



આત્માનુસન્ધાનનો આદેશ



ઈશ્વર શરણાગતનું દસે દિશાએથી રક્ષણ કરે છે. શરણાગતને તેઓ તેની ખબર સુધ્ધાં પણ પડવા દેતા નથી. સમયના એક તબક્કે ઈશ્વર સ્વયં શ્રીમુખે શરણાગતને તેની જાણ કરે છે ત્યારે શરણાગત માટે ઘણા આશ્ચર્ય અને આનંદની વાત બને છે. એટલું જ નહીં સમસ્ત અધ્યાત્મ જગત, શ્રદ્ધાળુઓ, ઉપાસકો માટે પણ ભારે આનંદ અને વિસ્મય સર્જાય છે. મહાભારતના એવા જ એક પ્રસંગની અહીં વાત કરવી છે.

મહાભારતનું યુધ્ધ પૂરું થઈ ગયું હતું. અર્જુન અને કૃષ્ણ હજુ રથ પર જ બેઠા હતા. કૃષ્ણે કહ્યું: “અર્જુન, હવે રથ પરથી ઊતરી જા.” અર્જુન ઊતરી ગયો. પછી કૃષ્ણ પણ ઊતર્યા. કૃષ્ણ જેવા રથ પરથી ઊતર્યા કે આખો રથ સળગીને રાખ થઈ ગયો. અર્જુન વિચારમાં પડ્યો અને કૃષ્ણને પૂછ્યું: “પ્રભુ, આ શું થયું?” કૃષ્ણ હસીને બોલ્યા, “અર્જુન, આ રથ તો ક્યારનોય બળી ચૂક્યો હતો. દિવ્યાસ્ત્રોની આગે એને ક્યારનોય ખાક કરી નાખ્યો હતો પણ રથ ઉપર હું બેઠો હતો અને એની ધજા પર

ભસ્મીભૂત થતાં રોક્યો હતો, એમની દિવ્ય શક્તિથી જ સ્તો. એક સારથિ તરીકે રથારૂઢ અર્જુનનું કેવું અદ્ભુત અને અકલ્પ્ય રક્ષણ કર્યું હતું તે સમજાય છે. આથી જ તેમણે અર્જુનને રથમાંથી ઊતરી જવાનો આદેશ આપ્યો. અર્જુને એ આદેશનું અનુસરણ પણ કર્યું અને પછી કૃષ્ણ ઊતરતાં જ રથ સળગી ગયો. કૃષ્ણે રથનું, રથમાં બેઠેલા અર્જુનનું રક્ષણ કર્યું તે તેમણે શ્રીમુખે સ્વયં અર્જુનને કહ્યું છે: “રથ પર હું બેઠો હતો.”

પછીના શબ્દોમાં શ્રીકૃષ્ણે અવતારનું અનુસંધાન કર્યું છે. રામાવતારના હનુમાન કૃષ્ણવતારમાં પણ તેમની સાથે જ છે. આથી જ મહાભારતના યુધ્ધમાં રણમેદાનમાં રથની ધજા પર હનુમાને બિરાજીને રથનું, અર્જુનનું પોતાના પ્રભુનું-કૃષ્ણનું રક્ષણ કર્યું એમ મને સમજાય છે. રામાવતારમાં હનુમાને લંકાદહન કર્યું તો કૃષ્ણાવતારમાં અર્જુનના રથની રક્ષા કરી. અર્જુનના સારથિ કૃષ્ણ હતા એટલે રથનું રક્ષણ કર્યું.

માધવ મલ્હાર તપન ત્રિવેદી

ઈશ્વર પરિસ્થિતિની પેલે પારને જોઈ જાણી લે છે અને ભક્તને માર્ગદર્શન આપે છે, સંકેત આપે છે, આદેશ આપે છે, જે પ્રથમ દષ્ટિએ આશ્ચર્યકારક અને વિસ્મયપ્રેરક હોય છે

સાક્ષાત વીર હનુમાન બિરાજમાન હતા એટલે જ આ રથ અત્યાર સુધી ટકી રહ્યો. જ્યાં સુધી ભગવાનનો સાથ હોય તો માણસ ભલે અંદરથી તૂટી ગયો હોય તોય ટકાર ઊભો રહી શકે છે.”

