વણજીવ્યું જીવન

દાજી

પૂજ્ય શ્રી બાબુજી મહારાજની
127મી જન્મજયંતી નિમિત્તે સંદેશ
તા. 29, 30 એપ્રિલ અને 1લી મે, 2026,
કાન્હા શાંતિવનમ

વણજીવ્યું જીવન

શ્રદ્ધા કેવી રીતે એ બાબતોને પણ સાથે રાખે છે, જેને ભયે તરછોડી હતી.

પ્રિય મિત્રો,

2026માં વસંત ભંડારા દરમિયાન પ્રકાશિત થયેલી સંદેશાઓની શ્રેણીમાં, આપણે આપણા ક્રમિક-વિકાસમાં અડચણરૂપ છ અવરોધોની સમજ કેળવી – ઇચ્છા અને આકાંક્ષા હૃદયને પરસ્પર વિરુદ્ધ દિશામાં ખેંચે, તે પરિસ્થિતિમાં ઊભો થતો અવરોધ; જ્યારે ઊર્જા પાસે કાર્ય કરવા માટે કોઈ કારણ નથી હોતું, તે પરિસ્થિતિમાં ઊભો થતો અવરોધ; અનુભૂતિ થઈ ગયા પછી પણ વિશ્વાસ ઊભો ન થાય, તે પરિસ્થિતિમાં ઊભો થતો અવરોધ; જ્યારે ઉપલબ્ધિ જ ઓળખ બની જાય, એવી પરિસ્થિતિમાં ઊભો થતો અવરોધ; જ્યારે આપણી નજર પોતાના જીવન તરફ ધ્યાન આપવાને બદલે અન્યોના જીવન તરફ જોવામાં ભટકાતી રહે, એવી પરિસ્થિતિમાં ઊભો થતો અવરોધ; તથા એ પરિસ્થિતિમાં ઊભો થતો અવરોધ, કે જેમાં મન વારસાગત નિષ્કર્ષોની આસપાસ જ કુંઠિત થઈ રહે અને તે નિષ્કર્ષોના રંગીન કાચ જેવા પૂર્વગ્રહોના આવરણો મારફતે દેખાતાં દ્રશ્યને જ સ્પષ્ટ દ્રશ્ય સમજવાની ભૂલ કરે.

હવે, આપણે એ અવરોધો પૈકીના સૌથી ગહન અવરોધ તરફ આવીએ, કે જે બીજા બધા અવરોધોમાં છૂપી રીતે હાજર હોય છે.

એક જૂની બોધકથા છે, જેમાં એક માણસે પોતાનું આખું જીવન એક દરવાજાની રક્ષા કરવામાં વિતાવ્યું હતું. જ્યારે તે નાનો હતો, ત્યારે તેને કહેવામાં આવ્યું હતું કે દરવાજા પાછળ તેની ઈચ્છા મુજબની બધી જ વસ્તુઓ છે, પરંતુ સાથે સાથે એ બધું પણ છે, જે તેનો વિનાશ કરી શકે છે. તેથી તેણે તે દરવાજાને એક તાળું મારી રાખ્યું અને ત્યાં જ ઊભા રહી, સતત એ ધ્યાન રાખતો રહ્યો કે તે દરવાજો ખૂલે નહીં. આમ ને આમ તે વૃદ્ધ થયો, અને જ્યારે મૃત્યુ આવ્યું, ત્યારે તેણે દેવદૂતને પૂછ્યું, “શું તે સાચું હતું? શું ખરેખર તે દરવાજા પાછળ વિનાશ હતો?” દેવદૂતે તે દ્વારને ખોલ્યું, અને તેણે જોયું કે ઓરડો તો ખાલી હતો. તે હંમેશાંથી ખાલી જ હતો.

ભય આપણને હંમેશાં વાસ્તવિક જોખમોથી જ બચાવતો હોય, એવું નથી હોતું. તે કાલ્પનિક જોખમોથી પણ આપણું રક્ષણ કરતો હોય છે અને આમ કરવામાં, તે આપણને તે રૂમમાં પ્રવેશતા પણ અટકાવે છે, કે જ્યાં આપણું જીવન રાહ જોઈ રહ્યું હોય છે.

એક સૂત્ર, કે જે દરેક મણકામાંથી પસાર થાય છે

આપણે અત્યાર સુધી જે પણ સમજ કેળવી, તે સમજને નીચેનું વિધાન એક નવું પરિમાણ આપી શકે છે ભય, એ સાતમું ઝેર નથી, પરંતુ તે પહેલું ઝેર છે. તે હંમેશાંથી અલગ અલગ વેશ-પરિધાન સાથે મોજૂદ જ હતું તથા અલગ અલગ નામો હેઠળ કાર્યરત હતું.

