કે જ્યારે માણસ ગઈ કાલે શું કર્યું તેનો વિચાર કરી લે છે. પોતાની ભૂલોની કબૂલાત કરે છે, તેને માટે ક્ષમા માગે છે, અને સુધરવાનું બળ માગે છે. આને માટે કોકને એક પળ પણ બસ થાય, અને કેટલાકને આખો દિવસ પણ પૂરો ન થાય. જેમનામાં રગેરગ ઈશ્વર વ્યાપેલો છે તેનું તો પ્રત્યેક હલનચલન, પ્રત્યેક પ્રવૃત્તિ પૂજારૂપ છે. તેઓનું ચાલવું હાલવું 'પરિક્રમ્મા' છે. અને તેઓનું કર્મમાત્ર સેવા છે. પણ જેઓનો જન્મારો પાપ વિના જતો નથી, જેઓ ભોગ અને સ્વાર્થનું જીવન ગાળે છે તેઓ તો જેટલી પ્રાર્થના કરે તેટલી ઓછી. જો તેમનામાં ધૈર્ય અને શ્રદ્ધા હોય, અને પવિત્ર થવા સંકલ્પ હોય, તો જ્યાં સુધી પોતાના હૃદયમાં ઈશ્વરનો વાસ તેઓ ન અનુભવે ત્યાં સુધી પ્રાર્થના કરવી ચાલુ રાખશે. આપણા જેવા સામાન્ય માણસો માટે આ બે છેડા વચ્ચેનો માર્ગ બરાબર છે. આપણે એટલા ચડેલા નથી કે આપણું કાર્યમાત્ર સહજ સમાધિરૂપ છે એમ આપણે કહી શકીએ, અથવા તો આપણે છેક પેટભરા છીએ એમ પણ ન કહેવાય. એટલે દરેક ધર્મમાં સામુદાયિક પ્રાર્થનાને માટે સમય અલગ નિયત કરેલો છે. દુર્ભાગ્યે આજકાલ આ પ્રાર્થના કેવળ યાંત્રિક થઈ ગઈ છે, અને પાખંડ નહીં તો કેવળ બાહ્ય આચાર જ તેમાં ભરેલો છે. એટલે આજે તો પ્રાર્થના ખરા ભાવથી થવાની જરૂર છે.

ઈશ્વરની પાસે કોઈ યાચનારૂપ પ્રાર્થના તો પોતપોતાની ભાષામાં જ થાય અને પ્રાણીમાત્રની પ્રત્યે આપણે ન્યાયથી, પ્રેમભાવથી વર્તતાં શીખીએ એ યાચના કરતાં વધારે ભવ્ય યાચના ઈશ્વર પાસે કરી કરી શકાય ?

નવજીવન, ૧૩-૬-'૨૬

મહાત્મા ગાંધી

૨.૫ : પ્રાર્થના-૨

અખિલ બ્રહ્માંડમાં...

અખિલ બ્રહ્માંડમાં એક તું શ્રીહરિ, જૂજવે રુપે અનંત ભાસે.  
દેહમાં દેવ તું, તેજમાં તત્ત્વ તું, શૂન્યમાં શબ્દ થઈ વેદ વાસે.

પવન તું, પાણી તું, ભૂમિ તું, ભૂધરા, વૃક્ષ થઈ ફૂલી રહ્યો આકાશે;  
વિવિધ સ્વના કરી અનેક રસ લેવાને, શિવ થકી જીવ થયો એ જ આશે.

વેદ તો એમ વદે; શ્રુતિ-સ્મૃતિ સાખ દે, કનક કુંડલ વિશે ભેદ નહોમે;  
ઘાટ ઘડિયા પછી નામરૂપ જૂજવાં, અંતે તો હેમનું હેમ હોય.

ગ્રંથ ગરબડ કરી, વાત નવ કરી ખરી, જેહને જે ગમે તેને પૂજે,  
મન કર્મ વચનથી આપ માની લહે, સત્ય છે એ જ મન એમ સૂઝે.

વૃક્ષમાં બીજ તું, બીજમાં વૃક્ષ તું, જોઈ પટંતરો એ જ પાસે,  
ભાણે નરસૈયો એ મન તણી શોધના, પ્રીત કરું પ્રેમથી પ્રગટ થાશે

નરસિંહ મહેતા

## જ્યાં મન ભયથી રહિત છે ...

ઓ મારા પિતા ! મારા દેશને જાગ્રત થવા દે.

જ્યાં મન ભયથી રહિત છે અને મસ્તક ઊંચું રખાય છે;

જ્યાં જ્ઞાન ને મુક્તિ છે;

જ્યાં સંકુચિત સાંસારિક દીવાલોથી દુનિયાના કકડા થયેલા નથી.

જ્યાં સત્યના ગાંભીર્યમાંથી શબ્દો બહાર આવે છે;

જ્યાં અવિરત પ્રયત્ન પૂર્ણતા તરફ પોતાના હાથ લંબાવે છે :

જ્યાં વિચારશક્તિનું નિર્મળ ઝરણ નિર્જીવ ટેવની

શુષ્ક રણરેતીમાં લુપ્ત થયેલ નથી.

જ્યાં તારા વડે મન નિરંતર વિસ્તરતા વિચારમાં

અને કર્મમાં આગળ દોરાય છે :

એ મોક્ષના સ્વર્ગમાં, ઓ મારા પિતા !

મારા દેશને જાગ્રત થવા દે.

શ્રી રવીન્દ્રનાથ ટાગોર

## એક જ રટણા...

ઉચ્છવાસે નિઃશ્વાસ મારી એક જ રટણા હો  
તું મુજમા તુજ ધામ રચી જા, એ શુભ ઘટના હો...

હે ઉન્નતગિરિ શૃંગ નિવાસી,  
અમ ભૂતલનો તું બન વાસી;  
અણુ-અણુમાં તું રહે હુલાસી,  
મુજ તુજ બીચ હવે હે પ્રીતમ  
અંતર પટ ના હો...

હે અજરા તેજોના રાશિ,  
અમ અંધારા જા તું પ્રકાશી;  
વખડાંજા ધરતીના પ્રાણી;  
અમ જ્યોતિના એ પંકજને  
ઝાંખ ઝપટ ના હો...

હે આનંદ પરમના જલધિ,  
અમ ઝરણાની સંહર અવધિ;  
અમ કલશે સંભર નવ રસધિ  
પંથ પંથ ભણકારા તારી  
પદ આહટના હો...

સુન્દરમ્



### પ્રકરણ-૩ સામૂહિક વિકાસ

#### ૩.૧ : ભારતના યુવાનોને સાદ

ભારતનો કેન્દ્રવર્તી આદર્શ કયો છે ?

જગતને ભારતની વિશિષ્ટ ભેટ કઈ છે ?

ભવિષ્યમાં ભારતને જગતમાં કયો વિશિષ્ટ ભાગ ભજવવાનો છે ?

#### □ ભારત એક અનોખું વિશિષ્ટ રાષ્ટ્ર

શાશ્વત પરમ તત્ત્વની પ્રાપ્તિ એ ભારતનો કેન્દ્રવર્તી આદર્શ છે. એ શાશ્વત મહાન આત્મા, સ્વયં પરમાત્મા અહીં સ્થૂલ જડ તત્ત્વના બંધનમાં પડેલો છે, તેમાં તે ઓતપ્રોત વ્યાપી રહ્યો છે અને વ્યક્તિના પુનર્જન્મ દ્વારા ભૌતિક સ્તર ઉપર ઉર્ધ્વ તરફ જતી શ્રેણીમાં વિકાસ પામી રહ્યો છે. વિકાસની તે સીડી ઉત્ક્રાંત પામી મનોમય પુરુષ (માનવ) સુધી આવી પહોંચી છે અને ત્યાં તે ભવ્ય વિચારો અને આદર્શોના જગતમાં પ્રવેશી રહ્યો છે અને સભાન નીતિમતાના અને ધર્મના સ્વરૂપમાં વિકાસ સાધી રહ્યો છે. આ અનોખી સિદ્ધિ, ભૌતિક જડતત્ત્વ ઉપરનો આત્માનો આ વિજય પોતાના વિકાસની રેખાઓને વિકસાવે છે અને તેની મર્યાદાઓનો વિસ્તાર કરે છે અને માનવ મનમાં સાત્ત્વિક, આધ્યાત્મિક ભાવનો આવિર્ભાવ કરે છે અને છેવટે તે (મનોમય પુરુષ-માનવ આત્મા) સ્વયં પરમાત્માની શુદ્ધ આધ્યાત્મિક ચેતના સાથે અદ્વૈત સાથે છે. આ શુદ્ધ આધ્યાત્મિક ચેતના માનવના મનથી પર આવેલી છે. ભારત દેશની સામાજિક

વ્યવસ્થા આ કેન્દ્રવર્તી વિચાર પર ગોઠવાયેલી છે. તેના તત્ત્વજ્ઞાનમાં તેનું સચોટ નિરૂપણ કરવામાં આવ્યું છે, તેના ધર્મમાં તે શુદ્ધ આધ્યાત્મિક ચેતનાની પ્રાપ્તિ અને તેનાં ફળો માટે અભીપ્સા સેવે છે. તેની કલા અને સાહિત્યમાં આ જ ઊર્ધ્વમુખી અભીપ્સા પડેલી છે. તેનો સમગ્ર ધર્મ અને જીવનનો નિયમ તેના પર પ્રસ્થાપિત થયેલો છે. પ્રગતિને તે આવકારે છે પણ તે પ્રગતિ આધ્યાત્મિક હોય છે, બાહ્ય રીતે પોતાના “સ્વ”નો સમૃદ્ધ વિકાસ સાધવો અને આશ્ચર્યભરી ભૌતિક સભ્યતા પ્રાપ્ત કરવી અને ભૌતિક રીતે જીવન વ્યવહારનો ઊંડો વિકાસ સાધવો તેને ભારતીય આદર્શ ‘પ્રગતિ’ કહેતો નથી. ભારત દેશનું જીવન આ ઉચ્ચ આદર્શ પર સ્થાપિત થયેલું છે તેને આધ્યાત્મિક જીવન અને શાશ્વત તત્ત્વ-પરમાત્મા તરફ બારે આકર્ષણ અને ઊંડી અભીપ્સા છે. આ જ આદર્શશીલ તત્ત્વો તેની સંસ્કૃતિને વિશિષ્ટ મૂલ્ય અર્પે છે. અને ગમે તેટલી માનવમનની નિર્બળતા કે મર્યાદાઓ હોવા છતાં તે તેને વફાદાર રહે છે. આ સર્વોચ્ચ આદર્શો ભારતને તેમજ તેની પ્રજાને માનવ જગતમાં એક વિશિષ્ટ સ્થાન અપાવ્યું છે.

#### □ ભારતીય મનની વિશિષ્ટતા

ભારતીય વિચારધારાની એક વિશિષ્ટતા એ છે કે તે હંમેશાં જગતના વિવિધ વ્યક્તિ સ્વરૂપો, અને જગતમાં કાર્ય કરતાં વિવિધ બળો અને શક્તિઓ અને જગતની દરેક જગ્યાએ તે મહાન પરમાત્માની શોધ કરે છે. ભારતીય જીવનની એક અનોખી વિશિષ્ટતા એ છે કે જ્યાં સુધી તેને આ પરમાત્માની પ્રાપ્તિ થતી નથી અને આત્માના સત્યમાં જીવન જીવાતું નથી ત્યાં સુધી તેને પોતે અપૂર્ણ છે એવું લાગ્યા કરે છે, તેને બીજા કોઈ વચગાળાના આદર્શથી કાયમી સંતોષ થતો નથી. ભારતનો જગત વિશેનો તેમજ કુદરત અને અસ્તિત્વ માત્ર વિશેનો વિચાર સ્થૂલ કે ભૌતિક નથી, પરંતુ મનોવૈજ્ઞાનિક અને આધ્યાત્મિક છે. આત્મા, પરમાત્મા અને જીવાત્માની ચેતના જડ તત્ત્વ કરતાં મહત્તર છે એટલું જ નહિ, પરંતુ તે સઘળી સામાન્ય વસ્તુઓને ઉત્પન્ન પણ કરે છે, અને પહેલેથી જ બ્રહ્માંડમાં આવી વસેલી છે. બધી જ શક્તિ અને સત્તા આ ગુપ્ત આત્માનાં સાધનો છે. જે શક્તિ આ જગતને ટકાવી રાખે છે તે શક્તિ આ સચેતન આત્માની સંકલ્પશક્તિ છે અને કુદરત અને તેની શક્તિ તેનો અમલ કરનારી એક યંત્રરચના માત્ર છે. જડતત્ત્વ એ આત્માનો-ચેતનાનો સ્થૂલ દેહ છે અને તેમાં ચેતન તત્ત્વ હુપાયેલું પડેલું છે. આ સઘળું ભૌતિક વિશ્વ એ આ મહા આત્માનું સ્વરૂપ છે અને ગતિ પણ છે. માનવ સ્વયં કોઈ જડતત્ત્વ દ્વારા સર્જાયેલ પ્રાણ કે મન નથી અને શાશ્વત કાળ માટે તે જડ પ્રકૃતિને આધીન રહેવાને સર્જાયેલો નથી, પરંતુ અજ્ઞાત આત્મા જ તે પ્રાણ અને શરીરનો ઉપયોગ કરે છે. સમગ્ર ચૈતન્યમય અસ્તિત્વ વિશેના આદર્શમાં સમજણપૂર્વકની ઊંડી શ્રદ્ધા અને તેને

જીવનમાં જીવી જાણવાનો પ્રયત્ન, આ મહાન આદર્શને પ્રાપ્ત કરવાનો સતત અભ્યાસ અને તે માટેનું પદ્ધતિસરનું વિજ્ઞાન, અને અંતે જડ તત્ત્વ અને પ્રાણ તત્ત્વમાં જકડાયેલું આપણું મન પોતાની જાતને ઓળંગી જઈને મહાન આધ્યાત્મિક ચેતનામાં લય પામવાની અભીપ્સા સેવે એજ છે ભારતીય સંસ્કૃતિનું અંતરતમ તત્ત્વ અને સાર.

#### □ આપણો આદર્શ

જગતમાં જે મહાન અને ઉચ્ચ પરિવર્તન શરૂ થયું છે તેને પરિપૂર્ણ કરવા આપણે નિષ્ઠાપૂર્વક પ્રયત્ન કરવો અને તેને માટેનો માર્ગ તૈયાર કરવો તે આપણું કર્તવ્ય છે. અમારું દૃઢ મંતવ્ય છે કે ઉચ્ચ પરિવર્તન થવાનું જ છે અને તેનું લક્ષ્ય ભારત અને માનવજાતિના ભાવિને ઘડી આપવાનું છે. પોતાના આત્મામાંજ નવજન્મ પામેલી માનવજાતિ એ આપણો આદર્શ છે. તે મહાન નૂતન જન્મ અને સર્જનના કાર્યને યોગ્ય રીતે પાર પાડી શકે તેવું સુદૃઢ શરીર આધ્યાત્મિક ચેતનાના પ્રભાવ દ્વારા તૈયાર કરવું એ આપણા જીવનનું એક માત્ર ધ્યેય હોવું જોઈએ.

તે આધ્યાત્મિક આદર્શ ભારતનો સદાનો લાક્ષણિક અને વિશિષ્ટ આદર્શ છે અને સૌને તે આદર્શ જીવનમાં ચરિતાર્થ કરવાની ઊંડી અભીપ્સા હોય છે. પરંતુ સમયની વિકાસગતિ અને હાલની માનવજાતિની જરૂરિયાત તે આદર્શના કોઈ બીજા ઉપયોગી સ્વરૂપ અને વિદેશાની માગણી કરે છે. મહાકાલ-પુરુષના હેતુ માટે હવે જૂનાં સ્વરૂપો અને જૂની પદ્ધતિઓ પૂરતાં રહ્યાં નથી. ભવિષ્યમાં જે મહાન પગલાં લેવાનાં છે તેને માટે સાંકડી રેખાઓ હવે ભારત માટે પર્યાપ્ત રહી નથી. જે જીવન વૃદ્ધ થઈ ગયું છે, જગતથી કંટાળી ગયું છે અને જગત એ એક માયા-ભ્રમ છે એવા અર્થ ભારથી દબાઈ ગયું છે અને પ્રભુના શક્તિશાળી સર્જનોની નિરુપયોગિતાની ભાવનાથી દુઃખી થઈ રહ્યું છે, તે આપણું આધ્યાત્મિક જીવન નથી. જે આધ્યાત્મિકતા જીવનનો ઈન્કાર કરે છે અને તેનો પરિત્યાગ કરે છે તે આધ્યાત્મિકતા આપણો આદર્શ નથી, આપણો આધ્યાત્મિક આદર્શ તો પરમાત્માની દિવ્ય શક્તિથી જીવન ઉપર વિજય મેળવવો તે છે. જગતને પ્રભુના આવિર્ભાવના મહાન પ્રયાસ તરીકે સ્વીકારવાનું છે એટલું જ નહીં પરંતુ અત્યાર સુધી જે કંઈ થયું તેના કરતાં પણ વધારે મહાન આવિર્ભાવ દ્વારા માનવજાતિનું દિવ્ય આધ્યાત્મિક રૂપાંતર કરવાનું છે. માનવ અને પ્રભુના આવિર્ભાવના મહાન પ્રયાસ તરીકે સ્વીકારવાનું છે એટલું જ નહીં પરંતુ અત્યાર સુધી જે કંઈ થયું તેના કરતાં પણ વધારે મહાન આવિર્ભાવ દ્વારા માનવજાતિનું દિવ્ય આધ્યાત્મિક રૂપાંતર કરવાનું છે. માનવ અને પ્રભુ વચ્ચે જે પડદો આવી રહેલો છે તેને હટાવવાનો છે અને જે દિવ્ય માનવતા ધારણ કરવાને આપણે

શક્તિશાળી છીએ તેમાં નવજન્મ પામવાનું છે. આપણા હાલના જીવનને પ્રભુના પરમ સત્ય, પ્રકાશ અને શક્તિમાં નવો ઘાટ આપવાનો છે. આપણાં કર્મોના સ્વામીને આપણાં સર્વ કર્મો સમર્પિતકરવાનાં છે અને આપણા જીવનમાં આપણા અંતરાત્મારૂપ પ્રભુની અભિવ્યક્તિ કરવાની છે અને સમગ્ર જીવનને યોગમય, પ્રભુમય બનાવવાનું છે...

આ રહસ્ય પણ આપણે પ્રાપ્ત કરેલું જ છે, પરંતુ તેનો પૂરેપૂરો અમલ કરવામાં આવ્યો નથી. આ જ ઉચ્ચ આદર્શને ભગવદ્ગીતાના મહાન વાક્ય 'યોગસ્ય કુરુ કર્માણિ' માં સાર રૂપે રજૂ કરવામાં આવેલો છે. ટૂંકમાં બધાં કર્મો આપણે યોગમાં સ્થિત રહીને, પ્રભુ સાથે એકતા સાધીને અને આપણા 'સ્વ'ને પુરુષોત્તમની સર્વોચ્ચ ચેતનામાં સ્થાપીને, આત્માની શક્તિ વડે સંચાલિત થતાં કરણો વડે કરવાનાં છે અને અમારાં મંતવ્ય મુજબ આ બાબત માનવ માટે શક્ય છે એટલું જ નહિ પરંતુ આપણી સર્વ સમસ્યાઓ અને મુશ્કેલીઓના ઉકેલ રૂપ પણ છે જ. આ જ સંદેશો આપણે સતત ઉચ્ચારીશું અને આ જ આદર્શ આપણા નવયુવાનો અને જાગૃત થતા ભારત દેશ સમક્ષ રજૂ કરીશું. એવું આધ્યાત્મિક જીવન આપણે સ્વીકારવાનું છે કે જેમાં સર્વ માનવ પ્રવૃત્તિઓનો સ્વીકાર થયેલો હોય અને આવનારા મહાન યુગ માટે જગતનું રૂપાંતર કરવાની જેનામાં ક્ષમતા હોય. ભારત દેશ, જેણે અતિ પ્રાચીન સમયથી આ આદર્શને જાળવી રાખ્યો છે તે જ એક મહાન પરિવર્તન માટેનો માર્ગ તૈયાર કરી શકે તેમ છે, પ્રાચીન યુગની ચાલી રહેલી હાલની સંધ્યા તે મહાન આત્મિક પરિવર્તનની પુરોગામી છે. ભારતનું સ્વધર્મરૂપ કાર્ય આ જ હોવું જોઈએ અને તે દ્વારા જ તેણે માનવજાતિની સેવા કરવાની છે, કારણ કે ભારતદેશે દરેક વ્યક્તિ માટે આંતરિક આધ્યાત્મિક જીવનની શોધ કરેલી જ છે તેથી હવે સમગ્ર માનવ જાતિ માટે તેની સામૂહિક અભિવ્યક્તિ શોધવાની છે, અને માનવજાત માટે આધ્યાત્મિક સંઘ જીવનની સ્થાપના કરવાની છે.

ઉપરોક્ત આદર્શની ઘોષણા કરવી તે આપણું પ્રથમ લક્ષ્ય છે : આધ્યાત્મિક પરિવર્તન માટેનો આગ્રહ તે પ્રાથમિક જરૂરિયાત છે અને જે લોકો તેનો સ્વીકાર કરવા અને તેને સ્થિર કરવા નિષ્ઠાપૂર્વકનો પ્રયત્ન કરવા તૈયાર છે તેમને સૌને સાથે એકત્ર કરવા તે આપણું લક્ષ્ય છે. આ જ આધ્યાત્મિક સિદ્ધાંત પર વ્યક્તિગત અને સંઘ જીવનની સ્થાપના કરવી તે અમારું બીજું ધ્યેય છે. બાહ્ય પ્રવૃત્તિ સાથે આંતર પરિવર્તનની પણ જરૂર છે અને સાથે જ તે એક આધ્યાત્મિક, સાંસ્કૃતિક, શૈક્ષણિક, સામાજિક અને આર્થિક કર્મરૂપે પણ હોવું જોઈએ. તે કાર્યક્ષેત્ર પણ એક સાથે વ્યક્તિગત, સમૂહગત તેમજ પ્રાદેશિક અને રાષ્ટ્રીય સ્તર પર અને છેવટે એકલા રાષ્ટ્ર માટે જ નહિ પરંતુ સમગ્ર માનવજાતિ માટે હોવું જોઈએ. આ કાર્યનું તત્કાલ



પરિણામ એવું હશે કે તેનાથી શૈક્ષણિક, સાંસ્કૃતિક અને આધ્યાત્મિક જીવનનું નવસર્જન થશે. એક વિશાળ સામાજિક ચેતના ભેદભાવની ભાવના પર નહિ પરંતુ એકતાની ભાવના પર સ્થપાશે અને દરેક વ્યક્તિનો પૂર્ણ વિકાસ અને સ્વતંત્રતા સિદ્ધ થઈ આવશે, અને તે પણ બીજાઓ સાથેની પોતાની એકતા દ્વારા. વ્યક્તિ જનસમૂહ તેમજ માનવજાતમાં આવી રહેલા બૃહદ્ આત્માને પોતાનું સમર્પણ કરશે અને આર્થિક પ્રશ્નોના સમાધાનની શરૂઆતનું કાર્ય હાથ ઉપર ધરવામાં આવશે - પણ તે કોઈ પશ્ચિમની વિચારસરણી અનુસાર નહીં પરંતુ ભારતની પોતાની સમૂહજીવનની શૈલી ઉપર આધારિત હશે.

#### □ ભારતમાં પોતાનામાં જ વિરાટ શક્તિ પડેલી છે

હાલના કષ્ટભર્યા તણાવમાંથી પસાર થતા ભારતને કોણ સહાય કરશે, કોણ આધાર આપશે ? તેનામાં જે હજાર નબળાઈઓ આવી રહેલી છે તેમાંથી છૂટવા કઈ શક્તિ તેને સહાય કરશે ? હજારો બેડીઓથી જકડાયેલી પોતાની જાતને તે ધૂળમાંથી કેવી રીતે ઊંચે ચઢાવશે. માત્ર આધ્યાત્મિક અતિમાનવના આદર્શની શક્તિ જ, અતિમાનવની સંકલ્પશક્તિની પ્રચંડ શક્તિ જ માત્ર તેને સહાય કરશે, અને પ્રચંડ પ્રયત્નનો પ્રખર આવેગ કે જે માનવે અત્યાર સુધી જે કાંઈ કર્યું છે તેને વટાવી જઈને તેને દિવ્યતાની સમીપ પહોંચાડી દેશે. ભારતને તે શક્તિ, તે બળ અને પ્રચંડ આવેગ ક્યાંથી પ્રાપ્ત થશે ? ભારતમાં પોતાનામાં જ તે ધૂપાં પડેલાં છે : ભારતમાં પોતાનામાં જ તે આધ્યાત્મિક અતિમાનવ સદ્ગુણની શ્રદ્ધા પડેલી છે જે ચમત્કારો સિદ્ધ કરી શકે તેમ છે, આ અતૂટ બંધનમાંથી પોતાની મુક્તિ મેળવવાની અને પૃથ્વીને પાટલે પરમાત્માની પધરામણી કરાવવાની શક્તિ ભારત ધરાવે છે. વિરાટ વિશ્વની સંકલ્પશક્તિનું રહસ્ય તેની પાસે પડેલું છે જે બીજાં કોઈ રાષ્ટ્રો પાસે નથી. આ અતૂટ શ્રદ્ધા અને સંકલ્પશક્તિનો આદર્શ તેનામાં જાગ્રત કરવાની હાલમાં તાત્કાલિક જરૂરીયાત છે અને તેને લીધે જ તે પ્રયત્ન કરવા પ્રેરાશે... “પ્રભુમાં માનવ અને માનવમાં પ્રભુ આવી વસેલા છે” આ આદર્શ જ ભારતનો પ્રાચીનતમ સનાતન ધર્મ છે અને તે ધર્મ જીવનમાં જીવાયેલો અને આરણમાં મૂકાયેલો છે પણ હજુ સુધી આ સનાતન ધર્મનો આદર્શ રાજકારણની સમસ્યાઓ હલ કરવામાં અને રાષ્ટ્રીય પુન: ઉદ્ધયના કાર્યમાં ઉપયોગમાં લેવામાં આવ્યો નથી. આ જ આદર્શને સાક્ષાત્ પ્રાપ્ત કરવો અને જગતના લોકોને તે ‘ભેટ’માં આપવો તે જ ભારતનું ધર્મકાર્ય છે. ભારતે એવો ધર્મ વિકસાવ્યો છે કે જે માનવનું મન-હૃદય-અને વ્યવહારુ બુદ્ધિ જે કાંઈ ઈચ્છી શકે તેને સિદ્ધ કરી શકે છે, પરંતુ હજુ સુધી તેણે તેનો ઉપયોગ આધુનિક રાજકારણના પ્રશ્નો ઉકેલવામાં કર્યો નથી.

ભારત માનવજાતને સહાયરૂપ થઈ શકે તે પહેલાં તેણે ઉપરોક્ત ધર્મ-કાર્ય કરવાનું

છે. આ ધર્મ-કાર્યની તાત્કાલિક જરૂરીયાત જ ભારતના પુન: ઉદ્ધયના વાજબીપણાને નિશ્ચિતપણે દર્શાવે છે અને તે જ તેનું સબળ પ્રમાણ છે. પોતાની જાતના રક્ષણ માટે તેમજ માનવ જાતના રક્ષણ માટેનો પ્રચંડ મહા આવેગ ભારતની પોતાની જ મૂળભૂત શક્તિ છે અને તે જ તેને બળ આપશે, શક્તિ અને સામર્થ્ય આપશે અને પ્રચંડ પ્રયત્ન માટેનો ઉગ્ર આવેગ પણ આપશે જ. માત્ર એ જ ભારતને પોતાનું પ્રભુ નિર્મિત ભાવિ કાર્ય સિદ્ધ કરી આપવા શક્તિમાન બનાવશે.

શ્રી અરવિન્દ

## ૩.૨ : આધ્યાત્મિકતાને જીવનમાં ઉતારવી

આપણને કદીક પ્રશ્ન કરવામાં આવે છે કે આપણે કળા અને કવિતામાં અથવા તો રાજકીય અને સામાજિક જીવનમાં આધ્યાત્મિકતા હોવી જોઈએ એમ કહીએ છીએ એનો ભલા શો અર્થ થાય છે, - આપણા રાષ્ટ્રના ઇતિહાસની અત્યારની અવસ્થાએ કોઈ પણ હિંદીના મુખમાંથી આવો પ્રશ્ન થવો એ અજ્ઞાનની જ એક મહા વિચિત્ર એવી કબૂલાત બની રહે છે, - અથવા તો કળા અને કવિતામાં, મેં જે વસ્તુને હમાણાં 'આધ્યાત્મિકતાના રણકાર' રૂપે વર્ણવાતી જોઈ છે તે આવશે ત્યારે તેથી તેમનું સ્વરૂપ કેવી રીતે વધારે સારું બનશે તેમ જ સમાજના અથવા તો રાજકારણના વ્યવહારુ પ્રશ્નોના ઉકેલમાં આ તત્ત્વને લીધે કેવી રીતે લેશ પણ લાભ થશે. ખરી રીતે તો આમાં આપણને યુરોપના એક વિચારનો જ પડવો સંભળાતો જોવા મળે છે. યુરોપમાં ક્યારથી યે એ વિચાર પ્રચલિત રહેલો છે કે આ એક બાજુએ ધર્મ અને આધ્યાત્મિકતા અને બીજી બાજુએ બુદ્ધિની પ્રવૃત્તિ અને વ્યવહારુ જીવન એ સાવ જુદી જુદી વસ્તુઓ છે અને એ દરેકને આપણને તેના સંપૂર્ણ અલગ અલગ સ્વરૂપમાં તેમ જ તેના પોતાના સર્વથા ભિન્ન સિદ્ધાંતોને આધીન રહીને જ ઉપાસવી જોઈએ. વળી આપણી સામે એ શંકા પણ રજૂ થવાનો સંભવ રહે છે કે હિંદની સામે આ રીતનો આદર્શ નિયમ રાખવા જતાં આપણે એને તત્ત્વજ્ઞાનના માર્ગમાં ખેંચી જઈએ છીએ અને સક્રિય અને વ્યવહારુ વસ્તુઓથી વિમુખ કરીએ છીએ અથવા તો આપણા વ્યવહારમાં એક રહસ્યવાદી કે તર્કવિરોધી ધર્મભાવનું કોઈ તમોમય પ્રત્યાઘાતી તત્ત્વ બળજબરીથી દાખલ કરીએ છીએ અને દેશને બુદ્ધિ અને અર્વાચીનતાના માર્ગમાંથી હટાવી દઈએ છીએ. હિંદે જો અર્વાચીન જગતના આઘાતોની અંદર ટકી રહેવાની શક્તિ ધરાવે તેવા એક કાર્યદક્ષ અને સુવ્યસ્થિત રાષ્ટ્રરૂપે બનવું હશે તો તેણે આ બુદ્ધિનો અને અર્વાચીનતાનો માર્ગ જ લેવો પડશે. તો આ ઉપરથી આપણે આધ્યાત્મિકતાના તત્ત્વથી સંચાલિત થતું પુનરુત્થાન એ દ્વારા શું કહેવા માગીએ છીએ તેની સ્પષ્ટતા કરવાનો પ્રયત્ન કરવાનો છે.

પરંતુ પ્રથમ તો આપણે એ કહીશું કે આ આદર્શ દ્વારા આપણે કઈ વસ્તુ કહેવા માગતા નથી. એ વાત તો સ્પષ્ટ જ છે કે આ આદર્શનો અર્થ એમ તો નથી જ કે આપણે પૃથ્વી પરના જીવનને કાળમાં બની આવેલો એક મિથ્યાભાસ ગણવાના છીએ, આપણે સૌ કોઈ બને તેટલા જલદી મઠવાસી સાધુઓ બની જવાનો પ્રયત્ન કરવાના છીએ, આપણા સામાજિક જીવનને મઠમાં જઈને રહેવા માટેની યા તો ગુફામાં કે પર્વતના શિખર ઉપર જઈને રહેવા માટેની તૈયારી રૂપે બનાવવાના છીએ અથવા તો આ જીવનને એક સ્થિર ગતિહીન વસ્તુ બનાવી લઈશું અને તેમાં કોઈ પણ મહાન ગતિશીલ આદર્શો ન હોય પણ માત્ર કંઈક એવું જ લક્ષ્ય હોય કે જેને

પૃથ્વીની સાથે યા તો માનવજાતિની સામૂહિક પ્રગતિની સાથે કશો જ સંબંધ ન હોય. હિંદના માનસમાં થોડાક સમય સુધી આવું વલણ રહેલું હોઈ શકે છે, પરંતુ હિંદ કદી પણ આ માનસમાં પૂરેપૂરું રહેલું નથી. વળી આધ્યાત્મિકતાનો અર્થ એમ થતો નથી કે દેશના આખા સ્વરૂપને કોઈ અમુક ધર્મની મર્યાદિત માન્યતાઓ, રૂપો કે સિદ્ધાંતોમાં ઢાળી દેવું જોઈએ. પહેલાંના સમાજોએ આવો પ્રયત્ન ઘણી વાર કરેલો છે, અને હજી પણ આ વિચાર અનેક લોકોના મનમાં જૂની માનસિક ટેવ અને સંસ્કારના જોરે ટકી રહેલો છે. એ તો સ્પષ્ટ વસ્તુ છે કે આવો પ્રયત્ન કરવો ઈષ્ટ હોય તો પણ, હિંદ જેવા દેશમાં કે જ્યાં અત્યંત વિવિધ પ્રકારની, ધાર્મિક માન્યતાઓ રહેલી છે અને જ્યાં હિંદુ, ઈસ્લામ અને ખ્રિસ્તી જેવા ત્રણ ભિન્ન પ્રકારનાં ધર્મો આવી રહેલા છે, અને આ દરેક ધર્મો વળી જે અનેક ખાસ રૂપો ઉપજાવેલાં છે તેની તો વાત જ કરવા જેવી નથી, એવા દેશમાં આ પ્રયત્ન કરવો એ અશક્ય જેવું છે. આધ્યાત્મિકતા એ કોઈ પણ અમુક ધર્મ કરતાં ઘણી વધુ વિશાળ વસ્તુ છે અને આપણી પાસે આધ્યાત્મિકતાના જે વધુ વિશાળ વિચારો આવી રહ્યા છે તેમાં તો મોટામાં મોટો ધર્મ પણ પેલા વિશ્વરૂપ એકમાત્ર ધર્મનો એક વિશાળ ખંડ યા તો શાળા રૂપ જ બની રહે છે, ભવિષ્યમાં તો આપણે આધ્યાત્મિકતાનો અર્થ એ સમજતા થઈશું કે આધ્યાત્મિકતા એ મનુષ્યની શાશ્વત, દિવ્ય અને બૃહત્ આત્મસ્વરૂપ માટેની, એકતાના મૂળ માટેની ખોજ છે. મનુષ્યના જીવનનાં મૂલ્યોને શાશ્વત અને દિવ્ય મૂલ્યોની સાથે સમાન કક્ષામાં લઈ જવા માટેનો, તેની નજીક વધુ ને વધુ પહોંચવા માટેનો પ્રયત્ન છે.

વળી આધ્યાત્મિકતા એટલે કે માનવ જીવનના જે જે મહાન લક્ષ્યો રહેલાં છે, આપણા વર્તમાન જગતના જે જે મહાન પ્રશ્નો રહેલા છે, માનવ પ્રવૃત્તિનાં જે જે રૂપો રહેલાં છે, વિકાસ માટે, વિસ્તાર માટે, વધતી જતી શક્તિ અને આનંદ, પ્રકાશ, સત્તા, સંપૂર્ણતા માટે માનવના આત્માની ઈચ્છાની જે કોઈ વ્યાપક કે અંતર્ગત વૃત્તિ રહેલી છે તે ઈચ્છાનાં લાક્ષણિક સાધનો રહેલાં છે તે બધું આપણા કાર્યક્ષેત્રમાંથી બહાર રાખી દેવું જોઈએ એવો પણ અર્થ અમે આધ્યાત્મિકતાનો કરતા નથી. મનુષ્ય એટલે મન વિનાનો આત્મા, શરીર વિનાનો આત્મા એવી સ્થિતિ નથી એટલે જે માનવ રીતની આધ્યાત્મિકતા છે, તેણે મન, પ્રાણ યા તો શરીરને ઉતારી પાડવાના નથી યા તો તેમનું મહત્ત્વ ઘટાડી દેવાનું નથી : ઉલટું આ આધ્યાત્મિકતા તો તેમને ખૂબ જ ઉચ્ચ સ્થાન આપશે. તેમને ખૂબ જ મહત્ત્વનાં ગણશે, અને તે એટલા માટે જ કે એ બધાં માનવમાં રહેલા આત્માના જીવન માટેની અવસ્થાઓ અને કરણો છે. હિંદની પ્રાચીન સંસ્કૃતિ, પ્રાચીન ગ્રીક સંસ્કૃતિ અર્વાચીન વૈજ્ઞાનિક વિચારસરણીના જેટલું જ, મન, પ્રાણ અને શરીરની સ્વસ્થતાને, તેમની વૃદ્ધિ અને શક્તિને મહત્ત્વ આપતી રહેલી હતી, જોકે એ પાછળનું

એનું લક્ષ્ય જુદા પ્રકારનું હતું, એની પાછળ એક વધુ મહાન હેતુ હતો. એટલેકે જે કોઈ વસ્તુ આ વસ્તુઓની આરોગ્યભરી પૂર્ણતા માટે કામમાં આવે તેવી હોય તેમ જ તેમના અંગ રૂપ હોય તેને હિંદની પ્રાચીન સંસ્કૃતિ મુક્તપણે અવકાશ આપતી રહેલી હતી. એ રીતે આ સંસ્કૃતિએ બુદ્ધિની પ્રવૃત્તિને, વિજ્ઞાન અને તત્ત્વજ્ઞાનને, રસાત્મક ભાવનાની તૃપ્તિને, તેમ જ નાની કે મોટી સર્વ અનેક કળાઓને, શરીરના આરોગ્ય અને શક્તિને, પ્રજાના શારીરિક અને આર્થિક કલ્યાણને, આસાયેશ અને સમૃદ્ધિને, - આપણને કેટલાક મનાવવા ઈચ્છે છે તેમ ભારતમાં દરિદ્રતાને કદી આખા દેશના આદર્શ તરીકે ગણવામાં આવેલી નથી, અથવા તો શુષ્કતા કે અઘોરીપણું તેની આધ્યાત્મિકતાની આવશ્યક ભૂમિકા તરીકે રહેલાં નથી, - તેમ જ તેની સર્વસાધારણ લશ્કરી, રાજકીય તથા સામાજિક શક્તિ અને કાર્યક્ષમતાને પોતામાં સ્થાન આપેલું છે. ભારતના લોકોનું ધ્યેય ઉચ્ચ પ્રકારનું હતું, પરંતુ તેઓ જે પાયો નાખવા માગતા હતા તે પણ સુદૃઢ અને વિશાળ પ્રકારનો હતો, અને આ પ્રાથમિક કરણો ઉપર તેમણે ખૂબ જ ધ્યાન આપેલું હતું, નૂતન ભારત પણ એ જ લક્ષ્યને તાજા અને વિશાળ વિચારોની જીવંત પ્રેરણા હેઠળ નવી રીતે તેમ જ વધારે સંકુલ પ્રકારની પરિસ્થિતિઓને અનુરૂપ એવી સાધનસામગ્રી દ્વારા સિદ્ધ કરવાનો પ્રયત્ન કરશે. પરંતુ એ કાર્યમાં તેના પ્રયત્ન અને કર્મનું ક્ષેત્ર તેમ જ તેના ચિત્તની તરલતા અને અહુવિધતા ઓછાં થયેલાં નહિ હશે, પણ પહેલાંના કરતાં વધુ મોટા પ્રમાણમાં હશે. આધ્યાત્મિકતા તો સર્વત્યાગી જ હોવી જોઈએ એવું નથી, તે સર્વગ્રાહી થઈ શકે છે અને તેના પૂર્ણ રૂપમાં તેણે એમ થવાનું જ છે.