કૃષ્ણે છેલ્લી મહત્વની વાત કહી કે “અર્જુન, જીવનમાં જ્યારે પણ એવું લાગે કે બધું જ વિખરાઈ રહ્યું છે, બધું જ હાથમાંથી જઈ રહ્યું છે ત્યારે એટલું સમજી લેજે કે હું તારી સાથે જ છું, પણ જે દિવસે તું મને છોડી દઈશ ત્યારે તારા જીવનમાં જે કંઈ પણ બચ્યું હશે તે પણ રાખ થઈ જશે.”

શ્રીકૃષ્ણે સ્વયં તેમના શ્રીમુખે શરણાગતિની ચરમસીમાનો આલેખ રજૂ કર્યો છે. તેઓ સ્વયં પણ શરણાગતિનો મહિમા સમજાવે છે અને શરણાગતિનો સ્વીકાર પણ કરે છે. શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતામાં તેમણે કહ્યું છે: અહમ ત્વામ સર્વ પાપેભ્યો મોક્ષયિષ્યામિ. મા શુચ: હું તને બધાં પાપોમાંથી છોડાવીશ. ચિંતા ન કર. ઈશ્વર પરિસ્થિતિની પેલે પારને જોઈ-જાણી લે છે અને ભક્તને માર્ગદર્શન આપે છે, સંકેત આપે છે. આદેશ આપે છે. જે પ્રથમ દષ્ટિએ આશ્ચર્યકારક અને વિસ્મયપ્રેરક હોય છે પણ એ માર્ગદર્શન-આદેશનો ત્વરિત અમલ કરવાથી માણસ કેવી મોટી દુર્ઘટનામાંથી ઊગરી જાય છે તે સમજાય છે. શ્રીકૃષ્ણને તો ખબર જ હતી અથવા કહો કે તેમણે સ્વયં રથને બળતો નજરોનજર નિહાળ્યો હતો પણ અર્જુન જ્યાં સુધી રથમાં બેઠો હતો ત્યાં સુધી એને

સાંપ્રત સમયમાં રામ અને કૃષ્ણ આપણી પૂજા છે, શ્રદ્ધા છે, આપણો આધાર છે. બંનેનું સ્મરણ કરતાં હનુમાન અને મહાભારતનું યુધ્ધ આપણા માનસપટ પર તરત જ તાંદેશ થઈ જાય છે. બંને અવતારમાં હનુમાન વચ્ચે છે, હાજર છે આથી જ હાલના સમયમાં શ્રદ્ધાળુઓમાં હનુમાન પૂજાનું, પૂજામાં હનુમાન ચાલીસા, સુંદરકાંડના પાઠનું મહત્વ સ્વીકારાયું છે. લોકો પોતાની અનુકૂળતા અનુસાર એનું અનુસરણ કરી રહ્યા છે. આ કળિકાળમાં હનુમાન એ રીતે પોતાના પ્રભુની યાદને માણસોના હૃદયમાં પ્રસરાવી રહ્યા છે.

છેલ્લે રથમાંથી ઊતર્યા પછી કૃષ્ણે જે વાત કરી તે આજે હજારો વર્ષો પછી પણ આપણા માટે એટલી જ ઉપકારક છે. કૃષ્ણનું કહેવાનું તાત્પર્ય એમ લાગે છે કે જ્યારે તમામ પરિસ્થિતિઓ તમારે માટે વિકટ અને પ્રતિકૂળ હોય તો તમે ગભરાશો નહીં. હું તમારી સાથે જ છું પણ ભગવાન સાથે ક્યારે હોય? માણસે તેની સંપૂર્ણ શ્રદ્ધાથી શરણાગતિ સ્વીકારી હોય ત્યારે જ.

