



# અધ્યાત્મ

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

- સંસ્થાપક : પ. પૂ. યોગેશ્વરજી સર્વમંગલ ચે. ટ્રસ્ટ સ્વર્ગરોહણ, 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. શ્રીગોરધનભાઈ કલોલા (કલ્યાણ) ૨. શ્રી જ્યોત્સ્નાબેન બી.ત્રિવેદી. ૩. શ્રી આશીષ ગોહિલ-avgohil1@gmail.com
- તંત્રી, મુદ્રક અને પ્રકાશક : નારાયણ હ. જાની.
- મુદ્રણસ્થાન : રાધેશ્યામ પ્રિન્ટીંગ પ્રેસ, LIG167, આનંદનગર, ભાવનગર-૧
- ★ લેખકોને નિમંત્રણ ★
- અધ્યાત્મમાં લેખો, ભજનો કે ગીતો મોકલાવવા લેખકોને નિમંત્રણ છે. અધ્યાત્મની ભાવનાને અનુરૂપ જ લેખો સ્વીકારવામાં આવશે.
- લખાણ કાગળની એક બાજુને 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 પાના ૬૮.

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

## ✪ અનુક્રમણિકા ✪

નામ-જપ મહિમા	સંકલન ભગવાન	૩
તંત્રીની પસંદગી વખતે પૂ.શ્રીએ આપેલી શીખ	-તંત્રી	૫
શ્રી યોગેશ્વર કથામૃત	મા સર્વેશ્વરી	૭
તેજસ્વી તારલાઓનું સન્માન પર્વ	જ્યોત્સ્નાબેન ત્રિવેદી	૧૨
તુ જ કાશી, તું જ કાબા...	સુધા મૂર્તિ	૧૫
પ્રેરક પ્રસંગ	સંકલન પરમાર્થી, મૂ.લે. દમયંતી સેજલપાલ	૨૫
પૂ.માની ઈટાલી યાત્રા	મા સર્વેશ્વરી	૩૦
રોજ એક કલાક આપણે માટે જ	ગુણવંત શાહ	૩૪
સભાન બનવું-સભાન બનવું એટલે શું?	જ્યોતિબેન થાનકી	૩૯
રામ બાદશાહનો સિક્કો	મકરંદ દવે	૪૩
ત્યાગ	સંતવાણી	૪૮
સર્વોત્તમ સંપત્તિ પામવાનો સરસ માર્ગ	મણિલાલ ન. દોશી	૪૯
શરીરની સંભાળ-ઊંઘ અને વ્યાયામ	જ્યોતિબેન થાનકી	૫૩
સેવાનું રહસ્ય	સ્વામી શિવાનંદ	૫૮
રસેશ્વરી	શ્રી યોગેશ્વરજી	૬૩



## નામ—જપ મહિમા

—સંકલન ભગવાન

### બોલ મા

બોલમા બોલમા બોલમા રે,  
રાધા—કૃષ્ણ વિના બીજું બોલ મા  
સાકર શેરડીનો સ્વાદ તજીને,  
કડવો તે લીંમડો ઘોળ મા રે...રાધા  
ચાંદા સૂરજનું તેજ તજીને,  
આગિયા સંગાથે પ્રિત જોડ મા રે...રાધા  
હીરા રે માણેક ઝવેરાત તજીને,  
કથીર સંગાથે મણિ તોળ મા રે...રાધા  
મીરાં કહે પ્રભુ ગિરિધરનાગર  
શરીર આપ્યું સમતોલમાં રે...રાધા



જે જપ જપે છે તેણે સર્વે શાસ્ત્રનો સાર જાણી લીધો છે તેને પછી કંઈ જ જાણવાનું રહેતું નથી. જે બધું જાણે છે તે ઈશ્વરને જાણતો નથી અને જે ઈશ્વરને જાણે છે તેને કશું જાણવાની જરૂર નથી. ફક્ત ભગવાનના નામનો ભરોસો હોય ભગવાનના નામમાં જેની નિષ્ઠા પ્રીતિ થઈ ગઈ, એના માટે સંસારમાં બીજું કંઈ કામ બાકી રહ્યું નથી.

મનુષ્ય જીવન થોડું છે અને શાસ્ત્રોનો પાર નથી, પરંતુ એકને એટલે ઈશ્વરને જાણે એટલે સઘળું જાણી જશો અને તે જપ દ્વારા

જ જણાશે. પરમાત્માને પ્રાપ્ત કરવા છે તેણે બહુ ગ્રંથ ન વાંચવા પણ જે જપ જપે છે તેણે સર્વે શાસ્ત્રનાં પારંગત થઈ ગયા છે. સર્વે શાસ્ત્રનો સાર જાણી લીધો છે. જો જપ સાધનામાં લગની લાગી જાય તો કંઈ જ કરવાનું બાકી રહેતું નથી. અનેક ગૃહસ્થો મહાપુરુષો મોટા મોટા ઋષિ મુનિઓનો નામ જપથી મોક્ષ થયેલ છે અને મહાપદ પામીને તરી ગયા છે, તેવા પુરાવા છે.

અંતકાળ માટે તો કોઈ જ શરત નથી, ભગવાન પરમ દયાળુ છે, તેમણે દયા કરીને જ જીવને આ મોક્ષ માટે ઉપયોગી મનુષ્ય શરીર આપ્યું છે. અને તે દયાળુ પરમાત્માએ આત્મ વિધાન પણ કર્યું છે કે અંતકાળે કોઈ પણ રીતે મારું નામ સ્મરણ કરી લેશે તેને મારી પ્રાપ્તિ જરૂર થશે જ.

સવાર—સાંજ નદી કિનારે, દરિયા કિનારે બાગ—બગીચામાં ફરવા જાઓ ત્યારે મંત્રનું ગાન કરો. વળી તુલસી ક્યારે, પીપળા પાસે, બીલી પાસે, આંબળાના વૃક્ષ, ઉમરા પાસે કે ગૌશાળા, દેવાલય, શિવાલય મંદિરે, તીર્થસ્થળોમાં જપ જપવા તેમજ ઉપવાસના દિવસે, જન્મ દિવસે, પર્વના દિવસે કરેલા જપ વધારે ફળદાઈ નીવડે છે. સૂર્ય ચંદ્રગ્રહણે નવરાત્રિમાં જપ કરવાથી અનેકગણુ ફળ મળે છે. બ્રાહ્મમૂર્ત્ત્રણે સંધ્યાકાળ (સવારે સૂર્યોદય પહેલાં, બપોરે બાર વાગ્યાની આસપાસ સાંજે સૂર્યાસ્તના સમયે) દરરોજ ચોક્કસ સમયે જપ કરવાથી ખૂબ જ લાભ છે.

મંત્રના જેટલા અક્ષરો હોય તેટલા લાખનું અનુષ્ઠાન કરવું જોઈએ.



## તંત્રીની પસંદગી વખતે પૂ.શ્રીએ આપેલી શીખ

—તંત્રી

પૂ. શ્રી યોગેશ્વરજીની ભૌતિક વિદ્યાય પછી ૩૦ વર્ષથી પૂ.મા શ્રી સર્વેશ્વરી અમને અને અધ્યાત્મને સંભાળી રહ્યાં છે, માર્ગદર્શન આપી રહ્યાં છે. એટલે ૩૦ વર્ષ પછી પૂ.શ્રીએ આપેલ શિખામણ અંગે અમે કંઈ ઉણા ઉતર્યા છીએ કે કેમ? તે જાણવાનું સહેજે મન થાય. તો પૂ.શ્રીએ માસિકના સ્થાપના સમયે આપેલ શીખ અમે અત્રે રજૂ કરી છે જેથી વાંચકો અમારું મૂલ્યાંકન કરી શકે.

અમે (નારાયણભાઈ) ૧૯૭૭ના નવેમ્બરના અંતે સરકારી નોકરીમાંથી નિવૃત્ત થયા. પૂ.શ્રી પાસે ગયા. તો પૂ.શ્રીએ પૂછ્યું, હવે શું કરશો?

સરકાર બે વર્ષ માટે એક્સટેન્શન આપે છે તે લેવા વિચારું છું.

પૂ.શ્રી તે સાંભળી રહ્યા. પછી ધીરેથી પૂછ્યું.

“હાલ રોટલા ખાવાની તકલીફ છે?”

અમે કહ્યું, ‘એવું તો છેક નથી. પણ છોકરાઓને થોડી મદદ થાય!’

“પરંતુ તમારી જીંદગીનાં બે અમૂલ્ય વર્ષો જતાં રહેશે તેનું શું? કુટુંબ માટે બહુ જીવ્યા. હવે જાત માટે જીવો. સમાજ માટે જીવો.”

મેં પૂછ્યું, તો કહે. ‘આપણો એક સારું આધ્યાત્મિક માસિક શરૂ કરવા સંકલ્પ છે, તે કામ તમે સંભાળો.’

અમે કહ્યું, “મને તેનો કોઈ અનુભવ નથી. પૂ.શ્રીએ કહ્યું. તેની ચિંતા ના કરો. કામ કામને શીખવશે.”

પરંતુ મારાથી વિશેષ આવડતવાળા બીજા ભાઈઓ છે, તેમને સોંપો તો?

પૂ.શ્રીએ કહ્યું, ‘આ કામ અમે એમને સોંપવા માગીએ છીએ,

જેનામાં અમને વિશ્વાસ હોય અને જેમને અમારામાં વિશ્વાસ હોય. થોડી ઓછી આવડત ચાલે, પરંતુ આ કામ માટે અમે તમને પસંદ કર્યો છે. બોલો, તમારો શો જવાબ છે?’

પૂ.શ્રીના આ પ્રસ્તાવ અંગે અમે તો કંઈ વિચાર્યું ન હતું, છતાં તેઓની અમારામાંની શ્રદ્ધા જોઈ અમને સાનંદ આશ્ચર્ય થયું એટલે તુરત જ હા પાડી દીધી.

અમારી હા સાંભળી તેઓ પ્રસન્ન થયા, પછી કહ્યું, “તો સાંભળો. સાચી નિષ્ઠાથી કરેલ કોઈ કામની કોઈ ટીકા કરે તો તે મન પર લેવું નહીં. ભૂલ થાય તો સ્વીકારતાં કદી શરમાવું નહીં. ટીકા કરનાર પ્રત્યે મનમાં કોઈ દુર્ભાવ પેદા ના થવા દેવો—અને છેલ્લી વાત.”

માસિક આપણા ટ્રસ્ટનું છે એટલે એમાં આપણા ટ્રસ્ટની પ્રવૃત્તિની તેમજ અમારા અને પૂ.માના લખાણોની રજૂઆતો તેમાં આવે એ સ્વાભાવિક છે. પરંતુ આ માસિક કોઈ સંપ્રદાયનું નથી. આધ્યાત્મિકતાનું છે. તે વાત કદી ના ભૂલતા. જીવનમાં મારું છે, તે જ સારું છે એવું કદી ના માનતા, નહીં તો તેમાં કોઈ સાંપ્રદાયીકતાની ગંધ આવવા માંડશે. એવો ઉદાર દષ્ટિકોણ રાખજો કે દુનિયામાં જે જે સારું છે તે મારું છે તો તમે કદી કોઈ એક વિચારસરણિમાં બંધિયાર નહીં બનો, ને લોકો તમારા માસિકને અપનાવશે, સ્વીકારશે. વળી માનવને જીવનમાં ઉપયોગી હોય તેવી વાતોને પ્રાધાન્ય આપજો, વારેવારે લખજો, જેથી વાંચનારાના મન પર તેના સંસ્કાર પડે. પુનરૂક્તિ એની ભલે થતી રહે.

જાઓ, અમે હોઈશું કે નહીં હોઈએ પણ આ વાતોનો તમે અમલ કરશો તો પ્રભુ સફળતા આપશે જ, આશીર્વાદ છે અમારા.

આ વાતને ૩૭ વર્ષ થઈ ગયાં. અમે આમાં કેટલા સફળ થયા તે વાંચકો નક્કી કરે. અમારા પક્ષે અમે એટલું કહી શકીએ કે અમે પ્રામાણિક પણે પૂ.શ્રીની શિખામણનું પાલન કરવા કોશિષ કરી છે સફળતા નિષ્ફળતા પ્રભુ પર છોડી છે. મા—પ્રભુ પર છોડી છે. ○

# અધ્યાત્મ

વરદ હસ્ત પ્રભુ તમારો, સદાય રહેજો જીવન સહારો

—મા સર્વેશ્વરી

વર્ષ : ૩૬

માર્ચ—૨૦૧૪

અંક ૬

## શ્રી યોગેશ્વર કથામૃત

—મા સર્વેશ્વરી

સ્થળ:—ગૌરીકુંડથી ઋષિકેશ, જેઠ સુદ તેરસ

તા.૦૬/૦૬/૮૨ રવિવાર.

ઈન્દ્રલોકના ૧૧૯ નંબરના ઓરડામાં ફરી ઉતારો થયો.  
એક દિવસના ૪૫ રૂા. હતા. આરામ કર્યો.

સવારે લેખનકાર્ય બાદ ૧૧ વાગ્યે દેવકીબાઈની ધર્મશાળામાં  
સૌ પાસે ગયા. ત્યાં ડૉક્ટર દાણી મળવા આવ્યા. તેમની સાથે  
થોડી વાતો થઈ.

આજે ત્રિવેણીઘાટ ઉપર માલિકની ભોજનાલયમાં  
દાળભાત, શાકનું ભોજન લીધું. ભોજન બાદ આરામ.

સાંજે ૬ વાગ્યે કાલીકમલી સંઘના ચૈતન્યના ગોસ્વામીને  
મળ્યા. માતાજી જ્યોતિર્મયીના સ્મરણમાં એક ધર્મશાળા  
ઋષિકેશમાં થાય તે અંગે પૂ.શ્રીએ વાતો કરી.

ત્યાંથી ગંગા કિનારે પૂ.શ્રી ગયા ને સર્વેશ્વરી બજારમાં

રોકાયાં. ગાડીના ડ્રાઈવર શ્રી હરિભાઈને એક સ્વેટર ને એક  
જરસી, એક તાંબાનો લોટો ભેટ આપ્યાં.

ત્રિવેણીઘાટ જવા માટે સર્વેશ્વરી પૂ.શ્રી માટે ફળ લેવા ગયાં  
ત્યાં ભરતભાઈ મળ્યા. તેમણે કહ્યું હું ગંગા કિનારેથી આવું છું.  
પૂ.શ્રીને મેં કહ્યું, આપને માટે દૂધ લઈ આવું તો મહાત્માજીએ  
કહ્યું હું મારી દિવ્યશક્તિથી જોઉં છું કે મા સર્વેશ્વરી દૂધ લેવાના  
વિચાર સાથે દૂધની દુકાને ઉભાં છે. એટલે તમારે દૂધ લાવવાની  
જરૂર નથી.

અને એ વાત તદ્દન સાચી પડી. મહાત્માજી તો નદી કિનારે  
છે ને તમે અહીં દુકાને દૂધ લઈ રહ્યાં છો.

ભરતભાઈની વાતથી આશ્ચર્ય થયું. ઘણા પ્રસંગો એવા  
જોવા—જાણવા મળ્યા. મહાપુરુષની દ્રષ્ટિને કાળ, સમય,  
સ્થળમાં બંધન નથી હોતાં.

સાચા મહાપુરુષો જે કહે તેમાં કલ્યાણ જ હોય છે. એ  
માનવામાં વાંધો નથી.

સાંજે ગંગાજીમાં સ્નાન કર્યું. દીવડા ફૂલ સાથે મૂક્યા પછી  
ઉતારા ઉપર આવી હળવો નાસ્તો લઈ આરામ કર્યો.

યાત્રા દરમ્યાન નિયમિત ૧૦૦ માળાનો નિયમ પાળી  
શકીયો.

૭/૬/૮૨ સોમવાર ઋષિકેશથી મસુરી

સવારે ઋષિકેશ ઈન્દ્રલોક હોટલમાંથી નવ વાગ્યે ગાડી ચાલુ  
થઈ.

એક કલાકમાં ઋષિકેશથી દેહરાદૂન આવી ગયાં. ત્યાં

માર્ચ : ૨૦૧૪

૯

બંગાલ સ્વીટ શોપવાળા શ્રી લલિતાપ્રસાદને મળ્યા.

પૂ.શ્રીના જૂના પરિચિત. એમને ત્યાં દાળભાત દહીંવડાનું ભોજન લીધું.

થોડી વાતો થઈ, વિદાય થયા. શ્રી બાબુભાઈની મંડળી ટેક્ષીમાં મસૂરી પહોંચી ગઈ.

મસૂરી ૩૧ કિલોમીટર દૂર. એક દોઢ કલાકમાં આવી ગયાં.

બસ સ્ટેન્ડ ઉપર સરસ્વતી શિશુમંદિરના આચાર્ય વાયસ્પતિજી, નંદાજી તથા બીજા એક ભાઈ મળ્યા.

સામાન ગાંધી નિવાસમાં પહોંચી ગયો. વાતો કરતાં ચાલતાં ગાંધીનિવાસ આવી ગયાં. ઉપરના માળ ઉપર ત્રણ ઓરડા પૂ.શ્રી માટે રંગરોગાન કરી તૈયાર જ હતા.

પૂ.માતાજી વિના પૂ.શ્રી આજે પ્રથમવાર રહેવા આવે છે. એટલે સહજ રીતે પૂ.માતાજીની સ્મૃતિ પૂ.શ્રીના હૈયે સતેજ બની.

પૂ.માતાજી ક્યાં ક્યો સામાન મૂકતાં તેનું પણ સ્મરણ કર્યું. વાસણનો ડબ્બો જ્યાં માતાજી મૂકતાં હતાં ત્યાં જ પૂ.શ્રી એ મૂક્યો.

સામાન ગોઠવાઈ ગયો.

ગાંધી નિવાસ સોસાયટીના પ્રમુખ શ્રી રતનલાલજી બીમાર હતા જેથી તેમને મળવા તેમના નિવાસમાં નંદવીલા હોટલ જવાનું બન્યું. ત્યાં સંસ્થાની રાજકારણની થોડી વાતો થઈ.

માર્ગમાં પૂ.શ્રીના ચારેક પરિચિત ભાઈબેનો મળ્યાં. જેમાં એક ગુજરાતી બેન પણ હતાં.

ગાંધીનિવાસમાં ફરી આવી ગયાં. સામાન્ય વાતો થઈ.

૧૦

અધ્યાત્મ

આજે શ્રી હીરાભાઈ તથા શ્રી જેલીબેન અને ડ્રાયવર શ્રી હરિભાઈએ વિદાય લીધી. બાકી સૌ ભાઈબેનો પ્રણામ કરી વિદાય થયા.

પૂ.શ્રી સાથે હળવો નાસ્તો કરી આરામ કર્યો.

