

વિચારોને વિચારી જુઓ



— રામજીભાઈ 'વડીલ'

વિચારોને વિચારી જુઓ



— રામજીભાઈ 'વડીલ'

“વિચારોને વિચારી જુઓ”

— રામજીભાઈ ‘વડીલ’

મો. ૯૯૨૫૪૧૫૧૫૨

પ્રથમ આવૃત્તિ : ૨૦૦૯

મૂલ્ય :- બસ આપ વિચારતા થાવ

પ્રકાશક :-

ગીરીશભાઈ એલ. ચોવટીયા

અમી ડ્રગ્સ,

વડોદરા.

પુસ્તક રીડીંગ :-

બાબુભાઈ એન. વાઘાણી ‘ચિંતક’

લેઝર ટાઈપીંગ એન્ડ પ્રિન્ટીંગ

નર્મદા પ્રિન્ટર્સ,

સુરત. (+૯૧ ૯૯૭૯૪૬૦૫૦૯)

... अपूर्ण ...

प.पु.पिताश्री लींबाबापाना
यरशोभां

II પ્રસ્તાવના II

આ પુસ્તક 'વિચારોને વિચારી જુઓ'ના લેખક શ્રી રામજીભાઈ લીંબાભાઈ વઘાસીયા (વડીલ)નો સંપર્ક ઈ.સ.૧૯૭૮માં થયો ત્યારથી લઈને આજ સુધીના જીવનમાં ચઢાવ ઉતાર આવતા ગયા અને 'વડીલ' ઉતરવા કરતા ચઢાણ વધારે કરતા રહ્યા અને આજે તેઓ માનવને જ્યા પહોંચવું જોઈએ તે ગુઢ અને રહસ્યમય સ્થળે પહોંચવામાં છે કે પછી પહોંચી ગયા છે. સ્પષ્ટ એટલે નથી લખતો કે હું આ મંજીલ છે ત્યા હજુ પહોંચેલ નથી પણ તેનું હલવું, ચલવું, બેસવું, ઉઠવું, બોલવું, ચાલવું, ડોલવું બતાવે છે કે નક્કી આ જીવ ગોળ ચાખી ગયો છે. આ પુસ્તક માંહેના તમામ શબ્દો લેખકના સુવાંગ છે. તેમનું સ્કુલ માંહેનું શિક્ષણ માત્ર ૭ ધોરણ સુધીનું ભલે હોય પરંતુ કેળવાયેલ હોવાના ઝંઘાણ તેમા સાક્ષાત દેખાય છે. ભણેલ ભલે ઓછું છે પણ ગણેલ અમાપ છે. આ જીવડો સંસારના સારા-મોળા તમામ રસોમાંથી પસાર થઈને આજે સુંદર મઝાના ઉપવનમાં વિહરે છે. 'આપ ભલા તો જગ ભલા' વાળી વાત વડીલમાં હું જોઉં છું. વર્ષો પહેલા પોતાનું ગામ આંકોલવાડી, તા. તાલાળા, જી. જુનાગઢના લોકોએ આ જીવડાને 'વડીલ' નામનું તખલ્લુસ આપ્યું અને આ 'વડીલ' પણ એમણે જીવીને લોકો સામે ઘર્યું અને ખરેખર ઘટાટોપ વડલો બન્યા છે. આજે જે કોઈ તેની ઇચ્છામાં જાય કે બેસે તો શીતળતાનો અનુભવ અવશ્ય કરી શકે. આ પુસ્તકમાં વ્યાકરણના નિયમો, સંધિ, સમાસ, વિભક્તિ આદી જોવા મળશે નહી. કારણ કે શિક્ષણથી તેઓ વંચિત રહ્યા છે. પરંતુ તેમના ભાવમાં ઉણપ નથી. પોતાના આંતરીક ઉડાણથી જે કાંઈ આવે છે તેને તેઓ પોતાની ગ્રામિણ અને તળપદી ભાષામાં જે તેને સમજાયુ, અનુભવ્યુ છે તેને શબ્દોના સહારા વડે પીરસવાનો એક નાનકડો પ્રયત્ન કરે છે.

૨૦મી સદીમાં જન્મેલ અને ગામડામાં ઉભડીયા જેમ અભવમાં જીવીને જે માણસ આજે ૨૧મી સદીમાં પોતાના પરિવારને સારી રીતે કોઈપણ અધુરપ વગર પુત્રો-પુત્રવધૂઓ - પૌત્રો અને પૌત્રીઓ લઈને આ વડીલ અને તેના જીવન સંગીની અરૂણાબેન જે પ્રેમથી જીવે છે તે જોઈને આપણને પણ આ પ્રકારનું જીવન જીવવાનો બોધ મળે છે. 'વડીલ'ના એક એક શબ્દ કે વાક્યને જો આપણે પચાવવા કોશિષ કરીશું અને સમજાયા પછી તેને જીવવા પ્રયત્ન કરીશું તો ચોકકસ જ આપણને તેના શબ્દોના બળનો સાક્ષાત્કાર થશે. તેઓ આપણા જીવનમાં આવતા રોડાઓને પણ પગથીયું બનાવીને આગળ કેમ વધવું તે શીખવે છે. અવરોધોને ઢાલ કેમ બનાવવી તેના પણ ઈશારા કરે છે. આ પુસ્તક વાંચીને કોઈને તર્કો પણ ઉભા થાય, દરેક શબ્દ સાથે સહમત હોવું જરૂરી પણ નથી. મતભેદને અવકાશ હોય જ મતભેદ એ માણસ હજુ જીવે છે એનો પુરાવો છે. હું અહીં તેમના અમુક અવતરણો ટાંકું છું.

★ 'સુખની વ્યાખ્યા શું ? દુઃખનો અભાવ કે અંદરથી વહેતી આનંદની લહેર'.

લેખકના ઈશારાથી સમજી શકાય છે કે આપણે ઘણીવાર દુઃખી ન પણ હોઈએ તેવી સ્થિતીએ સુખ નથી પરંતુ જ્યારે અંતરના ઉડાણ માંથી મસ્તીની લહેર ઉઠે છે તે સ્થિતીએ પહોંચીશું તો જ સુખી થઈ શકીએ.

★ જો આપણે જગતને જોવું કે જાણવું હોય તો આપણે પ્રથમ આપણને પોતાને જાણી લેવું પડશે.

જો આપણે આપણને તટસ્થ રીતે જોઈશું ત્યારે જ જગત શું છે ? કેવું છે ? તેનું ખુલ્લું ચિત્ર આપણી સામે આવશે.

★ સુખને જોવાને બદલે દુઃખને જુઓ કારણ કે દુઃખ આપણને નવેસરથી વિચારવા પ્રેરે છે.

જગત ખુબ મોટું છે. ક્યાં ક્યાં ફાંફા મારશો. તમે પોતે જ જગતનો એક હિસ્સો છો તો જગતને જાણવાની કોશિષ કરવા કરતા આપણે આપણને પેલા જાણી લઈએ કે હું કેવો છું ? અને તમે જો સારા હશો તો જગત તમને ક્યાંય ખરાબ નહીં ભાસે અને જો તમારામાં ખરાબી હશે તો તમને જગત ક્યાંયથી સુંદર નહીં દેખાય. સારા કે ખરાબના મુળમાં વ્યક્તિ જ હોય છે જગત તો જગત છે. તેને જાણી જ્ઞાનવાન બનીને જોઈશું તો સારા અને મહાન કામો કરી શકીશું અને ઉંધમાં કે અજ્ઞાન અવસ્થામાં જોઈશું તો તુચ્છ, નબળા અને હલકા કામો થશે. ઈશ્વર વિશે લેખક પોતાનો વિચાર રજૂ કરે છે.

* મારી સમજ મુજબ ઈશ્વર એટલે 'પ્રકૃતિનો નિયમ' જે તે પદાર્થોના ગુણધર્મો હોય છે તે બધા એક નિયમમાં વર્તે છે અને આ વ્યાપેલ નિયમ જ ઈશ્વર હોય તેવું માનું છું.

આ જગતમાં બે સત્તાઓ વ્યાપેલ જોવા મળે છે. એક સત્તા છે જડ જગત અને બીજી સત્તા છે. ચેતન જગત બન્ને સત્તાઓ જડ અને ચેતનને પોતાના ગુણધર્મો છે અને ચોક્કસ નિયમો પણ ધારણ કરેલ છે. જેમ કે પાણીનો નિયમ શીતળ, આગનો ગરમ, પૃથ્વીનો કઠોર, પવનનો મૃદુતા, આકાશનો અનંત હોવું પ્રાણીઓને પીડા નથી ગમતી, ટકી રહેવા ખાવું પડે છે. માનવ પ્રાણીને લઈએ તો પૃથ્વી પરના છ અબજ માનવો પણ એક સરખું જ ઈચ્છે છે.

૧. ભુખ લાગે ત્યારે બધા જ ખોરાક ઈચ્છે છે, છીનવાય તે ગમતું નથી.

૨. અપમાન કોઈને ગમતું નથી.

૩. પીડા કોઈને ગમતી નથી.

૪. ગાળ કોઈને ગમતી નથી.

૫. છેતરાવું કોઈને ગમતું નથી.

૬. ગુલામી કોઈને ગમતી નથી.

જો તમને ખોરાક, માન, અહિંસા, સુશબ્દો, નિષ્કપટ અને સ્વતંત્રતા વગેરે

ગમતુ હોય તો બીજા પ્રાણીઓ પણ આ જ ઈચ્છે છે. તમે જે ઈચ્છો છો તે અન્ય પ્રાણીઓને આપો અને એજ ખરો માનવીય ગુણ છે. અને તમામ જીવોને પણ લાગુ પડે છે. હિંસક પ્રાણીઓ કે કીટ જગતમાં ખાવુ અને ખવાય જવું એ પણ કાનુન છે. બધે જ કાનુન વ્યાપેલ છે અને આ નિયમ જ ઈશ્વર દેખાય છે. નિયમએ કોઈ વ્યક્તિ નથી તે એક શક્તિ, એનર્જીનું સતત વહેવું છે અને જડ કે ચેતન બન્ને માટે સરખુ છે, તટસ્થ છે બસ એ છે તેને તમે નિયમ કે ઈશ્વર કાંઈ જ નામ ન આપો તો પણ તેનું હોવું મટતું નથી કે તેના ગુણધર્મો બદલાતા નથી. જે છે તે છે ઈશ્વર કહો કે અનામ કહો કે કાંઈપણ ન કહો તેથી તે હોવાને કોઈ ફરક પડતો નથી. તમે આ બધુ જાણો છો કે નથી જાણતા તેની સાથે હોવું જે છે તેને કાંઈ લેવા દેવા નથી. તમે જાગો છો ત્યારે તે છે અને ઉંઘમાં હોવ ત્યારે પણ તે છે અને તમે અહીં નહી હોવ ત્યારે પણ તે છે અને તે સદાથી છે. પૃથ્વી કે સુર્ય ન હતા ત્યારે પણ તે તત્વ હતુ. આજે પણ છે તેનો નાશ કે બાળવું, છેદવું, ભીંજવું કંઈ જ સંભવ જણાતુ નથી. બસ તે છે તેને ઈશ્વર કે પ્રકૃતિક કહો. તાઓ કે ગોડ કહો કે ન કહોએ નિયમનું હોવું સમગ્ર બ્રહ્માંડમાં વ્યાપેલ છે. તેને આપણે ઓળખીએ તો આપણું સૌભાગ્ય અને ન ઓળખીએ તો પણ તેને કાંઈ લેવા દેવા નથી. એ નથી ક્યારેય રીજતું કે નથી ખીંજતું એ નથી આપતુ આશીર્વાદ કે શાપ બસ તેનું હોવું સદાથી છે. લેખક એક જગ્યાએ લખે છે કે

★ જે છે તે જો સમજાય જાય તો જે નથી તેને જાણવાની જરૂર ક્યારેય પડવાની નથી. આપણો જે ઝળાપો છે તે અણસમજના કારણે છે.

કેટલો સરસ ઈશારો છે જે છે તે જો સમજાય જાયતો માણસ સુંદર મજાનું જીવી શકે પણ જે નથી તેના માટે ઝૂરે છે અને સતત અભાવમાં જીવે છે આનું કારણ માત્ર સમજનો અભાવ છે. જે મળેલું છે તેને તે માણવું નથી અને નથી મળેલ તેના માટે ઝૂરી ઝૂરીને મરે છે.

★ શીતળતા મેળવવા માનવી કેવી દોટ મુકે છે ? હિમાલય, કુલુ મનાલી કે સીમલા વગેરે હિલસ્ટેશનોમાં જાય છે. પરંતુ મનના ઉદ્વેગો જો સાથે હશે તો ત્યા જઈને પણ તેને શીતળતા ક્યાંથી મળે ?

અમીરો હવા ખાવા હિલસ્ટેશનોમાં જાય છે અને ગરીબો ઘરે બેઠા બેઠા હવા ખાય છે. અમીરો અને ગરીબો બન્નેની સુખ શોધવાની રીત ખોટી છે. આપણે જો અંદરથી શીતળ હોઈશું, ઠરેલા હોઈશું તો રણમાં મીઠી વીરડી જેવો અનુભવ થાય છે. બાકી અંદરથી જો આગ ઝરતી હોય તો બાહ્ય ઠંડો પ્રદેશ પણ આપણને શીતળ બનાવી શકે નહીં .

ધ્યાન વિશે કેટલું સુંદર કહે છે.

★ આપણી અંદર લહેર સ્ફૂરે તો તે ધ્યાન છે. સંગીત મગ્નતાથી સાંભળો છો અને આંખ મિચાઈ જાય તો તે ધ્યાન છે. કોઈપણ ઘટનાથી શરીરમાં મસ્તી આવે અને ડોલે તો ધ્યાન છે. પહાડો, નદી, જંગલ અને પ્રકૃતિના કોઈપણ પ્રાણી, પદાર્થોને જોતા જોતા જો તેમા લીન થઈ જાય અને તમે ત્યારે તમને પણ ભુલી જાય તો સમજો ધ્યાન છે. અને જો સતત ગમા વધવા માંડે અને તમે ડોલવા લાગો તો સમજજો કે તમે ધ્યાનના પંથે છો. ધ્યાન કરવું નથી પડતું થઈ જાય છે.

★ માણસ કપડા, ઘન કે ગાડી, બંગલાથી પોતે ઓળખાય છે. પરંતુ માનવ જો પોતાના હોવાથી કે ગુણોથી જો ઓળખાય તો પછી તેની ઓળખાણ આપવી પડતી નથી.

માણસ પોતાનું હોવું પ્રગટ કરી શકે તો પોતે જ મોટી ખાણ છે જેમા રત્નો જ રત્નો પડેલા છે.

જીંદગી શું છે ? તે સમજવું હોય તો તેના વિશે વાતો કરવાનું બંધ કરો. જીંદગીને જાણી લ્યો, ભરપુર મણી લ્યો, સમજણ પૂર્વક જે આયુષ્ય છે

તેને જીવવા માંડો એની વાતો કરવાનું બંધ કરો જે જે સત્યમાં બેસે છે તેને જીવવા માંડો પછી જ ખબર પડશે આ અજબ જીંદગીની.

★ અનુભૂતિને યાદ રાખવી પડતી નથી. અને જે જે યાદ રાખવું પડે છે તે બતાવે છે કે અનુભૂતિ હજુ થઈ નથી.

અનુભૂતિએ જ્ઞાન છે, માહિતી નથી. ટાંકેલું, લખેલું અને વાંચેલું એ માહિતી છે. જ્ઞાન કદી બોલી શકાતું નથી તે માત્ર જીવી શકાય છે. જે કાંઈ બોલી શકાય કે વાતો કરી શકાય છે તે માહિતી છે. સત્ય, ધર્મ અને જ્ઞાન જે ધારણ કરેલું અનુભવેલું છે તે છે.

★ કોઈપણ ક્રિયા તટસ્થ ભાવે કરો અગર નિહાળો તો તમને મજા આવશે, આનંદની સરવાણી ફુટશે પછી તમે ક્રિકેટ જોતા હોવ કે રાજકારણ કે પછી સંસારીક જગતના દાવપેચ બસ તમે આમા લોપાયમાન થયા વગર માત્ર ઘટનાને દ્રશ્યને જોવાવાળા બીની જાવ, સાક્ષીભાવે જોયા જ કરો.

શું થવું જોઈએ, કેમ થવું જોઈએ એવા આગ્રહ વગર બસ જોયા જ કરો. બસ દ્રષ્ટા જ રહો અને પ્રકૃલ્લિત થઈ જશો.

★ માનવી ભેગુ કરીને એકલો એકલો ખાય તો ઘરાઈ તો ચોકકસ જાય પણ તૃપ્ત તો હળીમળી, વહેંચીને ખાવાથી જ થવાય. પહેલુ ખાવું છે તે શરીર ખાય છે, બીજુ ખાવુ તે છે પ્રકૃલ્લિતતાથી ખાવુ અને પ્રેમરસ પીતા પીતા ખાવું છે.

★ જો આપણે આધ્યાત્મિક માર્ગે ચાલવું હોય તો પ્રથમ આપણામાં બદલાવની જરૂર પડશે.

માનવી ધારે તો ચોકકસ બદલી શકે. માણસ ધારે તો વાધ મારે, પણ મરે તોય કાંઈ ધારે નહી તેનો કોઈ ઉપાય નથી. બસ ધારો શરીર ગંધાય તો ન્હાય લેવું. સુંગધી લેપ મારવાથી અંતરીક દુર્ગંધ જતી નથી. ભુખ લાગે

તો ખાય લેવુ, બગાસુ, ઉઘરસ કે છીંક ખાધે પેટ ન ભરાય.

જેના જીવનમાં સુંગઘ નથી તેવા ખોખલા અને ફોફલા લોકો બહુ સુંગઘ (અંતર કે સેન્ટ) છાંટે છે અને પોતાને છેતરે છે. બનાવટી કાગળના ફુલોથી ક્યારેય ઋતુ આવતી નથી. ઋતુ આવવાથી પુષ્પો ખીલે છે. બનાવટી ફુલો કદાચ માણસને છેતરી શકે કારણ કે માણસ જેમ જેમ પુખ્ત થતો જાય તેમ તેમ પ્રકૃતિથી દુરને દુર જઈ રહ્યો છે. બનાવટી ફુલો પર ક્યારેય પતંગીયા બેસે નહીં કે ભવરો ગુંજે નહીં કે હર્મીગબર્ડ જળુંબે નહીં. ડગલેને પગલે જીવન વિષે ઈશારા થતા રહ્યા છે.

એપીક્યુરસ, ચાર્વાક, મહાવીર, બુદ્ધ વગેરે અનેક વિચારધારમાં ભગવાનનો અસ્વીકાર છે. પરંતુ જીવનનો વિરોધ નથી. જીવનમાં બધુ જ સમાય જાય છે જે જે સમાવું જોઈએ તે બધુ જ અને તેનું કોઈ પ્રમાણ પત્ર આપવાની જરૂર નથી. કેમ કે તમે પોતે જીવન છો તમે પોતે જ જીવનનું પ્રમાણ છો. એટલે પ્રમાણ આપવાની જરૂર રહેતી જ નથી. તમેજ જીવન છો તમે જીવનને નકારી ન શકો, એટલે મનુષ્ય જાતના ઈતિહાસમાં એક પણ એવો વિચારક નથી થયો કે જેણે જીવનને નકાર્યું હોય હજારો લોકો થયા જેણે ભગવાનનો અસ્વીકાર કર્યો છે. પરંતુ જીવનને તમે કેવી રીતે નકારી શકો ? એ જ તો તમારા હૃદયમાં ઘબકી રહ્યું છે તમારા શ્વાસમાં સમાયું છે, તમારી આંખની જ્યોતિ છે એ જ તો તમારા પ્રેમમાં પ્રગટ થઈ રહ્યું છે. પર્વતોમાં, નદીઓમાં બધા વૃક્ષોમાં અને પક્ષીઓમાં હજારો હજારો રૂપોમાં એજ તો ઉત્સવ મનાવી રહ્યું છે.

જો આપણુ શરીર લકવાગ્રસ્ત હોય તો સ્થિર ચાલવા કોઈક ટેકાની (લાકડી)ની જરૂર પડે અને જો આપણું મન લકવાગ્રસ્ત હશે તો તેને પણ સ્થિર રાખવા ટેકાની જરૂર પડે છે. કોઈક આધાર જોઈએ છે. જેમનું મન

સરળ—તરળ અને શાંત છે પોતાના વશમાં છે તેને કોઈ બાહ્ય આધારની જરૂર નથી. પરંતુ જેમનું મન લકવા ગ્રસ્ત છે તેવા જીવોને આ પુસ્તકમાંથી જરૂરી ટેકો મળી પણ જાય. કારણ કે લેખકે આ પુસ્તકમાં મન માટેના ટેકાઓ પાને પાને ખડકી દીધા છે. જેને જે કામનું જણાય તે પકડી લેવું જોઈએ. શરીરનો લકવા મોટાભાગે આ જીવન રહે છે જ્યારે ઉછળતા, કુદતા, મન રૂપી માંકડાને જો માનવ ધારે તો ટેકો આપીને વશમાં કરી શકે અને પછી તેને ટેકાની પણ જરૂર રહેતી નથી ટેકોપણ છોડી દેવો જોઈએ.

નાના બાળકો હોય ત્યારે તેને ચાલવા ઠેલણ ગાડી કે કોઈની આંગળી જોઈએ, છોકરા કે છોકરીઓને રમવું ગમે ઢીંગલા—ઢીંગલી કે ઘર ઘર પણ જેમ જેમ બોધ થતો જાય તેમ તેમ આ બધુ છૂટતુ જાય છે. અને છૂટી જવુ પણ જોઈએ. પુખ્ત થયેલ માણસ પણ શરૂઆતમાં ભગવાન ભગવાન રમે, તેની પુજા કરે, વાધા બદવાવે, ખોટુ ખોટુ તેને ભોજન પીરસે, નવડાવે, સુવડાવે, હિંચકા નાંખે આપણ રમત છે અને રમવી તે ખોટુ નથી. રમો પણ સાથે સાથે મોટા થતા જાવ સાર્થકતા સમજો પછી રમત છૂટી જવી જોઈએ અને વ્યાપેલ પ્રકૃતિને જીવવી જોઈએ તમે પણ તેનો જ અંશ છો.

પંખીઓ કિલ્લો કરે છે, નોંધ નથી લેતા પંખીઓ કે કોઈ જુએ છે કે નહી. સુર્ય ઉદય થાય છે કુકડો બોલે છે, પંખીઓ કિલ્લો કરે છે, નૃત્યુ કરે છે, કોયલ (કોકીલ) કુહુ...કુહુ... બોલે સમગ્ર વન ડોલે ઝરણાં ખળખળ વહે, શીમળીમ શીમળીમ વરસાદ વરસે છે. વિજળી ઝબુકે, ચાંદની રાતમાં આકાશે તારલીયા ટમટમે, મોરલાઓ ટહુકે, ચાતક(બપૈયો) ઘુંકીયો રંગબીરંગી પીછા માંજર કલગી કળાય. બીહડ પહાડીઓની કંદરાયમાં પણ ફુલો પોતાની ગંધ પાથરે, રેલાવે અને ઘાસના ફુલો પણ ઓછા ન ઉતરે, ફુલ તો બસ ફુલ હોય પછી ભલે થોરનું હોય કે ઘાસનું. ઘતુરો કે ગુલાબ તેનો

ગુણધર્મ છે બસ ખીલવું, ગંધ પાથરવી. આ બધુ કોઈના ગમા કે અણગમા માટે થોડું થાય છે. બસ આ એનો મૂળગુણ છે, ધર્મ છે આ તેનું હોવું છે, મહેકવું એ એનો મૂળ સ્વભાવ ધારણ કરેલ છે, ગેહકવાનો સ્વભાવ માણસનો નથી પણ અજ્ઞાન વશ ગેહકવાનો સ્વભાવ બનાવ્યો છે. કુકડા, બતકા, હંસલા, ચકલા, કબુતર, સારસ, પૈંગ્વીન, મેના બધા પોતાના ઠાઠથી હાલે ચાલે બોલે ડોલે વિહરે અને ગાય, રાતરાણી કે દિવસનો રાજા ચંપો કે ચમેલી, ડમરો કે ડોલર, ગુલાબ, કરેણ કે જુહી, ચમેલી, મોગરો, કેવડો, જાસુદ કોઈપણ ફુલ મહેકવું કે ખીલવું ચુકતું નથી. ખીલી મહેકી ઉઠવુ તે તેનો સ્વભાવ છે. માણસનું પણ આવું હોય તો કેવું સારું.

આ પૃથ્વી પર અનેક માનવ ફુલો ખીલ્યા, મહેક્યા અને ડોલ્યા. કબીર, કૃષ્ણ, બુદ્ધ, મહાવીર, નાનક, ઓશો, જે.કૃષ્ણમૂર્તિ, વિમલાતાઈ, બ્રહ્મવેદાંતજી, લાઓત્સે, કન્ફયુસીયસ, ઈસા, મુસા, મુહમ્મદ, અશો જરથુષ્ટ્ર, ગુર્જી એફ, ગાંધી, એડીસન, આઈનસ્ટાઈન, પિકાસો વગેરે આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રે, કલા ક્ષેત્રે, સંગીત ક્ષેત્રે, ચિત્રકારો, મુર્તિકારો, વૈજ્ઞાનિકો, કવિઓ, ગાયકો, ગઝલકારો, ગીતકારો અનેક ફુલો અલગ અલગ ક્ષેત્રમાં થઈ ગયા અને વઈ ગયા પણ આજે તો એની સુગંધ પ્રસરેલી છે તે અનુભવીઓ જ અનુભવી શકે છે. આ પૃથ્વી પર તેઓ એ જે ગંધ ફેલાવી છે તેને લોકો સુગંધ પણ કહે છે અને કહેવાવાળા દુર્ગંધ પણ કહે છે. જે કહે તે બસ ગંધ પ્રસરાવી છે. તેને આપણે જ્ઞાનવાન હોઈએ ત્યારે સુગંધ કહીએ છીએ અને અજ્ઞાનમાં દુર્ગંધ કહીએ છીએ. આપણા નાસપુટ ઉપર આધાર છે સાફ છે કે ભરેલા.

સમગ્ર પૃથ્વી પરના ફળો, ફુલો જેમ જેમ પાકતા જાય તેમ તેમ સુગંધ અને મીઠાસ વધતી જાય છે. હા. તે પકવ થતા પહેલા ખાતા, તુરા કે ફીક્કા હોઈ શકે પણ જેમ જેમ પાકતા જાય તેમ તેમ મીઠા અને સુગંધીત થતા જાય છે. માણસ પણ ઉંમર થતા પાકે તો છે જ પણ ખાટા ભડદા જેવો શું કામ થાય છે ? તે હજુ ખબર નથી. જો તે મહામાનાવો અને ફળ, ફુલો પાસેથી બોધ લે તો બેડો પાર થઈ જાય.

તા.૯/૯/૦૯

બાબુભાઈ એન. વાઘાણી

સુરત-૪.

“લેખકના બે બોલ”

“વિચારોને વિચારી જુઓ” રોજનીશી કે પુસ્તક જે મને મારા રોજના વિચારો આવે છે એ મુજબ મેં લખ્યું છે. આમા જે કાંઈ લખાયેલું છે તે મારા વિચાર મુજબનું છે. એમા કાંઈક કોઈને કામ આવી જાય એવુંય હોય અને, કંઈક કામનું ન પણ હોય. જે કામનું હોય એનો ઉપયોગ કરવો. મારા વિચારોમાં ક્ષતિ હોઈ શકે પણ આ બધુ મારા વિચારોનું જ હોય છે. જ્યારે વિચારોને વિચારીને જોવાનું હોય એમા તો વિવેકથી જ જોવું પડે. કસવું, ઘસવું, મનન કરવું પછી જ વિચારોના વિચારને જોઈ શકાય જેથી કડીશ કે સારા સારને ગ્રહણ કરો, થોથું ઉડાવી દો.

મને જે સ્ફુર્ત્યુ અને સમજાયુ તેને મેં લખ્યુ છે. તે ઉપરાંત મારા સ્નેહીઓ, મિત્રો તેમજ મહાપુરુષોના જીવનના રંગો મને જે જે ગમ્યા તે તે રંગો તેઓ માંથી લઈને આ પુસ્તકરૂપી રંગોળીમાં મારી પીંછી દ્વારા મે પુર્યા છે, પાઠર્યા છે જેથી આ રંગોળી યથા દિપી ઉઠે.

આ સમયે કલરના સહયોગ મિત્રોને યાદ કરવા ગમે છે તેઓને ખબર હોય કે ન હોય મને ખબર છે. મે તેઓના રંગનો કયા કયા ઉપયોગ કર્યો છે. રોજના લેખોને વાંચીને મને પ્રોત્સાહિત કરનાર ‘ચિંતક’ શ્રી બાબુભાઈ વાઘાણી (ચિંતક), શ્રી હૃદયનારાયણ મિશ્રા (P.S.D. દર્શનશાસ્ત્ર), ડૉ. વી. જી. ડાયાણી, ડૉ. બાબુભાઈ ચોથાણી, ડૉ. પોપટભાઈ કોરડીયા, શ્રી અરવિંદભાઈ લખાણી (વિપશ્યનાના સાધક), શ્રી ગણપતભાઈ ઉર્ફે ગુરુ, શ્રી વિદુલભાઈ સંજળીયા, શ્રી ભીમજીભાઈ ટાઢાણી,

શ્રી કાળુભાઈ બલર, શ્રી દાસમામા (મનમંદિર વાળા), શ્રી રામજીભાઈ
 ઝાલાવાડીયા (વકીલ), શ્રી નાથાભાઈ મોવલીયા તથા પંડિત મિશ્રાજી આ
 બધા જ મિત્રોનો હું આભારી છું અને જાગતા મિત્રો મને મળ્યા તેનું મને
 ગૌરવ છે.

હું એક એવા વિચારકનો ટુંકો પરીચય આપવા માંગુ છું. જેનું
 ઉપનામ મોટાભાઈ તરીકે પ્રચલિત છે. એવા શ્રી શંભુગીરીભાઈની વાક્ય
 છટા અદ્ભુત છે. હું જ્યારે મને ન સમજાતા પ્રશ્નોના પોટલા લઈને તેની
 પાસે જતો ત્યારે તેના જવાબો એક વિચારકની જેમ આધ્યાત્મિકમાં વણાઈને
 એક ફીલોસોફરની જેમ મને જવાબો આપતા. તેનાથી હું બહુ જ પ્રભાવિત
 થયો હતો. આ બધી બે પાંચ વર્ષ પહેલાની વાત છે. ત્યારે એમણે જવાબો
 આપ્યા હતા એને હું બરાબર સમજી શક્યો ન હતો. કારણ કે ત્યારે મારી
 પણ એવી ક્ષમતા ન હતી.

મોટાભાઈનો જીવન પ્રવાસ એક બુંદથી સાગર સુધીનો છે. એને હું
 વિસ્તારીને કેવી રીતે લખી શકું. આમ તો એ પોતે પોતાની આત્મકથા લખે
 તો ૪૦૦ થી ૫૦૦ પેજનું પુસ્તક બને તેમ છે. એટલે લખવાને બદલે વંદન
 કરવાનું વધારે ઉચીત રહેશે. એટલે હૃદયપૂર્વક વંદન જ કરવા રહ્યા.

— રામજીભાઈ 'વડીલ'

“ વિચારોને વિચારી જુઓ ”

તા. ૫/૪/૨૦૦૯

આજે વિચારોના વિચારમાં વિચાર કરતાં કરતાં સમજાયું કે જે મારા બાલ અને દાઢી પણ વળગણનાં રૂપમાં કામ કરવા લાગ્યા છે. તો એનો પણ નિકાલ કરવાનો સમય આવી ગયો છે. અને નિકાલ કરી પણ નાંખ્યો. આ તો બાલ-દાઢી હતા અને કાઢી નાંખવામાં કોઈ તકલીફ ન પડી પરંતુ આપણી અંદરનું એવું વળગણ ઘણું બધું પડ્યું છે. જે કામનું ન હોવા છતાં આપણે આપણાથી છોડવા તૈયાર નથી.

જાગરણ જાગવાની ધ્યાનની વગેરે વાતો કરતા હોઈએ છીએ પરંતુ આપણે જ્યારે જોઈએ છીએ જીવીએ છીએ, વાતાવરણ ઉભું કરતાં હોઈએ છીએ છતાં નજર સામેથી પસાર થતા પરીવર્તનને બરોબર સમજી શકતા નથી. જો સમજવાની શરૂઆત થઈ જાય તો પેલા તો આપણી અંદરથી ઉઠતાં નાના નાના પ્રશ્નો નાની નાની મહત્વકાંક્ષાઓ આ બધાને જોવાની શરૂઆત કરી અને ન્યાય આપવા લાગીએ તો પછી આગળ વધાય. જ્યાં સુધી પ્રશ્નો ઉઠતાં રહેશે ત્યાં સુધી જગતની સુંદરતાને કેવીરીતે સમજી શકાશે. આપણી સામેના કોઈપણ જીવ જંતુ કે વસ્તુને બરોબર માણવી હોય તો આપણે બરાબર જાગૃત રહીને તેનામય બનવું પડશે. તો જ સામેની વસ્તુને માણી શકીએ.

હવે, આ બધું વિચારતા હજી કાંઈક વધારે જાણવાની લાલસા જાગે તો સારીવાત છે. પરંતુ ત્યારે આપણે અધુરા પણ હોઈએ એવું ભાન સતત રહેવું જોઈએ.

આપણે ખરેખર કાંઈ પણ કરતા હોઈએ અગર તો જોતા હોઈએ એમા બહારનાં જગતને અંદરના જગતમાં ક્યારેય સાવધ કે સજાગ રહેતા નથી હોતા. પરંતુ કાર્ય રાખેતા મુજબ થતું હોય છે. પણ ક્યારેક તો જોવું કે પતંગીયું અને એના કલર તથા વનરાઈ અને એની ઘટાઓની ગુંચવણ કે સામે મળેલી વ્યક્તિના જીવનની અજંપા ભરેલી મુંજવણ આ બધુ નિરખીને જોવાની શરૂઆત એટલે જાગૃતિ અને જાગૃતિ એટલે ધ્યાન અને ધ્યાન એટલે આપણે આપણી પાસે હાજર અને આપણી પાસે હાજર એટલે વર્તમાન અને વર્તમાન એટલે પૂર્ણતા આથી વિશેષ કાંઈ કરવાનું રહેતું નથી.

આપણી અંદર જ્યાં સુધી બધી વસ્તુની સરખામણી કરવાનું ચાલું રહેશે ત્યાં સુધી આપણે સુખનો અહેસાસ નહિ અનુભવિએ. કારણ કે સરખામણીમાં તો વધ ઘટ રહેવાની જે આપણી ભીતર ગુણાકાર ભાગાકાર કરવા માંડશે. અને દુઃખી થવાની પુરેપુરી સંભાવના છે. માટે જે છે તેમાં પૂરેપૂરા મશગુલ રહો.

માનવી જીવનમાં કાંઈકને કાંઈક શોધતો જ ફરતો હોય છે. ક્યારેક તો એને પોતાને ખબર નથી કે હું શું શોધી રહ્યો છું. જો બહાર ફરતો હોય તો ભૌતિક સુખની શોધ કરતો હોય અને અંદર ફરતો હોય તો આત્મસુખ ગોતતો હોય છે. આમ જોવા જઈએ તો બન્ને બાજુ ગોતતા ગોતતા તેને ખ્યાલ તો આવી જાય કે માનવી બીજાને માટે ક્યારેક કાંઈ કરતો નથી. ધારો કે આપણે કોઈની સામે હસતાં હોઈએ તો એમાંય આપણો સ્વાર્થ હોય છે. સામી વ્યક્તિનું હાસ્ય આપણે જોવું હોય આપણે બીજાને મદદ કરતાં હોઈએ

એમાય આપણો ઈગો પોષવા અગર તો આપણને સંતોષ જોઈતો હોય, આમ તો પ્રકૃતિના નિયમ મુજબ છોડ ઉપર ફૂલ ખીલે છે. તે કેવળ પોતાના માટે ખીલતું હોય છે. પરંતુ અનાયાસ એની સુવાસ બીજાને આવી જતી હોય છે. એટલે આપણે સમજવું જોઈએ કે આપણે પણ આપણી અંદર એવા ફૂલ ખીલાવવા જોઈએ કે એના હોવાથી આજુબાજુના વાતાવરણને ફોરમમય બનાવી શકે.

વર્તમાનમાં રહેનારા માનવી ઉપર ક્યારેય ભય અને ચિંતાના વાદળો જોવા મળતા નથી. કારણ કે તે સમયને પસાર થતો જોવા લાગી જાય છે. માણસને પજવે છે ભુતકાળમાં થઈ ગયેલી ભૂલો અને ભવિષ્યમાં અત્યારે જે કાંઈ છે તે ગુમાવી દેવાનો ડર આ બંનેમાંથી વર્તમાનથી છુટકારો મળે છે.

આમા તો આપણે એટલું જ જોવાનું છે કે એક ઘેટું એમ કહે કે હું મારી ઉનમાં ખોવાય ગયું છું. આ વાત શું વ્યાજબી લાગે ? પરંતુ અત્યારે માનવી પોતાની એવી માયાજાળમાં અટવાય ગયો છે કે જે પોતાનામાંથી નિકળી હોય અને જેમ ઘેટાના વાળ ઉતારી નાંખો અને ઘેટુ છૂટુ દેખાય એવી જ માયાજાળ આપણે છોડી શકીએ એમ હોવાં છતાં છોડતાં નથી. અને રાડો પાડીએ છીએ હું ઉનમાં અટવાય ગયો છું.

આવું બધું તો આપણાં વિચારકો, સંતો, મહંતો અને વેદાંતીઓ વગેરે લખી ગયા છે. અને બધાની સમજાવાની રીતો અલગ અલગ હોય છે. પરંતુ સમજણ તો એક જ હોય છે. છતાં પણ અત્યારે હજુ ઘણા લખે છે. તેનું

જેને જેવું લાગ્યું હોય એવા રૂપમાં લખવાની કોશિષ કરતાં હોય છે.

જ્યારે માનવી કણમાં આખા બ્રહ્માંડને જોઈ શકે છે અને બ્રહ્માંડને કણમાં ફેરવીને જોઈ શકવાની ક્ષમતા ધરાવતો થઈ જાય એટલે નાના મોટા પ્રશ્નો ઓટોમેટિક ખરી પડે.

તા.૭/૪/૨૦૦૯

જો માનવી પોતાના હૃદયની કોમળતા કે કઠોરતા બરાબર નહિ સમજી શકે તો બીજાને ક્યાંથી સમજવાનો. આપણી અંદર ગુરૂ પણ છે. અને ચેલો પણ છે. ગુરૂ એટલે જે કાર્ય કરવું હોય એની સમજણ અને ચેલો એટલે એ થઈ રહેલું કાર્ય, જેવી રીતે જે સમજણ છે, આપણી ન હોય એટલે આંખે પાટા બાંધવા બરોબર છે. માટે સમજણ રૂપી ગુરૂ આપણામાં તૈયાર કરી પછી જ જો જે કાર્ય કરવા માંડશે તો ચોકકસ સફળતા મળશે.

