પવિત્ર સ્થાનોનાં સંરક્ષકો

ગુરુજીની ઉપસ્થિતિ વાળા સ્થળ પર અને એવાં બીજા પવિત્ર
સ્થળો પર કરાતાં આચરણ માટેની એક હાર્ટફુલ માર્ગદર્શિકા

"ઈશ્વરના ક્ષેત્રમાં વાઘ જેવા બનો અને
પ્રગતિ સુનિશ્ચિત કરો."
—બાબુજી

પવિત્ર સ્થાનોનાં સંરક્ષકો

ગુરુજીની ઉપસ્થિતિ વાળા સ્થળ પર અને એવાં બીજા પવિત્ર
સ્થળો પર કરાતાં આચરણ માટેની એક હાર્ટફુલ માર્ગદર્શિકા

પરિચય

એક પવિત્ર જગ્યા, એ માત્ર કોઈ એક સ્થળ હોવા કરતાં વિશેષ મહત્વ ધરાવે છે; તે દિવ્ય ઊર્જાથી ભરેલું એક એવું ક્ષેત્ર હોય છે, જ્યાં આધ્યાત્મિક પરિવર્તન થાય છે. જ્યારે આપણે એક મેડીટેશન હોલમાં, એક પૂજાસ્થળમાં કે ગુરુજીની હાજરી હોય, તેવી જગ્યાએ જઈએ, ત્યારે આપણે એ યાદ રાખવાની જરૂર હોય છે કે આપણે આધ્યાત્મિક ઊર્જાથી ભરેલાં એક જીવંત સ્થાનમાં પ્રવેશ કરી રહ્યા છીએ. આપણે ત્યાં જે પણ કરીએ, તે માત્ર આપણી પોતાની આધ્યાત્મિક અવસ્થાને જ નહીં, પરંતુ તે પવિત્ર જગ્યાને પણ અસર કરે છે.

તમે અંદર જાઓ તે પહેલાં, થોડી તૈયારીઓ કરો

1. આંતરિક રીતે તૈયાર રહો

તમે કોઈપણ પવિત્ર જગ્યામાં અંદર જાઓ, તે પહેલાં થોડી મિનિટો માટે શાંતિથી બેસો. જે રીતે સ્થિર પાણીમાં માટી નીચે બેસી જાય છે, તેમ મનને સ્થિર થવા દો. એ ધ્યાનમાં રાખો કે તમે એક એવી જગ્યાએ પ્રવેશ કરી રહ્યાં છો, જ્યાં હંમેશાં દિવ્ય કાર્ય ચાલતું રહેતું હોય છે. તમારા હૃદયમાં એક પ્રાર્થના કરો, “હે ગુરુજી, આ પવિત્ર

સ્થાનમાં જે કંઈ આપવામાં આવે, તે પ્રાપ્ત કરવા માટે મને લાયક બનાવો. તમારા કાર્યના માર્ગમાં આડે આવતો પ્રત્યેક અવરોધ દૂર કરો.”

2. શરીરની સ્વચ્છતા

આપણું શરીર, એ આત્મા માટે એક મંદિર જેવું છે અને જ્યારે તમે એક મોટા મંદિરમાં જાઓ, ત્યારે તમારે થોડી તૈયારીઓ કરવાની જરૂર હોય છે. શક્ય હોય, તો તમે સ્નાન કરી લો. જો તે શક્ય ન હોય, તો ઓછામાં ઓછું તમારા હાથ, પગ અને ચહેરો ધોઈ લો. સ્વચ્છ, સાદા કપડાં પહેરો, જે હળવા રંગના અને ટાઈટ-ફિટિંગ વાળા ન હોય. તે ખૂબ ચુસ્ત અથવા તેનાં તરફ તમારું ધ્યાન ખેંચાયા કરે, તેવાં ન હોવા જોઈએ, કારણ કે તે પ્રાણાહુતિનાં પ્રવાહને અવરોધી શકે છે. કૃપા કરીને દરવાજા પર પહોંચો, તે પહેલાં જ દૂરના સ્થળે તમારા પગરખાં ઉતારી લો અને તેને ઢગલામાં નહીં, પણ એકતરફ વ્યવસ્થિત રીતે મૂકો.

3. સ્વાસ્થ્યને લગતી સમસ્યાઓ

જો તમને ફ્લૂ, શરદી, ઉધરસ કે એવી કોઈ બીમારી હોય કે જે ફેલાઈ શકે તેવી હોય, તો તમારે તે પવિત્ર સ્થાનથી દૂર રહેવું જોઈએ અને તમારી હિલચાલ મર્યાદિત રાખવી જોઈએ. તમારા સ્વાસ્થ્યની સંભાળ રાખવા માટે ઘરે રહેવું, એ ફક્ત તમારી સંભાળ રાખવાની જ નહીં, પણ બીજાઓની સંભાળ રાખવાની પણ એક રીત છે. આધ્યાત્મિક સંમેલનોમાં જાણી જોઈને બીજાઓ માટે બીમાર થવાનું જોખમ ઊભું કરવું, એ બધા માટેના પ્રેમના સિદ્ધાંતની વિરુદ્ધ છે, કારણ કે ગુરુજી તો સર્વત્ર હોય છે, તમે તેમની કૃપા તમારા ઘરમાં પણ મેળવી શકો છો. અન્યો પ્રત્યેના આદરભાવથી પ્રેરાઈને તમે જે રીતે તમારી ભૌતિક હાજરી ત્યાર પૂરતી ટાળો છો, તે પોતે જ એક આધ્યાત્મિક ભેટ છે, જે તમે આપો પણ છો અને મેળવો પણ છો.

