એ દીવાલોની પાર, જે તમને દેખાતું નથી
કારણ કે મનની નિખાલસતાનું સ્થાન પૂર્વગ્રહે લઈ લીધું છે

દાજી

શાહજહાંપુર યોગાશ્રમના
સુવર્ણજયંતી મહોત્સવ નિમિત્તે સંદેશ
બેચ 5 – 28 ફેબ્રુઆરી થી 2જી માર્ચ 2026, શાહજહાંપુર

એ દીવાલોની પાર, જે તમને દેખાતું નથી

કારણ કે મનની નિખાલસતાનું સ્થાન પૂર્વગ્રહે લઈ લીધું છે

પ્રિય મિત્રો,

જ્યારે કોઈને વારસામાં ઘર મળ્યું હોય અને દરેક દીવાલ પરની બારી પર રંગીન કાચ હોય, તો તેમાંથી બહારની સમગ્ર દુનિયા એક જ રંગની દેખાય છે. જો વાદળી કે ભૂરા રંગનો કાચ હોય, તો બહારનો બગીચો ઉદાસ દેખાય છે, લાલ કાચ મારફતે બધું ભયજનક લાગે છે. પીળાશ પડતાં નારંગી રંગના કાચ મારફતે બધું જૂનું અને ઝાંખું દેખાય છે. જો કોઈ આવા રંગીન કાચ સાથે લાંબા સમય સુધી રહે, તો તે ભૂલી જાય છે કે બારીના કાચ રંગીન છે. તે એવું માની લે છે કે દુનિયા તેવી જ છે, જેવી તેને દેખાય છે. જો ચોમાસાની એક સાંજે, તોફાન દરમિયાન એક કાચમાં તિરાડ પડે છે, તો એ નાના પણ સ્પષ્ટ છિદ્રમાંથી તે એવા રંગોની ઝલક જુએ છે કે જેના નામની પણ તેને ખબર હોતી નથી.

આપણામાંના મોટાભાગના લોકો આવા ઘરમાં રહે છે. આપણને વારસામાં મળેલ ઘરની બારીના રંગીન કાચ આપણાં દ્વારા લગાવવામાં આવ્યા ન હતાં. તે પરિવાર, સંસ્કૃતિ, સમુદાય કે આપણા પોતાના અનુભવ દ્વારા ત્યાં લગાવવામાં આવ્યા હતાં. અહીં ભય રંગોને લીધે નથી, પરંતુ ભય એ વાતનો હોય છે કે આપણે એ બિલકુલ ભૂલી જઈએ છીએ કે કાચ રંગીન છે. આપણે આપણા પૂર્વગ્રહો મારફતે જ જોઈએ છીએ અને માની લઈએ છીએ કે આપણે સ્પષ્ટ રીતે જોઈ રહ્યાં છીએ. આ એવી

સ્થિતિ છે જેને બાબુજીએ સ્પષ્ટ રીતે જાણી લીધી હતી અને તેમણે પૂર્વગ્રહને આધ્યાત્મિક જીવન માટે સૌથી ઘાતક ઝેર તરીકે જણાવ્યું હતું.

એ ઝેર, જે શાણપણ જેવું લાગે છે

ઝેર એ એક રસપ્રદ શબ્દ છે. તે એક એવી વસ્તુ છે, જે સજીવોના તંત્રમાં પ્રવેશ કરે છે અને તેને અંદરથી દૂષિત કરી દે છે. ઝેરની અસર વાળા શરીરને ખબર પડે, ત્યાં સુધીમાં તો તે ઝેર દ્વારા નુકસાન થઈ ચૂક્યું હોય છે. આ જ બાબત પૂર્વગ્રહને અત્યાર સુધી આપણે જાણેલા કોઈપણ અવરોધો કરતાં વધુ ખતરનાક અવરોધ બનાવે છે. ‘જીવનનો હેતુ ઉજાગર થવો’ સંદેશમાં, આળસ એક દેખાતી બાબત હતી. ‘સુદ્રઢ પાયાનું નિર્માણ’ સંદેશમાં, શંકા અનુભવાતી હતી. ‘આકાશને આંબવું’ એ સંદેશમાં પ્રામાણિકપણે જોવા તૈયાર કોઈપણ વ્યક્તિ દ્વારા અભિમાનની હાજરીનો ખ્યાલ આવી જતો હતો. પરંતુ પૂર્વગ્રહ? તે તો સમજદારીના વાઘા પહેરીને આવે છે. તે પોતાને સત્ય પ્રત્યેની વફાદારી તરીકે, અનુભવ દ્વારા મેળવેલ શાણપણ તરીકે અને યોગ્ય રીતે નિર્ણય લેવાની પરિપક્વ ક્ષમતા તરીકે રજૂ કરે છે. પૂર્વગ્રહયુક્ત મન બીમાર નથી લાગતું પણ તે ભૂલરહિત હોવાનું દેખાય છે.

