'સ્વ'નો સાચો પરિચય

જ્ઞાનામૃત

બ્રહ્માકુમાર અનિલ

સામાન્ય રીતે આપણે સ્વનો પરિચય આપીએ છીએ ત્યારે, હું ડૉક્ટર છું, હું વકીલ છું, હું ઉદ્યોગપતિ છું, વિગેરે... આ તો આપણો અભ્યાસના આધારે, અનુભવના આધારે, મહેનતના આધારે આ જન્મનો આપેલો પરિચય છે પરંતુ વાસ્તવમાં હું કોણ છું? આ કોયડાનો ઉકેલ તો આધ્યાત્મિક જ્ઞાનથી જ મળી શકે એમ છે. આ આધ્યાત્મિક જ્ઞાન એટલે 'આત્મજ્ઞાન.'

જીવનમાં આત્મજ્ઞાનની આવશ્યકતા વર્તમાન સમયે ખૂબ જરૂરી છે. આ આત્મજ્ઞાન આપણને જીવનમાં પડકારોનો સામનો કરતાં શીખવાડે છે. સંબંધોમાં મધુરતા લાવે છે. દેહ અભિમાન અને દુઃખ અશાંતિમાંથી મુક્ત કરે છે. ઈર્ષ્યા, નફરત અને દુશ્મનીને દૂર કરે છે. વ્યક્તિને નષ્ટમોહા બનાવે છે અને મૃત્યુના ભયમાંથી મુક્ત કરે છે. આમ મનુષ્યને આત્મજ્ઞાનની જીવનમાં ડગલે ને પગલે આવશ્યકતા છે.

તો પછી આત્મા ક્યાં રહે છે? આત્મા શેનો બનેલો છે? આત્માની અનુભૂતિ કેવી રીતે થાય છે? બાહ્ય સંસાર જેટલો વિશાળ છે એટલો જ અંદરનો સંસાર પણ વિશાળ છે. આ આંતર જગત જેટલું વિશાળ છે તે હજી સુધી માણસ એને સમજી શકયો નથી. આજ સુધી સ્વયમ વાસ્તવિકતાને સમજી નથી માટે આજનો માનવી આત્મા વિશે એટલું જ જાણે છે કે તે એ ચૈતન્ય શક્તિ છે. એ ચૈતન્ય શક્તિને જુદા જુદા નામે ઓળખીએ છીએ. આત્મા એ ચૈતન્ય શક્તિ, સ્પીરીટ, ચેતના, પ્રાણ, રુહ, સોલ, એનર્જી વગેરે શબ્દોનો પ્રયોગ કરવામાં આવે છે. સ્થૂળ નામનો આત્મા શરીર ધારણ કરે ત્યારે મળે છે.

પાંચ તત્ત્વનું હાડ-માંસનું પૂતળું એટલે શરીર એક છે અને તેમાં રહેલી ચૈતન્ય આત્માને તેનો ડ્રાઈવર છે. શરીર એક રથ છે અને આત્મા તેનો સારથિ છે. શરીર એક દાબડી છે અને આત્મા તેમાં રહેલ હીરો-ડાયમંડ છે. શરીર દેવળ છે અને આત્મા દેવતા છે. ગીત પણ ગાઈએ છીએ 'જૂનું તો થયું રે દેવળ જૂનું તો થયું.' એવું પણ ગીત ગાઈએ છીએ 'પંખીડાને આ પિંજરું જૂનું જૂનું લાગે.'

એક વાર શરીરનાં તમામ અંગો ચર્ચા કરતાં હતાં કે આપણા સર્વમાં મોટું કોણ? એટલે સૌ પ્રથમ કાન બોલે છે કે હું સૌથી મોટો કારણ કે, હું સરહદ પર રહેલા સૈનિકો જેવો છું, હું ન હોઉં તો કોઈ સાંભળી શકે નહીં. ત્યાર બાદ આંખ કહે છે કે સૌથી મહત્ત્વનું કાર્ય મારું છે. જો હું ન હોઉં તો કશું જ ન દેખાય. ત્યાર પછી હાથ અને પગ બોલે છે કે અમે મોટા છીએ કારણ કે કર્મ કરવા માટે હાથ અને પગની જરૂર પડે છે. આવી વાતચીત ચાલતી હતી ત્યાં અંદરથી એક જ અવાજ આવે છે કે તમે બધા છાનામાના બેસો. જો હું ન હોઉં તો તમે બધાં જ લાકડાં ભેગાં થઈ જાવ. આ અવાજ હતો 'આત્માનો'.