પરંતુ આમ છતાં જીવન વિશેનું જે આધ્યાત્મિક દૃષ્ટિબિંદુ છે અને નર્પુ ભૌતિક અને મનોમય દૃષ્ટિબિંદુ છે એ બેની વચ્ચે ઘણો મોટો તફાવત છે. આધ્યાત્મિક દૃષ્ટિ એવી છે કે એ મન, પ્રાણ અને શરીરને માનવનાં સાધનો તરીકે જુએ છે, એ એનાં લક્ષ્ય નથી અને આ સાધન રૂપે પણ તે તેનાં અંતિમ તેમ જ ઉચ્ચતમ સાધનો નથી. મન, પ્રાણ અને શરીરને આધ્યાત્મિકતા માનવના બાહ્ય કરણાત્મક સ્વરૂપ તરીકે જુએ છે, એના આખાં સ્વરૂપ તરીકે નહિ. આ આધ્યાત્મિકતા સર્વ સાન્ત પદાર્થોની પાછળ અનંત તત્ત્વને જુએ છે, અને સાન્ત વસ્તુઓનું મૂલ્ય તે ઊર્ધ્વ રીતનાં અનંતરૂપ મૂલ્યોની રીતે આંકે છે. આ સાન્ત વસ્તુઓ તો પેલાં અનંત મૂલ્યોના એક અપૂર્ણ અનુવાદ રૂપે છે અને એ અનંત મૂલ્યો પ્રત્યે, તેમની એક વધુ સાચી અભિવ્યક્તિ પ્રત્યે પહોંચવાને તે હમેશાં પ્રયત્ન કરતી રહે છે. આધ્યાત્મિકતા મનુષ્ય અને જગતની માત્ર પાછળ જ નહિ, પણ મનુષ્ય અને જગતની ભીતર, દેખીતી વાસ્તવિકતા કરતાં એ એક વધુ મોટી વાસ્તવિકતાને નિહાળે છે અને માણસમાં આ જે આત્મા, આત્મરૂપ દિવ્ય વસ્તુ

આવેલી છે તેને તે મનુષ્યમાં રહેલી ઉચ્ચતમ મહત્ત્વની વસ્તુ ગણે છે. મનુષ્યમાં રહેલી સર્વ વસ્તુઓએ આ જ એક વસ્તુને હરકોઈ રીતે બહાર લાવવા માટે તેમ જ અભિવ્યક્તિ કરવા માટે પ્રયત્ન કરવાનો છે. આ આધ્યાત્મિકતા માને છે કે જગતમાં આ જે આત્મા, આત્મરૂપ તત્ત્વ, દિવ્ય સાંનિધ્ય આવી રહેલાં છે તેને સર્વ આભાસોમાં થઈને જોવા માટે તથા ઓળખવા માટે મનુષ્યે સદા પ્રયત્ન કરવાનો છે, પોતાના ચિત્ત અને પ્રાણને તેની સાથે એકરૂપ કરવા માટે તથા પોતાના માનવ બંધુઓ સાથેની પોતાની એકતાને તેની અંદર પ્રાપ્ત કરવાને પ્રયત્ન કરવાનો છે. આ વસ્તુ જગતને જોવાની આપણી આખીયે સામાન્ય દૃષ્ટિને જરૂર પલટી નાખે છે. આધ્યાત્મિકતા માનવ જીવનનાં સર્વ લક્ષ્યોને જાળવી રાખે છે ત્યારે પણ તે તે લક્ષ્યોને એક જુદો અર્થ અને દિશા આપે છે.

આપણે શરીરના આરોગ્ય અને શક્તિને લક્ષ્ય તરીકે રાખીએ છીએ, પણ તેની પાછળનો હેતુ શો છે ? એને પોતાને ખાતર, એવો સામાન્ય ઉત્તર મળશે. કારણ કે એ વસ્તુ પ્રાપ્ત કરવા જેવી છે, અથવા તો આપણા દીર્ઘાયુષ્યની પ્રાપ્તિને માટે તેમ જ આપણી બૌદ્ધિક તૃપ્તિને માટે, આપણા પ્રાણની અને લાગણીઓની તૃપ્તિને માટે એક સુદૃઢ પાયો મળી રહે એ માટે એ વસ્તુ જરૂરની છે. હા, શરીરનું આરોગ્ય અને શક્તિ તે તેને પોતાને ખાતર, એમ એક રીતે કહેવાય, પરંતુ તે આ અર્થમાં કે શારીરિક તત્ત્વ પણ આત્માની એક અભિવ્યક્તિ છે અને તેની પૂર્ણતા મેળવવા જેવી વસ્તુ છે, સંપૂર્ણ માનવ જીવનના ધર્મનો એ એક ભાગ છે. પરંતુ એથી યે વિશેષ તો આપણે શરીરને સર્વ ઊર્ધ્વ પ્રકારની પ્રવૃત્તિના પાયા તરીકે જોવાનું છે કે જે પ્રવૃત્તિ છેવટે જતાં માણસમાં રહેલા દિવ્ય આત્મરૂપની શોધમાં અને તેની અભિવ્યક્તિમાં પહોંચે છે. પ્રાચીન સંસ્કૃત ઉક્તિ છે કે, શરીરમ્ ખલુ ધર્મસાધનમ્ । શરીર પણ ધર્મની સિદ્ધિ માટેનું, આપણા સ્વરૂપના ઈશ્વરાભિમુખ બનતા નિયમ માટેનું સાધન છે. સામાન્ય દૃષ્ટિબિંદુ એવું છે કે આપણામાં આવેલા મનોમય ભાવપ્રધાન, રસાત્મક અંશોનો વિકાસ સધાવો જોઈએ, કેમ કે એ રીતે તે અંશોની એક વધુ મોટી પરિતૃપ્તિ સધાય છે, અથવા તો આ વસ્તુઓ મનુષ્યની વધારે સૂક્ષ્મ પ્રકૃતિ રૂપે છે, તેમ જ એ રીતે માણસ પોતાના જીવનને એક વધુ જીવંત રૂપનું અને વધારે ચરિતાર્થતા પામતું અનુભવે છે. આ વસ્તુ છે ખરી, પરંતુ માત્ર એટલું જ નથી, પણ આપણે એમ કહીએ કે આ વસ્તુઓ પણ આત્માની અભિવ્યક્તિઓ છે, મનુષ્યમાં રહેલી એ વસ્તુઓ પોતાનાં દિવ્ય મૂલ્યોને ખોજી રહી છે અને તેમની વૃદ્ધિ, સૂક્ષ્મતા, મુલાયમતા, શક્તિ, તીવ્રતા સાધીને જગતમાં રહેલી દિવ્ય વાસ્તવિકતાની વધુ નજીક મનુષ્ય પહોંચી શકે છે, એ વાસ્તવિકતાનો તે વિવિધ પ્રકારે કબજો મેળવી શકે છે, છેવટે જતાં તે પોતાના આખાં જીવનનો

સૂર તેની સાથે એકરૂપતામાં અને સમરૂપતામાં જોડી શકે છે. નૈતિક ભાવના એ સામાન્ય દૃષ્ટિ મુજબ વ્યક્તિના તેમ જ સમાજના વ્યવહારનું એક સારી રીતે થતું નિયંત્રણ છે. એને લીધે સમાજ ટકી શકે છે અને આપણા માનવ બંધુઓ સાથેનો આપણો વ્યવહાર વધારે સારો, વધારે બુદ્ધિપૂર્વકનો, મર્યાદાપૂર્ણ, સહાનુભૂતિ ભરેલો આત્મસંયમવાળો બને છે, પણ આધ્યાત્મિક દૃષ્ટિમાં નૈતિક ભાવના તે આના કરતાં ઘણી વધુ મોટી વસ્તુ છે. એ ભાવના દ્વારા આપણે આપણા કર્મની અંદર તેમ જ તેથી યે વિશેષ મૂળ રૂપે આપણા સ્વરૂપના પ્રકારમાં આપણામાં રહેલા અધિક દિવ્ય સ્વરૂપને વિકસાવી શકીએ છીએ, પ્રભુની પ્રકૃતિમાં આપણો વિકાસ સાધવા માટેનું એ પગથિયું બની રહે છે.

આ જ પ્રમાણે આપણાં સર્વ લક્ષ્યો અને પ્રવૃત્તિઓનું બને છે. આધ્યાત્મિકતા એ સર્વને હાથમાં લઈ લે છે અને તેમનામાં એ વધુ મહાન, વધુ દિવ્ય વધુ નિકટતાવાળો અર્થ મૂકી આપે છે. તત્ત્વજ્ઞાન, પશ્ચિમના લોકો તેને ખેડે છે તે મુજબ, તે બુદ્ધિના પ્રકાશ દ્વારા અસ્તિત્વના પ્રથમ સત્યોની ખોજ રૂપે... બની રહે છે. આ સત્યોને આપણે વિજ્ઞાન આપણી સમક્ષ એ હકીકતો મૂકે છે તેનું અવલોકન કરીને મેળવી શકીશું અથવા તો બુદ્ધિએ ઉપજાવેલા ખ્યાલોની કાળજીપૂર્વકની તર્કયુક્ત ચકાસણી દ્વારા અથવા તો બંને પદ્ધતિઓનું મિશ્રણ કરીને મેળવી શકીશું. પરંતુ આધ્યાત્મિક દૃષ્ટિબિંદુથી જોતાં અસ્તિત્વનું સત્ય આપણે માત્ર બુદ્ધિ કે વૈજ્ઞાનિક અવલોકન દ્વારા જ નહિ પણ સહજપ્રજ્ઞા અને આંતરિક અનુભૂતિ દ્વારા મેળવવાનું રહે છે. તત્ત્વજ્ઞાન જ્ઞાનનાં વિવિધ સાધનો દ્વારા મળતી સામગ્રીઓને, કોઈને પણ બાકી રાખ્યા વિના, વ્યવસ્થિત કરી આપવાનું કામ કરે છે. અને તેમને વિશ્વના એકમાત્ર સત્યની સાથે, વિશ્વની એકમાત્ર પરમ અને વિશ્વરૂપ વાસ્તવિકતા સાથે તેમના સમન્વયપૂર્ણ સંબંધમાં મૂકી આપે છે. આખરે જતાં, એનું સાચું મૂલ્ય એ બની રહે છે કે તે આધ્યાત્મિક સાક્ષાત્કાર માટેનો એક પાયો તૈયાર કરી આપે છે અને માનવ પોતાની દિવ્ય પ્રકૃતિમાં વિકાસ પામતો થાય છે. વિજ્ઞાન પોતે જગત વિશેનું માત્ર એક જ્ઞાન બની રહે છે અને એ જ્ઞાન વિશ્વના આત્મા ઉપર તેમ જ જગતમાં તે જે રીતે કામ કરે છે તેના ઉપર એક વધારાનો પ્રકાશ નાખી આપે છે. વળી આ તત્ત્વજ્ઞાન પોતાને માત્ર સ્થૂલ જ્ઞાનમાં તથા તેનાં વ્યવહારુ પરિણામોમાં જ પૂરી રાખવાનું અથવા તો જડતત્ત્વ કે જડ શક્તિના વિચારને આપણા પ્રસ્થાનબિંદુ તરીકે લઈ તેના પાયા ઉપર રચાયેલા જીવનના તથા મનુષ્યના અને મનના જ્ઞાન પૂરતું જ મર્યાદિત રહેવાનું કામ નહિ કરે. આધ્યાત્મિક અનેલી સંસ્કૃતિ સંશોધનનાં નવાં ક્ષેત્રો માટે સ્થાન કરી આપશે. નવાં તેમજ જૂનાં ચૈતસિક વિજ્ઞાનો અને પરિણામો માટે સ્થાન કરી આપશે. આ ચૈતસિક વિજ્ઞાનો જીવન અને

જડતત્ત્વ ઉપર કાર્ય કરવા માટે આત્મસત્ત્વને પ્રથમ સત્ય તરીકે લઈ પોતાનો આરંભ કરે છે, મનની શક્તિને લઈને તથા મન કરતાં વધારે મહાન એવી વસ્તુને લઈને પોતાનો આરંભ કરે છે. કળા અને કવિતાનું પ્રાથમિક લક્ષ્ય તે મનુષ્ય અને પ્રકૃતિની પ્રતિકૃતિઓનું સર્જન કરવાનું છે. આ પ્રતિકૃતિઓ સૌન્દર્યની ભાવનાને તૃપ્ત કરતી રહે છે તેમ જ બુદ્ધિને જીવન વિશે જે ખ્યાલો હોય છે અને કલ્પના જીવન પ્રત્યે જે સંવેદનો અનુભવતી હોય છે તેને કલાત્મક રીતે દેહબદ્ધ કરી આપે છે. પરંતુ આધ્યાત્મિક સંસ્કૃતિમાં કળા અને કવિતા પણ પોતાની લક્ષ્યસાધનામાં મનુષ્ય અને પ્રકૃતિમાં ગુપ્ત રખાયેલી ચીજોના તેમ જ ગહનમાં ગહન આધ્યાત્મિક અને વિશ્વરૂપ સૌન્દર્યના પ્રકટીકરણ રૂપે બની રહે છે. રાજકારણ, સમાજ, અર્થતંત્ર એ બધાં માનવ જીવનના પ્રથમ રૂપમાં માત્ર એક વ્યવસ્થા રૂપે હોય છે અને તે દ્વારા મનુષ્યો સામૂહિક રીતે જીવન જીવી શકે છે, વસ્તુઓનું ઉત્પાદન કરી શકે છે, પોતાની ઈચ્છાઓને તૃપ્ત કરી શકે છે, આનંદ માણી શકે છે, શરીરની પ્રાણની અને મનની કાર્યક્ષમતામાં પ્રગતિ સાધી શકે છે. પરંતુ આધ્યાત્મિક રીતનું લક્ષ્ય આ બધી વસ્તુઓને આટલા કરતાં ઘણી વિશેષ રીતની કરી આપે છે. પ્રથમ તો, તે આ વસ્તુઓને જીવનના એક સીમાંકન રૂપે કરી આપે છે કે જેમાં રહીને મનુષ્ય પોતાના સાચા સ્વરૂપની અને દિવ્યતાની ખોજ કરી શકે છે, અને તેમાં વૃદ્ધિ પામી શકે છે, બીજું એ કે, તે જીવનની અંદર આત્માના દિવ્ય નિયમને વધુ ને વધુ સાકાર કરી આપે છે, ત્રીજું એ કે, તે માનવજાતિ જે એક અધિક દિવ્ય પ્રકૃતિનો વિકાસ સાધવા પ્રયત્ન કરી રહી છે તે પ્રકૃતિમાં રહેલા પ્રકાશ, શક્તિ, શાંતિ, એકતા, સંવાદ પ્રત્યે એક સામૂહિક પ્રગતિ રચી આપે છે. આધ્યાત્મિક સંસ્કૃતિ એટલે શું ? અને આધ્યાત્મિકતાને જીવનમાં મૂકી આપવી એટલે શું તેનો અર્થ અમે, તેની સર્વ સંભાવ્યતાઓમાં આ કરીએ છીએ, એથી વધુ નહિ તો એથી ઓછો પણ નહિ.

શ્રી અરવિન્દ

### ૩.૩ : ભારતને શ્રી અરવિન્દનો સંદેશ : ૧૫ ઓગસ્ટ, ૧૯૪૭

ભારતના સ્વાતંત્ર્ય સંગ્રામમાં શ્રી અરવિન્દે મહત્વનો ભાગ ભજવ્યો હતો. ભારતને પોતાની સ્વતંત્રતા અત્યંત સૂચક રીતે ૧૫ ઓગસ્ટ ૧૯૪૭, શ્રીઅરવિન્દની ૭૫મી જન્મ જયંતીના દિને પ્રાપ્ત થઈ. આ પ્રસંગે આકાશવાણી (ઓલ ઈન્ડિયા રેડિયો)એ સ્વતંત્ર ભારતને સંદેશો આપવા શ્રી અરવિન્દને વિનંતી કરી. આ સંદેશમાં શ્રીઅરવિન્દે પોતાનાં પાંચ સ્વપ્નોની વાત કરી છે.

#### □ પાંચ સ્વપ્નો

ઑગસ્ટ ૧૫, ૧૯૪૭ એ સ્વતંત્ર ભારતનો જન્મદિવસ છે. ભારતને માટે આ દિવસે એક જૂનો યુગ પૂરો થાય છે, એક નવો યુગ બેસે છે. એટલું જ નહિ આખા જગત માટે પણ આપણે એને એક મહત્વનો દિવસ બનાવી શકીએ છીએ. એક સ્વતંત્ર પ્રજા તરીકેના આપણા જીવન અને કર્મ દ્વારા આખી માનવજાતિના ભાવિ માટે, તેના રાજકીય, સામાજિક, સાંસ્કૃતિક અને આધ્યાત્મિક વિકાસની દિશામાં એક નવા યુગનું મંડાણ પણ આપણે કરી શકીએ છીએ.

૧૫મી ઑગસ્ટ એ મારો પોતાનો જન્મદિવસ છે. એ દિવસ આવું મહાન ગૌરવ ધારણ કરે એ પણ મારે માટે એક સ્વાભાવિક રીતે ઘણી આનંદપ્રદ ઘટના છે. આ સુયોગને હું કેવળ એક અકસ્માત તરીકે જ નથી જોતો. પરંતુ મારા જીવનના આરંભકાળથી મેં જે કાર્ય હાથ ધર્યું છે, અને એ કાર્યમાં પ્રભુની જે દિવ્ય શક્તિ મને પદે પદે દોરી રહી છે તે દિવ્ય શક્તિને મારા એ કાર્ય ઉપર આ સુયોગ દ્વારા પોતાની પૂર્ણ અનુમતિ દર્શાવતી, પોતાની મહોરછાપ મારી આપતી જોઈ છે. આ સુયોગમાં હું મારા જીવનકાર્યને પૂર્ણ સિદ્ધિની દિશામાં ગતિ કરતું જોઈ છું. સાચે જ, મારા જીવનકાળ દરમિયાન જે જે જગદ્વ્યાપી પ્રવૃત્તિઓને સફળ થવાની મેં આશા સેવી હતી, અને તે કાળે તો એ પ્રવૃત્તિઓ કેવળ અવ્યવહારુ સ્વપ્ન જેવી જ દેખાતી હતી, તે સઘળી પ્રવૃત્તિઓને હું આજે સફળ થતી, યા તો સફળતાની દિશામાં ગતિ કરતી જોઈ છું. સ્વતંત્ર બનેલું ભારત આ સર્વ પ્રવૃત્તિઓમાં ઘણો મોટો ભાગ ભજવી શકે છે, જગતને માર્ગદર્શક બની શકે છે.

આ સ્વપ્નોમાં પ્રથમ સ્વપ્ન હતું એક ક્રાંતિકારી આંદોલન દ્વારા સ્વતંત્ર અને સંગઠિત ભારતનું સર્જન કરવું. આજે ભારત સ્વતંત્ર બન્યું છે પણ તેણે એકતા સિદ્ધ કરી નથી. એક ક્ષણે તો એમ પણ લાગતું હતું કે આ સ્વતંત્ર થવાની ક્રિયામાં જ તે પાછું બ્રિટિશ અમલ પૂર્વે હતી તેવી

છૂટાં છૂટાં રાજ્યોની અંધાધૂંધી ભરેલી હાલતમાં સરી પડશે. પરંતુ હવે એમ લાગે છે કે સદ્ભાગ્યે આ ભય હવે ઊભો નહિ થાય, અને જોકે હજી તો અપૂર્ણ રહેલું છતાં એક વિશાળ અને શક્તિશાળી સંઘતંત્ર સ્થપાશે. વળી અંધારણ સભાની ડહાપણપૂર્વકની જોરદાર નીતિને લીધે દલિત વર્ગોનો પ્રશ્ન પણ કશી ફાટફૂટ વિના ઊકલી જશે એમ લાગે છે. પણ હિન્દુઓ અને મુસલમાનો વચ્ચેના જૂના કોમી ભેદે આજે તો જાણે દેશના કાયમી રાજકીય ભાગલાનું રૂપ લઈ લીધેલું દેખાય છે. આશા રાખીએ કે આ સિદ્ધ ગણપતી હકીકતને હંમેશાને માટે સિદ્ધ થઈ ગયેલી હકીકત તરીકે નહીં સ્વીકારી લેવામાં આવે, અને એને એક કામચલાઉ નિવેડો જ ગણવામાં આવશે. કારણ કે જો આ ભાગલા ચાલુ રહેશે તો શક્ય છે કે ભારત ગંભીરપણે નિર્બળ બની જાય, સાવ અપંગ બની જાય. આ ભાગલા રહેશે ત્યાં સુધી આંતરવિગ્રહનો હંમેશાં સંભવ રહેવાનો. એટલું જ નહિ, ભારત પર કોઈ બીજી સત્તાનું આક્રમણ પણ બને, અને ભારત પરદેશી સત્તાના હાથમાં પાછું ચાલ્યું જાય. ભાગલાને લીધે ભારતનો પોતાનો આંતરિક વિકાસ અને પ્રગતિ પણ અટકી પડે, જગતની પ્રજાઓમાં પણ એનું સ્થાન નબળું પડી જાય તથા ભારતનું પોતાનું જે વિશિષ્ટ જીવનકાર્ય છે તેને ક્ષતિ પહોંચે અને તે નષ્ટભ્રષ્ટ પણ થઈ જાય એવો પણ સંભવ છે જ. આમ ન જ થવા દેવાય. ભાગલા જવા જ જોઈએ. આપણે આશા રાખીએ કે આ ઘટના સ્વાભાવિક રીતે જ બની આવે. ભારતના આ બે ભાગ વચ્ચે શાંતિ ને સુમેળ હોવાં જરૂરી છે એટલું જ નહિ પણ બંનેએ ભેગા મળીને કાર્ય કરવાનું છે એ વાતનો વધુ ને વધુ સ્વીકાર થવા લાગે, બંને ભાગો ભેગા મળીને કાર્ય કરવા લાગે અને એ માટે જરૂરી સાધનો ઊભાં કરવામાં આવે એ આ એકતા પછી લાવવાના સંભવિત ઈલાજો છે. આ એકતા ભલે પછી ગમે તે રૂપમાં આવે. એ રૂપ કયા પ્રકારનું હશે તેનું ભલે વ્યવહારુ દૃષ્ટિએ મહત્ત્વ હોય, પણ તેને એકતાના મૂળ પ્રશ્ન સાથે સીધો સંબંધ નથી. ગમે તે સાધન દ્વારા, ગમે તે પ્રકારે, આ ભાગલા જવા જ જોઈએ. એકતા સ્થપાવી જ જોઈએ, અને સ્થપાશે જ. આ એક અનિવાર્ય આવશ્યકતા છે. એ વિના ભવિષ્યમાં ભારત મહાન નહિ બની શકે.

મારું બીજું સ્વપ્ન હતું એશિયાની પ્રજાઓની જાગૃતિનું, તેમની સ્વતંત્રતાનું, માનવ સંસ્કૃતિના વિકાસમાં એશિયાએ જે મહાન ભાગ ભજવવાનો છે તે ભજવતું તે થાય તેનું. એશિયા જાગ્યું છે, એશિયાનો ઘણો મોટો ભાગ હવે તદ્દન સ્વતંત્ર થઈ રહ્યો છે. એશિયાના કેટલાક પ્રદેશ હજી પૂરેપૂરા અથવા તો અરધાપરધા પરતંત્ર છે, પરંતુ તે પણ પોતપોતાના જંગ ખેલતા સ્વતંત્રતા પ્રત્યે ગતિ કરી રહ્યાં છે. હવે માત્ર થોડુંક કરવાનું બાકી છે અને તે આજકાલમાં થઈ જશે. એ વિષયમાં પણ ભારતે પોતાનો ભાગ ભજવવાનો અને તે તેણે ભજવવા પણ

માંડ્યો છે. એ બાબતમાં ભારતે આ થોડા વખતમાં પણ એવી તો સ્ફૂર્તિ અને શક્તિ બતાવી છે કે જેમાંથી તેની ભાવિ શક્તિઓનો ખ્યાલ આજે પણ આવી શકે છે અને જગતના પ્રજાસંઘમાં તે કયું સ્થાન લઈ શકે તેમ છે તે જોઈ શકાય છે.

મારું ત્રીજું સ્વપ્ન હતું જગતના એક રાષ્ટ્રસંઘની સ્થાપના કે જે દ્વારા માનવજાતિને એક વધુ સુંદર, વધુ ઉજ્જવળ અને વધુ ઉત્તમ જીવન જીવવા માટે એક બાહ્ય ભૂમિકા પ્રાપ્ત થાય. માનવજાતિની એ એકતા આજે સ્થાઈ રહી છે. એ દિશામાં હજી એક અપૂર્ણ એવું સંગઠન શરૂ તો થયું છે, પરંતુ તેની સામે પ્રચંડ મુશ્કેલીઓ ઊભેલી છે. તો પણ એ કાર્યને વેગ મળી ચૂક્યો છે. એ વેગ વધુ ને વધુ વધતો જશે અને છેવટે આ પ્રવૃત્તિ વિજય પામવાની જ છે. આ વિષયમાં પણ ભારતે આગળ પડતો ભાગ ભજવવા માંડ્યો છે. અને જો ભારત, વર્તમાન પરિસ્થિતિ તથા નજીકની શક્યતાઓમાં જ પુરાઈ ન રહેતાં, ભવિષ્યની શક્યતાઓ જોઈ શકે અને તેને વધુ ને વધુ નજીક લઈ આવે એવી રાજકીય કુનેહ ખીલવી શકે તો રાષ્ટ્રસંઘમાં તે પોતાની હાજરીનો ઘણો પ્રભાવ પાડી શકશે. એ સંઘ અત્યારે જે મંદ વેગે બીતાં બીતાં ગતિ કરી રહ્યો છે તેમાં ભારત ઘણી હિંમત અને વેગ પૂરી શકશે. આજે જે કાર્ય થઈ રહ્યું છે તેને અટકાવી દેવાય તો તેનો નાશ કરી નાખે એવી કોઈ આપત્તિ ઊભી થવાનો પણ સંભવ છે, તેમ છતાં છેવટનું પરિણામ તો નિશ્ચિત જ છે. જગતની પ્રજાઓ એક બને એ કુદરતની પોતાની જ આવશ્યકતા છે. એ એક ટાળી ન ટળાય તેવી ક્રિયા છે. જગતની પ્રજાઓ માટે આ કેટલી બધી આવશ્યક છે એ તો અત્યંત સ્પષ્ટ વાત છે. આવી એકતાની ગેરહાજરીમાં જગતની નાની નાની પ્રજાઓની સ્વતંત્રતા કોઈ પણ ક્ષણે ભયમાં મૂકાઈ જવાનો સંભવ છે. એટલું જ નહિ, મોટી તથા બળવાન પ્રજાઓનું જીવન પણ એટલું જ બિનસલામત રહેવાનું છે. આમ બધી રીતે જોતાં માનવજાતિની એકતા સર્વ કોઈના હિંમતની વસ્તુ છે. જો માનવજાતી નિર્વીર્ય હશે અને મૂર્ખ રીતે સ્વાર્થમાં ડૂબેલી રહેશે તો જ આ એકતા સિદ્ધિ નહિ થાય. પરંતુ આ વસ્તુઓ કુદરતની આવશ્યકતા આગળ તેમ જ પરમાત્માની દિવ્ય ઈચ્છાશક્તિ આગળ કાયમની ટકી શકવાની નથી જ. પણ આ એકતા સિદ્ધ કરવા માટે એકલી બાહ્ય ભૂમિકા જ પૂરતી નથી. જગતમાં એક આંતરરાષ્ટ્રીય ભાવના અને દૃષ્ટિનો પણ ઉદય થવો જોઈએ, આંતરરાષ્ટ્રીય વ્યવહારો અને સંસ્થાઓ ઊભાં થવાં જોઈએ, માર્ગસોને બેવડી અથવા તો અનેકદેશીય નાગરિકતાના હક્ક મળે, સંસ્કૃતિઓનો બુદ્ધિપૂર્વક વિનિમય થાય, તેનું સ્વેચ્છાપૂર્વક સંમિશ્રણ થાય, એવી અનેક પ્રવૃત્તિઓ થવી જોઈએ. રાષ્ટ્રવાદે કરવાનું કામ હવે થોડા સમયમાં જ પૂરું થઈ જશે. એનામાં રહેલી આક્રમક વૃત્તિ હવે દૂર થઈ જશે. આ આંતરરાષ્ટ્રીય પ્રવૃત્તિઓ સાથે હરેક રાષ્ટ્ર પોતાના આત્મસંરક્ષણનો તથા પોતાની

લાક્ષણિક જીવનપ્રણાલિનો મેળ પણ જાળવી શકશે. માનવજાતિમાં હવે એકતાની એક નવીન ભાવના વ્યાપક બનશે.

મારું એક બીજું સ્વપ્ન હતું ભારતે જગતને આપવાની આધ્યાત્મિકતાની ભેટ. એ કાર્ય પણ શરૂ થઈ ચૂક્યું છે. ભારતની આધ્યાત્મિકતા યુરોપ અને અમેરિકામાં વધુ ને વધુ પ્રમાણમાં પ્રવેશ કરી રહી છે. એ પ્રવૃત્તિ હવે વિશેષ વૃદ્ધિ પામશે. આજના ધોર વિપત્તિ-યુગમાં વધુ ને વધુ આંખો ભારત તરફ આશાભરી મીટ માંડી રહી છે. લોકો ભારતની તત્ત્વદૃષ્ટિને અનુસરવા લાગ્યા છે. એટલું જ નહિ, ભારતની સૂક્ષ્મ અને આધ્યાત્મિક સાધનાનો પણ આશ્રય લેવા લાગ્યા છે.

મારું છેલ્લું સ્વપ્ન હતું માનવ વિકાસમાં સાધવાનું એક નવું પગલું, એક નવી ભૂમિકાની પ્રાપ્તિ. એ એક એવું પગલું હશે કે જેને લીધે મનુષ્ય એક વધુ ઉચ્ચ અને વિશાળ ચેતનાની અંદર આરોહણ પામશે અને મનુષ્યમાં વિચારશક્તિનો ઉદય થતાં તેણે પોતાની પૂર્ણતામાં તેમ જ પૂર્ણ સમાજના સ્વપ્ન સેવવા માંડ્યા ત્યારથી જે જે પ્રશ્નો એને ગૂંચવો અને મૂંઝવી રહ્યા છે તેમનો તે ઉકેલ લાવી શકશે. પરંતુ આ તો હજી મારી અંગત આશા જ છે, કેવળ મારી પોતાની જ કલ્પના છે, મારો અંગત આદર્શ જ છે, તો પણ ભારતમાં તેમ જ પશ્ચિમમાં પણ એ આદર્શ ચિંતનશીલ માર્ગસોને આકર્ષવા માંડ્યા છે. બીજા કોઈ ક્ષેત્ર કરતાં આ વિષયમાં તો ઘણી જ વિકટ મુશ્કેલીઓ સામે ઊભેલી છે. પણ મુશ્કેલીઓ ઊભી થાય છે એનો અર્થ એટલો જ છે કે આપણે તેમને જીતવાની છે. અને જો પ્રભુઈચ્છા હશે તો તે જિતાશે જ. આ કાર્ય આંતર ચેતનાના તથા આત્માના વિકાસ દ્વારા જ શક્ય બનવાનું છે. અને આ વિષયમાં પણ, માનવજાતિમાં જો આ વિકાસ થવાનો હશે, તો તેનો આરંભ ભારત જ કરી શકે તેમ છે. વળી આ પ્રવૃત્તિએ સમસ્ત માનવજાતિની પ્રવૃત્તિ બનવાનું છે તો પણ સંભવ છે કે એનું કેન્દ્ર તો ભારત જ બને.

ભારતની સ્વતંત્રતાના આજના દિવસનું રહસ્ય હું આ રીતે જોઉં છું. આ આશા સફળ થશે કે નહિ, યા તો કેટલી સફળ થશે એનો આધાર હવેના સ્વતંત્ર અને નૂતન ભારત પર રહે છે.

શ્રી અરવિન્દ

## એકમ-૨ : સર્વાંગી શિક્ષણ

અન્ધં તમઃ પ્રવિશન્તિ ચેડવિદ્યામુપાસતે ।  
તતો ભૂય ઇવ તે તમો ય ડ વિદ્યાયાં રતાઃ ॥

જેઓ માત્ર અવિદ્યારૂપ કર્મની ઉપાસના કરે છે, (એટલે જેઓ કર્મમાં જ રચ્યાપચ્યા રહે છે), તેઓ ગાઢ અંધારામાં જ જાય છે અને જેમને માત્ર વિદ્યામાં જ રસ પડે છે, તેઓ તો જાણે કે તેથી પણ વધારે ગાઢ અંધારામાં ઊતરે છે.

\*

અન્યદેવાહુર્વિદ્યાયા અન્યદાહુરવિદ્યાયા ।  
ઇતિ શુશ્રુમ ધીરાણાં યે નસ્તદ્ વિચચક્ષિરે ॥

એ પરમ તત્ત્વ તો વિદ્યા અર્થાત્ આ જ્ઞાનથી જૂઠું કહેવાય છે અને અવિદ્યા અર્થાત્ કર્મથી પણ જૂઠું કહેવાય છે. અમને સમજણ આપવાવાળા બુદ્ધિમાન પુરુષો પાસેથી અમે આમ સાંભળ્યું છે.

\*

વિદ્યાઞ્ચ અવિદ્યાઞ્ચ યસ્તદ્ વેદોભયં સહ ।  
અવિદ્યાયા મૃત્યું તીર્ત્વા વિદ્યાયામૃતમશ્નુતે ॥

અવિદ્યારૂપ કર્મ અને વિદ્યારૂપ જ્ઞાન એ બંનેને જે એકી સાથે જાણે છે, તે અવિદ્યા વડે મરણને તરી જઈને વિદ્યા વડે અમરપણું મેળવે છે.



## પ્રકરણ-૪

## કેળવણીનો સાચો સંદર્ભ

### ૪.૧ : સાચી અને જીવંત કેળવણી

પ્રથમ તો આપણે સાચી કેળવણી, એનો મૂળ અર્થ, એનું પાયાનું લક્ષ્ય અને રહસ્ય આ બાબતો અંગે આપણે જે કાંઈ સમજતા હોઈએ તેમાં રહેલી અસ્પષ્ટતાઓને દૂર કરી લઈએ એ જરૂરનું છે. કારણ કે આ વસ્તુઓની સ્પષ્ટતા થઈ ગયા પછી જ આપણે આપણા કામનો પાકે પાયે આરંભ કરી શકીશું અને આ શબ્દોમાં આપણે જે ભાવાર્થ પૂરવા માગીએ છીએ તે ભાવાર્થનું સાચું સ્થાન તથા તેનું સંપૂર્ણ રહસ્ય શું હોઈ શકે તે નક્કી કરવાનું હાથ લઈ શકીશું. રાષ્ટ્રીય કેળવણી એ શું છે અથવા તો કેવી હોવી જોઈએ એ વિશે હું ખાતરીપૂર્વક વિચાર કરી શકું તે પહેલાં કેળવણી પોતે શું છે તથા કેવી હોવી જોઈએ તે વિશે મારે ખાતરી કરી લેવી જોઈએ. તો આપણે આરંભમાં જે વસ્તુ રજૂ કરી હતી તેને લઈને જ આરંભ કરીએ, અને હું ધારું છું કે એને વિશે કોઈ મોટો મતભેદ હોઈ શકે તેમ નથી. આપણે આરંભમાં એમ કહેલું કે એક સાચી અને જીવંત કેળવણીમાં આપણે ત્રણ વસ્તુઓનો ખ્યાલ રાખવાનો છે. એ વસ્તુઓ છે માણસ પોતે. એટલે કે પોતાની સામાન્યતામાં અને અનન્યતામાં રહેતી એવી વ્યક્તિ, રાષ્ટ્ર અથવા તો પ્રજા અને વિશ્વની માનવતા. આમાંથી એ વાત ફલિત થાય છે કે જે કેળવણી માનવમાં જે જે વસ્તુઓ રહેલી છે તે બધીને પૂરેપૂરી રીતે બહાર લઈ આવવામાં મદદ કરતી હોય, અને માનવ જીવનના પૂર્ણ હેતુને તથા વિકાસને સિદ્ધ કરવાને એ વસ્તુઓને તૈયાર કરતી હોય એ જ માત્ર સાચી અને જીવંત કેળવણી છે. અને સાચે સાચે આ કેળવણીએ વ્યક્તિ જે પ્રજામાં આવેલી હોય તે પ્રજાના

જીવન સાથે, મન અને આત્મા સાથે તે સાચા સંબંધમાં આવે તેમાં મદદરૂપ થવું જોઈએ. માણસ પોતે માનવજાતિનો એક એકમ છે. અને એ જે પ્રજાનો કે દેશનો હોય તે પ્રજા અથવા તો દેશ માનવજાતિનું એક જીવતું જાગતું અને ભિન્ન સ્વરૂપવાળું છતાં તેનાથી છૂટું ન પાડી શકાય તેવું અંગ છે. આ આખા પ્રશ્નો આ વિશાળ અને સમગ્રરૂપ તત્ત્વના પ્રકાશમાં મૂકીને આપણે વિચાર કરીશું તો જ આપણને એ વસ્તુનો સારી રીતે સ્પષ્ટ ખ્યાલ આવશે કે આપણે આપણી કેળવણીને કેવું સ્વરૂપ આપવા માગીએ છીએ તથા રાષ્ટ્રીય કેળવણી દ્વારા આપણે કઈ વસ્તુ સિદ્ધ કરવાનો પ્રયત્ન કરીશું. અત્યારના સમયે હિંદમાં દૃષ્ટિની અને પાયાની આ વિશાળતા અત્યંત જરૂરની છે. આ દેશના જીવન ધ્યેયમાં રહેલી સારીયે શક્તિને, તેના ભાવિની આ કટોકટીભરી ગતિમાં એને જે એકમાત્ર વસ્તુ જરૂરની છે તેના તરફ વાળવાની રહે છે. અને એ જરૂર તે એ છે કે આ દેશે વ્યક્તિમાં અને પ્રજામાં તેના પોતાના આત્માને શોધી લેવાનો છે અને તેની ફરીથી ઘટના કરવાની છે, અને આ રીતે પોતાની આંતરિક મહત્તા પાછી પ્રાપ્ત કરી લઈને તેણે માનવજાતિના જીવનમાં તેનો જે સાચી રીતનો અને કુદરતી એવો ભાગ તથા સ્થાન રહેલાં છે તે પાછા મેળવી લેવાનાં છે.

પરંતુ માણસ અને તેનું જીવન એ શું છે, રાષ્ટ્ર પોતે અને તેનું જીવન એ શું છે, માનવતા અને માનવજાતિનું જીવન એ શું છે તે વિશે જગતમાં ઘણા જુદા જુદા ખ્યાલો હોવાનો સંભવ છે, અને આ મતભેદ પ્રમાણે કેળવણી વિશેના આપણા ખ્યાલ અને પ્રયત્નમાં ઠીકઠીક તફાવત હોઈ શકે છે. આ વસ્તુઓ વિશે હિંદની પાસે તેનો પોતાનો લાક્ષણિક ખ્યાલ અને દર્શન હંમેશાં રહેલાં છે, અને આપણે એ જોવાનું રહે છે કે આપણી કેળવણીના છેક મૂળમાં આ જ વસ્તુ ખરેખર રહેલી હશે કે નહિ અથવા તો રહેવી જોઈએ કે નહિ, અને સંભવ તો એ જ પ્રમાણે હોવાનો છે, અને આ જ એકમાત્ર વસ્તુમાંથી આપણને કેળવણીને તેનું સાચું રાષ્ટ્રીય સ્વરૂપ મળી આવશે. હિંદના વિચારકોએ એમ વિચાર્યું નથી કે માણસ તે સ્થૂલ પ્રકૃતિએ વિકસાવેલું એક જીવતું શરીર છે, અને એ શરીરે પછી પ્રાણની અમુક વૃત્તિઓ, એક અહંકાર, એક મન અને એક બુદ્ધિ વિકસાવ્યાં છે, માણસ તો એક મનુ કોટિનું પ્રાણી છે અને આપણી બાબતમાં આપણે હિંદની કોટિનું પ્રાણી છીએ, અને આ પ્રાણીનું આખું જીવન અને કેળવણી એક કેળવણીલા મન અને બુદ્ધિના શાસન હેઠળ આ પ્રાણીની વૃત્તિઓને તૃપ્ત કરવા માટે જ યોજાવાં જોઈએ તથા તે વ્યક્તિના અને રાષ્ટ્રના અહંને સૌથી વધારે લાભકારક નીવડે એ રીતે યોજાવાં જોઈએ. વળી હિંદના ચિંતનમાં એવું વલણ પણ રહેલું નથી કે માણસ એ મુખ્યત્વે એક તર્કશક્તિવાળું પ્રાણી છે, અથવા તો એને વિશેની પરિચિત વ્યાખ્યા થોડી વિશાળ કરીને કહેતાં, તે એક વિચાર

કરનારું, સંવેદનો સેવનારું અને ઇચ્છાશક્તિ ધરાવતું પ્રાકૃતિક અસ્તિત્વ છે, માણસ એ સ્થૂલ પ્રકૃતિનો મનોમય પુત્ર છે અને તેની કેળવણી તે માનસિક શક્તિઓની કેળવણી બનવી જોઈએ, અથવા તો હિંદે એવી વ્યાખ્યા નથી આપી કે માણસ તે એક રાજકીય, સામાજિક અને આર્થિક પ્રાણી છે અને તેને આપવાની કેળવણી તે તેને સમાજ અને રાજ્યનું એક કાર્યક્ષમ, ઉત્પાદક અને સારી રીતે શિસ્તબદ્ધ એવું અંગ બનવાને માટેની યોગ્યતા મેળવી આપવાની તાલીમ રૂપ રહેશે. આ બધાં બેશક માનવનાં સ્વરૂપો છે, અને હિંદે એ સર્વને તેના વિશાળ દર્શનમાં સારું એવું સ્થાન આપેલું છે, પરંતુ આ બધી બાબત વસ્તુઓ છે, એનાં મન, પ્રાણ અને કર્મ કરણ રૂપે રહીને જે કાર્ય કરે છે તે કાર્યનાં એ અંગો છે, એમાં આખોયે ખરો માનવ આવી જતો નથી.

