

# રામનામ

ગાંધીજી





# રામનામ

ગાંધીજી

પહેલી આવૃત્તિ ૧૯૪૮

મુદ્રક અને પ્રકાશક

નવજીવન મુદ્રણાલય

અહમદાબાદ ૩૮૦૦૧૪

ફોન: ૦૭૯-૨૭૫૪૦૬૩૫ | ઈ-મેલ: [sales@navajivantrust.org](mailto:sales@navajivantrust.org)

વેબસાઈટ: [www.navajivantrust.org](http://www.navajivantrust.org)



## પ્રકાશકનું નિવેદન

રામનામ વિશેની શ્રદ્ધાનું બીજ ગાંધીજીના અંતરમાં રોપનાર તેમની દાઈ રંભા હતી. એ વિશેની ઉલ્લેખ ગાંધીજીએ પોતે ‘આત્મકથા’માં કર્યો છે. બચપણમાં અંતરમાં રોપયેલું એ બીજ ગાંધીજીની સાધનાનાં વર્ષો દરમિયાન ઉત્તરોત્તર વિકસતું ગયું. આધ્યાત્મિક, માનસિક અને શારીરિક, ત્રણે પ્રકારની મુશ્કેલીઓમાં રામનામ માણસનો સૌથી મોટો આધાર બને છે એવી શ્રદ્ધા ગાંધીજીએ પોતાનાં લખાણોમાં વારંવાર વ્યક્ત કરી છે. છેવટનાં વર્ષોમાં નિસર્ગોપચારનું કામ માથે લીધા બાદ તેમણે ઘણી વાર લખ્યું છે કે શરીરના વ્યાધિઓને શમાવવાનો રામબાણ કુદરતી ઈલાજ રામનામ છે.

રામનામ વિશેની ગાંધીજીની આ શ્રદ્ધા વ્યક્ત કરનારાં લખાણોનું શ્રી ભારતન કુમારપ્પાએ અંગ્રેજીમાં સંપાદિત કરેલું પુસ્તક નવજીવન કાર્યાલયે પ્રસિદ્ધ કર્યું છે. આ પુસ્તક તેને આધારે તૈયાર કર્યું છે. નોંધવા જેવી એક હકીકત આવી છે કે રામનામ વિશેનાં પોતાનાં કેટલાંયે લખાણ ગાંધીજીએ ગુજરાતીમાં લખેલાં અને તેમનું અંગ્રેજી કરવામાં આવેલું. એવાં લખાણોનું મૂળ ગુજરાતી જ આ સંગ્રહમાં આપવાની કાળજી રાખવામાં આવી છે.

ગાંધીસાહિત્યના અને રામનામ ચાહકોને આ સંગ્રહ ઘણો રુચશે એવી ખાતરીથી તે પ્રસિદ્ધ કર્યો છે.



## અભ્યાસી પ્રત્યે

મારાં લખાણોનાં ઉદ્યમી અભ્યાસીઓની તેમ જ એમાં રસ લેનાર બીજાઓને કહેવા ઈચ્છું છું કે, મને સર્વ કાળે એકરૂપ જ દેખાવાની કશી પરવા નથી. સત્યની મારી શોધમાં મેં ઘણા વિચરોનો ત્યાગ કર્યો છે ને ઘણી નવી વસ્તુઓ શીખ્યો છું. ઉમરમાં હું ભલે વૃદ્ધ થયો હોઉં, પણ મારો આંતરિક વિકાસ થતો અટક્યો છે અથવા દેહ પડ્યા પછી મારો વિકાસ અટકી જશે એવું મને લાગતું નથી. મને એક જ વસ્તુની પડી છે, ને તે પ્રતિક્ષણ સત્યનારાયણની વાણીને અનુસરવાની મારી તત્પરતા છે. અને તેથી કોઈને મારાં બે લખાણોમાં વિરોધ જેવું જણાય ત્યારે, જો તેને મારા ડહાપણ વિશે શ્રદ્ધા હોય તો, એક જ વિષયના બે લખાણોમાંથી પાછલાને તે પ્રમાણભૂત માને.

હરિજનબંધું, ૩૦-૪-૩૩

ગાંધીજી



## સંપાદકની નોંધ

મુશ્કેલી આવી પડે ત્યારે રામનામ લેવાનું ગાંધીજીને બચપણમાં જ શીખવવામાં આવ્યું હતું. એક સત્યાગ્રહી તરીકે એટલે કે દ્વંદ્વતાથી સત્યને અથવા ઈશ્વરને દિવસના ચોવીસે કલાક વફાદાર રહેવાનું વ્રત ધારણ કરનાર તરીકે અનુભવે ગાંધીજીએ જોયું કે પોતીની શારીરિક, માનસિક અથવા આધ્યાત્મિક એમ કોઈ પણ પ્રકારની મુશ્કેલીમાં કાયમ સમાધાન આપનાર ઈશ્વર છે. પોતાની તપસ્યાની શરૂવાતમાં એમની પહેલવહેલી કસોટી બ્રહ્મચર્યપાલનને અંગે થઈ. એમણે પોતે આપણને કહ્યું છે કે મનમાં બુરા વિચાર ઉઠતા અટકાવવામાં અને ઉઠે ત્યારે તેમની સામે થવામાં રામનામની મને મોટામાં મોટી ઓથ હતી. ઉપવાસોની માનસિક વ્યથામાંથી અને સામાજિક, ધાર્મિક, આર્થિક તેમ જ રાજદ્વારી ક્ષેત્રમાં નવો ચીલો પાડનાર એકાકી રાહદારી તરીકે એમને ભાગે આવેલાં આત્મમંથનોમાંથી રામનામે જ એમની પાર ઉતર્યાં. પરંતુ ગાંધીજી ઈશ્વરનું શરણું જેમ જેમ વધારે સ્વીકારતા ગયા તેમ તેમ છેલ્લે એમણે એવી શોધ કરી કે શરીરના વ્યાધિએ મટાડવાનો ઈલાજ પણ રામનામ જ છે.

સત્યની શોધ દરમિયાન અને માનવપ્રાણીની શારીરિક પીડામાંથી તેને રાહત આપવાની તાલાવેલીમાંથી ગાંધીજીએ તાજી હવા, માલિસ, સ્નાન, ઉપવાસ, આહારનિયમન, માટીના પાટા અને એવા જ બીજા બીમારી મટાડવાના સદા અને ખરચમાં સાવ સસ્તા પડે તેવા ઈલાજો ઘણા વખતથી શોધી કાઢ્યા હતા. એમનો એવો અભિપ્રાય હતો કે વેપારી ઢબે નફો કરવાના હેતુથી આજે કારખાનાંઓમાં બનાવવામાં આવતી પાર વગરની દવાઓની માણસના શરીરચંત્ર પર આખરે માઠી અસર થાય છે અને તેના કરતાં આ સાદાસસ્તા ઈલાજો કુદરતને અથવા ઈશ્વરી કાનૂનને અનુસરનારા હોઈ ફાયદો આપનારા છે.

પરંતુ ગાંધીજીને બીજી એક એવી પ્રતીતિ પણ હતી કે માણસ એટલે એકલું એનું શરીર જ નથી અને તેથી તેની બીમારીના કેવળ શારીરિક ઈલાજો પૂરતા નથી. દર્દીના મનનો તેમ જ આત્માનો પણ ઈલાજ કરવો જરૂરી છે. મન અને આત્મા તંદુરસ્ત હોય તો શરીર પણ તંદુરસ્ત રહે. અનુભવે ગાંધીજીએ શોધી કાઢ્યું કે મનને અને આત્માને તંદુરસ્ત રાખવાનો રામનામ અથવા ઈશ્વરરૂપી મહાન વૈદ્ય પર ભક્તિપૂર્ણ શ્રદ્ધા રાખવા જેવો તેમ જ તેને શરણે જવા જેવો બીજો રામબાણ ઈલાજ નથી. માણસ પોતાને પુરેપુરો ઈશ્વરને હવાલે કરી દે, ખોરાક, અંગત સ્વચ્છતા અને શરીરની સંભાળ, ખાસ કરીને રાગદ્વેષો તેમ જ મનના બીજા આવેગો પર ને સામાન્ય રીતે જાત પર કાબૂ અને બીજા માણસો સાથેના સંબંધો એ બાબતોમાં ઈશ્વરના કાનૂન મુજબ ચાલે તો તે બીમારીમાંથી ઉગારી જાય એમ ગાંધીજી ચોક્કસપણે માનતા. આવી નીરોગી દશા સિદ્ધ કરવાને તેઓ હંમેશ મથતા. વળી, બીજા લોકો પણ એવી દશા મેળવી શકે તેટલા ખાતર પોતાની નિસર્ગોપચારની પદ્ધતિ ઉપરાંત દર્દીઓને રામનામના ગુણ જ્યાં શીખવવામાં આવે એવી નિસર્ગોપચારની પોતાની છેલ્લી સંસ્થા ઊરુળીકાંચનમાં તેમણે સ્થાપી. રામનામને વિશેના ગાંધીજીના વિચારો તેમ જ અનુભવ તેમના પોતાના શબ્દોમાં વાચકોની આગળ મૂકવાની આ નાની ચોપડીમાં નમ્ર કોશીશ કરવામાં આવી છે.

મુંબઈ

ભારતન કુમારપ્પા



## અનુક્રમણિકા

- પ્રકાશકનું નિવેદન  
 અભ્યાસી પ્રત્યે  
 સંપાદક ની નોંધ  
 ૧. બીજ  
 ૨. નીતિરક્ષાનો ઉપયોગ  
 ૩. સહેલો મંત્ર  
 ૪. રામનામ અને રાષ્ટ્રીય સેવા  
 ૫. રામ ની મદદ યાચો  
 ૬. જપની ખૂબી  
 ૭. રામનામનો જપ  
 ૮. રામધૂળ  
 ૯. યૌગિક ક્રિયાઓ  
 ૧૦. સચોટ મદદ  
 ૧૧. રામનામની હાંસી  
 ૧૨. રામનામ ને જંતરમંતર  
 ૧૩. રામનામનો પ્રચાર  
 ૧૪. મારો રામ  
 ૧૫. રામ કોણ?  
 ૧૬. દશરથનંદન રામ  
 ૧૭. મારો રામ કોણ?  
 ૧૮. ઈશ્વર ક્યાં ને કોણ?  
 ૧૯. રામનામ અને નિસર્ગોપચાર  
 ૨૦. કુદરતી ઉપચાર  
 ૨૧. રામનામ રામબાણ  
 ૨૨. બધા રોગોની ઈલાજ  
 ૨૩. કુદરતી ઉપચારીમાં રામનામ  
 ૨૪. આમજનતાનું વૈદું  
 ૨૫. રામબાણ ઉપાય  
 ૨૬. આયુર્વેદ અને નૈસર્ગિક ચિકિત્સા  
 ૨૭. ઊરુળીકાંચનમાં  
 ૨૮. ઊરુળીકાંચનમાં કુદરતી ઉપચાર  
 ૨૯. ગરીબો માટે કુદરતી ઉપચાર  
 ૩૦. કુદરતી ઉપચાર અને આધુનિક ઉપચાર  
 ૩૧. અંતઃક્રષ્ટિ કેળવો  
 ૩૨. કુદરતના નિયમો  
 ૩૩. બાધાઆખડી વિ. રામનામ  
 ૩૪. રામનામ વિશે સમજનો ગોટાળો  
 ૩૫. વ્યાકુળ કરે તેવો દાખલો  
 ૩૬. નામસાધનાનાં ચિન્હ  
 ૩૭. સર્વધર્મસમભાવ  
 ૩૮. સાચી રોશની  
 ૩૯. અવસાનને આગલે દિવસે  
 ૪૦. પ્રાર્થનાપ્રવચનોમાંથી  
 ૪૧. રોજનો સુવિચાર  
 ૪૨. બે પત્રો  
 પરિશિષ્ટ  
 ૧. રામનામ  
 ૨. ‘રામ! રામ!’  
 સૂચી



## ૧. બીજ

છ કે સાત વર્ષથી માંડીને હવે સોળ વર્ષોનો થયો ત્યાં સુધી અભ્યાસ કર્યો, પણ ક્યાંએ ધર્મનું શિક્ષણ નિશાળમાં ન પામ્યો. શિક્ષકો પાસેથી સહેજે મળવું જોઈએ તે ન મળ્યું એમ કહેવાય. એમ છતાં વાતાવરણમાંથી કંઈક ને કંઈક તો મળ્યાં જ કર્યું. અહીં ધર્મનો ઉદાર અર્થ કરવો જોઈએ. ધર્મ એટલે આત્મભાન, આત્મજ્ઞાન.

મારો જન્મ વૈષ્ણવ સંપ્રદાયમાં, એટલે હવેલીએ જવાનું વખતોવખત બને. પણ તેને વિશે શ્રદ્ધા ઉત્પન્ન ન થઈ. હવેલીનો વૈભવ મને ન ગમ્યો. હવેલીમાં ચાલતી અનીતિની વાતો સાંભળતો તેથી તેને વિશે મન ઉદાસ થઈ ગયું. મને કંઈ જ ન મળ્યું.

પણ જે હવેલીમાંથી ન મળ્યું તે મારી દાઈ પાસેથી મળ્યું. તે કુટુંબની જૂની નોકર હતી. તેનો પ્રેમ મને આજે પણ યાદ છે. હું આગળ જણાવી ગયો છું કે હું ભૂતપ્રેત આદિથી ડરતો. તેનું ઔષધ રામનામ છે. એમ રંભાએ સમજાવ્યું. મને તો રામનામના કરતાં રંભા ઉપર વધારે શ્રદ્ધા હતી, તેથી મેં બાળવયે ભૂતપ્રેતાદિના ભયથી બચવા રામનામનો જપ શરૂ કર્યો. તે બહુ સમય ન ટક્યો. પણ જે બીજ બચપણમાં રોપાયું તે બળી ન ગયું. રામનામ આજે મારે સારું અમોઘ શક્તિ છે, તેનું કારણ હું રંભાબાઈએ રોપેલું બીજ ગણું છું.

પણ જે વસ્તુએ મારા મન ઉપર ઊંડી છાપ પડી તે રામાયણનું પારાયણ હતી. પિતાશ્રીની માંદગીનો કેટલોક સમય પોરબંદરમાં ગયેલો. અહીં તેઓ રામજીના મંદિરમાં રોજ રાત્રે રામાયણ સાંભળતા. સંભળાવનાર રામચંદ્રજીના એક પરમ ભક્ત, બિલેશ્વરના લાધા મહારાજ કરીને હતા. તેમને વિશે એમ કહેવાતું કે, તેમને કોઢ નિકળ્યો હતો. તેની દવા કરવાને બદલે તેમણે બિલેશ્વરનાં બીલીપત્ર જ મહાદેવ ઉપરથી ઉતારતાં તે કોઢીયેલ ભાગ ઉપર બાંધ્યાં ને કેવળ રામનામનો જપ આદર્યો. અંતે તેમનો કોઢ જડમૂળથી નાશ પામ્યો. આ વાત ખરી હો કે ન હો, અમે સાંભળનારાઓએ ખરી માની. એટલું પણ ખરું કે લાધા મહારાજે જ્યારે કથાનો આરંભ કર્યો ત્યારે તેમનું શરીર તદ્દન નીરોગી હતું. લાધા મહારાજનો કંઠ મીઠો હતો. તેઓ દોહાયોપાઈ ગાતા ને અર્થ સમજાવતા. પોતે તેના રસમાં લીન થઈ જતા અને શ્રોતાજનને લીન કરી મૂકતા. મારી ઉંમર આ સમયે તેર વર્ષની હશે, પણ મને તેમના વાચનમાં ખૂબ રસ આવતો એ યાદ છે. આ રામાયણશ્રવણ મારા રામાયણ પરના અત્યંત પ્રેમનો પાયો છે. આજે હું તુલસીદાસના રામાયણને ભક્તિમાર્ગનો સર્વોત્તમ ગ્રંથ ગણું છું.

આત્મકથા (૧૯૫૬ની આવૃત્તિ), પૃ. ૨૯-૩૦





## ૨. નીતિરક્ષાનો ઉપાય

મારા વિચારના વિકારો ક્ષીણ થતા જાય છે પણ નાશ નથી પામ્યા. જો હું વિચાર ઉપર સામ્રાજ્ય મેળવી શક્યો હોત તો છેલ્લાં દસ વરસ દરમિયાન જે ત્રણ દર્દો: પાંસળાનો વારમ, મરડો ને ‘એપેન્ડિક્સનો વરમ, મને થયાં તે ન થાત.<sup>૧</sup> હું માનું છું કે નીરોગી આત્માનું શરીર પણ નીરોગી હોય. એટલે આત્મા નીરોગી –નિર્વિકારી –થતો જાય તેમ તેમ શરીર પણ નીરોગી થતુંજાય. આનો અર્થ એવો નથી કે નીરોગી શરીર એટલે બળવાન શરીર. બળવાન આત્મા ક્ષીણ શરીરમાં જ વસે છે. જેમ આત્મબળ વધે તેમ શરીરક્ષીણતા વધે. સંપૂર્ણ રીતે નીરોગી શરીર ઘણું ક્ષીણ હોઈ શકે. બળવાન શરીરમાં ઘણો ભાગે રોગ તો હોય જ. રોગ ન હોય તોપણ તે શરીર ચેપો વગેરેનો ભોગ તુરત થાય, જ્યારે સંપૂર્ણ રીતે નીરોગી શરીરને ચેપ લાગી જ ન શકે. શુદ્ધ લોહીમાં એવાં જંતુને દુર રાખવાનો ગુણ હોય છે.

બ્રહ્મચર્યનો લૌકિક અથવા પ્રચલિત અર્થ તો એટલો જ માનવામાં આવે છે કે વિષયેન્દ્રિયનો મન, વચન, કાયથી સંચમ. સ્વાદેન્દ્રિય–સંચમ ઉપર એટલો જ ભાર નથી મોકાયો, તેથી વિષયેન્દ્રિય–સંચમ વધે મુશ્કેલ બન્યો છે, લગભગ અશક્ય જેવો થઈ ગયો છે.

મારો અનુભવ તો એવો છે જે જેણે સ્વાદને જીત્યો નથી તે વિષયને જીતી શકતો નથી. સ્વાદને જીતવો બહુ કઠિન છે. પણ એ વિજયની સાથે બીજો સંભવે છે. સ્વાદ જીતવાને સારું એક તો એ નિયમ છે કે મસાલાઓનો સર્વથા અથવા બને તેટલો ત્યાગ કરવો. અને બીજો વધારે જોરાવર નિયમ એ છે કે માત્ર શરીરપોષણને સારું જ આપણે ખાઈએ છીએ પણ સ્વાદ સારું કદી નહીં ખાઈએ એવી ભાવના હંમેશાં પોષવી. આપણે હવા સ્વાદને સારું નથી લેતા પણ શ્વાસ સારું. પાણી તરસ મટાડવા તેમ જ અન્ન કેવળ ભૂખ મટાડવા લેવાય. બચપણથી જ આપણને માબાપ એથી ઊલટી ટેવ પડે છે. આપણા પોષણને સારું નહીં પણ પોતાનું વહાલ બતાવવા આપણને અનેક જાતના સ્વાદ શીખવી આપણને બગાડે છે. આવા વાતાવરણની સામે આપણે થવાનું રહ્યું છે.

પણ વિષય જીતવાનો સુવર્ણ નિયમ તો રામનામ અથવા એવો કોઈ મંત્ર છે. ક્ષાદશ મંત્ર<sup>૨</sup> પણ એ જ અર્થ સરે છે. જેને જેવી ભાવના તે પ્રમાણે તે મંત્ર જપે. મને બચપણથી રામનામ શીખવવામાં આવેલ હોવાથી ને એનો આધાર મને મળ્યા જ કરે છે તેથી મેં તે સૂચવ્યો છે. જે મંત્ર લઈએ તેમાં આપણે તક્ષીન થવું જોઈએ. ભલે મંત્ર જપતાં બીજા વિચરો આવ્યા કરે, તે છતાં શ્રદ્ધા રાખી જે મંત્રનો જપ જપ્યા જ કરીશો તે અંતે વિજય મેળવશે એમાં મને લેશ પણ શંકા નથી. એ મંત્ર તેની જીવનદોરી થશે અને બધાં સંકટોમાંથી તેને બચાવશે.<sup>૩</sup> એવા પવિત્ર મંત્રનો ઉપયોગ કોઈએ આર્થિક લાભને સારું ન જ કરવો જોઈએ. એ મંત્રનો ચમત્કાર આપણી નીતિને સુરક્ષિત કરવામાં રહેલો છે. અને એ અનુભવ દરેક પ્રચત્નવાનને થોડી જ મુદતમાં મળી રહેશે. હા એટલું ચાદ રાખવું જોઈએ કે એ મંત્ર પોપટની માફક ન પઢાય. તેમાં આત્મા પરોવવો જોઈએ. પોપટ ચંત્રની જેમ એવો મંત્ર પઢે છે, આપણે તેને જ્ઞાનપૂર્વક





પઢીએ; ન જોઈતા વિચારોનું નિવારણ કરવાની ભાવના ધરીને અને તેમ કરવાની મંત્રની શક્તિને વિશ્વાસ રાખીને.

નવજીવન. ૨૫-૫-૧૯૨૪

૧. હું પૂર્ણત્વથી તો બહુ છેટે છું, પૂર્ણત્વનો હું એક નમ્ર સાધક છું. અને મને સાધનની પણ ખબર છે, પણ સાધન જાણ્યું એટલે સાધ્યને પહોર્યાં એવું તો નથી જ. જો હું પૂર્ણ હોત, જો મેં મારા વિકારો ઉપર વિચારમાં પણ સંપૂર્ણ કાબૂ મેળવ્યો હોત તો હું શરીરે પણ પૂર્ણ સ્વસ્થ હોત. હું વિના સંકોચે કબુલ કરું છું કે મારે દરરોજ મારા વિચરો ઉપર કાબૂ મેળવવાને મારા મનની પુષ્કળ શક્તિનો વ્યય કરવો પડે છે. જો આમાં મને કદી સફળતા મળે તો સેવા માટે કેવડો મોટો શક્તિનો ભંડાર ખુલ્લો થશે! ‘એપેન્ડિસાઈટીસ’નો રોગ વિચાર અથવા મનની નબળાઈને લીધે થયો એમ હું માનું છું. તેમ જ એ પણ કબૂલ કરું છું કે હું શસ્ત્રક્રિયાને વશ થયો તેચે મારા મનની એક વધુ નબળાઈ હતી. જો મારામાં અહંતાનો અવશેષ જ રહ્યું ન હોત તો તો બનવાકાળ બનશે એમ માનીને હું નિશ્ચિત બેસી રહ્યો હોત. પણ મારે તો મારો આ દેહ ટકાવી રાખીને જ જીવવું હતું. સંપૂર્ણ અનાસક્તિ એ કાંઈ યાંત્રિક ક્રિયા નથી એ તો સતત, અનવરત પ્રયત્ન અને પ્રાર્થનાએ જ પ્રાપ્ત કરી શકાય.

૨. ॐ નમો ભગવતે વાસુદેવાય

૩. એક બ્રહ્મચારીને બ્રહ્મચર્ય સાધવાનાં સાધનો ગણાવતાં ગાંધીજીએ લખ્યું:

(અ) “ ચોથું (સાધન) સત્સંગ સેવે. સારાં પુસ્તકો વાંચે ને આત્મદર્શન વિના વિકારોનો સર્વથા નાશ નથી જ એમ જાણી રામનામાદિ હર્મેશાં રટી ઈશ્વર પ્રસાદની યાચના કરે.” -નવજીવન’, ૪-૪-૧૯૨૬

(બ) એક દુઃખીને લખ્યું;

“રામની મદદ લઈને રાવણનો વધ કરવાનો રહ્યો છે. અને તે શક્ય છે. જો રામની ઉપર ભરોસો રાખી શકો ને રાખો તો પછી તમે નિશ્ચિંતપણે રહેજો. ખાવામાં ખુબ માપ જાળવજો ઘણી જાતની વાનીઓ ન ખાશો”

‘નવજીવન’ ૨૩-૧૨-૧૯૨૮

“તમારી કામવૃત્તિઓ તમારા પર સવાર થાય અને તમને લાચાર બનાવી મુકે ત્યારે પગે પાડીને તમે ઈશ્વરની મદદ માગજો. રામનામ અચૂક મદદરૂપ નીવડે છે. બહારની મદદ તરીકે તમે કટીરનાણા કરજો, એટલે કે, ઠંડા પાણીથી ભરેલા ટબમાં તમે તમારા પગ બહાર રાખીને બેસજો.’ સંયમ અને સંતતિનિયમન’. પૃ. ૨૫૮



### ૩. સહેલો મંત્ર

જ્યાં મનુષ્યત્વ કંઈ જ નથી ત્યાં ઈશ્વરની કૃપા કામ આવે છે. તેથી મેં ધારાળાઓને, અંત્યજોને તેમ જ કાળીપરજને રામનામનો જપ જપવાની ભલામણ કરી છે. સવારમાં સુવોદય પહેલાં ઊંચી, ઘાતાન કરી, મોં સાફ કરી ઈશ્વર પ્રત્યે પ્રાર્થના કરે કે તે તેઓને પ્રતિજ્ઞાપાલનમાં સહાય કરે ને તેઓ રામનામ જપે. આમ જ રાતે સુતી વેળાએ કરે. રામનામ ઊપર મારી આસ્થા તો ઘણાં વર્ષોની છે. કેટલાક મિત્રોને રામનામ રામબાણ દવારૂપ થઈ પડેલ છે. તેઓ ઘણી આંતરિક મુસીબતોમાંથી બચી ગયા છે. જેને ઉચ્ચાર આવડે, જે દ્વાદશ મંત્ર પણ યાદ લા કરી શકે, ‘ઈશ્વર’ શબ્દનો ઉચ્ચાર જેમને અઘરો લાગે, તેવાને સારું પણ ‘રામ’ શબ્દનું ઉચ્ચારણ સહેલું છે. શ્રદ્ધાપૂર્વક જે એ નામનો જપ જપે તે હર્મેશા સુરક્ષિત છે. એમ હું માનું છું.