આમ જોઈએ તો આત્મા ને શરીર બંને અલગ અલગ છે. અલગ હોવા છતાં એકબીજાના પૂરક છે. આત્મા વગર શરીર કોઈ પણ કાર્ય કરી શક્તું નથી અને શરીર ન હોય તો આત્મા પણ પોતાની ભૂમિકા ભજવી શકતો નથી માટે જ કહેવાય છે 'જીવાત્મા' જીવ અર્થાત સ્થૂળ શરીર અને આત્મા અર્થાત એક ચૈતન્ય શક્તિ, આધ્યાત્મિક શક્તિ, એકલો આત્મા હશે તો પણ જીવન છે એમ નહિ કહેવાય એટલે શરીર છે તો પણ જીવન છે એમ નહિ કહેવાય. એટલે જીવાત્મા અર્થાત આત્મા અને શરીર બંનેનું સહ-અસ્તિત્વ. જીવાત્મા = જીવ + આત્મા

કર્મ કરવા શરીરની જરૂર પડે છે પરંતુ તેને ચલાવવા આત્માની જરૂર પડે છે. આમ બંને એકબીજાના પૂરક છે

> **શું આત્માને આ આંખોથી જોઇ શકાય ખરો? ખરેખર આ વિશાળ કાર્ય શરીરનું સંચાલન કરનાર આત્મા અતિ સૂક્ષ્મ અણુ સમાન છે**

પરંતુ મુખ્ય સત્તા આત્મા છે. શું આત્માને આ આંખોથી જોઈ શકાય ખરો? ખરેખર આ વિશાળ કાર્ય શરીરનું સંચાલન કરનાર આત્મા અતિ સૂક્ષ્મ અણુ સમાન છે. જેને કોઈ સૂક્ષ્મદર્શક યંત્ર કે આંખો વડે જોઈ શકાતો નથી પરંતુ જો જ્ઞાન છે તો મનની આંખોથી આત્માના સ્વરૂપને જોઈ શકાય છે.

આત્મા શેનો બનેલો છે? આત્મા અતિસૂક્ષ્મ બિંદુરૂપ છે. આ ચૈતન્ય આત્મા મન, બુદ્ધિ અને સંસ્કારનો સમૂહ છે. આત્મામાં મનનું કામ વિચાર કરવાનું છે. બુદ્ધિનું કામ નિર્ણય કરવાનું છે. આપણે જીવનમાં જે સારાં, નરસાં કર્મો કરીએ છીએ એ આપણા સંસ્કાર બને છે. શરીરમાં આત્મા મસ્તકમાં ભૃકૃટિની વચ્ચે બિરાજમાન છે અને જયારે આત્મા આ નશ્વર દેહ છોડી દે છે ત્યારે આત્મા તેના મૂળ ઘર પરમધામમાં નિવાસ કરે છે. મિત્રો, આમ હું કોણ છું? સાચો પરિચય આપ સમજી ચૂક્યા હશો. આ સાચો પરિચય આપણે આપણા મિત્રમંડળમાં આપવા પ્રેરણાસ્રોત બનીએ.... ઓમ શાંતિ.

