ILLUSTRATED STUDY BOOKLET

સંતોષ

સ્વીકાર, પ્રસન્નતા અને કૃતજ્ઞતાનો અભ્યાસ



સંપૂર્ણ મૂળ લખાણ સાથે સચિત્ર અભ્યાસપુસ્તિકા

વાંચનનો માર્ગ

મૂળ લખાણના બધા શબ્દો, ઉદાહરણો, પુનરાવર્તનો અને સંવાદો જાળવ્યાં છે. વાંચન સરળ બનાવવા વિભાગો, નાના અનુચ્છેદો, ચિત્રો અને ચિત્રસાર ઉમેર્યાં છે.

૧ · સંતોષનો અર્થ
ભૌતિક પ્રાપ્તિમાં પૂરતુંપણું અને સાધનામાં ઉન્નતિ. પૃ. 3

૨ · તૃષ્ણા અને પ્રાપ્તિ
કામનાઓ, વર્તમાન ક્ષણ અને નવી ભેટની દૃષ્ટિ. પૃ. 5

૩ · પ્રસન્ન સ્વીકાર
પસંદગી, માંગ અને શાંત સ્વીકારની સમજ. પૃ. 7

૪ · સહજ જીવન અને પ્રસન્નતા
વહેતી નદી, ત્રણ ગાયો અને અપેક્ષા વગર આપવું. પૃ. 11

૫ · પ્રસન્નતાના ત્રણ પગલાં
સરળથી કઠિન પરિસ્થિતિ સુધીનો ક્રમિક અભ્યાસ. પૃ. 17

૬ · ધન્યવાદની ભાવના
દરરોજની ભેટોને ઓળખવી અને કૃતજ્ઞતામાં જીવવું. પૃ. 19

ચિત્રો અને ચિત્રસાર મૂળ લખાણની સાથે વાંચવા માટે છે.

૧ · સમજ

સંતોષનો અર્થ



ભૌતિક રીતે પૂરતું: ભીતર જવા માટેની મુક્તિ.

આ સંતોષ ગુણ એટલે શું? અને આ સંતોષ ગુણ પારમાર્થિક વિકાસમાં કઈ રીતે મદદરૂપ બને છે? એ સમજવાની જરૂર છે.

સંતોષ એટલે મટીરીયલી કન કન્ટેન્ટ.. મટીરીયલ સબસ્ટેન્સીસ (substances), અચીવમેન્ટસ (achievements), એક્યુમ્યુલેશન્સ (accumulations) માં સેન્સ ઓફ ઈનફનેસ (sense of enoughness).

સ્પિરિચ્યુઅલ પ્રોગ્રેસ ઈઝ પોસિબલ ઓન્લી ઈફ વન ઈઝ મટીરીયલી કન્ટેન્ટ. (Spiritual progress is possible only if one is materially content.)

ધેન ઓન્લી ઈઝ હી.. હી ઈઝ ફ્રી ફોર સેલ્ફ ઈન્ક્વાયરી, ગોઈંગ વિધિન. (Then only is he free for self inquiry, going within.)

સંતોષના અભાવમાં એટલા બધા વિકલ્પો ઉત્પન્ન થતા હોય છે તૃષ્ણાના કારણે, વાસનાના કારણે.. સો વન હૂ ઈઝ ડીસકન્ટેન્ટ ઈઝ ઓલવેઝ પુઅર. ઈઝ ઓલવેઝ અ બેગર. (So one who is discontent is always poor. Is always a beggar.) એ બેગર પાસે કેટલા છે? એ અલગ વાત છે. પણ હજી જંખે છે હજી એ બેગર છે અર્થાત એ પુઅર છે. સો અ પુઅર પર્સન કેન બી વેરી રીચ ટુ, બટ સ્ટીલ.. (So a poor person can be very rich too, but still..) હજી માંગવાની વૃત્તિ છે, વધે એવી વૃત્તિ છે, આપણું ગઈકાલનું વધુ અલગ અને આજનું વધુ અલગ.

વાહાય? બીકોઝ તૃષ્ણા દુષ્પૂર છે. ઓલ ધ ડિઝાયર્સ એન્ડ ઓલવેઝ કેન નોટ બી ફુલફિલ્ડ. (All the desires and always can not be fulfilled.) ઓલ ડિઝાયર્સ.. ઓલવેઝ.. કેન નોટ બી ફુલફિલ્ડ.. એટલે એક અસંતોષ રહ્યા કરે ને એ અસંતોષ એટલા બધા વિકલ્પો ઉત્પન્ન કરે કે સ્વરૂપનો મહિમા જ ન આવે, સ્વરૂપની રૂચિ ન થાય, આત્માનો મહિમા ન આવે, આત્માની રૂચિ ન થાય અને આત્મા ભણી એ વળી જ ન શકે.

ચિત્રસાર · બે દિશા
ભૌતિક પ્રાપ્તિમાં: પૂરતુંપણું.
સાધનામાં: ગુણવત્તા અને અભ્યાસની વૃદ્ધિ.

એટલે બહુ મહત્વનું છે ધી સેન્સ ઓફ ઈનફનેસ બહુ મહત્વનું છે. કા આ એટલું સ્પષ્ટ સમજજો કે ધીસ સંતોષ ઈઝ ફોર ધ મટીરીયલ એક્યુમ્યુલેશન્સ એન્ડ અચીવમેન્ટસ એન્ડ નોટ ઓફ યોર સાધના. (this santosh is for the material accumulations and achievements and not of your sadhna.)

સાધનામાં સંતોષને જ્ઞાનીઓએ કીધું છે પ્રમાદ. સાધનામાં સંતોષ એને કીધું છે લેક ઓફ પે પેશન (lack of passion). લેક ઓફ પેશન હોય તો થાય કારણ કે એક સાધક ઓલવેઝ વોન્ટસ ટુ ઈન્ક્રીઝ હીઝ ક્વાલિટી એન્ડ ક્વાન્ટિટી ઓફ સાધના. (always wants to increase his quality and quantity of sadhna.) સો સંતોષને આપણે એ રીતે મુકીશું કે સંતોષ એટલે મટીરીયલી કન્ટેન્ટ અને ઓલવેઝ ટ્રાઈંગ ફોર સ્પિરિચ્યુઅલ હાઈટ્સ. (always trying for spiritual heights.) બંને રીતે, સાધનાની દ્રષ્ટિએ ઓલવેઝ ટ્રાઈંગ ફોર ગ્રેટ સ્પિરિચ્યુઅલ હાઈટ્સ (always trying for great spiritual heights) અને ભૌતિક અને પૌદગલિક પદાર્થોની દ્રષ્ટિએ તો કે સેન્સ ઓફ ઈનફનેસ.

૨ · આત્મનિરીક્ષણ

તૃષ્ણા અને પ્રાપ્તિ

એક જણાએ મને પૂછ્યું કે સાહેબ, હું સતત અસંતોષમાં રહું છું. શું પ્રાપ્ત કરું કે જેથી સંતોષ પ્રાપ્ત થાય? શું કરું કે જેથી સંતુષ્ટ રહી શકું? શું પ્રાપ્ત કરું એવું કે જેથી સંતુષ્ટ રહી શકું? હું સતત અસમ.. મને સંબંધોનો અસંતોષ છે, મને પરિસ્થિતિનો અસંતોષ છે, મને જે રસોઈ મળે છે એનો પણ અસંતોષ છે, મને જે જગ્યા અહીંયા મળે છે એનો પણ અસંતોષ છે, મને બધા જ પ્રકારનો અસંતોષ જ વર્તે છે.. એ સ્ત્રી તરફથી, પુત્ર તરફથી, ધન તરફથી, શરીર તરફથી.. તો એવું હું શું પ્રાપ્ત કરું કે જેથી સંતોષ પ્રાપ્ત થાય? મેં કીધું પહેલા તો પ્રાપ્તિની ભાષામાં કાંઈ બી પૂછશો કે કરશો ત્યાં સુધી સંતોષ નહીં થાય.

પ્રાપ્તિની ભાષામાં, પ્રાપ્તિની ભાષામાં જ્યાં સુધી તમે વિચારશો ‘આવું મારી સાથે થાય’ ત્યાં સુધી તમે સંતોષનો અનુભવ કરવાના નથી.

અરે, પાત્રતા કરતાં ઓલરેડી તને વધારે મળ્યું છે તું જરા ઈન શાંત ભાવે વિચાર કર. તારી પાત્રતા કરતાં તને વધારે મળ્યું છે એટલું જ નહીં, રોજ રોજ નવી ભેટ મળ્યા જ કરે છે. રોજ રોજ પરમાત્મા તરફથી તને નવી નવી ભેટ મળ્યા જ કરે, અનરાધાર વરસાદ, પેલો હમણાં જે પડે છે એવો વરસાદ નહીં થોડો પડે ને બંધ થઈ જાય ને એવું.. પરમાત્મા તરફથી તારા ઉપર અનરાધાર વરસાદ છે.

અને છતાં જો તને કામનાઓ જ કામનાઓ જ કામનાઓ જ રહ્યા કરશે કે આટલું તો મળ્યું પણ હજી આ મળે તો સારું, તો હું તને કહું છું કે મૃત્યુ સુધી તારી આવી સ્થિતિ રહેવાની. તું અસંતુષ્ટ જ મરવાનો છે. અને તારા મર્યા પછી તારું વ્હીલ ખોલશે અથવા તો તારું શું શું હતું, તારી પાસે શું શું હતું, ચિક્કાર નીકળશે! અને તું મરશે અસંતુષ્ટ, તારી કામનાઓના કારણે. કામનાઓ જ તો ભટકાવે છે ને.

બે મિત્રો અને સપનાંનો પ્રસંગ

બે મિત્રો હતા ને, તે એક મિત્રએ કીધું કે મને ગઈકાલે રાત્રે સપનું આવ્યું સાંભળજે. અહીંયા તો આપણા હમણાં પર્યુષણમાં તો કોઈ સપના આવવાનો સ્કોપ જ નથી. કોથળાની જેમ પડતા હશો અને કોથળાની જેમ જ ઉઠતા હશો.

તો.. કે મને રાત્રે સપનું આવ્યું અને એમાં મેં જોયું કે હું ગામમાં બીજા ગામમાં એક મેળો (ફેર) હતો અને હું ત્યાં ગયો મને બધું ઘણું એન્જોય કર્યું, બહુ મજા આવી.

એટલે બીજાએ કીધું મને પણ ગઈકાલે રાત્રે સપનું આવ્યું. હેમામાલિની સાથે બોટિંગ કરવા ગયો તો. પ્રસિદ્ધ અભિનેત્રી, અમારા સમયના, અમારા સ્કૂલના સમયમાં પ્રસિદ્ધ અભિનેત્રી. હમણાં નવા નવા તો હવે મને નામ બી ખબર નથી. તો પ્રસિદ્ધ અભિનેત્રી હેમામાલિની ઘરે આવી ને એ કે ચલ આપણે બોટિંગ કરવા જઈએ અને હું ને માલિની.. હું ને માલિની, હેમામાલિની.. અને અમે બોટિંગ કરતા તા.