જો માનવીને અમુક એવા ઉચાઈવાળા માનવીનો ભેટો થઈ જાય તો જો તે બરાબર સમજણવાળો હોય તો તેને ગળે બાથભરીને માણવાનું મન થઈ જાય અગર ઓછી સમજણવાળો હોય તો થોડી કદર કરે અને થોડો શંકાશીલ રહે અને જો સાવ સમજણ વગરનો હોય તો તેની નિંદા કરે. અગર તો હાંસી ઉડાવ્યા વગર ન રહે. કારણ કે આ તો સમજણની વાત છે.

જ્યારે આપણામાં સમજણ પેદા થાય ત્યારે ખ્યાલ આવે કે ધર્મ શું ? આ બધા ધર્મ બાબતમાં અગાઉ યુદ્ધ ખેલાયા અને એમા આપણે સાંભળ્યું છે. કે દેવ અને દાનવ વચ્ચે કાયમ ધર્મ બાબતમાં ઝગડા રહેતા હતા. હકીકતમાં તો અત્યારના જે ધર્મ બાબતના ઝગડામાં જો જોઈએ તો ધર્મ જેવું કાંઈ લાગતું નથી. ખાલી ધર્મના નામે આંતકવાદ જ જોવા મળે છે.

જે દેવ દાનવની જે વાતો સાંભળી છે. ખરેખર તો એવું લાગે છે. કે જે આપણામાં આ બન્ને વૃત્તિઓ પડેલી છે તેને જોતા જે વૃત્તિનો વિકાસ થાય એવો માનવી બની જાય માટે પોતાનું નિરક્ષણ કરીને વૃત્તિઓ જોવા માંડે તો સમજમાં થી સમજણ સુધી પહોંચી શકાય.

તા.૮/૪/૨૦૦૯

જે સર્વ વ્યાપી છે. સર્વશક્તિમાન છે. એ કુદરત પરિવર્તનને આપણે સમજવામાં અસમર્થ હોવાથી એને કાંઈ ફેર પડતો નથી. કારણ કે એણે ક્યારેય પાપાચાર, વ્યાભિચાર કે દુરાગ્રહ ક્યારેય રાખ્યા નથી. એણે ક્યારેય પોતે પોતાના ખંભા ઉપર બેસવાનું કર્યું નથી. એણે તો માત્ર આપણે જેવા કર્મ અગર તો કાર્ય કરીએ એના અનુરૂપ ફળ આપવાનું જ કામ કર્યું છે. પરંતુ આપણને જ્યારે આપણા કર્મને અનુસાર જ્યારે પણ કાંઈક સંકટ આવે તો તરત જ કુદરતને દોષ આપવા મંડી જઈએ છીએ. હકકીત તો આ બધું આપણા કર્મનું જ ફળ આપણને મળતું હોય છે.

આપણે ઘણી વખત વાતો કરતાં હોઈએ છીએ કે આકાશ પાતાળ એક કર્યું તોએ કામ ન પત્યું. અગર તો એમ કહેતાં હોઈએ કે અત્યારે મને બોલાવોમાં મારો મગજ આસમાને ચડી ગયો છે. આવી આવી વાતો કરતાં હોવા છતાં આપણે સમજી શકતા નથી કે આખું બ્રહ્માંડ આપણામાં છે જેમ કે પાતાળ એટલે નાભી અને પૃથ્વી એટલે હૃદય અને આકાશ એટલે આપણું મગજ આમ બધાનો તાળો મેળવીએ એટલે આખા બ્રહ્માંડનો તાળો મળી જાય એવું લાગે છે.

આ સંસારમાં તો કાયમ નવું જોવું તથા શીખવાનું હોય છે. શીખવા માટેનું આપણું ધ્યાન ધારદાર હોવું જોઈએ તો ગમે તેવું અટપટુ હોય તોય

સમજી શકાય. જેમ હાથા ભલે મહાકાય હોય અંકુશ ભલે નાનું હોય પણ ધારદાર હોય છે. અંધારૂ ભલે વિકારાળ હોય પરંતુ દિપક નાનો હોય અને પ્રકાશિત હોય તો અંધારાને પણ ભાગવું પડે આવી સમજ જેનામાં હોય તેની સાથે વાતો કરો અગર તો તેને કાંઈક સમજાવવાની કોશિષ કરો તો સાર્થક બને બાકી તો જે માનવી મુર્ખ હોય અને દુઃખી હોય તો તેની સાથે વધારે સમય પસાર કરવાથી શાણો માણસ પણ દુઃખી થઈ જાય છે. માટે સમજદાર માનવી હોય એની સાથે જ આધ્યાત્મિકની ચર્ચા કરવી જોઈએ. કારણ કે જે વ્યક્તિ કાંઈ જાણતી નથી તેને સરળતાથી સમજાવી શકાય. અને જે પુરેપુરૂ જાણતી હોય એને પણ સરળતાથી સમજાવી શકાય. પરંતુ જે મુર્ખ હોય તેમાં ક્યારેય સમય બગાડવો નહિ. મુર્ખ તથા દુષ્ટસ્ત્રી અગર તો સમજતા હોવા છતાં દુઃખનું પોટલું લઈને ફરતા હોય એને આશ્વાસનના બે શબ્દો કહેવાય તો કહેવા પરંતુ દુર રહેવું વધારે હિતાવહ છે.

વેવારીક બાબતમાં દુષ્ટ માનવીનો અભિપ્રાય લેવો કે કટુ વચન બોલવાવાળી સ્ત્રીનો સંગ કરવો કે ધુર્ત સ્વભાવવાળા મિત્ર હોય કે આપણી સામે બોલ બોલ કરે તેવા નોકર આ બધુ નુકશાન કારક છે.

ધન કમાવું જોઈએ અને સંકટ વેળાના કામમાં આવે તેમ બચત પણ કરવી જોઈએ. કારણ કે ધન આપણા જીવનની ઉર્જા છે. પરંતુ એટલી હદે નહિ કે તે આપણા સ્ત્રી બાળકોને પણ કામ ન આવે. કારણ કે સંસાર વેવારના આ આપણા પાયા છે. પરંતુ જ્યારે આપણી પોતાની ઉપર જ્યારે આપણી આવે તો એ બધામાંથી રસ ઉઠાવીને ખાસ પોતાના ઉપર ધ્યાન આપવું જોઈએ.

આમ જોવા જઈએ તો ધન આવી જાય એટલે તકલીફ ઓછી થઈ જાય છે. પરંતુ એ પણ ખ્યાલ રાખવો જોઈએ કે ધન લક્ષ્મી ચંચળ છે. એ

ક્યાંય પણ સ્થિર રહેતી નથી માટે માનવીને જ્યાં સુધી પોતાના હાથ પગ અને શરીર સાથે આપે ત્યાં સુધી કાંઈકને કાંઈક પુરુષાર્થ કરતાં રહેવું જોઈએ. જેથી કરીને સંકટ સમયે ભય ઓછો રહે છે.

બધી પરિસ્થિતિમાં માનવી બરોબર રહી શકે તો જ ઉન્નતી થઈ શકે. માનવી સંસારમાં રહીને ઘણું બધું શીખતો હોય છે. જે આપણે સોંપેલા કાર્ય કરવામાં સફળતાથી કરે તો નોકર ઓળખી શકાય અને દુઃખ આવે ત્યાં ભાઈ કુટુંબ ઓળખી શકાય અને કાંઈ વિપત પડે ત્યારે મિત્રો ઓળખાય જાય અને ઘરમાં ધન ન હોય અને ખાવાના ફાંફા પડે ત્યારે ઘરની સ્ત્રી ઓળખાય જાય આમ આ સંસારમાં ઘણું બધું શીખી શકાય.

માનવીએ કોઈપણ પરિસ્થિતિમાં જોવું, આંધળો વિશ્વાસ કોઈ દિવસ ન કરવો, ખરાબમાં ખરાબ વ્યક્તિમાં સારા ગુણ હોય તો ચોકકસ એ ગુણનો સ્વિકાર કરવો જોઈએ.

જે કોઈ વ્યક્તિના છોકરા કહ્યાગરા હોય અને પત્ની આજ્ઞાકારી હોય અને પોતાને જે મળ્યું છે એમાં સંતોષ હોય એ વ્યક્તિ પૃથ્વી ઉપર પણ સ્વર્ગના જેવા અનુભવથી જીવી શકે છે. કારણ કે આવું ભાગ્યે જ જોવા મળે.

માનવીએ વિશ્વાસરૂપી શત્રુથી કાયમ બચતા રહેવું જોઈએ. જેમ બધી ખાણોમાંથી કાંઈ હિરા નિકળતા નથી. તેમ ગલીએ ગલીએ સજ્જન મળતા નથી માટે સાડા લાગે તેને ગ્રહણ કરવું જોઈએ આવું બધું હર દુકાનમાં મળતું નથી.

તા.૯/૪/૨૦૦૯

સારા ગુણનો તો ખજાનો ભરેલો છે. આપણું ધ્યાન હોવું જોઈએ. ગદેડામાંથી પણ ત્રણ ગુણ મળી શકે છે. પોતાની ઉપર વજન હોય અને

તડકો કે ટાઢ હોય શરીરમાં થાક અનુભવતો હોવા છતાં મસ્તીમાં રહેતો જોવા મળે છે.

ભય દુર છે ત્યાં સુધી તો સમજયા કે ભય છે. પરંતુ જ્યારે ભય માથા પર આવી જાય ત્યારે ભયના ડરથી બેસી ન રહેવાય. એનો સામનો પુરા લગનથી કરવો જોઈએ.

ઓછી સમજવાળાએ પંડીતોની, ગરીબ માનવીએ ધનવાનોની, સારી સ્ત્રીઓએ વેશ્યાની અને સુહાગણોએ વિધવાની અને કદરૂપા માનવીએ સુંદરતાની તુલના ક્યારેય કરવી નહી.

કામનાઓથી વધારે મોટો કોઈ રોગ ન હોય અને મોહથી મોટો કોઈ દુશ્મન ન હોય અને ક્રોધથી મોટો કોઈ અગ્નિ ન હોય અને આત્મજ્ઞાનથી વધારે કોઈ સુખ હોતું નથી માટે જેવી જેની સમજણ એવો ઉપયોગ કરે.

માનવી એકલો જ જન્મ્યો છે. અને એકલોજ મરી જવાનો છે. જે કાંઈ સુખ, દુઃખ, પાપ, પુણ્ય બધુ પોતાને પોતાના કર્મ અનુસાર ભોગવવાનું છે. એટલે કર્મ કરવામાં ખ્યાલ રખાય તો સારૂ અને જ્ઞાન બાજુ વળવું જોઈએ જ્ઞાન પણ કેવું હોવું જોઈએ કે એ બ્રહ્મજ્ઞાન સુધી પહોંચાડી શકે.

નિર્ધન કાયમ ધન ચાહતા હોય છે. અને મનુષ્ય કાયમ સ્વર્ગની કામના રાખતો હોય છે. અને વિદ્વાન કાયમ મોક્ષ ચાહતો હોય છે. આમ તો એવું છે કે જે પોતાની પાસે નથી એની સર્વે કામના કરતા હોય છે. અને જે છે એની કદર નથી કરતાં.

જે આપણે ઘંઘામાં ખોટ કરી હોય અગર તો મનનો કાંઈ સંતાપ હોય, ઘરની આંટીઘૂંટીના દોષો હોય અગર તો કોઈકની સાથે આપણે

છેતરાણાં હોઈએ અગર તો કોઈએ આપણું અપમાન કર્યું હોય એ બધું ચારે બાજું કહ્યાં ન કરવું. સહાનુભૂતિને બદલે બીજું જ મળશે માટે આવી બાબતમાં ચૂપ રહેવું સારું.

જે શક્તિને મેળવવા આપણે મંદિરો ના ચકકર લગાવ્યે છીએ એમા લાકડાની અગર તો લોખંડની ઘાતુની અગર તો પથ્થરની પ્રતિમાઓ છે. એમા શક્તિ ગોતવાને બદલે જે શક્તિ આપણી અંદર પડેલી છે. એને સાથે રાખીને ગોતો તો ચોકકસ પરિણામ સારું આવે.

આપણે જોઈએ આપણા જીવનમાં કે આપણી ચેતનામાં એવું એકપણ સ્થાન નથી કે જેમા સંઘર્ષ ન હોય આપણી સાવ નજીકની વ્યક્તિ કે પાડોશી કે સમાજના બધા સંબંધોમાં સંઘર્ષો રહેલા જ જોવા મળશે. આપણે આપણા જીવનને બારીકાયથી જોઈએ તો જીવનની બધી ક્રિયાઓમાં નાનો—મોટો સંઘર્ષ તો રહેલો જ હોય છે. કારણ કે આપણી અંદર વણાય ગયેલી અદેખાઈ, ઈર્ષ્યા, લોભ, લાલચા આ બધાને હિસાબે સંઘર્ષ આપણને લાગે છે. કારણ કે સમાજની વ્યવસ્થા જ કાંઈક આવી છે.

તા.૧૦/૪/૨૦૦૯

સમય સમયનું કામ કરતો હોય છે. જ્યારે પણ આપણને એવા પ્રશ્ન આવી પડે કે કાંઈક આંટીઘૂંટી આવી પડે ત્યારે આપણે થોડોક સમય માંગતા હોઈએ છીએ. આ સમય માંગવાનું કારણ જ પોતાનામાં સ્થિરતા નથી. જેમ જંગલમાં આપણે જાતા હોઈએ અને રસ્તો ભૂલી જઈએ અને આગળ નિકળી જવાય પછી તો ચારેબાજુ ડુંગરાને વનરાઈ જ એક સરખી દેખાય ત્યારે જેમ આપણે સ્થિર થઈને શાન્ત થઈને હાજર થઈ જવાય તો રસ્તા મળે. એવી જ રીતે ગમે તેવી મુંજવણમાં પોતે હાજર રહીને સ્થિર થઈ જાય તો તેને સમય માંગવો પડતો નથી. પરંતુ તરત જ સમય સમયનું કામ કરી આપે છે.

હવે, આપણે જે સમય માંગતા હતાં તે કયો છે ? તેના વિશે થોડું જાણી લઈએ. જે સમય માંગ્યો છે તે આપણા વિચારો આવ્યા પછી તેને કાર્યમાં જોડી દેવામાં જેટલો સમય લાગે તેને સમય કહીએ છીએ. કારણ કે વિચાર આવે પછી વર્તનમાં મુકવામાં જે અંતર લાગે તેને પછી આપણે આપણી બુદ્ધિ તથા જ્ઞાન વડે સમજવાની કોશિષ તે સમય છે.

પરંતુ જો આપણે ખરેખર વર્તમાનમાં રહી શકતા હોઈએ અને પરિવર્તનને જોવાની ક્ષમતા ધરાવતા હોઈએ તો એને માટે સમય સિમિત થઈ જાય છે. આપણને સુખ વિચારો દ્વારા આવે છે. અને દુઃખ પણ વિચારો દ્વારા આવે છે. માટે વિચારોને વળગવા કરતા જોવા મંડવાથી નથી સુખ રહેતું કે નથી દુઃખ રહેતું એકલો આનંદ જ જોવા મળે છે.

મે 'વિચારોના વિચારમાં' જે પુસ્તક લખ્યું છે. તેમા મારી સમજણ પ્રમાણે જીવન અને મૃત્યુ વિશે લખ્યું છે. સારી રીતે સમજમાં આવે તેથી મે જ્ઞાત વિસર્જન કૃષ્ણમૂર્તિનું શીવલાલ મોદીનું અનુવાદ કરેલું પુસ્તક વાંચતા જે મળ્યું તે આમાં લખું છું.

આપણે મૃત્યુના પ્રશ્નને જો જોઈએ તો કેટલાંક માનવી માટે આ બહુ મોટી સમસ્યા છે. કારણ કે આપણે જાણતા નથી કે મૃત્યુ આપણી બાજુમાં જ ચાલ્યા કરતું હોય છે. જેમ આપણે જીવનને બહુ જ નજીકથી જોતા જોતા પસાર કરતાં હોઈએ છીએ. કારણ કે જે પસાર થઈ રહેલું જીવન એક વસ્તુ બની જાય છે. અને જોવા વાળા આપણે બની જઈએ છીએ. એમ મૃત્યુ પણ આપણી પાસેથી પસાર થાય છે. જો આપણે જેમ જીવન પસાર કરવામાં તકલીફો આવે, મજા આવે તેમ મૃત્યુને જોવામાં પણ આપણને આ બંને ભાવ જોવા મળશે.

આપણે જ્યારે મૃત્યુને જોવા માંડશું ત્યારે મૃત્યુનો અર્થ શું છે ? એ સમજવા આપણે આત્માને ગોતવા માંડશું. અને મરી ગયા પછી શું ? આપણો આત્મા શું ફરી જન્મ લેશે કે કેમ ? વગેરે જોવાની કોશિષ કરવા માંડશું એટલે આપણને ધીરેધીરે સમજમાં આવશે કે આત્મા તો અકાળ છે. તો આપણા શરીર પુરતો જ ભય દુર કરવાનો રહેશે. પેલા તો આત્મા છે. એવી વાતો અગર તો વિચાર આપણને ક્યાંથી આવ્યો. અગર તો કોણે એની અનુભૂતિ કરી છે. એવું વિચારતા થઈશું અને શરીર તથા આત્માને વિખુટા પડવાની જે સ્થિતિ છે તેને આપણે મૃત્યુ શબ્દ આપ્યો છે. અને જે આ મૃત્યુ શબ્દ જ જો ખાલી હોય તો તેનો ડર ઓટોમેટિક ઓછો થતો જાય.

પરંતુ આપણને ખ્યાલ આવે એટલે આપણે મૃત્યુના ભયનો વિચાર બંધ કરવાનું નક્કી કરીએ છીએ. પરંતુ બંધ કરવું એ તો છાના ભય જેવું જ હોય છે. જીવવું અને મરવું આ બન્નેને ખરેખર આપણે છુટા પાડવા પડશે. પરંતુ આ બન્નેને છુટા પાડવાની કડી જ ભય છે.

કારણ કે જીવન જીવવું એ તો રોજની રામાયણ છે. લગભગ જીવન ભય અને ગુંચવાડાથી જ ચાલતું હોય છે. આમા ક્યારેક ક્યારેક આપણે વર્તમાનમાં હોઈએ અને એકાદ સુખની બારી ખુલી જાય અને એકાદ લેરખી આવી જાય આને આપણે જીવન કહેતા હોઈએ છીએ. કારણ કે આપણે આપણા ઘરને કુટુંબને આપણી આબરૂને મોભાને અને શ્રદ્ધાને વળગીને જ જીવન જીવતા હોઈએ છીએ.

માટે સમજી લેવું જોઈએ કે જીવન જીવવું હંમેશા વર્તમાનમાં જ હોય છે. મૃત્યુ તો ભવિષ્યની વાત છે. પરંતુ ક્યારેક તો આપણે આપણને પુછવું જોઈએ કે આ રોજાંદો એટલે કે રોજ ઉઠીને શું સંગ્રામ લઈને ફરીએ છીએ. મૃત્યુ પછી જીવ કે આત્મા અમર છે. એની ખોજની શરૂઆત કરીશું.

આમ જોવા જઈએ તો આપણે ક્ષણ ને ક્ષણ મરતા હોઈએ છીએ. કેમ કે જે ક્ષણ ગઈ તે આપણે જીવીને મૃત્યુ પણ પામી ગયા. કારણ કે ગઈ ક્ષણ ક્યારેય પાછી જીવાતી નથી. એટલે તો ભૂતકાળનું વળગણ હોય એને જ ચિંતા વળગે, જેને ન હોય એ મોજમાં જીવે છે.

આમ તો એવું છે કે આ જીવન મળ્યું છે. એમાના ઘણા ખરાને જીવવાની પૂરી ખબર નથી. અરે જે જીવન પુરું ધ્યાનથી ન જીવી શકે એ મૃત્યુને ક્યાંથી જોઈ શકે અને ક્યાંથી હળવાશ અનુભવિ શકે ?

આપણે મરી ગયા પછી શું થાય છે ? એ જાણવું હોય તો આપણે મરવું પડશે. ભલે દેહથી ન મરો પણ આપણી અંદરનો જે લગાવ હોય અગર તો કડવાશ કોઈકના પ્રત્યે હોય એનો નિકાલ કરો એટલે આપણું મન આપણી એ સમસ્યાઓ, આનંદો, વેદનાઓ બધેથી સંપૂર્ણ ખાલી થઈ જાય એનું નામ મૃત્યુ અને પછી નવજીવન શરૂ થાય અને સમુળગુ પરિવર્તન આવી જાય અને પછી જીવન જીવો.

તા.૧૧/૪/૨૦૦૯

જે સાંભળ્યું છે જીવનમાં, અનુભવ્યું છે. જે જીવન જીવતા હોય અગર તો જે પોતાની પાસે હોય એમાં મસ્ત રહેવાને બદલે જે નથી એનું કાંઈ અસ્તિત્વ નથી. અગર તો હોય તો પ્રકૃતિના પ્રવાહો સાથે વહેતું હોય છે અને કાંઈ સમજાતું ન હોય તેની પાછળ માનવી કાયમ માટે ઝંખતો હોય છે.

પ્રેમને જેટલી વખત શબ્દોમાં લખવાની કોશિષ કરી એટલી વખત કાંઈક જૂઠું જ લખતો હોઈ એવું લાગે છે. કારણ કે પ્રેમ એક ભાવ છે. હવે, આમ જોવા જઈએ તો કોઈ પણ ભાવ શબ્દોમાં લખાતો નથી. કારણ કે પ્રેમ જો આપણામાં પ્રગટ થાય તો તે સર્વ વ્યાપી હોય છે. બાકી તો પ્રેમના નામે લાગણી વેડા અગર તો મતલબથી વધારે કાંઈ હોતું નથી.

પ્રેમના ક્યારેય ભાગ પાડી શકાતા નથી. લાગણી, સ્વાર્થ આ બધુ છુટક છુટક કામ કરતું હોય છે. પ્રેમ કોઈ દિવસ પવિત્ર કે અપવિત્ર હોતો નથી પ્રેમને જો સમજી જવાય તો સારૂ, જગત પણ સમજાય અને અંતર આત્મા પણ સમજાય પછી તો બધી વૃત્તિનો પ્રેમમય ઘોઘ વહેવા માંડે.

બાકી તો બધાએ પોતાની જરૂરીયાત પ્રમાણે સ્વાર્થ મતલબ કે લાગણીવેડાને પ્રેમનું નામ આપીને પ્રમાણિકપણાનો ડોળ કરી કામ કઢાવવા સિવાય કાંઈ કર્યું નથી. પ્રેમ નામની કલ્પનાથી જ આપણી આજુ-બાજુનું વાતાવરણ જો રમ્ય લાગવા માંડતું હોય તો ખરેખર પ્રેમ હોય તો શું થાય એની કલ્પના કરો.

પ્રેમ વિષે લખવાનો વિચાર કરતા હોઈએ તો વિચારે ક્યારેય પ્રેમને ઉત્પન્ન નથી કર્યો, પ્રેમને લખવો કેમ, લખવાની શરૂઆત કરો ત્યાં ભુતકાળ થઈ જાય પ્રેમ તો વર્તમાન છે. વર્તમાન ક્યારેય લખાય નહિ એ ને તો જીવવું જ જોઈએ.

જો આપણામાં પ્રેમનો ભરપુર ખજાનો નહિ હોય તો ક્યારેય આ જગત, આ કુદરત, આ જીવ-જંતુ અરે આ માનવીને પણ ઓળખવામાં અસમર્થ રહીશું. માનવીને ઓળખવાનું એક માત્ર સાધન પ્રેમ છે. પ્રેમના નામે જીવ હિંસા નહિ કરીએ અગર તો કોઈને નુકશાન ન કરવાનું નક્કી કરી લઈએ. આ બધુ કરશું તો અહિંસક તો ચોકકસ બનશું. પરંતુ પ્રેમ તો ઔર વાત છે. પ્રેમ જ્યારે અંદરથી ઉત્પન્ન થાય પછી કાંઈ બાકી રહેતું નથી. કારણ કે કાંઈ બાકી ન રહે એજ પ્રેમ હોય છે.

તા.૧૩/૪/૨૦૦૯

ગઈ કાલ એટલે તા.૧૨/૪/૨૦૦૯ના રોજ હું તથા ડૉ.ડાયાણી, ડૉ.ચોથાણી તથા વિઠ્ઠલભાઈ અમે માંડવીમાં આવેલ તુટેલ પુલની બાજુમાં

આવેલ આશ્રમ અને એમાં અષ્ટાવક ગીતા સારી શૈલીમાં સમજાવતા સ્વામીજીની મુલાકાતે આવ્યા અને એની સમજાવવાની રીતથી પ્રભાવિત થયા અને એમનું પ્રવચન પુરું થયા પછી જે મુલાકાત થઈ અને જ્યારે તેમની સાથે વાર્તાલાપ કર્યો ત્યારની જે એમની સહજતા અમે અદ્ભુત રીતે માણી. માનવી પુરૂષાર્થ કરીને બધું મેળવી શકે. પરંતુ સહજતા તો ભાગ્યે જ કોઈ વિરલા જ મેળવી શકે.

ત્યાં અમે બેઠા હતાં ત્યારે એક જીજ્ઞાશુએ પ્રશ્ન કરેલો કે ગુરૂ એક જ હોવા જોઈએ અને ધર્મ પણ એક જ હોવો જોઈએ એમા તમારું શું કહેવું છે ? આમા એવું છે કે ધર્મ શું છે ? એ તો પેલા સમજવું જોઈએ પછી જ કહેવાય કે ધર્મ એક જ હોવો જોઈએ. અને ગુરૂ એટલે શું એની સમજણ નથી ત્યાં સુધી જ માનવી ગુરૂની વાતો કરતા હોય છે. ગુરૂ કરવા પડતા નથી. ગુરૂ કે જેની પાસેથી કાંઈ નવી સમજ આપવામાં આવે એ એટોમેટિક ગુરૂ થઈ જાય છે. બાકી તો ગુરૂઓ બધા એવા જ હોય છે કે જેમ આપણે મુંબઈ જોવાની ઝંખનાથી મુંબઈ જઈએ અને તેના જાણકાર કોઈ ભાઈ સાથે આપણે જોવા નિકળીએ ત્યારે એ એવા હોય છે. કે આ ભીડભાડવાળું શહેર છે. તેમા અટવાય ન જવાય તેનો મારે પૂરતોખ્યાલ રાખવો પડશે. આપણે ગમે ત્યાં જઈએ તમારે મારી ઉપર જટા છે અને અગર તો ટોપી છે. તેના સામે ધ્યાન રાખીને જ ચાલવાનું. જેથી કરીને તમે ક્યાંય અટવાય ન જાવ. ખરેખર આમ આખું મુંબઈ સુરક્ષિત ફરી આવે. પુરંતુ મુંબઈની રચના કે જે મુંબઈ જોવાની તાલાવેલી લઈને મુંબઈ આવ્યા હતા તે એ મેળવી ન શક્યા. સાથે ચાલવા વાળા ગુરૂ અથવા તેની ટોપી સિવાય કાંઈ જોઈ શકતા નથી એવું મને લાગે છે.

માણસને કડકડીને ભુલ લાગી હોય અને જો એને ભાતભાતના ભોજનવાળી ભોજન શાળા જો મળી જાય અને આપણું પાત્ર ભુખ મુજબનું હોય અને પીરસવા વાળા જ્યારે પીરસવા માંડે ત્યારે એને બરોબર ખ્યાલ રાખવો જોઈએ કે આપણને જે ભાવે છે અને આપણા પાત્રને અનુકુળ હોય એવું જ લેવું જોઈએ. કારણ કે ભોજન શાળામાં તો અનેક જાતની વાનગી હોય છે. ક્યાંક એવું ન બને કે જે ખાવાનું છે તે રહી જાય અને બીજું જ ખવાય જાય જે નુકશાન કર્તુ હોય અને વસવસો રહી જાય આમા તો જોવાનું બસ એટલું જ છે. કે ભુખ્યા હોઈએ અગર તો તડપ હોય તો વાતો તો જગતની અનેક વાનગીની કરી શકાય પરંતુ સુખ તો એમાંજ છે. જે આપણી પાસે છે તેને પુરૂ સમજીને ન્યાય આપી શકીએ.

આમ જોવા જઈએ તો ખરી મુસીબત પ્રશ્નની જ હોય છે. આપણે આપણા પ્રશ્નને બરોબર જોતા નથી. ત્યારે જ સમસ્યા ખડી થાય છે. પ્રશ્ન ઉભો થાય કે તરત જ જો એનું સ્વરૂપ અને કેવી રીતે પ્રશ્ન તૈયાર થયો એને પુરેપુરો જોય અને એનો નિકાલ કરવો જોઈએ. જેથી કરીને આ પ્રશ્ન આપણી અંદર મુળીયા નાંખીને જમાવટ ન કરે. કારણ કે જે પ્રશ્ન આપણી અંદર વધારે સમય રહે એટલો ટાઈમ આપણને નુકશાન કરે છે.

જ્યારે આપણે જંગલોમાં ફરતાં હોઈએ અને તેમાની વનરાઈઓ નિહાળતા હોઈએ અને પવનની લહેરખીનો ઘડી ઘડી અનુભવ કરતાં હોઈએ. ત્યારે ખરેખર મજા આપણને શું કામ આવે છે. ખરબ છે. આનુ કારણ માત્ર આપણી હેયાતિજ હોય છે.

તા.૧૪/૪/૦૯

આપણે કોઈ વાહન ચલાવતા હોઈએ અને ભીડભાડવાળો રસ્તો

હોય અને આગળ જતાં ચાર રસ્તા આવતાં હોય, એટલે જેમ આપણું ધ્યાન ચારે બાજુથી જોતા જોતા એકત્ર થઈ જાય કે કઈ બાજુથી કયું વાહન આવે છે. બરાબર આપણે ચાર રસ્તામાંથી પસાર કરતા હોઈએ. ત્યારે આપણને નડે નહિ અને આપણે પસાર થઈ જઈએ આવું જ સંસારરૂપી રોડ ઉપર આપણા શરીરરૂપી વાહન લઈને આપણે આપણી મંઝીલ સુધી પહોંચવું છે તો સંપૂર્ણ હાજર રહીને પૂરી સાવધાની પૂર્વક ચાલવું પડશે.

વિચારોને જેટલી વખત જોવો અને જેટલી વખત લખો કાંઈક નવું જોવા મળે છે. હવે, આપણો વિચાર કામ કેવી રીતે કરે છે. એ આપણી દિનચર્યા જો જોઈએ તો એમાં આપણને ખ્યાલ આવે કે આપણને કેવા વિચાર આવ્યા અને એમાંથી કેટલાનો ઉપયોગ કર્યો છે. એ જોઈ એ તો આમા કેટલા વિચાર બુદ્ધિ પૂર્વકના હતા કે કેટલા બીન ઉપયોગી હતાં. આમાં આપણી અંદર ઉડે ઉડે કાંઈક એવું પડ્યું છે. તે આપણે સમજી શકતા નથી. એટલે આપણે વિચારને જ સમજવાનો રહ્યો. વિચાર તો આમ જોવા જઈએ તો ભુતકાળના સ્મરણો અને ભવિષ્યની કલ્પના સિવાય વધારે કાંઈ હોય એવું લાગતું નથી.

વિચારને જોતાં સમજમાં આવે છે કે તેને લાગણીઓ સાથે સારો સંબંધ હોય એવું દેખાય છે. આ બંનેને જુદા પાડવાની કોશિષ કરીએ એટલે લાગણીનું મૃત્યુ એટલે તો આપણા દૈનિક જીવનમાં ક્યારેક કંટાળા જેવું લાગે છે.

આમ જોવા જઈએ તો સુખ, દુઃખનું કારણ જ વિચાર હોય એવું લાગે છે. કારણ કે ભુતકાળમાં ભોગવેલા સુખ-દુઃખના કારણે જ અત્યારે સુખની કલ્પનાનો વિચાર કરે છે. અને સાથો સાથ દુઃખને લાવે છે. બારીકાયથી વિચારને જોઈને તેના મૂળ સુધી પહોંચવું પડશે કે આ વિચાર

ક્યાંથી આવે છે. અને સુખ, દુઃખનો અહેસાસ કોણ કરે છે. આ બધો જવાબ વિચાર જ જો આપવાનો હોય તો એને કાંઈ કરવાને બદલે તેની દિનચર્યા જોયા કરવાથી આપણે તેના મુળ સુધી પહોંચી શકી શું.

આપણે વાતો કરતા હોઈએ છીએ કે માનવીને વર્તમાનમાં રહેવું જોઈએ. પરંતુ ભુતકાળ એક એવી બલા છે. કે એને સાધુ, સંત, યોગી કે ત્યાગી કે જ્ઞાની કે ધનવાળા કે ગરીબ હરકોઈ માનવીઓ ભુતકાળના ટોપલા માથે લઈને જ ફરતા હોય છે. એની સાબિતિ માત્ર એટલી જ છે. કે જે કાંઈ જ્ઞાન છે. તે બધુ ભુતકાળ જ છે. એમાં બધા મંત્રો આવી જાય છે. આમા વર્તમાન ક્યાંથી રહ્યો એ બતાવો.

વર્તમાન તો તેને કહેવાય જેને કોઈ દાખલો કે દ્રષ્ટાંત ન હોય કે કાંચ ન હોય તેને વર્તમાન કહેવાય. જે ઘરમાં ઘરનો મોભી અજ્ઞાની અને જીદી હોય તો પોતે તો દુઃખી થાય છે. પણ પાછળનાને પણ દુઃખી કરે છે. ખરેખર તો યુગ પ્રમાણે જે સમયની સાથે ચાલે અને વર્તે તો સુખી થાય અને બીજાને પણ સુખી કરી શકે.

કોઈ પણ ચોટની અસર ક્યારે થાય કે જ્યારે પોતે અનુભવી હોય બાકી અનુભવ વગરનો કોઈપણ બાબતમાં અભિપ્રાય આપવોએ એક મુખામીભર્યું કૃત્ય કર્યા બરાબર છે.

જ્યારે આપણે યાત્રાનો વિચાર કર્યો તો યાત્રા સરળ અને સહજ થાય એટલા માટે ત્રણ વસ્તુનો પૂરો ખ્યાલ હોય અને સહયોગ મળે તો યાત્રા સરળ બને. આ ત્રણ જે છે. એમાંથી એક તો સારો માર્ગદર્શક, બીજો આપણો સહયાત્રી, ત્રીજો તે આપણો યાત્રાનો ભાર છે તેને વહન કરવાવાળો. આવી રીતે જીવનયાત્રામાં ત્રણ છે. તે ભાવ છે, જ્ઞાન છે. અને વિચાર છે. આ ત્રણનો જો સારો સહયોગ મળે તો ચિત્ત દ્વારા આત્મા સુધીની યાત્રા સારી રીતે પાર કરી શકાય એવું લાગે છે.

કર્મના સિધ્ધાંત પ્રમાણે જોઈએ તો જમીન ઉપર જેનું બી પડે એનો છોડ થાય અને એવા ફળ આવે અને એ પ્રમાણે વિકસાવવામાં તથા ફળ આપવામાં પ્રકૃતિ સહકાર આપે છે. આ રીતે તો લગભગ બધા સમજતા હોય છે. પરંતુ જે આપણી અંદર જેમ કે આપણે એક છોડ હોઈએ ભલે પ્રકૃતિગત હોઈએ પરંતુ જેમ છોડને ઉછેરવામાં વાડ કરવી, ખાતર નાંખવું, પાણી પાવું, આ બધું પધ્ધતિ પ્રમાણે કરવામાં આવે તો એ વૃક્ષ ઘટાદાર થાય છે. તેમજ ફળ પણ મોટા તેમજ વધારે પ્રમાણમાં આવે આવી જ રીતે આપણે આપણા છોડ અગર તો ઝાડને જે આપવાનું છે. તે ખરેખર તો આપણા વિચારોને જોઈને જ કાર્ય કરવું જોઈએ કે વિચાર ક્યાંક આપણા મુળિયાને લુણો તો નથી લગાડતોને. એક એક વિચારને એવી રીતે જોવો કે કાર્ય કરતાં પહેલા વિચારો કે આનાથી આપણું તથા બીજાનું કાંઈ નુકશાન તો નથી થતું ને કારણ કે એમાંથી જ કર્મ બંધાતા હોય છે. આ કર્મને એવી રીતે કરો કે જે કરવાથી કર્મો આપણને નુકશાન ન કરે અને પછી આપણે એ ભોગવવા ન પડે. જો વર્તમાનમાં રહેશું તો સુખ આવશે તો પણ તેને વહેતું જોશું અને એનો ગર્વ આપણને નહિ થાય. અને દુખ આવશે તો પણ એને વહેતું જોશું તો માનસિક પીડા નહિ થાય.

આપણને સંવેદના થાય છે તે શરીરને થાય છે. પરંતુ એ સંવેદનાનો અનુભવ મનથી થાય છે. આપણે જોઈએ છીએ કે મન ઉપર કોઈ છાપ પડે તેની સીધી અસર હૃદય ઉપર થાય છે. આમ જોવા જઈએ તો હૃદય એક શરીરનો ભાગ છે. પરંતુ એનો સીધો સંબંધ મન સાથે હોવાથી આપણને એનો પ્રભાવ એવો તો ક્યારે ક્યારેક થાય છે કે હૃદય રોગ સુધી પહોંચી જાય છે.

જ્યારે આપણે આત્મતત્વ સુધી પહોંચવાની તૈયારી કરતાં હોઈએ

અને એમાં ભળી જવા માંગતા હોઈએ ત્યારે આપણામાં સંપૂર્ણ શાન્તી જોઈએ. પરંતુ શાન્તીઆમાં ક્યારે આવે. અત્યારે તો આપણું મન આપણા હિતમાં મહાલતુ હોય અત્યાર સુધી આપણે પાથરેલી આપણી માયાજાળમાં એવા વિંટળાય ગયા હોઈએ છીએ કે મનને કેમ સમજાવવું અને શાન્ત કરવું જ્યાં સુધી આપણામાં વૃત્તિ હશે. અને જો આપણે મૌન રહેવા માંગતા હશું તો આપણે મુગ્ધ થશું. પરંતુ મન મુંગુ નહિ થાય અને મન જ્યારે મુંગુ થશે ત્યારે જ શાન્તીની શરૂઆત થશે.

શાન્તી લગભગ બધાને ગમે છે. પરંતુ શાન્તીમાં રહી શકતા નથી. કારણ કે શાન્તી કોઈ જ્ઞાન નથી. એ તો જ્ઞાન ઉપરની સમજ છે. એની વાતો કરવી બહુ જ ગમે પરંતુ વાતોથી તો કદાચ આપણા જખમને મલમપટ્ટી થાય. અગર તો આપણી આપણે જ ખુશામત કરવી હોય તો થાય બાકી તો જ્યારે બધો અનુભવ, બધુ જ્ઞાન, બધી ફિલોસૂફી આ બધુ ખતમ થાય પછી શાન્તીની શરૂઆત થાય અને શાન્તીની શરૂઆત એટલે તત્ત્વમાં ભળવાનું પ્રયાણ.

