

લા સમયની ગતિ ખૂબ ન્યારી છે અને આ સમયનું ચક્ર સતત ગતિશીલ છે, સમયના વિષયમાં ઘણું ખરું એમ કહેવામાં આવે છે કે સમય ખૂબ બળવાન છે. સમયની કિંમત નથી સમજ્યા તો પશ્ચાત્તાપ સિવાય કશું જ મળતું નથી. સમજદાર વ્યક્તિ સમયના હિસાબથી પોતાનો પ્રતિઉત્તર આપે છે. સમય આપણી પાસેથી દરેક તબક્કે પ્રતિઉત્તર માંગે છે. સમય આપણને ઈશારો પણ આપે છે પરંતુ આપણે તેને સમજી નથી શકતા માટે સમય ખૂબ દુઃખદાયી બનતો જાય છે. એક કવિએ કહ્યું છે કે સમય કોઈને માટે રોકાતો નથી. જે પણ કરવું છે તે કરી લો, નહિ તો સમય ચાલ્યો જશે. જિંદગી તો પાણીના પરપોટા જેવી છે, એક ઘડીની કહાની છે.

કહેવાય છે કે જ્યારે આપણે સમય અનુસાર પરિવર્તન નથી થતાં ત્યારે આપણને પરવર્તિત કરવા માટે સમય બળવાન બની જાય છે. છતાંય જો આપણે નથી માનતા તો સમય આપણા અસ્તિત્વને ખતમ કરી નાંખે છે. એટલા માટે જ વડીલો કહેતાં હોય છે કે આ વ્યક્તિને કોઈ સુધારી નહીં શકે. સમયની પછડાટ ખાશે ત્યારે સુધરશે. ક્યારેક સમય વ્યક્તિને પછડાટ આપી દે છે. આજે દુનિયામાં ફક્ત ‘ટાઈમ મેનેજમેન્ટ’ ને ખૂબ મહત્વ આપવામાં આવે છે, લોકો પોતાના સમયને મેનેજ કરવા માંગે છે. સમયનો સદ્ઉપયોગ કરવા માંગે છે, એટલે જ એક ચિંતકે લખ્યું છે કે સમય એક પંખી છે, એ ઊડતું જ રહે છે, એ કોઈ દિવસ કોઈના હાથમાં આવતું નથી. સમય હંમેશાં પરિવર્તનશીલ છે. એ હંમેશાં પરિવર્તન માંગે છે અને મનુષ્યે સમય પ્રમાણે પરિવર્તનને જીવનમાં અપનાવવું જોઈએ. આજના યુગમાં દરેકને સમય વિશે જાણવાની જિજ્ઞાસા રહે છે. જ્યારે કોઈ સમયના વિષયમાં ભવિષ્યવાણી કરે છે ત્યારે વ્યક્તિ ખૂબ રુચિથી સાંભળે છે. ખાસ કરીને જ્યારે નવું વર્ષ શરૂ થાય છે ત્યારે સમાચારપત્રોમાં રાશિઓ મુજબ વાર્ષિક, માસિક અને સાપ્તાહિક ભવિષ્ય છપાય છે તેને વ્યક્તિ જરૂર વાંચે છે, વાંચ્યા બાદ ભલે કદાચ વ્યક્તિ એમ કહે છે કે અમે તો માનતા નથી પરંતુ વાંચે છે જરૂર. જ્યાં કોઈ સારી લાભની વાત લખી હશે તો તે વાંચીને ખુશ થાય છે. કહેવાનો ભાવાર્થ એ છે કે સમયના વિષયમાં દરેકને જાણવાની જિજ્ઞાસા અવશ્ય રહે છે.

માનવજીવન ઈશ્વર તરફથી મળેલ મૂલ્યવાન ભેટ છે. એ પણ સમયની બલિહારી છે. સમય તરફથી મળેલ ઉપહાર છે. ઈશ્વર તરફથી મળેલ બક્ષિસ પણ કહેવાય. સમય સાથે મળેલું જીવન સમજો એક નાનકડું પુસ્તક છે. આ પુસ્તક ફક્ત ત્રણ પાનાનું છે. સમય સાથે મળેલું જીવન એનો



પહેલો પાઠ એટલે બાળપણ. આ બાળપણ એટલે નિર્દોષ મન, નિખાલસ ભાવ, ચહેરા પર સ્મિત. સમયની સાથેનો બાળપણનો યાદગાર પ્રસંગ બની જાય છે. એટલે કવિએ કહ્યું છે કે, ‘બચપન કે દિન ભૂલા ન દેના આજ હસે કલ રુલા ના દેના.’

