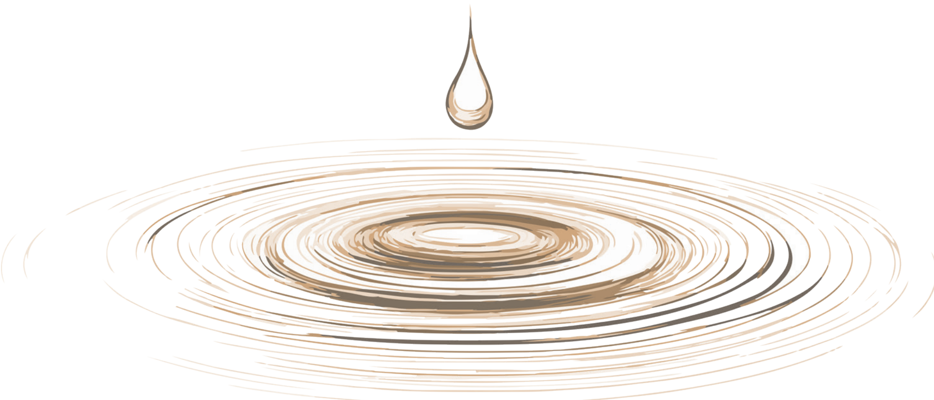
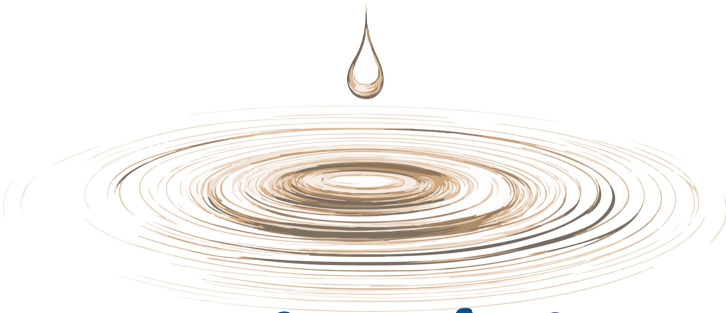
‘અજ્ઞાત’નો સંપૂર્ણ સ્વીકાર – કૃતજ્ઞતા સભર યાત્રા



પૂજ્ય શ્રી લાલાજી મહારાજની

152મી જન્મજયંતિ પ્રસંગે સંદેશ:

ફેબ્રુઆરી 1, 2 અને 3, 2025, કાન્હા શાંતિ વનમ



‘અજ્ઞાત’નો સંપૂર્ણ સ્વીકાર – કૃતજ્ઞતા સભર યાત્રા

પ્રિય મિત્રો,

શ્રી બાબુજી મહારાજે તેમની સન 1981ની દક્ષિણ આફ્રિકાની યાત્રાના સમાપન વખતે, એક સંદેશ આપ્યો હતો.[1]

હું મારા સહયોગીઓની સરાહના કરું છું.
‘અજ્ઞાત’ તરફ આગળ વધો.
‘તેને’ પ્રેમ કરો, જે સર્વેને પ્રેમ કરે છે.
મંજિલ કંઈ દૂર નથી.
સ્મરણ જ સાધન છે.
તમને સર્વેને મારા આશીર્વાદ.
—8મી માર્ચ, 1981

---

[1] બાબુજીના પુસ્તક ‘દિવ્ય લોકના સંદેશા’ અને ‘રામચંદ્રની સંપૂર્ણ કૃતિઓ – ભાગ 3માં પ્રકાશિત

માનવ વિચારના વિશાળ ફલકમાં, એક અનંતપણે ચાલતી રહેલી શોધ સમાયેલી છે - અર્થની, હેતુની અને દૃશ્યમાન ક્ષિતિજની પણ પેલે પાર રહેલી એક મંજિલની શોધ. આ યાત્રા ફક્ત ભૌતિક અંતર પસાર કરવાનો પ્રવાસ માત્ર નથી, પરંતુ એક ગહન આંતરિક અન્વેષણ છે, જે કૃતજ્ઞતા દ્વારા પ્રેરિત છે અને તેને 'સ્મરણ' દ્વારા માર્ગદર્શન મળતું રહે છે, તથા અજ્ઞાત તરફ નિર્દેશિત છે. પૂજ્ય બાબુજીના માર્ગદર્શિત શબ્દો, "હું મારા સહયોગીઓની સરાહના કરું છું. 'અજ્ઞાત' તરફ આગળ વધો. 'તેને' પ્રેમ કરો, જે બધાને પ્રેમ કરે છે. મંજિલ કંઈ દૂર નથી. સ્મરણ, એ જ સાધન છે. તમને સર્વેને મારા આશીર્વાદ," એ અનંત લક્ષ્ય તરફની આધ્યાત્મિક યાત્રા માટે એક સવિશેષ માર્ગદર્શક હોકાયંત્ર તરીકે કાર્ય કરે છે. આ દરેક શબ્દ-સમૂહમાં, અનંત લક્ષ્યનાં ઇચ્છુકોને ચિંતન તરફ અને પ્રવૃત્તિ તરફ દોરી જતું અગાધ શાણપણ સમાયેલું છે.