આપણા જીવનનો આપણી જીવવાની પદ્ધતિનો સાંસારિક જીવન તથા આધ્યાત્મિક જીવનનો આ બધાનો કોલાહલ એટલો બધો છે કે એને સમજવાની શરૂઆત એટલે શાન્તી બાજુનું પેલું ચરણ.

આગળ વધવાનો નાનકડો પ્રયાસ એટલે નાના ભોંયરામાંથી નિકળી વિશાળ મહાસાગરમાં ખાબકવાની તૈયારી એક બિંદુ જો સિંધુમાં ભળી જાય તો મહાસાગર બની જાય.

તા.૧૬/૪/૨૦૦૯

જ્યારે આપણે આપણી અંદર પુરાભાવથી પોઝિટિવ થઈ જઈએ તો ત્યાર પછી આપણને બ્રહ્માંડની કઈ કઈ શક્તિ આગળ વધવામાં મદદ કરે

છે તેને આપણે જોઈ શકશું અને ત્યારે જ આપણામાં સાક્ષીભાવ આવશે. સાક્ષી આવે એટલે તરત જ આપણને ખ્યાલ આવવા માંડશે કે જે કાંઈ બનાવ બની રહ્યો છે. તે ખરેખર કેવી રીતે બન્યો અને એનું કારણ શું છે ? અને આપણે એ બનાવમાં ઈનવલ થયા વગર જો બરાબર જોયા કરવાથી આ બનાવનું બરાબર નિરક્ષણ કરી શકીશું.

ધ્યાનમાં પણ સાક્ષીભાવની ખાસ જરૂર પડે છે. કારણ કે જ્યારે ધ્યાનમાં બેસો એટલે પેલા તો આપણા વિચારોની અવરજવર વધવાની અને ત્યારે જો આપણે વિચારોની સાથે ઈનવલ થયા વગર અને એને રોક્યા વગર જોયા કરશું તો ધીરેધીરે વિચારનો આવરો જાવરો ધીમો પડતો દેખાશે અને ધ્યાનમાં ધ્યાન આવવા માંડશે માટે જેમ બને તેમ જીવનમાં પોઝિટીવ રહેવાની કોશિષ કરો. બાકી તો માનવી દરરોજ હર ક્ષણ પોતાને છેતરતો હોય તે બીજાને તો ક્યાંથી છોડે ?

પ્રેમ તથા ભાવ જેમ લખાતા નથી એવી જ રીતે અનુભૂતિ પણ લખાતા નથી. પરંતુ તેમ છતાંએ લખવાની હર વિચારકો એ કોશિષ કરી જ છે. કાંઈકને કાંઈક ઉદાહરણો આપીને કહેવું પડે છે. મસ્તીની પળો ગમે તેમ વર્ણવવી પડે છે. જેમ કે આપણે પરિક્ષામાં પાસ થઈએ અને જે હરખ થાય અગર તો લગ્ન કર્યા પછી જે જીવીએ એમા આનંદ થાય અને છોકરા જન્મે એટલે જે આનંદ થાય, નોકરી મળે અગર તો ઘંઘામાં કાંઈક લાભ થાય અને જે આનંદ આવે એ બધાને અનુભૂતિ કહેવાય એવું જ ભૌતિક સુખનું પરીપૂર્ણ થય જાય પછી જે આધ્યાત્મિક બાજુની ખોજ જો શરૂ થાય અને ધીરેધીરે જે કાંઈ સમજાતું જાય અને મજા આવતી જાય એને પણ અનુભૂતિ કહેવાય આવી રીતે આગળ વધતાં વધતાં જે કાંઈ મહેસુસ થવા માંડે અને જો આપણે આપણા મનમાં એ અનુભૂતિની પ્રતિમા જો ન ઘડી હોય તો અનુભૂતિ માણી શકીશું. આમ તો અનુભૂતિ પણ ન રહે એનું નામ અનુભૂતિ છે.

તા.૧૭/૪/૨૦૦૯

સુર્ય ઉગતો હોય એને રાડો પાડવી પડતી નથી કે અંધકાર તુ જતો રહે હું આવી રહ્યો છું. એવી જ રીતે કોઈ ઘનવાનને કહેવું પડતું નથી. મારી ઘન છે. અને હું મોટો ઘનિક છું. એવી જ રીતે બુદ્ધિશાળી માણસે બુદ્ધિનું પ્રદર્શન ક્યારેય કરવું પડતું નથી. અને જે સત્ય છે તેને ક્યારેય કહેવું પડતું નથી કે હું સત્ય છું. પરંતુ જો કોઈ બોલે છે એ એનામાં હોતું નથી. માત્ર ડોળ જ હોય છે. આપણને જો આપણે સમજી લઈએ તો ઓટોમેટિક સામો માણસ સમજાય જાય છે.

હર કોઈ માનવી જ્યારે જ્યારે વિચારે કે હું કાંઈક અધિક શું અથવા મારી સમજણ બીજા કર્તા વધારે છે. ત્યારથી તેની કક્ષા નીચે ઉતરવાની શરૂઆત થઈ જાય છે. માટે પ્રકૃતિને બધું ભળાવી દો એટલે ઓટોમેટિક આપણે જેમ જીવવું છે તેમાં સહકાર મળશે.

આજે લાઓત્સેને વાંચતા એવું લાગ્યું કે હજારો વર્ષ પહેલા આ માનવી આટલી ઉચાઈએથી જોઈ શકવાની ક્ષમતા ધરાવતો હતો, અત્યારે પણ અમુક ટકા માનવી જ આ મહામાનવને સમજવામાં સફળ બની શકે છે.

કારણ કે આમાં જે કાંઈ છે તે માત્ર સંકેતથી સમજી શકે. જેમ તેજઅશ્વ હોય એને ચાબખાની જરૂર ન પડે, આવા જ માણસો આને સમજી શકશે કારણ કે આનો એક એક શબ્દ એવો છે કે આપણી અંદર સુધી અસર કરે છે. આની એકે એક વાત આપણને સાવધાન કેમ રહેવાય અને એનું પરિણામ શું આવે એ બાબતે છે.

જેવી રીતે સિંહ જંગલમાં રહે છે અને મસ્ત રહે છે. ઓછો વધતો શિકાર મળે અગર વરસાદની હેલી કે તાપ આ બધુ કુદરતી રીતે છતાં મસ્ત રહે છે. એવી રીતે પંખી વગેરે બધા મસ્તીમાં રહે છે. એનું કારણ ફક્ત તે મુક્ત હોય છે. એને માટે મુક્તિ જ મહત્વની છે. આમા માનવી પોતાને જોવે

તો એક પણ ખૂણેથી કોઈપણ માનવી જરા પણ મુક્ત નથી.

હવે આપણે બંધનમાં કેમ છીએ તે વિગત વાર જોઈએ. આપણો જ્યારે જન્મ થયો ત્યારે માત્ર આપણી ભાષા જે કહેવાય તે ભાવ હતો. એમાંથી ધીરે રહીને પહેલું બંધન આપણું નામ આપવામાં આવ્યું. કારણ કે જેને નામ આપ્યું છે. તે બંધન થઈ ગયું જેનું નામ નથી એ જ તત્ત્વ મુક્તિ છે. કારણ કે જ્યારથી આપણને નામ આપવામાં આવ્યું એ નામ જ આપણા બંધન યા દુઃખનું મુળ પણ કહી શકાય. કારણ કે ધીરેધીરે આપણું અસ્તિત્વ બંધનમાં આવતું ગયું. અને નામ હાવી થતું ગયું. આપણે ખરેખર દુનિયામાં આવ્યા છીએ. આનંદ અને મસ્તી માણવા. પરંતુ આ પ્રકૃતિની હરિયાળી આપણે કેમ માણી શકશું. કારણ કે આપણું નામ પછી આવે છે. જાત અને ધર્મ, રાજ્ય વગેરેમાં આપણે એવા તો મશગુલ થઈ જઈએ છે કે હું કોણ કે પટેલ રામજીભાઈ લીંબાભાઈ વડીલ, હિંદુ વગેરેથી ભરપુર જોવા મળવા મંડશું. પછી તો ધીરેધીરે બંધન વધારે મજબુત થતું જશે. અને ધન કમાવામાં નામ કમાવામાં એટલા ગળાડૂબ હશું કે આપણને ખબર નહિ પડે. આપણામાં એકને બદલે બે વ્યક્તિ જીવતી જોવા મળશે. આમાં એક વ્યક્તિ કે જે આપણું વાસ્તવિક સ્વરૂપ હોય છે. જે આપણા જન્મ પહેલાનું હોય છે. અને એનું લક્ષ હોય છે કે વિશ્વની અનેક કલા અને કુદરતની કરામતને ભરપુર માણવા સુર્યોદય, સુર્યાસ્ત, નદી, પર્વત, સમુદ્રની લહેરો વગેરેમાં મસ્તી માણવી પ્રેમથી જીવવું અને લોકોમાં પ્રેમ વહેતો કરવો. આ બધું કરતાં કરતાં આપણે કર્તવ્ય પણ કરવું પડે. ધન પણ કમાવું પડે. હવે જ્યારે ધન કમાવાની શરૂઆત કરીએ એટલે તરત જ આપણી અંદર બીજી વ્યક્તિના દર્શનની શરૂઆત થઈ જાય અને નામ તથા જાત, ધર્મ આ બધું આપણને બીજા જ વળગાડી જાય છે. અને એમાંથી જ આપણી અંદર બીજો ફાટો પડે છે. એ છે નામ પછી ધીરે ધીરે આપણે આપણા હોવાપણું સ્વિકારી લઈએ છીએ.

આપણને જે નામ આપ્યું છે. એ નામમાં જીવવાનું ચાલુ કરી દઈએ છીએ. પહેલા તો કોઈ નામ ન હતું કે ન હતો ધર્મ કે જાત પરંતુ આપણે એટલા બધા ખોવાય જઈએ છીએ કે આપણા નામ, જાત કે ધર્મનો ગર્વ કરીને જીવતા થઈ જઈએ છીએ. જે નામ જાત કે ધર્મ આપણા નથી એને માટે આપણે કેવી કેવી તકલીફો ઉઠાવતા ફરતા હોઈએ છીએ. હકીકતમાં આ બધું તો રામજીભાઈનું છે. એની ઈજ્જત વધારવા અગર તો નામના વધારવા અગર તો ધન કમાવા એટલા તો ગળાબુડ થઈ જઈએ છીએ કે આપણે આપણને ઓળખતા પણ નથી. છતાં પણ રામજીભાઈ ઉપર કોઈ તકલીફ આવે તો તરત આપણે દુઃખી થઈ જતા હોઈએ અને રામજીભાઈનું અપમાન પણ આપણે સહન કરી શકતા નથી.

પરંતુ આમને આમ આપણી આખી જીંદગી પસાર થઈ જાય તોય આપણને ખબર પડતી નથી કે હું કોણ છું? અને શા માટે આવ્યો છું. આપણે તો ખરેખર મુક્ત પંખી હતા. અને આ જગતની સુંદરતા માણવા આવ્યા હતા. પરંતુ આ નામની તકતી બચપણમાં આપણી ઉપર લગાડી ત્યારે આપણે કમજોર હતા. પરંતુ જેમ જેમ મોટા થતા ગયા તેમ તેમ નામ જ મોટું થતું ગયું અને આપણી તકલીફો પણ વધી. જો ખરેખર સત્યને જાણવું હોય તો આપણે આપણા નામથી અલગ થવું પડશે. અગર તો અલગ સમજવું પડશે. અને જે કાંઈ સુખ, દુઃખ આવે છે તે ફક્ત નામ ને જ આવે છે એવું માનવું પડશે. તો જ બીજા સ્વરૂપ કે જે આપણે અંતર યાત્રા કહીએ છીએ તે કરી શકીશું અને પીંજરાને તોડીને મુક્ત પંખી બની શકશું.

તા.૧૮/૪/૨૦૦૯

જીવનમાં ન પચે તેવું ખાવું નહિ પરંતુ એમ છતાંય જો ખવાય જાય તો બહુ થાય તો થોડું પેટમાં દુખે અને ઝાડા વાટે નીકળી જાય. પરંતુ આપણી જીભનું શું એ જો ન બોલવાનું બોલી જાય તો એનું પરિણામ બહુ જ વિપરીત

આવે. માટે જીભને સમજવાની કોશિષ કરો આનાથી લગભગ સંસાર જગતના બધા વહેવારની ભાંજગડનો નાશ થશે. અને શાન્તીની શરૂઆત થશે. આવી રીતે જે બહારની ઈન્દ્રિઓ છે. એમાંની એક ઈન્દ્રિય આંખ પણ છે. એની જોવાની પધ્ધતિમાં જો સરળતા આવી જાય અને જે જગતની પ્રકૃતિગત સુંદરતા છે તે જોવાનું ચાલુ કરે તો પણ જીવનમાં ચાર ચાંદ લાગી જાય.

પુષ્કળ કાદવ, કીચડ હોય એમાં ચાલવાનું હોય અને પુરી કાળજી હોય તો આપણે આપણા કપડાંને કાદવથી બચાવી સકીશું. પરંતુ આપણી નાની મોટી મહત્વકાંક્ષાઓને પાર નહિ પાડવાથી આપણા મનને કેવી રીતે કોરૂ રાખી સકીશું એ પણ કાદવ જેવો જ રસ્તો છે. આમા માત્ર થોડો ફેરફાર છે. જેમ કે આપણે ખંભે જે બોજ છે. એને આપણે કાયમ કાઢી નાંખવાનું વિચારતા હોઈએ છીએ પરંતુ અમુક બોજ એવો હોય છે. તે વેઢારવોજ પડે તેમ છે તો આપણે આપણી અંદર એ બોજને ઉચકવાની શક્તિ કેળવવાની કોશિષ કરવી જોઈએ અને ખંભો મજબૂત બનાવવો જોઈએ.

જ્યારે જે કોઈ માનવીમાં જ્ઞાનનો દિવો પ્રગટી જાય પછી ધીર થઈ જવાય છે. આમ છતાંય જો જ્ઞાનનું પ્રદર્શન થઈ જાય તો તે આત્માને દુઃખ દાયક છે. એવું લાગે છે.

જ્યારે કોઈ માનવીથી આવેશની થોડી નબળી પળોમાં ગલત નિર્ણય લેવાય જાય તો એ આપણી વર્ષોની મહેનતને ઘુળઘાણી કરી નાંખે છે.

કોઈ વસ્તુ માટેનો દુરાગ્રહ કોઈ વ્યક્તિ માટેનો પૂર્વગ્રહ અને આપણા વિચાર માટેનો હઠાગ્રહ આ ત્રણે પ્રકારના આગ્રહમાંનો જો એકાદ આગ્રહ આપણામાં રહે તો આપણી ઘણી બધી વ્યવસ્થાને ડામાડોળ કરી નાંખે તેમ છે. આ બધાનું આપણામાં રહેવું અને પાળવું એ બધા મનના ખેલ છે. મનને પુરેપુરું સમજીને આ બધું દુર કરી શકાય તેમ છે. કારણ કે આ

કોઈ બહારની વસ્તુ નથી કે બીજો દુર કરી શકે આ આપણે જ કરવું પડશે.

નડતર, નકામા, નિરર્થક અને નુકસાન કારી દ્રવ્યનું દાન કરવાનું ક્યારે સુજે કે તેમા પ્રલોભનનું જોર હોય બાકી દાનમાં તો ક્યારેય દુઃખ ન હોય, દોષ ન હોય અને કાંઈ સંતાપ ન હોય ત્યારે જ દાનએ દાન કહેવાય છે.

માનવી કાદાય સાગની ઊંડાઈ અગર તો મેરૂ પર્વતની ઊંચાઈ આ બધુ બુધ્ધિથી જાણી શકે છે. પરંતુ આપણા મનની તૃષ્ણાની લંબાઈ, પહોળાઈ, ઊંચાઈ કે ઊંડાણ આમાનું કશું જ આપણે સમજી શકતા નથી આમ છતાં તેને શાન્ત કરવાના બધાય ઉપાય અજમાવતા હોઈએ છીએ.

માનવીએ વિચારો હંમેશા ઉમદા કરવા જોઈએ. કારણ કે નબળો વિચાર પણ આપણી પથારી ફેરવી નાંખતો હોય છે. આપણી પાસે આવા વિચારોનું ગોદામ હોય છે. એનો ખ્યાલ કરો પછી આપણી શું વર્લે થાય તેની ખબર પડે માટે કલ્પનામાં પણ નબળા વિચાર ન આવે એવું વિચારો અને વર્તન કરો.

વખાણવા લાયક કામ કરવાની ક્ષમતા આપણમાં હોયએ સારી વાત છે. પરંતુ જો બીજાએ વખાણવા લાયક કામ કર્યા હોય અને તેને જો આપણે પુરા દિલથી વખાણી શકીએ એ સાવ જુદી જ વાત છે. આવી ક્ષમતા બહુ જ ઓછામાં જોવા મળે છે.

ક્રોધ, વેર અને હિંસા આ ખતરનાક ત્રિપુટી નો જન્મ આપણામાં કેમ થાય છે? તે જાણવું છે તો એના જન્મ દાતા છે આપણી અપેક્ષા, આપણો આવેશ અને મુખ્ય છે અહંકાર આ ત્રણ ઉપરના ત્રણને જન્મ આપે છે.

આ લોભ, લાલચ અને વિકૃતિથી ભરેલા સંસારમાં રાગ કોના

ઉપર કરવો એ જો સમજાતું ન હોય તો દ્વેષ કોના પર કરવો એ ક્યાંથી સમજાય. જો હિરો પથ્થર લાગતો હોય અને પથ્થર હિરા સમાન હોય તો ક્યાંક બાપ બોકડા જેવું વર્તન કરતો હોય અને દિકરો દુશ્મનની જેમ વર્તતો હોય તો રાગ, દ્વેષ કોના ઉપર રાખવો. આ તો સંસાર છે એવી વાતો કરીને સમય પસાર કરવા જેવું ન કરવું. શું આનું નામ સંસાર કોઈ સંબધ સ્થિર નહી, કોઈ સંબધમાં સ્પષ્ટતા નહિ અને કોઈ સંબધમાં શુદ્ધતા નહિ શું આ સંસારને બંધન સમજવું કે મુક્તિ ?

તા.૧૯/૪/૨૦૦૯

આપણે એમ વિચારતા હોઈએ કે આપણને ડાયાબીટીશ છે. માટે ગળ્યું ન ખાવું જોઈએ. પરંતુ ઘણા લોકો એમ કરે છે કે આજે લાડવો ખાઈ લઉં કાલે કારેલા ખાઈને હું બધુ સરભર કરી દઈશ પણ એવું નથી હોતું. કારણ કે હજારો લોકોને લુંટીને, ભોળવીને એનું લઈને ભેગુ કરીને પછી કોઈ મંદિરમાં મોટો ફાળો આપવાથી જેમ કાંઈ ફળ મળવું જોઈતું હોય એ ઉપરના કારેલા જેવું છે. એટલે માનવી એ ખાસ ખ્યાલ રાખવો જોઈએ કે ગુંડાની દોસ્તી વધારીને એની સાથે સાથે આપણે બિઝનેસ વ્યવસ્થિત વિકસાવી ન શકીએ. ધીરેધીરે બુરાઈને છોડતા જાવ એટલે ઓટોમેટિક સારપ આપણામાં પ્રગટ થશે. જેમ પાપ કરવાનું ઓછું કરો એટલે પુણ્યનો ઉદય થાય. આનું સીધુ ગણિત તો એવું છે કે જીવનમાં ન કરવા જેવું જો કર્તા રહે અને ન બોલવા જેવું જે બોલતો રહે અને ન વિચારવા જેવું જે વિચારતો રહે એને પછી ન અનુભવવા જેવું પણ અનુભવવું પડે છે. આવા કામ કરવામાં મન આપણને સહકાર આપે તો ચોકકસ સમજવું જોઈએ કે તે આપણને છેતરે છે. માટે ખાસ ખ્યાલ રાખવો કે ધીમી ગતિ આપણને મંજૂર છે. પરંતુ ખોટી દિશાની દોટ પણ નકામી છે.

વૃત્તિ નિર્મળ બને પછી ધીરેધીરે તર્ક ઓછો થતો જાય છે. આમ

જોવા જઈએ તો તર્ક લંગડા માટે ઘોડી સમાન છે. અને બે પગે ચાલનાર માટે તો બોજથી વધારે કાંઈ નથી.

કેવળ બુદ્ધિ પૂર્વક જીવન પદ્ધતિવાળાને જીવવા માટે તર્કનો સહારો લેવો પડે એ તો સમજાય છે. પરંતુ જીવનને જેને પ્રેમાળ બનાવવું છે. અંતર યાત્રા કરવી છે. એવા લોકોને તો તર્કથી દુર રહેવાય એટલું સારૂ છે.

તર્ક બાબતમાં આપણીજીવન શૈલીમાં થોડો ફેરફાર કરવો પડશે. નાની નાની બાબતોના વિચારનું પૃથ્થુકરણ કરવાની ટેવ સુધારવી પડશે. કારણ કે તર્ક તો બુદ્ધિનો વિષય છે. આપણે તો ચિત્તને આનંદમાં રાખવાનું છે. તર્ક તો લાકડાની ઉપર લગાડેલ સનમાઈકો છે. જો સનમાઈકાની ચમક જોવામાં રહીશું તો એની અંદરના લાકડાને ઉઘઈ ખાય જશે તોય ખબર નહિ પડે તર્કના સહારે કદાચ સામેની વ્યક્તિને મહાત કરી શકશું પરંતુ અંદરથી ખોબલા બનતા જશું એનો ખ્યાલ રાખવો.

નાની નાની વાતો પણ આપણને ઘણું કહી જતી હોય છે. જેમ કે આધ્યાત્મિક જગતમાં મંજીલની જેટલી ચર્ચા છે. એના કરતાં એના માર્ગની કે રસ્તાની વધારે વાતો થતી હોય છે. સિદ્ધી પ્રાપ્ત અંગેની જેટલી વાતો કરીએ છીએ એના કરતાં સાધના અંગેની હજારો ગણી વાતો કરતા હોઈએ છીએ. આપણને ત્યારે જ સવાલ થાય છે કે આમ કેમ ? જ્યાં જવાનું છે એની ચર્ચા ઠીક ઠીક પ્રમાણમાં કરવાને બદલે જે રસ્તે જવાનું છે એની જ વધારે વાતો કેમ. કારણ કે આપણને ખરેખર માર્ગની ખબર હોતી નથી એટલે વધારે માર્ગની જ વાતો કરતાં હોઈએ છીએ. કારણ કે જેનો રસ્તો બરાબર નથી એની સાથે મંજીલની શું વાત કરવી. એની સાથે તો મોક્ષ કે મુક્તિની વાતોને બદલે સમજાવવું પડે કે સમયની સાથે ચાલો, વર્તમાનમાં રહો અને વાણીને મધુર બનાવો. વૃત્તિ નિર્મળ બનાવો તથા વ્યવહારને શુદ્ધ બનાવો. આ બધુ

બરોબર બને પછી જ સાધનાની શરૂઆત થાય છે. અને જો સાધના જ નથી તો પછી સિદ્ધિની તો વાત જ ક્યાં કરવી આ તો તરસ જોર પડકે ત્યારે પછી તો ગંદા પાણીનું ખાબોચીયું હોય તોય પીવા માંડે. પરંતુ જ્યા તરસ જ નથી એને માનસરોવરનું પાણી હોય તોય શું અસર કરે.

જો ખરેખર ધ્યાનરૂપી સાધના જ કરવી હોય તો આપણી પાસે લગભગ ઘણા પાસે અનુકુળતામાં શરીર તંદુરસ્તી તથા મન સાબુત પરીવાર પ્રેમાળ, આર્થિક સ્થિતિ સારી માત્ર ઘટતું હોય તો તે છે તડપ, પ્યાસ જો આ આવી જાય તો પછી તેને કોઈ રોકી નહિ શકે.

આમાં ધ્યાનમાં માત્ર ૨૦ ટકા વ્યવસ્થા તથા ૮૦ ટકા ઉત્સાહની જરૂર હોય છે. કારણ કે જો ઝાડને મોટું કરવું હોય તો તે છાંયડામાં થતું નથી. આને માટે તો તડકો જ કામ આવે છે. એટલે જે છાંયડાના પ્રલોભનમાં જીવે છે તેને માટે ધ્યાન સાધના દુરની વસ્તુ છે.

આપણે જે કાંઈ કાર્ય કરવું છે એનો વિચાર આવે પછી કાર્ય શરૂ કરવાનું છે. તેની વચ્ચેનો જેટલો સમય થોડો એટલી સફળતા વહેલી મળે છે. કાર્ય જાતે કરતાં હોઈએ તો સારી વાત પરંતુ બીજા પાસે કામ લેવાની આવડત તો અધિક વાત છે. કામ કરવાની આવડત આવી જાય તો આપણી અંદર તો ઘણા કાર્યકરો પડ્યા છે. જેમ કે મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત, વિચારો આ બધા આપણું કામ કરવા તત્પર છે. પરંતુ કરાવતા આવડવું જોઈએ.

તા.૨૦/૪/૨૦૦૯

આપણે સાવધાન થવાની જરૂર છે. કારણ કે આપણી અંદર કચરૂ કેમ ભેગુ થાય છે તે જુઓ. આપણા મિત્રો હર વખત કોઈને કોઈ વસ્તુ આપણને આપતા હોય છે. ભલે આપણે તેનો ઉપયોગ ન કરીએ પરંતુ ધીરે ધીરે એ વસ્તુ આપણા અંદરના ભંડકીયામાં ભેગી થતી હોય છે. અને સમય

જતાં એ ધીરે ધીરે સડી જાય છે. અગર તો કટાંઈ જાય છે અને બધી વસ્તુ એવી નડવા માંડે છે કે આપણે આ ઘરમાં રહેવાનું મુશ્કેલ થઈ જાય છે. કહેવાનું એટલું જ છે કે નબળી, નકામી, નુકશાન કરતી વસ્તુ જેમ ઘરમાં ઘર રહેવા લાયક નથી રહેતું એવી જ રીતે નબળા, નકામા અને ખરાબ વિચારો પણ આપણું જીવન ત્રાસ દાયક કરી નાંખે છે.

આધ્યાત્મિક જગતમાં જાવું છે તો થોભો અને વિચારો મનને મજબુત કરો, ચિત્તની સાથે દોસ્તી કરો પછી જ આગળ વધાય. કારણ કે આધ્યાત્મિક જગત એ કાંઈ સીધી સડક જેવું નથી કે ચડચડાત એક ધારૂ ચાલ્યા કરવું. પરંતુ આધ્યાત્મિક તો છે એક ગાંડી નદી જેવું ક્યારેક ખાડા ટેકરાવાળા રસ્તે ચાલતી હોય છે. ક્યારેક કુદકે ભુસકે ચાલતી હોય તો ક્યારેક શાન્ત થતી જોવા મળે છે. તો ક્યારેક રૌદ્ર સ્વરૂપ પણ ધારણ કરે છે. એટલે આવું પણ આધ્યાત્મિક જગતનું છે. જો નદી બની શકવાની ક્ષમતા હોય તો ખાબકો.

આધ્યાત્મિક જગતમાં જવા માટે ઘણું ઘણું ધ્યાનમાં રાખવું પડતું હોય છે. જેમ ગરમી બહુ જ હોય તો તેની સામે લડવાને બદલે પંખો ચાલુ કરી દેવાથી ઠંડક આવી જાય છે. પરંતુ શરીરમાં તાવ પુષ્કળ હોય તો તેની ઉપર ઠંડુ પાણી નાંખવાથી તાવ ખતમ નથી થતો પરંતુ એની સાથે લડવું પડે છે. અને યોગ્ય રીતે તેની માવજત કરવાથી તાવ ઉતરે આમ આધ્યાત્મિક જગતમાં આવી બધી રીતે ધ્યાન રાખવું પડતું હોય છે. ક્યારેક દોષને રવાના કરવા સામે ગુણને લાવી દેવો પડતો હોય છે. ક્યારેક દોષને રવાના કરવા દોષ સાથે લડવું પડતું હોય છે.

સાધનામાં ચાલતાં શીખવું એ બાળકને ચાલતાં શીખવા બરાબર છે. જેમ બાળક ચાલતાં શીખે અને જેમ જેમ પડતો જાય તેમ તેમ તેને પડવાની સંભાવના ઓછી થતી જાય અને ચાલતો થઈ જાય છે. એવી જ રીતે

સાધનામાં પણ જેટલી વખત નિષ્ફળ જવાય તો ય ચાલું રાખવાથી સફળતામાં વધારો થતો જતો હોય છે.

જેમ રજળતું આંખાનું ગોટલું જો કોઈ ખેડૂતના હાથમાં આવી જાય અને એ જમીનમાં વાવી દે અને ખાતર પાણીની પૂરી સંભાળ મળી જાય તો સમય જતાં જેમ મોટું વૃક્ષ બની જાય છે. તેવી જ રીતે જેમ ગોટલાને મોકો મળ્યો અને વૃક્ષ બની ગયું તેમ કોઈ તડપ વાળાને ધ્યાન યોગનો મોકો મળી જાય અને એને પુરેપુરો આત્મ વિશ્વાસનું ખાતર મળી જાય તો એ પણ એ માર્ગે કાંઈક નવી દિશાનું નવું જ બારૂ ખોલી નાંખવાની ક્ષમતા ધરાવતો થય જાય છે.

આધ્યાત્મિક બાજુ વળવુંએ ભલે ક્રિયા હોય અને એ ક્રિયા ભલે દિપક હોય અને આપણે એને જગાવવા આપણામાં વિશ્વાસરૂપી અગ્નિથી ભલે પેટાવી દીધો હોય પરંતુ એને કાયમ જગતો રાખવા માટે તેમા તેલ રૂપી ઉત્સાહની ખાસ જરૂર રહેશે. જેટલો દિવો જાગશે એટલું ધ્યાન આધ્યાત્મિક જગતમાં લાવશે.

ગમે તેટલી બુકો વાંચો અગર તો ગમે તેટલાં પ્રવચનો સાંભળો અગર તો એને ગોખીને કંઠસ્થ કરો બીજાને સંભળાવો પરંતુ જ્યાં સુધી તમે તેને પોતાના જીવનમાં જીવતા નથી શીખ્યા ત્યાં સુધી તો એવું બનશે કે જેમ આપણે કોઈ હલવાયની દુકાને ગયા એની સાથે ચર્ચા કરીને પછી જલેબી કે કોઈ મીઠાઈ ખરીદીને પેકેટમાં પેક કરીને લઈ લીધી અને એ મીઠાઈની વાતો કરતાં રહેશું કે આ મીઠાઈ આવી છે, તેવી છે વગેરે પરંતુ જ્યાં સુધી આપણે પોતે તેને ખાશું નહિ ત્યાં સુધી અનુભૂતિ થવાની નથી. આ એવી વાત છે.

તા.૨૧/૪/૨૦૦૯

આધ્યાત્મિક જગત હોય કે સંસારી જગત હોય આમા બધા જગત

માં જે સમયને નહિ ઓળખે તેને કોઈ કામમાં સિધ્ધિ નહિ મળે કારણ કે જે સમય પસાર થઈ રહ્યો છે એમાં જો આપણને જ્ઞાનની તરસ લાગશે તો આપણે આળસ છોડીને તેને મળવવા દોડીશું. એવી જ રીતે આપણને ખોરાકની જરૂર છે અને ભુખ લાગે એટલે જેમ એ સમયમાં એ તરફ આપણી દોડ છે. એ જ આપણને તૃપ્તી સુધી લઈ જાય પરંતુ જે આળસું છે અને વહી જતાં સમયને ઓળખી નથી શકતા તે પ્રકૃતિના નિયમનું પાલન કરતાં નથી એટલે ખતા ખાવા પડે છે. અને આળસું એ જ છે જે સમયને ઓળખી શકતો નથી.

તા.૨૨/૪/૨૦૦૯

જ્યારે આપણી અંદર જુના ફીટ થઈ ગયેલા કેસટના ડેટાના બટન ઉપર ખબર વગર દબાવાય છે. અને એ ઓટો મેટ્રિક ચાલું થય જાય છે. એને જો જોવાની ક્ષમતા આવી જાય તો એ ડેટા ધીરેધીરે આપણે જો સાક્ષી ભાવે જોવા માંડીએ તો ડીલેટ કરી શકવાની સંભાવના છે. અને સાક્ષીભાવ વગર જો આવી કેસટના બટન ખુલે તો આપણી માનસિક પરિસ્થિતિ ડામાડોળ કરી નાંખે છે. આવું બધુ સામાન્ય જીવનમાં બનતું જ હોય છે. પરંતુ વહેવારોની ગુંચવણોમાં એનો ખ્યાલ રહેતો નથી. એટલે આપણે કહેતા હોઈએ છીએ કે આજે મારો મુડ નથી.

આવા ડેટા આપણામાં નવા ફીટ ન થાય એટલા માટે માત્ર આપણે ભુસતાં રહેવું પડશે પણ આપણી કરૂણતા એ છે કે આપણે ભુસી શકતા નથી. આપણા ઘરમાં રોજાંદા વહેવારમાં થતી સવારની કચકચને આપણે સાંજ સુધી ભૂલી શકતા નથી. અને મનમાં મમળાવતા ફરતા હોઈએ છીએ. આપણાથી થયેલી એક નાની અમથી ભુલને આપણે ભુલી શકતા નથી તેથી કરીને મોટી ભુલોનો જથ્થો ભેગો થતો જતો હોય છે.

આવું બધુ સમજવાની ગહેરાય આપણામાં ક્યારે આવે જ્યારે

આપણા હૃદયની વિશાળતા વ્યાપક બને. જે કાંઈ ખરાબ બને તેને સપના માફક જોઈએ એટલે સાંસારીક જીવનને ખાસ કંઈ અસર થતી નથી.

બીજું સુખી થવું હોય તો જેમ બને તેમ ઓછું બોલો અને કોઈ પણ સવાલ કરે તો તેનો જવાબ ટૂંકમાં તથા તમારો હોય તે જ આપો. સવાલના જવાબને વિસ્તારીને દેવાની કોશિષ એટલે દુઃખી થવાની શરૂઆત.

તા.૨૩/૪/૨૦૦૯

આપણું કુટુંબ સુખી હશે અને સંપ હશે તો ધંધામાં કે સમાજમાં બધે જ સફળતા મળશે. જે વ્યક્તિ ઘરમાં સાર્વજનિક વસ્તુ બની શકે તે જ સુખી કુટુંબ જીવાડી શકે છે.

આપણું મૌન એક ગેરસમજ ઉભી ન કરવું જોઈએ ઓછું બોલવાનો સ્વભાવ સારો છે. પરંતુ જાણી બુજીને ન બોલીએ એથી કુટુંબને તકલીફ થાય એના કરતાં કુટુંબ જીવનમાં નિખાલસતા વધારે હોય તો બોલો તોય શું અને ન બોલો તોય શું ?

હંસની જેમ મોતી તારવતા આવડતું હોય તો તો વાંધો નહિ નહિતર આપણે જોવાનું કે આખા દિવસમાં આપણે કેટલું બોલ્યા એમાથી જેટલું મહત્વનું છે. એ તો ઓટોમેટિક યાદ રહી જશે. બીજાને પકડો નહિ એટલે એ એની મેળે વાતાવરણમાં છું થઈ જશે.

સુખને જોવાને બદલે પહેલા દુઃખને જોવો કારણ કે દુઃખ આપણને નવેસરથી વિચારવા પ્રેરે છે. દુઃખ આપણને નવું જીવન આપે છે. દુઃખ આપણને ઉચેને ઉચે લઈ જવા શક્તિમાન છે. તેથી દુઃખથી કોઈ દિવસ ગભરાવું નહિ. આપણી વિકટ પરિસ્થિતિમાં આપણા મનના બધા દરવાજા ખોલી નાંખવાથી આપણામાં તેની સામે ઝઝમવાના અનેક રસ્તા મળે છે. અને આપણે સુખ સુધી પહોંચી શકવા સમર્થ થઈ જઈએ છીએ.

સફળતામાં લગભગ બધા અંધની જેમ વર્તતા હોય છે. પરંતુ નિષ્ફળતામાં આપણે જો સભાન હોઈએ તો કેટલી બધી બારી ખોલવાનો આપણને અવસર મળતો હોય છે.

દુઃખમાં રોદણાં રડવાનું બંધ કરવું અને મનને મજબુત કરવું કે જે આપણી વિકટ પરિસ્થિતિનો આપણે એકલાએ જ સામનો કરવાનો છે. કોઈની આશામાં પરિસ્થિતિને ચગાવો નહીં. તમે પોતે જ લાગી પડો. જો જો ગમે તેવી પરિસ્થિતિ હશે એ પણ તમારાથી ડરવા લાગશે, ભાગવા માંડશે માટે યા હોમ કરીને ઝંપલાવો.

તા.૨૪/૪/૨૦૦૯

શીતળતા મેળવવા માનવીની કેવી દોટ કે હિમાલયના કુલુમનાલી, સીમલા વગેરેમાં ફરતો હોય છે. એને ક્યાં ખબર છે કે ત્યાં મનનો ઉદ્દેગ સાથે હશે તો કોઈ શીતળતા મળવાની નથી. માટે અંદરની શીતળતાનો ભંડાર ઓળખી જશો પછી તો રણમાં પણ શીતળતા અનુભવશો.

જો ક્રોધને સારી રીતે જોઈ શકો તો જ્ઞાનરૂપી ધન છે. તેનો આપણે વિકાસ કરી સકીશું અને જો મનમાં વધારે નહિ અટવાય તો આપણું જે જ્ઞાન છે. તેને પૂરી રીતે વિકસાવી સકીશું અને તેનું ક્ષેત્રફળ વધારી સકીશું અને આ સંસાર વેવારની માયાને જો બરોબર સમજી લેશું તો જે જ્ઞાન છે. તે જે તે સમયે આપણે તેનો સદ ઉપયોગ કરી શકશું. એમાય જો લોભની વૃત્તિને આપણે પુરી રીતે સમજી લેશું તો તે આપણા જ્ઞાનના ભાવને પણ સારી રીતે લોકોને સમજાવી સકીશું. અને આપણે પણ સમજી શકીશું.

સુખની પળોને મમળાવતા રહેશું અને દુઃખની ફરીયાદ કરતાં રહીશું ત્યાં સુધી ક્યાંથી શાન્તી આવે માટે આ બધાની ઉપર પડદો પાડી દેવો જેથી કરીને શાન્તી આવી શકે. જે બીજાની કોઈપણ આશા રાખતો નથી એને ભલા કોણ ઉદાસ બનાવી શકે. જો ભુતનો વહેમ હોય તો ભુવા તેને ભગાડી શકે પરંતુ જે આપણી અંદર ભય ધર કરી ગયો હોય તેને તો આપણે જ ભગાવવો પડે.

જાંદગીને માનવી કાયમ માટે ટૂંકી ગણતો હોય છે. કારણ કે જીવવા માટે માથાકુટ તથા જાંઁખમાંથી ઉચો નથી આવતો. જો જાંદગીને મધુર તથા રસભર જીવવી હોય તો જાંઁખ ઓછી કરવા માંડો.

