

युग शक्ति गायत्री



યુગ શક્તિ ગાયત્રી

વર્ષ : ૨૪
અંક : ૧૦

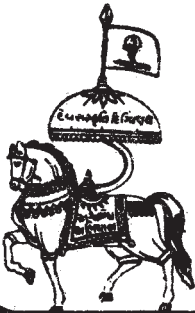
સંપાદક
ભગવતી દેવી શર્મા

પ્રકાશક
લીલાવત શર્મા

સરનામું
યુગ નિર્માણ યોજના
મથુરા (ઉ.પ્ર.) પી.ન. ૨૮૧ ૦૦૩
ફોન : કાર્યાલય : ૪૦૪૦૧૫
નિવાસ : ૪૦૪૦૦૦
ગ્રામ : યુગ નિર્માણ

અનુક્રમણિકા

૧. પાપનું પ્રાણધાતક સૌંદર્યયુક્ત આકર્ષણ.....	૧
૨. પ્રેમ જ પરમેશ્વર છે.....	૨
૩. જેટલું જીવો તેટલું પણ પ્રતિષ્ઠાપૂર્વક જીવો.....	૪
૪. આદર્શવાદી ધારણાઓ જ માનવીના કંકર્ષમાં સહાયક છે.....	૭
૫. પાણી : એક જીવનનો આધાર.....	૯
૬. ભારતીય નારી : સમસ્યાઓ અને નવનિર્માણ.....	૧૧
૭. વિવેકનો આશરો લો-ભટકવાથી કૂટે.....	૧૫
૮. ભક્તની ઈચ્છા ભગવાને ક્યારે પૂરી થાય કરી ?.....	૧૮
૯. પ્રગતિ સહકારની ભાવના પર નિર્ભર છે.....	૨૧
૧૦. ઇલાસના ફળ કેમ નથી આપતી.....	૨૩
૧૧. વિવાહ સંબંધી દૃષ્ટિકોણ બદલો.....	૨૫
૧૨. ઉદારતા ખોટનો નહીં, નફાનો વેપાર છે.....	૨૭
૧૩. આસ્તિકતાનું શાસ્ત્ર : આયુર્વેદ.....	૨૯
૧૪. સૌથી મોટો શત્રુ "અસંયમ" છે.....	૩૨
૧૫. પોષક આહાર સસ્તો અને સર્વત્ર મુલ્યવંત પણ.....	૩૪
૧૬. અંતઃકરણ જ વાસ્તવિક ભાગ્ય વિજેતા છે.....	૩૬
૧૭. યુગ નિર્માણ સમાચાર.....	૪૮
૧૮. પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવની અમૃતવાણી.....	૪૦
૧૯. વિશેષ ધારાવાહિક લેખમાળા-૧૭.....	૪૬



અખિલ ગુજરાત અશ્વમેધ યજ્ઞ સમિતિ
ગાયત્રી શક્તિપીઠ
૭, વૈશાલી નગર, આમ્રપાલી સિનેમા પાસે.
રાજકોટ (સૌરાષ્ટ્ર)
આયોજન તારીખ-૧૫થી ૧૯ ઓક્ટોબર ૧૯૯૪
ફોન-૫૫૬૪૪

જાહેર
આમંત્રણ

ॐ ભૂર્ભુવ: સ્વ: તત્સવિતુર્વરેણ્યં ભર્ગોદેવસ્ય ધીમહિ ધિયો યો ન: પ્રચોદયાત્



વર્ષ-૨૪

ઓક્ટોબર-૧૯૯૪

વાર્ષિક લવાજમ-રૂ. ૩૫-૦૦

અંક-૧૦

સંસ્થાપક-પં. શ્રીરામ શર્મા આચાર્ય

આજીવન લવાજમ-રૂ. ૪૫૦-૦૦

પાપનું પ્રાણઘાતક સૌંદર્યયુક્ત આકર્ષણ

સાયું સૌંદર્ય શું છે ? આ પ્રશ્નની સાચી જાણકારી અને સરળતાથી સમજ ન મળતાં ઘણા લોકો એક મૃગતૃષ્ણા જેવી મુશ્કેલીમાં અટવાઈને ભટકતા રહે છે. પાપનું સ્વરૂપ પણ એવું છે જેમાં સૌંદર્ય અને વાસ્તવિક આનંદ જ આનંદ પ્રાપ્ત થવાનું આકર્ષણ છુપાયેલું હોય છે. આ આકર્ષણ એવું છે જેવું કે પતંગિયાને દીવાની જ્યોતમાં પડતાં મળે છે. દીવેટની જ્યોતનું આકર્ષણ મનમોહક હોય છે, જેમાં ફસાઈને પતંગિયું પોતાની પાંખો સળગાવીને પણ તેની તરફ ખેંચાતું રહે છે. છેવટે પોતાના પ્રાણ બળીને ભસ્મ થતાં સ્વયંને ગુમાવી બેસે છે.

વિચારવા યોગ્ય વાત એ છે કે એવું શું છે કે જેને કારણે મનુષ્ય પાપના પ્રાણઘાતક સૌંદર્યની તરફ હમેશા દોડતો રહે છે. સાચા સૌંદર્યનું જે સત્ય પણ છે તથા કલ્યાણકારી પણ છે તેની જાણકારી જો મનુષ્યને હોય તો તે ખોટા આકર્ષણની તરફ કદી પણ ઉત્સાહિત ન થાય. એક વખત મનુષ્ય આત્માના સૌંદર્યની તરફ અને પરમાત્માના ચારે દિશામાં ફેલાયેલ પ્રાકૃતિક સૌંદર્યની તરફ મન મૂકીને નજર ફેલાવે તો તેને સમગ્ર

ખોટા સૌંદર્યયુક્ત આકર્ષણોથી નફરત થશે અને હમેશા તેનો મોહ છોડી દેશે.

સૌંદર્ય વિશેના આ ભ્રમે જ પ્રત્યેક મનુષ્યને એક પ્રકારની માયામાં પકડી રાખેલ છે. 'માયા' અર્થાત્ જે નથી તેનો ભાસ થવો. એ ભ્રમને કોણ સમજી શકે છે અને કોણ નથી સમજી શકતું તેના વિશે મનુષ્ય જીવનની સમગ્ર રમત ચાલે છે. મનુષ્યના આ ભ્રમે આ સ્વર્ગ સમાન પૃથ્વીને મોટી સંખ્યાના વ્યક્તિઓએ નરક જેવું બનાવી દીધી છે. આવા ભ્રમિત લોકો ઈશ્વરની આ સુંદર કૃતિને પોતાની પાપ દૈષ્ટિ દ્વારા કલંકિત કરી દે છે. તેઓને પ્રત્યેક ક્ષણે પોતાના નિમ્ન સ્તરના સ્વાર્થ, પાશવિક વાસના, ઘૃણાદાયક રૂચિની તૃપ્તિ સિવાયના કોઈ બીજા વિચારો આવતા નથી. આને લીધે તેઓ સ્વયં તો પતનની ખીણમાં ગબડે જ છે અને પોતાના સ્વજનોને માટે કાંટા ઉગાડે છે. જેમણે આત્મકલ્યાણ દ્વારા આ વિશિષ્ટ અવસરનો સદુપયોગ કરીને આત્માની પ્રગતિ સાધવાની સહેજ પણ ઈચ્છા છે તેઓએ હમેશા પાપથી નફરત કરીને સત્પ્રવૃત્તિઓનું ચિંતન કરતા રહેવું અપેક્ષિત છે.

પ્રેમ જ પરમેશ્વર છે

પ્રેમ અંતઃકરણની ભાવયુક્ત અવસ્થાનું નામ છે. આપણી આંતરિક શક્તિઓ અતિ સૂક્ષ્મ હોવાથી આપણે તેને ઓળખી શકતા નથી. આપણી સ્થૂળ બુદ્ધિ તેમનો અનુભવ કરી શકતી નથી. આથી યોગી લોકો વિવિધ યોગ સાધનાઓ દ્વારા પોતાની બુદ્ધિને સૂક્ષ્મ અને નિર્મળ બનાવે છે. મનને વિષય-વાસનાઓથી મુક્ત કરીને તેને કોઈ પણ સૂક્ષ્મ સ્થિતિમાં પ્રવેશ અને ચિંતનને યોગ્ય બનાવે છે ત્યારે કંઈક તે ભાવ તરંગોની પ્રાપ્તિ અને અનુભૂતિ થાય છે. જે ભાવ તરંગો આપણી અંદર અને બહાર એમ બધી તરફથી તલમાં તેલની જેમ, પાણીમાં વિદ્યુતની જેમ અને શબ્દમાં અર્થની જેમ છુપાયેલા હોય છે. પ્રેમ ભાવનાઓના ઉદ્ભવથી અંતઃકરણમાં તેના સિવાય કશુંય વિશેષ દેખાતું નથી, એથી જ પ્રેમ જીવનની સર્વશ્રેષ્ઠ સિદ્ધિ છે. તેના માટે કઠોર સાધનાઓની જરૂર નથી. પ્રેમની અનુભૂતિ કરાવનાર ફક્ત આત્મારસ રૂપી શક્તિ છે. આ તથ્યને સવિશેષ રીતે સમજવા માટે આપણે જીવનની તે પળોને યાદ કરવી જોઈએ કે જ્યારે આપણે કોઈના પ્રેમમાં ભાવવિભોર બન્યા હોઈએ. પ્રેમમાં અદ્વિતીય રસ, અનુપમ સૌંદર્ય અને રહસ્યમય સંગીત છુપાયેલ હોય છે. પ્રેમી તો ઉજ્જડ સ્થળમાં પણ મહેલ અને રાજસુખમાં રહેનારા કરતાં સ્વયંને અસીમ તૃપ્તિ અને પરમાનંદની સ્થિતિમાં જુએ છે. એટલા માટે તેને લૌકિક સુખોની પણ ઈચ્છા હોતી નથી.

સંસારમાં જે કંઈ એકલતા છે તે પ્રેમનો અભાવ છે. સંસારમાં જે કંઈ પણ અક્રિયતા છે તે પ્રેમની તરસ છે. સમગ્ર દુઃખોના મૂળમાં અંતઃકરણની તે તરસ જ જોવા મળે છે, જે કોઈથી નિષ્કામ અને નિર્વ્યાજ પ્રેમ મેળવવા તડપાવે છે. પુત્રની પ્રાપ્તિ બાદ તેના પાલન-પોષણ અને વિકાસની ચિંતા થાય

છે, ધનની પ્રાપ્તિની સાથે ઈદ્રિય-સુખો પ્રત્યેનું આકર્ષણ જોડાયેલું હોય છે. હોદ્દાની સાથે મહત્વાકાંક્ષાઓ અને યશની સાથે અહંકારનો સંબંધ અનાદિ અને અતૂટ છે, પરંતુ પ્રેમમાં પ્રેમની તૃપ્તિ સિવાય બીજું કોઈ આકર્ષણ, મહત્વાકાંક્ષા કે અહંકાર હોતો નથી. એટલા માટે તે આત્માનુભૂતિ અને ઈશ્વર પ્રાપ્તિનો સર્વોત્તમ યોગ છે. તેનાથી જ મનુષ્ય તે સૂક્ષ્મતમ સત્તાને મેળવી શકે છે. ભગવાનનો ભક્તિ સાથે સંબંધ બતાવાયો છે, ભક્તિ બીજું કંઈ નથી પરંતુ પ્રેમનું જ બીજું રૂપ છે.

પ્રેમની વિશિષ્ટતા એ છે કે તે મિલનમાં જેટલો આનંદ આપે છે તેટલો જ વિરહમાં આત્મસંતોષ આપે છે. તે વિરહની ક્ષણોમાં સ્મૃતિ (યાદ) પોતાનો પ્રભાવ વ્યક્ત કરે છે અને આત્મસંતોષના માટે જીવનને ચેતના અને સક્રિયતાથી ભરી દે છે. પ્રેમીની ઈચ્છા અને આદર્શોની પૂર્તિ માટે નવા મિલનની ક્ષણો પ્રેરણા પૂરી પાડે છે. ભગવાનની ભક્તિ અને ભગવાનના પ્રેમની સાથે ત્યાગ અને સેવાને અનિવાર્ય સ્થાન આપવામાં આવે છે. તે વિરાટ વિશ્વના કણકણમાં ફેલાયેલી ચેતનામાં સુખ, સંતોષ અને સૌંદર્ય પ્રાપ્ત કરવાની દિશા અર્પે છે. ચંદ્રમા કોના માટે ચમકે છે, શા માટે ચમકે છે? આકાશને તારાઓથી કેમ ભરી દીધું છે અને તે તારાઓ હમેશા જગમગતા કેમ રહે છે? વૃક્ષ જમીનથી ઉપર ઉચે કેમ ફેલાય છે? વૃક્ષને એવી કઈ ઈચ્છા છે કે પોતાની અંદરના મધુર રસમાંથી ફળ બનાવીને તેમાંનો થોડો પણ રસ પોતાની જીભ પર ન મૂકીને જગતને દાન કરી દે છે. સમુદ્ર જળથી સંપૂર્ણ ભરેલો છે અને તેની અંદર કેટલીય પ્રચંડ હલચલ થાય છે, પરંતુ આજ સુધીમાં તેણે કદીય પોતાની મર્યાદાનો ભંગ કર્યો નથી. નદીઓ થોડું વધુ પાણી મળતા

પૂરથી ઉમટી પડે છે, સીમાઓ તોડીને ખેતર કે, બગીચાઓ, મકાનો, દેવસ્થાનો વગેરેની પરવાર કર્યા સિવાય બધાને તોડીને આગળ વધે છે, પરંતુ સમુદ્રનું મૌન અને મર્યાદા આ જ સુધી તૂટ્યા નથી. આ બધા ઉદાહરણો એ દર્શાવે છે કે તે બધામાં ઈશ્વર પોતાના પ્રેમની અભિવ્યક્તિ થવાથી જ જગતનો કણકણ બીજાઓને આપવાની નીતિ પર ચાલી રહ્યો છે. હસતા પુષ્પો, કિલ્લોલ કરતાં પક્ષીઓ, કલરવ કરતાં ઝરણાં અને ફરફરતો પવન - એ બધામાં એક જ લગની, એક સેવાનો ઉત્સાહ અને તેના દ્વારા પ્રેમની વ્યાપક અભિવ્યક્તિ છે.

પ્રેમની આ વ્યાપકતા જ માનવ જીવનને સ્થૂળ જગતથી ઉપર ઉઠાવીને સૂક્ષ્મ જગતના ચિંતનની પ્રેરણા આપે છે. એટલા માટે જ પ્રેમ જીવનની સૌથી મોટી માર્ગદર્શક સત્તા છે. તે વ્યક્તિને ભૌતિક સુખોના બદલે આધ્યાત્મિક તથ્યોમાં જીવન અને પ્રાણનો સંદેશ આપે છે. પરિણામે તે સૌથી પ્રબળ શિક્ષણ ગણાય છે. આપણે કોઈને કેટલો પ્રેમ કરીએ છીએ તેના આધારે તેનામાં પ્રેરણા અને પ્રકાશ

ફેલાવાના અધિકારી બનીએ છીએ. કહેવાય છે કે પ્રેમપૂર્વક સમજાવેલી વાતો જીવનપર્યંત યાદ રહે છે, જ્યારે ભયથી અને દબાણપૂર્વક સાંભળેલી સારયુક્ત વાતો પણ લોકો અધુરા મનથી સાંભળે અને થોડાક દિવસોમાં ભૂલી જાય છે.

ભગવાન સૃષ્ટિના કણકણમાં છે અને પ્રેમ પણ સૃષ્ટિના કણકણમાં છે. પરમાત્મા વિશ્વની મૂળ પ્રેરણા છે અને પ્રેમ પણ સૃષ્ટિની સમગ્ર ક્રિયા-પ્રક્રિયાના સંચાલક છે. પરમાત્મા એક એવું તત્ત્વ છે, એક એવી ઉત્પાદક શક્તિનું નામ છે જે પોતે સ્વયં પરિપૂર્ણ છે. તે પરમાત્મા પોતાની અંદરથી બધું જન્માવે છે અને સ્વયંની અંદર જ બધું જ સમેટી લે છે. તેમનામાંથી જીવનનો ઉલ્લાસ, ઉમંગ સૌંદર્ય વગેરે બધું અંદરથી જ ઉમટે છે અને અંદરથી સંતોષ થતો જણાય છે, નહીં કે બહારથી ? વસ્તુઓની અપેક્ષા કે ઉપેક્ષા પણ થતી નથી. બંનેમાં અદ્ભૂત સામ્ય છે. એ સાચું છે કે જેણે પ્રેમ કરવાનું શીખી લીધું અને પ્રેમ મેળવી લીધો તેણે પરમેશ્વરને મેળવ્યા છે.



એકવાર ટૉલ્સટોય ગ્રામીણવાસીના જેવો પોષાક પહેરીને સ્ટેશન પર ગાડીની રાહ જોઈને ઊભા હતા. એટલામાં એક પરિવારની મહિલાએ તેમને એક સાધારણ ખેડૂત સમજીને કહ્યું, “જુઓ, મારા પતિદેવ સામેની હોટલમાં છે. તું તેમને આ ચિટ્ઠી આપી આવ. આ કામ માટે હું તને બે આના આપીશ.”

ટૉલ્સટોયે આ કામ તુરત જ કરી દીધું અને મજૂરીના બે આના પણ લઈ લીધા.

થોડીવારમાં એક અમીર આવીને ટૉલ્સટોયની સાથે વાતો કરવા લાગ્યો. તે તેમની સાથે ઘણી નમ્રતાથી વાતો કરી રહ્યો હતો અને વચ્ચે-વચ્ચે તેમને ‘કાઉન્ટ’નું સન્માન સૂચક સંબોધન કરીને સંબોધિત કરતો હતો.

તે મહિલાએ બધું જોયું, પૂછપરછ કરવાથી માલુમ થયું કે ગ્રામીણ જેવા દેખાતા તે વ્યક્તિ તો કાઉન્ટ ટૉલ્સટોય છે.

તે બહેન બહુ શરમાઈ ગઈ અને ટૉલ્સટોય પાસે જઈને માફી માગવા લાગી. તેણીએ મહેનતાણાના રૂપમાં આપેલા બે આનાં તેમની પાસેથી પરત માંગી લીધા. ત્યારે ટૉલ્સટોયે હસીને જવાબ આપ્યો, “બહેનજી, આ તો મારી મજૂરીના પૈસા છે. તેને હું કેવી રીતે પરત આપી શકું ?”

“જેટલું જીવો તેટલું પણ પ્રતિષ્ઠાપૂર્વક જીવો”

મનુષ્યની હમેશા એ ઈચ્છા રહી છે કે તે સ્થાયી સ્વરૂપે યુવાન જ રહે. પોતાના યૌવનને અખંડ બનાવી રાખીને શારીરિક-માનસિક દૃષ્ટિએ સક્ષમ બની રહેવા અને તે આધાર પર ભૌતિક જગત ઉપર વિજય મેળવવાની આકાંક્ષા દરેક સ્ત્રી-પુરુષમાં ખાસ જોવા મળે છે. પરંતુ એ એક પ્રાકૃતિક નિયમ છે કે જેનો જન્મ થાય છે તેને એક દિવસ મૃત્યુના ખોળામાં અવશ્ય જવું પડે છે. સાથો-સાથ તે પહેલાં તેને વૃદ્ધાવસ્થા જેવાં કષ્ટોને સહેવાં પડે છે. પ્રયત્ન કરવા છતાં પણ વૃદ્ધાવસ્થાથી બચવું સંભવ બનતું નથી. એ વાત અલગ છે કે વૃદ્ધાવસ્થામાં પણ માનસિક પ્રખરતા જાળવી રાખી વૃદ્ધાવસ્થાની માફક જ જીવનનો પૂરેપૂરો લાભ ઉઠાવી શકવું સંભવ બને છે. સંસારમાં કેટલાય મહામાનવ થયા જેમણે ઢળતી ઉંમરમાં પણ માનસિક પ્રસન્નતા અને ઉત્સાહને જાળવી રાખ્યો અને દેશ, સમાજ તેમજ સંસ્કૃતિની સેવા કરતાં કરતાં સમૂળગી મનુષ્ય જાતિ માટે અનુકરણ યોગ્ય ઉદાહરણ આપ્યું છે.

ઉંમર સાથે સંબંધિત શરીરચંત્ર રચનાનું ઉત્તમ જ્ઞાન મેળવવા તથા લાંબુ આયુષ્ય મેળવવા માટે મનુષ્યના પ્રયત્નો એટલા જૂના છે કે જેટલી તેની ઉત્પત્તિ. આધુનિક વૈજ્ઞાનિક પ્રગતિના આ યુગમાં પણ મેલિનથી લઈને કેગલિઓસ્ટ્રો, બ્રાઉનસેકાર્ડ અને વોરોનોક ચાલ્ડર્નસ જેવા પ્રખ્યાત વૈજ્ઞાનિકોએ હમેશા યુવાન બની રહેવાના સ્વપ્નને સાકાર કરવાનો પ્રયત્ન કર્યો, પરંતુ તે બધા અસફળ જ રહ્યા. કોઈને પણ તે સર્વોત્તમ ગૂઢ રહસ્યને શોધવામાં સફળતા નથી મળી, છતાં પણ વૈજ્ઞાનિકો તેને વિવિધ પ્રકારના સૌંદર્ય પ્રસાધનોથી લઈને મોંઘા ટોનિક ઔષધિઓની શોધ કરી મનુષ્યના ચહેરા ઉપર કૃત્રિમ યુવાની દેખાડવાના અસફળ પ્રયત્ન કરતા રહ્યા છે. આ આધાર ઉપર પુરુષ હોય કે સ્ત્રી, આ પ્રકારના પોતાની જાતને યુવાન બનાવી રાખવાના પ્રયત્નો

કરે જ છે પણ ઈન્દ્રિયો ઉપર સંયમ ન રાખી શકવાને પરિણામે અનેક પ્રકારની બીમારીઓથી ગ્રસ્તિત બની સમય પહેલાં જ કાળના શિકાર બની જાય છે. આ માટે મનોવૈજ્ઞાનિક, સ્વાસ્થ્ય વૈજ્ઞાનિક તેમજ ચિકિત્સાશાસ્ત્રી વાતાવરણનું ઝેરીપણું, ખરાબ પોષણ, મનોવિકાર, ચિંતા, આર્થિક સુરક્ષાની ઉણપ, સામર્થ્યથી વધારે કામ, નૈતિક શિસ્તનો અભાવ અને દરેક પ્રકારના અસંયમિત જીવનને મુખ્ય કારણ માને છે, તો કેટલાકનું કહેવું છે કે લાંબુ આયુષ્ય વંશ પરંપરાગત હોય છે. પણ હમેશા જોવામાં આવ્યું છે કે લાંબા આયુષ્યની પરંપરાવાળા પરિવારનો કોઈ સભ્ય જો ગીચ વસતીવાળા મોટા નગરોમાં રહેવા લાગે છે, અસંયમને અપનાવે છે તો એક અથવા બે પેઢીઓમાં જ તેનું લાંબુ આયુષ્ય ઓછું થઈ જાય છે.

મુનીઓનું કહેવું છે કે લાંબુ આયુષ્ય મેળવવા અથવા હમેશા યુવાન બની રહેવાના લોભમાં ઔષધિઓનો આંખો મીંચીને ઉપયોગ કરવો નકામો છે. મનુષ્યના લાંબા આયુષ્ય હોવાની ઈચ્છા ત્યારે રાખી શકાય છે જ્યારે કે તે પોતાની યુવાવસ્થાને લાંબા સમય સુધી જાળવી રાખવામાં સફળ થાય. વૃદ્ધાવસ્થામાં વૃદ્ધિ લાવવી એ તો એક શ્રાપ છે. એક વૃદ્ધ વ્યક્તિ કે જે પોતાનો ભાર જાતે વહન કરવા સક્ષમ નથી હોતો, તે પોતાના પરિવાર અને સમાજ માટે ભારરૂપ લાગે છે. જો બધા વ્યક્તિ શતાયુ બની રહેશે તો સમાજનો યુવાન વર્ગ આ ભારે બોજને વહન કરવા માટે અસમર્થ રહેશે. ઉંમરમાં વૃદ્ધિ કર્યા પહેલાં ઈન્દ્રિયોને અને માનસિક પ્રવૃત્તિઓને મોતના ડર દેખાડી શરીરને રક્ષણ આપવા વિશે કોઈ વિધિ શોધવી પડશે. તે માટે એ જરૂરી છે કે રોગીઓ, અશક્ત, પાગલો, તરંગી તેમજ શારીરિક-માનસિક સ્વરૂપે લકવાગ્રસ્ત વ્યક્તિઓની સંખ્યામાં વધારો ન થાય. તે સિવાય દરેક વ્યક્તિને લાંબા આયુષ્યવાળો બનાવવો તે પણ વિવેકપૂર્ણ ન કહી શકાય. મનુષ્યના ગુણોનું મૂલ્યાંકન કર્યા વગર જ ફક્ત તેની સંખ્યામાં

વધારો કરવાના ભયંકર પરિણામોથી સારી રીતે પરિચિત છે. જે વ્યક્તિ દુઃખી, સ્વાર્થી, મૂર્ખ અને નકામા છે, તેમની ઉંમરમાં થોડાક વર્ષ વધારે ઉમેરવાથી શા ફાયદો ? શતાયુ વ્યક્તિઓની સંખ્યામાં વધારો કરવો ત્યાં સુધી ઉચિત ન કહી શકાય કે જ્યાં સુધી તેના બૌદ્ધિક અને નૈતિક પતનના માર્ગને રોકી દેવામાં આવે અને વૃદ્ધાવસ્થા સાથે જોડાયેલા રોગોથી રક્ષિત ન કરવામાં આવે.

ખરેખર પુનઃ યુવાનીની કલ્પનાને ત્યાં સુધી સાકાર ન કરી શકાય કે જ્યાં સુધી તેનો ઉદ્દેશ્ય મનુષ્યના આંતરિક પરિવર્તનથી સંબંધિત નહીં થાય. સ્મરણશક્તિ તેમજ ઈન્દ્રિયોની યુવાનીની યોગ્ય શક્તિ સાચવી રાખવી એ ફક્ત યુવાવસ્થાની જ સાચી ઓળખ નથી. સ્ટેનેમ, વોરોનોક વગેરે વૈજ્ઞાનિક મુનીઓએ પુનઃયુવાવસ્થાની વ્યાખ્યા કરતાં કહ્યું છે કે મનુષ્યની સામાન્ય સ્થિતિમાં સુધારો લાવવો હોય તે પોતાને શક્તિશાળી તેમજ માનસિક રૂપે સ્વસ્થ, શક્તિશાળી, તેજસ્વી-ઓજસ્વી અને આનંદિત મનવાળો અનુભવે, તેમાં માનવ ઉચિત સદ્ગુણોનો વિકાસ થાય અને તે પોતાની ક્ષમતાઓનો વિવેકપૂર્વક ઉપયોગ કરવાની સ્થિતિમાં હોય, તો તેને પુનઃ યુવાવસ્થાની સંજ્ઞા આપી શકાય છે.

પ્રાચીનકાળમાં ચિકિત્સા ક્ષેત્રના અંધવિશ્વાસમાં એક માન્યતા એ પણ પ્રચલિત હતી કે વૃદ્ધાવસ્થાથી જીર્ણ શરીરને યુવાન બનાવવા માટે કોઈ નવયુવકના લોહીને તેના શરીરમાં પહોંચાડવાની જરૂર છે. આ માન્યતાને આધારે પોપ ઈન્નોસેન્ટ અષ્ટમની ધમનીઓમાં ત્રણ નવ યુવકોના લોહીને પહોંચાડ્યું, પરંતુ તે ક્રિયા બાદ જ તેનું મોત થઈ ગયું. નિશ્ચિત એ સમાધાન વિજ્ઞાન સમ્મત તો હતું જ નહીં. આ ઘટના પછી આ યુક્તિને ફરીથી અપનાવવામાં આવી નહીં. ત્યાર બાદ ચિકિત્સકોની નજર અંતઃસ્ત્રાવી ગ્રંથિઓ ઉપર ગઈ. બ્રાઉન સિકાર્ડ જેવા પ્રસિદ્ધ વૈજ્ઞાનિકોએ ટેસ્ટિકલ અર્થાત્ અંડકોષના તાજા સારતત્વને પોતાના શરીરમાં પ્રવેશ કરાવી પુનઃ યુવાવસ્થા મેળવવાનો પ્રયત્ન કર્યો. આ શોધથી

તેમને ઘણી પ્રસિદ્ધિ મળી. છતાં આ ઘટના પછી તે થોડાક જ સમયમાં મરી ગયો હતો, પરંતુ એક વિશ્વાસ હતો જેમાં અંડકોષને પુનઃ યુવાવસ્થા મેળવવાનું માધ્યમ સમજવામાં આવ્યું, જીવતું રહ્યું. બ્રાઉન સિકાર્ડના આ કામને વોરોનોકે વધારે આગળ ધપાવ્યું. તેણે અંડકોષના સારતત્વને ઈજેક્શન મારફતે શરીરમાં પહોંચાડવા બદલે અકાળે વૃદ્ધ બનેલાઓ અથવા વૃદ્ધ પુરુષોના અંડકોષોની જગ્યાએ ગોરિલ્લા તેમજ ચિંપાંજીના અંડકોષોનું આરોપણ કર્યું. આ આરોપણ સફળ તો રહ્યું પરંતુ મનુષ્યના શરીરમાં અંડકોષ વધારે દિવસ સુધી જીવતા રહી શક્યા નહીં આવા આરોપણોમાં કોઈ સ્થિર સારું પરિણામ પણ ન મળ્યું.

મનુષ્ય અમરતા મેળવવાના પ્રયત્નોથી ક્યારેય નિરાશ થવાનો નથી, પરંતુ શરીરથી અમરતાની પ્રાપ્તિ એક અસંભવિત તથ્ય છે, કારણ કે આપણા અંગોની બનાવટ અને તેના ક્ષય (નાશ) થવાના થોડાક નિશ્ચિત પ્રાકૃતિક નિયમ છે. હા ! તે પોતાની વાસ્તવિક શારીરિક ઉંમરને થોડીક મર્યાદા સુધી ઓછી કરવામાં અને પોતાનો અંતિમ સમય- કે જે એક ધ્રુવ સત્ય છે - તેને વિલંબમાં નાંખવામાં સફળતા પણ મેળવી લે, પણ તેનો નાશ અવશ્ય થવાનો જ છે. આપણા મગજ અને વ્યક્તિત્વનું મૂલ્ય આપણા મોત દ્વારા જ ચુકવવું પડે છે. પરંતુ એવી માન્યતા છે કે હૉર્મોન્સ અને ઔષધિઓની મદદથી માણસ વૃદ્ધાવસ્થાને રોગરહિત અને પીડારહિત બનાવી શકે છે. આ સંદર્ભે વૈજ્ઞાનિકોએ ઉડી શોધખોળો કરી છે અને ઘણા સફળ પણ થયા છે.

શારીરિક ઉંમર ભૌતિક જગતની ભૌતિક ઘડિયાળો દ્વારા મપાય છે. મનુષ્યની ઉંમરને દિવસો અને વર્ષોમાં માપવામાં આવે છે. શૈશવકાળ, બાલ્યાવસ્થા અને કિશોરાવસ્થાની ઉંમર લગભગ ૧૮ વર્ષોમાં સમાપ્ત થઈ જાય છે. પરિપક્વતા અને વૃદ્ધાવસ્થા ૫૦-૬૦ વર્ષમાં મળે છે. આ રીતે મનુષ્યનું જીવન ઓછા સમયમાં (ઉંમરમાં) વિકસિત તો થઈ જાય છે પણ તેની પૂર્ણતા અને નાશ (ક્ષય)ને એક લાંબા સમયનો માર્ગ પસાર કરવો પડે

છે. આ તે ઉંમર છે જેને પુનઃ યુવાવસ્થા મેળવવાની જરૂર હોય છે. આ ત્યારે સંભવ છે જ્યારે તે મુજબનો જીવનક્રમ અપનાવવામાં આવે, સમય આવ્યા પહેલાં શારીરિક જ નહીં માનસિક રૂપે વ્યવસ્થિત તૈયારી કરી લેવામાં આવે, ત્યારે ઘડપણમાં પણ યુવાવસ્થા જેવી સક્રિયતાને બરાબર જાળવી શકાય.

સમયની ગતિ હમેશની જેમ એક જ એવી નિરંતર રહી છે, પરંતુ બાળકો, વ્યવસાય કરનાર, વ્યસ્ત વ્યક્તિઓ અને રોગીઓ દ્વારા તેની ગતિમાં ફેરફારનું અનુમાન લગાવવામાં આવે છે. બાલ્યકાળના દિવસોની કિંમત ઘણી જ વધારે સમજવી જોઈએ. પ્રત્યેક ક્ષણનો ઉપયોગ શિક્ષણ માટે કરવો જોઈએ. આ કાળમાં જે સમય વેડફાઈ જાય છે તેની ઉણપ પૂરી ભરપાઈ થવી સંભવ નથી. બાળકોને વૃક્ષ અને છોડની માફક કે નાના-નાના પશુઓની માફક વિકસિત થવાની જગ્યાએ તેમને શિક્ષણનું એક સારું પાત્ર સમજવું જોઈએ. આ શિક્ષણમાં શિક્ષણ સિવાય શારીરિક અને મનોવૈજ્ઞાનિક જ્ઞાન ગંભીર રીતે આપવાની જરૂર છે કે જેની આધુનિક શિક્ષણ પદ્ધતિમાં અવગણના કરાય છે. પરિપક્વતા પછીનું તેટલું શારીરિક મહત્ત્વ નથી હોતું, આ સમયમાં ઈન્દ્રિય અને માનસિક પરિવર્તન નથી થતા. આથી આ સમયનો રચનાત્મક કાર્યો દ્વારા સદુપયોગ કરવો જોઈએ. વૃદ્ધાવસ્થાની નજીક આવવાથી મનુષ્યને પોતાની કાર્યશક્તિને ન તો આરામ આપવો જોઈએ અને ન તો નિવૃત્ત થવું જોઈએ, કારણ કે નિષ્ક્રિયતા, આળસ અને નવરાશથી અશક્તિ આવી જાય છે. યુવકોની સરખામણીએ વૃદ્ધો ઉપર નવરાશના ખરાબ પરિણામ જોવા મળે છે. જે વૃદ્ધોની શક્તિમાં ઘટાડાનો અનુભવ થઈ રહ્યો હોય તેમને વિશ્રામની જગ્યાએ તેમની યોગ્યતા મુજબ કામ આપવું જોઈએ. તેમની મંદગતિને કેટલાક મનોવૈજ્ઞાનિક તથ્યોના આધારે પ્રોત્સાહિત કરવી તે ઉપયોગી સિદ્ધ થશે. જો દિનચર્યા માનસિક અને તાત્વિક રૂપે વ્યવસ્થિત તેમજ વ્યસ્તતાપૂર્ણ બનાવી લેવામાં આવે તો કોઈ કારણ નથી કે

વૃદ્ધાવસ્થામાં પણ મનુષ્ય નવયુવકોને પણ વટાવી જાય.

શારીરિક ઉંમરની માન્યતાને આધારે આપણે આપણી ક્રિયાઓ સંબંધે થોડાક નિયમ બનાવી શકીએ છીએ. ઈન્દ્રિય અને મસ્તિષ્કીય વિકાસમાં પરિવર્તન થતા રહે છે, તે અટલ નથી હોતા. આપણી ઈચ્છા મુજબ તેમાં પરિવર્તન લાવી શકાય છે. મનુષ્ય જીવન એક ગાઢ દ્રવ્ય પદાર્થ જેવું છે કે જે ભૌતિક સ્વરૂપે નિરંતર વહેતું જ રહે છે. તે પોતાની દિશાને બદલી જ નથી શકતું, પરંતુ નવી પ્રાણચેતના ફૂંકીને વાંછિત દિશામાં પ્રગતિ પણ કરી શકે છે. જીવનમાં વૃદ્ધિ કરવા અને યુવકો જેવું સક્રિય જીવન જીવવા માટે સક્ષમ બની શકે છે.

પરંપરા ઉંમરને વધારે લાંબી બનાવવામાં માણસનો શરીર તરફનો અવાસ્તવિક મોહ જ કામ કરે છે. તે વધારે દિવસ સુધી જીવવા માંગે છે, પણ એ ભૂલી જાય છે કે ઘડપણથી જર્ણ, દુઃખી, રોગી, ભારરૂપ જીવન વધારે સમય સુધી જીવવામાં પોતાને અને બીજાને પરેશાન કરવા સિવાય બીજું કોઈ પ્રયોજન સિદ્ધ નથી થતું.

આત્મા અજર-અમર છે. આ માન્યતાને અપનાવી લાંબા જીવનનો ઉદ્દેશ્ય આધ્યાત્મિક દૈષ્ટિમાં લેવામાં આવે છે. પણ શરીર માટે એ અસંભવ છે કે તે અજર કે અમર બની શકે. પ્રાકૃતિક (કુદરતી) નિયમોનું પાલન કરતાં આપણે જેટલા દિવસ જીવી શકીએ તેટલામાં સંતોષ માનવો જોઈએ.

ઉંચા અને સારા કામોમા વ્યસ્ત રહીને આપણા સામાન્ય જીવનને પણ લાંબુ બનાવી શકાય છે. આઘશંકરાચાર્ય, વિવેકાનંદ વગેરે કેટલાય વ્યક્તિ ઓછા સમય સુધી જીવતા રહ્યા, પણ એટલા મહત્ત્વપૂર્ણ કામને એટલા વધારે પ્રમાણમાં કરી શક્યા કે તેમના થોડા જીવનનો પણ ગર્વ લઈ શકાય છે. આપણે લાંબી જિંદગી મેળવવાના ફેરામાં આકાશ-પાતાળના અંતરને ઘટાડવાની જગ્યાએ એટલામાં જ સંતોષ કરવો જોઈએ કે જેટલા પણ દિવસ જીવીએ, પ્રતિષ્ઠાપૂર્વક જીવીએ અને એવી રીતે જીવીએ જેને બીજા લોકોની દૈષ્ટિએ અનુકરણીય અને પ્રશંસનીય કહી શકાય.

આદર્શવાદી ધારણાઓ જ માનવીના ઉત્કર્ષમાં સહાયક છે

ધારણાનો અર્થ છે અંતઃકરણના ઉડાણમાં ધર્મ ધારણાઓની ચિંતન ધારાને ઉડે સુધી સ્થાપિત કરવી. જોવામાં આવે છે કે માણસ કપાયેલ પતંગની માફક હવાના ધક્કા સાથે દિશા બદલતો રહે છે. શરીરગત વાસનાઓ અને મનોગત ઈચ્છાઓ જ દરેક ક્ષણે સવાર થઈ રહે છે. તેની પૂર્તિ માટે નિરંતર તાજાવાણા વણવામાં લાગેલો રહે છે. તેના માટે પીસાતો રહે છે. થોડી સફળતાઓ અને વિશેષતાઓ મળી તો અહંકારનું ભૂત સવાર થઈ જાય છે. બીજાઓ ઉપર રોફ જમાવવા માટે કાંઈ બાક લગાવે છે અને અપવ્યય તથા આતંકની નીતિ અપનાવી પોતાને મોટો સિદ્ધ કરવાના પ્રયાસમાં લાગેલો રહે છે. આ વિટંબણાઓમાં ગુંચવાઈ તેને ઉકેલવામાં જીવનનો અંત થઈ જાય છે.

