



# અધ્યાત્મ

આધ્યાત્મિક વિકાસની નવી જ ક્ષિતિજ ખોલતું ગુજરાતી માસિક  
છૂટક નકલ ૮-૦૦ વાર્ષિક લવાજમ દેશમાં રૂા. ૨૫/- આજીવન ૨૫૧/-  
વિદેશમાં વાર્ષિક રૂા. ૫૦૦/ (વિમાનથી) આજીવન ૫૦૦૦/-

- સંસ્થાપક : પ. પૂ. યોગેશ્વરજી સર્વમંગલ ચે. ટ્રસ્ટ સ્વર્ગારોહણ, દાતારોડ, અંબાજી, ૩૮૫૧૧૦).
- તંત્રી-સંપાદક : શ્રી નારાયણ હ. જાની.
- પ્રકાશન અને પ્રાપ્તિસ્થાન : ૬ વૃંદાવન ફ્લેટસ, હવેલી પાસે આતાભાઈ ભાવનગર-૧. ફોન : ૨૫૭૨૫૦૨, ૨૫૬૫૮૧૧
- ADHYATMA email Address: adhyatma\_editor@yahoo.co.in
- You can know about Shree Mahatmajji & Shree Maa from Website "SWARGAROHAN.ORG"
- અધ્યાત્મના સહાયક સ્વજનો : ૧. શ્રીપિનાકીન ના. જાની ૨. શ્રી આશીષ ગોહિલ ૩. શ્રીગોરધનભાઈ કલોલા (કલ્યાણ) ૪. શ્રી જ્યોત્સ્નાબેન બી.ત્રિવેદી.
- તંત્રી, મુદ્રક અને પ્રકાશક : નારાયણ હ. જાની.
- મુદ્રણસ્થાન : રાધેશ્યામ પ્રિન્ટીંગ પ્રેસ, LIG167, આનંદનગર, ભાવનગર-૫
- ★ લેખકોને નિમંત્રણ ★
- અધ્યાત્મમાં લેખો, ભજનો કે ગીતો મોકલાવવા લેખકોને નિમંત્રણ છે. અધ્યાત્મની ભાવનાને અનુરૂપ જ લેખો સ્વીકારવામાં આવશે.
- લખાણ કાગળની એક બાજુ ને સારા મોટા અક્ષરે લખેલું હોવું જરૂરી છે.
- ★ અધ્યાત્મ અંગે સૂચનો ★
- ગ્રાહકોને ગ્રાહક નંબર સરનામા સાથે લખવામાં આવે છે તે નોંધી લેવો.
- 'અધ્યાત્મ' જો આપને ગમ્યું હોય તો આપના પરિચિત વર્ગમાં તેના ગ્રાહકો વધે તેવું આપ કરતાં રહેશો.
- લવાજમ માટે મનીઓર્ડર, ડીમાન્ડ ડ્રાફ્ટ 'સર્વમંગલ ચેરિટેબલ ટ્રસ્ટ'ના નામનો શ્રીનારાયણ હ. જાની, ૬ વૃંદાવન ફ્લેટ, હવેલી પાસે, આતાભાઈ, ભાવનગર(ફોન-૨૫૭૨૫૦૨)ને મોકલવા વિનંતી છે.
- 'અધ્યાત્મ' દર માસની ૧૭ તારીખે પ્રસિદ્ધ થશે. કોઈ કારણે એકાદ અઠવાડિયા સુધી અંક ન મળે તો સ્થાનિક ટપાલ કચેરીમાં તપાસ કર્યા પછી અત્રે જણાવવું. સિલિકમાં હશે તો જરૂર મોકલી અપાશે.
- પત્રવ્યવહાર કરતી વખતે ગ્રાહક નંબર લખવાથી વધુ સરળતા રહેશે.
- આ અંકના ટાઈટલ પેઈજ સાથે કુલ પાનાં ૬૮.

You can know about Shree Mahatma Yogeshwarji & Shree Maa Sarweshwari from Website 'swargarohan.org'

## ★ અનુક્રમણિકા ★

સદ્ભાવભરી સહાય	મા સર્વેશ્વરી	૩
શ્રી યોગેશ્વર વાણી	યોગેશ્વરજી	૪
શ્રી યોગેશ્વર કથામૃત-		
દક્ષિણ આફ્રિકાનો પુણ્ય પ્રવાસ (૧૩)	મા સર્વેશ્વરી	૮
એકાગ્રતા કેવી રીતે?	વિનોબાજી	૧૧
જડ ભરત ને શંકરાચાર્ય	યોગેશ્વરજી	૧૫
મા સર્વેશ્વરીનું આંતર ઐશ્વર્ય	પ્રો. તરલા દેસાઈ	૧૮
માટીના બદલામાં કોણે દીધું સોનું ભારોભાર	ડૉ. શરદ ઠાકર	૨૨
ગજું મારું કેટલું તપ તીવ્ર તપવાનું?	યોગેશ્વરજી	૨૯
શરીરની સંભાળ	જ્યોતિબેન થાનકી	૩૦
An expence of a Sadhak in vicinity of Maa in Maun Ekant		
	Sumit Munshi	35
વાત ભરોસાની	રાઘવજી માઘડ	૪૦
સ્વર્ગારોહણ, અંબાજીમાં પૂ. મા પધાર્યા	નારાયણ હ. જાની	૪૪
પૂજ્ય માની કાવ્યમય કરુણા	અર્પિતા	૪૭
હિમાલયના પત્રોમાંથી	યોગેશ્વરજી	૫૧
શું ખોટું ને શું સાચું?	નીલમ દોશી	૫૫
ઈમાનદારી!	ડૉ. આઈ.કે.વીજળીવાળા	૫૯





## સદ્ભાવભરી સહાય

વિદેશની ધરતી ઉપર પ્રથમ શિબિર, કર્પૂરવન સંનિધિ પર્વ, કર્પૂરવન ઝુંમા પ્રાથમિક શાળા, સાયકલ યાત્રા તથા જયપુર ફૂટ જેવાં અનેક સત્કર્મો જેમના હાથે થઈ રહ્યાં છે.

તે કર્પૂરવનના મા પરિવારનાં વડીલો ને બાળકો—

૧. શ્રી શારદાબેન,
૨. શ્રી રમેશચંદ્ર,
૩. શ્રી જગદીપ ભક્ત,
૪. શ્રી નયના ભક્ત.

તરફથી આ અંક પ્રકાશિત થઈ રહ્યો છે.

સર્વમંગલ, સ્વર્ગારોહણ, અધ્યાત્મના એ સાચા સ્વજનોને અભિનંદન.

—મા સાર્વેશ્વરી

## શ્રી યોગેશ્વર વાણી

—યોગેશ્વરજી

સંતો સાર્વજનિક છે

મન ખૂબ જ ચંચલ છે. જીવન ટૂંકું છે, પાણીના વેગવાન પ્રવાહની માફક વહે જાય છે, ને મૃત્યુ બધાયના મસ્તક પર ભમ્યા જ કરે છે, છતાં પણ માણસ આ સત્યને ભાગ્યે જ સમજે છે. સંસારમાંથી જાણે છૂટા પડવાનું જ ના હોય, અજર ને અમર રહેવાનું હોય, તેમ વધારે ભાગના માણસો નિશ્ચિતપણે જીવન જીવ્યા કરે છે. સંસારના પરિવર્તનશીલ ને અલ્પ સુખમય પદાર્થોમાં માણસ સુખની સંપૂર્ણતા માની મસ્ત બને છે, બંધાય છે, ને આખરે બરબાદ બને છે. ચંચલ જીવનની રહી સહી શક્તિ દ્વારા પરમાત્માને મેળવવાનો પુરુષાર્થ કરી કાયમને માટે મુક્તિ, શાંતિ ને સમૃદ્ધિ મેળવવાનો વિચાર ભાગ્યે જ કોઈ કરે છે. વિષયોને ને તેમાં ભટકનાર મનને પોતાનું ગુલામ બનાવવાને બદલે, માણસ વધારે ભાગે મન ને વિષયોનો જ ગુલામ બની નિર્બળ ને અસહાય દશામાં જીવન ગુજારે છે. આ કેવું આશ્ચર્ય છે! માનવ શરીર દ્વારા યોગ્ય પુરુષાર્થ કરવાથી કેવી શક્તિ મળે છે ને કેવા લાભ થાય છે તેનો વિચાર આપણે આગળ પર કર્યો છે. આ પ્રમાણે વિચાર કરનાર કે જાણનાર માણસ તો એક ઈશ્વરનો જ ગુલામ બની જાય છે, ઈશ્વરને મેળવવા માટે પોતાની બધી જ શક્તિનો ઉપયોગ કરે છે, ને શરીર છોડવું પડે છે તે પહેલાં ઈશ્વરને મેળવી પણ લે છે.

જાન્યુઆરી : ૨૦૧૬

૫

ઈશ્વરને મેળવવા સિવાયની બીજી બધી જ પ્રવૃત્તિમાંથી તે મનને પાછું વાળી લે છે. ઈશ્વર પ્રાપ્તિ એ જ તેના જીવનનો એક માત્ર પ્રિય વ્યવસાય ને એ જ તેના શરીર ધારણનો હેતુ હોય છે. ગમે તે અવસ્થામાં ને ગમે તે સમયે તે એ જ હેતુની સિદ્ધિ માટે પુરુષાર્થ કરે છે. એને તમે ભક્ત કહો, જ્ઞાની કહો, યોગી કહો, ગમે તે કહો, અથવા કે જે જ ના કહો: નામ સાથે તેને ઝાઝી નિસ્બત નથી : તેનું કામ એક જ છે. મસ્તપણે વહેતા સાગરમાં જેમ લાખો તરંગો ઉભરાયા કરે છે, સાગરનો એ સ્વભાવ જ છે, તેમ એવા માણસના હૃદયમાં ભગવાનનાં ભાવતરંગ ઉભરાતાં હોય છે. ઈશ્વરને છોડીને એવા માણસનું મન બીજા કોઈયે પદાર્થમાં સુખ કે રસવૃત્તિનો અનુભવ કરતું નથી.

ઈશ્વરના આવા પ્યારા ભક્તને સાધનાના માર્ગમાં અનેક પ્રકારની શક્તિ કે સિદ્ધિ મળે છે એ વાત આપણે ગયા પ્રકરણમાં કહેલી છે છતાં એ યાદ રાખવાનું છે કે ઈશ્વરનો સાચો ભક્ત સિદ્ધિઓ મેળવવા માટે જ ઈશ્વરને ભજતો નથી. ઈશ્વરને તો તે એટલા માટે ભજે છે કે તેમ કર્યા વિના તે રહી શકતો જ નથી : ઈશ્વરના દેવી રૂપને જોવાની તેને લગની લાગી હોય છે : ઈશ્વરદર્શન વિના તે કેમે કરી મટતી નથી. માટે જ ભક્ત ઈશ્વરનું દર્શન કરવા અધીરો બને છે ને તીવ્ર પુરુષાર્થ પણ કરે છે. આ સાધનામાં માર્ગમાં અથવા ઈશ્વરદર્શનની સાધના પૂરી થયે કેટલીક સિદ્ધિઓ ઈશ્વર કૃપાથી આપોઆપ મળે છે. એટલે સાચો ભક્ત તો એમ જ કહે છે કે હે માનવો, સંસારના મુલાધાર ઈશ્વરના જ દાસ બનો. તેની રૂપ માધુરીથી મોહિત બનો. તેની

૬

અધ્યાત્મ

જ સાથે તન મન અંતરથી પ્રેમ કરો, ને તેવું દર્શન કરી સંપૂર્ણ શક્તિના સ્વામી બની જીવનને ધન્ય કરી દો. શાંતિ, સુખ ને સમૃદ્ધિ માટેનાં વ્યર્થ વલખાં શા માટે મારો છો? જેમ ધૂળને હજારો વાર જમાવવામાં આવે તોપણ તેમાંથી ઘી નીકળે નહીં, ઝાડ, દૂધ કે પથ્થર ફળ આપે નહીં, તેમ સંસારના સમગ્ર પદાર્થ પણ તમને મુક્તિ કે પૂર્ણતા આપી શકશે નહીં. તે પદાર્થોનું જીવનમાં ખપ જેટલું મહત્ત્વ તો છે જ, તેમને તમારે તિરસ્કાર બુદ્ધિથી જોવાના નથી જ; પણ સાથે સાથે તેમની મર્યાદા પણ સમજી લઈ, જીવનના શ્રેય માટે ઈશ્વર ને તેની ભક્તિનું મહત્ત્વ સ્વિકારી, તે પ્રમાણે જીવન જીવવાનું છે. સાચું સુખ કેવળ ઈશ્વરમાં છે. સંસારમાં જે સુખ દેખાય છે તે તો તેની છાયા જ છે. છાયા પાછળ દોડીને તમે સાચા સુખની પ્રાપ્તિ નહીં કરી શકો. સાચા સુખને મેળવવા તો તમારે ઈશ્વર પાછળ જ પાગલ બનવું પડશે. ને તે પ્રમાણે પોતે ઈશ્વર પાછળ પાગલ થાય છે ને છેવટે ધન્ય બને છે.

ખરેખર, ભગવાન ને ભગવાનના પ્રેમી મહાપુરુષોનો સમાગમ જ સંસારમાં કરવાં જેવો છે ભગવાન ને ભગવાનના પ્રેમી મહાપુરુષોની કૃપા જ સંસારમાં મેળવવા જેવી છે. ભગવાન ને ભગવાનના પ્રેમી સંતો જ સૃષ્ટિમાં સારરૂપ છે. જેને જીવનનું શ્રેય સાધવું હોય તે ભગવાન ને ભગવાનના પ્રેમી સંતોને જ શરણે બેસી જાય, તેમની જ સેવામાં મસ્ત બને ને તેમની આજ્ઞા પ્રમાણે જીવનવ્યાપન કરે. ઈશ્વરદર્શન ને શાંતિ તેમજ મુક્તિના માર્ગના ઠેકેદાર જેવા આ સંત ને તેમના સ્વામી

જાન્યુઆરી : ૨૦૧૬

૭

ભગવાન કોઈ એક વિશેષ પંથ, સંપ્રદાય કે જાતિના નથી. તે તો સાર્વજનિક મિલકત છે. સમસ્ત સંસાર—મનુષ્યો જ નહીં, પણ પશુ પંખી વનસ્પતિ સૌનો તેમના પર એક સરખો અધિકાર છે. જેમ સૂર્ય સૌનોય છે, આકાશ ને હવા બધાની મિલકત છે, તેમ ભગવાન ને ભગવાનના સંતો કે ભક્તો સારાય સંસારના છે, કોઈ પણ પ્રકારના ભેદભાવ વિના ગમે તે તેનો લાભ લઈ શકે છે. નદી વહેતી હોય, તેનું પાન કરીને ને તેમાં સ્નાન કરીને કોઈયે પોતાની તરસ ને વેદના મટાડી શકે છે. તે જ પ્રમાણે મહાપુરુષો ને ભગવાનની કૃપા કોઈયે મેળવી શકે છે ને ધન્ય બની શકે છે.

સંસારમાં તે જ માણસ બડભાગી છે જે ઈશ્વર ને તેના સાચા સંતોને સેવે છે, સન્માને છે, ને તેમને માર્ગે ચાલી પોતે પણ કૃતાર્થ બને છે. તે જ બહાદુર છે જે પોતાના મનને વશ કરે છે. ને ધન્ય પણ તે જ છે જે ઈશ્વરનું દર્શન મેળવી સર્વ પ્રકારનાં બંધનથી મુક્ત થાય છે. જીવન પણ તેનું જ સફળ છે.

❀ સંદીપ વેલ્ડીંગ વર્ક્સ ❀

શ્રીલ, દરવાજા, તેમ જ મેઈન ગેટના સ્પેશ્યાલીસ્ટ

તેમ જ

દરેક જાતનું રીપેરીંગ કામ કરનાર.

મોદી બંગલા, ઉમરા જકાત નાકા પાસે, સુરત-૩૯૫૦૦૭

૮

અધ્યાત્મ

# અધ્યાત્મ

વરદ હસ્ત પ્રભુ તમારો, સદાય રહેજો જીવન સહારો  
—મા સર્વેશ્વરી

વર્ષ : ૩૮ જાન્યુઆરી—૨૦૧૬ અંક ૪

## શ્રી યોગેશ્વર કથામૃત

—મા સર્વેશ્વરી

દક્ષિણ આફ્રિકાનો પુણ્યપ્રવાસ(૧૩)

તા.૦૬/૧૨/૮૨, સોમવાર, કારતક વદ છઠ, ૨૦૩૯.

પ્રિન્સ એડવર્ડ સ્ટ્રીટ, ડરબન શહેર.

નિયમિત બધો જ ક્રમ. સાડા અગીઆરથી પોણા બારની વચ્ચે ભોજન કરી લીધું.

ભોજન બાદ પૂ.શ્રી આજે પોતાની સાધનાભૂમિના પવિત્ર સ્મરણમાં સરી પડે છે. દેવપ્રયાગના શ્રી રામેશ્વર, શ્રી વૈદરાજ વગેરે સેવા તથા દેવપ્રયાગના રણિયામણા સ્થાનમાં ભવિષ્યમાં આશ્રમ થાય વગેરે વાતો કરી.

આજે મુલાકાતના સમયે એક સંસ્થાના સ્થાપક આવ્યા છે. તેઓ અહીં આવનાર સંતોની તથા સંસ્થાના કાર્ય વિષેની થોડી વાતો કરે છે.

