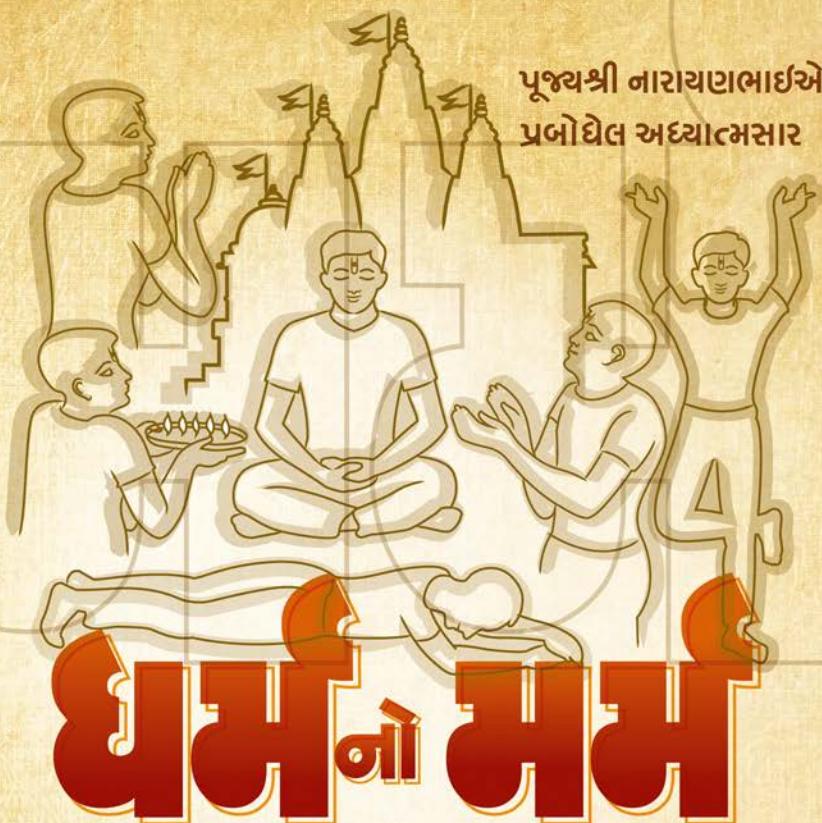


પૂજયશ્રી નારાયણભાઈએ
પ્રબોધેલ અદ્યાત્મસાર



સર્વજીવહિતાવહ ત્રયથમાળા - ૫૪



સંસ્થાપક : અ.મુ.પ.પુ. શ્રી નારાયણભાઈ ગી. ઠક્કર
શ્રી સ્વામિનારાયણ ડિવાઇન મિશન

અમદાવાદ-૧૩

શ્રી સ્વામિનારાયણ ડિવાઇન ભિશાનનું પ્રતીક



પ્રતીકમાં શ્રી સ્વામિનારાયણ ભગવાનના ચરણક્રમાંથી
સામુદ્રિકશાસ્ત્રમાં વર્ણવિલાં ભગવત્ત્વરૂપનાં સોળ વિલક્ષણ ચિહ્નો છે:

જમણા ચરણક્રમાં નવ ચિહ્નો



સ્વાસ્ત્રિક: માંગાત્મય ભગવત્ત્વરૂપને સૂચવે છે.



અષ્ટકોણ: ઉત્તર-દક્ષિણ-પૂર્વ-પશ્ચિમ-અર્દ્ધના-અર્દ્ધશાન-બૈઅષ્ટત્ય-વાયવ્ય
એવી આઠ દિશામાં ભગવત્ત્વ-કરુણા વહી રહી છે તેનું પ્રતીક છે.



ઉર્ધ્વર્ણા: ભગવત્ત્વપાથી થતું જીવોનું સતત ઉર્ધ્વીકરણ દર્શાવે છે.



અંકુશ: સર્વને અંકુશમાં રાખવા સર્વકારણના કારણ રૂપ ઐશ્વર્યનું
ધોતક છે ને અંતઃશરીરને વશ રાખવાનું સૂચવે છે.



ધજ: અથવા કેતુ સત્ત્વરૂપ ભગવાનની વિજય-પતાકા છે.



વજ: ભગવત્ત્વરૂપનું વજ જેણું શક્તિશાળી બળ જીવના દોષો નાટ
કરી કાળ-કર્મ-માયાના ભયથી મુક્ત કરે છે તેમ નિર્દેશો છે.



પદ્મ: જલકમલવત્ત નિર્ણેપ કરનાર ભગવત્ત્વરૂપની કરુણાસભર
મૂદુતા સૂચવે છે.



જંબુક્ષળ: ભગવત્ત્વરૂપમાં જોડાયેલાને મળતા દિવ્ય સુખરૂપી રસનું સૂચક છે.



જવ: અભિનમાં જવ, તલ આદિ અનાજ હોમી અહિંસામય યજ્ઞ કરનારા અને ભગવત્ત્વરૂપમાં જોડાયેલાના ધનદાન્ય ને યોગક્ષેમનું ભગવાન પોતે વહન કરે છે તેમ સૂચવે છે.

ડાબા ચરણકમળમાં સાત ચિહ્નો



મીન: સામા પ્રવાહે વહી ઉદ્ભવસ્�ાને પહોંચતા મત્ત્વની પેઠે એશ્વર્ય-સુખના ઉદ્ભવસ્થાન ભગવત્ત્વરૂપને પામવાનું સૂચવે છે.



ત્રિકોણ: જીવને આધિ, વ્યાધિ, ઉપાધિમાંથી છોડાવી ઈશ્વર, માયા, બ્રહ્મની ત્રિપુટીથી પર પરબ્રહ્મ-સ્વરૂપને વિષે સ્થિતિ કરવાનું નિર્દેશક છે.



ધનુષ: અધર્મ થકી પોતાના આશ્રિતોના આરક્ષણનું પ્રતીક છે.



ગોપદ: ભગવત્ત્વિય ગોવંશ અને ભગવત્ત્વિય સત્પુરૂષોના પરોપકારી લક્ષણને સૂચવે છે.



વ્યોમ: ભગવત્ત્વરૂપનો આકાશવત્ત નિર્લેપપણે સર્વત્ર વ્યાપ સૂચવે છે.



અર્દ્ધચંદ્ર: ભગવત્ત્વરૂપના દ્વારા વડે ચંદ્રકળાની જેમ વૃદ્ધિ પામી પૂર્ણતા પ્રાપ્ત થાય છે એમ દર્શાવે છે.



કળશ: ભગવત્ત્વરૂપની સર્વોપરીતા અને પરિપૂર્ણતાનું પ્રતીક છે.

પ્રતીકમાં રહેલા ભગવત્ત્વરૂપનાં ચિહ્નોનાં રહ્યાને દૃષ્ટિ સમક્ષ રાખી, સર્વ જીવનું હિત થાય એવી નિઃસ્વાર્થ જ્ઞાન-દ્વારા-સેવા પ્રવૃત્તિ સૌંદર્ય કરતા-કરાવતા રહેવાના મિશનના પુરુષાર્થમાં ભગવત્કૃપા વહ્યા કરો એવી શ્રીહિનિા ચરણકમળમાં પ્રાર્થના.

॥ सहजानंद मन भाई सदाई, सहजानंद मन भाई;
सहजानंद मनोहर मूरति, प्रीत करी उर लाई. ॥

॥ ब्रह्ममहोत वासी अविनाशी, मनुष्य देह धरी आई;
जे जन आई रहे इन शरने, भुक्ति भुक्ति सब पाई. ॥

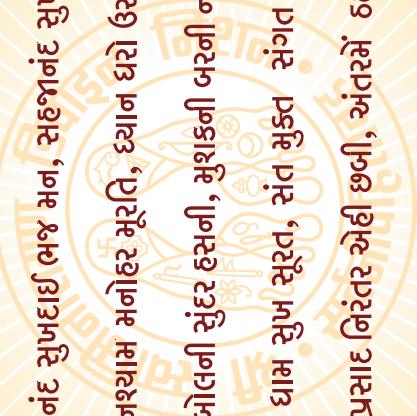
॥ काल कर्म को दुःख अति भारी, सो सब देवे छोराई;
सुखकारी धनश्याम भजनसे, भव भटकन मीठ जाई. ॥

॥ अंतर प्रीत शीतसुं करी डे, भूरति मन ठहराई;
काम क्षोध मध लोभ सहजमें, अवधप्रसाद हठाई. ॥

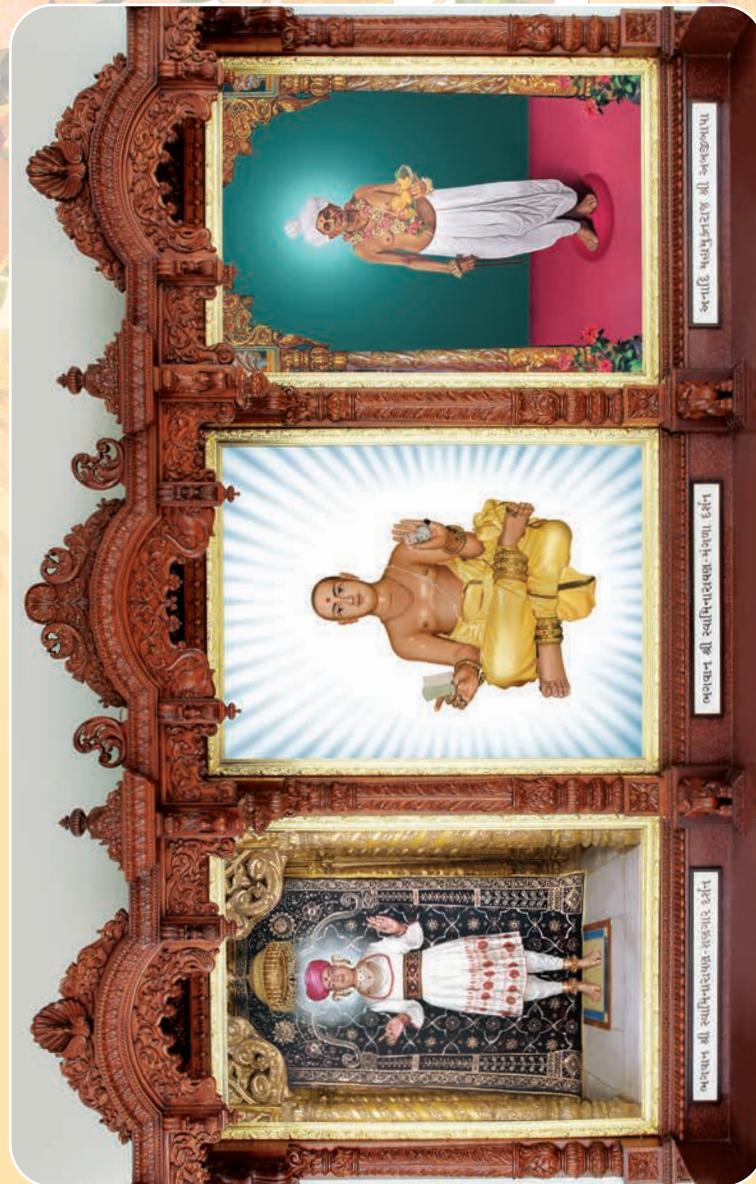


सर्वोपरी उपास्य मूर्ति
पूर्ण पुरुषोतम श्री स्वामिनारायण भगवान

॥ ਗਾਰਥੁ ਦੁਰਮਾਨ 'ਪ੍ਰਿਣ ਸ਼ਿਵ ਚਾਰਣ ਗਾਰਨਿਆਨ
॥ ਤਾਰ ਮਾਲੁ ਸਿਖੀ ਪਿਸ 'ਤਰੈ ਮਦਿ ਸਾਡ ਅਖੈਂ ॥
॥ ਤਿਲ ਮ ਜਿਟਾ ਜੁਕਾਇ 'ਜਾਸਥ ਰਤਨੀ ਜੁਗਾਨ ਰਤਨੀ
॥ ਤਾਰ ਤੇ ਏਤ ਨਾਲੁ 'ਪੁਰੋਤ ਰਘੁ ਸਾਹਿਬਨ ਪੁਰ
॥ ਤਾਵਾਦਿ ਤੁਮਾਂਛੇਹਾਂ 'ਨਾਰ ਫਲ ਤਾਵਾਦਿ ਤੁਮਾਂਛੇਹਾਂ



આણ - દ્વારા - ત્પાસના ખંડ - ડા. (ભાગ્યા)



॥ रे सिवध्युमा राह राह, लूळिछ कुणार त्रासताउर॥
॥ रे सिना मज्जाल हेवि, द्विराह मन्त्र शेर गिर माल हिव॥
॥ रे तिनमि धेह रम ईस, धिरासाराम, त्रिकमटि देव. रे॥
॥ रे सिवध्युमा राह, निहाँ हि अहिना याओ अउर॥

॥ रे टिट अः झुल गदे, द्वे रिह फूर्ताह भिल हिए
॥ रे त्रिकमटि अबोकराह, त्रिवर साथेबाह बहि रहिए

દાન-દ્વારા-ઉપાસના ખંડ-(અહેનો) (



અર્પણ

અનંતકોટિ મુક્તના સ્વામી

અને સદા સાકાર

દિવ્ય મૂર્તિ એવા પરમ કૃપાળુ

શ્રી સ્વામિનારાયણ ભગવાના

ગૂટ રહ્ય જ્ઞાનને સમજાવનારા,

એ મહાપ્રભુના સુખનિધિ સ્વરૂપનું સર્વોપરીપણું

સર્વત્ર પ્રવત્તિવનારા અને અનાદિમુક્તની

સર્વોત્તમ સ્થિતિનો અનુભવ કરાવનારા

- આ રીતે સમગ્ર સત્સંગ ને માનવકુળ

પર મહદું ઉપકાર કરનારા પરમ દયાળુ

અનાદિ મહામુક્તરાજ

પ. પૂ. શ્રી અબજુલાપાશ્રીના

ચરણકમળોમાં સાદર સમર્પિત



રહસ્યજ્ઞાન પ્રદાતા
અનાંદિ મહામુક્તરાજ શ્રી અબજુબાપા

અદ્ય

શ્રીજમહારાજ તથા બાપાશ્રીના

સર્વોપરી તત્ત્વજ્ઞાનને વૈજ્ઞાનિક પરિપ્રેક્ષયમાં પ્રસ્તુત
કરી આધ્યાત્મિક, સામાજિક તેમ જ શૈક્ષણિક ક્ષેત્રે,
અભિતીય યોગદાન આપનાર, ધર્મશુદ્ધિ, વહીવટશુદ્ધિ ને
ચાચિશ્યશુદ્ધિના પ્રખર હિમાયતી તથા ચૈતન્યનું ઉર્ધ્વર્કરણ
કરવારૂપ બ્રહ્મયજ્ઞાની આહલેક જગાડવા સર્વજીવહિતાવહ
સંસ્થા ‘શ્રી સ્વામીનારાયણ ડિવાઇન ભિશન’નું
સ્થાપન કરનાર કરુણામૂર્તિ સદગુરુવર્ય
અનાદિ મુક્તરાજ પૂજયશ્રી નારાયણભાઈના
ચરણકમળમાં શતકોટિ વંદન !

संस्थापक



અનાંદ મુક્તરાજ
પૂજ્યશ્રી નારાયણભાઈ ગીગાભાઈ ઠક્કર

..... સંપાદકીય વિશેષ

શ્રી સ્વામિનારાયણ ડિવાઇન મિશન એવી ગ્રંથશ્રેણી પ્રકાશિત-સંપાદિત કરવા ઉત્સુક છે કે જે સમગ્ર માનવજાત માટે કલ્યાણકારી હોય અને જેના વાચનથી ભારતીય સંસ્કૃતનો ઉચ્ચતમ હેતુ બર આવતો હોય.

વર્તમાન બુદ્ધિયુગમાં ઉચ્ચ શિક્ષણનો વિસ્તાર પ્રતિદિન વધતો જાય છે. ઉચ્ચ શિક્ષણનો મૂળભૂત હેતુ જીવનમાં ઉચ્ચતર મૂલ્યો પ્રસ્થાપિત કરવાનો છે અને જીવનનું ઊંચામાં ઊંચું મૂલ્ય પરમાત્માના પરમસુખનો અનુભવ કરવો તેમાં રહેલું છે. આ હેતુઓ તરફ દોરી જવામાં આ ગ્રંથશ્રેણી સહાયભૂત બને એવી અપેક્ષા છે.

શિક્ષણ, વિજ્ઞાન ને યંત્રવિદ્યાના સતત વધતા જતા વ્યાપને આપણે એવી રીતે ટાળવો છે કે એ કેવળ ભૌતિક સુખની પ્રાપ્તિનાં સાધન બની ન રહેતાં, માનવીના આંતરિક વિકાસમાં ઉચ્ચતમ મદદગાર બની રહે; સાથોસાથ આપણે એવી સમજણા પ્રસારવી છે કે ઉલ્કાંતિનું અંતિમ લક્ષ્ય ઉત્તરોત્તર વિકસીને પરમાત્માના દિવ્ય સુખમાં મળી જવામાં છે.

દિવ્યાનંદની પ્રાપ્તિ માટે સતત વિકસતા જવાની પ્રાકૃતિક અંત: પ્રેરણા માનવને ઈશ્વરે આપેલી અણમૂલ બક્ષિસ છે. તે એવું સૂચયે છે કે આપણે સૌ સાથે મળીને એવી સામાજિક, આર્થિક ને રાજકીય પરિસ્થિતિનું નિર્માણ કરીએ કે જેથી જીવનના ઊર્ધ્વીકરણની પ્રક્રિયા નિર્બાધ રીતે પૂર્તી મોકઢાશથી ખીલી ઉઠે. આ કાર્યને વેગ મળે એવા પ્રેરણાદારી સાહિત્યનું સર્જન કરવાનું આવશ્યક છે.

માવનજાતના આધ્યાત્મિક અને સામાજિક શ્રેય માટે શ્રી સ્વામિનારાયણ ભગવાને, જીવનને સતત ઊર્ધ્વ બનાવી, આત્માંતિક દિવ્ય સુખને પમાય એવો સર્વસમન્વયી જ્ઞાનમાર્ગ

પ્રથાપિત કરેલ છે; તેમની શ્રીમુખવાળી ‘વચનામૃતમ्’ તથા ‘શિક્ષાપત્રી’માં એ તત્ત્વજ્ઞાનનું ઊંડાણ અનન્ય છે અને સવિસ્તર સરળ ભાષામાં પ્રસ્તુત થયેલ છે. તદ્દિપરાંત પોતાના બ્રહ્મનિષ્ઠ સંતો ને ગૃહસ્થી મુક્તપુરુષો દ્વારા સર્વહિતાવહ સાહિત્ય પણ વિપુલ પ્રમાણમાં તૈયાર કરાવ્યું છે.

ઉપરોક્ત ગ્રંથોમાં સર્વગ્રાહ્ય ભારતીય સંસ્કૃતિ ને જીવન જીવવાની ખરી દિશા બતાવવામાં આવી છે. તેથી આ ગ્રંથશ્રેણીમાં સર્વજ્ઞનો-પૂર્વના હોય કે પાશ્ચિમના, સૌને દિવ્યતા તરફ દોરી જવામાં પથદર્શક નીવડે એવા એ આદર્શો તથા જ્ઞાનને અવચ્ચીન જ્ઞાનના પ્રકાશમાં રજૂ કરવાનો ઉત્તમ પ્રયત્ન કરવામાં આવશે. અમને ખાતરી છે કે તેનાથી માનવજીવનમાં સંવાદિતા આવશે ને આધુનિક જીવનની વિષમતા ધીરે ધીરે ઓછી થતી જઈ દૂર થાય જશે.

ભારત કે વિશ્વનું અન્ય સાહિત્ય કે જેમાં દશાવિલ વિચારો અમારા ઉદ્દેશો સાથે સુસંગત હશે તો તે પણ આ ગ્રંથશ્રેણીમાં આવરી લેવામાં આવશે.

અમારી ઇચ્છા એવી છે કે આ ગ્રંથશ્રેણીનાં પુસ્તકો ફક્ત ગુજરાતી ભાષામાં જ નહિ બલ્કે હિન્દી, અંગ્રેજી વગેરે ભાષાઓમાં પણ પ્રકાશિત કરવાં, જેથી અન્યભાષી વાચકોને પણ આ ગ્રંથશ્રેણીનાં પુસ્તકોનો લાભ મળે.

મિશનની આ પ્રવૃત્તિને સફળતા બક્ષવામાં સૌનો સાથ-સહકાર ઇચ્છીએ છીએ અને મિશનના સર્વ કાર્યમાં સદૈવ પ્રભુકૃપા ભળે એ જ અભ્યર્થના.

દાસાનુદાસ

નારાયણભાઈ ગી. ઠક્કર

સ્થાપક પ્રમુખ

શ્રી સ્વામિનારાયણ ડિવાઇન મિશન

સં. ૨૦૪૨, શ્રીહરિજયંતી

એપ્રિલ ૧૮, ૧૯૮૬

અમદાવાદ



॥ શ્રી સ્વામિનારાયણો વિજયતેતરામ् ॥

પૂજયશ્રી નારાયણભાઈએ પ્રબોધેલ અધ્યાત્મસાર

દર્મનો મર્મ

સર્વજ્ઞવહિતાવહ ગ્રંથમાળા

૫૪



: સંસ્થાપક:

• અ. મુ. પ. પૂ. શ્રી નારાયણભાઈ ગી. ઠક્કર •

શ્રી સ્વામિનારાયણ ડિવાઇન મિશન

અમદાવાદ - ૩૮૦ ૦૧૩

શ્રી સ્વામિનારાયણ ડિવાઇન મિશન

સર્વજીવહિતાવહ ગ્રંથમાળા

* પ્રકાશન સમિતિ *

: પ્રેરક - માર્ગદર્શક :

* અ. મુ. પુ. શ્રી નારાયણભાઈ ગી. ઠક્કર *

© શ્રી સ્વામિનારાયણ ડિવાઇન મિશન, અમદાવાદ

(રજિ. નં. ઈ/૪૫૪૬/અમદાવાદ : ૧૯૮૧)

ઈન્કમટેક્ષ એક્ઝેચ્યુનિયન પ/સ 80(G)5

કિતીય આવૃત્તિ

પ્રતિ : ૩૦૦૦

૨૦૧૩, ૧૬, ફેબ્રુઆરી

સં. ૨૦૬૮ મહા સુદ છ્ઠ

સેવા મૂલ્ય : ૩.૨૦/-

પ્રકાશક

શ્રી સ્વામિનારાયણ ડિવાઇન મિશન

૮, સર્વમંગલ સોસાયટી, પૂજુંશ્રી નારાયણભાઈ માર્ગ

નારણપુરા, અમદાવાદ - ૩૮૦૦૧૩ © : ૨૭૯૮૨૯૨૦

E-mail : info@shriswaminarayandivinemission.com

Website : www.shriswaminarayandivinemission.org

: મુદ્રક :

મુદ્રણ સંસ્કાર;

મુદ્રણ પુરોહિત, સૂર્ય ઓફસેટ

આંબલી ગામ

નિવેદન

‘શ્રી સ્વામિનારાયણ ડિવાઇન મિશન’ સંસ્થાના સદાકાળના પ્રમુખ અ.મુ.પૂ. શ્રી નારાયણભાઈ સિદ્ધ મુજ્જ્તપુરુષ હોવાથી ચૈતન્યનું સર્વપ્રકારે છિત તેમ જ ઉધ્વીકરણ કરવાનું જ લક્ષ્ય તેમની નજર સમક્ષ હંમેશાં રહેતું. તેમાં પણ સત્સંગની ભાવિપેઢીના જીવનઘડતર અને વિકાસ માટે તેઓશ્રી સતત પ્રયત્નશીલ રહેતા. તેઓશ્રીનું મંત્ર્ય એવું હતું કે યુવાવર્ગને ધર્મ અને આધ્યાત્મની બાબત આધુનિક વિજ્ઞાનના સંદર્ભમાં સમજાવવામાં આવે તો જ તેઓ તેનો સ્વીકાર કરીને તેનું યથાર્થ આચરણ કરવા પ્રોત્સાહિત થઈ શકે. યોગ્ય માર્ગદર્શનના અભાવે તેઓ ધર્મની જડતા ને અંધશ્રદ્ધામાં દોરવાઈ જાય તો તે એક ગંભીર નૈતિક અને સામાજિક અપરાધ ગણાય. યુવાશક્તિ ગેરમાર્ગ દોરવાઈ ન જાય અને તેમની શક્તિઓનો ઉત્કૃષ્ટ ને રચનાત્મક હેતુ માટે સદ્ગુણ્યોગ થાય તેવું યોગ્ય માર્ગદર્શન આપવું અતિ આવશ્યક છે.

આવા ઉદાત્ત હેતુને ધ્યાનમાં લઈ અ. મુ. પૂ. શ્રી નારાયણભાઈના ઉપદેશામૃતની વિચારધારાને આધારે ‘ધર્મનો મર્મ’ એ નામક પ્રસ્તુત પુસ્તક તૈયાર કરી શ્રી સ્વામિનારાયણ ડિવાઇન મિશન દ્વારા પ્રકાશિત કરવામાં આવેલું. આ પુસ્તકને વાયકવુંદે સહર્ષ વધાવી તેની

ઉપયોગીતાના આધારે તે વધુ પ્રચાર પામીને અનેકને લાભાન્વિત કરી શકાય એવો સૂર વહેતો કર્યો એટલે આ પુસ્તકની દ્વિતીય આવૃત્તિ પ્રસિદ્ધ કરવાનો અવસર સાંપડ્યો છે. યુવાપેઢીને સાચી દિશા અને સાચો પથ મળી રહે એવો કાળજીપૂર્વકનો અમારો નમ્ર પ્રયાસ છે. અમને શ્રદ્ધા છે કે વાચકવૃંદ આ પુસ્તકનો મહદૂ લાભ ઉઠાવી ઉમતજીવન તરફ ડગ માંડવા પ્રોત્સાહિત થશે.

સર્વોપરી ભગવાન શ્રી સ્વામિનારાયણ, પરમ કૃપાળુ બાપાશ્રી, મહાન સદ્ગુરુશ્રીઓ તથા સંસ્થાની દરેક સદ્ગ્રવૃત્તિઓના પ્રાણોત્તા અ. મુ. પુ. શ્રી નારાયણભાઈની પ્રસંગતા પ્રકાશન કાર્યમાં મદદરૂપ થનાર તેમ જ તેનો સદ્ગ્રયોગ કરનાર સૌ કોઈ ઉપર વરસતી રહો એવી અંતરની પ્રાર્થના.

સં. ૨૦૭૮, મહા સુદ છ્ઠ
ઈ.સ. ૨૦૧૩, ૧૫ ફેબ્રુઆરી

પ્રકાશન સમિતિ
શ્રી સ્વામિનારાયણ ડિવાઈન મિશન

વિષય પ્રવેશ

ચેતનાના આધ્યાત્મિક વિકાસ અને ઉત્કૃષ્ટ પ્રકારના જીવનઘડતર માટે સત્તાસ્ત્રોમાં દર્શાવેલ વિધિ તથા નિયમધર્મોના પાલનની અતિ આવશ્યકતા છે. સમજપૂર્વકના યથાર્થ પાલનથી વાળી-વર્તન, આચાર-વિચાર પવિત્ર ને અનુકરણીય બને છે. હંદ્રિયો-અંતઃકરણની વિશુદ્ધિ થવાથી ઉત્તમ પ્રકારનું ચારિત્ર્ય નિષ્પત્ત થાય છે. આવા પ્રભાવશાળી ચારિત્ર્યની સુવાસથી મધ્યમઘતા વિશુદ્ધ ને આદર્શમય જીવન દ્વારા સાચી આધ્યાત્મિકતા પ્રગટે છે. વ્યક્તિની ચેતનાનું ઉધ્વીકરણ થઈ જીવનના સર્વોચ્ચ ધ્યેય એવી પ્રભુપ્રાપ્તિમાં તે પરિણામે છે.

વિધિ તથા નિયમધર્મોનું યથાર્થ હાઈ સમજને પાલન કરવામાં આવે તો જ તે સાચા અર્થમાં વિકાસલક્ષી ને સાર્થક બને છે, અન્યથા તે યંત્રવત્ત બની રહે છે. એવું યંત્રવત્ત પાલન દિવાસ્વખ જેવું નિરર્થક નીવડે છે. તેનાથી બાધ્યાચાર અને દંભને પોષણ મળે છે, એથી વિશેષ તેનું કોઈ મૂલ્ય નથી. નિયમધર્મનું આધ્યાત્મિક રહસ્ય પૂર્ણ સ્થિતિવાળા મુક્તપુરુષ પાસેથી, તેમનો મહિમાઓ સહિત જોગ-સમાગમ-સેવા દ્વારા જાણી લઈ તેનું સમજણપૂર્વક સત્યાચરણ કરવામાં આવે તો જ તે આધ્યાત્મિક ઉત્તુંભરણ બને છે.

પ્રભુપ્રસંગતાર્થે કરેલી આધ્યાત્મિક સાધના દ્વારા જ વ્યક્તિએ પ્રભુ તથા પૂર્ણ મુક્તના અનુગ્રહ વડે સિદ્ધદશા પ્રાપ્ત કરી હોય અને એવી દિવ્ય સ્થિતિમાં જેઓ અખંડ વર્તતા હોય,

એવા સિદ્ધપુરુષ કદાચ દેહનું અનુસંધાન ન રહેવાથી નિયમધર્મોનું બાધ્ય રીતે પાલન કરતા ન જણાય, તો તેમને કોઈ બાધ હોતો નથી. આત્મા-પરમાત્મામાં અખંડ ગતિ કરતા સિદ્ધમુક્તને વાસ્તવમાં નિયમધર્મોના પાલનની કોઈ જ આવશ્યકતા હોતી નથી. કારણ કે તેમનું ચિત્ત પ્રભુના સ્વરૂપમાં અખંડ નિરૂપ થયેલું હોય છે. તેમ ઇતાં તેઓ પણ નિયમધર્મોનું યથાર્થ પાલન કરતા જણાય છે. તેઓનું એ પ્રકારનું આચરણ સાધક-મુમુક્ષુઓને આદર્શ બેસાડવા માટે હોય છે, જેથી જાગૃત સાધકો એ આદર્શનું અનુકરણ કરી પોતાની આધ્યાત્મિક પ્રગતિ સાધી શકે. આવા ઉદાત હેતુને ધ્યાનમાં રાખી સત્પુરુષો નિયમધર્મોનું યથાર્થ પાલન કરી, બીજાને પણ તેવા પાલન માટે અનુરોધ કરે છે. માનવમનનું પ્રાકૃતિક વલણ જ એવું હોય છે કે સમાજની શ્રેષ્ઠ અને અગ્રગણ્ય વ્યક્તિ હોય તે જે પ્રકારનું આચરણ કરે તેનું અનુકરણ કરવું. એ મનોવૈજ્ઞાનિક કારણ પણ સત્પુરુષના લક્ષ્યમાં હોય છે.

સાધનકાળમાં ને સિદ્ધદશાની પ્રાપ્તિ માટે કેટલાંક વ્રત-નિયમોના પાલનની આવશ્યકતા રહે છે. તે માટે તેને ગૌણ ગણી તેના પ્રત્યે દુર્લક્ષ્ય સેવવું બિલકુલ હિતાવહ નથી. સાધકે આ વાત અવશ્યપણે ધ્યાનમાં રાખવી ઘટે.

જીવનમાં નિયમધર્મોના પાલનની આવશ્યકતા વિશે પૂર્ણ પુરુષોત્તમ શ્રી સ્વામિનારાયણ ભગવાને પણ પોતાના ‘વચનામૃત’ ગ્રંથના ગઢડા મધ્ય પ્રકરણના ૧૫મા વચનામૃતમાં આ પ્રમાણે કહ્યું છે :

“માટે વિષય જીત્યાનું કારણ તો પરમેશ્વરના બાંધેલ

નિયમ તે જ છે. તેમાં પણ મંદ વૈરાગ્યવાળાને તો નિયમમાં રહેવું એ જ ઊગર્યાનો ઉપાય છે. જેમ માંદો હોય તે કરી પાળીને ઔષધ ખાય તો જ નીરોગી થાય.”

“વૈરાગ્યનું બળ હોય અથવા ન હોય તો પણ જો હંડ્રિયોને વશ કરીને પરમેશ્વરના નિયમમાં રાખે, તો જેમ તીવ્ર વૈરાગ્યે કરીને વિષય જિતાય છે, તે થકી પણ નિયમવાળાને વિશેષ વિષય જિતાય છે. માટે પરમેશ્વરના બાંધેલ જે નિયમ તેને અતિ દૃઢ કરીને રાખવા.”

તથા ગાઢા અંત્ય પ્રકરણ વચ. ઉઘમાં કહ્યું છે :

“જેના જેવા નિયમ કહ્યા છે તેમાં સાવધાનપણો વર્તો... અશુભ વાસના ટળીને એક ભગવાનની વાસના દિવસે દિવસે વૃદ્ધિ પામતી જાય છે.”

“નિયમે કરીને આસક્તિ ટળે, પણ પોતાની મેળે ત્યાગ કરે તો આસક્તિ ન ટળે.”

- અનાદિ મહામુક્તરાજ શ્રી અબજીબાપાશ્રી

“આ વર્ષમાં ને આ મહિનામાં મારે આવી રીતે વર્તવું છે, એવી રીતે નિયમ રાખવાં. એમ વર્તવાથી વિષય જિતાય છે.”

- સદગુરુ શ્રી ગોપાળાનંદ સ્વામી

આ રીતે નિયમધર્માના પાલન ઉપર સ્વયં શ્રીહરિએ તથા તેમના સંત-મુક્તોએ ઘડ્યાં જ ભાર મૂક્યો છે.

મુમુક્ષુ સાધકે કેટલાક આધ્યાત્મિક સિદ્ધાંતો પણ યોગ્ય રીતે સમજવા ઘટે. જ્યાં સુધી એ સિદ્ધાંતો બરોબર ન સમજાય, ત્યાં સુધી મનની શંકાઓ તથા તર્ક-વિતર્કનું યથાર્થ સમાધાન નહિ થતાં મનમાં અનેક પ્રશ્નો ઊઠ્યા કરે છે અને

દ્વિધા રહ્યા કરે છે. જ્યાં સુધી મનમાં રહેલ પ્રશ્નોનું ચોક્કસ રીતે સમાધાન ન થાય, ત્યાં સુધી મન અમુક વાતોને સાહજિકપણે સ્વીકારી શકતું નથી. તેથી વ્યક્તિ અસમંજસમાં રહે છે ને શ્રદ્ધામાં નિશ્ચલતા આવતી નથી. તે કોઈ ચોક્કસ નિર્ણય ઉપર ન આવવાથી પરિપ્રક્રવ નિશ્ચય થવામાં પણ ક્ષતિ રહે છે. એટલે તેની પ્રગતિ અવરોધાય છે. તે માટે આધ્યાત્મિક સિદ્ધાંતોને પણ યથાર્થ રીતે સમજવા ધટે. એ માટે સત્પુરુષનો જોગ-સમાગમ-સેવા અનિવાર્ય બને છે. એવા મુક્તપુરુષ પાસેથી સત્ય સિદ્ધાંત સમજ લીધા પછી આધ્યાત્મિક સાધનાપથ મોકળો બને છે અને સરળતાથી વિકાસ થાય છે. મનની જડતા, સંકુચિતતા ને જટિલ તર્કવિતક તથા શંકાઓનું નિરાકરણ થઈ જાય છે.

પ્રસ્તુત પુસ્તકમાં વિવિધ મુદ્દાઓ ઉપર અર્થઘટન કરેલું છે. ખરું જોતાં તો દરેક મુદ્દા-વિષય ઉપર સ્વતંત્ર પુસ્તક આકાર લઈ શકે, પરંતુ અહીં તેને સંક્ષિપ્તમાં મૂકી સંતોષ માણયો છે. તેમ છતાં તેમાં રહેલ રહસ્યસારને જાળવવાનો નમ્ર ગ્રયાસ કરવામાં આવેલો છે.

આશા છે કે જ્ઞાનઇશ્છુક વાચકને તે પોતાના આધ્યાત્મિક ઉત્કર્ષમાં ઉપયોગી ને સહાયરૂપ બની રહેશે.

વિષયાનુક્રમણિકા

ક્રમાંક	વિષય	પાન નંબર
૧.	સૂર્યોદય પહેલાં જાગ્રત થવાનો આદેશ	૧
૨.	બાધ - આભ્યંતર શૌચ	૫
૩.	મૂર્તિપૂજા	૧૩
૪.	બાધપૂજા	૨૨
૫.	માનસીપૂજા	૨૯
૬.	સાંપ્રદાયિક ચિહ્નનો : કંઈ અને તિલક-ચાંદલો	૩૩
૭.	મંદિર શા માટે ?	૪૩
૮.	દેવદર્શન	૪૪
૯.	પ્રાર્થના	૪૮
૧૦.	દંડવત્ત પ્રણામ	૫૪
૧૧.	પ્રદક્ષિણા	૫૮
૧૨.	આરતી	૭૨
૧૩.	ધૂન	૭૭
૧૪.	નામનો જયઘોષ	૮૧
૧૫.	થાળ	૮૫
૧૬.	આસન	૮૯
૧૭.	જપયક્ષ	૯૭
૧૮.	ધ્યાન	૧૦૯

ક્રમાંક	વિષય	પાન નંબર
૧૮.	મૌન	૧૨૪
૨૦.	તપની મહત્ત્ત્મા	૧૩૩
૨૧.	એકાદશીનું વ્રત	૧૪૧
૨૨.	તીર્થયાત્રા	૧૫૩
૨૩.	ધર્માંદ્રો	૧૬૦

૧

સ્વર્યોદય પહેલાં જાગ્રત થવાનો આદેશ

શ્રી સ્વામિનારાયણ ભગવાન રચિત ‘શિક્ષાપત્રી’ તથા અન્ય સત્શાસ્ત્રોમાં સ્વર્યોદય પહેલાં નિદ્રાનો ત્યાગ કરી પ્રભુના સ્વરૂપનું ધ્યાન-ચિંતન-સ્મરણ કરવાનો આદેશ છે. રાત્રિના છેલ્લા પછી બધો સૂર્યક છે ! બ્રાહ્મમુહૂર્ત અર્થાત્ બ્રહ્મ-પરબ્રહ્મનું ચિંતન કરવા માટેનો શુભ સમય. કોઈ પણ વિષયમાં મનની એકાગ્રતા કરવા માટે આ સમય ઉત્તમ ગણાય છે. આ સમયે ચારે તરફ શાંતિ અને વાતાવરણમાં આહૃલાદકતા છવાયેલી હોય છે. તન-મનમાં અનેરી પ્રકૃતિલિતતા, ઉત્સાહ ને સ્ફૂર્તિ અનુભવાય છે. રાત્રે વહેલા સૂર્ય વહેલા ઉઠવાથી શરીરના અવયવોને પૂરતો આરામ મળી ગયેલો હોય છે. રાત્રિની ગાંડ નિદ્રા દરમ્યાન તાજા-તાજાવ વખતે નીકળતા અંતરસ્થાવી ગ્રંથિઓના હોર્મોન્સ-રસાયણો બંધ થઈ શરીરને પોષક એવાં રસાયણો ઉત્પન્ન થાય છે. મગજમાં પણ કેટલેક અંશો આદ્દા તરંગો ઉત્પન્ન થવાથી મગજના ન્યૂરોટ્રાન્સમીટર્સ - રસાયણોમાં સંતુલન થવાથી દિવસ દરમ્યાનના પરિશ્રમને કારણો ઘસાઈ ગયેલા, મૃત થયેલા કોષો દૂર થઈ નવા કોષો જન્મે છે. તેથી પ્રાતઃકાળે શરીર તથા મન અનેરી તાજગી અનુભવે છે. જીવસૂષણી માટે રાત્રિનું પ્રદાન કરીને પરમ પિતા પરમેશ્વર અને પ્રકૃતિમાતાએ મહદું ઉપકાર કર્યો છે. જો રાત્રિ

ન હોત તો કલ્પના કરીએ કે જીવસૂષણી શી દશા હોત? જીવન અશક્ય બની જાત. રાત્રિ એ તો જીવોને તન-મનના વિરામ માટે કુદરતની આણમૂલ દેન છે.

પૃથ્વીરસાયણશાસ્ત્રના અભ્યાસી વૈજ્ઞાનિકોએ પોતાના સંશોધનનું એવું તારણ કાઢવું છે કે મધ્યરાત્રિ સુધી સૂર્યાસ્તની અસર રહે છે. ત્યારે વાતાવરણમાં શાંતિ પ્રસરાવતાં કિરણોને લીધે પૃથ્વી ઉપર શાંતિનું અવતરણ થાય છે. એ દરમ્યાન નિક્રા લેવાથી મગજની પ્રવૃત્તિઓ સરળતાથી શાંત થાય છે. એની શાંતિપ્રદ અસર મગજનાં રસાયણોને સંતુલિત કરે છે. જ્યારે મધ્યરાત્રિ બાદ સૂર્યાદ્યની અસર વર્તે છે તે વખતે જે કિરણો વહે છે તે શક્તિથી ભરપૂર હોય છે. બ્રાહ્મમુહૂર્ત વખતે અવતરતી શક્તિનો લાભ એ સમયે જાગ્રત થઈ મનને ધ્યાન-ચિંતનમાં એકાગ્ર કરવાથી મળે છે. એ સમયે એકાગ્ર થયેલ મનમાં શક્તિપ્રદ કિરણો દ્વારા શક્તિનો સંચાર થવાથી તન-મન તાજગી તેમ જ સ્ફૂર્તિ અનુભવે છે. જે માણસો રાત્રે મોડા સૂર્ય મોડા ઊઠે છે, તેમને પૃથ્વી ઉપર અવતરતી શાંતિ તેમ જ શક્તિ એ બંનેમાંથી એકેયનો લાભ મળી શકતો નથી. શાંતિ ને શક્તિ એ બંને જીવનનાં અતિ અગાત્યનાં પરિબળો છે. તેનાથી તેઓ વંચિત રહે છે. જ્યારે રાત્રે વહેલા સૂર્ય ને વહેલા ઊઠનારાઓને પૃથ્વી ઉપર અવતરણ પામતી શાંતિ તેમ જ શક્તિ બંનેનો લાભ મળે છે, જે તન-મનના આરોગ્ય માટે અતિ અનિવાર્ય છે. આપણું ગુજરાતી સુભાષિત પણ છે:

‘રાત્રે વહેલા જે સૂર્ય, વહેલા ઊઠે વીર,
બળ, બુદ્ધિ ને ધન વધે, સુખિયું રહે શરીર.’

હાલના જે ટ જેવા ઝડપી યુગમાં માનવસમાજની રજોગુણી પ્રવૃત્તિ એટલી બધી વિસ્તૃત થયેલી છે કે તે સવારથી શરૂ થઈને મોડી રાત સુધી ચાલ્યા કરે છે. ખાસ કરીને મોટાં શહેરોમાં થતાં નાચગાન, પાર્ટીઓ, નાટક, સિનેમા, મહેફિલો, ખાણી-પીણી, વિષયભોગ વગેરે રજોગુણી-તમોગુણી પ્રવૃત્તિઓથી, તેવી પ્રવૃત્તિઓનાં આંદોલનો મનોજગતના વાતાવરણને ગંભીર રીતે પ્રદૂષિત કરે છે. દિવસે સ્વર્યોદય પછી પણ સારાય વાતાવરણ ઉપર રજોગુણી-તમોગુણી વિચારો તેમ જ પ્રવૃત્તિઓનાં આંદોલનો પ્રસરેલાં હોય છે. તે આંદોલનોની તીવ્રતા સંધ્યાકાળ સુધી રહે છે. સંધ્યાકાળે પ્રવૃત્તિઓનાં આંદોલનો મંદ પડવાથી પ્રમાણમાં થોડી શાંતિ વધુ હોય છે. સંધ્યાકાળ એટલે દિવસ અને રાત્રિ વચ્ચેની સંધિનો સમય. આ સમયે પ્રવૃત્તિઓ કેટલેક અંશે મંદ પડવાથી પ્રાકૃતિક રીતે જ મનોવલાણ શાંત બને છે. સંધ્યાકાળ ટૂંકો હોય છે. પછી રાત્રિ શરૂ થાય છે. આજના ધમાલિયા યુગમાં શાંતિ મળવી મુશ્કેલ હોય છે. તેમ છતાં બની શકે તેટલો આવા સમયનો લાભ લેવો ઉચિત ગણાય. સંધ્યા વખતે પણ મનમાં એકાગ્રતા સરળતાથી ઉદ્ભબવે છે. એટલા માટે સંધ્યાકાળ તથા સ્વર્યોદય પહેલાંનો બ્રાહ્મમુહૂર્તનો સમય આ બંને સમયે મનમાં સત્તવગુણ ને શાંતિ પ્રધાનપણે વર્તે છે. તે માટે સાધકે આત્મા-પરમાત્માના ચિંતન-મનનનો અભ્યાસ પ્રમાણનો ત્યાગ કરીને અવશ્ય કરવો જોઈએ. સંધ્યાકાળ અને બ્રાહ્મમુહૂર્ત આ બંનેમાં પણ બ્રાહ્મમુહૂર્તનો કાળ શ્રેષ્ઠ છે. આ સમયે વાયુ પ્રદૂષણ તથા ધ્વનિ પ્રદૂષણ તે બંનેની માત્રા અલ્પ હોય છે. પ્રાણવાયુ યુક્ત શુદ્ધ હવા આરોગ્યવર્ધક હોવાથી

મગજનાં રસાયણો સંતુલિત બનતાં ધ્યાન દરમ્યાન આલ્ફા તરંગો ઉત્પત્ત થાય છે. તેથી મન શાંત થતાં એકાગ્રતા સિદ્ધ થવામાં સરળતા રહે છે. જે વિવેકી વ્યક્તિ આળસ-પ્રમાદ દૂર કરી આ સમયનો ઉપયોગ કરે છે, તેનું જીવન ધન્ય બની જાય છે.

કહેવાય છે કે ઊંઘ ને આહાર વધાર્યા વધે છે ને ઘટાડ્ચાં ઘટે છે. શ્રીહરિએ ધર્માદો કાઢવાનું લખ્યું છે તેમાં પ્રભુના સ્વરૂપનું ચિંતન કરવા માટે સમય ફાળવવો તે આધ્યાત્મિક ધર્માદો છે. તેથી ઊંઘ માટે વધુ પડતો સમય વ્યય ન કરતાં પ્રભુના સ્વરૂપનું ચિંતન-મનન કરવા માટે સમયનો સદૃપ્યોગ કરી લેવો હિતાવહ છે. તે મનુષ્યજીવનનું મુખ્ય ભાથું છે. આપણા દિવસનો મોટો ભાગ વ્યાવહારિક પ્રવૃત્તિઓમાં પસાર થઈ જાય છે. સાંજ મનોરંજન પાછળ વ્યય થાય છે ને રાત ઊંઘમાં, તો પછી આપણા ચૈતન્યના આધ્યાત્મિક વિકાસનું શું? જે મનુષ્યજીવનનો મુખ્ય ધ્યેય છે તેને અર્થે જ કંઈ ન બની શકે, તો જીવન નિરર્થક છે.

માટે સદ્ગ્રિવેકી સાધકે ઊંડો વિચાર કરી, પશુતુલ્ય જીવનમાંથી બહાર નીકળી આધ્યાત્મિક ઉત્કર્ષ માટે અભિષા સેવી જીવનને સાર્થક બનાવવું હોય, તો બ્રાહ્મમુહૂર્તમાં પ્રભુપ્રસંગતાના ધ્યાન-મનન-ચિંતન વગેરે સાધનોમાં જાગૃત ચેતના સાથે પ્રવૃત્ત થવું જોઈએ. વિદ્યાર્થીકાળમાં રહેલા વિદ્યાર્થીઓએ પણ સાત્ત્વિક રીતે વિદ્યા સંપાદન કરવા માટે બ્રાહ્મમુહૂર્તનો સમય અત્યંત લાભકર્તા છે. બ્રાહ્મમુહૂર્તમાં ઊઠી જઈ, હાથ-મ્રોં ધોઈ, થોડીવાર પરમાત્માના સ્વરૂપનું ધ્યાન કરી, વિદ્યા પ્રાપ્તિમાં સરળતા ને સફળતા માટે પ્રભુને ને

સત્પુરુષને પ્રાર્થના કરી વિદ્યાભ્યાસ કરવાથી વિદ્યાપ્રાપ્તિમાં ચોક્કસ સફળતા મળે છે. તે માટે વિદ્યાર્થીઓએ પણ આ સમયનો લાભ લેવો હિતાવહ છે. પ્રભુપ્રાપ્તિની અભિભ્યાવાળા સાધક માટે તો આ કાળ સુવાર્ષકાળ જ છે.



૨

બાહ્ય-આભ્યંતર શૌચ

શૌચ અર્થातું શુદ્ધિ. આધ્યાત્મની અંતર્યાત્રાના યાત્રી એવા સાધક માટે બાહ્ય તેમ જ આભ્યંતર શુદ્ધિ, એટલે શરીરની બાહ્ય શુદ્ધિ અને અંતઃકરણની આભ્યંતર શુદ્ધિ, આ બંને પ્રકારની શુદ્ધિની અતિ અગત્ય છે. સાધનકાળમાં આ બંને પ્રકારના શૌચમાંથી કોઈપણાની અવગણાના કરવામાં આવે, તો આધ્યાત્મિક સાધનામાં અડયણ ઊભી થાય અને સાધના મંદ પડી જાય. ક્યારેક નાની સરખી ગાફલાઈ, બેદરકારી કે ભૂલ સાધકને એની સૂક્ષ્મ સાધનામાંથી ગંભીર ભૂલો તરફ દોરી જાય છે અને સાધનામાંથી વિચલિત કરી દે છે. ‘આમાં શું વાંધો છે? આમ ન કરીએ તો પણ ચાલો. આટલા અમથામાં શું બગડી જવાનું છે? આ કોઈ ગંભીર ભૂલ નથી.’ આ પ્રકારનું બેદરકારીભર્યું મનોવલાણ સાધકને તેની નિષ્ઠા તથા કર્તવ્યપરાયણતામાં અસ્થિરતા આણી સાધનામાંથી વિચલિત કરે છે.

શૌચ, દંતમંજન, સ્નાન વગેરે પ્રકારની બાધશુદ્ધિની કિયાઓ કરતી વખતે પણ ચિત્તની એકાગ્રતા રાખવી આવશ્યક છે. ચિત્તની એકાગ્રતા વગરની શૌચકિયા કે હસ્તપ્રકાલન (હાથ ધોવાની કિયા) કે દંતમંજન વગેરે કિયાઓ બરોબર થઈ શકતી નથી. હાથ-પગ ધોવા જેવી સામાન્ય લાગતી કિયાઓમાં પણ એકાગ્રતા ન હોય તો અશુદ્ધિ રહી જાય છે, જે આરોગ્ય માટે ક્યારેક હાનિકારક

નીવડે છે. આવી નાની લાગતી કિયાઓ પણ જગૃતિપૂર્વક ને એકાગ્રતાથી કરવાની ટેવ પાડવાથી દરેક કિયાઓમાં એકાગ્રતા જળવવાની ટેવ પડી જાય છે. એટલે નાનાં-મોટાં દરેક કાર્યો ભૂલો વગર સરસ રીતે પૂર્ણ થાય છે. આવા અભ્યાસથી આત્મા-પરમાત્માના ચિંતનમાં પણ એકાગ્રતા સરસ રીતે થાય છે. કોઈ સિદ્ધમુક્ત પુરુષની કિયાઓનું કોઈએ અવલોકન કર્યું હશે તો તેને નાની-મોટી દરેક કિયાઓ મુક્તપુરુષ એકાગ્ર ચિંતા સર્વાંગે શુદ્ધ ને સુંદર રીતે કરતા હોય છે, તેમ જણાયા વગર નહિ રહ્યું હોય!

શૌચાદિક કિયાઓમાં એકાગ્રતા તો જરૂરી છે જ, પણ સાથે સાથે તેમાં નિયમિતતા પણ હોવી આવશ્યક છે. તે બધી કિયાઓ સમયસર થવી જોઈએ. શૌચાદિક કિયાઓ સમયસર નિયમિત કરવાની ટેવ ન હોય તો તેમાં અનેક પ્રકારની અડયણો ઉભી થાય છે. કુદરતી હાજતો સમયસર ન પતાવવાથી કે તેમને બળપૂર્વક રોકી રાખવાથી અનેક પ્રકારના રોગ અને માંદળીને શરીરમાં પ્રવેશવાની તક મળે છે. માટે કુદરતી હાજતના આવેગોને રોકવા ન જોઈએ. તે કિયાઓમાં નિયમિતપણું આવે તો તન-મનની તંદુરસ્તી ને આરોગ્ય જળવાઈ રહે.

શૌચકિયા વખતે શરીરમાંનો અપાનવાયુ નીચે તરફ દબાણ કરે છે, તેથી મળવિસર્જન થાય છે. અપાનવાયુના દબાણને લઈને લોહીના પરિભ્રમણમાં ગતિ આવે છે, તેથી શરીરમાં ગરમી ઉત્પન્ન થાય છે. એ ગરમી જ્લડપ્રેશરને તથા મગજને અસર કરે છે. મળોત્સર્ગ કિયા વખતે દૂષિત જેરી વાયુ પણ છૂટે છે. તે શરીરની ચામડી તથા રોમને વિશે

ભરાઈ રહે છે. આ કારણો એક પ્રકારની તાણ અનુભવાય છે. આવાં કારણોને લીધે શૌચ બાદ સ્નાન કરવું જરૂરી બને છે. સ્નાન કરવાથી શરીરની શુદ્ધિ તો થાય જ છે, પણ સાથે સાથે લોહીનું ત્વરિત ગતિવાળું પરિબ્રમણ શાંત થાય છે. શરીરનું તાપમાન નીચે આવવાથી બિનજરૂરી ગરમી ઓછી થાય છે. તેથી તન-મનમાં અનેરી તાજગી, શાંતિ ને શુદ્ધિનો એડસાસ થાય છે. ઘણી વખત હૃદયના દર્દીઓને ફુદરતી હાજત વખતે હૃદય ઉપર દબાડા-તણાવ વધવાથી ખૂબ જ થાક અને નબળાઈ અનુભવાય છે. ક્યારેક કોઈક નબળા દર્દીને હાજત વખતે હાર્ટએટેક પણ આવી જાય છે. સ્નાન કરવાથી તાણ-તણાવ ઓછાં થવાથી શરીરમાં સ્કુર્ટિ લાગે છે. આમ શૌચક્રિયા પછી સ્નાન કરવા પાછળનો હેતુ સમજી શકાય છે. ક્યારેક આપત્કાળમાં સ્નાન ન થઈ શકે તો હાથ-પગ-મોહું વગેરે બરોબર ધોઈ જ નાંખવા, તેથી પણ લાભ થાય છે. આવી કિયાઓ એકાગ્રતાપૂર્વક ને નિયમિતપણે કરવાથી સમયનો બિનજરૂરી વ્યય પણ બચી જાય છે.

નાની અને ગૌણ લાગતી કિયાઓ નિયમિતપણે ને એકાગ્રતા સાથે કરવાની ટેવ પાડવાથી આધ્યાત્મિક સૂક્ષ્મ સાધનામાં પણ એકાગ્રતા ને નિયમિતપણું આવે છે. જેની ગૌણ લાગતી કિયામાં એકાગ્રતા ને નિયમિતતા ન હોય ને અવ્યવસ્થિતપણે કિયાઓ કરતો હોય તેની આધ્યાત્મિક સાધના પણ અવ્યવસ્થિત ને ઢંગધડા વગરની હોય છે. તેવા સાધકનું મન પણ અવ્યવસ્થિત, અસંયમી ને અનેક વિષયોમાં ફેલાયેલી વૃત્તિઓવાળું હોય છે. માટે એકાગ્રતા ને નિયમિતપણું એ સાધનામાં અતિ આવશ્યક અંગો છે. તેનું

મૂલ્ય ઓછું આંકવું એ ગંભીર ભૂલ ગણાય. જેની બાધ્યક્રિયાઓ શુદ્ધ, સાત્ત્વિક ને વ્યવસ્થિત હોય, તેનું અંત:કરણ પણ શુદ્ધ, સાત્ત્વિક ને વ્યવસ્થિત હોય છે.

