



ગુજરાતી
**યુગ
શક્તિ
ગાયત્રી**

સાધના વિશેષાંક

ફેબ્રુઆરી ૧૯૯૯

અનુક્રમ

૧. ઈશ્વરને વારંવાર યાદ કરો	૧	૧૦. સાધનાનું સ્વરૂપ અને ઉદ્દેશ્ય સમજો	૨૧
૨. ગાયત્રી મંત્રને પ્રાથમિકતા કેમ ?	૨	૧૧. અધ્યાત્મ-સાધનાનાં સૂત્ર	૨૪
૩. સાધના સાચા હૃદયથી કરો	૫	૧૨. પ્રતિભા સંવર્ધન -	૨૭
૪. વ્યક્તિત્વના વિકાસમાં ગાયત્રી સાધનાનો ઉપયોગ	૭	નિર્ધારિત વિજ્ઞાન સમ્મત પ્રયોગ-ઉપચાર	
૫. જપ કરવાથી શું થાય છે ?	૧૦	૧૩. સાધનાના અભાવમાં શ્રદ્ધાનો અપચો	૩૧
૬. સુપાત્ર સાધકને જ દૈવી વરદાન	૧૧	૧૪. નગદ ધર્મ છે જીવન-સાધના	૩૩
૭. સાધનાની સફળતાનું રહસ્ય-વૃત્તિશોધન	૧૪	૧૫. રાષ્ટ્રને સમર્થ તથા સશક્ત બનાવવા માટે અનિવાર્ય છે સાધના.....	૩૫
૮. ઈશ્વરનું ભજન કેવી રીતે કરવું જોઈએ ?	૧૫	૧૬. યુગાવતારના સાધકોને માટે આશ્વાસન...	૩૮
૯. આહારશુદ્ધિ : સાધનાનું પહેલું પગથિયું જેવું ખાય અન્ન, તેવું બને મન	૧૭	૧૭. પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવની અમૃતવાણી	૪૦
		૧૮. આત્મીય અનુરોધ	૪૬

સાધના

સોનાને આગમાં તપાવી તેમાં રહેલ મિલાવટ તથા કુરુપતાને દૂર કરવામાં આવે છે. આ અગ્નિ સંસ્કારથી જ તેની આત્મા નિખરે છે, પ્રામાણિકતા સિદ્ધ થાય છે. જે તપાવવાની કડાકૂટથી બચવાનું વિચારે તો સોનું અને પીતળમાં કોઈ અંતર જ સિદ્ધ ન કરી શકાય. મનુષ્યની મહાન વિભૂતિઓને પણ પ્રકટ તથા પ્રખર બનાવવા માટે એ જરૂરી છે કે તે તપ સાધનાના અગ્નિ સંસ્કારને સહન કરે તથા સ્વીકાર કરે. તપનો અર્થ છે-સદ્ઉદ્દેશ્ય માટે એટલી હદે આગળ વધવું જેમાં ભૌતિક કષ્ટોને હસતા-રમતા ઉપેક્ષા કરવામાં આવે. આ તથ્યને જીવન પ્રક્રિયામાં ઉતારવા માટે, આત્મબળ સંપન્ન તપસ્વી જીવનની ભૂમિકામાં વિકસિત થવા માટે એવા ઉપચાર-કર્મકાંડ અપનાવવા પડે છે. જે વિશેષ પ્રયોજનોની પૂર્તિમાં સહાયક સિદ્ધ થઈ શકે.

● યુગ શક્તિ ગાયત્રી પત્રિકાના નવા ગ્રાહકોને જાન્યુઆરીની પત્રિકા મોકલાય ગઈ છે. કોઈ કારણસર પત્રિકા ન મળી હોય તો લવાજમ મોકલ્યાની પૂર્ણ વિગત સાથે પત્ર લખશો.

● યુગ શક્તિ ગાયત્રી પત્રિકાના નવીન ગ્રાહકોને જાન્યુઆરીની પત્રિકા સમાપ્ત થઈ જશે તો માર્ચ ૯૯ થી પત્રિકા મોકલવામાં આવશે.

ॐ ભૂર્ભુવઃ સ્વઃ તત્સવિતુર્વરેણ્યં ભર્ગોદેવસ્ય ધીમહિ ધિયો યો નઃ પ્રચોદયાત્ ।

યુગ શક્તિ ગાયત્રી

: સંસ્થાપક/સંરક્ષક :

વેદમૂર્તિ, તપોનિષ્ઠ યુગદષ્ટા
પં. શ્રીરામ શર્મા આચાર્ય
અને
માતા ભગવતી દેવી શર્મા

: સંપાદક :

પં. લીલાપત શર્મા

: કાર્યાલય :

ગાયત્રી તપોભૂમિ,
મથુરા - ૨૮૧ ૦૦૩

: ટેલિફોન :

(૦૫૬૫) ૪૦૪૦૦૦, ૪૦૪૦૧૫

વાર્ષિક લવાજમ : ૪૫ રૂપિયા
આજીવન લવાજમ : ૫૦૦ રૂપિયા

વિદેશનું લવાજમ

વાર્ષિક : ૧૦ પાઉન્ડ/૧૫ ડોલર/
૪૦૦ રૂપિયા

આજીવન : ૧૦૦ પાઉન્ડ /
૧૫૦ ડોલર / ૪૫૦૦ રૂપિયા
વર્ષ - ૩૦ અંક - ૨

ફેબ્રુઆરી - ૧૯૯૯

ઈશ્વરને વારંવાર યાદ કરો

એક હાથી છે, એને નવડાવી છોડી દો, તો એ શું કરશે ? માટીથી રમશે અને પોતાના શરીરને ફરીથી ગંદું કરશે. કોઈ એના પર સવારી કરશે તો એનું શરીર પણ અવશ્ય ગંદું થશે. પરંતુ જો હાથીને સ્નાન કરાવીને પછી પાકા વાડામાં બાંધી દેવામાં આવે તો પછી હાથી પોતાનું શરીર ગંદું નહીં કરી શકે.

મનુષ્યનું મન હાથી જેવું જ છે. એક વાર ધ્યાન-સાધના અને ભગવાનના ભજનથી શુદ્ધ થઈ જાય તો એને સ્વતંત્ર ન કરવું જોઈએ. આ સંસારમાં પવિત્રતા પણ છે ગંદકી પણ છે. મનનો સ્વભાવ એવો છે કે એ ગંદકીમાં જશે અને મનુષ્યદેહને દૂષિત કરવાનું ચૂકશે નહીં. તેથી જ એને ગંદકીથી દૂર રાખવા માટે એક વાડાની આવશ્યકતા હોય છે, જેમાં એ બંધાયેલો રહે અને ગંદકીની સંભાવનાઓવાળાં સ્થાનોમાં ન જઈ શકે.

ઈશ્વરનું ભજન, એનું નિરંતર ધ્યાન એક વાડો છે, જેમાં મનને બંધ રાખવું જોઈએ, તો જ સાંસારિક સંસર્ગથી ઉત્પન્ન થતા દોષો અને ગંદકીથી બચવું શક્ય છે.

ભગવાનને વારંવાર યાદ કરતા રહેશો તો મન અસ્થાયી સુખોના આકર્ષણ અને પાપથી બચી શકશે અને એને પોતાના જીવનના સ્થાયી લક્ષ્યની યાદ આવતી રહેશે. એ વખતે દૂષિત વાસનાઓમાં પડવાથી આપોઆપ ભય ઉત્પન્ન થશે અને મનુષ્ય એ પાપકર્મથી બચી જશે, જેના કારણે એ વારંવાર અપવિત્રતા અને મલિનતા ઉત્પન્ન કરતો હોય છે.

गायत्री मंत्रने प्राथमिकता केम ?

गायत्री अने सावित्रीमां प्राथमिकता कोनी ? आ सवालनो जवाब मेणववा माटे उपभोगिताने ध्यानमां राप्पी जवाब आपवो पडशे. अन्न, जल अने वायुने जिवननो आधार मानवामां आवे छे. प्राथमिकता वायुनी छे. अना वगर थोडीक मिनिटोमां ज श्वास रुंधावा लागे छे, तेथी अेक मिनिटमां केटलीय वખत श्वास लेवा पडे छे. अे पछी जलनो नंबर आवे छे. अेक-अेक, बळ्बे कलाके पाणी पीतुं पडे छे अने अेक दिवसमां अेक सुराही जेटलुं पाणी पीवामां आवे छे. अन्ननो कमांक अेना पछीनो छे. अे वार अन्नग्रहण करवाथी ज तृप्ति थई ज्ञय छे.

वर्षमाणानां पुस्तको सौथी वधारे वेयाय छे. विद्यार्थी पञ्ज प्रथम कक्षाना ज वधारे डोय छे. अे.अे.ना विद्यार्थी पञ्ज ओछा रडे छे अने अेनां पुस्तको पञ्ज ओछां वेयाय छे. स्नातकोत्तर कोलेजे पञ्ज ओछी अने दूर डोय छे. जेके अक्षरज्ञाननी सौप्रथम आवश्यकता छे, अे पछी ज गाडी आगण वधी शके छे. गायत्रीने आ रीते ज प्राथमिकता आपवामां आवी छे अने अेने दरेक माटे आवश्यक बतववामां आवी छे. अेनाथी वंचित रडेनारनी निंदा पञ्ज करवामां आवी छे.

गायत्री सुमति, सन्मतिनुं प्रतीक छे. अेनी आवश्यकता सौप्रथम छे. नानाथी लईने भोटों कामोमां पञ्ज अेनी जरूर पडे छे. भोट डोय छे त्यारे डायमां आवेल वस्तु पञ्ज जती रडे छे. मूर्ध लोको कमाता तो नथी पञ्ज जे कंई पासे डोय छे ते पञ्ज भोई बेसे छे. पूर्वजेअे मुकेली संपत्ति डायमां आवी ज्ञय तो पञ्ज मूर्धताने कारजे लज्जर रस्तेथी जती रडे छे. कमाणी करवाथी पञ्ज वधारे अेनी सुरक्षानी वधारे जरूर पडे

छे. आ बन्ने प्रयोजनोमां समजदारीनी आवश्यकता छे. अे वगर नथी कमाई शकतुं के नथी ખाई शकतुं.

रामायणकारनुं कथन छे के “जहाँ समुति तहाँ संपत्ति नाना । जहाँ कुमति तहाँ विपति निदाना ॥” अन्त्य अेक स्थाने पञ्ज कहुं छे – “जको प्रत्यु दारुण दुःख देही । ताकि मति पडवे डर लेही ।” संस्कृतमां अेक श्लोक छे के देवता कोईनी रक्षा करवा माटे अेनी पाछण-पाछण लाकडी लईने नथी करता, परंतु अेवी समज आपे छे, जेथी अे सुरक्षा अने सकणतानो लाब मेणवी शके. साये ज संपत्तिनी तुलनाअे समजदारीनी आवश्यकता वधु छे. तेथी ज बाणकोनां अन्न, वस्त्रनी व्यवस्था उपरांत अेमने लज्जाववानो ज प्रबंध करवामां आवे छे.

ब्रह्माञ्ज द्वारा सृष्टि उत्पादन प्रसंगमां अेमने सौप्रथम आकाशवाणी-द्वारा तप करीने मेधा अने प्रज्ञा प्राप्त करवामां लागेला जेवा भजे छे. अे पछी योजना घडवामां आवती अने साधनसामग्रीनी, सावित्रीनी जरूर पडती जेवा भजे छे. आ प्रमाजे प्राथमिकता गायत्रीनी ज रडी.

गायत्री अर्थात् समजदारी. सावित्री अर्थात् क्षमता. समजदारी डोय तो ज मनुष्य संपदा मेणववा अने अेनो सहुपयोग करवा माटे सकमं बने छे. मूर्धना डायमां संपदा सौपवामां आवे तो अे रस्तामां ज वेडकतो जशे अने रोकवामां आवे तो ज्ञान भोई बेसशे. अेथी ऊलटुं पिस्सामां कशुं न डोय, परंतु विद्यानो लंडार लरेलो डोय तो अे गमे त्यां पेट लरी लेशे अने ज्यां जशे त्यां अेनुं सन्मान थशे. सरकारे पञ्ज प्राथमिक कक्षाओनी डी माफ करी छे, ज्यारे कोलेजना शिक्षण

માટે વિદ્યાર્થીએ ઘણો ખર્ચ કરવો પડે છે. પ્રાયમરી સ્કૂલોની સંખ્યા પણ સૌથી વધારે છે. ગાયત્રીને મનુષ્યની પ્રાથમિક જરૂરિયાત માનવામાં આવી છે. તેથી જ દિવસમાં ત્રણ વાર એનું સંધ્યાવંદન કરવા માટે કહેવામાં આવ્યું છે. ઓછામાં ઓછું એક વાર થોડીઘણી ઉપાસના કરવી તો અનિવાર્ય છે જ, ભલે એ કોઈ વિધિવિધાન વગર કે કોઈપણ સ્થિતિમાં માનસિકરૂપે પણ કરવામાં આવે.

નિરક્ષરોને હાસ્યાસ્પદ માનવામાં આવે છે અને તિરસ્કૃત પણ કરવામાં આવે છે. આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રમાં પ્રવેશ કરનારાઓ માટે ગાયત્રી ઉપાસના સાક્ષરતાની જેમ આવશ્યક માનવામાં આવી છે. ઉપાસના ન કરનારાઓની સખત નિંદા કરવામાં આવી છે. એમને ધર્માનુષ્ઠાન કરવાના અધિકારથી વંચિત રાખવાની ધમકી આપવામાં આવી છે. એમને શૂદ્ર અભણ કહેવામાં આવ્યા છે. એની જાણકારી પ્રાચીનકાળમાં વિદ્યાધ્યયન વખતે જ આપી દેવામાં આવતી. પાઠશાળામાં પ્રવેશ કરતી વખતે પુરાતનકાળમાં ગુરુમંત્રના રૂપમાં ગાયત્રીનું રટણ કરાવવામાં આવતું હતું. એની પ્રતિમા સદાય સાથે રાખવા માટે જનોઈ પહેરાવી દેવામાં આવતી હતી. એમાં વર્ણભેદને કોઈ સ્થાન નહોતું. વંશભેદ કે લિંગભેદના કારણે કોઈને પણ એથી વંચિત રાખવામાં આવતા નહોતા. સદ્બુદ્ધિની દેવીને પ્રાથમિકતા આપવાની કોણ ના પાડી શકે? આ દૃષ્ટિથી જ લોકોને આકર્ષિત કરવા માટે એનું ઘણું માહાત્મ્ય પણ બતાવવામાં આવ્યું છે.

વર્તમાન પરિસ્થિતિઓમાં સદ્બુદ્ધિની દેવીને અપનાવવા માટે વ્યાપક પ્રચાર કરવામાં આવ્યો કે જેથી લોકો દુર્બુદ્ધિને કારણે અનેકાનેક સંકટોમાં ફસાતા અને ડગલે ને પગલે ઠોકરો ખાતા જોવામાં આવે છે, એમાંથી બચી શકે. લોકો પોતાની સમજદારીની પરખ

કરતા રહે. એનું મહત્ત્વ સમજે અને જ્યાં, જ્યારે, જેટલી ઊણપ જોવા મળે એને સંભાળવાનો પ્રયત્ન કરે. અણસમજને જ બધાં સંકટોનું મૂળ કારણ સમજે અને સમજદારીને પૂરી તત્પરતા સાથે અપનાવી લે. ગાયત્રીને અપનાવવા પાછળ આ જ રહસ્ય રહેલું છે.

સૃષ્ટિનાં બધાં પ્રાણીઓ નીરોગી રહે છે અને દુર્ઘટના સિવાય ક્યારેય અકાળે મરતાં નથી. એક મનુષ્ય જ એવું પ્રાણી છે જે જીભ અને જનનેન્દ્રિયના અસંયમને કારણે ખોખલો, દુર્બળ અને બીમાર પડતો રહે છે અને અકાળ મોતે મરે છે.

વિચારોનો સદુપયોગ કરનારો સહજ રીતે હસતી-હસાવતી જિંદગી જીવી શકે છે, પરંતુ દુર્બુદ્ધિવશ ચિંતન ક્ષેત્રમાં અનેક વિકૃતિઓ ભરી લે છે અને ચિંતા, નિરાશા, ભય, ઉદ્વેગ વગેરેથી ત્રસ્ત રહે છે. માનસિક સંતુલન ખોઈ ઉદ્વેગ, નિરંકુશ, આવેશગ્રસ્ત રહે છે. પોતે દુઃખી થાય છે અને સંબંધિત લોકોને દુઃખી કરતો રહે છે.

અર્થવ્યવસ્થાને પણ આ જ વાત લાગુ પડે છે. આજીવિકાને અનુરૂપ બજેટ ન બનાવનાર, અપવ્યયી કાયમ આર્થિક ચિંતામાં ડૂબેલા રહે છે. એવા લોકો નથી પોતાની યોગ્યતા વધારતા, નથી કઠિન શ્રમમાં રસ લેતા કે નથી ખર્ચ ઓછા કરતા. આવી દશામાં દરિદ્ર, ઋણી રહે તે સ્વાભાવિક છે.

પારિવારિક સંતુલન ન કરી શકે એવા, પરિવારના સભ્યોને કુસંસ્કારી બનાવતા, એમને આળસુ અને અસ્તવ્યસ્ત રાખતા, અનુશાસનહીન બનાવતા, ઘણાં બાળકો પેદા કરનારાઓને કલહને કારણે સદાય એકબીજાથી મતભેદ રહ્યા કરે છે. આવા બહારથી એક અને અંદરથી અનેક રહેનારા પરિવાર સહયોગના અભાવમાં અસ્તવ્યસ્તતા ઉત્પન્ન કરતા રહે છે.

નશો જેવાં દુર્વ્યસન, બાળવિવાહ, દહેજ,

મૃતકભોજ, ભિક્ષા, વ્યવસાય, જાતિગત ઊંચનીચ, પડદાપ્રથા જેવા મહારોગો, ઘાતક કુપ્રચલનોનો ભોગ બનેલા સમુદાયની નિરંતર અધોગતિ જ થશે, એને પ્રગતિ કરવાનો અવસર ક્યારેય મળી શકે નહીં. અંધવિશ્વાસ પોતે જ એવો ખર્ચાળ અને મતિભ્રમ કરનારો હોય છે કે વિના કારણ મનુષ્ય પતન, પરાભવની ખાઈમાં પડતો અને ભૂલો કરતો હોય છે. આવા મનુષ્ય ન પોતે ચેનથી બેસે છે કે ન બીજાને ચેનથી બેસવા દે છે.

ધાર્મિક, આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રની ભ્રાંતિ તો એથી પણ વધારે છે. ઈશ્વર સમાન સદ્ગુણી બનવાનો સીધો સાદો ઉદ્દેશ્ય છોડી લોકો દેવીદેવતાઓને પૂજાપાઠ કરીને ફોસલાવવાનો અને મહેનત વગર મનોકામનાઓ પૂરી

કરવાની શોધમાં રહે છે. આ માટે પશુબલિ, નરબલિ આપતાં પણ ખચકાતા નથી.

આ પ્રકારની જે ભ્રાંતિ છે તે મનુષ્ય જેવા સાધનસંપન્ન જીવને પણ નારકીય યાતનાઓમાં ફસાવતી રહે છે. પોતે કુકર્મી બને છે અને બીજાઓને બનાવે છે. આવા અંધકારમાં ભટકવા જેવી સ્થિતિ બહુસંખ્ય લોકોની બની રહી છે. આવી સ્થિતિથી બચવા માટે પોતાનાં ચિંતન, ચરિત્ર અને વ્યવહાર પર નવેસરથી વિચાર કરવા અને એને દૂરદર્શી વિવેકશીલતાની કસોટી પર કસવાની પ્રેરણા ગાયત્રી મંત્ર આપે છે. તેથી જ એનો મહિમા ગાતાં ઋષિમુનિઓ અને શાસ્ત્રકારો ઠાકતા નથી.

• • •

નારદજી કળિયુગનો ક્રમ જોતાં એક વાર વૃંદાવન પહોંચ્યા. જોયું કે એક યુવતી પાસે બે પુરુષો મૂર્ચ્છિત પડ્યા છે. દુઃખી યુવતીએ નારદજીને બોલાવ્યા. પૂછવાથી બતાવ્યું – “હું ભક્તિ છું. મારા આ બે પુત્રો – જ્ઞાન અને વૈરાગ્ય કસમયે વૃદ્ધ થઈ ગયા અને બેહોશ પડ્યા છે. એમની મૂર્ચ્છા દૂર કરો, તો મારું દુઃખ દૂર થાય.” નારદજી દુઃખી થઈ પ્રાર્થના કરવા લાગ્યા. આકાશવાણી થઈ – “હે નારદ ! તમારો પ્રયાસ ઉત્તમ છે, પરંતુ માત્ર વેદપાઠથી એમની મૂર્ચ્છા દૂર નહીં થાય, સંતો સાથે પરામર્શ કરી થોડું સત્કર્મ કરો તો જ્ઞાનવૈરાગ્ય પણ પ્રસ્થાપિત થાય.”

નારદજીએ બધા સંતોને પૂછ્યું – “કયું સત્કર્મ કરું, જેથી એમની મૂર્ચ્છા દૂર થાય.” ક્યાંય સમાધાન ન મળ્યું. છેવટે બઢરી વિશાળ ક્ષેત્રમાં સનકાદિ મુનિઓ સાથે મુલાકાત થઈ. એમણે બધી વાત સાંભળી, ત્યારે કહ્યું – “નારદજી, તમારી ભાવના દિવ્ય છે. કળિના પ્રભાવથી મૂર્ચ્છિત જ્ઞાન-વૈરાગ્યની મૂર્ચ્છા દૂર કરવા માટે જ્ઞાનયજ્ઞ જ એકમાત્ર એવું સત્કર્મ છે, જેનો પ્રભાવ નિશ્ચિત રૂપે થશે. જ્ઞાનયજ્ઞ માટે વેદ વગેરેનો ઉપયોગ પણ ઠીક છે, પરંતુ કળિયુગમાં તે બોધગમ્ય ન હોવાથી એનો પ્રભાવ ઓછો થાય છે. આથી તમે કથાના માધ્યમથી જ્ઞાનયજ્ઞ કરો, એ નિશ્ચિતપણે સફળ થશે.”

નારદજી સનતકુમારો સાથે ગંગાના કિનારે આનંદવનમાં ગયા. ત્યાં પવિત્ર વાતાવરણમાં એમણે કથા-દૈષ્ટાંતોના માધ્યમથી ધર્મધારણાના વિસ્તાર માટે જ્ઞાનયજ્ઞનો, શિક્ષણનો શુભારંભ કર્યો. એમની આ સક્રિયતાથી અન્ય ઋષિઓને પણ પ્રેરણા મળી તથા એમણે પણ સદ્જ્ઞાન વિસ્તારનો પુણ્ય-પરમાર્થ કરવાનો નિશ્ચય કર્યો.

ઉપાસના સાચા હૃદયથી કરો

ઉપાસના માટે એક અનિવાર્ય શરત એ છે કે એ સાચા ભાવથી ચિત્ત પરોવીને કરવામાં આવે. આજકાલ જે રીતે ઘણીખરી 'ધાર્મિક' કહેવાતી વ્યક્તિ દુનિયાને બતાવવા માટે અથવા એક રિવાજ પૂર્ણ કરવા માટે મંદિરમાં જઈ દર્શન કરી લે છે અને નિયમ પૂરો કરવા માટે એકાદ માળાનો જપ પણ કરી લે છે, આ બધાંથી કોઈ મોટા સુફળની આશા ન કરી શકાય. ઉપાસના અને સાધના તો ત્યારે સાચી માની શકાય કે જ્યારે મનુષ્ય એ વખતે બધા સાંસારિક વિષયો અને આજુબાજુની વાતો ભૂલી પ્રભુના ધ્યાનમાં નિમગ્ન થઈ જાય. જ્યારે મનુષ્ય આ રીતે સંલગ્નતા અને એકાગ્રતામાં પોતાના ઈષ્ટદેવની ઉપાસના કરે છે, ત્યારે જ એ અધ્યાત્મ માર્ગ પર અગ્રેસર થઈ શકે છે અને ત્યારે જ દૈવી કૃપાનો લાભ મેળવી શકે છે. આ તથ્યને સમજાવવા માટે વેદોમાં બતાવ્યું છે કે જ્યારે મનુષ્ય હૃદય અને આત્માથી સોમનો અભિષવ (પરમાત્માની ઉપાસના) કરે છે, ત્યારે એને સ્વયમેવ ઈશ્વરીય તેજનાં દર્શન થવા લાગે છે અને પરમાત્માની કૃપા પોતાની ચારે બાજુથી વરસાદની જેમ વરસતી હોય એમ લાગે છે.

સંસારમાં જીવનનિર્વાહ કરતા એક સાધારણ મનુષ્યને અનેક વિઘ્ન-બાધાઓનો સામનો કરવો પડે છે, વિપરીત પરિસ્થિતિઓને પાર કરવી પડે છે, વિરોધીઓ સાથે સંઘર્ષ કરવો પડે છે. એના કારણે એના જીવનમાં સ્વાભાવિક રીતે ઉદ્વેગ, અશાંતિ, ભય, ક્રોધ વગેરેના અવસર આવે છે, જેનો ઓછાવત્તા અંશે પ્રભાવ પડે છે અને એ જીવનમાં માનસિક અશાંતિ, કષ્ટનો અનુભવ કરવા લાગે છે. આવો મનુષ્ય પોતાનાં કષ્ટોના નિવારણ માટે, મન તથા આત્માની શાંતિ માટે પરમાત્માનો આશ્રય ગ્રહણ કરે છે. મન, વચન અને

કર્મથી એની ઉપાસનામાં સંલગ્ન થાય છે, ત્યારે એની અનાસ્થામાં પરિવર્તન થવા લાગે છે. જ્યારે સાધનામાં અગ્રેસર થઈ એ પોતાની ચારે તરફ પરમાત્મ-શક્તિની કીડાનો અનુભવ કરે છે અને સમજવા લાગે છે કે સંસારમાં જે કંઈ થઈ રહ્યું છે એ પ્રભુની પ્રેરણા અને ઈચ્છાનું જ ફળ છે તથા એ જે કંઈ કરે છે એનું અંતિમ પરિણામ જીવ માટે શુભ જ હોય છે. ભલે એ તાત્કાલિક સમજી ન શકે, ત્યારે એની વ્યાકુળતા અને અશાંતિ દૂર થવા લાગે છે અને ગ્રીષ્મઋતુથી વ્યથિત, ઠાકેલી, કલાંત વ્યક્તિને શીતળ અને શાંતિદાયક વર્ષાઋતુ પ્રાપ્ત થઈ ગઈ હોય એવો અનુભવ થાય છે. મનુષ્યોએ પોતાની ભિન્ન-ભિન્ન કામનાઓની પૂર્તિ માટે અલગ-અલગ પ્રકારની સાધનાઓ શોધી છે. ધન, સંતાન, વૈભવ, સન્માન, પ્રભાવ, વિદ્યા, બુદ્ધિ વગેરેની પ્રાપ્તિ માટે લોકો જુદા-જુદા પ્રકારના ઉપાયો કરે છે જેથી એમને પોતાની યોગ્યતા પ્રમાણે ઓછા કે વધુ પ્રમાણમાં સફળતા પણ મળે છે, પરંતુ આત્મિક શાંતિ મેળવવા માટે, સાંસારિક તાપોથી છૂટકારો મેળવવાનો એકમાત્ર ઉપાય એ જ છે કે મનુષ્ય જુદી-જુદી કામનાઓનો મોહ છોડી દઈ સાચા હૃદયથી પરમાત્માનો આશ્રય લે અને શુદ્ધભાવથી એની સ્તુતિ અને પ્રાર્થના કરે. આપણે એ યાદ રાખવું જોઈએ કે બધા પ્રકારની કામનાઓને પૂર્ણ કરનારો પણ વાસ્તવમાં ભગવાન જ છે. તેથી જો આપણે એની કૃપા પ્રાપ્ત કરી આત્મિક શાંતિ પ્રાપ્ત કરીશું તો આપણી અન્ય ઉચિત કામનાઓ અને આવશ્યકતાઓ એની મેળે જ પૂરી થઈ જશે.

કેટલાય લોકો આ વિવેચનથી એ નિષ્કર્ષ કાઢશે કે પરમાત્માના ધ્યાનમાં લીન થવાથી મનુષ્યની કામનાઓ શાંત થઈ જશે, એનામાં સંસાર પ્રત્યે વિરક્તતાનો ભાવ ઉદય થશે અને આ રીતે એ

આત્મસંતોષનો ભાવ પ્રાપ્ત કરી લેશે. આ વિચારમાં થોડી સચ્ચાઈ હોવા છતાં એ ખ્યાલ રાખવો કે પરમાત્માની ઉપાસનાનો સાંસારિક કામનાઓની પૂર્તિ સાથે કોઈ સંબંધ નથી, ઠીક નથી. વેદમાં કહ્યું છે કે — “અપમિવ પ્રવણે યસ્ય દુર્ધરં રાધો વિશ્વાયુ શવસે અપાવતમ્ ।” “ભગવાનનું ધન ક્યારેય રોકી શકાય એવું નથી. એ એના ઉપાસકોને એવી રીતે પ્રાપ્ત થાય છે જેવી રીતે નીચેની તરફ જળ વહેતું હોય છે.” વર્તમાન સમયમાં પણ એવી અનેક વ્યક્તિઓ છે જેઓ ખૂબ જ સાધારણ વિદ્યા, બુદ્ધિ હોવા છતાં પણ પરમાત્માના ભરોસે સુખપૂર્વક જીવન વ્યતીત કરે છે અને પોતાનાં અને બીજાઓનાં મોટાં મોટાં કાર્યો સહજતાથી પૂરાં કરી દે છે. આપણે આપણા પ્રાચીન ગ્રંથોમાં સંતો, તપસ્વીઓ અને ભક્તોના જે ચમત્કારોનું

વર્ણન વાંચીએ છીએ એથી એ વાત સ્પષ્ટ દેખાઈ આવે છે કે ઈશ્વરની સાચા હૃદયથી ઉપાસના કરનારને કોઈ સાંસારિક સંપદાનો અભાવ રહેતો નથી.

મંત્રમાં એ પણ કહ્યું છે કે પરમાત્માના ઉપાસકને એનાં તેજનાં પણ દર્શન થાય છે. વિચાર કરવામાં આવે તો હકીકતમાં આ જ ઉપાસના સાચી હોવાની કસોટી છે. જે કોઈપણ એકાગ્ર ચિત્તે તલ્લીન થઈ પરમાત્માનું ધ્યાન કરશે તેને થોડા સમય પછી એના તેજનો અનુભવ અવશ્યપણે થશે જ. આ તેજ જ સાધકના અંતરને પ્રકાશિત કરી એની ભ્રાંતિઓને દૂર કરી દે છે અને એને જીવનનો સાચો માર્ગ બતાવે છે. આ રીતે મનુષ્ય સાચા જ્ઞાનનો અધિકારી બને છે અને સઘળા પ્રકારની ભવબાધાઓને સહજ રીતે પાર કરી શકવાનું સામર્થ્ય પ્રાપ્ત કરે છે.

ઉન્નતિ ગઈ પ્રગતિ અપેક્ષિત

ઉન્નતિ કરી શકવી કઠિન નથી. નવજાત બાળક મોટું થઈને છ ફૂટની ઊંચાઈ સુધી પહોંચે છે. વડનું નાનું વૃક્ષ વિકસિત થઈને ઘણી મોટી જમીનને ઘેરી લે છે. નિર્દયી વાઘ વનરાજ કહેવાય છે. કીડીઓના દરોમાં પુષ્કળ અનાજ જમા થયેલું જોવા મળે છે. પહેલવાન અને સરકસના ખેલાડીનાં કાર્યો આશ્ચર્યચકિત કરે છે. ખિસ્સાકાતરૂ પોતાની જિંદગીમાં લાખોના અધિકારી બને છે. ચતુર વ્યવસાયી લોકો મહેલો ઊભા કરે છે અને મોટરોમાં સફર કરે છે. લક્ષ્યાધિપતિઓ અને અમીર સામંતોની આ દુનિયામાં ખોટ ક્યાં છે.

ઉન્નતિ કરનારાઓની યાદી મોટી છે. એના માટે હરીફાઈ ઉત્તેજિત કરે છે અને ચતુરતા આકાશના તારા તોડીને સાધનસંપન્ન સંપત્તિ એકઠી કરે છે. પ્રતિભા અને શિક્ષણ પણ મહાવરો માંગે છે. પરિશ્રમી અને ચીવટાઈવાળા તેને સહજ રીતે મેળવી લે છે. દુનિયા ઘણા વેગથી ઉન્નતિની દિશામાં આગળ વધી રહી છે. વિજ્ઞાન, બુદ્ધિવાદ અને અર્થશાસ્ત્ર બધા એ દિશામાં સહાયક છે.

પ્રગતિ શબ્દ આંતરિક વિભૂતિઓ સાથે સંબંધિત છે. પોતાના સંબંધમાં સંયમ રાખવાથી અને બચતનો ઉપયોગ ઉચ્ચ ઉદ્દેશ્યો માટે ઉદારતાપૂર્વક કરવાથી પ્રગતિ થાય છે. પ્રગતિશીલ વ્યક્તિમાંથી જ દેવતા પ્રગટ થાય છે અને પ્રગતિશીલ સમાજ અને સમુદાય સ્વર્ગીય વાતાવરણનો રસાસ્વાદ માણે છે. મનુષ્યની જવાબદારી અને લક્ષ્ય એ જ છે.

વ્યક્તિત્વના વિકાસમાં ગાયત્રી સાધનાનો ઉપયોગ

ગાયત્રી ઉપાસનાનું દર્શન અને વિધાન વ્યક્તિત્વના સમગ્ર વિકાસની આવશ્યકતા પૂરી કરે છે. આ પ્રક્રિયામાં જ્ઞાન અને કર્મ બંનેનો સમન્વય છે. આ ઉપક્રમને અપનાવનાર ઉપાસનાની અવધિમાં પોતાના ચિંતનને ઉચ્ચ સ્તરનો બનાવે છે અને શરીરને એવાં કાર્યોમાં લગાડે છે, જેથી આદર્શવાદિતા તરફ અગ્રેસર થવાની ભાવભરી પ્રેરણા મળે છે.

કેવળ ચિંતન પૂર્ણ નથી કે નથી પૂર્ણ એકલું કર્મ. બંનેનું જુદું જુદું અસ્તિત્વ તો છે અને તેનાથી થોડુંધણું પ્રતિક્ષણ પણ મળે છે, પરંતુ એ બધી રીતે અપૂર્ણ અને એકાંગી હોય છે. વીજળીના બંને તાર મળીને જ પ્રવાહ પેદા કરે છે, એ જ રીતે જ્ઞાન અને કર્મનો સમન્વય જ સત્પરિણામ ઉત્પન્ન કરે છે. ગાયત્રી ઉપાસનામાં ઉત્કૃષ્ટ જીવન માટે જરૂરી જ્ઞાન અને કર્મનો એ રીતે સમન્વય છે કે એને વ્યક્તિત્વ-વિકાસનું સમગ્ર શિક્ષણ કહી શકીએ કે જેમાં 'ચિંતન' અને 'કર્મકાંડ'નું યથાયોગ્ય સંતુલન ખૂબ જ દૂરદર્શિતા સાથે કરવામાં આવ્યું છે.

ઉપાસનાકાળમાં સાધકનું ચિંતન સર્વથા અંતર્મુખી રહે છે. બહારના સંસારના વિચાર અને કર્મ કરતાં કરતાં જ સંપૂર્ણ સમય વીતી જાય છે. પૂજા ઉપાસનાનો થોડો સમય એ માટે સુરક્ષિત રાખવામાં આવ્યો છે કે એ અવધિમાં માત્ર અંતર્મુખી ચિંતન કરવામાં આવે અને અંતર્જગત સાથે સંબંધિત તથ્યો પર જ ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવામાં આવે. જ્યાં સુધી આ પ્રયોજનમાં મન લાગેલું રહે છે ત્યાં સુધી સાધનામાં મન લાગેલું છે એમ સમજવામાં આવે છે. સંતોષ મળે છે અને સત્પરિણામ પણ મળે છે, પરંતુ જો મન થોડા સમય માટે પણ ભૌતિક જીવનનું, બાહ્ય સંસારનું જ ચિંતન કરવા દોડતું રહે, તો સમજી લેવું જોઈએ કે સાધના અધૂરી રહી ગઈ. મનોનિગ્રહની આવશ્યકતા એ માટે જરૂરી છે કે આ અવધિમાં જે કંઈ વિચારવામાં કે કરવામાં આવે એ

આત્મિક ક્ષેત્ર સાથે સંબંધિત રહે. જેટલા સમય સુધી આ શક્ય બને છે, તેટલું એમ સમજવામાં આવે છે કે ઉપાસનાનો ઉપક્રમ સારી રીતે ચાલી રહ્યો છે.

ઉપાસનાનો પૂર્વાર્ધ (૧) સ્વાધ્યાય, (૨) સત્સંગ, (૩) ચિંતન અને (૪) મનન છે. આમાં આત્મસમીક્ષા, આત્મસુધાર, આત્મનિર્માણ અને આત્મવિકાસના સંદર્ભમાં વિભિન્ન સમસ્યાઓનું સ્વરૂપ અને સમાધાન સમજવાનો પ્રયત્ન કરવામાં આવે છે. આને સાધનાનું તત્ત્વજ્ઞાન તથા દર્શન પક્ષ કહી શકાય. બ્રહ્મવિદ્યાનું આખું કલેવર આ પ્રશૈક્ષણિક આવશ્યકતાની પૂર્તિ માટે જ ઊભું કરવામાં આવ્યું છે. કથા-પ્રવચનોનો આ જ ઉદ્દેશ્ય છે.

