જીવનની પળો

જીવનની પળો સુખની હોય, દુઃખની હોય અથવા સમજની હોય. ગુરૂવર્ય નરેન્દ્રમુનિના કાળના સમાચાર મારા માટે બહુ જ દુઃખના હતાં, પસ્તાવાના હતા, અજંપાના હતા- તેમને ન સાંભળવાનો પસ્તાવો, તેમની સેવા ન કરવાનો અજંપો, તેમને સંતોષ ન આપવાનું દુઃખ, અને એની જ સામે મા સ્વામીના કાળની પળો મારા માટે સમજની પળો હતી, સંતોષની પળ હતી, પ્રસન્નતાની પળો હતી.

બન્ને ગુરૂભગવંતોને ગુમાવેલા, પરંતુ પહેલામાં એકલતા હતી, બીજામાં એકાંત હતું. પહેલામાં ખાલીપણું હતું, બીજામાં સંતોષ હતો. પહેલામાં દુઃખ હતું, બીજામાં સમજ હતી. પહેલામાં loneliness હતી, બીજામાં aloneness હતી.

એકલતા અને એકાંત વચ્ચેનો ફરક ત્યારે જ સમજાય જ્યારે આપણા જીવનમાં શુધ્ધિ હોય, નિસ્વાર્થતા હોય, સમજણ હોય, સહજભાવ હોય, સમભાવ હોય, નિર્મળતા હોય, પવિત્રતા હોય, ઉદારતા હોય, વિશાળતા હોય, સરળતા હોય, નિખાલસતા હોય, નિર્દોષતા હોય, humility અને kindness હોય.

એકલતા અને એકાંત એ બન્ને એક લીટીના બે છેડાઓ છે. એકલતામાં બાહ્યુખની શોધમાં ફાંફા મારીએ છીએ, કામચલાઉ સુખ ગોતીએ છીએ. એકલતા એ timepass છે, પછી એ timepass movie જોવાથી થાય, cricket મેચ જોવાથી થાય કે પછી ધાર્મિક સ્થળોએ જવાથી થાય. એકાંત એ આંતરિક પરિપૂર્ણતા છે જેમાં બાહ્ય પરિબળોની જરૂર નથી. સુખ-દુખની જંજાળ નથી. ફક્ત અને ફક્ત સંતોષ અને પ્રસન્નતાની લહેરો જ છે.

એકાંત જેવો કોઈ મિત્ર નથી અને એકલતા જેવો કોઈ શત્રુ નથી. કોવિડ પછી, છેલ્લા 2 વર્ષમાં આપણે એકલતાને વધારે સમજતા થયા – isolation (અળગાપણું), quarantine (સંસર્ગનિષેધ), detention (અટકાયત), social distancing (સામાજિક સ્તરે અંતર જાળવવું) વગેરે, વગેરે. માણસની ખરી કસોટી એકાંત કરે છે. એકાંત એટલે મારામાં હું.

Aloneness is indivisible (અદ્વૈતભાવ) અને loneliness is separation (દ્વૈતભાવ). પહેલું non-duality છે અને બીજું duality છે.

એકલતામાં દુઃખ છે, ડર છે, ભય છે અને મૃત્યુ પણ છે. એકાંતમાં નથી દુઃખ, નથી ડર, નથી ભય અને નથી મૃત્યુ. એકાંતમાં અમરતા છે. એકાંતમાં આપણે ધર્મમય છીએ, કુદરતમય છીએ, કુદરતનો એક અંશ છીએ.

જીવનની યાત્રા એ એકલતામાંથી એકાંતમાં આવવાની છે. જ્યાં સુધી જીવનમાં સ્વાર્થ છે, selfishness છે, self-centerdness છે ત્યાં સુધી એકલતા છે. જ્યાં સુધી 'હું પણું' છે, me and mine છે, ત્યાં સુધી એકલતા છે, ત્યાં સુધી જીવનમાં કંટાળો છે.

જીવનમાં મોટેભાગે જેની પાસે બધી સુખ સાહ્યબી છે છતાં પણ એને સુખ-શાંતિ હોતાં નથી. અને એનાથી વિરુધ્ધ ઘણાં સામાન્ય સ્થિતિની વ્યક્તિઓ સુખ, શાંતિ, પ્રસન્નતામાં જીવતી દેખાય છે. બંનેમાં ફરક છે ફક્ત અને ફક્ત અહંકાર અને મમત્વની યાત્રાનો ફરક. મા સ્વામીએ જીવનનું આપેલ સૂત્ર "ના અહં, ના મમ" ઘણું બધું સૂચવી જાય છે. જીવનમાં જીવતા આવડે તો દુશ્મન સાથે પણ રહી શકાય અને ન રહેતા આવડે તો કુટુંબ સાથે પણ ન રહી શકાય. જતું કરતાં શીખો, જીતી જશો.

એકલતાથી એકાંતમાં આવવા માટે જરૂર છે જીવનમાં ચાર શબ્દોની- દાન, તપ, શીલ અને ભાવની. પૈસા અને પદાર્થોનો મોહ ઓછો કરવો, શીલ-સદાચાર કેળવવા અને ભાવની શુધ્ધિ કરવી. આ જીવનની યાત્રા મુશ્કેલ જરૂર છે પરંતુ impossible નથી. જીવનની દરેક પળે સતત સજાગતા, સતત જાગૃતિ રાખી આગળ વધીએ તો દરેક પળ સુખ, શાંતિ, સમૃધ્ધિ અને પ્રસન્નતામય બની શકે છે.

જરૂર છે આપણી જાતને સમજવાની, આપણા સ્વભાવમાં આવવાની, આપણી જાતને ચાહવાની, you cannot be lonely, if you like the person you are alone with. મને મારું એકાંત બહુ જ વહાલું છે.... કેમકે ત્યાં મહત્વ ફક્ત મારું જ છે...

એકાંતને માણતા શીખી જાઓ, દુનિયાનો સૌથી ખૂબસૂરત અહેસાસ એ જ છે.

જીવન એક જન્મથી- મરણ સુધીની યાત્રા છે. આ યાત્રામાં અનેક પળો છે, અનેક પ્રવાસીઓ છે. અનેક વાર્તાઓ છે. પરંતુ બહુ જ ઓછી વ્યક્તિઓ આ

યાત્રાને સુખરૂપે પરિપૂર્ણ કરે છે. મોટેભાગે આ યાત્રામાં આપણા ભાગે દુઃખ, સંતાપ, અજંપો, ડર, ભય, અસંતોષ વગેરે જ આવે છે. આનું કારણ છે આપણો ક્રોધ, આપણું અભિમાન, આપણી માયા અને આપણો લોભ. હું, મારું અને મારાપણું આપણને આ યાત્રાની મજા લેવા દેતા નથી. ઘણું બધું ભેગું કરી લીધા પછી પણ આપણે એકલતાનું દુઃખ અનુભવીએ છીએ, એકલતાનો ભય અનુભવીએ છીએ.

આવો, સાથે મળી જીવનને શુધ્ધતા તરફ લઈ જઈ જીવનની યાત્રાની દિવ્યતાની હર પળને એકાંતમાં માણીએ.