4. માનસિક સ્વચ્છતા

જે રીતે તમે જૂના જૂતા દરવાજા પર જ છોડી દો છો, તે જ રીતે તમારી દુન્યવી ચિંતાઓને પણ દરવાજા પર જ છોડી દો. જો ખરાબ વિચારો તમારી પાસે પાછા

આવ્યા કરતા હોય, તો કલ્પના કરો કે તમે તે વિચારોને મને એક અદ્રશ્ય બોક્સમાં દરવાજાની બહાર મૂકીને આવ્યા છો અને જો તમારે તેની જરૂર જ હોય, તો તેને પાછા લઇ શકો છો. મન, ઈશ્વર પાસેથી ભેટો પ્રાપ્ત કરવાની તૈયારી વાળું, એક કોરી સ્લેટ જેવું હોવું જોઈએ અને મન એટલી તૈયારી વાળું હોવું જોઈએ કે તેને પવિત્ર કહી શકાય.

પવિત્ર સ્થાન પર પહોંચતા પહેલાં

5. માર્ગ

પવિત્ર સ્થાન તરફ ધીમે ધીમે અને હેતુપૂર્વક ચાલો. તમારે તમારા દરેક પગલા સભાનપણે લેવાં જોઈએ અને તેમાં ઉતાવળ કરવાનું ટાળવું જોઈએ. આ તમે જે રીતે કરો છો, તે આધ્યાત્મિક અભ્યાસનો જ એક ભાગ છે. તમારી આંખો, શરમથી નહીં, પરંતુ વિનમ્રતા અને ચિંતનશીલ અવસ્થાને કારણે થોડી નીચી રાખો.

6. દરવાજા પર

દરવાજા પર થોડું રોકાઓ. તમને એ જાણ હોવી જોઈએ કે આ દરવાજો, એ દુન્યવી અને પવિત્ર સ્થાન વચ્ચેનું સ્થાન છે. તે પવિત્ર સ્થાનને અને તમારા ગુરુજીને અંદરથી જ એક ઝડપી માનસિક અભિવાદન આપો. તમારા જમણા હાથથી, એ દર્શાવવા માટે તમારા હૃદયને સ્પર્શ કરો કે તમને ખબર છે કે હવે તમે પરિવર્તિત થવા જઈ રહ્યાં છો.

7. પહેલું પગલું

પહેલા તમારો જમણો પગ અંદર મુકો, જે તમારા પ્રવેશની શુભ પ્રકૃતિનું પ્રતિનિધિત્વ કરે છે. જ્યારે તમે ઉંબરાને પસાર કરો, ત્યારે તમને એ અનુભવાવું જોઈએ કે તમે એક દુનિયા છોડીને બીજી દુનિયામાં પ્રવેશ કરી રહ્યાં છો, સ્થૂળથી સૂક્ષ્મ તરફ જઈ રહ્યાં છો, અંધકારથી પ્રકાશ તરફ જઈ રહ્યાં છો.

પવિત્ર જગ્યામાં કરાતું વર્તન

8. તમારા હાવભાવ અને તમારી ગતિ

ધીમે ધીમે અને કાળજીપૂર્વક આગળ વધો તથા કોઈ પણ પ્રકારનો અવાજ કે અચાનક કોઈપણ હલનચલન ન કરો. જો તમારે ખાલી જગ્યામાં ચાલવાનું હોય, તો તે જગ્યામાં એક તરફ ચાલો. ક્યારેય ગુરુજીના બેઠક-સ્થાનની કે મંદિરના ગર્ભ-ગ્રહની બિલકુલ સામે ન ચાલો. તમારી પીઠ સીધી પણ હળવી રાખો; તે ફૂલની દાંડી જેવી સીધી પણ કડક ન હોય, તેવી હોવી જોઈએ.

9. ક્યાં બેસવું

તમે ક્યાં જવા માંગો છો, તે વિશે કાળજીપૂર્વક વિચારો. તમારું બેસવાનું સ્થાન ગુરુજીના સ્થાનથી વધુ ઊંચાઈ વાળું ન હોવું જોઈએ કે તમારા કરતાં વધુ સમયથી અભ્યાસ કરી રહયાં હોય તેવા અભ્યાસીઓ કરતાં ગુરુજીથી વધારે નજીક ન હોવું જોઈએ. જો તમને ખાતરી ન હોય, તો પાછળની તરફ અથવા એક બાજુ, એક નીચું સ્થાન પસંદ કરો. એવી મુદ્રામાં બેસો કે જેથી તમે સ્થિરતાપૂર્વક, હલ્યા વિના બેસી શકો.

10. મૌન કેટલું સારું છે

જ્યાં સુધી કોઈ તમારી સાથે વાત ન કરે, ત્યાં સુધી શાંત રહો. આ મૌન તમારા ન બોલવા સુધી સીમિત ન હોવું જોઈએ, પરંતુ તે એક નિખાલસ અવસ્થા હોવી જોઈએ. તમારે તમારા મનને પણ બોલતાં રોકવું જોઈએ. જો તમારે વાત કરવી જ હોય, તો તે માત્ર હાવભાવ દ્વારા અથવા ખૂબ જ ધીમા અવાજે કરો અને તે વાત માત્ર મહત્વપૂર્ણ બાબતો પૂરતી જ મર્યાદિત રાખો.

