

એપ્રિલ મહિનામાં સમયને સમય આપવો

૧ એપ્રિલ, ૨૦૨૫

આત્મીય પાઠક,

શું તમે તાજેતરમાં ટ્રેનમાં મુસાફરી કરી છે? વિમાનમાં? કે પછી બસમાં કરી છે? ટેક્સીમાં? તમારી પોતાની ગાડીમાં? અથવા તો તમે એ લોકોમાંથી એક છો જે દરેક જગ્યાએ ચાલીને જવાનું પસંદ કરે છે? શું તમે બહાર નીકળીને બને એટલી મુસાફરી પગપાળા કરવાનો પ્રયાસ કરી રહ્યા છો?

કદાચ તમે મુસાફરી કરવાનું વિચારી રહ્યા હશો — કોઈ એવી જગ્યાએ જ્યાં થોડી ગરમી હોય, કોઈ એવી જગ્યાએ જ્યાં ઠંડી હોય, દૂરસુદૂર આવેલી કોઈ એવી જગ્યાએ જે રમણીય હોય. અથવા બની શકે તમને ઘરની નજીકમાં જ કોઈ જગ્યાએ જવાનું પસંદ હોય. શું તમે એવી વ્યક્તિ છો જેને વૃક્ષની નીચે સમય વિતાવવો ગમે છે?

હું આ પ્રશ્નો પૂછી રહી છું કારણકે દરેક પ્રવૃત્તિની સાથે, પરિવહનના દરેક સાધનની સાથે તેની પોતાની જ એક ગતિ જોડાયેલી હોય છે. આ રીતે, તે પણ સમયની જેમ જ છે. આપણે શું કરી રહ્યાં છીએ અને કેવી રીતે કરી રહ્યાં છીએ, તેના આધારે આપણે એ મહસૂસ કરીએ છીએ કે સમય ધીરેથી ચાલી રહ્યો છે કે ઝડપથી. તો, હાલમાં તમારા માટે સમય કેવો ચાલી રહ્યો છે? શું તે ખૂબ જ જલ્દીથી પસાર થઈ રહ્યો છે? શું તે સાવ ધીમેધીમે ચાલી રહ્યો છે? કે પછી તે એ જ ગતિથી આગળ વધી રહ્યો છે જેમ તમે વિચાર્યું હતું?

આ પૃથ્વી ગ્રહ પર કોઈક જગ્યાએ પ્રાતઃકાળ છે. પછી સવાર થાય છે, બપોર થાય છે અને ત્યારબાદ બપોર પછીનો સુસ્તીનો સમય આવે છે. પછી રહસ્યમય સંધ્યાકાળ આવે છે. પછી સાંજ પડે છે. અને પછી ઘેરી કાળી રાત્રિ આવે છે. સમયના કાંટા આપણા જીવનની ચારેબાજુ ચક્કર લગાવતા જ રહે છે. અથવા તો શું આનાથી બિલકુલ વિપરીત થાય છે?

દિવસ અને રાત્રિના આ અંતહીન ચક્કની વચ્ચે એક કુતૂહલપૂર્ણ ઘટના ઘટે છે. આપણી પાસે સમય બચતો નથી. આપણા સંકલ્પોને પૂરા કરવા માટે, આપણાં લક્ષ્યોને પ્રાપ્ત કરવા માટે, આપણાં સપનાંઓને સાકાર કરવા માટે આપણી પાસે સમય બચતો નથી. જે કરવાની યોજના આપણે બનાવી હતી એ કરવા માટે આપણી પાસે સમય બચતો નથી. આપણે આપણા સમયનો પૂરેપૂરો ઉપયોગ કરી શકતાં નથી.

તો શું થઈ રહ્યું છે? આપણે શું કરવાનું છે? આપણે શું નથી કરવાનું? એક તરફ, આપણે સમયનું વધારે સારી રીતે સંચાલન કરતા શીખવાનું છે; બીજી તરફ, આપણે સમર્પણ કરવાનું છે. આપણે આપણા સમયનું પ્રબંધન

કરવાનું છે — અને આપણે જતું કરવાનું છે. આપણે આગળ વધવાનું છે; આપણે સ્થિર રહેવાનું છે. આપણે બોલવાનું છે; આપણે મૌન રહેવાનું છે. આપણે નેતૃત્વ કરવાનું છે; આપણે યોગદાન આપવાનું છે. અંતરથી પ્રેરણા લઈને આપણે કર્મ કરવાનું છે; અને જે પણ પરિણામ આવે, તેને સ્વીકારવાનું છે અને જે થાય તેને થવા દેવાનું છે. આપણે આ કરવાનું છે, આપણે તે કરવાનું છે, અને આ બધાંની વચ્ચે આપણા મનમાં આ પ્રશ્ન વધુને વધુ ઊઠતો જાય છે : કેવી રીતે? આપણે—આ—બધું—કેવી—રીતે—કરીએ? આપણને હંમેશાં એ ભય રહે છે કે સમય નહીં બચે.

