

રેકિ વિધાનિકેતન
શ્રી સ્વામી સમર્થ મઠ,
દેવરુખ, કાટવલી માર્ગ,
તા. સંગમેશ્વર
જી. રત્નાગિરિ
મહારાષ્ટ્ર, ભારત
ટેલીફોન : ૯૧૨૩૫૪૨૪૧૩૨૨

રેકિ વિધાનિકેતન

વોલ્યુમ ૩ અંક ૧૦

૧ ઓક્ટોબર ૨૦૧૧

એ પ્રકાશ જ છે જે તફાવત દર્શાવે છે.

હાલમાં જ એક સેમિનારમાં એક પાર્ટીસીપન્ટે ફરિયાદ કરી. અમે જ્યારે આ અવકાશમાંથી બહાર જઈએ છીએ ત્યારે અમને અડચણો નડે છે. આવું કેમ થાય છે અને તે ન થાય તે માટે અમારે શું કરવું જોઈએ ? તેનું વાક્ય પુરું થાય ત્યાં સુધી મેં શાંતિથી સાંભળ્યું. પછી મેં તે બેનને પૂછ્યું, “આ હોલમાં પડેલી વસ્તુઓ તમને દેખાય છે ખરી? તેમાં ઘણી ખુરશીઓ, ટેબલ તેમજ સોફા છે ને? આપણે તેને અડચણો ન કહેતા ફર્નિચર કહીએ છીએ. આ જગ્યામાં બે દિવસથી તમે આવ-જા કરો છો છતાં તમે એકવાર પણ તેની સાથે અથડાયા નથી ખરું? કારણ કે અહીં હોલની અંદર પ્રકાશ છે. તમે તે વસ્તુ જોઈ શકો છો. તમે આસપાસ ચાલતી વખતે તેની સાથે અથડાયા વિના ચાલી શકો છો. અને તમે તે ફર્નિચરને પણ સ્પષ્ટ રીતે જોઈ શકો છો. પરંતુ જો આ હોલની લાઈટો બંધ કરી નાખવામાં આવે તો ? તો તમે શું કરશો? તો તમને ચાલવામાં તકલીફ થશે. તમે કોઈ ફર્નિચર સાથે ભટકાઈ જશો અને કદાચ તમને ઈજા પણ થશે. આ અંધકારમાં તે જ ફર્નિચર તમારા માટે અડચણ ઉભી કરશે. માટે તે પ્રકાશ જ તે તફાવત દર્શાવે છે. હવે હું અહીંની લાઈટો સ્વીચ ઓફ ન કરું પરંતુ ફર્નિચરને બહાર રાખી દઉં કે જ્યાં પ્રકાશ નથી તો ત્યાં પણ તમને તકલીફ તો થશે જ. અને તે અમુક વસ્તુ કે ફર્નિચર છે તેની ઓળખ પણ પ્રકાશ વિના થઈ શકતી નથી. આમ તે જગ્યાનો સવાલ છે કે ત્યાં પ્રકાશ છે કે નહીં. આમ પ્રકાશ સાથે જોડાઈ રહેવામાં તે અવકાશ કે જગ્યા સુંદર બને છે. આવો અવકાશ એ જાદુ છે, પ્રકાશ પણ જાદુ જ છે, કે જે વસ્તુ તેમજ અવરોધ રૂપ બનતી વસ્તુઓ વચ્ચેનો તફાવત સર્જે છે.

અહીં હું માત્ર ભૌતિક પ્રકાશની કે ભૌતિક અવકાશની વાત નથી કરતો. આપણા બધામાં જે અણિશુદ્ધ જાગૃતિ અને ચેતના જે આપણી અંદર રહેલી છે તે જ અંદરનો પ્રકાશ ફેલાવે છે. મારામાં વિશ્વાસ રાખજો કે સમસ્યા એ બહારના વાતાવરણની નથી. સમસ્યા અંતરના અંધકારની છે. જે નડતર રૂપ કે અંતરાય બનતી બાબતો છે તે પણ બહારની નથી તે પણ અંદરની છે. આ અવકાશમાં આપણે જે કંઈ કરીએ છીએ તે બહારનું નથી. તે તમારા અંતરમાં કામ કરે છે. રેકિ આ બધું કરે છે. માટે સહુને અંતરના પ્રકાશનો અનુભવ થાઓ.

- અજીત સર

આ અંક અંતર્ગત :

એ પ્રકાશ જ છે તે તફાવત દર્શાવે છે.	૧
કંઈક અવનવું	૨
સાધકના પ્રતિભાવ	૩
આત્મમંથન - મંથન ઠાકર	૪
રેકિ અનુભવો - મીઠું ચેનજી	૫
હીલીંગની એક વાત	૬
હેમિલની કોલમ	૭
આશ્રમજ્ઞાન અને રેકિ સેમિનારનું સમયપત્રક	૮

કંઈક અવનવું

એક સાધકે મોકલેલા મરાઠી લેખનો અનુવાદ.

મારા ઘરની ડોરબેલ વાગી અને મેં બારણું ખોલ્યું. બારણે શિવરામ ઉભો હતો જે અમારી સોસાયટીના સભ્યોના વાહન સાફ કરવાનું કામ કરે છે. તે બોલ્યો, “સાહેબ મારે આપનું થોડું કામ છે.”