સમય સાથે તાલમેળ મેળવતું જીવનનો બીજા પાનાનો પાઠ એટલે ભરચુવાની. આ ભરચુવાનીમાં સમય, શરીરમાં જોશ, મનમાં હોંશ, કંઈક કરી છૂટવાની ભાવનાઓ, ઊંચે-ઊંચે તારલાઓ સુધી પહોંચવાની તમન્નાઓ, વ્યક્તિત્વને પ્રભાવશાળી બનાવવાની ઈચ્છાઓ અનેક અપેક્ષાઓનો પૂરી કરવાની હોડ. ખરેખર અનેકોના દિલ જીતીને દુવાઓને પાત્ર બનવાનો સુવર્ણ સમય એટલે જ યુવાની, પરંતુ જરૂર છે માત્ર કદમ-કદમ પર સમય સાથે સાવધાનીપૂર્વક ચાલવાની.

જ્ઞાનામૃત
પ્રહલાકુમાર અનિલ

એ વી કોઈ વ્યક્તિ જન્મી નથી જેને ભયની લાગણી થઈ ન હોય. શૈશવ અવસ્થાથી માંડી વૃદ્ધાવસ્થા સુધીમાં ભય ઉત્પન્ન કરતી વસ્તુઓ બદલાતી જાય છે, તેમાંની કેટલીક ઉપર માનવ વિજય પ્રાપ્ત કરે છે. તેમ છતાં, બીજી નવી વધુ ભયપ્રદ વસ્તુઓ એમનું સ્થાન લેતી હોય છે. ભય એ તો માણસના જીવન સાથે વણાયેલો છે. માણસની ખૂબ પ્રબળ લાગણીઓમાંની તે એક છે. જો તેને નિયંત્રિત ન કરવામાં આવે તો વિનાશ પણ નોતરે છે.

જ્યારે કોઈ વ્યક્તિ પોતાને તેની આજુબાજુની પરિસ્થિતિથી નિમ્ન કક્ષાની માનવા લાગે ત્યારે તેનામાં ભય જન્મે છે; ડો. એડલર નામના એક મનોચિકિત્સકે કહ્યું છે કે, “માણસમાં બિનસલામતી અને લઘુતાની લાગણી જન્મજાત હોય જ છે. તેની રચના જ એવી છે કે તેનું જીવન વહન કરવા માટે તેને શક્તિ અને સંગ્રહની જરૂર પડે છે. પ્રભુમાં શ્રદ્ધા ધરાવનાર વ્યક્તિને વિશ્વની સઘળી સાધનસંપત્તિનો સહારો મળી રહે છે. તેને કદી એકલવાયું કે તરછોડાયા હોય એવું કદી લાગતું નથી. વિલિયમ જેમ્સ નામના જાણીતા માનસશાસ્ત્રીના મત મુજબ મર્યાદિત સામર્થ્ય ધરાવતા માનવીમાં રહેલી અમર્યાદિ ભલમનસાઈની પાશ્વભૂમાં સ્થિત અનંત શક્તિઓનો જે પચાલ આપે છે તે ધર્મ, જો તેને તેના સાચા સ્વરૂપમાં જાણવામાં આવે તો તમામ ભયને દૂર કરી શકે છે અને નિર્ભયતાનું સર્જન કરે છે.”

લંડનના એક જાણીતા મનોવૈજ્ઞાનિક ડો. હેડફિલ્ડ કહે છે કે, “માનસિક દુર્બળતાથી પીડાતા દર્દીઓને શાંતિ અને વિશ્વાસનાં સૂચનો આપી સાજા કરવાની મારી કોશિશ, જ્યાં સુધી મેં એ સૂચનોને ભગવાનમાં

ભય અને શ્રદ્ધા



શ્રદ્ધા અને ભગવાનના સામર્થ્ય સાથે સાંકળ્યા નહીં ત્યાં સુધી અસફળ રહી.”

આ રીતે આજના અને પહેલાંના ઘણા મનોવૈજ્ઞાનિકો એ બાબતે સંમત થાય છે. તેઓ સઘળા સામાન્ય અને અસામાન્ય ભયના નિવારણમાં અધ્યાત્મનો રસ્તો ચીંધે છે. ભગવાનમાં મૂકેલી શ્રદ્ધાએ અનેકને ભયની શૃંખલાઓમાંથી મુક્ત કર્યાં છે.

જ્યારે ભગવાનમાં સંપૂર્ણ શ્રદ્ધા મૂકવામાં આવે ત્યારે વ્યક્તિ મહાભારતના અર્જુનની જેમ નિર્ભીક

જીવનની વચ્ચેવચ્ચે શ્રીમદ્ ભગવદ્ ગીતા સાધુ જ્ઞાનાનંદદાસ

સમય સાથે જીવનરૂપી પુસ્તકના ત્રીજા પાનાનો છેલ્લો પાઠ એટલે વયોવૃદ્ધ અવસ્થા, જીવનની સાથે સમયનો સંધ્યાનો સમય. સુખ-દુઃખના અનેક પ્રસંગોમાંથી સમય સાથે પસાર થતાં સારા-નરસા અનુભવોના ખજાનાની ખાણ એટલે વૃદ્ધાવસ્થા. જેમ ઢળતા સૂરજને ખબર છે કે મારે

સમય એક પંખી છે, એ ઊડતું જ રહે છે, એ કોઈ દિવસ કોઈના હાથમાં આવતું નથી. સમય હંમેશાં પરિવર્તનશીલ છે. એ હંમેશાં પરિવર્તન માંગે છે અને મનુષ્યે સમય પ્રમાણે પરિવર્તનને જીવનમાં અપનાવવું જોઈએ

આવતી કાલે ફરીથી ઉદય થઈ ચોમેર પ્રકાશ ફેલાવવાનો છે માટે તો સૂર્યાસ્ત પણ સમય પર મનોરંજન અપાવે છે.