ઉપાસનાનો ઉત્તરાર્ધ એ છે, જેને કર્મકાંડ ઉપચારની સાથે પૂર્ણ કરવામાં આવે છે. એનાં પણ ચાર ચરણ છે - (૧) પવિત્રીકરણ, (૨) દેવપૂજન, (૩) જપ અને (૪) ધ્યાન. મોટેભાગે આ ચારે વર્ગોમાં જ સાધના વિધિવિધાન આવી જાય છે. રુચિ ભિન્નતા અને વિશેષ પરિસ્થિતિને કારણે વિભિન્ન પ્રકારનાં સાધન-વિધાન બનતાં રહ્યાં છે, પરંતુ એ બધાં જો વર્ગીકૃત કરવાનાં હોય તો ચારમાં એ બધાનો સમાવેશ થઈ શકે છે.

પવિત્રીકરણમાં નદી સરોવરોમાં સ્નાન, શરીર-શુદ્ધિ, વસ્ત્રશુદ્ધિ, ઉપરકરણશુદ્ધિ વગેરેનો સમાવેશ છે. પૂજા ઉપચાર આરંભ કરતાં પહેલાં આત્મશોધન માટે માર્જન, આચમન, પ્રાણાયામ, ન્યાસ, અધમર્ષણ વગેરે ક્રિયાઓ પૂર્ણ કરવી પડે છે.

દેવપૂજનમાં પ્રતિમા પૂજન, ષોડશોપચાર, સ્તવન, અભિષેક, આરતી, પરિક્રમા, મંદિર દર્શન, સૂર્યાર્ચદાન, કળશ સ્થાપન, દીપ સ્થાપન, હવન વગેરે કાર્યોનો સમાવેશ થાય છે.

જપમાં મંત્રોના રૂપમાં આવતા શબ્દસમૂહોનું

રટણ, પુનરાવૃત્તિ, કીર્તન, માનસિક જાપ, સોહમ્નો અજપાજપ, અખંડ પારાયણ, ગ્રંથપાઠ વગેરેની ગણના થાય છે. ધ્યાનમાં બિંદુયોગ, લયયોગ, નાદયોગ, ચક્રવેધન, પંચકોશ સાધના, પ્રાણયોગ વગેરે સાધનાઓ આવે છે, જેમાં ચિંતનને એક વિશિષ્ટ દિશાધારામાં પ્રવાહિત કરવું પડે છે.

આ પ્રમાણે સમગ્ર યોગનાં આઠ અંગ છે. ભગવતી સાધનામાં દુર્ગાની આઠ ભુજાઓના રૂપમાં શાસ્ત્રકારોએ એનું જ નિરૂપણ કર્યું છે.

જોવાનું એ છે કે આ આઠેય ક્રિયા-કૃત્યોથી કેવી રીતે વ્યક્તિત્વનો નિષ્કાર અને વિકાસ સંભવ બને છે. મનુષ્યમાં દેવત્વના ઉદય માટે આ વિધિ-વિધાનોનો કેવી રીતે, કયા મર્મસ્થળ પર શો પ્રભાવ પડે છે ? સામાન્ય દષ્ટિએ આ બધા ઉપચાર જાદૂ જેવા લાગે છે અને પ્રતીત થાય છે કે આમાં કોઈ રહસ્યમય પ્રક્રિયા ભરી હશે, પરંતુ વાસ્તવિકતા એવી નથી. સાધના વિધિઓને પ્રતીક પૂજા કહેવામાં આવી છે. આ ક્રિયા-કૃત્યોમાં ચિંતન અને કર્તૃત્વને ઉત્કૃષ્ટતા તરફ વાળવાની ભાવભરી પ્રેરણાઓનો સમાવેશ છે. આ પ્રેરણાઓને જેટલી વ્યવહારિક જીવનમાં ઉતારવામાં આવે છે, તેટલી માત્રામાં અંતરની દિવ્ય શક્તિઓનો વિકાસ થાય છે અને એ વિકાસ મુજબ સિદ્ધિઓ અને વિભૂતિઓનાં ચમત્કારિક પરિણામ સામે આવે છે.

પવિત્રીકરણમાં જળસિંચન, ત્રણ આચમન, ન્યાસ, અધર્મર્ષણ પ્રાણાયામ આવે છે. એમાં જળ, વાયુ અને અંગ-સ્પર્શના માધ્યમથી અંતરંગ અને બહિરંગની પવિત્રતા ધારણ કરવાનો નિર્દેશ છે. શારીરિક વિકાર અને માનસિક પાપ જ આત્મિક પ્રગતિના પ્રમુખ અવરોધક છે. એને દૂર કરવાથી, વધુ સ્વચ્છતા અપનાવવાથી અંતરાત્મામાં ભગવાનની અનુકંપા તથા દિવ્ય સમર્થતાનું અવતરણ શક્ય બને છે. આ તથ્ય સમજાવવા અને સ્વીકારવા માટે પવિત્રીકરણના પાંચેય ઉપચાર છે.

બીજો ઉપચાર દેવપૂજન છે. એનું તાત્પર્ય છે દેવત્વના ગૌરવનો સ્વીકાર કરવો અને એની આગળ

નતમસ્તક થવું, પક્ષધર બનવું. મોટેભાગે સામાન્ય જીવન દૈત્ય ઉપાસક જ રહે છે. દૈત્ય એટલે વૈભવ, સુવિધા સાધન, લોભ, લાલચનું તુષ્ટીકરણ. આ કુચકમાં બધો શ્રમ અને મનોયોગ એળે જાય છે. દેવત્વની કલ્પના ભલે થતી રહે, પરંતુ એના પરિપોષણ માટે કશું બચતું નથી. આ પશુ પ્રવૃત્તિને ઉલટાવવાનો સંકલ્પ જ દેવપૂજન છે. દેવતાની પ્રતિમાઓ પાછળ આદર્શો જ આદર્શો ભરેલા છે. પ્રતિમાઓ એક પ્રકારનાં પુસ્તકો છે, જેની આકૃતિઓ અને પ્રવૃત્તિઓના સમૂહ દ્વારા એ જ બતાવવામાં આવ્યું છે કે દેવાનુયાયીનું ચરિત્ર અને ચિંતન કેવું હોવું જોઈએ.

દેવપૂજનમાં જે ઉપચાર વસ્તુઓ કામમાં આવે છે એ પણ સદ્ગુણોનું જ પ્રતિનિધિત્વ કરે છે. અને એને અપનાવનાર ઉપર દેવકૃપા વરસવાનું તથ્ય પ્રગટ કરે છે. જળ અર્થાત્ પવિત્રતા, તરલતા. પુષ્પ અર્થાત્ કોમળતા - સુષમા. ચંદન અર્થાત્ ઉદારતા, શ્રદ્ધા. દીપક અર્થાત્ પરમાર્થ-પરાયણતા, પ્રકાશ, પ્રજ્ઞા. નૈવેદ્ય અર્થાત્ મધુરતા, અંશદાન, નિષ્ઠા. અર્ધદાન-શ્રેષ્ઠતા પરત્વે સમર્પણ-વિસર્જન. દેવતા સામે આ ઉપચારોને પૂજાસામગ્રીના રૂપમાં પ્રસ્તુત કરવાનું તાત્પર્ય એ છે કે દેવતાની કૃપા પ્રાપ્ત કરવા માટે આ સત્પ્રવૃત્તિઓને અપનાવવાની અનિવાર્ય શરત છે, જે પૂરી કરવા માટે સતત પ્રયત્ન કરવા જોઈએ.

જપનો અર્થ છે - અનવરત અને અથાગ પ્રયાસ તથા અભ્યાસની નિરંતર પુનરાવૃત્તિ. મોટેભાગે એક કામ ઉપરથી મનુષ્યનું મન જલદી કંટાળી જાય છે અને નવીનતાની શોધ કરવા લાગે છે. ચંચળતાની આ વાનરવૃત્તિ મહાન કાર્યો માટે આવશ્યક અભ્યાસી બનવા દેતી જ નથી. ઉચ્ચસ્તરીય કાર્યોમાં બાળકીડા જેવાં કૌતુક પણ નથી હોતાં. એ સાધારણ મનઃસ્થિતિને નીરસ જેવાં લાગે છે. તેથી જ ક્ષમતાસંપન્ન વ્યક્તિ કોઈ મહત્વપૂર્ણ કાર્ય નિરંતર અભ્યાસ કરતા ન હોવાથી કરી શકતા નથી. આરંભ કરે તો પણ મન કંટાળી જવાથી એ થઈ શકતું નથી. આ મોરચા એ જ જીતી શકે છે જેણે મન જીતી લીધું હોય. કહેવાય છે કે જે પોતાના ઉપર વિજય

સેવ્ય છે, એ બીજાઓને, સંસારને જીતી શકે છે. અહીં ક્ષત્રીજપની જ ચર્ચા છે. આનો અભ્યાસ જપના માધ્યમથી સારી રીતે થઈ શકે છે. એક જ રટણ ધીરજતાથી લાંબા સમય સુધી કરતા રહેવાથી કંઈક નવું શોધતી ઉછળકૂદ કરતી વાનરવૃત્તિ ઉપર નિયંત્રણ આવે છે અને એ પ્રવૃત્તિ જાગે છે, જે અનુસાર નીરસ દેખાતાં મહાન કાર્યો પર ધીરજપૂર્વક ચિત્તવૃત્તિઓને કેન્દ્રિત કરી શકાય છે. આ ચિત્તવૃત્તિઓનો નિરોધ જ મહર્ષિ પતંજલિ મુજબ યોગ છે. યોગ સાધનાનું પ્રથમ ચરણ જપ માનવામાં આવેલ છે, જેથી શરીર અને મન બન્નેને ધીરજથી નિરંતર ક્રમથી એક જ કાર્ય કરતા રહેવાનો સ્વભાવ બની જાય છે. મહત્વપૂર્ણ કાર્ય કરવા માટે આ અભ્યાસ ખૂબ જ આવશ્યક છે.

જપ પછીનું બીજું ચરણ છે — ધ્યાન. શારીરિક ગતિવિધિઓને જપ દ્વારા સતત ઉદ્દમશીલ રહેવા માટે પ્રશિક્ષિત-કુશળ બનાવવામાં આવે છે. એનું પછીનું ચરણ છે મન-મગજ. ચિંતનને એક કેન્દ્ર પર નિયોજિત કરી રાખવું, એક દિશાધારામાં સંબદ્ધ રાખવું, આ જ છે ધ્યાનધારણાનો ઉદ્દેશ્ય. મનમાં કેવી પ્રચંડ શક્તિ ભરી છે પરંતુ એ વેરવિખેર થવાથી અસ્તવ્યસ્ત અને નષ્ટ-ભ્રષ્ટ થતી રહે છે. જો એકાગ્રતા આવી જાય તો સામાન્ય સ્તરનો મનુષ્ય પણ વિદ્યાધ્યયન, અનુભવ-સંપાદન, શોધકાર્ય, વિશિષ્ટ કળાકૌશલ્યોનું ઉપાર્જન જેવી ચમત્કારી સફળતાઓ પ્રાપ્ત કરી શકે છે. એકાગ્રતા સાધી શકતી વ્યક્તિ જ વૈજ્ઞાનિક, કલાકાર, સાહિત્યકાર, યોગ નિષ્ણાત થતા જોવા મળે છે. સાંસારિક પ્રયોજનોમાં પણ મહત્વપૂર્ણ કાર્ય પૂર્ણ કરવામાં એકાગ્રતાના અભ્યાસની જ મુખ્ય ભૂમિકા રહે છે.

અંતર્જગતની વિભૂતિઓ બાહ્ય જગતની સંપદાઓથી પણ વધારે મૂલ્યવાન છે. સમષ્ટિગત ભૌતિક સંપદાઓ જળ, થળ અને આકાશમાંથી કાઢવાની હોય છે; પરંતુ વ્યક્તિને વિભૂતિવાન બનાવવા માટે જે દિવ્ય ઉપલબ્ધિઓની આવશ્યકતા હોય છે એ પોતાની અંદર જ શોધી શકાય છે. દષ્ટિકોણ,

માન્યતાઓ, આસ્થાઓ, ઇચ્છાઓ, ટેવો, ઉર્જાઓ વગેરેની ભાવસંવેદનાઓ મળીને જ વ્યક્તિને ઢાળે છે અને એ જ આંતરિક વૈભવના આધારે મનુષ્યનું બાહ્ય જીવન બને છે. પછાતપણું અને પ્રગતિશીલતાનું ઉદ્દગમકેન્દ્ર અંતઃક્ષેત્રમાં જ પ્રગટ અને પ્રવાહિત થાય છે. દાટેલા ખજાનાની જેમ મનુષ્યજીવનની વાસ્તવિક અને બહુમૂલ્ય સંપદાઓ એના અંતઃક્ષેત્રમાં જ ભરેલી પડી છે. એમને જાણવા, ખોદવા, ઉપસાવવા અને વિકસિત, પરિષ્કૃત કરવાનું વિજ્ઞાન જ ધ્યાન-યોગ છે. ધ્યાનને અંતર્જગતના અંધારામાં ફેંકવા માટેની સર્ચલાઈટ કહેવામાં આવેલ છે. જેના આધારે એ દિવ્ય ક્ષેત્રની સ્થિતિને જાણવાનું અને વિખરાયેલી દિવ્ય સંપદાઓને ભેગી કરવી શક્ય બને છે.

આત્મ-નિરીક્ષણ, આત્મ-સુધાર, આત્મ-નિર્માણ અને આત્મ-વિકાસનો સમૂહ જ આત્મિક પ્રગતિ છે. એ માર્ગ પર ચાલીને અપૂર્ણતાનું પૂર્ણતામાં રૂપાંતર અને લક્ષ્યપ્રાપ્તિમાં સફળ થવાનું સંભવિત છે. એ પ્રસંગના બધા ક્રિયા-કલાપ અંતર્જગતમાં જ કરવાના હોય છે અને એ માટે માનસિક એકાગ્રતાનો પ્રખર ઉપયોગ જ કારગત સિદ્ધ થાય છે. ધ્યાન દ્વારા આ જ ચેતનાત્મક પ્રખરતા પ્રાપ્ત થાય છે અને એ દ્વારા અંતર્જગતમાં ઉપયોગી પરિવર્તન પરિષ્કાર કરવો શક્ય બને છે.

ગાયત્રી ઉપાસનાનો ઉત્તરાર્ધ આત્મ-શોધન, દેવ-પૂજન, જપ અને ધ્યાન છે — આ ચારેયનો ઉપયોગ આત્મ-નિર્માણ માટે ક્રિયા-યોગના રૂપમાં કરવામાં આવે છે. એને પૂર્વાર્ધનો, સ્વાધ્યાય-સત્સંગ, મનન-ચિંતનનો જ પૂરક માનવો જોઈએ, વ્યક્તિત્વના વિકાસને જ ભૌતિક અને આત્મિક સંપદાઓનું, રિદ્ધિ-સિદ્ધિનું કેન્દ્ર માનવામાં આવ્યું છે. એ પ્રયોજનની પૂર્તિમાં ગાયત્રી ઉપાસનાનું તત્ત્વજ્ઞાન અને વિધિવિધાન અસાધારણ રૂપે સહાયક સિદ્ધ થાય છે.

બનો ન ફેશન કે દિવાને,
કરો આચરણ મત મન માને.

જપ કરવાથી શું થાય છે ?

ગાયત્રી મંત્રના વિજ્ઞાનને સમજો. મંત્રનું નિર્માણ એ ધ્યાનમાં રાખીને કરવામાં આવ્યું છે કે મંત્ર ધ્વનિઓનું ઉચ્ચારણ કયા સ્તરનું શક્તિ કંપન પેદા કરે છે અને એનો જપકર્તા પર, બાહ્ય વાતાવરણ પર તથા ઈચ્છિત પ્રયોજન પર શું પ્રભાવ પડે છે ? વસ્તુતઃ જપથી -

(૧) શરીરમાં રહેલાં ચક્ષુ, ઉપત્ત્યાઓ અને ગ્રંથિઓની શક્તિ વધે છે.

(૨) વ્યક્તિમાં ભૌતિક પ્રતિભા અને આત્મિક દિવ્યતા વિકસિત થાય છે.

(૩) અલૌકિક ક્ષમતાઓ પ્રાપ્ત થાય છે.

(૪) નિરંતર જપ કરવાથી ધ્વનિના પ્રભાવોત્પાદક ચેતન તત્ત્વ જ્યાં પણ અથડાય છે ત્યાં ચેતનાત્મક ઊથલપાથલ ઉત્પન્ન કરે છે.

(૫) મંત્ર જપની બેવડી પ્રક્રિયા હોય છે - એક અંદર; બીજી બહાર. તેલની ધારની જેમ નિરંતર જપ એક પ્રકારનું ધર્ષણ પેદા કરે છે, જેથી સૂક્ષ્મ શરીરમાં ઉત્તેજના પેદા થાય છે. ચેતનામાં પરિવર્તન થાય છે.

(૬) જપ અને ધ્યાનના સંયોગથી માનસિક શક્તિઓ સંકોચાવા લાગે છે. એ વિખરાતી અટકે છે.

(૭) ક્યારેક ક્યારેક મન, જપ કરતાં કરતાં અચેતનની કોઈ ઘટનામાં રમવા લાગે છે. ભટકી જાય છે. ત્યારે એવા વિચારો ઊઠવા લાગે છે, જેથી ગ્લાનિ ઉત્પન્ન થાય છે. આવી અવસ્થામાં ભટકવું નહીં કે નિરાશ થવું નહીં, બલકે મનની આવી ઉછળકૂદને ગણકારો નહીં. પોતાના આત્મતત્ત્વ પર વિચાર કરવો. મન શાંત થવા લાગશે.

(૮) જપથી આત્મતેજ વધે છે. એની પ્રચંડતાથી વિકારો અને પાપોનો નાશ થાય છે, તેમજ એની ઊર્જાથી દેવી તત્ત્વોનો વિકાસ થાય છે.

(૯) ગાયત્રી મંત્રના જપથી મગજનું એવું શુદ્ધીકરણ થઈ જાય છે કે થોડા વખત પહેલાં જે વાતો અત્યંત આવશ્યક અને મહત્ત્વપૂર્ણ લાગતી હતી તે પછીથી અનાવશ્યક અને અનુપયુક્ત લાગે છે.

(૧૦) અનુષ્ઠાન દ્વારા આવાં અજ્ઞાત પરિવર્તન થાય છે, જેથી દુઃખ અને ચિંતાઓથી પીડાતો મનુષ્ય થોડા સમયમાં જ સુખ-શાંતિનું જીવન વીતાવી શકે એવી સ્થિતિમાં પહોંચી જાય છે.

(૧૧) સંકટ સમયે વિપદાઓને હલ કરવાનો રસ્તો આપોઆપ મળી આવે છે.

(૧૨) સાધકનું પોતાના ઉપર નિયંત્રણ એટલું ઊંચું થઈ જાય છે કે આત્મસાધના પોતાની મેળે જ પૂરી થવા લાગે છે.

(૧૩) આપણે ઉત્કૃષ્ટ જીવન જીવવા તથા પોતાનો આત્મપરિષ્કાર કરવા માટે જપ કરવો જોઈએ.

(૧૪) જપનું તત્ત્વદર્શન આપણા જીવનનું એક અંગ બની જાય, આપણા વિચારો અને કાર્યોમાં ઝળકવા લાગે એ જ જપની સાર્થકતા છે.

(૧૫) સદાચારી અને પરોપકારી પ્રકૃતિના મનુષ્ય જ સાધનામાં સફળ થાય છે.

(૧૬) દુરાચારી અને દુર્વ્યસની સાધના કરવા છતાં ખાલી હાથ રહે છે.

(૧૭) સાધનાનો આહાર સદાચાર છે.

પ્રેમસ્વરૂપ રહો એટલે તમારી મરજી પ્રમાણે બધાય નિયમો બંધાશે અને કાળ તમારી મરજી પ્રમાણે ચાલશે. હૃદયમંદિરમાં પ્રેમદીપિકા બળતી રાખો એટલે અશુદ્ધ કે અમંગળ કઈ તમારી પાસે આવી શકશે નહિ અને સર્વ સિદ્ધિઓ પ્રાપ્ત થશે. એ પવિત્ર પ્રેમને માટે એવો કયો ચમત્કાર છે કે જે અસંભવિત હોય ?

સુપાત્ર સાધકને જ દૈવી પરદાન

એક વાર રામકૃષ્ણ પરમહંસને એક શિષ્યે પૂછ્યું, “ગુરુદેવ ! શું કારણ છે કે એક વ્યક્તિ એક મંત્ર, એક ઉપાસના-પ્રક્રિયા અપનાવીને એક ચમત્કારી સામર્થ્ય પ્રાપ્ત કરી લે છે, રિદ્ધિઓ, સિદ્ધિઓનો સ્વામી બની જાય છે, જ્યારે બીજી વ્યક્તિને કોઈ વિશેષ લાભ નથી મળી શકતો ?” પરમહંસે જવાબમાં એક કથા સંભળાવી, જે આ પ્રમાણે હતી — “કોઈ રાજ્યના મંત્રીએ પોતાના જપ, તપથી વિશેષ આધ્યાત્મિક શક્તિ મેળવી લીધી. એની ચમત્કારી વિશેષતાઓની સૂચના રાજાને મળી. રાજાએ મંત્રીને બોલાવીને રહસ્ય પૂછ્યું તો એણે બતાવ્યું, આ બધું ગાયત્રી મંત્રની ઉપાસનાનો ચમત્કાર છે. એની ઉપાસના, સાધનાથી બધું જ પ્રાપ્ત કરવું સંભવ છે. રાજા પણ મંત્ર અને સંબંધિત વિધિ-વિધાન પૂછીને ઉપાસના કરવા લાગ્યા. એક વર્ષ સુધી એ તપ કરતા રહ્યા, પરંતુ એમને એ ઉપલબ્ધિઓ ન મળી શકી જે મંત્રીને મળી હતી. નિરાશ થઈ એક દિવસ મંત્રીને બોલાવીને કારણ પૂછ્યું. મંત્રીએ જવાબ આપવાને બદલે રાજ્યના એક કિશોરવયના છોકરાને બોલાવ્યો અને કહ્યું — “બેટા ! રાજાના ગાલ પર એક તમાચો લગાવ.” પોતાની આજ્ઞાને મંત્રીએ વારંવાર કહી, પરંતુ બાળક પોતાના સ્થાનેથી જરા પણ ખસ્યો નહીં. મંત્રીની ધૃષ્ટતા અને ઉદ્વેગને જોઈ રાજાનો ચહેરો તમતમી ઊઠ્યો. એમણે છોકરાને કડક સ્વરમાં નિર્દેશ કર્યો — “આ મંત્રીને બે તમાચા માર” છોકરાએ તરત બે તમાચા લગાવી દીધા. રાજાનો ચહેરો હજી પણ ક્રોધના આવેશમાં તમતમી રહ્યો હતો.

મંત્રીએ નમ્રતાથી જવાબ આપ્યો, “રાજન્ ! ધૃષ્ટતા માટે ક્ષમા કરશો. આ બધું આપના સમાધાન માટે કરવામાં આવ્યું હતું. આપના સવાલનો આ જ

જવાબ છે. વાણી દ્વારા કહેવામાં આવેલ વાત યોગ્ય વ્યક્તિની જ માનવામાં આવે છે. મંત્રજપથી પાત્રતા વિકસિત થયા બાદ જ ચમત્કાર થઈ શકે છે.”

આ કથા સંભળાવ્યા બાદ રામકૃષ્ણ પરમહંસે કહ્યું — “ઉપાસનાનું, મંત્રજપનું ચમત્કારી પ્રતિક્રમ એમને જ મળી શકે છે જેમણે પોતાના ગુણ, કમ, સ્વભાવને પરમાત્માને અનુરૂપ ઢાળી લીધાં છે.”

સંત જ્ઞાનેશ્વરમાં જ્યાં જ્ઞાન, વિવેક, સદાશયતા અને સહિષ્ણુતાની લૌકિક વિશેષતાઓ જોવા મળતી હતી, ત્યાં અલૌકિક સ્તરની રિદ્ધિ-સિદ્ધિઓ અને ચમત્કારો ઝાંખી પણ જોવા મળતી નથી. એક બહેન એમની આ ઉપલબ્ધિઓથી વિશેષ પ્રભાવિત થઈ સાધના કરવા લાગી. થોડા સમય સુધી ઉપાસના કર્યા પછી જ્યારે એને કોઈ ઉપલબ્ધિ ન થઈ તો એ સંત પાસે જઈને બોલી — “દેવ ! ભગવાન પણ બહુ પક્ષપાતી છે. એ કોઈ કોઈને તો રિદ્ધિ-સિદ્ધિઓનો સ્વામી બનાવી દે છે અને કોઈને તો કશું આપતો નથી.” સંત જ્ઞાનેશ્વર હસ્યા અને બોલ્યા — “બહેન, એમ નથી. ભગવાન વિશિષ્ટ વિભૂતિઓ સત્પાત્રોને આપે છે.” બહેને કહ્યું — “પાત્રતા વિકસિત કરીને કોઈપણ એને પ્રાપ્ત કરી શકે છે, તો એમાં ભગવાનની શું વિશેષતા રહી ? એણે તો બધાને સરખું અનુદાન આપવું જોઈએ.” સંત એ વખતે તો ચૂપ રહ્યા, પરંતુ બીજા જ દિવસે એમણે સવારે મોહલ્લાની એક મૂર્ખ વ્યક્તિને એ મહિલા પાસે એમ કહીને મોકલી કે એની પાસેથી સોનાનાં આભૂષણો માંગી લઈ આવો.

મૂર્ખ વ્યક્તિએ જઈને આભૂષણ માંગ્યાં. એ બહેને ધમકાવીને એને આભૂષણ આપ્યા વગર ભગાડી દીધો. થોડી વાર પછી સંત જ્ઞાનેશ્વર પોતે એ સ્ત્રી પાસે ગયા

અને બોલ્યા – “તમે એક દિવસ માટે પોતાનાં આભૂષણ મને આપી દો. આવશ્યક કામ થયા બાદ પાછાં આપીશ.” બહેને કોઈ પ્રશ્ન પૂછ્યા વગર સંદૂક ખોલી અને સહર્ષ પોતાનાં કીમતી આભૂષણ સંતને સોંપી દીધાં. આભૂષણ હાથમાં લઈને સંતે પૂછ્યું, “હમણાં જે બીજી વ્યક્તિ આવી હતી, એને આભૂષણ કેમ ન આપ્યાં?” સ્ત્રી બોલી – “એ મૂર્ખને આભૂષણ કેવી રીતે આપું?” સંત જ્ઞાનેશ્વર બોલ્યા – “બહેન ! જ્યારે તમે સામાન્ય જેવાં આભૂષણ વિચાર કર્યા વગર કુપાત્રને આપી શકતાં નથી, તો પરમાત્મા તેનાં દિવ્ય અનુદાનો કુપાત્રને કેવી રીતે આપી શકે ? એ તો વારંવાર એ વાતની પરીક્ષા કરે છે કે જેને અનુદાન આપવામાં આવી રહ્યું છે, એમાં પાત્રતા છે કે નહીં?”

પાત્રતાના અભાવે સાંસારિક જીવનમાં પણ ક્યાં કોઈને કશું વિશેષ ઉપલબ્ધ થઈ શકે છે ? પોતાનો સગો પુત્ર હોવા છતાં એક પિતા મૂર્ખ, બેજવાબદાર પુત્રને તેની વિપુલ સંપત્તિ સોંપતો નથી. વિશિષ્ટ સરકારી સેવાઓમાં યોગ્યતાની કસોટીઓમાં પાસ થયા પછી નિમણૂક કરવામાં આવે છે. કોઈપણ વ્યક્તિ નિર્ધારિત કસોટીઓ ઉત્તીર્ણ કરીને વિશિષ્ટ સ્તરની સફળતા પ્રાપ્ત કરી શકે છે. માત્ર માંગતા રહેવાથી કશું નથી મળતું, દરેક ઉપલબ્ધિ માટે મૂલ્ય ચૂકવવું પડે છે. બજારમાં જુદા જુદા પ્રકારની વસ્તુઓ દુકાનોમાં સજાવેલી હોય છે, પરંતુ એમને કોઈ મફતમાં ક્યાં પ્રાપ્ત કરી શકે છે ? પ્રાર્થના-વિનંતી કરનારા તો ભીખ જેવી નગણ્ય ઉપલબ્ધિ જ મેળવી શકતા હોય છે. પાત્રતાના આધાર પર શિક્ષણ, નોકરી, વ્યવસાય વગેરે ક્ષેત્રોમાં પણ વિભિન્ન સ્તરની ભૌતિક ઉપલબ્ધિઓ હસ્તગત કરતા સર્વત્ર જોઈ શકાય છે.

અધ્યાત્મ ક્ષેત્રમાં પણ આ જ સિદ્ધાંત લાગુ પડે છે. ભૌતિક ક્ષેત્રની તુલનામાં અધ્યાત્મનાં પ્રતિફળ કેટલાય ગણાં વધુ મહત્વપૂર્ણ, સામર્થ્યવાન અને ચમત્કારી છે. કોઈ કોઈ મહાપુરુષોમાં એ ચમત્કારી વિશેષતાઓને જોઈ અને સાંભળી દરેક વ્યક્તિના મોઢામાં પાણી આવી જાય છે તથા એમને પ્રાપ્ત કરવા

માટે મન લલચાય છે, પરંતુ અભીષ્ટ સ્તરનો આધ્યાત્મિક પુરુષાર્થ ન કરી શકવાને કારણે એ ઈચ્છાની આપૂર્તિ નથી થઈ શકતી. પાત્રતાના અભાવમાં અધિકાંશને દિવ્ય આધ્યાત્મિક વિભૂતિઓથી વંચિત રહી જવું પડે છે, જ્યારે પાત્રતા વિકસિત થયા પછી માંગ્યા વિના જ તે સાધક પર વરસે છે. એમને કોઈ પ્રકારની પ્રાર્થના વિનંતી કરવી પડતી નથી. દૈવી શક્તિઓ પરીક્ષા તો લે છે, પરંતુ પાત્રતાની કસોટી પર સાચા સિદ્ધ થનારાઓને મુક્ત હસ્તે અનુદાન પણ આપે છે. જેઓ લૌકિક કામનાઓ, એષણાઓથી મુક્ત છે, નિસ્પૃહ અને ઉદાર છે, એમને જ મળતું હોય છે. જેમનું હૃદય દયા, કરુણાથી ઓતપ્રોત છે, ‘માતૃવત પર દારેષુ, આત્મવત્ સર્વભૂતેષુ’ની આસ્થાને જેમણે સાકાર કરી લીધી છે, એવા પર દેવ શક્તિઓ આપમેળે રિદ્ધિ-સિદ્ધિઓની વર્ષા કરે છે.

એ સાચું છે કે અધ્યાત્મનું, સાધનાનું પરમ લક્ષ્ય સિદ્ધિઓ, ચમત્કારોની પ્રાપ્તિ નથી, પરંતુ જે રીતે અભ્યાસમાં લાગેલા છાત્રને ડિગ્રીની ઉપલબ્ધિની સાથેસાથે બુદ્ધિની પ્રખરતાનું અતિરિક્ત અનુદાન સહજ રીતે મળતું રહે છે, એ જ રીતે આત્મોર્કષની પ્રયંસ સાધનામાં લાગેલા સાધકોને એ વિભૂતિઓનું અતિરિક્ત અનુદાન મળતું રહે છે. જેને લોકવ્યવહારની ભાષામાં સિદ્ધિ અને ચમત્કાર કહેવામાં આવે છે, પરંતુ ચમત્કારી હોવા છતાં પણ આ પ્રકાશની છાયા પાછળ પાછળ અનુગમન કરે છે. અંધકારની દિશામાં વધતાં છાયા આગળ આવી જાય છે. એને પકડવાનો પ્રયત્ન કરવામાં આવે તો પણ પકડમાં આવતી નથી. આવી જ રીતે પ્રકાશ અર્થાત્ દિવ્યતા તરફ, શ્રેષ્ઠતા તરફ, પરમાત્મપથ તરફ વધતાં છાયા અર્થાત્ રિદ્ધિ-સિદ્ધિઓ સાધકની પાછળ પાછળ ચાલવા લાગે છે. આથી વિપરીત એમની પ્રાપ્તિને જ લક્ષ્ય બનાવી ચાલતા રહેવાથી તો આત્મવિકાસની સાધનાથી વંચિત થઈ જવાથી એ પકડમાં આવતી નથી.

દિવ્યતા તરફ વધવાનો અર્થ છે – પોતાના ગુણ, કર્મ, સ્વભાવને એટલું પરિષ્કૃત, પરિમાર્જિત કરવું કે

આચરણમાં દેવત્વ પ્રગટ થવા લાગે, ઈચ્છાઓ, આકાંક્ષાઓ દેવ સ્તરની બની જાય, સંકીર્ણતા, સ્વાર્થ-પરકતા હલકી અને તુચ્છ લાગે, સમષ્ટિના કલ્યાણની ઈચ્છા અને ઉમંગ ઊઠે અને એમાં જ પોતાનું પણ હિત દેખાય, બીજાઓનું કષ્ટ, દુઃખ પોતાનું જ લાગવા માંડે અને એના નિવારણ માટે મન હઠ કરવા લાગે, બધા મનુષ્યો, સમસ્ત પ્રાણી પોતાની સત્તાનું અભિન્ન અંગ લાગવા માંડે. રિદ્ધિ-સિદ્ધિઓ, આત્મવિકાસની આ સ્થિતિ પર પહોંચેલા સાધકની દાસી બની જાય છે, પરંતુ આ અલૌકિક વિભૂતિઓને પ્રાપ્ત કર્યા પછી તેઓ એમનો પ્રયોગ ગમે ત્યારે પોતાના માટે અથવા સંકીર્ણ સ્વાર્થો માટે કરતા નથી. સંસારના કલ્યાણ માટે જ તેઓ એ શક્તિઓનો સદુપયોગ કરે છે.

સ્વામી રામકૃષ્ણ પરમહંસને કેટલીય ચમત્કારી વિભૂતિઓ પ્રાપ્ત હતી, પરંતુ એમણે ક્યારેય એમનો પ્રયોગ વ્યક્તિગત કાર્યો માટે કર્યો નહીં. બીજાઓનાં દુઃખ-દર્દ મટાડવા માટે ઘણી વખત એમણે પોતાની શક્તિનો પ્રયોગ કર્યો એ પ્રખ્યાત છે, અસાધ્ય રોગોથી પીડિત રોગીઓને ઘણી વખત ચમત્કારી લાભ મળ્યો. તેઓ પોતે ગળાના કેન્સરથી પરેશાન હતા. મર્મતક પીડા ગળામાં થતી રહેતી હતી. એક વખત એમની પાસે શશિધર ચૂડામણિ નામની એક વ્યક્તિ પહોંચી. એમણે કહ્યું — “આપ સમર્થ છો, ચાહો તો પોતાની સંકલ્પશક્તિનો પ્રયોગ કરીને પોતાના રોગને દૂર કરી શકો છો.” પરમહંસ બોલ્યા — “ઈશ્વરીય કાર્યો માટે મળેલી શક્તિનો પ્રયોગ મારા આ નશ્વર શરીર માટે કરું, એથી વધારે દુઃખની વાત બીજી ન હોઈ શકે. એ સ્ત્રાણના વિધાનનું ઉલ્લંઘન છે.”

જગદ્ગુરુ આદ્ય શંકરાચાર્ય યૌગિક સિદ્ધિઓ, વિભૂતિઓથી પરિપૂર્ણ હતા. દીનદુઃખીઓને એમની અલૌકિક વિશેષતાઓનો લાભ પણ મળતો રહેતો હતો. તેઓ પોતે ભગંદર રોગથી પીડિત હતા. ધર્મપ્રચાર માટે એમને સતત યાત્રા કરવી પડતી હતી. તે વખતે પરિવહન અને યાત્રાની આજ જેવી સુવિધા પણ નહોતી. પગપાળા ચાલીને જ લાંબાં અંતરો કાપવાં

પડતાં હતાં. એવામાં ભગંદરની પીડા મૃત્યુસમાન કષ્ટ આપતી હતી. સ્વયં કષ્ટ સહન કરતા રહ્યા, પરંતુ એમણે ક્યારેય એના નિવારણ માટે પ્રાપ્ત દૈવી શક્તિઓનો ઉપયોગ ન કર્યો.

પોતાના માટે કઠોર હોવા છતાં પણ મહાપુરુષ સમાજ, દેશ તથા માનવમાત્રના હિત માટે આ સંપદાઓનો ઉદારતાપૂર્વક ઉપયોગ કરતા જોઈ શકાય છે. એ દિવસોમાં સ્વામી વિવેકાનંદ ઈંગ્લેન્ડમાં હતા. જમશેદજી તાતા પણ ઉદ્યોગની તકનિકી જાણકારી પ્રાપ્ત કરવા માટે ઈંગ્લેન્ડના વિશેષજ્ઞો સાથે પરામર્શ કરવા ગયા હતા. એમને ભારતમાં એક એવા સ્થળની શોધ કરી હતી જ્યાં સ્ટીલ ઉદ્યોગ માટે પ્રચુર માત્રામાં કોલસો અને પાણીની સુવિધા ઉપલબ્ધ હોય. લક્ષ્ય હતું દેશને સમૃદ્ધ બનાવવાનું. કાર્ય અત્યંત અઘરું હતું. ભૂગર્ભમાં ધરબાયેલી સંપદાનો પરિચય આપવો કોઈ અતીન્દ્રિય ક્ષમતાસંપન્ન વ્યક્તિ દ્વારા જ શક્ય હતું. ઈંગ્લેન્ડમાં જ એમને સૂચના મળી કે સ્વામી વિવેકાનંદ ઉદ્બોધન આપવા માટે આવ્યા છે. એમની ખ્યાતિ તાતાએ પહેલાં જ સાંભળી હતી. વિનાવિલંબે સ્વામીજી પાસે પહોંચ્યા તથા સહજ અને નિર્મળ ભાવે પોતાનું મંતવ્ય રજૂ કર્યું. સ્વામીજીની તીક્ષ્ણ દષ્ટિએ તાતાનો પરામર્શ ભાવ સ્પષ્ટ જોઈ લીધો. એમણે તેમની સૂક્ષ્મ દષ્ટિથી તાતાને બિહારનું વર્તમાન જમશેદપુર સ્થળ બતાવ્યું. ઉલ્લેખનીય છે કે આ સ્થાન સ્ટીલ ઉદ્યોગના વિકાસમાં સર્વાધિક સિદ્ધ થયું.

