

श्रद्धा



:: प्रस्तुतकर्ता ::

नरेन्द्र जी. दवे - पू. शास्त्रीजी

मुक्ता विद्रु महाम नीलधवल छात्री मुक्ती ख्यक्षणी युक्तामिद्रुकला निबद्धरत्न सुकुटां चत्वा र्थवर्णाभिरागाम
गायत्री वस्त्रा भोगाकुश कलांशु मकपालंगदां शंखं चक्रमधार विद्रु युगुलं हस्तैर्पुनती भजे ॥ १ ॥



ॐ भूर्भुवःस्वः। ॐ तत्सवितुर्वरेण्यं । भर्गो देवस्य
धीमहि । धियो यो नः प्रचोदयात् ॐ



: प्रस्तुतकर्ता :

पूज्य राजयोगी नरेन्द्रजी (शास्त्रीजी)

આત્મનિવેદન

મનુષ્યનું જીવન એક સંગ્રામ જેવું છે. એમાં આવતી અનેકવિધ આધિ, વ્યાધિ, ઉપાધિ, સંકટો, મુશ્કેલીઓ, આપત્તિઓ, મૂઝવણો સામે ઝઝૂમતા રહેવાનું છે-રહેવું પડે છે. રણક્ષેત્રમાં જેમ અર્જુન વિવશ, વ્યાકુળ થયો હતો, ભાંગી પડ્યો હતો, તેવી જ રીતે સૌ મનુષ્ય આપત્તિના કાળમાં, મૂઝવણના સમયમાં કિંકર્તવ્યમૂઢ બની જાય છે. પરંતુ વિવશતા-વ્યાકુળતા-કિંકર્તવ્યમૂઢતામાંથી બહાર આવી પરિસ્થિતિનો ઉકેલ તો લાવવો જ પડે છે. મનુષ્ય પોતાની જાતમાં, પોતાના પ્રયત્નમાં, પોતાના ધ્યેયમાં, પોતાના ગન્તવ્ય સ્થાનમાં જો નિશ્ચળ ને નિશ્ચયી હોય તો તે અવશ્ય પરિસ્થિતિનો ઉકેલ પ્રાપ્ત કરી શકે છે, તેનામાં એક પ્રકારની આત્મપ્રતીતિ આવે છે, જેનાથી તે સારાસારને સમજીને-ઓળખીને તેના સ્વીકાર-પરિહારનો નિર્ણય કરી આગળ વધવા પ્રવૃત્ત બને છે.

મારી પાસે તો શ્રદ્ધા અને શરણાગતિના બે રાજમાર્ગો છે. મનુષ્ય પોતાના ભૌતિક કે આધ્યાત્મિક ઉભય જીવનમાં આ બે રાજમાર્ગને અપનાવે તો ચોક્કસ સુખ, સંતોષ ને આનંદ પ્રાપ્ત કરી શકે છે. જીવનની ભૌતિક કે આધ્યાત્મિક કોઈ પણ બાબતમાં શ્રદ્ધાપૂર્વક પ્રયત્ન કરીશું, તે અંગે વિચારીશું તો અવશ્ય માર્ગ મળશે, શાંતિ મળશે, સ્વસ્થતા રહેશે.

હું તો એટલે સુધી કહીશ કે જેમણે શ્રદ્ધા ને શરણાગતિના રાજમાર્ગો અપનાવ્યા છે તેમને માટે ભૌતિક કે આધ્યાત્મિક એવા જુદા ચોકા શા માટે ? તેવાનું જીવન સ્વયં એક સાધના-તપસ્યા કે ઉપાસના જેવું બની જાય છે. મનુષ્યની તમામ સ્થૂળ-સૂક્ષ્મ પ્રવૃત્તિઓમાં શ્રદ્ધા, સાત્વિકતા ને પવિત્રતા હોય તો તે એક આધ્યાત્મિક

વ્યાયામ જ બની જાય છે. કહેવાનું તાત્પર્ય કે આપણને આપણી તમામ પ્રવૃત્તિમાં શ્રદ્ધા હોવી જોઈએ. શ્રદ્ધા વિનાનું જીવન નકામું છે.

આપણે આપણી વૃત્તિ ને પ્રવૃત્તિને સાત્વિક બનાવીએ, અસ્તિત્વને પવિત્ર બનાવીએ તો એમાંથી શ્રદ્ધાના સૂર આપોઆપ રણઝણી ઊઠશે. જીવનના પ્રત્યેક સોપાન પર પરમતત્વના સાન્નિધ્યની પ્રતીતિ રાખીએ. જીવનનું નાનું મોટું કેઈપણ કાર્ય, પ્રવૃત્તિ એ ઈષ્ટની ભક્તિ ને સેવા કાજે જ છે તેવી પ્રતીતિ કેળવીએ. શ્રદ્ધા સંપાદન કરીએ. શ્રદ્ધા પરમતત્વ જેવી સનાતન, સર્વવ્યાપક, ગહન ને અનુભવગમ્ય છે. જેટલી શ્રદ્ધા તેટલી સફળતા. સફળતા મેળવવી હોય તો શ્રદ્ધા સેવવી જરૂરી છે.

શ્રદ્ધાપૂર્વક ઉપાસનામય જીવન જીવતાં ભૌતિક-આધ્યાત્મિક જે કોઈ પ્રશ્નો ઉદભવી શકે તેના માર્ગદર્શન માટે આ પુસ્તકમાં વિષયો સમાવ્યા છે.

શ્રદ્ધાનાં વિવિધ પરિણામ ને પરિમાણ અનુભવ્યા પછી આ પુસ્તકને ‘શ્રદ્ધા’ના નામથી ઓળખાવવા પ્રેરાયો છું.

તમે સૌ પણ શ્રદ્ધા ને શરણાગતિ વડે માતાજીની-પરમતત્વની અઢળક કૃપા મેળવો તેવી મારી શુભેચ્છા ને આશિષ છે.

નરેન્દ્ર બી. દવે – શાસ્ત્રીજી



‘શ્રદ્ધા’નાં વ્યાપક પરિમાણ

શાસ્ત્રીજીનું પ્રસ્તુત પુસ્તક તેમની અનુભવસિદ્ધ આધ્યાત્મિક-ઉપાસનાકીય હકીકતોનો વિશદ વિસ્તાર છે. મિતભાષી શાસ્ત્રીજી પુસ્તકરૂપે-શબ્દરૂપે મુખર બને છે એ આપણું સદભાગ્ય છે. એથી મનુષ્યની-ઉપાસકની જીવન વિષયક-ઉપાસનાવિષયક અનેક મૂંઝવણો દૂર થઈ જાય છે. આ પુસ્તકમાં ઉપાસના દરમ્યાન, ઉપાસનાના અનુભવો દરમ્યાન જે મૂંઝવણો-પ્રશ્નો ઉદભવે છે કે ઉદભવી શકે છે, તેથી મૂંઝવણો-પ્રશ્નોના ઉકેલ-નિરાકરણ આ પુસ્તકમાંથી મળે છે. ઉપાસનાના આરંભથી તે ઠેઠ સાક્ષાતકાર સુધીનું માર્ગદર્શન આ પુસ્તકમાંથી મળી રહે છે.

શાસ્ત્રીજીના ત્રણ માળાના આદેશનો અમલ કે આચરણ જે કરતા હશે તેઓને અનુભવ થતો હશે, પણ શાસ્ત્રીજીએ તેમના આ આદેશને આ પુસ્તકમાં વિસ્તૃતરૂપે જુદા જુદા લેખો દ્વારા તેનાં વિવિધ ને વ્યાપક પરિમાણ ને પરિણામ સમજાવ્યાં છે.

માત્ર માળાના મણકા ગણવાથી કે માત્ર જીભથી જ ઈષ્ટનું સ્મરણ કરવાથી ઉપાસના કરી કહેવાતી નથી. એ સાચી ઉપાસને નથી. ઉપાસનાને પરિપૂર્ણ બનાવવા અથવા સમસ્ત જીવનને ઈષ્ટમય-ઉપાસનામય બનાવવા વિશદ વિશ્લેષણ રજૂ કર્યું છે. શાસ્ત્રોના પોતાના મન્તવ્ય ને સ્વાનુભવ અનુસાર જીવનમાં માનવતાની મહેક પ્રસરાવવાનો અનુરોધ કર્યો છે.

જીવનને સાચા અર્થમાં માનવતાથી સભર બનાવવા અને ઈષ્ટના અનુરાગને પાત્ર બનાવવા શાસ્ત્રીજીનું માર્ગદર્શન, આદેશ ને તેમની ફિલોસોફી સમસ્ત માનવજાત માટે ઉપકારક બની રહેશે.

- ‘દયાનિધિ’

ગાયત્રી માતાનાં વહાલાં બાળકો,

મન, વચન ને કર્મથી પવિત્ર રહી, શ્રદ્ધાપૂર્વક, સન્માર્ગે તમે તમારું કાર્ય કર્યે જાવ. તમારા કાર્યને બોલવા દો. તમે મૌન સેવો. પુષ્પની સુવાસ વાતાવરણમાં આપોઆપ ફેલાય છે તેમ મનુષ્યનાં સત્કાર્યોની સુવાસ પણ આપોઆપ જ ફેલાય છે. ફરજ, નિષ્ઠા ને જવાબદારીપૂર્વક કાર્ય કર્યે જવામાં જ જીવનની ખરી મજા છે. એથી ભક્તિની મસ્તીનો, માનસિક શાંતિનો આનંદ પણ અનુભવી શકાશે.

– શાસ્ત્રીજી

અનુક્રમણિકા

આત્મનિવેદન -----	4
‘શ્રદ્ધા’નાં વ્યાપક પરિમાણ -----	6
શાસ્ત્રીજી : પરિચય અને પ્રણાલી-----	1
ઉપાસકોને માર્ગદર્શન -----	6
શ્રદ્ધા -----	29
શરણાગતિ-----	34
મા – બાળકનો સંબંધ-----	37
ધ્યાન : પરમતત્વ સાથેનું સાયુજ્ય -----	44
જીવનમાંથી હું શું શીખ્યો ?-----	49
ઉપાસના પૂર્વે અને પશ્ચાત -----	61
ઈશ્વરપ્રાપ્તિનો માર્ગ -----	69
શ્રેયની સાધના -----	72
ઉપાસનાની પરિપૂર્તિ અર્થે-----	76
જ્ઞાનગોષ્ઠિ -----	84

શાસ્ત્રીજી : પરિચય અને પ્રણાલી

તેઓ ગાયત્રી-ઉપાસક 'શાસ્ત્રીજી'ના નામથી સુપરિચિત છે. માત્ર ગુજરાત કે ભારત જ નહિ, પણ પરદેશના પણ કેટલાક ખૂણાઓ સુધી તેમનાં કાર્ય અને સંદેશની સુવાસ પમરી ચૂકી છે. ભારતભૂમિના તેઓ એક પ્રખર સંત છે. ભારતની ભૂમિ પર મા ગાયત્રીના લાડલા પુત્ર તરીકે – મા ગાયત્રીના સંદેશવાહક તરીકે તેઓ અવતર્યા છે. માતાજીએ સ્વયં તેમનામાં આધ્યાત્મિક સિદ્ધિઓ અને આત્મિક શક્તિઓનું સિંચન કરી, તેમને માધ્યમ બનાવી – નિમિત્ત બનાવીને ગાયત્રી ઉપાસનાનો – ગાયત્રી મહામંત્રનો પવિત્ર ને દિવ્ય સંદેશ વહેતો કર્યો છે. તેમણે ઉપાસના માત્ર (પછી તે ગમે તે દેવ-દેવીની હોય)ના સરળ ને લોકભોગ્ય સ્વરૂપનું નિદર્શન કર્યું છે. તેમનાં કાર્ય અને સંદેશમાં સ્વાનુભવનો નિયોડ તેમ જ માતાજીના આદેશ, સંકેતો, પ્રેરણા સ્પષ્ટપણે નીતરી આવે છે. એને આધારે જનસમાજમાં અને માનસમાં ઉપાસનાની – ગાયત્રી ઉપાસનાની પુનઃપ્રતિષ્ઠા અર્થે તેઓ નિજી પ્રયાસો આદરી રહ્યા છે.

તેઓ સંપૂર્ણ શ્રદ્ધા, શરણાગતિથી, મા-બાળકનો સંબંધ કેળવી, નિષ્કામ ભાવે ત્રિપદા ગાયત્રી મહામંત્રની દરરોજ ઓછામાં ઓછી ત્રણ માળા કરવાનો આદેશ આપે છે.

શૈશવમાં યજ્ઞોપવીત ધારણ કરતાં જ એક બ્રાહ્મણ-પુત્રને માટે સહજ એવા ગાયત્રી મંત્રના જપને તેમણે પોતાના દૈનિક નિત્યક્રમમાં વણી લીધા હતા – સંપૂર્ણ શ્રદ્ધા, શરણાગતિથી અને માત્ર ફરજ ભાવનાથી – નિરપેક્ષ બનીને. આને પરિણામે

તેમને માતાજીનો સાક્ષાત્કાર થયો. માતાજીએ તેમને લોકસેવાનો આદેશ આપ્યો. માતાજીના આદેશથી ઊચ્ચ હોદ્દાની, સારી આવકવાળી સરકારી નોકરી છોડી પોતાનો સમસ્ત સમય લોકસેવાર્થે વીતાવવાનું તેમણે શરૂ કર્યું ! એ દ્વારા શરણાગતિની એક ચોક્કસ વિભાવના – આદર્શ જનસમાજ સમક્ષ તેમણે ધર્યા છે.

શાસ્ત્રીજી ગૃહસ્થાક્ષમી છે, તેથી એક ગૃહસ્થને બજાવવી પડતી બધી જ જવાબદારી તેમણે પણ અદા કરવી પડે છે. તેમનું જીવન અને કાર્ય જગતને પ્રત્યક્ષ પ્રમાણરૂપ બની રહ્યાં છે કે ઈશ્વરની ભક્તિ કરવા માટે સંસાર છોડવાની આવશ્યકતા નથી સંસારમાં રહીને સાંસારિક-સામાજિક તમામ જવાબદારીઓ નિષ્ઠાપૂર્વક અદા કરતાં કરતાં પણ ઈશ્વરભક્તિ કરી શકાય છે, આત્મવિકાસનો માર્ગ પ્રાપ્ત કરી સાક્ષાત્કાર પણ મેળવી શકાય છે.

શાસ્ત્રીજીની કાર્ય પ્રણાલીના ત્રણ પાસાં છે:

૧. વ્યક્તિગત મુલાકાત,
૨. જીવનજળ અને
૩. શક્તિપ્રદાનની સારવાર.

આધિ, વ્યાધિ, ઉપાધિથી ત્રસ્ત વ્યક્તિ જ્યારે શાસ્ત્રીજીની મુલાકાતે આવે છે ત્યારે તેઓ સર્વને ગાયત્રી ઉપાસના – ત્રિપદા ગાયત્રી મહામંત્રનો જપ કરવા સૂચવે છે. માતાજીની એકધારી ઉપાસનાના પરિણામે, માતાજી સાથે સઘાયેલા આત્માનુસન્ધાન દ્વારા કોઈ પણ વ્યક્તિને તેમની મુશ્કેલીમાં ઉપકારક નીવડે તેવાં આદેશો-સંકેતો માતાજી તરફથી શાસ્ત્રીજીને પ્રાપ્ત થાય છે. તદનુસાર શાસ્ત્રીજી પ્રત્યેક વ્યક્તિને વ્યક્તિગત મુલાકાત આપી, તેમના પ્રશ્નોના ઉકેલ માટે ભૌતિક તેમ જ

આધ્યાત્મિક-ઉપસનાકીય માર્ગદર્શન આપે છે. આમ વ્યક્તિગત મુલાકાતના અભિગમ દ્વારા તેમણે જનસમાજમાં ઉપાસના અંગે, ઈશ્વર અંગે રસ ને રુચિ પેદા કર્યા છે તે આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રે તેમનું ઘણું મોટું પ્રદાન લેખી શકાય.

અસાધ્ય એવા શારીરિક - માનસિક રોગો માટે શાસ્ત્રીજી અભિમંત્રિત જીવનજીવ આપે છે. એ જીવ તેમના આદેશ અનુસાર લેવાનું હોય છે. જીવની સાથે શાસ્ત્રીજી માતાજી તરફથી જે સૂચનો પ્રાપ્ત થાય તે રજૂ કરે છે.

જીવનજીવની સાથે ગાયત્રી-મંત્રજાપ પણ અનિવાર્ય ને આવશ્યક છે.

જીવનજીવની સૌથી મોટી વિલક્ષણતા કે વિશિષ્ટતા એ છે કે જીવ સ્વચ્છ ને બંધ વાસણમાં પણ હંમેશ અતિ સ્વચ્છ ને યથાવત્ રહે છે. એમાં જીવાત પાકતી નથી.

જીવનજીવ ખલાસ થતાં વ્યક્તિએ શાસ્ત્રીજીનો રૂબરૂ સંપર્ક સાધી નવું જીવ અભિમંત્રિત કરાવવાનું રહે છે. એમાં ધરનું સાદું પાણી ઉમેરી શકાતું નથી. જે વ્યક્તિ માટે જીવ અભિમંત્રિત કરાવ્યું હોય તેનાથી જ એ જીવ લઈ શકાય. એક જ ધરની દરેક વ્યક્તિએ જૂદું જૂદું જીવ અભિમંત્રિત કરાવી લેવાનું હોય છે. શાસ્ત્રીજીના આદેશ પ્રમાણે જીવ દરરોજ નિયમિત લેવું જરૂરી છે. સાથે તેમણે કરેલાં સૂચનો અને જપ પણ.

તબીબી નિદાનની પરિસીમા વટાવી ચૂકેલા શારીરિક-માનસિક રોગો માટે જીવનજીવ ઉપરાંત શાસ્ત્રીજી માતાજીના આદેશ અનુસાર શક્તિપ્રદાનની સારવાર આપે છે.

શાસ્ત્રીજીનો વ્યક્તિગત મુલાકાતનો અભિગમ સામ્પ્રતકાલીન મનુષ્ય માટે આશીર્વાદ સમાન અને અત્યંત ઉપકારક છે. અત્યારે મનુષ્યનું માનસ અતિ સંકુચિત બની ગયું છે. મનુષ્યને અનેક પ્રકારના ભૌતિક-આધ્યાત્મિક કે ઉપાસનાકીય પ્રશ્નો મૂંઝવતા હોય છે, જેનું કોઈ નિરાકરણ આવતું નથી. મુશ્કેલીમાંથી મુક્ત થવા કોઈ માર્ગ જડતો નથી એટલું જ નહીં, જીવનની આધિ-વ્યાધી-ઉપાધિથી ત્રસ્ત વ્યક્તિ હૂંફ અને શાંતિ શોધે છે. એને સાચા સહૃદયીની જરૂર છે. એના જીવનનો બોજ કોઈક દૂર કરે એવા સ્નેહી સ્વજનની જરૂર હોય છે. માણસના પોતાના ભૌતિક જગતનાં સ્નેહી-સ્વજનો પણ જ્યારે મદદરૂપ ન થઈ શકતાં હોય અથવા તેઓ પણ તેને મદદ કરવા લાચાર બની ચૂક્યા હોય ત્યારે તે માનવી અને તેના સ્વજનો પણ નિરાશ થઈ જાય છે ને ઉકેલ શોધવા વ્યર્થ પ્રયાસ કરે છે. વળી આજના મનુષ્યના સ્વાર્થની પણ કોઈ સીમા નથી, ત્યારે કોની મદદ માંગવી ? એવા સમયમાં શાસ્ત્રીજીનો આ વ્યક્તિગત મુલાકાતનો અભિગમ માનવજાત માટે, સમસ્ત સમાજ અને વિશ્વ માટે શ્રેયસ્કર નિવડી રહે છે.

શાસ્ત્રીજીની આ નિઃસ્વાર્થ એવા છે. તેઓ પોતાની મુલાકાત દરેક વ્યક્તિને નિઃશુલ્ક (ફી વિના) આપે છે. કોઈ પણ વ્યક્તિનું કાર્ય પાર પડે ત્યારે તેનો યશ તેઓ પોતે લેતા નથી, પરંતુ એને ‘મા ગાયત્રીની કૃપા’ કહી ઓળખાવે છે. તેમનાં વચનો સત્ય બનીને જ રહે છે. તેમનામાં લેશ માત્ર અહમ્ નથી. તેમના સાન્નિધ્યમાં આવનાર વ્યક્તિના મનમાં ઘોળાતા વિચારો-મૂંઝવણોની તેઓને ખબર પડી જાય છે. શાસ્ત્રીજી મિતભાષી છે. કોઈ સાથે વધુ વાત નથી કરતા, પણ મહત્વની હકીકત એ છે કે એક જ વાક્ય કે શબ્દમાં પણ તેમને સમસ્ત પરિસ્થિતિનો ખ્યાલ આવી જાય છે. વ્યક્તિનું ચારિત્ર્ય, તેનાં કર્મોનું ટેલિવિઝન શાસ્ત્રીજીનાં આંતરચક્ષુ સમક્ષ વ્યક્ત થાય

છે. અર્થાત તેઓ તેમની દિવ્યદ્રષ્ટિથી ભૂત, ભવિષ્ય ને વર્તમાનનો તાગ પામી લે છે. તે તેમની પ્રખર ને વિલક્ષણ ઉપાસનાની શક્તિનાં દ્યોતક બની રહે છે.

શાસ્ત્રીજીનું દ્રઢ મન્તવ્ય છે કે પૂર્વ જન્મનાં કર્મો પ્રમાણે જ માનવીનું જીવન ઘડાય છે. વ્યક્તિએ પોતાનાં સારાં-માઠાં કર્મોનું પરિણામ તો ભોગવવું જ પડે છે. ગાયત્રી મંત્રજપથી-ઉપાસના માત્રથી મનુષ્યનાં અસત કર્મો ક્ષય પામે છે કે નષ્ટ થાય છે, વ્યક્તિને ઉપાસનાનું ફળ તો વહેલું કે મોડું અવશ્ય પ્રાપ્ત થાય જ છે. ઉપાસના ક્યારેય એળે જતી નથી.

ભૌતિક સુખની કામના સેવતા કે આધ્યાત્મિકતાની અભીપ્સા સેવતા સર્વ મનુષ્યને તેઓ ગાયત્રી-ઉપાસનાનો-મંત્રજપનો આશરો લેવા સૂચવે છે. તેમનો આશય વ્યક્તિ ઈશ્વરને-ઉપાસનાને અભિમુખ બને તેવો રહ્યો છે.

પોતાના જપયજ્ઞ દ્વારા સાંસારિક આધિ, વ્યાધિ, ઉપાધિથી ત્રસ્ત લોકોને શાતા અર્પવા, નિજ આધ્યાત્મિક અને આત્મિક સિદ્ધિ-શક્તિનાં સ્પંદનો દ્વારા માનવજાતના ઉદ્ધાર માટે – સમષ્ટિના શ્રેયાર્થે તેઓ અવિન પર ઊતરી આવ્યા છે. યંત્રયુગના આજના જમાનામાં માનવી સુખ-શાંતિ ગુમાવી બેઠો છે, ત્યારે પરમતત્વનો આશ્રય ગ્રહણ કરીને તેના સ્મરણથી શાંતિ પ્રાપ્ત કરવાનો-કરાવવાનો શાસ્ત્રીજીનો વૈયક્તિક અભિગમ ને આદેશ લોકભોગ્ય ને અવિસ્મરણીય બની રહ્યા છે.

– કે. એન. પરીખ

: ૨ :

ઉપાસકોને માર્ગદર્શન

ઉપાસના અંગે લોકોમાં ઠીક ઠીક રસ જાગૃત થયેલો જોવા મળે છે. ઈશ્વરના-પરમતત્વના અસ્તિત્વનો સ્વીકાર લોકોમાં વ્યાપકપણે થયેલો દેખાય છે. પરમાત્માની આરાધના કરવા માટે, તેની શરણાગતિ સ્વીકારવા, તેના સ્મરણ માટે સામાન્ય જનસમાજમાં રુચિ પણ પેદા થઈ છે, પરંતુ મોટા ભાગના માણસોને ઉપાસના કરતાં ડર લાગે છે, મૂંઝવણ થાય છે. કોઈક અનિષ્ટ થવાની ભીતિ લાગે છે. અહિત થવાની બિંકે લોકો ઉપાસના કરતાં અચકાય છે. કેટલાક જણ ઉપાસના કરવા ઉત્સુક છે, પણ તેઓને ઉપાસના અંગે પૂરી માહિતી-જાણકારી-સમજ નથી. એવા સૌને માર્ગદર્શન સાંપડી રહે તેવા આશયથી ઉપાસના અંગે કેટલીક પાયાની હકીકતો અત્રે પ્રશ્નોત્તરરૂપે પ્રગટ કરી છે.

પ્ર૦ ઉપાસના એટલે શું ?

ઉ૦ ઈશ્વરની કૃપા પ્રાપ્ત કરવા માટે, તેની સમીપ પહોંચવા માટે શારીરિક, માનસિક, આધ્યાત્મિક તેમ જ સ્મરણ, જપ કે સ્તોત્રપાઠ દ્વારા જે કોઈ પુરુષાર્થ કરવામાં આવે, ઈશ્વરને માટે, ઈશ્વરને ખાતર, ઈશ્વરને ઓળખીને, ઈશ્વરને સાથે રાખીને જે કંઈ કરવામાં આવે તે સઘળાં કાર્યો ઉપાસના બની જાય છે. એમાં વ્યક્તિનો સંસાર, સામાજિક-સંસારિક ફરજો, નીતિ ને પ્રમાણિક જીવનનો પણ સમાવેશ થાય છે, કારણ કે એનો પરિહાર મનુષ્ય માટે શક્ય ને ઉચિત નથી.

પ્ર૦ ઉપાસના અનિવાર્ય છે ?

ઉઠો જેમ શરીરના પોષણ, સંવર્ધન ને રક્ષણ માટે ખોરાક, હવા, પાણી ને કપડાં જરૂરી છે, તે જ પ્રમાણે ઉપાસના પણ મનુષ્ય જીવનના રક્ષણ, પોષણ, સંવર્ધન અર્થે, પ્રગતિ કાજે, આત્માની ઉન્નતિ અર્થે જરૂરી છે. ઉપાસના મનુષ્ય જીવનની પાયાની જરૂરિયાત ગણી શકાય. એ મનુષ્યના આંતરમનનો ખોરાક છે. મનના પોષણ સંવર્ધન માટે, ચિત્તની એકાગ્રતા માટે, માનસિક શાંતિ અર્થે, ઉદાત્ત વિચારો ને મીઠી – સંયમિત વાણીના પ્રવર્તન માટે ઉપાસના જરૂરી છે. ઉપાસનાથી મન શાંત, સ્વસ્થ ને પ્રસન્ન બને છે. એવા મનમાં સારા વિચારો ઉદભવીને વાણીમાં મીઠાશ, સમતોલ આચાર આવે છે, જેનાથી જીવનના સઘળા વ્યવહારો સહજ ને સુલભ બની જીવનમાં સરળતા ને સફળતા આવે છે.

પ્ર૦ ઉપાસના કઈ રીતે કરવી ?

ઉઠો ઉપાસના બે રીતે થઈ શકે છે: દૈનિક અને નૈમિત્તિક. દૈનિક ઉપાસના એટલે દરરોજ કરવામાં આવતી ઉપાસના, જેમ કે જપ, નામસ્મરણ, સ્તોત્રપાઠ વગેરે. નૈમિત્તિક ઉપાસના એટલે કે ક્યારેક પ્રસંગોપાત કરવામાં આવતી ઉપાસના, એમાં અનુષ્ઠાન અને પુરસ્કરણ વગેરેનો સમાવેશ થાય છે. સામાન્ય મનુષ્યે-ઉપાસકે દૈનિક ઉપાસનાનો ક્રમ નક્કી કરવો જરૂરી છે.

પ્ર૦ દૈનિક ઉપાસના કેવી રીતે કરવી ?

ઉઠો ગાયત્રી ઉપાસનાના અનુસંધાનમાં કહું તો સંપૂર્ણ શ્રદ્ધા, શરણાગતિપૂર્વક, મા-બાળકનો સંબંધ કેળવી, નિષ્કામ ભાવે ત્રિપદા ગાયત્રી-મંત્રની ઓછામાં ઓછી ત્રણ માળા દરરોજ કરવી જરૂરી છે. એ જ પ્રમાણે અન્ય કોઈ પણ દેવ-દેવીની ઉપાસના થઈ શકે, પરંતુ શ્રદ્ધા અને શરણાગતિ એ ઉપાસનાનો મુખ્ય

પાયો છે, એ પાયા પર જ ઉપાસનાની ઈમારત ચણી શકાય છે તે ઉપાસક-મનુષ્ય અચૂક યાદ રાખે.

પ્રો ઉપાસના કયા સમયે કરવી ?

ઉો ઉપાસના કરવા માટે પ્રાતઃકાળ - સવારના ચારથી સાતનો સમય સર્વોત્તમ છે. ઉપાસકે સ્નાન-શૌચાદિથી પરવારી ઉપાસનામાં પ્રવૃત્ત થવું જોઈએ. તે શક્ય ન બને તો બને એટલાં વહેલાં ઊઠી, પરવારી ઉપાસનામાં બેસવું જોઈએ. દરરોજ એ પ્રમાણે નિત્યકર્મથી પરવારી પછી જ અન્ય પ્રવૃત્તિમાં પરોવાવું કે ઘરની બહાર નીકળવું જોઈએ. એવો નિયમ કરવાથી શરીર અને મનમાં એક પ્રકારની તાજગી, સ્ફૂર્તિ, પ્રસન્નતા ને શાંતિનો અનુભવ થશે તેમ જ સઘળાં વ્યવહારો-કાર્યો સરળ બનતાં રહેશે.

પ્રો ઉપાસના માટે સમય જાળવવો જરૂરી છે ? બ્રાહ્મમુહૂર્તમાં ઉપાસના કરવાનું મહત્વ શું ?

ઉો દરેક ઉપાસકે દરરોજ પોતે કયો ને કેટલો સમય ચોક્કસપણે ઉપાસનામાં વિતાવી શકશે તે તેણે નક્કી કરી લેવું જોઈએ. દરરોજ જપ, નામસ્મરણ, સ્તોત્રપાઠ વગેરેમાં તે અડધો કલાક, કે બે કલાક વિતાવશે કે કેમ તે પણ તેણે નક્કી કરી લેવું જરૂરી છે. તે સમય પ્રમાણે તેણે ઉપાસકે - ઉપાસનાનો ક્રમ ઘડવાનો છે.