જાંદગીમાં નકરૂ વકીલની જેમ જીવવું અને વર્તવું ભલે તેમા કોઈને છોડાવી શકાય પરંતુ કોઈને ફસાવવાની પણ પુરી સંભાવના પડેલી છે. પરંતુ થોડા ગુણ 'વડીલ' જેવા પણ આપણામાં હોય તો એ કોઈને ભલે બચાવી ન શકે તો ડુબાડે તો નહિ જ કારણ કે વડીલ એક વડલા જેવા હોય છે. તે બધાને એક સરખી પોતાની છત્ર છાયા આપતો હોય છે.

તા.૨૫/૪/૨૦૦૯

અંદરથી સુખ આપણને ક્યારે થાય કે જ્યારે આપણે કોઈને સુખી જોઈ શકીએ અને કરી શકીએ ત્યારે, કારણ કે જે આપણે જોતું હોય અગર તો આપવું હોય તે પેલા તો આપણી અંદરથી જ પેદા થાય છે. એ બરાબર સમજવું જોઈએ.

માનવીના મનનું જ્યારે છીછરાંપણું ક્યારે ઓછું થાય કે જ્યારે મનના વિચારોને વેગ મળે અને સાથે સાથે મનની ગહેરાઈ પણ દરીયા જેવી થવા માંડે અને તરંગોનો વિકાસ થાય જેમ વિચારો તરંગો લાંબા અને મોટા થતાં જાય તેમ નાનાં નાનાં વિચારો પજવતાં બંધ થાય અને સાથે સાથે જેમ સાગરમાં પવન વહેવા માંડે અને એના સામે કોઈ અવરોધ ન મળે તેમ તેમ સાગરના તરંગો અને મોજા મોટા થતાં હોય. એમ એમ જો આપણને જોવાની મજા આવતી જાય તો અવિરત સાગરના મોજાની લહેર માણવાનો આનંદ કાયમી થય જાય છે.

તા.૨૬/૪/૨૦૦૯

આપણને જીજ્ઞાસા, ભય, ચિંતા વગેરે રહે છે. કારણ કે આપણને ખબર નથી કે હવે પછી શું થવાનું છે. જેમ આપણે કોઈ ટ્રેનમાં બેઠા હોઈએ અને પહેલી વખત જતાં હોઈએ અને આપણને ખબર ન હોય કે આના પછી

ક્યું સ્ટેશન આવશે અને આપણે આપણા મુકામે કેટલા સમયે પહોચીશું આ ખબર હોતી નથી. એટલે જ મુસીબત ચિંતા, તાલાવેલી વગેરે ભાવો ઉઠતા હોય છે. પરંતુ જો આપણને ખબર પડી જાય કે આપણા મુકામ પહેલા કેટલા સ્ટેશન આવશે અને ત્યાં પહોચવામાં કેટલો સમય લાગશે તો આપણે નિરાંતપણે ટ્રેનમાં ફરીશું પછી તો કાંઈ રાહ જોવાની જરૂર પડતી નથી. આવું નિશ્ચિતપથ ક્યારે આવે કે જો પેલી વખત જઈને આવ્યા હોય એની યાદ હોય તો અગર તો કોઈ જાણકાર પાસેથી આપણી અંદરની જાણકારીને વિકસાવી હોય અને આપણને એવો ખ્યાલ આવી જાય તો આ બની શકે અને બાકીના સ્ટેશનો સુધી મસ્ત રહી શકાય.

ટ્રેનમાં બેઠા પછી ઉતરવાના છેલા સ્ટેશન સુધીનો ગાળો એ જીવન છે. આમ જોવા જઈએ તો ટ્રેનમાં બેઠા પછી આપણે કાંઈ કરવાનું રહેતું નથી. પરંતુ સીટ સંબંધો વિકસાવવા જેવું ઘણું બધું કરતાં હોઈએ છીએ. એવી જ રીતે જીવનમાં કાંઈક બનવું છે તો આપણે જ એની તૈયારી કરવી પડશે. ડોક્ટર થવું હોય તો પરીક્ષાઓ આપી નિયમિત પ્રકેટીસ કરવી પડે, બિઝનેશમેન બનવું હોય તો ઘંઘામાં ગળાડુબ રહેવું પડે અને આ બધું થઈ જાય પછી મસ્તીમાં જીવતા હોય છે. પરંતુ ઓચિંતાનો કોઈ અકસ્માત થાય અગર તો ઘંઘામાં કાંઈક ખોટ અગર તો વ્હાલી વસ્તુ ઈનવાય જાય ત્યારે આપણને ખ્યાલ આવે કે આ બધું શું છે. આમ તો ક્યારેક બધું જતું રહે તેની પણ ખબર પડતી નથી. ત્યારે અંદરથી કાંઈક અવાજ આવે કે આના સિવાય શાન્તી માટેનું કાંઈક બીજું પણ છે. આવા અવાજો ક્યારેક ક્યારેક આવતાં હોય છે. પરંતુ આપણે પુરું ધ્યાન આપતા નથી. ક્યારેક સારા પુસ્તક ઉપર નજર થાય અને એમાં બીજું કાંઈક છે. એવું વાંચવા મળે અગર તો કોઈ માનવી પાસેથી જાણવા મળે પછી ધીરેધીરે એ બાજું ધ્યાન ખેંચાય અને જો પુરી તડપ ઉભી થાય તો એ બીજું શું છે. એની જાણકારી પ્રકૃતિ પુરી પાડે છે.

તા.૨૭/૪૨૦૦૯

આપણે બહારની વસ્તુ જોઈ શકીએ છીએ શું કામે ખબર છે. પ્રકાશ છે એટલા માટે ભલે એ પ્રકાશ સૂર્યનો હોય કે ચાંદનો હોય કે પછી ઈલેક્ટ્રીકનો હોય મતલબમાં પ્રકાશ હોય તો જ બધું જોઈ શકાય એવી જ રીતે આપણી ભીતર પણ પ્રકાશની જરૂર છે. ભલે પછી સૂર્ય ચાંદની જેમ ઓટોમેટિક અંદર મળતો પ્રકાશની કોઈ કળ આપણામાં આવી જાય પછી જેમ કહેવત છે કે ભાઈ તેને તો આઠે કોઠે દિવા થય ગયા છે. આ કહેવત પેલા તો સમજાતી ન હતી. પરંતુ આવું બને પણ છે. કોશિષ ચાલુ રાખવી, અશક્ય કાંઈ નથી.

તા.૨૮/૪/૨૦૦૯

આપણી અંદર જે કાંઈ ઝઝાંવંત છે જે ધીમેધીમે સળગી રહ્યું છે. અગર તો ધુંધવાય રહ્યું છે. તેને કદાચ આપણે ઠારી શકીએ નહી તો કાંઈ નહી પરંતુ અંદર એને સંકોરવાની કોશિષ ન કરો. એટલે ધીરે ધીરે સમય જતાં ઓટોમેટિક શાન્ત પડી જશે. મારા મિત્ર નાથાભાઈ એક વખત એમ કહેતા કે આપણી અંદર જે ડુચો પડેલો છે એને કાઢવાની નવરાય ન હોય તો કાંઈ નહિ પરંતુ વધારે શું કામ નાંખો છો.

આપણે આપણી આંખો બંધ કરીને સ્થિર થઈને રોજ નિયમિત આપણી અંદર જોવું અને ગોતવું કે આપણે જન્મ્યા તે છે કે કાંઈ ફેર પડતો ગયો છે અને ફેર પડ્યો તો તે શું છે. આ જો ફેર પડ્યો છે એ જો સમજાય તો પેલા આપણે શું છે તે સમજાય અને એજ તત્વ છે તે આત્મા છે. એવું લાગે છે

આપણી અંદરના તત્વને આપણે ભુલી જઈએ છીએ અને પછી ધીરે ધીરે આપણામાં સદ્ગુણ આવતા જાય છે. અને સદ્ગુણ સંસાર વ્યવહારમાં સારી વાત છે. પરંતુ આધ્યાત્મિક બાબતમાં આપણાથી દુર કરવાની વસ્તુ છે. સદ્ગુણ અને દુરગુણ આ બે વસ્તુ આપણને અનીચિત કરવા પ્રેરે છે. જે

પ્રકૃતિ વિરુદ્ધનું હોય છે. અને ધીરે ધીરે પોતાની ઉપરથી પણ ભરોસો ઓછો થતો જાય છે. કારણ કે સદ્ગુણ છે તે બહારથી આપણામાં ફીટ થતા હોય છે.

જ્યારે આપણે દિવ્ય દ્રષ્ટિની વાતો કરતાં હોઈએ છીએ અને દીર્ઘ દ્રષ્ટિની પણ સાથો સાથ વાતો કરતા હોઈએ છીએ એ બન્ને દ્રષ્ટિ આપણી બની શકે છે. પરંતુ તેની શરૂઆત તો જે નજીકની વસ્તુ આપણી પાસે છે તેને બરોબર જોઈ શકે અને સમજી શકે આપણી આજુબાજુનું વાતાવરણ છે એને પણ સારી રીતે જોઈ શકે તો પછી અંદર તથા બહાર આપણી દીર્ઘ દ્રષ્ટિની શરૂઆત થાય અને એને બરોબર કેળવો તો પછી જે આપણી દિવ્ય દ્રષ્ટિ છે તેનો આપણને પોતાને પરીચય થાય એવું લાગે છે.

તા.૨૯/૪/૨૦૦૯

જો આપણે આપણને સમજવા હોય તો એક કુલ ઉપરથી પણ સમજી શકાય છે. જેવી રીતે આપણે એક બગીચામાં ફરતાં હોઈએ અને એક સુંદર કુલ જોયું અને આપણને કેવો અહેસાસ થાય છે એ જોવાનું જે કુલ જોયું તેને સુંઘવાનું મન થાય છે. તેને તોડીને આપણા બટનમાં ફીટ કરવાનો વિચાર થાય છે. એને લઈ જઈને કોઈ મંદિરની મુર્તિ ઉપરચડાવવાનો ભાવ થાય છે. જો આવા બધા ભાવ થતાં હોય તો આપણે પુરેપુરાં સંસારીભાવથી જીવીએ છીએ અને જો ખીલેલા કુલને જોઈ અને એની કોમળતા તથા સુંદરતા એની ખીલવાની કળા આ બધું જોતાં જોતાં જો આનંદની લહેરખી આવે તે અંતરભાવમાંથી આવે છે. એજ ખરો સાક્ષીભાવ હોય છે. કારણ કે સાક્ષીભાવમાં જ અંદરથી નિકળતી જે લાગણીઓ છે એને નિપક્ષ જોઈ શકાય છે. આવા સાક્ષીભાવ પણ ઓગળી જાય પછી તો તે પોતાનો સ્વભાવ થઈ જાય છે. અને આવો સ્વભાવ થઈ જાય તેજ આધ્યાત્મિક જગત અથવા પ્રદેશ પછી કોઈ શારિરિક કે માનસિક સંવેદનાઓ રહેતી નથી ત્યાં તો માત્ર હૃદયની ઉર્મિઓ અને અંતરની ઉર્મિઓ જ પ્રગટે છે. અને અનુભવાય છે.

ખરેખર તો કુલ જ્યાં ખીલ્યું છે તે પ્રકૃતિની ભાષાથી આપણને ઘણું બધું કહી જતું હોય છે. લાગણીઓના ભાવ પછી જો આગળ વધાય તો આધ્યાત્મિક જગતને પુરેપુરું માણી શકાય અને પુરેપુરા વર્તમાનમાં રહી શકાય.

બીજું એવી રીતે પણ જોઈ શકાય કે જ્યાં આપણું શરીર છે ત્યાં આપણું ચિત્ત છે કે નહિ. ચિત્તને ઘડી ઘડી જોયા કરો કે અત્યારે ક્યાં છે. આપણે ઓફિસે બેઠા હોઈએ ને ચિત્ત બજારમાં આટા મારતું હોય એને જેમ બને તેમ આપણા શરીર સાથે રાખવાની કોશિષ કરવી જોઈએ. જે કોશિષ કરે છે તે જરૂર પોતાના ચિત્તને શરીર સાથે રાખવામાં સમર્થ થાય છે. અને જે સમર્થ થાય છે તેને જ સમાધી અથવા ધ્યાન માં ગયા રહેવાય.

ભાવદશામાં પણ ક્યારેક ક્યારેક ઝલક જોવા મળે છે. જેમ આપણે કોઈ વ્યક્તિને સ્મશાને લઈ ગયા હોઈએ ત્યારે જે ભાવ આવે છે એને જોવો કે તુરંત આ સંસાર વૈરાગ્ય જેવો લાગવા મંડશે આવું તો ઘણી વખત બને. જેમ કે કોઈ શિબિરમાં ગયા હોઈએ અગર તો કોઈ નદી કિનારે સૌદર્ય માણતા હોઈએ ત્યારે જો આપણા ભાવને પણ નીરખીને જોઈએ તો આપણને ખબર પડે કે આપણી અંદરની ચેતના આપણને પોકારતી હોય એવો અહેસાસ જોવા મળે છે. પરંતુ આપણે સંસારની એટલી બધી માયાજાળમાં અટવાતા હોઈએ છીએ કે એ પોકાર કે એ ભાવને આપણે સમજી શકતા નથી.

જેણે બધું મેળવ્યું છે. જેને ભરોસો છે જે મેળવી શકવાની ક્ષમતા ધરાવતો હોય એવા માણસને ભલા દુઃખ ક્યાંથી સ્પર્શ કરી શકે. જેને પુરો વિશ્વાસ છે. જેને આખું જગત પોતાનું છે અને પોતે પણ આખા જગતનો છે એની તો વાત જ શું કરવી આવું થતું હોય તો વધારે કાંઈ કરવાનું રહેતું નથી. ખાલી વિચારોની દિશા જ બદલવાની જરૂર છે.

તા.૩૦/૪/૨૦૦૯

આપણને જોતાં શીખતા જઈએ ત્યારે આપણને ઘણું બધું એવું જોવા મળે છે કે આપણી ઉપર કેવા કેવા પડચડી ગયા છે. આનો ખ્યાલ આપણે વિચારકોના પુસ્તક વાંચતા હોઈએ જે દર્પણ જેવા હોય એવા પુસ્તક એવી વ્યક્તિએ કહેલી વાત એને જોતા જોતા આપણને એક પછી એક પડની ખબર પડે. કારણ કે આપણે જે પ્રકૃતિગત હતાં તેને પેલા તો સંસ્કારરૂપી પડ ચડ્યું એટલે એટલા આપણે પોતે સ્વ થી દુર થતાં જવાની જે ક્રિયા છે તે સંસ્કારથી શરૂ થાય છે. જ્યારે સંસ્કારમાં અટવાતા હોઈએ ત્યારે આપણી અંદર દયા આવે છે. દયા કોને આવે જે કમજોર વ્યક્તિ છે તેને જ દયા આવે છે. કારણ કે જો પોતે સમર્થ હોય તો દયા શું કામ આવે એ તો સામેની વ્યક્તિની જે હાલત છે. એની ઉપર દયા જો આવતી હોય તો એ વ્યક્તિનું દુઃખ ભાંગવાની આપણામાં જો શક્તિ હોય તો દયાને બદલે તેનો સામનો કરવા માંડો. આ તો તેનાથી થાય એમ હોય નહિ એટલે દયા પોતા ઉપર આવે છે. ને જગતને બતાવે છે કે મને એની ઉપર દયા આવે. આપણે જ વિચારી જુવો આ વાત શું વ્યાજબી છે. આવી હકીકતને આજથી ૨૬૧૦ વર્ષ પહેલા લાઓત્સેએ જે કહ્યું હતું તે અત્યારે પણ આપણે સમજી શકતા નથી. લાઓત્સેએ જ્યારે કહ્યું ત્યારે પાષાણયુગ ચાલતો હતો. અત્યારે તો અણુ યુગ સુધી પહોંચી ગયા છીએ. છતાં અંદરના જગતને કે આપણે પોતાને સમજી શક્યા નથી. કારણ કે આ બધી ગહેરાય સમજવા પોતાને સમજવું પડે. કારણ કે જ્યાં સંસ્કારને આપણાથી દુર સમજવું અને દયાને કમજોરી સમજવી અને એથી વધારે કમજોરી આવે એટલે ન્યાયનો જન્મ થાય છે. એટલે કે આપણે રાડો પાડતા થઈ જતા હોઈએ છીએ કે શું જમાનો આવ્યો છે. માઝ કોઈ સાંભળતું નથી.

આવી બધી ભીખ માંગતા થઈ જાય છે. અને ન્યાયની વાતો કરતાં

હોય છે. ચારેકોરથી માનવી ઘેરાઈ જાય કાંચ સમજણ ન પડે અને પુરો મતલબી હોય. કાયમ કાઈક ખુટતું હોય એવા માણસે યમ નિયમ માનતા થઈ જાય છે. અને પોતે કરવામાં સમર્થ ન હોય એવા માણસો પછી તો અગિયારસ તથા સોમવાર વગેરે રહેવા માંડે અને ઉપવાસનો ડોળ કરવા માંડે. કારણ કે એ પોતે તો કમજોર છે એ પોતાને ન સમજતો હોય એ ભલા યમ નિયમ શું જાણે. નિયમને આચરણમાં મુકે છતાં પણ ઉણપની ખાય વધતી જાય અને કોઈ હિસાબે ક્યાંય છેડો ન આંબે એટલે પછી કોઈ ચમત્કારની રાહ જોવા મંડે. આમ જોવા જઈએ તો લાઓત્સેના કહ્યાં મુજબ માનવીની આથી અધમ પરિસ્થિતિ બીજી કોઈ ન હોઈ શકે માટે પોતાને સમજો વિચારો અને પુરેપુરા વર્તમાનમાં રહો એટલે જગતની કોઈ પણ તકલીફો તમને અસર નહી કરે.

તા.૧/૫/૨૦૦૯

જે છે તે સમજાય જાય તો જે નથી એની જરૂર ક્યારેય પડવાની નથી આ નથી સમજાતું એટલે જ બધો બળાપો છે. નથી સમજાતું એવું નથી પણ સાથે સાથે ભારોભાર જે તુલનાનો ભાર છે. એને જો એક બાજુ મુકી દેવામાં આવે તો વિશ્વની કોઈ પણ વસ્તુ સુંદર ન હોય અને રમણીય ન હોય એવું ક્યારેય ન બને. આમ તો એવું છે કે જે અમુક આવરણો છે તે ખરેખર કામના ન હોવા છતાં આપણને દેખાતા ન હોય પણ નડતા હોય છે. જે ક્યારેક સામેની વ્યક્તિના ખ્યાલમાં આવી જાય અને એની તરફ આપણું ધ્યાન દોરે તો આપણને એ સમજમાં આવી જાય પછી તેને હટાવવા ન પડે. પરંતુ તે ઓટોમેટિક હટી જાય છે.

જીવનમાં આપણી જરૂરીયાતને તપાસે અને આપણી અંદર વસતા બધાને તપાસો. મન, બુદ્ધિ, વિચાર, લોભ, મોહ આ બધામાંથી કોને માટે જરૂર છે. અને એના માટે કોણ કામ કરે છે. એ કામ કરવાનું કોણ કહે છે. આ

બધું જીણવટથી જુવો કે આપણી કેટલી જરૂરીયાત છે. તે કામની છે કે નથી. આ બધુ જો સમજાય જાય તો ઘણી બધી જીવનમાં રાહત થઈ જાય. ભલે જેની જરૂરીયાત હોય ભલે પુરી કરવાનું કર્તા હોઈએ તો પણ જોવાથી આપણી અંદર થાક જેવું રહેતું નથી.

કહેવું કરવું અને હોવું એ જો 'ગીતા' હોય તો ઉપરના સંદર્ભને વિચારો, આચરણમાં મૂકો એટલે 'ગીતા' જીવતા થઈ જવાય છે.

જ્યાં સુધી આપણી આંખોમાં માયારૂપી પડળના મોતિયા હશે ત્યાં સુધી બીજુ કાંઈ નહી સુજે આપણે મોતિયાનો ઈલાજ વેલી તકે કરવો પડશે. નહિતર ધીરેધીરે પ્રકાશ ઓછો થતો જશે અને અંધારૂ થતાં વાર નહિ લાગે.

તા.૨/૫/૨૦૦૮

પ્રશંસા પાત્ર વ્યક્તિની જો પ્રશંસા આપણાથી થઈ શકે તો સારી વાત કહેવાય. જે પ્રશંસા કરી શકે છે તે પોઝિટિવ જીવવા સમર્થ થઈ શકે છે. એમાય જો આપણી કોઈ પ્રસંશા કરે અને જો આપણે તે પચાવી શકીએ તો વર્તમાનમાં રહી શકાય છે. પ્રસંશા કરવા કરતાંય પચાવવી બહુ જ અઘરી છે.

વર્તમાન એક એવી ચીજ છે કે જે વર્તમાનમાં રહે છે એને ખબર પડી જાય છે કે તેમાં આપણું મન પણ આપણને અનુકુળતા આપવા માંડે છે. જો ભુત કે ભવિષ્યમાં હશુ તો મનને મનાવવું બહુ જ કઠણ છે. કારણ કે આગળ-પાછળના વિચારોમાં મનને કંઈક વધઘટ થવા માંડે છે. એટલે ઘડીમાં રૂઠે ઘડીમાં માને આવું થયા કરે છે. માટે મનનો જો આપણા કાર્યમાં પુરેપુરો સહકાર હોય તો વર્તમાનમાં રહો. જીવો પછી ખબર પડે કે જે મનને આપણે માંકડા જેવું ગણતાં હોઈએ છીએ એ એનાથી વિપરીત સાબિત થાય છે કે નહિ.

ચાપલુસી કે ખોટા વખાણ કરવામાં માનવીને ડબલ કામગીરી કરવી

પડે છે. કારણ કે ચાપલુસી અને વખાણ મોઢેથી કરવાના હોય છે. બરાબર તે જ વખતે અંદરથી કંઈક જૂદો જ પ્રતિભાવ આવતો હોય છે. એને છુપાવવાનું પણ સાથે સાથ કરવું પડતું હોય છે. નિંદા કરવામાં ખાસ જ તકલીફ પડતી નથી. એ અંદરથી પણ બરાબર હોય અને બહારથી પણ બરાબર હોય છે. નિંદા કરવી પણ જીગરવાળાનું કામ છે. નિંદા કરવાનું કામ જેમ જીગરવાળાનું છે. એના કરતાં એને પચાવવાનું કામ એની ઉપરનું છે. એ માંથી જો માનવી હેમખેમ પસાર થઈ જાય તો તેને પોતાની અંદર ઘુસતાં તથા પોતાને ઓળખતા કોઈ અટકાવી નહિ શકે. આવું સહેલું ને સરળ છે. પોતાને ઓળખવાનું ને પામવાનું જો જરાક ધ્યાનમાં રાખે તો આપણે ડોક્ટરો તથા અનુભવીઓ સાથે વાત કરતાં હોઈએ છીએ. ત્યારે રોગ વિષે જે વાત થાય તેમ એ લોકોનું કહેવું છે. કે માનવીને ૭૫ થી ૮૦ ટકા રોગ માનસીક હોય છે. તે પેલા તો મને સમજાતું ન હતું. પરંતુ જ્યારે મનને સમજવા લાગ્યા ત્યારે એ લોકોનું કહેવું બરોબર છે. તે સમજાયુ કારણ કે આ બધુ ત્યારે સમજાય કે આપણે સતત મન તથા વિચારોને જોયા કરીએ. આપણા મનને ગમતું જ્યારે મળી જાય ત્યારે આપણું શરીર પણ પ્રફુલીત થઈ જાય છે. અને તમે વિચારો કે ભલા ક્રોધને અને શરીરને શું લેવા દેવા. પરંતુ જ્યારે ક્રોધ આવે ત્યારે તે મનની ભૂમિકામાંથી આવે છે. પરંતુ એ આખા શરીરને હચમચાવી નાંખે છે. આ બધુ જોવા માંડો તો તરત જ ખબર પડી જાય કે મનને અને શરીરને શું સંબંધ છે. આના પહેલા 'વિચારોના વિચારમાં' જે પુસ્તક લખ્યું છે. તેમા મન વિષે ઘણું લખ્યું છે કે મન આપણું સાધન જો બની જાય તો પછી જ્યાં ફરવું હોય ત્યાં મસ્ત રીતે ફરી શકાય છે.

તા.૩/૫/૨૦૦૯

માનવી તો બધા એક જ સરખા હોય છે. પરંતુ તેનો વિકાસ તો કેવા

સમયે કેવા વાતાવરણમાં ઉછર્યો છે. એના ઉપર આધારીત છે. એટલે જો એ માણસને સમજવો હોય તો પેલા તેના વાતાવરણને સમજવું પડે. જે માનવી વાતાવરણને સમજતો થઈ જશે તો માનવીને એકેય માનવીમાં ક્યારેય ઉણપ નહિ લાગે.

જે માનવી આખી જીંદગી જે જીવ્યો છે તે પોતા પાસે અંકબંધ પડેલું હોય છે. તેને જો ધીરેધીરે વિખી નાંખે અને તાર તાર કરીને જોઈ નાંખે તો લગભગ વિશ્વના બધા વાતાવરણ આની અંદરથી પસાર થઈ ગયા હોય છે. એ પોતાને સમજાય જાય છે. પણ ક્યારે કે એ જીંદગી ને વિખેરીને જોવે તો, જો કે વિખેરવું આમ તો સહેલું છે. જો ગુંચવાય ગયેલા ફીડલાનો છેડો મળે અને ધીરજ હોય તો આ બની શકે છે. ગુસ્સો કરવો સહેલો છે. ગુંચ ઉકેલવી અધરી છે. ગુસ્સો કરવાથી ગુંચ ન ઉકલે, તેમા ધીરજ જોઈએ.

બધાને તો પોતાની જીંદગી ફંફોળીને વિખેરીને જોવાનો અવસર ન મળતો હોય. પરંતુ જેને મળી ગયો હોય એવી વ્યક્તિ જો ધ્યાન આપે અને જેને વિખેરીને જોવું છે. તેને રસ્તો બતાવે તો એ પણ જોઈ શકે. માત્ર તેને કેવી રીતે જોવું? આપણા જે જે નાના મોટા પ્રસંગોમાં ઘણી વ્યક્તિઓના વિચારો, મંતવ્યો જે જે જોયા હોય તો તે તે વ્યક્તિને કેવું કેવું વાતાવરણ મળ્યું છે. તેનો ખ્યાલ આવવા માંડે ત્યાંથી જ એ વિખેરવાનું શરૂ કરી દેશે. અને વિખેરી નાંખે એ જ વર્તમાન.

વિખેરવામાં મનનો તથા ઈગોનો રોલ મહત્વનો છે. એટલે બન્ને ને મિત્રભાવે સાથે રાખવાથી ધીરેધીરે જે આપણે જીવ્યા છીએ તેમાં જે વાસના નિંદા, કટુતા, તિરસ્કાર, ક્રોધ અને માનસીક તાણ આપણને આ બધા ભાવ ક્યારે આવ્યા હતા ત્યારે કેવું વાતાવરણ હતું કેવો સમય હતો. આ બધું દેશકાળને આધીન બન્યું હોય તો તે જોવાથી એ વિખરાય જાય છે. અને એમાંથી સત્ય શું છે તે સમજાય જાય છે.

વિતી ગયેલું જીવન પણ એક નવી દિશાની પ્રયોગ શાળા જ છે. કારણ કે બીજાએ કહેલું કે સમજાવેલું તે બીજાનું છે. ત્યારે આ તો આપણું જીવન આપણો અરીસો થઈ જાય છે. વિખેરતા વિખેરતા જે ત્યારની સમજ અને અત્યારની સમજ આ બન્નેનો જ્યારે સમન્વય થાય એટલે ત્યારે શું ઘટ્યું હતું તે અત્યારે હોય તો આ વાતાવરણમાં એની સ્થિતિ શું હોય ? એ બરાબર આપણે સમજી શકતાં થઈ જઈએ છીએ. જે ભુતકાળનું વાતાવરણ જોવું એ તો આમ જોવા જઈએ તો આગળ વધવાનો નવો રસ્તો ગોતવા જોવું છે.

કારણ કે આપણે એવું પણ કહેતાં હોઈએ છીએ હવે, કુવો ડહોળીને કાદવ ઉખેળવાથી શું મળશે કે ગઈ તિથિ બ્રાહ્મણ પણ નથી વાંચતા, આ જ્ઞાન છે તે બધું રાંડયા પછીનું છે. પરંતુ જે હજી એ રસ્તે ચાલ્યા નથી જેણે કાંઈ જોયું નથી એના માટે તો એકડે એક થી શરૂ કરો તો જ સમજાય એને માટે બહાર મોટામાં મોટી નિશાળ ક્યાંય દેખાતી નથી. માત્ર તે આપણી અંદર છે.

સ્પષ્ટ એ છે કે જેની જ્યાં જરૂરત છે. જેમ કે ગુજરાતમાં જેમ સીંગતેલ હોય તો તે ખાવા કામ આવે અને યુપી બિહારમાં સીંગતેલ હોય તો દુઃખાવા માટે કામ આવે. ગુજરાતમાં જેમ કોપરેલ હોય તો માથામાં નાંખવામાં કામ આવે. એમ દક્ષિણમાં હોય તો ખાવામાં કામ આવે. આવી રીતે જે જેની જરૂરીયાત છે. તે તે સમયનું સત્ય છે. જરૂરીયાત તો જરૂરીયાત જ છે. પરંતુ દેશકાળને અને વાતાવરણને કારણે એના પર્યાયમાં ફેર પડતો હોય છે. બાકી આપણે વિખેરવું છે. અને વિખરાવું છે તો પેલા તો લાગણીનું જે સરોવર આપણી અંદર છે તેની બધી પાળો તોડી નાંખો. રેલમછેલ કરી નાંખો. અત્યારે જે લાગણી ક્યારેક ક્યારેક વહે છે તે તો માત્ર સરોવરમાંથી નીકળતી માત્ર નહેર છે. જે નહેર છે તે ક્યારેય નદી ન બને માટે પાળો તોડીને પછી જોવો કે આ લાગણીનો પ્રવાહ જ્યાંજ્યાં જાય છે. ત્યાં પોતાને તો પલાળે છે. અને જ્યાં જ્યાં સુધી પહોંચે છે તેમાં પણ લાગણી ભરી દે છે.

પછી વગર પાળાએ પ્રેમ જ પ્રેમ જોવા મળશે. એવું લાગે છે.

તા.૪/૫/૨૦૦૯

લોભ, મોહ, ક્રોધ, ભય, ઈર્ષ્યા આ બધુ મનમાં ઉદ્ભવે છે. અને નુકશાન શરીરને કરે છે. કેવી રીતે નુકશાન કરે છે.

ઈર્ષ્યાથી આપણા શરીરમાં હળવી બળતરા થાય છે. ક્રોધ આપણા શરીરને સળગાવે છે. ભય આપણા શરીરને દોડાવી દોડાવીને થકવી નાંખે છે. લોભ આપણને કંજુસાઈથી મારી નાંખે છે. અને મોહ આપણે જ્યાં ન ટીંગાવાનું હોય ત્યાં ટીંગાડી મૂકે છે. આ બધુ મનને જો પુરા ન સમજીએ તો કાયમ માટે આપણા શરીરને નુકશાન કરતું રહેશે. આ બધાની એક દવા છે કે કાયમ હસતાં રહો થોડો ટાઈમ કદાચ હસવાનું અજુગતું લાગશે પછી આદત પડી જશે.

હાસ્યની માત્રા જળવાઈ રહેશે તો ધીરેધીરે સહજતા આવતી જશે. સહજતા એટલે સ્વિકારભાવ આવે છે. સ્વિકારભાવ એટલે બધા બંધનમાંથી મુક્તિ પછી કોઈ વાડની જરૂર નથી રહેતી.

માનવી લાંબુ વિચારતો નથી. જો થોડુંક લાંબુ વિચારે તો પીંછાનો કાગડો કેવી રીતે થયો છે. તેની ખબર પડે. દા.ત. અંગ્રેજો સાથેની ચળવળ વખતે માણસોને ભેગા થવાની મનાઈ હતી. પછી ડાહ્યા માણસોએ ગણપતિ બેસાડી અને દસ દિવસ તેની પુજાના બહાના હેઠળ ભેગા થઈને ચળવળ વિષે ચર્ચા કરતાં હતાં. આનો આમ ઉપયોગ હતો. અત્યારે તો ભારત આઝાદ થઈ ગયું છે. પરંતુ ત્યારનું ખરેલું પીછું અત્યારે પુરતા પ્રમાણમાં કાગડો થઈ ગયો છે. કે તે કાર્ય કરવાનું હતું ત્યારે પીછાંથી વધારે કાંઈ મહત્વ નહતું. આવા તો ઘણા એવા વ્યસનો થઈ ગયા છે કે એને વેઠારવામાં તકલીફ પડતી હોય તોયે કહે છે કે આ વ્યસન તો માત્ર વર્ષોથી છે આને કેમ કાઢવું.

જો જીવને શાન્તી જોઈતી હોય તો કુદરતી સૌંદર્ય જોવાનું ચાલું કરી દો. નવરાશ મળે પ્રકૃતિ માણવી હોય અને જો બહાર ન જઈ શકતા હોવ તો ટી.વી.ની ડીસ્કવરી ચેનલમાં અનેક વનસ્પતિ, જીવજંતુ, પશુ પક્ષી બધાને નિરખીને જોવું એ પ્રકૃતિગત કેવી રીતે જીવે છે એ જોવામાં મશગુલ રહેવાથી ઘરેઘીરે આ સંસાર વ્યવસ્થામાં પણ આપણને પ્રકૃતિના દર્શન થશે અને અભ્યાસ ચાલું રાખવાથી આપણે પણ પ્રકૃતિગત છીએ એવું લાગવા માંડશે પછી તો પ્રકૃતિના પ્રવાહમાં વહેવાની ઔર મજા આનંદ આવતો થશે. જે સુખ ભૌતિકતા માટે આપણે મેળવવા મથતા હોઈએ છીએ તેથી અનેક ગણું વધારે પ્રકૃતિને જોવાથી પ્રાકૃતિગત મળશે.

સુખની વ્યાખ્યા શું ? દુઃખનો અભાવ કે અંદરથી વહેતી આનંદની લહેર એ સમજવું ખાસ જરૂરી છે.

કોઈને આપણે શીખામણ કે સલાહ આપતા હોઈએ તેના પર વિચારી જુઓ કે આપણે બીજાને કહીએ છીએ તેવું આપણે જીવી શકીએ છીએ ? શું આપણું વર્તન આપણી સલાહ આપવાની ટેવ પ્રમાણે છે ? આવું જો જોતાં રહીએ તો પણ આપણને ઓળખવામાં આગળ વધાતાં રહેશું.

મેળવવામાં જે મહેનત કરી હોય એને ભોગવવું કેમ એનો વિચાર ક્યારેય કર્યો છે ? મેળવવું એ ભોગવવાનું પ્રાથમિક જ્ઞાન છે. એમ કહીએ તો ચાલે. પરંતુ એવું નથી એ તો માત્ર તેનું માહિતી જ્ઞાન છે. આપણે આમાંથી કેટલું ભોગવવાના છીએ એનો ખ્યાલ આપણને નથી. એટલે જ આ ઉપાધી છે. જીવનની જે અનિશ્ચયતા છે. તે હર માનવી જાણે છે. પરંતુ સમજતો નથી. એની જ મુસીબત છે. પેલા તો જે શરીરને ભોગવવાનું છે એ શરીરને સમજો કે એ અંદાજે કેટલો સમય રહી શકે તેમ છે. આપણા શરીરના આગળ—પાછળના જીવન વહેવારના પાત્રોને જોઈ લેવા કે આપણી પેલા આપણા

પિતાજી અને એના પિતાજીની સાથે આપણે અત્યારે શું લગાવ રહ્યો છે ? એ વિચારીને પછી વિચારો કે હવે પછી આપણા છોકરાનો છોકરો જ્યારે વૃદ્ધ થશે ત્યારે તેને આપણી સાથે શું લેવાદેવા. આ સીધું ગણિત સમજાય જાય તો પછી જે કાંઈ છે. તેને ભોગવવાનો આપણને ખ્યાલ આવી જાય. આ થઈ સંસાર જગતની વાત પરંતુ એવી જ રીતે આ બધું જોવાય જાય અને પછી જે પ્રશ્ન જાગે કે શરીર સુધીનું જ જો આ પૃથ્વી ઉપર આવવું જનમવું હોય તો એતો ગમે તે જીવ સૃષ્ટિમાં બની શકે છે. તો પછી મન બુદ્ધિ, ચિત્ત, વિચારો, અહંકાર આ બધાની આમા ક્યાં જરૂર છે. એટલે આપણામાં વધારાના જે મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત, અહંકાર આ આપણામાં શરીર સિવાયનું પણ અસ્તિત્વ છે. એવું ચોકકસ પ્રમાણભુત થાય છે. તો એ જીવ સૃષ્ટિ સિવાયના જે પાત્રો આપણામાં છે. તેને કામે લગાડો બીજું શું છે. તે ગોતવામાં આપણને મદદ કરે. કારણ કે જે આપણું મન છે તે એક મહાન વિભૂતિ જેવું છે. તે ધારે તો આપણા શરીરમાં શક્તિ પેદા કરી શકે તેમ છે. કે સાડા ત્રણ મણનો માનવી એટલે કે એનું શરીર ૨૦ થી ૨૫ મણ સુધીનું વજન ઉસકી શકે છે. અને જો મન ધારે તો કાંટાવાળા ઝાડ ઉપર પણ આપણા શરીરને ચડાવી શકે છે. આવી તો આપણા મનની અદ્ભુત શક્તિ છે. જેનો પરીચય આપ નિત્ય મન સાથે રહીને કર્તા થાવ. હવે, આવું બીજું પાત્ર તે ચિત્ત છે. ચિત્ત એક એવી ચીજ છે કે જ્યાં લગાડો તે વસ્તુ લોહચુંબકની જેમ આપણી બાજુ ખેંચે છે. આ મન તથા ચિત્ત બન્ને ને આપણી બાજુ વાળવાં બુદ્ધિનો ઉપયોગ કરી વિચારોને મન તથા ચિત્ત ઉપર ધ્યાન રાખવાનું કામ કરવામાં વાપરવાનો છે. જો આ ક્રિયા ચાલું થઈ જાય. આપણી અંદર શરીર સિવાયના બધા પાત્રો વચ્ચે જે તત્વ છે. જે જીવ છે આત્મા છે પણ અને ઓળખતા નથી. તેની ઓળખાણ આ પ્રયોગથી થઈ શકે છે. અને ત્યાર પછી આપણું આ પૃથ્વી ઉપર આવવાનું પ્રયોજન સમજાશે.

સંસાર પરિવર્તનશીલ છે. આપણા ઘરમાં બાળક જન્મે ત્યારે જે ભાવ આપણને થાય. રમાડવાની ખૂબ જ મજા આવે. જેમ જેમ મોટો થતો જાય એમ આપણને રમાડવામાં આનંદ આવતો હોય. એમાં પણ ફેરફાર થતો જાય આનું નામ પરિવર્તન. સવારે દિવસ ઉગે આપણે કેટલા મસ્તીમાં હોઈએ અને જેમ જેમ દિવસ ચડતો જાય અને નવા કામ આવતા જાય બપોર થાય આમને આમ એનો એ જ દિવસ હોય છતાંય સાંજ સુધીમાં થાકી જવાય છે. આ પરિવર્તન હોવા છતાં આપણે સમજતા નથી અને જાણતા પણ નથી. પરંતુ જે જાગેલા છે તે કામ કરે છે. પણ કામને જોવે છે એટલે થાક લાગતો નથી માટે જાગો.