ઉપાસના માર્ગ પર આરૂઠ સાધકોને દિવ્ય, અલૌકિક શક્તિઓ પણ મળે છે, પરંતુ એ મળવાનો આધાર એક જ છે — ઉપાસનાની સાથેસાથે પોતાની પાત્રતાનો વિકાસ કરવો. પાત્રતા અર્થાત્ પોતાના વ્યક્તિત્વને દૈવી ગુણો, દેવત્વથી પરિપૂર્ણ બનાવવું. આ સભવ થઈ શકે તો ચમત્કારો તરીકે ઓળખવામાં આવે છે તે વિભૂતિઓ આપમેળે દાસી બની શકે છે.

• • •

સાધનાની સફળતાનું રહસ્ય – વૃત્તિશોધન

મહારાજ પ્રિયવ્રત રાજકાજથી સંન્યાસ લેવા તથા શેષ જીવન ઈશ્વરપ્રાપ્તિ માટે કઠોર સાધનાઓમાં નિયોજિત કરવાનો નિશ્ચય કરી ચૂક્યા હતા. એ વેળા આવી ગઈ. સંન્યાસ દીક્ષા પૂરી થઈ. રાજ પુરોહિતે સંન્યાસ દીક્ષાની મહત્તા બતાવી. રાજકુમાર આગ્નીધ્ર પણ દીક્ષા સ્થળે ઉપસ્થિત હતા. જીવનનું સર્વોચ્ચ લક્ષ્ય છે – ઈશ્વરપ્રાપ્તિ. આ ઉદ્બોધનથી રાજકુમારના મનમાં ખળભળ મચી ગઈ. ‘ભોગ-વિલાસ થી યુક્ત રાજપાટ છોડી પિતાશ્રી આત્મોત્થાનનો શ્રેય માર્ગ અપનાવી રહ્યા છે. મારે પણ એ જ માર્ગનું અનુસરણ કરવું જોઈએ, આગ્નીધ્રના મનમાં આ વિચાર ધૂમરાવા લાગ્યો.

વિનીત સ્વરમાં એમણે મહારાજને નિવેદન કર્યું – “તાત ! સુખ-સંપન્નતા, રાજ્યવૈભવનો પરિત્યાગ કરી આપ જીવનમુક્તિ માટે તપ કરવા જઈ રહ્યા છો. તો પછી મારા જ પગમાં રાજ્યવૈભવનાં બંધન કેમ નાંખી રહ્યા છો ? મને પણ તમારી સાથે આવવાની આજ્ઞા આપો.” મહારાજ પ્રિયવ્રત એક કુશળ શાસક તો હતા જ, સાથે સૂક્ષ્મદર્શી પણ હતા. એમને ખબર હતી કે વૈરાગ્યનાં બીજ રાજકુમારમાં વિદ્યમાન છે, પરંતુ વર્તમાન દાયિત્વોની ઉપેક્ષા કરીને એકાંગી સાધનાનું અવલંબન લેવું દરેક દષ્ટિએ હાનિકારક છે. એમણે સમજાવ્યું – “તારા માટે એ જ ઉચિત છે કે તું અત્યારે પ્રજ્ઞની સેવા કરતાં કરતાં પોતાની વૃત્તિઓ પર નિયંત્રણ કરે. યોગ અને તપ માટે ઈન્દ્રિયો પર વિજય મેળવવો આવશ્યક છે. એના અભાવમાં અપરિપક્વ મનઃસ્થિતિનો સાધક ગમે ત્યારે સાધનાના માર્ગથી ભટકી શકે છે. રાજ્ય સુખો વચ્ચે રહીને મેં દીર્ઘકાળ સુધી આત્મસંયમની સાધના કરી છે. આ વયે પહોંચીને મેં લોકોત્તર જીવનની સાધનાનો નિર્ણય લીધો છે. તારે પણ ગૃહસ્થજીવનમાં કર્મયોગીની જેમ રહીને આત્મપરિષ્કારની સાધના કરવી જોઈએ.” એમ કહી મહારાજ પ્રિયવ્રતે રાજકુમારનો રાજ્યાભિષેક કર્યો અને પોતે સંન્યાસ ધર્મનો નિર્વાહ કરવા નીકળી પડ્યા.

એ વખતે તો આગ્નીધ્ર ચૂપ રહ્યા, પિતૃદેવને

જવાબ આપવાનું ઉચિત ન માન્યું, પરંતુ એમના ગયા પછી એક રાત્રે ચૂપચાપ ઊઠીને મન્દયાચલ પર્વત પર તપ કરવા નીકળી ગયા, રાજ્યસિંહાસન અને નવવિવાહિતા પત્ની છોડીને. મનમાં વૈરાગ્યની ભાવના હતી અને તપ વિશે નિષ્ઠા ધણ હતી, પરંતુ એ અપરિપક્વ હતી. યુવાવસ્થામાં ઈન્દ્રિયોનો આવેશ રોકવામાં આવ્યો હતો. દમનમાં ભટકી જવાની પૂરેપૂરી શક્તિ હોય છે. આગ્નીધ્રે ઉગ્ર તપશ્ચર્યાનો આરંભ કર્યો. ઈશ્વરચિંતન તથા ધ્યાનમાં એકાગ્રતા પ્રગાઢ થવા લાગી.

એક દિવસ મન્દયાચલ પર્વતની સૌંદર્યમયી છટા કંઈક વધારે લોભામણી લાગી રહી હતી. સધન વૃક્ષો પર ફેલાયેલી સ્વર્ણ લતાઓની લીલીછમ પ્રભા, કોયલની કૂક, મયૂરોનું નૃત્ય, કલહંસોનું કૂજન, કમલ પુષ્પનું હાસ્ય અને સુવાસ ફેલાવતી સૌરભ કંઈક એવી માદકતા પેદા કરી રહી હતી, કે આગ્નીધ્રની એકાગ્રતા ભંગ થઈ ગઈ. ચિત્ત વ્યગ્ર અને ચપળ થઈ ગયું. દમિત ઈન્દ્રિયાવેશ બમણા વેગથી ઊભરાયો. નેત્ર ખોલ્યાં તો સૌંદર્યની પ્રતિમૂર્તિ કામાભિસિક્ત બનાવતી કામિની સામે ઊભી ઊભી હાસ્ય કરી રહી હતી. યોગ અને તપનું લક્ષ્ય ભુલાઈ ગયું. દમિત કામવાસના પોતાના પૂરા વેગથી પ્રજ્વલિત થઈ ગઈ. મંત્રમુગ્ધ બનેલા આગ્નીધ્ર આસન પરથી ઊઠી કામિનીની પાછળ પાછળ ચાલવા લાગ્યા. આગળ આગળ એ સૌંદર્યની પ્રતિમૂર્તિ ચાલી રહી હતી અને પાછળ આગ્નીધ્ર એને અધીર સ્વરે પોકારતા જઈ રહ્યા હતા.

થોડેક દૂર જઈ એ સુંદરી વિલુપ્ત થઈ ગઈ. સામે હસતા ઊભા હતા મહાત્મા પ્રિયવ્રત, રાજકુમારના પિતાશ્રી. આ પરીક્ષા એમણે જ કરાવી હતી. એમણે સમજાવ્યું – “તાત ! ગૃહસ્થ જીવનમાં રહીને તથા રાજ્યના ઉત્તરદાયિત્વોનો નિર્વાહ કરતા રહીને આત્મ-પરિષ્કારની સાધના કરો. એમાં જ જીવનલક્ષ્યની પ્રાપ્તિ થશે.” રાજકુમારને પોતાની ભૂલ સમજાઈ. તત્ત્વદર્શી પિતાશ્રીની આજ્ઞા શિરોધાર્ય કરી એ કર્મયોગની સાધનામાં જોડાઈ ગયા.

ઈશ્વરનું ભજન કેવી રીતે કરવું જોઈએ ?

સામાન્ય રીતે બધાં જ ભગવાનનું નામ લેતા હોય છે, પરંતુ જ્યાં સુધી સાથેસાથે ભગવાનના આદેશોનું પાલન કરવાનું ધ્યાન રાખવામાં ન આવે, ત્યાં સુધી વિશેષ ફળ મળી શકતું નથી. ભગવાનના નામનો જપ કરવાની સાથે દસેય ઈન્દ્રિયોની કુવાસનાઓ ત્યાગીને ચિત્ત સદાચારી અને પવિત્ર બનાવીને પરમાત્માનું સ્મરણ કરવામાં આવે છે ત્યારે જ એનો સાચો લાભ મળે છે. નામ-જપ કરનારાઓ માટે શાસ્ત્રકારોએ દસ નામાપરાધ બતાવ્યા છે અને એનાથી બચતા રહેવાનો કઠોર આદેશ કર્યો છે. જેમ ઔષધિસેવન કરવાની સાથેસાથે પરેજી પાળવી પણ આવશ્યક છે, તેવી જ રીતે નામ-જપ કરનારે દસ નામાપરાધોથી બચવું પણ આવશ્યક છે. પરેજી ન પાળવાથી, કુપથ્ય કરવાથી સારી ઔષધિનું સેવન પણ નિષ્ફળ થઈ જાય છે, તે જ રીતે નામાપરાધ કરવાથી નામજપ પણ નિષ્ફળ થઈ જાય છે. દશઋતોથી, દસ નામાપરાધોથી બચીને રામનામ જપવાથી કોટિ યજ્ઞોનું ફળ પ્રાપ્ત થાય છે. એ દશ ઋતુ આ પ્રમાણે છે —

સાન્નિન્દાસ્તિ નામવૈભવ કથા શ્રીશેશયોર્ભેદધીરશ્રદ્ધા
ગુરુ શાસ્ત્ર વેદ વચને નામ્યર્થવાદભ્રમઃ ।
નામાસ્તીતિનિષિદ્ધ વૃત્તિ વિહિત ત્યાગૈહિ ધર્માન્તરૈઃ
સામ્યં નામ જપે શિવસ્ય ચ હરેર્નામાપરાધા દશ ॥

(૧) સન્નિદા (૨) અસતિ નામ વૈભવકથા
(૩) શ્રીશેશયોર્ભેદધીઃ (૪) અશ્રદ્ધા ગુરુ વચને
(૫) શાસ્ત્ર વચને (૬) વેદ વચને (૭) નામ્યર્થવાદ
ભ્રમઃ (૮) નામાસ્તીતિ નિષિદ્ધ વૃત્તિ (૯) વિહિત ત્યાગ
(૧૦) ધર્માન્તરે સામ્યમ્ — આ દસ નામાપરાધ કે
ઋત છે, એને ત્યાગવાથી નામ-જપનું કોટિ યજ્ઞ જેવું
ફળ પ્રાપ્ત થાય છે. આ દસેયનો ખુલાસો નીચે મુજબ
કરવામાં આવે છે :

(૧) સત્ નિંદા : સત્પુરુષોની, સજ્જનોની,

સત્યની, સાચાં કાર્યોની, સત્ સિદ્ધાંતોની કોઈ સ્વાર્થ-
ભાવથી પ્રેરિત થઈ નિંદા કરવી. સત્ય પર ચાલવાની,
સત્ સિદ્ધાંતોને અપનાવવાનો કોઈ લોભ કે ભયને
કારણે સાહસ ન થઈ શકે, તો લોકો પોતાની કમજોરી
છુપાવવા માટે સત્ય વાતનો કે સત્ પુરુષોનો જ કોઈ
ખોટા આધાર પર વિરોધ કરવા લાગે છે, આ
'સન્નિન્દા' છે. શત્રુના કથનમાં પણ સત્ય હોય તો
એની પ્રશંસા તો કરવી જ જોઈએ.

(૨) અસતિ નામ વૈભવકથા : અસત્યના આધારે
મોટી બનેલી વ્યક્તિઓ કે સિદ્ધાંતોના નામ કે વૈભવની
પ્રશંસા કરવી. કેટલીય જૂઠી, પાપંડી, અત્યાચારી
વ્યક્તિ પોતાની ધૂર્તતાના આધારે મોટી કહેવાવા લાગે
છે. એમના વૈભવથી આકર્ષિત થઈ એમની પ્રશંસા
કરવી કે એમના વૈભવનું લોભામણું વર્ણન કરવું ત્યાજ્ય
છે. અસત્યની નિંદા સદાય થવી જ જોઈએ, જૂઠના
સહારે મળેલી સફળતાઓનું અનુકરણ કરવાનો લોભ
પેદા થાય એવી રીતે સમજવું કે સમજાવવું એ
નામાપરાધ છે.

(૩) શ્રીશેશયોર્ભેદધી : વિષ્ણુ, મહાદેવ અને
દેવતાઓમાં ભેદ બુદ્ધિ રાખવી, એમને જુદા-જુદા
માનવા. એક જ સર્વવ્યાપક સત્તાની વિભિન્ન
શક્તિઓનાં નામ જ દેવતા કહેવાય છે. વસ્તુતઃ
પરમાત્મા જ એક દેવ છે. અનેક દેવોના અસ્તિત્વના
ભ્રમમાં પડવું નામ-જપ કરનાર માટે યોગ્ય નથી.

(૪) અશ્રદ્ધા ગુરુ વચને : સદ્ગુરુ, તત્ત્વદર્શી,
નિઃસ્પૃહ, આપ્તપુરુષોના વચનોમાં અશ્રદ્ધા રાખવી,
વિરોધ ન કરવા છતાં ઉદાસીન રહેવું અશ્રદ્ધા કહેવાય
છે. સદ્ગુરુઓના લોક-હિતકારી, સદ્વચનોમાં શ્રદ્ધા
રાખવી જોઈએ.

(૫) અશ્રદ્ધા શાસ્ત્ર વચને : શાસ્ત્રનાં વચનોમાં
અશ્રદ્ધા રાખવી. આમ તો કેટલાંય પુસ્તકો સાંપ્રદાયિક,

પરસ્પર વિરોધી અને અસંગત વાતોથી ભરેલાં હોવા છતાં પણ શાસ્ત્ર કહેવાય છે, પરંતુ વાસ્તવિક શાસ્ત્ર એ છે, જે સત્યતા, લોકહિત, કર્તવ્યપરાયણતા અને સદાચારનું સમર્થન કરતું હોય. આ કસોટી પર જે જ્ઞાન સાચા સોનાની જેમ ખરું ઊતરે, એ શાસ્ત્ર છે. આવાં શાસ્ત્રોના વચનો પર અશ્રદ્ધા નહીં કરવી જોઈએ.

(૬) અશ્રદ્ધા વેદ વચને : અર્થાત્ વેદ વાક્યમાં અશ્રદ્ધા રાખવી. જ્ઞાનને વેદ કહે છે. જ્ઞાનપૂર્ણ, સદ્બુદ્ધિ સંમત વચનોમાં અશ્રદ્ધા નહીં કરવી જોઈએ. વેદ. સત્ય અને જ્ઞાનના આધારે હોવાથી શ્રદ્ધા કરવા યોગ્ય છે.

(૭) નામન્યર્થવાદ ભ્રમ : નામના અર્થવાદમાં ભ્રમ કરવો. ઈશ્વરનાં અનેક નામોના અર્થમાં જે ભિન્નતા છે, એથી ભ્રમમાં નહીં પડવું જોઈએ. ગોપાલ, મુરલીધર, યશોદાનંદન, રામ, રઘુનાથ, દીનબંધુ, અલ્લાહ, ગોડ વગેરે નામોના શબ્દાર્થ જુદા જુદા છે. આ અર્થોથી તત્ત્વના જુદાપણાનો ભ્રમ થાય છે, એ ઠીક નથી. બધાં જ નામ એ એક પરમાત્માનાં છે. તેથી પરમાત્માસંબંધી કોઈ પૃથક્તાના ભ્રમમાં નહીં પડવું જોઈએ.

(૮) નામાસ્તીતિ નિષિદ્ધવૃત્તિ : નામ તો છે પછી અન્ય વાતોની શી જરૂર છે એવી નિષિદ્ધ વૃત્તિ નહીં. ઈશ્વરનું નામ ઉચ્ચારણ કરવા માત્રથી બધાં પાપ નષ્ટ થઈ જશે, પછી પાપ કરવામાં કોઈ વાંધો નથી, એવું કેટલાય લોકો વિચારે છે. દિવસ-રાત કુવિચારોમાં અને કુકર્મોમાં લાગેલા રહે છે, એના ફળથી બચવા માટે સરળ રસ્તો શોધે છે કે બે ચાર વાર ચમનામ જાભથી કહી દેવાથી બેડો પાર થઈ જશે. બધાં પાપ નષ્ટ થઈ જશે. આ મોટું અજ્ઞાન છે. પરમાત્મા નિષ્પક્ષ, સાચો ન્યાયાધીશ છે. એ ખુશામત ન કરનારનાં પુણ્યોને રદ કરી દે છે અને ખુશામત કરનારનાં પાપોને પુણ્યમાં બદલી નાંખે છે, એ નિતાંત અસત્ય છે. એ અપશબ્દોથી નારાજ કે ખુશામત કરવાથી પ્રસન્ન થતો નથી. કર્મોનું યથાયોગ્ય ફળ આપવું એનો સુદૃઢ નિયમ છે. માટે આત્મબળની વૃદ્ધિ માટે નામસ્મરણ કરવા છતાં એ જ આશા કરવી જોઈએ કે પરમાત્મા અમારાં સાચાં-ખોટાં

કર્મોનું યથાયોગ્ય ફળ અવશ્ય આપશે. જેઓ પાપ-નાશની આશા રાખી બેઠાં રહે છે અને કુમાર્ગ છોડી સન્માર્ગ પર ચાલવાનો પ્રયત્ન કરતા નથી, તેઓ નામાપરાધ કરે છે.

(૯) વિહિત ત્યાગ : વિહિત કર્મોનો ત્યાગ, ઉત્તરદાયિત્વ છોડી દેવું, કર્તવ્યધર્મથી વિમુખ થવું નામાપરાધ છે. કેટલાય લોકો ‘સંસાર મિથ્યા છે’, ‘દુનિયા જૂઠી છે’ વગેરે મહાવાક્યોનો સાચો રહસ્યમય અર્થ ન સમજતાં પોતાનાં કર્તવ્યો, ધર્મ અને ઉત્તરદાયિત્વ છોડી ઘેરથી ભાગી જાય છે, આમતેમ આવારાગર્દીમાં, દુર્વ્યસનીઓના કુસંગમાં ફસાઈ જાય છે. આ અનુચિત છે. ઈશ્વરે સોંપેલ જવાબદારીઓ અને કર્તવ્યોને પૂરી સાવધાની અને ઈમાનદારીથી પૂર્ણ કરતાં ભગવાનનું નામ-સ્મરણ કરવું જોઈએ.

(૧૦) ધર્માન્તરૈઃ સામ્યમ્ : ધર્મથી જુદી, ધર્મ વિરુદ્ધ વાતોને પણ ધર્મની સમાનતામાં રાખવી. અનેક સામાજિક કુરીતિઓ એવી છે, જે ધર્મ વિરુદ્ધ હોવા છતાં પણ ધર્મમાં સ્થાન મેળવે છે. જેવી કે પશુબલિ અને સ્ત્રી તથા શુદ્ધો સાથે થતી અસમાનતા તેમજ અસ્પૃશ્યતાના વ્યવહારો ધર્મના નામે પ્રચલિત છે, પરંતુ વાસ્તવમાં અધર્મ છે. આવા અધર્મોને ધર્મ સાથે જોડવાથી ધર્મ બની જતા નથી. અકર્તવ્યોને રૂઢિવાદના કારણે ધર્મસમાન બનાવવા નહીં જોઈએ.

આ દશઋતોથી શુદ્ધ થઈ, એનો ત્યાગ કરી, દસે ઈન્દ્રિયોને સંયમમાં રાખી, સત્ય અને ધર્મથી જીવનને ઓતપ્રોત બનાવી જે લોકો નામ-જપ કરે છે, ભગવાનનો મંત્રોચ્ચાર કરે છે, એમનો જ આત્મા પવિત્ર થાય છે અને તેઓ જ કોટિ-યજ્ઞ ફળના હકદાર હોય છે. આમ તો પોપટ પણ રામ-રામ રટતો હોય છે, પરંતુ એથી કોઈ પ્રયોજન સિદ્ધ થતું નથી. પાઠકોએ દશઋત થઈને નામ-જપ કરવા જોઈએ અને યાદ રાખવું જોઈએ કે :

રામ નામ સબ કોઈ કહે, દશઋત કહે ન કોય ।
એક બાર દશઋત કહે, કોટિ યજ્ઞ ફલ હોય ॥



આહારશુદ્ધિ : સાધનાનું પહેલું પગથિયું જેવું ખાય અન્ન, તેવું બને મન

“યદિ અન્નં પુરુષો ભવતિ તદન્નાસ્તસ્ય દેવતા: ।”
વાલ્મીકિ રામાયણ મુજબ મનુષ્ય જેવું અન્ન ખાય છે,
એવા જ એના દેવતા પણ બને છે.

“દેહો દેવાલય: પ્રોક્ત:” દેહને પરમાત્માનું મંદિર
કહેવામાં આવેલ છે. આ તો પરમ પવિત્ર સ્થાન છે,
એમાં કોઈ અપવિત્ર વસ્તુને સ્થાન આપવું ઠીક નથી.
એને સર્વથા શુદ્ધ, પવિત્ર અને સાફ રાખવું જોઈએ.
કોઈ ખરાબ વિચાર કે કોઈ ખરાબ વાસના રાખવી ઠીક
નથી. અશુદ્ધ ભોજનથી દેહને કોઈ કુકર્મમાં પ્રવૃત્ત કરવો
અનુચિત છે, કેમ કે આ શિવાલય છે. પવિત્ર ભોજનથી
આ શિવાલયને શુદ્ધ રાખવું જોઈએ. જેથી દેહસ્થ
ભગવાન પ્રસન્ન થઈ આપણી આર્તનાદભરી પ્રાર્થના
સાંભળી શકે.

આપણે જે કંઈપણ ખાઈએ છીએ, એ ત્રણ
ભાગમાં વહેંચાઈ જાય છે. એનો સ્થૂળ ભાગ મળ થઈ
જાય છે, જે મધ્ય ભાગ છે તેનું માંસ બની જાય છે અને
જે અત્યંત સૂક્ષ્મ ભાગ છે એ મન થઈ જાય છે. તેથી
મનને પવિત્ર અને પારદર્શી બનાવવા માટે નૈસર્ગિક
ભોજન પર નિર્ભર રહેવું જોઈએ. નૈસર્ગિક ભોજન
ઋષિઓનું ભોજન છે, જે આપણા મનને નિર્મળ
પ્રવાહમાં વહેવડાવી મોક્ષ કે સ્વર્ગના દિવ્ય દ્વાર પર
પહોંચાડી શકે છે. એની મદદથી આપણે ભારતને ફરી
ઋષિભૂમિ બનાવી સત-યુગની રચના કરી શકીએ
છીએ. દાંપત્યજીવન વ્યતીત કરતા લોકો જો સાત્ત્વિક
ભોજન કરતાં ગર્ભાધાન કરે તો એમનાં સંતાન મેઘાવી,
ધર્માત્મા તથા દીર્ઘાયુ બની શકે છે.

પ્રાચીન અને અર્વાચીન કાળમાં જેટલા મહાપુરુષો
થયા છે, એ બધાએ ભોજનનાં શુભાશુભ તત્ત્વનો
અનુભવ કરી વિશ્વને પ્રાકૃતિક ભોજન કરવાની શીખ
આપી છે. કહેવાયું છે :

“યાદશી ભક્ષપેચ્યાન્નં બુદ્ધિર્ભવતિ તાદશી ।”
મનુષ્ય જેવું અન્ન ભક્ષણ કરે છે, એવી એની
બુદ્ધિ થઈ જાય છે.

મનુષ્યનું શરીર તો સામાન્ય છે અને એની ક્ષમતા
પણ સીમિત છે. એ જ્ઞાનેન્દ્રિયો અને કર્મેન્દ્રિયોની
મદદથી જેટલું થઈ શકે છે, એટલું જ કરે છે. કર્મેન્દ્રિયો,
હાથ, પગ વગેરે કાર્યરત રહે છે અને જ્ઞાનેન્દ્રિયોના
માધ્યમથી જે નજીક હોય છે એ જોઈ, સાંભળી, સૂંધી
કે ચાખી શકાય છે. એ આધાર પર જાણકારી વધે છે
અને બુદ્ધિમત્તાનો વિકાસ થાય છે. શરીરનાં આ બે
જ્ઞાન અને કર્મ પક્ષ છે. બાકી સંચાલનતંત્ર છે જે
રેલગાડી, કોલસો, પાણી બાળીને વરાળ બનાવવાની
શક્તિ ચામડીના આવરણ નીચે રહીને પોતપોતાનું કામ
કરે છે. બહોળી દૃષ્ટિએ શરીર આ જ છે. એને દુર્બળતા
અને રોગથી બચાવી રાખવું પડે છે, ત્યારે એ પોતાની
અંદરનાં તથા બહારનાં કામો સારી રીતે કરી શકે છે.

સાધના વિજ્ઞાનનો પ્રથમ પક્ષ અહીંથી આરંભ
થાય છે કે શરીરને નીરોગી અને સક્ષમ રાખવામાં
આવે. તે માટે શારીરિક અને માનસિક સંયમની
આવશ્યકતા રહે છે. જો ઉપેક્ષા કરવામાં આવે તો કષ્ટથી
પીડિત શરીર પોતાને સ્થિર રાખી શકતું નથી, પછી
એમાં યોગાભ્યાસ જેવાં ઉચ્ચ પ્રયોજનોની સાધના કેવી
રીતે સંભવી શકે? વ્યક્તિત્વની સક્ષમતા અને પ્રખરતા
માટે સ્વાસ્થ્ય-સંપાદન સર્વપ્રથમ આવશ્યક છે. એની
ઉપેક્ષા કરીને યોગાભ્યાસ કરનારને સફળતા નથી
મળતી. એનું મન યોગમાં એકાગ્ર થઈ શકતું નથી કે
શરીરમાં તપસાધના કરવા માટે જોઈતું સાહસ અને
સંકલ્પબળ પણ સંચિત થઈ શકતું નથી. આવી દશામાં
સાધનાની સફળતા કેવી રીતે મળે ?

સાધનાઓમાં ઈન્દ્રિય-સાધના મુખ્ય છે. ઈન્દ્રિયો સાધનામાં પણ બે મુખ્ય છે — એક જીભ અને બીજી જનનેન્દ્રિય. આ બે ઈન્દ્રિયો એવી છે જે સ્થાસ્થ્ય પર બેવડો કુઠારાઘાત કરે છે. જો આ બંને પર અંકુશ રાખી શકાય તો સમજવું જોઈએ કે અડધી મંજિલ પૂરી થઈ ગઈ. પાયો મજબૂત અને ઊંડો બની ગયો. હવે એના પર ભવન બનાવવાનું કાર્ય ધીમે ધીમે થતું રહે તો કોઈ વાંધો નથી. પાયો કાચો રહી જાય તો એવું જોખમ છે કે જેથી ભવ્ય અને બહુમૂલ્ય ભવન પણ નીચે પડી શકે છે.

જીભ પર નિયંત્રણ કરવા માટે સૌપ્રથમ લડવાની પ્રક્રિયા દ્વારા મનોબળ પરિપક્વ કરવું પડે છે. દૂધ છોડી અન્નપ્રાશન આરંભ કરવામાં આવે છે ત્યારથી જ જીભને દુર્વ્યસની બનવાની આદત પાડવામાં આવે છે. વિવિધ પ્રકારના સ્વાદનો નશા જેવો ચસ્કો લગાડવામાં આવે છે. આપણા ભોજનમાં મીઠું, ખાંડ, મસાલા અને ધી-તેલ વગેરેનું મિશ્રણ હોય છે. તહેવારો અને મહેમાનો માટે એવું જ ભોજન બને છે જે બાળકોને પણ ખાવું પડે છે અને એની ટેવ પડી જાય છે, જે છૂટી શકતી નથી. આવું ભોજન લેવાની મનાઈ કરવામાં આવે તો એક જ જવાબ મળે છે કે આ વસ્તુઓ તો સ્વાસ્થ્ય માટે જરૂરી છે. જેને સંતુલિત ભોજન કહીને ડોક્ટરો પણ સમર્થન આપે છે, તો આવું ભોજન છોડી મનને કેમ મારવામાં આવે ? અને સ્વજનોનો આગ્રહ કેમ ટાળી શકાય ?

સ્વાદના નામથી અભક્ષ્ય ખાવામાં આવે છે અને એ પણ લહેજતથી પેટમાં વધુ માત્રામાં પહોંચી જાય છે. પાયક રસ એ પ્રમાણમાં ક્ષવિત થતા નથી. પરિણામે પેટમાં સડવા લાગે છે અને વિજાતીય દ્રવ્યોને કારણે અનેક પ્રકારની બીમારીઓ પેદા થઈ જાય છે. ઉપચાર પણ અહીંથી જ થવો જોઈએ અને ભોજનને સાત્ત્વિક બનાવવું જોઈએ.

આધ્યાત્મિક સાધનાઓમાં ઉપવાસ સૌથી વધુ પ્રચલિત છે. અગિયારસ, રવિવાર, ગુરુવાર, પર્વ-

તહેવાર, દેવતાઓની જન્મજયંતી વગેરેમાં ઉપવાસનું વિધાન છે. કન્યાદાનના દિવસે પિતાએ ઉપવાસ રાખવો પડે છે. એનું તાત્પર્ય આધ્યાત્મિક ઉદ્દેશોની પૂર્તિ સિવાય પેટને વચ્ચે વચ્ચે રજા આપવામાં આવે એ છે. એથી અપયો ઘટાડવામાં સહાયતા મળે છે. વ્રતના દિવસે પાણી પીને રહેવું જોઈએ. જો પાણીથી ચાલી શકે એમ ન હોય તો દૂધ, છાસ, રસ, ફળ વગેરે લઈ શકાય છે.

ગાંધીજીએ પોતાના 'સત્ય મહાવ્રત' પુસ્તકમાં 'અસ્વાદ'ને પ્રથમ વ્રત બતાવેલ છે અને કહ્યું છે કે જો સ્વાદ પર વિજય મેળવી લેવામાં આવે તો અન્ય ઈન્દ્રિયોનો સંયમ સરળ થઈ જાય છે. અસ્વાદનો અર્થ ફક્ત મીઠું છોડવું નહીં, ખાંડ, ધી, તેલ, મસાલા છોડવાનો છે કેમ કે માનવી સંરચનાની દૃષ્ટિએ આ બધાં અખાદ છે. એમને છોડીને પેય પદાર્થો લેવા જોઈએ.

આપણા દૈનિક આહારમાંથી હાનિકારક સ્વાદોને તો કાઢી જ નાંખવા જોઈએ. સસ્તાં ફળો અને શાકોમાં કેરી, જામફળ, બોર, જાંબુ, તરબૂચ, કાકડી, ટામેટાં, ગાજર વગેરેને ઉકાળ્યા વગર ખાઈ શકાય છે. કંદ, તૂરિયાં, દૂધીને ઉકાળીને ખાઈ શકાય છે. દૂધ, દહીંની ચીકાશ સુપાય્ય હોય છે. તામસિક અને રાજસિક ભોજન કરવાથી કેવળ શારીરિક સ્વાસ્થ્ય જ ખરાબ થતું નથી, પરંતુ એનો પ્રભાવ માનસિક સ્તર પર પણ પડે છે. આહારને અનુરૂપ જ માનસિક સ્થિતિમાં તમોગુણ છવાયેલો રહે છે. કુવિચાર ઊઠે છે. ઉત્તેજનાઓ છવાયેલી રહે છે. ચિંતા, ઉદ્વિગ્નતા અને આવેશનો દોર આવતો રહે છે. આ વિઘ્નને જડમૂળથી કાપવા માટે આહારની સાત્ત્વિકતા પર સૌપ્રથમ ધ્યાન આપવાની આવશ્યકતા છે.

ગીતાના ૧૭મા અધ્યાયમાં ભોજન વિશે ખૂબ જ તાત્ત્વિક રીતે વિવેચના કરવામાં આવી છે. ભગવાને ત્રણ પ્રકારનાં ભોજન બતાવ્યાં છે. સાત્ત્વિક, રાજસ અને તામસ. આયુષ્ય, બુદ્ધિ, બળ, આરોગ્ય, સુખ અને પ્રીતિ વધારનાર તથા રસયુક્ત, ચીકાશવાળા

સ્વભાવના પ્રિય ભોજનને સાત્ત્વિક કહેવામાં આવ્યું છે. કડવા, ખાટા, લવણયુક્ત, અતિ ગરમ તથા તીક્ષ્ણ, રુખા, દાહકારક, દુઃખ, ચિંતા અને રોગોને ઉત્પન્ન કરનાર ખાદ્ય પદાર્થોને રાજસ કહેવામાં આવેલ છે. જે ભોજન અર્ધપકવ, રસરહિત, દુર્ગંધવાળું અને વાસી, એંદું, અપવિત્ર હોય તેને તામસી બતાવવામાં આવેલ છે. ભગવાને ગીતામાં ત્યાજ્ય પદાર્થોનાં નામો આપ્યાં નથી, પરંતુ એનાં લક્ષણ બતાવ્યાં છે, જેથી લોકો પોતાની બુદ્ધિથી દરેક પદાર્થ જોઈ એના ગુણ-દોષોને સ્વયં જાણી શકે.

જે ખાધું છે એ કેવી રીતે કમાવવામાં આવ્યું એ પણ ધ્યાન આપવા યોગ્ય છે. બેઈમાની, બદમાશી, હરામખોરી, ચોરી, ઠગાઈ વગેરેથી જે કમાવ્યું છે એ પણ કુધાન્ય છે. આહાર હલકો સુપાચ્ય જ નહીં એનું ઉપાર્જન પણ નીતિપૂર્વક કરેલું હોવું જોઈએ.

પકાવનાર, પીરસનારના સંસ્કારોની અસર પણ આહાર પર પડે છે. જેવી રીતે ખૂજલી, દરાજ, કોઠ, ક્ષય વગેરે રોગીઓના હાથે બનેલ કે પીરસવામાં આવેલ ભોજન અગ્રાહ્ય સમજવામાં આવે છે તેવી જ રીતે દુષ્ટ, દુરાચારી પણ ત્યાજ્ય છે. તેથી હોટેલના ભોજનથી સાધકે બચતા રહેવું જોઈએ.

અધ્યાત્મ ગ્રંથોમાં અન્નને બ્રહ્મ કહેવામાં આવ્યું છે. શાસ્ત્રકાર એને જ પ્રાણ કહે છે. આહાર પ્રકારાંતરથી જીવન છે, સાધક માટે સફળતાપ્રાપ્તિના માર્ગનો એક મહત્વપૂર્ણ ‘માઈલ સ્ટોન’ છે. જો આ દેવતાની આરાધના સારી રીતે કરવામાં આવે તો શરીરને આરોગ્ય, મગજને જ્ઞાન-વિજ્ઞાન, અંતઃકરણને દેવત્વનું અનુદાન, વ્યક્તિત્વને પ્રતિભાવાન તથા ભવિષ્યને ઉજ્જવળ સંભાવનાઓથી તેજસ્વી બનાવી શકાય છે.

તૈત્તિરિયોપનિષદમાં ઋષિ કહે છે કે આ અન્ન રસમય શરીરની અંદર જે પ્રાણપુરુષ છે, એ અન્નથી વ્યાપ્ત છે. આ પ્રાણમય પુરુષ જ આત્મા છે.

‘જેવું ખાય અન્ન, તેવું બને મન’ વાળી કહેવત

ખૂબ જ સારગર્ભિત છે. મનને સાત્ત્વિક બનાવવું આત્મોર્ધની દૃષ્ટિથી ખૂબ જ આવશ્યક છે. તે માટે આહારશુદ્ધિને પ્રથમ ચરણ માનવામાં આવેલ છે. તમોગુણી, ઉત્તેજિત કરનાર, અનીતિથી મેળવેલ, કુસંસ્કારીઓના હાથે પકાવેલ, પીરસેલ ભોજન કેવળ મનોવિકાર જ ઉત્પન્ન કરતું નથી, પરંતુ રક્તને અશુદ્ધ, પાચનને વિકૃત કરી સ્વાસ્થ્ય-સંકટ પણ ઉત્પન્ન કરે છે. મનની ચંચળતા એટલી તીવ્ર થઈ જાય છે કે સામાન્ય કાર્યો પણ એકચિત્ત થઈ કરવાં કઠિન થઈ જાય છે ત્યારે સાધનામાં જે એકાગ્રતાની, મનોયોગની આવશ્યકતા છે, એ અભક્ષ્ય અને વધુ પ્રમાણમાં ખાવાથી મળી જ શકતી નથી.