આજે સર્વેશ્વરીને મૌન હતું. મૌનનો નિયમ પણ નિયમિત રીતે પળાય છે તે પ્રભુની કૃપા છે.

ગાંધી નિવાસ સોસાયટી મસૂરી

૮/૬/૮૨ મંગળવાર

સવારે પૂ.શ્રીએ પોતાનું નિયમિત લેખનકાર્ય કર્યું. પછી માળા ઉપર જપ શરૂ કર્યા, થોડા આંટા માર્યા. સર્વેશ્વરીએ પણ પોતાની માળા, લેખન વગેરે નિયમિત કર્યું.

બાર વાગ્યા પહેલાં ડો. પ્રકાશ આવ્યા. તેઓની સાથે પૂ.શ્રીએ માતાજીની માંદગી, પોતાની માંદગી, વિદેશયાત્રાની વાતો કરી. ત્યાં સુધીમાં તો યાત્રાની મંડળી પણ આવી ગઈ.

ભોજનનું ટીફીન શ્રી વાયસ્પતિજી (લલિતાપ્રસાદના ભાઈ બંગાલ સ્વીટ શોપના માલિક) લઈ આવ્યા. ભોજનમાં દાળ, ભાત, શાક, ખીર હતાં. ભોજન લઈ લીધું. થોડી વાતો થઈ.

ત્રણ વાગ્યા સુધી આરામ કર્યો.

પૂ.શ્રીને આજે પાતળા મળ શરૂ થયા છે, જેથી સંપૂર્ણ આરામ કરવામાં આવે છે.

આ ઉતારાને લાકડાના પાર્ટીશનના ત્રણ ઓરડા માળ ઉપર છે, એક બેઠક રૂમ. બીજો સુવા માટેનો ઓરડો. ત્રીજા ઓરડાનો ઉપયોગ ખાસ થતો નથી.

સાંજે મસૂરીના બે ચાર ભાઈબેનો મળ્યા. પૂ.શ્રીની

માર્ચ : ૨૦૧૪

૧૧

અમૃતવાણીને તેઓએ પરમાત્માની વાણી સાથે સરખામણી કરતાં તેઓએ કહ્યું આપને સાંભળ્યા પછી બધાનાં પ્રવચનો ફીક્કાં લાગે છે.

પૂ.માતાજીની માંદગી ને સેવાની વાતો થઈ.

સમય થતાં પૂ.શ્રીએ ફક્ત દૂધ લઈ આરામ કર્યો.

અહીં પૂ.શ્રી હિન્દીમાં જ વાતચીત સૌ સાથે કરે છે. પૂ.શ્રીને હિન્દી ભાષામાં સાંભળવા એ પણ એક લ્હાવો છે. ખૂબ સહજ ને સરળ છટાદાર વાણી પૂ.શ્રીની હોય છે. પછી તે ગમે તે ભાષાનું માધ્યમ હોય.

આજે સવારે સર્વેશ્વરી પલંગ ઉપર ૧૦૦ માળાનો નિયમ પાળવા માટે જપ કરી રહ્યાં હતાં ત્યારે પ્રકાશના કિરણોનાં દર્શન થયાં. ખૂબ આનંદ થયો.

પૂ.શ્રીના પવિત્ર નિવાસમાં એ દર્શન આનંદ આપનારું હતું.

(ક્રમશઃ)



ફોન : દુકાન : ૨૨૫૮૮૧૨ ઘર : ૨૬૬૪૦૭૮

મોબાઈલ : ૯૩૭૪૭૧૦૩૦૪

દીપક સી. મહેતા

❖ કૃષ્ણા ફિલ્મ્સ એન્ડ સ્ટુડિઓ ❖

૧, શ્યામ એપાર્ટમેન્ટ, કાકડીઆ કોમ્પ્લેક્ષ પાસે,  
ઘોડદોડ રોડ, સુરત-૩૯૫૦૦૧

૧૨

અધ્યાત્મ

## તેજસ્વી તારલાઓનું સન્માન પર્વ

—જ્યોત્સ્નાબેન ત્રિવેદી

સ્વર્ગારોહણની સેવાઓના અનેક વિધ પ્રકાર છે. તન, મન, ધન સર્વની માવજત આ તીર્થક્ષેત્ર દ્વારા થાય છે. અંબાજીમાં કરુણામયી કૃપાળુ મા વિરાજે છે. તેનો સતત અહેસાસ આ તીર્થ ક્ષેત્રની આસપાસના ભણવામાં તેજસ્વી તારલાઓને થાય છે. અંબાજીમાં દાંતા જીલ્લા અને અંબાજી શાળાઓમાં ધો.૯ થી ધો.૧૨માં વર્ગમાં પ્રથમ આવનાર બાળકોને સન્માનવાની અને તેમને શિષ્યવૃત્તિ આપવાનો આ કાર્યક્રમ હતો. આર્થિક અસહાયતાને કારણે બાળકોનો વિદ્યાભ્યાસ અટકી ન જાય, અકાળે કળીઓ ન મુરઝાઈ જાય તે માટે શ્રી શ્રી માએ નવા સેવા ક્ષેત્રનું સર્જન કર્યું. અને તેનો લાભ ૧૨૯ વિદ્યાર્થીઓને મળ્યો. જેમાંથી ૧૨૩ વિદ્યાર્થી ઉપસ્થિત હતા અને અહીંની શિસ્ત પ્રમાણે ઉપસ્થિત રહેનાર સર્વ વિદ્યાર્થીઓને જ સન્માનવામાં આવતા હતા. આ કાર્યક્રમને સફળ બનાવવા વિદ્યાર્થીઓના વાલીઓ, શિક્ષકો અને આચાર્યો પણ ઉપસ્થિત રહ્યા હતા.

શ્રી શ્રી મા અત્યંત શિક્ષણપ્રેમી છે. કોઈ બાળક ખૂબ સારું ભણેતો શ્રી શ્રી માને તેની પર ખરેખર ખૂબ ગર્વ થાય છે. માના હૈયે પણ એટલું બધું હેત અને આનંદ હતાં કે શ્રી મા સતત આ કાર્યક્રમ દરમ્યાન ચાર કલાક ત્યાં ઉપસ્થિત રહ્યાં. હમણાં સતત જપમાં વ્યસ્ત મા એકાંતવાસી મા પણ બની ગયાં છે, પણ આ બાળકો પરના પ્રેમને લીધે સતત ચાર કલાક સુધી સહુને દર્શનનો લાભ મળતો રહ્યો.

આ કાર્યક્રમમાં શીલ્ડને બદલે ઉપયોગી થાય તે માટે સરસ મઝાનું ઘડિયાળ, સ્કુલબેગ, સમંદરને પેલે પાર પુસ્તક (પૂ.શ્રીની પાંચ વિદેશ યાત્રા) પેન, બિસ્કિટ, તેઓને રોકડ રકમ શિષ્યવૃત્તિનો પ્રસાદ આપવામાં આવ્યો. તેઓને અલ્પાહારમાં આઈસ્ક્રીમ ને બટેટા પૌઆ પણ આપવામાં આવ્યા. સહુ તેથી ખૂબ ખુશ હતા. સહુએ માને પ્રભુને અને દાતાઓને વંદન કરી આ સર્વ પુરસ્કારોને સ્વીકાર્યા હતા. અને પુલકિત હૃદય ને હરખાતા હૈયાનું તેમનું મુખારવિંદ સાક્ષી બન્યું હતું. અમેરિકા નિવાસીશ્રી ભગવાનજીભાઈ ભક્ત અને શ્રીમતી કંચનબહેન ભક્ત આ કાર્યક્રમના મુખ્ય યજમાન હતાં. આ દાનગંગા પછી તેમની શુભ અને પવિત્ર લક્ષ્મી પવિત્રતમ બની. આ કાર્યક્રમનો કુલખર્ચ લગભગ પાંચ લાખ રૂ. થયો.

શ્રી વિજયભાઈ કનેરિયા, શ્રી નાથાભાઈ જાગણી શ્રીમતી ગુલાબ બહેન ભક્ત રીટા બહેન ભક્ત સહુએ આ વહેતી સરિતામાં પોતાની સરવાણીઓ પણ વહાવી હતી.

આ સાથે બીજું પણ એક સત્કર્મ થયું હતું હડાદ આદિવાસી નિવાસી આશ્રમ શાળાની ૫૦ નિવાસી બહેનોને એક એક સાબુ ટુવાલ-થાળી-વાટકા-ગ્લાસનો ભોજન સેટ પણ આપવામાં આવ્યો આ ક્ષેત્રની પ્રચંડ ઠંડીમાં તેમને પણ ઉષ્માની હૂંફ અપાઈ.

વિદ્યાર્થીઓ, શિક્ષકો અને વાલીઓએ સુંદર પ્રતિસાદ આપ્યો. બે ત્રણ બાળાઓએ પોતાને ડોક્ટર બનવાની અભિલાષા વ્યક્ત કરી હતી. તો શિક્ષકોએ આ પ્રવૃત્તિ બિરદાવી હતી. બાળકોએ એમ પણ જણાવ્યું કે અમારી પ્રગતિને આટલી સરસ રીતે કોઈએ બિરદાવી નથી. એક બાળાએ મા પરનું સરસ ગીત ગાઈ સૌની આંખો ભીજવી દીધી. પિતા મૂંગા અને માતા ખેતમજૂર નાના પાંચ ભાઈ બહેનો સર્વ પ્રકારની પ્રવૃત્તિ કરતાં તે

બાળા ખૂબ સરસ રીતે ભણી, આપણા પુરસ્કારની હકદાર બની, તેને સહાયક થવાની ઈચ્છા પણ બે ચાર સત્સંગીઓએ દર્શાવી.

આ સમગ્ર કાર્યક્રમનું સંચાલન શ્રી અજય ભાઈ કલોલાએ કર્યું હતું. શ્રીજયોત્સ્ના બહેન ત્રિવેદીએ મા-પ્રભુનો પરિચય આપ્યો હતો. શ્રી રાજુભાઈ જાનીએ ટ્રસ્ટની વિવિધ પ્રવૃત્તિઓનો ચિતાર રજૂ કર્યો હતો. શ્રી સિદ્ધાર્થભાઈએ બાળકોને સારી રીતે ભણતરની મહત્તા સમજાવી હતી. એક જ ઓરડામાં બેસનાર ચાર જુદીજુદી વ્યક્તિના જુદાજુદા પગારની વાત કરી હતી. સુકૃતિ જાનીએ આભાર દર્શન કર્યું હતું. સહુનો અહીં આવી ઉપસ્થિત રહેવા માટે અને કાર્યક્રમને સફળ બનાવવા માટે આભાર માન્યો હતો. પોતે એક વિદ્યાર્થીની છે અને આવું સન્માન અને પ્રોત્સાહન વિદ્યાભ્યાસમાં કેટલું બધું પ્રોત્સાહક અને ગૌરવ આપનારું હોય છે તેવી પોતાની લાગણીઓ તેણે વર્ણવી હતી. પૂ.મા પ્રભુનો, આયોજકો, દાતાઓ અને કાર્યકર્તાઓનો આભાર માન્યો હતો.

સ્વર્ગારોહણે ૨૬ જાન્યુઆરી પ્રજાસત્તાક દિનની ઉજવણી શિક્ષણ દિન અને વિદ્યાર્થી પ્રોત્સાહક દિન તરીકે કરી હતી. સહુ સાધકભાઈ બહેનોએ ઉપસ્થિત રહી આ કાર્યક્રમ શોભાવ્યો હતો. પૂ.મા પ્રભુની કૃપાથી કાર્યક્રમ સરસ રીતે સફળ થયો હતો. વિદેશના સાધકભાઈ બહેનોએ પણ આ કાર્યક્રમમાં ઉપસ્થિત રહી બાળકોને સવિશેષ રીતે બિરદાવ્યા હતા.

મા પ્રભુ આ બાળકોને ખૂબખૂબ ભણાવે, તેમનું ભવિષ્ય ખૂબ ખૂબ ઉજ્જવળ બનાવે તેવી પ્રાર્થના. દિનપ્રતિદિન વધુને વધુ બાળકો આનો લાભ લઈ આ સેવા પ્રવૃત્તિને સફળ બનાવે તેવી પ્રાર્થના.



## તું જ કાશી, તું જ કાબા...

—સુધા મૂર્તિ

રહેમાન બી.પી.ઓ.માં કામ કરતો એક મૂઠુભાષી યુવાન હતો. શનિ-રવિની રજાના દિવસોમાં એ અમારા ફાઉન્ડેશનના કામમાં મદદ કરતો. અકારણ એ કાંઈ બોલતો નહીં અને પોતાની સિદ્ધિઓ વિશે તો ક્યારેય નહીં. અનાથાશ્રમનાં બાળકો માટે હંમેશાં પોતાના ખિસ્સાના ખર્ચાને ચોકલેટ લાવતો. મને એ ઘણો ગમતો.

અમે ઘણું કામ સાથે કરતાં. એટલે એ જાણતો હતો કે હું ઉત્તર કર્ણાટકના ધારવાડ જિલ્લાની છું. મારી બોલીમાં એ છાંટ અમસ્તીયે વર્તાય. મારો ધારવાડી ભોજનપ્રેમ પ્રખ્યાત હતો. એટલે એક દિવસ રહેમાન મને કહે, ‘મેડમ, આ રવિવારે જો તમે ખાસ વ્યસ્ત ન હો તો મારે ઘરે આવશો? મારી મા અને બહેન આવવાનાં છે. જોગાનુજોગ મારી મા પણ ધારવાડ બાજુની છે. એ લોકોએ તમારા લગભગ કપડા લેખો અને પુસ્તકો વાંચ્યાં છે. એમને ખબર પડી કે હું તમારી સાથે કામ કરું છું, તો એ લોકો ખુશ થઈ ગયાં. એ લોકો તમને મળવા માગે છે, તો શું તમે અમારી સાથે ભોજન લેશો?’

‘શું તું મને સ્વાદિષ્ટ ધારવાડી જમણની ખાતરી આપે છે?’ મેં મજાક કરી.

‘હા, સો ટકાની ખાતરી આપું છું. મારી મા ખૂબ જ સરસ રસોઈ બનાવે છે.’

‘જવા દે, રહેમાન. એમ તો દરેક વ્યક્તિ પોતાની માનાં

વખાણ જ કરે, ભલેને પછી એ ગમે તેવું બનાવતી હોય. એ તો માનો પ્રેમ છે, જે કોઈ પણ વાનગીને સ્વાદ બક્ષે છે.’

‘એવું નથી. એ ખરેખર શ્રેષ્ઠ રસોઈ બનાવે છે, એવું મારી પત્ની પણ સ્વીકારે છે.’

‘હવે તો મારે માન્યે છૂટકો, કારણ કે કોઈ પુત્રવધૂ પોતાની સાસુની રસોઈનાં વખાણ અકારણ તો ન જ કરે. બાકી, એ ધારવાડમાં ક્યાંનાં છે?’

એણે રાણે બેનુર નજીકના કોઈ ગામનું નામ તો કહ્યું, પણ મને સાંભર્યું નહીં. ખેર, ભોજનનું નિમંત્રણ મેં પ્રેમથી સ્વીકાર્યું.

એ રવિવારે હું થોડાં ફૂલ લઈને એમને ઘેર ગઈ. બન્નેરઘટ્ટા રોડ પર ઝૂની નજીક એમનું નવું મકાન આવેલું હતું. ઘરમાં દાખલ થતાં જ એની પત્ની સલમા મળી. સલમા આકર્ષક ને હોશિયાર લાગતી હતી. નજીકના બાલમંદિરમાં એ શિક્ષિકા હતી.

પછી રહેમાને એની ‘અવ્વા’ને બોલાવી. ઉત્તર કર્ણાટકમાં માને ‘અવ્વા’ કહે છે. ધોળાવાળવાળી એક વૃદ્ધ સ્ત્રી રસોડામાંથી બહાર આવતાં જ રહેમાને કહ્યું, ‘આ મારી મા.’ મને થોડું અચરજ થયું. એમણે કપાળે ચારઆનીના સિક્કા જેવડો મોટો ચાંદલો કર્યો હતો. જથ્થાબંધ લીલી બંગડીઓ ને ઈલ્કલ સાડીમાં એ સજ્જ હતી, અને સાડીનો છેડો માથા પર ઓઢેલો હતો. એમના ચહેરા પર સંતોષપૂર્ણ સ્મિત ફરકતું હતું. મને જોતાં જ એમણે હાથ જોડીને ‘નમસ્તે’ કહ્યું...!

બીજા રૂમમાંથી રહેમાનની બહેન બહાર આવી. એ રહેમાનથી સાવ જુદી દેખાતી હતી. રહેમાન રૂપાળો ને દેખાવડો, જ્યારે એની બહેન ઊંચી ને શ્યામવર્ણી, એણે સુતરાઉ

માર્ચ : ૨૦૧૪

૧૭

સાડી પહેરી હતી ને એની મા કરતાં થોડો નાનો ચાંદલો કર્યો હતો અને હાથમાં સોનાની બે બંગડીઓ પણ પહેરી હતી. રહેમાને ઓળખાણ આપી, ‘આ મારી બહેન ઉષા. એ હીરેકરુર ગામમાં રહે છે. એ અને એના પતિ બંને શાળામાં શિક્ષક છે.’

રહેમાનની મા અને બહેનને જોઈને હું થોડી ગૂંચવાઈ. દેખાવને લીધે જ તો. પણ કાંઈ બોલી નહીં.

હું બેઠી. પછી ઉષાએ કહ્યું, ‘મેડમ, અમને તમારી વાર્તાઓ ખૂબ ગમે છે. એ ક્યાંક અમને અમારી પોતાની વાત લાગે છે. તમારી કેટલીક બાળવાર્તાઓ હું તો શાળામાં શીખવુંય છું.’

સલમાએ પણ એની વાતમાં સૂર પુરાવ્યો, ‘અરે, મને પણ એ બહુ ગમે છે, પણ મારા વિદ્યાર્થીઓ એ વાર્તાઓ માટે હજી થોડા નાના પડે છે.’

હવે રહેમાને વાતનો દોર પોતાના હાથમાં લીધો અને એની દિશા બદલતાં કહ્યું, ‘મારી મા અને બહેનને જોઈને તમને નવાઈ લાગી હશે, ખરું ને? હું આજે તમને મારી જિંદગીની કહાણી કહેવા માગું છું.’

એની મા રસોડામાં ગયાં. સલમા એમની મદદમાં જોડાઈ. ઉષા અમારા માટે ટેબલ સાફ કરવામાં પરોવાઈ ને હું રહેમાનની વાર્તામાં...