એટલે પેલા એ કીધું હેં! તું હેમામાલિની સાથે બોટિંગ કરવા ગયો તો? લાવો જ છે. જિંદગીમાં એકાદ વખત મળે, આ ફેર તો એવરી યર (every year) થાય. તો કે તું મને નહીં લઈ ગયો? તો કે હું તારા ઘરે ગયો તો, તારી માએ કીધું એ મેળામાં ગયો છે.

પરમાત્મા અવર રેડી (ever ready) છે. પરમાત્મા આવ્યા તા તારી પાસે. તું ફ્યુચરમાં હતો. તું તારા કામનાઓના કારણે અન્યત્ર હતો. યુ આર નોટ ઇન ધ પ્રેઝન્ટ મોમેન્ટ (You are not in the present moment). પરમાત્મા તો મળવા આવ્યા જ કરે છે પણ તું જ ઘરે નથી હોતો. કામના તને દોડાવ્યા જ કરે છે દોડાવ્યા જ કરે છે. નાની નાની ચીજની કામના, હવે તો ટેવ પડી ગઈ છે બધું બરાબર હોય ને તો નવું નવું કંઈક કલ્પના કરવી પણ દોડ્યા કરવું દોડ્યા કરવું. નિવૃત્તિ શું છે? એ નહીં. નિવૃત્તિનો અર્થ તમે એ જ કર્યો કે હવે ઓફિસ જઈને પ્રવૃત્તિ નહીં કરવી, હવે બીજે જઈને પ્રવૃત્તિ કરવી, ત્રીજી જગ્યાએ પ્રવૃત્તિ કરવી, પ્રવૃત્તિ પ્રવૃત્તિ પ્રવૃત્તિ..

પ્રવૃત્તિ છોડીને સ્વયંમાં સ્થિર થવાનો હજી ભાવ.. હજી સમજ, ભાવ કે પ્રયત્ન ત્રણેવ સિદ્ધ નથી થયા.

૩ · દૃષ્ટિ

પ્રસન્ન સ્વીકાર

એટલે સ્વીકાર ભાવ, ભક્તનો તો કેવો.. ભક્ત જાણે છે ને, એક તો પરમાત્મા કરતાં.. પાત્રતા કરતાં મને વધારે જ મળ્યું છે. પાત્રતા કરતાં વધારે જ મળ્યું છે અને એ પણ મળ્યું છે એટલે વન્સ એક વાર મળી ગયું છે એમ નહીં, અનરાધાર મળ્યા જ કરે છે. એટલે ભક્તનો સ્વીકાર ભાવ બહુ જુદી રીતે ચાલે છે, એનો વિચારવાનો ઢંગ બહુ જુદી રીતે ચાલે છે. ચેકમાં સાઇન કરી અને પરમાત્માને અર્પણ કરે છે, જે આંકડા ભરવા હોય તે ભરો. એટલે કે તમે જે કરશો એ મને મંજૂર છે, એ એ તમારી રાજી તમારી રજામાં હું રાજી છું. મારી કોઈ માંગ નથી. કાલે આમ થાઓ કે ન થાઓ, કારણ કે જે થયું છે એ જ પાત્રતા કરતાં વધારે છે અને નિરંતર તારી કૃપાદ્રષ્ટિ રહેવાની જ છે એટલે આ આ બ્લેન્ક ચેક આપ્યો અને એમાં મારો સ્વીકાર છે, એ સ્વીકાર ભાવ પહેલા લખી દે છે, પછી કે હવે તું પરિસ્થિતિ લખ.

પરિસ્થિતિ પછી લખવાની. આ ૯:૦૦ વાગ્યા છે. ૯:૩૦ વાગ્યે હું સ્વીકાર ભાવમાં રહીશ એમ લખીને આપી દે ભગવાનને. પછી ભગવાન નક્કી કરે કે ૯:૩૦ એ શું તને શું મોકલવું. તો કે આઈ ડોન્ટ કેર બીકોઝ (I don't care because) તમારી શ્રદ્ધાના કારણે હું કહી શકું કે હું સ્વીકાર ભાવમાં રહીશ. કે હું બહુ માથું દુખાવીશ, આમ સળિયા મારીશ એવું દુખાવીશ.. ફાઇન, તો બી હું સ્વીકાર ભાવમાં રહીશ. હું મટાડી દઈશ, જે દુખતું તું એ બી મટાડી દઈશ.. ફાઇન, તો બી હું સ્વીકાર ભાવમાં રહીશ. આ ભક્તિ.

સિક્કાની બંને બાજુમાં રાજી



હેડ આવે કે ટેલ: બંને પરિણામમાં પ્રસન્ન સ્વીકાર.

પેલો સિક્કો ટૉસ કરવાનો હોય, એક બાજુ શું હોય? હેડ્સ. બીજી બાજુ શું હોય? ટેલ્સ. અને સિક્કો ઉછાળવાનો હોય, નાવ વ્હેન યુ આર રેડી ફોર બોથ (Now when you are ready for both).. હેડ ઓર ટેલ.. તમારે દાવ આપવાનો હોય તો બી ઠીક અને તમારે બેટિંગ કરવાની હોય તો બી ઠીક અને તમારું બોલિંગ કરવાનું હોય તો બી ઠીક.. યુ આર ફાઇન ફોર

બોથ (You are fine for both). હવે તમને શું ઉત્સુકતા રહેશે? કે શું આવ્યું, હેડ કે ટેલ? યુ વિલ ઇગ્નોર ધ હોલ સિક્કો. (You will ignore the whole siko.) તમે આખો સિક્કો જ ઇગ્નોર કરશો કારણ કે હેડ આવે તો બી તમે રાજી છો, ટેલ આવે તો બી રાજી છો. આવી સ્થિતિમાં એ સિક્કો આમ ઉછળે ઉપર એની સાથે તારી વૃત્તિ ઉછળતી નથી.

અને એ સિક્કો પાછો જમીનમાં પડે કે હાથમાં પડે કે જ્યાં.. તો એની સાથે શું આવ્યું એવું કોઈ આશ્ચર્ય બી તમને થતું નથી, એવી કોઈ એન્ઝાયટી (anxiety) બી થતી નથી કારણ કે યુ આર રેડી ફોર બોથ, યુ ડોન્ટ હેવ અ ચોઇસ. (you are ready for both, you don't have a choice.) 'ડોન્ટ હેવ અ ચોઇસ' થોડું નેગેટિવ થઈ જાય છે, બિચારો થઈ જાય છે એટલે હું કહું યુ આર ચોઇસલેસ (choice-less). થોડું પોઝિટિવ લાગે છે એમાં. યુ ડોન્ટ હેવ અ ચોઇસ, તમારે સાંજના સત્સંગમાં આવવું જ પડવાનું આવવાનું જ છે, યુ ડોન્ટ હેવ અ ચોઇસ.. થોડું નેગેટિવ થઈ જાય છે આમ વિવશતા અને મજબૂરીનો સૂર આવે છે. યુ.. વ્હેન યુ આર ચોઇસલેસ..

હવે મગ હોય કે મગની દાળ આવે, આમ બી ગળે ઉતરવાનું નથી. શું હશે? હશે હશે.. શું હશે જમવામાં? તો કે કાં તો મગ હશે કાં તો મગની દાળ હશે, તો તમને જાણવાની ઈચ્છા થાય છે કે શું છે આજે મગ છે કે મગની દાળ? હજી ટીવી પર તમિલમાં મુવી છે કે તેલુગુમાં? બંને નથી આવડતા. બંને ભાષા ન આવડતી હોય તો વિલ યુ બી એન્શિયસ? (will you be anxious?) કે તેલુગુમાં મુવી છે કે તમિલમાં છે? નો. અહીંયા તો કે છે કે બંનેવમાં રાજી છું. મારી પાસે તપ રૂપી જીવંત દ્રષ્ટિ છે, સ્વીકાર ભાવની દ્રષ્ટિ છે એટલે હું બંનેમાં રાજી છું કારણ કે હવે મારું સુખ સ્વીકારમાંથી નીકળવાનું છે પરિસ્થિતિમાંથી નહીં.

સ્વીકારમાંથી, એટલે તો ડિવોટી (devotee) કે છે ને. વોટી (votee) એટલે જે ચુઝ કરે તે, જે વોટ આપે તે 'વોટી'. ડિવોટી એટલે જે ચોઇસલેસ હોય તે. મારી કોઈ માંગ નથી કારણ કે મારી કોઈ પસંદગી જ નથી.

પસંદગીમાંથી વિકલ્પોનું જગત

આખું નોનસેન્સ ઊભું કરવા માટે પહેલા તમારું કોઈ કોન્સેપ્ટ હોવું જોઈએ, એમાંથી ચોઇસ આવવી જોઈએ, પછી આવું મને થાઓ એવી માંગ હોવી જોઈએ, પછી આગળ આગળ તો બહુ મોટો મેસ થાય છે, કાદવમાં ફસાતા જાઓ. પણ જેની પાસે ચોઇસ જ નથી એ માંગશે શું? એ માંગશે શું? માંગવા માટે તમારી ચોઇસ મોસ્ટ.. એક ચોઇસ તમે ઊભી કરો, મને અંધારું ગમતું નથી. એક લહેર ઉત્પન્ન થઈ, હવે આખો સરોવર લહેરવાળો થવાનો. કારણ કે હવે દ્વંદ્વ તમે ઊભું કર્યું, આ મને ગમતું નથી આ મને ગમે છે. અંધકાર મને ગમતો નથી, પ્રકાશ મને ગમે છે. હવે પ્રકાશ હોય તો સારું, અંધકાર નહીં હોય તો સારું, વ્હાઇટ લાઇટ હોય તો સારું, યેલો લાઈટ ના હોય તો.. કેટલા વિકલ્પો આવશે હવે?

હવે ચિક્કાર વિકલ્પો આવશે. તે એક ચોઇસ ઊભી કરી એનાથી આખું દ્વંદ્વાત્મક જગત ઊભું કરી નાખ્યું અંદર. ડ્યુઆલિટીઝ ડ્યુઆલિટીઝ ડ્યુઆલિટીઝ (dualities dualities dualities) બધું જ. પછી તો એટલું જ હશે અરે, મને વ્હાઇટ લાઇટ ફાવે છે. આઈ હોપ મૌલિકે આ વાર વ્હાઇટ લાઇટ કાંઈ અરેન્જ કર્યું હોય તો.. (I hope maulike aa var white light kai arrange karyu hoy to.) એ નહીં અરેન્જ કરે તો એમાં બુદ્ધિ જ નથી એના કરતાં નેક્સ્ટ ટાઇમ નેમીનિક.. જો હવે વ્યક્તિમાં મારી ચોઇસ આવવા લાગી. પહેલા પરિસ્થિતિની ચોઇસ આવી પણ વિકલ્પ આગળ વધ્યા, એટલે પછી વ્યક્તિની ચોઇસ આવે.. પણ એમ કરતાં કરતાં કરતાં આખો સંસાર ઊભો થશે ખાલી એક ચોઇસમાંથી કે મને અંધકાર ગમતો નથી અને મને પ્રકાશ ગમે છે.