આરામ પછી લેખન થાય છે. સાંજે વાતવરણ બદલાઈ જાય

જાન્યુઆરી : ૨૦૧૬

૯

છે. વરસાદ શરુ થાય છે. જાણે ચોમાસું શરુ થઈ ગયું હોય એવું લાગે છે. એવા વરસતા વરસાદમાં કોણ આવશે? પણ સમય થતાં ધ્યાનમાં નિયમિત બેસનારા આવી જાય છે. ધ્યાનની બેઠક પછી કાર્યક્રમની થોડી વાતો થઈ. બહારગામનાં પ્રવચનો અંગ્રેજીમાં કરવાનાં છે એની જાણ થઈ.

વરસાદ હતો છતાં શ્રીતાઓની સંખ્યા ઠીક હતી. ‘ગુરુ’ ઉપર જ પૂ.શ્રીએ આજનું પ્રવચન આપ્યું.

પ્રવચન બાદ ઉતારા ઉપર આવ્યાં. આરામ કર્યો.

તા.૭-૧૨-૮૨, મંગળવાર, કારતક વદ સાતમ ૨૦૩૯  
પ્રિન્સ એડવર્ડ સ્ટ્રીટ, ડરબન શહેર.

ત્રણ અઠવાડિયાં થઈ ગયાં. પ્રવચનોને લીધે આનંદ આવે છે. વળી, કોઈક કોઈક વાર ફરવા જવાનું બને છે. કાર્યકર્તાઓ તો દરરોજ જ ફરવા લઈ જવા ઈચ્છે છે, પણ દરરોજ કાંઈ ફરવા જવાનું ગમે?

આજે ભોજન પહેલાં પૂ.શ્રી નવી પાતળી પીળા રંગની બંડી પહેરે છે. તે ઉપરથી વાતો થાય છે. પૂ.શ્રી કહે છે : આ બંડી પાંચ વરસ ઉપર મસુરી સીવડાવેલી, પણ આજે જ પહેરવાનું બન્યું. પહેલાં તો મસુરીમાં હું લાંબી બાંયનું શર્ટ ને ધોતિયું જ પહેરીને ફરવા જતો. ઉપર ઓઢતો ન હતો. પછી એક વાર સફેદ પેન્ટ ને કોટ પહેરેલાં. લોકો મને મહાત્મા તરીકે ઓળખી ન જાય તે માટે એવો પહેરવેશ રાખતો. પછી પ્રવચન શરુ થયાં. ૧૯૬૩માં લગભગ. ત્યારપછી પણ બે વરસ પછી ઓઢવાનું શરુ કર્યું. ગુજરાતમાં ઓઢતો, પણ મસુરીમાં ઓઢવાનું પાછળથી શરુ કર્યું.

આ બંડી સારી લાગે છે નહીં? આ બંડીનો એક ગુણ છે કે

૧૦

અધ્યાત્મ

ઠંડા વાતાવરણમાં પણ સહેજ ગરમી લાગે.

મસુરીના પ્રવચન પછી તો ઘણી ખ્યાતિ થઈ. પરિણામે ભારતના જુદા જુદા પ્રદેશોમાં જવાનું બન્યું.

પૂ.શ્રી આજે પોતાની નવી બંડી વિષે નાના બાળકની જેમ આનંદથી વાતો કરે છે.

આજે ભોજનમાં રસ રોટલી હતાં. કેરી ખાવાનું આ દેશમાં મળી રહે છે.

ભોજન બાદ શ્રી. રતિભાઈ આવે છે. પણ વરસાદને લીધે ફરવા જવાની પૂ.શ્રી ના પાડે છે. પૂ.શ્રી થોડીવાર તેમની સાથે વાતો કરે છે. પછી તેઓશ્રી વિદાય થતાં પૂ.શ્રી ‘જ્યોતિ’ નામનું મેગેઝિન વાંચે છે. પછી થોડો આરામ કરે છે.

સાંજે ચાર વાગ્યે પૂ.શ્રી સંતરાંનો તાજો રસ લે છે. અહીં જુદાં જુદાં ફળો મળે છે. તે પૈકી એકાદ ફળ લે છે.

છ વાગ્યે ધ્યાનની બેઠક શરુ થાય છે. દરરોજ આવનાર ભાઈબહેનો નિયમિત રીતે આવી જાય છે. પૂ.શ્રીએ એ અંગેની સમજ આપી દીધી છે, જેથી પાંચ ઝૂં બોલીને ધ્યાનની બેઠક શરુ થઈ જાય છે. લગભગ ૨૫-૩૦ મિનિટ પછી ધ્યાન પૂર્ણ થતાં જ પૂ.શ્રી ફરી ઝૂં બોલે છે.

પૂ.શ્રી પલંગ ઉપર બેઠા છે. હું એમની બેઠક પાસે નીચે ચાદર ઉપર બેસું છું. ધ્યાનમાં બેસનાર ભાઈબહેનો સામેના ગાલીચા ઉપર બેઠાં છે. બે ભાઈઓને પગની તકલીફ છે જેથી તેઓ ખુરશી પર બેઠા છે. ધ્યાન પૂર્ણ થતાં સૌ પ્રણામ કરી વિદાય લે છે.

રાત્રે પ્રવચન થાય છે. ત્યાર બાદ આરામ.



(ક્રમશઃ)

## એકાગ્રતા કેવી રીતે?

—વિનોબાજી

- અંદરનું ચક્ર બંધ કરવું.
- ક્ષુદ્ર વિષયોમાં ચિંતન—શક્તિ ન ખરચવી.
- જીવનનું નિયમન.
- સર્વત્ર માંગલ્ય—દર્શન.

ધ્યાનયોગમાં ત્રણ મુખ્ય બાબતો છે. (૧) ચિત્તની એકાગ્રતા (૨) ચિત્તની એકાગ્રતા માટે જરૂરી જીવનની પરિમિતતા અને (૩) સામ્યદશા અથવા સમદૃષ્ટિ.

આ ત્રણ બાબતો વગર સાચી સાધના થાય નહીં. ચિત્તની એકાગ્રતાનો અર્થ છે. ચિત્તની ચંચળતા પર અંકુશ. જીવનની પરિમિતતા એટલે બધી ક્રિયાઓ માપસર થવી અને સમદૃષ્ટિ એટલે વિશ્વની તરફ જોવાની ઉદાર દૃષ્ટિ. આ ત્રણ વાતો મળીને ધ્યાનયોગ બને છે.

કોઈ પણ કામને માટે ચિત્તની એકાગ્રતા જરૂરી છે. વહેવાર હો કે પરમાર્થ હો, ચિત્તની એકાગ્રતા વગર સફળતા મળવી મુશ્કેલ છે. એકાગ્રતા સારું શું કરવું જોઈએ? ભગવાન ગીતામાં કહે છે, આત્મામાં મન પરોવી, ન કિંચિદપિ ચિંતયેત્—બીજા કશાનું ચિંતન ન કરવું. એ વાત કેવી રીતે સધાય? બહારનો અપરંપાર સંસાર મનમાં ભરેલો હોય છે. તેને રોક્યા વગર એકાગ્રતા અશક્ય છે. આપણા આત્માની અપાર જ્ઞાનશક્તિને આપણે બહારની ક્ષુદ્ર વસ્તુઓમાં ખરચી કાઢીએ છીએ. એમ ન

થવું જોઈએ. મન એકસરખું બહાર દોડ્યા કરે છે. તેથી માણસનું બધું સામર્થ્ય નાશ પામે છે, કોઈ પણ પ્રકારની નિયંત્રણ શક્તિ માણસમાં રહેતી નથી.

મનની બેઠક બદલ્યા વગર એકાગ્રતાની આશા ન રાખવી. મનની બેઠક શુદ્ધ જોઈએ. કેવળ આસન વાળીને બેસવાથી તે નહીં સધાય. તે માટે બધા વહેવાર શુદ્ધ કરવા જોઈએ. વહેવાર શુદ્ધ કરવો એટલે વહેવારનો ઉદ્દેશ બદલવો. વ્યક્તિગત લાભ માટે, વાસનાની તૃપ્તિ માટે અથવા એવી જ બીજી બહારની વાતો સારું વહેવાર ન કરવો જોઈએ. વહેવારમાં આપણે આખો દિવસ ગૂંથાયેલા રહીએ છીએ. દિવસભરની એ ઊઠવેઠનો હેતુ શો? બધી દોડાદોડ છેલ્લો દિવસ રૂડો થાય તે માટે કરવાની છે. છેવટની ઘડી, મરણ પવિત્ર થાય તે માટે આખો જન્મારો કડવું ઝેર પચાવીએ છીએ. દિવસની ઘડી સાંજે આવે છે. દિવસભરનું કર્મ પવિત્ર ભાવનાથી કર્યું હશે તો રાતની પ્રાર્થના મીઠી થશે. ત્યારે દિવસનું બધું કર્મ સફળ થયું જાણવું. પછી મનની એકાગ્રતા થશે. એકાગ્રતાને માટે જીવનની આવી શુદ્ધિ જરૂરી છે.

ઉપરાંત, ચિત્તની એકાગ્રતામાં મદદગાર થાય છે, જીવનની પરિમિતતા, આપણું બધું કામ માપસરનું હોય. ગણિતશાસ્ત્રનું એ રહસ્ય આપણી બધી ક્રિયાઓમાં ગૂંથી લેવું. ઔષધની માત્રાના લિસોટા ગણીને લેવાતા હોય છે. તેવું જ આહાર—નિદ્રામાં કરવું. બધે માપ રાખીને ચાલીએ. દરેક ઈન્દ્રિયો પર પહેરો બેસાડીએ. હું વધારે તો નથી ખાતો ને? વધારે ઊંઘતો તો નથી ને? આંખ આમતેમ ભટકીને ન જોવાનું જોતી તો નથી ને? આવું

બધું ચોકસાઈથી ને ઝીણવટથી તપાસતા રહેવું જોઈએ.

જીવનમાં નિયમન અને પરિમિતતા કેળવીને ખરાબ વસ્તુ જોવી જ નહીં. ખરાબ ચોપડી વાંચવી જ નહીં. નિંદા—સ્તુતિ સાંભળવી જ નહીં. દોષવાળી વસ્તુ ન જ ખપે, પણ નિર્દોષ વસ્તુનું સુદ્ધ વધારે પડતું સેવન ન જોઈએ. ફળાહાર શુદ્ધ આહાર છે. પણ તેય યથેચ્છા ન હોવો જોઈએ. જીભનું યથેચ્છપણું અંદર બેઠેલા ધણીએ ચલાવી ન લેવું જોઈએ. વાંકાચૂકા ચાલ્યા તો અંદર બેઠેલો માલિક સજા કર્યા વગર રહેવાનો નથી, એવો બધી ઈન્દ્રિયોને ધાક રહેવો જોઈએ. નિયમિત આચરણને જ જીવનની પરિમિતતા કહીને ઓળખાવ્યું છે.

અનેક ગ્રંથોના પઠન—પાઠનથી પણ નિયમિતતાનું મહત્ત્વ અધિક છે. કારણ, તેના દ્વારા ઈન્દ્રિયોને અભ્યાસ થાય છે. ઈન્દ્રિયો દ્વારા આત્માનો પ્રકાશ બહાર આવે છે. ઘરમાં જે દરવાજાનું સ્થાન, તે દેહમાં ઈન્દ્રિયોનું. એટલે ઈન્દ્રિયરૂપી પ્રત્યેક દરવાજા પર ચોકી નહીં બેસાડીએ તો આત્મા નષ્ટ અને ભ્રષ્ટ થઈ જશે. તે માટે રોજ ઈન્દ્રિયોને અભ્યાસ કરાવીને હાથ, પગ, મન, શ્રવણ, વાણી, આંખ—બધાંને નિયમનના બંધનમાં બાંધીએ. નિયમન એટલે ખરાબ માર્ગે જતું રોકવું, સારા માર્ગે વાળવું. એનું જ નામ વૈરાગ્ય અને વિવેક છે. ગીતાની ભાષામાં, વૈરાગ્ય અને અભ્યાસ—મનોજયનાં એ બે સાધનો છે.

ત્રીજી વાત છે, સમદૃષ્ટિ હોવી. સમદૃષ્ટિનું બીજું નામ છે, શુભદૃષ્ટિ. શુભદૃષ્ટિ કેળવાયા સિવાય ચિત્ત કદી એકાગ્ર નહીં થાય. આ આખી સૃષ્ટિ મંગલ ભાસવી જોઈએ. મારો મારી જાત

પર છે તેવો જ આખી સૃષ્ટિ પર ભરોસો હોવો જોઈએ. અહીં બીવા જેવું છે પણ શું? બધું શુભ ને પવિત્ર છે. વિશ્વં તદ્ ભદ્રં યદવન્તિ દેવાઃ—આ બધું વિશ્વ મંગળ છે. કારણ પરમેશ્વર તેને સંભાળે છે. ઈંગ્લેન્ડના કવિ બ્રાઉનિંગે એવું જ કહ્યું છે, ‘ઈશ્વર આકાશમાં વિરાજમાન છે અને દુનિયા બધી બરાબર ચાલે છે.’ દુનિયામાં કશું બગડેલું નથી. બગડ્યું હોય તો મારી દૃષ્ટિ બગડી છે. જેવી મારી દૃષ્ટિ તેવી સૃષ્ટિ. હું લાલ રંગનાં ચશ્માં પહેરું તો સૃષ્ટિ લાલ દેખાશે, ભડકે બળતી હોય એવી દેખાશે.

આ સૃષ્ટિ શુભ છે એવી મનને ખાતરી નહીં થાય તો ચિત્તની એકાગ્રતા પણ નહીં થાય. સૃષ્ટિ બગડેલી છે એવું જ્યાં સુધી મને લાગે છે ત્યાં સુધી વહેમનો માર્યો હું ચારેકોર નજર ફેરવ્યા કરીશ. આખી દુનિયા ભક્ષક છે એવી બિહામણી કલ્પના જેના મનમાં ઘર કરી ગઈ છે, તેને શાંતિ કેવી? મારો બચાવ કરનારો હું એકલો, બાકી સૌ ભક્ષક છે એ ખ્યાલ નાબૂદ કર્યા સિવાય એકાગ્રતા થઈ શકવાની નથી. સમદૃષ્ટિની ભાવના કેળવવી એ જ એકાગ્રતા સિદ્ધ કરવાનો ઉત્તમ માર્ગ છે. સર્વત્ર માંગલ્ય જોતાં શીખીએ એટલે ચિત્તને આપોઆપ શાંતિ મળશે.



આકાંક્ષા પૂરી થાય તો સુખ મળે ને પૂરી ન થાય તો દુઃખ મળે. એટલા માટે જ મહાપુરુષોએ મનને આકાંક્ષાથી મુક્ત રાખવાનું કહ્યું છે.

## જડ ભરત ને શંકરાચાર્ય

—યોગેશ્વરજી

જડભરત ને શંકરાચાર્યના પ્રસંગો જાણવા જેવા છે. જંગલમાં બેઠેલા જડભરતને લૂંટારા પોતાના સરદાર પાસે લઈ ગયા. સરદાર પહેલવાન જેવા જડભરતને જોઈ ખુશ થઈ ગયો. પછી માતાને પ્રસન્ન કરવા તેમનું બલિદાન આપવાની આજ્ઞા કરી. માતાની પ્રતિમા સામે જડભરતને બેસાડી તેમનું પૂજન કરવામાં આવ્યું. પછી તેમના પર તલવાર ચલાવવાની તૈયારી કરી. ધડથી મસ્તક અલગ થઈ જવાની તૈયારી હતી, એ જ વખતે મૂર્તિમાંથી ભવાની માતા પ્રગટ થયાં. તેમણે લૂંટારાઓનો નાશ કર્યો ને જડભરતની રક્ષા કરી.

શંકરાચાર્યની વાત જરા જુદી છે.

એકવાર એક કાપાલિકે આવી શંકરાચાર્યને કહ્યું : ‘હું એક યજ્ઞ કરી રહ્યો છું. તેમાં એક બત્રીશ લક્ષણવાળા મહાપુરુષનું બલિદાન દેવાની જરૂર છે. તે વગર મારો યજ્ઞ સફળ થાય તેમ નથી. તમારા જેવા મહાપુરુષ બીજા કોણ મળે? માટે તમારું મસ્તક મને આપી દો તો સારું’

શંકરાચાર્યે કહ્યું : ‘ભલે, કાલે સવારે હું ધ્યાનમાં બેસું તે વખતે મારું મસ્તક લઈ જજે.’

કાપાલિકને તો એથી ઘણો આનંદ થયો. એ તો ગમે તેમ કરી શંકરાચાર્યની હત્યા કરવા માંગતો હતો. યજ્ઞની વાત કેવળ યુક્તિ હતી. યુક્તિ સફળ થઈ તેથી તેને આનંદ થયો.

બીજે દિવસે વહેલી સવારે તે શંકરાચાર્યના આશ્રમમાં આવી

પહોંચ્યો. શંકરાચાર્યે તેને પોતાનું કામ એકાંતમાં કરી લેવાનું કહ્યું હતું; કેમકે તેમના શિષ્યો જાણી જાય તો તે તેને છોડે તેમ ન હતા. શંકરાચાર્ય પાસે આવી તેણે કમરમાં છુપાવેલું ખંજર કાઢ્યું ને પોતાનું કામ કરી લેવા તૈયાર થયો.