11. હાર્ટફુલ વાતચીત (હૃદયપૂર્વકની વાતચીત)

જ્યારે પણ તમે અન્ય લોકો સાથે વાત કરો, ત્યારે લાલાજી કહે છે, તે પ્રમાણેની હાર્ટફુલ વાતચીત કરો. પરસ્પર વાતચીત દરમિયાન, પ્રેમ અને આદરથી ભરેલા

શબ્દોનાં ઉપયોગ સાથે હૃદયથી વાત કરો. ધીમી વાતચીતમાં પણ ઈશ્વરના સ્મરણની સુગંધ હોવી જોઈએ. તમારી વાતચીતને પ્રાર્થના જેવી ટૂંકી, પ્રામાણિક અને ઉન્નતી-પ્રેરક બનાવો. તેને ગપસપમાં, ફરિયાદોમાં કે અર્થહીન વાતોમાં ફેરવાઈ જવા ન દો. પવિત્ર સ્થાનમાં બોલાયેલો પ્રત્યેક શબ્દ એવો હોવો જોઈએ કે તે સ્થાનની પવિત્રતા વધારે, ઓછી ન કરે.

12. ક્યાં જોવું

હળવેથી તમારું ધ્યાન ગુરુજી પર કે પવિત્ર કેન્દ્રસ્થાન પર કેન્દ્રિત રાખો. આ કોઈ તાકી રહેવાની વાત નથી; તે એક નરમ, ખુલ્લી સભાનતા છે. જ્યારે તમે ધ્યાન કરી રહ્યાં ન હોવ, ત્યારે તમારી આંખો થોડી નીચી રાખો. બીજા લોકો તરફ નજર ન રાખો કે તમારા મનને તે ખંડ કેવો છે કે તેની સજાવટ કેવી છે, તે તરફ ભટકવા ન દો.

13. ધ્યાનમય અવસ્થા

જ્યાં સુધી કોઈ તમને ધ્યાન કરવા ન કહે, ત્યાં સુધી સક્રિયપણે ધ્યાન કરવાને બદલે, ધ્યાનમય અવસ્થામાં રહો. આ તફાવત ખૂબ જ મહત્વપૂર્ણ છે. ધ્યાનમય હોવા માટે, તમારે જે રીતે એક શાંત તળાવ આકાશને પ્રતિબિંબિત કરવા માટે તૈયાર હોય, તે રીતે ખુલ્લી, ગ્રહણશીલ સભાનતા રાખવાની જરૂર હોય છે. તમારે સક્રિય ધ્યાન ફક્ત ત્યારે જ કરવું જોઈએ કે જ્યારે ગુરુજી તમને ધ્યાન કરવા માટે કહે કે પછી તમારે નિયત ધ્યાનનાં સત્ર દરમિયાન ધ્યાન કરવાનું હોય.

જ્યારે તમે ગુરુ સાથે હોવ, ત્યારે એક સૂર્યમુખીના ફૂલની જેમ વર્તો, જે કોઈપણ વિશેષ પ્રયાસ વિના સાહજિક રીતે જ સૂર્ય તરફ મુખ રાખે છે. આ સ્થિરતા આપણા કોઈપણ હસ્તક્ષેપ વિના ગુરુજીની કાર્યશીલતાને કાર્ય કરવા દે છે. તમારું કામ ઉપલબ્ધ રહેવાનું છે, આધ્યાત્મિક પ્રક્રિયાઓ કરવાનું નહીં. જ્યારે આપણે કંઈ પણ નથી કરી રહ્યા હોતા, ત્યારે આપણે દિવ્યતા માટે સૌથી વધુ ખુલ્લા હોઈએ છીએ.

ગુરુજીની હાજરીમાં

14. ગુરુજીની નજીક પહોંચવું

જો તમને ગુરુજીને મળવા માટે બોલાવવામાં આવે, તો વિનમ્રતાથી, ગૌરવનાં ભાવ સાથે મળવા જાવ. આતુરતાપૂર્વક આગળ જવા ઉતાવળ કરશો નહીં કે ખોટી નમ્રતાના ભાવ સાથે પાછળ પણ રહેશો નહીં. મારી પાસે એ રીતે આવો કે જેમ એક બાળક પોતાના પ્રેમાળ પિતા પાસે વિશ્વાસ, આદર અને ખુલ્લા હૃદય સાથે આવતું હોય.

15. અભિવાદન

પરંપરાગત પ્રણામ કે જેમાં તમે તમારા હાથ જોડીને નમન કરો છો, તે નમન હૃદયમાંથી આવવું જોઈએ. તે નમન ફક્ત શારીરિક મુદ્રા જ ન હોવી જોઈએ. જ્યારે તમે નમન કરો, ત્યારે માનસિક રીતે તમારો અહંકાર તમારા ગુરુજીને આપો. ધનુષ્યની ઊંડાઈ એટલી મહત્વપૂર્ણ નથી હોતી, જેટલી મહત્વપૂર્ણ તેના ખેંચાણ પ્રત્યેની નિષ્ઠા હોય છે.

16. આશીર્વાદ મેળવવા

જ્યારે તમને આશીર્વાદ અથવા પ્રાણાહુતિ મળે, ત્યારે સતર્ક નિષ્ક્રિયતાની અવસ્થામાં રહો. આધ્યાત્મિક શક્તિને પકડવાનો કે ખેંચવાનો પ્રયાસ કરશો નહીં કે તેની સાથે જબરજસ્તી કરવાનો, પ્રયાસ પણ કરશો નહીં. એક એવા સ્વચ્છ પાત્ર જેવા બની રહો કે જે પોતાની અંદર રેડવામાં આવેલી કોઈપણ વસ્તુને પોતાની અંદર પકડી રાખવા માટે તૈયાર હોય.