જેની પોતાની અંગત ધારણાઓમાં વિવેકશીલતા જોડાયેલી છે એવા ઓછા માણસો નજરે પડે છે. મોટાભાગના તો ચીઢીના ચાકર હોય છે. રૂઢિઓનું અનુકરણ કરે છે. કુરીતિઓ ભલે કેટલીક નુકસાનકારક અને બિનજરૂરી કેમ ન હોય, બધા સાથીઓ દ્વારા અપનાવવાને કારણે પોતાના માટે પણ અનુકરણનો વિષય બની જાય છે, અનુકરણપ્રિયતા મનુષ્યનો સ્વભાવ છે પણ આ ક્ષેત્રમાં પણ એ વિચારવું જોઈએ કે કોને દેઢતાપૂર્વક અપનાવવામાં આવે? કોને અવળી દૃષ્ટિએ જોવામાં આવે અને ઉપેક્ષાપૂર્વક અપનાવવામાં આવે. જેને મહત્વપૂર્ણ માનવામાં આવે તે માન્યતાઓ મુજબ દેઢતાપૂર્વક અપનાવવામાં આવે તે પણ પૂર્વ નિર્ધારણના અભાવમાં સારી રીતે નથી બની શકતું. પરિસ્થિતિઓ મુજબ સદ્વિચારો નીતિ બની જાય છે. બેઠક વગરના લોટાની માફક ગમે ત્યાં વળી જાય છે. થોડાક જ માણસો પોતાને બદલી શકે છે. વાતાવરણને પોતાના બીબામાં ઢાળી શકવાની મનસ્થિતિ તો કેટલાક જ વિરલોમાં જ હોય છે. મોટાભાગના પરિસ્થિતિઓ મુજબ પોતાના મનને બદલતા રહે છે, પતંગીયાની માફક આકર્ષણના પ્રલોભનમાં આ ફૂલથી બીજા ફૂલ ઉપર ઉડતા ફરે

છે. તેમનું કોઈ લક્ષ્ય, નિર્ધારણ કે મંતવ્ય નથી હોતું. આ પ્રકારના વ્યક્તિઓની ન તો કોઈ દિશા હોય છે કે ન નિશ્ચિત કાર્ય પદ્ધતિ. પરિસ્થિતિઓ જ તેને હવાના ધક્કાની માફક જ્યાં-ત્યાં લઈ ફરે છે, આવી દશામાં ન કોઈ મહત્વપૂર્ણ કાર્ય નિયમિત રૂપે થાય છે અને ન કોઈ ઉલ્લેખનીય સફળતાનું શ્રેય તેને મળી શકે છે.

પ્રેરણાઓ અંતઃકરણમાં ઉભરે છે તેને આધારે વિચારણા કામ કરે છે, યોજના બનાવાય છે અને ઈચ્છાની પૂર્તિ કરવાના ઉદ્દેશ્યથી ક્રિયાઓ થતી રહે છે. પરિસ્થિતિઓ સાથે તાલમેલ બેસાડી વ્યક્તિ સ્વાર્થ સાધનાના પ્રયત્નોમાં લાંગેલો રહી પોતાનું આયુષ્ય વિતાવી નાંખે છે. જેના કોઈ અંગત ઉદ્દેશ્ય નથી હોતા તેઓ થોડા કમબહુ સ્વરૂપે કાર્ય પણ નથી કરતા. આ સ્થિતિને એક પ્રકારે નિષ્કળ જીવન જ કહી શકાય છે. જેટલી મહત્વપૂર્ણ ક્ષમતાઓ તેને મળી છે તેની સરખામણીમાં સોમો ભાગ પણ એવો નથી હોતો જેની ઉપર સંતોષ કરી શકાય અને ઉત્સાહપૂર્વક તેનો ઉલ્લેખ કરી શકાય.

આ આછા સ્તરના જીવન પાછળ એક જ ઉણપ કામ કરતી રહી છે અને તે છે અંતઃકરણની આદર્શવાદી આસ્થાઓનો અભાવ. જો મળેલા અભૂતપૂર્વ અવસરનું મહત્વ સમજવામાં આવે અને તેને મહત્વના કામોમાં લગાવવાનું નક્કી કરવામાં આવે, તો પછી આદર્શોની ઉત્કૃષ્ટતાથી મનને તરબોળ કરવાની વાત જ મુખ્ય રૂપે મનમાં આવે છે. આને માટે તે સ્તરનો સ્વાધ્યાય, સત્સંગ, વાતાવરણ તેમજ સહયોગ શોધવો પડે છે. આ ઘેરાવથી જ કોઈ ઉચ્ચસ્તરીય દિશાધારાને દેઢતાપૂર્વક અપનાવવાનું મન થાય છે. સંકલ્પ ઉભરાય છે. રસ્તો બને છે અને તેની ઉપર દેઢતાપૂર્વક ચાલવાનું શક્ય બને છે. નહીંતર મનની ચંચળતા જ મુખ્ય બનીને રહી જાય છે. તે વાંદરાની વૃત્તિથી કૌતુક અને કુતૂહલ જ થતા રહે છે. એવું નથી થતું જેને અનુકરણીય કહી શકાય. પ્રશંસા કહી શકાય અને તેનું અનુકરણ કરી કોઈના

મનમાં આનંદ ઉભરાય.

મનુષ્ય જીવન બ્રહ્માની મહાન રચના છે. તેને પેટ, પ્રજનન જેવા પશુ પ્રયોજનોમાં જેમ-તેમ કરીને પૂરું કરી નાંખવું જ તે કાર્ય નથી જેને કર્મયોગ કહી શકાય અને જેના દ્વારા કાર્યરત થયા પછી પણ પરમ લક્ષ્ય સુધી પહોંચવાનું સંભવ થઈ શકવાનું બતાવવામાં આવ્યું છે.

શારીરિક કર્મોનું સ્વરૂપ દૈષ્ટિગોચર તો થાય છે. પ્રસ્તુત કરવામાં આવેલ ઘટનાઓનું વર્ણન થાય છે, પણ પડદો ઉઠાવીને જોવામાં આવે તો ખાતરી થશે તે ઘડીયાળના અનેક ભાગ જે એકબીજાને સહારે કાર્યરત થઈ રહ્યા છે, જેની પાછળ ફીનરવાળી ચાવી જ કામ કરે છે. ચાવી ભરેલી હોય છે તો ઘડીયાળના ભાગો ચાલતા રહે છે. નહીંતર તે ભાવનાઓ વ્યાપક પ્રેરણાના અભાવમાં શિથિલ પડીને બંધ થઈ જાય છે. આગળ ઘડેલવાનું કામ ફીનરવાળી ચાવી કરે છે અને તેવા પ્રયોજનોની પૂર્તિ માનવ જીવનમાં અણીશુદ્ધ અને સંકલ્પ બદ્ધ લોકો જ કરી શકે છે.

આદર્શવાદી તે માન્યતાઓને ધર્મ ધારણા કહી શકાય છે, જે નિશ્ચય પહેલાં તેની ઉડાણમાં ગંભીરતાથી વિચાર કરે છે. બધી શંકા-કુશંકાઓ ઉપર વિચાર કરી લે. આગળ પાછળનું વિચારી લે, પરંતુ જ્યારે નિષ્કર્ષ કાઢી લેવામાં આવે તો તેને સુદૈઢ વિશ્વાસના સ્વરૂપે હૃદયમાં ઉતારી લેવો જોઈએ અને તેની પૂર્તતા માટે જેટલું થઈ શકે તેટલું દરરોજ કંઈક ને કંઈક કરવું જ જોઈએ. વિશ્વાસને ક્રિયાથી બળ મળે છે. નહીંતર પ્રયોજનમાં ન આવવાવાળા વિચાર ફક્ત કલ્પના બનીને રહી જાય છે અને પ્રવાહની સાથે આમ-તેમ વિખરાઈ જાય છે. સ્થિરતા લાવવી હોય, મંતવ્ય નિશ્ચિત અને સુદૈઢ કરવા હોય તો જરૂરી છે કે સંકલ્પને હમેશા ધ્યાનમાં રાખવામાં આવે અને કાર્યરત કરવાની જે કોઈ તક સામે આવે તેને હાથમાંથી જવા દેવામાં ન આવે. કતૃત્વ જ સ્વભાવનું અંગ બની જાય તો આદતો તેવા પ્રકારના ક્રિયાકલાપ માટે સ્થાન મેળવી લે છે અને પછી તક પણ મેળવી લે છે.

વ્યક્તિત્વને વિશ્વાસ બનાવે છે. આમ તો

મોટાભાગના લોકો આસ્થા વગરના હોય છે. તેઓ તાર્કિક દૈષ્ટિએ કોઈ પણ વિષયની ધારદાર તરફેણ કરી શકે છે. પણ જ્યારે તે સિદ્ધાંતોને અંગત જીવનમાં સામેલ કરવાનો પ્રસંગ આવે તો પોતાની જ માન્યતાને ભૂલી જાય છે અને તે કરવા લાગે છે, જેને વકીલાતના જુસ્સામાં જાતે જ ભંગ કરતા રહે છે. માન્યતાઓ ભાવના ક્ષેત્રના ઉડાણમાં ઉગે છે. પણ તે લાંબા સમય સુધી રહે છે. ખરેખર જીવનમાં જે કંઈ મહત્વપૂર્ણ છે તે બધું આસ્થાઓ ઉપર નિર્ભર છે. પોતાને ઉત્કૃષ્ટ, નકામો, દુર્બળ, સબળ, માની બેસવું પોતાના વિશ્વાસ ઉપર આધારિત છે. ભટકતું જીવન જીવવાવાળા અને ગાડી ફેરવવાવાળા પોતાના તે ઢગલાને સ્વીકારી બીજાની તુલનામાં કેટલીય વધારે મુશ્કેલીઓનો ભોગ બને છે. પણ તે સુવિધા, સાધનો મળવાથી પણ તે રીતિ-નીતિને છોડવા તૈયાર નથી થતા. તેમનું કહેવું છે કે મેવાડના રાણાના પુત્રો છે અને જ્યાં સુધી દિલ્હી ઉપર તેઓ રાણાઓનો ઝડો નહીં લહેરાય ત્યાં સુધી આ જ સ્થિતિમાં ભ્રમણ કરતા રહેશે. નહીંતર હવે તેમના આ સ્થાનની કોઈ કિંમત નથી રહી છતાં પણ વિશ્વાસ તો વિશ્વાસ જ રહ્યો. કુમારીકાઓ પોતાનું કૌમાર્ય વ્રત, વિધવાઓ પોતાનું વૈધવ્ય આ આધાર ઉપર સારી રીતે નિભાવી લે છે. ન્યાયનિષ્ઠા, પરોપકાર, ઈમાનદારી સ્તરના વ્યક્તિઓ અનેક પ્રતિકૂળતાઓ અને દબાણો આગળ નમતા નથી અને પોતાની પ્રતિભા ઉપર સ્થિર બની રહે છે. પ્રતિકૂળતાઓ તેમને તે વ્રતથી ડગાવી શકતી નથી.

ધારણાઓ તેમજ આસ્થાઓ ત્યારે પ્રશંસનીય બને છે જ્યારે તે આદર્શવાદ સાથે જોડાયેલ હોય. નહીંતર દુર્વ્યસની પણ નીચા સ્તરની માન્યતાઓ બનાવી રાખે છે. દુરાગ્રહી પણ આજ કરતા રહે છે. ગરીબોમાંથી અનેક લોકો આને પોતાનું ભાગ્ય માની લે છે અને તેમાં સુધારો લાવવાનો પ્રયત્ન છોડી દે છે. ધારણાઓ અંધવિશ્વાસ પૂર્ણ હોઈ પણ શકે છે, પરંતુ જેમને અધ્યાત્મમાર્ગમાં સાથી માનવામાં આવ્યા છે તે આસ્તિકતાવાદી, અધ્યાત્મવાદી અને ધર્માવલંબી માન્યતાઓ જ છે. તેને સહારે ઉપર ઉચે જઈ શકાય છે અને આગળ વધી શકાય છે.

પાણી : એક જીવનનો આધાર

પાણીની વિશાળતા અને સુલભતાના કારણે આપણી દૈનિક જીવન ગુણોની તરફ જતી નથી. વાસ્તવમાં દુનિયામાં પાણી કરતાં ચઢિયાતી બીજી કોઈ દવા નથી. પાણીને જીવન કહેવામાં આવ્યું છે. આ નામ તેના ગુણને જોઈને આપવામાં આવ્યું છે. શરીરની પાચનક્રિયા, રક્તાભિસરણ ક્રિયા, રસસ્ત્રાવ ક્રિયા, સ્નાયુ સંચાલન ક્રિયા અને જૈવિક કાર્યોમાં પાણીનું અમૂલ્ય યોગદાન છે. જો પાણીને યોગ્ય પ્રમાણમાં લેવામાં આવે તો બીમાર પડવાની અને ડૉક્ટરો પાસે દોડી જવાની ઝંઝટમાં પડવું પડતું નથી.

શરીરશાસ્ત્રીઓના મત પ્રમાણે શરીરનો બે તૃતીયાંશ ભાગ પાણીથી ભરેલો છે. આ શરીરના ક્લેથી વધુ ટકા ભાગની રચના કરે છે. લોહીનો ૮૩ ટકા ભાગ પાણી જ રહે છે, જે ઓક્સિજન ઉપરાંત રોગોનો પ્રતિકાર કરનારા કોષોનાં લશ્કરને તેની જરૂરિયાત પ્રમાણે મોકલે છે. લોહીમાં પાણી હોવાને લીધે રોગ પ્રતિકારક કણો એક જગ્યાએથી બીજી જગ્યા સુધી પહોંચી જાય છે. માંશપેશીઓના દ્રવ્યમાં ૭૫ ટકા અને અને હાડકાના કોષોમાં ૨૨ ટકા પાણી છે, જેના કારણે સાંધાઓમાં ચીકણ રહે છે અને અંદરના અવયવો અંગો પરસ્પર ચોંટી જતા નથી તેમ જ ચામડી સૂકાઈ જતી નથી. શરીરની અતિ સૂક્ષ્મ કોષિકાઓની અંદર વીજ સંવહનશીલતાનો આધાર ઈલેક્ટ્રોલાઇટ્સ સોડિયમ અને પોટેશિયમ છે, જેનું યોગ્ય સમતોલન પાણીમાં ઓગળેલા કાર્બોના લીધે જળવાય છે.

મગજ હમેશા પાણી પર તરી રહ્યું છે એ કથન વિચિત્ર જેવું જણાય છે. પરંતુ મગજની બધી ૧૫ કરોડ કોષિકાઓ પાણીના બિંદુઓથી રચાય છે અને તેનું કુલ પ્રમાણ ખોપરીની ક્ષમતાના ૬૦ ટકા હોય છે. વસાઉતકોમાં પાણી ૨૦ ટકા હોય છે. સૂકા જણાતા હાડકામાં ૨૫ ટકા અને આંતરિક પેશીઓમાં ૮૦ ટકા પાણી જ હોય છે. શરીરના બધા કોષો પાણીમાં ડૂબેલા રહે છે કે જેથી તે નરમ રહી શકે. તેમ થવાથી રક્તવાહિનીઓ અને કોષોની વચ્ચે વસ્તુઓની અવરજવરમાં સરળતા રહી શકે. તેના

દ્વારા જ ઉપયોગી અંશો ફેફસામાં પહોંચે છે અને બિનઉપયોગી અંશો કિડનીમાં પહોંચે છે. આ રીતે પાણી ખોરાકને પેટ માટે અનુકૂળ બનાવવાથી માંડીને લોહી બનવાની પ્રક્રિયામાં મદદકારક નીવડે છે.

પાણી માત્ર શરીર નિર્માણમાં જ નહીં પરંતુ શરીરની આંતરિક ક્રિયાઓમાં પણ મહત્વનો ભાગ ભજવે છે. પાણી શરીરમાં ઉત્પન્ન થયેલા દૂષિત પદાર્થોની જલદતા ઓછી કરીને લોહીને પાતળું બનાવી તેમાં ઓજસ્વી કણોની વૃદ્ધિ કરે છે. સડેલા-નકામા પદાર્થોને ઓગાળીને ચામડી, મૂત્ર તથા ઉચ્છ્વાસ દ્વારા બહાર કાઢે છે. શરીરના દૂષિત પદાર્થો જ્યારે બહાર નીકળી જાય છે તો લોહી શુદ્ધિકરણની પ્રક્રિયાને બળ મળે છે. ખાદ્ય પદાર્થોને ગુદના ફિલ્ટરવાળા પહેલા ભાગમાંથી ચાળીને બીજા ભાગની નળીઓ અને ઉપનળીઓના લાંબા માર્ગમાંથી પસાર થવું પડે છે. આ માર્ગો દ્વારા નકામા પદાર્થોને બહાર કાઢવામાં પાણી ગુદને મદદ કરે છે. સાંધાઓ તથા આંતરિક અંગોના માટે પાણી ઉજાણની ભૂમિકા ભજવે છે. ગરમીનું નિયંત્રણ કરવા માટે શરીરમાંથી ગરમી ઘટાડવામાં મદદ કરે છે. શરીર જ્યારે વધુ ગરમ થાય છે ત્યારે વધુ લોહી ચામડીના ઉપરના સ્તરમાં આવી જાય છે. લોહી દ્વારા આવેલા પરસેવાના બિંદુઓ ચામડીના દિવ્રો મારફત વરાળ રૂપે ઉડી જવા માટે શરીરની બહાર આવે છે. એનાથી શરીર વાતાવરણને અનુકૂળ અર્થાત્ ગરમીમાં ઠંડુ અને ઠંડીમાં ગરમ રહે છે.

જરૂરિયાત કરતાં ઓછું પાણી લેવાથી અનેક રોગો પેદા થાય છે. પાણી દ્વારા શરીરનું સચાલન થાય છે અને તેથી તે ઓછા પ્રમાણમાં પીવાથી શરીરમાં અનેક ગરબડો પેદા થાય છે. શરીરમાં અકરણ, મળ વિસર્જનમાં અવરોધ, પેટનો દુખાવો વગેરેનું કારણ પાણીની ઓછપ છે. આવી વ્યક્તિઓ મોટેભાગે પરેશાન થાય છે અને સારવાર માટે ડૉક્ટરોની પાસેથી રંગબેરંગી ગોળીઓ, ચૂર્ણ વગેરેનું સેવન કરતા રહે છે અને રોગના મૂળ કારણો ન જાણવાથી અનેક રોગોથી ઘેરાઈ જાય છે. પેટમાં

ભરાવો થવાથી શરીરમાં સુસ્તી છવાઈ રહે છે, શરીર કમજોર બને છે અને ચહેરો ફિક્કો પડે છે.

શરીરમાં પાણીની ખોટ ન પડે તે માટે પ્રકૃતિએ મનુષ્યોને અનુકૂળ ખાદ્ય પદાર્થોમાં પાણીના અંશનું સમતોલન કરેલ છે. જેને પ્રાકૃતિક પ્રમાણમાં લેવામાં આવે તો ખોટને પૂરી કરી શકાય છે. “ન્યુટ્રિશન એન્ડ ડાયટ ઈન હેલ્થ એન્ડ ડિસીઝ”ના મુજબ આપણા ખાદ્ય પદાર્થોમાં તેનું પ્રમાણ ૭૦ ટકા હોય છે. પાણીના અંશ વગરના ખાદ્ય પદાર્થોમાં કોળિયાંને આપણે ગણાવી નીચે ઉતારી શકતા નથી. તાજી ભાજીમાં ૮૯ ટકા અને સલાડ વર્ગની શાકભાજીમાં ૯૫ ટકા પાણી હોય છે. શુદ્ધ દૂધમાં પાણીનું પ્રમાણ ૮૦ ટકા હોય છે. ભોજનના અન્ય બીજા પદાર્થોમાં પાણીનું પ્રમાણ કઈને કઈ હોય છે જ. શરીરને પ્રાપ્ત થનાર કાર્બોહાઈડ્રેટ, ચરબી અને પ્રોટીનના એક-એક ગ્રામમાં કમશ: ૧, ૦૦૬, ૦.૪૧ ગ્રામ પાણી હોવાનું, અનુમાન વૈજ્ઞાનિકો કરે છે. કેટલાક લોકોના મનમાં એવી ધારણા બની ગઈ છે કે ચા, કોફી જેવા પીણાઓ દ્વારા પાણીની ખોટ પૂરી પાડી જઈ શકાય છે. પરંતુ તેના સેવનથી કેફીન નામનું ઝેરી ઉત્તેજક તત્ત્વ શરીરમાં પાણીનું પ્રમાણ ઘટાડી દે છે.

આ ખોટને પાણી પીને ઘટાડી શકાય છે. તરસ પ્રકૃતિ દ્વારા શરીરને થતો એક માત્ર સંકેત છે કે હવે પાણી પીવું અનિવાર્ય છે. પરંતુ એનો અર્થ કદાપિ એમ નહીં કરવો કે જ્યારે તરસ લાગે ત્યારે પાણી પીવામાં આવે. પાણી તો પચાવવા માટે, પચેલાનું શોષણ કરવા માટે પીવામાં આવે છે. સામાન્ય રીતે વ્યક્તિએ દરરોજ ઓછામાં ઓછું ૮ થી ૧૦ પ્યાલા પાણી પીવું જોઈએ. એનાથી ઓછું પાણી પીવું રોગોને આમંત્રણ આપવા સમાન છે. ઉનાળામાં શરીરમાંથી પાણી પરસેવાના રૂપમાં વિશેષ રૂપે નીકળી જાય છે ત્યારે મોટાભાગે લોકો પાણી પીતા નથી. આવી નિષ્કાળજીના કારણે લીધે લોકો મોટેભાગે પેટના રોગોના શિકારી બને છે.

કેટલાક લોકો ભારેપણું ઓછું કરવા અને વજન ઘટાડવા માટે પાણીનો ઉપયોગ ઓછો કરે છે. પાણીનું પૂરતું પ્રમાણ શરીરની ચરબીમાં ઉત્પન્ન થનાર નકામા ઝેરી પદાર્થોને બહાર મૂકે છે. તેનાથી સાચા અર્થમાં વજન ઘટી જાય છે.

શાસ્ત્રોમાં લખ્યું છે, “ભોજનની વચ્ચે વધુ પાણી પીવું ઝેર સમાન છે.” ભોજન કરતી વેળાએ કે તે પછી તુરત જ એક સાથે વધુ પાણી પીવાની ટેવ સારી ગણાતી નથી. તેનાથી ભોજનને યોગ્ય રીતે ચાવવાની પ્રક્રિયા સંભવ થતી નથી અને તે પહેલાં તે પેટમાં પહોંચી જાય છે. જ્યારે ખાદ્ય પદાર્થ સારી રીતે ચાવી શકાય નહીં ત્યારે ભોજન કરતી વેળાએ વચ-વચમાં થોડું પાણી પીવાની સલાહ આપી શકાય છે. જો ભોજન ખૂબ ચાવવામાં આવે તો તે સ્વયં પાણી જેવું અર્ધપ્રવાહી બને છે. તેને ગણાવી નીચે ઉતારવા માટે પાણીની કદી જરૂરિયાત નથી. ભોજન લીધા પછી અડધા કે એક કલાક પછી પાણી લેવું જોઈએ.

સામાન્ય રીતે લોકો તરસ લાગે ત્યારે જ પાણી પીવે છે, પરંતુ કોઈ કોઈ વાર તરસ ના લાગી હોય તો પણ પાણી પીવું જોઈએ. કફ પ્રકૃતિવાળા અને વધુ અર્ધપ્રવાહી ભોજન કરનારાઓને તરસ ઓછી લાગે છે. પરંતુ શરીરમાં મળ જમા થઈ જવાથી જે ગરમી પેદા થાય છે તેને ઠંડી પાડવા માટે પાણી અવશ્ય લેવું જોઈએ. આથી સ્વાસ્થ્ય વૈજ્ઞાનિકો તરસ ન લાગી હોય તો પણ થોડા પ્રમાણમાં અનેક વખત પાણી પીવાની સલાહ આપે છે.

શરીરમાના ઝેરનો નિકાલ પાણીના માધ્યમ દ્વારા થાય છે. આ પ્રાકૃતિક પ્રક્રિયામાં વ્યક્તિએ પાણી પીવું જોઈએ. સવારમાં પાણી લેવું આંતરડા માટે ઉત્સર્જનની ક્રિયાને સ્વાભાવિક બનાવે છે. જો સવારમાં પાણી પીવાનું મન ના પાડે તો થોડા થોડા પ્રમાણમાં ધીરે ધીરે પાણી પીવાની ટેવ પાડવી જોઈએ. ગુદાની નલિકાઓની સફાઈ કરવામાં એ ટેવ મદદ કરે છે. પ્રાતઃકાલીન પાણી પાચનક્રિયા તથા રક્તાભિસરણમાં મહત્ત્વપૂર્ણ ભૂમિકા નિભાવે છે.

પાણીને જીવનનો આધાર કહેવામાં આવ્યું છે, તે દવા છે અને ગુણોની દૈષ્ટિથી અમૃત સમાન પ્રકૃતિ દત્ત અમૂલ્ય સંપત્તિ છે. યોગ્ય રીતે તેનો ઉપયોગ કરવાથી તે જીવન રક્ષક તથા પોષક સાબિત થઈ શકે છે. પાણીના મહત્ત્વને સમજીને તેનો સદુપયોગ કરવાની જરૂર છે. તેનાથી સામાન્ય માનવી ખર્ચ કર્યા સિવાય શારીરિક દૈષ્ટિએ સ્વસ્થ બની શકે છે.

ભારતીય નારી : સમસ્યાઓ અને સમાધાન

માન્યતાઓ અને પરિસ્થિતિઓ માનવ માત્રને ઋતુચક્રની જેમ મુખ્ય રૂપે અસર કરે છે. મનુષ્યની મૌલિક શક્તિ એ સ્તરની છે કે જો તેને ઉત્સાહિત કરીને યોગ્ય દિશામાં વાળવામાં આવે તો પ્રતિકૂળતાઓને અનુકૂળતાઓમાં બદલી નાખવાની આવશ્યકતા નારી મહદ અંશે સંપન્ન કરી શકે છે. શિયાળામાં લોકો અગ્નિની નજીકતાથી તથા ગરમ કપડાં પહેરી ઠંડીથી પેદા થતી મુશ્કેલીઓને મોટે ભાગે હલ કરી લે છે. ગરમીના દિવસોમાં છત્રીનો, છાયાનો, પંખાનો, પાણીનો ઉપયોગ કરીને એ દિવસોની કઠણાઈઓ મહદ અંશે હલ કરી લે છે, છતાં ઋતુ પ્રભાવની અસર ઘણી જોવામાં આવે છે અને તેનો ઈન્કાર થઈ શકતો નથી.

આધુનિક નારીની સામે સૌથી મોટું સંકટ એ છે કે લાંબા સમયથી હર પળે પરેશાન કરનાર રીતરિવાજોએ તેણીના મનોબળને તોડી નાખ્યું છે. પરિસ્થિતિ એ હદ સુધી આવી ગઈ છે કે છૂટકારો મેળવવા પ્રયત્ન કરવો તો દૂર રહ્યો, પણ જે કંઈ ચાલી રહ્યું છે તેને કુદરત કે વિવશતા માનીને તેણે સ્વભાવમાં સમાવી લીધું છે. માન્યતાઓને સ્વભાવગત્ બનાવીને દિવસો પસાર કરવા માટે મનને તૈયાર કરી લીધું છે. યોગ્ય-અયોગ્યનો ભેદ કરવાનું અશક્ય બનતા એ નથી સમજાતું કે અયોગ્ય દબાણોથી કોઈ રીતે છૂટકારો મેળવી શકાય છે કે નહીં? મનુષ્યને જ્યારે અનિચ્છનીય સ્થિતિ ખટકે છે અને તેનાથી બચવા માટે ઈચ્છા પેદા થાય છે ત્યારે કંઈક એવું વિચારવામાં આવે છે કે અયોગ્યનું દબાણ કેવી રીતે, કેટલી હદે એ દિવસોમાં સંગઠિત અથવા વેરવિખેર કરી શકાય છે અને ત્યારે “જો મન હોય તો માળવે જાય”ની કહેવતની રીતે બનતું જોવામાં આવે છે. પરંતુ જ્યારે મન જ અનીતિની સામે આત્મ સમર્પણ કરી નાખે, બચવાની

ઈચ્છા પણ ન રહે તો બીજાઓ મારફતે સમજાવવામાં કે સહાયતા કરવાના પ્રયત્ન પણ નિષ્ફળ બની રહે છે. ઈચ્છર પણ માત્ર એને મદદ કરે છે કે જે પોતાની મદદ પોતે જ મેળવવાનું, હિંમતપૂર્વકનું સાહસ કરે છે.

નારીના માનવોચિત અધિકારોને બંધારણ અને કાયદાઓમાં માન્યતા મળેલી છે, પરંતુ તેનો લાભ લેવાની તક ત્યાં સુધી નથી મળતી જ્યાં સુધી તે શોષિત અને દુઃખી નારી પોતાના અધિકારોને સમજે નહીં અને તેને પ્રાપ્ત કરવા માટે માંગણી ન કરે. તે અંગે સાહસ એકઠું કરવાની ઈચ્છા પ્રગટ ન કરે. માત્ર બીજાઓનો આધાર લઈ શ્રેષ્ઠતાના ઉચ્ચ આસન પર પ્રતિષ્ઠિત થવાનું સૌભાગ્ય તો ક્યારેક જ કોઈને મળે છે. અનીતિ પૂર્ણ દબાણોની વિરુદ્ધ પોતાનો દેઢ મત અથવા આગ્રહ તો પ્રગટ કરવો જ પડે છે. એના વગર તો શોષક પોતાની પક્કડ ઢીલી નથી કરતા અને કોઈ વગર બોલાવ્યે મદદ માટે દોડી આવતા નથી. અંકુર ઉગી વિકાસ પામે છે તો જ તેની ભરપૂર ઈચ્છાને જોતાં ખેડૂત ખાતર, પાણીની વ્યવસ્થા કરે છે. અંકુર ઉગે નહીં, બીજ જમીનમાં જ હોય તો પછી તેને ઉગાડવા, તેનો વિકાસ કરવાને માટે મદદગારોનો જુસ્સો પણ હારી જાય છે. આરોપીની મક્કમતા હોવાથી સાક્ષી પણ ક્યારેક મક્કમ થઈ કેસને જીતાડવાની જવાબદારી પોતાના માથે લે છે.

પ્રથમ પ્રયત્ન એ થવો જોઈએ કે દુનિયાભારમાં ચાલી રહેલા નારી વિકાસના પ્રયત્નો અને પરિણામોથી સ્ત્રી સમાજને વાકેફ કરાવવા માટેના પ્રબળ પ્રયત્નો કરવામાં આવે અને તેમની માન્યતામાં એ ધોરણનો ઉત્સાહ જગાડવામાં આવે કે તે જ કેમ પાછળ રહેવા પામી, ગઈ ગુજરી સ્થિતિમાં કેમ પડી રહી. આવાં પ્રગતિશીલ ઉદાહરણ આજુબાજુ

મળતાં તો સારું થાત અને વિકાસ માટે ચાલતા પ્રયત્નોને જોતાં જોતાં પસાર થયેલા લોકોના પણ માનસ ઉત્સાહિત થતા અને અનુકરણને માટે આગળ વધતા. પણ જો આજુબાજુ એવું ઉત્સાહપૂર્વકનું વાતાવરણ ન જોવામાં આવે તો અન્યત્ર બનેલા આવા પ્રયત્નોમાં સારાં પરિણામોના વર્ણન સાંભળીને એવો ઉત્સાહ જગાડવામાં આવે જેનાથી પ્રેરણા મેળવી અનુકરણ માટે મન ઉત્સાહિત થઈ જાય.

આ સંદર્ભમાં પ્રત્યેક સાથે ચર્ચા કરવી મુશ્કેલ બનશે. તેને સામુહિક રૂપે એકઠા કરીને વિચાર, ગોષ્ઠિઓ, સભા સંમેલનોમાં એવું પ્રોત્સાહન, માર્ગદર્શન આપવામાં આવે. પ્રવાહોને જગાડવા માટે જેવી રીતે તેને હલાવી મૂકવામાં આવે છે, આળસુઓને જેવી રીતે ધમકાવવામાં યા ફટકારવામાં આવે છે અને આળસ-પ્રમાદથી બચવા માટે દબાણપૂર્વક કહેવામાં આવે છે એ રીતે અર્ધ જાગૃત સ્ત્રીને જો પ્રબળ પ્રેરણા નહીં મળે તો તેનાથી કંઈ થઈ શકશે નહીં. આ રીતે રોતી દુઃખના દિવસો પસાર કરતી રહેશે. આ નારી વિકાસના અભિયાનમાં શિક્ષિત અને પ્રગતિશીલ મહિલાઓએ વિશેષ રીતે આગળ આવવું જોઈએ. તેની સાથે સાતત્ય બનાવી રાખવા સમયનો ભોગ આપવો જોઈએ. તેણે પોતાની જાતિ માટે તો કંઈ કરવું જ જોઈએ. પોત પોતાના સમુદાયના લોકોની સમસ્યાઓને ઉકેલવા માટે બધા વર્ગ સંગઠિત થતા અને પ્રયત્ન કરતા જોવામાં આવે છે. મહિલાઓમાંથી પણ જે સારી રીતે વિકસિત અને સગવડતાવાળી સ્થિતિમાં છે તેમણે પોતાની બહેનો, બહેનપણીઓ અને બાળકીઓની મુશ્કેલીઓને સુધારવાને માટે કંઈ કરવું જ જોઈએ. પણ ખાસ કરીને કેટલુંક આનાથી વિપરીત જોવામાં આવે છે. દહેજ જેવા મામલાઓમાં કડવાશ વધારતી ઘટનાઓમાં પુરુષો કરતાં ઘરની સ્ત્રીઓ જ વધારે મહેણાં મારે છે. ગૃહકલહમાં સ્ત્રીઓને છૂટાછેડા લેવાથી લઈને, આત્મહત્યા કરી લેવાના પ્રસંગો પાછળ પુરુષોનું દબાણ ઓછું અને સ્ત્રીઓનો

આગ્રહ વધારે જોવામાં આવે છે. દીકરા-દીકરીની વચ્ચે ભેદભાવ વર્તવામાં સ્ત્રીઓ જ વધારે અનુદાર જોવામાં આવે છે. જે છોકરા નાનપણમાં શિક્ષકો દ્વારા વધારે માર ખાય છે તે જ જ્યારે અધ્યાપક બની જાય છે ત્યારે વિદ્યાર્થીઓ પ્રત્યે વધારે કડવો વહેવાર, મારપીટ કરતાં જોવામાં આવે છે. આવો જ કંઈક ખરાબ યોગ ઘરોમાં જૂનવાણી સ્ત્રીઓ અને આધુનિક સ્ત્રીઓની ખેંચતાણ ચાલવાના રૂપમાં જોવામાં આવે છે. આ કારણે અત્યારની પેઢીને વધારે નિપુણ બનાવવામાં કોઈને કોઈ કારણે અડચણ જ પડે છે.

સુધારાના પ્રયત્નોમાં નારી જ્યાં અનુત્સાહ અને સાહસના અભાવ સામે મેદાને પડવું જરૂરી છે ત્યાં તે પણ આવશ્યક છે કે તેનામાં જોવામાં આવતી પ્રતિગામિતા અને અનુદારતાને સંગઠિત કરવા માટે તેમની વચ્ચે પ્રચાર-પરામર્શ કરવા અને સમયની માંગને સમજાવવાનો કાર્યક્રમ ચલાવવો જોઈએ. એક તો રોગ જ મુશ્કેલ છે, આના પર પણ જો કામકાજ કરનારની ગેરસમજ તથા ઉપેક્ષા ચાલે તો ગુમાવેલી તંદુરસ્તીને પાછી મેળવવામાં સહાયતા નહીં મળે, પરંતુ મુશ્કેલીઓ જ ઊભી થશે.

લગ્ન પ્રસંગોમાં, પર્વ તહેવારો અને મેળાઓમાં જ્યારે તે સજાતીય મંડળીને બીજી ઘણી રૂઢિવાદિતાથી અસરગ્રસ્ત જોવામાં આવે છે, તો તેમને માલુમ પડે છે કે સ્ત્રી માટે આ જ સ્થિતિ નક્કી છે. જે બીજે ચાલી રહ્યું છે તે તો આપણે ભોગવવું પડશે. સમારંભોમાં પ્રગતિશીલતાનું વાતાવરણ ઓછું હોવાના કારણે પણ ઉત્સાહ વધારવાનું ઘણું મુશ્કેલ બને છે. આવા સમારંભોની જ્યાં ત્યાં વિશેષ રૂપથી વ્યવસ્થા થવી જોઈએ જેમાં નારીની વિકસતી પ્રગતિશીલતા નજરે જોવા મળે.

નાની ઉંમરે લગ્ન કરી દેવું અને તે અપરિપક્વતાની વચ્ચે કામકીડાનું ચાલું રહેવું કન્યાઓના જીવનસત્વને નિયોવી નાખવા જેવું છે. આ ખામીને કારણે તે ભવિષ્યમાં વધારે પ્રગતિ કરી

શકવાની ક્ષમતા જ ગુમાવી દે છે. પેઢીઓ ક્રમશઃ ઘણી દુર્બળ અને વધારે અવિકસિત બનતી રહે છે. છોકરાઓ પણ વિચારવા લાગે છે કે હવે બાપ બની ગયા તો ઘર ગૃહસ્થાને માટે ઉત્પાદન કાર્યોમાં લાગી જવું જોઈએ. યોગ્યતા પ્રાપ્ત કરવાના ચક્કરમાં દિવસો વેડફી મારવા ન જોઈએ. આ રીતે બાળલગ્ન પ્રથા પ્રગતિશીલતાના માર્ગમાં મોટી બાધક થાય છે. જો કે ઘરના મોટા વૃદ્ધો લગ્નનો બોજ ઉતારવા અને જલ્દી એ ઉત્સવને જોવા માટે ઉત્સાહિત રહે છે અને તેનો આગ્રહ રાખતા જોવામાં આવે છે. આ વર્તમાન અને ભાવિને વધારે ગઈ ગુજરી બનાવવા માટેનું એક મોટું કારણ છે.

શાળાઓમાં મર્યાદિત વિદ્યાર્થીઓની જગ્યા હોય છે. તેમાં પણ છોકરાઓને જ વધારે મહત્વપૂર્ણ સમજીને પ્રવેશને પ્રાથમિકતા આપવામાં આવે છે, જે હિંમત કરે તેને સહશિક્ષણમાં ચારિત્ર્યભ્રષ્ટ થવાની શંકા રહે છે. એટલા માટે જ્યાં સહશિક્ષણ વચ્ચે ભણતર આગળ ચાલુ રહેવાની વ્યવસ્થા હોય છે ત્યાં પણ તેનો ઉપયોગ ક્યારેક જ કરાય છે.