હિંદે હંમેશાં માણસમાં એક વ્યક્તિરૂપ આત્મા જોયો છે, એ આત્મા તે પ્રભુનો મન અને શરીરમાં વીંટળાયેલો અંશ છે, એ આત્મા તે વિશ્વરૂપ આત્મા અને આત્મતત્ત્વનો પ્રકૃતિમાં બનેલો એક સભાન આવિર્ભાવ છે. હિંદે માણસમાં એક મનોમય પુરુષ, એક બૌદ્ધિક, નૈતિક અને સક્રિય અને વ્યવહારુ પુરુષ, રસાત્મક અને ભોગાત્મક પુરુષ રહેલો છે, તેનામાં એક પ્રાણમય અને સ્થૂલ શારીરિક પુરુષ છે એવો ભેદ હંમેશાં કરેલો છે અને તે બધાને કેળવ્યા છે. પરંતુ આ બધાને તેણે આત્માની શક્તિઓ તરીકે જોયા છે, એણે જોયું છે કે એ બધામાં થઈને આત્મા પોતાનો આવિર્ભાવ કરે છે અને તેમની વૃદ્ધિની સાથે પોતે વૃદ્ધિ પામતો જાય છે અને છતાં એ બધા પુરુષોમાં જ તે આવી જતો નથી, કારણ કે આત્મા એના આરોહણના શિખરે પહોંચ્યા પછી ત્યાંથી એ આ સર્વ કરતાં કોઈ એક વધુ મહાન વસ્તુ પ્રત્યે ગતિ કરતો થાય છે, તે એક આધ્યાત્મિક સ્વરૂપમાં પહોંચે છે, અને આ જે આધ્યાત્મિક સ્વરૂપ છે તેમાં જ હિંદે માનવના આત્માનું અને તેની છેવટની દિવ્ય માનવતાનું, તેના પરમાર્થનું અને ઉત્તમોત્તમ પુરુષાર્થનું પરમ આવિષ્કરણ જોયું છે. અને આ જ પ્રમાણે હિંદે રાષ્ટ્ર અથવા તો પ્રજાનો અર્થ એવો નથી કર્યો કે તે એક સંગઠિત બનેલું રાજ્ય છે અથવા તો એક શસ્ત્રસજ્જ અને કાર્યદક્ષ એવો સમાજ છે અને તે જીવનના સંઘર્ષ માટે બરાબર સજ્જ બની રહેલો છે, અને એમ કહીને તેણે બધી જ વસ્તુઓને રાષ્ટ્રના અહંકારની સેવામાં મૂકી દીધેલી નથી. આ રાષ્ટ્રીય અહંકાર તો લોખંડી બખતરનો એક બુરખો છે, એ રાષ્ટ્ર-પુરુષને ઢાંકી રાખે છે અને તેના પર ભાર રૂપ બની રહે છે. હિંદે તો એમ જોયું છે કે રાષ્ટ્ર એ તો એક મહાન સામુદાયિક આત્મા અને જીવન છે. અને એ આત્મા અને જીવન આખા સમગ્ર જગતમાં પ્રગટ થયેલાં છે, એ આત્માએ અને જીવને તેની આગવી પ્રકૃતિ આવિર્ભૂત કરી છે અને એ પ્રકૃતિનો એક નિયમ પ્રગટ કર્યો છે, સ્વભાવ અને સ્વધર્મ, અને એ પ્રકૃતિને તથા તેના નિયમને તેનાં બૌદ્ધિક, નૈતિક, ક્રિયાત્મક, સામાજિક અને



રાજકીય એવાં રૂપોમાં અને સંસ્કૃતિમાં સાકાર કર્યા છે. અને તો પછી માનવજાતિની સંસ્કૃતિ વિશેની આપણી કલ્પના પણ આ જ પ્રમાણે, હિંદને જે પ્રાચીન દર્શન લાઘ્યું છે તે અનુસાર જ બનવી જોઈએ. આ દર્શન મુજબ હિંદે એમ જોયું છે કે માનવજાતિમાં પેલું વિશ્વરૂપ તત્ત્વ જ આ વિભાવ પામી રહ્યું છે, એ તત્ત્વ પ્રાણ અને મન દ્વારા વિકાસ પામી રહ્યું છે પરંતુ તેને એક ઉચ્ચ અંતિમ આધ્યાત્મિક લક્ષ્ય રહેલું છે. આ પ્રમાણે માનવજાતિ વિશેની આપણી સાંસ્કૃતિક કલ્પનામાં આપણને આત્માનો ખ્યાલ રહેવો જોઈએ, આપણે એમ જોતા થવું જોઈએ કે આ તો માનવજાતિનો આત્મા સંઘર્ષ અને સંવાદ દ્વારા એકતા પ્રત્યે આગળ વધી રહેલો છે, એ રીતે પોતાના અનુભવને વધારી રહ્યો છે અને પોતાની અનેક પ્રજાઓની વિવિધ પ્રકારની સંસ્કારિતા અને વિવિધ પ્રકારના જીવનના હેતુઓ દ્વારા તે એક જરૂરની એવી વિવિધતાને ટકાવી રહ્યો છે, વ્યક્તિની શક્તિઓના વિકાસ દ્વારા તથા તેના એક દિવ્યતર સ્વરૂપ અને જીવન પ્રત્યેની પ્રગતિ દ્વારા પૂર્ણતાની શોધ કરી રહ્યો છે, પરંતુ એવી જ પૂર્ણતા માનવજાતિના જીવનમાં સાધવાને માટે, પણ જોકે જરા વધુ મંદ ગતિએ, તે પ્રયત્ન આદરી રહ્યો છે. હા, એ વસ્તુ વિશે વિવાદ રહી શકે છે કે આ જે નિરૂપણ અમે કર્યું છે તે માણસના અથવા તો રાષ્ટ્રના સ્વરૂપનું સાચું નિરૂપણ છે કે નહિ, પરંતુ આ વર્ણન સાચું છે એમ જો એક વાર સ્વીકારી લેવામાં આવે તો પછી એ વાત સ્પષ્ટ થઈ જવી જોઈએ કે જે કેળવણી વ્યક્તિના અને રાષ્ટ્રના મનમાં અને શરીરમાં આત્માનું આ જે સાચું કાર્ય ચાલી રહેલું છે તેને માટેનું કરણ બની શકે તે જ સાચી કેળવણી કહેવાય. આ સિદ્ધાંત ઉપર આપણે મંડાણ કરવું જોઈએ, એ આપણો કેન્દ્રસ્થ હેતુ અને માર્ગદર્શક આદર્શ બની રહેવો જોઈએ, આ કેળવણી એવી હોવી જોઈએ કે તે વ્યક્તિને માટે તેના આત્માની અને તેની શક્તિઓ અને શક્યતાઓની વૃદ્ધિ સધાય એને જ પોતાનું એકમાત્ર મધ્યવર્તી લક્ષ્ય બનાવશે, રાષ્ટ્રને માટે તેના રાષ્ટ્ર-આત્માનું અને ધર્મનું સંરક્ષણ થાય, એ રાષ્ટ્ર-આત્મા અને ધર્મ બળવાન અને સુસમૃદ્ધ બને એ વસ્તુને તે પ્રથમ દૃષ્ટિમાં રાખશે અને વ્યક્તિ તથા રાષ્ટ્ર બંનેને તે માનવજાતિના જીવનની તથા આરોહણ કરતા મનની શક્તિઓ રૂપે બનાવી આપશે. અને કોઈ પણ સમયે તે માનવનું જે ઉચ્ચતમ લક્ષ્ય છે, તેના આધ્યાત્મિક સ્વરૂપની જે જાગૃતિ અને વિકાસ સાધવાં જોઈએ તેને કદી પણ પોતાની દૃષ્ટિમાંથી સરી જવા દેશે નહિ.

શ્રી અરવિન્દ



## પ્રકરણ-૫

### કેળવણીનો પાયો અને કેળવણીની પદ્ધતિ

#### ૫.૧ માનવ મન

કેળવણીનો સાચો પાયો તો માનવ મનના અભ્યાસ ઉપર જ માંડી શકાય. અને આ મન તે બાળકનું મન, કિશોરવયમાં પહોંચતા બાળકનું મન અને પ્રૌઢ વયના મનુષ્યનું મન એ ત્રણે રીતનું સમજવાનું છે. આપણે કેળવણીની પદ્ધતિ જો ફક્ત બુદ્ધિએ વિચારેલી પૂર્ણતાના સિદ્ધાંતો ઉપર જ માંડીશું અને અભ્યાસ માટેનું જે કરણ છે તેના તરફ દુર્લક્ષ કરીશું તો એવી કેળવણી માનવના મનને પૂર્ણ અને સુસંપન્ન કરવાને બદલે ઊલટી માણસની બુદ્ધિના વિકાસમાં વિઘ્નરૂપ અને હાનિકારક પણ બનશે. ચિત્રકાર કે શિલ્પીની માફક કેળવણીકાર કોઈ જડ સામગ્રી ઉપર કામ કરતો નથી. એના હાથમાં તો અનેક પ્રકારની સૂક્ષ્મતાઓથી ભરેલું અને સંવેદનોથી રણઝણતું એવું એક જીવતું જાગતું તંત્ર મુકાયેલું છે. કેળવણીકારે માણસ રૂપી લાકડું કે પથ્થર લઈને તેમાંથી સુશિક્ષણનો એક ઉત્તમ નમૂનો તૈયાર કરવાનો નથી. એણે તો મનના એક અગ્રાહ્ય એવા પદાર્થની અંદર કામ કરવાનું છે અને માનવનું નાજુક શરીર જે મર્યાદાઓ રજૂ કરે તેને માનપૂર્વક સાચવવાની છે.

યુરોપમાં અત્યારે ચાલતી કેળવણીની પદ્ધતિ ભૂતકાળની બીજી ઘણી એક પદ્ધતિઓ કરતાં ઘણી આગળ વધેલી છે એમાં તો શક નથી જ, પણ તો એની ખામીઓ પણ એકદમ દેખાઈ આવે તેવી છે. એ પદ્ધતિ માનવ માનસના જે જ્ઞાન ઉપર પોતાનું મંડાણ કરે છે એ જ્ઞાન ઘણું અપૂર્ણ રીતનું છે. હા, યુરોપમાં આ કેળવણીનાં કોઈ ગંભીર પરિણામો આવ્યાં નથી, પણ

તેનું કારણ તો એ છે કે ત્યાંનો હરેક સામાન્ય વિદ્યાર્થી આ પદ્ધતિની બધી વસ્તુઓને તાબે થતો જ નથી. એ ભણતો હોય છે તે સજામાંથી બચી જવા માટે જેટલું ભણવું પડે. અથવા તો પરીક્ષામાં તત્કાલ પૂરતું પાસ થવા માટે જે ભણવું પડે તેટલું જ ભણતો હોય છે. અને આ ઉપરાંત તે બીજી ઘણી પ્રવૃત્તિઓ કરતો રહે છે, સખત રીતનો શારીરિક વ્યાયામ પણ કરતો રહે છે. કેળવણીની આ પદ્ધતિએ હિંદમાં વિદ્યાર્થીના શરીર, મન અને ચારિત્ર્ય ઉપર જે ભયંકર અસર પાડી છે તે તો અત્યંત દેખાઈ આવે એવી છે. એટલે કેળવણીની આપણે જે રાષ્ટ્રીય પદ્ધતિ ઊભી કરવા માગીએ છીએ એમાં સૌથી પહેલો પ્રશ્ન આપણે એ વિચારીશું કે આપણી પદ્ધતિમાં દબાણનું તત્ત્વ તેમ જ ગોબાણપટ્ટીનાં અનિષ્ટો ન આવે અને એને આપણે યુરોપના જેવી જ સર્વગ્રાહી તેમ જ તેના કરતાં પણ વધારે સંપૂર્ણકેવી રીતે કરી શકીએ. આ વસ્તુ આપણે જ્ઞાનનાં કરણોનો અભ્યાસ કરીને જ સિદ્ધ કરી શકીએ. આ વસ્તુ આપણે જ્ઞાનનાં કરણોનો અભ્યાસ કરીને જ સિદ્ધ કરી શકીશું, તેમ જ તે માટે આપણે શિક્ષણ આપવાની એક સ્વાભાવિક, સરળ અને અસરકારક એવી પદ્ધતિ પણ શોધી કાઢવી પડશે. આ માટે માણસની પાસે જ્ઞાન માટેનાં જે કરણો છે તેમને આપણે બને તેટલાં વધુમાં વધુ બળવાન અને તીક્ષ્ણ બનાવવાં પડશે અને એ રીતે જ, માણસની પાસેથી અત્યારનું જીવન જે વધુ ને વધુ કાર્ય માગી રહ્યું છે તેને સફળતાપૂર્વક પહોંચી વળવાની શક્તિ આ કરણોમાં આવશે. આપણે સાદાં અને સરળ સાધનો દ્વારા મનના સ્નાયુઓને સંપૂર્ણ રીતે તૈયાર કરવા પડશે અને એમ થશે ત્યારે જ, તે પહેલાં નહિ, તેમની પાસેથી આપણે મહાન બૌદ્ધિક પરાક્રમોની આશા રાખી શકીશું.

સાચી કેળવણીનો પ્રથમ સિદ્ધાંત એ છે કે માણસને કોઈ પણ વસ્તુ શીખવી શકાતી નથી. શિક્ષક તે એક માહિતી આપનારું યંત્ર નથી કે પછી વિદ્યાર્થી પાસેથી કામ લેનાર મુકાદમ નથી. શિક્ષક તો વિદ્યાર્થીનો સહાયક અને માર્ગદર્શક છે. શિક્ષકે વિદ્યાર્થી ઉપર વસ્તુઓ લાદવાની નથી પણ તેની આગળ તે સૂચિત કરવાની છે. બરી રીતે તો શિક્ષક શિષ્યના મનને તૈયાર કરવાનું કામ કરતો જ નથી. એ તો વિદ્યાર્થીને જ્ઞાનનાં જે કરણો મળેલાં છે તેને કેવી રીતે પૂર્ણ કરી શકાય તે વિદ્યાર્થીને બતાવી આપે છે અને એ પૂર્ણ બનવાની ક્રિયામાં તે વિદ્યાર્થીને સહાય અને પ્રોત્સાહન આપતો રહે છે. શિક્ષક વિદ્યાર્થીને જ્ઞાન આપતો નથી, પણ વિદ્યાર્થીએ પોતે જ્ઞાન કેવી રીતે મેળવવું એ તેને બતાવે છે. શિક્ષક વિદ્યાર્થીની અંદર પડેલા જ્ઞાનને બહાર કાઢી આપવાનું કામ કરતો નથી, પણ એ જ્ઞાન વિદ્યાર્થીમાં ક્યાં આગળ પડેલું છે અને એ જ્ઞાનને ઉપર આવવાનો અભ્યાસ કેવી રીતે પાડી શકાય એટલું જ તે વિદ્યાર્થીને બતાવી આપે છે. કેટલાક એમ કહે છે કે આ સિદ્ધાંત માત્ર કિશોર વયનાં બાળકો અને મોટી ઉંમરના માણસોને જ

લાગુ પાડવો જોઈએ, નાની વયના બાળકોને નહિ, પણ આવો ભેદ કરવો એ તો એક સંકુચિત અને બેસમજ વસ્તુ છે. બાળક હો કે પ્રૌઢ, છોકરો હો કે છોકરી, સૌને માટેનું સાચું શિક્ષણ તો એક જ નક્કર પાયા ઉપર મંડાયેલું હોય છે. શિક્ષકે પોતાના તરફથી જે મદદ અને માર્ગદર્શન આપવાનાં હોય છે તેનું જે પ્રમાણ હોય છે તેમાં વિદ્યાર્થીની વયમાં તફાવત હોય તે પ્રમાણે વધઘટ કરી શકાય છે, પણ એને લીધે એ મદદ કે માર્ગદર્શનનું સ્વરૂપ કાંઈ બદલાઈ જતું નથી.

કેળવણીનો બીજો સિદ્ધાંત એ છે કે આપણે મનનો જે વિકાસ સાધવા માગીએ છીએ તેમાં આપણે મનની પોતાની સલાહ લેવાની રહે છે. માબાપ કે શિક્ષકના મનમાં વિકાસની જે કોઈ કલ્પના હોય તે મુજબ જ બાળકને બળાત્કારે તૈયાર કરી દેવું જોઈએ એ તો એક જંગલી અને અજ્ઞાનમય વહેમ જ છે. બાળકને પોતાને જ આપણે એમ સમજાવવાનું છે કે તારે તારી પોતાની પ્રકૃતિ પ્રમાણે જ વિકાસ સાધવો જોઈએ. માબાપો પહેલેથી જ એમ નક્કી કરી લે છે કે મારા પુત્રમાં તો અમુક ગુણો, શક્તિઓ, વિચારો, સદ્ગુણોનો વિકાસ થવો જોઈએ અથવા તો તેને માટે અમે જે કારકિર્દી ગોઠવી રાખી હોય તે માટે જ તેણે તૈયાર થવું જોઈએ. પણ આના કરતાં વધુ મોટી ભૂલ કોઈ નથી. બાળકની પ્રકૃતિનો પોતાનો જે સ્વધર્મ છે તે તેની પાસેથી આપણે બળાત્કારે મુકાવી દઈશું તો તેથી બાળકની એ પ્રકૃતિને કાયમની હાનિ થઈ બેસશે. એનો વિકાસ પાંગળો બની જશે, એની પૂર્ણતાનું ચિત્ર વાણસી જશે. આ રીતે તો આપણે આપણા સ્વાર્થને ખાતર એક માનવ આત્મા ઉપર અત્યાચાર ગુજારીએ છીએ, રાષ્ટ્રના ઉપર એક ઘા કરીએ છીએ. મનુષ્યને આપણે આ રીતે તૈયાર કરીએ તો પછી તે રાષ્ટ્રને પોતાના તરફથી જે ઉત્તમોત્તમ વસ્તુઓ આપી શકે તેમ હોય છે તે રાષ્ટ્રને મળતી બંધ થઈ જાય છે અને તેને બદલે રાષ્ટ્રે ફરજિયાત રીતે કાંઈક અપૂર્ણ અને કૃત્રિમ, વાસી અને વેક તરીકે કરાયેલી એવી ઘણી સામાન્ય વસ્તુ સ્વીકારી લેવાની રહે છે. વ્યક્તિ માત્રમાં કંઈક દિવ્ય વસ્તુ તો રહેલી હોય છે જ, એનું પોતાનું જ કહેવાય એવું કાંઈક તત્ત્વ હોય છે. માણસને તેના જીવનનું ભલે ગમે તેટલું નાનકડું ક્ષેત્ર મળ્યું હોય પણ તેમાં પૂર્ણતા અને સામર્થ્ય સિદ્ધ કરવાની તક પ્રભુ તેને આપે છે અને તે લેવી કે નહિ તે તેની પસંદગી ઉપર છોડવામાં આવે છે. એટલે વ્યક્તિએ પોતે કઈ પૂર્ણતા અને સામર્થ્ય મેળવવાં છે તે તેણે પોતે શોધી લેવાનું છે, વિકસાવવાનું છે અને તેનો ઉપયોગ કરવાનો છે. માણસને મળેલું કામ, તે આ છે. એટલે માણસનો વિકાસ પામતો આત્મા પોતાની અંદર જે કાંઈ ઉત્તમોત્તમ વસ્તુ હોય તેને બહાર લઈ આવે અને કોઈ ઊર્ધ્વ ધ્યેયને ખાતર તેને સંપૂર્ણ બનાવે એ ક્રિયામાં મદદરૂપ થવાય એ જ લક્ષ્ય કેળવણીનું મુખ્યપણું રહેવું જોઈએ.

કેળવણીનો ત્રીજો સિદ્ધાંત એ છે કે એમાં નજીકની વસ્તુને આધારે દૂરમાં પહોંચવાનું

છે, જે વર્તમાનમાં છે તેમાંથી ભાવિમાં જવાનું છે. માણસની પ્રકૃતિનું મંડાણ લગભગ હંમેશા તેના આત્માના ભૂતકાળ ઉપર થયેલું હોય છે. આ ઉપરાંત માણસને જે વસ્તુઓ વારસાગત રીતે મળે છે, એની જે પરિસ્થિતિ હોય છે, એની રાષ્ટ્રીયતા, એનો દેશ જે હોય છે, જે ઘરતીમાંથી એ પોતાનું પોષણ મેળવતો હોય છે, જે હવાનો તે શ્વાસોચ્છવાસ લેતો હોય છે, જે દૃશ્યો અને ધ્વનિઓ તે હંમેશાં જોતો અને સાંભળતો હોય છે, અને તેને જે જે વસ્તુઓનો અભ્યાસ પડી ગયો હોય છે એ બધામાંથી તેની પ્રકૃતિ બંધાતી હોય છે. આ બધી વસ્તુઓ માણસને ખબર ન પડે એ રીતે ઘડતી રહેતી હોય છે, પણ તેથી તેમની અસરકારકતા ઓછી હોય છે એમ નથી. એટલે આપણે આ બધી વસ્તુઓથી કેળવણીનો આરંભ કરવાનો છે. જે જમીનમાં રહીને માણસની પ્રકૃતિએ વિકાસ સાધવાનો છે તેમાંથી તેના મૂળિયાં આપણે ઉખેડી નાખવાનાં નથી અથવા તો માણસે સ્થૂલ રીતે જે જીવનની અંદર હરવા ફરવાનું છે તેનાથી તદ્દન ભિન્ન પ્રકારની વસ્તુઓ અને વિચારોને એના મનની આસપાસ ગોઠવી દેવાનાં નથી. માણસના મનને આપણે કોઈ બહારની વસ્તુ આપવાની જરૂર પડે તો તે તેની આગળ આપણે રજૂ કરવાની છે, તેના ઉપર બળાત્કારે લાદવાની નથી. અર્થાત્, માનવને એક મુક્ત અને સ્વાભાવિક રીતે વિકાસ પામવા દેવામાં આવે એમાં જ એનો સાચો વિકાસ સધાય છે. હા, કેટલાક આત્માઓ એવા હોય છે બરા કે તેમને પોતાની પરિસ્થિતિ સાથે મેળ જણાતો નથી અને કુદરતી રીતે જ તેની સામે તેઓ બંડ કરી ઊઠતા હોય છે, પોતે જાણે કે કોઈ બીજા યુગના અને બીજા દેશના વતની હોય એમ તેમને લાગે છે. આવા આત્માઓને તેમના વલણ પ્રમાણે વિકાસ સાધવાની સ્વતંત્રતા આપણે આપી શકીએ છીએ. પણ મોટા ભાગના માણસોની બાબતમાં તો એમ જ બનતું હોય છે કે એમને તમે એક વિજાતીય ઘાટની અંદર કૃત્રિમ રીતે ઢાળવા જાઓ તો તેમનું જીવન ક્ષીણ બની જાય છે, રિક્ત બની જાય છે, કૃત્રિમ બની જાય છે. માણસો અમુક એક રાષ્ટ્રમાં, અમુક યુગમાં અને અમુક સમાજમાં જ જન્મતા હોય છે અને રહેતા હોય છે એ વ્યવસ્થા પ્રભુએ પોતે જ કરી આપેલી છે. એટલે માણસે પોતાના ભૂતકાળના સંતાન રહેવાનું છે, વર્તમાનના સ્વામી રહેવાનું છે અને ભાવિના સ્વપ્ના બનવાનું છે. ભૂતકાળ એ આપણો પાયો છે, વર્તમાન એ આપણી સામગ્રી છે, ભવિષ્ય એ આપણું લક્ષ્ય અને શિખર છે. આપણે કેળવણીની જે રાષ્ટ્રીય પદ્ધતિ ઊભી કરવા માગીએ તેમાં આ દરેકને તેનું યોગ્ય અને સ્વાભાવિક સ્થાન મળવું જોઈએ.

શ્રી અરવિન્દ

## ૫.૨ : કેળવણીનું તત્ત્વજ્ઞાન

### □ જાણવું એટલે આવરણને દૂર કરવું

કેળવણી એટલે પૂર્વથી જ માનવમાં રહેલી પૂર્ણતાની અભિવ્યક્તિ. (પૂ.૨૮૫) આ જ્ઞાન માનવીમાં વારસાનુગત છે. કોઈ જ્ઞાન બહારથી આવતું નથી, એ બધું આંતરિક છે. આપણે જ્યારે એમ કહીએ કે માણસ ‘જાણે છે’ ત્યારે ખરી રીતે શુદ્ધ માનસશાસ્ત્રની ભાષામાં એનો અર્થ, માણસ ‘ઉઘાડે છે’, એવો થાય. માણસ જે ‘શીખે’ છે તે ખરી રીતે એને ‘જડવું છે’ - જ્ઞાનની અનંત ખાણ જેવા પોતાના આત્મા પરના આવરણને દૂર કરીને જે ‘જડું’ છે તે છે. આપણે કહીએ છીએ કે ન્યૂટને ગુરુત્વાકર્ષણનો નિયમ શોધી કાઢ્યો. આ ગુરુત્વાકર્ષણનો નિયમ જગતના કોઈ ખૂણામાં શું એની રાહ જોતો બેઠો હતો ? એ નિયમ ન્યૂટનના મનમાં જ હતો; સમય પાક્યો ત્યારે એ ન્યૂટનેને જડવો. જગતને સદા સર્વદા મળ્યા કરતું સમગ્ર જ્ઞાન મનમાંથી જ આવે છે; તમારા મનમાં જ સમગ્ર વિશ્વનું અનંત પુસ્તકાલય છે. બાહ્ય જગત એ માત્ર સૂચન છે, માત્ર પ્રસંગ છે, જે તમને તમારા મનનો અભ્યાસ કરવા પ્રેરે છે; પણ તમારા અભ્યાસનો વિષય હંમેશાં તમારું મન જ હોય છે. સફરજનના પડવાથી ન્યૂટનેને સૂચન મળ્યું. અને ન્યૂટને પોતાના મનનો અભ્યાસ કર્યો; એણે પોતાના મનમાં વિચારોની પૂર્વ કડીઓને ફરીવાર ગોઠવી, અને એમાંથી એને વિચારની નવી કડી મળી. આ નવી કડી એટલે આપણે જેને ગુરુત્વાકર્ષણનો નિયમ કહીએ છીએ તે છે. આ ગુરુત્વાકર્ષણનો નિયમ સફરજનમાં છુપાયો ન હતો, એ પૃથ્વીના કોઈ મધ્યબિંદુમાં છુપાયો ન હતો. (૩.૨૨-૨૩)

### □ સર્વજ્ઞાન ભીતરમાં જ રહેલું છે

સમગ્ર જ્ઞાન, આધ્યાત્મિક કે પાર્થિવ, માનવમનમાં રહેલું છે. ઘણા દાખલાઓમાં એ ‘જડવું’ નથી પણ આવરણથી ઢંકાયેલું રહે છે; પરંતુ જ્યારે એ આવરણ ધીમે ધીમે દૂર થાય, ત્યારે આપણે કહીએ છીએ કે, ‘આપણે જ્ઞાન મેળવીએ છીએ.’ આવરણ દૂર કરવાની ક્રિયા જેટલી પ્રગતિ સાધે તેટલી જ્ઞાન મેળવવામાં આપણી પ્રગતિ થાય. જેનું આ આવરણ દૂર થતું જાય તે વધારે જ્ઞાની, જેનું આ આવરણ ગાઢ થતું જાય તે અજ્ઞાની અને જેનું આવરણ સાવ દૂર થયું છે, એ પૂર્ણ જ્ઞાની, સર્વજ્ઞ. કાષ્ટમાં જેમ અગ્નિ રહે છે, તેમ મનમાં જ્ઞાન રહે છે. ઘર્ષણથી અગ્નિ પ્રગટે છે તેમ સૂચનથી જ્ઞાન પ્રગટે છે. (૩.૨૩) તમામ જ્ઞાન અને તમામ શક્તિ અંદર છે બહાર નહીં. જેને આપણે શક્તિઓ કહીએ છીએ, પ્રકૃતિનાં રહસ્યો કહીએ છીએ અને બળ કહીએ છીએ, તે બધું ભીતરમાં છે. તમામ જ્ઞાન તો માનવ આત્મામાંથી આવે છે. માનવી

જ્ઞાનને અભિવ્યક્ત કરે છે. જે જ્ઞાન અનંતકાળથી ત્યાં ભીતરમાં જ રહેલું છે તેને તે શોધે છે. (૫.૭૩)

#### □ અનંતશક્તિ આત્માની ભીતર છે

બીજા કોઈની પાસેથી જ્ઞાન કદી મેળવી શકાતું નથી. આપણે સૌએ પોતે જ શીખવાનું છે. બહારનો ગુરુ માત્ર સૂચન કરે છે. એ સૂચન માત્ર આંતરજ્ઞાનને જાગ્રત કરે છે, વસ્તુને સમજવાની પ્રેરણા આપે છે. આપણી પોતાની જ ગ્રહણશક્તિ અને વિચારશક્તિથી વસ્તુ સ્પષ્ટ થશે. આપણે આપણા આત્મામાં તેમના ખરા સ્વરૂપનો અનુભવ કરીશું. (૩.૭૪) એકરોના વિસ્તારમાં પથરાઈને ઊભેલું પેલું મોટું વડનું ઝાડ આખુંય તેના પેલા નાના બીજમાં હતું, કે જે કદાચ રાઈના દાણાના આક્રમમાં ભાગનું યે નહોતું, આખા વૃક્ષની શક્તિનો સમૂહ ત્યાં પુરાઈને પેડેલો હતો. આપણે જાણીએ તે વિરાટમાં વિરાટ મેઘા જીવકોષમાં ગૂંચળું વળીને સમાયેલી પેડેલી છે; અનંતશક્તિ પણ તેવી જ રીતે ત્યાં શા માટે ન હોય ? આપણે જાણીએ છીએ કે તે પણ તેવી જ રીતે રહેલી છે. એ વિરોધાભાસભર્યું લાગતું હોવા છતાં પણ સાચું છે. આપણે સહુ જીવકોષમાંથી આવ્યા છીએ, અને આપણામાં રહેલ સઘળી શક્તિઓ ત્યાં ગૂંચળું વળીને પેડેલી હતી. તમારાથી એમ નહિ કહી શકાય કે એ અન્નમાંથી આવી; કારણ કે અન્નના ભલે તમે ઢગલે ઢગલા ખડકી મૂકો; તેમાંથી કશી શક્તિ આવે ખરી ? શક્તિ ત્યાં જીવકોષમાં હતી, ભલે સુમ રીતે હતી, પણ છતાંય તે ત્યાં હતી જ. તે જ પ્રમાણે માણસ પોતે તે જાણતો હોય કે ન જાણતો હોય પણ તેના આત્મામાં અનંત શક્તિ રહેલી છે. તેની અભિવ્યક્તિ એ માત્ર તેનું ભાન થવાનો જ પ્રશ્ન છે. (૭.૩૨૨-૨૩)

#### □ કાચનું પાત્ર

ઘણાખરા મનુષ્યોમાં અંદરનો દિવ્ય પ્રકાશ ઢંકાઈ ગયેલો છે. તે લોઢાના પીપમાં રાખેલા દીવા જેવું છે; તેમાંથી પ્રકાશની એક રેખા પણ બહાર અજવાળું ન આપી શકે. ધીમે ધીમે, પવિત્રતા અને નિઃસ્વાર્થભાવથી આપણે ઢાંકી રાખતા એ અંતરાયને તે કાચ જેવો પારદર્શક બને ત્યાં સુધી ઓછો ને ઓછો ગાઢ કરી શકીએ. શ્રીરામકૃષ્ણદેવનો આંતરપ્રકાશ બહાર ઝળહળતો હતો, તેઓ લોખંડના પાત્રમાંથી પારદર્શક પાત્રમાં પરિવર્તિત થયેલા હતા. (૯.૧૮)

#### □ સ્વશિક્ષણ

જેમ તમે એક છોડને (તમારી મરજી મુજબ) મોટો કરી શકો નહિ, તેવું જ બાળકનું

પણ છે. વિકાસ સર્વાંશ અંદરથી જ થાય છે; એ પોતે જ પોતાની પ્રકૃતિને ખીલવે છે. (૧૦.૧૭૮) બાળક પોતે જ પોતાને શીખવે છે; તમે તેને પોતાને માર્ગે આગળ વધવામાં માત્ર મદદ કરી શકો. તમે તેને સીધી રીતે નહીં પણ આડકતરી રીતે સહાય કરી શકો. તમે અંતરાયો દૂર કરી શકો; પણ જ્ઞાન તો સ્વભાવથી આપોઆપ આવે છે. માટીને થોડી પોચી કરો કે જેથી છોડ સહેલાઈથી બહાર આવે; તેની આજુબાજુ વાડ કરો, તેનો નાશ ન થાય તેની કાળજી રાખો. (૪.૩૫૫) ઊગતા બીજને માટે જરૂરી માટી, પાણી, હવા, પ્રકાશ વગેરે આપીને તેના વિકાસમાં મદદ કરી શકો; તેમાંથી તેને જોઈએ તેટલું એ પોતાની મેળે અને સ્વાભાવિક રીતે જ લઈ લેશે. (૪.૧૨૪) તે જ પ્રમાણે બાળ કેળવણી વિશે છે; બાળક પોતે પોતાને કેળવે છે. (૪.૩૫૫) પોતે શિક્ષણ આપી રહ્યો છે એમ માની બેસવાથી શિક્ષક બધું બગાડે છે. આ કારણસર વેદાંત કહે છે કે બધું જ્ઞાન મનુષ્યની અંદર રહેલું છે - એક નાના વિદ્યાર્થીની અંદર પણ તેમ જ છે; માત્ર તેને જાગ્રત કરવાની જરૂર છે. શિક્ષકનું કામ પણ આટલું જ છે. આપણે વિદ્યાર્થીઓ માટે એટલું જ કરવાનું છે કે તેઓ પોતાના હાથ, પગ, આંખ, કાન વગેરેનો યોગ્ય ઉપયોગ કરવામાં પોતાની બુદ્ધિને વાપરતાં શીખે. (૧૧.૧૮૧)

#### □ સ્વતંત્ર વિકાસ

એક વસ્તુની આપણને જરૂર છે તે ચાલુ શિક્ષણ પદ્ધતિ નાબૂદ કરવાની છે. કારણ કે તે ગથેડાને મારી મારીને ઘોડો બનાવવાની વાત જેવી છે. (૧૧.૧૮૦) માબાપોના ગેરવાજબી દબાણ ને કારણે આપણા છોકરાઓને વિકાસનો પૂરો અવકાશ મળતો નથી. દરેક વ્યક્તિમાં અસંખ્ય વૃત્તિઓ પડી હોય છે, જે સંતોષવા માટે યોગ્ય અવકાશની શોધમાં હોય છે. (૧૧.૧૨૬-૨૭) આવેશભર્યા સુધારાઓ હંમેશાં પ્રગતિનો અવરોધ કરવામાં પરિણમે છે. જો તમે કોઈને સિંહ નહીં થવા દો, તો તે શિયાળ બનશે. (૯.૧૯)

#### □ રચનાત્મક ખ્યાલો

લોકોને રચનાત્મક વિચારો જ આપવા જોઈએ; નિષેધક વિચારો માણસને નિર્બળ બનાવે છે. તમને એમ નથી જણાતું કે જ્યાં માબાપ બાળકોને લખવા-વાંચવા માટે સતત ફરજ પાડે છે, તથા 'તમે મૂર્ખ છો, તમને કદીય કંઈ આવડશે નહિ' વગેરે કથા ક્રે છે, ત્યાં ઘણા કિસ્સાઓમાં બાળખો ખરેખર તેવાં જ બને છે ? જો તમે બાળકો માટે પ્રેમભરી વાણી વાપરો અને તેમાં ઉત્તેજન આપો તો તેઓ સમય જતાં જરૂર સુધરવાનાં. જો તમે લોકોને રચનાત્મક વિચારો આપી શકો તો તેઓ સાચા મનુષ્ય બનશે અને પોતાના પગ ઉપર ઊભા રહેતાં શીખશે.

ભાષામાં કે સાહિત્યમાં, કવિતામાં કે કલામાં, દરેકમાં લોકો વિચાર અને કાર્યમાં જે ભૂલો કરે છે તે બતાવી આપવી એટલું જ માત્ર બસ નથી; પરંતુ તેઓ આ બધું વધારે સારી રીતે કેમ કરી શકે તેનો માર્ગ પણ તેમને બતાવવો જોઈએ. (૧૧.૨૫) શિક્ષણને ભણતરની જરૂરિયાત મુજબ રૂપાંતરિત કરવું જોઈએ. ભૂતકાળે આપણી વૃત્તિઓને ઘડી નાંખી છે તો વિદ્યાર્થીને તેની વૃત્તિ મુજબ આપો. દરેકને તે જે જ્યાં ઊભા છે ત્યાંથી આગળ ધપાવો. ભૂલો બતાવવાથી માણસની લાગણીઓ દુભાય છે. જેને અમે નકામા ગણતા હતા તેવાને પણ શ્રીરામકૃષ્ણ કેવું ઉત્તેજન આપતા અને તેમ કરીને તેના જીવનની દિશા કેવી રીતે બદલી નાખતા હતા તે અમે જોયું છે ! તેમણે કદીય એક પણ વ્યક્તિનાં વિશિષ્ટ વલણોનો નાશ કર્યો ન હતો; છેક અઘમ કોટિના લોકોને પણ તેઓ આશા અને ઉત્સાહના શબ્દો દ્વારા ઊંચે લાવતા. આપણે પણ તેમને પગલે પગલે ચાલીને બધાયને ઊંચે લાવવા જોઈએ, જાગ્રત કરવા જોઈએ. (૧૧.૨૫)

#### □ પૂજાર્વરૂપે સેવા

વિકાસની પહેલી શરત છે સ્વાતંત્ર્ય. જો તમારામાંથી કોઈ એમ કહેવાની હિંમત કરતું હોય કે ‘આ સ્ત્રીનો કે આ બાળકનો ઉદ્ધાર હું કરીશ.’ તો એ જુદો છે, હજારવાર જુદો છે... દૂર હકો ! તેઓ પોતે જ પોતાના પ્રશ્નો ઉકેલશે. તમે સર્વજ્ઞ છો એવું માનનારા તમે કોણ છો ? અરે ! પાખંડીઓ ! તમે ઈશ્વરથીયે પર છો એવું માનવાની હિંમત કેવી રીતે કરી શકો છો ? તમે જાણતા નથી કે દરેક જીવનો આત્મા ઈશ્વર છે ? સર્વ કોઈને ઈશ્વર સ્વરૂપે જુઓ. તમે કોઈને મદદ કરી શકતા જ નથી; તમે માત્ર સેવા જ કરી શકો છો. જો તમને એ વિશિષ્ટ અધિકાર સાંપડ્યો હોય તો પ્રભુનાં સંતાનોની સેવા કરો. જો ઈશ્વરની ઈચ્છા થાય કે તમારે તેનાં કોઈક સંતાનની સેવા કરવાની છે, તો તમે તમારી જાતને ધન્ય માનજો. એ સેવાનો અધિકાર બીજાઓને ન મળતાં તમને મળ્યો છે માટે તમે પોતાને ધન્ય માનજો. એ સેવા કેવળ આરાધનાના રૂપમાં કરજો. (૪.૧૨૩-૧૨૪)

#### □ વિચારોનું ધ્રુવીકરણ

શિક્ષણ એટલે તમારા મગજમાં ભરવામાં આવેલી, આખી જિંદગી સુધી પર્યા વિના ત્યાં પડી રહીને તોફાન મચાવનારી માહિતીનો ઢગલો નહીં. આપણે તો જીવન ઘડનારા, મનુષ્ય ઘડનારા, ચારિત્ર્ય ઘડનારા વિચારોનું ગ્રહણ - મનન જોઈએ છે. જો તમે પાંચ વિચારોને પર્યાવ્યા હોય અને તેમને તમારાં જીવન અને ચારિત્ર્યમાં ઉતાર્યા હોય તો, જે માણસે આખું પુસ્તકાલય ગોખી લીધું છે તેના કરતાં તમે વધુ કેળવાયેલા છો. જો શિક્ષણ અને માહિતી એક જ

વસ્તુ હોય તો પુસ્તકાલયો દુનિયામાં મોટા જ્ઞાનીઓ હોત, અને વિશ્વકોષો મહાન ઋષિઓ થઈ ગયા હોત. (૪.૧૭૩)

#### □ ખોટી કેળવણી

પરદેશી ભાષામાં, બીજાના વિચારો ગોખીને તમારા મગજમાં તે ઠાંસો છો, અને એ રીતે વિદ્યાપીઠની ઉપાધિઓ મેળવીને તમે પોતાને કેળવાયેલા માનો છો, ખરું ? ધિક્કાર છે તમને ! શું આ વિદ્યા છે ? તમારી વિદ્યાનું ધ્યેય શું છે ? કાં તો એક કારકુન, કાં તો એક વકીલ અથવા બહુ બહુ તો એક ડેપ્યુટી મેજિસ્ટ્રેટ થવાનું, કે જે પણ કારકુનીનું બીજું સ્વરૂપ જ છે ! શું આટલામાં જ બધું સમાઈ જાય છે ? તમારું કે તમારા દેશનું એ શું ભલું કરશે ? તમારી આંખો ખોલો અને જુઓ કે જે ભારત તેની સમૃદ્ધિ માટે પ્રખ્યાત છે, છતાં તેમાં અન્ન માટે કેવો કડુણ પોકાર ઊઠે છે ? શું તમારી વિદ્યા આ જરૂરિયાત પૂરી પાડશે ? (૧૧.૩૪) જે કેળવણી જનતાને જીવનના સંઘર્ષ સામે ઝડૂમવાની તાકાત આપતી નથી, જે ચારિત્ર્યબળને દૃઢ કરતી નથી, જે પરોપકાર કરવાની ઉદારતા અને સિંહ સમાન હિંમત આપતી નથી, તે શું કેળવણીના નામને લાયક છે ? (૧૧.૭)

#### □ કેવી કેળવણીની જરૂર છે ?

આપણે એવી વિદ્યાની જરૂર છે કે જે દ્વારા ચારિત્ર્યનું ઘડતર થાય, માનસિક સામર્થ્ય વધે, બુદ્ધિનો વિકાસ થાય અને જેનાથી માણસ પોતાના પગ ઉપર ઊભો રહી શકે. (૪.૧૫૮) આપણે જેની જરૂર છે તે પરદેશીઓના દબાણ વિના આપણાં વારસાગત જ્ઞાનની જુદી જુદી શાખાઓનો સ્વતંત્રપણે અભ્યાસ, અને તેની સાથે સાથે અંગ્રેજી ભાષા તથા પાશ્ચાત્ય વિજ્ઞાનનો પણ અભ્યાસ. હુન્નર ઉદ્યોગનું શિક્ષણ તથા જે કાંઈ ઉદ્યોગોને વિકસાવે તે ઉદ્યોગમાંથી પોતાના ગુજારા પૂરતું અને સાજેમાંદે કામ આવે એટલા સારું કંઈક બચે એટલું કમાઈ શકશે. (૧૧.૧૮૩)

#### □ આ કેળવણીનું ધ્યેય માનવઘડતર

બધા જ પ્રકારના શિક્ષણનો અંત, બધી કેળવણીનો ઉદ્દેશ્ય મનુષ્યને ખરો મનુષ્ય બનાવવો - ચારિત્ર્ય ઘડતર કરવું જ હોય શકે. માનવને એના વિકાસને પંથે ચડાવવો એ જ કેળવણીનું અંતિમ લક્ષ્ય છે. (૪.૧૨૪) જે અભ્યાસથી ઈચ્છાશક્તિનો પ્રવાહ અને અભિવ્યક્તિ નિયંત્રણ હેઠળ લાવી શકાય તથા ફળદાયી બનાવી શકાય, તે છે કેળવણી. (૪.૨૧૫) આપણા દેશને અત્યારે લોખંડી સ્નાયુઓ અને પોલાદી જ્ઞાનતંતુઓની જરૂર છે.