“કેમ મેં તને ગયા મહિનાનો પગાર નથી આપ્યો?” મેં પૂછ્યું. “ના સાહેબ એ તો મને ઘણા સમય પહેલા મળી ગયો છે. પણ આજે મારે દિકરો ૧૦માં ધોરણમાં પાસ થયો હોવાથી હું આપને મીઠાઈ આપવા આવ્યો છું.” શિવરામે કહ્યું. મેં કહ્યું, “ઓહ, અંદર આવ” શિવરામ કદાચ પહેલી વાર જ મારા ઘરમાં આવ્યો હતો. મેં તેને બેસવા કહ્યું પરંતુ તે અચકાયો. પરંતુ મેં બેસવાનો આગ્રહ કર્યો એટલે તે અચકાઈને બેઠો. તેણે મને મિઠાઈ આપી. મેં પૂછ્યું, “તારા દિકરાને કેટલા ટકા માર્ક્સ આવ્યા?” તેણે કહ્યું, “૬૨%”. “ઓહો સરસ!” આમ મેં તેને સારું લગાડવા કહ્યું કારણ કે આજ કાલ તો બધાને ૯૦-૯૫% આસપાસ માર્ક્સ આવતા હોય છે અને જો એટલા માર્ક્સ ન મળે તો બાળક નાસીપાસ થઈ જાય છે. પરંતુ શિવરામ ખૂબ ખુશ દેખાતો હતો. તે બોલ્યો, “હું ખુબ ખુશ છું સાહેબ અમારા કુટુંબમાં અહીં સુધી આ એક જ ભણ્યો છે. અચ્છા, એટલે આ મિઠાઈ છે?” હું ગણગણ્યો. કદાચ તેને તે ગમ્યું નહીં. તેણે ચોખવટ કરી, કે જો તેને પોષાય એમ હોત તો તેણે છેલ્લા દશ વર્ષમાં દર વર્ષે મિઠાઈ વહેંચી હોત ! તે અતિશય હોંશિયાર કે તેજસ્વી નથી અને દર વર્ષે ૨-૩% માર્ક્સ ઓછા થતા જાય છે. પરંતુ તે મારો દિકરો છે અને તે કેવા કપરા સંજોગોમાં ભણી માર્ક્સ લાવે છે તે મારા માટે મહત્વનું છે. તમારા બધાના બાળકોને જે સુવિધા ભર્યો માહોલ મળે છે તે તેને ન મળવા છતાં તે આગળ વધે છે તેનો મને ગર્વ છે. હું તો માત્ર તે પાસ થઈ ગયો હોત તો પણ ખુશ થાત.” શિવરામ આવું ભાવપૂર્વક બોલી ગયો. તેણે જોયું કે મેં કંઈ પ્રતિભાવ ન આપ્યો તેથી તેણે કહ્યું, “જો મેં કંઈ ખોટું કહ્યું હોય તો મને માફ કરજો. મારા બાપુ હંમેશા મને કહેતા કે જ્યારે તમે ખુશ થાવ ત્યારે તે ખુશી તમારે બધાની સાથે ઉજવવી એકલાયે નહીં. તેથી હું આવ્યો હતો.”

તે મારો આભાર માની ને જતો રહ્યો. પરંતુ મને ખૂબ ખુશી થઈ. ઘણા સમય પછી હું એક સંતોષી માણસને મળ્યો હતો. આવા લોકો આજકાલ જવલ્લે જ જોવા મળે છે. તમે કોઈની પણ સાથે વાત કરવાનું શરૂ કરો ત્યારે તે તેના દુઃખોનું લીસ્ટ આપણી સામે ધરી દે છે. તેમના બાળકો ૯૦% થી વધારે માર્ક્સ લાવે તો પણ તેના મા-બાપ ઉદાસ તેમજ હતાશ જોવા મળે છે. આપણે બધા ખુશ રહેવાની તકો ચૂકી જઈએ છીએ. આપણે ઉજવવા જેવી તકોને જાણે પાછી ઠેલી દઈએ છીએ અને ખુશીને અવગણીએ છીએ. એક ફૂલની સુગંધને માણીને ખુશ થવામાં કેટલો સમય લાગે? સૂર્યોદય અને સૂર્યાસ્તની સુંદરતાને માણવામાં કેટલો સમય લાગે?

જ્યારે આપણો જન્મ થાય છે ત્યારે આપણી મુઠ્ઠી બંધ હોય છે જેમાં કદાચ આપણને ઈશ્વરે બક્ષેલી ખુશી તેમજ સંતોષ હોય છે. પરંતુ જીવનની યાત્રામાં આપણે તે વિખેરી દઈએ છીએ. અને પછી આપણે તે ખુશી મેળવવાના કારણો કે પરિસ્થિતિની શોધમાં પડી જઈએ છીએ. આપણે આનંદીત થવા માટેના કારણો બહાર શોધીએ છીએ. અને આપણે તે ભૂલી ગયા છીએ કે આનંદ આપણી અંદર જ રહેલો છે માત્ર આપણે આપણા અંતરમાં ડૂબકી મારવાની જરૂરત છે. આપણે સુંદર શાંત સરોવરને કિનારે ઉભા રહીને પાણી માટે ક્યાંકથી પાણીના ટેન્કરની રાહ જોતા હોઈએ છીએ.

