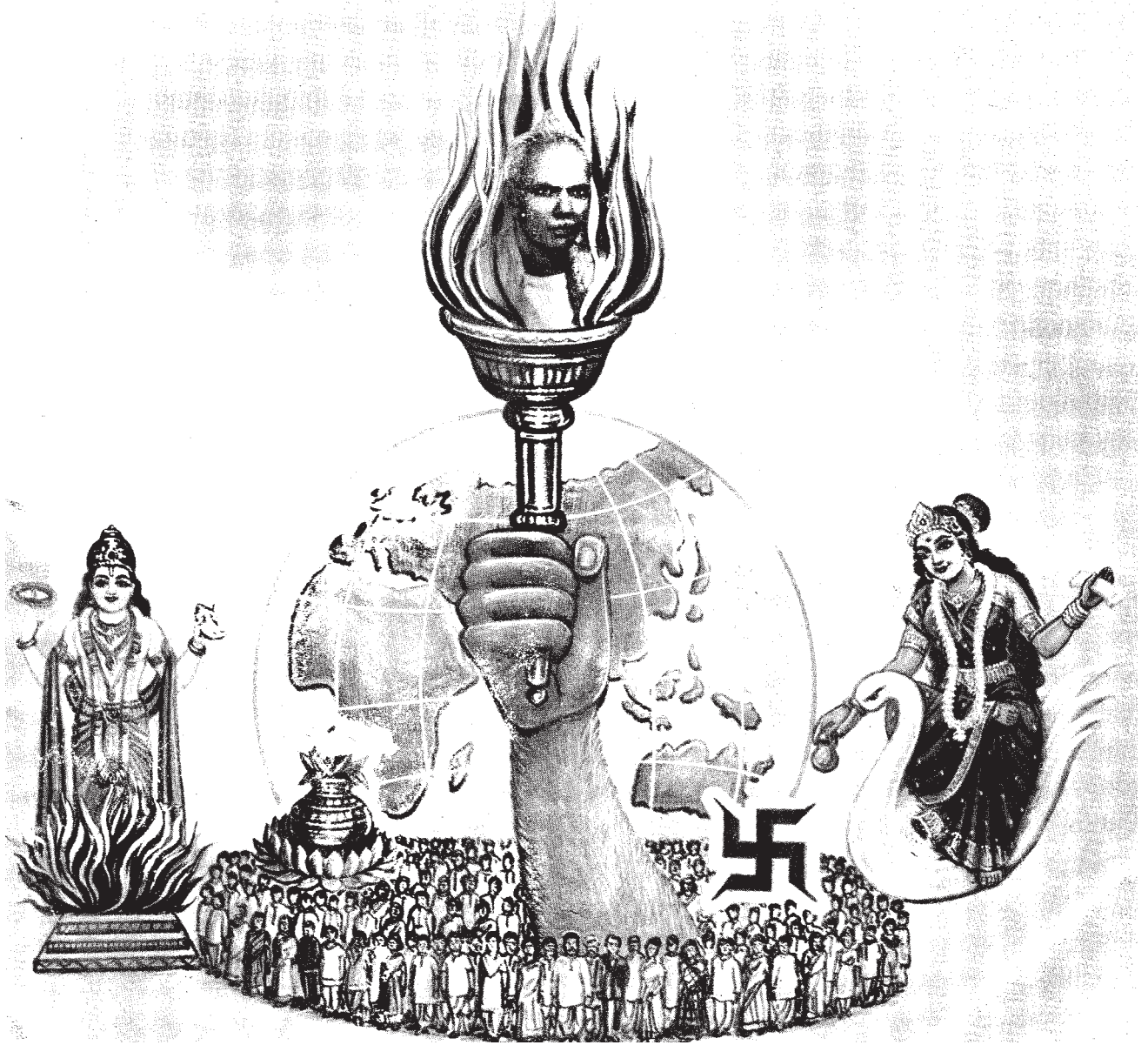


ગુજરાતી  
યુગ શક્તિ ગાયત્રી

માર્ચ ૧૯૯૮



## અનુક્રમણિકા

<p>૧. આપણો અભિગમ એ જ આપણા સુખનો આધાર ૧</p> <p>૨. સુશિક્ષિત માનવીની સાચી ઓળખ ૨</p> <p>૩. કુટુંબ એટલે જીવનસાધનાની પ્રયોગશાળા ૪</p> <p>૪. શ્રેષ્ઠ સમાજ માટે કુશળતાની જરૂરિયાત ૬</p> <p>૫. લોકશાહીના સાચા માલિકોને જગાડો ૮</p> <p>૬. માતની સાચી શિખામણ ૧૩</p> <p>૭. આજના યુગની તાતી જરૂરિયાત-જડીબુટ્ટી વડે સારવાર ૧૬</p> <p>૮. નારી પોતાની શક્તિનું મહત્વ સમજે ૧૮</p>	<p>૯. આપણી પ્રવૃત્તિ જ આપણા ભાગ્યનું નિર્માણ કરે છે ૨૧</p> <p>૧૦. સંસ્કાર પ્રક્રિયાનો પ્રારંભ, જન્મ પહેલાં જ ૨૪</p> <p>૧૧. પ્રજ્ઞાપુરાણનો પ્રકાશ ઘેર-ઘેર પહોંચે ૩૦</p> <p>૧૨. છોકરી જોવા જાવ ત્યારે શું જોઓ છો ? ૩૪</p> <p>૧૩. ભોજનમાં પણ પારાવાર ગેરસમજ ! ૩૭</p> <p>૧૪. પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવની અમૃતવાણી-નવરાત્રી સાધનાનું તત્ત્વદર્શન ૪૦</p> <p>૧૫. આત્મીય અનુરોધ ૪૪</p> <p>૧૬. યુગ નિર્માણ સમાચાર ૪૮</p>
---	---

### ઘન્ય છે :

ગાયત્રી શક્તિપીઠ મહેસાણા-જેમણે ૩૦૦૦થી વધુ યુગ શક્તિ ગાયત્રીના ગ્રાહકો આ વર્ષે બનાવ્યા છે. આ ઉપરાંત મહેસાણા જિલ્લાના સંયુક્ત સંગઠન દ્વારા આ વર્ષે દરેક શાખાએ લગભગ ૬બલ ગ્રાહકો બનાવી અભૂતપૂર્વ પ્રયાસ કરેલ છે.

ગાયત્રી પ્રજ્ઞાપીઠ ગોંડલ-જેમણે ૨૦૦૦થી વધુ ગ્રાહક બનાવ્યા છે.

ગાયત્રી પ્રજ્ઞાપીઠ વીસનગર-જેમણે ૨૦૦૦થી વધુ ગ્રાહક બનાવ્યા છે.

ગાયત્રી શક્તિપીઠ ગાંધીનગર-જેમણે ૨૦૦૦થી વધુ ગ્રાહક બનાવ્યા છે.

હરિશંકરભાઈ પી. પંડયા ભાવનગર-જેમણે ૧૮૦૦થી વધુ ગ્રાહક બનાવ્યા છે.

૧૫૦૦થી વધુ ગ્રાહક બનાવનાર શાખાઓ-

૧. ગાયત્રી શક્તિપીઠ, ડીસા
૨. ગાયત્રી શક્તિપીઠ, કલોલ
૩. ગાયત્રી પરિવાર ટ્રસ્ટ, ભાવનગર

૧૦૦૦થી વધુ ગ્રાહક બનાવનાર શાખાઓ-

૧. ગાયત્રી પ્રજ્ઞાપીઠ, માંડવી જિલ્લા-કચ્છ
૨. ગાયત્રી શક્તિપીઠ, પાટણ
૩. ગાયત્રી શક્તિપીઠ, રાજકોટ
૪. ગાયત્રી પ્રજ્ઞામંદિર, રાણીપ
૫. ગાયત્રી શક્તિપીઠ, ગાંધીનગર
૬. ગાયત્રી શક્તિપીઠ, વીજપુર

### ૪૦૦થી વધુ ગ્રાહક બનાવનાર શાખાઓ-

૧. હસમુખભાઈ પટેલ, ઇમડાછા
૨. એન. પી. નાયક, વડોદરા
૩. પી. એમ. રાજપૂત, અમદાવાદ
૪. હરીશભાઈ સોની, ઈસનપુર
૫. અજયભાઈ પટેલ, વિરાટનગર
૬. વિનોદભાઈ દરજી, અમદાવાદ
૭. ડો. મથુરભાઈ પટેલ, મોડ સા
૮. ભગવાનદાસ આહૂજા, ભૂજ
૯. ગાયત્રી શક્તિપીઠ, ભાટક
૧૦. ડી. પી. પરમાર, સુરેન્દ્રનગર
૧૧. ગાયત્રી પરિવાર શાખા, લડોલ
૧૨. આર. એમ. ભાવસાર, ગાંધીનગર
૧૩. ચંદુભાઈ પટેલ, નડિય ઇ
૧૪. ગાયત્રી શક્તિપીઠ, રા.દેવપુર
૧૫. વિનુભાઈ પરમાર, હિમતનગર
૧૬. ગાયત્રી પરિવાર ટ્રસ્ટ, ઊંઝા
૧૭. ગાયત્રી શક્તિપીઠ, બીલીમોર
૧૮. ગાયત્રી શક્તિપીઠ, બાલજીરોડ
૧૯. ગાયત્રી શક્તિપીઠ, ડાભેલી
૨૦. હેમંતભાઈ નાયક, વલસાડ
૨૧. ઉપેન્દ્રભાઈ પટેલ, રાંદેર

ॐ ભૂર્ભુવઃ સ્વઃ તત્સવિતુર્વરેણ્યં ભર્ગોદેવસ્ય ધીમહિ ધિયો યો નઃ પ્રચોદયાત્ ।

# યુગ શક્તિ ગાયત્રી

: સંસ્થાપક/સંરક્ષક :

વેદમૂર્તિ, તપોનિષ્ઠ યુગદેષ્ટા

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 - ૨૮ અંક - ૩

માર્ચ - ૧૯૯૮

આપણો અભિગમ એ જ આપણા સુખનો આધાર

દરેકને સુખી જીવન જીવવાની ઇચ્છા હોય છે. તે સ્વાભાવિક અને યોગ્ય પણ છે. પરંતુ આપણે આપણા દૈષ્ટિકોણની ખામીઓને સમજી અને તેને દૂર કરવાનો પ્રયત્ન કરીએ ત્યારે જ તે સંભવ છે. મર્યાદિત સાધનો અને વિકટ પરિસ્થિતિઓ હોવા છતાં પણ કેળવાયેલા અભિગમને કારણે સંતોષ અને શાંતિ જાળવી શકાય છે. નિર્ધન હોવા છતાંય ઘણા લોકો સ્વર્ગ જેવો આનંદ ભોગવતા હોય છે. પરંતુ જો દૈષ્ટિકોણ અયોગ્ય હોય તો સંસારનાં તમામ સુખ-સાધનો પણ આપણને સુખી બનાવી શકતાં નથી. એટલા માટે સુખી જીવનની આકાંક્ષા રાખનાર દરેક માણસ પોતાના દૈષ્ટિકોણને સુધારવા માટે સતત પ્રયત્ન કરતો રહે તે ખાસ જરૂરી છે.

આત્મિક દૈષ્ટિકોણ માનસિક સમતુલામાં સુધારો કરવાની પ્રેરણા આપે છે. જો એવો અભિગમ કેળવી શકાય તો માનવજીવનના શોકસંતાપોની કે ઉદ્વેગોની સમસ્યાઓનું સરળતાથી સમાધાન થઈ શકે. આ કાર્ય અનુકૂળ પરિસ્થિતિઓનું નિર્માણ કરવા માત્રથી જ થઈ શકતું નથી. ઇચ્છાઓની કોઈ સીમા હોતી નથી અને એક પછી એક ઊભી થયે રાખે છે. બીજી પહેલાં કરતાં પણ મોટી હોય છે અને આમ અસંતોષ તો ઠેરનો ઠેર ઊભો જ રહે છે. જો માત્ર સાધનસગવડમાંથી જ સુખસંતોષ મેળવી શકાતો હોત તો દરેક સાધનસંપન્ન માણસ સુખી જ હોત. પરંતુ એવા લોકો તો અપૂરતા સુખ-સગવડવાળા માણસો કરતાં પણ વધારે વ્યથ જણાતા હોય છે. જો માણસ દીર્ઘદૈષ્ટિ દાખવીને જીવનને પ્રસન્ન બનાવવાનો ઉપાય ગંભીરતાપૂર્વક શોધશે તો તેને આધ્યાત્મિક નીતિનો આશરો લઈને મનને - દૈષ્ટિકોણને - સુધારવાનો પ્રયત્ન કરવો, એ એક જ માર્ગ દેખાશે.

- પં. શ્રીરામ શર્મા આચાર્ય



## સુશિક્ષિત માનવીની સાચી ઓળખ

એક વાર અમેરિકાની કોલંબિયા વિશ્વવિદ્યાલયના કુલપતિ અને મહાન શિક્ષણશાસ્ત્રી શ્રી ગ્રેસન કર્કને ન્યૂયોર્કમાં 'સુશિક્ષિત કહેવડાવવાનો અધિકાર કોને આપી શકાય?' -આ વિષય ઉપર તેમનાં મંતવ્યો રજૂ કરવા માટે આમંત્રણ અપાયું હતું. પ્રવચન અને વિચારપૂર્ણ અભિવ્યક્તિ - આ બે અલગ બાબતો છે. ભાષણ તો ગમે તે આપી શકે, પણ કોઈ વિષયનું ગંભીર વિવેચન કરવું એ દરેક માટે શક્ય નથી. શિક્ષણ ક્ષેત્રે અજંપામાં અટવાયેલા સંસારમાં શ્રી ગેસન કર્કે ઉપરોક્ત વિષય ઉપરનો જે લેખ વાંચી સંભળાવ્યો તેને આખાય જગતના બધા શિક્ષણશાસ્ત્રીઓ અને બુદ્ધિજીવીઓએ 'વિચારોત્તેજક લેખ' તરીકે બિરાદાવ્યો. તેમના જીવન જીવવાની કળા ઉપર ખાસ પ્રકાશ પાડનારા એ મનનીય વિચારો અહીં પ્રસ્તુત કરવામાં આવ્યા છે.

માણસ સુશિક્ષિત છે એ પારખવા માટે આપણે ચાર તથ્યોને આધારભૂત માનવાં જોઈએ. (૧) તે જે કાંઈ લખે કે બોલે તે ચોક્કસ, સ્પષ્ટ અને ગુંથવાડા વગરનું હોય છે કે કેમ? (૨) તેણે પોતાના વાંચનમાંથી કોઈ આદર્શો કે વિશ્વાસો પોતાના જીવનમાં ઉતાર્યા છે કે કેમ? અને જો ઉતાર્યા હોય તો તેનામાં તેને માટે ગમે તેવા રૂઢ કે ખરાબ સમાજ સામે લડવાની હિંમત છે કે કેમ? (૩) સમાજસુધારણાની પ્રક્રિયામાં તે એક મા પોતાના સંતાન પ્રત્યે દાખવે તેવા સદ્ભાવ, પ્રામાણિકતા અને સહિષ્ણુતા બતાવી શકે એમ છે? (૪) તેમ છતાંય તે નિરાશ તો નથી થઈ જતો ને? જો ગમે તેવા ખરાબ સંજોગોમાં પણ તે આશાવાદી રહી શકતો હોય તો તે ચોક્કસ સુશિક્ષિત કહેવડાવવા લાયક છે. આવો, આપણે આ ચારેય મુદ્દાઓનું એક પછી એક વિગતવાર વિશ્લેષણ કરીએ.

(૧) આપણી સામે ધારો કે બે માણસ છે. એક ગામડાનો ગમાર અને બીજો શહેરનો શિક્ષિત. પહેલા માણસને આપણે પૂછીએ કે, 'શું તમને રસ્તામાં અમુક માણસ મળ્યો હતો?' તો તે જવાબ આપશે કે, 'કદાચ કોક મળ્યું હતું ખરું, મારા ખ્યાલ પ્રમાણે તેણે સફેદ ઝભ્ભો અને ધોતિયું કે લેંઘો પહેર્યો હતો. તેના હાથમાં મારા ધ્યાન પ્રમાણે કોઈક વસ્તુ પણ હતી.' આવી અચોક્કસ અભિવ્યક્તિ તે માણસ વિચારશીલ નથી એવું દર્શાવે છે. જો તે વિચારશીલ હોત તો તેણે એક નજરમાં જ સામેના માણસનું આખું ચિત્ર મગજમાં ગોઠવી લીધું હોત. તેની નજર ઊંડી કે તીક્ષ્ણ નહોતી. તેને એક અચોક્કસ માણસ કહી શકાય. એટલે તેણે પોતાની સામેની દરેક વસ્તુને ઉપરછલ્લી નજરે જોઈ અને અચોક્કસ વર્તન કર્યું.

સુશિક્ષિત માણસે આ જ પ્રશ્નનો વ્યવસ્થિત કે ચોક્કસ ઉત્તર આપવો જોઈએ. માણસના વિચારો સ્પષ્ટ અને અભિવ્યક્તિ કલાત્મક હોય તો જ તેને સુશિક્ષિત કહી શકાય. વિચારોની અસ્તવ્યસ્ત રજુઆત તેના માટે યોગ્ય નથી. ઉપરાંત પાંડિત્ય-પ્રદર્શનના દંભમાં દોરવાઈને પ્રશ્ન કરનાર કશું સમજી પણ ન શકે એવું પણ ના બોલવું જોઈએ. તેણે કહેવું જોઈએ 'મિત્રવર! જ્યારે હું રેલવેનો પૂલ ઓળંગી રહ્યો હતો ત્યારે એ સજ્જન મને મળ્યા હતા. તેમના હાથમાં પુસ્તક હતું અને લેંઘા-ઝભ્ભામાં તે સારા લાગતા હતા.' અભિવ્યક્તિ એ અંતઃકરણનું સ્વરૂપ દર્શાવે છે, એટલા માટે ગંભીર, સ્પષ્ટ અને કલાત્મક અભિવ્યક્તિ એ સુશિક્ષિત માણસની પહેલી નિશાની છે. જો તેનું બોલવાનું અસ્પષ્ટ, સંદિગ્ધ અને અચોક્કસ હોય તો, તે ભલે શહેરમાં રહેતો હોય અને ગમે તેટલી ડિગ્રીનાં પદો પાવતો હોય, તેમ છતાંય તેને સુશિક્ષિત ના કહી શકાય.



(૨) આપણા પૂર્વજો ઉદાર ચરિત્રવાળા, નીતિને જાણનારા અને માર્ગદર્શક હતા, એવો પણ એક જમાનો હતો. તેમણે, અનુગામી પેઢીઓ માત્ર અનુસરણ કરે તો પણ આદર્શ તેમજ વિશ્વાસભર્યું જીવન જીવી શકે તેવા, સામાજિક અનુશાસનો, પરંપરાઓ રીતરિવાજો અને ધાર્મિક મર્યાદાઓનું આયોજન કર્યું હતું. માણસ ભીની માટીના લોંદા જેવો છે અને પૂર્વજો ચાકડા સમાન છે. ચાકડા ઉપર જેવી માટી ચઢાવવામાં આવતી, માણસનું તેવું જ સ્વરૂપ ઊપસી આવતું હતું. આજે પરિસ્થિતિઓ બદલાઈ ગઈ છે. જીવનમાં આજે શ્રદ્ધા અને આદર્શનું કોઈ સ્થાન રહ્યું નથી. તેને માટે લડત આપવાની વાત તો વિચારી જ ના શકાય. વડીલોના જીવન સુનિશ્ચિત ક્રમાનુસાર ન હોવાને પરિણામે અનુગામી પેઢીઓ ઉચ્છૃંખલ અને શિસ્તવિહીન થતી ચાલી છે. આવી પરિસ્થિતિમાં જે આપમેળે પોતાના આદર્શો અને વિશ્વાસોની યોગ્ય પસંદગી કરી શકે તેને જ સુશિક્ષિત કહેવડાવવાનો અધિકાર છે. તેનામાં દરેક સારી બાબતને દૂરથી જોઈને જ પિછાણી લેવાની અને તેને જીવનમાં અપનાવતી વખતે ગમે તેવા વિરોધનો સામનો કરવા તૈયાર રહેવા જેટલી વિવેકબુદ્ધિ હોવી જોઈએ. પોતાની વિવેકશીલતાના જતન માટે તેણે પોતાનાં સગાં માબાપ સામે લડત આપતાં પણ ખચકાવું ના જોઈએ.

આદર્શ અને શિસ્ત વચ્ચે ચોલીદામનનો અતૂટ સંબંધ છે. જેના જીવનમાં કોઈ આદર્શ હોતો નથી તેઓ શિસ્ત કે મર્યાદા વગરના અને ઉપદ્રવી હોય છે. સુશિક્ષિત માણસ માટે આદર્શ અનિવાર્યરૂપે આવશ્યક છે કારણ કે સમાજની શાંતિ અને વ્યવસ્થા તેની ઉપર જ ટકી શકે છે.

(૩) માણસમાં આદર્શ હોય એટલું જ પૂરતું નથી. જો તે સામાજિક બદીઓ પ્રત્યે આંખમીંચામણા કરતો હોય અને તેને દૂર કરવા સદ્ભાવનાપૂર્વક સંકલ્પબદ્ધ ના થતો હોય તો તેણે માત્ર રોજ-રોટી ખાતર જીવવાની કોઈ જરૂર નથી. પ્રાચીનકાળના બ્રાહ્મણો તેમનું જીવન સમાજને ઉન્નત બનાવવામાં

વીતાવતા હતા. તેમના માટે જીવનની અન્ય બાબતો ગૌણ હતી. તેમની સહાનુભૂતિની કદર બૂઝીને જ સમાજ તેમની ભૌતિક જરૂરિયાતો પૂરી કરવાની ફરજ નિભાવતો હતો. આજનો શિક્ષિત માણસ જો પોતાના સ્થૂળ સ્વાર્થોને અવગણીને સમાજને ભલાઈનો માર્ગ ચીંધવા કટિબદ્ધ થશે તો સમાજ તેની પણ આવશ્યકતાઓ પૂરી કરવામાં પાછી પાની નહીં કરે. પરંતુ તેણે પોતાની એવી નિષ્ઠાને યોગ્ય રીતે અભિવ્યક્ત કરીને સુશિક્ષિત હોવાની કસોટીમાં પાર ઊતરવું એ પહેલી શરત છે. તેની ઉપરવટ જઈને કોઈ સીધેસીધો સમાજનો હિતેચ્છુ બનવા ધારે તો પણ બની શકતો નથી.

(૪) આજે ગેરશિસ્ત, ઉદંડતા, ઉદ્દતાઈ અને યૌનસ્વચ્છંદતા જેવી બદીઓનું ઘોડાપૂર ઊમટ્યું છે. બુદ્ધિ, કુશળતા અને કલાત્મકતાના નામે તેને આડકતરું પ્રોત્સાહન અપાઈ રહ્યું છે. વૈજ્ઞાનિકો અને બુદ્ધિજીવીઓ પણ પોતાનો અહંકાર સંતોષવા ખાતર દુનિયાને સર્વનાશ તરફ ધસડી રહ્યા છે. આવા સંજોગોમાં સમાજ-સુધારણા વિષે વિચારવું પણ મુશ્કેલ છે. આખો સંસાર આવો પ્રયત્ન કરનાર માણસનો વિરોધી હોય તેવું લાગે છે. એટલા માટે બદીઓ સામે લડવાનું સાહસ કરતાં પહેલાં એક વાત ચોક્કસ નક્કી કરી લેવી જોઈએ કે, અમારું અસ્તિત્વ ભલે જોખમાય તેમ છતાંય અમે સમાજને સીધે રસ્તે લાવી શકીશું તેવો અમને વિશ્વાસ છે. સાંપ્રત સંજોગોમાં આવી આશા જ લાંબા ગાળાના સાહસ અને શક્તિ આપી શકે તેમ છે. જે રીતે બાળકના અંતિમ શ્વાસ સુધી તેની માતાને તેના સાજા થઈ જવાની આશા હોય છે અને તેના મૃત્યુની તો તે કલ્પના પણ નથી કરતી, તે જ રીતે સુશિક્ષિત માણસ ગમે તેવી વિકટ પરિસ્થિતિમાં પણ નિરાશ નથી થતો. એ તેની આખરી કસોટી છે. તેણે સમાજ-સુધારણા એ શિક્ષિત માણસનું ધર્મ જેવું અનિવાર્ય કર્તવ્ય છે અને તેની બદલે કશા પણ બદલાની આશા રાખવી ન જોઈએ; એ સમજી લેવું જોઈએ. આવી નિષ્ઠા જ શિક્ષિત ગણાવાનું ગૌરવ આપી શકે છે અને ખરાબીને ખૂબીમાં ફેરવી શકે છે.

## કુટુંબ એટલે જીવનસાધનાની પ્રયોગશાળા

કોઈ પણ ક્ષેત્રે કુશળતા વિકસાવવા માટે કાર્યક્ષેત્રની જરૂર પડે છે. વૈજ્ઞાનિકોને પ્રયોગશાળાની, પહેલવાનોને અખાડાની, ડોક્ટરોને હોસ્પિટલોની, શિક્ષકોને પાઠશાળાની અને કારીગરોને કારખાનાની જરૂર પડે છે. કુશળતાનો મહાવરો અને તેનો વિકાસ પણ આવાં કાર્યક્ષેત્રોમાં જ થાય છે. જો આવાં સાધનો ના હોય તો કોઈ માટે એકાંગી પ્રયત્નો વડે પોતાના પુરુષાર્થને બહાર લાવવાનું કે તેનો વિકાસ કરવાનું શક્ય નથી.