એ વખતે જ શંકરાચાર્યના શિષ્ય સુરેશ્વરાચાર્ય પોતાના ઈષ્ટદેવ નૃસિંહ ભગવાનનું ધ્યાન ધરી રહ્યા હતા, તેમને આ વાતની ખબર પડી એટલે તરત દોડી આવ્યા ને નૃસિંહ ભગવાનની સ્તુતિ કરવા માંડ્યા.

એ બધા સંજોગોમાં કાપાલિકનું કામ થઈ શક્યું નહિ ને ઈશ્વરની કૃપાથી શંકરાચાર્ય જેવા પુરુષનું શરીર બચી ગયું.

ભગવાન પોતાના ભક્તોની રક્ષા કરવા આ પ્રમાણે સદા તત્પર રહે છે—છતાં આપણે એમની ભક્તિ કરતા નથી, એમનું શરણ લેતા નથી એ આશ્ચર્ય છે. ભગવાનનું શરણ લેવાથી આપણે નિર્ભય બની જઈએ ને ચિંતારહિત થઈએ. લાંબે વખતે એમનું દર્શન કરીને કૃતાર્થ પણ બની શકીએ છીએ. છતાં આવા સર્વ પ્રકારે કલ્યાણ કરનારા ભગવાનને ભૂલી આપણે રાતદિવસ સંસારમાં ફર્યા કરીએ ને દુઃખ—દરિદ્રતાના ભોગ બનીએ એ ખરેખર આશ્ચર્ય છે. માણસો બેડીથી બંધાયેલા છે. બેડીના બંધનમાંથી છૂટવાનો ઉપાય પણ તેમને બતાવવામાં આવે છે. તે ઉપાયને અજમાવવાથી કાયમને માટે સુખી થવાય છે, છતાં તે ઉપાય કરતા નથી અને મરણ સુધી અટવાયેલા જ રહે છે એ આશ્ચર્ય જ છે. સમજુ માણસોએ આ બંધન તોડવાનો ઉપાય અજમાવવો જોઈએ.

જુઓને, પ્રભુની દયા કેવી અપાર છે? બાળકના જન્મ પહેલાં જ માના શરીરમાં તેની દયાથી દૂધ પ્રકટ થાય છે. હાડકાં



ને માંસની વચ્ચે થનારી આ દૂધની રચના કેટલી અજબ છે? સંસારની કોઈ રચના સાથે એની સરખામણી થઈ શકે તેમ છે? અથવા સંસારના કોઈ માનવીથી તેવી રચના થઈ શકે તેમ છે? કોશેટામાં રહેનારા કીડાનો વિચાર તો કરો. તેને ખોરાક પૂરો પાડનારી શક્તિ કેટલી બધી શક્તિશાળી હશે? કીડીને કણ ને હાથીને મણ આપનાર ઈશ્વર તેનું પણ પોષણ કરે છે. જલમાં ને વાયુમંડલમાં વસનારા હજારો જીવોને જીવન આપનાર પણ તે જ છે. છતાં માણસ એ વિરાટ શક્તિને ભૂલી જાય છે એ આશ્ચર્ય નથી?

—: ચૂંટેલા પૂષ્પો :-

- (૧) ભગવાન એના સાચા ભક્તને રજળવા દેતો નથી.
- (૨) ભગવાન સિવાય બીજા કોઈ કારણે રડે તે મહામૂરખ છે.
- (૩) જ્યાં જ્યાં ક્રિયા છે, ત્યાં પ્રતિક્રિયા હોય છે. કોઈપણ કર્મને પરિણામ ફળ ન હોય તેવું નથી. કર્મનું ફળ કે પરિણામ આજે, આવતી કાલે કે આવતા જન્મે મળી શકે પણ ન જ મળે એવું હોતું નથી.
- (૪) ફક્ત ઋણાબંધનો અને જીવે કરેલા કર્મનો જ નિયમ સત્ય લાગે છે.
- (૫) મનુષ્યો ભૂલો કરે છે અને નિયતિ મુજબ દુઃખો નિર્માણ કરે છે.

## મા સર્વેશ્વરીનું આંતર ઐશ્વર્ય

—પ્રો. તરલા દેસાઈ

- ★ સપાટી પર હોય તે તરી શકે. ઊંડાણમાં જે પસંદગીનાં હોય તે ઊતરે.
- ★ શિવનું સ્વરૂપ સાકાર સદ્ગુરુરૂપે પ્રગટીને તમને શિવ પ્રતિ દોરે છે.
- ★ સર્વ વળગણો છૂટે, ઓરડો ખાલી થાય તો પ્રભુ આવે.
- ★ ચિંતા શુભ લક્ષણ છે. અધ્યાત્મ પ્રગતિની ચિંતા જ જીવને જંપવા ન દે, ઉઠાડે, ચલાવે, દોડાવે.
- ★ ‘મા’ તત્ત્વ જુએ કે બધું છોડીને આવી જાય.
- ★ લાખ પ્રશ્નોનો એક જ જવાબ: ‘પ્રભુની ઈચ્છા’ આપણે શું?
- ★ શિખર પર હંસ સાથે કાક બેસે તેથી તે હંસ ન થાય પણ ક્ષણભર તો તેના પર શુભ્રતાનો પડછાયો પડે ને? પછી ધીમે ધીમે શ્વતતા આવે ને મન સ્વચ્છ—સરસ થઈ જાય.
- ★ પ્રભુ બાહ્ય અનુકૂળતા પણ ઊભી કરી આપે, કેમ કે પ્રભુનું નામ જ ‘સાનુકૂલમ્’ છે.
- ★ પ્રણામ આત્માવિસ્મૃતિ કરાવી પ્રભુ સાથે સંપૂર્ણ એકત્વ સાધી આપે છે.
- ★ અધ્યાત્મક્ષેત્રે વનવે ટ્રાફિક નથી. જેમ ભક્તો ‘સત્યપથ’ પર પ્રગટે તેમ ‘મા’ પણ પ્રતીક્ષા કરે.
- ★ શ્રાવણની નિમંત્રણપત્રિકા એટલે શિવ સાથે જીવના એકત્વની કંકોતરી.

જાન્યુઆરી : ૨૦૧૬

૧૯

★ બહુ બેઠા પછી મહાત્મા દર્શન ન આપે તો સમજવું કે બેસવું એ તપ હતું, એ તપ કોઈક જન્મે કામ આવશે.

★ આપણે જ છાશ આપવામાં ઢીલ કરીએ, બાકી સંતો એને વલોવી માખણ આપવા ઉત્સુક હોય છે.

★ જ્ઞાનગ્રંથો કરતાં અનુભવીના જીવનપ્રસંગો વાંચવા જેથી પ્રેરણા મળતી રહે.

★ કૃપાની શાન્ત મૌન સરિતા સતત વહેતી હોય છે, શબ્દો ત્યાં વિક્ષેપ કરે.

★ ‘મા’ તો સાચા ભક્તને સતત ઝંબે. ‘મા’નું ચાલે તો ભક્તને જવા જ ન દે.

★ જીવને કહેવું, ‘હું તને જ મળવા માટે હવે એપોઈન્યમેન્ટ લઈશ.

★ પસંદગી એક જ કહેવી : ‘તમને યોગ્ય લાગે તે કરો.’

★ હરિને કહીએ; ‘તમે ‘શિવાસ્તે પન્થાન’ બોર્ડ લઈને વિમાનમાં બેસી જાઓ ઝટ.’

★ ‘મા’ ‘મા’ છે એવી તકતી શરીર પર લગાવીને ચાલે?

★ આડાઅવળા લીટા દોરાયા હશે તો પ્રભુ તે સીધા કરી આપશે.

★ પ્રભુ શ્રી ગણેશ. શ્રી હનુમાન, શ્રી સાંઈ, શિવજી, શ્રીકૃષ્ણ, જગદંબા જેવા હજારો નિમિત્તો ઊભાં કરીને સાધકની શ્રદ્ધા દેઢ કરે.

★ આપણાં ધૂપાં સત્કર્મોની નોંધ કોઈક તો લે છે જ.

૨૦

અધ્યાત્મ

★ જે સાધન મળે તે માળા છે એમ માનો પછી તે સાધન કલમનું હોય કે હથોડાનું.

★ મહાશક્તિ શક્તિને પ્રાર્થે છે : ‘ભૌતિક કામોમાં શક્તિના ધોધને ન વાળો.’

★ બધાંને ખો આપી દો, ભલે તે દોરે—જીતે આપણે શું?

★ સંબંધસરિતાને સમંદરમાં સમાવી લો. દરેક સંબંધને પ્રભુના સ્વરૂપમાં ભેળવી દો.

★ એકલતામાં પ્રભુને પ્રવેશ કરાવતાં આવડે તો તે સર્વજ્ઞ સુખી છે. બાકી કૂતરાં—બિલાડાં—બાળકો ક્યાં સુધી આનંદ આપી શકે?

★ કામ—આરોગ્યનું ઉત્તમ ઔષધ.

★ જરાક વધુ નામ લેવા બેઠા તો સ્વજનોના બરાડા તૈયાર જ છે, ત્યારે બહેરા બની જવું.

★ પ્રાર્થના શુભેચ્છારૂપે પહોંચાડીએ તો પ્રસાદનું કામ કરે બાકી સંતરાં—સફરજન તો શું કરે?

★ સંતની નિશ્રામાં બેસ્યા પછી કશું જ કરવાનું રહેતું નથી.

★ પ્રાર્થનાની બે લીટી ગાવી પણ પૂરી ગંભીરતાથી, રમતાં—રમતાં, હસતાં—હસતાં, ગાવા ખાતર કદી ન ગાવી

★ સંતાન જેટલું સ્વતંત્ર બને તેટલું માબાપનું વહાલ વધવું જોઈએ.

★ ઘરેણાં ચોરાઈ જાય તો માનો કે, અનાયાસે ‘અલંકારયજ્ઞ’ થઈ ગયો.

★ ગૃહસ્થજીવનની જવાબદારી સંભાળતાં—સંભાળતાં, સંસારની ફરજ ઉત્તમ રીતે બજાવતાં જે વિરક્ત રહે એ અડધે રસ્તે તો આવી પહોંચ્યો કહેવાય.

★ પાંચ ટકા જવાબદારી ભક્તની, પ્રભુ પંચાણું ટકા ઉમેરી આપે.

★ સાધક દર વર્ષે એક જ માસ એકાંતવાસ ગંભીરતાથી કરે તો ધારેલી પ્રગતિ થાય.

★ પ્રાર્થના સાથેનું ગંગાસ્નાન સાધના થઈ જાય. ‘હે મા! તારા જેવી નિર્મળ, વંદનીય, મમતારહિત, આસક્તિરહિત મને બનાવ. મારું જીવન વહેતું કરી દે.’

★ દિવાળીમાં સાધકોએ જીવનના ચોપડાનાં જૂનાં, ચિતરાઈ ગયેલાં પાનાં ફાડી નાખી, ચોપડા સ્વચ્છ કરવા. હવે પછીનાં પૃષ્ઠોમાં પ્રભુને હસ્તાક્ષર આપવાનું મન થાય તેવા સ્વચ્છ રાખવા.

★ ભક્તહૃદયમાં જરા તિરાડ જોતાં ‘મા’ સર્પની જેમ એમાં ઘૂસી જાય છે.

✽ સ્થાપત્ય કન્સ્ટ્રક્શન ✽

પ્રો. મનીષ હરિભાઈ ભોજાણી,

બિલ્ડર્સ એન્ડ ડેવલપર્સ,

મધુર કોમ્પ્લેક્ષ, શનાળા રોડ, મહારાજા ટાઈલ્સ સામે,

મોરબી—૩૬૩૬૪૧.

ફોન : (ઓફિસ) ૨૨૧૩૮૧, (રહેઠાણ) ૨૩૦૨૨૨.

## માટીના બદલામાં કોણે દીધું સોનું ભારોભાર

—ડૉ. શરદ ઠાકર

નવેમ્બર મહિનો કેલેન્ડરનાં પાનાંઓમાંથી નીકળીને પોરબંદરની ધરતી પર એની શીતળતાપૂર્ણ પગલીઓ પાડી ચૂક્યો હતો. ગર્જના કરતાં દરિયાના ઘૂઘવતા જળને સ્પર્શીને આવતી ખારી હવા પોરબંદરવાસીઓનાં ફેફસાંમાં મત્સ્યગંધા બનીને ફેલાઈ રહી હતી. સમી સાંજનો સૂરજ પશ્ચિમ દિશામાં અદૃશ્ય થવાની તૈયારીમાં હતો. ત્યારે એક સોળ વર્ષનો છોકરો થાકી—પાકીને એના ઘરની તરફ ડગલાં ભરી રહ્યો હતો.

સોળ વર્ષની ઉંમર જાણીને કોઈ પણના મનમાં એવું થાય કે એ કિશોર શાળામાંથી ભણીને થાકેલો, કંટાળેલો દફતર ઊંચકીને ઘર તરફ જતો હશે, પણ એવું ન હતું. આ છોકરો તો સવારના નવ વાગ્યાથી ઊભી બજારમાં આવેલી એક દુકાનમાં ઊભા પગે નોકરી કરીને હમણાં જ છૂટ્યો હતો.

કિશોરનું નામ રેશનોઝ. પિતાનું નામ નુરુદ્દીન. અટક આડતિયા. તદ્દન સામાન્ય આર્થિક સ્થિતિ ધરાવતા ખોજા ઈસ્માઈલી પરિવારનો એક શાંત, ડાહ્યો, સંસ્કારી અને સેવાભાવના ધરાવતો ફરજંદ.

રેશનોઝને નાનપણથી જ શાળાના ભણતરમાં ખાસ રસ ન હતો. એણે પિતાને કાળઝાળ ગરમીભર્યા વાતાવરણમાં સળગતા ભઠ્ઠા પાસે બેસીને ખારી શિંગ અને દાળિયા ભૂંજતા સગી આંખે

જોયા; એટલે ગણિત—વિજ્ઞાનના ચોપડા બાજુએ મૂકીને એને મન થઈ જતું હતું ક્યાંક નાનું—મોટું કામ કરીને બે પૈસા કમાઈને પિતાના પરસેવામાં ભાગ પડાવવાનું. ભઠ્ઠીના આકરા તાપમાં ઠંડા પવનની એકાદ લહેરખી ફરકાવવાની તમન્ના આ સોળ વર્ષના કિશોરને શાળાને બદલે માધુરી નોવેલ્ટી સ્ટોર્સની નોકરી તરફ ખેંચી ગઈ હતી.

નોવેલ્ટી સ્ટોરના શેઠે નોકરી આપતી વખતે જ પૂછી લીધું હતું, ‘કામ કેટલું કરીશ? અને પગાર કેટલો લઈશ?’

‘પગારમાં એક પૈસો પણ નહીં અને કામ તમે કહેશો એટલું.’ રેશનોઝની આંખોમાં જગતમાં જવલ્લે જ જોવા મળે તેવી અનેરી ચમક હતી.

શેઠને થયું હશે : ગજબ છોકરો છે! પાગલ લાગે છે. જોઈએ તો ખરા કે કેવું કામ કરે છે!

ચાર—પાંચ દિવસમાં જ શેઠને સમજાઈ ગયું કે આ તો ચીંથરામાં વીંટાયેલું રતન છે. ધૂળમાંથી જડી આવેલો હીરો છે. રેશનોઝની ઈમાનદારી, ખડેપગે કલાકો સુધી કામ કરવાની ધગશ, ગ્રાહકો જેમાં મોટાભાગની બહેનો જ હોય તેમની સાથે નજર ઝુકાવીને આદરપૂર્વક વાત કરવાની તમીજ, આ બધું શેઠને માફક આવી ગયું. લટકામાં બીજું એક પણ વ્યસન ન મળે. યા પણ પરાણે પીવડાવે તો જ પીવે. એના ભરોશે દુકાન સોંપીને શેઠ જમવા માટે ઘરે આંટો મારી આવે તો પણ ગલ્લામાંથી એક પાઈ પણ આડીઅવળી ન થાય.

મહિનો પૂરો થયો. શેઠે રેશનોઝને બોલાવીને કહ્યું.

‘લે, આ તારો પગાર. પૂરા એકસો ને પંચોતેર રૂપિયા છે. ગણી લે.’

રેશનોઝ સંકોચ પામી ગયો, ‘પણ મેં તો પગારમાં કંઈ ન લેવાની વાત કરી હતી. મારે તો કામ શીખવું હતું.’

‘રાખી લે, છોકરા! લક્ષ્મી આવતી હોય તો લઈ લેવાય. ના ન પડાય અને આ તારા કામનો પગાર છે. જો તારી ઈમાનદારીનું મૂલ્ય આંકવા બેસું તો કુબેરનો ખજાનો પણ ટૂંકો પડે. બેટા, રાખી લે આ રકમ. તારા ઘરમાં ખપમાં આવશે.’

રેશનોઝે રૂપિયા રાખી લીધા. તનથી થાકેલો પણ મનથી ઉત્સાહિત એવો આ સોળ વર્ષનો કિશોર ખિસ્સામાં આવડી મોટી તગડી રકમ લઈને ઘર ભણી જતો હતો ત્યાં એના કાન ચમક્યા. રસ્તામાં આવતી એક દવાની દુકાન આગળ એક ગ્રાહક અને દુકાનના માલિકની વચ્ચે ચાલતી રક્કઝ સાંભળીને એ થંભી ગયો.