કૃતજ્ઞતા, એ પાયારૂપ બાબત છે – "હું મારા સહયોગીઓની સરાહના કરું છું."

કૃતજ્ઞતા, એ માત્ર આભારની નમ્ર અભિવ્યક્તિ જ નથી; પરંતુ એક એવું પરિવર્તનકારી કૃત્ય છે, જે આપણી સમજને એક નવો આકાર આપે છે અને આપણા બધા વચ્ચે એક સેતુની રચના કરે છે. આ યાત્રાના સંદર્ભમાં, 'હું મારા સહયોગીઓની સરાહના કરું છું' એ વાક્ય આપણને માનવજીવન પરસ્પર જોડાયેલું જ હોવાની યાદ અપાવે છે. કોઈ પણ આધ્યાત્મિક અથવા દાર્શનિક યાત્રા, માત્ર એક જ વ્યક્તિની યાત્રા તરીકે પ્રગટ થતી નથી. આપણો દરેક સહયોગી, જે એક માર્ગદર્શક કે મિત્ર કે પછી આપણા માટે પડકારરૂપ બની રહેતો એક વિરોધી પણ હોઈ શકે છે, એ બધા જ આપણા માર્ગને આકાર આપવામાં મહત્ત્વની ભૂમિકા ભજવે છે. મને કૃતજ્ઞ બનાવતી બાબત એ છે કે મહાન ગુરુજી તેમના સહયોગીઓ પ્રત્યેની – એટલે કે આપણા બધા પ્રત્યે કદરની ભાવના વ્યક્ત કરે છે!

માર્ટિન બુબર અને એવા ફિલોસોફરો 'I-thou' (હું-તમે) સંબંધને મહત્વ આપતા હોય છે, જ્યાં દરેક વ્યક્તિનો બીજી વ્યક્તિ સાથેનો વ્યવહાર એ એક પવિત્ર

આત્મીય આદાન-પ્રદાન હોય છે. જ્યારે આપણે કદરની ભાવના વ્યક્ત કરીએ છીએ, ત્યારે આપણે આપણા સંબંધોને વ્યાવહારિક આદાનપ્રદાનનાં સામાન્ય સ્તરથી ઉન્નત કરીને, આદર અને સ્વીકૃતિસભર અર્થપૂર્ણ જોડાણો તરફ લઇ જઈએ છીએ. કદર વ્યક્ત કરવાનું આ કાર્ય આપણને બીજા બધામાં રહેલ શાશ્વત દિવ્યતાને ઓળખવામાં મદદ કરે છે, જેનાં દ્વારા અસ્તિત્વના પારસ્પરિક જોડાણો પ્રતિબિંબિત થાય છે. એકબીજા પ્રત્યે પરસ્પર કદર રાખવાનું આ વલણ, હૃદયના બીજા ચક્ર -આત્મચક્ર – પર અનુભવાતી હાલતને સુશોભિત કરે છે અને તેનો વિસ્તાર વધારવામાં મદદ કરે છે.

કદર વ્યક્ત કરવાનું આ કાર્ય આપણને બીજા બધામાં રહેલ શાશ્વત દિવ્યતાને ઓળખવામાં મદદ કરે છે, જેનાં દ્વારા અસ્તિત્વના પારસ્પરિક જોડાણો પ્રતિબિંબિત થાય છે. એકબીજા પ્રત્યે પરસ્પર કદર રાખવાનું આ વલણ, હૃદયના બીજા ચક્ર -આત્મચક્ર – પર અનુભવાતી હાલતને સુશોભિત કરે છે અને તેનો વિસ્તાર વધારવામાં મદદ કરે છે.

આપણા રોજિંદા જીવનમાં, આપણી આસપાસના લોકોનાં યોગદાનની નોંધ લઈ, તેને સાભાર જણાવીએ, તેમાં કૃતજ્ઞતા વ્યક્ત થાય છે. આપણા સહયોગીઓ પ્રત્યે કદરની ભાવના વ્યક્ત કરવાથી આપણે એવા સંબંધોને પોષીએ છીએ, જે આધાર, માર્ગદર્શન અને પ્રેરણા પૂરી પાડે છે. આ વ્યવહારથી નમ્રતા કેળવાય છે અને તે આપણને યાદ અપાવે છે કે આપણે આત્મનિર્ભર વ્યક્તિઓ નથી, પણ સામૂહિક યાત્રા કરી રહેલા સહયાત્રીઓ જ છીએ. કૃતજ્ઞતા આંતરિક શાંતિ વધારે છે, આક્રોશ ઘટાડે છે અને સંતોષને પોષે છે, જે ઉચ્ચ લક્ષ્યો તરફ આગળ વધવા માટે જરૂરી છે, ખાસ કરીને આપણા બધા વચ્ચેનાં ઐક્યની એવી અવસ્થા કે જેની અપેક્ષા આપણે બધા રાખતાં હોઈએ છીએ.