17. ગુરુજી સાથે વાત કરવી

જ્યારે ગુરુજી તમારી સાથે વાત કરે, ત્યારે પ્રામાણિક અને સીધી વાત કરો, પરંતુ શબ્દોનો દુર્વ્યય ના કરો. આ સમય તમે જે જાણો છો, તે બતાવવાનો કે તેમને

પ્રભાવિત કરવાનાં પ્રયાસનો સમય નથી. તમારા પ્રશ્નો તમારી ખરેખરી આધ્યાત્મિક જરૂરિયાતમાંથી આવવા જોઈએ, માત્ર જિજ્ઞાસાપૂર્તિ માટેનાં જ કે પરીક્ષણ કરવાની ઇચ્છાથી પ્રેરિત ન હોવા જોઈએ.

18. તમારી તરફ ગુરુજીનું ધ્યાન ખેંચાય, તે ભેટ

જ્યારે ગુરુજી તમારી તરફ જુએ, ત્યારે તેને તમારા માટે સૌથી શ્રેષ્ઠ બાબત સમજો. ખોટી નમ્રતા માટે નજર દૂર ન લઇ જાવ કે આત્મવિશ્વાસથી સામે ન તાકી રહો. તે પવિત્ર દૃષ્ટિનો સાભાર સ્વીકાર કરો અને તેને તમારાં અંતરતમ સુધી પહોંચવા દો. મૌનની એક ક્ષણમાં, કલાકોની વાતચીત કરતાં પણ ઘણું વધારે કહી શકાતું હોય છે.

વિશેષ પ્રસંગો

19. સમૂહ ધ્યાન (સત્સંગ) દરમિયાન

ધ્યાન કરતી વખતે સંપૂર્ણપણે સ્થિર રહો. જો તમારે મેડીટેશન હોલમાંથી બહાર જવાનું થાય કે હોલમાં જવાનું થાય, તો કાર્યક્રમનો નિયત વિરામનો સમય આવે, તેની રાહ જુઓ. જો તમારે ચાલવાની જરૂર જ હોય, તો એક પડછાયાની જેમ દિવાલની નજીક ચાલો, જેથી આધ્યાત્મિક વાતાવરણમાં બહુ ખલેલ ન પહોંચે. યાદ રાખો કે જ્યારે તમે લોકો સાથે સમૂહમાં ધ્યાન કરો છો, ત્યારે તમે એક સહિયારું ક્ષેત્ર બનાવો છો, તેથી તમારી બેચેનીની હાલતની દરેકને અસર થાય છે.

20. ભેટ આપવા અંગે

જ્યારે તમે ભેટ તરીકે કંઈ આપતા હો, ત્યારે એવું વિચારો કે તે ખરેખર તો ઈશ્વરનું છે અને 'તેને' જ પાછું આપીએ છીએ. ભેટ સરળ અને સ્વચ્છ હોવી જોઈએ તથા તે ભપકા વાળી ન હોવી જોઈએ. કોઈ પણ જાતનો હોબાળો કર્યા વિના તેને શાંતિથી નીચે મૂકી દેવી. ભેટની કિંમત કરતાં આપવાની ભાવના વધારે અગત્યની હોય છે.

21. પવિત્ર વસ્તુઓ

તમારે રજા લીધા સિવાય પવિત્ર વસ્તુઓ, પુસ્તકો અથવા સાધનોનો સ્પર્શ ક્યારેય ન કરવો જોઈએ. જો તમારે તે વસ્તુઓ ખસેડવી જ પડે, તો તમારાં બંને હાથનો ઉપયોગ કરો અને એ બાબતનું ધ્યાન રાખો કે એ વસ્તુ પડી ન જાય, પણ આખી જ ઊંચકાઈ જાય. તમારે પવિત્ર ગ્રંથોને ક્યારેય જમીન પર કે મલીન સ્થાન પર ન મૂકવા જોઈએ. તેની સાથે એવું વર્તન કરવું જોઈએ કે જાણે તમારી સમક્ષ તમારા ગુરુજીનું શરીર હોય.

22. મહત્વની અંગત ચીજ-વસ્તુઓ

જો તમારી સાથે તમે તમારી આધ્યાત્મિક ડાયરી અથવા કોઈ પુસ્તક લાવતા હો, તો જ્યારે તમે તેનો ઉપયોગ ન કરતાં હોવ, ત્યારે તેને સ્વચ્છ કપડામાં લપેટીને રાખો. તેનો દેખાડો કરી તેને ગર્વની વસ્તુઓ બનવા દેશો નહીં. તે કોઈ આધ્યાત્મિક દરજ્જો દર્શાવતી બાબતો નથી; પરંતુ તે યાદ રાખવા માટેના સાધનો છે.

પવિત્ર વાતાવરણની જાળવણી

23. ઇન્દ્રિયો પર પ્રભુત્વ કેળવવું

કૃપા કરીને તીવ્ર સુગંધ, ઝાકઝમાળ વાળા દાગીના અથવા એવી અન્ય કોઈપણ વસ્તુથી દૂર રહેજો કે જેને કારણે અન્ય લોકોનું ધ્યાન તે તરફ ખેંચાય અને તેમના માટે ધ્યાન કરવું મુશ્કેલ બને. તમારા ફોન અને ટેબ્લેટમાંથી કોઈ પણ અવાજ ન આવે, તે રીતે તેને સંપૂર્ણપણે શાંત રાખજો. જો શક્ય હોય, તો તેને બહાર જ રાખજો. આ એ પવિત્ર સ્થાન છે, જ્યાં તમે તમારું સમગ્ર ધ્યાન ‘દિવ્યતા’ પર કેન્દ્રિત કરી શકો છો.