‘બહેન, તમે એમ વિચારો છો ને કે હું મુસ્લિમ છું તો મારી મા અને બહેન હિન્દુ કેમ?! માત્ર તમે જ મારી જીવનકથનીને સાચી રીતે સમજી શકશો. કેમ કે મેં તમને કોઈ પણ જાતના પૂર્વગ્રહ વગર બધાય ધર્મના લોકોને સહાય કરતાં જોયાં છે. મને બરાબર યાદ છે, તમે મને જે કહ્યું હતું કે આપણો જન્મ કઈ જ્ઞાતિમાં થાય, એ આપણા હાથમાં નથી. એટલે આપણી જ્ઞાતિને

૧૮

અધ્યાત્મ

ક્યારેય આપણી ઓળખ માનવી નહીં.’

થોડું અટકીને એણે કહ્યું, ‘બહેન, હું પણ એમ જ માનું છું. કેમ કે મારો ઉછેર જ એવી પરિસ્થિતિમાં થયો છે. આજે હું મારી એ વાત જ નહીં, પણ મારા વિચાર પણ તમારી સાથે વહેંચવા માગું છું.’

ને એણે વાત શરૂ કરી...

‘ત્રીસ વર્ષ પહેલાંની વાત છે. કાશીબાઈ ને દત્તુરામ એમની છ મહિનાની ઉષા સાથે અમારા ગામની ભાગોળે રહેતાં. મુંબઈ રહેતા શ્રીકાંત દેસાઈની દસ એકર જમીનની એ સંભાળ રાખતો. શ્રીકાંત વર્ષમાં ખાલી એક વાર મહેસૂલ લેવા આવતા. ખેતર ખૂબ મોટું હોવાથી કાશીબાઈ ને દત્તુરામને એની દેખરેખ રાખવામાં મુશ્કેલી પડવા લાગી. એમણે જમીનદારને એમની મદદ માટે વધુ એક પરિવારને લઈ આવવા કહ્યું. કોઈ સાથે હશે, એ વિચારથીય આ લોકો ખુશ હતા.’

શ્રીકાંતે થોડી તપાસને અંતે એક કુટુંબની ભાળ મેળવી. ફાતીમાબીબી ને હુસેનસા’બ આવી પહોંચ્યાં. કાશીબાઈ ને દત્તુરામ જે ઘરમાં રહેતાં, એના જ અર્ધા ભાગમાં હવે આ લોકો રહેવા લાગ્યાં. હુસેનસા’બ ને દત્તુરામને સારું ભળી ગયું, પણ...ફાતીમાબીબી ને કાશીબાઈનું કેમેય કરી જામે નહીં. બે એકબીજાનું મોહું સુધ્યાં જોવા તૈયાર નહીં. બેમાંથી કોઈ ખરાબ નહોતું, પણ બેય સ્વભાવે સાવ જુદાં. કાશીબાઈ ખૂબ બોલકાં, મળતાવડાં ને મહેનતુ, જ્યારે ફાતીમાબીબી ચૂપચાપ, એકલસૂડાં ને આળસુ. આમ, ઝઘડો અનિવાર્ય ને એના મૂળમાં હતી એક મરઘી. કાશીબાઈની મરઘી ફાતીમાબીબીના આંગણમાં જઈને ઈંડાં મૂકી આવે. ફાતીમાબીબી એ પાછાં ન આપે. એને મન તો

માર્ચ : ૨૦૧૪

૧૯

એની મરઘીનાં ઈંડાં હતાં એ. કાશીબાઈએ એના ઈલાજ તરીકે પોતાની મરઘીને રંગી નાખી. એટલે પછી આ પ્રશ્ન ન રહે, પણ પ્રશ્ન એમ થોડો પતે છે! બંને ઘર વચ્ચે કૂવો એક જ, તો બંનેનો વાસણ—કપડાં ધોવાનો સમય પણ...આટલું ઓછું હોય તેમ બંનેના બકરીબાઈ...ફાતીમાબીબીની બકરી જઈને કાશીબાઈની પૂજાનાં ફૂલ ને પાંદડાં ચાવી જાય, તો કાશીબાઈની બકરી જાણે વેર વાળવા ફાતીમાબીબીનાં આંગણાને પાવન કરી આવે... ને એનો પ્રસાદ(!) પણ ફાતીમાબીબી જ રાખી લે...! હા, એ પ્રસાદ એટલે બકરીની લીંડી...

‘અરે, પણ એ લીંડી શું કામની?!’ હું વચ્ચે બોલી પડી.

‘એનું ખાતર બહુ સારું થાય.’

‘ઓહ! હવે સમજી. પછી?’ મને વાત સાંભળવાની અધીરાઈ હતી.

‘એમના ઝઘડા આમ ને આમ ચાલતા રહ્યા. કાશીબાઈને થયું કે જમીનદારને પાડોશી લઈ આવવાનું જ એણે ખોટું કહ્યું. ફાતીમાબીબી વગર જ એ વધુ ખુશ હતી. આ બાજુ ફાતીમા પણ અહીંથી જવા માગતી હતી, પણ હુસેનસા’બ તૈયાર નહોતા, ‘તમે બંને સ્ત્રીઓ નકામી બાબતોમાં ઝઘડ્યા કરો છો. આપણા માટે પૈસા કમાવાની અહીં સારી તક છે. આ જમીન ઉપજાઉ છે અને અહીં પાણીય પુષ્કળ છે. આપણા જમીનદાર સારા માણસ છે ને ક્યારેક જ આવે છે. એટલે આપણે ધારીએ તો સરળતાથી અહીં શાકભાજી ઉગાડી શકીએ. આવું બીજે ક્યાં મળે? તું પણ કાશીબાઈની જેમ થોડી કામે વળગ ને તારો અહમ્ છોડ. થોડું વિચારીને સમજપૂર્વક રહેવાનો પ્રયત્ન કર.’ મકાનની બીજી તરફ પણ આ જ માહોલ. દત્તરામ કાશીબાઈને

૨૦

અધ્યાત્મ

સમજાવતો હતો, ‘આટલી બધી જબરી ન થા. ફાતીમાની જેમ થોડી ટાઢી પડ. એ આળસુ છે એ ખરું પણ સ્વભાવની સારી છે.’

પણ આ તો રહી વહુઆરુઓ...વરનું કીધું તે કાંઈ કરે...!

સમય જતાં કાશીબાઈની ઉષા બે વર્ષની થઈ. ફાતીમાને છોકરાં બહુ ગમતાં, એટલે ઉષાને એ આંગણામાં રમતી જોઈ રહેતી. એમને મહેંદી લગાવવીયે ગમતી. મહેંદીના પાન વાટીને એ પોતાના હાથ રંગતી ને સાથે ઉષાએ જોડાતી. એને મહેંદીનો નારંગી રંગ ખૂબ આકર્ષતો. ઘરે આવીને એ એની માને કહેતી, ‘મા, તુંય કેમ ફાતીમા કાકુની જેમ હાથે રંગ નથી લગાડતી?’ એમની ભાષામાં ‘કાકુ’ એટલે કાકી, માસી કે ફઈ.

કાશીબાઈ આ સાંભળીને અકળાઈ જતી, ‘એ ફાતીમાને હાથે મહેંદી રંગીને આમ બેસી રહેવું પોસાય. એને તો શું છે? કામે તો એનો વર જાય છે, રસોઈમાં પણ એ મદદ કરાવે છે. પોતે તો ખાલી ખાટલે બેઠી—બેઠી રેડિયો સાંભળ્યા કરે છે. જો તારા બાપા મને આ બધું કરાવવાના હોય તો હુંય મારા હાથે મહેંદી લગાવું.’ આ બધું સાંભળતી હોવા છતાં ફાતીમાનો નાનકડી ઉષા માટેનો પ્રેમ યથાવત્ રહેતો.

ફાતીમા મા બનવાની હતી. હવે એ વધુ આળસુ થઈ ગઈ, ને આ વખતે કારણ હતું એની પાસે બાળક આવવાનો સમય નજીક હતો, એટલે એનાં એક સંબંધી બહેન એની સંભાળ લેવા આવ્યાં હતાં. થોડા દિવસો પછી ગામડામાં કોઈ તહેવાર હતો, એટલે દત્તરામનો પરિવાર એમાં ભાગ લેવા ગયો હતો. ત્યાં થઈ પાછા ફરતાં સમાચાર મળ્યા કે ફાતીમાને ત્યાં પુત્ર જન્મ થયો, પણ એની પોતાની તબિયત સારી નહોતાં બધાં હોસ્પિટલમાં

હતાં. ઘરમાં સૂનકાર હતો. એ સૂનકાર કાશીબાઈ માટે અસહ્ય થઈ પડ્યો. ફાતીમાની તબિયત વિશે સાંભળીને એ ચિંતામાં રડવા માંડી... ને બીજે દિવસે સમાચાર આવ્યા કે ફાતીમા હવે આ દુનિયામાં નથી રહી.

હવે પાછળ એકલા રહ્યા હુસેનસા'બ ને એનો આ કુમળો દીકરો. પેલી સંબંધી બહેન તો થોડા દિવસોમાં જતી રહી. આવડા નાના બાળકને સંભાળવું હુસેનસા'બ માટે દુષ્કર થઈ પડ્યું અને એ લોકોનાં આર્થિક રીતે સધર હોય એવાં કોઈ સગાં પણ નહોતાં કે જે આ બાળકને સાચવી શકે. મોટા ભાગના મજૂરી કામ કરીને પોતાની રોજી પણ માંડ રળી શકતાં, ત્યાં આ નાનકડા છોકરાનો બોજ કેમ ખમી શકે? દત્તુરામ દયાળુ હતો. એ હુસેનસા'બના ભાગનું ખેતરનું ઘણુંખરું કામ પોતે કરી લેતો, પણ છોકરું ઉછેરવું ને તેય એકલા હાથે. એ કાંઈ ડાબા હાથનો ખેલ થોડો છે?!

છોકરું એક વાર કજિયે ચડ્યું. આખી રાત રોયા કર્યું. કાશીબાઈથી હવે સહન ન થયું. આખરે એ તો છોકરું ને ગમે તેમ તોય પુરુષ એ પુરુષ, અને સ્ત્રી એ સ્ત્રી. છોકરુંય હાથ તો વરતે ને...એની અંદરની મા જાગી ઊઠી. વરને કહેવાનીય રાહ જોયા વગર એ હુસેનસા'બના દરવાજે જઈ પહોંચી. 'હુસૈની, છોકરો મને આપી દે. હું એક મા છું, ને હું સારી રીતે જાણું છું કે એને કેમ સંભાળવો.' છોકરાને તેડી, ફરતે સાડીનો છેડો વીંટાળી, છાતીસરસો ચાંપીને એને પોતાના ઘરે તેડી આવી, ને છોકરોય શાંત થઈ ગયો! કેટલાય વખતે આજે પહેલી વાર હુસેનસા'બ શાંતિથી આખી રાત સૂઈ શક્યા.

સવાર પડતાં જ કાશીબાઈએ હુસેનસા'બને કહ્યું, 'તમે બીજા

નિકાહ નહીં પઢો ત્યાં સુધી છોકરાને હું સંભાળીશ. તમે નચિંત થઈ જાઓ.' કાશીબાઈના મનમાંથી ફાતીમા માટેની કડવાશ સાવ ઓસરી ગઈ હતી. ઊલટાનું એને પોતાની જાત ઉપર શરમ આવી કે ફાતીમા સાથે થોડું સદ્વર્તન દાખવ્યું હોત તો...હવે એને ફિકર નહોતી બકરીનાં લીંડા કે મરઘીનાં ઈંડાંની...એને પરવા હતી તો માત્ર નાના છોકરાની...

છોકરાનું નામ પાડ્યું રહેમાન. હુસેનસા'બ કાયદો અને પરિસ્થિતિ સાનુકૂળ હોવા છતાં ફરી વાર ન પરણ્યા...! રહેમાન કાશીઅવ્વા અને ઉષાઅક્કાના પ્રેમ વચ્ચે ઊછરવા લાગ્યો. રાતે એ પિતા સાથે સૂતો અને સૂરજ ઊગતાં જ કાશીબાઈ પાસે દોડી આવતો. ઉષા જાતે ન્હાઈ લેતી ને નાનકડા રહેમાનને કાશીબાઈ નવરાવતી. પછી બંનેને નાસ્તો ખવરાવી, બપોરનું જમવાનું ડબ્બામાં દઈને કાશીબાઈ એમને શાળાએ મૂકી આવતી. ઉષા બે વર્ષ મોટી હતી છતાં એને રહેમાનની સાથેના જ વર્ગમાં કાશીબાઈએ દાખલ કરી હતી... (આ તે કેવી મા, જેણે પોતાની દીકરીનાં ભણતરનાં બે વર્ષનીય પરવા ન કરી...!) એ બંને બપોરે ભણે એ દરમિયાન કાશીબાઈ ખેતરે કામ કરતી, ને સાંજે વળતાં બેયને શાળાએથી પાછાં લઈ આવતી. રાતનું જમવાનું રહેમાન એના અબ્બા સાથે લેતો અને ત્યાં જ રહી જતો. આ જીવનચક્ર આમ ને આમ દસ વર્ષ ચાલ્યું.

હવે રહેમાન દસનો ને ઉષા બારની થઈ હતી. એવામાં હુસેનસા'બ બીમાર પડ્યા. એમની તમામ પૂંજ દવામાં ખર્ચાતી ગઈ. આ બાજુ કાશીબાઈએ બે ભેંસ ખરીદી, ને દૂધની આવકને લીધે એ એના વર કરતાં વધુ કમાવા લાગી.

એ જ વર્ષમાં હુસેનસા'બ ક્ષયની બીમારીથી મરણ પામ્યા.

રહેમાન સાવ એકલો થઈ ગયો. હુસેનસા'બની દફનવિધિમાં માત્ર એક જ દૂરના સગા આવ્યા ને એમણે મુલ્લાને કહ્યું કે રહેમાનની સંભાળ હવે એ રાખશે...સંભાળવાની વાત તો દૂર, એ રહેમાનને લેવા પણ ન આવ્યા, ને કાશીબાઈ—દત્તુરામે એક પળનોય વિચાર કર્યા વગર એને પોતાને ત્યાં લઈ લીધો. રહેમાન પણ રાજી થયો.

કાશીબાઈ રહેમાનના ધર્મ બાબતે ખૂબ જાગૃત હતી. દર શુક્રવારે એ રહેમાનને નમાઝ પઢવા મોકલતી અને રજાના દિવસોમાં મસ્જિદમાં કુરાન પઢવા...ગામમાં મુસ્લિમ બહુ ઓછા હતા, તેમ છતાં તેના બધા તહેવારોમાં એ રહેમાનને અચૂક ભાગ લેવડાવતી અને હા, ઘરના બધા હિન્દુ તહેવારોમાં તો રહેમાન સાથે જ...એ લોકોએ બંને છોકરાંઓ માટે જુદી-જુદી સાઈકલ ખરીદી. હવે બેય છોકરાંઓ સાઈકલ પર શાળાએ જતાં ને એ જ સાઈકલ લઈને બંને કોલેજે જતાં થયાં.

જોતજોતામાં બેય સ્નાતક થઈ ગયાં. એ દિવસે કાશીબાઈએ રહેમાનને પોતાની પાસે બોલાવ્યો, 'કમનસીબે, તારાં અબ્બા—અમ્મીનો એકે ફોટો આપણી પાસે નથી, પણ વાંધો નહીં. તું મક્કા તરફ જોઈને અલ્લાહ પાસે દુઆ માગ, અને મનોમન હુસેનસા'બ ને ફાતીમાબીબીના આશીર્વાદ લે. તું હવે આત્મનિર્ભર થઈ ગયો છે. ઉપાનાં આવતા મહિને લગ્ન લેવાઈ જશે. આજે તમારા બેયની જવાબદારીમાંથી હું મુક્ત થઈ.'

કાશીબાઈની આવી લાગણી અને શ્રદ્ધાથી રહેમાન ગળગળો થઈ ગયો. એની મા તો એણે જન્મતાં જ ગુમાવી દીધી હતી. એટલે એનો ચહેરોય કેમ યાદ હોય...! એણે અલ્લાહ પાસે દુઆ માગી ને કાશીબાઈને પગે લાગ્યો. અલ્લા, મારાં તો

તમે જ અમ્મી ને તમે જ મક્કા...

અલ્લાહ ને અમ્મીના આશિષથી રહેમાનને બેંગ્લોરમાં એક બી.પી.ઓ.માં નોકરી મળી ગઈ. થોડાં વર્ષો એણે જુદી-જુદી કંપનીઓમાં કામ કર્યું. હવે અનુભવની સાથે—સાથે એનો પગાર પણ વધવા લાગ્યો. એક મિત્રના લગ્નમાં સલમાને જોતાંવેંત એ એના પ્રેમમાં પડી ગયો, પણ પરણ્યો કાશીબાઈ ને દત્તુરામની મંજૂરી મેળવ્યા પછી જ...

વાત પૂરી કરતાં રહેમાનને ગળે ડૂમો ભરાઈ આવ્યો.

હું દિગ્મૂઢ...આ કાશીબાઈ, અભણ?! ભલભલું ભણતર પણ એનાં આ અભણપણાં સામે નતમસ્તક...માનવતાનું જે મૂલ્ય એણે આંક્યું. એ ક્યાં બધાનાં ગજાંની વાત...! એના હૃદયની વિશાળતા તો જુઓ કે બીજાના બાળકને પોતાનાની જેમ ઉછેર્યો અને સાથે ઉછેર્યો એનો ધર્મ પણ...!

જમવાનું જો પીરસાયું ન હોત, તો હજીય આ માનસયાત્રામાંથી હું પાછી ન ફરત. સ્વાદિષ્ટ ભોજન આરોગતાં મેં કહ્યું, 'ઉષા, અત્યારે તું અહીં કઈ રીતે?'

'મારે શાળામાં રજા હતી ને મેં થોડી વધુ જોડી દીધી, જેથી પંચમીના હું અહીં આવી શકું.'

ઉત્તરમાં જેમ રક્ષાબંધન છે, તેમ લોકો અહીં પંચમી મનાવે છે. અહીં ખાસ કરીને, પરણેલી બહેન પોતાના ભાઈને ત્યાં આવે અને બંને સાથે મળીને ભાઈબહેનનો સ્નેહ ઊજવે. આજે મને હુમાયુ અને કર્ણાવતી યાદ આવી ગયાં...

અચાનક મારું ધ્યાન પડ્યું રહેમાનના ઘરના બેઠકખંડની એ દીવાલ ઉપર, જ્યાં હતી બે છબીઓ, સાવ પાસે—પાસે એક મક્કાની અને બીજી કૃષ્ણની...

પૂ. રણછોડદાસજી મહારાજના

## પ્રેરક પ્રસંગો

—સંકલન પરમાર્થી, મૂ.લે. દમયંતી સેજપાલ

મુરેના નેત્રયજ્ઞ

તારીખ ૧-૧-૧૯૬૧ને દિવસે મુરેનામાં પ્રથમ ઓપરેશન થયું.

