સાધના અને પરિશુદ્ધ બુદ્ધિ

સ્વામી અખંડાનંદ દ્વારા લિખિત

હજારો વર્ષથી મહાત્માઓ એ શીખવતા આવ્યા છે કે સત્યના સાધક માટે બુદ્ધિની પરિષ્કૃતિ અથવા શુદ્ધીકરણ અતિ આવશ્યક છે. બુદ્ધિ આપણા જીવનમાં કેન્દ્રીય ભૂમિકા નિભાવે છે, તે આપણાં કાર્યોને, આપણા દૃષ્ટિકોણ અને વિચારોને નિર્દેશિત કરે છે. સમગ્ર સૃષ્ટિના મૂળમાં નિહિત ઐક્ય પર મનન કરવાથી જેનો વિકાસ થયો હોય, એ ‘પરિશુદ્ધ’ બુદ્ધિ છે.

હાલમાં જ એક દિવસ સાંજે, જ્યારે હું શ્રી મુક્તાનંદ આશ્રમના મેદાનમાં ચાલી રહ્યો હતો ત્યારે મને સાધનામાં બુદ્ધિની ભૂમિકાનો ઘણો સ્પષ્ટ અનુભવ થયો. મંદમંદ પવન વહી રહ્યો હતો અને સૂર્યાસ્તના રંગોથી આકાશ વધુ ને વધુ વિસ્તૃત થઈ રહ્યું હોય એવું લાગતું હતું. મેં મારી ડાબી બાજુ નજર કરી અને જોયું તો થોડેક જ દૂર એક હરણ ઘાસ ચરી રહ્યું હતું. હું થોભી ગયો, જેથી તે પ્રાણી મને જોઈને ચમકી ન જાય. તેણે તેની તપખીરિયા રંગની મોટી-મોટી આંખોથી મારા તરફ જોયું.

મેં પણ હરણની આંખોમાં જોયું અને એ વાતને યાદ કરી જે ગુરુમાઈજીએ તેમના એક પ્રવચનમાં કહી હતી : યદ્યપિ પ્રાણીની આંખોનાં અલગ-અલગ રૂપ-આકાર હોય છે, તોપણ આ બધી આંખોમાં નિહિત ચિતિ એક જ છે.

ગુરુમાઈજીની શિખામણ યાદ કરવાથી મને એક ગહન પ્રશાંતિનો અનુભવ થયો. હું હજુપણ હરણને જોઈ રહ્યો હતો, પરંતુ મારા બોધનું ક્ષેત્ર આંતરિક રૂપે, મારી આંખોની *પાછળ* સ્થિત એક સ્થિર સ્થાનમાં વિસ્તૃત થઈ ગયું. આ શાંત પશુના સાન્નિધ્યમાં ચિતિની જે ઝલક મને મળી હતી, તેનું રસાસ્વાદન કરતાં રહીને, થોડી મિનિટ પછી મેં ફરીથી ચાલવાનું શરૂ કર્યું.

તેના થોડા દિવસોમાં આશ્રમના મેદાનમાં મારી મુલાકાત બીજાં પ્રાણીઓ સાથે થઈ — બે ખિસકોલીઓ, એક કાર્ડિનલ પક્ષી અને એક હમિંગ બર્ડ — જેમને જોઈને હું ક્ષણભર માટે જાગરૂક થઈ ગયો કે જે દ્રષ્ટા મારી આંખો દ્વારા જોઈ રહ્યો છે, તે જ ફરી તેમની આંખો દ્વારા મને જોઈ રહ્યો છે.

હું સત્યના સંપર્કમાં આવવા માટે, ભેદની પરે જોવાની શ્રીગુરુમાઈની શિખામણનો અભ્યાસ કરી રહ્યો હતો એટલે કે હું એ શિખામણ પર મનન કરી રહ્યો હતો, તેના વિશેની મારી સમજને પરિષ્કૃત કરી રહ્યો હતો, તેથી ભલે તે ક્ષણભર માટે હોય, તોપણ હું આ ઐક્યની ઝલક વારંવાર જોઈ શકતો હતો. મને લાગે છે કે આ સંસારને શ્રીગુરુમાઈના પ્રજ્ઞાનની દૃષ્ટિથી જોતી વખતે, ઘણા સિદ્ધયોગીઓને આવા જ પ્રકારના અનુભવ થયા હશે.