સાધનાનો ઉદ્દેશ્ય છે - આત્મસુધારણા. આધ્યાત્મિક વિજ્ઞાન દ્વારા સૂચવાયેલાં વિભિન્ન યોગસાધનોનો ઉપયોગ આ હેતુ માટે થાય છે. એને માટે ધાર્મિક શ્રદ્ધાઓનું, સંસ્કૃતિનું અને તત્ત્વજ્ઞાનનું વિરાટ માળખું તૈયાર કરવામાં આવ્યું છે. યોગ્યતાના આધારે જ ઈશ્વરીય કૃપાથી લઈને સિદ્ધિ-ચમત્કારો સુધીનાં કેટકેટલાંય ઐશ્વર્યો મળી શકે છે. યોગ્યતા, ઉત્કૃષ્ટતા અને પ્રખરતાના આધારે કેળવાય છે. એના માટે કરાતા જુદા જુદા પ્રયત્નોને સાધના કહેવાય છે. સાધના એટલે જીવનસાધના. જીવનસાધના એટલે ઉત્કૃષ્ટ વિચારો અને આદર્શ કર્તવ્યોને સ્વભાવમાં ઉતારવાની ટેવ પાડવી. ભૌતિક અને આત્મિક સફળતાઓ તેમાં મેળવેલી પ્રગતિ ઉપર જ આધારિત છે. ભૌતિક સમૃદ્ધિની સરખામણીમાં આત્માની પ્રગતિને ઘણી વધારે કલ્યાણકારી માનવામાં આવી છે કારણ કે તેનાથી આંતરિક સામર્થ્ય, બાહ્ય સફળતા અને દૈવી કૃપાના ત્રણેય મુખ્ય હેતુ પાર પડે છે. જ્યારે ભૌતિક સંપન્નતા વડે માત્ર સુખસગવડનાં સાધનો જ મેળવી શકાય છે. સાધનાને ઉત્તમ પુરુષાર્થ માનવામાં આવેલ છે.

આધ્યાત્મિક સાધના અને જીવનસાધનાનો અભ્યાસ કરવા માટે બે સ્થળોની જરૂર છે. એક પૂજાનો ઓરડો અને બીજું પ્રયોગક્ષેત્ર. આ માટે કુટુંબ એ જ

સર્વસુલભ પ્રયોગક્ષેત્ર છે. અખાડામાંથી જે કાંઈ શીખાય તેનો કુસ્તીદંગલમાં ઉપયોગ થઈ શકે. શાળા કોલેજમાંથી જે કાંઈ શીખાય તેનો દફતર કે કાર્યાલય કે કારખાનામાં ઉપયોગ થઈ શકે. મેડિકલ કોલેજમાંથી મળેલું શિક્ષણ હોસ્પિટલના દર્દીઓ માટે વાપરી શકાય. તે જ રીતે પૂજા-પ્રાર્થના વડે મળતી આંતરિક અને સ્વાધ્યાય-સત્સંગમાંથી મળતી બાહ્ય સત્પ્રેરણાઓને અમલમાં મૂકવાની અને તેની ટેવ પાડવાની પદ્ધતિ ખાસ જરૂર છે. યોગાભ્યાસ અને આધ્યાત્મિક ચિંતન પણ જો વ્યાવહારિક પ્રયોગમાં મૂકવામાં ના આવે તો સાવ નિષ્ફળ, સુષુપ્ત પડ્યા રહે છે. એ સંજોગોમાં ઉપાસના દ્વારા રોપવામાં આવેલા ઉન્નતિના બીજને ખાતર-પાણી નહીં મળવાને કારણે તે કરમાઈ-સુકાઈ જવાની આશંકા રહે છે.

પરિવારની પાઠશાળામાં પોતાના વ્યક્તિગત તેમજ તમામ કુટુંબીઓના ગુણ, કર્મ અને સ્વભાવને સુધારવાનો અભ્યાસક્રમ શરૂ કરવાથી ભૌતિક અને આધ્યાત્મિક એમ બેવડો લાભ થાય છે. તમામ કુટુંબીજનોના વ્યક્તિત્વને સુવિકસિત કરવાના સ્વરૂપમાં ભૌતિક લાભ મળે છે. આવી પ્રાપ્તિને કુબંરના ખજાના કરતાં પણ વધારે કીમતી ગણી શકાય. કુટુંબના સભ્યોનું વૈચારિક ધોરણ વિકસવું એ સમગ્ર કુટુંબ માટે ઉજ્જવળ ભવિષ્યનો પાયો નાખે એવું અણમોલ વરદાન છે. એવા સુધરેલા વાતાવરણમાં રહેનારા તમામ સભ્યો સાધારણ પરિસ્થિતિઓ હોવા છતાંય વિશિષ્ટ આનંદ કે પ્રસન્નતા પામી શકે છે અને હસતાં રમતાં પ્રગતિનાં ઉચ્ચ શિખરો સર કરે છે.

તપોવનમાં ઘર બનાવવા કરતાં ઘરને તપોવન બનાવી લેવું એ વધારે સારું છે. સારી પ્રવૃત્તિઓને વધારવા-વિકસાવવાની સાધના ઘર કે કુટુંબ જેટલી સરળતાથી બીજે કયાંય થઈ શકતી નથી. કૌટુંબિક

ભાવના જેટલી બને તેટલી વધુ વિસ્તારવી જોઈએ. જો કુટુંબભાવનાના તાંતણા વડે સમસ્ત માનવસમુદાયને બાંધી લેવામાં આવે તો એને ઉચ્ચ કક્ષાનો પુરુષાર્થ જ કહી શકાય.

સિદ્ધાંત અને વ્યવહારમાં પ્રયોગનો મહાવરો - એ બંનેનો સમન્વયથી કેળવણીનું માળખું તૈયાર થાય છે. વર્ણ, ધર્મ, આધ્યાત્મિક તત્ત્વજ્ઞાન, નીતિ, મર્યાદા, શિસ્ત વગેરેની વિવિધ વ્યવસ્થાઓના માધ્યમથી; શાંતિ, વ્યવસ્થા અને પ્રગતિ માટે જે સિદ્ધાંતો મહત્ત્વપૂર્ણ છે તેમને વિગતવાર સમજાવવામાં આવ્યા છે. સ્વાધ્યાય તેમજ સત્સંગના પ્રત્યક્ષ અને મનન તેમજ ચિંતનનાં પરોક્ષ માધ્યમો પણ ઉત્કૃષ્ટતાની અગત્યતા સમજાવવામાં મદદરૂપ નીવડે છે. આમ તો વાતાવરણ પતન તરફ દોરી જનારી પ્રવૃત્તિઓનું જ છવાયેલું રહે છે અને ચલણ પણ અધમતા તરફ જ દોરી જાય છે. તેમ છતાંય ઉત્કૃષ્ટતાને બૌદ્ધિક સમર્થન સાંપડી રહે છે. ધર્મશાસ્ત્રોથી લઈને ઉપદેશકોનું તારણ પણ ઉત્કૃષ્ટતા અને સારી બાબતોને મહત્ત્વ આપે છે. અંતરાત્માની સંવેદનાઓ પણ એનું જ સમર્થન કરે છે. સિદ્ધાંતની રીતે પ્રગતિશીલતાનું સ્વરૂપ અને મહત્ત્વ સમજવા અને સમજાવવામાં કોઈ ખાસ મુશ્કેલી નથી.

હવે બાકી રહે છે બીજું પાસું અભ્યાસનું આદતનું. માનવીય આદર્શોને જીવનક્રમમાં ઉતારવા માટે સિદ્ધાંતોને અમલમાં મૂકવા જરૂરી છે. એની ટેવ પાડવી બહુ મુશ્કેલ છે. કુસંસ્કારો લાંબા સમયથી ભેગા થયેલા હોય છે. હલકી યોનિમાં રહેવાને કારણે ભવોભવથી જીવજંતુઓ જેવી ખરાબ પ્રવૃત્તિઓ સ્વભાવનું અંગ બની ગયેલી હોય છે. આવી માન્યતાઓ, આકાંક્ષાઓ અને ટેવોનો સમૂહ એટલો જટિલ અને ઊંડો હોય છે કે, તેને મનમાંથી ઉખેડી ફેંકવામાં બહુ મુશ્કેલી પડે છે. સદ્વિચારો અને સદ્ભાવનાઓનું શિક્ષણ એક બાજુ રહી જાય છે અને એ જક્કી ખરાબ પ્રવૃત્તિઓ મોકો મળતાં જ પોતાનો કુપ્રભાવ બતાવવા લાગે છે. આવી ગડમથલ એ જ પ્રગતિના માર્ગનો સૌથી મોટો અવરોધ છે. તેનો સામનો કરવા માટે યોગ અને તપમાં દર્શાવાયેલાં કેટકેટલાંય અનુષ્ઠાનોની ટેવ પાડવી પડે

છે. મનમાં ઉપાસના અને સાધનાના પુરુષાર્થ કરતા રહેવાનું નિમિત્ત આ હેતુ માટે જ સર્જાયું છે.

સત્પ્રવૃત્તિઓને અમલમાં કેમ મૂકવી ? એના માટે સુવ્યવસ્થિત તેમજ સતત પ્રયોગ કરી શકાય તેવા કાર્યક્ષેત્રની જરૂર છે. એ કાર્યક્ષેત્ર જેમાં બહુમુખી પ્રગતિ માટે અનિવાર્યપણે જરૂરી હોય તેવી એક નહીં પણ ઘણી બધી સત્પ્રવૃત્તિઓની ટેવ પડી શકે એવું હોવું જોઈએ. આવું કાર્યક્ષેત્ર કુટુંબ જ હોઈ શકે. કુટુંબ એટલે જેની સાથે સતત જોડાયેલા રહેવું પડે છે અને જેની સાથે રોજિંદા જીવનમાં વિશેષ સંબંધ રાખવો પડે છે એવો સમૂહ, એટલા માટે સમાજસેવકોને નિયમિત અને સતત સત્પ્રવૃત્તિઓ વધારવાનો મહાવરો રહે તેવો અવસર ઓછો મળે છે. કુટુંબ એ સમાજનું, જેની સાથે માણસનો સંપર્ક સતત જળવાય છે અને તે સંપર્કમાં સ્વાર્થ પરમાર્થનો સમન્વય થઈને સ્થિરતા પણ આપે છે, એવું અંગ છે.

કુટુંબ એ હકીકતમાં સાધનાની એક પાઠશાળા છે જેમાં માણસે પોતાની તથા સહવાસીઓની ખરાબ પ્રવૃત્તિઓ સામે ઝઝૂમવું પડે છે. એટલું જ નહીં પરંતુ એની સાથે સાથે સત્પ્રવૃત્તિઓની સ્થાપના અને વધારો કરવા માટેના પ્રયત્નો પણ ચાલતા રહે છે. માણસ પણ જન્મજાતરૂપે તો એક પશુ જેવો જ છે. માનવદેહને માનવતાના ઉચ્ચ આસને બિરાજમાન કરવા માટે સારા સંસ્કારોની ટેવ પાડવાના મુશ્કેલ પ્રયત્નો કરવા પડે છે. આવા પ્રયત્નોની સફળ પ્રયોગશાળા તરીકે કુટુંબની ભૂમિકા મુખ્ય છે. આ ક્ષેત્રમાં સ્વાર્થ અને પરમાર્થનો જેવો સુંદર સમન્વય સાહજિક રીતે મળી રહે છે તેવો બીજે કયાંય મળવો મુશ્કેલ છે.

કુટુંબવ્યવસ્થાના ભાગરૂપે ભાવના અને કુશળતાનાં બંને પાસાં સરળતાપૂર્વક નિભાવી શકાય છે. ગૃહસ્થ માટે યોગી, તપસ્વી, પરમાર્થી તેમજ સુધારકની ખૂબ મહત્ત્વપૂર્ણ ભૂમિકાઓ નિભાવવાનું શક્ય નથી હોતું. આવશ્યકતા કુટુંબભાવનાને ઉચ્ચ આદર્શો અનુસાર ઢાળવાની અને વિકસાવવાની છે. આ પ્રક્રિયાને જ ગૃહસ્થયોગ કહે છે.

## શ્રેષ્ઠ સમાજ માટે કુશળતાની જરૂરિયાત

આ સંસાર ભગવાનનો એક રમ્ય બગીચો છે. મનુષ્ય તેનો પાટવી કુંવર છે. ભગવાને તેને આ બગીચામાં આનંદઉલ્લાસભરી લટાર મારવા મોકલ્યો છે. તેને પૂરતાં સાધનો અને સગવડો આપીને અહીંનું વાતાવરણ વધારે સારું બનાવવામાં કુશળતા બતાવવાનું કામ સોંપાયેલું છે. આ સંજોગોમાં માણસે કાયમ હર્ષોલ્લાસ અનુભવવો જોઈએ. તેની બુદ્ધિમાં સૂકા રણમાં ગુલાબ ખીલવવાની ક્ષમતા છે. તો પછી પૂરતાં સાધનો હોવા છતાંય માણસ રોતોકકળતો જોવા મળે છે, એનું કારણ શું છે ?

સૃષ્ટિના સર્વોત્તમ વ્યક્તિત્વનું માલિક એવું માનવપ્રાણી આ ધરતીને સ્વર્ગ બનાવવાની સંભાવનાઓથી પૂરેપૂરું સુસજ્જ છે. અહીં માત્ર નિર્વાહનાં જ નહીં પરંતુ આનંદ-ઉલ્લાસનાં પણ વિપુલ સાધનો ડગલેને પગલે મળી રહે તેમ છે. આ પૃથ્વી પર માણસનું એકયકી શાસન છે. તેની પ્રાપ્તિઓ નવાઈ પમાડે તેવી છે. પરંતુ કોઈ પણ સમસ્યાને સહજમાં ઉકેલી નાખવામાં સમર્થ એવો માણસ ગમે તે કારણે એટલી બધી ગૂંચવણોમાં સપડાયેલો છે કે, તે ઉકલતી નથી અને ભયાનક કાળી ઘટાની માફક કાયમ વધુને વધુ ઘેરી બનતી જાય છે.

પ્રગતિના નામે માણસે ઘણી વસ્તુઓ મેળવી છે. સાથે સાથે સમસ્યાઓ પણ ઘણી વધારી મૂકી છે. મુશ્કેલીઓ પણ વધારી મૂકી છે. આપણે બધા થોડાક સૈકા પહેલાંથી જ પ્રગતિશીલ ગણાતા જમાનામાં જન્મેલા માણસો છીએ. ત્યારે કદાચ સાધનસગવડો ઓછાં હતાં. પણ લોકો એકબીજા સાથે હળીમળીને રહેતા હતા. લોકો અરસપરસ સહકાર અને સદ્ભાવનાની ઉદાર આત્મીયતા દાખવીને વધારે સુખી અને સંતુષ્ટ જીવન જીવતા હતા. એ સૌભાગ્ય કોઈ મહારાક્ષસ આપણા હાથમાંથી કમશ: ખૂંચવી રહ્યો હોય એવું લાગે છે.

વાઘસિંહના ભય કે હુમલાની વાત તો સમજી શકાય એવી છે. સાપ, વીંછીનો કે કુદરતી પ્રકોપનો ભય પણ સમજી શકાય, પરંતુ માણસ જ માણસ દ્વારા શોષણનો ભોગ બનતો હોય કે માણસ જ માણસના લોહીનો તરસ્યો હોય કે માણસ જ માણસના ભયથી, આતંકથી થરથર કાંપતો હોય એ પરિસ્થિતિ ખૂબ જ વસમી છે. માણસ સ્વભાવે સહકારી હોવા છતાંય અપરાધો અને આક્રમણોની ભરમાર શા માટે ? આવી વિસંગતિનું સમાધાન તો શોધવું જ જોઈએ.

આજે રાજકીય ક્ષેત્રે સંઘર્ષોનો પાર નથી. પ્રશાસનના સૂત્રધાર નેતાઓના મગજ પર તેઓ એક દિવસ પણ શાંતિથી રહી ના શકે એટલો તણાવ હોય છે. તણાવને કારણે તેમનું આરોગ્ય કથળતું જાય છે અને મોટાભાગના અકાળ મૃત્યુને ભેટે છે. તેઓ રાષ્ટ્રીય અને આંતરરાષ્ટ્રીય સમસ્યાઓ ઉકેલવાના પ્રામાણિક પ્રયત્નો કરતા હોવા છતાંય કશો ભલીવાર નીકળતો નથી. પગ ઢાંકે ત્યાં માથું ઉઘાડું થઈ જાય છે અને નવી ચિંતાઓ ઉત્પન્ન થયે જ રાખે છે.

આપણા યુગમાં સામાજિક સમસ્યાઓનો પણ પાર નથી. સમાજના પ્રબુદ્ધો એનાથી ચિંતાતુર છે અને પોતાની રીતે એનાં સમાધાનો શોધવાના પ્રયાસો કરે છે. પરંતુ એક મુંઝવણમાંથી છૂટકારો ન મળે ત્યાં સુધીમાં બીજી બે નવી સમસ્યાઓ ઉત્પન્ન થઈ જાય છે. એક રોગ મટે નહીં એટલામાં તો બીજા મહારોગ ઉત્પન્ન થઈ જાય છે. એક સંગ્રામ પૂરો ના થાય ત્યાં સુધીમાં તો બીજા યુદ્ધના મંડાણ થઈ જાય છે.

માણસોની વિકૃત વિચારસરણી જ તેને માટે અને સમાજ માટે સમસ્યાઓ ઉત્પન્ન કરે છે. યુદ્ધ અને વિગ્રહોનું જ ઉદાહરણ લો. એક વર્ગ બીજા વર્ગ પ્રત્યે એટલો તિરસ્કાર કે ઘૃણા રાખે છે કે તે ક્યાંક પોતાનું અહિત ના કરી બેસે એટલા માટે તે બીજા વર્ગ કે રાષ્ટ્રને દબાણમાં રાખવાના જાતજાતના પંતરાઓ કરે



રાખે છે. એક રાષ્ટ્ર બીજા રાષ્ટ્ર ઉપર આધિપત્ય ના જમાવી દે એના માટે યુદ્ધો લડાય છે. એક રીતે કહીએ તો યુદ્ધની સમસ્યાનું સમાધાન શોધવા માટે જ યુદ્ધો લડાય છે. પહેલું વિશ્વયુદ્ધ પૂરું થયા બાદ થોડાંક જ વર્ષોમાં બીજું વિશ્વયુદ્ધ લડાયું. તેની પાછળ પણ આવાં જ કારણો હતાં. બીજા વિશ્વયુદ્ધ પછી જરાક આશ્વાસન લેવા જેવી પરિસ્થિતિ બની છે, તો હવે ભૂગર્ભમાં (ખાનગી રીતે) ત્રીજા વિશ્વયુદ્ધની તૈયારીઓ પણ ચાલુ જ છે.

આ તો પરિસ્થિતિનું અવલોકન માત્ર છે. નિરાશા ઉત્પન્ન કરવા કે મનોબળ નબળું પાડવા માટે ઉપજાવી કાઢેલી વાત નથી. આ વિશ્લેષણ પરથી, સમસ્યાઓનાં ઉપરછલ્લાં સમાધાનો કેવાં પોકળ અને વિસંગત હોય છે એ સારી રીતે સમજી શકાય છે. આજકાલ જે ભૌતિક પ્રગતિ મેળવી શકાઈ છે એ ખુશ થવા જેવી છે. આપણે જે દિશામાં આગળ વધી રહ્યા છીએ તે પ્રશંસનીય છે, પરંતુ આ ભૌતિક સફળતાઓનો ઉપયોગ કલ્યાણકારી માર્ગે થવો જોઈએ, એ ના ભૂલવું જોઈએ. ચાકુથી ફળ પણ સમારી શકાય અને કોઈની હત્યા પણ કરી શકાય. સોયથી કપડાં પણ સીવી શકાય અને ભોંકવાથી વેદના પણ થઈ શકે. જો સમાજિક વિગ્રહોનાં મૂળ કારણો સમજી શકાય, તો છે એટલાં સાધનો વડે પણ પરિસ્થિતિને સુધારી શકાય તેમ છે.

અહીં આપણે એ સમજી લેવું જોઈએ કે, સમાજ એ કોઈ સ્વાયત્ત એકમ નથી; પરંતુ માણસોનો સમુદાય એ જ સમાજ છે. જેવા માણસો હશે, સમાજ પણ તેવો જ બનશે. વ્યક્તિગત સમસ્યાઓ જ ભેગી થઈને સામાજિક સમસ્યાનું સ્વરૂપ પકડે છે. વર્તમાન સંજોગોમાં સમાજ અને રાષ્ટ્ર એક જ બાબત છે. કોઈક સમયે તે બંને અલગ હતા, પણ આજે તો સામાજિક પરંપરાઓને રાષ્ટ્રીય માની લેવામાં ખાસ વાંધો નથી. સામાજિક, રાષ્ટ્રીય તેમજ આંતરરાષ્ટ્રીય સ્તરે પ્રવર્તતી સંખ્યાબંધ સમસ્યાઓનું વર્ગીકરણ કરીએ તો તેને મુખ્ય પાંચ ભાગમાં વહેંચી શકાય.

(૧) સામુહિક આરોગ્ય (૨) આર્થિક સમતુલા-સંપત્તિનો અભાવ (૩) વધી રહેલી જનસંખ્યા (૪) અપરાધ અને યુદ્ધ (૫) સ્વાર્થવૃત્તિ અને વિકૃત દુરાગ્રહો. દુનિયાભરના દેશો સામે મોં ફાડીને ઊભી રહેલી તમામ સમસ્યાઓ આ પાંચ ભાગમાં આવી જાય છે. સમાજસેવકો, બુદ્ધિજીવીઓ, રાજકીય નેતાઓ, અર્થશાસ્ત્રીઓ તેમજ વૈજ્ઞાનિકો તેને ઉકેલવા માટે જુદી જુદી રીતે વિચારતા, અલગ અલગ ઉપાયો અજમાવતા અને વિભિન્ન પગલાં લેતા જોવા મળે છે.

કલ્યાણકારી અને રક્ષણાત્મક યોજનાઓ પણ એવા હેતુસર જ બનાવાતી હોય છે. એનાં સમાધાનો માટે આંતરરાષ્ટ્રીય પ્રયત્નો અને કૂટનીતિભર્યા આદાનપ્રદાનો થતાં રહે છે. તેમ છતાંય તેમાંથી કશો સાર નીકળતો કે જોઈતાં સમાધાનો મળતાં હોય તેમ જણાતું નથી.

થોડાક સમય પહેલાં સમૃદ્ધિ વધવાથી સમાજની આવી સમસ્યાઓ દૂર થઈ જશે એમ મનાતું હતું, પરંતુ સમૃદ્ધ જણાતા દેશોમાં આવા પ્રયોગો થઈ ચૂક્યા છે. અમેરિકા અને યુરોપના ઘણા દેશો ભૌતિક પ્રગતિના દરેક ક્ષેત્રમાં અલ્પવિકસિત દેશોની સરખામણીમાં ઘણી ઊંચી કક્ષા મેળવી ચૂક્યા છે. પરંતુ ત્યાંના લોકોની અશાંત મનોદશા, વધતી જતી અપરાધવૃત્તિ તેમજ બીજી સામાજિક બદીઓને જોતાં એમ લાગે છે કે માત્ર ભૌતિક પ્રગતિને જ સર્વસ્વ માની લેવું ભૂલભરેલું છે. આવા કહેવાતા વિકસિત દેશોમાં પણ થાક અને તણાવની મનોદશાને કારણે કાયમ ભેચેન રહીને અને ઊંઘની ગોળીઓ ખાઈને અડધીપડધી ઊંઘ લઈને કુટુંબવ્યવસ્થાનો સાચો આનંદ સાવ ગુમાવી બેઠા હોય તેવા લોકોની સંખ્યા રોજબરોજ વધતી જાય છે. અવિશ્વાસુ અને અનિશ્ચિત દાંપત્યજીવનને કૃત્રિમ આકર્ષણોના અધારે મધુર બનાવવાના અખતરાઓ દરેક રીતે નિષ્ફળ જઈ રહ્યા છે અને કુટુંબવ્યવસ્થા સાવ પડી ભાંગી છે. રોજના છૂટાછેડા અને રોજના લગ્નની જંજીળને કારણે દાંપત્યજીવનનો આનંદ જ સાવ લુપ્ત

થઈ ગયો છે. સંતાનો અને વડીલો વચ્ચે સ્નેહ કે વિશ્વાસનાં બંધનો સાવ તૂટી ગયાં છે. પશુપંખીઓમાં બચ્ચાં અને વડીલો વચ્ચેનો સંબંધ માત્ર બાળપણ પૂરતો જ મર્યાદિત હોય છે. બચ્ચાં પરિપક્વ થતાંની સાથે જ એ સંબંધ તૂટી જાય છે. માનવસમાજમાં પણ હવે આવું જ બનવા લાગ્યું છે. લગ્નનો ઉદ્દેશ્ય માત્ર કામકૌતુક પૂરતો જ હોય એવું લાગે છે. આ તો પશુત્વ તરફની અવળી દોટ થઈ ગણાય. એમાંથી કુટુંબજીવનનો આનંદ પશુઓ કરતાં વધારે શી રીતે મળે? ભટકી ગયેલા માણસ, નિષ્ઠા વગરના કુટુંબ અને આદર્શ વગરના સમાજની પડતી થાય જ, તેમાં કાંઈ નવું નથી. આ બધું આપણે કહેવાતા સમૃદ્ધ અને વિકસિત દેશોની ખખડી ગયેલી આંતરિક હાલત જોઈને સમજી શકીએ છીએ. બાકી એ લોકો તો ભૌતિક પ્રગતિના નગારા વગાડે જ રાખે છે. પ્રાપ્તિઓનાં બણગાં ફૂંકે જ રાખે છે.

