સેતુ

શાંતિલાલ મોહનલાલ શાહ અશક્તાશ્રમ સોસાયટી

ત્રિમાસીક સંપર્ક પત્ર

વર્ષ : ૨૩ અંક : ૮૯ જુલાઈ - ૨૦૨૧

website : www.ashaktashram.org

સંપાદકો : ડૉ. નરેશભાઈ વેદ ★ શ્રી વિષ્ણુભાઈ સી. ગાંધી ★ શ્રીમતી ઉષા સી. શાહ

પ્રમુખ : શ્રી ચંદ્રવદન એસ. શાહ ★ **માનદ્ મંત્રીઓ** : શ્રી ગિરીશભાઈ આર. શાહ ★ શ્રી ઉદયભાઈ કે. શાહ

શાંતિલાલ એમ. શાહ અશક્તાશ્રમ સોસાયટી, પાણીની ટાંકી પાસે, ડાકોર-૩૮૮૨૨૫. ફોન : ૦૨૬૯૯-૨૪૪૨૧૮

જીવનમાં સફળ થવાની કૂંચી

ઈશ્વર પાસેથી આપણને તન અને મનની સૌગાત મળેલી છે. આપણે પરિશ્રમ અને પુરુષાર્થ વડે ધન પણ પ્રાપ્ત કરી શકીએ છીએ. પછી આ તન મન અને ધન વડે પ્રસન્ન અને મંગળ જીવન જીવવા ઈચ્છીએ છીએ. પરંતુ જીવન જીવતાં ખ્યાલ આવે છે કે આપણે આપણી કામના જેવું જીવન જીવી શકતાં નથી. સમય સંજોગો અનુસાર સાજા માંદા થઈએ છીએ. સફળ કે નિષ્ફળ થઈએ છીએ. સુખી કે દુઃખી થઈએ છીએ.

આનું કારણ શું છે ? એનું કારણ છે આપણું અજ્ઞાન. આપણે ભલે ઉંચી પદવીવાળું શિક્ષણ મેળવ્યું હોય, તેમ છતાં આપણે અજ્ઞાની હોઈએ છીએ. એ અજ્ઞાન જીવન જીવવાની કળા વિશેનું હોય છે. જો આપણા જીવનમાં સુખ, શાંતિ અને સંતોષ ન હોય તો આપણે જે જાતનું જીવન જીવી રહ્યા છીએ એમાં શો ફેરફાર કરવાની જરુર છે એ વાત ઉપર આપણે વિચારવું જોઈએ. જો ગંભીરતાથી વિચારીએ તો આપણને સમજાય છે કે આપણે તન, મન અને ધનના મોહ અને મદમાં જીવી રહ્યા હોઈએ છીએ. આ ત્રણેય વપરાતાં વપરાતાં રજોટાય છે મેલાં થાય છે. એને આપણે શુદ્ધ કરવા પડે. એ શેના વડે શુદ્ધ થાય તે જાણીએ.

તન એટલે શરીર. એ શુદ્ધ થાય સ્નાનથી. મન શુદ્ધ થાય ધ્યાનથી અને ધન શુદ્ધ થાય દાનથી. આ ત્રણેય વસ્તુ આપણે કરવી જોઈએ. શરીરને એકલાને સ્નાન નથી કરાવવાનું, સાથોસાથ આપણી આંખ કાન નાક જેવી અને હાથ પગ મોઢા જેવી ઈંદ્રિયોને પણ સ્નાન કરાવવાનું છે. મતલબ કે એમાં રહેલી અશુદ્ધિઓ દૂર કરવાની હોય. મન ચંચળ છે. ભટક્યા કરનારું છે. એને ધ્યાનની પ્રક્રિયા વડે એકાગ્ર અને સ્થિર કરવાનું રહે છે. અને ધનનો સંગ્રહ કરવાને બદલે સમાજના ઉત્કર્ષ માટે યથાશક્તિ દાન આપતાં રહેવું જોઈએ. આપણાં શ્વાસ, વાણી અને મન આપણા નિયંત્રણમાં નથી હોતાં. તેથી એને કાબૂમાં લેવા મૌન, ઊંડા શ્વાસ અને પ્રાણાયમની ટેવ પાડવી જોઈએ. ઓછું બોલવાથી, ઊંડા શ્વાસ વાળો પ્રાણાયામ કરવાથી અને સાથે ધ્યાન કરવાથી આ ત્રણેય પણ કાબૂમાં આવે છે. આટલું કરતાં આપણે અનેક તકલીફોમાંથી ઉગરી જઈએ છીએ.