સ્ત્રીઓના ઉચ્ચ સ્થાને પહોંચવામાં, તેમના દ્વારા કંઈક કમાણી કરવામાં પછાત પુરુષો પોતાની હિણપત સમજે છે અને નિમ્ન કોટીનું માને છે. આ પણ એક એવો વહેમ છે જેને કારણે સુયોગ્ય અને સુશિક્ષિત સ્ત્રીઓ પણ આગળ વધવા અને કોઈ મહત્વપૂર્ણ કામ કરવા માટે આગળ આવવામાં પરિવારના પુરુષોનો અણગમો, નારાજગી પણ જુએ છે. આવી દશામાં એમની પણ હિંમત ભાંગી જાય છે. જો કે થવું તેમ જોઈએ કે જે ઘરની સ્ત્રીઓ વધારે યોગ્ય હોય, ઉંચા હોદ્દા પર હોય, ઘરની બહાર પણ પોતાની કુશળતાનો પરિચય આપતી હોય ત્યાં ગર્વ-ગૌરવનો અનુભવ કરાવો જોઈએ. પરંતુ આવા પુરુષો અને પરિવારના સભ્યો કોઈ વીરલા જ હોય છે.

ખર્ચાળ લગ્નોની એક નાની મર્યાદાવાળી ઉપજાતિમાં જ લગ્ન કરવાનો દુરાગ્રહ નારી

પ્રગતિનો મોટો અવરોધ છે. ગુણવાન જીવન સાથી વગર મૂલ્યે મળવા અંગે એણે પોતાનું સૌભાગ્ય વખાણવું અને અનુગ્રહ માટે આજીવન કૃતજ્ઞ રહેવું જોઈએ. તેના જ જો અનુદારતાનો, અદૂરદર્શિતાના પરિચય કરાવે તો આ એક શ્રેષ્ઠ માર્ગ રહી જાય છે કે એમની સામે ગરીબડા બનવાનો ઈન્કાર કરવામાં આવે.

જે ઉંમરમાં કુશળતા મેળવવાની માનસિક સ્થિતિ અને તક હોય તે દિવસોમાં જ કેટલાક બાળકોનો બોજ ઉપાડવાની જવાબદારી લાદી દેવાથી તેનો અવકાશ અને ઉત્સાહ ઠંડો પડી જવાથી ભવિષ્યમાં કંઈ જ થઈ શકતું નથી.

વિકાસ અવરોધક કુટુંબોમાં લગ્ન થતાં જ બાળકનો જન્મ આપવાની રાહ જોવાય છે. વિલંબ થતાં જાતજાતનાં લાંછન અને શંકાઓ કરવામાં આવે છે. કેટલાક તો એવા અધીરા બની જાય છે કે બીજા લગ્ન પણ કરી લે છે. આવા ખ્યાલોને કારણે નારી વિકાસમાં અવરોધ આવે છે. જે ઉંમર વધારે યોગ્યતા પ્રાપ્ત કરવામાં લગાવવી જોઈએ તેને બિનજરૂરી બાળકોનો ભાર લાદવામાં વેડફી દેવાથી પોતાની પ્રગતિનો માર્ગ બંધ થઈ જાય છે અને મોટા થઈ ગયેલા પરિવારનો મર્યાદિત સાધનો વડે ગુજારો કરવાથી ઘરના દરેક સભ્ય ઉપર આ ઉણપની અસર પડે છે. વધુ બાળકો પેદા થઈ જવાથી તેઓમાંના કોઈને માટે સગવડો ઊભી કરી શકાતી નથી અને તે બધાં પછાત સ્થિતિમાં જીવવા માટે લાચાર બની જાય છે. આ કેવો ઊલટો ખ્યાલ છે કે દરેક દષ્ટિએ નુકસાનકારક હોવા છતાં તેને ફાયદાકારક માનવામાં આવે છે અને તેના માટે આતુરતા સેવવામાં આવતી જોવામાં આવે છે. સમગ્ર રાષ્ટ્ર ઉપર આની માઠી અસર પડે છે અને વસતિ વિસ્ફોટને કારણે બધા જ ક્ષેત્રોમાં રૂકાવટ આવે છે.

ઘરોમાં ગૃહઉદ્યોગ ચાલુ કરવાથી ફાલતુ સમયમાં સ્ત્રીઓ કંઈક ઉત્પાદન કરી કમાઈ શકે છે અને ઘરની આર્થિક વ્યવસ્થામાં કંઈક અંશે

સહાયભૂત થઈ શકે છે. પરંતુ તેને માટે જરૂરી સગવડ ન મળવાથી કુટુંબો તંગી ભોગવે જ છે. નારી પણ સ્વાવલંબી ન બનવાથી અને વધારાના સમયમાં કંઈક બચાવો લેવા માટે અસમર્થ બને છે. આ વિટંબણાઓ એવી છે કે નારી વિકાસની વાત વિચારનારાઓ પાસેથી સમાધાન ચાહે છે અને સહકાર માંગે છે.

પ્રગતિનું આયોજન અને તેના સાધનો એકઠાં કરતાં પહેલાં એ જરૂરી છે કે માર્ગમાં આવનારી મુશ્કેલીઓનું સમાધાન થવું જોઈએ. આ કાર્યો એટલા મોટા અને સંખ્યામાં એટલા વધારે છે કે તેની સામે એક મજબૂત અભિયાન ઊભું કરવું પડશે. ઊંડા ખાડામાં પડેલાને બહાર કાઢી ઉચે ઉપર લઈ જવા મજબૂત કેન જોઈએ. નારી વિકાસનાં આવાં જ પ્રભાવશાળી આંદોલનો અને આયોજનોની જરૂર પડશે. સારી પ્રવૃત્તિઓની ઉપેક્ષા કરનારાઓને સારી પ્રવૃત્તિઓમાં સહભાગી બનાવીને તેમને શક્તિશાળી બનાવવા માટે કંઈક એવું કરવું જોઈએ જેને વ્યાપક ક્રાન્તિનું નામ આપવું જોઈએ.

નિરાશ્રિત સ્ત્રીઓ, ત્યક્તાઓ કે વિધવા હોવાની સ્થિતિમાં સંબંધીઓની મદદ પર્યાપ્ત માત્રામાં મેળવવામાં સફળ નથી થતી. આવી સ્થિતિમાં ચારેકોરથી અંધકાર જણાવાથી, ભૂખે મરવાથી પ્રાણ બચાવવા માટે કંઈક અનર્થ કરી બેસે છે. આ સ્થિતિમાંથી ઘણી મોટી સંખ્યામાં સ્ત્રીઓને બચાવવા માટે એવાં ઉદ્યોગગૃહો બનવાં જોઈએ જેમાં તેમને બાળકો સાથે જોડવાની સગવડ પ્રાપ્ત થાય. આર્થિક રીતે સંપન્ન અને ભાવનાશીલોએ ઠેર ઠેર આવી વ્યવસ્થા કરવા કંઈક કાર્યક્ષમ પગલાં ભરવાં જોઈએ.

શિક્ષણ અને સ્વાવલંબન માટે આજના નારી સમાજને હાલની પરિસ્થિતિમાં સામાન્ય ફેરફારની મર્યાદામાં ન રહેતાં કંઈક મોટી અને વ્યાપક યોજનાઓ બનાવવી જોઈએ. જેમાં વિઘાતક માન્યતાઓને કારણે નુકસાનને સમજવું અને

પૂર્વગ્રહની અસરયુક્ત સ્ત્રીઓને જ નહીં, પુરુષોને પણ ઉગારવાની જરૂર છે સુધારની પ્રક્રિયામાં અત્યારે નારી સમસ્યાને અગ્રીમતા મળવી જોઈએ.

કંઈક થઈ રહ્યું છે અને કંઈક થવાનું છે તેનો પરિચય સમાનતાની સ્થિતિ ઉત્પન્ન કરનાર કાર્યક્રમનો આરંભ કરીને મેળવી શકાય છે. આ સંદર્ભમાં એક નાનો પ્રયત્ન એ કરી શકાય કે સ્ત્રી અને પુરુષની વચ્ચે મોટો ભેદ પાડનાર રીતભાતોનો ત્યાગ કરવાની દિશામાં આગળ વધવું જોઈએ. આ સંદર્ભે નારીને કામિની, રમણી, ભોગ્યા અને અબળાના રૂપમાં પ્રસ્તુત કરનાર પરિબળોને હટાવી દેવાવાં જોઈએ. ઉદાહરણ રૂપે નાક, કાનોમાં છેદ કરીને તેમાં લટકણિયાં લગાડવાની વાત લઈ શકાય. આ પ્રચલનમાં એ સ્થિતિનો પરિચય અપાય છે જેમાં પશુઓને ઈચ્છા પ્રમાણે ચલાવવા માટે તેને બંધનોમાં બાંધીને રાખવામાં આવે છે. ગળાના ઘરેણાંને પણ આ શ્રેણીના ગણવામાં આવે તો કોઈ અત્યુક્તિ ગણાશે નહીં. સ્ત્રી-પુરુષની વચ્ચે ઘણું અંતર કરનાર આવાં બંધન-આભૂષણોની પ્રથા હટાવવામાં આવે તો સમાનતાની દિશામાં શુભારંભ થયો માની શકાશે. આ રીતે કેશકલાથી લઈને પોશાકમાં અસાધારણ આકર્ષણ ઊભું કરવાની બાબતને પણ પ્રોત્સાહન ન અપાવું જોઈએ. ચીનમાં સ્ત્રી પુરુષ બન્ને જ બુશશર્ટ અને પાયજામો સમાનતાની સ્થિતિ ઉત્પન્ન કરવા માટે પરિધાન કરે છે. બીજે બધે પણ આવું કંઈક કરવામાં આવે તો ભેદભાવ પેદા કરનાર અને કુદૈષ્ટિ બહેકાવનાર પ્રક્રિયામાં ઘણો સુધારો થઈ શકે છે. જો પ્રયત્ન કરવામાં આવે તો સ્ત્રી પુરુષને સમાનતાના સ્તર પર લાવવાના આ પ્રયાસોમાં થોડા જ વર્ષ લાગશે. તેનાથી વધતો સ્વેચ્છાચાર તો કાબુમાં આવશે જ. પ્રત્યેક વ્યક્તિના મનમાં સહકારની સાથે સાથે સમાજમાં સત્પ્રવૃત્તિના વિકાસ માટે ઉમંગની લહેરો હિલોળા લેતી લાગશે.



વિવેકનો આશરો લો - ભટકવાથી છૂટો

ગાયત્રીની ચોવીસ શક્તિ ધારાઓ છે. તેમાંથી એક ધારા છે ઋતંભરાની. આને પ્રજ્ઞા કહે છે. પ્રજ્ઞા અર્થાત્ બુદ્ધિની સર્વોત્તમ સ્થિતિ. આને વ્યવહારની ભાષામાં વિવેક કહે છે. સાચા-ખોટા વચ્ચેના ભેદ કરવાની સદ્બુદ્ધિ, વિવેકશીલતા, દૂરદર્શિતા આની ઉપલબ્ધિ છે. ગાયત્રી મહામંત્રમાં જે 'ધી' તત્ત્વની પ્રેરણા માટે સવિતાદેવીને પ્રાર્થના કરવામાં આવી છે, તે આ ઋતંભરા પ્રજ્ઞા-વિવેક છે. વિવેકના જાગરણ માટે ઋતંભરા પ્રજ્ઞાને વિકસિત કરવા માટે જ વિશાળ બ્રહ્મવિજ્ઞાનની રચના થઈ છે. ગીતામાં ભગવાન કૃષ્ણ કહે છે - "નહિ જ્ઞાનેન સદૃશં પવિત્રમિહ વિદ્યતે" - સદ્જ્ઞાનથી વધારે પવિત્ર આ સંસારમાં બીજું કશું જ નથી. આની પ્રાપ્તિને સંસારની સૌથી ઉત્તમ ઉપલબ્ધિ માનવામાં આવી છે. ગાયત્રીનો 'ધિયો' શબ્દ ઋતંભરાની આરાધનાથી પ્રેરણા આપે છે. વિવેકના ચિંતનને મહત્ત્વ આપે છે.

મનુષ્યના જીવનમાં અનેક એવા મોકા આવે છે જ્યારે કોઈ નિર્ણય લઈ શકાતો નથી. પરસ્પર વિરોધી વિચારો આવવાથી બુદ્ધિ ભ્રમિત થઈ જાય છે તથા એ નિર્ણય નથી થઈ શકતો કે કોનો સ્વીકાર કરવો અને કોનો અસ્વીકાર. બુદ્ધિની પરીક્ષા ઉપર માપવાથી બંને પ્રકારના વિચારો ઉપયોગી લાગે છે. એવી વિષમ પરિસ્થિતિમાં નિર્ણયની જવાબદારી બુદ્ધિ ઉપર છોડી શકાતી નથી. આ પરિસ્થિતિના નિવારણ માટે ભારતીય અધ્યાત્મશાસ્ત્ર 'વિવેક'નો આશરો લેવા માટે ઈશારો કરે છે.

વિવેક મનુષ્યનો તે સદ્ગુણ છે જે તેને કર્તવ્ય-અકર્તવ્ય, ઉચિત-અનુચિત, શ્રેષ્ઠ-ખરાબની ઓળખ કરાવે છે. પશ્ચિમના દેશોમાં પણ વિવેકને દાર્શનિકો, વિચારકો, મુનીઓએ ખૂબ જ મહત્ત્વ આપ્યું છે. પ્રખ્યાત દાર્શનિક સુક્રાતના એક મુખ્ય શિષ્ય એન્ટેસ્થનીજે તો 'સિનિસિજમ' નામનું વિવેકવાદી દર્શન આપ્યું છે. તેણે કહ્યું કે મનુષ્ય જીવન વાસના, ભોગ-વિલાસ તેમજ અહંકારની પૂર્તિ

માટે નથી, પરંતુ આત્મચિંતન, શ્રેષ્ઠ તેમજ વિકસિત વિચારણા તેમજ સત્કર્મો માટે મળ્યું છે. સાંસારિક ભોગ સુખોને આધ્યાત્મિક ચિંતનમાં અવરોધ બનાવીને તેને ત્યાગવામાં જ પરમ કલ્યાણ બતાવ્યું છે. તેમનું કહેવું છે કે વ્યક્તિ પોતાની ઈચ્છા, આકાંક્ષા, વાસનાઓ તેમજ લાલચને સંયમમાં રાખે અને વિકસિત ચિંતન અને કર્તવ્યમાં પોતાનો સમય વ્યતિત કરે. આ જ મહાન મનુષ્યોની માફકનો ઉચો જીવન ક્રમ છે. ગુણ, કર્મ, સ્વભાવ તેમજ ચિંતન, ચરિત્ર, વ્યહારની શ્રેષ્ઠતા તપ તેમજ ત્યાગમયી જીવન જીવવાથી મળે છે. વિવિધ ધર્મ-મતમતાંતરીમાં ઝગડો તેમની ક્ષુદ્ર કામનાઓ-મહત્વાકાંક્ષાઓને પૂરા કરવામાં આવતી અડચણને કારણે થાય છે, પરંતુ જે વ્યક્તિએ વિવેક દ્વારા પોતાની ઈચ્છાઓ, વાસનાઓ ઉપર નિયંત્રણ મેળવી લીધું હોય તેમનો કોઈની સાથે ઝગડો કે સંઘર્ષ થતો નથી. આવા વિવેકશીલ મનુષ્યો સાચા-ખોટા, સારા-ખરાબ કાર્યોનો નિર્ણય યોગ્ય રીતે કરવા માટે કાબેલ હોય છે. વિવેકપૂર્ણ સત્ય માર્ગનું અનુસરણ કરીને જ મહાપુરુષોએ મહાનતા મેળવી છે.

આ રીતે ઈ. સ.થી ત્રણસો વર્ષ પહેલાં એથેન્સમાં રહેવાવાળા સાઈપ્રસ દ્વીપના દાર્શનિક 'જોનો' એ લોકોને વિવેકપૂર્ણ દૈષ્ટિકોણ અપનાવવાનો ઉપદેશ આપ્યો હતો. અનેક વિચારોને 'સ્ટોઈસિજમ' કે 'સ્ટોઈકવાદ'ના નામે ઓળખવામાં આવે છે. આ દર્શનમાં પ્રત્યેક ઘટનાના મૂળમાં વિવેકને કામ કરતો માનવામાં આવ્યો છે અને કહેવામાં આવ્યું છે કે આ સંસારમાં જે કંઈ છે તે શુભ જ છે, અશુભ છે જ નહીં. અશુભ તો આપણી વિચારણા તેમજ કર્તવ્યની ભેદ છે. તે મુજબ ગમે તેવી પરિસ્થિતિ કેમ ન હોય, શાંતિ તેમજ સંતોષથી સુખ-દુઃખને સહન કરતાં-કરતાં જીવવાનો માનવ જીવનનો આદર્શ હોવો જોઈએ. આપણે આપણો દૈષ્ટિકોણ બદલી નાંખવો જોઈએ. ચિત્રો અથવા ઘટનાઓને, પરિસ્થિતિને બદલવા માટે

વ્યક્તિ સ્વતંત્ર નથી, પરંતુ પોતાની મનોસ્થિતિ તેમજ દૃષ્ટિકોણ બદલવા માટે તે સંપૂર્ણ રીતે સ્વતંત્ર તેમજ સક્ષમ છે. આટલા વિશાળ જગતનો સંચાલક, કોઈ વિવેકવાન સત્તા દ્વારા જ શક્ય છે, એટલા માટે સારી-ખોટી ઘટનાઓમાં સમભાવ રાખીને ઉદ્વિગ્નતાથી બચીને આનંદિત રહી શકાય છે. વિવેકશાળી બધી ઘટનાઓમાં શુભ મંગળમયતાનું જ દિગ્દર્શન કરે છે અને મુશ્કેલથી મુશ્કેલ પરિસ્થિતિમાં પણ વિચલિત નથી થતા. રોમના પ્રસિદ્ધ સ્ટોઈકવાદી પોસી ડોનિયસ ભયંકર રોગમાં સપડાયા પછી પણ આનંદિત રહેતો અને કહેતો હતો કે - “હે દુઃખ તુ મને ગમે તેટલું દુઃખ આપ, ઈચ્છે એટલું હેરાન કર, પરંતુ હું ક્યારેય સ્વીકારીશ નહીં કે તું ખરાબ છે.”

સ્ટોઈસિઝમ મુજબ મનુષ્યએ પોતાના કાર્યોનું આયોજન વિવેકથી કરવું જોઈએ, કર્તવ્ય તરફ સજાગ રહેવું અને ફળની આશા ન રાખવી તે જ વિવેક સંગત છે. પ્રિય-અપ્રિય તરફ સમાન દૃષ્ટિ રાખવી તે જ નૈતિક સિદ્ધાંત છે. ઈન્દ્રિયોના વશમાં કે સંવેગ, આવેશના વશમાં હોવાને કારણે મનુષ્ય સદ્વિચાર કરી શકતો નથી. દયાની જગ્યાએ સદ્ભાવ રાખવો અને પ્રશાંત મનથી આત્મીયભાવો યુક્ત બધાનું શુભ ચિંતન કરવું તે જ બધી રીતે વિવેક સમાન છે. તેમનો સિદ્ધાંત હતો - “પાપ તરફ ઘૂણા રાખો પણ પાપી તરફ નહીં.” મનુષ્ય પોતાના માટે સુખોને ત્યાગી શકે છે પણ બીજાને દુઃખી ન બનાવવા તે જ તેના માટે સાચો ધર્મ કે કર્તવ્યપરાયણતા છે. સંસારના બધા શ્રેષ્ઠ પુરુષોએ કર્તવ્યપરાયણ બનીને જ ઉચ્ચ સ્થાન મેળવ્યું છે. યોગ્ય અને સાર્વજનિક હિતની વાતોનો સ્વીકાર કરે તે જ વિવેકશાળી છે.

અત્યારના સમયમાં જગતમાં મોટા પ્રમાણમાં મતભેદો છે. સામાજિક રીતરિવાજો, પરંપરાઓ, માન્યતાઓમાં એક જગ્યાએથી બીજી જગ્યાએ સમાજ વચ્ચે જમીન-આસમાનનું અંતર છે. વિચારોમાં એકતા-એકરૂપતા ક્યાંય નથી. બધે જ વૈભવ, વિલાસતા, અહંકારનું પ્રદર્શન નજરે પડે છે. આ રીતે અનેક ધર્મ-સંપ્રદાય છે. એક ધર્મમાં એક વાતનું

સમર્થન કરવામાં આવ્યું હોય તો બીજામાં તેનો વિરોધ થયો હોય છે. એક ધર્મગુરુ કંઈક કહે છે તો બીજો તેનો વિરોધ કરે છે. કયા શાસ્ત્રને, કયા ધર્મને, કયા મહાપુરુષને સાચો, કોને ખોટો સાબિત કરવામાં આવે, એ નિર્ણય થઈ શકતો નથી. આવી પરિસ્થિતિમાં ફક્ત વિવેક જ એ બતાવી શકે છે કે આજની સ્થિતિમાં શું ગ્રાહ્ય છે અને શું અગ્રાહ્ય ? અનેક સંપ્રદાય, શાસ્ત્રોમાં, વિવેક વચનોમાં એકને પોતાનો પથ પ્રદર્શક પસંદ કરવામાં વિવેક જ મદદરૂપ નીવડે છે. ગાયત્રીનો ‘ધિયો’ શબ્દ આવી જ વિષમ પરિસ્થિતિમાં વિવેકના શરણે જવાની પ્રેરણા આપે છે. તેમનું શિક્ષણ એ છે કે જે વાત બુદ્ધિ સંગત હોય, વિવેક સમ્મત હોય, વ્યવહારમાં આવવા યોગ્ય હોય, ઔચિત્યપૂર્ણ હોય તેને ગ્રહણ કરવી જોઈએ.

ધર્મ જ નહીં અનેક પ્રથા-પરંપરાઓ, રીત-રિવાજો પ્રચલિત છે, અનેક વિચારધારાઓ છે. જે કોઈ સમયે ભલે યોગ્ય રહી હોય પણ આજે તો તે બધી રીતે અનુપયોગી તેમજ હાનીકારક છે. તેમને વર્તમાન કાળની જરૂરિયાતો તેમજ પરિસ્થિતિ મુજબ કસોટી ઉપર કસીને સ્વીકારવી એ જ દૂરદર્શિતા છે. ભારતીય દર્શનશાસ્ત્ર આ સંબંધે નિર્દેશ કરે છે કે વ્યક્તિઓ તેમજ વિચારો વચ્ચેનો સંબંધ સ્થાપિત કરો. સંભવ છે કે કોઈ ઉત્તમ ચરિત્રનો વ્યક્તિ ભ્રમિત હોય અને તેના વિચાર અનુયુક્ત હોય. આ રીતે એ પણ સંભવ છે કે કોઈ ચરિત્રહીન વ્યક્તિ પણ ક્યારેક કોઈ સારી-યોગ્ય વાત કહેતો હોય. ચારિત્રવાનનું સમ્માન કરવું એ એક નૈતિક કર્તવ્ય છે, પણ એ જરૂરી નથી કે તેના ઉલટા વિચારોને સ્વીકારવા માટે મજબૂર કરવામાં આવે. પ્રધાનતા વિવેકની જ છે કે ઉપયોગી પસંદગી ક્યાંથી અને કેવી રીતે કરવામાં આવે. ભગવાન બુદ્ધના ઉત્તમ ચરિત્ર તથા કઠોર તપશ્ચર્યાથી પ્રભાવિત તથા શ્રદ્ધાથી આશક્ત થઈ ભારતીય લોકોએ તેને ભગવાનની ઉપાધિ આપી. આટલું હોવા છતાં પણ બૌદ્ધ સિદ્ધાંતોને ન સ્વીકાર્યા. ઈશ્વર ઉપર અવિશ્વાસ, શૂન્યવાદ, ગૃહત્યાગમાં મોક્ષ, યજ્ઞ નિષેધ વગેરે બૌદ્ધ

ધર્મના શિક્ષણમાં ભારતીય લોકમાનસ ફક્ત તેનો અસ્વીકાર જ નથી કરતું પરંતુ વિરોધ પણ કરે છે. દર્શનશાસ્ત્રોમાં ચાર્વાક દર્શન પણ સમ્માનીય છે. વિદ્વાતા તેમજ તર્કની દૃષ્ટિએ એક હદ સુધી તેની જરૂરિયાત છે પણ નૈતિક દૃષ્ટિએ ચાર્વાકના સિદ્ધાંત બિનજરૂરી તેમજ હાનિકારક જ સિદ્ધ થાય છે. તેને વ્યવહારના જીવનમાં અપનાવી શકાય નહીં.

સમગ્ર વિશ્વમાં અનેક ધર્મ, સંપ્રદાય, મત, સિદ્ધાંત, શાસ્ત્ર, નેતા અને વિચારક છે. તેમની પોત-પોતાની ઢંગની માન્યતાઓ છે. તેમાંથી પોતાના માટે વર્તમાનમાં કોનો, કેટલા અંશમાં, કેવી રીતે ઉપયોગ કરવો જોઈએ એ નિર્ણય આપણા વિવેક ઉપર આધાર રાખે છે. અનુકરણ કરવાનો નિર્ણય ગમેતે પક્ષમાં હોય, તે સિવાય પણ બીજા ધર્મો, શાસ્ત્રો તેમ જ મહાપુરુષો તરફ ઘૃણા અથવા તેમની આલોચના કરવાની જરૂર નથી. તેમના ઉપદેશ હાલના સમયમાં ભલે બિનજરૂરી થઈ ગયા હોય પણ ક્યારેકને ક્યારેક તો શુભ ઉદ્દેશ્યોને લઈને જ કહેવાયા હશે તથા ઉપયોગી સિદ્ધ થયા હશે. તેમનો ઉદ્દેશ્ય પવિત્ર હતો એટલે તે સમ્માનના અધિકારી છે. વિવેકની કસોટી ઉપર કરીને યોગ્ય-અયોગ્ય, ઉચિત-અનુચિતની ઓળખ થઈ શકે છે. કોઈ દેશ, જાતિ કે મનુષ્યના થોડાક ખરાબ કામને જોઈને બધાને સંપૂર્ણ રીતે ખરાબ માની લેવા ઉચિત નથી. અમુક જાતિ, સમાજ, રાષ્ટ્ર ખરાબ છે એ માન્યતા અનુચિત છે. ફક્ત ખરાબીના આધારે કોઈ રાષ્ટ્ર અથવા સમાજ પોતાનું અસ્તિત્વ સાચવતો નથી. નાના-મોટા સ્વરૂપે સારા-ખોટા વ્યક્તિ દરેક સમાજમાં હોય છે જ. સમાજ જ નહીં ગુણ, અવગુણ એક સાથે એક વ્યક્તિમાં હયાત હોય છે. વિવેકને આધારે સારા ખોટાની પસંદગી કરીને તેને અપનાવી શકાય છે.

વ્યક્તિગત જીવનમાં પણ અનેક અવસર એવા આવે છે જ્યારે મનુષ્ય દિશાશૂન્ય થઈ જાય છે. લોભ, મોહ, વાસનાના આકર્ષણમાં તરતજનું આકર્ષણ દેખાય છે. તાત્કાલિક લાભમાં દૂરના પરિણામો તરફ ધ્યાન જતું જ નથી. પરિણામે નીતિ-અનીતિ જે રીતે

બની, લાભ ઉઠાવવા માટેના તે દરેક પ્રકારના પ્રયત્નો કરે છે. આ રીતિનીતિ અવિવેકની, દૂરદર્શિતાનો અભાવ બનાવે છે. આવા અવસરોએ વિવેક મનુષ્યનું માર્ગદર્શન કરે છે. લોભમોહના આકર્ષણો, તૃષ્ણાઓ-વિકારો, ભ્રમણાઓથી બચે છે અને સાચો રસ્તો પકડે છે.

ઋતંભરાને-પ્રજ્ઞાને 'વિવેક' કહેવામાં આવે છે. ગાયત્રી ઉપાસક માના ખોળામાં બેસીને પ્રજ્ઞાશક્તિનું આહવાન કરે છે. માતૃશક્તિમાં પોતાની શ્રદ્ધા તેમજ નિષ્ઠા રાખે છે. ધિયો યો નઃ પ્રયોદ્યાત્'નો અંતમાં જ્યારે પોકાર કરવામાં આવે છે તો આઘશક્તિ ઋતંભરા સ્વરૂપે પ્રગટ થાય છે. અમૃત (દૂધ) પાન કરાવવા અને પોતાના દાનથી સભર કરવા માટે માતાનું કરુણ હૃદય તડપવા લાગે છે. તેમની દયા સાધક ઉપર-પ્રજ્ઞા સ્વરૂપે વિવેક સ્વરૂપે વરસે છે.

આ આધ્યાત્મિક સંપત્તિ મેળવી ઉપાસક પોતાના જીવનને સાર્થક બનાવે છે. ભૌતિક તેમજ આધ્યાત્મિક બધા પ્રકારની સફળતાઓ વિવેકના અનુગામી બને છે. વિવેકશીલ દૂરદર્શી સાચા અર્થમાં પોતાનો સ્વાર્થ સાધે છે અને પરમાર્થ પણ સાધે છે. સાંસારિક અને આધ્યાત્મિક બન્નેય જીવન સફળ-સાર્થક બનાવે છે.

“પ્રજ્ઞા-વિવેક” જ આપણને બીજાઓની સાથે પોતાના જેવો વ્યવહાર કરવાની પ્રેરણા આપે છે. વિવેકશીલતાને અંતરાત્માનો અવાજ કહેવામાં આવે છે. અંતરનો અવાજ સાંભળી શકવા માટે તે વ્યક્તિ સમર્થ હોય છે જે કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ, રાગ, દ્વેષ વગેરેથી ઉચે ચઢે છે. વિવેકશીલતાથી જ નૈતિક વિકાસ થાય છે. વિવેકી વ્યક્તિ હમેશા પોતાનું સમતોલન જાળવી રાખે છે, ઉદ્વેગથી તે ચલિત થતો નથી. પ્રજ્ઞાની-વિવેકની ઉપલબ્ધિ માટે આપણને ગાયત્રી મહાશક્તિની ધારા ઋતંભરાના શરણમાં જવું પડશે. ઋતંભરાની આરાધના-અભ્યર્થના દ્વારા જ અંતઃ પ્રજ્ઞા જાગૃત થશે. વિવેકના જાગરણથી ઔચિત્ય-અનૌચિત્ય, શ્રેષ્ઠ-કનિષ્ઠ વચ્ચેનું અંતર કરવા તેમ જ ઉપયોગીની પસંદગી કરી શકવા માટે મનુષ્ય સમર્થ હોય છે. પરિણામે કોઈ રીતે ભટકાવની સંભાવના રહેતી નથી.

"ભક્તની ઈચ્છા ભગવાને ક્યારે પૂરી નથી કરી ?"

'પાણી' ! તેનાથી કુલ દસ ગજ દૂર હતું, પરંતુ અંતર તો શરીરની શક્તિ અને તેના પહોંચવાના સાધન ઉપર આધારિત છે. સ્વસ્થ, સબળ વ્યક્તિ માટે દસ ગાઉ પણ દસ ડગલાં જેવા લાગે અને આજના યુગમાં વિમાન માટે તો દસ યોજન પણ દસ ડગલાં જ છે. પરંતુ બીમાર-અસમર્થ માટે દસ ડગલાં પણ દસ યોજન બની જાય છે - આ તો બધાનો દરરોજનો અનુભવ છે.

'પાણી' ! તીવ્ર તાવથી પીડીત તે તપસ્વી - શું થયું જે તેનાથી દસ ગજ દૂર જ પર્વતનું ઝરણું છે. તે તો આજે પોતાના આસનેથી (પથારીએથી) ઉઠવા માટે અસમર્થ છે. તાવની તીક્ષ્ણતાને કારણે તેનું ગળું સૂકાઈ ગયું છે. આંખો ખૂબ જ બળે છે. તે અત્યંત વ્યાકુળ છે.

'પાણી' ! ઓહ, પાણી આપવા પણ આજે રામસિંહ નથી આવ્યો. તેણે પડ્યા પડ્યા જ એક બાજુ જોયું. તેની પથારી પાસે પડેલો ઘડો પાણી વગર પડ્યો છે અને હજુ પણ ક્યાંય કોઈના આવવાનો પગરવટ સંભળાતો નથી.

પાસે જ પહાડ ઉપર પર્વતીય લોકોના થોડાક ઘર છે. તે ભોળા ગ્રામજનોની આ તપસ્વીમાં શ્રદ્ધા છે. તેમાંથી એક વ્યક્તિ રામસિંહ તો લગભગ દિવસમાં બે-ત્રણ વખત ત્યાં આવી જાય છે અને સ્થાન સ્વચ્છ કરી જાય છે. પાણી ભરીને રાખી જાય છે. કોઈ બીજા કામ હોય તો તે પણ કરી આવે છે. આ મહાપુરુષની સેવા કરવાનું તેને સૌભાગ્ય મળે છે તે શું ઓછું છે ? પરંતુ રામસિંહના પોતાના પણ કામ તો છે. તેના ઢોર છે, બાળ-બચ્ચાં છે, થોડાક ખેતર છે અને પાછો છેલ્લી રાત્રે તેને પણ તાવ આવ્યો હતો. તેને આજે આવવામાં વાર લાગી રહી હતી, તેમાં કોઈ અદ્ભૂત વાત તો છે નહીં.

'પાણી' ! તપસ્વીનું ગળું સૂકાઈ રહ્યું હતું. તેની

બેચેની વધી રહી હતી. તેને પુષ્કળ તાવ છે અને તાવની તરસ - રામસિંહ નથી આવ્યો - બે ક્ષણ પછી જ તેણે પોતાની આંખો આમ તેમ ફેરવી.

'પાણી' ! તરસ ! રામસિંહ ! લાગ્યું કે તપસ્વી મૂર્છીત થઈ જશે. તેનું ગૌરવર્ણ મોઢું તાવને કારણે લાલ થઈ રહ્યું છે. તેની લાલ આંખો ગરમીથી સળગી રહી છે.

" 'રામસિંહ' ! તો તું રામસિંહનું ચિંતન અને તેની રાહ જોઈ રહ્યો છે." "ખબર નથી શું થયું, તમો ઈચ્છો તો આને તાવનું કારણ પણ માની શકો, તમોને હું રોકતો નથી." "તું રામસિંહના ભરોસે અહીં આવ્યો હતો. ધિક્કાર છે તને નીલકંઠ."

હા, તપસ્વીનું નામ નીલકંઠ છે. એ વાત બીજી છે કે તેને અહીં કોઈ તે નામથી નથી જાણતું, સાચું તો એ છે કે કોઈ તેનું નામ કે પરિચય જાણતું જ નથી. કોઈની તાકાત નથી સામે ચાલી તેને પૂછવાની. પરંતુ નામની વાત છોડો, તપસ્વી કદાચ તાવથી પાગલ થઈ ગયો છે. તે વારંવાર તે કઠોર જમીન ઉપર માથું પટકી રહ્યો છે. પોતાના મોઢા ઉપર તમાચા મારી રહ્યો છે. -'તું હવે રામસિંહની રાહ જોવા લાગ્યો છે. તને હવે આશુતોષ ભગવાન ઉપર વિશ્વાસ નથી રહ્યો અને તું નીકળ્યો છે ઉપાસના કરવા ? ઉપાસક બની બેઠો છે તું આ જંગલમાં. આંખોમાંથી આંસુ વહી રહ્યા છે. મોઢું લાલ બની ગયું છે પણ તે વિચલિત થઈ ઉઠ્યો છે.

આજે જેને નીલકંઠ કહે છે, સ્વર્ગ આશ્રમથી લગભગ સાત-સાડા સાત માર્ઠલ દૂર મણિ રત્નકૂટ પર્વત પાસે ચારે બાજુએ પર્વતમાળાઓથી ઘેરાયેલું સ્થળ તો તે જ હતું, પરંતુ ત્યારે તેનું કોઈ નામકરણ નહોતું થયું. આ વાત સદીઓ પહેલાંની છે.

ત્યારની વાત, જ્યારે આ નેપાળી કોઠી (ઈમારત) ધર્મશાળા, દુકાનો કશું જ નહોતું, પાકર કે

પીપળાના યુગલ ઝાડ પણ નહોતા. ફક્ત બંને પાણીની ધારાઓ હતી જે આજે પણ નીલકંઠના ચરણોને બંને તરફથી ઘોતી એક બીજામાં મળી જઈને આગળ વધી જાય છે. ત્યારે પાઈપ (નળ) લગાવી ધારાને નળનું રૂપ આપવાની કોઈ વ્યવસ્થા નહોતી ત્યારે તો તેમાં પાંદડાંનો જથ્થો પડી રહેતો અને તે સડ્યા કરતો.

આજે પણ નીલકંઠમાં ક્યારેક-ક્યારેક રાત્રે રીંછ આવી જાય છે. સિંહ અને ચિત્તા ત્યાંથી સો-સો-બસો ગજ સુધી પર્યટન કરી જાય છે. તે સમયે તો વનના પશુઓનો આવાસ હતું નીલકંઠ. ફક્ત દિવસે પર્વત શિખરો પરના પર્વતીય માણસો પોતાના પશુઓ લઈ ત્યાં આવતા હતા. આવા જંગલમાં એક દિવસ એક લાંબો-દૂબળો-ગૌરવર્ણનો યુવાન ખબર નહીં ક્યાંયથી આવીને આસન જમાવી દીધું છે. તે ત્યાં આવીને આસને બેઠા છે. જ્યાં આજે ભગવાન નીલકંઠ વસેલા છે. તે સમયે તો ત્યાં સારી સમતલ જમીન પણ નહોતી.

વિખરાયેલા ગાઢા વાળ, લાંબા બાહુ, લાલ ચોળ મોટી આંખો, ખબર નહીં કે શું હતું તે યુવાનમાં કે વનના પશુઓએ પ્રથમ દિવસથી જ તેને પોતાનો માની લીધે. રીંછના બચ્ચાં રાત્રે ક્યારેક ક્યારેક તેના (તંબુનું) ઘડનું પાણી ઢોળી દેતા - તેથી વધારે તેને કોઈએ પરેશાન કર્યા નથી. તેની નજીક વાઘ, ચિત્તાના યુગલ રાત્રે ગમે ત્યારે બીક વગર બેસતા.

તુંબડુ અને ચર્મવસ્ત્ર સિવાય તેની પાસે મૂળ ખોદવા માટે બીજું કશું જ નહોતું, પરંતુ આ રીતે સર્વાત્મા ઉપર પોતાને છોડી દે છે. પરમાત્મા તેની ઉપેક્ષા કરે તો તેને પરમાત્મા કહેશે કોણ ? પર્વતીય માણસો તેની આસપાસની જગ્યા આવીને સ્વચ્છ કરી જવા લાગ્યા અને તેમાંથી પણ ક્યારેક કંઈક અને ક્યારેક કોઈની ગાયનું દૂધ, તેનો સ્વીકાર કરાવી ધન્ય થઈ જતા. દૂધ સિવાય તેણે ક્યારેય કશું જ લીધું પણ નથી.

ઋતુઓ આવી અને ગઈ, તેણે શું કરવાનું હતું,

ભજન-સાધન છોડીને તપસ્વી કરે પણ શું ? તપ-સાધન ગમે તે હોય, પારબ્ધનો ભોગ તો બધાએ ભોગવવો જ પડે છે. એક વર્ષમાં જ્યારે પાણી ગંદુ થયું, પાંદડાં સડ્યાં, મચ્છરોનો નિરંતર ત્રાસ આગળના વર્ષોથી ઘણો વધી ગયો અને મચ્છરોની સંખ્યા પણ પર્યાપ્ત થઈ ગઈ, એક દિવસ તપસ્વી બીમાર પડી ગયો. તેના એકેક હાડકાં કાંપી ઉઠે તેવી ઠંડી લાગવા લાગી અને તાવ આવી ગયો.