માણસ જ્યારે તેની શરણાગતિ છોડી દે છે ત્યારે પ્રભુ પણ તેને છોડી દે છે. અહીં કૃષ્ણ માણસને આત્માનુસન્ધાન સાધવાનો, સાયુજ્ય કેળવવાનો નિર્દેશ કરે છે. આપણે સૌ અસ્તિત્વના-હૃદયના બને એટલા પ્રબળ વેગથી માધવને પકડી રાખીએ. સમગ્ર આયુષ્ય દરમ્યાન, અરે જન્મોજન્મ એવી મતિ અને ગતિ મળે એવી અભ્યર્થના કરીએ.

આચરણમાં મૂકવા યોગ્ય ઉપનિષદ બોધ

વેદ, ઉપનિષદ અને પુરાણોમાં સમાવિષ્ટ ઉપદેશો સનાતન વૈદિક સંસ્કૃતિની અમૂલ્ય ધરોહર છે. તે શ્રદ્ધાળુ માનવીના સર્વાંગી કલ્યાણ, આ લોક-પરલોકના હિત તથા આત્મજ્ઞાન માટે ઉત્તમ માર્ગદર્શન પૂરું પાડે છે. ઉપનિષદો પરમ શાંતિ અને પરમ સત્યની અનુભૂતિ કરાવે છે એવી પ્રબળ માન્યતા છે. ઉપનિષદને વેદનો સર્વોચ્ચ ભાગ અથવા વેદાંત પણ કહેવાય છે, કારણ કે તે વેદોનો અંતિમ અને સર્વશ્રેષ્ઠ ભાગ છે.

ઉપનિષદની સરળ વ્યાખ્યા એવી છે કે જે વિદ્યા દ્વારા પરબ્રહ્મની સમીપતા અને સમાનતા પ્રાપ્ત થાય તેને ઉપનિષદ કહેવાય. જે પાપ-તાપને દૂર કરીને સાચું જ્ઞાન આપે છે તે ઉપનિષદ. ઉપનિષદોનો પ્રભાવ દેશ-કાળથી પર અને સર્વવ્યાપક છે. આદિ શંકરાચાર્યના મતે ઉપનિષદનો એક અર્થ ‘પરમાર્થ’ પણ છે અને તેનો ઉપદેશ અમર છે.

સૌથી જાણીતી શ્રીમદ્ ભાગવદ ગીતા પણ ‘ગીતોપનિષદ’ તરીકે ઓળખાય છે. ઉપનિષદોની ચોક્કસ સંખ્યા અંગે મતભેદો છે, પરંતુ ૧૦૮ ઉપનિષદો મહત્વપૂર્ણ માનવામાં આવે છે. તેમાં ઈશાવાસ્યોપનિષદ, કેનોપનિષદ, કઠોપનિષદ, પ્રશ્નોપનિષદ, મુંડકોપનિષદ, માંડૂક્યોપનિષદ, ઐતરેયોપનિષદ, તૈત્તિરીયોપનિષદ, છાંદોગ્યોપનિષદ, સૂર્યોપનિષદ વગેરે ખૂબ જાણીતા છે. જોકે દરેક ઉપનિષદનું પોતાનું આગવું મહત્વ છે.

પંડિતોના મતે સર્વ ઉપનિષદોનો સાર ભગવાન શ્રીકૃષ્ણના શ્રીમુખે કહેવાયેલી શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતા છે, જે મહાભારતનો એક ભાગ છે. મહાભારત અને વાલ્મીકિ રામાયણ ઈતિહાસગ્રંથોમાં પણ સ્થાન ધરાવે છે.

ઉપનિષદોના પઠન, મનન અને ચિંતનથી જીવનને સાર્થક બનાવી શકાય છે. જ્ઞાન, વિજ્ઞાન, ધર્મ અને સંપૂર્ણ તત્ત્વચિંતન તેમાં સમાયેલું છે. તેના વિષે ઘણું લખી શકાય, જે ફરી ક્યારેક.