નફરતના બાણો મારા તરફ પણ તાકવામાં આવ્યા છે, પરંતુ તે મને ક્યારેય વાગ્યા નથી, કારણ કે તે એવી દુનિયામાંથી આવતા હતા જેની સાથે મારે કંઈ જ જોડાણ ન હતું. હું એવા એકાન્તમાં રહું છું કે જે યુવાનીમાં પીડા આપે છે પરંતુ સંપૂર્ણ વિકાસ થતા તે ખૂબ આહ્લાદક લાગે છે.

- આલબર્ટ
આઈન્સ્ટાઈન

અમુક સાધકના પ્રતિભાવો

રેકિનો અભ્યાસ કરતાં કરતાં તેમજ તેના વિવિધ પ્રયોગ કરવાથી મને સમજાયું છે કે તે અનંત છે અને અમાપ છે અને હજુ વધારે સારી રીતે તેમજ સંતોષમય જીવન જીવવા માટે રેકિમાં ઘણું સંશોધન કરવાનું બાકી છે. રેકિ વિશે બધુંજ પુસ્તકો કે લેખોમાં નથી મળી શકતું જેટલું આપણે અંગત રીતે રોજબરોજની જિંદગીમાં રેકિનો પ્રયોગ કરવાથી પ્રાપ્ત થાય છે.

સપ્રેમ

પ્રિયંકા સિંઘ

(ન્યુ દિલ્હી)

પૂજ્ય અજીતસર,

ભાવનગરથી આવ્યા પછી મેં આપને પત્ર લખ્યો છે. ગયા અઠવાડિયે વડોદરામાં થયેલા રેકિના બીજી ડીગ્રીના સેમિનારમાં મને ઘણું શીખવા મળ્યું. તે માટે આપનો ખૂબ ખૂબ આભાર. રેકિથી મારા અંતરાત્મામાં ખૂબ પરિવર્તન આવ્યું છે અને હું સદંતર બદલાઈ ગઈ છું. આપની ઉપસ્થિતિમાં હું જે આનંદનો અનુભવ કરતી હતી. તે શબ્દોમાં વર્ણવી શકાય તેમ નથી. આપની પાસેથી હું જે શીખી છું તેને મારા જીવનમાં ઉતારવા પ્રયત્ન કરીશ. ૨૫ ડિસેમ્બરથી શરૂ થતા સપ્તાહમાં હું વધુ શીખવા માટે આશ્રમમાં પણ આવવા માગું છું.

હીના ગોહીલ

(ભાવનગર)

(વડોદરાના રેકિની બીજી ડીગ્રીના સેમિનારના પાર્ટીસીપન્ટ)

(મૂળ હિન્દીમાં લખાયેલા પત્રનો ભાવાનુવાદ)

એક સાધકને થયેલ રસપ્રદ અનુભવ



શ્રીમતી વિનયા સાવંત નામના મુંબઈના એક સાધકને છેલ્લા કેટલાક મહિનાથી અવનવા અનુભવો થાય છે. તેમના ઘરમાં ગણપતિ ભગવાન વિવિધ રૂપે વિવિધ રીતે પ્રગટ થાય છે. છેલ્લા કેટલાક મહિનાઓથી એવું બને છે કે જ્યારે તેઓ માર્કેટમાંથી શાકભાજી લાવી રસોઈ કરતાં પહેલાં તેને સમારે છે ત્યારે તેમાં ગણેશનો આકાર થઈ જાય છે. અહીં આપેલા ફોટામાં ગણેશનું સ્વરૂપ જોઈ શકાય છે તે ગયા મહિને થયું હતું. વાસ્તવમાં પહેલી વખત જ્યારે આવું બન્યું હતું ત્યારે તેઓ તરત જ તે સ્વરૂપ લઈને ગુરૂજી પાસે દોડી ગયા હતા. અને ત્યાર બાદ આવું સતત બની રહ્યું છે.

આત્મમંથન

મન્યન ઠાકર, રાજકોટ

પ્ર-૧ : માનવી માટે ચિંતન કરવું એટલે શું? આપણને એકલતા શા માટે લાગે છે? આ એકલતાને એકાંતમાં ફેરવવા માટે આપણે શું કરવું જોઈએ?

જવાબ : ચિંતન એટલે આપણી અંદરની તરફ જોવું તે. ચિંતન એ એક પ્રકારનું ધ્યાન છે. તે માટે વસ્તુ કે પરિસ્થિતિ જેમ છે તેમજ તેને જોવાની હોય છે. જ્યારે અંતરાત્મા સાથેનું આપણું જોડાણ છુટી જાય છે ત્યારે આપણને એકલતા લાગે છે. જ્યારે અસ્તિત્વના પાયાના અંશો જેવા કે મન, હૃદય અને મગજનું આત્મા સાથેનું જોડાણ છુટી જાય છે ત્યારે તમને એકલતા લાગે છે. તેને દૂર કરવા માટે આત્મા સાથે અનુસંધાન હોવું ખૂબ જરૂરી છે. તેમ કરવાથી તમને ક્યારેય એકલતા નહીં લાગે. આધુનિક જમાનાના એક મહાન સંત રમણ મહર્ષિ કહે છે, “એકાંત સર્વત્ર છે. પ્રત્યેક વ્યક્તિ હંમેશા એકલી જ હોય છે. તેનું કામ અંતરયાત્રા કરવાનું છે બહાર જવાનું નથી. તમારી જાતને તમે અહીં તહીં ભટકવા ન દો. તમારી જાતને આ માટેનું કારણ પૂછો. તમે કહેશો કે આ શોધનો જવાબ મળતો નથી. આ માટે પ્રશ્ન પૂછનાર તે જ જવાબ છે તેના માટે બીજો કોઈ જવાબ હોઈ જ ન શકે. જે આવે છે તે સત્ય ન પણ હોઈ શકે, પરંતુ જે છે તે સત્ય જ છે.”