એક મોટી ઉંમરનો ભરવાડ ભાભો મેડિકલ સ્ટોરના માલિકને એની તળપદી વાણીમાં વિનવી રહ્યો હતો; ‘પણ આટલા બધા રૂપિયા મારે ક્યા ઝાડ માંથેથી લાવવા? હું તો ગરીબ ભરવાડ છું. મારી પાંહે વીહ રૂપિયા જ સ્.’

‘તો પછી હું દવા ન આપું.’ દુકાનદારે રોકડું પરખાવ્યું. ‘કેમ ન આપો? તમે જ તે માણસ છો કે..? મારો એકનો એક જુવાન દીકરો મરવા પડ્યો સે. દાગતરે આ દવાની ચિઠ્ઠી લખી આપી. હું લેવા આવ્યો સું. ને તમે ના પાડો ઈ કેમ હાલે?’

રેશનોઝ દ્રવી ગયો. એનાથી રહેવાયું નહીં. એણે નજીક જઈને દુકાનદારને પૂછ્યું, ‘ભાઈ, શું વાત છે? દુકાનદાર રેશનોઝને ઓળખી ગયો.’

‘તું તો બાબુભાઈ સિંગવાળાનો દીકરોને? જા, ભાઈ, જા!

આમાં તારું કામ નથી...’

‘પણ મને કહો તો ખરા કે વાત ક્યાં અટકી છે!’ રેશનોઝ જીદ પર આવી ગયો.

‘આ ભાભો એના દીકરા માટે દવાઓ ખરીદવા આવ્યો છે. દવાનું બિલ થાય છે એકસો ત્રીસ રૂપિયા જેટલું. ડોસા પાસે માત્ર વીસ રૂપરડી છે. હું કેવી રીતે માલ આપું એને?’ દુકાનદારનો જવાબ સાંભળીને રેશનોઝ આઘાત પામી ગયો. જે ચીજ આ ગરીબ ડોસાના દીકરા માટે જીવનરક્ષક દવા હતી તે જ ચીજ આ વેપારીને મન કમાણી માટેનો માલ હતી! વાહ રે કુદરત! આ દુનિયા સાવ આવી જ છે? જે છે એને બદલાવી ન શકાય? કોણ બદલી શકે? કેવી રીતે બદલી શકે?

સોળ વરસની કુમળી વયે દિમાગમાં બીજું તો શું ઊગે? કાચી—કાચી સમજણ ઊગી અને સાવ પાક્કી કરુણા જન્મી. ફટ દેતાકને છોકરાનો હાથ ખિસ્સામાં ગયો. ઝટ્ટ દઈને બહાર આવ્યો. પૂરા એકસો ને પંચોતેર છે. આ દાદાની પાસે વીસ રૂપિયા છે. બાકીના ખૂટતા રૂપિયા આમાંથી લઈ લો અને એમને દવાઓ આપી દો.’

દુકાનદારની આંખો પહોળી થઈ ગઈ. એ આ છોકરાના પિતાની આર્થિક હાલત જાણતો હતો, પણ એને મમ—મમ સાથે નિસ્ખત હતી, ટપ—ટપ સાથે નહીં. એણે પગારમાંથી એકસો ને દસ રૂપિયા ગણીને બાકીની રકમ રેશનોઝને પાછી આપી દીધી.

રેશનોઝ એ જ મૂળ મિજાજ સાથે ઘરની દિશામાં ચાલવા માંડ્યો. ત્યાં જ પાછળથી અવાજ સંભળાયો; પેલો ડોસો એને કહી રહ્યો હતો, ‘એ ઈ...છોકરા..! એ મારા બાપલા! મારા

દીકરાનો જીવ બચાવનાર ભગવાન! ઘડી વાર ઊભો તો રે, ભાઈ!’

રેશનોઝ ઊભો રહ્યો : ‘હજુ વધારે રૂપિયાની જરૂર છે? તો આપું...’ એણે ખરેખર ખિસ્સામાં હાથ નાખ્યો.

‘ભાભા રડી પડ્યા, દીકરા, તું એવડો બધો પૈસાદાર સો? મને તારો બંગલો તો બતાવ. મારે તારાં મા—બાપને જોવા સે.’

રેશનોઝ હસ્યો. ડોસાને પોતાના ઘરે લઈ ગયો. ડોસો ઘર જોઈને આભો બની ગયો. બે નાની ઓરડીઓ હતી. નવ જણાનો પરિવાર હતો. ધનથી ગરીબ પણ મનથી તવંગર આ છોકરાની ઉદારતા અને માનવતા જોઈને એ ગરીબ ભરવાડની આંખો છલકાઈ ઊઠી. એના મોઢામાંથી આશીર્વાદના શબ્દો સરી પડ્યા, ‘દીકરા, ભગવાન તારું ભલુ કરસે. તેં આજે મારા દીકરાનો જીવ બચાવ્યો સે. ભગવાન કામનો બદલો વાળી આપસે.’

સાચા અંતઃકરણમાંથી નીકળેલા આશીર્વાદ શું ઈશ્વર આવીને બેસી જતો હશે? અલ્લાહની મહેરબાની વરસી જતી હશે? દુઃખી માનવીના દિલમાંથી નીકળેલી દુવા ભવિષ્યવાણી બની જતી હશે? ગમે તે કહો, પણ રેશનોઝ નામના પોરબંદરના એ કિશોરની જિંદગીએ એ દિવસથી કરવટ બદલવા માંડી.

આ ઘટના ૧૯૮૫ના નવેમ્બર મહિનામાં ઘટી હતી. એ પછીના ગણતરીના જ મહિનાઓ બાદ રેશનોઝના કિસ્મત આડેનું પાંદડું ખસી ગયું. ખસ્યું તો એવું ખસ્યું કે આજ દિન સુધી પાંદડું ક્યાંય જોવા મળ્યું નથી.

રેશનોઝના એક મોટા ભાઈ વર્ષો પહેલાં પેટિયું રળવા માટે

જાન્યુઆરી : ૨૦૧૬

૨૭

ઈસ્ટ આફ્રિકા ચાલ્યા ગયા હતા. ત્યાં કોઈકની દુકાનમાં નોકરી કરતા હતા. અચાનક એક દિવસ એ પોરબંદર આવી ચડ્યા, હું શાદી માટે આવ્યો છું. મારા માટે કન્યા શોધો.

ઘરમાં આનંદ છવાઈ ગયો. મોટા ભાઈ શાદી કરીને દુલ્હનની સાથે પાછા પરદેશ ઊડી જતા હતા ત્યારે રેશનોઝને પણ લેતા ગયા, તારામાં કામ કરવાની ધગશ છે. ચાલ, તને પણ હું નોકરી અપાવી દઉં.

નોકરીમાંથી પોતાની નાનકડી દુકાન થઈ. પછી મોટી દુકાન. પછી આસમાનમાંથી ગેબી વરસાદ વરસ્યો. નામદાર આગાખાને બતાવેલી નેકીની રાહ પર ચાલતો આ પરિવાર સમૃદ્ધિની સીડીના એક પછી એક પગથિયાં ચડતો ગયો. એક દિવસ એક ધર્મગુરુએ રેશનોઝને સલાહ આપી, ‘તારું નામ બદલી નાખ. રેશનોઝ શબ્દનો કોઈ અર્થ નીકળતો નથી. હું સૂચવું છું; તારું નામ રીઝવન રાખી લે. બરકતના બારેય મેઘ તારા માથે ખાંગા થઈને વરસી પડશે.’

આજે રીઝવાન આડતિયા ઈસ્ટ આફ્રિકાના ઉદ્યોગજગતમાં સૌથી મોટું માથું અને સૌથી જાણીતું નામ ગણાય છે. મોઝામ્બિક, લુમ્બાસી, કોંગો ઉપરાંત બધા મળીને અગિયાર દેશોમાં ફેલાયેલા એકસો પચાસ જેટલા ડિપાર્ટમેન્ટલ સ્ટોર્સના તેઓ માલિક છે. આડતિયા બંધુઓ બીજા પણ અનેક બિઝનેસ ધરાવે છે.

રીઝવાનભાઈ સમૃદ્ધિના શિખર ઉપર બેઠા પછી પણ જરૂરતમંદોને ભૂલ્યા નથી. આવા જ એક ગરીબના મુખેથી નીકળેલી દુવાએ તો તેમને આ શિખર સુધી પહોંચાડી દીધા છે. આ વાતને યાદ રાખીને તાજેતરમાં જ એમણે રીઝવાન

૨૮

અધ્યાત્મ

આડતિયા ફાઉન્ડેશનની સ્થાપના કરી છે. ભારતના એકસો ગામોને આગામી પંદર વર્ષ માટે દત્તક લેવાનું જાહેર કર્યું છે. દેશના પ્રધાનમંત્રી, રાજ્યોના મુખ્યમંત્રીઓ તથા વહીવટી અધિકારીઓ સાથે મુલાકાતો કરીને ૨૦૩૦ સુધીમાં કરોડો રૂપિયાની સખાવતી યોજનાઓ ઘડી કાઢે છે.

રીઝવાનભાઈ જેટલો વિનમ્ર ધનપતિ ગૂગલ ઉપર શોધવા જઈએ તો પણ બીજો ન જડે! સમાજને તેમનો એક જ સંદેશ છે. તમારી જે કંઈ કમાણી હોય તેમાંથી દસ-વીસ ટકા રકમ ગરીબોને આપતા રહો! મદદ કરવા માટે લખપતિ કે કરોડપતિ હોવું ફરજિયાત નથી. તમે જો ત્રણ હજાર રૂપિયા જ કમાતા હો તો એમાંથી પણ ત્રણસો રૂપિયા સારા કામમાં ખર્ચી નાખજો. તમારે ઘર ચલાવવામાં જે તૂટ પડતી હશે એમાં ત્રણસોની વધારે પડશે, પણ પછી ઉપરવાળા તરફથી જે રહેમ વરસે છે તે તમે જોતા રહેશો. જો વિશ્વાસ ન પડતો હોય તો મારી તરફ એક નજર ફેંકી લેજો. પંચાસીમાં દીધેલા એકસો દસ રૂપિયા આજે ૨૦૧૫માં દોઢસો ડિપાર્ટમેન્ટલ સ્ટોર્સ બનીને પાછા આવ્યા છે!!!

(સત્યઘટના: સેવા અને કરુણતાના પાયા ઉપર રચાયેલી સફળતાની આ ઈમારતમાં રીઝવાનભાઈ અને એમના ભાઈઓની ધંધાકીય સૂઝબૂઝ, સંપ, સ્વભાવ અને સાહસવૃત્તિનો સરવાળો પણ રહેલો છે.)

(શીર્ષક પંક્તિ : એસ.એસ.રાહી)



## ગજું મારું કેટલું તપ તીવ્ર તપવાનું

—યોગેશ્વરજી

ગજું મારું કેટલું તપ તીવ્ર તપવાનું,  
વિરહનું અતિ દીર્ઘ સંકટ મૂક સહવાનું?  
દીન કોમળ બાળ હું તો મોજ બસ માણું,  
સાધના તપ ધ્યાન ક્યાંથી યોગને જાણું?

જ્ઞાનની ગમ શી મને, હું મંદબુદ્ધિ છું;  
ભેદ ભક્તિનો ન સમજું હીન છેક જ હું;  
ભાવભીના હૃદયથી મા મા કરી જાણું,  
અબુધની ભાષામહી વાતો કરી જાણું!

રટું તમને રોજ, કરતો તમારા જ વિચાર,  
તમારા ભાવો વિના ના લાગતો કેં સાર;  
તમારી મધુમૂર્તિને જોવા સદા ચાહું,  
કૃપા કરશો તો જ સુખ ને શાંતિવર પાવું.

દોડતાં આવો તમે તો પ્રેમથી આજે,  
બાલ પાગલને ન દેવું કષ્ટ વધુ છાજે;  
અંકમાં લેતાં હૃદય સાથે લગાવી લો,  
સુધાપાન કરાવતાં સુખ સ્વર્ગથી વધુ દો.

## શરીરની સંભાળ

—જ્યોતિબહેન થાનકી

મનમાં જુસ્સો ટકાવી રાખી શકાય છે. પ્રાણશક્તિમાં અદમ્ય ઉત્સાહ જાળવી શકાય છે. પણ શરીર? શરીરને તો અવસ્થાની અસર થયા વગર રહેતી નથી. શરીર શિથિલ થવા લાગે છે. સાંધાઓ અકડાઈ જવા લાગે છે. એટલે અવિરત પ્રવૃત્તિ અને પ્રગતિ કરવાની ઈચ્છા હોય તો પણ શરીર સાથે આપતું ન હોવાથી, કાર્યો થતાં નથી. શરીર તો ચાળીસ વરસ પછી વિકસતું નથી. એ જડ બનવા લાગે છે. એના કોષોમાં નિષ્ક્રિયતા આવવા લાગે છે. તો શરીરને પણ ચેતનવંતુ રાખવા માટેના સતત પ્રયત્નો કરવા જોઈએ. આ સંદર્ભમાં શ્રી માતાજીએ કહ્યું હતું કે “જો તમારી ઈચ્છા એવી હોય કે તમારું શરીર તમને દગો ન દે અને સાથે આપતું રહે તો તમારી શક્તિઓનો વ્યર્થ ઉશ્કેરાટમાં બગાડ ન કરશો. તમે જે કાંઈ કરતા હો તે શાંત ઠાવકાઈ ભરી રીતે કરો. શાંતિ અને મૌનમાં મહાન બળ રહેલું છે.”

આપણે વ્યર્થ પ્રલાપો કરવામાં, ભૂતકાળને વાગોળવામાં, આપણું ધાર્યું ન થાય ત્યારે ધૂંવાપૂંઆ થઈને બીજાંઓને ધમકાવવામાં, એમ અનેક રીતે શક્તિઓનો દુર્વ્યય કરતાં હોઈએ છીએ. એમાંથી આપણને કંઈ જ મળતું નથી. બીજાને ઉતારી પાડવાથી, એને તો દુઃખ થાય, પણ આપણી ચેતનામાં ગાબડું પડે છે. આપણે એટલા નીચા ઊતરતાં વૈશ્વિક શક્તિઓ સાથેનું અનુસંધાન ગુમાવી દઈએ છીએ. એ ઉપરાંત પણ આવેગ, ઉશ્કેરાટ, અધીરાઈ, અસહિષ્ણુતાને લઈને પણ શરીર

અસ્વસ્થ બની જાય છે. આવી અસ્વસ્થતા જ શરીરમાં રોગોને આમંત્રણ આપે છે. બી.પી. ડાયાબિટીસ, અલ્ઝાઈમર વગેરે રોગોની પાછળનાં મૂળકારણો માનસિક તાણ, ઉશ્કેરાટ, વ્યગ્રતા, ચિંતા, ભય વગેરે હોય છે. કહે છે કે મોટી ઉંમરે શરીર રોગનું ઘર બની જાય છે. અનેક પ્રકારના રોગો શરીરની શક્તિઓને હણી નાંખે છે. શરીરની પ્રતિકારશક્તિ ઘટી જતાં પછી રોગ કાયમી બની જાય છે. મનુષ્ય પણ પછી એમ જ સ્વીકારી લે છે અને રોગોમાંથી મુક્ત થવા મૃત્યુની કામના કરવા લાગે છે. પરંતુ શરીરની સારી રીતે સંભાળ લેવામાં આવી હોય તો સો વર્ષ સુધી પણ તે કાર્યરત રહી શકે છે. એનાં ઉદાહરણો આજે પણ જોવા મળે છે. રશિયાના પર્વતીય ભાગ એબમાનીયામાં સો વર્ષથી પણ વધારે ઉંમરના કેટલાય વૃદ્ધો જોવા મળે છે. તેઓ સંતુષ્ટ, ઈશ્વરપરાયણ અને તાણમુક્ત જીવન જીવે છે. આ વૃદ્ધો દરરોજ ચાર થી પાંચ કલાક શારીરિક શ્રમ કરે છે. ભોજનમાં પનીર-દૂધ અને દહીં લે છે. લાંબા આયુષ્યનું શ્રેય તેઓ ભગવાનને અને સારા ખોરાકને આપે છે. આ પ્રદેશમાં વૃદ્ધાવસ્થાનો પરંપરાગત ખ્યાલ અસ્તિત્વ ધરાવતો જ નથી. આ રીતે આજના આ યુગમાં પણ વૈદિક કાળનું સો શરદઋતુ સુધી જીવવાનું આયુષ્ય જોઈ શકાય છે.

શરીરને સ્વસ્થ, નીરોગી અને લાંબા સમય સુધી કાર્યરત રાખવા માટે શરીરની જાળવણી કરવી જ પડે. વયના વધવાની સાથે શરીરની તંદુરસ્તીને ટકાવી રાખવા માટે ખોરાક, ઊંઘ, આરામ ને નિયમિત વ્યાયામ પર ધ્યાન આપવું અનિવાર્ય બની રહે છે.