ઉપનિષદોમાં કેટલાક એવા મહત્વના સારરૂપ ઉપદેશો છે, જેને જીવનમાં આચરણમાં મૂકવા જેવા છે. ‘આહાર-શુદ્ધિથી પ્રાણોની સત્ત્વશુદ્ધિ થાય છે. સત્ત્વશુદ્ધિથી સ્મૃતિ નિર્મળ બને છે, બુદ્ધિમાં સ્થિરતા (સ્થિતપ્રજ્ઞતા) આવે છે, જેના દ્વારા જન્મો-જન્મોત્તરના બંધનો અને ગ્રંથિઓનો નાશ થાય છે. આ મુક્તિ જ મોક્ષ છે. તેથી આહાર-શુદ્ધિ આવશ્યક છે.’

અહીં આહારનો અર્થ માત્ર મુખ દ્વારા લેવાતા અન્નથી જ નથી. સ્થૂળ અને સૂક્ષ્મ શરીરને તંદુરસ્ત રાખવા માટે જે કંઈ પણ ગ્રહણ કરવામાં આવે તે બધું જ આહાર છે. જેમ કે કાન માટે આહાર શબ્દ અથવા ધ્વનિ છે, ચામડી માટે સ્પર્શ છે, આંખ માટે દ્રશ્ય કે રૂપ છે, નાક માટે ગંધ કે સુગંધ છે, જીભ માટે અન્ન અને રસ છે તથા મન માટે ઉત્તમ વિચાર અને ધ્યાન છે. આમ જ્ઞાનેન્દ્રિયોના જે પાંચ દોષો છે, જેના કારણે ચેતનામાં વિકાર પેદા થાય છે, તેનાથી બચવું જોઈએ.

પ્રત્યેક વસ્તુ પૂર્ણ છે, પછી તે વ્યક્તિ હોય, પથ્થર હોય, વૃક્ષ હોય કે અન્ય કંઈ પણ હોય, કારણ કે પૂર્ણમાંથી જ બધાની ઉત્પત્તિ થઈ છે. પોતાની પૂર્ણતા પ્રાપ્ત કરવા માટે ધ્યાન જરૂરી છે. જે રીતે એક બીજ અંકુરિત થઈને વૃક્ષ બને છે અને હજારો બીજ ઉત્પન્ન કરે છે, તે જ રીતે મનુષ્યની

પણ ગતિ છે. આ દુનિયા ઊંધા વૃક્ષ જેવી છે. વ્યક્તિના મગજમાં તેની પૂર્ણતાનાં મૂળ રહેલાં છે, એવું ઉપનિષદોમાં લખ્યું છે.

‘પૂર્ણમદ: પૂર્ણમિદં પૂર્ણાત્ પૂર્ણમુદચ્યતે।
પૂર્ણસ્ય પૂર્ણમાદાય પૂર્ણમેવાવશિષ્યતે।’

— બૃહદારણ્યકોપનિષદ

તેનો ભાવાર્થ એ છે કે સચ્ચિદાનંદ પરબ્રહ્મ પુરુષોત્તમ પરમાત્મા સર્વ રીતે સદા પરિપૂર્ણ છે. આ જગત પણ તે પરબ્રહ્મમાંથી જ પ્રગટ થયેલું હોવાથી પૂર્ણ છે. પૂર્ણમાંથી પૂર્ણ કાઢી લેવામાં આવે તો પણ પૂર્ણ જ શેષ રહે છે.

જે વ્યક્તિ પરસ્પર સહઅસ્તિત્વની ભાવના રાખે છે તે મનુષ્યોમાં શ્રેષ્ઠ છે. સર્વની તંદુરસ્તી અને રક્ષા ઇચ્છનાર પોતાનું મન નિર્મળ બનાવીને શ્રેષ્ઠ માહોલ પ્રાપ્ત કરે છે. જે આ ભાવનાને આત્મસાત કરે છે તેનું જીવન શ્રેષ્ઠ બની જાય છે.