મહાન અમેરિકન શિક્ષક જોન ડ્યુઈએ આવી બંધ માનસિકતાને ‘અકાળ બૌદ્ધિક વૃદ્ધાવસ્થા’ ગણાવી હતી. મન તેની લચક (કોમળતા) ગુમાવે છે. તે હવે ખરેખર જે નવું હોય, તેને પણ સ્વીકારી શકતું નથી, તેનું વિશ્લેષણ કરી શકતું નથી અથવા તેનો પ્રતિસાદ આપી શકતું નથી. દરેક નવી વ્યક્તિ દ્વારા, દરેક અપરિચિત ખ્યાલને અને હાલના માળખામાં જે બંધબેસતો ન હોય, તેવા પ્રત્યેક અનુભવને ઘણા સમય પહેલા રચાયેલા નિષ્કર્ષ દ્વારા તારવવામાં આવે છે. આપણે હકીકતનો સામનો કરવાનું બંધ કરી દઈએ છીએ અને તેથી માત્ર વાસ્તવિકતા વિશેના આપણા મંતવ્યો જ આપણી સમક્ષ આવે છે અને આમ આપણે તે બંનેને સમજવામાં ભૂલ કરીએ છીએ.

તે સાંકળ, જેને પૂર્વગ્રહ વધુ મજબૂત બનાવે છે

બાબુજીની અંતઃદૃષ્ટિ મનોવિજ્ઞાન કરતાં પણ વધારે ગહન સ્તર સુધી પહોંચે છે તથા તેઓ એક આધિ-ભૌતિક (metaphysical) પરિણામની ઓળખ સ્પષ્ટ કરે છે. તેઓ કહે છે – પૂર્વગ્રહ અહંકારની હાલની સાંકળમાં વધુ એક કડીનો ઉમેરો કરે છે. ચાલો આપણે જોઈએ કે આનો અર્થ શું છે. પૂર્વગ્રહનું દરેક કાર્ય, મૂળભૂત રીતે, એક ઘોષણા છે કે – મારો દૃષ્ટિકોણ જ સાચો દૃષ્ટિકોણ છે. મારું જૂથ જ સાચું જૂથ છે. મારી જોવાની રીત જ જોવાની ખરી રીત છે. તે મારો દૃષ્ટિકોણ અન્ય લોકો વિશેના નિર્ણયાત્મક ખ્યાલ તરીકે દેખાતો હોવા છતાં, તે મૂળભૂત રીતે સ્વ વિશેનું જ એક નિવેદન હોય છે. અને આવું દરેક નિવેદન, અહંકારના કોચલાને વધારે ને વધારે જાડું કરે છે, જે બાબત એક વ્યક્તિગત ટીપાને સમુદ્રથી અલગ કરે છે, તે જ હવે ફરીથી સમુદ્ર સાથે જોડાવા માટેની ઝંખના કરે છે.

આ જ કારણે બાબુજી આવા આશ્ચર્યજનક તાર્કિક તારણ પર પહોંચે છે કે – અનંતની અનુભૂતિ અશક્ય બની જાય છે. તે માત્ર મુશ્કેલ કે અસંભવ નથી બનતી; પરંતુ તે અશક્ય જ બની જાય છે. સીમિત દિવાલો બનાવીને તમે અનંત સુધી પહોંચી શકતા નથી. અલગ રહેવાનો આગ્રહ રાખીને તમે સંપૂર્ણતા સાથે લય થઈ શકતા નથી. એક ચેતના કે જેણે પોતાની આસપાસ એક સીમા દોરી છે અને તે સીમાની બહારની દરેક બાબતને ઓછી, ખોટી કે પરાઈ જાહેર કરી છે, તેણે માળખાકીય રીતે પોતાને તે વિશાળતાના અનુભવ માટે અયોગ્ય ઠેરવી દીધી છે. આ બાબત એકદમ તાર્કિક છે.