માનવીય શક્તિ બે ભાગમાં વહેંચાયેલી છે, એ હકીકત ખાસ ધ્યાનમાં રાખવી જોઈએ. એક શારીરિક કે ભૌતિક પાસું અને બીજું આધ્યાત્મિક ચેતનાનું પાસું. ભૌતિક જીવન ગુજરાન ચલાવવા માટે સુખસગવડો જરૂરી છે અને આત્માના સંતોષ માટે આદર્શવાદી વાતાવરણ જરૂરી છે. આ બંને બાબતો ઉપલબ્ધ હોય

તેને જ સાચી પ્રગતિ માની શકાય અને ત્યાં જ સુખશાંતિની સંભાવનાઓ વધી શકે છે. અહીં ચેતના મુખ્ય છે જ્યારે શરીર ગૌણ છે - એ વાત પણ ખાસ સમજવા જેવી છે. આત્મિક પ્રગતિ સધાયેલી હશે તો અપૂરતાં સાધનોમાં પણ હસતાં હસતાં ઋષિ જેવું જીવન જીવી શકાય છે. જ્યારે આંતરિક વિકારો તો વિપુલ સાધનો હોવા છતાંય આસુરી અનાચારો અને વ્યાકુળતાઓ જ ઉત્પન્ન કરતા રહે છે.

સંપત્તિ એ એક પ્રકારની આગ છે જેને અધ્યાત્મના ચીપિયા વડે જ પકડવી જોઈએ. ખુલ્લા હાથે અંગારા પકડવાના પ્રયત્નોમાં તો નર્થુ જોખમ રહેલું છે. વાસના, તૃષ્ણા, લોભ, મોહ, સંકુચિતતા અને સ્વાર્થવૃત્તિથી ઘેરાયેલો માણસ ગમે તેટલો સાધનસંપન્ન હોય તો પણ બૌદ્ધિક કુશળતા વગર પોતાની ઉપલબ્ધિઓનો સ્વુપયોગ કરી શકતો નથી અને તેના દુરુપયોગનાં માઠાં પરિણામો તેને ડગલેને પગલે ભોગવવાં જ પડશે અને આજે આવું જ બની રહ્યું છે. આપણે આપણી દરેક મુંઝવણ, સમસ્યા અને મુશ્કેલીની પાછળ એવા અંધવિશ્વાસને તાંડવનૃત્ય કરતો જોઈ શકીએ છીએ.

• • •

એક મહાત્મા બ્રમણ કરતાં કરતાં જઈ રહ્યા હતા. તેમને રસ્તામાંથી એક રૂપિયો મળ્યો. તે તો વૈરાગી અને સંતોષી માણસ હતા. તેમને એ શા ખપનો? તેમણે એ રૂપિયો કોઈ ગરીબને આપી દેવાનો વિચાર કર્યો. ગરીબ શોધતાં શોધતાં કેટલાય દિવસો વીતી ગયા, પણ તેમને કોઈ ગરીબ મળ્યો નહીં. એક દિવસ તેમણે એક રાજાને તેના સૈન્ય સાથે બીજા રાજ્ય ઉપર ચઢાઈ કરવા જતો જોયો. સાધુએ તે રૂપિયો પેલા રાજા ઉપર ફેંકી દીધો. રાજા ખૂબ ગુસ્સે થયો. પરંતુ સાધુએ ધીરજથી કહ્યું, “રાજન્ ! મને એક રૂપિયો મળ્યો હતો ને મેં તે કોઈ ગરીબને આપવાનો નિર્ણય કર્યો હતો. પરંતુ મને તમારા જેવો બીજો કોઈ ગરીબ મળ્યો નહીં, કારણ કે આટલા મોટા રાજ્યનો સ્વામી હોવા છતાંય જે બીજા રાજ્ય ઉપર ચઢાઈ કરવા અને તેમાં મોટી ખુવારી કરવા તૈયાર થયો હોય તેનાથી વધારે ગરીબ બીજો કોણ હોઈ શકે?” રાજાનો ક્રોધ શાંત પડ્યો અને પોતાની ભૂલ ઉપર પસ્તાવો કરીને તે પોતાના રાજ્યમાં પાછો ફર્યો. સંતોષી માણસને પોતાની પાસે જેટલાં સાધનસગવડ હોય તે પૂરતાં લાગે છે અને તેને વધારે મેળવવાની લાલચ સતાવતી નથી.

કોઈ માણસમાં સ્વાર્થની અને સંગ્રહની વૃત્તિઓ ફૂલેફાલે ત્યારે તે માણસને જીવનની સાચી દિશા મળે અને બીજાઓને પ્રેરણા મળે તે માટે મહાપુરુષો અવારનવાર શિખામણ આપતા રહે છે.

## લોકશાહીના સાચા માલિકોને જાગૃત

આપણા દેશમાં આજસુધીમાં થયેલી દરેક ચૂંટણીઓએ ભારતમાં એક સશક્ત અને નિષ્પક્ષ લોકતંત્રની શક્યતાઓ છે એ સ્પષ્ટ કરી દીધું છે. જનતાને ઉપયોગી ના લાગે તો પ્રચંડ બહુમતી ધરાવતા પક્ષને પણ સત્તાના સિંહાસને બેસાડી દે છે. પરંતુ આજે લોકમત સ્પષ્ટ નથી. લોકો સત્તાલાલચુ, ધનકુબેરો અને મહત્વાકાંક્ષીઓના પ્રભાવમાં આવી ગયેલા છે. તેને કારણે ભારતમાં અનેક સમસ્યાઓ ઉત્પન્ન થઈ રહી છે અને અરાજકતા ફેલાઈ રહી છે. અંધેર વહીવટ, ભ્રષ્ટાચાર, ઉગ્રવાદ, જાતિવાદ અને કટ્ટરતા વધી રહ્યાં છે. જો તેને વેળાસર નાથવામાં નહીં આવે તો આપણું લોકતંત્ર નિષ્ફળ બની જશે, એક ફારસ બની રહેશે. એટલા માટે આપણે અધિનાયકવાદથી પ્રત્યક્ષ અને પરોક્ષરૂપે મુક્ત થવું જ પડશે. એના માટે બંધારણ અને ચૂંટણીપ્રક્રિયામાં જરૂરી સુધારા કરવા પડશે. રાજનીતિજ્ઞો અને શાસકોને આદર્શ બનાવવા પડશે.

લોકશાહી તમામ વર્તમાન શાસનપદ્ધતિમાં સર્વશ્રેષ્ઠ કહેવાય છે, તે યોગ્ય જ છે. પ્રજાને પોતાની મનપસંદ સરકાર રચવાની, પોતાનું મનગમતું ભવિષ્ય ઘડવાની અને પોતાની સગવડોની વ્યવસ્થા કરવાની સુવિધા હોય તો નિ:શંકપણે સંતોષની વાત છે.

માણસને પોતાની વેદનાઓ અને વિચારો મુક્ત રીતે પ્રગટ કરવાની અને પોતાની કલમ, વાણી, ભાષા, ધર્મ કે કલાને સ્વતંત્ર રીતે અમલમાં મૂકવાની સગવડ લોકશાહી જ આપે છે. લોકશાહી જનતાને આવી સુવિધા તો આપે છે, સાથે સાથે કર્તવ્યોની જવાબદારી પણ નાખે છે. જો નાગરિક પોતાના મતનું મૂલ્ય અને મતદાનની જવાબદારી બરાબર ના સમજે તો અણગમતી વ્યક્તિ તેને તુચ્છ પ્રલોભનો આપીને, તેની લાગણીઓને ઉશ્કેરીને કે તેને જાદુગર જેવા ભ્રમમાં ભોળવીને તેને મળેલા રાષ્ટ્રનિર્માણના મહાન અધિકારને

મતપેટીમાં સેરવી લે તેનું પૂરેપૂરું જોખમ રહેલું છે. આવા સંજોગોમાં ધૂતારાઓ જ ચૂંટાઈ આવશે અને મૂર્ખ મતદાતા કાયમ પોતાની દુદર્શાના રોદણાં રોતો રહેશે. તેને ઉત્તમ શાસનવ્યવસ્થા અને સગવડભર્યાં વ્યવસ્થિત સમાજ મળી રહે એ વાત આકાશકુસુમવત્ છે, નરી કલ્પના જેવી છે.

લોકશાહી શાસનપદ્ધતિમાં રાષ્ટ્રની માલિકી મતાધિકાર ધરાવતા લોકોના હાથમાં હોય છે. તેઓ પોતાનું અને સમસ્ત રાષ્ટ્રનું ભાગ્ય બનાવવા કે બગાડવાનો અધિકાર ધરાવે છે એ વાત બૌદ્ધિક રીતે અને નૈતિક રીતે ગંભીરતાપૂર્વક સમજી શકવા જેટલા તેમણે સમર્થ હોવું જ જોઈએ.

એક વાર્તા હંમેશાં યાદ રાખવા જેવી છે. એક રાજાએ પોતાના રક્ષણ માટે એક વાંદરો પાળ્યો અને તેને પોતે સૂતો હોય ત્યારે ચોકીદારી કરવાનું કામ સોંપ્યું. સૂતેલા રાજાના નાક ઉપર માખી બેઠી અને વાંદરાએ તે માખી ઉપર તલવાર ચલાવી. માખી તો ઊડી ગઈ પણ રાજાનું નાક કપાઈ ગયું. લોકશાહીમાં મતદારોની અબૂધતા પેલા વાંદરાના અજ્ઞાન કરતાંય વધારે જોખમી નીવડે છે. તે પોતાનો મત ગેરલાયક ઉમેદવારને આપે છે ત્યારે તે તિજોરીની ચાવી લૂંટારાઓના હાથમાં સોંપવા જેવી ભૂલ કરે છે. મતદારો રાષ્ટ્રની સમસ્યા પ્રત્યે કેટલા સજાગ છે અને તેમને ઉકેલવા માટે પોતાનો મતાધિકાર કેટલી સમજદારીથી વાપરે છે, એની ઉપર જ લોકશાહીની સફળતાનો આધાર છે. જો મતાધિકાર વાપરવામાં બેદરકારી થતી રહે, તો પછી લોકશાહી જેટલી સારી છે તેટલી જ ખરાબ પણ છે એમ કહેવામાં કશું ખોટું નથી. આવા અનર્થથી બચવા અને બચાવવા માટે મતદારો દીર્ઘદૃષ્ટ અને જવાબદાર હોય તે અત્યંત જરૂરી છે.

પાંદડાઓ સુકાતાં અને ફૂલોને કરમાતાં જોઈએ.

ત્યારે આપણે મૂળમાં પાણી સીંચવાનું વિચારવું જોઈએ. લોકશાહીનાં મૂળ મતદાનના ખેતરમાં ઊગેલાં હોય છે. જો ત્યાં સમજદારી, દૂરદેશીનું જળસિંચન નહીં પહોંચે તો યોગ્ય પ્રતિનિધિઓ ચૂંટી નહીં શકાય. તો પછી યોગ્ય શાસનવ્યવસ્થા પણ નહીં ગોઠવાય અને અનુકૂળ પરિસ્થિતિઓનું નિર્માણ પણ નહીં થઈ શકે. લોકશાહી શાસનપદ્ધતિનો, લોકશાહી દેશનો સાચો માલિક મતદાતા છે. મતદારોને તેમના મતાધિકારના યોગ્ય ઉપયોગ કરવા જેટલા સમજદાર બનાવવા કે તેમને કેળવણી આપવી એ જે લોકો દેશને સુખી, વિકસિત અને ઉન્નત થયેલો જોવા ઇચ્છે છે તે સૌનું પ્રાથમિક કર્તવ્ય અને કુટુંબવ્યવસ્થા ધરના માલિકની સમજદારી ઉપર આધારિત છે અને લોકશાહી શાસનવ્યવસ્થા એ મતદારની સમજદારી ઉપર આધારિત છે. આ સત્યને જેમ બને તેમ વહેલું સમજી લેવાય એટલું વધારે સારું.

મતદાન એ લોકશાહીનું મૂળ છે એમ કહેવાય છે. શાસનનું સ્વરૂપ એનાથી જ નક્કી થાય છે. જેવો આધાર હશે, સ્વરૂપ પણ તેવું જ હશે. ચિનાઈ માટી અને રેતીમાંથી બનાવેલા રમકડાંમાં ફેર તો રહેવાનો જ. ઘઉં અને બાજરાના રોટલોનો સ્વાદ એકસરખો ના કોઈ શકે. સુતરાઉ અને રેશમી કપડાંમાં દેખીતો તફાવત હોવાનો જ. મતદારો જે કક્ષાના હશે, પ્રતિનિધિ પણ એવી ગુણવત્તાવાળા જ ચૂંટાશે. એ સિવાયના બીજા સુધારાના અખતરાઓ રેતીમાંથી તેલ કાઢવા જેવા નિરર્થક જ સાબિત થશે.

આપણે આપણા માલિકોને સુશિક્ષિત કરવા જોઈએ. દરેક સુધારાવાદી, વિચારશીલ, દેશભક્ત અને બુદ્ધિજીવી માણસોએ આવું આંદોલન ચલાવીને મતદારોને તેના મતની પવિત્રતા અને મહત્તાની સમજણ આપવા ઉપર કેન્દ્રિત થવું જોઈશે. અત્યાર સુધી નાતજાતના નામે નશો, મીઠાઈ, ભેટસોગાદ જેવાં પ્રલોભનોના નામે અને મોટા માણસની શેહશરમના નામે મતદારોને ઘસડી લાવીને જે લોકો ચૂંટણીઓ

જીતતા આવ્યા છે, તેમને હવે સફળતા ના મળી શકે એટલી હદ સુધી એ આંદોલનને વિસ્તારવું જોઈશે. કોઈ મતદાતાએ અંગત કે પ્રાદેશિક સગવડોની માગણી ન કરવી જોઈએ તેમજ ગેરવાજબી કામ કરાવવા માટે અયોગ્ય લાગવગ કે ભલામણો કરવી કે કરાવવી ના જોઈએ. મતદારોએ આવાં પ્રલોભનો ત્યાગીને એક શક્તિના રૂપમાં બહાર આવવું જોઈએ અને જે માણસ ચરિત્ર, ભાવના, યોગ્યતા અને સમાજનિષ્ઠાની દૃષ્ટિએ દરેક કસોટીમાંથી પાર ઉતરે તેને જ મત આપવો જોઈએ.

આજે તો લાખ ખર્ચીને દસ લાખ કમાઈ લેવાનો જુગાર રમનારાઓ જ આ ક્ષેત્રમાં ઝંપલાવવાની હિંમત કરે છે. ગરીબ તેમજ પ્રામાણિક માણસો ચૂંટણી લડવાની અને જીતવાની હિંમત કરી જ નથી શકતા. તેમની પાસે ભોળા કે ભ્રષ્ટ મતદારોને ભરમાવવા માટે, સાધનસંપન્ન લોકો જેટલાં સાધનો હોતાં નથી. જો મતદારો ઉમેદવારના ચરિત્ર, વિચાર અને મુરાદોને હજાર વાર પારખ્યા પછી જ મત આપવા જેટલા સુસજ્જ થઈ જાય તો ચોક્કસ એક રાજકીય ક્રાંતિ આવી શકશે જેમાંથી સામાન્ય જનતાને સ્વચ્છ અને શ્રેષ્ઠ શાસનવ્યવસ્થાના લાભ મળી શકશે અને લોકશાહીની સાચી ઉપયોગિતા સાબિત થઈ શકશે.

લોકશાહી દેશના દરેક નાગરિકના મનમાં પોતાના રાષ્ટ્રનો સાચો ઘડવૈયો તે પોતે જ છે એવું ગૌરવ અને મહત્ત્વ જાગૃત કરવું જોઈશે. તેના હાથમાં જેના સારા કે ખોટા ઉપયોગો ઉપર દેશની ઉન્નતિ અને પતનનો પાયો ચણાય છે તેવું મતદાનનું હથિયાર રહેલું છે. મતાધિકારને રમત જેવો સમજવો એ પોતાનાં નાગરિક કર્તવ્યો અને ફરજોના ગૌરવનો અસ્વીકાર કરવા બરાબર છે. કોઈ દુરાચારી કે અત્યાચારીના હાથમાં સત્તા સોંપવાથી તેની સજા આખા સમાજે ભોગવવી પડે છે. તેનો દોષ મતદાન વખતે તુચ્છ સ્વાર્થોને ધ્યાનમાં રાખવાના અને રાષ્ટ્રીય ભવિષ્યની ચિંતાની ઉપેક્ષા કરવાના અવિવેકને માથે જાય છે.



રાષ્ટ્રીય વિચારધારાના કેન્દ્રબિંદુ સમા મતદાતાનું માનસિક ધોરણ ઊંચું લાવવાના પ્રયાસો થવા જોઈએ. આપણે મૂળમાં પાણી સીંચવું જોઈએ અને પાંદડાઓની હાલત વિષે વાદવિવાદમાં કે પંચાતમાં ઊંડા ઉતરવું ન જોઈએ. માત્ર સરકારની અમુક વ્યક્તિઓ કે ચૂંટાયેલા પ્રતિનિધિઓનો વાંક કાઢવો એ પણ ખોટું છે. જ્યાં સુધી જનતાની માનસિક કક્ષા ઉત્તમ નહીં બને ત્યાં સુધી ઉત્તમ વ્યક્તિઓનું એવા સ્થાને પહોંચવાનું શક્ય નથી. સારા માણસો જ્યાં મતદારો કેળવાયેલો દૃષ્ટિકોણ ધરાવતા હોય એવા ક્ષેત્રમાંથી જ ચૂંટાઈ શકે. કોઈ ખોટા જણાતા સરકારી કામકાજ માટે માત્ર જે તે અધિકારી સાથે ઝઘડો કરી લેવો એ પૂરતો નથી. એમ કરવાથી એક વિરોધનો ઉકેલ આવશે ત્યાં સુધીમાં બીજી નવી બાબત ઊભી થયે જ રાખશે. આમ એક એક બાબત ઉપર કે એક એક માણસ સાથે ઝઘડે રાખવાથી એ હોંસાતૂંસીનો ક્યારેય અંત નહીં આવે. એવાં આંદોલનોથી કોઈ છૂટીછવાઈ તત્કાલિન સમસ્યા જ હળવી બની શકે અથવા ઉકલી શકે, બાકી મૂળ હેતુ સરતો નથી. સરકારી વ્યવસ્થાતંત્રની ઉત્તમતાનો આધાર તેના સંચાલકો ઉપર રહેલો છે. તેઓ પોતાના પદ, સ્વાર્થ કે લાભને નજરમાં રાખીને વહીવટ ન કરે તો સરકારી વ્યવસ્થાતંત્ર આપમેળે જ ભલમનસાઈના રસ્તે ચાલવા માંડશે.

બ્રષ્ટાચાર નીચેથી ઉપર સુધી પણ જાય છે અને ઉપરથી નીચેની તરફ પણ ગતિ કરે છે. જ્યારે મતદાતા પોતાનાં હલકાં કાર્યોને પ્રાધાન્ય આપીને હલકા માણસને મત આપે છે ત્યારે આ નીચલી કક્ષાનો બ્રષ્ટાચાર ઉપર સુધી જાય છે. આવી રીતે ચૂંટાયેલી સરકાર મતદાતાના વલણ જેવું હલકું પ્રતિનિધિત્વ પૂરું પાડે છે. જ્યારે અધિકારીઓ વહીવટના સૂત્રધારોને બ્રષ્ટ રીતરસમો અપનાવતા જુએ છે ત્યારે તેમને પણ એ રસ્તે ચાલવામાં કોઈ શરમસંકોચ કે ખચકાટ જણાતો નથી. આમ સરકારી વહીવટમાં બ્રષ્ટાચારની શ્રુંખલા ઉપરથી નીચે સુધી ઉતરી આવે છે. એવું કાળું નાણું ચોરડાકુઓના

ભાગલાની જેમ બધા સ્તરે વહેંચાતું રહે છે.

વિપુલ સાધનો અને જંગી ખર્ચવાળી સુંદર યોજનાઓ પણ નિષ્ફળ જાય છે. એમાં કોનો વાંક ગણાય ? જે રીતે રોગચાળો ડામવા માટે માત્ર માખી-મચ્છરો મારે રાખવાં એ વાહિયાત છે, વ્યર્થ છે, એવી જ રીતે કોઈ અધિકારી, પ્રધાન કે સરકારને ભાડે રાખવા એ પણ નિર્વર્થક છે. આવી બદીનું મૂળ શોધવું જોઈએ. જો માખીમચ્છર કરડે તે આપણને ગમતું ન હોય તો આપણે ગંદકી દૂર કરવી જોઈશે. ગંદકી સાફ કરવાનો અર્થ છે કે, મતદારોની ટૂંકી કે હલકી મનોદશા દૂર કરવી. રાષ્ટ્રનું ભવિષ્ય મતદાતા પોતાની જવાબદારીને કેટલી સમજે છે અને કેટલી હદે તે સહકારી વલણ દાખવે છે એની ઉપર જ નિર્ભર છે. લોકશાહી શાસનપદ્ધતિનો સાચો સર્જક અને સ્વામી મતદાર જ છે. જો તે પોતે હલકી મનોદશામાં અટવાયેલો રહેશે તો પછી શ્રેષ્ઠ શાસન કઈ રીતે સંભવે ?

મલાઈ દૂધમાંથી નીકળે છે. જેવું દૂધ હશે તેવી જ મલાઈ નીકળશે. ફૂલમાં જેવી સુવાસ હશે તેવું અત્તર બનશે. જનતાની મનોદશા કે માનસિક વલણની તુલના ફૂલ અને દૂધ સાથે કરી શકાય અને ચૂંટાયેલા પ્રતિનિધિઓને મલાઈ કે અત્તર સાથે સરખાવી શકાય. અત્તરને ગાળો આપવી બેકાર છે. તમને જેવી સુગંધ ગમતી હોય તેવાં જ ફૂલો તમારે એકઠાં કરવાં જોઈએ તો તમને અણગમતું નહીં પણ મનગમતું અત્તર મળી શકે. મતદારોનો દૃષ્ટિકોણ ઉત્તમ હશે તો સરકારમાં શ્રેષ્ઠ વ્યક્તિઓ જ સ્થાન પામશે અને જો આદર્શવાદી માણસો શાસનતંત્રના સૂત્રધાર હશે તો સરકારી વ્યવસ્થાતંત્રમાં સુધારો અને નવરચના પણ અચૂક થઈ શકે.

ફરી ફરીને વાત પાછી ત્યાં જ આવે છે. જો પાયો કાચો હશે તો દિવાલ ફાટવાની જ. ખારાપાટવાળી જમીનમાં મીઠી સુગંધીવાળાં ફૂલો ઊગી ના શકે. મતદારો જો હલકી કક્ષાના હોય તો ઉત્તમ શાસનતંત્ર સંભવી જ ના શકે. લોકશાહીમાં તો આવું કદાપિ શક્ય નથી.

આમ પણ બધા મતદારો એકસરખા નથી હોતા. દેશમાં વિચારશીલ લોકોનો જેટલો વર્ગ છે એટલા પ્રમાણમાં કર્તવ્યપરાયણ અને દીર્ઘદૃષ્ટા મતદારો પણ છે. પરંતુ બહુધા લોકો એવા નથી. એમાં મતદારોનો વાંક નથી. વાંક નિરક્ષરતાનો અને અપૂરતી સગવડોવાળા અંતરિયાળ ગામડાઓની પછાત હાલતનો જ છે. જેને કારણે મતદારો લોકશાહી અને મતદાનનું મહત્વ તેમજ જવાબદારી સમજવામાંથી વંચિત રહી ગયા છે. આવી પછાત હાલતમાં જીવી રહેલા મતદારો સુધી કેળવણીનો પ્રકાશ ન પહોંચાડવાનો દોષ આપણા જેવા ભણેલાગણેલા માણસોનો છે. શિક્ષિત વર્ગે જો સાચા દિલથી ઈચ્છા કરી હોત અને પૂરું ધ્યાન આપ્યું હોત તો ગામડાના અભણ મતદારોમાં પણ ખપપૂરતી જાગૃતિ આણવામાં આપણે અમુક હદ

સુધી સફળ થઈ શક્યા હોત.

આપણે આવી ભૂલ ઘણા લાંબા સમયથી કરતા આવ્યા છીએ. પરંતુ હવે એને સુધારી લેવી જોઈએ. વિવેકશીલ શિક્ષિત માણસોએ જ્યાં સુધી પહોંચી શકાય ત્યાં જઈને મતદારોને લોકશાહીનાં સ્વરૂપ, કર્તવ્યો અને જવાબદારીઓનું ભાન કરાવવું જોઈએ. એને માટે કલમ, વાણી, ચર્ચા, પરિસંવાદ વગેરે જે કોઈ દૃશ્યશ્રાવ્ય માધ્યમોનો ઉપયોગ કરી શકાય તેટલો કરવો જોઈએ. 'પોતાના માલિકોને જગાડો અને સમજાવો' - આ આંદોલનમાં દરેક વિચારશીલ માણસે પૂરેપૂરા ઉત્સાહથી જોડાઈ જવું જોઈએ કારણ કે આપણા લોકશાહી દેશનું ભાગ્ય અને ભવિષ્ય આ અભિનવ ચેતનાના વધારા ઉપર જ પૂરેપૂરું આધારિત છે.