24. ભાવનાત્મક રીતે શાંત રહેવું

પવિત્ર સ્થળોએ, લોકોની લાગણીઓ પ્રબળ હોઈ શકે છે. તમારા આનંદના આંસુ અથવા ખુશીના મોજાંઓને કોઈપણ દેખાડા વિના, તમારી અંદર જ અનુભવો.

તે ઉપરાંત, જો તમને અસ્વસ્થતા લાગે, તો ધીરજ રાખો તથા તેને શુદ્ધિકરણની પ્રક્રિયાના એક ભાગરૂપે સમજી જે થતું હોય, તેને થવા દો. તમારી શાંતિ બીજા બધાને શાંત રહેવામાં મદદ કરે છે.

25. અન્ય લોકો માટે આદર

એ સમજો કે દરેક સાધક પોત-પોતાના આધ્યાત્મિક પથ પર હોય છે. અન્ય સાધકો માટે અભિપ્રાય ન બાંધો કે રખામણી ન કરો કે તેમનાં અભ્યાસની પણ ચિંતા ન કરો. જો કોઈ શિષ્ટાચારના નિયમોનું ઉલ્લંઘન કરતું જણાય, તો તે બાબત જેની જવાબદારી હોય, તે લોકોને સંભાળવા દો. તમે પોતે કેવી રીતે વર્તો છો, તેના પર ધ્યાન આપો.

26. આદર અને પ્રેમનો પવિત્ર નિયમ

ગુરુદેવોએ આપણને શીખવ્યું છે કે ત્યાં જે કોઈ પણ હોય, તે દરેકનો આદર કરજો કારણ કે દરેક વ્યક્તિમાં દિવ્ય ચિનગારી હોય છે. તેઓ દરેકને પ્રેમ કરે છે. તમે પણ તે દરેકને પ્રેમ કરો. જેઓ દરેકને પ્રેમ કરે છે, તેને પ્રેમ કરો. આ ભાઈચારાનો માર્ગ છે, જે બધા માટે છે. પવિત્ર સ્થાનમાં દરેકમાં ગુરુદેવને જોતાં શીખીએ.

27. નિંદાના ઝેરથી દૂર રહેવું

પવિત્ર સ્થળોએ, નિંદા કે દોષારોપણ માટે કોઈ સ્થાન નથી હોતું. તેનાથી ખરાબ સંસ્કારો બને છે અને તે આધ્યાત્મિક વાતાવરણને અન્ય કોઈપણ ખરાબ વર્તન કરતાં વધારે બગાડે છે. જો તમને સંચાલનમાં કે જે રીતે કાર્ય ચાલી રહ્યું હોય, તેમાં કોઈ સમસ્યા જણાતી હોય, તો કંઈપણ કહ્યા વિના તે લખી રાખો. પછીથી, તેને આદર સહીત એક પત્ર પર લખો તથા તેને યોગ્ય ચેનલ મારફતે મોકલી દો. આ, સંભવિત નિંદાને એક મદદરૂપ થતી સેવામાં બદલી નાખે છે.

28. શાંતિ બનાવવી

તમારી હાજરીથી જગ્યા વધુ શાંતિપૂર્ણ બનવી જોઈએ. જેમ પાણીનું ટીપું સમુદ્રમાં ભળી જાય, તેમ તમે પણ તે આધ્યાત્મિક વાતાવરણમાં ભળી જજો. જો કોઈ મતભેદ હોય, તો શાંત રહીને અને અંદરથી પ્રાર્થના કરીને તમે જ શાંતિને પુનઃસ્થાપિત કરનાર બનજો.

29. સંદેશાવ્યવહારનો પવિત્ર ધારો

જ્યારે તમે કાર્યકર્તાઓ અથવા બીજા કોઈ સાથે વાત કરો, ત્યારે તેઓ પહેલા તમારી વાત સાંભળે, એવો આગ્રહ ન રાખશો. આ પ્રકારની જીદ રાખવી, તે નિંદનીય છે, કારણ કે આ વ્યવહાર અહંકારને દિવ્યતાથી ઉપર રાખે છે. ધીરજ રાખો અને તમારો વારો આવે તેની રાહ જુઓ. જો તમારો મુદ્દો સંઘના આધ્યાત્મિક સ્વાસ્થ્ય માટે મહત્વપૂર્ણ હશે, તો તે યથા યોગ્ય સમયે થઇ જશે. પવિત્ર સ્થાનો તમારા નહીં, પણ ઈશ્વરના સમય પ્રમાણે ચાલે છે. પ્રાધાન્યતા માંગવાનો અર્થ એ છે કે તમારો અહંકાર પરંપરા કરતાં પણ વધારે મોટો છે, જે ખૂબ જ ખરાબ આધ્યાત્મિક ભૂલ છે.