નવજીવન ૨૫-૧-૧૯૨૫



## ૪. રામનામ અને રાષ્ટ્રીય સેવા

પ્ર. —કેવળ રામનામ લઈને, રાષ્ટ્રીય સેવા કર્યા વિના સ્ત્રીપુરુષ મોક્ષ મેળવી શકે ખરાં કે? આ પ્રશ્ન હું એટલા જ માટે પુછું છું કે મારી કેટલીક બહેનો કહે છે કે ઘર સંભાળવું અને કોક કોક વાર ગરીબની ઉપર દયાભાવ બતાવવો એ ઉપરાંત કશું જરૂર નથી.

ઉ. આ પ્રશ્ને સ્ત્રીઓને જ નહીં પણ ઘણા પુરુષોને પણ મૂંઝવ્યા છે. અને મને પણ એ પ્રશ્ન ઉકેલતાં બહુ મહેનત પડી છે. હું જાણું છું કે એક વિચારસંપ્રદાય એવો પડ્યો છે કે જે સંપૂર્ણ નિવૃત્તિનો અને પ્રવૃત્તિમાત્રની નિરર્થકતાનો ઉપદેશ કરે છે. એ ઉપદેશની કિંમત મને સમજાઈ નથી. જોકે એનો સ્થૂલ સ્વીકાર કરવો હોય તો એનો મારો પોતાનો અર્થ કરી હું સ્વીકારી શકું છું. મારા નમ્ર અભિપ્રાય પ્રમાણે વિકાસને માટે પ્રવૃત્તિની જરૂર છે. અને તે પણ ફલાભિસંધિ રહિત પ્રવૃત્તિની ‘રામનામ’ અથવા એવો જ કઈ મંત્ર, બોલવાની ખાતર બોલવાની જરૂર નથી. પણ આત્મશુદ્ધિની ખાતર બોલવાની જરૂર છે. જો પ્રવૃત્તિને મદદ મળે તે માટે, ઈશ્વર સન્માર્ગે પ્રેરે તે માટે જરૂર છે. જો પ્રવૃત્તિમાત્ર મિથ્યા હોય તો કુટુંબનો ભાર ઉપાડવાની અને કોક કોક વાર ગરીબને મદદ આપવાની પ્રવૃત્તિ પણ શા સારુ? આ પ્રવૃત્તિમાં જ રાષ્ટ્રીય સેવાનું બીજ સહેલું છે. અને બધી રાષ્ટ્રીય સેવામાં સમાજસેવા સહેલી છે. જેમ કુટુંબની નિઃસ્વાર્થ સેવાનો પણ એ જ અર્થ છે. રામનામથી માણસમાં નિર્મોહતા અને સમતા આવે છે. અને અણીને વખતે તે પાટા ઉપરથી ઊતરીપડતો નથી. મોક્ષ તો હું ગરીબમાં ગરીબની સેવા વિના અને તેમની સાથે તાદાત્મ્ય વિના અશક્ય સમજું છું.

નવજીવન ૨૪-૧૦-૧૯૨૬

### સેવાકાર્ય કે નામસ્મરણ?

પ્ર. સેવાકાર્યના કઠણ પ્રસંગોએ ભગવદ્ભક્તિનો નિત્ય નિયમ સાચવી ન શકાય તો તેથી કશું નુકશાન ખરું? સેવાકાર્ય અને નામસ્મરણ બેમાં પ્રધાનપદ કોને આપવું?

ઉ. કઠણ સેવાકાર્ય હોય કે એથીયે કઠણ પ્રસંગ હોય તોય ભગવદ્ભક્તિ એટલે કે રામનામ બંધ થઈ જ ન શકે. નામસ્મરણનું બાહ્ય સ્વરૂપ પ્રસંગ પ્રમાણે બદલાતું રહેશે. રામનામ હૃદયમાં અંકિત થઈ ચુક્યું, પછી થોડું જ માળા છોડવાથી છુટવાનું છે?

હરિજનબંધુ, ૧૭-૨-૧૯૪૬



## પ. રામની મદદ ચાચો

ગાડાં ભરીને ચોપડીઓ વાંચી તેમાંની માહિતી પોતાના મગજમાં ઠાંસવાથી પોતે કેવા ભાંગી ગયા છે એ વિશે હિન્દભરમાંથી વિદ્યાર્થીઓ તરફથી મારા પર કાગળો આવે છે. એમાંના કેટલાકે મગજનું સમતોલપણું ગુમાવ્યું છે. બીજા કેટલાક પાગલ બની ગયા છે. અને બીજા થોડા લાચાર બની મેલું જીવન ગાળે છે. ગમે તેવી કોશિશ કરવા છતાં અમારા દિલમાં ઘર કરી ગયેલા સેતાનને અમે હઠાવી શકતા નથી તેથી અમે જેવા છીએ તેવા ને તેવા રહીએ છીએ એમ લોકો લખે છે ત્યારે તે સૌને માટે મારું હૃદય ઢ્રવે છે. આજીજી કરી એ લોકો કહે છે, “ આ સેતાનને કેમ કાઢવો, અને અમને ઘેરી વળેલી અશુદ્ધિને કેમ મારી હઠાવવી તે અમને બતાવો.” હું એ લોકોને કહું છું કે રામનામ લો અને ઈશ્વરને ચરણે પડી તેની સહાય ચાચો, ત્યારે તેઓ મને કહે છે: “ઈશ્વર ક્યાં વસે છે તે અમે જાણતો નથી. પ્રાર્થના કરાવી એટલી શું તે પણ અમે જાણતા નથી.” આવી લાચાર દશા આ લોકોની થઈ છે.

એક તમિલ વચન હંમેશને માટે મારા દિલમાં કોતરાઈ ગયું છે. તેનો અર્થ છે; “સર્વ અસહાય લોકોને સહાય કરનારો ઈશ્વર છે.” એની સહાય ચાચતી વખતે તમે જેવા હો તેવા, તમારું હૃદય પૂરેપૂરું ખુદું કરી તમારે તેની પાસે પહોંચવું જોઈએ, અને આપણા જેવા પતિતને ઈશ્વર ક્યાંથી સહાય કરે એવા વહેમનો ડર તમારા દિલમાં જરાયે ન રહેવા દેવો જોઈએ. પોતાની પાસે સહાય મેળવાવને આવતા કોટ્યવધિ જીવોને જેણે સહાય કરી છે તે તમને છેહ દેશે કે? પોતાને શરણે આવનાર કોઈને તે સહાય કર્યા વિના રહેતો નથી અને તેથી તમે જોશો કે તમારી એકેએકે પ્રાર્થના તે મંજૂર રાખશે. આ બધું હું મારા અંગત અનુભવ પરથી કહું છું. એ નરકની યાતના મેં પણ ભોગવી છે. એટલી પ્રથમ રામનું શરણ સ્વીકારો એટલે બાકીનું બધું પાછળથી તમને મળી રહેશે.

ચંગ ઈન્ડિયા, ૪-૪-૧૯૨૯

૪. કેટલાક મને છે કે મંદિરમાં ગયા, આરતી ઉતારી, ભજનમાં ભવ્યા, રામનામ લીધું એટલે પ્રાર્થના થઈ ગઈ. પણ ભજન, રામનામ વગેરે બધાં પ્રાર્થનાનાં સાધન છે, સાધ્ય ઈશ્વરની સાથે અનુસંધાન છે. એ નિશ્ચેષ્ટ રહીને પણ થઈ શકે, મૂંગા રહીને પણ પ્રાર્થના કરી શકાય. શબ્દ વિનાની પણ હૃદયથી થતી પ્રાર્થના ચાલે, હૃદય વિનાની પણ શબ્દાડંબરવાળી પ્રાર્થના નિરર્થક છે. આત્માનાં પડને ઉખેડવાનો જાગ્રત પ્રયત્ન હોય તો જ પ્રાર્થના સાર્થક છે. એમાં દંભ ન હોય, આડંબર ન હોય. જેમાં ભૂખ્યા માણસને ભોજન મળ્યે સ્વાદ આવે છે, તેમ ભૂખ્યા આત્માને પ્રાર્થનાનો સ્વાદ આવવો જોઈએ. હૃદયમાંથી થતી પ્રાર્થના પોતાને સ્વરૂપ કર્યા વિના રહેતી જ નથી. હું મારા પોતાના અને મારા કેટલાક સાથીઓની અનુભવથી કહું છું કે જેણે પ્રાર્થના હૃદયગત છે તે દહાડાના દહાડા ખાધા વિના રહી શકે, પણ પ્રાર્થના વિના ન ચલાવી શકે. જો ભૂલેચૂકે પણ પ્રાર્થના વિના તેનો દિવસ જાય છે તો ચિત્તશુદ્ધી કરીને તે પોતાના આત્માનો મળ કાઢે ત્યારે જ તેને શાંતિ થાય છે. —‘નવજીવન’, ૨૬-૧-૧૯૩૦.



## ૬. જપની ખૂબી

સેરેસોલ : “ આ એકને એક વસ્તુ ફરીફરીને ગવાય છે એ મારા કાનને રચતું નથી, એ મારા બુદ્ધિવાદી ગણિતી સ્વભાવની ખામી હોઈ શકે. પણ મને એકના એક શ્લોકો ફરીફરીને ગવાય એ ગમતું નથી. દાખલા તરીકે બાકના અદ્ભુત સંગીતમાં પણ એકનું એક ભજન ફરીફરીને ગવાય છે ત્યારે મારા મન પર એની અસર પડતી નથી.”

ગાંધીજીએ હસતાં હસતાં કહ્યું: “પણ તમારા ગણિતમાં પુનરાવર્તી દશાંશ હોય છે ને!”

સેરેસોલ: “પણ દરેક દશાંશ ફરી આવે છે ત્યારે નવી જ વસ્તુ સૂચવે છે.”

ગાંધીજી : “એ જ રીતે દરેક જપમાં નવો અર્થ હોય છે. દરેક જપ માણસને ઈશ્વરની વધારે સમીપ લઈ જાય છે. આ ખરેખરી હકીકત છે; અને હું તમને કહું કે તમે કોઈ સિદ્ધાંતવાદીની સાથે વાત નથી કરતા પણ એવા માણસની સાથે વાત કરો છો જેણે આ વસ્તુનો જીવનની પ્રતિક્ષણે અનુભવ કર્યો છે. એટલે સુધી કે આ અવિરત ક્રિયા બંધ થવી જેટલી સહેલી છે એના કરતાં જીવ નીકળી જવો વધે સહેલો છે. એ આત્માની ભૂખ છે.”

“એ હું બરાબર સમજી શકું છું, પણ સામાન્ય માણસને માટે એ પોપટિયા ગોખણ થઈ જાય છે.”

“સાચું, પણ સારામાં સારી વસ્તુનો દુરુપયોગ થવાનો સમભાવ રહે જ છે. ગમે તેટલા દંભને માટે અવકાશ છે ખરો, પણ દમબ એ પણ સદાચારની સ્તુતિ જ છે ને! અને હું તો જાણું છું કે દશ હજાર દંભી માણસ મળે તો એવા કરોડો સરળ જીવો પણ હશે જેણે નામરટણમાંથી આશ્વસન મળતું હશે. એ તો મકાન બાંધવા માટે પાલખ જોઈએ જ એના જેવી વાત છે.”

સેરેસોલ : “પણ તમે આપેલી ઉપમા જરા આગળ લઈ જાઉં. મકાન બંધાઈ રહે ત્યારે પાલખ ખસેડી લેવી જોઈએ ને?”

“હા, જ્યારે આ દેહ ખસી જાય ત્યારે એ ત્યારે એ પણ ખસે.”

“એમ કેમ?”

વિલકિનસન આ સંવાદ ધ્યાનપૂર્વક સાંભાળતા હતા. એમણે કહ્યું: “એટલા માટે કે આપણે નિરંતર બાંધ્ય જ કરીએ છીએ.”

ગાંધીજી; “એટલા માટે કે આપણે નિરંતર પૂર્ણતા મે મથ્યા કરીએ છીએ. ઈશ્વર એકલો પૂર્ણ છે, મનુષ્ય કડી પૂર્ણ હોતો નથી.”

હરિજનબંધુ. ૨૬-૫-૧૯૩૫



### ૭. રામનામનો જપ

પ્ર. કોઈની સાથે વાતચીત કરતી વખતે, કંઈ કથણ કામમાં મગજ રોકાયેલું હોય ત્યારે અથવા ઓચિંતા ગભરાટના વગેરે પ્રસંગોએ પણ હૃદયમાં રામનામનો જપ થઈ શકે? આવી સ્થિતિમાં કોઈ જપ કરતા હોય તો તે કેમ કરતા હશે?

ઉ. અનુભવ કહે છે કે માણસ ગમે તે સ્થિતિમાં હોય, ઊંઘતો કેમ ન હોય, જો ટેવ પડી ગઈ હોય ને રામનામ હૃદયસ્થ થઈ ગયું હોય તો જ્યાં સુધી હૃદય ચાલે છે ત્યાં સુધી હૃદયમાં રામનામ ચાલતું રહેવું જોઈએ. એમ ન બને તો કહેવું જોઈએ કે, માણસ જે રામનામ લે છે તે કેવળ તેના ગળામાંથી નીકળે છે; અથવા કોઈ કોઈ વાર હૃદય સુધી પહોંચતું હોય તોપણ હૃદય પર રામનામનું સામ્રાજ્ય જામ્યું નથી. જો નામે હૃદયનો કબજો મેળવ્યો હોય તો પછી ‘જપ કેમ થાય’ એવો પ્રશ્ન પૂછવો ન જોઈએ. કારણ કે નામ જ્યારે હૃદયમાં સ્થાન લે છે. ત્યારે ઉચ્ચારણની આવશ્યકતા નથી રહેતી. એ સાચું છે કે, આ પ્રમાણે રામનામ જેમને હૃદયસ્થ થયું છે એવા ઓછા હશે. રામનામમાં જે શક્તિ માનવમાં આવી છે તેને વિશે મને જરાય શંકા નથી. માત્ર ઈચ્છા કરવાથી દરેક માણસ પોતાના હૃદયમાં રામનામ અંકિત નથી કરી શકતો. તે માટે અથાગ પરિશ્રમની જરૂર છે, ધીરજની પણ આવશ્યકતા છે. પારસમણિ મેળવવો છે ને ધીરજ ન રાખીએ તે કેમ ચાલે? ને રામનામ પારસમણિ કરતાં કેટલુંચે અમૂલ્ય છે!

હરિજનબંધુ, ૧૭-૨-૧૯૪૬

#### રામનામ

પ્ર. રામનામ હૃદયસ્થ હોય એટલે બસ નથી? એને મોઢે ઉચ્ચારવામાં ખાસ કંઈ છે?

ઉ. રામનામ લેવામાં ખૂબી છે એમ હું માનું છું. જે માણસ ખરેખર એમ મને છે કે રામ તો તેના હૈયામાં રહ્યા છે, તેને સારુ રામનામ-રટણની જરૂર નથી, એ કબૂલ કરું છું. પણ એવો માણસ મેં હજુ જોયો નથી. આથી ઉલટું, મારા અંગત અનુભવ પરથી હું કહી શકું કે, રામનામ-રટણમાં કેઈક ચમત્કાર છે. તે કેમ છે અને શો છે તે જાણવાની જરૂર નથી.

હરિજનબંધુ, ૧૪-૪-૧૯૪૬



## ૮. રામધૂન

આજની કેટલાયે લાખ માણસોની બનેલી સભા ઘણા વખત સુધી શાંત રહી હતી, પરંતુ ગાંધીજીએ બોલવાનું શરૂ કર્યું ત્યારે લોકો ચંચલ બની ગયા અને વિખેરવા લાગ્યા હતા. ગાંધીજીએ તેથી પોતાનું પ્રવચન ટૂંકમાં જ આટોપી લીધું. પ્રવચનમાં તેમણે કહ્યું કે સભામાંથી થોડા પુરુષો રામધૂન બરાબર ઝીલતા હતા ને બરાબર તાલ પ્રમાણે તાળી પડતા હતા ત્યારે સ્ત્રીઓમાંથી ભાગ્યે જ કોઈ ધૂન ઝીલતું હતું. જેમને થોડોસરખોયે અનુભવ થયો છે એ સૌ રામધૂનમાં એટલે કે ઈશ્વરના નામનું હૃદયના ઊંડાણમાંથી રટણ કરવામાં કેવી તાકાત રહેલી છે તે જાણે છે. પોતાના બેન્ડના સૂરની સાથે તાલમાં પગલાં માંડતા લાખો લશ્કરી સિપાઈઓ એક કેવી તાકાત હોય છે તે મને ખબર છે. પરંતુ લશ્કરી તાકાતે દુનિયામાં કેવી તારાજી કરી છે તે રસ્તે ચાલનારો કોઈ પણ આદમી જોઈ શકે છે. આજે યુદ્ધનો અંત આવ્યો છે એમ કહેવાય છે, પણ યુદ્ધોત્તર દશા પ્રત્યક્ષ યુદ્ધ ચાલતું હતું તે દરમિયાન થયેલી દશાથીયે બદલતર છે. લશ્કરી તાકાતની નાદારી આ પરથી સાબિત થાય છે.

જરાયે સંકોચ વિના હું આ સ્થળેથી જાહેર કરવા માંગું છું કે માનવજાતના લાખો માણસો સાથે મળીને બરાબર તાલમાં રામધૂન જગાવે છે ત્યારે લશ્કરી તાકાતના કરતાં જુદા પ્રકારની પણ અનંત ગણી ચડિયાતી શક્તિ પ્રગટ થાય છે. અને બીજું, હૃદયના ઊંડાણમાંથી ઊઠતી ઈશ્વરના નામની આ ધૂન આજે જે ખાનાખરાબી ને વિનાશ જોવાને મળે છે તેને ઠેકાણે કાયમની શાંતિ અને સુખ નિર્માણ કરશે.

હરિજનબંધુ, ૩૧-૮-૧૯૪૭





## ૯. યૌગિક ક્રિયાઓ

એક મિશનરી મિત્રે ગાંધીજીને પૂછ્યું; “તમે કોઈ યૌગિક ક્રિયાઓ કરો છો કે કેમ?” તેના જવાબમાં ગાંધીજીએ કહ્યું:

યોગની ક્રિયાઓ હું જાણતો નથી. હું જે ક્રિયા કરું છું તે તો બાળપણમાં મારી દાઈ પાસેથી શીખેલો. મને ભૂતનો ડર લાગતો. એટલે એ મને કહેતી: ‘ભૂત જેવું કંઈ છે જ નહીં, છતાં તને ડર લાગે તો રામનામ લેજે.’ હું બાળપણમાં જે શીખ્યો તેણે મારા માનસિક આકાશમાં વિશાળ રૂપ ધારણ કર્યું છે. એ સૂર્યે મારી ભારેમાં ભારે અંધકારની ઘડીએ મને તેજ આપ્યું છે. ખ્રિસ્તીને એ જ આશ્વસન ઈશુનું નામ લેતાં ને મુસલમાનને અલ્લાના નામમાંથી મળે.<sup>૫</sup> આ બધી વસ્તુઓનો અર્થ તો એક જ છે, ને સમાન સંજોગોમાં એનાં સરખાં જ પરિણામ આવે. માત્ર એ નામસ્મરણ તે પોપટિયા ન હોવું જોઈએ, પણ છેક આત્માના ઊંડાણમાંથી આવવું જોઈએ.

હરિજનબંધુ, ૬-૧૨-૧૯૩૬

૫. ઈસ્લામનો અલ્લા તે જ ખ્રિસ્તીઓનો ‘ગોડ’ અને હિંદુઓની ઈશ્વર છે. હિંદુ ધર્મમાં જેમ ઈશ્વરનાં અનેક નામ છે તેમ ઈસ્લામમાં પણ ખુદનાં ઘણાં નામ છે; એ નામોથી જુદી જુદી વ્યક્તિઓનું નહીં પણ ઈશ્વરનાં જુદાં જુદાં લક્ષણોનું સુચન થાય છે; અને સર્વસમર્થ ઈશ્વર સર્વ લક્ષણોથી પર, અવર્ણનીય અને માપી ન શકાય એવો હોવા છતાં બિચારા માનવે તેના પર અનેક લક્ષણોનું આરોપણ કરી તેનું વર્ણન કરવાની અદના કોશિશ કરી છે.

હરિજન, ૧૨-૮-૧૯૩૮



## ૧૦. સચોટ મદદ

ઈશિપ્રાસિમાં રામનામ ખાતરી લાયક મદદ આપે છે, એમાં શક નથી. હૃદયથી તેનું રટણ કરીએ તો તે અસદ્ધ વિચારને ભગાડી મૂકે છે. અને અસદ્ધ વિચાર જ ન હોય તો અસદ્ધ આચાર ક્યાંથી સંભવે? મન નબળું હોય તો બાહ્ય મદદ નકામી છે, મન શુદ્ધ હોય તો તેની જરૂર નથી. એનો અર્થ એ નથી કે, શુદ્ધ મનવાળો માંસ ગમે તે છૂટ લઈનેયે સુરક્ષિત રહી શકે. આવો માણસ પોતાની જાતની સાથે છૂટ લે જ નહીં તેનું આખું જીવન તેની અંતરની શુદ્ધતાની અચૂક સાખ પૂરશે. ગીતામાં એ જ સત્ય કહેલું છે કે, મનુષ્યનું મન જ તેને તારે છે કે મારે છે. એ જ વિચાર અંગ્રેજ કવિ મિલ્ટને બીજી રીતે મુક્યો છે. તે કહે છે કે, ‘માનવીનું મન ચાહે તો નરકનું સ્વર્ગ ને સ્વર્ગનું નરક કરી શકે છે.’

હરિજનબંધુ, ૧૨-૫-૧૯૪૬



## ૧૧. રામનામ ની હાંસી

સ. બનારસ ની રામનામ બેંક, રામનામ છાપેલું કાપડ, જે રામનામી કહેવાય છે, તે પહેરવું અથવા શરીર પર રામનામ લખીને ફરવું. એ રામનામની હાંસી નથી? અને એમાં આપણું પતન નથી? આ પરિસ્થિતિમાં રામનામ નો પ્રચાર કરીને આપ આ ઢોંગી લોકોના ઢોંગને ઉત્તેજન નથી આપતા? અંતઃપ્રેરણાથી નીકળતું રામનામ જ રામબાણ થઈ શકે. અને હું માનું છું કે આવી અંતઃ પ્રેરણા સાચા ધાર્મિક શિક્ષણથી જ મળશે.

જ. આ વાત સાચી છે. આજકાલ આપણામાં વહેમ અને દંભ એટલાં વધી ગયાં છે કે, સાચું કામ કરતાં પણ ડરવું પડે છે. પણ આમ ડરતાં રહીએ તો સત્યનેયે છુપાવવું પડે. એટલે સોનેરી નિયમ તો એ છે કે, આપણને ચાલતાં જ રહેવાનાં. આપણે ખરી વસ્તુ કરીશું. તો તેથી દંભ અને અસત્ય કાંઈકેય ઓછાં થશે; વધશે તો નહીં જ. એટલું જોવું જોઈશે કે, જ્યાં ચારે કોર અસત્ય ફેલાયેલું છે, ત્યાં આપણે પણ તેમાં ફસાઈને પોતાની જાતને છેતરીએ નહીં. ઢીલાશને કારણે અજાણપણેયે ભૂલ ન કરી બેશીએ. દરેક સંજોગોમાં સાવધ રહેવું એ જ કર્તવ્ય છે. સત્યનો પૂજારી બીજું કરી જ ન શકે. રામનામ જેવું રામબાણ ઓસડ લેવામાં સતત જાગૃતિ નહીં હોય, રામનામ ફોકટ જશે અને અનેક વહેમોમાં આપણે એકનો ઉમેરો કરીશું.

હરિજનબંધુ, ૨-૬-૧૯૪૬



## ૧૨. રામનામ ને જંતરમંતર

મારા રામનામને જંતરમંતર સાથે કશો સંબંધ નથી. મેં કહ્યું છે કે, કોઈ પણ રૂપમાં હૃદયથી ઈશ્વરનું નામ લેવું એ એક મહાન શક્તિનો આધાર લેવા બરાબર છે. એ શક્તિ જે કરી શકે છે, તે બીજી કોઈ શક્તિ નથી કરી શકતી. એની સરખામણીમાં અણુબોમ્બ પણ કશી વિસાતમાં નથી. એનાથી બધું દર્દ દુર થાય છે. હા, એટલું ખરું કે, હૃદયથી નામ લેવાની વાતો કરવી સહેલી છે, કરવું કથણ છે. પણ ગમે તેટલું કથણ હોય તોયે સર્વોપરી વસ્તુ એ જ છે.

હરિજનબંધુ, ૧૩-૧૦-૧૯૪૬



### ૧૩. રામનામનો પ્રચાર

રામનામનો મહિમા મારે શીખવાપણું નથી એમ મને ભાસે છે. કારણ કે એનું મને અનુભવજ્ઞાન છે. તેથી જ મારો અભિપ્રાય એવો છે કે રામનામનો પ્રચાર ખાદીના કે સ્વરાજ્યના પ્રચારની જેમ ન થઈ શકે. આ અતિશય કઠિન કાળમાં રામનામ પણ અવળું જ જપાય છે. એટલે કે એ પણ ઘણો ઠેકાણો આડંબરને ખાતર, અને કેટલીક જગાએ પોતાના સ્વાર્થને ખાતર અને કેટલીક જગાએ વ્યભિચારને પોષવાને ખાતર પણ જપાયેલું મેં ભાવ્યું છે. જો માત્ર અક્ષર જ અવળા જપાઈ જાય તો. તો કાંઈએ કહેવાપણું ન રહે. શુદ્ધ હૃદયવાળા અવળો જાપ જપીને પણ મુક્તિ મેળવી ગયા છે એમ આપણે વાંચીએ છીએ. અને એમ આપણે માની પણ શકીએ. પણ શુદ્ધોચ્ચારણ કરનારા પાપી પાપને પોષવાને ખાતર રામનામનો મંત્ર જપે તેનું શું કહીએ? તેથી જ રામનામના પ્રચારથી ઠું ડરી જાઉં છું. જે માણસો એમ મને કે મંડળમાં બેસી નામનો શોર કરી મૂકીએ એટલે ભૂતકાળનાં, ચાલતાં અને ભવિષ્યનાં બધાં પાપ ધોવાઈ જાય છે અને શોર ઉપરાંત કાંઈ જ કરવાપણું નથી રહેતું એ દુરથી વંદના કરવા યોગ્ય છે. એનું અનુકરણ ન કરાય.