સંતોષનો લાભ તેને મળે છે જે સંપૂર્ણ પ્રયત્ન કરવા છતાં પણ જે મળે તેમાં પ્રસન્ન રહે છે. મોટી મોટી મહેચ્છાઓ રાખીને શેખચલ્લીની વાત પોતાને લાગુ નથી પાડતો. પ્રત્યેક સારી-ખરાબ પરિસ્થિતિ માટે તૈયાર રહે છે. પ્રયત્ન વગેરે નિષ્ફળ જાય તો પણ ઉદાસ નથી થતો, પરંતુ અસફળતાના અનુભવને ધ્યાનમાં રાખીને આગળના વખતમાં વધારે સારા ઉત્સાહ અને તત્પરતાની સાથે કામ કરે છે. સંતોષનો વાસ્તવિક અર્થ છે - ધૈર્ય. પુરુષાર્થનું ફળ મળવામાં વાર લાગે છે. ક્યારેક તો આ વાર બહુ લાંબી પણ હોઈ શકે છે. આવી સ્થિતિમાં અધીરાઈ અને વ્યાકુળતાજન્ય ઉદાસીથી મનને બચાવવું એ જ સંતોષનું મુખ્ય કાર્ય છે. નિષ્ફળતાની અવગણના કરીને પોતાના ઉત્સાહ અને પ્રયત્નમાં શિથિલતા આવવા ન દેવી એ જ સંતોષીનો મુખ્ય ઉદ્દેશ્ય છે. સંતોષી પોતાની જરૂરિયાતોને મર્યાદિત રાખે છે. જે મળે તેમાં જ કામ ચલાવી લે છે. નિષ્ફળતા કે નજીવા લાભમાં પણ હસતો જઈને પોતાના ઉત્સાહ કે પ્રયત્નમાં સહેજ પણ કમી આવવા દેતો નથી.



આપણે જેવી પરિસ્થિતિઓ પ્રાપ્ત કરવા ઈચ્છીએ છીએ, તે મુજબ પોતાની મનોભૂમિને ઢાળીએ. આત્મનિયંત્રણ અને આત્મનિર્માણના આધારે આપણી ખરી અને ખોટી દુનિયાનું નિર્માણ જાતે કરી શકીએ છીએ અને આપણા ભાગ્યના નિર્માતા સ્વયં બની શકીએ છીએ.



પ્રેરણાદાયક કથાઓ

## માતાની સાચી શિક્ષામણી

એક સાધુ ફળિયામાં બેઠેલા ત્રણ ભાઈઓને ઉપદેશ આપી રહ્યા હતા - “બેટા, સંસારમાં સંતોષ એ જ સૌથી મોટું સુખ છે. જે માણસ કાચબાની માફક પોતાના હાથ, પગ અને માથું સંકોરીને કશું કર્યા વગર પડ્યો રહે તેને કોઈ જ પ્રકારનું દુઃખ પડતું નથી. ઓસરીમાં કચરો વાળતી માતાના કાનમાં આ શબ્દો પડ્યા. એટલે તે ચોકી ઊઠી. ફળિયામાં આવીને ત્રણેય છોકરાને ઊભા કર્યા. નાનાને કહ્યું, “લે આ ઘડો અને પાણી ભરી આવ.” વચલાને કહ્યું, “લે આ સાવરણી અને આંગણામાંથી કચરો વાળી નાખ.” મોટાને કહ્યું, “લે આ ટોપલો અને બધો કચરો ભેગો કરીને બહાર ફેંકી આવ.” છેલ્લે તે ઉદમી સ્ત્રીએ સાધુ પાસે આવીને ઉપદેશ આપતાં કહ્યું, “મહાત્મા, નિરુદ્ધમી માણસો તો મેં ઘણા જોયા છે, બીમારીથી ઘેરાયેલા, દેવામાં દુઃખ અને નવરા બેસીને નાખોદ વાળતા કેટલાય લોકો મારા અડોશપડોશમાં જ છે. હવે મારાં સંતાનોને આ ઝેર પીવડાવવા કરતાં તો તમે પોતે જ નિરુદ્ધમી થઈને પડ્યા રહો. બીજાંને તો કંઈક મહેનત કરી ખાવા દો !” જ્ઞાનને કર્મનો સહયોગ ના મળે તો તે ગમે તેટલું ઉપયોગી હોવા છતાંય નિરર્થક બની રહે છે.

### સપનાનો સમ્રાટ

એક યુવાને સપનામાં જોયું કે, તે કોઈ મોટા રાજ્યનો રાજા બની ગયો છે. સપનામાં આવો ઓચિંતો વૈભવ મળેલો જોઈને તેના આનંદનો પાર ના રહ્યો. સવારે પિતાએ કામઘંધે જવાનું કહ્યું, માતાએ લાકડાં

કાપી લાવવાનું કહ્યું, પત્નીએ બજારમાંથી સરસામાન લાવવાની સૂચના આપી. પરંતુ યુવાને એક પણ કામ કર્યું નહીં અને જવાબ આપ્યો, “હું તો રાજા છું. હું કોઈ કામ કેવી રીતે કરી શકું ?”

ઘરના માણસો પરેશાન થઈ ગયા કે આનો ઉપાય શો કરવો ? ત્યારે નાની બેને મામલો સંભાળી લીધો. તેણે રસોડામાં બોલાવીને વારાફરતી બધાને જમાડી દીધાં. માત્ર કાલ્પનિક રાજાને જ બાકી રાખ્યો. સાંજ પડી ગઈ. ભૂખથી આંતરડાં કકડવા માંડ્યાં. છેવટે રહેવાયું નહીં ત્યારે અકળાઈને તેણે બેનને કહ્યું, “કેમ અલી, મને જમવા કેમ નથી આપતી ?” બેને મોહું ફૂલાવીને કહ્યું, “રાજાધિરાજ, રાત પડવા દો, આકાશમાંથી પરીઓ ઊતરીને તમારે લાયક ભોજન લાવશે. અમારા લુખ્ખા ભોજનથી તમને સંતોષ થોડો થશે ?”

વાહિયાત કલ્પનાઓમાં રાચતા યુવાને હાર સ્વીકારીને શાશ્વત અને સનાતન સત્ય સ્વીકારી લીધું. અંતે ઉદમી બનીને કાયમ પુરુષાર્થમાં લાગેલા રહેવાનું વચન આપ્યા પછી જ બેને ભોજન કરાવ્યું.

### જેવા સાથે તેવાનો શાશ્વત નિયમ

એક છોકરો જંગલમાં ગયો હતો. ચારે બાજુથી સુમસામ વેરાન જંગલમાં પવનના સૂસવાટા અને તેમાં ડોલતાં વૃક્ષો-પાંદડાઓનો ભયંકર અવાજ આવતો હતો. એ છોકરો ડરીને ‘ભૂત, ભૂત’ એમ ચીસો પાડવા માંડ્યો. તેના અવાજનો પહાડોમાંથી પડ્યો પડ્યો અને

તેને 'ભૂત, ભૂત' એમ સંભળાયું. છોકરો ખરેખર ભૂત હશે એમ માની બેઠો. એટલે તેણે મુઠ્ઠી ઉગામીને જોરથી રાડ પાડી, “શું તું મને ખાઈશ?” ફરીથી તેનો અવાજ પહાડો સાથે ભટકાઈને તેને પડઘારૂપે સંભળાયો. એટલે તેને એવું લાગ્યું કે ભૂત તેને લલકારે છે. હવે તે બોલ્યો, “હા, હું તને ખાઈ જઈશ” અને જ્યારે તેણે પડઘામાં પણ આવું જ સાંભળ્યું, ત્યારે તે ડરી ગયો અને ઘર તરફ ભાગી છૂટ્યો. ઘેર જઈને તેણે પોતાની માતાને બધી વાત કરી. મા હકીકત સમજી ગઈ. એણે કહ્યું, “બેટા, હવે જંગલમાં જ ત્યારે પેલા ભૂતને કહેજે કે “દોસ્ત હું તને ચાહું છું.” બીજી વાર તે જંગલમાં ગયો અને તેણે રાડ પાડી, “મારા પ્યારા દોસ્ત !” પહાડમાંથી એવો જ પડઘો સાંભળીને છોકરાને ખાતરી થઈ કે ભૂત તેને ડરાવતું નથી. એટલે તેણે કહ્યું, “હું તને ચાહું છું” જ્યારે પહાડોમાંથી ફરીથી આ જ વાત પડઘારૂપે સંભળાઈ ત્યારે તેની ખુશીનો પાર ના રહ્યો.

### ગાડી પાઠ કરવાથી નહીં, પુરુષાર્થથી ચાલી

માણસ જો જાતે કશું ના કરે તો ભગવાન પણ તેને મદદ કરી શકતા નથી કેમ કે એ સૃષ્ટિનો અફર નિયમ છે. જે રીતે નિયમ બનાવનારાઓએ પોતે પણ તેનું પાલન કરવું પડે છે, તે પ્રમાણે ઈશ્વરના અવતાર જેવા મહાપુરુષો તો શું સ્વયં ઈશ્વર પણ તેના બનાવેલાં વિધિવિધાનોનું ઉલ્લંઘન કરી શકતા નથી. જો એમ થવા લાગે તો સૃષ્ટિનું વ્યવસ્થાયક જ ખોરવાઈ જાય. એટલે જે લોકો પોતે હાથ પર હાથ ધરીને બેઠા રહેશે અને ભગવાન જ બધું કરી આપશે એમ માનતા હોય તેમણે વહેલાસર જાગૃત થઈને પોતાનાં કર્તવ્યો કરવાં માંડવા જોઈએ.

એક માણસ હનુમાનજીનો ઉપાસક હતો. તે એક

વખત બળદગાડું લઈને ક્યાંક જઈ રહ્યો હતો. ગાડું કીચડમાં ફસાઈ ગયું. એટલે તે હનુમાનચાલીસાના પાઠ કરવા લાગ્યો અને ગાડી બહાર કાઢી દેવા પ્રાર્થના કરવા લાગ્યો. ત્યારે ત્યાંથી પસાર થઈ રહેલા એક પંડિતજીએ કહ્યું, ‘મિત્ર, હનુમાનજી સંજીવની ઓળખી ના શક્યા ત્યારે આખો પહાડ જ ઉખેડી લાવ્યા હતા. તમે ઓછામાં ઓછું ગાડીને ધક્કો તો મારી જુઓ !’ પેલા માણસે થોડા જોરથી ધક્કો મારી જ્યેયો તો ગાડું કાદવમાંથી બહાર નીકળી ગયું.

જ્યાં સુધી માણસ આદર્શોનું પાલન કરવા માટે જાતમહેનત કરતો નથી ત્યાં સુધી મહાપુરુષો કે દેવતાઓ ફળ આપતા નથી. કર્મના સિદ્ધાંતને પણ આ જ નિયમ લાગુ પડે છે. જ્યારે માણસ સ્વયંને બળવાન બનાવે તેમ જ યાચનાભાવ નહીં પરંતુ તેમાં સમર્પણભાવ વધારે ત્યારે જ ઈશ્વર તેને ફળ આપે છે.

### તૃષ્ણા મૃત્યુનું કારણ બની

એક નદીમાં એક કામળો વહી જતો હતો. તે જોઈને એક લોભી તેને કાઢવા માટે કૂદી પડ્યો. તેને પોતાની તરણકળા ઉપર ભરોસો હતો કે તે થોડી વારમાં જ કામળો લઈ આવશે. પરંતુ તે કામળાની સાથે તણાવા લાગ્યો અને ડૂબવા માંડ્યો. કિનારે ઊભેલી તેની પત્ની ચીસો પાડવા માંડી - “જલદીથી પાછા વળો, કામળો ના લેવાય તો એને છોડીને કાંઠે આવતા રહો.”

પતિએ સામી રાડ પાડી, “હું તો ક્યારનો પાછો આવવા મથું છું પણ આ કામળાની લપેટમાંથી છૂટાતું નથી.

હકીકતમાં તે કામળો નહોતો, રીંછ હતું. તેની પક્કડમાંથી છૂટવું સહેલું થોડું છે? માણસ વાસના અને તૃષ્ણાને પકડવા માટે આવી જ મથામણ કરે છે અને



ના પકડાય ત્યારે તેને છોડવાના પ્રયત્નો પણ કરે છે, પરંતુ ઉપરના ઉદાહરણ પ્રમાણે તેમાંથી છૂટવાનું મુશ્કેલ થઈ પડે છે.

### સમજણનું પારખું

એક બાપના બે દીકરા હતા. બંનેની સમજણનું પારખું કરવા માટે પિતાએ બંનેને દસ દસ રૂપિયા આપીને કહ્યું, “ભોયતળિયેથી છત સુધી પહોંચે એવી કોઈ વસ્તુ આમાંથી ખરીદી લાવો.”

એક છોકરો સડેલું ઘાસ લઈ આવ્યો અને બીજો એક મજાનું ફાનસ લાવ્યો. ઓરડામાં ફાનસનો પ્રકાશ લાંબા સમય સુધી પથરાતો રહ્યો અને પેલા ઉકરડાને ઓરડાની બહાર કાઢી ફેંકવા માટે ઉપરથી બીજા પૈસા ખરચવા પડ્યા. આપણે ઈશ્વરદત્ત જીવનસંપત્તિ ખરચીને શું કરીએ છીએ તે આપણી હોશિયારી કે મૂર્ખામી ઉપર આધારિત છે.

### છોકરાએ રસ્તો દેખાડ્યો

એક શિકારી તીરકામઠું લઈને શિકાર કરવા નીકળ્યો. પરંતુ કોઈ મોટું જનાવર હાથમાં ના આવ્યું. માંડ એક નાનું સસલું પકડી શક્યો. તેને લઈને તે ધોડા ઉપર બેસીને ઘર તરફ પાછો નીકળ્યો, પરંતુ તે રસ્તો ભૂલી ગયો. તેથી તેણે ઝાડ નીચે બેસીને પંખીને દાણા નાખી રહેલા એક છોકરાને પૂછ્યું, “તું મને મારા ગામનો રસ્તો બતાવીશ ?”

છોકરાએ જવાબ આપ્યો, “હું બે જ રસ્તા જાણું છું. એક નરકનો કે જે તમારા જેવા નિર્દયી લોકોને કોઈને પૂછ્યા વગર જ જડી ગયો હોય છે અને બીજો મારી માફક પ્રામાણિકતાનો, કે જે સ્વર્ગ તરફ જાય છે. તમારે જે તરફ જવું હોય ત્યાં બેધડક ચાલ્યા જાવ. તેની વાત શિકારીના હૃદય સોંસરવી ઊતરી ગઈ. તેણે સસલાને નજીકની ઝાડીમાં છોડી મૂક્યું અને ભવિષ્યમાં શિકાર ન કરવાની પ્રતિજ્ઞા લઈ લીધી.

કોઈ પોતાની વ્યક્તિગત તપસ્યાનો અંશ કોઈ બીજાને આપીને તેની મુશ્કેલીઓને સરળ બનાવી શકે છે. કોઈ તપસ્વીના આશીર્વાદને આધારે દુઃખીઓની મોટી-મોટી મુશ્કેલીઓ દૂર થવાની અનેક ઘટનાઓ થતી રહે છે. આ આશીર્વાદ માત્ર જીભ હલાવી દેવાથી સફળ નથી થતા, પરંતુ તેમને સફળ બનાવવા માટે તપ અને પુણ્યની જરૂરી માત્રા પણ આપવી પડે છે. આ સંસારમાં કર્મફળનો અટૂટ નિયમ છે. મનુષ્ય તેના શુભ અને અશુભ કર્મોના પ્રતિક્ષણ સ્વરૂપે જ દુઃખ મેળવે છે. જો કોઈને તેના પ્રારબ્ધથી વધારે સુખ આપવું હોય અથવા તેના પ્રારબ્ધથી જોડાયેલાં દુઃખોના કોઈ અંશને ઓછો કરવો હોય તો એને માટે સશક્ત આશીર્વાદ મળવા જોઈએ. આ ત્યારે શક્ય બને છે જ્યારે આશીર્વાદ દેનારની પાસે તપની પૂંજી પૂરતી માત્રામાં એકઠી કરેલી હોય અને તે તેમાંથી જરૂરી અંશ પણ તે આશીર્વાદ મેળવનારને આપે. તેમની અજ્ઞાતવાસ સાધનામાં એક રીતનો આધ્યાત્મિક સહાયતાકોષ એકત્રિત કરવાનો ઉદ્દેશ્ય છે.



આજના યુગની તાતી જરૂરિયાત - જડીબુટ્ટી વડે સારવાર

એક વાર બ્રહ્માજીએ જીવક ઋષિને પૃથ્વી ઉપર જે કાંઈ ઝાડપાન કે વનસ્પતિ નકામા જણાય તેને તોડી લાવવાની આજ્ઞા આપી. ૧૧ વર્ષ સુધી પૃથ્વી ઉપર ભ્રમણ કર્યા બાદ ઋષિ પાછા આવ્યા અને બ્રહ્માજી સમક્ષ માથું નમાવીને બોલ્યા, “પ્રભુ, આ અગિયાર વરસમાં હું આખી પૃથ્વી ફેંદી વળ્યો છું. દરેક વનસ્પતિના ગુણદોષોની પરખ કરી છે. પરંતુ કોઈને કોઈ બીમારી માટે ઉપયોગી ના હોય તેવી એક પણ વનસ્પતિ મળી શકી નથી.” આને કારણે વૃક્ષ-વનસ્પતિઓની ઔષધીય ગુણવત્તાનો ખ્યાલ આવે છે.

આજે માણસ સભ્યતાની હરીફાઈ અને દોડાદોડીમાં પોતાના કુદરતી જીવનક્રમને પણ ભૂલી જવાય એટલી હદે આરોગ્ય બાબતે પરાવલંબી બની ગયો છે. પરિણામે છાશવારે રોગો અને વિકારો ઉત્પન્ન થતા રહે છે અને નાની મોટી બીમારીઓના નામે આડેધડ ધન વેડફાતું રહે છે. માણસ અંદરથી નબળો પડી રહ્યો છે. ચોમેર જીવનશક્તિનો અભાવ વરતાય છે. જેમ જેમ ખાનપાનમાં કૃત્રિમતાનો સમાવેશ થતો ગયો તેમ તેમ શરીરનાં અંગઉપાંગો પાંગળાં અને બિનકાર્યક્ષમ બનતા ગયાં અને સારવારપદ્ધતિઓ પણ એને અનુસાર જ બનવા લાગી. પહેલાના જમાનામાં માત્ર આયુર્વેદ જ આરોગ્યસંરક્ષણનો એકમાત્ર આધાર હતો. ધીમેધીમે વિશાળ ભારતમાં અન્ય સંસ્કૃતિઓની સાથે અન્ય ચિકિત્સાપદ્ધતિઓ પણ પ્રવેશી ગઈ અને એમ કરતાં કરતાં આજે તો સારવાર માટેની કેટલીયે પદ્ધતિઓ ચલણમાં છે. આયુર્વેદ જેવી વિશુદ્ધ સારવાર-પદ્ધતિને પણ પાછલા દશકાઓમાં ભારે ફટકો પડ્યો છે. એને કમનસીબ જ ગણવું જોઈએ. એના આધુનિકીકરણની લાલચમાં અધીરા થયેલા કેટલાક વિદ્વાનોએ તેની ઉપયોગિતામાં ઊલટાનો ઘટાડો કર્યો છે. આજે એક તરફ આયુર્વેદના યોગ-પ્રયોગો ઉપરનો લોકોનો વિશ્વાસ ઘટતો જાય છે તો બીજી બાજુ ત્વરિત

સાજ થઈ જવાની ઘેલછાભરી ઉતાવળને કારણે લોકો એલોપેથીના ગુલામ બનતા જાય છે. એટલે અનેક પ્રકારની સારવારપદ્ધતિઓ પ્રચલિત હોવા છતાંય આજે ચારે બાજુથી કોઈ વૈકલ્પિક સારવારપદ્ધતિ શોધી કાઢીને માણસજાતને આરોગ્યવિષયક સંકટોમાંથી મુક્ત કરવાની એક જ માંગણી થઈ રહી છે.

જે વનૌષધિઓના પ્રયોગને કારણે ભારતની વિશિષ્ટતા અને સમૃદ્ધિની કિંમત અંકાતી હતી, આજે એના ઉપયોગને ભારતવાસીઓ જ ભુલાવી બેઠા છે, એ પણ એક મોટો વિરોધાભાસ છે. આજે એક બાજુ જર્મની, હંગેરી, રશિયા, ચીન, જાપાન અને ઈન્ડોનેશિયા જેવા દેશો વનૌષધિઓની સારવારપદ્ધતિ ઉપર સંશોધનો કરીને તેના સફળ પ્રયોગો કરી રહ્યા છે, ત્યારે આખી દુનિયાને આ લીલી સંપત્તિ (વનસ્પતિ)ની જાણકારી આપનારા ભારત દેશના વિદ્વાન ડોક્ટરો પોતે જ વિલાયતી સારવારપદ્ધતિ ભણી વળી રહ્યા છે. આયુર્વેદ અને વનસ્પતિની સારવારપદ્ધતિના ગૌરવને ભુલાવી દેવાનું એકમાત્ર કારણ આપણી બૌદ્ધિક ગુલામી જ જણાય છે. વેકસીન, રેડીએશન, ઘાતક એન્ટીબાયોટિક્સ દવાઓ, કહેવાતાં વિટામિન ટોનિકો અને હોર્મોન્સની વિઘાતક અસરો વિષે બધા વિચારશીલો ચિંતાતુર છે. ઊંડા વિચાર બાદ તેઓ એવા તારણ પર પહોંચ્યા છે કે, બિલકુલ બિનઉપદ્રવી હોય તેવી આરોગ્યવર્ધક અને રક્ષક દવાઓ જો કોઈ હોઈ શકે તો તે માત્ર કુદરતીરૂપે મળી આવતી વનૌષધિઓ જ છે. માણસ જો ખાનપાનમાં સામાન્ય નિયમોનું પાલન કરે અને નિયમિત શ્રમ કે વ્યાયામ કરે તો તે પોતાની આંતરિક ક્ષમતાને સહજ રીતે વધારી શકે છે, પ્રખર બનાવી શકે છે. બીમારીઓ અટકાવવા માટે જરૂર જણાય ત્યારે ચારે બાજુ સહેલાઈથી મળી રહેતી વનૌષધિઓ વડે પોતાની સારવાર પણ કરી શકે છે. આ પદ્ધતિ નુકસાનરહિત (આડઅસર) વિનાની

Disclaimer / Warning: All literary and artistic material on this website is copyright protected and constitutes an exclusive intellectual property of the owner of the website. Any attempt to infringe upon the owners copyrights or any other form of intellectual property rights over the work would be legally dealt with. Though any of the information (text, image, animation, audio and video) present on the website can be used for propagation with prior written consent.

તો છે જ, ઉપરાંત આર્થિક રીતે આપણા જેવા વિકાસશીલ દેશ માટે એકમાત્ર આધાર સમાન પણ છે.

પોતાની સુરક્ષાની વ્યવસ્થા કરવી એ શરીરનો ધર્મ છે. જીવનશક્તિના રૂપે તેને એક સુરક્ષાતંત્ર તો મળેલું છે જ. લોહીમાંના ઇમ્યુન અને શ્વેતકણો સુરક્ષાસેના અથવા સીમા સુરક્ષા દળ જેવું કામ કરે છે. રોગનાં બાહ્ય કીટાણુઓ આક્રમણ કરતાં પહેલાં માનવશરીરની સુરક્ષાશક્તિની નબળાઈનો ક્યાસ કાઢે છે. જો શરીરનું સુરક્ષાતંત્ર નબળું હોય તો તેમની ધાતકશક્તિ વધતી જાય છે અને શરીર રોગી બની જાય છે. રોગનાં જંતુઓ કે વિકારો કેટલા જલદી નાબૂદ કરી શકાય છે એની ઉપર જ રોગમાંથી મુક્ત થવાનો આધાર રાખે છે. શરીરના પ્રતિકારતંત્રની ક્ષમતા માણસના સમગ્ર આરોગ્ય ઉપર અવલંબે છે. મૂત્રપિંડો લોહીમાંનાં વિજાતીય (અશુદ્ધ) દ્રવ્યોને ચાળણીની માફક ચાળી-ગાળીને મૂત્રસ્વરૂપે શરીરની બહાર ફેંકતાં રહે છે. આ મૂત્રપિંડોમાં જ્યારે ખામી કે ખરાબી ઉત્પન્ન થાય છે, ત્યારે એ બધાં વિજાતીય દ્રવ્યો શરીરમાં જ એકઠા થતાં જાય છે. આવા માણસો જીવતી લાશની જેમ ગાડું ગબડાવે રાખે છે. નથી તો તે સરખો શ્વાસ લઈ શકતા કે નથી તો ખોરાક લઈ શકતા. બાહ્ય જીવાણુઓની ઝેરી અસરોને કારણે તેઓ જલદીથી મોતના મુખમાં ધકેલાઈ જાય છે. જ્યારે ચયાપચયની ક્રિયાને કારણે ઉત્પન્ન થયેલો કચરો શરીરમાં એકત્ર થવા લાગે છે, જ્યારે ખાનપાનનો ક્રમ કે પ્રકાર અયોગ્ય બની જાય છે કે, જ્યારે કુદરતી ક્રમથી વિપરીત જીવન જીવાય છે ત્યારે રોગનું લશ્કર ઊભટી આવે છે.