પિપ્પલાદ ઋષિ પીપળ વૃક્ષનાં ફક્ત ફળ ખાઈને પોતાનો નિર્વાહ કરતા હતા. કણાદ ઋષિ જંગલી ધાન્ય એકઠું કરી એનાથી પોતાની ભૂખ શાંત કરતા હતા. કૃષ્ણ-રુકિમણીનું જંગલી બોર ખાઈને તથા પાર્વતીનું સૂકાં પાંદડા ખાઈને કરેલું તપ પ્રસિદ્ધ છે. સાધનાઓમાં મનનું સાત્ત્વિક હોવું અતિ આવશ્યક છે. સાત્ત્વિકતાનું ધ્યાન રાખવામાં ન આવે તો ભીષ્મ પિતામહ જેવી સ્થિતિ થાય છે. તેઓ શરશૈયા પર પડ્યા પડ્યા યુધિષ્ઠિરને ઉપદેશ આપી રહ્યા હતા કે અચાનક દ્રૌપદી હસવા લાગી. તેઓ બોલ્યા – “બેટી ! તું આટલી શીલવતી છે છતાં કસમય મોટાઓની સામે કેમ હસે છે ?” દ્રૌપદીએ કહ્યું – “પિતામહ ! અપરાધ ક્ષમા કરશો, જ્યારે મારાં વસ્ત્ર ખેંચવામાં આવી રહ્યાં હતાં અને દુર્યોધનની રાજ્યસભામાં તમો પણ બિરાજમાન હતા, તે વખતે આપનું આ બ્રહ્મજ્ઞાન ક્યાં ગયું હતું ?” “બેટી ! તારું વિચારવું ઠીક છે”, ભીષ્મ પિતામહ કોયડો ઉકેલતાં બોલ્યા – “તે વખતે હું દુર્યોધનનું અન્યાયથી અર્જિત કુધાન્ય ખાઈ રહ્યો હતો, તો મારી બુદ્ધિ પણ અશુદ્ધ હતી અને મન પણ કુસંસ્કારયુક્ત હતું. આ કારણે હું અન્યાયની વિરુદ્ધ બોલી ન શક્યો.” કેટલો માર્મિક પ્રેરણાપ્રદ પ્રસંગ છે ! જે પ્રત્યક્ષતઃ અન્ન અને ચિંતનનો પારસ્પરિક સંબંધ બતાવે છે.

સતોગુણી આહાર સદ્બુદ્ધિ ઉત્પન્ન કરે છે અને તમોગુણી દુર્બુદ્ધિ ઉપજાવે છે. અન્નના સ્થૂળ રૂપનું જ નહીં, એની સૂક્ષ્મ સ્થિતિનું પણ ધ્યાન રાખવું જોઈએ. તો જ આપણાં શરીર અને મનનું સમુચિત પોષણ થઈ શકે છે. આહારમાં અભક્ષ્યનો ત્યાગ કરવાથી ચિત્ત શુદ્ધ થઈ જાય છે, આહારની શુદ્ધિથી ચિત્તની શુદ્ધિ જાતે જ થઈ જાય છે જ્યારે ચિત્ત શુદ્ધ થઈ જાય છે ત્યારે ક્રમશઃ જ્ઞાન થતું જાય છે અને અજ્ઞાનની ગ્રંથિઓ નષ્ટ થઈ જાય છે. માટે અન્નસાધના અધ્યાત્મ-સાધનાનું મહત્ત્વપૂર્ણ અંગ છે. અન્નથી જ પ્રાણી ઉત્પન્ન થાય છે, એના આધારે જીવે છે અને અંતમાં એમાં જ લીન થઈ જાય છે. જે અન્નને બ્રહ્મ માની એની ઉપાસના

કરે છે, એ બ્રહ્મને પ્રાપ્ત કરી લે છે.

શ્રમથી મેળવેલ, સદ્ભાવયુક્ત સતોગુણી આહારની જ પ્રશંસા છે. એના આધાર પર જીવન-શુદ્ધિ થાય છે. મંત્ર, યોગ, તપ પણ એના જ આધારે સફળ થાય છે. કુસંસ્કારી કુધાન્ય ખાનારનું ચિત્ત ક્યારેય એકાગ્ર થતું નથી અને એમને જપ-તપમાં સફળતા મળતી નથી.

તેથી સાધના પક્ષના દરેક જિજ્ઞાસુએ આ તથ્ય ધ્યાનમાં રાખવું જોઈએ. આહાર સંબંધી સતર્કતા રાખી પોતાની સાધના, પુરુષાર્થને સફળ બનાવવાનું દરેક માટે શક્ય છે.

• • •

સદાશયતાનું પ્રતિભાઓને આમંત્રણ

ભૂમિખંડોમાં ફળદ્રુપતા જરૂરી છે, પરંતુ તેની એટલી ક્ષમતા નથી કે સમુદ્ર સાથે સીધો સંબંધ જોડી શકે. તેને વાદળોની કૃપાનો લાભ લઈને પોતાની તરસ સંતોષવી પડે છે. આ તૃપ્તિનો લાભ ખેતરોને હરિયાળા બનાવવા તથા અસંખ્ય જીવોની ભૂખ-તરસ શાંત થવાના રૂપમાં મળે છે.

જનસાધારણ બધા સ્તરોના લોકોનું એક સંમિશ્રિત સ્વરૂપ છે. તે બધામાં એવા અસંખ્ય લોકો છે જેમનામાં ઉચ્ચસ્તરની પ્રતિભાઓ પ્રસુપ્ત સ્થિતિમાં પડેલી છે. તેમને જો સદાશયતાની સાથે ઘનિષ્ઠ બનવાનો અવસર મળી શકે તો તેઓ તૂટ્યું-ફૂટ્યું મુશ્કેલ જીવન ન જીવે. પોતાના માટે અને બીજાઓને માટે કંઈને કંઈ સિદ્ધિઓ મેળવી શકે; પરંતુ તેને દુર્ભાગ્ય જ કહેવું જોઈએ કે ન તો કૂવો તરસ્યા પાસે પહોંચે છે કે તરસ્યો કૂવા પાસે. મહાનતા પ્રતિભાઓની સાથે સંબંધ જોડવા માટે વ્યાકુળ છે. પ્રતિભાઓ ઈચ્છે કે ન ઈચ્છે, પરંતુ એ ચોક્કસ છે કે જો તેઓને 'છીપને સ્વાતિ બુંદ મળવા' જેવો સુયોગ મળી શક્યો હોત તો તેમનામાં કીમતી મોતી ઉત્પન્ન થાત, સૌભાગ્ય પ્રશંસા મેળવત; પરંતુ એ હઠીલા અવરોધોનું શું કરી શકાય જે પોતાની જગ્યાએ પથ્થરની જેમ ચોંટી ગયા છે.

જેઓ અવરોધોનું સમાધાન શોધે છે તેઓ દૂરદર્શી છે. એવા લોકો ભલે પરિશ્રમમાં ડૂબેલા રહે અને વાદળોની જેમ ઊંચાઈ પડે, તેમને દેવતાઓ જેવું શ્રેય મળે છે. વાદળો આકાશમાં છવાયેલાં રહે છે અને ઊંચા આકાશમાં વિહરતા રહે છે ત્યારે બધા લોકો તેમની પ્રતિક્ષા કરતા રહે છે અને નજર ઠરાવી રાખે છે. જો તેઓએ આ મુશ્કેલ જવાબદારી ખભા પર ધારણ ન કરી હોત તો ક્યાંય હરિયાળીનાં દર્શન ન થાત અને જળાશયોનું અસ્તિત્વ પણ જોવા ન મળત. કર્તવ્ય એટલે કર્તવ્ય. તેનું કોઈ પાલન કરીને જુએ તો તે આશરો કેટલો રસાળ બને. વાદળોને ખાલી થઈને પાછા વળવાની પ્રક્રિયામાં રસ ન હોત તો ચોક્કસ જ આ શુષ્ક નીરસ લાગનાર કામને કરવાથી તેઓએ ક્યારનો ઈન્કાર કરી દીધો હોત.

સાધનાનું સ્વરૂપ અને ઉદ્દેશ્ય સમજો

સાધનાનો અર્થ છે — પોતાને સાધવું. સાધનાને બીજા શબ્દોમાં સંસ્કૃતિ કહી શકાય. શરીરગત ક્રિયાશીલતા, મનોગત વિચારણા અને અંતરાત્માની ભાવસંવેદનાનો સ્તર કઈ રીતે ઊંચે ઉઠાવી શકાય અને પશુતાને દેવત્વમાં કેવી રીતે બદલી શકાય, એ વિદ્યાનું નામ જ સાધના છે.

પદાર્થોના અણઘડપણને દૂર કરી એને સુવ્યવસ્થિત બનાવવાનું કાર્ય વિજ્ઞાને કર્યું છે. જો પ્રયાસ કરવામાં ન આવ્યા હોત, તો મનુષ્ય આજે પણ વાંદરા જેવી જિંદગી જીવી રહ્યો હોત અને આ ધરતી સૃષ્ટિના આરંભિક દિવસોમાં હોત. મનુષ્યને આહાર-વિહાર, રહેણીકરણી તથા રીતિ-નીતિની સભ્યતા અને સંસ્કૃતિમાં સુવ્યવસ્થિત બનાવવામાં આવ્યો છે. શિક્ષણ, ચિકિત્સા, કળા-શિલ્પ, ઉદ્યોગ, વિજ્ઞાન, સમાજ, શાસનની સુવ્યવસ્થાએ મનુષ્યને સુવ્યવસ્થિત રીતે રહેવાની અને સુનિયોજિત પદ્ધતિથી વિકસિત થવાની તક આપી છે. આ પ્રયાસોને ભૌતિક પ્રગતિની સાધના કહી શકાય છે.

આત્મચેતનાનું સ્વરૂપ, ઉદ્દેશ્ય અને દિશાધારાના નિર્ધારણમાં અધ્યાત્મ-વિજ્ઞાનના તત્ત્વદર્શને મોટું યોગદાન આપ્યું છે. નર-કીટક તથા નર-પશુ જેવા સ્તરના અણઘડ મનઃસ્તરને, ચિંતનને નૈતિક અને ઉપયોગી મર્યાદાઓમાં બાંધવાની આદર્શવાદી ઉત્કૃષ્ટતા અપનાવવા માટે ઉપયુક્ત પ્રશિક્ષણ બ્રહ્મવિદ્યાની અંદર કરવામાં આવેલ છે. સામાન્ય સ્તરનો મનુષ્ય તનુધારી જીવ પોતાની પ્રતિભા અને પ્રખરતાને ઉન્નત બનાવી મહામાનવ કહેવડાવવાનો અધિકારી એ જ આધારે બની શક્યો. જીવાત્મા ક્રમિક વિકાસ કરતો કરતો મહાત્મા, દેવાત્મા અને પરમાત્માના સ્તર સુધી પહોંચી શકે.

આત્મવિજ્ઞાનની અંદર ચેતનાને વિકસિત બનાવવાના બધા જ પ્રયાસ આવી જાય છે. એને અધ્યાત્મસાધના કહેવાય છે. સાધનાના આધારે માનવીય ચેતના માત્ર જીવનનિર્વાહ માટેનાં ક્રિયાકૃત્યોમાં ન ફસાતાં એ સ્તરે પહોંચી શકે છે, જ્યાંથી એ બ્રહ્મસત્તાનું પ્રતીક પ્રતિનિધિ હોવાનો દાવો કરી શકે. એ જ સ્તરને અનુરૂપ પોતાના વર્ચસ્વનો પરિચય આપી શકે. સંક્ષિપ્તમાં સાધના આનું જ નામ છે.

ઉપયોગિતાની દૃષ્ટિએ જેટલું મહત્ત્વ ભૌતિક પ્રગતિ અને વ્યવસ્થાનું છે એનાથી વધુ મહત્ત્વ આત્મ-ચેતનાના પરિષ્કારનું છે. પદાર્થનો ઉપયોગ તો ચેતના જ કરે છે, જો આ મૂળ સત્તાનું સ્વરૂપ અણઘડ અને વિકૃત બની રહે તો પછી પદાર્થો વધુ હોવા છતાં એમનો સદુપયોગ ન થઈ શકે અને દુરુપયોગથી અમૃત પણ વિષ બનતું જોવામાં આવ્યું છે. ચેતનાનો સ્તર ઊંચો હોય તો આંતરિક ઉત્કૃષ્ટતાને કારણે અભાવગ્રસ્ત પરિસ્થિતિઓ અને પ્રતિકૂળતાઓની વચ્ચે રહીને પણ હસતું-હસાવતું હળવું ફૂલ જેવું જીવન જીવી શકાય છે. તેથી જ વિચારશીલ લોકોએ ભૌતિક પ્રગતિ માટે કરવામાં આવેલ સાધના-પ્રયાસોની તુલનામાં આત્મિક પ્રગતિ માટે કરવામાં આવતા પુરુષાર્થને અનેકગણા મહત્ત્વપૂર્ણ દર્શાવ્યા છે.

ઈશ્વરનો અવિનાશી અંશ હોવાથી જીવમાં પોતાના પિતાની બધી જ વિશેષતાઓ વિદ્યમાન છે. પરમાણુના ઘટકોમાં આખાય સૌરમંડળના સ્તરની ગતિવિધિઓ કામ કરતી હોય છે. અખિલ બ્રહ્માંડમાં સંવ્યાપ્ત ભૌતિક શક્તિઓ અને આત્મિક વિભૂતિઓનો જે ભંડાર ભરેલો પડ્યો છે, એ બીજા રૂપમાં માનવીય સત્તાની અંદર રહેલો છે. બ્રહ્માંડનું

નાનું સ્વરૂપપિંડ, મનુષ્ય શરીર છે. એના ગર્ભમાં બ્રહ્મચેતનાની બધી વિશેષતાઓ અને ક્ષમતાઓને પ્રસુપ્તિમાંથી જાગૃતિમાં બદલી શકાય છે. સામાન્યથી અસામાન્ય બની શકવાની આ પ્રક્રિયાને આત્મસાધનાનું એક અંગ કહી શકાય છે.

આત્મસાધના ભારતીય વિજ્ઞાનની ભૌતિક વિશેષતા છે. આ જ આધાર પર આ દેશના ૩૩ કોટિ નાગરિક દેવ-માનવોમાં ગણવામાં આવતા હતા અને એમનું એ નિવાસસ્થાન ભારત ભૂમિ “સ્વર્ગાદિપિ ગરીયસી” માનવામાં આવતી હતી. શ્રેષ્ઠ વ્યક્તિઓનો જ્યાં નિવાસ હશે ત્યાં ઉત્કૃષ્ટ પરિસ્થિતિઓ અનાયાસ બનતી રહેશે. જે દેશના નાગરિકોના દષ્ટિકોણમાં ઉત્કૃષ્ટતા અને વ્યવહારમાં આદર્શવાદીતા ઠાંસી ઠાંસીને ભરેલી હોય, તેનું વાતાવરણ સ્વર્ગ જેવું અને આચરણ દેવતાઓ જેવું હોવું જોઈએ.

યુગની સૌથી મોટી માંગ એ છે કે ભૌતિક પ્રગતિ ઉપર આધ્યાત્મિકતાનો અંકુશ સ્થાપિત થાય. અન્યથા વધી ગયેલ વૈભવ ઉદંડ તક્ષકની જેમ પોતાને દૂધ પીવડાવનારાઓને જ ડસશે. વ્યક્તિ અને સમાજનું હિત એમાં જ છે કે ભૌતિક દરિદ્રતાની જેમ જ આત્મિક ક્ષેત્રમાં આવેલી સંકીર્ણતાને ભગાડી દેવામાં આવે. આ ક્ષેત્રમાં મોખરે રહેલી વિભૂતિઓ દ્વારા પ્રયત્ન કરવામાં આવી રહ્યા નથી. આપણે શક્તિ મુજબ પ્રયાસ કરવા જોઈએ.

સાધના એ પ્રક્રિયા છે જેમાં અમુક વિધિ-વિધાનો તથા કર્મકાંડોની સાથે અમુક સ્તરની ભાવનાઓનો સમાવેશ કરીને આંતરિક વિષાદોને દૂર કરવામાં આવે છે. ચેતના ઉપર છવાયેલી પ્રસુપ્તિને જાગૃતિમાં પરિવર્તિત કરવી આત્મસાધનાનો ઉદ્દેશ્ય છે. મનુષ્ય-જન્મને અનુરૂપ આસ્થાઓ વિકસિત કરવા માટે ખોટી પ્રવૃત્તિઓને હટાવવી આવશ્યક હોય છે. પરિષ્કૃત મનઃસ્થિતિમાં રહેનારાઓ સહજ રીતે સમુન્નત પરિસ્થિતિ પ્રાપ્ત કરી લે છે, એ તથ્ય સર્વવિદિત છે. સાધના દ્વારા વ્યક્તિત્વનું પરિશોધન કરતાં સર્વતોમુખી

પ્રગતિના પથ પર અસંદિગ્ધપણે વધી શકાય છે.

સાધના શબ્દનો પ્રયોગ યોગાભ્યાસ, તપસાધના અને પૂજાપાઠના અર્થમાં થાય છે એને આત્મસાધના કહેવી જોઈએ. પ્રસુપ્ત અંતઃશક્તિઓને જગાડવા, ઉચ્ચસ્તરીય દષ્ટિકોણ વિકસિત કરવા તથા ક્ષમતાઓને સુનિયોજિત કરવા માટે જ તત્ત્વદર્શી મહામનીષીઓએ પોતાના દીર્ઘકાલીન અનુભવોના આધારે આત્મ-વિજ્ઞાનનું નિર્માણ કર્યું છે. આ વિદ્યાને સંસારની સર્વોપરી વિદ્યા કહેવામાં આવી છે. ભૌતિક વિજ્ઞાનની મદદથી પદાર્થોને ઉપયોગી બનાવવામાં આવે છે. આત્મવિજ્ઞાનની મદદથી અંતઃચેતનાની પ્રખરતા વધે છે. આ વૃદ્ધિથી ભૌતિક સફળતાઓનો માર્ગ ખૂલી જાય છે. સૌથી મહત્વની વાત એ છે કે પરિષ્કૃત આત્મ-ચેતનાને આ વિશ્વબ્રહ્માંડમાં સંવ્યાપ્ત સૃષ્ટિની સૂત્ર-સંચાલક બ્રહ્મસત્તા સાથેના સંપર્કને વધુમાં વધુ સઘન બનાવવાનો અવસર મળે છે. આ સાધના મનુષ્યને સામાન્યમાંથી અસામાન્ય બનાવે છે. એના પશુસંસ્કાર ઘટે છે અને દૈવી તત્ત્વો વધતાં જાય છે. આ પ્રગતિની પ્રતિક્રિયા અનેક એવાં સુખદ પરિણામોના રૂપમાં સામે આવે છે જેને ઈશ્વરીય અનુગ્રહ તથા દૈવી વરદાનનું નામ આપવામાં કોઈને પણ વાંધો ન હોવો જોઈએ.

આત્મિક સાધનાઓનું ફળ ચમત્કાર માનવામાં આવે છે અને એને સિદ્ધિનું નામ આપવામાં આવે છે. વસ્તુતઃ આત્મસાધનાને આધારે આત્મચેતનાના ઊંડા થરોને ઉપર લાવવાની, પ્રસુપ્ત શક્તિઓના જાગરણની પ્રક્રિયા સંપન્ન થાય છે અને એની મદદથી જે અસાધારણ સ્તરનાં સત્પરિણામ ઉત્પન્ન થાય છે, એમને સિદ્ધિ કહેવામાં આવે છે.

પોતાના અવિવેક અને અનાચારનું નિરાકરણ કરવું એ સાધનાનું પ્રયોજન છે. આપણી કામનાઓની પૂર્ણ શુદ્ધિ અને દષ્ટિકોણ સુધારવો એ પણ સાધનાનો ઉદ્દેશ્ય કહી શકાય છે. કર્તવ્યમાં દેવત્વનો સમાવેશ કરવો તથા ચિંતનમાં ધૂસી ગયેલ વિકૃતિઓને જડમૂળથી ઉખેડવાના કાર્યમાં લગાડવી તે સાધનાત્મક ક્રિયા-

કલાપોનો મુખ્ય સકેત છે. સાધના એક આધ્યાત્મિક વ્યાયામ-પ્રક્રિયા છે જેના આધારે આત્મબળ વધારવામાં આવે છે અને દેવવર્ગની સત્પ્રવૃત્તિઓનું અભિવર્ધન કરવામાં આવે છે. આ આત્મપરિષ્કારથી એ વિભૂતિઓની ચાવી હાથમાં આવી જાય છે, જે પરમેશ્વરે પહેલેથી જ આપણી અંદર રત્નભંડાર રૂપે સુરક્ષિત કરી રાખી છે.

સાધના અંતઃકરણમાં એવો પ્રકાશ ઉત્પન્ન કરે છે, જેથી પોતાનાં લક્ષ્ય અને કર્તવ્યોને સમજી શકાય છે. સાધના એવી શક્તિ આપે છે, જેથી આત્મબળ વિકસિત થઈ શકે અને સન્માર્ગ પર ચાલવા માટે પગમાં જોઈતી તાકાત રહી શકે. સાધના એવું સાહસ ઉત્પન્ન કરે છે જેના આધારે પ્રલોભનો અને આકર્ષણોને ઠુકરાવીને કર્તવ્યના પથ પર દઢતાથી અગ્રેસર રહી શકાય અને દરેક વિઘ્ન-બાધા, કષ્ટ-કઠિનાઈઓનો ધીરજ અને સંતુલનથી સામનો કરી શકાય. સાધનાનું વરદાન મહાનતા છે. સાધના જેટલી સાચી અને પ્રખર હોય છે તેટલા જ આપણે મહાન બનતા જઈએ છીએ. ત્યારે આપણે કોઈની પાસે કશું માંગવું નથી પડતું, ઈશ્વર પાસે પણ નહીં. આપણી પાસે આપવા માટે પુષ્કળ હોય છે, એટલું વધારે કે એના આધારે પોતાને, સંસારને અને પરમેશ્વરને સંતુષ્ટ કરી શકાય છે.

આત્મબળની આ સંપદા જ જીવનના દરેક પક્ષમાં આલોક ઉત્પન્ન કરતી જોવા મળે છે. એની જ્યોત શરીરને ઓજસ્વી, મગજને તેજસ્વી અને અંતઃકરણને વર્ચસ્વી બનાવે છે. અંતઃસંકલ્પની શક્તિને વિખરાતી રોકવા, એને પ્રચંડ બનાવવા અને ઈચ્છિત પ્રયોજનમાં નિયોજિત કરતા રહેવાની અંતઃક્ષમતા વિકસિત કરવા માટે સાધનાને અત્યંત ઉપયોગી માનવામાં આવી છે. અધ્યાત્મ-સાધનાનો તથ્યપૂર્ણ ઢાંચો અનુભવોના આધારે પ્રયોજનો માટે ઊભો કરવામાં આવે છે.

માનવસમાજના ઉદ્ધારનો કેવળ એક જ માર્ગ છે, કેવળ એક જ ઉપાય છે, જેની એ આજ સુધી ઉપેક્ષા કરતો આવ્યો છે, એ માર્ગનું નામ છે શક્તિસાધના

અને આત્મોપલબ્ધિ. તેના દ્વારા જ આપણને ઈશુની પવિત્રતા, મોહમ્મદનો આત્મવિશ્વાસ અને આત્મસમર્પણ, ચૈતન્યનો દેવનો પ્રેમ તથા આનંદ, પરમહંસ રામકૃષ્ણનો બધા ધર્મોનો સમન્વય તથા એકીકરણ અને સૂક્ષ્મ માનવતાની પ્રાપ્તિ થશે.

આ બધા ભાવોને એકત્રિત કરી એક પ્રબળ સ્રોત વહેવડાવવો પડશે. પતિતપાવની, સકળ મળહારિણી, પવિત્ર સલિલા, ભાગીરથી ગંગાની જેમ આ નાશવંત સંસારમાં તથા અર્ધમૃત આ માનવજાતિ વચ્ચે એને પ્રવાહિત કરવો પડશે. નિશ્ચિત માનો કે આ ધરા પર એક વાર ફરીથી સ્વર્ગીય વાતાવરણનું નિર્માણ થશે.

આ જ સાધનાનો ઉદ્દેશ્ય છે. આત્મિક પ્રગતિની આ જ સનાતન પરંપરા છે.

કૃષ્ણની વાંસળી જ ત્યાં મૂકેલી હતી. તેઓ પોતે ક્યાંક ગયા હતા. સૂના ઘરમાં અર્જુને પ્રવેશ કર્યો. એકાકીપણું ન સહેવાયું તો વાંસળીને પૂછવા લાગ્યા – “સુભગે ! તમને કૃષ્ણ પોતે હર ઘડી હોઠે લગાવી રાખે છે, જ્યારે અમે એમની કૃપા મેળવવા માટે ઘણા પ્રયત્નો કરવા છતાં સફળ થઈ શકતા નથી, આનું રહસ્ય શું છે ?”

વાંસળી હસી પડી, બોલી – “મારા અંતરને જુઓને, બિલકુલ ખાલી છે. એમાં વગાડવાવાળાના સ્વર જ ગુંજે છે. પોતાપણાનો એમાં ક્યાંય કોઈ અવરોધ નથી. પોતાપણાને ગુમાવીને કરવામાં આવેલું સાચું સમર્પણ સદાય હોઠે લગાડવા યોગ્ય જ તો હોય છે.”

અધ્યાત્મ-સાધનાનાં સૂત્ર

આ ચાલુ સહસ્રાબ્દીના અંતિમ દશકમાં સંસારમાં પ્રતિક્ષણે તીવ્ર ગતિથી પરિવર્તન દેખાઈ રહ્યાં છે. બે પેઢીઓની વચ્ચે જે ખાઈ છે, એમાં આપણા જીવનની માન્યતાઓ આશ્ચર્યજનક રીતે બદલાઈ ગઈ છે. સમય આપણને ક્યાં લઈ જશે, વિશ્વનું પરિવર્તન ક્યાં જઈને રોકાશે, આની પાછળ જે મહત્ત્વપૂર્ણ વાત છે, તે એ કે પરિવર્તન આહવાન આપી રહ્યું છે કે આપણને એમાં વિશેષ શું શીખવાનું છે, જે તરફ આપણું ધ્યાન ગયું નથી. ગુરુદેવના સાહિત્યમાં આ યુગસંધિ પરિવર્તનને વિશેષ આગ્રહ, અનુરોધ, ચેતવણી સ્વરૂપે વાંચી શકાય છે. આખા વિશ્વએ આધ્યાત્મિક જીવન જીવવાની કળા શીખવી જ પડશે તથા વિશ્વને એક કુટુંબ માનીને ચાલવાનું શીખવું જ પડશે. આ વિસ્ફોટક, તનાવગ્રસ્ત અને પરિવર્તનના દબાણથી બચવાનો બસ આ એક જ ઉપાય છે. એ દિવસ ઝડપથી આવવાનો છે, જ્યારે સંપૂર્ણ વિશ્વ સાદા-સરળ જીવનને અપનાવી લેશે. જીવનને સરળ ઢંગનું બનાવવું પડશે, જેથી આપણે ઈશ્વરના મહત્ત્વપૂર્ણ કાર્ય અર્થાત્ ઈશ્વર-ઉપાસના માટે સમય ફાળવી શકીએ.

બધી જ ભૌતિક ઉપલબ્ધિઓ હોવા છતાં સાર્વધિક પ્રગતિશીલ દેશોમાં કરોડો લોકો અસંતુષ્ટ અને દુઃખી તથા પોતાના અસ્તિત્વનો અર્થ સમજી ન શકવાને કારણે આશ્ચર્યચકિત છે. અસંતોષ જ પ્રગતિ માટે પ્રોત્સાહન આપે છે. જીવનની બાહ્ય પરિસ્થિતિઓને સુધારવામાં આજે ઘણીબધી ઉપલબ્ધિઓ પ્રાપ્ત કરવામાં આવી છે, પરંતુ સૌથી મહત્ત્વપૂર્ણ ઉપલબ્ધિ તરફ ધ્યાન આપવામાં નથી આવી રહ્યું. તે એ છે કે આપણે પોતાને બદલીએ, પોતાનો સુધાર કરીએ, ખુદને ઓળખીએ. આપણે એ સમજવું જોઈએ કે માનવજન્મ કેમ લીધો છે? આપણે

પોતાના જીવનના ઉદ્દેશ્યને સમજવો જોઈએ. સત્યને જાણવું એ જીવનનું લક્ષ્ય છે. એનું લક્ષ્ય માત્ર એક જ છે અને એ છે આત્માના રૂપમાં જાતને ઓળખી લેવી, જે ઈશ્વરની પ્રતિમૂર્તિના રૂપમાં બનાવવામાં આવી છે અને જે એકમાત્ર લક્ષ્ય છે — ઈશ્વરને જાણવું તે કોઈ ને કોઈ જન્મમાં મનુષ્ય સમજી જ લે છે.

જીવનની શુદ્ધિથી ઓછા મૂલ્ય પર આધ્યાત્મિક વિભૂતિઓ અને દૈવી સંપદાઓને, આજ સુધી કોઈ ખરીદી શક્યું નથી કે ભવિષ્યમાં કોઈ ખરીદી શકશે નહીં. વિવેકશીલોએ દરેક પળે પોતાના ઉપર ચોકસાઈ કરવી પડે છે. પોતાના સંબંધમાં સતર્કતા રાખવાની. ગંદું જીવન જીવતા લોકોનું અનુસરણ ન કરવાનું સાહસ અધ્યાત્મ છે. જે સાહસ આદર્શ જીવન જીવવાની ગતિવિધિઓનું નિર્માણ કરે અને એ રસ્તા ઉપર આત્મદેવને લઈ જાય. અધ્યાત્મ, સાહસી શૂરવીરોનો, આદર્શવાદી અને ઉત્કૃષ્ટ વિચારવાન લોકોનો માર્ગ છે. જીવનશોધનનો પુરુષાર્થ કરવાનું સાહસ જેઓ કરી શકતા નથી એમણે ઈશ્વરની પ્રસન્નતા, આત્મિક પ્રગતિ તેમજ દિવ્ય વિભૂતિઓની આશા ન કરવી જોઈએ.

આ કાર્ય કેવળ નિર્ધારિત સમયે થોડી પૂજા ઉપાસના જેવી પ્રક્રિયા અપનાવીને પૂર્ણ કરી શકાતું નથી. પ્રત્યેક ક્ષણે આત્મનિરીક્ષણની દૃષ્ટિ પોતાના ઉપર રાખવાથી જ આ પ્રયોજન સિદ્ધ થાય છે. સાધનાના પ્રથમ ચરણમાં પોતાનાં શરીર, મન, કાર્યો અને વિચારો પર બારીકાઈથી તીક્ષ્ણ નજર રાખી જોવું પડશે કે મનુષ્યતાના ગૌરવને નીચે પાડનાર પશુસ્તરના કેટલા અને કયા કયા કુસંસ્કારો પોતાનામાં સમાયેલા છે? ગુણ, કર્મ, સ્વભાવમાં કઈ પશુ પ્રવૃત્તિઓનો સમાવેશ છે? એમને ધીમે-ધીમે એક-એક કરીને છોડવાનો સંકલ્પ

કરવો જોઈએ. પોતાના કુસંસ્કારો સામે લડવું જોઈએ. એનાથી થતા નુકસાન પર વિચાર કરવો અને પોતાના એક એક દોષ-દુર્ગુણોને છોડતા રહેવાનો અભ્યાસ આધ્યાત્મિકતા તરફ વધવા માટેનું અનિવાર્ય સૂત્ર છે.

આધ્યાત્મિક દરિદ્રતાનાં કારણો

આહારવિહાર સંબંધી ઘણીબધી કુટેવો આપણામાં હોઈ શકે છે. નશો, વ્યસન, વ્યભિચાર, આળસ, કટુભાષણ, ક્રોધ, આવેશ, અસંયમ, મલીનતા, બેપરવાઈ, આશંકા, ચિંતા, ભય, કાપરતા, નિરાશા, ઉદ્વેગ જેવા નાના મોટા સ્વભાવજન્ય દોષ આમ તો મામૂલી લાગે છે, પરંતુ આ જ પ્રગતિના પથમાં મોટો અવરોધ ઉત્પન્ન કરે છે. એમનાં મૂળિયાં ઉખેડતા જવું જોઈએ. એમના માટે કોઈ કાનૂન પણ લાગુ પડતો નથી. સુધારેલી રૂપરેખા ઉપસ્થિત કરીને દોષોના સ્થાને ગુણ, અનુપયુક્તના સ્થાને ઉપયુક્તને પ્રતિષ્ઠિત કરવાં જોઈએ. પક્ષપાતરહિત વિવેકનો પ્રયોગ એવા સમયે જ કરવો જોઈએ. બીજાના ગુણદોષોને હટાવવા માટે જે લાંબાંલયક ભાષણો આપી શકાય છે, એ પરામર્શ પોતાને પણ આપવો જોઈએ. પોતાની અંદર ન્યાયાધીશ, ઉપદેશક, ગુરુ, ભગવાન વિકસિત કર્યા વગર આત્મસુધાર શક્ય નથી. પોતાના જાગૃત વિવેક પાસેથી માર્ગદર્શન લેવું જોઈએ. આધ્યાત્મિક પ્રગતિ માટે આ જ રાજમાર્ગ છે.

દોષો-દુર્ગુણોને દૂર કર્યા બાદ બીજું કાર્ય માનવોચિત યોગ્યતાઓ, વિશેષતાઓને વધારવામાં એ શક્તિને લગાડી દેવી જોઈએ, જે દોષ-દુર્ગુણોમાં બરબાદ થતી બચાવવામાં આવી હતી. બચત ભલે ધન, સમય અથવા મનોયોગની હોય, પરંતુ એનો લાભ એ બચતને વ્યક્તિત્વના વિકાસમાં લગાડવામાં આવે ત્યારે જ છે. ગુણોનું અભિવર્ધન બીમારી પછીના પૌષ્ટિક આહાર જેવું લાભકારી હોય છે. આત્મિક ક્ષમતાઓનો વિકાસ કરવા માટે આળસ અને અસંયમિત જીવનને મહાન શત્રુ સમજવો જોઈએ. બ્રહ્મચર્ય, વ્યાયામ, સ્વચ્છતા,

વિશ્રામ, સાત્ત્વિક આહારનું ધ્યાન અવશ્ય રાખવું જોઈએ. સમયની એક-એક ક્ષણનો ઉપયોગ કરવા માટે દિનચર્યા બનાવવી જોઈએ. મનની પવિત્રતા જાળવી રાખવા માટે કામુક્તાભરેલી કલ્પનાઓ અતિ ઘાતક છે. બહુમૂલ્ય મનોયોગને કોઈ રચનાત્મક ચિંતનમાં લગાડવાથી જીવન-ઉદ્દેશ્યને લક્ષ્ય તરફ લઈ જવાની ક્ષમતા વિકસિત થાય છે. બીભત્સ વિચાર મગજની સર્જનાત્મક શક્તિને પોતાની જંજાળમાં ફસાવીને વિષયુક્ત અને દુર્બળ બનાવે છે.

સ્વાધ્યાયાયથી સત્સંગ લાભ

મનોવિકારોની સફાઈ માટે ઉત્સાહ, ધૈર્ય, સાહસ, સંતુલન, સંતોષ, વિનોદ, પરિશ્રમ, સંયમ જેવા સદ્ગુણોને વિકસિત કરવા જોઈએ. હળવા ફૂલ જેવા મનથી બધાં કાર્યો કરવાં જોઈએ. પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિઓ, હાનિઓ, આશંકાઓને મગજ પર કબજો જમાવવા ન દેવો જોઈએ. તૃષ્ણા અને વાસનાની ચાદરને ઓઢવી ન જોઈએ. આ બન્ને આપણા કીમતી જીવનને પોતાના કુચકમાં ફસાવીને નષ્ટ કરી દે છે. કામુક્તા, ધનસંચય, વાહવાહી લૂંટવાની વિડંબનાઓથી બચવું જોઈએ. સારાં પુસ્તકોનો સ્વાધ્યાય નિત્ય કરવો જોઈએ. અનુપયુક્ત વાતાવરણની છાપને, મલીનતાને રોજ સ્વચ્છ કરવા માટે સ્વાધ્યાય અને સત્સંગ જ એકમાત્ર ઉપાય છે. વિચારશીલ વ્યસ્ત રહે છે. તેથી તેમના વિચારોને સ્વાધ્યાય તથા સત્સંગના માધ્યમથી અવશ્ય પ્રાપ્ત કરી શકાય છે.

સમાજના કર્જથી પણ મુક્ત થાવ

મન અને શરીર પછી આત્મિક સ્તરનો વિકાસ કરવાનો પણ વિશેષ પ્રયાસ કરવો જોઈએ આપણે વિવેકપૂર્ણ પરમાર્થ કરવો જોઈએ. જેથી વિશ્વમાં સત્પ્રવૃત્તિઓને, સદાચરણને, સદ્ભાવનાઓને પ્રોત્સાહન મળે. આવાં કાર્યો જ પરમાર્થ છે. આ સંસાર પાસેથી આપણે ઘણું બધું મેળવ્યું છે. આહાર, વસ્ત્ર, વિદ્યા, વ્યવહાર, ધન, મનોરંજન વગેરે બધું સમાજનું

જ આપેલું છે. એના બદલામાં આપણે પણ કંઈક એવા પ્રયત્નો કરતા રહેવા જોઈએ, જેથી આ સંસારની ઉત્કૃષ્ટતામાં વધારો થતો રહે.