“અજ્ઞાત તરફ આગળ વધો.”

બાબુજીનું આગળ વધવાનું આ આહ્વાન આપણી આંતરિક યાત્રા અંગેનું છે. સતતપણે ‘આગળ વધવું’ એટલે ક્યારેય અટકવાનું નહીં, ક્યારેય નહીં! ‘હવે પછી શું?’ જેવી હતાશા, તે પછી ઊભી થઈ શકતી નથી. આપણે જ્યાંથી શરૂઆત કરીએ છીએ, તે કિનારા પરનાં આરામદાયક સ્થાનની ઝંખના, આપણને નિષ્ક્રિયતામાં જકડી રાખે છે; તેથી, કઠોપનિષદ ઉદ્ઘોષણા કરે છે – “ઉઠો, જાગો અને લક્ષ્ય પ્રાપ્ત ન થાય, ત્યાં સુધી વિરામ ન લો.”

આપણી આધ્યાત્મિક યાત્રા પ્રાણાહુતિ આપવાની ક્ષમતા ધરાવનાર ગુરુજીના વિશેષ ભાવથી શરૂ થાય છે. આવી યાત્રા ક્યારેય સમાપ્ત થતી નથી કારણ કે તે પૂરી થઈ જવાનો અર્થ છે, અનંતતા પર મર્યાદા લાદવી, અનંતની વિશાળતા છીનવી લઈ, તે અનંતતાને મર્યાદિત બનાવી દેવી.

અમુક સમય એવો પણ હોય છે, જ્યારે આપણે આપણી આંતરિક અવસ્થાથી સંપૂર્ણપણે સંતુષ્ટ હોઈએ છીએ અને પોતે વિશ્વનાં ટોચનાં સ્થાન પર હોવાનું અનુભવીએ છીએ. તથા ક્યારેક એવો સમય પણ આવે છે, જ્યારે આપણને લાગે છે કે મારે ધ્યાન નથી કરવું. આવું કેમ થાય છે તેની સૂક્ષ્મ વિશેષતાઓ સૌ નિષ્ઠાવાન સાધકો સારી રીતે સમજે છે. સંતુષ્ટ રહેવાની તથા અસંતુષ્ટ રહેવાની, આ દ્વૈતતા જ આધ્યાત્મિક યાત્રાનો સાર છે. જીવનનો સાચો આનંદ અને જીવનનું વહેણ સંપૂર્ણ સંતોષ કે સંપૂર્ણ અસંતોષની અવસ્થામાંથી ઉદ્ભવતા નથી, પરંતુ બંને વચ્ચે સતત ચાલતી રહેતી ખેંચતાણમાંથી ઉદ્ભવે છે.

જીવનનો સાચો આનંદ અને જીવનનું વહેણ સંપૂર્ણ સંતોષ કે સંપૂર્ણ અસંતોષની અવસ્થામાંથી ઉદ્ભવતા નથી, પરંતુ બંને વચ્ચે સતત ચાલતી રહેતી ખેંચતાણમાંથી ઉદ્ભવે છે.

સંતોષ નિષ્ક્રિયતા લાવે છે; અસંતોષ ફરિયાદ લાવે છે. તે બંને વચ્ચેનું સ્થાન કે જ્યાં સંતુષ્ટિ કે અસંતુષ્ટિ, એકપણ સંપૂર્ણપણે નથી હોતી. તે જ એવું સ્થાન છે, જ્યાં જીવન ખરેખર વહે છે અને ત્યાં જ આનંદ પ્રગટ થાય છે.

જીવનની જીવંતતા ગતિમાં, પરિવર્તનશીલતામાં અને સતત આગળ વધતા રહેવામાં રહેલી છે. દિવ્ય પોતે ગતિ છે; ના, તે એ સતત થઈ રહેલો વિસ્તાર છે, જેને આપણે **બ્રહ્મ** તરીકે ઓળખીએ છીએ. એક માર્ગદર્શક આપણી યાત્રા દરમિયાન જ્યારે આપણને સીધી અને આડકતરી રીતે મઠારતા રહે છે, ત્યારે આપણને સમજાય છે કે 'યાત્રા એ જ મંજિલ છે.' દરેક પગલું કૃતજ્ઞતાની જ અભિવ્યક્તિ બની જાય છે.