ક્યારેક એવું પણ જોવામાં આવે છે કે કેટલાક લોકો કેવળ બાધ્યશુદ્ધિ ઉપર જ તાન રાખે છે અને અંતરશુદ્ધિ તરફ દુર્લક્ષ્ય રાખે છે. વારંવાર નાહ્યા કરવું, દેહની જ પરિચર્યા કર્યા કરવી. નહાવા-ધોવાની કિયાઓ જ જાણે આધ્યાત્મિક સાધનાનાં મુખ્ય અંગો હોય તેમ તેમાં જ રત રહ્યા કરે છે. તેવી કિયાઓ પાછળ વધુ પડતો સમય ને શક્તિનો વ્યય કરવાથી પ્રભુપ્રાપ્તિરૂપ મુખ્ય ધ્યેય દૂર રહી જાય છે. એમ તો માછલાં આખો દિવસ જળમાં નાહ્યા કરે છે, પરંતુ તેની આધ્યાત્મિક સિદ્ધિ શું? તે માટે દરેક કિયા પાછળ સમજણ અને વિવેકબુદ્ધિનો ઉપયોગ કરવો એ સાચા સાધકનું લક્ષણ છે. દેહની બાધ્યશુદ્ધિની કિયાઓ પાછળ વધુ પડતો સમય વ્યય કરવાથી દેહસક્તિ-દેહભાવ ઘટવાને બદલે વધુ દૃઢ થાય છે. કારણ કે લોકોને કેવળ બાધ્યચરણ જ જોઈ શકાતું હોવાથી તેવી વ્યક્તિની પ્રશંસા થાય છે, જે દંભને ને દેહાત્મિમાનને પોષતી હોવાથી સરવાળે સાધનામાં વિનાકર્તા બને છે. કેટલાકને તેવી બાધ્યશુદ્ધિની કિયા કરવાનો એક વેગ અને અતિરેક હોય છે. મનોવિજ્ઞાનમાં તેને Obsession કહેવામાં આવે છે. તે એક પ્રકારની માનસિક નબળાઈ છે. બાધ્યશુદ્ધિ એ સ્વચ્છતા છે; પવિત્રતા નથી. પવિત્રતા તો જેમાં કામ, કોધ, લોભ, માન, ઈર્ષા, મત્સર, રાગ, દ્વેષ, નિંદા, ઝુથલી વગેરે મનોવિકારોરૂપ મહિનતા ન હોય એ ખરા અર્થમાં પવિત્રતા છે.

શ્રીહરિ પણ ભારપૂર્વક જણાવે છે કે કેવળ વર્ણાશ્રમધર્મના પાલન માત્રથી જ આત્યંતિક કલ્યાણ નથી થતું. વર્ણાશ્રમધર્મના પાલનથી તો દેહે કરીને સુખિયો રહે ને આલોકમાં તેની કીર્તિ થાય એટલું જ, એથી વિશેષ કંઈ નહિ. આત્યંતિક કલ્યાણ માટે તો એકાંતિકધર્મ - ભાગવત્ધર્મના પાલનની આવશ્યકતા છે. મોટા મુક્ત પાસેથી પ્રભુની સર્વોપરી ઉપાસના તથા પરમાત્માના સ્વરૂપનું યથાર્થ જ્ઞાન ગ્રહણ કરી, પરમાત્માના કલ્યાણકારી ગુણોને જીવનમાં ચરિતાર્થ કરી, પ્રભુપ્રસંગતાર્થે સદાચારોનું પાલન કરવું અને પ્રભુપ્રાપ્તિ અર્થે ધ્યાન-ભજન, ચિંતન-મનન વગેરે સાધનો કરવાં તે ભાગવત્ધર્મનો અર્થ છે.

કેટલાક લોકો બાધ્યશૌચને ગૌડા ગણી કેવળ આંતરશુદ્ધિ ઉપર જ વધુ ભાર આપે છે. જો કે બાધ્યશુદ્ધિની અપેક્ષાએ આંતરશુદ્ધિનું મહત્ત્વ બેશક અધિક છે જ, પરંતુ સાધનદશામાં બંને પ્રકારની શુદ્ધિની આવશ્યકતા છે, તે પણ ભૂલવું જોઈએ નહિ.

દરેક વ્યક્તિ કે પદાર્થમાંથી, તેમાં રહેલ ઉર્જાના સૂક્ષ્મ તરંગો તથા કિરણો નીકળે છે. જેને લેશ્યાઓ પણ કહે છે. અંગ્રેજમાં તેને *Aurical Radiation કહે છે. તેને આપણો નરી આંખે જોઈ શકતા નથી. જેવી રીતે પુષ્પમાંથી સુંગધ ધૂટે છે તે ધ્રાણોન્દ્રિય દ્વારા અનુભવી શકાય છે, પરંતુ તે સૂક્ષ્મ તન્માત્રાને નરી આંખે જોઈ શકતી નથી.

* Aurical Radiation ના વિજ્ઞાનની ચર્ચા આ સંસ્થા દ્વારા પ્રકાશિત ‘પંચવર્તમાન’ નામના પુસ્તકમાં ઊંડાણપૂર્વક કરી છે. તેમ છતાં અહીં સંક્ષેપમાં મૂકવું આવશ્યક હોવાથી મૂકવામાં આવે છે.

તેવી રીતે વ્યક્તિના આભામંડળને નરી આંખે જોવી શક્ય નથી. ધ્યાન માર્ગ કરીને જે મની દિવ્યદષ્ટિ થઈ હોય તેવા યોગી અથવા સિદ્ધમુક્તો તેને જોઈ શકે છે. તે તરંગોને ચોક્કસ પ્રકારના રંગો, લંબાઈ-પહોળાઈ વગેરે પરિમાળો તથા આકૃતિઓ પણ હોય છે. વ્યક્તિના વિવિધ મનોભાવોના સૂક્ષ્મ તરંગો દ્વારા તેનું આભામંડળ રચાય છે. શુદ્ધ ને સાત્ત્વિક આચાર-વિચારવાળી ને પવિત્ર વ્યક્તિઓમાંથી પવિત્ર તરંગો વહે છે. તેના સ્પર્શ દ્વારા પદાર્થ તથા તેની આજુબાજુનું વાતાવરણ પણ પ્રભાવિત થાય છે. તેવી વ્યક્તિના સંસર્ગથી પવિત્ર થવાય છે. એ જ રીતે પાપી ને દુરાચારી વ્યક્તિમાંથી અપવિત્ર તરંગો વહે છે. તેના સંસર્ગમાં આવનાર વ્યક્તિ, પદાર્થ તથા વાતાવરણ અપવિત્ર ને અશુદ્ધ બને છે. આ કારણને લઈને જ પાપીનો સ્પર્શ તથા તેણે આપેલ અત્ર-પાણી અથવા પદાર્થ ગ્રહણ કરવાનો શાસ્ત્રોમાં નિષેધ કરેલો છે.

આવા કારણથી જ સત્પુરુષનો જોગ-સમાગમ-સેવા કરવાનો આદેશ શાસ્ત્રોમાં હોય છે. સત્પુરુષના સત્સંગથી વ્યક્તિ પાપી હોય તો પણ સંત બની જાય છે. પાપી અને દુરાચારી વ્યક્તિનો જાણો-અજાણો સ્પર્શ થઈ જાય તો સ્નાન કરવા પાછળનો હેતુ પણ આ આભામંડળનું વિજ્ઞાન છે. સ્નાન કરવાથી ને પ્રભુને પ્રાર્થના કરવાથી વ્યક્તિનું તન તેમ જ મન બંનેનું શુદ્ધિકરણ થાય છે. આવાં કારણોને લીધે સાધનસ્થિતિમાં બાધશુદ્ધિ જરૂરી છે. આત્મા-પરમાત્માના સાક્ષાત્કારવાળા સત્પુરુષને તો કોઈ પણ પ્રકારની અશુદ્ધિ સ્પર્શી શક્તિ નથી, પણ સાધનદશાવાળાએ તેમનો વાદ લેવો હિતાવહ નથી. કારણ કે તે જો છૂટછાટ લેવા જાય તો

સાધનામાં વિધન આવે ને ભ્રષ્ટ પણ થઈ જવાની સંભાવજા રહે. માટે સાધકે બાહ્યશુદ્ધિ પણ જાળવવી ઘટે.

આભ્યંતર શૌચ અર્થात્ અંતરશુદ્ધિ-અંત:કરણની શુદ્ધિ. સત્પુરુષ અથવા પવિત્ર આચાર-વિચારવાળી વ્યક્તિનો જોગ-સમાગમ-સેવા, સત્સંગ દ્વારા, સત્શાસ્ત્રોના વાચન-મનન દ્વારા, પ્રભુની ઉપાસના, આરાધના ને જ્ઞાન દ્વારા, ધ્યાન-ભજન-સ્મરણ, નવધા ભક્તિનાં સાધનો દ્વારા, આત્મા-પરમાત્માના સ્વરૂપના ચિંતન-મનન-નિદિધ્યાસ દ્વારા અંત:કરણની સંધળી મલિનતા દૂર થઈ તે શુદ્ધ ને સાત્ત્વિક બને છે.

આ રીતે બાહ્ય-આભ્યંતર શૌચનું રહસ્ય સમજ તે પ્રમાણે આચરણ કરનાર સાધક ત્વરિત ગતિએ પોતાનો આધ્યાત્મિક વિકાસ સાધી શકે છે.



3

મૂર્તિપૂજા

સત્થાસ્ત્રોમાં દર્શાવેલ ધાતુ, પાષાણ, કાષ, માટી, ચિત્રામણ વગેરે અષ્ટપ્રકારે તૈયાર કરેલ પરમાત્માના પ્રતિમાસ્વરૂપ-અર્ચાસ્વરૂપની ઉપાસના, આરાધના, ભક્તિ કરવાં. પુષ્પ, ચંદન, કુમકુમ, અક્ષત, ધૂપ, દીપ, નૈવેદ્ય, નિરાજન વગેરે ઉપચારો દ્વારા તેની પૂજા કરવી, તેને મૂર્તિપૂજા કહેવામાં આવે છે. એ રીતે અર્ચાસ્વરૂપની પૂજા-ઉપાસના કરનારને તથા તે પ્રતિમાસ્વરૂપમાં શ્રદ્ધા, આસ્થા રાખનાર, મૂર્તિપૂજાના સિદ્ધાંતને દૃઢતાપૂર્વક આસ્તિકભાવથી માનનાર વ્યક્તિ મૂર્તિપૂજક ગણાય છે. રાજયોગના પ્રાણોત્તા એવા મહર્ષિ પતંજલિ યોગસૂત્રમાં કહે છે :

ઈશ્વર પ્રણિધાનાદ્વા ॥૨૩॥

ઈશ્વરની ઉપાસના દ્વારા પણ સમાધિ પ્રાપ્ત થાય છે. આ રીતે આધ્યાત્મિક સિદ્ધિમાં પરમાત્માની ઉપાસનાનું ધણું મહત્વ સ્વીકારાયેલું છે.

કેટલાક નિરાકારવાદી તથા આત્મા-પરમાત્મા એક જ છે એવો મત ધરાવનારા લોકોના મતે મૂર્તિપૂજા કાલ્યનિક ને અંધશ્રદ્ધામય ગણાય છે. તેઓ મૂર્તિપૂજાના સિદ્ધાંતનો અસ્વીકાર કરીને તેની નિંદા કરવાનો હીન પ્રયત્ન કરે છે, તે ગંભીર ભૂલ છે. તેઓ એવી બેવજૂદ દલીલ કરે છે કે નિરંજન-નિરાકાર, સર્વવ્યાપી ઈશ્વરને ધાતુ, પાષાણ, કાષના પૂતળામાં શી રીતે બાંધી શકાય? કાગળના

ચિત્તરામણમાં તેને કેવી રીતે સીમિત કરી શકાય? માટે મૂર્તિપૂજા વ્યર્� ને નિરથ્યક છે. તે અંધશ્રદ્ધા ને અજ્ઞાનનું પરિણામ છે. મૂર્તિમાં રહેલો ઈશ્વર માણસે ઘડેલો કાલ્યનિક છે. તેની ઉપાસના, ભક્તિ, પૂજા વગેરેથી કોઈ ફળ મળતું નથી વગેરે વગેરે તેમની દલીલો હોય છે.

મહર્ષિ દ્વારા સ્થાપિત આર્થસમાજના અનુયાયીઓ મહદ્દુ અંશે મૂર્તિપૂજાનો સખત વિરોધ કરે છે. મૂર્તિપૂજા વિરુદ્ધ પ્રચાર-અખાડા માંડે છે. આમ કરવા પાછળનું કારણ એ છે કે મૂર્તિપૂજાનું સાચું રહસ્ય તેઓ સમજ શક્યા નથી.

આર્થસમાજના સ્થાપક દ્વારાંદજી એક નીડર સમાજસુધારક હતા. વેદનો તેમણે સારો એવો અભ્યાસ કરેલો અને તેનો પ્રચાર કરેલો, પરંતુ તેઓ પણ મૂર્તિપૂજાનું રહસ્ય બરોબર સમજ શક્યા નહિ હોય, તેમ તેમના ગ્રંથો ઉપરથી જણાઈ આવે છે. તેમણે તેમના બાળપણમાં એક મંદિરમાં શિવલિંગ ઉપર એક ઊંદર ફરતો જોયો. એટલે તેમને વિચાર થયો કે પ્રભુ જો સર્વશક્તિમાન હોય અને પાણપણમાં લિંગમાં તેનો વાસ હોય તો ઊંદરને પોતાની ઉપર ફરવા કેમ દે છે? દૂર કેમ હટાવી નથી શકતા? બસ! આટલા વિચારથી તેને મૂર્તિપૂજા પ્રત્યે ઘૃણા ઉદ્ય થઈ આવી અને મોટા થઈને તેમણે મૂર્તિપૂજાના સિદ્ધાંતનો સખત વિરોધ કરવા માંડ્યો. તેઓ સચરાચર બ્રહ્મમાં તો માનતા જ હતા, તો પણ તેમને એ જ્યાલ ન આવ્યો કે જો પથ્થરના શિવલિંગમાં બ્રહ્મ હોય તો ઊંદરમાં પણ હોવો જ જોઈએ ને? જો બ્રહ્મ અણુ અણુમાં સર્વત્ર વ્યાપ્ત હોય તો મૂર્તિમાં ને ઊંદરમાં બધે જ હોય ને? તો પછી

બ્રહ્મ ઉપર બ્રહ્મ ફરે તેમાં વાંધો ક્યાં આવ્યો? આ વાત તેમને ન સમજાઈ. મૂર્તિપૂજાના યથાર્થ રહસ્યને સમજવાના અભાવને લઈને જે લોકો તેનો વિરોધ કરે છે તે અયોગ્ય છે. તેમણે મૂર્તિપૂજાનું સાચું રહસ્ય સમજવું ઘટે.

મૂર્તિપૂજામાં ગણ રહસ્ય સમાયેલું છે. મૂર્તિપૂજા ભાવાત્મક છે. ભક્ત પોતાના હદ્યના પ્રેમ, ભક્તિ, દાસત્વ, શરણાગતિ, વિરહ, પ્રભુમિલનની તરા, આતુરતા, સખાભાવ, પૂજ્યભાવ, આદરભાવ વગેરે વિવિધ ભાવોને પ્રભુનાં સ્વરૂપમાં આરોપિત કરી, હદ્યની ઉત્કટ ભાવોર્ભિઓથી નવાજે છે. આર્તનાદે પ્રભુને પ્રાર્થે છે. પ્રભુનાં દર્શનને ઝંખે છે. પ્રભુનાં પ્રતિમાસ્વરૂપનું અવલંબન ન હોય તો ભક્ત શું આકાશમાં કે હવામાં હવાતિયાં મારવા સાથે પોતાના ઉત્કટ ભાવોને વ્યક્ત કરી શકશે? તેને પોતાના ભાવોની અભિવ્યક્તિ માટે એક સંગીન આધારની, માધ્યમની આવશ્યકતા રહે છે. મનુષ્ય તો સાકાર છે જ, પણ તેની આસપાસ સમગ્ર સૃષ્ટિ પણ સાકાર છે. મનુષ્ય પોતાના સંબંધી, સ્નેહીઓ, પદાર્થો વગેરે બધું જ આદૃતિમય હોવાથી પોતાના હદ્યના ભાવો તેમની સમક્ષ રજૂ કરી શકે છે. આદૃતિ પ્રત્યેનું આકર્ષણ હોવું એ મનુષ્યની સ્વાભાવિક પ્રકૃતિ છે. આદૃતિ દ્વારા જ આદૃતિનું આકર્ષણ થાય છે એ કુદરતનો નિયમ છે. આવું સાકાર ને સબળ માધ્યમ ભક્તને પ્રતિમાસ્વરૂપ દ્વારા મળી રહે છે. ભક્તના શુદ્ધ ભાવ, હદ્યના વિશુદ્ધ પ્રેમ ને ભક્તિભાવથી સર્વવ્યાપી, સર્વજ્ઞ ને સર્વશક્તિમાન એવા પ્રભુનો પ્રતિમાસ્વરૂપમાં આવિર્ભાવ થાય છે. તેની સવિશેષ અભિવ્યક્તિ Manifestation થાય

છે. પરમાત્મા સર્વજ્ઞ ને સર્વવ્યાપી હોવાથી સચરાચર સમગ્ર સૃષ્ટિમાં પોતાના અસ્તિત્વનું મનુષ્યને પળે પળે ભાન કરાવી શકે છે, એ સર્વશક્તિમાન પ્રભુ પોતાના ભક્તના પ્રેમને વશ થઈ પ્રતિમાસ્વરૂપમાં કેમ પ્રગટ ન થાય? થાય જ.

પ્રભુની મૂર્તિમાં ન માનનારો વર્ગ પણ પોતાના સ્ત્રી, પુત્ર કે અન્ય સ્નેહીજનોના ફોટોઓ ખૂબ પ્રેમથી સુંદર આલબમમાં કાળજીપૂર્વક સાચવી રાખે છે ને જ્યારે જ્યારે છચ્છા થાય, ત્યારે તેમને નિહાળી ભાવાત્મક બની તેની સ્મૃતિમાં ખોવાઈ જાય છે. સ્મૃતિને વાગોળતાં ભાવવિભોર થઈ જાય છે. એવા પણ કિસ્સાઓ બનેલા છે કે એક વ્યક્તિને બીજી વ્યક્તિ સાથે અતૂટ સ્નેહ હોય અને એકબીજાને ખૂબ જ ચાહતા હોય, ત્યારે જો કોઈ પણ એક વ્યક્તિ બીજાનો ફોટોગ્રાફ જોઈને ભાવવિભોર બની તેને સંભારે, તો માઈલો દૂરના અંતરે રહેલ તેની સ્નેહી વ્યક્તિના હદ્યમાં પણ તેને યાદ કરનાર વ્યક્તિ પ્રત્યે ભાવ ઉભરાઈ આવે છે. તેને ટેલીપથી (Telipathy) કહેવામાં આવે છે. મનની ઉત્કટ ભાવનાનાં આંદોલનો, વિચાર તરંગો આકાશ તત્ત્વના માધ્યમ દ્વારા માઈલો દૂર વિચરી શકે છે. આમ બનવું તે બિલકુલ અશક્ય નથી. જેમ વાતાવરણમાં ટી.વી.ના કે રેડિયોના ‘વિજયંબકીય તરંગો’ (Electro-magnetic waves) સદાય પ્રસરતા રહે છે. તેને જીલવા માટે ટી.વી. કે રેડિયો ચાલુ કરે, તો તરત જ તેમાં જીલાય છે. પરિણામે માઈલો દૂરથી પ્રસારિત થતા પ્રોગ્રામો આપણો ઘેર બેઠા માણી શકીએ છીએ. તેવી જ રીતે સૂક્ષ્મ ભાવતરંગો કે વિચારતરંગો પણ વાતાવરણમાં માઈલો દૂર સુધી જઈ શકે છે. તેને જીલનાર

વ્યક્તિના મનની એકાગ્રતા જે ટલી વધુ તે ટલી સરળતાથી તે તરંગોને ઝીલી શકે છે. માઈલો દૂર રહેલા તેના સ્નેહીના ભાવતરંગો તેને પહોંચી જાય છે.

જો આ બાબત શક્ય હોય તો સર્વજ્ઞ ને સર્વવ્યાપી પરમાત્મા તેના પ્રેમી ભક્તના તીવ્ર ભક્તિભાવ દ્વારા પ્રતિમાસ્વરૂપમાં ચોક્કસ આવિર્ભૂત થાય જ એમાં આશ્ર્યર્થ જેવું શું છે? ઘણી વખત એવું બને છે કે વ્યક્તિનો પોતાનો નિકટતમ સ્નેહી જો મૃત્યુ પામ્યો હોય ને જો તેની તસવીર-ફોટાને જુએ છે, ત્યારે તે અત્યંત ભાવવિભોર બની જઈ, તેની સાથે તન્મય બની જાણો તે તેની સામે ગ્રત્યક્ષ જ છે, એ રીતે વાતો કરવા પણ મંડી પડે છે. તે પોતાનું તથા આજુબાજુનું સર્વ ભાન પણ ભૂલી જાય છે અને સ્નેહીની સ્મૃતિમાં લીન થઈ જાય છે. લૌકિક પ્રેમમાં આવું બની શકે તો પ્રભુ ગ્રત્યેના અલૌકિક અનુરાગમાં શું ન બને!

તલવાર કે તોપ-બંદ્રકનું ચિત્ર હોય તો તેની સાથે છિસાનો ભાવ સહજ રીતે સંકળાયેલો હોય છે. સ્ત્રીનું સુંદર શિલ્પ કે ચિત્ર હોય તો તેને જોઈને ગમે તેવી નાસ્તિક વ્યક્તિને પણ વિષયવિકારનો ભાવ ઉદ્ભવે છે. કારણ કે દરેક આદૃતિ પાછળ એક ચોક્કસ પ્રકારનો ભાવ સમાયેલો છે. લખાણના શબ્દ પણ જડ છે, તો પણ તે વાંચનારના હૃદયમાં પ્રેમ, આદર, કોધ, ભય, ધૃણા, તિરસ્કાર, છિસા, કરુણા વગેરે વિવિધ ભાવો જગાવે છે. શત્રુનો ફોટો જોઈને વ્યક્તિમાં તિરસ્કાર ને કોધાણ્ણની લાગણી ભભૂકી ઊઠે છે. મહાન પુરુષોની છબી જોઈને, તેમની સૌભ્ય તસવીર નિહાળીને વ્યક્તિમાં શાંતિ ને સાત્ત્વિકભાવ ઉદ્ય થઈ આવે

છે ને સહજ રીતે જ તેનું ભસ્તક આદરભાવથી જૂકી જય છે. રાજા-મહારાજાઓની તસવીર જોઈને તેમની શક્તિ, સામર્થ્ય, સમૃદ્ધિ ને જાહોજલાલીની કલ્પનામાં ખોવાઈ જવાય છે. કુદરતી સૌંદર્યની તસવીર જોઈને તેવા સુંદર સ્થાનની કલ્પના ઉદ્ભવે છે. કોઈ યોજાની તસવીર જોઈને મનમાં શૌર્યભાવ-વીરભાવ પ્રગટ થઈ આવે છે. એ જ રીતે પ્રભુના સૌભ્ય ને સુંદર પ્રતિમાસ્વરૂપનું દર્શન થતાં જ દર્શકના ચિત્તની અવર્થા બદલાઈ જાય છે. તેમાં ભક્તિભાવ, દાસભાવ, સખાભાવ, શરણાગતિનો ભાવ, સાત્ત્વિક પ્રેમભાવ સહજ રીતે જ ઉદ્ય થાય છે. સંતપુરુષોની તસવીરોનાં દર્શનથી તેમના કલ્યાણકારી ગુણો ને પ્રેરણાદાયી આદર્શોની સ્મૃતિ થઈ આવે છે. કેટલાક ભક્તોને પ્રભુના સ્વરૂપ દ્વારા અલૌકિક પ્રેરણાઓ પણ થતી હોય છે. આ છે મૂર્તિપૂજાનું રહસ્ય, જે હવે સરળતાથી સમજ શકાશે.

મૂર્તિપૂજાના વિરોધી આર્યસમાજાઓ પણ શ્રી દ્યાનંદજીની તસવીર રાખતા હોય છે, કારણ કે તેઓ જાણો-અજાણો તેને પૂજનીય ને વંદનીય ગણી તેમાંથી પ્રેરણા મેળવે છે, પણ તે આ તથને સમજ શકતા નથી. પ્રભુના સ્વરૂપમાં ઉત્કટ પ્રેમને લઈને તેમના પ્રતિમાસ્વરૂપના અવલંબનથી મીરાંબાઈ, નરસિંહ મહેતા, સંત તુકારામ, શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસ જેવા અનેક વિરલ ભક્તો પ્રભુમાપિ કરી શક્યા છે. સ્વામિનારાયણ ધર્મમાં તો એવા અસંખ્ય ભક્તો થઈ ગયા છે કે જેમણો પ્રભુના પ્રતિમાસ્વરૂપના ધ્યાન-ભજન-ઉપાસના-ભક્તિ દ્વારા આત્મા-પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર પામી મુક્તદશા પ્રાપ્ત કરી હોય.

પરમતત્ત્વ પરમાત્મા સર્વવ્યાપી છે. તે દેશ અને કાળજી મર્યાદાઓથી પર, મન-વાણીને અગોચર છે. માનવીય બુદ્ધિ કે તર્ક દ્વારા તેનો અનુભવ શક્ય નથી. જીવાત્મા મૂળ અજ્ઞાન-અવિદ્યાનાં આવરણોથી બદ્ધ છે. તેને માટે પરબ્રહ્મનું અવ્યક્ત સ્વરૂપ પ્રાપ્ત કરવું અતિ દુષ્કર છે. તે શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતામાં પણ કહ્યું છે :

‘અવ્યક્તાનાં ગતિરૂપખં દેહવદ્વિખાપ્તતે ।’

આવા બદ્ધ જીવને મુક્તદશા ઉપલબ્ધ થાય તે હેતુથી પરમાત્માએ અને સત્પુરુષોએ સત્થાસ્ત્રોમાં પરમાત્માના અર્ચસ્વરૂપની ઉપાસના ને આરાધના કરવાનું દર્શાવ્યું છે. પૂર્ણ સ્થિતિવાળા મુક્તપુરુષ જ્યારે કોઈ પ્રતિમાસ્વરૂપમાં પ્રાણપ્રતિષ્ઠા કરે છે, ત્યારે તેમની દિવ્ય સંકલ્પશક્તિ અને મંત્રશક્તિ દ્વારા સર્વવ્યાપી પ્રભુનો પ્રતિમાસ્વરૂપમાં આવિર્ભાવ થાય છે. શ્રદ્ધાપૂર્વક સાધક તે સ્વરૂપની અર્ચા-પૂજા, ઉપાસના-આરાધના કરે છે, તેને પ્રતિમાસ્વરૂપમાં આવિર્ભૂત થયેલા પરમાત્મા પોતાની દિવ્યશક્તિ દ્વારા આકર્ષે છે. તેની આધ્યાત્મિક ચેતના જાગૃત કરી, આધ્યાત્મિક વિકાસ કરાવી પૂર્ણતાને પ્રાપ્ત કરાવે છે.

પંચરાત્રશાસ્ત્રમાં પરમાત્માના વ્યૂહ, વિભવ, અર્ચા ને અંતર્યામી એવા સ્વરૂપનો નિર્દેશ છે. તેમાં અર્ચસ્વરૂપની ઉપાસનાનો પણ ઉલ્લેખ છે. પરમાત્મા વ્યૂહસ્વરૂપ દ્વારા ચતુર્વ્યૂહરૂપે પ્રગટ થઈ બ્રહ્માંડોની ઉત્પત્તિ- સ્થિતિ- લય વગેરે કરે છે. કોઈ કાર્ય નિમિત્તે થતા અવતારો પ્રભુનાં વિભવ સ્વરૂપો છે. અર્ચસ્વરૂપ એટલે પ્રતિમાસ્વરૂપ અને અંતર્યામી સ્વરૂપ એટલે આણુ આણુમાં સર્વત્ર વ્યાપી રહેલું પરમાત્માનું

અન્વયસ્વરૂપ. આ બધાથી પર પોતાના દિવ્યતેજરૂપ, બ્રહ્મરૂપ ધામમાં દિવ્ય સાકાર સ્વરૂપ છે તે પરમાત્માનું વ્યતિરેક સ્વરૂપ છે, જે પોતાના મુક્તોને દિવ્ય સુખ-ઐશ્વર્ય આપે છે. આ રીતે સત્શાસ્ત્રોમાં પરમાત્માનું વર્ણન છે.

પ્રભુના પ્રતિમાસ્વરૂપમાં સાધકને જે પ્રેમ, ભક્તિ, વિરહ, ભિલન, દાસ્ય, સાચ્ચિ, શરણાગતિ વગેરે હૃદયની ઉત્કટ ભાવોર્ભિઓ પ્રગટે છે, તેના દ્વારા તેની આધ્યાત્મિક ચેતનાની જગ્નિત થાય છે. ત્યાર બાદ ચેતનાની સહજ રીતે ઉર્ધ્વગતિ થાય છે. તેના પરિણામે યોગની અતિ દુર્લભ એવી નિર્વિકલ્પ સમાધિની સ્થિતિ પ્રાપ્ત થાય છે. જેમાં ચિત્તને નિરોધે કરીને પ્રાણનો નિરોધ થાય છે. એ સ્થિતિમાં પ્રભુના નિત્યસિદ્ધ દિવ્ય સાકાર વ્યતિરેક સ્વરૂપનો તેમ જ સર્વવ્યાપી નિરાકાર અક્ષરબ્રહ્મરૂપ અન્વય સ્વરૂપનો, એમ પરમાત્માનાં બંને સ્વરૂપનો સાધકના આત્મામાં સાક્ષાત્કાર થાય છે. અને સાધક આત્યંતિક મુક્તિરૂપ મુક્તદશાને, પરમપદને પામે છે. ત્યાર બાદ એ દિવ્ય સ્થિતિમાં રહી પ્રભુના અનિર્વાચ્ય, દિવ્યસુખને અખંડ અનુભવે છે. આ છે મૂર્તિપૂજાનું ગહન હાઈ.

આ રહસ્યને મોટા મુક્તના જોગ-સમાગમ-સેવા દ્વારા જાણી લીધા પછી, જે ભક્ત દૃઢ નિષ્ઠા ને શ્રદ્ધાપૂર્વક પ્રતિમા સ્વરૂપમાંથી કાણ, પાખાણ, ચિત્ર વગેરે પ્રતિમાનો ભાવ કાઢી દિવ્યભાવે સહિત દર્શન-અર્થન-પૂજન કરે તો પ્રભુ તે ભક્ત ઉપર પ્રસંગતા જણાવી, પ્રતિમાભાવ છોડી દઈ ભક્ત સાથે પ્રત્યક્ષ વાર્તાલાપ પણ કરે છે. તેની સેવા-પૂજા ગ્રહણ કરે છે. અનેક પ્રકારે રક્ષા ને સહાય પણ કરે છે. કંઈક સૂચન કે આદેશ કરવો હોય તો તે પણ કરે છે.

મુક્તપુરુષ સાચા સાધકને જ્ઞાનપ્રકાશ આપી
પ્રતિમામાંથી કાળ-પાખાળાદિકનો ભાવ દૂર કરી,
દિવ્યભાવની દૃઢતા કરાવી તે સ્વરૂપના ધ્યાન-ચિંતન-
નિદિધ્યાસ દ્વારા પ્રભુની સાક્ષાત્કાર પ્રાપ્તિ કરાવે છે. આવું
રહસ્ય ન જાણાર લોકો બીજા અનેકને અજ્ઞાન વશાત्
મૂર્તિપૂજાનો વિરોધ કરી મૂર્તિપૂજા દ્વારા પ્રભુપ્રાપ્તિના
માર્ગમાંથી વિચલિત કરવાનો અપરાધ કરે છે. તે કેટલે અંશે
યોગ્ય છે તે વાચક આ લેખ વાંચીને પોતે જ નક્કી કરી શકશે!



૪

બાહ્યપૂજા

શ્રીહરિના પ્રતિમાસ્વરૂપની બાહ્ય ઉપચારો પુષ્પ, હાર,
તુલસીપત્ર, અક્ષત, અભીર, ગુલાલ, કંકુ, કેસર, ચંદન, ધૂપ,
દીપ, નૈવેદ્ય, નીરાજન-આરતી વગેરે ઉપચાર દ્વયો દ્વારા
પૂજા-અર્ચા કરવામાં આવે છે, તેને બાહ્યપૂજા કહેવામાં આવે
છે. ભગવાન પૃથ્વી ઉપર મનુષ્યરૂપે પ્રગટ હોય ત્યારે તે
મનુષ્ય સ્વરૂપની પ્રત્યક્ષ પૂજા ખોડશોપચારે અર્થાત् સોળ
પ્રકારના ઉપચારો દ્વારા કરવામાં આવે છે. ભગવાન
મનુષ્યરૂપે અદૃશ્ય થાય છે, ત્યારે પોતે એવો દિવ્ય સંકલ્પ કરે
છે કે મને હવે બધા પ્રતિમાસ્વરૂપે દેખો. પોતાના દિવ્ય
બ્રહ્મપુર ધામમાં પ્રભુ દિવ્ય સાકારસ્વરૂપે પોતાના અનંત
મુક્તોને દિવ્ય સુખ-ઐશ્વર્યો આપતા થકા નિરંતર રહે છે.
પછી પૃથ્વીલોકમાં પોતાના ભક્તોને સુખ આપવા મનુષ્યરૂપે
અવતરે છે, ત્યારે પોતાના ધામમાં રહ્યા થકા સંકલ્પ કરે છે
કે પૃથ્વીલોકના મનુષ્યો મને મનુષ્યરૂપે દેખે. જેથી સજાતીય
સજાતીયને હેત અને આકર્ષણ થવાથી મનુષ્યરૂપ પ્રભુમાં પ્રેમ-
ભક્તિ ઉત્પત્ત થઈ શકે. ધામમાં રહેલું પ્રભુનું દિવ્યસ્વરૂપ તો
અતિ સુંદર ને અનંતકોટી સૂર્યના તેજ પ્રભુના સ્વરૂપના
તેજમાં લીન થઈ જાય એટલું તેજસ્વી છે. તે મન-વાણી ને
ભૌતિક ચક્ષુધી અગોચર છે. એટલે ભગવાન મનુષ્યરૂપે
પોતાનું તેજ, ઐશ્વર્ય, પ્રતાપ વગેરે ઢાંકીને વર્તે છે. ક્યારેક જ
કોઈક પાત્ર ભક્તને પોતાના દિવ્યસ્વરૂપના ને ઐશ્વર્ય-

પ્રતાપનાં દર્શન કરાવે છે. પછી જ્યારે પૃથ્વી પરનું પોતાનું મનુષ્યરૂપે કરવાનું કાર્ય પૂરું થઈ જાય એટલે તે સ્વરૂપને અદૃશ્ય કરી પ્રતિમાસ્વરૂપમાં સંકલ્પરૂપે પ્રવેશ કરીને ભક્તની સેવા-પૂજા અંગીકાર કરે છે.

પ્રભુના પ્રતિમાસ્વરૂપને વિશે પ્રત્યક્ષપણાનો, પ્રગટપણાનો ભાવ લાવી, સંપૂર્ણ દિવ્યભાવ રાખી ગદ્દગદ કંઠે, રોમાંચિત ગાત્રે શ્રદ્ધા ને મહિમાપૂર્વક પૂજા કરવામાં આવે તો તે પૂજા પ્રત્યક્ષ સ્વરૂપની પૂજા તુલ્ય જ ગણાય છે. એમ ભગવાનના પ્રત્યક્ષ મનુષ્યસ્વરૂપની કે પ્રતિમાસ્વરૂપની પૂજાનું સરખું ગૌરવ છે ને તેનું અક્ષયફળ પ્રભુના દિવ્યસુખરૂપે મળે છે. મનુષ્ય સ્વરૂપમાંથી મનુષ્યભાવ કાઢી ને પ્રતિમાસ્વરૂપમાંથી પ્રતિમાભાવ કાઢી દિવ્યભાવ લાવવાથી બંને સ્વરૂપોની પૂજા એક સરખી ગણાય છે.

શ્રીહરિનું ધામમાં રહેલું દિવ્ય સાકાર વ્યતિરેક સ્વરૂપ જે નિત્યસિદ્ધ સ્વરૂપ છે તે તથા દિવ્યસંકલ્પ દ્વારા મનુષ્ય સ્વરૂપ ધારણ કરે છે, તે સ્વરૂપ અને દિવ્યસંકલ્પ દ્વારા પ્રતિમાસ્વરૂપમાં આવિર્ભાવ પામીને રહે છે તે સ્વરૂપ - આ ત્રણોય સ્વરૂપમાં એક રોમનો પણ ફેર નથી. એમ અનાદિ મહામુક્તરાજ અબજ્ઞબાપાશ્રી જગાવે છે. અનું કારણો એ છે કે એ ત્રણોય સ્વરૂપની એકતા છે. દિવ્ય સ્વરૂપ ભૌતિક ચક્ષુ દ્વારા દેખાતું નથી. ભૌતિક ચક્ષુ દ્વારા કેવળ મનુષ્ય સ્વરૂપ ને પ્રતિમાસ્વરૂપ જ દર્શિગોચર થાય છે. એ ભૌતિક દર્શિભેદના કારણો એ ત્રણ સ્વરૂપ એક હોવા છતાં ભિન્ન ભાસે છે. મોટા મુક્ત દ્વારા મનુષ્યસ્વરૂપમાંથી મનુષ્યભાવ ને પ્રતિમાસ્વરૂપમાંથી પ્રતિમાભાવ દૂર કરી

દિવ્યભાવ ઢઢ કરવાનું જ્ઞાન ઉદ્દ્ય થાય ને પછી દર્શિ ભौતિક મટીને દિવ્ય બને, ત્યારે એ ત્રણેય સ્વરૂપની બિનાતા મટીને એક દિવ્ય સ્વરૂપ જ સર્વત્ર ભાસે છે. આ સિદ્ધાંત વાત છે.

વિવિધ ઉપચાર દ્વયો દ્વારા પ્રભુની પૂજા કરવા પાછળનો આશય એ છે કે પરમકૃપાળું પરમાત્માના આપણી ઉપર અનંત ઉપકારો છે. તેનો બદલો આપણો અનંત જન્મે પણ વાળી શકીએ તેમ નથી. તે ઋણથી આપણો ક્યારેય મુક્ત થવા સમર્થ નથી. પ્રભુ પોતે પૂર્ણ છે, પૂર્ણકામ છે, પૂર્ણસ્વરૂપ છે અને જીવાત્મા અનાદિ કાળથી અજ્ઞાન-અવિદ્યારૂપ, ગાઢ તિમિરરૂપી માયાના આવરણમાં રહેલા હોવાથી અપૂર્ણ છે. પ્રભુએ પોતાની નિષ્ઠારણ ને અસીમ કૃપાથી જીવને પૂર્ણતા બક્ષવા માટે આ અનંત-અપાર સૃષ્ટિની રચના કરી છે. તેમાં જીવો ઉત્કાંતિને પંથે આગળ વધતાં વધતાં છેવટે દેવોને પણ દુર્લભ એવા મનુષ્યદેહને પામે છે. એ મનુષ્યદેહ દ્વારા જીવાત્મા આધ્યાત્મિક સાધના દ્વારા, આધ્યાત્મિક ઉત્કાંતિમાં આગળ વધી પ્રભુની તથા તેમના મુક્તપુરુષની કૃપા પામી મુક્તદશાને, પૂર્ણતાને પ્રાપ્ત કરી શકે છે.

પરમાત્માએ આપણને આવો દુર્લભ મનુષ્યદેહ આપો ને સાથે સાથે અનેક પ્રકારની સુવિધાઓ આપી. હંડ્રિયો, અંત:કરણરૂપી મહામૂલ્યવાન સાધનો આપ્યાં. આવી સુંદર સૃષ્ટિમાં પ્રેય અને શ્રેયની પ્રાપ્તિ માટેનાં વિવિધ પ્રકારનાં સાધનો વિપુલ પ્રમાણમાં આપ્યાં. એમના અનંત ઉપકારોનો બદલો આપણો શી રીતે વાળી શકીએ? ઋણસ્વીકાર માટે

આપણો પ્રભુની નિત્યપૂજા, અર્ચા, પ્રાર્થના, આરાધના, ઉપાસના દ્વારા આપણા હૃદયનો પ્રેમભાવ-ભક્તિભાવ અર્પણ કરી શકીએ. એથી વિશેષ આપણી પાસે પ્રભુને આપવા યોગ્ય બીજું છે પણ શું? જે સદા પૂર્ણકામ છે તેને આપણો શું આપી શકવાના હતા? તેને આપણી પાસે કોઈ અપેક્ષા જ નથી. આપણો જે કુદી ભાવથી તેમને અર્પણ કરીએ છીએ તેનો તેઓ સ્વીકાર કરી આપણા ચૈતન્યનું જ શ્રેય કરે છે. પોતાના માટે તો તેઓ કશું જ ગ્રહણ કરતા નથી. પુષ્પ, ચંદન, અક્ષત વગેરે પ્રતીકાત્મક ઉપચાર દ્વયો દ્વારા આપણો માત્ર આપણા હૃદયની ભાવોર્ભિઓ વ્યક્ત કરી શકીએ. તેના દ્વારા પ્રભુપ્રસંગતા મેળવી શકીએ. હૃદયના ઉત્કટ પ્રેમ ને ભક્તિભાવના અર્પણ માત્રથી જ પ્રભુ પ્રસંગ થઈ આપણી ઉપર કૃપાવર્ષા કરે છે, એ કેવી મહાનતા! કેવી સહદાતા! અહા! આપણો તેમની વિશાળતાની કલ્પના પણ શી રીતે કરી શકવાના? પૂજાસામન્દ્રી તો ભાવાર્પણ કરવાના સાધનમાત્ર છે. ભક્તિભાવ વગરની પૂજાસામન્દ્રી દ્વારા થતી યંત્રવત્ત પૂજા કરી ફળદાયી થતી નથી. પછી તે સામન્દ્રી ગમે તેટલી મૂલ્યવાન હોય તો પણ તે નિરર્થક છે!

શ્રીહરિ વચનામૃત સારંગપુર ગ્ર.ઉમાં કહે છે :

“ભગવાનને વિશે પ્રેમે કરીને અતિ રોમાંચિત ગાત્ર થઈને તથા ગદ્દગદ કંઠ થઈને જો ભગવાનની પ્રત્યક્ષ પૂજા કરે છે અથવા એવી રીતે જે ભગવાનની માનસીપૂજા કરે છે, તો એ બેય શ્રેષ્ઠ છે અને પ્રેમે કરીને રોમાંચિત ગાત્ર ને ગદ્દગદ કંઠ વિના કેવળ શુષ્ક મને કરીને પ્રત્યક્ષ ભગવાનની પૂજા કરે છે, તોય ન્યૂન છે ને માનસીપૂજા કરે છે, તોય ન્યૂન છે.”

આ રીતે શ્રીહરિ ભાવે સહિત કરેલી બાધ્યપૂજા કે માનસીપૂજાનું સરખું ગૌરવ ગણાવે છે. જેવી રીતે પ્રભુની બાધ્યપૂજા તેમ જ માનસીપૂજા કરવામાં આવે છે, તેવી રીતે પ્રભુની પૂજા કરવામાં ઉપયોગમાં આવેલ પ્રસાદીરૂપ પૂજાસામગ્રી દ્વારા પ્રભુના લાડીલા મુક્તપુરુષની પણ પૂજા થઈ શકે છે. એવી રીતે ગુરુ પ્રત્યેના ભક્તિભાવથી પ્રભુની સાથે મુક્તની માનસીપૂજા પણ થઈ શકે છે. એવી રીતે પ્રભુની સાથે કરવામાં આવતી સિદ્ધ અનાદિમુક્તની પૂજાનું ફળ શ્રીહરિ વડતાલના પાંચમાં વચનામૃતમાં આ પ્રમાણે કહે છે :

“જેમ ભગવાનની માનસીપૂજા કરે, તેમ જ જે ઉત્તમ હરિભક્ત (મુક્તપુરુષ) હોય તેની પણ ભગવાનની પ્રસાદીએ કરીને ભગવાન ભેણી માનસીપૂજા કરે અને જેમ ભગવાનને અર્થે થાળ કરે, તેમ જ ઉત્તમ જે ભગવાનના ભક્ત તેને અર્થે પણ થાળ કરીને તેને જમાડે અને જેમ ભગવાનને અર્થે પાંચ રૂપિયાનું ખરચ કરે, તેમ જ મોટા સંતને અર્થે પણ ખરચ કરે. એવી રીતે ભગવાન ને ઉત્તમ લક્ષણવાળા જે સંત, તેની અતિ પ્રેમે કરીને સરખી સેવા જે કરે, તો તે કનિષ્ઠ ભક્ત હોય ને તે બે જન્મે તથા ચાર જન્મે તથા દસ જન્મે કે સો જન્મે કરીને ઉત્તમ ભક્ત જેવો થનારો હોય, તે આ ને આ જન્મે કરીને ઉત્તમ ભક્ત થાય છે. એવું ભગવાન ને તે ભગવાનના ભક્ત તેની સરખી સેવા કર્યાનું ફળ છે.” અહીં ઉત્તમ ભક્ત કે સંતનો અર્થ પ્રભુના પૂર્ણસ્થિતિવાળા સિદ્ધ મુક્તપુરુષને સમજવાના છે, કારણ કે એવા મુક્તપુરુષમાં જ પ્રભુના ઉત્તમ કલ્યાણકારી ગુણો પૂર્ણરૂપે પ્રગટ થયેલા હોય છે. જે ભક્ત કે સંત સાધનદશાવાળા ને અપૂર્ણ હોય તેની ભગવાન સરખી

સેવા-પૂજાનું કર્યું નથી. ભક્તે આ બાબતે વિવેક રાખવાની આવશ્યકતા છે, નહિતર અધૂરી સ્થિતિવાળા કે દંભી ગુરુની સેવાથી લાભને બદલે હાનિ થવાની સંભાવના છે. અપૂર્ણ ને દંભી ગુરુઓ પોતાને પ્રગટ ભગવાન કે પ્રગટ મુક્ત કહેવડાવી ભોળા ભક્તને ભરમાવે છે. તેથી પોતે તો અધોગતિ પામે છે, સાથે અનેકને અધોગતિ તરફ દોરી જાય છે. એવા દંભી ગુરુઓને ઓળખી તેનાથી દૂર રહી કેવળ પ્રભુનું જ ધ્યાન-ભજન કર્યા કરવું તે સલામત માર્ગ છે. મુમુક્ષુએ આ વિવેક બરોબર જાળવવો જોઈએ, નહિતર આત્મંતિક મોક્ષ થવામાં વિલંબ થઈ જાય છે. ભગવાન તુલ્ય મુક્તપુરુષોમાં ભગવાનના અનંત કલ્યાણકારી ગુણો હોય છે. તેમનામાં અનંત સામર્થ્ય-પ્રતાપ રહેલાં હોય છે તે સહેજે જ જણાઈ આવે છે. તેઓ ભક્તોને હંમેશાં ભગવાનમાં જ જોડે છે. પોતાનામાં જોડતા નથી ને સદાય ભગવાનના દાસભાવે ને સામર્થ્ય ઢાંકીને વર્તે છે. તેઓને એક ભગવાનનું જ મુખ્યપણું હોય છે. તેથી ભગવાનને ગૌણ કરી પોતાનું મુખ્યપણું ક્યારેય કરતા નથી. માટે સાચા મુમુક્ષુએ જે કોઈ પોતાને પ્રગટ ભગવાન કે પ્રગટ મુક્ત કહેવડાવવાનો દંભ કરતા હોય તો તેથી હંમેશાં દૂર જ રહેવું. તેમની માયાજળમાં ક્યારેય ફસાવું નહિ, એવી જગૃતિ રાખવી ને કેવળ સત્પુરુષનો જ જોગ કરવો. સત્પુરુષ-મુક્તપુરુષ પૃથ્વી પર ન હોય ત્યારે તેમનાં વચનોમાં ને આજ્ઞામાં વર્તી પ્રભુપ્રસંગતાનાં સાધનો કર્યા કરવાં.

આ રીતે પ્રભુના પ્રતિમાસ્વરૂપની ભાવપૂર્વક પૂજા કરવાથી, એવી રીતે નિત્યપૂજા કરવાથી પ્રભુના સ્વરૂપમાં

અભિવાંદિત પરાપ્રેમ-પરાભક્તિ પ્રગટ થાય છે ને એ સ્વરૂપમાં દિવ્યભાવની દૃઢતા થતી જાય છે. આ બાધ્યપૂજાનું રહેસ્ય છે.



નોંધ: બાધ્યપૂજાની વિધિ શ્રી સ્વામિનારાયણ ડિવાઇન મિશન દ્વારા પ્રકાશિત ‘સમગ્ર જીવનનો યોગ’માં આપેલ છે.

૫

માનસીપૂજા

જેવી રીતે બાધ્ય પૂજાસામગ્રી-ઉપચાર દ્વારા પ્રભુના પ્રતિમાસ્વરૂપની બાધ્યપૂજા કરવામાં આવે છે, એવી રીતે બાધ્ય સામગ્રીના અવલંબન સિવાય કેવળ મનથી કલ્પેલા માનસોપચારો દ્વારા પ્રભુના મનમાં ધારેલા સ્વરૂપની પૂજા કરવામાં આવે તેને ભાવપૂજા અર્થાત્ માનસીપૂજા કહેવામાં આવે છે. આપણે આગળ જોયું તેમ બાધ્ય તેમ જ માનસી એ બંને પ્રકારની પૂજા જો શુદ્ધ સાચ્ચિક ભાવથી રોમાંચિત ગાત્ર ને ગદ્દગદ કંઠે કરવામાં આવે, તો તે બંનેનું સરખું ગૌરવ અને મહત્વ છે. તે બંનેનું ફળ પણ સરખું છે.

માનસીપૂજાની વિશેષતા એ છે કે તે ગરીબમાં ગરીબ હરિભક્ત પણ કરી શકે છે. કોઈ પણ પ્રકારની ઉપચાર સામગ્રી માટે તેને મૂલ્ય ચુકવવું પડતું નથી, કારણ કે માનસ સમૃદ્ધિનો તે ચાહે તેટલો ઉપયોગ તેમાં કરી શકે છે. ભક્ત પોતાના મનમાં આવે એવી ઉત્તમમાં ઉત્તમ સામગ્રી મનમાં કલ્પીને તેના દ્વારા પોતાના છાટદેવની - સ્વામીની પૂજા કરી શકે છે. ચક્કવર્તી રાજાની કે હંડ જેવાની સમૃદ્ધિ કરતાં પણ વિશેષ એવી પોતાની કલ્પના દ્વારા નિર્માણ કરેલી સમૃદ્ધિ તે માનસીપૂજામાં પ્રભુને અર્થ વાપરી શકે છે, તેમાં વિશ્વની કોઈ તાકાત તેમ કરવામાં તે ભક્તને રોકી શકતી નથી!

માનસીપૂજામાં પ્રભુના માનસ સ્વરૂપની પૂજા કરવાની હોય છે, પરંતુ તેમાં પ્રભુના કલ્પિત સ્વરૂપને ધારવાનું હોતું

નથી. કારણ કે કલ્યાના તો બદલતી રહે છે. એ રીતે જો પ્રભુનું સ્વરૂપ કલ્યાના દ્વારા બદલાયા કરે તો એક સ્વરૂપની નિષ્ઠા થઈ ન શકે. તેથી સાક્ષાત્કારની સ્થિતિ થવાનું શક્ય ન બને. તે માટે પોતાને જે સ્વરૂપને વિશે અતિ સ્નેહ ને આકર્ષણ થતું હોય અને જે સ્વરૂપની સ્વયં શ્રીહરિએ અથવા મુક્તપુરુષે પ્રાણપ્રતિષ્ઠા કરી હોય, તેવા પ્રતિમાસ્વરૂપને અંત:કરણમાં દૃઢ કરવું. એવી દૃઢતા એકાગ્રચિતે તે પ્રતિમાસ્વરૂપનાં દર્શન-ધ્યાન-મનન અને નિદિધ્યાસ દ્વારા સિદ્ધ થાય છે. કોઈ પણ એક જ પ્રતિમાસ્વરૂપને ધારવાનો નિત્ય અભ્યાસ કરવો જોઈએ. સ્વરૂપો બદલતાં રહેવાથી એક સ્વરૂપની દૃઢતા કે તે સ્વરૂપમાં એકાગ્રતા સિદ્ધ થઈ શકતી નથી.

એક જ સ્વરૂપમાં એકાગ્રતા દ્વારા દૃઢતા સિદ્ધ કરવાથી તે દૃઢ થયેલા સ્વરૂપમાં પરાપ્રેમ-પરાભક્તિ ત્વરિત ગતિથી ઉદ્ય થાય છે. તેથી તે સ્વરૂપમાં દિવ્યભાવ દૃઢ થાય છે. જ્યારે બાધ્ય રીતે દિષ્ટિ દ્વારા એકાગ્ર ચિત્ત વડે સિદ્ધ કરેલું પ્રતિમાસ્વરૂપ અંતરૂત્તિએ અંતરમાં દેખાય, ત્યારે તે સ્વરૂપની માનસીપૂજા કરવી જોઈએ. એમ ભક્તિભાવ સહિત એ દૃઢ કરેલા સ્વરૂપનું ધ્યાન, માનસીપૂજા વગેરેનો નિદિધ્યાસ કરવાથી પ્રતિમાસ્વરૂપમાંથી પ્રતિમાભાવ દૂર થઈ સંપૂર્ણપણે દિવ્યભાવ પ્રગટે છે. ત્યાર બાદ પ્રભુની ને મુક્તપુરુષની કૃપા વડે ભક્તના આત્માને વિશે પ્રભુના વ્યતિરેક દિવ્ય સ્વરૂપનો સાક્ષાત્કાર થાય છે. અને તે ભક્ત મુક્તદશા પ્રાપ્ત કરે છે. પછી તેને સર્વત્ર પ્રભુના દિવ્યસ્વરૂપના જ દર્શન ને અનુભૂતિ થાય છે. એટલે તે પ્રભુ સંબંધી દિવ્યસુખનો પરમાનંદનો

ઉપભોક્તા બને છે.

બાધ્યપૂજા, માનસીપૂજા-ભાવપૂજા, ધ્યાન, ભજન, કથા-વાર્તા, કીર્તનભક્તિ વગેરે ઉપકરણો દ્વારા પ્રભુના દિવ્યસ્વરૂપનો ચૈતન્યમાં સાક્ષાત્કાર કરવો એ એક જ હેતુ છે. એ સર્વોચ્ચ હેતુ સિદ્ધ થાય એટલે ભક્તને સાધનમાત્રનો અંત આવી જાય છે ને એ ભક્ત પૂર્ણકામ બની જાય છે, તેને કંઈ કરવું શેષ રહેતું નથી. એ ધ્યેય સિદ્ધ થાય ત્યાં સુધી પ્રભુપ્રસરતાનાં સાધન ખંતપૂર્વક ને શ્રદ્ધાપૂર્વક નિરંતર કર્યા કરવાં જોઈએ.

સાધનદશામાં સાધકે પોતાને અતિ પ્રિય એવું પરમાત્માનું જે પ્રતિમાસ્વરૂપ હોય તેનો આધાર લઈ માનસીપૂજા કરવાની રહે છે. તેમાં પ્રભુને જગાડવા, પોગાડવા, ઋતુ અનુસાર વસ્ત્ર-અલંકારો પરિધાન કરાવવાં, પોતાને ગમતાં સ્વાદિષ્ટ પકવાનો જમાડવાં, કલ્પિત ચંદન, અક્ષત, અભીર, ગુલાલ, કુમકુમ વગેરે અર્ચાદ્રવ્યો દ્વારા હેતે કરીને પ્રભુની પૂજા કરવી. પંચમૃત વડે અભિષેક કરવો, ઉઘાડે શરીરે અતિ હેતે આલિંગન કરવું વગેરે માનસોપચારો દ્વારા માનસીપૂજા કરવી. આવી કિયાઓ દ્વારા પ્રભુને ભક્તિભાવ સમર્પણ કરવો. આ રીતે માનસીપૂજામાં પ્રભુની સાથે પૂર્ણ મુક્તપુરુષની પણ પૂજા કરવી. એટલે શ્રીહરિની આજાનુસાર એવી પૂજાથી અનેક જન્મોની કસરમાત્ર ટળી જાય. આવી રીતે પૂજા કરવાથી પ્રભુના સ્વરૂપમાં પરાપ્રેમ-પરાભક્તિનો ઉદ્ય થાય છે.

અનાદિ મહામુક્તરાજ શ્રી અબજુભાપાશ્રી તો કહે છે કે સાધનદશામાં ઉપર મુજબ માનસીપૂજા કર્યા પછી પ્રભુના

સ્વરૂપમાં પરિપૂર્વ સ્થિતિ થયા પછી, ભક્તે ચિત્રવિચિત્ર ને કાલ્યનિક માનસોપચારો દ્વારા પૂજા કરવા કરતાં, દિવ્ય ચૈતન્યમય-તેજોમય વસ્ત્ર-અલંકારો, દિવ્ય પક્વાનો વગેરે દિવ્ય ચિન્મય પદાર્થો દ્વારા માનસીપૂજા કરવી. એમ પરભાવની માનસીપૂજા કરવાથી પ્રભુના સ્વરૂપમાં સણંગ રસબસભાવે જોડાઈ શકાય છે. એવા પ્રતિલોમ ધ્યાનના અભ્યાસ દ્વારા આત્મામાં પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર થઈ દિવ્ય અલૌકિક સુખની પ્રાપ્તિ થાય છે. અનાદિમુક્તની સ્થિતિ જે આત્મંતિક, સર્વोત્કૃષ્ટ સ્થિતિ છે, તેમાં પૂજા-માનસીપૂજા વગેરે કોઈ સાધનોની આવશ્યકતા હોતી નથી. એ સ્થિતિમાં મુક્ત સ્વયં પોતે જ પૂર્ણ પુરુષોત્તમરૂપ બની સ્વતંત્રપણે દાસભાવે પ્રભુના સ્વરૂપ સંબંધી અનિર્વચ્ય મહાસુખનો આનંદ માણે છે. દાસભાવે એ સુખનો આહાર કરવો એ જ પરભાવમાં દિવ્ય સેવા-પૂજા છે. સુખ ભોગવવા સિવાય પરભાવમાં બીજી કોઈ કિયા જ કરવાની નથી હોતી.