ભીંડ મુરેનાનો જિલ્લો ડાકુઓના રહેઠાણ તરીકે ઓળખાય છે. એટલે ત્યાં કામ કરવામાં પૂરેપૂરું જોખમ હતું. છતાં ભક્તજનોએ પૂજ્યશ્રીની આજ્ઞાથી એ જોખમી પ્રદેશમાં સેવાકાર્ય શરૂ કર્યું.

ગામમાં અડધી વસ્તી પહેલવાનોની. દરરોજ સવારે શેરીએ શેરીએ કુસ્તી ચાલે. પૂજ્યશ્રીએ કોઈને પણ ગામમાં ફરવા જવાની સ્પષ્ટ ના પાડીને સૂચના આપી કે કોઈ પણ માતા પ્રત્યે તો આંખ ઊંચી કરીને ભૂલથી પણ ન જોતાં.

એક દિવસ પ્રચાર કરતી જીપને ડાકુઓએ રોકી. જીપ પાસે આવીને ઊભી રહી. એ લોકોના સરદારે જીપ પર બાંધેલા લાલ કપડામાં વાંચ્યુ : ‘ચિત્રકૂટના સંત પરમ પૂજ્ય શ્રી રણછોડદાસજી મહારાજ દ્વારા સંચાલિત શ્રી તારા નેત્રદાન યજ્ઞ.’ એણે તરત જ અંદર બેઠેલા ભાઈઓની માફી માગી અને જીપ આગળ હાંકવા ડ્રાઈવરને સૂચના આપી. પછી સાથીઓને કહ્યું : ‘નેત્રયજ્ઞની કોઈ પણ ગાડીને કોઈ ક્યારેય હાથ ન લગાડતા. તમારાથી, બની શકે તો એ લોકો ને મદદ કરજો. પરંતુ કશી ઈજા તો ન જ પહોંચાડતા. એક સંતપુરુષ દ્વારા નિઃસ્વાર્થ ભાવે કરાતા એ પરમાર્થ કાર્યથી

સરદાર બહુ પ્રભાવિત થયો. એણે પોતાથી થઈ શકે એટલી બધી મદદ કેમ્પને કરવા માંડી.’

મુરેનામાં રહેવાની અને નેત્રયજ્ઞનો સામાન રાખવાની બહુ તકલીફ હતી. સરકારને એ વાતની ખબર પડતાં જ ગામમાં જેટલાં ખાલી મકાન હતાં તેમને અને ગોડાઉનોને લાગેલાં તાળાં તોડાવી નાંખ્યાં. પછી કહ્યું : ‘આ બધું તમારે માટે જ છે. મકાન માલિકોને હું સૂચના આપી દઈશ. અહીં આરામથી રહો અને તમારો સરસામાન મૂકો’ કોઈ અસંતોષી કે વિરોધી તત્ત્વ દ્વારા હેરાનગતિ અથવા તોફાન ન થાય એ માટે કેમ્પની બહાર તેણે એક રાવટી નાંખી ને પોતાની ટોળીનો એક માણસ ત્યાં ચોવીસ કલાક હાજર રાખ્યો. એને કડક સૂચના આપી હતી : ‘આ કેમ્પમાંથી એક પણ ચીજ ન જવી જોઈએ. તમારે એની રક્ષા કરવાની છે.’

અડધી રાત્રે પણ ગમે તેટલા સ્વયંસેવકોની કે વસ્તુની જરૂર પડે એ સરદારે નિષ્ઠાપૂર્વક પૂરી પાડી. ડાકુઓના ખૂની માનસ પર પણ પૂજ્યશ્રીનું આધિપત્ય સ્થપાઈ ગયું હતું.

સંતદર્શનનો પ્રભાવ શું ન કરી શકે? સંત અને શાસન વચ્ચે આ જ તો તફાવત છે! કોઈ કાયદાથી કે શાસનથી જે સમાજ ન સુધરે તેને સંત સ્વભાવ આસાનીથી સુધારી શકે છે.

મુરેનામાં જસાભાઈ અને બળવંતભાઈ વોર્ડમાં નાઈટ ડ્યુટી કરતા. એક દિવસ રાત્રે લગભગ દસ વાગ્યે અચાનક જોરથી વરસાદ તૂટી પડ્યો. પૂજ્યશ્રીને વરસાદ પહેલાં જ ઊલટી થઈ હતી. તેઓશ્રી સ્વસ્થ પણ નહોતા બન્યા. છતાં વરસાદની હેલી જોઈને તરત રૂમની બહાર પધાર્યા. સીધા દર્દીઓના વોર્ડ તરફ ઝડપભેર ગયા. ગુરુમંદિર અને વોર્ડની વચમાં લગભગ ચારેક

ફૂટ ઊંચી એક પાળી હતી. તેઓશ્રી એને કૂદીને વોર્ડ નજીક પહોંચી ગયા.

ભક્તો પાછળ દોડ્યા. પૂજ્યશ્રી પર વરસાદનું પાણી ન પડે એટલા માટે કોઈકે એમના પર છત્રી ધરી. તેઓશ્રીએ તે દૂર હડસેલી દીધી ને આકાશ તરફ દૃષ્ટિ સ્થિર કરી જમણો હસ્ત ઊંચો કર્યો. ધોધમાર વરસાદ બેચાર મિનિટમાં વરસતો બંધ થઈ ગયો.

પાસે ઊભેલા જસાભાઈના મોઢામાંથી ઉદ્દગાર સરી પડ્યા.

‘મેઘરાજના ઘોડલા છૂટ્યા થઈ પડી દોડધામ,  
સદ્ગુરુની દૃષ્ટિ પડતાં બંધાઈ ગઈ છે લગામ.

અમારા સદ્ગુરુ ભગવાન—

પૂજ્યશ્રી વોર્ડમાં ગયા. નીચાણવાળા ભાગમાં પાણી વહેવા માંડ્યા હતાં. ત્યાં કીચડ થઈ જાત તો દર્દીઓને ભારે મુશ્કેલી પડત. તેઓશ્રીએ પાવડો મંગાવ્યો ને જાતે જ જમીન ખોદી પ્રવાહની દિશા બદલવા માંડી. પણ ભક્તો એમને કેમ કામ કરવા દે? તરત બીજાંઓએ પાવડો લઈ લીધો. વરસાદે સર્જેલા ઉપદ્રવને ખળવામાં સહુ લીન બની ગયા.’

પૂજ્યશ્રીએ કહ્યું : ‘અભી યહાં સે થોડી દૂર પર જોરોં સે વર્ષા હો રહી હૈ. ભગવાનને અપના કેમ્પ બચા લિયા. યહાં પર અધિક વર્ષા હોતી તો રોગી બહુત પરેશાન હો જાતે.’ પછી હસતાં હસતાં ઉમેર્યું, ‘મંગલકાર્ય હોતા હો ઉસ સમય યદિ વર્ષા હો તો ઉસે સગુન માના જાતા હૈ. આપકે કેમ્પ સે પ્રસન્ન હોકર ઈન્દ્રરાજા ભી યહાં આ જાતે હૈ, ઔર બરસાત દ્વારા અપની પ્રસન્નતા બિબેરને લગતે હૈ.’

આસપાસના ગામડામાં શાકભાજી લેવા ગયેલા

ઓમકારભાઈ વરસાદમાં નાહી ને કેમ્પમાં પાછા ફર્યા હતા.

ગામના તહેસીલદાર બહુ ભાવિક. પૂજ્યશ્રી તેમને ઘેર પધાર્યા. એ જોઈને એક દિવસ શાલિગ્રામજી નામના એક ભક્તે પૂછ્યું : ‘આપ અમીરોને ત્યાં જ પધારો છો? આપ મારે ત્યાં આવશો?’

પૂજ્યશ્રીએ હસતાં હસતાં કહ્યું : ‘અબ તક તુમને મુઝે નિમંત્રણ હી કહાં દિયા થા? બિના બુલાયે મેં કેસે આ સકતા હૂં?’ બરાબર પાંચ દિવસ પછી એક વહેલી સવારે તેઓશ્રી શાલિગ્રામજીને ત્યાં પધાર્યા. ત્યાં દીવાલ પર ત્રણેક બંદૂક, તલવાર, બરછી, ભાલા વગેરે શસ્ત્રો લટકતાં હતાં. ‘ય અસ્ત્ર શસ્ત્ર સબ ક્યોં ટંગે હૈ?’ પૂજ્યશ્રીએ પ્રશ્ન કર્યો.

‘એ બધાં દેશરક્ષાનાં અને દેશસેવાનાં હથિયાર છે.’ શાલિગ્રામજી એ જણાવ્યું.

‘તુમકો દેશ કી સેવા કરની હૈ ન? તો ઈન સબ કો બેચ ડાલો ઔર મેરે પાસ ચિત્રકૂટ આ જાઓ.’ પૂજ્યશ્રી એ કહ્યું.

‘જેવી આજ્ઞા.’ શાલિગ્રામજીએ સંમતિ આપી દીધી.

ચિત્રકૂટમાં વિરક્તદીક્ષા લઈને પાછળથી એ શાલિગ્રામદાસજી મહારાજ બન્યા.

જાનકી કુંડ પર આવેલા રઘુવીર મંદિરમાં જે શ્રી લાલજી મહારાજની મૂર્તિ પધરાવેલી એ ખંડિત થઈ ગયાના સમાચાર સાંભળીને પૂજ્યશ્રી ખૂબ દુઃખી થયા. કહ્યું : ‘લાલજી પધાર ગયે શાયદ અબ સ્થાન મેં શાંતિ નહીં રહેગી. પર ઉનકી ઈચ્છા કો કૌન ટાલ સકતા હૈ?’

મુરેનામાં જમનાદાસભાઈ વગેરેએ પ્રાર્થના કરી કે ‘બાપુ, મંદિરમાં શ્રી રામજીની મોટી મૂર્તિ પધરાવવામાં આવે એવી

માર્ચ : ૨૦૧૪

૨૯

બધાની ઈચ્છા છે. આપની આજ્ઞા હોય તો નટુભાઈ, છેલુભાઈ વગેરે બધો પ્રબંધ કરવા તૈયાર છે.’

પૂજ્યશ્રીએ અન્યમનસ્ક થઈને લખ્યું : ‘હા મૂર્તિ તો પધરાની હી પડેગી. પરંતુ લાલજી તો ચલે ગયે.’

ભક્તો આ શબ્દોને આજ્ઞા માનીને ‘શ્રી સદ્ગુરુદેવકી જય’ બોલી ઊઠ્યા. પૂજ્યશ્રીએ સૂચના આપી : ‘આરસ કી મૂર્તિ જયપુર મેં અચ્છી બનતી હૈ. કિસીકો જયપુર ભેજો ઓર ગોંડલ પત્ર લિખકર હરિચરણ કો બુલાલો.’ પૂજ્યશ્રીની ઊંચાઈ જેટલી જ શ્રી રઘુનાથજીની મૂર્તિની ઊંચાઈ રાખવા માટે થઈને તેઓશ્રીનું માપ લેવામાં આવ્યું. મૂર્તિની પસંદગી કરવા માટે મહારાજભાઈને જયપુર મોકલવામાં આવ્યા. હરિચરણદાસજી મુરેના આવ્યા. પૂજ્યશ્રીએ કહ્યું : ‘તુમ કુંડ પર જાકર પ્રતિષ્ઠા કી તૈયારી કરો.’

તારીખ ૨૨-૨-૧૯૬૧ ને દિવસે નેત્રયજ્ઞની પૂર્ણાહુતિ થઈ. કુલ ૩,૦૩૬ ઓપરેશન થયાં.

(ક્રમશઃ)

❀ 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

૩૦

અધ્યાત્મ

## પૂ.માની ઈટાલી યાત્રા

—મા સર્વેશ્વરી

૮/૭/૨૦૧૧ ફ્લોરેન્સ

હે પરમાત્મા, અમારા લક્ષકોટી જન્મોના અગણિત અપરાધોને ક્ષમા કરી અમને દર્શનનું સુખ ધરો. આપનું અખંડ છત્ર અમારી રક્ષા કરી રહ્યું છે, એ ઉપકાર સામે અમારા પ્રણામ સ્વીકારો.

હે ગુરુભગવંત, પ્રણામ, પ્રણામ, પ્રણામ.

આજે અહીંથી પીસા શહેરમાં જવાનું છે. ત્યાં વિશ્વ વિખ્યાત ઈટલીનો ઢળતો મિનારો જોવા મળશે.

વરસોથી એ ભણેલાં. આજે તે આ બે આંખે જોવા મળશે.

જોવા જેવા, દર્શનીય તો માત્ર પરમેશ્વર જ છે. હતા ને હશે. પણ એ પરમાત્માનાં આવાં અનેક સર્જનો અનેકને આકર્ષતાં રહે છે.

દોઢ કલાક દૂર છે. પહોંચી ગયાં. અહીંના ગાઈડ બેન મળી ગયાં.

પીસા શહેરમાં મોટું ચર્ચ છે. ચર્ચનું જે ટાવર છે તેમાં સાત મોટા મોટા ઘંટ છે, તે જ ટાવરને જોવા સૌ આવે છે.

આરસનો એ ઢળતો ટાવર ચર્ચનો જ એક ભાગ છે. એને બાંધતાં ૧૦૦ વર્ષ વીત્યાં. ૩ આર્કિટેક્ટ એન્જનીયરો બદલાયા. ઉપર સાત મોટા મોટા ઘંટના ટકોરાથી ટાવર ધ્રુજતો હતો. માટે હવે તે ટકોરા બંધ કરીને ઈલેક્ટ્રોનિક ટકોરા શરૂ કર્યા છે.

માર્ચ : ૨૦૧૪

૩૧

૨૮૮ પગથિયાં છે. ૧૦૬૩માં બાંધકામ શરૂ થયું ને ૧૧૬૩માં તે પૂર્ણ થયું. બાંધતા બાંધતા ઢળતો ગયો.

સફેદ આરસની એ ઈમારત હજી એટલી જ ચળકતી લોકોને આકર્ષતી ઉભી છે.

ઉપર પગથિયાં ચઢીને જવા માટે ખૂબ લાંબી લાઈન લાગે છે. એક વ્યક્તિની ટિકિટ ૧૫ યુરો છે.

મા અને મંડળી ઉપર જઈ આવી. પગથિયાં આરસનાં છે. ખૂબ લીસ્સાં થઈ ગયાં છે. સાચવીને ચઢવું પડે છે.

ચાલવાનો, ચઢવાનો સરસ વ્યાયામ સૌને થઈ ગયો છે.

હજારો પ્રવાસીઓનો ત્યાં મંગલ મેળો ભરાયો હોય તેવું લાગે છે. વિવિધ દેશના વિવિધ પ્રવાસીઓ ત્યાં નાનકડા બજારમાં ખરીદીમાં પણ રસ લેતા જોવા મળે છે.

૫૦, ૬૦ મોટી મોટી સ્પેશીયલ બસો પણ આજે પાર્કિંગમાં ઉભી છે. હજારો પ્રવાસીઓની ભારે ભીડ છે.

ગાઈડે ખાસ ઉભા રહીને માની મંડળીને સૂચના આપી.

સાવધાન! અહીં તમારાં પર્સ, પાકીટ ખૂબ સાચવજો. અહીં બેનોનાં વસ્ત્રોમાં ભાઈઓ ખીસ્સા કાપે છે.

ઈટલી દેશની એ કરૂણ વાસ્તવિકતા છે, જ્યાં જ્યાં માનવમન ત્યાં ત્યાં તેની નિર્બળતા, ત્રૂટિઓ પણ હોય જ ને!

શ્રી ભગવાનજીભાઈ જાગ્રત હતા નહીં તો એમનું પાકીટ આજે કપાઈ જવાનું હતું. ગાઈડની સૂચનાથી રક્ષા થઈ.

ચર્ય સાથે જોડાયેલો આ ટાવર જોવા હજારો આવે ને જાય છે.

૩૨

અધ્યાત્મ

હજાર વર્ષથી ઉભેલો આ ટાવર મૌનપ્રતીજ છે. છતાં સૌ એને મળવા આવે છે.

જાણે આ ટાવર કહી રહ્યો છે, ઢળતા ઢળતા પણ દર્શનીય બની જવાય. પોતાનો ચળકાટ પણ સુરક્ષિત રાખી શકાય. એ ટાવરને અંદરથી માણે છે, ઉપર ચઢીને પણ માણે છે.

આપણે પણ એવા દર્શનીય બનવાનું. આપણા પારદર્શક તપોમય વ્રત ને જપથી સજાવેલા જીવનને સૌ માણી શકે, જાણી શકે. આપણા જીવન દ્વારા પરમેશ્વરને માણી શકે એવું કંઈક આ ટાવર માને શીખવી રહ્યો છે.

ચર્યમાં ખ્રિસ્તીધર્મના નિયમ પ્રમાણે કેથલીક સંપ્રદાયમાં દરેક વ્યક્તિને પવિત્ર કરે. શુદ્ધ પવિત્ર જળથી તેને સ્નાન કરાવે અને પ્રાર્થના કરાવી તે ખ્રિસ્તી ધર્મમાં હવે સાચો ખ્રિસ્તી થયો એવું ગણાવે છે.

ચર્યના જે પાદરી હોય તે આવી વિધિ કરાવે છે.

આ ચર્યમાં પશ્ચિમમાંથી વ્યક્તિ પ્રવેશે ને પૂર્વ દિશામાંથી બહાર આવે. અંધકારમાંથી પ્રકાશમાં આવે એવો એક ભાવ છે.

શુદ્ધ થવાની, પવિત્ર થવાની, પાપ મુક્ત થવાની પ્રક્રિયા. પ્રાર્થનાથી સઘળું શક્ય છે. આ બધી જ વાતો નોંધપાત્ર છે.

વિશ્વના દરેક ધર્મ આ વાત તો વધાવે જ છે.

આજે નવથી સાંજે સાડા છ. માત્ર ને માત્ર આ વિશેષતાને માણવા પાછળ વીત્યા.

પણ માના મંત્રજપ સતત થતા રહ્યા, એટલે મંત્ર સાથે વિશેષતાને માણવાની આ તકનો માએ ઉપયોગ કરી લીધો છે.

ભારતની અસદ્ય ગરમીના દિવસોમાં મંત્રજપ પણ પૂરા થતા ન હતા, તે આ યુરોપ યાત્રામાં આજે પૂરા થયા છે. એ રીતે આ યાત્રા ઋણ મુક્તિની યાત્રા પણ ગણી શકાય.

હાશ થઈ ગઈ. દર મહિને ૧૦ લાખ જપ થવા જોઈએ, એવી સહજ એક ઈચ્છા છે. તે મુજબ હવે નિયમિત થઈ જવાશે.