**ખોરાક:—** આપણા સ્થૂળ શરીરનો મુખ્ય આધાર ખોરાક

ઉપર રહેલો છે. સ્વસ્થ શરીર માટે શરીરને પોષણ આપે તેવા ખોરાકની જરૂર રહે છે. આ તો ખોરાકની બાબતમાં નાનપણથી જ કાળજી રાખવી જરૂરી છે. પણ તેમ છતાં બાળકો અને યુવાનોનો જઠરાગ્નિ પ્રબળ હોવાથી તેમને ભારે ખોરાક પણ પચી જતો હોય છે. અલબત્ત પછી એ ખોરાકને પચાવવા માટે શરીરની શક્તિઓ, વેડફાઈ જાય છે. આથી જ સાધના કરનારાઓ, સૂક્ષ્મકાર્યો કરનારાઓ, વિચારો સાથે સંકળાયેલા લેખકો—સાહિત્યકારો હંમેશા હળવા, સુપાચ્ય અને શક્તિપ્રદ ખોરાક લેતા હોય છે. પચાસ વર્ષ પછી તો મનુષ્યે જો શરીરની સ્વસ્થતાનો આનંદ લેવો હોય તો ખોરાકની બાબતમાં સજાગ થઈ જવું જોઈએ. જીભના સ્વાદ માટે નહીં, પણ શરીરના પોષણ માટે જ ખોરાક લેવો જોઈએ. શ્રી અરવિન્દે એક શિષ્યને ખોરાક અંગે પત્રમાં લખ્યું હતું : “ખોરાક વિશે તમારા મનને વ્યગ્ર કરો નહીં. યોગ્ય પ્રમાણમાં લો. જરૂર કરતાં વધારે પણ નહીં અને ઓછું પણ નહીં, વળી તેના માટે લોભ કે અણગમો ન હોવાં જોઈએ.”

તીખાં તમતમતાં સ્વાદિષ્ટ ફરસાણો અને ઘીથી લથબથતાં મિષ્ટાનોથી મોટી ઉંમરે શરીરમાં ચરબીના થર જામી જાય છે. અને આવું ભારે શરીર અનેક રોગોનું ઘર બને છે. પછી દોષ મોટી ઉંમરને દેવામાં આવે છે. પણ મોટી ઉંમરે શરીર તો બિયારું સાથ આપવા ઈચ્છે છે, પણ ખાંડના ચોસલા અને તળેલા ભારે ફરસાણોનો ભાર બિયારું જઠર સહી શકતું નથી. આથી મોટી ઉંમરે જીભના બંને પ્રકારના કાર્યો ઉપર જડબેસલાક નિયંત્રણ મૂકી દેવું જરૂરી છે. આ બે કાર્યો છે, ખાવા—પીવાનું અને બીજું બોલવાનું. જો આ બે કાર્યો ઉપર



સતત ચોકી પહેરો હોય તો જ શરીર અને મન બંનેની સ્વસ્થતા સલામત રહે છે ને બહારના કોઈ જ આક્રમણો થતાં નથી.

બીજું કે ટી.વી. કે વિડિયો જોતાં જોતાં, ફોનમાં વાતચીત કરતાં કરતાં, કે ઉતાવળે જેમ તેમ ખોરાક લેવો ન જોઈએ. આવી રીતે લીધેલો ખોરાક સારી રીતે પચતો નથી. પેટમાં ભાર લાગે છે. અસુખ થાય છે. એ જ રીતે લગ્નના જમણવારોમાં મિજબાનીઓમાં—સમૂહમાં ભોજન લીધા પછી પણ બેચેની, વ્યગ્રતા થાય છે. એનું કારણ ભારે ખોરાક તો ખરો જ. સામૂહિક રીતે રંધાયેલા ખોરાકમાં પૂરતી સ્વચ્છતા જાળવાઈ ન હોય એ પણ ખરું જ. પણ આ તો ભૌતિક છે. પણ એનાં સૂક્ષ્મ કારણો બીજાં જ છે. શ્રી માતાજી કહે છે, “જ્યારે આપણે ખોરાક લઈએ છીએ ત્યારે ખોરાકની સાથે સાથે આપણે આપણી અંદર ભયંકર પ્રમાણમાં અચેતના, તમસ, ને જડતા લઈએ છીએ.” શ્રી અરવિન્દે પણ આ વિશે કહ્યું હતું કે ‘આધ્યાત્મિક રીતે જોતાં મારે એમ કહેવું જોઈએ કે ખોરાકની અસરનો આધાર ખોરાકમાં રહેલી કોઈપણ ચીજ કરતાં ખોરાકના સાથે જે ગુણ વાતાવરણ અને અસરો આવે છે, તેના પર રહેલો છે.’ એટલે આવા સામૂહિક જમણવારોમાં લોકોની ઈચ્છાઓ, વૃત્તિઓ, કામનાઓ ખોરાકની સાથે ભળેલાં હોય છે. વળી સ્વાદિષ્ટ હોવાથી અને જમણવારોમાં આગ્રહ કરી કરીને ખવડાવતા હોવાથી વધારે ખવાઈ જતું હોવાથી વધારે ભારરૂપ બને છે. એને પચાવવા માટે શરીરને બિચારાને બહુ જ કષ્ટ પડે છે. આથી બની શકે તો આવા જમણવારો—મિજબાનીઓમાં ન જવું જોઈએ અને જવું પડે તો પોતાના શરીરને માફક આવે તેવી વાનગી ખાવી જોઈએ. બીજું કે ખોરાક સાથે જ સૂક્ષ્મ

વસ્તુઓ આવે છે, તે તમસ, જડતાને દૂર કરવા ભગવાનને ધરાવીને પછી જ ખાવું. આપણે ત્યાં તો એ પ્રથા જ છે કે ભગવાનને પ્રથમ થાળ ધરાવીને પછી પ્રસાદ રૂપે ગ્રહણ કરવું. પછી પ્રસાદ રૂપ ખોરાક લેવાથી તેમાં તમસ રહેતું નથી.

મોટી ઉંમરે ઘણા લોકો ખાવાનું સાવ ઓછું કરી નાંખે છે કે જેથી શરીર હળવું રહે. એક જ વખત જમે છે કે રાત્રે સૂપ કે દૂધ પીએ છે. બિલકુલ ખોરાક ઓછો કરી નાંખવો એ પણ બરાબર નથી. શ્રી માતાજી કહે છે કે, “ખોરાકનું પ્રમાણ અયોગ્ય રીતે ઘટાડી નાંખવું કે ભૂખ્યા રહેવું તે જરૂરી નથી પણ ખોરાક માટે આસક્તિ, લોભ તથા જીભની—સ્વાદની લાલસા એ બધાથી મુક્ત એવું આંતરિક વલણ રાખવાની જરૂર રહે છે. શરીરના નિભાવ માટે તેમ જ તંદુરસ્તી જાળવી રાખવા માટે ખોરાક લેવો જોઈએ. પણ તે આસક્તિ અને કામના વગર લેવો જોઈએ.” શ્રી અરવિન્દ આશ્રમમાં ત્રણ વખત ભોજન મળે છે. સવારે ૭-૪૫ થી ૮-૧૫ દૂધ કે દહીં, બ્રેડ, દલિયા, કેળાં-બરોરે ૧૨ થી ૧૨.૩૦ દરમિયાન દૂધ કે દહીં, કેળાં, અનેક જાતના શાક ભેગાં કરીને બનાવેલું શાક, દાળ, ભાત બ્રેડ, -સાંજે ૭-૪૫ થી ૮-૧૫ સુધીમાં બ્રેડ-દૂધ-દહીં શાક મળે છે. સુપચ્ય, પૌષ્ટિક અને શક્તિદાયક ખોરાક ત્રણ વખત શરીરને આપવો જોઈએ. જો પાચનશક્તિ ખૂબ જ નબળી પડી ગઈ હોય તો વચ્ચે વચ્ચે ફળોનો રસ, શાકભાજીનો સૂપ વગેરે લેવાં જોઈએ. આમ જો ખોરાક ઉપર પૂરતું ધ્યાન આપવામાં આવે તો લાંબા સમય સુધી શરીરનો સાથ મળતો રહે છે. અને શરીર બહુ જ ઓછું માંદું પડે છે અને કંઈ એવી ઋતુગત બિમારી આવી જાય છે, તો ઝડપથી સાજું પણ થઈ જાય છે.

## **An experience of a Sadhak in vicinity of Maa in Maun Ekant**

–Sumit Munshi

The water in the lake is still and calm, holding the reflection of the trees and sky, as if a mother is holding her sleeping child in her arms. There is a thin layer of fog which is slowly disappearing, as if the morning sun is gently lifting the blanket from the lake and asking it to wake up. A few birds are flying around the lake in search of food for their little ones. The morning sun brings a new ray of hope to the plants and trees to survive another day as they prepare to turn into dry leaves in the coming days of harsh winter. There is absolute peace here. This is the sight I see from my window as I wake up. In our daily lives, where everything is controlled by the clock, here it feels like even the clock has decided to stand still and enjoy mother nature. Thank you Pujya Maa for this beautiful sight.

During the 'Ekant Maun' parv, everyone is

free to observe their own routine. Each individual takes his–her own niyams and follows their own schedule. No one is answerable to anyone. One can do malas, japs, pranaams, dhyaan, reading, etc. The most important underlying rule is to observe maun at all times. If there arises a need to talk or ask a question, it's through actions or by whispering softly without disturbing anyone. However, it does not mean that the atmosphere in the house is serious. We all carry a smile on our face and help each other whenever needed. There's no form of cooking in the house. Everyone observes a fasting diet in the form of fruits, milk and dry–fruits.

Pujya Maa is extremely kind–hearted. She knows that some of Her children are weak in the subject of sadhana. She decides to bring them here, so they can disengage and disconnect themselves from their worldly responsibilities; engage and immerse themselves in the path of sadhana, bhakti, maun and chant God's name. It's truly a experience for the body and mind

when you can focus all your energy towards God.

It's thanks to Pujya Maa that I can disassociate from everything and everybody in my life and channel all my energy for Pujya Maa-Prabhu. She is not only a living example but also leading us to this path by creating such a beautiful environment for us. If I would have tried to do similar kind of sadhana at home, I don't think I would have even tried to get started. Rather, I would have avoided it by giving some excuse or the other. Having said this, Pujya Maa is teaching us that don't wait for anyone or anything if you have to take a niyam for yourself.

This 'Ekant Maun' parv is like a reminder to me that however busy I may get in life, Pujya Maa will be always there for me when I seek Her, however, I need to be more thankful to Her. One of the ways to be grateful is to take niyams, dedicate a portion of your time, your life for Pujya Maa Prabhu. I think, at a minimum, this is what Pujya Maa also wants us to do. She has never asked us to give up our moral or social

responsibilities. Rather, She is leading a divine life performing sadhana amongst all of us, keeping us protected at all times.

Tonight we had Pujya Maa's darshan at 10.00pm. She first gave the diary of 16<sup>th</sup> June Canada yatra. It had a wonderful description of Pujya Maa's visit to St. Johns where land meets the Atlantic Ocean. It's the eastern-most tip of North America. She gave a great perspective of the place in her diary. It can be considered as the beginning of the Atlantic Ocean or it can be the end of Atlantic Ocean. Alternately, it can also be viewed as the end of land or the beginning of land.

Pujya Maa then gave the diary of her 'Ekant Maun' from which we recited a beautiful poem. Here are a couple of verses from the poem. (Raag-Jhukaviyu Jeevan)

“Hari kaan ma aavi kahija re,  
Kyaare tu aave?  
kaya dwaare taari savaari re?  
Kyaare tu aave?”

Thank you Pujya Maa for the darshan-

prasad, diary prasad and a beautiful day. I was able to complete my niyams for today, 11 bavnis, 151 malas, 200 pranams and maun. Tamara charan kamal ma koti koti prannam. jai jai krupalu Maa.

(પૂ.માના ઉપરના ગીતનું ગુજરાતી)

હરિ કાનમાં આવી કહી જાને,  
ક્યારે તું આવે,  
ક્યા દ્વારે તારી સવારી રે  
ક્યારે તું આવે!

- (૧) બીજાના હિતના મંગલ યજ્ઞમાં આહૂતિ આપનારનું કદી અકલ્યાણ થતું નથી.
- (૨) પીડા વગર પુરસ્કાર નથી, પરિશ્રમ વગર આનંદ નથી, અને પ્રતિક્ષા હોય તો જ પ્રાપ્તનું મુલ્ય સમજાય છે.
- (૩) વિદ્યારૂપી ધનની કોઈ ચોરી કરી શકતું નથી, રાજા દંડના રૂપમાં લઈ શકતો નથી, ભાઈ ભાગ પડાવી શકતો નથી, એનો કોઈ ભાર હોતો નથી તે દાન દેવાથી નિત્ય વધે છે અને સર્વ ધનોમાં તે શ્રેષ્ઠ છે.

## વાત ભરોસાની

—રાઘવજી માધડ

હજુ તો દી' ઊગીને સમોનમો થાય, ગામ આળસ મરડીને ઊગતા પહોરનાં ઓવારણાં લે એ પહેલાં તો દરબારગઢમાં આખોય મામલો જાણે વાજતેગાજતે આવીને ઊભો રહ્યો. માણાવદરના મૈયારામ ભટ્ટ કમાલુદ્દીન બાબી આગળ હાથ જોડીને ઊભા રહ્યા. કાંઈ ગતાગમ પડી નહીં. થયું કે અઘટિત બન્યું લાગે છે. બાબીએ મૈયારામ સામે ટગર ટગર જોયું. મૈયારામ કાંઈ જ બોલ્યા નહીં પણ તેમનું તાલકું ઝગારા મારતું હતું. છતાંય ઊગતા પહોરે આમ ધાગડિયું આવ્યું તેનો સળ પકડવો મુશ્કેલ હતો.

‘ક્યા બાત હૈ, મૈયારામજી!’ બાબીના સીધા સવાલથી મૈયારામ થોડાક ડગ્યા.

હકીકત એવી હતી કે માણાવદર ગામની એક વિધવાબાઈ, ગામનું વૈતરું કરી પેટિયું રળે. ખરા દિલથી રળનારી આ બાઈ પાસે હાથવગી થોડી રોકડ મૂડી ને બે ફોતરાં ઘરેણાં થયેલાં. ઘણા વખતથી તેમનો આત્મા ચારધામની જાત્રા કરવા ઝંખતો હતો. આગળ પાછળ કોઈ હતું નહીં એટલે પૂછવાનું કોને? પણ મરણમૂડીમાં સોનાનું કું હતું. લાંબો વિચાર કરી આ કું મૂકવા માટે તે મૈયારામ પાસે આવી હતી અને કહ્યું હતું : ‘ગોર બાપા! હું ચારધામની જાત્રા કરવા જાઉં છું. પણ મારી પાસે સોનાનું કું છે.’ પછી ઓઢણાની બેવડમાં સંઘરી રાખેલ કું કાઢતાં કહ્યું

જાન્યુઆરી : ૨૦૧૬

૪૧

હતું : ‘ગામમાં ભરોસો કરવા જેવા તમે છો. તમારા પાસે મૂક્તી જાઉં છું!’

‘ના પણ... આ તો...’ મૈયારામ થોડા પાછા પડ્યા હતા. તેમનું મન માનતું નહોતું.

‘મને તમારા પર પૂરતો ભરોસો છે.’ બાઈએ કહ્યું હતું : ‘પછી આવીશ ત્યારે લુઈ જ’શ!’

ભારોભાર ભરોસો જોઈ મૈયારામ બોલ્યા હતા : ‘પણ પાછી ક્યારે આવીશ!’

‘ઈતો ઉપરવાળાના હાથમાં છે...પાછી નો આવું તો ધર્માદામાં વાપરી નાખજો!’

બાઈના બોલવામાં સોના જેવી સચ્ચાઈ હતી. મૈયારામને હા—ના કરવા જેવી નહોતી. બાઈનું સોનાનું કુંડું સાચવવા રાખી લીધું. બાઈ ચારધામની જાત્રા કરીને પાછી આવી ત્યારે પાંચ—સાત વરસનાં વહાણાં વાઈ ગયાં હતાં. ફરી પાછી એમ જ મૈયારામ પાસે આવીને ઊભી રહી હતી : ‘ગોરબાપા, મને ઓળખી!’

બાઈએ વિગતે વાત કરી પછી કહ્યું હતું : ‘ત્રણ દિ પછી કુંડું લેવા આવીશ.’

મૈયારામે ઘરમાંથી કુંડું શોધ્યું. લાંબી ખાંખાંખોળ પછી મળ્યુંય ખરું પણ એક જ નીકળ્યું એટલે વિચારમાં પડી ગયા હતા. બાઈઓને ઘરેણાં જોડ હોય. બંગડી, ઝાંઝરી... આમ એક ન હોય પણ બે હોવા જોઈએ. ઘરમાં ફરી ગોતણ કરી જોઈ પણ બીજું કુંડું મળ્યું નહીં. હવે કરવું શું? મૈયારામ ભારે મૂંઝવણમાં

૪૨

અધ્યાત્મ

મુકાઈ ગયા હતા. થયું કે, ‘હાળું આ તો લેવાદેવા વગરનું માથે આવ્યું!’ પણ લાંબો વિચાર કરવા જેવો નહોતો. વાત ભરોસાની હતી. પોતાના પર મૂકેલ ભરોસો તૂટે નહીં એટલે સોની પાસે જઈ રાતોરાત બીજું કુંડું ઘડાવી લીધું હતું.

ત્રીજા દિવસે બાઈ કુંડું લેવા આવી. મૈયારામે બે કડાં આપતાં કહ્યું : ‘જોઈ લે બાઈ આ કડાં!’

બાઈએ કહ્યું : ‘મેં તો એક જ કુંડું આપ્યું હતું... બીજું લઈ મારે ભગવાનના ગુનેગાર નથી થાવું.’

ઘડીભર મૈયારામ ખરાઈ કરવાના ઈરાદે બાઈ સામે વેધક નજરે જોતા રહ્યા. બાઈના મોં પરની એક રેખા પણ તસુભાર બદલી નહોતી. મૈયારામ અકળાયા. આ તો ધરમ કરતાં ધાડ પડ્યા જેવું થયું કે’વાય!