નોંધ: માનસીપૂજાની વિધિની ઋતુ અનુસાર રીત શ્રી સ્વામિનારાયણ ડિવાઇન મિશન સંસ્થા દ્વારા પ્રકાશિત થયેલ 'સમગ્ર જીવનનો યોગ'માં આપેલ છે.

૬

સાંપ્રદાયિક ચિહ્નનો : કંઈ અને તિલક-ચાંદલો

કૃષણદિક્ષાં ગુરો: પ્રાપ્તેસ્તુલસીમાલિકે ગલે ।

ધાર્ય નિત્ય ચોર્ધ્વપુંડ્ર લલાટાદૌ દ્વિજાતિભી: ॥

અને ધર્મવંશી ગુરુથકી શ્રીકૃષ્ણાની દીક્ષાને પામ્યા
એવા જે બ્રાહ્મણ, ક્ષત્રિય અને વैશ્ય એ ત્રણ વર્ણના અમારા
સત્સંગી તેમણે કંઈને વિશે તુલસીની બેવડી માળા નિત્યે
ધારવી અને લલાટ, હંદ્ય અને બે હાથ એ ચારે ઠેકાણે
ઉર્ધ્વપુંડ્ર તિલક કરવું.

- શિક્ષાપત્રી શ્લો. ૪૧.

કર્તવ્યમુર્ધ્વપુણ્ડ્ર ચ પુમ્ભિરેવ સચન્દ્રકમ् ।

કાર્યઃ સધવનારીભર્ભાલે કુઙ્કુમચન્દ્રકઃ ॥

અને પછી સત્સંગી પુરુષમાત્રને ચાંદલે સહિત ઉર્ધ્વપુંડ્ર
તિલક કરવું અને સુવાસિની જે સ્ત્રીઓ તેમણે તો પોતાના
ભાલને વિશે ઝુંકુમનો ચાંદલો કરવો.

- શિક્ષાપત્રી શ્લો. ૫૨.

આ રીતે શિક્ષાપત્રીમાં ભગવાન શ્રી સ્વામિનારાયણનો
સ્વામિનારાયણ ધર્મની દીક્ષા લેનાર આશ્રિતને ગળામાં
તુલસીની બેવડી કંઈ અને તિલક-ચાંદલો ધારણ કરવાનો
આદેશ છે.

સાંપ્રદાયિક ચિહ્નનો કંઈ તથા તિલક-ચાંદલો ધારણ
કરવા પાછળ વ્યાવહારિક કારણ તેમ જ ગૂઢ આધ્યાત્મિક

રહુંય સમાયેલું છે, તે એક પદ્ધી એક આપણો જાણવા પ્રયત્ન કરીશું.

સાંપ્રદાયિક ચિહ્નનોની વ્યવહારિક મહત્ત્વ :

વ્યવહારજગતમાં જેમ કોઈ કંપની હોય, સંસ્થા હોય, ટ્રસ્ટ હોય, કલબ હોય, ચ્રૂપ હોય કે કોઈ મંડળ હોય તો તેમના સભ્ય-મેમ્બરોની ઓળખ માટે અમુક ચોક્કસ પ્રકારનાં ઓળખપત્રો - Identity Cards, પહેરવેશ - Uniforms, બેજ-બિલ્વા વગેરે હોય છે. તેના ઉપરથી તે સભ્ય કર્દ કંપની, કલબ કે સંસ્થા સાથે સંકળાયેલો છે તેની ઓળખ સરળપણે થઈ શકે છે.

જે તે સંસ્થાના સભ્યો તેના બેજ-બિલ્વા કે ઓળખપત્ર દ્વારા અન્ય સભ્યને ઓળખે છે અને તેની સાથે તે સંસ્થાના સભ્ય તરીકેનો વિનિમય, માહિતીની આપ-લે વગેરેનો સઘળો વ્યવહાર કરે છે. ઓળખચિહ્નન વગરના સભ્યને તેઓ સંસ્થાના સભ્ય તરીકે સ્વીકારતા નથી. તેવી રીતે સાંપ્રદાયિક ચિહ્નન ધરાવનાર અનુયાયીને જ સામાન્ય રીતે તે સંપ્રદાયના અનુયાયી તરીકે સ્વીકારવામાં આવે છે. સાંપ્રદાયિક બાધ્યચિહ્નનો ધારણ નહિ કરનારને સામાન્ય રીતે તે સંપ્રદાયનો અનુયાયી ગણવામાં આવતો નથી. બાધ્યચિહ્નનો જે તે સંસ્થાના સભ્ય હોવાના પ્રથમદર્શી પુરાવા ગણાય છે.

જેમ જે તે સંસ્થાના સભ્ય ઓળખચિહ્નન ધારણ કરે છે, તેને તે તે સંસ્થાના સર્વ લાભો મળે છે. જેમ કે પગાર, મૌંઘવારી ભથ્થા, ઇન્સોન્ટિવ - બોનસ વગેરે અન્ય ભથ્થાંઓનો લાભ મળે છે. સંસ્થાના નામ પ્રમાણે એક સામાજિક દરજજો પણ મળે છે. તેમ સાંપ્રદાયિક ચિહ્નનો

ધારણા કરનાર અનુયાયી તે સંપ્રદાયનો ગણાતો હોવાથી સામાન્ય રીતે સંપ્રદાય દ્વારા ઉપલબ્ધ વ્યાવહારિક રીતે મળતા લાભો તે વ્યક્તિને અન્ય વ્યક્તિ કરતાં વિશેષપણે મળે છે, તે સ્વાભાવિક છે. દા.ત. ગરીબ અનુયાયીઓને સંસ્થા તરફથી અથવા અન્ય ધનાઢ્ય અનુયાયીઓ તરફથી સહાય-મદદ મળી રહે છે. સંપ્રદાયના મંડળ કે ચેરિટેબલ ટ્રસ્ટ દ્વારા સહાય પણ મળી રહે છે. એક પ્રકારનો સામાજિક દરજાનો પણ અનુયાયીને મળે છે. બાબ્ય ચિહ્નનો દ્વારા બીજા લોકોનો વિશ્વાસ પણ સરળતાથી સંપાદન થઈ શકે છે. જોકે ઘણા દંભી લોકો તેનો ગેરલાભ ઉઠાવે છે તે ગંભીર ભૂલ છે.

વ્યવહારમાં જેમ કોઈ નાની કંપની કે સંસ્થાના સભ્યને બીજુ નામાંકિત કે પ્રતિષ્ઠિત મોટી સંસ્થા કે કંપનીના સભ્યને ઓળખચિહ્નન દ્વારા ઓળખી શકે છે, અને તેને ખબર પડે છે કે હું જે સંસ્થા કે કંપનીમાં હું તેના કરતાં આ નામાંકિત સંસ્થાના સભ્યને અનેકગણા વધુ લાભો મળે છે. તેથી તે સંસ્થા પ્રત્યે તેને સહજ આકર્ષણ થાય છે. તેમ સ્વામિનારાયણ સંપ્રદાય પણ સમાજમાં ઉચ્ચકોટીનો હોવાથી તેના અનુયાયીઓને થતા લૌકિક કે અલૌકિક લાભનું માહાત્મ્ય સમજી અન્ય સંપ્રદાયના લોકો પણ આ સંપ્રદાય પ્રત્યે આકર્ષય છે. તે જો યોગ્યતા કેળવી સ્વામિનારાયણ ધર્મ સ્વીકારી તેના નિયમો ને સિદ્ધાંતો પ્રમાણે યથાર્થ જીવન જીવે તો આત્મંતિક કલ્યાણરૂપી સર્વોત્કૃષ્ટ લાભ મેળવવા ધન્યભાગી બને છે.

જેમ કોઈ કંપની કે સંસ્થાના ઓળખચિહ્નન વગરના સભ્યની તેના માલિકને જાણ થાય તો તે શિસ્ત -

(Discipline)નો ભંગ ગણી તેને તેનો માલિક સંસ્થામાંથી મળતા લાભો અટકાવી દઈ, કડક વલણ અપનાવી તે સત્યને બરતરફ પણ કરી શકે છે. એવી રીતે સાંપ્રદાયિક ચિહ્નનો ધારણા કરવાની સ્વયં શ્રીહરિની આજ્ઞા છે, તેનું ઉલ્લંઘન કરનારને પ્રભુ પોતાના અનુયાયી તરીકે પોતાના આજ્ઞાલોપને લઈને સ્વીકારતા નથી. આપત્કાળ સિવાયના પ્રસંગોનો આજ્ઞાલોપ પ્રભુને પસંદ નથી હોતો. સાંપ્રદાયિક ચિહ્ન ધારણા કરનાર વ્યક્તિ નૈતિક, ધાર્મિક કે આધ્યાત્મિક હોય જ તેવું કોઈ પ્રમાણ નથી. તેમ છતાં તેવાં ચિહ્નનો ધારણા કરનારને સામાજિક તેમ જ નૈતિક ભય-દબાણ રહેવાથી કુમે કુમે તે નૈતિક જીવન તરફ સભાનતા કેળવવાથી ચોક્કસ વિકાસ સાધી શકે છે. સંપ્રદાયના સત્સંગી સત્યોમાં પરસ્પર સંપ ને સંગઠનની ભાવનાનો પણ વિકાસ થવાથી સંપ્રદાયનો ભૌતિક તેમ જ આધ્યાત્મિક વિકાસ થવામાં સાનુકૂળતા રહે છે. પ્રભુની આજ્ઞાનું પાલન થવાથી તેમની પ્રસ્તૃતા થાય છે તે મહત્તમ લાભ છે.

જેવી રીતે સૌભાગ્યવતી સ્ત્રી ચાંદલો, સેંથી, મંગળસૂત્ર, કંકળા-ચૂડી વગેરે ચિહ્નનો દ્વારા સમાજમાં ઓળખાય છે. જો તેવાં ચિહ્નનો કોઈ સધવા સ્ત્રી ત્યજ દઈ સમાજમાં ફરે, તો તેને સધવા સ્ત્રી તરીકે સમાજ સ્વીકારતો નથી. તેની બદનામી પણ થઈ શકે છે અને બીજી અનેક પ્રકારની મુશ્કેલીઓ ઊભી થાય છે. એવી રીતે શ્રીહરિએ આપેલા આદેશ અનુસાર સાંપ્રદાયિક ચિહ્નનો ધારણા નહિ કરનારને અન્ય આશ્રિતો તે સંપ્રદાયનો આશ્રિત ગણતા નથી અને સામાન્ય રીતે તેની સાથે સંપ્રદાયના આશ્રિત તરીકે સંપ્રદાય

સંબંધી વ્યવહાર કરતા નથી. કારણ કે તેવો વ્યવહાર કરવામાં તેમને વિશ્વાસ બેસતો નથી. કેટલાક લોભ ને સ્વાર્થ માટે વ્યવહાર કરે છે, તે અલગ બાબત છે, પણ સામાન્ય રીતે તેવું બનતું નથી. એવા અનુયાયીની સાંપ્રદાયમાં પ્રતિજ્ઞાહાનિ કે બદનામી પણ થવાનો સંભવ રહે છે.

આ રીતે સાંપ્રદાયિક ચિહ્નનો કંઈ ને તિલક-ચાંદલાનું વ્યાવહારિક દષ્ટિએ પણ ધણું મહત્વ છે. આ ચિહ્નનો તે અનુયાયી માટે સૌભાગ્યનું ચિહ્નન પણ ગણાય છે. એવાં ચિહ્નનો ધારણા કરનારમાં પ્રભુ પ્રત્યે અનન્ય નિષ્ઠા ને પતિત્રતાપણાની ભાવનાની દૃઢતા થાય છે. ‘મારા પતિ તો એક જ પૂર્ણ પુરુષોત્તમનારાયણ છે. અને હું તેમના સંપૂર્ણ શરણમાં ને રક્ષણ હેઠળ છું.’ એવી ભાવનાની દૃઢતાથી તેને કાળ, કર્મ ને માયાનો એમ સર્વપ્રકારનો ભય ટળી જાય છે. આ લાભ ધણો ઉત્તમ છે.

આધ્યાત્મિક મહત્વ :

તુલસી જેવી ગુણકારી ને પવિત્ર વનસ્પતિની કે ચંદન જેવા શિતલ ને સાત્ત્વિક કાણની બેવડી કંઈ ધારણા કરવાથી શારીરિક ને માનસિક આરોગ્યને લાભ થાય છે. મનમાં સાત્ત્વિકપણાનો ઉદ્દ્ય થાય છે. બેવડી કંઈ પાછળનો મર્મ એ છે કે શ્રીહરિ અનંતમુક્તોની સાથે જ સદાય રહે છે. જ્યાં શ્રીજમહારાજ, ત્યાં તેમના મુક્તો હોય જ છે. કંઈ ધારણા કરનારને આ વાતનું અનુસંધાન રહે છે કે હું કદી એકલો છું જ નહિ. મારી સાથે એ મહાપ્રભુજી તથા તેમના અનંત મુક્તો છે, એટલે હું નિર્ભય છું. સદાય તેમના સુરક્ષાકવચમાં રહેલો છું. પ્રભુના સ્વરૂપને સ્પર્શ કરાવીને પ્રસાદીની કંઈ ધારણા

કરવી જોઈએ. જો પરમાત્માનું પરમ સાધર્થ પામેલા કોઈ પૂર્જમુક્ત વર્તમાન ધરાવીને કંઠી પહેરાવે તો તે ધારણ કરનાર મુમુક્ષુ માટે તે શક્તિશાળી રક્ષાકવચ બની જાય છે. પરમાત્મા તેની દરેક પરિસ્થિતિમાં અખંડ રક્ષા કરે છે. વર્તમાન ધરાવતી વખતે સત્પુરુષ મુમુક્ષુ જીવના અનંત જન્મોનાં કર્માને પ્રભુનાં ચરણોમાં સમર્પિત કરીને મુમુક્ષુ જીવને પ્રભુના શરણમાં લઈ લે છે. તેથી તે જીવનું સર્વપ્રકારે મંગળ કરવાની, તેનું યોગક્ષેમ વહેન કરવાની અને કાળ, કર્મ ને માયાના બંધન થકી તેની અખંડ રક્ષા કરવાની જવાબદારી પ્રભુ પોતે સ્વીકારે છે. પાત્ર ભક્તની આધ્યાત્મિક ચેતના જાગૃત થઈને આધ્યાત્મિક ઉદ્ઘર્ગમન કરે છે.

કંઠી તથા તિલક-ચાંદલો ધારણ કરનારની સાર-સંભાળ સ્વયં પરમાત્મા લે છે. તેથી ભક્તને નિર્ભયતા અનુભવાય છે. તેને સતત એવી જાગૃતિ રહે છે કે હું સર્વોપરી પરમાત્માનો શરણાગત છું. તેથી મારાથી કોઈ પણ પ્રકારનું અનિષ્ટ કર્મ કે કુકર્મ નહિ થઈ શકે. મારા પતિ તો એક પરમાત્મા જ છે. માટે મારે તેમની આજ્ઞાનું કદી પણ ઉલ્લંઘન કરવું જોઈએ નહિ. તેમની મારી ઉપર અપ્રસંગતા થાય તો મારા કલ્યાણમાં વિઘ્ન આવે, માટે તેમને ગમતું જ મારે કરવું જોઈએ. એમ નહિ કરું તો આલોકમાં પણ મારી અપકીર્તિ થશે. આવા પ્રકારની ભક્તને જાગૃતિ રહેવાથી તે પાપકર્મો કરવામાંથી બચી શકે છે.

ગળામાં રહેલી કંઠીની સતત સભાનતા રહે તો, ગળામાં રહેલ વિશુદ્ધ ચક (એ નામનું શક્તિકેન્દ્ર)માં જાગૃતિ આવે છે ને ચેતનાશક્તિનું ઉદ્ઘર્ગકરણ થાય છે. હૃદયમાં

કરુણા, પ્રેમ, ભક્તિ વગેરે ભાવોનું સ્ફુરણ થયા કરે છે ને ભક્ત સાત્ત્વિક આનંદની અનુભૂતિ કરે છે.

ઉર્ધ્વપુંડ્ર તિલક અને ચાંદલો પણ અનંતમુક્તો સહિત પરબ્રહ્મ પરમાત્માનું શાશ્વત અસ્તિત્વ છે, તેનું ઘોતક છે. ઉર્ધ્વપુંડ્ર તિલક કરવાથી ચેતનાની સતત ઉર્ધ્વગતિ કરવાની ભાવનાનું સ્ફુરણ થાય છે. ભાલપદેશ એ આપણા ભાગ્યનું પ્રતીક છે. તે સૌભાગ્યની નિશાની છે. બંને ભૂકુટિની મધ્યમાં આજ્ઞાચક નામનું શક્તિકેન્દ્ર આવેલું છે. ઇડા (ચંદ્રનાડી), પિંગલા (સૂર્યનાડી) અને મધ્યનાડી - સુષુપ્તાનાડીનું ત્યાં મિલન થાય છે. શરીરમાં પ્રાણતત્વના વહન માટેની આ મુખ્ય ત્રણ નાડીઓ છે. આજ્ઞાચક દ્વારા મગજમાંની અંતરસ્વાવી ગ્રંથિ પિનિયલ ગ્લેન્ડનું નિયમન થાય છે. આ ગ્રંથિના હોર્મોન્સ રસાયણના સાવથી શરીરમાં ક્ષારનું પ્રમાણ તથા લોહીના બંધારણમાં સંતુલા જળવાય છે. તે શારીરિક તેમ જ માનસિક વિકાસ માટે અતિ મહત્વની ગ્રંથિ છે.

આ આજ્ઞાચક ‘ત્રીજુંનેત્ર’ તરીકે પણ ઓળખાય છે. વિચારશક્તિ, સંકલ્પશક્તિ તથા ઇચ્છાશક્તિ (will power)નું તે અતિ અગત્યનું કેન્દ્ર છે. કોધ જેવા આવેગો આ સ્થાનમાંથી ઉદ્ભવતા હોવાથી આ કેન્દ્રમાં ગરમી ઉત્પત્ત થાય છે. તેથી આ સ્થાનમાં ચંદનનો ચાંદલો અથલા લેપન કરવું વધુ હિતાવહ છે. ચંદનથી શિતળતા મળે છે ને આવેગો શાંત થવામાં સરળતા રહે છે. આ કેન્દ્ર દ્વારા જાતીય પ્રક્રિયાનું પણ સંચાલન થાય છે. શરીરના ઉષ્ણતામાનનું નિયમન પણ આ કેન્દ્ર દ્વારા થાય છે. આજ્ઞાચક ઉપર આત્મા-પરમાત્મા સંબંધી સાત્ત્વિક વિચારો દ્વારા ધ્યાન કેંદ્રિત કરવાથી તીવ્ર

ઇચ્છાશક્તિનો ઉદ્ય થાય છે. પ્રબળ સંકલ્પશક્તિનો વિકાસ થાય છે. બ્રહ્મચર્ય સિદ્ધ કરવામાં અને હંડ્રિય સંયમ સિદ્ધ કરવામાં તથા મનનો નિગ્રહ કરવામાં પણ આ કેન્દ્રમાં કરવામાં આવતું ધ્યાન સહાયરૂપ બને છે. શંકર ભગવાને આ ત્રીજું નેત્ર ઉધારી કામદેવને ભર્મ કર્યો હતો, એ કથાનકનું હાઈ પણ એ જ છે કે એ સ્થાનમાં પ્રભુના સ્વરૂપનું ધ્યાન કરવાથી વિકારી વૃત્તિનું સાત્ત્વિક વૃત્તિમાં રૂપાંતર થાય છે. અને આધ્યાત્મિક ચેતનાશક્તિ કુંડલિનીશક્તિ જાગૃત થઈ ઉર્ધ્વરગમન કરે છે. આંતરદોષો ને વિકારો ઉપર વિજય પ્રાપ્ત થાય છે. તેથી વ્યક્તિ પૂર્ણતાને પંથે વિકાસ સાધે છે. આ વિષય યોગમાર્ગનો છે ને તે ગહન પણ છે, તેથી સંક્ષેપમાં તેનું વિવરણ કર્યું છે.

આપણું શરીર કેવળ ભૌતિક ખોરાક દ્વારા જ પોષણ મેળવીને જીવંત રહે છે તેમ નથી. પરંતુ પ્રાણાદિ સૂક્ષ્મ વૈશ્વિક શક્તિઓ- Cosmic energy દ્વારા ચેતનવંતુ બને છે. વૈશ્વિક ઉર્જાના સૂક્ષ્મ તરંગો સુષુપ્તા નાડીના શીર્ષ (Medulla oblongata)ના પ્રવેશદ્વારથી અર્થાત્ બ્રહ્મરંધ્રમાં થઈને મેરુંડના આ ઇહી શક્તિકેન્દ્ર - આજ્ઞાચક દ્વારા શરીરમાં પ્રવેશ પામીને શરીરને પ્રાણાર્જા તથા ચેતના બક્ષે છે. આ કેન્દ્રના પૂર્ણ જાગરણથી સાધકને ત્રિકાળજ્ઞાન થાય છે. ભૂત, ભવિષ્ય ને વર્તમાનકાળનું જ્ઞાન તેને સહજ થઈ જાય છે. તથા દૂરદર્શન, દૂરશ્રવણ વગેરે સિદ્ધિઓની પ્રાપ્તિ થાય છે. આ કેન્દ્ર દ્વારા દૂરથી આવતા વૈચારિક સંદેશાઓ ઝીલી શકાય છે. તેને અંગ્રેજીમાં Telepathy - વિચારસંક્રમણ કહેવામાં આવે છે. માણસના મનના વિચાર તરંગો આકાશતત્ત્વ - Etherના

માધ્યમ દ્વારા પૃથ્વી ઉપરના ભौતિક તરંગોમાં થઈને વિદ્યુત ચુંબકીય મોજાં - Electro-magnetic waves ઉત્પત્ત કરતાં કરતાં બીજા મનુષ્યમાં વિચાર તરંગોમાં રૂપાંતર પામીને પ્રવેશ કરે છે. એ ટેલિપથી છે.

કામકોધારિક અંતરશત્રુઓ ઉપર વિજય મેળવવા માટે આ કેન્દ્રની જાગૃતિ આવશ્યક છે. આ કેન્દ્ર ઉપર તિલક-ચાંદલો કરવાથી સાધકને ત્યાં ધ્યાન કેંદ્રિત કરવાનું સતત અનુસંધાન-સાતત્ય સહજ રીતે રહે છે. તેથી ત્યાં વિચારો ને ભાવતરંગોને એકાગ્ર કરવામાં સરળતા રહે છે. ગ્રાટકરૂપ યૌગિક સાધના કરવામાં પણ સરળતા રહે છે. અને તેના દ્વારા આ શક્તિકેન્દ્ર જાગૃત થાય છે, તેથી આગળ જણાવ્યા તે લાભો મળે છે.

શુભ પ્રસંગે તિલક-ચાંદલો કરી પૂજા, આવકાર, સ્વાગત વગેરે કરવામાં આવે છે. તેથી અન્યોન્ય પ્રત્યે પ્રેમ, આત્મીયતા તથા સંપની ભાવનાનો વિકાસ થાય છે. યુદ્ધ વખતે યોદ્ધાને ચાંદલો કરવાથી તેમાં નિર્ભયતા, વીરતા, ધીરજ તથા શોર્યના ભાવ જાગૃત થાય છે. તિલક-ચાંદલો કરવાથી પ્રભુની આજ્ઞાનું પાલન થવાથી પ્રભુની પ્રસમતા થાય છે. તેથી વ્યક્તિનું મનોબળ, આત્મબળ વિકસે છે. એટલે તેને કોઈ મેલીવિદ્યા, તાંત્રિકવિદ્યા કે મંત્ર-તંત્રની કે આસુરી શક્તિઓની અશુભ અસર થઈ શકતી નથી, તેની અખંડ રક્ષા થાય છે. તંત્રશાસ્ત્રમાં પણ તિલક-ચાંદલાનું અનોખું મહત્વ દર્શાવ્યું છે.

આપણા ભાલમાં તિલક-ચાંદલો જોઈને અન્ય વ્યક્તિને પણ સર્વોપરી ભગવાન શ્રી સ્વામિનારાયણની સ્મૃતિ થઈ

આવે છે કે આ સ્વામિનારાયણ ભગવાનનો આશ્રિત છે. તેથી તેને કલ્યાણનું બીજબળ થાય છે. એમ પરોક્ષરૂપે તિલક-ચાંદલો કરનાર દ્વારા અન્ય જીવનું ભલું થતું હોવાથી પણ તિલક-ચાંદલો કરનારને પુષ્યકળ મળે છે.

અ.મુ. અબજીબાપાશ્રીએ કહ્યું છે - ‘કેવળ બે-ચાર પૈસાનો જ સત્સંગ ન કરવો.’ અર્થાત્ ફક્ત બાધ્યચિહ્નનો ધારણા કરવારૂપ બાધ્યચાર જ ન કરવો, પણ તેનું યથાર્થ હાઈ સમજી પ્રભુના સ્વરૂપમાં જોડાવારૂપ, કારણ સત્સંગરૂપ, બ્રહ્મયજ્ઞ પણ કર્યા કરવો જોઈએ, એ વાત પણ લક્ષમાં રાખવી ઘટે.

પ્રભુની પ્રસંગતા તથા આજ્ઞાપાલન માટે હરિભક્તે કોઈ પણ પ્રકારના સંકોચ કે શરમ રાખ્યા સિવાય સાંપ્રદાયિક ચિહ્નનો ધારણા કરવાં જોઈએ. કોઈ નામાંકિત કંપની કે સંસ્થામાં કામ કરતી વ્યક્તિ તેના પહેરવેશ, બેજ-બિલ્વા વગેરે ઓળખચિહ્નનો રાખવામાં જરાય શરમાતી નથી અને ઊલદું ગૌરવ અનુભવે છે. તો સ્વયં પ્રભુએ આપેલાં કંઠી ને તિલક-ચાંદલો ધારણા કરવામાં શરમ ને સંકોચ રહે તે ભય ને અજ્ઞાન સિવાય બીજું શું છે? માટે હરિભક્તે આ ચિહ્નનોનું વ્યાવહારિક તેમ જ આધ્યાત્મિક મૂલ્ય સમજી અવશ્ય ધારણ કરવા ને પ્રભુપ્રસંગતાના હક્કદાર બનવું જોઈએ.



૭

મંદિર શા માટે?

મંદિરો બાંધવા પાછળ એક ચોક્કસ પ્રકારનો હેતુ રહેલો છે. બીજાં ઈંટ-પથરનાં બાંધકામો કે મહેલ જેવી ઇમારતો અને મંદિરમાં ઘણો મોટો તફાવત રહેલો છે. મોટી મોટી આવિશાન પંચતારક હોટેલો તથા મહેલો જેવાં રહેઠાણોની ઇમારતો કદાચ આર્થિક મૂલ્યની દૃષ્ટિએ મંદિર કરતાં વધુ મૂલ્યવાન હોઈ શકે, તેમાં ભવ્યતા તથા કલાસૌદ્ધય પણ હોઈ શકે, પરંતુ પવિત્ર ને દિવ્ય આધ્યાત્મિક સૌરભ પ્રસરાવતાં મંદિરો પાસે તેનું મૂલ્ય કોડીનું પણ ન આંકી શકાય!

મંદિરમાં મંદિર બંધાવવાનો સંકલ્પ કરનારાની સદ્ભાવના, મંદિરનું ભવ્ય નિર્માણ કરનાર સ્થાપત્યના નિષ્ણાતો તથા શિલ્પીઓની તેમ જ કારીગરો, મજૂરોની સદ્ભાવના તથા હજારો ભક્તોની, દર્શનાર્થીઓની શુભ ભાવના-સેવાભાવના તેમાં સમાયેલી હોય છે. મંદિરનું નિર્માણ કરવું એ કલ્યાણકારી ભાવના છે. તેમાં તેના નિર્માણ માટે દાતાઓ પણ પવિત્ર ભાવનાથી દાન કરે છે. શિલ્પીઓ અને કલા-કારીગરો પણ પોતાની શ્રદ્ધા ને ભાવના શ્રમ દ્વારા રેરીને હોંશે હોંશે અનેરા ઉત્સાહથી મંદિરનું કલાત્મક બાંધકામ કરે છે.

મંદિરનું નિર્માણ થાય છે એટલે આપણને સૌને પ્રભુની ઉપાસના, આરાધના ને ભજન-ભક્તિનું સુખ આવશે, એવી

દર્શનાર્થી ભક્તોની પણ અંતરની ઉદાત્ત ભાવના હોય છે. આ રીતે અનેક લોકોની અનેક પ્રકારે થયેલી સદ્ગુરુજીના ભાવતરંગો, સૂક્ષ્મ આંદોલનો ને પવિત્ર વિચારતરંગો ભેળા મળીને મંદિરના વાતાવરણના અણુ-અણુમાં સંઘરાય છે. તેથી મંદિરની ભવ્યતામાં પવિત્રતાનો ને દિવ્યતાનો ઉમેરો થાય છે.

મંદિરનું આવા શુભ ને ઉદાત્ત હેતુથી નિર્માણ થઈ ગયા બાદ, પવિત્ર સંતપુરુષો દ્વારા પ્રભુના રમણીય ને આકર્ષક પ્રતિમાસ્વરૂપની વેદોક્ત વિધિસહ પ્રાણપ્રતિષ્ઠા કરવામાં આવે છે. તેમાં પણ પ્રભુના સાક્ષાત્કારી પૂર્ણસ્થિતિવાળા મુક્તપુરુષ દ્વારા જો મૂર્તિપ્રતિષ્ઠા થાય તો સર્વવ્યાપી, સર્વજ્ઞ ને સર્વશક્તિમાન એવા પરમાત્માનો તે પ્રતિમાસ્વરૂપમાં આવિર્ભાવ થાય છે. પૂર્ણ મુક્ત દ્વારા પ્રભુની દિવ્ય ચૈતન્યશક્તિ મૂર્તિમાં પ્રતિષ્ઠિત થાય છે, એ જ સાચા અર્થમાં મૂર્તિની પ્રાણપ્રતિષ્ઠા ગણાય છે. સાધનદશાવાળા સંતો દ્વારા થતી મૂર્તિપ્રતિષ્ઠા ને સિદ્ધમુક્ત દ્વારા થતી મૂર્તિપ્રતિષ્ઠામાં જમીન-આસમાનનો તરફાવત છે. મુક્તના પ્રેમને વશ થઈને તેમના સંકલ્પ દ્વારા પ્રભુ પ્રતિમાસ્વરૂપમાં વિશેષ દૈવત સાથે અભિવ્યક્ત થાય છે. તે સ્વરૂપ દ્વારા સાચા ભક્તોના વિશુદ્ધ પ્રેમ ને ભક્તિભાવ ગ્રહણ કરીને તેમને અવરભાવનું ને પરભાવનું સુખ આપે છે. સુખ-શાંતિનો અનુભવ કરાવે છે. શ્રદ્ધાળુ ભક્તોના શુભ મનોરથો પૂર્ણ કરે છે. તેમની અનેક પ્રકારે સહાય તેમ જ અનેક કષ્ટોથી રક્ષા કરી તેમના યોગક્ષેમનું વહન પણ કરે છે.

મંદિર પાછળ પ્રભુના દિવ્ય સાકાર સ્વરૂપની ઉપાસના

તथા તે સ્વરૂપમાં આસ્તિકભાવ જળવાઈ રહે અને પેઢી દર પેઢી સુધી એ સંસ્કારોનું સીંચન થાય, એવો ઉત્કૃષ્ટ હેતુ પણ સમાયેલો છે. કળિયુગના ને આધુનિક વિજ્ઞાનના પ્રભાવ હેઠળ મનુષ્ય વધુ ને વધુ ભौતિકવાદ તથા નાસ્તિકતા તરફ દોરવાઈ ન જાય, તેનામાં ધર્મના ને આધ્યાત્મના શુભ સંસ્કારો જળવાઈ રહે તે માટે મંદિરો, તીર્થસ્થાનો, સત્પુરુષો તથા સત્તાસ્ત્રોનો બહુમૂલ્યવાન ફાળો છે. મંદિરોને લીધે દેશની સંસ્કૃતિ, નૈતિકતા, સંગઠનભાવના, સેવાભાવના, સમર્પણભાવના, ધાર્મિકભાવના વગેરેનું અસ્તિત્વ ટકી રહે છે. નહિતર દેશનું પતન થતાં વાર ન લાગે. હાલના સમયે પાશ્ચાત્ય સંસ્કારોથી રંગાયેલો શિક્ષિત સમાજનો થોડો વર્ગ ભौતિકતાના અતિયોગથી કંટાળીને ધાર્મિકતા તથા આસ્તિકતા તરફ મનની શાંતિ માટે ફય્યો છે, તે આવકાર્ય છે. એને લીધે ભાવિ પેઢીનું હિત પણ જળવાઈ રહેશે તેવી આશા રાખીએ.

મંદિરમાં પવિત્ર સંતપુરુષો તથા પવિત્ર ભક્તોના આવાગમનથી સત્સંગ-સમાગમ, કથા-વાર્તા, કીર્તન-આરાધના, સ્તુતિ-પ્રાર્થના, ધ્યાન-ભજન, ધૂન, સેવા, ઉત્સવ-સમૈયા વગેરે સાત્ત્વિક પ્રવૃત્તિઓ થતી રહે છે. તેના પવિત્ર ભાવતરંગોનો સંગ્રહ મંદિરમાં તેમ જ આસપાસના વાતાવરણમાં વધુ ને વધુ થયા કરે છે. તેથી મંદિરમાં સાત્ત્વિકતા ને પવિત્રતાની વૃદ્ધિ થયા જ કરે છે. તેને લઈને આ સ્થાનમાં ગમે તેવો પાપી મનુષ્ય આવી ચઢે, તો તેની ઉપર પણ પવિત્ર ભાવતરંગોની અસર થોડેઘણો અંશે થયા વગર રહેતી નથી. તેથી તે પણ એટલા સમય પૂરતો શાંત ને પવિત્ર બને છે. શુદ્ધભાવથી તે

રોજ મંદિરે આવતો થાય, તો તે સારો ભક્ત પણ બની જાય. અનેક પ્રકારની મુશ્કેલીઓ, દુઃખો ને આપત્તિઓથી ને ત્રિવિધ તાપથી ત્રસ્ત ને વ્યત્ર વ્યક્તિને પણ મંદિરમાં આવવાથી પરમ શાંતિનો અનુભવ થાય છે. મંદિરમાં રહેલા પવિત્ર તરંગોમાં એટલી બધી શક્તિ હોય છે કે તે કેટલાક ભાગ્યશાળી પાત્ર જીવોને તેની આધ્યાત્મિક ચેતના જાગૃત કરી, ઉર્ધ્વગતિ કરાવે છે ને અલૌકિક અનુભવો પણ કરાવે છે. આ મંદિર પાછળનું આધ્યાત્મિક રહસ્ય છે. આગળ જણાવ્યું તેમ મંદિર પાછળનો હેતુ પવિત્ર ભક્તો દ્વારા જળવાઈ રહે તો જ આવું ઉત્તમ પરિણામ મળે છે.

મંદિરમાં જો પાપીજનોનું આવાગમન વધી જાય ને દંભી સંતો-ગુરુઓ તથા પાપી ને વિષયી ભક્તોનું ટોળું ભેગું થઈ દુરાચાર, બ્રષ્ટાચાર જેવી દુષ્ટ પ્રવૃત્તિઓનું આચરણ કરે તો મંદિરની પવિત્રતાને ચોક્કસ હાનિ પહોંચે. સમાજનાં અસામાજિક તત્ત્વો ભેગાં થઈ મંદિરમાં ગામગપાટા મારે, ધોંઘાટ મચાવે, ધાંધલ-ધમાલ કરે, દુર્વસનો ને અનિષ્ટ પ્રવૃત્તિઓ કરે તો મંદિરની પવિત્રતા ધીરે ધીરે નષ્ટ થઈ જાય અને તે મંદિર મંદિર ન રહેતાં ગામનો ચોરો બની જાય. પ્રતિમાસ્વરૂપમાંથી પરમાત્માનો આવિર્ભાવ પણ લુખ થઈ સર્વવ્યાપી સ્વરૂપમાં પાછો લીન થઈ જાય છે. તે માટે મંદિરના વહીવટના તેમ જ ધર્મના અધિકારીઓએ એ બાબતે ખાસ કાળજી લેવી અતિ આવશ્યક છે. મંદિરમાં એવા કોઈ અનિષ્ટ ને અસામાજિક તત્ત્વો આવીને મંદિરને બ્રષ્ટાચારનું ધામ ન બનાવે ને મંદિરના વાતાવરણને દૂષિત ને કલુષિત ન કરે, તે માટે કડક બંદોબસ્ત ગોઠવવો જોઈએ. કેટલીક

જગ્યાએ દુરાચારી ને દંભી ધર્મગુરુઓ તથા સંતો ને ભક્તો ભ્રષ્ટાચારી પ્રવૃત્તિઓમાં રત હોવા છતાં મંદિરનું પવિત્ર વાતાવરણ જળવાઈ રહે છે. તેનું કારણ એવા ભ્રષ્ટાચારીઓ કરતાં પવિત્ર ને શ્રદ્ધાવાન ભક્તોનો સમૂહ મોટો હોય છે તે છે. તેવા ભક્તોએ પોતાની પવિત્ર ફરજ સમજીને મંદિરમાં થતી ગેરપ્રવૃત્તિઓ બંધ કરાવી દેવામાં પોતાનો ફણો આપવો જોઈએ, તેથી પ્રભુની ને સત્પુરુષોની પ્રસમતા થાય છે. આ બાબતે વિચારવું ઘટે.

સંસારયાત્રા કરતાં કરતાં જીવનસરિતાને કાંઠે આવેલા નિવૃત્ત અને વૃદ્ધ લોકો માટે મંદિર એક આદર્શ વૃદ્ધાશ્રમની ગરજ સારે છે. વાનપ્રસ્થ અને સંન્યાસાશ્રમની ઉંમરે પહોંચેલા લોકો માટે મંદિર શાંતિનું ધામ છે. ત્યાં જઈ સંતસમાગમ, સત્સંગ, કથા-વાર્તા, ધૂન-ભજન, કીર્તન, માળા, ધ્યાન વગેરે સાત્ત્વિક પ્રવૃત્તિમાં સમય સારી રીતે પસાર થાય છે. તેથી મન પણ ધીમે ધીમે વૈરાગ્યવૃત્તિમાં ખેંચાવાથી પ્રભુ તરફ વળે છે. સામૂહિક પ્રાર્થના, કથા-વાર્તા-ભજન વગેરે સાધનો દ્વારા સાત્ત્વિક આનંદ મળી રહેવાથી નિવૃત્તિવયની એકલતા સાલતી નથી. આમ મનોવૈજ્ઞાનિક દૃષ્ટિએ પણ લાભ થાય છે. સત્સંગથી તાણ-તણાવ, હતાશા વગેરે દૂર થઈ આરોગ્ય પણ સારું રહે છે.

મંદિરનો સૂક્ષ્મ અર્થ એ પણ છે કે બાધ્યજગતમાં દોડી જતી હંદિયો-અંતઃકરણની વૃત્તિઓનો પ્રતિલોમપણે નિગ્રહ કરી, પ્રત્યાહાર દ્વારા અંતર્વૃત્તિ કરવી. પોતાના હદ્યાકાશમાં, ચૈતન્યમાં પ્રભુના સ્વરૂપની ધ્યાન-મનન-નિદિધ્યાસ દ્વારા સ્થાપના કરી નિજમંદિર બનાવવું. પોતાના

ચૈતન્યમાં વિરાજમાન પ્રભુ સાથે એકાત્મતા સાધી તે સ્વરૂપ સંબંધી દિવ્ય અલૌકિક સુખની અખંડ અનુભૂતિ કરવી. આ રીતે નિજમંદિર કરનારને બહારનાં મંદિરોની કે તીર્થસ્થાનોમાં દોડી જવાની બિલકુલ આવશ્યકતા રહેતી નથી. તેઓ સ્વયં જ જગતીર્થ બની રહે છે. માટે નિજમંદિર અર્થાત્ પોતાના ચૈતન્યનું જ મંદિર કરવું તે શ્રેષ્ઠ છે, પરંતુ જ્યાં સુધી એવી સ્થિતિ ન થાય, ત્યાં સુધી બહારનાં મંદિરોની આવશ્યકતા રહે છે. બહારનાં મંદિર નિજમંદિર બનાવવાના પ્રેરણાસ્થોત સમાન છે. મનને જો સાત્ત્વિક આનંદમાં રસ લેતું કરવામાં ન આવે તો તે ઊંઘે રવાડે ચડી રજોગુણ-તમોગુણમય પ્રવૃત્તિઓમાં જોડાઈ, લૌકિક વિષયો તરફ દોરાઈ જવાની પૂરી સંભાવના રહે છે, કારણ કે મનુષ્યનું બાધ્ય વિષયો તરફનું મનોવલણ સાહજીક છે. અનંત જન્મોથી જીવો બાધ્ય વિષયોમાં જ ખૂંપેલા રહ્યા છે. તે માટે સાધનદશામાં સાત્ત્વિક પ્રવૃત્તિઓની આવશ્યકતા રહે છે.

સાયંકાળે મંદિર પ્રત્યે જવું એવા શ્રીહરિના આદેશ પાછળ પણ મર્મ રહેલો છે. સાયંકાળે એટલે સંધ્યા ટાળો જગતની રજોગુણી-તમોગુણી પ્રવૃત્તિઓ કેટલાક અંશો શાંત પડતી હોય છે. એ તીવ્ર પ્રવૃત્તિઓનાં આંદોલનો મંદ પડે છે. સૂર્યાસ્ત સમયે સૂર્યની ગરમીની તીવ્રતા ઘટે છે, તેથી ચારે તરફ ઠંડક પ્રસરે છે. આ બધાં કારણોને લઈને મનમાં પણ શાંત થવાનું વલણ આવે છે. તેથી મનને પ્રભુ પ્રત્યેની એકાગ્રતા તરફ સહેલાઈથી વાળી શકાય છે. આવા સમયે નિયમિત રીતે મંદિરે દેવદર્શન તથા સંતપુરુષોનાં

દર્શન-સમાગમ-સત્તસંગ માટે જવાથી મન એવી સાત્ત્વિક પ્રવૃત્તિઓથી ઘડાઈને શુદ્ધ ને સાત્ત્વિક બને છે. તે વ્યક્તિને ઉચ્ચ આધ્યાત્મિક વિકાસ તરફ કહે કહે દોરી જાય છે. નાનાં બાળકોને પણ નિયમિત મંદિરે જવાની ટેવ પડાવવી જોઈએ. જેથી તેઓનું જીવન પવિત્ર ધાર્મિક સંસ્કારોથી ઘડાય અને જગતની અનેક પ્રકારની અનિષ્ટતાઓમાંથી તેઓ બચી શકે. તેઓ મોટા થઈને એ સંસ્કારો તેમના પછીની પેઢીને પ્રદાન કરે, અટલે અનેક ભાવિ પેઢીઓ સુધી તે સંસ્કાર વારસો જળવાઈ રહે. હાલના યુગમાં ઘણો વિશાળ વર્ગ ધર્માભિમુખ છે. તેનું કારણ આ રીતે પરંપરાગત જળવાઈ રહેલા સંસ્કારો જ છે.

સાયંકાળે મંદિરે જવાનો બીજો સૂક્ષ્મ આધ્યાત્મિક અર્થ એ પણ છે કે સંસારની વ્યાવહારિક, આર્થિક તથા સામાજિક પ્રવૃત્તિઓ પાછળ દોડધામ કરતો માનવી જ્યારે જીવનની સંધ્યાએ અર્થાત્ વૃદ્ધાવસ્થામાં પ્રવેશો છે, ત્યારે તેણે પ્રભુના સ્વરૂપને ચિંતન-મનન દ્વારા પોતાના ચૈતન્યરૂપી નિજમંદિરમાં બિરાજિત કરી, તે સ્વરૂપ સાથે જોડાવાનો અંતર્વૃત્તિ દ્વારા નિરંતર અભ્યાસ કરી જીવનને સાર્થક બનાવવું જોઈએ. જેવી રીતે સંધ્યા પછી રાત્રિનું આગમન નિશ્ચિયત છે, તેવી રીતે વૃદ્ધાવસ્થા બાદ મૃત્યુરૂપી રાત્રિ નિશ્ચિયત છે. માટે સંધ્યાકાળ અર્થાત્ વૃદ્ધાવસ્થા સુધીમાં જ નિજમંદિર બનાવી પૂર્ણતા પ્રાપ્ત કરી લેવી એ સાધક માટે હિતાવહ છે. આ મનુષ્યદેહમાં જ નિજમંદિર ન બનાવી શકનાર આળસુ, પ્રમાદી અને આધ્યાત્મિક દૃષ્ટિએ આત્મધાતી પણ છે. કારણ કે તેને માટે ફરી જન્મ-મરણનું

ચક ચાલુ રહે છે. માટે વિવેકી પુરુષે આ અંગે જાગૃત થઈ નિજમંદિર બનાવી જીવન ધન્ય બનાવવા પ્રયત્નશીલ બનવું જોઈએ.

કેટલાક હરિભક્તોને એવો પ્રશ્ન થાય છે કે મોક્ષ માટે એકેશ્વર ઉપાસનામાં માનવું તે ઉત્તમ છે, તો મંદિરમાં પ્રવેશદ્વારમાં જ હનુમાનજી અને ગણપતિજીની મૂર્તિઓ પદ્મરાવવાનું શું પ્રયોજન હશે? અને પ્રભુના સ્વરૂપ સાથે અન્ય અવતારસ્વરૂપો પદ્મરાવવાનું શું પ્રયોજન હોઈ શકે? એક ઇષ્ટદેવનું જ સ્વરૂપ હોય તો ન ચાલે? આ પ્રશ્નનો ઉત્તર એ છે કે જેને એક જ સ્વરૂપની ઉપાસના ને નિષ્ઠા હોય, તેના માટે અન્ય સ્વરૂપોની આવશ્યકતા નથી. પરંતુ શ્રીહરિએ મંદિરોનું નિર્માણ સર્વજીવહિતાવહ હેતુથી કર્યું છે. જેથી અન્ય અવતારસ્વરૂપોની ઉપાસનાવાળા લોકો આકર્ષાઈને દર્શનાર્થે આવે. પછી સત્પુરુષોનો જોગ-સમાગમ-સત્સંગ કરી પ્રભુની સર્વોપરી ઉપાસના સમજ તે એક જ સ્વરૂપમાં અન્ય નિષ્ઠાવાન બને. જ્યારે વ્યક્તિ એક જ સ્વરૂપની ઉપાસનામાં નિષ્ઠાવાન થાય, ત્યારે તેને બીજાં સ્વરૂપોની આવશ્યકતા રહેતી નથી. જેમ મીરાંબાઈએ એક શ્રીકૃષ્ણના સ્વરૂપની જ ઉપાસના-ભક્તિ કરી તેનો સાક્ષાત્કાર કરેલો તેમ એક સ્વરૂપની જ ઉપાસના, ભક્તિ ને જ્ઞાન-ધ્યાન દ્વારા જ પ્રભુના સ્વરૂપનો આત્મામાં સાક્ષાત્કાર થઈ શકે છે.

મંદિરોમાં પ્રવેશદ્વારમાં રહેલા હનુમાનજી એ અતુલ શારીરિક, માનસિક ને આધ્યાત્મિક શક્તિ, નૈષ્ઠિક બ્રહ્મચર્ય, સંકલ્પશક્તિ, એકેશ્વર ઉપાસના-નિષ્ઠા, દાસત્વભક્તિ વગેરે સદગુણોનું પ્રતીક છે. ગણપતિજી તીવ્ર બુદ્ધિ, પ્રતિભા,

વિનમ્રતા, વિવેકશક્તિ, ધૈર્ય વગેરે સદ્ગુણોનું પ્રતીક છે. આ દેવતાઓ સાત્ત્વિક હોવાથી તેમનાં દર્શન કરવા પાછળ તેમના ઉદાત્ત ને પ્રેરણાદાયી ગુણોની સ્મૃતિ થાય એવો મર્મ છે. પ્રભુપ્રાપ્તિના માર્ગમાં સાધક માટે આ સદ્ગુણોની અત્યંત આવશ્યકતા છે. સાધક તેની સાધના દરમ્યાન તેમાંથી પ્રેરણા મેળવી ઉભતિ સાધે એ હેતુથી આ દેવો પદ્ધરાવવામાં આવ્યા છે. મંદિરની મધ્યમાં રહેલ કાચબો ધૈર્ય અને સમજણપૂર્વકની નિરંતર પ્રગતિનું ઘોતક છે. કાચબો પોતાનાં અંગો સંકોરી લે છે, તેમ સાધકે બાધ્યપંચવિષયોમાં ફેલાયેલી હંડિયો અંતઃકરણની વૃત્તિઓને સંકેલીને આત્મા-પરમાત્મામાં જોડવી તેમ સૂચવે છે. મંદિરનું શિખર વૈશ્વિક ચેતનાશક્તિનું આકર્ષણ કરીને તેને મંદિરમાં પ્રવેશ કરાવે છે. તેથી મંદિરની દિવ્યતા ને પવિત્રતા જળવાઈ રહે છે. તે શક્તિ સાધકચેતનાને જાગૃત કરી ઉર્ધ્વગતિ કરાવવામાં સહાય કરે છે. સાધના દ્વારા આધ્યાત્મના શિખરે પહોંચવાની પ્રેરણા આપે છે. કળશ એ પૂર્ણતાનું પ્રતીક છે. શિખરે પહોંચ્યા પછી પૂર્ણસ્થિતિને, પૂર્ણકામપણાને પામવાનું પ્રતીક છે. મંદિરનો વિશાળ ધૂમ્મટ આપણને દરેક પ્રકારની સંકુચિતતામાંથી બહાર નીકળી હૃદયની વિશાળતા કેળવવા પેરે છે. મંદિરની ધજા હંડિયો - અંતઃકરણ ઉપરના તથા અંતઃશત્રુઓ ઉપરના વિજયનું ઘોતક છે, પ્રકૃતિજ્યનું ઘોતક છે. મંદિરનાં પગથિયાં સાધનામાં એક પછી એક પગથિયું ચડી પ્રભુપ્રાપ્તિને માર્ગે ઉર્ધ્વગમન સૂચવે છે. એક પછી એક સોપાનો ચડ્યાં વગર ફૂદકો મારીને આધ્યાત્મિક વિકાસ સંભવતો નથી તેમ સૂચવે છે. આ રીતે મંદિરની દરેક વસ્તુ પ્રતીકાત્મક છે ને તેની

પાછળ શુભ સંકેત સમાયેલો છે.

મંદિરે જનાર શ્રદ્ધાળુ દર્શનાર્થીને અપૂર્વ માનસિક શાંતિનો અનુભવ થાય છે. સંસારની અનેક પ્રવૃત્તિઓમાં રત રહેલો માનવી, ત્રિવિધ તાપથી ત્રસ્ત થયેલો માનવી પ્રભુના સ્વરૂપનું ભાવથી દર્શન, વંદન, સ્તુતિ-પ્રાર્થના કરે એટલે મંદિરમાં રહેલ પવિત્ર ભાવતરંગો અને એકાગ્ર થયેલી વैશ્વિક દિવ્યશક્તિઓ દ્વારા તેનું મગજ શાંત બને છે. તેથી મગજનાં રસાયણો સંતુલિત થવાથી તાણા-તાણાવ Stress દૂર થઈ જાય છે. ચિત્તની પ્રસ્ત્રતા, માનસિક શાંતિ વગેરે મળવાથી તન-મન નવીન તાજગી ને સ્કૂર્ટ અનુભવે છે.

સમાજમાં રહેલ વિવિધ જાતિ અને સ્તરના લોકો મંદિરમાં આવે છે. પરસ્પર સત્સંગ દ્વારા તેમનામાં સંપ, સુભેળ, પ્રેમ, ભાઈયારો, સેવા ને સંગઠન ભાવના વિકસે છે. સમાજના નબળા વર્ગને પડ્યા ધનાઢ્ય દાતાઓની સેવાથી અનેક પ્રકારનું પોષણ મળી રહે છે. તેથી સામાજિક ઉત્થાન થાય છે. મંદિરમાં તન-મન-ધનથી નિઃસ્વાર્થ સેવા કરનારનું પરમ કલ્યાણ થાય છે. તન અર્થાત્ શરીરથી મંદિરની નાની-મોટી સેવા કરવી, પગે ચાલીને મંદિરે જવું, પ્રદક્ષિણા કરવી, દંડવત્ પ્રણામ કરવા, સફાઈકામ કરવું, સંતોની સેવા કરવી વગેરે દેહથી થતી સેવા દ્વારા શરીર મજબૂત અને નિરોગી બને છે. મનથી પ્રભુને એમ પ્રાર્થના કરવી કે અહીં મંદિરે આવનાર દરેકને સુખ, સંપત્તિ, આરોગ્ય, આયુષ્ય વગેરે પ્રાપ્ત થાઓ, સર્વનું પરમ કલ્યાણ થાઓ વગેરે શુભ સંકલ્પ કરવા એ મનથી સેવા થઈ ગણાય. ધર્મદા દ્વારા ધનથી સેવા કરવી.

આ રીતે મંદિરના મનોવૈજ્ઞાનિક, શારીરિક, આર્થિક,

મંદિર શા માટે?

વ્યાવહારિક, સામાજિક અને આધ્યાત્મિક એમ અનેક લાભો છે. મંદિરો આપણી કલા અને સંસ્કૃતિની ભવ્ય અસ્મિતા છે. માટે તેનો આદર તથા જાળવણી કરવાની સમાજની દરેક વ્યક્તિની પવિત્ર ફરજ છે.



(૮)

દેવદર્શન

ઇષ્ટદેવના સ્વરૂપના દર્શનનો મહિમા અતિ અલૌકિક છે. ભક્ત પોતાના આરાધ્યદેવના સ્વરૂપનું જ્યારે યથાર્થ માહાત્મ્ય સમજ શ્રદ્ધાપૂર્વક, ગદ્ગદ કંઠે, રોમાંચિત થઈને અતિ ભાવવિભોર થઈને દર્શન કરે છે, ત્યારે એ સ્વરૂપમાં સર્વવ્યાપી, સર્વશક્તિમાન પરમાત્માનો આવિર્ભાવ થાય છે. તે પ્રતિમાસ્વરૂપ દ્વારા પ્રભુ ભક્તના પ્રેમ-ભક્તિભાવનો સ્વીકાર કરે છે. ભક્તને પરમ શાંતિ અને પરમાનંદનો અનુભવ કરાવે છે.

દિદ્ધ શ્રદ્ધાવાન ને નિષ્ઠાવાન એવો પાત્ર ભક્ત જ્યારે દર્શન કરે છે, ત્યારે પ્રભુ તેની ઉપર પ્રસંગતા જણાવી પ્રતિમાભાવ છોડી દઈ, તે ભક્ત સાથે વાર્તાવાપ કરે છે. તેને દિવ્ય સ્પર્શનો પણ અનુભવ કરાવે છે. તેની સેવા-પૂજા અંગીકાર કરી શુભ મનોરથો પણ પૂર્ણ કરે છે. તેથી ભક્તને દર્શનમાત્રે કરીને જ કૃતાર્થપણું ને પૂર્ણકામપણું મનાઈ જાય છે. દર્શનાર્થી પ્રભુનું કઈ રીતે દર્શન કરે છે એના ઉપર દર્શનના ફળની નિષ્પત્તિનો આધાર છે. ડહોળાયેલ ચિત્તવૃત્તિથી ને વ્યગ્ર મન વડે દર્શન કરનારને દર્શનનું યથાર્થ ફળ મળતું નથી. જે ભક્ત એકાગ્ર ચિત્તો, એકાગ્ર દાસ્તિથી, પ્રભુમાં અચળ શ્રદ્ધા ને માહાત્મ્યજ્ઞાને સહિત ભક્તિભાવ, શરણાગતભાવ સાથે આર્તનાદે પ્રાર્થતો, સ્તુતિ-વંદના કરતો થકો રોમાંચિત ગાત્રે કરીને દર્શન કરે તથા તે પ્રતિમા નથી,

પણ પ્રત્યક્ષ પ્રભુ જ છે, એમ ભાવના કરીને દર્શન કરે, તો તે દર્શનનું અલોકિક ફળ પામે છે. ભક્ત એવા દિવ્યભાવથી પ્રભુનું દર્શન કરે છે ત્યારે પ્રતિમાસ્વરૂપમાં સત્પુરુષ દ્વારા પ્રાણપ્રતિષ્ઠા વખતે આવિર્ભાવ પામેલી ચેતનાશક્તિના દિવ્યતરંગો દર્શનાર્થીના ચૈતન્યને સ્પર્શો છે ને તેની આધ્યાત્મિક ચેતનાને જાગૃત કરી, આધ્યાત્મિક વિકાસ પામી પૂર્ણતા સુધી લઈ જાય છે.

એવી રીતે ભક્તિભાવથી દર્શન કરનાર સકામ ભક્તના લૌકિક શુભ મનોરથો પરિપૂર્ણ થાય છે. નિષ્કામ ભક્તની આધ્યાત્મિક ઉન્નતિ થઈ આત્મા-પરમાત્માના સ્વરૂપમાં સ્થિતિ થાય છે. ત્યાર બાદ પ્રભુ તથા તેમના મુક્તની ફૃપાથી પાત્રતા થતાં પ્રભુના સ્વરૂપનો આત્માભાં સાક્ષાત્કાર થતાં દિવ્યસુખની અખંડ અનુભૂતિ થાય છે.