ચાલો વિભાજિત હૃદય પર ફરીથી નજર કરીએ – સાધક સ્પષ્ટપણે જાણે છે કે ઉચ્ચતર વરુને જ પોષણ આપવું જોઈએ, છતાં સાધક નીચલા વરુને કેમ ખવડાવતો રહે છે? કારણ કે ઉચ્ચ વરુ પસંદ કરવાનો અર્થ એ હોય છે કે જે પરિચિત છે, તેને જતું કરવું તથા એક એવા ક્ષેત્રમાં પગ મૂકવો, જ્યાં પરિણામ અનિશ્ચિત હોય. વિભાજિત હૃદય, એ ખરેખર ‘ઇચ્છા’થી વિભાજિત નથી હોતું, તે ‘ભય’થી વિભાજિત હોય છે – જો એક બાજુને પસંદ કરવામાં આવે, તો શું ગુમાવાશે તેનો ભય અને એ ભય, કે એકવાર આપણે પુલ પાર કરી લઈશું, તો પછી પાછા નહીં ફરી શકીએ.

ભય, એ સાતમું ઝેર નથી, પરંતુ તે પહેલું ઝેર છે. તે હંમેશાંથી અલગ અલગ વેશ-પરિધાન સાથે મોજૂદ જ હતું તથા અલગ અલગ નામો હેઠળ કાર્યરત હતું.

ચાલો ફરી સુષુપ્ત અગ્નિ તરફ નજર કરીએ – બધી રીતે કૌશલ્યવાન એવી એક યુવતી, કે જેના માટે બધી તકો ખુલ્લી હતી અને તેની પાસે આયોજનો પણ હતાં, તે કેમ વહેલી સવારે પથારીમાંથી ઊભી પણ નહોતી થઈ શકતી? તેણીએ કહ્યું, “મારી અંદરનું જ કોઈક પરિબળ મને આગળ વધવા દેતું નથી.” આપણે તેને આળસ અથવા ‘તમસ’ કહીએ છીએ, પરંતુ તે અગ્નિને કોણે દબાવી રાખ્યો હતો? એ પરિબળ છે, ભય – જવાબદારીનો ભય, જ્યારે તમે ખરેખર જાગી જશો, ત્યારે શું થશે તેનો ભય, એ ભય કે જો તમે પ્રયાસ કરશો અને સફળ થઈ જશો, તો તમારે સફળ થતા રહેવું પડશે, અને એ ભય કે જો તમે તમારા પ્રયાસમાં નિષ્ફળ જશો, તો તે નિષ્ફળતા એ વાતની પુષ્ટિ હશે, જે વિશે અંદરખાને તમે તમારા માટે વિચારતા હો છો. એ સુષુપ્ત અગ્નિ પોતાની મેળે નહોતો બુઝાયો, પરંતુ ભયે જ તેને બુઝાવ્યો હતો અને પછી પોતે તેની રાખ પર ઊભા રહીને તેને આળસનું કારસ્તાન જણાવ્યું.

ચાલો આપણે ફરી એ તિરાડ પડેલા પાયા પર નજર કરીએ – જે મહિલાએ અગિયાર-અગિયાર વર્ષો સુધી ધ્યાન કર્યું હતું તથા તેનામાં તેની આસપાસના દરેકને દેખાઇ શકે, તેવો બદલાવ પણ આવ્યો હતો, તે હજુ પણ કેમ પૂછે છે કે, “શું આ ખરેખર સાચું છે? શું ખરેખર કંઈ બદલાયું છે, ખરું?” કારણ કે પોતાના પરિવર્તન પર વિશ્વાસ કરવાનો અર્થ એ હતો કે તે પરિવર્તન પાછું જતું રહે, તેવી શક્યતાનું પણ ધ્યાન રાખવાનું રહે. શંકા, એ બુદ્ધિમત્તા નથી; તે ભૂતકાળનો ભય છે, તે એ ભય છે કે જે આપવામાં આવ્યું છે તે પાછું લેવાઈ પણ શકે છે અને એ ભય છે કે આપણા પગ નીચેની જમીન જેટલી મજબૂત દેખાય છે, તેના કરતાં પોચી હોઇ શકે છે. આપણે તેને શંકા કહીએ છીએ, પરંતુ તેનું સાચું નામ ભય છે, જેણે એપ્રન પહેર્યો છે.

શંકા, એ બુદ્ધિમત્તા નથી; તે ભૂતકાળનો ભય છે, તે ભય છે કે જે આપવામાં આવ્યું છે તે પાછું લેવાઈ પણ શકે છે અને એ ભય છે કે આપણા પગ નીચેની જમીન જેટલી મજબૂત દેખાય છે, તેના કરતાં પોચી હોઇ શકે છે. આપણે તેને શંકા કહીએ છીએ, પરંતુ તેનું સાચું નામ ભય છે, જેણે એપ્રન પહેર્યો છે.