શ્રીગુરુમાઈએ અનેક વાર આપણને શીખવ્યું છે કે બ્રહ્માંડીય પરમ સત્યનો અનુભવ કરવા માટે, આપણે સચેત રહેવું પડશે, આપણે જાગ્રત થવું પડશે. ગુરુમાઈજી કહે છે કે ભારતના શાસ્ત્રોમાં ઋષિમુનિઓ જીવાત્માનું નિદ્રિતરૂપે વર્ણન કરે છે. એનો અર્થ છે 'આધ્યાત્મિકરૂપે નિદ્રામાં હોવું' — એ તત્ત્વ પ્રત્યે અજ્ઞાની અથવા તેનાથી અનભિજ્ઞ (અજાણ્યા) હોવું, જે અવિકારી એટલે કે અપરિવર્તનશીલ છે, આપણી અંદર પણ અને આ બ્રહ્માંડમાં પણ.

જાગ્રત થવું અને જ્ઞાન

નિદ્રિત હોવું. એ કેટલી સચોટ ઉપમા છે! રોજ સવારે જ્યારે આપણે નિદ્રામાંથી જાગીએ છીએ અને જેવી આપણી ચિરપરિચિત ઓળખ અને ભૂમિકાઓને પુનઃ ગ્રહણ કરી લઈએ છીએ તો આપણા સ્વપ્નોનો સંસાર વિલીન થઈ જાય છે. આપણી સ્પષ્ટ સમજ અને જાગ્રત દુનિયાના નક્કર રૂપ સામે, નિદ્રાવસ્થાના સમયનો આપણો બોધ સીમિત હોય છે, એ સ્પષ્ટ છે. આ ઉપમાને ધ્યાનમાં રાખવાથી આપણને સત્ય પ્રત્યે જાગ્રત રહેવાનો ગુરુમાઈજીનો જે આદેશ છે, તેને ઘણી સારી રીતે સમજવામાં મદદ મળી શકે છે.

અને સત્ય પ્રત્યે આપણે કઈ રીતે જાગ્રત *થઈએ છીએ*? આપણને કહેવામાં આવે છે કે આપણે આધ્યાત્મિક દૃષ્ટિથી નિદ્રિત રહેવાની અવસ્થાનો ત્યાગ કરી દઈએ જેમાં આપણને આપણા સાચા સ્વરૂપનું વિસ્મરણ થઈ જાય છે અને સાથેસાથે આપણને આધ્યાત્મિક જાગૃતિની અવસ્થામાં પ્રવેશ કરવા માટે કહેવામાં આવે છે, જે 'આધ્યાત્મિક જ્ઞાન'નું બીજું નામ છે. સંસ્કૃતમાં, આ ઉચ્ચતર સમજને 'જ્ઞાન' કહેવામાં આવે છે જેને અનેક વિભિન્ન સ્તરો પર સમજી શકાય છે.