સમાજની શુદ્ધિ

જીવનની વચ્ચોવચ્ચ શ્રીમદ્ ભગવદ્ ગીતા

સાધુ જ્ઞાનાનંદદાસ

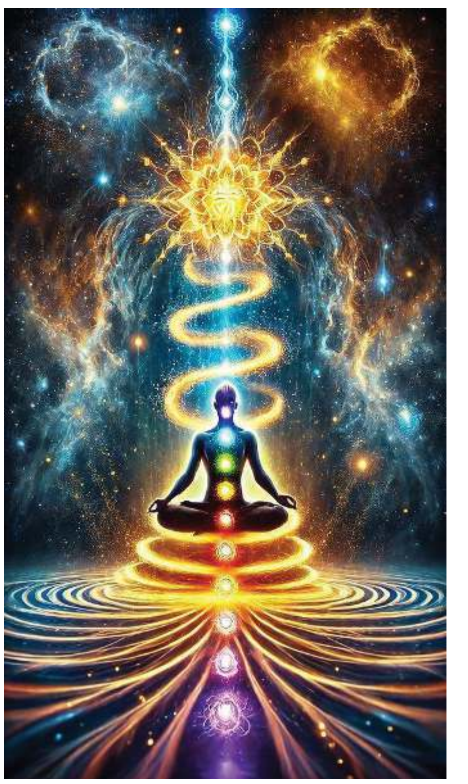
સમગ્ર વિશ્વમાં ભાગ્યે જ કોઈ પોલીસ સ્ટેશન એવું હશે કે જ્યાં વર્તમાનમાં ગુનાખોરીનો આંક પૂર્વે કરતાં ઓછો હશે. કદાચ જ કોઈ એવી કોર્ટ હશે કે જ્યાં કેસ દાખલ થવાનો ગ્રાફ ઘટ્યો હશે. હા, સવારે છાપું ખૂલે છે અને ચાની ચૂસ્કી સાથે ચોરીના સમાચાર નજરે ચઢે છે. લૂંટફાટ કે ખૂનખરાબાના સમાચાર તો ક્યારેક છેતરપિંડીના સમાચાર! તો વળી ક્યારેક આતંકવાદ કે અકસ્માતની દયનીય છબીઓ...

આજકાલ ચોરીને અટકાવવા માટે લોકો અવનવા ઉપાયો શોધે છે. આપણો અનુભવ છે કે, મોલ કે મોટેલમાં, રોડ કે રેસ્ટોરાંમાં, દુકાનો કે દેવાલયમાં, શાળા કે સામાજિક સ્થાનોમાં એક વાક્ય સદા દૃષ્ટિપથ પર અંકિત થાય છે. તે પણ વિવિધ ભાષામાં; 'તમે સીસીટીવી કેમરાની નજરમાં છો, આપ સીસી ટીવી કેમરે કી નિગરાની મેં હો.'

આવા બાહ્ય વિચારોથી ચોરને પકડી શકાય પણ ચોરની વૃત્તિને કાપી ન શકાય. ગુનેગારને પકડી શકાય પણ ગુનેગારને અટકાવી ન શકાય. છેતરનારને પકડી શકાય પણ છેતરપિંડીની છીછરી વૃત્તિને જાણી ન શકાય... પરંતુ આવી સમસ્યાનો આત્યંતિક ઉકેલ આપણાં સનાતન હિંદુ શાસ્ત્રોમાં છે. શ્રીમદભગવદ ગીતા જણાવે છે...

सर्वभूतस्थितं वो मां भजत्यकात्वमास्थितः।
सर्वथा वर्तमानोपि स योगी मयि वर्तते ।। ६/३१

અર્થાત્ 'પરમાત્મા સર્વ અંતર્યામીપણે અને સર્વત્ર રહ્યા છે. એવું માનીને જે ભગવાનનું ભજન કરે છે તે પરમાત્માને પ્રિય છે.' પરમાત્મા સર્વત્ર વ્યાપક છે, સર્વના અંતર્યામી છે. આ ઉપદેશ સાંભળતાં જ અમેરિકન તત્ત્વચિંતક અમેર્સન તો હર્ષપુલકિત થઈને નાચવા માંડ્યા અને આ જ ભાવનાના ભારતીય સંતકવિઓએ વારંવાર દૃઢાવ્યું છે- 'જ્યાં જુવો ત્યાં



રામજી બીજું ના ભાસે કાંઈ.' તથા તુલસીદાસજી ગાય છે- 'સિયારામ જબ જગ જાની કરહું પરનામ જોરી જુગ પાનિ' આ ભાવનાને જ ઉપનિષદ ઉપરણું લેતા કહે છે. 'ईशावास्यमिदं सर्वम्...' અર્થાત્ વિશ્વની વસ્તુમાત્રમાં પરમાત્મા છે. જો આ ઉપનિષદિક અંશ અમલમાં આવે તો સમાજના ગુના જરૂર ઓછા થઈ જાય. પોલીસ કે કોર્ટ કચેરીની સંખ્યા પણ ઓછી થઈ જાય.