ચાલો ફરી અહંકાર દ્વારા બનાવેલી છત તરફ નજર કરીએ – અહંકાર ગ્રીનહાઉસની પાર જવાનો ઇનકાર કેમ કરે છે? કારણ કે ખુલ્લા આકાશમાં કોઈ દિવાલો નથી. ગ્રીનહાઉસની બહાર, વાસ્તવિક હવામાન છે – જ્યાં વાસ્તવિક પવન અને વાસ્તવિક તોફાન છે તથા ગમે તે ક્ષણે કંઈ પણ થઈ શકે તેવું વાતાવરણ છે. અહંકારનું આવરણ ખરેખર સ્વાભિમાન વિશે નથી; તે રક્ષણ વિશે છે. જ્યારે કાચ તૂટી જાય છે, ત્યારે આપણે વાતાવરણમાં ખુલ્લા હોઈએ છીએ. અહંકાર એ સિદ્ધિનો ઓવરકોટ પહેરેલો ભય છે.

ચાલો ફરી ઉછીના લીધેલા ઘા પર નજર કરીએ – ઈર્ષાળુ હૃદય પોતાનું જીવન જીવવાને બદલે શા માટે આજુ-બાજુ બીજાના જીવન તરફ જોતું રહે છે? કારણ કે આપણું પોતાનું જીવન જીવવાનો અર્થ એ છે કે આપણને જે આપવામાં આવ્યું છે, તે પૂરતું છે કે નહીં અને આપણે પોતે પણ પૂરતા છીએ કે નહીં, તે ભયાનક પ્રશ્નનો સામનો કરવો. ઈર્ષ્યા ખરેખર બીજી વ્યક્તિને અપાયેલી ભેટો વિશેની બાબત નથી; તે એ ભય વિશે છે કે આપણને અપાયેલી ભેટો અપૂરતી છે. ઈર્ષ્યા એ સરખામણીનું મહોરું પહેરેલો ભય છે.

અને ચાલો આપણે એ દિવાલો પર ફરી નજર કરીએ, જેની પેલે પાર આપણે જોઈ શકતાં નથી – મન કેમ વારસાગત તારણો પાછળ પોતાની જાતને બંધ કરી દે છે અને તાજા પ્રકાશને પ્રવેશવા દેવાનો ઇનકાર કરે છે? કારણ કે તે ખુલ્લાપણું ભયજનક હોય છે. આપણો દુન્યવી દૃષ્ટિકોણ પક્ષપાતી હોઈ શકે છે, તે સ્વીકાર

કરવાનો અર્થ એ હોઇ શકે છે કે આપણી આધારભૂત ધરોહર અધૂરી પણ હોઇ શકે છે. પૂર્વગ્રહ, એ ખરેખર કોઈ અન્ય વ્યક્તિ વિશે કે કોઈ અન્ય ધર્મ કે અન્ય સમુદાય વિશે અથવા જોવાની કોઈ અન્ય રીત વિશે નથી; તે ભય વિશે છે કે જો આપણે બારી ખોલી દઈએ અને એવા રંગને અંદર પ્રવેશવા દઈએ, કે જેનું આપણી પાસે કોઈ નામ નથી, તો આપણે જે રંગોના આધાર પર આપણી ઓળખ બનાવી છે, તેના પર જ ફેરવિચારણા કરવાની જરૂર પડી શકે છે. પૂર્વગ્રહ એ નિશ્ચિતતાનું મહોરું પહેરેલો ભય છે.

આ સાત ઝેરના મૂળમાં એ જ ધ્રુજારી છે.

આ પક્ષાઘાતનું વિશ્લેષણ

ભય અતિશયોક્તિ દ્વારા કાર્ય કરે છે. તે નજર સમક્ષ એક સંભવિત પરિણામ રાખે છે અને તેને એટલી હદે ફૂલાવી દે છે કે તે સમગ્ર ક્ષેત્રને આવરી ન લે. "જો હું નિષ્ફળ જઈશ તો?" એ પ્રશ્ન ભયને લીધે એક વિનાશની ખાતરીમાં પરિવર્તિત થઈ જાય છે, "જો તેઓ મને નકારશે તો?", એ પ્રશ્ન એક નિર્વિવાદ સત્ય બની જાય છે, અને "જો હું પૂરતા પ્રમાણમાં સારો નહીં હોઉં તો?" એ પ્રશ્ન એક એવા જીવનનો અંતિમ ચુકાદો બની જાય છે, કે જે જીવન હજુ સુધી સંપૂર્ણ રીતે જીવાયું પણ નથી.

કઠોપનિષદમાં નચિકેતા નામના એક બાળકની વાર્તા છે, કે જે સ્વેચ્છાએ સર્વોચ્ચ સત્ય શોધવા માટે મૃત્યુના ભગવાન યમના નિવાસસ્થાને ગયો હતો. જ્યારે નચિકેતાના

તે ભય વિશે છે કે જો આપણે બારી ખોલી દઈએ અને એવા રંગને અંદર પ્રવેશવા દઈએ, કે જેનું આપણી પાસે કોઈ નામ નથી, તો આપણે જે રંગોના આધાર પર આપણી ઓળખ બનાવી છે, તેના પર જ ફેરવિચારણા કરવાની જરૂર પડી શકે છે. પૂર્વગ્રહ એ નિશ્ચિતતાનું મહોરું પહેરેલો ભય છે.