શ્રી સ્વામિનારાયણ ભગવાન પણ શ્રીમુખવાણી વચનામૃતમાં જણાવે છે -

“પરમેશ્વરનાં દર્શન કરતાં કરતાં આડી અવળી દૃષ્ટિ કરવી નહિ. પરમેશ્વરનાં દર્શન તો પ્રથમ પહેલે નવીન થયાં હોય ને તે સમયને વિશે જેવું અંતરમાં અલોકિકપણું હોય, તેવું ને તેવું મનમાં અલોકિકપણું રહેતું જાય ને એક દૃષ્ટિએ કરીને મૂર્તિને જોતે જેવું ને દૃષ્ટિ પલટીને અંતરમાં તેવી ને તેવી તે મૂર્તિ ઉતારવી.”

-વચ. સા. ૨

“જે માહાત્મ્ય જાણીને અતિ પ્રીતિએ કરીને મને સહિત દૃષ્ટિ આદિક જ્ઞાનેન્દ્રિયે કરીને દર્શન-સ્પર્શાદિક કરે છે, તેને જ તેમનું ફળ છે અને બીજાને તો જે પરમેશ્વરનાં દર્શનાદિક થાય છે, તેનું બીજબળ થાય છે. અને યથાર્થ મહિમા તો જે

મને સહવર્તમાન દર્શનાદિક કરે છે તેને અર્થે છે.”

વચ. સા. ૫

અનાદિ મહામુક્તરાજ શ્રી અબજીબાપાશ્રી તેમની વાતોમાં જણાવે છે -

“માટે મહારાજની મૂર્તિને જોવા મંડ્યા રહેવું. તો મહારાજ જાણો જે આ બિચારો મંડ્યો છે, તો મહારાજ તેજમાં જળેણાટ દર્શન આપે.”

“પ્રત્યક્ષ ભગવાનની મૂર્તિ સામું જોઈ રહેવું, મેઘોન્ભેષ આંખમાંથી પાણીની ધારા ચાલે ત્યાં સુધી જોવું. એમ ખરેખરું અંતરદાષ્ટિથી જોઈ રહેવું.”

“ધ્યાન કરતાં એકેકું અંગ દેખાય એ નેત્રની વૃત્તિએ જોવાય છે એમ જાણવું. અને જ્યારે સમગ્ર મૂર્તિ દેખાય, ત્યારે જીવની વૃત્તિએ જોવાય છે એમ જાણવું. અને જ્યારે મૂર્તિમાં સંલગ્ન થવાય, ત્યારે વૃત્તિ ન જાણવી; જીવસત્તાએ જોવાય છે એમ જાણવું.”

આ રીતે પ્રભુના સ્વરૂપના એકાગ્ર મન વડે દર્શન કર્યા બાદ તેનું ચિંતન, મનન ને નિદિધ્યાસ નિરંતર કરવામાં આવે, તો મૂર્તિ તદ્દાકાર દેખાય છે. એવી જ રીતે પ્રભુના સ્વરૂપમાં અખંડ નિમગ્ન રહેલા મુક્તપુરુષનાં દર્શન કરે, તો તે દર્શનાર્થીના પાપનો કષય થઈ તે નિર્મળ બને છે. પાત્ર સાધકને દર્શન દ્વારા પ્રભુ તથા તેમના મુક્તપુરુષના અનુગ્રહ વડે આત્મા-પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર થઈ મુક્તદશા ઉપલબ્ધ થાય છે. તેનામાં પ્રભુ અને સત્પુરુષના કલ્યાણકારી ગુણોનો આવિભ્રાવ થાય છે.

પૂર્વસ્�િતિવાળા સિદ્ધમુક્ત જે પ્રતિમાસ્વરૂપમાં

પ્રાણપ્રતિજ્ઞા કરે છે, ત્યારે તે સ્વરૂપમાં પ્રભુનો પૂર્ણરૂપે
આવિભાવ થાય છે. મુક્તના દિવ્ય સંકલ્પ દ્વારા સર્વવ્યાપી
પ્રભુ સાક્ષાત્ બિરાજે છે ને પ્રતિમામાં દૈવત આવે છે. મુક્ત
સંકલ્પ દ્વારા પ્રતિમામાં દિવ્ય ચેતનાશક્તિની પ્રતિજ્ઞા કરે છે.
એવી પ્રસાદીભૂત ને દિવ્ય ચેતનાશક્તિ વડે અલંકૃત પ્રતિમાના
કોઈ ભાવથી દર્શન કરે તો તેની આધ્યાત્મિક ચેતના જગૃત
થઈ શ્રેયમાર્ગ વિકાસ સાધે છે. આ રીતે દર્શનનું અલૌકિક
અકલ્ય ફળ દર્શનાર્થીને મળે છે. આ દેવદર્શનનું રહસ્ય છે.





પ્રાર્થના

પ્રાર્થના એ અમોઘ શક્તિ ધરાવતું પ્રભુપ્રસંગતાનું અતિ અગત્યનું સાધન છે, એમ મહાનપુરુષોનું વિધાન છે. આ કથન બિલકુલ સત્ય છે. પ્રાર્થના એટલે અમુક પ્રકારની સુંદર ભાષાવાળી વાક્યરચના એવો અર્થ નથી, પરંતુ એ પ્રાર્થના કરનારના હદ્યની ઉત્કટ ભાવોર્ભિઓની પોતાના ઇષ્ટદેવ પ્રત્યેની અભિવ્યક્તિ છે. કેવળ સારા શબ્દોની ગોખણપત્રી કરીને કરવામાં આવતી પ્રાર્થના શુષ્ણ અને યંત્રવત્ત બની રહે છે. તેનાથી કોઈ અર્થ સરતો નથી. જેમ પોપટ ગોખેલું ને સમજ્યા વગરનું બોલે છે, તેમ તે નિરર્થક વાણીવિલાસ છે.

પ્રાર્થનામાં પોતાના ઇષ્ટદેવ પ્રત્યેનો વિશુદ્ધ પ્રેમભાવ, અચલ શ્રદ્ધા, અનન્ય નિષ્ઠા ને શરણાગતિનો ભાવ હોવો આવશ્યક છે. વાણીમાં કોમળતા, મધુરતા, વિનમ્રતા ને પ્રભુ પ્રત્યેનો અતૂટ સ્નેહ જરૂરી છે. તે પણ દંબ, ડોળ, કપટ સાથેના ઉપર ઉપરના બૂમબરાડા કે મિથ્યા બકવાટ નહિ, પરંતુ હદ્યના અંતઃસ્તલમાંથી ઉદ્ભવતી સુતિ, જે નિર્દ્દિષ્ટ ને નિઃસ્વાર્થ હોય તેવી પ્રાર્થના ફળદાયી બને છે. પ્રાર્થના નિર્દ્દિષ્ટ ને નિઃસ્વાર્થ હોવી ઘટે. કોઈ ભૌતિક સ્વાર્થમય ને દંભપૂર્ણ કરાતી પ્રાર્થના વ્યક્તિના હદ્યને પણ સ્પર્શતી નથી, તો પરમાત્મા સુધી તે ક્યાંથી પહોંચે શકે?

પ્રાર્થના કરવા પાછળ બે પ્રકારના ભાવો રહેલા છે. સકામભાવ ને નિષ્ઠામભાવ. જે પ્રાર્થના

વ્યાવહારિક, સાંસારિક કે લૌકિક હેતુથી કરવામાં આવે તે સકામ પ્રાર્થના છે. તેમાં પોતાને અર્થે તથા બીજાને માટે પણ પ્રાર્થના કરવામાં આવે છે. દા.ત. પોતાના તથા અન્યના આરોગ્ય કે સ્વાસ્થ્ય માટે કરાતી પ્રાર્થના. પોતાને માટે કે અન્યને માટે વ્યાવહારિક કે સાંસારિક વિધનો, મુશ્કેલીઓ દૂર થાય તે અંગેની પ્રાર્થના. પોતાને કે અન્યને ધન, યશ, પદ, પ્રતિષ્ઠા, સંપત્તિ, ભૌતિક સુખ-સગવડો વગેરેની પ્રાપ્તિ થાય તેવી પ્રાર્થના. પોતાનો કે અન્યનો સ્વાર્થ સધાય એવા હેતુથી કરવામાં આવતી પ્રાર્થનાઓ. આ પ્રકારની સકામ પ્રાર્થનાઓ ગણાય છે. જે પ્રાર્થના સર્વ જીવોના કલ્યાણ ને અભ્યુદ્ય માટે હોય, કેવળ પ્રભુપ્રસંગતા માટે હોય, આધ્યાત્મિક ઉત્સત્તિ અર્થે ને પ્રભુપ્રાપ્તિ માટેના પરમાર્થ હેતુથી કરવામાં આવે તે નિષ્કામ પ્રાર્થના છે. તેવી પ્રાર્થનામાં પણ ઐશ્વર્યનો રાગ તથા સિદ્ધિઓ પામવાનો રાગ હોય તો તે નિષ્કામ ન રહેતાં સકામ પ્રાર્થના બની જાય છે. કોઈકને દુઃખ કે તકલીફ પહોંચે એવા ભાવથી કરાતી પ્રાર્થના તમોગુજી પ્રાર્થના છે. તેનાથી વ્યક્તિને પોતાને હાનિ પહોંચે છે. માટે વ્યક્તિને બીજા તરફથી પોતાને કષ્ટ પડતું હોય તો પણ તેને માટે તેનું ભલું છચ્છવું, પણ તેનું ભૂંકું થાય તેવો સંકલ્પ ન કરવો તેમ શ્રીહરિની આજ્ઞા છે. એવી તમોગુજી પ્રાર્થનાથી સાધકને સાધનામાં વિઘ્ન આવે છે, માટે તેવી પ્રાર્થનાઓ વર્જવી.

સામાન્ય રીતે કરવામાં આવેલી પ્રાર્થનાઓ પ્રભુ સુધી પહોંચી શકતી નથી. હા, એવી પ્રાર્થના કરનારને માનસિક રીતે થોડો આત્મસંતોષ અનુભવાય છે, પણ તેનું યથાર્થ ફળ મળતું નથી. આધુનિક વૈજ્ઞાનિકોના મતે સંશોધન દ્વારા એવું

તારણ કાઢવામાં આવ્યું છે કે પ્રાર્થના, ધ્યાન, જપ કે ઉપાસના દ્વારા મનુષ્યના શરીરમાં રહેલી અંતઃસાવી ગ્રંથિઓમાંથી નીકળતા હોમોન્સ - રસાયણના સાવો સંતુલિત રીતે ખવે છે. જેને લઈને શરીર અને મનની પ્રસંગતા આવે છે. તેનાથી બ્લડપ્રેશર, હૃદયરોગ, મગજના રોગો મટે છે અથવા તેમાં રાહત થાય છે. શરીરમાં રુધિરાભિસરણ સારી રીતે થવાથી સ્વાર્થ્ય સુધરે છે. આધુનિક મનોવિજ્ઞાનના નિષ્ણાતો થાઉલેસ, કલાર્ક, યુગ વગેરે મનોવૈજ્ઞાનિકો પણ માને છે કે પ્રાર્થના દ્વારા મનના તાણા-તણાવ દૂર થઈ જાય છે. કોર્ટેસોલ જેવા સ્ટ્રેસ હોમોન્સ ઘટે છે ને મનમાં આનંદ ને શાંતિ ઉત્પન્ન કરતાં સેરોટીનીન જેવાં રસાયણો ઉત્પન્ન થાય છે. તેથી માનસિક રોગો તથા મનોદૈહિક રોગો ઝડપથી દૂર થાય છે. પણ્યાત્તાપ કે Confession રૂપે કરાતી પ્રાર્થના દ્વારા મન ઉપરનું ભારણ દૂર થવાથી મનોવિકારો શાંત થાય છે, તેથી બ્યક્ઝિતમાં પાપમુક્તિની ભાવના દફ થાય છે. એટલે તેને સુખ-શાંતિની અનુભૂતિ થાય છે. મનોવિજ્ઞાન પ્રાર્થનાનો ઉપયોગ એક ચિકિત્સા Psychotherapy રૂપે પણ કરે છે.

પ્રાર્થનાથી સુખ-દુઃખ, માન-અપમાન, નિદા-સ્તુતિ, પ્રિય-અપ્રિય વગેરે દ્વંદ્વાત્મક પરિસ્થિતિમાં સ્થિરતા આવે છે. મનોબળ વૃદ્ધિ પામે છે. તેથી ગમે તેવી પરિસ્થિતિમાં અડગ રહેવાની શક્તિ આવે છે. આ રીતે પ્રાર્થનાના મનોદૈહિક લાભો પણ ઘણા છે.

પ્રાર્થનાનું મહત્ત્વ વૈજ્ઞાનિકો સમજે છે તેના કરતાં પણ ઘણું અધિક છે. કૃપાળુ પરમાત્મા તો સારીય સૂચિમાં આણુ-આણુમાં સર્વત્ર વ્યાપક છે, તો પણ સ્વાર્થી હેતુથી કરેલી કે

દંભ-કપૃથુકૃત પ્રાર્થનાનો તેઓ સ્વીકાર કરતા નથી. હૃદયના ઊંડાણમાંથી નિઃસ્વાર્થ ને નિર્દ્દભભાવે કરાતી પ્રાર્થના, આર્તનાદે કરાતી પ્રાર્થના, પ્રભુમાં સંપૂર્ણ શ્રદ્ધા, આસ્તિકતા, મહિમા તથા શરણાગતિના ભાવ સાથે સમજણપૂર્વક કરેલી પ્રાર્થનાનો પ્રભુ સ્વીકાર કરે છે. તે પ્રાર્થનાનો સ્વીકાર કર્યા પછી પણ પ્રાર્થના કરનારનું હિત હોય તે પ્રમાણે ફળ આપે છે.

પ્રભુને પ્રાર્થના પહોંચાડવા માટે સાધકે ત્રણ દેહના ને માયાના ત્રણ ગુણના ને ત્રણ અવસ્થાના ભાવથી પર થઈ, પ્રભુની દિવ્ય ચેતનાશક્તિ સાથે, તેમની નિરાકાર બ્રહ્મરૂપ અન્વયશક્તિ સાથે અથવા સ્વયં પ્રભુ સાથે તાદાત્મ્ય સાધીને પ્રાર્થના કરવી પડે, ત્યારે જ તે પ્રાર્થના પ્રભુ સુધી પહોંચે છે. એ વાત સામાન્ય સાધક માટે શક્ય નથી. તે માટે એ પ્રાર્થના પ્રભુ સાથે જોણો અખંડ એકતા સાધી હોય તેવા મુક્તપુરુષ જે મનુષ્યરૂપે હોય તેમને પ્રાર્થના કરે, ત્યારે તે મુક્ત એ પ્રાર્થના પ્રભુ પાસે પહોંચાડે છે. મુક્ત તે પ્રાર્થનાના શબ્દોમાંથી પ્રાર્થના પાછળનો સૂક્ષ્મભાવ અલગ કરી તે ભાવને પ્રભુની ચેતનાશક્તિ સાથે જોડી તે પ્રાર્થના પ્રભુને પહોંચાડે છે. પછી પ્રભુ તે પ્રાર્થનાનો સ્વીકાર કરી તેનું યોગ્ય ફળ પ્રાર્થના કરનારને આપે છે. માટે ખરા અર્થમાં સાક્ષાત્કારવાળા મુક્તપુરુષ જ પ્રભુને પ્રાર્થના પહોંચાડી શકે છે. આ પ્રાર્થનાનું સૂક્ષ્મ હાઈ છે. પ્રભુ સાથે પરમસાધર્મ્ય પામેલા અનાદિમુક્ત દ્વારા તો સ્વયં પ્રભુ જ પ્રાર્થના જીવે છે. કારણ કે એવા પૂર્ણ મુક્ત દ્વારા કર્તાહતીપણું પ્રભુનું જ છે.

જેમને પ્રગટ મુક્તનો જોગ ન થયો હોય, તે પણ જો

આગળ જણાવ્યું તેમ આર્તનાદે શ્રદ્ધાપૂર્વક પ્રભુને કે મુક્તપુરુષને પ્રાર્�ના કરે, તો ક્યારેક એ પ્રાર્થનાના ઉત્કટ ભાવની પ્રભુની સર્વવ્યાપી, અંતર્યામી અન્વયશક્તિ સાથે એકતા થવાથી તેની પ્રાર્થનાની પરિપૂર્તિ થાય છે. પરંતુ એવો સુભગ અવસર ભક્તના જીવનમાં કવચિત જ આવે છે. તેમ છતાં નિરંતર પ્રાર્થના કરતાં રહેવાથી, પ્રાર્થનામાં ઉદ્ભબવતા ભાવતરંગોની દૃઢતા થવાથી અમોદ શક્તિ નિષ્પત્ત થાય છે. તેથી ચિત્તની શુદ્ધિ થાય છે. ચિત્ત શુદ્ધ ને સાત્ત્વિક બનતાં પ્રભુમાં સરળતાથી એકાગ્ર થઈ શકે છે. પ્રભુના સ્વરૂપમાં ચિત્તની એકાગ્રતા સિદ્ધ થવાથી તે સાધક ઉપર પ્રભુ તથા મુક્તપુરુષનો અનુગ્રહ થાય છે. તે અનુગ્રહશક્તિ દ્વારા સાધકના ચિત્તનો નિરોધ થઈ પ્રાણનો નિરોધ થવાથી પ્રભુના સ્વરૂપમાં નિર્વિકલ્પ સમાધિની ઉપલબ્ધિ થાય છે. એ સ્થિતિના લાંબા કાળના અભ્યાસથી આત્મા-પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર થઈ પૂર્ણ મુક્તસ્થિતિ પ્રાપ્ત થાય છે. ત્યાર બાદ પ્રભુ સાથે તદાકારપણું સિદ્ધ થવાથી પ્રભુ સંબંધી દિવ્ય, અલૌકિક, શાશ્વત સુખની પ્રાપ્તિ થાય છે. તેથી ભક્ત સાધક મટી સિદ્ધમુક્ત બને છે, પૂર્ણકામ બને છે. એ સ્થિતિ મેળવ્યા પછી તેને પોતાને માટે પ્રાર્થનાની કોઈ આવશ્યકતા રહેતી નથી. એવા મુક્તની દરેક કિયા બીજા જીવોના કલ્યાણ માટે બની રહે છે. તેઓ બીજા જીવોના સુખ-શાંતિ માટે પ્રાર્થના કરે છે. એ પ્રાર્થના નિઃસ્વાર્થ હોવાથી નિષ્કામ ગણાય છે. તેથી તે ચોક્કસ ફળદાયી નીવડે છે.

પ્રાર્થના શા માટે?

અનંત બ્રહ્માંડોની ઉત્પત્તિ, સ્થિતિ ને પ્રલય જેમના એક

સંકલ્પ માત્રથી જ થાય છે, એવા સર્વોપરી પરમાત્મા સર્વના સ્વામી, નિયામક, આધાર ને સર્વ કર્તાહર્તા છે. આપણે તેના નિત્ય દાસ છીએ, સેવક છીએ એવા ભાવની હંમેશાં દૃઢતા થાય અને કદીયે પોતાનામાં ‘હું કર્તા હું’ એવી કર્તાપણાની અહંભાવયુક્ત ભાવના ઉદ્ય ન થાય, એવો ઉદાત હેતુ પ્રાર્થના પાછળ સમાયેલો છે. સાધના દ્વારા સાધકને અનેક પ્રકારનાં ઐશ્વર્યો - સિદ્ધિઓ મળે છે. એ વખતે જો સદ્ગુરીવેક ન હોય તો પોતાને વિશે કર્તાપણાનો અહંભાવ ઉત્પત્ત થાય છે. તેવા અહંભાવની પુષ્ટિ થતાં તે ઉદ્ઘત બને છે. પરિણામે તે પૂર્ણ મુક્તદશા ન પામતાં ઐશ્વર્યાર્થી બની પોતાની જ પ્રગતિમાં અવરોધરૂપ બને છે. માટે સંપૂર્ણ દાસભાવની દૃઢતા માટે સાધકે હંમેશાં પ્રાર્થના કર્યા કરવી જોઈએ.

પ્રાર્થના દ્વારા કામ, કોધ, લોભ, મોહ, મત્સર, માન, ઈર્ષા, દંભ, કપટ, સ્વાર્થ, નિદા વગેરે આંતરિક દોષોનો ક્ષય થાય છે. પાપકર્માનું પ્રક્ષાલન થાય છે. સાધકમાં દાસભાવ, શરણભાવ, વિનમ્રતા, સૌજન્ય તથા વિવેકશક્તિની જાગૃતિ થાય છે. પ્રભુના સ્વરૂપમાં નિશ્ચય, નિષ્ઠા ને શ્રદ્ધાની દૃઢતા પરિપૂર્વ થાય છે. સંસારમાં રહેલ અનેક પ્રકારની વિટંબણાઓ તથા મુશ્કેલીઓમાંથી માર્ગ મળી રહે છે. દુઃખો ને આપત્તિઓને સહન કરવાનું બળ મળી રહે છે. માન-અપમાન, સુખ-દુઃખ, પ્રિય-અપ્રિય, હાણ-વૃદ્ધિ, નિદા-સ્તુતિ, શીત-ઉષણ, અનુકૂળ-પ્રતિકૂળ વગેરે દુંડોમાં સ્થિરતા ને સ્થિતપ્રજ્ઞ રહેવા માટે તથા સંપૂર્ણ નિર્ભય બનવા માટે પણ પ્રાર્થના અનિવાર્ય છે.

જીવાત્માના આત્યંતિક મોક્ષ માટે પરમાત્માએ મનુષ્ય

દેહમાં હંડિયો-અંતઃકરણરૂપ ઉત્તમ ઉપકરણો આપ્યાં છે. આ સુંદર વિશ્વમાં અનેક પ્રકારની સુખ-સગવડતાઓ કરી આપી છે. એમ પ્રભુના આપણી ઉપર અનંત ઉપકારો છે. તેનું ઋષા તો આપણે કદ્દી ચૂકવી શકીએ તેમ છીએ જ નહિ, તો પણ તેમનો ઉપકાર માનવાની આપણી પવિત્ર ફરજરૂપે પણ પ્રાર્થના કરવી આવશ્યક છે અને તેનાથી લાભ પણ આપણને જ છે. અંતરિક આધ્યાત્મિક ચેતનાશક્તિની જગૃતિ ને તેની ઉદ્ઘર્બગતિ માટે પ્રાર્થના અમોઘ શક્તિ ધરાવતું અમૂલ્ય સાધન છે. પ્રાર્થના દ્વારા મનની અનેક સુખુપ્ત શક્તિઓ જગૃત થઈ અનેક પ્રકારની સંભાવનાઓનો વિકાસ થાય છે. પ્રાર્થના દ્વારા અંતઃકરણની નિર્મળતા થવાથી અંતઃકરણની શક્તિઓને દરેક કાર્યમાં સારી રીતે એકાગ્ર કરી, અનેક ભગીરથ કાર્યો સરળતાથી સફળ બનાવી શકાય છે.

આ રીતે પ્રાર્થનાની મહત્ત્વા જેને યથાર્થ સમજાણી છે, તેને માટે જાણો ચિંતામણિ હસ્તગત થઈ હોય ને શું? એવો પ્રાર્થનાનો અદ્ભુત મહિમા છે.



૧૦

દંડવત્ પ્રણામ

દંડવત્ અર્થાત્ દંડ (લાકડી) જેમ જમીન ઉપર સીધો પડ્યો હોય, એ રીતે શરીરના લલાટ, નાસિકા, છાતી, હાથ, પગ, દષ્ટિ, વાળી અને મન એમ આઈ અંગોએ સહિત જમીન ઉપર સૂઈને પ્રભુને તથા સત્પુરુષને પ્રણામ કરવા, તેને સાણ્ણાંગ દંડવત્ પ્રણામ કહેવામાં આવે છે. પ્રભુ અને મુક્તપુરુષ પ્રત્યે મન-વચન-કર્મથી સંપૂર્ણપણે આત્મ સમર્પણાની વિશાળ ભાવનાના પ્રતીકરૂપે પ્રણામ-વંદન કરવા, એવો ઉદાત્ત હેતુ તેની પાછળ રહેલો છે.

દંડવત્ પ્રણામ કરવાથી ભક્તમાં વિનભ્રતા, દાસત્વભાવ, દીનભાવ, સજ્જનતા ને શરણભાવની દૃઢતા થાય છે. દંડવત્ પ્રણામમાં ઉપયોગમાં લેવાતાં આઈ અંગો પણ વિવિધ ભાવોનું સૂચન કરે છે. જેમ કે, લલાટ એ ભાગ્ય-નસીબનું પ્રતીક છે. હે પ્રભુ! મારું પ્રારબ્ધ, મારું ભાગ્ય તો તું જ છે. કારણ કે મારે તો કેવળ તારું જ શરણ છે. મારા કર્મની રેખ માથે મેખ મારનાર, મારો તારણહાર તો પ્રભુ તું જ છે. નાસિકા એટલે આબરૂ-શીલ-લાજ તેની રક્ષા પ્રભુ તારે જ કરવાની છે. તું જ મારું શીલ ને આબરૂ છે. છાતી એટલે હૃદય એ પ્રભુ તારે રહેવાનું સ્થાન છે. માટે તેને નિર્મળ ને પવિત્ર બનાવ, જેથી હું ત્યાં તારી ભક્તિ-આરાધના કરી શકું. હાથ તથા પગનો તારી તથા તારા સંતોની, ભક્તોની સેવા કરવા માટે સદ્ગુપ્યોગ કરી શકું. મારી દષ્ટિને નિર્મળ અને એકાગ્ર

બનાવ, જેથી હું તારા સ્વરૂપનું દર્શન કરી, તેને મનન ને નિદિધ્યાસ દ્વારા મારા ચૈતન્યમાં પદ્મરાવી, નિજમંદિરનું નિર્માણ કરી મારા જીવનને ધન્ય બનાવી શકું. વાણી દ્વારા તારા અહોનિશ ગુણગાન, સ્તુતિ-પ્રાર્થના ને કીર્તનભક્તિ કરી શકું. એ માટે મારી વાણીને મધુર, કોમળ, સત્યપૂર્ણ ને કલ્યાણકારી બનાવજે અને મારું મન હંમેશાં તારા સ્વરૂપનું જ મનન-ચિંતન કરીને તારા સ્વરૂપમાં જ નિમન રહે. જેથી મારા ચૈતન્યને વિશે તારા સ્વરૂપનો સાક્ષાત્કાર કરી હું પૂર્ણ મુક્તદશાને પામી શકું. એવી મારી ઉપર કૃપાવર્ષા કરજે પ્રભુ! આવા ઉત્કૃષ્ટ ભાવો સાણાંગ દંડવત્ત પ્રણામ પાછળ રહેલા છે.

દંડવત્ત પ્રણામ નિયમિતપણે મહિમાપૂર્વક કરવાથી ધીમે ધીમે દેહાત્મબુદ્ધિ, દેહભાવ દૂર થતો જાય છે અને નિરહંકારીપણું, નિર્માનીપણું, વાણી-વર્તનમાં ઋજુતા ને કોમળતા આવે છે. માનસિક જડતા, જિદ્વીપણું, સંકુચિતતા ને અહુભાવ ધીરે ધીરે ઘટતાં જાય છે. નિયમિતપણે થતા દંડવત્ત પ્રણામથી જાણો-અજાણો હાથ-પગ, પેટ, કમર વગેરે અંગોને વ્યાયામ મળી રહે છે. તેથી સ્વાસ્થ્યમાં પણ સુધારો થાય છે ને મન શુદ્ધ ને સાત્ત્વિક બને છે.

સ્ત્રીભક્તોએ સાણાંગ દંડવત્ત પ્રણામ કરવાનો નિષેધ છે. તેમણો નીચે નમીને, બેસીને પંચાંગ પ્રણામ કરવાના હોય છે. તેની પાછળનો આશય અમુક મર્યાદા જળવાઈ રહે તે છે ને તે આવશ્યક પણ છે. સાણાંગ તથા પંચાંગ એમ બંને પ્રકારના પ્રણામનું ફળ તથા હેતુ અને ગૌરવ સરખા છે. બે હાથ જોડી, મસ્તક નમાવી ભાવપૂર્વક વંદન કરવામાં પણ એ જ હેતુ ને ભાવ તથા ફળ સમાયેલાં છે.

શ્રીહરિ ગઢા મધ્ય ૪૦મા વચનામૃતમાં જાણાવે છે કે નિયમના જે ટલા દંડવત્તુ પ્રણામ કરતા હોઈએ, તેથી એક દંડવત્તુ પ્રણામ અધિક કરવો. એ એટલા માટે કરવો કે દૈનિક જીવન-વ્યવહારમાં જાણો-અજાણો કોઈ ભક્તનો અવગુણ કે અભાવ આવી ગયો હોય, કે તેનો અપરાધ કે દ્રોહ થઈ ગયો હોય, તો તેના નિવારણ માટે પ્રાયસ્થિતરૂપે એક દંડવત્તુ પ્રણામ અધિક કરવો. પ્રભુ પાસે ક્ષમાયાચનાના વિશુદ્ધ ભાવ સાથે પ્રણામ કરવા, જેથી પ્રભુની પ્રસંગતા થાય અને જાણો-અજાણો થયેલા અપરાધની માફી થાય, તેથી ચિત્ત નિર્ભળ બને.

આ રીતે સમજણપૂર્વક ને મહિમાપૂર્વક નિયમિત રીતે દંડવત્તુ પ્રણામ કરવાથી સાધકને એવી ઉચ્ચ સ્થિતિ પ્રાપ્ત થાય છે કે પછી તેને ક્યારેય પણ કોઈનો અવગુણ કે અભાવ આવતો જ નથી. અવગુણ અભાવ લઈને તે દોષની માફી માટે દંડવત્તુ પ્રણામ કર્યા કરવા, એવું ન થવું જોઈએ. કારણ કે પ્રાયસ્થિત એક કે બે વાર ભૂલ થઈ હોય તેનું હોય, પરંતુ વારંવાર ભૂલો કર્યા કરવી ને તેના પ્રાયસ્થિતરૂપે દંડવત્તુ પ્રણામ કર્યા કરવા, એમ યંત્રવત્તુ કિયાથી અપરાધો માફ નથી થતાં. માટે એ અંગે પણ વિવેક રાખવો આવશ્યક છે. આ રીતે દંડવત્તુ પ્રણામનું હાઈ સમજ નિયમિતપણે દંડવત્તુ પ્રણામ કરવાથી તેનું અક્ષય ફળ મળે છે.

શ્રીહરિએ શિક્ષાપત્રીમાં કહેલાં આઠ નિયમો જે ચાતુર્માસમાં વિશેષપણે કરવાના છે તેમાંનો એક વિશેષ નિયમ દંડવત્તુ પ્રણામ પણ છે. તેથી પણ તેનું માહાત્મ્ય અનેકગણું વધી જાય છે. કારણ કે તેમાં પ્રભુની પ્રસંગતા સમાવિષ્ટ છે.



૧૧

પ્રદક્ષિણ॥

મંદિરમાં પધરાવેલ પરમાત્માના સ્વરૂપને ફરતી પરિકમા કરવામાં આવે છે અથવા પૂજા કરતી વખતે ભગવાનની ચલ પ્રતિમા પધરાવેલી હોય છે, તેને ફરતી ડાબી બાજુથી જમણી દિશા તરફ ગોળ ફરતી પરિકમા કરવામાં આવે છે. પરિકમા અથવા પ્રદક્ષિણા એ પ્રભુના સ્વરૂપને ફરતા આંટા મારવાની કિયા માત્ર જ નથી. તેની પાછળ ગહન રહસ્ય સમાયેલું છે. પ્રભુના સ્વરૂપનાં એકાગ્ર દૃષ્ટિએ, સ્થિર ચિત્તવૃત્તિથી દર્શન કરી તે સ્વરૂપને પ્રદક્ષિણા દરમ્યાન અંતર્વૃત્તિએ હૃદયમાં ધારવાનો અભ્યાસ કરવાનો હેતુ છે. એક પ્રદક્ષિણા પૂરી થાય પછી પ્રભુના સ્વરૂપને ફરીથી દૃષ્ટિ દ્વારા નિહાળી, તે રમણીય સ્વરૂપને ફરીથી અંતરમાં ઉતારવાનો પ્રયત્ન પ્રદક્ષિણા દરમ્યાન કરવો જોઈએ.

આ રીતે પ્રથમ બાધ્ય દૃષ્ટિએ એકાગ્ર વૃત્તિએ પ્રભુના સ્વરૂપનાં દર્શન કરી, ભક્તિભાવ સાથે વારંવાર અંતરદૃષ્ટિ દ્વારા તે સ્વરૂપને અંતરમાં ધારવાનો અભ્યાસ કર્યા કરવો અને એ સ્વરૂપને આત્માને વિશે દૃઢ કરવાનો પુરુષપ્રયત્ન કરવો, એ પ્રદક્ષિણા કરવા પાછળનો હેતુ છે. પ્રદક્ષિણામાં હંદ્રિયો અંતઃકરણની વિષયો તરફ દોડી જતી વૃત્તિઓનો નિગ્રહ કરી, પ્રભુના સ્વરૂપમાં તપની ભાવના સાથે જોડીને પ્રભુના સ્વરૂપને ચૈતન્યમાં દૃઢ કરવાની સૂક્ષ્મ સાધના સમાયેલી છે.

ઘણા લોકો યાંત્રિક રીતે પ્રદક્ષિણા ફરતા હોય છે. તેઓ પ્રદક્ષિણા દરમ્યાન નેત્રોની ચંચળ વૃત્તિ દ્વારા આજુબાજુનું બધું જોયા કરતા, ગામગપાટા ને વાતો કરતાં કરતાં પ્રદક્ષિણા ફરે છે. આવી પ્રદક્ષિણા નિરર્થક નીવડે છે. હા, ફક્ત ખાદેલું પચાવવા માટે ચાલવાની કસરત મળી રહે છે, એટલો લાભ થાય છે.

પરમાત્મા સારાય વિશ્વનું મધ્યસ્થ કેન્દ્ર છે. આપણા જીવનની દરેક દરેક કિયામાં પ્રભુ સદાય કેન્દ્રસ્થાને રહેવા જોઈએ. એવા ઉદાત્ત ભાવની સ્મૃતિ ને દૃઢતા સમજણપૂર્વકની પ્રદક્ષિણા દ્વારા થાય છે. પૃથ્વીનો છેડો ઘર, એમ અનેક પ્રકારની આધ્યાત્મિક સાધનાઓનું મુખ્ય લક્ષ્ય, મુખ્ય કેન્દ્ર એ પ્રભુનું દિવ્ય સ્વરૂપ છે. અનંત દિવ્ય કલ્યાણકારી ગુણો, અનંત દિવ્ય જ્ઞાન, પ્રકાશ, સુખ, શાંતિ, આનંદ, ઐશ્વર્ય, પ્રતાપ, દિવ્ય શક્તિઓ, અવતારો, દિવ્ય વિભૂતિઓ વગેરે પરમાત્મારૂપ એક જ કેન્દ્રમાંથી ઉદ્ભવે છે ને પાછા તેમાં જ લીન થાય છે. એવા પ્રકારનું સૂક્ષ્મ જ્ઞાન ને માહાત્મ્ય સમજીને જો પ્રદક્ષિણા કરવામાં આવે, તો સાધકની આધ્યાત્મિક ચેતનાના જાગરણમાં તથા વિકાસમાં તે સહાયરૂપ નીવડે છે. તેવી સમજણપૂર્વકની પ્રદક્ષિણાનું ફળ અકલ્ય છે, તેમ શાસ્ત્રો ને સત્પુરુષો કહે છે.

આ અનંત બ્રહ્માંડમાં પણ કશું જ સ્થિર નથી. બધું જ ગોળ ગોળ ફરે છે. અણુની નાભી-કેન્દ્ર (Nucleus)ની આજુબાજુ ઇલેક્ટ્રોન્સ અને કેન્દ્રમાં પ્રોટોન્સ અને ન્યૂટ્રોન્સ આ બધું જ ગોળ ગોળ ફર્યા કરે છે. આપણી પૃથ્વીની આજુબાજુ ચંદ્ર ફરે છે. પૃથ્વી, બુધ, મંગળ, શુક્ર, ગુરુ, શનિ વગેરે ગ્રહો

સૂર્યની આજુબાજુ ફરે છે. સૂર્ય નિહારિકાની આજુબાજુ ફરે છે. એક આકાશગંગામાં સૂર્ય જેવા ને તેથી પણ મોટા અનેક તારાઓ છે. એવી એક આકાશગંગા બીજી આકાશગંગાને ફરતી ફરે છે. આ રીતે સારુંય વિશ્વ ગોળ ગોળ ફરે છે. જેમ ભમરડો કે કોઈ ચક ગોળ ફરે છે ત્યારે તેની ગતિને લીધે ધ્વનિ ઉત્પન્ન થાય છે. તેમ આ વિશ્વમાં અનંત તારાઓ, ગ્રહો, નક્ષત્રો બધું પોતાની ધરીની આજુબાજુ ગોળ ગોળ તો ફરે જ છે, પરંતુ એક બીજાની આજુબાજુ પણ ગોળ ગોળ ફરે છે. તેથી પ્રાણવ ધ્વનિ ઉદ્ભવે છે. અનંત આકાશગંગાઓના ફરવાનો ધ્વનિ કેટલો બધો થાય તેની કલ્યાણ થઈ જ ન શકે! મન અને શરીરની બધી મર્યાદાઓથી મુક્ત થયેલા સિદ્ધમુક્તોને જ આ ધ્વનિ સંભળાય છે. આ રીતે ધ્વનિ અર્થાત્ સંગીત સાથે વિશ્વની નૃત્યલીલા (Cosmic dance) સતત ચાલ્યા જ કરે છે. આ પ્રકારની પ્રભુની લીલાનો વિચાર કરે તો પણ માનવીનો ક્ષુદ્ર અહંકાર ઓગળી જાય. પ્રકૃતિનો આ પ્રદક્ષિણાનો નિયમ આપણાને પ્રભુના સ્વરૂપને કેન્દ્રમાં રાખી બધી કિયાઓ કરવાની સતત પ્રેરણા આપે છે.

પ્રભુ તથા તેમના સ્વરૂપમાં અખંડ દિવ્યस્થિતિ પામેલા પૂર્ણ મુક્તપુરુષોને તેઓ આપણા ચૈતન્યમાં દિવ્યરૂપે અખંડ બિરાજમાન છે, એવી ભક્તિસભર ઉત્કૃષ્ટ ભાવનાથી તેમને પ્રદક્ષિણા કરવામાં આવે, તો તેનું ફળ અનંત અશ્વમેઘ યજનાં ફળ કરતાં પણ વિશેષ થાય છે.

પ્રભુને કેન્દ્રમાં રાખી હદ્યની પ્રેમભક્તિરૂપ ભાવોર્ભિની દોરી દ્વારા, પ્રદક્ષિણા દરમ્યાન આપણો પ્રભુને બાંધીએ છીએ ને પ્રભુ આપણા વિશુદ્ધ પ્રેમની દોરીથી બંધાઈને આપણાને

પ્રદક્ષિણા

વશ થઈ જાય છે. આવો ઉત્કૃષ્ટભાવ પણ પ્રદક્ષિણાની કિયામાં સમાવિષ્ટ છે.

આ રીતે પ્રદક્ષિણાનું આધ્યાત્મિક રહસ્ય ને મહત્વ સમજી પ્રદક્ષિણા કરવાથી વધુ લાભ મળશે ને પ્રભુની પ્રસંગતા થશે એ નિશ્ચિયત છે.



૧૮

આઈતી

આરતીમાં દીપ પ્રગટાવી પ્રભુના સ્વરૂપ સમક્ષ નીચેથી ઉપર દીવાને ફેરવવામાં આવે છે. એક ચોક્કસ પ્રકારના સંગીતના ઢાળમાં પ્રભુની પ્રશસ્તિ ને ગુણગાનયુક્ત, સુતિરૂપ આરતીનાં પદોનું જાલર, ધંટ, નગારા તથા તાલીના તાલબદ્જ નાદ સાથે ગાન-સ્તવન કરવામાં આવે છે. મુખ્યત્વે આરતી-નિરાજન મંહિરમાં જુદા જુદા પાંચ સમયે કરવામાં આવે છે - મંગળા, શાણગાર, રાજભોગ, સંધ્યા અને શયન. આ સિવાય કથાપ્રસંગે, પૂજાપ્રસંગે, ગુરુ કે સત્પુરુષની પધરામણી વખતે પૂજન તેમ જ આરતી કરવામાં આવે છે. રક્ષાબંધનના પવિત્ર દિવસે બહેન-ભાઈનું પૂજન તથા આરતી કરે છે. યુદ્ધમાં જતા સૈનિકવીરનું પૂજન તેમ જ આરતી કરવામાં આવે છે. આમ વિવિધ પ્રસંગે આરતી કરવાની ભારતીય સંસ્કૃતિમાં પ્રથા છે. પ્રભુના સ્વરૂપનો પોતાના આત્મામાં જેમણો સાક્ષાત્કાર કર્યો હોય એવા પૂર્ણમુક્તની પણ આરતી ઉતારી શકાય છે. શ્રીહરિ પોતે પણ પોતાના સંતમુક્તોની પૂજા તેમ જ આરતી સ્વહસ્તે કરતા. એમ સાચા સંતનો આદર કરવાનું શીખવતા.

આરતીમાં હૃદયના અતલ ઊંડાણમાંથી ઉદ્ભવતા આર્તનાદ સાથે આર્દ્રભાવે, રોમાંચિત ગાત્રે ને ગદ્ગગદ કંઠે, પ્રભુની તથા તેમના કલ્યાણકારી ગુણોની યશસ્તિ તથા સુતિ પ્રાર્થના કરવાનો ભાવ રહેલો છે. આરતી એ પંચમહાભૂત પૃથ્વી, જળ, તેજ, વાયુ અને આકાશ દ્વારા પ્રભુને અર્થ

આપવાની પ્રતીકાત્મક પ્રક્રિયા છે. આરતીમાં પ્રભુ પ્રત્યેની સાચી શરણાગતિનો ઉત્કૃષ્ટભાવ સમાયેલો છે, ‘હે પ્રભુ! તું જ મારું તન-મન-ધન-માતા-પિતા-વિદ્યા-ગુરુ-બંધુ-મિત્ર સંપત્તિ, અરે! મારું સર્વસ્વ તું જ છે. મારું કોઈ અસ્તિત્વ જ નથી, એક તું જ છે.’

ત્વમેવ માતા ચ પિતા ત્વમેવ
ત્વમેવ બંધુશ્च સખા ત્વમેવ ।
ત્વમેવ વિદ્યા દ્રવિણ ત્વમેવ
ત્વમેવ સર્વ મમ દેવ દેવ ॥

આવા પ્રકારનો અંતિમ સમર્પણભાવ સમાયેલો છે. આવા ઉત્કૃષ્ટભાવની દૃઢતા થવાથી ભક્ત પોતાનું અસ્તિત્વ સંપૂર્ણપણે વિસરી જઈ પ્રભુના સ્વરૂપમાં અસ્તિત્વ વિલીન થયેલું અનુભવે છે. ‘હું’ પણારૂપ અહંકાર ઓગળી જાય છે.

આરતીમાં દીવો ઉપર-નીચે ફેરવવાની સાથે વિવિધ આવર્તનો દ્વારા પ્રભુના સ્વરૂપનાં ચરણાર્વિદ, પિંડી, સાથળ, કટી, ઉદર, વક્ષઃસ્થળ (છાતી), કંઠ, મુખારવિદ, ભાલ, મસ્તક વગેરે અંગો એકાગ્રતાપૂર્વક ભક્તિભાવ, આર્તભાવથી અનુકૂમે નિરખવાના હોય છે. એમ પ્રભુના નખશિખ દર્શન કરી, એ મૂર્તિને અંતરમાં ઉતારવી એવું રહસ્ય સમાવિષ્ટ છે.

આરતીનો સૂક્ષ્મ આધ્યાત્મિક ભર્મ એ પણ છે કે જેમ વાટ તથા ધીના દીવાથી આરતી ઉતારતાં પ્રભુનાં નખશિખ દર્શન કરવાં, એ રીતે હૃદય સ્થિત પોતાના ચૈતન્યની દિવ્ય જ્યોતના પ્રકાશ દ્વારા આત્મામાં પરમાત્માના સ્વરૂપનાં દર્શન કરવાં. અનુભવજ્ઞાનરૂપી આત્મપ્રકાશ-આત્મજ્યોત દ્વારા પ્રભુના સ્વરૂપમાં એકાત્મભાવ પાખ્યો છું, એમ ચૈતન્યમાં

સાક્ષાત્કાર કરવો. ઘંટ, જાલર, શંખ, નગારા વગેરેના પ્રશાવ ધ્વનિ ‘ॐ’ રૂપ નાદ સાથેની આરતીનો ગૂઢાર્થ એ છે કે હૃદયસ્થ અનાહત ચક (કેન્દ્ર)માં ઉદ્ભવતા, પ્રભુના દિવ્યતેજોરાશિમાંથી ઉત્પત્ત થતાં દિવ્ય નાદાત્મક ધ્વનિ દ્વારા નાદબ્રહ્મના કારણરૂપ એવા પ્રભુની ઉપાસના-આરાધના કરવી.

આધુનિક વિજ્ઞાન પણ ધ્વનિતરંગોની અદ્ભુત શક્તિની અસર સફળ પ્રયોગો દ્વારા પામી શક્યું છે. સંગીતના વિવિધ રાગોના સ્વરબ્દ્ધ, લયબ્દ્ધ ને તાલબ્દ્ધ ધ્વનિતરંગો દ્વારા કેટલાક રોગીઓના અમુક પ્રકારના રોગો મટી ગયાના દાખલા પણ નોંધાયેલા છે. અમુક ધ્વનિતરંગો દ્વારા વનસ્પતિનો સારો એવો વિકાસ ત્વરિત ગતિએ થાય છે, એમ પણ નોંધાયેલું છે. આજુબાજુના વાતાવરણમાં પણ ધ્વનિતરંગોની શુભાશુભ અસર થાય છે. શંખ, ભેરી, શરણાઈ, રણશિંગા વગેરેના ધ્વનિતરંગોથી વીર યોદ્ધાઓમાં શૌર્ય પ્રગટે છે, શૂરાતન ચડે છે, અદ્ભુત પ્રકારનો વીરરસ ને જોમ પ્રગટે છે. અમુક પ્રકારનાં વાજિંગ્રોના ધ્વનિથી દુઃખ ને શોકની લાગણી કે ગમગીની છવાઈ જાય છે. અમુક ધ્વનિથી વિરહ વેદના ઉદ્ભવે છે. અમુક ધ્વનિથી હતાશા તો અમુક ધ્વનિથી આનંદની લાગણી જન્મે છે. ધ્વનિથી હાસ્યરસ પણ ઉદ્ભવે છે, તો ક્યારેક કરુણારસ પ્રસરે છે. ભક્તિરસના સંગીતના ધ્વનિથી મનમાં સાત્ત્વિકભાવ ઉત્પત્ત થાય છે. મગજમાં આદ્દા તરંગો ઉત્પત્ત થવાથી મગજનાં રસાયણો સંતુલિત થાય છે તેથી તાણ-તણાવ દૂર થઈ મન ધ્યાનમાં એકાગ્ર થવા લાગે છે. અશ્રાવ્ય ધ્વનિતરંગોથી રોગો અને

પીડા દૂર થઈ શકે છે. બીજાં અનેક યાંત્રિક કાર્યો પણ થઈ શકે છે. આમ ધ્વનિતરંગોની અસરો અકલ્ય છે.

ઘંટ, જાલર, નગારા, શંખ વગેરેના ધ્વનિતરંગોથી વાતાવરણમાં રહેલાં વિખાણુઓ, રોગાણુઓ, વાયરસ વગેરે કેટલેક અંશે નષ્ટ થઈ જાય છે. તેમ પ્રયોગો દ્વારા વૈજ્ઞાનિકોએ નોંધ્યું છે. તે ધ્વનિતરંગો દ્વારા સૂક્ષ્મસૃષ્ટિમાં રહેલ મહિન, અનિષ્ટ તત્ત્વો ને આસુરી શક્તિઓ પ્રભાવિત થઈને દૂર ભાગી જાય છે. મનમાં રહેલા આસુરી વિચારો ને વિકારો પણ દૂર થઈ જાય છે. તેથી મનમાં સાત્ત્વિકભાવ ઉદ્ભવે છે. પ્રભુનાં દર્શનમાં તહ્વીન એવા ભક્તનું અંતઃકરણ નિર્મળ અને સ્થિર બને છે. આરતી દરમ્યાન અંતરિક્ષમાં રહેલા અનેક દેવતાઓ તથા સિદ્ધ મહાત્માઓને પ્રભુની અથવા મુક્તની છથ્યાથી પ્રભુનાં દર્શનનો લાભ મળે છે. પ્રભુનાં દર્શનથી તેઓ ધન્યતા અનુભવે છે.

આરતી દ્વારા ભાવિક ભક્તોને પ્રભુના સ્વરૂપમાંથી પ્રગટઠી દિવ્ય ચેતનાશક્તિનો સ્પર્શ થાય છે. સાચો પાત્ર ભક્ત એ દિવ્યશક્તિનો સંચાર પોતાનાં નેત્રો દ્વારા પોતાનામાં થતો હોય એમ અનુભવે છે. આરતી પૂર્ણ થયા બાદ જળ દ્વારા અંજલિથી પ્રદક્ષિણા કરવામાં આવે છે. પછી બંને હાથથી આત્મવંદના અર્થાત્ આરતીની આસકા લેવામાં આવે છે. અને હાથને નેત્ર, હૃદય અને મસ્તકને સ્પર્શવામાં આવે છે. આ પ્રક્રિયા દ્વારા આરતીની જ્યોતિમાં પ્રભુની ચેતનાશક્તિ ઊતરેલી હોય છે તે ભક્તમાં પ્રવેશીને ભક્તની સુષુપ્ત આધ્યાત્મિક ચેતનાને જાગૃત કરી ઊર્ધ્વ બનાવે છે.

આરતીનું આ પ્રકારનું રહસ્ય સમજ દરેક કુટુંબે

પોતાના ઘરે સવાર-સાંજ નિયમિતપણે પ્રભુની આરતી ઉતારવી જોઈએ. જેથી ઘરમાં સુખ, શાંતિ, આનંદ, સમૃદ્ધિ, આરોગ્ય ને સંપની વૃદ્ધિ થયા કરે.



૧૩

ધૂન

પ્રભુના નામનું વિવિધ સૂર તથા ઠાળમાં તાલબદ્ધ રીતે લયમાં, મધુર કંઠે ગાન કરવું તેને ધૂન કહેવામાં આવે છે. ધૂન વ્યક્તિગત અથવા સમૂહમાં એમ બંને રીતે ગાઈ શકાય છે. ધૂન ગાતી વખતે પ્રભુના સ્વરૂપની સ્મૃતિ તથા નામના અર્થની સ્મૃતિ હોવી જોઈએ. કોઈ એક જ વિષયમાં લગની લાગી જાય તે ધૂન છે. તે માટે પ્રભુના સ્વરૂપમાં લગની લગાવી ભક્તિભાવ સાથે તેમના નામનું રટણ-ધૂન કરવાથી ધૂનનું યથાર્થ ફળ મળે છે.

ધૂન મધુર ને કર્ણગ્રિય હોવી જોઈએ. જેથી મનની વૃત્તિ પ્રભુના સ્વરૂપમાં સહેલાઈથી અને આનંદપૂર્વક જોડાઈ શકે. બેસૂરી ઢબે, સ્વર-તાલ વગર, શ્રદ્ધા ને મહિમાએ રહિત બોલાતી ધૂન યાંત્રિક અને કંટાળાજનક બની રહે છે. તેથી મન શાંત ને સાત્ત્વિક બનવાને બદલે ઉદ્ઘેગમય બને છે. એટલે ધૂનનું યથાર્થ ફળ મળી શકતું નથી. દેખાદેખી કરીને ખોટા બૂમબરાડા સાથે ધૂન ગાવાથી અવાજનું પ્રદૂષણ વધે છે ને તેથી વાતાવરણ શાંત બનવાની જગ્યાએ ઘોંઘાટમય બની જાય છે.

પ્રભુનું નામ તેમના પ્રત્યેના વિશુદ્ધ પ્રેમ ને ભક્તિસભર ભાવોર્ભિઓથી ભીજવીને, રોમાંચિત ગાત્રે લેવામાં આવે તો પ્રભુની પ્રસન્નતા થાય છે. ભાવવિભોર થઈ પ્રભુના નામનું ઉચ્ચારણ થાય ત્યારે મનના મલિન વિકારો, વિચારો ને

સંકલ્પોનું શમન થાય છે. કામ-કોધાદિક અંતરશત્રુઓનું બળ ઘટી જાય છે. તેથી અંતર નિર્મળ ને શાંત બને છે. એવા અંત:કરણ દ્વારા પ્રભુના સ્વરૂપમાં સહેલાઈથી વૃત્તિ જોડી શકાય છે.

મધુર સ્વરે, મૃદુભાવે, લયબદ્ધ રીતે ભાવથી જ્યારે ધૂન ગાવામાં આવે છે, ત્યારે પ્રભુના નામના દિવ્ય ધ્વનિતરંગો આજુબાજુના વાતાવરણમાં પ્રસરે છે. તેથી વાતાવરણમાં રહેલા અનેક મનુષ્યના મલિન વિચારોનાં સૂક્ષ્મ આંદોલનોથી થયેલી પ્રદૂષિતતા દૂર થઈ વાતાવરણ પવિત્ર ને શાંત બને છે. સૂક્ષ્મસૂષ્ટિમાં રહેલા મલિન ને અશુભ વાસનાવાળા પ્રેતાત્માઓ ને આસુરી તત્વો પ્રભુના નામના પવિત્ર, શક્તિશાળી ધ્વનિતરંગોથી ભયભીત બની તે સ્થાન છોડી દૂર ભાગી જાય છે. શુભ આશયવાળા પ્રેતાત્માઓ એ નામના શ્રવણથી તથા ધ્વનિતરંગોના સ્પર્શથી પાવન બને છે. તેમની મલિન વાસનાઓનો ક્ષય થાય છે. ક્યારેક પાત્ર પ્રેતાત્માઓ પ્રભુની ને મુક્તપુરુષની હચ્છાથી તેમનાં દર્શન પામીને મોક્ષભાગી પણ બને છે. અંતરીક્ષમાં રહેલા અધિકારી દેવતાઓ પણ નામશ્રવણથી ધન્ય બને છે. જેમ સુગંધીદાર ધૂપસળી દ્વારા આજુબાજુના વાતાવરણમાં સુગંધ પ્રસરે છે, તેમાં ધૂપસળીને કોઈ ઉપદેશ કરવો પડતો નથી. સહજ રીતે જ સુગંધ પ્રસારે છે, તેમ નામના દિવ્ય ધ્વનિતરંગો વાતાવરણમાં પ્રસરીને પોતાનો પ્રભાવ બતાવે છે.

પ્રભુના સ્વરૂપના સાક્ષાત્કારવાળા ને એ સ્વરૂપમાં પૂર્ણસ્થિતિ પામેલા મુક્તપુરુષના સાંનિધ્યમાં જ્યારે પવિત્ર ભક્તસમૂહ પ્રભુનામની સુંદર ધૂન ગાય છે, ત્યારે એ

આંદોલનોની સાથે મુક્તપુરુષની દિવ્ય સંકલ્પશક્તિ ભળે છે ને તે સારાય વિશ્વમાં પ્રસરે છે. તેથી જગતનાં પાપકર્માનો કેટલેક અંશે ક્ષય થાય છે. તેથી પાપકર્માથી ને મહિન વિચારો, વિકારોથી ખદબદ્ધતી આ દુનિયામાંથી કામ, કોધ, ઈર્ધા, દ્વેષ વગેરે મહિનભાવો કેટલેક અંશે દૂર થવાથી અંદર અંદર પ્રેમભાવ, ભાઈચારો ઉદ્ય થાય છે. શાંતિ પ્રસરે છે ને કેટલેક અંશે જગતનું સંતુલન (Balance) જળવાઈ રહે છે. મનુષ્યરૂપે પ્રગટ મુક્તપુરુષની આ વિશેષતા છે. સાચા ભાવે ધૂન ગાનારના શુભ મનોરથો પણ પ્રભુ પરિપૂર્ણ કરે છે.

ધૂનમાં લયબદ્ધ રીતે તાલી પાડવાથી હથેળીમાં રહેતા એક્યુપ્રેશરના પોઇન્ટ્સ ઉપર દબાણ તથા ઘર્ષણ થવાથી તે સક્રિય બને છે. તેથી સૂક્ષ્મ નાડીઓ અને જ્ઞાનતંતુઓમાં પ્રાણનું વહન સરસ રીતે થાય છે. અંતઃસ્વાવી ગ્રંથિઓના હોર્મોન્સ રસાયણો સંતુલિત થાય છે. તેથી તાણ-તણાવ દૂર થઈ તન-મનના આરોગ્યમાં લાભ થાય છે.

આ રીતે ધૂનના સ્થૂળ-સૂક્ષ્મ અનેક પ્રકારના લાભ છે. પ્રભુના સ્વરૂપમાં જોડાવાનાં વિવિધ સાધનોમાં ધૂનનું પણ ઘણું મહત્વ છે.