ડૉ. નરેશભાઈ વેદ

પ્રમુખનો પત્ર

વ્યક્તિ જન્મે ત્યારથી જ કંઈક ને કંઈક આશાઓ અને અરમાનો સાથે સંલગ્ન હોય છે. કુટુંબ અને સમાજમાંથી આનું સમાધાન મળતું રહે છે. જન્મતા જ મા-બાપનો, પ્રેમ પછી કુટુંબ અને ગોઠિયાઓની સોબત, પ્રેમ મળે છે. વયસ્ક થાય એટલે જીવનસાથી અને કુટુંબકબીલાનું અરમાન હોય છે. એવી કોઈક ને કોઈક ઈચ્છાઓ ફળીભૂત કરવાના પ્રયત્ન જીવનની ખાટીમીઠી અનુભવતા જોતજોતામાં ૬૦-૬૫ વર્ષ થઈ જાય છે. બાળપણમાં મોટા થઈને શું કરીશું, કેમ કરીશું, પૈસા કેમ કમાવવા, બાળકોને કેમ ભણાવવા વિગેરેનો વિચાર કર્યો હોય છે. પણ ઘડપણ આવશે તેમ જોમ અને પૈસાની ગેરહાજરી વરતાશે અને જીવનકાળ તો બસ લંબાતો જ જશે. વ્યક્તિના બાળપણથી ૬૦ વર્ષના સમય અને પ્રત્યન સમજી શકાય છે પણ વૃદ્ધાવસ્થાના ૨૫-૩૦ વર્ષની પરિસ્થિતિની કલ્પના કરવી મુશ્કેલ છે.

આજે તે ગાળા દરમ્યાન સર્જાતી માનસિક અને કૌટુમ્બિક પરિસ્થિતિનો વિચાર તો આપણાં બાળકો પોતપોતાની રીતે ગામ પરગામ કે વિદેશમાં સ્થાયી થઈ ગયાં છે. તમારી પાસે અગાઉની જેમ તેઓની ચિંતા કરવાનું કોઈ વજુદ નથી. પરંતુ તમો અને તમારા સાથે સાવ જ એકલાં અટુલા શારીરિક અને આર્થિક રીતે આ મોંઘવારીના જમાનામાં વધતાં ખર્ચા અને દવાદારૂમાં ખાલી થઈ જાવ. શરીર કામ ન કરે મિત્રો અને સંબંધીઓ દૂરદૂર હોય કે તેમની સોબત મળવી મુશ્કેલ થતી જાય ત્યારે ૬૦ વર્ષ સુધી જે વ્યસ્ત જીવન ગાળેલું તે ૭૦ વર્ષ પછીની પરિસ્થિતિમાં નિભાવવું મુસ્કેલ બની જાય.

તેમાંથી જ્યારે પતિ પત્ની એમાંથી એક ચાલ્યું જાય ત્યારે જીવવું વસમું લાગે. આપણે આપણી જાતને આધારવિહીન એકલાં અટુલાં અનુભવીએ. કોઈ સોબત, કોઈ સંગત, કોઈ ધ્યેય વિહીન ફક્ત મૃત્યુની રાહ જોતાં જીવન પસાર કરવું અસહ્ય લાગે. આ એકલતાનું કંઈક અંશે સમાધાન વૃદ્ધાશ્રમો છે.

પોતાની જીવનશૈલીને અનુકુળ વૃદ્ધાસ્રમમાં પોતાના જેવી જ મનોસ્થિતિવાળા સમવયસ્કો સાથે રહેવાય. સોબત મળી રહે. વાત કરવા વ્યક્તિ અને વિષય મળી રહે. અન્યોના પ્રશ્નોમાંથી આપણો ઉકેલ અથવા માનસિક સમાધાન મળી રહે. ઘરસંસારની પળોજણમાંથી મુક્તિ મળે.

એકલતાના ઉપાય તરીકે ‘‘દાદા-દાદીનું વિસામા’’, ‘‘નાના નાની પાર્ક’’ કે એના વિકલ્પો પણ વિચારી શકાય.