30. અન્ય લોકોના આધ્યાત્મિક અનુભવો જોવાં

જો તમે અન્ય કોઈ અભ્યાસીને ગહન આધ્યાત્મિક અનુભવ કરતાં જુઓ, તો તેનાથી દૂર રહેજો અને તેમના તરફ આદર રાખજો. કૃપા કરીને તેમને તાકી રહેશો નહીં કે તેમાં સામેલ પણ થશો નહીં અથવા તે વિશે તેમને પૂછશો પણ નહીં. આધ્યાત્મિક અનુભવો, એ આત્મા અને ઈશ્વર વચ્ચેનાં અંગત વાર્તાલાપો છે. તેમાં તમારે તમારી જિજ્ઞાસા સંતોષવાની ન હોય; તમારું કામ, તેને મૂક ટેકો આપીને તેનાથી દૂર રહેવાનું છે.

પવિત્ર સ્થાન છોડતી વખતે

31. પાછા ફરતી વખતે

જ્યારે તે સ્થળેથી પાછા ફરવાનો સમય થાય, ત્યારે તમારા મનને ધીમે ધીમે તે સ્થળેથી બહાર કાઢો. તમને જે પણ મળ્યું હોય અને કદાચ તમને તેની સમજ ન હોય, તો પણ તેના માટે મનમાં આભાર માનો. તમારી જગ્યાએથી ધીરેથી ઊભા થાવ.

32. બહાર નીકળતી વખતે

નીકળતી વખતે જો ગુરુ હાજર હોય, તો તેઓ તમને જવા માટે કહે, તેની રાહ જુઓ અથવા મીટિંગ સ્વાભાવિક રીતે સમાપ્ત થાય, તેની રાહ જુઓ. જ્યારે તમે પાછા જતા હો, ત્યારે અવળા ફરતા પહેલા થોડા પગલાં પાછળ જાઓ. આમ કરવાથી, તે તમારા આંતરિક જોડાણને મજબૂત રાખે છે. દરવાજા પર પહોંચો ત્યારે, પાછા ફરીને છેલ્લી વાર 'આવજો' કહેજો.

33. જતી વખતે

તમે બહાર નીકળો, ત્યારે તમને એવું લાગવું જોઈએ કે તમે પવિત્ર વાતાવરણને તમારી સાથે લઈ જઈ રહ્યાં છો. તમે તમારી જાતને વચન આપો કે તમે તમારા રોજિંદા જીવનમાં તે પવિત્રતાનો થોડો ભાગ બરકરાર રાખશો. તમારા જૂતા એવી રીતે કાળજીપૂર્વક પહેરો, જાણે કે તમે આ દુનિયામાં આધ્યાત્મિક કાર્ય કરવાની તૈયારી કરી રહ્યાં હોવ.

તેમના ગયા પછી

34. તેને સુરક્ષિત રાખવું

પવિત્ર સ્થાન છોડ્યા પછી થોડા સમય માટે તમારી અંદર શાંત રહો. સીધા દુન્યવી વાતચીતોમાં કે દુન્યવી પ્રવૃત્તિઓમાં કૂદી ન પડતા. જે રીતે કપડાં પર અત્તરની

સુગંધ થોડા સમય માટે રહેતી જ હોય છે, તેમ તમારા પાછા ફર્યા પછી પણ સૂક્ષ્મ કાર્ય ચાલુ રહેતું હોય છે.

35. વસ્તુઓને એકસાથે ગોઠવવી

તમને મળેલા કોઈપણ અનુભવ વિશે કે મળેલી આંતરિક સમજ વિશે વિચારો, પણ તેના વિશે વધુ પડતું વિચારશો નહીં. પ્રાણાહુતિને જાગૃત મન કરતાં ગહન સ્તરે કામ કરવા દેજો. પવિત્ર સ્થાને બનતી બાબતો ઘણીવાર એક ફૂલની જેમ થોડા સમય પછી વિકસતી હોય છે અને બદલાતી રહે છે.

36. તમારી તે સ્થાનની અનુભૂતિ વિશે વાત કરવી

પવિત્ર સ્થાનમાં તમને થયેલાં આધ્યાત્મિક અનુભવો બીજા કોઈને કહેવામાં ખૂબ કાળજી રાખજો. ખૂબ જલ્દી વાત કરવાથી આધ્યાત્મિક ઊર્જા બહાર જઈ શકે છે. તે ફક્ત ત્યારે જ કહો કે જ્યારે તે કોઈ બીજાની આધ્યાત્મિક યાત્રામાં મદદ કરી શકે અને ફક્ત એવા લોકોને જ કહો કે જેઓ તેનો આદરપૂર્વક સ્વીકાર કરી શકે.

37. પવિત્ર સમયનો આદર કરવો

હંમેશાં તમને જણાવવામાં આવેલા સમય કરતાં પહેલાં પહોંચો. મોડા પહોંચવાનો અર્થ એ છે કે તમે ગુરુજી અને સંઘના સમય કરતાં તમારા સમયને વધુ મહત્વ આપો છો. પવિત્ર સમય એ સામાન્ય સમય જેવો નથી હોતો; તે ઈશ્વર સાથેની મુલાકાત છે. વહેલા પહોંચવાથી તમને આંતરિક રીતે તૈયાર થવાનો સમય મળી રહે છે અને બીજા બધાને પણ તૈયાર રહેવામાં મદદ મળી શકે છે. જો તે ન થઈ શકે, તો પ્રવેશ મેળવવા માટેના તે પછીના સારા સમયની રાહ જુઓ અથવા શક્ય તેટલી ચુપકીદીથી પ્રવેશ કરી લો. એ ધ્યાનમાં રાખો કે આધ્યાત્મિક બાબતો માટે સમયસર હોવું, એ પ્રિયતમને મળવાની તમારી તત્પરતા દર્શાવે છે.