યુરોપમાં પણ દિવસોમાં ઠંડી નથી. તો જ આટલું બધું ફરી શક્યાં. આજથી હવે ગરમી શરૂ થઈ છે.

વિશ્વની અજાયબી જેવા આ ઈટલી દેશના ઢળતા ટાવર શ્રી હરિએ કૃપા કરીને બતાવ્યા. પ્રભુ આપની ઈચ્છા, યોજના, આશીર્વાદ, કૃપા અને પુરુષાર્થ હતો તો જ બધું સરળ ને સુરક્ષિત ચાલી રહ્યું છે.

હે મારા પ્રભુ, પ્રણામ, પ્રણામ, પ્રણામ.

(કમશઃ)

✱ સ્થાપત્ય કન્સ્ટ્રક્શન ✱

પ્રો. મનીષ હરિભાઈ ભોજાણી,

બિલ્ડર્સ એન્ડ ડેવલપર્સ,

મધુર કોમ્પ્લેક્સ, શનાળા રોડ, મહારાજા ટાઈલ્સ સામે,

મોરબી-૩૬૩૬૪૧.

ફોન : (ઓફિસ) ૨૨૧૩૮૧, (રહેઠાણ) ૨૩૦૨૨૨.

## રોજ એક કલાક આપણે માટે જ

—ગુણવંત શાહ

વિશ્વની પરમ સત્તા માટે માનવજાતે અનેક નામો અને સંબોધનો પ્રયોજેલાં છે : પ્રભુ, લોર્ડ, પિતા, અલ્લાહ, પરમાત્મા, ખુદા, ઈશ્વર, ઠાકુર, સર્વલોકમહેશ્વર, રબ્બિલ, પરવરદિગાર, દીનબંધુ, સાહિબ, અંતર્યામી, કૃપાસાગર, માલિક, સ્વામી, કરુણાનિધિ, જગદીશ, પતિત—ઉધારન, જન્મિયંતા, દુઃખભંજન, અઘ—ખંડન, શરણવત્સલ, સત્યનારાયણ ઈત્યાદિ. ભગવાન માટે કોઈએ પણ ન પ્રયોજ્યું હોય એવું મૌલિક સંબોધન મહાત્મા ગાંધીએ ‘આત્મકથા’ની પ્રસ્તાવનામાં પ્રયોજ્યું છે : ‘શ્વાસોચ્છ્વાસનો સ્વામી.’ પરમેશ્વર અને જીવન વચ્ચેનો દિવ્ય સેતુ શ્વાસ છે. એ સેતુ તૂટે તેનું નામ જ મૃત્યુ!

કોઈ માણસ મૃત્યુ પામે ત્યારે સ્વજનો વાતવાતમાં કહે છે : એમણે બરાબર સવા પાંચ વાગે શ્વાસ મૂક્યો. એવું કહેવાયું છે કે રોજ આપણે લગભગ ૨૧,૬૦૦ વાર શ્વાસ લઈએ છીએ. મનુષ્ય પોતાના એસી વર્ષના જીવન દરમ્યાન લગભગ છ કરોડ અને વીસ લાખ વાર શ્વાસ લેતો હોય છે. મનુષ્યનું જીવન કેટલાક શ્વાસોનું બનેલું છે એવી પણ માન્યતા છે. શ્વાસ ખૂટવા લાગે ત્યારે ગમે તેટલો માલદાર માણસ કરોડ રૂપિયા ખર્ચીને પણ એક વધારાનો શ્વાસ પ્રાપ્ત કરી શકતો નથી. શ્વાસ જીવનસ્રોત છે. જેમ સૂર્યના કિરણને સૂર્યથી વિખૂટું ન પાડી શકાય, તેમ પ્રાણીને મહાપ્રાણથી વિખૂટું પાડી શકાતું નથી. આપણે આપણા શ્વાસ થકી કોઈ રહસ્યમય મહાસત્તા સાથે

માર્ચ : ૨૦૧૪

૩૫

પ્રતિક્ષણ જોડાયેલા છીએ. જીવતા હોવું એટલે જ જોડાયેલા હોવું!

શ્વાસનુભૂતિ માટે એક પ્રયોગ કરવા જેવો છે. નદીમાં કે સ્વિમિંગપુલમાં એકાદ મિનિટ માટે ડૂબકી માર્યા પછી પાણીની સપાટી પર ડોકું બહાર કાઢવામાં બને તેટલો વિલંબ કરવાનું રાખવું. બહાર નીકળતાં પહેલાંની છેલ્લી પાંચ-સાત સેકન્ડ દરમ્યાન જે છટપટાહટનો અનુભવ થાય તે અત્યંત મૂલ્યવાન છે. કોઈ મિત્ર આપણું ડોકું પાણીમાં ઉપરથી દબાવી રાખે ત્યારે પૂરી તાકાતથી આપણે એના હાથને હટાવી દઈને ઉપર આવવા માટે જોર કરીએ છીએ. એ જોર આપણામાં રહેલી પ્રબળ જિજ્ઞાસાનો તરફગાટ છે. ડૂબકી માર્યા પછી એકાદ મિનિટ બાદ સમજાય છે કે શ્વાસ છે તો જીવન છે. ઈશ્વરની કૃપા છે કે માણસ આપોઆપ શ્વાસ લે છે અને છોડે છે. જો એવી રચના પ્રભુએ કરી ન હોત તો કેટલાક માણસો શ્વાસ લેવાનું પણ ભૂલી જાત! શ્વાસ વગર જીવવાનું શક્ય નથી, તોય શ્વાસ પ્રત્યે મનુષ્ય લગભગ લાપરવાહ છે. ભારત તરફથી દુનિયાને અનેક મૂલ્યવાન બાબતો પ્રાપ્ત થઈ છે. એમાં સૌથી મૂલ્યવાન ભેટ છે : પ્રાણાયામ. પતંજલિએ પ્રચલિત કરેલા અષ્ટાંગયોગ(રાજયોગ)માં પ્રાણાયામનું સ્થાન છે.

આપણી જીવાદોરી ઓક્સિજન છે અને એને માટેનો ભારતીય પર્યાય છે : પ્રાણવાયુ. યોગીઓ પ્રાણાયામની તાલીમ આપતી વખતે કહે છે : હવે 'પ્રાણ' અંદર લો. ઓક્સિજન જેવા પ્રાણદાયી વાયુને આપણે ત્યાં સાક્ષાત્ પ્રાણનો દરજ્જો મળ્યો છે. એ જ રીતે પ્રાણશક્તિ સાથે પ્રાણબ્રહ્મનો અનુબંધ

૩૬

અધ્યાત્મ

રચાયો છે. પ્રાણશક્તિ સ્થૂળ નથી. એની સૂક્ષ્મ કક્ષાએ સંકલ્પશક્તિ (volition) પ્રગટ થાય છે. નબળી સંકલ્પશક્તિ (વિલ પાવર) ધરાવનાર ઢીલા માણસને 'મંદપ્રાણ' કહેવામાં આવે છે. મક્કમતા, પહેલ કરવાની તત્પરતા (ઈનિશિયેટિવ) અને ધ્યેયલક્ષિતા માટે સંકલ્પશક્તિ જરૂરી છે. જાણકારો કહે છે કે શ્વાસ અને ઉચ્છ્વાસ વચ્ચેનો ગાળો અત્યંત મહત્વનો છે. એ સમયગાળામાં સતત દોડતું મન સ્થિર થઈ શકે, તો ઘણો લાભ થઈ શકે દેહમાં રહેલા પાંચ પ્રાણવાયુને પ્રાણ-અપાન-સમાન-વ્યાન-ઉદાન કહે છે. જીવનમાં છીછરાપણું પ્રવેશી જાય તે સાથે આપણા શ્વાસ-ઉચ્છ્વાસ પણ ઊંડાણ ગુમાવતા રહે છે. એવું ન બને તે માટે જરૂર છે, ઊંડા શ્વાસનું મહત્વ સમજવાની.

છાંદોગ્ય ઉપનિષદમાં પ્રાણનો મહિમા સુંદર રીતે થયો છે. નારદ સનતકુમારને પૂછે છે : 'ભગવન્! આશાથી મહાન કોણ?' સનતકુમાર કહે છે : 'પ્રાણ આશાથી પણ મહાન છે. જેમ ગાડાનાં પૈડાંની નાભિમાં જડેલા આરા નાભિને આધારે રહેલા હોય છે, એમ આ આખું જગત પ્રાણને આધારે રહેલું છે.' (૭,૧૫,૧). આટલું કહ્યા પછી સનતકુમાર નારદને આગળ કહે છે :

- પ્રાણ જ પિતા છે. (પ્રાણો પિતા)
- પ્રાણ જ માતા છે. (પ્રાણો માતા)
- પ્રાણ જ ભાઈ છે. (પ્રાણો ભ્રાતા)
- પ્રાણ જ બહેન છે. (પ્રાણો સ્વસા)
- પ્રાણ જ આચાર્ય છે. (પ્રાણો આચાર્યઃ)
- પ્રાણ જ બ્રાહ્મણ છે. (પ્રાણો બ્રાહ્મણઃ)

વાતનો સાર એ જ કે પ્રાણ જગતનો આધાર છે અને મનુષ્યનું સર્વસ્વ છે.

આવનારાં વર્ષોમાં સમગ્ર વિશ્વમાં ત્રણ શબ્દો ઘરે ઘરે પહોંચી જવાના છે : પ્રાણાયામ, ધ્યાન અને યોગ. ટેકનોલોજી સ્વભાવે તાણવર્ધક છે. શરૂઆતમાં માણસો તાણના મારણ તરીકે આ ત્રણે બાબતો અપનાવશે, પરંતુ વખત જતાં એ બાબતો જીવનની શૈલીમાં વણાતી જશે. પશ્ચિમના દેશોમાં એવી શરૂઆત નાના પાયે થઈ ચૂકી છે. ડાયાબિટીસ થાય પછી ધ્યાન શરૂ થાય એ એક વાત છે. ડાયાબિટીસ ન થાય તે માટે યોગનો સ્વીકાર થાય એ બીજી વાત છે. સ્વસ્થ જીવનની આકાંક્ષા સાથે પ્રાણાયામ, ધ્યાન અને યોગ આપણી દિનચર્યામાં વણાઈ જાય એ વાત ખૂબ મહત્ત્વની છે.

શ્વાસાનુભૂતિ એ જ પ્રાણાનુભૂતિ! ઊંડા શ્વાસ વારંવાર લેનારને રોકડો લાભ થાય છે, તેવો સૌનો અનુભવ છે. ફેફસાંમાં પ્રવેશેલો પ્રાણવાયુ કેટલો ઉપકારક છે તેનો ખ્યાલ અનુભવીને આવી જાય છે. કોઈ પણ દેશની પ્રગતિ એ દેશના નાગરિકોની સરેરાશ પ્રાણશક્તિ પર આધાર રાખે છે. પ્રાણશક્તિનું સૂક્ષ્મીકરણ સંકલ્પશક્તિ દ્વારા પ્રગટ થાય છે. આજની દુનિયામાં સૌથી વધારે પ્રભાવશાળી સંકલ્પશક્તિનો પરચો ઈઝરાયેલે બતાવ્યો છે. જે દેશમાં પ્રાણાયામ, ધ્યાન અને યોગનો મહિમા સદીઓથી થતો રહ્યો છે, એવા ભારતમાં ગરીબી ટકી છે તેનું ખરું કારણ પ્રાણશક્તિ અને સંકલ્પશક્તિ ઓછી પડી તેમાં રહેલું છે. આપણે ત્યાં ગૃહસ્થજીવન માટે ‘ગૃહસ્થાશ્રમ’ શબ્દ પ્રયોજાયો છે. બન્યું એવું કે આપણા ઘણા આશ્રમોમાં સંસાર પેસી ગયો, પરંતુ સંસારમાં આશ્રમજીવનનો

પ્રવેશ ન થયો! સંસાર છોડ્યા વગરનો ધર્મોદય અત્યંત મહત્ત્વનો છે. શ્વાસાનુભૂતિ માટે ધ્યાનસ્થ ચિત્તે શ્વાસ—ઉચ્છ્વાસને સાક્ષીભાવે નીરખવાના છે. પ્રાણશક્તિની માવજત માટે રોજ એકાદ કલાક જુદો ફાળવવા માટે સાધુ થવાનું અનિવાર્ય નથી. આપણે અસાધુ ન થઈએ તોય ઘણું! આપણા ‘શ્વાસોચ્છ્વાસનો સ્વામી’ એમાં રાજી રાજી! કવિ હરીશ મીનાશ્રુની પંક્તિઓ બાકી બધી વાત કહી દેશે :

સાધો, હરિવરના હલકારા,  
સાંઢણીએ ચઢી હલકથી આવે  
લઈ ચલે બાવન બહારા.  
અમે સંતના સોબતિયા,  
નહીં જાદુગર કે જોશી,  
ગુજરાતી ભાષાના નાતે  
નરસિંહના પાડોશી.  
એની સંગે પરમ સ્નેહથી  
વાડકીના વ્યવહારા.  
ભાષા તો પળમાં જોગણ  
ને પળમાં ભઈ સુહાગી.  
શબદ એક અંતર ઝકઝોરે  
ગયા અમે પણ જાગી.  
જાગીને જોઉં તો  
જગત દીસે નહીં રે દોબારા.



## સભાન બનવું—સભાન બનવું એટલે શું?

—જ્યોતિબેન થાનકી

### સભાન બનવું

રોજિંદા જીવનમાં આપણે જે કાર્યો કરીએ છીએ તેની પાછળનો હેતુ શો છે? ક્યાં પ્રેરકબળો એ કાર્ય પાછળ રહેલાં છે? આવી બધી બાબતોનો આપણે વિચાર કરતાં નથી. મોટેભાગે તો ટેવ, રીતરિવાજ, આજીવિકાની પ્રાપ્તિ માટે કે અન્યના દબાણને લઈને મનુષ્ય કાર્યમાં પ્રેરાતો હોય છે. ઘણીવાર તો એવું પણ બને છે કે, જે કામ તેને કરવું નહોતું પણ થઈ જાય છે, બોલવું ન હોય પણ બોલાઈ જાય છે અથવા તો કહેવાનું કંઈક હોય છે, અને કહેવાઈ જાય છે, કંઈક બીજું જ. શા માટે આવું થાય છે? કારણ કે આપણે સભાન નથી હોતા. આ વિષે શ્રીમાતાજી કહે છે કે, “મોટેભાગે મનુષ્ય પોતાના જીવન વિષે જાગૃત હોતા નથી, પોતે શું કરી રહ્યો છે, અને તે શા માટે કરે છે, એને જાણ વગર બસ અભાનપણે કાર્ય કરતો રહે છે અને એનું જીવન પૂરું થઈ જતું હોય છે.”

મોટેભાગે તો મનુષ્યો એવું જ માનતાં હોય છે કે, પોતે જે કંઈ કરી રહ્યાં છે એ વિચારીને જ કરી રહ્યાં છે. પરંતુ વાસ્તવમાં જોઈએ તો એ વિચારો પણ એમના પોતાના હોતા નથી. વાતાવરણમાંથી આવેલા વિચારો અને પ્રકૃતિના બળોના હાથનું એ પ્યાદુ બની ગયા હોય છે. આથી જ જે વસ્તુ તેને નથી કરવી, તે તેમની પાસે આ અદૃશ્ય બળો કરાવી જાય છે. એટલે કે મનુષ્ય પ્રકૃતિની શક્તિઓનો ગુલામ બની જાય છે.

શ્રીમાતાજીએ એક વાર્તાલાપમાં બાળકોને કહ્યું હતું કે, કોઈ આવીને તમને પૂછે કે, આ કામ તમે શા માટે કર્યું? તો તમારો સહજ ઉત્તર હોય છે કે “મને ખબર નથી” કોઈ તમને પૂછે, ‘તમે શાનો વિચાર કરો છો?’ તમે જવાબ આપો છો, “મને ખબર નથી.” કોઈ પૂછે “તમે શા માટે થાકી ગયા?” “મને ખબર નથી” “તમે શા માટે આનંદમાં છો?” “મને ખબર નથી.”

તમારામાંથી પચાસ જણને જો હું કોઈપણ તૈયારી કરવા દીધા સિવાય એકાએક પૂછું કે, “આ તમે શા માટે કર્યું?” તો બધા તરફથી જવાબ મળશે, “મને ખબર નથી” બેશક જે લોકોએ જાગૃત થવા, પોતાની જાતને ઓળખવા તૈયારી કરી હશે, તેઓ જ જવાબ આપી શકશે. બાકી બધાનો જવાબ એ જ હશે કે, “મને ખબર નથી.”

આમ આપણે અભાનપણે જીવ્યે જતાં હોઈએ છીએ. આપણાં દૈનિક કાર્યો, સવારે ઊઠવું, નહાવું, કપડાં પહેરવાં, નાસ્તો કરવો આ બધું પણ યંત્રવત્ થતું રહે છે. આ બધાંથી આપણે એટલાં તો ટેવાઈ ગયાં હોઈએ છીએ કે, આ બધાંની પાછળ ક્યાં પરિબળો છે, એની આપણે ક્યારેય પણ નોંધ લેતાં નથી. અર્ધચેતન અવસ્થામાં બધું યંત્રવત્ થયા કરતું હોય છે. માણસનું જીવન કાર્યો, પ્રતિકાર્યો, ગતિઓ અને આવેગોના શંભુમેળા જેવું હોય છે. શ્રીમાતાજી કહે છે કે, “ચેતનાની આ એક એવી અવસ્થા છે કે એમાં જાણે આખા જગતનો ભાર તમારા ઉપર બળજબરીથી લાદી દેવામાં આવ્યો હોય છે અને તમારી આંખો ઉપર ડાબલા પહેરાવવામાં આવ્યા હોય છે અને તમે ક્યાં જઈ રહ્યા છો એ તમે જાણતા નથી. કઈ વસ્તુ તમને

ધકેલી રહી છે, એ ય તમે જાણતા નથી. આ અવસ્થા સાચે જ સુખદાયી હોતી નથી.” આ અવસ્થામાંથી બહાર નીકળવા શ્રીમાતાજી સભાન બનવાનું કહે છે.

### સભાન બનવું એટલે શું?

સભાન બનવું એટલે આપણા સ્વરૂપને જાણવું. આપણા સ્વરૂપના અનેક ભાગો રહેલા છે, તેના વિષે જાણવું. આપણા વિચારોને, આપણી લાગણીઓને, આપણાં કાર્યોને જાણવા આપણી અંદર રહેલી શક્તિઓ દ્વારા આપણે શું કરી શકીએ છીએ તે જાણવું. આ બધું જાણવું અને પછી આપણી જાત ઉપર કાબૂ મેળવવો એ છે સભાનતા.