તેથી જે રામનામનો પ્રચાર કરવાને ઈચ્છે તેણે પોતે એ પ્રચાર પોતાના હૃદયમાં કરી રામનું સામ્રાજ્ય ત્યાં સ્થાપી પ્રચાર કરવો. એ વસ્તુને જગત ઝીલી લેશે અને રામનામ જપશે. પણ જ્યાંત્યાં અને જેમતેમ રામનામનો જપ કરાવવો એટલે તો પાખંડમાં પાખંડને ઉમેરી રામનામને નિંદવું અને નાસ્તિકતાનો ધોધ ચાલી રહ્યો છે તેનો વેગ વધારવો.

નવજીવન ૧૫-૧૧-૧૯૨૫



## ૧૪. મારો રામ

એક વખત એવો સવાલ પૂછાયો કે, “રામધૂનમાં જે હિંદુ નથી તે કેમ જોડાય?” તેનો જવાબ આપતાં ગાંધીજી બોલ્યા:

જ્યારે જ્યારે કોઈ વાંધો ઉઠાવે છે કે રામનું નામ અથવા રામધૂનનું ગાયન તો ફક્ત હિંદુઓને સારું છે એટલે મુસલમાનો તેમાં કેમ જોડાઈ શકે, ત્યારે મને મનમાં હસવું આવે છે. તો શું મુસલમાનનો એક ખુદા છે અને હિંદુ, ખ્રિસ્તી કે પારસીનો બીજો છે? ના, સર્વસમર્થ અને સર્વવ્યાપી ઈશ્વર એક જ છે. તેમાં નામો અનેક છે. આપણને જે સૌથી વધારે જાણીતું હોય તે નામથી આપણે તેને ઓળખીએ છીએ.

મારો રામ— જે રામની આપણે સૌ પ્રાર્થના કરીએ છીએ તે રામ, અયોધ્યાના રાજા દશરથનો પુત્ર નથી કે ઇતિહાસમાં થઈ ગયેલો રાજા રામચંદ્ર નથી. મારો રામ તો સનાતન છે, તે કદી જન્મ લેતો નથી, અને તેના જેવો બીજો કોઈ નથી. હું એક તેને જ ભજું છું. એક તેની જ સહાય માગું છું. તેનું નામ લેવામાં મુસલમાને કે કોઈએ શા સારું વાંધો ઉઠાવવો જોઈએ તે મારી સમજમાં આવતું નથી. પરંતુ બેશક, મુસલમાને કે બીજા કોઈએ માત્ર રામનામથી જ ઈશ્વરને ઓળખવો એવી જબરજસ્તી ણ હોય. જેણે જે રુચે તે નામ લે, અદ્વાનું નામ લે કે ખુદાનું નામ લે. પણ ધૂનના સંગીતને કોઈ ન બગાડે.

હરિજનબંધુ-૫-૫-૧૯૪૬



## ૧૫. રામ કોણ?

૧.

પ્ર. આપ કહ્યા કરો છો કે, પ્રાર્થનામાં જે રામનું નામ લેવામાં આવે છે તે દશરથપુત્ર નહીં. પણ જગન્નીયંતા પરમેશ્વર છે. પણ અમે બરાબર જોયું છે કે, રામધૂનમાં ‘રાજ રામ, સીતારામ’નું કીર્તન થાય છે અને ‘સિયાવર રામચંદ્ર કી જાય’ બોલાય છે. હું નમ્રતાપૂર્વક પૂછું છું કે, આ સિયાવર રામ કોણ? રાજા રામ કોણ? શું એ દશરથપુત્ર રામ નથી? ઉપરનાં વાક્યોનો સ્પષ્ટ અર્થ તો એ જ જણાય છે કે, પ્રાર્થનામાં જે રામની આરાધના થાય છે તે જાનકીપતિ રામ જ છે.

ઉ. રામધૂન જે ‘રાજા રામ’, ‘સીતારામ’નું રટણ થાય છે, તે દશરથનંદન રામ ન હોય તો બીજો કોણ? આનો ઉત્તર તુલસીદાસજીએ તો આપ્યો છે. પણ મારે મારો અભિપ્રાય જણાવવો જોઈએ. રામ કરતા રામનામ મોટું છે. હિંદુ ધર્મ મહાસાગર છે. તેમાં અનેક રત્નો પડેલાં છે. જેટલા ઊંડા જાઓ તેટલા વધારે રાતનો મળે. હિંદુ ધર્મમાં ઈશ્વરનાં અનેક નામ છે. હજારો લોકો રામ અને કૃષ્ણને ઐતિહાસિક વ્યક્તિઓ માને છે. વળી તે લોકો માને છે કે, વળી તે લોકો માને છે કે, દશરથના પુત્રરૂપે ઈશ્વરે પ્રુથ્વી પર અવતાર લીધો અને તેમની પૂજા કરવાથી માણસને મુક્તિ મળે છે. આવું જ શ્રીકૃષ્ણને વિશે મનાય છે. ઇતિહાસ, દંતકથા અને સત્ય એટલાં બધાં ઓતપ્રોત થઈ ગયાં છે કે, તેમને છુટાં પાડવાં અસંભવિત છે. હું તો બધાં નામો કાયમ, રાખીને બધાંમાં નિરાકાર, સર્વવ્યાપી રામને જોઉં છું. મારો રામ સીતાપતિ દશરથનંદન કહેવતો છતો સર્વશક્તિમાન ઈશ્વર જ છે. એનું નામ હૃદયમાં હોય, સર્વે દુઃખો નાશ પામે છે.

હરિજનબંધુ- ૨-૬-૧૯૪૬

૨

ગાંધીજીએ આગળ ચાલતાં ફરી સ્પષ્ટ કર્યું કે સર્વ આધિવ્યાધિના રામબાણ ઈલાજ લેખે જેનું નામ રટવાનું મેં બતાવ્યું છે. તે ઇતિહાસમાં થઈ ગયેલા અયોધ્યાના રાજા રામચંદ્રનથી, કે જંતરમંતરવાળા જેનું નામ લખી તાવીજમાં બાંધી આપે છે તે રામ પણ નથી. સર્વ દર્દના સર્વોપરી ઈલાજ તરીકે જેનું નામ લેવાનું હું સૂચવું છું તે જગન્નીયંતા પરમેશ્વર છે, જેના નામનો જપ કરી ભક્તો પોતાના હૃદયનો મેળ સાફ કરે છે અને શાંતિ મેળવે છે. વળી મારો એવો દાવો છે કે એ જ પરમેશ્વરના નામનું રટણ મનની, આત્માની કે તનની સર્વ આધિ, વ્યાધિ કે ઉપાધિનો સચોટ ઈલાજ છે. દાકતર કે વૈદ્યની મદદથી શરીરના વ્યાધિ અલબત્ત મટાડી શકાય. પણ રામનું નામ લેવાથી માણસ પોતાનો વૈદ્ય અથવા દાકતર બની પોતાની જાતમાંથી જ સર્વ વ્યાધિનું નિવારણ કરનારું ઔષધ મેળવવાને સમર્થ થાય છે. અને શારીરિક દ્રષ્ટિથી અસાધ્ય હોવાને કારણે શરીરનો વ્યાધિ ણ મટે તોયે રામનું નામ રટી માણસ તેને મનની શાંતિ તેમ જ સમતાથી સહન કરવાની શક્તિ મેળવે છે. “જેને રામનામનો ઈતબાર છે તે ગમે તે ઉપાયે પોતાનું આવરદા લંબાવવાને ખાતર એક નામાંકિત દાકતરને બારણેથી બીજાને બારણે કે





એક વૈદ્યને ત્યાંથી બીજાને ત્યાં ધક્કા નહીં ખાય. વળી વૈદ્ય કે દાક્ટરનું હવે કશું ચાલતું નાતી એમ જોઈ, ચાલો હવે રામનું નામ લઈએ. એ રીતે લેવાનો એ લાચારીનો ઈલાજ પણ નથી. રામનામનું રટણ તો તે બંને વિના ચલાવી લેવાની તાકાત મેળવવાને સારું છે. રામનામના રામબાણ ઉપાય પર ભરોસો રાખનારને સારું તે પહેલો તેમ જ છેલ્લો ઈલાજ છે.”

હરિજનબંધુ, ૨-૬-૧૯૪૬



## ૧૬. દશરથનંદન રામ

એક આર્યસમાજી ભાઈ કહે છે:

“અવિનાશી રામને આપ ઈશ્વરરૂપ માનો છો. એ દશરથનંદન સીતાપતિ રામ કેમ હોઈ શકે? આવા મનના મૂંઝારામાં હું આપની પ્રાર્થનામાં બેસું છું પણ રામધૂનમાં ભાગ નથી લેતો. પણ મને એ વાત ખૂંચે છે. કેમ કે બધાં એમાં ભાગ લે એમ આપ કહો છો. એ બરાબર છે. બધાં ભાગ લઈ શકે એવું આપ ન કરી શકો?”

બધાનો અર્થ મેં કહી દીધો છે. જે અંતરની ઊલટથી ભાગ લઈ શકે, એકસૂરમાં ગાઈ શકે, એ જ ભાગ લે. બાકીના શાંત રહે. પણ આ તો નાની વાત થઈ. મોટો સવાલ એ છે કે, દશરથનંદન અવિનાશી કેમ હોઈ શકે? આ પ્રશ્ન તુલસીદાસજીએ ઉઠાવ્યો અને પોતે જ તેનો જવાબ પણ દીધો. આવા પ્રશ્નોના જવાબ નથી બુદ્ધિથી અપાતા, કે નથી બુદ્ધિને અપાતા. આ હૃદયની વાત છે, અને હૃદયની વાત હૃદય જાણે. મેં રામને સીતાપતિના રૂપમાં જોયો. પણ જેમ મારો રામ અવિનાશી, સર્વવ્યાપક થયો અને છે. એની મતલબ એ કે, તે સીતાપતિ નથી મટ્યા, પણ સીતાપતિનો અર્થ વ્યાપક થયો. સંસાર આમ જ ચાલે ને વિકસે છે. જેનો રામ દશરથ રજાનો કુમાર જ રહ્યો, તેનો રામ સર્વવ્યાપી ન થઈ શકે. પણ સર્વવ્યાપી રામના પિતા દશરથ પણ સર્વવ્યાપી થઈજાય છે. આ બધાં મનના તરંગ છે, એમ કહી શકાય. **जैसी जिसकी भावना वैसा उसका होय.** આમાં બીજો ઉપાય હું નથી જોતો. બધાં ધર્મ આખરે એક જ હોય, તો બધાનું એકીકરણ કરવાનું છે. જુદા તો પડ્યા જ છીએ. અને જુદા સમજીને એકબીજા સાથે લડીએ છીએ. થાકીએ ત્યારે નાસ્તિક બનીએ છીએ. પછી તો નથી ઈશ્વર રહેતો કે નથી બીજું કંઈ. રહે છે ખાલી અહં. જ્યારે એમ જાણીએ કે, આપણે કંઈ જ નથી, જે છે તે ઈશ્વર જ બધું છે, ત્યારે દશરથનંદન રામ સીતાપતિ છે, ભરતલક્ષ્મણના ભાઈ પણ છે અને નથી પણ. જે દશરથનંદન રામને ન માનવા છતાં બધાની પ્રાર્થનામાં બેસે છે તેની બલિહારી. આ બુદ્ધિવાદ નથી. હું કરું છું, માનું છું, તે બતાવી રહ્યો છું.

હરિજનબંધુ, ૨-૯-૧૯૪૬



## ૧૭. મારો રામ કોણ?

મારી તમને સલાહ છે કે તમે સૌ ગમે તે નામથી ઓળખાતા પણ એકમાત્ર સર્વસમર્થ ઈશ્વરની ગુલામી સ્વીકારો. પછી તમે કોઈ માણસ અગર માણસોની ટોળી સામે તમારી ગરદન નહીં ઝુકાવો. હું ખુદને કેવળ માનવ એવા રામની સાથે જોડું છું એમ માનવામાં અજ્ઞાન છે. મેં હાજર વાર ખુલાસો કર્યો છે કે, મારો રામ તે મારો ઈશ્વર જ છે. એ રામ પહેલાં હતો. આજે છે અને સનાતનકાળ રહેવાનો છે. તેને જન્મ નથી. તેને કોઈએ બનાવ્યો નથી કે નિર્માણ કર્યો નથી. તેથી તમે સૌ જુદા જુદા ધર્મો પ્રત્યે સહિષ્ણુ થઈ તે એકેએકને આદર આપો. હું જાતે મૂર્તિભંજક છું પણ બુતપર સ્તોને નામે ઓળખાતા માણસોને વિશે પણ મને સરખો જ આદર છે. જે માણસો મૂર્તિઓની પૂજા કરે છે તે સૌ પણ સર્વ સ્થળે વ્યાપી રહેલા બલકે એક કાદવના ગોળામાં, અરે માણસની આંગળીએથી ઉતરેલા નખમાં પણ વાસ કરતા ઈશ્વરને જ ભજે છે. રહીમ, રહેમાન અને કરીમ નામવાળા મારા મુસ્લિમ મિત્રો છે. તે મિત્રોને હું તેમનાં નામ લઈને બોલવું તો શું મેં તેમને ખુદા સાથે જોડી આપી શિક્કનો ગુનો કર્યો ગણાશે?

હરિજનબંધુ, ૨૩-૨-૧૯૪૭



## ૧૮. ઈશ્વર ક્યાં ને કોણ

ઈશ્વર મનુષ્ય નથી. એટલે એ કોઈ પણ મનુષ્યમાં ઊતરે છે કે અવતરે છે એમ કહેવું એ પણ પૂર્ણ સત્ય નથી. એમ કહી શકાય કે ઈશ્વર કોઈ મનુષ્યમાં અવતરે છે એનો અર્થ માત્ર એટલો કે તે માણસમાં આપણે વધારે ઐશ્વર્યપણું જોઈએ છીએ. ઈશ્વર તો સર્વવ્યાપી હોઈ બધેય ને બધામાં છે એ અર્થમાં આપણે બધાં જ ઈશ્વરના અવતાર કહેવાઈએ. પણ એમ કહેવાથી કશો અર્થ સરતો નથી. રામ, કૃષ્ણ આદિ અવતાર થઈ ગયા એમ કહીએ છીએ કેમ કે તે તે વ્યક્તિઓમાં ઐશ્વર્યનો અનુભવ લોકોએ કર્યો હતો. અંતે તો કૃષ્ણ આદિ મનુષ્યની કલ્પનામાં વસે છે, તેની કલ્પનાના છે. એવી ઐતિહાસિક વ્યક્તિ થઈ ગયેલ છે કે નહીં તેની સાથે કલ્પનાને કંઈ લેવાદેવા નથી. કેટલીક વેળા ઐતિહાસિક રામ ને કૃષ્ણને માનવા જતાં આપણે જોખમ ભરેલે રસ્તે ચડી જઈએ છીએ ને અનેક તર્કોનો આશ્રય લેવો પડે છે.

ખરું જોતા ઈશ્વર એક શક્તિ છે, તત્ત્વ છે; તે શુદ્ધ ચૈતન્ય છે, સર્વવ્યાપક છે; છતાં તેનો આશ્રય કે ઉપયોગ બધાને મળતો નથી; અથવા કહો કે બધાં તેનો આશ્રય મેળવી શકતા નથી.

વીજળી મહાશક્તિ છે પણ તેનો ઉપયોગ બધાં મેળવી શકતા નથી. તેને પેદા કરવાના અનિવાર્ય કાયદા છે તેને વશવર્તીએ તો જ તે મળી શકે. વીજળી જળ છે. તેના ઉપયોગના કાયદા માણસ, જે ચેતન છે તે મહેનત વડે જાણી શકે છે.

ચેતનમય મહાશક્તિ, જેણે આપણે ઈશ્વર નામ આપીએ છીએ તેના ઉપયોગના કાયદા છે જ; પણ તે શોધવામાં બહુ વધારે મહેનત પડે એ દીવા જેવું સ્પષ્ટ હોવું જોઈએ. તે કાયદાનું ટૂંકું નામ બ્રહ્મચર્ય. એના પાલનનો એક ઘોરી માર્ગ રામનામ છે એમ હું તો અનુભવે કહી શકું છું. તુલસીદાસ જેવા ભક્ત ઋષિમુનિઓએ એ માર્ગ બતાવ્યો જ છે. મારા અનુભવ નો વધારે પડતો અર્થ કોઈ ન કરે. રામનામ સર્વવ્યાપક રામબાણ દવા કે ઉપાય છે એ તો ઊરુળીકાંચનમાં જ મને કદાચ યોખ્ખું જણાયું. તેની સંપૂર્ણ ઉપયોગ જે જાણે તેને જગતમાં ઓછામાં ઓછું કરવાપણું રહે છતાં તેનું કામ મહાનમાં મહાન લાગે.

આમ વિચાર કરતાં હું કહી શકું છું કે બ્રહ્મચર્યની ગણાતી વાડો આળખંપાળ છે. ખરી ને અમર વાળ રામનામ છે. રામ જ્યારે જીભેથી ઊતરીને હૃદયમાં વસે ત્યારે જ તેનો પૂરો ચમત્કાર જણાય છે.

હરિજનબંધુ, ૨૨-૬-૧૯૪૭



## ૧૯. રામનામ અને નિસર્ગોપચાર

બીજી બધી બાબતોની માફક કુદરતી ઉપચારનો મારો ખ્યાલ પણ ક્રમે ક્રમે વિકાસ પામતો ગયો છે. વળી વરસોથી હું માનતો આવ્યો છું કે માણસ પોતાના અંતરમાં ઈશ્વરના પ્રત્યક્ષ વાસનો અનુભવ કરતો હોય અને એ રીતે તેણે કામઠોધાદિ ઈન્દ્રિયોના આવેગો વિનાની જીવનની દશા સિદ્ધ કરી હોય તોલાંબા આયુષ્યની આડે આવતા સર્વ અંતરાયોને તે ઓળંગી જાય. જીવનના અવલોકનને તેમ જ ધર્મશાસ્ત્રોના વચનને આધારે હું એવા ચોક્કસ અનુમાન પર આવ્યો છું કે ઈશ્વર ની અર્દશ્ય સત્તા વિશે માણસોની પુરેપુરી શ્રદ્ધા બેસે અને તે કામઠોધાદિ આવેગોથી મુક્ત થાય ત્યારે તેના શરીરનું અંદરથી રૂપાંતર થાય છે. માત્ર ઈચ્છા રાખવાથી આ દશા સિદ્ધ થઈ જતી નથી. એ સિદ્ધિને માટે અખંડ જાગૃતિ અને અભ્યાસની જરૂર છે. અને અખંડ જાગૃતિ તેમ જ કઠોર અભ્યાસ છતાંય ઈશ્વરની કૃપા માણસ પર લા ઊતરે ત્યાં સુધી તેની બધીયે કોશિશ મિથ્યા નીવડે છે.

છાપાનો હેવાલ, ૧૨-૬-૧૯૪૫



## ૨૦. કુદરતી ઉપચાર

કુદરતી ઉપચાર એટલે એવા ઉપચાર અથવા ઈલાજ કે જે મનુષ્યને સારું યોગ્ય હોય. મનુષ્ય એટલે મનુષ્યમાત્ર. મનુષ્યમાં માનવી શરીર તો છે; ઉપરાંત તેમાં મન છે, અને આત્મા પણ છે. તેથી સાચો કુદરતી ઉપચાર રામનામ જ છે. તેથી જ રામબાણ શબ્દ નીકળ્યો છે. રામનામ એ રામબાણ ઈલાજ. એ વિના બાકી થોથાં. મનુષ્યને માટે કુદરતે એ જ યોગ્ય ધાર્યો છે. ગમે તે વ્યાધિ હોય, જો માણસ હૃદયથી રામનામ રટે તો તે વ્યાધિ નષ્ટ થવો જોઈએ. રામનામ એટલે ઈશ્વર, ખુદા, અલ્લાહ, કે ‘ગોડ’. ઈશ્વરનાં ઘણાં નામ છે એમાંથી જેણે જે ઠીક લાગે તે લે; તેમાં હાર્દિક શ્રદ્ધા હોવી જોઈએ. તેના પુરાવારૂપે તેની સાથે પ્રયત્ન હોવો જોઈએ.

તે કેમ કરાય એમ કોઈ પૂછે તો જે પાંચ તત્ત્વોનું મનુષ્યશરીર બનેલું છે તેમાંથી માણસ ઈલાજ શોધે. એ પાંચ તત્ત્વો પૃથ્વી, પાણી, આકાશ, તેજ ને વાયુ છે. આ પાંચ તત્ત્વોમાંથી જે ઉપચાર મળી શકે તે કરવા. તેની જ સાથે રામનામ પણ ચાલુ રહે. અનો અર્થ એ થયો કે બધું હોવા છતાં શરીરનો નાશ થાય તો થવા દેવો. એવો મનુષ્ય હર્ષપૂર્વક શરીર છોડીદે. દુનિયામાં એવો કોઈ ઉપાય નથી મળ્યો જેથી શરીર અમર બની શકે. અમર માત્ર આત્મા છે. તેને કોઈ હણી લા શકે. તેની આસપાસ શુદ્ધ વાયુમંડળ રચવાનો પ્રયત્ન સહુ કોઈ કરી શકે. આવો પ્રયત્ન કુદરતી ઉપચારને સહેજે મર્યાદિત કરે છે, પછી માણસ મોટી ઈસ્પિતાલ, મોટા ડોક્ટરો વગેરેમાંથી બચી જાય છે. દુનિયાના અસંખ્ય લોકો બીજું કશું કરી પણ નથી શકતા. અને જે એ ન કરી શકે, તે થોડા કેમ કરે?

હરિજનબંધુ, ૩-૩-૧૯૪૬



## ૨૧. રામનામ રામબાણ

નૈસર્ગિક ઉપચારમાં મેં રામનામને વ્યાધિઓ શાંત કરવામાં સ્થાન આપ્યું છે તે અને મારું લખાણ જોઈને વૈધરાજ ગણેશશાસ્ત્રી જોશી મને કહે છે કે આને લગતું ને મળતું સાહિત્ય આયુર્વેદમાં ઠીક પ્રમાણમાં જોવામાં આવે છે. રોગનિવારણમાં નૈસર્ગિક ઉપચાર મોટું સ્થાન ભોગવે છે ને તેમાંય રામનામ. જ્યારે ચરક, વાગ્ભટ ઇત્યાદિએ લખ્યું ત્યારે ઈશ્વરને રામનામથી ઓળખવાની રૂઢિ નહોતી પડી એમ ગણવું જોઈએ. એ વિષ્ણુનામનો મહિમા હતો. બચપણથી મેં તો રામનામથી જ ઈશ્વરને ભજ્યો, પણ હું જાણું છું કે ઝૂંથી માંડીને ગમે તે સંસ્કૃત, પ્રાકૃત કે બીજી આ દેશની કે બીજા દેશની ભાષામાં જપીએ તોયે પરિણામ એક જ આવે છે. ઈશ્વરને નામની દરકાર ન હોય. **ए अने एनो कायदो एक ज छे.** એટલે એનું પાલન એ એનો જપ. તેથી કેવળ તાત્કલિક દ્રષ્ટિએ જોતાં જે તેના કાયદામાય થાય છે. તેને જપની આવશ્યકતા નથી. અથવા જેણે જપ ઉચ્ચારણ શ્વાસોચ્છવાસ જેવું સ્વાભાવિક થઈ ગયું છે તે ઈશ્વરમય થયો છે. એટલે ઈશ્વરની નીતિને તે સહેજે ઓળખે છે, સહેજે પાળે છે. જે એમ વર્તે છે તેને બીજું ઔષધ શાને જોઈએ?

આમ છતો જે ઔષધોમાં રાજા છે તેને જ આપણે ઓછામાં ઓછા જાણીએ છીએ. જે જાણે છે તે તેને ભજતો નથી. જે ભજે છે તે માત્ર જિહ્વાથી ભજે છે, હૃદયથી નહીં; તેથી તે પોપટના સ્વભાવને અનુસરે છે, પોતાના સ્વભાવને નહીં તેથી તે બધાં સર્વરોગનિવારણરૂપે ઈશ્વરને ઓળખાતા નથી.

ઓળખે પણ કેમ? નથી એ દવા વૈધ આપતા, નથી હકીમ કે દાકતર. તેઓને પોતાને તેની ઊપર આસ્થા નથી. ઘર બેઠાં ગંગા જેવી દવા આપે તો એનો ધંધો કેમ ચાલે? એટલે તેની નજરે તેની પડીકી કે શીશી તેની રામબાણ દવા. એ દવા તેનું પેટ ભરે ને દર્દીને તુરત ફળ પણ જોવામાં આવે. ફલાણાએ મને ફાકી આપી ને હું સારો થયો એમ કહેનાર થોડા નીકળી પડે અને વૈધનો વેપાર ચાલે.

વૈધ-દાકતર રામનામ રટવાનું કહે તેથી દર્દીનું દળદર ન જાય. જો વૈધ પોતે તેનો ચમત્કાર જાણતો હોય તો જ દર્દીને તેના ચમત્કારની ખબર પડે. રામનામ પોથી માંહેલાં રીંગણાં નથી, એ અનુભવની પ્રસાદી છે. જેણે એ અનુભવ મેળવ્યો છે તે જ દવા આપી શકે છે, બીજા નહીં.