આત્મબળ વૃદ્ધિ માટે ઉપાસના, આત્મશોધન અને પરમાર્થ ત્રણેયનો સમાવેશ જરૂરી છે. ભગવાનનું નિત્ય સ્મરણ કરો. પોતાના દોષદુર્ગુણોથી નિત્ય સંઘર્ષ કરો અને એમને દૂર કરો, સદ્ગુણો અને યોગ્યતાઓને વધારવા માટે નિત્ય પુરુષાર્થ કરો. પોતાના અને પોતાના પરિવારના લાભ માટે જ જીવન ન વીતાવો, બલકે દેશ, ધર્મ, સમાજ અને સંસ્કૃતિને ઊંચી લાવવા માટે સમુચિત યથાશક્ત્ય ધ્યાન આપો. જેટલું શક્ય હોય વધુમાં વધુ સમય, ધન અને શ્રમનું પણ દાન કરો. આપણે ઈશ્વરની ઉપાસના અને જીવનની સાધના ઉત્કૃષ્ટ ભાવનાઓ સાથે કરવી જોઈએ, ત્યારે જ જીવન-ઉદ્દેશ્ય અર્થાત્ અધ્યાત્મનું પોષણ શક્ય બનશે.

આજે જ્યારે નાના નાના પરિવાર પણ અલગ પરિવારમાં વિભક્ત થઈ રહ્યા છે ત્યારે આ વિશ્વબંધુત્વ કે વિશ્વપરિવારની એકતા બનાવી રાખવી કેટલું કઠિન દેખાય છે, પરંતુ ગુરુદેવે આ કઠણાઈ, આ અસંભવ કાર્યને પણ આશાની દૃષ્ટિથી જોતાં ઉપાય બતાવ્યો કે જો આપણે માનવીય મૂલ્યોના પોષણ માટે સમય ફાળવીએ, જે શાંતિ અને આધ્યાત્મિક વિવેકશીલતાને પ્રાપ્ત કરવા માટે સહાયક છે, તો વસુધૈવ કુટુંબકમની ભાવના અવશ્ય ઉત્પન્ન થશે.

આજે આ આધ્યાત્મિકતામાંથી કુપોષણને દૂર કરવા અંગે વિચાર કરવો પડશે. આધ્યાત્મિક દરિદ્રતા મનુષ્યની સ્વાર્થવૃત્તિ અને સંકુચિત માનસિકતાની ઊપજ છે, જે વ્યક્તિને પૂર્વગ્રહથી જોડાયેલી રાખે છે. એ વ્યક્તિને અધીરતા, અશાંતિમાંથી બહાર આવવા દેતી નથી.

આધ્યાત્મિક સંતુલન અને સાચું અધ્યાત્મ ત્યારે જ આરંભ થાય છે, જ્યારે આપણે આપણી મંગળ કામનાઓમાં બીજાઓને સમ્મિલિત કરીએ છીએ,

જ્યારે આપણે આપણા વિચારોને ‘હું’ અને ‘મારામાંથી’ પાર લઈ જઈએ છીએ. આપણે ઇચ્છાઓ અને વાસનાઓનો ત્યાગ કર્યા વિના આધ્યાત્મિક સત્યોનો અનુભવ કરી નથી શકતા. ઇચ્છાઓ કરો તો એ નિષ્કામ લોકસેવાની કરો, જેથી કર્તવ્યપાલનનું શ્રેય મળે અને કર્મના બંધનમાં પણ બંધાઈ ન જાવ.

એક પ્રસિદ્ધ સંત મૃત્યુ બાદ સ્વર્ગલોક પહોંચ્યા. ત્યાં દરવાજા પર ચિત્રગુપ્ત તેમના હિસાબના ચોપડા લઈને બેઠા હતા. એમણે સાધુનું નામ, સરનામું પૂછ્યું. સાધુ ગર્વસહિત બોલ્યા – “શું આપ જાણતા નથી કે હું ધરતીનો અમુક પ્રસિદ્ધ સંત છું?” “તમે જીવનમાં શું કર્યું?” ચિત્રગુપ્તે પૂછ્યું – “હું જીવનના પ્રારંભિક ભાગમાં તો લોકોથી પ્રેમ કરતો રહ્યો અને દુનિયાદારીના ચક્કરમાં ડૂબેલો રહ્યો, જીવનના અંતિમ અડધા ભાગમાં મેં બધું જ છોડી તપસ્યા કરી અને પુણ્યલાભ કર્યો.” ચિત્રગુપ્ત બોલ્યા – “ભાઈ! તમારાં પુણ્ય તો જીવનના પ્રારંભિક ભાગમાં જ થયાં છે, પાછલા ભાગમાં કશું જ નથી.” સંતે કહ્યું – “આ તો ઊલટી વાત છે. પ્રારંભિક જીવન તો મેં સંસારથી પ્રેમ કરવામાં વીતાવ્યું, જ્યાં સુધી શક્ય બન્યું બંધાની સહાયતા કરી, પરંતુ અંતિમ જીવનમાં એકાંતમાં રહીને પરમાત્માની આરાધના કરી, તપસ્યા કરી.” ચિત્રગુપ્તે સમજાવતાં કહ્યું – “ભાઈ! ધરતી પર પ્રેમ, આત્મીયતા તથા બીજાના હિતમાં લાગી રહેવામાં જ પુણ્ય છે, પૂજા છે અને એ કારણે જ તમને સ્વર્ગની પ્રાપ્તિ થઈ છે.”

નિર્ધારિત વિજ્ઞાન સમ્મત પ્રયોગ-ઉપચાર

પ્રતિભા પરિષ્કાર માટે વ્યક્તિની પ્રમાણિકતા અને પ્રખરતાના બંને પક્ષ સમાન રૂપથી મજબૂત બનાવવા પડે છે. ભાવભર્યા ઉમંગ ઉત્સાહથી તરબોળ એકાગ્ર તન્મયતાની વૃદ્ધિ કરવી જોઈએ. સાથે જ સમયને શ્રમની સાથે જ અવિચ્છિન્ન રૂપે જોડી રાખનાર તત્પરતા કે શ્રમશીલતા કાર્યાન્વિત કરવી પડે છે. સંકીર્ણ સ્વાર્થપરાયણતાની પરિધિથી આગળ વધવાનું હોય છે, જેથી સાદું જીવન ઉચ્ચ વિચારની રીતિ-નીતિ અપનાવવાની સાથેસાથે બચેલ સમય, શ્રમ અને સાધનોને સત્પ્રવૃત્તિ-સંવર્ધનમાં, લોકસેવામાં લગાડી શકાય. ઉચ્ચસ્તરીય પ્રતિભાનું સંવર્ધન આ રીતે જ થાય છે.

અહીં પ્રતિભા-પરિષ્કારનો આશય-સદૈવ આદર્શોન્મુખ બુદ્ધિ અને ભાવનાના સમન્વિત વિકાસથી લેવો જોઈએ. આવા પ્રતિભાસંપન્ન જ પોતાને પ્રેરણા-પૂંજના પ્રતીક રૂપમાં વિકસાવી પોતાને જ નહીં સમયને પણ નિહાલ કરે છે. ચર્ચા આવી જ પ્રતિભાના વિકાસ સંબંધિત ઉપચારોની ચાલી રહી છે.

શું એવું પણ સંભવ છે કે બાળકોને લખવાની પાટી પર મણકા સરકાવીને ગણતરી શીખવાડવા કે ત્રણ પૈડાંવાળી ગાડીનો સહારો લઈ ચાલવાનું શીખવાડવાની જેમ કોઈ અભ્યાસોના માધ્યમથી જનસાધારણને પણ પ્રતિભા સંપાદિત કરવાની દિશામાં અગ્રેસર કરી શકાય. જવાબ ‘હા’માં પણ આપી શકાય છે. જનસામાન્ય શારીરિક અંગઅવયવોની પુષ્ટિ માટે અખાડામાં જવાની વિધિ-વ્યવસ્થા બતાવે છે. અખાડાઓમાં નિર્ધારિત અભ્યાસોને અપનાવવા, શારીરિક અંગોને સશક્ત બનાવવા માટે વ્યાયામોનો ઉપક્રમ તેમજ આહારમાં પરિવર્તન જરૂરી માનવામાં આવે છે. એવા જ કેટલાય સાધના ઉપક્રમ પ્રતિભા-પરિષ્કારના સંદર્ભમાં પણ નિર્ધારિત છે અને એ ઘણી

હદ સુધી સફળ થતા પણ જોવા મળ્યા છે. આવા કેટલાક આધારોનો, જેમનો બ્રહ્મવર્ચસ્વી શોધપ્રક્રિયામાં પ્રયોગ કરવામાં આવે છે અથવા જેમને વર્તમાન કે સંશોધિત રૂપમાં પ્રયુક્ત કરવાની સંભાવના છે, એમનો ઉલ્લેખ અહીં કરવામાં આવી રહ્યો છે.

(૧) સ્વસંકેત (ઓટોસજેશન) : શાંત વાતાવરણમાં સ્થિર શરીર અને એકાગ્ર મન કરી બેસવામાં આવે. ભાવના કરવામાં આવે કે આપણા મગજના કેન્દ્રમાંથી નીકળતો પ્રાણવિદ્યુતનો સમુચ્ચય શરીરના અંગઅવયવોમાં અપેક્ષાકૃત વધુ માત્રામાં પ્રવાહિત થઈ રહ્યો છે. શિથિલતાનું સ્થાન સમર્થ સક્રિયતા ગ્રહણ કરી રહી છે. એ આધાર પર પ્રત્યેક અવયવ પુષ્ટ થઈ રહ્યા છે. ઈન્દ્રિયોની ક્ષમતા વધી રહી છે. ચહેરા પર ચમક વધી રહી છે. બૌદ્ધિક સ્તરમાં એવી વૃદ્ધિ થઈ રહી છે જેનો અનુભવ પ્રતિભાવિકાસના રૂપમાં પોતાને તથા બીજાઓને થઈ શકે.

વસ્તુતઃ સ્વસંકેતોમાં જ માનસિક કાયાકલ્પનો મર્મ છુપાયેલો છે. શ્રુતિની માન્યતા છે કે — “યો યચ્ચૃદ્ધઃ સ એવ સઃ” અર્થાત્ જે જેવું વિચારે છે અને પોતાના સંબંધમાં ભાવના કરે છે, એ તેવો જ બની જાય છે. વિધેયાત્મક ચિંતન, મહાપુરુષોના ગુણોનો પોતાની અંદર સમાવેશ થવાની સંભાવનાથી, સજાતીય વિચાર ખેંચાતા આવે છે અને ઈચ્છિત વિદ્યુતપ્રવાહોને જન્મ આપવા લાગે છે.

મનોવૈજ્ઞાનિક આ જ આધાર પર વ્યક્તિત્વમાં વિચારપ્રવાહમાં પરિવર્તન લાવવાની વાત કહે છે. એમનો મત છે કે જેમ પૃથ્વીની ચારે બાજુ આયનો-સ્ફીયર છે, એવી જ રીતે માનવીય મગજની ચારે બાજુ પણ એક ‘આયડિયોસ્ફીયર’ હોય છે. આ એવું હોય છે જેવું મનુષ્યના ચિંતનનો ક્રમ હોય છે. ક્ષણમાત્રમાં આ બદલી પણ શકે છે અને ફરીથી એવું જ વિચારવાથી

પૂર્વવત્ થઈ શકે છે. આ ચિંતનપ્રવાહના આદર્શોન્મુખ, શ્રેષ્ઠતા તરફ ગતિશીલ થવાથી વ્યક્તિનું મુખમંડળ ચંમકવા લાગે છે અને બીજાઓને આકર્ષિત કરે છે. આવી વ્યક્તિનાં કથનો જ પ્રભાવોત્પાદક હોય છે, એટલે સુધી કે અન્ય અનેકમાં પણ પરિવર્તન લાવી શકે. એક રીતે સ્વસંકેતો દ્વારા પોતાના આભામંડળને એક સશક્ત ચુંબકમાં ફેરવવામાં આવે છે. મનોવૈજ્ઞાનિક કહે છે – “શીક એન્ડ ગ્રો રીચ” અથવા “એડાટ પોઝીટીવ પ્રિંસિપલ ટુ ડે”. આશય એ છે કે વિચારો, વિધેયાત્મક વિચારો તથા અત્યારે આ જ ક્ષણે વિચારો, જેથી તમે પોતાને શ્રેષ્ઠ બનાવી શકો. બધા મહામાનવ સ્વસંકેતોથી જ મહાન બન્યા છે. ગાંધીજીએ હરિશ્ચંદ્રનું નાટક જોઈને સ્વયંને સંકેત આપ્યો કે સત્યના પ્રયોગોને જીવનમાં ઉતારો અને એનાં પરિણામ જુઓ. એમની પ્રગતિમાં આ ચિંતનની કેટલી મહાન ભૂમિકા હતી, એ બધાં જ જાણે છે.

બ્રહ્મવર્ચસૂની શોધ-પ્રક્રિયામાં ઓડિયો તથા વીડિયો કેસેટનો આશ્રય લઈ ઈયરફોન દ્વારા સંકેત આપવામાં આવે છે. થોડા સમય બાદ ફરીથી એ બધા પ્રસંગો પર ચિંતન કરતા રહેવાનું કહેવામાં આવે છે. એનાથી પ્રભાવશાળી વિદ્યુતપ્રવાહનો જન્મ થવા લાગે છે. આની પ્રત્યક્ષ પરિણતિ જી.એસ.આર. બાયોફીડ બેકના રૂપમાં જોઈ શકાય છે, જેમાં વ્યક્તિ ચિંતન દ્વારા જ પોતાની ત્વચા પ્રતિરોધને ઘાટડતો-વધારતો પોતે પણ જુએ છે. આ જ રીતે શ્વસન દર, હૃદય ગતિ, રક્તચાપ વગેરે સ્વસંકેતોથી પ્રભાવિત કરી શકાય છે. વિપશ્યના ધ્યાન તેમજ જૈન ધ્યાન પદ્ધતિ આ સ્વસંકેત પદ્ધતિ પર જ આધારિત છે. સાચી પદ્ધતિનો આશ્રય લેવાથી પ્રતિભામાં ઈચ્છિત પરિવર્તન ઉત્પન્ન ન કરી શકાય એવું કોઈ કારણ નથી.

(૨) દર્પણ સાધના : આં મૂળતઃ આત્માવલોકનની, આત્મપરિષ્કારની સાધના છે. મોટા આકારનું દર્પણ સામે રાખીને બેસવામાં આવે. આસનમાં જમીન પર કે ખુરશી પર બેસી શકાય છે. ખુલ્લા શરીરના દરેક ભાગ પર વિશ્વાસભરી દૃષ્ટિથી અવલોકન કરવામાં આવે. પહેલાં પોતાના વિશે ચિંતન કરી, અંતઃના દોષ-

દુર્ગુણોથી મુક્ત થતા રહેવાની ભાવના કરવામાં આવે. એ પરમસત્તા ખૂબ દયાળુ છે. અતીતને ભુલાવી હવે એ અનુભૂતિ કરવામાં આવે કે ભીતરની સંરચનામાં પ્રાણવિદ્યુત વધી રહી છે અને એની તેજસ્વિતા ત્વચાના ઉપરના ભાગમાં ચમક વધારતી અંગેઅંગથી ફૂટી રહી છે. પહેલાં જે નિસ્તેજ-ક્ષીણ, દુર્બળ કાયસત્તા હતી, એ બદલાઈ ગઈ છે તેમજ શરીરના રોમેરોમમાં વિદ્યુતશક્તિ જ છવાઈ ગઈ છે. વિકાસક્રમમાં વૃદ્ધિ થઈ રહી છે. પ્રતિભા-વિકાસનાં લક્ષણ નિશ્ચિત રૂપે દેખાઈ રહ્યાં છે તેમજ સામે બેઠેલી આકૃતિમાં પોતાનું અસ્તિત્વ પૂર્ણતઃ વિલીન થઈ રહ્યું છે. આ ધ્યાન પ્રક્રિયા લય યોગની ધ્યાનસાધના કહેવાય છે અને વ્યક્તિનો ભાવકલ્પ કરી બતાવે છે.

(૩) રંગીન વાતાવરણનું ધ્યાન : દરેક રંગનાં સૂર્યકિરણોનાં પોતપોતાના સ્તરના રસાયન, ધ્યાનતત્ત્વ તેમજ વિદ્યુતપ્રવાહ હોય છે. એ શરીર અને મગજ પર અતિરિક્ત પ્રભાવ છોડે છે. એમાંથી કોઈનું પ્રમાણ વધે કે ઘટે અથવા વિકૃત, અસંતુલિત થઈ જાય, તો કેટલાય પ્રકારના રોગ, ઉપદ્રવ ઊભા થાય છે. આ માટે રંગીન પારદર્શી કાયના માધ્યમથી અથવા વિભિન્ન રંગોના બલ્બોથી પીડિત અંગ પર અથવા અંગવિશેષ પર એની સક્રિયતા વધારવા માટે રંગીન કિરણોને જરૂરિયાત મુજબ નિર્ધારિત અવધિમાં લેવાનું વિધાન છે. પ્રતિભાવિકાસ માટે આંખો બંધ કરીને ઉચિત રંગ-વિશેષનું, ધ્યાન પણ કરવામાં આવે છે. થોડા સમય સુધી સપ્ત વર્ણોના ક્રમમાંથી નિર્ધારિત રંગ (જાંબલી, વાદળી, આસમાની, લીલો, પીળો, નારંગી, લાલ)ના ફલેશેસ સ્ટ્રોબોસ્કોપ યંત્ર દ્વારા ચમકાવવામાં આવે છે તેમજ આંખ પર પહેરેલ ચશ્માંમાં એ જ વર્ણવિશેષ સતત દેખાય છે. આનો પ્રભાવ મગજનાં સૂક્ષ્મ કેન્દ્રો, ચક્ર સંસ્થાનો વગેરે પર પડે છે. નિયમિત રૂપથી થોડા સમયના ધ્યાનને ક્રમશઃ કરતા રહેવાથી ઈચ્છિત પરિવર્તન-પ્રક્રિયા શરૂ થઈ જાય છે. ધ્યાન એ કરવામાં આવે છે કે સંસારમાં સર્વત્ર એ એક જ રંગની સત્તા છે, જે આપણા શરીરમાં પ્રવેશ કરી ઈચ્છિત વિશેષતાઓની ઊર્જા શરીરમાં પ્રવાહિત કરે છે. આ ધ્યાન પાંચથી દસ

મિનિટ સુધી કરવામાં આવે છે. વિશેષશો દ્વારા ભિન્ન-ભિન્ન પ્રકૃતિના સાધકો માટે ભિન્ન-ભિન્ન વર્ણોનું નિર્ધારણ કરીને જ આ પ્રક્રિયા શરૂ કરવામાં આવે છે.

(૪) પ્રાણાકર્ષણ પ્રાણાયામ: આ સમસ્ત બ્રહ્માંડમાં પ્રાણતત્ત્વ ભરેલું છે. એમાંથી સાધારણપણે પ્રાણીને એટલી જ માત્રા મળે છે, જેથી એ પોતાનો જીવનનિર્વાહ ચલાવતો રહે. એથી વધુ માત્રા ખેંચવાની આવશ્યકતા ત્યારે પડે છે, જ્યારે કોઈ ઉચ્ચ ઉદ્દેશ્યો માટે પ્રાણ-ચેતનાનો વધુ અંશ જરૂરી હોય. શરીરગત પ્રાણ તેમજ સમષ્ટિગત મહાપ્રાણનો સંયોગ શરીર સ્થિત પ્રાણનું નવીનીકરણ જ નથી કરતો, પ્રાણ ધારણ કરી એને પ્રયુક્ત કરવાની ક્ષમતાને પણ વધારે છે. ચેતના જગતમાં પ્રાણ જ એવી શક્તિ છે, જે વિદ્યુતઊર્જાના રૂપમાં 'નેગેટિવ આયંસ'ના રૂપમાં વિદ્યમાન છે. એમની ઊણપ વ્યક્તિને રોગી, નિસ્તેજ, પ્રાણહીન બનાવે છે, એની પ્રભાવોત્પાદકતાને ઓછી કરે છે તેમજ પ્રચુર માત્રા એને નીરોગી, તેજસ્વી, પ્રાણસંપન્ન બનાવી એની પ્રભાવક્ષમતામાં વૃદ્ધિ કરે છે.

પ્રતિભાના વિકાસ માટે એક વિધાન પ્રાણાકર્ષણ પ્રાણાયામનું છે. એની વિધિ એ છે કે કમર સીધી, સરળ આસનમાં, હાથ ગોદમાં, મેરુદંડ સીધો રાખીને બેસવામાં આવે. ધ્યાન કરવામાં આવે કે વાદળાં જેવી શક્તિના પ્રાણની ભરતી આપણી ચારે બાજુથી ઊમટી રહી છે અને આપણે એમની વચ્ચે નિશ્ચિત મુદ્રામાં બેઠાં છીએ. નાકનાં બન્ને છિદ્રોથી ધીમેધીમે શ્વાસ ખેંચતાં ભાવના કરવામાં આવે કે શ્વાસની સાથે જ પ્રખર પ્રાણની માત્રા પણ ભળેલી છે અને એ શરીરમાં પ્રવેશ કરી રહી છે. અંગ-અવયવો દ્વારા એ ધારણ કરવામાં આવી રહી છે. ખેંચતી વખતે પ્રાણના પ્રવેશ કરવાની અને શ્વાસ રોકતી વખતે ધારણ કરવાની ભાવના કરવામાં આવે. ધીમે ધીમે શ્વાસ બહાર કાઢવાની સાથે એ વિશ્વાસ કરવામાં આવે કે જે પણ અનિચ્છનીયતાઓનાં, દુર્બળતાનાં તત્ત્વ અંદર હતાં, એ શ્વાસની સાથે ભળીને બહાર જઈ રહ્યાં છે. ફરીથી પાછાં આવવાનાં નથી. આ પ્રાણાયામને આરંભમાં પાંચથી દસ મિનિટ જ કરવો પર્યાપ્ત છે. કમશ: આ

અવધિ વધારી શકાય છે. પ્રાણ ધારણ કરવાની શક્તિ કેટલી વધી, લોહીમાંથી દૂષિત તત્ત્વો કેટલી માત્રામાં નીકળી ગયાં તથા લોહીમાં ઓક્સિજનનું પ્રમાણ કેટલું વધ્યું એ શોધ-સંસ્થાન દ્વારા ચકાસવામાં આવે છે. આ જ નીરોગીતાનું, પ્રતિભાશીલતાનું ચિહ્ન છે.

(૫) સૂર્યવેદન પ્રાણાયામ : ધ્યાનમુદ્રામાં બેસવામાં આવે. શરીર પર ઓછામાં ઓછાં વસ્ત્ર રહે. અરુણોદયનો સમય હોય અને મુખ પૂર્વ તરફ હોય. ધ્યાન કરવામાં આવે કે આત્મસત્તા શરીરમાંથી નીકળી સીધી સૂર્યલોક સુધી પહોંચી રહી છે. જેવી રીતે સોયમાં પરોવેલો દોરો કપડાંમાં થઈને જાય છે, પ્રજ્વલિત અગ્નિમાંથી સળિયો આરપાર નીકળી જાય છે, એવી જ રીતે આત્મચેતના પ્રાત:કાલીન સૂર્યનું વેદન કરતી આરપાર જઈ રહી છે. જમણી નાસિકાથી ખેંચેલો શ્વાસ અંદર સુધી જઈને સૂર્યચક્રને આંદોલિત, ઉત્તેજિત કરી રહ્યો છે. ઓજસ્ તેજસ્, વર્યસૂની ઘણી માત્રા પોતાની અંદર ધારણ કરીને વળતાં ડાબી નાસિકામાંથી બધા દુર્ગુણો નીકળી રહ્યા છે. પહેલાં કરતાં હવે પોતાનામાં પ્રાણઊર્જાની માત્રા વધી ગઈ છે, જે પ્રતિભા-વિકાસના રૂપમાં અનુભવવામાં આવે છે. ક્રિયાને ગૌણ અને ભાવનાને પ્રધાન માનીને આ અભ્યાસ નિયમિત રૂપથી કરવામાં આવે તો ચોક્કસ ફળદાયી થાય છે.

(૬) પ્રાણાવાનોનું સાન્નિધ્ય : શક્તિપાતની તાંત્રિક ક્રિયા કરવામાં તો મુંશ્કેલ અને જોખમ ભરેલી છે, પરંતુ તે કરતાં કોઈ વરિષ્ઠ, પ્રાણચેતના સંપન્ન વ્યક્તિઓ નજીક પહોંચવાનો પ્રયત્ન કરવામાં આવે એ ઠીક રહે છે. ચરણસ્પર્શ જેવા સમીપતાવાળાં ઉપક્રમોથી લાભ લેવામાં આવે. અપ્રત્યક્ષ રૂપથી એ ધ્યાન કરવામાં આવે છે કે હનુમાન, ભગીરથ જેવા કોઈ પ્રાણવાન સાથે પોતાની ભાવનાત્મક એકતા બની રહી છે અને પારસ્પરિક આદાન-પ્રદાનનો ક્રમ ચાલી રહ્યો છે. જેવી રીતે સાબુ પોતાની સફેદી આપે છે અને કપડાંનો મેલ હટાવી દે છે, એવી જ ભાવના આ સધન સંપર્કની ધ્યાનધારણામાં કરી શકાય છે. દશ્યચિત્ર તથા એ મહાનુભાવોનાં કર્તવ્યોના ગુણોનું ચિંતન પણ એમાં સહાયક થાય છે. જે રીતે માતાના સ્તનપાનથી બાળક

તેમજ ગુરુની શક્તિથી શિષ્ય લાભાન્વિત થાય છે એ જ રીતે આના આધાર પર પણ પ્રાણચેતના વધે છે.

(૮) નાદયોગ : વાદ્યયંત્રો અને એમની ધ્વનિ લહરોના પોતપોતાના પ્રભાવ છે. એમને ઘોંઘાટરહિત સ્થાનમાં સાંભળવાનો અભ્યાસ પણ પ્રતિભા વિકાસમાં સહાયક થાય છે. આ કાર્ય શબ્દશક્તિ (જે ચેતનાનું ઈધન છે)ના શ્રવણથી, અંતઃનાં ઊર્જકેન્દ્રોને ઉત્તેજિત કરી તથા જગાડીને સંભવ છે. આ કાર્ય સ્વયં ઉચ્ચારિત મંત્રો કે સંગીત પર ધ્યાન લગાવીને તથા ટેપરેકોર્ડ દ્વારા સંગીત સાંભળીને પણ સંભવ છે. પોતાને યોગ્ય સંગીતની પસંદગી પણ આ વિષયના વિશેષજ્ઞો દ્વારા જ નિર્ધારિત કરવી જોઈએ. એક જ વાદ્ય અને સમયાનુકૂળ રાગની પસંદગી કરવી જોઈએ. આ શ્રવણ શરૂઆતમાં પાંચથી દસ મિનિટ સુધી જ કરવું જોઈએ. ક્રમશઃ અભ્યાસ વધારી શકાય છે.

(૯) પ્રાયશ્ચિત્ત : વ્યભિચાર, છળ, ધનની ચોરી જેવાં દુષ્કર્મોથી પણ પ્રાણશક્તિ ક્ષીણ થાય છે અને પ્રતિભાનું પ્રમાણ ઘટી જાય છે. તે માટે દુષ્કર્મોને અનુરૂપ પ્રાયશ્ચિત્ત કરવામાં આવે. ખ્રિસ્તી ધર્મમાં 'કન્ફેશન'ની ખૂબ મહત્તા બતાવવામાં આવી છે. દુષ્કર્મોની ભરપાઈ કરી શકાય એવાં કોઈ સત્કર્મો કરવામાં આવે. ચાંદ્રાયણ જેવા વ્રતઉપવાસ પણ આ ભારને ઉતારવામાં સહાયક બને છે. કોણ કયા દોષોને બદલે ક્યાં પ્રાયશ્ચિત્ત કરે, એ માટે ગુરુસત્તા જેવા વિશેષજ્ઞોને પોતાની પૂરી વિગત કહેવાથી ખૂબ હળવા થઈ જવાય છે અને આગળ કંઈક નવું કરવાની દિશા મળે છે. પ્રાયશ્ચિત્ત ધોલાઈની મનોવૈજ્ઞાનિક આવશ્યકતા પૂરી કરે છે. પ્રતિભા-સંવર્ધન માટે અંતરંગની ધોલાઈ પણ જરૂરી છે.

(૧૦) અંકુરોનો કલ્ક તથા વનૌષધિ સેવન : અન્ન ધાન્યો તથા જડીબુટ્ટી વનસ્પતિઓના જુદા જુદા પ્રભાવ છે. એ જ્યારે અંકુરિત સ્થિતિમાં આવે છે, ત્યારે એમાં અભિનવ તથા અતિરિક્ત ગુણ હોય છે, જે આપણી આવશ્યકતાને અનુકૂળ પ્રમાણમાં ફૂંડાઓમાં એક-એક દિવસના અંતરે ઉગાડવામાં આવે. સાતમા દિવસે અંકુરોને પીસી એનો કલ્ક ત્રણ માસા અને પાણી

તોલો લઈ ગાળી લેવું. એને પ્રાતઃકાળે ખાલી પેટે મધ કે ઉચિત અનુપાન સાથે લેવું. આ ટોનિક તેજસની અભિવૃદ્ધિ, મેધાવૃદ્ધિ, જીવનશક્તિ વધારવામાં સહાયક થાય છે. આ જ રીતે લીલી જડીબુટ્ટીઓ કે એ ઔષધિઓનાં સૂકાં ચૂર્ણોનો કલ્ક બનાવી ગ્રહણ કરી શકાય છે. નિર્ધારણ વિશેષજ્ઞ કરે છે. અમુક સ્થિતિઓમાં બાષ્પીભૂત રૂપમાં અગ્નિહોત્ર પ્રક્રિયાથી નાસિકામાર્ગ દ્વારા ગ્રહણ કરવાનું પણ પ્રાવધાન છે.

એક ગુરુના બે શિષ્ય હતા. બન્ને ખેડૂત હતા. ભગવાનનું ભજન, પૂજન પણ બન્ને કરતા હતા. સ્વચ્છતા અને સફાઈ પર પણ બન્નેની શ્રદ્ધા હતી, પરંતુ એક ખૂબ સુખી હતો અને બીજો ખૂબ દુઃખી હતો. ગુરુનું મૃત્યુ પહેલાં થયું. પાછળથી બન્ને શિષ્યો પણ મરી ગયા. દેવયોગથી સ્વર્ગલોકમાં ત્રણેય એક જ સ્થાન પર આવી મળ્યા, પરંતુ સ્થિતિ તો અહીં પણ પહેલાં જેવી જ હતી. જે પૃથ્વી પર સુખી હતો એ અહીં પણ પ્રસન્નતાનો અનુભવ કરી રહ્યો હતો અને જે ગમે ત્યારે ક્લેશ-ક્લહ, વગેરેને કારણે પૃથ્વી પર અશાંત રહેતો, એ અહીં પણ અશાંત દેખાતો હતો. દુઃખી શિષ્યે ગુરુદેવ પાસે જઈને કહ્યું — “ભગવન્ ! લોકો કહે છે, ઈશ્વરભક્તિથી સ્વર્ગમાં સુખ મળે છે, પરંતુ હું તો અહીં પણ દુઃખીને દુઃખી જ રહ્યો.” ગુરુ ગંભીર થઈ બોલ્યા — “વત્સ ! ભક્તિથી સ્વર્ગ તો મળી શકે છે, પરંતુ સુખ અને દુઃખ તો મનની દેન છે. મન શુદ્ધ હોય, તો નર્કમાં પણ સુખ છે અને મન શુદ્ધ નહીં હોય તો સ્વર્ગમાં પણ કોઈ સુખ નથી. મનઃસ્થિતિને બદલવાનો પ્રયાસ કરવામાં ન આવે તો એ ગમે ત્યાં દુઃખદ પરિણામ જ આપે છે.”

• • •

સાધનાના અભાવમાં શ્રદ્ધાનો અપયો

કૃષિ માટે બીજ, જમીન અને ખાતર-પાણીની આવશ્યકતા હોય છે. લખવા માટે કલમ, શાહી અને કાગળની આવશ્યકતા હોય છે. એમાંથી જો એકનો પણ અભાવ હોય, તો કાર્યની સફળતામાં શંકા રહે છે. એ જ રીતે વ્યક્તિત્વના વિકાસમાં ઉપાસના, સાધના અને આરાધનાનું મહત્ત્વ છે. જો એકનો પણ અભાવ રહે, તો વ્યક્તિત્વનો વિકાસ અપૂર્ણ જ રહે છે. ઈશ્વરના સાન્નિધ્યમાં રહીને એની વિલક્ષણતાઓને પોતાની અંદર સમાવવી, ઉપાસના કહેવાય છે. પોતાના દોષ-દુર્ગુણોનો ત્યાગ કરવા, મનમાં સ્વસ્થ તેમજ ઉત્કૃષ્ટ ચિંતનની ધારા પ્રવાહિત કરવા માટે મનની સાધના કરવાની હોય છે. મનનો સ્વભાવ એવો છે કે એની ઈચ્છાઓની પૂર્તિ કરવાથી એને સંતુષ્ટ કરી શકાતું નથી. મનનો અભાવ તો સંભવ છે, પરંતુ મન હોય અને ઈચ્છાઓ ન હોય, એ શક્ય નથી. ઘણા પ્રયત્નોથી મનને આત્માની પ્રેરણાઓ અનુસાર ચિંતન કરવા અને આપણી ઈચ્છાઓને આત્માના અવાજને અનુકૂળ બનાવવું શક્ય થાય છે. આને જ સાધના કહે છે. સાધના કરનાર વ્યક્તિ સાધક અથવા સાધુ કહેવાય છે. સાધકને મનની હલકી ઈચ્છાઓથી વિપરીત કાર્ય કરવાનો પુરુષાર્થ કરવો પડે છે. પોતાને કષ્ટ મુશ્કેલીઓમાં નાંખવું પડે છે. લાંબા અભ્યાસથી મનને એવી રીતે સાધવું શક્ય બને છે કે એ કેવળ સારું વિચારે અને વ્યક્તિત્વને ઊંચું લઈ જવાનું ચિંતન કરે. મનની સાધના માટે ઋષિઓએ અનેક અભ્યાસ બતાવ્યા છે, પરંતુ સાધકની પાત્રતાના અભાવમાં એ બધા પ્રયાસો અસફળ જ સિદ્ધ થાય છે. સાધનાના અભાવે કોઈની

મનોભૂમિ ઉચ્ચસ્તરીય બની શકતી નથી. ઘણી બધી વાતોનો ભંડાર મગજમાં ભરેલો રહી શકે છે, પરંતુ ઉત્કૃષ્ટ ચિંતન, સાધનાના અભાવમાં શક્ય નથી. સાધનાથી સિદ્ધિ અને ઉપાસનાથી રિદ્ધિની ઉપલબ્ધિ થાય છે. આ બન્નેના અભાવમાં ભૌતિક ઉપલબ્ધિઓ તો સંભવ છે, પરંતુ આ ભૌતિક ઉપલબ્ધિઓને પચાવવી શક્ય નથી હોતી. નાળાં જેવા છીછરા સાધક જરાક જેટલી ઉપલબ્ધિ મળતાં જ ઊભરાતા હોય છે. મહાન ઉપલબ્ધિઓ પ્રાપ્ત કરવા છતાં ગર્વ ન કરવાનું શ્રેય તો સમુદ્ર જેવા સાધકો માટે જ શક્ય છે. ચોમાસામાં હજારો નદીઓમાં આવેલાં પૂરથી મળતી વિશાળ જળરાશિથી પણ સમુદ્ર વ્યાકુળ થતો નથી. પોતાની વિશાળ છાતીમાં એને સમાવી લે છે, પચાવી લે છે. સાધનાની રગડથી દ્વેદ્યને વિશાળ અને ઉજ્જવળતાયુક્ત બનાવતા સાધક, સંત, સત્પુરુષ પણ શ્રદ્ધાને પચાવી ફરી શ્રદ્ધાળુઓને પાછું આપી દેતા હોય છે, જેમ સમુદ્ર વાદળાંના માધ્યમથી નદીઓને પાછું આપે છે.

શ્રમ, ઈમાનદારી તેમજ યોગ્યતા દ્વારા ભૌતિક ઉપલબ્ધિઓ પ્રાપ્ત કરવી દરેક માટે શક્ય હોય છે, પરંતુ કેટલાક લોકોને આ ઉપલબ્ધિઓ પિતા, ગુરુ અથવા માર્ગદર્શક પાસેથી વારસામાં એમની કૃપા તથા આશીર્વાદથી પણ મળી જાય છે. વ્યક્તિ આ ઉપલબ્ધિઓને તેની યોગ્યતા અને પાત્રતાથી પ્રાપ્ત થઈ એવું સમજી લે છે, તે એની ભૂલ હોય છે. આ ઉપલબ્ધિઓ પાછળ એનો શ્રમ નથી હોતો, તેથી એ સહજતાથી મળેલી આ ઉપલબ્ધિઓનો દુરુપયોગ કરે છે અને સાધના, ઉપાસનાના અભાવમાં એમને

ગુમાવતો રહે છે. મહાપુરુષો, સંતો, મહાત્માઓ અને ઋષિઓની સાધના, ઉપાસના અને આરાધના એટલી સઘન અને ઉચ્ચસ્તરીય હોય છે કે એનો પ્રભાવ લાંબા સમય સુધી રહે છે અને તેઓ લોકોની શ્રદ્ધાનું કેન્દ્ર બની રહે છે. એ જ શ્રદ્ધાનો લાભ એમના અનુયાયીઓ, શિષ્યો અને સમર્થકોને પણ મળતો રહે છે. જે મહાપુરુષ પોતાના સમાન ઉચ્ચસ્તરીય વ્યક્તિત્વોનું નિર્માણ કરવામાં અને તેમને પોતાનો ઉત્તરાધિકારી નિયુક્ત કરવામાં ભૂલ કરી બેસે છે તેઓ તેમનું કાર્ય પૂર્ણ થતું જોઈ શકતા નથી. ઉત્તરાધિકારીનું વ્યક્તિત્વ, ચિંતન તેમજ સાધના જો એ સ્તરની ન હોય તો પણ તેઓ લાંબા સમય સુધી માર્ગદર્શકના વ્યક્તિત્વની મહાનતાનો લાભ ઉઠાવતા રહે છે. વસ્તુતઃ આ મહાપુરુષોના નામે ઠગાઈ છે, શ્રદ્ધાનું શોષણ છે. સાધનાના અભાવમાં શ્રદ્ધાનો અપયો છે. એવી વ્યક્તિ તેના માર્ગદર્શકના નામ પર કલંક તો લગાડે જ છે એટલું જ નહીં ધીમે - ધીમે એનું છીછરાપણું પણ જનસાધારણની દૃષ્ટિમાં સ્પષ્ટ થઈ જાય છે અને એ પોતાને વિશે જનશ્રદ્ધા પણ ગુમાવી બેસે છે.