તા.૬/૫/૨૦૦૯

જીંદગીની કઠર કરવાવાળા કેટલા, જીંદગીની વાતો કરવાવાળા તો લગભગ બધા જ છે. વાતો માનવીને એની જ કરવાની હોય છે. જે એને ખબર નથી જેને ખબર પડી જાય પછી વાત કરવાનું શું રહે એવી જ રીતે જીંદગીને જોઈ લ્યો. અને સમજી લો. વાત કરવાનું બંધ કરો અને જીવવા મંડી જાવ એટલે જીંદગી શું છે એ સમજાય જાય પછી કઠર કરતાં થઈ જશો. વાહ આ જીંદગીની અદ્ભુત કરામત છે. એવા ઉદગાર નિકળવા મંડશે.

જ્યારે આપણે કોણ છીએ એ શોધવા માટેનું બીજ આપણામાં રોપી દીધું છે. એટલે આપણે એને ઉગાડવામાં જે સિંચનની જે જરૂર છે. એકામમાં આપણે લાગી ગયા એતો આપણને સમજાય છે. પરંતુ ત્યાંનું વાતાવરણ ઈગાની કેન્દ્રભૂમિનું છે તો એ માટે જ્યારે જ્યારે આનું સિંચન કરવા આપણે નવા નવા પુસ્તકમાંથી કેવી રીતે સિંચન કરવું ક્યાંથી કરવું આ બધું કરતાં હોઈએ ત્યારે ખાસ જોવાનું કે આ બધું બીજને ઉગાડવામાં મદદ કરે છે. કે ઈગાને મહાલવાનું કામ કરે છે. એ ખાસ જોવું જરૂરી છે.

અનુભૂતિ થાય તેને યાદ રાખવી પડતી નથી. અને કહેવાતી પણ

નથી. અને જે કહેવાનું છે તેને યાદ રાખવું પડે છે. જ્યારે પણ કાંઈક યાદ રાખવું પડે એટલે સમજી જવું કે આને આપણે કાંઈ લેવાદેવા નથી.

આપણે અનુભૂતિના માર્ગે જઈ રહ્યા છીએ ત્યારે ત્યાં આ માર્ગમાં પહેલા તર્કનો નાશ થશે. કારણ કે જે તર્કથી ઉભું થાય તેનો તર્કથી નાશ પણ થઈ શકે છે. ત્યારે અનુભૂતિનો ક્યારે નાશ થતો નથી.

જીજ્ઞાસા અને તડપ એ આપણને જે કાંઈ મેળવવું છે. તેમાં કાંઈ કરી ન શકે તો કાંઈ નહિ પરંતુ હાવલા મારવાનું તો ચાલુ કરી દેશે. આમ હાવલા મારતાં મારતાં હાલતા શીખી જાય અને મંજીલે પહોંચી જાય એવી શક્તિ એમાં પેદા થતી જાય એમ લાગે છે.

જ્યારે હું વિચાર કરું છું. ત્યારે કાંઈ અજાણતું જ જોવા મળે છે. કે મારી ખોપરીમાં આવું બધું કેટલુંક પડ્યું હશે. પેલા તો મને ખબર ન હતી. પરંતુ જ્યારે શરીર વૃદ્ધ થવાની અણી પર છે. દાંત હચમચી ગયા છે. છાપરૂ સફેદ થયું છે. આંખોમાં નંબર આવી ગયા છે. ચામડીમાંય કરચલીયું પડવા મંડી, કાન કાચા થયા છે. ત્યારે છેક ખબર પડી કે ખોપરી તો ભરપુર ભરેલી છે. હવે તો બસ એક જ લગન દેખાય છે. કે એમાંથી કેટલું ઉપયોગમાં લઈ શકાય. શરીરનો તો સંસાર વેવારની બધી ક્રિયાઓમાં પુરો ઉપયોગ કરી નાંખ્યો છે. હવે આ ખોપરીમાં જે કાંઈ છે તેનો ઉપયોગ કરવાનું બાકી હોય એવું લાગે છે.

ખોપરીમાં જે કાંઈ છે એને જીવવા માટે જ ઉપયોગ કરવો પડશે. એવું લાગે છે. કારણ કે જે એમાંથી જ્ઞાનરૂપી ધારા વહે છે. એમાંથી તો ઈગ્નાનું આવરણ વધતું હોય એવું કેમ સમજમાં આવે છે. એજ સમજાતું નથી.

તા. ૭/૫/૨૦૦૯

આપણે ચાલું જીવનમાં જો સજાગ રહીને બધા કાર્યો કરતાં હશું તો પછી ધીરે ધીરે આપણા વિચારો પણ શમતા જશે. સજાગ રહીને કોઈપણ કાર્ય હાથ, પગ કે શરીરના ઉપયોગથી મંજીલે પહોંચી શકાય છે. જ્યારે

ખોપરીના ઉપયોગથી જ્યાં છો ત્યાં મંઝીલ નિમાર્ણ થાય છે. કરવું એટલે ધ્યાન કરતાં હોઈએ એવું અનુભવશું અને આપણને અપાર શાન્તીનો અહેસાસ કરીશું. સજાગતાની સાથો સાથ લાંબા શ્વાસ લઈને જ્યારે ટાઈમ મળે ત્યારે જોવાથી મન તો પ્રફુલ્લિત થશે સાથે સાથે આપણી અંદર જે લોહીનું ભ્રમણ થઈ રહ્યું છે તેને પણ વ્યવસ્થિત કરી નાંખશે જેથી શરીરના રોગોમાં પણ રાહત મળશે અને થકાવટ જેવું કાંઈ રહેશે નહિ.

ધ્યાન અને શ્વાસોશ્વાસની ક્રિયાથી શરીર તંદુરસ્ત બનશે અને મન પ્રફુલ્લિત બનશે. એટલે એમ ન સમજી લેવું કે આપણે જે આત્મ તત્વને ગોતવા નીકળ્યા છીએ એ મળી ગયું છે. આમા મળી ગયાનો ભ્રમ ચોકકસ થશે. અને આપણી અંદર આપણને કાંઈક નવું નવું જોવા તથા જાણવા પણ મળશે. પરંતુ આ એન્ડ નથી, આ તો માત્ર શરૂઆત છે. એમ જો સમજાય તો પછી આગળ વધવાનો ઉત્સાહ વધે અને રસ્તો પણ શોધવાનું સહેલું પડે માટે આને રસ્તાનો પહેલો પડાવ સમજીને આગળ વધવું પડશે.

હવે પછી આગળ વધવું હોય તો પેલા તો બધા કાર્યમાં સજાગતાનો અભ્યાસ વધારવો પડશે. કારણ કે સજાગતાથી મનને બહુ તકલીફ પડતી નથી. અને આરામ વધારે રહેવા માટે છે. અને મનની અંદરની જે જટીલતાઓ છે તે ધીરેધીરે વિખેરાતી જાય છે. આપણે પણ મનને સારી રીતે ઓળખતા થઈ જઈએ છીએ અને સજાગ રહેવાની ટેવથી આપણી માનસીક સંવેદનાઓ અને લાગણીઓને પણ સારી રીતે ઓળખતા થઈ જશું. હવે, જ્યારે આ બધાની ઓળખાણ થઈ જાય પછી રાગ દ્રેષ, માન, અપમાન આ બધાની પીડાથી છૂટકારો મળી જાય પછી જે આપણે આગળ વધવું છે. એમા સરળતા આવશે.

દરરોજ સજાગ રહેવાથી મનની ઓળખાણ થાય એ તો ચોકકસ છે. પરંતુ આ સજાગતા પ્રાણના ભોગે પણ રહે ત્યારે જ તેનું બળ આપણને કામ આવે છે. મન હંમેશા સુખની પળોમાં અથવા કલેશની પળોમાંજ વિચાર

વધારે કરે છે. પરંતુ કટોકટીના કાળમાં તો મન પોતે પણ આપણામાંથી ગાયબ થઈ જાય છે. અને ત્યારે જ આપણે આપણા અસલ સ્વરૂપમાં આવી જઈએ છીએ. એને જ ખરેખર સાક્ષાત્કાર કહી શકાય.

સ્વની ઓળખાણ થાય પછી શીલવંત રહેવું જોઈએ કે ધ્યાનમાં રહેવું જોઈએ આવું બધું રહેતું નથી. ઓટોમેટિક જે કરે તે ધ્યાન જેમ જીવે તેમ શીલવંત સ્વને આપણે કેટલું ઓળખ્યા છીએ એવી અટકળ કરવાની જરૂર રહેતી નથી. જેમ પ્રકાશ થયા પછી અંધારૂં રહેતું નથી. એટલે પ્રકાશ થાય અને જે ધુબાકો મારે તે સ્વ. સ્વ પછી તો જે કરે તે સ્વંય થઈ જાય છે.

મન શુદ્ધ છે. એ સમજાય ત્યારે આપણને ખબર પડશે કે અત્યાર સુધી બુદ્ધિ જ એની ઉપર આવરણ પેદા કરતી હતી. જ્યારે સમજાય જાય પછી જે કર્તવ્યમાં આપણે જીવતાં હતા તેનું મૃત્યુ થઈ જશે. અને માત્ર આપણું પાત્ર અભિનય પુરતું જ રહી જશે. અને એમાં આપણે એક અભિનેતા રહીશું. અને મનના એ અખુટ આનંદના ખજાનાને લુંટતાં રહેશું એવું લાગે છે.

આપણામાં ઝબકારો થઈ જાય પછી તો જેમ લાખો વર્ષોથી જે ગુફાઓમાં અંધારાનું સમ્રાજય હોય અને એમા પ્રકાશ થતાં અંધકારને કોઈ રોકવાનો પ્રયત્ન કરવાનો રહેતા નથી. એમ જ જો આપણામાં ઝબકારો થઈ જાય તો પેલાના રામજીભાઈને વિદાય ચોકકસ લેવી પડે એવું લાગે છે.

તા.૮/૫/૨૦૦૯

આપણું માનસ કેવી રીતે કામ કરે છે. એ જોવાનું તો જો ધ્યાન હોય તો ઘડી ઘડી જોવા મળશે. જેમ કે આપણે ૫ થી ૭ માણસો વાતચીત કરતાં હોઈએ અને એમાં કોઈ બે જણા વાતો કરતાં હોય તે સાંભળતા સાંભળતા વચ્ચે આપણને બોલવાનું મન થાય અને વચ્ચે ફાડ મારીને આપણે બોલવા

લાગી જઈએ છીએ ત્યારે જો ખ્યાલ આવી જાય કે આ ચર્ચામાં વચ્ચે ધુસવાનું આપણું કયું પરિબળ કામ કરે છે. જો ખ્યાલ આવી જાય તો ધીરે ધીરે સહજતા આવવા માંડે છે.

જે કાંઈ જીવતા હોઈએ કે લખતા હોઈએ, વાંચતા હોઈએ અગર તો મેળવતાં હોઈએ ત્યારે જે તાલાવેલી હોય છે. તે ત્યાર પછીની બીજી જ ક્ષણે ગૌણ થવા માંડે છે. આ છે જીવનનું રહસ્ય નથી મળ્યું ત્યાં સુધીનું જ હોય છે. એ સમજાય જાય તો સહજતાં આવવા લાગે છે. આપણને અમુક વસ્તુ કે અમુકનું બોલવાનું કે અમુકની રીતભાત ગમતી ન હોય ત્યારે સમજી જવું કે હજી આપણી અંદર અણગમતું ઉત્પાદન ચાલું છે.

જીંદગી અને જીવન એક પાઠશાળા છે. એમાં રોજ નવું શીખવાનું છે. જેની જેટલી જરૂરીયાત એટલું તો બધાને વિકસાવવું પડે છે. ઝાડ હોય કે જનાવર કે મનુષ્ય આ નિયમ તો બધાને એક સરખો લાગું પડે છે.

ક્યારેક આપણને લાગે કે આપણે પોતાને બરોબર સમજી ગયા છીએ. પરંતુ ક્યારેક ઓર્થોતાનું એવું લાગવા માંડે કે આ છે શું ? ઘડીકમાં આપણી ઓળખાણ ક્યાં જતી રહે તેની ખબર પડતી નથી. એવી આપણી વર્તુણુક થઈ જાય કે આપણને ખબર પડતી નથી, કે આ કોણે કરી છે. જ્યારે ખબર છે પડે ત્યારે મોડું થઈ ગયું હોય એવું પણ બને. ખબર પડે છે એ સારી વાત છે. પણ ક્યારેક જે થઈ જાય છે તે સમજાતું નથી.

આ જે થઈ રહ્યું છે તે મારી સાથે મારો વાર્તાલાપ પણ થાય છે. અને ચડસા ચડસી પણ થાય છે. ત્યારે લાગે છે કે આખું જગત આપણી અંદર છે. કારણ કે આમ જોવા જઈએ તો કાંઈ પણ કાર્ય કરવું હોય તો ઈચ્છા પહેલા આપણને થાય છે. અને કાર્ય પણ આપણે કરીએ તો પણ આપણે કાંઈ કર્યું નથી એવું પેલા તો કેમ સમજાય. આ બધો મનનો ખેલ છે. એ ખેલ સમજવો હોય તો પેલા આપણી અંદરના તત્વને સમજવું પડે. ખરેખર તત્વ છે તે

અવિનાશી છે. પરંતુ ઘણાના મનમાં પ્રશ્ન થાય છે કે તો અમને કેમ દેખાતું નથી. પરંતુ જેમ દુધમાં માખણ છે પણ દેખાતું નથી. પરંતુ પ્રોસેસ કરવાથી જેમ માખણ દેખાય છે. એમ કાંઈ કરવું નથી તેને તત્વ ન દેખાય અને જોવામાં પણ પુરું ધ્યાન હોય તો જ દેખાય નહિ તરતો ઘુંઘળું લાગે માટે પુરું ધ્યાન લગવો અશક્ય નથી. એ ખરેખર છે.

તા.૯/૫/૨૦૦૯

જીવનમાં કંઈક બહારો આવી, કંઈક વંસતો ખીલી, કંઈક પાનખર આવીને ગઈ, કંઈકની સાથે લગાવ થયો કંઈકને લગાવ હતો. અત્યારે કાંઈ લેવા દેવા નથી. આ જોતા તો હજુ પણ જ્યાં લગાવ છે. ત્યાં નહિ હોય અને નહિ હોય ત્યાં થશે એટલે આ જોઈને પણ પરિવર્તનને સમજો અને જે પરિસ્થિતિ છે એને સ્વિકારો તો મસ્તીની પળો મળી શકશે. અને પછી જો જો સહજતાનો ચમત્કાર.

માનવી પોતાને સમજવામાં ભુલ કરીને દુઃખી થાય છે. ઘણી વખત તો તેને ખબર નથી પડતી મને શું દુઃખાવો છે. દુખતું હોય પેટ અને કુટતાં હોય માથું એવો ઘાટ લગભગ ઘણાને થતો હોય છે.

આપણે આ પૃથ્વી ઉપર આવ્યા છીએ અને જીવીએ છીએ એમા આપણી મદદ કરવાવાળું પણ આપણી સાથે છે. એનો ખ્યાલ કર્યો, જ્યારે જ્યારે આપણે આપણા માટે કાંઈ વિચારીએ છીએ અને કાંઈ માંગતા હોઈએ છીએ ત્યારે ખ્યાલ રાખવાનો કે આપણને મદદ કરવાવાળું આપણું કલ્પવૃક્ષ આપણી સાથે છે. અને આપણે કાયમ માટે તેની નીચે જીવતાં હોઈએ છીએ એટલે ખાસ ધ્યાન રાખવાનું કે ક્યારેય આપણાથી ખરાબ વિચારાય અને ખોટી માંગણી થઈ જાય નહી. માટે આપણી ઈચ્છા જેટલી શુદ્ધ હશે એટલું જે તે સમયે મળતું રહે છે. માટે પોતાનામાં રહો અને એમા વિચાર કરો.

જે કહેવાય છે અને લખાય છે એ માત્ર કલ્પના છે. અને જે જીવન છે, જે જીવાય છે તે હકીકત છે. હવે એ જોવું કે આપણે કલ્પનામાં છીએ કે જીવનમાં.

માણસ કપડાથી ઓળખાતો હોય, ઘનથી ઓળખાતો હોય પરંતુ જ્યારે માનવી પોતાનાથી ઓળખાતો થાય પછી એને કાંઈ કરવું પડતું નથી. કાપડાથી ઓળખાય અને કપડાં ગોતવા પડે અને ઘનથી ઓળખાય એને ઘન ગોતવું પડે. પરંતુ જે પોતાથી ઓળખાય એને કાંઈ ગોતવું પડતું નથી. એને સમજાય જાય છે કે જીવન એક પરિવર્તનની સાંકળ છે. એક પછી એક અંકોડો પસાર થયા કરે અને જોયા કરો.

તા.૧૦/૫/૨૦૦૯

જેમ આપણે રોજ બીજાને છેતરતાં હોઈએ અને ઉલ્લું બનાવતા હોઈએ તે કેટલાં દિવસ ચાલે. સામેનાને ખબર તો પડવાનીએ ધીરેધીરે આપણી સાથે સંબંધ ઓછો કરી નાંખશે અને આપણી બન્ને વચ્ચે અંતર વધતું જશે. એવી જ રીતે આપણે આપણને રોજ છેતરતા જ હોઈએ છીએ. જો જો જરાક ખ્યાલ કરશો તો ખ્યાલ આવશે અને થોડા દિવસ મજા આવશે. પરંતુ ધીરેધીરે આપણી અંદર કાંઈક ખુંટતું હશે એવું લાગવા માંડશે. પછી સમાધાન માટે કાંઈક બળાપા કરવા પડશે. માટે ચેતો અને પોતાને છેતરવાનું બંધ કરો અને સહયોગથી રહો.

આ સંપ્રદાયોના ફાંટા ઓએ માનવીમાં પાપ અને પુણ્યના એટલેકે લાલચ અને ડરના એવા બીજ રોપી દીધા છે કે આપણી અંદર સતત લડાઈ ચાલતી હોય છે.

માનવી આમ તો ધાર્મિકતાનો પછેડો ઓઢીને અંદરથી દંભ ઉભો કરતો હોય છે. અને પોતાને ધર્માત્મા કહેરાવવા પોતાને, કુટુંબને અને જગતને છેતરતો હોય છે.

આપણને આપણથી દુર રાખનાર એક આડતિયો છે. તે છે 'હું' અને તે પણ એક કાલ્પનિક છે. એ પોતાની કલ્પનાથી પાપ, પુણ્ય, નરક બધુ વહેતું કરે છે. અને એમાં ચાલું થયા પછી વેરઝેર, કાવાદાવા, ખટપટ કામ, ક્રોધ, મદ, મોહ, લોભ, પ્રમાદ અને એની બીજી સાઈડ ત્યાગ, શાન્તી, દાન, તપ, સેવા, સ્નેહ વગેરે આ બધામાં આપણને આ આડતિયો અટવાવી નાંખે છે. માટે પેલા તો આપણે આડતિયો જ કાઢવો પડશે. તો જ આપણે ડાયરેક જેને મળવું છે જે કાંઈ છે. તેને મળી શકીશું. માટે આડતિયાને કાઢો.

તા.૧૧/૫/૨૦૦૯

આપણી વૃત્તિઓ અને વલણને ખાસ જોવાનું રહેશે કે આપણને શું ગમે છે? આપણા અહંમને પોષે એવું વાતાવરણ તથા કાર્યો કરવા ગમે છે કે દ્રષ્ટાભાવથી આ થાય છે.

લગભગ નવ્વાણું ટકા લોકો ઈગાને પોષવા જ વાતાવરણ ઉભુ કરતાં હોય છે. અનાયાસ જ કુટુંબ માટે કે નોકરી માટે કે એવા કામ માટે ઈગાને દબાવવો પડતો હોય છે. પરંતુ જરાક છૂટો થાય પછી તો શું પુછવું. મન ઈગા માટેની ચારે બાજુથી વ્યવસ્થા કરતું હોય છે. અને અમુક પ્રકારની આપણી અંદર માન્યતાઓ ઘર કરી ગઈ હોય છે કે જીવ દેવા તૈયાર થઈ જાય પણ ઘર કરી ગયેલ માન્યતાને છોડવાની તૈયારી હોતી નથી. આ બધુ ઈગાના પ્રતાપે બને છે. એને ખબર નથી કે આ જડ પદાર્થ છે તે બધુ માટી છે. બ્રહ્માંડ આખું માટી મય છે. આપણું શરીર પણ માટી છે. અને એક વખત તેને માટી ભેગું ભળી જવાનું છે. બીજી જે માયાજાળ છે. એની આજુબાજુ પણ માટીના જ થર છે. માટે જો ખ્યાલ આવે તો આની અંદરનું જે આકાશ છે. જે ચેતન તત્વ છે. એનું ગુમાન કરો એને ગોતો કારણ કે એ અવિચળ રહેશે.

આપણા શરીરને સારું તથા તંદુરસ્ત રાખવું હોય તો પહેલા મનની વ્યવસ્થાને સારી રીતે સમજવી પડશે. અમુક ઉંમર થયા પછી આપણે વૃધ્ધાવસ્થાને આરે હોઈએ ત્યારે જો મનની સાથે મેળ કરીને પોતે પોતાનો ડૉક્ટર બની જાય તો તકલીફ ઓછી પડે છે. કારણ કે આપણે જોવું પડશે શું ખાવાથી, કેવું પીવાથી, કેવી રીતે રહેવાથી, કોણ કેવું મળે છે. તે નિરિક્ષણ કરતાં રહેવું પડશે તો જ આપણે આપણા ડૉક્ટર બની સકીશું. કારણ કે જે ગાડી જુની થઈ ગઈ છે. તેને વાપરવામાં ખ્યાલ રાખવો પડશે. તેનો ખ્યાલ માત્ર આપણું મન જ રાખી શકશે.

કોઈ માનવી ધીરેધીરે જો થોડોક સમય આનંદ, મસ્તીમાં રહે અને આનંદ દાયક પ્રસંગોને વિચારમાં રાખીને જો જીવવા માંડે. વિચારો જ્યારે આનંદ મય હોય ત્યારે કોઈ દિવસ એને કોઈનું ખરાબ કરવાનો ખ્યાલ આવતો નથી. આવી રીતે એકાદ મહિનો જો આમ કરતાં રહે તો ધીરેધીરે આપણી અંદરથી પણ એવા ભાવ પેદા થશે કે આપણને ખુશ ખુશાલ જોવાની આદત પડી જશે. આ પ્રયોગ કરીશું તો ઓટોમેટિક આપણને ખ્યાલ આવવા માંડશે, આપણામાં કાંઈક બદલાવ આવવા લાગે છે. જેવી રીતે આપણા વિચારોથી આપણને દુઃખ આવે છે. એવી જ રીતે આપણા વિચારોથી આપણે સુખી બની શકીએ છીએ. આમા કોઈ પ્રયોગ કરવાનો નથી રહેતો માત્ર પ્રસન્ન રહેવું અને મસ્તીમાં રહેવા સિવાય કાંઈ કરવાનું નથી.

જેમ આપણને તાવ આવે એટલે તરત જ દવાખાને પહોંચી જઈએ છીએ ને દવા લઈને તાવને ભગાવી સકીએ છીએ. એવી જ રીતે જો આપણને ખ્યાલ આવે કે આપણી અંદર ક્રોધ, તિરસ્કાર તથા નફરતની જે ભાવના જાગે છે. જે આપણા મન, શરીર બધાનું નુકશાન કર્યા પછી જ શમે છે. ધર્મ એટલે સ્વભાવ, અંદર જે ધારણ કર્યું છે તે આમ તો જડ અને ચેતન બન્ને

સત્તાને પોત પોતાના ગુણ છે તે છે ધર્મ. એને જો પ્રેમરૂપી દવાનો ડોઝ લઈ જુઓ તો જેમ તાવને ભગાડી મુક્યો છે. એમ આનાથી પણ છુટકારો આપણને પ્રેમ અપાવી શકે છે. અજમાવી જો જો.

માનવીને કોઈ પણ કાર્યની શરૂઆતમાં દુવિધા ન રહે તો તે કામ સરળ બને. માટે જ્યારે આપણે નાનામાં નાનું કાર્ય કરતાં હોઈએ ત્યારે પુરા સજાગ રહીને કરવું. પછી જો જો ધીરે ધીરે બીજા પણ કહેવા લાગશે કે આને કેવી રીતે સુજયુ કે આને કેવી રીતે ખબર પડી કે આ કામ આવી રીતે થાય છે. બધુ નાનામાંથી જ મોટું થતું હોય છે. જે નાનું કાર્ય પણ ખંતથી કરી શકે તે જ આગળ જતા મહા કાર્યો પણ આસાનીથી કરવાની ક્ષમતા ધરાવતો થઈ જાય છે.

આપણા શરીરના દરેક કોષોમાં આરોગ્ય મેળવવાની પુરી શક્તિ પડેલી છે. જો આપણા વિચાર યોગ્ય હોય તો આ કોષો શરીરને સ્વસ્થ રાખી શકે છે. આ કોષોમાં રહેલી આરોગ્ય દાયક ગૂપ્ત શક્તિને આપણા વિચારો દ્વારા આંતર મનમાં ઉતારી શકાય છે. એટલે જો સારા વિચારોથી પ્રયત્ન કરો તો આપણા શરીરને નવયોવન જેવું બનાવી શકાય છે. એની માનસીક સ્થિતિ પણ વૃદ્ધત્વ સ્વીકારતી નથી. આપણા શરીરના કોષો અમુક દિવસમાં બદલાતા હોય છે. એનો ખ્યાલ જો આપણે આપણને જોતા થઈ એ તો ખબર પડે કે થોડા થોડા ટાઈમે આપણામાં કેમ બદલાવ આવે છે. અને જો વિચારોને સારા કરીને વિચારવામાં આવે તો તેનું પરિણામ આપણા શરીરમાં ચોવિસ કલાકમાં જોવા મળે છે. માટે જોઈ જુઓ.

જો આપણે આપણને સમજવું હોય તો ધર્મજીવન જીવવો પડશે. ધર્મ એટલે સંપ્રદાયો નહિ પરંતુ ધર્મ એટલે જેને કારણે અસ્તીત્વ ધારણ થઈ રહ્યું છે. તેની ખોજ કરવાની છે. આ કરવામાં પેલા તો આળસ, પ્રમાદ અને આપણી ના સમજ જે આપણને નડતર રૂપ છે. તેને કાઢવી પડશે.

માટે મનને આનંદી, પ્રફુલ્લિત બનાવવું પડશે. અને આ કરવું એ કાંઈ બહુ કઠીન નથી. આ આપણા હાથની વાત છે. માટે આપણે જ આપણને સહકાર આપવો પડશે.

જ્યારે માનવી પોતાને સમજતો થશે પછી તો ધીરે ધીરે એવો સમજતો થશે કે અગાઉના ઋષિમૂનિઓ જેમ પોતાની પાસે આવેલ માનવીને જોઈને તરત જ ઓળખી જતા આપણે અરીસામાં જોઈએ અને આપણા ચહેરાનું બધું જ સૌંદર્ય સ્પષ્ટ જોઈ શકીએ એવી જ રીતે આ ઋષિમૂનિઓ સામા માણસને વિચારોથી માનસીક તથા શારીરિક શું તડપ છે. તે ઓળખી જતાં એમ અત્યારે પણ જે માનવી પોતાને ઓળખે છે તે બીજાને ઓળખી શકે. માટે પોતાને ઓળખવાની કોશિષ કરો.

તા.૧૩/૫/૨૦૦૯

ભૌતિક સુખમાં આપણો અહંકાર વકરે છે. અને દુઃખમાં ભયને કારણે આપણો અહંકાર સર્કોચાય છે. આમ જોવા જઈએ સંસાર વહેવારમાં દુઃખ ન હોય તો ખરેખર જીવવાનીય મજા ન આવે. જેમ પુષ્કળ ખાધું હોય અને એને પચાવવાની જડીબુટીની ખરેખર કિંમત દુઃખ આવે પછી જ થાય છે. જમતાં જમતાં આપણી સાથે રહો અને જમવાનો આનંદ લ્યો એવી જ રીતે સુખ ભોગવતા ભોગવતા સાથે રહો અને સુખની કદર કરો પછી વાગોળવાનું નહિ રહે જેણે માણ્યું છે એને વળી વાગોળવાનું શું ?

જીવનમાં જો દુઃખ ન હોય તો કોઈપણ વહેવાર શક્ય નથી. દુઃખ જ જીવનની ગતીનું કારણ છે. બહુ જ સમુદ્ધ અને સુખી દેખાતાં માનવી ભૌતિક રીતે ભલે સાધન સંપન્ન હોય તો પણ આવી પડનારા દુઃખની કલ્પના કરીને ભવિષ્યની ચિંતા કરી કાર્ય કરતા હોય છે. માનવી કંટાળી જાય છે અને તેથી જ આચાર્ય રજનીશ કહે છે. જીવનમાં સુખ એક દુર્ઘટના છે. અને દુઃખ સ્વભાવ છે. દુઃખ પ્રત્યે આ અભિગમ માણસને જીવનપાર કરવામાં શાન્તી આપવામાં ફળદાઈ છે.

જેને ખબર છે કે મારે ક્યાં જવું છે ? એ પોતાને હોશમાં રાખીને કરી શકે છે. જે હોશમાં રહે છે. એને નવા કરમ બંધાતાં નથી. આજના કર્મ ઉપર જ કાલનો પ્રકાશ નિર્ધારીત છે.

આ સંસારમાં આટલી જફા કરતાં પણ કાંઈ મળ્યું નથી. અને મળ્યું છે તો ક્યાં કોઈ કાંઈ લઈ ગયું છે. આટલું કર્યુંએ કાંઈ થોડું છે કે હવે આધ્યાત્મિકની ઉપાધી કરીને શું ભેગું લઈ ગયા છે. આવા વિચારો ઘણાને આવે છે. પરંતુ આમા તો એવું છે એક વિદ્યાર્થી આખું વર્ષ ભણ્યા પછી પરીક્ષા આપે અને એ નાપસ થાય એટલે બીજો વિચારે કે આપણે શું કામ ભણવું જોઈએ કે આમા તો નાપાસ પણ થવાય છે. આમા એવું છે કે જે ભણ્યો છે ભલે નાપસ થાયો છે. પરંતુ એને ભણ્યો એટલું જ્ઞાન થયું છે.

કર્મના સિધ્ધાંતમાં હેરાફેરીનું કોઈ સ્થાન નથી. જેમ કે ત્રણ ચાર ખરાબ કર્મ કરીને પછી ત્રણ ચાર સારા કર્મો કરી નાંખો એટલે બધું ખરાબર થય જાય એવું નથી. કારણ કે અહિંયા કોઈ વકીલની વકીલાત કામ આવતી નથી. પરંતુ જે કર્મ કર્યાં છે એનું જે ફળ આવે તેને હસતા હસતા ભોગવવાનું છે. અને ભોગવતા ભોગણતા એમાંથી શીખવાનું હોય છે અને ખોટા કર્મમાંથી મુક્ત થવાનું હોય છે.

તા.૧૪/૫/૨૦૦૯

વિભાજન શબ્દ મહત્વકાંક્ષામાંથી પેદા થાય છે. જ્યારે દરેક માનવી પોતાની મહત્વકાંક્ષા વિષે વિચારતો હોય ત્યારે બે માનવી વચ્ચે સાચો અને ખરેખરો સંબંધ કેવી રીતે સંભવી શકે ત્યાં તો માત્ર અંગત સ્વાર્થ જ જોવા મળે છે. અને એક હકીકતતો આપણે બધાએ સ્વીકારવી પડશે કે દરેક માનવીને માત્ર પોતાનામાં જ રસ હોય છે. દરેક માનવી પોત પોતાની અલગ દુનિયામાં જીવતો હોય છે. અને એને જ કારણે વિભાજન શબ્દનો જન્મ થાય છે. હવે, આ વિભાજનને સમજવો હોય તો પેલા તો આપણે આપણને સમજવું પડે.

આપણે આપણને સમજવામાં થાપ ખાઈ જઈએ તો જો આપણે આપણમાં જાગૃતિ લાવવા પ્રયત્નો કરવા જઈએ છીએ ત્યારે પાછા આપણે બીજા કામે લાગી ગયા હોઈએ એવું લાગે છે. કારણ કે એમા આપણને વિચારોની ચાલાકી જોવા મળે છે. અને જ્યારે વિચારો ચાલાકી કરતાં હોય ત્યારે બુદ્ધિ ઉપર આપણને ગર્વ આવતો હોય છે. આ બધું જીણવટથી જોઈને ખુલ્લા પાડવા સિવાય કાંઈ રસ્તો નથી. માટે આમા કોઈ પુસ્તકનું જ્ઞાન કામ લાગતું નથી, જાતે જ જોવું પડશે અને જાતે જ રસ્તો શોધવો પડશે તો જ આપણે જે તત્વ જોવું છે. એની નજીક પહોંચી સકીશું. કારણ કે આવું બધું કરવામાં આપણી અંદર ઘર્ષણ જે થઈ રહ્યું છે અને બધાને ખુલ્લા પાડવામાં આપણું હું પદ મુશ્કેલી પણ ઉભી કરશે. પરંતુ કાંઈ પણ કરવું હોય તો થોડી તકલીફ તો આવે. પરંતુ ઘણાને તો હું પદમાં જ જીવન દેખાય છે. ત્યારે ત્યાંથી આગળ વધવું મુશ્કેલ બને છે.

હર કોઈ માનવી એવું વિચારે છે કે બીજા આપણા માટે કેવું વિચારે છે. હર કોઈ માનવીની એક ઈચ્છા હોય છે કે જે આપણને પસંદ હોય એવું બધાને હોવું જોઈએ. ક્યારે બને જ્યારે પ્રેમરૂપી નદી આપણામાંથી વહેવા માંડે અને પ્રેમ જ્યારે આપણો સ્વભાવ થઈ જાય પછી જગત પ્રેમ મય થઈ જાય છે. પછી વિકાર જતો રહે એમ કહેવું પડતું નથી. પછી તો હર કોઈ માનવીમાં ઝરણું વહેતું જોવા મળશે. જેના જીવનમાં અભાવ છે એ પોતાની અભાવની જંબનાને હિસાબે હોય છે. જેમ વધારે ધનવાન વધારે ધન પ્રાપ્ત કરે છે. તેનું કારણ તુપ્તી પણ હોય શકે. જેના સ્વભાવમાં દુર્બળતા છે તે દુર્બળ જ રહેવાનો. કારણ કે સ્વભાવ જો ઉચો અને આદર્શ કેળવાય તો માનવતા ખીલી ઉઠે છે.

આપણને ક્યારેક કોઈ એવી વ્યક્તિનો ભેટો થઈ જાય જે પોતાને સારી રીતે સમજતો હોય અને એમાંથી જે દિવ્ય જ્યોતનો પ્રકાશ પાથરતો હોય અને આપણે પ્રભાવીત થઈએ ત્યારે તે પ્રકાશમાં નહાવું જરૂર.

પરંતુ તેનું અનુકરણ કોઈ દિવસ ન કરવું. કારણ કે અનુકરણ કોઈ દિવસ પૂર્ણતા સુધી નહીં લઈ જાય. કારણ કે જે મોગરાનું ફૂલ છે. તે કદી ગુલાબ ન બની શકે. હા પ્રયત્ન કરે તો મનાવ મોગરા જેવી સુવાસ મહેકાવી શકે છે. માટે મિથ્યા એવા ખ્યાલોમાં રહેવાને બદલે આપણે પોતે સુવાસ વહેડાવવી અને પ્રકાશમય બનવું. કોઈનો પણ સથવારો શોધ્યા વગર સંપૂર્ણ પણે પોતે જ એ દિશામાં યાત્રા શરૂ કરવી પડશે આવી શરૂઆત થાય પછી જ આપણું જ્ઞાન આપણી સમજ આપણા ગુરૂ તથા આપણા શિષ્ય પણ આપણે જ હશું. ત્યારે કોઈ પણ કારણ આપણને ઓળખવામાં અડચણરૂપ નહિ બને.

સ્વયંમથી પરિચિત થઈને પોતાને સમજવા માટે આપણે પોતા એ જ અનોખી રીતે આપણું પોતાનું પોસ્ટમોટમ કરવું પડશે. અને એમાંથી જ અનુભૂતિ કરવી પડશે.

જીવવા માટે કાંઈકને કાંઈક વળગણની જરૂર પડે છે અને એ વળગણના સહારે માનવી જીવીત રહી શકે છે. એ ભલે પછી સંસારી હોય કે આધ્યાત્મિક આ બધા ખેલ વળગણથી વધારે કાંઈ નથી. એ બરાબર સમજી લેવું જોઈએ એવું લાગે છે.

તા.૧૬/૫/૨૦૦૯

જો કોઈ પણ ક્રિયા નિસ્વાર્થભાવે કરો અગર તો નિહાળો તો ખરેખર આપણને બહુ જ મજા આવે છે. પછી ભલે તે ક્રિકેટ હોય કે રાજરમત હોય કે કાંઈ પણ સંસારીક ખેલ હોય આ બધુ જો સાક્ષીભાવે જોવાની ટ્રાઈ કરો પછી જુઓ કેવા પ્રફુલીત થઈ જવાય છે.

તા.૧૭/૫/૨૦૦૯

માનવી ભેગું કરીને ખાય તો ઘરાઈ ચોકકસ જાય છે. પરંતુ તૃપ્તિ તો ભેળા મળીને ખાવામાં જ થાય છે. પેલા ખાય છે તે શરીર ખાઈ છે. પરંતુ જ્યારે બીજી રીતે ખવાય તે પ્રેમસભર પ્રફુલીતપણાથી ખવાય છે.

જરા થોભો અને વિચારો કે આપણે સુખી કેમ રહી શકીએ તો જરા આપણા મનને જોતા રહો અને જે કોઈ કાર્ય કરવાના હોઈએ ત્યારે મનને પુછી ને જ કામ કરો. અને મન જેની ના પાડે તે કામ ન કરવું. થોડીવાર ભલે આપણને નુકશાન લાગે. પરંતુ એન્ડમાં તો સારૂ જ થાય છે. અખતરો કરી જો જો મન આપણી પાસે છે અને કાર્ય આવતાં જ રહેશે.

તા.૧૮/૫/૨૦૦૯

આપણને શું ગમે છે ? એ ખબર પડતી નથી. અને અટવાયા કરીએ છીએ એનું મુળ કારણ મને સમજમાં આવતું જાય છે. મેં જોયું કે આપણા વિચારો, આપણે ખાલી વીશ વખત શ્વાસ લઈને છોડીએ એટલી જ વારમાં ઘણી વખત આપણે ગણી પણ શકતા નથી. એટલીવાર જુદા જુદા આવે છે મેં ટ્રાઈ કરી છે. તમે કરી જો જો એટલે તમને પણ સમજાશે સ્થિરતા આપણને ગમતી નથી. આપણે શાન્તીથી બેઠા હોઈએ બારનું કાંઈ કામ ન હોય તો પણ આપણે થોડીવારમાં નિકળી પડીએ છીએ. શું કામ નિકળતા હોઈએ છીએ એ આપણને ખબર હોતી નથી. આ બધું જોતાં એવું લાગે છે કે આમા પરિવર્તન પુરેપુરો ભાગ ભજવે છે. હવે, પરિવર્તન ભાગ ભજવતું હોવા છતાં આપણે તેને સમજી શકતા નથી. એટલે જ દુઃખ છે જો એ પરિવર્તનની સાથે આપણે તાલમેળ મેળવી લઈએ તો વાંધો આવતો નથી.