આ મૂળ કારણ સમજ્યા પછી જ સારવાર-પદ્ધતિનું સ્વરૂપ નક્કી થઈ થશે. રોગના કોઈ પણ લક્ષણને દબાવી દેવા કરતાં તેને ઉત્પન્ન કરનાર કારણને જડમૂળમાંથી નાબૂદ કરવું એ વધારે ઉપકારક છે. ત્વરિત આરામ મેળવવાની દૃષ્ટિએ તો દેખીતા લક્ષણને દાબી દેવાનું યોગ્ય જણાય છે. ગંદકી ઉપર ધૂળ ઢાંકી દેવાથી તે દેખી શકાતી નથી. બાકી તેનો નાશ થોડો થઈ જાય છે ? દર્દને વેદનાશામક ઔષધિ વડે તત્કાલીન તો મટાડી શકાય છે, પરંતુ તેના પાયામાં રહેલા રોગનો

જડમૂળમાંથી નાશ ના કરવામાં આવે તો તે નવા સ્વરૂપે વધારે જોરદાર હુમલો કરે છે. એટલે આ બધાનો સાર એટલો જ દેખાય છે કે હવે સારવારપદ્ધતિની પાછળ રહેલા અંધવિશ્વાસને ધરમૂળથી દૂર કરીને લોકોએ પોતાનો દૃષ્ટિકોણ બદલવો જ જોઈશે. જે શ્રેષ્ઠ હોય તે તો સ્વીકારી શકાય, પરંતુ ક્ષણિક લાભના તત્ત્વજ્ઞાનને તો કોઈ હિસાબે જીવનમાં ઉતારવું ના જોઈએ.

જ્યાં સુધી સિદ્ધાંતોનો કે રોગના નિદાનનો સવાલ છે ત્યાં સુધી વિલાયતી ચિકિત્સાવિજ્ઞાનને ધન્યવાદ આપવા જોઈએ અને એની ઉપલબ્ધિઓનાં વખાણ કરવાં જોઈએ. પરંતુ તેના ઉપચારના પાસાનો વિરોધ કરીને હવે જડીબુટ્ટીઓની સારવારપદ્ધતિને ફરીથી સજીવન કરવાની જરૂર આવી પડી છે. લોકોને તેના વિજ્ઞાનસંમત ઉપયોગ કરવાની રીત શીખવાડીને તેને લોકોના મનમાં ઠસાવવી જોઈશે. વનસ્પતિઓની વિશાળ દુનિયા આપણે પ્રાકૃતિક જીવનક્રમ અપનાવવાની સતત પ્રેરણા અને આમંત્રણ આપે છે. જરૂરિયાત માત્ર તેના મહત્ત્વને સમજવા-સમજાવવાની જ છે.

વનસ્પતિ જગતના ઘણા પ્રકારો છે. એક જે બાળવાના, ખાતર બનાવવાના કે લાકડા તરીકે સાધનસામગ્રી બનાવવાના કામમાં વપરાય છે તે. બીજો જે પશુપાંખી અને માનવસહિતનાં તમામ પ્રાણીઓના ખોરાક તરીકે વપરાય છે તે. કોને પાંદડાં, કોને કંદમૂળ એને કોને બીજ ફાવે છે તે દરેકની અનુકૂળતાની વાત છે. આ બંને વર્ગ વનસ્પતિઓના છે. ત્રીજો પ્રકાર ઔષધિઓનો છે, તે દેખાય છે તો ઘાસ-પાંદડાં જેવી જ પરંતુ તેના ખાસ ગુણધર્મોને કારણે તે રોગને મટાડવાના અને આરોગ્ય વધારવા કે સુધારવાના કામમાં આવે છે. ચિકિત્સાની દુનિયામાં એનું જ મહત્ત્વ છે. હવે જો કે એની ચિકિત્સાપદ્ધતિમાં ખનિજો અને વિષોનાં સ્વરૂપોનો પણ સમાવેશ થઈ ગયો છે. પરંતુ મોટો ભાગ તો વનસ્પતિઓનો જ છે. ચૂર્ણ, અર્ક, ગોળી, અવલેહ, સત્ત્વ કે આસવના રૂપમાં એકાકી અથવા મિશ્રણ સહિત વનસ્પતિઓનો જ ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. વનસ્પતિજગતનું આ ઔષધીય પાસું છે. સર્જનહાર

તરફથી માણસને આપવામાં આવેલી અનેક બક્ષિસોમાંથી વનસ્પતિઓ પણ જે શારીરિક કે માનસિક વ્યાધિઓ અને વિકારોના નિવારણમાં દૈવી કૃપા સમાન છે, એવું જ એક વરદાન છે.

ખોરાક એ ઔષધિના ઉપયોગમાં લેવાતી વનસ્પતિઓ સ્વયં પરિપૂર્ણ છે. તે દરેકની રચના કેટલાંય કારો, રસાયણો, યોગો અને ખનિજોના સંમિશ્રણથી થયેલી હોય છે.

પ્રાણીઓની ટેવ ઉપર નજર નાખવાથી જણાય છે કે, તેઓ વનસ્પતિના જે પ્રકાર ઉપર આધારિત હોય એટલાથી જ તેમનું કામ ચલાવી લે છે. તેઓ મિશ્રણોની વ્યવસ્થા કરવાની પળોજણમાં પડતા નથી. ગાય કે ઘોડા જેવાં પ્રાણીઓને ઘાસ ગમે છે, તો ઊંટ કે બકરી જેવાં પ્રાણીઓ પાંદડાંથી ગુજરાન ચલાવે છે. વાંદરાને ફળ ગમે છે. તો પક્ષીઓને બીજ માફક આવે છે. આમાંનાં દરેક પ્રાણીને વનસ્પતિઓના સમુદાયમાંથી પસંદગીનો બહોળો અવકાશ છે. જેથી એક ન મળે તો બીજા વડે કામ ચાલતું રહે છે. ઉપરાંત અનેક વનસ્પતિઓ એકઠી કરીને તેની ચટણી બનાવીને ખાય ત્યારે જ તેમને ગળે ઊતરે, એવું નથી હોતું.

આજકાલ ખોરાકના અને સારવારના ક્ષેત્રમાં અનેક પદાર્થોનું સંમિશ્રણ કરવાથી જ તેઓ વધારે ઉપયોગી બને છે, એવો ખોટો ભ્રમ બહુ ખરાબ રીતે ઘર ઘાલી ગયો છે. હકીકત તો એ છે કે, એમ કરવાથી પાચનતંત્રને ખૂબ મુશ્કેલી પડે છે અને ઘણી તકલીફ વેઠવા છતાંય પોષણ તો ખૂબ થોડું જ મળે છે. તેથી આ બંને ક્ષેત્રોમાં, બને ત્યાં સુધી મિશ્રણનો ઉપયોગ ટાળવો અને જરૂર જણાય ત્યારે બને તેટલા ઓછા પ્રમાણમાં અને બને તેટલા કુદરતી સ્વરૂપમાં જ તેમનો ઉપયોગ કરવો એ નીતિ વધારે યોગ્ય છે. મિશ્ર થયા બાદ તેમના મૌલિક ગુણધર્મો યથાવત્ જળવાઈ રહેશે એ વાત જ ભૂલી જવી જોઈએ. ઊલટાનો મિશ્રણનો એક નવી જાતનો અલગ જ પ્રભાવ પડશે. એનો વિચાર કરવો જોઈએ. ગોળ-ગોબરની કહેવત બહુ જાણીતી છે. ગોળનું અલગ મહત્ત્વ છે અને ગોબર પોતાની રીતે ઉપયોગી છે. પરંતુ એ બંને ભેગા કરવાથી બનતો

ત્રીજો પદાર્થ નથી ખાવાલાયક રહેતો કે નથી લીંપવાના કામમાં આવતો. એકૌષધિ સારવારનું તત્ત્વજ્ઞાન આ જ છે.

શાસ્ત્રોક્ત એકૌષધિ પદ્ધતિને હવે નવેસરથી સજીવન કરવી પડશે. આયુર્વેદના મૂળ પ્રણેતાઓએ એક રોગ માટે એક સમયે એક જ જડીબુટ્ટીનો ઉપયોગ કરવાનું નક્કી કર્યું હતું. મિશ્રણોની વાત તો ઘણા વખત પછી સૂઝી અને પછી તો બુદ્ધિવાન તરીકે પ્રખ્યાત થવાના લાલચુ લોકોએ તેને પ્રચલિત કરી દીધી.

જડીબુટ્ટીઓની સંખ્યા ખૂબ વિશાળ છે. તેમ છતાંય ગુણધર્મની દૃષ્ટિએ તેના વધારે વર્ગો કે વિભાગો નથી. શુભારંભની દૃષ્ટિએ દરેક જગ્યાએ ઊગતી હોય અને સહેલાઈથી મળી શકતી હોય તેવી ઔષધિઓમાંથી રોગનિવારણ માટે જરૂરી બધા જ વર્ગોનું પ્રતિનિધિત્વ કરતી હોય તેવી કોઈ પણ એકનો મર્યાદિત પ્રમાણમાં ઉપયોગ કરવાનું વધુ સમવડભર્યું રહેશે.

તુલસી બાબતે તેની એકલીનો જ જુદા જુદા અનેક અનુપાતો સાથે ઉપયોગ કરતા રહેવાથી મોટા ભાગના રોગોની સારવાર થઈ શકે છે એવી પ્રાચીન માન્યતા છે. તે જ રીતે ગળો અને અશ્વગંધા જેવી ઔષધિઓ પણ ઘણા રોગ માટે વાપરી શકાય છે. હળદર, ધાણા, જીરું, લવિંગ અને સૂંઠ જેવા મસાલા પણ ઔષધિ તરીકે વાપરી શકાય છે. રોગનિવારણ અને આરોગ્યરક્ષણ માટે જે મુખ્ય વનસ્પતિઓ પસંદ કરવામાં આવી છે તે આ પ્રમાણે છે - જેઠીમધ, આંબળા, હરડે, બિલ્વવૃક્ષ, સાટોડી, અરડૂસી, ભોરીંગણી, શંખપુષ્પી, બ્રાહ્મી, નગોડ, સૂંઠ, લીમડો, આસોપાલવ, ગોખરુ, કરિયાતુ, ગળો, શતાવરી, અશ્વગંધા.

આ બધા ઉપરાંત અનેક રોગોની સારવાર માટેની એક જ દવા તરીકે વિશેષરૂપે તુલસીને ગણાવાઈ છે. બાહ્ય લેપ, માલિશ તરીકે હળદર, કુંવરપાહું, અઘેડો અને લસણનો ઉપયોગ કરી શકાય છે. ઉપરની બધી વનૌષધિઓ કયા રોગમાં, કઈ રીતે આપી શકાય એની પદ્ધતિઓ આ વિભાગમાં હવે પછી ક્રમશઃ જણાવવામાં આવશે.

(ક્રમશઃ)

Disclaimer / Warning: All literary and artistic material on this website is copyright protected and constitutes an exclusive intellectual property of the owner of the website. Any attempt to infringe upon the owners copyrights or any other form of intellectual property rights over the work would be legally dealt with. Though any of the information (text, image, animation, audio and video) present on the website can be used for propagation with prior written consent.



## નારી પોતાની શક્તિનું મહત્વ સમજે

યોગ્ય સમયે બીજ રોપાયેલું હોય તો એમાંથી ઉત્તમ પાક ઊગી શકે છે. વરસાદ પડતાં પહેલાં રોપેલા જુવાર, બાજરી કે મકાઈ વગરેનાં બીજને સેંકડો ગણા ફૂલવા-ફાલવાનો અવસર મળે છે. અવસર વીતે શિયાળામાં એના એ જ બિયારણને રોપવાથી પરિણામ સાવ ઓછું મળે છે. નારીઉત્થાન પણ એવી એક ખેતી છે. એકવીસમી સદી એ એક એવો સુઅવસર છે જેમાં નારીજાગૃતિ માટે થતા પ્રયત્નો અસામાન્યરૂપે સફળ થવાની સંભાવના છે. આને માટે તમામ કુદરતી અનુકૂળતાઓ પણ ઉપલબ્ધ છે. પાછળથી જોરદાર પવનના સપાટા આવતા હોય ત્યારે ચાલવું કે વાહન ચલાવવું સુગમ પડે છે અને જો સામો પવન હોય તો તે આગળ વધવામાં અવરોધ પેદા કરે છે અને ધારી ઝડપે વધી શકાતું નથી. વહેતા પાણીમાં રહેલા તણખલાં કે પાંદડાં વહેણના આધારે ધાર્યા કરતા વધારે ઝડપી ગતિ કરતાં હોય છે. જો એવી અનુકૂળતા ના મળે તો એમાં અવરોધ ઊભા થાય છે અને વધુ સમય લાગે છે. એકવીસમી સદીની શરૂઆત નારીઉત્થાન માટેના પ્રયત્નોમાં ધાર્યા કરતા વધારે સફળતા મળતી રહે એવી આશાભરી રીતે થઈ છે નારીની પ્રગતિમાં નર્ચા વિઘ્નો જ છે એમ માનવું ભૂલભરેલું છે. હકીકત તો એ છે કે, એના સહયોગથી આત્માની પ્રગતિનો માર્ગ ઊલટાનો વધુ સરળ બની જાય છે.

આમ તો નારીઉત્થાન માટેના નાનામોટા વ્યક્તિગત અને સામૂહિક પ્રયત્નો કોઈને કોઈ સ્વરૂપે થતા જ રહેતા હોય છે. પરંતુ દૈવી કૃપાની અનુકૂળતાનો સાથ ન હોવાથી એમાં થોડી ધણી સફળતા જ મળી શકે

છે. પરંતુ હવે પરિવર્તનનો પવન ફૂંકાયો છે અને મોટી સફળતાનું મુહૂર્ત થઈ ચૂક્યું છે. આ દિવસોમાં નારી પ્રગતિની દિશામાં છૂટાછવાયા પ્રયત્નોને પણ અનાયાસે જ નોંધપાત્ર સફળતા મળી રહેશે. વિચાર્યા અને ધાર્યા કરતાં વધુ પ્રાપ્તિઓ મળવાની તકો છે. કદાચ કોઈ બાહ્ય મદદ ના મળે તો પણ વર્ષાઋતુની હરિયાળીની માફક નારીઉત્થાનના અનેક આધારો આપમેળે જ ઊભા થતા રહેશે. શ્રેષ્ઠતા પામવાની શક્યતાઓ સહજરૂપે વધતી અને વિકસતી જશે. વસંતઋતુમાં કોઈ વિશેષ પ્રયત્ન વગર પણ મોટાં વૃક્ષો અને નાના છોડવા પણ હરિયાળા બનીને ફૂલવા-ફાલવા માંડે છે અને આવા સમયે જો બાહ્ય સિંચાઈ જેવા વધારાના પ્રયત્નો થઈ શકે તો ઈચ્છિત સફળતા વધારે ઝડપથી મેળવી શકાશે.

લાંબા સમય સુધી દબાણ હેઠળ રખાયેલ વસ્તુ કે માણસને જો ઉછળવાનો કે છૂટવાનો મોકો મળી જાય તો તે જોશભેર ઉછળે છે એ સૌ કોઈ જાણે છે. સંસારમાં થયેલી દરેક ક્રાંતિના પાયામાં આ જ બાબત રહેલી હોય છે. પછાત રાખવામાં આવેલી કે બહુ શોષણ કરવામાં આવ્યું હોય તેવી જાતિઓએ યોગ્ય અવસર જોઈને જોશભેર પોતાનો આકોશ વ્યક્ત કર્યો છે. એવે વખતે જ ક્રાંતિની ઝડપી શરૂઆત થઈ જાય છે અને ચમત્કારી પરિણામો પણ મળે છે. જ્યારે જ્યારે પણ કોઈ વિશિષ્ટ વ્યક્તિઓ દ્વારા સંસારના કોઈ પણ વર્ગમાં ક્રાંતિકારી પરિવર્તનો થાય છે ત્યારે એની પાછળ આ જ હકીકત રહેલી હોય છે. નારીઉત્થાનના સંદર્ભે પણ આજે એ જ સત્ય સામે આવી રહ્યું છે.

નારી સેંકડો-હજારો વર્ષોથી અબળા અને બીજા દરજ્જાની નાગરિક ગણાતી આવી છે. નારીને પુરુષો જેટલી સગવડ ભોગવવા મળતી નથી. નારી માટે ધૂમટો તાણવો જરૂરી છે, પણ પુરુષો એમાંથી બાકાત. નારીને મરણ પામેલા પતિ પાછળ સતી થવાની ફરજ પડાય છે, પણ કોઈ પતિ પત્ની સાથે જ ચિતા ઉપર ચઢ્યો હોય તેવા દાખલા નથી. મરણ બાદ પત્ની માટે બીજાં લગ્ન કરવાની મનાઈ છે, પરંતુ પતિ માટે એવા કોઈ નિયમો નથી. નારી કોઈ સાથીદારના રક્ષણ વગર બહાર નીકળી ના શકે. પુરુષોના સ્વૈરવિહાર ઉપર એવો કોઈ પ્રતિબંધ નથી. પુરુષ ગમે તે કામધંધો કરી શકે, પણ સ્ત્રી જો એમ કરે તો લોકો તેની સામે આંગળી ચીંધે છે. છોકરાઓના અભ્યાસ, મનોરંજન અને કંશન પાછળ છૂટે હાથે પૈસા ખરચવામાં આવે છે, પરંતુ છોકરીઓને એવી કોઈ સુવિધા મળતી નથી. તે જ રીતે સગાં ભાઈબહેનો વચ્ચે પણ ભેદભાવ રખાતો હોવાનું અતિસામાન્ય છે. છોકરીઓને જીવનભર રહેવા માટે પિતાનું ઘર છોડીને સાસરે જવું પડે છે. પરંતુ પુરુષો માટે એવો કોઈ નિયમ નથી. ધ્યાનથી જોઈએ તો નારી ઉપર એવા અસમાનતાભર્યા કેટલાય પ્રતિબંધો દેખાશે. પરંતુ પુરુષો પર એવાં કોઈ નિયંત્રણો નથી હોતાં. સ્ત્રીઓના નાક-કાન વીંધીને તેને પશુઓની જેમ અંકુશમાં રખાય છે, પરંતુ પુરુષોને એવાં કોઈ બંધનો હોતાં નથી. આ દેખીતો હડહડતો અન્યાય છે. એક જ જાતિનાં બે અંગો માટે આ રીતના બેધારા માપદંડો રાખીએ તેમાં ન્યાય કે સમાનતાનું કોઈ ચિહ્ન દેખાતું નથી. સ્ત્રીઓને પોતાના પહેરવેશ કે વેશભૂષા અલગ ઓળખાઈ આવે તેવા રાખવા પડે છે. આવી અસમાનતા વધતાં વધતાં હવે તો તેઓ જાણે કોઈ જુદી જ જાતના પ્રાણી કે માણસો હોય એટલા ભેદભાવ સુધી વધી ગઈ છે. આ બેધારા માપદંડોનું પરિણામ છે.

ઘણા લાંબા સમયથી દબાતી-પીસાતી રહેલી નારી હવે આવું સહન નહીં કરીને આકોશ ઉપર ઊતરી આવી છે, તે ક્રાંતિ કરવા તૈયાર થઈ ગઈ છે.

હવે વિરોધ વ્યક્ત કરવાનો સમય પાકી ગયો છે. આંધી આવે ત્યારે બધા કૂડા-કચરાને એકી સપાટે ઉડાડી મૂકે છે. એકવીસમી સદી આવું જ એક તોફાની વાવાઝોડું લઈને આવી છે, જેમાં સ્ત્રીઓ પૂરેપૂરી બદલાઈ જશે અને સાથે સાથે આખા સમાજને બદલી નાખશે. બધાં ચલણ-પ્રચલન બદલાઈ જશે અને નેતૃત્વની લગામ હવે નારીના હાથમાં હશે.

પાનખર ઋતુમાં જૂના પાંદડાં એની મેળે જ ખરી જાય છે અને થોડા જ દિવસોમાં એની જગ્યાએ નવી કૂંપળો ફૂટી નીકળે છે અને પરિવર્તનની પ્રક્રિયા પૂરી થાય ત્યારે આખું વૃક્ષ ફળ-ફૂલથી છવાઈ જાય છે. આવનારા દિવસોમાં બરાબર આવી જ ક્રાંતિ આવવાની છે. જે પુરુષ જાતિએ આજ સુધી સ્ત્રીજાતિ પ્રત્યે ખરાબ વર્તન કરવામાં કોઈ કસર છોડી નથી, તેમને હવે સુધરી જતા અને પસ્તાવો કરતા જોઈ શકાશે.

આ કાર્યમાં પુરુષો સ્ત્રીની ભૌતિક પ્રગતિ માટે સહકાર આપશે એટલું જ નહીં, પરંતુ પ્રાચીનકાળની દેવીઓ જેવી બનાવવામાં આપી શકાય તેટલો ફાળો પણ આપશે. આ સમયની જરૂર છે અને ન્યાયનો પોકાર છે. આજે નારીની પ્રતિભા વિકસાવવી એ ખરેખર મહાન કાર્ય છે. તેને મહાક્રાંતિ પણ કહી શકાય. આગામી દિવસોમાં સ્ત્રી પુરુષ કરતાં ઘણી વધારે યોગ્ય બનશે અને તક મળે ત્યારે તે પોતાની શ્રેષ્ઠતા સાબિત કરી બતાવશે. એમાં જ આખી સૃષ્ટિનું કલ્યાણ રહેલું છે.

સ્ત્રી વગર પુરુષનું બાળપણ અસહાય છે, યુવાની સુખરહિત છે અને વૃદ્ધાવસ્થા આશ્વાસન આપનારા વફાદાર સાથી વગરની છે. — જૈન

સત્પ્રવૃત્તિ સંવર્ધન-દુષ્પ્રવૃત્તિ નિર્મૂલન વિભાગ

## આપણી પ્રવૃત્તિ જ આપણા ભાગ્યનું નિર્માણ કરે છે

(વિશેષ લેખમાળા - ૧)

ગાયત્રી તપોભૂમિમાંથી સત્પ્રવૃત્તિ સંવર્ધન-દુષ્પ્રવૃત્તિ નાબૂદીના અભિયાનની હાકલ કરવામાં આવી હતી. એ સંબંધી લેખમાળા આ અંકથી શરૂ કરવામાં આવે છે. આ લેખોમાં સૈદ્ધાંતિક વિવેચનો ઉપરાંત તેનાં વ્યાવહારિક સ્વરૂપોનો પણ સમાવેશ કરાયો છે. વાચકોને એ પ્રયોગોનો જરૂર જણાય તો પોતાના સંજોગોનુસાર જરૂરી ફેરફારો કરીને અમલ કરવાનો અનુરોધ છે. વ્યક્તિત્વમાં શ્રેષ્ઠતા, બાળકોમાં સારી ટેવો અને કુટુંબમાં આત્મીય વાતાવરણનું નિર્માણ કરવા સૌ કોઈ ઈચ્છે છે. આ લેખમાળા વાચકોને એમાં મદદરૂપ પુરવાર થશે એવી આશા છે.

- સંપાદક

### પ્રવૃત્તિ મળની લગ્ન છે

‘પ્રવૃત્તિ’ એ મનોવિજ્ઞાનનો પરિચિત શબ્દ છે. તેનો અર્થ થાય છે - ઝૂકવું, ઢળવું કે ‘ટેન્ડન્સી’. આપણે બધા જ કોઈ ખાસ કાર્ય કરવા તરફ, કોઈ ખાસ પદાર્થ મેળવવા તરફ કે તેનો ઉપયોગ કરવા તરફ મનથી ઢળેલા હોઈએ છીએ, તે આપણા સૌનો અનુભવ છે. આપણે યોગ્ય અવસર આવે ત્યારે તેને અનુરૂપ રીતે બોલીએ અને વર્તીએ છીએ. એને જ ‘પ્રવૃત્તિ’ કહેવાય છે.

વારંવાર ટેવ પાડવાથી જ આવું વલણ કેળવાય છે. આવી લાગણી કેળવાય છે. કોઈ કામ પહેલીવાર કરીએ ત્યારે ખાસ પ્રયત્નો કરવા પડે છે. ક્યારેક મન સાથે લડવું પડે છે, તો ક્યારેક મનોબળનો આધાર પણ લેવો પડે છે. પહેલી વાર દારૂ પીનારને તે કડવો લાગે છે. પહેલી વાર સિગારેટ પીનારને તેનાથી બળતરા થાય છે. નવા ઉપાસકોનું મન ભટકતું જ રહે

છે. સેવા-સાધનાનું જનકલ્યાણનું કાર્ય પણ પહેલીવાર કરનારને નિરર્થક ઝંઝટ જેવું લાગે છે. મોટે ભાગે કોઈ કાર્ય કે પદાર્થ પ્રત્યે એકવારમાં જ લગાવ થતો નથી. પરંતુ મન મનાવતા જઈને અને જરૂર જણાય તો મન સાથે લડતા જઈને નિયમિત ટેવ પાડે રાખીએ તો દરેક વખતે સ્વરુચિ ક્રમશઃ ઘટતી જાય છે અને તે કાર્ય કે પદાર્થ પ્રત્યે વૃત્તિની શરૂઆત થઈ જાય છે. ટેવ પાડવાથી દારૂની કડવાશ પણ ગમવા માંડે છે તે રીતે સેવા-સાધનામાં પણ રસ પડવા લાગે છે.

જેમ જેમ આ વૃત્તિ વિકસતી જાય છે, તેમ તેમ લગની પણ ક્રમશઃ વધતી જાય છે અને છેવટે પરિપક્વ થઈ જાય છે. પછી તો યાદ આવતાંની સાથે જ અથવા જોતાંની સાથે જ એ કાર્ય ફરીથી કરવાનું કે તે પદાર્થને ફરીથી મેળવવાનો ઉમંગ કે ઉત્તેજના થવા લાગે છે. દારૂ યાદ આવે ત્યારે કે ઉપાસનાનો સમય થાય ત્યારે મન પુલકિત થઈ જાય છે. કોઈ ચોક્કસ કાર્ય કે વસ્તુ માટે વારંવાર મનમાં ઉમંગ અને ઉત્તેજનાના જે તરંગો ઉત્પન્ન થાય છે તેને મનોવિજ્ઞાનની ભાષામાં પ્રવૃત્તિ કહેવાય છે.