તાવ આવ્યો અને આવતો રહ્યો. અહીં તે કેટલાય દિવસથી એટલો અશક્ત બની ગયો છે કે તે પોતાના આસન ઉપરથી ઉઠી પણ શકતો નથી. પાસેના પર્વત શિખર ઉપર થોડાક ઘર છે. તેમાંથી એક ઘર રામસિંહનું છે. રામસિંહ તેના માટે પાણી ભરી લાવે છે, જગ્યા સ્વચ્છ કરી જાય છે, થોડાક જરૂરી કાર્યો પણ કરી જાય છે. પરંતુ તેના પણ બાળ-બચ્ચાં છે, પશુ છે, ખેતર છે અને કાલે રાત્રે તો તેને પણ તાવ આવી ગયો. તે આવવામાં મોડો પડે તેમા યુ અનુચિત કે અસ્વાભાવિક કહી શકાય.

પગની પગરવટથી તપસ્વીની તન્મયતા તૂટી. તેણે જોયું રામસિંહ પોતાની મેલી મોટી ચાદર પૂરા શરીરે વીંટીને તેની પાસે ઊભો છે. રામસિંહ, અટકીને તેણે કહ્યું - “લાગે છે કે તને પણ તાવ આવી ગયો છે. તું અત્યારે જ ઘેર પાછો ચાલ્યો જા.” “પાણી ભરીને હમણાં જ ચાલ્યો જાઉં છું.” રામસિંહે તપસ્વીના ચરણોમાં માથુ રાખી અને પછી ઘડો લેવા આગળ વધ્યો. “તેને અડકીશ નહીં” તેને રોક્યો, મારે પાણી નથી જોઈતું. બીજા લોકોને કહી દેજે કે આજે આ બાજુ આવે નહીં.

“જેવી આપની આજ્ઞા, પ્રભુ !” સરળ રામસિંહે ફરીથી પ્રણામ કર્યા અને તે પાછો વળી ગયો. તે તો સાધુ સંતોની આજ્ઞા માનવાનું શીખ્યો છે. તેને વાતનો સીધો અર્થ જ સમજમાં આવે છે. મહાત્માઓના મનનું શું ઠેકાણું, ખબર નહીં ક્યારે, કેવી રીતે રહેવા માંગે છે. તેમની આજ્ઞા કોઈ પણ જાતની દલીલ વગર માની લેવી જોઈએ. તે તો ફક્ત એટલું જ જાણતો હતો.

હું રામસિંહની રાહ જોઈ રહ્યો હતો અને તે આવ્યો. રામસિંહ પાછો ફર્યો કે તરત જ તે બબડ્યો. મારા પ્રાણ આશુતોષ ભગવાનની રાહ જોશે તો તે દયાળુ નહીં પધારે. પરંતુ આ અધમ નીલકંઠના પ્રાણોએ તેની રાહ જોવાનું કહ્યું છે.

‘પાણી’ ! તેના હોઠોમાંથી હવે તે શબ્દો નહોંતા નીકળતા, કારણ કે હવે તો તેણે દાંત ઉપર દાંત દબાવી લીધા હતા. પરંતુ તેની અંદર તાવની તીક્ષ્ણ ગરમી પાણીની માંગણીને અત્યંત પ્રબળ કરી રહી હતી. તેના પ્રાણોમાં તડફ઼ટ ચાલી રહ્યો હતો.

“હવે તો ભગવાન સદાશિવના કોમળ હાથથી જ ગંગાજળ પીવું છે.” તેનો સંકલ્પ સ્થિર થઈ ગયો. તેણે શરીરના બધા દુઃખોની પરવા છોડી દીધી. તે અહીં મળી ગયો અથવા કૈલાશ દિવ્ય ધામમાં.”

હવે હઠીલો એ રીતે હઠ પકડી બેસે, કોઈના પ્રાણ સાથે જ તે ચંદ્રમૌલિ માટે વ્યાકુળ થઈ ઉઠે, કોઈ તે વિશ્વનાથ ઉપર વિશ્વાસ કરીને રોકાઈ જાય - તે અપાર દયાળુમય તેનાથી પલભર માટે પણ દૂર કેવી રીતે રહે. દ્રોપદીના કૃષ્ણ તેમજ હાથીના તારણહારની માફક તુરત જ ભાગીને દોડી આવે છે.

રામસિંહ મુશ્કેલીથી હજુ પોતાના ઘર તરફના રસ્તે ચોથા ભાગનું ચાલ્યો નહીં હોય - જંગલ વૃષભના ઘંટમાંથી નીકળેલો દિવ્ય પ્રાણ ધ્વનિ પૂર્ણ બની ગયો. કોમળ સૂર્યના નાજુક કિરણો મૂર્છા પામેલ તપસ્વીના કપાળ ઉપર પડ્યા અને સાથો સાથ પડ્યું એક અમૃત બિંદુ વિભૂતિપૂર્ણ કૃતિવાસ ભગવાન, પ્રેમપૂર્વક જોઈને કહી રહ્યા હતા - ‘વત્સ’ ?

તાવ, તાવની ગરમી અને તરસ - અરે, તે સદાશિવની સામે તો ભયંકર કાળની ગરમી પણ શાંત બની જાય છે. તે પાર્વતી પતિના શ્રીચરણોથી ત્રિતાપની જ્વાળા દૂર ભાગે છે. તપસ્વીનો જીવ શાંત બન્યો. તેણે આંખો ખોલી અને તેમ જ માથું નમાવી દીધું તે દેવ-રાક્ષસોના વંદનીય શ્રી ચરણો પર.

“વત્સ ! ગંગાજળ લાવ્યો છું.” તપસ્વીને વિનંતી કરવાનો સમય ન મળ્યો. ભગવાન શિવના હાથમાં તેમનું અમૃતરૂપી પાણી ભરેલું પાત્ર આગળ વધી ગયું હતું. તપસ્વીએ માથુ ઉચક્યું અને ભગવાને પાત્રને તેના હોઠો સાથે લગાવી દીધું.

આ ઘટનાને વીતે વર્ષો થઈ ગયાં. એક દિવસ ભગવાન આદિ શંકરાચાર્ય જ્યારે ઉત્તરાખંડની તરફ પધાર્યા, ઋષિકેશ આવ્યા પછી ખબર નહીં કઈ પ્રેરણાથી તેઓ ગંગા ઉપર થઈ પર્વતોમાં ચાલતા ગયા અને અત્યારના નીલકંઠ સ્થાને પહોંચ્યા. તેમણે બંને પર્વતની નાની ધારાઓના સંગમ નજીક સિદ્ધ વટવૃક્ષ જોયું અને પ્રસન્ન થયા. આચમન કર્યા બાદ સિદ્ધ વટવૃક્ષ પાસે બેઠા.

“અહીં તો ભગવાન શિવનું સ્વયંભૂ લિંગ છે.” અચનાક ભગવાન શંકરાચાર્ય આંખો ખોલી અને આસનેથી ઊભા થયા. તેમની ધ્યાન દૃષ્ટિ સમક્ષ વર્ષો પહેલાં બનેલી તે ઘટનાનું સંપૂર્ણ ચિત્ર સ્પષ્ટ થઈ ગયું. તેમના કહેવાથી તે વૃક્ષના મૂળ નજીક એકઠી થયેલી માટી નજીકના સેવકોએ હટાવી અને તેની નીચે શ્યામવર્ણનું ભગવાન શિવનું બાળલિંગ પ્રગટ થયું. આદિ શંકરાચાર્યએ તે શિવલિંગ તરફ શ્રદ્ધા-આશક્તિ પ્રગટ કરતાં શિષ્યોને તપસ્વી નીલકંઠની કથા કહી સંભળાવી.

કથા સંભળાવ્યા બાદ તે બોલ્યા - ભક્તિનું મૂળ વિશ્વાસ છે. આ વિશ્વાસના બળે પ્રભુ અહીં પોતાના ભક્ત માટે વ્યક્ત થયા અને લિંગ સ્વરૂપે તેની શ્રદ્ધા સ્વીકારી હંમેશને માટે અહીં સ્થિર થઈ ગયા. આજથી આ શિવલિંગ ‘નીલકંઠ’ના નામે પૂજાશે અને આ વિસ્તાર ‘નીલકંઠ’ કહેવાશે. ભગવાન શંકરાચાર્યએ સાથે રહેલા લોકોને આ વાત તે સમયે સમજાવી હતી.





પ્રગતિ સહકારની ભાવના પર નિર્ભર છે



જીવનના ભૌતિક ક્ષેત્રમાં પ્રગતિ કરવા માટે આરંભથી જ ભાતભાતના પ્રયોગો થતા રહ્યા છે. આ પ્રયોગોમાં કોઈક સફળ થયા અને કેટલાક નિષ્ફળ ગયા. જે પ્રયોગ સફળ થયા છે તેમાં સહકારી નીતિનું વિશેષ સ્થાન છે.

સહકારી નીતિનું અર્થ છે હળીમળીને કાર્ય કરવાનો સિદ્ધાંત. જો કામ હળીમળીને કરવામાં આવશે તો ફાયદો પણ સામુહિક જ થશે. આ પ્રણાલીમાં સૌથી મોટો લાભ છે કે દરેક વ્યક્તિને મોટી હદે નિશ્ચિતતા રહે છે. તેને પોતાનો શ્રમ અને સમય લગાડવો અવશ્ય પડે છે, પરંતુ માત્ર વ્યક્તિગત ફાયદા માટે નહીં. આનાથી સહજીવનની વ્યાપક અર્થોમાં સ્થાપના થાય છે.

વિશ્વના અનેક દેશોએ આ સિદ્ધાંતને સ્વીકારીને ભૌતિક ક્ષેત્રમાં અસાધારણ રૂપમાં પ્રગતિ કરી છે. સહકારી સંગઠનો કેટલાયે દેશોમાં રાષ્ટ્રીય ઉત્પાદનનો એક મોટો ભાગ પૂરો કરી રહ્યા છે. ઈઝરાઈલ જેવા નાના દેશમાં કુલ ઉત્પાદનમાં સહકારી સમિતિઓની ભાગીદારી ૭૫ ટકા છે. જાપાનમાં આવાં સંગઠનો ૩૦ ટકા વસ્તુઓના ઉત્પાદનની જરૂરિયાત પૂરી કરે છે. સ્વીડનમાં ભાગીદારી ૨૬ ટકા છે.

ઈઝરાઈલમાં ૬૦ ટકા ખેતી સહકારી સંગઠનોના હાથમાં છે. ઈજીપ્તમાં જમીન અને ખેતી સુધારયોજના અંતર્ગત ૪૦ ટકા ખેતી સહકારી તંત્રને આધીન છે. જર્મનીમાં ખેતી સિવાય અન્ય ક્ષેત્રોમાં પણ આ પ્રમાણે સહકારી સમિતિઓ કાર્યાન્વિત છે. આવાસ અને ગૃહનિર્માણ સંબંધી ૧૧ ટકા બાબતો સહકારી સમિતિઓ સંભાળે છે. ૩૫ ટકામાં સહકારનું રાજીખુશીનું યોગદાન છે. ઉત્તર યુરોપના ઔદ્યોગિક ક્ષેત્રોમાં સહકારી સંગઠનોની મહત્વની ભૂમિકા છે

સહકારીતાની ઉપયોગિતા અને

ઉત્પાદનક્ષમતાને સમજવા તથા જનજીવનમાં સહકારીતાની પ્રવૃત્તિ પેદા કરવાની દૈષ્ટિથી ઉપયોગી તાલીમની આવશ્યકતા છે. એને પૂર્ણ કરવા માટે કેટલાયે દેશોમાં અનેક મહાવિદ્યાલયો સક્રિય છે. કોઓપરેટિવ કૉલેજ જાપાન, જાકાર્તા સ્કૂલ ઓફ ઈકોનોમીક્સ અને બીઝનેસ એડમિનિસ્ટ્રેશન, 'ધી કોઓપરેટીવ ટ્રેઈનીંગ ઈન્સ્ટીટ્યુટ ઓફ થાઈલેન્ડ', વગેરે સંસ્થાઓમાં સહકારીતાની તાલીમની સર્વાંગીણ વ્યવસ્થા છે.

જાપાનમાં ઘરઘથ્થુ જીવનના વિકાસ માટે કેટલીએ સહકારી સમિતિઓ ક્રિયાશીલ છે. વધારાના સમયના સદુપયોગ દ્વારા નાના મોટા કાર્યોમાં તાલીમ મેળવીને કેવી રીતે ઘરની આર્થિક વ્યવસ્થા સારી બનાવી શકાય છે, તેની તાલીમ આ સમિતિઓ આપે છે. રસોઈ વિદ્યા, સિલાઈ, ફળો અને શાકભાજીની સુરક્ષા, આંગણવાડી, છતવાડી દ્વારા શાકભાજીનું ઉત્પાદન, ગુલદસ્તા બનાવવા, ઘરઘથ્થુ સાધનોની મરમ્મત વગેરે દૈનિક જીવનમાં કામ આવનારી જાણકારી ગૃહિણીઓને આ સંગઠનોના માધ્યમથી મળે છે.

સહકારીતાનો સૌથી વધારે સફળ પ્રયોગ બેલ્જીયમમાં થયો છે. આ દેશમાં એવા કોઓપરેટીવ એકમોનું ગઠન કરાયું છે, જેના સભ્યો ન કેવળ ત્યાંના નાગરિકો જ છે પરંતુ અનેક સંસ્થાન પણ તેના સભ્ય રૂપે કાર્યાન્વિત છે. કેન્દ્રિય તથા પ્રાન્તિય સહકારી વિભાગીય પ્રશાસન પણ બિનસહકારી સંગઠનોના સભ્ય છે.

આપણા દેશમાં સહકારી આંદોલન હજુ બાલ્યાવસ્થામાં છે. સહકારી સમિતિઓ સરકારની દેખરેખ અને નિયંત્રણમાં છે. જ્યાં સુધી આર્થિક મદદનો પ્રશ્ન છે, પશ્ચિમી યુરોપના દેશોમાં આવી સમિતિઓ સરકારમાંથી કોઈ પણ જાતની મદદ નથી

લેતી. અન્યોન્યના સહકાર દ્વારા તેમણે પોતાનું સ્વતંત્ર અર્થતંત્ર વિકસિત કરી લીધું છે. બિન સરકારી સ્તરે કેટલાયે સામૂહિક પ્રયોગ કરવાની આપણા દેશમાં પણ જરૂર છે.

ગ્રામીણ ક્ષેત્રોમાં સહકારિતાના આધાર ઉપર કેટલાયે પ્રયોગ ચલાવી શકાય છે. ગામડાંઓની મુખ્ય અર્થ વ્યવસ્થાનો પ્રવાહ કૃષિ છે. પરંતુ જનસંખ્યાના હિસાબે ખેતી લાયક જમીન ઘણી ઓછી છે. દરેક વ્યક્તિ ખેડૂત હોય તેવું શક્ય નથી. ખેતી અને લઘુ ઉદ્યોગ સંબંધે પ્રયોગ સરળતાથી ચાલી શકે છે. સામ્યવાદી દેશોમાં સહકારી ફાર્મ પર હળીમળીને બધાં ખેતી કરે છે. ખેતી નાના નાના ટૂંકડામાં વહેંચાયેલી નથી. એ દેશોમાં કૃષિ ઉપર પણ સરકારનું નિયંત્રણ છે, પરંતુ આપણે ત્યાં સહકારના આધાર પર સામૂહિક ખેતીનો પ્રયોગ ચાલી શકે છે. નાની ખેડને કારણે સમય, શ્રમ અને નાણાં ત્રણેની વધારે વપરાશ થાય છે. મોટી ખેડની અપેક્ષાએ તેમાં ઉત્પન્ન પણ ઓછું થાય છે. સામૂહિક ખેતીની પરંપરા ચલાવાય તો તેમાં ફાયદા જ ફાયદા છે. વધારે પ્રમાણમાં વપરાતો સમય, શ્રમ અને નાણાંની બચત થશે. પોતાના ખેતરને હિસાબે દરેક વ્યક્તિ ઉત્પાદનનો સહભાગી બની શકે છે.

ખેતીની સાથે નાના ઉદ્યોગોને જોડી દેવામાં આવે તો ગામની બેરોજગારી અને બેકારીનો સર્વસુલભ ઉકેલ મળી જાય છે. કાપડ, તેલ, સાબુ, રમકડાં મીણબત્તી, અગરબત્તી જેવી કેટલીય દૈનિક જીવનમાં ઉપયોગી વસ્તુઓનું નિર્માણ કુટીર ઉદ્યોગોમાં થઈ શકે છે. સહકારી સંસ્થાઓ સદ્ધર થઈ જવાથી ઉત્પાદન માટે કાચા માલનો સંગ્રહ અને બનેલી વસ્તુઓનું નક્કી કરાયેલા મૂલ્યે વેચાણ કરાવવું સરળ થઈ જાય છે.

આર્થિક જ નહીં અન્ય દૃષ્ટિએ પણ સહકારી જીવનનો પ્રયોગ ફાયદાકારક સિદ્ધ થશે. પરસ્પર હળીમળીને રહેતાં, સાથોસાથ કામ કરવાથી અંદર અંદરનો સ્નેહ અને સહૃદયતા વધશે. સામાજિક

જીવનમાં અડધા કરતાં વધારે ઝગડા તો માણસના એકલતાના જીવનથી પેદા થાય છે. જમીન જાયદાદ સંબંધી કેટલાય કેસ ન્યાયાલયોમાં પહોંચે છે. જેનાથી એકબીજાના નાણાં અને સમયની ઘણી બરબાદી થાય છે. સહકારી જીવનમાં આવા મતભેદ પેદા થવાની ગુંજાઈશ ઘટશે.

“એક બધા માટે અને બધા એકને માટે” આ સિદ્ધાન્ત સામૂહિક જીવનનો છે. અર્થાત્ દરેક બીજાના સુખદુઃખનો ખ્યાલ રાખે, તેમાં ભાગીદાર બને, બધાના હિતમાં જ પોતાનું હિત સમજે તો સહકારી જીવનનો પ્રયોગ વિકસિત થઈ શકે છે. આ પદ્ધતિના આધારે વિશ્વ કુટુંબનું સ્વપ્ન સાકાર થઈ શકે છે.

વિખ્યાત સમાજશાસ્ત્રી જેમ્સ પીટર બારબેસે પોતાના પુસ્તક “વોટ ઈજ કોઓપરેશન”માં કહ્યું છે. “જો સહકારી સમિતિઓ જીવનના તમામ ક્ષેત્રોની જરૂરિયાતની પૂર્તતા કરી શકે તો શાસનતંત્ર ઉપરની નિર્ભરતા ઓછી થશે. પોતાના એક બીજા પુસ્તકમાં કોઓપરેટીવ ડેમોક્રસીમાં તેમનું કહેવું છે કે, પરિપક્વ સહકારી સમિતિઓ સરકારની સાથે હળીમળીને વિવિધ શાખાઓનું સ્થાન ગ્રહણ કરી શકે છે. તેમણે સરકાર અને સહકારી સમિતિઓના કાર્યક્ષેત્રનું વર્ગીકરણ કર્યું છે કે સરકારે શાસન વ્યવસ્થા અને કાનૂન વ્યવસ્થા સંબંધી કાર્યવાહી કરવી અને સહકારી સંગઠનોએ ઉત્પાદકીય વસ્તુઓની વ્યવસ્થામાં લાગી જવું.”

વિશ્વના પ્રતિભાશાળી અર્થશાસ્ત્રીઆ અને વિચારકોનો નિષ્કર્ષ છે કે સમસ્ત માનવ જાતિનાં સુખ, સમૃદ્ધિ અને શાંતિના વિકાસમાં સહકારી જીવનનો સદ્ભાવ ભર્યો પ્રયોગ સવિશેષ સફળ થઈ શકે છે. બીજા દેશોએ આ દિશાના પ્રયોગ ચાલુ કરી દીધા છે. આપણા પોતાના દેશમાં પણ સરકારી અને ખાનગી બન્ને જ સ્તરે સહકારની પ્રવૃત્તિને પ્રોત્સાહન મળવું જોઈએ. પ્રગતિ અને સમૃદ્ધિનો મુખ્ય આધાર સહકારીતા જ છે. જીવનમાં આજે તેની સર્વાધિક અનિવાર્યતા છે.

“ઉપાસના ફળ કેમ નથી આપતી ?”

અત્યારના સમયમાં ઘણુંખરું લોકોની એ ફરિયાદ રહે છે કે તેમની ઉપાસના ફળદાયી થઈ રહી નથી, કોઈ ચમત્કાર ઉત્પન્ન કરી શકતી નથી. એવામાં જો કોઈ એ કહી દે કે અમુક દેવતાની ઉપાસના એક જ વર્ષમાં સિદ્ધિ આપવાની ક્ષમતા ધરાવે છે તો સામાવાળો વ્યક્તિ તરત જ એ વિચારવા લાગી જાય છે કે જો એવી વાત હોય તો શા માટે તેની ઉપાસના ન કરવી. આ રીતે પહેલીને છોડીને બીજીને અપનાવી લે છે, પરંતુ મન હંમેશાં શંકા વિહિન પણ એમાં નથી બની રહેતું અને એ મુંઝવણોમાં રહે છે કે ખબર નહીં આ પણ જલદીથી ફળ આપશે કે નહીં. આની વચ્ચે જો કોઈ ત્રીજો વ્યક્તિ તેની ઉપાસનાની રીતમાં ખોટ બતાવી કોઈ બીજી પદ્ધતિને અપનાવી લેવાની સલાહ આપે છે તો તે તરત જ તેમ કરવા તૈયાર થઈ જાય છે. આ રીતે ઉપાસક વેશ્યાની માફક કોઈ એક તરફ નિષ્ઠાવાન ન રહીને ઘણાઓને અપનાવવાના, અજમાવવાના અને તરત જ લાભ મેળવી લેવાના ચક્કરમાં પોતાનું મોટા ભાગનું જીવન ગુમાવે છે અને છેલ્લે ખાલી હાથે રહીને પ્રતિભારહિત સ્થિતિમાં સંસાર છોડી જાય છે.

અહીં ઉપાસકોના મનમાં એ પ્રશ્ન ઉઠવો સ્વાભાવિક જ છે કે આખરે વર્તમાનની કરેલી ઉપાસના ફળ કેમ નથી આપતી ? તેનું સૌથી મુખ્ય કારણ છે શ્રદ્ધાનો અભાવ. ગીતા (૪/૩૯) ના આ સંદર્ભે સ્પષ્ટ નિર્દેશ છે - “શ્રદ્ધા વાલ્લભતે જ્ઞાન” અર્થાત્ ઈષ્ટ તરફ જેની શ્રદ્ધા હોય છે તે જ જ્ઞાન મેળવી શકે છે. બીજું મુખ્ય કારણ છે - એકનિષ્ઠતાવની ઉણપ. એ બધા જાણે છે કે કોઈ પણ મંત્ર સ્વયંમાં ચમત્કારી નથી હોતો. સાધકની નિષ્ઠા અને આસ્થા જ, તેને તેવો બનાવી દેવામાં મુખ્ય ભૂમિકા નિભાવે છે. જો ઉપાસકનો વિશ્વાસ મંત્ર, ઈશ્વર અથવા ઉપાસનાની રીત તરફ શંકાશીલ

રહ્યો તો તે જીવન પર્યંત મંત્ર જાપ કરતો રહે છતાં પણ તેનું કોઈ યોગ્ય પરિણામ હાથ નહીં આવી શકે. એટલા માટે પોતાની ઉપાસના પદ્ધતિને દરેકની સામે પ્રગટ નહીં કરવાનું શાસ્ત્રોએ કહ્યું છે. એક સચ્ચાઈ પણ છે કે છોડ લગાવતાં જ વૃક્ષ ફળ આપવા લાગતું નથી બંને વચ્ચે થોડુંક અંતર હોય છે. ખેડૂત બીજ વાવે છે પણ પાક કાપવા અને અનાજથી કોઠાર ભરવામાં મહીનાઓનો સમય લાગે છે. પહેલવાન દરરોજ કસરતના અભ્યાસથી વર્ષો પછી જ પોતાનું શરીર બળવાન અને મજબૂત બનાવી શકે છે અને પછી કુસ્તી જીતવામાં સફળતા મેળવે છે. વિદ્યાર્થી કઠીન પરિશ્રમ ઉપરાંત એક વર્ષ પછી જ તેનું સારું ફળ સારા ગુણ સ્વરૂપે મેળવે છે. આ પ્રસંગોમાં જો વ્યક્તિ દોઢ ચોખાની ખીચડી પકાવવાની માફક તરત જ સત્ પરિણામની આશા રાખવા લાગે તો તેને તેની બાળક બુદ્ધિ જ કહેલી જોઈએ. યોગાવશિષ્ટમાં આ સંદર્ભે સ્પષ્ટ જાહેર કર્યું છે -

કાલેન પરિણચ્યતે કૃષિગર્ભાદિયો યથા ।

એવમાત્મવિચારોડપિ શનૈઃ કાલેન પચ્યતે ॥

અર્થાત્ જેમ બીજ વાવ્યા બાદ અંકૂર નીકળતાં વાર લાગે છે અને માતાના ઉદર ગર્ભને પરિપક્વ થવામાં સમય લાગે છે, તેવી રીતે સાધના પાકવામાં અને ફળદાયી હોવામાં સમય લાગે છે.

પછી વાર લાગવા પાછળ એક બીજું કારણ એ પણ હોય છે કે સાધકનું અંતઃકરણ કેટલું સ્વચ્છ અથવા મેલું છે. આ અનુપાતમાં સમય પણ લાગે છે. રંગ કરનાર કોઈ કપડામાં આંખ દબાવીને રંગ ચઢાવી દેતો નથી. પહેલાં તે એ જૂએ છે કે વસ્ત્ર સાફ છે કે મેલું. જો તેમાં ગંદકી નજર પડે તો સૌ પહેલાં તે સાબુથી સારી રીતે ઘોઈ નાંખે છે. પછી વસ્ત્ર બિલકુલ મેલ વગરનું તથા સ્વચ્છ થઈ જાય

છે, ત્યારે તે તેને રંગવાની શરૂઆત કરે છે. સાધનાના ફળ ઉત્પાદનના સંબંધે પણ આ વાત સમજવી જોઈએ. તે વિવિધ વ્યક્તિઓની મનોભૂમિ ઉપર આધાર રાખે છે. જે વ્યક્તિની મનોભૂમિ જેટલી ઉજ્જડ અને કાંટાવાળી કલેષ રહિત હોય છે તેની ઉપાસના તેટલી જ જલદીથી ફળ આપવા લાગે છે, પરંતુ જેનું અંતઃકરણ કલેષ પૂર્ણ હશે, ઉજ્જડ હોય, ઉબડ-ખાબડ, પથરીવું હશે, તેની ઉપાસના શરૂઆતમાં આ ગંદકીને સાફ કરવામાં ખર્ચાય છે. પછીથી જ્યારે તે સફેદ અને નીલા આકાશની માફક સાફ થઈ જાય છે તો ઉપાસનાનું પરિણામ પણ સામે આવવા લાગે છે. આમ અધ્યાત્મના માર્ગના મુસાફરોને ઉપાસનામાં ફળ મેળવવાની ઉતાવળ ન કરવા માટે શાસ્ત્રકારોએ સલાહ આપી છે.

આવા ઘણા ઉદાહરણ જોવામાં આવે છે, જેમાં લાંબા સમયની સાધના પછી પણ ફળ પ્રાપ્તિ ન થવાને કારણે સાધક ઉપાસના છોડી દેવાની ઉતાવળ કરતા હોય છે, પરંતુ પછીથી ખબર પડે છે કે આમ શ્રાથી તેમજ કયા કારણે થયું. આવો જ એક પ્રસંગ મહાન ગાયત્રી ઉપાસક વિદ્યારણ્ય સ્વામીનો છે. તેમણે લાંબા સમય સુધી નિષ્ઠાપૂર્વક ગાયત્રીના ૨૩ પુરશ્ચરણ કર્યા, પરંતુ નજીવો લાભ મળ્યો. આથી ક્ષુબ્ધ બની તેમણે ગાયત્રી - ઉપાસના છોડી દીધી. ઉપાસનાનું સદ્પરિણામ ફક્ત એટલું જ જોવા મળ્યું કે તેમના મનમાં તીવ્ર વૈરાગ્ય ઉત્પન્ન થઈ ગયો. આથી તેમણે ગૃહત્યાગ કરી સાધુતા અપનાવી અને દુઃખી, ખીડિત લોકોના દુઃખો ઓછા કરવા માટે તેમની મદદ કરવા લાગ્યા. તેમના આ પરોપકારવૃત્તિ યુક્ત જીવન શરૂ થવાના થોડા મહિના પછી એક દિવસે માં ગાયત્રી તેમની સન્મુખ પ્રગટ થયા અને વરદાન માંગવા માટે કહ્યું. વિદ્યારણ્ય મૂંઝવણમાં પડીને તેમણે પૂછ્યું - “માતા ! હવે તો કોઈ કામના બાકી રહી નથી, બધી ઓગળી ગઈ જો સાચે જ તમો મારી ઉપર પ્રસન્ન થયા હોવ તો ફક્ત એટલું બતાવો કે મારી અત્યાર સુધીની

ઉપાસના નિષ્ફળ કેમ ગઈ, અત્યારે જ્યારે મેં ઉપાસના છોડી જ દીધી કે ત્યારે આપે દર્શન કેમ આપ્યા ? આ વાત મારી સમજમાં ન આવી.” “મા આઘશક્તિની વાણી ફૂટી - તારા ૨૪ મહાપાપ હતા. ૨૩ મહાપુરશ્ચરણથી તારા ૨૩ જન્મોના પાપ ધોવાઈ ગયા અને જ્યારે તે સેવા જેવું પૂણ્ય કાર્ય શરૂ કર્યું અને ૨૪ મા જન્મનું પાપ પણ ધોઈ નાંખ્યું તો હવે હું તારી સમક્ષ છું. તે સહેજ ઉતાવળ કરી નાંખી. એટલા માટે તે સમયે તને મારી કૃપા મળી ન શકી.” વિદ્યારણ્ય સ્વામીના જેવી જ ઘટના માધવાચાર્યના સાધનાત્મક જીવનના સંબંધમાં પણ બની છે.

આ રીતે ઉપાસનાની સફળતામાં કેટલાય એવા તત્ત્વો છે જેને તેની પરિપક્વતા માટે જવાબદાર ઠેરવી શકાય છે. પાતંજલ યોગદર્શનના “અભ્યાસ વૈરાગ્ય” પ્રકરણમાં સફળતાના ત્રણ સોપાન ગણાવ્યા છે - (1) લાંબો સમય અર્થાત્ જ્યાં સુધી સાધનાથી સિદ્ધિ મળી ન જાય ત્યાં સુધી તેને નિષ્ઠાપૂર્વક કરતા રહેવી જોઈએ. (2) નૈરન્તર્યોણ કે નિત્ય-નિયમિતતા - આમાં તે પ્રમાદથી બચવાની સલાહ આપવામાં આવી છે. જેમાં ઉપાસક દસ દિવસ ઉપાસના કરીને ચાર દિવસ આરામ કરવાની વાત વિચારે છે. તેથી ઉપાસના નિષ્ફળ જાય છે. તેને નિત્ય (દરરોજ) - નિયમિતતાથી દરરોજ શ્રદ્ધાપૂર્વક કરવી જોઈએ. (3) સત્કારા સેવિત્ અર્થાત્ મનની એકાગ્રતા. ઉપાસના વખતે મનના ભટકાવને રોકીને ધ્યાન આરાધ્યદેવ તરફ લગાવી રાખવું અને સંપૂર્ણ ઉપાસનાકાળમાં તેનું જ ચિંતન-મનન કરવું - તેને ઉપાસનાની સફળતાનું એક મહત્ત્વનું અંગ માનવામાં આવ્યું છે.

આ બધી વાતોને ધ્યાનમાં રાખીને જો ઉપાસના નિરંતર જાળવી રાખવામાં આવે તો કોઈ કારણ નથી કે સામાન્ય માણસ પણ તે વિભૂતિથી વંચિત રહી જાય, જેને સિદ્ધ સંત આના માધ્યમે અત્યાર સુધી મેળવતા આવ્યા છે.

વિવાહ સંબંધી દૃષ્ટિકોણ બદલો

ભારતમાં મોટેભાગે એ માન્યતા પ્રવર્તે છે કે છોકરીઓનો જન્મ કુટુંબને ભારરૂપ છે. છોકરો જન્મતાં આનંદ ઉલ્લાસ મનાવવામાં આવે છે અને છોકરી જન્મતાં બધાના મોંઢા પડી જાય છે. એનું કારણ એક જ છે કે છોકરીના લગ્ન વખતે લખલૂટ ખર્ચ થવાથી ખોટ ખાવી પડે છે અને છોકરો દહેજ જ નહીં પણ જીવન પર્યન્ત સેવા કરાવવા વલુ પણ લાવે છે. બધાને નફો સારો લાગે છે. છોકરીથી ખોટ જાય છે માટે તેણીની અવહેલના થવી સ્વાભાવિક છે. આ ઘણી દયાજનક સ્થિતિ છે કે એક જ માતાના પેટે જન્મેલા બાળકોમાં કેટલાકને તો કન્યા હોવાને કારણે ઉપેક્ષિત રહેવું પડે અને કેટલાકને પુત્ર હોવાને લીધે પ્રેમ, સગવડો, ઉત્તરાધિકાર વગેરેનો લાભ પ્રાપ્ત થાય. આ વાસ્તવમાં અનીતિ છે. આના મૂળમાં તે દાનત કામ કરે છે કે જેમાં દિકરીવાળાને લગ્ન સમયે જ નહીં પણ તે પછી પણ અનેક પ્રસંગોના બહાને જીવન ભર લૂટાવાનું જ હોય છે.

આ ખરાબ રિવાજના બીજા પણ કારણો છે. છોકરીવાળાઓની વિચારવાની રીત બગડી ગઈ છે. તેઓ ધનવાનોને ત્યાં પોતાની દીકરી આપવાનું ઈચ્છે છે, કારણ કે તેમની દીકરીને બેઠાં બેઠાં આરામપૂર્વક જીવવાની તક મળતી રહે. આ વિચાર પણ ખરાબર નથી. સુયોગ્ય છોકરો જો ગરીબ ઘરનો હોય તો પણ કોઈ વાંધો ન હોવો જોઈએ. છોકરીને ભણાવી ગણાવી કમાણી કરવાને યોગ્ય બનાવી દેવી જોઈએ તો બંને હળીમળીને નાના કુટુંબનું ભરણપોષણ સરળ રીતે કરી શકે છે. તેમાં છોકરીની પ્રતિભા પણ સારી જળવાય છે, તેનું સ્વાવલંબન પણ સધાય છે. જો કે અમીર ઘરોમાં પરિશ્રમ ભલે ઓછો કરવો પડતો હોય, પરંતુ હાલત તો અસમર્થ, અપંગ જેવી જ થઈ જાય છે. બંનેમાંથી પસંદગી કરવી હોય તો પોતાની સરખામણીવાળા મધ્યમ યા ગરીબ પરિવારમાં જ લગ્ન કરવામાં આવે તો શું વાંધો

છે ? ઘણા છોકરીઓવાળા અમીરોના ઘરે પહોંચી જાય છે એટલા માટે જ અમીરોનું મગજ બગડે છે અને દહેજની બોલીનો ભાવ ઉચો જાય છે. બેઉ પક્ષના લોકોએ પોતાના કરતાં પૈસાદાર નહીં પણ ગરીબ પરિવાર જ સંબંધ કરવા શોધવો જોઈએ. આમાં બધાનું હિત રહેલું છે અમીરી તો સરળ માર્ગોથી નથી આવતી પછી જો તેની સાથે ટકરાવવું હોય તો તેને માટે પણ તૈયાર રહેવું જોઈએ કે ભમરાના મધપૂડામાં હાથ નાખવાથી કરડી ખાવાની જ શંકા રહેવાની.

વિવાહ પ્રસંગો દિવસે દિવસે મુશ્કેલીવાળા બન્યા છે તેનું એક મોટું કારણ એ છે કે ઉપજાતિઓની વાડાબંધી છે. આ પ્રતિબંધને કારણે લોકો પોતાના નાના ગોળમાં જ સંબંધ શોધે છે. ગોળનો વિસ્તાર જેટલો નાનો હશે તેટલા જ યોગ્ય જોડાં ગોઠવવાં મુશ્કેલ બનશે. યોગ્ય મુરતિયા ઓછા હશે અને પસંદગીવાળા વધી પડશે તો મુરતિયાના ભાવ ઉચા જશે. આ બ્રહ્મ જંજાળમાંથી નીકળી જવું જોઈએ અને પસંદગી માટેના ગોળની સીમા વધારવી જોઈએ.

આટલું તો વિરોધ વગર કે અડચણ વગર થઈ શકે તેમ છે કે એક જ્ઞાતિનો એક જ મોટો ગોળ બને આમાં નાના ગોળના બંધનો કે મર્યાદાઓ ન આવે. કોઈ ઉપજાતિ પોતાના ઉંચા-નીચાપણાનો દાવો ન કરી શકે. વાસ્તવમાં તો સમગ્ર માનવ જાત એક જ પિતાના સંતાનો છે અને સમાન સ્તરના માનવા જોઈએ. પરંતુ જો પ્રચલિત રૂઢિવાદને કારણે આટલો મોટો ફેરફાર ન થઈ શકે તો એટલો તો થઈ શકે છે કે ઉપજાતિઓના ભેદભાવ ન કરવામાં આવે. બ્રાહ્મણોને એક જાતિ માનવામાં આવે તો તેમાં ગૌડ, કાન્ય, કુબ્જ, સરચુપારી, માલવીય, સન્યાસ અને ઔદિચ્ય, શ્રીમાળી વગેરેની ઉપજાતિઓના ભેદભાવ શા માટે ચાલવા જોઈએ. સમગ્ર બ્રાહ્મણ સમાજમાંથી

કોઈ પણ વંશ સાથે સંબંધ ભલેને કરવામાં આવે. વર્ણો ત્તે ચાર હતા. જો કે ઉપજાતિઓની સંખ્યા અત્યારે હજારોમાં પહોંચી ગઈ છે. આ ફેલાવાને કારણે ગોળ નાના નાના થઈ ગયા છે અને સારાં જોડકાં ગોઠવવામાં તકલીફ ઊભી થઈ છે. ક્ષત્રિય ક્ષત્રિયોમાં, વૈશ્ય વૈશ્યોમાં, કાયસ્થ કાયસ્થોમાં લગ્ન કરવા લાગે તો એટલામાં રિવાજોની પરંપરા તૂટતી નથી અને પસંદગીનું ક્ષેત્ર ઘણું મોટું મળવાની સાથે સાથે દહેજની માંગણી સરળતાપૂર્વક ઢીલી પડી જાય છે.