પ્રાતઃકાળ - ચારથી સાતનો સમય જાળવાય તો વધુ સારું. કારણ કે તે વખતે આસપાસના સઘળા વાતાવરણમાં એક પ્રકારની અલૌકિક શાંતિ પથરાયેલી હોય છે. પોતાના ઘરનું વાતાવરણ પણ સંપૂર્ણ શાંત હોય છે. એવા શાંત વાતાવરણનો ચિત્ત પર, મન પર ગાઢ પ્રભાવ પડે છે. એકાગ્રતા પણ કેળવી શકાય છે. એથી યે વિશેષ

ઋષિ મુનિઓના, સિદ્ધ પુરુષોના, સંતોના વાયુમંડળમાંથી વહી આવતાં સ્પંદનો – સંદેશાઓ ઝીલી શકાય છે. એ સ્પંદનો અને સંદેશાઓને કારણે માનવીની-ઉપાસકની ઉપાસના આનંદપૂર્ણ બને છે, સાતત્ય ને નિયમિતતા પણ જાળવી શકાય છે. તેના સઘળા વ્યવહારો સરળ બની જાય છે. અસ્તિત્વ એક પ્રકારના અલૌકિક આહલાદનો અનુભવ કરે છે. પ્રાતઃકાળનો સમય જાળવવાથી શરીર અને મન પર તેનો ગાઢ પ્રભાવ પથરાય છે એ અનુભવે જ સમજાશે.

દૈનિક ઉપાસનામાં સંજોગવશાત ફેરફાર થાય કે સમય વત્તો-ઓછો મળે તો તે ચાલી શકે છે, પણ જે કંઈ બાકી રહે તે અન્ય પ્રવૃત્તિઓની સાથે પણ માનસિક રીતે કરી શકાય છે, કરી લેવું જોઈએ.

દરરોજ એક જ સમયે નિત્ય નિયમિત ઉપાસના કરવાથી માતાજી સાથે-ઇષ્ટ સાથે એક પ્રકારનો નાતો જોડાય છે. દરરોજ એક જ સમયે નિત્ય નિયમિત ઉપાસના કરવાથી, ભગવાનના સાન્નિધ્યમાં બેસવાથી તેની અમીદ્રષ્ટી, કૃપા, પ્રેરણા ને સંકેતો સરળતાથી પ્રાપ્ત કરી શકાય છે. ભગવાન પણ તે સમયે ભક્તની અચૂક પ્રતીક્ષા કરે જ, કરે છે. તેથી ઈશ્વર સાથે અનુસંધાન સાધવા માટે એક જ સમયે ઉપાસનાનો ક્રમ જાળવવો જરૂરી છે. જેમને ધ્યાન કરવામાં અભિરુચિ છે તેમને માટે પણ ચાર વાગ્યાનો સમય શ્રેષ્ઠ છે.

ગાયત્રી-મંત્રજપના સંદર્ભમાં કહું તો, સવારે ચાર વાગ્યાથી સુર્યાસ્ત સુધી ગમે તે સમયે જપ થઈ શકે છે. માળા કરી શકાય છે. સુર્યાસ્ત પછી માળા કરવી હિતાવહ નથી. માનસિક જપ થઈ શકે છે.

પ્રો ઉપાસના કરનારે કઈ રીતે બેસવું ?

ઉ૦ ઉપાસના કરનારે પૂર્વાભિમુખ અથવા ઉત્તરાભિમુખ, ઇષ્ટની-માતાજીની છબી સામે રાખી, ડોક અને કમ્મર ટટ્ટાર રાખી નજરને ઇષ્ટના-માતાજીના સ્વરૂપમાં કેન્દ્રિત કરી, પલાંઠી વાળી બેસવું. જેમને આ પ્રમાણે બેસવાની તકલીફ હોય તેઓ ખુરશીમાં કે પોતાને અનુકુળ પડે તે રીતે પણ બેસી શકે છે.

પ્ર૦ ઉપાસનાનું આસન કેવું હોવું જોઈએ ?

ઉ૦ ઉપાસકે દર્ભના આસન પર બેસવું જોઈએ. દર્ભના આસન પર અન્ય કોઈ પણ આસન પાથરી શકાય છે. ઉપાસકના શરીરમાં ઉપાસના કરતાં-જપ કરતાં એક પ્રકારની અલૌકિક શક્તિનો સંચાર થાય છે. આ સંચાર પામેલી શક્તિને શરીરમાં-અસ્તિત્વમાં સંચિત કરવા-સંઘરી લેવા માટે દર્ભનું આસન જરૂરી છે. દર્ભનું આસન શક્તિનું અવાહક છે. તેથી સંચારિત પામતી શક્તિનું Earthing – અર્થિંગ નથી થઈ જતું – જમીનમાં નથી ઊતરી જતી. દર્ભના આસનને ઉત્તમ ને પવિત્ર માનવામાં આવ્યું છે.

પ્ર૦ ઉપાસનાનું સ્થળ કેવું હોવું જોઈએ ?

ઉ૦ ઉપાસનાનું સ્થળ નિશ્ચિત હોવું જરૂરી છે. આપણા ઘરમાં જેવી રીતે રસોડું, ડાઇનિંગ રૂમ, બેસવાનો ઓરડો, સૂવાનો ઓરડો વગેરે અલગ અલગ વ્યવસ્થા હોય છે તેવી રીતે મનુષ્યને સુલભ હોય તો ઘરમાં પૂજા માટે અલાયદા સ્થાનની વ્યવસ્થા કરવી જોઈએ. જો એવી વ્યવસ્થા ન થઈ શકે તો શાંત, ઓછી અવરજવરવાળો ખૂણે કે જગ્યા પસંદ કરી તે સ્થાને દરરોજ બેસવું જોઈએ. ગમે તે કોઈ એક સ્થળ પસંદ કરી તે પર દરરોજ બેસી ઉપાસના કરવી જરૂરી છે.

પરંતુ જેઓને સવારથી રાત સુધી બસ કે ટ્રેનમાં મુસાફરી કરવી પડે છે, નોકરીએ જવું પડે છે તેઓ માર્ગમાં ચાલતાં કે બસ-ટ્રેનમાં પણ માળા-જપ, નામસ્મરણ કે સ્તોત્રપાઠ વગેરે કરી શકે છે. તેવાઓની ઉપાસના માર્ગમાંના સ્થળ ને સમય પૂરતી નિશ્ચિત ને સ્વાભાવિક બની જાય છે.

અનુષ્ઠાન વેળાએ સ્થળ બદલી શકાતું નથી. જે સ્થળે પહેલે દિવસે શરૂઆત કરી હોય તે જ સ્થળે દરરોજ બેસવું જરૂરી છે.

પ્ર૦ ઉપાસના માટે પૂજન – અર્ચન જરૂરી છે ?

ઉ૦ સામાન્ય રીતે દેવની મૂર્તિ કે છબીને સ્નાન કરાવવું, કુમકુમનું તિલક કરવું, ચોખા ચઢાવવા કે પુષ્પમાળા કે પુષ્પો અર્પવાં એ એક ચીલાચાલુ રીત છે. પરંપરાગત પૂજા છે. એમાં આમ તો કશું અનુચિત નથી. પરંતુ દેવની મૂર્તિને સ્નાન કરાવતી વેળા, કુમકુમ, અક્ષત કે પુષ્પથી પૂજન કરતી વેળા અંતરમાં પ્રભુના સાક્ષાત હોવાનો જે ભાવ ઉદભવવો જોઈએ, અંતરમાં જે પ્રેમ પ્રગટ થવો જોઈએ તે નથી થતો ને એક માત્ર સ્થૂળ પ્રક્રિયા જ બની રહે છે. તે બધું યંત્રવત બની જતું હોવાને કારણે એ જરૂરી નથી લાગતું. ઉપાસનાની કોઈ પણ ક્રિયા યંત્રવત કે ભાવહીન ન બની જવી જોઈએ. એ બધું જ પ્રેમપૂર્વક થવું જોઈએ. એ એક બાહ્ય પળોજણ ન બની રહેતાં હૃદયમાં પ્રેમનાં સ્પંદનો જગાડી શકે તો એ પૂજન-અર્ચન ઇષ્ટ સાથે અનુસન્ધાન સાધી આપનાર સેતુ બની શકે છે. એવા પૂજન-અર્ચનથી ઇષ્ટ સાથે ભાવાનુબન્ધ નિષ્પન્ન થઈ શકે તો તે સ્વીકાર્ય છે. એથી ઉલટું યંત્રવત બની જાય તો નિરર્થક છે. આખરે પણ એ એક સાધન છે સાધ્ય નહીં. સાધન ઉપકારક ન નીવડે તો તેનો અર્થ નથી.

પ્ર૦ ધૃતદીપ-અગરબત્તી જરૂરી છે ?

ઉ૦ ભગવાન સમક્ષ-માતાજી સમક્ષ પ્રજ્વળતા ધૃતદીપ-ઘીના દીવાનું દર્શન ખુબ અલૌકિક ને શાતાકારી હોય છે. ધૃતદીપની એક મીઠી સુવાસ વાતાવરણમાં પ્રસરે છે. દીપની જ્યોતિ ચિત્તને પ્રસન્ન ને આહલાદક નીવડે છે. દીપ એ પ્રકાશનું પ્રતિક છે. એનું મહત્વ આમ તો પ્રથમથી જ સ્વીકારવામાં આવ્યું છે. દીપના સાન્નિધ્યમાં બેસી કરવામાં આવતી ઉપાસના અસ્તિત્વમાં આહલાદકતા, પવિત્રતા સાત્વિકતા ને એકાગ્રતા આણે છે. પરંતુ જેવી જેની સુલભતા. ઘી મેળવવું અશક્ય હોય તો તેલનો દીવો કે દીવેલનો દીવો પણ પ્રગટાવી શકાય છે. વીજળીનો નાનો બલ્બ પણ જલાવી શકાય છે. એમાંનું કશું જ ન મળે તેમ હોય તો દીપ વિના પણ ઉપાસના કરી શકાય છે. દીવાનું મહત્વ તો છે જ, પણ જો તે સુલભ હોય તો જ.

એ જ રીતે અગરબત્તી પ્રગટાવવાથી વાતાવરણ સુવાસમય બને છે. મારી દૃષ્ટિએ આ બધી બાબતો આખરે પણ બાહ્ય પળોજણ જેવી જ છે. છેવટે પણ મહત્વ તો શ્રદ્ધાનું, શરણાગતિનું, બાળભાવનું તેમ જ પ્રેમભાવનું છે. એને જ પ્રત્યેક ઉપાસકે સિદ્ધ કરવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. સાધન જરૂરી તો છે જ, પણ માત્ર સાધનને જ વળગી ન રહેતાં સાધ્ય તરફ-લક્ષ્ય તરફ-ધ્યેય તરફ મનુષ્યની-ઉપાસકની ગતિ હોવી જ જોઈએ.

પ્ર૦ માળા કેવી હોવી જોઈએ ?

ઉ૦ એકસો આઠ મણકાની મેરુવાળી, રુદ્રાક્ષની કે તુલસીની માળા, માળા કરવા માટે રાખવી જોઈએ. કાય કે સ્ફટિકની માળા પણ ચાલે. તેમ છતાં તે એક સાધન છે. તેનું મહત્વ ન સ્વીકારીએ તો પણ ચાલે.

પ્ર૦ માળા કરવી એટલે શું ?

ઉ૦ માળા કરવી એટલે ગાયત્રી મંત્ર કે કોઈ પણ એક મંત્ર બોલતાં બોલતાં માળાના મણકા ફેરવતા જવું તે. આ રીતે માળા કરતી વખતે એકવાર મંત્ર બોલ્યા પછી એક મણકો ફેરવવો, બીજી વાર બોલી રહ્યા પછી બીજો મણકો, એ રીતે મંત્રજપ કરતાં કરતાં માળા ફેરવવી.

પ્ર૦ માળા કઈ રીતે ફેરવવી ?

ઉ૦ માળાને, અંગૂઠા પછીની બીજી આંગળી પર ભેરવી, અંગૂઠા વડે માળાના એક એક મણકાને, મંત્રજપ કરતાં ફેરવવો જોઈએ. એ રીતે એકસો આઠ મણકાની માળા એકસો આઠ વાર મંત્રજપ કરતાં કરતાં ફેરવવી જોઈએ. અંગૂઠા પછીની પેહલી નહી, પણ બીજી આંગળી સૌથી મોટી હોવાથી એને શ્રેષ્ઠિકા કહે છે. તેથી એ શ્રેષ્ઠ આંગળી પર માળા ભેરવાય છે. એક માળા પૂરી થાય પછી માળાનો મેરુ ઓળંગ્યા વિના, મેરુ આગળથી જે મણકા પર છેલ્લો મંત્રજપ કર્યો ત્યાંથી ફરી બીજી માળા શરૂ કરવી જોઈએ.

પ્ર૦ માળાનો મેરુ એટલે શું ?

ઉ૦ માળાનો મેરુ એટલે માળાનો મુખ્ય મણકો. એ મુખ્ય મણકાની આસપાસ બીજા મણકા પરોવાયેલા હોય છે. મેરુ એ માળાની ધરી છે.

પ્ર૦ આપ દરરોજ ત્રણ માળા કરવાનો આગ્રહ શા માટે રાખો છો ?

ઉ૦ કોઈ પણ પ્રવૃત્તિને સઘન અને સફળ બનાવવા માટે પાયાની વસ્તુઓ-બાબતો નક્કર હોવી જોઈએ. એ પ્રવૃત્તિ નિયમિત ને સતત થવી જોઈએ. નિયમિતતા

ને સાતત્યને કારણે પછી એની ટેવ પડી જાય છે. સારી પ્રવૃત્તિઓ ટેવરૂપે આપણામાં ઉતરી જાય ત્યારે એને આધારે આપણે જીવનમાં ઘણી સારી સફળતા મેળવી શકીએ છીએ ને જીવન કંઈક ઓર જ પ્રગતિ કરી રહે છે.

ઉપાસનાની પ્રવૃત્તિનું પણ એવું જ છે. માતાજીની શરણાગતિના પ્રથમ પગથિયે પગ મૂકતો માનવી, અસંખ્ય પગથિયાને અંતે ઉત્તુંગ શિખરે બિરાજેલ માતાજી સમીપ-ઇષ્ટ સમક્ષ કેવી રીતે પહોંચી શકાશે તેની બહુ મોટી વિમાસણ અનુભવે છે. એ વિમાસણ કંઈ તત્કાળ અંત પામે તેવી હોતી જ નથી. એ માટે તો પુરુષાર્થ કરવો જ પડે છે. એવી વિમાસણ અનુભવતો માનવી ક્રમશઃ જ આગળ વધી શકે છે.

જેઓ ઉપાસનાના એકડાની શરૂઆત કરી રહ્યા છે તેઓને ચિત્તની એકાગ્રતાની તો મુશ્કેલી નડે જ છે. જપનો લય પણ એકદમ સિદ્ધ ન થઈ શકે. જીવનના ગમે તે તબક્કે ઈષ્ટને કે માતાજીને અભિમુખ બની શરણાગતિના, શ્રદ્ધાના ભાવને તત્કાળ તો પ્રબળ ન જ બનાવી શકે. માતાજી પ્રત્યેની અભિમુખતામાં સતત ભરતી આણવા, શ્રદ્ધા ને શરણાગતિના ભાવને પ્રબળ બનાવવા ઉપાસનાના એકડાને ઘૂંટવા જપની ટેવ પાડવા માટે, જપની પ્રવૃત્તિને સઘન ને સફળ બનાવવા સાતત્ય ને નિયમિતતા જરૂરી છે. દરરોજ ત્રણ માળા કરવાની ટેવ પાડવાથી ઉપાસનામાં સાતત્ય ને નિયમિતતા આવી શકશે અને સાતત્ય ને નિયમિતતાને કારણે ટેવ પડશે. બન્ને વસ્તુ જરૂરી છે. દરરોજ ત્રણ માળા નિયમિત કરવાથી ઉપાસનામાં એક વિલક્ષણ રસ ને રુચિ પેદા થશે. માતાજીની કૃપાના અનેકવિધિ અનુભવો થશે તેથી કરીને તેને આશ્રયે વધુ ને વધુ નિશ્ચિત થવા પ્રયત્ન કરશો.

સાવ ઓછા સમયમાં મનની એકાગ્રતા સધાવી કે ચિત્તની શુદ્ધિ થવી દુષ્કર છે. એટલે ત્રણ માળાનો નિયમ તો રાખવો જ. મનફાવે તેમ મંત્રજપ કરવાથી નુકસાન તો નથી જ, લાભ તો છે જ, પરંતુ અવ્યવસ્થિત આયોજનથી જેમ કોઈ નક્કર સંગીન લાભ હાંસલ થતા નથી તેમ અવ્યવસ્થિત ઉપાસનાનો પણ ખાસ ફળલાભ નથી. મંત્રની મહાન શક્તિ વીશે તો બે મત છે જ નહિ, પણ સવાલ આપણી પોતાની શરણાગતિનો છે. સંપૂર્ણ પ્રપત્તિભાવને હું સૌથી મોટી જરૂરિયાત આપણે પક્ષે સમજુ છું. ગાયત્રીની કૃપા યાચનારે, પોતાના કોઈ પણ ઇષ્ટ દેવદેવીની કૃપા મેળવવા ઉપાસકે-મનુષ્યે આ શરણાગતિ ભાવને સિદ્ધ કરવા મથવું એટલી મારી નમ્ર વિનંતિ છે.

પ્ર૦ માળા વિના જપ થઈ શકે ?

ઉ૦ ઉપાસક જ્યારે ઉપાસનાની-જપની શરૂઆત કરે છે ત્યારે તેને માટે માળા આવશ્યક છે. કારણ કે તેણે જપ કરવાની ટેવ પાડવાની છે, કેળવવાની છે. શ્રદ્ધા અને શરણાગતિના ભાવને પ્રબળ બનાવવાનો છે અને ચિત્તને એકાગ્ર કરવાનું છે. આ બધું ધારીએ તેટલું સહેલું નથી, ખુબ દુષ્કર છે. એ દુષ્કર કાર્ય પાર પાળતાં, સિદ્ધ કરતાં જિંદગીની ઘણી લાંબી મજલ કપાઈ જાય છે. ઘણો સમય વીતી જાય છે. કોઈક પુણ્યશાળી જીવાત્મા તે ખુબ જલ્દી સિદ્ધ કરી લે છે. લાંબા કે ટૂંકા સમયમાં ઉપાસક શ્રદ્ધા ને શરણાગતિના ભાવને પોતાના અસ્તિત્વના અણુએ અણુમાં વહાવી શકે, તેનું ચિત્ત ખુબ સરળતાથી, સહેલાઈથી ને સહજતાથી માતાજીના સ્વરૂપ, ધ્યાન ને જપમાં એકાગ્ર બની શકતું હોય, ઉપાસકમાં કોઈ પણ જાતની અપેક્ષા કે ઝંખના ન રહે, માતાજીના દર્શનની પણ તેને કોઈ જ અભિલાષા ન રહે. માત્ર ઉપાસના ખાતર જ ઉપાસના કરવાની, ભક્તિ ખાતર જ ભક્તિ કરવાની તેની ઝંખના હોય, તેનો તેવો

અભિગમ કેળવાય ત્યારે માતાજી માટેની, પોતાના કોઈ પણ ઇષ્ટ માટેની અંતરની આરત ઉત્કટ બને, તેનું હૈયું આર્તનાદ કરે, હૃદયનો પોકાર ઉદભવે ત્યારે માળાનું સાધન આપોઆપ દૂર થઈ જાય છે અને માતાજી સાથે-ઇષ્ટ સાથે કેવળ ભાવાનુબંધ રચાય છે. ચિત્ત સંપૂર્ણપણે તન્મય થઈ જાય છે ત્યારે ઉપાસકને કોઈ સાધનની આવશ્યકતા રહેતી નથી. માળા પણ આખરે તો એક સાધન છે, સાધ્ય નથી. સાધ્ય તો છે શ્રદ્ધા, શરણાગતિ અને ભાવસમાધિ. એને સિદ્ધ કરવા સાધનની-માળાની જરૂર રહે છે. પણ ભાવની પરાકાષ્ઠાઓ પહોંચ્યા પછી જ, સંપૂર્ણ એકાગ્રતાની કક્ષાએ પહોંચ્યા પછી જ, માળાનો પરિહાર થઈ શકે.

સંજોગવશાત ક્યારેક તમારી પાસે માળા ન હોય તો તમે દરરોજ જેટલી માળા કરતા હો તેનો સમય ગણી, અડધો કલાક, કલાક કે બે કલાકની ગણતરી કરી, માનસિક મંત્રજપ થઈ શકે છે. તેમાં જરાય સંકોચ રાખવાની જરૂર નથી.

પ્ર૦ ગાયત્રી ઉપાસના માટે આપ કેવા વિધિવિધાન સૂચવો છો ?

ઉ૦ દુનિયાદારીની સ્વાર્થી ચિંતાઓમાંથી શક્ય તેટલું મનને ખેંચી લઈ, બને તેટલી વધારે એકાગ્રતાથી, જેટલી બને તેટલી વધારે શરણાગતિથી માનું સ્મરણ કરવું તે જ ગાયત્રી ઉપાસનાની ખરી વિધિ. આ જ ખરી સૂક્ષ્મ સાધના, બાકી બધી બાહ્ય પળોજણ મારી દૃષ્ટિએ મને લાગે છે.

આ સૂક્ષ્મ ભાવ તરત સિદ્ધ થતો નથી તે હું જાણું છું પણ જેની એવી સ્થિતિ થઈ શકી તેને તો અધ્યાત્મિક સિદ્ધિની પ્રાપ્તિ થતાં કેટલી વાર ? એટલે એવી સૂક્ષ્મ મનઃસ્થિતિ હાંસલ કરવા માટે બાહ્ય વિધિની જરૂર ખરી. આ બાહ્ય વિધિ એવી તો જટિલ ન જ હોવી જોઈએ કે મન માના સ્મરણમાં ઠરવાને બદલે વિધિવિધાનમાં જ

ધૂમ્યા કરે. એટલે હું સાદી બાહ્ય વિધિ અહીં સૂચવું છું. ભાવિક માણસે એની સહાય લેતાં પણ ઉપર સૌથી પહેલી મેં વર્ણવેલી સૂક્ષ્મ મનઃસ્થિતિ પ્રાપ્ત કરવાના લક્ષ્યને તો ન જ ચૂકવું.

ગાયત્રી મંત્ર એ મહામંત્ર છે. એની અપરિમેય શક્તિ હર કોઈ પણ, હર કોઈ સ્થળે, હર કોઈ વ્યક્તિને ફળે છે. માતાની પાસે જવા માટે તેનાં બાળકોને કોઈ પણ જાતનું બંધન નથી.

ગાયત્રી ઉપાસના માટે બ્રાહ્મમુહૂર્ત - સવારના ચારથી સાત - નો સમય વધુ અનુકુળ છે. દરેકને એટલા વહેલા ઊઠવાનું ન ફાવે તો શક્ય તેટલી વેહલી સવારે મંત્રજપ કરવા. સ્નાન-શૌચાદિથી નિવૃત્ત-શુદ્ધ થઈ, પ્રસન્ન ચિત્તે, દર્ભના આસન પર પૂર્વાભિમુખ બેસી માના સ્મરણમાં લાગી જવું. માનો ફોટો, ધીનો દીવો અને અગરબત્તી અનુકૂળ હોય તો રાખવું. સ્થળ ને સમય નક્કી કરી ૧૦૮ મણકાની માળા ફેરવવાનો નિયમ કરવો. સાયંકાળ પછી માળા ગણવી હિતાવહ નથી. માનસિક જપ માટે સ્થળ તથા સમયનો બાધ નથી.

પ્ર૦ ગાયત્રી મંત્ર આખો બોલવો જરૂરી છે ? ‘જય ગાયત્રી મા, જય ગાયત્રી મા’ કર્યા કરીએ તો ન ચાલે ?

ઉ૦ ગાયત્રી-મંત્રમાં ચોવીસ અક્ષરો રહેલા છે. એ ચોવીસે ચોવીસ અક્ષરોનું ચોક્કસ સ્થાન નિર્માણ થયું છે એટલે જ્યારે જ્યારે મંત્ર બોલાય છે ત્યારે ત્યારે તેનો પ્રત્યેક શબ્દ તેના નિર્મિત સ્થાન સાથે અથડાય છે અને આંદોલનો ઉત્પન્ન કરે છે. ગાયત્રી મંત્રના શબ્દોની ક્રમબદ્ધ ગૂંથણી એ એની આગવી વિશિષ્ટતા છે. જેને કારણે એક અદ્ભુત શક્તિનો પ્રવાહ ઉત્પન્ન થાય છે. ગાયત્રી મંત્રના ઉચ્ચારથી શરીર અને

મનમાં તેમ જ સમસ્ત અસ્તિત્વમાં એક પ્રકારની સાત્વિકતા ને પવિત્રતાનો આવિર્ભાવ થાય છે. આજુબાજુના વાતાવરણમાં એનો પ્રભાવ પથરાય છે. ગાયત્રી મંત્રના ઉચ્ચારણથી અલૌકિક શક્તિનો સંચાર થાય છે જેથી ચિત્ત અને મન શાંતિ ને સ્વસ્થતાનો પણ અનુભવ કરે છે. એ શક્તિના પ્રવાહથી રોગીના શરીરમાં રોગપ્રતિકાર શક્તિ ઉદભવીને પ્રબળ બને છે. સતત મંત્રજપથી મનુષ્યનાં અસત કર્મો નાશ પામે છે ને સત્કર્મોનો ઉદય થાય છે, તેમાં વૃદ્ધિ થાય છે. આથી ગાયત્રી મંત્ર આખો બોલવો જરૂરી છે.

પ્ર૦ ચિત્તની એકાગ્રતા કેળવવા શું કરવું ?

ઉ૦ શરૂઆતમાં દરેક વ્યક્તિને ચિત્તની એકાગ્રતા કેળવવા માટે મુશ્કેલી પડે છે. દરેક સિદ્ધપુરુષને પણ પ્રથમ તો ચિત્તની એકાગ્રતા કેળવવાની મુશ્કેલી તો પડી જ હોય છે, પણ દરરોજ નિયમિત જપ કરવાની, પ્રયત્ન કરવાની ટેવ પાડવાથી, એકાગ્રતા કેળવી શકાય છે. ચિત્તની એકાગ્રતા કેળવવી એ ખુબ દુષ્કર છે. મનને જાતે જ કેળવવું પડે છે. તાત્કાલિક વિચારોનું ભારણ દૂર થતું નથી છતાં વિચારો આવે તો પણ મંત્રજપ તો ચાલુ જ રાખવા જોઈએ. વિચારોના આક્રમણથી અકળાઈને મંત્રજપ છોડી ન દેવા જોઈએ. એ વિચારોનું આક્રમણ એની મેળે જ શમી જશે.

કોઈ પણ કાર્ય માટે પ્રેમ, લગની જવાબદારી હોય તો જ એકાગ્રતા કેળવી શકાય. આપણા બધાનો લૌકિક અનુભવ હશે જ કે આફ્રીસમાં કે ધંધામાં અમુક વખતે આપણે એટલાં બધાં લીન થઈ જઈએ છીએ કે આગળ-પાછળની પરિસ્થિતિનો આપણને કોઈ જ ખ્યાલ નથી રહેતો. સમય ને સ્થળ પણ આપણે ભૂલી જઈએ છીએ એટલે કોઈ પણ પ્રવૃત્તિમાં એકાગ્ર થવા માટે સચોટ પ્રેમ ને લગની હોય તો એકાગ્રતા કેળવવામાં ખાસ મુશ્કેલી નહીં પડે. એ સાથે જ ઉપાસના નિયમિત કરવાની પણ ટેવ

પાડશો તો પણ એકાગ્રતા કેળવી શકાશે એમાં ખાસ મુશ્કેલી નહીં પડે. તેમ છતાં એકાગ્રતા કેળવવા માટે કેટલાંક સૂચનો અહીં કરું છું:

૧. અલગ ઓરડો કે જગ્યા જ્યાં માણસોની અવર-જવર ન હોય.

૨. ધૂપ-દીપ-અગરબત્તી કરવા જેથી વાતાવરણ આહલાદક રહે.

૩. બ્રાહ્મમુહૂર્તમાં મંત્રજપ કરો.

૪. માતાજીની કે આરાધ્ય દેવ-દેવીની મૂર્તિ કે ફોટો નજર સામે રાખો.

૫. આપને અનુકુળ હોય તે આસનમાં સ્વસ્થ, ટકાર, મસ્તક, ડોક તથા ધડ ટકાર રહે તેમ બેસો. ટેકો લઈને કે અઢેલીને બેસવું નહીં.

૬. આંખો બંધ રાખો. બે ભ્રુકુટીઓ વચ્ચેના ભાગ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરો. મૂર્તિ કે છબીની માનસિક કલ્પના કરવી.

૭. મન સાથે ખેંચતાણ કરવી નહીં. શરીર-કપડાં ઢીલા રાખવાં.

૮. અર્થપુર્વક મંત્રનું ઉચ્ચારણ કરવું.

૯. હોઠ હલાવ્યા વિના માનસિક જપ કરવા પ્રયત્ન કરો.

૧૦. મન વિચારોના વમળમાં અટવાય ત્યારે તેને તેમ થવા દો, કે જેથી મનનો પ્રયત્ન પૂરો થઈ જાય. ધીમે ધીમે વિચારો શાંત થઈ જશે અને મન તમારી આજ્ઞાની પ્રતિક્ષા કરશે. મનને વશ કરવામાં સમય લાગશે. જેમ જેમ પ્રયત્ન કરતાં જશો તેમ તેમ તે તમને વશ થતું જશે.

૧૧. મનને શાંત કરો.

૧૨. ઉત્તમ વિચારોને મનમાં આવવા દો. ભગવાનની છબીનું તથા મંત્રનું વારંવાર એક ચિત્તે ધ્યાન કરો.

૧૩. ભગવાનના દિવ્ય ગુણોનું ચિંતન કરો.

૧૪. શરીરને વારંવાર હલાવવું નહીં કે ખંજવાળવું નહીં, સ્થિર બેસી ધીરે ધીરે શ્વાસ લેવો.

૧૫. પૂર્વાભિમુખ અથવા ઉત્તરાભિમુખ દર્ભના આસન પર બેસી મંત્રજપ કરવા.

૧૬. ધ્યાન કર્યા વિના એક પણ દિવસ જવો જોઈએ નહિ. સાત્વિક ખોરાક ખાવો. સાત્વિક જીવન જીવવું.

૧૭. મન થાકી જાય ત્યારે થોડો આરામ કરવો. ખુલ્લી હવામાં જવું, વાતાવરણ બદલવું.

તમારા મનને માત્ર મા ગાયત્રીના-ઇષ્ટ દેવના વિચારોમાં જ નિમગ્ન રાખશો તો તમે જલ્દીથી નિર્વિકલ્પ અવસ્થા સુધી પહોંચી શકશો.

પ્ર૦ કુંડલિની જાગ્રત કરવી રૂરી છે ?