ચેતના પણ એક પ્રવાહ છે, કોઈ નિશ્ચિત બિંદુ નથી. તેની કોઈ મંજિલ નથી કારણ કે મંજિલનો અર્થ છે, અંત, જ્યારે જીવન અનંત છે. ઉદાહરણ તરીકે, ફૂલ ખીલી ગયા પછી, ત્યાં અટકી જતું નથી; તે પછી, તે કરમાવું પણ જોઈએ, તેનું રૂપાંતરણ પણ થવું જોઈએ અને તેનું સત્ત્વ અસંખ્ય અન્ય ફૂલો સુધી પ્રસરવું જોઈએ.

આવો, આપણે બીજમાં ફેરવાતાં ફૂલની સુંદરતાનું અવલોકન કરીએ. બીજ સુષુપ્ત અને લગભગ પથ્થર જેવા રહી શકે છે, પરંતુ તે પથ્થર નથી હોતાં. તેમાં અંકુર ફૂટવાની એક મહાન સંભાવના સુષુપ્ત અવસ્થામાં હોય છે. ભલે બીજ નિષ્ક્રિય લાગે, પણ તેમાં ગતિશીલ વિકાસની સંભાવના રહેલી છે. તેની સ્થિરતા પથ્થરની સ્થિરતા નથી, પરંતુ વહેવા, ખીલવા તથા ફેલાવા માટેની યોગ્ય ક્ષણની જોવાઈ રહેલી રાહ છે. તેનાથી વિપરીત, પથ્થર ગતિશીલતાનાં અભાવથી બંધાઈ રહી, નિષ્ક્રિય રહે છે. આ રીતે, શારીરિક, માનસિક અથવા ભાવનાત્મક જડતા એટલે કે તેની પરિવર્તન ન પામવાની ક્ષમતાને કારણે મન બંધાઈ જાય છે. સાચી સ્વતંત્રતા એક બાબતને બીજી બાબત માટે છોડી દઈએ, તેમાં નથી, પરંતુ એ પકડી રાખવાની આદતને જ મુક્ત કરીએ, તેમાં છે. જીવનનો સાચો સાર ગતિમાં, બનવામાં તથા અનંતપણે પ્રગટ થવામાં છે.

'અજ્ઞાત'માં હંમેશાં એક વિરોધાભાસી આકર્ષણ રહેલું છે, જે ક્યારેક આપણને કોઈ પ્રકારના ભયને લઈને શક્તિહીન બનાવી દે છે. આ, એક એવી રહસ્યસભર, ક્ષમતાસભર અને અનંત મંજિલનું પ્રતિનિધિત્વ કરે છે, જે નિર્દેશિત તો થાય છે, પરંતુ તે વ્યાખ્યાયિત થઇ શકતી નથી. 'અજ્ઞાત' તરફ આગળ વધો' નો નિર્દેશ એક પડકાર પણ છે તથા વિચાર અને અનુભવની પરિચિત સીમાઓને પાર કરી જવાનું આમંત્રણ પણ છે. 'અજ્ઞાત' તરફ આગળ વધવા માટે સાચી હિંમતની જરૂર છે. જ્યારે લક્ષ્ય સ્પષ્ટ હોય અને આપણને પદ્ધતિ તથા ગુરુજીમાં શ્રદ્ધા હોય, ત્યારે સાચી હિંમત આવે છે. શ્રદ્ધા એ અંધ-વિશ્વાસ નથી, પરંતુ સાધના-પદ્ધતિ પરનો અને લક્ષ્ય સુધી પહોંચવાની આપણી આંતરિક ક્ષમતા પરનો ઊંડો વિશ્વાસ છે.

'અજ્ઞાત' તરફ આગળ વધવું' એટલે કિનારા વિનાના સમુદ્રમાં તરતા રહીને સતત પ્રવાસ કરતા રહેવું. આવો, આપણે બાબુજીના શ્રેષ્ઠ પુસ્તક, 'અનંત તરફ'માં નજર નાખીએ –

> *"જ્યારે આપણે આ અંતિમ અવસ્થામાં પ્રવેશ કરીએ છીએ, ત્યારે આપણે એકત્વની અવસ્થામાં હોઈએ છીએ. આ સાચા અર્થમાં તે અદ્વૈતનું વાસ્તવિક ક્ષેત્ર છે, જોકે જો હજુ પણ તેની(અદ્વૈતતાની) સભાનતા રહે, તો હજી સાચા અર્થમાં દ્વૈતતા આપણામાંથી દૂર થઇ નથી હોતી. બીજા શબ્દોમાં કહીએ, તો અંતિમ અપરિવર્તનશીલ અવસ્થા હજુ સુધી ઉભરી નથી. હકીકતમાં, આ એ સ્થાન છે, જ્યાં દ્વૈતતાની અને અદ્વૈતતાની, એમ બંને પ્રકારની લાગણીઓ લુપ્ત થઈ જાય છે."*