મનમૌજી છોકરા સિનેમામાં કામ કરતી નર્તકીઓ જેવી પત્ની પસંદ કરે છે અને પોતે જોઈ તપાસી પસંદ કરવાનો આગ્રહ રાખે છે. આ રીતના છોકરાઓની પસંદગીના રવાણામાં અનેક સંબંધ નક્કી કરવા પડે છે. ઉંમર વધવાની સાથે લોકોમાં ચર્ચા ઊભી થાય છે, “આ બગડેલા બાબુને તો સ્વર્ગની પરી જોઈએ છે.” સાધારણ માણસો તો તેને પૂછવાનું ટાળે છે. જે સુન્દરતા પર લક્ષ્ય છે તે સામાન્ય છોકરીની સાથે રહેશે કેવી રીતે એ શંકા જાગે છે. આગળ ઉપર કોઈ ગરબડ તો ઊભી નહીં કરે ને ? જ્યાં રૂપના ધોરણે પસંદગી કરાય છે ત્યાં દામ્પત્ય જીવનમાં વફાદારી જળવાવા સંબંધે શંકા કરવામાં આવે છે, તો તે યોગ્ય છે. આવા સંબંધોથી બચાય તો સારું.

ભારત ગરમ વાતાવરણનો દેશ છે અને મધ્યમ રૂપરંગવાળા વ્યક્તિઓનો દેશ છે. પછી જે

છોકરા-છોકરીઓ અપ્સરા અને ગન્ધર્વો શોધે છે તેમણે તો માત્ર તેઓના લોકમાં (સ્વર્ગ અને ગાંધર્વ લોકમાં) જઈને લગ્ન કરવાં જોઈએ. આફ્રિકાના કાળા લોકો પોતાના જ રંગવાળા સાથે સંબંધ પાકો કરે છે પછી આપણે શા માટે આટલો અભરખો હોવો જોઈએ કે રંગરૂપને જ મુખ્ય આધાર માનવમાં આવે. જો આ પ્રમાણેની રૂઢિ ચાલુ રહી તો સામાન્ય સૌન્દર્યવાળાં છોકરાં તો લગ્ન વગરનાં કુંવારાં જ રહી જશે. પોતાના ભાઈ, બહેન, કૂઆ વગેરે જોવામાં આવે તો તેઓ પણ સાધારણ જ જણાશે. જો પછી અત્યારનો દૈષ્ટિકોણ તે જમાનામાં રખાયો હોત તો પોતાના સંબંધીઓમાંથી ઘણા ખરા વાંઢા જ રહી ગયા હોત અને આ મનમૌજી લોકોમાંથી ઘણાંને તો જન્મ પામવાનો અવસર જ પેદા થયો ન હોત.

પાકટ ઉમરના, મહેનતું સાદગીભર્યું જીવન જીવનાર, નમ્ર, મિલનસાર સ્વભાવના છોકરા છોકરીઓની જ પસંદગી કરાય અને તેવા જ પ્રયત્નોથી સદ્ગૃહસ્થોનું સંચાલન થાય છે. તેઓ જ પરસ્પર વફાદાર રહે છે અને જીવનનું ગાડું યોગ્ય માર્ગે લઈ જતા જોવામાં આવે છે. પરિવાર સંસ્થા જો તંદુરસ્ત બનશે તો આ આધાર ઉપર જ. આપણે આનું ચલણ વધારવા અને સંસ્કારયુક્ત સુસંગતિઓના ઉત્તેજનને પ્રોત્સાહન આપવામાં આપણો પ્રયાસ કરવો જોઈએ.



સ્વતંત્રતા સંગ્રામના સમયની વાત છે. લાલબહાદુર શાસ્ત્રી ઈચ્છતા ન હતા કે તેમને જેલમાં પૂરવામાં આવે ત્યારે તેમની માતા, પત્ની અને પરિવારના લોકો રોવે. આથી તેમણે પહેલેથી જ પોતાની માતાજીને સમજાવ્યું તો બોલ્યા, “પરંતુ દિકરા મોહ મમતાનું પણ પોતાનું એક સ્થાન છે. પ્રિયજનની મુશ્કેલીમાં દુઃખી થઈ જવું કે રોઈ પડવું કોઈ ખરાબ તો નથી ?”

“તમો બરાબર કહો છો, પરંતુ આવા પ્રસંગ પર પ્રસન્નતા વ્યક્ત કરવામાં આવે, તો બાળકોને આદર્શની પ્રેરણા મળશે.” પુત્રનું આ યુક્તિપૂર્વકનું કથન માંને માનવું પડ્યું અને તેને અનુરૂપ વર્તન કરવું પડ્યું.

ઉદારતા ખોટનો નહીં, નફાનો વેપાર છે

ઊંચી કોટિના સ્વાર્થ ને પરમાર્થ કહે છે. ખાસ દષ્ટિએ જોવાથી એ પ્રતીત થાય છે કે પરમાર્થમાં પોતાને નુકસાન થાય છે અને બીજા લાભ ઉઠાવે છે. પણ વાસ્તવિકતા એ છે કે જેનાથી બંનેય પક્ષો લાભ ઉઠાવે છે, જ્યારે સ્વાર્થ સાધવામાં તે વ્યક્તિ પણ નુકસાનમાં હોય છે જે તાત્કાલિક ઉપલબ્ધિને જોઈ પોતાને લાભ થયો એમ માને છે.

સદ્ પ્રયોજન માટે સજ્જનો મારફત જે થોડોક આર્થિક, પરમાર્થપરક કે ભાવનાત્મક લાભ આપવામાં આવે તો વ્યર્થ નથી જતો, પરંતુ અનેક ગણો બનીને પાછો મળે છે. આમાં બીજાનું ઉદાહરણ સૌથી વધારે અનુકૂળ આવે છે. બીજા ઓગળે છે અને અંકૂર બનીને ફૂટે છે. જેના ખેતરમાં ઉગે છે તે તેના ભાવી પરિણામનો અંદાજ લગાવે છે અને સિંચન કરવાની, ખાતર આપવાની વ્યવસ્થા કરે છે, ત્યારબાદ છોડ વધતો વિકસિત થાય છે અને ફળ-ફૂલથી લદાયેલું વૃક્ષ બને છે.

જે ફળ આવે છે એક જ વખતમાં સેંકડોની સંખ્યામાં આવે છે અને તેમાં હજારોની સંખ્યામાં બીજ હોય છે. આ બધાને જો વાવવામાં, ઉગાડવામાં આવે તો એક વૃક્ષથી તેના જીવનમાં ઉત્પન્ન થનાર માટે બીજની સંખ્યા લાખો સુધી પહોંચી શકે છે. જો તે બીજ ઓગળવાનું ન સ્વીકારત તો પોતાનું અસ્તિત્વ લાંબા સમય સુધી ટકાવી ન શકાત. તેમાં ઉઘઈના કીડા લાગી જાત તથા તેને ફોલીખાઈને પૂરા કરી નાંખત. આ ઉદાહરણ બધે જ લાગૂ પડે છે. ઉપકારક પ્રવૃત્તિ વ્યક્તિની પ્રતિષ્ઠા વધારે છે. તેની ઉદારતા સંપર્ક ક્ષેત્રમાં બધા પ્રાણીઓને પ્રભાવિત કરે છે. એ સહજ રીતે અનુમાન લગાવી શકાય કે આ વ્યક્તિ સ્વાર્થને પરમાર્થ ઉપર ન્યોછવર કરી શકે છે તો તે ચરિત્રવાન હોય તે એક સ્વાભાવિક વાત છે, જેને ચરિત્રવાન સમજવામાં આવે છે તેની પ્રામાણિકતા ઉપર સહજ વિશ્વાસ હોય છે. તેની સાથે

વ્યવહાર કરવા માટે બધા તૈયાર હોય છે. એટલા માટે અનેક સાથી, સહયોગી તેને આપમેળે જ મળતા રહે છે.

દરેક મનુષ્ય સાથી સહયોગીની ઈચ્છા રાખતો હોય છે. પોતાનું પરિચિત મિત્રમંડળ વધારવા ઈચ્છે છે પણ સાથોસાથ એ શંકા પણ કરતો હોય છે કે ક્યાંય ખોટા સાથે વ્યવહાર બંધાઈ ન જાય અને છેતરાવાનો પ્રસંગ ન આવી જાય. એટલા માટે સજ્જનોની શોધખોળ ચાલતી હોય છે. વ્યક્તિગત સજ્જનતાની ઓળખ કેમ થાય ? મોટી ઓળખાણ વાણીથી થાય છે. પોતાની નમ્રતા બતાવવા અને બીજાઓની પ્રશંસા કરવાવાળા ગમે છે અને સજ્જન સમજવામાં આવે છે. પરંતુ કપટી માણસો આડંબર તેથી પણ વધુ સારી રીતે બતાવી લે છે. આવી દશામાં એ શંકા બની રહે છે કે મધુરભાષી દેખાતા ક્યાંક કપટી ન નીકળે. આ શંકાનું નિવારણ તેના ઉદાર વ્યવહારને જોઈને જ આવી શકે છે. ક્રરણ કે ઉદારતા તેનાથી શક્ય છે જે સ્વાર્થ-ત્યાગ માટે તૈયાર હોય છે. અંગત લાભમાં કાપકૂપ કર્યા વગર પરમાર્થ થઈ જ ન શકે. નિઃસ્વાર્થ સેવા, સાધના કરવા માટે હૃદયની વિશાળતા જોઈએ. જે બીજાના દુઃખથી દુઃખી ને બીજાના સુખથી સુખી થઈ શકે છે. તેના માટે એ સંભવ છે કે ઉદારતા રાખે, બીજાની મદદ કરે. તે માટે પોતાની સુવિધાઓમાં કાપ મૂકીને તે બચત કરી શકાય છે, જે પરમાર્થના કામમાં આવે. પોતાની સુવિધાઓમાં કાપ મૂકવાનું કોઈ આદર્શવાદી માટે જ સંભવ છે દરેક માટે નહીં. જેમાં આત્મસંયમ અપનાવવાનું સાહસ છે તે એ પણ કરી શકે છે કે પોતાનો સમય, શ્રમ, જ્ઞાન, સાધન બીજાને આપવા માટે પગ ઉપાડી શકે. આ કડી જ્યાં સિદ્ધ થતી દેખાય છે ત્યાં સજ્જનતા તરફ સહજ રીતે વિશ્વાસ થઈ ગયા પછી લોકો તેની સાથે મિત્ર ભાવ સ્થાપે છે. પ્રશંસક બને છે, સાથોસાથ મિત્રતા વધારે છે. મિત્રતામાં સ્વાભાવિક રીતે સદ્ભાવ સ્થાપિત થાય

છે, તેના કામમાં પણ મદદ કરવામાં આવે છે. ઉદાર લોકો જૂએ છે કે તેણે થોડા લોકો સાથે આત્મીયતા રાખી અને સેવા મદદ કરી તેના બદલામાં તેને બીજા લોકો જેવો જ ઉદાર વ્યવહાર મળવો શરૂ થઈ ગયો. આ રીતે એક અનાજનો દાણો વાવવાથી સો ગણા ઉત્પન્ન કરવાવાળું ઉદારણ સહજ રીતે સિદ્ધ થતું લાગે છે. ઉદારતાના વ્યવહારમાં બધા વ્યવહાર ખોટના સિદ્ધ થતા નથી. થોડાક સાથે રાખવામાં આવેલી ઉદારતા ઘણાઓનો સહકાર, સદ્ભાવ લઈને પાછી આવે છે. પરમાર્થની દૈષ્ટિએ તેનું પોતાનું વિશેષ મહત્ત્વ છે જ. તેનાથી આત્મબળ વધે છે, સંતોષ મળે છે અને ચરિત્રમાં વધારો થાય છે. આ રીતે સેવા સાધનાનું મહત્ત્વ સમજવાવાળા અને તેને સિદ્ધ કરતા રહેવાવાળા ક્યારેય નુકસાનમાં નથી રહેતા. જો આર્થિક દૈષ્ટિએ થોડુંક નુકસાન ભોગવવું પડે તો તેની ભરપાઈ તે પ્રતિક્રિયામાં થઈ જાય છે, જે તેની મદદના બદલામાં ઘણાઓની સદ્ભાવનાને સાથે લઈ પાછી વળે છે.

સ્વાર્થી ઉદાર નથી હોતો. તે પોતાનો જ લાભ જૂએ છે. આ લાભમાં તે બીજાઓને થનાર નુકસાનનો અંદાજ નથી લગાવી શકતો. યોગ્ય આદાન-પ્રદાન તો સહજ સ્વભાવમાં હોય છે. તેની ગાડી વ્યાવસાયિક આધાર ઉપર પણ ચાલતી રહે છે, પરંતુ તે બધાનાથી થઈ શકતું નથી કે જરૂરિયાતવાળાની જરૂરિયાત આપણી જરૂરિયાતથી વધારે સમજે અને અંગત સુધિવાને ઘટાડી તે બચતથી બીજાઓની ઉણપને પૂરી કરે. જે એવું કરી શકે છે તે ઉદાર હૃદયવાળા સમજવામાં આવે છે અને તેમનું વ્યક્તિત્વ પ્રામાણિક માનવામાં આવે છે. તેના ઘણા પ્રશંસક તથા સહયોગી બનતા હોય છે. સાથોસાથ તેના કામોમાં મદદ કરવા માટે પણ તૈયાર રહેતા હોય છે.

મહાન માણસોના વિકાસ પાછળ આ બાબત કામ કરતી જોવા મળે છે. તેમણે સેવાનું વ્રત લીધું, પ્રામાણિકતા સિદ્ધ કરી, સહકાર મેળવ્યો અને લોક સમર્થનથી ઉંચા આસને પહોંચ્યા. વિશેષ વ્યક્તિઓમાં ગણાયા અને સેવાના બદલામાં

સંસારનો ક્રમ મળતો ગયો. તે ઉન્નતિના ઉંચા શિખર ઉપર પહોંચ્યા, પ્રખ્યાત થયા અને પોતાનું ઉદારણ ઘણા અપનાવવા યોગ્ય બનાવી છોડી ગયા.

સમાજની રચના એ આધાર પર થઈ છે કે તેમાં ઉદારતાનો વધારો-ચઢાવીને પરિચય આપવાવાળો બીજાઓનો વિશ્વાસુ બને છે અને ઘણાઓ વચ્ચે મૈત્રી, સરળતા અને સઘનતાપૂર્વક ચાલે છે. ઉદારતાના આધાર ઉપર પરિવારથી લઈને મિત્ર મંડળ તેમજ સમાજ વચ્ચે સંગઠન પેદા થાય છે. તેની દૈબતા અને આદર્શોના પ્રભાવ સાથે જોડાયેલ પરિવાર સારી રીતે પ્રભાવિત થાય છે અને તે પરંપરા જ એક રીતે ચાલવા લાગે છે. જેને ઘણાઓને ઘણી રીતે ફાયદો મેળવવાના મોકો મળે છે. આ લાભ બધા દ્વારા સમજવો જોઈએ.

ઉદારતા ત્યાં અનર્થકારી સિદ્ધ થાય છે જ્યાં તે ખરાબ પાત્રોના હાથમાં ખરાબ કાર્યો માટે આપવામાં આવે. એવા લોકો ઓછા નથી જેમનો સ્વભાવ, તેમજ વ્યવસાય બીજાઓને ઠગવાનો જ છે. તેઓ પોતાના દોષ, ખરાબ ગુણોને કારણે ખરાબ સ્થિતિમાં પોતે તો પહોંચે છે અને મુશ્કેલીના આકસ્મિક કારણો બતાવી કરુણા ઉપજાવે છે અને તેનાથી પેદા થયેલા ભાવોસંવેદનાઓનો ખરાબ લાભ ઉઠાવવાના પ્રયત્નમાં સફળ થતા રહે છે. એવા લોકથી સતર્ક રહેવાની જરૂર છે, નહીંતર ઠગોનો ઘા લાગવાથી જ બીજાઓને તેની ખબર પડી જાય છે. અવિશ્વાસ વધે છે. બીજા વાસ્તવિક જરૂરિયાતવાળાઓને પણ આ અવિશ્વાસના વાતાવરણથી વંચિત રહેવું પડે છે.

ઉદારતાના બદલામાં મળતો આત્મસંતોષ સ્વયં પોતાનામાં તે એક દૈવી વરદાન છે. અંતઃકરણની પ્રસન્નતા વિવિધ પ્રકારે વ્યક્તિત્વના ઘણા પક્ષોને વિકસિત કરે છે. આ લાભ એટલો મોટો છે કે બદલામાં દાનનું પ્રતિદાન ન મળે તો પણ કોઈ નુકસાન દેખાતું નથી. સદ્પ્રવૃત્તિના વિકાસ માટે જો પોતાનું ઉદારણ પ્રસ્તુત કરી શકાય તો તે પરંપરામાં પણ ઘણા માણસોનું કિંમતી હીત થતું જોઈ શકાય છે.

આસ્તિકતાનું શાસ્ત્ર : આયુર્વેદ

આપ અહીં ! નગરના પ્રતિષ્ઠિત ડૉક્ટર-તે ડૉક્ટર જેમને નહાવા-ખાવા માટે પણ ચોક્કસ સમય ન મળતો, આ રીતે પોતાની જામેલા કિલિનિકને છોડી ગામડામાં એક નાનકડો તંબુ નાંખી આવી રહેશે, તેની કોઈ કેવી રીતે સંભાવના વ્યક્ત કરી શકે ?

“હું ચિકિત્સક છું- ખરેખર આ સમયે, મારે અહીં હોવું જોઈતું હતું.” ડૉક્ટર અવધેશજી જલદીથી ઊભા થયા. તેમણે બંને હાથ જોડીને આવનારને નમસ્કાર કર્યા.

ફક્ત ત્રણ પડાવ પડ્યા છે. એકમાં કમ્પાઉન્ડર તથા એક બાજુ સેવક. એકમાં ડૉક્ટર સાહેબની હોસ્પિટલ છે અને તેની પાછળના ભાગમાં તેમના રહેવાની પણ વ્યવસ્થા છે. ત્રીજો તંબુ ભોજન શાળાનું કામ આપે છે. તેનો એક ભાગ સામાન રાખવાના કામમાં આવે છે.

“તમો સરકારી ડૉક્ટર તો નથી.” આવનારે એક ડબ્બાની ખુરશી ઉપર બેસતાં કહ્યું- “નગરમાં પણ તમો સેવા જ કરી રહ્યા હતા. ત્યાંના રોગીઓને પણ ડૉક્ટર જોઈશે. બે-ત્રણ ડબ્બાની ખુરશી અને એક નાનકડું મેજ-જેટલા ઓછા સામાનમાં કામ ચાલી શકે, બસ તેટલો જ સામાન ડૉક્ટર પાસે હતો. આમ તો એક ચિકિત્સક હોવાને કારણે ચિકિત્સાલયનો જ સામાન ઘણો બધો હોય તે સ્વાભાવિક હતું.

“નગરના રોગીઓની સેવા કરવાવાળા પૂરતા ચિકિત્સક ત્યાં છે.” ડૉક્ટરે ઝડપથી પોતાનો ઈજેક્શનનો સામાન ઠીક કરતાં કહ્યું. તેમની પાસે રોગી આવી રહ્યા હતા અને તે તુરત જ ઈજેક્શન આપવાનું હતું-” સરકારી ચિકિત્સક પૂરતા નથી તે આપ જોઈ જ રહ્યા છો. આ સરકારી ચિકિત્સકનું જ કર્તવ્ય નથી. રોગ જ્યાં અસાધ્ય બની લલકારી રહ્યો

હોય ત્યારે કોઈપણ ચિકિત્સકનું કર્તવ્ય ત્યાં તેને બોલાવે છે.”

“ત્યારે તમો મને પણ તમારો સહયોગી બનાવી લો.” આવનારે થોડુંક હસતાં હસતાં કહ્યું-“હું પણ ચિકિત્સક જ છું.” “સાચુ પૂછો તો વેદજી ! હું તો પોતે જ તમોને આ પ્રાર્થના કરવા ઈચ્છતો હતો પણ ખચકાતો હતો.” ડૉક્ટર અવધેશ એકક્ષણ સ્થિર દેખિતે વેદજી તરફ જોતા ઊભા રહ્યા... “આપણે અંધારામાં પથ્થર ફેંકી રહ્યા છીએ. નવો રોગ છે અને તેની કોઈ પરીક્ષણ પામેલી ઔષધિ અત્યારે કોઈની પાસે નથી, પરંતુ રોગ આક્રમક છે અને અત્યંત ઉગ્ર છે. કોઈ મિત્રને આવી જગ્યાએ રહેવા માટે કહેવું... આમ તો સંભવ છે કે આયુર્વેદ દ્વારા કશુંક થઈ શકે.”

“રોગ તો અમારા માટે પણ નવો છે. પરંતુ આયુર્વેદની પદ્ધતિમાં કોઈ રોગ નવો નથી હોતો.” વેદજી ગંભીર થઈ ગયા-” અને રોગના આક્રમણ અને ઉગ્ર હોવાનો ભય તો જેવો મારા માટે છે તેવો જ આપના માટે પણ છે.”

એક જ શિબિરમાં તે દિવસે બે સારા ચિકિત્સક એક સાથે કામ કરવા લાગ્યા. આમ તો બંનેની પદ્ધતિઓમાં એકતા નહોતી પરંતુ ચિકિત્સા ફક્ત ભલે તે કોઈ પદ્ધતિની હોય... બધા એક જગ્યાએ એક જ છે, બધાનું લક્ષ્ય રોગને દૂર કરી રોગીના કષ્ટોને ઓછા કરીને મટાડી દેવાનું છે.

ભારતમાં પ્રથમ વખત પ્લેગ થયો હતો. કોઈ દવા ત્યાં સુધી શોધાઈ નહોતી. ઘણા ઘર સુના થઈ ગયા. ગામોના ગામ ઉજ્જડ-બન્યા. તાવ, ઉલટી અને મૃત્યુએ પોતાનો ભયંકર પંજો ચારે બાજુ ફેલાવ્યો હતો અને પ્રાણીઓને ઝડપથી સમેટી રહ્યો હતો. જેમ કે ભખ્યો વાંદરો બંને હાથોથી વેરાયેલા યજ્ઞા

ઉઠાવીને જલદી-જલદી મોઢામાં ભરતો હોય.

“અમુકને તાવ આવ્યો છે” સમાચાર એકના ના હોય-તેના છોકરાને ગાંઠ નીકળી આવી છે. તેના ભાઈની દશા બગડી રહી છે. પાડોશના મકાનમાં અમુક મરી ગયો. તેનું શબ ઉઠાવનાર કોઈ નથી.”

ના તો ડૉક્ટરને નવરાશ હતી ના વૈદ્યજીને, કોઈને દવા આપી, કોઈને ઈજેક્શન. કોઈને પટ્ટી બાંધી તો કોઈને ચૂર્ણ ફકાવ્યું. ન નહાવાનો સમય અને ન ભોજનનો.

વાત અહીં સુધી નહોતી. ચિકિત્સા સિવાય મૃતકોને ગંગાજી સુધી પહોંચાડવાનો પણ પ્રશ્ન હતો અને દરરોજ નહીં તો આંતરે દિવસે આવો અવસર આવી જ જતો કે વૈદ્યજી અને ડૉક્ટર સાહેબ બંને જ શબને ખભે નાંખી ગંગાના કિનારે ચાલ્યા જઈ રહ્યા છે. આમ તો આ કામ તેમના કંપાઉન્ડર અને નોકરે વધારે પ્રમાણમાં કરવું પડતું અને જ્યારે તેઓ પોતાના કામને છોડીને કોઈ મડદુ લઈ ચાલતા ત્યારે વૈદ્યજી ચુલો ફૂંકતા નજરે પડતા અને ડૉક્ટર કંપાઉન્ડરનું સ્થાન લઈ લેતા.

“આજે નોકરને તાવ આવી ગયો છે.” આ થશે જ એ પહેલેથી જાણેલી-સમજેલી વાત હોવા છતાં પણ જ્યારે થઈ ત્યારે ઘણી ભયંકર લાગી. વૈદ્યજીએ ડૉક્ટર સાહેબને કહ્યું- “કમ્પાઉન્ડર, રસોઈયો, તમો અને હું... આગળ કશું જ બોલી શકાયું નહીં.”

“આપણે બધા જોખમમાં છીએ.” ડૉક્ટરે અચકાયા વગર કહ્યું. મેં બધાને આ વાત પહેલાંથી જ જણાવી દીધી છે અને રસોઈઓ કે કમ્પાઉન્ડર પોતાના ઘેર જવા ઈચ્છે તો હું આનંદથી તેમને રજા આપી દઈશ. મારી પ્રાર્થના માનો તો તમો પણ...”

“હું બીજી વાત કહી રહ્યો હતો.” વૈદ્યજી વચ્ચે જ બોલી ઊઠ્યા- ન તો કમ્પાઉન્ડર જશે અને ન તો રસોઈયો.” તેમના વગર તમારું કામ પણ ચાલશે નહીં. પરંતુ હું રહ્યો વૈદ્ય મને કોઈ કંપાઉન્ડર, રસોઈયાની જરૂર નથી હોતી. હું દવા પણ વાટી લઉં છું, રોગીને પણ જોઈ લઉં છું અને મારા માટે બે

રોટલા પણ બનાવી લઉં છું.

“તો એમ કહો કે તમારી દાનત ઠીક નથી.” ડૉક્ટર જોરથી હસી પડ્યા-” તમો અહીંથી અમને ભગાડી દેવા માંગો છો. એ કેમ ભૂલી જાઓ છો કે તમે અહીં અમારા અતિથિ બનીને આવ્યા અને અત્યારે પણ તે સ્થિતિમાં જ છો.”

“તો તમો આ બ્રાહ્મણ અતિથિને તમારું આ રહેઠાણ દાન કરી દો.” વૈદ્યજી પણ હસ્યા. “તમારો સંગી સેવક લઈ નગરનો રસ્તો પકડો.”

“તમે યોગ્ય યજમાન નથી શોધ્યો.” ડૉક્ટરે તે વિનોદી સ્વરમાં જવાબ આપ્યો. “મારામાં એટલી શ્રદ્ધા નથી.”

“ત્યારે મારે યમરાજને યજમાન બનાવવા પડશે.” વૈદ્યજી ગંભીર થઈ ગયા, પરંતુ કોઈની પણ નજરમાં પાછા ફરવાની ચર્ચા અહીં જ પૂરી થઈ ગઈ.”

બેત્રણ દિવસ આમ જ વીતી ગયા. સ્થિતિ દિવસે દિવસે ગંભીર બનતી ગઈ. “વૈદ્યજી હું નિરાશ બનતો જાઉં છું.” છેલ્લે એક અડધી રાત વીતી ગયા પછી ડૉક્ટર પોતાની પથારીમાં સૂઈ ગયા, તેમણે પાસેની પથારીમાં સૂતેલા વૈદ્યજીને કહ્યું- “આપણે ન તો રોગીઓને બચાવી શકીએ છીએ અને ન તેમનું કષ્ટ ઓછું કરી શકીએ છીએ. ઉલટાનું આપણે આપણા આશ્રિતોના જીવ પણ સંકટમાં નાંખી રાખ્યા છે. તે જવાનું ઈચ્છે તો, આગ્રહ કરેને પણ ચાલ્યા જાય તો સવારે જ મોકલી દો” વૈદ્યજી ડૉક્ટર સાહેબની શિબિરમાં, તેમના જ પડાવમાં રહેતા હતા તે તો કહેવાની જરૂર જ નથી. તેઓ કહી રહ્યા હતા. “હું તમારી રસોઈ પણ બનાવી દઈશ અને બધું નહીં તો થોડુંક પણ કંપાઉન્ડરનું કામ પણ કરી આપીશ.”

“પરંતુ આનો લાભ ?” ડૉક્ટર ખિન્ન (ગુસ્સે) થઈ બોલ્યા. “લાભ ?” વૈદ્યજી ઝટકા સાથે પોતાની પથારીમાંથી બેઠા થઈ ગયા- “તમો આમાંથી કોઈ લાભ નથી જોતા ? નગરમાં પાછા જતા રહેવાની ઈચ્છા થઈ રહી છે શું ? “હું એકલો ક્યાં જઈ રહ્યો

છું” ડૉક્ટર વધારે ગુસ્સે થઈ ગયા. “તમને સાથે જ લઈ જવા માંગુ છું.”

“જો અવધેશ” આ વખતે વૈદ્યજી મિત્રતાના સ્તરે આવી ગયા- “હું શરૂઆતથી જ આગ્રહ કરી રહ્યો છું કે તમે નગર જતા રહો. તમારા સેવકોને અને આ શિબિરને પણ લઈ જાઓ. મારે આમાંનું કશું જ જોઈતું નથી. હું સવારે જ જમીનદારની ખાલી છાવણીની બેઠકમાં રહેકાણ બનાવી દઈશ.”

“તમો કરશો શું?” ડૉક્ટર પણ બેઠા થઈ ગયા. “દવા બનાવીશ, રોગી જોઈશ, તેમને દવા આપીશ, આશ્વાસન આપીશ.” વૈદ્યજીના સ્વરમાં સહેજ પણ વિનોદ નહોતો-“અને કોઈ મડદુ ઉઠાવનાર નહીં હોય તો એટલી શક્તિ આ શરીરમાં ભગવાને પેદા કરી આપી છે કે એકલો તેને ખભા ઉપર ઉઠાવી ગંગાજીમાં વિસર્જિત કરી આવીશ.”

“આથી શો લાભ?” ડૉક્ટરે ફરીથી પૂછ્યું- “મારી દવાઓનો સામાન, તમારી ઔષધિઓ પણ પ્રભાવ ન દેખાડી શકી એ તો તમો જોઈ જ રહ્યા છો.”

“ઔષધિઓ પસંદ કરવામાં અમે આળસ નથી રાખતા.” વૈદ્યજી અત્યંત ગંભીર બની ગયા. “અમારી જેટલી કાબેલિયત છે, જેટલું જ્ઞાન છે તેનો કોઈ પણ ભાગ અમે છુપાવ્યો નથી અને અમો આ કરી શકીએ છીએ. ઔષધિ લાભ આપે જ, એ તો મારી શક્તિની બહાર છે ન તમારી બુદ્ધિની અંદર, તેમાં ગુસ્સે થવાની શી વાત છે?”

“નિષ્ફળ ઉદ્યોગ અને તે પણ જોખમ ઉઠાવીને.” ડૉક્ટરે વૈદ્યજીને સમજાવટના સ્વરે કહ્યું.

“ઉદ્યોગ કર્તવ્ય છે, એટલા માટે તે કરવામાં આવે છે. વૈદ્યજી આ વખતે થોડાક જોશમાં આવી ગયા. તમારી ચિકિત્સા પદ્ધતિની વાત તમો જાણો, પરંતુ આયુર્વેદ તો આસ્તિક શાસ્ત્ર છે. પ્રારબ્ધ (પુરુષાર્થ) અને ઈશ્વરીય વિધાનમાં આયુર્વેદને સંપૂર્ણ વિશ્વાસ છે. અમે વિશ્વાસ કરીએ છીએ કે જેને જેટલું કષ્ટ પુરુષાર્થ મુજબ મળ્યું છે મળીને જ રહેશે.

નિશ્ચિત મોતને કોઈ ટાળી નથી શકતું.”

“તો પણ તમી ચિકિત્સા કરો છો.” ડૉક્ટરે વ્યંગ કર્યો. “તે તો કરું જ છું” અને અહીંની ચિકિત્સા ન છોડવા માટે વૈદ્યજીના સ્વર સ્થિર-દૃઢ હતા- “પરિણામ આપણા વશમાં નથી છતાં તેનો પ્રભાવ આપણા કર્મ ઉપર કેમ પડવા દેવો.”

“આ પ્રયત્નનું પ્રયોજન?”

“કર્તવ્ય પાલન” વૈદ્યજી કહી રહ્યા હતા-ગીતાએ પણ કહ્યું છે.

“કર્મણ્યેવાધિકારસ્તે મા ફલેષુ કદાચન” આપણા પ્રયત્નથી રોગીને આશ્વાસન મળે છે. આપણામાં દયા, મૈત્રી, કરુણા સેવાનો ભાવ ઉમટે છે. પ્રમાદને આશરો નથી મળતો, સેવાનો સાત્વિક આનંદ, રોગીને આશ્વાસન તેમજ કર્તવ્યપાલનનો પુણ્યશાળી આત્મ પ્રસાદ, આથી મહાન બીજો કોઈ પુરસ્કાર તમને સુઝે છે.

“તમો મારા ગુરુ છો.” ડૉક્ટર સાહેબ ઉઠીને ભાભવિભોર બનીને વૈદ્યજીના ચરણ પકડી લે છે. ‘સ્વસ્તિસ્તુ’ વૈદ્યજી હસ્યા. “બ્રાહ્મણના ચરણને વદન કરવાનું તમને આવડ્યું ખરું.”

‘તમે ચિકિત્સકનું સાચું કર્તવ્ય સમજાવ્યું.’ ડૉક્ટર મજાક ગ્રહણ કરવાની સ્થિતિમા આ સમયે નહોતો. ચિકિત્સકનું જ નહીં મનુષ્ય માત્રનું બ્રાહ્મણને છોડીને માનવ કર્તવ્યનો નિર્દેશ કરનાર કોઈ છે જ નહીં. વૈદ્યજી આ ચર્ચાને પૂરી કરવા ઈચ્છતા હતા. -“કોઈ પણ કર્તવ્યનું ક્ષણ કર્તાના હાથમાં નથી. તે તો છે ભાગ્ય વિધાતાના હાથમાં. કર્મમાં વિશ્વાસ રાખવાવાળા આ વૈદ્ય ઈશાનચંદ્રએ પોતાના બાકીના જીવનમાં “નૈષ્કાર્ય સિદ્ધિ” નામના ગ્રંથની ભાવપૂર્વક વ્યાખ્યા કરી અને લોક કલ્યાણમાં સન્યાસ લઈને સ્વામી કરુણાનંદના નામે જગતમા પ્રખ્યાત થયા.



સૌથી મોટો શત્રુ “અસંયમ” છે.

ભગવાને સૃષ્ટિના અન્ય જીવજંતુઓ, પશુપક્ષીઓની માફક મનુષ્યના શરીરને પણ એવું બનાવ્યું છે કે તે પણ આજીવન સ્વસ્થ રહી શકે. જે પ્રાણીઓ દુર્ભાગ્યે મનુષ્યના સંપર્કમાં આવી ગયા છે અથવા કોઈ બંધનોમાં બંધાઈ ગયા છે તેમણે મનુષ્ય જેવો અપ્રાકૃતિક આહાર વિહાર કરવો પડે છે તેઓ તો ક્યારેક ક્યારેક બીમાર પડે છે. જંગલોમાં સ્વેચ્છાએ ફરનારા અને ઈચ્છાનુસાર આહાર વિહાર કરનારા પ્રાણીઓ કદી પણ બીમાર પડતા નથી કે કમોતે મરતા નથી. બીમારીઓ પ્રકૃતિની ભેટ નથી. તે તો મનુષ્યના અપ્રાકૃતિક, અસ્વાભાવિક, બનાવટી, વિલાસી અને ઉદ્ધત આચરણના પરિણામે પ્રાપ્ત થયેલી સજાઓ છે. જો આપણે આપણી સ્વાદૃષ્ટિ કાબૂમાં રાખીએ અને ઔચિત્ય, વ્યવસ્થા, નિયમિતતા, સંયમશીલતાનું ધ્યાન રાખીએ તો બીમાર પડવાનું કોઈ કારણ રહેતું નથી. અપ્રાકૃતિક વિલાસપૂર્ણ જીવનની ટેવ પાડીને મનુષ્ય પોતાના પગ ઉપર કુહાડી મારે છે. પોતાની જાતે પોતાનો સત્યાનાશ કર્યો છે. પેઢી દર પેઢી આ અવ્યવસ્થામાં જોડાયેલા રહેવાથી બીમારી અને અશક્તિ એક પિતાની ભેટ સ્વરૂપે તેમના લમણે લાગી છે. આમ છતાં પણ જો આપણે ઈચ્છીએ અને થોડો આપણા સ્વભાવને બદલીએ તો ત્રણ ચતુર્થાંશ બીમારીઓથી આપણે અનાયાસે છૂટી શકીએ.

આપણા જીવનનો સૌથી મોટો દુશ્મન અસંયમ છે. તેનાથી આપણને જે નુકસાન થાય છે તેટલું નુકસાન સો દુશ્મનો મળીને પણ નથી કરી શકતા. ઈંદ્રિયો અને મનની શક્તિને આપણે સર્જનાત્મક કાર્યોમાં જોડવાને બદલે જ્યારે આપણે તેનો અપવ્યય અયોગ્ય દિશામાં કરીએ છીએ ત્યારે તે શક્તિ ફક્ત વ્યર્થ ચાલી જાય છે. આ ઉપરાંત તેના અભાવથી ઉત્પન્ન થનાર દુર્ભળતા તેમજ દુરુપયોગથી ઉત્પન્ન થનારી દુર્ભળતાથી ઉત્પન્ન થનારી હાનિકારક પ્રતિક્રિયાથી દુઃખદ પરિણામો જ સામે આવે છે. જીભની સ્વાદૃષ્ટિ જુઓ તો મિઠાઈ કે મર્યા-મસાલા માટે લાળ ટપકાવે છે. મનુષ્યનું સ્વાભાવિક ભોજન તે છે કે જે અગ્નિના ઉપયોગ વગર, ઓછામાં ઓછા અગ્નિના ઉપયોગથી અથવા ઓછામાં ઓછી ગરબડ

કરીને પ્રાકૃતિક રૂપમાં પ્રાપ્ત થાય છે. આ દૃષ્ટિએ ફળ, શાકભાજી, દૂધ, દહીં, છાશ, મેવા વગેરેને ઉત્તમ આહાર માનવામાં આવે છે. અન્નનો ઉપયોગ ઓછામાં ઓછી તોડ ફોડ કરીને થવો જોઈએ. ખીચડી, દલિયા, ભાત, દાળ, ફણગાવેલું અનાજ, થૂલાવાળી રોટલી વગેરેનો ઉપયોગ, ભૂખથી ઓછી માત્રામાં સારી રીતે ચાવીને ખાવાની ટેવ પાડવામાં ન આવે તો તેને સરળતાથી પચી શકે છે અને તે સારું લોહી તેમજ માંસ બનાવીને શરીરનું પોષણ કરી શકે છે. પરંતુ આપણી સ્વાદૃષ્ટિની આદત ગુણને નહીં પરંતુ સ્વાદને જ મહત્વ આપે છે. જે વસ્તુ જેટલી વધુ પીસવામાં આવે, ભુંજવામાં આવે તથા તળવામાં આવે તેમ તે વધુ સ્વાદિષ્ટ લાગશે. આ સ્વાદને વશ થઈને આપણે આવી હાનિકારક વસ્તુઓને વધુ માત્રામાં પેટમાં ભરીએ છીએ. પરિણામે આપણી પાચનક્રિયા બગાડીએ છીએ. પાચનક્રિયા બગડવાથી વિવિધ પ્રકારના રોગોનું આક્રમણ થવું સ્વાભાવિક છે.

હકીમ લુકમાનનું આ વાક્ય અક્ષરશઃ સત્ય છે કે, “લોકો પોતાના દાંતોથી પોતાની કબર ખોદે છે.” જીભના અસંયમને લીધે આપણે લગભગ આપણી અડધી જિંદગી ખોઈ બેસીએ છીએ અને એકચતુર્થાંશ જિંદગી બીમારીઓની મુશ્કેલીઓ વેઠતાં વેઠતાં હકીમ-ડૉક્ટરોની સામે કરગરતા તેમનાં ખિસ્સાં ગરમ કરીને વિતાવીએ છીએ. આ નુકસાન કંઈ ઓછું નુકસાન નથી. પરંતુ પોતાની બુદ્ધિમત્તા ઉપર ગર્વ કરનારો મૂર્ખ માનવી જીભનો ચળવળાટ મટાડવા માટે ખુશ થઈને આટલું નુકસાન સહન કરે છે.