ચંદ્રવદન શાહ

અશક્તાશ્રમના આશ્રયે

અશક્તાશ્રમ એક પરિવાર

- ઉષા ચંદ્રવદન શાહ

બે દિવસથી સુલોચનાબાને ઠીક નથી. કાલે રાતે પણ જમ્યા નહોતા. “ઓ બા! બે કોળીયા ખિચડીમા ભરીલો ને. “પેટમાં ટાઢક રહેશે.” રસોડાનું સંચાલન કરતાં બહેને પ્રેમથી કહ્યું. પણ ન ખાધા. વોર્ડમાં રહેતા બાઓ પણ તેમને વારેઘડીયે બોલાવતા અને ખબર રાખતા ૩૫ વર્ષથી રહેતા સુલોચનાબા અશક્તાશ્રમના એમ્બેસેડર જેવા હતા. કોઈપણ વિઝિટર આવે તેને “અમારે તો અહિયા લીલાલહેર છે. કેટલા પ્રોગ્રામ, કેટલી પ્રવૃત્તિઓ કેટલા પ્રસંગો ધામધૂમથી થાય. બધાયને એક કુટુંબમાં રહેતા હોઈએ તેવું લાગે.”

સુલોચનાબા સવારે ૪-૦૦ વાગે ઉઠે. નાહી ધોઈ સેવા કરે પછી મંદિરમાં ધરવાની સામગ્રી તૈયાર કરે. તેમનું કામ ઝીણવટવાળું તેથી એવા કામો બાને જ સોંપાય. પણ.... આજે બા બેચેન હતા. ચ્હા પણ નહોતી પીધી. ૯-૩૦ વાગે પુનિત આવ્યો. ખબર પડી એટલે તરત જ તેમની પાસે ગયો. પ્રેમથી ગ્લુકોઝ-લીંબુનું પાણી પીવડાવ્યું. જરા આડા પડ્યા. પુનિતે ઓફિસમાં જઈ વડોદરામાં રહેતાં તેમના દિકરા દિલીપભાઈને સુલોચનાબાની પરિસ્થિતિનો ખ્યાલ આપ્યો. આજુબાજુના બાઓ વાત કરતા હતાં. “આખી રાત મંદિરમાં બિરાજમાન શ્રી રાધાકૃષ્ણનું નામ દેતા હતા” દિકરાએ કહ્યું હું આવું છું. પણ... એ બાની પાસે પહોંચે તે પહેલા બાએ દીકરાની માયા છોડી અને છોડાવી. ભગવાન શ્રી રાધાકૃષ્ણની શરણે થઈ ગયા.

કોરીડોરમાં ખુરશીઓ ગોઠવાઈ ગઈ. હૃદયદ્રાવક મરણયુક્ત ભજનો ગવાવા લાગ્યા. બાને અંતિમયાત્રા માટે તૈયાર કરી દીધાં હતાં. દિલીપભાઈ કુટુંબ સાથે આવી પહોંચ્યા. અવાક થઈ ગયા. જે વાતાવરણ સર્જાયું હતું તેને જોઈને દિલીપભાઈ કહે “પુનિતભાઈ ! મારી બાને મારે ઘરેથી વિદાય કરવના હોત તો હું આવી અંજલિ ન આપી શક્યો હોત. ખૂબ ખૂબ આભાર, તમારો અને અશક્તાશ્રમ પરિવારનો.” બે દિવસ પછી દિલીપભાઈ રૂા. એક લાખ અગિયાર હજારનો ચેક આપવા આવ્યા. ‘તમે જે કર્યું તે હું ન કરી શક્યો હોત. પુનિતભાઈ સાચું કહું છું મને અહીં રહેવા આવવાનું મન થઈ ગયું છે. રાખશો ને ?’ બે આંસુ પાડી વિદાય થયા. **“આવો છે અશક્તાશ્રમ પરિવાર”**