દાર્શનિક રીતે, આ 'અજ્ઞાત'ને પરમ સત્ય તરીકે સમજી શકાય છે, જેને આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રે ઘણીવાર દિવ્યતા, શાશ્વત અને સાક્ષાત્કાર તરીકે વર્ણવવામાં આવે છે. મેઇસ્ટર એકહાર્ટ જેવા રહસ્યવાદીઓના લખાણોમાં, 'અજ્ઞાત' એ શૂન્યતા નથી, પરંતુ એક એવી ગહન પૂર્ણતા છે કે જે માનવીય સમજથી પર છે. તેવી જ રીતે, અદ્વૈત વેદાંત જેવી પૂર્વીય પરંપરાઓમાં, આ 'અજ્ઞાત', એ પરમ સત્ય સાથે

'સ્વ'નાં ઐક્યનો સાક્ષાત્કાર છે. જ્યારે આપણે દ્વૈત અને અદ્વૈતના બંને પરિમાણોને પાર કરી જઈએ છીએ, ત્યારે જ તેમાં ખરી સુંદરતા છે.

'અજ્ઞાત' તરફ આગળ વધવા માટે સાચી હિંમતની જરૂર છે. જ્યારે લક્ષ્ય સ્પષ્ટ હોય અને આપણને પદ્ધતિ તથા ગુરુજીમાં શ્રદ્ધા હોય, ત્યારે સાચી હિંમત આવે છે. શ્રદ્ધા એ અંધ-વિશ્વાસ નથી, પરંતુ સાધના-પદ્ધતિ પરનો અને લક્ષ્ય સુધી પહોંચવાની આપણી આંતરિક ક્ષમતા પરનો ઊંડો વિશ્વાસ છે.

'અજ્ઞાત'નાં સ્વીકારમાંના સૌથી મોટા અવરોધોમાંનો એક અવરોધ 'ભય' છે – પરિચિત બાબતોને ગુમાવવાનો ભય, નિષ્ફળતાનો ભય અને અહંકાર ઓગળી જવાનો ભય. આ ભયને દૂર કરવા માટે, આપણે શ્રદ્ધા, શરણાગતિ અને નિખાલસતા કેળવીએ છીએ. આ ગુણો દ્વારા આપણે 'અજ્ઞાત'ને ખતરા તરીકે નહીં, પરંતુ સંભાવના અને વિકાસના અતિ વિશાળ ક્ષેત્ર તરીકે જોઈ શકીએ છીએ.

'અજ્ઞાત તરફ આગળ વધો' ના આહ્વાનમાં સહજ રીતે જ એ સમજણ રહેલી છે કે યાત્રા પોતે જ પરિવર્તનશીલ છે. મંજિલ અગમ્ય રહી શકે છે, પરંતુ તેની તરફનું દરેક પગલું આપણું ઘડતર કરે છે. જેમ રેનર મારિયા રિલ્ક લખે છે, 'તમારા હૃદયમાં જે કંઈ પણ ઉકેલાયા વગરનું છે, તેના પ્રત્યે ધીરજ રાખો અને તે પ્રશ્નોને જ પ્રેમ કરવાનો પ્રયાસ કરો.'

"જે બધાને પ્રેમ કરે છે, 'તેને' પ્રેમ કરો."

હૃદય વિના આપણે કેવી રીતે પ્રેમ કરી શકીએ? 'દિવ્યતા' પ્રત્યે પ્રેમથી ભરેલું હૃદય જ સૌથી પવિત્ર મંદિરો બની જાય છે! હું બાબુજીના આ વાક્યને સહજ

માર્ગ ફિલસૂફીના મહાવાક્યોમાંનું એક માનું છું. જે બધાને પ્રેમ કરે છે 'તે'ને પ્રેમ કરવાનો વિચાર જ આપણા હૃદયને વૈશ્વિક સિદ્ધાંતો સાથે જોડે છે. તેનાથી આપણે નિમ્નલિખિત બાબતો કરી શકીએ છીએ –

આંતરિક સ્વતંત્રતાનો અનુભવ કરો – સંબંધોમાં આપણે હવે અન્યો તરફથી અનુમોદન કે સાનુકુળ પ્રતિભાવ મળે કે ન મળે, તેવા બધા દબાણથી વિચલિત થતાં નથી.

આધ્યાત્મિક જોડાણ મજબૂત બને છે – આ પ્રેમ 'દિવ્યતા' સાથેના આપણા બંધનને વધુ ગાઢ બનાવે છે અને આપણી 'હેતુની ભાવના' વધારે છે.

સાર્વત્રિક કરુણાને પ્રોત્સાહન મળે છે – સાર્વત્રિક પ્રેમભાવને લીધે, વ્યક્તિગત પૂર્વગ્રહોને પાર કરીને, આપણે બધા સાથે વધુ કરુણાપૂર્ણ અને અનુકંપાયુક્ત બનીએ છીએ.