આટલું લખીને વૈધરાજ મને ચાર મંત્ર આપ્યા છે. તેમાં ચરકઋષિનો સીધો ને સરળ છે. તેનો અર્થ આ પ્રમાણે છે:

ચરાચરના સ્વામી એવા વિષ્ણુનાં હજાર નામમાંથી એકનો પણ જપ કરવાથી સર્વ રોગ શાંત થાય છે.

विष्णुं सहस्रत्रमूर्धानं चराचरपतिं विभूम |

स्तुवन नामसहस्रेण ज्वरान सर्वान व्यपोहती ||

ચરક ચિ. અ. ૩-શ્લોક ૩૧૧

હરિજનબંધુ, ૨૪-૩-૧૯૪૬





## ૨૨. બધાં રોગોને ઈલાજ

ગાંધીજીએ લક્ષમ સ્ટેશને દર્શન કરવા તથા સાંભળવા એકઠા મળેલા લોકોને કહ્યું કે, “તમારા દિલમાંથી ભયને તમે દૂર કરો, તો તમે મને ભારેમાં ભારે મદદ કરી ગણાશે.” પણ કઈ જાદુઈ વસ્તુ તેમનામાં એ વસ્તુ સાધી શકે? ગાંધીજીને અમોઘ મંત્ર ‘રામનામ’ એ વસ્તુ છે. “તમે કદાચ કહેશો કે અમને એમાં શ્રદ્ધા નથી. તમને એની ખબર નથી, પરંતુ તેના વિના તમે એક શ્વાસ પણ ન લઈ શકો. ચાહો તો એને ઈશ્વર કહો યા અદ્વા, ‘ગોડ’ કે અહુરમઝદ કહો. દુનિયામાં જેટલાં માણસો છે તેટલાં અગણિત તેનાં નામો છે. એની સમાન વિશ્વમાં બીજું કંઈ નથી. એ જ એક મહાન છે, વિભુ છે. એનાથી મોટો જગતમાં બીજો કોઈ નથી. તે અનાદિ, અનંત, નિરંજન અને નિરાકાર છે. એવો મારો રામ છે. તે જ એક મારો સ્વામી અને માલિક છે.”

નાનપણમાં પોતે કેવા બીકણ હતા અને પડછાયાનો પણ તેમને ડર લાગતો હતો તથા તેમની આચારંભાએ ભયના મારણ તરીકે રામનામનું રહસ્ય શીખવ્યું હતું, એ પ્રસંગોનો ગાંધીજીએ લાગણીવશ થઈને ઉલ્લેખ કર્યો. “રંભા મને કહેતી કે, ‘બીક લાગે ત્યારે રામનામ લેજે. તારી રક્ષા કરશે.’ એ દિવસથી રામનામ એ હરેક પ્રકારના ભય માટે મારો અમોઘ આશરો થઈ પડ્યું છે.”

“પવિત્ર લોકોનાં હૃદયમાં તે સદાયે વસે છે. બંગાળમાં જેમ શ્રીચૈતન્ય તથા શ્રીરામકૃષ્ણ પરમહંસનું તેમ કાશ્મીરથી કન્યાકુમારી સુધી હિંદુઓમાં જેમનું નામ ઘેર ઘેર પરિચિત છે, તે ભક્તશિરોમણી તુલસીદાસે પોતાના અમર રામાયણમાં આપણને રામનામનો મંત્ર આપ્યો છે. રામનામનો ડર રાખીને તમે ચાલો, તો જગતમાં તમારે રાજા શું કે રંક શું કોઈનાથીયે બીવાપણું નહીં રહે. ‘અદ્વા હો અકબર’ના પોકારોથી તમારે શાને ડરવું જોઈએ? ઈસ્લામનો અદ્વા તો નિર્દોષ લોકોનો રક્ષક છે. પૂર્વ બંગાળમાં જે બન્યું છે, તેને પેગમ્બર સાહેબે ઉપદેશેલા ઈસ્લામની મંજૂરી નથી.

“ઈશ્વર પર તમારી શ્રદ્ધા હોય, તો તમારી પત્ની દીકરીઓની લાજ લેવાની કોની તાકાત છે? એથી કરીને તમે મુસલમાનોથી ડરતા અટકો, એવી આશા હું રાખું છું. રામનામમાં જો તમને શ્રદ્ધા હોય તો બંગાળ છોડી જવાનો વિચાર તમારે ન કરવો ઘટે. જ્યાં તમે જન્મ્યાં અને મોટાં થયાં ત્યાં જ તમારે રહેવું જોઈએ અને જરૂર પડે તો બહાદુર સ્ત્રીપુરુષોને છાજે તે રીતે પોતાની આબરુની રક્ષા કરતાં કરતાં ત્યાં જ મરવું જોઈએ. જોખમનો સામનો કરવાને બદલે તેનીથી દૂર ભાગવું એ માણસજાત પરની, ઈશ્વર પરની અને પોતાના પરની શ્રદ્ધાનો ઈનકાર કરવા બરાબર છે. શ્રદ્ધાનો ઈનકાર કરવા બરાબર છે. શ્રદ્ધાનું આવું દેવાળું કાઢતા કરતાં માણસે ડૂબી મરવું, એ બહેતર છે.”

હરિજનબંધુ, ૨૪-૧૧-૧૯૪૬



### ૨૩. કુદરતી ઉપચારમાં રામનામ

નિસર્ગોપચારીના ઈલાજોમાં સૌથી અક્સીર ઈલાજ રામનામ છે. આમાં કોઈએ અચરજ પામવા જેવું નથી. એમાં નામાંકિત આયુર્વેદી વૈદ્યે હમણાં જ મને કહેડાવ્યું : ‘આખી જિંદગી મેં મારી પાસે આવનારા દર્દીઓને જાત જાતની દવાઓની પડીકીઓ આપવામાં કાઢી. પણ તમે શરીરના વ્યાધિઓ મટાડવાનેરામનામની દવા બતાવી ત્યારે પણ મને યાદ આવ્યું કે તમારે વાતને ચરક અને વાગ્ભટ જેવા આપના પ્રાચીન ધનવંતરિઓનાં વચનોથી સમર્થન મળે છે.’ આદ્યાત્મિક આધિઓને મટાડવાને રામનામના જપનો ઉપચાર અત્યંત પ્રાચીન કાળથી ઊતરી આવેલો છે. પણ મોટી વાતમાં નાની વાત સમાઈ જાય છે અને તેથી મારો દાવો છે કે આપણા શરીરના વ્યાધિઓ દૂર કરવાને માટે પણ રામનામનો જપ સર્વોપરી ઈલાજ છે. નિસર્ગોપચારી દર્દીને એમ નથી કહેવાનો કે મને બોલાવે તો તારો બધો રોગ હું મટાડી દઉં. તે દર્દીને કેવળ પ્રાણીમાત્રમાં વાસ કરી રહેલું સર્વ વ્યાધિઓને હરનારું તત્વ દેખાડશે, અને તે જાગૃત કરી પોતાના જીવનની પ્રેરક શક્તિ બનાવી પોતાનો રોગ કેમ મટાડવો તે બતાવશે. હિન્દ એ તત્વના સામર્થ્યને ઓળખાતું થાય તો આપણે સ્વતંત્ર તો થઈશું જ. ઉપરાંત આજે આપણો મુલક રોગ ને નબળી શરીર પ્રકૃતિનું ઘર થઈ બેઠો છે તેને બદલે નીરોગ, સુદ્ધ શરીરવાળી પ્રજાનો મુલક બનશે.

રામનામની શક્તિને અમુક જાતની મર્યાદા છે અને તેની અસર થાય તે માટે કેટલીક શરતો પૂરી કરવી જોઈએ. રામનામ એ મેલી વિદ્યા કે જાદુ નથી. ખાઈ ખાઈ ને જેને બાદી થઈ છે ને તેની આપદામાંથી ઊગારી જઈ ફરી પાછો ભાતભાતની વાનીઓના સ્વાદ ભોગવવાને જે ઈલાજ ખોળે છે તેને સારું રામનામ નથી. રામનામનો ઉપયોગ સારા કામને માટે થાય. ખોટા કામને માટે થઈ શકતો હોત તો ચોરલૂંટારા સોથી મોટા ભગત થઈ જાત. રામનામ તેમને માટે છે જે હૃદયના ચોખ્ખા છે અને જે દિલની સફાઈ કરી હંમેશ શુદ્ધ રહેવા માંગે છે. રામનામ કડી ભોગવિલાસની શક્તિ કે સગવડ મેળવવાનું સાધન ન થઈ શકે. બાદીનો ઈલાજ પ્રાર્થના નથી, ઉપવાસ છે. ઉપવાસનું કાર્ય પૂરું થાય પછી જ પ્રાર્થનાનું શરૂ થાય. પ્રાર્થનાથી ઉપવાસ સહેલો થાય ને હળવો થાય એ જોકે સાચું. એ જ પ્રમાણે એક બાજુથી તમારા શરીરમાં તમે દવાના બાટલા રેડ્યાં કરો ને બીજી બાજુથી રામનામ બબડ્યા કરો તે પણ એક અર્થ વગરના ફારસ જેવું થાય. જે દાકતર દર્દીને બદીઓને પંપાળવાને પોતાની આવડત વાપરે તે પોતે નીચો પડે છે અને પોતાના દર્દીને અધોગતિએ પહોંચાડે છે.<sup>૬</sup> પોતાના શરીરને પોતાના સરજનહારની પૂજાને અર્થે મળેલું એક સાધન માનવાને બદલે તેની જ પૂજા કરાવી અને તેને કોઈ પણ ભોગે ચાલતું રાખવાને પાણીની માફક પૈસો વેરવો એનાથી અદકી અધોગતિ બીજી કઈ? એથી ઊલટું રામનામ દર્દને મટાડે છે, તેની સાથે માણસની શુદ્ધિ કરે છે અને તેથી તેને ઊંચે ચડાવે છે. આ જ રામનામનો ઉપયોગ અને આ જ તેની મર્યાદા.

હરિજનબંધુ, ૭-૪-૧૯૪૬

૬. આપને તો શરીરની મરામત કરનારા કરતાં આત્માની મરામત કરનારા જોઈએ છે. ઈસ્પિતાલો અને દાકતરો વધે તેથી સારો સુધારો વધે છે એમ માનવાની જરૂર નથી. આપણે આપણાં શરીરને જેમ બને તેમ ઓછા જ પંપાળીએ તો આપણે અને જગતને બંનેને માટે સારું છે. —નવજીવન ૨-૧૦-૧૯૨૭



## ૨૪. આમજનતાનું વૈદું

ચાળીસ વરસ પર ક્યુનેનું ‘ન્યૂ સાયન્સ ઓફ હિલીંગ’ (ઉપચારની નવી વિદ્યા) અને જુસ્ટનું ‘રિટર્ન ટુનેચર’ (કુદરત ને ખોળે પાછા ફરો) એ બે પુસ્તકો મારા વાંચવામાં આવ્યાં ત્યારથી હું કુદરતી ઉપચારને દૃઢતાથી માનતો થયો છું એ જાણીને તમે રાજી થશો. મારે કબૂલ કરવું જોઈએ કે રિટર્ન ટુ નેચર’નો અર્થ હું પુરેપુરો સમજી શક્યો નથી તેનું કારણ એવું ન માનશો કે મારી સમજવાની ઈચ્છા નથી. પણ તેનું કારણ મારું અજ્ઞાન છે. હમણાં હિંદના કરોડો ગરીબોને ફાવે એવી કુદરતી ઉપચારની પદ્ધતિ ખીલવવાના પ્રયાસમાં હું રોકાયો છું. પૃથ્વી, પાણી, આકાશ, તેજ અને વાયુ એ પંચમહાભૂતોમાંથી નીપજે એવા કોઈક ઈલાજ પૂરતો જ મારો પ્રચાર મર્યાદિત રાખવાની મારી કોશિશ છે. આમાંથી માણસને સહેજે સમજાય છે કે સર્વ રોગોનો સર્વોપરી ઈલાજ જેને અહીંના કરોડો રામના નામથી અને બીજાં કરોડો અઘાના નામથી ઓળખે છે તે ઈશ્વરના નામનું સાચા દિલથી રટણ કરવાનો છે. એવા સાચા દિલના રટણમાંથી માણસને માટે કુદરતે ફરમાવેલા કાનૂનને સમજવાનો અને તેને પાળવાનો ધર્મ આપોઆપ ફલિત થાય છે. આ વિચારસરણીમાંથી આખરે એવું અનુમાન પણ ફલિત થાય છે કે રોગ થયા પછી તેને સારો કરવાનાં ફાંફાં મારવા કરતાં તેને થતો અટકાવવો એ જ બહેતર છે. તેથી, આખરે માણસ અનિવાર્યપણે તંદુરસ્તીના અને સફાઈ તેમ જ સ્વચ્છતાના એટલે કે શરીરની, મનની અને તે બંનેની આસપાસની પરિસ્થિતિની શુદ્ધિના નિયમોના પ્રહાર તરફ ખેંચાય છે.

હરિજનબંધુ, ૧૫-૬-૧૯૪૭



## ૨૫. રામબાણ ઉપાય

“આપે આમ લખ્યું છે :

“ગમે તે વ્યાધિ હોય,જો માણસ હૃદયથી રામનામ રટે તો તે વ્યાધિ નષ્ટ થવો જોઈએ’ (‘હરિજનબંધુ’, ૩-૩-૪૬).

”જે પાંચ તત્વોનું મનુષ્યશરીર બનેલું છે તેમાંથી માણસ ઈલાજ શોધે. એ પાંચ તત્વો પૃથ્વી, પાણી, આકાશ, તેજ ને વાયુ છે’ (‘હરિજનબંધુ’, ૩-૩-૪૬)

“આપણા શરીરના વ્યાધિઓ દૂર કરવાને માટે પણ રામનામનો જપ સર્વોપરી ઈલાજ છે’ (હરિજનબંધુ’, ૭-૪-૪૬)

“આપે કુદરતી ઉપચારમાં જ્યારે આ નવો સૂર કાઢ્યો ત્યારે, પ્રથમ તો મને એમ લાગ્યું કે, શ્રદ્ધા પર રચેલી સાઈકોથેરેપી<sup>૭</sup> અને ક્રિશ્ચિયન સાયન્સ<sup>૮</sup> જેવી આ એક પદ્ધતિ છે. નામ માત્ર જુદું છે એટલું જ.

“આવી વસ્તુને દરેક ઔષધશાસ્ત્રમાં સ્થાન હોય છે. પહેલાં ઉતારનો અર્થ મેં એ રીતે કર્યો. બીજો ઉતારો સમજવો મુશ્કેલ છે. કારણ જે પંચમહાભૂતોની મદદ આપ દર્દ મટાડવામાં લેવા માગો છોએ પંચમહાભૂતમાંથી જ બધાંય ઔષધો બને છે.

“શ્રદ્ધા એટલે કોઈ વસ્તુ નિશ્ચય કરવો એમ હોય તો મારે કંઈ કહેવાપણું નથી. સાજા થવા સારું દર્દી શ્રદ્ધાપૂર્વક સહકાર આપે એ જરૂરનું છે. પણ શ્રદ્ધા જ શારીરિક દર્દને મટાડી શકે, એ સિદ્ધાંત માન્ય રાખવો મુશ્કેલ છે. બે વર્ષ પહેલાં મારી નાની દીકરીને લકવો થયેલો. આધુનિક ઢબના ઉપચારને લઈને જ એ બાળક જિંદગીભરના અપંગપણામાંથી બચી ગયું લકવામાંથી બચવા સારું અઢી વર્ષના બાળકને રામનામ લેવાનું કહેવું નકામું છે, એ તો આપ કબૂલ કરશો. અને આવે પ્રસંગે ફક્ત રામનામ લેવાનું કહેવું નકામું છે, એ તો આપ કબૂલ કરશો. અને આવે પ્રસંગે ફક્ત રામનામ રટ્યા કરે એમ કોઈ પણ મને આપ સમજાવી શકો તો તે જોવું મને ગમે.

“૨૪ માર્ચના અંકમાં આપે ચરકનો શ્લોક પ્રમાણભૂત સમજીને ટાંક્યો. છે, તેની મારા પર બહુ અસર થતી નથી. મારું હૃદય જે વસ્તુ ન મને તે ગમે તેટલી પ્રાચીન ને પ્રમાણભૂત હોય તોપણ ન સ્વીકારવી એમ આપે જ મને શીખવ્યું છે. ”

જુવાનોના એક શિક્ષક ઉપર પ્રમાણે લખે છે. રામનામ એ ફેઈથ હિલીંગ અને ક્રીષ્ટિયન સાયન્સ<sup>૯</sup> જેવું છે એવો ભાસ થાય છે ખરો, પણ એ બંનેથી તદ્દન ભિન્ન છે. રામનામ નો જપ એ તેમાં રહેલા સત્યનું પ્રક્ટીકમાંત્ર છે. હૃદયમાં વસેલા ઈશ્વરનું જે ક્ષણે માણસને ભાન થાય છે તે જ ક્ષણે તે ત્રિવિધ તાપમાંથી મુક્ત થાય છે. દુનિયામાં એવો દાખલો જડતો નથી, તેથી એ સત્ય કંઈ મટી જતું નાથ. જેમને ઈશ્વરમાં શ્રદ્ધા નથી, તેમને સારું મારી હિલીંગ નકામી છે, એ કબૂલ કરવું જોઈએ.



ક્રીષ્ટિયન સાયન્સ, ફેઇથ હિલીંગ તે સાઇકોથેરેપીમાં માનનારા રામનામ ની અંદર રહેલા સત્ય વિશે કંઈક અંશે સાક્ષી પૂરશે. વાચકને હું બુદ્ધિથી બહુ સમજાવી શકું એમ નથી. જેણે સાકાર ચાખી નથી તેને તે ખાવાનું કહીને જ તેનું ગળપણ સિદ્ધ કરાય ને?

એ પવિત્ર નામોચ્ચારણ સારું જે શરતો પાળવી જોઈએ તે ફરી વાર અહીં લખવાની જરૂર નથી જોતો.

રામનામમાં શ્રદ્ધા હોય તેને જ સારું ચરકનું પ્રામાણ્ય કામનું છે. બીજાઓ તે પર ધ્યાન છો ન આપે.

અણસમજુ બાળકોને માટે રામનામ છે જ નહીં. લાચાર હોવાને કારણે તેઓ માબાપની માયા પર નભે છે. આ બતાવી આપે છે કે, બાળકો પ્રત્યે ને સમજ પ્રત્યે માબાપની ભારે જવાબદારી હોય છે. પોતાના રામનામ-ઉચ્ચારણથી બાળકોનું દર્દ મટી જશે એવું માનનારાં માબાપોને હું જાણું છું.

પંચમહાભૂતમાંથી જ બધું બને છે એટલે દવા પણ તેમાં આવી જાય છે માટે વપરાય એમ કહી વાત ઉડાવી દેવાય ખરી, પણ તેથી કઈ કુદરતી ઉપચારનો છેદ ન ઊડી શકે.

હરિજનબંધુ, ૫-૫-૧૯૪૬

૭. એટલે માનસિક ઉપચાર. માનોવિશ્લેષણ તથા ઈચ્છાશક્તિ દ્વારા કેટલાક શારીરિક ને માનસિક વ્યાધિઓનું મૂળ કાઢી નાખવાનું શાસ્ત્ર.

૮. શ્રદ્ધા દ્વારા કરેલી એક ચિકિત્સાનું નામ. ખ્રિસ્તના સ્પર્શથી શ્રદ્ધાળુ લોકો સજા થઈ જતા. ‘નવા કરાર’માં એવો ઉલ્લેખ છે. આના ઉપર ‘ફેઇથ હિલીંગ’ શ્રદ્ધાથી વ્યાધિનો નાશ થઈ શકે એવી માન્યતા રચાયેલું છે.

૯. ગઈ કાલે વાત વાતમાં લોર્ડ લોધિયને ક્રીષ્ટિયન સાયન્સ વિશે ગાંધીજીનો મત પૂછ્યો: “મનુષ્ય ઈશ્વરની સાથે અવિચિત્ર રીતે જોડાયેલો છે, એટલે જેટલે અંશે તે ઈશ્વર સાથેના અવિચિત્ર સંબંધ સમજે ને સ્વીકારે તેટલે અંશે તે પાપ અને રોગથી મુક્ત રહે. શ્રદ્ધાથી રોગ મટે છે તે એ રીતે. ઈશ્વર એ સત્ય, પ્રેમ અને આરોગ્યની મૂર્તિ “અને એ વૈધ પણ છે,” ગાંધીજીએ કહ્યું. “ખ્રિસ્તી વિજ્ઞાનની જોડે મારે કશો ઝઘડો નથી. મેં ઘણાં વરસ પર જોહાનિસ્બર્ગમાં કહેલું કે હું એ સિદ્ધાંત સોએ સો ટકા સ્વીકારું છું, પણ એવા ઘણા ખ્રિસ્તી વૈજ્ઞાનિકો પર મને આસ્થા નથી. બૌદ્ધિક શ્રદ્ધા હોવી એ એક વસ્તુ છે, અને સત્યને હૃદયમાં ઉતારવું એ બીજી વસ્તુ છે. માંદગીમાત્ર પાપ છે. માણસને ખાંસી થાય છે એ પણ પાપનું પરિણામ છે એ હું સમજી શકું છું. એ વાતની હું બેધડક હા પાડી શકું છું. મારું લોહીનું દબાણ એ અતિ પરિશ્રમનું પરિણામ છે. પણ મારે અતિશ્રમ શા સારું કરવો જોઈતો હતો? અતિશ્રમ અને ઉતાવળ એ પાપ જ છે. અને મને બરાબર ખબર છે કે હું દાકતરોને બિલકુલ બોલાવ્યા વિના ચલાવી શકત. ખ્રિસ્તી વૈજ્ઞાનિકોને વિશે હું નથી સમજી શકતો તે એ કે તેઓ શારીરિક આરોગ્ય અને વ્યાધિને એકંદરે વધારે પડતું મહત્વ આપે છે.”

લોર્ડ લોધિયન: “જ્યાં સુધી રોગ એ પાપ છે એમ માનીએ ત્યાં સુધી બધું ઠીક જ છે. ગીતા પણ કહે છે કે માણસે પંચેન્દ્રિયના વિષયોને તજવા જોઈએ કેમ કે એ માયા છે. ઈશ્વર એ જીવન, પ્રેમ અને આરોગ્યરૂપ છે.”



ગાંધીજી: “મેં એ વાત કંઈક જુદી રીતે મૂકી છે. ઈશ્વર સત્યસ્વરૂપ તો છે જ, કેમ કે અમારાં શાસ્ત્રો કહે છે કે સત્ય સિવાય બીજું કંઈ છે જ નહીં. એ જ વાત બીજા શબ્દોમાં કહીએ તો ઈશ્વર એ જ જીવન છે. વળી મેં કહ્યું છે કે સત્ય અને પ્રેમ એ એક જ સિક્કાની બે બાજુઓ છે; સત્ય એ સાધ્ય છે અને પ્રેમ એ સાધન છે.”- ‘હરિજનબંધુ’, ૩૦-૧-૧૯૩૮



## ૨૬. આયુર્વેદ અને નૈસર્ગિક ચિકિત્સા

ઈશ્વરસ્તવન ને સદાચારપ્રચાર એ દર્દમાત્ર અટકાવવાનું સારામાં સારું ને સસ્તામાં સસ્તું વૈદ્ય છે, એમાં મને જરાયે શક નથી. દુઃખ એ છે કે વૈદ્યો, હકીમો અને દાકતરો આ સસ્તા ઉપાયનો ઉપયોગ કરતા જ નથી. ઊલટું, એ ઉપચારને તેઓના પુસ્તકમાં સ્થાન નથી, અથવા છે તો તેણે મંતરજંતરનું રૂપ લઈ લોકોને વહેમકૂપમાં ઉતર્યા છે. ઈશ્વરસ્તવન કે રામનામને વહેમની સાથે કશો સંબંધ નથી. એ તો કુદરતનો સુવર્ણ કાયદો છે. જે તે પાળે છે તે રોગમુક્ત રહે છે, જે નથી પાળતા તે રોગગ્રસ્ત રહે છે. જે કાયદો નીરોગી રહેવાનો છે તે જ કાયદો રોગ થયા પછી તેમાંથી મુક્તિ પામવાને લાગુ પડે છે. સવાલ એ થાય કે, જે રામનામ લે છે ને સદાચાર પાળે છે, તેને રોગ થાય જ કેમ? એ સવાલ યોગ્ય છે. માણસ સ્વભાવે જ અપૂર્ણ છે. વિચારવાન પૂર્ણતા તરફ દોડે છે, પણ સંપૂર્ણ કદી થતો નથી. તેથી, અજાણપણે પણ ભૂલો કરે છે. સદાચારમાં ઈશ્વરના બધાં કાયદા આવી જાય છે. પણ બધાં કાયદા જાણે એવો સંપૂર્ણ પુરુષ આપણી પાસે નથી. જેમ કે, હદ ઉપરાંત કામ ન કરવું એ એક કાયદો. હદ છૂટી, એમ કોણ જાણે? એ વસ્તુ માંદા પડ્યે જ જણાય. મિતાહાર ને ચુકતાહાર બીજો કાયદો છે. એ મર્યાદા ક્યારે ઓળંગાઈ એ કોણ જાણે? મારે સારું ચુકતાહાર કયો, એ કેમ જાણું? આવા દાખલા તો ઘણા કલ્પી શકાય. તે બધાનો સાર એ જ કે, દરેક માણસે પોતાના વૈદ્ય થઈ પોતાને લાગતો કાયદો શોધી કાઢવો. જે એ શોધી શકે ને તેનું પાલન કરી શકે, તે ૧૨૫ વર્ષ જીવે જ.