એમાંથી વ્યક્તિ, વસ્તુ, પરિસ્થિતિ એટલા બધા વિકલ્પ ઊભા થશે.

એની સામે મીરાં શું કીધું? રામ રાખે તેમ રહીએ.. ઓ ધવજી, રામ રાખે તેમ રહીએ, મારી કોઈ ચોઇસ નથી. ચોઇસ નથી એટલે મારી કોઈ માંગ નથી કારણ કે માંગ અને ભક્તિ ઈઝ વન એન્ડ ધ સેમ થિંગ (one and the same thing), રાઈટ? આપણે તો એને જ ભક્તિ કહીએ જેમાં કાંઈ માંગવાનું હોય. કોઈ રિક્વેસ્ટ હોય એને જ ભક્તિ માનવી, નહિતર આટલો

ધસારો શંખેશ્વરને, તિરુપતિને, શ્રીનાથજી જતો હશે એ ખરેખર ભગવાનની ભક્તિથી જાય? અને હોય તો તો બહુ સારી વાત છે. કંઈક ને કંઈક કંઈક ને કંઈક માંગ, અમે બી કહીએ છે તો કે તમારી જે મનોકામના હોય તે પૂરી કરો. હમણાં અમેરિકામાં કોઈ મંદિરમાં ગયા તા અને અભિષેક કરાવ્યો ને કે કે આ અહીંયા જે સંકલ્પ કરશો ને એ પૂરા કરશો..

પૂરા થાય તો તમારી જે ઈચ્છા હોય તે માંગો, તમારી મનોકામના જે હોય.. અરે સાલું એ શોધવામાં જ આખો પક્ષાલ થઈ ગયો! લોટો આપ્યો હાથમાં અને એ લોટાનું પક્ષાલ કરવાનું હતું ને ત્યારે માંગવાનું હતું અને એ ફળશે એમ મને ગેરંટી આપી તી પણ સાલું મને શું જોઈએ છે એ શોધવામાં જ આખો લોટો પૂરો થઈ ગયો, આખો લોટો! મને તો એક્ચ્યુલી આ બધા ધ્યાન ફાવતા જ નથી, કારણ કે કે તમે કોની સાથે શત્રુતા કરી એને યાદ કરો.. કોઈ આવતું જ નથી! પછી આખો ૧૫ આખી ૧૫ મિનિટ ખાલી એ શોધવામાં જાય છે કે નહીં ઇન્સ્ટ્રકશન હતી કે શોધો અને એના માટે મૈત્રી મોકલો, એના માટે મૈત્રી કરો, એને ફોર્ગીવ (forgive) કરો.. પણ એ શોધવામાં જ મારી તો ૧૫ મિનિટ ચાલી જાય છે.

અને ધબાક કરીને પેલી ચંદ્રમાની શીતળતા ચાલી જાય ને સૂર્યનો પ્રકાશ શરૂ થઈ જાય. જેમ બ્લૂ ને ચંદ્રમાની શીતળતા આખી આમ એ રિલેક્સેશનવાળું હોય, એકદમ એક જ ક્ષણમાં ઉત્તેજિત કરીને પછી કે હવે બોલો ૧૫ મિનિટ. તો મેં કીધું પછી મને ઘુસાડ્યો કેમ અંદર? મને પહેલી ૧૫ મિનિટ ઘુસાડે છે અંદર, તો હવે વાર લાગશે બહાર આવતા બી. હવે જે ન ગયા હોય એ કે કે બોલો જલ્દી. એલ્યા તું સપાટી પર રહ્યો છે. એટલે તું તૈયાર છે સાંભળવા માટે પણ હું બોલવા તૈયાર નથી.

હોસ્પિટલનો આહાર: બે મનોભાવ

કોઈ પસંદગી નહીં.. કોઈ માંગ નહીં.. રામ રાખે તેમ રહીએ, કેટલું સરસ.. આપણે પેલું હોસ્પિટલમાં હોય ત્યારે આપણે નાસ્તો આવે. આઈસીયુ (ICU) માં બી આવતું તું પોરીજ (porridge).. પોરીજ આવે. બે મનોભાવ થઈ શકે. અરે, આવું બધું નથી ખાવાનું. હિતેશભાઈ ઘરેથી તમે ઈડલી લઈ આવો, તમે તો ડોક્ટર છો ને તમે તો આપી શકો પણ આવું બધું પોરીજ-બોરીજ નથી.. એક આ આ મનોદશા થઈ શકે અને બીજું અહીં જે મને પોરીજ.. અને પાછું કેટલા રૂપિયાનું એક દિવસ? આઈસીયુનું કેટલો એક.. સવા લાખ રૂપિયા પર ડે (per day). એમાં થાળી બી ન આપે આખી પૂરી રસપુરી. ૬૦૦-૭૦૦ રૂપિયાની મળતી હશે, કેટલાની થતી હશે? સારી સારી રેસ્ટોરન્ટમાં જાઓ ને તમે થાળી..

૧૦૦૦ ની ગણો. આ ઉર્મિલાનું નથી પૂછવું, એ તો ૧૦૦ રૂપિયાનું કહેશે.. એ જે જમાનામાં રહે છે ને એમાં ૧૦૦ રૂપિયાની થાળી મળતી હશે, છોડ. સારી થાળી ક્યાં.. હા એમાં પેલું ફરસાણ બે હોય, મિષ્ઠાન બી હોય, રસ બી હોય, શાક ત્રણ હોય અને પૂરી બી હોય ને રોટલી બી હોય ને રોટલા બી હોય ને ખીચડી બી હોય ને બિરંજ બી હોય ને ભાત બી હોય ને પુલાવ બી હોય.. કેટલાની થાય એ થાળી? સાલા સવા લાખ લઈ ગયા ને એક થાળી આપી નથી. સવારના પોરીજ.. અરે ઉપમા આપ, પૌઆ આપ, ભલે બધું આમ સરસ સેન્ડવીચ ને બધું ના આપે પણ ખાલી ઉપમા બી આપે તો રાજી હતા. પોરીજ એટલે તો કોઈ ખબર જ ન પડે શું છે, ટેસ્ટ જ નહીં. પછી ઓટનો હોય કે મિલેટનો હોય કે જે બી હોય પણ કંઈક ખાધું એવું તો ભાસતું જોઈએ ને.

અને સાંજના એવી ખીચડી કે જેમાં આપણને થાય કે.. પરંતુ ત્યાં હવે હું કહું છું બે મનોભાવ છે. એક, ક્યારે છૂટું અહીંયાથી અને પાવભાજી કે કંઈક ખાવું અથવા તો કોઈ લાગવગ લગાડીને કંઈક કંઈક લાવો.. એક આમ મનોદશા છે, એક છે, જે મને અપાઈ રહ્યું છે એ મારા હિતમાં છે. તમારી સર્જરી થયું હોય અને નેક્સ્ટ ડે નાસ્તામાં તમને તીખા તીખી એ બધી ચીજ ખાવી હોય.. એટલી વીકનેસ છે કે આપણે થાય કે કોઈ ખવડાવે તો સારું એટલું બી ખાઈ શકતા નથી તો પચાવી કેવી રીતે શકશે તું? તારા જલ્દી રિકવર તું થાય એના માટે આ ડાયેટ કહ્યું છે પૈસા બચાવવા માટે નહીં કે પૂરો પ્રોફિટ કરી દે સવા લાખમાં અને આ સર્વિસીસ આપીએ ૨૦૦૦ ની, બાકી બધું આપણે કમાણી એના માટે નથી..

તું જલ્દીથી અહીંયાથી નીકળી શકે એવો તંદુરસ્ત થાય એના માટે.. હવે જો મારો મન એ દિશામાં ગયો તો હવે મને બધો સ્વીકાર છે.

હવે મારી કોઈ પસંદગી નથી અને કોઈ માંગ નથી કે આ આપો કે આ આપો. એવી રીતે જે કંઈ બને છે એના માટે આ મારું હિત માટે જ છે અને પાત્રતા કરતાં તો ઘણું વધારે છે. પાત્રતા કરતાં ઘણું વધારે તો પછી શું થશે? આખો ભાવ બદલાઈ જશે. એટલે બહુ મહત્વની વાત છે કે ભક્તિ ખંડિત જ ત્યારે થાય છે જ્યારે તું અસ્વીકારમાં જાય છે. પહેલા અસ્વીકારમાં, પછી પસંદગી, પછી માંગ, પછી ભક્તિની અંદર, પ્રભુ મેં જો તારી સાચી ભક્તિ કરી હોય તો આ પ્રોબ્લેમ દૂર કરજો.. આ ભક્તિ ખંડિત થઈ ગઈ. અને ભક્તિ અખંડિત કેવી રીતે રહેશો? એ તમે કહેશો.

સ્વીકાર ભાવ. જે અવસરે જે કાંઈ બને છે જે કંઈ પ્રાપ્ત થાય છે તેના માટે કોઈ જાતનો દ્વંદ્વ નહીં, કોઈ જાતની ચોઇસ નહીં. ચોઇસલેસ રહે, પણ ચોઇસલેસ એટલે વિવશતા અને મજબૂરી નહીં સમજી લેતા. ચોઇસલેસનેસ એટલે શાંત અને પ્રસન્નતા.

સત્સંગથી પ્રસન્ન સ્વીકાર સુધી

ચિત્રસાર · સ્વીકારનો પાયો
સત્સંગ → અભિપ્રાયમાં ફેરફાર → ચોઇસલેસનેસ → પ્રસન્ન સ્વીકાર.

પ્રસન્નતાપૂર્વક ન હોય તો આ સ્વીકાર ભાવ જ નથી. પણ તમારે તો ચોઇસ રાખવી છે અને સ્વીકાર ભાવ રાખવો છે કે આજે આમ હોય તો સારું પણ જે હશે તે સ્વીકારી લઈશ. આ એકદમ જુઠ્ઠો સ્વીકાર ભાવ છે, આ બહુ લાંબો ટકવાનો નહીં આ સ્વીકાર ભાવ. સાચું એક્સેપ્ટન્સ જોઈતું હોય તો એની પહેલાની સાધના છે ચોઇસલેસનેસ, એની પહેલાની સાધના છે અભિપ્રાય બદલવો, એની પહેલાની સાધના છે સત્સંગ. હવે હું આમ લઉં.. સત્સંગ કરવાથી અભિપ્રાયો બદલાય, અભિપ્રાયો બદલાવવાથી ચોઇસલેસ થાઓ અને ચોઇસલેસનેસ આવે એટલે ગ્લેડ એક્સેપ્ટન્સ (glad acceptance) આવે. આ ગ્લેડ એક્સેપ્ટન્સ જે છે ને એને જ વશિષ્ઠજી ‘સંતોષ’ કહે છે. જે આપણે વાંચન શરૂ કરશું હમણાં.