એક સેતુ, કે જે દીવાલ બની જાય છે

બાબુજીના વિશ્લેષણનું સૌથી ગંભીર પરિમાણ પણ પૂર્વગ્રહના પ્રભાવ હેઠળ ધર્મમાં જે થઈ રહ્યું છે, એ તરફ જ આંગળી ચીંધે છે. ધર્મ, કે જે માનવ અને દિવ્યતા વચ્ચેના એક સેતુ રૂપે બનાવવામાં આવ્યો હતો, તેના બદલે હવે તે એક અવરોધ

સીમિત દિવાલો બનાવીને તમે અનંત સુધી પહોંચી શકતા નથી. અલગ રહેવાનો આગ્રહ રાખીને તમે સંપૂર્ણતા સાથે લય થઈ શકતા નથી. એક ચેતના કે જેણે પોતાની આસપાસ એક સીમા દોરી છે અને તે સીમાની બહારની દરેક બાબતને ઓછી, ખોટી કે પરાઈ જાહેર કરી છે, તેણે માળખાકીય રીતે પોતાને તે વિશાળતાના અનુભવ માટે અયોગ્ય ઠેરવી દીધી છે. આ બાબત એકદમ તાર્કિક છે.

બની જાય છે. જોડાણનું સાધન જ અલગ થવાનું સાધન બની જાય છે. કેવી રીતે? કારણ કે જ્યારે આપણે 'મારો ધર્મ જ એકમાત્ર સાચો ધર્મ છે' ના રંગીન કાચ (દ્રષ્ટિકોણથી) મારફતે દિવ્યતાને જોઈએ છીએ, ત્યારે આપણે દિવ્યતાના જીવંત અનુભવની જગ્યાએ માત્ર નિર્જીવ નિષ્ઠાને લાવી દઈએ છીએ. આપણે પાણીને ભૂલી જઇને, તે પાણી વહન કરવા માટેના પાત્રની જ પૂજા કરતાં રહીએ છીએ.

આ સમસ્યા કોઈ એક પરંપરા સુધી મર્યાદિત નથી. તે સમસ્યા ત્યાં સુધી રહેશે કે જ્યાં સુધી મનુષ્ય ચંદ્ર તરફ ચીંધાતી આંગળીને જ ચંદ્ર માનવાની ભૂલ કરતો રહેશે. તે સમસ્યા એ હિન્દુમાં પણ છે, જે ધ્યાન કરવા માટે એક મુસ્લિમની બાજુમાં નહીં બેસે. તે એ વૈજ્ઞાનિકમાં પણ છે, જે બધા આધ્યાત્મિક અનુભવોને એક ભ્રમણા કહીને ફગાવી દે છે; અને જો આપણે પણ ચુસ્તપણે પ્રમાણિક હોઈએ, તો તે આપણામાં પણ ખૂણેખાંચરે ચૂપચાપ છૂપાયેલી હોઇ શકે છે, કે જેને આપણે હજી સુધી ઠીકથી જોઈ શક્યા નથી અને આપણે ભૂલી ગયા છીએ કે તે માત્ર ધારણાઓ છે, અંતિમ સત્ય નહીં.

કાચને શું ઓગાળી દે છે

જેમ ખાલી પાત્રમાં ગ્રહણ કરવાની ક્ષમતા હોય છે, તેમ એક ખાલી હૃદયમાં પ્રેમ માટે અવકાશ હોય છે. પ્રેમ એવી બાબત નથી, જે આપણે પેદા કરીએ છીએ, પરંતુ એવી બાબત છે, જે યોગ્ય પરિસ્થિતિ મળે ત્યારે ઉદ્ભવે છે. પૂર્વગ્રહ, એ એક એવું ઊંડું મૂળ છે કે જેને ઉખાડી લેવું જોઈએ કે જેથી પ્રેમના પ્રવેશ માટે

જગ્યા ઊભી થાય. અને, આમ છતાં, સુંદર બાબત એ છે કે તેનું વિપરીત પણ સાચું છે – પ્રેમ પોતે જ એવી શક્તિ છે, જે પૂર્વગ્રહને અંદરથી ઓગાળી દે છે. ભય મનને સંકુચિત કરે છે, જ્યારે પ્રેમ તેનું વિસ્તરણ કરે છે. પૂર્વગ્રહ, જે છેવટે એક નિશ્ચિત સ્થિતિની આસપાસ થતું ચેતનાનું સંકોચન છે, તે સાચા અર્થમાં થઈ રહેલાં ચેતનાના વિસ્તરણમાં ટકી શકતો નથી.