ઉ૦ ના, એવી કોઈ આવશ્યકતા મને લાગતી નથી. માણસના પૂર્વભવનાં સંચિત પુણ્યકર્મો અને ઉપાસનાના પરિપાકરૂપે તેની કુંડલિની આપોઆપ જાગ્રત થાય છે. એ માટે કોઈ પ્રયત્ન કરવાની જરૂર નથી. તેમ કરવા જતાં માઠાં પરિણામો આવ્યાના-અનિષ્ટ સર્જાયાના દાખલાઓ મોજૂદ છે. યોગ્ય સિદ્ધપુરુષના-ગુરુના માર્ગદર્શન વિના કુંડલિની જાગ્રત ન થઈ શકે. કોઈ પણ ઉપાસક કુંડલિની જાગ્રત કરવાના કે કરાવવાના મોહમાં ન ફસાય તેવી મારી ઉપાસકોને નમ્ર વિનંતિ છે.

સંપૂર્ણ શ્રદ્ધા અને શરણાગતિથી મા-બાળકનો સંબંધ કેળવી ત્રિપદા ગાયત્રી મહામંત્રની દરરોજ ઓછામાં ઓછી ત્રણ માળા નિયમિત કરો, એવું મારું સ્પષ્ટ સૂચન છે. સહજ ને સ્વાભાવિક ક્રમમાં ઉપાસનાના-માતાજીની કૃપાના જે અનુભવો થાય તે થવા દેવા.

પ્ર૦ ગાયત્રી-ઉપાસનાનો અધિકાર સર્વને છે ?

ઉ૦ ગાયત્રી ઉપાસના એ પરમતત્વની-ભગવાનની જ ઉપાસના છે. ગાયત્રી-મંત્રમાં ભગવાન સૂર્યનારાયણને પ્રાર્થના કરવામાં આવી છે. સૂર્યનો પ્રકાશ તો સમસ્ત પૃથ્વી પરનાં જડ-ચેતન સઘળાં પદાર્થો-પ્રાણીઓ પર, તે ઈચ્છે કે ન ઈચ્છે તો એ પડે છે. પ્રકાશ વિના કદી કોઈ ને ચાલ્યું નથી. આ પ્રકાશ અનંત છે. અસીમ છે. એવા પ્રખર પ્રકાશમાન પરમતત્વની ઉપાસનામાં કયો બાધ હોઈ શકે ? આ સમસ્ત સૃષ્ટિ પરમાત્માનું જ સર્જન છે. આપણે સૌ તેનાં જ બાળકો છીએ. આપણા પરમ પિતા પાસે જવાનો, તેની ગોદમાં બેસવાનો સૌને સમાન અધિકાર છે.

એ જ રીતે ગાયત્રી ઉપાસના પણ સૌ કોઈ સ્ત્રી કે પુરુષ, જ્ઞાતિ, જાતિ, ધર્મ કે સંપ્રદાયના ભેદભાવ વિના, વિના સંકોચે કરી શકે છે. મા પાસે જવા માટે સૌ બાળકને સરખો હક છે. અત્યાર સુધીમાં મારી મુલાકાતે વિભિન્ન ધર્મ કે સંપ્રદાયના અસંખ્ય લોકો આવી ગયા છે. તે સૌ આજે પણ ગાયત્રી ઉપાસના કરે છે ને તે સૌને સુખદ અનુભવો થયા છે ને થાય છે.

પ્ર૦ લાંબા સમય સુધી ઉપાસના કરવા છતાં કેમ કોઈ ફળ પ્રાપ્ત થતું નથી?

ઉ૦ ઉપાસનાના ફળની પ્રાપ્તિ માટે સંપૂર્ણ શ્રદ્ધા, અનન્ય શરણાગતિ, શિશુભાવ, નિષ્કામના, સમર્પણ, ધીરજ, સહનશીલતા, નિયમિતતા ને સાતત્ય

આવશ્યક ને અનિવાર્ય છે. તે સાથે જ માનવીનાં પૂર્વજન્મનાં કાર્યો પણ મહત્વનો ભાગ ભજવે છે. એટલે જેનું જેટલું વધારે પુણ્ય સંચિત થયું હોય તેટલું તેને વહેલું ફળ પ્રાપ્ત થાય. કોઈ વ્યક્તિના પૂર્વજન્મના પચાસ ટકા જ સત્કર્મો સંચિત હોય તો આ જન્મે બીજા પચાસ ટકા જ સત્કર્મો તેણે સંચિત કરવાનાં રહે છે. કોઈ વ્યક્તિએ પૂર્વજન્મે કોઈ જ પુણ્ય સંચિત ન કર્યું હોય તો એણે આ જન્મે પહેલેથી જ પુણ્યસિદ્ધિ પ્રાપ્ત કરવાની રહે છે. આમ, માણસનું કર્મ ક્યારે પાકે તે વિશે કોઈ નિશ્ચિત સમય નથી. પરંતુ ફળ પ્રાપ્ત થાય કે ન થાય પણ દરેક માનવી પોતાની જે તે સાત્વિક ને પવિત્ર ઉપાસના અવિરત ચાલુ રાખે, કંટાળે નહિ. માતાજી માટે-ઇષ્ટ માટેનાં સચોટ પ્રેમ ને લગનીને દૃઢ બનાવે, નિરાશ ન થાય, ઉપાસના છોડી પણ ન દે. જેમ જેમ ઉપાસના કરતાં જશો તેમ તેમ અસત કર્મો કપાતાં જશે ને સત્કર્મોની વૃદ્ધિ થશે.

કેટલીકવાર એવું બને છે કે પરમાત્મા પોતાના શરણાગતના હિતની વિરુદ્ધમાં ફળ આપતા નથી. માનવીનું સાચું હિત શેમાં છે તે તો ઈશ્વર જાણે જ છે. આપણી દૃષ્ટિએ જેમાં આપણને આપણું હિત દેખાતું હોય તેમાં સમયાન્તરે આપણું મોટું અહિત થવાનું હોય, તો તેનો તાગ પામીને ભગવાન પોતાના ભક્તને તેનું મનોવાંછિત ફળ આપતા નથી. આથી ફળની પ્રાપ્તિની બાબતમાં ભગવાનની મરજીનો જ સ્વીકાર કરવો પડે છે. ભગવદગીતાએ પણ ફળની બાબતમાં આકાંક્ષા ન રાખવાનું કહ્યું જ છે. મનુષ્ય-ઉપાસક ફરજભાવે નિષ્કામ બનીને ઇષ્ટની-માતાજીની ઉપાસના કરે. ફળનો વિચાર ન કરે. પોતાનું સઘળું હિત પરમાત્માનાં ચરણોમાં સોંપી, નિશ્ચિત બની સતત ને નિયમિત ઉપાસના ચાલુ રાખે તેવી મારી વિનંતી છે. સમ્પૂર્ણ શ્રદ્ધા, અનન્ય શરણાગતિ, સચોટ પ્રેમ ને લગનીથી નિષ્કામભાવે કરેલી ઉપાસના ક્યારેય એળે નથી

જતી. આજે નહિ તો કાલે, આ જન્મે નહિ તો આવતે જન્મે તેનું ફળ તો અવશ્ય વહેલું કે મોડું પ્રાપ્ત થવાનું જ છે તેમાં લેશ માત્ર સંશય રાખશો નહિ.

પ્ર૦ ઉપાસનામાં કે મંત્રજપના ઉચારણમાં કોઈ પણ ભૂલ થાય તો ? એથી ઉપસકનું અહિત થઈ શકે ખરું ?

ઉ૦ ઉપાસનામાં કે મંત્રજપના ઉચારણમાં કોઈ ભૂલ થાય તો એથી ઉપાસકને કશું જ નુકસાન થતું નથી. વ્યક્તિએ એ માટે બાળભાવ કેળવવાની વિશેષ જરૂર છે. સંપૂર્ણ શ્રદ્ધા અને શરણાગતિથી ઉપાસના કરવી એ એની પ્રમુખ ને અનિવાર્ય શરત છે. બાળભાવ કેળવવાથી બાળકની કાલીઘેલી ભાષા મા અવશ્ય સમજી શકે છે. પાણીને ભૂ ને મમ મમ કહી ખાવાનું માંગતા બાળકની મા સમજે છે કે મારા બાળકને ખાવું છે, પાણી પીવું છે. આપણા પરમ કૃપાળુ પરમ પિતાના ખોળામાં બેસવા, બાળભાવ જ જરૂરી છે. માની ગોદમાં એકદમ ધસી જતા બાળકને મા પોતાના વાત્સલ્યથી ભીંજવી દે છે. એટલે માતાજીના એવા વાત્સલ્યની પ્રાપ્તિ માટે પુરુષાર્થ આદરી તેને સિદ્ધ કરવો રહ્યો. ઉપાસનાની બાહ્ય પળોજણમાં વિધિવિધાનમાં અટવાવાની જરૂર નહિ એવું મારું સ્પષ્ટ મંતવ્ય છે.

વળી કોઈ પણ મંત્રની શબ્દરચવામાં કક્કો-બારાખડીના જ અક્ષરો સમાયેલા છે તેથી જે તે મંત્રના ઉચારણની ટેવ પાડી તેના ઉચારણને સરળ બનાવી દેવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ ને મન્ત્રોચાર વેળા મંત્રના ભાવાર્થને માનસમાં ઉપસ્થિત કરવાનો પ્રયાસ કરવો જોઈએ. વળી ઉપાસનાનો હેતુ સાત્વિક ને કેવળ ઉપાસના-ભક્તિ કરવાનો હોવો જોઈએ.

પ્ર૦ અનુષ્ઠાન કેવી રીતે કરવું ?

ઉઠે અનુષ્ઠાન એટલે શિસ્તબદ્ધ રીતે યોજેલી ઇષ્ટની ઉપાસના - સમ્પૂર્ણ શ્રદ્ધા અને શરણાગતિથી, મા-બાળકનો સંબંધ કેળવી, મન, વચન ને કર્મથી પવિત્ર રહી, શિસ્તબદ્ધ રીતે સ્થળ, સમય અને માળાનો ક્રમ નક્કી કરી પોતાની શારીરિક અને માનસિક શક્તિ અનુસાર અનુષ્ઠાન કરવું.

અનુષ્ઠાન બે રીતે થઈ છે: લઘુ અનુષ્ઠાન અને અનુષ્ઠાન.

લઘુ અનુષ્ઠાન એટલે ચોવીસ હજાર મંત્રજપ.

સવા લક્ષ ગાયત્રી-મંત્રજપને અનુષ્ઠાન કહે છે. ઘરમાં જ્યાં ઇષ્ટદેવની-માતાજીની સ્થાપના કરી હોય ત્યાં, માતાજીના ફોટા સામે, પૂર્વાભિમુખ અથવા ઉત્તરાભિમુખ દર્ભના આસન પર બેસવું. યથાશક્તિ ધૂપ, દીપ, અગરબત્તી પ્રગટાવી જપ શરૂ કરવા. એ જ પ્રમાણે નવરાત્રીના દિવસો દરમિયાન દરરોજ જપ કરવા. અન્ય કોઈ વિધિવિધાનની જરૂર નથી. સંપૂર્ણ શ્રદ્ધા અને અનન્ય શરણાગતિ જ મહત્વની છે.

અનુષ્ઠાન દરમિયાન સ્થળ છોડી શકાય નહિ. પહેલા દિવસે જ્યાં બેસી જપ કર્યા હોય તે જ જગ્યાએ બેસી દરરોજ જપ કરવા જરૂરી છે. વળી સમય પણ સચવાવો જરૂરી છે. પહેલા દિવસે જો ચાર વાગ્યાથી જપની શરૂઆત કરી હોય તો દરરોજ તે જ સમયે જપ કરવા.

એકી બેઠકે માળા ન થઈ શકે, તો અધવચ્ચેથી ઊઠી શકાય છે, પણ ઉઠવા માટે માળાનો ક્રમ નક્કી કરવાનો રહે છે. દા.ત. તમે પાંચ કે સાત અથવા અગિયાર માળા એકી સાથે કરી શકતા હો, એટલા સમય સુધી એકસરખું બેસી શકાતું હોય, તો તે પ્રમાણે પાંચ કે સાત અથવા અગિયાર માળાનો ક્રમ નક્કી કરી, પાંચ-પાંચ કે

સાત-સાત માળા કર્યા પછી ઉભા થઈ પાંચ-દસ મિનીટ વિશ્રામ લઈ શકાય છે. ત્યાર બાદ ફરી પાછી આગળની માળા ચાલુ કરવી. એ જ પ્રમાણે દરરોજ કરવું.

દર્ભના આસન પર પલાંઠી વાળી, નજરને માતાજીના સ્વરૂપમાં કેન્દ્રિત કરી સીધા ટકાર બેસવું.

અનુષ્ઠાન એ ઇષ્ટની શિસ્તબદ્ધ ઉપાસના છે તેથી કેટલાક નીતિનિયમો પાળવા જરૂરી છે :

૧. સાદો સાત્વિક આહાર એક વાર લેવો. ઉપવાસ કરવાની જરૂર નથી.
૨. ઘરમાં બનાવેલો ખોરખ જ ખાવો.
૩. સ્થાપન કરવું, થાળ ધરાવવો કે પૂર્ણાહુતિ વખતે હોમહવન, વિસર્જન વગેરે કરવું આવશ્યક નથી.
૪. અનુષ્ઠાન દરમ્યાન બ્રહ્મચર્ય અવશ્ય પાળવું.
૫. સૂતક, માસિક કે અન્ય કોઈ પણ મુશ્કેલીથી અનુષ્ઠાન અધૂરું છોડવું પડે તો, અધૂરું અનુષ્ઠાન આગળ ચલાવી પૂરું કરી શકાય નહિ. નવેસરથી શરૂ કરીને જ પૂર્ણ કરી શકાય.

નવરાત્રીમાં અનુષ્ઠાન કરવાનું માહાત્મ્ય વિશેષ ગણાયું છે. વર્ષની ચાર નવરાત્રી છે. પોષ, ચૈત્ર, અષાઢ ને આસો. આસો માસની નવરાત્રીનું મહત્વ વિશેષ છે. પરંતુ અનુષ્ઠાન કરવા ઈચ્છતાં ભાઈ-બહેનો કોઈ પણ મહિનાની સુદ એકમથી અનુષ્ઠાન કરી શકે છે.

પ્ર૦ ગાયત્રી - પુરશ્ચરણ વિશે સમજાવશો.

ઉ૦ ગાયત્રી - પુરશ્ચરણ એ વિશાળ ફલક પર યોજેલી ગાયત્રી ઉપાસના છે. એને માટે અનેકવિધ નીતિનિયમોથી સજ્જ થવું પડે છે.

ગાયત્રી - પુરશ્ચરણ કરનારે ચોવીસ લાખ ગાયત્રી-મંત્રજપ કરવાના રહે છે. સામાન્ય મનુષ્ય માટે આ પુરશ્ચરણ ખુબ દુષ્કર છે, પણ કોઈ સિદ્ધપુરુષ, સંત કે ગુરુના માર્ગદર્શન હેઠળ જ કરવું વિશેષ ડહાપણભરેલું છે. પોતાની ઈચ્છા પ્રમાણે પુરશ્ચરણ કદાપી ન કરવું.

પુરશ્ચરણ કરતાં પહેલાં નાન્દી શ્રાદ્ધ કરવું જરૂરી છે, જેથી લાંબા સમયના આ શિસ્તબદ્ધ પ્રોજેક્ટ-યોજના દરમ્યાન કોઈ સાંસારિક વિઘ્ન, સૂતક વગેરેનો પશ્ચ ઉપસ્થિતિ થાય તો બાધ ન નડે.

પુરશ્ચરણ એક કે બે વર્ષ અથવા તેથી વધુ સમયમાં પૂરું કરી શકાય. શરીરસ્વાસ્થ્ય, માનસિક ક્ષમતા, કૌટુંબિક જવાબદારી, સાંસારિક-સામાજિક ફરજો વગેરેને લક્ષમાં રાખીને જ ગુરુના માર્ગદર્શન અને આશીર્વાદ મેળવ્યા પછી જ પુરશ્ચરણ કરવું જરૂરી છે.

પ્ર૦ ઉપાસકોએ ધ્યાનમાં રાખવા જેવી સર્વસામાન્ય બાબતો કઈ ?

ઉ૦ ૧. કોઈ પણ ઉપાસકે પોતાના ઇષ્ટમાં સમ્પૂર્ણ શ્રદ્ધા અને અનન્ય શરણાગતિ રાખવી.

૨. ઉપાસનામાં નિયમિતતા ને સાતત્ય જાળવવાં.

૩. ગાયત્રી મંત્રની ત્રણ માળા દરરોજ જ કરવી. તે જ રીતે અન્ય ઉપાસકોએ પોતે દરરોજ શું કરવું જોઈએ તે પોતાની અનુકૂળતા પ્રમાણે નક્કી કરી લે.

૪. અન્યની ઉપાસનાને - દેવને - ઉતારી ન પાડવાં. અર્થાત તે પ્રત્યે હીન ભાવ ન રાખવો.

૫. ગાયત્રી હોય કે અંબિકા, રામ હોય કે કૃષ્ણ, શિવ હોય કે વિષ્ણુ આખરે પરમેશ્વર - શક્તિ - તો એક જ છે ને તે સર્વવ્યાપક છે તે હંમેશ સ્મરણમાં રાખવું.

૬. આહાર, આચાર, વિચાર, વાણી, વર્તન ને વલણમાં સાત્વિકતા ને પવિત્રતા ઉતારવી.

૭. મન, વચન ને કર્મથી પવિત્ર રહેવું.

૮. ષડરિપુઓ - કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ, મદ (અભિમાન - અહંકાર), મત્સર (ઈર્ષ્યા - અદેખાઈ) થી સાવધ, સજાગ, સતર્ક રહી તેને નાથવાનો પ્રયત્ન કરતા રહેવું.

૯. સતત કાર્યશીલ રહેવું.

૧૦. દુઃખીના દિલનાં આંસુ લુંછવા.

૧૧. નિઃસહાયને સહાય કરવી.

૧૨. કોઈનો વિશ્વાસઘાત કરવો નહિ.

૧૩. પરનિંદાથી દૂર રહેવું.

જપ, ધ્યાન, નામસ્મરણ કે સ્તોત્રપાઠને આધારે કરવામાં આવતી ઉપાસના આત્મવિકાસની, સાક્ષાત્કાર માટે કરવામાં આવતી, સૂક્ષ્મ પ્રક્રિયા છે. અસ્તિત્વના સુક્ષ્માતિસુક્ષ્મ અણુઓને ભેદીને આત્માને જાગૃત કરવા તરફ અને આત્મામાં રહેલા પરમાત્માનાં દર્શન કરાવવાનો પુરુષાર્થ આદરતી પ્રક્રિયા છે તેથી જપ, ધ્યાન, નામસ્મરણ કે સ્તોત્રપાઠની સાથે સાથે ઉપર દર્શાવ્યા તેવાં ઉતમ, ઉમદા, ઉદાર ને ઉદાત્ત એવા માનવીય ગુણોને આત્મસાત કરવાની વિશેષ જરૂર છે. સાચી ઉપાસનાનું એ ગુઢ રહસ્ય છે. ઉપાસકમાં જ્યાં સુધી, અહીં દર્શાવ્યા તેવા ઉદાર, ઉમદા ને ઉદાત્ત ગુણો ખીલતા નથી ત્યાં સુધી તેની ઉપાસના ફળતી નથી. ઉપાસનાની ફળશ્રુતિ માટે તે વિશેષ જરૂરી છે. એ ગુણોમાં જ સર્વ શાસ્ત્રોનો સાર રહેલો છે તેમ હું માનું છું. કોઈ પણ ઉપાસક જો આ બધી બાબતોનો ખ્યાલ રાખશે તો ચોક્કસ તે માતાજીનાં – ઈશ્વરનાં વિશેષ કૃપા, આશિષ પ્રાપ્ત કરવા, દર્શન કરવા કે સાક્ષાત્કાર મેળવવા પણ સદભાગી નીવડશે એ નિઃશંક છે. સ્વાનુભવે જ એ સમજાશે.

: 3 :

શ્રધ્ધા

શ્રીમદ ભગવદગીતામાં શ્રીકૃષ્ણ ભગવાને શ્રધ્ધાની મહત્તા દર્શાવી છે. ભય, મોહ ને વિષાદને કારણે અર્જુને યુદ્ધ માટે પોતાની અશક્તિ જાહેર કરી ત્યારે શ્રીકૃષ્ણ ભગવાને તેને શ્રધ્ધાનો બોધ આપી તેનામાં શ્રધ્ધાનું સિંચન કર્યું હતું.

શ્રધ્ધા એટલે જે સારું છે ને સાચું છે તેને ધારણ કરી રાખવું. જે સારી ને સાચી ભાવનાં છે તેને ધારણ કરી રાખેલી ભાવનામાં સ્પંદનો માનવહૃદયમાં તેમ જ તેના સમસ્ત અસ્તિત્વમાં ઉદભવીને એક અનોખી શક્તિનો આવિર્ભાવ સાધે છે, જે શક્તિનાં આવિર્ભાવથી માનવી પોતાના ભૌતિક કે આધ્યાત્મિક ઈષ્ટિત ધ્યેય સુધી પહોંચી શકે છે. આમ શ્રધ્ધા એ માનવીના ભૌતિક તેમ જ આધ્યાત્મિક ઉભય જીવનનું અવલમ્બન છે, જેના વડે માનવી જીવનમાં ઉન્નતિ અને ઉદાત્તતાને પામી શકે છે.

શ્રધ્ધાની પ્રક્રિયા ઘણી સૂક્ષ્મ અને પ્રલમ્બ છે.

વ્યક્તિને વ્યક્તિનું કર્મ જ બન્ધનાકારક નીવડે છે. કર્મના પ્રભાવે ને બળે માનવી જન્મ-મૃત્યુના ચક્રમાંથી સંપૂર્ણપણે મુક્ત તો ન થઈ શકે, પણ એ ચક્રમાં ફસાયા પછી એ ચક્રની જટિલ ગતિવિધિને કેવી રીતે સરળ બનાવવી તે માટે આપણાં શાસ્ત્રોમાં અનેકવિધ ઉપાયો દર્શાવ્યા છે. જ્ઞાન, કર્મ, ભક્તિ ને યોગ. પરન્તુ એ બધાનો આધાર શ્રધ્ધા પર છે. એટલે આ શ્રધ્ધા પણ ઈશ્વરની જેમ જ સર્વશક્તિમાન, સનાતન ને સત્ય તત્વ છે. શ્રધ્ધા વિના ઈશ્વરના અસ્તિત્વને સમજવું

અશક્ય છે અને તેની ઉપાસના કરવી અસંભવ છે. શ્રદ્ધા વિના મનુષ્યજીવનની ગતિ ને પ્રગતિ સંભવિત નથી.

પરંતુ પ્રશ્ન એ ઉદભવે કે અર્જુનની જેમ ભય, મોહ અને વિષાદને કારણે માનવીની સર્વ શક્તિઓ હણાઈ ચૂકી હોય, મનમાં વેદનાનાં વાદળો ઘેરાયાં હોય ત્યાં તેને શ્રદ્ધા રાખવાનો વિચાર જ કેવી રીતે ઉદભવે ? ઈશ્વરને તેણે જોયો નથી. તેનાથી તે સંપૂર્ણપણે અજ્ઞાત છે, તો તેને વિશે શ્રદ્ધા કેવી રીતે ઉદભવે ? વાત તો સાવ સાચી છે.

આપણાં સઘળાં શાસ્ત્રોએ, આપણા અનેક સંતોએ, ઋષિમુનિઓએ શ્રદ્ધા દ્વારા ઈશ્વરને ઉપાસવાનો બોધ આદેશ આપેલો જ છે. એટલે આપણે તેમનાં વચનોને પ્રમાણભૂત માનીને જ, એનો આધાર લઈને જ ચાલવાનું છે, એ ચરિતાર્થ-સાર્થક થાય ત્યાં સુધી પ્રતિક્ષા કરવાની છે, અનુભવ કરવાનો છે.

આથી માનવીનું પહેલું કામ શ્રદ્ધા રાખવાનું છે. શ્રદ્ધા સેવ્યા પછી જ એનો અનુભવ થઈ શકે છે. જેમ શાંત જળમાં એક કાંકરો નાખતા જળમાં તરંગો ઉદભવીને દૂર દૂર સુધી ફેલાય છે, તેમ હૃદયપટ પરથી શ્રદ્ધાના એક અંશને ધારણ કરતાં જ ઈશ્વરના અસ્તિત્વનો, તેની કૃપાના અનુભવનાં આંદોલનો ઉદભવી હૃદયને શાતા અર્પે છે. શ્રદ્ધા વડે જ શ્રદ્ધાનો આવિર્ભાવ થાય છે. આ આવિર્ભાવ પામેલી શ્રદ્ધા જ વ્યક્તિને જન્મ આપે છે ને તેનું પોષણ કરે છે. કેવી રીતે ?

સંતાનની ઝંખના સેવતું દમ્પતી શ્રદ્ધાપૂર્વક પરમતત્વને ઉપાસે છે પ્રાર્થે છે ને તેના કર્મફળે, પ્રારબ્ધબળે સ્ત્રીના ગર્ભમાં માનવ-સ્વરૂપે દેહ ધારણ કરી વ્યક્તિની-દંપતીની સંતાન-ઝંખના ને પરમતત્વ પ્રત્યેની શ્રદ્ધા સાકાર થાય છે. એક

વ્યક્તિનો-એક મનુષ્યનો જન્મ થાય છે. એ જન્મ થતાં પહેલા માતાના ગર્ભમાં તેનું પોષણ થાય છે. આ પૃથ્વી પર અવતરતાં જ તે બાળકના પોષણ-સંવર્ધન માટે પરમાત્માએ સ્ત્રીના-માતાના સ્તનમાં દૂધનું સર્જન કરીને જગત સમક્ષ એક મહાન ને પરમ આશ્ચર્ય ધરી દીધું છે. ઈશ્વરની પરમ ને ચરમ સત્તા ને શક્તિનો ત્યાં સ્વીકાર કરવો પડે છે, તેમાં શ્રદ્ધા રાખવી પડે છે. ત્યાં એ શ્રદ્ધા આપોઆપ ઉદભવે છે. શ્રદ્ધાના બળે જ શિવમાંથી જીવનો જન્મ થાય છે. મનુષ્યના જન્મની ગાથા ને પ્રક્રિયા કેવળ ઈશ્વરીય સત્તા ને શક્તિનો એક પવિત્ર ને સાત્વિક આવિર્ભાવ છે. વિજ્ઞાન ભલે તેનાં સંશોધન કરીને તેને વ્યક્તિના જન્મનું મૂળભૂત કારણ માને, તેમ છતાં એ ઈશ્વરદત્ત છે. એની શક્તિ ને સત્તા વિના કશું જ સંભવિત નથી.

માનવીના સમસ્ત જીવન, સંસાર, કર્મ ને આધ્યાત્મિકતાનો સઘળો આધાર શ્રદ્ધા ઉપર છે. શ્રદ્ધા જ માનવીના જીવન, સંસાર, કર્મ ને આધ્યાત્મિકતાને ઘડે છે. શ્રદ્ધા વિનાનો માનવી પશુસમાન છે. શ્રદ્ધાવાળો માનવી સાત્વિક છે ને સાત્વિક છે તેથી જ તે શ્રદ્ધાવાળો બને છે. માનવીના આચાર-વિચાર-આહાર શ્રદ્ધા પર અવલંબિત છે. જે શ્રદ્ધાયુક્ત છે તેના આચાર-વિચાર-આહાર પણ સાત્વિક જ હોય છે.

જીવન ને સંસારનો સઘળો વ્યવહાર કેવળ શ્રદ્ધા દ્વારા જ શક્ય ને સંભવિત બને છે.

આપણે આપણાં બાળકોમાં શ્રદ્ધાના સંસ્કારનું સિંચન કરતાં રહીશું તો તેનું જીવન સમૃદ્ધ, સત્વશીલ, પવિત્ર ને સાત્વિક બનશે. વ્યક્તિના શૈશવમાં પ્રાપ્ત થયેલ શ્રદ્ધાનો આ જ સંસ્કાર તેના જીવનમાં નૈતિક મૂલ્યોનું સર્જન કરે છે. ને આધ્યાત્મિકતાનો અભિગમ કેળવાઈ ને ઈશ્વરાભિમુખ બનાવે છે, કારણ શ્રદ્ધામય

સંસ્કાર દ્વારા વ્યક્તિ સન્માર્ગે પ્રેરાય છે, શ્રેય ને પ્રેય ખાતર તે પુરુષાર્થ પણ સન્માર્ગે કરે છે ને તે તેના સઘળા પ્રયત્નોમાં સફળ થાય છે. કદાચ નિષ્ફળ થાય તો પણ તેનું જીવન એવા વળાંકો લઈ બેસે છે કે તેમાંથી તેને સરવાળે કશું જ ગુમાવવાનું રેહતું નથી. તેની એક નિષ્ફળતા અનેક સફળતાઓને ઘસડી લાવે છે. આમ શ્રદ્ધાનાં વિવિધ પરિમાણ ને પરિણામ છે. વ્યક્તિના સન્માર્ગેના પ્રયત્નો તેને નીતિ શિસ્ત ને પ્રમાણીકતાના પાઠો શીખવે છે.

પ્રથમ દૃષ્ટિએ ખુબ નાની ને નજીવી લાગતી શ્રદ્ધાની વાત સરવાળે તો માનવી માટે, સમસ્ત દેશ માટે, સમાજ ને વિશ્વ માટે ઘણી ઉપકારક નિવડી શકે તેમ છે. શ્રદ્ધાનું સામ્રાજ્ય જો સઘળે છવાઈ જાય તો સર્વવ્યાપક પરમાત્માના સઘળે સ્થળે દર્શન થઈ શકે છે. પરમાત્માનાં દર્શન થતાં જ જીવનની-આત્માની ઉન્નતિ ને સમૃદ્ધિ થતી જવાની છે. શ્રદ્ધાની આ સૂક્ષ્મ પ્રક્રિયા છે.

શ્રદ્ધા એ સૂક્ષ્મ ભાવના છે. કોઈ પદાર્થની જેમ તેને બતાવી, સ્પર્શી શકાતું નથી. શ્રદ્ધાનો કેવળ અનુભવ કરવાનો રહે છે. જેને જેવી શ્રદ્ધા હોય તેને તેવો અનુભવ થાય. શ્રદ્ધાનાં કોઈ ધારાધોરણ, નીતિનિયમો કે મર્યાદા નથી હોતાં. મનુષ્યના હૃદયમાં આ શ્રદ્ધાનો ઉદભવ થાય છે, ત્યાં જ એ વિકાસ પામે છે, ત્યાં જ એ વિહાર કરે છે, ત્યાં જ એનાં વિવિધ દર્શન થાય છે. આ શ્રદ્ધાની કાળજી ન લેવાઈ, એ પ્રત્યે લક્ષ ન અપાય, એનું પોષણ, સંવર્ધન ન થાય તો ઉદભવીને ફૂલેલી-ફાલેલી શ્રદ્ધા શુષ્ક બનીને નષ્ટ થઈ જાય છે. એટલે સમયાન્તરે શ્રદ્ધાને સંકોરતા જવાનું છે. હૃદયમાં જાગેલા શ્રદ્ધાના દીપમાં પ્રેમ ને ભાવનાનું તેલ પુરતા રહેવાનું છે ને એને પ્રજ્વલિત રાખવાનો છે. અંતરમાં પ્રજ્વળેલો શ્રદ્ધાદીપ આપણા આતમને તો અજવાળશે જ, પણ એ અન્યના આતમને પણ અજવાળવાની ક્ષમતા

ધારણ કરે ત્યારે જ તે સાચી શ્રદ્ધા કહેવાય. આપણે શ્રદ્ધાને આત્મસાત કરવાનો પ્રયાસ કરીએ.