એ સ્થિતિ, એ અંતરની સ્થિતિને વશિષ્ઠજી સંતોષ કહે છે. સંખ્યામાં બાંધ્યું નથી સંતોષને કે તમે ત્રણ ગાડી રાખો તો સંતોષ કહેવાય અને છ ગાડી રાખો તો અસંતોષ કહેવાય એવી વ્યાખ્યા નથી કરી. ચિત્ત એક્સેપ્ટ (accept) કરી શકે, ચોઇસલેસનેસ તમારી અંદર રહેતી હોય, પ્રાપ્ત પરિસ્થિતિ માટે કોઈ ધક્કો મારવાનો ભાવ નહીં કે ખેંચવાનો ભાવ નહીં. સુખ હોય તો ખેંચીએ, દુઃખ હોય તો ધક્કો મારીએ એવો કોઈ ભાવ નહીં તે છે સંતોષ. એટલે એ સંતોષ પણ તપની જેમ.. તપ, સંતોષ બધું અહીંયા એ છે, જીવંત દ્રષ્ટિ છે. એ પરિસ્થિતિગત નથી, તમે પરિસ્થિતિગત બનાવ્યું છે. કોઈ પ્રોબ્લેમ આવે ત્યારે આપણે તો ગ્લેડ એક્સેપ્ટન્સ કરીએ જ.. ના, ગ્લેડ એક્સેપ્ટન્સમાં જ રહેવાનું, જીવવાનું અને પ્રતિકૂળતા આવે તો પણ ટકવાનું.

૪ · જીવન

સહજ જીવન અને પ્રસન્નતા



પ્રતિબિંબ પડે છે, પણ નદી ક્યાંય અટકતી નથી.

પરિસ્થિતિગત નથી. તમારા ડાયલોગ જુઓ, જ્યારે જ્યારે કોઈ પ્રતિકૂળતા આવશે ત્યારે કહેશું પણ આપણે તો ધર્મ સમજીએ છે ને આપણે શાંત સ્વીકાર કરીએ. શાંત સ્વીકાર એ જીવંત દ્રષ્ટિ છે. સતત શાંત સ્વીકારમાં રહેવું ત્યાં સુધી કે કોઈ પ્રતિકૂળતા આવે તો પણ શાંત સ્વીકાર ટકે. એ પરિસ્થિતિગત નથી કે આવી પરિસ્થિતિ ના આવી એટલે હવે બટન દબાવો શાંત સ્વીકારનું અને પછી એ પરિસ્થિતિ ગઈ એટલે હવે તમે ઈચ્છાઓ અને કામનાઓમાં રહી શકો કારણ કે હવે એ પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિ ચાલી ગઈ, એમ નથી.. સતત સતત રહેવું. પેલું નદી વહેતી હોય ને અને નદીના કિનારે બધા વૃક્ષ હોય.. નદીના કિનારે વૃક્ષ હોય અને નદી વહેતી હોય. હવે મને આ લોકોના જેવું ડાન્સને બધું આવડતું નથી આમ આમ આમ આમ કરવાનું..

એટલે તમે આને જ વહેતી નદી સમજી લેજો. ભલે આમ સ્થગિત લાગે છે પણ તમે એને આમ વહેતી નદી સમજી લેજો. અને આ નદીના કિનારે બધા વૃક્ષ છે અને આ વૃક્ષની છાયા પડે છે એ નદીમાં, એ છાયા આગળ નદી અટકતી નથી. નદી એનું ગંતવ્ય રાખે છે કે સમુદ્રને મળવું છે અને એ રીતે જાય છે, આ છાયા સારી છે તો અહીંયા હું અટકી જાવ તો એ નદી સરોવર બની જાય અને સરોવર બની જાય તો ગંદુ થઈ જાય. નદી ત્યારે જ સ્વચ્છ રહી શકે જ્યાં સુધી ગતિ કરતી હોય. મારી ગતિ કરવાની છે શુદ્ધાત્મા પણ મારા જ્ઞાન ગુણમાં બધા જે રસ્તાના કિનારા ઉપર, નદીના કિનારે જે વૃક્ષ છે એનું પ્રતિબિંબ પડે છે પણ હું ક્યાંય બી ઈષ્ટ-અનિષ્ટ ભાવ કરીને અટકવાનો નથી. માં..

જેવો અટક્યો ને એટલે ચિત્તવૃત્તિનું ઉત્થાન થશે. પણ જો નહીં અટક્યો તો ચૈતન્ય ધારા પરમ ચેતનામાં સ્થિર થઈ જશે, શુદ્ધ ચેતનાની અંદર લીન થઈ જશે. આ એક લીન થવું અને આ અટકી જવું એટલે ચિત્તવૃત્તિનું ઉત્થાન થવું. છાયા તો પડવાની જ છે નદીમાં પણ નદીને માટે છાયા મહત્વની નથી, એ સતત વહેતી રહે છે વહેતી રહે છે વહેતી રહે છે અને વહેવાના કારણે એ ચૈતન્ય સમુદ્રમાં પહોંચે છે, ચૈતન્ય ધારા એ ચેતના ચૈતન્ય સત્તામાં સ્થિર થઈ જાય છે પણ જો વચ્ચે ચિત્તવૃત્તિ ઉત્થાન થયું તો બધું ડિસ્ટર્બ થઈ જશે.

જીવનનું ધ્યેય: દોડાદોડ કે શાંતિ?

એટલે આ આ.. જો હવે પ્રોબ્લેમ એ છે કે આપણે તો પહેલો આટલું સરસ સમજાવે ને તો બી કે ડોન્ટ યુ થિંક (Don't you think).. મને પૂછ્યું તું લોસ એન્જલસમાં જ પૂછ્યું તું.. ડોન્ટ યુ થિંક એક્સેપ્ટન્સ, ચોઇસલેસનેસ, ઓલ ધીસ લીડ્સ ટુ લેઝીનેસ? (Don't you think acceptance, choicelessness, all this leads to laziness?) નોન એમ્બિશિયસ (Non ambitious)? નોન ઇન્ડસ્ટ્રીયસ (Non industrious)? નિષ્ક્રિયતા? સક્રિયતા માટે ચોઇસ જોઈએ, એમ્બિશન જોઈએ, એ તમારી ચોઇસ પૂરી કરવા માટે.. અને આમ જીવન જીવતા હોય એવું લાગે પણ આમાં નિષ્ક્રિયતા નથી?

મેં કીધું છે ને, દર વખતે હું ના પાડું પણ પેલાને કીધું કે છે ને નિષ્ક્રિયતા જ છે. તારા જીવનનું ધ્યેય શું છે? દોડ્યા કરવું એ છે કે સુખ અને શાંતિ પામવું એ છે? હેલો, તમારા જીવનનું ધ્યેય શું છે? વર્કોહોલિક (workaholic) રહેવું તે છે? યોગ મન, વચન, કાયાના યોગ સતત સક્રિય રહે ત્યાં સુધી કે આમ રેસ્ટલેસ (restless) થઈ જાઓ તમે.. એ તારા જીવનનું ધ્યેય છે કે તારા જીવનનું ધ્યેય શાંતિ છે? પછી એ શાંતિ નિષ્ક્રિય થઈને મળ.. શાંતિ નિષ્ક્રિય થઈને મળતી હોય કે સક્રિય થઈને મળતી હોય, તારા જીવનનો ધ્યેય શું છે? તો કે દોડ.. તમે ચેક કરી લેજો. ઈટ ઈઝ વેરી ઈઝી ટુ સે (It is very easy to say) કે ના, પરમ શાંત થવું એ મારા જીવનનો ધ્યેય છે પણ તમને ગમે છે દોડાદોડ જ.

તમને બહુ કોઈ સરસ લોકેશન પર મૂકી દે કે ધીસ ઈઝ અ વન્ડરફુલ પ્લેસ (this is a wonderful place), એકદમ મેડિટેટિવ (meditative) છે, એકદમ એકદમ શાંત છે, એ છે.. તમને બે દિવસથી વધારે નહીં ગમે. અને બે દિવસ તો હું આ પર્યુષણ પર્વ છે એટલે દયા ભાવથી કહું છું. બે કલાકથી વધારે તમને નહીં ગમે. અને એમાં ત્યાં પેલું નહીં આવતું હોય એ શું કહેવાય રેન્જ, વાઈફાઈ કાંઈ ન આવતું હોય.. એટલી બ્યુટીફુલ પ્લેસ છે, યુ એન્ડ નેચર, નેચર એન્ડ યુ. (You and nature, nature and you.) એટલી બધી.. અને હું મફતમાં તમને સ્પોન્સર કરીશ ચાલો. સ્પોન્સર કરીશ તમને તમે મફતમાં જ જઈ શકશો ત્યાં, બહુ મોંઘું છે રિસોર્ટ છે, એકદમ પર્વતની ઉપર છે, બહુ સારું છે.

નહીં ટકો તમે, મુંબઈમાં ટકી ગયા ૬૦ વર્ષ. આટલી દોડાદોડમાં તમે ટકી ગયા પણ ત્યાં તમે ટકો નહીં અને જો મેં પરાણે તમને એક મહિનો રાખ્યો ને ત્યાં તો બે ત્રણ વાર સુસાઈડની પણ એટેમ્પ્ટ કરશો તમે, એટલા થાકી જશો! કારણ કે તમે બોલો છો કે શાંતિ તમારું ધ્યેય છે એક્ચ્યુલી દોડાદોડ તમારું ધ્યેય છે અને એમાં શાંતિ મળે તો ઠીક અને શાંતિ નહીં મળે તો ઠીક એટલું નીચું ધ્યેય છે. શાંતિ મળે તો બી ઠીક ને નહીં પણ એને નવું નવું કામ જોઈએ.

ત્રણ ગાયોનો દૃષ્ટાંત



ખેંચાણ · ભય · સહજતા: ચાલવું એક, અંતરંગ સ્થિતિ જુદી.

ચિત્રસાર · ત્રણ અંતરંગ સ્થિતિ

૧. તૃષ્ણાની દોરીથી ખેંચાવું: ક્યાંક પહોંચવું છે.
૨. ભયના ધક્કાથી ચાલવું: ક્યાંકથી ભાગવું છે.
૩. સહજ મસ્તીમાં ચાલવું: ખેંચતાણ વિના જીવન.

એક ગાય છે, એને કોઈક એના ગળા પર દોરડી દોરી નાખી અને એને ખેંચીને લઈ જાય છે એટલે ખેંચાય છે અને જાય છે. બીજી ગાય છે, એના ગલામાં દોરડું બાંધતો નથી પરંતુ પાછળથી ધક્કો મારે છે, દંડો મારે છે કે જેથી એ આગળ જાય. ત્રીજી ગાય છે, જેને દોરી પણ બાંધતા નથી અને જેને ધક્કો બી મારતા નથી. જો પહેલી જે ગાય છે ને એ કહેવાતા ભોગી લોકો. તૃષ્ણા રૂપી દોરી છે અને એ દોરી એને ખેંચ્યા જ કરે છે ખેંચ્યા જ કરે છે અને તેથી જીવન પસાર કરે છે, એટલે કે રસ્તા પર ચાલે છે, રસ્તા પર ચાલે છે, જીવન વ્યતીત કરે છે પણ ખેંચાઈ ખેંચાઈને જ તૃષ્ણાના કારણે. બીજી જે ગાય છે ને એ તથાકથિત ત્યાગીઓ છે જેને એટલો બધો ભય છે કે આ ઘરમાં રહીશ તો અભડાઈ જઈશ, સ્ત્રીના સંગમાં રહીશ તો, આહારના સંગમાં..