જ્યારે આપણે આપણા પ્રેમને એનાં પર કેન્દ્રિત કરીએ છીએ, જે સાર્વત્રિક પ્રેમને મૂર્તિમંત કરતુ હોય – તે દિવ્યતા હોઈ શકે છે, આધ્યાત્મિક માર્ગદર્શક હોઈ શકે છે કે સાર્વત્રિક ચેતનાનાં સારરૂપ તત્ત્વ (પરમતત્ત્વ) પણ હોઈ શકે છે – ત્યારે તે આપણા પ્રેમને વ્યક્તિગત અને શરતી બનવાથી વિસ્તૃત અને નિઃસ્વાર્થ બનવા તરફ ઉન્નત કરે છે. આ પરિવર્તન કુદરતી રીતે એક પ્રકારનો વૈરાગ્ય પેદા કરે છે, જે તટસ્થતા નથી, પરંતુ બિનશરતી કરાતી કાળજીની અને કરુણાની ઉચ્ચતર અવસ્થા છે.

અહી, વૈરાગ્યનો અર્થ એવો નથી કે બીજાઓને ઓછો પ્રેમ કરવો કે સંબંધોથી દૂર થઇ જવું. તેના બદલે, તેનો અર્થ એ છે કે –

આપણા પ્રેમને અપેક્ષાઓની અને સ્વાર્થી ઇચ્છાઓની પકડમાંથી **મુક્ત કરવો.**

અન્યોની વ્યક્તિગતતાને માન આપીને, તેમની પર વળગણ બન્યા વગર કે નિયંત્રણ લાધા વિના બધાને **પ્રેમ કરવો.**

પ્રેમના બદલો કોઈક રીતે મળે, તેવી અપેક્ષા રાખ્યા વિના **ખુશી મેળવવી**.

હાર્ટફુલનેસ આ બાબત પર વિશેષ ભાર મૂકે છે – પ્રેમ વધુ ને વધુ સમાવેશ કરે, વધારે શુદ્ધ બને તથા હેતુની ભાવના વધારે ગહન બને. જ્યારે આપણે આપણા પ્રેમને એક એવી વ્યક્તિ તરફ વાળીએ છીએ, જે બધાને પ્રેમ કરે છે, ત્યારે તે વ્યક્તિ આપણા ભાવનાત્મક અને આધ્યાત્મિક સ્વ માટે એક આદર્શ તરીકે કાર્ય કરે છે. આવા સાર્વત્રિક અસ્તિત્વને પ્રેમ કરવાથી પ્રેરણા પ્રાપ્ત થાય છે –

સંતુલન – આપણે વ્યક્તિગત સંબંધોના ઉતાર-ચઢાવથી ઓછા પ્રભાવિત થઈએ છીએ, કારણ કે આપણો પ્રેમ અપરિવર્તનશીલ સ્રોતમાં મૂળ ધરાવે છે.

એકતા – જે બધાને પ્રેમ કરે છે, તેને અનુરૂપ બનવાથી, આપણે બધા જીવોમાં, તે સાર્વત્રિક પ્રેમ જ પ્રતિબિંબિત થતો જોવાનું શરૂ કરીએ છીએ. આ એકત્વની ભાવના વધારે છે અને અલગતાની ભાવનાથી જન્મેલા જોડાણોને ઘટાડે છે.

સ્વતંત્રતા – ઘણીવાર નુકસાનના, અસ્વીકારના કે અલ્પકાલીન હોવાના ભયનાં પરિણામે આસક્તિ ઉદ્ભવે છે. સાર્વત્રિક પ્રેમ આ ભયોને પાર કરવામાં મદદ કરે છે તથા આપણને સાચા અર્થમાં પ્રેમ કરવા માટે મુક્ત કરે છે.

આપણે બીજામાં દિવ્યતાની કે સાર્વત્રિક ચેતનાની અભિવ્યક્તિ જોઈને તે સંદર્ભમાં તેમને પ્રેમ કરવાનું શરૂ કરીએ છીએ. આપણો પ્રેમ જ સાર્વત્રિક પ્રેમ માટેનો એક માર્ગ બની જાય છે, જે આપણામાંથી પ્રવાહિત થઇ રહ્યો હોય છે. આ અભિગમ દ્વારા આપણે માલિકી અથવા નિર્ભરતાથી મુક્ત રહીને ઊંડાણપૂર્વક પ્રેમ કરીએ છીએ.

પ્રેમ વધુ ને વધુ સમાવેશ કરે, વધારે શુદ્ધ બને તથા હેતુની ભાવના વધારે ગહન બને. જ્યારે આપણે આપણા પ્રેમને એક એવી વ્યક્તિ તરફ વાળીએ છીએ, જે બધાને પ્રેમ કરે છે, ત્યારે તે વ્યક્તિ આપણા ભાવનાત્મક અને આધ્યાત્મિક સ્વ માટે એક આદર્શ તરીકે કાર્ય કરે છે.