વિચારવા જેવી કેટલીક વધુ પવિત્ર બાબતો

38. પવિત્ર સ્થળોએ બાળકો

જો તમે બાળકોને લાવી રહ્યા હો, તો તેમને અગાઉથી જણાવી દો કે આ સ્થાન કેટલું પવિત્ર છે. ખૂબ નાના બાળકો, જે શાંત રહી શકતા ન હોય, તો તેમને અલગ જગ્યાએ લઇ જઈ, ત્યાં તેમની સંભાળ રાખવી. જો બાળકોને યોગ્ય રીતે માર્ગદર્શન આપવામાં આવ્યું હોય, તો તેમની નિર્દોષ હાજરી પવિત્ર સ્થાનને વધુ પવિત્ર બનાવી શકે છે.

39. પવિત્ર સ્થળોએ સેવા

જો તમારી પાસે મદદ કરવાની તક હોય (સફાઈ કરવાની, ચીજ-વસ્તુઓ ઠીકઠાક કરવાની કે કોઈ પણ બીજી મદદ કરવાની), તો તે એક આધ્યાત્મિક અભ્યાસ તરીકે કરજો. પવિત્ર સ્થળે સેવા કરવી, એ ખૂબ સારું છે. તમારું કાર્ય શાંતિથી, સારી રીતે અને લોકોના ધ્યાન ખેંચવાની ઇચ્છા વિના કરજો. તમે જે સેવા કરતા હો, તેને તમારી પૂજાની રીત બનાવજો.

40. નિયમિત હાજરી આપનારાઓની ફરજ

જે લોકો આવા પવિત્ર સ્થળોએ વારંવાર જતા હોય, તેમની તે સ્થળને પવિત્ર રાખવાની જવાબદારી વિશેષ છે. નવા આવનારાં લોકો અવલોકન કરીને શીખતા હોય છે. કોઈ મોટો દેખાડો કર્યા વિના એક સારું ઉદાહરણ બેસાડો. તમારી શાંત હાજરીથી બીજા લોકોને પણ સારું લાગશે.

મહત્વની સમજ

હંમેશાં ધ્યાનમાં રાખજો કે આ નિરીક્ષણો, એ માત્ર ઔપચારિકતા જ નથી; પરંતુ તે હૃદયને ખોલનારી ખરી બાબતો છે. પ્રત્યેક હાવભાવ, આત્મ-નિયંત્રણની પ્રત્યેક

ક્ષાણ અને આદરનું દરેક કાર્ય પ્રાણાહુતિનાં માર્ગો ખોલે છે. આ પવિત્ર સ્થળો આપણે બહારથી કેવા છીએ, તેના કરતાં આપણે અંદર કેવું અનુભવીએ છીએ, તેના પર વધુ પ્રતિભાવ આપે છે.

ગુરુ માટે પ્રેમ, દિવ્યતા માટે પ્રેમ અને પવિત્ર કાર્ય માટેની ઉત્કટતા – આમ પ્રેમ, એ શ્રેષ્ઠ રીતભાત છે. જ્યારે આવો પ્રેમ હોય છે, ત્યારે જેમ એક નદી દરિયા તરફ વહે છે, તેમ આપણે જે કાર્ય કરીએ તે સ્વાભાવિકપણે સાચી રીતે જ થાય છે.

પવિત્ર સ્થાનમાં પ્રવેશનાર દરેકે જાણવુ જરૂરી છે કે તેઓ પવિત્ર ભૂમિ પર છે કે જ્યાં પરિવર્તનનું દિવ્ય કાર્ય હંમેશાં ચાલુ જ હોય છે. તેઓ આ પવિત્ર સ્થાનોની પવિત્રતા છીનવી લેવાને બદલે, તેમાં વધારો કરે, તેવી પ્રાર્થના.

“એ સ્થાન પર કરવામાં આવતું આધ્યાત્મિક કાર્ય જ તે સ્થાનને પવિત્ર બનાવે છે. આપણો વ્યવહાર એ આપણા માટે અને આપણા પછી આવનારા દરેક માટે પવિત્રતાને જીવંત રાખવાનો માર્ગ છે.”

તમારે આ નિયમોનો ઉપયોગ તેમાંના શબ્દો કરતાં, તેમાં રહેલી ભાવનાને આગળ રાખી, સમજદારીપૂર્વક અને ખુલ્લા મનથી કરવો જોઈએ. જોકે ગુરુજીની ઇચ્છા, કોઈપણ નિયમો કરતાં હંમેશાં પહેલાં આવે છે. ક્યારેક શિષ્ટાચારના ભંગ જેવું લાગે, પરંતુ તે પરિસ્થિતિમાં ઈશ્વરની ઈચ્છા કામ કરતી હોય છે. હંમેશાં સતર્ક, નમ્ર અને શીખવા માટે તૈયાર રહો.

હૃદય, એ સૌથી વધુ પવિત્ર સ્થાન છે. આપણો સમગ્ર બાહ્ય વ્યવહાર, એ આપણા હૃદયરૂપી આંતરિક મંદિરને પવિત્ર રાખવાનો એક અભ્યાસ જ છે, જ્યાં સાચા ગુરુજી હંમેશાં નિવાસ કરે છે.

સાચો અભ્યાસી

બાબુજીએ જણાવ્યા અનુસાર એક અભ્યાસીની મૂળભૂત લાક્ષણિકતાઓ

બાબુજીના કહેવા પ્રમાણે, શ્રી રામચંદ્ર મિશનનાં એક સાચા અભ્યાસીનાં લક્ષણો નીચે પ્રમાણેનાં હોય છે.