મોટાભાગના સિદ્ધયોગીઓને આ વાતની જાણ છે કે તેમને આ અભિજ્ઞાનની ઝલક મળતી રહે છે કે જગતનું મૂળ સ્વરૂપ છે સત્ય — સત્, ચિત્ અને આનંદ. ત્યાર પછી આપણે આ અનુભવોને યાદ કરી શકીએ છીએ તેમજ ગુરુમાઈજી, બાબાજી અને અન્ય સિદ્ધોની શિખામણોનું અધ્યયન કરી શકીએ છીએ જેઓ આ અવસ્થામાં રહે છે. આવો બોધ, આવું અભિજ્ઞાન એ જ્ઞાનના જ રૂપો છે. કાશ્મીર શૈવમતના ઋષિ અભિનવગુપ્તના અનુસાર, અભિજ્ઞાન (પ્રત્યભિજ્ઞા)ની આ ઝલકો, જ્ઞાનની સર્વાધિક વિસ્તૃત અવસ્થા અર્થાત્ આત્મસાક્ષાત્કાર સુધી પહોંચવા માટે મહત્ત્વપૂર્ણ છે, જેમાં આપણે એ એક પરમ સત્યના અનુભવમાં અવસ્થિત થઈ જઈએ છીએ, જે આપણું અને આપણી આસપાસ જે કંઈ પણ છે, તેનું મૂળ સ્વરૂપ છે. બીજા શબ્દોમાં, જ્ઞાનના આ બધાં રૂપ, આપણા પોતાના સત્સ્વરૂપ પ્રત્યે જાગૃતિનો જ એક ભાગ છે.

અભિનવગુપ્ત બે પ્રકારના આધ્યાત્મિક જ્ઞાન વિશે કહે છે જે પૂર્ણપણે જાગ્રત થવા માટે આવશ્યક છે :

૧. *પૌરુષ જ્ઞાન*, 'પ્રત્યક્ષ અથવા અંતર્જાત જ્ઞાન.' આ જ્ઞાન, જીવાત્માની અંદર નિહિત હોય છે અને શક્તિપાત દીક્ષા નામની આધ્યાત્મિક દીક્ષા દ્વારા કૃપા પ્રદાન કરીને એક જિજ્ઞાસુની અંદર જાગ્રત કરવામાં આવે છે. આ આત્મબોધ છે જે વિચારના સ્તરની પરે છે. ભલે ધ્યાનના અનુશાસિત અભ્યાસ દ્વારા પૌરુષ જ્ઞાનને

મદદ મળે, તેમ છતાં તે આપણા સજગ પ્રયત્નો દ્વારા નિયંત્રિત થતું નથી, કારણકે આ પ્રકારનું જ્ઞાન કૃપા દ્વારા પ્રગટ થાય છે.

૨. *બૌદ્ધ જ્ઞાન*, 'બુદ્ધિ પર આધારિત જ્ઞાન.' અદ્વૈત સત્યના વિષયમાં પોતાના શ્રીગુરુ અને શાસ્ત્રો દ્વારા શીખવવામાં આવેલા સચોટ વિવરણોને સમજવાથી, તેના પર મનન કરવાથી અને તેનું અધ્યયન કરવાથી આ જ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય છે. નિશ્ચિતરૂપે, આ પૂર્ણપણે આપણા નિયંત્રણમાં છે અને આપણા સ્વપ્રયત્ન પર નિર્ભર છે.

હવે આપણે બીજા પ્રકારનું જ્ઞાન, બૌદ્ધિક જ્ઞાનનું થોડા અંશે પરીક્ષણ કરીશું, કારણકે જ્ઞાનનું આ એવું રૂપ છે જેને વિકસિત કરવાનો *નિર્ણય* આપણે લઈ શકીએ છીએ.

બુદ્ધિ શું છે?

હું એ સ્પષ્ટ કરીને આરંભ કરું છું કે આ સંદર્ભમાં 'બૌદ્ધિક જ્ઞાન'નો અર્થ શું થાય છે. ભારતીય દર્શનશાસ્ત્રોમાં દર્શાવેલાં વિભિન્ન માનસિક કાર્યો કરનારા આપણા માનસિક ઉપકરણોમાં, બુદ્ધિ એ ભાગ છે જે તર્ક કરે છે — જે સમજે છે, તફાવત બતાવે કે નિર્ણય લે છે અને જે આંતરિક અને બાહ્ય બંને પ્રકારના બધા અનુભવોનું વર્ગીકરણ કરે છે. એ આપણી બુદ્ધિ જ છે જે આપણને જણાવે છે કે આપણી સામે ઊભેલું પ્રાણી કૂતરો છે, નહીં કે માછલી, દેડકો કે શિયાળ.