એટલે એ ભયના દંડાથી એ આગળ ચાલે છે. પહેલાને ક્યાંક પહોંચવું છે અને આને ક્યાંકથી ભાગવું છે. એને અહીંયાથી ભાગવું છે આ ગાયને અને પહેલી ગાય હતી એની તૃષ્ણાના કારણે સક્રિયતા હતી અને બીજી ગાયને ભયના કારણે સક્રિયતા હતી. હવે ત્રીજી ગાય છે જેને ક્યાંય પહોંચવું જ નથી, જેને ક્યાંય પહોંચવું નથી અને એને કોઈ ભય નથી કે ક્યાંકથી ભાગવું છે. એને તો જીવન પસાર કરવું છે પૂર્વ કર્મનો ઉદય, પ્રારબ્ધ ભોગવવું છે પણ એને ન કશેથી ભાગવું છે કે ન કશ્યે પહોંચવું છે.. મસ્તીમાં, એની મસ્તીમાં સહજ રીતે એ ચાલે છે, આ જ્ઞાની છે. ચાલે છે ખરા કારણ કે પ્રારબ્ધ છે એટલે ચલાવશે જ પણ એ ચાલવામાં અંદર કોઈ ખેંચતાણ નથી એટલે સહજ જીવન જીવે છે.

એની મસ્તીમાં, તમે ક્યારેક.. ક્યારેક એવો વૉક કર્યો છે કે જેમાં તમારે કોઈ ટાઇમ ગણવાનો ન હોય? કે મારે ૩૦ મિનિટની કે ૬૦ મિનિટની એક્સરસાઇઝ કરવી છે તો બી હજી તમે ટાઇમ જોશો. અથવા તો મારે ક્યાંક પહોંચવું છે.. આવા કારણથી તમે વૉક કરીને જતા હો. સો ઈધર યોર વૉકિંગ ઈઝ ટુ રીચ સમવ્હેર ઓર યોર વૉકિંગ ઈઝ ફોર યોર એક્સરસાઇઝ (So either your walking is to reach somewhere or your walking is for your exercise), બંને વગર એકવાર વૉક કરીને જુઓ. જેમાં તમારે ક્યાંક કશ્યે પહોંચવાનું છે એ એમ જ નથી. અને આ દ્વારા કંઈક કરવાનું છે વેટ લોસ વગેરે, એ

બી તમારો એમ નથી અને તમે તમારી મસ્તી જોજો. તમે ખાલી જોજો તમને જુદા જુદા ફૂલો દેખાશે, જુદા જુદા રંગો દેખાશે, તમને બહુ ખુશી ખુશી થશે..

એક સહજ જીવન છે અને જ્ઞાનીનું આખું જીવન ચાલતા દેખાશે તમને પણ તમે કેવી મસ્તીથી ચાલે છે એ દેખાતું નથી. તમે લાગે આ બી ચાલે છે, પેલી ગાય બી ચાલે છે, બીજી ગાય બી ચાલે છે, ત્રીજી ગાય બી ચાલે છે.. શું ફેર છે? ફેર એ છે, પહેલીને કશે પહોંચવું છે, બીજાને કશેથી ભાગવું છે, ત્રીજાને ન પહોંચવું છે ન ભાગવું છે એની ગેલ છે, એની મસ્તી છે.. એ મહત્વનું છે. એટલે ધર્મ એટલે પ્રસન્નતા, પ્રફુલ્લિતતા.. વાહાય? બીકોઝ ચોઇસલેસ બન્યો છે, કોઈ માંગ નથી એટલે એ સદા પ્રસન્ન.. ઓહ! ધર્મ એટલે સદા પ્રસન્ન. ઇંગ્લિશમાં લખો 'ઓલવેઝ ચિયરફુલ' (always cheerful). વોટ ઈઝ ધર્મ? ઓલવેઝ ચિયરફુલ (What is dharma? Always cheerful).

ટુ બી ચિયરફુલ ઈઝ ઈઝી (To be cheerful is easy) એન્ડ ઓલવેઝ મેક્સ ઈટ વેરી વેરી ડિફિકલ્ટ (and always makes it very very difficult). કેમ આપણી અમુક ઈચ્છાઓ પૂરી થાય તો આપણે ચિયરફુલ જ હોઈએ છીએ ને. સદા પ્રસન્ન રહેવું એ ધર્મ છે. પ્રસન્ન રહેવું એ તો તમારું સંસારીપણું બી હોઈ શકે અને સદા પ્રસન્ન રહેવું એ ધર્મ છે. સદા પ્રસન્ન રહેવું એ ધર્મ છે.

ધર્મ એટલે સદા પ્રસન્નતા

આજકાલ તમે જુઓ ધર્મ ક્ષેત્રમાં જુઓ તો ડિસ્ટર્બ પર્સનાલિટીઝ (disturbed personalities), અસફળ પર્સનાલિટીઝ, અસંતુષ્ટ પર્સનાલિટીઝની જમાત જોવામાં આવશે. દુઃખી દુઃખી માણસો હોય.. તમે એમ સમજી લો ને ધર્મસ્થાનક ધર્મસ્થાનક નથી હોસ્પિટલ જ છે. હોસ્પિટલ એટલે બધા રોગીઓ ભેગા થાય. કોઈ એમ કહે કે હું એકદમ સ્વસ્થ છું અને છતાં હોસ્પિટલમાં ફરવા આવ્યો છું? રોગીઓ જ આવે. ધર્મસ્થાનકોમાં માંગવાવાળા જ આવે, ભિખારીઓ જ આવે.. ભગવાન પાસે ભલેને પણ છે તો ભિખારીને? ભિખારીઓ જ આવે, અસફળ જ આવે, અસંતુષ્ટ લોકોની જમાત બની ગઈ છે ધર્મ ક્ષેત્ર અને ધાર્મિકતા તો એમાં કીધું છે કે સદા પ્રસન્ન રહેતું, પ્રસન્નતાને ધાર્મિકતા કીધી છે.

આ પ્રસન્નતા..

તારી સ.. હવે પ્રોબ્લેમ એ છે કે લોકોએ ધર્મનો અર્થ એવો કર્યો છે બહુ સ્માઈલ નહીં કરવાનું ગંભીર રહેવાનું, કારણ કે આ સંસારમાં કાંઈ સુખી થવા જેવું નથી. હસવાનું નહીં. અરે, હું કહું છું હસવાનું નહીં એના ઉપર તમે હસો છો પાછું! ગંભીર બનો. આ બધું જે પ્રસન્નતા છે ને બધું એ બધું સપાટી પર છો એવું બતાવે છે. ગંભીર ઉદાસીન રહેવાનું, કાંઈ બી બને.. આવું આપણે ધર્મ શીખાવી દીધો છે.. આ સદ્ગુરુ પાસેથી કે ટ્રેડિશન પાસથી કે વોટએવર.

વિચારી વિચારીને સ્માઈલ કરવાનું, માપી માપીને સ્માઈલ કરવાનું, કેલ્ક્યુલેટ કરીને સ્માઈલ કરવાનું, આમ સદા સ્માઈલિંગ નહીં રહેવાનું.. એ ધાર્મિકતા નથી. ઉદાસ રહેવાનું, એવી રીતે બતાવવાનું કે સંસારમાં ક્યાંય કોઈ સુખ જ નથી. સંસારમાં તો નથી જ, હું કહું જ છું પણ તારી પ્રસન્નતાના કારણે તું સ્માઈલ કરે છે, સામે જે બને છે એના કારણે સ્માઈલ નથી પણ મને આ જે બને છે એનો કોઈ ફરક પડતો નથી એની સ્માઈલ છે! બહુ ફેર છે. એક સંસારી જ્યારે સ્માઈલ કરે ત્યારે કે 'આ બન્યું ને એ મને બહુ ગમ્યું એટલે મને ખુશી થઈ એટલે સ્માઈલ આવે છે' અને જ્ઞાની સ્માઈલ કરે છે કે 'આ મને કાંઈ ફરક પડતો નથી જે બને છે એમાં, હું ચોઇસલેસ હમણાં છું, સાક્ષીમાં છું, સ્વીકારમાં છું..' એ ખુશીમાંથી સ્માઈલ આવે છે.

બહુ બહુ ઊંડી વાત છે સમજવા જેવી છે કે આ.. જો પ્રસન્ન તમે નહીં રો, તમે દુઃખી દુઃખી જ રહેશો તો કઈ રીતે ધર્મ કરી શકશો? કારણ કે પ્રસન્ન વ્યક્તિનું એક લક્ષણ છે એ કોઈને પજવે નહીં. સેકન્ડ રો (second row) વાળા બધા ધ્યાન રાખજો, હું નામ નથી કહેવાનો કે ભાવિનકુમાર કે આવી રીતે.. એવી રીતે કશું કહેવાનો નથી. આવા આજે નથી કહેવાનું, બધે આખી સેકન્ડ લાઇન સાવચેત રહેજો સાવધાન! પ્રસન્ન વ્યક્તિ કોઈને પજવી શકે નહીં. એક વ્યક્તિ ખુશ હોય તો એ ખુશી

જ આપશે પણ સામેવાળો ભૂલ કરે તો? અરે, એવી રીતે એને સમજાવશે કે એ બી ખુશ થઈ જાય કે ચાલો ભૂલ સમજાય. પ્રસન્ન વ્યક્તિ કોઈને પજવી શકે નહીં. દુઃખી વ્યક્તિ જ બીજાને પજવી શકે..

હિંસા કરી શકે, જૂઠ બોલી શકે, ચોરી કરી શકે, અબ્રહ્મ અને પરિગ્રહ આ બધું એક અપ્રસન્ન વ્યક્તિ જ કરી શકે. પ્રસન્ન વ્યક્તિ પાસે ગજું જ નથી કોઈને દુઃખી કરવાનું.. એ એટલો ખુશ હોય ને એની ખુશી જ સ્પીલ (spill) થવાની ત્યાં. પણ હું ખુશ નહીં હોઉં ને તો હું તમને મળીને તમારામાંથી હું મારા માટે થોડીક ખુશી લેવાની કોશિશ કરીશ, એ ખુશી લેવામાં હું કોઈવાર તમારી હિંસા ભી કરી દઈશ, એ ખુશી લેવામાં હું કોઈવાર તમને જુઠ્ઠું ભી કહી દઈશ, એ ખુશી લેવામાં હું ચોરી ભી કરી લઈશ બીકોઝ આઈ નીડ ટુ ગ્રેબ (because I need to grab), ગિવિંગ (giving) મોડ પર નથી ગ્રેબિંગ (grabbing) મોડમાં. પ્રસન્ન વ્યક્તિ હંમેશા ગિવિંગ મોડમાં હશે.