જેનો કોઈ સામનો કરી ન શકે, વિશ્વના રહસ્યો અને કોયડાઓમાં પ્રવેશ કરી શકે અને સમુદ્રને તળિયે પહોંચીને મોતનો સામનો કરવો પડે તો તેમ કરીને પણ પોતાનો હેતુ પાર પાડી શકે તેવી જબરદસ્ત ઇચ્છાશક્તિની આપણે જરૂર છે. (૪.૭૫) મર્દ બનાવનાર ધર્મની આપણને જરૂર છે; મર્દ બનાવનારા સિદ્ધાંતોની આપણને જરૂર છે. ચોમેર મર્દ બનાવનાર શિક્ષણની આપણને જરૂર છે. (૪.૧૦૪)

સ્વામી વિવેકાનંદ

### ૫.૩ : કેળવણીની પદ્ધતિ

#### □ એકાગ્રતા

જ્ઞાન મેળવવાની માત્ર એક જ રીત છે, જેને એકાગ્રતા કહેવામાં આવે છે. (૩.૧૦૦) કેળવણીનો સાર મનની એકાગ્રતા જ છે. (૮.૭૫) અધમમાં અધમ માણસથી માંડીને ઉચ્ચતમ યોગી સુધી બધા માટે રીત તેજ છે અને આ રીત એકાગ્રતાની છે. પ્રયોગશાળામાં કામ કરતો રસાયણશાસ્ત્રી પોતાના મનની તમામ શક્તિ એક બિંદુમાં કેન્દ્રિત કરીને મૂળતત્ત્વો ઉપર પ્રયોગ કરે છે ત્યારે તે તત્ત્વોનું પૃથક્કરણ થાય છે, અને આ રીતે તેને જ્ઞાન મળે છે. ખગોળશાસ્ત્રી પણ પોતાના મનની શક્તિઓને એકાગ્ર કરીને એક કેન્દ્ર ઉપર લાવે છે અને દૂરબીનની સહાયથી તેમનો અવકાશી પદાર્થો ઉપર પ્રયોગ કરે છે, પરિણામે તારાઓ અને નક્ષત્ર મંડળો પોતાનું રહસ્ય તેની પાસે ઉઘાડું કરે છે. ખુરશી પર બેઠેલો અધ્યાપક કે પુસ્તક લઈને બેઠેલો વિદ્યાર્થી કે કંઈપણ જાણવાનો પ્રયાસ કરતો હર કોઈ માણસ, સહુને માટે આ જ રીતે છે. (૫.૧૧૧)

#### □ એકાગ્રતાની શક્તિ

જેટલી તમારી એકાગ્રતાની શક્તિ વધારે તેટલું તમને વધારે જ્ઞાન મળશે. કારણ કે જ્ઞાન મેળવવાનો આ એક જ ઉપાય છે. હલકામાં હલકો બુટપોલિશવાળો પણ જેટલો વધારે એકાગ્ર થશે તેટલો તે જોડાને વધારે ચમકવાળા બનાવશે; વધારે એકાગ્રતાથી રસોઈયો વધુ સારી રસોઈ બનાવશે. ધન મેળવવામાં કે ઈશ્વરની આરાધના કરવામાં કે કોઈ કાર્યમાં એકાગ્રતાની શક્તિ જેટલી વધારે તેટલું તે કાર્ય વધારે સારું થશે. આ એક જ પોકાર છે, એક જ ટકોરા છે, જેના વડે પ્રકૃતિનાં દ્વાર ઉઘડી જશે અને પ્રકાશનાં પૂરે રેલાશે. (૫.૧૧૨)

#### □ એકાગ્રતાના પ્રમાણમાં તફાવત

સામાન્ય માણસમાં તેની વિચારશક્તિનો નેવું ટકા ભાગ વ્યર્થ જાય છે, અને તેથી તે સતત ભૂલો કર્યા કરે છે; કેળવાયેલું મન અથવા માણસ કદી ભૂલ કરે નહીં. (૭.૬૪) માણસ અને પશુ વચ્ચે મુખ્ય તફાવત તેમની મનની એકાગ્રતાની શક્તિમાં રહેલો છે... પશુમાં એકાગ્રતાની શક્તિ બહુ જ થોડી હોય છે. જેમણે પશુઓને કેળવ્યાં છે તેમને એક બાબતની હંમેશાં મુશ્કેલી પડે છે કે પશુઓ તેમને જે કહેવામાં આવે છે તે કાયમ ભૂલી જાય છે; પશુ પોતાનું ચિત્ત લાંબા સમય સુધી કોઈ બાબત પર એકાગ્ર કરી શકતું નથી. માણસ અને પશુ વચ્ચેનો

તફાવત અહીં છે. માણસમાં એકાગ્રતાની શક્તિ વધારે હોય છે. એકાગ્રતાની શક્તિની વધુ ઓછી માત્રા માણસ માણસ વચ્ચે પણ તફાવત પાડે છે. હલકામાં હલકા માણસને મહાનમાં મહાન માણસ સાથે સરખાવી જુઓ; બંનેમાં તફાવત એકાગ્રતાની માત્રાનો જ હોય છે. (૮.૭૪)

#### □ એકાગ્રતાનાં પરિણામો

કોઈપણ કાર્યક્ષેત્ર માંહેની બધી સફળતાઓ આ એકાગ્રતાનું જ પરિણામ છે. કલા, સંગીત વગેરે માંહેની ઉત્તમ સિદ્ધિઓ એકાગ્રતાનાં પરિણામો છે. (૮.૭૪) ચિત્તને એકાગ્ર કરી પાછું તેના પોતાના પર જ કેન્દ્રિત કરવામાં આવે છે, ત્યારે આપણી અંદરનું બધું આપણું માલિક નહીં બનતાં આપણું દાસ બને છે. ગ્રીક લોકોએ પોતાનું ચિત્ત બાહ્ય જગત પર કેન્દ્રિત કર્યું અને પરિણામે કલા અને સાહિત્ય વગેરેમાં પૂર્ણતા પ્રાપ્ત કરી. હિન્દુઓએ આંતરજગત ઉપર – આત્માના આણદીકા સામ્રાજ્યમાં – મન કેન્દ્રિત કર્યું અને યોગવિદ્યાનો વિકાસ કર્યો. યોગ એટલે ઈંદ્રિયો, ઈચ્છાશક્તિ અને મનને કાબૂમાં રાખવાં. (૭.૬૪) જગતને જો ઘક્કો મારતાં આપણને આવડે, તેને યોગ્ય રીતે આઘાત કરતાં જો આપણને આવડે તો દુનિયા પોતાનાં રહસ્યો ખુલ્લાં કરી દેવા માટે તૈયાર પડી છે. એ આઘાતનું બળ અને વેગ આવે છે એકાગ્રતામાંથી. (૩.૧૦૦)

#### □ જ્ઞાનની એકમાત્ર કૂંચી

જ્ઞાનના ભંડાર એકમાત્ર ચાવી આ એકાગ્રતાની શક્તિ છે. આપણા દેહની અત્યારની સ્થિતિમાં આપણે બહુ જ વ્યગ્ર રહીએ છીએ; આપણું મન સેંકડો વસ્તુઓમાં પોતાની શક્તિ વેડફી નાખે છે. જેવો હું મારા મનને શાંત કરવા અને જ્ઞાનના એક જ વિષય ઉપર કેન્દ્રિત કરવા મથું છું ત્યારે મગજમાં હજારો વાણઈચ્છી ઊર્મિઓ ધસી આવે છે અને એકાગ્રતામાં વિક્ષેપ પાડે છે. તેમને કેમ અટકાવવી અને મન ઉપર કાબૂ કેમ મેળવવો, તે રાજયોગના અભ્યાસનો મુખ્ય વિષય છે. (૫.૧૧૨) ધ્યાન એટલે એકાદ વિષય પર ચિત્ત કેન્દ્રિત કરવું તે. (૧૦.૨૬૬)

મારા મત પ્રમાણે કેળવણીનો સાર મનની એકાગ્રતા જ છે, હકીકતો એકઠી કરવી તે નહિ. જો મારે મારું શિક્ષણ ફરીથી લેવાનું હોય, અને એ બાબતે મારે કશું કહેવાનું હોય, તો હું તો હકીકતોનો મુદ્દલ અભ્યાસ ન કરું; હું તો એકાગ્રતા અને અલિપ્તતાની શક્તિ જ કેળવું અને પછી સંપૂર્ણ સજ્જ થયેલા મનરૂપી સાધન વડે ઈચ્છા મુજબની હકીકતો એકઠી કરું. (૮.૭૫)

#### □ એકાગ્રતા માટે બ્રહ્મચર્ય આવશ્યક

બાર વરસ સુધી અખંડ બ્રહ્મચર્યનું પાલન કરે તેનામાં એ શક્તિ આવે જ. (૧૧.૧૭૪) સંપૂર્ણ બ્રહ્મચર્ય આપણને મોટી બૌદ્ધિક અને આધ્યાત્મિક શક્તિ આપે છે. (૮.૬૦) સંયમમાં રાખેલી ઈચ્છા સર્વોચ્ચ પરિણામે લઈ જાય છે. ઈંદ્રિયભોગની શક્તિને આધ્યાત્મિક શક્તિમાં ફેરવી નાખો. આ શક્તિ જેટલી વધારે તેટલું તેનાથી વિશેષ કામ થાય. પાણીનો જોરદાર પ્રવાહ જળશક્તિ દ્વારા કરવાના ખોદકામ માટેની પ્રચંડ કાર્યશક્તિ પ્રગટ કરી શકે. (૮.૬૧) આપણા દેશમાં સંયમના અભાવે બધું પડી ભાંગવાને આરે છે. બ્રહ્મચર્ય પાલનથી બહુ જ અલ્પસમયમાં બધી જ વિદ્યામાં નિપૂણતા મેળવી શકાય છે અને પરિણામે એક જ વાર સાંભળેલી કે એક જ વખત જાણેલી વાતની અચૂક સ્મૃતિ માણસને રહે છે. (૧૧.૬૭) સંયમી, પવિત્ર મન પાસે મહાશક્તિ અને જબરદસ્ત સંકલ્પશક્તિ – આત્મબળ હોય છે. બ્રહ્મચર્ય વગર અધ્યાત્મબળ અસંભવ છે. માનવજાતિ ઉપર બ્રહ્મચર્ય અદ્ભુત કાબૂ આપે છે. માનવજાતિના આધ્યાત્મિક અગ્રેસરો હંમેશાં અખંડ બ્રહ્મચારી રહેલા, આ જ બાબતે તેમને સામર્થ્ય બક્ષેલું. (૩.૨૧૬)

દરેક છોકરાને અખંડ બ્રહ્મચર્ય પાલનની તાલીમ આપવી જોઈએ; ખરેખર ત્યારે જ તેનામાં શ્રદ્ધા આવશે. (૧૧.૧૮૩), વિચાર, વાણી ને ક્રિયામાં હંમેશા અને સર્વ સ્થિતિમાં ઈંદ્રિય-સંયમ પાળવો એ બ્રહ્મચર્ય કહેવાય. (૩.૧૫૧) અપવિત્ર કલ્પના અપવિત્ર કર્મ જેટલી જ ખરાબ છે. (૮.૬૧) બ્રહ્મચારીએ ઈંદ્રિયભોગની બાબતમાં વિચાર, વાણી અને વર્તન દ્વારા પવિત્ર રહેવું જોઈએ. (૮.૬૦)

#### □ સર્વવિકાસનો પાયો – શ્રદ્ધા

ફરી એકવાર સાચી શ્રદ્ધાની ભાવના આપણામાં લાવવી જોઈએ. આપણી પોતાની જાતમાં ફરી પાછો વિશ્વાસ જાગત કરવો જોઈએ; ત્યારે જ આપણા દેશની સમક્ષ પડેલી તમામ સમસ્યાઓનો કમે કમે આપણે પોતે જ ઉકેલ લાવી શકીશું. (૧૧.૧૫૧) આપણે જરૂર છે આ શ્રદ્ધાની. મનુષ્ય મનુષ્ય વચ્ચે ભેદ પાડનાર આ તેની શ્રદ્ધાનો તફાવત છે, બીજું કંઈ નહીં. આ શ્રદ્ધા એક માણસને મહાન અને બીજાને નબળો તથા નીચો બનાવે છે. મારા ગુરુદેવ કહેતા કે જે પોતાને નબળો માને તે નબળો જ થવાનો અને એ સાચું છે. આ શ્રદ્ધા તમારામાં આવવી જ જોઈએ. પશ્ચિમની પ્રજાઓએ વિકસાવેલી જે ભૌતિક શક્તિ તમે જુઓ છો તે બધી આ શ્રદ્ધાનું ફળ છે. કારણ કે તેમને પોતાના બાહુબળમાં શ્રદ્ધા છે. અર્થાત્ જો તમે તમારા આત્મામાં શ્રદ્ધા

રાખો તો એ કેટલું વધારે કાર્ય કરે ! તમારાં પુસ્તકો અને ઋષિઓ એકે અવાજે જેનો ઉપદેશ કરે છે તે અનંત આત્માની અનંત શક્તિમાં શ્રદ્ધા રાખો. (૪.૧૮૮)

#### □ જેવી ભાવના તેવી સિદ્ધિ

હું આપને વિનંતી કરું છું કે જે માણસ રાતદિવસ વિચાર કર્યા કરે કે ‘હું કંઈ જાણતો નથી’ એવા માણસથી કાંઈ જ ભલીવાર થવાની નથી. વળી જો માણસ દિનરાત એવો વિચાર કર્યા કરે કે હું દુઃખી છું, હું કંઈ નથી, તો તે તેવો જ થઈ જાય છે. જો તમે કહો કે ‘હું શક્તિમાન છું, હું શક્તિમાન છું’ તો તમે શક્તિમાન બનશો, અને જો તમે બોલો કે ‘હું નથી’, જો તમે વિચાર કરો હું કંઈ નથી, અને દિવસ અને રાત ધ્યાન કર્યા કરો કે હું કંઈ નથી, કંઈ નથી તો તમે શૂન્ય થઈ જવાના. એ એક બહુ મુદ્દાની હકીકત છે કે જે તમારે યાદ રાખવી. આપણે સર્વશક્તિમાનનાં સંતાન છીએ, આપણે અનંત દિવ્યાગ્નિનાં સ્ફુલિંગો છીએ. આપણે શૂન્ય થઈ જ કેમ શકીએ ? આપણે સર્વસ્વરૂપ છીએ, સર્વ કંઈ કરવાને તૈયાર રહો, સર્વ કંઈ કરી શકીએ છીએ અને આપણે સર્વ કંઈ કરવું જોઈએ ! આપણા પૂર્વજોના અંતરમાં આ આત્મશ્રદ્ધા હતી; આ આત્મશ્રદ્ધાની પ્રેરક શક્તિએ તેમને સંસ્કૃતિની ક્યૂકદમમાં આગળને આગળ ધપાવ્યા; અને જો અધઃપતન આવ્યું હોય, જો ખામીઓ આવી હોય, તો મારા શબ્દો નોંધી લેજો કે એ અધઃપતનની શરૂઆત જ્યારથી આપણી પ્રજાએ આ આત્મશ્રદ્ધા ખોઈ ત્યારથી થઈ. આત્મશ્રદ્ધા ખોવી એટલે ઈશ્વરમાં શ્રદ્ધા ખોવી. (૪.૨૩૭)

સાચી શ્રદ્ધાના સિદ્ધાંતનો ઉપદેશ કરવો એ મારું જીવનકાર્ય છે. હું તમને ફરીવાર કહું છું કે આ શ્રદ્ધા કે માનવસમાજનું અને સર્વ ધર્મોનું એક શક્તિશાળી અંગ છે. પ્રથમ તમારા પોતામાં શ્રદ્ધા રાખો. યાદ રાખજો કે એક પરપોટો ભલે સાવ નાનકડો હોય અને એક મોજું પહાડ સમું મોટું ઊછળતું હોય, તો પણ એ બંનેની પાછળ એક જ અનંત મહાસાગર રહેલો છે. (૪.૨૮૪) હું ભલે એક નાનકડો પાણીનો પરપોટો હોઉં અને તમે ભલે મોટા પહાડ જેટલું ઊંચું મોજું હો, કાંઈ વાંધો નહીં ! એ અનંત મહાસાગર જેમ તમારો આધાર છે તેમ મારો પણ છે. એ જીવનનો, શક્તિનો, આધ્યાત્મિકતાનો અનંત મહાસાગર તમારો છે તેટલો જ મારો પણ છે. તમે ભલે પહાડ જેટલા ઊંચા હો, પરંતુ હું પણ તમારી જેમ જ, અગાઉથી જ, મારા જન્મથી જ, મારા જીવનથી જ એ અનંત જીવનની સાથે, એ અનંત મંગલની સાથે, એ અનંત શક્તિની સાથે જોડાયેલો છું, તેની સાથે યુક્ત છું. માટે મારા ભાઈઓ આ જીવનરક્ષક, મહાન, ઉમદા, ભવ્ય સિદ્ધાંતનું તમારાં બાળકોને તેમના જન્મથી જ શિક્ષણ આપો. (૪.૨૩૭)

સ્વામી વિવેકાનંદ



#### ૬.૧ : ચાર તપસ્યાઓ અને ચાર મુક્તિ

##### □ ચાર તપસ

અતિમનસના સાક્ષાત્કાર પ્રત્યે લઈ જાય એવી કેળવણીનું અનુશીલન કરવા માટે એક ચતુર્વિધ તપસ જરૂરનું છે તેમ જ એક ચતુર્વિધ મુક્તિ પણ મેળવવાની છે.

તપસને સામાન્ય રીતે દમન સાથે ભેળસેળ કરી દેવામાં આવે છે. જ્યારે તપસની વાત આવે છે ત્યારે આપણને કોઈ ત્યાગીની સાધનાનો ખ્યાલ આવે છે. આ ત્યાગી લોકો શરીરના જીવનને, પ્રાણ તથા મનના જીવનને આધ્યાત્મિક સ્વરૂપ આપવાના મહા કઠિન કાર્યથી દૂર રહેવા માગતા હોય છે અને તેથી તે એમ જાહેર કરી દે છે કે આ વસ્તુઓ - શરીર, પ્રાણ, મન રૂપાંતર પામી શકે તેમ નથી. ત્યાગી આ બધાંને હરેક રીતના આધ્યાત્મિક વિકાસમાં એક અર્થહીન બોજા રૂપ, બંધન અને જંજીર રૂપ સમજી તેમને નિષ્કુર રીતે બાજુએ હડસેલી દે છે અથવા કંઈ નહિ તો, આ શરીર, પ્રાણ તથા મનના જીવનને તે એક ન સુધરે તેવી ચીજ તો ગણે જ છે. તે એમ સમજે છે કે આ બધાં એક બોજો છે અને કુદરત યા તો પ્રભુની કૃપા મૃત્યુ દ્વારા તમને તેમાંથી મુક્ત ન કરે ત્યાં સુધી તે બોજાને તમારે બને તેટલા આનંદથી વહેવાનો છે, આ ત્યાગી માનસ વધુમાં વધુ માત્ર એટલું જ સ્વીકારે છે કે પૃથ્વી ઉપરનું આપણને મળેલું આ જીવન એ પ્રગતિ કરવા માટેનું માત્ર એક ક્ષેત્ર જ છે, અને માણસે તેમાંથી બને તેટલો વધુમાં વધુ લાભ



મેળવી લેવાનો પ્રયત્ન કરવાનો છે. માણસે આ પૃથ્વી ઉપર બને તેટલી ઝડપે એટલી પૂર્ણતા મેળવી લેવી જોઈએ કે જેમાં પછી આ જીવનની કોઈ જરૂર રહે જ નહિ, અને એ રીતે આ કસોટીમાંથી પૂરેપૂરા છૂટી જવાય, આ છે ત્યાગપ્રધાન માનસનું દૃષ્ટિબિંદુ.

પરંતુ આપણે માટે આ પ્રશ્ન જુદું જ રૂપ ધારણ કરે છે. પૃથ્વી ઉપરનું જીવન આપણે માટે માત્ર એક સાધન રૂપ જ નથી, કોઈ અન્ય સૃષ્ટિમાં પહોંચવા માટેનો એક રસ્તો જ નથી. એ જીવનનું રૂપાંતર સાધી લઈને આપણે એ જીવનને જ લક્ષ્ય બનાવવાનું રહે છે, એક સાક્ષાત્કાર રૂપ બનાવવાનું રહે છે. આપણે જ્યારે તપસની વાત કરીએ છીએ ત્યારે તેની પાછળ શરીર પ્રત્યે તિરસ્કારનો ભાવ નથી હોતો, તેમાંથી આપણે છૂટા થઈ જવા નથી માગતા. આપણા ધ્યેયને સાધવા માટે આપણે આત્મ-સંયમની તથા આત્મ-પ્રભુત્વની જરૂર રહે છે અને તેટલા માટે જ આપણે તપસની માગણી કરીએ છીએ. કારણ કે, જગતમાં એક બીજું પણ એવું તપસ છે કે જે ત્યાગીઓનાં તમામ તપસો કરતાં પણ એક ઘણું વિશેષ મહાન, વિશેષ સંપૂર્ણ અને કઠિન તપસ છે. આપણા પૂર્ણ રૂપાંતર માટે આ એક ઘણું આવશ્યક તપસ છે. એ ચતુર્વિધ તપસ વ્યક્તિને અતિમાનસ સત્યના આર્થિકતા માટે તૈયાર કરે છે. આ રીતે જોતાં, દા.ત. આપણે કદી શકીએ કે શરીરની પૂર્ણતા માટે જે શારીરિક તપસની જરૂર પડે છે તેના જેવાં કઠણ તપ બીજાં ભાગ્યે જ હશે. પરંતુ આ વિષયનો વિચાર આપણે આગળ ઉપર કરીશું.

તપસના આ ચાર પ્રકારોનું વર્ણન શરૂ કરતા પહેલાં હું એક મુદ્દા વિષે સ્પષ્ટતા કરવી અગત્યની ગણું છું. એ છે કે કેટલીક ત્યાગપ્રધાન સાધનાઓ વિષેની આપણી સમજણ. મોટા ભાગના લોકોના મનમાં આ બાબતો અંગે ઘણી જ ગેરસમજણ તથા ગોટાળો પ્રવર્તતાં જોવામાં આવે છે, અને આ વસ્તુઓ તે આધ્યાત્મિક સાધના છે એમ ઘણા માની લે છે. આ ત્યાગપ્રધાન સાધનાઓમાં શરીર ઉપર બહુ જ દમન કરવામાં આવે છે, અને એ રીતે આત્માને શરીરમાંથી છૂટો કરી શકાય છે એમ કહેવામાં આવે છે, ખરું જોતાં તો આવી સાધના એ આધ્યાત્મિક સાધનાને અપાયેલું એક સ્થૂલ વિકૃત રૂપ છે. આ એક પ્રકારની દુઃખ માણવાની વિકૃત ભૂખ છે અને તેનાથી પ્રેરણને વૈરાગી માણસ આવું આત્મ-દમન કરવા લાગે છે. બાવાઓને આપણે ખીલાની પથારી ઉપર સૂતેલા જોઈએ છીએ, ખ્રિસ્તી સાધુઓ પોતાને મારવા માટે એક ચાબુક રાખે છે, પહેરવાને ગુણિયા કાપડ રાખે છે. આ વસ્તુઓની પાછળ એક પ્રકારનો ક્રૂરતાનો રસ જ હોય છે. જોકે આ રસ આમ તો ગુપ્ત રીતનો જ હોય છે, એની કબૂલાત કોઈ કરતું નથી, તેમ જ તે કરાવી શકાય તેમ પણ નથી. ઉગ્ર સંવેદનો અનુભવવા માટેની આ એક રોગિષ્ટ ઝંખના છે, માણસની અવ્યેતનાની એક ભૂખ છે. આ વસ્તુઓ ખરું જોતાં આધ્યાત્મિક જીવનથી બહુ જ

વેગળી છે. એ સાવ હલકી, ઘૂણાસ્પદ, અંધકારમય અને રોગિષ્ટ છે. આધ્યાત્મિક જીવન તો, આથી ઊલટું, પ્રકાશ અને સમતુલાથી ભરેલી વસ્તુ છે, સૌન્દર્ય અને આનંદથી સભર હોય છે. મનમાં અને પ્રાણમાં રહેલી, શરીર પર લદાતી એક પ્રકારની ક્રૂરતાએ શરીરદમનથી આ પદ્ધતિઓ શોધી કાઢેલી છે તેમ જ તેનાં ગુણગાન કરેલાં છે. પરંતુ આ ક્રૂરતા તમે તમારા પોતાના શરીર ઉપર આચરતા હો તોપણ છેવટે તો તે ક્રૂરતા જ રહે છે. અને તમામ ક્રૂરતા એક મહા અચેતનતાનું જ લક્ષણ છે. આવી અચેતન પ્રકૃતિવાળા માણસોને પ્રખર ઉગ્ર સંવેદનોની જરૂર હોય છે. એવાં ઉગ્ર સંવેદનો વિના પોતાને કોઈ અનુભવ થાય છે તેમ તે સમજી શકતા નથી. અને ક્રૂરતા એ એક પ્રકારનો પીડા-રસ હોઈ તે આવાં ઘણાં ઉગ્ર સંવેદનો અનુભવાવી શકે છે. આવી સાધનાઓ સંવેદન માત્રનો નાશ કરવા માગતી હોય છે. તે એમ માનતી હોય છે કે આ રીતે સંવેદનનો નાશ થઈ ગયા પછી શરીર આપણને આત્માની દિશામાં ઝડપથી જવાના માર્ગમાં વિદ્વંસનું નહિ બને. પરંતુ આવી પદ્ધતિ સફળ થઈ શકે કે કેમ એ શંકાસ્પદ વસ્તુ જ છે. બાકી એ વાત તો જાણીતી છે કે તમારે જો જલદી પ્રગતિ કરવી હોય તો પછી મુશ્કેલીઓથી કદી પણ ડરવું ન જોઈએ, ઊલટું જ્યારે જ્યારે પ્રસંગ મળે ત્યારે કઠણ કામ કરવા માટે તમારે ખાસ તૈયાર રહેવું જોઈએ, અને એમ કરશો તો તેથી તમારી સંકલ્પશક્તિમાં વૃદ્ધિ થશે, તમારા જ્ઞાનતાંતુઓ બળવાન બનશે. એમાં તો શક છે જ નહિ કે ત્યાગના અતિરેકોના આશ્રય લઈ ભોગવિલાસના અતિરેકોની સામે લડવું, એ અતિરેકોમાંથી જન્મતા તપસની સામે લડવું અને એ રીતે આ ભોગવૃત્તિઓને નિર્મૂળ કરી નાખવી એ તો પ્રમાણમાં ઘણી સહેલી વસ્તુ છે. એના કરતાં એક મિતાચારવાળું, સમતોલ, સમતા અને સ્વસ્થતાવાળું જીવન ગાળવું એ ઘણું જ કઠણ કામ છે. પોતાના શરીર પર અત્યાચાર કરવો અને તેને શૂન્ય જેવું કરી મૂકવું તેના કરતાં એક સ્વસ્થ અને સરળ રીતે શરીરનો સંવાદમય અને પ્રગતિમય એવો વિકાસ રચવો એ કામ ઘણું જ કઠણ છે. પોતાનામાં ઘણી ત્યાગશક્તિ છે એવું બતાવી આપવા માટે બિચારા શરીરને તેને માટે અનિવાર્ય એવા પોષણથી તથા સ્વચ્છ ટેવોથી વંચિત રાખવું એ વસ્તુ પ્રમાણમાં ઘણી સહેલી છે, અને કોઈ પણ ઈચ્છા સેવ્યા વિના એક શાંત સંયમિત જીવન ગાળવું એ આના કરતાં ઘણું વિકટ કામ છે. વળી શરીર માંદું પડે ત્યારે રોગ તરફ ઉપેક્ષા કરવી, તેની પરવા ન કરવી, અને રોગને તેનું વિનાશક કામ કરવા દેવું એ સહેલું છે, પરંતુ એમ ન કરતાં આંતર તેમ જ બાહ્ય એવી ઉભયવિધ સંવાદિતતા દ્વારા, વિશુદ્ધિ અને સમતુલા દ્વારા રોગને દૂર જ રાખવો, રોગ થાય તો તેમાંથી બહાર નીકળી જવું, તેને જીતી લેવો એ મહા નિકટ કામ છે. અને આ બધા કરતાં પણ ચેતનાને હંમેશાં તેની શક્તિની ટોચ પર ટકાવી રાખવી અને શરીરને નીચલી વૃત્તિઓના પ્રભાવ હેઠળ કદી પણ કામ કરતું ન થવા દેવું એ તો અતિશય વિષમ કામ છે.

આ દૃષ્ટિ ધ્યાનમાં રાખીને આપણે હવે ચાર તપસનું અનુશીલન કરીશું, અને આ અનુશીલનમાંથી આપણને ચાર પ્રકારની મુક્તિ મળશે. આ અનુશીલન એક ચાર પ્રકારની સાધના યા તપસ્યાનું રૂપ લેશે, જેની વ્યાખ્યા નીચે મુજબ આપી શકાય : (૧) પ્રેમની તપસ્યા (૨) જ્ઞાનની તપસ્યા (૩) શક્તિની તપસ્યા (૪) સૌન્દર્યની તપસ્યા.

આમાં મૂકેલો ક્રમ તે ઉપરથી નીચેની દિશામાં જતો ક્રમ છે. પરંતુ અહીં બતાવેલાં આ પગથિયાંનો અર્થ એમ નથી કરવાનો કે આ તપસ્યાઓ એકબીજા કરતાં ઊંચી વા નીચી છે, સરળ યા કઠણ છે, અથવા તો આ સૂચવેલા ક્રમ મુજબ જ એમનો અમલ કરવાનો છે. આ તપસ્યાઓનો ક્રમ, તેમનું મહત્ત્વ તેમ જ વિકટતા પ્રત્યેક વ્યક્તિ મુજબ જુદાં જુદાં હોઈ શકે છે. એ અંગે કોઈ છેવટનો નિયમ બનાવી શકાય તેમ નથી. દરેક વ્યક્તિએ પોતાની શક્તિ તેમજ અંગત જરૂરિયાત મુજબ પોતાની તપસ્યાની પદ્ધતિ ઉપજાવી લઈ તેનો અમલ કરવાનો રહે છે.

અહીં તો અમે માત્ર આ બધાનો એક સર્વસામાન્ય એવો વિચાર કરીશું અને બને તેટલી સંપૂર્ણ એવી એક આદર્શ પદ્ધતિનું અત્રે નિરૂપણ કરીશું. આ સામાન્ય નિરૂપણને આધારે દરેક વ્યક્તિએ પોતે પોતાનાથી થાય તેટલી ઉત્તમ રીતે, અને શક્ય તેટલા વધુ પ્રમાણમાં આનો અમલ કરવાનો છે.

## ૧. સૌન્દર્યની તપસ્યા

સૌન્દર્યની સાધના વા તપસ્યા આપણને શરીરના તપના માર્ગે કર્મમાંની મુક્તિ પ્રત્યે લઈ જશે. એક સુંદર આકારવાળું સંવાદમય અંગવિન્યાસવાળું, સૂક્ષ્મ ચપલ ગતિવાળું, બળવાન પ્રવૃત્તિવાળું, તથા આરોગ્ય તેમ જ અવયવોની ક્રિયાઓમાં રોગ વગેરે સામે વિરોધ કરવાની શક્તિવાળું એવું એક શરીર તૈયાર કરવું એ આ તપસ્યાનો પાયાનો કાર્યક્રમ રહેશે.

આ પરિણામો મેળવવા માટે આપણે સામાન્ય રીતે શરીરને અમુક ઈષ્ટ પ્રકારની ટેવો પાડીએ અને આપણા સ્થૂલ જીવનને વ્યવસ્થિત કરવામાં તે ટેવોની મદદ લઈએ તો ઘણું જ સારું થશે. કારણ, શરીરને આપણે જો કોઈ નિયમિત વ્યવહારના ચોક્કામાં મૂકી આપીએ છીએ તો તે પોતાનું કામ વધારે સરળતાથી કરે છે. પણ આપણે એ પણ ધ્યાન રાખવાનું કે આપણી ટેવો ભલે ગમે તેટલી સારી હોય તોપણ આપણે પાછા તેમના ગુલામ ન થઈ જઈએ. શરીરને આપણે વધુમાં વધુ ચપળ રાખવાનું છે. આપણે જ્યારે પણ જરૂર પડે ત્યારે આપણી ટેવો બદલી શકીએ તેમ હોવું જોઈએ.

શરીરના સ્નાયુઓને આપણે મજબૂત અને સ્થિતિસ્થાપક બનાવીએ, અને એ

સ્નાયુઓમાં એવા તો પોલાદી જ્ઞાનતંતુઓ આપણે બાંધી લઈએ કે કોઈ અનિવાર્ય પરિસ્થિતિમાં ગમે તેટલો શ્રમ કરવાની શક્તિ આપણામાં આવી જાય. પરંતુ સાથે સાથે આપણે એ પણ ધ્યાનમાં રાખીએ કે શરીર પાસેથી જરૂર હોય તેથી લેશ માત્ર પણ વધુ શ્રમ ન લઈએ, શરીરની વૃદ્ધિ તથા વિકાસ માટે જેટલી શક્તિ ખરચવાની જરૂર હોય તેટલી જ શક્તિ શરીર પાસે ખરચાવીએ. જે કોઈ વસ્તુઓ શરીરને થકવી નાખે તેવી હોય, અને આગળ જતાં જેમાંથી શરીરનાં તત્ત્વોનો દ્રાસ તેમ જ ક્ષય થાય તેમ હોય તે તમામ સામે આપણે ખૂબ જ કડક ચોકીપહેરો રાખવો જોઈએ.