દાકતર મિત્રો દાવો કરે છે કે, તેઓ સંપૂર્ણપણે નિસર્ગોપચાર કરનારા છે, કેમ કે, ઔષધમાત્ર કુદરતે બનાવ્યાં છે. દાકતરો તેના પર્યાય કે છે. એમાં ખોટું શું? આ રીતે બધી વસ્તુ ઉડાવી શકાય. હું તો આટલું કહું કે, રામનામ ઉપરાંત જેટલું કરાય એ નિસર્ગ કે કુદરતની વિરુદ્ધ છે. આ મધ્યબિંદુથી જેટલે દુર જઈએ, એટલે દુર ગયા. આ વિચારશ્રેણીએ ચાલતાં પાંચ મહાભૂતોનો મૂળ ઉપયોગ એ નૈસર્ગિક ઉપચારની હદ હું બાંધું. પણ આગળ જનાર વૈદ્ય પોતાની આસપાસ જે ઔષધિ ઊગતી હોય કે ઊગી શકે, તેનો ઉપયોગ પૈસા કમાવા નહીં, કેવળ, લોકસેવાર્થે કરે તે પણ પોતાને નૈસર્ગિક ઉપચારક ગણાવી શકે. એવ વૈદ્ય ક્યાં છે? આજે તો તેઓ પૈસા કમાવાની ધડામારમાં પડ્યા છે. શોધખોળ કરતા નથી ને એમને આળસે ને લોભે આયુર્વેદ કંગાળ સ્થિતિ ભોગવે છે.

હરિજનબંધુ, ૧૯-૫-૧૯૪૬



## ૨૭. ઊરુળીકાંચનમાં

ગાંધીજીએ પ્રાર્થનામાં એકઠા મળેલા ઊરુળીકાંચનના લોકોને શરીરના વ્યાધિઓને હરનારી અવ્વલ નંબરની કુદરતી ઔષધિ તરીકે રામનામની ભેટ ધરી. “આપણે હમણાં જે ભજન ગાયું તેમાં ભક્ત કહે છે કે ‘હે હરિ! લોકોના દુઃખનો હરનારો તું છે.’ આમાં અપાયેલા કોલ સર્વ દુઃખોને લગતો છે. કોઈ એક ખાસ આધિ કે વ્યાધિની આમાં વાત નથી.” વળી ગાંધીજીએ તે લોકોને કુદરતી ઈલાજમાં સફળ થવાની શરતો જણાવી. રામનામની અસરનો આધાર તમારી તેના પર જીવંત શ્રદ્ધા છે કે નથી તે વાત પર રહેલો છે. “તમે ક્રોધને વશ થાઓ, કેવળ શરીર નભાવવાને નહીં પણ મોજને ખાતર ખાઓ ને ઊંઘો તો જાણજો ક રામનામનો સાચો અર્થ તમે પામ્યા નથી. એ રીતનો રામનામનો જપ કેવળ હોઠેથી હશે, હૈયામાંથી નહીં હોય. રામનામનું ફળ મેળવવાની તે જપતી વખતે તમારે તેમાં લીન થઈ જવું જોઈએ અને તમારા આખા જીવનવહેવારમાં તમારે તેમાં લીન થઈ જવું જોઈએ અને તમારા આખા જીવનવહેવારમાં તે દેખાવું જોઈએ.”

### પહેલો દર્દી

બીજે દિવસે સવારથી દર્દીઓ આવવા લાગ્યા. ત્રીસેક હશે. તેમાંના પાંચ કે છને ગાંધીજીએ તપસ્યા ને તે બધાને માંદગીનો પ્રકાર જોઈ થોડો ફેર કરી તેના તે ઈલાજો સૂચવ્યા. એટલે કે, રામનામનો જાપ, સૂર્યસ્નાન, ઘર્ષણસ્નાન, કટિસ્નાન, દૂધ, છાશ, ફળો, ફળોનો રસ અને પીવાને સારી પેઠે ચોખ્ખું તાજું પાણી. સાંજની પ્રાર્થનાસભા આગળ તેમને ખુલાસો કર્યો : ‘ખરેખર એવું જોવામાં આવ્યું છે કે મનના અને શરીરના સર્વ આધિવ્યાધિઓનું સર્વસામાન્ય કારણ એક જ છે.તેથી તે સર્વને માટે એક સામાન્ય ઈલાજ હોય તે પણ સ્વાભાવિક છે. જેવી રોગોની તેવી ઈલાજની એકરૂપતા હોઈ જ. તેથી આજે સવારે મારી પાસે જે દર્દીઓ આવ્યા તે બધાને રામનામ અને લગભગ એક જ જાતનો ઉપચાર બતાવ્યો. પણ જીવનવહેવારમાં શાસ્ત્રોને ફાવતાં આવતાં નથી ત્યારે તેમનો મનમાનતો ખુલાસો મેળવી લેવાની કળા માણસે કેળવી છે. આપણા મન પર આપણે એક એવા ભ્રમને સવાર થવા દીધો છે કે શાસ્ત્રો આવતા જન્મમાં જીવનું આધ્યાત્મિક કલ્યાણ થાય તે માટે છે. મારો મત એવો નથી. આ જીવનમાં ધર્મનો વહેવારમાં ઉપયોગ ન હોય તો આવતા જન્મમાં મારે તેનો શો ખપ?

“શારીરિક કે માનસિક આધિવ્યાધિથી તદ્દન મુક્ત એવો આ દુનિયામાં કોઈ વિરલો હશે. કેટલાક આધિવ્યાધિનો તો દુન્યવી ઈલાજ જ નથી. દાખલા તરીકે ખંડિત થયેલું એકાદું અંગ પાછું ઉગાડવાનો ચમત્કાર રામનામમાં થોડો જ છે? પણ એથીએ મોટો ચમત્કાર કરી બતાવવાની તેની શક્તિ છે. અંગો ખંડિત થયાં હોય કે દર્દો થયાં હોય છતાં આખા આયુષ્યભર અનિર્વચનીય શાંતિથી જીવવાની અને આયુષ્ય પૂરું થાય ને સૌને જ્યાં જવાનું છે. તે ધામમાં જવાનો વારો આવે ત્યારે મરણમાં રહેલા ડંખનું અને ચિંતાના વિજયના ભયનું તે નિવારણ કરેછે એ નાનોસૂનો ચમત્કાર છે? <sup>૧૦</sup> વહેલું કે મોડું મરણ જો આવવાનું જ છે તો તે ક્યારે તેની ફિક્કરમાં આગળથી જ શાને મારી જવું?”





તે પછી તેમણે તે લોકોને કુદરતી ઈલાજનાં મૂળ તત્વો વિશે પહેલું પ્રવચન આપ્યું. તેનો સર નીચે આપ્યો છે :

### કુદરતી ઉપચારનાં મૂળતત્વો

“માણસનું ભૌતિક શરીર પૃથ્વી, પાણી, આકાશ, તેજ અને વાયુ એ પાંચ તત્વો જે પંચમહાભૂતોને નામે ઓળખાય છે તેમનું બનેલું છે. એમાંનું તેજ તત્વ શરીરને શક્તિ આપે છે. આત્મા તેને ચેતન આપે છે.

“એમાં સૌથી જરૂરી હવા છે. માણસ ખોરાક વિના અઠવાડિયાં જીવી શકે, પાણી વિના પણ થોડા કલાકો કાઢી શકે. હવા વગર થોડી મિનિટમાં તેનો દેહ અટકી પડે. ઈશ્વરે તેટલા ખાતર હવા સૌના સહેજેમળે તેવી બનાવી. અન્નની ને પાણીની તંગી કોઈક વાર પડે, હવાની કદી નથી પડતી. આમ છતાં બેવકૂફોની માફક આપણે ઘરની અંદર બારીબારણાં ભલે બંધ રાખો પણ તેથી જાતે તેમાં પુરાવાની શી જરૂર?

“ચોખ્ખી તાજી હવા મેળવવાને માણસે ખુલામાં સૂવું. પણ ખુલામાં સોઈ ધૂળ ને મેલથી ભરેલી હવા લેવાનો કશો અર્થ નથી. તેથી તમે જે જગા પર સૂવાનું રાખો ત્યાં ન ધૂળ હોય ન મેળ હોય. ધૂળ અને ટાઢથી બચવાને હેઠ માથે લાગી ઓઢવાની કેટલાક લોકોને આદત હોય છે. મૂળ રોગના કરતાંય આ ઈલાજ ભૂંડો છે. બીજી બુરી કુટેવ મોઢેથી શ્વાસ લેવાની છે. મોઢું ખોરાકપાણી શરીરમાં લેવાનું અંગ છે, શ્વાસ લેવાનું નથી. નસકોરાં વાટે ફેફસાંમાં પહોંચતી હવા ગળાઈને ચોખ્ખી થઈને અને વળી જોઈએ તેટલી ગરમી પકડીને જાય છે.

“જે કોઈ ફાવે ત્યાં ફાવે તેમ થૂંકી, કચરો કે ગંદવાડ નાખી, અથવા બીજી રીતે હવાને બગાડે છે તે કુદરતનો ને માણસનો ગુનેગાર છે. માણસનું શરીર ઈશ્વરનું મંદિર છે. એ મંદિરમાં જનારી હવાને દુષિત કરનાર મંદિરને પણ અભડાવે છે. તેનું રામનામ લીધેલું મિથ્યા છે.”

હરિજનબંધુ, ૭-૪-૧૯૪૬

૧૦. ઈશ્વરના નામ જેવો શાંતિની સ્થાપનાનો બીજો ચમત્કારી ઈલાજ મેં જાણ્યો નથી. —છાપાનો હેવાલ, ૧૦-૧-૧૯૪૬



## ૨૮. ઊરુનીકાંચનમાં કુદરતી ઉપચાર

કુદરતી ઉપચારનાં બે પાસાં છે : એક ઈશ્વરશક્તિ, એટલે કે રામનામથી રોગ મટાડવા. અને બીજી, કે રોગ થાય જ નહીં એવા ઈલાજ લેવાં. મારા સાથીઓ લખે છે કે, કાંચન ગામના લોકો સ્વચ્છતા જાળવવામાં મદદ કરે છે. જ્યાં શરીરની ચોખ્ખાઈ, ઘરની સફાઈ અને ગામની સ્વચ્છતા હોય, ચુકતાહાર અને ઘટતી કસરત હોય, ત્યાં ઓછામાં ઓછા રોગ થાય છે. અને ઉપર ગણાવેલી સફાઈ સાથે દિલની સફાઈ રામનામ વગર ન થાય. આટલી વાત ગામડાંના લોકો સમજી જાય તો વૈદ, હકીમ કે દાકતરની જરૂર રહેતી નથી.

કાંચનમાં ગાયોની સંખ્યા નહીં જેવી છે. અને હું એક કમનસીબી લેખું છું. થોડી ભેંસો છે ખરી; પણ મારી પાસે જે પુરાવો છે તે પરથી જણાય છે કે એ બેમાં ગાય વધારે ઉપયોગી જાનવર છે. વળી, ગાયનું દૂધ તંદુરસ્તીને પોષક છે, અને ગાય જેટલી ઉપયોગી છે તેટલી ભેંસ નથી. બીમારોને માટે તો વૈદો ગાયના દુધનો ઉપયોગ કરવાનું જ કહે ઘણી રાખશે જેથી સૌને ગાયનું તાજું સ્વચ્છ દૂધ મળે. તંદુરસ્તી જાળવવા માટે દૂધની ઘણી જરૂર રહે છે.

કુદરતી ઉપચારના મૂળમાં એ વાત રહેલી છે કે, માનવજીવનની આદર્શ રચના જળવાઈ રહે. અને માનવજીવનની આદર્શ રચનામાં ગામડાની કે શહેરની આદર્શ રચના સમાઈ જાય છે. અલબત્ત એ રચનાનું મધ્યબિંદુ તો ઈશ્વર જ હોય.

હરિજનબંધુ, ૨૬-૫-૧૯૪૬



## ૨૯. ગરીબો માટે કુદરતી ઉપચાર

કુદરતી ઉપચારમાં જીવનપરિવર્તનની વાત તો છે જ. આ કંઈ વૈદનું પડીકું લેવાની અથવા ઈસ્પિતાલમાં જઈને મફત દવા લેવાની કે ત્યાં રહેવાની વાત નથી. મફત દવા લેનારો ભિખારી બને છે. કુદરતી ઉપચાર કરનારો કદી ભિખારી નથી બનતો. તે પોતાની પ્રતિષ્ઠા વધારે છે ને સારા થાવાનો ઉપાય પોતાની મેળે કરી લે છે તથા શરીરમાંથી ઝેર કાઢી નાખી ફરી વાર માંદો ન પડે એવો પ્રયત્ન કરે છે. વળી કુદરતી ઉપાયમાં મધ્યબિંદુ તો રામનામ છે ને? રામનામથી માણસ સલામતી મેળવે છે. પણ નામ અંતરમાંથી નીકળવું જોઈએ. રામનામ અંતરમાંથી નીકળે તે માટે નિયમપાલનની જરૂર રહે છે, અને ત્યારે જ માણસ નીરોગી થાય. આમાં મહેનતની કે ખર્ચની વાત નથી. મોસંબી ખાવી એ ઉપચારનું અનિવાર્ય અંગ નથી, પથ્થ ખોરાક, યુક્તાહાર એ અનિવાર્ય અંગ છે ખરું આપણે જેવા કંગાળ. છીએ તેવાં કંગાળ આપણાં ગામડાં છે, ગામડાંમાં શાકભાજી, ફળ, દૂધ, વગેરે પેદા કરવાં એ કુદરતી ઉપચારનું ખાસ કુદરતી ઉપચારનું ખાસ અંગ છે. તેમાં જે સમય જાય છે તે વ્યર્થ જતો નથી. એટલું જ નહીં તેનાથી બધાં ગ્રામવાસીઓને અને અંતે આખા હિન્દુસ્તાનને લાભ છે.

હરિજનબંધુ, ૨-૬-૧૯૪૬



### ૩૦. કુદરતી ઉપચાર અને આધુનિક ઉપચાર

આ વાત કેવળ ગામડિયાઓ સારુ, ગામડાંઓ સારુ છે, એટલે એમાં સૂક્ષ્મદર્શકચંત્ર, ‘ક્ષ’ કિરણો વગેરેને કશું સ્થાન નથી. કિવનાઈન, ઈમેટીન, પેનિસિલીન જેવી દવાઓના પણ નેચર-ક્યોરમાં સ્થાન નથી. ગ્રામસફાઈ, ઘરસફાઈ, અંગસફાઈ અને આરોગ્યરક્ષણને પ્રથમ સ્થાન છે અને તે પૂરતાં છે. એટલું થઈ શકે, તો વ્યાધિ ન આવી શકે, એ એની પાછળ કલ્પના છે. અને વ્યાધિ આવ્યો હોય તો તેને કાઢવાને ખાતર કુદરતના ગરીબો માટે કુદરતી ઉપચાર બધા નિયમોને જાળવવા છતાંરામનામ એ ઉપગ્ર છે. એ ઉપચાર સાર્વજનિક ન થઈ શકે, જ્યાં લાગી રામનામની સિદ્ધિ પોતાનામાં ઉપચારકને ન આવી હોય. એટલે રામનામરૂપી ઉપચાર એકએક સાર્વજનિક ન થઈ શકે. પણ પંચમહાભૂતોમાંથી એટલે પૃથ્વી , પાણી, આકાશ,તેજ અને વાયુમાંથી જે દોહન કરી શકાય તે શક્તિનું દોહન કરીને વ્યાધિ મટાડવાનો આ પ્રયાસ છે અને ત્યાં મારી દ્રષ્ટીએ કુદરતી ઉપચારનો અંત આવી જાય છે. એટલે જે પ્રયોગ અત્યારે ઊરુળીકાંચનમાં ચાલી રહ્યો છે, તે ગ્રામવાસીઓને સ્વાસ્થ્યરક્ષાની કળા શીખવવાનો અને રોગી છે, તેનો રોગ પંચમહાભૂત મારફત મટાડવાનો છે. એમાં જરૂર જણાતાં ઊરુળીની ઉપસ્થિત વનસ્પતિઓનો ઉપયોગ થશે,ને આમાં પથ્યાપથ્યનો સમાવેશ થઈ જાય છે.

હરિજનબંધુ, ૧૮-૮-૧૯૪૬



### ૩૧. અંતઃક્રમ કેળવો

જે કંઈ કરવું હોય તેમાં પશ્ચિમ તરફ નજર કરીએ તો જ આગળ વધી શકાય, એ ભ્રમ કાઢી નાખવા જેવો છે. કુદરતી ઉપચાર શીખવા સારું જો પશ્ચિમમાં જવું પડે, તો તે ઉપચાર હિન્દુસ્તાનને કામ આવે એમ હું માનતો નથી. એ ઉપચાર સહુના ઘરમાં છે. નૈસર્ગિક ઉપચારની જરૂર પણ હમ્મેશાં ન હોવી જોઈએ. દરેક માણસ શીખી લઈ શકે એવી એ સહેલી વસ્તુ છે. રામનામ લેતાં શીખવા વિલાયત જવું જોઈએ, તો આપના બાર જ વાગી જાય ના? રામનામ મેં પાચો ગણ્યો છે. તેમ જ પૃથ્વી, પાણી, આકાશ, તેજ ને વાયુના ઉપચારને સારું દરિયાપાર જવાની જરૂર હોઈ જ ન શકે, એ સાફ સમજાય એવું છે. જે બીજું શીખવાનું હોય તે અહીં જ છે, ગામડાંમાં છે. ગામડાંનાં વસાણાં કંઈ બહારથી નથી મળવાનાં. તે તો આયુર્વેદમાં છે. આયુર્વેદીઓ ધૂર્ત હોય તો તે કંઈ પશ્ચિમમાં જઈ આવીને સારા થઈ આવવાના નથી. શરીરશાસ્ત્ર પશ્ચિમથી આવ્યું છે. તેમાંથી ઘણું શીખવાનું છે એ સહુ કોઈ કબૂલ કરશે. પણ તે શીખવાનાં પુષ્કળ સાધનો એ દેશમાં મળી શકે છે. મતલબમાં, પશ્ચિમમાં જે કંઈ સારું છે, તે એવું હોવું જોઈએ ને એવું છે કે બધી જગ્યાએ શીખી શકાય. વળી એટલું અહીં કહી જવું જરૂરનું છે કે કુદરતી ઉપચાર શીખવા સારું શરીરશાસ્ત્ર શીખવાની જરૂર છે, એવું કંઈ જ નથી.

ક્યુને, જુસ્ટ, ફાધર કનાઈપ વગેરે લેખકોએ વગેરે લેખકોએ જે લખ્યું છે. તે સાર્વજનિક ને સર્વવ્યાપક છે, સીધું છે. તે જાણવાનો આપણો ધર્મ છે. કુદરતી ઉપચાર જાણનારની પાસે એનું થોડુંઘણું જ્ઞાન હોય છે, હોવું જોઈએ. કુદરતી ઉપચારે હજુ ગામડાંમાં પ્રવેશ કર્યો જ નથી. એ શાસ્ત્રમાં આપણે ઊંડે ઉતાર્યો જ નથી, કરોડોની ઢ્રષ્ટીએ તેનો વિચાર થયો નથી. તેનો આરંભ જ થયો છે. છેવટે તે ક્યાં જઈને ઊભશે, એ કોઈ કહી શકે તેમ નથી. તેની પાછળ, બધાં શુભ સાહસની પાછળ જોઈએ તેમ તાપ જોઈએ. નજર પશ્ચિમ તરફ ન જાય પણ અંદર જાય.

હરિજનબંધુ ૨-૬-૧૯૪૬.



## ૩૨. કુદરત ના નિયમો

“આપની સૂચના મુજબ રામના —સચ્ચિદાનંદના નામનું રટણ કરવાના મારા પ્રયાસો ચાલુ છે, ને મારી ક્ષયરોગની બીમારીમાં સુધારો થતો આવ્યો છે. એ ખરું કે, સાથે તબીબી ઉપચારો પણ ચાલુ છે. પણ આપ કહો છે કે, ચુકતાહાર ને મિતાહારથી માનવી રોગમુક્ત રહી શકે ને પોતાનું જીવન લંબાવી શકે. હું તો આજ પચીસ વર્ષ થયાં મિતાહારી પોતાનું રહ્યો છું. છતાં આજે આવી માંદગીનો ભોગ બન્યો . એને શું પૂર્વજન્મનું કે આ જન્મનું કમનસીબ કહેવાય? વળી આપ ૧૨૫ વર્ષ જીવી શકાય એમ પણ કહો છો. તો આપને સ્વ. મહાદેવભાઈની ઘણી જરૂર હતી એમ ઈશ્વર જાણતો હોવા છતાં, તેણે તેમને ઉપાડી લીધા. ચુકતાહારી ને મિતાહારી. સ્વ. મહાદેવભાઈ આપને ઈશ્વરરૂપ સમજી જીવતા હતા, છતાં બ્લડપ્રેશરનો એટલે કે લોહીના દબાણની બીમારીનો ભોગ બની કેમ ચાલી ગયા? ભગવાનનો અવતાર માનતા રામકૃષ્ણ પરમહંસ ક્ષયના જેવા જ જીવલેણ માનતા કેન્સરનો ભોગ બની કેમ મૃત્યુવશ થયા? એઓ કેન્સરનો સામનો કેમ ન કરી શક્યા?”

હું તો સ્વાસ્થ્ય જાળવવામાં જે પોતે જાણું છું તે નિયમ બતાવી રહ્યો છું. પણ મિતાહાર કે ચુકતાહાર કોને કહેવો એ દરેક વ્યક્તિને વિશે જાણવું ઘટે. બહુ વાચન કર્યું હોય ને વિચાર્યું હોય તો સારામાં સારી રીતે પોતે જ જાણી શકે; પણ એનો અર્થ એ ન થયો કે એ જ્ઞાન શુદ્ધ છે. અથવા પૂર્ણ છે. આથી જિંદગીને કેટલાક પ્રયોગશાળા કહે છે. અનેકના અનુભવનો સંગ્રહ કરી એમાંથી જાણવાનું જાણી લઈને આગળ વધીએ. પણ એમ કરતાં સફળતા ન મળે તોયે કોઈને દોષ ન દઈએ, આપણે પોતે પણ ન ઓઢીએ. નિયમ ખોટો છે એમ કહેવાનું ઝટ સાહસ ન કરીએ. પણ બુદ્ધિપૂર્વક એમ લાગે કે નિયમ ખોટો છે તો ખરો શો છે તે બતાવવાની શક્તિ મેળવીને તેનો પ્રચાર કરીએ. તમારે પોતાને ક્ષયરોગ થવાનાં ઘણાં કારણો હોઈ શકે. પંચમહાભૂતોની તમારે વિશે તમે જોઈએ તેવો ઉપયોગ કર્યો છે કે નહીં એ પણ કોણ કહી શકે? એટલે જ્યાં લાગી કુદરતના નિયમો હું જાણું છું ને ખરા માનું છું, ત્યાં લાગી મારે તો એમ જ મનાવવાનું રહ્યું કે ક્યાંક પણ પંચમહાભૂતોનો ઉપયોગ કરવામાં તમે ભૂલ કરી છે. મહાદેવ ને રામકૃષ્ણ પરમહંસ વિશે તમે શંકા ઉઠાવી છે એનો જવાબ પણ મેં જે ઉપર લખ્યું છે તેમાં આવી જાય છે. એમણે પણ ક્યાંક ભૂલ કરી હશે એમ માનવું એ નિયમને ખોટો માનવા કરતાં વધારે બંધ બેસે તેવું છે. નિયમ કંઈ મારો બનાવેલો નથી; કુદરતનો એ નિયમ છે એમ ઘણા અનુભવીઓએ કહ્યું છે. અને એ વચન માનીને હું ચાલવાનો પ્રયત્ન કરી રહ્યો છું. બાકી સાચી વાત એ જ છે કે બીજો કોઈ, અપૂર્ણ માનવી, તે કેમ જાણી શકે? દાક્ટરો એને નથી માનતા અથવા મને છે તો બીજો અર્થ કરે છે. એની અસર મારા પર કંઈ થતી નથી. નિયમનું આમ સમર્થન કરવા છતાં, મારા કહેવાનો એ અર્થ નથી નીકળતો, ન કાઢવો જોઈએ કે ઉપરની એકે વ્યક્તિનું મહત્વ ઓછું છે.

હરિજનબંધુ , ૪-૮-૧૯૪૬



### ૩૩. બાધાઆખડી વિ. રામનામ

એક મિત્ર સરસ હળવી કરે છે કે,

“કુદરતી ઉપચારને, શ્રદ્ધા એટલે કે બાધાઆખડીનો ઉપચાર કહેવામાં આવે છે, તેની સાથે નિકટનો સંબંધ છે કે કેમ, એવો પ્રશ્ન મારા મનમાં ઊઠે છે. કોઈ પણ પ્રકારના ઉપચારમાં શ્રદ્ધાની આવશ્યકતા રહે છે એ નિર્વિવાદ છે. પણ કેટલાક ઉપચારો કેવળ બાધાઆખડીના જ હોય છે. દાખલા તરીકે બળિયા અને પેટના દુખણાના ઉપચારો. અપને કદાચ ખબર હશે કે, ખાસ કરીને દક્ષિણમાં, બળિયાને માટે કોઈ પણ પ્રકારના વૈધકીય ઉપચારો કરવામાં આવતા નથી. એ ઈશ્વરની લીલા મનાય છે. એના ઉપચાર તરીકે અમે મારિયમ્મા દેવીની પૂજા કરીએ છીએ અને અજાયબીની વાત એ છે કે મોટા ભાગના દર્દીઓ તેથી સજા થાય છે. લાંબા વખતથી ઘર કરી બેઠેલા પેટના દુખણાના દર્દને માટે પણ ઘણા તિરુપતિના દેવીની માનતા મને છે અને દર્દમાંથી સાજા થઈ લોકો દેવીને માન્યો હોય તેવો ભોગ ધરાવે છે. મારી માનો જ દાખલો આપું. તે એવા જ પેટના દુખણાના દર્દથી પીડાતી હતી. પણ તિરુપતિ જી આવ્યાપછી તેનું દુખણું મટી ગયું છે.