યશોમતીબહેનનો પંદર દિવસ થાય ને અચૂક ફોન આવી જાય. બહેન ! તમારી સાથે વાત કરવાનું મન થઈ ગયું. તે દિવસે ફોન આવ્યો બહેન ! હું પડી ગઈ. પગ મોચવાયો છે. છેલ્લી ત્રણ આંગળીમાં પાતળું ફ્રેક્ચર આવ્યું છે. પ્રેમિલા મારી સાથે આવી’તી. નાનકડું પ્લાસ્ટર કરાવીને આવ્યા છીએ. પ્રેમિલા મારું બહુ ધ્યાન રાખે છે હોં બહેન. ખોટું કેમ કહેવાય. જાણે મારી બહેન. “દુઃખે છે ? મ્હેં પુછ્યું? હાલુ (ચાલુ) ત્યારે દુઃખે છે. ચિંતા ન કરતાં હોં બહેન. ઈ તો મટી જાશે. અઠવાડિયું થયું ને બીજો ફોન આવ્યો. “બહેન! દાક્તર પાસે જઈ આવી. અને હવે છે ને તે ગુલાબી પાટાનું પ્લાસ્ટર કરી આવ્યું છે. હારુ (સારું) થઈ જાશે એમ કીધું છે. બહેન ! હું મંદિરમાં કે શાક સુધારવા જઈ નથી શકતી હોં. બહેન. બચારા બધા ના પાડે છે. બધા સમાચાર પૂછે છે. ખોટું કેમ કહેવાય બહેન ! ત્યાં જ આપડું દુઃખ હળવું થઈ જાય. આ લખી રહી છું ત્યારે પણ ફોન આવ્યો. “બહેન સવા વર્ષ થઈ ગયું તમને આવ્યાને ! હવે ક્યારે આવશો ? અમે બધા તમારી કાગડોળે રાહ જોઈએ છીએ. કોઈને કોઈ વાત કાઢીને વાતો કર્યા જ કરે. તથ્ય વિનાની વાતોનું કથ્ય કરીને સંતોષ લે. મને પણ મારી નાની બહેનને સાંભળતી હોઉ તેવું લાગે. કોરોનાને કારણે સવા વર્ષથી અમે જઈ નથી શક્યા. બંને બાજુ એકબીજાને મળવાની તરસ છે.પણ મજબુર છીએ. અમે જ્યારે પણ મુંબઈ પાછા ફરીએ ત્યારે આ બહેનની આંખમાં આંસુ હોય.” **“આવો છે અશક્તાશ્રમ પરિવાર”**

ઉષાબહેન પતિ થકી બહુ દુઃખ વેઠીને દીકરા અને ઘર બહાર નીકળી ગયા. છૂટાછેડા લીધા. મા-બાપને ત્યાં કેટલું રહેવાય ? અમદાવાદમાં ઘર લીધું. લોકોને ત્યાં રસોઈ કરી મા-દીકરો ગુજરાન ચલાવવા લાગ્યા. પણ નસીબે.... શરીર ધીરે ધીરે જકડાવા લાગ્યું. આર્થરાઈટીસનું નિદાન થયું. કશું જ કરી ન શકે તેવી પરિસ્થિતિમાં મુકાઈ ગયા. અશક્તાશ્રમમાં વોકર લઈને આવ્યા’તા. તેમની વાતો સાંભળી કરુણાવશ થઈ તેમને રાખવા અઘરા હતા છતાં પણ રાખ્યા. ૨૫ વર્ષ પહેલા અશક્તાશ્રમમાં આજે તેટલી વ્યવસ્થા નહોતી.

જ્યારે જાઉં ત્યારે હિમ્મત આપું. આપણે તો સલાહો જ આપવાની હતી. એ તો જેને થાય તેને ખબર પડે.

એક દિવસ તેમના વોર્ડમાં બધાને મળવા ગઈ ત્યારે બધા બાઓ બોલી ઉઠ્યા. “બહેન ! એમના ખાટલા નીચે જુઓ કેટલા નાસ્તા ભર્યા છે. ત્રણ ત્રણ મહિના સુધી નાસ્તો પૂરો કરતાં નથી. પછી એ નાસ્તો સડી જાય. જીવડા પડે. અમને બધાને ત્રાસ. મ્હેં તેમની સામે સહાનુભૂતિપૂર્વક જોયું. તે બહેન ધ્રુસકે ધ્રુસકે રડવા લાગ્યા. મ્હેં ખભો પંપાળી ઠંડા પાડ્યા. તેમને કહેવાનું શરુ કર્યું. “બહેન! મારો દીકરો અમદાવાદમાં એકલો રહે છે. આછી પાતળી નોકરી કરે છે. એને ખાવાનું ઠેકાણું નથી એટલે બહેન જ્યારે મળવા આવે ત્યારે આ નાસ્તો આપી દઉં છું.” **“પોતે ના ખાઈને દીકરા માટે સાચવી રાખે તે માં”** મને અરેરાટી થઈ ગઈ. બધાને આ બહેનની વ્યથા અને વેદના સમજાવી. બધાયે લાગણીવશ થઈ ગયા. એ સૌ કોઈની તો માં હતા ને !!