હું તમારું ધ્યાન એ વાત પર લાવવા માંગું છું કે હરણની આંખોમાં મને સત્યનું અભિજ્ઞાન એટલા માટે થયું કારણકે હું મારા શ્રીગુરુની આ શિખામણ પર ચિંતન-મનન કરી રહ્યો હતો. એટલું જ નહીં, જેમજેમ બુદ્ધિ વધુ ને વધુ પરિષ્કૃત થતી જાય છે, તેમતેમ તે વધુ વિશ્વસનીય રૂપે આપણને તે દિશામાં અગ્રસર કરી શકે છે જે વ્યાવહારિક અને આધ્યાત્મિક, બંને પ્રકારના જીવનમાં સર્વાધિક કલ્યાણકારી હોય.

એક સાધક તરીકે આપણા માટે મહત્ત્વપૂર્ણ એ બુદ્ધિ જ છે જે પરમ સત્ય અને સત્ય નથી તેની વચ્ચે, વાસ્તવિક અને અવાસ્તવિકની વચ્ચે તથા આત્મા અને અનાત્માની વચ્ચે ભેદ કરી શકે છે. તેની આ ક્ષમતાને કારણે જ આધ્યાત્મિક પથ પર, સશક્ત અને શુદ્ધ બુદ્ધિ અનિવાર્ય છે.

બૌદ્ધ જ્ઞાનમાં તે રીતો સમાયેલી છે જેને અપનાવીને આપણે સાધનામાં બુદ્ધિનો ઉપયોગ કરીએ છીએ — તેના માટે આપણે સત્યના વિષયમાં આપણા વિવેકનો વિકાસ કરીએ છીએ તથા એના પર મનન કરીએ છીએ કે આપણા આત્માના અનુભવો દ્વારા કેવી રીતે આપણી સાચી સમજનું પ્રમાણ મળે છે.

શૈવગ્રંથોમાંના એક મૌલિક શાસ્ત્ર, 'શિવસૂત્ર'ના એક સૂત્રમાં તેનું વર્ણન આ રીતે કરવામાં આવ્યું છે :

> ધીવશાત્સત્ત્વસિદ્ધિઃ ।। ૩.૧૨ ।।

બુદ્ધિની શક્તિ દ્વારા સત્ત્વ (વિશુદ્ધ તત્ત્વ) અર્થાત્ આત્માની પ્રાપ્તિ થાય છે અથવા સિદ્ધિ મળે છે.[૧]

ધી — બુદ્ધિ, સમજ, અંતર્દષ્ટિ

વશાત્ — (ની) શક્તિ દ્વારા

સત્ત્વ — વિશુદ્ધ તત્ત્વ અથવા સત્ય, અસ્તિત્વ, સાચો સાર

સિદ્ધિઃ — અનુભૂતિ અથવા બોધ, પ્રાપ્તિ

ધ્યાન આપો કે સંસ્કૃત શબ્દ, 'ધી'નો ઉપયોગ, 'બુદ્ધિ' માટે કરવામાં આવ્યો છે.

શૈવમતના ઋષિ ક્ષેમરાજ આ સૂત્રની વ્યાખ્યા કરતા કહે છે, ''વ્યક્તિના બોધમાં (આત્માના) સાચા સ્વરૂપને પ્રતિબિંબિત કરવા માટે 'બુદ્ધિ' સર્વાધિક કુશળ છે.''[2] બુદ્ધિ, ''સર્વાધિક કુશળ'' છે કારણકે તે શરીર કરતાં, જ્ઞાનેન્દ્રિયો કરતાં અને ભારતીય શાસ્ત્રોમાં દર્શાવેલાં અન્ય માનસિક ઉપકરણો કરતાં પણ વધુ સૂક્ષ્મ છે. આ પાસાં અથવા ઉપકરણો છે, મનસ્ અર્થાત્ મન જે ઇન્દ્રિયોના સંસ્કારોનો સંગ્રહ કરે છે; અને અહંકાર જે કોઈ વિશિષ્ટ અનુભવોને આપણી સાથે જોડી દે છે. આ બધાં પાસાંઓમાં બુદ્ધિ જ એક એવી સ્થિતિમાં છે જે આત્માને સર્વશ્રેષ્ઠ રૂપે પ્રતિબિંબિત કરી શકે છે.