### લગાવ ફાયદાકારક અને ગુંફસાળકારક

#### બંને પ્રકારનો હોઈ શકે

માણસની પ્રવૃત્તિ પોતાને માટે અથવા બીજાને માટે હિતકારી પણ હોઈ શકે અને અહિતકારી પણ હોઈ શકે. આ બે શબ્દો વ્યાપક અર્થ ધરાવે છે. માત્ર પ્રવૃત્તિ કરનારનું જ હિત સચવાતું હોય તો તેને સ્વાર્થસિદ્ધિ કહેવું વધારે ઠીક રહેશે. ચોરી કરીને ધન કમાવું તે એક ચોર માટે હિતકારી છે, પરંતુ અન્ય સૌ માટે અહિતકારી છે અને સમાજમાં ભય અને

અસલામતીનું વાતાવરણ પેદા કરે છે. એટલા માટે ચોરવૃત્તિને અહિતકારી કહેવાય. પોતાના સ્વાર્થ માટે બીજાને છેતરવાની, નુકસાન પહોંચાડવાની કે જુદું બોલવાની વગેરે પ્રવૃત્તિઓ આ જ કક્ષામાં આવે છે. પરંતુ જે પ્રવૃત્તિ કરનાર માટે જ નહીં, પરંતુ સમાજમાં વ્યાપક સુખશાંતિ અને પ્રગતિ ફેલાવતી હોય તે ચોક્કસ રૂપે હિતકારી ગણાય. પ્રામાણિકતા, સહકાર અને સત્યભાષણ જેવી હિતકારી પ્રવૃત્તિઓ માણસને તાણ અને તૃષ્ણામાંથી મુક્ત કરે છે અને સમાજમાં પ્રતિષ્ઠા અપાવે છે. એટલું જ નહીં, સામાજિક એકતા અને સુરક્ષાને મજબૂત પણ કરે છે અને સુસંસ્કારી સમાજની રચનામાં મદદરૂપ નીવડે છે.

### પ્રવૃત્તિનું સ્વરૂપ સોબત અને વાતાવરણ પર આધારિત છે, ખાસ કરીને

#### બાલ્યાવસ્થામાં

દરેક સમાજમાં હિતકારી અને અહિતકારી બન્ને પ્રકારની પ્રવૃત્તિઓ કરનારા માણસો હોય છે. માણસમાં હિતકારી કે અહિતકારી - કેવી પ્રવૃત્તિનો વિકાસ થશે તે તેનું જીવન - ખાસ કરીને બાળપણ - કેવા વાતાવરણમાં, કેવી સંગતમાં, કેવી મનોદશામાં અને કેવા સંજોગોમાં વિતાવ્યું છે એ તથ્ય પર આધારિત હોય છે. પ્રવૃત્તિઓનો આરંભ અને અંત તો જીવનભર થતો રહે છે, પરંતુ બાળપણનું મહત્વ વિશેષ છે. બાળપણમાં વિકસેલી પ્રવૃત્તિઓ મોટે ભાગે સ્થાયી હોય છે અને પુખ્ત જીવનની પ્રવૃત્તિઓને યોગ્ય કે અયોગ્ય દિશામાં વાળવાની ક્ષમતા ધરાવતી હોય છે. માણસ જેવી સોબત અને સંજોગોમાં જીવે છે, તેવી ટેવો પાડવાના અવસર તેને મળતા જ રહે છે. વારંવાર થતું ટેવોનું પુનરાવર્તન તેના માનસ ઉપર અને તેના વિચારવાની અને પ્રતિભાવ આપવાની ઢબ ઉપર તેને અનુરૂપ અસરો પાડતું જાય છે અને તેના પ્રવાહનો માર્ગ બનાવતું જાય છે. કૂવામાંથી પાણી કાઢવાની ડોલ

સાથે બાંધેલું દોરડું કાંઠા ઉપર વારંવાર ઘસાય છે તેથી કાંઠા ઉપર દોરડા જેવી ધીસી પડતી જાય છે. બાળક કે પુખ્ત દરેકના મનમાં પ્રવૃત્તિઓનું નિર્માણ અને વિકાસ આ જ રીતે વારંવાર ટેવ પડવાથી જ થાય છે.

### સ્વભાવ પ્રવૃત્તિ જેવો જ બને છે

આ પ્રવૃત્તિ ખૂબ મહત્વપૂર્ણ વસ્તુ છે. તેનો દ્વિમુખી વિકાસ થાય છે. તે બાહ્ય વ્યવહારોમાં પણ અભિવ્યક્ત થાય છે અને આંતરિક વિચાર-ચિંતનમાં પણ કાર્યરત્ રહે છે. છોડ માત્ર જમીન ઉપર જ વિકાસ પામતો નથી, પરંતુ એનાં મૂળ પણ જમીનની સપાટી નીચે વિસ્તરતાં હોય છે. વિચાર અને કાર્યો પણ એવા છોડ જેવા જ છે. કાયમ ટેવ પડવાથી વિચાર અને કાર્યના છોડ 'પ્રવૃત્તિ' રૂપે બહાર વિકસે છે અને દેખાય છે. ઉપરાંત માણસના મનમાં પણ 'પ્રકૃતિ' (સ્વભાવ) સ્વરૂપે પોતાનાં મૂળ મજબૂત કરે છે. જેમ જેમ પ્રવૃત્તિ વિકસિત અને સ્થાયી થતી જાય છે તેમ તેમ સ્વભાવ પણ એ જ રીતે ઘડાતો અને કેળવાતો જાય છે.

ઘણા લોકો બહારના વ્યવહારમાં અપશબ્દો બોલવા માટે એટલી હદે ટેવાયેલા હોય છે કે, તેઓ પોતાના કુટુંબીજનો સાથે વાત કરતા હોય ત્યારે પણ તેમના મોઢામાંથી અનાયાસે જ એવા અપશબ્દો નીકળી જાય છે. તેમનો ઇરાદો કુટુંબીજનોને અપશબ્દ કહેવાનો હોતો નથી. પરંતુ તેમનાથી ટેવવશ એવું થઈ જાય છે. તે લોકો સ્થાયી થઈ ગયેલી કુટેવના ગુલામ બની ગયા હોય છે.

કેટલાક માણસોને કાયમ હસતા રહેવાની ટેવ પડી ગઈ હોય છે. તેઓ બીજા જોડે વાત કરે ત્યારે ભલે તેમની વાતમાં હસવા જેવું કશું જ ના હોય તો પણ હસતા હોય છે. જાણીતો કે અજાણ્યો માણસ હોય, અનુકૂળ કે પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિ હોય, તેમ છતાંય તેમના મોઢાં મલકાતાં જ દેખાય છે. તેઓ એ કાયમી થઈ ગયેલી શ્રેષ્ઠ પ્રવૃત્તિથી પૂરેપૂરા ઢંકાઈ ગયા હોય છે.



હલકી હોય કે ઉત્તમ, પ્રવૃત્તિ તો પ્રવૃત્તિ જ છે. એટલે મનમાં પણ તે સ્વભાવ રૂપે વિકસવાની જ. અપશબ્દોના સતત પ્રયોગને કારણે સ્વભાવ, આવેશ અને અહંકારભર્યો ઉગ્ર બની જશે. તેની સાથે એના ઈર્ષ્યા અને દ્વેષ જેવા ઝેરી સહયોગી અવગુણો પણ સ્વભાવમાં વણાઈ જશે. મુખ ઉપર ફેલાયેલું મધુર હાસ્ય સ્વભાવને સૌમ્ય બનાવશે અને સાથે સાથે વિનમ્રતા અને સહનશીલતા જેવી દૈવી સંપત્તિઓ પણ સ્વભાવમાં ઊતરી આવશે.

## જેવો સ્વભાવ તેવું જ વ્યક્તિત્વ, તેવી જ પ્રતિષ્ઠા

લોકો રોજિંદી ટેવમાંથી જન્મતી પ્રવૃત્તિનું મહત્વ સમજતા નથી. એટલે તેમાં યોગ્યાયોગ્યની પસંદગી ઉપર ખાસ ધ્યાન આપતા નથી. પરંતુ પ્રવૃત્તિએ જીવંત તત્ત્વ છે. એટલે તે પરિણામ આપે જ છે - આ સત્ય ધ્યાનમાં રાખવા લાયક છે. સાધારણ જેવી જણાતી આ પ્રવૃત્તિ છેવટે સ્વભાવ કે સંસ્કાર બનીને આપણા વ્યક્તિત્વરૂપે અભિવ્યક્ત થાય છે. આપણું વ્યક્તિત્વ જીવનભર આપણી સાથે જ રહે છે. આપણે આ 'વ્યક્તિત્વ' સહિત જ કામધંધે જઈએ છીએ અને સમાજમાં હરીએ-ફરીએ છીએ. આપણા સંપર્કમાં આવનારા માણસો આ 'વ્યક્તિત્વ'ની પરીક્ષા કરીને જ આપણે કેવા છીએ તે નક્કી કરે છે. ભદ્ર-શિષ્ટ છીએ, કે અસભ્ય-અશિષ્ટ છીએ ? સન્માનનીય છીએ કે તિરસ્કારને પાત્ર ? આપણને વારંવાર મળવાનું મન થાય તેવા છીએ કે આપણાથી દૂર રહેવામાં લોકોને તેમની ભલાઈ જણાય તેવા છીએ ? આપણે કેવા માણસ છીએ ? આપણે આપણા વ્યક્તિત્વ જેવા છીએ અને આપણું વ્યક્તિત્વ આપણા સ્વભાવ જેવું છે અને આપણો સ્વભાવ આપણી પ્રવૃત્તિ જેવો હોય છે.

જે પ્રવૃત્તિના સારા કે ખરાબ હોવાને કારણે આપણું વ્યક્તિત્વ સુધરી કે બગડી શકે છે; કુટુંબ અને

સમાજમાં આપણી આબરૂ વધી કે ઘટી શકે છે; એ પ્રવૃત્તિના ઘડતર અને કેળવણી પ્રત્યે ઉદાસ કેવી રીતે રહી શકીએ ? એની ઉપેક્ષા કરવી એ આપઘાત કરવા બરાબર છે. જીવનના મૂલ્યને જાણનારા લોકો પ્રવૃત્તિનું મહત્વ સમજે છે અને તેના પ્રત્યે હંમેશાં જાગૃત રહેતા હોય છે.

## જેવો સ્વભાવ તેવાં જ કર્મફળ

આ 'પ્રવૃત્તિ'નું મહત્વ એટલેથી જ અટકતું નથી. આપણી પ્રવૃત્તિમાંથી જ જન્મેલા આપણા વ્યવહાર, વ્યક્તિત્વ અને સન્માનનું જીવનમાં જેટલું મહત્વ છે એટલું જ અથવા એનાથી વધારે મહત્વ બીજી પણ એક બાબતનું છે. પ્રશ્ન એ છે કે આ જીવનના અંત બાદ બીજું જે કોઈ જીવન મળશે તેમાં આપણી આ પ્રવૃત્તિના પરિણામે આપણી શી દશા હશે ? આવો સ્વાભાવિક પ્રશ્ન થવા પાછળનું કારણ એ છે કે, 'કર્મફળ'નો અફર ઈશ્વરીય નિયમ આ સમગ્ર સૃષ્ટિમાં ફેલાયેલો છે. દરેક માણસ આ નિયમથી બંધાયેલો છે અને તેને આધીન છે. શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતામાં શ્રીકૃષ્ણ ભગવાને તો કર્મફળના નિયમને સવિસ્તર સમજાવ્યો જ છે. પરંતુ હવે તો 'ઈન્દ્રિયાતીત વિજ્ઞાને' પણ પોતાની શોધખોળો દ્વારા આ નિયમની સર્વવ્યાપી શક્તિને સમર્થન આપ્યું છે. આ નિયમને ટૂંકમાં આ રીતે કહી શકાય - 'તમે આજે તમારાં કર્મો દ્વારા બીજાને જે પરિસ્થિતિમાં ધકેલી રહ્યા છો, યાદ રાખો, તમારે પણ એ જ પરિસ્થિતિમાંથી પસાર થવું જ પડશે. તમારા કરેલાં કાર્યોનો એકેએક ભાગ છેવટે તમારા તરફ જ પાછો ફરશે અને તમારા ઉપર જ વરસવાનો છે.

આ સૃષ્ટિના વ્યવસ્થાતંત્રનો પાયાનો નિયમ છે. આ નિયમને કોઈ રીતે ઉલ્લંઘી કે બદલી શકાતો નથી, કે તેનાથી કોઈ રીતે છટકી શકાતું નથી. રામચરિતમાનસમાં કર્મફળ સંબંધે એક ખાસ ઘટનાનો ઉલ્લેખ છે. સર્વશક્તિમાન ઈન્દ્રનો પુત્ર જયંત એક

વાર પૃથ્વી ઉપર પરિભ્રમણ કરી રહ્યો હતો. તે વખતે ભગવાન શ્રીરામનો વનવાસકાળ હતો. સીતાજીના પગની સુંદર અને કોમળ પાનીઓને જોઈને મદાંધ જ્યંતે કાગડાનું રૂપ ધારણ કરીને તેમાં જોરથી ચાંચ મારી. માંસ બહાર નીકળી આવ્યું અને લોહી વહેવા લાગ્યું. આ જ્યંતની પતનકારક પ્રવૃત્તિમાંથી જન્મેલું અધમ કૃત્ય જ હતું. એટલા માટે રામે ઘાસના તણખલાને અભિમંત્રિત કરીને કાગડા તરફ ફેંક્યું. તેના કર્મનું ફળ તરણું બનીને તેની પાછળ પડ્યું. કાગડો ભાગી છૂટ્યો. કાગડારૂપી જ્યંતે ઇન્દ્રના સ્વર્ગલોક, બ્રહ્માના સત્યલોક અને શિવજીના કૈલાસધામ સુધી દોટ મૂકી. પરંતુ ભગવાન દ્વારા અપાયેલા કર્મફળથી તેને બચાવવા માટે કોઈએ તેને આશરો ના આપ્યો. છેવટે નારદજીની સલાહ માનીને તેણે ભગવાન શ્રીરામના ચરણોમાં જ 'ત્રાહિમામ્'નો આર્તનાદ પાડ્યો. કરુણાનિધાન પ્રભુની પ્રેરણાથી તરણારૂપે રહેલા કર્મફળે સજ્જરૂપે તેની એક આંખ ફોડીને જવા દીધો. 'હું સર્વશક્તિમાન ઇન્દ્રનો પુત્ર છું' આવા ઘમંડથી પ્રેરિત ક્ષણિક દુષ્પ્રવૃત્તિએ જ્યંતની એક આંખનો ભોગ લઈ લીધો. જ્યંતનું કર્મફળ છેવટે જ્યંત ઉપર ત્રાટકીને જ જંપ્યું.

અતિન્દ્રિય વિજ્ઞાનમાં જણાવ્યા પ્રમાણે માત્ર સ્થૂળ શરીર વડે થતાં કાર્યોને જ કર્મો નથી ગણવામાં આવતાં. ક્રિયા, વિચાર અને ભાવના આ ત્રણેય કર્મો જ છે. સ્થૂળ કક્ષાએ ક્રિયા એ કર્મ છે. સૂક્ષ્મ કે માનસિક કક્ષાએ વિચાર પણ કર્મ છે અને કારણ કે ભાવ કક્ષાએ ભાવના પણ કર્મ છે. અતિન્દ્રિય વિજ્ઞાને આ ખૂબ માહત્વપૂર્ણ તથ્ય શોધી કાઢ્યું છે. આનો અર્થ એ થયો કે, આપણી પ્રવૃત્તિ જે કાંઈ કાર્યો અને વ્યવહાર આપણા શરીર પાસે કરાવે છે, જે કાંઈ વિચારો અને યોજનાઓ મનમાં ઉત્પન્ન કરાવે છે, જે કાંઈ ઈચ્છાઓ અને ભાવનાઓ

મનમાં જગાડે છે, તે દરેકને કર્મ જ કહી શકાય. એટલા માટે એ બધાં છેવટે કર્મફળ બનીને આપણી ઉપર જ વરસવાનાં છે. એનો સાર એ જ કે, આપણી પ્રવૃત્તિ જ બોચી ગાલીને આપણને કર્મફળને હવાલે કરે છે.

## આપણી પ્રવૃત્તિ જ આપણા વર્તમાન અને ભવિષ્યનું નિર્માણ કરે છે

આ પ્રમાણે આપણી પ્રવૃત્તિ આ જીવન માટે શ્રેષ્ઠ વ્યક્તિત્વ અને આવનારા જન્મો માટે શ્રેષ્ઠ કર્મફળનું નિર્માણ કરવામાં ખૂબ સહાયક નીવડે છે. આ લોકમાં પ્રતિષ્ઠા અને પરલોકમાં અખંડ આનંદ મળે કે પછી આલોકમાં પતન અને પરલોકમાં પીડા મળે એ આપણી પ્રવૃત્તિ કેવી છે એની ઉપર આધારિત છે. આપણી પ્રવૃત્તિ જ નક્કી કરે છે કે, આપણે કઈ દિશામાં આગળ ધપીએ છીએ? પતન તરફ કે ઉન્નતિ તરફ? દુઃખ તરફ કે સુખ તરફ? સૌભાગ્ય તરફ કે દુર્ભાગ્ય તરફ? 'આપણી પ્રવૃત્તિ જ આપણા ભાગ્યનું નિર્માણ કરે છે' જે આ તથ્યને ધ્યાનમાં રાખે છે તે હંમેશાં પોતાની પ્રવૃત્તિઓ ઉપર ચાંપતી નજર રાખે છે.

ઉત્તમ તેમજ જનકલ્યાણની પ્રવૃત્તિ જ પ્રતિષ્ઠા અને આત્માની ઉન્નતિ માટેના સંજોગો ઊભા કરે છે. એટલા માટે સાધકો હંમેશાં એવી સત્પ્રવૃત્તિઓના નિર્માણ અને વિકાસ માટે તત્પર અને જાગૃત રહે છે. અધમ તથા લોકહિતની વિરુદ્ધની પ્રવૃત્તિ જીવનને પતનની અને આત્માને પીડાની ઊંડી ખાઈમાં ધકેલી મૂકે છે. એટલા માટે તેઓ આવી દુષ્પ્રવૃત્તિઓનો નાશ કરવા માટે પણ પ્રયત્નો કરતા રહે છે. સત્પ્રવૃત્તિમાં વધારો અને દુષ્પ્રવૃત્તિઓની નાબૂદી, આ બે પગ વડે સંપન્ન થતી આધ્યાત્મિક યાત્રા હંમેશાં કોઈ તકલીફ વિના જીવનના પરમ લક્ષ્ય સુધી પહોંચાડનારી હોય છે.



સંસ્કાર પ્રક્રિયાનો પ્રારંભ, જન્મ પહેલાં જ

ભારતીય સંસ્કૃતિ ઋષિમુનિઓનો અમૂલ્ય વારસો છે. ભારતીય સંસ્કૃતિમાં સંસ્કારોનું ઘણું મહત્વ છે. અબરમને તપાવવાથી અબરખ ભસ્મ બની જાય છે. તેવી રીતે જ મનુષ્યને પણ સુસંસ્કારી બનાવવા માટે સમયે સમયે તેના પર જે આધ્યાત્મિક ઉપચાર કરવામાં આવે છે, તેને સંસ્કાર કહે છે. ભારતીય ધર્મ અનુસાર સોળ સંસ્કાર છે. પરંતુ કેટલાક એવા સંસ્કારો છે, જેની આજના યુગમાં કોઈ ઉપયોગિતા નથી, આથી દસ મુખ્ય સંસ્કારોને મહત્વ આપ્યું છે.

પહેલા સંસ્કાર પુંસવન સંસ્કાર છે, બાળક જ્યારે ગર્ભમાં હોય છે, ત્યારે પણ શીખતું હોય છે. તમે કહેશો કે પેટમાં જે બાળક હોય છે, તે શું શીખી શકશે? મહાભારતમાં કથા આવે છે - અર્જુને સુભદ્રાને 'ચક્રવ્યૂહ વેધન'ની વિધિ સંભળાવી હતી, ત્યારે સુભદ્રાના ગર્ભમાં અભિમન્યુ હતો. મહાભારતના યુદ્ધમાં ચક્રવ્યૂહ ભેદન અભિમન્યુએ કર્યું હતું. પુંસવન સંસ્કારનો ઉદ્દેશ્ય શું છે? માતા-પિતા પોતાનું આચરણ ભાવિ સંતાનના નિર્માણને અનુરૂપ બનાવે અને માતા આહાર-વિહારનું વિશેષ ધ્યાન રાખે.

પુંસવન સંસ્કારમાં વડની વડવાઈઓ, ગળો અને પીંપળાની કૂંપળોને વાટીને રસ તૈયાર કરી ગર્ભવતીને સુંઘાડવામાં આવે છે. વડનું ઝાડ વિશાળ હોય છે. સેંકડો પક્ષીઓ તેની પર વસે છે, મનુષ્યોને છાંયડો આપે છે અને દીર્ઘજીવી હોય છે. ગળો બળવર્ધક, રોગનાશક હોય છે. તે બીજાની મદદ લઈને ઉપર ચઢી જાય છે. કમજોર હોવા છતાં પણ સહાય લઈને ઉપર ચઢી જાય છે, તેવી રીતે મનુષ્ય પણ સિદ્ધાંતોની મદદથી ભણ્યા-ગણ્યા વગર પણ ઉન્નતિ કરી શકે છે. આપણું શરીર નીરોગી રહેવું જોઈએ. આ બધા શ્રેષ્ઠ સંસ્કારો ગર્ભમાં પહોંચશે, તો સંતાનમાં પણ એવા ગુણ આવશે. આ વિશેષતાઓને ગર્ભવતી પોતાના મનમાં ધારણ

કરે અને એવા જ સંસ્કાર ગર્ભસ્થ બાળકમાં રોપાય એવી ભાવના કરવી જોઈએ. બીજું કાર્ય આશ્વાસનનું છે. મા તો નવ મહિના સુધી બાળકનું શરીર પોતાના લોહી માંસમાંથી બનાવે છે અને ત્યારબાદ પોતાના લોહીનું દૂધ બનાવીને બાળકનું પાલન-પોષણ કરે છે. પિતાનું પણ કર્તવ્ય છે કે બાળકના માટે અનુકૂળ વાતાવરણ બનાવે અને શિક્ષા-દીક્ષા, અભ્યાસની વ્યવસ્થા કરે. આ બધી ફરજો પૂરી કરવાનું આશ્વાસન પતિ પોતાની પત્નીને આપે છે. ત્યારબાદ ખીર આપવામાં આવે છે. દૂધ-ભાત સાત્ત્વિક પદાર્થ ગણાય છે. આ ખીર યજ્ઞસંસ્કારોથી સંસ્કારિત થઈ હોવી જોઈએ. યજ્ઞ-ચરુમાં ગર્ભસ્થ બાળકને સંસ્કારવાનું બનાવવાની અદ્ભુત ક્ષમતા હોય છે.

પુંસવન સંસ્કાર ગર્ભસ્થાપનાના ત્રીજા મહિને કરવામાં આવે છે. તેના વિશેષ વિધાન ત્રણ છે : (૧) ઔષધિ અવધ્રાણ (૨) આશ્વાસ્તના (૩) આહુતિઓ, મંગળ ફળ પ્રદાન, આશીર્વાદ. આ ત્રણે કૃત્યો યથા સમયે પુંસવન સંસ્કારમાં થાય છે.

**ઔષધિ અવધ્રાણ :** વડની વડવાઈઓનો અતિ કોમળ ભાગ, જેને વડવાઈની કૂંપળો કહે છે, તેને તથા ગળોનો એક ટુકડો લઈને બંનેને પાણીમાં ઝીણા વાટી નાંખવા જોઈએ. બંને ઔષધિની માત્રા એક એક ભાગ અને પાણી દોઢ તોલો હોય તો પર્યાપ્ત છે. પાણી સાથે બંને વસ્તુઓ ઝીણી વાટીને તેને કપડામાં ગાળી એક થોડો ભાગ તેને પીવડાવી પણ શકાય છે.

વડનું વૃક્ષ વિશાળતા, શક્તિ અને સ્થિરતાનું પ્રતીક છે. ગળો વિકાર-વિનાશક તથા બળવર્ધક તત્ત્વોથી ભરેલું છે. પ્રત્યેક ઔષધિ-વનસ્પતિમાં સ્થૂળ ગુણોની સાથે સાથે એમાં સૂક્ષ્મ પ્રેરણાઓ અને ભાવનાઓ રહે છે. જેમ મનુષ્ય શરીરની અંદર એક સૂક્ષ્મ અદૃશ્ય આત્મા રહે છે, તેવી રીતે આ બંને

ઔષધિઓનો પણ આત્મા છે, જેને સ્વભાવ અથવા પ્રેરણા કહી શકાય. સંસ્કારોમાં આ તથ્યને ઉપસાવીને તેનો લાભ ઉઠાવવામાં આવે છે.

આમ તો સ્થૂળ દૃષ્ટિથી પણ આ બંને ઔષધિઓ ગર્ભવતી માટે તથા ગર્ભસ્થ બાળક માટે શારીરિક આરોગ્ય વધારનારી છે. તેને સુંઘાડવામાં એટલા માટે આવે છે, તેના સૂક્ષ્મ આત્માનો દિવ્ય પ્રભાવ ગર્ભવતી તથા તેના ગર્ભમાં બેઠેલ બાળક સુધી પહોંચે. નાક દ્વારા જ કોઈ વસ્તુ મગજમાં પહોંચે છે. સુંઘવાનો હેતુ એ જ છે કે વડ તથા ગળોના આત્મામાં સમાયેલ સંસ્કાર આ બંનેના મગજ પર પોતાનો પ્રભાવ પહોંચાડી શકવામાં સમર્થ બને. શક્તિશાળી વેદમંત્રોના ઉચ્ચારણથી આ કાર્ય વધુ સરળ અને સંભવ થઈ જાય છે.