તેમ હાથ રે ઘડપણ થકી જીવનના સંધ્યા સમયને કપરો, કઠણ કાળના સમજતા વાહ રે ઘડપણ કહીને જીવનસંધ્યા સમયનું દિલથી સ્વાગત કરીએ. જીવનયાત્રાના અનેક પડાવો પસાર કરતાં અનંતમાં વૃદ્ધાવસ્થાનો સમય સૌની પાસે આવશે જ.

જીવનનો આ સમય એ કોઈ રોગ કે અભિશાપ નથી પરંતુ શરીરની સ્વાભાવિક પ્રક્રિયા છે. જેમાં ડર, ભય, શોક કે રડવાની કોઈ વાત નથી. આ સમયમાં શારીરિક બીમારી આવે, સંબંધોના બંધનોનું દુઃખ પણ આવે, મોહ-મમતાની માયાજાળનો સંતાપ આવે. આ બધું જ આવશે. આવા સમયે ઈશ્વરના દરબારમાં દેર છે અંધેર નથી. આ નિયમોને જાણી આપણે સમયની સાથે કર્મોની ગહન ગતિને પણ જાણવી પડશે. ખરાબ કર્મોનાં ખરાબ ફળથી કોઈ મુક્ત થઈ શકતું નથી. જેવું કરીશું તેવું જ પામીશું.

આ વૃદ્ધાવસ્થાના સમયને શ્રાપ નહીં પણ વરદાન બનાવીએ. પરમાત્મા તરફથી મળેલ આ અમૂલ્ય સમયને પ્રભુના સાનિધ્યમાં રહી સફળ બનાવીએ અને આપણા વૃદ્ધાવસ્થાનો સમય ખૂબ-ખૂબ પરમાત્માનાં વરદાનો સાથે ભાગ્યશાળી બનાવીએ.

મિત્રો, ચાલો આપણે ‘સમય ઘણો બળવાન, નહીં મનુષ્ય બળવાન’ એ વાતને જીવનમાં ઉતારી લઈએ અને આપણા સહપરિવારને પણ આ વાત સમજાવવા પ્રેરણાસ્ત્રોત બનાવીએ..... ઓમ શાંતિ...

ભગવાનમાં શ્રદ્ધા હોય તો અતિ મોટા ભયથી રક્ષા કરે છે. હા, શ્રદ્ધાથી ભયને ટાળી શકાય છે કારણ કે ખરેખર ઊંડી, અટલ અને અસલ શ્રદ્ધા હશે તો વિશ્વની કોઈ તાકાત તેનાથી અધિક સામર્થ્યયુક્ત નથી. શ્રદ્ધા એ કોઈ ઉપચારક નથી, તે તો જાતે જ ઇલાજ છે. ભય નિવારણનો એકમાત્ર સચોટ ઇલાજ છે

છે કે કટહિર્તા તો ભગવાન છે. બધી સમસ્યાઓનું નિરાકરણ તેઓશ્રી ભગવાનની રુચિમાં રહી તેમની રુચિ અનુસાર કરતા હોવાથી કોઈ પણ પ્રકારનો બોજ જણાતો નથી.

એટલે જ ગીતા કહે છે કે ભગવાનમાં શ્રદ્ધા હોય તો અતિ મોટા ભયથી રક્ષા કરે છે. હા, શ્રદ્ધાથી ભયને ટાળી શકાય છે કારણ કે ખરેખર ઊંડી, અટલ અને અસલ શ્રદ્ધા હશે તો વિશ્વની કોઈ તાકાત તેનાથી અધિક સામર્થ્યયુક્ત નથી. શ્રદ્ધા એ કોઈ ઉપચારક નથી, તે તો જાતે જ ઇલાજ છે. ભય નિવારણનો એકમાત્ર સચોટ ઇલાજ છે.

ભગવાન સ્વામીનારાયણ શ્રદ્ધાનો આધ્યાત્મિક લાભ બતાવતાં કહે છે -

“જો વ્યક્તિને સંત તથા પરમેશ્વરના વચનને વિષે અતિશય શ્રદ્ધા હોય અને અતિ દૃઢ વિશ્વાસ હોય તો ગમે તેવાં તામસી કર્મ હોય પણ તેનો નાશ થઈ જાય અને કળિયુગના ધર્મ મટીને સત્યયુગના ધર્મ હોય તેમ વર્તે.”