“કૃપા કરીને આ બાબતમાં આપ મને સમજૂતી આપશો? અને હું આપને પૂછી શકું ખરો કે, કુદરતી ઉપચાર ઉપર પણ આવી જ શ્રદ્ધા રાખી વારંવાર કરવા પડતા દાકતરના ખર્ચમાંથી લોકોએ ઊગારી કાં ન જવું? ચોસરે (એક અંગ્રેજ કવિ) દાકતરને વિશે કહ્યું છે કે, દર્દીને સદાયે દર્દી રાખવાને જે પ્રાપ્ત પરિસ્થિતિનો એક ભાગ જ છે તે ફાર્મસીવાળાઓ સાથે કાવતરું ચલાવ્યે રાખે છે.”

ઉપર ટાંકવામાં આવેલા દાખલાઓ નથી કુદરતી ઉપચાર કે નથી રામનામ, જેનો મેં તેમાં સમાવેશ કર્યો છે. પરંતુ એ ઉદાહરણ ખસૂસ બતાવે છે કે, કોઈ પણ પ્રકારના ઉપચાર વિના ઘણા દાખલાઓમાં કુદરત આપોઆપ દર્દ મટાડે છે. એ દાખલાઓ, હિંદીઓના જીવનમાં વહેમ કેવો ભાગ ભજવે છે એ વસ્તુ પણ અલબત્ત બતાવે છે. રામનામ, જે કુદરતી ઉપચારનું કેન્દ્ર છે, તે વહેમનો શત્રુ છે. અપ્રમાણિક લોકો બીજી કોઈ વસ્તુ કે પ્રથાનો દુરુપયોગ કરે, તે જ પ્રમાણે રામનામનો પણ દુરુપયોગ કરે, તે જ પ્રમાણે રામનામનો પણ દુરુપયોગ કરવાનાં. કેવળ મોઢેથી રામનામ બબડવું એને ઉપચાર સાથે કશો સંબંધ નથી. હું બરાબર સમજતો હોઉં તો માનતા કે બાધાઆખડીનો ઉપચાર, એ પેલા મિત્રે વર્ણવ્યો છે, તેવો આંધળો ઈલાજ છે અને તે જીવતા જાગતા ઈશ્વરના જીવંત નામની હંસી છે. રામનામ કલ્પનાનું તૂટ નથી. એનો નાદ હૃદયમાં ઊઠવો જોઈએ. એ ઈશ્વર પરની જીવંત શ્રદ્ધા છે, તથા તેના કાયદાનું જ્ઞાન છે. એ જ્ઞાન તથા એ શ્રદ્ધા બીજી કોઈ વાસ્તુની સહાય વિના સંપૂર્ણપણે દર્દ મટાડે છે. એ કાયદો એ છે કે, સંપૂર્ણ મન પર શરીરની સંપૂર્ણ તંદુરસ્તીનો આધાર છે. ઉદભવે પૂર્ણ મન પૂર્ણ હૃદયમાંથી ઉદભવે છે. દાકતરના સ્ટેથોસ્કોપથી જાણી શકાય છે કે હૃદય આ નથી આ તો ઈશ્વરનું મંદિર છે. એવું કહેવામાં આવે છે કે હૃદયમાં ઈશ્વરનો સાક્ષાત્કાર થાય એટલે માણસના મનમાં મેલો કે નકામો વિચાર પ્રવેશ કરી શકતો નથી. વિચારની શુદ્ધિ હોય ત્યાં રોગ અશક્ય બની જાય છે. આવી સ્થિતિ



પ્રાપ્ત કરવાનું મુશ્કેલ હોય એમ બને. પરંતુ એનો સ્વીકાર કરતાંની સાથે તંદુરસ્તીના શિખર પર ચડવાને પહેલું પગલું ભર્યું ગણાય. એનો પ્રયત્ન શરૂ કરવો એ બીજું પગલું થાય. અત્યાર સુધીમાં માણસે ખોળી કાઢેલા કુદરતના નિયમોનું પાલન જીવનમાં આવો ઘરમૂળનો ફેરફાર કરતાંની સાથે સ્વાભાવિક રીતે જ થાય છે. એ નિયમોની સાથે રમત કરનાર કોઈ પણ પોતાનું હૃદય નિર્મળ છે એવો દાવો ન કરી શકે. વળી એમ પણ કહી શકાય કે એ જ રીતે હૃદય નિર્મળ હોય તો રામનામ વિનાયે ચાલે. શુદ્ધતા પ્રાપ્ત કરવાનો બીજો રસ્તો હું જાણતો નથી. પ્રાચીન કાળના દુનિયાભરના સાધુસંતોએ એ જ માર્ગ અખત્યાર કર્યો છે. તેઓ ધર્માત્મા હતા, પહેમી માણસો કે ધુતારા નહોતા.

આ જો ક્રીષ્ટિયન સાયન્સ કહેવાતું હોય તો એની સામે મારે કશો વાંધો નથી. રામનામનો માર્ગ કંઈ મારી શોધ નથી. ઘણું કરીને, એ શોધ ખ્રિસ્તી યુગથી ઘણી પુરાણી છે.

એક પત્રલેખક એવો પ્રશ્ન પૂછે છે કે, ખરેખર શસ્ત્રક્રિયાની જરૂર હોય તે રામનામથી ટળે ખરી? બેશક ન ટળે. અકસ્માતથી કપાઈ ગયેલો પગ રામનામ ફરી પાછો જેવો ને તેવો ન કરી શકે. ઘણા દાખલાઓમાં શસ્ત્રક્રિયા બિનજરૂરી હોય છે. જ્યાં એની જરૂર હોય ત્યાં તે કરવી રહી. પણ ઈશ્વર પર આસ્થાવાળો માણસ પોતાનું એકાદ અંગ ગુમાવી બેસે તો તેની ચિંતા કરતો નથી. રામનામનું રટણ કંઈ ઊંટવૈદું કે કામચલાઉ ઈલાજ નથી.

હરિજનબંધુ, ૯-૬-૧૯૪૬





## ૩૪. રામનામ વિશે સમજનો ગોટાળો

એક મિત્ર લખે છે:

“મલેરિયાના ઈલાજ તરીકે તમે બતાવેલા રામનામના ઈલાજને વિશે મારી મૂંઝવણ એવી છે કે મારા શારીરિક વ્યાધિઓને માટે મારાથી એક આધ્યાત્મિક શક્તિનો આધાર કેમ લેવાય તે હજી મારી સમજમાં બેસતું નથી. વળી, રોગમાંથી મુક્ત થવાને માટે હું લાયક છું કે નથી અને મારા દેશનાં ભાઈબહેનો આટલા બધાં દુઃખમાં સબડે છે તે વખતે મારી મુક્તિને માટે પ્રાર્થના કરવામાં હું વાજબી છું કે નથી એ વિશે મને ખાતરી નથી. જે દિવસે રામનામનું રહસ્ય હું પામીશ તે દિવસે તેમની મુક્તિને ખાતર હું પ્રાર્થના કરીશ. નહીં તો મને એમ લાગ્યા કરશે કે, આજે હું જેટલો સ્વાર્થી છું તેનાથી સજા થવાને પ્રાર્થના કરવામાં અથવા રામનામ લેવામાં વધારે સ્વાર્થી ઠરું છું.”

અંતરની ઊલટથી જે સત્યની શોધ કરે છે, એમ માનું છું, તેવા મિત્રની પાસેથી આ લખાણ આવ્યું છે. તેની મુશ્કેલી હું જાહેરમાં એટલા ખાતર ચર્ચુ કે તેમના જેવા ઘણાની મૂંઝવણનો આ એક નમૂનો છે.

બીજી સર્વ શક્તિઓની માફક આધ્યાત્મિક શક્તિ પણ માણસની સેવાને અર્થે મોજૂદ છે. શરીરના વ્યાધિઓના ઈલાજ તરીકે તેનો જમાનાઓથી વત્તીઓછી સફળતાથી ઉપયોગ થતો આવ્યો છે, એ વાત બાજુએ રહેવા દઈને તેના ઉપયોગથી શરીરના વ્યાધિઓ સફળતાપૂર્વક મટાડી શકાતા હોય તો તેનો તે માટે ઉપયોગ ન કરવાના વાતમાં મૂળે જ દોષ રહેલો છે. કારણ એ કે માણસના બંધારણમાં જડ પદાર્થ અને આત્માના ચેતન તત્વનું મિશ્રણ છે, તે બંને એકબીજા પર કાર્ય કરે છે અને બંનેની એકબીજાપર અસર થયા કરે છે. જે લાખો લોકોને કિવનાઈન મળતું નથી તેમનો વિચાર કર્યા વિના કિવનાઈન લઈને મલેરિયામાંથી સજા થવાય તો લાખો અથવા કરોડો લોકો જે ઈલાજનો અજ્ઞાનને કરને ઉપયોગ કરતા નથી તેનો આશરો લેવાનો ઈનકાર તમે શા માટે કરો? બીજા લાખો લોકો પોતાના અજ્ઞાનને કારણે અથવા કહો કે પોતાની આડાઈને કારણે સ્વચ્છ ને સજા ન રહે માટે તમે પણ શું સ્વચ્છ અને સજા રહેવાનું માંડી વાળશો? માનવસેવાના ખોટા ખ્યાલોથી દોરવાઈ જઈ તમે સ્વચ્છ ન રહો તો ગંદા ને માંદા રહીને તે જ લાખો લોકોની સેવા કરવાની ફરજ તમે ચૂકતા નથી? સાચે જ, આધ્યાત્મિક દ્રષ્ટિથી સ્વચ્છ અથવા સજા રહેવાનો ઈનકાર કરવો એ શરીરની દ્રષ્ટિથી ચોખ્ખા અને સજા રહેવાનો કરવાના કરતાં બદતર છે.

મુક્તિ એટલે હરેક રીતે અથવા હરેક દષ્ટિથી સાજા રહેવું, એના કરતાં કશું વધારે નથી, કશું ઓછું નથી. વળી, સાજા રહીને તમે બીજા લોકોને સાજા રહેવાનો રસ્તો બતાવી શકે અને તે રસ્તો બતાવવા ઉપરાંત તમારી તંદુરસ્તીને કારણે વધારામાં તમે તેમની ખરેખર સેવા બજાવો તો જાતે સાજા રહેવાનો ઈનકાર કરવાનું બીજું કારણ શું છે? પણ બીજા લોકોને પેનિસિલિન મળવાનું નથી એની એની પાકી ખાતરી હોવા છતાં તે લઈને સાજા થવામાં પુરેપૂરી સ્વાર્થી વૃત્તિ જરૂર રહેલી છે.

મારા પર પત્ર લખનાર ભાઈની દલીલમાં રહેલો સમજનો ગોટો તદ્દન ઉઘાડો છે.



પરંતુ સાચી વાત એવી છે કે કિવનાઈનની એક અથવા વધારે ગોળી લેવાનું કામ રામનામના ઉપયોગનું જ્ઞાન મેળવવાને કામ કરતાં ઘણું સહેલું છે. કિવનાઈનની ગોળી પૈસા આપીને ખરીદવાના કરતાં રામનામનો બરાબર ઉપયોગ કરવાનું શીખવામાં કેટલોય વધારે પ્રયાસ કરવો પડે છે. જેમને નામે અને જેમની વતી મારા પર પત્ર લખનાર ભાઈ રામને પોતાના હૃદયનાં દ્વાર બંધ કરી. તેમાંથી બહાર રાખવા માંગે છે તે જ લાખો લોકોને ખાતર એ પ્રયાસ કરવા જેવો નથી શું?

હરિજનબંધુ, ૧-૯-૧૯૪૬



### ૩૫. વ્યાકુળ કરે તેવો દાખલો

થોડા મહિનાની ગેરહાજરી બાદ સેવાગ્રામ આશ્રમમાં અમે પાછા ફર્યા, તો ત્યાંના એક સેવકના મગજની હાલત બગડી ગયેલી જોવામાં આવી. તે જ્યારે પહેલવહેલા આશ્રમમાં આવેલા, ત્યારેય તેમની સ્થિતિ તેવી જ હતી. ઉઝાદનો આ બીજો હુમલો હતો. તેમની સ્થિતિ એવી થઈ હતી કે તે કાબૂ બહાર જતા રહ્યા ને તેથી તેમને અંગે કશોક નિર્ણય ઝટ કરી લેવાની જરૂર ઊભી થઈ હતી. એટલે વર્ધાની સરકારી ઈસ્પિતાલના વડા દાક્તરની (સિવિલસર્જનની) સલાહ લેવામાં આવી. તેમણે જણાવ્યું કે, વર્ધાની સરકારી સિવિલ હોસ્પિટલમાં તો આ દર્દીને મારાથી ન રખાય પણ જેલની ઈસ્પિતાલમાં તેમને રાખો તો હું તેમની સંભાળ લઈ શકું ને કંઈક ઈલાજ કરું. એટલે ખુદ દર્દીને હિતમાં અને આશ્રમના હિતમાં તેમને જેલમાં મોકલવા પડ્યા. ગાંધીજીને માટે જીવતો દાંત ખેંચી કાઢવાના જેવી આ વ્યથા થઈ પડી, પણ બીજો કોઈ રસ્તો નહોતો. તેમણે પોતાની મૂંઝવણ આશ્રમના લોકો આગળ મૂકી. “એ ભાઈ સરસ સેવક છે. ગયે વરસે તે સજા થયા પછી આશ્રમનો બગીચો સંભાળતા હતા અને દવાખાનાનો હિસાબ રાખતા હતા. તે ખંતથી પોતાનું કામ કરતા અને પોતાના કામમાંથી આનંદ મેળવતા. તેમને મલેરિયા થયો એટલે તેમને કિવનાઈનનું ઈન્જેક્શન આપવામાં આવ્યું હતું કારણ કે, મોઢેથી કિવનાઈન પીવા કરતાં સોયથી સીધું લોહીમાં લેવાથી તેની અસર ઝટ થાય છે. ભાઈ કહે છે કે, ઈન્જેક્શન મારે મગજે ચડી ગયું છે અને તેથી મારા મગજ પર ખોટી અસર થઈ છે. આજે સવારે મારી ઓરડીમાં હું કામ કરતો હતો ત્યારે મેં તેમને બહાર બુમો પડતા ને હાથ આમતેમ ગમેતેમ ઉછાળતા ફરતા દીઠા. હું બહાર નીકળી તેમની સાથે ફરવા લાગ્યો. તેથી તે શાંત પડ્યા. પણ જેવો હું તેમનાથી છૂટો પડીને પાછો ગયો તેવા તે પાછા પોતાના મગજ પરનો કાબૂ ગુમાવી બેઠા ને કોઈના કહ્યામાં ન રહ્યા. તે તોફાને ચડી જાય છે ને કોઈની વાત સાંભળતા નથી. એટલે તેમને જેલમાં મોકલવા પડ્યા.

“આપણા જ એક સેવકને જેલમાં મોકલવો પડે એ વિચારથી કુદરતી રીતે જ મને વ્યથા થાય છે. કોઈ પણ મને પૂછી શકે, ‘તમે તો દાવો કરો છો કે, રામનામ બધા રોગનો રામબાણ ઈલાજ છે. હવે તમારું રામનામ ક્યાં ગયું?’ મને આ દાખલામાં નિષ્ફળતા મળી છે તે છતાં હું ફરીને જાહેર કરું છું કે, મારી શ્રદ્ધા જેવી ને તેવી અખંડ છે. રામનામ નિષ્ફળ જાય નહીં. નિષ્ફળતાનો અર્થ એટલો જ કે આપણામાં જ કંઈ ખામી છે. નિષ્ફળતાનો અર્થ એટલો જ કે આપણામાં જ કંઈ ખામી છે. નિષ્ફળતાનું કારણ આપણે આપણી અંદર શોધવું જોઈશે.”

હરિજનબંધુ, ૧૯૮૬-૧૯૮૭



### ૩૬. નામસાધનાનાં ચિહ્ન

રામનામ જેના હૃદયમાંથી નીકળે તેની ઓળખ શી? જો આપણે આટલું ન જાણી લઈએ તો રામનામ બહુ વગોવાવાનો સંભવ છે. આમ પણ વગોવાય તો છે જ. માળા પહેરી, તિલક તાણી, રામનામનો બબડાટ કરનાર ઘણા મળે છે. તેમાં વળી હું વધારો તો નહીં કરતો હોઉં? એ ભય જેવોતેવો નથી. અત્યારના મિથ્યાચારમાં શું કરવું ઘટે? શું મૌનસેવન ઠીક ન હોય? હોઈ શકે. પણ તે કૃત્રિમપણે કદી નહીં. જીવંત મૌનને સારુ પ્રૌઢ સાધના જોઈએ. તેની ગેરહાજરીમાં હૃદયગત રામનામની ઓળખ વિચારીએ .

એક વાક્યમાં કહીએ તો એમ કહેવાય કે રામભક્ત અને સ્થિતપ્રજ્ઞામાં ભેદ ન હોઈ. વિવેચનમાં પડતાં જોઈએ કે રામભક્ત પંચમહાભૂતનો સેવક હશે. તે કુદરતને અનુસરશે તેથી તેને કોઈ જાતનો વ્યાધિ નહીં હોય અને હશે તો તેને પાંચ મહાભૂતોથી નિવારશે. ગમે તે ઉપાયથી ભૌતિક દુઃખનું નિવારણ કરવું તે દેહીનું લક્ષણ નથી, દેહનું ભલે હોય. એટલે કે જેને મન દેહ જ દેહી છે, દેહથી ભિન્ન દેહધારી આત્મા જેવું કંઈ તત્ત્વ નથી તે તો દેહને નિભાવવા પૃથ્વીની પ્રદક્ષિણા કરી છુટશે, લંકા જશે. એથી ઊલટું જે દેહધારી એમ માનતો હશે કે આત્મા એ દેહમાં હોતો છતો દેહથી ભિન્ન છે, નિત્ય છે, અનિત્ય દેહમાં વસે છે, યથાયોગ્ય દેહની રક્ષા કરતો છતો દેહ જાય તો મૂંઝાતો નથી, દુઃખ માનતો નથી ને સહેજે તેનો ત્યાગ, કરે છે, તે દેહધારી દાકતર-વૈદ્યોમાં ભટકતો નથી, પોતે જ પોતાનો દાકતર બને છે; સર્વ કર્મ કરતો તે આત્માનો જ વિચાર કરે છે. એ મૂર્છામાંથી ઊઠેલાની જેમ વર્તન રાખે છે.

આમ કરનાર પ્રત્યેક શ્વાસે રામરટણ કરે છે. ઊંઘતાં પણ તેનો રામ જાગે છે; ખાતાંપીતાં, ગમે તે ક્રિયા કરતાં તે સાક્ષી તો તેને મેલશે જ નહીં તે સાક્ષીનું અલોપ થવું તે ખરું મૃત્યુ છે.

એ રામને પોતાની પાસે રાખવા સારું કે પોતાને રામની પાસે રાખવા સારુ તે પંચમહાભૂતોની મદદ લઈ સંતોષ પામશે. એટલે તે માટી, પાણી, હવા, અજવાળું ને આકાશનો સહજ નિર્મળ અને વિધિસર ઉપયોગ કરી જે મળે તેથી સંતોષ માને. આ ઉપયોગ રામનામનો પૂરક ન ગણવો પણ રામનામની સાધનાની નિશાની છે. રામનામને આ સહાયકોની દરકાર નથી પણ તેને બદલે જે એક પછી એક વૈદ્ય-હકીમો પાછળ ભમે ને રામનામનો દાવો કરે એ બંધ બેસે તેમ નથી.

એક જ્ઞાનીએ મારું લખાણ વાંચી એમ લખ્યું કે રામનામ એવો કીમિયો છે કે શરીરનું પરિવર્તન કરે છે. જેમ કે વીર્યનો માત્ર સંગ્રહ દાટી રાખેલા ધનની જેમ છે. તેમાંથી અમોઘ શક્તિ તો રામનામ જ ઉત્પન્ન કરી શકે. એકલો સંગ્રહ અકળામણ પેદા કરે, એનું પતન ગમે ત્યારે થાય. પણ તે જ્યારે રામનામના સ્પર્શથી ગતીમાન થાય છે, ઊદ્યગામી થાય છે ત્યારે તેનું પતન અસંભવિત થાય છે.

શરીરપૃષ્ઠિને સારુ શુદ્ધ લોહીની જરૂર છે, આત્માની પુષ્ટિને સારું શુદ્ધ વીર્યશક્તિની જરૂર છે. અને દિવ્ય શક્તિ કહીએ. એ શક્તિ બધી ઈન્દ્રિયોની શિથિલતા મટાડી શકે છે. તેથી કહ્યું છે કે રામનામ



હૃદયમાં અંકિત થાય એટલે નવું જીવન શરૂ થાય. આ નિયમ જુવાન, બુઢ્ઢા, સ્ત્રી, પુરુષ બધાંને લાગુ પડે છે.

આનું સમર્થન પશ્ચિમમાં પણ મળે છે, ક્રિશ્ચિયન, સાયન્સ નામે સંપ્રદાય એ જ નહીં તો એવું કંઈક કહે છે.

હિંદને આ સમર્થનની જરૂર નથી એમ માનું છું. કેમ કે હિંદમાં આ દિવ્ય વિદ્યા પ્રાચીન કાળથી ચાલી છે.

હરિજનબધું, ૨૯-૬-૧૯૪૭



### ૩૭. સર્વધર્મસમભાવ

(પ્રાર્થનાસભાને સંબોધીને કરેલા પોતાના પ્રવચનમાં)

ગાંધીજીએ જણાવ્યું કે મારા પર કાગળોનો અને રોષે ભરેલા સવાલોનો ધોધ છૂટ્યો છે. મને પૂછવામાં આવે છે કે તમે તમારી જાતને મુસલમાન કહીને કે ઓળખાવો છો? રામ અને રહીમ વચ્ચે કશો ફેર નથી. એમ તમે શા માટે માનો છો? ‘મને પોતાને કલમો પઢવાનો જરાય વાંધો નથી’ એવું કહેવાની હદે તમે શા સારું ગયા? અને તમે પંજાબ કેમ જતા નથી? એટલે તમે એક અધૂરા હિંદુ નથી કે? તમે હિંદુ સમાજમાં પાંચમી ક્તારિયનું કામ નથી કરતા કે? અને તમારી અહિંસાથી હિંદુઓ નામરદ બનતા નથી કે? આવા સવાલોવાળા કાગળો ઉપરાંત એક પરબીડિયું તો ‘મહમદ ગાંધી’ને સરનામે મને મોકલવામાં આવ્યું હતું!

આ બધા સવાલો પૂછનારાઓ સાથે શાંતિથી કામ લઉં છું કે થોડા લોકોનાં પાપને કારણે આખા ઈસ્લામ ધર્મને કેમ વખોડી શકાય? હું પોતે સનાતની હિંદુ છું અને હિંદુ ધર્મ જ નહીં, સર્વધર્મનો સાર સર્વધર્મસમભાવ છે તેથી મારો દાવો છે કે હું એક સારો હિંદુ છું તેથી એક સારો મુસલમાન છું ને સારો ખ્રિસ્તી પણ છું. બીજાના કરતાં આપણે ચકિયાતા છીએ એવો દાવો સાચા ધર્મભાવનો વિરોધી છે. અહિંસાને માટે નમ્રતા પરમ આવશ્યક છે. અને હિન્દુશાસ્ત્રોમાં કહ્યું નથી કે ઈશ્વરનાં સહસ્ત્ર નામ છે? અને એક રહીમ શા સારું ન હોય? કલમામાં માત્ર ઈશ્વરની સ્તુતિ છે અને તેમાં મહમદને તેના રસૂલ તરીકે ઓળખવવામાં આવ્યા છે. ઈશ્વરની સ્તુતિ કરવામાં અને બુદ્ધ તેમ જ જરથુષ્ટને ઈશ્વરના પેગંબર તરીકે સ્વીકારવામાં મને જરાયે સંકોચ થતો નથી.

હરિજન, ૧૨-૪-૧૯૪૭



## ૩૮. સાચી રોશની

અફસોસ! આજે હિંદમાં રામરાજ્ય નથી; તો પછી આપણે દિવાળીની ઉજવણી કઈ રીતે કરી શકીએ? રામના વિજયની ઉજવણી તેણે જ કરવાની હોય જેના દિલમાં રામ વસેલા હોય. કેમ કે માણસોનાં દિલને અથવા આત્માને અજવાળાને એક ઈશ્વર જ સમર્થ છે અને એ અજવાળાની જ કિમંત છે. આજે પ્રાર્થનામાં ગવાયેલા ભજનમાં કવિ ઈશ્વરનાં દર્શનની વાત પર ભાર મૂકે છે. ટોળેટોળાં માણસોએ જલાવેલા દીવાની રોશની જોવાને જાય છે. પરંતુ આજે આપણને માણસના દિલમાં પ્રેમનું અજવાળું પ્રગટાવવાની જરૂર છે. એવું અજવાળું તમે સૌ તમારા દિલમાં પ્રગટાવો તો જ આજના દિવસે મુબારકબાદી મેળવવાને લાયક બનો. આજની ઘડીએ હજારો બલકે લાખો લોકો કારમી આફતમાં ઘેરાયા છે. તો શું તમારામાંથી એકએક જણ હૃદય પર હાથ મૂકીને કહી શકશે કે એ આફતમાં સપડાયેલાંઓમાં હિંદુ છે કે શીખ છે કે મુસલમાન છે એ વાતની જરાયે પંચાત ન કરતાં અમે તે બધાંને અમારાં ભાઈબહેન માનીએ છીએ? આ તમારે સૌને માટેની કસોટી છે. રામ અને રાવણ દૈવી અને આસુરી સંપત્તિ વચ્ચે માણસના દિલમાં ચાલતા આવેલા સનાતન ઢંઢ્યુઢ્યનાં પ્રતીક છે અને તેથી અજવાળું એ દિલમાંથી પ્રગટ થવું જોઈએ.