મહાન ઉપલબ્ધિઓને પચાવવા માટે સાધનાનું પરિષ્કૃત હોવું અતિ આવશ્યક છે. જેનું પાચન સારું ન હોય એને અતિ સ્વાદિષ્ટ અને મસાલેદાર વ્યંજન કેવી રીતે પચી શકે? ભારે વ્યંજનોનો સ્વાદ લેવાનો અવસર એને જ મળી શકે જેનું પાચન ઠીક હોય. ભગવાન રામ અને કૃષ્ણ વિશે જન-શ્રદ્ધાનું શોષણ આજે પણ પ્રજાવિહીન પંડાઓ, પૂજારીઓ કરતા રહે છે અને ઠગાઈ કરી પોતાનું ગુજરાન ચલાવે છે. ઘણા નેતાઓ યોગ્ય ન હોવા છતાં ગાંધીજીની સાધના-આરાધનાનો લાભ પાછળથી વર્ષો સુધી ઉઠાવતા રહ્યા અને સત્તાનું સુખ ભોગવતા રહ્યા. લોકોની શ્રદ્ધા ગાંધીજી પ્રત્યે હોવાને કારણે અનેક વર્ષો સુધી એમની સાધના

નેતાઓને ફળીભૂત થતી રહી. આ દૃષ્ટિકોણથી અતિ શ્રદ્ધા અને અંધશ્રદ્ધાને હાનિકારક પણ કહી શકાય છે. આ ઉદ્દેશ્યથી જ ઋષિઓએ શ્રદ્ધાની સાથે પ્રજા (વિવેકશીલતા)ને જોડી દીધી છે. આપણે આપણા શ્રદ્ધેય પ્રત્યે પૂર્ણ નિષ્ઠા તથા સમર્પણ રાખીએ, પરંતુ પ્રજાને આપણાથી જુદી ન કરીએ. તર્ક, તથ્ય તથા પ્રમાણોની વિશ્વસનીયતા ભુલાવી દેવી ઉચિત નથી. વિભિન્ન ધર્મ-સંપ્રદાયોમાં અતિ શ્રદ્ધાનું દોહન ખૂબ નિર્મમ રીતે થાય છે. શ્રદ્ધા દોષદુર્ગુણો તરફ ધ્યાન આપતી નથી, તેથી એ સાધનાવિહીન ધર્મચાર્યોને મનમાન્યો વ્યવહાર કરવા માટે ઉશ્કેરતી રહે છે. વિવેકરહિત શ્રદ્ધાને સ્તુત્ય માનવામાં ન આવે, એવો શાસ્ત્રનો ઉપદેશ છે.

“જગતની દરેક વસ્તુ નિયમસર ચાલે છે. કાળચક્રની ગતિ પ્રમાણે સર્વત્ર નિયમબદ્ધ પરિવર્તન થયા કરે છે. એક સમયે જ્ઞાન અને કળાનો સૂર્ય હિન્દુસ્તાનમાં મધ્યાકાશે પ્રકાશતો હતો. એ સૂર્ય હવે હવે હિન્દુસ્તાન પર પાછો બમણા તેજથી પ્રકાશવો જોઈએ. ઐતિહાસિક દૃષ્ટિએ જોતાં અંતરીક્ષના બીજા તારાઓની પેઠે સૂર્ય પણ ધીમે ધીમે પશ્ચિમ તરફ આગળ વધ્યો. પછી રોમે મધ્યાહનનું વૈભવનું તેજ અનુભવ્યું. છેવટે ઈંગ્લેન્ડને-વૈભવ સૂર્યનો ઉજ્જવળ પ્રકાશ મળ્યો, પછી તે સૂરજ પશ્ચિમ તરફ આગળ વધ્યો અને અમેરિકાને વૈભવને શિખરે પહોંચાડ્યું. જ્યારે હિન્દુસ્તાનમાં દિવસ હતો ત્યારે અમેરિકાને કોઈ ઓળખતું નહોતું. ધીરજ રાખો, તે સૂરજ પંસેફિક મહાસાગર ઓળંગવા લાગ્યો છે. જાપાનના થોડા વખતમાં બળવાન દેશ બનવાનાં ચિહ્નો જણાય છે. કુદરતના નિયમો ખરા હોય તો આ જ્ઞાન-સંપત્તિનો સૂર્ય એ પ્રદક્ષિણા પૂર્ણ કરી હિન્દુસ્તાન ઉપર પાછો બમણા તેજથી પ્રકાશવો જોઈએ.”

નગદ ધર્મ છે જીવન-સાધના

જીવનસત્તાનું સ્વરૂપ, લક્ષ તેમજ સદુપયોગ સમજાયું કે નહીં ?

સમજ્યા પછી ઉત્કર્ષનો માર્ગ અપનાવ્યો કે નહીં ? માર્ગ પર ઉત્સાહ, સાહસ અને પુરુષાર્થસહિત ચાલ્યા કે નહીં ? આ જ સંચય- નિર્ણય ઉપર ઉત્થાન-પતનની આધારશિલા રાખવામાં આવે છે. મનુષ્ય સ્વયં પોતાના ભાગ્યનો નિર્માતા છે. અવાંછનીયતા અપનાવીને પતનની ખાઈમાં પડવાની, ઉત્કૃષ્ટતાનું વરણ કરીને ઉત્કર્ષના ચરમ લક્ષ સુધી પહોંચવાની તેને પૂરેપૂરી છૂટ છે. કોઈ પણ પરિસ્થિતિ પર કાયમ રોદણાં રહે અને મનઃસ્થિતિને ન સુધારે, તો એવા આળસુને કોઈ શું કહે ?

દેવતા અનેક છે, પરંતુ તાત્કાલિક ફળ આપનાર, અત્મંત નિકટવર્તી અને અનુદાન આપવા માટે આતુર જીવન-દેવતાથી વધારે બીજું કોઈ નથી. જીવનની ગરિમા સમજનારા અને નિર્ધારિત લક્ષને માટે તેનો ઉપયોગ કરનારા તે બધું જ મેળવે છે, જે મેળવવા યોગ્ય છે. અન્ય દેવતાઓની અનુકંપા સંદિગ્ધ છે, પરંતુ જીવન-દેવતાની સાધનાનું પ્રતિક્ષણ સર્વથા અસંદિગ્ધ છે. જીવનસાધનાનું મહત્ત્વ સમજ્યા નહીં એ વાતનું દુઃખ પણ છે અને રિદ્ધિ-સિદ્ધિ સુસંપન્ન કરવા પ્રત્યે ધ્યાન પણ ન ગયું નહીંતર સ્થિતિ આવી ન હોત, જેવી આજે દેખાય છે.

જીવનનું સ્વરૂપ અને રહસ્ય ન સમજવાથી તેની સાધનામાં વિરત રહેવા છતાં કોઈ અભાવ- દરિદ્રતાથી. પતન-પરાભવથી ઘેરાયેલો પડ્યો રહે તો અન્ય કોઈને દોષ કઈ રીતે આપી શકાય ? જીવનની અવહેલનાથી વધુ આ સંસારમાં બીજું કોઈ પાપ નથી. અન્ય પાપોથી કર્તાને તો તરત જ લાભ મળે જ છે, પરંતુ જીવનની ઉપેક્ષાનું પાપ એવું છે, જેમાં શરૂઆતથી અંત સુધી નરકનો અનુભવ કરવો પડે છે. ભાગ્યોદયનું એક જ ચિહ્ન છે કે જીવનની સાથે જોડાયેલી મહાન સંભાવનાઓને સમજવામાં આવે અને તેને પાપોની ખાઈમાંથી ઉગારીને પરિશોધન પરિષ્કાર કરવામાં આવે.

જીવન-સાધનામાં મનન અને ચિંતનને આવશ્યક માનવામાં આવે છે. દરરોજ સૂર્યોદય પહેલાં અથવા સૂર્યાસ્ત પછી જ્યારે ચિત્ત શાંત-એકાંત હોય ત્યારે પોતાની અંતરંગ-બહિરંગ સ્થિતિના સારાં-નરસાં પાસાંનો અભ્યાસ કરવો જોઈએ અને ભૂલોને સુધારવાના, ઊણપોને દૂર કરવાનાં ભાવિ પ્રગતિ માટે પગલાં લેવાં જરૂરી છે. તેનું દૂરગામી તેમજ સામયિક નિર્ધારણ કરવું જોઈએ. નિર્ધારણ એવું હોવું જોઈએ કે જે વર્તમાન સ્થિતિમાં સમય ગુમાવ્યા વગર કાર્યાન્વિત થઈ શકે.

મનન-ચિંતનમાં બે બાબતો આપણી અંદર જ સમાયેલી છે-પરિમાર્જન અને પરિષ્કાર. આને પથ્ય અને ઔષધિના રૂપમાં પણ સમજી શકાય છે. વ્યક્તિત્વને પવિત્ર-પ્રખર બનાવનારી સત્પ્રવૃત્તિઓને કઈ રીતે અપનાવવામાં આવે ? વર્તમાન સ્થિતિને ધ્યાનમાં રાખીને આ સંદર્ભે કેવાં પગલાં લેવાં જોઈએ ? આનું નિર્ધારણ જ નહીં, આને અપનાવવાનો તત્પરતાપૂર્વક પ્રયત્ન અવિલંબ ચાલવો જોઈએ. ગુણ, કર્મ, સ્વભાવમાં શાલીનતા અને પ્રતિભા બંને ઉપાયોનું નિયોજન હોવું જરૂરી છે.

આ ઉપરાંત જે ઉપલબ્ધ પગલું છે તે એ છે કે, તેને કયા પ્રયોજનને માટે કેટલા પ્રમાણમાં, કયાં ઉપયોગ કરવામાં આવે ? ઉપલબ્ધિઓનું મહત્ત્વ ત્યારે છે, જ્યારે તેનો ઉપયોગ સારા પ્રયોજનમાં થાય, અન્યથા દુરુપયોગ-અપવ્યય જ ચાલતો રહ્યો તો પછી સંપન્નતા દરિદ્રતાથી પણ મોંઘી પડે છે. આત્મસાધનાનું સાચું તાત્પર્ય આ જ છે, પોતાના દાયરાનો વિસ્તાર કરવો એટલે કે લોભ, મોહ, સ્વાર્થપરાયણતાનાં ભવબંધનોને શિથિલ કરતા રહીને સમષ્ટિની સાથે પોતે જોડાઈ જવું. આ દષ્ટિકોણને અપનાવવાથી વસુધૈવ કુટુંબકમ્ની ભાવના ઉત્પન્ન થાય છે અને અસીમની સાથે જોડાવા માટે જીવ છટપટે છે. બીજાના દુઃખમાં સહભાગી થવા, પોતાનું સુખ વહેંચવા માટેનો આત્મ-ભાવ જ્યારે વિકસિત-વિસ્તૃત થશે, ત્યારે તેનો ઉપયોગ

લોકમંગલનાં કાર્યો માટે સમયદાન, અંશદાનના રૂપમાં પ્રસ્તુત કર્યા વગર એન પડશે જ નહીં.

મનન-ચિંતનું નિરંતર ચિંતવન જો નિયમત રૂપે ગંભીરતાપૂર્વક કરવામાં આવે, તો પરિશોધન-પરિષ્કારનાં બંને કદમ આપોઆપ આગળ વધતાં રહે છે. આ પ્રક્રિયા નિયમિત- નિરંતર ચાલતી રહે તો પૂર્ણતાના લક્ષ સુધી પહોંચનારો ઉપક્રમ સુનિશ્ચિત રીતથી બનતો રહેશે. અહીં બીજી એક વાત સમજવાની છે કે મનુષ્ય પૂર્ણમૈત્રી ઉત્પન્ન થયો હોવાના કારણે પૂર્ણ જ છે. જન્મજાત રૂપે ઉપલબ્ધ વિભૂતિઓનો દુરુપયોગ-અપવ્યય જ એકમાત્ર એવું કારણ છે, જેના કારણે કામધેનુનું દૂધ યાળણીમાં દોહવાથી જમીન ઉપર પડે, કપડાં ચીકણા કરે અને ખેદ-પશ્ચાત્તાપનું નિમિત્ત- કારણ બને છે. આને રોકવાની સમર્થ દૂરદર્શિતા જ જીવન-સાધના કહેવાય છે.

આ જીવન-સાધના નગદ ધર્મ છે. આનું પ્રતિક્ષણ પ્રાપ્ત કરવા માટે લાંબા સમય સુધીની પ્રતીક્ષા કરવી નથી પડતી. ‘આ હાથે લઈ આ હાથે આપવું’ નો નગદ

ધંધો આ માર્ગે ચાલતાં દરેક પગલે ફલિત થતો રહે છે. એક પગલું આગળ વધવાથી મંજિલનું અંતર એટલા ફૂટ ઓછું થાય છે, સાથે સાથે જે પછાતપણું હતું, તે પાછળ રહેતું જાય છે. આ જ રીતે જીવનસાધના જો તથ્યપૂર્ણ, તર્કસંગત અને વિવેકપૂર્ણ સ્તરે કરવામાં આવી હોય તો તેનું પ્રતિક્ષણ બંને રૂપે હાથોહાથ મળતું જાય છે. પહેલો લાભ તો એ છે કે પાશવિક પ્રવૃત્તિઓનો અભ્યાસ છૂટે છે. વાતાવરણની અસરથી આવરિત થયેલા કષાય-કલ્મષ ઓછા થાય છે. બીજો લાભ એ થાય છે કે નરપશુથી દેવમાનવ થવાની વિધિ-વ્યવસ્થા યોગ્યરૂપે ગોઠવાઈ જાય છે. બીજાની સાથેસાથે સ્વયંને પણ અનુભવ થતો રહે છે કે વ્યક્તિત્વ નિરંતર ઉચ્ચસ્તરીય થઈ રહ્યું છે. ઉત્કૃષ્ટતા અને આદર્શવાદની જ ઉપલબ્ધિઓ નિરંતર હસ્તગત થઈ રહી છે. આ એ જ ઉપલબ્ધિ છે જેને જીવનની સાર્થકતા, સફળતા કહે છે. તત્ત્વજ્ઞાનની ભાષામાં આને જ ભવબંધનોથી મુક્તિ, પરમ-સિદ્ધિ, કૈવલ્યપ્રાપ્તિ કહેવામાં આવે છે.

• • •

કુરુક્ષેત્રમાં ભવ્ય મેળાનું આયોજન હતું. ભગવાન કૃષ્ણ દારિકાવાસીઓની સાથે મેળામાં આવ્યા હતા. દેવર્ષિ નારદ ભગવતદર્શનને માટે ધરાધામ પર પધાર્યા અને શ્રીકૃષ્ણની પટરાણીઓને કહ્યું – તીર્થમાં આપવામાં આવેલ દાન અક્ષય થઈને શાશ્વતરૂપમાં પ્રાપ્ત થઈ જાય છે. સત્યભામાને વાત સમજમાં આવી ગઈ. તેમણે વિચાર્યું ભગવાન શ્રીકૃષ્ણથી પ્રિય કશું જ નથી. તે જ અક્ષય થઈને અમને પ્રાપ્ત થઈ એનાથી મોટી વાત કઈ હોઈ શકે છે. પરંતુ જે પ્રિય છે તેને દાનમાં કેવી રીતે આપી શકાય? જિજ્ઞાસા વ્યક્ત કરતાં દેવર્ષિ બોલ્યા – તેનું મૂલ્ય ચૂકવીને તેને પાછું લઈ જઈ શકાય છે. અભિમાની સત્યભામાએ કહ્યું. “અમે શ્રીકૃષ્ણને દાનમાં આપીને બરોબરનું મૂલ્ય ચૂકવીને તેમને પાછા લઈ લઈશું અને જન્મજન્મમાંતરોના તેમના સાથી બની જઈશું.”

દાન કરી દેવામાં આવ્યું. ગાંધિલ બ્રહ્માંડનાયક શ્રીકૃષ્ણ એક પલ્લામાં, બીજામાં હીરા, ચાંદી, ઝવેરાત રાખી દેવામાં આવ્યું. પલ્લાં જેમનાં તેમ રહ્યાં. દેવર્ષિએ કહ્યું – “તમે સંકલ્પ કરતા જાવ, રાખતા જાવ. બધા ત્યાં હાજર હતા. યુધિષ્ઠિરે ઈંદ્રપ્રસ્થનું રાજ્ય, ઉગ્રસેને પોતાનું રાજ્ય સંકલ્પિત કરી મૂક્યું. પલ્લાં જેમના તેમ રહ્યાં. શ્રી બલરામજીની માતા વાસુદેવની બીજી પત્ની રોહિણી ત્યાં હતી. તે બોલી – “અહીંયાં નંદબાબાનો શિબિર લાગ્યો છે. કનૈયો વેચાશે તો ભક્તિના ભાવે જ. આ ધન ફક્ત વ્રજના લોકોની પાસે છે. બધા ત્યાં ગયાં. રાધિકાજીને અનુરોધ કર્યો. તેમણે સહાયતાનું આશ્વાસન આપ્યું. બધા જ મુકુટસંકલ્પાદિ ઉતારી લેવામાં આવ્યા. રાધાજીએ ‘શ્રીકૃષ્ણ શરણં મમ’ એક તુલસીપત્ર પલ્લામાં મૂકી દીધું. મૂકતાંની સાથે જ શ્રીકૃષ્ણ ઉપર અને તુલસીપત્રવાળું પલ્લું ભારે થઈને નીચું થઈ ગયું.

ભક્તિનો મહિમા જોઈને દરેક ઉપસ્થિત જન ધન્ય થઈ ગયાં. રાધાજીની ભક્તિ સામે બધાં જ ઐશ્વર્ય બે કોડીનાં છે.” એવું બોલીને સત્યભામાના અભિમાનના ચૂરા કરી દેવર્ષિ તે તુલસીપત્ર રૂપી પ્રસાદ લઈને સંકીર્તન કરતા પ્રસ્થાન કરી ગયા. ધન્ય છે ! વ્રજ અને તેની ભક્તિને !!

રાષ્ટ્રને સમર્થ તથા સશક્ત બનાવવા માટે અનિવાર્ય છે સાધના....

ઘણી જ અનોખી શુભ ઘડી હતી. જ્યારે રાષ્ટ્રીય સાધનાએ પોતાની અનોખી સિદ્ધિ પ્રાપ્ત કરી. આજથી ૫૧ વર્ષ પહેલાં ૧૫ ઓગસ્ટના દિવસે આખો દેશ ઝૂમી ઊઠ્યો હતો. પંડિત નહેરુએ દિલ્હીમાં લાલ કિલ્લાની પ્રાચીર ઉપરથી ગુલામીના પ્રતીક યુનિયન જેકના સ્થાને સ્વતંત્રતાનો ત્રિરંગો ઝંડો ફરકાવ્યો હતો અને દેશવાસીઓ ઝૂમી ઊઠ્યા હતા. આપણાં સદીઓ-જૂનાં સપનાં સાકાર થઈ ગયાં હતાં અને ચહેરા ચમ્કી ઊઠ્યા હતાં. આ સ્વતંત્રતા ફક્ત આપણા માટે જ મહત્વપૂર્ણ ન હતી. એણે સંસારમાં ઉપનિવેશવાદના વિધ્વંસની ઘોષણા કરી હતી. આપણી આઝાદીનાં ૧૦ વર્ષની અંદર-અંદર એશિયા, આફ્રિકા અને લેટિન અમેરિકાના નાના-મોટા ૧૧૭ દેશોએ આઝાદીની હવામાં શ્વાસ લીધો હતો. આ રીતે આપણું જ પ્રથમ રાષ્ટ્ર હતું, જેણે સામ્રાજ્યવાદની વિદાયની વિજય-ઘોષણા કરી હતી.

આ અભૂતપૂર્વ ઉપલબ્ધિની પાછળ હતી રાષ્ટ્રને સમર્થ તથા સશક્ત બનાવનારી આપણી સાધના. જેને એક શબ્દમાં 'ચરિત્ર'ની સંજ્ઞા આપી શકાય છે. પોતાના પ્રચંડ ચરિત્રબળના કારણે જ ગાંધીજીને સમગ્ર વિશ્વએ 'મહાત્મા' કહીને સન્માનિત કર્યાં. કૃતજ્ઞ રાષ્ટ્રએ તેમને પિતાનું ગૌરવ આપ્યું. આજ સુધી દુનિયામાં કોઈ પણ સંગ્રામ શસ્ત્રો વગર લડવામાં આવ્યો નથી. પરંતુ ગાંધીજીની રાષ્ટ્રીય સાધના નિરાળી હતી. તેમણે મુક્તિ-સંગ્રામ અને અહિંસાને એકી સાથે એવી રીતે જોડી દીધી કે દુનિયા ચકિત રહી ગઈ. એક બાજુ એડીથી ચોટી સુધી હથિયારોથી લદાયેલું બ્રિટિશ સામ્રાજ્ય હતું અને બીજી બાજુ ખાલી હાથ; પરંતુ અનોખા ચરિત્રબળથી ઓતપ્રોત જનશક્તિ હતી. પરંતુ મહાત્મા ગાંધીના નેતૃત્વ હેઠળ રાષ્ટ્રસાધકોએ હથિયારો ઉપર

વિજયી બનીને વિશ્વને એક નવી શક્તિનો પરિચય આપ્યો. સંસારને માટે આપણા સ્વતંત્રતા-સંગ્રામની આ નવી દેન હતી.

પરંતુ સ્વતંત્રતા મળવાની સાથે જ આપણે સૌ આ રાષ્ટ્રીય સાધનાથી વિરક્ત થતા ગયા. સ્થિતિ એવી આવી પહોંચી છે કે આપણે એક આંધળી સુરંગ તૈયાર કરી લીધી અને જેટલા રોશનદાન હતા, તે પણ હવે બંધ થઈ ચૂક્યા છે. આ કોઈ પ્રકારની હતાશા નથી, એક લહેજત છે. આપણે લગાતાર ચરિત્રહીનતા અને અધઃપતનની અંધારી સુરંગમાંથી પસાર થઈ રહ્યા છીએ. છતાં પણ આપણે ઈચ્છીએ છીએ કે બુદ્ધિજીવીઓમાં, યુવાવર્ગમાં ઉત્સાહ હોય, ઉમંગ હોય, આઝાદી પહેલાં ઉત્સાહ હતો. આશા હતી. જોકે ગુલામીનો અંધકાર પણ કંઈ ઓછો ગહન ન હતો, પરંતુ સંભાવનાઓ પણ એટલી જ હતી. ત્યારે ત્યાગ હતો, ઉત્સર્ગ હતો. સુભાષ, ભગતસિંહ, આઝાદ જેવા ઘણા લોકો હતા. જેમના હાથોમાં અંધારાને દફનાવનારી મશાલો હતી. રસ્તાઓ પ્રકાશમય થતા નજરે પડતા હતા.

આઝાદી પછી સ્થિતિ બદલાઈ ગઈ. રાષ્ટ્રીય સાધના અને તેને સંપન્ન કરનારા સાધક સમાપ્ત થઈ ગયા. તેમના વિકલ્પ બનાવવાની જવાબદારી સમાજની હતી. સમાજ પોતાની જવાબદારી નિભાવી ન શક્યો. તેણે તેમની જગ્યાએ જે પૂતળાં ઊભા કર્યાં, તે બધાં જ માટીનાં એવાં પૂતળાં હતાં જેના પેટમાં જે પણ ચાલ્યું જતું હતું તે વળીને પાછું આવતું ન હતું. તેમના માટે મૂલ્ય મૂલ્યહીનતા છે. જેમને માટે મૂલ્ય મૂલ્યવાન હતું, તે સૌ ધીરે ધીરે બાજુ પર જતા રહ્યા. પરિવર્તનકાળમાં આવું થાય છે, પરંતુ જે મૂલ્ય બાજુ પર જતાં રહે છે, તેની જગ્યાએ નવાં મૂલ્ય આવે છે. જેમ કે ઝાડ કાપવામાં

આવે છે તેના સ્થાને નવાં ઝાડ ઉગાડવામાં આવે છે, પરંતુ આપણે તો જંગલો ઉપર જંગલો કાપી રહ્યા છીએ, અને નવાં વૃક્ષો ઉગાડવાનું કોઈ ભાન જ નથી. આ જ રીતે આપણે મૂલ્યોનું અવમૂલ્યન કરી રહ્યા છીએ અને નવાં મૂલ્યો વિશે કંઈ જ વિચારતા નથી. વિચારીએ પણ કઈ રીતે ? બધા જ મૂલ્યા ચરિત્રમાંથી તો ઊપજે છે. જ્યારે ચરિત્ર જ બચી શકતું નથી ત્યાં મૂલ્યોનું નિર્માણ ક્યાંથી થાય ?

રાષ્ટ્રીય સાધનાનો એક જ અર્થ છે રાષ્ટ્રીય ચરિત્રનો વિકાસ. ચરિત્રબળ માનવીયશક્તિનો મૂળ આધાર છે. પારસ્પરિક સંયોગ દ્વારા ઉદ્યોગોને વધારવા અને અર્થવ્યવસ્થાને સુધારવી એ સમાજ-સુધારાના એક અધિક આવશ્યક અંગની પૂર્તિ કરવાનું છે. પરંતુ સમાજનું વાસ્તવિક ઉત્થાન ત્યારે જ થઈ શકે જ્યારે જન-જનમાં કર્તવ્યપરાયણતા, ધાર્મિક સહિષ્ણુતા, સચ્ચાઈ અને સચ્ચરિત્રતાની ભાવનાઓનો ભરપૂર સમાવેશ હોય. આપણા દેશની પ્રાચીન સંસ્કૃતિની એ જ વિશેષતા છે કે લોકો સ્વને સંયમિત રાખતાં શીખે. વધી ગયેલી શક્તિઓને સીધી પચાવવાનું સંયમ વડે જ શક્ય છે. ફક્ત સાધનોની તૃષ્ણા વધતી રહે અને સાધનાનો વિકાસ ન હોય તો ઉન્નતિનો મૂળ ઉદ્દેશ નાશ પામશે અને દુર્ભાવનાઓનો વિકાસ થવા લાગશે. સાધન તો હશે, પરંતુ લોકો સુખી નહીં હોય.

ગીતાકાર દ્વારા આ કઠોર નિર્ણય જણાવવામાં આવ્યો છે કે સુખાકાંક્ષીનું જીવન શુદ્ધ અને તેનું પ્રત્યેક કર્મ યજ્ઞીય ભાવનાવાળું હોવું જોઈએ. સ્વાર્થની સાથે પરમાર્થનું હોવું પણ અત્યંત જરૂરી છે. મનુષ્ય કાયમ માતૃભૂમિનો ઋણી રહ્યો છે. જન્મથી જ તે અગણિત ઋણોનો દેણદાર છે. ઋણ ચૂકવવાની ભાવનાને રાષ્ટ્રસેવા કહે છે. મનુષ્યના હિતની દૃષ્ટિએ તેના રાષ્ટ્રીય, સામાજિક જીવનમાં રાષ્ટ્રસેવાનું આયોજન કાયમ રહે, તો તેમાં સૌનું કલ્યાણ રહેલું છે. આ અપેક્ષાકૃત વધુ સરળ માર્ગ છે. જેમાં મનુષ્ય સ્વલ્પ સાધનોમાં વિપુલ સુખ પ્રાપ્ત કરી લે છે. રાષ્ટ્રીય જવાબદારી પૂરી કરવાનું નામ છે કામચોરી. કર્તવ્યથી મોં સંતાડવું, ભાગતા રહેવું એ બેઈમાની છે. રાષ્ટ્રની

સમૃદ્ધિમાં ભરપૂર શ્રમ અને પુરુષાર્થમાં રાષ્ટ્રીય સાધનાની ભૂમિકા પ્રમુખરૂપે ગોઠવાયેલી રહેવી જોઈએ.

લોકો કહે છે — ઘણું જ દુર્ભાગ્ય છે, રોટી નથી મળતી, કપડાં નથી મળતાં, જરૂરિયાત પૂરી થતી નથી, ઘણી જ અસમાનતા છે. કેટલેક અંશે શક્ય છે કે આ સંભવ હોઈ શકે, પરંતુ વધુ ઊણપ તો એ છે કે લોકો પોતાનો દોષ સ્વીકારવા તૈયાર નથી થતા. સમસ્યા તો એ છે કે જરૂરિયાતો આવશ્યકતાઓ કરતાં અધિક થઈ ગઈ છે. અનૈતિકતા પર કોઈ નિયંત્રણ છે નહીં. મન સ્વતંત્ર છે, ઇન્દ્રિયો સ્વતંત્ર છે. કામનાઓનાં ટોળે-ટોળાં સ્વચ્છંદ વિચરણ કરી રહ્યાં છે. સંયમમૂલક પ્રવૃત્તિઓ નષ્ટ થઈ જવાના કારણે જ આ અભાવ જણાય છે, અન્યથા ન તો ઉત્પાદન ઓછું થયું છે. ન જરૂરિયાતની વસ્તુઓ ઓછી થઈ છે. બધું જ પહેલાં કરતાં વધારે છે, પણ શું કરીએ. લોકોની ભૂખ એટલી વધી ગઈ છે, લોકો વાસનાઓથી એટલા ઘેરાયેલા છે કે સાધનો વધ્યાં હોવા છતાં પણ કામ્યપ્રયોજન પૂરાં થઈ શકતાં નથી. આ દેશમાં આત્મદર્શી ઋષિઓની પરંપરાઓ ચાલતી આવી છે. પરિગ્રહ અને ભોગથી દૂર રહીને તેમણે જે સત્યને જાણ્યું, સમાધાન મેળવ્યું, સુખ-શાંતિનો અનુભવ કર્યો તેને જ અહીંના જન-જીવનમાં ઉતાર્યું છે. તેનો સંપૂર્ણ સાર છે — ચરિત્રબળ. ચરિત્રમાં જ સુખી જીવનનાં બધાં જ રહસ્યો છુપાયેલાં છે. ચરિત્ર જ મનુષ્યની શ્રેષ્ઠતાનો ઉત્તમ માપદંડ છે.

એક બાજુ મનુષ્યની સાથે સ્વાર્થભાવના છે, તો બીજી બાજુ રાષ્ટ્ર પ્રત્યેનું કર્તવ્ય પણ છે. કર્તવ્યબુદ્ધિ દ્વારા સ્વાર્થબુદ્ધિનું નિયંત્રણ થવું જોઈએ. પ્રત્યેક મનુષ્ય ઈચ્છે છે કે તેની સાથે બીજું કોઈ ઇળ-કપટનો વ્યવહાર ન કરે, ખોટું ન બોલે, દગો ન કરે, સતતાવે નહીં, દબડાવવાની ચેષ્ટા ન કરે. આવી અવસ્થામાં તેનું પણ કર્તવ્ય બને છે કે તે પણ મન-વચન અને ક્રિયા દ્વારા સચ્ચાઈનું જ સમર્થન અને પ્રદર્શન કરે. આપણા અંતઃકરણની વૃત્તિઓ સત્યમય થઈ જાય છે, ત્યારે વ્યવહાર શુદ્ધ થઈ જાય છે. આવી સ્થિતિમાં તેનાથી બીજાનું ભલું તો થાય જ છે, રાષ્ટ્રીય દામિત્વ પણ સારી યોગ્ય રીતે પૂરું થઈ જાય છે. ઈમાનદારી અને

સચ્ચાઈ રાષ્ટ્રને સમર્થ અને સશક્ત બનાવનારી સાધનાનું અનિવાર્ય અંગ છે, એ વાત ક્યારેય ભૂલવી જોઈએ નહીં.

જે નીતિઓ ઉન્નત રાષ્ટ્રને માટે ગણવામાં આવે છે, તે બધી જ ચરિત્ર સાધનાની અંતર્ગત જ આવી જાય છે. નેકી, ઈમાનદારી, વ્યવહારશુદ્ધિ, સત્ય, સહયોગ અને સહાનુભૂતિ આ બધાં જ તેનાં અંગ છે. આપણા રાષ્ટ્રીય જીવનમાં જ્યાં સુધી આ શ્રેષ્ઠતા વિદ્યમાન રહી, ત્યાં સુધી આપણો આ દેશ સંસારભરનો સિરતાજ બનેલો રહ્યો, પરંતુ પાછલા કેટલાક સમયથી પ્રાશ્નાત્ય સંસ્કૃતિનું આંધળું અનુકરણ જે રીતે ચાલ્યું, તેણે અહીંની જીવનગતિને અશુદ્ધ કરી નાખી. જે સિદ્ધાંત માનવતાથી વિપરીત હોય છે, પશ્ચિમી સભ્યતાના પ્રભાવથી તે અધિક ઝડપથી વિકસિત થયા. વિલાસિતા અને પ્રદર્શનને અહીં એટલું અધિક મહત્ત્વ આપવામાં આવ્યું, જેના કારણે ભોગવાદ અહીંના આકર્ષણનું મૂળ બિંદુ બની ગયું.

આ ખોટા દષ્ટિકોણના કારણે અહીં અનેક રાષ્ટ્રવિરોધી પ્રવૃત્તિઓ ફૂલીફાલી ઊઠી. અત્યારે બ્રહ્માચારની વ્યાપક ચર્ચા થઈ રહી છે. રાજનીતિના મુખ્ય નેતાઓની સાથે પ્રશાસનના ઉચ્ચ પદસ્થ અધિકારી બધા એક જ પાપરૂપી કાદવમાં ફસાયેલા અને ખરડાયેલા છે. આવી સ્થિતિમાં નૈતિક જીવનનું કોઈ મૂલ્ય બાકી રહ્યું નથી એટલા માટે વિકાસનાં અનેક સાધનો ભેગાં કરવા છતાં પણ મૂળ સમસ્યા જેમની તેમ ચિંતાજનક જ છે. રાષ્ટ્રના સંતુલન અને તેની સુવ્યવસ્થાનો આધાર વ્યક્તિનિર્માણ છે. વ્યક્તિના ભાવભર્યા સહયોગથી જ રાષ્ટ્ર ઉન્નત બને છે. જે દેશના લોકો પરિશ્રમી, ઈમાનદાર, સત્યનિષ્ઠ અને આદર્શપ્રિય હશે તે પોતે પોતાની જાતે જ વિકસિત થતા જશે.

સ્વાધીનતા પછીનાં વર્ષોમાં આપણે રાષ્ટ્રીય-સાધનાથી વિમુખ થતા ગયા છીએ. આ વિમુખતાના કારણે જ આપણી અંદર ઈર્ષા, દ્વેષ, ફૂટ, કલેશના તાણાવાણા વણાતા ગયા, પરિસ્થિતિઓના વિક્ષેપ અને વિદેશી પ્રભાવના કારણે આવું કરવા માટે આપણે મજબૂર થયા છીએ. આજે વાત-વાતમાં ભાષાવાદ,

જાતિભેદ, પ્રાંતવાદના નામે આપણે સૌ લડવા-ઝઘડવા લાગીએ છીએ. પારસ્પરિક સદ્ભાવ અને પ્રેમનું જ્ઞાન આપનારા ધર્મનો પણ દુર્ભાવ અને વેર માટે ઉપયોગ કરવા લાગ્યા છીએ. શું આનાથી કોઈ રાષ્ટ્રીય સમસ્યા હલ થઈ શકે છે? રાષ્ટ્રનું જીવન તો વ્યક્તિઓના જીવનથી વિનિર્મિત થાય છે. રાષ્ટ્રની ગરિમામાં વ્યક્તિઓનું આત્મબળ, મનોબળ અને શરીરબળને ગણવામાં આવે છે; પરંતુ જ્યારે રાષ્ટ્રના નાગરિક ચરિત્રવાન અને આત્મજયી હોય ત્યારે જ આ સંભવે છે. રાષ્ટ્રને ધન અથવા સાધન એટલું ઊંચું નથી ઉઠાવતા, જેટલું ઊંચું તેને ત્યાંના નાગરિકની ચરિત્રસાધના ઉઠાવે છે. આનાથી ઉત્પન્ન થનારી શક્તિ જ રાષ્ટ્રના ગૌરવને શિરોમણિ બનાવે છે.