આપણે જે સામાજિક બંધનની સાથે રહીને વિકાસ કરતાં હોઈએ છીએ અને તેનો વિકાસ સુંદર રીતે થાય છે. એવી જ આપણા અંદરની વ્યવસ્થા છે. એમાં પણ બધા પાત્રોનું સંગઠન કરી એક થઈને કામ કરવા માંડે પછી જ પરિણામ સારૂ આવે.

લગભગ માનવીમાં એવો એક સામ્યરસ પડેલો છે. એનો જો ખ્યાલ આવે જ્યારે કાંઈ લખેલું વાંચતા હોઈએ અગર તો પ્રવચનો સાંભળતા હોઈએ કે કોઈ નાટક જોતા હોઈએ ત્યારે જ્યારે જ્યારે આપણી અંદરએ લખેલા વાક્યો અગર તો પ્રવચનો બોલેલા શબ્દો કે નાટકમાં ભજવાતા પાત્રોમાં આપણને જ્યારે બંધ બેસતું જે આપણામાં તે જોવા મળી જાય એટલે

તાળીઓના ગડગડાટ સંભળાય છે. અને આપણે પણ તાળીયું પાડતાં હોઈએ છીએ.

જો એટલું સમજાય જાય કે આપણામાં છે એ બીજાનામાંય હોય છે તો એ માનવીમાં પુરું પરિવર્તન આવી જાય અને બધાને પરિવર્તનમય જોઈ શકે છે.

આ જોવામાં ઉંમરને કાંઈ લાગતું વળગતું નથી. બધી ઉંમરમાં આપણે આ પરિવર્તનને જોઈ શકીએ કારણ કે યુવાનને જેમ ઈચ્છા હોય અને એ ભોગવવાનું જેમ ગમે એમ વૃદ્ધને પણ પોતાની ઈચ્છા, તમન્ના વગેરે હોય છે. અને એ ભોગવવા આતુર હોય છે. એટલે જો કોઈ પણ પ્રયત્ન કરે તો પ્રકૃતિ પણ તેને સાથ આપે એવું લાગે છે. માટે જો મગજમાંથી કાઢી નાંખે કે જે કામ આપણે કરવાનું છે એ બીજો કરવાનો નથી. અને પોતાને કરવાનું છે. આપણે તો પુરાં સ્વાધી હોઈએ છીએ. આપણું કામ બીજા કરે તે ચાલે પણ, આપણું કરેલું કોઈ બીજા ભોગવે તે ન ચાલે. એવું ક્યાં સુધી ચલાવશો, ખાલી આપણું આપણે કરવા માંડો એટલે જગત આખું એનું કરવા માંડશે અને આપણને નડશે નહીં.

તા.૧૯/૫/૨૦૦૯

આપણી ખોપરીનો અમુક ભાગ એટલે ગહન અને ઉડાણ વાળો છે. કે જેમ આપણામાં પ્રકાશ થતો જાય તેમ તેમ તેમાં જે પડેલું છે એ ધીરે ધીરે આપણી સમજમાં આવતું જાય અને આપણે તેનો ઉપયોગ કરતાં થઈ જવાય છે. એવું લાગે છે. આ ખોપરીના ભાગને નિહાળવો હશે તો પેલા તો આપણે આપણા હું ને જેવો છે તેવો સ્વીકારવો પડશે અને સ્વીકાર્યા પછી એને સમજવો પડશે કે એને શું ગમે છે અને એ શું કરવા માંગે છે? એ બધું સમજવું પડશે અને એની સાથે એક રૂપ થઈને પ્રેમના પાત્રમાં ઢાળવો પડશે. જો એક વખત પ્રેમના પાત્રમાં જો ઢાળવામાં આપણે સફળ થશું તો જેને આપણે બદનામ હું ગણીએ છીએ એ જ હું ગુણીયલ સાબિત થઈ શકે છે.

‘હું’ પણ એક એવી સમસ્યા છે તે વિચારોને આધારીત છે. અને પ્રેમ સમસ્યાનું હલ કરવાનું સાધન છે. પરંતુ જ્યાં સુધી આપણા મનની પ્રવૃત્તિ બેકાબુ હશે. ત્યાં સુધી પ્રેમના ઝરણા નહી કુટી શકે એટલે જે સમજાયું છે કે જ્યાં સુધી આપણા બધા પાત્રો એક બીજાને સહયોગ નહી કરે ત્યાં સુધી અટવાયા કરશું. માટે બધાનો સહયોગ સાધો અને બધુ સંભવીત બનશે.

જે કાંઈ ખોપરીમાંથી નિકળી ગયું છે. અને લખાય ગયું એ એક જાતનો ઉકરડો જ છે. એથી વિશેષ કાંઈ નથી. હવે જો આ ઉકરડો છે એને જો ફળદ્રુપ ધરા મળી જાય અને એને ઉપયોગ કરવાવાળા મહેનતું ખેડૂત મળી જાય અને સારી રીતે સમજીને ઉપયોગ કરે તો જે ઉકરડો અત્યારે કાંઈ કિંમત વગરનો અને ગંદકીથી વિશેષ કાંઈ નથી. તેને પોતાની ખેતીમાં નાંખીને તેનો ઉપયોગ કરે તો થોડો સમય રાહ જોવી પડે પરંતુ પછી જ્યાં તેનો ઉપયોગ કર્યો હોય એ જગ્યાનો મોલ જે લહેરાતો હોય એને જો જુએ તો એ ઉકરડાની કિંમત સમજાય.

જ્યારે પણ લખવાનો વિચાર કરૂ છું. કે તરત જ ‘હું’ દેખાય છે. અને એની આજુબાજુની આખી મંડળી દેખાય. જેમ એક દારૂડીયાને બાટલી દેખાય, ડોક્ટરને દર્દી દેખાય અને જેને જેમ જરૂરીયાત છે એવું દેખાય તેમ મને મારૂ મંડળ દેખાય છે. આવા મંડળોની વ્યાખ્યા તો કોને સમજાય. કારણ કે એ મંડળો પણ ગહન છે. એટલે જો વાસ્તવીકમાં જીવતા હોઈએ, પણ સમજતા નથી અને ન સમજાય તેને ક્યાંથી ગમે એને ગમાડવા માટે પેલા સમજવા પડે એવું લાગે છે. ગમવું એ સુખ છે તો તે હું ને ગમે છે. એટલે આજ ગમતું હોય, કાલે ન પણ ગમે એવું હર વખત બને છે. એટલે સુખ ત્યાં સુધી જ રહે. આપણી ઝંખના તો અવિરત આનંદની છે. તો અવિરત આનંદ તો હું ને માત્ર જોવો તો જ રહી શકે.

આપણા સુખની કલ્પના માત્ર આપણા પુર્તિ મર્યાદિત જ હોય છે.

પરંતુ આપણે આખા સમાજને સુખી કરવાના હોઈએ એવું વર્તન કરતાં હોઈએ છીએ. આપણું સુખ તે આખા પરિવારનું સુખ એમ બધા કહેતા હોય છે. અને એ પ્રમાણે રહેતાં હોય છે. પરંતુ અંદરની વેવસ્થામાં એનું કોઈ સ્થાન જોવા મળતું નથી. અને જે જોવા મળે છે. તેમાં હું ને સથવારે આ બધુ પાત્રના રૂપમાં ભજવાતું હોય છે. જેમ પાત્ર બદલાય તેમ તેમા સુખની વ્યાખ્યા બદલતી જોવા મળતી હોય.

તા.૨૦/૫/૨૦૦૯

કાલે અમે લાઓત્સના ત્રીજા સુત્ર વિષે વાંચતા હતા. અને ચર્ચા કરતાં હતા. તેમાંથી અમને એક અતિમહત્વની સમજણના દર્શન થયા. એમા લાઓત્સેએ કહ્યું હતું કે નાનું કામ આપણે કરતાં હોઈએ છીએ અને મહાન કાર્ય થઈ જતું હોય છે. અને જે કાર્યો આપણે કરતાં હોઈએ છીએ એનું પરિણામ કાયમ બે રીતે આવતું હોય છે. ત્યારે પ્રકૃતિથી જે કાર્ય થય જાય છે એનું પરિણામ જે આવે છે એમા કોઈ રીત હોતી નથી. બસ માત્ર થઈ જાય છે. એમા એટલું સમજમાં આવ્યું કે જે આપણે કોઈ વસ્તુને સારી ગણીએ છીએ ત્યારે તરત જ બીજી વસ્તુ આપણા અંતર મનમાં ખરાબ ફીટ થય જાય છે. દા.ત. આપણે કોઈના છોકરાના બહુજ વખાણ કરતા હોઈએ ત્યારે આપણે અંતર મનથી આપણા છોકરામાં કાંઈક ઉણપ અનુભવતા હશું. આપણે કાંઈપણ વસ્તુ અગરતો વ્યક્તિને ખરાબ સમજતા હશું. તો ત્યારે જ આપણા અંતર મનમાં કોઈક સારી વસ્તુ અગર તો વ્યક્તિ ચીતરાય જાય છે. એવી રીતે કોઈપણ ક્રિયાનો આપણી અંદર એ રીતે જ જન્મ થાય છે. એકનું પરિણામ નજર સમક્ષ આવી જાય છે. અને બીજાનું તો જ્યારે અંતર મનનો પટારો ખુલે ત્યારે જ ખબર પડે છે.

જે કાંઈ બોલો વિચારો અને કરો તેનું પરિણામ તો ચોકકસ આવે છે. માત્ર પરિણામ અમુક વખતે મોડું આવે ત્યારે આપણને ખ્યાલ રહેતો નથી કે આ આપણી કઈ ક્રિયાનું ફળ છે. કારણ કે જ્યારે ક્રિયા થાય છે ત્યારે આપણે જાગૃત હોતા નથી. એનું આ પરિણામ હોય છે.

સામાન્યજ્ઞાનમાં આપણને ખ્યાલ રહેતો નથી. રોજંદા વહેવારમાં ક્યારેક કોઈના વખાણ થય જાય હળવી આલોચના થય જાય અગર તો કાંઈક રમુજ કરવામાં કાંઈકને કાંઈક કહેવાતું હોય છે એને કેમ જાગૃત રહીને સમજવું કે આમા આ વાક્યની વિરુદ્ધના વાક્યના અર્થનો આપણી અંદર તરત જ જન્મ થઈ જતો હોય છે.

હવે જો આવું વિચારીએ તો માનવી બોલી કેમ શકે અને કાર્ય પણ કેવી રીતે કરી શકે તો આમા તો ગીતાજીનો સહારો લેવો પડે અને જે કૃષ્ણાએ કહ્યું છે. કે કર્મ કરો અને ફળની આશા ન રાખો એટલે કે જે ફળ આવશે એને સ્વીકારવાની ભાવનાથી જ કરવા મંડવું પડે તો જ જે કાર્ય કરી રહ્યાં છીએ એનો અંતર મનમાં વિરોધનો પડઘો પડતો નહી હોય એવું લાગે છે.

લાઓત્સેના કહેવા મુજબ આપણે જો કાંઈ કરતાં હોઈએ એનું એક પરિણામ તુરંત મળે છે અને એકને સમયના આધારે તે પરિણામ આવે છે. એ હવે થોડું થોડું બેસતું હોય એવું લાગે છે. જેમ કે આપણે નાના ગુંબજમાં બોલતા હોઈએ તો એનો પડઘો વેલો આવે છે અને પહાડોની ખીણો માંથી પડઘો એનાથી મોડો આવે છે. એવી જ રીતે ખુલ્લા આકાશમાં બોલતા હોઈએ તેનો પડઘો તો મોડો પણ નથી સાંભળાતો પ્રકૃતિના નિયમને ધીરજથી સમજવો રહ્યો.

પ્રકૃતિના નિયમો એક વખત સમજાય જાય તો દુઃખ જેવી માત્રા ન રહે. કારણ કે જ્યારે એક આધાર છીનવાય જાય છે ત્યારે પ્રકૃતિના રૂપમાં બીજી રીતે તેનો સહારો મળી જ જાય છે. કારણ કે એ એના નિયમનું બંધારણ હોય એવું લાગે છે.

કોઈ વિચારકે બહુ જ સરસ કહ્યું છે કે જીંદગી શું છે ? એના જવાબમાં કહે છે કે જીંદગી આમ તો કાંઈ નથી માત્ર જન્મ અને મૃત્યુની વચ્ચે જે ઈન્ટરવલ છે એ છે. ત્યારે આપણને બરાબર સમજાતું નથી પરંતુ જો

જીવનમાં જોઈએ કે આપણે કંટાળી ગયા હોઈએ અને કોઈ હિલ સ્ટેશન ઉપર ફરવા જઈએ અને ત્યાંની સુંદરતા તથા ત્યાંનું વાતાવરણ જે છે તે મુક્તપણે કાંઈ સ્વાર્થ વગર માણીએ અને દસથી બાર દિવસમાં આપણે પાછા આપણા મુળ સ્થાને આવી જઈએ અને ત્યાંની જે બીન સ્વાર્થથી કરેલી ક્રિયામાં મસ્ત રહેવા માટે ગયા હોઈએ એવી જ રીતે આપણો જન્મ આ એક હિલ સ્ટેશને મોજ માણવા માટેનું વેકેશન છે. પરંતુ આપણે અહિંયા પણ મોજ માણવાને બદલે હોટલવાળાને કેટલો નફો થાય છે. ગાઈડ કેટલું કમાતો હશે આવું બધું કરતાં રહ્યાં છીએ અને જે મુક્તપણે માણવું છે તે રહી જતું હોય છે.

હવે જ્યારે વિચારોને વિચારી જુઓ એવું પુસ્તક લખતાં હોઈએ ત્યારે એ તો ખાસ જાણવું પડશે કે વિચારોને કોણ વિચારે છે. અને જો કોઈ વિચારક વિચાર તો હોય તો તેને વિચાર સાથે શું સંબંધ છે. એ જોવાનું છે. જો વિચારે વિચારકને જન્મ આપ્યો છે. કે વિચારકે વિચારને જન્મ આપ્યો છે.

હવે આ જાણવું હોય તો પેલા વિચારોને એના મુળ સુધી સતત જોયા કરવું પડશે અને એમ જોતાં જોતાં આપણને ખ્યાલ આવી જશે અને અંતમાં વિચારકનું અસ્તિત્વ નહીં રહે પણ ત્યાં તો હું ના પગપેસારાનો ખ્યાલ આવશે અને આમ જોવા જઈએ તો વિચારક અને હું બન્ને એક સિકકાની બે બાજુ જેવું છે.

તા.૨૧/૫/૨૦૦૯

વિચારની પરીભાષા સમજવા માટે પહેલા તો આપણે સમયને સમજવો પડે. વીતી ગયેલો સમય ચાલું સમય અને હવે પછી જે આવવાનો છે તે સમય આવી રીતે વિચારના આધારે આપણે સમયના ત્રણ ટુકડાં કરી નાંખ્યા છે. અને આપણને બરોબર દેખાય છે. હકીકતમાં સમયના ક્યારેય ટુકડા સંભવ નથી. કારણ કે સમય તો એક વહેતી નદીના પ્રવાહ જેવો છે. એના ટુકડા કેવી રીતે થાય આ સમજાય તો વિચારની માયાજાળ થોડી સમજવામાં આવે એવું લાગે છે.

હવે જ્યારે વિચારને સાથે રાખ્યા વગર કાંઈ જોઈ શકાતું નથી અને વિચારથી જ આપણે પ્રકૃતિ રહી શકીએ છીએ અને વિચાર વગરની કલ્પના એટલે ઉદાસીનતાથી વધારે કાંઈ નથી.

આપણે તો સમજવું જ પડશે કે વિચાર એ સ્મૃતિનો પ્રતિભાવ છે. સ્મૃતિ એક મશીન જેવી હોય છે. અને જે આપણામાં જ્ઞાન હોય એ હંમેશા અધુરું જ હોય છે. અને અર્ધ જ્ઞાનમાંથી નિકળતો વિચાર મર્યાદિત હોય અને ક્યારેય મુક્ત ન હોય એવો હોય છે. જેટલું સભાન રહેવાય એટલું સારૂ બાકી જેટલું વિખો એટલું વધારે ગુંચવાતું જતું હોય એવું લાગે છે.

પ્રકૃતિના નિયમ જે જાણે તે તેનો ઉપયોગ કરી શકે એવો છે. પરંતુ સંસ્કૃતિમાં તો બળનો કોઈ જ રોલ નથી ત્યાં તો માત્ર બુદ્ધિથી જ જે બળવાન હોય પછી તે ગમે તેની પાસે મેળવે પરંતુ એનો ઉપયોગ તે પોતાની મરજી મુજબ કરી શકે છે. પ્રકૃતિથી જેટલો દુર એટલો સંસ્કૃતિ નજીક સંસ્કૃતિ ભલે ન સમજતો હોય પરંતુ જો સામા માણસને સમજાવીને કામ કઢાવી લેવાની તાકાત છે તે મહાપુરૂષ કહેવાય છે.

ક્યારેક ક્યારેક મારા પોતાનાં વર્તનમાં નર્યો દંભ દેખાતો હોય છે. મને ખબર હોવા છતાં મારો પોતાનો અહંમ એમ કરાવતો હોય છે જો કે એમા ફાયદો કે નુકશાન કાંઈ હોતું નથી. માત્ર અહંમ સંતોષવા ખાતર એવું વર્તન થય જતું હોય છે. એવું સમજીએ કે આપણને ખબર પડે એટલે એ જાગૃતિ કહેવાય. એ પણ એક જાતની ચાલાકી જેવું છે. જો કે મારો અહંમ સંતોષવાનું કામ એટલી ઝડપે બની જતું હોય છે કે મને ખબર પડતા થોડી વાર લાગે છે.

તા.૨૨/૫/૨૦૦૯

હું સવારે ઉઠીને ફેશ થઈને ગાર્ડનમાં ચાલવા જાઉં છું. શું કામે ચાલું છું એ તો ખબર નથી પણ બધા ચાલે છે એટલે ચાલું અને જ્યારે હું ચાલતો

હોઉં ત્યારે માત્ર શરીર જ એક વ્યસનની જેમ ચાલ્યા કરતું જોવામાં આવે છે. અને મન તથા વિચારો એની મેળે બીજી દુનિયામાં મહાલતા હોય છે. જેમ શરૂઆતમાં ચાલવા જઈએ ત્યારે આપણે તેની સાથે હોઈએ અને પછી જેમ વ્યસન થય જાય, એવી રીતે કોઈ મંદિર કે મસ્જિદમાં શરૂઆતમાં આપણે પોતે જતાં હોઈએ છીએ પછી તો વ્યશનથી વધારે કાંઈ હોતું નથી. જેમ શરીરની ડીમાન્ડ પ્રમાણે આપણે ખાતા હોઈએ, પીતા હોઈએ છીએ અને જે બધી ક્રિયા કરતાં હોઈએ છીએ એમાં આપણે કાંઈ કરતાં હોતા નથી. એવી જ રીતે બ્રાહ્મ કર્મમાં આપણા મનની ડીમાન્ડ પ્રમાણે આપણા વિચારો ફરતા હોય એવું લાગે છે.

આપણે કાંઈ કરીએ અને લગાવને સમજીએ ત્યાં સુધી તો ઠીક છે. પછીના દિવસ એક વ્યસનના રૂપમાં પસાર થતાં હોય છે. વ્યસનની માત્રામાં ફેરફાર થાય અગર તો વ્યસનો બદલાય પરંતુ રૂટીનમાં કાંઈ ફેર પડતો હોય એવું લાગતું નથી.

હજારો વર્ષોથી માનવી દુઃખને હડસેલવા કંઈકને કંઈક નવું શોધતો હોય છે. અને જેવું દુઃખનું નિવારણ કરે ત્યાં મહત્વકાંક્ષા વધતી જાય છે. પેલા માનવી કાચું ખાતો હતો. દવ લાગવાથી શેકાય ગયું એ સારૂ લાગવા મડયું પછી ધીરે ધીરે એમા જેમ જેમ સુધારો આવતો ગયો તે તે લોલુપતા વધતી ગઈ અને લોલુપતા વધી એટલે એ છીનવાય ન જાય એનો ભય દાખલ થયો હવે ભય દાખલ થવાથી ધીરેધીરે ભયને દુર કરવાના રસ્તા ઓતતા થયા એમાંથી ઘણા મુઠી ઉછેરા માનવી થતાં ગયા અને એના સિદ્ધાંતો પર માનવી આગળ વધતા ગયા અને જે જે ફીરકામાં આવા માનવી આવ્યા અને માનવીને મહત્વની રાહ બતાવીને એના મસીહા બનતા ગયા અને આવા મસીહાને યાદ કરવા એની મુર્તિઓ અથવા તો સ્થાનના નિર્માણ થતા ગયા અને એ લોકોને યાદ કરી અને પોતાનું દુઃખ ભુલવાની કોષિશ કરતાં રહ્યાં અને એનું નામ આપણે ભકિત આપ્યું. હવે આમાંથી જેને દુઃખ મળ્યું એવા

એ બાજુ ન વળ્યાએ પોતે પોતાની રીતે સુખ મેળવવા કોઈ મનોરંજનમાં તો કોઈક મદીરાપાનના નશામાં રહીને દુઃખને ભુલવાની કોષિશ કરતાં રહ્યાં. આ બધુ થોડી ક્ષણ માટે દુઃખ દુર કરવાનું સાધન બન્યું પરંતુ કોઈએ દુઃખને જોવાનો ખ્યાલ ન કર્યો. ખરેખર જો દુઃખને એક પદાર્થની જેમ જોવામાં આવે તો તે આપણને પરેશાન કરવાની જે એની ક્રિયા છે એમ ચોકકસ બદલાવ જોવા મળે.

જો કે આ બધુ આપણી અંદર ગોતવું પડશે કે આવા દુઃખ માટે આપણે આપણને જ દોષીત તથા કમજોર સમજતા હોઈએ છીએ અને નિરાશ થઈને કહેતા હોઈએ છીએ કે આ ઘટના અસપ છે કે હું જે સંજોગોમાં મુકાયો છું મારાથી કાંઈ થઈ શકે તેમ નથી. જે માનવી પોતા ઉપર દયા ખાવા લાગે ત્યારે સમજવું કે તે અત્યાર સુધી બીજાના સહારે જીવતો હશે. જેમ કે કોઈ ખાસ મિત્ર હોય અને એ એકા એક આપણાથી ખસી જાય, કુટુંબ હોય તે પણ એમ કરે. ઘન કે વસ્તુના સહારે જીવતો હોય એજ માનવી પોતાને અસહાઈ સમજે અને નિરાધાર માને પરંતુ એજ માનવી પોતાનામાં પડેલી શક્તિ જોઈ લે અને તેનાથી પરિચિત થઈ જાય તો દુનિયાની કોઈ પણ શક્તિ એને નિરાધાર ન બનાવી શકે.

તા.૨૩/૫/૨૦૦૯

જ્યારે આપણે લખતાં હોઈએ ત્યારે ગઈ કાલ કે આવતી કાલ હોતી નથી ત્યારે માત્ર વર્તમાન જ હોય છે. અને વર્તમાનમાં ક્યારેય પાનખર હોતી નથી ત્યારે તો માત્ર વસંત જોવા મળે છે. ત્યારે તો કલમની ધારે માત્ર કળીઓ જ ખીલતી હોય છે. જ્યાં કળીઓ જ ખીલતી હોય ત્યાં માનવી શું કામ મુરજાય એને તો ચારે બાજુ બસ વસંતના જ દર્શન થતાં હોય છે. અને જે વસંતઋતુમાં મહાલતો હોય એને ભલા જગતના કયા એવા પ્રશ્નો હોઈ કે એને મુંજવી શકે. બહારો માણવા કોઈ બગીચામાં જવાની જરૂર નથી. માત્ર આપણા અંતર મનમાં બહારોને ખીલવવાની છે. અને ખીલી જાય પછી તો

કહેવાતું સ્વર્ગ પણ તેને તુચ્છ લાગવા માંડશે. જો કે બહારો આવે પછી કાંઈ તુચ્છ રહેતું નથી. આમ જોઈએ તો સંસારનું બધું જીવન માત્ર કલ્પનાથી જીવાતું હોય છે. બહારોની કલ્પના શું કેમ ન કરવી.

મૌન રહેવાથી આ જગતની સમજમાં આપણને જાણકારીનો એક અનોખો મોડ આવતો દેખાય છે. મૌનમાં બધું એકરૂપ લાગે છે મૌન વગર ખંડીત લાગે છે. જ્યારે મૌન હોઈએ ત્યારે જગતને આપણી સાથે લેવા દેવા નથી પરંતુ આપણે જગમય થઈ જતાં હોઈએ છીએ.

મૌનમાં જ આપણને ઓળખવાનો વધારે મોકો મળે છે. અને મૌન જ સ્વને ઓળખવાનું અમુલ્ય પ્રવેશદ્વાર દેખાય છે. કારણ કે ત્યારે જ સ્વને ઓળખવાનો પુરેપુરો મોકો મળે છે. અને આમ જોવા જઈએ તો આપણે સમાજ સાથે વ્યવસ્થિત જીવતા હોઈએ છીએ ત્યાંથી આપણે આપણામાં પરિવર્તન લાવવાની જે ઘેલાછાથી આ બધું કરતાં હોઈએ છીએ. આમ જોવા જઈએ તો એકમાંથી નિકળીને બીજામાં ઘુસતા હોઈએ એવું લાગે છે. સૌરાષ્ટ્રમાં એક કહેવાત છે કે ઓઘામાંથી નિકળી ગંજીમાં ઘુસવા જેવો ઘાટ છે. જેમકે એક ઉંદર બાજરી કે જુવારની કડબના નાના ઢગલામાંથી નિકળી એક મોટા ઢગલમાં જાય એવો ઘાટ છે. આમા પણ જો નસમજાય તો ઉપરની કહેવત જેવું થાય છે ને વધારે અટવાતો થાય છે. માટે જાગૃતિ સાથે પુરી જાણકારી હશે તો જ આ અજાણ્યા માર્ગે ચાલવાનું સરળ બનશે.

આધ્યાત્મિકના માર્ગે આપણે ચાલવું હોય તો પેલા તો આપણામાં બદલાવની ખાસ જરૂર પડશે અને પરિવર્તન લાવવું પડશે. પરિવર્તન બારોબરનું નહિ પરંતુ આપણી માનસીક સ્તરે અને પુરા ઉડાણથી લાવવું પડશે. બારોબારથી તો માનવી ધારે ત્યારે પરિવર્તન કરી શકે છે. પરંતુ આપણા દરરોજના જીવનના પડકારોને પહોંચી વળવા માટે આપણી ઉંડી માનસીકતા તૈયાર કરવી પડશે. આપણામાં પહેલેથી જ એક એવી ગ્રંથી

બંધાયેલી છે કે આપણે શું હોવા જોઈએ અગર તો કેવા હોવા જોઈએ એવી જ કલ્પનામાં રાચતાં હોઈએ છીએ. હકીકતમાં કાંઈ ફેરફાર કરી શકતા નથી. એવું લાગે છે.

તા.૨૪/૫/૨૦૦૬

અમે પતિ—પત્ની પતરા (છાપરા) નીચે બેઠા બેઠા વૃદ્ધવસ્થા વિશે ચર્ચા કરતાં હતા કે વૃદ્ધાવસ્થામાં જો માનવી સમજે તો ખરેખર શાન્તીના દર્શન થાય. આમ જોવા જઈએ તો આપણે આપણી આખી જીંદગી સંઘર્ષમાં વિતાવી હોય ત્યારે ભલે આપણે સુખી લાગતાં હોઈએ. પરંતુ માનસિક તાણ કાયમ ભોગવ્યું હોય એને જો ધ્યાનમાં રાખીને જો ઘડપણમાં જીવે તો ત્યારે પોતાને ખરેખર બે ટાઈમ જમવા સિવાય કાંઈ જરૂરત રહેતી નથી. અને પછી જે બાકીનો સમય વધે છે. એનો પોતાને ઓળખવામાં પસાર કરે તો પોતાની જીંદગી બોજ ન લાગે અને જે જે વિભૂતિ થઈ ગઈ છે. તેના જીવનના પ્રસંગોને આપણા જીવનના પ્રસંગો સાથે સરખાવીએ તો ખ્યાલ આવે કે આપણે જીવવામાં ક્યાં ક્યાં ભૂલ કરી છે. જ્યારે આ વૃદ્ધો પોતાનામાં ખામી ગોતતા થશે. બાકીનું જગત તેને સુંદર લાગવા માંડશે અને જો પોતાના સંતાન પાસે માંગણી કરતાં હોય કે અપેક્ષા રાખતા હોય અને એ વિચારે કે આપણે આપણા પિતા કે દાદા સાથે કેવો વર્તાવ કર્યો હતો. અને એ મરી ગયા પછી શું લગાવ રહ્યો છે. એ જો સમજમાં આવી જાય તો કોઈ પણ વૃદ્ધ અસંતોષની જવાબમાં ભરખાય ન જાય અને એ પણ સમજતો થાય કે આ તો પ્રકૃતિના નિયમ મુજબ છે. એમ તો આપણે આપણી અંદર જે શક્તિ પડેલી છે તેના દર્શન કરવાના છે અને જાણવાનું છે કે આપણી અંદર એટલી બધી શક્તિ પડેલી છે કે આપણે કોઈના મોહતાજ નથી અને પછી ધીરેધીરે આપણમાં સ્વીકારભાવ આવતો જાય અને જે જુની ગાંઠો કે વળ આપણમાં પડેલા છે. ધીરે ધીરે વિખરવા લાગે અને પડખુ ફેરવવામાં આપણને નડે નહિ અને મસ્તીની ઉંધ પણ આવે અને જે જીવન જીવવાનું બાકી છે તે હરરોજ રળીયામણું બનતું જાય અને આ વૃદ્ધો પોતાનામાં ખોવાતા જાય અને પોતાને સમજતો થય શકે છે.

જેના મનમાં ખરેખર સાહસ ભર્યું છે. એની જ જીત થાય છે. અને એ જ સુખનો અનુભવ કરી શકે છે. જે બીજાને સહારે જીવવાનો વિચાર કરે તે ભલા સુખ ક્યાંથી ભોગવી શકે કારણ કે સુખ પણ આપણા અંદરથી જ ઉત્પન્ન થતું હોય છે. જો બીજું કાંઈ ન બની શકે તો જે છે તે સ્થિતિને સ્વીકારીને મસ્ત રહેવા માંડે.

જે કાંઈ થાય છે તે આપણા અંદરની ભાવનાથી જ બનતું હોય છે. માત્ર ભાવના જગાવવા આપણે હોમ, હવન વગેરે ક્રિયા કરતાં હોઈએ છીએ. એમા હોમ, હવનનો કોઈ રોલ નથી માત્ર ભાવના જગાવવાનું સાધન છે. કારણ કે હોમ, હવન કરવાવાળા તો એક મજૂર કે કારીગર છે. એને તો માત્ર પોતાના વળતર ઉપર જ ધ્યાન હોય છે. જે પોતાની અંદરની ભાવનાને સમજવા માંડે તેને આવા સાધનની જરૂર પડતી નથી. એટલે એ કાંઈ નાસ્તીક કે આસ્તીક નથી થઈ જતો માત્ર એની સમજમાં સમજણ જાગી જાય છે.

જેવી ભાવાના આપણા શરીરમાં વહે છે એવું આપણા શરીરનું પરિવર્તન પણ થઈ શકે છે. માનવી પોતાની અંદરથી એવો નાદ ચાલું કરે કે મારે આ જગતમાં કાંઈ દુઃખ નથી અને હું સ્વપૂર્ણ છું. તો આ વાત કોઈ એવી નથી કે એ એવો ન બની શકે માટે પોતાને સમજો.

માનવી જ્યારે એકલો થઈ જાય છે ત્યારે તેનામાંથી ભયને વિદાય લેવી પડે છે. અને ત્યારે જો કે રાગદ્રેશ, સુખ, દુઃખ આવી કોઈ પળોજણ પણ રહેતી નથી. પરંતુ જ્યારે તેમાં બીજાનો પ્રવેશ થાય એટલે ધીરેધીરે આ બધાનો પગ પેસરો જોવા મળે છે. જે એકલો રહી શકે છે એને ભલા શું માન અને શું અપમાન અને જેને માન—અપમાનની ન પડી હોય એને ભય પણ કેવો. જો કે આ બધા મનના ખેલ છે. એ સમજમાં આવી જાય તો તે બધું કરતાં હોવા છતાં કાંઈ કરતો ન હોય અને સંસાર વેવારમાં રહેતો હોવા છતાં મરેલો હોય છે. અને છતાં જીવતો જોવા મળતો હોય છે.

કોઈ વસ્તુ કે વ્યક્તિને હોય તેના કર્તા જે વધારે સુંદર અને સારી

છે. એ સમજાવનાર એક સારો સેલ્સમેન જ હોઈ શકે અને જે છે તેને પ્રામાણિકપણે જો બતાવી શકે અને સમજાવી શકે તે મહાપુરુષ અને જે છે એના કર્તા ખરાબ રીતે બતાવી શકે. તે અસુરીવૃત્તિવાળો કહેવાય છે. આ બધી ક્રિયાઓ આપણને આપણા સંસાર વહેવારમાં ડગલેને પગલે જોવા મળશે. ત્યારે આપણને આપણે કેવા છીએ અને સામેની વ્યક્તિ કેવી છે એની ખબર પડે છે. જો આપણામાં જરા સાવધાની અથવા જાગૃતિ હોય તો બની શકે છે.

આમ જોવા જઈએ તો હરકોઈ માનવી પોતાની અંદરથી પેદા થતાં અરમાન પુરા કરી શકે છે. કારણ કે જ્યારે અંદરથી અરમાન ઉઠે ત્યારે એની સાથોસાથ વિશ્વાસ પેદા થાય અને આળસ ખંખેરાય જાય. વહેમ અને ડર શોધતા જડતા નથી. કારણ કે ત્યારે એની કાયરતા ખતમ થય જાય છે. અને બહાદુરી આવી જાય છે. ત્યારે એની મેળે એના જે અરમાન છે તે પુરા થય જાય છે. કારણ કે જે તડપ છે તેને કુદરતના કાનુન મુજબ જેની જેટલી ક્ષમતા એટલું ચોકકસ એને મળે છે.

તા.૨૫/૫/૨૦૦૯

જેને ભય નથી અને ડર નામની કોઈ ચીજ નથી. અને પોતાને પોતાની સમજ નથી એનાથી દુર રહો. ભયને ડરની જરૂર નથી પણ કેને જેને પોતાની સમજ હોય તેને જવાબદારી રાખવી પડતી નથી, હોવી જરૂરી છે. સુખ અને દુઃખ નજીકના વર્તુળોમાંથી જોવા મળે છે. અને એથી નજીક જાવ તો જે સુખ અને દુઃખ છે તે અંદરથી જ આવે છે. અને જો એથી પણ અંતર મનનો ભેદ સમજી જાવ તો સુખ અને દુઃખ જેવું કાંઈ હોતું જ નથી.

અમુક લોકો આધ્યાત્મિક જગતમાં કોઈ જાણતા નહિ હોવા છતાં આધ્યાત્મિક હોવાનો પ્રભાવ પાડતા હોય છે. અને લોકો તેને માનતા પણ હોય છે. જેવી રીતે પોતાના ચહેરાને સુંદર બનાવવા માટે બ્યુટી પાર્લરમાં જઈને એકદમ સુંદર બનાવી લાવે અને કોઈ પણ ફંક્શનમાં જઈને પોતાને પુરા દબદબા સાથે એન્ટ્રી કરીને આવી જાય છે. એવી રીતે જે આધ્યાત્મિકના

પુસ્તકો વાંચીને ગોખીને સામેના વ્યક્તિઓને સમજાવવાની કળા જાણીને આધ્યાત્મિકનો ડોળ કરી શકે છે. જે બનાવટી અને ચોંટાડેલું છે. એ થોડો ટાઈમ ગ્લેમર દેખાડી શકે પણ ગ્લેમર જીવી ન શકે.

ખરેખર સંસારી જીવનનું જે બંધન આપણે ભોગવતા હોઈએ છે. એક જાગૃતિ વગરનું જ હોય છે. જેમ કે આપણે સુતા હોઈએ અને આપણને સપનું આવે કે કોઈ ચારપાંચ વ્યક્તિ આવીને આપણને બાંધી દીધા છે. અને રાડો પાડવા મંડી જાઈએ છીએ કે કોઈ મને છોડાવો આ બંધન તો આંખ ખુલતાં કાંઈ રહેતું નથી. એવું જ સંસાર વહેવારનું છે. જ્યારે જાગૃત અવસ્થા આવી જાય પછી કોઈ બંધન રહેતું નથી.

આ આપણું શરીર એક ઠંડા પ્રદેશની સ્લીપિંગ બેગ જેવું છે. અને આપણે એમાં ફીટ થઈ ગયા છીએ. હવે જ્યારે આપણે આ બેગમાં ફીટ થઈ ગયા છીએ અને સાથે સાથ મુંજવણ પણ થાય છે. એટલે બેગમાં રહેતાં રહેતાં જેમ ઠંડીથી બચવું પણ છે અને બહારની ખુલ્લી હવા પણ લેવી છે. એટલે આપણે હવાતીયા મારતાં હોઈએ એવું લાગે છે.

આપણે રોજીંદુ જીવન કેમ જીવવું એવો પ્રશ્ન ઉઠે એટલે એની સાથો સાથ બીજો પ્રશ્ન તરત જ ઉઠે કે આપણે કેટલું જીવવાના છીએ. કેટલા વર્ષ, કેટલા મહિના કે કેટલા દિવસ કે કેટલા કલાક આવો પ્રશ્ન ઉઠે એટલે આપણે જ નક્કી કરવું પડશે કે આપણે આજનો દિવસ જીવવાનું છે. તો તરત જ ખ્યાલ આવે કે આપણે કરેલી ભુલનું પ્રાયશ્ચિત કે કોઈને આપણા પછીની ભલામણ કે કોઈની સાથે થઈ ગયેલી ગુસ્તાખીની માફી માંગીને જ્યારે આજ જ રહેવાના હોઈએ તો આપણે જ્યારે જઈ રહ્યાં છીએ ત્યારે કોઈ દાગ આપણી સાથે રહી ન જાય એવી તરત જ આપણને સમજણ આવે. આજ સમજણ છે. હવે પછીના જેટલા દિવસ કે વર્ષ રહી જવાય તે એવી જ રીતે જીવવા જોઈએ. જ્યારે આપણામાં સમજનો અભાવ હોય ત્યારે વ્યથાનો કોઈ પાર રહેતો નથી.