પ્ર-૨ : મેં એક વખત પોલા હોરાન રેકિના ૧૦૮, સવાલ-જવાબ નામના એક પુસ્તકમાં રેકિ તેમજ પિરામિડ વિશે વાંચેલું. તેમાં તેમણે લખ્યું છે કે રેકિ, પિરામિડની મદદથી આપવાથી તે ઝડપી અને અસરકારક બને છે. તો એ શું છે તે સમજાવો.

જવાબ : પ્રામાણિક પણે કહું તો મને એ ખબર જ નથી કે પોલા હોરાને આવું કેમ કહ્યું હશે. મારા ૧૫ વર્ષના રેકિ શીખવવાના તેમજ ૧૮ વર્ષના રેકિનો અભ્યાસ કરવાના મારા આ સમયગાળા દરમ્યાન મને ક્યારેય એવું લાગ્યું નથી કે રેકિને કોઈ બીજા ફોર્સની જરૂર છે. અલબત્ત ઘણી વખતે લોકોને રેકિના નિરાકાર સ્વરૂપને સમજવા માટે આકાર કે આંકડાનો આધારની જરૂર પડે છે. તેના થકી તેઓ અવ્યક્ત સાથે જોડાણ કરી શકે છે. શક્ય છે કે લોકોને આ વાત સારી રીતે સમજાય તે માટે તેઓ આવો આધાર લેતા હોય. આ રીતે શીખવવાની પદ્ધતિને ઈન્દુ શાખા ન્યાય પદ્ધતિ કહેવાય છે.

પ્ર-૩ : મારે મારા અભ્યાસ માટે એક આયોજન (Plan) બનાવવું છે જેથી હું મારો અભ્યાસક્રમ સમયસર પૂરો કરી તૈયારી કરી શકું. તો તે માટે મારે શું કરવું જોઈએ?

જવાબ : અભ્યાસની યોજના ન બનાવી શકાય. તમે તમારા સમયનું આયોજન, તેમજ તમારે કઈ વાતને પ્રાથમિકતા આપવાની છે તે નક્કી કરી શકો. આમ કરવાથી તમારા અભ્યાસનું આયોજન આપમેળે થઈ જશે. બહુ વધારે પડતું આયોજન કરવાની આવશ્યકતા નથી નહીંતર તમારો મોટાભાગનો સમય અભ્યાસને બદલે આવા આયોજનમાં જ વેડફાઈ જશે. અભ્યાસ કરવો એ મારી દૃષ્ટિએ વિજ્ઞાન કરતાં વિશેષ એક કળા છે.

પ્ર-૪ : સીમ્બોલસ દોર્યા પછી સંકલ્પ રાખવાનો હોય છે. પરંતુ ક્યારેક મારે શો સંકલ્પ રાખવો તે મને સુઝતું થાય છે, તો મારે શું કરવું?

જવાબ : તમારું રેકિ મોકલવાનું કારણ જ એક સંકલ્પ છે. તેમને કોઈ સંકલ્પ થતો નથી તે એ સૂચવે છે કે તમારે રેકિ મોકલવા માટે કોઈ કારણ નથી. તો પછી તેમ કરવાની જરૂર નથી. તેમે વિધિમાં ન ફસાવ. જો રેકિની જરૂર હશે તો સંકલ્પ આપો આપ થઈ જશે. તે યાદ રાખજો.

રેકિના અનુભવો :

મીઠું ચેનજી, ન્યુ જર્સી

મારી વિનંતી પર ધ્યાન દેવા માટે આભાર. મને રેકિ બ્રહ્મમાં આવતો ન્યુઝ-લેટર વાંચવો ખૂબ ગમે છે. તે એક જાતનો સત્સંગ જ છે કે જે મને આપની સાથે તેમજ રેકિ-પરિવાર સાથે જોડાયેલો રાખે છે.

મારો રેકિનો બીજી ડીગ્રીનો કોર્સ પૂરો થયાને આજે બે મહિના થયા. અને હું છેલ્લે આઠ અઠવાડિયાથી રેકિ કરું છું. રોજ મને રેકિના અવનવા અનુભવો થાય છે. તેમાના કેટલાક ખૂબ હકારાત્મક છે જ્યારે અમુક સમસ્યાઓ અમુક સમય પછી પાછી આવી છે.

મારા પિતાશ્રી જેઓ હાલમાં અહીં આવ્યા છે તેમને સ્મૃતિભ્રમ થતું હોય તેવું લાગે છે અને તેઓ મને કે મારી બહેનને ઓળખી શકતા નથી. તેમને ૨૧ દિવસ રેકિ આપ્યા પછી ઘણું સાડું છે. રેકિ મને અમુક સત્યોનો સ્વીકાર વામાં ખૂબ મદદરૂપ બની છે અને મારા પિતાશ્રીની તબીયત બાબત હું તટસ્થ બની ગયો છું.