જ્યારે આપણે આપણી જાતને આ રીતે ઓળખવાનો પ્રયત્ન કરીએ છીએ, ત્યારે આપણને ખબર પડે છે કે આપણે આપણી જાતને પોતાની માનીને જે કાર્યો કરીએ છીએ, તેમાંનું કંઈ આપણું નથી. બહારના વાતાવરણમાંથી બધું આપણી અંદર આવતું જ રહે છે. બહારનું આખું વાતાવરણ ઝેરથી ભરેલું હોય છે, તેમાં આપણે શંકા, અવિશ્વાસ, ક્રોધ, હિંસા, ઈર્ષા વગેરેને આપણા શ્વાસમાં અંદર લઈએ છીએ અને પરિણામે આપણે જે ખરેખર નથી હોતા એ બની જઈએ છીએ. શ્રીમાતાજી કહે છે કે, આ પરિસ્થિતિમાંથી છૂટવા માટેનો એક જ માર્ગ છે અને તે છે સભાન બનવાનો.

સભાન બનવા માટે આપણે આપણું અવલોકન કરવું જોઈએ. આપણો માર્ગ આપણે જાણતા હોવા જોઈએ. આપણી દૃષ્ટિ સ્પષ્ટ હોવી જોઈએ. બીજાંઓ સાથેના સંબંધમાં પણ આપણે સ્પષ્ટ હોવા જોઈએ. તો પછી એક ક્ષણ એવી આવે છે કે જ્યારે આપણે શું કરી રહ્યા છીએ અને એ શા માટે કરીએ છીએ તેનું

સ્પષ્ટ દર્શન આપણી પાસે હોય છે. આપણી જાતનું સતત અવલોકન કરવા માટે શ્રીમાતાજીએ રસ્તો બતાવતાં કહ્યું છે કે, “એ માટે તમારી પાસે દરેક સ્થળે એન્ટેનાઓ હોવા જોઈએ કે જે તમને તમારી સાચી ચેતનાના સતત સંપર્કમાં રાખે. એમાં તમે દરેક વસ્તુની નોંધ લેતા હો છો તેમાં તમને કોઈ અસાવધ દશામાં પકડી શકતું નથી.” જેમ ટી.વી. ચેનલ માટે એન્ટેનાની જરૂર પડે છે. એ હોય તો જ દૃશ્યો ઝડપાય એમ આપણી ચેતનાના એન્ટેનાઓ પણ આપણને બહારના જગતનાં વિવિધ દૃશ્યોની જાણ કરતાં હોવાં જોઈએ. જે દૃશ્યો આપણને અનુરૂપ ન હોય, આપણી ચેતનાને ક્ષતિ પહોંચાડે તેવાં હોય તેવી ચેનલો બંધ કરી દેવી જોઈએ.

શ્રીમાતાજી સભાન બનવા માટે એક પ્રયોગ સૂચવે છે કે, દિવસના પ્રારંભે તમે એવું નક્કી કરો કે, ‘હું જે કંઈ બોલીશ, તે વિચાર કર્યા વગર નહીં બોલું.’ પછી આખો દિવસ એને અનુસરો. તમે અનુભવશો કે મોટેભાગે તમે જે બોલવા ઈચ્છતા નથી એવા જ શબ્દો બહાર આવવા તૈયાર થઈને બેઠેલા હોય છે. એક દિવસમાં કદાચ આમાં સફળતા ન મળે પણ રોજેરોજ આ પ્રમાણે કરવાથી વાણીનો સંયમ આવી જાય છે. વાણી ઉપર પ્રભુત્વ મળી જાય છે. પછી તો આપણી ઈચ્છા વગર એક પણ શબ્દ મુખમાંથી બહાર નીકળી શકતો નથી. આ જ રીતે લાગણીઓ, આવેગો, વૃત્તિઓ ઉપર પણ કાબુ મેળવી શકીએ છીએ. પ્રાણશક્તિની તાલીમ માટે સભાનતા જરૂરી છે અને એ સભાનતા દ્વારા આવે છે, આત્મસંયમ અને તેના દ્વારા પ્રાપ્ત થાય છે, આત્મપ્રભુત્વ.



## રામ બાદશાહનો સિક્કો

—મકરંદ દવે

સંત ફ્રાન્સિસની છબી પાસે માથું નમાવી એની છાતીફાટ રડી પડી.

‘ઓ પિતા, મને હવે શાંતિ આપો, મને થોડો જંપ વળે એવું કરો, નહીં તો હું ક્યાંક ગાંડી થઈ જઈશ. તમે તો સહુનાં આંસુ લૂછીને હૈયાં હસાવનારા. તમારો શીળો હાથ મારે માથે ફેરવો. મારા અંતરની આગ બુઝાવો.’

એનીનું કલ્પાંત જોયું જાય એવું નહોતું. હજુ આઠદશ દિવસ પહેલાં જ એની સાન ફ્રાન્સિસ્કોમાં સહુથી સુખી સ્ત્રી હતી. પ્રેમાળ પતિ હતો. પૈસાની મણા નહોતી. પ્રતિષ્ઠા ભારોભાર હતી અને ખોળામાં દેવના ચક્કર જેવો દીકરો ખેલતો હતો. અચાનક જીવલેણ તાવમાં એ ભરખાઈ ગયો. એનીનું જગત ખાલી ખાલી થઈ ગયું. પોતાના લાલ વિના એને બધું ભયાનક ભાસવા લાગ્યું. એ ભાંગી પડી. એને આત્મગ્લાનિમાંથી બહાર કાઢવાના જેટલા પ્રયત્નો થયા એમ તે વધારે ખૂંચતી ગઈ. આશ્વાસનનો કોઈ અર્થ ન રહ્યો. જેના નામ પરથી સાન ફ્રાન્સિસ્કો નગર વસ્યું હતું તે આસીસીના સંત ફ્રાન્સિસની છબી પાસે એ ઢગલો થઈને પડી.

ત્યાં એનીની બહેનપણી આવી પહોંચી. સાન ફ્રાન્સિસ્કોની પ્રસિદ્ધ નટી. પોતાની ચારે તરફ એ ઉલ્લાસનાં મોજાં ઉછાળતી, પણ એનું અંતર તો ભાડિયા કૂવા જેવું હતું. એને અભિનય

સહજ હતો એટલે જિંદગીના કડવાઝેર ઘૂંટ પીતાં એ ગુલાબી શરબત પીવાનો આભાસ ઊભો કરી શકતી. એનીથી આ અજાણ્યું નહોતું. તે આ જનમદુખિયારીનો વાત કરવાનો વિસામો હતી. પણ આજે તો એને કોઈ અમૃતકૂંપી હાથ લાગી હોય એમ એના અવાજમાં આનંદની કંપારી હતી :

‘એની, એની, તારું દુઃખ ગયું, તારું દર્દ ગયું, તારો બધો શોકસંતાપ ઘડીના છદ્દા ભાગમાં ઊડી ગયો સમજ. તારી પ્રાર્થના બાબા ફ્રાન્સિસે સાંભળી લાગે છે.’

સહિયરના આનંદથી ચમકતા ચહેરા સામે એની પ્રશ્નસૂચક નજરે જોઈ રહી. બેહનપણી બોલી :

‘એક હિન્દુ યોગી આવ્યો છે. લાઝારસને કબરમાંથી બેઠો કર્યો હતો એના જેવો જ કીમિયાગર. ધારે તો તારો લાલ પણ તને પાછો આપી શકે.’

એનીએ ઈન્ડિયા અને તેના ચમત્કારિક યોગી મહાત્માઓ વિશે સાંભળ્યું હતું. થોડાં વરસ પહેલાં શિકાગોની સર્વધર્મ પરિષદમાં સહુને આંજી નાખનાર વિવેકાનંદની અજબ પ્રતિભાની વાતો કરતાં તેનાં સગાંવહાલાં થાકતાં નહોતાં. આ કોઈ એવો જ અદ્ભુત પુરુષ હશે?

એનીના જીવમાં જીવ આવ્યો. બહેનપણીનો હાથ પકડી પાસે બેસાડી તલેતલ વિગત પૂછી. જાણવા મળ્યું કે એ યોગીનું નામ સ્વામી રામતીર્થ છે. તેની ચાલમાં રાજાધિરાજ જેવી ખુમારી છે ને હોઠ પર માનું દૂધ હજુ ફોરતું હોય એવા બચ્ચાનું હાસ્ય. ડૉક્ટર આલ્બર્ટ હિલરની શાસ્ટા ઝરણાની નજીક

માર્ચ : ૨૦૧૪

૪૫

આવેલી અરણ્યકુટીમાં ઊતર્યા છે. એક તોતિંગ ઝાડ પર ઝૂલો બાંધી મસ્તીથી હીંચકે છે. પવન સાથે દોડમાં ઊતરે છે. વાદળાં પર હુકમ ચલાવે છે અને પંખીઓની પ્રાર્થનામાં સૂર પુરાવે છે. એની વાત સાંભળતી ગઈ તેમ આ યોગીને જોવાની તેની ઉત્સુકતા વધતી ગઈ.

સમીસાંજે બંને બહેનપણીઓ એ અરણ્યકુટી પાસે આવી પહોંચી. યોગી કુટીમાં જ હતા. નિજાનંદ જાણે માનવદેહ ધરીને જગતમાં લટાર મારવા નીકળ્યો હતો. હરેક હલનચલનમાં મસ્તી ટપકતી હતી આંખોમાં તોફાની બાળકનો તોર હતો. એને જોઈને જ દરેક સ્ત્રીનું માતૃત્વ છલકી ઊઠતું હતું. એની આ અપૂર્વ આનંદમૂર્તિને એકીટશે જોઈ રહી.

સહિયરે એનીની ઓળખાણ આપી. એનીના આઘાતનો ચિતાર આપ્યો. વચ્ચે એની ચિત્કારી ઊઠી :

‘પ્રભુ, મને શાંતિ આપો. મને ક્યાંય ચેન નથી પડતું. હું ક્યાં જાઉં ? શું કરું ?’

સ્વામી રામતીર્થ કરુણા—નીતરતાં નયને આ જીવન હારેલી માતા તરફ જોઈ કહ્યું :

‘મા, શાંતિનો તો મારી પાસે ભંડાર ભર્યો છે. શાંતિ વેચવાનો જ હું ધંધો કરું છું. પણ તમારે તેની કિંમત ચૂકવવી પડશે.’

‘શાંતિની માગણી શું કરે છે, એની! સ્વામી ધારે તો તારો બાળ પણ તને પાછો આપી શકે.’ નટીએ નવી દિશા ચીંધી.

સ્વામી રામતીર્થ આ વાત સાંભળી ખડખડાટ હસી પડ્યા.

૪૬

અધ્યાત્મ

પછી એની તરફ માથું ઝુકાવી કહ્યું :

‘હા, માતા! તારું બાળ પણ તને પાછું આપી દઉં. એમાં તે કઈ મોટી વાત છે? ચિંતા ન કર.’

ભગવાન ઈસુ જેવા સમર્થ પુરુષ વિના આવી અશક્ય વાતને આટલી આસાનીથી કોણ કહી શકે? એનીને થયું કે અત્યાર સુધી તે દુઃખના ભાર નીચે દબાઈ ગઈ હતી; હવે ક્યાંક હરખઘેલી થઈ જશે. તેણે આવેશમાં આવી જઈ કહ્યું :

‘મને મારો લાલ પાછો આપો, સ્વામીજી! ગમે તેટલી કિંમત ચૂકવવી પડે, હું પાછી પાની નહીં કરું. ચાહે તે માગી લો!’

‘પણ એને માટે તમારાં આ સોનારૂપા ને હીરામોતીની કાંઈ કિંમત નથી. તમારે તો અમારી દુનિયાનો સિક્કો આપવો પડશે. રામ બાદશાહની હકૂમતનો સિક્કો હશે તો તમારું બાળ તમારા હાથમાં જ છે.’

એની વિચારમાં પડી ગઈ. આ રામ બાદશાહનો સિક્કો કેવો હશે? સિઝરનો સિક્કો સિઝરને રહેવા દો, અને ઈશ્વરનો સિક્કો ઈશ્વરને આપો, એમ ઈસુએ કહ્યું હતું. સ્વામી શું કહેવા માગતા હશે?

‘મને મારો લાલ આપો, સ્વામીજી! તમે કહેશો તે મૂલ્ય આપવા હું તૈયાર છું.’

‘તો ચાલ, માતા! તારા બાળકનો હાથ તારા હાથમાં સોંપી દઉં.’

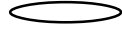
એની અને નટી આશ્ચર્યમુગ્ધ બની સ્વામી સાથે ચાલ્યાં. સ્વામી તેમને એક કંગાલ લત્તામાં લઈ ગયા અને એક અનાથ

હબસી બાળકનો હાથ પકડી કહ્યું :

‘આ રહ્યો તારો બાળ, માતા! એને તારે ખોળે લઈ લે! હૈયે ચાંપ! આંખનું નૂર કરીને રાખ! આ તારા લાલને જેટલાં લાડ લડાવીશ એટલી તારા સુખની છોળો ઊડશે.’

સ્વામીનાં વચનમાં દુનિયાનાં દવલાં, નમાયાં, ધાનમૂઆંને પોતાના ઊંડળમાં લેતું વહાલ વરસતું હતું. એનીના મન ઉપર આ વાણીની જાદુઈ અસર થઈ. પારકાનાં દુઃખદળદર અપનાવીને તેમાં પોતાના ખોવાયેલા આનંદધનને પામવાની ગુરુચાવી તેને મળી ગઈ. એનીનું ગોરી જાતિનું ગુમાન ગળી ગયું. હાથીદાંતના મિનારા જમીનદોસ્ત થઈ ગયા. એક હબસીના છોકરાને તેણે ધૂળ ખંખેરીને પેટના જણ્યાની જેમ તેડી લીધો. એનીનું સ્મશાન જેવું ઘર પાછું હાસ્યકિલકારથી ગાજી ઊઠ્યું.

રામ બાદશાહ પંખીઓને સામા ટહુકા પાડી ચાનક ચડાવવા પોતાના અરણ્યના સામ્રાજ્યમાં પાછા ફર્યા.



જે કામ કરવાથી રાત્રે સુખેથી સુવાય તે કામ દિવસે જ કરી લેવું, જે કામ કરવાથી ચોમાસાના ચાર મહિનામાં સુખેથી રહેવાય તે કામ આગલા આઠ મહિનામાં જ કરી લેવું, ઉતરતી વય પ્રાપ્ત થતાં જે કાર્ય કરવાથી સુખે રહેવાય તે કાર્ય આગલી વયમાં જ કરી લેવું પણ જે કામથી મૃત્યુ પછી સુખ સાંપડે તે કામ તો આખા જીવન સુધી કર્યા જ કરવું.

—વિદુર નીતિ

## ત્યાગ

—સંતવાણી

અન્યને જીતે તે વીર, પોતાની જાતને જીતે તે મહાવીર.

લાખો લોક ચાલ્યા ગયા

નજર પણ હવે પડતી નથી.

લાખો લોક ચાલ્યા જસે,

આંખો પણ હવે રડતી નથી.

હે માનવ! તું તારા વૈભવનું અભિમાન ન કર,

અહીં સમ્રાટ સીકંદરની કબર,

પણ હવે જડતી નથી.

બુદ્ધ અને મહાવીર સર્વસ્વનો ત્યાગ કરીને જીતી ગયા. જ્યારે હીટલર, નેપોલીયન. સીકંદર, રાવણ, બધું જ મેળવવા ગયા અને હારી ગયા.

હે પરમાત્મા! મારી પાસે જે કંઈ છે એ પૂરતું છે. અમુલ્ય રત્ન જેવી બે આંખો, સુંદર મુખ, વાણી, બુદ્ધિ, પૈસાથી ખરીદી ન શકાય એવી તંદુરસ્તી પ્રેમ કરી શકે એવું હૈયું. તેં આકાશમાં સૂર્ય, ચંદ્ર, હવા અને ધરતીપર ખાવા માટે અન્ન, રહેવા માટે ઘર, કર્મ કરવા માટે હાથ આપ્યા છે. પ્રભુ તારી કૃપા છે.

॥ ૐ ॥

(શ્રી કનૈયાલાલ ગાંધીનાં જયશ્રીકૃષ્ણા)



## સર્વોત્તમ સંપત્તિ પામવાનો સરસ માર્ગ

—મણિલાલ નથુભાઈ દોશી

મને વારંવાર પૂછવામાં આવે છે કે, ‘પરમાત્મામાં તલ્લીનતા અનુભવવાનો વ્યાવહારિક માર્ગ કયો? તમે જણાવેલા સિદ્ધાંતો ઘણા જ સુંદર અને સાચા લાગે છે; પરંતુ જે અનુભવથી આશ્ચર્યકારક પરિણામ આવે, તે અનુભવને આપણા જીવનમાં કેવી રીતે ઉતારી શકીએ?’

માર્ગ સરળ છે અને તેને વિકટ બનાવવો કે નહીં, એ પણ આપણા જ હાથમાં છે. આ માર્ગની કૂચી ‘ખુલ્લાં રાખો’ એ શબ્દોમાં છે.

આપણે તો બસ આપણા અંતઃકરણનાં દ્વાર ખુલ્લાં રાખવાનાં છે કે, જેથી તે અનંત ચૈતન્યનો દિવ્ય પ્રવાહ પોતાને પેસવાનો માર્ગ શોધ્યા કરે છે, તે આપણામાં ઝટ દાખલ થઈ શકે. શિખર ઉપરના મુખ્ય જળાશયમાં તો તે દિવ્ય ચૈતન્યરૂપ અમૃતજળ ભરેલું જ છે. માત્ર તેની સાથે સંબંધ રાખતો દરવાજો ઉઘાડો; એટલે તરત જ તે પાણી પોતાના સ્વભાવને અનુસરી નીચેના ખેતરમાં ભરાવા લાગી તેને ફળદ્રૂપ બનાવશે. અનંત જ્ઞાન, અખૂટ સામર્થ્ય ને અપાર આનંદના અમાપ સાગરરૂપ પરમાત્મા સાથે આપણો શો સંબંધ છે અને તેમનો આપણી સાથે શો સંબંધ છે, તે અત્યાર સુધીમાં એટલું જ છે કે, તે પરમાત્મા અને આપણી વચ્ચેના ઐક્યનો અનુભવ કરો. મન અને હૃદય તેમના અદ્ભુત ઐશ્વર્યને ગ્રહણ કરી શકે તે માટે તેમને ખુલ્લાં રાખવાં, એ જ સર્વથી મુખ્ય બાબત છે અને એ માટે અંતઃકરણની તીવ્ર ઈચ્છા એ બીજી બાબત છે. એકાગ્ર શાંત સ્થિતિમાં દરરોજ થોડી

પળ રહેવાનો અભ્યાસ પાડવો, એ પ્રારંભમાં ઘણું જ સહાયકારક થઈ શકશે. એ પછી શાંતિના સમયમાં પ્રભુની કૃપાનો અથવા તેમાં તલ્લીન થવાનો અનુભવ મળે એવી આતુરતા સેવો અને આ પ્રસાદરૂપ અનુભવ તમને અવશ્ય થશે, એવી દૃઢ ભાવના રાખવા માંડો; કેમ કે એથી જ એ અનુભવરૂપી કિરણ તમારા અંતરાત્મામાં ઊતરશે અને પછી તે તમારા મનમાં પ્રકટ થઈ ધીમે ધીમે તેની અસર તમારા દરેક અંગમાં તમે પ્રકટ થતી અનુભવશો. જેટલા પ્રમાણમાં તમને આ અનુભવ થશે. તેટલા પ્રમાણમાં તેની શાંતિદાયક અને પ્રકાશ આપનારી સાત્ત્વિક શક્તિ તમારામાં કામ કરતી તમને જણાશે; તથા તમારો અંતરાત્મા, મન અને શરીર, એ સર્વ એકબીજાને અનુકૂળ થઈ આખા જગતની સાથે તમે અનુકૂળ સંબંધમાં આવશો. તમે જ્યારે ઉપર જણાવેલી ઉચ્ચ દશારૂપી પર્વતની ટોચે ઊભા હો, ત્યારે પ્રભુનો જે હિતાવહ નાદ તમે સાંભળો, તે નાદને તમે ત્યાંથી નીચે ઊતરો ત્યારે યાદ રાખી તમારી સાથે લેતા આવજો. જોકે એ અતિ ઉચ્ચ દશાનો અનુભવ તમને દરેક પળે નહીં થાય; તોપણ આ રીતે તમે ત્યાં અનુભવેલી સુંદરતા, પ્રેરણા અને પ્રકાશનું સ્મરણ કરી તદનુસાર ઉત્તમ પ્રકારનું જીવન તો અવશ્ય ગાળી શકશો.