વડનું વૃક્ષ ધીરે ધીરે વધે છે અને દીર્ઘજીવી બને છે. ઉતાવળીયા માણસો બધું ઘણું જલદીથી મેળવવા માગે છે. કાર્યની વ્યવસ્થા તથા પરિપક્વતા માટે જ દઢતા, નિષ્ઠા અને ધૈર્યની આવશ્યકતા હોય છે તે તેમનામાં હોતા નથી, પરિણામે તેઓ તાત્કાલિક આવેશમાં આવીને ઘણું બધું કરી નાંખવાની વાત વિચારે છે, પરંતુ થોડા જ સમય પછી એ જુસ્સો પાણીના પરપોટાની જેમ ઠંડો પડી જાય છે અને આરંભ કરેલા કાર્યને અધૂરું છોડી દે છે. આ દોષ ખરાબ છે. શિશુના નિર્માણમાં ધૈર્યની ખૂબ જ જરૂરિયાત છે. તે અંકુર આ ગુણનું શિક્ષણ આપે છે.

વડનું વૃક્ષ પોતાનાં મૂળ જમીનમાં ઊંડે સુધી પહોંચાડે છે અને પોતાને બધી રીતે મજબૂત અને તંદુરસ્ત બનાવે છે. આંધી-તોફાન આવે તો પણ તેનું કંઈ બગાડી શકતા નથી. બધાં વૃક્ષો કરતાં તેનું આયુષ્ય પણ અધિક હોય છે. સંયમી, સદાચારી રહીને આપણે આપણાં શારીરિક, માનસિક સ્વાસ્થ્યનાં મૂળ ઊંડે સુધી લઈ જવાં જોઈએ અને દરેક રીતે સ્વયંનું સામર્થ્ય બળ અને તંદુરસ્તી વધારવા માટે પ્રયત્નશીલ રહેવું જોઈએ. આંધી-તોફાન આવતાં રહે છે, તેનો પ્રભાવ આપણી પર ન પડી શકે એવી સુદૃઢ મનોભૂમિ તથા શારીરિક

સ્થિતિ બનાવી રાખવી જોઈએ.

વડનું વૃક્ષ પોતાના વિકાસ, વિસ્તાર માટે નિરંતર પ્રયત્નશીલ રહે છે. વડવાઈઓ પણ મૂળના રૂપે બદલાઈ જાય છે. વૃદ્ધાવસ્થાને પણ યુવાવસ્થામાં બદલવા માટેનો પ્રયાસ કરવો જોઈએ.

વડનું વૃક્ષ પોતાના વિસ્તારનો લાભ બીજા અનેકને આપે છે. કેટલાંય પક્ષીઓ તેની પર માળો બનાવીને રહે છે, તેનાં ફળોથી પોતાનો ખોરાક મેળવે છે. કેટલાંય પશુઓ તેની છાયામાં વિશ્રામ કરે છે, પાંદડાંથી ભૂખ બુઝાવે છે. તેની ઘનઘોર છાયામાં કેટલાય વટેમાર્ગુઓ વિશ્રામ કરે છે, કથા, પ્રવચન, સત્સંગ તથા દેવસ્થાપના જેવાં કાર્યો તેની નીચે થતાં રહે છે. આ જ પારમાર્થિક વિશેષતાઓને કારણે તેને દેવવૃક્ષ માનવામાં આવે છે. તેનું દૂધ, વડવાઈ, મૂળ, છાલ, ફળ વગેરેને આધારે કેટલાય રોગો દૂર થાય છે. આપણું જીવન પણ એવું જ ઉદાર અને પરોપકારી હોવું જોઈએ.

ગળોની વેલ જમીન પર જ નથી ફેલાતી, પરંતુ કોઈ સુદૃઢ વૃક્ષની મદદ લઈને ઉપર ચઢી જાય છે. દુર્બળકાય હોવા છતાં પણ નિમ્ન સ્થિતિમાં સમતલ જમીન પર પડી રહેતી નથી. આપણે જીવનો ઉત્કર્ષની ભાવનાઓ સદાય સજીવ રાખવી જોઈએ. આદર્શવાદી સિદ્ધાંતોરૂપી સુદૃઢ વૃક્ષોનો સહારો લઈને ઉપર ઊઠવું જોઈએ. પોતાની પરિસ્થિતિ દુર્બળ હોય, શરીર, મન, સંપત્તિ અને સાધનો ઓછાં હોય તો પણ સુયોગ્ય વ્યક્તિઓનું સાંનિધ્ય મેળવીને પ્રગતિના પંથે આગળ વધવું જોઈએ.

ગળોમાં ગજબની રોગપ્રતિરોધક શક્તિ હોય છે. તાવ જેવા દુષ્ટ રોગોનાં કીટાણુઓને પોતાના પ્રભાવથી મારી નાખે છે. પોતાની અંદર છુપાયેલા કુવિચારો અનેક કુસંસ્કારો સાથે લડવા અને હરાવવા માટે આપણી અંદર આવશ્યક મનોબળ એકત્રિત કરવું જોઈએ. સંસારમાં જે કુબુદ્ધિ, દુષ્ટતા અને અંધપરંપરા ફેલાયેલી છે, એ સામાજિક ભૂરાઈઓને શાંત કરવા માટે આપણે પણ એવા જ સમર્થ બનવું પડશે, જેવું કે



રોગનિવારણ માટે ગળો સમર્થ હોય છે.

ગળોમાં ફક્ત મારક, સંહારક ગુણ જ નથી, પરંતુ તે સૌમ્ય, સ્નિગ્ધ અને બળવર્ધક પણ છે. તેનો રસ ચીકણો હોય છે. આપણું અંતઃકરણ સ્નેહયુક્ત, સૌમ્ય અને મધુર હોવું જોઈએ. આપણું વ્યક્તિત્વ બધાને બળ અને સ્ફૂર્તિ આપનાર હોવું જોઈએ.

વડ અને ગળોના થોડા કે સૂક્ષ્મ સંસ્કાર અહીં આપવામાં આવ્યા છે. એવી બીજી અનેક વિશેષતાઓ પણ તેમાં હોઈ શકે છે, તેને શોધવી જોઈએ અને એ વિશેષતાઓને ગર્ભવતી પોતાની મનોભૂમિમાં ધારણ કરે તથા એવા જ સંસ્કાર ગર્ભસ્થ બાળકમાં રોપે એવા પ્રયત્નો કરવા જોઈએ. ઔષધિ અવધાણનું આ પ્રયોજન છે.

### વડ રસનું પાન

અદ્ભુત: સમ્ભૂત: પૃથિવ્યૈ રસાય્ય વિશ્વકર્મણ: સમવર્તતાગ્રે ।  
તસ્ય ત્વષ્ટા વિદધદ્રપમેતિ તન્મર્ત્યસ્ય દેવત્વમાજ્ઞનમગ્રે ॥  
(યજુ - ૩૧/૧૭)

**આશ્વસ્તના :** આમ તો બાળક પત્નીના ગર્ભમાં હોય છે, પરંતુ તે એકલી જ તેને સુવિકસિત અને સુસંસ્કારી બનાવી શકતી નથી. તેના માટે પતિનું યોગદાન વિશેષ રૂપથી અપેક્ષિત છે. માતા પોતાના લોહી-માંસથી બાળકનું શરીર બનાવે છે. નવ માસ સુધી ભાર ઉઠાવે છે, ભારે પીડા સહીને પ્રજનન કરે છે, પોતાનું લોહી સફેદ દૂધના રૂપે આપીને બાળકનું પોષણ કરે છે, તેનાં મળ-મૂત્ર, વસ્ત્ર, સ્નાન તથા દિનચર્યાની હંમેશાં સાર-સંભાળ રાખે છે. આટલો ભાર તથા ત્યાગ કંઈ ઓછો નથી. માતા આટલું કાર્ય કરીને પોતાના ભાગની જવાબદારીનો મોટો ભાગ પૂરો કરે છે. હવે બાળકને સંસ્કારી બનવા માટે યોગ્ય પરિસ્થિતિઓ ઉત્પન્ન કરવી, માતા જેટલું જ ધ્યાન રાખવું તે પિતાનું પણ કર્તવ્ય છે. આ કર્તવ્યને પૂર્ણ રીતે પાળવા માટે પતિએ પત્નીના ખભા પર હાથ મૂકીને આશ્વાસન આપવું પડે છે, કે તે આ પ્રકારનાં કર્તવ્યોને પૂરાં કરવામાં જરાય પ્રમાદ કે ઉપેક્ષા સેવશે નહીં.

બંનેયે સમજવું જોઈએ કે તેમની એક મહાન સામાજિક જવાબદારી તેઓએ ખભા પર ઉપાડી છે. જો તેઓ રાષ્ટ્રમાતાને સદ્ગુણોથી સુસજ્જિત ભાવિ સંતાનના રૂપમાં એક સુગંધિત હાર પહેરાવી શકે, તો તે તેમનો શ્રમ સાર્થક છે, નહીં તો રોગી, કોષી, આળસુ, અપરાધ પ્રકૃતિનું બાળક જન્મ્યું તો તેનાથી અનેકોને કષ્ટ પહોંચશે અને તેનું પાપ જન્મ દેનાર માતા-પિતાને પણ લાગશે. પ્રજનનને માટીની રમત જેવી એક મજાક, મનોરંજન ન માનવું જોઈએ, કે બાળક જન્મ્યું અને ઢોલ વગાડવાની, પતાસાં વહેંચવાની તૈયારી થઈ ગઈ. આ એટલી મોટી જવાબદારી છે, કે માતા-પિતાએ પોતાની ઉપર સવિશેષ નિયંત્રણ કરીને બાળકના સ્વસ્થ વિકાસ માટે સમુચિત પરિસ્થિતિઓ ઉત્પન્ન કરવી પડે છે. ઘરમાં અવતરિત થનાર આત્મા કોણ જાણે કેટલા શ્રેષ્ઠ સ્તરનો હશે, કોણ જાણે કયા મહાન આત્માનું અસ્તિત્વ ગર્ભમાં આવ્યું હશે, એમ વિચારીને તેના સ્વાગત, સન્માનનો યોગ્ય પ્રબંધ કરવો જોઈએ. ઘરમાં આ મહાન મહેમાન આવી રહ્યા છે તેમના માટે એવી જ પરિસ્થિતિઓ ઉત્પન્ન કરવી જોઈએ, જેવી કે કોઈ અત્યંત પ્રતિષ્ઠિત અને સન્માનીય અતિથિના આગમન પર ઘરમાં કરવામાં આવે છે.

માતાનો આહાર અને વ્યવહાર બાળકના શરીર અને મન પર સીધો પ્રભાવ પાડે છે. જો તે મરચાં-મસાલાથી ભરપૂર, અતિશય ગરમ, ઉત્તેજક પદાર્થ, અભક્ષ્ય પદાર્થ ખાય છે, તો તેનાથી બાળકનું શરીર એવી જ રીતની ઉત્તેજનાથી ભરાઈ જાય છે. આવો ઉત્તેજક ગરમ આહાર જ મોટેભાગે બાળકને કોષી, ચીડિયા, ઝઘડાળુ, જિદ્દી સ્વભાવના તથા શારીરિક દૃષ્ટિથી લોહી બગાડ, ચામડીના રોગો, અપચો, હરસ જેવા રોગોથી પ્રભાવિત કરે છે. આવી ગર્ભવતીનો આહાર વિશેષ રૂપથી સાત્ત્વિક, હલકો, જલદી પચે તેવો, મરચાં-મસાલા વિનાનો હોવો જોઈએ. ભૂખ કરતાં ઓછો જ ખોરાક લેવો જોઈએ.

આ દિવસોમાં બ્રહ્મચર્યનું પાલન તો અત્યંત આવશ્યક છે, નહીંતર માતા અને બાળક બંનેને ખૂબ

નુકસાન થાય છે.

ગર્ભવતીની મનોભૂમિ આ દિવસોમાં ઈર્ષ્યા, દ્રેષ, કામ, ક્રોધ, ભય, ચિંતા, નિરાશા, ક્ષોભ જેવા મનોભાવોથી મુક્ત રહેવી જોઈએ. પતિ તથા પરિવારના તમામ સદસ્યોએ ગર્ભવતી સાથે એવો ઉદાર, સૌમ્ય તથા સહાનુભૂતિપૂર્ણ વ્યવહાર કરવો જોઈએ, જેથી તેને માનસિક વિક્ષોભમાં પડવાનો પ્રસંગ ન આવે. કોઈ પ્રસંગ આવે તો પણ એવી રીતનું ધૈર્ય, સાહસ તથા આશ્વાસન આપતા રહો કે જેથી તેને ઉત્તેજિત થવાની જરૂર ન પડે. જે મુશ્કેલી સામે આવશે તેને તેઓ સંભાળી લેશે. કોઈ ભૂલ-ચૂક થવાથી પણ તેની સાથે કઠોર વ્યવહાર ન કરતાં પ્રેમપૂર્વક સમજાવીને જ સુધારી લેવી.

પ્રત્યેક વિચારશીલ ગર્ભવતીએ એટલું સાહસ રાખવું જોઈએ કે વિપરીત પરિસ્થિતિઓમાં પણ ધૈર્ય રાખી શકાય અને તેના પ્રભાવથી મનને ક્ષુબ્ધ થવાથી અટકાવી શકાય. પોતાની સાથે કોઈએ દુર્વ્યવહાર કર્યો હોય અથવા કટુવચન બોલ્યું હોય, તો પણ આ દિવસોમાં ગર્ભસ્થ બાળકના હિતની દૃષ્ટિએ તેને હસી કાઢીને, ઉપેક્ષા કરીને સહિષ્ણુતાપૂર્વક ભુલાવી દેવું જોઈએ અને વાતને ગઈ-ગુજરી કરી દેવી જોઈએ. બીજાના દોષ અને નિંદા કરતા રહેવાથી બીજાની ઓછી, પણ આપણી હાનિ વધુ થાય છે. એવી જ રીતે પ્રશંસા કરવાની આદતથી કોઈનો લાભ ભલે ન થતો હોય, પોતાનો અવશ્ય થાય છે. પોતાના માનસિક સંતુલનને કોઈપણ રીતે અસ્ત-વ્યસ્ત ન થવા દેવું જોઈએ.

ધૈર્ય, સાહસ, આશા અને ઉત્સાહના ભાવ મનમાં રાખવા જોઈએ. ઉજ્જવળ ભવિષ્યની આશા અને કલ્પના રાખવી જોઈએ. પ્રત્યેક સમયે હસતાં-મલકાતાં રહેવું જોઈએ. જે સ્ત્રીઓ પ્રસન્નચિત્ત રહે છે તેમનાં બાળકો વિશેષરૂપથી સુંદર હોય છે. જે ઉદાસ, અસંતુષ્ટ, ખિન્ન, અપ્રસન્ન અને ઉદ્વિગ્ન બની રહે છે, તેમનું બાળક કુરૂપ, દુર્ગુણી, મંદબુદ્ધિ તથા ઉચ્છૃંખલ જ જન્મે છે. આથી મનને પોતાના ઉચ્ચ વિચારો દ્વારા પ્રસન્ન

અને સમુન્નત રાખવું જોઈએ. ઘરના બધા લોકોનું ખાસ કરીને પતિનું એ કર્તવ્ય છે, કે ગર્ભવતીની માનસિક પ્રસન્નતા વધારનાર સાધન અને અવસર પેદા કરતા રહે. મનોરંજનનાં સામાન્ય સાધનો યથાસંભવ તેના માટે ઉપલબ્ધ કરાવવાં જોઈએ. આ દિવસોમાં જેવા વિચાર માતાના મનમાં ઊઠે છે, તેવી જ બાળકની મનોભૂમિ બને છે. એટલા માટે મગજમાં ઉચ્ચ વિચારોનો પ્રવાહ ઊઠતો રહે તેના માટે ઉત્તમ વિચારોથી ભરેલાં પુસ્તકો અને જીવનચરિત્રોને વાંચવા-સાંભળવાનો પ્રબંધ વિશેષ રૂપથી કરવો જોઈએ. જે સ્ત્રીઓ ભણેલી-ગણેલી છે, તેઓ ઓછામાં ઓછો બે કલાકનો સમય પ્રેરણાપ્રદ જીવનનિર્માણનું સાહિત્ય વાંચવા માટે કોઈ પણ રીતે અવશ્ય સમય કાઢી લે. પતિનું, પરિવારના લોકોનું કર્તવ્ય છે કે કોઈ પુસ્તકાલયમાંથી અથવા ખરીદીને જેવી રીતે શક્ય હોય તેવી રીતે એમના માટે સાહિત્ય ઉપલબ્ધ કરાવે. અશિક્ષિત સ્ત્રીઓને તેમના ઘરવાળા ઓછામાં ઓછો એક કલાક એવી વસ્તુઓ સંભળાવ્યા કરે. કોઈ કથા, પુરાણ વગેરે સંભળાવવાથી આ પ્રયોજન સિદ્ધ નહીં થાય. જીવનની સમસ્યાઓને ઉકેલનારી વિચારધારા જે આપી શકે, તેવું સાહિત્ય જ યોગ્ય છે, કે તેનાથી બાળક કંઈક પ્રેરણા તથા પ્રકાશ પ્રાપ્ત કરી શકે.

આસ્તિકતાનું વાતાવરણ આ દિવસોમાં જળવાઈ રહેવું જોઈએ. આસ્તિકતાનો પ્રભાવ આત્મબળ વધારવા માટે અનુપમ ઉપાય છે. ઉપાસનાથી અંતઃકરણ શુદ્ધ થાય છે અને તેમાં દિવ્ય પ્રકાશ વધે છે. એટલા માટે ગર્ભવતીએ નિત્ય, નિયમિત રૂપે ઈશ્વર ઉપાસના અવશ્ય કરવી જોઈએ. ભારતીય ધર્મમાં ગાયત્રીને ઈશ્વરની સર્વોપરી ઉપાસના માનવામાં આવી છે. આ મહાશક્તિ સદ્બુદ્ધિની દેવી છે. ગાયત્રી જપથી સદ્બુદ્ધિનો ઉદય થાય છે. ભાવનાઓ શુદ્ધ થાય છે અને આંતરિક પ્રગતિનો પથ વિકસે છે. એટલા માટે જેને પૂરો ગાયત્રી મંત્ર યાદ હોય તેઓ પૂરો જપ કર્યા કરે, અશિક્ષિત સ્ત્રી “ૐ ભૂર્ભુવઃ સ્વઃ” એટલાથી પણ કામ ચલાવી શકે છે.

પતિ પરિવારનો પ્રતિનિધિ છે, પત્ની પતિના માધ્યમથી સાસરીમાં આવી છે, ગર્ભસ્થાપનાનો ઉત્તરદાયી પણ તે જ છે, એટલા માટે મુખ્ય આશ્વાસન તો પતિએ જ આપવું જોઈએ. ઘરના લોકોની અસહમતી હોવા છતાં પણ ઉપર્યુક્ત કર્તવ્યોનું પાલન કરવું જોઈએ, પણ એટલાથી જ વાત પૂરી થતી નથી. પરિવારના અન્ય લોકોનો પણ ગર્ભવતી પર પ્રભાવ રહે છે અને તેઓ પણ તેની શારીરિક, માનસિક કમ-વ્યવસ્થા બનાવવા-બગાડવામાં ઘણી હદ સુધી સહાય થતા હોય છે. એટલા માટે 'આશ્વાસન ક્રિયા'માં પરિવારના અન્ય લોકોને પણ સામેલ કરવા જરૂરી છે. પરિવારના અન્ય લોકોના હાથમાં એક એક ફૂલ આપવામાં આવે અને આશ્વાસન મંત્રની સાથે તેઓ ગર્ભવતીને એવું જ આશ્વાસન આપવાની ભાવના સાથે એ ફૂલને પ્રદાન કરે. ગર્ભવતી આ પુષ્પોને કૃતજ્ઞતાપૂર્વક શિરોધાર્ય કરે અને પોતાનું સાહસ અને સંતોષ વધારવા માટે એ આશ્વાસન-પુષ્પોને સાચવી રાખે. આ પ્રક્રિયામાં સાથે-સાથે પતિ જ નહીં, ઘરના બધા લોકોએ આ જવાબદારીનો અનુભવ કરવો જોઈએ, કે ભાવિ આત્માની શ્રેષ્ઠ સ્થિતિ બનાવવા માટે એ બધાએ પોત-પોતાનું યોગદાન કરવાનું છે.

## II આશ્વાસન II

ૐ યત્તે સુસીમે હૃદયે હિતમન્તઃ પ્રજાપતૌ ।  
મન્યેડહં માં તદ્વિદ્વાંસમાહ પૌત્ર મઘન્નિયામ્ ॥  
ચરૂપ્રદાન : સ્વીષ્ટકૃત હોમથી બચેલી ખીરને યજ્ઞના પ્રસાદ સ્વરૂપે ગર્ભવતીને આપવામાં આવે છે. આ 'ચરૂપ્રદાન' છે. આહુતિઓથી લઈને શ્રદ્ધાંજલિ સુધી કેટલીયે ક્રિયાઓ કરવી પડે છે, ત્યારે ચરૂપ્રદાનનો ક્રમ આવે છે. તેની વચ્ચેના સમયમાં એ બચેલી ખીરને ઢાંકીને એક બાજુ મૂકી દેવી જોઈએ, જેથી તે ઢોળાવાનો, ગંદી થવાનો તથા માંખો પડવાનો ભય ન રહે.

યજ્ઞમાં બચેલી ખીર યજ્ઞીય સંસ્કારોથી યુક્ત હોય છે. આ દેવતાઓનો પ્રસાદ પણ હોય છે. દશરથજીએ પુત્રેષ્ટિ યજ્ઞ કર્યો હતો ત્યારે યજ્ઞથી બચેલી ખીર જ

ત્રણે રાણીઓને ખવડાવવામાં આવી હતી. તેનાથી તેમને શ્રેષ્ઠ સંતાનો પ્રાપ્ત થયાં. આ યજ્ઞ ચરૂ ગર્ભસ્થ બાળકને સંસ્કારવાન બનાવવા માટે એક અદ્ભુત ઔષધિની જેમ પોતાનો પ્રભાવ પાડે છે.

દૂધ અને ચોખા બંનેના પૂર્ણ રીતે આત્મસાત્ થઈ જવાથી એક ત્રીજી વસ્તુ ખીર બને છે. તેને જીવન-યજ્ઞ, સમાજ-યજ્ઞની પૂર્ણતા માટે પ્રયોગ કરવામાં આવે છે. પતિ-પત્નીમાં જેટલો વધુ પ્રેમ, વિશ્વાસ અને સહયોગ હશે, તેટલા જ પ્રમાણમાં તેમનું સંમિશ્રણ નિર્માણ, સંતાનોત્પાદન સફળ રહેશે. આવા દંપતી જ સદ્ગુણી અને સુસંસ્કૃત બાળક ઉત્પન્ન કરી શકે છે. એવું જોવામાં આવ્યું છે કે જે સ્ત્રી-પુરુષોમાં પરસ્પર મનની મલિનતા, અસંતોષ અને અસહયોગ રહે છે, એકબીજાની ઉપેક્ષા અથવા અનાદર કરતા રહે છે, તો તેનો ખરાબ પ્રભાવ બાળકના શરીર અને સ્વભાવ પર પણ પડે છે. એવાં બાળકો મંદબુદ્ધિ, કુરૂપ તથા અનેક દોષ-દુર્ગુણોથી, રોગોથી સપડાયેલા જોવા મળે છે. સુસંતતિની આશા ત્યાં જ કરી શકાય છે, જ્યાં પતિ-પત્નીમાં અનન્ય પ્રેમ હોય. જેવી રીતે બંનેના રજ-વીર્યના સંમિશ્રણથી બાળકનું શરીર બને છે, એવી રીતે બંને વચ્ચેના પરસ્પર સંબંધોના મિશ્રણથી તેમનો સ્વભાવ અને માનસિક સ્તર બને છે. આ તથ્યને ચરૂ-પ્રદાનની પ્રક્રિયાના માધ્યમથી હૃદયંગમ કરાવવું જોઈએ. જો અત્યાર સુધી પારસ્પરિક સંબંધોમાં જરાક પણ તણાવ રહ્યો હોય તો આ દિવસોમાં તેને તરત જ સુધારી લેવો જોઈએ. પોતાના તરફથી જે ભૂલ થઈ રહી હોય, તેને શોધવાનો તથા સુધારવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ, સાથોસાથ ખામીઓને હસતાં હસતાં નિભાવવા અને પ્રેમપૂર્વક સુધારવા માટે સચેત રહેવામાં આવે, તો કટુતા અને ઉપેક્ષા સરળતાથી સ્નેહ-સહયોગમાં બદલાઈ શકે છે.