મારા સાસુ છેલ્લા ૧૫ વર્ષથી સ્પોન્ડિલાઈટીસના દર્દી છે. જેમને રેકિ આપ્યા પછી તેઓ કોલર વિના અમુક કલાકો સુધી રહી શકે છે.

સ્વાસ્થ્યને લગતી બાબતો સિવાય પણ રેકિને લીધે સબંધોમાં પણ બદલાવ આવ્યો છે. એક દંપતિને અરસ પરસ બનતું ન હતું અને તેઓ જુદા થવાની તૈયારીમાં હતા, તેમને અમુક દિવસ રેકિ મોકલ્યા પછી ઘરમાં ઘણી શાંતિ છે અને તેઓ ફરીથી સુલેહ માટે વિચારી રહ્યા છે.

બાળકોમાં તેમના વર્તન, ચિંતા, નર્વસનેસ અને ટી.વી. જોવાનું વ્યસન વિ. બાબતો માં નોંધપાત્ર સુધારો ટુંક સમયમાં જોવા મળ્યો છે.

પરંતુ રેકિની મારા પર જે અસરો થઈ છે તે અહીં વર્ણવવી જરૂરી છે. રેકિ લેવાથી હું વધુ જાગૃત બન્યો છું તેમજ આ દુનિયામાં રહેલી સુંદરતાની પ્રશંસા કરતો થયો છું. જ્યારે હું જાણીતા કે અજાણ્યા લોકોના સંપર્કમાં આવું છું કે જેઓ શારીરિક કે માનસિક રોગથી પિડાતા હોય છે હવે હું તેમને સમતાભર્યા શબ્દો કહેવા કરતા તેના પર કાર્ય કરવાનો વિકલ્પ પસંદ કરું છું. હું તેમના ભલા માટે સંકલ્પ રાખી અને તેમની જાણ બહાર રેકિ મોકલું છું. રેકિના બીજા પણ મને ફાયદા થયા છે. કળાને લગતી મારામાં જે ગ્રંથીઓ હતી તે દૂર થઈ છે. અને હાલમાં મેં આર્ટ કલાસમાં આર્ટ એસાઈન્મેન્ટ લેવા માટે માડું નામ પણ નોંધાવ્યું છે કે જેની મેં ક્યારેય કલ્પના કરી ન હતી.

મારામાં ક્યારેક ઊર્જાના Swings આવે છે. ક્યારેક મને ખૂબ જ વધારે ઊર્જાનો અનુભવ થાય છે અને હું સતત કનેક્ટેડ હોઉં છું અને રેકિની પ્રેક્ટીસ કરું છું પરંતુ ક્યારેક તે ઉભરો શમી જાય છે અને હું કોઈને રેકિ ન આપી શકું કે હું પોતે લઈ ન શકું તો ગ્લાનીનો અનુભવ થાય છે. કદાચ અહીં ન્યુ જર્સીમાં દેવરૂપ તેમજ શીકાગો જેવું રેકિનું ગ્રુપ ન હોવાથી આવું થતું હશે. આવા સમયે હું કેવી રીતે કનેક્ટેડ રહી શકું અને મારી રેકિની પ્રેક્ટીસ કરતો રહી શકું? મારી સાધનાને આગળ ધપાવવા માટે મને મહેરબાની કરીને માર્ગદર્શન આપજો.

આપ આવતા વર્ષે ન્યુ જર્સી આવશો તો અમે ખૂબ ખુશ થશું. અહીં કેટલાય લોકોને રેકિનો લાભ લેવો છે. હું પણ આપના દ્વારા થતા સત્સંગની ઉત્કંઠાથી રાહ જોઈ રહ્યો છું, મારા જીવનમાં રેકિ લાવવા બદલ આપનો ખૂબ ખૂબ આભાર.

સાદર

મીઠું (Mithu)

હીલીંગની એક વાર્તા

A Tibetan Way

The Tibetan book of living and dying by Songyal Rinpoche ના પુસ્તકમાંથી લેવાયેલી સત્ય ઘટના છે જેમાં તે વ્યક્તિએ તેના ગુરુ દ્વારા કરવામાં આવેલા હીલીંગના અનુભવોનું વર્ણન કરેલ છે.

“મને યાદ છે કે ન્યુયોર્કમાં ૧૯૭૬ માં મધ્યમ વયના એક અમેરિકન મહિલા Dudjorn Rinpoche ને મળવા આવેલા. તેમને બૌદ્ધ ધર્મમાં જરા પણ રસ ન હતો પરંતુ તેમણે સાંભળ્યું હતું કે તે શહેરમાં એક મહાન ગુરુ હતા. તે મહિલા અત્યંત બિમાર હતા અને તેઓ કંઈ પણ કરવા મરણિયા બન્યા હતા, માટે તેઓ ટીબેટન માસ્ટર પાસે આવ્યા. એ વખતે હું તેમનો ટ્રાન્સલેટર (અનુવાદક) હતો. તેઓ Dudjorn Rinpoche પાસે આવ્યા. તેમની હાજરીમાં તેઓ તેમની આવી હાલતને લીધે ભાંગી પડ્યા અને રડવા લાગ્યા. તેઓ બોલી ઉઠ્યા, “મારા ડોક્ટરે કહ્યું છે કે હું થોડા મહિના જ જીવવાની છું.” હું મૃત્યુ તરફ ધસી રહી છું તમે મને મદદ કરી શકશો?”