આ રીતે અભ્યાસ વધારતાં વધારતાં એવો પણ સમય તમારા જીવનમાં આવી પહોંચશે કે, જ્યારે એકાદ વેપારીની દુકાનમાં અથવા તો ઘોંઘાટવાળા બજારમાં પણ તમે બાહ્ય વિષયો પર માનસિક પડદો નાખી દઈ તમારા મનને અંતર્મુખ કરી શકશો; અને અનંત જીવન, અનંત પ્રેમ, અનંત જ્ઞાન, અનંત શાંતિ, અનંત શક્તિ અને સમૃદ્ધિના મૂળરૂપ પરમાત્મા કે જે

તમને દોરે છે, તમારું રક્ષણ કરે છે અને તમને માર્ગ દર્શાવે છે, તેમાં તલ્લીન થવાનો અનુભવ કરી શકશો. શાશ્વત પ્રાર્થના આનું જ નામ છે. પ્રભુને પિછાનવો અને પ્રભુ સાથે ચાલવું, તે પણ આ જ સ્થિતિ છે. પ્રભુને પોતામાં જોવો તે પણ આ જ દશા છે. આનું જ નામ નવો જન્મ અથવા બીજો જન્મ છે. પહેલો જન્મ સ્થૂળ છે અને બીજો જન્મ આધ્યાત્મિક છે; કેમ કે એ સમયે પશુવૃત્તિ નાશ પામી દૈવીવૃત્તિ જન્મે છે. મનુષ્યની ગમે તેવી માન્યતા યા શ્રદ્ધા હોય; પરંતુ અનંત પ્રભુમય જીવનનો ખરો આસ્વાદ તો આ સ્થિતિનો જે કોઈ અનુભવ કરે તે જ લઈ શકે છે; કારણ કે પ્રભુને પિછાનવો, તેને અનુસરવું અને તેમાં તન્મય થવું એ જ પ્રભુમય જીવન છે. ‘ધીમે ધીમે આપણને તન્મયતાનો અનુભવ થશે,’ એવાં વાક્યોને બદલે ‘અત્યારે આ પળે જ તે સૌંદર્યસાગરનો સાક્ષાત્કાર થઈ શકે છે,’ એવા જ ઉદ્ગાર એવા મનુષ્યના હૃદયમાં સ્ફુરવા લાગે છે.

જો આપણી ઈચ્છા હોય અને આપણે દૃઢ સંકલ્પ કરીએ, તો આ જ દિવસે, આ જ કલાકે અને આ જ પળે આપણને આવો અનુભવ થઈ શકે. જો આપણે આપણું મુખ ખરી દિશા તરફ ફેરવીએ તો તો એ સર્વોત્તમ સાક્ષાત્કારની ભવ્ય સ્થિતિ આજ નહીં તો કાલે પણ જરૂર પામી શકીએ. જો આપણે પર્વતના શિખર તરફ મુખ રાખીએ અને પછી ધીમેથી અથવા ઉતાવળે ચાલ્યા કરીએ, તો મોડા કે વહેલા તે શિખર ઉપર પહોંચવાના જ. પણ જ્યાં સુધી આપણે એ ખરી અને સીધી દિશા તરફ વળીએ અને ચાલીએ નહીં ત્યાં સુધી કદી પણ ત્યાં પહોંચી શકીએ નહીં. કવિ ગેટેએ ઠીક જ કહ્યું છે : ‘જો તમે ખરા અંતઃકરણથી કામ કરવા ઈચ્છતા હો, તો આ પળનો જ લાભ

હો; અને તમે જે પણ કરી શકતા હો અથવા કરી શકશો એમ ધારતા હો તો તેનો પ્રારંભ કરો. આવી હિંમતમાં જ તમારી બુદ્ધિ, શક્તિ અને તમારો ચમત્કાર રહેલો છે, કામમાં જોડાઓ અને બળ વધશે, કામ આરંભો અને તે પૂરું થશે.’

ગૌતમ સિદ્ધાર્થે—ભવિષ્યના બુદ્ધે પણ કહ્યું હતું કે, ‘સત્ય શું છે, તે મારા જાણવામાં આવ્યું છે; એટલે હવે તો હું જરૂર એ કાર્ય સિદ્ધ કરીશ અને બુદ્ધ થઈ શકીશ.’ નિશ્ચયની આવી પ્રબળતાથી જ ગૌતમ સિદ્ધાર્થે અહીં ને અહીં બુદ્ધ થઈ નિર્વાણપદ પ્રાપ્ત કર્યું હતું. આ પ્રમાણે આ નિર્વાણપ્રાપ્તિ—આ પરમ પદ—આ પરમાત્મસાક્ષાત્કાર આ ઠેકાણે અને અત્યારે પણ શક્ય છે એવો બુદ્ધનો ઉપદેશ હતો; અને એ ઉપદેશ વડે એ શક્યતા સમજાવી તેઓ કરોડો મનુષ્યોને પ્રકાશનો માર્ગ બતાવી શક્યા હતા.

મહાત્મા જિસસે કહ્યું હતું કે, ‘શું તમને માલૂમ નથી કે મારે મારા પિતાનું કામ કરવાનું છે?’ આ પ્રમાણે આ બાબતને પોતાને ઉદ્દેશ બનાવી તેમણે પ્રયત્ન કર્યો, તેથી જ તેમણે હું તથા મારા પિતા એક છીએ, એ પરમ સત્યનો અનુભવ કર્યો. આ પ્રમાણે પૃથ્વી પર વસવા છતાં તેમણે તે પરમ સ્વરાજ્યનો પૂર્ણ અનુભવ કર્યો, તેમનો ઉપદેશ પણ એ જ હતો કે, અહીં અને આ વખતે પણ મનુષ્યો આ તત્ત્વનો અનુભવ કરી શકે તેમ છે. આ ઉપદેશ દ્વારા તેમણે લાખો મનુષ્યોને પ્રકાશ અને અનુભવ આપ્યો છે. વ્યાવહારિક બાબતો વિષે પણ આ કરતાં વધારે પ્રભાવશાળી અને લાભકારી ઉપદેશવાક્ય બીજાં થોડાં જ મળશે કે, પ્રભુના સામ્રાજ્યનો—તન્મયતાનો અનુભવ કરો, એટલે દુનિયાની ચીજો તમને આપોઆપ આવી મળશે.

## શરીરની સંભાળ—ઊંઘ અને વ્યાયામ

—જ્યોતિબેન થાનકી

ઊંઘ :—ખોરાકની જેમ જ શરીરને માટે ઊંઘ પણ અનિવાર્ય છે. શરીર આપોઆપ આરામ મેળવી લે અને તેના કોષો ફરીથી શક્તિ પ્રાપ્ત કરી લે તે માટે ભગવાને મનુષ્યને નિદ્રાની બક્ષિસ આપી છે. ઊંઘમાં માણસ બધાંજ દુઃખો, બધી જ પીડાઓ ભૂલી જાય છે. નિદ્રા પોતે જ અદ્ભુત ઔષધ છે. ભગવાને શરીરની એવી રચના કરી છે કે જ્યારે થાક લાગે ત્યારે તે આપોઆપ ઊંઘમાં સરી પડે છે. આ પ્રક્રિયા નાના બાળકોમાં મોટે ભાગે જોવા મળે છે. પણ માણસ જેમ મોટો થતો જાય છે તેમ મનની દખલ વધી જવાથી, ઊંઘી જવાની આ સહજશક્તિને ગુમાવી દે છે. જેમ ઉમ્મર વધે છે, તેમ ઊંઘ ઓછી થવા લાગે છે. અપૂરતી નિદ્રાને પરિણામે પણ શરીર સ્વસ્થ રહેતું નથી.

મોટી ઉમ્મરે ઊંઘ ઓછી થવાનું કારણ શારીરિક રીતે થતો ઓછો શ્રમ, મનના વિચારો, અદૃશ્ય ચિંતાઓ, ભવિષ્યનો ભય કે એકલતાની પીડા હોય છે. મન વિચારો અને ચિંતાઓથી ભરેલું હોય અને માણસ ઊંઘવા જાય તો ઊંઘ આવતી નથી અને જો ઊંઘ આવે છે, તો તેમાં તાજગી મળતી નથી. જ્યારે તે ઊઠે છે, ત્યારે થાકેલો અને માંદા જેવો થઈને ઊઠે છે અને પછી આખો દિવસ સુસ્ત જાય છે. આથી જ ઊંઘવા જતા પહેલાં મનને, પ્રાણને શાંત અને સ્વસ્થ કરવા માટે આત્મકલ્યાણના કે આધ્યાત્મિકતા જાગૃત કરે તેવાં પુસ્તકોનું અધ્યયન કરવું જરૂરી છે. આપણાં ધર્મગ્રંથો—રામચરિત માનસ, શ્રીમદ્ ભાગવત્ ગીતા કે પછી મહાપુરુષોના ઉપદેશગ્રંથોનું અધ્યયન કરવાથી

મન શાંત અને સ્થિર થઈ જાય છે. નકામા બધા જ વિચારોમાંથી મન મુક્ત થઈ જાય છે. જેમાં મનને આનંદ મળે, રસ પડે અને અધ્યાત્મના માર્ગે લઈ જાય તેવા પુસ્તકોનો રોજ રાત્રે નિયમિત અભ્યાસ કરવાથી મનમાં ભગવદ્ભાવ જાગે છે. પછી ધ્યાન કરવું. નિયમિત ધ્યાન કરવાથી મનમાં એકાગ્ર બનતાં ભૌતિક ચિંતાઓ ટળી જાય છે. અંતરમાં શાંતિ અનુભવાય છે. એ પછી ભગવાનને, ઈષ્ટને, ગુરુને સાચા હૃદયથી પ્રાર્થના કરવી. નિદ્રા દરમિયાન સર્વપ્રકારના વિરોધી બળોથી રક્ષા કરવા ભગવાનને પ્રાર્થના કરવી કે “હે ભગવાન નિદ્રામાં પણ તમે મારું રક્ષણ કરશો.” પ્રાર્થના કર્યા પછી મન પ્રાણ બધું શાંત અને સ્થિર થઈ જતાં ધીમે ધીમે ઊંઘ આવી જાય છે. પણ ઊંઘ ન આવે તો પ્રભુના નામનો જપ કરવો. એકાગ્રતાપૂર્વક જપ કરવાથી ક્યારે ઊંઘ આવી જાય છે તે ખબર નથી પડતી.

સાચી રીતે કેવી રીતે ઊંઘવું તેની રીત બનાવતાં શ્રી માતાજી કહે છે કે, “પથારીમાં પડ્યા પછી તુરત જ ઊંઘી જવા પ્રયત્ન કરવો નહીં. શરીરને ઢીલું કરી દેવું. જાણે નરમ રજાઈના વીંટા જેવું હોય તે રીતે કરીને પડ્યા રહેવું. બિલકુલ હલન ચલન કરવું નહીં. મનને શાંત કરી દેવું. કોઈ પણ જાતના વિચારો કરવા નહીં કે ગૂંચો ઉકેલવાનો પ્રયત્ન કરવો નહીં. પછી લાગણીઓને શાંત કરી દેવી. એ પછી તમારા સ્વભાવ પ્રમાણે પ્રભુને પ્રાર્થના કરવી. પછી એ સ્થિતિમાં ધીમે ધીમે ઊંઘમાં ચાલ્યા જવાનું. આ ઊંઘ માટેની શ્રેષ્ઠ પદ્ધતિ છે. આ રીતે સચેતન બનીને ઊંઘ લેવાથી શરીરમાં સ્ફૂર્તિ અને તાજગી રહે છે. અને દિવસ પણ આનંદમય વીતે છે. બીજું વહેલા સૂઈને વહેલા ઊઠવાથી પણ શરીર સ્ફૂર્તિવાળું રહે છે. પરંતુ આજકાલ

માર્ચ : ૨૦૧૪

૫૫

મોડે સુધી ટી.વી. સિરિયલો ને પિકચરો જોવાથી મોટે ભાગે બહુ જ મોડું સૂવાનું બને છે, અને તેથી પછી ઊઠવાનું પણ મોડું થાય છે. તેની અસર શરીર ઉપર પડ્યા વગર રહેતી નથી. વહેલી વૃદ્ધાવસ્થા આવવાનું કારણ પ્રકૃતિ વિરુદ્ધનું જીવન છે. શાંત મને વહેલા સૂઈ જવાથી રાત્રિના પ્રથમ પહોરે ઊતરતી શક્તિ પ્રાપ્ત થાય છે, અને વહેલા ઊઠી જવાથી, આપણે ત્યાં બ્રાહ્મ મુહૂર્તમાં ઊઠી જવાનું કહેવામાં આવ્યું છે, તે પ્રમાણે ઊઠી જવાથી પ્રભાતે પ્રકૃતિમાં જે શક્તિનું અવતરણ થતું હોય છે, તે મળે છે. આમ શાંતિ અને શક્તિ મેળવવા વહેલા સૂઈ વહેલા ઊઠવાના નિયમનું પાલન કરવામાં આવે તો શરીરમાં તાજગી અને પ્રસન્નતા સતત રહે છે અને વૃદ્ધાવસ્થા ઝડપથી આવતી નથી. મનુષ્યની જિંદગીનો લગભગ ત્રીજો ભાગ ઊંઘમાં પસાર થઈ જાય છે. આ ઊંઘ વિશે સભાન બનીને જો સાચી રીતે ઊંઘ લેવામાં આવે તો શારીરિક અને માનસિક બંને પ્રકારની શક્તિઓમાં વધારો થાય છે.”

હવે ઊંઘ અંગે એક બીજો પ્રશ્ન એ થાય છે કે આ અવસ્થામાં કેટલી ઊંઘ લેવી જરૂરી છે? આમ તો ભગવાને દરેક મનુષ્યના શરીરમાં ઊંઘ, ભૂખ, તરસ અને નિદ્રા માટેની એક ઘડિયાળ મૂકેલી જ છે. જો મનુષ્ય કુદરતના કાયદાઓનું ઉલ્લંઘન કરતો ન હોય તો આ ઘડિયાળ નિયમિતપણે મનુષ્યને ઊંઘ અને ખોરાક માટે સૂચનો કરતી જ હોય છે. શરીર પોતે જ જેટલી ઊંઘની જરૂર હોય તેટલી લઈ લેતું હોય છે પણ મનુષ્યે શરીરની ઊંઘની ઘડિયાળ અસ્તવ્યસ્ત કરી નાંખી હોય છે. એટલે પછી પોતાની પ્રકૃતિ પ્રમાણે કેટલી ઊંઘની જરૂર છે, તે મનુષ્યે નક્કી કરવું જોઈએ. પણ સામાન્ય રીતે મોટી ઉંમરે છ થી સાત કલાકની

૫૬

અધ્યાત્મ

ઊંઘ જરૂરી છે. આટલી ઊંઘથી શરીરને પૂરતો આરામ મળી જાય છે. શ્રીમાતાજી કહે છે કે સારી ઊંઘ મેળવવા માટે તમે ફક્ત આટલું જ કરો, “ઊંઘવા જતા પહેલાં તમારી જાતને શાંત નિષ્પતરંગ સમુદ્ર જેવી વિશાળ બનાવી દો. તમારા મનને શાંત અને નિષ્કંપ બનાવી દો, અને તમને સરસ ઊંઘ આવી જશે.”

**વ્યાયામ :—**શરીરના ઉત્તમ સ્વાસ્થ્ય માટે વ્યાયામની પણ એટલી જ જરૂર છે. શરીર જડ છે. તેની પ્રગતિ ઘણી જ ધીમી છે. એટલે ચેતનાના વિકાસની સાથે તે તાલ મિલાવી શકતું નથી એટલે તે પાછળ રહી જાય છે. યાળીસ વરસ પછી તો તેનો આકાર સ્થગિત થઈ જાય છે. તેમાં કંઈ પરિવર્તન આવતું નથી. શરીરની માંસપેશીઓ અક્કડ થઈ જાય છે. શરીરમાં પછી લચીલાપણું રહેતું નથી એટલે અસમતુલા સર્જતા શરીર રોગ અને વૃદ્ધાવસ્થાનો ભોગ બને છે. આ પ્રક્રિયાને ધીમી પાડનાર, અસરકારક પરિબળ જો કોઈ હોય તો તે છે વ્યાયામ અને યોગાસનો. આપણા શાસ્ત્રોમાં પણ યોગાસનો અને પ્રાણાયામ ઉપર બહુ જ ભાર મૂકવામાં આવ્યો છે. ઋષિમુનિઓનું ક્રિયાશીલ દીર્ઘજીવન પ્રાકૃતિક સ્વચ્છ વાતાવરણ અને યોગાસનોને આભારી હતું. આપણાં વિવિધ આસનો શરીરના દરેક અવયવને ગતિ આપે એ રીતે વૈજ્ઞાનિક ઢબે આપવામાં આવેલાં છે. આ આસનોથી રૂધિરાભિસરણ સારી રીતે થાય છે. દરેક કોષોને પ્રાણવાયુ મળી રહે છે. નાડીતંત્ર શુદ્ધ થાય છે. અંદરના સૂક્ષ્મચક્રો ખૂલે છે અને આંતરશક્તિઓ પ્રવાહિત થાય છે. એથી વૃદ્ધાવસ્થા દૂર ઠેલાય છે. પરંતુ આ આસનો અને પ્રાણાયામ યોગ્ય ગુરુના પ્રત્યક્ષ માર્ગદર્શન હેઠળ શીખી લેવા જોઈએ નહીંતર વિપરિત પરિણામ પણ આવી શકે.