વ્યથા એક એવી ચીજ છે કે દરેકને લાગુ પડે છે. મારી વ્યથા કે તમારી વ્યથા કાંઈ અલગ ન હોય માત્ર વિચારમાં ફેરફાર હોય. આ વિશ્વના છ અબજ માનવી છે. ભલે પછી એ આફ્રિકાનો હબસી હોય કે ચીની, યુરોપનો ગોરો કે અશિયાનો હોય બધાની વ્યથા તો એક સરખી હોય એમ આનંદ પણ એક સરખો જ હોય અને આમ જો બધુ એક સરખું હોય તો આપણે ખરેખર અત્યારે જે જીવી રહ્યાં છીએ એમા માનવીને ઓળખી શકતા નથી. અને ઓળખતા નથી. ત્યારે જ આ ડખા થાય છે. અને તોફાનો તથા લડાઈઓ થાય છે. એમા માત્ર આપણે આપણને જ ઓળખી લઈએ તો આપણને આ બધા માનવી ઓળખાય જાય અને એની વ્યથા અને આનંદ બધુ સમજમાં આવી જાય અને જે પ્રકૃતિનો ખેલ છે તે ધીરે ધીરે સમજમાં આવતો જાય. આમા માત્ર આપણે એટલું જ સમજવાનું છે કે જે આપણને ન ગમતું હોય એ જગતના કોઈ પણ માનવીને ન ગમે. માત્ર ગમો અણગમો વાતાવરણ ઉપર જ આધારીત હોય છે.

માનવીને ખરેખર અટવાવાનું ક્યાં છે એ બરાબર સમજી લઈએ. આપણે બધુ મેળવવું છે અને પછી પોતાનું છે એવો હકક તથા દાવો જે કરવાનો ભાવ છે. માલિકીભાવ આવે છે. એ ભલે પોતાના બુટ હોય કે ગાડી કે પછી આપણ પત્ની કે બાળકો જે છે તે ચડીયાતું હોવું જોઈએ અને માડું હોવું જોઈએ અને એમાં આપણે રાચતાં હોઈએ છીએ. એમા જ્યારે આનાથી કાંઈ ચડીયાતું બીજાની પાસે જોવા મળે ત્યારે જે આપણામાં ભાવ પેદા થાય છે એને જ ખાસ જોવાનું રહે છે. અને એ ભાવ જો આપણી સમજમાં આવી જાય તો જ આપણે આ જીવનને મસ્તીમાં જીવી શકીએ એવું લાગે છે.

જો કે આ એક વળગણથી વધારે કાંઈ હોતું નથી. કોઈને પતિનું વળગણ કે કોઈને પત્નીનું કે કોઈને બાળકોનું આવા વળગણ તો લગભગને હોય છે. પણ જ્યારે પોતાની માન્યતાનું જે વળગણ છે. એ તો આનાથી

વધારે ભાગ ભજવે છે. અને એની ખરેખર જરૂર પણ ન હોવા છતાં એ વળગણ વધારે પજવે છે. જે પોતાની માન્યતામાં દ્રઢતાથી જીવતો હોય એને કાયમ ભય રહેતો હશે. કારણ કે કોઈ એની માન્યતાનું ખંડન ન કરે અને કરે એના તરફ એને તરત જ નફરત પેદા થતી હોય છે.

પતિ-પત્ની જીવનમાં એમ સમજતા હોય છે કે અમે એકબીજાને પ્રેમ કરી રહ્યાં છીએ. પરંતુ જો પોતાની અંદર ઝાંખે તો ખ્યાલ આવે કે એ એક બીજાનો ઉપયોગ કરતાં હોય એવું જણાશે. એ ખરેખર સત્ય છે. છતાં પ્રેમનો ભાવ સમજીને જીવતાં હોય છે. આમાં તો એક સિધ્ધાંત કામ કરતો જોવા મળે છે. કે એક માનવી બીજા માનવીના આધારીત હોય એવું લાગે છે.

જ્યારે આપણી અંદરથી આનંદની લહેર છૂટે ત્યારે જો ખ્યાલ આવી જાય તો ત્યાંથી પણ ધ્યાનની શરૂઆત થઈ શકે છે. અને કોઈ સંગીત સાંભળતા હોવ અને ઓટોમેટિક આંખ બંધ થય જાય અને શરીર ડોલવા લાગે ત્યારે પણ ધ્યાનની શરૂઆત સમજવી. ક્યારેક કોઈ ડુંગરા અગર તો એના વાતાવરણને જોતાં જોતાં જ્યારે સામેનું ચિત્ર છે એ અદ્રશ્ય થઈ જાય અને અંદરની મસ્તી આવવા લાગે એને પણ ધ્યાનની શરૂઆત ગણાય. મતલબમાં જ્યારે હાલતાં ચાલતાં પણ જો મસ્તી આવવા લાગે અને શરીર ડોલવા લાગે તો સમજવું કે ધ્યાનની માત્રમાં વધારો થાય છે. આવી રીતે ધીરેધીરે જોયા કરો અને મસ્તીને નિહાળ્યા કરો એનું નામ પણ ધ્યાનના કહેવાય છે. જે હૃદયને સ્પર્શી જાય એજ ધ્યાનનું વાતાવરણ કહેવાય. કોઈ વાતાવરણની જરૂર નથી માત્ર જે સ્થળે જે બને તે જોવું એ પણ ધ્યાન જ કહેવાય છે.

વિચારોને વિચારી જુઓ પુસ્તક જ્યારે પુરું થવા આવ્યું છે. ત્યારે જે કૃષ્ણામુર્તિનું એક પુસ્તક વાંચતા એમાં જીવન શું છે? એનો મારી શૈલીમાં ઉલ્લેખ કરવાનું હું રોકી શકતો નથી અને લખું છું. શું આપણે જાણીએ છીએ કે જીવન શું છે? આપણા જન્મની પળ થી આપણે મૃત્યુ પામીએ તે પળ સુધી અને એથી પણ વધારે પેલેપાર સુધી વિસ્તારે છે.

જીવન વિશાળ અને જટીલ છે. તે એક બંગલા જેવું છે. જેમા બધુ એક પળમાં બનતું હોય છે. કે આપણે પ્રેમ કરતાં હોઈએ, નફરત કરતાં હોઈએ, લોભી પણ હોઈએ અને ઈર્ષાળુ પણ હોઈએ અને સાથો સાથ એવું પણ લાગે કે આપણે એવા ન પણ હોઈએ, આપણે એવા મહત્વાકાંક્ષી પણ હોઈએ અને અહીયા તો હતાશા છે. અથવા તો સફળતા છે. અને આની પાછળ ચિંતા ભય અને નિર્દયતા અને વહેલી કે મોડી આ બધાની નિર્થકતાની ભાવના તો આવે જ છે. અને આની પછી યુદ્ધની ભયાનકતા અને પશુતા પણ હોય છે. ભય પમાડતી શાન્તી અહી જીવનમાં રાષ્ટ્રવાદ હોય છે. અને આપણામાંની સર્વોપરીતા છે. તે યુદ્ધને ટેકો આપતી હોય છે. જીવનના છેડે મૃત્યુ પણ હોય છે. અને સાથો સાથ એની અડખે પડખે ક્યાંક ઈશ્વર ગોતવાની ભાવના પણ હોય છે. આ ગુંચવણ ભરેલી જીંદગીમાં ધાર્મિક પ્રવૃત્તિના ડખા પણ જોવા મળે છે. અહિં કામ ધંધો મહેનત કરી જાળવી રાખવાનો સંઘર્ષ પણ હોય છે. અહીં લગ્ન, બાળકો, બીમારી તથા સમાજની સાથે ચાલવાનું સામ્રાજ્ય પણ હોય છે. અને આ બધુ હોવા છતાં જીવન પણ હોય છે. અને આ બધી અવસ્થામાં અહીંથી તહી ફંગોળાતા હોઈએ છીએ. અને દિશા વગરના થઈને આમાંથી નિકળવા હવાતીયા મારીને કોઈ ઢગલાના ટોચ ઉપર પહોંચવા મથતાં હોઈએ છીએ અને આ બધુ જે છે. તેને આપણે જીવન કહેતાં હોઈએ છીએ. આમાંથી ક્યારેક સુખની એકાદ લહેરખી આપણને મળી જાય અને આપણી જે મહત્વાકાંક્ષા છે તેના દ્વારા જો કીર્તિના એકાદ બે ફુલ મળી જાય એની વાટ જોવાની છે તે જીવન અને જીંદગી હોય એવું લાગે છે.

તા.૨૭/૫/૨૦૦૯

છોડ જ્યારે નાનો હોય અને જેમ વાળવો હોય એમ આપણે વાળી શકીએ છીએ. પરંતુ એ જ્યારે મોટું વૃક્ષ બની જાય અને એમાં જ્યારે કડકાઈ આવી જાય પછી વળી ન શકે બહુ જ પ્રયત્ન કરો તો ભાંગી જાય આવું જ આપણા જીવનનું છે. જેમ જેમ આપણી ઉંમર થતી જાય તેમ તેમ આપણો

અહંકાર કડક થતો જાય છે. એને વાળવો અને સમજવો બહુ જ કઠીન થય જાય છે. આમા તો પ્રયત્ન કરે અને ધીરજ રાખે તો કદાચ ઈગોને આપણે જેમ વાળવો છે તેમ વાળીને ઉપયોગ કરી શકાય છે. પરંતુ જેટલું મોટું ઝાડ એટલી વાવાજોડાની બીક વધારે. અને આમ જોવા જઈએ તો દરેક બાપ પોતાના છોકરાના વખાણ કરતો હોય છે. પરંતુ ભાગ્યે જ કોઈ છોકરો બાપના વખાણ કરતો હોય છે. એનું કારણ શું છે એ સમજવું હોય તો પેલા પરિવર્તનની ક્રાંતિને સમજો તો તરત જ ખ્યાલ આવશે કે આમા છોકરાનો ક્યાંક વાંક નથી. કારણ કે દશકા પછી દસકો છેલ્લા ૬૦ થી ૬૨ વર્ષથી હું જોતો આવ્યો છું. હું જ્યારે નાનો હતો ત્યારે મારા માટે તે સમય સેમી પાષાણયુગ જેવો હતો. ત્યારથી અત્યાર સુધીની જે પ્રગતિ છે તે હંમેશા બાપના સમય કર્તા દિકરાના સમયમાં ખુબ જ વધારો થઈ ગયેલો હોય છે. એટલે ભલા કોણ છોકરો બાપની વાત કરે અને વખાણ કરે. વખાણ તો માત્ર આપણાથી વધારે જાણકારી અગર તો અનુભવની થાય.

આપણે આપણા માટેનું પદ કે સ્થાન નક્કી કરો કે તરત જ તેની કક્ષા નીચે ઉતરતી જોવા મળશે. માટે અભિપ્રાય બાંધ્યા વગર જ્યાં રહેવાયએ સ્થાન અને જે હોઈએ એ પદ સ્વીકારભાવ સાથે જોઈએ તો પતન ક્યારેય ન થઈ શકે. કારણ કે જે હોય તેનું પતન થાય. જ્યાં કાંઈ નથી એને વળી નુકશાન શું ?

આપણે આપણને સમજવામાં ઘણી ઘણી અડચણો આવતી હોય છે. એમા ખાસ કરીને આપણી જે મહત્વાકાંક્ષા છે એનો રોલ આપણને ઓળખવામાં અવરોધ કરતો હોય છે. મહત્વાકાંક્ષા એટલે શું છે ? એવો વિચાર આપણને લગભગ ક્યારેય આવતો નથી. પણ ખરેખર તો આપણને બીજા કરતાં આગળ વધવું છે અને એટલા માટે તનતોડ મહેનત કર્તા હોઈએ છીએ. ખરેખર ત્યારે જો આપણે આપણા હૃદયમાં ઝાંખીને જોયું હોય તો ખબર પડે કે આ શું છે ?

જ્યારે આપણે આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રે કંઈક બનવા માંગતા હોઈએ અને સંઘર્ષ કરતાં હોઈએ એટલે આપણને સમજ આવે કે આ બધી ક્રિયા માંહેનો ભય કરાવતો હોય. એમાં એવું છે કે જે અત્યારે આપણે જે કાંઈ છીએ એઆપણને પોતાને ગમતા ન હોઈએ અને એથી વધારે આગળ વધવા આધ્યાત્મિક જેવો રસ્તો પકડતાં હોઈએ છીએ અને આપણે આપણા સ્વરૂપને કાંઈક અધિક રીતે જોવા માટે ઝંખતા હોય એવું લાગે છે.

જે આધ્યાત્મિકની ખાલી વાતો સાંભળીને અગર તો એમાં બહુ જ આનંદ છે એવું સાંભળીને બળજબરી કરીને એમા ઝંપલાવવું નહી. પરંતુ જ્યારે તમારો અંતરનાદ કહે કે હવે તો બહુ કર્યું. હવે પોતાને ઓળખવું જ છે તો ધુબાકો મારો મોતી ચોકકસ મળશે. જ્યારે સ્વની ઓળખાણ થશે પછી બીજાની સાથે જે સરખાવવાના કાટલા છે તે ખરી જશે. જ્યાં સુધી મંદ કે હોશિયાર, જ્ઞાની કે અજ્ઞાની આપણી અંદર હશે ત્યાં સુધી આપણે આપણાથી દુર હઈશું.

તા.૨૯/૫/૨૦૦૯

ગઈ કાલના જે વિચારોના વંટોળમાં મે મારી જાતને નિહાળી અને મારી માનસીક સ્થિતી જોઈ ત્યારે એમ લાગ્યું કે હું ખરેખર સમજ્યો જ નથી. અને આધ્યાત્મિક જગતને ઓળખી શક્યો નથી. જેમ કાચું ફળ હોય અને અને કાર્બનનો સંગ થાય એટલે એનામાં પીળાશ આવે અને પાકી ગયાનો અહેસાસ થાય. પરંતુ જ્યારે એનો ઉપયોગ કરવામાં આવે ત્યારે ખબર પડે કે આ માત્ર આધ્યાત્મિક રૂપ છે. એમા પુરૂ પરિપકવતા નથી. કારણ કે જ્યારે જેમ માહિતીજ્ઞાનથી ડોળ કરીને આપણે આધ્યાત્મિક સમજતા થઈએ છીએ એમ આ પાકાફળની પીળાશ જોઈને અંજાઈ જાવા જેવું લાગે છે.

જીવનમાં જેટલી જાણકારી ઓછી એટલી મજા અને જેટલી જાણકારી એટલી પોતાને છેતરવા તરફ લઈ જાય છે.

આપણા શરીરમાં ઉપર મસ્તકમાં મગજ છે. તે પણ એક મકાન

જેવું છે. એની અંદર જેવી રીતે ઘરની અંદર બહારથી વાંદો આવે અને એને ખબર ન હોવા છતાં આપણો જ્યારે ઘરમાં પગ પેસારો થાય ત્યારે ઘર બહારનો વાંદો હોવા છતાં એને સંતાઈ જવાની જગ્યાએ ગોતી લે છે. એવી જ રીતે આપણા વિચારોની સાથે ભય આપણા મગજમાં ઘુસી જાય છે. પેલાથી ભય આપણામાં હોતો નથી. એને પણ આપણું મગજ અજાણ્યું જ હોવા છતાં અંદર છૂપવાની જગ્યા ગોતી લે છે.

આપણે એમ સમજતા હોઈએ છીએ કે જે બુદ્ધિ, નજર, આઈડયા આ બધું માનવીમાં જ છે. એવું નથી. એક સામાન્ય છોડમાં પણ છે. આપણે ખ્યાલમાં રાખીએ તો જોવા મળે. એને આંખ ન હોવા છતાં જ્યાં ખોરાક અથવા પાણીને પોતાના મુળ લંબાવીને ગોતી લેતા હોય છે. અને પ્રકાશ, હવા પણ માણતાં હોય છે. અને પવનમાં મસ્તી પણ માણતા જોવા મળે છે. આ છોડને પણ સુખ, દુઃખ હોય છે. અને જો ધ્યાન આપીએ તો આપણે પણ એ જાણી શકીએ છીએ. આવી જ રીતે જો માનવીમાં ધ્યાન અપાય તો વિશ્વમાં દુઃખ ટકી ન શકે.

જ્યારે જે સમયે જે ઘટના ઘટે તેને તે જ ઘડીએ સ્વીકારવાની ક્ષમતા ધરાવતો થાય એને આ વિશ્વમાં કાંઈ કરવું પડતું નથી. એની મેળે બધુ બન્યા કરે છે. આવો માનવી મારી આટલી ઉંમરમાં હજી જોયો નથી. હું બનવાની કોશિષ કરૂં છું. અને આવા માનવીની ખોજ પણ ચાલું રાખી છે. કદાચ હું બની ન શકું તો ગોતવાની કોશિષ ચાલુ રાખુ તો કોઈક દિવસ એવા માનવી મળી પણ જાય.

જીવનમાં બધુ ખતમ થઈ ગયું છે. એમ સમજીને ચાલો તો નફો જ નફો જોવા મળશે. આ સમજ થોડી અઘરી છે. પરંતુ મુશ્કેલ નથી.

આ સંસારીક તથા વેવારીક કાર્યમાં હવે હું નાકામયાબ માણસ થઈ ગયો હોઉં એવું લાગે છે. મારે હવે વેવારીક કામમાં માથુ મારવું જોઈએ નહીં એવું મને લાગે છે.

હર કોઈ મનુષ્યને ખબર હોય છે કે એ જ્યારે પુસ્તક વાંચે એના જે શબ્દો હોય એ હર વખત આપણા જીવનમાંથી પસાર થતાં હોય છે. અને કોઈ પણ સંતો, મહંતોના પ્રવચનો સાંભળતા હોઈએ એ બધુ આપણા જીવનમાંથી પસાર થઈ ગયેલું હોય છે. આપણને ખબર હોય છે. જેમ કે ઉકરડો આપણામાંથી લગભગ બધાએ જોયો હોય અને એ ખબર પણ હોય કે એનું ખાતર બને અને ખેતરમાં નંખાય પછી એમાંથી પાક સારો આવે. પરંતુ એનો દુરપયોગ ભાગ્યે જ કોઈક કરતાં હોય છે. બાકી તો માહિતી હોય છે. બધાને ખબર હોય છે. કે આ શરીર ક્ષણ ભંગુર છે. કાંઈ સાથે આવવાનું નથી અને આ બધી કુદરતની કરામત છે. આ બધાની ખબર હોવા છતાં સમજમાં સમજણ પેદા થતી નથી. એનું કારણ જ્યાં સુધી ખબર છે. જ્યાં સુધી જ્ઞાન છે ત્યાં સુધી સમજણ નહીં આવે. કારણ કે કાંઈ પણ વાંચ્યો કે આ મેં વાંચ્યું હતું અને કાંઈ પણ સાંભળ્યો એટલે કે સાંભળ્યું છે એને મુકીને જ્યારે પણ ગમે તે વાંચી જો જો અને સાંભળી જોજો પછી એક આપણામાં ચમત્કાર જોવા મળશે. શું અદ્ભુત દુનિયા છે, શું અદ્ભુત કુદરતની કરામત છે. અને શું અદ્ભુત આપણે પોતે પણ છીએ એવો અહેસાસ થવા માંડશે.

આપણને જે સર્વ વ્યાપી લાગતું હોય તે બીજાને લાગતું ન પણ હોય કારણ કે આપણી નજર તથા વાતાવરણનો આ ખેલ છે.

જો માનસીક તૈયારી હોય તો શરીરનું દુઃખ તથા પીડાને એક બાજુ મુકી સકવાની માનવીમાં તાકાત છે. એવી જ રીતે વિચારો તથા ભયને એક બાજુ મુકીને માનવી આરામથી સુઈ પણ શકે છે. માનસીકતા કેળવીને અખતરો કરી જુઓ, અશક્ય નથી. આપણે પણ કરી શકીએ છીએ.

સ્વની ઓળખ કરવાની શરૂઆત એટલે જેમ કીડી પોતાનું દર બનાવવા એક પછી એક કાકરી બહાર કાઢતી જાય એવી જ રીતે એટલા જ ખંત થી આપણી અંદર જે જુના સ્મરાણોનો ઢગલો પડ્યો છે. એને હટાવવાની કામગીરી ચાલું કરી દેવી પડશે. અને એ ઢગલો હટાવ્યા પછી જ

સ્વ તરફ જવાનો રસ્તો ખુલ્લો થશે. આમા કોઈ ચાલાકી ચાલશે નહી. શરૂઆત કર્યા પછી થાકવાથી કાંઈ વળશે નહી.

પેલા એટલું સમજી લેવું પડે કે આપણે સુધરવા માટે આ બધુ કરી રહ્યાં છીએ તો સુધરવું એટલે સારૂ, નરસુ કે કોઈ કેવો છે. આપણે કેવા છીએ આ બધુ થાય એમાં વધારે આપણે આપણને ન ઓળખી શકાય આમા તો સભાનતા જ જરૂરી છે. એમા માત્ર સાક્ષીભાવથી જોવાનું રહેશે. સભાનતાની શરૂઆત આમ જોવા જઈએ તો બહારની વસ્તુથી જ થાય છે. બહારના પદાર્થો અને પ્રકૃતિના સંપર્કમાં જેમ જેમ આવતા જઈએ અને એના પ્રત્યે સંવેદનાઓ જાગતી જાય એને પ્રત્યે આપણે સભાન થતાં જઈએ અને પછી આગળ વધીને મનુષ્ય વિષે સંવેદનશીલ થતાં જઈએ આવી રીતે ધીરેધીરે આપણામાં સભાનતાથી પ્રકૃતિ માનવી અને વિચારોમાં આવવા માટે પછી જ ખબર પડે કે આ બધુ ક્યાંથી આવે છે. એ બધુ આપણી અંદરથી જ જે આપણી લાગણીઓ માંથી જ સભાનતાનો જન્મ થાય અને સભાનતા જ લાગણીઓને સમજે અને આં બધુ જોયા કરે.

આપણે જીવનમાં જેમ જેમ જીવતા ગયા તેમ તેમ વસ્તુની જરૂરીયાત વધારતા ગયા. હવે જ્યારે સમજાય છે કે જે આપણે રોજ જીવતાં હતાં તે રોજ એક દિવસ મરતા હતા. એવો ખ્યાલ આવ્યા પછી જો એક એક જરૂરીયાતનો જેમ જન્મ આપો એમ ધીરે ધીરે રોજ એક જરૂરીયાતને એક વસ્તુને મારતા જઈએ તો આપણે જ્યારે શરીર સાથે સંબધ પુરો થાય ત્યાં સુધીમાં હું ધારૂ છું. ત્યા સુધીમાં આપણે સરભર કરી શકીએ છીએ. કારણ કે આમેય આપણે રોજ મરતા તો હોઈએ છીએ. કાંઈ પણ બોલતા પહેલા વિચારો કે શું આ વખતે બોલવું જરૂરી છે.

તા. ૩૧/૫/૨૦૦૯

જો આપણે આપણો અને પ્રકૃતિને તથા આપણા વિચારોને સતત જોયા કરવાની આદત પાડી દઈએ તો થોડા ઘણાં સંકેતો આપણને આપણા

મન દ્વારા જોવા મળે છે. જો કે જેમ મનમાં ક્યારેક ઓચિંતાનો મુંજારો થાય અગર આપણને કોઈ ગમતું ન હોય એવું લાગવા માટે પછી થી થોડા ટાઈમની ઘટનાને જુઓ તો તેનો તાળો મળે છે. અને પછી ક્યારેય ઓચિંતી આનંદની લહેરખી આવે ભલે એવું વાતાવરણ ન હોય એ પણ ભવિષ્યમાં બનતા સારા વાતાવરણની નિશાની છે. આવું બધુ જોતા રહેવાથી આપણે ઘણું બધુ શીખી શકીએ તેમ છીએ.

નવ્વાણું ટકા સપનાઓ ભુતકાળમાં રહી ગયેલી કામનાને આધારીત હોય છે. પરંતુ તેમાં એકાદ ટકો એવા પણ સપના આવે છે કે આપણને ભવિષ્યમાં બનવાની ઘટનાની આજુબાજુનું કાંઈક કહી જતાં હોય છે. માત્ર આપણે સપનાને બરોબર યાદ રાખી શકતા નથી. યાદ રહી ન શકે એવું પણ કાંઈ નથી. પ્રયત્ન કરવાથી કશું જ અશક્ય નથી. આમ જોવા જઈએ તો જીવન એક સપનું છે એમ બધા કહેતાં હોય છે. હકીકતમાં તો આપણે હર ક્ષણ સપનાની રીતે જ જીવતા હોઈએ છીએ. જરા નીરખીને જોશો એટલે તરત જ ખબર પડશે કે આ હકીકત સાચી જણાશે.

દરેક માનવીને જે છે એના કરતાં કાંઈક બીજુ જ બનવું છે. એટલા જ માટે તે ઝડૂમી રહ્યો હોય છે. જો કે આખા વિશ્વના માનવીની આ જ દશા છે. અને આવી જ દોડ છે. કારણ કે એક માનવી બીજા માનવી કરતાં વધઘટ તો રહેવાની અને આ રામાયણ રોજની રહેવાની આમા ક્યાંય અંદરનો પ્રેમ હોય અને કાં અંદરથી નિકળતી વાહવાહ હોય. માત્ર બનાવટ સિવાય કાંઈ હોતું નથી.

આ બધો આપણને સમજવાનો ખેલ છે આપણને સારો સમજવા બીજાની સાથે હરીફાઈ કરતાં હોઈએ છીએ. જો કે આ હરીફાઈની જરૂર નથી. અને કદાચ એમા આપણને સફળતા મળે પણ જ્યાં સુધી આપણને આપણે સમજીએ નહી તો આ સફળતાને શું કરશો. જે માણસમાં કાંઈ કરવાનું સમર્થ નથી અને પોતાનામાં કાંઈ દમ નથી એવા જ માનવી કાંઈક બનવા અથવા થવા માંગતા હોય છે. જેને હોય તેને કાંઈ બનવાનું ન હોય.

સુખની વ્યાખ્યા એટલી ઝડપે બદલાઈ ગઈ છે કે સુખ આવે પછી એટલી ઝડપે જાય છે કે એને સમજવાનો સમય રહેતો નથી. આજથી ચાલીસ વર્ષ પહેલા જે સુખ માટે આપણે બહુ જ રાહ જોવી પડતી હતી. જેવી રીતે ખાલી ઘઉં, ગોળ અને તેલમાં મેળવીને તળેલા થેપલા ખાવા માટે બે ત્રણ મહિના રાહ જોવી પડતી અને વાતો કરવી પડતી કે હવે પછી એકાદ મહિના પછી સાતમ, આઠમ આવે છે. કાનનો જન્મ થવાનો છે ત્યારે થેપલાં ખાવા મળશે. અને એક મહિનો ઈન્તજાર કર્યા પછી થેપલા ખાઈને એક મહિના સુધી એને વાગોળીને સુખ માણતા હતાં. એવી જ રીતે લગ્ન બાબત હોય કે કોઈનો કાગળ કે ચિઠ્ઠી આવી હોય. એને મમળાવતા અને સુખમાં રાચતાં હવે તો કોઈ વાતનો SMS કર્યો કે એ જ સેકેન્ડે એનો જવાબ આવે અને વાત કરો ત્યાં થેપલાં આવે ભલા એમા ઈન્તજાર ક્યાં અને મજા પણ ક્યાં કોઈ પણ આધ્યાત્મિક બાબતમાં જાણવું હોય તો અત્યારે તો એટલા પુસ્તક છે કે એને મેળવવામાં કોઈ તકલીફ નહી. જ્યાં તકલીફ નથી ત્યાં ભલા આનંદ ક્યાંથી આવે. કારણ કે જે ઈઝી મળે છે તેમા અનુભવ ન હોય અને અનુભવ ન હોય ત્યાં ભલા અનુભૂતિની વાત જ ક્યાં હોય.

આપણે સત્યને ગોતવું હશે તો તમારે અને મારે બન્નેને નિસ્વાર્થ બનવું પડશે. અને જ્યારે બે વ્યક્તિ સામ સામે સ્વાર્થ વગરના મળશે ત્યારે ત્યાંથી પ્રેમનું ઝરણું વહેશે. અને એમા નરી સત્યતાના દર્શન થશે. ત્યારે સ્વને ગોતવા જવું નહી પડે. એ આપણી સાથે હશે અને આનંદથી લહેરાતો હશે. ત્યારે તે કુદરત હશે અને ત્યારે જે તત્વને સમજીએ છીએ એ ખરેખર આપણી જ ઉર્જા હોય છે. પરંતુ બધાની ઓળખવાની રીત અલગ હોય છે. કોઈ સાકાર માને, કોઈ નિરાકાર માને પરંતુ જે છે તે પોતાની ઉર્જા છે. તો જેને સ્વ તરીકે ઓળખતા હોઈએ તે હોય છે

તા.૧/૬/૨૦૦૯

કોઈ માનવીને અજુગતું દેખાય કે કરી શકે તો જીવવા મંડાય પણ

પણ પાત્ર વગર પીરસાય નહી, વ્યર્થ જાય છે. આ ન સમજે એ ગાંડો ગણે એના કરતાં જે ખબર હોય એ પ્રમાણે જીવવા મંડાય અને એમાથી કોઈને પ્રેરણા લેવી હશે તે લેશે આપણે શું કામ આપણા ઈગોને મજબુત કરવાં જ્યાં ત્યાં વપરાવું જોઈએ.

માનવીને અને એના વિચારોને સમજવા થોડા કઠીન છે. આપણી ઉંમર વધે એટલે તરત જ આપણે વિચારતા હોઈએ છીએ કે આપણાથી કેટલા બધા નાના નાના મરી ગયા છે. એનો અફસોસ ક્યારેય કોઈ કરતો નથી પણ હજી હું હયાત છું એના પાવરમાં જીવતા હોય છે. ત્યારે ખબર પડે કે આ માનવી કેટલો મતલબી અને સ્વાર્થી છે. એ ક્યાંથી સહન કરે કે આપણાથી કોઈ મોટો હોય અને જાણકાર હોય એવું સ્વીકારવા આપણે ક્યારેય તૈયાર હોતા નથી. માત્ર સામેવાળાની ભુલો તથા અવગુણ ગોતાવામાંજ જાંદગી પસાર કરતાં હોઈએ છીએ.

આંતરીક જગત અને બહારનું જગત બન્ને એક જ સરખું છે. પરંતુ આ ઝડપી યુગમાં આધ્યાત્મિક માર્ગ માટે આગળ વધવા સંપ્રદાયોના ટોળાને ટોળા ડોળ કર્યા કરે છે. એમા હજારો માનવી અટવાય છે ત્યારે આજનું વિજ્ઞાન બધુ પુરવાર કરવા તૈયાર છે કે જેને ચમત્કાર ગણી આપણને લુંટે છે તેનાથી અધીક સગવડ, સવલત વિજ્ઞાન આપે છે. આમા માનવી વચ્ચે લટકતો રહે છે. અને દિશા સુજતી નથી. એનું કારણ એને પોતાને પોતા ઉપર જરા સરખો પણ વિશ્વાસ નથી એનું કારણ અહંકાર છે. આમ આપણને કાંઈ સમજ નથી એટલે જ સાંપ્રદાયમાં અટવાતાં હોઈએ છીએ. પરંતુ આપણો ઈગો એમા સંતોષ લેતો હોય છે. કે હું આ બધી ધર્મવિધિ જાણું છું. આમા એવું બને છે કે આપણે કરતા કાંઈક બીજુ જ હોય અને થતું કાંઈક બીજુ જ હોય છે. ક્યારેક તો આપણને આપણી અંદર કોઈ સતરંજ લગાવીને આપણે પોતે કાળી અને ઘોળી ગોટી લઈને રમતાં હોઈએ એવું લાગે છે. ત્યારે આપણને ખ્યાલ આવે કે આપણો ઈગો છે તે કાળી ઘોળી બન્ને ગોટીની તરફદારી કરે છે. ત્યારે તો એમા આપણને ભ્રમણા પણ થવા લાગે કે આમાં

કાંઈ એકને બદલે બે ઈગો તો નથી ને. હવે જ્યારેએ પોતે અંદરો અંદર ઝગડતો હોય તો આપણે એમાંથી કોને કાઢવો કે કોને રાખવો આ દુવિધામાંથી છૂટકારો મેળવવા સારી માનવ જાત એક રીતે તો જજૂમી રહી છે. ભલે જજૂમે પણ એને પોતાને ખબર નથી કે આ બધુ કોને માટે કરીએ છીએ.

તા.૨/૬/૨૦૦૯

જો આપણે એક વહાણમાં બેઠા હોઈએ તો બધાને સલામતી એક જ સરખી હોય છે. પરંતુ જ્યારે આપણને ખબર પડે કે આપણા વહાણની અંદર પેલી બાજુએ કાણું પડી ગયું છે. ત્યારે બધાને હાલક ડોલક એક જ સરખી થાય છે. કે આમાંથી કેવી રીતે બચવું અને બધા એક સરખા ઘમપણડા કરતાં હોય છે. ખરેખર તો આવા સમયે પોતાને સમજી જવું જોઈએ અને બધાને સમજાવવા જોઈએ કે સ્થિર થઈને બધા વિચારીશું તો ચોકકસ સારા નિર્ણયથી આપણે ઉગરીશુ અને સાથો સાથ બીજાને પણ સહકારરૂપ બનીશું.

આપણે અને આ ધરતી, પ્રકૃતિ અને વિચારો આ બધાના તાલમેલમાં ક્યારે હોય કે જ્યારે આ બધાને સમજતાં હોઈએ પેલા આપણે આપણા વિચારોથી શરૂ કરીએ કે પેલા તો આપણને ખરા વિચાર આવવા અને આપણમાં ખરી વિચાર ચરણી જાગવી આ તેમા ભીન્નતા છે. જેમ કે ખરો વિચાર કે જે સત્ય છે. તેનું અનુચરણ અને સન્માનીય છે. તે એનું અનુકરણ જ માત્ર છે. ત્યારે ખરી વિચારચરણી આપણી સમજમાંથી ઉદ્ભવે છે. એ એક ગતિ છે. કારણ કે સમજણ પરિવર્તનસીલ છે. તે હરવખત બદલતી હોય છે. એટલે ખરો સંબંધ અને પ્રકૃતિ સાથેનો સંબંધ સમજણમાં ફરક છે.

પ્રકૃતિ સાથે આપણો સંબંધ કેવો છે ? નદી, ઝાડ, ઉડઉડ કરતાં પંખીઓ, પાણીમાં રહેતા જળચરો, ધરતીનું જે કાંઈ છે તેનો આપણા માંથી

લગભગને તેની સાથે શું સબંધ છે ? તે ખબર હોતી નથી. અને બધાની સાથે મતલબથી જ જોતા હોઈએ છીએ. ઝાડ તો ફળ અને લાકડા માટે, પશુ તો દુધ અને છાણ માટે બધે આવું જોતાં હોઈએ છીએ. એવી રીતે ધરતીને માં કહેતા હોઈએ માત્ર સ્વાસ્થ ખાતર તેની ઉપજ ખાતર કે તેની કિંમત ખાતરમા જેવું કાંઈ હોતું નથી અને પ્રેમ નામની ચીજ ન હોય.

તા.૩/૭/૨૦૦૯

આગળ વિચારોના વિચારમાં હું લખી ગયો છું. કે સામેનો માનવી જ્યારે કાંઈ બોલ તો હોય અગર તો કહેતો હોય તો ધ્યાન દઈને સાંભળવું. કારણ કે સાંભળવુંએ પણ ખૂબી છે. આપણે જ્યારે સામેની વ્યક્તિની વાતો સાંભળતા હોઈએ ત્યારે પેલા તો પોતાના જે પુર્વગ્રહો હોય પેલેથી નિર્ણય લેવાની આદત હોય. આપણા મગજમાં કોઈ કાર્યના વિચારો આવતા હોય એને એક બાજુ મુકી દઈને માત્ર જે શબ્દો કહેવાય રહ્યા છે એને જ સાંભળવા તો જે આપણા પુર્વગ્રહોની તથા તરત સામેનો જવાબ નિકળવાની જે દિવાલો છે તે અવરોધ નહી કરે અને એ બધુ સાંભળીને એનો જે નિર્ણય આવે તે જ અસર કારક હોય છે. નહીતર તો જે આપણામાં પડેલી ધાર્મિકતા, આધ્યમિકતા અને માનસીકતાના પુર્વગ્રહોની અગર તો લાલચા તથા ભયની દિવાલો અગર પડદો પડેલો છે ત્યાંથી અવાજ ન જઈ શકે. માત્ર અંદરનો આ બધાનો ઘોંઘાટ અને ડખો જસંભળાય છે. જ્યારે પણ કોઈને સાંભળો ત્યારે પુર્વગ્રહના કાટલા નીચે મુકો.

માનવીના જીવનમાં જેટલી ચોટ વધારે લાગે એટલા જે વધારે રસ્તા ખુલતા જાય છે. માત્ર તેમાં ધીરજની જરૂર હોય છે. અને જીવનમાં જેટલા ઢોંગ કે બનાવટ એટલા જ રસ્તા બંધ થતાં જાય છે. અને એની બધી વાતે પ્રગતિ રૂંધાતી જાય છે. કારણ કે ચોટમાંથી કરૂણા કે પ્રેમનો જન્મ થાય છે. ત્યારે ઢોંગ કે બનાવટથી ઈર્ષ્યા અને નફરતનો જન્મ થતો હોય છે.

આપણા જીવનમાં માન્યતાઓ એટલી બધી ઘર કરી ગઈ છે કે તેમાંથી નિકળવું મુશ્કેલ થઈ ગયું છે. આપણું જીવન આપણી સ્ટેમીના કે જે કાંઈ છે તે બીજાને આધારીત જ હોય એમ આપણે જીવતા હોઈએ છીએ ક્ષણે ક્ષણે આપણને એવો અનુભવ થતો હોય છે. જેમ કે આપણે કોઈ કામ માટે નિકળ્યા અને બીલાડી આડી ઉતરી એટલે તરત જ આપણા મગજમાં આવે કે આકામ બરોબર નહીં થાય. અને કોઈ સારો માણસ અગર તો જોષી જેવા માનવી આપણને કહે કે તમે જે કામ ધાર્યું છે તેમાં હમણાં તમને સફળતા મળે એવું લાગતું નથી. કે તરત જ આપણી અંદર જે સ્ટેમીના છે તેમા ધક્કો લાગે છે. એટલે એ ધક્કાને હિસાબે આપણું કામ આપણે બરોબર કરી શકતા નથી. એટલે જો કોઈ એમ કહે કે આ કામ તો તારા ડાબા હાથનો ખેલ છે તો તરત જ કઠીન કામ હોય તો સરળ બની શકે છે. માટે બને તેમ લોકોની અંદરથી જે સ્ટેમીના છે તેને બિરદાવવાની કોશિષ કરવી. જેથી ચારેબાજુ પ્રગતિનું વાતાવરણ જોવા મળશે. આપણે પણ આપણને સમજવા કે આપણે કોઈના મોહતાજ નથી. આપણી અંદર પુરેપુરી શક્તિ પડેલી જ છે. કોઈના અભિપ્રાય કરતાં પોતાનો અભિપ્રાય લેવાથી બધું કામ સરળ બનશે. અને આનંદમય જીવન નૌકા વહેવા માંડશે.