મૈયારામ અકળાઈને કહે : ‘હું બોલ્યો ઈ સાચું. તારાં ન હોય તોય તું આ કડાં લેતી જા!’

પછી તો બાઈએ એક કડાની હઠ પકડી અને મૈયારામે બે કડાની હઠ પકડી ને... બાઈ બીજું કુંડું લેવા સાવ નામકર ગઈ ને મૈયારામ કહે : ‘હું બોલ્યો ઈ સાચું!’ કોઈ રીતે વાતનો નીવેડો આવે એમ નહોતો. પછી છેવટે આખો મામલો આવ્યો હતો માણાવદરના દરબારગઢના કમાલુદ્દીન બાબી પાસે. તેમણે વિગત જાણી. સામે મૈયારામે દલીલ કરતાં કહ્યું : ‘મારાથી બે કડાંનું બોલાઈ ગયું છે, હવે વેણ પાછું ન વળે.’

સામે બાઈ કહે છે, ‘બાપુ, મારાથી આવું અણહક કેમ લેવાય!’

કમાલુદ્દીન તાજજુબ થઈ ગયા હતા. માણસ બે કડાના બદલે એક આપવા તૈયાર થાય તેના બદલે એકના બે આપવા તૈયાર થયા તો સામે લેવા રાજી નથી. પણ કમાલુદ્દીન તો પોતે દિલાવર ને એટલા સમજદાર. આ ઘટનાને ઘોળી પી ગયા. ને બોલ્યા : ‘ભટ્ટજી, તમારી આ મોટપ જોઈ હું બહું રાજી થયો છું.’ પછી બાઈ સામે જોઈને કહે છે, ‘બાઈ, તને તો સામેથી સાવ મફતમાં પાંચ તોલા સોનાનું કડું મળે છે લઈ લેને!’

બાઈ બે ડગલાં આગળ ચાલીને બોલી : ‘બાપુ, આમ અણહકનું લઉં તો મારી જાતરા ફોગટ ગઈ કે’વાય. મારા જીવતરમાં ધૂળ પડી...’ તે આગળ બોલી શકી નહીં. તેનું હૈયું ભરાઈ ગયું હતું.

ન્યાય કરનારો નવાબ ખુદ અવઢવમાં મુકાઈ ગયો. થયું કે આમાં કાને વખાણે. કોને સવાઈ સમજે!?

‘બાઈ, મૈયારામ સોનાનું કડું તમને બક્ષિસમાં આપે છે...’ આમ કહી પાછા કમાલુદ્દીન વિચારના વમળમાં અટવાયા. થયું કે, બાઈએ તેમની સચ્ચાઈ દેખાડી, મૈયારામે મોટાઈ બતાવી... તો પોતે તો નવાબ છે... ને ન્યાય માટે પોતાના પાસે આવ્યા છે! સૌથી સવાયું કરી અતાવવું પડે. તેમણે ઘડીના છઠ્ઠા ભાગમાં નવતર નિર્ણય કરી લીધો. અને હજુ તો બાઈ કોઈ પ્રતિભાવ આપે એ પહેલાં જ કમાલુદ્દીન પોરસ સાથે ગજ ગજ છાતી ફુલાવીને બોલ્યા : ‘ને હું મૈયારામને મંદિર બાંધવા માટે જમીન બક્ષિસમાં આપું છું. બસ ને, હવે...’ આખો મામલો સમેટાઈ ગયો. સૌ રાજી થતાં નીકળ્યા.



## સ્વર્ગારોહણ અંબાજીમાં પૂ.મા પધાર્યા

—નારાયણ હ. જાની  
પૂ.માનો સેવક

પૂ.માની સાધનાને જાણી, તેમના દર્શને ધન્ય બનો.

પરમ વંદનીય મા સર્વેશ્વરી તા.૧૬/૧૨/૧૫ના રોજ કેનેડા અને અમેરિકાની આઠેક માસની યાત્રા પછી ભારત પધાર્યા છે. પૂ.માની વિદેશયાત્રાઓ બીજા ધર્મચાર્યો, ધર્મપ્રચારકો પ્રવચનકારો કે કથાકારો જેવી નથી. કારણ કે પ્રચારમાં વાણીનું પ્રાધાન્ય હોય, જ્યારે પૂ.મા તો છેલ્લાં કેટલાંય વર્ષોથી મૌન પાળે છે, એટલે બોલીને વાત કરવાનો કે ધર્મોપદેશ આપવાનો પ્રશ્ન જ ઊભો થતો નથી.

પરદેશોમાં પૂ.ગુરુદેવ અને પૂ.માના અનુયાયી સાધકો છે, પછી ભલે તે ઓછા હોય. પરંતુ પૂ.માનું સાધનાત્મક પાસુ એટલું પ્રબળ છે કે જે કોઈ જાગ્રત વ્યક્તિ પૂ.માને એકવાર જુએ, ને તેમના વિષે જાણે તે પછી તેનામાં જો આધ્યાત્મિક. અભીપ્સા જાગે તો પૂ.મા પ્રત્યે આકર્ષાયા વિના રહે જ નહી, કારણ કે પૂ.મા ભલે બોલતાં ના હોય, પરંતુ તેઓનું આચરણ જ ઘણું બધું કહી જાય. વળી તેમનું આધ્યાત્મિક તપ કોઈ પર્વત કે જંગલની ગુફામાં થતું નથી. પરંતુ તમારી મારી અરે, આપણી વચ્ચે જ વસીને કરાતું એ તપ છે. એમાં કશું રહસ્યમય કે છૂપું નથી.

આજના યુગમાં કલ્પના તો કરો કે પૂ.માએ છેલ્લા ૩૨ વર્ષથી અન્ન ખાધું નથી. મીઠું પણ નહીં, ને અત્યાર સુધીમાં ૩૬૫૦ દિવસમાં નિર્જળાવ્રત. અધધ—દસ વર્ષ, જો તે પણ

જાન્યુઆરી : ૨૦૧૬

૪૫

આપણી વચ્ચે રહીને!

આ નિર્જળાવ્રત સાવ લૂખુ નથી. તે સપ્રયોજન અને ઉપાસનાના ભાગરૂપે છે, તેથી તેઓએ છેલ્લા વીસ વર્ષ દરમ્યાન ૧૮ કરોડ જપ કર્યા છે. અરે, એક કરોડ જપની કલ્પના તો કરી જુઓ! એ કેટલું અઘરું છે. તેના પરિણામે મનની ઉપરામતા સધાયા છતાં, લૌકિક સત્કર્મોમાં સાથ ધરવો, સ્વર્ગારોહણનું અતિ આધુનિક સર્જન કરવું શું સહેલું છે!

પૂ.માની એ વિશેષતા છે કે તેઓ એકાંત અને સાંસારિક વ્યવહારો વચ્ચે સમ રહી શકે છે. સાધનાના પ્રતાપે પૂ.માને આ સમત્વ પ્રાપ્ત થયું છે, ને તે વિરલ છે. પૂ.માના ભૌતિક દેહનું આયુષ્ય ૭૨ વર્ષ પૂર્ણ થયાનું છે. એટલે તેઓએ ૭૨ દિવસનું એકાંત મૌન સેવ્યું. કેનેડા અને અમેરિકામાં પૂ.માને તેની સરસ સુવિધા રહી. આ અંકમાં જ પૂ.માના સાન્નિધ્યે જે સાધક ભાઈ બેનો આવ્યાં. તેમના ઉપર કેવો પ્રભાવ પડ્યો, તેમનું જીવન કેવું બદલાયું તે તેમના જ શબ્દોમાં વાંચો. (આ લેખ અંગ્રેજીમાં છે.)

પૂ.માને વિદેશોમાં આ એકાંત મૌનમાં કોઈપણ પ્રકારનો વિક્ષેપ ના રહ્યો. ભારતમાં પણ અંબાજી પધાર્યા પછી સાધક ભાઈ બેનોએ શ્રીરાજુભાઈ જાનીની સૂચના પ્રમાણે જે શિસ્ત પાળી તેનાથી મા સાચે જ પ્રસન્ન થયાં.

પૂ.મા હજી પણ પોતાની સાધનાના નિયમોમાં રત છે. તેઓ સાધકોને સવારની ૭.૩૦ની પ્રભાતફેરીમાં મોટેભાગે દર્શન આપે છે. વળી ૧૧.૦૦ વાગ્યાની બેઠકમાં પૂ.શ્રીના પ્રવચન પછી પ્રત્યક્ષ ઉપસ્થિત રહી દર્શન સાથે દોઢેક કલાક સત્સંગ

૪૬

અધ્યાત્મ

કરાવે છે. સંતનું એકવાર દર્શન જ જાગ્રત સાધક માટે પૂરતું છે, તો પ્રત્યક્ષ સત્સંગ મળે, એ તો કેટલી મોટી વાત!

હાલ સ્વર્ગારોહણમાં જાન્યુ.ની ૧૬ તારીખથી ૨૬ જાન્યુ. સુધી પૂ.માને મૌન દરમ્યાન જે સુંદર સ્વયંસ્ક્રુરિત ગીતોની પ્રસાદી પ્રાપ્ત થઈ છે, તેની રજુઆત આ માળા દરમ્યાન સત્સંગની બેઠકોમાં થશે. જે સાધકોને આનો લાભ લેવો હોય તે લઈ શકે છે. આવી આંતઃસ્ક્રુષ્ઠાથી પ્રાપ્ત થયેલી સુરીલી સંગીતમય વાણી એને અંગ્રેજીમાં Diving Inspired writings કહે છે, જે કોઈ વિરલ વ્યક્તિઓને પ્રાપ્ત થતી હોય છે. એટલે એનું સાંભળવાનું સદ્ભાગ્ય જેને પ્રાપ્ત થાય, તે પણ ભાગ્યશાળી જ લેખાય. તમારે તેવા થવું હોય તો સ્વર્ગારોહણ આવો.

પૂ.માને પ્રભુના ચરણોમાં પ્રણમી આ કલમને વિરામ આપું છું.

વિજય કનેરીયા : ૯૮૨૪૨૧૫૨૬૭, સ્મિતાબહેન : ૯૪૨૮૧૫૬૫૨૩

**દાશ®**

મગફળી, તલ, ટોપરા, દાળીયાની ચીકી

★ કનેરીયા એન્જનીયરીંગ વર્ક્સ ★

ભક્તિનગર, રેલ્વે સ્ટેશન ચોક, રાજકોટ-૩૬૦૦૦૨

## પૂજ્ય માની કાવ્યમય કરુણા

—અર્પિતા

સુંદર પ્રભાત છે. તારા ઘરમાં, તારી સાથે, તારી પાસે. પછી બીજું શું માંગું? તારા આવા સૃજનરૂપાયનાં સતત દર્શન કરવા મળે છે. તારું સર્જન કંઈ નવું નથી. તું લખે એ પણ કંઈ નવાઈ નથી. આટલા વર્ષોથી તારી ડાયરીનો પ્રસાદ માણતા આવ્યા છીએ. તારું જીવન, તારો ઉપદેશ, તારો સંદેશ, તારું પ્રવચન એ બધુ જ તારી નિત્ય રોજનીશી અમને પહોંચાડી દે છે. તો તું ડાયરી લખે કે પદ? અમને તો બન્ને પ્રિય, અમને તો બન્ને વ્હાલા, અમારે તો ગુરુ ગ્રંથ સાહેબની માફક તે બન્ને શિરે ચઢાવવાનાજ. ને તારી સૃજનશક્તિ તો અમારા જીવનમાં, સકળ સૃષ્ટિમાં વ્યાપક જ છે ને. તો તું પદ રચે એ દર્શન ને તું ડાયરી લખે એ દર્શનમાં શું ફેર છે? કેમ આટલું કુતૂહલ છે?

ડાયરી પણ તું લખે ત્યારે એકધારું, છેક છાક વગર લખે જ છે ને! તો આ રૂપ કેમ નવીન લાગે છે? પરદા ઓથે પ્રભુ લખ્યું ત્યારે પણ તારા દર્શન કરેલાં એકધારી કલમ ચાલતી, અરે, કલમ અને ડાયરીઓ ઘટી જતી અને માસીઓ બજારમાં તે લેવા દોડતી. એટલે તારું સર્જનાત્મક સ્વરૂપ તો નિહાળેલું છે. છતાં આ રૂપ કેમ આટલું વહાલું ને આકર્ષક લાગે છે?

કેમકે એ બધી જ રચના ગદ્યમાં હતી. આ પદ્ય છે. આ તારી કાવ્યમય કરુણા છે. જો તારી ડાયરી ‘ભાગવત’ છે, તો તારું કાવ્ય ‘સરળ ગીતા’ છે. જો તારું લખાણ ‘પ્રકાશના પંથે’ છે તો તારી કવિતા ‘લીલામૃત’ છે. ગાગરમાં સાગર ભરવાનું આ તારું નવું કૃત્ય છે. જો તારી ડાયરી પદ ભોગ છે, તો તારા

પદ પડીકામાં વાળેલો શિયાળાનો પાક છે.

આ આજકાલના દોડતા જમાનામાં, તને ખબર છે તારા બાળકો જ્યાં શાંતિથી બેસીને જમતા પણ નથી, એ બધા પુસ્તકોના, ગ્રંથોના બેસીને પારાયણ ક્યારે કરશે? તું તો અમારી મા છે. અમારી બધી જ જરૂરતો તું પૂરી કરે છે. એટલે અમને જ્ઞાન ને પ્રેમના ઘૂંટડા મળતા રહે એ માટે તું આ પદ તૈયાર કરી રહી છે. તારા જીવનનો નિયોડ, તારા જ્ઞાનનો અર્ક, તારી શીખનો સાર તું આ પદોમાં રેડી રેડીને અમને તે મોઢે કરાવી રહી છે.

સંસારના મેદાનમાં લડતા લડતા અમે થાકીએ, હતાશ થઈ એ તો ત્યાં જ રણભૂમિમાં લડતા લડતા જ લલકારવા માંડીએ ‘મને સ્વજન મળ્યા છે દૈવી રે, દોડીને આવે.’ એટલે ત્યાં જ હાશ થઈ જાય. ત્યાં લડતા લડતા જ તને તે લેખિત આપેલી બાંધધરી પણ તને યાદ કરાવાઈ જાય. ઘરમાં પ્રસંગ હોય, ખુબ સગાવ્હાલા ભેગા થયા હોય, કોઈ ઉતરતું ચઢતું બોલે કે તરત ત્યાં જ મનમાં અમે ગાવા માંડીએ કર્મફળે મળ્યા છે સંભાળો સૌને મૌન રહીને ભગાડો લગ્નના પ્રસંગે, કે મેહમાનો વચ્ચે શાસ્ત્રોની શીખામણ, અલિપ્તતા એવા બધા મોટા ભારે શબ્દો યાદ કરવા અઘરા છે, પણ આ ટૂંક અમારું હાસ્ય ટકાવી લેશે, અમારો વિવેક સાચવી લેશે, અમારી પાસે શ્રેષ્ઠ અભિનય કરાવી લેશે. એમ તે મનના ખિસ્સામાં રાખવા તારું નાનું પદ સ્વરૂપ કે બીલ્લો આપી દીધો છે. આ તારી બહુમુખી પ્રતિભાનું નવું પાસું છે. એટલે એ નવીન રૂપ જોઈને આનંદ થાય છે.

વળી એમ પણ છે કે મનમાં જે વિચાર આવે તેને ગદ્યમાં કાગળ પર ઉતારવાનું કામ, કવિતામાં બેસાડવા કરતાં અમુક



અંશે સહેલું છે. એટલે કે કવિતામાં બેસાડવું થોડો સમયને સૂઝ માંગી લે છે. કેટલીયે છેક છાક પછી પ્રાસ બેસે ને ૨ લીટી લખાય. કોઈક વાર તો પ્રાસ બેસાડવામાં અર્થ જ બદલાય જાય, ને પછી પાછી એ કવિતાને રાગમાં ગોઠવી એને ગાઈ શકાય એ તો એનાથી પણ વધારે કઠીન. જેણે કવિતા રચવાના પ્રયાસ કરેલા છે, તે જાણે છે. ને એ સર્જન તને હરતાં—ફરતાં, ચાલતાં, જપ કરતાં લખતાં જોઈએ એટલે અમને અહોભાવ જાગે છે. એમાં તારા ઐશ્વર્યનાં દર્શન છે. એટલે આ નવરાતમાં કવયિત્રી માને દર્શન વંદન કરીએ છીએ.

દષ્ટિ એવી સૃષ્ટિ. આ પાનખરના રંગો અમે પણ જોઈએ છીએ. તારી સાથે, તારા ઘરમાં જ રહીએ છીએ. રંગો, ઉડતાં, પાંદડાં, ને જમીન પર બીંછાયેલાં પણ અમને પણ ક્યાં નથી દેખાતાં? પણ તને એમાં પગદંડી મૂકો, કરો પથારીના સૂર સંભળાય છે. સમર્પણની પગદંડી નહીં, આખી પથારી જ કરો, એટલે પ્રભુ પગલી પાડી શકે. એવી ચેતવણી આ પાનખર તને આપી રહી છે. આ તારી અંદરની સંપૂર્ણ સમર્પણની પથારી બહાર પ્રતિબિંબિત થઈ રહી છે. તું અમને આ પાનખરના રંગોમાં તારા સમર્પણ સ્વરૂપનાં દર્શન કરાવી રહી છે. ભગવાં વસ્ત્રો પહેરીને માત્ર વૈરાગ્ય નહીં, પણ તારી જેમ વૈરાગ્ય ને સમર્પણથી જ પ્રભુ મળશે એવા શાસ્ત્રોનાં વિધાન અમને કાવ્ય રસમાં પાઈ રહી છે. ને સાથે સાથે જીવી બતાવી, દર્શન કરાવી, તુંજ એની સ્તુતિ પણ અમારા માટે લખી રહી છે. તને રીઝવવા, તારી પ્રશંસા કરવા, તને પ્રસન્ન કરવાના સુત્રો તુંજ અમને તૈયાર કરી આપી રહી છે. આ તો એવું છે કે, ખુદ મહાદેવજ પુષ્પદંતને શિવ મહિમ્ન સ્તોત્ર લખી આપે, ને કહે : 'લે, આ ગા.'