ભગવાન શ્રી સ્વામિનારાયણ શ્રીમુખ વાડી ‘વચનામૃત’માં જણાવે છે -

“ત્યારે મુક્તાનંદ સ્વામીએ કહ્યું જે, હે મહારાજ! એ દુષ્ટ વાસના કેમ ટળે? ત્યારે શ્રીજમહારાજ બોલ્યા જે, દુષ્ટ વાસના ટાળવાનો તો એ ઉપાય છે જે જ્યારે વર્તમાન બહાર સંકલ્પ થાય, તથા કોઈ હરિજનના તથા સંતના અભાવનો સંકલ્પ થાય, ત્યારે નરનારાયણ- સ્વામિનારાયણ એમ

વારંવાર પોકારીને નામ ઉચ્ચારણ કરવું અને બીજું માહાત્મ્યે સહિત ને ધર્મે સહિત ભગવાનની નવ પ્રકારની ભક્તિ કર્યા કરે, ત્યારે ભગવાન તેના હૃદયમાં વાસ કરીને દુષ્ટ વાસનાને નાશ પમાડે છે.”

- વચ. જી. પ્ર. ૩

“જ્યારે એવા ભૂંડા ઘાટ થાવા માંડે, ત્યારે ધ્યાનને પડયું મૂકીને જીબે કરીને ઊંચે સ્વરે નિર્લજ થઈને તાળી વજાડીને સ્વામિનારાયણ સ્વામિનારાયણ ભજન કરવું ને હે દીનબંધો! હે દ્યાસિંધો! એવી રીતે ભગવાનની પ્રાર્થના કરવી તથા ભગવાનના સંત જે મુક્તાનંદ સ્વામી જેવા મોટા હોય તેમનાં નામ લઈને પ્રાર્થના કરવી તો ઘાટ સર્વે ટળી જાય ને નિરાંત થાય, પણ એ વિના બીજો એવો ઘાટ ટાળ્યાનો ઉપાય નથી.”

- વચ. લો. પ્ર. ૫

આ રીતે શ્રીહરિએ પોતાના મુખે નામધૂનનો મહિમા વર્ણવ્યો છે. માટે પ્રભુના નામની ધૂનનો મહિમા અપાર છે.



૧૪

નામનો જયઘોષ

મંદિરમાં પ્રભુના સ્વરૂપનાં દર્શન કરતી વખતે, આરતી કે સ્તુતિ-પ્રાર્થના બાદ, કથા પ્રસંગો, પૂજા પ્રસંગો કે ઉદ્ભોધન વખતે, એમ ઘણા પ્રસંગોએ પ્રભુના નામની ઊંચે સ્વરે કરીને 'જય' બોલાવવામાં આવે છે. જેમ કે સહજાનંદ સ્વામી મહારાજની જય, હરિકૃષ્ણ મહારાજની જય, ઘનશ્યામ મહારાજની જય, પૂર્ણ પુરુષોત્તમ શ્રી સ્વામિનારાયણ ભગવાનની જય! વગેરે નામોચ્ચાર સાથે જયઘોષ કરવામાં આવે છે. એની પાછળ સર્વશક્તિમાન એવા પ્રભુના અનંત ઐશ્વર્ય પ્રતાપનું મહિમાગાન કરવાની ભાવના રહેલી છે. જે પ્રભુ સર્વોપરી, સર્વજ્ઞ, સર્વવ્યાપી, સર્વ ઐશ્વર્યવાન, સર્વ સામર્થ્યવાન છે. જેઓ જીવકોટીથી લઈને મૂળઅક્ષર પર્યાત તથા તેથી પર મુક્ત-નિત્યમુક્તના સ્વામી છે. સર્વના નિયામક, આધાર, કર્તા-હર્તા-ભર્તા, પોષક, પ્રેરક છે. અનંતકોટી બ્રહ્માંડોની ઉત્પત્તિ, સ્થિતિ ને પ્રલયરૂપ લીલા જેના એક સંકલ્પમાત્રાનું પરિણામ છે. અનંત વિભૂતિ અવતારો ને મુક્તાવતારો જેમાંથી પ્રગટ થાય છે ને પાછા લીન થાય છે. અનેક બ્રહ્માંડાભિમાની દેવતાઓ, અધિકારીઓ, વિભૂતિઓનું નિયમન કરનાર. અનાદિમુક્તો પર્યાત સર્વને સુખ, સામર્થ્ય, ઐશ્વર્ય, શક્તિ, પ્રકાશ ને કલ્યાણકારી ગુણોના દાતા એવા મહાપ્રભુજી સદાય જયકારી પ્રવર્તે છે. એવા ઉદાત્ત ભાવનો પ્રભુનામના જયઘોષમાં આવિજ્ઞાર થાય છે.

એ નામના જ્યથોષમાં પ્રભુના અનંત કલ્યાણકારી ગુણોની સુતિ-પ્રાર્થનાનો સૂક્ષ્મભાવ સમાયેલો છે.

પ્રભુના સ્વરૂપનો મહિમા અપાર છે. તેઓ પોતે પણ પોતાના મહિમાનો પાર પામતા નથી તેમ કહે છે. એવા શ્રીહરિના વિધાન પાછળનું હાઈ એ જ છે કે પ્રભુનો મહિમા અપરંપાર છે. પ્રભુના જ્યથોષ પાછળ પ્રભુનો અપાર મહિમા કહેવાનો ભાવ પણ સમાવિષ્ટ છે. એ દિવ્ય નામની જ્યથી એ મહાપ્રતાપી પ્રભુના સ્વરૂપની તત્કાળ સ્મૃતિ ઉદ્ય થાય છે. મનમાં અનેરી ઊર્જાનો સંચાર થાય છે ને મનના ઘાટ સંકલ્પોનું તત્કાળ શમન થતાં મન શાંત ને પવિત્ર બને છે. એ નામનો એવો અદ્ભુત પ્રતાપ છે. આગળ ધૂન વિશેના પ્રકરણમાં ધૂનનું જે ફળ વર્ણવેલું છે તે ફળ પ્રભુના નામના મહિમાપૂર્વક ને શ્રદ્ધાપૂર્વક કરેલા જ્યથોષથી મળે છે.

પ્રભુના સ્વરૂપની સ્મૃતિસહ યથાર્થ મહિમા ને શ્રદ્ધાપૂર્વક નામની જ્ય બોલાવવામાં આવે, તો પ્રભુનું તેમના અનંતમુક્તોએ સહિત પ્રગટપણું અનુભવાય છે. તેથી ભક્તની ચેતનાશક્તિ જાગૃત થાય છે ને મનમાં નિર્ભયતા નિષ્પત્ત થાય છે. પ્રભુ તથા મુક્તોની પ્રસમતા થવાથી ભક્તમાં અંતરશત્રુઓનું બળ ઘટી જાય છે. વિકારોનું શમન થાય છે. બહારના શત્રુઓ તથા સૂક્ષ્મ સૃષ્ટિમાં રહેલાં અનિષ્ટ તત્ત્વો પણ ભય પામી દૂર નાસી જાય છે. એવા શ્રદ્ધા ને મહિમાપૂર્વકના નામથોષથી ભક્તમાં દૃઢ મનોબળ અને સંકલ્પબળ ઉદ્ભવે છે. તેનાથી ભક્તને દુઃખો, મુશ્કેલીઓ ને આપત્તિમાં સહનશક્તિ ને સ્થિરતા જળવાઈ રહે છે. ભક્તની પ્રભુ પ્રત્યેની નિષ્ઠામાં તથા શ્રદ્ધામાં દૃઢતા વૃદ્ધિ પામે છે. આ

રીતે પ્રભુના નામના જ્યઘોષનો મહિમા અતિ અપાર છે.

પ્રભુના નામના જ્યઘોષની જેમ પ્રભુના સ્વરૂપમાં પૂર્ણ સ્થિતિ પામેલા મુક્તના નામનો જ્યઘોષ પણ કરી શકાય છે. મુક્તોના નામના જ્યઘોષથી તેમના પ્રેરણાદાયી ને આદર્શરૂપ કલ્યાણકારી ગુણો ને ચરિત્રોની સ્મૃતિ થઈ આવે છે. તેથી એમ જણાય છે કે જેમના મુક્તો આવા મહાન, સમર્થ ને પ્રતાપી હોય, તો તેમના સ્વામી એવા જે પૂર્ણ પુરુષોત્તમ ભગવાન તે કેવા મહાન, સમર્થ ને પ્રતાપી હશે? તેમનો મહિમા કેવો અપાર હશે? મુક્તો તો પ્રભુની દિવ્ય સમૃદ્ધિ છે. પ્રભુને પોતાના સ્વરૂપ કરતાં પણ પોતાના અનાદિમુક્તો અતિ અધિક વહાલા છે. માટે તેમના ગુણગાનમાં સ્વયં પ્રભુના ગુણગાન થતાં હોઈ પ્રભુ વિશેષરૂપે પ્રસન્નતા જણાવે છે, એ વાત નિષ્ઠિત છે.

શ્રીહરિએ વચનામૃતમાં જણાવ્યા મુજબ જેમ પ્રભુની સાથે તેમના મુક્તની સેવા-પૂજા કરવાથી અનેક જન્મોની કસર એક જ જન્મમાં ટળી જાય છે, તેમ તેમના નામના જ્યઘોષ સાથે મુક્તના નામનો જ્યઘોષ કરવાથી પણ એ જન્મે જ કસરમાત્ર ટળી જાય છે. પરંતુ શરત એ છે કે તે નામની જ્ય જેમ છે તેમ યથાર્થ મહિમાપૂર્વક બોલાવી જોઈએ. અંત વખતે પ્રભુનું નામ જેમ છે તેમ યથાર્થ માહાત્મ્ય સમજી એક જ વાર ઉચ્ચારવામાં આવે, તો જીવ પરમપદને અર્થાત્ મોક્ષને પામે તેવો નામનો મહિમા સ્વયં પ્રભુ શ્રીમુખે કહે છે. માટે તેમાં અશ્રદ્ધા કે સંશયને કોઈ અવકાશ જ નથી.

માટે પ્રભુના નામના જ્યઘોષ સાથે મુક્તોના નામનો જ્યઘોષ પણ કરવો જ જોઈએ. જેમ ‘ભારતમાતાની જ્ય’ના

ઉદ્ઘોષ સાથે મહાત્મા ગાંધીજીની જ્ય, સરદાર પટેલની જ્ય બોલવાથી ભારતદેશનું ગૌરવ વધે છે. વ્યક્તિને ખ્યાલ આવે છે કે ભારતદેશની ધરતીની ખોળે આવાં મહાન રતનો પાક્યાં છે. જેઓ દેશનું સાચું ધન છે, સાચી સંપત્તિ છે, સાચી અસ્મિતા છે. તેથી તેવી મહાન વ્યક્તિના જ્યનાદથી દેશનું ગૌરવ શતગણું વધે છે, પણ લેશમાત્ર ઘટતું નથી. તેવી રીતે પ્રભુના નામના જ્યનાદ સાથે મુક્તના નામની જ્ય બોલવાથી પ્રભુનો મહિમા વધે છે, ગૌણ થતો નથી. એ સમજવું ઘટે. હા, જે મુક્ત સ્થિતિના નથી ને પોતાને ભગવાન અથવા મુક્ત કહેવડાવે છે, પોતાનું ધ્યાન તથા પૂજા વગેરે સામેથી કરાવે છે, એવા દંભી ગુરુઓથી સદાય ચેતતા રહેવું જોઈએ. તેવા દંભી ગુરુની જ્ય બોલવાથી લાભ ને બદલે હાનિ થાય છે, મોક્ષમાં પણ વિધ આવે છે, કારણ કે તેમાં પ્રભુની પ્રસંગતા લેશમાત્ર પણ થતી નથી. માટે મુમુક્ષુ ભક્તે પોતાની વિવેકશક્તિનો ઉપયોગ કરીને સાચા-ખોટાની પરખ કરતાં પણ શીખવું જોઈએ. નહિતર ગમે ત્યાં ફસાવાથી મનુષ્યજીવન વ્યર્થ જાય છે.

કષ્ટભંજન દેવ હનુમાનજીની જ્ય, વિધ વિનાયક ગાણપતિની જ્ય, કૈલાસપતિ હરહર મહાદેવની જ્ય. એમ દેવો તથા અવતારોની જ્ય બોલવામાં ગૌરવ અનુભવતા ભક્તો અજ્ઞાનને લઈને, સંકુચિતતાને લઈને સર્વોપરી ભગવાન પૂર્ણ પુરુષોત્તમનારાયણના પૂર્ણસિદ્ધ મુક્તોની જ્ય બોલવામાં નાનપ અનુભવે છે, સંકોચ અનુભવે છે, શરમ અનુભવે છે. તેમ મુક્તોની જ્ય ન બોલાય તેમ માને છે. આ અજ્ઞાન ને જડતા નથી તો બીજું શું છે? પરમાત્માના પરમ

સાધર્થને પામેલા મુક્તો તો પુરુષોત્તમરૂપ મુક્તાવતાર છે.
જેઓ વિભૂતિ અવતારો ને દેવો કરતાં અનેકગણા અધિક છે.
પ્રભુને તો પોતાના સ્વરૂપ કરતાં પણ પોતાના મુક્તો અધિક
વહાલા છે. માટે તેમના નામનો જ્યધોષ કરવાથી પ્રભુની
વિરોધ પ્રસન્નતા થાય છે, એમાં કોઈ સંશય નથી.

માટે હરિભક્તે ઈર્ષા, દ્વેષ ને મત્સરવાળા અજ્ઞાની
મનુષ્યની વાત માનવી નહિ અને પ્રભુના પૂર્ણમુક્ત એવા
સતપુરુષને ઓળખીને તેમનો જોગ-સમાગમ-સેવા કરીને
પ્રભુનો હદ્ગત અભિપ્રાય સમજવો તે તેના સર્વપ્રકારે
હિતમાં છે.



૧૫

થાળ

થાળ એ પ્રભુ પ્રત્યે પ્રેમલક્ષ્ણા ભક્તિનો ભાવ અર્પણ કરવાનું એક ઉત્તમ માધ્યમ છે. પ્રભુની સેવા, પૂજા, આરતી, થાળ વગેરે પ્રભુ પ્રત્યેના અલૌકિક ભાવાર્પણનાં પ્રતીક છે. પ્રભુના સ્વરૂપમાં પરાપ્રેમ, પરાભક્તિ ઉદ્ય થવાનાં ઉત્કૃષ્ટ સાધનો છે. થાળ દ્વારા ભક્તહૃદયમાં પ્રભુ પ્રત્યેના અદ્વિતીય અનુરોગનું પ્રગટીકરણ થાય છે.

થાળ પ્રભુને અર્પણ કરવા માટે, પ્રભુની પ્રસરતા માટે તૈયાર કરવાનો હોય, ત્યારે તેમાં અત્યંત પવિત્રતા ને શુદ્ધ જાળવવી ઘણી આવશ્યક છે. થાળના બધા પદાર્થોને ખૂબ જ કાળજીપૂર્વક શુદ્ધ કરવા જોઈએ. ભોજનનાં વિવિધ વંજનો સ્વાદિષ્ટ છતાં સાત્ત્વિકપણે તૈયાર કરેલાં હોવા ઘટે. પદાર્થો ગાળેલા શુદ્ધ જળથી ધોયેલા, સારી રીતે વિણેલા, ચાળેલા, સાફ કરેલા ને જંતુ રહિત હોવા જોઈએ. મીઠા-મસાલાનું પ્રમાણ પણ યોગ્ય રીતે જળવાવું જોઈએ. બેદરકારીને લીધે વાનગીઓ અતિ બારી, બાટી, તીખી કે મીઠી ન હોવી જોઈએ. બેદરકારીને લઈને વાનગીઓ સપ્રમાણ સ્વાદવાળી ન બને તો પ્રભુના પ્રેમમાં ઊણપ ગણાય. પ્રભુ માટેનો થાળ પોતે જાતે પરિશ્રમ લઈને તૈયાર કરવો અથવા પૂરી દેખરેખ હેઠળ પવિત્ર વ્યક્તિ પાસે તૈયાર કરાવવો જોઈએ. થાળ તૈયાર કરતી વખતે બેદરકારી, આળસ, પ્રમાદ, નિરસતા ન હોવા જોઈએ. પંચવિષ્ય સંબંધી મહિન વાસનાના વિચારો,

સાંસારિક-વ્યાવહારિક વિચારો થાળ બનાવતી વખતે પ્રયત્નપૂર્વક દૂર રાખવા જોઈએ.

થાળની દરેક વાનગી એકાગ્રતાપૂર્વક ને પ્રભુની સ્મૃતિ સહ પ્રસત્ર ચિત્તે તૈયાર કરવી જોઈએ. જેથી રસોઈ શુદ્ધ, સાત્ત્વિક ને સ્વાદિષ્ટ બને. જે પાત્રોમાં પ્રભુને થાળ ધરાવવાનો હોય તે પાત્રો કાળજીપૂર્વક ધોઈને સાફ કરવાં જોઈએ. નાહીં, ધોઈ, શુદ્ધ વસ્ત્રો પરિધાન કરી, પવિત્રપણે થાળ તૈયાર કરવો. આંતર-બાહ્ય અશુદ્ધિ હોય, મલિન વિચારો હોય ત્યારે થાળ વ્યક્તિનાં મલિન આંદોલનો દ્વારા અશુદ્ધ બને છે. આ વાત આપણે આભામંડળના વિજ્ઞાનને આધારે ‘બાહ્ય-આભ્યંતર શૌચ’ના પ્રકરણમાં જોઈ ગયા છીએ. થાળ તૈયાર કરતી વખતે વાતો કરવી, બોલબોલ કરવું એ યોગ્ય નથી, કારણ કે બોલવાથી ઉચ્છ્રવાસ કે થૂંક ઊડે છે તથા એકાગ્રતા પણ તૂટે છે. થાળ સુધારતાથી તૈયાર કરી પ્રભુને અતિ ભક્તિભાવપૂર્વક ધરાવવો જોઈએ. આપણે ઘેર કોઈ અગત્યના મહેમાનો આવવાના હોય ત્યારે કેટલી બધી કાળજી લઈને આપણે રસોઈ તૈયાર કરતા હોઈએ છીએ અને પીરસવામાં પણ કેટલું બધું ધ્યાન રાખતા હોઈએ છીએ. તો આ તો અનંત બ્રહ્માંડોના અધિપતિ, રાજાધિરાજ એવા પૂર્ણ પુરુષોત્તમનારાયણને અર્થે થાળ કરવાનો છે, તો તેમાં કેટલી શુદ્ધિ ને કાળજીની અગત્ય છે તે વિચારવું ધટે.

થાળ બનાવી પ્રભુને ધરાવતી વખતે એવી ભાવના કરવી કે થાળના નિમિત્ત દ્વારા હું મારા હૃદયની શુદ્ધ ને વિવિધ ભાવોમાંઓ વિવિધ વાનગીઓના માધ્યમ દ્વારા પ્રભુને અર્પણ કરું છું. એવી નિષ્કામ ભક્તિભાવનાનો થાળ

દ્વારા પ્રભુ સ્વીકાર કરે છે અને મારા ઉપર તેમની અલોકિક કૃપાની વર્ષા કરે છે. મારા ચૈતન્યને એ ઉત્તમ ભાવના દ્વારા આકર્ષણ કરીને પૂર્ણ પુરુષોત્તમરૂપ બનાવી પોતાના સ્વરૂપમાં મુક્ત કરીને રાખે છે. ને અપાર દિવ્ય સુખ ને શાંતિનું મારા ચૈતન્ય ઉપર અવતરણ કરે છે. તેથી મારાં સધળાં આવરણો ને અનિષ્ટો દૂર થઈ જાય છે. હું પ્રભુના દિવ્ય સુખરૂપ મહાસાગરમાં જીલી રહ્યો છું, અપાર સુખ-શાંતિ-આનંદનો અનુભવ કરી રહ્યો છું. એમ ધારણા કરી ધ્યાનમાં ઉંડા ઉત્તરવું.

આ રીતે પ્રભુને થાળ ધરાવવાથી સર્વવ્યાપી ને સર્વાત્મયભી એવા પરમાત્મા તથા તેમના મુક્તો પ્રસન્ન થાય છે અને થાળમાં રહેલ ભક્તિભાવને ગ્રહણ કરી ભક્ત ઉપર કૃપાવર્ષા કરે છે. તેથી ભક્તની આધ્યાત્મિક ચેતનાનું ઉધ્વીકરણ થાય છે. પ્રભુને ભાવપૂર્વક થાળ અર્પણ કરવાથી તે થાળના પદાર્થો ઉપર પરમાત્માની દિવ્યદૃષ્ટિ પડે છે. તેથી ખોરાકમાં રહેલ અચેતન, જડતા, અપવિત્રતા તથા રજોગુણિતમોગુણી અસર પણ ઘટી જાય છે. તે થાળ મહાપ્રસાદરૂપ બની જાય છે. એવી પ્રસાદી ગ્રહણ કરનાર ભક્તનું મન સાચિક અને નિર્મળ બને છે. તેથી પ્રભુના સ્વરૂપમાં એકાગ્ર થવાની શક્તિનો વિકાસ થાય છે. પ્રભુપ્રાપ્તિ માટેની સાધનામાં રહેલાં આવરણો, વિક્ષેપો ધીમે ધીમે દૂર થતાં જાય છે. સ્વાદવૃત્તિનું નિયમન પણ સરળ બને છે. રસાસ્વાદની આસક્તિ ઘટે છે. કેવળ પ્રભુના દિવ્યસુખરૂપ પ્રસાદ પામવાની અભિપ્સાનો ઉદ્ય થાય છે. હંડ્રિયો-અંતઃકરણની વિષયાભિમુખ વૃત્તિઓનું બળ ઘટે છે અને અંતરશત્રુઓ ઉપર

વિજય મેળવવામાં સફળતા મળે છે. ભક્તનું શારીરિક ને માનસિક સ્વાસ્થ્ય સુધરે છે. આ ભાવપૂર્વક પ્રભુને અર્પણ કરેલા થાળનું ફળ છે.

પ્રભુને જે રીતે બાધ્યસ્વરૂપે થાળ ધરાવાય છે, એ રીતે માનસીપૂજા દ્વારા પણ થાળ અર્પણ કરી શકાય છે. અતિ ભક્તિભાવપૂર્વક, શ્રદ્ધાપૂર્વક ને મહિમાપૂર્વક બાધ્યરૂપે અર્પણ કરેલો થાળ કે માનસીપૂજામાં અર્પણ કરેલો થાળ, આ બંનેનું ફળ તથા ગૌરવ સરખું છે. બાધ્ય રીતે થાળ કરવામાં કદાચ બધા પ્રકારની વાનગીઓ તૈયાર કરવાનું શક્ય ન બને. જ્યારે માનસીપૂજામાં તો માનસસમૃદ્ધિનો જે ટલો ઉપયોગ કરવો હોય તે ટલો કરીને અનેક પ્રકારનાં બંજનો પ્રભુને ધરાવી શકાય છે. ભક્તની ગમે તેવી ગરીબ સ્થિતિ પણ તેમ કરવામાં તેને બાધક નથી બની શકતી. મોટા સભ્રાટ પણ બાધ્ય સામગ્રી ન ધરાવી શકે એટલી સામગ્રી ગરીબ ભક્ત પોતાની માનસસમૃદ્ધિ દ્વારા નિર્માણ કરી પ્રભુને અર્પણ કરી શકે છે. શરત એટલી જ છે કે હદ્યના વિશુદ્ધ ભક્તિભાવ સાથે પ્રભુને થાળ અર્પણ કરેલો હોવો જોઈએ. તે કિયા યંત્રવત્ત ને નિષ્પાણ ન હોવી જોઈએ.

બાધ્યવૃત્તિએ પ્રભુના પ્રતિમાસ્વરૂપને થાળ ધરાવ્યા બાદ અંતરવૃત્તિએ પ્રભુના સ્વરૂપને અંતરમાં ધારી, એ સ્વરૂપ સાથે પોતે રસબસ-તદ્દૂપ-તલ્વીન છે, પ્રભુરૂપ છે, એમ પ્રતિલોમપણે પ્રભુને થાળ અર્પણ કરે, તો તે થાળનું વિશેષપણો દિવ્ય સુખ પામી શકે. આ રીતે પ્રતિલોમવૃત્તિએ થતી ધ્યાનની કિયાઓ સર્વोત્કૃષ્ટ છે. તેવા નિદિધ્યાસથી ક્રમે ક્રમે સાધક આધ્યાત્મિક વિકાસ સાધીને સાક્ષાત્કારની સ્થિતિ

સંપાદન કરી શકે છે.

આ રીતે થાળની કિયાનું સ્થૂળ-સૂક્ષ્મ રહસ્ય યથાર્થ રીતે સમજી પ્રભુને થાળ અર્પણ કરવાથી તેનો વધુ ને વધુ અલૌકિક આનંદ અનુભવી શકાય છે.



૧૬

આસન

આસનના બે અર્થ થાય છે :

(૧) વિવિધ પ્રકારનાં યોગાસનો જેવાં કે, પદ્માસન, સિદ્ધાસન, મધુરાસન, સ્વસ્તિકાસન, સુખાસન, ધનુરાસન, શીર્ષાસન, સર્વાગાસન વગેરે વગેરે અનેક પ્રકારનાં યોગાસનો હોય છે. આ આસનો મુખ્યત્વે હઠયોગનાં અંગ છે. આ બધાં આસનો તથા નેતિ, ધોતિ, બસ્તી વગેરે કિયાઓથી તથા ભસ્ત્રિકા, કપાલભાતિ, અનુલોમ-વિલોમ વગેરે પ્રાણાયામના પ્રકારો દ્વારા શરીરની નાડીઓ તથા શક્તિકેન્દ્રોની શુદ્ધિ થાય છે. હંદ્રિયો અંતઃકરણની શક્તિઓનો અભૂતપૂર્વ વિકાસ થાય છે. બ્રહ્મચર્યપાલનમાં દૃઢતા આવે છે. શરીર તેમ જ બહાર વિશ્વમાં રહેલા પ્રાણતત્ત્વ ઉપર કાબૂ આવે છે, તેથી પ્રાણશક્તિના અનેક ચમત્કારો સર્જ શકાય છે. શરીર સંપૂર્ણપણે નીરોગી બને છે.

હઠયોગની સાધના દ્વારા શરીરના દરેક કોષને સતત નવજીવન ને પોષણ મળવાથી યોગી વૃદ્ધાવસ્થા ઉપર કાબૂ મેળવી ધર્શણ લાંબું ને નીરોગી જીવન જીવી શકે છે. એવો હઠયોગી ધારે તો પોતાના આયુષ્યને સેંકડો વર્ષો સુધી લંબાવી શકે છે. ભારતવર્ષમાં સેંકડો વર્ષો સુધી યોગીઓ જીવ્યા છે તેવા દાખલાઓ મળી આવે છે. સ્વામી વિવેકાનંદજીને એક યોગી આશરે તેરસો વર્ષની ઊંમરવાળા મળ્યા હતા તેમ તેમણે જણાવેલું. હઠયોગની ખટકર્મ, આસનો, પ્રાણાયામ, હંદ્રિયોના

નિગ્રહની તપશ્ચયર્થ, બ્રહ્મચર્ય, અમુક શક્તિશાળી મંત્રો તથા ઔષધિઓમાં રહેલી ગજબની શક્તિના પ્રયોગો દ્વારા શરીરના પંચભૂતાત્મક પરમાણુઓમાં નિરંતર આવશ્યક ફેરફાર કરી, શરીરને નીરોગી રાખી શકાય છે. વૃદ્ધાવસ્થા તથા મૃત્યુને વર્ષો સુધી નિવારી શકાય છે. આવી હઠયોગની સાધના યોગ્ય માર્ગદર્શક ગુરુના સાંનિધ્યમાં ન થાય તો લાભ ને બદલે ગંભીર હાનિ થવાનો સંભવ રહે છે.

માનવજીવનનો ધ્યેય ફક્ત લાંબુ નીરોગી જીવન જીવવું એ જ નથી. વાસ્તવમાં અમૂલ્ય એવા માનવજીવનનો ધ્યેય છે આત્મા-પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર કરી, પ્રભુના સ્વરૂપમાં પૂર્ણ અનાદિમુક્તની સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરી આત્મંતિક મોક્ષની, પરમપદની પ્રાપ્તિ કરવી અને તેથી ઓછું કશું જ નહિ. એમ તો વડનું ઝાડ ઘણી વખત હજારો વર્ષો સુધી જીવે છે, તો પણ આખરે તે વટવૃક્ષ જ રહે છે. તેની ચેતનાનો કોઈ આધ્યાત્મિક વિકાસ થતો નથી. કેટલાંક પશુઓ પણ નીરોગી ને લાંબુ જીવન જીવે છે. તેઓ બહુ ઓછા માંદા પડે છે, પણ તે પશુ જ રહે છે. તેમ નીરોગી ને લાંબુ જીવન જો જીવનનો આધ્યાત્મિક ઉત્કર્ષરૂપ ધ્યેય સિદ્ધ કરવામાં ઉપયોગી ન બને, તો તે પશુ તુલ્ય જીવન વિષયભોગમાં વેડફાઈ જાય અને નિરર્થક બની રહે. માટે નીરોગી શરીર સાથે સેંકડો વર્ષ જીવી જવું તે બહુ અગત્યનું નથી, પરંતુ માનવશરીર જેવા ઉત્તમ માધ્યમ દ્વારા પ્રભુપ્રાપ્તિ કરી જીવનને ધન્ય બનાવવું તે અતિ મહત્વનું છે.

પ્રભુપ્રાપ્તિરૂપ માનવજીવનનું સર્વોચ્ચ લક્ષ્ય કેવળ મનુષ્ય શરીર દ્વારા જ સિદ્ધ થઈ શકતું હોવાથી માનવદેહને

મંદિર તુલ્ય ગણેલું છે. અર્થાત્ દેહમંદિરની દેવના મંદિરની જેમ યથાયોગ્ય પરવરિશ-જાળવણી થવી જોઈએ, કારણ કે દેહમંદિર દ્વારા જ આત્મામાં પરમાત્માના સ્વરૂપની પ્રતિષ્ઠા થઈ નિજમંદિર બનવું શક્ય બને છે. શરીરરૂપી માધ્યમ સિવાય આત્માની ઉદ્ઘર્વગતિ સંભવી શક્તિ નથી, એવો પ્રભુનો જ નિયમ છે. શરીર નીરોગી ને તંદુરસ્ત ન રહે તો સાધનામાં અડયણ ઉભી થાય છે. માટે શરીરને નીરોગી ને સ્વસ્થ રાખવા બનતો પ્રયત્ન કરવો આવશ્યક છે. તે માટે નિયમિત વ્યાયામ, યોગ્ય પોષક ને શુદ્ધ સાત્ત્વિક આહાર, યોગનાં અમુક આસનો તથા પ્રાણાયામ અથવા ઊંડા શાસોચ્છ્વાસની કિયા, શરીર ને મનની શિથિલીકરણની કિયા તથા ધ્યાન વગેરે દ્વારા તન-મનને નીરોગી બનાવી શકાય છે. અમુક પ્રકારનાં યોગાસનો, પ્રાણાયામ, આહારના નિયમો વગેરે જાણકાર પાસેથી શીખી લઈ તેને અમલમાં મૂકવાથી શરીરનું આરોગ્ય જળવાઈ રહે છે. શરીરના સ્વાર્થ્ય માટે આટલું પૂરતું છે. આસનોના વિવિધ પ્રકારો અને હઠયોગની જટિલ પ્રક્રિયાઓમાં બહુ ઊંડા ઉત્તરવાની આવશ્યકતા નથી.

કેટલીક નિયમિત કસરતો કરવાથી શરીરના પાચનતંત્રમાં, શ્વસનતંત્રમાં, રૂધિરાભિસરણની કિયામાં ચોક્કસ લાભ થાય છે. હદ્ય, ભગજ, કિડની, લિવર, પેટના અવયવો વગેરે તંદુરસ્ત ને નીરોગી બને છે. તેની કાર્યક્ષમતામાં વૃદ્ધિ થાય છે. અંતઃખાવી ગ્રંથિઓનાં રસાયણોના ખાવ સંતુલિત ને સપ્રમાણ થવાથી તન-મન નીરોગી ને સ્વસ્થ બને છે. તેથી સાધના સરળતાથી થઈ શકે

૪. સંસ્કૃતમાં ઉક્તિ છે :

નાયમાત્મા બલહીનેન લભ્ય: ।

અર્થાત् આત્મા-પરમાત્માની પ્રાપ્તિ નિર્બણોથી થઈ શકતી નથી. નિર્બળ, રોગીષ્ટ, નમાલું ને નિર્વીય શરીર ને મન ભૌતિક તેમ જ આધ્યાત્મિક એમ બંને પ્રકારના વિકાસ માટે અવરોધરૂપ છે. માટે તન-મન નીરોગી ને તંદુરસ્ત રહે એટલા પૂરતી દેખભાળ કરવી આવશ્યક છે, પરંતુ આખો વખત દેહની આગપંપાળમાં વેડકી નાખવો તે બિલકુલ હિતાવહ નથી. તે મૂર્ખતા છે. તેનાથી તો દેહાભિમાન ઘટવાને બદલે વધુ દૃઢ થાય છે. તેથી દરેક ક્ષેત્રમાં અતિરેક વર્જ વિવેક ને સમજણનો ઉપયોગ કરવો જ હિતાવહ છે.

આપણાને આધ્યાત્મિક વિકાસ માટે જરૂરી અંગો એવા ધ્યાન-ચિંતન, જપ વગેરે એકાગ્રતાપૂર્વક સરળતાથી થઈ શકે, એટલા માટે યોગનાં કેટલાંક આસનોની જરૂર છે. તેમાં મુખ્ય સુખાસન, સ્વસ્તિકાસન, સિદ્ધાસન ને પદ્માસન છે. તેમાંથી ગમે તે આસનમાં, જેમાં લાંબો સમય સુખપૂર્વક બેસી શકાય તે આસનમાં બેસવું જોઈએ. અર્ધો કલાકથી ત્રણ કલાક સુધી સરળતાથી એક આસને બેસી શકાય એવો અભ્યાસ કરવો જોઈએ. એમ અભ્યાસ કરવાથી તે આસન સિદ્ધ થાય છે. કોઈ પણ આસનમાં કરોડરજ્જુ સીધી રહે ને ખભા સીધા રહે એ રીતે ટઢ્ઠાર બેસવાનો અભ્યાસ કરવો. કમરમાંથી વળીને લાંબો સમય ધ્યાનમાં બેસવાથી કરોડરજ્જુને નુકસાન થાય છે. વળીને બેસવાથી જ્ઞાનતંતુઓનો માર્ગ વિક્ષિપ્ત થવાથી મનની એકાગ્રતા થવામાં પણ અવરોધ થાય છે. માટે નિયમિત અભ્યાસ કરી આસન જીતવાથી આસન જીતવાથી

ધર્મિયો-અંતઃકરણાની ચંચળતા ને મલિનતા દૂર થાય છે. તેથી દુંદગતિક પરિસ્થિતિમાં સ્થિરતા ને સ્થિતપ્રશ્નતા આવે છે. ધર્મિયો ને અંતઃકરણ ઉપર વિજય મેળવવાની શક્તિ પ્રગટે છે. જ્યાન ને ચિંતન જેવી સૂક્ષ્મ સાધનામાં એકાગ્રતા સિદ્ધ થાય છે.

(૨) આસનનો બીજો અર્થ છે : જેની ઉપર સુખાસન, સ્વસ્તિકાસન વગેરે યોગાસનમાં બેસી શકાય તેવું બેઠકનું આસન. તે આસન તુન અથવા કામળીનું, દર્ભનું કે સુતરાઉનું ધોયેલું એવું કોઈ પણ આસન ઉપયોગમાં લઈ શકાય. મૃગચર્મ કુ વ્યાઘ્રચર્મ (વાઘની ચામડીનું) શાસ્ત્રની દૃષ્ટિએ ઉત્તમ છે, પરંતુ હાલના યુગમાં તે મળવું દુર્લભ હોવાથી તેનો મોહર રાખવાની જરૂર નથી. આસન માટે એટલું જરૂરી છે કે તે શુદ્ધ હોવું જોઈએ. બીજા કોઈ આસનને કે મલિન-અશુદ્ધ પદાર્થ દ્વારા અશુદ્ધ થયેલું હોવું ન જોઈએ. સાધકે પોતાના જ આસનનો ઉપયોગ કરવો હિતાવહ છે. બીજાએ ઉપયોગ કરેલા આસનમાં તેના મનના વિચારતરંગો કે ભાવતરંગોની અસર થાય છે, જે સાધનામાં વિક્ષેપદ્રૂપ બની શકે છે, માટે પોતાનું આસન અલગ રાખવું. આસનનું માપ એટલું હોવું જરૂરી છે કે તેની ઉપર બેસવાથી પગનો કોઈ ભાગ જમીનને સ્પર્શ નહિ. જે ઉપર સારી પેઠે બેસી શકાય તેવું આસન લેવું એમ શ્રીહરિનો શિક્ષાપત્રીમાં આદેશ છે. તેનું કારણ એ છે કે જ્યાન ને ધ્યાન વગેરે કિયાઓ વખતે શરીરમાં વીજચુંબકીય શક્તિ ઉત્પત્ત થાય છે. એ વખતે જમીનને પગનો સ્પર્શ થતો હોય તો વીજળી જેમ અર્થિંગ થઈને જમીનમાં ચાલી જાય છે, તેમ ઉત્પત્ત થયેલી ઊર્જા પણ

જમીનમાં ચાલી જાય છે. યોગીઓ લાકડાની પાવડી પહેરતા
તેનો ઉદેશ પણ આ જ હતો. કારણ કે લાકડું વીજળીનું વાહક
નથી. માટે તેવું આસન રાખવું. આસન મેલું-ઘેલું હોય તો પણ
મનમાં અશુદ્ધ વિચારો ઉદ્ભવે છે. માટે આસન શુદ્ધ ને પવિત્ર
હોવું આવશ્યક છે. જેથી સાધનામાં સરળતા રહે. આ બાબત
સાધકે લક્ષ્યમાં લેવી ઘટે.



૧૭

જ્યયરસ

ઇષ્ટદેવના દિવ્ય નામનું અથવા પવિત્ર મંત્રનું પ્રભુના સ્વરૂપના અખંડ અનુસંધાન સાથે, નામ અથવા મંત્રના અર્થાનુસંધાન સાથે, જીબે કરીને કે માનસિક રીતે રટણ કરવું તેને જ્ય કહેવામાં આવે છે. જ્ય અમુક પ્રકારથી, અમુક ગાણતરીની સંખ્યામાં, અમુક નિશ્ચિત સમયમાં, અમુક ચોક્કસ ધ્યેય સિદ્ધ કરવા માટે, અમુક ચોક્કસ પદ્ધતિથી કરવામાં આવે તેને જ્યનું અનુષ્ઠાન કહેવામાં આવે છે.

જ્યમાં પણ સકામ ને નિષ્કામ એવા પ્રકારો છે. અમુક પ્રકારના જ્ય કોઈ ચોક્કસ હેતુ કે કાર્યસિદ્ધ માટે કરવામાં આવે છે. તેમાં પણ શાંતકર્મ માટેના મંત્રો સત્ત્વગુણ પ્રધાન હોય છે. પોતાને તથા અન્યને સુખ-શાંતિ મળે તેવો હેતુ તેમાં હોય છે. કેટલાક વેદોના મંત્રો ભૌતિક સિદ્ધ માટે જ્યવામાં આવે છે. લક્ષ્મીપ્રાપ્તિ માટે કે સમૃદ્ધિ, સંપત્તિમાં વૃદ્ધિ થાય એ હેતુ માટે કરાતા મંત્રજ્ઞપ રજેગુણપ્રધાન હોય છે. બીજાને હાનિ પહોંચાડવા વૈરભાવથી કરાયેલા મેલીવિદ્યાના મંત્રજ્ઞપ તમોગુણપ્રધાન હોય છે. તે ઘોરકર્મ માટે પ્રયોજવામાં આવે છે. તેનો આશય અશુદ્ધ ને મલિન હોય છે. મારણ, ઉચ્ચાટન, વશીકરણ વગેરેના મંત્રો એવા પ્રકારના ગણાય છે. અજ્ઞાની લોકો મેલીવિદ્યાના એવા મંત્રો દ્વારા બીજાને હાનિ પહોંચાડવાની સાથે પોતાને પણ હાનિ પહોંચાડે છે ને હાથે કરીને પોતાની અધોગતિ નોતરે છે. આ કહ્યા તે બધા મંત્રો

સકામ મંત્રો ગણાય છે. તેમાં કોઈ પ્રકારે ભૌતિક હેતુ સમાયેલો છે.

જ્યારે નામ કે મંત્રનો કેવળ ચૈતન્યની આધ્યાત્મિક ઉર્ધ્વગતિ માટે, પ્રભુપ્રાપ્તિ માટેના ઉદાત હેતુથી જ્પ કરવામાં આવે તો તે જ્પ નિષ્કામ ગણાય છે. કારણ કે તેમાં કોઈ ભૌતિક કે લૌકિક સિદ્ધિનો હેતુ નથી હોતો. જેમાં જ્પ દ્વારા આધ્યાત્મિક સિદ્ધિઓ કે ઐશ્વર્ય પ્રાપ્તિની છચ્છા હોય તો તે પણ સકામ જ ગણાય છે. કારણ કે તેવી સિદ્ધિ દ્વારા બીજા મનુષ્યો ઉપર પ્રભાવ જમાવવાનો, આકર્ષવાનો હેતુ હોય છે. કૃતિ-પ્રસિદ્ધિનો હેતુ હોય છે, માટે તે સકામ ગણાય છે. આવા સકામભાવે યુક્ત જપાનુષ્ઠાનમાં કેટલાક કડક નિયમોનું પાલન આવશ્યક હોય છે. જેમ કે, અમુક પ્રકારના યોગાસનમાં બેસવું. અમુક પ્રકારનું જ આસન લેવું. દા.ત. મૃગચર્મ, વ્યાગ્રચર્મ, કાળા ઊનનું આસન, સફેદ ઊનનું આસન કે રેશમનું આસન વગેરે. અમુક પ્રકારની સંખ્યાની મણકાવાળી માળા હોવી જોઈએ. અમુક પ્રકારની જ હોવી જોઈએ. દા.ત. રુક્રાક્ષની માળા, મોતીની માળા, સુખડની માળા, તુલસીની માળા, લાલ પથ્થરની, લીલા પથ્થરની વગેરે વિવિધ રંગોની માળા પણ પ્રયોજવામાં આવે છે. મણકાની સંખ્યામાં પણ બેદ હોય છે. દા.ત. એકવીશ મણકાની માળા, એકાવન મણકાની માળા, એકસો આઠ મણકાની માળા વગેરે વગેરે. અમુક દિશામાં જ મુખ રાખી જ્પ કરવા બેસવું. અમુક પ્રકારની જ પૂજા-સામગ્રી, પુષ્પો, ધૂપ, દીપ વગેરે જોઈએ વગેરે નિયમોની આવશ્યકતા હોય છે. અમુક મંત્રદેવને અમુક જ નૈવેદ્ય-ભોગ ધરાવી શકાય,

એવા બધા નિયમો પણ હોય છે. પરંતુ દરેક પ્રકારના જપાનુષ્ઠાનમાં શારીરિક, માનસિક પવિત્રતા, બ્રહ્મચર્યપાલન, મંત્રમાં ને મંત્રદેવતામાં શ્રદ્ધા- આ બધું આવશ્યક હોય છે. જપાનુષ્ઠાન બાદ પુરશ્ચરણ પણ જરૂરી હોય છે. તેમાં અનુષ્ઠાન પૂર્ણ થયા પછી મંત્રદેવની પૂજા કરીને જે હેતુ માટે અનુષ્ઠાન કર્યું હોય તેના ફળની યાચના કરવામાં આવે છે. જપયજ્ઞમાં કોઈ ક્ષતિ રહી ગઈ હોય તો મંત્રદેવતાની ક્ષમાયાચના પણ કરવામાં આવે છે.

આધ્યાત્મિક ઉત્ત્રતિ માટેની જપવિધિમાં પૂજા-સામગ્રી, મંત્રની સંખ્યા, અમુક પ્રકારની જ માળા, આસનનો પ્રકાર, અમુક દિશામાં મુખ રાખી બેસવું વગેરે કડક નિયમોની આવશ્યકતા નથી હોતી. આ પ્રકારના જપમાં ઈષ્ટદેવમાં સંપૂર્ણ શ્રદ્ધા, માહાત્મ્ય સહ ભક્તિભાવ, ઈષ્ટદેવના સ્વરૂપનું અખંડ અનુસંધાન, નામ અથવા મંત્રના અર્થનું અનુસંધાન, સદગુરુમાં તેમ જ તેમનાં વચનોમાં અચલ શ્રદ્ધા, ઈંદ્રિયો-અંત:કરણના આહારની શુદ્ધિ, બ્રહ્મચર્યનું યથાર્થ પાલન, મન-કર્મ-વચનથી ઈંદ્રિય સંયમ, સ્થૂળ-સૂક્ષ્મ અર્થમાં પંચવર્તમાનનું યથાર્થ પાલન, સાધનામાં એકાગ્રતા, નિયમિતપણું, સ્થિરતા, ધૈર્ય આ બધું અત્યંત આવશ્યક છે. એટલે જ કહેવાય છે - ‘હરિનો મારગ છે શૂરાનો, નહિ કાયરનું કામ જોને.’

આ પ્રકારનો જપ હાલતાં-ચાલતાં, સૂતાં-બેસતાં, ખાતાં-પીતાં, નહાતાં-ધોતાં, શુદ્ધ-અશુદ્ધ એમ ગમે તે કિયામાં કરી શકાય છે. એ પ્રકારના જપનો જ્યારે નિરંતર અભ્યાસ કરવામાં આવે, ત્યારે કાળે કરીને અજપાજપની સ્થિતિ આવે છે. આ સ્થિતિમાં જપ સહજ રીતે અસ્ખલિતપણે થયા જ કરે

છે. તેને માટે કોઈ પ્રયત્ન કરવો પડતો નથી. આવી સ્થિતિ લાંબો સમય રહે તો આત્મા-પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર થવાની પાત્રતા આવે છે. મંત્રના દેવતા અર્થાત્ ઈષ્ટદેવ પરમાત્માનાં દર્શન થવા લાગે છે. ત્યાર બાદ પ્રભુ અને મુક્તપુરુષનો અનુગ્રહ થતાં સાક્ષાત્કારની દિવ્ય સ્થિતિ પ્રાપ્ત થાય છે.

જપના ગ્રાણ પ્રકાર છે.

(૧) વાચિક જપ : આ પ્રકારમાં જીબેથી જપ કરવામાં આવે છે. જેનું ઉચ્ચારણ અન્ય વ્યક્તિ સાંભળી શકે તે રીતે જપ થાય છે. જ્યારે મનમાં રજોગુણ, તમોગુણનું પ્રાધાન્ય હોય અને તેને લઈને ઘાટ-સંકલ્પોનું ધમાસાણ ચાલતું હોય, ત્યારે ઊંચે સ્વરે જપ કરવાથી ઘાટ-સંકલ્પનું બળ ઘટી જાય છે ને મન શાંત થાય છે. ક્યારેક બહારનું વાતાવરણ સંકટમય ને ભયાવહ હોય ત્યારે અથવા અનિષ્ટ તત્ત્વોનો ઉપદ્રવ હોય ત્યારે પણ વાચિક પ્રકારના જપથી તત્કાળ લાભ થાય છે. પરંતુ આવે સમયે પણ પ્રભુના સ્વરૂપનું અનુસંધાન, બળ તથા મનમાં અતૂટ શ્રદ્ધા ને સંકલ્પની દૃઢતા આવશ્યક છે. આમ હોય તો એવા કપરા સમયમાં પણ પ્રભુ ભક્તની રક્ષા કરે છે. ભગવાન સ્વામિનારાયણ શ્રીમુખવાણી વચનામૃતમાં પણ ભૂંડા ઘાટ ટાળવાના ઉપાય તરીકે ઊંચે સ્વરે ભગવાનજા નામનું રટણ કરવાનું કહે છે. તેનો ઉલ્લેખ આપણે ‘ધૂન’ના પ્રકરણમાં કરેલો છે.

(૨) ઉપાંશુ જપ : આ પ્રકારના જપમાં જીભ તથા હોઠનું હલન-ચલન થાય છે, પણ મંત્રનું ઉચ્ચારણ બીજા સાંભળી શકે તેવું નથી હોતું. હાલવું-ચાલવું, બેસવું-ઉઠવું વગેરે કિયાઓ કરતી વખતે ઉપાંશુ જપ કરી શકાય છે. તેથી

કિયામાં ને જપમાં બંનેમાં અનુસંધાન રહી શકે છે.

(૩) માનસ જપ : અર્થાતું માનસિક જપ. આ પ્રકારના જપમાં જીભ તથા હોઠનું હલન-ચલન થતું નથી. કેવળ મનમાં જ હષ્ટદેવની સ્મર્તિ સાથે, મંત્રના અર્થ સાથે જપ થાય છે. આ ત્રણ પ્રકારના જપમાં વાચિક જપને કનિષ્ઠ ગણોલો છે. ઉપાંશુ જપ મધ્યમ પ્રકારનો છે અને માનસ જપ શ્રેષ્ઠ પ્રકારનો છે. માનસ જપમાં જપ મનમાં જ થતો હોય છે. એટલે બીજા વિચારો મનમાં ઉદ્ભવી શકતા નથી. તેથી એકાગ્રતા વધુ થાય છે. વાચિક કે ઉપાંશુ જપમાં જપ ચાલુ હોય ત્યારે મન બીજા વિચારોમાં જઈ શકે છે. તેથી તેમાં મન બરોબર એકાગ્ર થઈ શકતું નથી. જ્યારે માનસ જપમાં તેને એકાગ્ર થવું પડે છે. અભ્યાસ દ્વારા આ વાત સિદ્ધ થઈ શકે છે. આ પ્રકારના જપમાં મનની એકાગ્રતા થવાથી તે સહેલાઈથી પ્રભુના સ્વરૂપમાં જોડાઈ શકે છે. આ પ્રકારના જપમાં મન, શાંત, સ્થિર ને સાત્ત્વિક બને છે. મનના વિકારો, વિચારો શાંત થઈ જાય છે. મન ધીમે ધીમે ઉંડા ધ્યાનમાં અથવા સમાધિમાં સરી પડે છે. આ પ્રકારના જપમાં અમોઘ શક્તિ રહેલી છે.

સાધકે વાચિક જપથી શરૂઆત કરીને કમશઃ માનસ જપની સાધનામાં પ્રવેશ કરવાનો અભ્યાસ કરવો જોઈએ. નાભિસ્થાન (મણિપુર ચક)માં પ્રભુની મૂર્તિની ધારણા કરીને જપ કરવાથી સંકલ્પ-વિકલ્પનું બળ ઘટી જાય છે. કારણ કે નાભિસ્થાનમાંથી જ સંકલ્પ-વિકલ્પનો ઉદ્ભવ થાય છે. આપણા શરીરમાં રહેલા સૂક્ષ્મ શરીરની અંદર જુદાં જુદાં શક્તિકેન્દ્રો આવેલાં છે. જેને યોગની પરિભાષામાં ચકો, પદ્મો અથવા કમળ કહેવામાં આવે છે. આ શક્તિકેન્દ્રો દ્વારા

ચેતનાશક્તિ કાર્ય કરે છે, તેથી શરીરનાં અસંખ્ય કાર્યો થાય છે. આ શક્તિકેન્દ્રો શરીરની અંતઃસ્વાવી ગ્રંથિઓનું નિયમન કરે છે. તે ગ્રંથિઓમાંથી નીકળતાં વિવિધ હોર્મોન્સ-રસાયણો દ્વારા શરીરની વિવિધ કિયાઓનું નિયમન થાય છે. આ શક્તિકેન્દ્રો મૂલાધાર, સ્વાધિષ્ઠાન, ભણિપુર, અનાહત, વિશુદ્ધ, આજ્ઞા ને સહસ્ત્રાર નામે ઓળખાય છે. આ દરેક કેન્દ્રની બ્રહ્માંડમાં રહેલા દેવતાઓની ચેતન્યભૂમિકાઓ સાથે એકતા હોય છે. કારણ કે પિંડ અને બ્રહ્માંડની એકતા છે. આ સ્થાનોમાં વિવિધ દેવતાઓ, શક્તિ, પ્રકાશ અને નાદ વગેરે રહેલા છે. આત્માની ચેતનાશક્તિ જાગૃત થઈને આ શક્તિકેન્દ્રને ખોલીને ઉર્ધ્વ થાય છે, ત્યારે આધ્યાત્મિક વિકાસ સધાય છે. આ વિષય યોગમાર્ગનો છે ને તે ઘણાં વિશાળ છે. તેની વિશુદ્ધ ચર્ચા અહીં અપ્રસ્તુત હોવાથી તેનો વધુ વિસ્તાર અહીં કર્યો નથી. હંદ્યસ્થાનમાં રહેલા અનાહત ચક્રમાં ધ્યાન કરવાથી કારણશરીરની વાસનાનો ક્ષય થાય છે. આજ્ઞાચક્રમાં જ્યુને ધ્યાન કરવાથી દિવ્યદિષ્ટિ પ્રાપ્ત થાય છે.

જ્યારે આ બધાં ચકોરૂપી સ્થાનોની ધારણા નહિ કરતાં, શ્રીહરિ કહે છે તે પ્રમાણે સાંખ્યજ્ઞાને કરીને પોતાના આત્માને સ્થૂળ, સૂક્ષ્મ, કારણ ને ઐશ્વર્યના રાગરૂપી મહાકારણ શરીરથી પર, જાગૃત, સ્વખ, સુષુપ્તિ એ અવસ્થાઓથી પર, કાળ, કર્મ, માયા તથા માયાના ત્રણ ગુણ સત્ત્વ, ૨૪, તમથી પર દું. એવી ધારણા કરીને પ્રભુના દિવ્ય તેજ સાથે અથવા સ્વયં પ્રભુના દિવ્ય સ્વરૂપ સાથે એકત્વપણાની ભાવના કરીને પ્રતિલોમવૃત્તિએ જ્યુને કે ધ્યાન કરવામાં આવે, તો પ્રભુના સ્વરૂપમાં ચિત્તનો નિરોધ થાય છે. તેથી પ્રાણનો નિરોધ થઈ

નિર્વિકલ્પ સમાધિની ગ્રાન્થિ થાય છે. ત્યાર બાદ ચૈતન્યની ઉપરનાં સંઘળાં આવરણો દૂર થઈ, આત્મામાં પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર થઈ, પૂર્ણ મુક્તદશા સિદ્ધ થાય છે. પ્રભુના દિવ્ય સ્વરૂપમાં સાધક ચૈતન્યની અખંડ દિવ્ય સ્થિતિ થતાં મનુષ્યજીવનનો અંતિમ ને સર્વોચ્ચ ધ્યેય સિદ્ધ થઈ જીવન ધન્ય બની જાય છે.

તાજેતરમાં બહાર આવેલા એક વૈજ્ઞાનિક અહેવાલ પ્રમાણો એવું શોધવામાં આવેલું છે કે જ્યુનિયન, ધ્યાન, ઉપાસના, પ્રાર્થના વગેરે દ્વારા શરીરના ગમે તેવા ભયંકર ને અસાધ્ય રોગો પણ નાશ થાય છે અથવા કાબૂમાં આવી જાય છે. તેના દ્વારા શરીરમાંની અંતઃસાવી ગ્રંથિઓમાંથી નીકળતાં હોર્મોન્સ રસાયણો સંતુલિત થતાં બ્લડપ્રેશર, હદ્યરોગ, માનસિક રોગો વગેરે મટે છે. લોહીનું પરિભ્રમણ સારી રીતે થાય છે. મગજમાં આફ્ઝાતરંગો ઉત્પત્ત થવાથી મગજના ન્યૂરોટ્રાન્સમીટર્સ - રસાયણો સંતુલિત બનવાથી હતાશા, ઉન્માદ, તાણા-તાણાવ વગેરે માનસિક રોગો મટે છે. આ રીતે તન ને મનના આરોગ્યમાં લાભ થાય છે. આધ્યાત્મિક લાભની પૂરી જાણ આધુનિક વૈજ્ઞાનિકોને હજી થઈ શકી નથી, કારણ કે આ વિષય સ્વાનુભવ દ્વારા સંશોધન કરવાનો વિષય છે. જ્યાની શક્તિનો ને મહત્ત્વનો કેટલેક અંશે આધુનિક વૈજ્ઞાનિકો ખ્યાલ જરૂર મેળવી શક્યા છે. સમય જતાં વાસ્તવિક જ્ઞાન પણ થશે, એવી આશા રાખીએ.