‘સહ નાવવતુ, સહ નૌ ભુનક્તુ, સહ વીર્યં કરવાવહૈ...’
— કઠોપનિષદ

તેનો ભાવાર્થ એ છે કે પરમેશ્વર આચાર્ય અને શિષ્ય બંનેની સાથે રક્ષા કરે, વિદ્યાના ફળનો ભોગ કરાવે, અમે બંને સાથે મળીને વિદ્યા પ્રાપ્ત કરવાનું સામર્થ્ય મેળવીએ, અમારું ભણેલું જ્ઞાન તેજસ્વી બને અને અમે પરસ્પર દ્વેષ ન કરીએ. આવી ભાવના રાખનારનું મન નિર્મળ બને છે અને નિર્મળ મનથી નિર્મળ ભવિષ્યનો ઉદય થાય છે.

‘શરીરમાદં ખલુ ધર્મસાધનમ્.’
શરીર તમામ ધર્મ (કર્તવ્યો)નું સાધન છે. તેથી શરીરની તંદુરસ્તી જાળવી રાખવી અત્યંત જરૂરી છે. ખૂબ જાણીતી કહેવત ‘પહેલું સુખ તે જાતે નર્ચા’નો ભાવ પણ આ જ છે.

‘યેષાં ન વિદ્યા, ન તપો, ન દાનં, ન જ્ઞાનં, ન શીલં, ન ગુણો, ન ધર્મ:..’
તેનો ભાવાર્થ એ છે કે જેની પાસે વિદ્યા, તપ, દાન, જ્ઞાન, ચારિત્ર્ય, ગુણ અને ધર્મમાંથી કશું જ નથી, તે મનુષ્ય પણ સમાન જીવન જીવે છે. જેણે કોઈપણ પ્રકારનો વિદ્યાભ્યાસ કર્યો નથી, જપ-તપ-વ્રત કર્યાં નથી, અનાજ, વસ્ત્ર, ધન કે વિદ્યાનું દાન કર્યું નથી તથા જેમાં જ્ઞાન, ચારિત્ર્ય, ગુણ અને ધર્મનો અભાવ છે, એવી વ્યક્તિ આ ધરતી પર બોજારૂપ છે. મનુષ્યરૂપે જન્મ લેવા છતાં તે પશુની જેમ જીવન વિતાવે છે.

શ્રી ભાવદેવજીએ તમામ ઉપનિષદોના સારરૂપે સુંદર રચના કરી છે—
ક્ષણભંગુર દુર્લભ માનવ તન, વિષય સભી નિસ્સારા।
બરબસ ઈસ મનકો વશ મેં કર, કરો આત્મ-ઉદ્ધાર।
ભૂમંડલ કે કણ-કણ મેં હૈ, વિભુકા હી વિસ્તાર।
સબમે જીવ સમાન જાનકર, કરો તુલ્ય વ્યવહાર।
અનાસક્ત હોકર કરના હૈ, નિજ આહાર-વિહાર।
અહંકાર-પરિહાર ન જબતક, નહીં કર્મ-નિસ્તાર।
સત્ય-શોધ હી ભવ-રોગોંકા, એક માત્ર ઉપચાર।
આત્મબોધ હી પહોંચાતા હૈ, જગમુક્તિ કે દ્વાર।
દેહી અજર-અમર-અક્ષર હૈ, દેહ વિકારાગાર।
યહી દેહ-દેહી વિવેક હી, દેતા પાર ઉતાર।
હૈ સ્વરૂપ-વિસ્મૃતિ હી માયા, ઔર બ્રહ્મ ઔંકાર।
નિર્ગુણ-સગુણ એક ઈશ્વર હૈ, નિરાકાર-સાકાર।
‘મેં’ હૂં નિર્વ્યાપાર, ન મેરા નામ-રૂપ-આકાર।
‘મેં’ ભી વહી બ્રહ્મ હૂં, સત્-ચિત્-આનંદ અપાર।
‘ઈદં ન મમ.’

ધર્મ મર્મ શ્રીજીવ વ્યાસ



તે શ્રદ્ધાળુ માનવીના સર્વાંગી કલ્યાણ, આ લોક-પરલોકના હિત તથા આત્મજ્ઞાન માટે ઉત્તમ માર્ગદર્શન પૂરું પાડે છે ઉપનિષદો પરમ શાંતિ અને પરમ સત્યની અનુભૂતિ કરાવે છે એવી પ્રબળ માન્યતા છે