તેમના આશ્ચર્ય વચ્ચે આવું સાંભળીને ખૂબ નમ્ર તેમજ કરુણાસભર તેઓ મંદ મંદ હસ્યા. પછી તેમણે તરત કહ્યું, “જુઓ આપણે બધા જ મૃત્યુ પામી રહ્યા છીએ. સવાલ સમયનો છે, કોઈ વહેલો મૃત્યુ પામે છે તો કોઈ મોડો.” આવા થોડા શબ્દોએ તેમને મૃત્યુની સર્વ વ્યાપકતાનું ભાન કરાવ્યું. અને તેમને સમજાવ્યું કે તેનું મૃત્યુ તેમાં અપવાદ ન હતો. આમ સમજાવાથી તેમની ચિંતા થોડી ઓછી થઈ. પછી તેમણે મૃત્યુ પામવાની તેમજ મૃત્યુનો સ્વીકાર કરવાની વાત સમજાવી. અને પછી તેમણે મૃત્યુમાં પણ આશા-હોવાનું જણાવ્યું. અને પછી તેમણે તેમને હીલીંગની પ્રેક્ટીશ કરવાનું કહ્યું અને તે તેમણે ઉત્સાહપૂર્વક કરી.

તેમણે તેના મૃત્યુનો સ્વીકાર તો કર્યો જ પરંતુ તેમણે હીલીંગની પ્રેક્ટીશ પણ સંપૂર્ણ રીતે સમર્પિત થઈને કરી અને તેઓ સાજા થઈ ગયા. તે આપણને શું સમજાવે છે? જ્યારે આપણે જીવનમાં મૃત્યુને સ્વીકારતા થઈએ છીએ, તેમજ જીવન અને મૃત્યુની કડીને સમજતા થઈએ છીએ ત્યારે હીલીંગ થવાની શરૂઆત થાય છે.

ટીબેટન બુદ્ધીસ્ટો માને છે કે કેન્સર જેવી બિમારી તમને ચેતવવા માટે આવે છે, અને યાદ કરાવે છે કે આપણા અસ્તિત્વના મહત્વના અંશો જેવી કે આધ્યાત્મિકતાને આપણે અવગણી રહ્યા છીએ. જો આપણે આ ચેતવણીને ગંભીરતાથી લઈએ અને આપણી જિંદગીની દિશાને મૂળમાંથી બદલી નાખીએ ત્યારે માત્ર આપણા શરીરના હીલીંગની નહીં પરંતુ સમગ્ર અસ્તિત્વના હીલીંગની શક્યતા વધી જાય છે.

પ્રબુદ્ધ વ્યક્તિનું જીવન

ગુરુજી તમે તમારા જ્ઞાનને તમારી ક્રિયાઓમાં કેવી રીતે મૂકો છો? રોજિંદા જીવનમાં તમે તેનો પ્રયોગ કેવી રીતે કરો છો?

“ખાઈને તથા સૂઈને” ગુરુ એ જવાબ આપ્યો.

“પરંતુ ગુરુજી બધા જ ખાય છે અને બધા જ સૂઈ જાય છે.”

“પરંતુ બધા લોકો ખાય છે ત્યારે ખાતા નથી અને સૂવે છે ત્યારે સૂતા નથી.”

આના પરથી એક પ્રખ્યાત ઝેન વાક્ય છે

જ્યારે હું ખાઉં છું ત્યારે માત્ર ખાઉં છું અને જ્યારે હું સૂઈ જાઉં છું ત્યારે માત્ર સૂઈ જાઉં છું.”



હેમિલની કોલમ

થોડા દિવસો પહેલાં હું મારા ઘરની અગાસી પર હતો. વાતાવરણ ખૂબ સરસ હતું. આકાશમાં વાદળાઓ વચ્ચે કેસરી કલરની સૂર્યપ્રકાશની ઝાંય દેખાતી હતી, તેમાં પણ આકાશનો વાદળી રંગ આકાશની શોભામાં ઉમેરો કરતો હતો. આકાશ, વાદળ તેમજ સૂર્યપ્રકાશના રંગોની આવી સુંદરતા જોવામાં હું મગ્ન થઈ ગયો. જેમ જેમસ રેડફિલ્ડે “ સીકેટસ ઓફ શંભાલા ” માં કહ્યું છે તેમ કે જ્યારે તમે તમારી આસપાસ સુંદરતા નિહાળો છો ત્યારે તમે ઈશ્વરની એકદમ સમીપ હો છો. દર વખતે માँ પ્રકૃતિ તેની સુંદરતાનો નજારો જોવા માટે આમંત્રણ આપે છે પરંતુ આપણે આ ભૌતિક દુનિયામાં સદાય વ્યસ્ત જ હોઈએ છીએ. નાના બાળકમાં આવી સેન્સ હોય છે કે કંઈ પણ સમસ્યા ઉભી થાય તો તરત જ તે તેની માँ પાસે દોડી જાય છે પરંતુ પ્રકૃતિના બાળકને કંઈ પણ સમસ્યા આવે છે તો તે માँ પાસે જવાને બદલે તેનો સામનો કરવા ઈચ્છે છે. તે માનવી જ્યારે પ્રકૃતિથી વિરુદ્ધ કાર્ય કરે છે ત્યારે જ તેને સમસ્યા નડે છે. જ્યારે બાળક કંઈ ખોટું કરે છે તો તેની માँ તેને શિક્ષા કરે છે તેમ જ જ્યારે માँ પ્રકૃતિ શિક્ષા કરે છે તો માનવી તેના પર જ આક્રમણ કરે છે.