કેટલાક મંત્રોમાં અપાર શક્તિ રહેલી હોય છે. જેમણે મંત્રોની રચના કરી હોય તેવા મંત્રદૃષ્ટા ઋષિમુનિઓએ શર્ઘોના ધ્વનિતરંગોની અદ્ભુત શક્તિને લક્ષ્યમાં લઈ,

ચોક્કસ પ્રકારના શબ્દોની મંત્રમાં ગુંથણી કરેલી હોય છે. આ રીતે વિશિષ્ટ શબ્દસમૂહયુક્ત મંત્રનો જપ કરવામાં આવે ત્યારે તેમના ધ્વનિતરંગોનાં સૂક્ષ્મ આંદોલનો દ્વારા શરીરનાં સૂક્ષ્મ શક્તિકેન્દ્રમાંથી ઉર્જા ઉત્પન્ન થાય છે. તેનાં આંદોલનો વાતાવરણમાં રહેલા આકાશતત્ત્વ (દીથર)ના માધ્યમ દ્વારા નિર્ધારિત સ્થળે પહોંચી જઈ કાર્યસિદ્ધ સંપત્ત કરે છે. મંત્રની અસર અને પરિણામ જપ કરનારની શક્તિ, શ્રદ્ધા ને પાત્રતા ઉપર અવલંબે છે. આત્મા-પરમાત્માના સાક્ષાત્કારવાળા સિદ્ધ મુક્તપુરુષના બધા જ શબ્દો મંત્રરૂપ બની જાય છે. પરમાત્માની દિવ્ય ચૈતનાશક્તિમાંથી તેઓ ઉદ્ભવતા હોય છે, તેથી તે ચૈતનાશક્તિ દ્વારા રસાયેલા હોવાથી અકલ્ય શક્તિવાળા હોય છે. તેવા મુક્તપુરુષે આપેલા મંત્રનો મહિમાપૂર્વક ને શ્રદ્ધાપૂર્વક જપ કરવામાં આવે તો તેના શબ્દના ધ્વનિતરંગોની એકતા બ્રહ્મરૂપ-ચિદાકાશરૂપ પ્રભુની અન્વયશક્તિ સાથે થાય છે. તેમાં મંત્રના રચયિતાની દિવ્યસંકલ્પશક્તિ પણ ભણે છે, તેથી મંત્ર ફળદાયી બને છે.

પ્રભુના દિવ્ય સાકાર, અનાદિ નિત્યસિદ્ધ સ્વરૂપમાંથી જ દિવ્ય પ્રકાશરૂપ નિરાકાર શક્તિ વહે છે, તે પ્રભુનું અન્વયસ્વરૂપ ગણાય છે. આ શક્તિને જ ચિદાકાશ, બ્રહ્મ, અક્ષર, ધામ, જ્યોતિ, મહાતેજ વગેરે પર્યાયો દ્વારા સંબોધન કરવામાં આવ્યું છે. આ શક્તિ સર્વવ્યાપી નિરાકાર અન્વયશક્તિ છે. તે શક્તિ જડ નથી, પરંતુ પ્રકાશરૂપા છે. જ્ઞાતાશક્તિ છે. અનુગ્રહ-કૃપા શક્તિ છે. તે પરમાત્માની ચૈતન્ય પ્રકૃતિ છે. જ્ઞાનશક્તિ, કિયાશક્તિ, સંકલ્પશક્તિ, અંતર્યામીશક્તિ- આ બધી વિવિધ શક્તિઓ પરમાત્માની

અન્વયશક્તિ જ છે. આ શક્તિ દ્વારા પરમાત્મા અણુથી લઈને અનંત બ્રહ્માંડોનું, બ્રહ્માંડોના અધિપતિઓનું, વિભૂતિ અવતારોનું, દેવોનું, મુક્તાત્માઓનું તથા જીવોનું તેમ જ માયાનું આ સર્વનું નિયમન કરે છે. પ્રભુના વ્યતિરેક દિવ્યસ્વરૂપ અને તેની આ પ્રકાશરૂપ, નિરાકાર બ્રહ્મરૂપ શક્તિને કાર્ય-કારણનો સંબંધ છે. પરંતુ કેટલાક માને છે તેમ સ્વામી-સેવકનો સંબંધ નથી. પ્રભુની ધામરૂપ, બ્રહ્મરૂપ અન્વયશક્તિ નિરાકાર છે, સર્વવ્યાપી છે. તે સાકાર નથી. સાકાર અક્ષરબ્રહ્મ અર્થાત્ મૂળઅક્ષરની કોટી-ભૂમિકા તદન અલગ છે. તે મૂળઅક્ષરોનું પણ નિયમન પ્રભુની આ નિરાકાર બ્રહ્મરૂપ અન્વયશક્તિ કરે છે. એટલે જ શ્રીહરિએ વચ્ચનામૃતમાં કહ્યું છે કે, ‘ક્ષર-અક્ષરને અમે અમારી કાંતિએ કરીને ધરી રહ્યા છીએ.’ આ કાંતિ એટલે જ પ્રભુની બ્રહ્મરૂપા, પ્રકાશરૂપ અન્વયશક્તિ. આમ અન્વયશક્તિ જે ધામરૂપ અક્ષરબ્રહ્મ તે કોઈ વ્યક્તિવિશેષ નથી, પણ પ્રભુની કાર્યરૂપ નિરાકાર શક્તિ જ છે. આમ પરમાત્માના સાકાર સ્વરૂપનો તેમ જ નિરાકાર અન્વય સ્વરૂપનો મહિમા અતિ અપાર છે. કેટલાક સાક્ષાત્કારના અનુભવ વગરના લોકો તેમાં પોતાની બુદ્ધિથી ગુંચવાડો ઊભો કરે છે તે યોગ્ય નથી. માટે સાચા મુમુક્ષુએ સત્પુરુષ દ્વારા યથાર્થ જ્ઞાન સમજવું આવશ્યક છે. અહીં અન્વયશક્તિનું થોડું વિવરણ આવશ્યકતા લાગતાં કર્યું છે, જે અસ્થાને નહિ ગણાય.

જ્યારે મંત્રમાં મંત્રના રચયિતાની દિવ્ય સંકલ્પશક્તિ મંત્રોચ્ચાર દ્વારા થતાં સૂક્ષ્મ ધ્વનિતરંગોમાં ભણે છે, ત્યારે તે પ્રભુની સર્વવ્યાપી, નિરાકાર અન્વયશક્તિમાં મૂર્તિમાન થઈને

કાર્યાન્વિત થાય છે. તેથી મંત્ર દ્વારા ધારેલું ફળ અચૂક સિદ્ધ થાય છે. અમુક વિશિષ્ટ કાર્યો માટે સિદ્ધ મુક્તપુરુષો વિશિષ્ટ પ્રકારના મંત્રોની રચના કરે છે. આ રીતે અનેક પ્રકારના મંત્રોની રચના થયેલી છે. સાધક પોતાની યોગ્યતા, પાત્રતા, સામર્થ્ય ને શ્રદ્ધા પ્રમાણો તેનો જપ કરી શકે છે ને ફળ મેળવી શકે છે.

વાચિક જપ દ્વારા ઉચ્ચારણથી જ ધ્વનિતરંગો ઉત્પન્ન થઈ શકે છે તેમ નથી. માનસિક જપ દ્વારા પણ ધ્વનિતરંગો ઉત્પન્ન થાય છે. વાચિક જપ દ્વારા શ્રાવ્ય - સાંભળી શકાય તેવા ધ્વનિતરંગો ઉત્પન્ન થાય છે, જ્યારે માનસજપમાં અશ્રાવ્ય - સાંભળી ન શકાય તેવા સૂક્ષ્મ વૈચારિક ધ્વનિતરંગો નિષ્પત્ત થાય છે. શ્રાવ્ય ધ્વનિ કરતાં અશ્રાવ્ય ધ્વનિની શક્તિ ઘણી વિશેષ હોય છે તેમ વૈજ્ઞાનિકોએ શોધ્યું છે. માટે માનસજપની શક્તિ વાચિકજપ કરતાં વિશેષ છે, તેથી તે શ્રેષ્ઠ પ્રકારનો જપ ગણાય છે. જપ વખતે નામ અથવા મંત્રનું વારંવાર રટણ થતાં શાસોચ્છ્વાસની ગતિ એક લયમાં (રિધમમાં) આવે છે. તેને લઈને શરીરમાં થતાં લોહીના પરિબ્રમણની ગતિમાં તથા આંતરસાવી ગ્રંથિઓના ખાવમાં પણ એક લય ઉત્પન્ન થાય છે. શરીરના દરેક દરેક કોષમાં ને જ્ઞાનતંતુઓમાં પણ લયબદ્ધતા ઉત્પન્ન થવાથી પ્રાણની ગતિ લયબદ્ધ બને છે. જેમ કોઈ પણ શક્તિનો પ્રવાહ એક જ દિશામાં ગતિશીલ બનતા વિદ્યુત ઉત્પન્ન થાય છે, તેમ શરીરની બધી ગતિઓમાં લયબદ્ધતા થવાથી વિદ્યુત જેવી ઊર્જા ઉત્પન્ન થાય છે. તેનાથી સાધકની ચેતનાશક્તિ જાગૃત થઈ કાર્યાન્વિત બને છે. તે શક્તિ ઊર્ધ્વ બનવાથી આધ્યાત્મિક

વિકાસ સધાય છે. જપ-ધ્યાન વખતે ઉત્પત્ત થયેલી વિદ્યુતમય શક્તિ જમીનમાં સરી ન પડે તે માટે જ સારી પેઠે બેસી શકાય તેવા આસન ઉપર બેસવાનો આદેશ છે. તેનો આપણો આસનના પ્રકરણમાં ઉલ્લેખ કરેલો છે.

શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતામાં શ્રીકૃષ્ણ ભગવાન જપયજ્ઞનું મહત્વ સમજાવે છે - ‘યજ્ઞાનાં જપયજ્ઞોડસ્મિ ।’

અર્થાત્ સર્વયજ્ઞોમાં જપયજ્ઞ હું છું. એટલે જપયજ્ઞ સર્વયજ્ઞોમાં શ્રોષ છે તેમ ભગવાન કહે છે.

સત્યાસ્ત્રો કહે છે -

‘કલિયુગો હરિકીર્તનમ् ।’

અર્થાત્ કળિયુગમાં પ્રભુના નામનું સંકીર્તન કરવું તેના જેવો કલ્યાણનો બીજો કોઈ સરળ માર્ગ નથી. તેનાથી ફળપ્રાપ્તિ ત્વરિત રીતે થાય છે. શાસ્ત્રમાં વર્ણવેલા અમુક પ્રકારના યજ્ઞો કેવળ ધનાઢ્ય વ્યક્તિ જ કરી-કરાવી શકે છે. જ્યારે જપયજ્ઞ ગમે તેવી નિર્ધન વ્યક્તિ પણ કરી શકે છે ને તેનું અદ્ભુત, અકલ્ય ફળ મેળવી શકે છે.

મંત્રજાપ માળા સાથે કરવાનું પણ એક વૈજ્ઞાનિક રહસ્ય છે. હાથની મધ્યમા આંગળી ઉપર માળા રાખી અંગૂઠા દ્વારા એક-એક મણકો ફેરવવામાં આવે છે. તજજ્ઞોના મતે અંગૂઠાના ઉપલા ભાગે જ એક્યુપ્રેશરના પોઇન્ટ્સ છે તે મગજ સાથે સંકળાયેલા છે. માળાથી આ પોઇન્ટ્સ - બિન્ડુઓને ઘર્ષણ તથા દબાણ થવાથી મગજનાં ન્યૂરોટ્રાન્સમીટર્સ રસાયણો જેવાં કે સેરોટીનીન, ડોપામાઇન વગેરેના ખાવ સંતુલિત થવાથી મગજની પ્રવૃત્તિઓ શાંત થાય છે. તેથી મન પણ શાંત થવાથી એકાગ્રતા કરવામાં સરળતા રહે છે.

પ્રભુના સ્વરૂપમાં ને જપાનુસંધાનમાં એકાગ્ર થયેલું મન જપની સફળતા કરાવે છે. માળા ફેરવતી વખતે હાથની પહેલી આંગળી ધૂટી કરવામાં આવે છે. તે આંગળી ગુરુના ગ્રહ સાથે સંકળાયેલી છે. તે એવો નિર્દેશ કરે છે કે એક જ હષ્ટદેવ પ્રત્યે પતિત્રતાની શક્તિ ને ઉપાસના કરવી જોઈએ. એક જ સદ્ગુરુ દ્વારા જ પ્રભુપ્રાપ્તિ થઈ શકે છે, તે માટે એક જ ગુરુમાં અનન્ય નિષ્ઠા હોવી જરૂરી છે.

આમ જપયજ્ઞની શક્તિ ને તેનો મહિમા અપાર છે. આ ગહન વિષયને અહીં સંક્ષિપ્તમાં પણ રહસ્યસ્ફોટ સાથે મૂકવાનો માત્ર નમ્ર પ્રયાસ કર્યો છે.



૧૮

દર્શા/ન

આ વિષય એટલો બધો ગહન ને વિશાળ છે કે અત્યાર સુધીમાં અસંખ્ય ચિંતકોએ, મનીધીઓએ તથા અનુભવીઓએ અનેક ગ્રંથો લખ્યા છે. હજુ પણ આ ક્ષેત્રમાં ઘણું ઘણું લખી શકાય તેમ છે. અહીં તો આ વિષયને સંક્ષિપ્તમાં મૂકવાનો અદ્ય પ્રયાસ કરવામાં આવ્યો છે. અનેક ધર્મો, અનેક સંપ્રદાયો અને અનેક ભતો તથા દર્શનશાસ્ત્રોને કારણો તથા સાધકોની યોગ્યતા પ્રમાણો ધ્યાનના પણ અનેક પ્રકારો છે.

સ્વામિનારાયણ ધર્મમાં પૂર્ણ પુરુષોત્તમ સર્વાવતારી ભગવાન શ્રી સ્વામિનારાયણે તેમના આદર્શ પ્રકારો બતાવ્યા છે. તેમાં પણ શ્રીહરિના સંકલ્પથી પ્રગટ થયેલા અનાદિ મહામુક્તરાજ શ્રી અબજ્ઞબાપાશ્રીએ શ્રીજમહારાજ તથા સ.ગુ. ગોપાળનંદ સ્વામી, સ.ગુ. ગુણાતીતાનંદ સ્વામી વગેરે મહામુક્તોએ દર્શાવેલા ધ્યાનના પ્રકારને સુસ્પષ્ટ રીતે સમજાવીને માનવકૂળ ઉપર મહદ્દ ઉપકાર કરેલો છે. અબજ્ઞબાપાશ્રીએ દર્શાવેલ આ ધ્યાનનો પ્રકાર સર્વોત્તુભ્ર, સંપૂર્ણ ને અંતિમ સીમાચિહ્નનરૂપ છે. તે ધ્યાનના પ્રકાર વિશે જાણીએ તે પહેલાં આ વિષય અંગેની કેટલીક પાયાની વાત સમજી લઈએ, જેથી સાધકને તે વધુ સરળતાથી સમજવામાં મુશ્કેલી ન નડે.

આપણી હંદ્રિયો-અંત:કરણાની વૃત્તિઓ આંતર-બાહ્ય અનેકવિધ વિષયોમાં સતત વેરવિભેર થઈને રહેલી છે.

આપણો હંડ્રિયો દ્વારા બહારના જગતના વિષય ગ્રહણ કરીએ છીએ. આપણી અર્થાત્ આત્મા પાસે બાધ્યજગત સંબંધી વિષયો ગ્રહણ કરવાનાં ઉપકરણો એવા હંડ્રિયો -અંત:કરણ છે, જેની સહાય સિવાય આપણો બાધ્યજગતના વિષયો ગ્રહણ કરી શકીએ નહિ. કારણ કે આપણો દેહાત્મબુદ્ધિરૂપી સાંકળ દ્વારા શરીર સાથે મજબૂત રીતે બંધાયેલા છીએ. એટલે આપણને મળતા જગત સંબંધી અનુભવો તે જ્ઞાન હંડ્રિયો દ્વારા મળે છે. આપણી ચેતના ધ્યાન ને સમાધિ દ્વારા હંડ્રિયાતીત બને ત્યારે જ આપણો હંડ્રિયાતીત અનુભવો મેળવી શકીએ. એવી સ્થિતિ જ્યાં સુધી નથી થઈ, ત્યાં સુધી હંડ્રિયો -અંત:કરણ દ્વારા બાધ્યજગતના વિષયો સંબંધી સુખ-દુઃખનો અનુભવ આપણને થયા કરે છે. હંડ્રિયો-અંત:કરણની વૃત્તિઓ તરંગોરૂપે અનંત પ્રકારે તેના ઉપાદાનમાંથી અર્થાત્ ચિત્તમાંથી ઉદ્ભવી સતત પ્રવાહિત રહે છે. તેમાંના સંકલ્પ-વિકલ્પરૂપ તરંગોને આપણો મન તરીકે જાણીએ છીએ. મનમાં અનંત પ્રકારના સંકલ્પ-વિકલ્પરૂપ તરંગો, વિચારરૂપ તરંગો ઉદ્ભવ્યા જ કરે છે. તેથી મન હુમેશાં તોફાની સાગરની જેમ અશાંત જણાય છે.

મનની આ પ્રકારની પ્રાકૃતિક ને સાહજિક ચંચળતા પાછળ પણ એક અગમ્ય કારણ રહેલું છે અને તે છે મનની સુખ-શાંતિ તરફની ગતિ! મન જો ચંચળ ન હોત અને કેવળ જડ પથ્થર જેવું હોત, તો માનવી ક્યારેય પણ કોઈ પણ પ્રકારની પ્રગતિ કરી શક્યો ન હોત. મનની આ પ્રકારની ગતિશીલતા ને કિયાશીલતા જ તેને શાશ્વત શાંતિ ને પરમાનંદરૂપ ધામ એવા પરમાત્મા તરફ અવિરતપણો

આકર્ષિત રાખે છે. જેથી અનંત પ્રકારના બાધ્ય વિષયાનંદોની પાછળ થતી દોડધામથી અંતે થાકી-હારી ને કંટાળીને તે અંતમુખ થવા મથામણ કરે છે. અંતઃકરણની આ મનરૂપી શક્તિ દ્વારા, હંડિયો દ્વારા આત્મા અનેક વિષયોનું ગ્રહણ કરી ચિત્તમાં સંસ્કારોરૂપે કર્મબંધન પામે છે અને તે બંધાયેલ કર્મશયના ફળરૂપે નિરંતર સુખ-દુઃખ ભોગવ્યા કરે છે.

ચિત્તમાંથી ઉદ્ભવતી એક બીજી શક્તિ એવા પ્રકારની છે કે જેની પાસે સત્તા-અસત્તા, યોગ્ય-અયોગ્ય, સારું-નરસું પારખવાની શક્તિ છે. નિર્ણય અને નિશ્ચય કરવાની શક્તિ છે. આ શક્તિને આપણો બુદ્ધિ કહીએ છીએ. અંતઃકરણની આ અદ્ભુત શક્તિ દ્વારા જ માનવી અન્ય પ્રાણીઓ કરતાં અલગ ને વિશિષ્ટ છે. આ શક્તિ દ્વારા જ તેણો આટલો બધો વિકાસ સાધ્યો છે. ભौતિક તેમ જ આધ્યાત્મિક એમ બંને પ્રકારના વિકાસ માટે બુદ્ધિતત્વની ઉપયોગિતા અનિવાર્ય છે. બુદ્ધિ દ્વારા મનુષ્ય જો હછે તો હંડિયો તથા મન ઉપર સતત અભ્યાસ અને વૈરાગ્ય દ્વારા, સત્તાસ્ત્રો ને સત્પુરુષો પાસેથી પ્રાપ્ત જ્ઞાન ને સમજણ દ્વારા નિગ્રહ કરીને તેમની ઉપર વિજય મેળવી શકે છે. આ પ્રકારની શક્તિ કેવળ મનુષ્યમાં જ સંભવે છે, તેથી મનુષ્યજન્મ દેવોને પણ દુર્લભ ને શ્રેષ્ઠ ગણાય છે. આ વિવેકશક્તિ દ્વારા મનુષ્ય ધારે તો અનેક પ્રકારનાં કર્મો કરવા છતાં પણ, તેમાં અહંકારની ‘હું’પણાની ભાવનાથી ને કર્તાપણાની ભાવનાથી રહિત રહી, કર્મમાં ફળની આસક્તિથી રહિત ને તેનાથી અલિપ્ત રહી શકે છે. પરિણામે અનંત જન્મનાં કર્મબંધનોથી મુક્તિ મેળવી શકે છે.

અંતઃકરણની શક્તિઓ અગાધ છે. જો તેની વૃત્તિઓને

બહારના વિષયોમાં એકાગ્ર કરવામાં આવે તો તે દ્વારા અનેક પ્રકારની વૈજ્ઞાનિક શોધો ને ભૌતિક સિદ્ધિઓ હાંસલ કરી શકાય છે. જ્યારે એ શક્તિને અંતર્મુખ કરી પરમાર્થની સાધના કરવામાં આવે તો વ્યક્તિ બધાં પ્રકારનાં બંધનો ને આવરણોમાંથી મુક્તિ મેળવી શકે છે.

અંતઃકરણની મન, બુદ્ધિ, વિવેકશક્તિ, તર્કશક્તિ, વિશ્વેષણશક્તિ, પૃથક્કરણશક્તિ વગેરે શક્તિઓ તેના ચિત્તરૂપી ઉપાદાન ક્ષેત્રમાંથી પ્રગટે છે. આ ચિત્તને (Sub-conscious mind) અને મહતત્ત્વને અભેદપણું છે. યોગની પરિભાષામાં ચિત્તને એક સરોવરરૂપે કલ્પેલું છે. એ સરોવરનું તળિયું એટલે આત્મા. જો સરોવર પ્રદૂષિત થયેલું હોય ને તેમાં સતત તરંગો ઉત્પત્ત થયા કરતા હોય તો, તેનું તળિયું જોઈ શકાય નહિ. જ્યારે સરોવરનું પાણી સ્વચ્છ હોય, નિખરંગ ને શાંત હોય, ત્યારે જ તેનું તળિયું જોઈ શકાય છે. તેમ ચિત્તરૂપી સરોવર કામ, કોધ, લોભ, મોહ, મદ, મત્સર, રાગદ્રેષ વગેરે દોષોથી, અનેક પ્રકારનાં પાપકર્માથી ને પંચવિષય સંબંધી વાસનાઓથી પ્રદૂષિત થયેલું હોય છે. અનંત પ્રકારે બાધ્ય તથા આંતર વિષયો તરફ આકર્ષિત ને આસક્ત વૃત્તિઓ ચિત્તરૂપી સરોવરમાં તરંગોરૂપે ને વમળોરૂપે સતત ઉદ્ભબ્યા જ કરે છે. તેમાંથી કેટલીક હંડ્રિયો દ્વારા બહાર આવે છે. આમ આ ચિત્તરૂપી સરોવર સતત તરંગિત, પ્રદૂષિત અને ડહોળાયેલું રહેતું હોવાથી તેના તળિયારૂપી આત્માની ઝાંખી થઈ શકતી નથી. અર્થાત્ આત્માનુભૂતિ અશક્ય બને છે. આ ચિત્તરૂપી સરોવરમાંથી વૃત્તિરૂપી તરંગો ઉદ્ય થઈ હંડ્રિયો દ્વારા બાધ્ય વિષયો ગ્રહણ કરવાની કિયા

કરે છે. તે તરંગો સાથે કર્તૃવૃત્તિ-કર્તાપણાની ભાવના અને અહંવૃત્તિ તથા રાગ અથવા દ્વેષની વૃત્તિ ભળે છે. તેની ઉપર આત્માનો પ્રકાશ પડે છે. તેથી તે વૃત્તિ-તરંગ સાથે આત્મા અજ્ઞાને કરીને એકરૂપતા અનુભવે છે ને પોતાને તે વૃત્તિરૂપ માનવા લાગે છે.

ઉદાહરણ તરીકે ચિત્તમાં ઉદ્ભવતી અહંવૃત્તિ ઉપર આત્માનો પ્રકાશ પડે ને આત્મા તેની સાથે ઐક્ય અનુભવે તો પોતાને પુરુષ અથવા સ્ત્રી છું એમ દેહાત્મબુદ્ધિથી નિહાળે છે. અહંભાવ પણ અનંત પ્રકારે રહેલો છે. જેમ કે હું સ્વરૂપવાન છું, બળિયો છું, હું ધનવાન છું, સત્તાધીશ છું, મારા જેવું વિદ્વાન કે જ્ઞાની બીજું કોણ છે? વગેરે વગેરે. આ અહંભાવની સાથે ભમત્તવની ભાવના પણ જોડાયેલી છે. જેમ કે આ દેહ મારો છે. આ સંબંધીઓ, સ્ત્રી, બાળકો, આ ધન, આ સંપત્તિ, આ બંગલો, આ જમીન વગેરે પદાર્થો આ બધું મારું જ છે. આ રીતે અનંત પ્રકારે અહંભમત્તવની ભાવના રહેલી છે.

આ રીતે જ્યારે ચિત્તમાં કોધની વૃત્તિ ઉદ્ય થાય, ત્યારે તેની ઉપર ચૈતન્યનો પ્રકાશ પડે, એટલે ચૈતન્ય કોધની વૃત્તિ સાથે એકાકાર થવાથી પોતાને કોધી અનુભવે. એ જ રીતે કામ, લોભ, ઈર્ષા, દ્વેષ વગેરે વિવિધ વૃત્તિઓ સંબંધે જાણવું. આ રીતે ચિત્તની વિવિધ વૃત્તિઓ તરંગરૂપે ઇંદ્રિયો દ્વારે બહાર આવે છે ને તેની સાથે આત્માનું ઐક્ય થવાથી કર્તાપણાની ને અહંભમત્તવની ભાવના ઉદ્ભવે છે. તેથી પંચજ્ઞાનેન્દ્રિયો ને પંચકર્મન્દ્રિયો દ્વારા જોવાની, સાંભળવાની, બોલવાની, સ્પર્શવાની, સૂંઘવાની, આસ્વાદ માણવાની વગેરે અનેક કિયાઓ થાય છે. તે કિયાઓની પ્રતિકિયારૂપે ચિત્તમાં

સૂક્ષ્મ સંસ્કારોરૂપે તેની નોંધણી (Record) થાય છે. તે સંસ્કારોનો કર્મશય બંધાય છે. જે કારણશરીર સાથે વળગેલો રહે છે. તે કર્મો જ્યારે પરિપદ્વ થઈ પ્રારબ્ધરૂપે બને છે, ત્યારે તે પ્રારબ્ધનું ફળ સુખ કે દુઃખરૂપે અવશ્ય ભોગવવું જ પડે છે. તેમાં શુભ કર્મોનું ફળ સુખરૂપે ને અશુભ કર્મોનું ફળ દુઃખરૂપે ભોગવવું પડે છે. Every action has reaction - દરેક કિયાની પ્રતિક્રિયા હોય છે એ વૈજ્ઞાનિક સિદ્ધાંત પ્રમાણે અનંત કર્મો બંધાય છે ને તેના પરિણામ સ્વરૂપે જન્મ-મરણનું ચક અવિરતપણે ચાલ્યા જ કરે છે.

રજોગુણી પ્રવૃત્તિઓથી રજોગુણી કર્મો બંધાય છે. તમોગુણી કર્મોથી તમોગુણી કર્મશય બને છે ને સત્ત્વગુણી કર્મોથી સત્ત્વગુણી કર્મશય બને છે. શાસ્ત્રમાં જે ચિત્રગુપ્તના ચોપડાની વાત આવે છે, તે જ આપણું ચિત! તેમાં સૂક્ષ્માતિસૂક્ષ્મ કર્મ પણ અંકિત થઈ જાય છે. કર્મોની કિયાઓને પ્રતિક્રિયા દ્વારા કર્મોના સંસ્કારોને કારણશરીર સાથે જોડી દેવાનું કામ પરમાત્માની સર્વવ્યાપી, સર્વાત્યાર્થી અન્વયશક્તિ દ્વારા થાય છે.

જેવી રીતે કમ્બ્યુટરમાં જેવા ને જેટલા પ્રકારની ડેટા ઑન્ટ્રીઓ ફીડ કરવામાં આવે અને તેને ‘સેવ’ કમાન્ડ આપે તો તે બધી ઑન્ટ્રીઓનો કમ્બ્યુટરની હાર્ડડીસ્કમાં સંગ્રહ થાય છે. પછી જ્યારે કોઈ પણ પ્રકારની માહિતી જોઈતી હોય તો તે અંગોની ફાઇલ ખોલવાનો કમાન્ડ (સંકેત) આપવાથી તે મેળવી શકાય છે. કોઈ ડેટાને કાઢી નાખવો હોય તો તેને ડિલિટ કોડ આપીને કાઢી નાખી શકાય છે. તેવી રીતે આપણું ચિત અને કારણશરીર એ આપણાં કર્મોની ઑન્ટ્રીની હાર્ડડીસ્ક

છે અને તેમાં અનંત જન્મોનાં કર્માની ફાઈલોના ઠગલા સંગ્રહાયેલા છે. તેમાં એક પરમાત્મા સિવાયના બીજા રેકૉર્ડ ભૂસવાના છે. તો જ મુક્તિ મળવાની શક્યતા છે. પરમાત્માના સ્વરૂપ સિવાય બીજા બધા રેકૉર્ડ વાસનાઓના કે કર્મબંધનના ભૂસી નાખવા હોય તો પ્રભુના જ્ઞાન-ધ્યાન ને ઉપાસનારૂપી ડિલિટ કર્માન્ડ આપીને ભૂસવા પડે. આ કર્મનો સિદ્ધાંત અતિ ગહન છે. તેની ગતિ અતિ ગહન છે તેમ ગીતા પણ કહે છે. આ વિષય ઘણો વિશાળ છે, અહીં તો તે અંગે સંક્ષિપ્તમાં વર્ણવીને સંતોષ માણીએ.

આમ સતત અશાંત રહેતા ચિત્તને શાંત કરવું કેવી રીતે? તેની મહિનતા દૂર કરી સ્વર્ચ કેવી રીતે બનાવવું? આ પ્રશ્નો મુખ્ય છે. કારણ કે ચિત્તરૂપી સરોવર શાંત ને સ્વર્ચ બને ત્યારે આત્માનો ને પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર શક્ય બને. આનો ઉપાય છે પ્રભુના સ્વરૂપનું જ્ઞાન, ઉપાસના ને ધ્યાન. જેમ સૂર્યનાં કિરણો ફેલાયેલાં હોય ત્યારે તેની શક્તિ ઓછી જણાય છે, પરંતુ બિલોરી કાચ (Convex lens) દ્વારા એ કિરણને એક જ પોઇન્ટ ઉપર એકાગ્ર કરવામાં આવે, તો પદાર્થને બાળી નાખે તેવી ગરમીશક્તિ ઉત્પત્ત થાય છે. આ પ્રકારે શ્રીજમહારાજ વચનામૃતમાં એક બીજું દૃષ્ટાંત આપે છે કે જેમ વીસ જુદા જુદા કોશ ચાલતા હોય તો તેના પાણીનો પ્રવાહ બહુ શક્તિશાળી ન હોય, પણ એ વીસ કોશનો પ્રવાહ ભેણો થઈને વહે તો પ્રચંડ શક્તિ ઉત્પત્ત થાય છે. એમ મનની અનેકવિધ વિષયોમાં વેરવિભેર થયેલી બાહ્યવૃત્તિને ધ્યાન ને એકાગ્રતા દ્વારા, અંતરવૃત્તિ દ્વારા એકાગ્ર કરી તેનો નિગ્રહ કરવામાં આવે, તો એક જ વિષયમાં એકાગ્ર થયેલી મનની

અસાધારણ શક્તિ દ્વારા બીજે અનેક વિષયોમાં પ્રસરેલી વૃત્તિઓનો નિગ્રહ થાય છે. ત્યાર બાદ કમે કમે ચિત્તરૂપી સરોવર શાંત અને સ્થિર બને છે. તેની સઘળી મલિનતા દૂર થાય ને સઘળા તરંગો શમી જાય ત્યારે તળિયારૂપ આત્માનો સાક્ષાત્કાર થાય છે. અને પરમાત્માની સર્વોપરી શુદ્ધ ઉપાસના ને જ્ઞાન દ્વારા તે આત્મામાં પરબ્રહ્મ પરમાત્માના દિવ્યસ્વરૂપનો પણ સાક્ષાત્કાર થાય છે. પરિણામસ્વરૂપે બધાં જ આવરણો દૂર થતાં આત્યંતિકમોક્ષની પ્રાપ્તિ થાય છે.

આવું પરિણામ ધ્યાનના સતત નિદિધ્યાસ દ્વારા જ શક્ય બને છે. ધ્યાન સિવાયનાં અન્ય સાધનો જેવાં કે બાહ્ય-આભ્યંતર શૈચ, બાહ્યપૂજા, માનસીપૂજા, કથા-વાતારી, ભજન-કીર્તન, સંતસમાગમ, નવધાભક્તિ, ધર્મ, જ્ઞાન, વૈરાગ્ય વગેરે સાધનો ધ્યાન માટેની યોગ્યતા પ્રાપ્ત કરવાના સહાયરૂપ ઉપકરણો માત્ર છે. આ બધાં સાધનો દ્વારા ધ્યાન માટેની યોગ્યતા આવે છે. ત્યાર બાદ પ્રભુના જ્ઞાન, ઉપાસના ને ધ્યાનરૂપ સાધન દ્વારા પ્રભુપ્રાપ્તિરૂપ પરમાર્થ સિદ્ધ થાય છે. સદાચાર, બ્રહ્મચર્ય, અહિસાધર્મ, સત્યનિષ્ઠા, જ્ઞાન, ધર્મ, વૈરાગ્ય, ભક્તિ, પંચવર્તમાનનું યથાર્થ પાલન વગેરે સાધનોની પરિપ્રકૃવતા થવાથી મન શુદ્ધ, સાત્ત્વિક ને સ્થિર થાય છે. એવા શુદ્ધ, સાત્ત્વિક ને નિર્વાસનિક મનને શ્રદ્ધા ને ધૈર્યપૂર્વક ધ્યાનના અભ્યાસમાં પરોવવામાં આવે ત્યારે જ ધ્યાન સિદ્ધ થઈ શકે છે. એવા લાંબા કાળના નિરંતર નિદિધ્યાસ દ્વારા મન ધ્યાનમાંથી નિર્વિકલ્પ સમાધિમાં સરી પડે ત્યારે ધ્યાતા, ધ્યાન ને ધ્યેય તથા જ્ઞાતા, જ્ઞાન ને જ્ઞેય આ ત્રણોય એક બની જતાં પૂર્ણ સાક્ષાત્કારની ઉપલબ્ધ થાય છે.

આગળ કહ્યું તેમ ધ્યાનના અનેક પ્રકારો છે, પરંતુ સર્વોત્કૃષ્ટ ધ્યેય જે આત્મંતિક કલ્યાણ, તેની પ્રાપ્તિ માટે સર્વોપરી ઉપાસનાની દૃષ્ટિએ જે ધ્યાન સર્વશ્રેષ્ઠ છે તેની સંક્ષિપ્તમાં ચર્ચા કરીશું.

ભગવાન સ્વામિનારાયણે જે ધ્યાન બતાવ્યું છે અને અનાદિ મહામુક્તરાજ અબજ્ઞબાપાશ્રીએ તેનો સ્વાનુભાવ કરીને તેનું પ્રતિપાદન કર્યું છે તે આ પ્રમાણે છે :

સર્વોપરી, પૂર્ણપુરુષોત્તમ ભગવાન, સર્વોત્કૃષ્ટ ઉપાસ્ય ને ધ્યેય સ્વરૂપ શ્રી સ્વામિનારાયણ ભગવાનની ઊભી અથવા બેઠેલી મુદ્રાની એક સુંદર મૂર્તિ, જેમાં પોતાને અતિ પ્રેમ ઊભરાતો હોય તેવું સ્વરૂપ લેવું. મંદિરોમાં ધનશ્યામ મહારાજાનાં જે સ્વરૂપો પદ્ધરાવ્યાં છે તે ધ્યાન કરવા માટે પદ્ધરાવ્યાં છે. તેમાંથી કોઈ પણ સ્વરૂપનો ફોટોગ્રાફ ધ્યાન માટે લઈ શકાય. ધ્યાનની અનુકૂળતા માટે દ્વિયક્ષુનું સન્મુખ સ્વરૂપ ઉત્તમ છે. એક ચક્ષુવાળી મૂર્તિનું ધ્યાન બરોબર થઈ ન શકે, કારણ કે તેમાં પૂરું મુખારવિંદ ધ્યાનમાં લઈ શકાતું નથી. વસ્ત્રો-અલંકાર સહિતની અથવા ઉઘાડા શરીરની મૂર્તિ ધ્યાનમાં લઈ શકાય. આ સ્વરૂપ મોટા મુક્તપુરુષ પાસે પ્રસાદીનું કરાવવાથી અતિ લાભદાયી બને છે, પરંતુ મોટા મુક્ત પૃથ્વી ઉપર ન હોય ત્યારે મંદિરમાં પદ્ધરાવેલાં સ્વરૂપો થકી પણ પ્રસાદીનું કરાવી શકાય છે. પ્રસાદીના સ્વરૂપમાં પ્રભુની ચેતનાશક્તિનો વિશેષ આવિર્ભાવ હોવાથી સાધકની સાધનામાં પ્રગતિ ઝડપી બને છે. મૂર્તિ પ્રસાદીની છે એવો મહિમાભાવ થવાથી પણ સાધકને તે મૂર્તિમાં સહેજે જ વધુ આકર્ષણ થાય છે. ધ્યાન માટે ફક્ત એક જ સ્વરૂપ લેવું.

સ્વરૂપો બદલતાં રહેવાથી મનની એકાગ્રતા સિદ્ધ થઈ શકતી ન હોવાથી સાધના વ્યર્થ બને છે. માટે આગળ કહ્યું તેવું એક જ સ્વરૂપ લેવું. તે પોતાની આંખ સામે વ્યવસ્થિત રહે તેવી બેઠક ઉપર બિરાજિત કરવું. પોતાની આંખો ખેંચાય નહિ તે રીતે બરોબર અંતર રાખવું. સારી પેઠે બેસાય તેવું આસન ઊનનું કે સૂતરાઉનું જે મળે તે લઈ સુખાસન, પચાસન, સ્વસ્તિકાસન, સિદ્ધાસન વગેરે જે ફાવે તે આસનમાં બેસવું. પછી એકાગ્ર ચિત્તે, એકાગ્ર દૃષ્ટિએ મૂર્તિને નખથી શિખા પર્યત નિહાયા કરવી. ધ્યાનમાં પવિત્રતા, નિયમિતતા ને એકાંત અતિ અગત્યના છે.

મૂર્તિના ચરણનું ધ્યાન કરી તે અંગો અંતરવૃત્તિએ દર્દ કરવાં. પછી બધાં અંગો એક પછી એક ધારી શિખા પર્યત ધ્યાન કરવું. બાધ્યદૃષ્ટિ વડે નખથી શિખા ને શિખાથી નખ પર્યત વારે વારે પ્રેમથી જોયાં કરવાં. પછી આંખો બંધ કરી અંતરવૃત્તિએ અંતરમાં ધારવાનો અભ્યાસ કરવો. મોટા મુક્ત પાસેથી પ્રતિમામાંથી પ્રતિમાભાવ ટાળી સાક્ષાત્ પ્રભુ જ બિરાજે છે તેવું જ્ઞાન સમજ દિવ્યભાવે સહિત મૂર્તિનું ધ્યાન કર્યા કરવું. ધારણા કરતી વખતે પ્રત્યાહાર દ્વારા મનમાંથી મૂર્તિ સિવાયના બીજા બધા વિચારો પ્રયત્નપૂર્વક દૂર રાખવાનો અભ્યાસ કરવો. ધ્યાન કરવાની યોગ્યતા માટેના નિયમોનું પાલન કરવા અંગે ઘણું કહી શકાય. પરંતુ ટૂંકમાં એટલું જ કે પ્રભુએ આપેલા *પંચવર્તમાનને મોટા મુક્ત દ્વારા યથાર્થ સમજ લઈ તેનું યથાર્થ પાલન કરવાનો પ્રયત્ન કરવો.

* શ્રી સ્વામિનારાયણ ડિવાઇન મિશન દ્વારા પ્રકાશિત ‘પંચવર્તમાન’ પુસ્તકમાં તેનું વિશાદ વિવરણ છે તે જોઈ લેવું.

પંચવર્તમાનના પાલનમાં યોગના યમ-નિયમ, હંત્રિયસંયમ વગેરે પાત્રતાનાં બધાં સાધનો આવી જાય છે.

એવા પંચવર્તમાનનું યથાર્થ પાલન, પ્રભુના સ્વરૂપમાં અચલ શ્રદ્ધા, અનન્ય નિષ્ઠા, સર્વોપરી ઉપાસના, પતિત્રતાપણું, સાધનામાં અણાનમ ધૈર્યબલ તથા મોટા મુક્તપુરુષનો જોગ-સમાગમ-સેવા વગેરે સહાયરૂપ ઉપકરણોનો અમલ કરી ધ્યાનનો અભ્યાસ કરવાથી અંતઃકરણ પવિત્ર ને સ્થિર થાય છે. તેથી ધ્યાનાવસ્થામાં તેનો સહેલાઈથી નિગ્રહ થાય છે, અને તેથી પ્રભુના સ્વરૂપમાં જોડાવાની સરળતા રહે છે.

આવી રીતે ધ્યાનના લાંબા કાળના અભ્યાસના પરિણામ સ્વરૂપે પ્રભુના સ્વરૂપમાં પરાપ્રેમ, પરાભક્તિનો ઉદ્ય થાય છે. જગત સંબંધી પંચવિષયના રાગ, આસક્તિ, વાસના વગેરે ધીમે ધીમે ઓછાં થઈ દૂર થઈ જાય છે. અંતરશત્રુઓ ઉપર વિજય મેળવી શકાય છે. લાંબા સમયના ધ્યાનના અભ્યાસથી ચિત્તમાં એક પ્રભુના સ્વરૂપનો જ આકાર દૃઢ થવાથી ચિત્તની વૃત્તિઓ બીજા અનંત પ્રકારના વિષય સંબંધી આકારો ધારણ કરતી અટકી જાય છે. પછી સમગ્ર ચિત્ત એક પ્રભુનો જ આકાર ધારણ કરે, ત્યારે તેના બધા તરંગો શમી જાય છે ને તેની સઘળી મહિનતા દૂર થાય છે. પરિણામ સ્વરૂપે આત્મામાં પરમાત્માના સ્વરૂપનો સાક્ષાત્કાર થાય છે. આત્મા ઉપર અજ્ઞાન-અવિદ્યાના અનાદિકાળથી રહેલાં આવરણો દૂર થઈ જતાં, જેને લીધે ચૈતન્ય અણુ સરખો સૂક્ષ્મ ભાસતો હતો, તે દૂર થવાથી તેનો પ્રકાશ ફેલાય છે.

તે આત્મા ખદ્યોત (આગિયા) જેવો હતો. તેમાંથી કુમે કુમે પ્રકાશ વૃદ્ધિ પામીને મહાતેજ જેવો થઈ જાય છે.

ચોમાસામાં જેમ સૂર્ય વાદળોથી ઢંકાઈ જાય છે, ત્યારે અંધકાર લાગે છે, પરંતુ જેવાં વાદળો ખસી જાય કે તરત જ સૂર્યપ્રકાશ સર્વત્ર ફેલાય છે. તેમ મૂળમાયાના અજ્ઞાન-અવિદ્યારૂપ આવરણો ખસી જતાં આત્માનો પ્રકાશ ફેલાય છે. પછી તે પ્રભુની ઉપાસનાને કારણો પ્રભુના સર્વવ્યાપી બ્રહ્મરૂપ પ્રકાશ સાથે એકરૂપ થાય છે. તેથી આત્મામાં પ્રભુના નિત્યસિદ્ધ વ્યતિરેક દિવ્યસ્વરૂપનો તેમની જ કૃપા દ્વારા સાક્ષાત્કાર થાય છે.

આ પ્રકારે સાંખ્યજ્ઞાન દ્વારા પોતાના સ્વરૂપને સ્થૂળ, સૂક્ષ્મ, કારણ ને મહાકારણ શરીર, જાગૃત, સ્વજ્ઞ ને સુષુપ્તિ એ અવસ્થાઓથી પર, કાળ, કર્મ, માયા તથા માયાના સત્ત્વ, રજ ને તમ એ ત્રણ ગુણોથી પર તથા જીવકોટીથી લઈને મૂળ અક્ષરકોટી, તેથી પર માની પ્રભુના બ્રહ્મરૂપ તેજ સાથે એકતા માની ધ્યાન કરવાથી આત્મા-પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર થાય છે. જ્યારે આત્મામાં પ્રભુના સ્વરૂપનો સન્મુખ ભાવે સાક્ષાત્કાર થાય છે, તેને વિદેહી મુક્તની અર્થાત્ પરમએકાંતિક મુક્તની સ્થિતિ કહેવામાં આવે છે. આ પ્રકારનું ધ્યાન પહેલાં અનુલોમપણે સિદ્ધ થાય છે. અર્થાત્ પ્રભુના સ્વરૂપને સન્મુખ ધારીને ધ્યાનની દૃઢતા કરવામાં આવે છે.

ત્યાર બાદ મોટા મુક્ત પાસેથી સર્વोત્કૃષ્ટ પ્રકારનું ધ્યાન શીખી લઈ અંતરમાં પ્રતિલોમપણે પુરુષોત્તમરૂપ થઈને, અર્થાત્ પોતાના સ્વરૂપની પ્રભુના બ્રહ્મરૂપ તેજ સાથે એકતા નહિ માનતાં, સ્વયં પ્રભુના સ્વરૂપની સાથે જ એકતા માની, પોતે પુરુષોત્તમરૂપ છે એમ માનીને ધ્યાન કરવું. પ્રભુ સ્વામી

છે ને હું તેમનો નિત્ય સેવક છું. પ્રભુ સુખદાતા છે ને હું તેમના સુખનો ભોક્તા છું. એમ સ્વામી-સેવકભાવે તથા દૂધમાં સાકર ભળી જાય તેમ રસબસ-તડુપ-તલ્લીનભાવને પામેલો, પ્રભુના પરમસાધર્મને પામેલો અનાદિમુક્ત છું તેમ માની પુરુષોત્તમરૂપે ધ્યાન કરવું. આ ધ્યાનનો સર્વोત્કૃષ્ટ પ્રકાર છે.

આ પ્રકારનું ધ્યાન સિદ્ધ થતાં નિર્વિકલ્પ સમાધિ, અસંપ્રગ્ણાત સમાધિ થાય છે. આત્મામાં પ્રભુના દિવ્ય સ્વરૂપનો સાક્ષાત્કાર થતાં તે સ્વરૂપમાં રોમેરોમ રસબસભાવે પ્રેમાદ્વિત સધાય છે. આ સ્થિતિમાં સાધકનો અહંભાવ સંપૂર્ણપણે પ્રભુમાં વિલીન થવાથી પોતાનું અસ્તિત્વભાન લય પામે છે. એક પ્રભુ જ છે, અન્ય કંઈ નથી એવી દિવ્યસ્થિતિ થતાં જ્યાં જ્યાં, અંદર-બહાર દર્શિ જાય ત્યાં એક પ્રભુનાં જ દર્શન થાય છે. આ ગુણાતીત, માયાતીત, હંડ્રિયાતીત, પૂર્ણ પુરુષોત્તમરૂપ દિવ્યસ્થિતિને કૈવલ્યમુક્તની સ્થિતિ, અનાદિમુક્તની સ્થિતિ કહેવામાં આવે છે. પરમપદ, આત્યંતિક મોક્ષ જે કહો તે આ સ્થિતિ છે. જીવાત્મા આ સ્થિતિમાં સાધકમાંથી સિદ્ધ, અપૂર્ણમાંથી પૂર્ણ, અશુમાંથી વિભુ, જીવમાંથી શિવ, બદ્ધમાંથી મુક્ત, નરમાંથી નારાયણ બને છે. અર્થાત્ નારાયણના તુલ્યભાવને, પરમ સાધર્મભાવને, પ્રેમાદ્વિતભાવને પ્રાપ્ત થાય છે. ત્યાર બાદ તે પ્રભુસંબંધી દિવ્ય સુખ-ઔદ્ઘર્થને દાસભાવે ભોગવે છે. પરભાવમાં દાસભાવે સુખ ભોગવવું એ જ સેવા છે, પણ બીજી કોઈ સેવા નથી. આ પ્રકારના સર્વોત્તમ ધ્યાન માટે અલગ ગ્રંથ બની શકે, પરંતુ અહીં તો માત્ર સંક્ષિપ્ત વિવરણ કરી સંતોષ માનીશું.

આધુનિક વિજ્ઞાનના મતે ધ્યાન દ્વારા શારીરિક-

માનसિક પણ ઘણા લાભ થાય છે. વૈજ્ઞાનિકોએ E.E.G. દ્વારા એવું તારણ કાઢ્યું છે કે આપણી જગૃત અવસ્થામાં પ્રવૃત્તિઓ દરમ્યાન ‘બીટા’ તરંગોનું મગજમાં પ્રાધાન્ય હોય છે. ઉંઘ દરમ્યાન મગજની પ્રવૃત્તિ ઓછી થતાં ‘થિટા’ તરંગો વહે છે. માણસની બેભાન અવસ્થામાં મગજમાં ‘ડેલ્ટા’ તરંગો ઉત્પત્ત થાય છે. જ્યારે ઊંડા ધ્યાનની અથવા ઊંડા ચિંતનની અવસ્થામાં ‘આલ્ફા’ નામના તરંગો વહે છે. આ તરંગો Electromagnetic ways - વીજચુંબકીય તરંગો છે, જે મગજના E.E.G. અર્થાત् Electro encephalogram દ્વારા જાણી શકાય છે. જેમ હૃદયની પ્રવૃત્તિ E.C.G દ્વારા જાણી શકાય છે, તેમ મગજની પ્રવૃત્તિ કે ક્ષતિ જાણવા માટે E.E.G. કાઢવામાં આવે છે.

ધ્યાનાવસ્થામાં તાલબદ્ધ વહેતા આલ્ફા તરંગોને લઈને હૃદયના ધબકારા નિયમિત બને છે. તાણા-તણાવ વખતે ઉત્પત્ત થતાં આંતરસ્ત્રાવી ગ્રંથિના હોર્મોન્સ જેવા કે કોર્ટિસોલ વગેરેનું પ્રમાણ ઘટે છે. લોહીમાં ટોક્સિન્સ (ઝેર)નું પ્રમાણ ઘટે છે. મગજના ડોપામાઇન, સેરોટીનીન વગેરે રસાયણો સંતુલિત થાય છે. તેથી મગજ શાંત થાય છે. શરીરમાં ઓક્સીજનનો વપરાશ ઘટે છે, એટલે ઓછા ઓક્સીજનની જરૂર પડે છે. લોહીમાંનું બ્લડલેક્ટેન્નું પ્રમાણ પણ ઘટે છે. આ બધાને કારણે તાણા-તણાવ, હૃદય ને મગજ ઉપરનું ભારણ વગેરે ઘટે છે. તેથી તન-મન સ્વસ્થ ને નીરોગી બને છે. સ્ક્રૂર્ટિને તાજગીનો તથા આનંદ ને શાંતિનો અનુભવ થાય છે. હતાશા, કોધ, ભય, આવેગો, આવેશો, હાઈ બી.પી., ડાયાબિટીસ, હૃદયરોગ, અલ્સર, અપચો જેવા મનોદૈહિક

રોગો મટી જાય છે અથવા કાબૂમાં આવી જાય છે. આમ વૈજ્ઞાનિકો જપ, ધ્યાન, પ્રાર્થના વગેરેનો ઉપયોગ રોગ ચિકિત્સા તરીકે કરે છે.

આ રીતે ધ્યાનનો શારીરિક, માનસિક કે આધ્યાત્મિક વિકાસ માટે સદ્ગુપ્યોગ કરવો જોઈએ. ધ્યાનનું યથાર્થ માહાત્મ્ય જાણી સાધકે શ્રેયને માર્ગ વિકાસ સાધવાનો પુરુષપ્રયત્ન કરી મનુષ્યજીવન સાર્થક બનાવવું જોઈએ.



નોંધ : ધ્યાનની રીત વિશે વિશેષપણે જાડાવા માટે શ્રી સ્વામિનારાયણ ડિવાઇન મિશન દ્વારા પ્રકાશિત ‘ધ્યાન’ પુस્તિકા વાંચવી ઉપયોગી થશે.

મૌન એ મનના વિચારો તથા વાણીનો નિગ્રહ કરવાનું, તેને સંયમી ને સુસંસ્કારિત કરવાનું, અંતરદાષ્ટિ ને આત્મનિરીક્ષણ-આત્મપરીક્ષણ કરવાનું તથા આંતરિકયાત્રા ને તપશ્ચર્યા માટેનું ધ્યાનની પૂર્વભૂમિકારૂપ અમોઘ સાધન છે.

વાણી એ મનુષ્યને પરમાત્મા તરફથી મળેલી અદ્ભુત પ્રાઇતિક દેન છે. આલોકમાં સર્વે પ્રાણીમાત્રમાં કેવળ મનુષ્ય જ એવું પ્રાણી છે કે જે અર્થવાળા શબ્દોનું ઉચ્ચારણ કરી શકે છે. અન્ય પ્રાણીઓની બોલી કેવળ તેમની સહજવૃત્તિ દ્વારા પ્રેરિત હોય છે. તેઓ આહાર, નિદ્રા, ભય ને મૈથુન એ સહજવૃત્તિ આધારિત કોધ, ભય, પીડા, અણગમો, પ્રેમ વગેરે લાગણીઓ વિવિધ પ્રકારના અવાજો દ્વારા પ્રદર્શિત કરી શકે છે. જ્યારે મનુષ્યના જીવનનો સંઘળો બાહ્ય વ્યવહાર વાણીના માધ્યમ દ્વારા થાય છે. એ વાણીનો ઉપયોગ ઉચ્ચારણ કરીને, લખીને કે સંકેત દ્વારા પણ કરી શકે છે, કારણ કે માનવી પાસે બુદ્ધિરૂપી પ્રબળ સાધન છે. વાણીના માધ્યમ દ્વારા આપણો આપણા મનોભાવો તથા વિચારોનો વિર્મશ ને વિનિમય કરી શકીએ છીએ. વાણી દ્વારા આપણો આપણા આંતિરિક જીવનનું ને ચારિત્રનું બહાર પ્રતિબિંબ પાડીએ છીએ. વાણીના માધ્યમ દ્વારા વ્યક્તિનું વ્યક્તિત્વ ને ચારિત્ર પારખી શકાય છે. તેના સંસ્કારોની પણ પરખ થઈ શકે છે.

વ્યવહારમાં આપણા આ ઉત્તમ માધ્યમનો ઘણો બધો

દુર્ઘય થતો હોય છે. થોડું બારીકાઈથી નિરીક્ષણ કરવાથી સુજ્ઞ વ્યક્તિને આ બાબતનો ઝ્યાલ આવી શકે છે. સમાજના મોટા ભાગના લોકોનો સમય અને શક્તિ નિરર્થક ચર્ચાઓ, વાર્તાલાપો, વાદવિવાદો, વાગ્યુદ્ધો, જઘડાઓ, ભિથ્યા દલીલબાળ, બકવાટ ને પ્રલાપોમાં વ્યય થાય છે. તેથી વાતાવરણ સતત ધનિ ને શબ્દોના ઘોંઘાટથી પ્રદૂષિત થતું રહે છે. તેમ છતાં આપણે આ બધા સાથે એટલા બધા ઓતપ્રોત હોઈએ છીએ કે આપણને ભાગ્યે જ આ બાબતનો ઝ્યાલ આવે છે, કે આપણો સાચી માનસિક શાંતિથી કેટલી હુદે દૂર હડસેલાઈ ગયા છીએ!

આપણે આવા વાતાવરણથી એવા તો ટેવાઈ ગયા છીએ કે આ કડવી વાસ્તવિકતાને નજરઅંદાજ કરીને એક ઘરેડમાં જીવે જઈએ છીએ. આ પણ એક આશ્વય છે!

ઘણી વખત વાણી દ્વારા રોજબરોજના વ્યવહારમાં વ્યક્તિઓના એકબીજા સાથેના અહંકાર ટકરાવાથી અનેક પ્રકારના કૂલેશ, વૈમનસ્ય, મતભેદ ને વિખવાદ ઉભા થતા હોય છે. આ બધાનું મુખ્ય કારણ વાણી ઉપરના સંયમનો અભાવ છે. જેણે પોતાના મન ને વાણી ઉપર સંયમ મેળવી તેનો નિગ્રહ કર્યો હોય, જેમની વાણી ને વર્તનમાં એકતા હોય એવા પારદર્શી ચારિત્ર્યવાન વ્યક્તિની વાણી ઓજસમયી, સત્યમય ને પ્રભાવક હોવાથી તેના દ્વારા અનેક લોકોને જીવન જીવવાનું સાચું માર્ગદર્શન મળે છે. અનેકનાં જીવનપરિવર્તન થઈ જાય છે. અરે! તેવી વ્યક્તિનું આદર્શરૂપ વર્તન પણ જીવનના અભિગમને બદલી સાચા ઉદાત જીવન તરફ દોરી જાય છે. આવા સદાચારયુક્ત ને ચારિત્ર્યની સુવાસ ફેલાવતા

સંતપુરુષો જ સમાજના સાચા માર્ગદર્શક ને ઘડવૈયા બની રહે છે. જ્યારે ઘણા અજ્ઞાની, અસંયમી ને અહંકારી મનુષ્યોની વાણી દ્વારા અનેક લોકોનાં જીવન બરબાદ થઈ નરકતુલ્ય બની જતાં હોય છે.