આ પત્રમાં હું તમને જે કહેવા માગું છું તેના પર જ્યારે હું વિચાર કરી રહી હતી, ત્યારે મારા મનમાં શ્રીગુરુમાઈનો અવાજ સંભળાઈ રહ્યો હતો, તેઓ સંતકવિ સૂરદાસનું આ ભજન ગાઈ રહ્યાં હતાં : અબ ના બની તો ફિર ના બનેગી, નર તન બાર બાર નહીં મિલતા. “જો તેને અત્યારે પ્રાપ્ત નહીં કરો તો પછી ક્યારે કરશો? માનવદેહ વારંવાર નથી મળતો.” બ્રહ્માંડીય સ્તર પર સમય અસીમિત હોઈ શકે, પરંતુ આપણને દરેકને ફાળવવામાં આવેલો સમય નિશ્ચિતપણે સીમિત છે. જેમ કે આપણે બાળપણથી આપણાં માતાપિતા અને સલાહકારો પાસેથી એ સાંભળતાં આવ્યાં છીએ કે આપણે આપણા સમયનો ઉપયોગ સમજદારીપૂર્વક કરવો જોઈએ નહીંતર આપણે તેને હંમેશાં માટે ગુમાવી દઈશું.

હવે આ સત્યની સાથે તાત્કાલિનતાની, અવિલંબિતાની એક સહજ ભાવના જોડાયેલી છે — પરંતુ તેનો અર્થ એ નથી કે તમને ભય મહસૂસ થવા લાગે અને તમે હતોત્સાહિત થઈ જાઓ. સિદ્ધયોગ પથ પર, આપણે આપણાં શ્રીગુરુઓ પાસેથી એ વાતના મહત્ત્વ વિશે શીખ્યાં છીએ કે આપણે દરેક દિવસની શરૂઆત એક નવા દિવસની જેમ, તાજગીભર્યા દષ્ટિકોણ અને નવી શરૂઆત કરવાની સમજ સાથે કરીએ. દરરોજ સવારે આપણે ઉત્સુક રહીને આપણો સર્વશ્રેષ્ઠ પ્રયત્ન કરી શકીએ છીએ અને કૃપાને પ્રગટ થવા દઈ શકીએ છીએ — અને પછી ફરી એકવાર પ્રયત્ન કરી શકીએ છીએ. જેમ કે તમારામાંથી એક વ્યક્તિએ સિદ્ધયોગ પથની વેબસાઇટ પર ખૂબ જ સ્પષ્ટતાથી જણાવ્યું છે :

મને વર્ષ ૨૦૨૫ માટે શ્રીગુરુમાઈનો સંદેશ એક એવા આમંત્રણના રૂપે મળ્યો છે કે હું દરેક દિવસને મારી ઇચ્છાનુસાર આકાર આપવાની મારી પોતાની ક્ષમતાને ફરીથી પ્રાપ્ત કરું. આ મારો સમય છે અને તેને “મારા માટે લાભપ્રદ” બનાવવાનો વિકલ્પ હંમેશાં મારી પાસે છે.

હું આ સિદ્ધયોગીએ જે જણાવ્યું છે તેની સાથે સહમત છું, ખાસ કરીને પોતાની ક્ષમતાને ફરીથી પ્રાપ્ત કરવાની તેમની વાત સાથે. ઘણીવાર જ્યારે આપણે એવાં લોકોનો અથવા એવી પરિસ્થિતિઓનો સામનો કરીએ છીએ જે પડકારજનક હોય, ત્યારે આપણે સહેલાઈથી હાર માની લઈએ છીએ. આપણે હાથ ઊંચા કરી દઈએ છીએ અને બધું જ “ભાગ્ય”ના ભરોસે છોડી દઈએ છીએ, જાણે આવું થવું પૂર્વનિર્ધારિત હોય. પરંતુ વાસ્તવમાં તે સાચું નથી, ખરું ને? જેમ કે આ વ્યક્તિ આપણને યાદ કરાવે છે, આપણી પાસે હંમેશાં એક વિકલ્પ હોય છે.