હાર્ટફુલનેસ શીખવે છે કે વૈરાગ્ય એટલે જીવનથી નિવૃત્તિ નહીં. વૈરાગ્યનો અર્થ એ છે કે એક કેન્દ્રિત થયેલાં હૃદય સાથે આસક્તિથી બંધાયા વગર સંપૂર્ણપણે જીવનમાં ભાગ લેવો. ધ્યાન અને સ્મરણ જેવા અભ્યાસો દ્વારા, આપણે સ્વાભાવિક રીતે આ ગુણો વિકસાવીએ છીએ. તેના દ્વારા આપણે નીચેની બાબતો શીખીએ છીએ –

બદલામાં કંઈપણ મેળવવાની અપેક્ષા રાખ્યા વગર પ્રેમ કરવો.

પરિણામોની ચિંતાથી મુક્ત થઇને, પ્રત્યેક પળે પ્રસ્ફૂરિત થતી સુંદરતાને માણવી.

સંબંધોને વિકાસ, ચિંતન અને સેવાની તકો તરીકે જોવી.

"મંજિલ દૂર નથી."

'અજ્ઞાત' અનંત દૂર લાગવા છતાં, 'મંજિલ દૂર નથી' એ ખાતરી આપણને સૂચવે છે કે યાત્રા દેખાય છે, તેના કરતાં વધુ સુલભ છે. 'એક અનંત લક્ષ્ય કે જે નજીક પણ છે' આ વિરોધાભાસ બધી આધ્યાત્મિક અને દાર્શનિક પરંપરાઓમાં એક સામાન્ય સૂત્ર તરીકે છે.

અદ્વૈત વેદાંતમાં, આત્મા અને પરમ તત્ત્વ એક જ છે; આ યાત્રા કોઈ દૂરના સ્થળે પહોંચવાની યાત્રા નથી, પરંતુ એક શાશ્વત સત્યને સમજવાનું જ છે. તેવી જ રીતે,

હાર્ટફુલનેસ અને અન્ય ધ્યાનનો અભ્યાસ કરાવતી પદ્ધતિઓમાં આંતરિક યાત્રા દર્શાવે છે કે મંજિલ હૃદયમાં જ રહેલી છે.

મંજિલ નજીક છે, એ ખાતરી સમયની આપણી ધારણાને પણ પડકારે છે. આધ્યાત્મિક પ્રગતિ એક રેખામાં થતી નથી; સૂઝ અને પરિવર્તન અચાનક પણ ઉદ્ભવી શકે છે, જેમ કે જમણી બાજુએથી માથું ડાબી બાજુ ફેરવીએ અને તે ઉદ્ભવી જાય, અથવા સાતોરીનાં ઝેન ખ્યાલ પ્રમાણે એકાએક સાક્ષાત્કાર થઈ જાય. આ જાણકારી, કે દરેક ક્ષણમાં ગહન સાક્ષાત્કારની એક સંભાવના રહેલી હોય છે, એ આપણને સાતત્યપૂર્ણ અને આશાવાદી રહેવા માટે પ્રોત્સાહિત કરે છે.

"સ્મરણ એ સાધન છે."

સ્મરણ, એટલે કે ઉચ્ચતર અસ્તિત્વને મનમાં રાખવાનો અભ્યાસ, એ આધ્યાત્મિક વિકાસ માટેનું એક શક્તિશાળી સાધન છે. ઘણી પરંપરાઓમાં, સ્મરણ એક સાધન અને લક્ષ્ય બંને છે, જે આપણને અંતિમ સાક્ષાત્કાર તરફ દોરી જવા માટે દિવ્ય અસ્તિત્વ તરફ કેન્દ્રિત રાખે છે. અજ્ઞાત લક્ષ્ય સ્મરણની માનસિક સમજની મર્યાદા બહાર છે – 'અજ્ઞાત'નું સ્મરણ કેવી રીતે કરી શકાય? એટલે કે આપણે પ્રત્યેક ધ્યાન દરમિયાન આપણને મળતી હાલતથી જ કામ ચલાવીએ છીએ. તે હાલતની કદર કરવાથી તે હાલત આપનાર માટે પણ આદર વ્યક્ત થાય છે. આમ, તે હાલત આપનારનું સ્મરણ સરળ બને છે. આ અવસ્થામાં લીન રહેવાથી આપણો વિશ્વાસ ફરી મજબૂત થાય છે અને આમ પ્રેમની અલપ-ઝલપ ક્ષણોની શરૂઆત થાય છે. આ દિશામાંનું સાતત્ય આપણને પ્રેમના સમુદ્ર તરફ દોરી જાય છે, જ્યાં આપણે એક ટીપાંની જેમ સમુદ્રમાં ભળી જઈએ છીએ અને આમ, આપણે અદ્વૈત અવસ્થામાં પહોંચી જઈએ છીએ.

