સત્સંગ
ગુજરાતમિત્ર તથા ગુજરાતદર્પણ

સૂક્ષ્મ જગત

સૂક્ષ્મ જગત કેવું હોય ? જે નરી આંખે દેખાતું નથી પણ જીવનનું ચાલકબળ છે. માનવીની આંખો સામે જે વિશ્વ દેખાય છે તે વિશાળ છે પરંતુ એથી પણ વધુ વિશાળ એક એવું જગત છે જે આંખે દેખાતું નથી. તેને આપણે સૂક્ષ્મ જગત કહીએ છીએ. આ જગતમાં વિચારો છે, ભાવનાઓ છે, સંસ્કારો છે, ચેતના છે, અણુઓ છે, જીવાણુઓ છે, ઊર્જા છે અને જીવનને અદૃશ્ય રીતે સંચાલિત કરતી અસંખ્ય શક્તિઓ છે. ઘણી વખત મનુષ્ય સ્થૂળ જગતના ચળકાટમાં એટલો ખોવાઈ જાય છે કે જીવનના મૂળ આધારરૂપ આ સૂક્ષ્મ જગતને ભૂલી જાય છે પરંતુ સાચું તો એ છે કે જે દેખાય છે તે પહેલાં અદૃશ્યમાં જન્મે છે.

એક વૃક્ષને જ જોઈએ. આપણને તેની ડાળીઓ, પાંદડાં, ફળ અને ફૂલો દેખાય છે પરંતુ તેની સમગ્ર શક્તિ જમીનની અંદર રહેલા મૂળમાં સમાયેલી હોય છે. મૂળ દેખાતાં નથી છતાં એ જ વૃક્ષનું જીવન છે. એ જ રીતે મનુષ્યના જીવનમાં દેખાતા શબ્દો, વર્તન અને કર્મોની પાછળ અદૃશ્ય વિચારો અને સંસ્કારો કાર્યરત હોય છે. બહાર દેખાતું જીવન અંદરના સૂક્ષ્મ વિશ્વનું પ્રતિબિંબ છે.

ભારતીય દર્શનમાં સૂક્ષ્મ જગતને વિશેષ સ્થાન આપવામાં આવ્યું છે. ઉપનિષદો, ગીતા અને યોગશાસ્ત્રમાં વારંવાર કહેવામાં આવ્યું છે કે મનુષ્ય માત્ર શરીર નથી. શરીરની પાછળ મન છે, મનની પાછળ બુદ્ધિ છે અને અંતે આત્માનું ચૈતન્ય છે. શરીર સ્થૂળ છે, જ્યારે મન અને આત્મા સૂક્ષ્મ છે. જીવનનું સાચું પરિવર્તન શરીરમાં નહીં પરંતુ મન અને ચેતનામાં થાય છે. તેથી જ સંતો બહારના શણગાર કરતાં અંતરની શુદ્ધિ પર ભાર મૂકે છે.

વિજ્ઞાન પણ આજે સૂક્ષ્મ જગતનું મહત્ત્વ સ્વીકારે છે. સૂક્ષ્મદર્શક યંત્રની શોધ પછી માનવજાતને સમજાયું કે અસંખ્ય જીવાણુઓ, બેક્ટેરિયા અને વાયરસ આંખે દેખાતાં નથી છતાં જીવન પર તેમનો ઊંડો પ્રભાવ છે. આપણા શરીરમાં કરોડો

શીતલ માલાણી

સૂક્ષ્મ જીવાણુઓ રહે છે, જે આરોગ્ય જાળવવામાં મહત્ત્વની ભૂમિકા ભજવે છે. એક નાનકડો વાયરસ આખી દુનિયાને થંભાવી શકે છે અને એક નાનો જીવાણુ જીવન બચાવી પણ શકે છે એટલે કદ ક્યારેય શક્તિનું માપદંડ બની શકતું નથી.