અપ્રસન્ન વ્યક્તિ હંમેશા ગ્રેબિંગ મોડમાં રહેવાનો. એ સેવા કરશે તો બી ગ્રેબ કરતો હશે. અને જ્ઞાની એમનેમ બેઠા હશે તો બી ગિવિંગ મોડમાં જ છે. તું દાન કરતો હોય તો બી ગ્રેબિંગ મોડમાં છે.. થેન્ક્યુ નહીં કીધું એને?

રૂમાલ આપ્યો, અપેક્ષા રાખી?



મદદ કરતી વખતે પ્રશંસાની અપેક્ષા છે કે આપવાની પ્રસન્નતા?

સમજો અભયભાઈનો રૂમાલ પડી જાય નીચે, તમારો રૂમાલ પડી જાય અને અપૂર્વજી આવું બધું તો આમ કઈ ખાસ કરે નહીં પણ એને એમ થયું કે લાવ રૂમાલ ઉપાડીને તમને આપું. એ બધા છે ને વન કિડ (one kid) વાળા જે જે છોકરાઓ હોય ને એ ખોટું કાંઈ કરે નહીં પણ એ કાંઈ સારું બી ના કરે. એટલે એમ તો મારો રૂમાલ પડ્યો નથી એટલે મેં કાંઈ ખોટું કર્યું.. નહિ કરે. એટલે આ બધાને મારું ઠૂંસ નીકળી ગયો તો, આ મૌલિક, અપૂર્વને.. નેમીને બધામાં મારું બહુ ઈઝી થઈ ગયું કે નાનપણથી એ લોકોએ બીજાનું પણ કરવાનું એવા સંસ્કાર જ લઈને આવ્યા તા. આ લોકો હવે બધા સરખા થઈ ગયા પણ મને ટાઇમ લાગ્યો.. કારણ કે એ લોકો આમ કોઈ કશે અમે યાત્રા પર બી જઈએ ને તો પોતાની બેગ ઉચકી લે.

એ સારી વાત છે ને પોતાનું કામ પોતે કરવાનું.. પણ કોઈ બીજાથી બેગ નથી ઉચકાતી તો એને હેલ્પ નહીં કરે. હેલ્પ નહીં કરે, એ કે બસ મેં મારું કરી દીધું હું કોઈના ઉપર ડિપેન્ડન્ટ નથી. ઈઝ ધેટ ઈનફ? (Is that enough?) ઈઝ ધેટ ઈનફ? તો આ રૂમાલ પડ્યો તો તું લઈને એમને આપશે? રૂમાલ લઈને એમને આ.. એન્ડ યુ નો વોટ? (And you know what?) અભયભાઈ ડીડન્ટ ટેલ યુ થેન્ક્યુ. (Abhaybhai didn’t tell you thank you.) અને તને વિકલ્પો રહ્યા કરે કે આમ

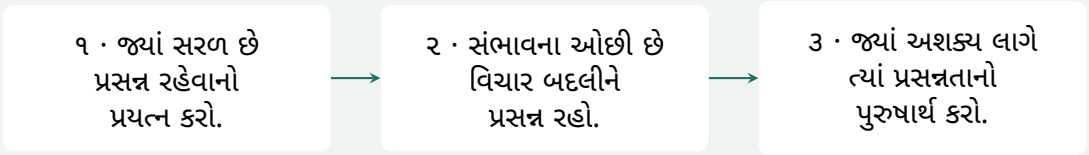
તો બધા કે છે કે બહુ સારા માણસ છે, બહુ એલિટ (elite) વર્ગના છે, બહુ મેનર્સ (manners) વાળા છે.. એટલું બી એમને થયું નહીં કે મને થેન્ક્યુ કહેવાનું? હું આખો વળિયો.. આ બધા મણકા મારા આખા ઘસાણા!

અને મેં પછી રૂમાલ એમને આપ્યો.. તો આમ તો આટલું સારી છે તો થેન્ક્યુ ન કીધું, એને એક કલાક વિકલ્પો ચાલ્યા. એને સારું કામ કર્યું કે નહીં રૂમાલ ઉપાડીને આપવાનો? નો, યુ વેર ગ્રેબિંગ અટેન્શન (No, you were grabbing attention). યુ વેર ગ્રેબિંગ ધેટ અપ્રિશિયેશન (You were grabbing that appreciation). સો ઈન ગિવિંગ ઓલ્સો સમટાઈમ્સ વી આર ગ્રેબિંગ. (So in giving also sometimes we are grabbing.) ઈન ગિવિંગ વી આર ગ્રેબિંગ.. પ્રસન્ન રહેશે ને તો તું સીધો રૂમાલ આપી અને એક્ઝિટમાંથી નીકળી જશે, મારું કામ થઈ ગયું આઈ એમ નોટ ગોઈંગ ટુ વેઈટ ફોર યોર થેન્ક્યુ. (I am not going to wait for your thank you.) સો ઈટ ઈઝ સો ઈમ્પોર્ટન્ટ (So it is so important) કે પ્રસન્ન રહેવું જોઈએ, જો તારે ધાર્મિક થવું હોય તો તારે પ્રસન્ન રહેવું જોઈએ અને બહુ સુંદર રીતે તમે આ શરૂઆત કરી શકો, પહેલા થ્રી સ્ટેપ્સ (three steps) છે.

૫ · અભ્યાસ

પ્રસન્નતાના ત્રણ પગલાં

ચિત્રસાર · પ્રસન્નતાનો ક્રમિક અભ્યાસ



પહેલું સ્ટેપ, જ્યાં તમે ઈઝીલી પ્રસન્ન રહી શકતા હો ત્યાં પ્રસન્ન રહેવાનો પ્રયત્ન કરો. વેર ઈઝી જ્યાં ઈઝી.. સમજો આઈસ્ક્રીમ જ લઈ લો ને. આઈસ્ક્રીમ ખાવાથી તમે પ્રસન્ન રહેતા હો તો પહેલો તમે એ પ્રયોગ કરો કે આઈસ્ક્રીમ ખાઓ પણ પ્રસન્ન રહો. પ્રસન્ન રહો પહેલા. અહીંયા બે વર્ગના લોકો છે એક ખાય છે એટલે પ્રસન્ન છે, એકનો ત્રીજો, ચોથો, પાંચમો, છઠ્ઠો ઉપવાસ છે અને એ ન ખાવામાં એને પ્રસન્નતા લાગે છે એટલે પ્રસન્ન રહે છે. બહુ કોઈ ખાવાથી પ્રસન્ન, કોઈ ન ખાવાથી પ્રસન્ન. પર્યુષણ છે નહીં ખાઈએ તો જ આપણે ખુશ રહી શકશું અને પેલો કે પર્યુષણ હોય કે દિવાળી હોય, હું ખાઈશ પછી જ મારું પ્રસન્નતા રહેશે. વોટએવર, પણ એટલે હું કહું હેપી પર્યુષણ એમ બી હેપી, સ્ટે હેપી.

(Happy paryushan, em be happy, stay happy.) પર્યુષણમાં સ્ટે હેપી, ખાઈને કે ન ખાઈને.

પહેલું સ્ટેપ શું છે? જ્યાં ઈઝીલી પ્રસન્ન રહી શકતો હોય ત્યાં પ્રસન્ન રહેવાનો પ્રય પ્રયત્ન કર, ધીસ ઈઝ પોસિબલ? (this is possible?) ફાઇન. સેકન્ડ સ્ટેપ (second step), જ્યાં પ્રસન્ન રહેવાની સંભાવના બહુ ઓછી હોય ત્યાં પ્રસન્ન રહેવાના પ્રયત્ન કર. અન્ડરસ્ટેન્ડ? (Understand?) એક્ઝામ્પલ માટે કહું છું, હું ત્રીજું કહી દઉં પછી એક્ઝામ્પલ આપું. અને ત્રીજું, જ્યાં પ્રસન્ન રહેવું અસંભવ હોય અશક્ય હોય.. હવે ત્યાં પ્રયત્ન કર પ્રસન્ન રહેવાનો. યુ ગોટ ઈટ? (You got it?)

સંબંધોમાં પ્રસન્નતાનો પ્રયોગ

સમજો એક્ઝામ્પલ માટે કહું છું, સમજો મને એમ લાગે કે નેમીજી સાથે રહેવામાં હું બહુ ઈઝીલી પ્રસન્ન થઈ જઈશ, તો પહેલા એ કર પણ પ્રસન્નતા તારી વધાર. પછી.. હવે બાજુમાં જે બેઠા એ ક્રમમાં જાવ છું હો, પછી મૌલિક.. પછી મૌલિકજી છે, જેની સાથે રહેવા જેની સાથે રહેતા પ્રસન્ન થવાની સંભાવના ઓછી છે, નાવ આઈ નીડ ટુ ચેન્જ માય ગીયર્સ, બટ સી ટુ ઈટ (now I need to change my gears, but see to it) કે હું અહીંયા પણ એટલો જ પ્રસન્ન રહું. જે મારું થિંકિંગ બદલવાનું હોય, મારે એડજસ્ટમેન્ટસ (adjustments) કરવાનું હોય.. જે તારે કરવું હોય તે કર પણ જેટલો ખુશ તું અહીંયા હતો એટલો ખુશ તારે રહેવું. હવે ક્રમમાં આવે છે એટલે હા, હવે આ ક્રમ મેં તો કંઈ બનાવ્યો નથી પણ આંખ સામે જોઈ લીધું, હવે ત્રીજો છે અપૂર્વજી છે કે જ્યાં જેની સાથે રહેવામાં ખુશ રહેવું અસંભવ છે..

અસંભવ છે. હવે હું થોડો શક્તિશાળી થયો છું એટલે હવે મારો પ્રયત્ન એ હશે કે જેટલો ખુશ હું અહીંયા હતો એટલો ખુશ હું અહીંયા.. અને એમ કરતાં કરતાં પ્રસન્ન રહેવું એ તમારા ડાબા હાથનો ખેલ બનશે, એમ કરતાં કરતાં પ્રસન્નતા તમારો સ્વભાવ બની જશે. ત્રણેય સ્ટેપ ફરીથી.. જ્યાં ઈઝીલી પ્રસન્ન રહી શકતા હો ત્યાં પ્રસન્ન, હોસ્પિટલવાળા બેન ડોક્ટર યાદ રાખજો આ, જ્યાં પ્રસન્ન રહી શકતા હો ત્યાં રહો. જ્યાં પ્રસન્ન રહેવાની સંભાવના ઓછી હોય ત્યાં પ્રસન્ન રહીને બતાવો. અને હજી

પુરુષાર્થ કરવો હોય તો જ્યાં અસંભવ હોય, કઈ હોસ્પિટલ કહેવાય પેલી.. જ્યાં પ્રસન્ન રહેવું જ બહુ ડિફિકલ્ટ હોય, સિટી હોસ્પિટલ કે શું કહેવાય, ગવર્મેન્ટ હોસ્પિટલ ચાલો..