જાહેરાતોમાં સીસીટીવી કેમરાની જરૂર જ ન પડે! એટલે કે દુનિયામાં થતાં અઘટિત કાર્યો અટકી જાય કારણ કે, ભગવાનનો કેમરો સર્વત્ર ગોઠવાયો છે અને તે મારી પ્રત્યેક ક્રિયાની છબિ ઝીલે છે. તેવી સમજથી સમગ્ર જીવન વ્યવસ્થિત થઈ જાય. જો ડોક્ટરો દર્દીમાં ભગવાન જુવે તો બિનજરૂરી શસ્ત્રક્રિયાનો સરવાળો શૂન્ય થઈ જાય. જો વેપારી ગ્રાહકમાં ભગવાન જુવે તો છેતરપિંડીનો આંક શૂન્ય થઈ જાય. જો નેતા પ્રજામાં ભગવાન જુએ તો સમગ્ર સમાજમાં ભ્રષ્ટાચારનો આંક શૂન્ય થઈ જાય.

આવી રીતે ભગવાનના વ્યાપકપણાનો ઉપદેશ તો ભારતીય સંસ્કૃતિમાં બાળકોને નાનપણથી જ અપાતો. એક વાર એક ઋષિએ પોતાના તમામ વિદ્યાર્થીઓને એક ફળ આપીને કહ્યું, "આ ફળને તમારે કોઈ ન જુએ તેવી જગ્યાએ જઈને ખાવાનું." ગુરુના આદેશને અનુસરી કોઈ છાત્ર ઝાડની ટોચ પર તો કોઈએ ઝાડની બખોલમાં સંતાઈને તો વળી કોઈએ ગુફામાં જઈ અથવા તો ખેતરમાં પાકની વચ્ચે બેસીને ફળ ખાધું. બીજી દિવસે સૌ ફળ ખાઈને પરત આવ્યા ત્યારે એક વિદ્યાર્થીનું ફળ એવું ને એવું જ હતું. તે જોઈને ઋષિએ પૂછ્યું, "શું તને એવી કોઈ જગ્યા જ ન મળી કે જ્યાં તને કોઈ ન જોઈ શકે?"

ત્યારે છાત્રે કહ્યું, "ગુરુજી ! તમે જ શીખવ્યું છે કે બધે જ ભગવાન છે અને આપણને હંમેશાં જુએ છે. તેથી હું આપની શરતનું અનુસરણ નથી કરી શક્યો."

> **જો ડૉક્ટરો દર્દીમાં ભગવાન જુવે તો બિનજરૂરી શસ્ત્રક્રિયાનો સરવાળો શૂન્ય થઈ જાય. જો વેપારી ગ્રાહકમાં ભગવાન જુવે તો છેતરપિંડીનો આંક શૂન્ય થઈ જાય**

ગળથૂથીમાં જ સિંચાયેલા આ સંસ્કાર આગળ જતાં સંસ્કારસમૃદ્ધ સમાજનું સર્જન કરે છે. હા, સર્વમાં ભગવાનનો નિવાસ છે તે સમજણથી સર્વત્ર સમભાવ પ્રવર્તે છે.

આ સમજનું સાકારસ્વરૂપ ત્યારે તાદૃશ્ય થયું જ્યારે વિશ્વવંદનીય સંત પૂ. પ્રમુખસ્વામી મહારાજે તેઓના ૭૯મા જન્મજયંતી મહોત્સવે તીથલમાં પોતાના ઈષ્ટદેવ સાથે દોઢ લાખ ભક્ત-મેદનીની આરતી ઉતારી. ત્યારે સંતોએ પૂછ્યું કે "સૌ ભક્તોજનો આપની આરતી ઉતારે તે યોગ્ય છે પરંતુ આપે કેમ ભક્તોની આરતી ઉતારી?" તેના પ્રત્યુત્તરમાં તેઓ જણાવ્યું કે, "આપ સૌમાં ભગવાન રહ્યા છે. માટે આપની પણ આરતી ઉતારવી જોઈએ અને વંદન પણ કરવા જોઈએ. આ મારી એક ભક્તિ છે." આમ, ગીતામાં सर्वभूतस्थितं..આ ઉક્તિ જાણે તેઓમાં મૂર્તિમાન સ્વરૂપે પ્રગટ દેખાઈ.

આમ, 'બધે જ ભગવાન છે' એવી ભાવનાથી 'હું મોટો અને તું નાનો' એવો ભાવ જ નીકળી જાય. આવો આપણે પણ આવી સમજણ રાખીએ અને અન્યને પણ આ સંદેશ પાઠવીને સમાજને શુદ્ધ કરવાનું વચન લઈએ.