1. અભ્યાસ પ્રત્યેની નિષ્ઠાપૂર્ણ પ્રતિબદ્ધતા અને નિયમિત અભ્યાસ

- તે નિષ્ઠાપૂર્વક, પ્રામાણિકપણે અને સમર્પણ સાથે અભ્યાસ કરે છે
- તે ધ્યાનમાં નિયમિતતા જાળવી રાખે છે અને નિર્ધારિત પદ્ધતિનું પાલન કરે છે
- તે અભ્યાસી ઉચ્ચતમ આધ્યાત્મિક લક્ષ્ય પ્રાપ્ત કરવા માટે પૂરતો પ્રતિબદ્ધ હોય છે

2. સિદ્ધાંતો પ્રમાણે જીવવું

- તે ગુરુજીના સિદ્ધાંતો પ્રમાણે જીવે છે અને નિયમોનું પાલન કરે છે
- ઉમદા ગુણો જાળવી રાખે છે અને પોતાને સુધારવાનો પ્રયાસ કરે છે
- બીજાઓને સ્વીકારે છે, કોઈ પૂર્વધારણાઓ નથી બાંધતો અને પોતાની જાત સાથે સખ્તાઈયુક્ત વલણ રાખે છે

3. નમ્રતા અને સરળતા

- તે નમ્રતા કેળવવાને પ્રાથમિકતા આપે છે
- તે સાદો અને સરળ બની રહે છે અને કોઈ પૂર્વધારણાઓ બાંધતો નથી
- તે સ્વ-મહત્તાનો કે અહંકારનો લેશમાત્ર વિચાર કરતો નથી

4. હેતુની સ્પષ્ટતા

- તેને એ ખબર હોય છે કે આ પદ્ધતિ આધ્યાત્મિક વિકાસ અને ઉન્નતિ માટેની પદ્ધતિ છે
- રાજકારણ, પૈસા અથવા અન્ય દુન્યવી પ્રલોભનોથી વિચલિત થતો નથી
- તેને એ સમજ હોય છે કે આધ્યાત્મિક વિકાસ માટે વ્યક્તિગત પ્રયત્નોની જરૂર હોય છે

5. પ્રેમ અને સમર્પણ

- તેને ગુરુજી પ્રત્યે અને અભ્યાસ પ્રત્યે સાચો પ્રેમ હોય છે
- દિવ્ય માર્ગદર્શન પ્રત્યે સમર્પિત અને આજ્ઞાકારી હોય છે
- પોતાને અધ્યાત્મિક પ્રાણાહુતિ પ્રત્યે ગ્રહણશીલ બનાવતો હોય છે

6. વ્યક્તિગત જવાબદારી

- તે સમજે છે કે તેનું આધ્યાત્મિક ભાગ્ય તેના પોતાના હાથમાં છે
- તે સ્વ-સુધારણા માટે સતત પ્રયત્નશીલ રહે છે
- સતતપણે સ્વ-ચિંતનમાં અને આત્માની શોધમાં વ્યસ્ત રહે છે

“અહીં આ સંસ્થામાં પ્રાપ્ત થયેલ કોઈપણ બાહ્ય સિદ્ધિઓ કે હોદ્દા કરતાં અભ્યાસ પ્રત્યેની નિષ્ઠા, અભ્યાસમાં નિયમિતતા, નમ્રતા અને અધ્યાત્મિક ઉન્નતિ પ્રત્યેની સાચી પ્રતિબદ્ધતા પર ખાસ ભાર આપવામાં આવે છે.”

એક સાચો અભ્યાસી હૃદયમાં પ્રામાણિકતા, આચરણમાં સરળતા અને દિવ્ય ઇચ્છા પ્રત્યે સમર્પિત રહીને આ માર્ગ પર ચાલે છે.

આ પવિત્ર યાત્રામાં, બાહ્ય સ્તરે મળતાં સન્માન નહીં પરંતુ આંતરિક પરિવર્તનનું ઊંડાણ, એ પ્રગતિની પારાશીશી છે.

આપણા મિશનનો મૂળભૂત હેતુ જ્યાં આધ્યાત્મિકતા પ્રવર્તમાન નથી, ત્યાં સહજ માર્ગ દ્વારા, ગુરુજીનો એ સંદેશો ફેલાવીને આધ્યાત્મિકતા પહોંચાડવાનો છે કે, 'ઓ નિદ્રાગ્રસ્તો, જાગો, હવે પરોઢ થઇ ગઈ છે.'

અલબત્ત, આ પરિવર્તન કંઈ રાતોરાત આવી શકતું નથી. જો મિશનના સભ્યો પ્રેમ, ધીરજ અને સહકારથી કામ કરશે, તો આપણા મિશનનો ઉદ્દેશ ચોક્કસપણે હાંસલ થશે. મને આપણી સંસ્થામાં એવા લોકોની જરૂર છે, જેઓ સૂર્યની જેમ ચમકે. જ્યારે લોકો જાણશે કે આપણી પદ્ધતિ સાચી છે, ત્યારે તેઓ પોતે જ તેનાં પ્રત્યે આકર્ષાશે.

એક સિંહ સો ઘેટાં કરતાં સારો છે, પણ આપણે માનવીઓ તરીકે બીજાઓનું આધ્યાત્મિક ભલું કરવાનો પ્રયાસ કરવો જોઈએ. ગુરુજીનું ખંતપૂર્વકનું કાર્ય ક્યારેય વ્યર્થ નહીં જાય. તથાસ્તુ!"

—બાબુજી

heartfulness
purity weaves destiny