જ્યાં પ્રસન્ન રહેવું અશક્ય તમને લાગતું હોય.. હું પહેલા બેનની વાત કરું છું હું કઈ ગવર્મેન્ટની વાત નથી કરતો, બધા ગમે ત્યારે આવી જાય છે ગવર્મેન્ટવાળા હું કઈ ગવર્મેન્ટની વાત જ નથી કરતો. હું તો પહેલા બેનને અનુસંધાનમાં કહું છું.. જ્યાં પ્રસન્ન રહેવું ઈઝી હોય ત્યાં રહો પહેલા, તો કે એ તો બાપા ઓલમોસ્ટ ડન, ફર્સ્ટ ઈઝ ઓલમોસ્ટ ડન.. ના એવું નથી, કોઈવાર મારું ચિત્ત અસ્થિર હોય ને તો મને નેમીજી સાથે બી પ્રસન્નતા ન થાય, એટલે ધેટ ઈઝ ઓલસો ડોન્ટ ટેક ઈટ ફોર ગ્રાન્ટેડ. (That is also don't take it for granted.) જ્યાં પોસિબલ હોય ત્યાં પ્રસન્ન રહેવાનું, તારું મન કે આની સાથે તો હું બહુ પ્રસન્ન રહી શકું છું તો આજે કેમ નથી?

કમ બેક. (Come back.) હવે પ્રસન્ન.. જ્યાં સંભાવના ઓછી હોય ત્યાં હવે ઈઝીલી પ્રસન્ન રહી શકે એવી તૈયારી કર ભીતર અને જ્યાં અશક્ય હોય, એટલે હું ખાલી દ્રષ્ટાંતના કારણે ઈશારો.. જ્યાં અશક્ય હોય તેને શક્ય બનાવો.

ભોજન વખતે આજથી શરૂઆત



મનગમતા ભોજનથી શરૂઆત, પછી કઠિન લાગતા પ્રસંગમાં અભ્યાસ.

તો આ ચીજ તમે બરાબર આજથી ટ્રાય કરવાનું સ્ટાર્ટ કરજો. જ્યાં સંભવ છે ત્યાં.. જ્યાં સંભાવના ઓછી છે ત્યાં.. જ્યાં અશક્ય છે ત્યાં.. તમે એક્ચ્યુલી ભોજન વખતે જ સ્ટાર્ટ કરી શકો આ. કોઈવાર મનગમતું ડેઝર્ટ હોય કે મીઠા મિષ્ટાનને બધું અલાઉડ છે તો મિષ્ટાન-બિષ્ટાન હોય, તો ત્યાં તમે ઈઝીલી પ્રસન્ન રહી શકો છો.. જેમ ગઈકાલના બુંદીના લાડુમાં તમે એમ કહો કે આ લાડુ લઈને પ્રસન્નતા સહજ છે મારી.. કોઈની બી હોય. પછી તમને એમ લાગતી હોય કે આમાં સંભાવના ઓછી છે આ ફૂડ સ્ટફમાં, એ ખાતા ખાતા બી તમે પ્રસન્ન રહેતા રહીને બતાવો અને પછી પેલું કંઈ ખીચડી જેવું કે કંઈક આવે અને એમાં તો આ લોકો તો ટચ ના કરે આ છોકરાઓ તો કે ખીચડી એટલે એ લોકો કે કે અભક્ષ્ય અને પાસ્તા એટલે ભક્ષ્ય.

અને બાજુની થાળીવાળા માટે પાસ્તા અભક્ષ્ય અને એ, કેવું જગત છે એ તો જુઓ. ભક્ષ્ય-અભક્ષ્યના પણ બધાના કોન્સેપ્ટ અલગ છે. તારાથી જુદું જે હોય, આ રાહુલને બધા એ લોકોને ટામેટાનું શાક ખાય જ નહીં. એટલે મેં કીધું આજે અને એની વાઈફ એના માટે બીજું શાક બનાવે, આખા ઘરનું એક શાક હોય પણ એનું બીજું શાક હોય, ટામેટાનું શાક એને ખબર નહીં જે બી એની એ હશે. મેં કીધું આજે બીજું કોઈ શાક બનવાનું નથી એને ખાવું હોય તો ખા, નહીં ખાવું હોય તો ન ખા. હવે પ્રસન્નતાથી ખાય છે.

૬ · ભાવના

ધન્યવાદ અને કૃતજ્ઞતા

બધું તમારા મન ઉપર છે, તમે જેવું કીધું ને કે 'આ ખાવામાં મને મજા નહીં આવે', હવે આખી જિંદગી ગુલામ થઈને રહો અને તમે કહો કે ના મારે બી સેકન્ડ પ્રયોગ કરવો છે કે જ્યાં ખુશી થવી સંભવ ઓછો છે હું ત્યાં જ થઈશ. પાછું એ જ ટામેટાનું સંતોષ સાગરમાંથી આવે તો ભાવે છે પાછું એને. ઘરે ટામેટાનું બને તે નહીં, મેં તો મને નથી સમજાતું આ ધીસ ઈઝ યોર મેન્ટલ બ્લોક (this is your mental block). હા તારા શરીરને કોઈ એલર્જી હોય તને ન અનુકૂળ હોય, તો હું ફોર્સ ના કરું.. એમ કરતાં કરતાં આવી જાય. પણ તમે આટલું પ્રયોગ કરવા માટે ભી યુ નીડ ટુ બી પ્રસન્ન (you need to be prasanna). થોડા હેપી હોવ તો તમને થાય કે આવું બધું કરું, હવે એટલા સ્ટ્રેસમાં અને ટેન્શનમાં તમે હોવ, તમને થાય કે મને જે ભાવે છે આપ એ નથિંગ ડુઈંગ (nothing doing).

ફોર ધેટ યુ નીડ ટુ બી ફ્રી, સંતોષ હશે તો તમે ફ્રી રહેશો આ બધા પ્રયોગો કરવા માટે, લેટ મી ટ્રાય આઉટ. (Let me try out.) જો અત્યારે તમે સંતોષમાં હશો, તમે આજના ભોજનમાં જ આ કરવાના છો. અને તમે સ્ટ્રેસમાં હોવ ને અસંતુષ્ટ હશો તો તમે કહેશો 'સારી વાત હતી ક્યારેક કરશું.' સાચી વાત છે કે નહીં? અરે, પ્રસન્ન રહેશો તો પંચ મહાવ્રત જેવો સહજતાથી પલાશે. પહેલા અણુવ્રત પછી મહાવ્રત. તમને કોઈને પજવવાનું મન નહીં થાય, એટલે જગત તો નિર્દોષ છે બે બે દિવસથી કહેતો આવ્યો છું 'જગત નિર્દોષ છે, જગત નિર્દોષ છે', દોષ દેખાય છે કારણ કે તું રાગ-દ્વેષના નંબર વાળા કાચથી નિમિત્તને જુએ છે. અને આ રાગ-દ્વેષ કરી કરીને તું ચશ્મા જાડા કરી રહ્યો છે આટલું કંઈક યાદ રાખજો ને કે રાગ-દ્વેષના નંબર વિના ન..

આ જ વ્યક્તિની આ જ ભૂલ હોવા છતાં કેવળ જ્ઞાનીને ગુસ્સો આવતો નથી. કારણ કે ત્યાં નંબર વાળા કાચ નથી, રાગ-દ્વેષના નંબર વાળા કાચ નથી. વાત સ્પષ્ટ થાય છે? તો સંતોષ.. અને એનો ઉપાય એક જ છે ધન્યવાદની ભાવનામાં રહો તમે. તમે સતત.. સેન્સ ઓફ ઈનફનેસ એન્ડ સેન્સ ઓફ ગ્રેટીટ્યુડ (Sense of enoughness and sense of gratitude). સેન્સ ઓફ ઈનફનેસ તો વિકલ્પ ફ્રી તમારું મન રહે એન્ડ સેન્સ ઓફ ગ્રેટીટ્યુડ વિલ ગીવ યુ પ્રસન્નતા ઓલવેઝ (and sense of gratitude will give you prasannata always), એક પિતા હોય. કોઈ અહીંયા પિતા છે? હા, તો બરાબર સાંભળજો એમ. પિતા અને એનો પુત્ર હોય અને એ પુત્રને એને ₹૧ આપ્યો છે. સાંજ ન પૂછ્યું કે શું કર્યું?

ન ₹૧ નું એને કઈ ખરીદ્યું, ન ₹૧ એ પાછો લાવ્યો, એનો ખોવાઈ ગયો ₹૧. તો પણ પિતા છે ને, એને બીજા દિવસે પાછી તક આપી કે લો, હવે બરાબર ધ્યાન રાખજે. બીજા દિવસે ભી સેમ ચીજ થઈ, ત્રીજા દિવસે ભી સેમ ચીજ થયું, ચોથા દિવસથી પિતા કહેશે કે તને આવડતું નથી પૈસાનું કેવી રીતે ધ્યાન રાખવું તો હવે હું નથી આપતો. ત્રણ વખત તો ચાન્સ આપ્યા, મારું પ્રશ્ન એટલો જ છે ઈશ્વર તમને કેટલા ચાન્સ આપે છે? ઈશ્વર તમારાથી થાક્યો છે? એક પિતા પણ, એક પિતા પણ ત્રણ વખત તું સેમની સેમ ભૂલ કરે ને પછી થાકી જાય તારાથી પછી કે 'નાવ નો તક વિલ બી ગિવન ટુ યુ, નો ચાન્સીસ વિલ બી ગિવન ટુ યુ' (Now no tak will be given to you, no chances will be given to you) પણ પરમાત્મા દરરોજ સવારે પાછો ₹૧ આપે જ છે, પાછો ચાન્સ આપે છે, પાછો ચાન્સ આપે છે.

હાથ સારો હતો ત્યારે ધન્યવાદ?

એક આ રૂમાલ પડી ગયો તો, હવે હું જરા પોઝિટિવલી લઉં, તમારો રૂમાલ પડી ગયો અને તમારો જ રૂમાલ તમે લીધો, એક્સ્ટ્રા કોઈ નથી આપ્યું એને પણ અપૂર્વજીએ આ રૂમાલ તમને આપ્યો, કોનો આપ્યો? નવો આપ્યો? જુદો આપ્યો કે એમનું જ

એમને આપ્યું તો પણ તમે થેન્ક્યુ કહો છો. કહી દો ને એકવાર એટલે એની પેલી ભ્રાંતિ નહીં થાય. નહિતર પછી એના મનમાં સેટ થઈ જશે ને કે આ થેન્ક્યુ નથી કહેતા તો પછી મુશ્કેલ થશે, કહી દો એકવાર.. થેન્ક્યુ, ઓકે. તમારો જ રૂમાલ તમને પાછો આપ્યો છે એમાં તો એને શું ઉપકાર કર્યો છે એક્ચ્યુલી? તો પણ તમે થેન્ક્યુ કહો છો, પરમાત્માને કેટલું થેન્ક્યુ કહો છો તમે? દરરોજ તમે કહો છો? પગમાં ફ્રેક્ચર થયું..