શરણાગતિ

શરણાગતિ એટલે કોઈકને તાબે થવું, કોઈને વશ થવું, કોઈના થઈ જવું. આપણા પર કોઈકનું આધિપત્ય-અધિકાર-હક્ક સ્વીકારવો. પોતાના ઇષ્ટની માતાજીની શરણાગતિ સ્વીકારવી એટલે કે એને વશ થઈને એના તાબામાં એના થઈને રહેવું. આપણા પર પરમતત્વની-પ્રભુની-માતાજીની સત્તા-આધિપત્ય સ્વીકારી લઈએ છીએ ત્યારે આપણે તેની શરણાગતિ સ્વીકારી કહેવાય છે. પણ કેવળ તાબે થવાથી કે આધિપત્ય સ્વીકારી લેવાતી સંપૂર્ણ શરણાગતિ આવતી નથી. આપણે જેને વશ થઈએ, તાબે થઈએ છીએ, જેની છત્રછાયામાં રહીએ છીએ ને આપણા પર જેનો અધિકાર હોય છે તેને પસંદ પડે, તે કહે તે મુજબ આપણે વર્તવું પડે છે અને એ મુજબ આપણે વર્તીએ ત્યારે જ તે સંપૂર્ણ શરણાગતિ કહેવાઈ છે.

માનવી-ઉપાસક જ્યારે પરમતત્વની-માતાજીની શરણાગતિ સ્વીકારે છે, ત્યારે જીવનની પ્રતિપળ, જીવનના પ્રત્યેક સોપાન પર તેણે પ્રભુની ઈચ્છાનો, મરજીનો સ્વીકાર કરવો પડે છે. એના વશમાં રહીને જીવવું પડે છે. માનવીના-ઉપાસકના પોતાનાં મનોરથો કામ લાગતા નથી. માનવી પોતાના મનોરથોનો અસવાર-સારથી જો પ્રભુને-માતાજીને બનાવે તો એ મનોરથોની ગતિ ને ધ્યેયની પ્રાપ્તિ કંઈક ઓર જ હોય છે. વ્યક્તિ જ્યારે માતાજીની શરણાગતિ સ્વીકારે છે ત્યારે તેણે પોતાની ઈચ્છાઓ-મરજીઓનો પરિહાર કરવો પડે છે. તો જ સાચી શરણાગતિ સ્વીકારેલી કહેવાય.

આપણે જ્યારે ઇષ્ટ સમક્ષ બે હાથ જોડી માથું નમાવીએ છીએ ત્યારે આપણે આપણું સંપૂર્ણ અસામર્થ્ય જાહેર કરીએ છીએ. વ્યક્તિ વિનમ્ર બની પ્રભુનાં ચરણોમાં પોતાનું અસામર્થ્ય જાહેર કરે છે ત્યારે તે શરણાગતિની જાહેરાત બની જાય છે. આપણું અસામર્થ્ય જાહેર કરીને પરમ સત્તાના સામર્થ્યનો-આધિપત્યનો સ્વીકાર કરીએ છીએ.

અહીં સ્વભાવિકપણે જ અહમ્ નાશ પામે છે. ઉપાસક કે વ્યક્તિ જો અહમથી મુક્ત બને તો જ તે માતાજીને શરણે જઈ શકે છે. માતાજીને શરણે જતાં અહમને નામશેષ કરવો આવશ્યક બની રહે છે. અહમ વિહીન અસ્તિત્વમાં શરણાગતિનો આવિષ્કાર સઘાય છે. અહમનું વિગલન એ જ સાચી શરણાગતિ છે.

આપણે માતાજીની કે પોતાના કોઈ પણ ઇષ્ટની શરણાગતિ સ્વીકારી છે અથવા સ્વીકારવા તત્પર થયાં છીએ પણ આપણી અનેક સમસ્યાઓ છે, આપત્તિઓ છે, દરેકને કંઈક ને કંઈક અપેક્ષાઓ-ઝંખનાઓ ભાવનાઓ સાકાર કરવાના મનોરથો છે. એ મનોરથો જ્યારે સિદ્ધ થતા નથી ત્યારે આપણે નિરાશ થઈ જઈએ છીએ ને ઈશ્વરને દોષ દઈએ છીએ. આપણે માની બેસીએ છીએ કે માતાજીની આપણા પર કૃપા કે આશિષ નથી. આપણે ઉપાસના માર્ગે આગળ વધવું છે. ઉપાસનાની અનેકવિધ અનુભૂતિઓ કરવા ઉત્કટ છીએ. માતાજીનાં દર્શન કરવાની અદમ્ય ઈચ્છા છે, પણ એ પણ જ્યારે સાકાર નથી થતી ત્યારે પણ આપણે નિરાશ થઈ જઈએ છીએ, ઉપાસના છોડી દઈએ છીએ કે એ તરફ ધ્યાન આપતા નથી. આ સ્થિતિ ઉચિત નથી.

હું દૃઢપણે એમ માનું છું કે, આપણે જ્યારે આપણા ઇષ્ટ કે માતાજીની શરણાગતિ સ્વીકારી છે, ત્યારે જે કંઈ સફળતા-અસફળતા પ્રાપ્ત થાય તેને હોંશભેર-

ઉલટભેર-અશ્રુભરી આંખે-વ્યથિત હૃદયે પણ એ સ્થિતિને ઈશ્વરની મરજી માની સ્વીકારી લેવામાં ડહાપણ છે. એમાં કોઈ ને કોઈ ગૂઢ સંકેત અવશ્ય સમાયેલો જ હોય છે. આપણને ઉપાસનાની અનુભૂતિ થતી નથી કે માતાજીનાં દર્શન થતાં નથી એથી નિરાશ-હતાશ કે ઉપાસનામાંથી ચલિત થવાની આવશ્યકતા નથી. આપણે જ્યારે એવી કોઈ અપેક્ષા કે ગણતરી પણ ન કરીએ ત્યારે જ સાચી ને સંપૂર્ણ શરણાગતિ સ્વીકારી લેખાશે.

ચિત્તને-અન્તરને એકદમ ખુલ્લું-સ્વચ્છ-મોકળું બનાવી દેવાની જરૂર છે, જીવનના અભાવોની કદી ફરિયાદ નથી કરવાની. ઉપાસનાકીય બાબતમાં પણ મનમાં કોઈ ઓછપ ન અનુભવીએ અને ઉપાસનાના ક્રમને નિરંતર, નિયમિત ને દૃઢ બનાવવાનો પ્રયત્ન કરીએ એમાં જ શરણાગતિનું સાચું હાઈ સમાયેલું છે.

*

: ૫ :

મા - બાળકનો સંબંધ

આપણા જીવનવ્યવહારમાં મા-બાળકનો સંબંધ આપણે હરહંમેશ જોતાં-જાણતાં અને અનુભવતાં આવ્યાં છીએ. એનું બારીકાઈથી નિરીક્ષણ કરીશું તો જણાશે કે જ્યારે એક મનુષ્ય જન્મ ધારણ કરીને પૃથ્વી પર આવે છે ત્યારે તે આપોઆપ માની તેમ જ અન્યોની છત્ર-છાયામાં, શરણાગતિમાં આવી જાય છે. બાળક સમજણું થાય ત્યાં સુધી બાળકની પ્રત્યેક જવાબદારી માતાને શિરે રહે છે. બાળક સ્થિરતાથી ચાલતું થાય ત્યાં સુધી મા-બાપે બાળક પડી ન જાય, તેને વાગે નહિ તેની કાળજી રાખવી પડે છે. માને બાળકની તમામ જરૂરિયાતોની ખબર હોય છે, બલકે માએ બાળકની સર્વ રીતે સંભાળ રાખવી પડે છે-કાળજી લેવી પડે છે. આ એક વાત.

માના અંતરમાંથી પ્રેમ, વહાલ, વાત્સલ્ય નિરંતર વહેતાં રહે છે. આ બીજી વાત.

બાળકની બાળસહજ ચેષ્ટાઓ, તેની નિર્દોષતા, તેની મસ્તી, તેનો કિલકિલાટ માના પ્રેમમાં, વહાલમાં, વાત્સલ્યમાં વધારો કરે છે. કેટલાંક બાળકો એવા હોય છે, જે પ્રતિપળ ખુશખુશાલ રહે છે. આનંદ ને સ્મિત તેના ચહેરા પરથી જરા યે વિલાતાં નથી. નથી એ ખાવાનું માંગતું, નથી પીવાનું માંગતું, નથી એ જીદ કરતું કે નથી તોફાન કરતું. તેવાં બાળકની મા, વડીલો, કુટુંબ ને સમાજ નોંધ લે છે. શાંત, સ્વસ્થ ને પોતાની મસ્તીમાં મસ્ત રહેતું બાળક સૌને પ્રિય થઈ પડે છે.

આ લૌકિક જગતના મા-બાળકની વાત થઈ.

હવે આપણે ઉપાસના શ્રેત્રે મા-બાળકના આધ્યાત્મિક સંબંધને સમજવાનો પ્રયત્ન કરીએ.

જે કોઈ મનુષ્ય માતાજીના અથવા પોતાના કોઈ પણ ઇષ્ટ દેવ-દેવીને શરણે જઈ ઉપાસના કરવા ઈચ્છે છે તેમણે શરણાગતિની સાથે જ આ બાળભાવ કેળવવો જોઈએ.

ખોળો ખૂંદતા બાળકને ક્યારે શું જોઈશે તે તેની માતાને ખબર છે, આપણે મનુષ્યો જ્યારે વેદજનનીના ખોળામાં આપણી જાતને સમર્પી દઈએ ત્યારે આપણું શ્રેય ને પ્રેમ, આપણું હિત અને અહિત તેના હાથોમાં જઈ પડે છે. આપણે સમ્પૂર્ણ શ્રદ્ધા અને નિષ્કામ ભાવે માતાજીના સ્મરણ-મનન-ચિંતનમાં મગ્ન રહેવાનું છે. જેમ જેમ માતાજી પ્રત્યે એકાગ્રતા વધતી જશે તેમ તેમ આપણને માતાજીના પ્રેમનો, કૃપાનો, વ્હાલનો, વાત્સલ્યનો એક યા અન્ય રીતે અનુભવ થતો જશે.

આપણે જ્યારે માતાજીને શરણે જઈએ છીએ, શિશુ-ભાવ કેળવીએ છીએ ત્યારે કશું માંગવાનું રહેતું નથી. માંગવું જોઈએ પણ નહીં. એ એક આધ્યાત્મિક શિસ્તની વાત છે. આ મા-બાળકના સંબંધની પૂર્વ શરત છે.

આપણા વ્યવહારજગતમાં પણ બાળક જે માંગે તે આપણે તેને આપી દેતા નથી અને બાળક જ્યારે પોતાની માગણી ચાલુ જ રાખે ત્યારે તો હરગીઝ નહિ. કારણ આપણે જાણીએ છીએ કે, બાળક જે માંગે છે તે તેને આપી શકાય તેમ છે કે નહિ અને ક્યારેક જ આપણે બાળક માંગે તે તરત આપી દઈએ છીએ.

વેદજનનીને પણ આપણા હિતની-આપણા શ્રેયની ખબર છે. આપણી માગણી આપણી દ્રષ્ટિએ યોગ્ય છે-માતાજીનો સંકેત કે મરજી કાંઈક જુદા જ હોય છે.

ઉપાસના કરતાં સારાસારનો-ઉચિત-અનુચિતનો વિવેક, વિનમ્રતા પણ જરૂરી છે. માતાજી પાસે અતિ વિનમ્ર બનીને જવાની જરૂર છે. આપણે જ્યારે માતાજીનાં ચરણોમાં મસ્તક ઢાળીએ છીએ એનો અર્થ જ એ કે, આપણું સર્વસ્વ તેને સોંપીને, આપણે આપણું અસામર્થ્ય આપોઆપ જ સ્વીકારી લઈએ છીએ, બલકે જાહેર કરીએ છીએ.

આપણા પામર જીવોમાં કોઈ જ સામર્થ્ય નથી. સર્વશક્તિમાન તો કેવળ માતાજી જ છે. તેમની મરજી વિના, કૃપા વિના આપણે કાંઈ જ હાંસલ કરી શકીએ તેમ નથી.

આપણે જે સ્થિતિમાં મુકાયાં છીએ, તેમાં માને પ્રાર્થના કરી, તેનું સ્મરણ કરી જીવવું, સ્વસ્થ, આનન્દિત અને પ્રફુલ્લિત રહેવું, નિજાનન્દની મસ્તીમાં મસ્ત રહેવાનો પ્રયત્ન કરવો એ જ સાચી શરણાગતિ છે. નિજાનન્દની એ જ મસ્તી માતાજીનો પ્રેમ, વહાલ કે વાત્સલ્ય, કૃપા અને કરુણા સંપાદન કરાવશે.

વ્યવહાર-જગતમાં પણ આપણે જોઈએ છીએ, અનુભવીએ છીએ કે પોતાની બાળસહજ રમતમાં, મસ્તીમાં મસ્ત બનીને રહેતા બાળક માટે આપણને સ્વાભાવિક ને સહજપણે જ વહાલ ઉભરાય છે.

આપણે સૌ સતત કાર્યશીલ બની, નિત્ય નિયમિત ઉપાસનામાં રત રહી, ભૌતિક-આધ્યાત્મિક કોઈ પણ મુશ્કેલી કે મૂંઝવણમાં શ્રદ્ધા ને શરણાગતિને ટકાવી રાખી, ફરિયાદનો એક હરફ સુદ્ધાં ન ઉચ્ચારીએ ત્યારે જ માતાજી સાથે-પરમાત્મા સાથે બાળભાવ કેળવી શકીશું, પ્રેમનો નાતો સ્થાપી શકીશું. પરમાત્મા સાથે બાળભાવ કેળવવા માટે સર્વ કામનાઓથી પર થવાની પ્રથમ આવશ્યકતા ને શરત છે. એમાં

કોઈ પણ પ્રાપ્તિની આકાંક્ષા કે દર્શનની ખેવના સુકાંનો પરિહાર થઈ જાય છે. એ જ બાળભાવ-શિશુભાવની પરમ ને ચરમ અવસ્થા છે.

આપણે સૌ આધ્યાત્મિક જગતનાં બાળકો છીએ. આપણે આધ્યાત્મિક-ઉપાસનાકીય આચાર-વિચારને આશ્રયે જ માનો-પરમકૃપાળુ પરમાત્માનો ખોળો ખૂંદવાનો છે.

પછી શરણાગતિની સાથે જ શિશુભાવ અન્તરમાંથી આપોઆપ જ ઉદભવ્યા કરશે.

મા-બાળકનો સંબંધ કેળવવો અધરો છે એથી યે વિશેષ તો એ સંબંધ ટકાવવો અધરો છે. એ દુષ્કર કાર્ય સિદ્ધ કરીને પણ મા-બાળકનો સંબંધ કેળવવાથી ને ટકાવવાથી માતાજીનો નિર્મળ પ્રેમ ને અપાર વાત્સલ્યનો અલૌકિક અનુભવ થાય છે.

આધ્યાત્મિક ભૂમિકાએ, ઉપાસનાના સ્તરે નિષ્કામ અને નિર્લેપતા કેળવવાની જરૂર છે. માતાજીને કોઈ પણ પ્રકારની ફરિયાદ ન જ થવી જોઈએ એમ હું અંગત રીતે માનું છું. માતાજી-ઈશ્વર સમક્ષ આત્મનિવેદન-રજૂઆત-વિનંતી કે પ્રાર્થના હોય, ફરિયાદ નહિ.

માતાજીની શ્રદ્ધાપૂર્વક શરણાગતિ સ્વીકારી આપણું સર્વસ્વ તેના હાથોમાં-ચરણોમાં સમર્પી દઈને આપણે નિશ્ચિત રહીશું તો માતાજીની કૃપા આપણને અવશ્ય પ્રાપ્ત થશે જ થશે. તેની સહાય પણ મળશે. તેની દ્રષ્ટિ પણ આપણા પર રહેશે. માતાજી આપણો બધો જ ખ્યાલ રાખશે.

આપણી મુશ્કેલી ક્યાં છે તે હું સમજાવું. આપણા રોજબરોજના જીવનમાં નાની-નાની અડચણો આવે છે, કે કોઈક મોટી સમસ્યા ઉદભવે છે ત્યારે આપણે એકદમ જ

અકળાઈ ને ગભરાઈ જઈએ છીએ, બાવરા-બેબાકળા થઈ જઈએ છીએ. આપણી ધીરજ ને સહનશીલતાનો તત્કાળ જ અન્ત આવે છે, પરિણામે નિરાશા આપણને ઘેરી વળે છે અને નિર્બળતા આપણા પર કબજો જમાવી બેસે છે. એમાંથી આપણા કશું જ ઉપજતું નથી. બલ્કે આપણને અનેક રીતે નુકસાન થાય છે. માનસિક અશાંતિ ઘેરી વળે છે, ન કરવાનાં કાર્યો થઈ જાય છે, કોઈક નાનો-મોટો અકસ્માત પણ થઈ જાય છે, તો વળી ક્યારેક માનસિક-શારીરિક બીમારી પણ લાગુ પડે છે.

આપણી આ કસોટી હોય છે ને એ કસોટીમાં આપણે સમ્પૂર્ણ નિષ્ફળ પુરવાર થઈએ છીએ. આપણે ઈશ્વરને દોષ દઈએ છીએ. એના અસ્તિત્વનો અસ્વીકાર કરીએ છીએ. આ સ્થિતિ ઉચિત નથી. આપણે આપણી જ નબળાઈઓને કારણે, શ્રદ્ધા, શરણાગતિ, સજ્જતાના અભાવને કારણે ઈશ્વર સાથે-માતાજી સાથે અનુબન્ધ-નાતો-સંબંધ બાંધી શકતા નથી ને આપણને એ દુષ્કર લાગે છે એમાં આપણો જ વાંક છે.

આપણી દ્રષ્ટિએ આપણને યોગ્ય લાગતી કેટલીક બાબતો આપણે માટે નથી બનતી તેમાં માતાજીનો કંઈક શુભ સંકેત અવશ્ય રહેલો જ હોય છે. માતાજીની કૃપા અને વાત્સલ્ય આપણા પર અવિરત વરસતાં જ હોય છે.

માતા સર્જક છે, પાલક છે, પોષક છે. સમસ્ત સૃષ્ટિ પર તેનું નિયંત્રણ છે. માતાજીની ઈચ્છાનો પળભર માટે પણ પરિહાર થઈ શકતો નથી.

જીવનની પ્રત્યેક પળમાં માતાજીની ઈચ્છાનો-સંકેતનો અણસાર વાંચીને ચાલીશું તો માતાજી સાથે-પરમાત્મા સાથે આપણો સંબંધ દ્રઢ થશે.

માતાજીની-પરમતત્વની આજ્ઞાને અનુસરવામાં પણ તેમની સાથે એક નાતો સર્જાય છે.

હું મારી વાત કરું તો મેં જ્યારે રાજીનામું મૂક્યું તે અગાઉ મને નોકરીમાં થોડીક અડચણો આવી હતી. કેટલાક જણે ઉપરી અધિકારીઓને મારી વિરુદ્ધમાં કાન-ભંભેરી મારી બદલી દૂરના ગામમાં કરાવી હતી. પહાડોની ખીણ વચ્ચેની તળેટીમાં મારો વાસ હતો. ત્યાં કેવળ હવા-પાણી જ વિના મુશ્કેલીએ મળતાં, તે સિવાય જીવનજરૂરી સઘળી ચીજો મેળવવા ખૂબ દૂર સુધી જવું પડતું. પન્દર દિવસે એકવાર હું ઘેર જતો. તમામ કામ હું જાતે કરતો. એક દિવસ હું ઓફિસ ગયેલો ત્યારે ઘરનું તાળું તૂટી, પૈસા, ખાવાનું સઘળું ચોરાઈ ગયેલું. ત્રણ દિવસો મેં કેવળ પાણી પર કાઢી નાખ્યા. ત્રીજા દિવસે હું ઘેર જવા નીકળ્યો, પણ મારી પાસે બસના પૈસા પણ નહોતા. મારી આંખોમાં ઊભરાઈ આવતાં આંસુઓને રોકવાનો મેં બેળેબેળે પ્રયત્ન કર્યો ને ચિત્તને માતાજીના સ્મરણમાં જોડી દીધું. મારી આવી દશા જોઈને મારા ઘરના, મારા મિત્રો તેમ જ મારી સાથેના કાર્યકર્તાઓ મને કહેતા કે તમે માતાજીના ઉપાસક છો ને તમારી આ દશા? હું તેઓને એક જ જવાબ આપતો કે હું માતાજીની ઉપાસના કરું છું તે શું નોકરીના કે જીવનનાં સુખસગવડ ખાતર કરું છું ? સૃષ્ટિ-સૌન્દર્ય વચ્ચે મને રહેવાનું મળ્યું છે ને એના કુદરતી વાતાવરણમાં મને માતાજીનું સ્મરણ કરવામાં અનહદ આનન્દ આવે છે. હું સમ્પૂર્ણ સુખી છું. મને કોઈ જ તકલીફ નથી....

માતાજીએ મને ખૂબ તાવ્યો છે. મારી ખૂબ કસોટીઓ કરી છે, પણ મેં કદી એને ફરિયાદ નથી કરી. કદી મનમાં ઓછું આણ્યું નથી. એમાં હંમેશ હું માતાજીના શુભ સંકેતને વાંચવાનો પ્રયત્ન કરતો.

કહેવાનું તાત્પર્ય કે આપણી પરિસ્થિતિઓ-સમસ્યાઓ અંગે આપણે માતાજીને કદી ફરિયાદ ન કરીએ. મનમાં લેશ માત્ર ઉદ્વેગ ન આણીએ. માતાજીની ઉપાસના કરતાં કરતાં કોઈ પણ પ્રકારની ભૌતિક કે આધ્યાત્મિક અપેક્ષા ન રાખીએ, તેના

દર્શનની કે ઝાંખીની પણ ઈચ્છા કે માગણી ન કરીએ ત્યારે જ આપણે માતાજીના-
પરમતત્વના સાચા ઉપાસક ઠરીશું. તેમની સાથે આપણો નાતો રચાશે, કેળવાશે ને
દ્રઢ થશે. સમ્પૂર્ણ શ્રદ્ધા, શરણાગતિ, સજાગતા, ધીરજ, પવિત્રતા, સાત્વિકતા ને
સહનશીલતા, મા-બાળકનો સંબંધ કેળવવા માટેનાં આધારભૂત તત્વો છે. એને
આત્મસાત કરવાનો પ્રયત્ન કરીએ.

*

ધ્યાન : પરમતત્વ સાથેનું સાયુજ્ય

ઈશ્વરની ઉપાસના માટે આપણાં શાસ્ત્રોમાં જ્ઞાન, ભક્તિ ને કર્મ જેવા અનેક માર્ગો દર્શાવ્યા છે, એમાં ધ્યાનને પણ પરમતત્વની ઉપાસનાનું એક અંગ-એક માર્ગ તરીકે ગણાવવામાં આવ્યું છે. કોઈ પણ માર્ગે જવા માટે તે માર્ગ અંગેની જાણકારી, એ માર્ગનો નકશો આપણને ખબર હોવો જરૂરી છે. તો જ તે માર્ગે આગળ વધી શકાય. એ રીતે ઈશ્વરની ઉપાસનાના વિવિધ માર્ગોની જાણકારી હોવી જરૂરી છે. પોતાના ઇષ્ટની ઉપાસના કરનારે ધ્યાન કરવું જરૂરી છે, પણ ધ્યાન કઈ રીતે કરવું ? પતંજલિના ‘યોગદર્શન’માં ધ્યાન માટે અનેકવિધ બાબતોનું આલેખન કરવામાં આવ્યું છે. એમાં યમ, નિયમ, પ્રાણાયામ, ધ્યાન, ધારણા, સમાધિ એમ વિવિધ અંગોની છણાવટ કરવામાં આવી છે, પણ સામાન્ય ઉપાસક માટે એ શક્ય ને અનિવાર્ય નથી.

આપણા અનેક ઋષિમુનિઓએ ધ્યાનયોગની સિદ્ધિ મેળવવા પ્રખર તપશ્ચર્યા કરી છે. ધ્યાનયોગ એ કંઈ સરળ ને સહજ નથી. ધ્યાનયોગને સિદ્ધ કરવો એ અત્યંત દુષ્કર ને કપરું કામ છે. સામાન્ય ઉપાસકે મનુષ્ય એ સિદ્ધ કરવા ઘણી બધી સમજ ને સજ્જતા પ્રાપ્ત કરવી જરૂરી બની રહે છે. ઉપાસનાના પ્રથમ સોપાને ડગ માંડતો ઉપાસક કંઈ તરત ને તરત ધ્યાનયોગને હાંસલ ન કરી શકે, પણ દૈનિક ઉપાસના-જપની ટેવ પડ્યા પછી દરરોજ ધ્યાનમાં બેસવાની ટેવ કેળવવી જોઈએ.

મેં મારા સ્વાનુભવને આધારે ઉત્સુક ઉપાસકો માટે ધ્યાનની સરળ પદ્ધતિ દર્શાવવાનો ઉપક્રમ અત્રે સ્વીકાર્યો છે.

ધ્યાન કઈ રીતે કરશો ?

માતાજીની અથવા પોતાના ઇષ્ટની છબી સામે, દર્ભ કે સાદા આસન પર, પલાંઠી વળી. ટદ્ધાર બેસવું અને નજરને માતાજીની છબી પર, ઇષ્ટના-માતાજીના સ્વરૂપમાં કેન્દ્રિત કરી ધ્યાન ધરી શકાય છે. ધ્યાન માટે કોઈ પણ પ્રકારના વિધિવિધાનમાં કે બાહ્ય પળોજણમાં પડવાની જરૂર નથી. જરૂર છે માત્ર સમ્પૂર્ણ શ્રદ્ધા અને શરણાગતિ, મા-બાળકનો સંબંધ, નિષ્કામ ભાવ અને પ્રેમને અંતરમાં ઉત્કટ બનાવવાની.

સૌ પ્રથમ માતાજી સન્મુખ (શક્ય ને સુલભ હોય તો ધૃતદીપ-અગરબત્તી પ્રગટાવી) બેસવું. માનસિક તૈયારી માટે, તન-મનની શુદ્ધિ માટે, વાતાવરણ દિવ્ય, પવિત્ર અને સાત્વિક બને તે હેતુથી પાંચ વાર ગાયત્રી-મંત્રનું મૌખિક-મોટેથી લયબદ્ધ ઉચ્ચારણ કરવું. આથી અસ્તિત્વનાં સઘળાં આંદોલનો દિવ્ય શક્તિથી સંપન્ન થતાં લાગણે ને ચિત્ત ધ્યાનમાં લીન બનવા પ્રવૃત્ત થશે.

પાંચ વાર આ પ્રમાણે મંત્રોચ્ચાર કર્યા પછી માનસિક મંત્રજપ કરતાં કરતાં માતાજીની છબી સામે નિરંતર આંખો સ્થિર કરી માતાજીના સ્વરૂપમાં ચિત્તને લીન થવા દેવું-લીન કરવા પ્રયત્ન કરવો.

આ પ્રમાણે માનસિક મંત્રજપ કરતાં કરતાં નજર કેન્દ્રિત કરી પાંચ મિનિટ પૂરી થયા પછી બીજી પાંચ મિનિટ સુધી આંખો બંધ કરી દેવી. માનસિક મંત્રજપ ચાલુ રાખી માતાજીના દિવ્ય, અલૌકિક, તેજસ્વી સ્વરૂપનું ધ્યાન ધરવું. ચિત્તને ઇષ્ટના સ્વરૂપમાં એકાગ્ર કરવું.

આ પ્રમાણે દસ મિનિટ ધ્યાન કરવાનો નિત્યક્રમ રાખવો. ધ્યાન માટે બ્રહ્મમુહૂર્ત-સવારે ચારથી પાંચનો સમય-સર્વોત્તમ છે અથવા રાત્રે દસ વાગ્યે ધ્યાનમાં બેસવાનો ક્રમ નક્કી કરી શકાય, જેથી વાતાવરણ શાંત હોવાથી ધ્યાન કરવામાં સરળતા પડે અને એકાગ્રતામાં વિક્ષેપ ન પડે.

ધ્યાન સવારે કરો કે રાત્રે, શરૂઆતમાં દસ મિનિટથી વધુ સમય ન રાખવો. ધ્યાનની પૂરેપૂરી ટેવ પડ્યા પછી ધીમે ધીમે સમય વધારવો જોઈએ.

ઉપર જણાવ્યા પ્રમાણે દરરોજ ધ્યાનમાં બેસવાની ટેવ પાડવી જોઈએ.

ધ્યાનનો હેતુ કેવળ ધ્યાન જ હોઈ શકે. એમાં બોજી કોઈ પણ પ્રકારની અપેક્ષા ન હોય તે જરૂરી છે. ભૌતિક કામનાઓની પૂર્તિ અર્થે ધ્યાન કરી શકાય નહીં.

ધ્યાન એ કેવળ પરમતત્ત્વ સાથે - મા ગાયત્રી સાથે અનુસન્ધાન સાધવાની મનોપ્રક્રિયા છે.

આ પ્રમાણે ધ્યાન કરવાથી શરીર અદ્ધર થઈ જતું લાગે, તાળવામાં દબાણ લાગે, સુવાસ આવે, શરીર પર કોઈ જીવજંતુ ચાલતું હોય તેમ લાગે, શરીર ગરમ થઈ જાય વગેરે અનુભવો થાય છે.

કોઈ પણ પ્રકારનું અનુભવ થાય કે ન થાય પણ ધ્યાન નિયમિત થવું જોઈએ.

ધ્યાન બે રીતે થઈ શકે છે : સગુણ અને નિર્ગુણ.

સગુણ ધ્યાન : ઈશ્વરના-માતાજીના ફોટાનું, મૂર્તિનું, ચૈશ્વર્ય સ્વરૂપનું ધ્યાન કરવું.

નિર્ગુણ ધ્યાન : ઈશ્વરના, માતાજીના આદર્શ ભાવો, અનંતતા, નિત્યતા, આનન્દસ્વરૂપ, સત્યસ્વરૂપ વગેરે ગુણોનું ધ્યાન ધરવું.