આ વ્યાખ્યામાં ઋષિ ક્ષેમરાજ આગળ કહે છે, ''એ બુદ્ધિની શક્તિ દ્વારા, વિશુદ્ધ તત્ત્વ અથવા સત્ય (સત્ત્વ)ની પ્રાપ્તિ (સિદ્ધિ) અથવા તેનું પ્રગટીકરણ થાય છે, જે એક સૂક્ષ્મ અંતર સ્પંદન છે અને જેનું સ્વરૂપ ઝગમગતો પ્રકાશ છે.''[3] બીજા શબ્દોમાં, બુદ્ધિના વિશુદ્ધ જ્ઞાનથી જ આપણને પરમોચ્ચ અનભૂતિની પ્રતીતિ થાય છે.

આને સમજવા માટેની એક રીત એ છે કે આપણે એવો વિચાર કરીએ કે બુદ્ધિ આપણી સીમિત સત્તાનું એક પાસું છે જે આત્માની ખૂબ જ નજીક છે. આ સમીપતાના લીધે, એકવાર જ્યારે બુદ્ધિ પરિષ્કૃત — પરિશુદ્ધ — થઈ જાય છે તો તે એક દર્પણની જેમ કાર્ય કરે છે જે આત્માના પ્રકાશ અને આનંદને પ્રતિબિંબિત કરે છે. અહીં ''પરિશુદ્ધ'' થવાનો અર્થ છે, દ્વૈતભાવની શુદ્ધિ થવી.

તેથી, 'પરિશુદ્ધ બુદ્ધિ'થી શૈવમતના ઋષિઓનું તાત્પર્ય એવી બુદ્ધિથી છે જે પરમાત્મા અને જગત સાથે આપણા ઐક્યની સમજ અને અનુભૂતિમાં લીન હોય. તદુપરાંત, તેઓ એ પણ કહી રહ્યા છે કે એકવાર જો આપણે બુદ્ધિને પરિશુદ્ધ કરી લઈએ તો આપણે સત્ય પ્રત્યે જાગ્રત થઈ જઈએ છીએ.

પોતાના પુસ્તક, *Nothing Exists That Is Not Shiva,* (નથિંગ ઇગ્ઝિસ્ટ્સ્ ધેટ ઇઝ નૉટ શિવ)માં બાબા મુક્તાનંદ, ઉપર લખેલા સૂત્રની વ્યાખ્યા કરતા કહે છે, ''જ્યારે બુદ્ધિ આ દઢ વિશ્વાસમાં સ્થિર થઈ જાય છે કે બધી વસ્તુઓમાં અભેદ અથવા ઐક્ય છે, ત્યારે સત્ત્વ (સત્ય)ની સિદ્ધિ થઈ જાય છે.''[4]

અહીં, બાબાજી એ પ્રક્રિયા વિશે જણાવે છે જેના દ્વારા બૌદ્ધિક જ્ઞાન આપણને સત્યની પ્રાપ્તિ કે સિદ્ધિ સુધી લઈ જાય છે. જ્યારે આપણે વારંવાર શ્રીગુરુની અને શાસ્ત્રોની આ શિખામણ પર મનન કરીએ છીએ કે એક જ આત્મા બધાં પ્રાણીઓ અને પદાર્થોમાં વ્યાપ્ત છે, ત્યારે બુદ્ધિ, ઐક્યની અર્થાત્ સત્યની દિશામાં સ્થિરતાથી ઉન્મુખ થઈ જાય છે.