સૂક્ષ્મ જગતનો સૌથી મહત્ત્વનો ભાગ છે... વિચારોનું વિશ્વ. કોઈ પણ ક્રાંતિ, કોઈ પણ શોધ કે કોઈ પણ મહાન કાર્ય પહેલાં એક વિચાર તરીકે જન્મે છે. એક નાનકડો વિચાર જીવનની દિશા બદલી શકે છે. તે જ રીતે એક નકારાત્મક વિચાર

> મનુષ્ય માત્ર શરીર નથી. શરીરની પાછળ મન છે, મનની પાછળ બુદ્ધિ છે અને અંતે આત્માનું ચૈતન્ય છે

સંબંધોને તોડી શકે છે. તેથી મનની શુદ્ધિ અને વિચારોની સકારાત્મકતા જીવનનું સૌથી મોટું સાધન છે. બહારની સફળતા પહેલાં અંદરની જીત જરૂરી છે. આજના સમયમાં મનુષ્ય માહિતીથી ઘેરાયેલો છે પરંતુ અંતરમનથી દૂર થતો જાય છે. મોબાઇલ, ઈન્ટરનેટ અને કૃત્રિમ બુદ્ધિ વિશ્વને નજીક લાવ્યું છે પરંતુ ઘણી વખત મનુષ્યને પોતાના અંતરથી દૂર પણ લઈ ગયાં છે. આપણે બહારની દુનિયાની દરેક ખબર રાખીએ છીએ પરંતુ પોતાના મનમાં શું ચાલી રહ્યું છે તેની ખબર રાખવાનું ભૂલી જઈએ છીએ. ધ્યાન, પ્રાર્થના, મૌન અને સ્વચિંતન એ સૂક્ષ્મ જગત સુધી પહોંચવાના માર્ગો છે. થોડોક સમય પોતાને આપનાર વ્યક્તિ જ પોતાના જીવનને સાચી દિશા આપી શકે છે.

સંબંધોમાં પણ સૂક્ષ્મ જગતની મોટી ભૂમિકા છે. શબ્દો કરતાં ભાવ વધુ અસર કરે છે. ઘણી વાર કોઈએ કંઈ કહ્યું ન હોય છતાં તેની લાગણી આપણને સ્પર્શી જાય છે. માતાનો સ્પર્શ, મિત્રનો વિશ્વાસ, ગુરુના આશીર્વાદ અને સંતનું મૌન... આ બધું સૂક્ષ્મ શક્તિનું જ પ્રગટ સ્વરૂપ છે. પ્રેમ દેખાતો નથી પરંતુ અનુભવાય છે. વિશ્વાસનું કોઈ સ્વરૂપ નથી છતાં તે જીવનનો સૌથી મજબૂત આધાર છે.

પ્રકૃતિ પણ સૂક્ષ્મ સંદેશાઓથી ભરેલી છે. ફૂલની સુગંધ દેખાતી નથી પરંતુ આખા વાતાવરણને મહેકાવી દે છે. પવન દેખાતો નથી પરંતુ તેનો સ્પર્શ અનુભવાય છે. સંગીતના સ્વર દેખાતા નથી છતાં હૃદયને સ્પર્શે છે. એ જ રીતે સારા વિચારો, શુભ સંકલ્પો અને નિઃસ્વાર્થ કર્મોનો પણ અદૃશ્ય પ્રભાવ હોય છે. મનુષ્ય જ્યાં જાય છે ત્યાં માત્ર પોતાનું શરીર જ નહીં પરંતુ પોતાની ઊર્જા પણ સાથે લઈ જાય છે.

આધુનિક જીવનમાં આપણે સફળતાના સ્થૂળ માપદંડો જેવા કે ધન, પદ, પ્રતિષ્ઠા અને પ્રસિદ્ધિ, પાછળ દોડીએ છીએ પરંતુ જો મન અશાંત હોય તો આ બધું અધૂરું લાગે છે. બીજી તરફ, જે વ્યક્તિ અંતરથી શાંત છે, તે ઓછામાં પણ સમૃદ્ધ અનુભવ કરે છે એટલે જીવનની સાચી સમૃદ્ધિ સૂક્ષ્મ જગતમાં વસે છે. અંતે કહી શકાય કે સૂક્ષ્મ જગત જ સ્થૂળ જગતનો આધાર છે. વિચાર વગર શબ્દ નથી, ભાવ વગર સંબંધ નથી, ચેતના વગર જીવન નથી અને મૂળ વગર વૃક્ષ નથી. તેથી બહારના વિકાસની સાથે અંદરના વિકાસ પર પણ એટલું જ ધ્યાન આપવું જોઈએ. મનને નિર્મળ બનાવવું, વિચારોને ઉજ્જવળ બનાવવા, સંબંધોને પ્રેમથી સિંચવા અને આત્મચિંતન દ્વારા પોતાના અંતર સાથે જોડાયેલા રહેવું. આ જ સૂક્ષ્મ જગતને સમજવાનો સાચો માર્ગ છે.