ઇષ્ટમાં સમ્પૂર્ણ શ્રદ્ધા અને શરણાગતિ રાખીને ધ્યાન કરવાથી ધ્યાનની અનુભૂતિ થઈ શકે છે.

ધ્યાન કરતી વેળા શરીર તરફ ધ્યાન ન હોવું જોઈએ. વળી ધ્યાન કરી રહ્યા છીએ એવી સભાનતા પણ ન હોવી જોઈએ. સહજ ને સરળ ભાવે ચિત્તના વ્યાપારોને-મનના બધા જ ભાવોને પરમતત્વમાં કેન્દ્રિત કરવાના રહે છે.

ધ્યાન કરતી વેળા ચિત્તને પરમતત્વમાં એકાગ્ર કરવાનું છે. ધ્યાન કરતી વેળા એકાગ્રતા સાધવા માટે ઇષ્ટ મન્ત્રનો અવિરત મૌખિક કે માનસિક જપ ઉપકારક બની રહે છે. એથી પ્રત્યેક બાહ્ય વિચારો દૂર થાય છે. પવિત્ર, સાત્વિક અને ઈશ્વરીય વિચારોનો મનમાં પ્રાદુર્ભાવ થાય છે. મનોનિગ્રહ વિના ધ્યાન સફળ ન થઈ શકે. પતંજલિ એ જ મતના પ્રવર્તક છે. એક જ વિચારમાં લીન થતાં, ભમતું મન, નિયંત્રણમાં આવે છે. આ જાતની એકાગ્રતા ધ્યાન માટે આવશ્યક છે. આંખોને બે ભ્રુકુટી વચ્ચે સ્થિર કરવાથી ત્યાં રહેલા આજ્ઞાયકમાંથી દિવ્ય જ્યોતિ પ્રકટે છે અને આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય છે. નીતિમય જીવન ગુજારી આનન્દી ને શાંત ચિત્તે, મૌન ધારણ કરી કરેલી ધ્યાનની સાધના સફળ બને છે.

એક વિચાર, છબી, વાક્ય કે મન્ત્ર ઉપર મન દ્રઢ થતાં-કેન્દ્રિત થતાં, બાહ્ય સાંસારિક વિચારો-વેદનાઓ શમી જતાં, અસીમ શાંતિ પ્રાપ્ત થાય છે. ધ્યાન એ માનસિક શાંતિ, અલૌકિક આનંદ પ્રાપ્ત કરવાનો સરળ, સહજ ને સાત્વિક ઉપાય છે, જે પ્રત્યેક મનુષ્યે આચરણમાં મૂકવા જેવો છે.

ધ્યાન એ પરમતત્વના દર્શન માટે છે, એની અમીપ જવા માટે છે, એની અનુભૂતિ કરવા માટે છે, એની સાથે આત્માનુસન્ધાન સાધવા માટે છે. એમાં અંગત માગણીઓને સ્થાન નથી. ભૌતિક સુખની પ્રાપ્તિ અર્થે ધ્યાન ન કરી શકાય. ધ્યાન એ અલૌકિક સુખની પ્રાપ્તિ માટે છે.

ધ્યાન એ મનને ઈશ્વર તરફ વાળવાની પ્રક્રિયા છે. મનની સઘળી શક્તિઓને એકાગ્ર કરી પરમાત્મામાં કેન્દ્રિત કરવાની ક્રિયા છે.

ધ્યાન એટલે પોતાના સઘળા વ્યાપારોને પ્રભુમાં-માતાજીમાં લીન કરી દઈને તેમની સાથે સાયુજ્ય સાધવાની જે એક આંતરિક-હાર્દિક-માનસિક-અસ્તિત્વના ઊંડાણમાંથી ઉદભવતી પ્રક્રિયા. પરમતત્વ સાથે સાયુજ્ય સાધવાનો અસ્તિત્વનો ઉમળકાભેર આયાસ ને એ આયાસને પરિણામે પ્રાપ્ત થતું પરમતત્વનું સાયુજ્ય.

*

: ૭ :

જીવનમાંથી હું શું શીખ્યો ?

મહામૂલા મનુષ્ય અવતારમાં મનુષ્યે મુખ્યત્વે બે કાર્યો કરવાનાં છે : એક છે માનવતાને આત્મસાત કરવાનું અને બીજું છે પરમતત્વની-પોતાના ઇષ્ટની ઉપાસના કરવાનું. આ બન્ને કાર્યો મારી દ્રષ્ટિએ એકમેકનાં પૂરક છે. પરમતત્વની-ઇષ્ટની ઉપાસના સાથે માનવીય-માનવતાના ગુણો ખીલે તો સોનામાં સુગન્ધ ભળે તેમ ઉપાસનાની ફલશ્રુતિ ત્વરાથી પ્રાપ્ત થાય છે. માનવતાને આત્મસાત કરીને ઉપાસના કરવામાં આવે તો પરમતત્વની-ઇષ્ટની સમીપ જલ્દીથી પહોંચી શકાય છે.

જીવન, સંસાર, સમાજ, ઉપાસના અને આધ્યાત્મિકતા પ્રત્યે મેં જે વલણ દાખવ્યું, જે અભિગમ કેળવ્યો અને તેમાંથી જે નિષ્કર્ષ પર આવ્યો તેને આધારે મેં નવ સૂત્રો તારવ્યા છે, જે આ પ્રમાણે છે :

- (૧) ઇષ્ટમાં સમ્પૂર્ણ શ્રદ્ધા અને શરણાગતિ.
- (૨) અહમનો ત્યાગ.
- (૩) નિઃસ્વાર્થ સેવા કરવી.
- (૪) દુઃખીઓનાં દિલનાં આંસુ લૂછવાં.
- (૫) પરનિન્દાથી દૂર રહેવું.
- (૬) બીજાના સુખમાં સુખી થવું. કોઈની ઈર્ષ્યા કરવી નહિ.
- (૭) પુરુષાર્થને અગ્રતા આપવી. સતત કાર્યશીલ રહેવું.
- (૮) નિઃસહાયને સહાય કરવી.
- (૯) કોઈની સાથે કદી વિશ્વાસઘાત કરવો નહિ.

આ નવ નિયમોને મેં મારા જીવનમાં પ્રથમથી જ વણી લીધા છે અને તેને કારણે જ મા ગાયત્રીના આશીર્વાદનો, સાક્ષાત્કારનો અધિકારી બની શક્યો છું. આથી મારું દ્રઢ અને સ્પષ્ટ મન્તવ્ય છે કે કોઈ પણ વ્યક્તિ પોતાના જીવનમાં ઉપરોક્ત નવ નિયમોનું કડક પાલન કરશે તો પોતાના ઈષ્ટદેવની સમીપ ચોક્કસ પહોંચી શકશે.

આ ઉપરાંત મેં મન, વચન ને કર્મથી પવિત્ર રહેવાનું તો જણાવ્યું જ છે, જે યાદ રાખવું ઘટે.

આ નવ નિયમોને આપણે વિગતે સમજવાનો પ્રયાસ કરીએ :

(૧) ઈષ્ટમાં સમ્પૂર્ણ શ્રદ્ધા અને શરણાગતિ : આત્મા એ પરમાત્માનો જ એક અંશ છે. મનુષ્યજીવનની શરૂઆત પરમાત્માને ત્યાંથી જ થાય છે અને અંત પણ પરમાત્મામાં જ થાય છે. જન્મ અને મૃત્યુ વચ્ચેના જીવનકાળ દરમિયાન મનુષ્યનું આખરી ધ્યેય, પરમતત્વની શરણાગતિ સ્વીકારી શ્રદ્ધાપૂર્વક તેની ઉપાસના કરવાનો છે. પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર તો કોઈ વિરલાને જ થાય, પરંતુ અનન્ય શ્રદ્ધા સેવનારને, એની શરણાગતિ સ્વીકારનારને ઈશ્વરની કૃપાના દિવ્ય ને અલૌકિક અનુભવો તો થાય જ છે.

શૈશવમાં યજ્ઞોપવીત ધારણ કરી ત્યારથી જ મેં ગાયત્રી મહામંત્રને મારા જીવનના અનિવાર્ય દૈનિક કાર્યક્રમમાં વણી લીધો છે-માતાપિતાનો ધાર્મિક સંસ્કારવારસો મને જન્મથી જ મળેલો છે. આ ધાર્મિક વારસાને વિકસાવવા અને સાચવવા માટે હું સતત જાગૃત છું. મા ગાયત્રીને જ મારા ગુરુ-માર્ગદર્શક માનીને સંપૂર્ણ શ્રદ્ધા અને શરણાગતિથી તેની ઉપાસના કરું છું અને તેમના માર્ગદર્શનની,

પ્રત્યક્ષતાની પ્રતીતિ મને જીવનમાં પ્રતિપળે થયા જ કરે છે. કર્મનું સારું-માહું ફળ તો દરેકે ભોગવવું જ પડે છે. તેમાંથી હું પણ બાકાત રહી શક્યો નથી.

પરમતત્વની શક્તિ તો અનન્ત છે. એને શરણે જનારનું કદી અહિત થતું જ નથી. પરન્તુ વ્યક્તિના આ ભવનાં કે પૂર્વભવનાં સત-અસત કર્મોની છાયા આડે આવીને ઊભી રહી જાય ત્યારે પેલાં સંચિત સત્કર્મોને કારણે વ્યક્તિ તત્કાળ ધાર્યું પરિણામ પ્રાપ્ત કરી લે-અસત કર્મોને કારણે ઈપ્સિત ધ્યેયને સિદ્ધ થતાં વાર લાગે છે, કે કેટલાંકને એ સિદ્ધ નથી પણ થતાં. આમ જ્યારે કોઈ ભવનાં અસત કર્મોની છાયા હેઠળ માનવી આપત્તિઓમાં સપડાય છે, ત્યારે તે જીવનથી હતાશ-નાસીપાસ થાય છે અને સ્વભાવિકપણે જ ઈશ્વર પ્રત્યે અસંતોષ અને રોષ ઉદભવે છે. એને થાય છે કે ઈશ્વરને ત્યાં ન્યાય જ નથી, બધું અંધેર જ ચાલે છે.

પરન્તુ આ એક ઉતાવળો વિચાર છે. ઈશ્વરને ત્યાં દેર પણ નથી અને અંધેર પણ નથી. એને ત્યાં સ્પષ્ટ ન્યાય છે. ત્યાં કોઈની લાગવગ ચાલતી નથી. મારું તો સ્પષ્ટ મન્તવ્ય છે કે પરમતત્વની શક્તિને કોઈ પણ પ્રકારનાં ભૌતિક મૂલ્યોથી માપી શકાય નથી. ભૌતિક જીવનની સફળતા-નિષ્ફળતાને વ્યક્તિની ઉપાસના સાથે કોઈ સંબંધ નથી. પરન્તુ જીવનના પ્રશ્નો ન સુલઝાતાં, એનો ઉકેલ ન આવતાં મનુષ્ય અકળાઈ ઊઠે છે. તો શું એનો અર્થ એવો કે ધારી નોકરી મળે, સંતાન પ્રાપ્ત થાય, મનોવાંછિત વર મળે કે કન્યા મળે, કે જીવનનાં ધારેલાં કાર્યો સાકાર ને સફળ થાય તો જ પરમાત્મા સાચો ? ના, એવું નથી. પરમતત્વ અતિ દિવ્ય, અલૌકિક અને અગમ્ય છે. એટલે એને સમજવા માટે દિવ્ય અને અલૌકિક દૃષ્ટિ, સૂઝ, સમજ અને સજાગતા પણ આવશ્યક બની રહે છે અને એ પણ ઇષ્ટની કૃપા હોય તો જ પ્રાપ્ત

થાય. સમસ્ત સૃષ્ટિનું સંચાલન પરમાત્માના હાથમાં છે એટલે સૃષ્ટિના બુંદ સમું મનુષ્યજીવન પણ તેને જ આધીન છે.

બલીયસી કેવલમ્ ઇશ્વરેચ્છા ઈશ્વરની ઈચ્છા જ બળવાન છે. એટલે જ સંપૂર્ણ શ્રદ્ધા અને અનન્ય શરણાગતિથી તેનું જ શરણું લેવું આવશ્યક છે.

નીતિમય જીવન ઇષ્ટની ઉપાસનાનું પ્રથમ પગથિયું છે. પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર પામવા માટે કે તેની પ્રત્યક્ષતાની અનુભૂતિ કરવા માટે આપણે નીતિમત્તાનાં ધોરણો જીવનમાં અપનાવવાં પડશે. નીતિમત્તાના મૂલ્યો વગર કરેલી ઉપાસના કે પરમાત્મા માટે ધરેલ તન-મન-ધનની સેવા પરમાત્મા સુધી પહોંચતી નથી. સાત્વિક ઉપાસનાના પંથે પ્રયાણ કરતાં અનેક મુસીબતો-ઝંઝાવાતો આવે તો પણ તેનાથી ડગી ન જતાં શ્રદ્ધા અને શરણાગતિના રાજમાર્ગ પર આપણું પ્રયાણ ચાલુ રાખીશું તો પરમાત્મા આ રાજમાર્ગ પર જ આપણને ભેટી જાય છે. આ એક સ્વાનુભવ છે.

પરમાત્માની ઉપાસના કરવા માટે સંસાર છોડવાની જરૂર નથી કે સંસારની ફરજો અદા કરવામાંથી વિચલિત થવાની પણ જરૂર નથી. સંસારની ફરજો બજાવતાં બજાવતાં પણ પરમાત્માની સમીપ રહી શકાય છે, તેની ઉપાસના કરી શકાય છે. ઉપાસના માટે સાધન કરતાં સાધનાનું મહત્વ અદકેરું અને અનેકગણું છે. ઇષ્ટની ઉપાસના માટે અમુક માળા લેવી, અમુક વિધિ કરવી, અમુક ફૂલ લેવાં વગેરે વસ્તુઓ ગૌણ છે. મારું તો સ્પષ્ટ મન્તવ્ય છે કે સંપૂર્ણ શ્રદ્ધા અને શરણાગતિથી ત્રિપદા ગાયત્રી મહામંત્રની ત્રણ માળાને જીવનના અનિવાર્ય દૈનિક કાર્યક્રમમાં વણી લેજો અને તેના અનુભવનો આસ્વાદ જાતે જ માણજો.

(૨) અહમનો ત્યાગ : ઇષ્ટની સમીપ જવા માટે શ્રદ્ધા અને શરણાગતિના રાજમાર્ગ પરથી અહમના અવરોધને દૂર કરવો પડશે. અહમનો અલ્પાંશ કે અતિરેક આપણો સર્વનાશ નોતરે છે. અહમથી આદરેલી ઉપાસના પરમાત્મા સુધી પહોંચતી નથી. નમ્રતા અને સરળતા જ પરમાત્માને વધુ પ્રિય છે.

પરમાત્માની યાદીમાં એ 'હું' નું કોઈ સ્થાન નથી :

'હું કરું, હું કરું એ જ અજ્ઞાનતા,

શકટનો ભાર જયમ શ્વાન તાણે.'

પરમાત્માનું કાર્ય કરવા માટે, માનવબંધુની સેવા કરવા માટે આપણે તો ફક્ત એક માધ્યમ જ છીએ. આપણે તો ફક્ત એકમાત્ર સાધન જ છીએ. કર્તા-કારવતા પરમાત્મા-સૃષ્ટિનિયન્તા પોતે જ છે. 'મેં કર્યું' કહીને યાચકને પોતાના અહેસાનમાં લેવા, તે પરમાત્માને પસંદ નથી.

અહમથી અભડાયા વગર તન-મન-ધનથી યથોચિત માનવબંધુની કરેલી સેવા આપણાં સત્કર્મોમાં સંચિત થાય છે અને પરમાત્માની કૃપાના અધિકારી બનાવે છે.

(૩) નિઃસ્વાર્થ સેવા કરવી : આપણી શક્તિ અનુસાર તન-મન-ધનથી પ્રાણીમાત્રની સેવા કરવી, સેવામાં બદલાની અપેક્ષા રાખી શકાય નહીં. ફી લઈને, બદલાની અપેક્ષા રાખીને કરેલી સેવા એ સેવા ન કહેવાય. એ એક વ્યાપાર બની જાય છે કે જેમાં આપવા-લેવાનો વ્યવહાર હોય છે. સેવામાં કીર્તિ, નામના કે ધન્યવાદના બે શબ્દોની પણ અપેક્ષા ન હોય ત્યારે તે નિઃસ્વાર્થ સેવા બને છે. સેવાને આપણે

આપણા જીવનનાં દૈનિક કાર્યોમાં વણી લઈએ, એને કોઈપણ જાતની અપેક્ષા વગર, આપણી શક્તિ અનુસાર, તન, મન કે ધનથી માનવસેવાનું કાર્ય કરીએ તો એ સાચા અર્થમાં નિઃસ્વાર્થ સેવા બની શકે છે. એથી આપણાં સંચિત સત્કર્મોમાં એની નોંધ થાય છે અને પરમાત્માની કૃપાના અધિકારી બની શકાય છે.

(૪) દુઃખીઓનાં દિલનાં આંસુ લૂછવાં : દુઃખ એ અસત કર્મનું ફળ છે. દુઃખ ભોગવતાં ભોગવતાં ઘણી વખત પોતાના જાણ્યે-અજાણ્યે કરેલા પાપનો પસ્તાવો પણ થાય છે. પડતાંને બે પાટુ વધારે મારવાનો આ સ્વાર્થી જગતનો ક્રમ છે, શિરસ્તો છે. પરન્તુ એ દુઃખીઓનાં બેલી થઈને રહેનારાં કોઈ વિરલા-ઓલિયા જ હોઈ શકે. સુખમાં સહુ સાથ આપે, દુઃખમાં સહુ હાથતાળી આપે. પરન્તુ દુઃખી પ્રત્યે હમદર્દી બતાવી, તેની વાતને સહાનુભૂતિપૂર્વક સાંભળી, તેના દર્દનાં આંસુને લૂછવાં અને તેના દુઃખી જીવનમાં સહભાગી થવું એ પણ માનવસેવાનો-પ્રભુસેવાનો એક પ્રકાર જ છે. આપણે પરમાત્માને દુઃખીઓનો બેલી કહીએ છીએ તો એ પરમાત્માનાં આપણે સૌ બાળકો છીએ. આપણાં દુઃખી માનવબંધુની વહાર કરવી એ આપણો ધર્મ બની રહે છે. આપણી પવિત્ર ફરજ બની રહે છે.

(૫) પરનિન્દાથી દૂર રહેવું : બીજાનાં સત્કર્મોને બીરદાવવાં પરન્તુ કોઈની નિન્દા કરવી નહિ, કે સાંભળવી નહિ. તેવા વાતાવરણમાં હાજરી પણ આપવી નહિ. પરનિન્દામાં આપણી ભાગીદારી એટલે આપણાં અસત કર્મોમાં ઉમેરો-વધારો. આપણાં સમય અને શક્તિનો વ્યય કરીને, બીજાના દિલને દુઃખ પહોંચાડીને આપણે ક્ષણિક આનંદ મેળવવો એ પરમાત્માને મંજૂર નથી.

આપણે આપણા કાર્યમાં વ્યસ્ત રહેવું, નવરાશ મળે પ્રભુચિંતન, માનસિક મંત્રજપ, સારાં પુસ્તકોનું વાચન કે જનસેવામાં સમય અને શક્તિનો વ્યય કરવો, જેનાથી આપણો ઉત્કર્ષ થાય-માનસિક શાંતિ મળે અને પરમાત્માની વધારે નજીક જઈ શકાય, તેના કૃપાપાત્ર બની શકાય.

(૬) બીજાના સુખમાં સુખી થવું, કોઈની ઈર્ષ્યા કરવી નહીં : સુખમાં સહુ સાથે આપે, પરંતુ બીજાના સુખમાં સુખી થનારા કેટલા ? બહુ જ થોડા ગણ્યા-ગાંઠ્યા વિરલા જ. બીજા તો ઈર્ષ્યાની આગમાં બળતા બળતા એને પાડવાની જ પેરવીમાં હોય. પોતાની ઉન્નતિ ખાતર, રક્ષણ ખાતર, બીજાના સુખમાં સુખી થવું, દુઃખમાં ભાગીદાર થવું, અને કદી કોઈની પણ ઈર્ષ્યા કરવી નહિ. પરમાત્મા દરેકને પોતાના સત્કર્મ અનુસાર રૂપ, સૌન્દર્ય, ગુણ, કુટુંબ, ધન, વૈભવ વગેરે આપે છે અને પ્રારબ્ધરૂપે મેળવેલ આ સંપત્તિનો વિનિયોગ સ્વના ઉત્કર્ષ માટે અને માનવબંધુની સેવા માટે કરવો જોઈએ અને તેના સગાંસ્નેહી, મિત્રવર્તુળે તેની ઈર્ષ્યા ન કરતાં, તેને અધઃપતનની ગર્તામાં ન ધકેલતાં તેના સુખ-સંપત્તિનો સાત્વિક વિનિયોગ કરવા-કરાવવામાં સહભાગી થવું. તેની આસપાસનું વાતાવરણ સાત્વિક રાખવા પ્રયત્નશીલ રહેવું. જેથી એ સાત્વિક વાતાવરણનાં સાત્વિક આંદોલનો તેના વિચાર, વાણી અને વ્યવહારને જનસેવાના કાર્યમાં દોરવશે.

(૭) પુરુષાર્થને અગ્રતા આપવી-સતત કાર્યશીલ રહેવું : પ્રારબ્ધ અને પુરુષાર્થ એ જીવાનનૌકાનાં બે હલેસાં છે. એ હલેસાં વગર સંસારસાગર પર ચાલતી જીવનનૌકા અટવાઈ જાય છે. માટે જ પુરુષાર્થનું મહત્વ જીવનમાં વધારે છે. પ્રારબ્ધ કર્મ અનુસાર આપણને શરીર, સ્વાસ્થ્ય, ધન, વૈભવ વગેરે મળ્યાં હોય, પરંતુ તેને

નિભાવવા માટે, જાળવી રાખવા માટે, તેમાં ઉમેરો કરવા માટે, જનહિતાર્થે તેનો વિનિયોગ કરવા માટે પુરુષાર્થ તો કરવો જ પડે.

પુરુષાર્થ વગર આપણે નિષ્ક્રિય-આળસુ બની જઈએ છીએ. આપણો માનસિક વિકાસ થતો અટકી જાય છે. આ શારીરિક અને માનસિક નિષ્ક્રિયતાવાળી વ્યક્તિ રોગનું ઘર બને છે. માનસિક અને શારીરિક તંદુરસ્તી માટે આપણે સતત કાર્યશીલ રહેવું જરૂરી છે.

તન અને મનનું સ્વાસ્થ્ય એકમેકનાં પૂરક છે-એકમેક પર આધારિત છે. માંદલું મન શરીરને પણ માંદલું બનાવે છે. નવરું મન શેતાનની ગરજ સારે છે. નવરા મનમાં અનેક જાતના અઘટિત ખરાબ વિચારો જન્મે છે, જે ન કરવાનાં કામો કરાવે છે. નવરા મનમાં દુઃખ, કંટાળો, આળસ, નિરાશા, હતાશા, ચિંતા જન્મે છે જે માનવીની શ્રદ્ધા પર, આત્મબળ પર ઘણો મોટો પ્રહાર કરે છે, અને માનવીને લગભગ પંગુ-પાંગળો બનાવી દે છે. આ પંગુતા માનવીની પોતીકી નિપજ છે. પોતે સર્જેલી છે, તેમાંથી તેને કોઈ બચાવી શકતું નથી. માનવીના મનની નિર્બળતા તેના સમગ્ર સત્વને હણી નાખે છે ને મરણતોલ બનાવી દે છે. એટલે જ મનને સતત કાર્યશીલ-પ્રવૃત્તિરત બનાવવાનું છે. સતત કાર્યરત રહેતું મન શરીરમાં એક અનેરી તાજગી, સ્ફૂર્તિ અને બળ પૂરે છે. શરીરને વિશેષ રૂપે તંદુરસ્ત બનાવે છે. શરીર અને મનનો તંદુરસ્ત-સ્વસ્થ માનવી જીવનના પ્રત્યેક સોપાન પર સફળતા પ્રાપ્ત કરે છે. શરીર અને મનને સતત રોજિંદા કાર્યોમાં, વાચનમાં, ઇષ્ટના સ્મરણમાં વ્યસ્ત રાખીએ અને એ રીતે સમય અને શક્તિનો સદુપયોગ કરીને સ્વ અને અન્યના કલ્યાણનો રાહ અપનાવીએ એ જ ઇષ્ટ છે.

શ્રીકૃષ્ણ ભગવાને ગીતામાં અર્જુનને કહ્યું છે કે, 'કર્મણ્યેવાધિકારસ્તે મા ફલેષુ કદાચન' - કર્મમાં જ તારો અધિકાર છે, ફળમાં નહિ. આમ પરમાત્માએ પણ કર્મ કરવાનો-પુરુષાર્થ કરવાનો ઉપદેશ તો આપ્યો જ છે. ભૌતિક અને આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રે પુરુષાર્થની તો અનિવાર્ય આવશ્યકતા છે જ. દરેક વ્યક્તિએ પોતાને ફાળે આવતું કાર્ય પૂર્ણ કરવા હમેશાં પ્રયત્નશીલ રહેવું પડે છે. પુરુષાર્થ વગર શારીરિક, માનસિક કે આધ્યાત્મિક વિકાસ શક્ય જ નથી.

આપણે ઇષ્ટની ઉપાસના કરવી હોય તો એ ઉપાસના માટે પણ આપણે પુરુષાર્થ તો કરવો જ પડે ને ! ઋષિ-મુનિઓ, સન્તો, વર્ષોની ઉપાસનાના પરિપાક રૂપે પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર પામી શકે છે. ઉપાસના માટે તેઓએ સતત કાર્યશીલ રહેવું પડે છે. ઉપાસનાની આડે આવતા અવરોધોને દૂર કરવા પુરુષાર્થ કરવો પડે છે. મન, વચન, કર્મથી સંયમી અને પવિત્ર બનવું પડે છે. આ બધું પુરુષાર્થ વગર બની શકે નહિ.

એક નાવિકની વાત બહુ જ માર્મિક છે. તેની નૌકાનાં બે હલેસાનું નામ તેણે પ્રારબ્ધ અને પુરુષાર્થ આપ્યું. પ્રારબ્ધના એક જ હલેસાનો ઉપયોગ કરતાં હોડી ગોળગોળ ફરીને ત્યાં જ ઊભી રહી. સહેજ પણ આગળ વધી નહીં. પુરુષાર્થના હલેસાનો ઉપયોગ કર્યો તો હોડી સડસડાટ કરતી નિર્ધારિત સ્થાને આગળ વધવા લાગી.

આપણે પણ જીવનનૌકાને પરમતત્વને પામવાના નિર્ધારિત સ્થાને પહોંચાડવા માટે પ્રારબ્ધ અને પુરુષાર્થનાં હલેસાંનો સતત ઉપયોગ કરવો પડશે, તો જ જીવનનૌકા આગળ વધી શકશે.

(૮) નિઃસહાયને સહાય કરવી : કોઈ પણ નિઃસહાય દશામાં સંડોવાયેલ પ્રાણીમાત્રને સહાય કરવી તે આપણી પવિત્ર ફરજ બની રહે છે, આપણો ધર્મ બની રહે છે.

બાળક, વૃદ્ધ, અશક્ત અને શરીરની અન્ય વિકૃતિઓને કારણે અસહાય બનેલ માનવબંધુની સહાયતા માટે હમેશાં તત્પર રહીએ. કોઈની પણ નિઃસહાય દશાનો ગેરલાભ ઉઠાવવો નહિ. આંધળાની આંખડી અને પાંગળાની લાકડી બનવા પ્રયત્ન કરવો. એમાં ધર્મ, રાષ્ટ્ર કે જ્ઞાતિજાતિનાં બંધનોને આડે આવવા દેશો નહિ.

(૯) કોઈની પણ સાથે વિશ્વાસઘાત કરવો નહિ : કોઈનો પણ વિશ્વાસઘાત કરવો તે મોટામાં મોટું પાપ છે. જીવનના કોઈ પણ ક્ષેત્રમાં, કોઈ પણ સંબંધોમાં વિશ્વાસ એક મહત્વની કડી છે. કુટુંબ, સમાજ, વ્યવસાય કે મિત્રાચારી, નિષ્ઠા, પ્રમાણિકતા, વિશ્વાસ પર જ નિર્ભર છે. આ વિશ્વાસ જ્યારે ડહોળાય છે, તેનો વિચ્છેદ થાય છે ત્યારે કેટલાંયે નિર્દોષોનો ભોગ લેવાય છે અને એ વિશ્વાસઘાતીને પણ અધઃપતનની ગર્તામાં ધકેલે છે.

કોઈ પણ વ્યક્તિને એક વખત વચન આપ્યા પછી, તેણે આપણામાં વિશ્વાસ મૂક્યા પછી જીવનપર્યન્ત એ વિશ્વાસને ટકાવી રાખવો, તેણે આપેલા વચનનું અક્ષરશઃ પાલન કરવું તે આપણો પવિત્ર ધર્મ બની રહે છે. જીવનના પ્રત્યેક ક્ષેત્રમાં કોઈનો પણ વિશ્વાસઘાત કરવાનું કદી વિચારશો નહિ અને એવો આચાર-વિચાર કરતી બીજી વ્યક્તિઓને પણ એ રસ્તેથી વાળવાનો પ્રયત્ન કરજો-તેના સહભાગી ક્યારેય ન બનતા.

જીવનમાં સુખ-શાંતિ પ્રાપ્ત કરવા માટે, ઈશ્વરના કૃપાપાત્ર બની તેની સમીપ જવા માટે ઉપર વર્ણવેલા નવ નિયમોને તમારા જીવનમાં વણી લેજો. સજ્જન-સંત

બનવા માટે બીજી કોઈ લાયકાતની કે બાહ્યાવેશની જરૂર નહીં પડે. જીવન સુવાસમય બનશે અને પરમાત્માની સાથે તેમનું ઐશ્વર્ય અનાયાસે જ આવી મળશે.

મારી દૃષ્ટિએ સર્વ શાસ્ત્રો, કથાઓનો સાર આ નવ નિયમોમાં સમાયેલો છે. શાસ્ત્રોમાં રજૂ થયેલી હકીકતો-કથાઓ આ જ હકીકતોનું સમર્થન કરે છે. ભૌતિક અને આધ્યાત્મિક જીવનની ઈમારતના પાયોમાં આ નવ નિયમોની ઇંટોને ગોઠવીશું તો એ ઈમારત સુદૃઢ ને સુરેખ બનશે. આજે નીતિમત્તાનાં મૂલ્યો ને જીવનધોરણોનો ભલે હાસ કે નાશ થયો હોય, યોમેર અનીતિ, અપ્રમાણિકતા, ભ્રષ્ટાચાર, ટાંટિયાખેંચની પ્રવૃત્તિ જોર પકડતી હોય, અન્યને ભોગે પોતે સુખી થવાની વૃત્તિ વેગ પકડતી હોય, ને એવા આચારવિચારમાં વ્યક્તિ ભલે તત્કાળ સુખ, સમૃદ્ધિ ને સંપત્તિની છોળોમાં મહાલતી હોય પણ એ સુખ મૃગજળ સમાન છે, એક ભ્રમણા છે, છલના છે, આત્મવંચના છે. હકીકતે એવી વૃત્તિઓ ને પ્રવૃત્તિઓ માનવીનાં અસત કર્મોમાં જ અભિવૃદ્ધિ કરે છે ને સર્વનાશને માર્ગે ધકેલે છે.

