

“ આતમ ભાવ ”

જો જાણું “હું કોણ” બેડો મારો પાર
ઉદ્દેશ માનવ દેહનો, પૂછું જાતને “હું કોણ” ?
ધ્યાન મહીં નિશ્ચાર્થે, બેસું તો જાણું “હું કોણ”
ફળની આશે ધ્યાન કરું, બે ધ્યાન હું કહેવાઉં
જો “હું ધ્યાન કરું” તો “હું” નું દેહભિમાન
હું ને ભૂલ્યો તો તું મળ્યો પ્રભુ તું દીનદયાલ.
વિચારે હું ચઢ્યો, “વિચાર” છે આ કોણ?
શબ્દે નાં જવાબ મળે, નાં વર્ણનમાં બયાન
અનુભૂતિ એ ભાવની, ભાવ જ એ ભણાય.
મથ્યો જાણીને “હું કોણ” રહ્યો આતમ ભાવ
આતમ આતમ ને મળ્યો, પહોંચ્યો પરમ ધામ.

વિશ્વાત્મા

ઝલોબેલિયન

ડૉ. ચૈતન્ય પટેલ

“ આતમભાવ ”

ભાવાર્થ

સમગ્ર માનવજાતને ક્યારેક તો પોતાની જાત સાથે સંવાદ તો કરવો જ રહ્યો કે હું કોણ છું? આ માનવદેહ તે જ હું છું? કે હું આત્મા છું? હું ક્યાંથી આવ્યો? કેમ આવ્યો? “હું કોણ” ના ચિંતનથી આત્મલક્ષી થવાની રીત ભગવાન શ્રી રમણ મહર્ષિએ ખૂબ સરસ રીતે સમજાવેલી છે. ધ્યાન ધરવાની બધી જ રીતોમાં, “અંતે તો હું આ શરીર નહીં પણ આત્મા છું, અને આત્મસ્થિતની સ્થિતિમાં જ સ્થાયી રહેવું” એ જ લક્ષ્ય છે.

જો કોઈ કહે કે હું રોજ ધ્યાન ધરું છું તો એનો અર્થ એ જ થાય કે આ શરીર એ જ હું છું જે ધ્યાન કરે છે. આમ “હું” પણ નું દેહાભિમાન જ્યાં સુધી રહેશે ત્યાં સુધી આત્માની ઓળખ નહીં જ થાય. પ્રભુ પ્રાપ્તિ માટે આ “હું” ને તો ભૂલવો જ રહ્યો. વિચારોના વમળોમાં “હું કોણ” ની ઓળખ ખોવાઈ ગયેલ છે. સિદ્ધિની સાધના માટે કરેલ ધ્યાન ક્યારેય સફળ થતું નથી. નિસ્વાર્થે થાય તેનું નામ જ સાધના.

આ સાધનાના પંથે, જેને આત્માની અનુભૂતિ થઈ જાય છે તે વ્યક્તિ ક્યારેય પણ પોતાના અનુભવને બીજા કોઈને પણ શબ્દ કે વર્ણનમાં વર્ણવી શકતો નથી. “અનુભૂતિ” ફક્ત “અનુભૂતિ” જ રહે છે. આતમને જાણી લેનાર વ્યક્તિ, પરમ આતમમાં લીન થઈ જાય છે.

વિશ્વાત્મા

ગ્લોબેલિયન

ડૉ. ચૈતન્ય પટેલ