તે દિવસે હું જરા અસ્વસ્થ હતો. સમય થોડો હતો અને કામ ખૂબ હતું. પરંતુ આવી રીતે કુદરત સાથે થોડો સમય વ્યતિત કર્યા પછી મને ખૂબ સાડું લાગ્યું જાણે મારામાં ઊર્જાનો સંચાર થયો. અને જ્યારે હું ભણવા બેઠો ત્યારે તદ્દન ઓછા સમયમાં હું માડું કાર્ય પુરું કરી શક્યો. મને પણ નવાઈ લાગી કે જે વિષયની હું તૈયારી કરવા માંગતો હતો તે વિષય અઘરો હોવા છતાં હું તેની તૈયારી આસાનીથી કરી શક્યો. સર, હવે મેં પ્રકૃતિ સાથે થોડો સમય વિતાવવનું નક્કી કર્યું છે અને તે મારો નિત્યક્રમ બની જશે.

પરીક્ષાને દિવસે યુનીવર્સિટીની પહેલી પરીક્ષા હોવાથી હું જરા નરવસ હતો. તે દિવસે મારાથી કવચ પણ થઈ શક્યું ન હોવાથી હું જરા વિચલિત હતો. પરંતુ હું પરીક્ષા દેવા જતો હતો ત્યારે અચાનક મને શું સુઝ્યું કે મેં એક પાણી ભરેલો ગ્લાસ લઈને તે સ્વામીની સામે મૂક્યો અને પ્રાર્થના કરી તે પાણી પી ગયો. થોડા સમય પછી હું સ્વસ્થ થઈ ગયો હતો અને શાંત તેમજ સંતુલિત બની ગયો હતો. શું થયું તે મને ખબર નથી પરંતુ બધા ટેન્શન, બધી ચિંતા અદૃશ્ય થઈ ગઈ. જેમ પાણીમાં સર્ફિંગ કરતી વખતે દોરડાનો એક છેડો બોટ સાથે બાંધવામાં આવે છે અને બીજો છેડો સર્ફિંગ કરનારના હાથમાં આપવામાં આવે. અને બોટ પાણીમાં આગળ જાય ત્યારે સર્ફિંગ કરનાર વ્યક્તિએ દોરડું પકડીને સંતુલન જાળવી રાખવાનું હોય છે. આમ મેં પણ મારા દોરડાનો એક છેડો તમને આપ્યો છે અને હું સંતુલન રાખવા પ્રયત્ન કરું છું. હું તો આટલું સમજું છું સર!

એક સાધકનો ગુરૂજીને પત્ર

અજીત કટકધોડ

પૂજ્ય સર,

હું ભગવત્ ગીતાની વાતો સાંભળતો હોઉં છું. આપે એક વાર કહેલું તેમ સ્વામી અવધેશાનંદ ગિરિ પણ કહે છે કે “જેવી દૃષ્ટિ એવી સૃષ્ટિ” તેઓ કહે છે કે આ દુનિયાને તમારે જેવી જોવી હોય તેવી જોઈ શકશો. અને મારા પોતાના અનુભવથી આ વાત મારા માટે પુરવાર થઈ છે. અવેરનેશ કે જાગૃતિ કેળવવાથી હું મારી જાત પ્રત્યે સભાન બન્યો છું. હું જે વાત માટે બીજાને દોષ દેતો હતો તે સીધી કે આડકતરી રીતે મારા જ દોષો હતા અને મારા જ પૂર્વના કર્મોનું રીએક્શન હતું.

હવે મને અપેક્ષાનો નિયમ પણ સમજાય છે. અપેક્ષાના ભાવમાં પરિવર્તન લાવવાથી ઘણી વણજોતિ પરિસ્થિતિમાંથી ઉગરી જવાય છે. મુશ્કેલી આવે છે અને જતી રહે છે તે મને પરેશાન કરતી નથી.

આપે શીખવેલ વાતો અને ટી.વી. માં આવતા સત્સંગને લીધે મારા વર્તનમાં સુધારો થયો છે. તે માટે હું આપનો તેમજ બધા સિદ્ધાંતોનો અમને સાથ તેમજ માર્ગદર્શન આપવા બદલ આભાર માનું છું.