આ વાંચીને કેટલાક મનોમન વિચારશે કે અમે આ પ્રકારની નીતિમત્તાને પૂરેપૂરા વળગેલાં છીએ, છતાં જીવનમાં કંઈક ને કંઈક ઊણપ-અભાવ-આપત્તિઓ આવ્યા જ કરે છે. આથી થાય છે કે, અનીતિને માર્ગે ચાલનાર માનવી જ વધુ સુખી હોય છે. ભગવાન એવાને કશું કહેતો કે કરતો નથી. એવાને જ સુખી કરે છે. પરંતુ આ માન્યતા ભૂલભરેલી છે. આ નવ નિયમોને આધીન જીવનપદ્ધતિ ઘડવાથી, એવી આચારવિચારની સંહિતા પાળવાથી, જીવનની કટોકટ પરિસ્થિતિમાં પણ એને વળગી રહેવાથી, ઈશ્વર-ઇષ્ટના નામસ્મરણમાં રત રહેવાથી યથાસમયે પરમતત્વની કૃપા ચોક્કસ ઉતરશે. વળી એમાંથી એક પ્રકારનો આત્મસંતોષ જન્મે છે, ઈશ્વરનો શુભ

સંકેત વાંચવાની તક મળે છે, જીવન એક નૂતન વળાંક પ્રાપ્ત કરે છે, જે ભાવિ જીવનની ઉજ્જવળતા ને ઉન્નતિ દર્શાવે છે. આ કંઈ નાનીસૂની વાત નથી.

અત્રે રજૂ કરેલી નવ હકીકતોનો આધાર મારો સ્વાનુભવ છે. એને આચરણમાં મૂકવાથી એનું મૂલ્ય, એની પડછે રહેલું સત્ય સમજાશે. એનાં સુફળ મેં આખ્યાં છે, તેથી એ તરફ અંગુલિનિર્દેશ કરવાનું મન થાય છે. આ નવ નિયમો-હકીકતોનું આચરણ આત્મબળ જન્માવી નવી જ શ્રદ્ધાનો પ્રકાશ પાથરશે. એ શ્રદ્ધાનો પ્રકાશ અંતરપટના અતલ ઊંડાણે આનંદ ને સંતોષનાં સૂક્ષ્મ આંદોલનો જન્માવી પ્રભુપ્રીતિનો, કૃપાનો, આશિષનો ને પ્રભુના સાથ સહકારનો અનુભવ કરાવશે. આ અનુભવની આંગળી પકડીને એ કેડીએ પ્રયાણ કરશો તો જરૂર અન્તઃકરણ નિર્મળ, પવિત્ર ને સ્વચ્છ બનશે. પરમતત્વની-માતાજીની કૃપા અનુભવી શકાશે ને કાળક્રમે તેની સમીપ પહોંચી, તેના દર્શનના-સાક્ષાત્કારના અધિકારી અવશ્ય બની શકાશે.

*

ઉપાસના પૂર્વે અને પશ્ચાત

ઉપાસના-આધ્યાત્મિકતાના આરંભકાળે સ્વાભાવિક રીતે જ મનુષ્યમાં પરમતત્વના અસ્તિત્વનો સ્વીકાર થયેલો જોવા મળે છે. ઉપાસકે પોતપોતાના ઇષ્ટમાં સહજભાવે જ શ્રદ્ધાપૂર્વક શરણાગતિ સ્વીકારી હોય છે. પરમતત્વનો-પોતાના ઇષ્ટનો-માતાજીની શક્તિનો સ્વીકાર કર્યા પછી શ્રદ્ધા અને શરણાગતિપૂર્વક તેની ઉપાસનાના નિત્યક્રમનો પ્રારંભ થાય છે. ઉપાસનાને નિત્યક્રમમાં વણી લેવાની છે. ઉપાસના માત્ર માટે બ્રાહ્મમુહૂર્ત સર્વશ્રેષ્ઠ છે તે સૌને વિદિત છે તેથી તે અંગે વિશેષ કહેવાનું રહેતું નથી. ઉપાસનાના આરંભ પછી દરેકને વત્તેઓછે અંશે ભૌતિક અને આધ્યાત્મિક ઉભય રીતે કંઈક ને કંઈક ફાયદો થાય છે, સુખ-શાંતિનો અનુભવ થાય છે. આ કેવળ બાહ્ય-ઉપરછલ્લી કે ભૌતિક સફળતા છે. અહીં અટકવાનું નથી. અટકવું જોઈએ પણ નહિ.

ઉપાસના ક્ષેત્રે આગળ વધવા માટે, ઉપાસકને પોતાના ઇષ્ટની-માતાજીની વધુ સમીપ જવાની જ્યારે ઉત્કંઠા-અપેક્ષા જાગે ત્યારે તેણે અવિરત પુરુષાર્થ આદરવાનો રહે છે. તો એ કેવી રીતે થઈ શકે તે આપણે જોઈએ.

સૌ પ્રથમ તો શ્રદ્ધા, શરણાગતિ, મા-બાળકનો સંબંધ અને નિષ્કામ ભાવ જરૂરી છે, તે તો આપ સૌ જાણો જ છો. તેમાં મન, વચન ને કર્મથી પવિત્ર રહેવું-બનવું વિશેષ આવશ્યક ને અનિવાર્ય પણ છે. એ સાથે જ દિલમાં માતાજી માટે-પોતાના ઇષ્ટ માટે, તેની ઉપાસના-સેવા માટે અપૂર્વ-અતૂટ શ્રદ્ધા, પ્રેમ ને લગની તેમ જ અદમ્ય રસરુચિ હોવાં આવશ્યક છે, જેને પરિણામે ઉપાસક સ્વાભાવિક રીતે જ

ઉપાસનામાં જોડાય. ઉપાસનામાં જોડાઈને પ્રારંભમાં માળા ફેરવતાં ન આવડે કે ન ફાવે, તો કેવળ મંત્રજપ કરવાની ટેવ પાડો. માતાજીની સામે પૂર્વાભિમુખ દર્ભના આસન પર બેસી ધૃતદીપ, અગરબત્તી પ્રગટાવી માતાજીની મૂર્તિ કે છબી સામે દ્રષ્ટિ ને મન સ્થિર કરવાનો પ્રયત્ન આદરી દસ-પંદર મિનિટ કે અડધો કલાક માળા વિના ફક્ત મન્ત્રજપ કરવાની ટેવ પાડો. મોટેથી બોલો કે મનમાં બોલો. તમને જેમ અનુકૂળ પડે તેમ. મોટેથી બોલશો તો મંત્રનાં ઉચ્ચારણોનાં આંદોલનો આજુબાજુના સમગ્ર વાતાવરણમાં ને અસ્તિત્વમાં પેદા થઈ, મન, અંતઃકરણ અને ચિત્તમાં એક પ્રકારની આહલાદકતા-રમણીયતા અનુભવાશે, જેનો બહુ મોટો પ્રભાવ પડે છે.

મંત્રજપનો મહાવરો પડે પછી માળા કરવાનો-ફેરવવાનો પ્રયત્ન કરો. એક માળાથી શરૂઆત કરો. કોઈ પણ જાતની તકલીફ પડે તો ગભરાશો નહીં. મા પાસે - ઈશ્વર પાસે - બાળક બનીને - શરણાગતિ સ્વીકારીને - નમ્ર બનીને જશો તો તમારી તકલીફો દૂર થઈ આપોઆપ અંદરથી જ પ્રેરણા ને માર્ગદર્શન મળ્યા કરશે.

થોડોક સમય એક માળાનો ક્રમ સ્વીકાર્યા પછી ત્રણ માળાનો નિયમ કરો.

માળા એકી સંખ્યામાં કરવી આવશ્યક છે. આ સાથે જ દરરોજ ધ્યાનમાં બેસવાની ટેવ પાડો. એમ કરતાં જે કંઈ અનુભવ થાય તે માની કૃપાપ્રસાદી સમજી તે પ્રમાણે થવા દઈ, તે અંગે ચર્ચા-વિચારણા-વિવાદ કર્યા વિના, તેને પ્રકટ કર્યા વિના, અંદર ઊતારી, તમે તમારો નિત્યક્રમ ચાલુ રાખો.

ચિત્ત એકાગ્ર ન થવાની, વિચારો આવ્યા કરવાની ફરિયાદ તમે સ્વભાવિકપણે જ કરશો. એ અંગે અગાઉ અનેકવાર કહી ગયો છું ને ફરી પાછો કહું કે, ચિત્ત એકાગ્ર થવું ખૂબ દુષ્કર છે. વિચારોને આવવા દો. એ આપોઆપ જ શાંત થઈ જશે.

વિચારોની સાથે પણ જપ ચાલુ રાખો. ધ્યાન ચાલુ રાખો. માતાજીને પ્રાર્થના ને વિનંતી કરતા રહેશો તો નિત્યક્રમ વિશેષ સુલભ ને સરળ બની રહેશે.

ત્રણ પરથી પાંચ માળા પર આવો.

વચ્ચે વચ્ચે ક્યારેક અનુષ્ઠાન કરવાનું પણ ચાલુ રાખો. આવા અનુષ્ઠાનથી વિશેષ-વધારે ઉપાસના થઈ શકશે. પણ અનુકૂળતા હોય તો જ અનુષ્ઠાન કરવું. અનુષ્ઠાન કરવું આવશ્યક તો છે, પણ અનિવાર્ય નથી. અનુષ્ઠાન ઘણી બધી શક્તિ માગી લે છે. તેમાં ત્રણેક કલાક તો સહેજે ફાળવવા પડતા હોય છે. સૌ પ્રથમ તો દૈનિક જપ-માળાની સરળતા પ્રાપ્ત કરવાની જરૂર છે. પછી ચોવીસ હજારનું લઘુ અનુષ્ઠાન સરળતાથી-સહજ રીતે-સ્વાભાવિકપણે કોઈ પણ તકલીફ વિના થઈ શકતું હોય તો સવા લાખનું અનુષ્ઠાન પણ થઈ શકે છે પરંતુ એમાં પણ ઠીક ઠીક સમયની જરૂર પડે છે. સવા લાખનું અનુષ્ઠાન ન થાય તો વર્ષે એકાદ-બે-ચૈત્ર ને આસો માસમાં અનુકૂળતા પ્રમાણે અનુષ્ઠાન કરવું જોઈએ, થઈ શકે પણ એ કરવાની તમારામાં શારીરિક-માનસિક ક્ષમતા હોય ને સમય સુલભ હોય તો. અન્યથા દૈનિક મંત્રજપ ને સ્તોત્રપાઠ શ્રદ્ધાપૂર્વક શરણાગતિ ભાવે કર્યા કરો તો પણ પૂરતું છે.

માળાનો ક્રમ વધારતાં વધારતાં સાત ને અગિયાર સુધી પહોંચી શકાય છે. કેટલાક વળી રોજ એકવીસ કે સત્તાવીસ માળા સુધીના પણ જપ નિત્ય નિયમથી કરતા હોય છે.

હવે આટલા સમય દરમિયાનમાં દરેક ઉપાસકને વધતે ઓછે અંશે કંઈક ને કંઈક આહલાદક અનુભવો થતા જ હશે, થઈ શકે. ભૌતિક રીતે ઘણી બધી સમસ્યાઓ-ગૂંચવણો-આપત્તિઓ-મૂંઝવણો ઉકલી જાય, માનસિક, શારીરિક, કૌટુંબિક, આર્થિક

એમ અનેક રીતે સુખ-શાંતિ-આનંદનો અનુભવ થાય. ઉપાસના શ્રેત્રે પણ માતાજીની કૃપાના અનેકવિધ અનુભવો થાય તે સ્વાભાવિક છે.

કદાચ કોઈને કશો જ અનુભવ ન થાય તો તેણે નિરાશ થવાની કે ગેરમાર્ગે દોરાવાની કે બાહ્ય પળોજણમાં ઊતરવાની જરૂર નથી. તેઓ શ્રદ્ધા, શરણાગતિ, નિષ્કામ ભાવે, મા-બાળકનો સંબંધ કેળવી પોતાની ઉપાસનાનો ક્રમ અવિરતપણે ચાલુ રાખે. જેમ કર્મો કપાતાં જશે તેમ તેમ માતાજીની સમીપ પહોંચી શકાશે.

પરન્તુ કેવળ વધારે માળા કર્યાથી જ કામ પતી જતું નથી. મહત્વ માત્ર વધારે માળા કરવાનું નથી. આપણું સાધ્ય-આપણું ધ્યેય તો આપણું ચિત્ત-અંતઃકરણ માતાજીના સ્વરૂપમાં-સ્મરણમાં કેટલું એકાગ્ર-લીન બને છે તેનું છે. કેવળ યત્નવત્ માળાના મણકા ફર્યા કરે ને ચિત્ત બાહ્ય પળોજણમાં-વિચારોમાં અટવાયા કરે તેનો પણ કોઈ અર્થ નથી. માળા દ્વારા કરાતા જપ ચિત્તને માતાજીના સ્વરૂપમાં-ધ્યાનમાં લીન કરવાનું એક સાધન છે. એમ કરતાં કરતાં અંદરથી એક ભૂમિકા તૈયાર થાય છે. મનોવ્યાપારોનું-વલણોનું ચોક્કસ ઘડતર થાય છે. અંદરના ઉત્પાતો-ઉધામાઓ કંઈક શાંત થઈ ચિત્ત ઉપાસનામાં એકાગ્ર થવાનો પ્રયાસ આદરે છે અને માતાજીના ધ્યાનમાં- સ્મરણમાં લીન બને છે.

એક તબક્કે એવું બને છે કે માળા કરતાં કરતાં જ ચિત્ત ધ્યાનમાં એકાગ્ર થઈ જાય છે. સ્મરણોનાં સ્પંદનોની આહલાદકતામાં તન્મય થઈ જવાય છે. જપ આપોઆપ બંધ થઈ જાય છે, તો વળી જપ ને ધ્યાન બન્ને એક સાથે થાય છે, ત્યાં માળાની આવશ્યકતા રહેતી નથી. ચિત્ત-અંતઃકરણ આપોઆપ જ એમાં લીન તો બને જ છે, પણ ઇષ્ટ સાથે-માતાજી સાથે એક પ્રકારનું અનુસન્ધાન-સાયુજ્ય સઘાય છે. સ્વની ચેતના અલૌકિક ચેતના સાથે એકરૂપ બની જાય છે. આધ્યાત્મિકતાની આ એક

ચોક્કસ અવસ્થા છે. ભક્તિની-ઉપાસનાની આ પરાકાષ્ઠા છે. ચરમ અવસ્થા છે. આ અવસ્થા પ્રાપ્ત કર્યા પછી ઇષ્ટ પાસેથી પ્રત્યક્ષ-સાક્ષાત રૂપે સંકેતો-માર્ગદર્શન પણ પ્રાપ્ત થઈ શકે છે.

જેમ પીએચ. ડી. કરવા વિશેષ અભ્યાસની જરૂર રહે છે, તેમ ઉપાસનાનાં વિવિધ શિખરો સર કરવા માટે-સાક્ષાત્કાર-આત્મસાક્ષાત્કાર પ્રાપ્ત કરવા માટે પણ ઉપાસનાકીય વિવિધ અભ્યાસ-પુરુષાર્થ વિશેષ જરૂરી બની રહે છે.

પીએચ. ડી. ની ડીગ્રી પ્રાપ્ત કર્યા પછી જે તે વિષયના મુદ્દાઓની રજૂઆત માટે પુસ્તકો રાખવાં નથી પડતાં. તે સ્વયં પોતાની બુદ્ધિશક્તિથી, પોતાના આકલન દ્વારા રજૂઆત કરે છે, તે જ રીતે ઉપસનાકીય જપ-ધ્યાનના અભ્યાસ પછી વ્યક્તિ સ્વયં ઉપાસનામાં એટલી એકાગ્ર ધ્યાની-કેન્દ્રિત-સંપૂર્ણ બની જાય છે કે, તેને માળાની પણ આવશ્યકતા રહેતી નથી. તે કેવળ સ્વયં, કોઈ પણ જાતના આધાર વિના, નિજની ભાવસબળતાથી તેનામય, તન્મય તદ્રુપ થઈ જાય છે. તેને આગળ-પાછળનો કોઈ જ ખ્યાલ નથી રહેતો. અંદર-બહાર કોઈ વિક્ષેપ નથી રહેતો. ચિત્ત અંદરથી શાંત બની અંતર્મુખી બની જાય છે. વ્યક્તિની-ઉપાસનાની આ અંતર્મુખતા વ્યક્તિને-ઉપાસકને દિવ્ય ચક્ષુ અર્પણ કરે છે, જેના દ્વારા ઉપાસક પોતાના ઇષ્ટની-માતાજીની ઝાંખી કરી શકે છે ને એમ તે સાક્ષાત્કાર સુધી પહોંચી શકે છે.

પીએચ. ડી. થયેલ વ્યક્તિ પોતાના વિષયમાં અધિકૃત ગણાય છે. તે વિષયનું તે અધ્યયનકાર્ય-નિદર્શન કરે છે. એટલે કે અન્યને તેનો અભ્યાસ કરાવી શકે છે. તે શિક્ષકની પદવી પર પહોંચે છે તેમ છતાં તે વિષયનો તેનો અભ્યાસ-સંશોધન બંધ નથી થઈ જતાં. વિષયના નિત્ય અભ્યાસથી પોતાના ખ્યાલો-દૃષ્ટિબિંદુઓને વૈચારિક પુષ્ટિ આપી રજૂ કરે છે. વિષયની ગહનતાને, તેનો હાર્દને પામવા-શોધવા પોતીકો

માર્ગ અપનાવે છે ને તે માર્ગે સતત પ્રયત્નશીલ રહે છે. તે જ રીતે ઉપાસનાની-આધ્યાત્મિકતાની ઉચ્ચ કક્ષાએ-ચોક્કસ અવસ્થાએ પહોંચ્યા પછી ઉપાસનાનું પૂર્ણવિરામ આવી જતું નથી. ઉપાસના ત્યાર પછી પણ પૂર્વના નિત્યક્રમ પ્રમાણે અવિરત ચાલુ જ રહે છે ને ચાલુ જ રાખવી જોઈએ એમ હું સ્પષ્ટપણે-દ્રઢપણે માનું છું.

ઉપાસનાની ચોક્કસ અવસ્થાએ પહોંચ્યા પછી એ અવસ્થાને-એ કક્ષાને ટકાવી રાખવી ખૂબ દુષ્કર છે. જીવનને સર્વથા મન, વચન ને કર્મથી પવિત્ર રાખવું પડે છે. જીવન ક્યાંક અનીતિ-અનિષ્ટ માર્ગે ફંટાઈ ન જાય તે માટે સતત સાવધ ને સજાગ રહી કાળજી રાખવી પડે છે. અન્યથા તે વ્યક્તિને-ઉપાસકને પતનની ઊંડી ખીણમાં ફેંકી દે છે, જ્યાંથી બહાર આવવાનું મનુષ્ય માટે-ઉપાસક માટે અશક્ય ને અસંભવ બની જાય છે. દાદરના નીચલા બે-ચાર પગથિયેથી પડી જતાં થોડુંક જ વાગે છે, ફરીથી જાતે ઊભા પણ થઈ શકાય છે, પણ દાદરના ઠેઠ ઉપલા પગથિયેથી નીચે જમીન પર પટકાઈ પડતાં જબ્બર પછડાટ લાગે છે, જ્યાંથી સ્વયં ઊભા થઈ શકાતું નથી. કોઈક વાર વળી નજીવી ઈજા પણ થાય છે, તે ઈશ્વરની કૃપા ! પણ ઉપાસનાના સર્વોચ્ચ પગથિયેથી નીચે પછડાતો મનુષ્ય ભાગ્યે જ ઊભો થઈ શકે છે, ને ક્યારેક મનુષ્ય-ઉપાસક વિનાશની ગર્તામાં પણ ધકેલાઈ જાય છે.

જેમણે ઉપાસનાના માર્ગે જ પોતાનું જીવન વ્યતીત કરવું છે, પરમાત્માના શરણે ને ચરણે જ જેમણે જીવન સમર્પિત કરવું છે તેમને માટે જીવનમાં સંયમ ને શિસ્ત, નીતિમત્તા ને પ્રમાણિકતા, સાત્વિકતા ને પવિત્રતા ખૂબ જ જરૂરી છે, અનિવાર્ય છે તે યાદ રહે.

પરમતત્વની શક્તિ અનન્ત ને અસીમ છે. તેની શક્તિ વિરાટમાં વિરાટ ને સૂક્ષ્માતિસૂક્ષ્મ છે. એ વિરાટ ને સૂક્ષ્મ શક્તિને પ્રાપ્ત કરવા-પામવા આપણામાં પણ તેવી વિરાટ ને સૂક્ષ્મ શક્તિઓ હોવી જોઈએ. એ શક્તિની સમ્પ્રાપ્તિ માટે જ આપણો પુરુષાર્થ અવિરત ચાલુ રહેવો જોઈએ. આપણે આજથી જ પુરુષાર્થ આદરીએ-આરંભીએ. જેઓ આ ને આવા પુરુષાર્થમાં પ્રવૃત્ત છે તેઓ તેમનો પુરુષાર્થ અવિરત-સઘન બનાવે. પોતાનો સમય સહેજ પણ વ્યર્થ પસાર ન થવા દે. જેમને માતાજીની સાચા ને ઉત્કટ દિલથી ઉલટભેર ઉપાસના કરવાની ધગશ છે તેઓ જરૂર આ પ્રમાણે કરી શકશે.

સૌ પ્રથમ તો આપણે બાહ્યમુહૂર્તમાં જ ઉપાસના કરવાનો સંકલ્પ કરીએ. સાનુકૂળતા હોય તો તેથી પણ વિશેષ સમય ઉપાસનામાં-જપમાં સ્તોત્રપાઠમાં વિતાવીએ. કેટલીક વ્યક્તિઓ મેં એવી પણ જોઈ છે ને તેમના મુખેથી સાંભળ્યું પણ છે કે તેઓ ચાર વાગ્યે ઊઠી ત્રણ-પાંચ-સાત માળા કરે છે ને પછી અન્ય કોઈ કાર્ય ન હોવાથી કે ઘરકામની કે નોકરી-ધંધાની ખાસ કોઈ જવાબદારી ન હોવાથી કે બીજાં કાર્યો મોડેથી શરૂ થતાં હોવાથી ચાર વાગ્યે ઊઠી કલાકેકમાં જપ-માળા પતાવી પાછા પથારીમાં ઊંઘી જાય છે. આ સ્થિતિ ઉચિત નથી. આવું જ્યારે સાંભળું છું ત્યારે મને દુઃખ ને આશ્ચર્ય બન્ને થાય છે.

જો વ્યક્તિને ઘરકામ કે નોકરી-ધંધાની જવાબદારીમાંથી થોડો ઘણો સમય પણ ફાજલ પાડી શકાતો હોય તો એ ફાજલ સમય પોતાના ઇષ્ટની-માતાજીની ઉપાસનામાં-વિશેષ ઉપાસનામાં-સ્મરણમાં શા માટે ન જોડવો ?

આપણે બહુ જ તટસ્થતાથી આત્મખોજ કરીશું તો જણાશે કે આપણને માતાજીની સમીપ પહોંચવું છે, તેનાં દર્શન કરવાં છે. મા તો દયાની સાગર છે.

આપણા પર તે અવિરત પ્રેમ, વાત્સલ્યની અમીધારા કરે જ છે, પણ આપણે માતાજી માટે શું ને કેટલું કરીએ છીએ ? આપણામાં તેને માટે ઉત્કટતા, લગન, ઉત્કંઠા કેવી છે? કેટલી છે? હોય તો એને ચરિતાર્થ કરવા આપણે શું ને કેટલું કરીએ છીએ ?

ઊંઘ, આળસ, જડતા ને પ્રમાદમાં આપણે પરમતત્વની માતાજીની શક્તિને ઝીલવા પ્રાપ્ત કરવા ઊણા ઊતરીએ છીએ. આપણે આપણી ઊંઘ, આળસ, જડતા ને પ્રમાદને દૂર કરવાનો પણ પ્રયાસ આદરીએ. માતાજીને પ્રાર્થના ને વિનંતી કરીએ. પ્રાતઃકાળે એકવાર પથારી છોડ્યા પછી પાછા ઊંઘી જવાની વાત પડતી મૂકીએ. એથી તો જપ દ્વારા પ્રાપ્ત કરેલી શક્તિ, સ્ફૂર્તિ, આનંદ, ઉત્સાહ મોળાં પડીને તેનો નાશ થઈ જવા સંભવ છે.

પીએચ. ડી. ની સાક્ષાત્કારની કોટિએ પહોંચવું હશે તો થાક ને ઊંઘની પરવા કર્યા વિના આપણે અવિરત પુરુષાર્થ (ઉપાસના) આદરી રહેવો પડશે. એ પુરુષાર્થ દ્વારા કદાચ સાક્ષાત્કાર પ્રાપ્ત ન થાય તો પણ આપણાં પુણ્યો તો સંચિત થશે જ. માતાજી સુધી પહોંચવા માટે લાગેલી લાંબી કતારમાં આપણે થોડાક આગળ વધીશું ને એમ આગળ વધતાં વધતાં એક સમયે આપણે ચોક્કસ માતાજી સુધી પહોંચી જઈશું.

ઉપાસના પહેલાં ને પછી જે કોઈ પ્રશ્નો-સમસ્યાઓ-મૂંઝવણો ઉદભવે છે તેના નિરાકરણ માટે આટલી ચર્ચા પ્રસ્તુત કરી છે.

*

: ૯ :

ઈશ્વરપ્રાપ્તિનો માર્ગ

ઈશ્વરોપાસના અને ઈશ્વરપ્રાપ્તિ માટે જ્ઞાન, કર્મ, ભક્તિ અને યોગનું નિદર્શન કરવામાં આવ્યું છે. એ પ્રત્યેક માર્ગે અનેક મહાપુરુષોએ ઈશ્વરોપાસના આદરી ઈશ્વરપ્રાપ્તિ કરી છે. સાક્ષાત્કાર-આત્મસાક્ષાત્કાર પ્રાપ્ત કર્યો છે. એટલે કોઈ માર્ગ સરળ છે ને કોઈ કિલષ્ટ છે એમ કહી શકાય નહિ. કોઈ પણ માર્ગે ઉપાસના ને ઈશ્વરપ્રાપ્તિ અવશ્ય થવાની જ છે. સવાલ માત્ર આપણી રુચિનો-રસનો-સરળતાનો-સમજણનો ને ક્ષમતાનો છે.

આપણે પ્રથમ એ ચારેય માર્ગને જરા સમજી લઈએ.

જ્ઞાન દ્વારા પરમતત્ત્વની પ્રાપ્તિ થાય છે. શ્રીકૃષ્ણ ભગવાને જ્ઞાન માટે કહ્યું છે કે જ્ઞાન સમાન પવિત્ર બીજું કંઈ નથી. જ્ઞાન અનન્ત છે. આ પુસ્તકમાં જ્ઞાનપ્રાપ્તિ અંગેના પ્રશ્નોત્તરમાં જ્ઞાન અંગેનો મેં મારો પ્રતિભાવ-મન્તવ્ય વ્યક્ત કર્યો છે એટલે એની ચર્ચામાં હું અહીં ઊતરતો નથી. મનુષ્યે પરમતત્ત્વની નિરંતર ઉપાસના કરવાની છે-કરવી જોઈએ. એટલું જ જ્ઞાન તેને માટે બસ છે. અનન્ત જ્ઞાનના ઊંડાણમાં ઊતરવાનું સામાન્ય મનુષ્યનું ગજું નથી.

કર્મમાર્ગ માટે શ્રીકૃષ્ણ ભગવાને કહ્યું છે : કર્મણ્યેવાધિકારસ્તે મા ફલેષુ કદાચન-કર્મમાં જ તારો અધિકાર છે, ફળમાં નહીં. કર્મનું ચક્ર સતત ચાલ્યા જ કરે છે. એમાંથી મનુષ્ય મુક્ત થઈ શકતો નથી. કર્મમાર્ગ પણ મનુષ્ય માટે કઠણ છે.

યોગ દ્વારા પરમતત્વ સાથે સાયુજ્ય સાધવાનું કહેવામાં આવ્યું છે. શ્રીકૃષ્ણ ભગવાને કહ્યું છે કે મારામાં અંતરાત્મા પરોવીને જે મને ભજે છે તે સર્વશ્રેષ્ઠ યોગી છે. આ યોગ આમ તો સામાન્ય મનુષ્ય માટે દુષ્કર છે. મેં મારા સ્વાનુભવ અને માતાજીના સંકેત પ્રમાણે ધ્યાન માટે સરળ પદ્ધતિ દર્શાવી છે. પણ એ એક માર્ગ છે.

ભક્તિમાર્ગે તો અસંખ્ય મહાપુરુષોએ સાક્ષાત્કાર મેળવ્યાના દાખલા મોજૂદ છે.

ભક્તિ એ વ્યક્તિનો પોતીકો મનોવ્યાપાર બની જાય છે, તેમાં તેના હૃદયનાં પ્રેમ, ભાવના, ઉત્કટતા, ઉત્કંઠા, અંતરની આરત, શ્રદ્ધા, શરણાગતિ, સમર્પણ ભળેલાં હોય છે, જેના દ્વારા મનુષ્યની ઉપાસના સરળ ને સહજ બની જાય છે. પરમતત્વ તરફ તે સહેલાઈથી ગતિ કરે છે અથવા એમ કહો કે પરમાત્માની કૃપાની અનુભૂતિ કરી શકાય છે.

કોઈ પણ માર્ગ ગ્રહણ કરો પણ શ્રદ્ધા, શરણાગતિ અને ઉપાસના મુખ્ય છે.

સાધકે-વ્યક્તિએ ગમે તે એક જ માર્ગનું અનુસરણ ને આચરણ કરવું જોઈએ. આપણું ગન્તવ્યસ્થાન તો એક જ છે. ત્યાં જુદા જુદા માર્ગોથી જઈ શકાય છે-રાજમાર્ગ અથવા ગલીફૂંચીએથી. આપણને જે રસ્તો વધારે સરળ અને અનુકૂળ પડે તેમ જ આપણા ગન્તવ્યસ્થાને સમયસર પહોંચી શકીએ તેવો રસ્તો આપણે પસંદ કરવો જોઈએ. ગલીફૂંચીમાં અટવાવા કરતાં આપણે રાજમાર્ગ પસંદ કરીએ તે વધુ ઉચિત લાગે છે.