રાષ્ટ્રીય વિકાસની આ ચર્ચામાં આર્થિક સમુન્નતિનું ધ્યાન રહે, એ યોગ્ય છે. આપણે ગરીબી દૂર કરવી જોઈએ, પરંતુ એ ન ભૂલવું જોઈએ કે ચારિત્રિક વિકાસ વગર કોઈ પણ ભૌતિક સફળતા સ્થિર રહી શકતી નથી. વધેલી શક્તિનું સંતુલન ઉદાર, હૃદય, ઉન્નત મસ્તિષ્ક અને આત્મનિષ્ઠાની સાથે હોય તો જ તેનો લાભ પ્રાપ્ત કરી શકાય છે, અન્યથા ભૌતિક ઉન્નતિનો કશો લાભ નીકળશે નહીં. આમ પણ આવનારા દિવસોમાં દુનિયા જે કરવટ બદલી રહી છે, તેમાં પ્રત્યેક વ્યક્તિએ રાષ્ટ્રીય સાધનાને જીવનનું અનિવાર્ય અંગ બનાવવું જ પડશે. વિશ્વવિખ્યાત ઇતિહાસકાર અરનાલ્ડ ટાયનવી, જેણે સભ્યતાઓનો ઇતિહાસ લખ્યો છે. તેમણે ૧૯૫૨માં કહ્યું હતું કે પચાસ વર્ષમાં આખું વિશ્વ સંયુક્ત રાજ્ય અમેરિકાના વર્ચસ્વની નીચે આવી જશે. પરંતુ એકવીસમી સદીમાં જ્યારે પ્રૌઢોગિકીનું સ્થાન ધર્મ ગ્રહણ કરશે, તો એ સુનિશ્ચિત છે કે ભારત જે આજે પરાજિત દેશ છે, ત્યારે વિજયી હશે અને જે આજે વિજયી છે, તે ત્યારે પરાજિત થઈ જશે. ટાયનવીની અવધારણાનો એક ભાગ તો આજે સાચો સાબિત થઈ રહ્યો છે. બીજો ભાગ સત્ય સાબિત થઈ શકે તેના માટે આપણને સૌને એવી કડક સાધનાની જરૂર છે. જે આપણા મહાનદેશ ભારતને સમર્થ તેમજ સશક્ત બનાવી શકે.



યુગાવતારના સાધકોને માટે આશ્વાસન...

દૈવી અનુદાન ઉપલબ્ધ કરનારાઓની સૂચિ તૈયાર કરવામાં આવે તો અનાદિકાળથી માંડીને આજ સુધીમાં એક પણ એવું નહીં મળે, જેમણે એ વરદાનોને પુણ્ય-પ્રયોજનોમાં ખર્ચ્યા ન હોય. જેમણે પણ આ અલૌકિક સંપદાને પોતાની વાસના-નૃષ્ણામાં ખર્ચવાની ભૂલ કરી. તેમને દુર્ગતિ જ સહન કરવી પડી. ભસ્માસુરનો પ્રસંદ સર્વવિદિત છે, જેમાં તેને યાતના, નિંદા અને અંતમાં સર્વનાશ ભોગવવો પડ્યો હતો. રાવણ, કંસ, હિરણ્યકશિપુ અને મારીચિએ દૈવી સિદ્ધિઓ પ્રાપ્ત કરીને તેમને નિકૃષ્ટ સ્વાર્થોમાં લગાવવા ઈચ્છ્યું. તો તેઓ નુકસાનમાં જ રહ્યાં. આ જ સનાતન ક્રમ છે. 'દૈવી અનુદાન દિવ્ય પ્રયોજનોને માટે' નો દંઠ સિદ્ધાંત જેઓ સાચા રૂપમાં સમજી શકે છે તેમની જ સર્વાંગી પ્રગતિમાં દૈવી અનુકંપા યુગાવતારનો સમુચિત સહયોગ મદદમાં આવશે. સાચા લાભાર્થી આવા જ સાધક અને સાધિકાઓ હશે.

અત્યારના દિવસોમાં આ સુવિધા અધિક સરળતાપૂર્વક અસંખ્ય લોકોને ઉપલબ્ધ થઈ રહી છે. વર્ષાના દિવસોમાં ભીનાશ અને લીલોતરીનું દૃશ્ય મોટાભાગનાં સ્થળોએ જોઈ શકાય છે. યુગસંધિમાં દૈવી તત્ત્વોને ઉભારવા માટે યુગાવતારની અનુકંપા વર્ષાની જેમ વરસે છે અને જ્યાં પણ થોડી અનુકૂળતા જુવે છે, ત્યાં જ પોતાની ઉત્પાદનશક્તિનો પરિચય આપવા લાગે છે. અવતારોના પ્રગટીકરણની વેળાએ આ પ્રવાહ વધુ ઝડપથી વહેવા લાગે છે. રીંછ-વાનરોએ, ગ્વાલ-બાલોએ પોતાની સદાશયતા નિશ્ચિત કરી હતી, એટલું કરવાથી તેમને સામર્થ્ય અને શ્રેયનું અજ્ઞ અનુદાન મળવા લાગ્યું હતું, બસ એવો જ અવસર અત્યારનાં દિવસોમાં પણ છે.

કેટલાક સમય એવા હોય છે, જ્યારે સાધકોને સિદ્ધ શોધતા હોય છે. જ્યારે સામાન્ય સમયમાં તો

સાધક જ સિદ્ધોને શોધતા ફરે છે. સમય વિષમ હોવાની સાથેસાથે અલૌકિક પણ છે. આવા સમયમાં ભગવાન યુગની આવશ્યકતા પૂરી કરવા માટે તોફાનની જેમ યુગાવતાર થઈને આવે છે અને પોતાના પ્રવાહમાં રજકણો અને તણખલા સુધ્યાંને ઉછાળીને ગગનચુમ્બી બનવાનો અવસર પ્રદાન કરે છે. આમાં બધો જ પુરુષાર્થ એ પ્રવાહનો હોય છે. જેનાં પ્રેરક તેમજ પ્રવર્તક સ્વયં યુગાવતાર હોય છે. ઊડનારમાં તો માત્ર હલકું હોવાની પાત્રતા હોય છે. તેમણે માત્ર અહંનું વિસર્જન કરીને સ્વયંને યુગદેવતાનાં ચરણોમાં સમર્પિત કરવું પડે છે. બુદ્ધનાં પરિવ્રાજક અને ગાંધીના સત્યાગ્રહીઓ એ અહંકારીઓની તુલનામાં ઘણા વધારે લાભમાં રહ્યા. જેના લીધે લોભ-મોહની હથકડી- બેડી પુણ્યપર્વના રહેતા છતાં પણ ઢીલી કરવાનું બન્યું નહિ.

હંમેશાંથી અવતારોનાં સહયોગી પોતાની તુચ્છ-સરખી સહાયતાની એટલી મોટી ભેટ પ્રાપ્ત કરતા રહ્યા છે, જેટલી સામાન્યરૂપે મુશ્કેલમાં મુશ્કેલ સાધના કરવાથી પણ સંભવ ન હતી. યુગાવતાર સાધના-પરાયણજનોનું વરણ કરે છે અને તેમના જ માધ્યમ વડે પોતાનાં પ્રયોજન પૂર્ણ કરે છે. પ્રજ્ઞાવતારની પુણ્ય વેળાએ એવો જ સુયોગ સામે છે. તેમાં સાધકોને માટે અનુપમ અનુદાનોનો સુઅવસર અનાયાસે પ્રસ્તુત છે, પરંતુ તેની સાથે કાયમની માફક હજુ પણ પુણ્ય-પ્રયોજનોને માટે અનુદાનોનો ઉપયોગ કરવાની શરત જોડાયેલી છે. જે અન્યનું ખિસ્સું કાપીને પોતાની મજા કરવાનાં તાણા-વાણા વાગે છે, તેમના માટે તો આ સુયોગ પણ સંતોષપ્રદ સિદ્ધ થઈ શકશે નહીં.

યુગસંધિમાં નિષ્ઠાવાનને વિશિષ્ટ સ્તરનાં અને જાગૃતને સામાન્ય સ્તરનાં અનુદાન આપવામાં આવી રહ્યાં છે. પ્રયાસ અને પરિશ્રમની તુલનામાં આ

ઉપલબ્ધિ પણ એટલી મોટી છે જેને ચંદનની નજીક ઊંચેલ વૃક્ષો અને પારસનો સ્પર્શ કરનાર લોહકણોને મળનારા અનાયાસ સૌભાગ્ય જેવું સમજી શકાય છે. આમાં સ્વલ્પ પ્રયત્નથી લાભ અસાધારણ છે. આવા લાભ અવસર ઓળખનારાઓને જ મળે છે. યુગાવતાર દ્વારા સાધકોને આપવામાં આવતા દૈવી અનુગ્રહને આ જ રીતનો એક વિશિષ્ટ સુયોગ-સુઅવસર માની શકાય છે.

અધ્યાત્મ-ચેતનાના ધ્રુવકેન્દ્ર દેવાત્મા હિમાલયથી આ દિવસોમાં આવાં જ અનુદાનો નિઃસ્રુત થઈ રહ્યાં છે. જે સાધકોને વિકસિત તેમજ સમર્થ બનાવવાની દૃષ્ટિએ અતિ ઉપયોગી છે. આ અનુદાનપ્રવાહનાં ત્રણ સ્તર છે - (૧) સ્થૂળ ચેતનાને માટે પ્રાણસંચાર કુંડલિની અનુદાન (૨) સૂક્ષ્મચેતનાને માટે જ્યોતિ અવતરણ દિવ્ય દૃષ્ટિ જાગરણ (૩) કારણચેતનાને માટે બ્રહ્મસંપર્ક અમૃત અનુભવ. આ ત્રણેય જીવનનાં ત્રણે ક્ષેત્રોને પ્રભાવિત કરે છે. આને કર્મયોગ, જ્ઞાનયોગ અને ભક્તિયોગની સાધનાની સહજ પૂર્તિ કરનારાં અનુદાન કહી શકીએ. સત્કર્મ, સદ્જ્ઞાન અને સદ્ભાવ જ તે ઉપલબ્ધિઓ છે. જેના આધારે મહામાનવ, ઋષિ અને અગ્રદૂત બનવાનો અવસર મળે છે. આમાંથી અત્યારે જેને પોતાને માટે જ સ્તરની જરૂરિયાત આવશ્યક લાગતી હોય, તે તેને આ દિવસોમાં વગર કોઈ અડચણે ઉપયુક્ત માત્રામાં ઉપલબ્ધ કરી શકે છે. પ્રસાદનું વિતરણ ચાલતું હોય તો તેને લાંબ વટેમાર્ગુ પણ ઉઠાવી શકે છે.

દિવ્ય વિતરણની ઉપર્યુક્ત ત્રણે ધારાઓ યુગદેવતા સ્વયં નિઃસ્રુત કરશે. સ્વયંને તેમનાં કાર્યમાં નિમગ્ન કરવાવાળા, સ્વયંને તેમનાં ચરણોમાં વિસર્જિત કરવાવાળા આનો પ્રાણઊર્જા, દિવ્યદૃષ્ટિ અને સરસ શ્રદ્ધાના રૂપમાં અનુભવ કરી શકશે. સાધનાની ભાષામાં આને કમશ: કુંડલિની જાગરણ, જ્યોતિ અવધારણ અને રસાનુભૂતિના નામથી જાણી શકાય છે. આ ત્રણેનાં ગ્રહણ કેન્દ્ર કમશ: બ્રહ્મરત્ન, આજ્ઞાયક અને હૃદયચક્રમાં

છે. સમર્થતા, પ્રતિભા, વરિષ્ઠતા આ ત્રણે ક્ષેત્રોની સિદ્ધિઓ છે. સિદ્ધપુરુષ, અધ્યાત્મક્ષેત્રની વિભૂતિઓ અને ક્ષમતાઓથી સંપન્ન આવી જ વ્યક્તિઓને કહે છે. યુગાવતારના આ અનોખા અનુદાનને પામવાને માટે જે કોઈ પ્રાણવાન પરિજન કદમ ભરશે. તેને નિશ્ચિતપણે મહાન સાધક હોવાનું ગૌરવ પ્રાપ્ત થશે.

• • •

કેટલાક લોકો એક વડના ઝાડ નીચે બેસી વાર્તાલાપ કરી રહ્યા હતા. બધા દુનિયાની તંજાટોથી પરેશાન થઈ ભાગી આવ્યા હતા અને સાધુ બનવા માંગતા હતા. એક વ્યક્તિએ કહ્યું - “આપણે બધા મળીને જંગલમાં રહીશું અને તપસ્યા કરીશું, પરંતુ એનો તો વિચાર કરો કે જ્યારે ઈશ્વર વરદાન માંગવા માટે કહેશે, તો શું માંગશો ?” બીજાએ કહ્યું - “અનાજ માંગીશું, તેના વગર જીવિત રહેવું શક્ય નથી.” ત્રીજાએ કહ્યું - “બળ માંગીશું, બળ વિના બધું જ નિરર્થક છે.” ચોથાએ કહ્યું - “બુદ્ધિ માંગવી વધારે ઉચિત છે. દરેક કાર્ય કરતાં પહેલાં બુદ્ધિની આવશ્યકતા હોય છે.” પાંચમાએ કહ્યું - “આ બધી વસ્તુઓ તો સાંસારિક છે. આત્મ-શાંતિ માંગીશું, જે મનુષ્યનું અંતિમ લક્ષ્ય છે.”

ત્યારે પહેલી વ્યક્તિએ કહ્યું - “તમે બધા મૂર્ખ છો. આપણે સ્વર્ગ જ કેમ ન માંગી લઈએ ? ત્યાં એકી સાથે બધું પ્રાપ્ત થશે.” આ સાંભળી વિશાળ વટવૃક્ષ અટ્ટહાસ્ય કરતું બોલ્યું - “મારી વાત માનો, તમારાથી તપસ્યા થઈ શકશે નહીં કે તમને ઉપલબ્ધિઓ પ્રાપ્ત થશે નહીં, કેમ કે જો એટલું મનોબળ હોત તો સાંસારથી ગભરાઈને ભાગત નહીં. ભગવાન પાસે જવા માટે અસાધારણ આત્મબળ જોઈએ, પહેલાં એની સાધના કરો, પછી આગળની વાત વિચારજો.”

પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવની અમૃતવાણી

સંકટ સમયની આ સંધિવેળાએ ઉપચાર હેતુ મહાપુરશ્ચરણ

(૫ ઓગસ્ટ, ૧૯૮૦ના રોજ શાંતિકુંજ પરિસરમાં આપેલું પ્રવચન)

ગાયત્રીમંત્ર મારી સાથે સાથે-
 ॐ ભૂર્ભૂવઃ સ્વઃ તત્સવિતુર્વરેણ્યં ભર્ગો દેવસ્ય
 ધીમહિ ધિયો યો નઃ પ્રચોદયાત્ ।

દેવીઓ, ભાઈઓ ઘણી જ પ્રસન્નતાની વાત છે કે અત્યારે ગાયત્રી મહાપુરશ્ચરણની સાધના અનેક જગ્યાએ ચાલી રહી છે. જો તમે વિચાર કરશો તો જોઈ શકશો કે આ સમય ઘણો જ સંકટકાલીન છે. અત્યારે આ ધરતી ઉપર મહામારી, યુદ્ધનાં વાદળ, વાયુ-પ્રદૂષણ જેવાં અનેક સંકટ ઘટાટોપની જેમ છવાયેલાં છે, જેના લીધે મહાપ્રલય જેવી સ્થિતિ બનતી જોવામાં આવે છે. આ પરિસ્થિતિને જોતાં અમે તમને લોકોને ગાયત્રી મહાપુરશ્ચરણ કરવાની સલાહ આપી હતી અને એ વાત ઉપર ભાર મૂક્યો હતો કે તમારે આ સાધના કરવી જોઈએ. સમયની માંગ, સમયનો પોકાર એ છે કે અત્યારના દિવસોમાં વાતાવરણમાં અવાંછનીય તત્ત્વો જે રીતે ઓગળી અને મળી ગયાં છે. તેને સમય જતાં દૂર કરવાં પડશે, જેથી કરીને જનસાધારણની સ્થિતિ ઠીક થઈ શકે અને દરેકને ખુલ્લા વાતાવરણમાં શ્વાસ લેવાનો મોકો મળવો જોઈએ. જરૂરિયાત એ વાતની છે કે વાતાવરણને સ્વચ્છ કરવામાં આવે. આજનું વાતાવરણ ઘણું જ દૂષિત થઈ ગયું છે. આ એવું છે જે બાળકોના મસ્તિષ્ક ઉપર સીધો જ પ્રભાવ પાડી શકે છે. આના પ્રભાવના લીધે તે એક કમજોર માણસની માફક તણાઈને ક્યાંથી ક્યાં ફેંકાઈ જાય છે. વાતાવરણનું પરિશોધન આ સમયની સૌથી મોટી જરૂરિયાત છે.

મિત્રો ! આ દિવસોમાં જે પરિસ્થિતિ છે, તે આવનારા દિવસોમાં ઘણી જ વિપન્ન અને વિષમ થનારી છે, જેના કારણે અનેક પલયકારી ઘટનાઓ

ઘટશે. વિનાશની લીલા થશે. તે સમયે મનુષ્યની ઉપર ઘણી બધી મુસીબતો આવશે. ચારે દિશાઓમાં આંધી-તોફાન, પાણી-પૂર આદિનો પ્રકોપ જોવા મળશે. એનું કારણ એ છે કે અત્યારે પ્રકૃતિ- નેચર નારાજ થયેલી છે. તે બદલો લેવા ઈચ્છે છે. આ પરિસ્થિતિમાં કોઈ પણ મનુષ્ય સુરક્ષિત નથી. મોસમનું પણ કોઈ ઠેકાણું નહીં રહે. ગરમીમાં ઠંડી અને ઠંડીમાં ગરમી અનુભવીશું. નિત્ય નવી-નવી બીમારીઓ વધશે. ડોક્ટરોની પાસે પણ આનો કોઈ ઈલાજ નહીં હોય. ભાઈ-ભાઈમાં, પતિ-પત્નીમાં પણ વિશ્વાસ નહીં હોય. સામૂહિક બળાત્કાર, ચોરી, ઉકાવગીરી, અનાચાર, મારપીટ જેવા અપરાધ, જે કોઈ રાવણના અથવા તો કંસના જમાનામાં પણ નહોતા, તેનાથી પણ વધારે જણાશે. દહેજ-લાલચુઓ દ્વારા વહુઓને સળગાવવામાં આવશે. લોકોમાં રાગ, દ્વેષ, અહંકાર વધતો જોવા મળશે. લોકોની મહત્ત્વાકાંક્ષા ચરમસીમાએ પહોંચેલી જણાશે.

સાથીઓ ! હવામાં જે ઝેર ભળી રહ્યું છે, તે શ્વાસની સાથે આંખ, ગરદન, ગળા અને છાતીમાં જશે અને લોકો બીમાર પડતા જોવા મળશે. આ જ સ્થિતિ પાણીની હશે. ગંગાનું પાણી પહેલાં સાફ હતું. તેનું આપણે સેવન કરતા હતા. હવે તેને ન પીવા માટે પ્રયત્ન કરવામાં આવે છે, કેમ કે હવેનું ગંગાજળ પ્રદુષણથી ઊભરાઈ રહ્યું છે. હવે ધીરે- ધીરે જમીનની ગરમી પણ ઓછી થઈ ગઈ છે. આપણે તેના ગર્ભમાં રહેલી બધી ચીજો, જેવી કે લોખંડ, તાંબુ, કોલસો, ડિઝલ, પેટ્રોલ બધું જ કાઢી લીધું છે. જમીન ખોખલી થતી જઈ રહી છે. આનાથી જ્યાંત્યાં ભૂકંપ સર્જશે. ફસલ પણ ઓછી ઉત્પન્ન થશે. આજે વિશ્વભરમાં જે

લાખોની સંખ્યામાં એટમિક હથિયાર બની રહ્યાં છે, તે શું બાળકોનાં રમકડાં હશે ? ના, તે આગ ઓકશે. આનાથી માત્ર તબાહી સર્જશે. બધી જ જગ્યાએ પરમાણુયુદ્ધની હોડ લાગી જશે. આના લીધે ચારે બાજુ તબાહી જ થશે.

મિત્રો ! શું આ પ્રકારની વિપન્નતાની સ્થિતિમાં, આવી સંકટકાલીન વેળાએ- જ્યારે મનુષ્ય મરવા-મારવાને તૈયાર હોય, ત્યારે તમે તેમને બચાવવા માટે ડોક્ટરોની જેમ સેવા આપવા માટે આગળ નહીં આવી શકો ? આ તે કેવી વિડંબના છે કે તમે નોકરી કર્યા પછી ચાર કલાકનો સમય પણ લોકમંગળને માટે, સમાજને માટે, ઇન્સાનનું ભવિષ્ય ઉજ્જવળ બનાવવાને માટે આપી નથી શકતા ? જ્યારે પણ આ પ્રકારની પરિસ્થિતિઓ આવે છે, ત્યારે લોકો પોતાની રીતે આનું સમાધાન કરવા માટે આગળ આવતા અને પ્રયત્ન કરતા રહ્યા છે.

તમે ભગીરથનું નામ તો સાંભળ્યું જ હશે. એક વાર ધરતી ઉપરથી પાણી ખલાસ થઈ ગયું હતું. ખેતરો માટે પાણી ન હતું તે સમયે તેમણે તપ કર્યું અને ગંગાને પ્રસન્ન કરી. ધરતી ઉપર ગંગાનું આગમન થયું. નદીઓમાં, કૂવાઓમાં, નહેરોમાં પાણી આવી ગયું. ખેતરોમાં પાક લહેરાઈ ઊઠ્યો. જે લોકો પાણીના અભાવથી મરી રહ્યા હતા, તેમને જીવનદાન મળી ગયું.

આ ધરતી ઉપર એકવાર વૃત્રાસુર નામનો રાક્ષસ પેદા થયો હતો. તે કોઈના કંટ્રોલમાં આવતો નહતો. તેના અત્યાચારથી બધા ત્રાહિ-ત્રાહિ થઈ ગયા હતા ત્યારે મહર્ષિ દધીચિ આગળ આવ્યા અને તેમણે પોતાનું અસ્થિપંજર દાન કરી દીધું. જેથી તેમાંથી વજ્ર-ધનુષનું નિર્માણ થઈ શકે અને વૃત્રાસુરને સમાપ્ત કરી શકાય. આજે જે મિસાઈલો, અસ્ત્ર-શસ્ત્ર, પરમાણુ બૉમ્બ તમને દેખાય છે, તે શું વૃત્રાસુરથી ઓછાં છે ? આજે આપણને અનેકો પ્રકારના હત્યારાઓ જોવા મળે છે. જે માત્ર હજાર-પાંચસો રૂપિયા લઈને કોઈને પણ મારી

નાખવામાં જરાય ખચકાતા નથી.

આ પ્રકારની પરિસ્થિતિઓમાં દરેક વ્યક્તિએ પોતાના સ્તરે, સામૂહિક સ્તરે પ્રયત્ન કર્યો છે, તથા સમાજ, દેશ સંસ્કૃતિને બચાવ્યા છે. આજથી પચ્ચીસસો વર્ષ પહેલાં આ જ પ્રકારની પરિસ્થિતિ આવી હતી, જ્યારે સમાજના લોકો ત્રાહિ-ત્રાહિ કરી રહ્યા હતા. તે સમયે ભગવાન બુદ્ધે પરિવ્રાજકોને, તિશ્તુતિશ્તુણીઓને એકત્રિત કરીને એક સામૂહિક સાધના કરાવવાનો પ્રયત્ન કર્યો હતો. જેથી વાતાવરણમાં સુધાર આવી શકે. આ જ રીતે દરેક વિષમ સમયમાં વ્યક્તિઓ દ્વારા સામૂહિક પ્રયાસ કરવામાં આવ્યા છે.

યુગસંધિની આ વિષમ વેળાએ પણ આ મિશન દ્વારા આ રીતનો જ પ્રયાસ 'યુગસંધિ મહાપુરસ્ચરણ'ના નામથી આરંભ કરવામાં આવ્યો છે. આ પ્રયાસ અદ્ભુત છે. આનો ચમત્કાર તમને લોકોને ભવિષ્યમાં જોવા મળશે. અમે અમારી જિંદગીમાં ચોવીસ મહાપુરસ્ચરણ કર્યાં છે. આની સાધના અને તપથી પ્રાપ્ત બળ દ્વારા જ અમે યુગનિર્માણ જેવું કઠિન કાર્યને સાહસપૂર્વક પૂર્ણ કરવાની હિમત કરી છે. અમે બરબાદીનું સમાધાન અને સૃજનનું પરિપોષણ કરવાને માટે જ ગાયત્રીજયંતી, ૨૩ જૂન, ૧૯૮૦થી વીસ વર્ષનું યુગસંધિ મહાપુરસ્ચરણ શરૂ કર્યું છે. આમાં એક લાખ નૈજિક ઉપાસકોની ભાગીદારી રહેશે. આના સિવાય દસ લાખ અનુસાધક હશે. આ વેળા સન્ ૧૯૮૦થી સન્ ૨૦૦૦ સુધીની હશે એટલે કે આ પુરસ્ચરણ વીસ વર્ષનું હશે. આ સમય મહાપરિવર્તનોની સાથે જોડાયેલો હોવાને કારણે ભારે ઊથલપાથલનો હશે. અંતિમ બાર વર્ષ તો ભયંકર મારકાપવાળાં હશે.

અમારો સંકલ્પ એક લાખ નૈજિક સાધક બનાવવાનો છે. નૈજિક અને સામાન્યને ભેગા કરીને દૈનિક જપ ચોવીસ કરોડ થઈ જશે. નિયમિતરૂપે આટલી સાધના શરૂ થવાથી અંતરિક્ષના પરિશોધન અને વાતાવરણના અનુકૂલનમાં ભારે સહાયતા મળશે. આનાથી ભાવિ સંભવિત વિપત્તિઓ ટળી જવાની આશા

રાખી શકાય છે. ઉજ્જવળ ભવિષ્યના નવસર્જનમાં આ સાધનાની પ્રતિક્રિયા ઘણી જ સહાયક સિદ્ધ થશે. આમાં જે સાધક ભાગ લેશે, તેમને આશા કરતાં વધુ લાભ પ્રાપ્ત થશે તેમને આત્મકલ્યાણ અને લોક-કલ્યાણનો બેવડો લાભ મળતો રહેશે. આના વિશે જ્યારે પણ અમે ચિંતન કરીએ છીએ, ત્યારે અમારું મન ગર્વથી ઝૂમી ઊઠે છે. અમને આ કાર્યથી ઘણો જ સંતોષ છે.

એકાકી અને સામૂહિક પ્રયત્નોની સફળતાના સ્તરમાં ઘણું જ અંતર રહે છે. અલગ-અલગ રહીને દસ માણસો જેટલું કામ કરશે. તે દસેનો સંમિલિત પ્રયત્ન ઘણી વધારે સફળતા પ્રદાન કરશે એટલા માટે ભારતવર્ષમાં હંમેશાં તપ અને સામૂહિક સાધનાનું વિશેષ મહત્ત્વ રહ્યું છે. પ્રાચીનકાળથી માંડીને અત્યાર સુધીમાં થયેલ ઘણા કાર્યક્રમોમાં આ પ્રકારની સાધના દ્વારા જ લાભ પ્રાપ્ત થયો છે. ગાયત્રી મહાપુરશ્ચરણ પણ આ શૃંખલાની એક મહત્ત્વપૂર્ણ કડી છે. આમાં ચોવીસ લાખ પરિજન ભાગ લઈ રહ્યા છે. અનેક કાર્યક્રમ પણ આ શૃંખલામાં આયોજિત થઈ રહ્યા છે. જેનો વાતાવરણ ઉપર સારો પ્રભાવ પડશે. મહાત્મા ગાંધીના આંદોલનમાં પણ આ પ્રકારની સામૂહિક સાધનાનું ઓછું મહત્ત્વ રહ્યું નથી. આના દ્વારા જ દિવ્ય વાતાવરણ બન્યું અને હજારો લોકો બલિવેદી ઉપર પોતાની કુરબાની આપવા માટે આગળ આવતા ગયા. આ પ્રકારની સાધનામાં મહર્ષિ રમણ, રામકૃષ્ણ પરમહંસ અને અરવિંદની સાધનાનું મહત્ત્વપૂર્ણ સ્થાન છે, જેમણે એક દિવ્ય વાતાવરણ બનાવી દીધું હતું.

આ સમયની વિકટ પરિસ્થિતિઓ અને ભયાનક સંભાવનાઓને સમયની મર્યાદામાં રોકવા જોઈએ. આ કાર્ય માટે આ સમય ઉપયુક્ત છે તથા આ સાધના જે સામૂહિક રૂપે થઈ રહી છે, તે પણ એક યોગ્ય પગલું છે. કાણું બંધ કરવાની સાથે જ વાસણમાં કશુંક ભરવું પણ જોઈએ. રોગ-નિવૃત્તિ જ પર્યાપ્ત નથી, પોષણ પણ મળવું જરૂરી છે. અપરાધોને રોકવા પણ એક કામ

છે, પરંતુ એની સાથે જ સમાજના અંતર્ગત રચનાત્મક પ્રયત્નોનું તારતમ્ય જોડવું પણ જરૂરી છે. વાસ્તવમાં આ દિવસોમાં આ જ બેવડી જવાબદારી યુગનો પોકાર બનીને સામે ઊભી છે. જેને પૂરી કરવા માટે જાગૃત આત્માઓએ આગળ આવવું જોઈએ. ધ્વંસને રોકવા અને સર્જનને ગતિ આપવાનું કામ કાયમ આ વર્ગનું જ રહ્યું છે. ભગવાન રામ, કૃષ્ણ, બુદ્ધ, ગાંધી જેવા દરેકનાં કાર્ય આમનાં શક્તિ સામર્થ્ય ઉપર જ પૂરાં થતાં રહ્યાં છે.

પ્રાચીનકાળ એટલે કે સત્પુગમાં પ્રકૃતિનો પૂર્ણ સહયોગ મનુષ્યને મળતો હતો. ભૂમિ, વાદળ, પવન દરેક ચીજો મનુષ્યને સમૃદ્ધ બનાવવામાં કોઈ ઊણપ રહેવા દેતી નહતી. હાલના સમયમાં પ્રકૃતિએ વિક્ષુબ્ધ થઈને આક્રોશ પ્રગટ કરવાનું શરૂ કરી દીધું છે. જેના કારણે અનાવૃષ્ટિ, અતિવૃષ્ટિ, મહામારી, ભૂકંપ, તોફાન આદિનો વિનાશકારી ત્રાસ દરેક જગ્યાએ છવાઈ ગયો છે. દિવ્યદર્શીઓનું અનુમાન છે કે આ દિવસોમાં પ્રારંભ કરવામાં આવનાર યુગસંધિ મહાપુરશ્ચરણ દ્વારા એ અશુભ લક્ષણ સમાપ્ત થઈ જશે. આની સાથે ને સાથે નવસર્જનની ગતિવિધિઓમાં તોફાની ઉભાર પ્રસ્તુત થશે. જે ઉજ્જવળ ભવિષ્યની સંરચનામાં અતિ મહત્ત્વપૂર્ણ ભૂમિકા પ્રસ્તુત કરશે.

અમારા નિષ્ઠાવાન સાધક જે આમાં અમારો સહયોગ કરવા ઇચ્છે છે. તેમણે આ પાંચ સંકલ્પોનો પૂરા કરવા પડશે. પહેલો છે—દરરોજ ઓછામાં ઓછી પાંચ માળા ગાયત્રી મહામંત્રનો જપ. બીજું—પંદર મિનિટની પ્રાણસંચારની ધ્યાન-ધારણા. ત્રીજું—ગુરુવારે મીઠા વગરનું એક સમયનું ભોજન, બ્રહ્મચર્યનું પાલન તથા બે કલાકનું મૌનવ્રતનું પાલન. ચોથો—મહિનામાં ઓછામાં ઓછો એક વાર ઓછામાં ઓછી ચોવીસ આહુતિઓનો યજ્ઞ-હવન. પાચમું આશ્વિન તથા ચૈત્રી નવરાત્રિમાં ચોવીસ-ચોવીસ હજારનાં ગાયત્રી અનુષ્ઠાન.

અમને વિશ્વાસ છે કે અમારાં પરિજન આ

નિયમો-સંકલ્પોનું પાલન કરતા રહેશે અને નિત્ય નવા સાધક બનાવવા, તેમને પ્રોત્સાહિત કરવાનો ક્રમ ચલાવતા રહેશે તો આ આંદોલનને બળ મળશે તથા નવસર્જનના, નવનિર્માણના આ કાર્યને શીઘ્ર અને સુગમતાથી પૂર્ણ કરવામાં અમને સહયોગ મળશે.

પ્રજ્ઞાઅવતાર અર્થાત્ ઋતુભરણ- પ્રજ્ઞાનો આલોક-વિસ્તાર આપણા યુગનો અરુણોદય છે. જેના સહારે આત્મિક અને ભૌતિક ઉભયપક્ષીય સમસ્યાઓનો ઉકેલ આવવાની પૂરી સંભાવના છે. ગાયત્રીના તત્ત્વદર્શનનો આલોક જન-જન સુધી પહોંચાડવાનું અમારું લક્ષ્ય છે. અમે આ મહામંત્રની સાધના ચોવીસ વર્ષ સુધી કરીને એના લાભ વિશે જાણ્યું છે. વાસ્તવમાં આ મહામંત્રના ચોવીસ અક્ષરોમાં ચિંતન, ચરિત્ર અને વ્યવહારને સુસંસ્કૃત બનાવનારાં દરેક તત્ત્વો ઠાંસી-ઠાંસીને ભર્યાં છે. તમારા દ્વારા આ પ્રકારની જાણકારી જો જન-જન સુધી પહોંચાડી શકાય તો અમારો પૂર્ણ વિશ્વાસ છે કે લોકચિંતન અને વ્યવહાર-પ્રચલનમાં તે ઉત્કૃષ્ટતાનો સમાવેશ થઈ શકે છે, જે યુગવિભીષિકા સામે લડવા અને ઉજ્જવળ ભવિષ્યની સંરચનામાં પૂર્ણ તથા સફળ થઈ શકે.

આ મહાન અભિયાનમાં જે સૌથી આગળ-આગળ ચાલશે, તેમને વધુ લાભ પ્રાપ્ત થશે. આ સંકટકાલીન પરીક્ષાની ઘડી છે. જેમાં ભગવાન રામના રીંછ-વાનરોથી લઈને ગીધ-ખિસકોલી સુધ્યાંની ભૂમિકા છે. આમાં કૃષ્ણના ગ્વાલ-બાલોની માફક દરેક જણે પોતપોતાની લાકડીનો ટેકો મૂકીને ગોવર્ધનને ઊંચકવાનો છે. આને માટે આપણામાંથી દરેકે સાહસિક બનવું જોઈએ. સંભવિત મુશ્કેલીઓથી કોઈને પણ ભયભીત અથવા તો આતંકિત થવાની જરૂરિયાત છે નહીં. આવા અવસરો પર દૂરદર્શિતા અને સાહસિકતાનું પરિણામ વધારવાથી જ કામ ચાલે છે. સમય જતાં ઝૂઝવાનાં અને મુશ્કેલીઓ સામે લડવાનાં સાધન એકઠાં કરવામાં તત્પર રહેવું જ આવા અવસરો વખતે બુદ્ધિમત્તાપૂર્ણ હોય છે. આ દિવસોમાં એવી જ બુદ્ધિમત્તાની જરૂરિયાત

છે. જે પ્રાણવાનોનાં શૌર્ય-સાહસને વધારે અને જન-જનની પ્રખરતા જગાડવા માટે કામમાં આવે.

મિત્રો ! તમારે આ કાર્ય માટે આગળ આવવું જોઈએ. આ મહાપુરસ્કરણ તમારા માટે તથા સમાજને માટે ઘણું જ લાભદાયક સિદ્ધ થશે. આને સફળ બનાવવા માટે તમારે પ્રયાસ કરવાનો છે. ભગવાનને અમે પ્રાર્થના કરીએ છીએ કે જે કોઈ આમાં ભાગ લે તેમને આનાથી અસંખ્ય ગણો લાભ મળે. એટલા માટે આપ સૌને એ નિવેદન છે કે આપ સૌ આ કાર્યક્રમમાં ભાગ લો તથા આને સફળ બનાવવાનો પ્રયત્ન કરો. પ્રસ્તુત યુગ-સંધિ મહાપુરસ્કરણની વ્યવસ્થા અમે ગાયત્રી જયંતી એટલે કે ૨૩ જૂન, ૧૯૮૦થી કરી છે. આ વીસ વર્ષ સુધી લગાતાર ચાલશે. સન ૨૦૦૦ની ગાયત્રીજયંતીના દિને આની પૂર્ણાહુતિ થશે. આની ભાગીદાર માત્ર જપ સંખ્યા જ પૂરી નહીં કરીએ, પરંતુ તે પ્રયોગમાં અધિકાધિક નિષ્ઠાનો પણ સમાવેશ કરીશું.

યુગસંધિ મહાપુરસ્કરણના પ્રત્યેક ભાગીદારને શોખીન, મનમોજી, અસ્તવ્યસ્ત, ભજન-પૂજન કરીને મન મનાવવાની સ્થિતિમાં રહેવાનું નથી, પરંતુ જે કાંઈ થોડું ઘણું કરવાનું છે, તેમાં પરિપૂર્ણ નૈષ્ઠિકતાનો સમાવેશ કરવાનો છે. આ માર્ગે ચાલતા રહેવાથી આત્મશક્તિનો વિકાસ અને આત્મકલ્યાણનું લક્ષ્ય પૂર્ણ થાય છે.

આ યુગસંધિ મહાપુરસ્કરણ જોવામાં નાનું લાગી રહ્યું છે. પરંતુ એના દ્વારા ભવિષ્યમાં ઘણો ફાયદો થવાનો છે. જો એટલું લાભદાયક ન હોત તો અમે તમને આમાં ભાગીદાર થવા માટે ભાવભર્યું નિવેદન કરત નહીં. આસમયની માંગ છે કે વાતાવરણમાં અવાંછનીયતાનો જે સમાવેશ થઈ ગયો છે. તેને સમયની સાથે રહીને નાબૂદ કરવામાં આવે.