આપણે બધા એમ માનતા હોઈએ છીએ કે ઈશ્વર બડો દયાળું છે તો આપણે ઈશ્વરને સમજતા પેલા તેની દયાને સમજવી કે જો ઈશ્વર બડોદયાળુ હોય તો ભલા એક છોકરો બુધ્ધિવાન થઈ જાય અને એક ડોબો શું કામે થાય એની દયામાં કાંઈ ફરક આવે.

આપણે ઈશ્વરને એક માનવરૂપમાં સમજતા હોઈએ છીએ. પરંતુ અત્યાર સુધીના જે મહાન આધ્યાત્મિક જે કોઈ મહાન પુરુષો થઈ ગયા છે તેના મત પ્રમાણે પણ થોડી ઘણી શંકાઓ અથવા સંયય જોવા મળે છે.

આમ તો જે પરમહંસો થઈ ગયા કે જે બુધ્ધ, રામ, કૃષ્ણ અને રમણમહર્ષિ તથા વિવેકાનંદ જેવાને પણ પોતાની અંદર પ્રશ્ન ઉઠતા હતા કે

કે ઈશ્વરની બાબતમાં હકીકત શું છે.

આમ તો એવું છે કે જ્યારે આપણે નાના હોઈએ અને ચંદ્ર છે તેને આપણે ચંદામામા કહેતા હોઈએ એવું જ આ બધું છે. જ્યારે ખબર પડે કે ચંદ્ર તો એક ઉપગ્રહ છે ત્યારે જે માન્યતા આપણી અંદર પડેલું હોય એ ઓટોમેટિક ખરી જતું હોય છે.

જેમ આપણે આપણી કલ્પનાથી સુર્યનો રથ બનાવ્યો અને તેમા સાત ઘોડા જોડયા અને એમા સુર્યને બેસાડયો હોય એવું ખરેખર અત્યારના યુગના માનવીને સમજી લેવું જોઈએ કે આ હકીકત નથી માત્ર કલ્પના જ છે.

આવી જ રીતે ઈશ્વર એક માનવ સ્વરૂપ છે. એની કલ્પનામાં જ આટલો વાદવિવાદ તર્ક, કુતર્ક, નાસ્તિક કે આસ્તિક, ખંડન કે મંડન આ બધું ચાલતું રહ્યું છે. આવું બધું બાળકોને સમજાવવા કરવું પડે તો કાંઈ વાંધો નથી. પરંતુ જે અનુભવી છે જેણે ખોજ કરી છે એવા માનવી પણ આ પડાવથી આગળ વધી શકતા નથી. એનું કારણ સમજાતું નથી કારણ કે ત્યાં સમજેલા માનવીને હકીકત શું છે તે જાણીને આ બધી ભાંજગડ છોડીને ઈશ્વર શું છે તે સમજાવવું જોઈએ. ઈશ્વર એટલે મારી સમજ મુજબ તથા પુસ્તકની જાણકારી મુજબ એક પ્રકૃતિનો નિયમ જે જે પદાર્થોનો ગુણધર્મ હોય એનો સીધો સંપર્ક કરાવવાવાળું જે કાંઈ છે તે ઈશ્વર હોય એવું લાગે છે.

આ જગતને કેમ સમજવું કે બધા પોત પોતાની રીતે પોતાનો માલ ખપાવવા રાડો પાડતા જ જોવા મળે છે. જેમ ફેરીયો રોડ ઉપર દરેક વસ્તુ પાંચ રૂપિયાની જોઈએ તે લઈ લો, બધી વસ્તુ વાપરવામાં સારી. એવી રીતે એથી મોટો દુકાનદાર બહારની બાજુ બોર્ડ લડકાવે કે છેતરાવા બીજે ક્યાંય જતા નહી. અહિંયા પધારો તમને સારી ગુણવત્તાનો માલ મળશે. એવી જ રીતે મોટી કંપની સારા એકટરો રાખીને એની જાહેરાત કરે. આ બધો ખેલ સંસારીને લુંટવામાં તથા ભોળવવામાં જે કહેવાતા આધ્યાત્મિકો દરેક ટીવી

માં બહુ જ સારી રીતે આપને ઉપયોગમાં આવશે. આપના કરેલા કર્મ તમને હેરાન નહી કરે વગેરે વગેરે પ્રલોભનો આપીને કાયમ છેતરતાં હોવા છતાં. તેના ટાપટીપ તથા પ્રચાર કરવાની જે રીતભાત જોઈ આકર્ષિત કરીને કાંઈ પણ આપ્યા વગર આપણું ધન લુંટતા હોય છે. ખરેખર માલને સમજો અને જરૂરીયાત પ્રમાણે પ્રવાહમાં તણાવ તો સારૂ.

આપણે હવે બધા સંપ્રદાયોને એક બાજુ મુકીને માનવીના જીવન તથા માનવીની અંદર કેટલી પ્રકારની જીવવાની તથા સાંભળવાની પ્રકૃતિ હોય છે. એ જરા જોઈએ અને માનવીને કેવી રીતે વિકાસ મળ્યો છે. એવા ચાર વિભાગ કરીને જોઈએ તો એમા એક તો મંદ, બીજો બંધ, ત્રીજો અંધ ખુલ્લો અને ચોથો એકદમ ખુલ્લો આમ આ ચારે વ્યક્તિ કોઈ વિચારક પાસે જાય, કાંઈક જાણવા મળે પછી જ્યારે વિચારક કંઈક સમજાવે ત્યારે આ ચારે કેવું કેવું ગ્રહણ કરે અને એનું પરિણામ કેવું આવે તે જોઈએ. જે મંદ છે તેને સમજીને આગળ વધવામાં બહુ જ સમય લાગે છે. ત્યારે જે બંધ છે તે પોતાના સિવાય કોઈને અંદર ઘુસવા દેતો નથી અને જે અધખુલ્લો છે તે સાંભળે છે. અને સાંભળતા સાંભળતા જ પોતાના કાટલાથી તોલમાપ કરતો જાય છે. એમ એને થોડું ઘણું સમજાય છે. પરંતુ વધારે ભાગ તો પોતાના કાટલાનો જ સમજાતો હોય છે. જ્યારે જે ખુલ્લો છે એ તો એક ચિત્ત થઈને પુરેપુરું સાંભળે છે. અને સાંભળી લીધા પછી તેનું મનન કરે છે. પછી જ તે પોતાના જીવનમાં જીવીને બધાને પ્રભાવિત કરે છે.

તા.૫/૬/૨૦૦૯

આપણા જન્મ પછી ધીરે ધીરે આપણી ઉપર ભારણ વધતું જાય છે. અને એ સંસાર વહેવારમાં એટલા દબાતા જઈએ છીએ કે આપણને ખબર નથી રહેતી કે આ જીવનનો મતલબ શું છે. આ જીવન શું કામ મળ્યું છે એ આપણામાંથી ઘણાને ખબર હોતી નથી.

આપણે આપણા જીવન વિષે વધારે જાણવાની ઝંખના શા માટે રાખતા હોઈએ છે. કારણ કે આપણે આપણા જીવનમાં કાયમ અસંતોષ

અનુભવતા હોઈએ છીએ. આપણું જીવન જ્યારે આપણને તકલાદી લાગવા માંડે અને એકના એક કામ કરવાની ઘરડમાંથી કંટાળી ગયા હોઈએ અને કાંઈક ચેજીસ તરફ આપણો ઝુકાવ વધતો જતો હોવાથી આપણું જીવન આપણને મતલબ વગરનું અને નિરસ લાગવા માંડે એટલે આપણે વારંવાર બોલતા હોઈએ છીએ. કે આ જીવનનો કાંઈ અર્થ હશે કે નહિ. પરંતુ જે માનવી પોતાના જીવનને પુરેપુરું સમજે છે. જેને સંતોષ છે એ માનવી પોતાના જીવનને પુરેપુરું સમજીને ભરપુરતાથી જીવે છે. એને પુછવાનું કોઈને રહેતું નથી કે જીવન શું છે. એને તો જીવન જીવવું એ શરૂઆત અને અંત પણ એ જ હોય છે.

આવું બધું જીવન જીવતા જીવતા જ્યારે આપણને કાંઈક ખાલી ખાલી લાગવા માંડે એટલે તેમાં ખાલીપો દુર કરવા કાંઈક ફાંફા મારતા હોઈએ છીએ. એમા લગભગ તો બધા મનના જ ખેલ દેખાય છે. કાં કોઈ ભૌતિક સુખથી ઉબકી જાય અગર તો જીવનમાં કોઈ એવો ઘકકો લાગે કે એને પછી સ્વ ને ગોતવાની અગર તો ઈશ્વર શું છે તે સમજવાની લગન જાગે પછી જો ધીરે ધીરે જાગરણ તરફ વળી જાવ તો એમ સફળતા મેળવવાની પુરેપુરી સંભાવના પડેલી છે.

જીંદગીમાં ક્યારેય પસ્તાવા જેવું ન કરવું હોય તો કોઈનું ખરાબ ન કરવું. પરંતુ ખાસ ખ્યાલ રાખવો કે કોઈનું સારું કરવાની કોશિષેય ક્યારે કરવી નહિ. કારણ કે પસ્તાવાની શરૂઆત ત્યાંથી જ થાય છે. ઉપરનું વાક્ય વિઠ્ઠલભાઈ બોલ્યા અને મને થયું વાહ વિઠ્ઠલભાઈ વાહ !

તા.૬/૬/૨૦૦૯

જ્યારે આપણે વાતુ કરતાં હોઈએ અને કહેતાં હોઈએ કે હવે મારે બસ આધ્યાત્મિક જ જીવવું છે. હવે મારે સંસારની પડપુંજમાં પડવું નથી. અને હવે બસ મારામાં સત્ય તરફ જ તરફદારી હશે. હું હવે કોઈનું ખરાબ કરવામાં મારું ચિત્ત કરારેય નહિ લગાડું. આ કહેવું બહુ જ સારી વાત છે. પરંતુ ત્યારે એક ખાસ ખ્યાલ રાખવાનો કે જે આવું કહેતો હોય એના જેવો

બીજો દંભી કોઈ ન હોય. અને એને ખોટું લાગે એનો ઈગો ઘવાય એવો કોઈનો ન ઘવાય એ ખાસ જોવાનું ખાસ તો જે વહે છે. તેને જોવા માંડો મનની અંદરથી તો ડાકુ કે સેતાનથી માંડીને પોતે ઈશ્વર છે. ત્યાં સુધીના તરંગો આવશે. કારણ કે એ આ અમુક સંસ્કૃતિમાં વહે છે. એક અમુક પ્રકૃતિમાં વહે છે. એટલે ભેળસેળના વિચારો તથા તરંગો ઉઠવાંના એનો ઉપયોગ કર્યા વગર બસ જોયા કરો.

બાકી તો ઈગો ક્યાંથી આવે કેવો હોય. મન કેવું છે. તે શું કરી શકે, જગત શું છે. એને જોવું કેમ, આત્મા કેવો હોય અને ક્યાં હોય, બ્રહ્મ શું છે. એની ભૂમિકા કેવી છે. આવું બધુ જાણવાની તાલાવેલી જેનામાં છે. એને ફક્ત જે સમય પસાર થાય છે. જે ઘટના બને છે. એ સમયે જે વિચારો આવે છે. એ બધુ એ જ ક્ષણે જોયા કરો તો ખ્યાલ આવી જશે અને ઉપરના બધા પ્રશ્નનો જવાબ ચોકકસ મળી જશે. માત્ર જોયા કરવાનું છે. આ કાંઈ કામ અઘરું નથી. માત્ર આપણે આપણામાં સ્થિર થવાનું છે. હવે પાછા પ્રશ્ન થશો કે આપણે આપણામાં સ્થિર કેવી રીતે થવું તો જોવાનો કાર્યક્રમ જેમ વધતો જશે એમ સ્થિરતા આવતી જશે.

માનવીને ઓળખવો છે તો તેને બોલતાં સાંભળો અને બોલવાના રણકામાં એના મનસુબાની છાંટ ચોકકસ જોવા મળશે અને નિરખજો, એ કહે છે શું અને પાછો કહેવા શું માંગે છે.

જીવનની આ ઘરેડમાં માનવી પોત પોતાની રીતે જીવતાં હોય છે. ઘણાં હસતાં હસતાં તો ઘણા રડતાં રડતાં જીવતા હોય છે. વળી ઘણાંને જીંદગી કાંઈ અર્થપૂર્ણ લાગતી હોય એ એનો અર્થ સમજીને જીવતાં હોય. ઘણાને વળી જીંદગી રહસ્યમય લાગતી હોય અને રહસ્ય ગોતતા હોય અને ઘણાં જીંદગીને મુક્તપણે જોતા હોય અને મુક્તપણે જીવતા હોય આમ તો બધા પોત પોતાની રીતે જીંદગી પ્રત્યે એક જાતનું તપ જ કરતા હોય છે.

આધ્યાત્મિક જગતની ખોજ એટલે પહેલા તો ભૌતિક સુખ કેવી રીતે મળ્યું. એમા શું શું કરવું પડ્યું. અને હવે એ બાબતમાં કરવાનું શું બાકી રહ્યું. આટલું જો આપણી સમજમાં આવી જાય એટલે આધ્યાત્મિક જગતમાં જે પ્રવેશવું છે. તેનું દ્રારના દર્શન થાય, દ્રાર દેખાણા પછી ખોલવાની એક બહુ જ સરળ રીત છે. કે આપણે સામેની વ્યક્તિ જે કોઈ મળે તેને સહજતાથી જોતા રહેવાથી આપણી અંદરની વ્યક્તિ જે છે. તેનો ધીરેધીરે સળવળાટ સંભળાશે. અને ત્યારે આપણે એને બુમ પાડવાની છે કે હવે જે દરવાજો દેખાય છે. તેની સાંકળ ખોલી નાખ અને જેવી સાંકળ ખુલશે એ આપણે હળવેક રહીને દરવાજાને ઘકકો મારવો પડશે. ઘકકો મારવામાં થોડી મહેનત કરવી પડશે. કારણ કે આ તો વરસોનો બંધ દરવાજો છે. અને કાટ પણ ચડી ગયો હોય એટલે થોડું કિચુંડ કિચુંડ થવાનું પરંતુ જો પ્રયત્ન ચાલુ રાખીશું તો સાંકળ તો ખુલી ગઈ છે. અક્કડપણું છે એને ખુલવું જ પડશે.

આપણા જ મનની અંદર તરંગો તો પેદા થાય છે. એ લગભગ બધાને ખબર છે તો ધીરેધીરે મનના તરંગોને કેળવો અને જે તરંગો આપણને ગમતા હોય. જે કાંઈ ગમતું હોય એવું સંગીત આપણા મનના તરંગોમાં કેળવો અને એ સાંભળતા સાંભળતા મસ્તીમાં ઝુમો જુઓ કેવી મજા આવે છે. પછી તો બસ આનંદ હી આનંદ જ નજર આવશે અને આ જગત એટલું મનોહર લાગશે કે કેવું અદ્ભુત છે. આ ખાલી કલ્પના જ નથી. આવું બની શકે છે માત્ર પ્રયત્ન તો આપણે જ કરવા પડશે.

આ ખોપરીની અંદર રાઈ જેટલા કણમાંથી પર્વત સુધીના બધા જ સ્પેરપાર્ટની ઓળખ પડેલી જ હોય છે. કારણ કે આપણું આ પંચ મહાભુતોનું શરીર પણ એ જ સ્પેરપાર્ટથી બનેલું છે. જો ખ્યાલ આવે કે આપણે જે લાકડાનો હાથો બન્યા છીએ એ જ લોખંડ આપણા બીજા જ ભાઈને કાપવામાં આપણો ઉપયોગ કર્તા હોય છે. આ ખેલ જરા ન્યારો છે. એને સમજો.

પોલીસ, ભાઈલોકો, વકિલ, બાવા અને કહેવાતા તકસાધુની અંદર જે અદ્ભુતતા પડેલી છે. એના દર્શન થશે અને એને માણવાનો પણ અવસર ચોકકસ આવશે માટે જોવાનું શરૂ કરો.

જેમ પેલાના જમાનામાં હિમાલયમાં બેઠેલા આપણા ઋષિમુનિઓ તેના ચેલાને ગીરનારમાં બેઠા હોય ત્યાં સંદેશો આપી શકતા હતા. એવી જ રીતે જો આપણે આપણી માનસિકતા કેળવવાથી આપણા શરીરની પીડા તથા ભયને અમુક ટાઈમ દુર કરી શકીએ છીએ. અને આપણામાં જે ભૌતિક સુખ માટેની જે મગજમાં તાણ ભોગવતા હોઈએ છીએ એ પણ આપણા મનને કેળવવાથી જેમ ગમતું વાંજીત તૈયાર કરીને એનાથી અધિક સુખ ભોગવી શકીએ છીએ અને મસ્તીમાં રહી શકાય છે. એમ કોઈ ખર્ચ કરવો પડતો નથી. માત્ર જગતને જોતાં જોતાં હાજર રહેવાય તો મનની જે પ્રક્રિયા આપણે કરવી હોય તે બધું બની શકે છે. માત્ર મહેનત તો આપણે પોતાએ કરવી પડશે.

માટે યા હોમ કરીને ઝંપલાવો. જુઓ પછી આ જગત અને આપણી અદ્ભુતતા જો આ જગતને આપણે સમજી જઈએ અને પુરા વિચારસીલ થવાથી આપણું શરીર, આપણો ભાવ તથા આપણી વેવારીકતા તો સમજી જઈએ તો આ જગતના ચાર પરીબળોનો શિકાર બનતા અટકી શકાય છે. નં. ૧ ખાખી કોટ, નં. ૨ સફેદ કોટ, નં. ૩ કાળો કોટ અને પછી હવે આવે છે. ભગવો રંગ આ બધા કલરથી બચવું હોય તો પેલા આપણને સમજો. જો આપણે ઉપલા ત્રણેય કોટથી બચી ગયા હોઈએ તો એમ ન સમજવું કે આપણે બચી ગયા છીએ. કારણ કે ભગવો રંગ આપણને ક્યારેય છોડશે નહિ માટે ચેતો.

તા.૮/૬/૨૦૦૯

જીવનથી ભાગો નહી. કારણ કે જો જીવન નથી તો આપણે માટે ઈશ્વર પણ નથી. અને બ્રહ્માંડ પણ નથી. કારણ કે જે જીવન છે. એના દ્વારા તો કુદરત કે બ્રહ્માંડ બધાની ઓળખાણ થવાની છે. અને એજ આપણી સીડી છે. તો પછી જીવનથી હતાશ શું કામ થવું. આપણે જે જીવન જીવી રહ્યાં

છીએ એને પુર્ણરૂપથી પ્રેમમાં તરબોળ થઈને એની સાથે મસ્તી માણો અને પછી જુઓ આ જીવન કેટલું મધુર લાગશે.

તા.૯/૬/૨૦૦૯

જ્યારે આપણા મનમાં એક જ લક્ષ હોય તો તે ચોકકસ એની મંજીલ પર પહોંચતા હોય છે. પરંતુ જ્યાં સુધી લક્ષ એક નથી ત્યાં સુધી જેમ આપણે ટીવીની ચેનલ બદલતા રહેતા હોઈએ છીએ એમ આપણને ખબર નથી રહેતી કે આપણે શું જોઈએ છે. અને આપણે શું ગોતીએ છીએ માટે એક લક્ષ નક્કી કરો અને એ નક્કી કરો કે હું કોણ શું અને શા માટે આવ્યો છું. એની શોધ કરો. એટલે કાંઈ પણ કરવું છે તેનું લક્ષ આપણા મનમાં તૈયાર થશે. પછી જ એ મંજીલ પર પહોંચ્યા છે. આપણે પ્રાર્થનામાં કુદરત પાસે માંગતા હોઈએ છીએ એને બદલે જેની પાસે આપણે માંગતા હોઈએ એની જ મુલાકાત થાય એવું લક્ષ તૈયાર કરો.

જેનામાં ધીરજ નથી એને કોઈ પણ કામ કરતાં પહેલા ખાસ વિચારવું જોઈએ. કારણ કે કાર્યમાં તો શંકા, કુશંકા થવાની તો ત્યા ધીરજની ખાસ જરૂર પડવાની માટે પેલા પોતાનામાં ધૈર્યની ખાસ જરૂર હોય છે. પછી તે સંસારીક કામ હોય કે આધ્યાત્મિક પરંતુ જેને ધીરજ નથી એ કાંઈ કરવાને સમર્થ કેવી રીતે બની શકે.

અરીસો ભલે સાફ થઈ ગયો હોય તોય જ્યાં સુધી અધીક સારા દેખાવની મહત્વાકાંક્ષા પડેલી છે. ત્યાં સુધી લોભ, મોહ તેની આજુ બાજુ ચકકર લગાવતા હોય છે. જરાક જો મનમાં ગફલત થઈ જાય કે તરત જ એ એનું કામ કરી નાંખે છે. માટે સાવધાની જરૂરી છે. માટે ખાસ ખ્યાલ રાખો વાતો કરવી સહેલી છે. જીવવું બહુ જ કઠીન છે. કારણ કે સમાજની પાંખો ઉપર જે સવાર થઈને ફરતાં હોયઈએ છીએ એ ધીરેધીરે સંકેલાતી હોય છે. ત્યારે જ જે પેલા લોભ અને મોહ વચ્ચે ઘુસીને પોતાનું કામ કરતાં હોય છે.

તા.૧૦/૬/૨૦૦૯

આજે મારા મિત્ર ડૉ.ડાયાણી સાહેબને એન્જોગ્રાફી માટે દવાખાને લઈ જવાનું છે. ત્યારે આ શરીરની રચના વિષે વિચાર આવે છે કે આપણને બહારના જગત વહેવારની એટલી બધી દોડ હોય છે. કે એમાંથી આપણું શરીર પણ પૂર્ણ જગત જેવું છે. એની અંદરની વ્યવસ્થા તથા અંદર પણ કરોડો જંતુ એટલે જીવ પણ કહેવાય. હવે આપણે જ્યારે આપણે ખાલી આપણા એક જીવની વાત કરતાં હોઈએ છીએ ત્યારે આપણને ખબર નથી હોતી કે આપણી અંદર પણ કરોડો જીવોનો વાસ છે. અને એની દુનિયા પણ આપણું શરીર છે. ત્યારે આપણે કોને ન અદ્ભુત સમજવું. હવે તો જ્યાં નજર પડે ત્યાં બસ અદ્ભુત જ દેખાય છે. આપણા શરીર બહાર પણ બેક્ટેરીયા, જીવાણું વગેરેની વસાહતો છે.

તા.૧૧/૬/૨૦૦૯

આ સંસારી વહેવારમાં આપણે એટલું તો સમજ્યા છીએ કે મહેનત કરો પછી જ ફળ મળે છે. કોઈ દિવસ એવું બનતું નથી કે પેલા ફળ મળી જાય અને પછી મહેનત કરીએ તો ચાલે એટલે બધા જ માનવી પહેલા મહેનત કરે છે. એવી જ રીતે જો ધ્યાન લગાવવું હોય તો પહેલા મનના વેગને સમજો અને શ્રદ્ધા રાખો, શ્રદ્ધા રાખવી એટલે સાધનામાં આવવું ધીરે ધીરે એ બાબતમાં મહેનત કરવા માંડો. પેલા બીજ માંથી અંકુર કુટશે એને નિરખીને મસ્તીમાં રહેતાં રહેતાં તેનું સિંચન કરો ધ્યાનરૂપી એક વૃક્ષ થઈ જાય પછી જે ફળ આવે છે તેને જુઓ પાકે એટલે ખાસ જુઓ એ જ કુદરત છે. એને જ માણો અને અદ્ભુતતાથી જીવો.

ધ્યાન લગાવવામાં ગડબડ રહેતી હોય તો મૌનનો સહારો લ્યો. અને મૌન પણ કેવું કે આ સંસારમાં રહેતાં રહેતાં જ્યાં જરૂર હોય ત્યાં જ બોલો એટલે ધીરેધીરે બોલવાનું જ નહી રહે અને ઓટોમેટિક મૌન થઈ જશે.

તા.૧૨/૬/૨૦૦૯

ખોપરીમાંથી જેમ બને તેમ ખાલી કરવાનું કરો. જેમ કે શ્વાસ કાઢવાનો હોય છે. લેવાય તો એની મેળે જાય છે. પરંતુ આપણે કહેતા હોઈએ

છીએ કે શ્વાસ લેવામાં તકલીફ પડે છે. હકીકતમાં કાઢવામાં જ તકલીફ હોય છે. ખોપરી ભરાય તો એની મેળે જાય છે. માત્ર એનો ખ્યાલ આવી જાય તો ઘણું, વિષયો તો જીવનમાં રહેવાના અને થોડા ઘણા બદલતા પણ રહેવાના એની ચિંતા શું કામ કરો છો. માત્ર જોવાનું રાખો કે વિષયો પજવે છે કે મસ્તી પછી આવે છે.

જીવનમાં એક જ વખત જે આપણામાં દુષણ અગર તો ખરાબી હોય તેને દુર થાય તો દુર કરો અને ન થાય તો જે આપણામાં સારાગુણ છે. તેનો ઉપયોગ કરવા માંડો. જેમ આપણે કેરીનો દાખો નાંખ્યો છે. એમા જ્યારે આપણે જોયું ત્યારે તેમા બે કેરીને ચાંદી પડી ગયેલી જોય તો તેને કાપીને ખાવાને બદલે તેને એક બાજુ મુકી દો. અગર તો નાંખી દેવાથી રોજ સારી કેરી ખાવા મળશે. અખતરો કરો.

કુદરતે આપણને અદ્ભુત શરીર, મન તથા બુદ્ધિ આપી છે. એટલે આપણને કોઈ દિવસ ખરાબ ચિતરવા નહીં.

તા.૧૩/૬/૨૦૦૯

લગભગ બધા માનવી બુમો પાડતા હોય છે કે આ સંસારના વહેવારીક કામમાં એટલા તો મશગુલ રહેવું પડે છે કે મરવાની પણ કુરસદ મળતી નથી. તો આમાં ક્યાંથી આધ્યાત્મિક જગતને જોવાની કુરસત મળે પણ આમા એવું કાંઈ નથી કરવું પડતું, સંસાર વહેવારના કાર્યને છોડવું પડ્યું જેમ કે સંત કબીર આખો દિવસ કપડાં વણતા હતા અને સંત રોહિદાસ આખો દિવસ ચામડા રંગતા હતાં. એમ આપણે આપણું કામ કરતાં કરતાં આ જગતને નિહાળવાનું છે. અને જગતને નિહાળતા નિહાળતા જ આપણને આપણે ક્યાં છીએ એની ખબર પડવાની છે. માત્ર થોડું જે કાંઈ કરાય એમાં ધ્યાન આપવાનું છે.

સંસાર વહેવારમાં જોતા જોતા પણ જાણી શકીએ છીએ કે આ કુદરત કે પ્રકૃતિ કેવી રીતે એક બીજાને પૂરક છે.

જેમ એક મૂળ પાણી ખેંચીને પત્તા સુધી પહોંચાડે છે. પ્રકાશ પાણી ખેંચે છે અને પાંદ છે તે તેના બદલામાં પ્રકાશ ખેંચે છે. અને પ્રકાશ પાણી ખેંચીને તે હવામાં વહેતુ કરે છે. એટલે તે ઝાડની આજુબાજુનું વાતાવરણ ઠંડુ લાગે છે. એવી જ રીતે હવા સતત વહેતી જ હોય છે. પરંતુ જ્યારે આપણે પંખો ચાલુ કરીએ એટલે તેમાં આપણો કર્તાભાવ આવે છે. જે કાંઈ વહે છે તે આખા જગતમાં વહે છે. એમાંથી આપણને જે કાંઈ વાપરતા આવડે તે આપણું થઈ જાય છે. જેમ આપણી પાસે મોબાઈવ હોય SMS આવે પરંતુ આપણે જોયુ ન હોય પછી ગમે ત્યારે આપણું ધ્યાન જાય ત્યારે ખબર પડે કે આ SMS ક્યારે આવ્યો હતો. એવી જ રીતે આપણી અંદર પણ આપણી ખોપરીમાં કોમ્પ્યુટર બહુ જ અદ્ભુત પડેલું છે. એમા પણ આપણી આ બધી દુનિયાનું જે કાંઈ છે એ એમાં પડેલું છે. પરંતુ આપણને તો ખબર ક્યારે પડે કે જ્યારે આપણને એ કોમ્પ્યુટર ચલાવતાં આવડે. એવી રીતે ઈગો પણ હર કોઈમાં પડેલો જ છે. પરંતુ જ્યારે આપણે તેને ઓળખતા થઈએ જોવાની રીત આવડે પછી જ ખબર પડે છે. ઈગાને ઓળખવો હોય તો સામેવાળાથી પણ ખબર પડે એ કેવી રીતે બોલે છે. બોલે ત્યાં મીઠાશ છે કે કર્કશતા, ચાલે છે ત્યારે અકડાઈ કેવી છે. જુએ છે ત્યારે આંખ નીચી છે કે ઉચી આ બધું આપણામાં છે. સિંહ શિકાર કરતો હોય ત્યારે તેની આંખો પુરેપુરી ખુલ્લી હોય. એનો ઈગો મજબુત હોય એ જ ક્ષણે જે હરણ કે કોઈ પશુ જે શિકાર થવાનું છે એની આંખો બંધ હોઈ ભયભીત હોય. ઈગાનું નામ નિશાન ન હોય આ બધુ જોયા કરવાનુંને શીખવાનું. આ જગત જ પાઠશાળા છે. જીવો ત્યા સુધી તેને જોયા જ કરો.

તા.૧૪/૬/૨૦૦૯

મનની ચાલાકી ગજબ જોવા મળે છે. આપણે પેલા વિચાર્યુ હોય કે મૌન રહેવું તો મન તરત જ ચાલાકી કરે કે મૌન રાખવું કાંઈ એટલુ જરૂરી નથી. જેમ બને તેમ ઓછું બોલવું બોલવામાં શું વાંધો છે. એમા શું બગડી જવાનું છે. આજ તો બરોબર મુડ નથી. આજે તો આટલુ બધુ કામ છે.

આજે તો બીજા લોકો મળવાના છે. એમ કરતાં કરતાં ચાલાકી વાપરીને જેમા મનને આનંદ રહે એવા કાર્ય કરાવતું હોય છે. માટે ચેતો અને થોડા નિયમીત રહો તો સારૂ. કારણ કે નિયમીતતા તુટતા જ ગાડી બીજા પાટે ચડી જાય છે. એ આપણે બધા અનુભવતા હોઈએ છીએ. છતાં સમજતા હોતા નથી.

મનની અંદર જેને ગાંઠો ઓછી હોય અગર તો ન હોય એવા સર્કલમાં રહેવાની કોશિષ કરો. અગર તો એવું સર્કલ ઉભુ કરો કે જે મુક્તપણે હસી શકે અને એના હાસ્યમાં પ્રેમનો ઘોઘ વહેતો હોય આવા માનવીની સાથે રહેવાથી, અગર તો સહવાસ કરવાથી બધાની ઉર્જામાં વધારો થાય છે. એ મુડીથી આપણા અંતરમાં ખુટતી ઉર્જા મળી રહે છે. અને મસ્તીમાં રહેવાય છે.

એક માનવી કમજોર અને એક માનવી બળવાન કેમ, એક અધિક સમુરૂઢ અને એક અતિ ગરીબ, આવા પ્રશ્નો હજારો વર્ષથી થતાં રહ્યાં છે. ત્યારે કોઈને કદાચ પૂર્વજન્મ વિષે જ્ઞાન થયું હોય અગર તો કોઈ મહાન આત્માએ એવું વિચાર્યું હોય કે આ માનવીના મનનું સમાધાન કેમ થાય તો આવું વિચારી અગર તો જાણકારી મેળવીને પુર્વજન્મના સંસ્કાર વિષે કહ્યું હોય અને સમાધાન ગોત્યુ હોય કે જે માનવીએ આગલા જન્મમાં જેવું કર્મ કર્યું હોય એવું આ જન્મમાં તેને મળે છે. તેથી કરીને કોઈ અરાજકતા ઉભી ન થાય અને આ જીવનમાં માનવી હંમેશા સત્કર્મ તરફ વળે અને આ જગતની જે અર્થ વ્યવસ્થા છે. એમા ડખો ન થાય, અને મનનું સમાધાન મેળવીને રહી શકે. અને આમ જોવા જઈએ તો કર્મમાં ધ્યાન આપે તો જે અગાઉ વિભુતિઓ કે મહામાનવો થઈ ગયા છે એવા બની શકાય છે. એવો વિશ્વાસ આપણા અંદર પેદા થાય અને માનવી ધારે તો એવો બની પણ શકે છે. કારણ કે બધી શક્તિ હર કોઈ માનવીમાં પડેલી જ છે. પણ તમારૂ તેના પર ધ્યાન કેટલું છે તે પર આધાર છે.

આપણા શરીરની આપણને ખબર વગરની અકડાઈ જોવો અને જ્યાં જ્યાં અકડાઈ હોયએ જગ્યાએ આપણું ધ્યાન જાય એટલે એની અકડાઈ અગર તો પકડ છૂટી જાય છે. આવું જ આપણા મગજનું પણ છે. આપણને ખબર વગર એટલું તો ભારે થઈ જાય છે કે આપણને વજન લાગવા માંડે છે. અને આપણે એને માથાનો દુઃખાવો પણ કહીએ છીએ. એને જોવાથી એનું વજન પણ ઓછું થઈ જાય છે. અને દુખાવો પણ મોળો પડી જાય છે. લગભગ તો આપણે બધી ક્રિયા બેભાનપણે કરતાં હોઈએ છીએ. જેમ કોઈનો ફોન આવ્યો, આપણે તેને પકડીને વાત કરતાં હોઈએ છીએ ત્યારે ખબર નથી રહેતી કે ફોન એટલો બધો મજબુતીથી પકડીને વાત કરતાં હોઈએ છીએ. જેમ કારણ વગરની આપણી ઉર્જા ખર્ચાતી હોય છે.

આ સૃષ્ટિમાં એવું જોવા મળે છે કે મોટો જીવ, નાના જીવનું ભક્ષણ કરે છે. કરે છે માત્ર પોતાના ખોરાક માટે જ શિકાર કરે છે. સિંહ કોઈ દિવસ બીજા સિંહને મારતો નથી. એવી જ રીતે બધા જીવોમાં જે પોતાની જાતનું છે અને છે તેને ક્યારેય મારતું નથી. અને આ બધામાં માનવી માત્ર એક એવો જીવ છે કે બીજા માનવીને મારી નાંખીને પોતાના ઉપયોગમાં લેતો નથી. માત્ર પોતાના અહંમ પોષવા બીજાની કતલ કરતો હોય છે.

જીંદગીની દરેક ક્ષણ બહુ જ કિંમતી છે. કારણ કે જે ક્ષણ જતી રહે છે એ પાછી આવતી નથી. કારણ કે પ્રકૃતિમાં રીવર્સ સીસ્ટમ નથી, માટે પુરેપુરા સજાગ, સભાન અવસ્થામાં પસાર થાય છે. એને મુક્ત બનીને જડતા છોડીને નિર્મળ થઈને જોવો કારણ કે ગયું ચિત્ર પાછું આવવાનું નથી.

લગભગ બધા માનવી એમ સમજે છે કે માનવ જાતની અંદર અજોડ શક્તિ પડેલી છે. પરંતુ આપણી અંદર અર્ધ જાણકારીનો કચરો પણ અથાગ પડેલો છે. અને એજ આપણને સમજવામાં દુવિધા ઉભી કરે છે.

અને આ જાણકારી જ્યાંથી આવી છે એના જેવું બનવા આપણને પ્રેરે છે. પરંતુ આપણે ખ્યાલ રાખવો જોઈએ કે અત્યાર સુધીમાં જેટલા માનવી થઈ ગયા તેમાં એક સરખા ચહેરાવાળા હજુ સુધી બન્યા નથી. અને એક સરખા મગજના વિકાસની સમતુલના પણ નથી. કારણ કે દરેકની ભાવદશા અલગ હોય, મનોદશા અલગ હોય, આ કોઈ માનવીએ બનાવેલું કોમ્પ્યુટર નથી કે જે બટન દબાવે એટલે બધા કોમ્પ્યુટરોમાં એક જ સરખું દેખાય, માનવ કુદરતી છે. એમાં કદાચ વિચારોની સામ્યતા જોવા મળે. પરંતુ જે ભાવદશા તથા મનોદશા છે તે તો પોત પોતાની અલગ જ હોય છે. એને સમજવા માટે તો પેલા પોતાને સમજવું પડે અને સતત અભ્યાસ ચાલું રાખવો પડે. ક્ષણે ક્ષણે મન, ભાવ, વિચાર, શરીર આ બધાની સાથે રહેવું પડે તો જ આ ‘માનવી’ સમજી શકાય છે.

માનવીને પોતા એ જ નક્કી કરવું જોઈએ કે જે ક્ષણ પસાર થઈ રહી છે તેને કેમ જીવવું. કારણ કે કોઈ આપણને કહે કે તમે આમ જીવો પરંતુ એ જીવ્યો હોય ત્યારની પરિસ્થિતી સમય એની રીતે અનુકુળ હોય ત્યારે અત્યારે તો આપણે સજાગ થઈને નિર્ણય લેવાનો છે કે મારે કેમ જીવવું.

આપણે જો જગત જોવા બેઠા હોઈએ ત્યારે આપણને જો થોડા થોડા સમજી જઈએ એટલે આ જગતનું એક નગ્ન સત્ય આપણી સામે આવતું જાય છે. જેમ કે કોઈ દાઢી વધારે કે ટકો કરે, ભગવા પહેરે કે અદ્ભુત બંગલો બનાવે, આશ્રમ બનાવે કે ફાર્મ ઉભુ કરે આ બધું જ બીજાનું ધ્યાન પોતાની તરફ દોરવા માટે જ કર્તા હોય છે. એનું કારણ માત્ર ઈગો જ હોય છે. એથી વધારે કાંઈ હોતું નથી.





આપણને અને આપણા વિચારોને સમજવા અઘરા તો છે જ પરંતુ અશક્ય નથી. જેમ જેમ આપણી ઉંમર વધતી જાય તેમ તેમ આપણે વિચારતા થઈએ છીએ કે આપણા કરતાં ઉંમરમાં નાના હતા તેવા કેટલાય મૃત્યુ પામ્યા છે. મૃત્યુ રૂપી જે ઘટના આપણી સામે ઘટે છે. તેમાંથી બોધ લેવાના બદલે આપણે હજુ હયાત છીએ એના ઘોંઘાટમાં જીવીએ છીએ.

માનવ કેટલો મતલબી અને સ્વાર્થી છે. એ ક્યાંથી સહન કરી શકે કે મારાથી કોઈ મોટો પણ હોય અને વધારે સમજદાર પણ હોઈ શકે. આવું સ્વીકારવા આપણે ક્યારેય તૈયાર હોતા નથી. માત્ર સામેની વ્યક્તિમાં ભુલો અને અવગુણો શોધવામાં જ જાંઘગી પસાર કરી દેતા હોઈએ છીએ.

‘માણસ ધારે તો વાઘ મારે’ આ કહેવત પ્રચલીત છે. પણ ‘માણસ મરે તોય કાંઈ ધારે જ નહી તેનું શું ?

‘વડીલ’