જીભ જ નહીં પરંતુ અન્ય ઈંદ્રિયોઓનો અસંયમ પણ નાનામાં નાના સ્વરૂપે આવો જ ઘાતકી છે. બ્રહ્મચર્યની મર્યાદાઓ વટાવી નાખનારાઓ તેના કારણે આજે ગુપ્ત રોગોથી પીડાય છે. પુરુષોમાં સ્વપ્નદોષ, પ્રમેહ, નપુંસકતા, શીઘ્રપતન, બહુમૂત્ર વગેરે અને સ્ત્રીઓમાં પ્રદર, સોમ, ગર્ભાશયમાં સોજો, ગાંઠ, માસિક વખતે કમરનો દુઃખાવો, અધિક રક્તસ્ત્રાવ, સંતાન ન થવું, સંતાન થઈને મરી જવું, પ્રસવ સમયે ભયંકર વેદના વગેરે અનેક પ્રકારના રોગો ધર કરી જાય છે. જે છોકરા છોકરીઓ લગ્ન પહેલાં ખૂબ જ સ્વસ્થ અને સુંદર હતા તેઓ બે ચાર વર્ષમાં પોતાનો

સત્યાનાશ આ અસંયમની મૂર્ખતાને કારણે કરી લે છે. અસંયમ મીઠું ઝેર છે. એ મીઠી છરીની માફક બહારથી પ્રિય લાગે છે, પ્રસન્નતાવર્ધક દેખાય છે. ક્ષણિક સુખની અનુભૂતિ કરાવે છે, પરંતુ પરિણામમાં ઝેર જેવું ભયંકર સાબિત થાય છે. માનસિક એશારામ પણ એવો જ ઘાતક છે. સ્વાદવૃત્તિ અને કામાંધતાની જેમ તેનો પણ ભયંકર પ્રભાવ છે. શોષીન તબિયતવાળા લોકો સમય આવે એવી તપાસ કરતા રહે છે કે તેમને યોગ્ય સમયે મનોરંજનનાં સાધનો મળતાં રહે. તીતરબાજી, કબૂતરબાજી, મૂર્ગાઓને લડાવવા, નશો, જુગાર, ચોપાટ, શેતરંજ, શિકાર કરવો, સિનેમા, નાટક, સરકસ, નાય રંગ વગેરેના કેટલાય પ્રકારના શોખ લોકો પોતાનો સમય પસાર કરવા માટે તથા મનને આનંદ આપવા માટે રાખે છે. પરંતુ આના લીધે તેમના સમયની બરબાદી થાય છે અને તેઓ આદતોની ટેવવાળા બનવાની ખરાબીમાં સપડાઈ જાય છે. તેના કારણે તેમનું જીવન નકામું બની જાય છે. આવા લોકો જીવનમાં મહત્ત્વપૂર્ણ કામ કરવાનું તો ઠીક, પરંતુ પોતાની આજીવિકા પણ સારી રીતે નિભાવી શકતા નથી. આ શોખોમાં તેમનું ખર્ચ વધે છે. તેમની પાસેથી મિલકત સમાપ્ત થઈ ગયા બાદ તેમને દેવું કરવાની, ચોરી કરવાની, બેઈમાનદારી કરવાની ફરજ પડે છે.

પોતાની વાસનાઓ ઉપર કાબૂ રાખવો તેને કુમાર્ગ પર ન જવા દેવી એ મનુષ્યના શૌર્ય, પરાક્રમ તેમજ પુરુષાર્થનું મુખ્ય ચિહ્ન છે. એક બીજાની મારપીટ કરનારા લડાયક આક્રમણકારીઓને મોટે ભાગે શૂરવીર કહેવાય છે. આ પરિભાષા તદ્દન ખોટી છે. જો આવી જ વાત સાચી હોય તો કસાઈ અને માછીમારો સૌથી મોટા શૂરવીરો માની શકાય. આત્મરક્ષણ માટે શસ્ત્ર ઉઠાવવું એક અલગ વાત છે. ઉદ્ધતો માટે નિયંત્રણ લાદવા દંડ નીતિ અપનાવવી પણ યોગ્ય છે, પરંતુ સામાન્ય રીતે લડાયક પ્રકૃતિની પ્રશંસા ધર્મશાસ્ત્રોમાં ક્યાંય નથી, ત્યાં તો અહિંસાનું જ પ્રતિપાદન છે. યુદ્ધમાં સતત સંલગ્ન રહેલા ભગવાન કૃષ્ણે અર્જુનના બહાને જન સમુદાયને ઉપદેશ આપ્યો છે કે મન: ક્ષેત્રમાં ધાંધલ મચાવનાર આ અસંયમ અસુરની વિરુદ્ધ લડતા રહેવું જોઈએ. અસુરનો ઉપદ્રવ જ્યાં સુધી સ્વચ્છંદ ગતિથી ચાલતો રહેશે ત્યાં સુધી જીવનનો કોઈ સદુપયોગ થશે નહિ કે ઉત્કર્ષ પણ. અસંયમના પંજામાં ફસાઈ રહેવું એ

પોતાની તમામ શક્તિઓની બરબાદી કરીને જીવનને અસફળ બનાવવા માટે ખરાબીની સામે આત્મસમર્પણ કરવા બરાબર છે.

આખસ અને પ્રમાદમાં પડ્યા રહીને આપણે આપણા કિંમતી સમયનો સત્યાનાશ કરીએ છીએ. જીવનની એક માત્ર સંપત્તિ સમય જ છે. જેણે તેનો સદુપયોગ કરી લીધો તે વિજયી બન્યો અને ઉન્નતિના શિખર પર પહોંચ્યો. જેણે બેદરકારીમાં સમય પસાર કર્યો તેના ભાગે હાથ મસળવાનું જ રહ્યું. સવારે વહેલા ઉઠવું, દરેક કામને સ્ફૂર્તિ અને આનંદથી પૂર્ણ કરવું, પોતાના કાર્યક્રમમાં ઉત્સાહી અને આશાવાદી રહેવું, સમય વિભાજિત કરીને દરેક કામ સારી રીતે કરવું, આવા દિવ્ય ગુણને સ્વીકારીને કોઈ સામાન્ય સ્થિતિમાં પડેલો માનવી પણ પ્રગતિના સાધનો મેળવીને વિજય શ્રીને પ્રાપ્ત કરી શકે છે. ભોજન સમારંભોમાં કેટલાક લોકો “અસંયમ”ને વશ થઈને ખૂબ જ ખાઈ જાય છે અને પાછળથી કષ્ટ વેઠે છે. આ જ પ્રકારે સામે ઉપસ્થિત સુખોપયોગી વસ્તુઓ ધન, એશ્વર્ય, શક્તિ, સન્મા, પ્રશંસા, પ્રતિષ્ઠા વગેરે ઉપસ્થિત હોવાથી લોકોની ધનત બગડે છે. કેટલી માત્રા તેમના માટે પર્યાપ્ત છે, કેટલાનો ઉપયોગ તેમના માટે સંભવિત છે, આ વિચારવાને બદલે તેઓ અધિકાંશ માયાની લાલચ એવા પ્રકારે કરે છે કે સ્વાદવૃત્તિનો આદમી વધુ ખાઈને મરે છે. ધનનું પોતાનું કોઈ મહત્ત્વ નથી. સોનું, ચાંદી, કે નોટો ઘણી બધી કેમ ન હોય તેનો સીધો લાભ કશો જ નથી. તેનો સદુપયોગ જીવન ઉત્કર્ષમાં જેટલો થાય છે તેટલું જ તે ધનનું મૂલ્ય છે, બાકીનું કચરાની માફક નકામું પડી રહેવાવાળી વસ્તુ બનીને રહી જાય છે, જેને છેલ્લે કોઈને કોઈ મફતના માલની માફક લૂંટી જાય છે. આ સચ્ચાઈથી અજ્ઞાની હોવાના કારણે કેટલાય વ્યક્તિઓ લાલચથી પ્રેરાઈને વધારે ને વધારે ધન એકઠું કરવામાં લાગેલા રહે છે. કામ વાસના, મનોરંજન વગેરેના વધારેને વધારે પ્રસંગો મેળવવા માટે પણ આ લોકો હવસખોર થઈ જાય છે.

આ ચીજો એક મર્યાદિત માત્રામાં જ આનંદદાયક હોઈ શકે છે. તેમાં લોભ બધી રીતે નુકસાનકારક જ સિદ્ધ થાય છે. એટલા માટે ભૌતિક વિકાસ માટે કોઈ પણ વ્યક્તિએ અથવા રાષ્ટ્રે વધારે મહત્ત્વાકાંક્ષી ન બનવું જોઈએ. પોતાની વાસનાઓ અને તૃષ્ણાઓ ઉપર માણસે સંયમ રાખવો જોઈએ.

પોષક આહાર સસ્તો અને સર્વત્ર સુલભ્ય પણ

આપણા દેશમાં ખાદ્ય પદાર્થોની એટલી બધી વિવિધતા છે કે અન્યત્ર કદાચ તે પ્રાપ્ય પણ ન હોય. પરંતુ માહિતીના અભાવે આપણે એ પદાર્થોમાંથી પર્યાપ્ત અને ઈચ્છિત પોષણ પ્રાપ્ત કરી શકતા નથી. માનવ સમુદાય જાણકારીના અભાવે તલને શેકીને અથવા ઉકાળીને, સુકવીને સ્વાદના નામે મરચુ-મસાલો ભરીને અખાદ્ય અને પોષણરહિત બનાવી નાખે છે. આવા તિરસ્કૃત અને બિનપોષક ખોરાકને ખાઈને સંતોષ ભલે માણવામાં આવતો હોય, પરંતુ શરીર માટે આવશ્યક પોષક તત્ત્વો તેમાંથી પ્રાપ્ત થઈ શકતાં નથી. તેથી આટલી સામાન્ય જાણકારી તો પ્રત્યેક માણસને હોવી જોઈએ કે અધિકતમ પોષણ મેળવવા માટે ક્યા ક્યા ઉપાયો અજમાવવા જોઈએ.

આહાર શાસ્ત્રીઓના મતે ઉત્તમ પોષણની દૃષ્ટિએ રેસાદાર ખાદ્ય પદાર્થોને મહત્ત્વ આપવું જોઈએ. પાચન તેમજ અવશોષણની દૃષ્ટિએ એ હલકા પડે છે. શોષણની દૃષ્ટિએ રેસાઓમાં જ સર્વે જરૂરી તત્ત્વો મળી રહે છે. ખાતી વખતે આ રેષાઓ સ્પંજની માફક આંતરડાઓમાં જાય છે અને ત્યાં તાત્કાલિક પચી જાય છે. તેથી પેટ હલકું જ રહે છે. આના કારણે જ અન્ય પોષક તત્ત્વો પણ તાત્કાલિક પચી જઈને અન્ય શારીરિક અંગોને તેમજ અવયવોને મળતા રહે છે. આ રેષાઓને કારણે જ ન પચેલો પદાર્થ સામાન્ય રૂપથી સરળતાથી નીકળી જાય છે. આ પ્રમાણે આંતરડાની બીમારીઓ જેવી કે અપચો; અલ્સર, કેન્સર, કબજિયાત વગેરે થતી નથી. રેષાઓ વગરના ખાદ્ય પદાર્થો શરીરમાં ધીમી ગતિએ ચલન પામે છે. તેનાથી શરીરમાં બિનજરૂરી કચરો જમા થાય છે અને આગળ જઈને અનેક પ્રકારની બીમારીઓ અને વ્યાધિઓમાં પરિણમે છે. રેષાઓવાળા ખાદ્ય પદાર્થ વજન અને સ્થૂળતા પર નિયંત્રણ રાખે છે.

ભારત જેવા દેશમાં જ્યાં પચાસ ટકા જનતા કુપોષણનો શિકાર છે જેના માટે ઘઉં, મકાઈ, બાજરી, જુવાર જેવા જાડા અનાજનો પુરવઠો મળવો પણ મુશ્કેલ છે. આવી સ્થિતિમાં ખાદ્ય સમસ્યાને ઉકેલવાનો એક જ ઉપાય છે કે લીલી અને ઋતુઋતુની શાકભાજી પર આધાર રાખવામાં આવે. તેમના પ્રકાંડ અથવા પાંદડાં બિનજરૂરી ફેંકી ન દેવા જોઈએ. જે શાકભાજીની છાલ કઠણ હોય તેને જ ઉતારી નાખવી જોઈએ. અન્યથા છાલ સાથે શાકભાજી તૈયાર કરવી જોઈએ. શાકભાજીઓને કાપ્યા પહેલાં ઘોઈ નાખવી જોઈએ. અન્યથા કાપીને ઘોવાથી જરૂરી પોષક તત્ત્વો પણ પાણીની સાથે ઘોવાઈને બહાર નીકળી જાય છે. શાકભાજીને અથવા ખાદ્ય પદાર્થોને રાંધવાના સમયે પાણીનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ. જો ઉકાળતી વખતે પાણી બચેલું હોય તો તેને દાળ અથવા રસદાર શાકભાજી બનાવવા માટે વાપરી લેવું જોઈએ. તેથી ઉકાળતી વખતે નીકળેલા પોષક તત્ત્વો બહાર ફેંકાતા બચી જાય છે. મહદઅંશે મૂળા, કોબીજ, ડુંગળી વગેરેના પાન ફેંકી દેવામાં આવે છે. જો તેને નકામા ન સમજીને થોડું ઊંડાણથી વિચારવામાં આવે તો તે ઘણા કામમાં ઉપયોગી થશે. તેથી ફક્ત તેમને જ ફેંકી દેવાં જોઈએ કે જે સડેલ, પાકી ગયેલા અને કઠણ બની ગયેલા હોય.

ઉતાવળને લીધે કેટલીક ગૃહિણીઓ ખાવાનો સોડા ઉપયોગમાં લે છે. તે ખાદ્ય પદાર્થોના જીવન તત્ત્વોનો નાશ કરે છે. જ્યાં સુધી શક્ય હોય ત્યાં સુધી તેના ઉપયોગથી બચવું જોઈએ. શાકભાજી ચોક્કસ તાપમાને, પરંતુ ધીમી જ્યોતથી પકવવાથી તેમના પોષક તત્ત્વોનો નાશ થતો નથી. અધિક પ્રબળ જ્યોત ઉપર લાંબા સમય સુધી પકવવાથી પણ જીવન તત્ત્વોનો નાશ થાય છે અને સુપાચ્યને બદલે ભારે તથા અપાચ્ય બની જાય છે. સારું તો એ છે કે ભોજન તૈયાર થયા પછી તરત જ જમી લેવું.

જોઈએ. ખૂબ સમય સુધી વિલંબ કરવાથી, વારે ઘડિયે શાકભાજીને અથવા દાળ, ભાત, રોટલીને ગરમ કરવાથી નુકસાનકર્તા બને છે આ જ પ્રમાણે શાકભાજી અને ફળોને સૂકા અને ઠંડા સ્થાનોમાં રાખવા જોઈએ, ગરમ અને ગંદકીવાળા સ્થળોએ રાખવા ન જોઈએ.

કેટલીક શાકભાજીમાં વિટામીન એટલા હલકા પ્રકારનાં હોય છે કે ખુલ્લા વાસણમાં રાંધવાથી અને નહિ ઢાંકવાથી તે વરાળ સાથે ઉડી જાય છે. એટલા માટે રાંધતી વખતે વાસણને ઢાંકીને રાખવું જોઈએ. તેના માટે પ્રેસર કુકર સર્વોત્તમ સાધન છે. આ પ્રકારે કઢાઈમાં તળવાથી કે શેકવાથી પણ જીવન સત્ત્વોની નાશ થાય છે. રોટલી બનાવવાની પ્રચલિત રીત પણ ખૂબ જ ખર્ચાળ છે. અધિક આગ લાગતી હોવા છતાં પણ તેના ઉપર હલકી અને પાતળી રોટલી બનાવવામાં આવે છે તો તેનું ઉપરનું પડ બળી જાય છે. તેથી જો વચલાવણની જાડી રોટલી બનાવવામાં આવે તો તેના જીવન બચવા પામે છે અને ખાવામાં સ્વાદિષ્ટ લાગે છે. લોટ બાંધતી વખતે જો લીલી પત્તીવાળાં શાકભાજી, પાલક, ચોળા વગેરેનાં પાંદડાં સલાડની માફક કાપીને મિલાવી દેવામાં આવે તો સ્વાદિષ્ટ લાગશે અને પૌષ્ટિકતા પણ વધશે.

અનાજ દળ્યા પછી કચરો દૂર કરવા માટે તેને ચાળવું પડે તો કોઈ ચિંતા નહીં પરંતુ ફક્ત ભૂસું ચાળીને ફેંકી દેવાની દૈષ્ટિએ લોટ ચાળવામાં આવે તો એનું તાત્પર્ય એ છે કે ઉપયોગી સત્ત્વને ફેંકી દેવું. તેનાથી ખાવાવાળું અનાજ ભારે જ નહીં પરંતુ સત્ત્વહીન બની જાય છે. હમણાં સામાન્ય રીતે મશીન ઉપર આટો પીસવાનું ચાલે છે અથવા મિલોનો આટો કામમાં લેવાય છે, પરંતુ આહાર વિશેષજ્ઞો એવું માને છે કે તેનાથી અન્નની પૌષ્ટિકતા ઘટી જાય છે. આમ તો ઘરોમાં ઘંટી ચલાવવાનું મહિલાઓ માટે સ્વાસ્થ્યપ્રદ પણ છે અને ઉપયોગી પણ છે. જો પોતાના ઘરોમાં ઘંટી ચલાવવાનું પુનઃ શરૂ થાય તો સ્વાસ્થ્યનું સંકટ ઉકલી જવામાં વાર ન લાગે. સારું એ છે કે સપ્તાહમાં કોઈ

વાર દલિયા (ફાડા ઘઉંની ખીચડી) ખાવાના દિવસો પણ નિર્ધારિત કરવામાં આવે. એનાથી ભૂસું ફેંકી દેવાનો અને અન્નના કણો બળી જવાના પ્રસંગમાંથી બચી જવાશે.

જો પોલિશ વગરના અથવા હાથે છડેલા ચોખાનો ઉપયોગ કરવામાં આવે અને રાંધતી વખતે ઓસામણનું પાણી કાઢી નાખવામાં ન આવે તો તે અધિક ફાયદાકારક છે કારણ કે ઓસામણમાં પોષક તત્ત્વો વિશેષ માત્રામાં હોય છે. જો કાઢી જ નાખવું પડે તો ઓસામણને દાળ કે લોટમાં મિલાવીને ખાવાના ઉપયોગમાં લેવું જોઈએ. શાકભાજી, ફળો વગેરેમાં પ્રાકૃતિક રીતે જ મીઠાની માત્રા હોય છે. તે ઉપયોગી અને ગુણકારક હોય છે. ઉપરથી અપ્રાકૃતિક મીઠું નાખવાથી તે જીવન તત્ત્વોનો નાશ કરે છે અને નુકસાનકર્તા પણ છે. જો વાપરવું જ પડે તેમ હોય તો મીઠાના સ્થાને સેંધાલુણ વાપરવું જોઈએ. આ જ પ્રકારે સફેદ ખાંડને બદલે ગોળ વાપરવો જોઈએ. આ જ પ્રકારે સફેદ ખાંડને બદલે ગોળ વાપરવો જોઈએ. ગોળમાં કેલ્શિયમનો પાચક અંશ હોવાથી નુકસાની વેઠવી નથી પડતી. સફેદ ખાંડથી હાડકાં નરમ પડવાનો ભય રહેલો છે.

અધિકતમ પોષણ પ્રાપ્ત કરવા માટે ખાદ્યની પસંદગી ઉપરાંત રાંધવાની વિદ્યા તો જાણવી જ જોઈએ. ખાવાના નિયમોની પણ ટૂંકી જાણકારી જરૂરી છે. કારણ કે સ્વાસ્થ્યના લોભને કારણે લોકો ખૂબ જ ખાઈ લે છે. પરંતુ અડધું પેટ ભરીને ભોજન કરવું જોઈએ, ચોથા ભાગનું પાણી અને વધેલું ચોથા ભાગનું પેટ હવા માટે ખાલી રાખવું જોઈએ. આ પ્રમાણે ખાવામાં આવશે તો તેનો પૂરો લાભ મળશે. વધુ પડતું ખાવાથી પેટમાં પાચકરસોના અભાવે અનેક ઉપદ્રવો સર્જાય છે. આ પ્રમાણે ખાતી વખતે થાળીમાં વાનગીઓની સંખ્યા વધુ હોવી જોઈએ નહીં. એક શાકભાજી, દાળ, દહીં, છાસ, રોટલી, ભાત હોય તો તેનાથી પેટ ભરાઈ જાય છે અને યોગ્ય પોષણ મળી શકે છે. આ ઉપાય અપનાવીને સ્વસ્થ અને દીધાર્યુવાળું જીવન જીવી શકાય છે.

અંતઃકરણ જ વાર્તાવિક ભાગ્ય વિદ્યા છે

આધુનિક ટેકનિકલ યુગમાં વ્યક્તિના માનસિક અને બૌદ્ધિક સ્તરનો વિકાસ તો થયો છે, પરંતુ અંતઃકરણ ગઈ ગુજરી સ્થિતિમાં પડી રહેવાને કારણે અને અનેક પ્રકારની સમસ્યાઓને કારણે અસહાય-અપંગની માફક બેચેન જોવામાં આવે છે. માનવીના અંતરાલમાં શક્તિઓનો વિપુલ ભંડાર ભરેલો પડ્યો છે, પરંતુ માનસિક દુર્બળતાઓને લીધે તે આત્માનુભવ તથા અતિ માનવી ક્ષમતાઓનો વિકાસ કરી શક્યો નથી, પરિણામે તૃપ્તિ, તુષ્ટિ અને શાંતિથી વંચિત રહી જવા પામ્યો છે. આત્મોત્કર્ષની પ્રાપ્તિ તેમજ આત્મિક ક્ષુધાની નિવૃત્તિ માટે ઋષિ મુનીઓએ વિવિધ પ્રકારના વિધિ યોગ, સાધનાઓ તથા તપશ્ચર્યાની શોધ કરેલ છે અને સાબિત કર્યું છે કે અંતઃકરણની સંવેદનાને જાગૃત કરીને આગળ પ્રગતિશીલ બનાવવામાં આવે કારણ કે વ્યક્તિના સર્વાંગી વિકાસના મૂળ અંતઃકરણના ઊંડાણમાં જ ઉપલબ્ધ છે. નરમાંથી નારાયણ બનવાનું ઉત્પત્તિસ્થાન આ જ છે. રીદ્ધિસિદ્ધિઓના ભંડાર આ તિજોરીમાં બંધ છે. તેનેજ વિકસિત કરવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ.

આમ તો વ્યક્તિત્વના વિકાસમાં કેટલાય તથ્યોનો સમાવેશ થયેલો છે. એમાંનો એક શરીરમાં સંજીવની શક્તિનું પ્રગટીકરણ છે; જેનાથી શરીર હુષ્ટપુષ્ટ, સુડોળ, નિરોગી અને સુંદર આકર્ષક બની રહે. આશા અને ઉમંગ મનમાં ભરેલી સ્થિતિમાં રહે. ઉત્સાહ અને આદત પણ વ્યક્તિની આકૃતિ-પ્રકૃતિમાં ઉચ્ચસ્તરીય આકર્ષણનો વિકાસ કરે છે. ચહેરો મનની સ્થિતિનું પ્રતિબિંબ છે. નિર્મળ, ભલા ભોળા, સજ્જન અને ચારિત્ર્યવાન વ્યક્તિ પોતાની વિશેષતા અનાયાસે પ્રગટ કરે છે. કુદરતે એવી કંઈક વ્યવસ્થા પણ કરી છે કે વ્યક્તિના ભાવ, શિષ્ટતા તેમજ કાર્યપદ્ધતિને જોઈને તે કેટલા પાણીમાં છે તેની અનુભૂતિ થઈ જાય છે. પોતાને પ્રતિભાવાન બનાવવા માટે શરીર અને મનને એવી રીતે ઢાળવું

જોઈએ કે જેથી તે સૌંદર્ય, શોભા, શિક્ષણ, કુશળતા વગેરેના અભાવમાં પણ પોતાની વિશિષ્ટતાનો પરિચય આપી શકે. આમાં આદર્શવાદી અવલંબનોને ગ્રહણ કરવાથી અધિક પ્રતિભાને વિકસાવવાની ભૂમિકા ઊભી થાય છે.

શાલીનતા વ્યક્તિત્વને વજનદાર બનાવવાની બીજી શરત છે. આ જ સત્પ્રવૃત્તિ સજ્જનતા, શિષ્ટતા, સત્યતા, સુસંસ્કારિતા વગેરે નામોથી ઓળખાય છે. આ ગુણ કર્મ અને સ્વભાવમાં એટલી ઉગ્રાઈ સુધી જામેલો હોય છે કે કોઈની પાસે થોડી વાર બેસવાથી, તેને સાંભળવાથી સમજવાથી અને તેની નજીક રહેવાથી, તેના સ્વભાવ પર થોડી દૃષ્ટિ નાખવાથી સમજ પડે છે કે તેનું બાળપણ કેવી રીતે વીત્યું હશે અને હાલ તેનામાં ઉદ્ભવેલા ગુણો કેવી રીતે પ્રાપ્ત થયેલા છે.

વ્યક્તિત્વ વિકાસની સૌથી મહત્વપૂર્ણ વસ્તુ પોતાનું અંતઃકરણ છે. તેના મહત્વને પાશ્ચાત્ય ઋષિઓએ પણ સ્વીકારેલ છે. પ્રખ્યાત મનોવૈજ્ઞાનિક જુંગે અંતઃકરણની ઊર્જા. “લિબિડો”ના મહત્વને સમજવા-સમજાવવાનો ખૂબ જ પ્રયત્ન કર્યો છે. તેઓ કહે છે કે “આ તથ્ય બુદ્ધિશાળી લોકોના મગજમાં કેમ ઉતરતું નથી કે તેઓ મગજના ચમત્કારોની સરખામણીમાં કેટલીક વિભૂતિઓ અંતઃકરણને વિકસિત અને ક્રિયાન્વિત કરીને વિશેષ પ્રાપ્ત કરી શકે છે. જો અંતઃકરણને ઉચ્ચસ્તરીય બનાવવામાં આવે તો કોઈ ચીજની ખામી રહેતી નથી અને પોતાના કે પારકાનો ભેદ રહેતો નથી.

અંતઃકરણના વ્યાપક વિકાસમાં કયા કયા સાધનોની જરૂર પડશે અને કયા કયા સાધનો લાવવા પડશે એ વિચારતી વખતે એ બાબતનું વિશેષ ધ્યાન રાખવું પડશે કે આત્મિક ક્ષેત્રની સૌથી મોટી તરસ ધનિષ્ટતા-આત્મીયતાની હોય છે. તેને વ્યવહારમાં સદ્ભાવ સંપન્ન મૈત્રી કહે છે. પ્રાચીન ભાષામાં તેને અમૃત કહે છે. અંતર્ગત પ્રેમને

ઈશ્વરભક્તિ અને બહિર્ગત પ્રેમને ઉદાર સેવા સાધના કહેવામાં આવે છે. બહિર્ગત પ્રેમ પારિવારિક અને સામાજિક જીવનમાં ઉદ્ભવે છે અને વિકસે છે. ઈશ્વરભક્તિ અર્થાત્ અંતઃકરણના વિકાસ માટે આધ્યાત્મિક સાધના અને ઉપચારોની મદદ લેવામાં આવે છે.

મહર્ષિ અરવિંદ કહે છે કે સામાન્ય મનુષ્યનું વ્યક્તિત્વ અનેક પ્રકારની જંજાળોથી ભરેલા તમાશા જેવું હોય છે. તેમાં કુસંસ્કારો, હલકટ આશાઓ અને ભ્રમવાળા ઉદ્દેવેગો હોય છે. એવા લોકો એકાગ્ર બની શકતા નથી. આવા લોકો વસ્તુઓની માંગણી, પરિસ્થિતિઓની ફરિયાદ અને મિત્રો-સાથીઓ ઉપર આક્ષેપો કરતા કરતા દિવસો વિતાવે છે. એમને એ સૂઝતું પણ નથી કે અંતરાલમાં વિકૃતિ ભરાઈ જવાથી અનેક પ્રકારની વિટંબણાઓ ઉત્પન્ન થાય છે. આ વિષમ સ્થિતિમાંથી છૂટવું કઠીન છે. ઈયળની માફક પોતે પોતાના બનાવેલાં જાળાઓને સમેટી લે તો મુક્તિનો આનંદ પ્રત્યેક પળે વ્યક્તિ માટે સરળ બની જાય.

મનોવૈજ્ઞાનિકો પણ હવે એ નિષ્કર્ષ ઉપર આવ્યા છે કે વ્યક્તિત્વની પ્રગતિ-અધોગતિનું કેન્દ્રબિંદુ મનુષ્યના અંતઃકરણનું સ્તર છે. મનસ્થિતિના આ સૌથી ઉગ્ર અંતિમ સાધનને “સુપરચેતન” કહે છે. “સુપર” એટલા માટે કે તેની મૂળ પ્રવૃત્તિ શ્રેષ્ઠતાથી ભરપૂર છે. જો તેને વાસ્તવિક સ્વરૂપમાં રહેવા દેવામાં આવે અને અનિશ્ચિતતાઓથી ઘેરવામાં ન આવે તો અનાયાસે જ પ્રગતિની પ્રેરણા એમાંથી મળશે જેને આદર્શવાદી કે ઉચ્ચસ્તરીય જ જોઈ શકાય. વેદાંત દર્શનમાં ‘અયમાત્મા બ્રહ્મ’, ‘પ્રજ્ઞાનંબ્રહ્મ’, ‘ચિદાનન્દોહમ્’, ‘શિવોહમ્’, ‘તત્ત્વમસિ’, વગેરે સૂત્રોમાં જે સત્તાને પરમતત્ત્વ પરમાત્મા માનેલા છે તે પરિષ્કૃત અંતઃકરણ જ છે. તેને વિજ્ઞાનની ભાષામાં “સુપરચેતન” કહે છે.

અંતઃકરણની આ ઉડી ચેતનાના વિકાસ માટે ભક્તિયોગનો આશ્રય લેવો પડે છે. કર્મયોગથી શરીર, જ્ઞાનયોગથી મગજ અને ભક્તિયોગથી અંતઃકરણની

સાધના કરી શકાય છે. અંતઃકરણને બ્રહ્મા, મનસ્થિતિને વિષ્ણુ અને કાયાકલેવરને રૂદ્રની ઉપમા આપવામાં આવી છે. આ ત્રણે વ્યક્તિગત ત્રિદેવ છે જેના વરદાન-અભિશાપ પર પ્રગતિ-પતનની સંપૂર્ણ સંભાવના આધારિત છે.

આધ્યાત્મિકો અંતઃકરણને ક્યારેક વધુ મહત્ત્વ આપે છે અને મનસ્થિતિથી તેને વધુ ઉચ્ચસ્તરીય માને છે. કાર્યકુશળતાથી લોક વ્યવહાર બને છે. બુદ્ધિ વૈભવથી ઉપર્યુક્ત નિર્ણય થાય છે, પરંતુ અંતઃકરણ તો સંપૂર્ણ વ્યક્તિત્વનો અધિષ્ઠાતા છે. તેની પરિષ્કૃત સ્થિતિ જ સામાન્ય માનવીને મહામાનવ, અતિમાનવ, ઋષિ, દેવાત્મા, દેવદૂતની કક્ષા સુધી પહોંચાડવામાં સમર્થ બને છે. પોતાની જ અદર રહેલા આ દેવલોકનું મહત્ત્વ ઋષિમુનીઓ સદાથી બતાવતા આવ્યા છે અને તેની દયા પ્રાપ્ત કરીને જીવનના લાભ લેનારા વિભિન્ન પ્રતિપાદનો દ્વારા સમજાવતા રહે છે. સિદ્ધાંત અને પ્રયોગ બંને આ પ્રયોજનો માટે તેમણે સજ્ઞ્યા અને કસોટી કરીને પ્રચલિત કર્યાં છે.

વૈજ્ઞાનિક પ્રગતિના આ યુગમાં હવે ભૌતિકવાદી, સમાજશાસ્ત્ર, તત્ત્વવિજ્ઞાની નીતિશાસ્ત્રી, મનોવિજ્ઞાની, બધા એ સામાન્ય તારણ પર પહોંચ્યા છે કે પતન અને પરાભવથી છૂટવા અને શ્રેષ્ઠતા પ્રાપ્ત કરવા માટે ‘સુપરચેતન’ની અર્થાત્ અંતઃકરણની ઉચ્ચ સ્તરની પડળો શોધવી જોઈએ. પરામનોવિજ્ઞાન, મેટાફિઝિક્સ વગેરે માધ્યમો દ્વારા અગાઉના દિવસોમાં મનઃસંસ્થાનના અચેતન પડળોનું મહત્ત્વ વખણાઈ રહ્યું છે અને તેને જગાડવા-વિકસાવવા માટે વિવિધ પ્રકારના પ્રયોગોની ચર્ચા થતી રહી છે. દૂરદર્શન, દૂરશ્રવણ, વિચાર સંચાલન, પ્રાણપ્રત્યાવર્તન, ભવિષ્યજ્ઞાન જેવી કેટલીય અતીન્દ્રિય ક્ષમતાઓ આ સંદર્ભમાં શોધાઈ અને પરખાઈ ગઈ છે. આ દિશામાં પ્રયાસ ચાલુ રાખતા હોવા છતાંય પ્રખર સ્તરના મનીષી આ વાત પર ભાર નાખી રહ્યા છે કે અચેતન કરતા પણ અસખ્ય ગણી ઉચ્ચસ્તરીય સંભાવનાઓ યુક્ત

‘સુપરચેતન’ને નવા સ્વરૂપે સમજી-શોધીને તેના વિકાસનો અભિનવ પ્રયાસ કરવામાં આવે. તેઓ માનવા લાગ્યા છે કે અંતઃક્ષેત્રની સિદ્ધિઓ વ્યક્તિ અને સમાજમાં ઉચ્ચસ્તરીય પરંપરાઓનો સમાવેશ અને નવાયુગનું નવું સૂત્રપાત કરી શકવામાં સમર્થ બની શકે છે.

‘સાઈકોલોજી ઓફ ઈન્ટ્યુશન’ નામની પોતાની રચનામાં પ્રખ્યાત મનોવિજ્ઞાની એમિલી મારકાલ્ટે અંતઃકરણની ચર્ચા કરતા કહ્યું છે, “આ શરીર વ્યક્તિત્વની ચેતનાનું અતિસૂક્ષ્મ અર્થાત્ ઉચ્ચસ્તરીય ભાગ છે. જ્ઞાનેન્દ્રિયો અને તર્કબુદ્ધિ દ્વારા જે તારણો કાઢવામાં આવે છે તેનાથી પણ કંઈક વધુ મહત્વપૂર્ણ સમાધાન ઉચ્ચચેતન મનની સહાયથી મળી શકે છે. આ તંત્રને જગાડી દેવાથી એક એવા દેવતાનો સાથ મળે છે જે ઉપયોગી સલાહ અને મહત્વપૂર્ણ સહાય કરે છે. આ તે ક્ષેત્ર છે જ્યાંથી આદર્શવાદી પ્રેરણાઓ અને ઉત્સાહ વિકસે છે અને માનવને મહામાનવ બનાવવામાં મદદ કરે છે.

સુપ્રસિદ્ધ મનીષી માર્ટિન ટ્રિનબીએ લખ્યું છે વિચાર બુદ્ધિનો ઉપયોગ કેટલો કેમ ન હોય, પરંતુ તે અપૂરતી જ રહેશે. ચેતનાની પૂર્ણતાનું કેન્દ્ર મગજ નથી અંતઃકરણ છે. હજુ સુધી પ્રકૃતિને શોધી, મેળવી અને તેનું મંથન થયું છે, પરંતુ હવે પરમાત્માની શોધ અને તેને પ્રાપ્ત કરવાનો વારો છે. આવો સંપર્ક સાધવા માટેનું એક માત્ર સ્થાન માનવીનું અંતઃકરણ છે. તે કેન્દ્ર જ સહાય કરી શકે છે. હેનરી ગાલ્ડરે પોતાના ગ્રંથ “એવોલ્યુશન એન્ડ મેન્સ પ્લેસ ઈન નેચર”માં આ કેન્દ્રની વિશાળતાને વિશેષ ઊંડું બનાવવા પર ભાર મૂક્યો છે. તેમનું કહેવું છે કે વસ્તુઓનો લાભ જેમણે લેવાનો છે, તેમની અંતઃચેતના જો કનિષ્ઠતા પરાયણ રહે તો સપત્તિનો દુરુપયોગ જ થશે. સંપત્તિ ગમે તેટલી કેમ ન વધે, પરંતુ એ ધ્યાન રાખવું કે તેના ઉપભોક્તાનું ગૌરવ જ સાધનોના સત્પરિણામ રજૂ કરી શકે છે.

જે રીતે પરમાણુનું ઉર્જા કેન્દ્ર ‘ન્યુક્લિયસ’ને

માનવામાં આવે છે, કીક તે જ રીતે મનુષ્યની સ્થિતિ અને સંભાવનાઓનું કેન્દ્રબિંદુ તેના અંતઃકરણને સમજી જઈ શકાય છે. અહીંથી જ મનઃ સંસ્થાનને સૂચના મળે છે અને તે સારા-સેવકની જેમ તેવું જ વિચારવાનું શરુ કરે છે જેથી મહેચ્છાઓ પરિપૂર્ણ થઈ શકે. મનની વિચારવાની દિશાધારા સંપૂર્ણ રીતે અંતઃકરણના સંકેતો ઉપર આધારિત છે. તે તર્ક, તથ્ય, પ્રમાણ, ઉદાહરણ એવા જ સ્તરના શોધે છે અને કમબદ્ધ કરે છે જેથી પોતાના અધિષ્ઠાતા અંતઃકરણની ઈચ્છા પૂરી થઈ શકે. તેના માટે તે ચિંતનતંત્રને જ નિયોજત કરતુ નથી, પરંતુ શરીરવાહનને પણ તે જ પ્રયોજનના માટે નિયોજીત કરે છે. મન અંતઃકરણનો આદેશ માને છે અને મનના ઈશારા પર ચાલનારુ શરીર સ્વામીભક્ત સેવકની ભૂમિકા નિભાવવા લાગે છે. તેમા તેને સારું-ખરાબ વિચારવાની કે કોઈ પ્રકારની આનાકાની કરવાની પણ ઈચ્છા હોતી નથી. ટૂંકમા, અંતરાલને જ મનઃસંસ્થાન અને કાયાકલેવરનો સૂત્રધાર કહી શકાય છે. જે કરવામાં અને વિચારવામાં આવે છે તે સમગ્ર ક્રિયાતંત્રના અધિષ્ઠાતા અંતઃકરણને જ કહેવામાં-માનવામાં આવે તો તેમાં સહેજ પણ અત્યુક્તિ નથી.