પિતાએ એક યજ્ઞ કર્યો, ત્યારે તેમણે જૂની, નકામી વસ્તુઓ દાનમાં આપી દીધી, પરંતુ શ્રેષ્ઠ વસ્તુઓ પોતાના માટે રાખી મૂકી. તે બાળકે પિતાનાં આ વ્યવહારમાં રહેલા ખોખલાપણાને ઓળખીને, તેના પિતાને ત્રણ વાર પૂછ્યું, “તમે મારુ દાન કોને આપશો?” તેના પિતાએ ગુસ્સાના આવેશમાં કહ્યું, “હું તને મૃત્યુને આપું છું.”

અને તેથી તે બાળક યમલોક ગયો. આમ, અહીં એક બાળક હતો, જે તે તરફ ચાલી રહ્યો હતો, જ્યાં દરેક પુખ્ત વયના લોકો પણ જતાં સૌથી વધુ ડરે છે. તે એટલા માટે નહોતો જઇ રહ્યો કે તેને ખબર નહોતી પડતી, પરંતુ એટલા માટે જઈ રહ્યો હતો કે સત્ય માટેની તેની ઝંખના તેના પોતાના મૃત્યુના ભય કરતાં પણ વધારે હતી. નચિકેતા યમનાં દ્વારે પહોંચ્યો, ત્યારે મૃત્યુના સ્વામી યમ હાજર નહોતા, પરંતુ તે મૃત્યુના દ્વાર પર ત્રણ દિવસ અને ત્રણ રાત ખોરાક વિના, આશ્રય વિના તથા તેની પાસે દિલાસો આપવા માટે કોઈ પણ ન હોવા છતાં રાહ જોતો રહ્યો. જ્યારે યમ પાછા ફર્યા, ત્યારે નચિકેતાની હિંમતથી પ્રભાવિત થઈને, તેમણે તેને ત્રણ વરદાન આપ્યા.

નચિકેતાએ પહેલું વરદાન માંગ્યું, કે તેના પિતાનો ક્રોધ ઓગળી જાય. બીજું વરદાન તેણે સ્વર્ગમાં લઈ જતી અગ્નિ વિધિ શીખવાનું માંગ્યું. તે બંને વરદાન સહેલાઈથી મંજૂર કરવામાં આવ્યા. પરંતુ તેણે જે ત્રીજું વરદાન માંગ્યું, તેનાથી તો મૃત્યુનાં દેવ યમરાજા પણ હચમચી ગયા. તેણે માગ્યું, “મને એ જણાવો કે વ્યક્તિના મૃત્યુ પછી શું થાય છે. શું મૃત્યુ પછી પણ આત્માનું અસ્તિત્વ ચાલુ જ રહે છે? મને સત્ય કહો.”

યમે તેને ડરાવીને તથા અલગ અલગ બાબતોની લાલચ આપીને વિચલિત કરવાનો પ્રયાસ કર્યો. તેને ધનની, રાજ્યની, લાંબા જીવનની, સુંદર સાથીદારોની અને કલ્પનાતીત સુખસાહ્યબી ભેટ આપવાની વાત કરી. દુનિયા જે ભેટ મેળવવા માટે તલસે, તે બધી ભેટો તે બાળકના ચરણે ધરી દેવામાં આવી, પરંતુ તેણે તે બધાને નકારીને કહ્યું, “આ બધી વસ્તુઓ તો નાશવંત છે. તમે તો મૃત્યુના સ્વામી છો. તમે આ બાબત કોઈના પણ કરતાં વધુ સારી રીતે જાણો છો. મને એ કહો કે શું અવિનાશી છે?”

જ્યારે એક આત્મા આવો મહાન પ્રશ્ન પૂછી રહ્યો હોય, ત્યારે નાના જવાબને સ્વીકારવાનો ઇનકાર, એ શ્રદ્ધાનું પરિશુદ્ધ સ્વરૂપ છે. તે નિર્ભયતા નથી; પરંતુ તે એક ઝંખના છે, કે જે એટલી મોટી થઈ ગઈ હોય છે કે તેની તુલનામાં ભય વામણો થઈ જાય છે.

ચારીજીએ એક વાર આ વાર્તા પર પ્રતિભાવ આપતાં તેમનું અવલોકન જણાવ્યું હતું કે શીખવા માંગતા લોકો માટે મૃત્યુ સૌથી મોટો શિક્ષક છે. નચિકેતાની લડત મૃત્યુના ભય પર વિજય માટેની નહોતી; તેની ઈચ્છા સલામતી કરતાં સત્ય માટેની વધારે હતી અને આ જ એ ચાવી છે, જે શરૂઆતમાં દર્શાવેલ રક્ષિત દરવાજાને ખોલે છે, ભયને દૂર કરીને તેના પર વિજય પ્રાપ્ત કરી શકતો નથી, પરંતુ તે એક એવી બાબત કેળવીને કરવામાં આવે છે, જે ભયને અપ્રસ્તુત બનાવે છે. એક માતા જે પોતાના બાળકને બચાવવા માટે એક સળગતા મકાનમાં પણ દોડી જાય છે, ત્યારે તે આગના ભય પર વિજય મેળવવા માટે નથી હોતું, માત્ર તેનો પ્રેમ મોટો હોય છે. તે અગ્નિમાં કંઈ બદલાયું નથી હોતું, તે પોતે બદલાઈ ગઈ હોય છે.