જ્યારે બાળક ઘરમાં જન્મ લેવાનું હોય છે ત્યારે એક તરફ ઘરમાં નવજાત શિશુને માટે સ્વાગતની તૈયારી ચાલે છે તો બીજી બાજુ પ્રસૂતાને પ્રસવનું ભારે કષ્ટ સહેવું પડે છે. યુગપરિવર્તનની આ ઘડીઓમાં પણ આ પ્રકારની જ ઊથલપાથલ થઈ રહી છે. એક બાજુ વિનાશ

ચરમસીમાએ પહોંચી ચૂક્યો છે, તો બીજી બાજુ નવસર્જનની પ્રક્રિયા જન્મ લેવા તૈયાર છે. આ સમયે મનુષ્યની મનઃસ્થિતિ અને પરિસ્થિતિ બિલકુલ બદલાઈ ગઈ છે. તેમની વિચાર કરવાની રીત ખોટી થઈ ગઈ છે. આના કારણે અનેક પ્રકારની વિભીષિકાઓ નિત્ય ઉત્પન્ન થઈ રહી છે તથા પોતાનું તાંડવનૃત્ય દર્શાવવામાં કોઈ જ કસર છોડી નથી.

આ સમયની મોટામાં મોટી આવશ્યકતા એ છે કે સૂક્ષ્મ, જગતના વાતાવરણમાં પરિશોધન કરવામાં આવે. પ્રાચીનકાળમાં પણ આવી જ પરિસ્થિતિઓ હતી. લોકો રાવણના આતંકથી ત્રાહિ-ત્રાહિ કરતા હતા. તે સમયે ભગવાન રામે પોતાની શક્તિ નિયોજિત કરી તથા જનસહયોગના માધ્યમથી રાવણને પરાસ્ત કરીને સમાજમાં શાંતિ સ્થાપિત કરી હતી. રામરાજ્યની સ્થાપના કરી હતી. ત્યારબાદ ગુરુ વશિષ્ઠે કહ્યું કે આટલું કાર્ય કરવાથી જ કામ નહીં ચાલે. આ દુષ્ટોએ તો વાતાવરણને પણ દૂષિત કરી નાંખ્યું છે, એટલા માટે વાતાવરણને સ્વચ્છ બનાવવાની પણ જરૂરિયાત છે. ગુરુ વશિષ્ઠના કહેવાથી ભગવાન રામે દશ અશ્વમેધ યજ્ઞ કર્યા. આ અશ્વમેધ યજ્ઞની પ્રક્રિયા ઘણી જ મહાન છે. એમાં લાખો લોકો બેસીને સાધના કરે છે, તપ કરે છે, યજ્ઞ-હવન કરે છે તથા વાતાવરણને બદલે છે. આ રીતે અમે કહી શકીએ છીએ કે ભગવાન રામના રામરાજ્યની સ્થાપના રાવણના સમાપ્ત થવાથી નથી થઈ, પરંતુ દશ અશ્વમેધ યજ્ઞોના કારણે થઈ. ભગવાન શ્રીકૃષ્ણના જમાનામાં પણ એવું જ થયું. મહાભારત પછી તેમને પણ યજ્ઞ કરવા પડ્યા. ત્યારબાદ જ વાતાવરણનો સુધાર થઈ શક્યો. યજ્ઞ અને ઉપાસના દ્વારા વાતાવરણમાં સુધારની વાત ઘણા જ પ્રાચીનકાળથી ચાલતી આવે છે.

યુગસંધિનું આ વિશેષ પર્વ છે. આવો સમય હજારો-લાખો વર્ષ પછી આવે છે. ભગવાનને યુગ-પરિવર્તન કરવું પડે છે. પરંતુ તે ફક્ત તમારા જેવા આત્માઓને જ પોતાનું માધ્યમ બનાવી અને પ્રભાવિત કરે છે. નિરાકાર બ્રહ્મને માટે આ કઠિન છે કે તે સ્વયં

પોતાના વ્યાપક વિરાટ સ્વરૂપનો નાશ કરીને વ્યક્તિઓનું સ્વરૂપ બનાવે અને સામાન્યજનની જેમ ઉતાર-ચઢાવ માટે ગૂઝવાનો ઉપક્રમ અપનાવે. શાસનાધ્યક્ષ યોજના બનાવે છે અને નિર્દેશ આપે છે. આજની પરિસ્થિતિ એવી છે જેના લીધે ભગવાન ઘણા દુઃખી છે તે પરિવર્તન ઇચ્છે છે. એક મહર્ષિ વિશ્વામિત્રએ પણ આ પ્રકારનો પરિશ્રમ કર્યો હતો. શાસ્ત્રોમાં વર્ણન આવે છે કે તેમણે એક નવી દુનિયા બનાવવા માટે અથાક પરિશ્રમ કર્યો હતો. તે સમયે તેમને તેમના શિષ્યો માટે ઘણું મોટું સમર્પણ કરવું પડ્યું હતું.

મિત્રો! આધ્યાત્મિક સમર્પણની સામાન્ય પરંપરા પણ રહી છે અને આપત્તિકાલીન અતિરિક્ત વ્યવસ્થા પણ રહેલી છે. ગુરુ શિષ્યોને, દેવતા-ભક્તોને સમયાંતરે અનેકાનેક અનુદાન આપતા રહ્યા છે, પરંતુ સાથેસાથે એનું પણ ધ્યાન રાખવામાં આવે છે કે ઉપલબ્ધકર્તા તેને સંકીર્ણ સ્વાર્થપરકતામાં ખર્ચી ન નાંખે. દૈવી વરદાન દિવ્યપ્રયોજનોને માટે આપવામાં આવે છે. એવું જ અનુદાન-વરદાન વિશ્વામિત્ર ઋષિએ પોતાના શિષ્યોને આપ્યું હતું. આ જ રીતે રામકૃષ્ણ પરમહંસને જનકલ્યાણને માટે કશુંક કરવું હતું. તો તેમણે વિવેકાનંદને શોધી કાઢ્યા અને અભીષે પ્રયોજનની પૂર્તિ માટે જેટલી શક્તિની જરૂરિયાત હતી, તેમને આપી દીધી આ જ રીતે સમર્થ ગુરુ રામદાસનું સમર્પણ શિવાજીને અને યાજ્ઞક્યનું ચંદ્રગુપ્તને મળ્યું હતું.

તમને ખબર હોવી જોઈએ કે આ યુગસંધિનો વિશેષ સમય છે. આ સમયે રાજાને પરિવર્તન કરવું છે. આ યુગસંધિની વેળાએ નવસર્જનનું ઉત્તરદાયિત્વ સંભાળનારી દિવ્યશક્તિઓ આ દિવસોમાં ઈશ્વરીય પ્રયોજનોને માટે જાગૃત આત્માઓને શોધે છે. તેમને જેટલો લાભ કઠોર તપશ્ચર્યા, સાધનાની કઠિન પરિસ્થિતિને પાર કરીને મળી શકતો હતો, તેટલો લાભ આ વિશિષ્ટ અવસર ઉપર મળવાનો છે. આને દૈવી અનુદાન કહી શકાય છે. આ દિવસોમાં યુગસંધિની આ ઉપાસનાના માધ્યમથી ઉચ્ચસ્તરીય અનુદાન

વિતરણ ઋતુભર- પ્રજ્ઞા દ્વારા કરવામાં આવી રહ્યું છે. જે રીતે દુષ્કાળ આદિ સંકટકાલીન પરિસ્થિતિઓમાં સરકાર કૂવા ખોદવા, ઉઘોગો ઊભા કરવા, નહેર બનાવવી જેવાં કામો માટે વિશેષરૂપે ધન-રાશિ આપે છે. તે જ રીતે આ દિવસોમાં આવા અસંખ્ય સંસ્કારવાન આત્માઓને દિવ્ય અનુદાન મળનારાં છે. જે કોઈ જમાનામાં રામ, કૃષ્ણ, બુદ્ધ, ગાંધીના સહયોગીઓને પ્રાપ્ત થયાં હતાં.

આ ધરતી ઉપર જ્યારે પણ ક્યારેક અનીતિ-અત્યાચાર વધ્યા છે, તો આ રીતનો ક્રમ ચાલે છે અને શાલીનતા, સજ્જનતા લાવવાનો પ્રયત્ન કરવામાં આવે છે. ભગવાન શ્રીકૃષ્ણના સમયમાં પણ આવું જ થયું હતું. જ્યારે પણ આવો સંકટકાલીન સમય આવે છે ત્યારે ઘણા લોકો ઋષિ-ચરણોમાં પોતાનું બધું જ અર્પણ કરી દે છે. જેમ કે વિશ્વામિત્રનાં ચરણોમાં રાજા હરિશચંદ્ર, ભગવાન બુદ્ધનાં ચરણોમાં રાજા અશોકનું સમર્પણ થયું હતું અને પૂરી શક્તિ સાથે તેમણે સહયોગ આપ્યો હતો. ભગવાન બુદ્ધના સમયમાં જ્યારે અરાજકતા વધી હતી ત્યારે તેમણે પોતાના શિષ્યોને પરિવ્રજ્યાનો પાઠ ભણાવીને તેના નિરાકરણ માટે તેમને દેશ-વિદેશોમાં મોકલ્યા હતા. આ રીતે વાતાવરણને સંશોધિત કરવા અને સ્વચ્છ વાતાવરણ બનાવવામાં ભગવાન બુદ્ધનું તપ, તેમના શિષ્યોનું તપ ધણું જ મહત્વપૂર્ણ હતું. તેમાં હર્ષવર્ધન અને અશોક જેવાં લોકોએ પૂરો સહયોગ આપ્યો.

વીતેલા દિવસોમાં બુદ્ધના કારણે કેટલાય લોકો મૃત્યુ પામ્યા, કેટલુંય વાતાવરણ ગંદું થયું. આ પરિસ્થિતિમાં વાતાવરણના સંશોધનમાં યુગસંધિ મહાપુરસ્કરણ દ્વારા એક મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા સંપન્ન થશે. યુગસંધિમાં આ દિવસોમાં હિમાલયનાં આધ્યાત્મિક ધ્રુવકેંદ્રમાંથી એવી દિવ્ય ક્ષમતાઓનો પ્રાણચેતનાનો પ્રસાર-વિસ્તાર થઈ રહ્યો છે જેને ગ્રહણ-ધારણ કરવાથી અસંખ્ય મનુષ્યોનું કલ્યાણ થઈ શકશે. ઋષિ-મુનિઓથી માંડીને લોકસેવી મહામાનવ સુધ્યાં

આ કાર્ય કરી રહ્યા છે. દૈવીશક્તિઓનું અનુદાન તેઓ જન-જન સુધી પહોંચાડવામાં કાર્યરત્ છે. આનાથી જ ભગવાનની ઇચ્છા પૂરી થઈ છે અને જન-જનનું સારું થયું છે. આ જ કાર્ય યુગસંધિ મહાપુરસ્કરણ અંતર્ગત અમારા નિષ્ઠાવાન સાધકોનું થશે.

સંકટકાલીન પરિસ્થિતિ આવતાં સમાજસેવી, ડોક્ટર પોત-પોતાનું કાર્ય કરી રહ્યા છે, પરંતુ અમે એક વાત જણાવવા ઇચ્છીએ છીએ કે આવી પરિસ્થિતિમાં અધ્યાત્મવાદી મનુષ્યએ પણ હાથ ઉપર હાથ રાખીને બેસવું ન જોઈએ.

આ પ્રકારની સાધનામાં જોકે પુરુષાર્થ જ મુખ્ય છે. આના દ્વારા જ વાતાવરણનો પરિષ્કાર સંભવશે. અંગદ, હનુમાન, નળ-નીલ, અર્જુન, શિવાજી આદિને જો પરાક્રમ દર્શાવવાનો મોકો ન મળ્યો હોત તો દરેક જણ આ જ રીતનું સામાન્ય જીવન જીવનારા કહેવાત. યુગ-પરિવર્તન અને નવનિર્માણના કાર્યનું શ્રેય તેમને ન મળત. ગોવાળોને શ્રેય એટલા માટે મળ્યું કે ભગવાન શ્રીકૃષ્ણએ ગોવર્ધન ઊંચકવાની યોજના બનાવી અને ગોવાળોએ તેમાં શ્રીકૃષ્ણને પોતપોતાની લાકડીનો ટેકો આપી થોડો ઘણો સહયોગ આપ્યો અને કાર્ય પૂરું થઈ ગયું. તેઓ પણ શ્રેયના ભાગીદાર બની ગયા. આ રીતનો અવસર આવતાં દરેક વ્યક્તિએ લોકમંગળને માટે, જનજાગરણને માટે આગળ આવીને કાર્ય કરવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. આના દ્વારા જ તમે ઐતિહાસિક લોકચર્યાનો વિષય બનવામાં સમર્થ થઈ શકો છો.

માનવીય અંતરાલ અને અદૃશ્ય વાતાવરણનાં ક્ષેત્રોમાં વ્યાપ્ત વિષયુક્તતા અને દૂષણતાનું પરિશોધન કરવું તથા તેમાં નવી ચેતના ભરવી એક ઘણું મોટું કામ છે. જેને ભૌતિક ક્ષેત્રનાં કોઈપણ કાર્ય કરતાં ઓછું મહત્વ આપી શકાતું નથી. આ બંને ક્ષેત્રોમાં આજે આધ્યાત્મિક ઉપચારની આવશ્યકતા છે. આ સમયે વાતાવરણનું સંશોધન થતું હોવાથી મનુષ્યને કેટલો લાભ થઈ શકે છે. તેને તમારે, લોકોને સમજાવવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ.

મિત્રો ? આજે તમને જનજાગરણને માટે, યુગધર્મ નિભાવવાને માટે બોલાવવામાં આવ્યા છે. એટલા માટે તમારે આ કાર્ય માટે આગળ આવીને ઉત્સાહપૂર્વક કાર્ય કરવું જોઈએ. વાતાવરણ ખરાબ થઈ જાય છે. તો તેની અસર પડે છે. વાતાવરણનો પ્રભાવ પરિસ્થિતિઓનો પ્રભાવ કેવો હોય છે, એને બધા લોકો જાણે છે. આજે એવી પરિસ્થિતિ આવી ગઈ છે કે એણે અસંખ્ય મનુષ્યોને દુઃખવૃત્તિઓ તરફ; દુષ્ક્રિયાઓ તરફ ધકેલી દીધા છે. આના કારણે ક્યાંક, ભૂકંપ, પૂર રોગચાળો તો ક્યાંક અનાચાર, અત્યાચાર, પાપની વિભીષિકા પોતાનો વિસ્તાર ફેલાવી રહી છે. હવે સમય આવી ગયો છે, તમારે રચનાત્મક કાર્યો તરફ ચાલવાનું છે. આ યુગસંધિ મહાપુરસ્કરણ આ જ પ્રકારનું કાર્ય છે, જેમાં તમે બધા જ લોકો સામેલ છો.

સામૂહિકતાનો લાભ બધા જ જાણે છે. પ્રાચીનકાળથી માંડીને અત્યાર સુધી દરેક મોટાં-મોટાં કાર્યો સામૂહિકતા દ્વારા હલ થતાં રહ્યાં છે. પ્રાચીનકાળમાં દરેક ઋષિઓની સામૂહિકતા અર્થાત્ ટીપું-ટીપું લોહી દ્વારા માતા સીતાની ઉત્પત્તિ થઈ હતી. આ જ સીતા ભગવાન રામ કરતાં ઘણાં વધારે અસુરતાને સમાપ્ત કરવામાં તથા રામરાજ્યની સ્થાપના કરવામાં સફળ રહ્યાં. સીતા શું હતી? ઋષિઓની સામૂહિકતાનું પ્રતીક હતી. દુર્ગાનો અવતાર શું હતો? દેવતાઓની સામૂહિક શક્તિને ભેગી કરીને પ્રજાપતિ બ્રહ્માએ દુર્ગાનું અવતરણ કરાવ્યું હતું. શ્રેષ્ઠ કામોને માટે સારા લોકોનો સહયોગ લેવાની પ્રાચીનકાળથી પદ્ધતિ રહી છે. ભગવાન શ્રીકૃષ્ણનું ગોવર્ધન ઊંચકવો તથા ભગવાન રામનું સમુદ્રમાં પુલ બાંધવો, આ બધું સામૂહિકતાનું જ પ્રતીક છે.

આજથી પચ્ચીસસો વર્ષ પૂર્વે ભગવાન બુદ્ધ દ્વારા પોતાનાં ભિક્ષુ-ભિક્ષુણીઓને આ પ્રકારની સામૂહિક સેવા-સાધના કરવાને માટે પ્રેરિત કરવાનો પ્રયત્ન થયો હતો. આપણી સામે મહાત્મા ગાંધી આવ્યા. તેમણે પણ આ દેશને આઝાદ કરાવવાને માટે સામૂહિક

શક્તિનો જ ઉપયોગ કર્યો. આના દ્વારા જ સ્વરાજ્ય મળવાનું સંભવ થઈ શક્યું હતું.

આજનું આ યુગસંધિ મહાપુરસ્કરણ પણ આવી જ રીતનો એક મહત્વપૂર્ણ સામૂહિક પ્રયાસ છે. તમારે આ સારી રીતે સમજી લેવું જોઈએ કે આ આજનાં યુગનો મોટામાં મોટો પ્રયત્ન છે. ગાયત્રી ઉપાસના દ્વારા જ અમે આ સંપૂર્ણ ચમત્કાર મેળવ્યો છે. અમે જોવા ઈચ્છીએ છીએ કે તમે કેટલી શ્રદ્ધા નિષ્ઠાની સાથે કામ કરો છો. અમને વિશ્વાસ છે કે આ કાર્ય ઘણાં વ્યાપક સ્તરે વધવાનું છે. અમને એ સ્પષ્ટ દેખાઈ રહ્યું છે કે આ કાર્ય વધશે. અનેક કાર્યક્રમ થશે. એનાથી વાતાવરણમાં અચાનક રૂપથી ફેરફાર આવશે. નવી પેઢીઓ બદલાતી જશે.

ગાંધીજીએ સ્વતંત્રતા આંદોલનને તીવ્ર કરવાને માટે નમક સત્યાગ્રહ કર્યો હતો. એમાં જે લોકો આગળ રહ્યા. તેમને શ્રેય મળ્યું. નવનિર્માણના આ કાર્ય અંતર્ગત પણ જે આગળ રહેશે તથા પોતાની ભાગીદારી સોંપશે. તેમને પણ શ્રેય, સન્માન તથા સહયોગ અધિકાધિક મળશે, તમારો જે શ્રમ, ભાવના, ધન, આમાં લાગેલું છે, તે હજાર ગણું થઈ પાછું આવશે અને તમે ધન્ય થઈ જશો.

આ જે મહાપુરસ્કરણ ચાલુ રહ્યું છે, તે ફક્ત ભારતને માટે નહિ, પરંતુ આખા વિશ્વને માટે મનુષ્યજાતિને માટે ઘણું જ મહત્વપૂર્ણ રહેશે. આવનારા દિવસોમાં યુગસર્જનમાં ગાયત્રી મહાવિદ્યાએ યુગશક્તિનું રૂપધારણ કરવાનું છે. આગળના દિવસોમાં જ તેને વિશ્વદર્શનના અધ્યાત્મના કેંદ્રબિંદુ બનવાનો અવસર મળશે. એટલા માટે તમે બધા લોકો જો આ કાર્યમાં સહયોગ કરશો, અમને ઘણી પ્રસન્નતા થશે. અમે ભગવાનને પ્રાર્થના કરીએ છીએ કે તમારામાં. તમારામાં ઘર-પરિવારમાં સુખ-શાંતિ આવે પ્રગતિ તરફ વધો તથા તમારું ભવિષ્ય ઉજ્જવળ હો.

આજની વાત સમાપ્ત.

॥ ૐ શાંતિ ॥

આત્મીય અનુરોધ

પ્રસ્તુત વર્ષ સાધના વર્ષના રૂપમાં નિર્ધારીત કરવામાં આવ્યું છે. દરેક પરિજન સાધનાત્મક પથ પર અવિચલ નિષ્ઠા સાથે અગ્રેસર રહેવા તત્પર છે. આવા સમયમાં સાધનાની સફળતા માટે જીવનના દરેક પક્ષને લક્ષ્ય તરફ કેન્દ્રિત કરવાની આવશ્યકતા છે. આમ તો ધર્મના નામ પર જીવન ન્યોછાવર કરનારા સાધુ બાબાઓની સંખ્યા લાખો છે, પરંતુ જીવનની વિશિષ્ટ આધ્યાત્મિક પ્રાપ્તિઓથી મોટા ભાગના વંચિત છે. અમે આ આશંકાનો એક દિવસ અવસર મેળવી પરમ પૂજ્ય ગુરૂદેવથી સમાધાન માંગ્યું, ત્યારે પૂજ્યવરે અમને એ બતાવ્યું હતું કે બેટા ! અત્યારે જે સ્વરૂપ દેખાય છે, તે અધ્યાત્મનું વાસ્તવિક સ્વરૂપ નથી, એને તો અધ્યાત્મની લાશ કહી શકાય. ભજન, પૂજન, તપ, જપ, દાન, તીર્થયાત્રા પરિક્રમોને ક્યારેય વર્થ ન કહી શકાય, પરંતુ એની પાછળના દૃષ્ટિકોણ અને સમજમાં જરૂર ભૂલ થઈ રહી છે. આ બધાના માધ્યમ દ્વારા આત્મ સુધારનો ઉદ્દેશ્ય છે, આત્મ સુધાર વિના આત્મિક ક્ષેત્રની પ્રગતિ અધૂરી છે, જે પોતાના અંતઃસૂત્રે શુદ્ધ કરી લે છે, તે આ માર્ગ પર વગર અવરોધે આગળ વધે છે અને ભગવાનની ઝોળીમાંથી અગણિત પ્રાપ્તિઓ મેળવી પોતાના જીવનને નિહાલ કરી લે છે. તપ તો ભસ્માસુરે પણ કર્યું હતું અને ભગવાનથી વરદાન પણ પ્રાપ્ત કર્યું હતું, પરંતુ વ્યક્તિત્વની નીચતાના કારણે તે તપ પોતાના વિનાશનું કારણ બન્યું. વાલ્મીકિની તપસ્યાને જુઓ, તેમણે પોતાના ડાકુ જીવનના પરિત્યાગનો સંકલ્પ લઈ પ્રભુ નામના જપ કર્યો. દોષ-દુર્ગુણ, વ્યસનોથી મુક્ત પવિત્ર જીવન જીવવાનો પ્રારંભ કર્યો, ત્યારે તે મહર્ષિ વાલ્મીકિ થઈ ગયા. જ્યારે ભગવાન રામે સીતા માતાને વનવાસ મોકલ્યા, ત્યારે તેમણે મહર્ષિ વાલ્મીકિના આશ્રમને પસંદ કર્યો, જ્યાં ગર્ભમાં પળી રહેલ લવ-કુશ શ્રેષ્ઠ સંસ્કારોથી ભરપૂર થઈ શક્યા. મહર્ષિ વાલ્મીકિએ તેમને સર્વગુણ સંપન્ન બનાવી દીધા હતા. તે લવ-કુશે અશ્વમેધ યજ્ઞનો ધોડો પકડ્યો હતો અને ભરત, લક્ષ્મણ, હનુમાન જેવા વીર યોધાઓને હરાવ્યા હતા.

અંગુલિમાલ ડાકુ હતો, આમ્રપાલી નગરવધુ હતી, પરંતુ જ્યારે તેમણે પોતાના દોષ-દુર્ગુણ છોડ્યા અને ભગવાન બુદ્ધની શરણમાં આવી તેમના ઉપદેશોનો અમલ કરવાનો આરંભ કર્યો ત્યારે તેમણે ભગવાન બુદ્ધના શ્રેષ્ઠ શિષ્યોમાં સ્થાન મેળવ્યું. પોતાના વ્યક્તિત્વનાં વિકાસ

પર જેણે પણ ધ્યાન આપ્યું તે મહાન બની ગયા.

પ્રસુમ શક્તિઓના જાગરણ માટે પ્રયાસ કરનાર સાધકોએ દરેક પળે સચેત રહેવું પડે છે. ક્યાંક કોઈ લોભ, મોહ, અહંકાર, વાસના, તૃષ્ણા છૂપા વેશે સવાર ન થઈ જાય, જે પતન-પરાભવના ખાડામાં ધકેલી દે. સતત દુષ્પ્રવૃત્તિઓથી સંઘર્ષ કરવાની આવશ્યકતા છે. સારા અને ખરાબ વિચારોનું મહાભારત આપણી અંદર ચાલતું રહે છે. પરમ પૂજ્ય ગુરૂદેવ હંમેશા એ જ કહેતા હતા કે સાધના કરી લીધી તો શું થઈ ગયું પોતાના અંતઃકરણમાં સ્વાધ્યાય રૂપી ઝાડૂ પણ રોજ લગાવવું જ પડશે. નિત્ય વિચારોની શુદ્ધતા જરૂરી માનીને ચાલશો.

પોતાની આસપાસના વાતાવરણને પણ અનુકૂળ બનાવવાનો પ્રયાસ કરવો પડશે. ચંદન જ્યાં હોય છે તેની આસપાસ સુવાસ ભરાઈ જાય છે. તમે સારા સાધક છો, સજ્જન છો તો બીજાને પણ પોતાના જેવા બનાવવામાં પોતાનું કર્તવ્ય માનવું જોઈએ. ધર્મના નામ પર જીવન ન્યોછાવર કરનારા ઘણા લોકો છે એટલી જ સંખ્યામાં સમાજની સાર્થ સેવા કરનારા લોકસેવી બની જીવન જીવતા હોત તો આજ દરેક ગામમાં દરેક વ્યક્તિ ધર્મ પરાયાણ જીવન જીવતા હોત, પરંતુ આ વિડંબના જ કહેવાશે કે તે ધર્મના સાચા સ્વરૂપને ન સમજી માત્ર ભજન, પૂજન, તીર્થયાત્રાને જ સર્વસ્વ માની બેસે છે. પરમ પૂજ્ય ગુરૂદેવે લોકસેવીઓની આવશ્યકતા સમજી લાખો યુગ પુરોહિત બનાવવાની રીતિ-નીતિ બનાવી વિધિવત્ પ્રશિક્ષણ પ્રારંભ કર્યું. આજે પરિજનોથી એ જ અપેક્ષા છે કે સમાજમાં વ્યાપેલ કુરીતિઓ તથા વ્યક્તિઓની અંદર જે વ્યસન વગેરે દોષ-દુર્ગુણ છે તેનાથી સંઘર્ષ કરવો જોઈએ. ઉપાસના પહેલાં સ્નાન કરવામાં આવે છે. પોતાના શરીરની ધોલાઈ-સફાઈ કરવામાં આવે છે. ઈશ્વરને શુદ્ધતા અને પવિત્રતા પ્રિય છે. કેવળ શરીરની પવિત્રતા નહીં, મનની પણ શુદ્ધતા જોઈએ. કર્મકાંડમાં પવિત્રીકરણનો આ જ ઉદ્દેશ્ય છે. કર્મકાંડ તો કરીએ છીએ પણ સાથે ભાવના ન હોય તો કર્મકાંડનો લાભ મળતો નથી. ગાડી ખરીદી છે પણ ચલાવવાનું જ્ઞાન ન હોય તો ગાડી વર્થ છે. એવી રીતે કર્મકાંડ પાછળ જે ભાવનાઓ, પ્રેરણાઓ છે તેનું પણ જ્ઞાન હોવું જરૂરી છે. પવિત્રીકરણ માટે ડાબા હાથની હથેળીમાં જળ લઈ જમણો હાથ ઢાંકવો જોઈએ. પવિત્રીકરણનો મંત્ર બોલી પોતાના શરીર પર છાંટતા ભાવના

કરવી જોઈએ કે અમારા ઊપર પાવત્રતાની વર્ષા થઈ રહી છે, જેનાથી અમારી અપવિત્રતા અને મલીનતા ધોવાઈ રહી છે. મન શુદ્ધ અને પવિત્ર થઈ રહ્યું છે. શરીર, મન અને અંતઃકરણની પવિત્રતા વિકસિત થઈ રહી છે. આચરણમાં પવિત્રતા વધી રહી છે. શાંતિ, સંવેદના, કડ્ડણા વધી રહી છે. કંકાસ, કકળાટ ધોવાઈ રહ્યા છે. આ સશક્ત ભાવના પવિત્રીકરણની સાથે કરતા આત્મશોધન તરફ વધવા માટે તત્પર રહો.

પવિત્રીકરણ પછી ત્રણ આચમન કરીએ છીએ. આ ત્રણ આચમન ત્રણ શરીરો માટે છે. સ્થૂળ શરીરમાં આળસ અને અસંયમ બે દુર્ગુણ છે આળસમાં સૈમ્ય-બરબાદ કરનારા આત્મધાતી હોય છે. અસંયમ દ્વારા શરીર રોગગ્રસ્ત થઈ જાય છે. ઈન્દ્રિય સંયમ, વિચાર સંયમ, સમય સંયમ અને અર્થ સંયમનું પાલન બધાએ કરવું જોઈએ. સ્થૂળ શરીર માટે પહેલા આચમનની પ્રેરણા છે કે જાગૃકતા તથા સંયમશીલતા અપનાવીશું. એ રીતે બીજું આચમન સૂક્ષ્મ શરીરના રોગ, લોભ અને મોહને દૂર કરવા માટે છે. લોભ અને મોહના કારણે સૂક્ષ્મ શરીરની શક્તિઓ ક્ષીણ થઈ જાય છે. હંમેશા પૈસા કમાવવામાં અને જમા કરવામાં લાગ્યા રહ્યા, બાળકોને સુસંસ્કારી ન બનાવ્યા, તો પરિવારમાં સ્વર્ગ કેવી રીતે આવી શકે? બીજા આચમન સાથે લોભ અને મોહના નિવારણની ભાવના કરીએ છીએ. ત્રીજું આચમન કારણ શરીર માટે છે. કારણ શરીરના દોષ છે અવિવેક અને અનાસ્થા. કર્મકળની સુનિશ્ચિતતા પર વિશ્વાસ નથી તેથી તો લોક ભય વગર નિર્લજ્જતાથી પાપ કર્મોમાં વળગેલા રહે છે. ધર્મ પર વિશ્વાસ કરે છે, પૂજા પાઠ કરે છે, પણ આત્માની વાત નથી માનતા. અવિવેકના કારણે ઉચિત અને અનુચિતના જ્ઞાનનો અભાવ થઈ ગયો છે. પરમાત્માની સત્તા કણ-કણમાં વ્યાપેલી છે, તેની દૃષ્ટિ દરેક સમયે આપણા પર રહે છે, જે એ વિશ્વાસ થઈ જાય તો ખોટું કામ કોઈ કેવી રીતે કરે ? ત્રીજું આચમન કરતી વખતે આપણે એ ભાવના કરવી જોઈએ કે અમારા અંતઃકરણમાં વિવેક અને આસ્થાનો ઉદય થઈ રહ્યો છે. પોતાના ભવ રોગોને દૂર કરવા માટે અમે ઔષધિનું પાન કરી રહ્યા છીએ.

આચમન પછી શિખા વંદન કરવામાં આવે છે. શિખા મસ્તિષ્કની ઊપર શરીરના સર્વોચ્ચ શિખર પર હોય છે. શિખા ઊંચા વિચારોનો ઝંડો છે. ધન, સંતાન, મકાન જ ઊંચા નથી હોતા. ઊંચા હોય છે-આદર્શ અને સિધ્ધાંત, શિખા આપણી સંસ્કૃતિનું પ્રતીક છે. આ સંસ્કૃતિની ધર્મ ધ્વજા છે. હાથી પર અંકુશ લગાવાય છે, તે રીતે શિખા આપણી ઊપર આદર્શ અને સિધ્ધાંતોનો અંકુશ છે. શિખા વંદન સાથે ભાવના કરો કે અમે

શ્રેષ્ઠ વિચાર અને વિવેકશીલતા ધારણ કરી રહ્યા છીએ.

પ્રાણાયામ કરતી વખતે વિશ્વ બ્રહ્માંડમાં ભરેલ પ્રાણ તત્વને શ્વાસ સાથે ધારણ કરવાની ભાવના થવી જોઈએ. પ્રાણવાન બની પોતાનામાં રહેલ ખામીઓથી લડવું જોઈએ. પ્રાણાયામમાં શ્વાસ ખેંચતા વખતે (પૂરક) પ્રાણોમાં દિવ્ય ભાવોને ધારણ કરવાની ભાવના કરવામાં આવે છે. શ્વાસ રોકતી વખતે (અંતઃકુંભક) ભાવના કરો કે દિવ્યતા રોમ-રોમમાં સમાઈ રહી છે. શ્વાસ બહાર કાઢતી વખતે એ ભાવના કરો કે અમારી અંદરની કમજોરીઓ અને નીચતા, મલીનતા બહાર નીકળી રહી છે. પછી થોડીવાર શ્વાસ બહાર રોકી રાખો તેને (બાહ્ય કુંભક) કહે છે. બાહ્ય કુંભક વખતે ભાવના કરો કે જે દોષ-દુર્ગુણ બહાર નીકળ્યા છે તે ફરી પ્રવેશ નહીં કરી શકે.

પ્રાણાયામ પછી ન્યાસનો ક્રમ આવે છે. ન્યાસ મુખ, નાસિકા, આંખો, કાન, હાથ અને જંઘાઓનો કરીએ છીએ. મુખનો સ્પર્શ કરતી વખતે ભાવના કરો કે વાણી સંયમીત અને મધુર થઈ રહી છે. વાક્શક્તિ પ્રબળ થઈ રહી છે. સાત્વિક આહાર જ ગ્રહણ કરીશું, નાસિકાનો સ્પર્શ કરતી વખતે ભાવના કરો કે સુગંધિત અને સ્વચ્છ વાયુમાં રહેશે. સારું વાતાવરણ બનાવીશું. પર્યાવરણની રક્ષા કરીશું. આંખોનો ન્યાસ કરતી વખતે ભાવના કરો કે કોઈને કુદૃષ્ટિથી નહીં જોઈએ. કાનોથી સારા વિચાર જ સાંભળીશું, હાથોથી સમાજ, રાષ્ટ્ર અને પીડિત માનવતાની સેવા કરીશું. જંઘાઓનો ન્યાસ કરતી વખતે ભાવના કરો કે અમારા કદમ નિરંતર પોતાના જીવન લક્ષ્યની તરફ વધતા રહેશે અને ત્યાં સુધી નહીં રોકાય જ્યાં સુધી લક્ષ્યની પ્રાપ્તિ ન થઈ જાય. અમારું શરીર લોકહિત માટે રહેશે.

ન્યાસ પછી પૃથ્વી પૂજન કરીએ છીએ. પૃથ્વી અમારી મા છે. માતા પ્રત્યેનું કર્તવ્ય ભૂલવું ન જોઈએ. રાષ્ટ્રભૂમિ માતૃભૂમિ પ્રત્યે અગાધ સમર્પણની ભાવના હોવી જોઈએ. પૃથ્વી માતા માટે બધા પુત્ર સમાન છે. જાતિભેદ, વર્ગભેદ અને સંપ્રદાય ભેદના સંકુચિત વિચારો દૂર કરી વસુધૈવ કુટુંબકમ્ની વિરાટ ભાવના વિકસિત કરીશું. અમે પૃથ્વી માતાના સાચા સપૂત બની જીવન જીવીશું, શુદ્ધ સાત્વિક કમાઈનું જ અન્ન ગ્રહણ કરીશું. ઉપનિષદ કહે છે કે જે જેવું વિચારે છે અને કરે છે, તે તેવા જ બની જાય છે. આ ઉપાસના પહેલાં ષટકર્મ માટે ભાવનાઓ સંક્ષેપમાં બતાવી છે. આની પર ચાલી આત્મોત્તરિનો માર્ગ અપનાવનાર દરેક સાધકને સફળતા મળશે. ત્યારે ઉપાસના સાર્થક અને સફળ થશે. પરમ પૂજ્ય ગુરૂદેવે બતાવેલ આ વાતો પર અમલ કરી સાધના પથ પર દરેક પરિજને આગળ વધતા રહેવું જોઈએ, એવી આશા અને અપેક્ષા છે.

(કમશ :)

-લીલાપત શર્મા

વૈશ્વિક ભાવ

સંગ ચલેં હમ
સખ મિલ કર,
પ્રગતિ-પથ
રહે ઉન્નત શર,
વિજય-ધ્વજા ફરફરે ફર ફર!
સંગ ચલેં હમ સખ મિલ કર !!
સંસ્કૃતિ કો
વિકૃત કરેં તો
શીશ મહલ
સંગેમરમર,
ખંડ-ખંડ હોગા ટૂટ કર!
સંગ ચલેં હમ સખ મિલ કર!!
ભાષા વર્ણ
ધર્મ પરિવેષ કે
ભેદ ઘોલતે
સદા ઝહર,
તો ઝહરીલા હોગા અંબર!
સંગ ચલેં હમ સખ મિલ કર!!

દેશખંધુ યા
વિશ્વજન સહી
જબ સખ હેં
હમ હમસફર,
જયોં સરિતાએં મિલતી સમદર!
સંગ ચલેં હમ સખ મિલ કર!!
એક બનેંગે
નેક બનેંગે
ચહી સંકલ્પ હે
ડગર-ડગર,
અખંડ ભારત રહે અમર!
સંગ ચલેં હમ સખ મિલ કર!!
એક લક્ષ્ય હો
એક મંત્ર હો
ભૂ: ભુવ: સ્વ:
સચર-અચર
વૈશ્વિકતા જાગે ઘર-ઘર!
સંગ ચલેં હમ સખ મિલ કર!!

-અશોક જોષી
મજેવડી