જ્યારે આપણે પ્રાર્થના કરીએ છીએ, ત્યારે આપણા સિવાય બીજું એક અસ્તિત્વ પણ હોય છે, જેને આપણે પ્રાર્થના કરીએ છીએ. આમ, અહીં દ્વૈત છે. જેમ સંત

કબીરનાં કહ્યા પ્રમાણે જ્યારે પાણીનું એક ટીપું સમુદ્રમાં ભળી જાય છે, ત્યારે અદ્વૈત અથવા એકત્વની અવસ્થા હોય છે. એકત્વ નિઃશંકપણે એક ખૂબ જ ઉચ્ચ અવસ્થા છે. સમાધિમાં, સ્વનો કે ઉચ્ચ અસ્તિત્વનો - કોઈ પણ ખ્યાલ રહેતો નથી, આવી અવસ્થા દ્વૈત અને એકત્વથી આગળની અવસ્થા છે.

"સર્વેને મારા આશીર્વાદ."

સંદેશના અંતે, બાબુજી આપણને બધાને આશીર્વાદ આપે છે. આ દિવ્ય ભેટ, એ એક એવી સૌથી કિંમતી ભેટ છે, જેના દ્વારા આપણામાં મંજિલ તરફ આગળ વધવા માટે કૃતજ્ઞતા જાગૃત થાય છે અને અન્ય તમામ જરૂરી પાસાઓ પણ પ્રગટ થાય છે. આપણે બધા ધન્ય છીએ, કારણ કે તેઓ આપણા વિકાસમાં અને ઉન્નતિમાં મદદરૂપ થઈ રહ્યા છે.

એક જીવંત અને હેતુપૂર્ણ જીવન

સારરૂપે, આ માર્ગદર્શક શબ્દો કે જેની શાશ્વત અને અનંત અસરો છે. તેમાં જણાવ્યા પ્રમાણે આ યાત્રા અનંત છે. આ યાત્રા એક મંજિલ તરફ નિર્દેશ કરતા રહસ્યોથી ભરેલી હોવાની સાથે સાથે એ પણ દર્શાવે છે કે સાચું મૂલ્ય તે પ્રક્રિયામાં, એટલે કે યાત્રામાં જ રહેલું છે. કૃતજ્ઞતા સંબંધોને ગાઢ બનાવે છે અને વર્તમાનમાં આપણને આધાર આપે છે. હિંમત આપણને 'અજ્ઞાત' તરફ દોરી જાય છે, જ્યારે સ્મરણ આપણને અંતિમ લક્ષ્ય તરફ દોરવાયેલાં રાખે છે.

જેમ જેમ આપણે આગળ વધતાં જઈશું, તેમ તેમ આપણને એ દેખાતું જશે કે આ 'અજ્ઞાત', એ કોઈ બાહ્ય મંજિલ નથી, પરંતુ એક ગહન આંતરિક અનુભૂતિ છે. તેનાં માટે હૃદય એક માર્ગદર્શક હોકાયંત્ર અને કાર્ય-ક્ષેત્ર, એમ બંને બનીને આપણને શબ્દો અને ખ્યાલોથી આગળ જઈને સત્ય તરફ દોરી જાય છે.

કૃતજ્ઞતા સંબંધોને ગાઢ બનાવે છે અને વર્તમાનમાં આપણને આધાર આપે છે. હિંમત આપણને 'અજ્ઞાત' તરફ દોરી જાય છે, જ્યારે સ્મરણ આપણને અંતિમ લક્ષ્ય તરફ દોરવાયેલાં રાખે છે.

અંતમાં, આ યાત્રા એ મર્યાદિત(માનવ) અને અનંત, જ્ઞાત અને અજ્ઞાત, 'સ્વ' અને દિવ્યતા વચ્ચેનું નર્તન છે. આ સરળ છતાં ગહન શબ્દો આપણને યાદ અપાવે છે કે કૃતજ્ઞતા, સ્મરણ, હિંમતવાન હૃદય અને ગુરુજીના આશીર્વાદ સાથેની આ યાત્રા આપણને ઉન્નતિમા હંમેશાં મદદ કરતી રહેશે.

સફર આનંદદાયક તેમજ પ્રયાસશીલ હોઈ શકે છે, તેથી ક્યારેય રોકાશો નહીં. જો ભગવાન કૃષ્ણએ પણ જાહેર કરવું પડ્યું હોય કે હું એક ક્ષણ માટે પણ નિષ્ક્રિય રહી શકતો નથી, તો તે ફક્ત આપણને જીવંત અને હેતુપૂર્ણ જીવન જીવવા માટેની સરળ રીત જણાવવા માટે જ છે.

પ્રેમ અને આદર સહિત,
કમલેશ

heartfulness
advancing in love