હવે ધ્યાન અનિવાર્ય બની જાય છે. તમે ન તો દરેકને પ્રેમ કરવા માટે તમારી જાતને મનાવી શકો છો કે ન તો સ્વયંને દોષ આપી મનનું ખુલ્લાપણું લાવી શકો છો. ગહન સાધનાના મૌનમાં જ્યારે મનનો બબડાટ શાંત થાય છે, ત્યારે કંઈક વિશેષ બને છે. આપણે જે સીમાઓ બનાવી છે, તે આપણને સીમાઓ નહીં પણ આપણે પોતે જ બનાવેલી દીવાલો લાગે છે અને ત્યારે આપણે સમજવા લાગીએ છીએ કે આ સીમાઓ ન તો વાસ્તવિકતા છે કે ન તો સત્ય છે, પરંતુ તે માત્ર માનસિક આદતો જ છે, પ્રતિક્રિયાત્મક રીતભાત છે અને આપણને વારસાગત રીતે મળેલા નિષ્કર્ષો છે, જેના પર પ્રશ્ન કરવાનું આપણે ક્યારેય વિચાર્યું નહોતું.

દિવ્ય પ્રાણાહુતિ દ્વારા, મનના પ્રકારો કરતાં વિશાળ એવા કશાક સાથે સીધા સંપર્ક દ્વારા હૃદય નરમ પડે છે. તે વિશાળતામાં, પૂર્વગ્રહ માટે કોઈ જગ્યા નથી હોતી; એટલા માટે નહીં કે આપણે સંઘર્ષ કરીને તેને દૂર કરી દીધો છે, પરંતુ એટલા માટે કે તે ક્ષેત્ર કરતાં આપણો વિસ્તાર ખૂબ આગળ થઈ ચૂકયો છે. એ નદી, જે સમુદ્ર સુધી પહોંચી ગઈ છે, તેને હવે એ ખીણ સાથે સંબંધ રહેતો નથી, જેમાંથી એક સમયે તે વહેતી હતી. તે એટલી વિશાળ થઈ ચૂકી છે કે હવે આવી નાની નાની ઓળખ સાથે તેને કોઈ મતલબ રહેતો નથી.

દિવ્ય પ્રાણાહુતિ દ્વારા, મનના પ્રકારો કરતાં વિશાળ એવા કશાક સાથે સીધા સંપર્ક દ્વારા હૃદય નરમ પડે છે. તે વિશાળતામાં, પૂર્વગ્રહ માટે કોઈ જગ્યા નથી હોતી; એટલા માટે નહીં કે આપણે સંઘર્ષ કરીને તેને દૂર કરી દીધો છે, પરંતુ એટલા માટે કે તે ક્ષેત્ર કરતાં આપણો વિસ્તાર ખૂબ આગળ થઈ ચૂકયો છે.

કાચમાં તિરાડ

પૂર્વગ્રહ ફક્ત તે રાખનાર વ્યક્તિને જ નુકસાન પહોંચાડતો નથી, પણ તે બહાર પણ ફેલાય છે. અન્ય લોકો તેને અનુભવે છે, બાળકો તે શીખી લે છે અને સમાજ તેના અદ્રશ્ય પ્રભાવને કારણે વિખેરાઈ જાય છે. જ્યારે બાબુજીએ લખ્યું કે ભારતે રાજકીય સ્વતંત્રતા તો પ્રાપ્ત કરી છે, પરંતુ આત્માની સ્વતંત્રતા નહીં, ત્યારે તેઓ એક શાશ્વત સત્યની વાત કરી રહ્યા હતા – આંતરિક મુક્તિ વિના બાહ્ય મુક્તિ અધૂરી છે.

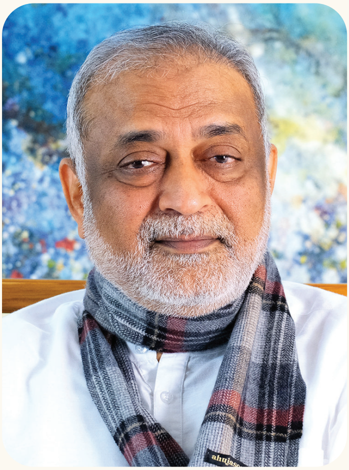
આપણા પોતાના આંતરિક વાતાવરણને ચકાસવાની જવાબદારી આપણી પોતાની જ છે. આપણે આપણને પોતાને અપરાધભાવથી ચકાસવાની કોઈ જરૂર નથી, કારણ કે અપરાધભાવ એ સંકોચનનું એક અન્ય સ્વરૂપ છે. તેના બદલે, એક પ્રામાણિક જિજ્ઞાસા સાથે આત્મનિરીક્ષણ કરવાનો પ્રયાસ કરો – “મેં સાંભળવાનું ક્યાં અને ક્યારે બંધ કરી દીધું?” “કોઈપણ નવા પુરાવા વિના, મે ક્યાં અને ક્યારે નક્કી કરી લીધું કે અમુક વ્યક્તિ કે અમુક માર્ગ કે અમુક વિચાર મારા માટે બિનજરૂરી છે?” “મેં ક્યારે નિશ્ચિતપણામાં રહેલાં આરામને જ સત્યની હાજરી માની લેવાની ગેરસમજ કરી?”