વણજીવ્યા જીવનના સંસ્કારો

જે સ્વપ્ન માટે જીવનમાં પ્રયત્ન તો કરાયો હોય, પણ તેમાં અસફળ રહેવાયું હોય; તેવા સ્વપ્ન કરતાં, જે સ્વપ્ન માટે કોઈ પ્રયત્ન જ ન કરાયો હોય અને તે મરી પરવાર્યું હોય, તે વધુ સતાવે છે. પરંપરાઓથી આ શાણપણ શિખવાતું રહ્યું છે કે – નિષ્ફળતા મળવાને કારણે પેદા થતાં સંસ્કારો કરતાં અધૂરા પ્રયત્નોના સંસ્કારો વધારે ઊંડી

જ્યારે એક આત્મા આવો મહાન પ્રશ્ન પૂછી રહ્યો હોય, ત્યારે નાના જવાબને સ્વીકારવાનો ઇનકાર, એ શ્રદ્ધાનું પરિશુદ્ધ સ્વરૂપ છે. તે નિર્ભયતા નથી; પરંતુ તે એક ઝંખના છે, કે જે એટલી મોટી થઈ ગઈ હોય છે કે તેની તુલનામાં ભય વામણો થઈ જાય છે.

અસર કરે છે. એક પૂરું કરેલું કાર્ય, પછી ભલે તેનું પરિણામ દુ:ખદ રહ્યું હોય, પરંતુ તેનામાં એક પ્રામાણિકતા હોય છે, જે શાંતિપ્રદ હોય છે, જ્યારે છોડી દેવાયેલા સ્વપ્નામાં તે પ્રામાણિકતા હોતી નથી. તે આપણી ચેતનામાં એક વણઉકેલાયેલા અને સતત પૂછાતા રહેતા પ્રશ્ન તરીકે જીવંત રહે છે, કે જેનો ભયને કારણે કોઈ જવાબ નથી અપાયો હોતો.

દિવસ દરમિયાન આપણે શું કર્યું, શું કહ્યું અને શું અનુભવ્યું, તે બધું આપણે સાંજની હાર્ટફુલનેસ સફાઈની પ્રક્રિયા માટે બેસીએ છીએ, ત્યારે શરીરના પાછલા ભાગમાંથી દૂર કરીએ છીએ. પરંતુ આવો આપણે હવે એ જોઈએ કે જેની ચર્ચા ભાગ્યે જ કરાતી હોય છે, તે છે એ છાપો કે જે આપણે કઈ ન કર્યું હોય તેના કારણે ઊભી થતી હોય છે, તેનું શું? જે વાતચીત કરવાનું આપણે ટાળ્યું હોય, એ સત્ય કે જે આપણે ન બોલ્યા હોઈએ, કે એ પ્રેમ જે આપણે વ્યક્ત ન કર્યો હોય, તે પણ છાપો છોડી જાય છે. કોઈ કાર્યના કારણે પડતી છાપોની સફાઇ કરતાં આ છાપોની સફાઈ વધારે મુશ્કેલ હોઇ શકે છે, કારણ કે તે કોઈ ઘટનાઓ નથી હોતી, પરંતુ ગેરહાજરીઓ હોય છે. તે પડછાયાઓ હોય છે અને આપણે પડછાયાઓને કેવી રીતે દૂર કરી શકીએ? જ્યારે જ્યારે ભય કોઈ કાર્યને અટકાવે છે, ત્યારે ત્યારે જે કાર્ય થઈ શક્યું નથી હોતું, તે કાર્ય એક અધૂરપનાં સંસ્કાર જમા કરે છે. મહિનાઓ, વર્ષો અને દાયકાઓ સુધી, આ સંસ્કારો જમા થતાં રહે છે, જે ભારેપણું લાવે છે.

જ્યારે ભય તમને કંઈક કરતા અટકાવતો હોય, ત્યારે તે કાર્યને ટાળવું થોડું સરળ બને છે, અને તમારી હિંમત થોડી નબળી પડે છે. તમારા દ્વારા ટાળવામાં આવેલા પ્રત્યેક

જ્યારે ભય તમને કંઈક કરતા અટકાવતો હોય, ત્યારે તે કાર્યને ટાળવું થોડું સરળ બને છે, અને તમારી હિંમત થોડી નબળી પડે છે. તમારા દ્વારા ટાળવામાં આવેલા પ્રત્યેક પગલાં સાથે વણજીવ્યા જીવનનો ભાર વધતો જ જાય છે અને આ વણજીવાયેલ જીવન, છેવટે આગળનું પગલું ભરાવું જ અશક્ય બનાવી દે છે.