આંખે જે દેખાય છે તે ક્ષણિક હોઈ શકે પરંતુ જે દેખાતું નથી તે જ જીવનને દિશા આપે છે. તેથી જીવનનું સાચું રહસ્ય સ્થૂળમાં નહીં, સૂક્ષ્મમાં વસે છે. જે મનુષ્ય આ સૂક્ષ્મ જગતને ઓળખે છે, તે બહારની દુનિયાને પણ વધુ સ્પષ્ટ રીતે સમજી શકે છે કારણ કે આખરે, જીવનનું સૌથી મોટું સત્ય આંખોથી નહીં, અંતરદૃષ્ટિથી દેખાય છે.

ફણગાવેલા મગ

બાઉલ કથા

લેફ્ટેનન્ટ સતીશ વ્યાસ

પશ્ચિમ બંગાળની પદ્મા નદીના કાંઠે, ગરિમા ગામના સીમાડે, ઈજ્જા બાઉલના આશ્રમે બાઉલ ગીતોનો ઉત્સવ ચાલતો હતો.

ત્યારે રમન સરકારે, ઈજ્જાની સામે આંગળી ચિંધી, મને કહ્યું, ‘‘સતીશ! તમે ઈજ્જાને ક્યારેય નૃત્ય કરતા કે ગાતા સાંભળ્યા છે?’’

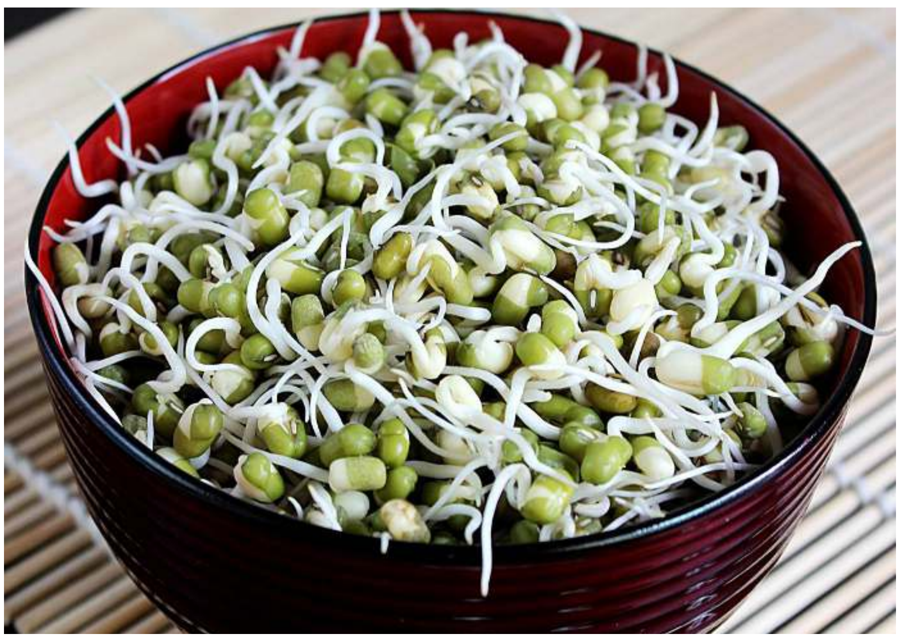
મેં કહ્યું, ‘‘ના, તે બહાર આશ્રમમાં મેળાવડો જરૂર કરે છે, પરંતુ પોતે તો ક્યારેય ગાતા કે નાચતા હોય એવું મેં સાંભળ્યું કે જોયું પણ નથી.’’