પરમાત્માને મેળવવા માટે આપણે પહેલાં પરમાત્માની ઉપાસના કરવાના છે. એ માટે ઉપરોક્ત ચારમાંથી ગમે તે એક માર્ગ પસંદ કરવાનો છે. એ માર્ગે આગળ વધવાનું છે.

મારા સ્વાનુભવને આધારે અને માતાજીના સંકેત-આદેશ પ્રમાણે મારું સ્પષ્ટ સૂચન છે કે, વ્યક્તિએ સમ્પૂર્ણ શ્રદ્ધા અને શરણાગતિપૂર્વક, પરમાત્મા-ઇષ્ટ-માતાજી સાથે શિશુભાવ કેળવી, નિષ્કામ ભાવે ઇષ્ટની-પરમાત્માની-માતાજીની ઉપાસના કરવી.

સામ્પ્રતકાલીન સામાજિક સન્દર્ભના પરિપ્રેક્ષ્યમાં વિચાર કરીએ તો ભક્તિ, નામસ્મરણ, જપ ને પ્રાર્થના મનુષ્યને માટે-સાધકને માટે વિશેષ શ્રેયસ્કર ને ઉપકારક નિવડી શકે તેમ છે. ભક્તિ જેવો શબ્દ ભડકાવનારો લાગે ને તેનું આચરણ પણ અશક્યવત લાગે, પણ એનું સરળીકરણ કરીને કહું તો કોઈ પણ મનુષ્યે દિવસનો ચોક્કસ સમય (જેટલો બની શકે તેટલો વધુ સમય) ઇષ્ટના-માતાજીના સ્મરણમાં, જપમાં, પ્રાર્થનામાં, ધ્યાનમાં અવશ્ય વિતાવવો જોઈએ. દરેકે પોતાનો નિત્યક્રમ નક્કી કરવો જોઈએ.

તમે સૌ શ્રદ્ધા અને શરણાગતિપૂર્વક ત્રિપદા ગાયત્રી મહામંત્રની ત્રણ માળા દરરોજ કરવાનો માર્ગ અપનાવો. મારા મતે તો પરમતત્વની પ્રાપ્તિનો આ રાજમાર્ગ છે. એ માર્ગે તમે ચાલ્યા જાવ. બાકી બધું મારા પર છોડી દો. હું સંભાળી લઈશ. મારા તમને સૌને આશીર્વાદ છે.

*

: ૧૦ :

શ્રેયની સાધના

શ્રીમદ્ ભગવદગીતાના પ્રારંભમાં જ શ્રીકૃષ્ણ ભગવાને બહુ સરસ વાત કરી છે. રણક્ષેત્રમાં અર્જુન યુદ્ધ કરવાની ના પાડે છે, ત્યારે ભગવાન એને સમજાવવાનો પ્રયત્ન કરે છે તેમ છતાં તેને કંઈ સૂઝતું નથી. એથી કરીને થાકીને અર્જુન શ્રીકૃષ્ણ ભગવાનને કહે છે :

કાર્પણ્યદોષોપહત સ્વમાવઃ

પૃચ્છામિ ત્વાં ધર્મસંમૂઢચેતાઃ ।

યચ્છ્રેયઃ સ્યાન્નિશ્ચિંતં બ્રૂહિ તન્મે

શિષ્યસ્તેઽહં સાધિ માં ત્વાં પ્રપન્નમ્ ॥

અર્જુન ભગવાનને કહે છે કે હું કિંકર્તવ્યમૂઢ બની ગયો છું. મને કશું સૂઝતું નથી. તમારે શરણે આવ્યો છું. મારે માટે જે શ્રેય હોય તે મને કહો.

અહીં બે વાત મહત્વની ને ધ્યાનાર્હ છે. એક એ કે અર્જુન ભગવાન શ્રીકૃષ્ણની શરણાગતિ જાહેર કરે છે. શરણાગતિ જાહેર કર્યા પછી મહત્વની વાત પૂછે છે કે મારા શ્રેયમાં-મારા હિતમાં જે કંઈ હોય તેનું મને માર્ગદર્શન આપો.

સામાન્ય મનુષ્ય અને ભગવાનના ભક્તોમાં આટલી ભેદરેખા જોવા મળે છે, જેને દૂર કરવાની જરૂર છે.

સામાન્ય મનુષ્યને જીવનમાં મૂંઝવણો-આપત્તિઓ આવતાં તેઓ તેમાંથી મુક્ત કરવાની માગણી પ્રભુ પાસે કરે છે. જ્યારે પ્રભુભક્તિમાં ચિત્તને લીન કરનારા ભક્તોના જીવનમાં જ્યારે આપત્તિઓ આવે છે અને કિંકર્તવ્યમૂઠ જેવી દશાનો અનુભવ થાય છે ત્યારે પોતાના શ્રેયને માટે પ્રાર્થના કરે છે.

જીવનમાં બે વસ્તુ છે : શ્રેય અને પ્રેય. પ્રેય એટલે આપણને-મનુષ્યને જે પ્રિય છે તે. શ્રેય સ્વના હિત ઉપરાંત પરના હિત સાથે પણ માનવીની ભાવનાઓ, ચિત્તનાં સ્પંદનો-સંચલનો જોડાયેલાં હોય છે. આ શ્રેય ને પ્રેયમાંથી માનવીએ એકની પસંદગી કરવાની છે, અને શ્રેય જ પ્રત્યેક મનુષ્ય માટે, પ્રત્યેક ઉપાસક માટે, જીવન કુટુંબ, સમાજ અને વિશ્વના ઉત્થાન માટે શ્રેષ્ઠ છે.

પ્રેય એટલે કે આપણને જે પ્રિય હોય છે તે. આપણને જે પ્રિય હોય છે તે ભગવાનને પ્રિય જ હોય એવું આપણે માની ન શકીએ અને એથી જ આપણા પ્રિયની પ્રાપ્તિ આપણને થતી નથી ત્યારે આપણને ઘણું દુઃખ થાય છે.

આપણા નિત્યકર્મમાં આ એક શ્રલોકનું પઠન હર હંમેશ કરતાં રહીશું તો પ્રભુનાં આશિષ, કૃપા અને માર્ગદર્શન તેમ જ પ્રેરણા પ્રાપ્ત થતાં રહેશે એમ મને લાગે છે.

આપણું પ્રથમ કર્તવ્ય શ્રદ્ધા અને શરણાગતિ સ્વીકારવાનું છે. આપણા લૌકિક વ્યવહારમાં આપણાં સ્વજનો માટે જેવી રીતે આપણા અંતરમાંથી પ્રેમ ઉદભવ્યા કરે છે તેવી જ રીતે પરમાત્મા માટે પણ આપણા અંતરના અતલ ઊંડાણમાંથી પ્રેમનો, પોતાપણાનો ભાવ પ્રગટે છે તો જ ભક્તિના રસમાં તરબોળ થઈ શકાય. આ ભાવ પરમાત્મા સાથે જીવનું અનુસન્ધાન કરાવી શકે છે-કરાવી આપે છે. પરમાત્મા સાથેનું આ અનુસન્ધાન જીવનું એક જન્મમાં જ નહિ, અનેક જન્મો સુધી શ્રેય સાધે છે. જીવ

એક વાર પ્રભુની શ્રદ્ધાપૂર્વક શરણાગતિ સ્વીકારે છે, પછી એની સઘળી જવાબદારી પ્રભુના શિરે આવી જાય છે. જીવનો આત્મવિકાસ કરવાનું કર્તવ્ય પ્રભુના હાથમાં આવી જાય છે.

ભક્તિ એ કોઈ વેપાર-ધંધો-નોકરી કરવા જેવી કે ઘરસંસાર ચલાવવા જેવી સ્થૂળ પ્રક્રિયા નથી. નોકરી કરતો માનવી ધારે કે મારે વેપાર કરવો છે, પણ વેપાર કરવા માટે મૂડી તો જોઈએ ને ? એ જ રીતે પરમાત્માની ભક્તિ કરવા પ્રભુ પ્રત્યે શ્રદ્ધા, શરણાગતિ, પ્રેમ અને આત્મસમર્પણની મૂડીની આવશ્યકતા છે. એ સિવાય પ્રભુની ભક્તિ અસંભવ ને અશક્ય છે.

જીવનની આધિ, વ્યાધિ, ઉપાધિઓમાં અટવાતો માનવી અર્જુનની જેમ શરણાગતિ સ્વીકારે, અને પોતાના શ્રેય અંગે પ્રભુ પાસે માર્ગદર્શન માગે તો મને લાગે છે કે આપણા બધાની જ અડધા ઉપરની મુશ્કેલીઓનો અંત આવી શકે છે, ઉકેલ આવી શકે છે અને એમાંથી માર્ગ મળી શકે છે.

અત્યારે પળે પળ અશાંતિ, અસલામતી અને અનિશ્ચિતતામાં વ્યતીત થઈ રહી છે, ત્યારે પ્રભુ પાસે શ્રેય અંગે જ માગણી કરવાની છે, પ્રાર્થના કરવાની છે, માર્ગદર્શન માગવાનું છે. આ એક અનંત સમયનો તકાદો છે. એ હકીકત ગઈ કાલે પણ એટલી જ સાચી હતી, આજે પણ એટલી જ સાચી લાગી રહી છે અને આવતી કાલે પણ એટલી જ સાચી લાગશે, એમાં શંકાને કોઈ સ્થાન નથી.

આપ સૌ પણ દરરોજ ગાયત્રી-મહામંત્રની ત્રણ માળા શ્રદ્ધાપૂર્વક શરણાગતિ ભાવે શરૂ કરી દો. મારા તમને આશિષ છે. માની પ્રેરણા મુજબ હું તમને મદદ કરતો રહીશ પણ અર્જુનની જેમ તેમ પણ માતાજીની શરણાગતિ સ્વીકારી તમારું સઘળું

તેમના ચરણોમાં સમર્પી દો. તમારા જીવનનું, તમારા તન અને મનનું નિયંત્રણ માતાજીને સોંપી દો, તો તમારું ભાવી ઉજ્જવળ ને ઉન્નત જ છે. માની કૃપા ને આશિષ તમારા પર અવશ્ય ઊતરશે એ નિશ્ચિત છે.

*

ઉપાસનાની પરિપૂર્તિ અર્થે

કોઈ પણ કાર્યક્ષેત્રમાં પ્રવેશતાં પહેલાં તે અંગેની જાણકારી-માહિતી હોવી જરૂરી છે. કોઈ પણ કાર્ય તેના નીતિનિયમો અને પાયાની વિભાવનાઓ અનુસાર કરવામાં આવે તો તે કાર્ય સફળતાથી પરિપૂર્ણ થાય છે. તે વિશેષ દીપી ઊઠે છે. તે જ રીતે ઉપાસના પણ તેના નીતિનિયમો અને શિસ્તથી કરવામાં આવે તો તે જરૂર સફળતાથી પાર પડે છે એટલું જ નહિ, તે અગોચર ક્ષેત્રની અનુભૂતિ પણ થાય છે-થઈ શકે છે.

નવાગન્તુકો (નવા વાચકો)ના માર્ગદર્શન-જાણકારી ખાતર પુનરાવર્તન કરી કહું તો જેમને ઉપાસના કરવાનું મન થાય તો તેઓ પોતપોતાના ઇષ્ટની કે ગાયત્રી મંત્રની ત્રણ માળા કે ઉપાસના દરરોજ કરવાનું ચાલુ કરે. જે કોઈ વ્યક્તિ મારી મુલાકાતે આવે છે તેઓને માતાજીના સંકેત પ્રમાણે હું ગાયત્રી મંત્રની ત્રણ, પાંચ, સાત કે અગિયાર માળા કરવા તો કહું જ છું એટલે તેઓ તે પ્રમાણે શરૂ કરી દે.

દૈનિક ઉપાસનામાં ત્રણ કે પછી મેં કહ્યા પ્રમાણેની માળા શરૂ કર્યા પછી ધ્યાન કરવાનું છે. પોતાના ઇષ્ટદેવ કે માતાજી સમક્ષ પ્રાતઃકાળે ચાર વાગ્યે કે રાત્રે દસ વાગ્યે ધ્યાન કરી શકાય છે. ધ્યાન અંગે અલગ પ્રકરણમાં માહિતી આપી છે તેથી તેની ચર્ચામાં હું ઊતરતો નથી.

ત્યાર બાદ મેં જે નવ સૂત્રો આપ્યાં છે તેનો અમલ કરી શકો તો તમે ચોક્કસ માતાજીની સમીપ સરળતાથી પહોંચી શકશો ને સાક્ષાત્કારના અધિકારી પણ બની

શકશો. મારો સ્વાનુભવ છે કે ઉપાસના કરવા ઇચ્છનારે કોઈ પણ પ્રકારના વિધિવિધાનમાં કે બાહ્ય પળોજણમાં અટવાયા વિના, સમ્પૂર્ણ શ્રદ્ધા અને શરણાગતિથી, નિષ્કામ ભાવે, મા-બાળકનો સંબંધ કેળવી પોતાના ઇષ્ટની કે ગાયત્રીની ઉપાસના કરવાની શરૂઆત કરવી જોઈએ.

હવે આપણે ઉપાસનાના નીતિનિયમો અને શિસ્તને સમજવાનો પ્રયાસ કરીએ.

યોગશાસ્ત્રમાં યોગસાધના માટે સાધકે પાંચ નિયમો પાળવાના કહ્યા છે : (૧) શૌચ, (૨) સંતોષ, (૩) તપ, (૪) સ્વાધ્યાય અને (૫) ઈશ્વર પ્રણિધાન.

અહીં યોગસાધના શબ્દ કદાચ ભડકાવનારો લાગે ને એવા દુષ્કર કાર્યને વ્યક્ત કરતા શબ્દથી જ ડરી જઈ એ તરફ લક્ષ પણ ન આપીએ એવું બને. પણ કોઈએ ગભરાવાની જરૂર નથી. આપણે યોગસાધના કરવી નથી. હું તમને તે કરવા કહેતો પણ નથી. મારું કહેવાનું તાત્પર્ય એ છે કે યોગશાસ્ત્રમાં જે પાંચ નિયમો આપ્યા છે તે તરફ આપણે ધ્યાન આપીએ ને તે સમજી આચરણમાં મૂકવાનો પ્રયત્ન કરીએ. આપણે સામાન્ય દૈનિકક્રમની ઉપાસનાને જ લક્ષમાં રાખીને, આપણી ઉપાસનાની પ્રવૃત્તિ અને પ્રગતિ અર્થે આ પાંચ નિયમો સમજવાનો પ્રયાસ કરીશું.

શૌચ એટલે સ્વચ્છતા-પવિત્રતા. આપણે સ્નાન શૌચાદિથી સ્વચ્છ થઈએ છીએ. આ શૌચ માત્ર બાહ્ય જ નહિ, પરંતુ આંતરિક પણ હોવું જોઈએ. બાહ્ય શૌચથી-સ્નાન વગેરેથી શરીર સ્વચ્છ બની પ્રસન્નતા ને સ્ફૂર્તિ અનુભવે છે. અંદરનો શૌચ એટલે માનસિક પવિત્રતા – મન, વચન ને કર્મની. મનની મલિનતાનો પરિહાર-માનવીનો ઉપાસકનો આચારવિચાર પણ શુદ્ધ, સાત્વિક, પવિત્ર, ઉદાત્ત ને ઉમદા હોવા જરૂરી છે, સાથે જ પ્રેમ, દયા, સહૃદયતા ને સત્ય-પરાયણતા જેવા ગુણો પણ કેળવવા જોઈએ.

મલિનતાનાં અનેક આવરણોથી ઘેરાયેલા માનવીમાં આંતર શૌચ ક્યારે ઉદભવી શકે ? ઉદભવી શકે. એ માટે સ્વાધ્યાય જરૂરી છે. આંતર શૌચ માટે આપણી તમામ પ્રવૃત્તિઓ, વૃત્તિઓ પ્રત્યે સભાનતા, સજાગતા ને તેનું વિશ્લેષણ જરૂરી છે. એટલે સતત માણસે પોતાની સમગ્ર જાતને તપાસતા રહેવાનું છે.

બીજી વાત છે સંતોષની. માનવીને જ્યારે જે કંઈ આવી મળે તેમાં તે આનન્દ ને સંતોષ રાખે તો એથી સ્વસ્થતા ને શાંતિ પ્રાપ્ત થાય છે.

માનવી બધી જ બાબતમાં સંતોષ કેળવી ચિત્તને એક માત્ર પરમતત્ત્વમાં- પોતાના ઇષ્ટમાં એકાગ્ર કરી, ઇન્દ્રિય સુખ-સંસારસુખ મેળવીને પણ, એનાથી નિર્લેપ જાનકમળવત બની ઉપાસના કરવામાં આવે, બાહ્ય-સાંસારિક તમામ પ્રવૃત્તિઓ, વ્યવહારો-ફરજો બજાવવા છતાં તેને સંયમિત બનાવી, અંતર્મુખી થવાનો ને રહેવાનો પ્રયાસ કરવામાં આવે ત્યારે તેવું જીવન સ્વયં એક તપ બની જાય છે. અહીં જે તપનો ઉલ્લેખ કર્યો છે તે આ છે. તપ એટલે ગૃહત્યાગ-સંસારત્યાગ કરી, પલાંઠી વાળી, ધ્યાન ધરી બેસી જવું એવો એનો અર્થ નથી. જે ઋષિમુનિઓએ એ પ્રકારે તપ કર્યા છે ને કરે છે તે ખૂબ દુષ્કર કાર્ય છે. સામન્ય સંસારી મનુષ્ય માટે એ શક્ય ને સંભવિત નથી. તેમ તેની એવી કોઈ આવશ્યકતા પણ નથી. મારા મન્તવ્ય અને સ્વાનુભવ પ્રમાણે તો જીવન ને સંસારની અનેકવિધ પળોજણો વચ્ચે રહીને પણ દૈનિક ઉપાસના ને પ્રસંગોપાત યોજનાબદ્ધ-શિસ્તપૂર્ણ ઉપાસના કરીએ તે જ ઉચિત છે. એમાં તો માનવીની અનેકવિધ કસોટીઓ થાય છે. એ કસોટીઓ પાર કરવી તે મારી દૃષ્ટિએ પ્રખર તપ છે.

સ્વાધ્યાયમાં ઈષ્ટદેવના મંત્રજપનું સાતત્ય-નિરંતરતા સૂચવાય છે. વારંવાર- સતત મંત્રજપ-નામસ્મરણ કર્યા કરવાથી સમય જતાં ઇષ્ટની-પરમતત્ત્વની કૃપાની

અલૌકિક અનુભૂતિઓ થાય છે. ચિત્ત તેનામાં વિશેષ એકાગ્રતા સાધે છે ને અસ્તિત્વ પરમતત્ત્વને માટે અધીર ને ઉત્કટ બનતાં તે આત્માનુસન્ધાન ને આત્મસાક્ષાત્કાર તરફ ગતિ કરાવે છે. તેથી જ શાસ્ત્રમાં વારંવાર-સતત ઈશ્વરનું સ્મરણ-જપ કરવાનો આદેશ આપ્યો છે. માનવીની ચેતના પરમ ચેતના સાથે અનુસન્ધાન સાધતાં ઉપાસનાની-યોગસાધનાની એ સિદ્ધિ બની જાય છે.

ઉપાસકે સતત ઇષ્ટના શરણમાં રહેવાનું છે એટલું જ નહિ, શરણાગતિની અનન્યતા સિદ્ધ કરવાની છે.

શરણાગતિની આ અનન્યતા ક્યારે સિદ્ધ થઈ કહેવાય ?

ઈશ્વર પ્રત્યેના ભાવની-પ્રેમની-શરણાગતિની અનન્યતા એ ઉપાસકનો સૂક્ષ્મ મનોવ્યાપાર છે પણ એ માટે ઉપાસના બાબત-આધ્યાત્મિક બાબતોમાં પણ કોઈની ટીકા કે નિન્દા કરવી ઉચિત નથી. ઘણા ઉપાસકો ખૂબ સારી રીતે ઉપાસના કરે છે, પણ મનમાં એક પ્રકારની ગ્રંથિ બંધાઈ ગઈ હોય કે અમે જે ને જેવી રીતે ઉપાસના કરીએ છીએ તે જ સાચી છે. અમુખ જણની શ્રદ્ધા ઓછી છે. અમુક દેવ મોટા છે. અમુક મન્ત્ર સિદ્ધિદાયક છે, અમારી ઉપાસના જ યોગ્ય છે. કૃષ્ણ મોટા ને શિવ નાના, શિવ મોટા ને કૃષ્ણ નાના છે એવી માન્યતા આજે પણ ઘણા ઉપાસકોમાં જોવા મળે છે, જે ખૂબ જ ભ્રામક ને ભૂલભરેલી છે. એક શક્તિ-એક ઈશ્વરમાંથી ઉદભવેલા જુદા જુદા સમ્પ્રદાયો મનુષ્યમાં-ઉપાસકમાં ભેદની દૃષ્ટિ નિર્માણ કરે છે. પરંતુ યાદ રાખવું જોઈએ કે ઈશ્વર એક જ છે. આ સૃષ્ટિમાં એક જ ચેતના વિલસી રહી છે ને એના આધિપત્ય હેઠળ સૌએ જીવન ધારણ કર્યું છે. સમયાન્તરે તેનાં જુદાં જુદાં નામ પડ્યાં, સમ્પ્રદાયો-વાડાઓ નિર્માણ થયા ને એમાંથી ધર્મને નામે ઝઘડાઓ ઊભા થયા. વ્યક્તિનો આવો દૃષ્ટીભેદ શરણાગતિની અનન્યતા પર પ્રહાર કરે છે.

માનવી-ઉપાસક બીજા દેવની ઉપાસનાને-બીજાના દેવને નીચા માની તેની નિંદા કરે તે યોગ્ય નથી. તેમ કરવાથી ઉપાસક અંતતોગત્વા પોતાના જ દેવની અવમાનના કરે છે. પરમતત્વની શક્તિ તો એક જ છે. એક વ્યક્તિ જેની ઉપાસના કરે છે તે જ શક્તિ અન્ય ઉપાસકની ઉપાસનાના સ્વરૂપમાં પણ સંનિહિત છે. એટલે બન્ને વ્યક્તિ આખરે તો એક જ શક્તિને-પ્રભુને ભજે છે.

પોતાના ઇષ્ટદેવમાં અનન્ય ભાવ રાખવા છતાં, બીજાના ઇષ્ટદેવને પણ પોતાના જ ઇષ્ટ દેવનું રૂપાન્તર સમજીને ઉપાસકે તેનો પણ આદર કરવો જોઈએ. કોઈ પણ ઇષ્ટમાં એક માત્ર પ્રભુના-પરમાત્માનાં જ દર્શન કરવાં એ જ સાચી અનન્યતા છે. વીજળીના ગોળાને તેના પ્રકાશથી પ્રજ્વલિત કરવા યોગ્ય સ્વીચ દબાવવાની જરૂર રહે છે તેમ અનન્ય ભાવ દ્વારા જ સ્વની ચેતનાને પરમ ચેતના સાથે જોડી શકાય છે.

મનુષ્યે-ઉપાસકે પોતાના અંદરના શત્રુથી સાવધ રહેવાનું છે. અંદરનો એકાદ શત્રુ પણ જીવંત હોય ત્યાં સુધી જંપીને ન બેસવું. અનેક પ્રકારની યુક્તિ-પ્રયુક્તિ અજમાવીને, પોતાના પરમ મિત્ર ને આજ્ઞાકારી સેવકનો સ્વાંગ સજીને પણ વ્યક્તિને તે ભરમાવી શકે છે. તેની ચાલ ખૂબ જ કપટભરી હોય છે. તેમાં વિશ્વાસ ન રાખતાં સતત સાવધાન-સજાગ બનીને રહેવું. કોઈ પણ અજ્ઞાત ખૂણેથી તેનો પ્રહાર થઈ શકે છે એટલે અંદરના શત્રુઓને તમામ આંતરિક મલિનતાઓનો પરિહાર કર્યા પછી જ પરમ પવિત્ર, સનાતન, દિવ્ય, અલૌકિક ઈશ્વર હૃદયમાં-અસ્તિત્વમાં વિરાજમાન થઈ શકે છે. ઈશ્વરનો પાવનકારી સ્પર્શ પામવા માટે પણ માનવીએ-ઉપાસકે પહેલાં સ્વયં પાવન બનવું પડે છે.

મેં સૂચવ્યા પ્રમાણે ઉપાસનાનો આરંભ કર્યા પછી, સૌથી મોટી આવશ્યકતા તો ઉપાસનાની નિયમિતતા કેળવવાની છે. ઉપાસના-ધ્યાન દરરોજ જ કરવાં. જેટલી માળાનો આદેશ મળ્યો હોય તેટલી માળા દરરોજ અચૂક કરવી જ કરવી. તે પછી નક્કી કરી લેવું કે રોજ કેટલો સમય અનુકૂળ છે ને પરમાત્માની ઉપાસનામાં ફાળવી શકીએ તેમ છીએ. તેટલો સમય નક્કી કરી અચૂક ફરજિયાતપણે ઉપાસનામાં ફાળવવો રહ્યો. સંજોગવશાત સમય કે સ્થળમાં ફેર પડી શકે તો વાંધો નથી, પણ સામાન્ય રીતે દૈનિક ક્રમમાં સાચવી શકાશે.

ઉપાસનાની પ્રવૃત્તિ, પ્રગતિ અને સંવર્ધન માટે વૈરાગ્ય ખૂબ જ મહત્વની ને જરૂરી બાબત છે.

શ્રીમદ્ ભગવદગીતામાં શ્રીકૃષ્ણ ભગવાને મનની ચંચળતાને દૂર કરવાના ઉપાય તરીકે વૈરાગ્ય અને અભ્યાસને મહત્વના લેખ્યા છે. તેમણે કહ્યું છે કે મન તો વાયુ (પવન) જેવું ચંચળ છે. તેને અભ્યાસ ને વૈરાગ્યથી કાબૂમાં લાવી શકાય છે.

અભ્યાસ એટલે સ્વાધ્યાય-ઉપાસનાનું સાતત્ય. તે અંગે આપણે ઉપર જોઈ ગયા.

હવે વૈરાગ્ય એટલે શું તે જોઈએ.

વૈરાગ્ય એટલે સંસાર ને સમાજનો ત્યાગ કરી, ભગવાં ધારણ કરી, દાઢી, મૂછ, વાળ વધારી, ભસ્મલેપન કરી જંગલમાં ચાલ્યા જવું, સમાજ કે સંસારની જવાબદારીમાંથી ભાગી છૂટવું એવો અર્થ કરવાનો નથી. ક્યારેક જીવનની એક યા અન્ય નિષ્ફળતાથી નિરાશ, હતાશ થઈને કેટલાંક ભાઈ-બહેનો મારી પાસે આવે છે. તેઓ ઘર છોડવા કે આત્મહત્યા કરવા તત્પર થઈ જાય છે. ઘર છોડવા ઈચ્છનારને હું

પહેલો પ્રશ્ન એ કરું છું કે તું પાછો ક્યારે આવીશ ? આત્મહત્યા કરવા તત્પર થયેલાને મંત્રજપથી તેના મનમાં ઉદભવેલા આત્મહત્યાના વિચારને, તેની હતાશાને ખંખેરી નાખવાનો પ્રયાસ કરું છું. મંત્રજપથી સમય જતાં જીવન પ્રત્યેનો તેનો સમગ્ર અભિગમ જ બદલાઈ જાય છે. આવા-હતાશ થઈને ઘર છોડવાનો કે આત્મહત્યા કરવાનો, વગેરે વિચારો ક્ષણિક વૈરાગ્ય છે. એને સ્મશાન-વૈરાગ્ય કહે છે.

ગીતમાં ભગવાને ચંચળ મનને કાબૂમાં આણવા જે વૈરાગ્ય કહ્યો છે તે કયો ને કેવો વૈરાગ્ય એવો પ્રશ્ન સહેજે કોઈને ઉદભવે.

ભગવાને જન્મ-જીવન આપ્યાં છે એટલે એને પૂરે-પૂરો ન્યાય આપવાની ફરજ છે, પણ સાંસારિક સુખોપભોગમાં સંસારની-જીવનની ઇતિશ્રી નથી. સંસારમાં રહીને સંસારિક સુખોપભોગ ભોગવતાં ભોગવતાં, સાંસારિક-સામાજિક જવાબદારીઓ અદા કરતાં કરતાં પણ એ બધાથી નિર્લેપ જળકમળવત બનીને એક માત્ર પરમાત્મામાં-માતાજીમાં ચિત્તના સમસ્ત મનોવ્યાપારને લીન કરી દઈ જીવન જીવવું, ઇન્દ્રિય-જનિત-ભૌતિક તમામ પ્રકારની લાલસાને, લોભને, અંદરના તમામ શત્રુઓથી સાવધ બનીને-સજાગ રહીને જીવન જીવવું-ઉપાસના કરવી. સંસારમાં રહેવા છતાં કોઈ પણ પ્રકારની ભૌતિક આસક્તિમાં ચિત્ત આસક્ત ન થાય ત્યારે જ સાચો વૈરાગ્ય ઉદભવેલો કહી શકાય. સંસારમાં રહેતો હોવા છતાં તમામ પ્રકારના સાંસારિક-ભૌતિક લેપનથી અલિપ્ત રહેતો સંસારી માણસ સાચો સાધુ કહેવાય છે. ઉપાસકે-મનુષ્યે એવું સાધુજીવન જીવવાનો અભિગમ કેળવવો જોઈએ. સંસારમાં રહેવા છતાં સંસાર પ્રત્યેની અલિપ્ત વૃત્તિ જ માનવીમાં-ઉપસકમાં વૈરાગ્ય જન્માવે છે. સંસારમાં રહીને પણ અલિપ્ત-નિર્લેપ ભાવ કેળવાય તો ચિત્ત એની મેળે સ્થિર, શાંત, એકાગ્ર થવાનું જ છે.