પગલાં સાથે વણજીવ્યા જીવનનો ભાર વધતો જ જાય છે અને આ વણજીવાયેલ જીવન, છેવટે આગળનું પગલું ભરાવું જ અશક્ય બનાવી દે છે. એવું પણ નથી હોતું, કે તમે ચાલી શકતાં નથી હોતા, પરંતુ તમે એટલા લાંબા સમયથી સ્થિર ઊભા રહ્યા હો છો કે તમારા પગની આસપાસ પણ જમીન આવી ગઈ હોય છે.

આમાંથી આપણને કોણ ઉગારે છે?

શ્રદ્ધા આધ્યાત્મિક દ્રષ્ટિએ કોઈ પુરાવા વિનાની માન્યતામાંથી નહીં, પરંતુ અનુભવજન્ય વિશ્વાસમાંથી ઉદ્ભવે છે. એક સાધક કે જે ધ્યાનમાં બેસીને પોતાના કરતાં મહાન એવા અસ્તિત્વની હાજરી સ્પષ્ટપણે અનુભવે છે, ત્યારે તે અનુભૂતિ કઇંક એવી હોય છે, જેને ભય કોઈપણ રીતે સમજાવી નથી શકતો. દરરોજ, વર્ષો-વર્ષ વારંવાર થતી રહેતી આ અનુભૂતિઓ એ સ્વપ્ન જોનારના પગ તળે એક એવો પાયો ઘડે છે, જેને ભય ક્ષીણ નથી કરી શકતો.

હાર્ટફુલનેસ સાધના પદ્ધતિમાં પ્રાણાહુતિ, ભય દ્વારા પેદા કરાતાં ફાંસલાને ઓગાળી દે છે. તેથી, જ્યારે આ પ્રાણાહુતિ હૃદયમાં પ્રવેશ કરે છે, ત્યારે તે ભય સાથે દલીલ કરતી નથી, કે કોઈ પુરાવા પણ રજૂ કરતી નથી, પરંતુ તે માત્ર એ જગ્યાને એ એટલી વાસ્તવિક અને એટલી સ્પષ્ટ વસ્તુથી ભરી દે છે કે ભય તેનું આધિપત્ય ગુમાવે છે. જ્યારે કોઈએ પ્રકાશ ચાલુ કર્યો હોય, ત્યારે તમને અંધારાનો ભય નથી લાગી શકતો. અહી અંધારા પર વિજય નથી મેળવાયો હોતો, પણ તેને અપ્રસ્તુત બનાવી દેવાયો હોય છે.

શ્રદ્ધા આધ્યાત્મિક દ્રષ્ટિએ કોઈ પુરાવા વિનાની માન્યતામાંથી નહીં, પરંતુ અનુભવજન્ય વિશ્વાસમાંથી ઉદ્ભવે છે. એક સાધક કે જે ધ્યાનમાં બેસીને પોતાના કરતાં મહાન એવા અસ્તિત્વની હાજરી સ્પષ્ટપણે અનુભવે છે, ત્યારે તે અનુભૂતિ કઇંક એવી હોય છે, જેને ભય કોઈપણ રીતે સમજાવી નથી શકતો.

અહીં માર્ગદર્શકની પણ એક ભૂમિકા હોય છે. એક બાળક પોતાના પિતાનો કે માતાનો હાથ પકડીને એક એવા રૂમમાં પ્રવેશ કરે છે, જ્યાં તે એકલું હોત, તો કદાચ ક્યારેય ન ગયું હોત. જે બાળક માતાપિતાનો હાથ પકડે છે, તે એક એવા ઓરડામાં પણ જાય છે, જ્યાં તે ક્યારેય એકલો પ્રવેશ કરત નહીં, તે એટલા માટે નહીં કે તે રૂમ બદલાઈ ગયો હોય છે, પરંતુ એટલા માટે કે તેણે પકડેલો હાથ, તેને એવી અનુભૂતિ કરાવે છે કે આ રૂમમાં જે કોઈ પણ પરિસ્થિતિ હશે, તેને પહોંચી વળાશે. આધ્યાત્મિક માર્ગદર્શક એક જીવંત હૈયાધારણ પૂરી પાડે છે કે આ યાત્રા તેમણે કરી છે, કે રક્ષિત દ્વારની પાછળનો રૂમ ખાલી કે ભયાનક નથી, પરંતુ તેમાં એ જ બધું જ ભરેલું છે, જે તમે શોધી રહ્યા છો અને એમાંથી એક હાથ લંબાયેલો છે, જેનો સહારો તમે જરૂરિયાત મુજબ લઈ શકો છો.