હરિજનબંધુ, ૨૩-૧૧-૧૯૪૭



## ૩૯. અવસાનને આગલે દિવસે

[તા. ૨જીને દિવસે કિશોરલાલભાઈને મળેલા ગાંધીજીના હાથના લખેલા પોસ્ટકાર્ડની નકલ નીચે ઉતારી છે. –તંત્રી]

નવી દિલ્હી, ૨૯-૧-૪૮

ચિ. કિશોરલાલ,

આજનો પ્રાર્થના પછીનો સમય કાગળો લખવાને દઈ રહ્યો છું. શંકરજીની દીકરીની મૃત્યુના સમાચાર તમે ઠીક આપ્યા. તેને કાગળ લખી નાખ્યો છે. મારા ત્યાં આવવાની વાત ઉડાઉ સમજજો. ત્યાં ૩-૧૨ લાગી રહેવાની વાત ચલાવી રહ્યો છું. દિલ્હીમાં કર્યું કહેવાય તો પ્રતિજ્ઞાપાલન અર્થે રહેવાનું ન હોય. એનો આધાર અહીંના સાથીઓ ઉપર છે. કાલે નિશ્ચય કદાચ કરી શકાય. આવવાપણું રચનાત્મક કામ કરનારી સંસ્થાઓ ભેળી થઈ શકે કે નહીં એ વિચારવા ને જમનાલાલની તિથિ અર્થે રહે છે. મને શક્તિ ઠીક આવી રહે છે. આ વેળા કિડની ને લિવર બંને બગડ્યાં. મારી દ્રષ્ટીએ રામનામની કયાશ.

બંનેને આશીર્વાદ

[નોંધ: શ્રી શંકરજી સેવાગ્રામમાં હિન્દુસ્તાની તાલીમી સંઘમાં શિક્ષક છે. ‘બંનેને આશીર્વાદ’ એટલે કે શ્રી કિશોરલાલને અને શ્રી ગોમતીબહેનને.]

હરિજનબંધું, ૮-૨-૧૯૪૮





## ૪૦. પ્રાર્થનાપ્રવચનોમાંથી

### ૧. રામનામ —એનાં નિયમ અને શિસ્ત

પોતાના પ્રાર્થનાપ્રવચનમાં ગાંધીજીએ કહ્યું કે શરીરની બીમારીમાં રામનામ માણસને સહાયરૂપે થાય છે પણ એને અંગેના નિયમો તેમ જ શિસ્ત તેણે પાળવાં જોઈએ. અકરાંતિયાની માફક ખાઈ માણસ ‘રામ રામ’ કરે અને પેટનો દુખાવો ન મટે તો મારો વાંક ન કાઢી શકે. વળી રામનામ લેતો લેતો માણસ લૂંટફાટમાં મચ્યો રહે છતાં પોતાના ઉદ્ધારની કે મુક્તિની આશા ન રાખી શકે. જેઓ આત્મશુદ્ધિને માટે જરૂરી નિયમપાલનને માટે તૈયાર હોય તેમને માટે જ રામનામનો ઈલાજ છે.

મુંબઈ, ૧૫-૩-૧૯૪૬

### ૨. રામબાણ ઈલાજ

ઉરુળીકાંચનમાં પ્રાર્થનાસભાને સંબોધીને ગાંધીજીએ કહ્યું કે, શરીરના તેમ જ મનના સર્વ આધિવ્યાધિને માટે રામધૂન રામબાણ ઈલાજ છે. વળી ઔષધોથી માણસને સાજો કરવાની કોઈ દાકતર કે વૈદ્ય બાંચધરી આપતા નથી. પછી આગળ ચાલતાં તેમણે ઉમેર્યું કે, “તમે ઈશ્વરની અંતરથી પ્રાર્થના કરો તો તે તમને તમારી બીમારીમાંથી કે ચિંતામાંથી ઉગાર્યા વિના નહીં રહે.” પરંતુ રામધૂન માં પુરા દિલથી ભાગ લે તો જ પ્રાર્થના સફળ થાય અને માણસને શાંતિ તેમ જ સુખનો અનુભવ થાય.

આ ઉપરાંત રામનામનો ઈલાજ પૂરો અસરકારક બનાવવા બીજી પણ કેટલીક શરતો પાળવાની રહે છે. તે માટે માણસે યોગ્ય આહાર લેવો જોઈએ, પુરતી ઊંઘ લેવી જોઈએ અને ક્રોધને વશ ન થવું જોઈએ. ઉપરાંત, માણસે કુદરતે સાથે પૂરો મેળ સાધી તેના નિયમોનું પાલન કરવું જોઈએ.

પૂના, ૨૨-૩-૧૯૪૬

### ૩. તાલીમની જરૂર

પ્રાર્થના પૂરી થયા બાદ પ્રાર્થના માટે એકઠી મળેલી સભાને સંબોધીને ગાંધીજીએ જણાવ્યું કે, પ્રામાણિક તેમ જ સાચા દિલનાં સ્ત્રીપુરુષો મને આવીને કહે છે કે ગમે તેટલી કોશિશ કરવા છતાં રામનામ અમારા અંતરમાંથી ઉઠતું નથી. એવાં ભાઈબહેનોને હું કહું છું કે તમારી કોશિશમાં અખૂટ ધીરજથી મંડ્યાં રહો. એક વિદ્યાર્થીને સારો દાકતર થવાને સોળ વરસ સુધી સખત અભ્યાસ કરવો પડે છે. તો પછી વિચાર કરો કે રામનામને હૃદયમાં સ્થિર કરવાને કેટલા વધારે સમયની જરૂર પડે!

નવી દિલ્હી, ૨૦-૪-૧૯૪૬



## ૪. આંતરબાહ્ય શુદ્ધિ

રામનામનો જપ કરી અંતરની શુદ્ધિ કરનારો માણસ બહારની ગંદકીને કેમ નભાવી લેશે? લાખો લોકો અંતરની સાચી ઊલટથી રામનામ લે તો સમાજને લાગુ પડેલી બીમારી જેવાં હુદ્દાઓ ન થાય અને કોઈની બીમારી પણ ન આવે. પછી આ પૃથ્વી પર રામરાજ્યનો સાચો અમલ શરૂ થાય.

નવી દિલ્હી, ૨૧-૪-૧૯૪૬

## ૫. રામનામનો ગેરઉપયોગ

ગાંધીજીએ ત્યાર પછીનાં પોતાનાં બે પ્રવચનોમાં કુદરતી ઉપચાર અથવા આધ્યાત્મિક, માનસિક તેમ જ શારીરિક સર્વે આધિવ્યાધિને મુખ્યપણે રામનામના ઈલાજથી મટાડવાનો વિષય ચર્ચ્યો. એક પત્ર લખનારે ગાંધીજીને જણાવ્યું હતું કે કેટલાક લોકો વહેમના માર્યા પોતાનાં કપડાં પર રામનામ લખે છે ને ‘પોતાના હૃદય સરસું રામનામને રાખવાને’ તે કપડું છાતી પર પહેરે છે! બીજા વળી ખૂબ ઝીણા અક્ષરે કરોડો વખત રામનું નામ એક કાગળના ટુકડા પર લખી જાય છે, પછી તે કાગળના કાપીને ઝીણા ઝીણા કટકા કરે છે તે બધા કકડાને ગળી જાય છે અને પછી એવો દાવો કરે છે કે રામનામ અમારા શરીરના અણુએ અણુમાં પ્રવેશ કર્યો છે! બીજા એક લખનારે ગાંધીજીને પૂછાવ્યું હતું કે, તમે રામનામનો રામબાણ ઈલાજ સર્વ આધિવ્યાધિને માટે સૌને બતાવો છો, તે રામ ઈશ્વરના કૃપાપાત્ર હતા અને દશરથના વંશજ તેમ જ અયોધ્યાના રાજા હતા તેથી, કે બીજા કોઈ હેતુથી? એમ માનનાર લોકોએ છે કે, ગાંધીજી જાતે ભ્રમિત પાગલ છે અને હજારો વહેમોથી લદાયેલા આ મુલકમાં એક વધારે વહેમનો ઉમેરો કરી બીજા લોકોને ભરમાવે છે. આવી ટીકાનો ગાંધીજી પાસે શો જવાબ હોય? તેમણે માત્ર પોતાની જાતને કહ્યું કે, બીજા સત્યનો દુરુપયોગ કરે અને તેને નામે દગો રમે એમાં તારે શું? જ્યાં લાગી તને તારા સત્યને વિશે ભરોસો છે ત્યાં લાગી તેનો દુરુપયોગ થશે યા તે કોઈને ઊંઘું સમજાશે, એવા ડરના માર્યા તારાથી તેને જાહેર કર્યા વિના કેમ રહેવાય? “આ દુનિયામાં સ્વતંત્ર, નિરપેક્ષ સત્યનો માલિક કોઈ નથી. તે કેવળ ઈશ્વરનું લક્ષણ છે. આપણે તો આપણી મર્યાદા પ્રમાણે સાપેક્ષ સત્યને જ જાણી શકીએ. તેથી આપણે જેવું જોઈએ તેવા સત્યને આધારે જ ચાલીએ, સત્યની આવી ઉપાસના કોઈને આડે માર્ગે કેમ લઈ જાય?”

હરિજનબંધુ, ૨-૬-૧૯૪૬

## ૬. રામનામ કેવી રીતે લેશો?

બીજે દિવસે ગાંધીજીએ પોતાના પ્રવચનમાં, માણસ જે આધિ, વ્યાધિ તેમ જ ઉપાધિ એમ મનના, તનના અને હૃદયના વિકારોને આધીન છે, તેમનો રામનામ સચોટ ઈલાજ થાય તે માટેની શરતોનો ખુલાસો કર્યો. પહેલી શરત તો એ કે, રામનામ અંતરના ઊંડાણમાંથી, દિલથી લેવું. પણ અંતરના ઊંડાણમાંથી અથવા દિલથી લેવું એટલે શું કરવું? પોતાના શરીરનાં દર્દો, જે મનનાં તેમ જ આત્માનાં દર્દો કરતાં નજીવાં ગણાય, તેમનો ઈલાજ શોધવાને સારું માણસો આખી ધરતી ખુંદી વળવામાં પાછું



ફરીને જોતા નથી. “માણસનો આ દેહ આખરે નાશવંત છે. તે છે જ એવો કે, કાયમ ટકે નહીં. છતાં માણસો તેને જ પોતાનું સર્વસ્વ માનીને વળગે છે અને અંતરમાં રહેલા અમર આત્માને વિસરી મૂકે છે.” રામનામને માનનારો દેહને કદી પોતાનું સર્વસ્વ ન મને, ઈશ્વરની સેવા કરનારે આપણને આ એક ઉમદા સાધન મળેલું છે એમ માને, અને તે સેવાને માટે શરીરને સંપૂર્ણ ઓજાર બનાવવાને રામનામ જેવો રામબાણ ઉપાય બીજો નથી.

રામનામને હૃદયમાં કાયમનું અંકિત કરવામાં અખૂટ ધીરજ જોઈએ. તેમાં યુગના યુગ વહી જાય એમ બને. પણ તે છતાં એ મહેનત કરી જોવા જેવી છે અને છતાં સૌ યાદ રાખજો કે આખારનું ફળ આપવાનું કેવળ ઈશ્વરના હાથમાં છે અને તેની કૃપા પર અવલંબે છે. અંદર અને બહાર સત્ય, પ્રમાણિકતા અને શુદ્ધિના ગુણ ન કેળવો ત્યાં લાગી રામનામનો નાદ દિલમાંથી નહીં ઉઠે. દરરોજ સાંજે પ્રાર્થનામાં આપણે સૌ ભેગા મળીને સ્થિતપ્રજ્ઞનાં લક્ષણો ગણાવનારા શ્લોકો બોલીએ છીએ. તમારામાંનાં એકેએકે સ્ત્રી કે પુરુષ, પોતાની ઈન્દ્રિયોને કાબૂમાં રાખો, કેવળ સેવા કરનારા હેતુથી શરીર નભાવવાને ખાતર ખાઓ કે પીઓ, આનંદ કે આરામ લો તો સ્થિતપ્રજ્ઞ થાઓ એમાં જરાયે શક નથી. માણસનો પોતાના મનમાં ચાલતા વિચારો પર કાબૂ ન હોય, વળી ધારો કે, માણસ ઉંદરના દર જેવા ઘરમાં બધાં બારીબારણાં વસીને સૂઈ જાય ને મેલી હવા પોતાનાં ફેફસાંમાં ભર્યા કરે અને પાણી સ્વચ્છ ન પીતાં મેલું પીએ તો તેનું રામનામ લીધેલું ફોકટ સમજજો.

પણ આનો એવો અર્થ ન કરશો કે ચાલો આપણામાં તો જોઈતી શુદ્ધિ કે ચોખ્ખાઈ નથી, તો રામનામ લેવામાં ફાયદો નથી એટલે તે મૂકી દઈએ. એ શુદ્ધિ મેળવવા માટે પણ રામનામ નું રટે છે તેને તાપ અને સંચમ સહેલાં થઈ જાય છે અને તંદુરસ્તીના ને તેને સાચવવાના નિયમોનું પાલન તેના સ્વભાવનું અંગ બને છે. તેનું જીવન સીધે સરળ રસ્તે ચાલે છે. તે કોઈને ઈજા કરવાની ઈચ્છા નહીં રાખે. બીજાનાં દુઃખોનું નિવારણ કરવાને ખાતર જાતે દુઃખ સહન કરવાનું તેના જીવનનો એક ભાગ બની તેને અનિર્વચનીય એવી શાશ્વત શાંતિથી ભરી દેશે.” તે પછી ગાંધીજીએ આખરે જણાવ્યું કે, આથી તમે સૌ જાગતા હો તે દરમિયાન ખંતથી રામનામ લેવાનું અખંડ ચાલુ રાખો. પછી આખરે તે તમારા દિલમાં જડાઈ જશે, ઊંઘમાંયે તેનું તમને વિસ્મરણ નહીં થાય અને તમે ઈશ્વરની કૃપાના એવા અધિકારી થશો કે તમારા શરીર, મન અને આત્મા સંપૂર્ણપણે નીરોગી રહેશે.

હરિજનબંધુ, ૨-૬-૧૯૪૬

### ૭. મૌન વિચારનું સામર્થ્ય

રવિવારે સાંજે કાર્યક્રમ જાહેર કરતાં તેમણે જણાવ્યું કે, મારી સાથે રામનામની ધૂનમાં જોડાવાને અથવા કહો કે ધૂન કેમ ગાવી તે શીખવાને તમે સૌ અહીં આ પ્રાર્થનાસભામાં આજ સુધી રોજ આવતાં હતાં. રામનામ મોઢાના બોલથી શીખવી શકાતું નથી. પરંતુ મોઢાના બોલ કરતાં મૌન વિચાર વધારે સમર્થ છે. “એક જ સાચો વિચાર આખી દુનિયાને છાઈ વળે, તે કદી મિથ્યા જતો નથી. વિચારને શબ્દોમાં કે



કાર્યમાં ઉતારવાના પ્રયાસમાં જ તે કુંઠિત થાય છે. શબ્દોથી કે કાર્યથી પોતાના વિચારને સંપૂર્ણપણે વ્યક્ત કરવાનું જેનાથી સફળપણે બની શક્યું હોઉં એવા કોઈ પણ માણસને તમે જાણ્યો છે ખરો?”

પછી ગાંધીજી આગળ બોલ્યા, “તો કાચમનું મૌન લઈ કાં ન બેસી જઈએ? તાત્વિક રીતે એ બની શકે. પણ કર્મનું સ્થાન મૂક વિચાર પૂરેપૂરું લઈ શકે તે માટેની શરતો પૂરી કરવાનું કામ બહુ કઠણ છે.” વિચારની જરૂરી એકાગ્રતા કે તેના પર જરૂરી કાબૂ મેળવ્યાનો દાવો હું નથી કરી શકતો. મારા મનમાં નકામા કે અપ્રસ્તુત વિચારોને આવતા તદ્દન અટકાવવાનું હજી મારાથી બનતું નથી. તે દશા સિદ્ધ કરવાને માટે અખૂટ ધીરજ, અખંડ જાગૃતિ અને કઠોર તપશ્ચર્યા જરૂર છે.

એ જ વિષય ચાલુ રાખી તેમણે આગળ જણાવ્યું કે, ગઈ કાલે મેં તમને કહ્યું કે રામનામની શક્તિનો કોઈ અંત નથી ત્યારે એ કોઈ અતિશયોકિતની કે અલંકારની ભાષા નહોતી. પણ તે શક્તિ અનુભવવાને માટે રામનું નામ તદ્દન સ્વચ્છ હૃદયમાંથી નીકળવું જોઈએ. એવી સ્થિતિ મેળવવાને હું મથ્યા કરું છું. મારા મનમાં એ સ્થિતિની કલ્પના હું કરી શકું છું. પણ આચારમાં હજી તે સિદ્ધ થઈ નથી. એ દશાએ પહોંચ્યા પછી રામનામ લેવાની પણ જરૂર રહેતી નથી.<sup>૧૧</sup>

હું આશા રાખું છું કે મારી ગેરહાજરી દરમિયાન તમારે ત્યાં પોતપોતાને ઘેર તમે સૌ એકલા એકલા કે બીજાઓ સાથે ભેગા મળીને રામનામ લેવાનું ચાલુ રાખશો. સામુદાયિક પ્રાર્થનાનું રહસ્ય એ છે કે પ્રાર્થના દરમિયાન એક વ્યક્તિમાંથી બીજા પર પહોંચતો મૂક પ્રભાવ સૌને પોતપોતાની આધ્યાત્મિક સાધનામાં સહાયરૂપ થાય છે.

૧૧. રામનામનો જપ પણ અંતરાયરૂપ થઈ પડે એવા સમયની હું ઉત્સુકતાથી વાટ જોઈ જ રહ્યો છું. રામ વાણી અથવા શબ્દોથી પર છે એ મને સાક્ષાત્કાર થશે ત્યારે મારે તેનું નામ જપવાની જરૂર નહીં રહે. —ચંગ ઈન્ડિયા’, ૧૪-૮-૧૯૪૨

## ૮. રામનામ નો મંત્ર

આજે પ્રાર્થનાપ્રવચનમાં રામનામનો શાંતિવાહક સંદેશો આપતાં ગાંધીજીએ કહ્યું, “રામનામ કેવળ થોડા માણસોને માટે નથી, સૌને માટે છે. જે રામનામ રટે છે તે પોતાને માટે ખજાનો એકઠો કરે છે. એ ખજાનો એવો છે જે કડી ખૂટતો નથી. તેમાંથી જેટલું કાઢો તેટલું ભરાયા કરે છે. તેનો અંત નથી; જેમ ઉપનિષદ કહે ચ્યે તેમ, ‘પૂર્ણમાંથી પૂર્ણ બાદ કરો તોયે પૂર્ણ જ શેષ રહે છે.’ રામનામ શરીરના મનના અને આત્માના, એમ સર્વ આધિ વ્યાધિ અને ઉપાધિનો શરતી ઈલાજ છે.”

પણ તેની શરત છે. તે એ કે, રામનું નામ દિલમાંથી ઊઠવું જોઈએ. “બૂરા વિચારો તમારા મનમાં આવે છે? કામ અને લોભ તમને સતાવે છે? એ દશામાં રામનામ જેવો બીજો કીમિયો નથી.” પછી પોતાનું કહેવાનું ગાંધીજીએ એક દાખલો આપીને સમજાવ્યું. “ધારો કે તમને લાલચ થઈ આવી કે, વગર



મહેનતે, બેઇમાનીને રસ્તે, લાખો રૂપિયા જોડી લઉં. પણ તમે વિચાર કરો કે, મારાં બૈરીછોકરાંને માટે આવો પૈસો શું કામ એકઠો કરુ? બધા મળીને તે ઉડાવી નહીં મારે? સારી ચાલચલગત, સારી કેળવણી અને સરસ તાલીમના રૂપમાં તેમને માટે એવી માટે એવો વારસો કેમ ન મૂકી જાઉં કે બચ્ચાં મહેનત કરીને પ્રામાણિકપણે પોતાની રોજી કમાય? આપું બધું તમે જરૂર વિચારતા હશો પણ તેનો અમલ નથી કરી શકતા. પરતું રામનામ અખંડ રટશો તો એક દિવસ તે તમારા કંઠમાંથી હૃદય સુધી ઊતરી જશે અને પછી રામબાણ બની જશે, તમારા બધા ભ્રમ ટાળશે, જૂઠો મોહ અને અજ્ઞાન જે હશે તેમાંથી તમને છોડાવશે. પછી તમને તરત સમજાશે કે, હું કેવો પાગલ કે મારાં બાળબચ્ચાંને માટે જેની કિંમત કોઈથી થઈ નથી, જે મનને એક ડાળ પરથી બીજી વાંદરાની જેમ ભટકવા દેતો નથી, જે મુક્તિનો આપનાર છે, તે રામનામરૂપી ખજાનો મૂકી જવાને બદલે કરોડો રૂપિયા એકઠા કરીને મૂકી જવા ધારતો હતો! પછી તમારા આનંદનો પર નહીં રહે. તમે તમારાં બાળકોને અને પત્નીને કહેશો કે, ‘હું કરોડો કમાવા નીકળેલો પણ તે ભૂલી ગયો; પણ બીજો કરોડોનો ખજાનો લાવ્યો છું.’ તમારે સ્ત્રી તમને પૂછશે, ‘બતાવો તો ખરા! એ હીરો કેવો છે?’ જવાબ આપતાં તમારી આંખો હસે છે, મોં મલકાય છે. ધીરેથી તમે કહો છો, ‘જે કરોડોનો પણ ધણી છે તેને હૃદયમાં બેસાડીને લાવ્યો છું. હવે તું ને હું અને બાળકો સૌ આનંદથી રહીશું.’”

હરિજનબંધુ, ૧૬-૬-૧૯૪૬

### ૯. સર્વ પ્રાર્થનાનો મર્મ

સાંજની પ્રાર્થના પૂરી થયા પછી પ્રાર્થનાસલામાં એકત્ર થયેલાં ભાઈબહેનોને સંબોધીને ગાંધીજી બોલ્યા કે, તમે સૌ રોજ સાંજસવાર તમારે ઘેર નિયમિત રીતે પ્રાર્થના કરતાં રહો એવી હું અપેક્ષા રાખું છું. એ માટે તમારે ન શીખવા હોય તો સંસ્કૃત શ્લોક શીખવાની જરૂર નથી. એ માટે રામધૂન પૂરતી છે. પ્રાર્થનામાત્રનો મર્મ એટલો જ છે કે આપણે આપણા અંતરમાં રામની સ્થાપના કરીએ. એટલું તમે સૌ કરી શકો તો તમારું, સમાજનું અને જગતનું કલ્યાણ થયા વિના ન રહે.

### ૧૦. નર્યો દંભ

રામનું નામ લેવું ને રાવણનું કામ કરવું. એ ખરાબમાં ખરાબ વસ્તુ છે. આપણે આપણી જાતને છેતરી શકીએ, જગતને છેતરી શકીએ, પણ રામને છેતરી નહીં શકીએ.

હરિજનબંધુ, ૨૩-૭-૧૯૪૬

### ૧૧. ઈશ્વરના નામરૂપી અમૃત

પ્રાર્થના પછી ગવાયેલા મીરાંબાઈના ભજન ઉપર વિવેચન કરતાં ગાંધીજીએ કહ્યું કે, આ ભજનમાં ભક્ત પોતાના આત્માને ઈશ્વરના નામરૂપી અમૃત ધરાઈને પીવાને કહે છે. ભૈતિક ખોરાક અને પીણાંઓથી માણસ ઓચાઈ જાય છે (એટલે કે તેને તે ખોરાક અને પીણાંની સૂઝ આવવા માંડે છે)



અને વધારે પડતું ખાવાથી કે પીવાથી માણસ બીમાર પડે છે. પરંતુ ઈશ્વરના નામરૂપી અમૃત પીવાને એવી કોઈ મર્યાદા નથી. એ અમૃતની ખૂબી એવી છે કે તે જેમ પિવાય તેમ તેની તરસ વધે છે. પરંતુ એની શરત એ કે એ અમૃત હૃદયમાં વસી જવું જોઈએ. એમ થાય ત્યારે આપણા સર્વ ભ્રમો, આપણી સર્વ આસ્કિતઓ, કામ, ક્રોધ અને મત્સર વગેરે ખરી પડે છે. જરૂર માત્ર ધીરજથી મંડ્યા રહેવાની છે. આવા પ્રયાસને સફળતા મળ્યા વિના કદી ન રહે.

નવી દિલ્લી, ૧૮-૬-૧૯૪૬

### ૧૨. શ્રદ્ધાનો મર્મ

આજે પ્રાર્થનાસભા આગળના પ્રવચનમાં ગાંધીજીમાં અસીમ શ્રદ્ધાની છાયા જણાતી હતી. ભાગવતના શાણગારરૂપ ગજેન્દ્ર અને ગ્રહના રુપકનું રહસ્ય સમજાવતાં તેમણે કહ્યું, “એ વાતનો બોધ એ છે કે ઈશ્વર કસોટીની વેળાએ પોતાના ભક્તોને છેદ દેતો નથી. શરત એટલી કે ઈશ્વર પર જીવંત શ્રદ્ધા અને પૂર્ણ વિશ્વાસ હોવાં જોઈએ. શ્રદ્ધાની કસોટી એ છે કે, આપણું કર્તવ્ય બજાવ્યા પછી ઈશ્વર જે કંઈ મોકલે તે વધાવી લેવાને આપણે તત્પર હોવું જોઈએ. પછી તે હર્ષ હોય કે શોક, સુભાગ્ય હોય કે દુર્ભાગ્ય. જનક રાજાને જ્યારે ખબર આપવામાં આવી કે તમારી રાજધાની ભડકે બળી રહી છે ત્યારે તેમણે કહ્યું કે એમાં મારે શું? એવું નિર્લેપ વલણ તો જ આપણે રાખી શકીએ. તેમની આ નિર્લેપતા અને સમતાનું રહસ્ય એ જ છે કે, તે સદાયે જાગ્રત હતા, પોતાના કર્તવ્યના પાલનમાં કદી ચુકતા નહીં. પોતાનું કર્તવ્ય બજાવ્યા પછી બાકીનું તે ઈશ્વર પર છોડી શકતા.