શબ્દમાં, શબ્દના ધ્વનિતરંગોમાં અકલ્ય શક્તિ રહેલી હોય છે. તે શબ્દ કેવી રીતે, કેવા ભાવથી ને કેવા અર્થમાં પ્રયોજવામાં આવે છે, તેની ઉપર તેની અસર અને પરિણામનો આધાર રહેલો છે. Cause and effectના નિયમ મુજબ જેવું કારણ તેવું કાર્ય. એવો કાર્યકારણનો સૂક્ષ્મ સંબંધ છે. ઘણી વખત વાણી ઉચ્ચારનારના મનમાં કંઈક બીજું જ હોય અને સાંભળનાર વ્યક્તિ એના કહેવાનો ભાવાર્થ બરોબર સમજી ન શકે, તો ગેરસમજ ઊભી થાય છે. આ સંસારમાં મોટા ભાગના ફૂલેશો ને વિખવાદો ગેરસમજને લઈને જ ઊભા થાય છે. આ બધું હોવા છતાં વાણી એ જીવનના બધા ભौતિક વ્યવહાર તેમ જ સાધનકાળમાં આધ્યાત્મિક વ્યવહાર માટેનું અતિ અગત્યનું ને આવશ્યક માધ્યમ છે. મનુષ્ય સામાજિક પ્રાણી છે. તેને સમાજની વચ્ચે રહીને જીવવાનું છે. વ્યક્તિને અનેક પ્રકારની વિવિધ પ્રકૃતિની ને સ્વભાવની વ્યક્તિઓ સાથે અનિવાર્યપણો વ્યવહાર કરવાનો હોય છે. તેથી વ્યક્તિએ શબ્દની શક્તિ વિશે ને વાણીના મૂલ્ય વિશે સવિશેષ સભાન બનવું અતિ આવશ્યક છે. હા, માણસ જો એકલો જંગલના કોઈ એકાંતમાં પડ્યો રહેતો હોય, તો તેને અન્ય વ્યક્તિ સાથે કોઈ વ્યવહાર કરવાનો ન હોવાથી તેના કોધ, માન, ઈર્ષા, દ્રેષ વગેરે આવેગો ને વિકારો દબાયેલા રહેવાની સંભાવના છે. પરંતુ

જ્યારે તે સમાજ વચ્ચે રહેતો હોય, ત્યારે જ તેના વાણી-વર્તન ઉપરના સંયમની કસોટી થાય છે. એ વખતે વાણી-વર્તનનો સંયમ અતિ અગત્યનો બને છે. અન્યથા તેના અસંયમી વાણી-વર્તન દ્વારા અનેક અનર્થો ને અનિષ્ટો સર્જાય છે. એવો વાણીવ્યવહાર પોતાને માટે તથા અન્યને માટે હાનિકર્તા બને છે.

જેને પોતાની આધ્યાત્મિક ચેતના જાગૃત કરી તેનો વિકાસ કરી ઉર્ધ્વગમન કરવું હોય, તેણે વાણીનો દુર્વ્યથ થાય તેવા ગામગપાટા, નિરર્થક ચર્ચાઓ, દલીલબાળ, વાદવિવાદ, ઝડપ તથા ઠહૂમશકરી વગેરેથી હંમેશાં દૂર રહેવા પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. એ માટે સતત જાગૃત રહી કુસંગ તથા અનિષ્ટ-અસામાજિક તત્ત્વોનો સંગ વર્જવો જોઈએ. સંતસમાગમ, સત્સંગ, સદ્ગ્વાચન ને સેવા વગેરે સદ્ગ્રવૃત્તિઓ દ્વારા પોતાના વિચારો ને વર્તનને સુસંસ્કારિત કરી વાણીને મધુર, સત્યપૂર્ણ, સંયમી ને અનુકરણીય બનાવવા નિરંતર પ્રયાસ કરવો જોઈએ. આ રીતે વાણી ને વિચારનો વિવેકશક્તિ દ્વારા નિગ્રહ કરી તેની ઉપર સંયમ કેળવી જરૂર જેટલી જ, પ્રયોજન પૂરતી જ વાણીનો ઉપયોગ કરવો તે મૌનનો ખરો અર્થ છે. હંમેશાં સત્ય, પ્રિય અને પોતાને તથા અન્યને હિતકારી હોય તેવી વાણીનો ઉપયોગ કરવો. અસત્ય, અપ્રિય ને કોઈનું પણ અહિત થાય તેવી વાણી ન ઉચ્ચારવી. શ્રીજમહારાજ તો કોઈનું અહિત થાય તેવી વાણી ન બોલવી તેમ તો કહે જ છે, પણ કોઈનું અહિત થાય તેવો ભૂંડો સંકલ્પ કરવાની પણ ના પાડે છે. ઘણા લોકો મૌનનો યથાર્થ અર્થ સમજ્યા વગર, જડતાપૂર્વક બોલવાનું બંધ કરી બેસી રહે છે

ને તેને તપસ્યા સમજ એવા ભિથ્યા જ્યાતમાં રાચે છે કે પોતે મૌનધારી મુનિ બની ગયા છે! આ પ્રકારના સ્થૂળ મૌનથી બહુ ઝાડો આધ્યાત્મિક વિકાસ સંભવતો નથી.

વધુ પડતું, બિનજરૂરી ને નિરર્થક બોલબોલ કરવાથી માનસિક, શારીરિક ને આધ્યાત્મિક શક્તિનો હાસ થાય છે. મનની એકાગ્રતા કરવાની શક્તિ પણ નષ્ટ થાય છે. તેથી આધ્યાત્મિક ચેતના ઉર્ધ્વ થવાને બદલે નીચે સરી પડે છે. તે માટે સાધકે વાક્-જ્ઞાને, એ ઉચ્છ્વખલ ઇંદ્રિયને હંમેશાં કાબૂમાં રાખવી તે અનિવાર્ય છે. જ્યારે જ્યારે જીવનવ્યવહારમાં કોઈની સાથે વાતચીત કરવાનો પ્રસંગ ઉપસ્થિત થાય, ત્યારે સાધકે પોતાની વાણી પ્રત્યે સભાન રહી જરૂર જેટલી જ ને અસરકારી વાણી જ વદવી જોઈએ. ઓછા શબ્દોથી અર્થ સરતો હોય તો વધુ પડતા શબ્દો ફેંકી ન દેવા. વાક્યિંદ્રિયને નિયમમાં ને સંયમમાં રાખવાની ટેવ પાડવી જોઈએ. નિરર્થક વાણીવ્યથી વ્યક્તિની મોટા ભાગની ઉર્જા વપરાઈ જાય છે. જે ઉર્જાનો ઉપયોગ આધ્યાત્મિક વિકાસ માટે અથવા કોઈ રચનાત્મક કાર્ય માટે થવો જોઈએ તે વેડફાઈ જવાથી વ્યક્તિનો વિકાસ અટકી જાય છે, તે મોટી હાનિ છે. ઉચ્ચ ધ્યેયલક્ષી સાધકે એ માટે સતત સભાન રહેવું અનિવાર્ય છે.

જેમ વાણીના દુર્વ્યથી અનેક પ્રકારે હાનિ થાય છે, તેમ સમજ્યા વગર સ્થૂળ મૌન ધારણા કરવાથી પણ અનેક અનર્થો સર્જાય છે, અનેક મુશ્કેલીઓ સર્જાય છે. જેમ કે, મૌનધારી વ્યક્તિને અન્ય લોકો સાથે વ્યવહાર તો કરવો જ પડે છે, ત્યારે તે અમુક સંકેતો કે ઇશારા દ્વારા સમજાવવાનો પ્રયત્ન કરે છે. એ વખતે સામેની વ્યક્તિ બરોબર સમજ ન શકે

અથવા તો જે કહેવાનું તાત્પર્ય હોય તેથી જુદું જ સમજું બેસે, તો ઘડી મુશ્કેલી ઊભી થાય. એને લીધે મૌનધારીને ક્યારેક કોધ ઉપજે તેથી જે હેતુ માટે તે મૌન રાખે તે હેતુ જ માર્યો જાય છે. તેની ઉપર ગંભીરપણે અસર થાય છે, જે સાધનામાં વિક્ષેપ કરે છે. ક્યારેક પરાણે લીધેલા સ્થૂળ મૌન દ્વારા વિચારો તથા સંકલ્પ-વિકલ્પોનો પ્રવાહ એટલો પ્રબળ બની જાય છે કે તેને જો બહાર નીકળવાનો માર્ગ ન મળે, તો તેનાથી મગજની સંતુલા ખોરવાઈ જાય છે અને વ્યક્તિ માનસિક બીમારીનો ભોગ બની બેસે છે. માટે પોતાના અહૂકારની પુષ્ટિ માટે કે કીર્તિ-પ્રસિદ્ધ માટે મૌન લઈ બેસવું તે હિતાવહ નથી.

અમુક પ્રસંગે કોઈ અગત્યના નિર્ણયો લેવાના હોય અને તેમાં સમય વેડફવો પોસાય તેમ ન હોય, એવે વખતે મૌનધારી વ્યક્તિ લખીને કે દશારા કરીને પોતાનો અભિપ્રાય કે નિર્ણય જણાવવા જાય અને સામેની વ્યક્તિ ઉતાવળમાં તે સમજું ન શકે તો અથવા કંઈક ઊંધું જ સમજું બેસે તો ઘડી વખત ગંભીર પરિણામ આવે. તેમાં સમય ને શક્તિનો વ્યય થાય તે જુદું. આવા અનિવાર્ય ને અગત્યના પ્રસંગે જીદ પકડીને વાણી ન ઉચ્ચારનાર વ્યક્તિ મૂર્ખ ગણાય. તે પોતાને માટે ને અન્યને માટે હાનિકર્તા બને છે. જડની જેમ સમજ્યા વગર સ્થૂળ મૌનમાં બેસી રહેનારથી અન્ય લોકો કંટાળે છે ને તેની સાથેનો વ્યવહાર ઓછો કરી નાંબે છે, તેને સહકાર આપવાનું પણ ટાળે છે. તેવી વ્યક્તિની છાપ મૌનધારી મુનિ કરતાં દંભી વ્યક્તિ તરીકે વધુ ઉપસે છે. આવા પ્રકારનું સ્થૂળ મૌન અર્થહીન છે.

વાણી વખત બે વિવેકી ને સમજુ વ્યક્તિ વગ્યે બૌદ્ધિકસ્તર ને વિચારોનું સાભ્ય હોય ત્યારે મહદ્વાંશે મૌનભાષાથી જ બંનેનું કાર્ય સરતું હોય છે. વાણીના ઉપયોગની બહુ ઓછી જરૂર પડે છે. કેટલીક વાર ઉચ્ચ બૌદ્ધિક પ્રતિભા ધરાવતી વ્યક્તિઓ શરીરની ભાષા -Body languageનો જ ઉપયોગ કરી પોતાના વિચારોની અભિવ્યક્તિ શરીરના હાવભાવ દ્વારા જ વિનિમય કરી લે છે. તેમને વાણીના ઉપયોગની બહુ જ ઓછી જરૂર પડે છે. ક્યારેક અમુક પ્રસંગે જેવા કે, ઉગ વાદવિવાદ, ચર્ચા કે નિરર્થક દલીલબાળ કે ઝઘડા થતા હોય ત્યારે સંપૂર્ણ મૌન રહેવું આવશ્યક બને છે. એ વખતે વર્થ વાણીવિલાસ કરવો તે જ્ઞાનીનું લક્ષણ નથી. માટે ક્યારે મૌન રહેવું ને ક્યારે પ્રયોજન પૂરતું બોલવું તેનો વિવેક જાળવવો અતિ મહત્વનો છે.

મૌનનો ખરો અર્થ એ છે કે વાણી ને વિચાર ઉપર સભાનપણે વિવેકપૂર્વકના અભ્યાસ દ્વારા સંયમ કેળવી, તેના ઉપયોગ ઉપર સંપૂર્ણ કાબૂ રાખવો ને પ્રયોજન પૂરતા જ શબ્દો પ્રયોજી વ્યવહાર ચલાવવો. વાણીમાં સત્ય, સજ્જનતા, સરળતા, મૃદુતા, વિનમ્રતા ને માધુર્ય જળવાઈ રહે તેવો સજાગપણો પ્રયત્ન કરવો. જેવી આપણી વાણી હોય તેવું જ આપણું વર્તન હોવું જરૂરી છે. વાણી ને વર્તનની એકતા હોય તો જ તે વાણી સ્વીકાર્ય બને છે. તેવી વાણીની સચોટ અસર થાય છે. વાણી સાથે દંભપૂર્ણ આચરણ હોય તો તેની કોઈ સ્થાયી અસર થઈ શકતી નથી. આંતરિક મૌનમાં મૌનરૂપી તપસ્યા સમાયેલી છે. તેમાં જેમ જેમ પ્રગતિ થતી જાય, તેમ તેમ સાધકની ચેતનાનો વિકાસ થતો જાય છે. તેમ તેમ વાણી

પણ વધુ ને વધુ ઓજસ્વી ને ફળવતી બનતી જાય છે. આંતરમૌનની તપસ્યાથી રસાયેલી વાણીમાં મંત્ર જેવું બળ પ્રગટે છે. સમય જતાં તેમાંથી વચનસિદ્ધિ પ્રગટ થાય છે. એના સદૃપયોગથી અનેકનાં કલ્યાણ થાય છે.

વ્યક્તિને સ્વાભાવિક પ્રશ્ન ઉદ્ભવે કે આ મૌનસાધનામાં કરવાનું શું? કેવી રીતે સાધના થાય? ફક્ત મોહું બંધ રાખી બેસી રહેવું તે મૌનસાધના નથી. મૌનસાધનામાં વ્યક્તિએ સ્થૂળ વાણીનો ઉપયોગ બંધ કરી, ચિત્તમાં નિરંતર સ્ક્રારતા વિચારોને, સંકલ્પ-વિકલ્પને સાક્ષીભાવે, તેનાથી પોતાની જતને અલિપ્ત કરી જોયા કરવાના છે. તે વિચારવમણો સાથે ઓતપ્રોત થયા સિવાય, તેમાં કોઈ પણ જતનું Involvement કર્યા સિવાય, કોઈ પણ વિચારનો પ્રતિભાવ કે પ્રતિક્રિયા આપ્યા સિવાય તેને નિહાળ્યા કરવાના છે. આમ કરવાથી ધીમે ધીમે વિચારોનો પ્રવાહ ઓછો થતો જાય છે. પરિણામ સ્વરૂપે નિર્વિકલ્પ સ્થિતિ આવે છે. પોતાના આત્મસ્વરૂપને ત્રણ દેહ, ત્રણ અવસ્થા, જાતિ, આશ્રમ, વર્ષા, પંચભૂત, પંચવિષય, પંચતન્માત્રાઓ, પ્રાણ, હંડ્રિયો, અંત:કરણા, કાળ, કર્મ, માયા આ બધાથી સંપૂર્ણ પર છું. ભૌતિક-દ્રવ્ય જગતના, માયાના ગુણધર્મોથી મારા ગુણધર્મો સંપૂર્ણપણે અલગ છે. હું તો પરમાત્મારૂપ, પરમાત્માનું પરમ સાધર્ય પામેલો નિત્યમુક્ત છું, તેમ સાંખ્યજ્ઞાનની દૃઢતા કરી વિચારતરંગોથી અલિપ્ત થતાં શીખવાનું છે. વિચારપ્રવાહ અટકતાં પુરુષોત્તમરૂપ થઈ પરમાત્મા સાથે ઐક્ય સાધી ધ્યાન કરવાનું છે.

મૌનસાધના દ્વારા બહારથી આવતા વિચારોરૂપી કચરો

ચિત્તમાં કમે કમે ઓછો જમા થાય છે. સાથે સાથે અંદરના વિચારોની ગંદકી પણ સારુ થતી જાય છે. ઇંડ્રિયો-અંત:કરણની ઊર્જાનો સંયમ દ્વારા બચાવ કરવાથી તેનો આધ્યાત્મિક ઉત્તેતિમાં સદૃપ્યોગ થઈ શકે છે. વैચારિક સંઘર્ષનો અંત પણ મૌનસાધના દ્વારા જ શક્ય બને છે. મૌનસાધના દ્વારા ચિત્ત શાંત, સ્વચ્છ ને નિર્મળ બને છે, તેથી સમાધિ અવસ્થા માટે ચિત્તની ભૂમિકા તૈયાર થાય છે.

મૌનનો સૂક્ષ્મ અર્થ એ પણ છે કે મનના વિચારોનો, સંકલ્પોનો નિગ્રહ કરી, તે ઉપર પ્રભુત્વ મેળવી પ્રભુના સ્વરૂપમાં શાંત ચિત્ત, એકાગ્રતાપૂર્વક દેહાદિકના ભાવે રહિત થઈ દિવ્યભાવે જોડાવાનો અભ્યાસ કરવો. મૌન એટલે પ્રભુના દિવ્યસ્વરૂપના અખંડ મનન-નિદિધ્યાસરૂપી આંતરિક તપસ્યા. આ જ ખરા અર્થમાં મૌન છે. એવા મૌનધારીને જ મુનિ કહેવામાં આવે છે. મૌનની સાધના ધ્યાનાવસ્થાની પૂર્વભૂમિકા છે. મૌનસાધના દ્વારા પરિમાર્જિત થયેલી, શુદ્ધ થયેલી ચિત્તવૃત્તિનો પરબ્રહ્મ સ્વરૂપમાં સહેલાઈથી નિરોધ થઈ શકે છે. ચિત્તવૃત્તિનો આત્મા-પરમાત્મામાં નિરોધ કરી સાક્ષાત્કાર કરવો એ જ જીવનનું ધ્યેય છે. એ વાત મૌનસાધના દ્વારા શક્ય બને છે.



ઇંદ્રિયો તથા અંતઃકરણની વિષયાભિમુખ વૃત્તિઓનો નિગ્રહ કરી, તેની ઉપર વિજય મેળવી, તેના દ્વારા આધ્યાત્મિક ચેતનાની જાગૃતિ કરી તેનું ઊર્ધ્વીકરણ કરવા માટે તપ એક મહત્વાનું સાધન છે. તપશ્ચર્યાના મુખ્ય બે પ્રકારો છે. ૧. ઇંદ્રિય દમન, ૨. મનનું શમન.

૧. ઇંદ્રિયદમન અથવા દેહદમન :

શરીરમાં પાંચ જ્ઞાનેન્દ્રિયો શ્રોત્ર, ત્વક્, ચક્ષુ, રસના ને ગ્રાણ. પાંચ કર્મન્દ્રિયો વાક્, પાણિ, પાદ, પાયુ ને ઉપસ્થ. આ દસ ઇંદ્રિયો દ્વારા ભૌતિક પંચવિષયો શબ્દ, સ્પર્શ, રૂપ, રસ ને ગંધનું ગ્રહણ કરવા માટે અંતઃકરણમાંથી ઉદ્ભવતી વિવિધ વૃત્તિઓનું પ્રત્યાહાર દ્વારા દમન કરવું અર્થાત્ ઇંદ્રિયોની વૃત્તિને વિવેકજ્ઞાન, વૈરાગ્ય, દૃઢસંકલ્પ ને મનોબળ દ્વારા પોતપોતાના વિષયોમાં જતી રોકવી. તેને વિષયોમાંથી પાછી વાળી તેનો નિગ્રહ કરી તેને આત્મા-પરમાત્મામાં જોડવારૂપી યોગનું આચયરણ કરવું. તે ઇંદ્રિયોની વૃત્તિરૂપી હવિષ્યાન (યજ્ઞમાં હોમવાની સામગ્રી)ને આત્મા પરમાત્મારૂપ બ્રહ્મયજ્ઞમાં હોમવી, તે ખરા અર્થમાં ઇંદ્રિયદમન છે.

ઉદાહરણ તરીકે ચક્ષુ ઇંદ્રિય એટલે આંખ દ્વારા મનમાં રાગ કે વિકાર ઉત્પન્ન થાય તેવું રૂપ જોવામાંથી આંખની વૃત્તિને પાછી વાળી, અંતરમાં પ્રભુ અથવા સત્પુરુષનાં દર્શન કરવાં. બહાર પણ પ્રભુના સ્વરૂપનાં તથા સત્પુરુષનાં દર્શન

કરવામાં રોકવી. તે ચક્ષુ હંડ્રિયના દમનરૂપ તપ છે. શ્રોત્ર-શ્રવણોદ્રિય અર્થાતું કાનની વૃત્તિને અયોગ્ય ને અનિષ્ટ શરૂદોમાં કે ધ્વનિમાં રસ લેતી અટકાવી ને પ્રભુ સંબંધી કથા-કીર્તન, સત્પુરુષની વાણી વગેરે સાંભળવામાં રોકવી. સત્ત્વગુણ ઉદ્ય થાય તેવી વાતો સાંભળવી. આ શ્રવણોદ્રિયના દમનરૂપ તપ છે. ત્વચા દ્વારા પાપી મનુષ્યનો કે કોઈ વિકારી વ્યક્તિનો, અનિષ્ટ પદાર્થનો સ્પર્શ તજી, ત્વચા દ્વારા પ્રભુના સ્વરૂપનો કે સત્પુરુષનો સ્પર્શ કરવો. તેમના પ્રસાદીભૂત પદાર્થનો ભાવપૂર્વક સ્પર્શ કરવો તે ત્વકુંડ્રિયના દમનરૂપ તપ છે. રસના હંડ્રિય દ્વારા રજોગુણ-તમોગુણ વધે તેવા આહારની આસક્તિ છોડી સત્ત્વગુણની વૃદ્ધિ થાય તેવો પ્રભુના ને સંતના પ્રસાદરૂપ આહાર કરવો, મિતાહાર કરવો એ રસના હંડ્રિયના દમનરૂપ તપ છે. ગ્રાણોન્દ્રિય દ્વારા રજોગુણી-તમોગુણી અસર ઉપજાવે તેવા અતાર કે સુગંધીત દ્રવ્યોની આસક્તિમાંથી મુક્ત થઈ પ્રભુને અર્પણ કરેલાં પુષ્પ, ચંદ્ન વગેરે સત્ત્વગુણ ઉત્પત્ત કરે તેવા પદાર્થની પ્રસાદીના માહાત્મ્યે કરીને સુગંધ લેવી ને અયોગ્ય ને વિકાર ઉદ્ય થાય તેવી સુગંધનો ત્યાગ રાખવો તે ગ્રાણોન્દ્રિયના દમનરૂપ તપ છે.

વાણી ઉપર સંયમ કેળવી તેનો જ્યાં ઘટે ત્યાં જરૂર જેટલો જ સદ્ગુરીયોગ કરી બિનજરૂરી વ્યય થવા ન દેવો અને સમજણપૂર્વકના મૌન દ્વારા તેનો નિગ્રહ કરવો અને અયોગ્ય ને નિરથક ચર્ચાઓ, દલીલો, વિખવાદો ને વાદવિવાદ વર્જવા એ વાકુંડ્રિયના દમનરૂપ તપસ્યા છે. હાથ દ્વારા અયોગ્ય ને અધિત્તિત કર્માનો ત્યાગ કરી સત્કર્મા કરવા, પ્રભુની અને સત્પુરુષની સેવા-પરિચર્યા કરવી, એ પાણિહંડ્રિયના દમનરૂપ

તપ છે. પગ દ્વારા કુમાર્ગ અનિષ્ટ હેતુ માટે ન જતાં સત્કર્મના ઉદેશથી ગમન કરવામાં તેનો ઉપયોગ કરવો તે પાદ્યંદ્રિયના દમનરૂપ તપ ગણાય. એ જ રીતે પાયુ ને ઉપસ્થ હંડ્રિયોનો કુદરતી હાજત સિવાય અકુદરતી ને શાસ્ત્રો વિરુદ્ધ વ્યવહાર ને વ્યબ્ધિયાર વર્જવો તે તેમના દમનરૂપ તપ છે.

આ પ્રકારના હંડ્રિયદમનરૂપ વિવેકપૂર્વકની તપશ્ચયર્થી હંડ્રિયજ્ય થાય છે. તેમની ઉપર સંપૂર્ણ પ્રભુત્વ ને સંયમ આવે છે. હંડ્રિયોની વૃત્તિ સાત્ત્વિક બને છે ને તેની વિવિધ શક્તિઓ ને સંભાવનાઓ ખીલ્લી ઉઠે છે. શરીરનું સ્વાસ્થ્ય તથા આરોગ્ય પણ સુધરે છે. હંડ્રિયોના આહાર શુદ્ધ ને સાત્ત્વિક થવાથી જીવન પવિત્ર બને છે. આ પ્રકારના સમજણપૂર્વકના હંડ્રિય દમન પછી તે હંડ્રિયોની વૃત્તિઓને અંતરવૃત્તિ દ્વારા પ્રભુના સ્વરૂપમાં જોડવામાં આવે, તો અલૌકિક શક્તિઓ ને સામર્થ્ય ઉત્પત્ત થાય છે. તેનો પોતાના સ્વાર્થી હેતુ માટે કે પ્રસિદ્ધ માટે ઉપયોગ ન કરતાં કલ્યાણકારી પ્રવૃત્તિઓમાં પ્રયોજવામાં આવે તો અનેક લોકોનાં કલ્યાણ થાય છે.

હંડ્રિયદમન કે દેહદમનરૂપ તપશ્ચયર્થી પણ સમજણયુક્ત ને વિવેકપૂર્વકની હોય તો જ તે ફળદાયી બને છે. કેટલાક લોકો તપશ્ચયને નામે ને દેહદમનને નામે અતિશય ઉપવાસ કરવા, નિદ્રા જીતવા માટે આંખમાં બળતરા થાય તેવા પદાર્થો નાખવા, અતિશય ઠંડી કે અતિશય ગરમીમાં તથા વરસાદમાં શરીરની ક્ષમતાનો વિચાર કર્યા વગર ઉઘાડે શરીરે રહેવું, એક પગે ઊભા ઊભા કલાકો સુધી જપ કરવા, કલાકો સુધી ઊંચા હાથ રાખી ઊભા રહેવું, નિર્વસ્ત્ર ફરવું, અતિશય પરિશ્રમ કરવો એમ દેહ ઉપર તે કોઈ શર્નુ હોય તેમ તેની

ઉપર દમન ગુજરીને દુર્દીશા નોતરે છે. તેથી હંડ્રિયોની બધી શક્તિ ક્ષીણ થઈ જાય છે. ક્યારેક તો હળવાની શક્તિ પણ ન રહેતાં અંતે મૃત્યુને ભેટે છે. દેહ ક્ષીણ થવાથી તેની અસર મન ઉપર પણ પડે છે, તેથી મન પણ નબળું પડે છે. પછી મનનો નિગ્રહ કરવાનું તો દૂર રહ્યું, પણ તેમાં સ્વસ્થ વિચાર કરવાની પણ શક્તિ રહેતી નથી.

આવા જડતાપૂર્વકના તપથી મન તમોગુણગ્રસ્ત, જડ, આસ્થેર ને અંધકારમય બની જાય છે. તર્કશક્તિ, સ્મૃતિશક્તિ, વિવેકશક્તિ વગેરે મંદ પડી જાય છે. મનની આવી નબળાઈને કારણો વ્યક્તિને ક્યારેક કાલ્યનિક બ્રાંટિમય દર્શનો તથા અનુભવો (Hallucinations) થાય છે. તેને કેટલાક દિવ્ય અનુભવો માની લેવાની ભૂલ કરે છે. વાસ્તવમાં તે માનસિક બીમારીનો ભોગ બન્યો હોય છે. કોઈ તેને સાચી વાત સમજાવવા પ્રયત્ન કરે તો તેને તે ગળે ઊતરતી નથી ને કહેનારને અજ્ઞાની તથા મૂર્ખ સમજે છે. આમ વ્યક્તિ મનોદૈહિક અનેક રોગોનો શિકાર બને છે. તમોગુણની વૃદ્ધિ થવાથી સ્વભાવ ચીરિયો થઈ જાય છે. નિર્ણય નિશ્ચયશક્તિનો પણ હાસ થાય છે. દેહના અતિદમનનાં ઘણા દુષ્પરિણામો હોય છે. આધ્યાત્મિક ચેતનાનું ઊર્ધ્વાકરણ થવાને બદલે તેનું અધોગમન થાય છે. માટે વિવેક વગરનું તપશ્ચયાર્યને નામે કરાતું અતિ દેહદમન એ એક પ્રકારની સૂક્ષ્મ હિંસા છે. એક પ્રકારનું આત્મધાતીપણું છે. તે માટે સાધકે એવી તમોગુણી સાધના ને તપસ્યાથી દૂર રહેવું હિતાવહ છે.

હંડ્રિયો ઉપર વિજય મેળવવા તેનું દમન ચોક્કસ જરૂરી છે, પરંતુ તે આગળ જણાવ્યું તેમ વિવેકપૂર્વકનું હોવું જોઈએ.

તેનો અતિરેક હોવો ન જોઈએ. ગીતામાં પણ શ્રીકૃષ્ણ ભગવાને કહ્યું છે કે જે અતિ આહાર કરે છે, તે તથા જે ઉપવાસ કરે છે ને બિલકુલ આહાર નથી કરતો તે અને જે બહુ ઉંઘે છે ને જે બિલકુલ ઉંઘતો નથી અર્થાત્ ઉજાગરા કરે છે- આ બંનેમાંથી કોઈ યોગ સાધી શકતો નથી. સંસ્કૃતમાં ઉક્તિ છે : ‘અતિ સર્વત્ર વર્જતે ।’ દરેક ક્ષેત્રમાં અતિશયપણાનો, અતિરેકનો ત્યાગ કરવો તે જ જ્ઞાનીનું લક્ષણ છે. જે સાધક આહાર, વિહાર ને નિદ્રાયુક્ત કરે અર્થાત્ શરીરને જરૂરી પોષણ મળે તેવો શુદ્ધ-સાત્ત્વિક આહાર કરે, ભિતાહારી બને, અતિ પરિશ્રમ વર્જને જરૂર પૂરતો જ પરિશ્રમ, વ્યવહાર વગેરે કરે, જરૂર પૂરતો આરામ લે અને આળસ-પ્રમાણનો ત્યાગ કરે, એમ વિવેકપૂર્વક વર્ત્ત તો જ આધ્યાત્મિક પ્રગતિ સાધી શકે છે. દરેક ક્ષેત્રમાં હંમેશાં અતિરેકનો ત્યાગ કરી સાધકે મધ્યમમાર્ગ અપનાવવો જોઈએ. તેથી સમય ને શક્તિનો દુર્બ્યથ થતો અટકે ને સરળતાથી ચેતનાનો વિકાસ થઈ શકે છે.

કેટલાક ભગવાન સ્વામિનારાયણાનો, ભગવાન બુદ્ધનો તથા ભગવાન મહાવીર સ્વામી જીવા અવતારી પુરુષોનો વાદ તપશ્ચર્યા માટે લેવા જાય તો તે ગંભીર ભૂલ છે. એવા અવતારી પુરુષો મનુષ્યોત્તર હોય છે. તેઓ સામાન્ય મનુષ્યથી અલગ છે, તેની જાણ કરવા એવી લીલા કરતા હોય છે. જેથી મનુષ્યોને તેમાં વિશિષ્ટતા જોઈને આકર્ષણ થાય, એટલે તેમના જોગથી કલ્યાણ થાય. આવો તેમનો શુભ હેતુ હોય છે. મનુષ્ય તેમના જેવી તપશ્ચર્યા કરવા જાય તો તેમનો દેહ પડી જાય. માટે તેમનો વાદ લઈ ન શકાય. અને ભગવાન

સ્વામિનારાયણ તો સર્વોપરી પૂર્ણ પુરુષોત્તમ ભગવાન છે. તેમનું અનુકરણ થઈ જ ન શકે. તેમણે કર્યું તેમ નહિ, પણ તેમણે જ કર્યું છે તે જ કરવાની સાધકની ફરજ છે. સાધકે આ વાત લક્ષ્યમાં રાખવી ઘટે.

આપણું શરીર પ્રભુપ્રાપ્તિરૂપ સર્વોત્કૃષ્ટ ધ્યેય સિદ્ધ કરવાનું અતિ મહત્ત્વનું સાધન છે. તે દેહમંદિર છે, તેમ મંદિર તુલ્ય તેની માવજત ને જાળવણી કરવી જોઈએ. આ દેહમંદિર દ્વારા જ નિજમંદિરનું નિર્માણ થઈ શકે છે. દેહનો અનાદર કરી અતિ કઠોર ને જડતાપૂર્વકની તપશ્ચયાર્થી દેહમંદિરને દેહખંડેર બનાવવું તે આત્મધાતી કર્મ છે. માટે સાધકે સંતપુરુષ પાસેથી સાચી તપશ્ચયાર્થી અંગેનું જ્ઞાન મેળવી તેનો વિવેકપૂર્વક અમલ કરવો જોઈએ. અજ્ઞાની ને જડતાવાળા ગુરુઓથી ચેતતા રહી તેમનો સહવાસ વર્જવો જોઈએ. અન્યથા અજ્ઞાનની ઊંડી ગર્તામાં પડીને મહામૂલો માનવદેહ વ્યર્થ જાય છે.

૨. તપશ્ચયાર્થીનો બીજો પ્રકાર છે શમ અર્થાતું મનનું - અંત:કરણનું શમન. દેહ તથા ધંદ્રિયોના વિવેકપૂર્વકના દમનથી ધંદ્રિયોની વિષયાભિમુખ વૃત્તિઓનો નિગ્રહ થવાથી મનોબળ વૃદ્ધિ પામે છે. તેથી મન ઉપર વિજ્ય મેળવવામાં સરળતા રહે છે. મન જ્યારે સાધકના અંકુશમાં નથી હોતું, ત્યારે તેમાં સંકલ્પ-વિકલ્પરૂપ અનેક તરંગો, સાગરમાં મોજાની જેમ નિરંતર ઉદ્ભવ્યા જ કરે છે. તેથી તે અશાંત જણાય છે, તરંગિત જણાય છે. મનની આ પ્રકારની ચંચળતા શાંત કરવા માટે, વિવિધ વિષયોમાં ફેલાતી તેની વૃત્તિઓને એકાગ્ર કરવા માટે સૌ પ્રથમ તેને તેના સ્વરૂપથી પોતાની

જાતને અલગ સમજુ, તેની કિયા-પ્રકિયાનું સાક્ષીભાવે કેવળ નિરીક્ષણ કરવાનો અભ્યાસ કરવો. આ રીતે મનની ગતિવિધિઓને જોયા કરવાથી તે આપણા અંકુશમાં આવે છે. જેમ મદારી વાંદરાના બધા ચંચળ ગુણો તથા લક્ષણોને જાણી લીધા પછી તેને પ્રશિક્ષિત કરીને તેની ઉપર નિયંત્રણ રાખી પોતાની છથણ પ્રમાણો તેની પાસે ખેલ કરાવી શકે છે. તેમ મર્કટ તુલ્ય ચંચળ મન પણ સાક્ષીભાવે કરેલા નિરીક્ષણ દ્વારા નિયંત્રણમાં આવે છે. વૈરાગ્ય ને સતત અભ્યાસ દ્વારા તે સ્થિર થાય છે. મન સ્થિર ને શાંત થાય પછી જ તેને સહેલાઈથી પરમાત્માના સ્વરૂપમાં જોડી શકાય છે. આ રીતે મનનું શમન થઈ શકે છે.

બુદ્ધિને વ્યર્� તર્ક-વિતર્ક, શંકા-કુશંકા, વાદ-વિવાદ, વ્યર્થ વિતંડાવાદ, દલીલબાજુ વગેરેમાં રસ લેતી અટકાવવી જોઈએ. તેનો ખટપટ, કાવાદાવા, રાજકારણ વગેરે અયોગ્ય ને અનિષ્ટ માર્ગ થતો દુર્ઘય રોકી, પ્રભુના સ્વરૂપનો દૃઢ નિશ્ચય કરવામાં, જ્ઞાન ને ઉપાસના પરિપ્રક્રવ કરવામાં, સત્કાર્યો ને રચનાત્મક કાર્યોમાં તેનો સદૃપ્યોગ કરવામાં વાળવી, તે બુદ્ધિનું શમનરૂપ તપ છે. ચિત્તને બાધ્ય વિષયો તથા પદાર્થોનું, અનિષ્ટ ને અયોગ્ય પદાર્થો ને વિષયોનું ચિત્તન કરવામાંથી પાછું વાળી આત્મા-પરમાત્માના જ્ઞાન, મહિમા, ગુણો, પરમાત્માનાં દિવ્ય લીલાચરિત્રોના ચિત્તનમાં રોકવું તે ચિત્તનું શમનરૂપ તપ છે. અહંકાર, જે મનુષ્યને અહંમમત્વની ભાવનાની દૃઢતા કરાવે છે. હું ને મારું, દેહભાવ તથા દેહાત્મબુદ્ધિની દૃઢતા કરાવે છે. તેમાંથી તેને વિવેકપૂર્વક મુક્ત કરી પોતાનું અસ્તિત્વ એક પ્રભુના સ્વરૂપમાં વિલીન

થયેલું છે ને હું તો પરમાત્મારૂપ નિત્યમુક્ત સ્વરૂપ છું, એવા ભાવની દૃઢતા કરાવવી એ અહંકારના શમનરૂપ તપ છે.

આ રીતે મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત ને અહંકાર એ ચારેય અંત:કરણનો આંતરિક શમનરૂપ તપશ્ચર્યા દ્વારા નિગ્રહ થાય, ત્યારે પ્રભુના સ્વરૂપનો આત્મામાં સાક્ષાત્કાર થઈને પ્રભુના સ્વરૂપમાં અખંડ પૂર્ણમુક્તની દિવ્ય સ્થિતિ થાય છે. એ દિવ્ય સ્થિતિમાં મુક્ત પરમાત્મા સંબંધી અખંડ દિવ્ય ને શાશ્વત સુખ-શાંતિ-આનંદનો અનુભવ કરે છે.

મોટા મુક્ત પાસેથી પ્રભુના સ્વરૂપનું યથાર્થ માહાત્મ્યજ્ઞાન ને ઉપાસના સમજી, પ્રતિલોમ ધ્યાનની યુક્તિ શીખી લઈ દેહાદિક ભાવથી રહિત થઈ પ્રભુના સ્વરૂપમાં જોડાવાનો અભ્યાસ કરવો. હું પ્રભુ અને તેમના મુક્તપુરુષની કૃપાથી પરમાત્મારૂપ થયેલો, પૂર્ણ પુરુષોત્તમરૂપ થયેલો નિત્યમુક્ત-અનાદિમુક્ત છું. એવા ઉત્કૃષ્ટ પ્રકારના દિવ્યભાવ સાથે પ્રભુના સ્વરૂપમાં અખંડવૃત્તિ રાખવાનો નિત્ય નિદિધ્યાસ કરવો એ તપશ્ચર્યાનો સર્વોત્કૃષ્ટ પ્રકાર છે. એનાથી પર બીજું કોઈ તપ નથી. એ તપની ચરમસીમા છે. માટે સાધકે સ્થૂળ તપરૂપ શમદમથી આગળ વધીને આખરે આ ઉત્કૃષ્ટ પ્રકારની તપશ્ચર્યા કે જેના દ્વારા પ્રભુપ્રાપ્તિ થાય છે, તેને સિદ્ધ કરવા પુરુષપ્રયત્ન કરવો, જેથી મનુષ્યજીવનની સાર્થકતા થાય.



(૨૧)

અકાદશીનું પ્રત

એકાદશીનાં સર્વાસાં કર્તવ્ય વ્રતમાદરાત્ ।

‘અને સર્વે જે અકાદશીઓ તેમનું પ્રત જે તે આદરથકી કરવું.’

- શિ. શલો. ૭૮

શ્રી સ્વામિનારાયણ ભગવાને સ્વરચિત શાસ્ત્ર શિક્ષાપત્રીમાં અકાદશીનું પ્રત કરવાની આજ્ઞા કરેલી છે. માસમાં બે વખત આવતી અકાદશી, એક શુક્લપક્ષની અને બીજી દુષ્ણાપક્ષની અકાદશીઓનું પ્રત કરવાનું હોય છે. અકાદશી પ્રત મનવાંછિત સુખ આપનારું તથા ધર્મ, અર્થ, કામ ને મોક્ષરૂપ પુરુષાર્થની સિદ્ધિ આપનારું ને પાપનાશક ગણવામાં આવ્યું છે. આ પ્રત માથે આવી પડ્યું છે, માટે કરવું જ પડશે એવા ભાવથી કરવાનું નથી. તેમ જ લોકલાજે પણ કરવાનું નથી. એવા શુષ્ણભાવે કરેલા પ્રતથી ઢોરલાંઘણ થાય, પણ પ્રતનું ફળ મળે નહિ. ઢોરને ખાવા ન મળ્યું હોય, ત્યારે પરાણો ભૂખ્યા રહેવું પડે તેને શ્રીહરિએ ઢોરલાંઘણ કહી છે. અકાદશીનું પ્રત અતિ ભક્તિભાવથી પ્રભુપ્રસન્નતાના ઉદેશથી કરવાનું છે. તેથી ‘આદરથકી’ એવો શબ્દપ્રયોગ શ્રીહરિએ ભારપૂરક કર્યો છે. પુરાણોમાં ને શાસ્ત્રોમાં તો ચોવીશ અકાદશીઓ ને પુરુષોત્તમ માસની અકાદશીઓ ઉપર જુદી જુદી દ્વારાંતકથાઓ તથા પૂજાવિધિનો ઉલ્લેખ છે. અહીં તો અકાદશી પ્રતનું આધ્યાત્મિક હાઈ છે, તેને જ સમજવા પ્રયત્ન કરીશું.

કેટલાક લોકો સોમવાર, મંગળવાર, ગુરુવાર, શનિવાર વગેરે વારના વ્રત કરે છે. તેની પાછળ મુખ્યત્વે કોઈ જોખીબાસ્થણો દેખાડેલો ગ્રહનડતરનો ભય રહેલો હોય છે. તે દિવસે બાસ્થણો દેખાડેલી પૂજાવિધિ, મંત્રજાપ, ઉપવાસ વગેરે વ્રત કરનાર વ્યક્તિ કરે છે. આવા વારના વ્રતથી શ્રીહરિની પ્રસંગતા થતી નથી. કારણ કે આવા કોઈ વાર કરવાની શ્રીહરિની શાસ્ત્રમાં આજ્ઞા નથી. જેમ કોઈ વ્યક્તિ સ્વેચ્છાએ જાહેર રસ્તાની સાફસૂઝી કરે ને પછી તેનું મહેનતાણું માગવા જાય તો મહેનતાણું મળે નહિ. પછી ભલેને આખો દિવસ તેણે શ્રમ કર્યો હોય! પણ કોઈ સરકારી કર્મચારી પોતાની ફરજ બજાવવા રસ્તાની સાફસૂઝી કરે તો તેને તેનો પગાર મળે છે. તેમ શ્રીહરિની આજ્ઞા ન હોવાથી વ્યક્તિ પોતાની મેળે કોઈ વારનું વ્રત કરે તો તે વ્રત કરનારને થોડો માનસિક સંતોષ અને થોડો આરોગ્ય લાભ મળે, પણ આધ્યાત્મિક લાભ ન થાય, કારણ કે તેમાં શ્રીહરિની પ્રસંગતા થતી નથી. એકાદશી વ્રત કરવાની તો સ્વયં શ્રીહરિની આજ્ઞા હોવાથી તેનું યથાર્થ પાલન કરનાર ઉપર પ્રભુની પ્રસંગતા થાય છે. ભક્તે આ વાત સમજવી ઘટે.

કેટલીક વખત એવું જોવામાં આવે છે કે ગ્રહનડતરના ભયના માર્યા કેટલાક લોકો વારનું વ્રત ખૂબ જ કાળજી રાખીને ભાવપૂર્વક કરતા હોય છે. તેટલા ભાવથી એકાદશીનું વ્રત પણ કેટલાક ભક્તો કરતા નથી. એટલે એકાદશી વ્રતનું શાસ્ત્રમાં વર્ણવેલ ફળ તેમને મળતું નથી. તે માટે મુમુક્ષુ ભક્તો સાચી સમજણ કેળવી આજ્ઞા પ્રમાણે યથાર્થ માહાત્મ્યપૂર્વક વ્રત કરવું આવશ્યક છે.

એકાદશીને દિવસે હંડ્રિયો - અંતઃકરણાના દમન ને શમનરૂપ તપશ્ચયાર્થ કરવાને બદલે કેટલાક લોકો રજોગુણીતમોગુણી પ્રવૃત્તિઓમાં વધારે ગુંચવાઈ જાય છે. એકાદશી-અગિયારસને દિવસે અગિયાર પ્રકારના રસ અર્થાત્ અગિયાર પ્રકારની વિવિધ ફરાળી વાનગીઓ બનાવે છે ને કેટલાક તો તેથી પણ વધારે વાનગીઓ બનાવીને આરોગતા હોય છે. અમુક પ્રકારની વાનગીઓ પેટમાં અપચો, ગેસ, ઑસિડિટી વગેરે બીમારીઓ નોતરે છે. પેટ બગડે એટલે કોઈ કાર્યમાં ચિત્ત ચોંટે નહિ, તો પ્રભુનું ધ્યાન-ભજન એકાગ્રતાપૂર્વક થવાની તો વાત જ દૂર રહી! સ્વાદિષ્ટ વાનગીઓ વધુ પડતી ખાવાથી આળસ-પ્રમાદ ઉત્પન્ન થાય, એટલે કેટલાક લોકો આરામના બહાને દિવસે સૂઈ જાય છે. સાંજે હરવા-ફરવા ને મોજમજ કરવા નીકળી પડે છે ને રાત્રિ જાગરણાના બહાને સિનેમા, ટી.વી., નાટક, નાચગાન, પાર્ટી વગેરે મનોરંજનના કાર્યક્રમોમાં રચ્યાપચ્યા રહે છે. અને એકાદશી કર્યાનો આત્મસંતોષ માને છે. પછી એકાદશી વ્રત ફળે કેવી રીતે? પોતાનું કોઈ લૌકિક કાર્ય સિદ્ધ ન થાય એટલે નાસ્તિકભાવ લાવી પ્રભુને દોષ આપે કે ‘મેં તો કેટલી બધી એકાદશીઓ કરી, પણ મને તેનું કોઈ ફળ મળ્યું નહિ!’ પરંતુ પ્રભુની ને સત્પુરુષની આજ્ઞા પ્રમાણે પોતે શ્રદ્ધાપૂર્વક વ્રત નથી કર્યું તેથી ફળ્યું નથી, તેમ વિચારતા નથી, તે મોટો દોષ છે.

શ્રીહરિએ શ્રીમુખવાણી વચનામૃત ગઢા મ. પ્ર. ૮માં પૌરાણિક કથાનક સાથે ખરા અર્થમાં એકાદશી વ્રત કોને કહેવાય, તેનું વિસ્તૃત વર્ણન કર્યું છે. આમાં શ્રીહરિએ કહેલ પૌરાણિક કથાનું હાઈ એ છે કે મૂર્દાનવ નામના અસુરને

હશવા માટે ભગવાને એકાદશ હંડ્રિયોમાંથી શક્તિ ઉત્પન્ન કરી તે શક્તિ દ્વારા મૂરદાનવનો નાશ કર્યો. તે શક્તિને એકાદશી નામ મળ્યું. તે મૂરદાનવ એટલે જીવાત્માને અનાદિકાળથી વળગેલું મૂળઅજ્ઞાન, એ મૂળઅજ્ઞાનરૂપ દાનવના અર્થમાં જીવનું દેહાભિમાન-અહંકાર તથા અવિદ્યાનો સમાવેશ થઈ જાય છે. પંચજ્ઞાનેન્દ્રિયો - શ્રોત્ર, ત્વક્, ચક્ષુ, રસના ને ગ્રાણ; પંચકર્મન્દ્રિયો - વાક્, પાણિ, પાદ, પાયુ ને ઉપસ્થ અને દશ હંડ્રિયો તથા અગિયારમું મન તેની શબ્દાદિ પંચવિષયાભિમુખ વૃત્તિઓને પ્રત્યાહાર દ્વારા તે તે વિષયમાં જતી રોકીને આત્મા-પરમાત્માના સ્વરૂપમાં વિવેકપૂર્વક જોડવાથી હંડ્રિયો-અંતઃકરણની શુદ્ધિ થવાથી, તેનો સંયમ થવાથી ચેતનાશક્તિ પ્રગટ થાય છે. એ ચેતનાશક્તિનું ઊર્ધ્વીકરણ થવાથી આત્મા-પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર થઈ શકે છે. આત્મા-પરમાત્માના જ્ઞાનરૂપ-પ્રકાશરૂપ તે ચેતનાશક્તિ દ્વારા જ જીવના મૂળઅજ્ઞાનરૂપ-અહંકારરૂપ મૂરદાનવનો નાશ થઈ શકે છે. તેનો નાશ થવાથી, આત્મા-પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર થવાથી આત્માની સિદ્ધિ થાય છે. આ એકાદશી વ્રતનું આધ્યાત્મિક હાઈ છે. આવા પ્રકારની એકાદશીનું વ્રત તો અમારા ભક્તોએ નિરંતર કરવું અને શ્રીહરિ કહે છે.

એકાદશીને દિવસે ઉપવાસ કરવાનો આદેશ છે. ઉપવાસમાં ‘ઉપ’ એટલે પાપકર્માથી ઉપનિવૃત્ત થયેલા ભક્તને ભગવાનના દિવ્ય કલ્યાણકારી ગુણો સાથે ‘વાસ’ એટલે સ્થિતિ. વિષયભોગની નિવૃત્તિ કરી દિવ્યગુણો સાથેની સ્થિતિ તે ઉપવાસ ગણાય છે. ઉપવાસનો ‘સત્તસંગિજીવન’

ગ્રંથમાં શ્રીહરિ આવો અર્થ દર્શાવે છે. બીજો અર્થ છે- ઉપ એટલે પાસે ને વાસ એટલે નિવાસ કરવો. અર્થાત્ હંડ્રિયો-અંત:કરણાની વૃત્તિઓને તેમના જગતસંબંધી પંચવિષયોમાંથી પાછી વાળીને પ્રભુના સાંનિધ્યમાં રહેવું, નિવાસ કરવો તે ઉપવાસ. હંડ્રિયો-અંત:કરણાની વિષયાભિમુખ વૃત્તિઓનું ઉપશમન કરીને પરમાત્માના સ્વરૂપમાં ચૈતન્યનો લીન કરવારૂપ વાસ કરવો, એટલે પરમાત્મારૂપ થઈ પરમાત્માના સ્વરૂપમાં રસબસ લીન થઈ તેમનું દિવ્ય સુખ ભોગવવારૂપ નિવાસ કરવો. આ ઉપવાસનો સર્વોત્કૃષ્ટ અર્થ છે.

આરોગ્યવિજ્ઞાનની દૃષ્ટિએ વિવેકપૂર્વકના ઉપવાસ તે અગત્યની ઉપચાર પદ્ધતિ છે. ધણા પ્રકારના અસાધ્ય ગણાતા રોગો પણ ઉપવાસ દ્વારા ચમત્કારિક રીતે મટચાના દાખલા છે. ફુદરતી ઉપચાર Naturopathy વાળા ઉપવાસને અક્સીર છલાજ ગણાવે છે. કેટલાક દેહદમનને નામે, તપને નામે લાંબાગાળાના જડતાપૂર્વક ઉપવાસ કરીને દેહને સાવ ક્ષીણ કરી નાખે છે. તેનાથી તમોગુણ વૃદ્ધિ પામે છે. હંડ્રિયોની શક્તિઓ, મનની સ્મૃતિશક્તિ, સંકલ્પશક્તિ, નિર્ણયશક્તિ, તર્કશક્તિ વગેરે શક્તિઓ પણ ક્ષીણ થઈ જાય છે. માટે જડતાપૂર્વક દેહનું અતિદમન કરવાનું નથી. અહીં ભગવાન બુદ્ધનું દૃષ્ટાંત અસ્થાને નહિ ગણાય.

ભગવાન બુદ્ધે નિરાહાર રહી અતિ તપસ્યા કરી તેથી શરીરની શક્તિઓ ક્ષીણ થઈ ગઈ. શરીર દ્વારા જોઈતું કાર્ય થઈ શકતું ન હતું. એક વખત તેઓ એક ગામમાંથી પસાર થઈ રહ્યા હતા ત્યારે એક નર્તકી નૃત્ય સાથે ગાન કરતી હતી. તેના શબ્દો સાંભળી બુદ્ધ ત્યાં જ ઉભા રહી ગયા. નર્તકીના

ગાન્ધા શબ્દોનો અર્થ હતો - તું તારી વિશાના તાર એટલી હદે ના ખેંચીશ કે તે તૂટી જાય. અને એટલી હદે ઢીલા ન છોડીશ કે તેમાંથી સૂર જ ન નીકળો! આ સાંભળી બુદ્ધને બોધ મળી ગયો કે મધ્યમ માર્ગ જ ઉત્તમ છે. શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતામાં પણ શ્રીકૃષ્ણ ભગવાન કહે છે કે અતિ આહાર કરનારને અને બિલકુલ આહાર નહિ કરનારને તથા અતિ ઉંઘનારને અને બિલકુલ નહિ ઉંઘનારને માટે યોગ દુષ્કર છે. માટે આહાર અને નિદ્રાને જીતીને યોગ્ય પ્રમાણમાં જ રાખવા જોઈએ. યોગશાસ્ત્રમાં પણ પ્રાજાને નિયમમાં રાખવા માટે પેટના ચાર ભાગ કલ્પી બે ભાગ ખોરાક વડે ભરવાના, એક ભાગ પાણીથી ભરવાનો અને એક ભાગ વાયુ-પ્રાણના સંચાર માટે ખાલી રાખવાનું વિધાન છે. આ નિયમનો ભંગ કરનારને આધ્યાત્મિક પ્રગતિમાં વિધ્ય આવે છે. માટે સાધકે વિવેકબુદ્ધિનો ઉપયોગ કરી મધ્યમ માર્ગ અપનાવવો જ હિતાવહ છે. આહાર-વિહાર શુદ્ધ, સાત્ત્વિક અને યુક્ત-સંયમિત જ હોવા આવશ્યક છે, તો જ સાધકની આધ્યાત્મિક ઉત્ત્રતિ શક્ય બને છે.

એકાદશીના પ્રતીક ઉપવાસથી પાચનતંત્રના અવયવોને જરૂરી આરામ મળે છે. મહિનામાં બે દિવસ આવા આરામ માટે આવશ્યક ગણાય છે. તેથી પાચનતંત્રના અવયવોની ક્ષમતા પણ વધે છે. તન-મનના આરોગ્ય માટે આવા ઉપવાસ જરૂરી છે. એકાદશીને દિવસે અમ્રનો આહાર ન લેવો તેવી શ્રીહરિની આજ્ઞા છે. વૃદ્ધ, રોગી ને અશક્ત ભક્તોને અપવાદરૂપે ગણી ફલાહાર કરવાની ધૂટ આપવામાં આવી છે, પણ સશક્ત ને નિરોગી ભક્તો નિરાહાર રહી વ્રત કરે

તો અત્યંત લાભ થાય છે. વધુ ભૂખ સહન ન કરી શકનારને મુનિ-અમૃ એટલે મોરૈયો, રાજગરો, બટેરા કે શકરિયા જેવા કંદમૂળની પણ શાસ્ત્રમાં ધૂટ હોય છે. આ ધૂટનો લાભ અશક્તતોની સાથે સશક્તો પણ લઈ લે છે. કેટલાક કહે છે કે અમને ફરાળી વસ્તુઓ માફક નથી આવતી. વાયુ થઈ જાય છે. અપચો થઈ જાય છે. એ બધું કરવાનો અમારી પાસે સમય જ નથી- વગેરે બહાનાં બતાવી એકાદશી વ્રત કરવાનું જ ટાળે છે. આવા લોકોને પ્રભુની આજ્ઞાનું ઉલ્લંઘન થવાથી એકાદશી વ્રત દ્વારા મળતા લાભોથી તેઓ વંચિત રહી જાય છે ને પ્રભુની પ્રસંગતા પણ મળતી નથી. ફરાળી વસ્તુ ન ફાવે તો ફક્ત દૂધ, છાશ, ફળોનો રસ વગેરે પ્રવાહી લઈને પણ એકાદશી કરી શકાય છે. તેથી પેટને પણ તકલીફ પડતી નથી. અતિ આપત્કાળ સિવાય અમનો તો ત્યાગ રાખવો જોઈએ તો પ્રભુ પ્રસંગ થાય.

એકાદશીને દિવસે નિરાહાર રહી કે અદ્ય ફલાહાર કરી ઉપવાસ કરવાથી મનોબળ, ઈચ્છાશક્તિ, સંકલ્પશક્તિ (Will power)માં વૃદ્ધિ થાય છે. આવી શક્તિઓનો વિકાસ થવાથી હંડિયો - અંતઃકરણની વૃત્તિઓને સંયમમાં લાવવામાં તેની ઉપર કાબૂ મેળવવામાં સરળતા રહે છે. તેને લઈને કામ, કોધ, લોભ, મોહ, માન, ઈર્ષા વગેરે અંતરશત્રુઓ ઉપર વિજય મેળવવામાં સરળતા મળે છે. મનોબળ વધવાથી દુર્ઘટસનો હોય તો તેનો ત્યાગ થઈ શકે છે. એકાદશી વ્રતને દિવસે અંતરશત્રુઓને બળપૂર્વક ને કળપૂર્વક જીતવાનો અભ્યાસ કરવાથી ધીમે ધીમે તેનું જોર ઘટી જાય છે. અંતરશત્રુઓ દ્વારા હંડિયો-અંતઃકરણનું તેજ ક્ષીણ થવાથી

જાગૃત થયેલી ચેતનાશક્તિનું અધોગમન થાય છે. માટે એકાદશીને દિવસે પરમાત્મામાં ને સત્પુરુષમાં શ્રદ્ધા, સંકલ્પબળ, વિવેકપૂર્વકનું દેહદમન તથા મનના શમનરૂપ તપશ્ચર્યા દ્વારા અંતરશત્રુઓ ઉપર પ્રભુત્વ મેળવવાનો અભ્યાસ સાધકે જાગૃતચેતના સાથે અવશ્ય કરવો જોઈએ. લાંબા કાળના આવા અભ્યાસથી સાધક અંતરશત્રુઓ ઉપર ચોક્કસ વિજય મેળવી શકે છે. માટે સંનિષ્ઠ અભ્યાસ કરવામાં આળસ-પ્રમાણે પ્રયત્નપૂર્વક ત્યજવા જોઈએ.