બેન, ત્યાં તમારે થયું તું ને એક વર્ષ પહેલા? હાથમાં થયેલું કશે, હા હાથમાં ફ્રેક્ચર થયું. હાથમાં ફ્રેક્ચર થયું કે આ દેરા કૂકમાં કે ક્યાં થયું તું? દેરા કૂકમાં થયું તું ને ઝુકુલ કૂક જતા તમારો ઘોડાનું કે જે બી તમારા પૂર્વ કર્મ હતા અને એ પૂર્વ કર્મે એના કાનમાં મંત્ર ભર્યો અને થયું બીકોઝ અમે એ જ રસ્તાથી ત્રણ મિનિટ પહેલા ગયા તા કશું કોઈ ઘોડાઓ અશાંત નતા, પ્રકૃતિ સારી હતી, બધું જ.. તમે બેન, તમારા બેકપેકમાં કર્મ લઈને આવ્યા તા અને તમે ખોટો ઘોડાનો વાંક કાઢ્યો. તમારા જ પાછળ તમે કર્મ લાવ્યા તા કે ૮:૧૦ એ મારે પડવાનું છે, પેલો ઘોડો બી કે કે 'બેન કેમ જલ્દી આવતા નથી, ૮:૧૦ એ મારે એને પાડવાના છે.' ચલો તમે પાડ્યા ને હવે તમારી કૈલાશની પરિક્રમા પૂરી ન થઈ.

બીકોઝ યુ હેડ ટુ રીટર્ન બેક એન્ડ વી વેન્ટ અહેડ (Because you had to return back and we went ahead) અને ધેટ વોઝ ધ મેઈન ડે (that was the main day) જેમાં કૈલાશની પરિક્રમા કરવાની હતી, ગૌરીકુંડ આ તે બધું તમારી ન થાય. કમ્પ્લેન (complain) નો સૂર નીકળે? તમારો નહોતો નીકળ્યો હું જસ્ટ જનરલ.. કમ્પ્લેન નો સૂર 'અરે ભગવાન, આટલા ભાવથી હું આવ્યો તો અને એ બી તીર્થયાત્રા કરવા આવ્યો તો. હું કઈ હરવા-ફરવા નહોતો આવ્યો' જો કે એ જ કર્યું તું.. 'પણ હરવા-ફરવા નહોતો આવ્યો, હું તો તીર્થયાત્રા કરવા આવ્યો તો અને ભગવાન તમે અને કૈલાશ કઈ ઘડી ઘડી જવાય છે? આ કઈ ગ્રાન્ટ રોડ કે મહાલક્ષ્મી છે કે ઘડી ઘડી જઈએ!' જિંદગીમાં એકવાર જઈએ તો જઈએ અને નંબર બી ના લાગે તમારો, તો કમ્પ્લેન્સ નીકળે, ફરિયાદ નીકળે.

રિક્વેસ્ટ નીકળે, કે ભગવાન બહુ ઓછું કંઈ નુકસાન થયું હોય એવું કરો એટલે હું પાછી ભાગતી ભાગતી દોડતી ઝુકુલ કૂક પહોંચી જાવ. બેન, મારો પ્રશ્ન એટલો જ છે કે જ્યારે તમારો હાથ સારો હતો ત્યારે તમે કેટલી વાર થેન્ક્યુ કીધું છે? આજે તમને શું અધિકાર છે કમ્પ્લેન કરવાનો? તમે દરરોજ થેન્ક્યુ કહેતા હોવ ને તો હજી હું તમને અધિકાર બી ગણું, તમે દરરોજ થેન્ક્યુ કીધું છે કે આજે મારો હાથ સારો છે, થેન્ક્યુ ભગવાન? તો આજે તમને શું અધિકાર છે કમ્પ્લેન કરવાનો? કે ભગવાન હોય તો આવું કેમ કરે, ભગવાન હોય તો આવું કેમ કરે.. તમને અધિકાર જ શું છે એ કરવાનો? અરે વિચારવાનો ઢંગ જેનો બદલાઈ જાય, તે ભક્ત! ભજન ગાય તે ભક્ત નહીં, જેનો વિચારવાનો ઢંગ બદલાઈ જાય..

તે. કાંટો વાગે તો થેન્ક્યુ. કાંટો નથી વાગ્યો, થેન્ક્યુ. એના માટે થેન્ક્યુ સિવાય બીજો કોઈ ભાવ જ નથી. આજે કાંટો વાગ્યો તો બી થેન્ક્યુ અને આજે.. હા, હવે તમે બધા પોઝિટિવ વિચાર કરો. સારું થયું મારો હાથ તૂટ્યો, મને ખબર પડી સાચું કૈલાશ શું છે, હું ખોટા કૈલાશની આજુબાજુ ફરવા ઈચ્છતી તી અને સત્પુરુષ એ જ કૈલાશ છે એ તમને પાછા ફરવું પડ્યું ત્યારે ભાન થયું. પૂર્વ કર્મનું સ્મરણ તમે પાછા ગયા ત્યારે ભાન થયું. ધર્મ શું ચીજ છે અત્યારે શાંત રહેવું તે ધર્મ, એ તમને સમજાયું.. તમને કેટલા ફાયદા થયા ને એ આ લોકોએ લાખો રૂપિયા ખર્ચીને નથી થયા! તમને જેટલા ફાયદા થયા છે પરિક્રમા પૂરી ન કરીને, એટલા જેને પૂરી કરી છે એને તો થાકી ગયા તા બધા..

હા, બેન તો કેવી મસ્ત એમ્બ્યુલન્સમાં ગયા. આપણો તો ડૂચો વળી ગયો તો આટલું બધું ચઢ-ઉતર ચઢ-ઉતર કરવામાં, હા તમે તો મસ્ત રીતે ગયા અને ધર્મ કર્યો તમે. શાંત રહ્યા એટલે ધર્મ.. મને એવા સમાચાર મળ્યા તા કે બહુ શાંત રહ્યા તા, બહુ પ્રસન્ન રહ્યા તા, તો તમે ધર્મ કર્યો અને અમે આમ આમ થાકી થાકેને કીધું કે 'શું આ મન કર્યું અહીંયા આવવાનું!' અથવા તો ઘોડો કરી દીધો હોત તો સારું થાત અથવા તો ઘોડા પર બેઠા હોત તો સારું થાત, કમરના કટકા થઈ ગયા.. અમે કોઈવાર ધર્મ નહીં કર્યો હોય. એટલે કોણે કયો ધર્મ કેટલો ધર્મ કર્યો?

વઝીરની જિંદાદિલી

પ્રસન્ન રહેવા માટે તમને એકદમ જિંદા દિલીની આમ ઝમક જોઈએ તમારામાં, આમ થેન્ક્યુ થેન્ક્યુ થેન્ક્યુ ફોર એવરીથિંગ (thank you thank you thank you for everything). રોમન એમ્પરર, એનો એક વઝીર હતો અને એ વઝીર બહુ સારો હતો બહુ લોયલ (loyal) હતો પણ હવે કોઈકે રાજાના કાન ભંભેર્યા એટલે રાજાને જરા ગુસ્સો આવ્યો અને એમ થાય કે હું સમય જોઈને એને સજા કરીશ. હવે આ વઝીરની આવી બર્થડે અને એને એક આખી મહેફિલ જમાવી તી, એન્ડ મ્યુઝિક, ફૂડ, ડાન્સિંગ, સિંગિંગ, લાઈવ સિંગિંગ.. અને એકદમ સરસ મહેફિલ જમાવી તી. અને બધા ૭:૩૦-૮:૦૦ વાગ્યાના રાતના આવતા તા ને આખી રાત ચાલવાની હતી આ મહેફિલ બર્થડે પાર્ટી. ખાતા તા લોકો, ગાતા તા, સિંગર્સ ગાતા તા, ડાન્સ કરતા તા અને બધું સરસ ચાલતું તું.

એટલી વારમાં રાતના ૧૦:૦૦-૧૧:૦૦ વાગ્યાનો ટાઇમ અને રાજમહેલમાંથી સમાચાર આવ્યા કે રાજાએ કીધું છે કે આજે ૧૨:૦0 વાગ્યે તને ફાંસી પર ચઢવું પડશે. બર્થડેનો ટાઇમ હતો, ૧૨:૦૦ વાગ્યે તારે ફાંસી તને મળશે. આખી સભા, જેમાં અત્યારે તમે ચૂપ ચૂપ છો ને એ આખી સભા સ્તબ્ધ થઈ ગઈ. સિંગર્સ સિંગિંગ કરતા બંધ થઈ ગયા, ડાન્સર્સ ડાન્સ કરતા કરતા બંધ થઈ ગયા, ફૂડ પીરસવાવાળા બી અટકી ગયા કારણ કે આ તો મૃત્યુના સમાચાર છે. ૧૨:૦0 વાગ્યે મૃત્યુ અને જેવા સમાચાર મળ્યા પેલા વઝીર બધાને પૂછે છે કે 'કેમ પાર્ટી બંધ કેમ કરી? મરવાનું તો બધાએ જ છે. મરવાનું તો બધાએ જ છે, મને તો હવે મૃત્યુ દેખાય છે ૧૨:૦૦ વાગ્યે એટલે દોઢ કલાક બે કલાકમાં તો મરવાનું જ..

અને મૃત્યુને જોઈને જીવન પ્રગાઢતાથી જીવવાનું મન થાય છે, તીવ્રતાથી કરવાનું મન થાય છે.. એટલે આજે તો બરાબર નાચો, ખાઓ અને ગાઓ કારણ કે હવે મારી પાસે કાલનો દિવસ જ નથી. એટલે હું પણ તીવ્રતાથી, પ્રગાઢતાથી આ આખો પ્રસંગને પસાર કરીશ. પહેલા તો હું મૃત્યુ જોતો તો હવે તો હું મૃત્યુ કરીશ, કારણ કે હવે મારી પાસે સમય નથી.' અને નૃત્ય કરવા લાગ્યા, આ સમાચાર પાછા રાજાને પહોંચે.. રાજાને તો એમ કે અરે, એને અપમાનિત કરવા માટે, એને દુઃખી કરવા માટે મેં આ સજા ફરમાવી તી પણ આ તો દુઃખી થતો જ નથી.. એને બોલાવ્યો. તો કે આટલું મેં કર્યું તો તું દુઃખી નથી? તો કે 'દુઃખ શેનું? તમે તો મને વધારે પ્રગાઢતાથી જીવન જીવતા શીખવાડ્યો.

મારો આનંદ હજી ખંડ ખંડ હતો એને બદલે આ સમાચાર મળવાથી મારો આનંદ બે કલાક અખંડ રહ્યો અને તમારી ઉપસ્થિતિમાં, તમારા ચરણોમાં મારે દેહ છોડવાનો હોય તો એ તો મારું હું તો સૌભાગ્યશાળી ગણું.' પછી શું થયું મને કંઈ કહેવાની જરૂર નથી, મારી પાસે ટાઇમ બી નથી. પણ આવી જિંદા દિલીની ઝલક જો ના હોય તો તું ભક્ત શાનો? અને આ ભક્ત આ પ્રસન્નતા આવશે જ જો તારામાં સંતોષ ગુણ આવ્યો હશે. અને એ પ્રસન્નતાનો ઉપાય બી છે કૃતજ્ઞતાની ભાવના.. સેન્સ ઓફ ગ્રેટીટ્યુડ, ધન્યવાદની ભાવનામાં સતત રહે.