ગઈ કાલના દિવસમાં તેં દ પદો રચ્યાં. ખરેખર, તારે શી જરૂર છે પદ રચીને ગાવાની, ગવડાવવાની? પંખીડાના રાગમાં આવાં સરસ શબ્દો ગોઠવવાની? કદાચ નવરાતમાં બધે વાગતા પંખીડાના શબ્દો સાંભળી સાંભળીને તને થયું હશે કે લાવ, મા કાલી જ આ કલમ પંખીડા સાથે ગરબે ધૂમતા શું ગાવું એ લખી ને મોકલી આપે. કે મા કાલીને નથી બાજોઠ જોઈતા, કે નથી ઘૂંઘરુ જોઈતા. મા કાલી ને કોઈએ કહેવાની જરૂર નથી કે ગરબે ધૂમો રે. મા કાલી તો પોતે જ ગરબા રચીને ગરબે ધૂમી રહ્યાં છે, ઝૂમી જ રહ્યાં છે. ને મા કાલી રાહ જોઈ રહ્યા છે. કે સંસારેથી થાકી, હારી ને એમનાં બાળ આવે, તો એમને ઊંચકી લે. તારી કલમ પંખીડા સાથે એવો સંદેશ તું પાવાગઢથી મોકલી રહી છે. કે પછી તારું સરનામું પાવાગઢથી હવે સ્વર્ગારોહણ બદલાયું છે, એ તું આ પદમાં જણાવી રહી છે?

તારી પદ પ્રદક્ષિણા મા તારી કરુણાના દર્શન છે. થેંક યુ મા. પ્રણામ મા.

- (૧) બ્રહ્માંડમાં કોઈ વસ્તુ, વિચાર કે પદાર્થ સ્થિર છે જ નહીં.
- (૨) વ્યક્તિએ કરેલાં કર્મો પરિસ્થિતિને આકાર આપે છે .
- (૩) જે કાંઈ થવાનું હોય તે થાય જ છે. બનવાનું હોય તે બન્યા જ કરે છે. નિયતિનો આ અટલ નિયમ છે .

## હિમાલયના પત્રોમાંથી

—યોગેશ્વરજી

વડોદરા.

તા. ૪ જાન્યુ. ૧૯૪૧

### ધર્મનો સાર

પૂ.ગુરુદેવ યોગેશ્વરજીએ સને ૧૯૪૧ જાન્યુ. એટલે કે આજથી ૭૦ વર્ષ પહેલાં અમારા પર જે પત્ર લખેલો—એટલે કે તેઓની ૨૦ વર્ષની ઉમ્મરે, તે આજના દિને પણ કેટલો પ્રસ્તુત છે. તે આ વાંચતા સમજાશે. વિદ્યાર્થી કાળથી જ તેઓનું ચિંતન કેટલું બધું સ્પષ્ટ હતું! વાંચતાં ખ્યાલ આવશે.

નારાયણભાઈ જાની—તંત્રી

ભાઈ નારાયણ,

પત્ર વાંચીને આનંદ થયો. હજુ શ્રી અરવિંદનો પત્ર મળ્યો નથી. અધીરાઈ વધતી જાય છે. થાય છે કે જલદી ઉત્તર આવે તો સારું. પરીક્ષા પાસે હશે. અભ્યાસ કર્યો હશે. સફળતા ઈચ્છું છું. મિત્રોને વંદન કરું છું.

જ્યારે જ્યારે જગતમાં વેરઝેર વધ્યાં છે ને અધર્મને ઓથે અનેક જાતની જવાલાઓ ઉત્પન્ન થઈ છે ત્યારે ત્યારે ભારતના ભવ્ય ભાલમાંથી એકાદ કિરણ છૂટ્યું છે. જગતને જ્યારે જરૂર પડી છે ત્યારે ભારતે તેને જીવન આપ્યું છે. જ્યારે માનવતાનો છેક જ ધ્વંસ થયો છે ત્યારે ત્યારે ભારતના તપસ્વીનાં પગલાંથી પુનિત થયેલા પ્રદેશમાંથી એકાદ ધર્મમૂર્તિનો સ્વર બહાર આવ્યો છે. છેલ્લાં સો વર્ષનો આપણો ઇતિહાસ જોતાં જણાશે કે

દયાનંદ, રામકૃષ્ણ, વિવેકાનંદ, રામતીર્થ ને તે પછી ગાંધીજી, અરવિંદ, ને ટાગોર—એ મહાપુરુષોએ હિંદને ઉન્નત રાખવામાં ફાળો આપ્યો છે. આ બધા પરથી જણાય છે કે ભારતનું ભાવિ ઉજ્જવલ છે ને તેના સુવર્ણકાળની ઉષા પ્રગટી ચૂકી છે. (ખરી રીતે જોતાં તો આજે જેટલી ધર્મની જરૂર છે તેટલી બીજા કોઈ કાળે ન હતી.) એ ધર્મમૂર્તિ તો છે, ને હશે, પણ એના ધર્મયુદ્ધમાં અનેક સૈનિકોની જરૂર પડશે, જેવી રીતે રામને વાનરોની જરૂર પડેલી. એવે વખતે સાગર પરનો પુલ બંધાતો હતો ત્યારે પેલી ખીસકોલીએ જેમ થોડીક રેતી મૂકીને જ કૃતકૃત્યતા માની હતી તેમ આપણે પણ એ વિરાટ કાર્યમાં થોડાક પણ મદદગાર થવા અત્યારથી જ ઉદ્યત થવું જોઈએ. આપણા આત્મબળને આપણે ખીલવવું જોઈએ અને આપણી સંસ્કૃતિને પૂરેપૂરી સમજી લેવી જોઈએ.

સર્વ ધર્મોનો સાર એ છે કે કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ, તિરસ્કાર, અશાંતિ, વાસના, ઈન્દ્રિયોની ગુલામી વગેરેમાંથી મુક્તિ મેળવવી ને પ્રેમ, શાંતિ, દયા, પરોપકાર, અહિંસા, અભય વગેરેને હૃદયમાં રંગી દેવાં. જેટલે અંશે આપણે એમ કરી શકીએ તેટલે અંશે આપણે જીવ્યું સાર્થક કહેવાય. એટલું આપણે કરી શકીએ, ને કોઈ પણ કરી શકે છે, તો આપણે મહાનમાં મહાન થઈ શકીએ, કેમકે મહાન પુરુષો બીજું કાંઈ નહીં પણ આમાંના એકાદ બે ગુણોના વિકસાવનારા જ હોય છે. દાખલા તરીકે ગાંધીજી સત્ય ને અહિંસાના પૂજારી છે. નેપોલિયન અભયનો પૂજારી હતો. સિકંદર સાહસનો હતો. ઈશુ એ પ્રેમ ને સ્વાર્પણની પ્રત્યક્ષ પ્રતિમા હતા, ને એવી જ રીતે બુદ્ધ એ ત્યાગનું ઉત્કૃષ્ટ ઉદાહરણ અથવા અનુકંપાના અવતાર હતા.

એક ગુણના બળથી બીજા ગુણો આપોઆપ આવે છે. આપણે શુદ્ધિનો યત્ન કર્યા જ કરીએ એ બહુ સારું છે. એ પ્રયાસ એવો છે કે જે એને આચરશે તે પોતાના હૃદયમાં સ્વર્ગ ઊતરેલું જોશે. સુખને માટે, પછી તે વ્યક્તિગત હોય, સામાજિક હોય, કે આખા જગતને લગતું હોય, આના વિના કોઈ પણ મહાન ઉપાય છે નહીં. હિટલર આટલો મહાન છે તેનું કારણ તેનામાં અવગુણ વધ્યો છે એ છે. એ દિશા અવળી છે. એટલે જીવનમાં આપણે ગમે તે કરતા હોઈએ, કુટુંબનું સુખ જોઈતું હોય તો પણ, આ ગુણો સાધવા તરફ આપણી દૃષ્ટિ રહેવી જોઈએ. જેને જેને સાચી શાંતિ જોઈતી હશે તેણે એક વાર તો તેમ કરવું પડશે.

પુસ્તકોમાંથી પૂજાલાલનો કાવ્યસંગ્રહ ‘પારિજાત’ સારો છે. ‘બુદ્ધ ને મહાવીર’, ‘જીવનશોધન’, ‘કલ્કી અથવા સંસ્કૃતિનું ભાવિ’ એ પુસ્તકો વાંચવા જેવાં છે. કંઈ નહીં તો વિવેકાનંદના વ્યાખ્યાનો ઉત્તમ છે. હમણાં મેં ‘સત્યાગ્રહ ને અસહયોગ’ વાંચ્યું છે. બહુ જ સુંદર છે. દરેકે વાંચવા જેવું છે. એમાં ભારતના પ્રાચીન ગૌરવનો ઇતિહાસ આલેખ્યો છે. ભારત કેટલું બધું ઉન્નત હતું! ભારતનાં બાળકો કેવાં હતાં, જીવન કેવાં હતાં! ભારતની શિક્ષણપ્રથા, લગ્ન સંસ્થા, સામાજિક વ્યવસ્થા, રાજકરણ પ્રથા, બધું ઉત્તમ હતું. શિલ્પ, સંગીત, ચિત્ર, જ્યોતિષ, બધામાં ભારત આગળ હતું. રસાયન, ઔષધિ, આધ્યાત્મિકતા, એમાં ભારતે ખૂબ જ પ્રગતિ સાધી હતી. ભારતમાં વીર હતા. સતીઓ હતી. ભારતનું ઋષિત્વ હવે રહ્યું નથી. જન્મભર બ્રહ્મચર્ય પાળનારા યુવાનોને બદલે હવે નપુંસક જેવો યુવાનો રહ્યા છે. લગ્નસંસ્થાની પવિત્રતા પણ ઓછી રહી છે. સામાજિક સુધારો, કેળવણી, ચારિત્ર્ય, દરેક બાબતમાં

આપણે પાશ્ચાત્ય પવનથી રંગાવા માંડ્યા છીએ. આના જેવું ખરાબ કંઈ નથી. આપણે સત્વરે શરીરને સુધારવું જોઈએ, ઋષિનું જ્ઞાન લેવું જોઈએ, હૃદયના ગુણ ખીલવવા જોઈએ, તો જ આપણે સાચા સ્વદેશી કહેવાઈશું. હિંદની ભૂમિ પર જન્મ લઈને જે પોતાનું જીવન વ્યર્થ વિવાદ, ખાવુ, પીવું ને મરવું તથા ઇન્દ્રિયોના વિલાસો પાછળ જ ગાળે છે, તેના જેવો અધમ બીજો કોઈ નથી. આ બધું જલદી સમજાય તેમ સારું. હજી ઘણા આ સમજતા નથી. આપણે ક્યાં સુધી ઊંઘીશું?

- (૧) માનવ દેહ દ્વારા કરાતાં નવા ક્રિયામણ કર્મનું ફળ તેના પરિપક્વ સમયે મળશે જ તે કર્મનો એક અફર પ્રાકૃતિક સિદ્ધાંત છે.
- (૨) સંપત્તિ વિના જીવનમાં સુખ નથી, આ માન્યતા ગરીબની છે. શાંતિ વિના આ જીવનમાં મજા નથી, આ માન્યતા શ્રીમતંની છે. જ્યારે પ્રસન્નતા વિના આ જીવનનો કોઈ અર્થ નથી આ માન્યતા ધર્માત્માની છે.
- (૩) જે સફળતાથી, જે વિકાસથી અને જે વિજયથી મન હસતું હોય પણ અંતઃકરણ રડતું હોય એ સફળતાથી, વિકાસથી કે વિજયથી જાતને દૂર રાખી દેવામાં પળનોય વિલંબ ન કરશો કારણ કે એ સફળતા, એ વિકાસ અને એ વિજયના કેન્દ્રમાં દંભ, કપટ, જૂઠ અને બનાવટ સિવાય બીજું કાંઈ જ નહીં હોય.

## શું ખોટું ને શું સાચું?

—નીલમ દોશી

માત્ર બુદ્ધિથી સમજવા આમ ફાંફાં માર નહીં,  
આંખ મીચી જો જરી, આ બંદગીની વાત છે.

હર્ષ બ્રહ્મભટ્ટ

હંમેશાં દરેક વાતમાં સાચા—ખોટાનો ન્યાય કરવાનું જરૂર નથી હોતું. સિક્કાને હંમેશાં બે બાજુ હોય છે. આપણે એક જ તરફથી એને જોઈ ન શકીએ.

હમણાં મારી મિત્ર જેના બનારસથી આવી હતી. ત્યાં પંડાઓને લીધે તેણે જે હેરાનગતિ ભોગવી હતી તેને લીધે તે ઉશ્કેરાટમાં હતી. તેનાં ફેંબાને રોજ સવારે મંગળાનાં દર્શન કરવા જવાનો નિયમ હતો. નવી પેઢીની જેનાને એ ન ગમતું. એમાં ‘યે ઓ માય ગોડ’ ફિલ્મ જોયા બાદ તો તે મંદિરોની બહુ વિરોધી બની ગઈ હતી. આજે સવારે ફેંબા મંદિરે જવા તૈયાર થયાં ત્યારે તેનાથી રહેવાયું નહીં.

‘ફેંબા, ભગવાન તો આપણી અંદર છે. ભગવાન કંઈ તમે બધા માનો છો એમ મંદિરમાં રહેતા નથી. અરે, આજનાં મંદિરો તો પ્રોફેશનલ બની ગયાં છે. બધું ધર્તિંગ બની ગયું છે, ધર્તિંગ, ફેંબા, એવા કોઈ ક્રિયાકાંડની આપણે જરૂર જ નથી. બસ, આપણું મન સાફ હોય, શક્ય તેટલી કોઈને મદદ કરીએ, એ જ સાચો ધર્મ, જનસેવા એ જ પ્રભુસેવા એ તમે નથી સાંભળ્યું? આજે યે તમે રામ—સીતાની વાતો પોપટની જેમ પઢ્યે જાઓ છો, એનાથી કોનું ભલું થવાનું છે? સમયનો બગાડ છે બધો.

ભગવાન પાસે બધું છે જ એમ તમે પણ માનો છો તો પછી પ્રસાદના દંભ શાના? આ અન્નકૂટ ને એવા દેખાડા શા માટે? અરે, ધંધો માંડીને બેઠા છે. આ બધા પંડાઓ ને પૂજારીઓ, ભગવાન તો આપણી અંદર બેઠા છે. તમે જ કહો છો ને કે ભગવાન તો કણકણમાં બધે છે, તો પછી એને માટે બહાર જવાની શી જરૂર?

જેનાએ પૂરા બે દિવસ સુધી આવી વાતોથી નિમુબાનું બ્રેઈન વોશ કર્યાં કર્યું. નિમુબા જેનાની કોઈ વાતને ન સ્વીકારી શક્યાં કે ન નકારી શક્યાં. તેની બધી વાતોનો જવાબ જેનાએ જોરદાર દલીલોથી આપ્યો હતો.

એટલે, આટલાં વરસો સુધી હું જે કંઈ કરતી આવી છું એ બધું ખોટું? નુમુબા ઉદાસ બની ગયાં.

નિમુબાની વહુ શુભાએ જેનાની બધી વાત સાંભળી હતી. તેણે જેનાને પાસે બોલાવી.

‘જેના, તું કહે છે એ બધી વાત સાચી. આજે મંદિરો પ્રોફેશનલ બની ગયાં છે. પૂજારી, પંડા, અન્નકૂટ એ બધી તારી વાત સાચી. કોઈ ક્રિયાકાંડ જરૂરી નથી. હું પોતે એવું કશું કરતી નથી. શું સાચું ને શું ખોટું એવી કોઈ ચર્ચા આપણે નહીં કરીએ. પણ જેના, મમ્મી જે કરે છે એ તેને માટે, અમારા બધા માટે બહુ જરૂરી છે.

‘ભાભી, મને સમજાયું નહીં,’

‘જો, હું તને સમજાવું. આપણે બીજી રીતે વિચારીએ. રોજ સવારે ચાલવા જવું મમ્મી માટે સારું ગણાય કે નહીં?’

‘ઓફ કોર્સ સારું જ ગણાયને. વોક તો જરૂરી છે જ.’