આપણે એક એવું શરીર રચવા માગીએ છીએ કે જે ઊર્ધ્વ ચેતના માટેનું એક બરાબર કરણ બની રહે. આવા શરીરની રચના કરવા માટે યોજાતી શારીરિક કેળવણી આપણી પાસે ઘણી કઠોર ટેવો માગી લે છે. શરીરનો આવો વિકાસ સાધવા માટે આપણી ઊંઘ, આહાર, શારીરિક વ્યાયામ તેમ જ સર્વ પ્રવૃત્તિઓમાં એક ઘણી મોટી નિયમિતતા આપણે સાધવાની છે. આપણે બહુ જ ઝીણવટપૂર્વક આપણા શરીરની જરૂરિયાતો અભ્યાસ કરીએ. વ્યક્તિએ વ્યક્તિએ આ જરૂરિયાતો જુદી જુદી હોય છે. અને એ જરૂરિયાતો મુજબ આપણા શરીર વિકાસ માટેનો એક સામાન્ય કાર્યક્રમ નક્કી કરીએ. આ કાર્યક્રમ એક વાર નક્કી થઈ જાય પછી તેને ખૂબ જ કડકપણે આપણે વળગી રહેવું જોઈએ, એનો ભંગ કરે તેવી કોઈ પણ ધૂન કે શિથિલતા આપણામાં આવવા ન દેવાં જોઈએ. ‘આ એક વાર’ કહી આપણે નિયમોનો જે અપવાદ રૂપે ભંગ થવા દઈએ છીએ તેવું લેશ પણ ન થવા દેવું જોઈએ. આવા અપવાદ રૂપી નિયમભંગો પછી ‘માત્ર એક વાર’થી અટકી જતા નથી. એ ભંગ વારંવાર થતા જ રહે છે. આ લાલચને તમે ‘માત્ર એક વાર’ નમતું આપો તેટલા માત્રથી પણ તમે તમારા સંકલ્પમાં રહેલી વિરોધની શક્તિને ઘટાડી નાખો છો અને ભવિષ્યના અનેક પરાજયો માટેનાં બારણાં ખોલી નાખો છો. નિર્બળતા માત્ર સામે તમારે દાંત ભીંસીને આગળા વાસી દેવા જોઈએ. તમારા છાનાછપના રાત્રિવિહારો તમારે બિલકુલ અટકાવી દેવા જોઈએ. તમે જાણો છો કે એ તમારા આનંદપર્યટનોને અંતે તમે કેવા તો ખલાસ થઈને પાછા ફરો છો તમારા જઠરની કુદરતી ક્રિયાઓને ખલેલ પહોંચાડે એવી મિજબાનીઓ, જાફતો, ઠાંસીઠાંસીને ખાવું આમાંનું તમારે કશું ન થવા દેવું જોઈએ. આમ તમારા આનંદવિનોદો, કે બીજી પ્રવૃત્તિઓ જે જેમાંથી તમારી શક્તિનો માત્ર બગાડ જ થતો હોય અને જેને અંતે તમે તમારી નિત્ય સાધના માટે અત્યંત ઉદાર કે અશક્ત બની જતા હો તે સર્વ તમારે સર્વથા વજર્ય ગણવાં જોઈએ. તમારા શરીરને શક્ય હોય તેટલું સંપૂર્ણ કરવાનું લક્ષ્ય રાખો અને તમારું સારું ધ્યાન શરીર ઉપર એકાગ્ર કરી દો. આ માટે તમારે એક સમજદાર અને સુનિયંત્રિત

પ્રકારનું જીવન ગાળવાની તપસ્યા આદરવાની રહે છે. તમારા આ આદર્શને પહોંચવા માટે તમારે હરેક પ્રકારના અતિરેકો, નાના મોટા તમામ દુર્ગુણો વર્જ્ય કરવા પડશે. તંબાકુ, મદિરા વગેરે જેવાં ધીમાં વિષનું સેવન તમારે બંધ કરવું જોઈશે. આ વસ્તુઓનું સેવન કરતાં કરતાં માણસોને માટે તે જીવનની અનિવાર્ય જરૂર બની જાય છે, અને એ વસ્તુઓ પછી તેનું સેવન કરનારની સંકલ્પશક્તિનો તથા સ્મરણશક્તિનો ધીરે ધીરે નાશ કરી નાખે છે. આ ઉપરાંત શરીર અંગે એક બીજી વસ્તુ એવી છે કે જે ભૂલ તો બધાં જ માણસો, મોટામાં મોટા બુદ્ધિશાળી માણસો પણ વિના અપવાદે કરે છે. એ છે ખોરાક પ્રત્યેનું આપણું દૃષ્ટિબિંદુ. કઈ વાનગીઓ ખાવી, તેને કેવી રીતે તૈયાર કરવી, કેવી રીતે ખાવી આ બાબતોમાં સૌ કોઈ પારાવાર રસ લે છે. આ રસને સ્થાને આપણે ખોરાક પ્રત્યે એક શાસ્ત્રીય દૃષ્ટિબિંદુ સ્થાપિત કરવાની જરૂર છે. શરીરને કઈ કઈ વસ્તુઓ જરૂરની છે તેનું આપણે એક લગભગ રાસાયણિક કોટિનું જ્ઞાન મેળવું લેવું જોઈએ અને એ જરૂરી વસ્તુઓને પૂરી પાડવા માટે તદ્દન શાસ્ત્રીય પદ્ધતિનો આહાર લેવો જોઈએ. આ છે ખોરાકની મહા તપસ્યા. એ તપસ્યામાં આપણે એક બીજી તપસ્યા ઉમેરવાની રહે છે. એ છે નિદ્રાની તપસ્યા. આ તપસ્યા એટલે કે નિદ્રા લેવી બંધ કરી દેવી એમ નહિ પણ કેવી રીતે નિદ્રા લેવી એ જાણી લેવાનું છે. સામાન્ય રીતે બને છે તેમ નિદ્રા એ અચેતનાની અંદર ભૂસકા રૂપ ન બની જવી જોઈએ. આવી નિદ્રા શરીરને તાજગી આપવાને બદલે ઊલટું ભારેખમ કરી મૂકે છે. તમે માફકસરનો મિતાહાર રાખો તથા હરેક પ્રકારની અતિશયતાનો ત્યાગ કરો. આ બે વસ્તુઓ પણ તમે જો કરી શકશો તો એટલા માત્રથી પણ તમારે ઊંઘમાં જે અનેક કલાકો ગાળવા પડે છે તેમાંથી તમે બચી જશો. પણ નિદ્રાની બાબતમાં તમે કેટલો વખત ઊંઘો છે તેના કરતાં કેવા પ્રકારની ઊંઘ લો છો એ વસ્તુ વિશેષ મહત્ત્વની છે. ઊંઘમાંથી તમારે ખરેખરો અસરકારક આરામ તેમ જ વિશ્રાંતિ મેળવવાં હોય તો સૂતા પહેલાં કાંઈક લેવાનું રાખશો. દૂધ, સૂપ કે ફળના રસ જેવું કંઈક લેશો તો તે બહુ લાભદાયક રહેશે. હળવો ખોરાક તમને બહુ શાંત નિદ્રા આપે છે. એટલે કોઈ પણ સંયોગોમાં વધારે પડતો ખોરાક તો ન જ લેવો. વધુ પડતો ખોરાક તમારી ઊંઘમાં ખલેલ પહોંચાડે છે, તમારી ઊંઘને તામસિક, ભારે મંદ બનાવી દે છે, એમાંથી તમારા પર ઓધાર ચડી આવે છે. નિદ્રાની બાબતમાં સૌથી વિશેષ, મહત્ત્વની બાબત તો તમારા મનની અવસ્થા છે. સૂવા જતા પહેલાં તમારું મન જો ચોખ્ખું હશે, તમારી લાગણીઓ શાંત હશે, ઈચ્છાઓના ઊભરા તથા તેને લગતી બીજી નાની મોટી અસ્વસ્થતાઓ શાંત થઈ ગયેલી હશે તો તેથી તમારી નિદ્રાને ઘણો લાભ થશે. એટલે તમારે સૂવાનો વખત થયો હોય તે પહેલાં તમે ખૂબ વાતો કરી હોય, ગરમાગરમ ચર્ચાઓ થઈ હોય કે કોઈ બહુ રસિક અને ઉત્તેજક પુસ્તક વાંચ્યું હોય તો સૂતા પહેલાં થોડો આરામ કરી લેવો ઠીક રહેશે. એવા આરામથી તમારા મનની

ક્રિયાઓ શાંત પડશે, અને એકલું શરીર ઊંઘતું રહે અને મગજની ક્રિયાઓ અસ્તવ્યસ્ત રીતે ચાલ્યા કરે તેના જેવી સ્થિતિ નહિ થાય. તમને ધ્યાનનો અભ્યાસ હોય તો સૂવા પહેલાં કોઈ મહા વિશાળ ચેતના પ્રત્યેની અભીપ્સામાં સ્થિર બની કોઈ ઉચ્ચ અને આરામ આપે તેવા વિચારમાં થોડીક મિનિટો એકાગ્ર બની રહો એ પણ ઠીક રહેશે. તમારી નિદ્રાને તેથી ઘણો લાભ થશે અને ઊંઘ દરમિયાન અચેતનતામાં સરી જવાના જોખમમાંથી તમે ઘણે મોટે ભાગે બચી જ જશો.

આમ તમારું રાત્રિનું તપ પૂરું કરો, સ્વસ્થ અને શાંતિમય નિદ્રા લઈને શરીરને તમે સંપૂર્ણ આરામ આપી લો તે પછી તમારું દિવસનું તપ શરૂ કરો. આ દિવસની સાધનાને તમારે બહુ વિચારપૂર્વક યોજવાની રહેશે. તમારી દિવસની પ્રવૃત્તિઓને બે ભાગમાં વહેંચી નાખો : એક તો તમારા શરીરના વિકાસ માટે જરૂરની એવી પ્રવૃત્તિ, અને બીજી તમારા નિત્યના વ્યવસાય અંગેની પ્રવૃત્તિ. આ બંને વસ્તુઓ, કસરત તથા કામ શરીરની તપસ્યાનું અંગ બની શકે છે અને બનવી જોઈએ. તમારી કસરતો ક્રમે ક્રમે આગળ વધતી જાય એ રીતે બહુ સમજપૂર્વક ગોઠવાવી જોઈએ. દરેક જણે પોતાના શરીરને સૌથી વધુ અનુકૂળ હોય તે કસરતો જ પસંદ કરવી જોઈએ. બની શકે તો આ કાર્ય તમારે એવા કોઈ જાણકારની દોરવાણી હેઠળ કરવું જોઈએ કે જે કસરતોને એવી રીતે સંયોજીને કમવાર ગોઠવી આપે કે જેથી તેનો વધુમાં વધુ ફાયદો તમને મળે. કસરતોની પસંદગી તથા તેનો અમલ એ બાબતમાં લેશ પણ તરંગીપણું ચાલવા ન દેવું જોઈએ. અમુક કસરતો સહેલી છે કે મજેદાર છે એટલા માટે જ તમે ગમે તે વખતે ગમે તે કસરત નહિ કરી શકો. તમારા શિક્ષકને જરૂર જણાય ત્યારે જ તમારા કસરતના કાર્યક્રમમાં ફેરફાર થઈ શકે. શરીરને સંપૂર્ણ કરવું, વધારે સારું કરવું એ દૃષ્ટિએ જોતાં હરેક વ્યક્તિનું શરીર એક સ્વતંત્ર કોયડા જેવું છે. અને એ કોયડાનો ઉકેલ બહુ ધીરજથી, ખંત અને નિયમિતતાથી લાવવાનો છે. લોકો ભલે માનતા હોય કે કસરતબાજના જીવનમાં તો મોજમજા જ કરવાની હોય છે. પણ એ વાત સાચી નથી. ખરું જોતાં તો કસરતબાજે પોતાનું ઈષ્ટ પરિણામ સાધવા માટે એક ઘણું જ કઠોર જીવન ગાળવું પડે છે. ઓણે ખૂબ જ નિયમપૂર્વક તાલીમ લેવાની રહે છે, ઘણી જ કડક ટેવો પાડવાની રહે છે. એના જીવનમાં નકામા અને નુકસાનકારક તરંગોને સ્થાન હોઈ શકતું નથી.

પોતાના નિત્ય વ્યવસાય પ્રત્યે પણ માણસે તપસ્યા કરવાની રહે છે. આ તપસ્યા એટલે પ્રથમ તો તમારે કોઈ પણ કામ પ્રત્યે વિશેષ પસંદગી ન રાખવી જોઈએ, તમે જે કાંઈ કરતા હો તે રસપૂર્વક કરવું જોઈએ. જે વ્યક્તિ પોતાની જાતને સંપૂર્ણ કરવા નીકળે છે તેને માટે પછી જગતમાં કોઈ પણ કામ નાનું કે મોટું નથી રહેતું, કોઈ એક કામ વધુ મહત્ત્વનું અને બીજાં

ઓછા મહત્વનાં એમ નથી રહેતું. જેને પ્રગતિ કરવી છે, આત્મ-પ્રભુત્વ મેળવવું છે તેને માટે બધાં જ કામ એકસરખાં લાભદાયક હોય છે. તમને રસ હોય તેવાં કામ તમે વધારે સારી રીતે કરી શકો છો એમ જે કહેવાય છે તેમાં સત્યન અંશ તો છે. પરંતુ એથીયે મોટું સત્ય તો એ છે કે તમે જે કાંઈ કરતા હો, એક તદ્દન ક્ષુદ્ર લાગે તેવું કામ કરતા હો તેમાં પણ તમને રસ મળી શકે છે. આ સિદ્ધિની ચાવી તમારામાં પૂર્ણતા માટેની જે ઘગશ હોય છે તેમાં રહેલી છે. એટલે તમારે ભાગે જે કોઈ પ્રવૃત્તિ, જે કોઈ કામ આવી પડે તે તમારે પ્રગતિ કરવી છે એવા સંકલ્પપૂર્વક કરતા રહો. તમે જે કામ કરો તે તમારાથી બને તેટલી સારી રીતે કરો એ તો ખરું જ, પણ એથીયે વિશેષ તો એ છે કે તમારા દરેક કાર્ય પાછળ એક એવી અખંડ ઝંખના રહેવી જોઈએ કે મારે પૂર્ણ બનવું છે અને તે માટેની પરમ આતુરતાપૂર્વક તમારે કામને વધુ ને વધુ ઉત્તમ રીતે કરતા રહેવું જોઈએ. આ રીતે કરતાં, છેક સ્થૂલ મહેનતના કામથી માંડી અત્યંત કલાત્મક કે બૌદ્ધિક કામો સુધીનાં તમામ કામો, કાંઈ પણ અપવાદ સિવાય, તમારે માટે રસપ્રદ બની રહેશે. આપણી સમક્ષ પ્રગતિ માટે એક અસીમ અનંત અવકાશ પડેલો છે અને નાનામાં નાની વસ્તુ પણ આપણે પરમ ગંભીરતાથી કરી શકીએ છીએ.

આમાંથી હવે સ્વાભાવિક રીતે જ આપણે કર્મમાંની મુક્તિમાં આવી પહોંચીએ છીએ. આ કર્મમાંની મુક્તિ એટલે હરેક રીતની સામાજિક રૂઢ પ્રણાલિમાંથી મુક્તિ, હરેક રીતના નૈતિક પૂર્વગ્રહોમાંથી મુક્તિ. બેશક, આનો અર્થ કેવળ સ્વચ્છંદી કે પછી કશાય નિયમના બંધન વિનાનું જીવન એવો તો નથી જ થતો. હવે તો તમે, આથી ઊલટું, એક એવા નિયમનો અંગીકાર કરો છો કે જે તમામ સામાજિક નિયમો કરતાં પણ ઘણો વધુ કડક નિયમ છે. આ નિયમ તો કોઈ પણ રીતના મિથ્યાચાર કે દંભને લેશ પણ બરદાસ્ત નથી કરતો. એ મહા નિયમ તો તમારી પાસેથી એક પૂરેપૂરી સત્યનિષ્ઠા માગી લે છે. શરીરની સમતુલા, શક્તિ અને સૌન્દર્યનો વિકાસ થાય એ રીતે જ આપણી તમામ શારીરિક પ્રવૃત્તિઓ યોજાવી જોઈએ. અને આ ધ્યેય જો સિદ્ધ કરવું હશે તો પછી તમે કોઈ પણ રીતના ઈન્દ્રિય-સુખની આરાધના નહિ કરી શકશો. તમારે ઈન્દ્રિયોના તમામ આનંદો વર્જ્ય કરવા પડશે. આ ત્યાગમાં જાતીય આનંદનો પણ ત્યાગ આવી જાય છે. કારણ, જાતીય સંભોગની હરેક ક્રિયા તમને મૃત્યુના મુખમાં જ લઈ જાય છે. એટલા માટે જ, હરેક યુગમાં, હરેક ધર્મસાધનામાં અમૃતત્વના ઉપાસકોને માટે જાતીય સંભોગનો નિષેધ કરવામાં આવેલો છે. એનું કારણ એ છે કે આ ક્રિયાને અંતે વ્યક્તિ ઉપર હમેશાં અચેતનતાનો એક વધુ ઓછો લાંબો ગાળો ચડી આવે જ છે. એ અચેતનતાની પળોમાં મારણસની ચેતના હરેક પ્રકારની અસરો પ્રત્યે ખૂલી જાય છે, અને એક નીચલી અવસ્થામાં સરી પડે છે. એટલે જે લોકો ખરેખર

જ પોતાને અતિમાનસના જીવન માટે તૈયાર કરવા માગતા હોય તેમણે આનંદ, આરામ કે વિશ્રાંતિના બહાના હેટળ પોતાની ચેતનાને શક્તિના આ દુર્લભ્યમાં તથા અચેતનતાની ખાડામાં કદી પણ સરી પડવા ન દેવી જોઈએ. તમારે વિશ્રામ મેળવવો હોય તો તે અંધકાર કે દુર્બળતામાં સરી પડીને નહિ પણ શક્તિ અને પ્રકાશમાં પહોંચીને મેળવવો જોઈએ. જીવનમાં પ્રગતિ ઈચ્છનારાઓ માટેનો એકમાત્ર નિયમ તે આત્મ-સંયમ જ છે. પરંતુ પોતાને જેઓ અતિમાનસના આવિર્ભાવ માટે તૈયાર કરવા માગે છે તેમણે તો આ આત્મ-સંયમથી પણ આગલ જવાનું છે. આત્મ-સંયમને સ્થાને તેમણે તો ઈન્દ્રિયોપભોગનો સંપૂર્ણ ત્યાગ સ્વીકારવાનો છે. પૂર્ણયોગનો સાધક આ ત્યાગ ઈન્દ્રિયો પર બળાત્કાર કરીને યા તો તેમનું દમન કરીને નહિ સાધે. એ માટે તે એક આંતર પરિવર્તનનો કીમિયો અજમાવશે. એ રીતે કામ કરતાં જે શક્તિઓ સામાન્ય રીતે પ્રજનની ક્રિયામાં વપરાઈ જાય છે તે બધી પ્રગતિ તથા પૂર્ણ રૂપાંતર માટેની શક્તિઓ રૂપે પલટો પામે છે. એ વાત કહેવાની તો ભાગ્યે જ જરૂર હોય કે સાચી રીતે લાભકારક અને સંપૂર્ણ એવું પરિણામ સાધવું હોય તો માત્ર સ્થૂલ શરીરના સંકલ્પમાંથી જ નહિ પરંતુ પ્રાણ અને મનની ચેતનામાંથી પણ જાતીય ભોગની તમામ વૃત્તિ તથા ઈચ્છા સર્વથા નિર્મૂળ કરવાની રહે છે. જે કોઈ રૂપાંતર મૂલગામ તથા સ્થાયી સ્વરૂપનું હોય છે તે અંદરથી બહારની દિશામાં આવે છે, બહારનું રૂપાંતર તે આંતર રૂપાંતરનું જ એક સ્વાભાવિક અને અનિવાર્ય પરિણામ હોય છે.

આમ હવે તમારી પાસે એક ચોક્કસ પસંદગીનો પ્રશ્ન આવીને ઊભો રહે છે. કુદરત અત્યારે છે તેવી માનવજાતિને ટકાવી રાખવા માટે વ્યક્તિ પાસે માગણી કરતી રહે છે અને એ માગણીને વશ થઈ કુદરતના લક્ષ્યને સાધવા માટે મારાસ તેના હાથમાં પોતાનું શરીર સોંપી દે છે. તમે હવે પોતાને આ રીતે કુદરતના હાથમાં મૂકી દેશો કે પછી એક નવી જાતિના સર્જન માટેનું એક નવું પગલું બની રહેવા માટે તમારું આ જે શરીર છે તેને જ તૈયાર કરશો ? એટલું તો તમે અવશ્ય યાદ રાખી શકશો કે આ બે વસ્તુઓ કદી સાથે ચાલી શકવાની નથી. હરેક પળે તમારે એ નક્કી કરવાનું રહે છે કે તમે ગઈ કાલની માનવતામાં પૂરાઈ રહેવા માગો છો કે પછી આવતી કાલની પરમ માનવતામાં પહોંચવા માગો છો.

તમારે જો ભાવિમાં આવી રહેલા જીવન માટે તૈયાર થવું હશે, તથા એ જીવનના એક સક્રિય અને સુયોગ્ય અંગ રૂપ બની રહેવું હશે તો તમારું જીવન અત્યારે તેનો જે ઘાટ છે તે મુજબનું જ બની રહે. એવા જીવનમાં તમને સફળતા મળે એ ભાવના તમારે પડતી મુકવી પડશે.

તમારે પૂર્ણ સૌન્દર્યમય અને સંવાદિતામય જીવનનો આનંદ માણવો હશે તો પછી ઈન્દ્રિયસુખોનો ત્યાગ કરવો જ પડશે.

## ૨. શક્તિની તપસ્યા

આમાંથી હવે આપણે સહજ રીતે પ્રાણની તપસ્યામાં આવી પહોંચીએ છીએ. પ્રાણની તપસ્યા એટલે સંવેદનોનું તપસ, શક્તિની તપસ્યા. પ્રાણ સાથે જ શક્તિનું સ્થાન છે, તમને સાક્ષાત્કાર કરાવી આપે તેવો ઉત્સાહો તેમાં છે. મનમાં રહેતો વિચાર પ્રાણમાં આવીને સંકલ્પનું રૂપ લે છે. અને કર્મ માટેની એક સક્રિય શક્તિ બને છે. પ્રાણ એ ઈચ્છાઓ તથા આવેશોનું પણ સ્થાન છે એ વાત પણ સાચી છે. પ્રાણમાં ઉગ્ર વૃત્તિઓ તથા એવા જ ઉગ્ર પ્રત્યાઘાતો, બંડ અને વિષાદ પણ આવી રહેલાં છે. આવા પ્રાણનો કોયડો ઉકેલવા માટેની સામાન્ય રીત એ ગણાય છે કે પ્રાણને ગૂંચળાવી નાખવો, સંવેદનોથી તેને વંચિત રાખીને ભૂખે મારી નાખવો. હા, એ વાત ખરી છે કે પ્રાણનો મુખ્ય ખોરાક સંવેદનો જ છે. એને સંવેદનો ન મળે તો તે ઊંઘી જાય છે, શિથિલ અને જડ થઈ જાય છે અને ખરેખર સાવ ખાલી થઈ જાય છે.

પ્રાણના નિર્વાહ માટેની સામગ્રી ખરું જોતાં તો ત્રણ દિશામાંથી આવી મળતી હોય છે. આમાંની સૌથી પહેલી દિશા તે નીચેની બાજુની દિશા છે. એ દિશામાંથી પ્રાણને ઈન્દ્રિયોનાં સંવેદનો મારફતે સ્થૂલ શક્તિઓની સામગ્રી બહુ જ સરળ રીતે મળતી રહે છે.

પ્રાણને માટે સામગ્રીનું બીજું દ્વાર તેની પોતાની જ સમાન ભૂમિકા ઉપર રહેલું છે. પ્રાણ જો પૂરતા પ્રમાણમાં વિશાળ અને ગ્રહણશીલ હોય છે, તથા વિશ્વરૂપ પ્રાણશક્તિઓ સાથે તે જો સંપર્કમાં હોય છે તો તેમાંથી પણ તેને પોતાના નિર્વાહની સામગ્રી આવી મળે છે.

પ્રાણને મળતી સામગ્રીનું ત્રીજું મૂળ ઉપરની દિશામાં રહેલું છે. પ્રાણમાં જ્યારે પ્રગતિ માટેની કોઈ મહાન અભીપ્સા જાગે છે ત્યારે જ આ દિશા તરફ ને સામાન્ય રીતે ખુદલો બને છે. એ ઊર્ધ્વ ભૂમિકામાં રહેલાં આધ્યાત્મિક બળોને તથા પ્રેરણાઓને તે પોતામાં પ્રવેશવા દે છે અને તેમને પોતામાં પચાવીને તે પોતાની પુષ્ટિ મેળવે છે.

આ ત્રણ ઉપરાંત એક ચોથાં મૂળમાંથી પણ માણસો પ્રાણની સામગ્રી મેળવવાને લગભગ હંમેશાં પ્રયત્ન કરતા રહે છે. પણ સાથે સાથે એ હકીકત પણ નોંધવાની છે કે માણસોને જીવનમાં મળતી ઘણીખરી યાતનાઓ તેમ જ કમનસીબીઓ પણ આ જ મૂળમાંથી મળી આવતી હોય છે. આ વસ્તુ તે બીજાં માણસો સાથેનો પ્રાણશક્તિઓનો વિનિમય છે. આ વિનિમય મોટે ભાગે બબ્બેના જોડામાં મળીને માણસો કરે છે. લોકો ભૂલથી એમ માની લે છે કે આ તો પ્રેમ છે,

પણ વસ્તુતઃ તેમાં પ્રેમ જેવું કંઈ જ હોતું નથી. તે માત્ર પરસ્પરના વિનિમયમાં રાચતાં બે બળો વચ્ચેનું આકર્ષણ જ હોય છે.

આ સ્થિતિમાં હવે આપણે જો પ્રાણને ભૂખે મારવો ન હોય તો પછી તેને મળતાં સંવેદનો આપણે પાછાં ઠેલી દેવામાં નથી, ઘટાડી નાખવાનાં નથી, બુઠ્ઠાં પણ કરી નાખવાનાં નથી તેમ જ તેમનાથી ભાગી જવાનું પણ નથી. પ્રાણની તપસ્યાનો માર્ગ આ નથી. એ તપસ્યા સંવેદનોનો વિવેક અને જ્ઞાનપૂર્વક ઉપયોગ કરવામાં રહેલી છે. સંવેદનો જ્ઞાન તથા કેળવણી મેળવવા માટેનું એક અત્યંત ઉત્તમ હથિયાર છે. અને એટલે સંવેદનો પાસેથી આ રીતનું કામ લેવું હોય તો તેમનો ઉપયોગ આપણા અહંકારના કોઈ હેતુને સાધવા માટે ન થવા દેવો જોઈએ, ઈન્દ્રિય-સુખ તથા આત્મતૃપ્તિ મેળવવા માટેની આપણી અંધ અને અજ્ઞાનભરેલી પ્રવૃત્તિમાં તેમને આનંદના સાધન તરીકે ન વાપરવાં જોઈએ.

આપણી ઈન્દ્રિયો પોતે હરેક વસ્તુને લેશ પણ ઘૂણા કે અપ્રસન્નતા વિના ભેટી શકે તેવું સામર્થ્ય તેમનામાં આવી જવું જોઈએ. પરંતુ આ સાથે ઈન્દ્રિયોમાં એક વિવેકશક્તિ પણ આવવી જોઈએ તથા ખીલવી જોઈએ. એ શક્તિ વડે ઈન્દ્રિયો પ્રાણનાં વિવિધ આંદોલનોનું સ્વરૂપ, મૂળ તથા પરિણામ સમજી શકે તેવી થવી જોઈએ તેમ જ એ આંદોલનો આપણા શરીર તથા પ્રાણની સ્વસ્થતા તથા પ્રગતિને માટે મદદ રૂપ થઈ શકે તેવાં છે કે નહિ તે જ્ઞાન પણ ઈન્દ્રિયોને આમાંથી થવું જોઈએ. આ ઉપરાંત, સ્થૂલ જગતોને તથા પ્રાણમય જગતોને તેમનાં તમામ સંકુલ સ્વરૂપોમાં સમજવા તથા અભ્યાસ કરવા માટેનાં સાધન તરીકે પણ ઈન્દ્રિયોનો ઉપયોગ થવો જોઈએ. આ બધું થશે ત્યારે ઈન્દ્રિયોને રૂપાંતર માટેના માનવજાતિના મહા પ્રયત્નમાં પોતાનું સાચું સ્થાન મળી રહેશે.

આપણે પ્રાણને દુર્બળ કરી નાખીશું તો તેથી આપણી સાચી પ્રગતિ સાધવામાં આપણને કશી જ મદદ નહિ મળે. પ્રાણને પ્રકાશિત કરીને, બળવાન તથા વિશુદ્ધ કરીને જ આપણે સાચી પ્રગતિ સાધી શકીશું. શરીરને ખોરાક ન આપવાથી જેમ નુકસાન થાય છે તે જ રીતે પ્રાણને સંવેદનોથી વંચિત રાખવાથી પણ નુકસાન થાય છે. પરંતુ આ સંવેદનોની પસંદગી પણ આપણે શરીરના ખોરાકની પસંદગી જે રીતે ડહાપણ વાપરીને તથા અમુક દૃષ્ટિપૂર્વક કરીએ છીએ તેવી જ રીતે કરવાની રહે છે. પ્રાણ એક મહાન ક્રિયાશક્તિ ધરાવતું કરણ છે. આપણા સ્વરૂપના અન્ય સર્વ અંશોની પ્રગતિ માટે એ કરણ એક અત્યંત અનિવાર્ય એવી વસ્તુ છે. એટલે, શરીરના ખોરાકની પસંદગી પાછળ શરીરની ક્રિયાઓ બરાબર થતી રહે તથા શરીરની વૃદ્ધિ થાય એવી દૃષ્ટિ આપણે રાખીએ છીએ તે જ રીતે આ પ્રાણ રૂપી કરણની વૃદ્ધિ તથા

સંપૂર્ણતાને દૃષ્ટિમાં રાખીને જ પ્રાણ માટેનાં સંવેદનોની આપણે પસંદગી કરવાની રહે છે.

પ્રાણને આપણે કેળવવાનો છે, તેને વધુ સંસ્કારી, વધુ સંવેદનશીલ, વધુ સૂક્ષ્મ બનાવવાનો છે, તથા આપણે કહીશું કે તેને શાનદાર પણ, એ શબ્દના ઉત્તમ અર્થમાં, બનાવવાનો છે. તેને આ રીતે સંસ્કારીને જ આપણે તેમાં રહેલી ઉગ્રતાઓ તથા પાશવતાઓને જીતી શકીશું. કારણ કે પ્રાણમાં રહેલા અજ્ઞાન અને અસંસ્કારિતાને લીધે જ તેનામાં રસવૃત્તિના રહેલા અભાવમાંથી જ સામાન્ય રીતે આ ઉગ્રતાઓ અને પાશવતાઓ જન્મતી હોય છે.

ખરું જોતાં તો, પ્રાણ કેળવાયેલો નથી હોતો ત્યારે તે જેમ કુદરતી રીતે જ અસંસ્કારી અહંપ્રધાન અને વિકૃત હોય છે તેવી જ રીતે તે જ્યારે કેળવાય છે, પ્રકાશ પામે છે ત્યારે તે એટલો જ ઉમદા, વીર અને નિઃસ્વાર્થી બની શકે છે. માનવમાત્રમાં સુખ માટેની એક ઝંખના વસેલી છે. એ ઝંખનાને જો અતિમાનસની પરમ સમૃદ્ધિ માટેની અભીપ્સામાં પલટી લેવાનું જ્ઞાન દરેક માણસને થઈ જાય તો તેટલું પણ બસ થયું ગણાય. અને આ માટે, પ્રાણની કેળવણીને જો ખંતપૂર્વક અને સાચા દિલથી ખૂબ ખૂબ આગળ વધારવામાં આવે તો પછી માનવના જીવનમાં એક એવી ક્ષણ જરૂર આવે છે કે જ્યારે પ્રાણને પૂરી ખાતરી થઈ જાય છે કે અરે, મારી સમક્ષ તો આ એક ઘણું મહાન, ઘણું સુંદર ધ્યેય આવી રહેલું છે. અને એ પ્રગતિ થઈ ગયા પછી પ્રાણ પરમાત્માના દિવ્ય આનંદને પ્રાપ્ત કરવા માટે સજ્જ બને છે અને ઈન્દ્રિયોની ક્ષુદ્ર અને ભ્રામક તૃપ્તિઓને સર્વથા પડતી મૂકી દે છે.

### ૩. જ્ઞાનની તપસ્યા

આપણે મનની તપસ્યાનો વિચાર કરીએ છીએ ત્યારે પ્રથમ તો આપણને એ જ ખ્યાલ આવે છે કે આમાં આપણે લાંબાં લાંબાં ધ્યાન કરવાનાં આવશે, એમાંથી આપણા ચિત્ત ઉપર આપણે કાબૂ મેળવી શકીશું, અને છેવટે એની પરમ સિદ્ધિ તરીકે આપણને આંતર નીરવતાની પ્રાપ્તિ થશે. યોગ્યસાધનાની આ બાજુ આપણને ઘણી પરિચિત છે અને તેથી તેના ઉપર વિસ્તૃત વિવેચન કરવાની જરૂર નથી. પરંતુ આ સાધનાની એક બીજી બાજુ પણ છે જેના પ્રત્યે લોકોનું ધ્યાન સામાન્ય રીતે બહુ ઓછું ગયેલું છે. એ છે વાણીનો સંયમ. આપણા વિચારકો, અમુક જૂજ અપવાદ સિવાય, વાણીના સ્વચ્છંદ ઉપયોગની સામે કેવલ મૌનની જ હિમાયત કરે છે. પરંતુ વાણીનો એકદમ લય કરી નાખવો તેના કરતાં વાણી ઉપર કાબૂ મેળવવો એમાં એક વધુ મહાન તપસ્યા રહેલી છે અને એ તપસ્યા વધુ લાભદાયક પણ છે.

પૃથ્વી ઉપર અર્થવાળા અવાજનો ઉપયોગ કરી શકે તેવું પહેલું પ્રાણી તે માણસ છે.

મનુષ્ય પોતાની આ શક્તિ વિષે મગરૂરી ધરાવે છે અને એ શક્તિનો કશી મર્યાદા કે વિવેક વિના મનફાવતો ઉપયોગ કર્યે જાય છે. માણસની આ વાણીના ઘોંઘાટથી જગતના કાન ખરેખર બહેરા થઈ રહ્યા છે, અને કેટલીકવાર તો આપણને લગભગ એમ જ લાગે છે કે વનસ્પતિની દુનિયામાં જે એક સંવાદપૂર્ણ મૌન વસેલું છે તે માણસની દુનિયામાંથી તો ખરેખર ચાલ્યું જ ગયેલું છે.

એ પણ એક જાણીતી બીના છે કે માણસમાં મનની શક્તિ જેમ ઓછી હોય છે તેમ તેને વધારે બોલવાની જરૂર પડે છે. દાખલા તરીકે આપણે એવા કેટલાક જંગલી તથા કેળવણી વિનાના લોકો જોઈએ છીએ કે જેઓ પોતે મોંઘેથી બોલે નહિ ત્યાં લગી વિચાર કરી શકતા નથી. તમે જોશો કે એવા લોકો થોડાઘણા નીચા અવાજે ઈંક ગણગણ્યા કરતા હોય છે. પોતાની વિચારમાળાને આગળ લાંબાવવા માટે એમની પાસે આ જ રીત હોય છે. એ લોકો બોલે નહિ ત્યાં સુધી તેમનો વિચાર આકાર લઈ શકતો નથી.

વળી એવા પણ ઘણા લોકો હોય છે કે જેઓને પોતે શું કહેવા માગે છે તે વસ્તુ પોતે બોલવા માટે છે ત્યારે જ સમજાવા લાગે છે. ભણેલા લોકોમાં પણ જે લોકો નબળી મનઃશક્તિવાળા હોય છે તેમની પણ આ પ્રમાણે જ સ્થિતિ હોય છે. એવા લોકોની વાતચીત ખૂબ જ લાંબી લાંબી અને કંટાળાજનક બની જાય છે. એ લોકો બોલવા લાગે છે ત્યારે તેમના વિચારો વધારે સ્પષ્ટ થતા જાય છે, ચોક્કસ થતા જાય છે. અને એ કારણે પોતાના કથનને વધુ ને વધુ ચોક્કસ રીતે કહેવા માટે તેઓ એકની એક વાત ફરી ફરીને કહેતા કહે છે.

કેટલાક લોકો એવા પણ હોય છે કે જેમને પોતાને કહેવાની વસ્તુ વિષે આગળથી તૈયારી કરવી પડે છે. એમને તમે એકદમ બોલવાનું કહેશો તો જીભ અચકાવા લાગશે. પોતાના કથનને બરાબર કડીબંધ રીતે ચોક્કસ શબ્દોમાં ગોઠવવા માટેનો સમય તેમને મળેલો નથી હોતો એટલે આમ બનતું હોય છે.

બોલનારાઓના વર્ગમાં છેલ્લો વર્ગ જન્મસિદ્ધ વક્તાઓનો આવે છે. વક્તૃત્વની કળા તેમને વરેલી હોય છે. પોતાના કથનને રજૂ કરવા માટે જોઈતા શબ્દો તેમને આપોઆપ મળી આવે છે અને પોતાના વક્તવ્યને તેઓ સરસ રીતે કહી પણ આપે છે.

પરંતુ મનની તપસ્યાની દૃષ્ટિથી જોતાં આ બધી વસ્તુઓ વાતોડિયાપણાની કક્ષામાં જ આવી જાય છે. કારણ બોલવાની અનિવાર્ય જરૂર વિના એક પણ શબ્દ બોલવો તેને હું વાતોડિયાપણું જ ગણું છું. હા, તમે પૂછી શકો છો કે બોલવા માટે આવી અનિવાર્ય જરૂર ક્યારે સમજવી. અને એ વસ્તુ સમજવા માટે આપણે બોલાતી વાણીની સર્વ કક્ષાઓનું એક સામાન્ય

વર્ગીકરણ કરીને વિચાર કરીશું.

બોલાતા શબ્દોમાં પહેલો વર્ગ છે સ્થૂલ ભૂમિકા ઉપરના બાહ્ય વ્યવહારને ખાતર વપરાતા શબ્દોનો. આવા શબ્દોની સંખ્યા સૌથી મોટી છે અને સામાન્ય જીવનમાં ઘણે ભાગે તે શબ્દો જ સૌથી ઉપયોગના હોય છે.

આપણા રોજિંદા વ્યવહારમાં શબ્દોનો આ અખંડ ગણગણાટ આપણને અનિવાર્ય જેવો જ લાગે છે. પરંતુ તમે આ ઘોંઘાટને ઓછામાં ઓછો કરી નાખવા પ્રયત્ન કરશો તો તેમને જણાવા લાગશે કે ઘણીએક વસ્તુઓ તમે જો બોલ્યા વિના મૂંગા મૂંગા કરશો તો તે વધારે સારી રીતે અને વધારે ઝડપથી થઈ શકે છે. એવી શાંત ક્રિયા તમારી આંતર શાંતિને તથા એકાગ્રતાને ટકાવી રાખવામાં પણ મદદગાર બને છે.

તમારે જો એકલા રહેવાનું ન હોય અને બીજાઓની સાથે રહેવું પડતું હોય તો પછી તમે એવી ટેવ પાડો કે જેથી તમારે બોલી બોલીને તમારી જાતને સતત બહિર્મુખ ન બનાવવી પડે. અને તમે જોશો કે તમારી અને બીજાઓની વચ્ચે ધીરે ધીરે એક આંતરિક સમજૂતી સ્થપાતી જાય છે. તે પછી તમે તમારી વાત ઓછામાં ઓછા શબ્દો દ્વારા અથવા બિલકુલ શબ્દ વિના પણ બીજાને પહોંચાડી શકશો. આ બહારની નીરવતા તમારી આંતરિક શાંતિને માટે પણ બહુ અનુકૂળ હોય છે અને તમારામાં જો શુભેચ્છા અને અખંડ અભીપ્સા હશે તો તમે એવું વાતાવરણ સર્જી શકશો કે જે પ્રગતિને માટે બહુ જ પોષક નીડવશે.

બીજા માણસોની સાથેના જીવન વ્યવહારમાં આપણે આપણી આજીવિકા અને બીજી સ્થૂલ પ્રવૃત્તિઓને અંગે જે શબ્દો વાપરીએ છીએ તે ઉપરાંત સંવેદનો, લાગણીઓ અને ઊર્મિઓને વ્યક્ત કરતા શબ્દો પણ આપણે વાપરતા હોઈએ છીએ. અને આ બાબતમાં, આપણને બાહ્ય મૌન જાળવવાની જો ટેવ પડેલી હોય છે તો તે બહુ જ કીમતી મદદ રૂપ થઈ પડે છે. તમારા ઉપર જ્યારે કોઈ સંવેદન કે લાગણીનું મોજું ધસી આવે ત્યારે આ મૌનની ટેવને લીધે તમને વિચાર કરવા માટે જરૂરી વખત મળી જાય છે અને જરૂર પડે તો, તમારી લાગણીઓ અને સંવેદનોને તમે શબ્દોમાં બહાર કાઢી નાખો તે પહેલાં જ તમે અટકી જાઓ છો. અને સાચે જ, આ રીતે કેટલા બધા ઝઘડા ટાળી શકાય તેમ છે ! આપણા ઉપર કેટલીયે માનસિક આફતો ઘણી વાર માત્ર વાણીના અસંયમને કારણે જ તૂટી પડતી હોય છે. આ મૌનની ટેવ દ્વારા તમે આવી કેટલીયે મુસીબતોમાંથી બચી જશો.

તમે આટલો લાંબો સંયમ ન પાળી શકો તોપણ તમે જે કંઈ બોલતા હો તેના ઉપર

તમારો કાબુ તો હંમેશાં રહેવો જ જોઈએ. ઝનૂન, ગુસ્સો કે મિજાજના આવેશમાં આવી જઈ તમારી જીભ ગમે તેમ બોલવા લાગે તેમ કદી ન થવા દેવું જોઈએ. આવી જીભને લીધે ઝઘડા તો ઊભા થાય છે જ. પરંતુ આ ઉપરાંત પણ બીજું એક પરિણામ આવે છે. તમારી જીભના આવા બેકાબૂ ઉપયોગને લીધે વાતાવરણમાં એક જાતનાં અનિષ્ટ આંદોલનો ઉત્પન્ન થાય છે. અવાજનાં આ આંદોલનો એક અત્યંત ચેપી વસ્તુ હોય છે. એ આંદોલનો પ્રગટ થવા દેવાની તક આપીને તમે તેને તમારી અંદર તેમ જ બીજાઓની અંદર પણ એક કાયમની વસ્તુ બનાવી દો છે.

આપણે બીજાઓ વિષે જે કાંઈ બોલીએ છીએ તેને પણ એક પ્રકારનું વાતોડિયાપણું જ ગણવું જોઈએ. અને આ રીતની વાતચીત એ તો એ અત્યંત ખરાબ વસ્તુ છે.

તમારે અમુક માણસો માટે વાલી તરીકે, શિક્ષક તરીકે કે પછી ખાતાના ઉપરી તરીકે જવાબદારી હોય તો જ તેના વ્યવહાર માટે તમારે કાંઈ વિચારવાનું રહે છે. જે માણસોની સાથે તમારે આવો કાંઈ સંબંધ ન હોય તેઓ પછી શું કરે છે કે શું નથી કરતા તે વિષે તમારે કશી જ લેવાદેવા રહેતી નથી. બીજા માણસો વિષે તમારે કશી પણ વાત ન કરવી જોઈએ, તેમને વિષે યા તો તેમના વ્યવહાર વિષે તમારે કશો અભિપ્રાય ન આપવો જોઈએ, અથવા તો બીજા લોકો એમને માટે શું ધારે છે કે શું બોલે છે તે વાત પણ તમારે બીજા કોઈને પાછી ફરીને કહી સંભળાવવી ન જોઈએ.

હા, તમે કોઈ અમુક ખાતામાં કે વેપાર રોજગારમાં કે કોઈ સહકારી કામોમાં કામ કરતા હો ત્યારે ત્યાંના કામકાજ અંગે રિપોર્ટ કરવાની ફરજ તમારા ઉપર આવી શકે છે. એવું હોય ત્યારે તમારો અહેવાલ તે તે કામ પૂરતો જ મર્યાદિત રહેવો જોઈએ, તેમાં કોઈ પણ અંગત વસ્તુ તમારે આવવા દેવી ન જોઈએ. તમારું નિવેદન માત્ર વિષય પૂરતું જ રહે. તેમાં તમારો કોઈ પણ અંગત રીતનો પ્રત્યાઘાત, તમારી પસંદગી, સહાનુભૂતિ કે વિરોધની લાગણી આવવાં ન જોઈએ. અને ખાસ કરીને, તમને મળેલા કામની અંદર તમારા ક્ષુદ્ર અંગત રાગદ્વેષને તો કદી દાખલ ન થવા દેશો.