મ્હેં બહેનને સમજાવ્યા. તમારું માતૃવાત્સલ્ય સમજી શકું છું પણ બહેન! ત્રણ મહિના જુનો નાસ્તો તો સડી જાય. તમારો દીકરો માંદો પડે. હવેથી નાસ્તો તમારે ખાઈ જવાનો અને તમારો દીકરો જ્યારે આવશે ત્યારે આશ્રમમાં જે નાસ્તો પડ્યો હશે તે તેને બાંધી આપશે. સાંભળીને બહેન બહુ રડ્યા. બહુ રડ્યા. **“આવો છે અશક્તાશ્રમ પરિવાર”**

વધતી જતી ટેકનોલોજીને સલામ છે. પણ.... ભૂલીએ નહીં કે માણસને માણસની જરુર છે. માણસ લાગણીસભર ઓછો થતો ગયો છે અને માહિતીસભર વધુ થતો ગયો છે.

બધાને ઘડપણ આવવાનું છે પૈસાથી રસોઈયો. નર્સ, કામ કરનાર માણસ બધું મળી રહેશે.ઘડિયાળના કાંટે દવા, પૌષ્ટિક આહાર, સ્થાન અને માનને શોભે તેવું ઘર પણ મળી રહેશે પણ માથે હાથ ફેરવીને બે કોળિયા ખિચડીના ખાવાનું કહેવાવાળું મળશે ? પ્રેમથી ગ્લુકોઝ લીબુનું પાણી પીવડાવવાવાળું મળશે ?

માણસને જોઈએ છે પરિવાર. પરિવાર કોને કહીશું ? જ્યાં હુંફ છે ત્યાં પરિવાર છે. જ્યાં પોતીકાપણું છે ત્યાં પરિવાર છે. જ્યાં સલામતી છે ત્યાં પરિવાર છે. જ્યાં નચિંતતા છે ત્યાં પરિવાર છે. **જ્યાં છાપરું નહીં પણ છત્ર છે ત્યાં પરિવાર છે.**

સંસ્થા સમાચાર

- કે. બી. શાહ

હોળી - ધૂળેટી

પાનખર પછી વસંત કુદરતનો ક્રમ મનુષ્યના જીવનને પણ કેવી સરસ પ્રેરણા આપે છે. સંત અને વસંતના પગલાં પડે એટલે ફાગણ ફોરમ તો આવે. કોરોનાની સાવચેતી રૂપે આ વર્ષે પ્રતિક હોળીનું જ આયોજન કર્યું હતું. અજય ગાર્ડનમાં જે કદમવૃક્ષ હતું તે જમીનદોસ્ત થઈ ચુક્યું છે. તે સર્કલમાં ભાઈશ્રી પુનિતે પરંપરાગત રીતે થોડા લાકડાં, થોડા અબીલ ગુલાલ હારડા પલાશના કેસુડાના ફૂલ પધરાવ્યા હતા. હોળી અને પ્રહલાદનું રમકડાથી આભાસી ચિત્ર ખડું ક્રયું હતું. રાધા-કૃષ્ણ સમક્ષ પ્રાસંગીક ભજન બોલી આરતી હોળી પ્રાગટ્ય કર્યું હતું. જે દર વર્ષે વલ્લભનિવાસથી મુંબઈના ભક્તો ઢોલ-નગારા ડફલી ઝાઝ પખાજ લઈને આવતાને રમઝટ બોલાતી. આ વર્ષે તેની ખોટ વર્તાતી હતી. સમય વર્તે સાવધાન.

ધુળેટીના દિવસે પૂનિત પિન્કીએ સત્સંગ હોલમાં નંદભવન જેવું લાકડાના પાટીયામાંથી કોતરણી કરી અગાઉ તૈયાર કરેલ તે ગાયો ગોવાળીયા, અષ્ટસખા, વ્રજની ઝાંખી કરાવતા હતા. ભાઈશ્રી પૂનિત, કે. બી. પ્રભુ, અશ્વિનભાઈ, પિન્કી, પુનિતનો દીકરો ઢોલ લઈ આશ્રમવાસીઓ સૌ ભેગા મળ્યાં.