‘તો ફેંબાને તું આ ઉંમરે મોર્નિંગ વોકમાં જાવ એમ કહે તો

જાન્યુઆરી : ૨૦૧૬

૫૭

એ જા્ય ખરાં? એને બદલે મંગળાનાં દર્શન કરવા માટે થઈને રોજ કેટલું ચાલી આવે છે. સવારે ભગવાનની સેવાપૂજા કરે છે તો એમાં જીવ પરોવાઈ રહે છે. નહીતર ઘરમાં આ કામ નથી થયું ને અહીં આમ પડ્યું છે. આમ ન કરાય વગેરે સૂચનાઓ ચાલુ જ રહે. સ્વભાવિક રીતે જ તેમની અને મારી કામ કરવાની રીતમાં ફરક હોવાનો જ... એ મારું ન સ્વીકારી શકે કે હું એની રીતે ન કરી શકું... એને બદલે સેવાપૂજામાં સમય પસાર થાય છે તો અમારી વચ્ચે મતભેદ થવાની શક્યતાઓ ઘટી જાય છે. સાંજે પણ મંદિરને બહાને ચાલી આવે છે. ત્યાં એના જેવડા કોઈને મળે... ક્યારેક બે વાતો કરીને મનનો ઊભરો ઠલવાઈ જાય. સાથે નવ્યાને પણ રોજ બગીચામાં ફરવા લઈ જાય છે અને આવીને થાકી ગયાં હોય એટલે બીજી કોઈ પંચાતમાં પડે જ નહીં. દરેક ઘરમાં વત્તેઓછે અંશે બે પેઢી વચ્ચે જનરેશન ગેપ હોય. અહીં પણ છે, પણ અમારા ઘરમાં તને એ અનુભવાય છે ખરો? કારણ સમય જ નથી બચતો એ બધા માટે...

અને રાત્રે રોજ સાથે બેસીને રામાયણ વાંચવાનો કાયદો તો મને બહુ ગમે છે. એ બહાને બધા સમયસર જમી લે છે... શાંતિથી બધા સાથે થોડીવાર બેસીએ છીએ. બાળકોને એક સંસ્કાર પડે છે. મોહિતને રોજ જમ્યા પછી બહાર ભાઈબંધ સાથે પાન ખાવા જવાની આદત હતી એને બદલે મમ્મીએ આ નિયમ કર્યો છે એટલે પરિવાર સાથે બેસે છે એ કંઈ ઓછા ફાયદાની વાત છે? બોલ, હવે બીજી બધી વાતો જવા દે, પણ મમ્મી જે કરે છે એમાં ખોટું શું છે?

બીજે દિવસે જેનાએ ફેબાને કહ્યું, 'ફેબા, હું તો તમારી

૫૮

અધ્યાત્મ

પરીક્ષા કરતી હતી. બાકી અમારા જેવા યુવાનો તો મનમાં જે આવે તે બોલ્યે રાખે. આજે મંદિરે જાવ ત્યારે ભગવાન પાસે મારી યે થોડી લાગવગ લગાડજો હોં, મને સારો છોકરો મળે એવી પ્રાર્થના કરશોને મારા વતી? ફેબા, તમારે તો એની સાથે સીધો નાતો...'

નિમુબા હરખાઈને દર્શન માટે ઊપડ્યાં. જેના અને શુભા હસી રહ્યાં. હવે ઘરની શાંતિ સલામત હતી.

દરેક વખતે સાચા—ખોટાની ઝંઝટમાં પડ્યા સિવાય આપણે આપણી રીતે રહેવું. આપણને જે દિલથી ગમે એ દંભ સિવાય કરતા રહેવું. એ જ આપણા જીવનનો રાજમાર્ગ.

થાકી ગયેલ બુદ્ધિએ ઈશ્વરની કલ્પના કરી,  
એને ગમ્યું તે સાર ને બીજું બધું અસાર છે.



ફોન : દુકાન : ૨૨૫૮૮૧૨ ઘર : ૨૬૬૪૦૭૮

મોબાઈલ : ૯૩૭૪૭૧૦૩૦૪

દીપક સી. મહેતા

❖ કૃષ્ણા ફિલ્મ્સ એન્ડ સ્ટુડિઓ ❖

૧, શ્યામ એપાર્ટમેન્ટ, કાકડીઆ કોમ્પ્લેક્સ પાસે,

ઘોડદોડ રોડ, સુરત-૩૯૫૦૦૧

## ઈમાનદારી!

—ડો.આઈ.કે વિજળીવાળા

બપોરના બાર વાગ્યા હતા. હું મારી ઓપીડીનાં કામમાં વ્યસ્ત હતો. દરરોજ લગભગ ૧૨૦ જેટલાં દર્દીઓને જોવા પડતા હોવાના કારણે અમે અત્યંત વ્યસ્તતા અનુભવતા હોઈએ છીએ. દરરોજ મશીનની માફક અમારું કામ ચાલતું હોય. બાળ-દર્દીઓને તપાસવા, એમના રિપોર્ટ્સ જોવા, દવા લખી આપવી, ખોરાકથી માંડીને દવા વિશે સમજાવવું—એમ ઢગલો એક કામ કમબદ્ધ ચાલતા હોય.

‘સાહેબ, એક બાળક ખૂબ સિરિયસ લાગે છે, મોકલું?’ એ યંત્રવત કામોની ભરમાર વચ્ચે મારા માણસે મને કહ્યું.

‘શું થયું છે?’ મેં પૂછ્યું.

‘નાનું બાળક છે અને હાંફે છે.’ એણે જવાબ આપ્યો. મેં એને મોકલવા માટે માથું હલાવીને સંમતિ આપી.

થોડીવારમાં જ એક માજી અને એક બહેન દોઢેક વરસના એક દીકરાને લઈને મારી ચેમ્બરમાં દાખલ થયાં. બંનેનાં કપડાં પરથી એમના ઘરની સ્થિતિનો તરત જ અંદાજ આવી જતો હતો. અનેક થીગડાંવાળાં કપડાં બતાવી જ આપતાં હતાં કે એમની પરિસ્થિતિ કેવી હશે. બાળકને પણ એવાં જ ગાભામાં વીંટાળ્યું હતું. મેં એમને મારી બાજુમાં બેસવાનો ઈશારો કર્યો. માજી એ દીકરાને લઈને મારી બાજુમાં બેસી ગયાં.

‘ક્યાં ગામથી આવો છો?’ મેં પૂછ્યું.

‘ગારિયાધારની બાજુના ગામડેથી’ માજીએ જવાબ આપ્યો.

‘બાળક કેટલા દિવસથી બીમાર છે?’

‘ત્રણ દિવસથી. ત્રણ દિ’ પહેલા એને ઉધરસ શરૂ થઈ હતી અને ગઈકાલથી ઊભો શ્વાસ થઈ ગયો છે.’ માજીએ કહ્યું.

મેં બાળકને ઓઢાડેલું કપડું હટાવ્યું. સાવ હાડપિંજર જેવું એ બાળક ધમણની માફક હાંફતું હતું. કુપોષણ અને ઘણાં બધાં વિટામિનની ખામીથી એ કૃશ શરીર કાળાં મેશ જેવું બની ગયું હતું. આંખો અર્ધી ખુલ્લી હતી. એનું શરીર પણ ખાસ્સું તપતું હતું. હાથપગના નખ ભૂરા થઈ ગયા હતા. આ બધી બાબતો એને બંને ફેફસામાં ન્યુમોનિયા થયો હોવાની ચાડી ખાતી હતી.

‘માજી! આને દાખલ કરવો પડશે. કદાચ એને શ્વાસના મશીનની જરૂર પણ પડે (વેન્ટીલેટરની). એ સગવડ મારી પાસે નથી. તમે એક કામ કરો. ભાવનગરના સરકારી દવાખાને આને દાખલ કરી દો. ત્યાં હવે આવી બધી સુવિધાઓ હોવાથી આ બાળકના બચી જવાની શક્યતા વધારે રહેશે.’

મેં કહ્યું. ભાવનગર મેડિકલ કોલેજ બન્યા પછી અહીંની સર તખ્તસિંહજી હોસ્પિટલમાં ખૂબ સારી સુવિધાઓ ઉપલબ્ધ થઈ ગઈ છે.

‘પણ બાપા! અમે બે જ જણ આવ્યાં છીએ. અમને તો એમ હતું કે દવા લઈને પાછાં જતાં રહીશું!’ માજી બોલ્યાં.

‘નહીં માડી! પાછાં જવાય એવું નથી. બાળક ખૂબ સિરિયસ છે. ઘરે દવા થઈ શકે એવું નથી લાગતું. તમારે એને દાખલ તો કરવું જ પડશે.’ મેં ભાર દઈને કહ્યું.

‘પણ...! પણ...’ માજી બે વખત ‘પણ’ બોલીને અટકી ગયાં. એને શું કહેવું હતું એનો અંદાજ લગાવતાં હું બોલ્યો,

‘માડી! તમે કોઈ પણ જાતની ચિંતા કરતાં નહીં. આ સરકારી દવાખાનું છે. ગરીબ માણસોને સાવ મફતમાં સારામાં સારી સારવાર ત્યાં મળે છે, એટલે તમે ખર્ચની ચિંતા નહીં કરતા.’

‘પણ અમે સાસુ—વહુ ત્રણસો રૂપિયા લઈને નીકળ્યાં છીએ! એમાંથી ચોથા ભાગના ટિકિટમાં વચા ગ્યા. હવે અમારી પાસે માંડ બસોએક રૂપિયા વધ્યા છે. અમારે દવા કે એવું કાંઈક લાવવું પડશે તો?’ માડીએ વાત કહી જ નાખી.

મને એમના ખચકાટનું કારણ શું હોઈ શકે એનો લગભગ અંદાજ તો હતો જ. મેં એમને પાંચસો રૂપિયા આપ્યા અને કહ્યું. ‘માડી! અત્યારે તમે આ લઈને જાવ અને દાખલ થઈ જાવ. એક વાર દીકરાની સારવાર શરૂ થઈ જાય પછી બીજું બધું જોયું જાશે.’

પરંતુ મારી નવાઈ વચ્ચે માજીએ એ લેવાની સાફ ના પાડી.

‘કેમ માડી?’ મેં કહ્યું, ‘અત્યારે આ લઈને તમે જલદી જાવ અને આને દાખલ કરી દો.’

પણ મારો હાથ પાછો ઠેલતાં માજી બોલ્યાં, ‘ના સાહેબ! અમે હમણાં બસસ્ટેન્ડે જઈને કો’ક ઓળખીતા ભેગું કે’વડાવશું એટલે ઘરે સમાચાર મળી જાશે. પછી આ છોકરાનો બાપ ગમે એમ કરીને પૈસાનું કરશે. પણ તમારા થોડા લેવાના હોય?’

‘માડી!’ મેં કહ્યું, ‘અત્યારે એવો બધો સંકોચ છોડો અને મારી વાત ધ્યાનથી સાંભળો. તમારે જતા વેંત મોઘા ઈન્જેક્શન લાવવાના થયાં તો? તમે કહેવડાવો અને છોકરાનો બાપ વ્યવસ્થા કરીને ભાવનગર આવે એટલી વારમાં તો મોડું ન થઈ જાય? એના કરતાં આ પૈસા લેતા જાવ અને જલદી એને મોટા

દવાખાનામાં દાખલ કરી દો. અને હા! જો ત્યાં દાખલ થયા પછી પણ કોઈ દવા કે ઈન્જેક્શન લાવવા માટે પૈસાની જરૂર પડે તો મારી પાસેથી લઈ જાઓ. પણ હવે જલદી જાવ!’ મેં એમને સમજાવવાની કોશિશ કરી.

મારા આપેલા પૈસા લેવાની એમની જરા પણ ઈચ્છા નહોતી. પરંતુ મારી સમજાવટની અસર હોય કે પછી બાળકની ગંભીર સ્થિતિ એ ગમે તે હોય પણ માજીએ વધારે રક્તક કવાનું માંડી વાળ્યું અને બાળકને લઈને સાસુ—વહુ સરકારી દવાખાને જવા રવાના થયાં.

એ વાતને ત્રણ દિવસ વીતી ગયા. ચોથા દિવસે બપોરે હું ઓપીડીના બાકી રહેલા છેલ્લા બાળદર્દીને તપાસી રહ્યો હતો. મેં મારા માણસને પૂછ્યું કે ‘બહાર કોઈ છે હવે?’

‘હા સાહેબ! ત્રણ દિવસ પહેલાં જે સિરિયસ છોકરાને મોટા દવાખાને મોકલ્યો હતો એના દાદીમા બહાર બેઠાં છે. મોકલું?’

મેં હા પાડી. રોજની દોડધામમાં અમે એ વાત ભૂલી પણ ગયા હતા. પછી હું વિચારમાં પડી ગયો. મને થયું કે. ‘કદાચ પેલા છોકરા માટે વધારે મદદની જરૂર પડી હશે. નહીંતર મોટાભાગે તો બીજા દવાખાને મોકલેલા દર્દીના સગા ભાગ્યે જ મળવા આવતા હોય છે.’ હું આગળ કાંઈ વિચારું એ પહેલાં જ પેલા માજી અંદર આવ્યાં.

મેં માજીને બેસાડ્યાં. પછી પૂછ્યું, ‘બોલો માડી! કેમ આવવું થયું?’

‘આ પાંચસો રૂપિયા પાછા આપવા આવી છું, સાહેબ!’ માજી બોલ્યાં.

‘પાછા આપવા? કેમ?’ મને નવાઈ લાગી.

‘હા સાહેબ! પાછા આપવા આવી છું.’ માજીએ કહ્યું.

‘પણ કેમ માડી?’

‘સાહેબ! અમે મોટા દવાખાને ગયા પછી બે કલાકમાં જ દીકરો તો ગુજરી ગ્યો. ત્યાંના દાકતરે એકેય દવા બજારમાંથી નહોતી મંગાવી. દીકરો તો ઈ પહેલાં જ પાછો થયો હતો. તે દિ’ તો અમે મૈયત લઈને ઘરે વચાગ્યા’તા. આજ જિયારત પત્યા પછી હું આ પૈસા દેવા આવી છું.’

‘પણ માડી, એ રાખવા હતા ને? ઘરમાં કામ આવત. એટલાક રૂપિયા માટે આટલો લાંબો ધક્કો થોડો ખવાય?’ મેં કહ્યું.

‘ના સાહેબ! એ તો હરામના કે’વાય. તમે તો દીકરાની દવા માટે આપ્યા’તા. દીકરો તો પાછો થયો. એના માટે એક ફદિયું પણ વપરાયું નહોતું. હવે ઈ પૈસા અમારે નો જ રખાય. તમે ઈ પાછા લઈ લ્યો.’ માડીએ મારા ટેબલ પર પૈસા મૂક્યા.

હું નિ:શબ્દ બની ગયો. આજકાલ દરેક બાબતમાં કળિયુગ આવી ગયો છે. એવું બોલાય છે. ઘણી વખત અનુભવાય છે. પણ એ ક્ષણે હું જે જોઈ રહ્યો હતો એ થોડીક મિનિટો ચોક્કસપણે કહી શકાય કે કળિયુગની તો નહોતી જ! ધરતી માનવીઓનો ભાર કદાચ એમ જ ઝીલી નહીં લેતી હોય. આવા લોકોના કારણે જ એ શક્ય બનતું હશે. ગામડામાં વસતો સાવ છેવાડાનો માણસ વ્યવહારમાં હજુ આવો અણીશુદ્ધ રહી શક્યો છે ત્યાં સુધી આ દેશની ચડતી જ હોય એવો વિશ્વાસ મને આવી ગયો. મારા દેશના આવા કહેવાતા ‘નાના’ પરંતુ હકીક્તમાં ‘વિરાટ’

માણસો માટે મારી છાતી એકાદ ગજ ફૂલી ગઈ. આપણા સમાજની ઈમારતનો ઉપરનો માળ ઘણો સડી ગયેલો લાગે છે, પણ એનો પાયો હજુ મજબૂત છે એવી નક્કર હૈયાધારણ મળી ગઈ.

‘માડી!’ મેં માજીના હાથમાં પાંચસો રૂપિયા પાછા મૂકતા કહ્યું, ‘ આ પૈસા તમારે રાખવાના છે. તમારી ઈમાનદારીના છે. નહીંતર આજના જમાનામાં આમ કોઈ ગાંઠના પૈસા ખર્ચીને પાછા આપવા આવે ખરું? તમે વાપર્યા કે નહીં એ હું ક્યાં જાણું છું કે ક્યાં પૂછવાનો હતો?’

‘પણ ઉપરવાળો તો પૂછશે ને?’ માજી બોલ્યાં.

માડીનો જવાબ સાંભળીને હું ફરી એકવાર નિ:શબ્દ બની ગયો. મને થયું કે નીતિ—અનીતિની સાવ સ્પષ્ટ સમજણ જે આ અભણ માણસોમાં છે એ આ ભ્રષ્ટાચાર આચરતા ભણેલાગણેલા લોકોમાં નહીં હોય? કદાચ હશે તો પણ એ લોકો પોતાના અંદરના અવાજને દબાવી દેતા હશે.

મેં માંડ માંડ એ માજીને સમજાવ્યાં. એ નહોતાં જ માનતાં. જ્યારે મેં કહ્યું કે ‘માડી! એ પૈસા પેલો ગુજરી ગયો એ દીકરાના નામના છે, હું એ પાછા ન લઈ શકું. એટલે એની યાદમાં ક્યાંક વાપરજો’ ત્યારે છેક એમણે એ સ્વીકાર્યાં.

મારી સામે જોઈ, આંસુભરી આંખે અને હળવે પગલે મારી ચેમ્બરમાંથી એ માજી બહાર ગયાં. એ વખતે એમની વળેલી કમર જોઈને મને થતું હતું કે ખરેખર, આ આખી ધરતીને ટકાવી રાખવાના ભારથી માણસની કમર આટલી તો વળી જ જાય! એ કાંઈ નાનો સૂનો ભાર થોડો છે?