સાદર

અજીત કટકધોડ

થોડા દિવસ પહેલાં અચાનક અજીત ગુરૂજીને એક ઈન્સાઈટ આવી. અને આશ્રમમાં સવારની ચાનો કપ પીવાતો હતો ત્યારે જ ગુરૂજીએ તે બાબત વાત કરી તેમણે કહ્યું, “પ્રત્યેક વ્યક્તિ એક મર્મ વિધાન સાથે જન્મે છે.” અને તે વિધાન દર્શાવે છે કે હું આવો છું કે તેવો છું. સમગ્ર જીવન દરમ્યાન તે/તેણી એવી પરિસ્થિતિનું નિર્માણ કરે છે. તે માર્મિક વિધાનનું નિર્માણ અંતરના ઊંડાણમાં થાય છે અને તેની વ્યક્તિને જાણ હોતી નથી. મોટા ભાગના લોકો ઉપર છલ્લું જીવન જીવતા હોય છે. આપણે અંતરના ઊંડાણ સુધી કે કેન્દ્ર સુધી જતાં જ નથી. આ વિધાન અંતરના કેન્દ્રભાગ કે ઊંડાણમાંથી પૃથ્વીના ગર્ભમાંથી જેમ ઝરણું કુટી નીકળે તેમ તે ઉદ્ભવે છે. આ માર્મિક વિધાન જ તમારું જીવન-ચાલન બળ છે. તે તમારી જાણ બહાર એવી પરિસ્થિતિનું નિર્માણ કરે છે અને તેમે તેનાથી દોરવાઈ જાવ છો. આ પરિસ્થિતિ કે વિધાનથી અજાણ હોવાને લીધે આપણે આપણી આસપાસની દુનિયાને દોષિત ઠરાવીએ છીએ. આપણે તે ભૂલી જઈએ છીએ કે આપણું અંદરનું જીવન ચાલક બળ જ આવી પરિસ્થિતિનું નિર્માણ કરે છે. તે બધું તમારું જ બનાવેલું છે. તે સમજાવે છે કે કેવી રીતે કેટલાય લોકો જીવનના સુંદર માર્ગે હોવા છતાં તેઓમાં પરિવર્તન આવે છે અને તેમનું જીવન નવો વણાંક લે છે, કે જેના માટે કશું નક્કર કારણ હોતું નથી. કદાચ તેમને સમજાય છે કે જો તેઓ આ રીતે જીવશે તો તેઓ તેમના મર્મ વિધાનથી દૂર થઈ જશે. તેમને અંદરથી આદેશ આવવા લાગે છે અને આપણા અસ્તિત્વનું કેન્દ્ર તેના પરિઘને જીવનમાં પરિવર્તન લાવવાનો આદેશ આપે છે. આ વાતને તમારા જીવનમાં અપનાવો અને જુઓ કે તે તમારા જીવનમાં સુસંગત છે કે નહીં. તમને સમજાશે કે તમારા જીવનની અનેક પરિસ્થિતિનું પરિણામ એક જ હશે, અને તમે સમાન લાગણી જ અનુભવતા હશો. જેમ કે શાસ્ત્રીય સંગીતના ગાયક ખૂબ જ આલાપ તાન કર્યા પછી સમ પર પરત આવે છે. તેમ હું દૈવ પણે માનું છું કે જો વ્યક્તિને જ્યારે આ વિધાન સમજાય ત્યારે તેના જીવનમાં ખૂબ સંતુલન આવે છે, અને તેને પરમાનંદનો અનુભવ થાય છે. તે સંતુલન એ જ પરમાનંદ છે. જ્યારે તમને તમારા મર્મ વિધાનની જાણ થાય છે અથવા તો સમજ આવે છે ત્યારે શું થાય છે? ત્યારે તમે પ્રબુદ્ધ બની જાવ છો. જે ક્ષણે તમારું ચૈતન્ય પરઘમાંથી કેન્દ્રમાં અવતરણ કરે છે અને ત્યારે તમે જ્ઞાનની સ્થિતિ પામો છો. હવે જ્યારે તમને તમારા મર્મ વિધાનની જાણ થાય છે, તો તમે તેને ફરીથી તમને ગમે તેવી રીતે દરેક વખતે બદલી અને લખી શકો છો. પછી તમે ગુલામ ન રહેતા તમારા જીવનના સાચા માલિક બની જાવ છો.

હંમેશા જીવનની સ્વપ્નવત્ લાક્ષણિકતાઓને ઓળખો અને મોહ તથા ધિક્કારને ઓછા કરો. તમામ પ્રાણી માત્ર માટે સદ્ભાવ રાખો. તમે પ્રમાણ અને કડ્ડાસભર બનો, કોઈ તમને શું કરે છે તેના તરફ દુર્લક્ષ સેવો. જો તમે જીવનને સ્વપ્નવત્ જોતા શીખશો તો કોઈ તમને જે કરે તેના તરફ તમે દુર્લક્ષ સેવી શકશો. સ્વપ્નમાં પણ હકારાત્મક સંકલ્પ રાખવો જરૂરી છે. આ મહત્વની વાત છે અને આજ આધ્યાત્મિકતા છે.

- ટીબેટન ગુરૂ

રેકો સેમીનારનું સમય પત્રક

ક્રમાંક	તારીખ	સ્થળ	માસ્ટર	ડીગ્રી
૧	૧, ૨ ઓક્ટોબર	દેવરૂપ	અજીતસર	પ્રથમ
૨	૮, ૯ ઓક્ટોબર	વડોદરા	અજીતસર	દ્વિતીય
૩	૧૨, ૧૩ ઓક્ટોબર	રાજકોટ	સીમાબેન	પ્રથમ
૪	૧૫, ૧૬ ઓક્ટોબર	પુના	અજીતસર	પ્રથમ
૫	૨૯, ૩૦ ઓક્ટોબર	દેવરૂપ	અજીતસર	પ્રથમ
૬	૧૨, ૧૩ નવેમ્બર	રાજકોટ	અજીતસર	પ્રથમ
૭	૧૯, ૨૦ નવેમ્બર	નાસિક	અજીતસર	પ્રથમ