મનોવિજ્ઞાનની ભાષામાં અંતઃકરણને જ ‘સુપરચેતન’ કહેવાયું છે. અધ્યાત્મશાસ્ત્રમાં આ જ અંતરાલને જીવાત્માનું નિવાસસ્થાન કહેવામાં આવ્યું છે. મનુષ્યની વ્યક્તિગત સમસ્યાઓને ઉકેલવા અને તેના પર કૃપા કરનારા-વરદાન આપનારા જે ઈશ્વર છે અને જે પ્રત્યેક વ્યક્તિની સાથે રહે છે તે આ જ અંતઃકરણમાં વસે છે. તેની અનુકૂળતા-વરદાન પ્રાપ્ત કરવા માટે પ્રાર્થના, મંત્ર જપ, અનુષ્ઠાનથી લઈને તપ તેમજ યોગ સાધનાઓનું સર્જન થયું છે. અંતઃકરણ જ મનુષ્યનો ભાગ્ય વિધાતા છે. આ ક્ષેત્રને ઉચ્ચસ્તરીય ભાવ સંવેદનાઓ, આસ્થાઓ, મહેચ્છાઓથી પરિપૂર્ણ કરવાથી જ વ્યક્તિ અને સમાજને વર્તમાનથી બચાવી અને ઉજ્જવળ ભવિષ્યની નજીક પહોંચાડી શકાય છે.

પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવની અમૃતવાણી આધ્યાત્મિક કાયાકલ્પ કેવી રીતે થઈ શકે ?

શાંતિકુંજમાં સતત કલ્પસાધના સત્રો ચાલતા રહે છે. તે અરસામાં પૂજ્યવર સ્વયં સાધકોને સંબોધન રૂપે કલ્પ પ્રક્રિયાની જટિલતાઓ અને તે દ્વારા સાધક પોતાનામાં કેવી રીતે પરિવર્તન લાવી શકે છે એ વિષય પરત્વે ઉદ્બોધન કરતા હતા. આ વિષય પરના બે પ્રવચનોની પહેલી કડી અત્રે પ્રસ્તુત છે. ૧૯૮૩-૮૪ના એ પ્રવચનોને જેઓએ સાંભળીને હૃદયંગમ્ કર્યા છે તેઓને જીવનની એક નવી દિશા મળી છે, માત્ર સ્વાસ્થ્ય ન સુધારતા ચિંતન પરિષ્કૃત કર્યું છે અને આત્મિક પ્રગતિના પથ પર આગેકૂચ કરી છે. વાંચો - અમૃતવાણી)

ગાયત્રી મંત્ર સાથોસાથ-

ૐ ભૂર્ભુવઃ સ્વઃ તત્સવિતુર્વરેણ્યં ભર્ગો દેવસ્ય ધીમહિ ધિયો યો નઃ પ્રચોદયાત.

આપ સૌ અત્રે કલ્પસાધના માટે શાંતિકુંજ આવ્યા છો. કલ્પ છેવટે શું છે તે વિશે તમોને અનુભૂતિ કરવા બોલાવ્યા છે. કલ્પનો-અર્થ થાય છે પરિવર્તન. તમોને બદલવા અમારું મન ઈચ્છે છે. જો તમો હાલ દુઃખી જીવન જીવતા હોવ તો સુખી જીવન જીવો. તમો બીમારીમાં જીવતા હોવ તો સ્વસ્થ જીવન જીવો. જો તમે ઉલ્કાનોમાં પડેલું જીવન વિતાવવા હોવ તો હવે હસતું-હસાવતું જીવન જીવો. જો ઘૂણાસ્પદ, કમજોર અને કિપેક્ષિત જીવન જીવતા હોવ તો હવે એવું શાનદાર જીવન જીવો કે જેને જોઈને તમારું જીવન હર્ષ્યુ-ભર્ષ્યુ બની જાય અને જો કોઈ બહારથી તેને જુએ તો તેના આનંદની કોઈ સીમા ન રહે. આવું જ તમારા જીવનનું કાયાકલ્પ થઈ જાય તેવું અમો ઈચ્છીએ છીએ, તમોએ અમારા વિચારો વાંચ્યા હશે અને તેનાથી પ્રભાવિત થઈને અહીં આવ્યા છો. ચાલો, હવે વિચારીએ કે તે કેવી રીતે સંભવ થશે ? તેના માટે શું કરવું પડશે ? આ બધા પ્રશ્નો વિશે ગંભીરતાથી અમો અને તમો સાથે વિચાર કરીએ.

સામાન્ય રીતે કલ્પસાધનાની બાબતમાં એ ભ્રમ ફેલાયેલો છે કે વૃદ્ધમાંથી યુવાન બની જવું, પરંતુ આ એક ભ્રમણા છે. વૃદ્ધમાંથી યુવાન બનવું સંભવ નથી કારણકે આ પ્રકૃતિના નિયમોની વિરુદ્ધ છે. પ્રકૃતિના નિયમોને કોઈ બદલી શકે નહીં. સૂર્ય પૂર્વમાં ઉગે છે અને પશ્ચિમમાં આથમે છે. એવું બની શકે નહીં કે સૂર્ય પશ્ચિમમાં ઉગે અને પૂર્વમાં આથમે. ભગવાને પ્રકૃતિના નિયમોને એવા બનાવ્યા છે કે તેઓ પોતપોતાના સ્થાન યથાવત્ રહેશે અને જ્યારથી તે નિયમો બન્યા છે ત્યારથી અને જ્યાં સુધી સૃષ્ટિ રહેશે ત્યાં સુધી તેમના તેમ રહેશે. એટલા માટે વૃદ્ધ માનવીનું યુવાન બનવું અસંભવ છે. પુરાણોમાં કથાઓ તો છે, પરંતુ તે ક્યાં સુધી ઠીક છે તે સમજાતું નથી. તમે વ્યવન ઋષિની વાત સાંભળી હશે જે વૃદ્ધમાંથી યુવાન બન્યા હતા. તમોએ રાજા યયાતિની વાર્તા પણ સાંભળી હશે. પુત્રની યુવાની લઈને તેઓ વૃદ્ધમાંથી યુવાન બની ગયા હતા. લોકોએ પ્રયત્નો તો કર્યા છે, યુરોપમાં પણ વૃદ્ધોને યુવાન બનાવવાના ઘણા પ્રયત્નો થયા છે, પરંતુ સફળતા મળી નથી. સ્ટાલિન રશિયાના પ્રમુખ હતા. તેમનામાં વાંદરાની ગ્રંથિઓ કાપીને લગાડીને એ પ્રયત્ન કરવામાં આવ્યો કે તેઓ ફરીથી યુવાન બની જાય, પરંતુ એવું થઈ શક્યું નહીં. પ્રકૃતિની સામે લડાઈ લડવી અસંભવ છે. કોઈએ પણ એવી આશા ન કરવી જોઈએ આપણું વૃદ્ધ શરીર યુવાન બની જાય. પરંતુ હાં, એ આશા તમો અને અમોમાંથી હરકોઈ વ્યક્તિ કરી શકે છે કે કમજોરી અને બીમારી જે આપણે સ્વયં બોલાવી રાખી છે તેનો ઈન્કાર કરી દઈએ અને કહી દઈએ કે અમે તમને અમારા ત્યાં રહેવા દઈશું નહીં, કૃપા કરીને તમે ચાલી જાઓ. તેને આપણે ભગાડી શકીએ છીએ, કારણકે તે પ્રાકૃતિક નથી.

જીવધારીઓ જન્મે છે અને મરે પણ છે. પરંતુ

કોઈ બીમાર કે કમજોર રહેતું નથી. જ્યારે કમજોરી આવે છે ત્યારે મોતના મુખમા લઈ જાય છે. ભલા માણસ, કોઈ કમજોરની જીવનું પસંદ કરશે અને એવી જીવન કોણ પસંદ કરશે જે બીમારીઓથી ઘેરાયેલી હોય. કમજોરી અને બીમારીઓથી ઘેરાયેલા હોવું-એ પ્રકૃતિની વિરુદ્ધ છે. તેને તમો અને અમો હટાવી શકીએ છીએ. શરીરની બાબતમાં આટલું જ સંભવ છે અને તેથી આગળ કશું બની શકે નહીં. શરીરના કાયાકલ્પની બાબતમાં જો તમો મતલબ રાખતા હોવ અને તે જ ખ્યાલ લઈને તમો આવ્યા હોવ, તો કૃપા કરીને આ વાત નોંધી લેશો કે શરીરની બાબતમાં જે તમારી ઉંમર છે તે તો આગળ વધશે જ પાછળ પડશે નહીં. યુવાનને તો બાળક કેવી રીતે બનાવી શકાય. બાળકને જન્મ્યા પછી માતાના પેટમાં કેવી રીતે પાછો મોકલી શકાય ? આ સંભવ નથી. તમારી ઉંમર તો અવશ્ય વધશે અને તમારા શરીર પર ઉંમરનો જે પ્રભાવ પડશે તે તો પડવો જ જોઈએ. પરંતુ તમારું સ્તર બદલાઈ જશે. આકૃતિ તો યથાવત્ રહેશે પરંતુ પ્રકૃતિ બદલાઈ જશે. પ્રકૃતિને બદલવી સંભવ છે. જો તમારી પ્રકૃતિ બદલાઈ જશે તો પરિસ્થિતિઓ પણ બદલાઈ જશે. આપણે બધા જાણીએ છીએ કે મન:સ્થિતિનું નામ જ પરિસ્થિતિ છે. જો વ્યક્તિ મન:સ્થિતિ બદલી નાંખે તો પરિસ્થિતિને બદલવામાં કોઈ શંકા રહેશે નહીં. બસ, આ જ 'કાયાકલ્પ' છે. આને જ અમો કરાવવા ઈચ્છીએ છીએ.

આપની અંદરનું તત્ત્વ જો બદલાઈ જાય તો તમારી બહારનું જરૂર બદલાઈ જશે. મન:સ્થિતિમાં જો ફેરફાર કરી લઈએ તો તે મુજબ પરિસ્થિતિઓ સ્વંય પોતે બદલાઈ જશે. એટલા માટે કલ્પસાધનાનો તમારે જે અર્થ કરવાનો છે તે એવો કરવાનો છે કે અહીં જે તમારી પાસે કરાવવાનું છે કે તમોએ જે કરવું જોઈએ અથવા અમે જે કરવા માટે દબાણ કરીશું તો ફક્ત એક વાત પર દબાણ કરીશું કે તમારું અંદરનું તત્ત્વ બદલાય. તેનો અર્થ થાય છે મન, બુદ્ધિ અને ચિત્ત જેનો અર્થ થાય છે જીવાત્મા જીવાત્માનો અર્થ છે તમારો દૈષ્ટિકોણ, ચિત્તન અને ચરિત્ર

બદલાઈ જાય જો તમો તેને બદલી નાંખો તો વિશ્વાસ રાખશો કે તમારું જીવન જે ભૂતકાળમા હતું તેવું ભવિષ્ય રહેશે નહીં. તમોએ ઈતિહાસ વાચ્યો હશે અને તમોને તે ભક્તોના નામ પણ યાદ હશે જે શરૂઆતમાં સામાન્ય સ્થિતિમાં જીવતા હતા, પરંતુ જ્યારે તેમણે પોતાનું મન:સ્તર અને દૈષ્ટિકોણ બદલી દીધો ત્યારે કેટલું આશ્ચર્ય થયું, તેઓની જીવન કેટલી શાનદાર બની. જો તેમણે અંદરના તત્ત્વ અર્થાત્ દૈષ્ટિકોણને ન બદલ્યો હોત તો બહારની પરિસ્થિતિઓ બિલકુલ મામૂલી વ્યક્તિના જેવી રહી હોત.

આ સંદર્ભમાં હું તમારી સામે કેટલીક વ્યક્તિઓના નામ આપવા માંગુ છું કે પરિવર્તન કેવી રીતે થાય છે ? શકરાચાર્યને તમે તો જાણો છો ને, શકરાચાર્ય એક સાધારણ ઘરના છોકરા હતા. તેમની માતા એ આશા રાખતી હતી કે ભણાવ્યા પછી છોકરાનું લગ્ન કરી દઈશું. તેમના બાળકો થશે, નાતમાં જમણવાર કરીશું, પરંતુ શંકરે પોતાનો દૈષ્ટિકોણ બદલી નાખ્યો અને માતાને ના પાડી દીધી. તેમણે પોતાના ભાવી લક્ષ્ય અને ભાવી જીવનનું એક સ્વરૂપ નિર્ધારિત કરી લીધું. આ સ્વરૂપ તેમનું સ્વંયનું બનાવેલું હતું. આ દૈષ્ટિકોણ તેમણે સ્વંય બનાવ્યો હતો. કાર્યપદ્ધતિ તેમણે સ્વંય બનાવી. ત્યાર પછી બીજા લોકોએ પણ મદદ કરી. શરૂઆત તો તેમણે જ કરી. પછી શંકરાચાર્ય શું બન્યા ? તેઓ શંકર ભગવાનના અવતાર મનાય છે. જો આદિ શંકરાચાર્ય પોતાનો દૈષ્ટિકોણ બદલ્યો ન હોત તો તેમની માતાની ઈચ્છા મુજબનું થાત. તેઓ એક સાધારણ પંડિત-પુરોહિત બનત, જન્મ-પત્રિકાઓ બનાવતા રહેત, પૂજાપાઠ કરાવતા રહેત, બાળકો પેદા કરત, અને એવાને એવા જ રહેત. પરંતુ જ્યારે તેમણે દૈષ્ટિકોણ બદલી લીધો ત્યારે આદિ શકરાચાર્ય બની ગયા.

પ્રત્યેક વ્યક્તિ પોતાની ઈચ્છા મુજબ સ્વંયનું ઘડતર કરવાનો અધિકારી છે. ભગવાને દરેક વ્યક્તિને એવી લાયકાત આપી છે કે તે ઈચ્છે તો સ્વંયને બદલી દે. વિવેકાનંદની વાત તો તમા જાણો

જ છો. તેઓ એક સાધારણ વિદ્યાર્થી હતા. ખાસ પ્રતિભાશાળીઓમાં તેમની ગણતરી થતી ન હતી. ઘરની પરિસ્થિતિઓ પણ એવી હતી. પિતાજીના મૃત્યુ પછી ઘરની જવાબદારી પણ તેમના પર આવી હતી. પરંતુ આ બધું હોવા છતાંય એવો નિર્ણય કર્યો કે પોતાની વિચારવાની રીત, પોતાનો દૈષ્ટિકોણ અને પોતાનું જીવન લક્ષ્ય તથા ઉદ્દેશ બદલી દેશે. આમ તેમણે કર્યું પણ ખરું. જ્યારે આ વાતનો નિર્ણય કરી લીધો ત્યારે રામકૃષ્ણ પરમહંસની માથે તેમનો સપર્ક થઈ ગયો. તો શુ રામકૃષ્ણ પરમહંસે તેમને સહાય કરી ? ના, એવું કહેશો નહીં, રામકૃષ્ણ પરમહંસના માટે સહાય કરવું શક્ય બન્યું હોત તો હજારો વ્યક્તિઓ તેમની પાસે આવતા હોત અને તેમની પાસે દીક્ષા ગ્રહણ કરતા, હજારો વ્યક્તિઓ તેમના શિષ્યો કહેવાતા પરંતુ એક પણ બન્યો નહીં. ફક્ત એક વ્યક્તિ બન્યા-વિવેકાનંદ. તો શુ રામકૃષ્ણની કૃપા એક પર જ હતી ? ના, વાસ્તવિકતા એવી નથી. તેમની બધા લોકો પર કૃપા વરસતી હતી, પરંતુ તેઓએ પોતાને બદલ્યા નહીં, જ્યારે વિવેકાનંદે પોતાને સ્વંયને અદરથી બદલી લીધા. બદલાયેલા વ્યક્તિની કોણ મદદ કરતું નથી ? તમે જે દિશામાં આગળ વધવા ઈચ્છો છો, તેમાં સહાય કરનારા લોકોની ધુનિયામાં કંઈ શું ખોટ છે ? વિવેકાનંદને સહાય મળી.

બીજા કોની સહાય થઈ ? સદનનું નામ તો તમે સાંભળ્યું છે, તે કેવા વ્યક્તિ હતા ? તે કસાઈનો ધંધો કરતા હતા અને પશુવધ કરતા, પવિત્ર શાલિગ્રામ પથ્થરના બદલે માંસ તોલીને વેચતા હતા, પરંતુ વેચાણ ઈમાનદારીથી કરતા, પ્રત્યેક વ્યક્તિની નજરમાં તેની કિંમત બે કોડિની જ હતી. જ્યારે તેણે સ્વંયને બદલી લીધા ત્યારે ભગવાનના ભક્તોમાં કસાઈ સદન પ્રતિભાવંત બની ગયા. મન: સ્થિતિ બદલ્યા પછી પરિસ્થિતિઓ કેમ ન બદલાય ? લોકો પહેલા જેને નફરત કરતા હતા તેને પ્રણામ કરવા લાગ્યા. માથું નમાવવા લાગ્યા અને ન જાણે શું ને શું કરવા લાગ્યા. તમે વાલ્મિકીનું નામ તો સાંભળ્યું

છે ને, પહેલા તેમની જિંદગી કેવી હતી ? પહેલા તેઓ હલકી અને દુષ્ટ જિંદગી જીવતા હતા. લોકો તેમનાથી ડરતા હતા. પ્રત્યેક વ્યક્તિ તેને ધિક્કારતી હતી. પરંતુ જ્યારે તેમણે સ્વંયને બદલી લીધા ત્યારે તે સંત વાલ્મિકી બની ગયા. ઋષિ વાલ્મિકી થઈ ગયા. તેમનું જીવન એટલું શાનદાર બની ગયું કે ભગવાન રામે પોતાની ધર્મપત્ની સીતાનું રક્ષણ તેમને સોંપ્યું, સીતાના વાલીપણા માટે અન્ય કોઈ સંત જોવા ન મળ્યા. સીતાજીની સુસંતતિના જન્મ માટે વાલ્મિકી સિવાય અન્ય કોઈ સત જોવા ન મળ્યા. તેમના આશ્રમમાં ભગવાન રામે પોતાની પત્ની અને બાળકોને સહર્ષ રહેવા દીધા કે જેથી તેમનું પાલન-પોષણ, સંસ્કાર અને શિક્ષણની યોગ્ય વ્યવસ્થા થાય. તે જ વાલ્મિકી જેમનું પૂર્વ જીવન લૂંટારાનું હતું, તેનો કાયાકલ્પ થઈ ગયો. તેઓ સંત, ઋષિ, દેવપુરુષ બની ગયા, તેવો જ કાયાકલ્પ કરવા માટે તમો બધા અહીં આવ્યા છો. અંદરનાને બદલી નાંખો પછી જુઓ પરિસ્થિતિઓ બદલાય છે કે નહીં.

અમે તમારી સમક્ષ વાલ્મિકીનું ઉદાહરણ રજૂ કર્યું. હજુ મારું મન અન્ય બીજા ઉદાહરણો રજૂ કરવા કહે છે. એક આમ્રપાલીનું નામ તો તમે સાંભળ્યું હશે. તે એક વેશ્યા હતી, જેને પ્રત્યેક વ્યક્તિ સારી રીતે જાણતી હતી. તેણે કેટલીય વ્યક્તિઓની જિંદગી બગાડી હતી. પરંતુ જ્યારે તેણે પોતાને બદલી દીધી, ત્યાર પછી આમ્રપાલી-આમ્રપાલી ન રહી-વેશ્યા ન રહી, તેણી ભગવાન બુદ્ધની બેટી બની ગઈ. એશિયાના મોટા ભાગના દેશોમાં તે ફરી. મહિલા સંગઠનની દૈષ્ટિએ તેણે ન જાણે શુ ને શું કરી નાંખ્યું. આ બધું કેવી રીતે બન્યું ? તેણે સ્વંયને બદલી દીધું અને તેનો કાયાકલ્પ થઈ ગયો. કાયાકલ્પ કેવી રીતે થશે ? એ જ હું તમોને બતાવનાર છું, પરંતુ પહેલા તમારે એ સમજી લેવું જોઈએ કે કાયાકલ્પ અંદરથી થાય છે. કાયાકલ્પનો બહારના શરીર સાથે કોઈ સંબંધ નથી આંતરિક કાયાકલ્પની વિદ્યા પ્રાચીનકાળમાં પણ હતી,

આજે પણ છે અને ભવિષ્યમાં પણ રહેશે. એટલા માટે અમે તમોને બોલાવ્યા છે.

ધ્રુવનું નામ તમે સાંભળ્યું હશે, તે બિલકુલ એક સામાન્ય સ્તરના રાજકુમાર હતા. રાજાઓના અનેક બાળકો હોય છે. એકને ખોળામાં લીધો અને એકને ખોળામાંથી ઉતારી દીધો. 'એક નાની સરખી એક પરિવારની ઘટના. તેનાથી ધ્રુવે પોતાને સ્વંયને બદલી દીધા. તેણે કહ્યું-રાજકુમાર રહેવું નથી અને જો રહેવું હશે તો ભગવાનના રાજકુમાર કેમ નહીં રહીશું. બસ, ભગવાનના રાજકુમાર બનવાનો તેણે નિર્ણય કરી લીધો. દેઠ નિશ્ચયની સહાય કરનાર શું ઓછા હોય છે ? નારદજી બાકીના બાળકો-ધ્રુવના ભાઈબહેનોની પાસે કેમ ગયા નહીં ? તેમને કેમ કહ્યું નહીં ? ના, નારદજી તેને કહી શકતા ન હતા, કારણકે જે વ્યક્તિ પોતાનો નિશ્ચય સ્વંય કરે છે તેની સહાય બીજા કરે છે. તમે તે કહેવત સાંભળી હશે, 'ઈશ્વર તેઓની સહાય કરે છે જેઓ પોતાની સહાય પોતે કરે છે.' આ વાત બિલકુલ સાં ટકા સાચી છે પ્રહ્લાદનું નામ જાણો છો ને, જો તે પોતાના દાનવ બાપના કહેવા મુજબ ચાલ્યા હોત અને પુરાણો પરંપરા પર ચાલ્યા હોત તો દાનવ સિવાય શું બની શકતા હતા ? બાપદાદા જે કામ કરત હતા, તે જ કામ પ્રહ્લાદ પણ કરતા. પરંતુ પ્રહ્લાદે પોતાને સ્વંયને બળ આપ્યું.

આ જ રીતે તમે ગુરુનાનકનું નામ પણ સાંભળ્યું હશે. ગુરુનાનકના પિતાજી સાધારણ વ્યાપારી હતા. તેઓ ઈચ્છતા હતા કે તેમનો છોકરા વેપાર કરે. વેપાર માટે એકવાર પૈસા પણ આપ્યા તો તેને તેમણે પરમ્પર્યામાં ખર્ચી દીધા પિતાના કહેવા મુજબ તેઓ ચાલ્યા નહીં. તેમની વાતો માનવા પર ઈન્કાર કરી દીધો. મિત્રોએ, પડોશીઓએ પણ કહ્યું હશે પરંતુ એક જાણનું પણ તેમણે કહ્યું માન્યું નહીં. તેમણે પોતાના ઈમાન અને ભગવાનું કહેવું માન્યું. પોતાના ઈમાન અને ભગવાનનું કહેવું માનનારા નાનક માનવીનું શુ થઈ ગયુ-જોયું છે ને તમોએ, કે

સમગ્ર દુનિયામાં કેટલી ઈજાત છે તેઓની. શીખ ધર્મમાં તેઓ ભગવાન ગણાય છે. તેઓ મહાન બની ગયા, પરંતુ જો બાપની મજા મુજબ ચાલ્યા હોત તો પુરાણા રસ્તા પર જ ગાડી ગબડતી રહી હોત અને તેઓ બિલકુલ સાધારણ જેવા વ્યક્તિ હોત અને એક વાણિયાની દુકાન ચલાવતા હોત. અનેક બ્રહ્મણકો પેદા કરીને સાધારણ વ્યક્તિનાં જેવી જિંદગી પસાર કરી રહ્યા હોત. પરંતુ એમ બન્યું નહીં. નાનકનો કાયાકલ્પ થઈ ગયો. નાનક સંત બની ગયા, ઋષિ થઈ ગયા, ભગવાન થઈ ગયા, અવતાર બની ગયા.

શિવાજીની પણ આવી વાત છે. તેમના પિતાજી મિલિટરીમાં નોકરી કરતા હતા અને તેઓ સાધારણ ઘરના બાળકની જેમ રહેતા હતા. જો તેઓ પદ્ધતિસરનું જીવન જીવ્યા હોત અને તે પદ્ધતિથી ઈન્કાર ન કર્યો હોત કે નિશ્ચય ન કર્યો હોત તો શું તમે વિચાર કરી શકો છો કે શિવાજી તેવા જ રહ્યા હોત જેમ કે આપણે તેમણે છત્રપતિ શિવાજી કહીએ છીએ. આ કેવી રીતે બન્યું ? કાયાકલ્પ થઈ ગયો. જે શિવાજી માતાના પેટમાંથી જન્મ્યા હતા, ઘર-ગૃહસ્થીનું જીવન ગુજારતા હતા, તેની તુલનામાં મહાપુરુષ શિવાજીની રૂપરેખા બિલકુલ ભિન્ન છે, આ જ રીતે ચન્દ્રગુપ્તનું નામ તમે સાંભળ્યું હશે. યાજ્ઞક્યે તેમની અદરનું સત્વ પારખ્યું અને સમજી લીધું તેમની યોગ્યતા જોઈ અને તેમની અંદર બની રહેલી મનઃસ્થિતિના પરિવર્તનને જોયુ યાજ્ઞક્યે તેને શુમાંથી શું બનાવી દીધા. ગાંધીજી પરિસ્થિતિથી શું એવા હતા ? તેમના પિતાજી એક નાની રિયાસતના દીવાન હતા. તેઓ પોતાના પુત્રને વકીલ બનાવવા ઈચ્છતા હતા. ગાંધીજી જો તેમની ઈચ્છા મુજબ ચાલ્યા હોત તો એક સાધારણ વકીલ રહ્યા હોત. સફળ કે અસફળ-એ વાત બીજી છે, પરંતુ વકીલ સિવાય કંઈ વિશેષ ન બની શકત. પરંતુ તેમણે નિશ્ચય કર્યો કે મારે કંઈ બનવું છે અને જિંદગીનો માટો ઉદ્દેશ પૂરો કરવો છે, તો પછી તેઓ મહાત્મા ગાંધી બની ગયા, અવતાર બની ગયા, બાપૂ બની

ગયા અને યુગ પ્રવર્તક બની ગયા. આખરે આ બન્યું કેવી રીતે ? શું ભગવાને કરી દીધું ? ના, તો પછી શું નસીબે કરી દીધું ? ના, પછી કોઈ વ્યક્તિએ કર્યું હશે. ના, કોઈએ પણ કર્યું નથી. તેમણે સ્વયં પોતાનો કાયાકલ્પ કરી લીધો હતો. અન્ય લોકોએ મદદ જરૂર કરી. સહાયના દ્વારગતો દુનિયામાં ખુલ્લા છે. ખરાબ લોકોને માટે સહાયના દ્વાર ખુલ્લા છે અને સારા લોકો માટે પણ ખુલ્લા છે. ગાંધીજીની બાબતમાં એમ જ બન્યું. બુદ્ધની બાબતમાં પણ આ જ વાત લાગુ પડે છે. શું બુદ્ધ ભગવાન હતા ? એક સાધારણ રાજાના પુત્ર હતા. નાની ઉંમરમાં લગ્ન થઈ ગયું હતું. પરંતુ તેમણે મહાનતાની દિશામાં જવાનો નિશ્ચય કર્યો અને મહાન કાર્ય કરવા તત્પર બન્યા ત્યારે બુદ્ધનો કાયાકલ્પ થઈ ગયો અને તેઓ ભગવાન બુદ્ધ બની ગયા.

ઉપર્યુક્ત પુરાણા ઉદાહરણો મેં એટલા માટે આપ્યા કે તમો વિચાર કરી શકો કે આપણું બદલાવવું સંભવ છે. ભલે તમારો એવો ખ્યાલ હોય કે અમે તો સાધારણ વ્યક્તિઓ છીએ. અમારી જિંદગી હલકી અને ખરાબ છે, જેને લીધે અમે બદલાઈ શકીશું નહીં. જે રાહ પર તમે ચાલી રહ્યા છો અને ઘાણીના બળદની જેમ પીસાઈ રહ્યા છો તેમાં પીલાઈ રહેશો તો એ તમારી મરજી મુજબ છે, નહીંતર સાધારણ અને હલકા વ્યક્તિ તો સહેલાઈથી બદલાઈ શકે છે. તમે હાલમાં રહો છો તેવી રીતે રહેવા ઇચ્છો તો તે મરજીની વાત છે પરંતુ જો તમારું મન ઇચ્છે કે અમારે બદલાઈ જવું જોઈએ તો તે માટે સૂરદાસનું ઉદાહરણ તમારી સામે છે. સૂરદાસ કેવા વ્યક્તિ હતા ? તમે જાણો છો ને ? બિલ્વમંગલનું નામ તમે સાંભળ્યું છે ને ? તેની જિંદગી કેવી હલકી અને કામુક હતી. પરંતુ જ્યારે કાયાકલ્પ થયો ત્યારે આંધળો હોવા છતાંય ભગવાન તેને પોતાની લાકડી પકડાવીને લઈ જતા હતા. તુલસીદાસની પણ પાછલી જિંદગી એવી હતી કે કામવાસનાથી ઘેરાઈને તેમણે મડદા પર સવારી

કરીને નદી પાર કરી હતી. સાપની પૂંછડી પકડીને છાપરા પર ચઢી ગયા અને પોતાની ધર્મપત્ની પાસે પહોંચ્યા હતા. ધર્મપત્નીએ કહ્યું હતું કે, “જેટલો પ્રેમ મને કરો છો તેટલો જ પ્રેમ જો ભગવાનને કરો તો શુંથી શું બની શકો છો.” આ વાત તેમના મનને સ્પર્શી ગઈ અને ત્યાર પછી તેમણે સ્વયંને બદલી દીધું. તુલસીદાસનું બદલાયેલું જીવન તો તમો જાણો છો ને. રામાયણના રચયિતા તુલસીદાસને તમે જાણો છો, જેમના વિશે પ્રસિદ્ધિ છે કે, તુલસીદાસ ચંદન ઘસે, તિલક કરે રઘુવીર.”

ભગવાન રામ તુલસીદાસને ચંદન લગાવતા હતા અને ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ સૂરદાસને લાકડી પકડાવીને સાથોસાથ ફેરવતા હતા. શું એવું બની શકે છે ? હા, બની શકે છે અને વિશ્વાસ કરો કે તમારી સાથે પણ બની શકે છે

વિશ્વાસ કરાવવા માટે અમે તમોને અહીં બોલાવ્યા છે. તમો ઇચ્છો તો વિશ્વાસ કરી શકો છો. આ કેવી રીતે થશે ? એમાં બે વ્યક્તિઓના સહકારની જરૂર પડે છે. તમે એકલા કરી શકશો નહીં. પરંતુ કોઈ બહારની વ્યક્તિ એકલી તમોને સહાય કરવા ઇચ્છે તો તે પણ અસંભવ છે. તમે પ્રયત્ન કરો, અમો તમારી સહાય કરીશું. દર્દીએ દવા ખાવી પડે છે અને પરેજી પણ પાળવી પડે છે. સારવાર કરનાર બીજી વ્યક્તિ હોય છે. અમે તમારી સારવાર કરી શકીએ છીએ, પરંતુ પરેજી તો તમારે જ ખાળવી પડશે. દવા તો તમારે જ ખાવી પડશે. તમે જોયું છે કે ઈડુ કેવી રીતે ફૂટે છે. મરઘીના પેટમાંથી ઈડુ નીકળે છે. મરઘીની દયા ન હોય તો ઈડુ ક્યાંથી આવે ? જન્મ લેતાં પહેલાં ઈડાની અંદર રહેનારા બચ્ચાને મહેનત કરવી પડે છે અને પોતાની તાકાતના હિસાબે ઈડાને અંદરથી તોડવું પડે છે. કોઈ બીજું તોડવા આવતું નથી. તમે જોયું હશે કે જ્યારે બચ્ચું બહાર આવે છે તો ઈડાની અંદર બેઠેલા તે બચ્ચાને મહેનત કરવી પડે છે. પોતાની તાકાત દ્વારા તે ઈડામાં ફાટ પાડે છે અને તોડીને બહાર નીકળી

પડે છે. આ મહેનત તેની સ્વયંની છે. ઈંડાને જન્મ મરઘી આપે છે, છાતીએ લગાડીને પાળે પણ છે, સેવે પણ છે.” આ બધું કામ મરઘીનું છે, પરંતુ તે ઈંડાને તો બચ્યાએ જ તોડવું પડે છે. ભ્રૂણ તો માતાએ બનાવ્યો છે. પેટમાં રહેલા ગર્ભને ખોરાક માતા આપે છે. દૂધ પણ માતા પીવડાવે છે, પરંતુ પેટમાંથી નીકળવા માટેની તાકાત અને મહેનત તો પેટમાં રહેલા બચ્યાને જ કરવી પડે છે. પેટમાં રહેલું બચ્યું ઈન્કાર કરે કે હું તો બહાર નીકળીશ નહીં, ઘક્કા-મુક્કી કરીશ નહીં, તો પછી ‘ડિલિવરી’ થઈ શકશે નહીં. બહાર આવવાની સંપૂર્ણ જવાબદારી તે બાળક ઉપર છે કે જે પેટમાં બેઠેલું છે. પ્રસવ તો માતા કરાવે છે, દર્દ પણ માતાને જ થાય છે, પરંતુ જ્યાં સુધી બાળકની તાકાત, હકૂમત કામ કરતી નથી તેના પહેલા કે પછી તેને જન્મ આપી શકતી નથી.

તમારે ઈંડાની જેમ તમારું સ્વરૂપ બદલવું પડશે, બાળકની જેમ તમારું સ્વરૂપ બદલવું પડશે, બાળકની જેમ બહાર તો નીકળવું પડશે. તમારે જે કરવાનું છે તે એ છે તમારી આસપાસ જે કાંચળી લાગેલી છે તેને તોડવાની છે. જો તે કાંચળી તમે ઉતારી દેશો તો સાપની જેમ દોડીને આગળ વધી શકશો. કાંચળી લાગેલો સાપ ક્યાં દોડી શકે છે. લોકો તેના પર પથ્થર ફેંકે છે તો પણ તે ત્યાં જ બેસી રહે છે. કાંચળી ઉતારી લે છે તો ન જાણે ક્યાંથી ક્યાં જઈ પહોંચે છે. તમે તમારા જૂના કુસંસ્કારોની કાંચળી ઉતારી નાંખો અને નવા -રસ્તા પર ચાલો. પાંજરામાંથી તમે બહાર નીકળો, પાંજરામાંથી તમારે જ બહાર નીકળવાનું છે. હાથકડીઓ અને બેડીઓ તોડવાની મહેનત તમારે જ કરવાની છે. તમે તમારી સહાય કરશો તો અમો જરૂર મદદ કરીશું. તમો વિશ્વાસ રાખજો. તમને સહાય આપવા તો અમો બોલાવીએ છીએ. અમો તમોને સહાયની ખાતરી આપીએ છીએ, પરંતુ જો તમો એ ખ્યાલ રાખતા હો કે ફક્ત અમારી સહાયથી તમારી સમસ્યાઓ દૂર થઈ જશે, તો એ વાત અસંભવ છે. તમો અને અમો

હળીમળીને કામ કરીએ. તમો અમારું કહ્યું માનો અને અમે તમોને મદદ કરીએ. આંધળા અને લંગડાની જેમ આપણે હળીમળીને નદી પાર કરી લઈએ. ત્યારે પરિસ્થિતિઓ પણ એવી બદલાઈ જશે કે મજા આવશે.

કાયાકલ્પથી અમારો મતલબ આ જ હતો કે તમોને અમે સહાય કરીશું કે તમો બદલાઈ જાઓ. જે પ્રકારની તમે જિંદગી તમે જીવી રહ્યા છો તે યોગ્ય નથી, તે વિશે તમારા પર દબાણ કરીશું. આજ સુધીનું જે સ્વરૂપ તમારું રહ્યું છે તે તમારા માટે યોગ્ય નથી. અમે તમારા પર દબાણ લાવનાર છીએ કે તમો આ સ્વરૂપને આગળ ચલાવવાથી ઈન્કાર કરી દો. તમે એક કામ કરો કે તાકાત લગાડો, પ્રયત્ન કરો, જોર કરો, સાહસ એકત્રિત કરો કે અમોએ અમારી જિંદગી બદલવી છે, પછી જુઓ અમે તમાને પૂરીપૂરી મદદ કરીશું. વિવેકાનંદને સહાય રામકૃષ્ણ પરમહંસે કરી હતી. અમે પરમહંસ તો નથી, પરંતુ તમે વિશ્વાસ રાખો કે તમારી સહાય અમે તેટલી જ કરી શકીએ છીએ અને શ્રેષ્ઠ વ્યક્તિ બનાવી શકીએ છીએ. તમે તૈયાર થઈ જાઓ. જો તમે તૈયાર છો તો તમો વિશ્વાસ રાખજો કે તમારું જીવન બદલાઈ જશે અને એવું શાનદાર જીવન બની જશે કે તમો સ્વંયને તમારા વિશે આશ્ચર્ય થશે, વધુમાં અહીંથી ગયા પછી જે કોઈ તમને જોશે તે પણ આશ્ચર્ય અનુભવશે. જો તમોને આ આમંત્રણ સ્વીકાર્ય હોય તો પછી તમે તૈયાર થઈ જાઓ, હિમત કરો, તેના માટે સંઘર્ષ કરો અને શિસ્ત પાળવા માટે તૈયાર થઈ જાઓ. પછી જુઓ, તમારું ભવિષ્ય કેવું શાનદાર બને છે. કાયાકલ્પથી અમારો ઉદ્દેશ આ જ હતો અને તમોએ પણ કાયાકલ્પનો આ ઉદ્દેશ સમજવો જોઈએ અને તમારી તૈયારી માટે ઉચિત હોય, તે કરવા માટે કમર કસીને ઊભા થઈ જાઓ.

ૐ શાંતિ :

વિશેષ ધારાવાહિક લેખમાળા-૧૭

પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવ પં. શ્રીરામ શર્મા આચાર્ય જેઓએ
આપણને સદ્ગુરુની શોધ શીખવી.

સૂર્યનો પ્રકાશ ગમે તેટલો કેમ ન હોય, પરંતુ જો આંખ કામ ન કરતી હોય તો સમજવું જોઈએ કે સર્વત્ર અંધકાર ને અંધકાર જ છે. દિવસ કે રાતમાં કદી તેનો અનુભવ થશે નહીં. આ જ વાત શિષ્યના સંદર્ભમાં પણ સાચી છે. ગુરુ ગમે તેટલા સમર્થ કેમ ન હોય, પરંતુ જો વ્યક્તિના અંતરમાં શિષ્યત્વ જણાય નહીં તો ગુરુની યોગ્યતા કામમાં આવતી નથી. ગુરુ બીજા વાવે છે, ખાતર-પાણીની વ્યવસ્થા કરે છે, પરંતુ જમીનની ફળદ્રુપતા હોવી જોઈએ. નહીંતર બીજનો ઢગલો અને ખાતર-પાણીનો ભંડાર, કસ વિનાની જમીનમાં નકામો જાય છે.

પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવ જેમને આપણે બધાએ સદ્ગુણના રૂપમાં મેળવ્યા છે, તેમના જ્ઞાન અને તપથી પ્રકાશિત અને પ્રાણવાન બન્યા છીએ. તેમની પ્રાણ-ઉર્જાથી સંપર્ક કરીને પાલન પોષણ પ્રાપ્ત થયું છે. થોડું તેઓને પૂછીએ-ભલા તેઓ પોતાને કયા રૂપમાં ઓળખતા હતા ? ઘણુંખરું બધાના મનમાં ઉદ્ભવનાર આ જિજ્ઞાસાનું સમાધાન કરતા એક પ્રવચનમાં તેઓએ કહ્યું હતું, “હું એક સમર્પિત શિષ્ય છું, ગુરુના હાથોનું યંત્ર એક કઠપૂતળી માત્ર. મારા ગુરુએ જ્યારે જે કરાવ્યું ત્યારે તે કરી દીધું, જેમ રાખ્યો તેમ રહ્યો. મારી પોતાની પણ કોઈ ઇચ્છા છે એવો કદી ખ્યાલ આવ્યો નહીં. મારા જીવનની પોલી વાંસળીમાં ગુરુનો સ્વર ગુંજતો રહ્યો.

સદ્ગુરુની પ્રાપ્તિ એક અદ્ભૂત અનુદાન (સહાય) અને એક અજસ્ર સૌભાગ્ય છે. પરંતુ તેના માટે સ્વયંને શિષ્યના રૂપમાં ઘડવું પડે. સ્વયંની ક્ષુદ્રતાને ગુરુની ગુરુતામાં વિસર્જિત કરવી પડે. એમ તો ગુરુની શોધખોળ કરવામાં ભટકનારા સેંકડો-હજારો છે. પરંતુ તેની સંખ્યા પણ ઓછી નથી કે જેઓ રામકૃષ્ણ પરમહંસની પાડોશમાં રહેતા હોવા

છતાંય પાગલ બ્રાહ્મણ કહીને તિરસ્કાર કરતા રહ્યા. મહર્ષિ દયાનંદની ખૂબ નજીક રહેતા હોવા છતાંય થોડા રૂપિયા માટે ઝેર આપનારા તથા સાધારણ વૈભવ મેળવવાની લાલચમાં ઈસુને વધસ્તંભ પર ચઢાવનારા પણ ઈતિહાસના કાળા પાનાઓમાં નોંધાયેલા છે.

તે બધાના જીવન પણ અગાઉના મહામાનવોના સપર્કમાં આવ્યા હતા. તેઓ ઇચ્છતા હતા કે સ્વયંની પાત્રતા વિકસાવે અને સ્વયંને ધન્ય બનાવી દે, પરંતુ એવું શક્ય ન થયું. શક્ય બને પણ કેવી રીતે ? સદ્ગુરુને ઓળખવા અને સ્વીકારવા માટે અલૌકિક દૃષ્ટિ જોઈએ અને એવી દૃષ્ટિ ફક્ત શિષ્યમાં હોય છે. સૂઝી ફકીર શેખ ફરીદના જીવનનો એક પ્રસંગ છે. તે અરસામાં તેઓ કિશોર વયના હતા. હરતા-ફરતા તેઓ એક વૃક્ષ પાસે જઈ પહોંચ્યા, જ્યાં એક સાધુ બેસીને ધ્યાન કરતા હતા. તેમને હલાવીને ઉઠાડ્યા અને તેમણે પૂછ્યું- કેમ બાબા ! મને પણ ભગવાન મેળવી આપશો. સાધુએ ઉત્તર આપ્યો કે બેઠા ભગવાનનો ભેટો તો ગુરુ કરાવે છે. તો બતાવો મારા ગુરુ કોણ છે ? સાધુએ ઉત્તર આપ્યો કે હું ઓળખાણ બતાવી આપું છું તું શોધી લેજે. ફરીદે કહ્યું- ઠીક છે, તો ઓળખાણ આપો, સાધુ કહેવા લાગ્યા કે તારા ગુરુ એક વૃક્ષની નીચે બેઠા હશે. તેમના પર પ્રકાશનું તેજોવલય હશે. આંખો તેજસ્વી હશે. શરીરમાંથી સુગંધ નીકળતી હશે. સાધુની વાત પૂર્ણ થતા જ શેખ ફરીદ ગુરુની શોધમાં નીકળી પડ્યા. જેમજેમ દિવસો પસાર થતા ગયા આકાંક્ષા તીવ્ર બનતી ગઈ. પ્રસંગને વીસ વર્ષ વીતી ગયા. ફરીદ હારીને પાછા વળી ગયા. પાછા વળતાં જોયું કે એક સાધુ વૃક્ષ નીચે બેઠા છે. તેમની ચારેતરફ પ્રકાશનું તેજોવલય, મીઠી સુગંધ, એમ એકે-એક

કરતાં બધા લક્ષણો મળી ગયા. ખુશીના આવેગમાં તેઓ તેમના ચરણોમાં નમીને નીચા પડ્યા. સાધુએ પ્રસન્નતાથી તેની પીઠ પર હાથ રાખ્યો અને તેણે ઉઠીને તે સાધુના ચહેરા સામે જોયું. અરે આ શું ? આ તો તે જ સાધુ છે કે જેણે ગુરુના લક્ષણો ગણાવ્યા હતા. શેખ ફરીદે પૂછ્યું, “બાબા ! વીસ વર્ષ સુધી મને કેમ ભટકાવતા રહ્યા ?” સાધુ બોલ્યા, “પહેલી વખત મારી પાસે એક કૂતુહલવાળો ઉદ્ધત છોકરો ફરીદ આવ્યો હતો. અત્યારે વીસ વર્ષની કઠોર તપસ્યામાંથી પ્રગટેલ સમર્પિત શિષ્ય ફરીદ આવ્યો છે અને બેટા ! ગુરુ ફક્ત શિષ્યને મળે છે. જેવા તમે શિષ્ય બની ગયા તેવા અમે તમોને મળી ગયા.”

ગુરુની પ્રાપ્તિ મુશ્કેલ હોવા છતાંય પરંતુ પૂજ્ય ગુરુને તેમના સમર્થ ગુરુ અચાનક જ મળી ગયા, તે પણ ઘેર બેઠા. આ વાતને સમજાવતા ગુરુદેવના શબ્દો છે, “એના માટે લાંબા સમયથી જન્મ-જન્માંતરોમાં પાત્રતા મેળવવાની ધીરજપૂર્વક તૈયારી કરવામાં આવી. ઉતાવળ કરવામાં ન આવી. વાતોમાં ફસાઈને કોઈ ગુરુને છેતરવાની ઉસ્તાદી કરવામાં આવી નહીં, પરંતુ એવી પ્રતીક્ષા કરવામાં આવી કે પોતાના જીવનના ટીપાઓને કોઈ પવિત્ર નદીમાં મેળવીને પોતાના અસ્તિત્વને તેમાં સમર્પિત કરવામાં આવે. કોઈ ભૌતિક હેતુ માટે આ સુઅવસરની રાહ જોવામાં ન આવે, પરંતુ વારંવાર એમ જ વિચારવામાં આવે કે જીવન સંપત્તિની શ્રદ્ધાંજલિ કોઈ દેવતાના ચરણોમાં સમર્પિત કરીને ધન્ય બની જવામાં આવે.”

તેમના અંતઃકરણમાંથી નીકળેલા આ ભાવ તરંગો જ હિમાલયવાસી મહાન ઋષિસત્તાને તેમના ઘર સુધી ખેંચી લાવી. તેઓ ઉમરની દૈષ્ટિએ જો કે પંદર વર્ષના હતા. પરંતુ પૂરતા લાંબા સમયથી વ્રતશીલ રહીને મનોભૂમિનું નિર્માણ કર્યું હતું. સંકલ્પ, ધીરજ અને શ્રદ્ધાનો ત્રિવિધ સુયોગ સ્વીકારવાથી મનોભૂમિ એવી બને છે કે અધ્યાત્મનું દિવ્ય અવતરણ થઈ શકે છે. આ યોગ્યતા જ શિષ્યત્વ છે. પાત્રતા વિકસાવવામાં સમય લાગે છે, ગુરુ મળવામાં

નહીં. એકલવ્યના માટીના દ્રોણાચાર્ય અસલની તુલનામાં વિશેષ સહાયક સાબિત થવા લાગ્યા હતા. કબીરને અસ્પૃશ્ય હોવાને કારણે જ્યારે રામાનંદે દીક્ષા આપવાનો ઈન્કાર કરી દીધો ત્યારે તેમણે એક યુક્તિ શોધી. રામાનંદ નિત્ય સ્નાન કરવા માટે કાશી ઘાટના જે પગથિયા પરથી જતા હતા તેના પર વહેલી સવાર થતા પહેલાં કબીર સૂઈ ગયા. રામાનંદ અંધારામાં નીકળ્યા તો તેમના પગ છોકરા (કબીર)ની છાતી પર પડ્યા સાથે જ તેની પાત્રતાની પરીક્ષા પણ થઈ ગઈ. રામાનંદે કબીરને પોતાના શિષ્ય બનાવી લીધા.

પાત્રતાની પરીક્ષા પાસ કર્યા સિવાય સદ્ગુરુનું મિલન જ થતું નથી. કોઈ સંજોગવશાત્ થઈ પણ જાય તો કુપાત્રને ખાલી હાથે પાછા ફરવું પડે છે. સ્વાભાવિક છે કે આટલો કઠોર પરિશ્રમ અને કષ્ટ સહન કરીને કરેલી કમાણી એમ જ કોઈ કુપાત્રને વિલાસ, સંગ્રહ, અહંકાર અને અપવ્યયના માટે સોંપી શકાય નહીં. આપનારામાં એટલી બુદ્ધિ પણ હોય છે કે લેનારની પ્રામાણિકતા કયા સ્તરની છે અને જે અપાઈ રહ્યું છે તેનો ઉપયોગ કયા કાર્યમાં થશે. જે લોકો આ કસોટીમાં ખોટા સાબિત થાય છે તેઓની મુરદ પૂરી થતી નથી.

આ પરીક્ષાઓ વિચિત્ર, વિલક્ષણ અને મોટાભાગે કઠોર હોય છે. ઔસપેન્સકીએ ગુરુ જિએફની બાબતમાં લખ્યું છે કે તેઓ કોઈ નવા આવનારની સાથે ઘણો કડવો વ્યવહાર કરતા હતા. જો તે વ્યક્તિ પ્રસન્નતાપૂર્વક બધુ સહન કરી લેતી તો તેમના દ્વારા કરાવવામાં આવનાર ગુપ્ત સાધનાઓનો હક પ્રાપ્ત કરતી. એકવાર તેમના કોઈ જૂના શિષ્યે તેઓને પૂછ્યું, “આપનું વ્યક્તિત્વ આટલું પ્રેમાળ છે, છતાંય તમો આટલા કઠોર કેવી રીતે થઈ જાઓ છો. ગુરુજિએફનો જવાબ હતો, કઠોર ક્યાં થઈ છે, હું તો પથ્થરોમાં હીરા શોધું છું, હીરા શોધીને તેમને પહેલ પાડું છું, પથ્થરોને ફેંકી દઉં છું. જે સમયમાં વિવેકાનંદ અને તેમનો પરિવાર એક-એક અન્નકણના માટે તડપી રહ્યા હતા તે વેળા રામકૃષ્ણ પરમહંસે તેમની સામે પોતાની સમગ્ર સિદ્ધિઓ

આપવાનો પ્રસ્તાવ મૂક્યો. એવામાં પણ વિવેકાનંદે ઉપેક્ષાના સ્વરમાં કહ્યું હતું, તેઓને ઈશ્વરીય પ્રેમ જોઈએ, તુચ્છ સિદ્ધિઓ નહીં. વિજયકૃષ્ણ ગોસ્વામીએ શિષ્ય બનવા માટે ઉત્સુક એક વ્યક્તિને કહ્યું હતું, બાર વર્ષ સુધી સતત ગોવર્ધન પર્વતની પરિક્રમા કરો, તેરમા વર્ષે મારી પાસે આવજો. એક અન્ય વ્યક્તિએ જ્યારે તેનું કારણ પૂછ્યું ત્યારે તેઓએ કહ્યું, જેનામાં બાર વર્ષની પણ ધીરજ નથી તે મારો શિષ્ય બની શકે નહીં. ગુરુદેવના પોતાના જીવનમાં આવા એક નહીં અગણિત અવસર આવ્યા જ્યારે તેઓને કઠોરથી કઠોરતમ સ્થિતિમાંથી પસાર થવું પડ્યું. આ પરીક્ષાઓની ચર્ચા કરતાં તેમણે એક જગ્યાએ લખ્યું છે, “લોકો ગુરુને પોતાની ઈચ્છા સંતોષવાનું સાધન માની બેઠા છે. તેઓને મનમરજી મુજબ ચલાવવા ઈચ્છે છે. પરંતુ સાધનાપરક જીવનમાં આ મુશ્કેલી સંભવ નથી. તેની શરૂઆત જ સદ્ગુરુમાં પોતાનો સમગ્ર ઈચ્છાઓ વિસર્જિત કરવાથી થાય છે. મારા ગુરુએ મને ધોબીની જેમ ઘસીઘસીને સ્વચ્છ કર્યાં છે, ભાડભૂંજાની જેમ તપાવ્યો છે.”

સમસ્ત જીવન દરમિયાન આ પ્રકારની પરીક્ષાઓનો ક્રમ સતત ચાલતો રહ્યો. પરંતુ તેમના જીવન દરમિયાન એક જ અવાજ પ્રગટતો રહ્યો, “ગુરુ એટલે ગુરુ, આદેશ એટલે આદેશ, શિસ્ત એટલે શિસ્ત, સમર્પણ એટલે સમર્પણ માર્ગદર્શક પર વિશ્વાસ કર્યો અને તેમને સમર્પિત થઈ ગયા પછી શુદ્ધિકરણની ક્રિયામાં તર્ક કે શંકા શા માટે કરવી?” એક બીજી જગ્યા પર તેમના શબ્દો છે, “અમે પોતાનું શરીર મન, મગજ, ધન અને અસ્તિત્વ, અહંકાર બધું જ માર્ગદર્શક સત્તાના હાથમાં સોંપી દીધું છે. અમારું શરીર જ નહીં અંતરંગ પણ ગુરુએ ખરીદી લીધું છે. પોતાની કોઈ ઈચ્છા બચી નથી. ભાવનાઓનો સમગ્ર આવેગ તે અજ્ઞાત શક્તિના નિયંત્રણમાં સોંપી દીધો.”

અસ્તિત્વનું આવું સમર્પણ મોટું ભયજનક છે. જો હું નહીં તો મારું નહીં. ત્યાર પછી દુનિયામાં જીવવાનું શું પ્રયોજન? પ્રત્યક્ષ રૂપમાં ખોટ ને ખોટ જ દેખાતાં આ વેપારની બાબતમાં પૂજ્ય ગુરુદેવના

સ્વયના અનુભવો સાંભળવા ઈચ્છો તો તેમની વાણી છે, “આ ખોટનો નહીં અસંખ્ય ગણો ફાયદાનો વેપાર છે. જેમના હાથમાં અમે અમારું શરીર અને મન વેચી દીધું, બદલામાં તેમણે તેઓએ પોતાને સ્વયને અમારા હાથમાં સોંપી દીધું. અમારી તુચ્છતા જેમના ચરણોમાં સમર્પિત થઈ તેઓએ પોતાની મહાનતા અમારા ઉપર ઉખેડીને ફેંકી દીધી.”

વાંસના ટૂકડાએ પોતાને અંદરથી પોલો કરી લીધો અને વાંસળીના રૂપમાં પ્રિયતમના હોઠોનો સ્પર્શ કર્યો તો તેમાંથી મનભાવન રાગ-રાગિણિયો નીકળવા લાગી.”

“ત્યાર પછી પોતાની ઈચ્છાનું અસ્તિત્વ જ ના રહ્યું. તેમની બધી જ ઈચ્છા જ્યારે પોતાની ઈચ્છા બની ગઈ ત્યારે તે અદ્વૈત સ્થિતિ બ્રહ્મ અને જીવના મિલનમાં થનાર બ્રહ્માંંદની અતિ સુખદ લાગવા લાગી. જેઓને સાચા મનથી કોઈ પ્રકારના વળતર સિવાય ઊંડું આત્મ સમર્પણ કરી દીધું, તેઓએ પોતાની મહાનતામાં અને ઉદારતામાં પ્રતિદાન કરવામાં ખામી રહેવા દીધી નહીં. અમારી પાસે જે પ્રત્યક્ષ દેખાવ છે તેનાથી હજારગણું અપ્રત્યક્ષ છુપાયેલું છે. આ અમારી કમાણી નથી. વિશુદ્ધ રૂપથી તે અમારી માર્ગદર્શક સત્તાની સહાય છે, જેની સાથે અમારા આત્માએ વિવાહ કરી લીધા અને પોતાનું સર્વસ્વ સોંપી દીધાના પરિણામ સ્વરૂપે તેમનો સમગ્ર વૈભવ હસ્તગત કરી લીધો. આ રીતે આ સમર્પણ અમારા માટે ખોટનો નહીં, નફાનો વેપાર સાબિત થયો.”

આ સમર્પણ જ તે કસોટી બની જેના પર વારંવાર કસીને તેમનું શિષ્યત્વ સાચું સાબિત થયું. સમર્પણને જો શિષ્યત્વનો પર્યાય કહીએ તો તેમાં કોઈ અતિશયોક્તિ નથી. એ યથાર્થતાને જાહેરાત કરતા તેમના શબ્દો છે, “અમારા ખાસ સ્વજનોએ એ જાણી લેવું જોઈએ અમારો પ્રત્યેક ક્રિયાકલાપ અમારી માર્ગદર્શક સત્તાના સંકેતો પર જ ચાલ્યો છે. સમાજની બાબતમાં અને બીજાઓની બાબતમાં અમે ઘણી વાતો ઘણા સ્વરૂપે વિચારીએ છીએ, પરંતુ પોતાની બાબતમાં ફક્ત એટલું જ વિચારીએ છીએ કે અમારા માસ્ટર (ગુરુ) અમને જ્યાં લઈ જશે ત્યાં જ જઈશું, ભલે પછી તે માર્ગ અમારી રુચિ કે

સુવિધાથી સર્વથા વિપરિત કેમ ન હોય. આનાથી ઓછામાં ક્યાંય સમર્પણ પૂર્ણ બને છે. પ્રેમિકાએ જ્યારે પ્રિયતમ પર પોતાની ઈચ્છાઓ લાદી ત્યારે તે વેપાર વ્યભિચાર બની ગયો. અમારો આત્મા એટલો નીચે ન ઉતર્યો જે સમર્પણ થયા પછી પોતાના માસ્ટર પાસે પોતાની અભિરુચિનો પ્રસ્તાવ લઈને ગયો હોય.

સંપૂર્ણ સમર્પણની માંગ અને વધારામાં કઠોર પરીક્ષાઓ પહેલી દૃષ્ટિથી એવી જણાય છે કે ગુરુ કરતાં વધુ કૂર વ્યક્તિએ આ દુનિયામાં કોઈ હોઈ શકે નહીં. પરંતુ વાસ્તવિકતા તેનાથી વિપરિત છે. ગુરુ કરતાં મોટા પ્રેમી શોધવા જતાં ત્રણે લોકમાં મળી શકે તેમ નથી. જેને સમર્પણ કહીએ છીએ તેની અનિવાર્યતા તો એટલા માટે છે કે આપણે આપણા અસ્તિત્વની સર્જરી ચિકિત્સા માટે સંપૂર્ણ રીતે સર્જનના હાથોમાં સોંપી દઈએ અને જે પરીક્ષાઓ અને કઠિનાઈઓ છે તે બીજું કંઈ નથી, જન્મ-જન્મમાંતરોના કુસંસ્કારો દૂર કરવા માટે વર્તવામાં આવેલી કઠોરતા છે.

ગુરુ અને શિષ્યનો સંબંધ રાગાત્મક છે. પ્રેમ સંબંધોનો ઉચ્ચતમ આદર્શ છે. સાંસારિક સંબંધોમાં સૌથી વધુ ઘનિષ્ટ સગપણ બે જ છે, મા અને પુત્રનો સંબંધ તેમજ પતિ અને પત્નીનો સંબંધ. પરંતુ આ સગપણની ભાવાભૂમિ શરીર અને મનના સ્તર સુધી સીમિત બનીને રહી જાય છે. જ્યારે ગુરુ અને શિષ્ય આત્માની વ્યાપકતામાં ફળી-ફૂલીને પરિપુષ્ટ થાય છે. આ તથ્યનો સ્વીકાર કરતા તેમના શબ્દો છે, “અમારા માર્ગદર્શકને અમારી સાથે ઘણો વિશેષ પ્રેમ છે.” તેમનો સ્વંયનો પ્રેમ પોતાના માર્ગદર્શકના પ્રત્યે કેવો છે. તેને તેમની અનુભૂતિઓમાં સાંભળીએ, “અમારા માર્ગદર્શક પ્રત્યે અમારી પ્રેમ સાધનાને જો સાંસારિક સગપણની દૃષ્ટિએ સમજવામાં આવે તો તેની ઉપમા પતિવ્રતા સ્ત્રીના અનન્ય પતિ પ્રેમની જેમ આપી શકાય છે તેમની પ્રસન્નતા પોતાની પ્રસન્નતા છે. તેમની ઈચ્છા પોતાની ઈચ્છા છે. પોતાના વ્યક્તિત્વ માટે કદી કંઈ ઈચ્છવા-માંગવાની કલ્પના પણ થતી નથી. ફક્ત એટલું જ વિચારતા રહે, પોતાની પાસે જે કંઈ છે પોતાની જે સંપત્તિ છે, વિભૂતીઓ જોડાયેલી છે, તે બધી આ આરાધ્યના ચરણો પર સમર્પિત થઈ જાય. તેમના કામમાં આવી જાય. આવા અવસરો જ્યારે પણ

જેટલા મળ્યા તેટલો અમારો સંતોષ અને આનંદ વધ્યો છે. ગુરુદેવને સમર્પિત અમારી પ્રેમ સાધના સમયાંતરે ચમત્કારી વરદાન બનીને જ પાછી વળી છે.

તેમનો પ્રત્યેક આદેશ અને પ્રત્યેક સંકેત બ્રહ્મ વચનની જેમ શિરોમાન્ય રહ્યો છે. માંગવું કશું નહીં, આપી દેવું બધું જ, પ્રેમના આ અવિભક્ત સિદ્ધાંતને બંને તરફથી શું કરવામાં આવ્યું તેની ચર્ચા અમારી વર્ણનશક્તિની બહારની વાત છે. અમારી તરફથી અમે એટલું જ કહી શકીએ છીએ કે ભગવાનથી વધીને અમે તેમના હુકમો શિરોમાન્ય કર્યા છે. અરુચિકર અને કષ્ટદાયક કોઈ પ્રસંગ આવ્યો તો પણ તેને સહજ ભાવે સ્વીકારી લીધો છે. પ્રેમની આવી જ રીતિ-નીતિ હોય છે.

અમે અમારી તરફથી પ્રિય પાત્ર બનવામાં કોઈ કસર રાખી નથી, પરિણામ સ્વરૂપે ગુરુદેવના અનુગ્રહ અમૃત પણ અમારી ઉપર અખૂટ રૂપે વરસતા રહ્યા. પ્રેમતત્વના વિકાસની સાધના ગુરુ ભક્તિ સુધી પહોંચી ગઈ. અમને આ પ્રસંગમાં એટલો વિશેષ આનંદ ઉલ્લાસનો અનુભવ થતો રહ્યો છે કે તેની આગળ સંસારનું મોટામાં મોટું સુખ પણ તુચ્છ લાગી શકે. અમારા ગુરુ પ્રત્યેની વધતી જતી પ્રેમ સાધના આત્મપ્રેમ અને વિશ્વપ્રેમમાં વિકસિત થતી ગઈ અને જોનારાઓને તે અંતઃભૂમિકાનો પ્રતિધ્વનિ એક દિવ્ય જીવનના રૂપમાં પ્રાપ્ત થયો.

પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવના ગુરુ પ્રેમના આલોકમાં થોડું આપણે પણ પારખીએ કે આપણું શિષ્યત્વ કેવું છે ? યાદ રહે કે મનુષ્ય જેને પ્રેમ કરે છે તેના ઉત્કર્ષ અને સુખના માટે મોટામાં મોટો ત્યાગ અને બલિદાન આપવા તૈયાર રહે છે. ગુરુ પ્રેમની પવિત્ર જ્યોતિ જો અંતઃકરણમાં પ્રગટી હશે તો પોતાના શરીર, મન, અંતઃકરણ અને ભૌતિક સાધનોનો વધુમાં વધુ હિસ્સો સમાજ અને સંસ્કૃતિની સેવામાં લગાડવાથી પાછા પગલા કરશે નહીં. પછી તો એવી વેદના જાગશે કે કોઈ પણ સાંસારિક પ્રલોભનો રોકી શકવામાં સમર્થ બની શકશે નહીં. પોતાના આરાધ્યને માટે, તેમના આદર્શોને માટે બધું જ લુંટાવીને પણ અંતઃકરણ એવા દિવ્ય આનંદથી ભરાયેલું રહેશે જેને ભક્તિયોગના જાણકારો જ સમજી શકે છે.

યુગ નિર્માણ સમાચાર

મુંબઈ મહાનગરનું ભાગ્ય જાગ્યું

મુંબઈ મહાનગરની કર્મઠ બહેન કુ. આશા જ્ઞાનીએ ગાયત્રી તપોભૂમિ મથુરામાં માતા ગાયત્રી સમક્ષ ત્રણ મહાન સંકલ્પ લીધા જે બધા જ પ્રજા પરિવાર માટે અનુકરણીય છે.

સવાલક્ષ નવા ગાયત્રી ઉપાસક તૈયાર કરાવવા

જ્ઞાનમંદિરોની સ્થાપના-૧૦૦૦ ઘરમાં વિદ્યા વિસ્તાર હેતુ પૂ. શ્રીના સાહિત્ય સેટનું સ્થાપન.

સંસ્કારોની પુણ્ય પરંપરા-જન્મ દિવસ, વિવાહ દિવસ જેવા સંસ્કારો ઘેર-ઘેર ઉજવવા.

આ પ્રસંગે પણ પૂ. પંડિતજીએ આશાજીને અભિનંદન કરતા વિશ્વાસ પ્રગટ કર્યો કે દેવસન્તાની કૃપાથી લીધેલ સંકલ્પ અવશ્ય પૂર્ણ થશે. કુ. આશા જ્ઞાનીને સતપ્રેરણા જાગૃત કરનાર યુગ નિર્માણ યોજનાના ટ્રસ્ટી શ્રી દ્વારકા પ્રસાદ ચૈતન્યજીની ભૂમિકા મહત્વપૂર્ણ હતી.

ગુરુ પર્વ પર શ્રી બહાદુર સિંહનું અભિનંદન

ભરતપુર (રાજસ્થાન) ના ઉત્સાહી કાર્યકર્તા બહાદુરસિંહ સંકલ્પના નિષ્ઠાવાન વ્યક્તિ છે. તેમણે ૧૪ જૂનના દિવસે તપોભૂમિમાં એ સંકલ્પ લીધો હતો કે પોતાના ભૈત્રમાં તે ૧૦૦૮ ઘરોમાં ગાયત્રી જ્ઞાનમંદિરોની સ્થાપના કરશે. પોતાના આ સંકલ્પને તેમને માત્ર ૧૫ દિવસોમાં જ પૂરો કરી દીધો. ગુરુ પર્વ પર તેમનું અભિનંદન કરતા પં. લીલાપત શર્માજી એ કહ્યું કે અમારે આવા જ નિષ્ઠાવાન તથા ઉત્સાહી ગુરુ શિષ્યોની આવશ્યકતા છે. આ અવસર પર પોતાના મનના ઉદગાર પ્રકટ કરતા શ્રી બહાદુરસિંહ કહ્યું કે અભિનંદન તો વાસ્તવમાં તેમના થવા જોઈએ જેના ઉત્સાહપૂર્ણ સહયોગથી આ સંકલ્પ પૂરો થઈ શક્યો છે.

યુગ નિર્માણ વિદ્યાલયનો ૨૮મા સત્રનો આરંભ

યુગ નિર્માણના વ્યવસ્થાપકે ગુરુ પર્વ પર ૨૮મા સત્ર આરંભની વિધિવત ઘોષણા કરતા છાત્રો (વિદ્યાર્થીઓ) ને કહ્યું કે તેમણે અહીંયા રહેતા ન કેવળ મન લગાવી શિક્ષા પ્રાપ્ત કરવાની છે પરંતુ વિદ્યાભ્યાસ પણ કરવાનો છે. શિક્ષા અને વિદ્યાનું અંતર સમજાવતા તેમણે કહ્યું કે શિક્ષાથી આપણી શારીરિક આવશ્યકતાઓની જ પૂર્તિ થાય છે જ્યારે કે વિદ્યા આત્માનું પોષણ કરે છે, આત્મા પર છવાયેલ દોષ-દુર્ગુણોને દૂર કરે છે. તેમણે કેશરિયા વસ્ત્રના મહત્વને સમજાવતા એક પ્રસંગ સંભળાવ્યો કે

એકવાર વિદ્યાલયના કેશરિયા વસ્ત્રધારી વિદ્યાર્થી પૂજ્ય ડોંગરેજી મહારાજનું પ્રવચન સાંભળવા શ્રીકૃષ્ણ જન્મભૂમિ પહોંચ્યા જેવા વિદ્યાર્થી ત્યાં પહોંચીને પાછળ બેસવા ગયા કે પૂજ્ય ડોંગરેજી મહારાજે માઈક પર ઘોષણા કરી કે એ વિદ્યાર્થી મારી પાસે આવી મંચ પર બેસે.

યુગ નિર્માણ વિદ્યાલયના પ્રાર્થક શ્રી સત્યપ્રકાશ કુલશ્રેષ્ઠથી જાણ થઈ કે છાત્રાવાસમાં સ્થાનની કમી થવાને કારણે આ વર્ષે અનેક આવેદનકર્તાઓને નિરાશ થઈ પાછા જવું પડ્યું. વ્યવસ્થાપક મહેદયને પૂછતાં જાણવા મળ્યું કે છાત્રાવાસનો વિસ્તાર તો કરવો જ છે, કોઈ ને કોઈ ભામાશાહ મળી જ જશે. જેના અર્થિક સહયોગથી છાત્રાવાસનો વિસ્તાર કરી આગલા સત્રમાં આનાથી અધિક છાત્રોને પ્રવેશ આપી શકાશે.

સ્વર્ગસ્થ પિતા પ્રત્યે શ્રદ્ધાંજલિ અર્પિત

કરવાની આ પણ એક પુસ્તિકા છે.

સુશ્રી જ્યોત્સના પાંડે (અલીગઢ) એ બ્રહ્મભોજ યોજના હેઠળ પોતાના પૂજ્ય પિતાશ્રીની સ્મૃતિમાં ૧૧,૨૫૦ રૂપિયા દાન આપી પ્રેરણાપદ આદર્શ પ્રસ્તુત કર્યો છે. ઉલ્લેખનીય વાત એ છે કે બુલંદશહેરમાં અશ્વમેધ યજ્ઞના સંબંધે આયોજીત બેઠકમાં દાનની ચર્ચા ચાલવામાં બ્રહ્મભોજ માટે દાન આપવાની ઘોષણા કરનારી આ સર્વ પ્રથમ મહિલા હતી.

સુશ્રી જ્યોત્સનાજીને પૂછવામાં આવતા કે તમારા મનમાં આ ભાવનાનો ઉદય કેવી રીતે થયો, તેમણે બતાવ્યું કે મેં નૈતિક શિક્ષા પુસ્તકમાં પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવનો નિર્દેશ “મૃતક ભોજ પણ અવિવેકપૂર્ણ ન હો” વાંચ્યો હતો અને પછી તેમની “મૃતક ભોજની શું આવશ્યકતા” પુસ્તક વાંચી. ત્યારે મારા મનમાં આ ભાવ જાગૃત થયો કે પૂજ્ય પિતાજીની આત્માને શાંતિ પહોંચાડવા તથા તેમના પ્રત્યે સાચી શ્રદ્ધાંજલિ અર્પિત કરવાનો સાચો ઉપાય એ છે કે બ્રહ્મભોજ યોજના હેઠળ “ગાયત્રી ચાલીસા” તથા “ગાયત્રી મંત્ર લેખન” પુસ્તકનું અડધી કિંમત પર વિતરણ કરવામાં આવે. જ્યોત્સનાજીની ભાવનાનુસાર ૫૦૦૦ “સચિત્ર ગાયત્રી ચાલીસા” અને ૫૦૦૦ “ગાયત્રી મંત્રલેખન” પુસ્તકો બાળકોમાં અડધી કિંમતે વિતરણ કરવામાં આવશે. એવી રીતે ગાયત્રી ઉપાસકોની સુવિધા માટે ૨૦૦૦ “ગાયત્રી પ્રાર્થના” પુસ્તક પણ અડધી કિંમતે વિતરણ થશે. દુષ્પ્રવૃત્તિ દૂર કરી તથા સત્પ્રવૃત્તિ જાગરણની આ પણ એક રીત છે. જે ભાવનાશીલ પરિજન અપનાવી શકે છે. ©

જોઈએ. ખૂબ સમય સુધી વિલંબ કરવાથી, વારે ઘડિયે શાકભાજીને અથવા દાળ, ભાત, રોટલીને ગરમ કરવાથી નુકસાનકર્તા બને છે આ જ પ્રમાણે શાકભાજી અને ફળોને સૂકા અને ઠંડા સ્થાનોમાં રાખવા જોઈએ, ગરમ અને ગંદકીવાળા સ્થળોએ રાખવા ન જોઈએ.

કેટલીક શાકભાજીમાં વિટામીન એટલા હલકા પ્રકારનાં હોય છે કે ખુલ્લા વાસણમાં રાંધવાથી અને નહિ ઢાંકવાથી તે વરાળ સાથે ઉડી જાય છે. એટલા માટે રાંધતી વખતે વાસણને ઢાંકીને રાખવું જોઈએ. તેના માટે પ્રેસર કુકર સર્વોત્તમ સાધન છે. આ પ્રકારે કઢાઈમાં તળવાથી કે શેકવાથી પણ જીવન સત્ત્વોની નાશ થાય છે. રોટલી બનાવવાની પ્રચલિત રીત પણ ખૂબ જ ખર્ચાળ છે. અધિક આગ લાગતી હોવા છતાં પણ તેના ઉપર હલકી અને પાતળી રોટલી બનાવવામાં આવે છે તો તેનું ઉપરનું પડ બળી જાય છે. તેથી જો વચલાવળની જાડી રોટલી બનાવવામાં આવે તો તેના જીવન બચવા પામે છે અને ખાવામાં સ્વાદિષ્ટ લાગે છે. લોટ બાંધતી વખતે જો લીલી પત્તીવાળાં શાકભાજી, પાલક, ચોળા વગેરેનાં પાંદડાં સલાડની માફક કાપીને મિલાવી દેવામાં આવે તો સ્વાદિષ્ટ લાગશે અને પૌષ્ટિકતા પણ વધશે.

અનાજ દળ્યા પછી કચરો દૂર કરવા માટે તેને ચાળવું પડે તો કોઈ ચિંતા નહીં પરંતુ ફક્ત ભૂસું ચાળીને ફેંકી દેવાની દૃષ્ટિએ લોટ ચાળવામાં આવે તો એનું તાત્પર્ય એ છે કે ઉપયોગી સત્ત્વને ફેંકી દેવું, તેનાથી ખાવાવાળું અનાજ ભારે જ નહીં પરંતુ સત્ત્વહીન બની જાય છે. હમણાં સામાન્ય રીતે મશીન ઉપર આટો પીસવાનું ચાલે છે અથવા મિલોનો આટો કામમાં લેવાય છે, પરંતુ આહાર વિશેષજ્ઞો એવું માને છે કે તેનાથી અન્નની પૌષ્ટિકતા ઘટી જાય છે. આમ તો ઘરોમાં ઘંટી ચલાવવાનું મહિલાઓ માટે સ્વાસ્થ્યપ્રદ પણ છે અને ઉપયોગી પણ છે. જો પોતાના ઘરોમાં ઘંટી ચલાવવાનું પુનઃ શરૂ થાય તો સ્વાસ્થ્યનું સંકટ ઉકલી જવામાં વાર ન લાગે. સારું એ છે કે સપ્તાહમાં કોઈ

વાર દલિયા (ફાડા ઘઉંની ખીચડી) ખાવાના દિવસો પણ નિર્ધારિત કરવામાં આવે. એનાથી ભૂસું ફેંકી દેવાનો અને અન્નના કણો બળી જવાના પ્રસંગમાંથી બચી જવાશે.

જો પોલિશ વગરના અથવા હાથે છડેલા ચોખાનો ઉપયોગ કરવામાં આવે અને રાંધતી વખતે ઓસામણનું પાણી કાઢી નાખવામાં ન આવે તો તે અધિક ફાયદાકારક છે કારણ કે ઓસામણમાં પોષક તત્ત્વો વિશેષ માત્રામાં હોય છે. જો કાઢી જ નાખવું પડે તો ઓસામણને દાળ કે લોટમાં મિલાવીને ખાવાના ઉપયોગમાં લેવું જોઈએ. શાકભાજી, ફળો વગેરેમાં પ્રાકૃતિક રીતે જ મીઠાની માત્રા હોય છે. તે ઉપયોગી અને ગુણકારક હોય છે. ઉપરથી અપ્રાકૃતિક મીઠું નાખવાથી તે જીવન તત્ત્વોનો નાશ કરે છે અને નુકસાનકર્તા પણ છે. જો વાપરવું જ પડે તેમ હોય તો મીઠાના સ્થાને સેંધાલુણ વાપરવું જોઈએ. આ જ પ્રકારે સફેદ ખાંડને બદલે ગોળ વાપરવો જોઈએ. આ જ પ્રકારે સફેદ ખાંડને બદલે ગોળ વાપરવો જોઈએ. ગોળમાં કેલ્શિયમનો પાચક અંશ હોવાથી નુકસાની વેઠવી નથી પડતી. સફેદ ખાંડથી હાડકાં નરમ પડવાનો ભય રહેલો છે.

અધિકતમ પોષણ પ્રાપ્ત કરવા માટે ખાદ્યની પસંદગી ઉપરાંત રાંધવાની વિદ્યા તો જાણવી જ જોઈએ. ખાવાના નિયમોની પણ ટૂંકી જાણકારી જરૂરી છે. કારણ કે સ્વાસ્થ્યના લોભને કારણે લોકો ખૂબ જ ખાઈ લે છે. પરંતુ અડધું પેટ ભરીને ભોજન કરવું જોઈએ, ચોથા ભાગનું, પાણી અને વધેલું ચોથા ભાગનું પેટ હવા માટે ખાલી રાખવું જોઈએ. આ પ્રમાણે ખાવામાં આવશે તો તેનો પૂરો લાભ મળશે. વધુ પડતું ખાવાથી પેટમાં પાચકરસોના અભાવે અનેક ઉપદ્રવો સર્જાય છે. આ પ્રમાણે ખાતી વખતે થાળીમાં વાનગીઓની સંખ્યા વધુ હોવી જોઈએ નહીં. એક શાકભાજી, દાળ, દહીં, છાસ, રોટલી, ભાત હોય તો તેનાથી પેટ ભરાઈ જાય છે અને યોગ્ય પોષણ મળી શકે છે. આ ઉપાય અપનાવીને સ્વસ્થ અને દીર્ઘાયુવાળું જીવન જીવી શકાય છે.