પરંતુ દરરોજ નિયમિત રીતે સાદી કસરતો તો ઘરમાં સહુ કોઈ કરી શકે. પચાસ વર્ષની ઉંમર પછી રોજની દિનચર્યામાં ત્રીસથી પીસ્તાળીસ મિનિટ સુધીની કસરતને ફરજિયાત બનાવી દેવી જોઈએ. તો જ શરીરની જડતા, અક્કડતા દૂર કરી શકાય. શ્રી અરવિન્દ આશ્રમમાં શારીરિક કસરતો સ્કૂલના બાળકોથી માંડીને વયોવૃદ્ધ સાધકો સુધીનાને કરવાની રહે છે. શ્રી માતાજી કસરતને કોષોમાં ચૈતન્ય ભરવાની પ્રક્રિયા કહે છે. ત્યાં પચાસ વર્ષ પછીના સાધકો જેને ‘બ્લ્યુ ગ્રુપ’ કહેવામાં આવે છે, તેમના માટે તો કસરત ફરજિયાત છે. દરરોજ સાંજે ૭.૧૫ થી ૭.૪૫ સુધી પ્લેઝાઉન્ડમાં પચાસ વર્ષથી માંડીને નેવું વર્ષ સુધીના સાધકો કસરત કરતા જોવા મળે છે. આવા નિયમિત વ્યાયામ, પૌષ્ટિક ખોરાક અને નિયમિત, વ્યવસ્થિત સાધનામય જીવનને પરિણામે ત્યાં એંસી વર્ષની ઉપરના સાધકો પણ કાર્ય કરતા જોવા મળે છે. ફક્ત અર્ધોકલાક જ વ્યાયામને આપવાથી વૃદ્ધત્વની ગતિને ખૂબ જ ધીમી પાડી શકાય છે. આજકાલ તો સિનિયર સીટીઝન કલબ, લાઈફ કલબો મોર્નીંગ કલબો—વગેરે પ્રકારની સંસ્થાઓમાં નિયમિત આસન—પ્રાણાયામ—ધ્યાન—યોગ વગેરે કરાવવામાં આવે છે. આવી કલબોમાં સભ્ય થવાથી નિયમિત વ્યાયામ થાય છે. અને સમવયસ્કો સાથે હળવા—ભળવાનું થતાં મન પણ પ્રફુલ્લિત રહે છે. આ ઉપરાંત પણ જો બીજો કોઈ વ્યાયામ થઈ શકે તેમ ન હોય તો અર્ધો કલાક ચાલવાની કસરત અવશ્ય કરવી જોઈએ. તેથી શરીર ગતિમાં રહી શકે ને લોહીનું ભ્રમણ સારી રીતે થાય છે. ખુલ્લામાં ફરવા જવાથી તાજી હવા મળે છે.



## સેવાનું રહસ્ય

—સ્વામી શિવાનંદ

માનવજન્મ દુર્લભ છે.

માનવજન્મ મળવો દુર્લભ છે. વૈદિક માર્ગે ભાગ્યે જ કોઈનું પ્રયાણ થાય છે. આધ્યાત્મિક જ્ઞાનમાં નિષ્ણાત બનવું એ એના કરતાં પણ વધારે વિરલ છે. પણ સૌથી વિરલ તો આત્મા અને અનાત્મા વચ્ચેનો ભેદ પારખવો એ છે. સેંકડો—કરોડો જન્મો દરમ્યાન સારી રીતે પ્રાપ્ત કરેલા સદ્ગુણો દ્વારા જ મોક્ષપ્રાપ્તિ થઈ શકે જે અતિ, અતિ, અતિ દુર્લભ છે.

યાદ રાખો કે આ દુનિયામાં તમે એકલા—અટૂલા જ યાત્રી છો. આખી દુનિયા એ તો એક જાહેર ધર્મશાળા છે. તમારો કાયમી નિવાસ તો તમારા અમર આત્મામાં છે, કે જે બધા કરતાં પર છે. સખત તપશ્ચર્યા અને ધ્યાન દ્વારા તમે તમારી યાત્રા ઝડપથી પૂરી કરો અને અમરતાના તમારા મૂળ ધામમાં, શાશ્વત સુખ અને શાંતિના પરમધામમાં, આ જન્મમાં જ પહોંચી જાવ.

તમે કરોડો પાઉન્ડ ખર્ચવા તૈયાર હો તો પણ તમે તમારી જિંદગીના સમયગાળામાં એક સેકન્ડનો પણ વધારો કરી શકો નહીં. આવું કીમતી જીવન વેડફી નાખવા કરતાં બીજું વધારે દુઃખદ કશું હોઈ શકે?

સમય ઝડપથી પસાર થઈ રહ્યો છે.

સમય ઝડપથી પસાર થઈ રહ્યો છે, રાત્રી, ઊંઘ અને બીજા ભોગોમાં વેડફાય છે. દિવસ ગપ્પાં મારવામાં, પૈસા ભેગા

કરવામાં અને કુટુંબનું ભરણ પોષણ કરવામાં પસાર થાય છે. દિવસો, મહિનાઓ અને વર્ષો બગડતાં જાય છે. વાળ ધોળા થાય છે. દાંત પડી જાય છે. છતાં પણ તમે હજુ મોહગ્રસ્ત થઈ દુનિયાની નાશવંત વસ્તુઓને વળગી રહ્યા છો. આ ક્ષણભંગુર સુખના ગુલામ બની રહેવાનું તમે ક્યાં સુધી પસંદ કરશો? ક્યાં સુધી તમે તેની તે જ ઈન્દ્રિયોના ભોગોનું પુનરાવર્તન કરવા ઈચ્છો છો? સ્ત્રી અને પૈસાની પૂજા કરવાનું તમે ક્યાં સુધી પસંદ કરશો? આ રીતે જો તમે તમારો કિંમતી સમય વેડફી નાખશો, ભગવાન પર ધ્યાન ધરવાનો અને સત્કાર્યો કરવાનો સમય તમને ક્યારે મળશે? વિચારો અને ચિંતન કરો.

રાજાઓ અને મહારાજાઓ પણ મૃત્યુ પામશે. આ દુનિયા પણ તેમાં રહેનારા તમામ સાથે નાશ પામશે. સૂર્ય, ચંદ્ર, તારા વગેરે પણ નાશ પામશે. તમામ હર્ષોલ્લાસ અને ખેદ પણ નાશ પામશે. પત્ની, બાળકો, ધન, મિલકત બધું જ જતું રહેશે. પંચતત્ત્વો, પૃથ્વી અને સ્વર્ગ કશું જ અમર રહેતું નથી. માત્ર એક બ્રહ્મ—સનાતન, અમર, સચ્ચિદાનંદ જ કાયમ ઝળહળ્યા કરશે. સાધના દ્વારા આ સનાતન, સત્—ચિત્ અને આનંદને ઓળખવા—જાણવા ઉતાવળા થાવ.

હે માનવ! લક્ષ્મી, મોટર—ગાડી, પુત્રો, સ્ત્રીઓ, રાજ્યો, મિલકત બધું જ વ્યર્થ છે. આ બધી જ વસ્તુઓ નાશવંત છે. ભગવાનના ચરણકમળમાં બેસી જા અને અમરતા, શાશ્વત સુખ અને સર્વોચ્ચ શાંતિ પ્રાપ્ત કર. આ દુનિયામાં તું આ ધ્યેય લઈને જન્મ્યો છે.

### છલકાતી સમૃદ્ધિનું રહસ્ય.

દુઃખમાં સપડાયેલા માણસને હસાવો, રમૂજ કરાવો, સુખ આપો. હતાશામાં ડૂબેલા માણસને હિંમત આપો. દુઃખગ્રસ્ત કે ઈજાગ્રસ્તનાં આંસુ લૂછી નાખો. સહાનુભૂતિ અને પ્રેમાળ શબ્દો વડે શોક તથા ખેદને દૂર કરો. બીજા જ્યારે ઘોર નિરાશામાં હોય ત્યારે તેમને હસાવો. આ બધા જ દાનના જુદા જુદા પ્રકારો છે. આ બધામાં સહભાગી થવું એ એક પ્રકારનાં સુખ અને શાંતિ જ છે. સહભાગી થવાથી દિવ્ય પ્રેમ પ્રગટ થાય છે, અને લોભ નાશ પામે છે; સ્વાર્થીપણું જતું રહે છે, હૃદય શુદ્ધ થાય છે. તેનાથી આત્મીયતા વિકાસ પામે છે. આપવાથી સમૃદ્ધિ વધે છે. સમૃદ્ધિનું આ જ રહસ્ય છે. ટૂંકમાં, લેવાથી નહીં, પણ આપવાથી જ આત્માનો વિકાસ થાય છે.

### કદી ફરિયાદ કરશો નહીં.

એક જ સ્થળે તમને તમામ પ્રકારની સુખ—સાહ્યબી મળે તેથી તમે શક્તિશાળી થવાના નથી. ઉલટા તમે બીજી નવી જગ્યાએ જ્યાં તમને એવી સુખ—સાહ્યબી નહીં મળે તો તમે ગૂંચવાઈ જશો, કમજોર થઈ જશો. આજુબાજુના વિસ્તાર અને પર્યાવરણની કદી ફરિયાદ કરશો નહીં. તમારી માનસિક દુનિયામાં જ જીવો. તમે બળવાન અને ગતિશીલ પ્રતિભા ઊભી કરી શકશો.

### ધ્યાન એક રોગપ્રતિકારક શક્તિ.

ધ્યાન જેટલી સચોટ રોગપ્રતિકારક દવા બીજી એકે આ દુનિયામાં નથી. તે તમામ પ્રકારનાં રોગોનો નાશ કરે છે; તેથી તમે ખોરાક ના લો તો ચાલે, પણ દૈનિક ધ્યાન કરવાનું તો કદી

માર્ચ : ૨૦૧૪

૬૧

પણ છોડવું જોઈએ નહીં. તમારી બિમારી ખૂબ ગંભીર હોય ત્યારે પણ તમારે ધ્યાન તો કરવું જ. તો જિંદગીની રોજની લડાઈનો તમે શાંતિથી અને આધ્યાત્મિક બળથી કલાકના ધ્યાનથી એક અઠવાડિયા સુધી સામનો કરી શકશો. ધ્યાનમાં આવું બળ રહેલું છે. ધ્યાનની આવી લાભપ્રદ અસર છે.

સમાજસેવા ઘણી સારી છે. પણ જો તેની પૂર્વભૂમિકા આધ્યાત્મિક નહીં હોય તો તે તમારા આત્માને સંતોષશે નહીં. એક સૈકાની સમાજસેવા પછી પણ, તમને અસંતોષ રહેશે. યોગના અભ્યાસથી તમે સંપૂર્ણ બનશો. આ અભ્યાસ તમને એવી યાવી આપશે કે જે વડે તમે તમામ સમાજસેવાને ખરેખર દિવ્ય બનાવી શકશો.

મહામૃત્યુંજય મંત્ર

ॐ ત્ર્યંબકં યજ્ઞમહે સુગંધી પુષ્ટિવર્ધનમ્ ।

ઊર્વારુકમિવ બન્ધનાન્ મૃત્યોર્મુક્તીય માહમૃતાત્ ॥

ચાલો આપણે બધા જ મહામૃત્યુંજય મંત્રનો જપ કરીએ. આ એક મહાન મંત્ર છે. એનાથી તમામ અકસ્માતો અટકી જાય છે. એનાથી લાંબુ જીવન મળે છે. આ મંત્ર એ સર્વશક્તિમાન પરમાત્માની પ્રાર્થના છે.

સ્વામી શિવાનંદજી આ મંત્રનો શબ્દાર્થ એમ આપે છે કે : “જીવમાત્રની કલ્યાણકારી, પાલક તથા પોષક, મધુર એવા ભગવાન ત્રિલોચનને અમે ભજીએ છીએ. જેવી રીતે ચીંભડાને તેના (વેલા સાથેના) બંધનોમાંથી મુક્ત કરવામાં આવે છે, તેવી રીતે અમર પ્રાપ્તિ માટે, મૃત્યુમાંથી (ભગવાન શિવજી) અમને મુક્ત કરો.”

૬૨

અધ્યાત્મ

આ મહામૃત્યુંજય મંત્ર એ જીવન બક્ષનારો મંત્ર છે. આજના જમાનામાં જ્યારે જીવન બહુ સંકુલ બન્યું છે અને અકસ્માતો રોજની સમસ્યા બની ગઈ છે, ત્યારે આ મંત્ર દરેક પ્રકારના અકસ્માતોથી થતાં મૃત્યુને દૂર હડસેલી દે છે. આ ઉપરાંત, આ મંત્રમાં રોગનાશક શક્તિ પણ રહેલી છે. ડોક્ટરોએ અસાધ્ય જાહેર કરેલા રોગો પણ આ મંત્રથી મટી જાય છે. શરત એટલી કે આ મંત્રનો જાપ સંપૂર્ણ શ્રદ્ધા, ભક્તિ અને નિષ્ઠાથી થવો જોઈએ. આ મંત્ર રોગ સામેનું સચોટ શસ્ત્ર છે. આ મંત્રથી મૃત્યુ પર વિજય મેળવાય છે.

નામજપના—ખજાના સિવાય કાંઈ જ તમારી સાથે આવવાનું નથી.

મૃત્યુ ગમે તે ક્ષણે આવે. તમે તૈયાર છો? નામજપના ખજાના સિવાય, અત્યારે તમારી પાસે જે કાંઈ છે તેમાંથી કશું જ, તમારી સાથે આવવાનું નથી. માતા, પિતા, પુત્ર, મિત્રો, બંગલા, મોટરગાડીઓ, પૂંજી, ખિતાબો, નામ—કીર્તિ વગેરે કાંઈ જ મૃત્યુ પછી તમારી સાથે આવવાનું નથી. જ્યારે તમારું ગળું બંધ થઈ જશે ત્યારે તમારાં સગાંસંબંધીઓ તમારી લોખંડની તિજોરીની યાવી અને તમારી બેન્કની પાસ—બુક શોધતાં હશે. આ વખતે, તમે જ્યારે આ દુનિયાની છેલ્લી વિદાય લેતા હશો, ત્યારે માત્ર નામ—ખજાનો જ તમારો સાચો મિત્ર પુરવાર થશે. તેથી, આ નામજપ રૂપી ધન એકત્ર કરતા રહો.



## રસેશ્વરી

(ગતાંગથી ચાલુ) —શ્રી યોગેશ્વરજી  
‘જાણું છું. અને એથી તો મારો તારે માટેનો પ્રેમભાવ વધતો જાય છે. તારી સાધના કાંઈ ઓછી અગત્યની નથી.’

રાધાએ કહ્યું :

‘એ સાધના નથી. એ તો મારો સ્વભાવ થઈ ગયો છે. ને એને સાધના કહીએ તોપણ તારી સાધના પણ ક્યાં ઓછી છે?’

સુપ્રિયાની આંખ ભરાઈ આવી. એણે કહ્યું :

‘મારી કોઈ સાધના હશે ત્યારે જ તારો સમાગમ તેમ જ સ્નેહ સાંપડી શક્યો છે ને? મારા પૂર્વનાં પુણ્યો એટલાં પ્રબળ હશે.’

એ આગળ બોલત પરંતુ રાધાએ એના મુખને દબાવી દીધું, ને કહ્યું :

‘બસ. હવે મારે વધારે નથી સાંભળવું.’

★ ★ ★

એ જ વખતે રુકિમણી કૃષ્ણને કહેવા માંડી :

‘મારાં પૂર્વનાં પુણ્યો ખરેખર પ્રબળ. તો જ તમારી પ્રાપ્તિ થઈ શકી.’

કૃષ્ણે કહ્યું :

‘તારી પ્રાપ્તિ પણ પુણ્યના પરિપાક રૂપે જ હોય એવું લાગ્યા કરે છે. મારા જીવનમાં મને બે દેવદુર્લભ સુકુમારીઓના સ્નેહનો લાભ મળ્યો—એક તારા અને બીજી રાધાના.’

‘રાધાને તો તમે અવારનવાર યાદ કરો છો.’

‘કેમ ના કરું? એ તારા પહેલાં મળી છે. એ મારા જીવન સાથે જડાઈ ગઈ હોવાથી એનું સ્મરણ કે સંકીર્તન મારે માટે

સહજ બની ગયું છે.’

‘તમે એને રાખી હોત તો?’

‘એ મારી સાથેજ છે. પ્રાણની પણ પાસે.’

‘એમ નહીં, અહીં દ્વારકામાં.’

‘તને એ ગમત?’

‘શા માટે નહીં? હું તો એનાં દર્શન સંસર્ગને જીવનનું સૌભાગ્ય સમજત. હું એની સ્નેહપૂર્વક સેવા કરત.’

‘પરંતુ એને તો વૃંદાવનમાં જ આનંદ આવે છે. એનું કાર્યક્ષેત્ર ત્યાં જ નક્કી થયું છે.’

‘તમારા કાળજાને કામણ કરનાર રાધાનાં દર્શનની મને ઈચ્છા થઈ આવે છે. કદી એનું દર્શન થઈ શકશે ખરું?’

‘શા માટે નહીં થાય? પણ હા. એનાં દર્શન માટે ભાગ્ય જોઈએ—તારું ને મારું બંનેનું.’

‘તમારું તો છે જ.’

‘તો તારું પણ ક્યાં ઓછું છે?’

રુકિમણી થોડીવાર શાંત રહીને બોલી :

‘સ્ત્રી સ્ત્રીના હૃદયને વધારે સારી રીતે જાણી શકે છે માટે જ કહું છું કે રાધા તમને નિરંતર યાદ કરતી હશે. તમે એને જરૂર મળજો ને શાંતિ આપજો. તમે વૃંદાવન જવાના હશો તો હું પણ આવીશ અને એને અહીં લઈ આવીશ.’

‘તો તો ઘણું સારું. તારું કહેવું એ કદાચ માને પણ ખરી.’

‘એનાં દર્શનની પણ મારા જીવનની ધન્ય પણ હશે.’

કૃષ્ણ શાંત રહ્યા. લાગણીવશ બની ગયા.

રુકિમણીના શબ્દો એમને સુખદ લાગ્યા.

એની શ્રવણપણ એમને જીવનની ધન્ય પણ લાગી.



(ક્રમશઃ)