નિરાહાર કે ફલાહાર જેવા અલ્પાહારથી વ્રતના દિવસે રાંધવાનો સમય બચી જાય છે. આળસ-પ્રમાણ પણ ઘટે છે, તેથી તે સમય ને શક્તિનો ઉપયોગ પ્રભુના સ્વરૂપમાં જોડાવાના ધ્યાન-ભજન વગેરે સાધનો કરવામાં સરળતાથી થઈ શકે છે. આવા વ્રતના દિવસે જેને સમયની અનુકૂળતા હોય તેમણે ધ્યાન-ભજન, કથા-વાર્તા, મંત્ર-જાપ, માળા, સ્તોત્રપાઠ, કીર્તનારાધના, સંત-સમાગમ-સેવા વગેરે સદ્ગ્રવૃત્તિઓમાં જ આખો દિવસ વિતાવવો જોઈએ.

આજકાલ લોકોને પોતાના ધંધા, રોજગાર, નોકરી નિભિત્તે દિવસ દરભ્યાન પ્રભુપ્રસંગતા માટેનાં સાધનો કરવામાં સમય ન ફાળવી શકાય તે સ્વાભાવિક છે. તો પણ આવા ભક્તોએ સાંજે સ્નાન વગેરે કરીને, પવિત્ર થઈને પોતાના ઘરની શાંત રૂમમાં કે જગ્યામાં કે મંદિર જેવા પવિત્ર સ્થાનમાં કે કોઈ એકાંત ને શાંત જગ્યામાં ધ્યાન-ભજનનો અભ્યાસ એકાદશીને દિવસે અવશ્ય કરવો જોઈએ. પ્રભુપ્રસંગતાના આવા સાધન કરવાથી ધંદિયો-અંતઃકરણ નિર્મળ ને સાત્ત્વિક બને છે, તેથી આધ્યાત્મિક પ્રગતિ શક્ય

બને છે.

એકાદશી વ્રતના દિવસે દિવસની નિદ્રાનો ત્યાગ કરવાની શ્રીહરિની આજ્ઞા છે. દિવસની નિદ્રા દ્વારા આણસ-પ્રમાદ ઉદ્ભબે છે. તેને લીધે રજોગુણ-તમોગુણના વેગની તીવ્રતાને લઈને ક્યારેક વિષયભોગ સંબંધી દિવાસ્વખભમાં વીર્યસ્ખલન થવાથી બ્રહ્મચર્યભંગની સંભાવના રહે છે. જાગૃત અવસ્થામાં તો આ વ્રતના દિવસે સ્ત્રીસંગનો, વિષયભોગનો ત્યાગ તો રાખવાનો જ છે, પરંતુ સ્વખભમાં પણ તેમ ન થાય તેની સાવચેતીરૂપે પ્રયત્નપૂર્વક દિવસની નિદ્રા ત્યાગવાની વાત છે. બ્રહ્મચર્ય-નિષ્કામવ્રત તો આધ્યાત્મિક ઉર્ધ્વગતિનો પાયો છે. તેનો વ્રતના દિવસે જ ભંગ થાય તો જાગૃત થયેલી ચેતનાશક્તિ, આધ્યાત્મિક ઉર્જાનું અધોગમન થવાથી ઉપવાસ વખતે કરેલી સાધના બધી વર્ધ જાય છે. માટે વિષયભોગ તથા દિવસની નિદ્રાનો પ્રયત્નપૂર્વક ત્યાગ આવશ્યક ગણ્યો છે. આ દિવસે કોધ કરવાથી જે સુકૃત કરેલા હોય તેનો નાશ થઈ જાય છે. માટે કામ, કોધ, લોભ, માન, ઈર્ષા વગેરે ઉપર પ્રયત્નપૂર્વક કાબૂ મેળવવો જોઈએ. વૃદ્ધ, અશક્ત, રોગી ભક્તોને દિવસની નિદ્રા માટે અપવાદ તરીકે ગણી શકાય, પરંતુ સશક્ત ભક્તોએ આ આજ્ઞાનું જરૂર પાલન કરવું જોઈએ. જુગાર વગેરે દુર્ઘટસનોનો ત્યાગ તો હંમેશ માટે કરવાનો હોય છે, તો આ વ્રતના દિવસે ત્યાગ કરવાનો હોય જ તેમાં શું કહેવાનું હોય?

એકાદશીને દિવસે રાત્રિ જાગરણ કરવાનો પણ આદેશ છે. માટે ભક્તોએ એક-બે પ્રહર જરૂર જાગરણ કરવું જોઈએ. જાગરણ એ આધ્યાત્મિક ચેતનાના જાગરણનું, આત્મજાગૃતિનું

ઘોતક છે. ધ્યાન-ભજન વગેરે પ્રભુપ્રસંગતાના સાધનરૂપી તપશ્ચર્યા કરવાથી અનેક જન્મોનાં પાપકર્માનો કષય થાય છે. વ્રતના દિવસે પૂર્ણ સ્થિતિવાળા મુક્તપુરુષનો - સત્પુરુષનો જોગ-સમાગમ-સેવા જે મુમુક્ષુને મળે તેના ભાગ્યનો પાર તો કોઈ દેવતા પણ પામી ન શકે! વ્રતની તપશ્ચર્યા તથા સેવા દ્વારા મુક્તપુરુષ પ્રસંગ થવાથી તેમના દ્વારા પ્રભુ પોતે જ પ્રસંગ થાય છે. તેથી ભક્તના અવરભાવના શુભ મનોરથો પૂર્ણ થાય છે ને તેનું આત્માતિક કલ્યાણ પણ થાય છે. એકાદશી જેવા પવિત્ર દિવસે પ્રભુ તેમ જ સત્પુરુષ વિશિષ્ટ પ્રસંગતા ને કૃપા વરસાવતા હોવાથી ભક્તનો આધ્યાત્મિક વિકાસ ત્વરિતપણે થાય છે. માટે મુક્તપુરુષ પ્રગટ હોય ત્યારે તો અવશ્ય લાભ લઈ લેવો જોઈએ. મુક્ત પ્રગટ ન હોય ત્યારે પવિત્ર ભક્તોએ સત્સંગ કરી એકબીજાને પોષણ આપતા રહેવું જોઈએ, જેથી માયાના પ્રવાહમાં તણાઈ જવામાંથી બચી શકાય.

એકાદશી વગેરે વ્રતનું ઉદ્ઘાપન કરવાનો પણ શ્રીહરિનો આદેશ છે. તેમાં વર્ષ દરમ્યાન થયેલા એકાદશી વગેરે વ્રતની તપશ્ચર્યા પ્રભુપ્રસંગતા માટે પ્રભુને અર્પણ કરીને પ્રભુની સંપૂર્ણ શરણાગતિ સ્વીકારવાનો ભાવ રહેલો છે. આ વખતે મહાપૂજા, દાન-દક્ષિણા વગેરે ભાવપૂર્વક કરવાથી શુભ મનોરથો પૂર્ણ થાય છે. આ વખતે પ્રગટ મુક્તપુરુષ હોય તો તેમના શુભાશિષ લઈ શકાય. તે શક્ય ન હોય તો પ્રભુ તથા મુક્તને અંતરવૃત્તિએ સંભારી પ્રાર્થના કરી શકાય. આ રીતે શ્રદ્ધાપૂર્વક ઉદ્ઘાપન કરવાથી ધર્મ, અર્થ, કામ ને મોક્ષરૂપ પુરુષાર્થની સિદ્ધિ થાય છે. અને અનંત જન્મનાં પાપકર્મા જે

જવને વળગેલા છે, તેનો પણ નાશ થાય છે.

એકાદશી વ્રત કરવાની અનેક સત્યાસ્ત્રોમાં આજ્ઞા હોવાથી મુખ્યત્વે ભારતદેશમાં આસ્તિક સમાજનો મોટો ભાગ આ વ્રત કરે છે. તેથી તેમના ભક્તિભાવના, શ્રદ્ધાના પવિત્ર ભાવતરંગો - આંદોલનોની સમગ્ર વાતાવરણ ઉપર ધેરી અસર થવાથી સામૂહિક માનવચેતના પ્રમાણિત થાય છે. તેમ થવાથી માનવીના મનનું કુદરતી વલણ સાત્ત્વિકતા ને પવિત્રતા તરફ રહે છે. તેથી તે દિવસે પાપકર્માનું પ્રમાણ પણ કેટલેક અંશે ઘટે છે.

ચંદ્ર એ મનનો દેવતા છે, તેમ શાસ્ત્રવિધાન છે. ચંદ્રના ગુરુત્વાકર્ષણ બળથી જ પૃથ્વી ઉપર સમુદ્રમાં ભરતી આવે છે. વનસ્પતિઓમાં પોષક રસનું પોષણ પણ ચંદ્રના ગુરુત્વાકર્ષણ બળથી તેમ જ શીતળ કિરણોથી થાય છે. એ જ રીતે માનવીના મન ઉપર પણ ચંદ્રની અસર થતી હોવાથી ચંદ્રને મનનો કારક દેવતા ગણવામાં આવે છે. યોગશાસ્ત્ર પ્રમાણે શરીરમાં રહેલી ઇડાનાડી - ચંદ્રનાડી ચંદ્ર સાથે સંકળાયેલી છે ને પિંગલા - સૂર્યનાડી સૂર્ય સાથે સંકળાયેલી છે. પિંડ અને બ્રહ્માંડની એકતા શાસ્ત્રોમાં કહેલી છે. માટે જગતના બધા પદાર્થો એકબીજા સાથે સંકળાયેલા હોવાથી એકબીજાથી વધુ-ઓછે અંશે પ્રમાણિત થતા રહે છે. એકાદશીના દિવસે થતી ચંદ્રકલા બીજા સામાન્ય દિવસ કરતાં મનમાં વધુ સાત્ત્વિકતા ઉત્પન્ન કરે છે, એવું કેટલાક ચિંતકોનું મંતવ્ય છે.

સર્વोપરી પરમાત્મા પૂર્ણ પુરુષોત્તમ ભગવાન શ્રી સ્વામિનારાયણની પણ શિક્ષાપત્રી તેમ જ વચ્ચનામૃતમાં એકાદશી વ્રતના પાલનની આજ્ઞા હોવાથી તેનું યથાર્થ

રીતે માહાત્મ્યપૂર્વક ને શ્રદ્ધાપૂર્વક પાલન કરવાથી તેમજી પ્રસંગતા થાય છે અને તેવા પાલનનું પરમાત્માના અવિચળ દિવ્યસુખરૂપે તેનું અક્ષય ફળ ભણે છે.

આ રીતે એકાદશી વ્રતનું યથાર્થ હાઈ સમજ મુમુક્ષુ ભક્તે જાગૃતચેતના સાથે એ વ્રત કરી પ્રભુપ્રસંગતાના આધિકારી બનવું જોઈએ.



(૨૮)

તीર्थयात्रा

સાધકને સાધનકાળમાં જગતના બાહ્ય પંચવિષયો તરફ વેગથી દોડી જતી હંડ્રિયો - અંતઃકરણાની વૃત્તિઓને રોકવા, તેને સુસંસ્કારિત કરી, પવિત્ર ને સાત્ત્વિક બનાવી પરમાત્મા તરફ વાળવા માટે તીર્થયાત્રા જેવી શુભ પ્રવૃત્તિની આવશ્યકતા રહે છે. તીર્થ એટલે તારનાર. જેનાથી ભવસાગર તરી શકાય, આત્મંતિક મોક્ષની પ્રાપ્તિ કરી શકાય તે સાધન. તેથી તીર્થને પુષ્યક્ષેત્ર પણ કહેવામાં આવે છે. તીર્થ બે પ્રકારનાં છે :

૧. સ્થાવર તીર્થ

૨. જંગમ તીર્થ

સાધક માટે આ બંને પ્રકારનાં તીર્થ આવશ્યક છે. તેમાં પણ જંગમ તીર્થ ઉત્તમ છે, શ્રેષ્ઠ છે.

સ્થાવર તીર્થ : પ્રભુ તથા પ્રભુના અવતારોનાં લીલાચરિત્રો તેમ જ વિચરણથી ચરણાંકિત થયેલા પ્રસાદીભૂત સ્થાનો. આત્મા-પરમાત્માના સાક્ષાત્કારને પામેલા પૂર્ણ સિદ્ધમુક્ત પુરુષોના તપથી તેમ જ વિચરણથી બનેલાં તપોભૂમિરૂપ સ્થાનો એ તીર્થસ્થાનો બની જાય છે. આવાં તીર્થસ્થાનોમાં પ્રભુ તથા સત્પુરુષોની પવિત્રતા ને દિવ્યતા સમાયેલી, સંઘરાયેલી હોય છે. તેમના સંસ્પર્શમાં, સંસર્ગમાં આવેલાં નદી, તળાવ, ઝૂવા વગેરેનાં જળ, પાષાણ, વૃક્ષ, કાણ વગેરે પદાર્થો પ્રભુની ને સત્પુરુષની ચૈતન્યશક્તિ દ્વારા પવિત્ર, પ્રસાદીમય ને કલ્યાણકારી બની જાય છે. તેમણે

કરેલાં જ્યું, ધ્યાન, ઉપાસના, વ્રત ને ઉગ્ર તપશ્ચયર્થાનાં દિવ્ય આંદોલનો એ સ્થાનમાં સંઘરાયેલાં હોવાથી દર્શને આવનાર દર્શનાર્થી ઉપર તેની અદૃશ્ય રીતે (Invisible) અસર થાય છે. ભાવથી દર્શન કરનારનાં પાપકર્માનો ક્ષય થાય છે. મનની મહિનતા દૂર થઈ મનમાં સાત્ત્વિકતા જાગૃત થાય છે. આ દિવ્ય આંદોલનોની તીવ્ર કે મંદ અસર દર્શનાર્થીની શ્રદ્ધા, તેના ભાવ તથા પાત્રતા ઉપર નિર્ભર છે.

તીવ્ર શ્રદ્ધાવાન ને સાચા ભાવવાળા ભક્ત ઉપર તેની ત્વરિત ને ઉંડી અસર થાય છે. તે ભક્તની સુષુપ્ત આધ્યાત્મિક ચેતના જાગી ઉઠે છે. ક્યારેક કોઈક પાત્ર જીવાત્માને ઇંદ્રિયાતીત અલૌકિક અનુભવો પણ થવા લાગે છે. મંદ શ્રદ્ધાવાળાને ઓછી અસર થાય છે. અન્ય સામાન્ય જનોને બીજબળ થાય છે. તીર્થમાં રહેલ શક્તિશાળી દિવ્ય ચેતનાશક્તિનાં આંદોલનોની અસર થાય છે એ ચોક્કસ વાત છે. અમુક તીર્થસ્થાનોમાં પ્રભુએ તથા તેમના સિદ્ધમુક્તોએ કરેલા કલ્યાણના સંકલ્પ દ્વારા દર્શનાર્થીમાં શાંતિનો ને સાત્ત્વિકતાનો ભાવ જન્મે છે. તેના આંતરદોષોની તીવ્રતા મંદ થઈ જાય છે. પવિત્ર ભક્તિભાવનો ઉમળકો તેના હદ્યમાં ઉત્ભરાય છે. દા.ત. કચ્છદેશમાં ભૂજ પાસે આવેલા બળદીઆ ગામમાં અનાદિ મહામુક્તરાજ અબજીબાપાશ્રીનું ‘દૃતીસ્થાન’ નામે તીર્થ છે. એ સ્થાનનો એવો દિવ્ય પ્રભાવ છે કે ત્યાં આવનારના સંસાર સંબંધી ઘાટ-સંકલ્પો શાંત થઈ જાય છે. આવો અનુભવ લગભગ દરેકને અચૂક થાય છે.

તીર્થયાત્રા શ્રદ્ધાપૂર્વક કરવાથી આંતરદોષોની તીવ્રતા ધટે છે. માનસિક શાંતિ અનુભવાય છે. લોકોમાં શ્રદ્ધા ને પ્રભુ

પ્રત્યેનો આસ્તિકભાવ વૃદ્ધિ પામે છે ને સાથે સાથે સાત્ત્વિક આનંદ પણ મળે છે. તીર્થમાં દર્શનાર્થીઓએ ત્યાંના પવિત્ર વાતાવરણનો લાભ લઈ શાંત અને એકાગ્ર ચિત્ત વડે પ્રભુપ્રસંગતાનાં સાધન માળા, જપયજ્ઞ, કથા-વાર્તા, ધ્યાન-ભજન, ચિંતન-મનન, દંડવત્ત, પ્રદક્ષિણા, સંત-સમાગમ, સંતસેવા વગેરે કરી જીવનનું ભાથું બાંધવું જોઈએ. ધનાઢ્ય ને સાધનસંપત્ત હરિભક્તોએ શ્રીહરિયાગ વગેરે યજ્ઞો, મહાપૂજા, ઉત્સવ-સમૈયા, બ્રહ્મયજ્ઞો વગેરેનું આયોજન પ્રભુપ્રસંગતા માટે કરવું જોઈએ. તીર્થમાં પોતાની કુટેવો, વ્યસનો તથા માનસિક નભળાઈ અને દોષો ઉપર વિજય મેળવવા દૃઢ સંકલ્પ કરવો જોઈએ. વ્યવહારમાં તે સંકલ્પ પ્રમાણે વર્તવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. તીર્થસ્થાનમાં પોતાની ગાંઠનું ખર્ચ ખાવું જોઈએ. શ્રીહરિના એવા આદેશ પાછળ એ હેતુ છે કે જો તીર્થસ્થળનું કે અન્યનું ખાય, તો પોતે જે જપ-તપાદિ સાધનો કર્યા હોય તેનું ફળ તે વ્યક્તિ જેનું દીઘેલું ખાય તેને ફળે જાય. તેથી પોતાને તે ફળ અલ્યમાત્રામાં મળે. તીર્થસ્થાનનું ખાવાથી તીર્થસ્થાન ઉપર ભારણ થાય અને તેનું ઋણ ચડે. દાતાઓ તરફથી મળતા દાન-ધર્મદાથી જ તીર્થોનો નિભાવ ને જળવણીનું કાર્ય થતું હોય છે. માટે પોતાની ગાંઠનું ખરચ જ ખાવાનો આદેશ છે. તીર્થમાં પોતાના સામર્થ્ય પ્રમાણે દાન, ધર્મદાદ, સેવા પણ કરવાં જોઈએ. આર્થિક રીતે ન બની શકે તો તન-મનથી યથાશક્તિ સેવા કરવી જોઈએ. આ બધાનું અક્ષય ફળ થાય છે.

તીર્થસ્થાનમાં જનારે ખાસ ધ્યાન રાખવું જોઈએ કે એ સ્થાન ફરવાનું, હવા ખાવાનું કે મોજમજા કરવાનું સ્થળ

નથી. It is a pilgrimage place and not a picnic place. માટે તે સ્થાનમાં ડિમશકરી, ગામગપાટા, લડાઈ-ઝડા, વિષયભોગ, વ્યબિચાર, જુગાર, હિંસા, દુર્વસનોનું સેવન વગેરે અનિષ્ટ પ્રવૃત્તિઓનું આચરણ ન કરવું. દૂષિત આચાર વિચાર દ્વારા ત્યાંનું પવિત્ર વાતાવરણ પ્રદૂષિત ન કરવું જોઈએ. ત્યાં જઈ ગંદકી કરવી, ત્યાંની વસ્તુઓનો દુરૂપયોગ કરવો વગેરે વર્જવું જોઈએ. નહિતર શુભફળ મળવાની જગ્યાએ હાનિ થાય છે. તીર્થસ્થાનોના અધિકારીઓએ પણ તીર્થસ્થાનની જગ્યાએ નિઃસ્વાર્થ હેતુથી કરવી જોઈએ. તીર્થમાં શિસ્તશાંતિ જગ્યાએ તે પણ જોવાની તેમની ફરજ છે.

તીર્થના પવિત્ર જગ્યામાં મહિમાપૂર્વક સ્નાન કરવાથી તથા જગ્યા માથે ચડાવવાથી પાપકર્માનો ક્ષય થાય છે ને પ્રભુપ્રસંગતાનાં સાધનો કરવાનું ફળ બીજાં સ્થાનોમાં કરેલાં સાધનો કરતાં અનેકગણું વિશેષ મળે છે. એ તીર્થસ્થાનની મહત્ત્વાં છે.

દ્વારિકા આદિક મુખ્ય તીર્થની યાત્રા કરવાના શ્રીહરિના આદેશનો ગર્ભિત અર્થ - પ્રત્યક્ષાર્થ એવો છે કે સર્વોપરી પૂર્ણ પુરુષોત્તમ શ્રી સ્વામિનારાયણ ભગવાનના ને તેમના પૂર્ણ મુક્તાના નિવાસથી ને વિચરણથી દિવ્ય તીર્થ બનેલા છપૈયા, ગઢા, વડતાલ વગેરે સ્થાનો. જ્યાં આત્યંતિક મોક્ષનું દ્વાર ઉઘડે ને જ્યાં મોક્ષના સાધન સરળ રીતે થઈ શકે તેવાં સ્થાનો તે દ્વારિકા ગણાય. એવાં સ્થાનોમાં સાધના કરવાથી સાધના જલદી સિદ્ધ થાય છે. મોક્ષના દ્વારરૂપ સત્પુરુષો-મુક્તપુરુષો તે ખરા અર્થમાં દ્વારિકા તીર્થ છે.

જંગમ તીર્થ : સ્થાવર તીર્થ એટલે પૃથ્વી ઉપરનાં

વિવિધ અચલ સ્થાનો, જેનું વિવરણ આપશો આગળ કર્યું તે. જંગમ તીર્થ એટલે આત્મા-પરમાત્માના સ્વરૂપનો જે મણો સાક્ષાત્કાર કર્યો છે એવા સિદ્ધ મુક્તપુરુષો-સત્પુરુષો. તેવા સત્પુરુષોની પરમાત્માના દિવ્ય સ્વરૂપમાં અખંડ સ્થિતિ હોય છે. તેમનું મનુષ્યરૂપે વિચરણ કેવળ જીવોના કલ્યાણના હેતુ માટે જ હોય છે. જે ખરા અર્થમાં દ્વારિકા તીર્થ છે તેવા સત્પુરુષોને જંગમ તીર્થ - Mobile pilgrimage - temples - હરતાંફરતાં મંદિરો-તીર્થો માનવામાં આવે છે.

આવા સત્પુરુષો મુમુક્ષુ જીવોને આત્મા-પરમાત્માનું યથાર્થ જ્ઞાન-ધ્યાન ને ઉપાસનાની દૃઢતા કરાવી, સંસારની સઘળી આસક્તિઓથી ને મનની સઘળી ભલિનતાઓથી રહિત કરી, સઘળા આંતરદોષોથી મુક્ત કરી પૂર્ણતા તરફ દોરી જાય છે. પાત્ર જીવને એ જ દેહમાં આત્મા-પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર કરાવી પોતા તુલ્ય દિવ્યસ્થિતિ પ્રાપ્ત કરાવે છે. જંગમ તીર્થ વડે આ રીતે અનેક જંગમ તીર્થ બને છે. આ પ્રકારનું કાર્ય કેવળ આવા જંગમ તીર્થ વડે જ સંભવે છે. જ્યોતથી જ્યોત જલે, પારસથી પારસ થાય એમ જીવોને પ્રભુપ્રાપ્તિ કરાવી આત્યંતિક મોક્ષ કરવો એ કાર્ય જંગમ તીર્થ દ્વારા જ થઈ શકે. સ્થાવર તીર્થો વડે એવું કામ ન થઈ શકે. એવા જંગમ તીર્થને લઈને જ સ્થાવર તીર્થો બને છે. કારણ કે તેમનામાં પ્રભુનો ને તેમના કલ્યાણકારી ગુણોનો સંપૂર્ણ આવિર્ભાવ થયેલો હોય છે.

બહુ પાપીજનોની અવરજવરથી તીર્થસ્થાનોમાં પણ પાપકર્માનાં દૂષિત આંદોલનોથી તે સ્થાનની પવિત્રતા ધીરે ધીરે ઓછી થઈ નાણ થઈ હોય, ત્યારે જંગમ તીર્થરૂપ

સત્પુરુષ દ્વારા એ તીર્થ ફરીથી સજીવન બને છે. આમ જંગમ તીર્થોની વિશેષતા સ્થાવર તીર્થો કરતાં અનેકગણી વધુ છે. સ્થાવર તીર્થો જંગમ તીર્થને જ આભારી છે. જેમ તીર્થસ્થાનોમાં અનિષ્ટ પ્રવૃત્તિઓ હાનિકારક બને છે તેમ જ જંગમ તીર્થ એવા સત્પુરુષ પાસે પણ કામ, કોધ, ઈર્ષા-દ્રેષ, દંભ-કપટ, હિંસા, વ્યભિચાર વગેરે પાપકર્મો ન કરવાં જોઈએ. એમ કરવાથી સત્પુરુષની નારાજગી થાય અને તેનો અભાવ-અવગુણ આવે તો તે પાપ વજલેપ બને છે.

અન્ય ક્ષેત્રે કૃતં પાપં, તીર્થક્ષેત્રે વિનશ્યતિ ।

તીર્થ ક્ષેત્રે કૃતં પાપં, વજ્રલેપો ભવિષ્યતિ ॥

અન્ય ક્ષેત્રે કરેલાં પાપોનો તીર્થ ક્ષેત્રમાં કથ થાય છે, પણ તીર્થ ક્ષેત્રમાં કરેલાં પાપો વજ્રલેપ થાય છે. અર્થાત् તેવાં પાપોથી છૂટી શકાતું નથી. તેવાં પાપોથી તો કેવળ સત્પુરુષના અનુગ્રહથી જ મુક્ત થઈ શકાય છે. તે માટે સત્પુરુષને ભાવે કરીને જોગ-સમાગમ-સેવા વગેરેથી પ્રસન્ન કરવા, તો પ્રભુ પણ પ્રસન્ન થાય, તેથી જીવ આલોક-પરલોકમાં સુખી થાય ને તેનું આત્મંતિક કલ્યાણ પણ થાય છે. મુમુક્ષુએ આ વાત લક્ષ્યમાં રાખવી ઘટે.

સાધકે સાધનકાળમાં સ્થાવર તીર્થોની યાત્રા કરવા પાઇળનું એક પ્રયોજન એ પણ છે કે કોઈક સ્થાવર તીર્થમાં જંગમ તીર્થરૂપ સત્પુરુષ રહેતા હોય, તો તેમનો જોગ-સમાગમ-સેવાનો લાભ મળી જાય. તેથી તેનું પરમ કલ્યાણ થાય. માટે સાધકે સાચ્યા જંગમ તીર્થરૂપ સત્પુરુષને શોધવા પ્રયાસ કરવો જોઈએ. જો સાચ્યો ખપ ને ત્વરા હોય તો ભગવાન તેવા સત્પુરુષનો જોગ મુમુક્ષુને જરૂર મેળવી આપે

તीર्थयात्रा

છે. એવા સંત મણ્યા પછી તેમનું શરણ સ્વીકારી તેમજા માર્ગદર્શન હેઠળ પ્રભુપ્રસંગતાનાં સાધનો કરી, તેમની કૃપા મેળવી જીવન સાર્થક બનાવી લેવું તે મુમુક્ષુનું કર્તવ્ય છે.



(૨૩)

ધર્માદ્ય)

નિજવૃત્તુદ્યમપ્રાપ્ત ધનધાન્યાદિતશચ તૈ: ।

અર્યો દશાંશ કૃષ્ણાય વિશોડશસ્ત્રિહ દુર્બલૈ: ॥

અને તે ગૃહસ્થાશ્રમી સત્સંગી તેમણે પોતાની જે વૃત્તિ અને ઉદ્યમ તે થકી પામ્યું જે ધનધાન્યાદિક, તે થકી દશમો ભાગ કાઢીને શ્રીકૃષ્ણાભગવાનને અર્પણ કરવો; અને જે વ્યવહારે દુર્બળ હોય તેમણે વિશમો ભાગ અર્પણ કરવો.

- શિક્ષાપત્રી શ્લો. ૧૪૭.

શિક્ષાપત્રીમાં શ્રીહરિની સ્પષ્ટ આજ્ઞા છે કે સત્સંગી ગૃહસ્થાશ્રમીએ નીતિ અને ધર્મ સહિતની કોઈ પણ પ્રકારની આજીવિકાનાં સાધનો દ્વારા જે કંઈ આવક થતી હોય, ઉપજ થતી હોય, તેમાંથી જે વ્યવહારે સાધનસંપત્ત હોય, ધનાદ્ય હોય, સમૃદ્ધ હોય તેમણે દશમો ભાગ ધર્માદ્ય પેટે આપવો. અર્થાત् ૧૦૦એ ૧૦% (ટકા) ધર્માદ્ય આપવો અને જે હરિભક્ત વ્યવહારે દુર્બળ હોય તેમણે વીશમો ભાગ અર્થાત् ૧૦૦એ ૫% (ટકા) ભાગ ધર્માદ્ય પેટે આપવો.

આમ ઉપજ અને આવક એટલે ધનની આવક હોય અથવા ધાન્ય એટલે અમૃ વગેરે કોઈ પણ પ્રકારની ખેતીવાડી વગેરેની ઉપજ હોય, તેમાંથી દશમો અથવા વીશમો ભાગ ધર્માદ્ય પેટે આપવાની વાત છે. શ્રીહરિની આજ્ઞાનુસાર ચોખ્ખો ધર્માદ્ય અર્પણ કરવાથી પ્રભુની પ્રસન્તતા થાય છે. ધર્માદ્યનો જે ભાગ છે તેને શાસ્ત્રોમાં દેવનો ભાગ ગણવામાં

આવે છે. દેવભાગ એ દેવનું ઋષા છે. દેવનું ઋષા એટલા માટે છે કે આપણે પૃથ્વી ઉપર જન્મ ધરીને આવ્યા તેમાં આપણું પોતાનું કંઈ કહી શકાય તેવું કશું જ આપણું નથી. આપણા કર્માનુબંધ પ્રમાણે આપણાને કર્મશયના ભોગ માટે જન્મ મળ્યો તેમાં આપણા કર્મશય સિવાય આપણે કંઈ પણ સાથે લાવ્યા નથી. ફક્ત કર્મશય દ્વારા જ મનુષ્ય દેહની પ્રાપ્તિ થતી નથી. તેમાં પરમાત્માની ઇચ્છા, કૃપા વગેરે અનેક પરિબળો ભાગ ભજવે છે. કારણ કે કર્મફળપ્રદાતા પરમાત્મા જ છે. તેમણે આપણાને પંચજ્ઞાનેન્દ્રિયો, પંચકર્મેન્દ્રિયો તથા મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત જેવા અંતઃકરણો આખ્યાં. વિવેકશક્તિ, તર્કશક્તિ, જ્ઞાનશક્તિ, કલ્પનાશક્તિ, કાર્યશક્તિ, સ્મૃતિશક્તિ, સમજણાશક્તિ વગેરે અનેક પ્રકારની શક્તિઓ તથા કર્મફળનો ઉપભોગ કરવા માટે આ માનવદેહ આખ્યો. આ બધાં ઉપકરણો દ્વારા મનુષ્ય પ્રેય ને શ્રેય, ભौતિક તેમ જ આધ્યાત્મિક એમ બંને માર્ગો પોતાનો વિકાસ સાધી શકે છે. આ બધાં સાધનોની સાથે સાથે પૃથ્વી ઉપર અનેક પ્રકારની વનરૂપતિઓ, ફળફળાદિ, ધન-ધાન્ય, શુદ્ધ હવા, પાણી વગેરે મનુષ્યજીવન માટે ઉપયોગી સાધનો વિપુલ પ્રમાણમાં આપણાને આખ્યા છે. મનુષ્ય જીવ એકલો ન પરી જાય અને તેને સાથ, સહકાર, પ્રેમ, ભાઈચારો વગેરે મળી રહે તેને માટે અન્ય મનુષ્યોનો સમાજ પણ આખ્યો. અન્યોન્યના સહકાર વગર કોઈ પણ પ્રકારની પ્રગતિ સંભવી શકતી નથી. ભौતિક વિકાસનાં સાધનો ઉત્પત્ત કરવા બુદ્ધિશાળી વૈજ્ઞાનિકો ઘડચા, જેના થકી અનંત પ્રકારની સુખ-સગવડતાઓ ને સાધનસંપત્તિનો વિકાસ થયો.

ચૈતન્યની આધ્યાત્મિક પ્રગતિ ને ઉન્નતિ માટે તેઓ પોતાના સત્પુરુષો-મુક્તપુરુષોને પૃથ્વી ઉપર મનુષ્યરૂપે વારે વારે પ્રગટ કરે છે. પાત્ર મુમુક્ષુ જીવોને આલોક તથા પરલોકનું સુખ આપવા માટે પ્રભુ પોતે પણ મનુષ્યરૂપે અવતાર ધારણ કરે છે. આવા તો પરમાત્માના આપણી ઉપર અનંત ઉપકારો છે. તેનું જીજા આપણો કદી પણ, અનંતકણે પણ ચૂકવી શકીએ તેમ નથી. તેમની પ્રસંગતા માટે આપણો તેમની નાની-મોટી આજ્ઞાઓનું જ કેવળ પાલન કરવાનું રહે છે. અને તે પણ આપણા પોતાના જ સર્વપ્રકારે હિત માટે! આવા કારણને લીધે ધર્મદાનો ભાગ જ આપણી સઘળી આવક કે ઉપજનો એક નાનો સરખો ભાગ જ ગણાય, તે પ્રભુની પ્રસંગતા માટે આપવાનો છે, જે દેવનું જીજા છે. તેની ચૂકવણી કરવી તે દરેક વ્યક્તિની પવિત્ર ફરજ છે.

દેવભાગ અર્પણ કરવાથી ધનની-દ્રવ્યની તથા આજીવિકાની શુદ્ધિ થાય છે. કેટલાકને એવી ગેરસમજ હોય છે કે ગમે તેવા માર્ગ, અર્થાત્ અધર્મ, અનીતિને માર્ગ અર્થોપાર્જન કરી લઈ તેમાંથી ધર્મદો અર્પણ કરી દેવાથી પ્રભુની આજ્ઞાનું પાલન થઈ જશે. પ્રભુની પ્રસંગતા પણ થશે ને દ્રવ્યની શુદ્ધિ પણ થઈ જશે! અધર્મ, અનીતિ વગેરે કર્મો પણ માફ થઈ જશે! આવો ખ્યાલ અત્યંત ભૂલ ભરેલો છે; તે અજ્ઞાન છે. ધર્મને માર્ગ કે નીતિને માર્ગ અર્થોપાર્જન કરવામાં પણ નાના-મોટા દોષો જાણો-અજાણો થઈ ગયા હોય. દા.ત. ખેતીવાડીમાં, કારખાનાંઓમાં, નાનાં જીવજંતુઓની હિંસા વગેરે થઈ હોય તેવા દોષો જે માફ કરી શકાય તેવા હોય (Pardonable) તે બધાની શુદ્ધિ થઈ જાય છે. પરંતુ કોઈ

ચોરી, લુંટફાટ, હિંસા, ભ્રષ્ટાચાર, છળકપટ, દંભ, અસત્ય, ગેરરીતિ વગેરે આચરીને આવક ઉભી કરે અને તેમાંથી ધર્માદ્ધો આપી દે ને વિચારે કે તેનાં બધાં પાપ માફ થઈ જશે, તો તે તેની ગેરસમજ છે. પ્રભુ કાંઈ ભોળા-ભોટ નથી કે એવા ધર્માદાની લાલચમાં આવી જઈ માફ ન કરી શકાય તેવા (Unpardonable) કર્મો માફ કરી દઈ તેની ઉપર પ્રસંગતાનાં ફૂલ વરસાવી દે! આ માટે પણ વિવેક હોવો જરૂરી છે.

ધર્માદ્ધો પરમાત્માનાં પવિત્ર મંદિરો, પવિત્ર ધર્મસ્થાનો ને પવિત્ર સેવા સંસ્થાઓમાં આપવામાં આવે છે. ધર્માદાની રકમનો ઉપયોગ મંદિર કે ધર્મસંસ્થાના નિર્માણ, નિભાવ, વિકાસ તથા માનવસમાજના કલ્યાણ ને અભ્યુદય માટેની સેવા વગેરે કલ્યાણકારી પ્રવૃત્તિઓમાં થવો જોઈએ. આ ધર્માદાનો હુંમેશાં સદ્ગુરૂયોગ જ થવો જોઈએ. પ્રભુ સંબંધી કલ્યાણકારી સદ્ગુરૂયોગ કરવામાં આવે તો દુરુપયોગ કરનારની ઉપર પ્રભુની ને સત્પુરુષની અપ્રસંગતા થવાથી વજલેપ જેવું પાપકર્મનું બંધન થાય છે.

હાલના કળિયુગના પ્રભાવ હેઠળ આપણો એવા ઘણા પ્રસંગો જોઈએ છીએ કે કોઈ પણ સંપ્રદાયમાં ધર્માદાનો સ્વાર્થી હેતુ માટે ઉપયોગ કરનાર વહીવટકર્તા ત્યાગીવર્ગ હોય કે ગૃહસ્થવર્ગ હોય તેમાં હિંસાચાર, ભ્રષ્ટાચાર, દુરાચાર, અનીતિ, અધર્મ તથા વહીવટશુદ્ધિના અભાવને લઈને સંઘર્ષ, કુલેશ કે પ્રતિષ્ઠાહાનિ થતા રહે છે. આવા બનાવો સમાજમાં અવારનવાર બનવા છતાં અજ્ઞાની લોકોમાં સુધારો થતો ભાગ્યે જ જોવા મળો છે. કેટલીક સંસ્થાઓમાં સત્તાની

સાઈમારી, અહેંકારના ટકરાવ તથા ગંદુ રાજકારણ પણ રમાતું હોય છે. આવા અજ્ઞાની લોકોને શરૂઆતમાં લાગતાં ધીકેળાં જેવા લાભો પાછલી જિંદગીમાં વિષ સમાન બની જાય છે. પછી પસ્તાવાનો પાર રહેતો નથી. અને મૃત્યુ બાદ પણ અધોગતિ થતાં અનેક પ્રકારની યાતનાઓ ભોગવવી પડે છે. આવાં માઠાં પરિણામો જોવાં ન પડે તે માટે સુઝ અને ધર્મનિષ્ઠ ત્યાગી-ગૃહી ભક્તોએ ધર્મશુદ્ધિ ને વહીવટશુદ્ધિ જળવાઈ રહે તે માટે જાગૃત રહી પ્રયત્ન કરવા જોઈએ, જેથી પ્રભુની પ્રસંગતા થાય.

વિવેકી જને પોતાના ધર્માદાનો વધુમાં વધુ સદ્ગુપ્યોગ થાય તેવી સંસ્થામાં તથા જ્યાં વહીવટશુદ્ધિ ને ધર્મશુદ્ધિ જળવાતી હોય તેવી પવિત્ર ધર્મસંસ્થામાં ધર્માદો આપવો હિતાવહ છે. ધર્માદો અર્પણ કરનારે પણ ધર્માદો કચવાતા મને નહિ, પણ ભક્તિભાવ સાથે, પ્રસંગચિતે સર્વના કલ્યાણમંગળની ઉદાત્ત ભાવના સાથે, કેવળ પ્રભુપ્રસંગતા માટે આપવો જોઈએ. તેમાં કીર્તિ-પ્રસિદ્ધિનો રાગ, અધિકારની ભાવના, દંભડોળ વગેરે ભાવો ભળવા ન જોઈએ. શુદ્ધભાવથી કરેલા ધર્માદાથી પરમાત્માની ને મુક્તપુરુષની પ્રસંગતા થવાથી તેવો ધર્માદો કરનારના દ્રવ્યની ને આજીવિકાની શુદ્ધિ થાય છે અને તે દેવજ્ઞામાંથી મુક્ત બને છે.

‘આજે હવે કોઈ ધર્મસંસ્થા સારી-સાચી રહી નથી. કોઈ જ મંદિરમાં શુદ્ધ વહીવટ કે ધર્મશુદ્ધિ રહ્યાં નથી.’ આવું વિચારી કેટલાક લોકો ધર્માદો કાઢવાના શ્રીહરિના આદેશનું ઉલ્લંઘન કરી ધર્માદો કાઢવાનું ટાળે છે. આ બાબત બિલકુલ યોગ્ય નથી. બધા લોકો આવી રીતે વિચારે તો કોઈ પણ

સંસ્થા નભી ન શકે. ભક્તને તો ધર્મદા પેટે દેવભાગ કાઢી દેવજ્ઞાભાંથી મુક્ત થવું જ પડે. તે તેની પવિત્ર ફરજ પણ છે. અને તે પોતાના આત્માના કલ્યાણ માટે પણ અનિવાર્ય છે. ધર્મદી આપવાથી પ્રભુની આજ્ઞાનું પાલન થાય છે. તેથી તેમની પ્રસંગતા થાય છે અને અનેક જન્મના કર્મસંસ્કારોનો ક્ષય થવાથી કલ્યાણનો માર્ગ સરળ બને છે.

વ્યક્તિ ધર્મદાનો ભાગ પ્રભુને અર્પણ ન કરતાં પોતાને માટે, પોતાના અંગત સ્વાર્થ માટે તેનો ઉપયોગ કરે તો ધનશુદ્ધિ ન થાય, પ્રભુની આજ્ઞાનો પણ લોપ થાય. પ્રભુની પ્રસંગતા પણ ન મળે, તેથી તેને વ્યાવહારિક રીતે અનેક પ્રકારની મુશ્કેલીઓ ને આપત્તિઓ આવે. પરિવારમાં સંઘર્ષ ને ફ્લેશ થાય. ધંધા-રોજગારમાં પણ વિઘ્નો આવે. આર્થિક સ્થિતિ દુર્બળ થતાં માનસિક શાંતિ હણાઈ જાય. શારીરિક ને માનસિક વ્યાધિઓમાં કે કોઈ-કચેરી વગેરેમાં ખર્ચ ને દોડધામ વધી જાય. ચારે બાજુથી અશાંતિ ધેરી વળે. તેથી દેવભાગની- ધર્મદાની રકમ કરતાં અનેક ધણા વધુ ખર્ચાઓ થઈ જાય. આવા અનેક કિસ્સાઓ સમાજમાં બનતાં આપણો જોઈએ છીએ.

ચોખ્ખો ધર્મદી ભક્તિભાવ ને શ્રદ્ધાપૂર્વક અર્પણ કરનારને પ્રભુની આજ્ઞાનું પાલન થવાથી તે દેવજ્ઞાભાંથી તો મુક્ત બને જ છે, પણ સાથે સાથે તેનો વ્યવહાર પણ સુધરે છે. આજ્ઞાપાલકના યોગક્ષેમનું વહન કરવાની જવાબદારી પ્રભુ પોતાને શિરે લઈ લે છે, તેથી ભક્તને સુખ-સગવડ-સંપત્તિ પણ મળે છે. આવા પ્રકારના અસંખ્ય દાખલાઓ પણ સમાજમાં જોવામાં આવે છે. ધર્મદી કાઢવાથી પ્રભુ પ્રત્યેના

ભક્તિભાવ ને શ્રદ્ધામાં પણ દૃઢતા થાય છે. અજ્ઞાનને લઈને અથવા જાણવા છતાં પણ ધર્મદાદો અર્પણ નહિ કરનારનો સત્તસંગ ધીમે ધીમે ઘસાઈ જાય છે. તે ભક્તની શ્રદ્ધા મંદ પડે છે. પછી કુસંગની સોબતને લીધે અનેક આપત્તિઓ નોતરે છે. કેટલાક તો દુર્ઘટસનો પાછળ ખુવાર થઈ જતા હોય છે, પણ ધર્મદાદો કાઢતા નથી હોતા. આ નર્ધુ અજ્ઞાન છે. આવાં માઠાં પરિણામોનું કારણ પરમાત્માની આજ્ઞાનો લોપ છે.

ભક્ત તો ધર્મદાદો ધર્મસંસ્થાઓમાં આપીને દેવત્રણથી મુક્ત બની જાય છે, પણ તે ધર્મદાનો સદ્ગુપ્યોગ કરવાની મોટી જવાબદારી જે તે ધર્મસંસ્થાના વહીવટકર્તા અધિકારીઓની છે. ધર્મદાની અત્ય રકમનો પણ પોતાના અંગત સ્વાર્થી હેતુ માટે તે ઉપયોગ કરે તો તે જન્મ-મરણરૂપ સંસ્કૃતિમાં ખેંચી જાય છે.

શ્રીહરિએ કહ્યું છે તેમ -

અન્ય ક્ષેત્રે કૃતં પાપં તીર્થક્ષેત્રે વિનશ્યતિ ।

તીર્થક્ષેત્રે કૃતં પાપં બજ્રલેપો ભવિષ્યતિ ॥

અન્ય ક્ષેત્રે કરેલું પાપકર્મ તીર્થક્ષેત્રે નાશ પામે છે, પણ તીર્થક્ષેત્રે કરેલું પાપ વજ્રલેપ જેવું બંધનકારી થાય છે.

આમ સમજ વહીવટકર્તાઓએ પૂર્ણ જગૃતિ રાખી ધર્મદાની રકમનો હુંમેશાં સદ્ગુપ્યોગ કરવો. સંસ્થાના ધર્માદી એક પ્રભુને જ રાખે અને પોતે તેના ધર્માદી બની બેસવાનો રાગ ટાળો, તો કોઈ વાંધો ન આવે. વહીવટકર્તાઓએ બીજો પણ એક ઘ્યાલ રાખવાની આવશ્યકતા છે કે પોતાની બેદરકારી કે બેજવાબદારીને લઈને ધર્મદાની રકમનો બિનજરૂરી વ્યય ન થઈ જાય. અંગત સ્વાર્થી હેતુ તો દોષરૂપ છે જ, પણ સાથે

સાથે પોતાની બેદરકારી પણ દોષરૂપ છે તે સમજવું ધટે.

કેટલાક લોકોને દાન અને ધર્માદાનો ભેદ ખબર નથી. તે બંને બાબતને સરખી ગણે છે તે ભૂલ છે. કોઈ વ્યક્તિને કે સંસ્થાને દાન આપવાથી તે એક પુષ્યકર્મ હોવાથી પુષ્ય મળે છે. નામની, કૃતિની કે પ્રસિદ્ધિની છચ્છાથી દાન આપવાથી પ્રસિદ્ધ મળી જાય છે. એવી છચ્છા વગર દાન આપવાથી પુષ્ય ભેગું થાય છે. દાન માટે કોઈ જબરદસ્તી કે ફરજ નથી હોતી. તે સ્વેચ્છાએ આપવાનું હોય છે. તેમાં પણ દાન કરનારે પાત્ર વ્યક્તિને કે યોગ્ય સંસ્થાને દાન આપવું જોઈએ. કુપાત્રને કુ અયોગ્ય સંસ્થાને દાન આપવાથી કદાચ નામના મળે, પણ પુષ્ય ન મળે. અને એવું દાન એળે જાય છે, માટે તેમાં પણ વિવેક જરૂરી છે. જ્યારે ધર્માદ્યો તો દરેક હરિભક્તે ફરજિયાત આપવાનો હોય છે. કારણ કે તે દેવભાગ છે. તે પ્રભુની આજ્ઞા છે. તેના પાલનથી જ પ્રભુપ્રસંગતા થાય ને દેવત્રણામાંથી મુક્ત થઈ શકાય છે.

ધર્માદાના પણ ઉત્તમ, મધ્યમ ને કનિષ્ઠ એમ ત્રણ પ્રકારો છે. પોતાની આવક-ઉપજમાંથી દશમો કે વીશમો ભાગ પ્રભુને અર્પણ કરવો તે કનિષ્ઠ ધર્માદ્યો છે. વર્ષમાં એકાદ માસ કોઈ મોટા સત્પુરુષનો જોગ-સમાગમ સેવા કરવા, મંદિર તથા સેવાસંસ્થામાં સમય ફાળવીને તન-મનથી સેવા આપવી તે સમયના ધર્માદ્યરૂપ મધ્યમ ધર્માદ્યો છે. દંડ્રિયો-અંતઃકરણને તથા પોતાના ચૈતન્યને વિષયાભિમુખતાથી વિમુક્ત કરીને, એકાગ્રચિત્તે કરીને, પ્રતિલોમ ધ્યાન દ્વારા પરમાત્માના સ્વરૂપમાં જોડાવાનો અભ્યાસ કરવો તે ઉત્તમ ધર્માદ્યો છે. આમાં કનિષ્ઠ ધર્માદાથી

ધનની શુદ્ધિ થઈ વ્યવહાર સુધરે છે ને આ લોકની સુખ-સગવડતાઓ પ્રાપ્ત થાય છે. સમયનો ઉપયોગ સેવા-સત્તસંગ વગેરે કરવારૂપ મધ્યમ ધર્માદ્ધાથી સારા સંસ્કારોનું ને ચારિત્રણનું ઘડતર થાય છે. તેથી માનસિક શાંતિ ને સંતોષ અનુભવાય છે. અને સત્પુરુષના માર્ગદર્શન ને કૃપા દ્વારા પ્રભુના સ્વરૂપમાં જોડાવારૂપ ઉત્તમ ધર્માદ્ધાથી પરમાત્મા સંબંધી પરમાનંદની ઉપલબ્ધિ થાય છે. અનાદિ મહામુક્તરાજ શ્રી અબજીબાપાશ્રી કહે છે કે ‘આ ત્રણોય પ્રકારનો ધર્માદ્ધો ભક્તોએ અવશ્ય કાઢવો જોઈએ. એક પણ ધર્માદ્ધો પડવો મૂકવો નહિએ.’

ત્યાગી વર્ગો વસ્ત્રાદિક વગેરે ધર્મામૃત શાસ્ત્ર પ્રમાણે રાખી તેનાથી અધિક હોય તો ઠાકોરજીને કોઈારે આપી દેવું. જેથી અન્ય જરૂરિયાતમંદને તે ઉપયોગમાં આવી શકે. આ આજ્ઞા પાળવાથી તેને અપરિગ્રહની અને નિરાસકત થવાની ભાવનાની તથા વૈરાગ્યની દૃઢતા થાય છે. ત્યાગી વર્ગો પ્રભુના ધ્યાન-ભજન વગેરે પોતાના આત્માના ઉત્કર્ષ માટે સાધનો કરવાના સમયમાંથી થોડો સમય કાઢી અન્ય મુમુક્ષુઓને ઉપદેશ ને સાચું જીવન જીવવાનું માર્ગદર્શન આપી વ્યક્તિના ને સમાજના આધ્યાત્મિક ઉત્થાનમાં યોગદાનરૂપી ધર્માદ્ધો પણ આપવો જોઈએ. આમ કરવાથી પ્રભુની પ્રસન્નતા થાય છે, તેથી અનેક જન્મના સંસ્કાર ઘસાય છે ને ચિત્ત નિર્મળ બને છે. તેથી ચેતનાનો આધ્યાત્મિક વિકાસ જડપી બને છે.

જે વ્યક્તિએ જ્ઞાન તથા સદ્ગ્વિદ્યા સંપાદન કરી હોય તો તે પણ એક પ્રકારની ઊપજ ગણાય. તે સદ્ગ્વિદ્યાનો કેવળ પોતાના જ અંગત સ્વાર્થ માટે ઉપયોગ ન કરતાં અન્ય યોગ્ય

વ્યક્તિને પણ તે આપવું જોઈએ. જેમ ધનજો ધર્માદ્દો આપવાથી ધનની શુદ્ધિ થાય છે ને તેમાં વૃદ્ધિ પણ થાય છે. એ રીતે જ્ઞાનદાન કે વિદ્યાદાન કરવાથી જ્ઞાન-વિદ્યાની શુદ્ધિ થાય છે અને તેમાં વૃદ્ધિ પણ થાય છે. આ પ્રકારના જ્ઞાન-વિદ્યાદાનમાં કોઈ પ્રકારના બદલાની ભાવના ન હોવી જોઈએ. તે નિઃસ્વાર્થભાવે થવું જોઈએ. તેનાથી પણ પ્રભુની પ્રસંગતા થાય છે. શ્રીહરિએ સદ્ગિત્યાની પ્રવૃત્તિથી મોટું પુણ્ય થાય છે તેમ કંબું છે. માટે આ પણ શ્રેષ્ઠ પ્રકારનો ધર્માદ્દો છે.

પૂર્ણસ્થિતિવાળા મુક્તપુરુષને તો કંઈ જ કરવાનું શેષ રહેતું નથી. તેઓ પૂર્ણકામ છે. તેમ છતાં બીજા જીવોના કલ્યાણ ને બોધ માટે તેઓ પણ ત્રણોય પ્રકારનો ધર્માદ્દો કાઢતા હોય છે. તેથી સમાજમાં તેઓ સર્વપ્રકારે આદર્શરૂપ બને છે.

આ રીતે ધર્માદ્દાનો હેતુ અને તેનું રહસ્ય સમજ મુમુક્ષુએ પોતાના પ્રેરણ ને શ્રેય માટે, વ્યાવહારિક તેમ જ આધ્યાત્મિક ઉત્કર્ષ માટે ત્રણોય પ્રકારનો ધર્માદ્દો અવશ્ય કાઢવો જોઈએ.



શ્રી સ્વામિનારાયણ ડિવાઇન મિશન શાને માટે ?



શ્રી સ્વામિનારાયણ ભગવાનના સર્વજીવહિતાવહ સંદેશ અનુસાર માનવજીતના શ્રેય અને પ્રેય માટે-

- (ક) સેવા-સદાત્રતના આદર્શો અનુસાર ભેદભાવ વિના આર્થિક મુંજવણ અનુભવતાં ભાઈબહેનોને જરૂરી રાહત પહોંચાડવી;
 - (ખ) આરોગ્યપ્રસારની માર્ગદર્શક વ્યવસ્થા અને રોગોપચારનાં સારવાર કેન્દ્રો-ઔષ્ઠધાલયો સ્થાપવાં-ચલાવવાં, અગર એવું કાર્ય કરતી સંસ્થાઓને સહાયરૂપ થવું;
 - (ગ) આત્મિક શાંતિ અને માનવતાની ભીનાશ રેલાવતાં મંદિરો, સત્પુરુષોનાં સ્મારકકેન્દ્રો, વગેરેનાં નિર્માણ-નિભાવ-વિકાસ કરવાં;
 - (ઘ) જીવનધરીતરમાં ઉપયોગી સાહિત્ય અને કલાના વિકાસકાર્યને ઉતેજન આપવું;
 - (ચ) સમ્યક અભ્યાસ માટે પુસ્તકાલય, સંગ્રહાલય, સંશોધનકેન્દ્ર સ્થાપવાં-ચલાવવાં અગર એવા એકમોને મદદરૂપ થવું;
 - (છ) સર્વસમન્વય સધાય એવાં સાંસ્કારિક અને તત્ત્વજ્ઞાનવિષયક પ્રકાશનો પ્રસિદ્ધ કરવાં અને તે વડે જનસમૃદ્ધાયનો ઊર્ધ્વગામી વિકાસ સાધવામાં મદદરૂપ થવું;
-

અને એ રીતે :

- (૧) સમાજજીવનની આધારશિલાસમાં સદ્યાચાર અને નીતિનાં ધોરણો બળવત્તર થાય એવી પ્રવૃત્તિઓનું આયોજન કરવું;
- (૨) સમાજમાં સંપ, એકતા અને પરસ્પર સુહૃદ્ભાવ વૃદ્ધિ પામે, વિશ્વબંધુત્વની ભાવના વિકસે અને વિસંવાદિતા દૂર થાય એવા કાર્યક્રમો આપવા;
- (૩) વિશ્વના ધર્મો અને પક્ષો વચ્ચે સંવાદિતા જળવાઈ રહે એ માટે સર્વધર્મીય પરિષદોનું આયોજન કરતા રહી આધ્યાત્મિક અને સામાજિક ઉત્કર્ષને વેગ આપવો.

આવા સુઆયોજિત કાર્યક્રમો અને પ્રવૃત્તિઓ દ્વારા પરિપૂર્ણ ભગવત્સ્વરૂપની ગ્રાન્તિ તરફ માનવસમુદ્ધાય સર્વાંગી વિકાસ પામી ગતિમાન થાય એવો મિશનનો શુભ આશય છે.



બીજાને પ્રભુના સ્વરૂપનું સાચું જ્ઞાન સમજાવવું
તેના જેવી કોઈ સેવા નથી,
પણ તે માટે પોતાને બરાબર સમજ હોવી જોઈએ.

- પૂજયશ્રી નારાયણભાઈ

Website: www.shriswaminarayandivinemission.org

Email: info@shriswaminarayandivinemission.com