એકવાર આમ થયા પછી આપણી અંદર ઊંડે રહેલી દ્વૈતની, આત્માથી આપણી ભિન્નતાની ધારણાઓ ધીરેધીરે વિલીન થવા લાગે છે અને એકમાત્ર સત્ય એટલે કે ચિતિ સાથેની આપણી એકાત્મતાના વિચાર તેનું સ્થાન લઈ લે છે. અંતતઃ, આ વિચારો પણ તે નિર્વિકલ્પ ઐક્યના અદ્‌ભુત બોધમાં વિલીન થઈ જાય છે.

આપણી બુદ્ધિનો ઉપયોગ કેવી રીતે કરવો

તેમના અનેક પ્રવચનો અને પુસ્તકોમાં, ગુરુમાઈજી આ એક સત્યને અનાવૃત કરવા આપણું માર્ગદર્શન કરે છે જે નામ અને રૂપના સમસ્ત પ્રત્યક્ષ ભેદોનાં મૂળમાં છે.

હવે પોતાને પૂછો : ‘‘ગુરુમાઈજીના નિર્દેશનું પાલન કરવા માટે હું કઈ કઈ રીતો દ્વારા પોતાની બુદ્ધિનો ઉપયોગ કરી શકું છું?’’

ઉદાહરણ તરીકે, તમે જગત સાથે તમારા ઐક્ય વિશે વિચાર કરવાનો પ્રયત્ન કરી શકો છો. તમે એ દિવ્ય શક્તિની અનુભૂતિ કરવાનો અભ્યાસ કરી શકો છો, જે તમારી અંદર વિદ્યમાન છે, જે લોકોને તમે મળો છો તેમનામાં છે, પ્રકૃતિની તે શક્તિ અને રૂપોમાં વિદ્યમાન છે, જેનો તમે સામનો કરો છો તથા તે બધી વસ્તુઓમાં પણ વિદ્યમાન છે જેને તમે જુઓ છો, સાંભળો છો, સૂંઘો છો, સ્પર્શ કરો છો અને જેનો સ્વાદ લો છો.

ઋષિ અભિનવગુપ્ત ઐક્યના આ વિચારોને ‘શુદ્ધ વિકલ્પ’ એટલે કે શુદ્ધ વિચાર કહે છે કારણકે આ પ્રકારના વિચાર ચોક્કસરીતે પરમ સત્યને દર્શાવે છે.[૫] ‘શુદ્ધ વિકલ્પ’માં ઐક્યના આ પ્રકારના વિચારો સમાયેલા છે — ‘‘હું આત્મા છું,’’ અને ‘‘પરમાત્મા બધું જ બની ગયા છે,’’ સાથેસાથે પવિત્ર મંત્ર (જે સ્વયં પરમાત્મા સાથે એક છે), દૈવ પ્રેરિત શાસ્ત્ર જેવા કે શિવસૂત્ર, અને શ્રીગુરુની શિખામણો.

જ્યારે તમે ઐક્યના આ વિચારોમાં લીન થઈ જાઓ છો ત્યારે બધી જ વસ્તુઓમાં જે ઐક્ય છે, તેના પ્રત્યે તમારી બુદ્ધિમાં એક દૃઢ *વિશ્વાસનો* ઉદય થાય છે. ઐક્યના આ દૃષ્ટિકોણને ધારણ કરવાથી બુદ્ધિ પરિષ્કૃત થાય છે, જેથી તે સત્ય સાથે સમન્વયમાં રહે. આ દૃઢ અને નિયમિત અભ્યાસ દ્વારા બુદ્ધિ સૂક્ષ્મતર થતી જાય છે. એ એવું છે જાણે કે બુદ્ધિ પારદર્શી બની ગઈ હોય, એટલી પારદર્શી કે એકતા પ્રદાન કરનારો આત્માનો પ્રકાશ જે હંમેશાં આપણી અંદર વિદ્યમાન છે તે ઝગમગી ઊઠે અને પૂર્ણ રૂપે પ્રગટ થઈ શકે.