ઈજ્જા બાઉલ સહજીયા વૈષ્ણવ પ્રકારના બાઉલ હતા. સાધક તરીકે ખૂબ જ ઉચ્ચ ભૂમિકા ધરાવતા હતા પરંતુ મેં ક્યારેય તેને નૃત્ય કે સંગીતમાં પ્રવૃત્ત જોયા નહોતા.

રમણ સરકારે મસ્તીના સૂરમાં કહ્યું, ‘‘તેને ગીત ગાતા કે ગોપીયંત્ર વગાડતા આવડતું જ નથી’’

ઈજ્જા એ પણ હસીને કહ્યું, ‘‘સાચી વાત છે!’’

રાત્રે મોડે સુધી ગીત ઉત્સવ ચાલ્યો. વહેલી સવારે ચાર વાગ્યે મારી કુટીરમાં રમણે મને કટાણે જગાડ્યો અને ચૂપચાપ પાછળ આવવા કહ્યું.



આશ્રમના એક છેડે નાના ઓટલા પર ઈજ્જા બેઠા હતા. વહેતી પદ્મા તરફ પૂર્વમાં તેમનું મોં હતું અને તેઓ સુંદર રીતે તાલ અને લયમાં ગોષ્ઠિના બાઉલ ગીત લલકારતા હતા. અમે બંને તો આ ગાન સાંભળી સ્તબ્ધ થઈ ગયા. એક પળે તો મારાથી ‘દારૂણ! દારૂણ!’(ગુજરાતીમાં ‘વાહ અદભુત! અદભુત!’) શબ્દ નીકળી પડ્યા.

ધ્યાનભંગ થતાં, બાઉલે પાછળ ફરીને જોયું. અમને જોઈને બોલ્યો, ‘‘આવો, તમારું સ્વાગત છે!’’

અમે પૂછ્યું, ‘‘બાઉલ! આટલું સરસ ગાયન વાદન છે, તો ઉત્સવમાં કેમ ગાતા નથી?’’

તેમણે કહ્યું, ‘‘મારી શ્રોતા પદ્મા! તેની સાથે એકાંતમાં ગાઈ લઉં! એટલે મારો દૈનિક ક્રમ પૂરો.’’

પછી બોલ્યા, ‘‘સંગીત-ગીત એ સાધના માટે છે અને અમારા નીબાનીદાસ તો કહી ગયા છે કે સાધના... ‘ કિછુ દીન મને મને ઘરેર કોને (ઘરના ખૂણામાં અને મનોમન એકાંતિક સાધના) હોવી જોઈએ’ જે જાહેરમાં ગાય તેની સાધના તેમને મુબારક. ’’

> કપડામાં પોટલી કરીને ફણગાવી ઉગાડેલા મગ મીઠા બહુ જ હોય પણ જો તેને ભોમાં ભંડારી અને વાવીએ તો તે ઊગે નહીં! ભક્તિનું પણ એવું જ છે

પછી કહ્યું, ‘‘મારા ગુરુને મગ બહુ ભાવતા. તે મગને બે રીતે બનાવતા, જેમાં પહેલી રીત એક પોટલીમાં બાંધી હવામાં તેને ફણગાવવા અને બીજી રીત સીધા જ બાફીને !

એક વખતે ગુરુએ મને કહ્યું હતું ‘‘બેટા! આ કપડામાં પોટલી કરીને ફણગાવી ઉગાડેલા મગ મીઠા બહુ જ હોય પણ જો તેને ભોમાં ભંડારી અને વાવીએ તો તે ઊગે નહીં! ભક્તિનું પણ એવું જ છે. જાહેરમાં આપણી ભક્તિનાં મૂળિયાં દેખાય તે રીતે ફણગાવીને ઉગાડેલા મગની જેમ ભક્તિ કરીએ તો તે ભક્તિ પછી ગુપ્ત રીતે ભંડારાઈ અને ઊગી ન શકે. હું બાઉલની ગુપ્ત ભક્તિભાવની વાતને આછા અજવાસમાં ઝળહળતી જોઈ રહ્યો.