બાબુજીએ એક વખત માનવતાનું વર્ણન એટલી મૃદુતાથી કર્યું હતું કે આપણે અત્યાર સુધી જે કંઈ પણ ચર્ચા કરી, તે તરફનો દ્રષ્ટિકોણ જ બદલાઈ જાય. તેમણે કહ્યું હતું કે સમગ્ર માનવજાત એવાં બાળકો જેવી છે, જેમને ખાતરી આપવાની જરૂર હોય છે. આપણે એ બાબતે સભાન હોઈએ કે ન હોઈએ, પરંતુ આપણી બધાની અંદર ઊંડે ઊંડે એક ભય હાજર હોય છે, જે યુગોથી ઉતરી આવ્યો છે. આપણે આપણા સાચા વતનથી ઘણે દૂર હોવાથી, આપણામાં એક ખાલીપણું અનુભવાય છે અને આપણે વહેલા કે મોડા તે ખાલીપણાને ભરવાની જરૂર અનુભવીશું.

કૃપા કરીને તે ફકરો ફરીથી વાંચો. બાબુજીના દ્રષ્ટિકોણમાં ભય એ કોઈ ચારિત્ર્યની ખામી નથી, કે એવી કોઈ નબળાઈ પણ નથી કે જેના માટે શરમાવું પડે; પરંતુ તે આત્માના અસ્તિત્વની જ એક હાલત છે, જે તેના મૂળથી ઘણે દૂર પહોંચી ગઈ છે.

એ સ્વપ્ન, જે મરી જવાનો ઇનકાર કરે છે

એવી કઈ વાત છે, જે વિષે તમને ખબર પડે, એવું ભય નથી ઈચ્છતો? ભય નથી ઈચ્છતો કે તમે એ જાણી લો કે એ સ્વપ્ન કે જે વિષે તમે માનતા હતાં કે તે મરી

આધ્યાત્મિક માર્ગદર્શક એક જીવંત હૈયાધારણ પૂરી પાડે છે કે આ યાત્રા તેમણે કરી છે, કે રક્ષિત દ્વારની પાછળનો રૂમ ખાલી કે ભયાનક નથી, પરંતુ તેમાં એ જ બધું જ ભરેલું છે, જે તમે શોધી રહ્યા છો અને એમાંથી એક હાથ લંબાયેલો છે, જેનો સહારો તમે જરૂરિયાત મુજબ લઈ શકો છો.

પરવાર્યું છે, તે હજુ પણ જીવંત છે. તે એક ગૂઢ બેચેનીમાં, બાહ્ય એશો-આરામ છતાં સતત અનુભવાયા કરતાં અસંતોષમાં અને સવારે ત્રણ વાગ્યે જ્યારે તમારો પ્રતિકાર ન્યૂનતમ હોય અને હૃદય બેરોકટોક બોલતું હોય, તે સમયે ઊભી થતી એક તડપમાં જીવંત હોય છે. આ ખળભળાટ, એ ચિંતા નથી, પરંતુ એ સ્વપ્ન છે, જે અંદરથી બહાર આવવા માટે ટકોરા મારી રહ્યું હોય છે.

અને એ કયું રહસ્ય છે કે જેને ભય ઈર્ષ્યા-વૃત્તિથી છુપાવી રાખે છે? તે એ છે કે તમારે આખું અંતર કાપવાની જરૂર નથી હોતી, તમારે ફક્ત પહેલું પગલું ભરવાની જરૂર છે. ભય કહે છે કે અંતર અનંત છે, જ્યારે શ્રદ્ધા કહે છે કે તે ફક્ત આ એક પગલું જ છે, ફક્ત એક શ્વાસ જ છે, અને ફક્ત આજનું સવારનું ધ્યાન જ છે.

દરેક આધ્યાત્મિક પરંપરા એક જ વાત કહે છે: ભય તમને જે કઈં પણ કરવાની છૂટ આપે, તેના કરતાં ઘણી વધારે બાબતો માટે તમારું સર્જન થયું છે. આ પાંજરું સ્વયં-નિર્મિત છે અને તમે જે દરવાજાની આખી જિંદગી રક્ષા કરી છે, તે ક્યારેય બહારથી બંધ નહોતો, તે અંદરથી જ બંધ હતો.

ભય કહે છે કે અંતર અનંત છે, જ્યારે શ્રદ્ધા કહે છે કે તે ફક્ત આ એક પગલું જ છે, ફક્ત એક શ્વાસ જ છે, અને ફક્ત આજનું સવારનું ધ્યાન જ છે.

સંપૂર્ણ વર્તુળ

આપણે ફેબ્રુઆરીમાં સંદેશાઓની આ શ્રેણી 'વિભાજિત હૃદય' થી શરૂ કરી હતી, કે એક હૃદય પોતે જે ઇચ્છતું હતું તેમાં અને પોતાના મતે જે સાચું હતું, તેમાં વિભાજિત હતું. આપણે એક એવી આગને એટલે કે જીવનની ઊર્જાને જોઈ, જે પોતાનો હેતુ ભૂલી ગઈ હતી; એક એવો પાયો જોયો, જે પોતાના પર વિશ્વાસ ન કરી શક્યો; ઉપલબ્ધિઓથી રચાયેલી એક એવી છત જોઈ, કે જેણે આકાશને ખોલી દેવાની જરૂર હતી; અન્ય કોઈના જીવનમાંથી ઉછીનો લીધેલો ઘા જોયો, જેને પોતાનો ઘા હોવાની ગેરસમજ કરી હતી અને રંગીન કાચની બારીઓવાળી દીવાલો જોઈ, જ્યાં આપણે એ પણ ભૂલી ગયા હતાં કે તે બારીઓ રંગીન કાચની હતી.