આવો વૈરાગ્ય કેળવવા માટે સઘળું પરમાત્માના હાથમાં સોંપી ઉપાસના કરવામાં આવે તે જરૂરી છે, જેથી સંસારની અસારતા ને જીવનનું સારતત્વ શેમાં છે તે સમજાશે. વૈરાગ્ય કેળવવો ખૂબ દુષ્કર છે, તેમ છતાં ઇષ્ટમાં શ્રદ્ધા ને શરણાગતિ રાખવાથી, દ્રઢ મનોબળ કેળવવાથી વૈરાગ્ય ઉદભવી શકશે. વૈરાગ્યના આવિર્ભાવથી નિયમિતતાથી મેં કહેલાં સૂત્રોના પાલનથી, અંતરના ઊંડા ભાવથી, પ્રેમથી, શ્રદ્ધાથી, શરણાગતિથી ઉપાસના કરી શકાશે, પ્રગતિ સાધી શકાશે. વૈરાગ્ય વિનાની ભક્તિ એ ભક્તિ નથી. જેમણે ઉપાસના ક્ષેત્રે આગળ વધવું જ છે તેમણે સંસારમાં રહીને સાંસારિકતા છોડવાની છે. જીવન, સંસાર, કુટુંબ ને સમાજની જવાબદારીઓથી વિમુખ થયા વિના ઉપાસના કરવાની છે. ચંચળ મનને કાબૂમાં લેવા વૈરાગ્ય કેળવવાનું સૂચન કરીને ભગવાને જીવન, સંસાર ને ઉપાસનાનો બહુ મોટો અભિગમ વ્યક્ત કર્યો છે. ઉપાસના ક્ષેત્રે પદાર્પણ કર્યા પછી દર્શનની પણ અભિલાષા સેવ્યા વિના નિરંતર, એક ચિત્તે, અનન્ય ભાવે જો ઉપાસના કરવામાં આવે ત્યારે જ વૈરાગ્યની અને વૈરાગ્યના આલંબનથી ઉપાસનાની પરિપૂર્ણતા સિદ્ધ થાય છે. એવા વૈરાગ્ય આધ્યાત્મિક-ઉપાસના ક્ષેત્રે આગળ ને આગળ વધારી આત્મસાક્ષાત્કારની-ઉપાસનાની સર્વોત્તમ ટોચ પર પહોંચાડી શકશે.

: ૧૨ :

જ્ઞાનગોષ્ઠિ

પ્ર૦ ઉપવાસ અનિવાર્ય છે ?

ઉ૦ ઉપવાસને આપણે બહુ સીમિત અર્થમાં લઈએ છીએ. સામાન્ય જનને મન ઉપવાસ એટલે જમવું નહિ તે અથવા કેવળ ફળાહાર કરીને જ દિવસ પસાર કરવો અથવા એ રીતે કોઈ વ્રત કરવું. ઉપવાસનો આ એક સામાન્ય અર્થ છે.

કેવળ પાણી પર કે દૂધ પર રહીને ઉપવાસ કરવાનું સર્વશ્રેષ્ઠ છે પણ એ શક્ય ન બને તો એકાદ વાર ફળ લઈને અથવા ફળાહાર કરીને ઉપવાસ થઈ શકે છે. ફળાહાર ખૂબ જ સાદો ને તન-મનને સ્ફૂર્તિમય રાખે તેવો હોવો જોઈએ. આ ઉપવાસ કરવાની રીત થઈ.

આરોગ્યની દૃષ્ટિએ આ ઉપવાસ કંઈક અંશે યોગ્ય કહી શકાય.

પણ મને આ વાત બહુ ગળે ઊતરતી નથી.

વ્યક્તિગત રીતે હું ઉપવાસનું કોઈ મહત્વ જોતો નથી. તેમ કોઈને ઉપવાસ કરવાનું કહેતો પણ નથી. શરીર અન્નમય છે. તેને-શરીરને-અન્નની સતત જરૂર રહે છે. તે તેને આપવું જ જોઈએ.

ઉપવાસ કરનારે પોતાની શક્તિનો સૌ પ્રથમ ખ્યાલ કરી લેવો જોઈએ. કેટલીક વ્યક્તિઓ એવી હોય છે કે જેમને ઉપવાસ કરવાથી, એક વાર જમવાથી કે ભૂખ્યા

રહેવાથી શરીરને કોઇપણ જાતની અસર થતી નથી. તેનું શરીર અને મન સતત સ્ફૂર્તિલું અને શક્તિસંપન્ન રહે છે. તેવાઓને માટે તેમની ઈચ્છા હોય તો ભલે ઉપવાસ કરે કે એકવાર જમે, પણ કેટલીક વ્યક્તિઓ એવી હોય છે કે, જેમનાથી જરા પણ ભૂખ્યાં રહેવાતું નથી. કેટલાક ભર્યે ભાણે એક વાર પૂરેપૂરું જમી શકતાં નથી હોતાં અને કટકે કટકે ખાવાની કે નાસ્તો કરવાની ટેવ હોય છે. આવાઓને ઉપવાસ કરવાનું કે એકવાર જમવાનું કહી ન શકાય. તેઓએ એ પ્રમાણે કરવું પણ ન જોઈએ એટલે ઉપવાસ કરવા કે ન કરવા તે દરેક વ્યક્તિની સ્વેચ્છાની વાત થઇ.

પણ ઉપવાસ કરવા અનિવાર્ય ને આવશ્યક જ છે એમ હું નથી માનતો. ઉપાસકે પોતાની ક્ષમતાનો ખ્યાલ અવશ્ય પહેલો રાખવો.

મારી દૃષ્ટિએ કેવળ ઉપવાસનું મહત્વ નથી. તેનું આધ્યાત્મિક-ઉપાસનાકીય મહત્વ પણ સમજી લેવાની જરૂર છે. અને એને અનુસરવાની, નિષ્ઠાપૂર્વક એનું પાલન કરવાની, વિશેષ આવશ્યકતા મને લાગે છે.

ઉપવાસની સાથે સતત કોઇપણ જપ થાય તે વિશેષ મહત્વનું છે, આવશ્યક છે. માનવીય ગુણોને આત્મસાત કરવાનો પ્રયાસ કરવાની વિશેષ જરૂર છે.

બાકી કેવળ ઉપવાસથી તો કોઈ અર્થ સરતો નથી કે સરશે પણ નહિ તેવું મારું માનવું છે.

ઉપવાસ એ માનવીના ચિત્તને-ઇન્દ્રિયોને સંયમિત ને સમતોલ બનાવી શકે છે. માનવીના મનની વૃત્તિઓ, પ્રવૃત્તિઓને અન્તર્મુખી બનાવી ગુણની વૃદ્ધિ, દોષનો પરિહાર થઇને ચિત્ત, સમગ્ર અસ્તિત્વ પ્રભુમાં-ઇષ્ટમાં-માતાજીમાં લીન બની રહે એ જ સાચો ઉપવાસ ને ઉપવાસની પ્રક્રિયા, તેનું મહત્વ છે.

પ્ર૦ જ્ઞાનપ્રાપ્તિ કઈ રીતે કરી શકાય ? તેનો હેતુ શો ?

ઉ૦ જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવા માટે શ્રદ્ધા અને શરણાગતિની પ્રથમ આવશ્યકતા છે. માનવીમાં જ્યાં સુધી શ્રદ્ધાનો સંપૂર્ણપણે પ્રાદુર્ભાવ નથી થતો ત્યાં સુધી તે જ્ઞાન તો શું, ફૂટી બદામે ય મેળવી શકતો નથી. બીજું, જ્ઞાન મેળવવા માટે નમ્રતા અને વિવેક જરૂરી છે. જિજ્ઞાસા, કૃતૂહલ અને ઉત્કંઠા જ્ઞાનની ક્ષિતિજો ઉઘાડી આપવામાં અનેક રીતે મદદરૂપ બને છે.

કેવળ ફિલોસોફીને ડહોળવાથી કે વાદવિવાદથી કદી જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરી શકાતું નથી. તેમ જ તાર્કિક ચર્ચાથી પણ જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરી શકાતું નથી. તેથી જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવાની ઈચ્છા ધરાવનારે તેનાથી સંપૂર્ણપણે દૂર રહેવાની જરૂર છે.

જ્ઞાન બે રીતે પ્રાપ્ત કરી શકાય છે : કથા-પ્રવચનોના શ્રવણ દ્વારા, સદગ્રન્થોના વાચન-મનન-ચિન્તન દ્વારા અને સત્પુરુષોના સહવાસમાં આવવાથી કે રહેવાથી માનવીય બુદ્ધીમાં સત્ય હકીકતોનો પ્રકાશ રેલાતો જાય છે.

બીજી રીતે, સ્વાનુભવ દ્વારા જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરી શકાય છે.

ઉપરોક્ત જે હકીકતો જણાવી તેનાથી વ્યક્તિને સત્ય હકીકતની જાણકારી પ્રાપ્ત થાય છે. એ જાણકારી પ્રાપ્ત થયા પછી એને આધારે એનું આચરણ-અનુસરણ કરવાથી જીવનમાં વિવિધ ભૌતિક-આધ્યાત્મિક અનુભવો પ્રાપ્ત થાય છે. એ અનુભવોને આધારે માનવીના જ્ઞાનની ક્ષિતિજો વિસ્તરતી જાય છે.

મનુષ્ય સ્વકીય શ્રદ્ધા અને શરણાગતિ વડે ઇષ્ટની કૃપા પ્રાપ્ત કરે ત્યારે પ્રભુ પોતે જ પોતાનું જ્ઞાન પોતાના શરણાગતમાં-ઉપસ્કમાં સંક્રાન્ત કરે છે. માનવીની ભક્તિ વધતાં જ્ઞાનમાં પણ વૃદ્ધિ થતી જાય છે. કાળાંતરે તે ભક્ત અને જ્ઞાનીનું બિરુદ

પામે છે. પણ એ ભક્તિ અને જ્ઞાન 'સ્વ' અને 'પર'નું કલ્યાણ સાધે ત્યારે જ તે પરિપૂર્ણ બને છે-સાર્થક થાય છે. જ્ઞાન અને ભક્તિ એકમેકનાં પૂરક છે.

કેવળ શ્રદ્ધા અને શરણાગતિપૂર્વક, મા-બાળકનો સંબંધ કેળવી, નિષ્કામ ભાવે ઇષ્ટની-માતાજીની ઉપાસના કરવાની છે. એટલી આત્મપ્રતીતિ પ્રાપ્ત થાય તે જ ઉચિત છે. સમગ્ર જ્ઞાનનો સાર આ જ છે.

મારી દૃષ્ટિએ તો જ્ઞાન કરતાં અજ્ઞાન વધુ શ્રેષ્ઠ છે. જ્ઞાન અનન્ત છે. એનો કોઈ છેડો જ નથી. જ્ઞાન નેતિ-નેતિ આ નથી આ નથી એવી એક પછી એક દલીલોની સુદીર્ઘ શૃંખલા છે, જે સતત રણઝણ્યા કરે છે, એમાંથી કશા નિષ્કર્ષ પર આવી શકાતું નથી.

મારી દૃષ્ટિએ જ્ઞાન એટલે જાણવું-જાણકારી-માહિતી-પરમતત્વની ઉપાસના અંગે, તેના સ્વરૂપ અંગે, તેના તમામ પાસાં અંગે, જાણકારી, માહિતી પ્રાપ્ત થવી તે જ્ઞાન જ્ઞાનપ્રાપ્તિ.

મારા મન્તવ્ય પ્રમાણે જ્ઞાન આપોઆપ જ પ્રાપ્ત થાય છે. પરમતત્વ પાસે જ્ઞાની બનીને નહિ, અબુધ બાળક બનીને જવાનું છે. એની ઈચ્છા હશે તો તેના (પરમાત્મા) ના બાળકમાં જ્ઞાન સ્વયંભૂ આવશે.

જ્ઞાનપ્રાપ્તિનો પુરુષાર્થ કરવા કરતાં, એની પળોજણમાં ઉતરવા કરતાં તો તમે સૌ દરરોજ ત્રણ અથવા મેં જેટલી કહી છે તેટલી અને તમારાથી વધારે થાય તો વધારે ગાયત્રી-મંત્રની માળા કરો એટલું જ મારું તમને સૌને નમ્ર સૂચન છે.

જ્ઞાનપ્રાપ્તિ માટે ષડરિપુઓનો નાશ આવશ્યક બની જાય છે. માનવી પોતાની અંદરના જ શત્રુઓને દૂર કરે તો દુનિયાદારીનું અને પરબ્રહ્મનું જ્ઞાન આપોઆપ જ

ઉદભવી શકે છે એટલું જ નહિ, જ્ઞાન પરમતત્વની પ્રાપ્તિના કેન્દ્રવર્તી વિચાર સાથે સમ્પૂર્ણપણે સંકળાયેલું હોવું જરૂરી છે.

જ્ઞાનપ્રાપ્તિનો હેતુ ગમે તે એક નિષ્કર્ષ પર, એક નિર્ણય પર આવવાનો પણ હોવો જરૂરી છે. કારણ, જેટલું વધારે જાણીએ તેટલું વધારે ગૂંચવાઈએ છીએ. એક જ બાબત પ્રત્યે ભિન્ન ભિન્ન મંતવ્યો જાણવાથી સાચું શું, ખોટું શું, શું ન કરવું ને શું કરવું એવી મૂંઝવણ થાય છે ને તેથી જ ગમે તે એક નિર્ણય પર આવવું જરૂરી છે.

પ્ર૦ આત્મજાગૃતિ એટલે શું ?

ઉ૦ આત્મજાગૃતિ એ માનવીની જીજ્ઞાસાવૃત્તિ છે, (જાણવાની ઈચ્છા), જાણકારી અને સજાગતા છે. જાણકારી અને જીજ્ઞાસાવૃત્તિને જીવન, મૃત્યુ, સંસાર, જગત અને આધ્યાત્મિકતા તેમ જ ઈશ્વરીય સંદર્ભમાં વિશાળ દૃષ્ટિએ જોવા, સમજવા ને મૂલવવાની રહે છે.

માનવી માત્રમાં જીજ્ઞાસાવૃત્તિ પડેલી હોય છે. કોઈ પણ વસ્તુ, પદાર્થ કે પ્રાણીમાત્ર માટે મનુષ્યના ચિત્તમાં સહજભાવે જ કુતૂહલ પેદા થાય છે, માનવીનું આ કુતૂહલ ઈશ્વર, ઈશ્વરની લીલા સમું આ જગત તેમ જ અન્ય અનેક આધ્યાત્મિક ઈશ્વરીય બાબતો પરત્વે ઉદભવે છે ત્યારે તે આત્મજાગૃતિ તરફ વળે છે. આ પ્રારંભિક અને શાબ્દિક સમજ થઈ.

સંસારરસમાં રચ્યાપચ્યા રહેતા મનુષ્યને જીવનના કલ્યાણનો ખ્યાલ આવતો નથી. પોતાના જ શ્રેયની તેની ખબર નથી. માનવી માત્રે 'સ્વ' અને 'પર'ના શ્રેયનો ખ્યાલ કરવો આવશ્યક છે. આ ખ્યાલ પ્રાપ્ત કરીને 'સ્વ' અને 'પર'નું કલ્યાણ કરવાની, શ્રેય સાધવાની ભાવના જાગે ત્યારે આત્માની જાગૃતિ થઈ ગણાય.

પરમાત્મા મનુષ્યને તેના સદ્-અસદ્ સંસ્કારોની સાથે પૃથ્વી પર મોકલે છે. એ સદ્ સંસ્કારોની માવજત અને અસદ્ સંસ્કારોના નિર્ગમન માટે માનવીએ પુરુષાર્થ કરવાનો છે. આંતર ગુણસમૃદ્ધિ લઈને, આત્મિક ઐશ્વર્ય સાથે માનવીએ પાછા સ્વધામ પહોંચવાનું છે. માનવીએ આત્મિક ઐશ્વર્ય માટે 'કંઈક' કરવાનું છે. આ 'કંઈક' એ શું છે તેની જાણકારી, સજાગતા માનવી પ્રાપ્ત કરે ત્યારે તેની આત્મજાગૃતિ થઈ ગણાય.

આ જીવન અને સંસાર નાશવંત છે. શરીરનું આ ખોળિયું એક દિવસ વહેલું યા મોડું નિશ્ચેતન-પ્રાણહીન થઈને માટીમાં મળી જવાનું છે. માનવીય સઘળા સંબંધો ઋણાનુબંધે જ આવી મળેલા છે. એ ઋણાનુબંધ પૂરા થતા જ સમ્બંધોની લીલા સંકેલાઈ જવાની છે. સગાંસંબંધી સૌ સ્વાર્થના જ છે. એક માત્ર સાચો સગો પરમાત્મા જ છે એવું તીવ્ર ભાન થવું જરૂરી છે. એ જ સાચી આત્મજાગૃતિ છે. અંતરમાં તીવ્ર ભાવના જાગે કે કેવળ પરમાત્મા સાથે ઋણાનુબંધ જાગે અને ટકી રહે, ભવોભવ સુધી ટકી રહે, જન્મોજન્મ પ્રભુની-માતાજીની નિશ્રામાં જ વીતે એવી તીવ્ર ને ઉત્કટ ભાવના જ્યારે હૃદયમાં અંતરમાં-સમસ્ત અસ્તિત્વમાં જાગે તેને સાચી આત્મજાગૃતિ કહેવાય છે.

માતાજીમાં સમ્પૂર્ણ શ્રદ્ધા અને શરણાગતિ વડે જ આત્મજાગૃતિનો આવિર્ભાવ થઈ શકે છે. કથા-પ્રવચનોનું શ્રવણ તેમ જ આધ્યાત્મિક-ઈશ્વર વિષયક ગ્રંથોના વાચનથી મનુષ્યમાં ક્રમશઃ આત્મજાગૃતિ આવી શકે છે. પણ એ બાબતમાં આપણે મોટે ભાગે બહુ જ બેદરકાર રહીએ છીએ. કથા-પ્રવચનોમાંથી-સદ્ગ્રંથોના વાચનમાંથી આપણે કશુંક મેળવવાનો-સમજવાનો કે એનું અનુસરણ કરવાનો જોઈએ, જે આપણે નથી કરતા. માનવી જ્યારે એમાંથી બોધપાઠ મેળવી જીવનમાં એનું તીવ્રતાથી-

ચુસ્તપણે અનુસરણ-અમલ કરવા પ્રેરાય કે અનુસરણ કરે ત્યારે માનવીનો આત્મા જાગૃત થયો કહી શકાય.

જીવન અને સંસારની તમામ ભૌતિક કામનાઓ-લાલસાઓ નાશ પામે, મનુષ્ય સંસારમાં જળકમળવત રહે અને જીવન તેમ જ સંસારને સમ્પૂર્ણતઃ આધ્યાત્મિક અને ઇશ્વરાભિમુખ બનાવે ત્યારે મનુષ્યનો આત્મા પરમ પ્રેમના પ્રકાશથી ઝળાંહળાં થઇ ઉઠે છે. તેના સમગ્ર અસ્તિત્વમાંથી બધાજ પ્રકારની ભૌતિકતાઓ નાશ પામી કેવળ એક માત્ર પોતાના ઈષ્ટનું-માતાજીનું જ શરણ ને સ્મરણ ઉદભવી રહે તેને જ સાચા અર્થમાં આત્મજાગૃતિ કહેવાય.

આ આત્મજાગૃતિ દરેક વ્યક્તિ કરી શકે છે. બલ્કે દરેકે આત્મજાગૃતિ માટે પુરુષાર્થ કરવો જોઈએ એમ હું માનું છું. એમાં કશું જ અઘરું નથી. કેવળ એને માટે તત્પરતા જ જરૂરી છે.

આત્મજાગૃતિ પામેલા મનુષ્યોમાં દુન્યવી કોઈ બાબતોનો રસ રહેતો નથી. તે પ્રત્યેક ભૌતિકતાથી પર બની જાય છે. તેનું ચિત્ત સદા પ્રસન્ન રહે છે. કોઈ પણ પ્રકારની આકાંક્ષા કે લાલસા તેને રહેતી નથી. તે અન્તર્મુખ બની આત્માનન્દમાં ડૂબી જાય છે. તેના અસ્તિત્વમાંથી પ્રેમની, માનવતાની સેવાની, ભક્તિની સરિતાનો એક પ્રવાહ સતત વહેતો રહે છે. તેનામાં અહંકાર હોતો નથી. આવી આત્મજાગૃતિ તો કોઈક વિરલ કે સિદ્ધપુરુષમાં જ જોવા મળે, પણ પ્રત્યેક સંસારી પણ આવો પ્રયત્ન આદરશે તો જીવ્યું સાર્થક લેખાશે.

મન, વચન ને કર્મથી પવિત્ર જીવન જીવતા માનવીનો આત્મા સત્વરે જાગૃત થાય છે અથવા એમ કહો કે જેનો આત્મા જાગૃત છે તેઓ મન, વચન ને કર્મથી

પવિત્ર રહેવા સંકલ્પ કરે છે. અહીં આ ક્ષણે અંતઃકરણ-અન્તરનો અરીસો એકદમ સ્વચ્છ બની જાય છે ને એમાં માનવી પોતાનું યથાતથ પ્રતિબિંબ નિહાળી શકે છે. અંત-કરણ અંદરના તમામ ઉધામાઓ-ઉત્પાતોથી રહિત બની જવાને કારણે ઉચિત-અનુચિત-સારા-નરસાનો ભેદ-વિવેક કરી જાય છે. આત્માનો-અંદરનો અવાજ સ્પષ્ટ સાંભળી શકાય છે. પરમતત્વની-ઇષ્ટની કૃપાપ્રાપ્તિ પણ ત્વરાથી પ્રાપ્ત કરી શકાય છે, જેને પરિણામે સ્વચ્છ અંતઃકરણના પટ પર પરથી પરમતત્વના-પ્રભુના સંકેતો આદેશો-પ્રેરણાઓને ઝીલી શકાય છે. મનુષ્ય માટે તમામ સંશયો નષ્ટ પામે છે. જીવન, સંસાર ને જગતના-પરમતત્વનાં તમામ રહસ્યોનો તાગ પામવો તેને માટે સરળ બની જાય છે. એથી વિશેષ સુખ ને આદર્શ સ્થિતિ મનુષ્યજીવનની બીજી કઈ હોઈ શકે ?

પ્ર૦ ઉપાસના માટે એકાન્ત અનિવાર્ય અને આવશ્યક છે ?

ઉ૦ મનને સ્થિર કરવા, ચિત્તને એકાગ્ર કરવા એકાન્ત જગ્યા જરૂરી છે. આપણે પૂજાનું સ્થળ જ એવું પસંદ કરવું જોઈએ કે જ્યાં એકાન્ત આપોઆપ જ આવી મળે.

આપણા ઘરમાં આપણી સગવડ ખાતર સૂવા, બેસવા, જમવાની, રસોઈની જુદી જુદી જગ્યાનું આયોજન કરીએ છીએ. આપણે માતાજીની શ્રદ્ધાપૂર્વક શરણાગતિ સ્વીકારી છે, તેઓ આપણી સાથે જ છે. આપણે તેમનાં બાળકો છીએ તેથી તેમના નિવાસ માટે આપણે એક અલગ ઓરડો ફાળવીએ તે ઉચિત છે. એ અલગ ઓરડામાં એકાન્ત આપોઆપ આવી મળે છે.

પરન્તુ મોટે ભાગે આપણને રહેઠાણની જગ્યાની સમસ્યા નડતી હોય છે. કેટલાકને માંડ એકાદ-બે રૂમ રહેવા માટે મળે છે. તેઓને સ્વાભવિક જ અત્રે પ્રશ્ન ઉપસ્થિત થશે કે અમારી જગ્યા તો ખૂબ નાની છે, અમે એ રીતે એકાંત જગ્યા કે ઓરડો ફાળવી શકીએ તેમ જ નથી. તો તેવાઓને પણ સૂચન છે કે એકાદ ખૂણામાં માતાજીની સ્થાપના કરી શકાય. તે પણ શક્ય ન બને તો ઉપાસનામાં-જપ કરવા બેસીએ એટલી વાર માતાજીના સ્થાન માટે પવિત્ર જગ્યા નક્કી કરી શકીએ. આ ભૌતિક-સ્થૂળ એકાન્તની વાત થઈ.

ઉપાસના માટે એકાન્ત મેળવવાનો આપણે પ્રયત્ન કરવાનો છે. પ્રાતઃ કાળના ચારથી સાતના સમય દરમ્યાન આપણને આહલાદક એકાન્ત પ્રાપ્ત થાય છે.

આ એકાન્ત તો ઉપર છલ્લું છે. મનુષ્યે-ઉપાસકે અંદરનું એકાન્ત મેળવવાનું છે. એ જ ખાસ જરૂરી છે. આપણે મનને સ્થિર અને ચિત્તને એકાગ્ર કર્યું હશે તો એકાન્ત આપણી સાથે જ છે. હજારોની વયમાં પણ આપણે એકાન્તનો આહલાદ-મજા માણી શકીશું અને એકાગ્રતાથી ધ્યાન કે જપ કરી શકીશું.

ઇષ્ટની-માતાજીની ઉપાસના માટેની લગની આપણને એકાગ્ર બનાવે છે અને અંદરનું એકાન્ત આપોઆપ સર્જાય છે. આપણા સહુનો કદાચ અનુભવ હશે કે ઓફિસમાં આપણે અનેકની વચ્ચે બેસીને કામ કરીએ છીએ. આપણું સમગ્ર ધ્યાન કાર્યમાં જ હોય છે. આજુબાજુની અવરજવર-કોલાહલ આપણને આપણા કાર્યમાં સહેજ પણ વિક્ષેપ કારક નિવડતાં નથી.

ઉપાસનામાં આપણે એવી લગની લગાડીએ-જગાડીએ કે જે આપણને તલ્લીન-તદ્રુપ-તદાકાર બનાવી દે અને આપણે માટે અંદરથી એકાન્ત નિર્માણ કરી આપે. આ અંદરનું એકાંત મારે મતે અનિવાર્ય અને આવશ્યક છે.

ઇષ્ટમાં-માતાજીમાં સમ્પૂર્ણ શ્રદ્ધા અને વિશ્વાસ તેમ જ શરણાગતિ હશે, સમ્પૂર્ણ નિષ્કામ ભાવે-કોઈ પણ પ્રકારની અપેક્ષા વગર, દર્શનની સુદ્ધાં ખેવના રાખ્યા વગર-ઉપાસના કરીશું, નિયમિત ને અવિરત કરીશું તો જ સંપૂર્ણપણે નિશ્ચિત-નિષ્ફિકર બની શકીશું. નિષ્કામ, નિશ્ચિત અને નિષ્ફિકર બનવાથી સુપેરે એકાગ્રતા સધાય છે ને તેથી જ અંદરનું એકાન્ત આપોઆપ આવી મળે છે. અંદરના તમામ ઉદામાઓ-ઉત્પાતો પ્રશાંત થઈ જતાં એકાગ્રતા ને એકાન્ત સર્જાય છે, જેની સામ્પ્રતકાળમાં ભૌતિક ને આધ્યાત્મિક બન્ને રીતે જરૂર છે.

પ્ર૦ શું બન્ધ આંખોએ જ જપ કરવા જોઈએ ? આંખો બન્ધ કરી દઈએ તો માતાજીનાં દર્શન કેવી રીતે થાય ?

ઉ૦ બન્ધ આંખોએ જ જપ કરવા જરૂરી છે. પ્રારંભિક તબક્કે આંખો બન્ધ કરવાની કે રાખવાની કદાચ મુશ્કેલી પડે તો તે વેળા નજરને આજુબાજુ ક્યાંય દોડવા દીધા વિના પોતાના ઇષ્ટની કે માતાજીની છબી કે મૂર્તિમાં જ સ્થિર કરવી. વારંવાર આવો પ્રયત્ન કરવાથી એક ક્ષણ, એક તબક્કો એવો આવશે કે, આંખો આપોઆપ બન્ધ થઈ જશે.

આંખો બન્ધ કરવાથી કે રાખવાથી આપણે આજુબાજુની કોઈ જ ક્રિયા-પ્રક્રિયા, અવરજવર કે દૃશ્યોને જોઈ શકતાં નથી. આપણને આગળ-પાછળની કશી જ ખબર પડતી નથી. આસપાસનું કંઈ જ જોઈ નથી શકતાં તેથી આપણા વિચારો પણ ક્રમશઃ

નિયંત્રણમાં આવી જાય છે. આથી મન સ્થિર અને ચિત્ત એકાગ્ર બને છે અને તે જપના શબ્દ, અર્થ અને ઈષ્ટના-માતાજીના સ્વરૂપમાં એકાગ્ર થવાનો પ્રયત્ન કરે છે.

બન્ધ આંખોએ પણ માતાજીનાં દર્શન થાય છે. કારણ કે ઉપર દર્શાવ્યું તેમ મન અને ચિત્તની સ્થિરતા અને એકાગ્રતાથી આપણી સઘળી વૃત્તિઓ-પ્રવૃત્તિઓ, આપણા અસ્તિત્વનાં સઘળાં સંચલનો અંતર્મુખી બને છે. આ અંતર્મુખતા આપણને ધ્યાનમાં લીન બનાવે છે અને ધ્યાનની એ જ લીનતામાં આપણને માતાજીના- ઈષ્ટના દર્શન થાય છે-અવશ્ય થાય છે. પરમાત્મા આપણી અંદર બિરાજમાન છે. આપણે એને અંદર જ શોધવાનો છે. અંદર બેઠેલા પરમાત્માને શોધવા માટે આપણે અંતર્મુખ થવું જરૂરી છે. અંતર્મુખ બનવા માટે સઘળી ય ઇન્દ્રિયોને માતાજીના સ્વરૂપમાં સ્થિર અને એકાગ્ર કરવી જરૂરી છે.

પરન્તુ આ કેવળ એક પ્રયત્ન જ છે, અને સવાલ એ ઉદભવે છે કે આંખો બન્ધ કરવાથી શું અંદરનો કોલાહલ બન્ધ થાય છે ખરો ? સમ્પૂર્ણ વિચારવિહીન બનીને, એકાગ્ર થઈને આપણું ચિત્ત કેવળ જપ અને ઈષ્ટના કે માતાજીના સ્વરૂપમાં જ લીન થાય છે ? તો તેના જવાબ ચોકખી 'ના'માં આવે છે. આવી સ્થિતિ તો પૂર્વનાં સંચિત કર્મો અને વર્ષોપર્યન્તની નિષ્ઠાપૂર્વકની ઉપાસના કરવાથી જ સિદ્ધ કરી શકાય છે. તેમાં પણ શ્રદ્ધા, શરણાગતિ, સમર્પણ, શિશુભાવ, લગની અને ઉત્કટ પ્રેમ જ ઉપકારક નિવડી શકે છે; અન્યથા એ એક સ્થૂળ ક્રિયા જ બની રહે છે.

આપણી આંખ એક ઇન્દ્રિય છે. શરીરનું એક અંગ છે. તે જોવાનું કાર્ય કરે છે, પણ કેવળ આ ઇન્દ્રિય-શરીરનું આ અંગ પરમતત્વનાં-માતાજીનાં દર્શન કરવા ઉપકારક ન નિવડી શકે. તે માટે દિવ્ય દૃષ્ટિની જરૂર છે. ચર્મચક્ષુને બન્ધ કરીને આંતરચક્ષુને ઉઘાડવાની જરૂર છે.

શ્રીમદ ભગવદગીતામાં શ્રીકૃષ્ણ ભગવાને કહ્યું જ છે કે હું તને દિવ્યચક્ષુ આપું છું. તો આમ ભગવાનનાં દર્શન માટે ભગવાન સ્વયં દિવ્યદૃષ્ટિ ભક્તને આપે છે. ભગવાનની માતાજીની પ્રાપ્ત કરેલી કૃપા વડે જ તેમનાં દર્શન કરવાની ક્ષમતા પ્રાપ્ત થાય છે.