વ્યક્તિએ પોતાને વારસામાં મળેલા મકાનની બારીઓને તોડી નાખવાની જરૂર નથી હોતી. તેને ફક્ત એક તિરાડની જ જરૂર હોય છે, એક નાના છિદ્રની જ જરૂર હોય છે, જ્યાંથી ફિલ્ટર કરાયા વગરનો પ્રકાશ પ્રવેશી શકે. આ તિરાડ, એ આધ્યાત્મિક સ્વાતંત્ર્યની શરૂઆત છે: તે વધારે સાચા જવાબો ભેગા કરવાની વાત નથી, પરંતુ સ્વેચ્છાએ એ માનવાની વાત છે કે આપણી સમજ સમય સાથે વિકસિત થઈને બદલાશે. આવો ભાવ રાખવાથી સત્યની વિશાળતા આપણને સતતપણે આશ્ચર્યચકિત કરતી રહેશે અને તે આપણાં નવા સ્વરૂપને ઘડશે.

જે દિવાલો આપણે જોઈ પણ નથી શકતા, તેને તોડી પાડવાનું કાર્ય હંમેશાં સૌથી મુશ્કેલ હોય છે, પરંતુ અહીં એક મૂક સત્ય છે, જે આ કાર્યને કરવા યોગ્ય બનાવે

છે – આપણે તેને બળથી નથી તોડતા, પરંતુ આપણે માનસિક રૂપે એટલા વિશાળ થઈ જઇએ છીએ કે તેને ઓગાળી નાખીએ છીએ કેમકે હવે આપણે તેની અંદર વધુ સમય સુધી રહી શકતા નથી. આ રીતે આપણે તે દિવાલોને ઓગાળી નાખીએ છીએ અને જેમ જેમ તે દિવાલો ઓગળતી જાય છે, તેમ તેમ ઊભા થયેલા એ ખાલી સ્થાનમાં એક નવી હલચલ શરૂ થાય છે, જ્યાં એક દિવ્ય હાજરી લાંબા સમયથી રાહ જોઈ રહી હતી. હવે આગામી સંદેશમાં આપણે એ જોઈશું કે આપણે જે ક્ષણે સંપૂર્ણપણે અવરોધમુક્ત થઈને પ્રેમ કરીએ છીએ, ત્યારે તેની બધી શક્તિ દિવ્યતા તરફ ફેરવાય છે અને તે ભક્તિમાં પરિવર્તિત થઈ જાય છે.

પ્રેમ અને પ્રાર્થના સાથે,
કમલેશ



દાજી સાથે માસ્ટર ક્લાસ

તમે કોઈપણ સમયે હાર્ટફુલનેસ ધ્યાન શરૂ કરી શકો છો! તે માટે તમે માસ્ટરક્લાસની ત્રણ ભાગની શ્રેણી દ્વારા દાજી સાથે જોડાઓ, જેમાં તેઓ હાર્ટફુલનેસ પદ્ધતિના ફાયદાઓ વિષે જણાવે છે અને તમે હાર્ટફુલનેસ રિલેક્સેશન,ધ્યાન, સફાઈ અને પ્રાર્થનાને તમારી દિનચર્યામાં કેવી રીતે સમાવી શકો, તે સમજાવે છે. આ માસ્ટર ક્લાસ માટે કોઈ ફી લેવામાં આવતી નથી, તે નિશુલ્ક છે.

https://heartfulness.org/global/masterclass/

હાર્ટફુલનેસ ધ્યાન પદ્ધતિનો અભ્યાસ

હાર્ટફુલનેસ પદ્ધતિ વિષે જાણકારી મેળવો – રિલેક્ષ થતાં શીખો, ધ્યાન, સફાઈ અને પ્રાર્થના કરતાં શીખો.

https://heartfulness.org/in-en/heartfulness-practices/

heartfulness

purity weaves destiny