તો અત્યારે આપણે એપ્રિલ મહિનામાં છીએ. શ્રી મુક્તાનંદ આશ્રમમાં અમારી ચારેબાજુ, અમે જોઈ રહ્યાં છીએ કે કેવી રીતે પ્રકૃતિ તેના સ્વરૂપના કેટલાંક મૂળભૂત અંગને પુનઃ પ્રાપ્ત કરી રહી છે. તે પોતાને પુનઃ નવીન કરી રહી

છે, સહજતાથી એ જાણીને કે તેણે શું અને કોણ હોવું જોઈએ. એવું લાગે છે કે તે આપણને કહી રહી હોય : “હા. હવે આ મારો સમય છે. હું વસંતની ઓઢણી ઓઢવાની છું. હું ‘વસંતભાવ’નું મૂર્તરૂપ બનવાની છું.” અને તેથી, વાતાવરણમાં ગરમી વધવા લાગે છે. ડેફોડિલનાં ફૂલો ખીલવાં લાગે છે. તેનાં સફેદ અને પીળા પ્રફુલ્લિત રંગને જોઈને, તમને એ જાણીને થોડું પણ આશ્ચર્ય નહીં થાય કે પાશ્ચાત્ય પરંપરાઓમાં ડેફોડિલનાં ફૂલો પુનર્જન્મ અને નવી શરૂઆત સાથે સંબંધિત છે. પૂર્વીય સંસ્કૃતિઓમાં તે સૌભાગ્ય અને સમૃદ્ધિ સાથે જોડાયેલાં છે.

આ વર્ષે, ઈસ્ટર ૨૦ એપ્રિલના દિવસે છે. જ્યારે હું ઈસ્ટર વિશે વિચારું છું તો મને બાળકોનો વિચાર આવે છે. તેમને પ્રકૃતિમાં રહેવું ખૂબ જ ગમે છે, અને આ સમયે તેમને ઈસ્ટરનાં ઈંડાઓ શોધવા માટે બહાર જવા મળે છે. (અનેક પાશ્ચાત્ય પરંપરાઓમાં ઈસ્ટરના તહેવારના નિમિત્તે ઈંડાના આકારની ચોકલેટ બનાવીને સંતાડી દેવામાં આવે છે, જેથી બાળકો તેને શોધે અને તેનો આનંદ માણે.) બાળકો જ્યારે ઈસ્ટરનાં ઈંડા શોધી રહ્યાં હોય ત્યારે જો તમને તેમની સાથે રહેવાની તક મળે તો તમે જાણી લેશો કે ફક્ત તેમને જોવા માત્રથી તમે કેટલી સ્ફૂર્તિથી ભરાઈ જાઓ છો. તે તમારા પોતાના બાળસહજ ઉત્સાહને ફરીથી જગાવવા માટે પર્યાપ્ત છે.

આ મહિનાના અંતે, ૨૯ એપ્રિલના દિવસે (ભારતમાં ૩૦ એપ્રિલે) આપણે અક્ષય તૃતીયા ઊજવીશું. ભારતીય પંચાંગ અનુસાર આ દિવસ વર્ષના સાડા ત્રણ સૌથી શુભ દિવસોમાંથી એક છે, અને આ તહેવાર પણ પ્રચુરતા અને નવી શરૂઆત સાથે સંબંધિત છે. કોઈ નવી શરૂઆત કરવા માટે તેને વિશેષતઃ શુભ સમય માનવામાં આવે છે.

નવીનતાનો અનુભવ કરવા માટે આ બધી તકો મળવી એ કેટલું સ્ફૂર્તિદાયી છે, ખરું ને? નવીનતાનો દષ્ટિકોણ કેળવવો એ કેટલું તાજગીભર્યું છે — ખરું ને?

થોડા દિવસો પહેલાં, વસંત વિષુવકાળના સમયે ગુરુમાઈજી એક બાળક સાથે બહાર હતાં, એ બાળક તેના પરિવાર સાથે આશ્રમમાં આવ્યું હતું. મંદમંદ વહેતી હવા, એટલી મધુર, એટલી અદ્ભુત મહસૂસ થઈ રહી હતી કે ગુરુમાઈજીએ જાણે રિબન ફેરવતાં હોય એ રીતે તેમના હાથ લહેરાવ્યા અને વાતાવરણમાંથી કોઈ એક અદૃશ્ય વસ્તુ તોડી લીધી. પછી ગુરુમાઈજીએ નક્કલ કરી કે તેઓ આ “કોઈ વસ્તુ” ખાઈ રહ્યાં છે. એ બાળકે તેમની સામે વિસ્મયથી જોયું અને પૂછ્યું, “ગુરુમાઈજી, તમે શું કરી રહ્યાં છો?”

ગુરુમાઈજીએ જવાબ આપ્યો, “આ હવા કેટલી તાજગી ભરેલી લાગી રહી છે — તેથી હું તેનો સ્વાદ લઈ રહી છું!”