રામ નવમી

હિંદુ સમાજના બે મુખ્ય આરાધ્ય દેવ. વિષ્ણુ એટલે જ રામ અને વિષ્ણુ એટલે જ કૃષ્ણ. વસંતઋતુ એના ઉત્તરાર્ધમાં વિદાય થવાના અને ગ્રીષ્મઋતુ તેના પ્રવેશ માટે થનગની રહી હોય તેવા આહલાદક વાતાવરણમાં જન્મદિન ચૈત્ર સુદ-૧ આવે. રામ એટલે એક આદર્શ. રામ એટલે એક સુવિચાર. રામ એટલે એક જીવન જીવવાનો પ્રેરણઆસ્તોત્ર. આજે રાધા-કૃષ્ણને સીતારામના ધનુષ્યબાણ વસ્ત્ર પરિધાનથી સજ્જ કરી તબદિલ કરી દેવામાં આવ્યો છે. સૌ રામના ગુણાનુવાદ કરવા રામજન્મની વધાઈ આપવા રાધાકૃષ્ણ સોરી રામ સીતા પરિસરમાં ભજન કિર્તન માટે ગોઠવાઈ ગયા છે. પુનિત શ્રી દત, પ્રભુ, કેબી અને ભજન ગાઈ શકતી બાઓ અને ભજન ઝીલવાથી ટેવાએલી બાઓ ભજનના સૂર રેલાવે છે. કોરોનાની મહામારીમાં પણ નિયમોનું પાલન કરતા રહી સમગ્ર પ્રસંગ સલામત રાખી છતાં ધામધૂમથી ઉજવાયો. સૌના મુખારવિંદ ઉપર આનંદની લાગણી વર્તાતી રહી.

આશ્રમવાસીઓનું કોરોનામાં જતન

ભાઈશ્રી પૂનિતની મહેનતથી વૃદ્ધો માટે બીજો વેક્સીન ડોઝ. પહેલા ડોઝ માટે બધા જ વૃદ્ધોને વારાફરતી સરકારી દવાખાનામાં લઈ જવાયા ને બીજી વખતે સરકારી હોસ્પિટલના સેવાભાવી સ્ટાફે પણ આશ્રમની વિનંતી માન્ય રાખી આશ્રમને આંગણે આવી સૌ વૃદ્ધોને વેક્સીન ડોઝ આપ્યા. વૃદ્ધો આનંદીત તો છે જ શારીરીક રીતે સ્વસ્થ પણ છે. ખાસ આશ્રમના શુભચિંતક અને નિયમિત સેવા આપતા ડૉ. શ્રી હરેન્દ્રભાઈ ભટ્ટ સાહેબ અને જેની સાથે સમયનું ઘડીયાળ મેળવી શકાય તેવા ડૉ. શ્રી પુષ્પેન્દ્રભાઈ પંડ્યાની સેવાઓને ખાસ બિરદાવવી પડે. કોરોનાના ૧। વર્ષમાં પોતાના સ્વાસ્થ્યની પણ દરકાર કર્યા વિના આ બંને ડૉક્ટરશ્રીઓ સતત સેવાઓ પૂરી પાડી. રાત્રે-મધરાત્રે દિવસે-બપોરે સમય જોયા વિના પોતાની ઉંઘનો પણ વિચાર કર્યા વિના ફોન પૂનિતે કર્યો નથી ને ડોક્ટરશ્રીઓ દોડી આવ્યા છે. આશ્રમવાસીઓએ પણ ખૂબ સહકાર આપ્યો છે. ને કડક સુચનાઓનું પાલન કર્યું. વર્ષ દરમ્યાન આશ્રમના સોનાના પિંજરામાં પોતાની બહાર જવાની ઈચ્છાઓને દબાવીને પણ હેમખેમ રહ્યા છે. પ્રભુની ઈચ્છાથી કોઈ મોટી હોનારત થઈ નથી. તે એક સંતોષ લેવાની બીના છે. કોરોનામાં બેનશ્રી ડૉ. એશાબેનની સેવાને પણ યાદ કરવી જોઈએ. ફીઝીયોથેરાપી સાઈડ તેમણે હેમખેમ સંભાળી છે. વૃદ્ધોના દુઃખાવાના પ્રશ્નો તેમણે અંગત રસ રાખી પોતાના માતાપિતા છે તેમ સમજી ઉકેલ્યા છે. આશ્રમ હંમેશા નસીબદાર રહ્યો છે. જ્યારે જેની જરુર પડી છે ત્યારે જે તે વ્યક્તિ કે વસ્તુ આશ્રમહિતમાં હાજર થઈ જ ગઈ છે. જ્યાં સારું કામ થતું હોય ત્યાં કુદરતનો નિયમ છે. તેમ બધી શક્તિઓ અદ્રશ્ય રીતે તેનું કામ કરવા ખડી થઈ જ જતી હોય છે અને તેનું પ્રમાણ આશ્રમ છે. તેનું સમગ્ર ટ્રસ્ટીગણ, કર્મચારીગણ, સ્વજનો, દાતાશ્રીઓ, આશ્રમના લાભાર્થીઓને આશ્રમની બહારના લાભાર્થીઓ આ બધા જુઓ એક નભોમંડળ જેવું લાગે. એક સરસ સાંકળ ગોઠવાઈ ગઈ છે.