આમ હરેક સંજોગોમાં તેમ જ સર્વસામાન્ય રીતે પણ, બીજાઓ વિષે તમે જેટલું ઓછું બોલશો - પછી ભલે તે તેમની પ્રશંસા રૂપે પણ હોય - તેટલું વધુ ઠીક રહેશે. આપણી પોતાની અંદર શું ચાલી રહ્યું હોય છે તે જાણવું એ પણ કેટલી બધી અઘરી વસ્તુ છે ? ત્યાં પછી બીજાઓની અંદર શું ચાલી રહ્યું છે તે વસ્તુ તો ખાતરીપૂર્વક જાણી શકાય જ કેવી રીતે ? એટલે, કોઈ પણ વ્યક્તિ અંગે જાણે કે તમે છેવટનો ચુકાદો આપી દેતા હોય તેવી રીતે કદી ન બોલો. તમારા એવા ચુકાદામાં જો કાંઈ દ્વેષનું તત્ત્વ નહિ હોય તો પછી એમાં ભારોભાર મૂર્ખતા જ હશે.

વિચારને જ્યારે વાણી દ્વારા પ્રગટ કરવામાં આવે છે ત્યારે એ અવાજનાં આંદોલનોમાં પણ એક શક્તિ હોય છે. એ શક્તિ તમારા વિચારને સાવ સ્થૂલમાં સ્થૂલ પદાર્થ સાથે પણ જોડી દે છે. અને એ રીતે એ વિચારને તે એક મૂર્ત અને અસરકારક વસ્તુ બનાવી આપે છે. આ કારણે જ તમારે કોઈ વસ્તુ કે વ્યક્તિ વિષે કિંચિત્ પણ ખરાબ ન બોલવું જોઈએ. તમારી વાણી દ્વારા એવી એક પણ વસ્તુ ન બોલાવી જોઈએ કે જે, જગતમાં દિવ્યતાના સાક્ષાત્કારની દિશામાં જે પ્રગતિ થઈ રહેલી છે તેની લેશ પણ વિરુદ્ધમાં જતી હોય. આ એક અફર એવો સર્વસામાન્ય નિયમ છે. પરંતુ એને એક અપવાદ છે. જે વસ્તુઓ કે કાર્યોને તમે ટીકાપાત્ર ગણતા હો તેને વિખેરી નાખવા માટે યા તો નવું રૂપ આપવા માટે તમારામાં સક્રિય સંકલ્પ હોય, તે માટેની તમારામાં એક સજ્ઞાન શક્તિ હોય તો તમે ટીકા કરી શકો છો. ખરી રીતે તો આ સજ્ઞાન શક્તિમાં અને સક્રિય સંકલ્પમાં એક એવું બળ આવી શકે છે કે જે વડે તમે કેટલે જડત્વમાં પણ એક એવી શક્તિ પૂરી શકો છો કે જેને લીધે તે ખરાબ આંદોલનો સામે પ્રત્યાઘાત આપી શકશે, તેનો ઈનકાર કરી શકશે, અને છેવટે જતાં એ આંદોલનોને એવાં તો ઠીક કરી આપશે કે તે સ્થૂલ ભૂમિકા ઉપર પ્રગટ થતાં જ અટકી જશે.

પરંતુ આ એક જોખમ તથા સાહસનું કામ છે. જે વ્યક્તિએ જ્ઞાનની ભૂમિકા સિદ્ધ કરેલી હશે તથા જેની માનસિક શક્તિઓમાં આત્માનો પ્રકાશ તથા સત્યની શક્તિ આવી રહેલાં હશે તેવી વ્યક્તિ જ આ કાર્ય વિના જોખમે સફળ રીતે કરી શકશે. આવી વ્યક્તિ, કર્મનો આ દિવ્ય કર્તા, સર્વ પ્રકારના રાગદ્વેષ તથા આસક્તિથી મુક્ત હોય છે. પોતાની અંદરથી તેણે અહંકારની મર્યાદાઓ તોડી નાખેલી હોય છે. પૃથ્વી ઉપર અતિમાનસના કાર્ય માટે તેણે પોતાની જાતને એક પૂરેપૂરું વિશુદ્ધ અને કશા અંગત વ્યક્તિત્વ વિનાનું શુદ્ધ કરણ બનાવી લીધેલી હોય છે.

અત્યાર સુધીમાં આપણે વ્યવહારમાં બોલાતા શબ્દોનો વિચાર કર્યો. હવે આપણે એક બીજા પ્રકારના શબ્દોનો વિચાર કરીશું. એ શબ્દો તે વિચારો, અભિપ્રાયો, ચિંતન તથા અભ્યાસનાં પરિણામોને વ્યક્ત કરવા માટે વપરાતા શબ્દો છે. અહીં આપણે હવે બુદ્ધિના પ્રદેશમાં આવીએ છીએ. આપણને કદાચ એમ લાગશે કે આ વિષયમાં તો લોકો વધારે સમજદાર હશે, સમતોલપણે કામ કરતા હશે, અને તેથી આ ક્ષેત્રમાં અતિશય કડક તપસ્યાની જરૂર નહિ રહેતી હોય. પરંતુ અહીં પણ પરિસ્થિતિ બહુ સારી નથી. આ જ્ઞાનની અને વિચારોની ભૂમિમાં પણ માણસો પોતાની પ્રતીતિઓને ઝનૂનપૂર્વક ઉચ્ચારતા કરે છે, અહીં પણ સાંપ્રદાયિક અસહિષ્ણુતા છે, રાગદ્વેષના આવેશો છે. એટલે આ ક્ષેત્રમાં પણ આપણે એટલી જ

કડક રીતે મનની તપસ્યા આચરવાની રહે છે. આપણે જેમાંથી ઘણી વાર ગરમાગરમ વાદાવાદી ઊભી થઈ જાય છે તેવા વિચારોનો તમામ વિનિમય બહુ જ કાળજીપૂર્વક બંધ કરી દેવો જોઈએ. એવી વાદાવાદી લગભગ શૂન્યમાં જ પરિણમતી હોય છે. વળી બીજા લોકોની માન્યતાઓનો વિરોધ કરવાનું પણ બંધ કરી દેવું જોઈએ. એવા વિરોધનું પરિણામ માત્ર ગરમાગરમ ચર્ચાઓ અને ઝગડામાં પણ આવતું હોય છે. આ બધું મનની સંકુચિતતામાં આવે છે. મનના પ્રદેશમાં તમે ઠીક ઠીક ઊંચે પહોંચી જાઓ છો ત્યારે આ વસ્તુઓને તમે સહેલાઈથી મટાડી શકો છો.

આપણે જે કાંઈ વિચારો બાંધીએ છીએ તે તો એક અનિર્વાચ્ય એવી શબ્દાતીત વસ્તુને વાણીમાં વ્યક્ત કરવાની અનેક રીતોમાંની એક રીત છે. આ જ્ઞાન જ્યારે આપણને થઈ જાય છે ત્યારે પછી કોઈ પણ રીતની સાંપ્રદાયિક મનોવૃત્તિમાં રહેવું ખરેખર અશક્ય જ બની જાય છે. દરેક વિચારની અંદર સત્યનો કંઈક અંશ યા સત્યનું કોઈક પાસું તો રહેલું હોય છે જ. પરંતુ એવો કોઈ પણ વિચાર જગતમાં નથી કે જે સંપૂર્ણ રીતે સત્ય હોય.

વસ્તુઓની આ સાપેક્ષતાનું ભાન જો આપણને રહે તો તેને લીધે આપણી સ્વસ્થતા ટકાવી રાખવામાં, વાતચીતમાં એક શાંત સમતોલપણું જાળવવામાં આપણને બહુ જ સમર્થ મદદ મળી રહે છે. આ વિષયનું કંઈક જ્ઞાન ધરાવનાર એક વૃદ્ધ ગુઘવિદને કહેતા મેં સાંભળેલા કે, ‘જગતમાં મૂળે ખરાબ હોય તેવી વસ્તુ કોઈ છે જ નહિ. તકલીફ માત્ર એટલી જ છે કે વસ્તુઓ તેમના સાચા સ્થાને નથી. દરેક ચીજને તેના યોગ્ય સ્થાને મૂકી આપો અને જગત સંવાદથી ભરેલું થઈ જશે.’

પરંતુ કાર્યની દૃષ્ટિએ જોતાં, દરેક વિચારમાં વ્યવહારમાં સિદ્ધ થવા માટે જેટલી શક્તિ હોય છે તે મુજબ તે વિચારનું મૂલ્ય રહે છે. હા, એ સાચું છે કે વિચારમાં રહેતી આ શક્તિ જુદી જુદી વ્યક્તિમાં જુદી જુદી રીતે કામ કરે છે. અમુક વિચાર એક માણસ ઉપર ખૂબ જ પ્રબળ અસર નિપજાવે છે તો બીજા ઉપર તેની કશી પણ અસર નથી હોતી. પણ આ શક્તિ પોતે પણ એક ચેપી વસ્તુ છે. અમુક વિચારો આખા જગતને બદલી શકે તેવી શક્તિ ધરાવતા હોય છે. અને આવા વિચારોને જ આપણે વ્યક્ત કરવા જોઈએ. આત્માના વ્યોમમાં આવા વિચારો માર્ગદર્શક તારકો જેવા હોય છે. પૃથ્વીને તેના પરમ સાક્ષાત્કાર પ્રત્યે એવા વિચારો જ લઈ જાય છે.

શબ્દોનો હવે છેવટનો વર્ગ તે શિક્ષણ આપવાના હેતુથી બોલાતા શબ્દોનો વર્ગ છે. આ પ્રકારનો શબ્દવર્ગ કેટલે બાળશાળાઓમાંથી માંડી તે વિદ્યાપીઠોના અભ્યાસક્રમ સુધી



ફેલાયેલો છે. એ વર્ગમાં રસ યા તો જ્ઞાન આપવા માટે લખાયેલાં સર્વ પ્રકારનાં કળા અને સાહિત્યનાં સર્જનોનો સમાવેશ પણ થઈ જાય છે. આ પ્રદેશમાં, પ્રત્યેક પુસ્તક પોતે કેટલું મૂલ્ય ધરાવતું હોય છે તેના ઉપર બધો આધાર રહે છે. આ વિષય ઘણો વિશાળ હોઈ તેની સંપૂર્ણ ચર્ચા અત્રે શક્ય નથી. પરંતુ આ બાબતમાં એ વાત સાચી છે કે હમણાં હમણાં કેળવણી માટેની કાળજી બહુ જ વ્યાપક બની રહેલી છે તથા શિક્ષણના વિજ્ઞાનની છેલ્લામાં છેલ્લી શોધોનો ઉપયોગ કરવા માટે તથા તેમને કેળવણીની સેવામાં રજૂ કરવા માટે પ્રશંસનીય પ્રયત્નો ચાલી રહેલા છે. પરંતુ આ બાબતમાં પણ સત્યના અભીપ્સુ માટે એક તપસ્યાની જરૂર ઊભી રહે છે જ.

એક વસ્તુ સામાન્ય રીતે બધાએ સ્વીકારી લીધેલી છે કે બાળકને તથા મોટાંઓને પણ અભ્યાસમાં લાગતા થાકને હળવો કરવા માટે, તથા આરામ આપવા માટે કેળવણીની પ્રક્રિયામાં એક હળવું, આનંદોત્પાદક અને ઈશ્વરા પ્રકારનું સાહિત્ય પણ દાખલ કરી શકાય. અમુક દૃષ્ટિથી જોતાં આ સાચું છે. પરંતુ દુર્ભાગ્યની વાત એ છે કે આ આરામ આપવાને બહાને શિક્ષણમાં એવી કેટલીયે વસ્તુઓ ઢગલેબંધ દાખલ થઈ ગયેલી છે કે જે કેવળ માનવ સ્વભાવની અસંસ્કારી, કુરૂપ તથા હલકી બાજુને જ રજૂ કરતી હોય છે. આ આરામ અને વિનોદના બહાના હેઠળ માણસમાં રહેલી અત્યંત અધમ વૃત્તિઓ, અને હલકામાં હલકા રસો પ્રગટ થઈ રહેલા છે અને એ બધાં પોતાને એક અનિવાર્ય આવશ્યકતા તરીકે ખપાવીને પોતાનું સ્થાન કાયમ કરી રહેલાં છે. પરંતુ આ વસ્તુ લેશ પણ સાચી નથી. આપણે સ્વચ્છંદમાં સર્ચા વિના પણ વિશ્રાંતિ મેળવી શકીએ છીએ, આપણે બીભત્સમાં ગયા વિના પણ આરામ મેળવી શકીએ છીએ, આપણી પ્રકૃતિમાં ગ્રામ્ય તત્ત્વોને ઉપર આવવા દીધા વિના પણ આપણે આસાયેશ અનુભવી શકીએ છીએ. અને જ્યારે તપસ્યાની દૃષ્ટિથી આ જરૂરિયાતોને તપાસીએ છીએ ત્યારે તો તેમનું આખું સ્વરૂપ બદલાઈ જાય છે. ત્યાં વિશ્રાંતિ એ એક આંતર મૌનનું રૂપ ધારણ કરે છે, આરામ તે ચિંતન રૂપે બને છે અને આસાયેશ તે આનંદ રૂપે બની રહે છે.

આપણે બધા સામાન્ય રીતે એ વાત સ્વીકારી લઈએ છીએ કે માણસને જીવનમાં આનંદવિનોદ મળવો જ જોઈએ, જીવનની જેહમતમાંથી આસાયેશ મળવી જોઈએ. પરંતુ એ વસ્તુ સાચી રીતે તો આપણા જીવનના ધ્યેયને એક થોડા વધુ લાંબા કાળ માટે પૂરેપૂરી ખુલાવી દેનારી જ નીવડે છે, આપણને જે માટે જીવન મળેલું છે તે મૂળ ધ્યેયને જ તે વિસરાવી દે છે. આ આરામ કે આનંદવિનોદને આપણે એક કુદરતી અને અનિવાર્ય વસ્તુ તરીકે જરા પણ ગણવી ન જોઈએ. આ વસ્તુ તો માનવના જીવનની એક નબળાઈ છે. માણસની અભીપ્સામાંથી જ્યારે

તીવ્રતા ઓસરી જાય છે, તેની સંકલ્પશક્તિ અસ્થિર બની જાય છે, તેનામાં જ્યારે અજ્ઞાન, અચેતનતા અને શિથિલતાનાં તત્ત્વો જોર કરે છે ત્યારે માણસ આ નબળાઈને વશ થઈ જાય છે. આ બધી વસ્તુઓને સાચી ડેરવવાનો પ્રયત્ન તમે મૂકી દેજો અને તમને થોડી વારમાં જ જણાઈ આવશે કે એ ચીજો જીવનમાં જરા પણ જરૂરની નથી અને એક સમય એવો પણ આવશે કે જ્યારે તમને એ સર્વ પ્રત્યે ઘૂણા ઉત્પન્ન થશે અને તમે તેને તમારા જીવનમાં લેશ પણ સ્થાન નહિ આપશો. અને આમ થશે ત્યારે, માણસને હાથે થયેલાં સર્જનોમાંથી મોટા ભાગનાં સર્જનો, જે દેખીતી રીતે આનંદ આપવા માટે લખાયાં હોય છે પણ ખરું જોતાં જે માણસને અધોગતિમાં લઈ જનાર જ હોય છે તેમને કોઈ પણ રીતનું પ્રોત્સાહન કે ટેકો નહિ મળે.

પરંતુ આમાંથી આપણે એમ પણ ન માનવું જોઈએ કે આપણી વાતચીતનો વિષય જે રીતનો હશે તે રીતે આપણા બોલેલા શબ્દનું મૂલ્ય ગણાશે. તમે બીજા કોઈ વિષયની માફક આધ્યાત્મિક વિષયો ઉપર પણ ગમે તેટલી વાતો કરી શકો છો. પણ આ રીતનું વાતોડિયાપણું પણ એક અત્યંત જોખમકારક વસ્તુ થઈ શકે છે. દા.ત. નવોસવો સાધક પોતે જે કાંઈ શીખ્યો હોય છે તે બીજાઓને કહેવા માટે હમેશાં આતુ રહે છે. પણ સાધનામાં તે આગળ વધતો જાય છે તેમ તેમ વધુ ને વધુ સમજવા લાગે છે કે પોતે કંઈ બહુ ઝાણું જ્ઞાન મેળવ્યું નથી તથા બીજાઓને જ્ઞાન આપવાનો પ્રયત્ન કરતાં પહેલાં તેણે પોતાના જ્ઞાનમાં શું મૂલ્ય રહેલું છે તેની ખાતરી કરી લેવાની રહે છે. એમ કરતાં કરતાં છેવટે તેનામાં શાણપણ આવે છે. તેને સમજાય છે કે કંઈક ઉપયોગી નીવડે તેવી વાતચીત થોડીએક મિનિટો સુધી પણ કરવી હોય તો તે માટે કેટલાયે કલાકો સુધી મૂંગી એકાગ્ર અવસ્થામાં રહેવું પડે છે. અને આંતરિક જીવનમાં તેમ જ આધ્યાત્મિક સાધનામાં તો વાણીના ઉપયોગ ઉપર આથી પણ વિશેષ સખ્ત નિયમન રાખવાનું રહે છે. એમાં તો બોલવાનું અનિવાર્ય ન બને ત્યાં સુધી એક પણ શબ્દ બોલાવો ન જોઈએ.

તમારે તમારી આધ્યાત્મિક અનુભૂતિઓ વિષે કદી પણ વાત ન કરવી જોઈએ એ તો એક જાણીતી હકીકત જ છે. તમારી આ અનુભૂતિઓમાંથી તમારામાં એક શક્તિ સંચિત થાય છે અને એ શક્તિ તમારી પ્રગતિને વેગ આપવા માટે તમને મળે છે. એ શક્તિને એક જ મિનિટમાં તમારે તમારામાંથી ચાલી જતી જોવી ન હોય તો તમે આ અનુભૂતિની વાત કોઈને કદી ન કરશો. આ નિયમમાં માત્ર પોતાના ગુરુ પરત્વે અપવાદ થઈ શકે. તમને થયેલી અનુભૂતિ એ શું છે યા તો તેનો અર્થ શો છે એ અંગે તમારે ગુરુ પાસેથી કંઈ ખુલાસો મેળવવો હોય કે કાંઈ સૂચના જોઈતી હોય તો તમે ગુરુને એ વાત કહી શકો છો. આવી વસ્તુઓ તમે ફક્ત ગુરુ પાસે જ કશા જોખમ વિના કહી શકો છો. ગુરુને આ વિષયનું જ્ઞાન હોય છે, અને તે દ્વારા તે તમારી

અનુભૂતિમાં આવેલી વસ્તુઓને તમારે માટે નવા આરોહણ માટેનાં પગથિયાં બનાવી આપે છે, આવી શક્તિ માત્ર ગુરુમાં જ હોય છે.

વળી, ગુરુને પોતાને પણ જે અનુભૂતિઓ અંગત પ્રકારની થતી હોય તે પરત્વે પણ આ જ મૌનનો નિયમ લાગુ પડે છે. પ્રકૃતિની અંદર હરેક વસ્તુ ગતિ કરી રહેલી છે અને જે વસ્તુ આગળની દિશામાં ગતિ નથી કરતી તેની ગતિ પછી ઊલટી દિશામાં પીછેહઠક રૂપે જ બને છે. ગુરુએ પણ, શિષ્યની માફક, પ્રગતિ કરવાની જ રહે છે, ભલે પછી એ પ્રગતિ શિષ્યની ભૂમિકા કરતાં જુદી ભૂમિકા ઉપરની હોય. અને એટલે ગુરુને માટે પણ પોતાની અનુભૂતિઓની વાત કરવી લાભદાયક નીવડતી નથી. એ અનુભૂતિને શબ્દોમાં મૂકવા જતાં, તેની પાછળ રહેલી જીવંત શક્તિ ઘણે અંશે લુપ્ત થઈ જાય છે. પરંતુ ગુરુ પોતાની અનુભૂતિઓ વિષે જો શિષ્યોને સમજૂતી આપે તો તેથી તે શિષ્યોની સમજશક્તિને ખૂબ જ વધારી શકે છે અને તેમાંથી શિષ્યોની પ્રગતિ પણ ખૂબ થાય છે. ગુરુ પાસે આમ બે વિકલ્પો રહે છે, પોતાની પ્રગતિ અને શિષ્યની પ્રગતિ. આ બેમાંથી કઈ વસ્તુનો પોતે કેટલો ભોગ આપી શકે છે વા આપવો જોઈએ એ વાત ગુરુએ પોતાના જ્ઞાન દ્વારા નક્કી કરવાની રહે છે. આમાં એ વાત તો ભાગ્યે જ કહેવાની હોય કે ગુરુ પોતાની અનુભૂતિઓનું વર્ણન આપે તેમાં આત્મ-શ્લાઘા કે મિથ્યાભિમાનનું તત્ત્વ તો કદી આવવું જ ન જોઈએ. એવું તત્ત્વ ગુરુને ગુરુ નહિ રહેવા દે, ગુરુ ગુરુ મટીને એક દંભી બની જશે.

અને શિષ્યોને હું આ કહીશ : ‘હરેક સંજોગોમાં તમારા ગુરુને વફાદાર રહેજો, એ ગુરુ પછી ભલે ગમે તેવો હો. એ ગુરુ તમારામાં જેટલે સુધી જવાની શક્તિ હશે ત્યાં સુધી તમને લઈ જશે. અને તમારે સદ્ભાગ્યે જ તમને પ્રભુ પોતે જ ગુરુ તરીકે મળ્યા હશે તો તો પછી તમારા સાક્ષાત્કારને કશી સીમા જ નહિ રહેશે.’

પણ પરમાત્માને પોતાને પણ, તે પૃથ્વી ઉપર અવતાર ધારણ કરે છે ત્યારે પ્રગતિનો આ જ નિયમ લાગુ પડે છે. પોતાના આવિર્ભાવના સાધન રૂપે પરમાત્માએ જે શરીર રૂપી વસ્ત્ર ધારણ કરેલું હોય છે તે પણ એક સતત પ્રગતિમાન અવસ્થામાં રહેવું જોઈએ. વળી આ અવતાર જે નિયમને અનુસરીને પોતાના વ્યક્તિત્વનો આવિર્ભાવ કરતા હોય છે તે નિયમ પણ એક રીતે પૃથ્વીની પ્રગતિના સર્વસામાન્ય નિયમની સાથે જ સંકળાયેલો હોય છે. આ રીતે જોતાં, પૃથ્વી ઉપર દેહમાં આવીને રહેલા પરમાત્મા પણ, જ્યાં સુધી માણસો પૂર્ણતાને સમજવા માટે તથા સ્વીકારવા માટે તૈયાર ન હોય ત્યાં સુધી સંપૂર્ણ બની શકતા નથી. હા, એક દિવસ એવો અવશ્ય આવશે કે જ્યારે માનવો, અત્યારે પોતાનાં કામ પ્રભુ પ્રત્યેની ફરજના ભાનમાંથી પ્રેરાઈને કરે છે તેને બદલે, પોતાનાં સર્વ કામ પ્રભુ પ્રત્યેના પ્રેમમાંથી જ કરવા લાગશે. અથવા વધારે ચોક્કસ

રીતે કહીએ તો, માનવની પ્રગતિ તેના અહંકાર તરફથી થતા વિરોધને દબાવી દઈને નહિ, પરંતુ માનવના સારાચર્ય સ્વરૂપની પ્રભુ પ્રત્યેની પૂર્ણ નિષ્ઠામાંથી જન્મતા આનંદને માર્ગે થતી રહેશે. અહંકારના વિરોધને દબાવતા રહીને આગળ વધવું એ વસ્તુ ખૂબ જ પ્રયત્ન માગી લે છે અને કદી કદી એમાં ભારે યાતના પણ વેઠવી પડે છે.

આ વિષયનો ઉપસંહાર કરતાં છેવટે હું તમને આ કહીશ : તમારી વાણી દ્વારા તમારે જો માત્ર સત્યને જ વ્યક્ત કરવું હોય અને તમારી વાણીમાં મંત્રનું બળ મેળવવું હોય તો તમે શું કહેવાના છો તે વિષે આગળથી વિચાર કરવા ના લાગશો, તમારે કહેવામાં કંઈ વસ્તુ સારી નીડવશે, કંઈ વસ્તુ ખરાબ નીવડશે તેનો આગળથી નિર્ણય કરી ન લેશો, તમે કહેશો તેની શી અસર થશે તેની પહેલેથી ગણતરી ન કરશો. તમારા મનને બિલકુલ શાંત કરી દો, તમે એક સાચા વલાણમાં સ્થિર થઈ જાઓ, એટલે કે સર્વ જ્ઞાન રૂપ, સર્વ વિદ્યા રૂપ, સર્વ ચૈતન્ય રૂપ મહા તત્ત્વ પ્રત્યે તમે એક અસ્ખલિત અભીપ્સામાં સુસ્થિર બની રહો. અને પછી, તમારી અભીપ્સા જો સાચી હશે, એ અભીપ્સા તે તમારે સફળ રીતે, સારી રીતે કામ કરવું છે એ રીતની મહત્ત્વાકાંક્ષાને છુપાવા માટેનું માત્ર એક ઢાંચણ જ નહિ હોય, એ અભીપ્સા જો શુદ્ધ હશે, આપોઆપ આવેલી અને સાદાંત સમગ્ર હશે તો પછી તમારે માત્ર બોલ્યે જવાનું રહેશે. જે શબ્દ બોલાવાની જરૂર હશે તે તમારા મુખેથી બોલાવા લાગશે, નહિ ઓછા, નહિ વધુ, અને એ શબ્દોમાં સર્જનનું બળ હશે.

#### ૪. પ્રેમની તપસ્યા

સર્વ તપસ્યાઓમાં સૌથી વિશેષ કઠિન તપસ્યા તે લાગણી અને ઊર્મિની તપસ્યા છે, પ્રેમની તપસ્યા છે.

ખરેખર, માણસને જીવનમાં અન્ય ક્ષેત્રો કરતાં કદાચ લાગણીઓના વિષયમાં જ એવો વિશેષ અનુભવ થાય છે કે પોતે જાણે કે કોઈ એક અનિવાર્ય અપરિહાર્ય એવા તત્ત્વની સામે આવીને ઊભો છે. માણસમાં જ્યારે લાગણી, ઊર્મિ, પ્રેમ જાગ્રત થાય છે ત્યારે તેને લાગે છે કે પોતે વિધિની કોઈ પ્રચંડ ચૂડમાં પકડાયો છે અને એમાંથી પોતાને માટે કોઈ છટકબારી નથી. પ્રેમ વિષે (અથવા કંઈ નહિ તો માણસો જેને ‘પ્રેમ’ નામથી ઓળખે છે તે વસ્તુ વિષે તો) ખાસ એમ જ માનવામાં આવે છે કે એના જેવી સમર્થ શક્તિ જગતમાં બીજી છે જ નહિ. એના હાથમાં સપડાયા પછી તમારે માટે કોઈ બીજો રસ્તો રહેતો જ નથી. એ મહાતરંગી મન્મથ પોતાને ફાવે તેમ તમારા ઉપર પ્રહાર કરતો રહે છે, અને તમારી ઈચ્છા હોય કે ન હોય પણ તે તમારી પાસે

પોતાનું ધાર્યું કરાવે છે. સાચે જ, જગતમાં પ્રેમના નામે માનવે ભયંકરમાં ભયંકર અત્યાચારો કરેલા છે, ભારેમાં ભારે મૂર્ખતાઓ આચરેલી છે.

અને છતાં મારણસે પાછું આ પ્રેમની શક્તિને કાબૂમાં રાખવા માટે, તે શક્તિને હળવી અને વિનમ્ર બનાવવાની આશાપૂર્વક અને અનેક નૈતિક તેમ જ સામાજિક નિયમો પણ બનાવેલા છે. પરંતુ આ બાબતમાં બનતું તો એમ જ આવેલું છે કે એ નિયમોનું જેટલું પાલન થાય છે તેના કરતાં તેમનો ભંગ જ વિશેષ થતો રહેલો છે. આ બધા નિયમો પ્રેમની નિર્બંધ ગતિ ઉપર જે અંકુશ મૂકવા જાય છે તેને લીધે તો ઊલટી પ્રેમની અંદર રહેલી સ્ફોટક શક્તિ વધતી જ જતી લાગે છે. અને તે વધે જ એ સ્વાભાવિક છે, કેમકે પ્રેમની વૃત્તિને તમે નિયમો દ્વારા કદી કાબૂમાં લઈ શકવાના નથી. પ્રેમની આ અદમ્ય વૃત્તિઓને કાબૂમાં લેવાનું કાર્ય તો આ પ્રેમ કરતાં પણ એક વધુ મહાન, વધુ ઉચ્ચ એ વધુ સત્યમય પ્રેમની શક્તિ દ્વારા જ સિદ્ધ થઈ શકે. પ્રેમના ઉપર પ્રેમનું જ શાસન ચાલી શકે છે, અને તે શાસન આ પ્રેમને વધુ જ્ઞાનમય, વધુ વિશાળ કરીને, તેનું રૂપાંતર કરીને જ સ્થાપી શકાય છે. કોઈ પણ વસ્તુ ઉપર કાબૂ મેળવવો એટલે કે તેને દબાવી દેવી યા તો નિર્મૂળ કરી નાખવી એમ નથી, પરંતુ કોઈ એક પરમ રસાયન દ્વારા તમારે તેનું એક નવું જ સ્વરૂપ બનાવવાનું રહે છે. અને બીજી કોઈ વસ્તુ કરતાં પ્રેમની બાબતમાં તો આ હકીકત વધારે લાગુ પડે છે. કેમકે, જગતમાં કાર્ય કરતી સર્વ શક્તિઓમાં પ્રેમની શક્તિ જ સૌથી વિશેષ સમર્થ, સૌથી વિશેષ અવિરોધ્ય શક્તિ છે. જગતમાં જો પ્રેમ ન હોત તો એ પાછું અચેતનતાના અંધારમાં જ ગરક થઈ ગયું હોત.

બેશક, આ વિશ્વનું સર્જન કરનારી શક્તિ તો ચેતના છે, પરંતુ એ વિશ્વનું ઉદ્ધારક તત્ત્વ તે પ્રેમ છે. આ પ્રેમ એટલે શું, તેનું લક્ષ્ય એટલે શું, તેની ગતિરીતિ કેવી હોય એની ઝાંખી તો આ પ્રેમતત્ત્વનો સજ્ઞાનપણે અનુભવ કરવાથી જ થઈ શકે. આ તત્ત્વનું શબ્દોમાં વર્ણન આપવા બેસવું એ તો એક શબ્દાતીત વસ્તુને મનનાં વસ્ત્રો પહેરાવવા જેવું થાય. જગતના તત્ત્વજ્ઞાનીઓએ, મર્મજ્ઞાનીઓ અને ગુહ્યવિદોએ આ વર્ણન આપવાને પ્રયત્નો કરેલા છે, પણ એ પ્રવૃત્તિ બહુ સફળ નીવડેલી નથી. અને આ બધાઓ જેમાં નિષ્ફળ નીવડ્યા છે ત્યાં હું સફળ થઈ શકીશ એવું માનવાની ધૃષ્ટતા હું નહિ કરું, હું માત્ર આ જ્ઞાનીઓ અને પંડિતોએ જે વસ્તુને બહુ સૂક્ષ્મ અને સંકુલ રીતે વર્ણવી છે તેને બને તેટલા સાદા શબ્દોમાં કહેવા માંગું છું. આ પ્રેમની એક જીવંત અનુભૂતિ પ્રત્યે લઈ જવા માટે હું આ લખી રહી છું, અને સાવ નાના બાળકને પણ હું આ અનુભૂતિમાં લઈ જવા ઈચ્છું છું.

પ્રેમ એના મૂળ સ્વરૂપે એક તાદાત્મ્યનો આનંદ છે. એ પ્રેમની પરમ અભિવ્યક્તિ મિલનના મહા આનંદ રૂપે થાય છે. આ મિલન અને તાદાત્મ્યની બે અવસ્થાઓની વચ્ચે વિશ્વમાં થતા પ્રેમના સર્વ પ્રકારના આવિર્ભાવો આવી રહેલા છે.

પોતાના વિશ્વરૂપ આવિર્ભાવના આરંભમાં પ્રેમ એના મૂળ વિશુદ્ધ સ્વરૂપે બે પ્રકારની ગતિઓનો બનેલો હોય છે. આ બે એકબીજાની પૂરક એવી ગતિઓ પ્રેમની પ્રેરણાના સામસામેના છેડાઓથી શરૂ થઈને એકબીજા સાથેના સંપૂર્ણ મિલન તરફ જવા લાગે છે. આ પ્રેમની પ્રેરણા તેના એક છેડા ઉપર પૂર્ણ આત્મસમર્પણની એક ક્ષુધાનું રૂપ લે છે. વ્યક્તિની ચેતના તેના આદિ મૂળ તત્ત્વમાંથી જ્યારે છૂટી પડી ગઈ, અને અચેતન રૂપની બની ગઈ ત્યારે વ્યક્તિની ચેતનામાં એક મોટી ખાઈ રચાઈ ગઈ. આ ખાઈના ઉપર પૂલ બાંધવાનું કાર્યકેવળ પ્રેમ જ કરી શકે તેમ છે.

જગતનું સર્જન થતાં પરમાત્માએ પોતાના અંશોને પોતામાંથી અવકાશમાં વહેતા મૂકેલા. એ બધા અંશોને સર્જયિલા જગતનો વિનાશ થવા દીધા સિવાય પાછા તેના મૂળ સ્થાનમાં લઈ આવવાના હતા. આ કાર્ય કરી શકે તેવી પરમ શક્તિ માત્ર પ્રેમમાં જ હતી. અને તેથી જગતમાં પ્રેમે પોતાનો આવિર્ભાવ કર્યો.

વિશ્વના અંધકાર અને અચેતનતા ઉપર આ પ્રેમ ધૂમી રહેલો છે, અગાધ રાત્રિના હૃદયમાં એણે પોતાની જાતને આણુ આણુ કરીને વિખેરી નાખેલી છે. અને તે વખતથી પછી જગતમાં જાગૃતિ આવેલી છે, ઊર્ધ્વ આરોહણ શરૂ થયેલું છે, જડતત્ત્વ ધીરે ધીરે બંધાવા લાગ્યું છે અને તેની અનંતવિધ પ્રગતિનાં મંડાણ થયાં છે. જુઓને, આ સ્થૂલ તેમ જ પ્રાણમય પ્રકૃતિના સર્વ આવેગોની પાછળ આ પ્રેમનું તત્ત્વ જ, એક સ્ખલનશીલ તેમ જ અજ્ઞાનમય સ્વરૂપે રહીને, શું હરેક ક્રિયાને તથા હરેક સમૂહરચનાને વેગ આપી રહેલું નથી ? વનસ્પતિ જગતમાં તો આ વસ્તુએ તદ્દન દેખી શકાય તેવું રૂપ લીધેલું છે. છોડવામાં અને વૃક્ષમાં આ પ્રેમતત્ત્વે વધુ પ્રકાશ, વધુ હવા અને વધુ સ્થળ મેળવીને વિકાસ પામવાની એક આવશ્યકતાનું રૂપ લીધું છે, પુષ્પમાં તે એક પ્રેમપૂર્વક પ્રકુલ્લન પામીને સૌન્દર્ય અને સુગન્ધના એક ઉપહાર રૂપે બની રહેલો છે. પશુઓમાં પણ તે તેમની ક્ષુધા અને તરસની પાછળ રહેલો છે. અન્ય વસ્તુઓને આત્મસાત્ કરવી, પોતાનો વિસ્તાર કરવો, વંશવૃદ્ધિ કરવી એ રીતની પશુઓમાં રહેલી જરૂરિયાતની પાછળ, અર્થાત્ તેમની હરેક પ્રકારની સચેતન યા અચેતન ઈચ્છાની પાછળ એ જ પ્રેમતત્ત્વ રહેલું છે એમ નથી લાગતું ? એથી ઉપરની કક્ષાઓનાં પ્રાણીમાં જોઈશું તો ત્યાં માદા પોતાનું બલિદાન દઈને

પોતાના સંતાનને જે ભક્તિભાવથી ઉછેરે છે તેની પાછળ પણ આ જ તત્ત્વ રહેલું છે. અને આમાંથી હવે માનવની દુનિયામાં આવતાં પ્રેમનો વિશેષ સ્પષ્ટ પ્રાદુર્ભાવ જોવા મળે છે. માનવમાં મનની સ્થાપના થયેલી હોવાને લીધે તેનામાં આ પ્રેમતત્ત્વનો સુયોગ તેનું ઉચ્ચમાં ઉચ્ચ રૂપ ધારણ કરે છે, કેમકે અહીં માનવમાં તે હવે એક સભાન રીતની તથા જ્ઞાનપૂર્વકની ક્રિયા બની રહે છે. ખરી વસ્તુ તો એ છે કે પૃથ્વીનો વિકાસ અમુક જરૂરી કક્ષાએ પહોંચ્યા પછી પ્રકૃતિએ તરત જ પ્રેમના આ મહા સમર્થ તત્ત્વને વંશવર્ધનની ક્રિયા સાથે જોડી આપ્યું છે, તેની સાથે મિશ્રિત કરી આપ્યું છે અને એ રીતે પોતાની સર્જક પ્રવૃત્તિની સેવામાં તેને જોડી દીધું છે. પ્રેમ અને વંશવૃદ્ધિ, એ બે વસ્તુઓ જગતમાં એટલી બધી તો ગાઢ અને નિકટની બની ગયેલી છે કે એ બેને છૂટાં પાડી શકે તેમ જ તેમનો અલગ અલગ અનુભવ કરી શકે એવી પ્રકાશમય ચેતના હજી બહુ વિરલ માણસોમાં જ આવેલી છે. અને આમ આ પ્રેમતત્ત્વ જગતમાં હરેક પ્રકારની અધોગતિ ભોગવી રહેલું છે, નીચે સરતાં સરતાં તે કેટલું પશુ કોટિ સુધીનું બની ગયેલું છે.

અને પ્રેમતત્ત્વનું આ અધઃપતન થયું તે જ ક્ષણે પ્રકૃતિએ પાછો પોતાના આદિમ અદ્વૈતની જગતમાં ફરીથી સ્થાપના કરવા માટેનો સંકલ્પ આદરેલો છે. આ વસ્તુ પ્રકૃતિનાં કાર્યોમાંથી આપણે સ્પષ્ટ જોઈ શકીએ છીએ. કુદરત માનવજાતિમાં જીવનની અનેક અવસ્થાઓ અને કક્ષાઓનું સર્જન કરતી કરતી વધુ ને વધુ સંકુલતાવાળાં, તેમ જ વધુ ને વધુ સંખ્યામાં જૂથો રચવા લાગે છે. પ્રથમ તો તે આ પ્રેમની શક્તિને પ્રયોજીને બે માનવોને ભેગાં કરે છે. એમાંથી માનવયુગલ રચાય છે, કુટુંબના ઉદ્ભવનો પાયો નખાય છે. આ રીતે કુદરત વ્યક્તિના અહંકારને એક જોડિયા અહંકાર રૂપે પલટીને વ્યક્તિગત અહંકારની સાંકડી સીમાઓને ભેદી આપે છે. એમાં પછી બાળકનું આગમન થતાં એક વધુ સંકુલ પ્રકારનો એકમ, કુટુંબની રચના ઊભી થાય છે. વખત જતાં આ કુટુંબો વચ્ચે વિવિધ પ્રકારના સંબંધો રચાતા ગયા, વ્યક્તિઓ વચ્ચે વિનિમય થવા લાગ્યો, લોહીનાં મિશ્રણ બનવા લાગ્યાં અને તેમાંથી વધુ વિશાળ જૂથ રચાવા લાગ્યાં. કુટુંબમાંથી ટોળીઓ રચાઈ, જાતિઓ બની, જ્ઞાતિઓ અને વર્ગો ઊભા થયા ને આખરે તેમાંથી રાષ્ટ્ર સરજાયું. આ બધા સમૂહોના સર્જનનું કાર્ય જગતના જુદા જુદા ભાગોમાં એકી સાથે ચાલી રહેલું હતું. એ સમૂહોમાંથી આજે જગતની વિવિધ જાતિઓ રચાઈ છે. આ જાતિઓને પણ કુદરત ક્રમે એક કરી લેશે. કેમકે, કુદરત તો આખીયે માનવજાતિની એકતા નિપજાવવા માટે પ્રયત્ન કરી રહેલી છે અને તે માટે તે કેટલું સ્થૂલ ભૂમિકા ઉપર એક સાચો પાયો બાંધી રહેલી છે.

માનવજાતિના મોટા ભાગને તો આ બધું જીવનમાં એક અકસ્માતની લીલા જેવું લાગે છે. પરંતુ તેઓ એ વસ્તુ જોઈ શકતા નથી કે આ બધાની પાછળ એક વિશ્વયોજના કામ કરી રહેલી છે. જગતમાં જેમ જેમ પરિસ્થિતિ સરજાતી જાય છે તેમ તેમ લોકો પોતાની પ્રકૃતિ પ્રમાણે તેનો વત્તીઓછી સરળતાથી સ્વીકાર કરતા રહે છે. જગતમાં કંટેલાક માણસો આ વિકસતી જતી પરિસ્થિતિથી પૂર્ણ સંતુષ્ટ રહેનાર હોય છે, તો કેટલાક અસંતુષ્ટ પણ રહે છે.