“દયામય વિદ્યાતા ઘણુંખરું ભક્તોને આપત્તિમાંથી ઉગારશે જ. પરંતુ આપત્તિ આવી જ પડે, તો પોતાના દુર્ભાગ્યનાં રોદણાં ન રડતાં સ્વસ્થ ચિત્તે અને જેવી હરિદ્વિષ્ટા એમ કહીને આનંદથી તે સહેશે.”

હરિજનબંધુ, ૭-૭-૧૯૪૬

### ૧૩. રામનામનું રહસ્ય

પૂનામાં પ્રાર્થનાસભા સમક્ષ કરેલા પોતાના એક પ્રવચનમાં ગાંધીજીએ સવાલ કાર્ય કે, “શું હું ખરેખર એક નવા વહેમનો પ્રચાર કરું છું? ઈશ્વર કોઈ એક વ્યક્તિ નથી. તે સર્વવ્યાપી, સર્વશક્તિમાન પરમાત્મા છે. જે કોઈ તેને પોતાના હૃદયમંદિરમાં સ્થાપે છે, તેને વરાળ અને વીજળીની ભૌતિક શક્તિ સાથે સરખાવી શકાય તેવી, છતાં તે શક્તિઓથી કેટલીયે સૂક્ષ્મ અદ્ભુત શક્તિનો ભંડાર પ્રાપ્ત થાય છે. “ રામનામ કંઈ ધંતરમંતર નથી. રામનામમાં જે જે કંઈ સમય છે તે બધું સ્વીકારીને તેનું રટણ કરવું જોઈએ. રામનામ ગણિતવિદ્યાના સૂત્ર જેવું છે, જેમાં અનંત શોધખોળ અને અનંત પ્રયોગોનાં પરિણામોનો અત્યંત ટૂંકમાં સાર ભેગો કરેલો હોય છે. કેવળ પોપટની જેમ ચંત્રવત રામનામ લેવાથી બળ મળતું નથી. એ બળ અથવા શક્તિ મેળવવાને સારુ રામનામના રટણની શરતો સમજી લઈ,



તેમની અમલ કરી, તેમને જીવનમાં ઉતારવી જોઈએ. ઈશ્વરનું નામ લેવું હોય તો લેનારે ઈશ્વરમય જીવન ગાળવું જોઈએ.

હરિજનબંધુ, ૧૪-૭-૧૯૪૬

### ૧૪. અંતરની અને બહારની સ્વચ્છતા

ડૉ. દિનશા મને કહેતા હતા કે, ‘અહીંનાં જાજરૂ એવાં મેલાં છે કે મારાથી વાપરી શકતાં નથી. અહીં એટલી બધી માખી છે કે તમને કશોક ચેપ લાગી જશે ને તમે માંદા પડી જશો એવી મને ધાસ્તી રહે છે.’ આની તો મને ઝાઝી ફિકર નથી. આજે મારી સંભાળ બે દાકતરો રાખે છે, છતાં હું તો એક ઈશ્વર વિના બીજા કોઈના પર આધાર રાખતો નથી. તે સર્વ શક્તિમાન મારી તબિયતના સંભાળ રાખનારો બેઠો છે. પણ માર સાથીઓને મારા જેવો ઈશ્વર પર ઈતબાર નથી. એટલે તેમની મને ચિંતા રહે છે. હું એમ વિચાર કરું છું કે, હવે ફરી અહીં આવું ત્યારે હું અહીં એકલો જ રહીશ. આજે મને એક મુકાદમના ઘરમાં ઉતારો મળ્યો છે. મને નવાઈ થાય છે કે એ મુકાદમ અને અહીંના સફાઈના કામની જવાબદારી જેમની છે તે લોકો અને ઈજનેર ખાતાના લોકો આવી ગંદકી શું જોઈને ચલાવી લેતા હશે? હું અહીં આવીને રહું અને છતાં આ જગાને તંદુરસ્તીની અનુકૂળ અને સ્વચ્છ રાખવાને તમને સમજાવી ન શકું. તો મારું અહીં આવ્યું ન આવ્યું સરખું જ છે.

હરિજનબંધુ, ૧૪-૭-૧૯૪૬

### ૧૫. રામબાણા ઈલાજ

પ્રાર્થના પૂરી થયા બાદ પોતાનું પ્રવચન શરૂ કરતાં ગાંધીજી બોલ્યા કે, મને થયેલી ઉધરસ હઠતી નથી તેથી પોતાને ચિંતા થાય છે એવી મતલબના કાગળો તેમ જ સંદેશાઓ મિત્રો તરફથી મને હમણાં હમણાં મળે છે. આ લાઉડસ્પીકર મારા બોલ સૌને સંભળાય એ રીતે ફેલાવે છે તેની સાથે મને આવતી ઉધરસની અવાજ પણ ઘણા કાન પર પહોંચાડી દે છે. અલબત્ત, સાંજને પહોરે ખુલ્લામાં ઘણી વાર ઉધરસની ઉપદ્રવ વધે છે. પાછલા ચાર દિવસથી જોકે ઉધરસનું જોર નરમ પડ્યું છે, તેનાથી મને થતી હેરાનગતિ પણ ઓછી થઈ છે અને હું આશા રાખું છું કે હવે તે તદ્દન મટી જશે. મારી ઉધરસ હઠતી નથી અને ચાલુ રહી તેનું એક કારણ એ છે કે એને માટે દવા લેવાનો મેં ઈનકાર કર્યો હતો. ડૉ. સુશીલા નચ્ચર મને કહે છે કે, ઉધરસ અને શરદીની શરૂવાતમાં જ તમે પેનીસિલીન લઈ લીધું હોત તો ત્રણ દિવસમાં તમે સજા થઈ જાત. એ નહીં લો તો સાજા થતાં ત્રણ દિવસને બદલે હવે તમને ત્રણ અઠવાડિયાં લાગશે. પેનેસિલીનની અસરને વિશે મને જરાયે શંકા નથી પરંતુ હું એવું પણ માનું છું કે રામનામ સર્વ આધિ, વ્યાધિ ને ઉપાધિનો રામબાણા ઈલાજ છે અને તેથી બાકીના બીજા બધા ઉપચારોથી ચઢિયાતો છે. આજે મારી આસપાસ ચારે કોર દાવાનળ સળગી રહ્યો છે ત્યારે ઈશ્વરને વિષે જવલંત શ્રદ્ધા રાખવાની મારે વિશેષ જરૂર છે. એક ઈશ્વર જ એ દાવાનળ ઠારવામાં લોકોને સહાય



કરવાને સમર્થ છે. તેને મારી પાસે કામ લેવું હશે તો તે મને જીવતો રાખશે અને નહીં તો પોતાની પાસે તેડી લેશે.

અત્યારે જ પ્રાર્થનામાં તમે સૌએ જે ભજન સાંભળ્યું તેમાં કવિ માણસેનો આધાર છે. તેથી આજને કટોકટીને વખતે મારો ઈશાદો દવાદારનો ઈલાજ ન કરતાં કેવળ ઈશ્વરને શરણે જવાનો છે.

હરિજનબંધુ, ૨૬-૧૦-૧૯૪૭





## ૪૧. રોજનો સુવિચાર

બીમારીમાત્ર માણસને માટે શરમની વાત હોવી જોઈએ. બીમારી પણ દોષની સૂચક છે. જેનું તન, મન, સર્વથા સ્વસ્થ છે તેને બીમારી થવી ન જોઈએ.

સેવાગ્રામ ૨૬-૧૨-૪૪

વિકારી વિચાર પણ બીમારીની નિશાની છે. તેથી, આપણે સૌ વિકારી વિચારથી દુર રહીએ.

સેવાગ્રામ, ૨૭-૧૨-૪૪

વિકારી વિચારથી દૂર રહેવાનો એક અમોઘ ઉપાય રામનામ છે નામ કંઠમાંથી જ નહીં, પણ હૃદયમાંથી નીકળવું જોઈએ.

સેવાગ્રામ, ૨૮-૧૨-૪૪

વ્યાધિ અનેક છે, વૈદ અનેક છે, ઉપચાર પણ અનેક છે. વ્યાધિ એક જ ગણીએ ને તેને મટાડનારો વૈદ એક રામ જ છે એમ સમજીએ તો ઘણી માથાકૂટમાંથી બચી જઈએ.

સેવાગ્રામ, ૨૯-૧૨-૪૪

વૈદો ને દાકતર જેઓ મારે છે તેમની પાછળ આપણે ભટકીએ છીએ. પણ રામ જે મરતો નથી, હર્મેશાં જીવે છે અને જે અચૂક વૈદ છે એને આપણે ભૂલી જઈએ છીએ, એ આશ્ચર્યની વાત છે.

સેવાગ્રામ, ૩૦-૧૨-૪૪

એથીયે વધારે આશ્ચર્યની વાત તો એ છે કે આપણે જાણીએ છીએ કે આપણે પણ મરવાના તો છીએ જ, બહુ કરીએ તો વાળો વગેરેની દવાથી કદાચ થોડા વધારે દિવસ કાઢી શકીશું, તોયે તેને માટે ખુવાર થઈએ છીએ.

સેવાગ્રામ, ૩૧-૧૨-૪૪

એ જ રીતે વૃદ્ધ બાળક, યુવાન, ધનિક ગરીબ સૌને મરતાં જોઈએ છીએ તોપણ આપણે સંતોષથી બેસવા માગતા નથી, પણ થોડા દિવસ જીવવાને માટે રામને છોડીને બીજા બધા પ્રયત્નો કરીએ છીએ.

સેવાગ્રામ ૧-૧-૪૫

આટલું સમજીને આપણે જે વ્યાધિ આવે તે રામભરોસે રહીને વેઠી લઈએ અને આપણું જીવન આનંદમય બનાવીને ગુજારીએ તો કેવું સારું!

સેવાગ્રામ, ૨-૧-૪૫

ધાર્મિક મનતો માણસ માંડો પડે તો તેનામાં કંઈક ને કંઈક ધર્માચરણની ખામી રહી ગઈ છે એમ સમજવું જોઈએ.

સેવાગ્રામ, ૨૨-૪-૪૫



માણસના પ્રયત્ન છતાં તેનું મન મેલું રહેતું હોય તો રામનામનો જ તેણે આશરો લેવો રહ્યો.

મદ્રાસ પહોંચતાં, ૨૧-૧-૪૬

જેમ જેમ વધારે વિચાર કરું છું તેમ તેમ મને વધારે ને વધારે ભાન થતું જાય છે કે અંતરથી ને સમજપૂર્વક રામનામ લેવું એ સર્વ પ્રકારના વ્યાધિઓનો ઈલાજ છે.

ઊરુળી, ૨૨-૩-૪૬

આસક્તિ, રોગ, દ્વેષ વગેરે પણ રોગો છે અને શીર્ષા રોગો કરતાંય ભૂંડા છે. રામનામ વિના એમને માટે બીજો ઈલાજ નથી.

ઊરુળી, ૨૩-૩-૪૬

શરીરના મેળ કરતાં મનનો મેળ વધારે નુકશાન કરે છે; શરીરની બાહ્ય સ્વચ્છતા જોકે અંતરની સ્વચ્છતાની ધોતક છે.

ઊરુળી, ૨૪-૩-૪૬

ઈશ્વરનું શરણું લેવાથી જે આનંદ અને સુખનો અનુભવ થાય છે તેનું વર્ણન કોણ કરી શકશે?

ઊરુળી, ૨૫-૩-૪૬

રામનામનું રટણ કરવાની શરતો જે પૂરી કરે છે તેમને જ તે સહાયરૂપ થાય છે.

નવી દિલ્હી, ૮-૪-૪૬

રામને છાજે એવી સેવા ન જ થતી હોય તો રામનામનું રટણ મિથ્યા છે.

નવી દિલ્હી, ૨૧-૪-૪૬

માંદગીને લીધે મરે છે તેના કરતાં માંદગીને ડરથી વધારે માણસો મરણને શરણ થાય છે.

સિમલા, ૭-૫-૪૬

આધિ, વ્યાધિ અને ઉપાધિ એ ત્રણેને માટે રામનામ રામબાણ ઈલાજ છે.

નવી દિલ્હી, ૨૪-૫-૪૬

રામનામને શરણે જનારને બધી આશા પૂરી પડે છે.

નવી દિલ્હી, ૨૫-૫-૪૬

રામનામરૂપી અમૃતનું પણ કરવાની આકાંક્ષા રાખનારે કામક્રોધાદિ શત્રુઓને અંતરમાંથી હાંકી કાઢવા જોઈએ એમાં કંઈ શક છે કે?

નવી દિલ્હી, ૨૦-૬-૪૬



બધાં રૂડાં વાનાં હોય ત્યારે અલબત્ત સૌકોઈ ઈશ્વરનું નામ લે છે; પણ જ્યારે બધું વાકું પાડવા બેઠું હોય ત્યારેય ઈશ્વરનું નામ લેવું ન છોડે તે જ સાચો ભક્ત છે.

મુંબઈ, ૬-૭-૪૬

રામનામનું અમૃત આત્માને આનંદ આપનારું અને દેહના રોગોને હરનારું છે.

પૂના, ૯-૭-૪૬



## ૪૨. બે પત્રો

૧

ચરવડામંદિર,  
નવેમ્બર ૧૨, ૧૯૩૦

પ્રિય

તારા શરીરના આરોગ્યના માટે તારે સિદ્ધ અને સૂર્યસ્નાન કરવું જોઈએ. અને મનની શક્તિને માટે રામનામ જેવી બીજી કોઈ ઔષધિ નથી. કામક્રોધ કે રાગદ્વેષ જેવો કોઈ આવેગ તને કાંટે ત્યારે તારી જાત પર કાબૂ રાખ, કે ઈશ્વરના છત્ર નીચે ચાલવાનો એકમાત્ર રસ્તો તેની સૃષ્ટીને સેવા કરવાનો છે. બલકે, ઈશ્વરની રહેમ અથવા તેના જ્ઞાનનો બીજો અર્થ જ નથી.

બાપુના આશીર્વાદ

૨

સેવાગ્રામ,  
જાન્યુઆરી ૯, ૧૯૪૫

પ્રિય

તમારો કાગળ મળ્યો તમે સાજા થાઓ કે ન થાઓ એ કંઈ મહત્વની વાત નથી. ઈશ્વર પર આપણે જેટલો વધારે આધાર રાખીએ તેટલી વધારે ને વધારે મનની શક્તિ આપણને મળે. વૈદ્યો ને દાકતરો તો અલબત્ત છે જ; પણ એ બધા આપણને ઈશ્વરથી વધારે ને વધારે દૂર કરવાવાળા કહેવાય. એથી મેં તમને ત્યાં મોકલવાનું વધારે પસંદ કરેલું. કુદરતી ઉપચારની પદ્ધતિ આપણને ઈશ્વરની વધારે નજીક લઈ જનારી છે. એ પદ્ધતિનો આધાર લીધા વિનાયે આપણું કામ સરતું હોય તો વળી વધારે સારું. એમાં મારે વાંધો લેવાનો ન હોય. પણ ઉપવાસથી ડરવું શું? ને વધારે ચોખ્ખી હવા લેવાની મળે તે શા સારુ ટાળવું? કુદરતી ઉપચારનો અર્થ કુદરતની એટલે કે ઈશ્વરની વધારે નજીક જવું એ જ નથી કે? આમાં હું કેટલો સફળ થાઉં છું તે આપણે જોવું રહ્યું. હું વધારે પડતી તાણ વહોરવાનો નથી એટલી ખાતરી રાખજો.

બાપુના આશીર્વાદ



## પરિશિષ્ટ

### ૧. રામનામ

નોઆખલીમાં આમકી કરીને એક ગામડું છે. તે ગામમાં બાપુજી માટે મને બકરીનું દૂધ ક્યાંય ન મળ્યું. આસપાસ ઘણી તપાસ કરાવી. અંતે હારીને બાપુજી પાસે ગઈ અને એમને એ વાત કહી. બાપુજીએ મને કહ્યું: “એમાં શું? નાળિયેરનું દૂધ બકરીના દૂધની ગરજ બરાબર સારશે. અને બકરીના ઘીને બદલે આપણે નાળિયેરનું તાજું તેલ કાઢીને ખાશું.”

એ તૈયાર કરવાની રીત બાપુજીએ મને શીખવી અને મેં નાળિયેરનું દૂધ તથા તેલ તૈયાર કરી બાપુજીને આપ્યાં. બાપુજી બકરીનું દૂધ હંમેશ આઠ ઓંસ લેતા. એ રીતે નાળિયેરનું દૂધ આઠ ઓંસ લીધું. પણ એ દૂધ પચવામાં ઘણું ભારે પડ્યું અને બાપુજીને દસ્ત થવા લાગ્યા. એથી સાંજ સુધીમાં એટલી બધી નબળાઈ આવી ગઈ કે બાપુજી બહારથી ઝૂંપડા સુધી અંદર આવતા હતા ત્યાં તેમને ચકરી આવી ગઈ.

બાપુજીને જ્યારે જ્યારે ચક્કર આવતાં ત્યારે ત્યારે એની નિશાનીરૂપે એમને બગાસાં બહુ આવવા લાગે, પસીનો પુષ્કળ થાય, હાથપગ ઠંડા પડી જાય અને ક્યારેક આંખો ચડી જાય. એ પ્રમાણે ચક્કર આવવાની શરૂઆતની સૂચના તો બગાસાં ખાવા લાગ્યા એટલે મને મળી ચૂકી. પણ મારા મનમાં એમ કે, હવે ચાર જ ફૂટ પથારી દૂર છે ત્યાં સુધી તો પહોંચી જ જવાશે. પણ એ ગણતરી ખોટી નીવડી, અને બપુજી મારે ટેકે ચાલતા હતા તે પડવા લાગ્યા. મેં સંભાળથી માથું પકડી રાખ્યું અને બૂમ મારી નિર્મળબાબુને બોલાવ્યા. એ આવ્યા અને અમે બંનેએ મળી બાપુજીને પથારીમાં સુવાડ્યા. પછી મને થયું કે, લાવને ડૉ. સુશીલાબેન પાસેના ગામડામાં છે એમને બોલાવી લઉં! કદાચ કંઈ વધરે થશે તો હું મૂખમાં ખાપીશ. એ હિસાબે ચિટ્ઠી લખવા બેથી. તે મોકલવા નિર્મળબાબુના હાથમાં જેવી આપી તેવા જ બાપુજી જાગ્યા. મને બોલાવી, “મનુડી! (બાપુજી જ્યારે લાડથી બોલાવતા ત્યાર હમેશાં મને મનુડી કહેતા) તેં બૂમ મારીને નિર્મળબાબુને બોલાવ્યા એ મને જરાયે નથી ગમ્યું. પણ તારી ઉંમર જોઈને હું તને માફી આપી શકું છતાંયે તારી પાસેથી તો આવા સમયે મને કંઈ જ ન કરતાં હૃદયથી રામનામ લેવાની આશા રાખું. હું તો મનમાં રામનામ લેતો જ હતો. પણ તેં નિર્મળબાબુને બોલાવવાને બદલે રામનામ રામનામ લેવું શરુ કરી દીધું હોત તો મને અત્યંત ગમત. હવે તું આ વિશે સુશીલાને ન કહેતી કે ન લખીને બોલાવતી, કારણ મારો સાચો દાકતર તો રામ જ છે. એને મારી પસેથી કામ લેવાની ગરજ હશે ત્યાં સુધી જીવાડશે અને નહીંતર ઉપાડી લેશે.”

‘સુશીલાને ન લખતી’ એ શબ્દ કાન ઉપર પડ્યા અને હું ઘડીભર કંપી ગઈ. નિર્મળબાબુના હાથમાંથી ચિટ્ઠી ફાટી ગઈ. બાપુજી એ કહ્યું: ‘કેમ, તેં લખી પણ નાખ્યું હતું ને?’ મેં લાચારી થી હા પાડી.

મને કહે, “આજે તને અને મને ઈશ્વરે બચાવ્યાં. જોકે આ ચિટ્ઠી વાંચીને સુશીલાબહેન તો પોતાનું કામ છોડી મારી પાસે દોડતી આવી જાત, પણ મને એ જરાયે ન ગમત. તારી ઉપર અને મારી ઉપર હું ચિડાત. આજે મારી કસોટી થઈ. જો રામનામ મંત્ર મારા હૃદયમાં સોંસરવો ઊતરી જશે તો હું કડી માંડો



પડીને મારવાનો નથી. આ નિયમ દરેક માણસ માટે છે, મારા એકને માટે નહીં. માણસ જે ભૂલ કરે, તેનું ફળ એને ભોગવ્યે જ છૂટકો છે. એ રીતે મેં દુઃખ સહન કર્યું. માણસના આખરના શ્વાસ સુધી રામનું નામસ્મરણ હોવું જોઈએ, પણ પોપટની માફક નહીં, હૃદયથી જેમ રામાયણમાં છે કે, જ્યારે સીતાજીએ હનુમાનજીને માળા આપી ત્યારે તે તેમણે તોડી નાખી, કારણ તેમાં રામ શબ્દ છે કે નહીં તે તેમને જોવું હતું. તે પ્રસંગ સાચો હશે કે નહીં તેની પંચાતમાં આપણે શા માટે પડીએ? હનુમાનજી જેવું પહાડી શરીર કદાચ આપણે ન કરી શકીએ. પણ આત્મા તો પહાડી કરી શકીએ. માણસ ધારે તો ઉપરનું ઉદાહરણ સિદ્ધ કરી શકે. સિદ્ધ કદાચ ન કરી શકે તોપણ સિદ્ધ કરવાનો પ્રયત્ન કરે તોયે બસ છે. ગીતા માતાએ કહ્યું છે ને કે માણસે પ્રયત્ન કરવો, ફળ ઈશ્વરના હાથમાં સોંપવું. તે રીતે તારે, મારે અને બધાએ પ્રયત્ન કરી જ છૂટવું જોઈએ.

“હવે તું સમજી હશે કે મારી, તારી, કે કોઈ પણ દર્દીની માંદગીમાં મારું શું માનસ છે.”

અને એક માંદી બહેનને કાગળ લખતાં એમણે અંદર લખ્યું, “રામબાણ દવા તો જગતમાં એક જ છે. તે રામનામ અને એ નામ રટનારે અધિકાર પરત્વે જે નિયમોનું પાલન કરવું જોઈએ તે નિયમોનું તે પાલન ન કરે; પણ એ રામબાણ દવા આપણે બધા ક્યાં કરી શકીએ છીએ?” (મારી રોજની નોઆખલીની નોંધપોથીમાંથી )

ઉપરનો પ્રસંગ ૩૦મી જાન્યુઆરી, ૧૯૪૭ રોજ બનેલ. બરોબર એ જ દિવસ એક વર્ષ અગાઉ!

રામનામ વિશેની આવી અચળ શ્રદ્ધા એમની આખરી પળ સુધી રહી. ૧૯૪૭ની ૩૦મી જાન્યુઆરી દહાડે ઉપરનો મીઠડો પ્રસંગ બની ગયો અને ૧૯૪૮ની ૩૦મી જાન્યુઆરીને દિવસે મને કહેલ કે, “છેલ્લા શ્વાસ સુધી રામનામ રટવું જોઈએ.” એમ બે વખત અમે પછી ત્રીજી વખત આખરે એ જ મુખેથી છેલ્લા શ્વાસે પણ રા..મ મારે જ કાને સાંભળવાનો કારમો અવસર આવશે તેની શી કલ્પના! ઈશ્વરની ગતિ એવી ગહન છે. ‘બાપુ-મારી મા’માંથી

મનુબહેન ગાંધી

## ૨. ‘રામ!રામ!’

પ્રાર્થનાર્થીઓની કોર્ડન કરેલી હારમાં થઈને તે જતા હતા ત્યારે પ્રાર્થનાર્થીઓની નમસ્કારના વળતા નમસ્કાર કરવાને તેમણે બે બાળાઓના ખભા પરથી પોતાના હાથ ઉપાડી લીધા. એકાએક જમણી બાજુએથી જોરથી માર્ગ કરતો એક માણસ ટોળામાંથી આવ્યો. ગાંધાજીના પગને સ્પર્શ કરવાને માટે તે આવ્યો છે એમ સમજીને મનુએ પ્રાર્થના નું મોડું થવા છતાંયે તમે આવી રીતે વખત લો છો એવી મતલબનું ઠપકારૂપે તેને કહ્યું અને તેનો હાથ પકડીને આ ઘસી આવનારને અટકાવવા પ્રયત્ન કર્યો. તેણે તેને જોરથી હડસેલી મૂકી. એથી કરીને તેના હાથમાંની ભજનાવલિ, બાપુની ટૂંકદાની તથા માળા નીચે પડી ગયાં. એ વસ્તુઓ લેવાને તે નીચે વળી એટલામાં પેલો બાપુની છેક સામે આવીને ઊભો. બાપુની એટલો સમીપ તે આવ્યો હતો કે ગોળીનું એક ખાલી કોચલું બાપુના કાપડની ગડીમાંથી મળી



આવ્યું હતું. સાત બારની ઓટોમેટીક પિસ્તોલમાંથી ઘડાઘડ ત્રણ બાર થયાં. પહેલી ગોળી મધ્ય રેખાથી સાડા ત્રણ ઇંચ જમણી બાજુએ નાભિથી અઢી ઇંચ ઉપર પેટમાં વાગી હતી. બીજી મધ્ય રેખાથી એક ઇંચ દૂર અને ત્રીજી જમણી બાજુએ છાતીમાં મધ્ય રેખાથી ચાર ઇંચ દૂર વાગી હતી. પહેલી અને બીજી ગોળી શરીરના આરપાર નીકળી ગઈ હતી. ત્રીજી ફેફસાંમાં ભરાઈ રહી હતી. પહેલી ગોળી વાગી ત્યારે જે પગ ગતિમાં હતો તે વળી ગયો. બીજી ગોળી વખતે પણ તે ઊભા હતા અને પછી તે ઢગલો થઈને પડ્યા. ‘રામ, રામ’ એ તેમના છેલ્લા બોલ હતા. તેનો ચહેરો ફિક્કો પડી ગયો.

હરિજનબંધુ, ૧૫-૨-૧૯૪૮

પ્યારેલાલ

\* \* \*