આશ્રમનું નવીનીકરણ

અશક્તાશ્રમને ચાલીસ વર્ષ થયા. બે વોર્ડથી શરુ થયેલ આશ્રમ આજે એક મોટો વડલો બન્યો છે અને આશ્રમવાસીઓને શીતળ છાયા આપે છે. આશ્રમના મકાનને પણ ઉંમરની અસર થઈ છે. જરુર પડે વખતોવખત આપણે તેનું રીનોવેશન અને નવીનીકરણ કરતાં જ રહીએ છીએ. આ વર્ષમાં પણ રીનોવેશન અને નવીનીકરણનો પ્રોજેક્ટ હાથમાં લીધો છે. રણછોડરાયની કૃપાથી બધું સમુ સુતરું ઉતરશે અને આશ્રમ નવા વસ્ત્રોથી સજ્જ થાય તેમજ તેનું રીપેરીંગ કામ સમયબદ્ધ પૂરુ થાય તેવી પ્રાર્થના. આ કામમાં પણ આપણા માનદ્ આર્કિટેક શ્રી ભુપેન્દ્રભાઈ પુનાતરનો સાથ અને સહકાર હંમેશની માફક મળે છે અને મળતો રહેશે.

-વિનોદભાઈ ઠાકર (સંવાહક-પ્રાર્થના પરિવાર)

મેરા મેરા સબ કોઈ કરે, મેરા ભયા ના કોઈ
વો જીસકા મેરા ભયા, વો સબકા હોય

સંસારનો સાર સમજાવતી આ સાખીનો મર્મ જેમને સમજાઈ જશે તે જીવનમાં અવશ્ય સુખરુપ બનીને જીવી શકશે.

જીવનમાં તમે સુખી છો કે નહીં તે તમારું મન જ નક્કી કરે છે અને મન તે વાતનો નિશ્ચય કરવા માટે કોઈને કોઈનો આધાર લે છે. મન કોઈપણ આધાર લીધા વિના સ્વતંત્ર રીતે ઉભુ રહી શકતું નથી. માણસ જયારે સુખનો વિચાર કરે છે ત્યારે સંસારમાં કોણ કોણ મારા છે તે પહેલાં નક્કી કરે છે. જેને તે મારા માની લે છે તેનું સદાય સ્મરણ કરી તેના સંપર્કમાં રહી સુખનો અનુભવ કરતો રહે છે. ઘણીવાર તો આટલા બધા મારા છે તેને યાદ કરીને પણ આશ્વાસન મેળવતો મેળવતો સુખનો અહેસાસ કર્યા કરે છે.

જીવનના અંતિમ પડાવમાં પહોંચતા પહોંચતા તેને એક અનુભવ એવો થાય છે કે જેને હું મારા માનું છું તે હકીકતમાં મારા નથી. આવો કડવો અનુભવનો ઘુંટડો જયારે ગળવાનો આવે છે ત્યારે તે દુઃખી દુઃખી થઈ જાય છે. આ દુઃખથી બચવાનો તેની પાસે કોઈ આરો કે અંત દેખાતો નથી.

આ સાખી દ્વારા કબીર એટલે જ ચેતવે છે કે, મારા મારા બધા કરે છે પણ કોઈ મારું હોતું / થતું નથી છતાં બધા મારા બનીને રહે તો જ મને સુખનો અનુભવ થાય તેવો તમારો નિર્ણય હોય તો તેને જ (પરમાત્માને) તમે મારો બનાવી દો તો બધા સ્વતઃ તમારા બની જશે.

વો જીસકા મેરા ભયા વો સબકા હોય

વ્યક્તિનું મન સ્વતંત્ર રીતે એવું વિચારે છે કે મને મારા જ સુખી કરશે તેટલા પ્રમાણમાં તે દુઃખમાં ગરકાવ થતો જાય છે. પરમાત્માને તમે મારો જેટલા પ્રમાણમાં પોતાનો માનશો તેટલા પ્રમાણમાં તમે સુખમાં ગરકાવ થશો તે વાત પણ નિશ્ચિત છે. અનુભવથી આવા અહેસાસની અવશ્ય પ્રતિતિ થશે.