આ સંતુષ્ટ રહેનાર માણસોમાં અમુક વર્ગ એવો હોય છે કે જેને પ્રકૃતિની ગતિ સાથે હમેશાં મેળ જ રહેતો હોય છે. આ છે જગતના આશાવાદી લોકો. એમને જગતમાં અનિષ્ટ કે ઉદ્વેગકારક તત્ત્વો સામે ફરિયાદ નથી હોતી. તેઓ કહે છે કે જગતમાં રાત્રિ ભલે રહી, એને લીધે દિવસના પ્રકાશનું મૂલ્ય વધુ સમજાય છે, જગતમાં પડછાયા છે એને લીધે જ રંગોની ચમક વધુ ખીલે છે, જગતમાં દુઃખ છે તેથી જ આનંદની તીવ્રતા વધારે અનુભવી શકાય છે, દર્દને લીધે જ સુખની મોહકતા વધુ સમજાય છે, રોગને લીધે જ આરોગ્યની મહત્તા પૂરી સમજાય છે. કેટલાકને તો મેં એમ પણ કહેતા સાંભળ્યા છે કે તેમને શત્રુઓ છે માટે આનંદ થાય છે. કેમકે, શત્રુઓને લીધે તેમને મિત્રોનું મૂલ્ય બરાબર સમજાય છે. આવા લોકોને માટે જાતીય આનંદ એ જીવનનો એક મધુર રસ બની રહે છે, ઉત્તમ ભોજન એ તો જીવનની એક અનેરી લહાણ અને તેથી અનિવાર્ય આવશ્યકતા બની રહે છે. અને માણસે જન્મ લીધો છે પછી તેનું મૃત્યુ થાય એ તો એમને કુદરતનો સ્વાભાવિક ક્રમ જ લાગે છે, એટલું જ નહિ, મૃત્યુને તેઓ વધાવી પણ લે છે. કેમકે આ મૃત્યુ તો એક મોટો મુક્તિદાતા છે. જીવનની યાત્રા જો વધુ પડતી લંબાઈ જાય તો તે કંટાળાજનક પણ બની જાય છે. અને મૃત્યુ આવીને એનો વેળાસર અંત લાવી આપે એથી વધારે આનંદજનક ઘટના કઈ કહેવાય !

અર્થાત્, આ માનવોને માટે જીવન છે તેવું જ બરાબર છે. જીવન પાછળ કોઈ કારણ હોઈ શકે કે નહિ, તેનો કોઈ હેતુ હોઈ શકે કે નહિ તે જાણવાની તેમને લેશ પણ ઉત્કંઠા નથી હોતી. બીજાઓનાં દુઃખોથી તેમને લેશ પણ વ્યથા થતી નથી, જીવનમાં પ્રગતિ કરવાની તેમને કશીયે જરૂર જણાતી નથી.

આવા માણસોનું પરિવર્તન કરવા તમારે કદી પ્રયત્ન ન કરવો. એમ કરવાં જશો તો તમે ભારે ભૂલ કરી બેસશો. આવા લોકો જો કદીક અકસ્માત તમારી વાત સાંભળશે તો તેઓ એક નવી સમતુલામાં પહોંચ્યા પહેલાં જ પોતાની ચાલુ સમતુલાને ખોઈ બેસશે. આ માણસો આંતરિક જીવન માટે હજી તૈયાર નથી હોતા. પણ તેમના ઉપર કુદરતની રહેમ હોય છે. કુદરત

સાથે તેઓ ખૂબ જ ગાઢ મેળમાં હોય છે અને તેમની આ સિદ્ધિને તમારે નિરર્થક રીતે હયમયાવવી ન જોઈએ.

એક બીજા પ્રકારના લોકો પણ સંતુષ્ટ જીવન ગાળતા હોય છે, પરંતુ તેમનો સંતોષ જરા ઓછી માત્રામાં, તેમ જ ઓછા ચિરંજીવી હોય છે. આ લોકોના સંતોષનું મૂળ પ્રેમના જાદુમાં રહેલું છે. માણસ જ્યારે પોતાના અહંકારના કેદખાનાની સાંકડી દીવાલોને ભેદીને બહાર નીકળે છે, પોતાના સમર્પણ દ્વારા તે જ્યારે એક મુક્ત હવામાં ઊંચે ચડવા લાગે છે ત્યારે, એ સમર્પણ ભલે પછી કો બીજા વ્યક્તિ માટે હોય, કુટુંબ ખાતર હોય, દેશને ખાતર કે પોતાના ધર્મને ખાતર હોય, પણ એ દ્વારા તે એક આત્મ-વિસ્મરણ અનુભવ લાગે છે અને એવા આત્મ-વિસ્મરણમાં તેને પ્રેમના અદ્ભુત આનંદની એક પૂર્વજાંખી થાય છે. આવા આનંદનુભવથી તેને એમ લાગે છે કે તેને પ્રભુનો સંપર્ક પ્રાપ્ત થયો છે. પરંતુ આ સંપર્ક મોટે ભાગે ક્ષણિક પ્રકારનો જ હોય છે. કારણ કે, આ દિવ્ય પ્રેમ માનવની અંદર ઊતરે છે ત્યારે તરત જ તે માનવના અહંકારની નિમ્ન કોટિની ક્રિયાઓ સાથે ભેળસેળ થઈ જાય છે. એ અહંકાર આ પ્રેમને મલિન કરી મૂકે છે, એ પ્રેમની વિશુદ્ધિમાં રહેલી તમામ શક્તિને હરી લે છે. પરંતુ ધારો કે આ પ્રેમ તેના વિશુદ્ધ સ્વરૂપે માનવમાં ટકી શકે તેમ હોય તો પણ તેટલા માત્રથી દિવ્ય ચેતના સાથેનો સંપર્ક હમેશાં ટકી રહી શકતો નથી. કારણ, પ્રેમ એ તો પ્રભુનાં અનેક સ્વરૂપોમાંનું માત્ર એક સ્વરૂપ છે. અને પ્રભુનાં બીજાં સ્વરૂપોની પૃથ્વી ઉપર વિકૃતિઓ થયેલી છે તેવી જ વિકૃતિઓ પ્રેમની પણ થયેલી છે.

આમ છતાં કુદરતના ચાલુ રાહને અનુસરતા સામાન્ય માનવને માટે આ બધા અનુભવો ખરેખર સારા અને હિતકારક છે. પરંતુ કુદરત ભાવિની એકતાની દિશામાં બહુ અસ્થિર વેગે ગતિ કરતી રહે છે. અને જગતમાં જે લોકો આ એકતા તરફની ગતિને વેગવાન થયેલી જોવા માગતા હોય છે તેમને આ અનુભવો પૂરતો સંતોષ આપી શકતા નથી. એ લોકોનું અંતઃકરણ કુદરતના આ ચાલુ રાહથી કોઈ જુદો માર્ગ લેવાને, એક વધારે સીધો અને વધારે ઝડપી, કોઈ અસાધારણ માર્ગ લેવાને ઝંખતુ હોય છે. એવો કોઈ માર્ગ લઈ તેઓ માનવની સામાન્ય પ્રકૃતિમાંથી, અને એ પ્રકૃતિની અંતહીન યાત્રામાંથી મુક્ત થઈ જવાની ભાવના સેવતા હોય છે. એ અસાધારણ માર્ગ તેમને એક એવી આધ્યાત્મિક પ્રગતિમાં મૂકી આપે છે કે જે દ્વારા તેઓ વધુમાં વધુ ઝડપે નવી માનવજાતિનું જગતમાં સર્જન કરી શકશે અને એ માનવજાતિ પૃથ્વી ઉપર અતિમાનસના સત્યને આર્વિર્ભાવ આપશે. આવા અસામાન્ય આત્માઓએ માનવ

માનવની વચ્ચે જોવામાં આવે છે તેવા હરેક પ્રકારના પ્રેમને વિસર્જી દેવાનો રહે છે, કારણ, આ પ્રેમ ભલે ગમે તેટલો સુંદર અને વિશુદ્ધ હોય તોપણ તે માનવ આત્માના પ્રભુ સાથેના સંબંધમાં એક વિચ્છેદ ઊભો કરે છે, પ્રભુ સાથેના સીધા સંબંધને તે કાપી નાખે છે.

તમને પ્રભુના પ્રેમનો અનુભવ થશે તો તરત જ જણાઈ આવશે કે તે સિવાયના બીજા સર્વ પ્રેમમાં કેવું તો અજ્ઞાન રહેલું હોય છે. તમે જોશો કે આ બીજા પ્રેમમાં લઘુતા, અહંકાર અને અંધકારનું કેવું તો મિશ્રણ હોય છે. એ પ્રેમ એક સોદા જેવો હોય છે, એમાં પોતાની જાતને વધુ ઉત્તમ તરીકે ઠસાવવા માટેની, પોતાનો અધિકાર જમાવવા માટેની સતત ખેંચતાણ રહ્યા કરે છે. તમે જોશો કે સારામાં સારા માણસોના પ્રેમમાં પણ ગેરસમજૂતીઓ અને આળાઈ રહેલી હોય છે, તકરારો અને શંકાઓ ભરેલી હોય છે.

વળી એ પણ એક બહુ જાણીતી હકીકત છે કે તમે જેને ચાહતા હો છો તેના જેવા જ તમે બની રહો છો. એટલે તમારે જો પ્રભુના જેવા બનવું હશે તો તો પછી કેવળ પ્રભુ ઉપર જ તમારે પ્રેમ કરવાનો રહે છે. જે લોકોને પ્રભુ સાથેના પ્રેમાનુભવનો પરમ આનંદ અનુભવવા મળેલો હોય છે તેઓ જ માત્ર જાણી શકે છે કે એ પ્રેમની સરખામણીમાં બીજા બધા પ્રેમ કેવા તો શુષ્ક હોય છે, કેવા તો નિસ્તેજ અને દુર્બળ હોય છે. આવો પરમ આનંદમય પ્રભુ-પ્રેમ પ્રાપ્ત કરવા માટે તમારે કઠણમાં કઠણ સાધના કરવી પડે તોપણ તમે જોશો કે એ સાધના જો તમને પ્રભુ-પ્રેમમાં લઈ જશે તો તે જરોકે કઠણ નહિ લાગે, લાંબી કે કઠોર નહિ લાગે. એ પ્રેમાનુભવ એક એવી તો અનન્ય વસ્તુ છે કે જેને તમે ભાગ્યે જ શબ્દ દ્વારા વર્ણવી શકો.

પ્રભુ-પ્રેમની આ અદ્ભુત અવસ્થાને આપણે પૃથ્વી ઉપર સિદ્ધ કરવા માગીએ છીએ. આ મહા પ્રેમ જ જગતની કાયાપલટ કરી આપશે અને પ્રભુના દિવ્ય સાંનિધ્યને જગત પોતામાં ધારણ કરી શકે તેવી પાત્રતા તેમાં સરજી આપશે. જગત પ્રભુ માટે આવું એક સુપાત્ર નિવાસસ્થાન બનશે ત્યારે પ્રેમ તેના શુદ્ધ અને સત્ય સ્વરૂપે પૃથ્વી ઉપર એક શરીરની અંદર સાકાર બનશે. એ શરીર એવું હશે કે જે આ પ્રેમના ઉપર એક ઢાંકણ કે બુરખા તરીકેનું કામ નહિ કરતું હોય. પરમાત્માએ પોતાના પરમ પ્રેમ દ્વારા માનવના જેવા જ દેખાવવાળું સ્થૂલ શરીર ધારણ કરેલું છે. અને આ માટે તેમણે માનવના જેવા જ દેખાવવાળું સ્થૂલ શરીર ધારણ કરેલું છે. પરંતુ જડતત્ત્વના આ સ્થૂલ આકારમાં નિબદ્ધ થવાને પરિણામે હમેશાં એમ જ બનતું આવેલું છે કે પ્રભુ પોતાના મૂળ સ્વરૂપને તેના વિશુદ્ધ રૂપે કદી રજૂ કરી શકેલા નથી. આવા દેહમાં એ મૂળ સ્વરૂપ એક વિકૃત રૂપે જ વ્યક્ત થઈ શકેલું છે. માણસો જ્યારે પોતાની ચેતનામાં તેમ જ

શરીરમાં કોઈ એક અનિવાર્ય એવી પ્રગતિ સિદ્ધ કરશે ત્યારે જ પ્રભુ પોતાના સ્વરૂપને તેના પૂર વૈભવમાં આવીર્ભાવ આપી શકશે. માનવમાં એક એવું તો હલકટ અભિમાન છે, એક એવી તો મૂર્ખ દાંભિકતા છે કે પ્રભુનો પરમ દિવ્ય પ્રેમ જ્યારે માનવના આકારમાં પ્રગટ થાય છે ત્યારે તેને તે એક દુર્બળતાની, પરાધીનતાની અને અપૂર્ણતાની નિશાની ગણી લે છે.

અને છતાં માણસ એ ક્યારથીયે જાણે છે કે આ જગતની પીડાનો અંત લાવી શકે તેવી વસ્તુ તો એક પ્રેમ જ છે. બેશક, આ જ્ઞાન શરૂ શરૂમાં માણસને બહુ સ્પષ્ટ નથી હોતું પણ માણસ જેમ જેમ પૂર્ણતા પ્રત્યે આગળ વધતો જાય છે તેમ તેમ આ વસ્તુ તેને વધુને વધુ સ્પષ્ટ થતી જાય છે. માણસ જાણે છે કે પ્રેમના મૂળ તત્ત્વમાં રહેલો વાચાતીત આનંદ જ વિશ્વમાંથી વિરહની સળગતી વ્યથાને સદંતર દૂર કરી શકશે. આ જગત શા માટે અસ્તિત્વમાં આવ્યું, તેની અંતિમ સાર્થકતા શામાં છે એનો જવાબ માણસને પ્રભુ સાથેના પરમ મિલનના આનંદમાં જ માત્ર મળી શકશે.

એટલે આપણે ભલે ગમે તેટલો પુરુષાર્થ ખેડવો પડે, ગમે તેટલી કઠોર તપસ્યા કરવી પડે પણ તે દ્વારા જો આપણા શરીર તત્ત્વને આપણે પ્રકાશમય કરી શકીશું, તેને વિશુદ્ધ, સંપૂર્ણ અને એક નવા જ સ્વરૂપવાળું બનાવી શકીશું તો એ સારોયે પુરુષાર્થ અને તપસ્યા પૂરેપૂરું સાર્થક ગણાશે. આપણું શરીર તત્ત્વ આવી નવીન અવસ્થા પ્રાપ્ત કરશે તે પછી પરમાત્મા તેની અંદર આવીને બાહ્ય આકાર ધારણ કરશે, અને ત્યારે એ આકાર પરમાત્માને ઢાંકી રાખનાર એક આચ્છાદન રૂપ નહિ રહેશે. એવા શરીર દ્વારા પેલું અદ્ભુત પ્રેમતત્ત્વ, જીવનને એક મધુર આનંદના સ્વર્ગ રૂપે પલટી નાખવાની શક્તિ ધરાવનાર એ દિવ્ય પ્રેમ પોતાની જાતને સંપૂર્ણ મુક્ત ભાવે વ્યક્ત કરી શકશે.

તમે કહોશો કે આ તો અંતિમ લક્ષ્યની વાત થઈ, આ તો સાધનાની છેવટની સિદ્ધિ છે, અંતિમ વિજય છે. પણ એ સિદ્ધિ સુધી પહોંચવા માટે અમારે શું કરવાનું રહે છે ? એ વિજય મેળવવાને અમારે કેવો માર્ગ લેવો જોઈએ, એની સાધનાનાં પહેલાં પગથિયાં કયાં છે ?

આના જવાબમાં આપણે પહેલી વસ્તુ તો એ સ્મરણમાં રાખીએ કે આપણે આપણા પ્રેમની સારીયે ગતિને એકમાત્ર પ્રભુ સાથેના અંગત સંબંધની દિશામાં જ વાળવાનો નિશ્ચય કરેલો છે. એટલે અન્ય માણસો સાથેના આપણા સંબંધમાં આપણે એક ખરેખર સાચી, નિરહંકારી, અવિકારી અને સ્થિર પ્રકારની શુભેચ્છા અને માયાળુતા ધારણ કરીશું. માનવો પ્રત્યેના આ ભાવના બદલામાં આપણે કોઈ પ્રત્યુત્તરની, કૃતજ્ઞતાની કે તેનો સ્વીકાર સરખાની

પણ આશા રાખીશું નહિ. તમારી સાથે અન્ય લોકો ભલે ગમે તેવું વર્તન રાખે પણ તમે તમારામાં તિરસ્કારની એક નાનકડી હાલેર પણ ઊભી ન થવા દેશો. તમે તો કેવળ પરમાત્મા પ્રત્યેના અમિશ્ર આનંદમાં જ સ્થિર રહેજો. જગતના માણસો તમને સમજતા ન હોય, તમારા તરફ શુભેચ્છા ન રાખતા હોય તેવે પ્રસંગે તમારું રક્ષણ કેવી રીતે કરવું, તમારો બચાવ કેવી રીતે કરવો એનો નિર્ણય તમે માત્ર પ્રભુના હાથમાં જ સોંપી દેજો.

જીવનમાં તમારે જે કાંઈ આનંદ જોઈએ, સુખ જોઈએ તે તમારે કેવળ પ્રભુ પાસેથી જ મેળવવાનાં છે. તમારે કાંઈ સહાય જોઈએ, કોઈ આધાર જોઈએ ત્યારે એ માટે કેવળ પ્રભુની ઉપર જ નજર માંડજો અને તે તમને ત્યાંથી જ મળી રહેશે. તમારાં તમામ દુઃખોમાં પ્રભુ તમને દિલાસો દેશે, તમારી સાધનામાં તમને તે માર્ગ બતાવશે. તમારી યાત્રામાં તમે ગબડી પડશો તો તમને તે ઉપાડી લેશે, તમે જો કદી મૂર્છિત થઈ જશો, થાકી જશો તો પોતાના સશક્ત પ્રેમ-બાહુમાં એ તમને ઉપાડી લેશે અને પોતાની મધુરતાના આશ્વાસનથી તમને વીંટાળી લેશે.

અહીં કદાચ નાનકડી ગેરસમજ ઊભી થાય તેમ છે તો તેનો પણ જરા ખુલાસો કરી લઈશ. પ્રભુ વિષે બોલતી વેળાએ હું નરજાતિનો શબ્દ વાપરું છું તે તો મારે જે ભાષા વાપરવી પડે છે તેની મર્યાદાને કારણે બને છે. પરંતુ, જે તત્ત્વને હું પ્રેમ તરીકે વર્ણવું છું તે ખરું જોતાં તો નર કે નારીના તમામ ભેદોથી પર છે. એ તત્ત્વ જ્યારે માનવનું શરીર ધારણ કરે છે ત્યારે તે પોતાના કાર્યની આવશ્યકતા મુજબ નર કે નારીનો દેહ લે છે.

તો ટૂંકમાં, લાગણીની તપસ્યા એટલે લાગણીમાંથી જન્મતી હરેક આસક્તિનો ત્યાગ. એ લાગણી ભલે ગમે તે પ્રકારની હો, એ કોઈ વ્યક્તિ માટેની હો, દેશ માટેની કે બીજી કોઈ વસ્તુ પ્રત્યેની હો, એ સર્વનો ત્યાગ કરીને તમારે પરમાત્માના દિવ્ય સત્ય પ્રત્યેની આસક્તિમાં જ તમારી જાતને પૂર્ણ ભાવે એકાગ્ર કરી દેવી જોઈએ. આ એકાગ્રતાને પરિણામે તમને પરમાત્મા સાથે એક પૂર્ણ તાદાત્મ્ય પ્રાપ્ત થશે અને તમે પૃથ્વી ઉપર અતિમનસના સાક્ષાત્કાર માટેનું કરણ બની શકશો.

આવી સાધનામાંથી સ્વાભાવિક રીતે જ આપણને ચાર મુક્તિઓ મળશે. એ મુક્તિઓ આપણને થયેલા સાક્ષાત્કારનાં મૂર્ત સ્વરૂપો જેવી હશે. આપણને લાગણીઓની મુક્તિ પ્રાપ્ત થશે ત્યારે તેની સાથે સાથે જ, અતિમાનસ એકતાનો પૂર્ણ સાક્ષાત્કાર થતાં તેનાં પરિણામ રૂપે આપણને દુઃખ માત્રમાંથી પણ મુક્તિ મળશે.

મનની મુક્તિ એટલે કે અજ્ઞાનમાંથી મળેલી મુક્તિ આપણામાં પ્રકાશનું મન કિંવા જ્ઞાનમય ચેતના સ્થાપિત કરી આપશે, અને એ ચેતના શબ્દના સર્જક સ્વરૂપે વ્યક્ત થશે.

પ્રાણની મુક્તિ એટલે કે કામનામાંથી મળેલી મુક્તિ વ્યક્તિના સંકલ્પમાં એક નવી શક્તિ લાવી આપે છે કે જે દ્વારા તમને પરમાત્માના દિવ્ય સંકલ્પ સાથે સંપૂર્ણ રીતે અને સજ્ઞાન રીતે તાદાત્મ્ય પામવાની શક્તિ મળી આવે છે, અને તેમાંથી તમને શાંતિ અને સ્વસ્થતા, તેમ જ તેના પરિણામ રૂપે મળી આવતી શક્તિ પણ મળી આવે છે.

અને છેવટે, આ બધી સિદ્ધિઓના શિખર જેવી શરીરની મુક્તિ આવે છે. આ મુક્તિ એટલે કે સ્થૂલ જગતનાં કાર્યકારણના નિયમમાંથી મુક્તિ. હવે તમને તમારી જાત ઉપર સંપૂર્ણ કાબૂ પ્રાપ્ત થઈ જાય છે, હવે તમે તમારી પાસે અવચેતના તથા અર્ધચેતનામાંથી આવતાં પ્રેરણો દ્વારા કામ કરાવતી, તેમ જ સામાન્ય જીવનની ઘરેડમાં તમને પૂરી રાખતી પ્રકૃતિના નિયમોના દાસ નથી રહેતા. આ રીતની મુક્તિ પ્રાપ્ત થતાં તમારે જે માર્ગ લેવો હશે તેનો નિર્ણય તમે પૂરા જ્ઞાનપૂર્વક કરી શકશો, તમારે સિદ્ધ કરવાની વસ્તુની તમે પસંદગી કરી શકશો, હરેક પ્રકારની અંધ નિયતિમાંથી તમે તમારી જાતને મુક્ત કરી લઈ શકશો અને તમારા જીવનમાં એક ઉત્તમોત્તમ જ્ઞાનને, ઉત્તમોત્તમ સંકલ્પને અતિમાનસ ચેતનાને કાર્ય કરવા દઈ શકશો. એ સિવાયની બીજી કોઈ પણ વસ્તુને તમે તમારા જીવનમાર્ગમાં ફરકવા દેશો નહિ.

શ્રી માતાજી

## ૬.૨ : અંતરાત્માની અને આધ્યાત્મિક કેળવણી

દરેક મનુષ્યની અંદર, તેના સામાન્ય જીવનમાં વ્યક્ત થતી ચેતના કરતાં પણ એક વિશેષ મહાન ચેતનાની શક્યતા ગુપ્ત રીતે આવી રહેલી હોય છે. એ બૃહત્ ચેતના દ્વારા માણસ એક વધુ ઉચ્ચ અને વધુ વિશાળ જીવનની અંદર ભાગ લેતો થઈ શકે છે. અને હકીકત પણ એવી છે કે, જગતની અંદર જે જે અસાધારણ વ્યક્તિઓ થયેલી છે તેમના જીવનમાં આ બૃહત્ ચેતના જ હમેશાં મુખ્ય ભાગ ભજવતી હોય છે. તેમના જીવનનું નિયંત્રણ એ ચેતના જ કરતી હોય છે, તેમ જ તેમના જીવનની જે પરિસ્થિતિ હોય છે અને એ પરિસ્થિતિ પ્રત્યે તે વ્યક્તિઓ જે પ્રત્યાઘાત આપતી હોય છે તેનું નિર્માણ પણ એ જ ચેતના કરતી રહે છે.

માનવનું મન સામાન્ય રીતે જે વસ્તુઓ જાણતું નથી હોતું તેમ જ કરી શકતું નથી હોતું તે વસ્તુઓ આ ચેતના જાણતી હોય છે અને કરી શકતી હોય છે. એ ચેતના જાણે કે એક જ્યોતિની માફક આપણા સ્વરૂપના કેન્દ્રની અંદર બેઠેલી છે અને આપણી બાહ્ય ચેતનાનાં ગાઢ આવરણ ભેદીને તે પોતાનો પ્રકાશ રેલાવતી રહે છે. કેટલાક માણસોને આ ચેતનાની હાજરીનો ઝાંખોપાંખો ખ્યાલ હોય છે પણ ખરો. ઘણાંએક બાળકો પણ આ ચેતનાના પ્રભાવ હેઠળ આવી રહેલાં હોય છે. એ બાળકો કુદરતી રીતે જે વર્તન કરતાં હોય છે તેમાં, તેમ જ તેમના શબ્દોમાં પણ એ ચેતના કેટલીક વાર બહુ સ્પષ્ટ રીતે પ્રગટ થતી દેખાય છે. દુઃખની વાત એ છે કે માઆપોને આ વસ્તુ વિષે કશું જ જ્ઞાન નથી હોતું. પોતાનાં બાળકોની અંદર શું થઈ રહેલું છે તેની તેમને કશી જ સમજ નથી હોતી, અને તેથી બાળકોના આવા વિલક્ષણ વર્તનને તેઓ આનંદપૂર્વક ઝીલી શકતાં નથી. તેઓ બાળકને જે કાંઈ કેળવણી આપે છે તેમાં તેઓ બાળકને આ અસાધારણ વસ્તુ પ્રત્યે અને તેટલું અભાન જ બનાવી મૂકે છે. આ કેળવણી બાળકનું બધું ધ્યાન બાહ્ય વસ્તુઓ ઉપર જ એકાગ્ર કરે છે અને એ રીતે બાળકની અંદર એક એવી તો ટેવ પાડે છે કે જેથી બાળક કેવળ એ બાહ્ય વસ્તુઓને જ અગત્યની ગણવા લાગે છે. બાહ્ય વસ્તુઓ ઉપર ધ્યાન એકાગ્ર કરવામાં આવે એમાં ખોટું તો કશું જ નથી. એ પણ એક ઘણી ઉપયોગી વસ્તુ છે. પરંતુ તે કાર્ય પણ સાચી રીતે કરવાનું રહે છે.

આપણે ઉપર શરીર, પ્રાણ અને મનની જે ત્રિવિધ કેળવણીનો વિચાર કરી ગયા એને વિષે એમ કહી શકાય કે એ કેળવણી બાળકના વ્યક્તિત્વનું નિર્માણ કરવા માટેની એક સામગ્રી પૂરી પાડે છે, વ્યક્તિને તે તેના અવચેતન તત્વના કશા ઘાટઘૂટ વિનાની અવસ્થામાંથી ઊંચે ઉઠાવે છે અને તેને એક સુરેખ આકારવાળો આત્મ-જ્ઞાનયુક્ત માનવ બનાવી આપે છે.

અંતરાત્માની કેળવણીમાં હવે આપણી સમક્ષ એક નવો વિષય આવીને ઊભો રહે છે. જીવનનું સાચું લક્ષ્ય શું હોઈ શકે, પૃથ્વી ઉપર આપણી હસ્તી થયેલી છે તેનું પ્રયોજન શું હશે, આ જીવનમાં આગળ જતાં જતાં આપણને કઈ વસ્તુ જડી આવશે, એ તત્ત્વ જડવાને અંતે તેનાં શાં શાં પરિણામ આવશે, અને તેને અંતે વ્યક્તિ છેવટે પોતાના શાશ્વત તત્ત્વને પોતાનું કેવું તો સમર્પણ કરશે આવા આવા પ્રશ્નો હવે આપણા વિચારનો અને સંશોધનનો વિષય બની રહે છે. જીવનના આ શાશ્વત તત્ત્વની સાધના સાથે સામાન્ય રીતે એક ગુહ્ય રહસ્યનો ભાવ, ધાર્મિકતાનો ભાવ જોડાયેલો રહેલો છે. પરંતુ આ તત્ત્વનું સંશોધન આ રીતે જ થવું જોઈએ એવું કાંઈ નથી. પરમાત્મા વિષેની જે ગૂઢ રહસ્યમય ભાવના છે તેને સ્થાને આપણે સત્ય વિષેની એક વધુ દાર્શનિક પ્રકારની તત્ત્વ પ્રધાન વિચારણાનો આશ્રય લઈ શકીએ છીએ અને એમ કરીશું તોપણ આપણને એ રીતે જે તત્ત્વ પ્રાપ્ત થશે તે તેના અસલ રૂપે તો તેનું તે જ હશે. આ પદ્ધતિમાં વિશેષ લાભ એ રહેલો છે કે ગમે તેવો કટ્ટર વાસ્તવવાદી પણ આ પદ્ધતિને અજમાવી શકે છે. આપણે જ્યારે આંતર જીવનની રચના કરવાનું કાર્ય હાથ લઈએ છીએ ત્યારે તેમાં માનસિક ખ્યાલોનું તેમ જ વિચારોનું મહત્ત્વ બહુ ગૌણ બની જાય છે. આ આંતર જીવનમાં જે ખરી મહત્ત્વની વસ્તુ છે તે તો અનુભૂતિ છે, આપણે એ આંતર તત્ત્વની અનુભૂતિમાં પહોંચવાનું છે, એની અનુભૂતિને જીવનમાં સક્રિય કરવાની છે. આ અનુભૂતિ આપણને પ્રાપ્ત થાય તે સમયે, યા તો તે પૂર્વે કે તે પછી આપણે ભલે ગમે તે તત્ત્વસિદ્ધાંત કે વાદનો આશ્રય લઈએ, પરંતુ આ અનુભૂતિમાં આ બધા વાદથી તદ્દન સ્વતંત્ર એવી એક તેની આગવી વાસ્તવિકતા, એક આગવી શક્તિ રહેલી છે, આનું કારણ એ છે કે આ રીતના બધા સિદ્ધાંતો અને વાદો એ તો એક પ્રકારના માત્ર ખુલાસા જ છે, અને આપણે કંઈક જાણીએ છીએ એ રીતનો એક વત્તો ઓછો ભ્રમ આપણી અંદર ઊભો કરવા માટે જ આપણે તેનો આશ્રય લઈએ છીએ. માણસ પોતે જે કોઈ આદર્શની યા તો પરમ તત્ત્વની શોધ માટે નીકળે છે તેને તે જુદાં જુદાં નામોના અંચળ ઓઢાંડે છે. તે જે પરિસ્થિતિમાં જન્મેલો હોય છે, તેને જે રીતની કેળવણી મળેલી હોય છે તે અનુસાર તે આ બધાં નામો પાડે છે. પરંતુ આ બધાં ભિન્ન ભિન્ન નામોનો આશ્રય લેવા છતાં માણસને જે અનુભૂતિ થાય છે, તે જો સાચા પ્રકારની હોય છે તો સર્વત્ર તે તત્ત્વ રૂપે તો એકસરખી જ હોય છે. એ અનુભૂતિને પછી જે શબ્દો દ્વારા કે વાણી દ્વારા રજૂ કરવામાં આવે છે તેમાં જ માત્ર ભેદ બની આવે છે. વાણીના અને શબ્દોના આ ભેદો વ્યક્તિને જે રીતની કેળવણી મળી હોય છે, તેમ જ તેની જે માન્યતાઓ બંધાયેલી હોય છે તે અનુસાર સરજાય છે. આ આંતર અનુભૂતિને જે શબ્દદેહ આપવામાં આવે છે તે તો મૂળ તત્ત્વની કંઈક નજીક જતો તે વિષેનો કાંઈક ઈશારો જ હોય છે. એમાં આપણે માત્ર એટલી જ અપેક્ષા રાખવાની રહે છે કે અનુભૂતિ પોતે જેમ જેમ વધુ

ચોક્કસ રૂપ લેતી જાય, તે જેમ જેમ વધુ સમન્વય રૂપ બનતી જાય છે તેમ તેમ તેનો આ વાગ્દેહ પણ તેની સાથે સાથે પ્રગતિ કરતો રહે અને વિશેષ સમૃદ્ધ થતો રહે. આમ છતાં, આપણે જ્યારે આ અંતરાત્માની કેળવણીની એક સામાન્ય રૂપરેખા આપવા નીકળ્યાં છીએ તો પછી આ અંતરાત્મા તે શું છે તે વિશે આપણે, ભલે એક સાપેક્ષ રીતનો પણ કંઈક ખ્યાલ તો મેળવવાનો રહે છે જ. તો અંતરાત્માને વિષે આપણે કંઈક આ પ્રમાણે કહી શકીએ. આ વિશ્વમાં વ્યક્તિનું જે સર્જન થયેલું છે તે વિશ્વના આદિ મૂળમાં રહેલા એક પરમ તત્ત્વનો જ આવિર્ભાવ છે. આ અભિલ વિશ્વના આવિર્ભાવના મૂળમાં રહેલા તે પરમ તત્ત્વમાં અનેક પ્રકારની શક્યતાઓ ગૂઢરૂપે રહેલી હતી. એ શક્યતાઓમાંની એક શક્યતા કાલ અને સ્થલની અંદર પ્રક્ષેપ પામી, તેણે પછી એક અદ્વૈત રૂપ વિશ્વ-ચેતનાનું રૂપ લીધું, અને તે વિશ્વ-ચેતના મારફતે તે આદિ તત્ત્વ વ્યક્તિ રૂપે પ્રગટ થયું, તે એક વ્યક્તિના સત્ય રૂપે, વ્યક્તિના ધર્મરૂપે મૂર્ત થયું, અને એવા વ્યક્તિ રૂપમાંથી આગળ વૃદ્ધિ પામતાં પામતાં ક્રમે ક્રમે તેણે વ્યક્તિના આત્મા તરીકેનું યા તો ચૈત્ય પુરુષનું - અંતરાત્માનું રૂપ ધારણ કર્યું.

બેશક, અહીં આજે નાનકડું વર્ણન હું આપું છું. તેમાં વસ્તુસ્થિતિનું સંપૂર્ણ નિરૂપણ આવી જાય છે, આ બાબતમાં હવે કાંઈ કહેવાનું રહેતું નથી એમ તો નથી જ. આ માત્ર એક વ્યવહારુ ઉપયોગ માટેની સાર રૂપ સમજૂતી છે, આપણે જે વિષય હાથ લીધો છે તેની વિચારણામાં આપણને આધાર મળી રહે તેટલા પૂરતી જ વસ્તુ અહીં કહી છે.

માણસને તેના જીવનમાં પોતાની અંદર આવી રહેલા ગૂઢ સત્યનો સંગમ અંતરાત્મા કરાવી આપે છે. ઘણાબરા માણસોની બાબતમાં અંતરાત્મા કહો કે પડદા પાછળ રહીને, તેમનાથી અજાણ્યો અને અણપ્રીછ્યો રહીને જ કામ કરે છે. પરંતુ કેટલીક બાબતમાં એની હાજરી દેખી શકાય તેવી હોય છે, તેનું કાર્ય સમજી શકાય તેવું હોય છે. વળી આવા માણસોમાં પણ અમુક માણસો પાછા એવા હોય છે જેમનામાં તો એ અંતરાત્મા બહુ જ સ્પષ્ટ રીતે જોઈ શકાય તેવો હોય છે, તેમ જ તેનું કાર્ય પૂરેપૂરું અસરકારક હોય છે. આવા પુરુષો પોતાના જીવનમાં એક દૃઢ વિશ્વાસપૂર્વક આગળ વધ્યે જાય છે. પોતાનું ભાવિ તેઓ પોતે જ ધરી શકે છે, પોતે જ પોતાના ભાગ્યવિધાતા બની શકે છે. અંતરાત્મામાંથી પ્રાપ્ત થતું આ પ્રભુત્વ આપણે મેળવી શકીએ, તેની હાજરી વિષે આપણે જાગૃત થઈ શકીએ એટલા માટે જ આ અંતરાત્માની કેળવણીની આવશ્યકતા રહે છે.

આ કેળવણી માટે એક વસ્તુ ખાસ અગત્યની છે. એ છે વ્યક્તિનો પોતાનો અંગત સંકલ્પ. અત્યાર સુધી એમ બનતું આવેલું છે કે કેળવણીના એક વિષય તરીકે અંતરાત્માનો



સ્વીકાર કદી થયેલો નથી. અંતરાત્માને પ્રાપ્ત કરવો, તેની સાથે તાદાત્મ્ય સિદ્ધ કરવું, એ વિષય કેળવણીની અંદર હજી સુધી આવેલો નથી. હા, આ વિષય પરત્વે કેટલાક ખાસ ગ્રંથોમાં ઉપયોગી તેમ જ વ્યવહારુ સૂચનાઓ મળી આવે છે ખરી, વળી કેટલાક નસીબદાર માણસોને એવી સમર્થ વ્યક્તિઓનો ભેટો પણ થઈ જાય છે કે જેઓ તેમને આ વિષયમાં માર્ગ બતાવી શકે છે અને એ માર્ગે આગળ ધપવામાં જોઈતી સહાય પણ આપી શકે છે. આમ હોવા છતાં મોટા ભાગે સ્થિતિ એવી છે કે આ દિશામાં વ્યક્તિએ પોતાની જાતે જ આરંભ કરવાનો રહે છે. આ તત્ત્વની પ્રાપ્તિનું કામ એ વ્યક્તિનું પોતાનું જ કામ રહે છે. આ ધ્યેયને સિદ્ધ કરવા માટે વ્યક્તિએ પોતે એક મહાન નિશ્ચય કરવાનો રહે છે, એક પ્રબળ સંકલ્પશક્તિ કેળવવાની રહે છે, અને એક અખૂટ ખંતથી તેમાં મર્યાદા રહેવાનું રહે છે. આમ, આપણે કહી શકીએ કે આ વિષયમાં દરેક વ્યક્તિએ પોતાની આગવી મુશ્કેલીઓમાંથી પોતાનો આગવો માર્ગ રચી લેવાનો રહે છે. આ ધ્યેય શું છે એ વાત તો થોડીવાણી સર્વને સુવિદિત છે. આ ધ્યેય સિદ્ધિ કરનારા પુરુષોમાંથી ઘણાખરાઓએ એ વસ્તુને ઘણું ખરું સ્પષ્ટ રીતે કહી બતાવી પણ છે પરંતુ આ ધ્યેયને સિદ્ધ કરવાનો પરમ આનંદ તો એમાં છે કે એ સાધના વ્યક્તિ પોતે જ શરૂ કરે, એ સાધના આપોઆપ જ શરૂ થાય, અને તે સાચા દિલથી શરૂ થાય. અને આ વસ્તુ એવી છે કે જેને કોઈ પણ રીતના સામાન્ય માનસિક નિયમોની અંદર બાંધી શકાય નહિ. અને તેથી આ બાબતમાં એવું બને છે કે જે કોઈને આ સાહસ ખેડવાનું મન થાય છે તે સામાન્ય રીતે પ્રથમ તો એવા કોઈ પુરુષને ખોજી લે છે કે જેણે આ સાહસ સફળ રીતે સિદ્ધ કર્યું હોય, અને જે તેને સહાય આપી શકે તેમ હોય તથા માર્ગ બતાવી શકે તેમ હોય. આમ છતાં આ વિષયમાં કેટલાય એકલાપંથી, એકલરામ પ્રવાસીઓ પણ હોવાના અને તેવાઓને માટે ઉપયોગી નીવડે તેવાં થોડાંક સર્વસામાન્ય સૂચનો અહીં આપીશું.