હવે, આપણને તે બધાને જોડતું એક સૂત્ર મળ્યું છે – તે છે ભય. ઇચ્છાઓ વિભાજીત થાય છે, કારણ કે આપણને પસંદગી કરવાનો ભય છે. આપણે ઊર્જાહીન રહીએ છીએ, કારણ કે આપણને જાગવાનો ભય છે. શંકા કોરી ખાય છે, કારણ કે આપણને વિશ્વાસ કરવાનો ભય છે. સ્વાભિમાન કુંઠિત કરી રાખે છે, કારણ કે આપણને ખુલ્લા આકાશનો ભય છે. ઈર્ષ્યા બીજાના ઘા ઉછીના લઈ લે છે, કારણ કે આપણને આપણી પોતાની અધુરપનો ભય હોય છે તથા પૂર્વગ્રહ બારીઓને બંધ રાખે છે, કારણ કે આપણને રંગીન કાચ મારફતે જોવાને બદલે સીધેસીધું (તિરાડમાંથી) જે દેખાઈ શકે, તેનો ભય હોય છે. છેવટે, ભય – ઉપરોક્ત છ એ છ વિષની માતા – પોતે, દરવાજાને અંદરથી બંધ કરી દે છે, કારણ કે આપણે ભૂલી ગયા હોઈએ છીએ કે દરવાજાની બહાર વિનાશ નહીં, પણ જીવન જ આપણી રાહ જોઈ રહ્યું છે અને તે જીવવા માટે જ આપણું સર્જન થયું હતું.

આ ચાવી માત્ર એક જ કાર્યથી ફરે છે. તે કોઈ ભવ્ય કાર્ય નથી હોતું, કે જે બધા ભયને એકસાથે લડત આપે, પરંતુ અનિવાર્યપણે ભરાતું એક એવું નાનું પગલું છે, કે જે ભરવાની તમને ભયે ના પાડી હતી.

આ ચાવી માત્ર એક જ કાર્યથી ફરે છે. તે કોઈ ભવ્ય કાર્ય નથી હોતું, કે જે બધા ભયને એકસાથે લડત આપે, પરંતુ અનિવાર્યપણે ભરાતું એક એવું નાનું પગલું છે, કે જે ભરવાની તમને ભયે ના પાડી હતી. તેથી, જ્યારે ભય એમ કહે કે ધ્યાન કરવું અર્થહીન છે, ત્યારે ધ્યાનમાં બેસો; જ્યારે ભય કહે કે સાચું બોલવું ખતરનાક છે, ત્યારે સત્ય બોલો; જ્યારે ભય કહે કે અહીં પ્રેમ કરવાથી તમને દુ:ખ લાગશે, ત્યારે સંપૂર્ણપણે પ્રેમ કરો અને જ્યારે ભય કહે કે તમે પડી જશો, ત્યારે પગલું ભરો.

હિંમતે મર્દા, તો મદદે ખુદા.

જ્યારે તમે હિંમતનું એક પગલું ભરો છો, ત્યારે પરમાત્મા બાકીના અંતરને આવરી લે છે.

ભય કહે છે, “જો...કદાચ... હું આમ કરીશ તો શું થશે?”

તમારી રાહ જોઈ રહેલું વણજીવ્યું જીવન જીવાય, તે માટે શ્રદ્ધા કહે છે, “જો હું આમ કરીશ, તો પણ કંઈ નહીં થાય.”.

પ્રેમ અને પ્રાર્થનાઓ સાથે,
કમલેશ

There's More Waiting For You

to go a little deeper

HEARTFULNESS APP

A Quiet Place to Start

Carry your practice with you — download the free app and connect with a personal trainer anytime.

Free Download. Daily practice. Trainer always Available.

Heartfulnessapp.org

MASTERCLASSES

Go Deeper at Home

Learn with Daaji relaxation, meditation, cleaning, and prayer through three freely offered video sessions.

Free Videos. Learn from Daaji. 3 classes.

Heartfulness.org/global/masterclass

RETREAT

Time for Just You

Step away from the noise and into a peaceful weekend that quietly deepens everything.

Peaceful Setting. Deepen Practice. Weekend Stays.

Heartfulness.org/global/retreat

HEARTSPOTS

Find a Centre Near You

Your nearest meditation centre is closer than you think at no cost.

6000+ Centres. Heartful Community. Free to Visit.

Heartspots.heartfulness.org

Scan to download the free app, always there when you need it.
Start with a guided session, and let the practice find its own rhythm in you.
The journey inward begins with a single, still moment.

heartfulness
purity weaves destiny