સંતો ભક્તોના જીવનમાં ડોકિયું કરીએ ત્યારે આ વાત વધારે સ્પષ્ટ થાય છે. સંતો પોતાને મળેલા દુઃખને દુઃખ માનતા જ ન હોતા. મળેલા દુઃખને તેઓ પરમાત્માને કરેલી કસોટીના રુપમાં જ જોતાં હતાં. તેઓ તેમને મળેલા દુઃખ માટે વ્યક્તિ કે પરિસ્થિતિને ક્યારેય દોષિત માનતા જ નહોતા. પરમાત્માની ઈચ્છાથી જ આ બધું ઘટી રહ્યું છે તેવો તેમનો સદાય સ્વીકારભાવ રહેતો હતો. સામાન્ય માનવી માટે આવો સ્વીકારભાવ કેળવવો અઘરો છે ખરો પરંતુ અશક્ય નથી.

માનવીના મનનો એક સ્વભાવ સમજવા જેવો છે. મન હંમેશા દુઃખ રસિક છે. તેને સુખ કરતા દુઃખ પ્રત્યે વધારે આકર્ષણ છે અને તેથી વ્યક્તિ અન્યની સામે પોતાના સુખ કરતા દુઃખની ચર્ચા વિશેષ કરતો રહે છે.

સુખના સાધનોથી સંપન્ન વ્યક્તિ પણ પોતાને કઈ વાતનું દુઃખ છે તેનું ચિંતન વિશેષ કરે છે. મનના આ સ્વભાવને ઘણા વિવેકી લોકો પણ જાણી લે છે તે મનને કદીયે દાદ આપતા નથી. તેઓ પોતાના મનને જ ટકોરશે કે તને તો હંમેશા દુઃખની ચર્ચામાં જ રસ છે. તારા આ વલણ માટે મને જરાય રસ નથી.

આપ સૌ અશક્તાશ્રમ રહેવાસીઓ અહીં મન પ્રફુલ્લિત રહે અને સશક્ત રહે તેવી તમામ પ્રવૃત્તિઓ અને સગવડોમાં સચવાયેલા છો. પરમાત્માની કૃપાથી આવા કપરા કાળમાં પણ તમને સુંદર રીતે જીવવાની તક સાંપડી છે તે વાતનું સદાય રટણ કરો. મનથી પરમાત્માનુ નામ ન લેવાય તો વાંધો નહી પરંતુ સ્મરણ રાખશો તો પણ પુરતું છે. બધું મારા માટે સારું છે તેવા મનના સ્મરણથી હૃદયને ભરી દો. દુઃખી થવાય તેવા દ્રશ્યને યાદ કરી દુઃખી થવાને બદલે દૃષ્ટિ બદલી નાંખો. દ્રષ્ટિ બદલાઈ જશે તો દ્રશ્યને જોવાનો તમારો દ્રષ્ટિકોણ બદલાઈ જશે. પહેલાં જે ખોટું લાગતું હતું તે હવે સાચું લાગશે. પહેલા જે ઓછું સારું હતું તે હવે વધારે સારુ દેખાવા લાગશે. પહેલા જે દુઃખરૂપ હતું તે હવે સુખરૂપ લાગશે.

આપણો મનોભાવ બદલાય અને વિવેક દ્રષ્ટિ પ્રાપ્ત થાય તેવી અભ્યર્થના સહ સર્વે વડીલો અને સંચાલકોને મારા સ્નેહીવંદન.

બુક-પોસ્ટ/પ્રિન્ટેડ મેટર

પ્રતિ શ્રી ______________________________

____

____

પ્રેષક :
ડૉ. નરેશ આર. શાહ (ટ્રસ્ટી)
શાંતિલાલ મોહનલાલ શાહ અશક્તાશ્રમ સોસાયટી
૨૦૩, સંકલ્પ સ્કેવર-૨, બીજોમાળ, જલારામ રેલ્વે ક્રોસીંગ અને કલગી ક્રોસ રોડ પાસે,
ડૉ. સુમન શાહ ઓર્થોપેડીક હોસ્પિટલ સામે, એલીસબ્રીજ, અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૦૬. (INDIA) M. 9824030858

સૌજન્ય મુદ્રક : સરૈયા આર્ટ પ્રિન્ટરી ★ (મો) : ૯૮૨૫૪૪૦૬૯૦