આ વિષયમાં પ્રથમ તો તમારે તમારી પોતાની અંદર એક એવું તત્ત્વ શોધવાનું છે જે તમારા શરીરથી, તમારા જીવનની પરિસ્થિતિમાંથી તદ્દન સ્વતંત્ર જ છે. એ તત્ત્વ, તમારા મનને જે ઘાટ મળેલો છે તેમાંથી કાંઈ જન્મતું નથી. તમે જે ભાષા બોલો છો, તમારી આસપાસના વાતાવરણમાં જે રૂઢિઓ અને રિવાજો હોય છે, તમે જે દેશમાં જન્મ્યા હો છો, તમે જે યુગમાં આવેલા હો છો તે બધાથી તે એક નિરાળું સ્વતંત્ર તત્ત્વ છે. એ તત્ત્વ કંઈ આ બધામાંથી જન્મતું નથી. તમારી અંદર, તમારા સ્વરૂપની અંદર ઊંડે ઊંડે એક એવું તત્ત્વ આવેલું છે કે જે વિશ્વરૂપતાથી ભરેલું હોય છે, જેના વિસ્તારને કશી મર્યાદા હોતી નથી. અને જેનું સાતત્ય અખંડ અને નિરવધિ રીતે વ્યાપ્ત કરતું હોય છે. એ તત્ત્વને તમારે શોધી લેવાનું રહે છે. આ તત્ત્વ પ્રાપ્ત કર્યા પછી તમે હવે તમારી જાતને તમારા કેન્દ્રમાંથી બહાર ફેલાવવાનું કાર્ય શરૂ કરો, તમારી

જાતનો તમે વિસ્તાર કરતા થાઓ, તેને વિશાળ કરતાં થાઓ. એમ કરતાં તમે હરેક વસ્તુની અંદર, સર્વ પ્રાણીઓની અંદર નિવાસ કરવા લાગશો, વ્યક્તિઓને એકબીજાથી છૂટા પાડી રહેલી દીવાલો હવે તૂટવા લાગશો. તેમનાં સંવેદનો ધબકારામાં ધબકવા લાગશો, તેમની લાગણીઓને તમે અનુભવવા લાગશો, તમે અન્ય લોકોના ઘિત્તમાં પ્રવેશી તેમના ઘિત્તની અંદર વિચાર કરવા લાગશો, તમે સર્વના જીવનમાં જીવતા લઈ જશો. અત્યાર સુધી જે કોઈ વસ્તુ નિષ્ક્રિય દેખાતી હતી તે હવે એકાએક જીવનથી સભર બની જાય છે, પથ્થરોમાં પ્રાણ પ્રગટવા લાગે છે, વનસ્પતિ હવે સંવેદન ઝીલતી બને છે, તેનામાં સંકલ્પ જાગે છે, તે વ્યથા અને હર્ષ અનુભવવા લાગે છે. પ્રાણીઓ હવે બોલવા લાગે છે. એમની વાણી એ ઘણુંખરું મૌનની વાચા હોય છે તોપણ તે સ્પષ્ટ હોય છે, પોતાને કહેવાનું કહી શકતી હોય છે. હવે હરેક વસ્તુ સ્થલ અને કાલથી મુક્ત અને પર એવી એક અદ્ભુત ચેતનાથી ધબકવા લાગે છે. અંતરાત્માના સાક્ષાત્કારની આ તો માત્ર એક જ બાજુ છે. એ સાક્ષાત્કારનાં આ સિવાય પણ બીજાં ઘણાં સ્વરૂપો છે. આ બધા સાક્ષાત્કારો તમને તમારા અહંકારના વાડામાંથી ખેંચીને બહાર લઈ જશે, તમારા બાહ્ય વ્યક્તિત્વની દીવાલોમાંથી તમને બહાર લઈ જશે. તમારા આઘાત પ્રત્યાઘાતોમાં રહેલી નિર્બળતાને, તમારા સંકલ્પમાં રહેલી અશક્તિને તે નિવારી આપશે.

પરંતુ હું જણાવી ગઈ છું કે આ સાક્ષાત્કારમાં પહોંચવાનો માર્ગ લાંબો છે, વિકટ છે. એ માર્ગ ઉપર અનેક ફંદાઓ, અનેક પ્રશ્નો પડેલા છે. એ બધાને પહોંચી વળવા માટે તમારે હરેક કસોટી અને પરીક્ષામાં ટકી શકે તેવા નિશ્ચય-બળની જરૂર રહેશે. કોઈ અજાણ્યા મુલકની શોધ માટે કોઈ સાહસિક પ્રવાસી ગાઢ જંગલોને વીંધતો વીંધતો પ્રવાસ ખેડે, કોઈ મહાન પ્રદેશની શોધ આરંભે તેના જેવું આ છે. અંતરાત્માને પ્રાપ્ત કરવો એ પણ એક આવી જ મહાન શોધ આદરવા જેવું છે. નવા ખંડોની શોધખોળ માટે જે ધીરજ અને સહનશક્તિની જરૂર પડે છે તેવી જ ધીરજ અને સહનશક્તિ અહીં પણ જરૂરનાં છે. આ શોધ આદરવાનો જેમણે નિશ્ચય કર્યો હશે તેવા પ્રવાસીઓ માટે સલાહના શબ્દો ઉપયોગી નીવડશે. આ રહ્યા એ થોડાક શબ્દો.

તમારે પ્રથમ તો એ યાદ રાખવાનું છે કે આધ્યાત્મિક વસ્તુઓનો નિર્ણય તમે મન દ્વારા કદી પણ કરી શકવાના નથી. એ એક અશક્ય વસ્તુ છે, અને આ મુદ્દો તમારે કદી પણ ભૂલવાનો નથી. જેમણે જેમણે યોગ વિષે કંઈ લખ્યું છે તે સૌએ આ વસ્તુ કહેલી છે. પરંતુ આનો અમલ બહુ થોડાકે જ કર્યો છે. તેમ છતાં, તમારે આ માર્ગમાં આગળ વધવું હશે તો તમે કોઈ પણ પ્રકારનો માનસિક નિર્ણય ન લો, માનસિક અભિપ્રાય ન બાંધો, અને મનોમય રીતનો પ્રત્યાઘાત ન સેવો એ અત્યંત આવશ્યક છે.

તમારા અંગત આરામ માટેની, અંગત ઈચ્છાની તૃપ્તિની, આનંદવિનોદની કે સુખોપભોગની હરેક રીતની ઝંખના તજી દો. તમારી ઝંખના માત્ર એક જ હોવી જોઈએ : પ્રગતિ. એ ઝંખનાનો અગ્નિ તમારા અણુએ અણુમાં સળગી ઊઠવો જોઈએ. તમને જે કંઈ વસ્તુ મળી આવે તેને તમારી પ્રગતિમાં એક મદદ તરીકે ગણી લો અને તમારે કરવાની પ્રગતિ એકદમ કરી લો.

તમે જે કંઈ કરતા હો તે બધામાં આનંદ લેવાનો પ્રયત્ન કરો, પરંતુ કોઈપણ ચીજ આનંદને ખાતર ન કરશો. કદી પણ ઉશ્કેરાઈ ન જશો, ગભરાઈ ન જશો, મૂંઝાઈ ન જશો. હરકોઈ પરિસ્થિતિમાં, તમામ પરિસ્થિતિમાં સંપૂર્ણ શાંત રહો. અને છતાં હમેશાં જાગૃત રહી એ વસ્તુ જાણી લેજો કે તમારે હજી કેટલી પ્રગતિ કરવાની છે અને એ પ્રગતિ કરી લેવામાં લેશ પણ વખત ગુમાવશો નહિ.

બાહ્ય બનાવોને તે દેખાય છે તે રીતના કદી સમજશો નહિ. એ બનાવો તો કોઈ એક બીજી વસ્તુને જ પ્રગટ કરવા માટેના એક કહેવા પ્રયત્ન જેવા હમેશાં હોય છે. એનું પાછળનું સત્ય કંઈ જુદું જ હોય છે અને તમારી ઉપરછલ્લી સમજશક્તિની પકડમાં ભાગ્યે જ આવે છે.

કોઈના પણ વર્તન વિષે કદી પણ ફરિયાદ ન કરશો. એ માણસની પ્રકૃતિ જે કારણે આ પ્રમાણે વર્તન કરતી હોય છે તે વસ્તુને બદલી શકવાની તમારામાં શક્તિ હોય તો જ ફરિયાદ કરવી. અને જો તમારામાં એવી શક્તિ હોય તો તો પછી એ ફરિયાદ કરવાને બદલે એ માણસને જ બદલી નાખો.

તમે ગમે તે કામ કરો, પરંતુ તમારી સમક્ષ તમે જે લક્ષ્ય રાખેલું છે તે કદી ન ભૂલશો. તમે આ જે મહાન શોધ હાથ ધરી છે તેની સાધનાની અંદર કોઈ પણ વસ્તુ મોટી નથી કે નાની નથી. એમાં હરેક વસ્તુ એકસરખા મહત્વની છે. અને તમારી સાધનાની વિજય તરફની ગતિને તે વધારી શકે છે, યા તો ઘટાડી શકે છે. આ રીતે જોતાં તમે જ્યારે જમવા બેસો ત્યારે શરૂઆતમાં થોડીક ક્ષણો ધ્યાનમાં એકાગ્ર થજો અને એ રીતની અભીપ્સા કરજો કે તમે જે ખોરાક લેવાનો છે તેમાંથી તમારા શરીરને માટે જરૂરી એવી બધી સામગ્રી મળી રહે. એ ખોરાક તમારા મહાન ધ્યેયની સાધના માટે શરીરને એક નક્કર આધાર રૂપ બનાવી આપે અને એ સાધનામાં સતત ટકી રહેવાની તેમ જ અખંડ ખંતની શક્તિ તમને આપે.

તમે રાત્રે સૂવા જાઓ તે પહેલાં પણ થોડીક ક્ષણો તમે ધ્યાનમાં એકાગ્ર થજો અને એ રીતની અભીપ્સા કરજો કે તમારી નિદ્રા તમારા થકેલા જ્ઞાનતંતુઓને પાછા તાજા કરી આપે, તમારા મગજને શાંતિ અને સ્વસ્થતા આપે, અને જાગૃત થયા પછી તમે પાછા નવી શક્તિથી

સજજ બનીને તમારા મહાન ધ્યેય પ્રત્યેની તમારી યાત્રા ફરી પાછી શરૂ કરી શકો.

તમે કંઈ પણ કર્મ કરો તે પહેલાં એકાગ્ર બનીને એ સંકલ્પ કરશો કે તમારું એ કર્મ તમારા મહાન ધ્યેય પ્રત્યેની તમારી કૃચ્છની અંદર તમને મદદરૂપ થઈ પડે, અથવા તો એ આ કૃચ્છમાં વિઘ્ન રૂપે તો ન જ થાય.

તમે કંઈ પણ બોલો, તમારા મોંમાંથી શબ્દો બહાર આવે તે પહેલાં ઘડીભર એકાગ્ર થઈને તમે જે કંઈ બોલવાના હો તે શબ્દોની જરા તપાસ કરી લેશો, અને તમારા મહાન ધ્યેયના માર્ગે પ્રગતિ કરવા માટે અત્યંત જરૂરના હોય, અને બીજી કોઈ પણ રીતે તમારી પ્રગતિને હાનિકારક ન હોય એટલા શબ્દો જ તમે બહાર આવવા દેશો.

ટૂંકમાં, તમારા જીવનનો હેતુ, તમારા જીવનનું લક્ષ્ય તમે કદી પણ વીસરશો નહિ. આ મહાન તત્ત્વની પ્રાપ્તિ માટેનો મહા સંકલ્પ, પ્રકાશના કોઈ મહા પક્ષી જેવો, તમારા ઉપર હમેશા ધૂમતો રહેવો જોઈએ. તમે જે કંઈ કરતા હો, તમે જે કોઈ અવસ્થામાં હો, તમારી સર્વ ક્રિયાઓ ઉપર એ ધ્યેયરૂપી મહા ગુરુડ પોતાનો પડછાઓ પાથરતો સદાએ ચક્કર લગાવતો રહેવો જોઈએ.

આમ તમારી સાધનામાં તમે અખંડ ખંતથી મચેલા રહેશો ત્યારે એક દિવસ તમારી અંદરનું દ્વાર એકાએક જ ખૂલી જશે અને તમે એક ઝળહળતા પ્રકાશમાં પહોંચી જશો. એ પ્રકાશમાં તમને અમૃતત્વની એક પાકી ખાતરીભરી અનુભૂતિ થશે. તમને એક એવી સઘન અનુભૂતિ મળશે કે તમે જગતમાં હમેશાં રહેલા છો અને હમેશાં રહેવાના છો. તમે જોશો કે જે નાશ પામે છે તે તો માત્ર બાહ્ય રૂપો જ હોય છે. તમારા સાચા વાસ્તવિક સ્વરૂપની સાથે સરખાવતાં આ રૂપો એ તો માત્ર વસ્ત્રો જેવાં હોય છે, એ જ્યારે ઘસાઈ જાય છે ત્યારે તેને ડેંકી દેવાનાં જ હોય છે. આવી અનુભૂતિ થયા પછી તમે બંધન માત્રમાંથી મુક્ત બનીને ટટાર ઊભા રહેશો. અને હવે તમારી પ્રકૃતિએ તમારા ઉપર લાદેલી તેમ જ તમે વેઠેલી અને સહન કરેલી પરિસ્થિતિઓના બોજ હેઠળ કષ્ટપૂર્વક આગળ વધવાને બદલે, એ પરિસ્થિતિઓ હેઠળ કચડાઈ જવાની તમારી ઈચ્છા નહિ હોય તો, તમે તમારા ભાવિ વિષે સભાન બનીને, તમારા જીવનના સ્વામી બનીને સીધા અને દૃઢ પગલે આગળ વધી શકશો.

અને છતાં સ્થૂલની આ સર્વ ગુલામીમાંથી, હરેક પ્રકારની અંગત આસક્તિમાંથી તમને આ જે મુક્તિ મળે છે એમાં જ કંઈ તમારી છેવટની સિદ્ધિ આવી જતી નથી. તમે પરમ સત્યના શિખરે પહોંચો તે પૂર્વે તમારે હજી બીજા પણ પગથિયાં સર કરવાનાં છે અને એ

પગથિયાં પછી પણ બીજાં આગળનાં પગથિયાં હોઈ શકે છે, અને હોવાં પણ જોઈએ. એ પગથિયાં ભાવિનાં દ્વાર ખોલી આપશે. આ આગળનાં પગથિયાંની ચર્ચા હું જેને આધ્યાત્મિક કેલવણી કહું છું તેમાં હવે આવશે.

પરંતુ આ નવા પ્રદેશમાં આપણે પ્રવેશ કરીએ અને એના પ્રશ્નનો વિચાર વિગતપૂર્વક હાથ લઈએ તે પહેલાં એક ખુલાસો કરી લેવો જરૂરી છે. આપણે અત્યાર સુધી આ જે અંતરાત્માની કેળવણીનો વિચાર કર્યો અને હવે જે આધ્યાત્મિક કેળવણીના વિચાર કરીશું તે બે વચ્ચે ભેદ શા માટે કરવામાં આવે છે ? સામાન્ય રીતે તો આ બેય વસ્તુઓને ‘યોગ’ ના એક સામાન્ય નામ હેઠળ જ ભેગી કરી દેવામાં આવે છે. પરંતુ આ બેના લક્ષ્યની વચ્ચે ઘણો ફેર રહેલો છે. અંતરાત્માની કેળવણી એ પૃથ્વી ઉપર જ એક અતિ ઉચ્ચ સાક્ષાત્કારને સિદ્ધ કરવા માગે છે, તો આધ્યાત્મિક કેળવણી પૃથ્વી ઉપરના સર્વ આવિર્ભાવમાંથી કહો કે, સારાયે વિશ્વમાંથી છૂટીને દૂર દૂર ચાલી જવા માગે છે. એને તો આ વ્યક્ત જગતમાંથી છૂટી પાછા અવ્યક્ત તત્ત્વમાં પહોંચવું હોય છે. આ રીતે આપણે કહી શકીએ કે અંતરાત્માનું જીવન એ અમૃતતત્ત્વનું જીવન છે, અનંત એવા કાલ અને અવકાશની અંદર, તે સદાયે પરિવર્તન પામતું પામતું આગળ વધે છે, અને રૂપોની આ સૃષ્ટિની અંદર પોતાનું એક અખંડ સાતત્ય ટકાવી રાખે છે. આથી ઊલટું, આધ્યાત્મિક જીવન કાલ અને સ્થલથી પર ચાલી જવા માગે છે, પોતાની જાતને તે સારીયે સૃષ્ટિમાંથી બહાર ખેંચી લઈ તે અનંત અને શાશ્વત એવા તત્ત્વમાં પોતાને સ્થિત કરી લે છે. તમારા અંતરાત્માનો પૂર્ણ સાક્ષાત્કાર કરવા માટે, અંતરાત્માના જીવનમાં પહોંચવા માટે તમારે તમારી અંદરના સર્વ સ્વાર્થભાવનો નાશ કરી નાખવાનો રહે છે, જ્યારે આધ્યાત્મિક જીવનમાં પહોંચવા માટે સ્વથી કેવળ પર થઈ જવાનું રહે છે.

આધ્યાત્મિક કેળવણીમાં પણ એવું બને છે કે, તમે જે પરિસ્થિતિમાં મોટા થયા હશો, તમે જે માર્ગનો આશ્રય લીધો હશે, તેમ જ તમારા સ્વભાવને જે વસ્તુઓ અનુકૂળ હશે તે મુજબ તમે તમારા લક્ષ્યને તમારા મન દ્વારા તેને સમજવા માટે, જુદાં જુદાં નામો આપશો. તમારામાં જો ધાર્મિક રીતનું વલણ હશે તો આ લક્ષ્યને તમે પ્રભુના નામે ઓળખાવશો. તમારી આધ્યાત્મિક સાધના જગતના પ્રત્યેક રૂપમાં વસતા અંતર્યામી પરમાત્માના સાક્ષાત્કાર તરફ નહિ વળશે, પણ તમે સર્વ રૂપોથી પર આવેલા વિશ્વાતીત પરમાત્મા સાથે તાદાત્મ્ય મેળવવા પ્રયત્ન કરશો. કોઈ બીજા લોકો આ લક્ષ્યને કેવળ બ્રહ્મ, પરમ આદ્ય તત્ત્વ એવું નામ આપશે, તો બીજા કોઈ વળી તેને નિર્વાણ કહીને ઊભા રહેશે. આ જગતને મિથ્યા આભાસ તરીકે વર્ણવતા વેદાંતીઓ આ તત્ત્વને જ જગતનું એકમાત્ર સત્ય ગણશે. આખું વિશ્વ કેવળ અસત્ય છે એમને

માનનારા લોકો એને જ એકમાત્ર લક્ષ્ય તરીકે વર્ણવશે. આ દરેક વ્યાખ્યામાં સત્યનો કંઈ ને કંઈ અંશ તો રહેલો છે જ, પરંતુ એ બધી વ્યાખ્યાઓ અધૂરી છે, સત્યનું તેમાં માત્ર એક જ પાસું આવે છે. આ વિષયમાં પણ માનવમનને રચેલી વિચારશ્રેણીને કાંઈ બહુ મહત્ત્વ રહેતું નથી. એ મૂળ તત્ત્વ પહોંચવાનાં આ વચલાં પગથિયાં એક વાર વટાવી ગયા પછી સૌને હમેશાં એક જ પ્રકારની અનુભૂતિ થવાની.

આમ આ લક્ષ્યને તમે ભલે ગમે તે રીતનું નામ આપો, પરંતુ હરેક સાધકે આ વિષયની સાધનાનો આરંભ આત્મસમર્પણથી કરવાનો રહે છે. તમારા લક્ષ્યે પહોંચવા માટેનું પ્રસ્થાનબિંદુ તે આ જ છે, તેમ જ તમારું લક્ષ્ય સાધવા માટેની સૌથી વધુ અસરકારક અને ઝડપી પદ્ધતિ પણ આ જ છે - આત્મસમર્પણ. વળી એ પણ એક હકીકત છે કે તમારી કલ્પનાએ પોતાનું જે ઉચ્ચમાં ઉચ્ચ ધ્યેય નક્કી કર્યું હોય - કેટલાકની બાબતમાં આ ધ્યેય પ્રભુ વિષેના એક વિચારનું રૂપ લે છે તો કેટલાકને માટે તે પૂર્ણતાની એક કલ્પના બની રહે છે - તેને તમે તમારું પૂર્ણ આત્મ-સમર્પણ કરો તેમાં રહેલા આનંદ જેવો પૂર્ણ આનંદ પણ જગતમાં બીજો કોઈ નથી. આ સમર્પણ જો એક અખંડ ઉત્સાહપૂર્વક અને સતત રીતે ચાલુ રહેશે તો પછી એક ક્ષણ એવી આવશે કે જ્યારે તમે, તમે પોતે બાંધેલાં આ વિચારથી ઉપર ચાલ્યા જઈને એક તાત્ત્વિક અનુભૂતિમાં પહોંચશો. એ અનુભૂતિ જો કે શબ્દોથી તો વર્ણવી શકાય તેવી નથી, તોપણ તેનાથી સાધકો ઉપર જે અસર પડે છે તે હમેશાં લગભગ એકસરખી જ હોય છે. તમારું સમર્પણ જેમ જેમ વધુ સંપૂર્ણ, વધુ સમગ્ર થતું જશે, તેમ તેમ તમારા સમર્પણના આ પરમ આરાધ્ય તત્ત્વ સાથે એકરૂપ થવા માટે, તેમાં સંપૂર્ણપણે ઓગળી જવા માટે તમારામાં અભીપ્સા જાગવા લાગશે. એ અભીપ્સા ધીરે ધીરે હરેક પ્રકારના ભેદોને, હરેક પ્રકારનાં વિદ્વનોને જીતી લેશે. અને એ અભીપ્સામાં જો વળી એક આપોઆપ જન્મતો તીવ્ર પ્રેમભાવ ઉમેરાયો હશે તો તો પછી તમારી સાધના સંપૂર્ણ રીતે અવશ્ય સફળ થશે. એની વિજયકૂચને કોઈ પણ રોકી શકશે નહિ.

આ રીતની આધ્યાત્મિક પ્રકારની એકરૂપતા અને અંતરાત્મા સાથેની એકરૂપતા એ બે વચ્ચે એક ખૂબ જ પાયાનો તફાવત રહેલો છે. અંતરાત્મા સાથેનું તાદાત્મ્ય તમે વધુ ને વધુ સ્થાયી પ્રકારનું બનાવી શકો છો, અને અમુક વ્યક્તિઓની બાબતમાં તો એ તાદાત્મ્ય સંપૂર્ણ રીતે કાયમનું થઈ રહે છે. આ તાદાત્મ્યનો સાક્ષાત્કાર કરનાર વ્યક્તિ પછી ગમે તે બાહ્ય પ્રવૃત્તિઓમાં રોકાયેલી રહે તોપણ એ તાદાત્મ્ય તેની પાસેથી કદી ચાલ્યું જતું નથી. અર્થાત્, આ તાદાત્મ્ય માણસને માત્ર ધ્યાનમાં કે એકાગ્રતાની અવસ્થામાં પ્રાપ્ત થાય છે એટલું જ નહિ પણ એની અસર જીવનની અંદર હરેક ક્ષણે, જાગૃત એમ જ નિદ્રાવસ્થામાં પણ અનુભવી શકાય છે.

આધ્યાત્મિક પ્રકારની એકરૂપતામાં આથી ઊલટું બને છે. તમે સર્વ પ્રકારના રૂપમાંથી મુક્ત થઈ જાઓ છો, અને રૂપથી પર રહેલા તત્ત્વ સાથે એકરૂપ થઈ જાઓ એ સ્થિતિ તેના પૂર્ણ સ્વરૂપે લાંબો વખત ટકી શકતી નથી. કારણ કે રૂપથી પર એવા તત્ત્વ સાથે એકરૂપતા સઘાતાં સ્થૂલ રૂપ આપોઆપ જ વિસર્જન પામી જાય છે. કેટલીક સાધનાઓમાં એવી માન્યતા છે કે આ રીતનું પૂર્ણ તાદાત્મ્ય થઈ ગયા પછી વીસ દિવસની અંદર જ માણસનો દેહ પડી જાય છે. પરંતુ આમ થવું જ જોઈએ એમ નથી. આ રીતના તાદાત્મ્યનો અનુભવ માનો કે થોડો વખત જ રહેતો તોપણ તેને લીધે ચેતનાની અંદર એવાં તો પરિણામો આવે છે જે કદી લુપ્ત થતાં નથી તેમ જ વ્યક્તિના સ્વરૂપની આંતર તેમ જ બાહ્ય પ્રકારની સર્વ ભૂમિકાઓ ઉપર તેની અસર થાય છે. વળી, આવી રીતનું તાદાત્મ્ય એક વાર થઈ આવ્યા પછી, એ અનુભવ તમે જ્યારે ઈચ્છો ત્યારે પાછો ફરીથી મેળવી પણ શકો છો. એ માટે માત્ર તમારી પાસે એવું જ્ઞાન હોવું જોઈએ કે જે વડે તમે તમારી જાતને બરાબર એ જ અવસ્થામાં પાછી મૂકી શકો.

જગતમાં એવા માણસો છે કે જેમને આ જગત પ્રત્યે કશું જ આકર્ષણ રહેલું નથી હોતું, એમાંથી તેઓ ચાલ્યા જવા માગતા હોય છે. એવા લોકોને માટે આ રીતે અરૂપ તત્ત્વની અંદર પોતાનો લય કરી દેવો એ ઉત્તમોત્તમ પ્રકારની મુક્તિ બની રહે છે. આવી વ્યક્તિઓને જગતના વર્તમાન સ્વરૂપથી સંતોષ ન થતો હોય તો તેમાં કશું આશ્ચર્ય નથી. પરંતુ જગતમાં બીજા પણ એવા માણસો છે જેમને આ પ્રકારની મુક્તિથી પણ સંતોષ થતો નથી. તેઓ જુએ છે કે વ્યક્તિ પોતે મુક્ત થઈ જાય છે છતાં આ જગત તો જેવું ને તેવું જ રહે છે. જે પરિસ્થિતિના બોજ હેઠળ લોકો રિબાઈ રહેલા છે તેના ઉપર આ લોકોની મુક્તિને લીધે કશી જ અસર નથી પડતી. અને એ જોઈને તેઓ કહે છે કે આ મુક્તિનો જે આનંદ અમારે એકલાએ જ માણવાનો રહે છે તે આનંદ અમારે ખપતો નથી. આ જગતની બહારથી દેખાતી અંધાધૂંધી તેમ જ સર્વવ્યાપી વેદનાની પાછળ અનેક ભવ્ય તત્ત્વો છુપાઈને રહેલાં છે. અને એ મહા તત્ત્વોને ધારણ કરી શકે તેવું એક નવું જગત બને તેનાં સ્વપ્ન તેઓ સેવતા હોય છે. તેમની ભાવના હોય છે કે તેમને પોતાની આંતર અનુભૂતિઓમાં જે અદ્ભુત વસ્તુઓ લાધેલી છે તેનો લાભ બીજાઓને પણ મળે. આવા પુરુષો પોતાની સાધનાના અંતિમ શિખરે જ્યારે પહોંચ્યા હોય છે, ત્યારે પોતાની આ ભાવનાને, પોતાના આ સ્વપ્નને સિદ્ધ કરવાનાં સાધનો પણ તેમના હાથમાં મળી આવેલાં હોય છે.

રૂપોની સૃષ્ટિને પેલે પાર એક નવી શક્તિ આવી રહેલી છે. પૃથ્વી ઉપર હજી નહિ પ્રટેલી એક ચેતનાની શક્તિ આવેલી છે. એ શક્તિને આપણે આમંત્રી શકીએ છીએ. એક શક્તિ

અહીં પ્રગટ થઈને જગતના પ્રવાહને બદલી નાખી શકશે અને એક નવા જગતને અહીં જન્મ આપી શકશે. જગતમાં રહેલી વેદના, અજ્ઞાન અને મૃત્યુના પ્રશ્નનું સાચું નિરાકરણ એ નથી કે વ્યક્તિ પોતાનો આત્મ-વિલોપ સાધીને આ પૃથ્વીની વેદનામાંથી નાસી છૂટે અને અવ્યક્તની અંદર ભળી જાય. અથવા તો આખીયે સૃષ્ટિ પોતાની વેદનામાંથી છૂટવા માટે પોતાના સર્જનહારમાં સદાને માટે આખી ને આખી લય પામી જાય એ પણ આ પ્રશ્નનું ખરું નિરાકરણ નથી. આવી રીતનો લય એ એક શંકાસ્પદ નિરાકરણ છે. આ તો જગતનો રોગ મટાડવાને માટે જગતને પોતાને જ મારી નાખવા જેવું થાય છે. જગતના પ્રશ્નનું સાચું નિરાકરણ છે રૂપાંતર, જગતમાંના જડતત્ત્વની એક સંપૂર્ણ કાયાપલટ. પ્રકૃતિ પોતાની પૂર્ણતા પ્રત્યે આદરેલી ગતિમાં એક ઊંચી ને ઊંચી દિશામાં આરોહણ કરી રહેલી છે. એ આરોહણને જ આપણે હજી આગળ ને આગળ વધારવા જવાનું છે, પૃથ્વી ઉપર એક નવી માનવજાતિનું સર્જન કરવાનું છે. અને એ રીતે આ જગતનું રૂપાંતર, જડતત્ત્વની સંપૂર્ણ કાયાપલટ સાધી શકાશે. અત્યારના માનવ અને પશુની વચ્ચે વિકાસનો જે ફેર રહેલો છે તેવો જ ફેર આ ભાવિની નવી માનવજાતિ અને અત્યારના માનવની વચ્ચે હશે. એ નવી માનવજાતિ પૃથ્વી ઉપર એક નવી શક્તિ, ને એક નવી ચેતનાને, નવા બલને આવીર્ભાવ આપશે. આ ઘટના બનશે ત્યારે જગતમાં એક નવી કેળવણીનો આરંભ થશે. એ કેળવણીને આપણે અતિમનસની કેળવણી કહી શકીશું. એ કેળવણીમાં એક સર્વશક્તિમાન ક્રિયાશક્તિ હશે, અને એ શક્તિ દ્વારા તે વ્યક્તિઓની ચેતના ઉપર કામ કરશે, એટલું જ નહિ, પણ વ્યક્તિઓ જે તત્ત્વની બનેલી છે તે તત્ત્વ ઉપર પણ તે કામ કરશે, માણસો જે પરિસ્થિતિની અંદર જીવી રહેલા છે તે પરિસ્થિતિ ઉપર પણ તે પોતાનું કાર્ય કરશે.

આપણે અત્યાર સુધી જે કેળવણીનો વિચાર કરી ગયા તેની ગતિ નીચેથી ઉપરની દિશા પ્રત્યે થાય છે. આપણા સ્વરૂપના જુદા જુદા ભાગો એક ઊર્ધ્વ આરોહણ સાથે છે. અતિમાનસ કેળવણી આથી ઊલટી રીતે કામ કરશે. તેની ગતિ ઉપરથી નીચે તરફ રહેશે. વ્યક્તિમાં રહેલાં જુદાં જુદાં સ્વરૂપો ઉપર તે પોતાનો પ્રભાવ એક પછી એક વિસ્તારતી જશે અને એમ કરતાં કરતાં તે વ્યક્તિની અંદરનું છેવટનું તત્ત્વ, સ્થૂલ શરીર ત્યાં સુધી પોતાનો પ્રભાવ સ્થાપિત કરશે. વ્યક્તિનું આ છેવટનું રૂપાંતર તો તેની અંદરનાં તત્ત્વો સારું એવું રૂપાંતર પામશે ત્યાર પછી જ આપણે દેખી શકાય તેવી રીતે સિદ્ધ થશે. એટલે અતિમાનસ તત્ત્વની હાજરી અહીં આપણી વચ્ચે છે કે નહિ તેનો નિર્ણય સ્થૂલ દેખાવોને આધારે કરવા બેસવું એમાં ભૂલ થશે. સ્થૂલ શરીરનું રૂપાંતર તો સૌથી છેલ્લે થશે. શારીરિક જીવનની અંદર અતિમાનસ

શક્તિનું કોઈ કાર્ય પ્રગટ રીતે જોઈ શકાય તે પૂર્વે વ્યક્તિની અંદર તે કેટલાયે વખતથી કાર્ય કરતી રહેલી હોય છે.

અર્થાત્ અતિમાનસની કેળવણી માનસ પ્રકૃતિનો ક્રમે ક્રમે વિકાસ સાધી આપશે, તેની ગૂઢ શક્તિઓને તે વધુ ને વધુ વૃદ્ધિ મેળવી આપશે, એટલું જ નહિ પણ તે પ્રકૃતિને પોતાને જ એક નવા રૂપે બદલી આપશે. વ્યક્તિના સારાયે સ્વરૂપનું તે રૂપાંતર કરી આપશે, પૃથ્વી ઉપરની જીવ્યોનિને તે માનવ કરતાંયે ઉપરની અને આગળની અતિમાનવની દિશામાં એક નવું આરોહણ સધાવી અપાશે અને એમ કરતાં કરતાં છેવટે પૃથ્વી ઉપર તે માનવની દિવ્ય જાતિનો આવિર્ભાવ કરશે.

શ્રી માતાજી

હિરણમયેન પાત્રેણ સત્યસ્યાપિહિતં મુખમ્ ।  
તત્ ત્વં પૂષન્નપાવૃણુ સત્યધર્માય દૃષ્ટયે ॥

સાંસારિક માયાના સોનેરી ઝગઝગતા ઢાંકણ વડે  
આત્મારૂપ સત્ય વસ્તુ ઢંકાઈ ગઈ છે.  
હે (સાંસારિક સંપત્તિના અધિષ્ઠાતા દેવ) પૂષા તે ઢાંકણને તમે દૂર કરો,  
કે જેથી અમને સત્ય તત્વનો સાક્ષાત્કાર થાય.

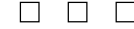
## સૌજન્ય સ્વીકાર

પાઠ્યપુસ્તકની સામગ્રી માટે અમે આભારી છીએ :

- શ્રી અરવિન્દ આશ્રમ ટ્રસ્ટ, પોંડિચેરી
- શ્રી રામકૃષ્ણ આશ્રમ, રાજકોટ
- અદ્વૈત આશ્રમ, પ્રકાશન વિભાગ, કોલકતા
- નવજીવન પ્રકાશન મંદિર, અમદાવાદ
- રવીન્દ્રભવન વિશ્વ ભારતી શાંતિનિકેતન
- ૧. આત્મપ્રકાશ : ચિત્ર - **Love Treasurer**, ઉષા આર. પટેલ, પૃ.૧૭  
પ્રકાશક : શ્રી અરવિન્દ આશ્રમ, પોંડિચેરી, ૧૯૮૫ (ચિત્ર શિર્ષક : સંપાદકો દ્વારા)
- ૨. જીવનનું શાસ્ત્ર; શ્રી માતૃવાણી ગ્રંથ ૧૨ કેળવણી. શ્રી માતાજી; પૃ.૩ થી ૯  
ગુજ. અનુ. : સુંદરમ્, અમીધર ભટ્ટ; પ્રકાશક : શ્રી અરવિન્દ સોસાયટી (શાખા)  
અમદાવાદ. પ્રથમ આવૃત્તિ : ૧૯૮૧.
- ૩. શરીરરૂપ દેખાતું તે આ...; સાવિત્રી-એક પુરાણકથા અને પ્રતીક.  
શ્રી અરવિન્દ ગુજ. અનુ. પૂજાલાલ; પૃ. ૩૯;  
પ્રકાશક : શ્રી અરવિન્દ આશ્રમ, પોંડિચેરી, ત્રીજી આવૃત્તિ : ૨૦૦૧
- ૪. વ્યક્તિત્વ વિકાસ; કેળવણી : સ્વામી વિવેકાનંદ; પૃ. ૧૭  
પ્રકાશક : શ્રી રામકૃષ્ણ આશ્રમ, રાજકોટ; આઠમું સંસ્કરણ ૨૦૦૮
- ૫. મનની શક્તિઓ; સ્વામી વિવેકાનંદ : રાષ્ટ્રને સંબોધન; પૃ. ૨૩  
પ્રકાશક : શ્રી રામકૃષ્ણ આશ્રમ, રાજકોટ.
- ૬. શ્રદ્ધા અને સામર્થ્ય; રાષ્ટ્રને સંબોધન : સ્વામી વિવેકાનંદ; પૃ. ૧૮  
પ્રકાશક : શ્રી રામકૃષ્ણ આશ્રમ, રાજકોટ.

૭. જગતી જીવશે ગુપ્ત પ્રભુને પ્રગટાવવા; સાવિત્રી-એક પુરાણકથા અને પ્રતીક.  
શ્રી અરવિન્દ ગુજ. અનુ. પૂજાલાલ; પૃ. ૧૧૫૧;  
પ્રકાશક : શ્રી અરવિન્દ આશ્રમ, પોંડિચેરી, ત્રીજી આવૃત્તિ : ૨૦૦૧
૮. પ્રાર્થના : માનવજીવનનું અંતરતમ સત્વ; સત્ય એ જ ઈશ્વર છે - ગાંધીજી;  
પૃ. ૪૨ થી ૫૧; નવજીવન પ્રકાશન મંદિર, અમદાવાદ; બારમું પુનર્મુદ્રણ ૨૦૧૦
૯. અખિલ બ્રહ્માંડમાં...; નરસિંહ મહેતા; પૃ. ૧૫૯; આશ્રમ ભજનાવલી;  
પ્રકાશક : નવજીવન પ્રકાશન મંદિર, અમદાવાદ.
૧૦. પ્રાર્થના : ગીતાંજલિ; રવીન્દ્રનાથ ટાગોર; ગુજ.અનુ. મણિશંકર રતનજી ભટ્ટ  
(કાન્ત); પૃ.૩૫; પ્રકાશક : સસ્તુ સાહિત્ય વર્ધક કાર્યાલય, અમદાવાદ;  
૯મી આવૃત્તિ, ૧૯૭૬
૧૧. પ્રાર્થના : એક જ રટણા; સુન્દરમ્; યાત્રા (કાવ્યસંગ્રહ)
૧૨. ભારતના યુવાનોને સાદ; શ્રી અરવિન્દ; ભારતના યૌવનને સાદ;  
ગુજ.અનુ. કાન્તિલાલ જોશી; પ્રકાશક : શ્રીમતી કાશીબેન મણિભાઈ પટેલ ચેરિટી  
ટ્રસ્ટ, પોંડિચેરી; પ્ર.આ. : ૨૦૦૦
૧૩. આધ્યાત્મિકતાને જીવનમાં ઉતારવી : ભારતીય સંસ્કૃતિના પાયા, શ્રી અરવિન્દ;  
અનુવાદ : જયંતીલાલ આચાર્ય; પ્રકાશક : શ્રી અરવિન્દ આશ્રમ, પોંડિચેરી
૧૪. ભારતને શ્રી અરવિન્દનો સંદેશ; પૃ.૫૪-૫૮; ભારતના યૌવનને સાદ; ગુજ.અનુ.  
કાન્તિલાલ જોશી; પ્રકાશક : શ્રીમતી કાશીબેન મણિભાઈ પટેલ ચેરિટી ટ્રસ્ટ,  
પોંડિચેરી; પ્ર.આ. : ૨૦૦૦
૧૫. સાચું અને જીવંત શિક્ષણ : શ્રી અરવિન્દ; પૃ.૪૨૫-૪૨૭; શ્રી અરવિન્દ  
જન્મશતાબ્દી ગ્રંથ-૨૬, અંક-૨૬; પ્રકાશક : શ્રી અરવિન્દ આશ્રમ ટ્રસ્ટ, પોંડિચેરી,  
૧૯૭૨ માંથી અનુવાદ; અનુવાદક : સુન્દરમ્
૧૬. માનવ મન : શ્રી અરવિન્દ; પૃ.૪૦૪-૪૦૬; શ્રી અરવિન્દ જન્મશતાબ્દી ગ્રંથ-  
૨૬, અંક-૨૬, પ્રકાશક : શ્રી અરવિન્દ આશ્રમ ટ્રસ્ટ, પોંડિચેરી, ૧૯૭૨ માંથી  
અનુવાદ; અનુવાદક : સુન્દરમ્

૧૭. કેળવણીનું તત્ત્વજ્ઞાન; કેળવણી : સ્વામી વિવેકાનંદ; પૃ. ૧; પ્રકાશક : શ્રી રામકૃષ્ણ  
આશ્રમ, રાજકોટ-૩૬૦૦૦૧
૧૮. કેળવણીની પદ્ધતિ; કેળવણી : સ્વામી વિવેકાનંદ; પૃ. ૭ થી ૧૪; પ્રકાશક :  
શ્રી રામકૃષ્ણ આશ્રમ, રાજકોટ-૩૬૦૦૦૧; બારમું સંસ્કરણ ૨૦૦૯
૧૯. ચાર તપસ્યાઓ અને ચાર મુક્તિ; માતૃવાણી-૧૨ શ્રી માતાજી. ગુજ.અનુ. સુન્દરમ્,  
શ્રી અમીઘર ભટ્ટ; પૃ. ૫૯ થી ૯૧; પ્રકાશક : શ્રી અરવિન્દ સોસાયટી (શાખા)  
અમદાવાદ. પ્ર.આ. ૧૯૮૧
૨૦. અંતરાત્માની અને આધ્યાત્મિક કેળવણી; માતૃવાણી-૧૨ શ્રી માતાજી. ગુજ.અનુ.  
સુન્દરમ્, શ્રી અમીઘર ભટ્ટ; પૃ. ૩૬-૪૮; પ્રકાશક : શ્રી અરવિન્દ સોસાયટી  
(શાખા) અમદાવાદ. પ્ર.આ. ૧૯૮૧
૨૧. ઇશોપનિષદ; એકાદશ ઉપનિષદ; પૃ. ૧૨-૧૫; પ્રકાશક : સસ્તુ સાહિત્ય વર્ધક  
કાર્યાલય, અમદાવાદ; બીજી આવૃત્તિ, ૨૦૦૩



तेजस्विनौ अधीतम् अस्तु ॥

अभारुं अधयन तेजस्वी थाओ.



सरदार पटेल युनिवर्सिटी

वल्लभ विद्यानगर

गुजरात

भारत