આ સંસારની ભિન્નતાના મૂળમાં રહેલી એકતાને ઓળખવા માટે આપણી બુદ્ધિનો ઉપયોગ કરવાનો એક શ્રેષ્ઠ લાભ એ છે કે આવું કરવું, પોતાનામાં જ, આપણને તે એકતાનો પ્રત્યક્ષ અનુભવ કરવા માટે તૈયાર કરે છે. આની એક ઝલક મને પ્રાપ્ત થઈ હતી જે હું તમને જણાવવા માગું છું.

ઘણાં વર્ષો પહેલાં, મેં એક અઠવાડિયા સુધી ચાલનારા એક કોર્સમાં ભાગ લીધો હતો જે ઋષિ ક્ષેમરાજ દ્વારા લિખિત સૂત્રોના સંગ્રહ, ‘પ્રત્યભિજ્ઞાહૃદયમ્’ પર આધારિત હતો — પ્રત્યભિજ્ઞાહૃદયમ્ (અભિજ્ઞાનનો સાર) અર્થાત્ પરમોચ્ચ સત્ય સાથે આપણા ઐક્યનું અભિજ્ઞાન. સ્વાભાવિક છે કે કોર્સનો આરંભ પ્રથમ સૂત્રની સાથે થયો, જેમાં

કહેવામાં આવ્યું છે કે સંપૂર્ણ વિશ્વ, જેમાં આપણી સત્તાનું પ્રત્યેક પાસું સમાવિષ્ટ છે, તે પરમ ચિતિમાંથી જ ઉદ્‌ભવે છે અને પુનઃ એ જ પરમ ચિતિમાં વિલીન થઈ જાય છે.[૬] બાકીનો આખો દિવસ હું એના પર મનન કરતો રહ્યો કે કેવી રીતે ચિતિ મારા પ્રત્યેક કર્મ, વિચાર અને અનુભૂતિનો સ્રોત છે.

બીજા દિવસે સવારે, મેં આ સમજને ધ્યાનમાં લાગૂ કરી. હું આંખો બંધ કરીને બેઠો હતો, મને એ અંતર-દૃષ્ટિ મળી કે મારા મનમાં જે છે તે બધું અંતતઃ ચિતિ જ છે, તેથી મારા મનમાં ઊઠી રહેલા વિચારો, લાગણીઓ અથવા ઇચ્છાઓ સાથે મારે આસક્ત થવાની જરૂર નથી.

એક કલાક સુધી પોતાને નિરંતર આ યાદ અપાવ્યા પછી કે મારા વિચારો ચિતિમાંથી જ ઉદ્‌ભવે છે, મેં જોયું કે મારા વિચારો એક સૂક્ષ્મ ઊર્જામાં વિલીન થઈ રહ્યા છે અને હું એક એવી અનુભૂતિથી ઘેરાયેલો છું, કે કંઈક છે જે પ્રબળતાથી ઉપર તરફ ગતિમાન થઈ રહ્યું છે. મને અંતરમાં એક દૃષ્ટાંત થયું જે પહેલાં એક વિશાળ સંધ્યાકાળના આકાશમાં રૂના ગોળાઓની જેમ છવાયેલાં વાદળો જેવું લાગતું હતું. પછી મારો બોધ તરતા તરતા આ આકાશ તરફ ઉપર ઊઠવા લાગ્યો જેને હું એક મહાસાગર રૂપે જોવા લાગ્યો. જે પહેલાં મને વાદળો જેવા દેખાતાં હતાં તે હવે નીલ જેવા રંગની ઊર્જાનાં વમળ બની ગયાં હતાં અને દરેક પોતાની જ રીતે સ્પંદિત થઈ રહ્યાં હતાં. અંતતઃ જ્યારે હું તેની ઘણી નજીક પહોંચી ગયો, ત્યારે મેં એ ચમચમાતા મહાસાગરમાં ડૂબકી લગાવી, પછી તરીને ઉપર આવ્યો અને તેની સપાટીની પ્રશંસા કરવા લાગ્યો — નૃત્ય કરતી લહેરો અને નીલ-શ્વેત રંગના તરંગોથી બનેલી આકૃતિઓ. બધું જ ચિતિ હતું.