તે બાળક હસી પડ્યું અને તે પણ તરત એવું જ કરવા લાગ્યું. આ રીતે, ગુરુમાઈજી અને એ બાળકે હવાનો આનંદ માણતાં-માણતાં એકબીજાની સાથે થોડો સમય વિતાવ્યો.

તમે વિશ્વમાં જ્યાં પણ હો — અને ત્યાં જે પણ ઋતુ હોય — હું આશા રાખું છું કે તમને પણ તાજગી અને નવીનતા ભરેલી હવામાં શ્વાસ લેવાનો અવસર મળે. હું આશા રાખું છું કે તે તમને યાદ અપાવશે કે દરેક ક્ષણમાં તમે નવા બની શકો છો. હું તમને પૂછવા માંગું છું કે શું તમે આ વર્ષે એ જાણવા માટે સમય કાઢ્યો છે કે તમે

વાસ્તવમાં સમયની દયા પર આશ્રિત નથી? અને સમય તમારી સમક્ષ જે પણ પરિસ્થિતિઓ લાવે છે તમે તેના શિકાર નથી?

મેં એના વિશે પહેલાં પણ લખ્યું છે કે કેવી રીતે ગુરુમાઈજીએ વર્ષ ૨૦૨૫ માટે તેમના સંદેશમાં “તમારા સમય” વાક્યાંશનો પ્રયોગ કર્યો છે — “તમારા” શબ્દ એ વાતનો સ્પષ્ટ સંકેત કરે છે કે અહીં તમારી શક્તિ મહત્વહીન નથી. મેં પહેલાં જે સિદ્ધયોગીનો ઉલ્લેખ કર્યો હતો, તેની ઉપમા લઈએ તો આપણે એ શિલ્પકારો જેવાં છીએ, જેમની પાસે સમયને આકાર આપીને પોતાના માટે સમયની રચના કરવાની ક્ષમતા છે કે આપણે એ કાર્યોને કરી શકીએ જેને આપણે મહત્વપૂર્ણ માનીએ છીએ. આપણી પાસે જે સમય છે, તેમાંથી આપણે કોઈ સુંદર વસ્તુની, કોઈ મૂલ્યવાન વસ્તુની રચના કરી શકીએ છીએ.

તો આપણી પાસે આ શક્તિ છે, ખરું ને? અને એ સારી વાત છે. તેમ છતાં, જેમ તમે જાણો છો, શક્તિ હોવાનો અર્થ જવાબદારી હોવી એ પણ છે. આપણામાંથી દરેક વ્યક્તિએ આ વિચારવું અનિવાર્ય છે : એ ક્યા સિદ્ધાંતો છે જેને અનુરૂપ આપણે આપણા સમયને આકાર આપીએ છીએ? તેના માપદંડો શું છે?

જે પણ વ્યક્તિ સમયને માત્ર મન ફાવે તેમ આકાર આપવાનો પ્રયાસ કરે છે, તે બધાંના હિતમાં સહાય કરવાની પોતાની નૈતિક જવાબદારીની ઉપેક્ષા કરે છે, તેની અવહેલના કરે છે. દરેક વ્યક્તિને આ પૃથ્વી પર જીવવાનો અધિકાર છે. અહીં હોવું એ એક એવો ઉપહાર છે જે આપણને બધાંને સમાનરૂપે પ્રદાન કરવામાં આવ્યો છે. મનુષ્ય તરીકે, આપણે એકબીજાનું સન્માન કરવું જ જોઈએ. આનો અર્થ એ છે કે બીજાં લોકોની જીવન જીવવાની રીતોની અભિસ્વીકૃતિ કરવી અને તેનો સ્વીકાર કરવો. આનો અર્થ એ છે કે તેમના સમયનું પણ એટલું જ સન્માન કરવું જેટલું આપણે આપણા સમયનું કરીએ છીએ. આનો અર્થ એ છે કે સમયના લયને સમજવાનો પ્રયત્ન કરવો. જીવનની પ્રત્યેક ક્ષણ આપણી સમક્ષ એક વિકલ્પ પ્રસ્તુત કરે છે કે આપણે કેવી રીતે વિચાર કરવા, કાર્ય કરવા અને પ્રતિક્રિયા કરવા માગીએ છીએ — અને તે આ બધાં નિર્ણયોનું સંયુક્ત પરિણામ જ છે જે આપણને જીવન જીવવાની નવી રીત તરફ આગળ વધવામાં મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા ભજવશે.

સાંભળવામાં સારું લાગે છે ને? જીવન જીવવાની નવી રીત તરફ આગળ વધવું. ચાલો, આમ કરીએ!

આદર સહિત,

ઈશા સરદેસાઈ