હું જાણી ગયો કે બધું જ ચિતિ છે!

જ્યારે હું ધ્યાનમાંથી બહાર આવ્યો ત્યારે મારું શરીર તથા મન, પ્રેમ અને પ્રશાંતિથી તરબોળ હતાં.

આ અનુભવથી હું જે શીખ્યો તેનો એક અંશ એ છે કે સૃષ્ટિના સાચા સ્વરૂપને જોવા અને તેને ઓળખવા માટે, બુદ્ધિને પરિષ્કૃત કરી, એક આધ્યાત્મિક સાધક, સત્યના પ્રત્યક્ષ અનુભવ પ્રત્યે ગ્રહણશીલતાનો વિકાસ કરે છે.

તેથી, પ્રત્યક્ષ જ્ઞાન, 'પૌરુષ જ્ઞાન', જેનો અનુભવ આપણે ધ્યાનમાં કરીએ છીએ, તથા બૌદ્ધિક જ્ઞાન, 'બૌદ્ધ જ્ઞાન' જેને આપણે શ્રીગુરુની શિખામણો અને શાસ્ત્રોના અધ્યયન દ્વારા પ્રાપ્ત કરીએ છીએ તે પરસ્પરરૂપે ચાલનારા એક સુદૃઢ પ્રતિક્રિયા-ચક્રનું નિર્માણ કરે છે, એક પ્રકારના કૃપાપૂર્ણ ચક્રની રચના કરે છે જે સતત આપણને આપણા લક્ષ્યની વધુ ને વધુ નજીક લાવતું રહે છે.

આ જ કારણથી સિદ્ધયોગના ગુરુઓ અને શૈવ ઋષિઓની શિખામણો આ વાત પર ભાર મૂકે છે કે બુદ્ધિને પરિષ્કૃત કરવી અને બૌદ્ધિક જ્ઞાનનું પોષણ કરવું એ આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવા માટે અતિ આવશ્યક છે.

---

१. શિવસૂત્ર ૩.૧૨; ભાષાંતર © એસ.વાય.ડી.એ. ફાઉન્ડેશન ૨૦૧૮.

૨. શિવસૂત્ર ૩.૧૨; ઋષિ ક્ષેમરાજની વ્યાખ્યા, ભાષાંતર © ૨૦૧૮ એસ.વાય.ડી.એ. ફાઉન્ડેશન.

૩. શિવસૂત્ર ૩.૧૨; ઋષિ ક્ષેમરાજની વ્યાખ્યા, ભાષાંતર © ૨૦૧૮ એસ.વાય.ડી.એ. ફાઉન્ડેશન.

૪. સ્વામી મુક્તાનંદ, *Nothing Exists That Is Not Shiva* (સાઉથ ફૉલ્સબર્ગ, ન્યૂયોર્ક : એસ.વાય.ડી.એ. ફાઉન્ડેશન, ૧૯૯૭), પૃ. ૪૨.

૫. 'તંત્રસાર' ૪; એચ. એન. ચક્રવર્તી, *Tantrasāra of Abhinavagupta* (Portland, Oregon: Rudra Press, ૨૦૧૨), પૃ. ૭૦.

૬. પ્રત્યભિજ્ઞાહૃદયમ્ ૧; સ્વામી શાંતાનંદ *The Splendor of Recognition* (સાઉથ ફૉલ્સબર્ગ, ન્યૂયોર્ક : એસ.વાય.ડી.એ. ફાઉન્ડેશન, ૨૦03), પૃ. ૨૩.

© ૨૦૧૯ એસ.વાય.ડી.એ. ફાઉન્ડેશન®. સર્વાધિકાર સુરક્ષિત.