## II ચરૂપ્રદાન II

ૐ પયઃ પૃથિવ્યાં પય ઓષધીષુ પયો દિવ્યન્તરિક્ષે પયોધાઃ ।  
પયસ્વતીઃ પ્રદિશઃ સન્તુ મઘમ્ ॥ -યજુ. ૧૮/૩૬

## પ્રજ્ઞાપુરાણનો પ્રકાશ ઘેર-ઘેર પહોંચે

આ ભૌતિકવાદી યુગમાં ભારતીય સંસ્કૃતિ, ધર્મ તેમ જ ભક્તિનો જે જૂજ જુવાળ દેખાય છે એનું શ્રેય પુરાણોના કાળે જાય છે. હિન્દુ ધર્મને સંપૂર્ણ રીતે સમજવા માટે પુરાણ સાહિત્ય સંપૂર્ણ રીતે સમર્થ છે જેમાં ભારતીય ઇતિહાસ, ધર્મ, દર્શન, ભૂગોળ તથા પરંપરાઓનું સ્વરૂપ વિદ્યમાન છે. પુરાણ શબ્દનો અર્થ પુરાતન અથવા પ્રાચીન છે. પુરાતન ધર્મ, દર્શન તેમ જ સંસ્કૃતિના સંસ્થાપક હોવાના કારણે તેમનું એ નામ સાર્થક પણ છે. વિદ્વાનોના મત અનુસાર એમની સંખ્યા અઢાર છે અને ઉપપુરાણો અઢાર છે તથા જૈન ગ્રંથોમાં પણ ૨૪ પુરાણોનો ઉલ્લેખ છે. આધુનિક યુગમાં પરમપૂજ્ય આચાર્ય શ્રીરામ શર્માએ પ્રજ્ઞાપુરાણની રચના કરીને આ પરંપરાને નવીન જાગૃત ચેતનાના સ્વરૂપમાં પ્રસ્તુત કરી છે.

રચનાકારની દૃષ્ટિએ ભાગવત પુરાણ, પુરાણ પરંપરાનો અંતિમ ગ્રંથ છે. વેદ વ્યાસે તત્કાલીન પરિસ્થિતિઓ અનુસાર માનવીની મુક્તિ માટે એની રચના કરી હતી. પરંતુ વર્તમાન યુગમાં આધુનિક સમસ્યાઓના સમાધાન માટે પ્રજ્ઞાપુરાણની રચના કરવામાં આવી છે. આજના યુગમાં માનવીનું ચિંતન ભ્રષ્ટ થઈ જવાથી અનાસ્થા સંકટ ઉપસ્થિત થયું છે. તેથી સદ્બુદ્ધિની અધિષ્ઠાત્રી દેવી મહાપ્રજ્ઞા ગાયત્રીને પ્રજ્ઞાવતારરૂપે કલ્પીને આ કૃતિનું સર્જન કરવામાં આવ્યું છે. એમાં માનવીના ઉદય માટે જે સિદ્ધાંતોનું વિવેચન કરવામાં આવ્યું છે એ આ યુગ માટેનું એમનું અનુપમ દાન છે.

પ્રજ્ઞાપુરાણ પૌરાણિક શૈલીમાં લખેલ મહાન ગ્રંથ છે જેના ચારે ખંડોમાં લોકકલ્યાણની ભાવનાની અભિવ્યક્તિ છે. ‘પ્રજ્ઞા’ શબ્દનો અર્થ છે મેધા, બુદ્ધિ અથવા ઉત્કૃષ્ટ જ્ઞાન. આદર્શવાદી દીર્ઘદૃષ્ટિ તથા વિવેકશીલતાને જ પ્રજ્ઞા કહેવામાં આવે છે. આ યુગની

અગણિત સમસ્યાઓ દુર્બુદ્ધિના કારણે જ ઉદ્ભવી છે. તેથી પૌરાણિક શૈલીમાં કથા, ઉપકથાઓના માધ્યમથી સદ્બુદ્ધિનું સંચરણ કરવું એ આ રચનાનો હેતુ છે તથા અન્ય પુરાણોની જેમ પ્રજ્ઞાવતારના રૂપે સદ્પ્રજ્ઞાનું જાગરણ કરાવનારી આ રચનાનું નામ ‘પ્રજ્ઞાપુરાણ’ સર્વથા ઉચિત જ છે.

આ ગ્રંથ ચાર ખંડોમાં વિભાજિત છે. પ્રત્યેક ખંડના સાત અધ્યાય છે. પ્રથમ “આસ્થા સંકટ સમાધાન ખંડ”માં લોકકલ્યાણ જિજ્ઞાસા, અધ્યાત્મદર્શન, અજ્ઞા, અનુદાન ઉપલબ્ધિ, સંયમશીલતા તેમજ કર્તવ્યપરાયણતા, ઉદાર ભક્તિભાવના, સત્સાહસ, સંઘર્ષ તથા યુગાંતરીય ચેતના લીલા સંદોહ પ્રકરણ આ સાત અધ્યાયો છે. આ સાત અધ્યાયોને જીવનનાં સાત સોપાનો કહી શકાય. લોકકલ્યાણની ભાવનાથી પ્રેરિત થઈને માનવી આધ્યાત્મિકતા તરફ અગ્રેસર થાય છે. આત્મજ્ઞાનની જ્યોતિ જાગૃત થતાં ભગવાનના અનુદાન, વરદાનની વર્ષા થવા લાગે છે. પરંતુ ઈશ્વરની કૃપા પ્રાપ્ત કર્યા પછી અહંકારને કાબૂમાં રાખી સંયમશીલતાને અપનાવીને કર્તવ્યપરાયણતા જાળવવી એ જ માનવીનું કર્તવ્ય છે. આ કર્તવ્યપરાયણતાની ભાવના ભગવાન પ્રત્યેના ભક્તિભાવથી જ જાગૃત થાય છે અને જ્યારે ભક્ત નિષ્કપટ હૃદયથી ભગવાન પ્રત્યે સમર્પિત હોય છે ત્યારે ભગવાન પોતાની અદ્ભુત લીલા પ્રદર્શિત કરે છે અને માનવને આત્મસંતોષ, લોકસન્માન તથા ભગવત્કૃપાના ત્રિવિધ લાભો પ્રાપ્ત થાય છે.

દ્વિતીય ખંડનું નામ “મહામાનવ ખંડ” છે. એમાં ચોર્યાસી લાખ યોનિઓમાં ભટકીને માનવજન્મ પામનાર વ્યક્તિને મહામાનવ બનાવવાની પ્રેરણા આપવામાં આવી છે. એના સાત અધ્યાયોનો ક્રમ નીચે પ્રમાણે છે : માનવ-સમીક્ષા, ધર્મ-વિવેચન, સત્ય-વિવેક,



સંયમશીલતા, કર્તવ્યપરાયણતા, અનુશાસન, અનુબંધ, સૌજન્ય-પરાક્રમ તથા સહકાર-પરમાર્થ પ્રકરણ છે.

માનવજન્મ સૌભાગ્યની દેન છે. મનુષ્યને માનવતાનો બોધ ધર્મ દ્વારા જ થાય છે. ધર્મનો આધાર સત્ય છે અને સત્ય વિવેકશીલતા પર આધારિત છે. સત્યવાદી તથા વિવેકશીલ વ્યક્તિ જ સંયમને અપનાવીને કર્તવ્યપાલન કરવામાં સમર્થ બની શકે છે તથા અનુશાસન તેમ જ સૌજન્ય દ્વારા જીવનમાં આવનારી બાધાઓ સામે લડીને બધાને સંગઠિત કરી શકે છે. કહેવાનું તાત્પર્ય એ જ છે કે દિવ્ય ગુણોને અપનાવીને જ માનવ મહામાનવ બની શકે છે.

પ્રજ્ઞાપુરાણના તૃતીય ખંડને “પરિવાર ખંડ”ની સંજ્ઞા આપવામાં આવી છે. એમાં દૈનિક જીવનનો આદર્શ રજૂ કરવામાં આવ્યો છે. એના સાત અધ્યાયોમાં કુટુંબ-વ્યવસ્થા, ગૃહસ્થજીવન, નારી-માહાત્મ્ય, બાળ-નિર્માણ, વૃદ્ધજન-માહાત્મ્ય, સુસંસ્કારિતા-સંવર્ધન તેમજ વિશ્વપરિવાર જેવાં પ્રકરણોનો સમાવેશ કરવામાં આવ્યો છે. એમાં વિશ્વકુટુંબ તથા “વસુધૈવ કુટુંબકમ્”ની ભાવના જાગૃત કરવામાં આવી છે, જે ભારતીય સંસ્કૃતિનો મુખ્ય આદર્શ છે.

ચતુર્થ ખંડને ‘દેવ સંસ્કૃતિ’ની સંજ્ઞા આપવામાં આવી છે. દેવ સંસ્કૃતિ જિજ્ઞાસા પ્રકરણમાં વર્ણાશ્રમ ધર્મ તેમ જ સંસ્કારપર્વના મહત્વને પ્રતિપાદિત કરવામાં આવ્યો છે કારણ કે પ્રાચીન આદર્શો અનુસાર વર્ણાશ્રમ પરંપરાના પાલન દ્વારા સંસ્કારો પામીને સુસંસ્કૃત બનેલ માનવી જ જીવનલક્ષ્યને પ્રાપ્ત કરી શકે છે. તીર્થ દેવાલય પ્રકરણમાં તીર્થસ્થાનો તેમ જ મંદિર સ્થાપનાનો ઉદ્દેશ પ્રતિપાદિત થયો છે. મરણોત્તર જીવનમાં સ્વર્ગ, નર્ક, મોક્ષ તેમ જ પુનઃજન્મનો ઉલ્લેખ નવીન દૃષ્ટિકોણ દ્વારા પ્રસ્તુત કરવામાં આવ્યો છે. પોતાના કર્મ તથા ચિંતન દ્વારા મનુષ્ય આ જીવનમાં જ સ્વર્ગ-નર્કનાં સુખ-દુઃખોનો અનુભવ કરે છે તેમ જ પરલોક તથા પુનર્જન્મની ભાવના એને સન્માર્ગ પર ચાલવાની પ્રેરણા પ્રદાન કરે છે. એ જ કારણસર એ શ્રદ્ધાવાન બને છે.

આજના આ વૈજ્ઞાનિક તથા ભૌતિકવાદી યુગમાં મનુષ્ય તર્કવાદી બની ગયો છે અને અશ્રદ્ધાના સંકટથી ત્રસ્ત થઈને પોતે જ કષ્ટ ભોગવી રહ્યો છે. આ સંકટથી મુક્તિ પામવા માટે ગાયત્રી ઉપાસનાની જરૂર છે, જે પ્રજ્ઞાવતાર સ્વરૂપે દેવસંસ્કૃતિના અમરત્વનું પાન કરાવીને માનવીને દેવમાનવ બનાવવામાં સમર્થ સાબિત થઈ શકે એમ છે.

ભારતીય વિદ્વાનો તેમ જ ઋષિઓએ કઠોર તપસ્યા-સાધના દ્વારા ધર્મનો સાક્ષાત્કાર કરીને વ્યક્તિના ચરિત્રનિર્માણ માટે જે શાશ્વત સિદ્ધાંતોની ઘોષણા કરી હતી એ જન્મ-જન્માંતર સુધી માનવીને અનુશાસિત કરે છે. એમણે સૂક્ષ્મ તેમ જ દીર્ઘદૃષ્ટિયુક્ત દૃષ્ટિકોણ અપનાવીને માનવીના સામાજિક જીવનને બ્રહ્મચર્ય, ગૃહસ્થ, વાનપ્રસ્થ તથા સંન્યસ્ત જેવા ચાર આશ્રમોમાં વિભાજિત કર્યું હતું.

પૂજ્ય આચાર્ય શ્રીરામ શર્માએ અનેક આર્ષ ગ્રંથોનાં ઉદાહરણો દ્વારા પ્રમાણિત કર્યું છે કે પ્રાચીન-કાળમાં કર્મપરિવર્તનના આધારે વર્ણ પરિવર્તિત થયા છે. ઉચ્ચ કર્મ કરીને શૂદ્ર પણ બ્રાહ્મણ કહેવાઈ શકે છે તથા નીચ કર્મ કરીને બ્રાહ્મણ પણ શૂદ્ર બની શકે છે. એમણે પ્રત્યેક વ્યક્તિને રાષ્ટ્રના જાગૃત પુરોહિત બનીને બ્રાહ્મણજીવન વ્યતીત કરવાનો સંદેશ આપ્યો છે. આ જન્મ-જાતિ ક્રમપ્રથાને સમાપ્ત કરીને પ્રાચીન ઋષિઓની જેમ માનવતાના સિદ્ધાંતો અપનાવીને દેશની ઉન્નતિ સંભવ છે એ માટે એમણે યુગ નિર્માણ યોજનાનો સંકલ્પ લીધો અને સમસ્ત વિશ્વને ચંકેસૂત્રમાં બાંધવાનો સફળ પ્રયાસ કર્યો છે.

ભારતીય સંસ્કૃતિના પુનરુદ્ધારનો સંકલ્પ લઈને પરમપૂજ્ય ગુરુદેવે આ સમયમાં ફરીથી આશ્રમ-વ્યવસ્થાને પ્રચલિત કરવાનો સંદેશ આપ્યો છે. એમના મત અનુસાર ગુરુકુળ વ્યવસ્થા ન હોવાથી છાત્રોના ચારિત્ર્ય-નિર્માણ પર અધિક ધ્યાન આપવું જરૂરી છે. દાંપત્યજીવનમાં ગૃહસ્થાશ્રમને તપોવન સમજીને પ્રત્યેક ગૃહસ્થે પોતાની જવાબદારીઓ નિભાવવાનો પ્રયત્ન

કરવો જોઈએ તેમ જ વૃદ્ધાવસ્થામાં વાનપ્રસ્થાશ્રમ ગ્રહણ કરી સાપ્તાહિક સત્સંગ, સામૂહિક યજ્ઞ, દલિતોદ્ધાર સેવા અથવા શિશુ ચરિત્રનિર્માણનું કાર્ય કરી આત્મકલ્યાણ તેમ જ વિશ્વકલ્યાણ તરફ અગ્રેસર થવું જોઈએ.

પ્રજ્ઞાપુરાણકારે પ્રાચીન સંસ્કારોમાં થોડું પરિવર્તન કરીને આ યુગની આવશ્યકતા અનુસાર દસ સંસ્કારો અતિ મહત્વપૂર્ણ દર્શાવ્યા છે. જેમાં પુંસવન, નામકરણ, અન્નપ્રાશન, વિદ્યારંભ વગેરે મુખ્ય છે. એ સિવાય વિવાહ-દિવસોત્સવ તેમ જ જન્મ-દિવસોત્સવને ઘણું મહત્વ આપ્યું છે. આ દિવસે યજ્ઞ વગેરે સંપન્ન કરીને માનવીએ સન્માર્ગ પર ચાલવાનો સંકલ્પ લેવો જોઈએ.

પર્વોત્સવની પ્રાચીન પરંપરા પણ સંસ્કાર-સંવર્ધનમાં સહાયક છે કારણ કે આ પર્વો દેવતાઓ, અવતારો, મહાપુરુષોની પ્રેરણાદાયક સ્મૃતિઓ પર આધારિત છે. પર્વો ધર્મપ્રેરણાઓની અખૂટ મૂડી છે. એ ધર્મ માટે ફના થવાની પ્રેરણા આપે છે, તેમ જ સામૂહિકરૂપે ઊજવાતા હોવાથી રાષ્ટ્રીય સંગઠનના પાયાને સુદૃઢ બનાવવામાં સહાયક બને છે. પ્રજ્ઞા-પુરાણમાં બધા જ સંપ્રદાયોવાળા મળીને આ પર્વો ઊજવે એવો અનુરોધ કરવામાં આવ્યો છે.

આ સંસ્કારો તેમ જ તહેવારોને ઊજવવા માટે આચાર્યજીએ યજ્ઞાદિકર્મને ઘણું મહત્વ આપ્યું છે. આ ગ્રંથમાં યજ્ઞને વ્યાપક રૂપમાં લેવામાં આવ્યો છે. અવસર પ્રમાણે દીન-દુઃખીની સેવા કરવી, દેશના સંરક્ષણ અને પરોપકાર માટે તન-મન-ધન ન્યોછાવર કરવા એ યજ્ઞનું સર્વોત્તમ વાસ્તવિક રૂપ છે. તેથી જ નેત્રદાન અને ભૂદાનને યજ્ઞની સંજ્ઞા આપવામાં આવી છે. આચાર્યજીએ આ સમયે પણ પરિસ્થિતિઓ સમય તેમ જ સાધનોની સુવિધા અનુરૂપ દીપયજ્ઞોની નવીન પરંપરાને પ્રોત્સાહન આપ્યું. આ વિધિ સમસ્ત સંપ્રદાયોના એકત્રીકરણમાં વિશેષ સહાયક બની રહી છે, કારણ કે દીપમંદિર, મંદિર, ગુરુદ્વારા કે ચર્ચમાં બધે જ પ્રગટાવવામાં આવે છે. આ ઉપરાંત આ યજ્ઞ ઓછા સમયમાં તથા નાનાં

સ્થાનોએ પણ સંપન્ન કરી શકાય છે તથા લાખોની સંખ્યામાં એકત્રિત જનસમુદાયમાં પણ એનું સંચાલન સફળતાપૂર્વક થઈ શકે છે.

આ યજ્ઞ-શૃંખલામાં એમણે અશ્વમેધ યજ્ઞને રાષ્ટ્રીય એકતા માટે મહત્વપૂર્ણ ગણાવ્યો છે. મહાપ્રજ્ઞા ગાયત્રીને ભારતીય સંસ્કૃતિના ઉદ્ભવકેન્દ્ર જ્ઞાન-ગંગોત્રીને તથા ભારતીય ધર્મના પિતા તરીકે યજ્ઞને સ્વીકાર્યો છે. સૃષ્ટિ વિધાતાની સર્વશ્રેષ્ઠ કૃતિ છે. તેથી એ એને નાશ પામતી નથી જોઈ શકતો. પરંતુ જ્યારે જ્યારે માનવી પોતાનાં દુષ્કર્મોથી પ્રકૃતિને લૂંટે છે ત્યારે એણે કોપાયમાન થઈને અતિવૃષ્ટિ, અનાવૃષ્ટિ, ભૂકંપ, વિસ્ફોટ જેવા ઉત્પાતો સર્જવા પડે છે. આજકાલ તો વૈજ્ઞાનિક પ્રગતિના માધ્યમથી દુર્બુદ્ધિગ્રસ્ત માનવીએ અણુબૉમ, એટમબૉમ વગેરેનું નિર્માણ કરીને સ્વયં મહાપ્રલયને આમંત્રિત કર્યો છે. જો માનવી પાસે સદ્બુદ્ધિ હોય તો વિજ્ઞાનનો આવિષ્કાર પણ વરદાન બની શકે છે.

આધ્યાત્મિક શક્તિ પ્રાપ્ત કરીને જ એ અલૌકિક આનંદની અનુભૂતિ કરી શકે છે. આ જ સંદેશ આર્ય-સંસ્કૃતિનો મૂળ આધાર છે તથા પ્રજ્ઞાપુરાણમાં પણ આચાર્યજીએ માનવીને આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવા માટે જીવનદેવતાની ઉપાસના કરવાની પ્રેરણા આપી છે.

સદ્પ્રજ્ઞાની જાગૃત ચેતના સ્થૂલ, સૂક્ષ્મ તથા કારણ શરીરને આલોકિત કરે છે અને માયાનું આવરણ હટી જાય છે. એ જ વખતે જીવાત્મા-પરમાત્માના સાક્ષાત્કારના અવર્ણનીય આનંદની અનુભૂતિ કરે છે. આ જ વર્ણન પુરાણોનો મુખ્ય વિષય છે. આ જ અવતારોના નામ પર પુરાણોનું નામકરણ પણ થયું છે.

પ્રજ્ઞાપુરાણના ૨૪ અવતારોને ગાયત્રીમંત્રના ચોવીસ અક્ષરોના સ્વરૂપે સ્વીકારાયા છે તથા દસ અવતારોમાં અંતિમ અવતાર કલ્કિને નિષ્કલંક માનીને પ્રજ્ઞાવતારના રૂપમાં ચિત્રિત કરવામાં આવ્યા છે. પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવે કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ, મદ વગેરે નિરાકાર અસુરોનો વિનાશ કરવા માટે પ્રજ્ઞાવતારની

કલ્પના કરી છે. એને બુદ્ધાવતારના પૂરક કહી શકાય. “બુદ્ધ શરણમ્ ગચ્છામિ”થી સદ્બુદ્ધિનું શરણ, “ધર્મ શરણમ્ ગચ્છામિ”થી ધર્મની સ્થાપના તેમ જ “સંઘમ્ શરણમ્”થી સંગઠનનું તાત્પર્ય છે. સદ્બુદ્ધિ તથા ધર્મના શરણે જઈને જ સંઘની સ્થાપના થઈ શકે છે અને માનવી દુઃખોથી મુક્તિ પામી શકે છે.

મનુષ્યને આ જન્મનાં કર્મોનું ફળ આવતા જન્મમાં ભોગવવું પડશે એ વિચાર નિશ્ચિતરૂપે દુષ્કર્મોથી વિમુખ કરી શુભ કર્મ કરવાની પ્રેરણા આપે છે. આ પુનર્જન્મના આધારે જ ભારતીય સંસ્કૃતિમાં શ્રાદ્ધ પરંપરા પણ પ્રચલિત છે. સદ્ભાવનાના તરંગો સૌને તૃપ્ત કરે છે. તેથી દેવ સંસ્કૃતિમાં ઋષિ-તર્પણ, દેવ-તર્પણ, માનવ-તર્પણ, પિતૃ-તર્પણ, યમ-તર્પણ ઇત્યાદિનું વર્ણન અન્ય પુરાણોની જેમ પ્રજાપુરાણમાં પણ ઉપલબ્ધ છે. પ્રજાપુરાણમાં ભારતીય સંસ્કૃતિનાં સમસ્ત નૈતિક તત્ત્વોનું નિરૂપણ કરવામાં આવ્યું છે. આ ગ્રંથ માનવને મહામાનવ, દેવમાનવ બનવાની પ્રેરણા આપે છે તેથી એમાં સત્ય, દાન, દયા, ઉદારતા, પરોપકાર, કૌટુંબિક આદર્શ તથા વિશ્વકલ્યાણની ભાવનાઓનો સંપૂર્ણ સમાવેશ છે.

પૂજ્યવરે ધનદાનની સાથે સાથે સમયદાન કરનારાની ગણના શ્રેષ્ઠ દાનીઓમાં કરી છે. ચિંતનના માધ્યમ દ્વારા વિદ્વાનો સમાજમાં કાંતિ લાવી શકે છે. પોતાની કાર્યકુશળતા તેમજ પ્રતિભા દ્વારા ચિકિત્સક રોગીઓનો ઉપચાર કરી શકે છે તથા અધ્યાપક છાત્રોને નૈતિક શિક્ષણ આપીને એમનું ચારિત્ર્યનિર્માણ કરી શકે છે. પ્રતિભાશાળી તેમ જ ચારિત્ર્યનિષ્ઠ વ્યક્તિ પોતાની સદ્વાણીનો સદુપયોગ કરી દુરાચારીને પણ સદાચરણનું શિક્ષણ આપી પુણ્યના ભાગીદાર બનાવી શકે છે. સત્પરામર્શ, વિદ્યાનું દાન પણ અપૂર્વ દાન છે જે આપવાથી નિરંતર વધે છે. નેત્રદાન, ભૂદાન વગેરે મહાપણની શ્રેણીમાં આવે છે તેથી આ પ્રકારની દાનશીલતાનું વર્ણન કરી પ્રજાપુરાણમાં સમયદાન, અંશદાન આપવાની પ્રેરણા આપવામાં આવી છે. આ

કરુણાની ભાવના જ ઉદારતા, દાનશીલતા તેમ જ પરોપકારની જનની છે. પ્રજાપુરાણમાં આ ભાવનાને જાગૃત કરવાનો પ્રયાસ વિવિધ કથાઓ, આખ્યાનો દ્વારા કરવામાં આવ્યો છે.

પ્રજાપુરાણમાં કૌટુંબિક આદર્શને ઘણું વધારે મહત્ત્વ આપવામાં આવ્યું છે. માનવજીવનની સર્વાંગી સુવ્યવસ્થા માટે કૌટુંબિક જીવન પ્રથમ સોપાન છે. એક જ ઘરમાં રહેવા છતાં પણ પરસ્પર પ્રેમનો અભાવ હોય તો એને કુટુંબ કહી શકાય નહિ. એનાથી ઊલટું જો કેટલાક સજ્જનો ઉચ્ચ ઉદ્દેશ્યને લક્ષ્ય બનાવી સદ્ભાવનાપૂર્વક એકસાથે રહે છે તો એ કુટુંબ-પરિવાર કહેવાશે. આચાર્ય શ્રીરામ શર્માજીએ આ જ સિદ્ધાંતના આધારે ગાયત્રી પરિવારની સ્થાપના કરી છે જેની સંખ્યા હાલમાં કરોડો સભ્યોની છે. વાસ્તવમાં આ મહત્તા એ ભાવના તેમ જ નિષ્ઠાની છે, જે એવી પ્રક્રિયા અપનાવતાં “વસુધૈવ કુટુંબકમ્”માં પરિણત થઈ જાય છે. આ જ ભાવના લોકકલ્યાણમાં પરોવે છે. પ્રજાપુરાણમાં લખેલી કથાઓ માનવીને સન્માર્ગ પર ચાલવાની પ્રેરણા પ્રદાન કરવામાં સમર્થ છે. આ ગ્રંથમાં આર્યસંસ્કૃતિના જાગરણનો ઉદ્દોષ છે. એને આધુનિક યુગની ગીતા કે રામાયણ કહી શકાય.

નોંધ :

અમારા સર્વ ભાઈ-બહેનોને અનુરોધ છે કે પ્રજાપુરાણના ચારે ખંડો અહીં ઉપલબ્ધ છે. ઘેર ઘેર દરરોજ થોડો સમય કાઢીને સામૂહિકરૂપે એકઠા થઈને એની કથા કહેવી અને સાંભળવી જોઈએ. ગુરુદેવે કહ્યું હતું કે જે પરિજનો મારું સંપૂર્ણ સાહિત્ય વાંચી શકતા નથી તેઓ પ્રજાપુરાણ વાંચી લે. હવે નિયમિતરૂપે પ્રજાપુરાણ પર નિબંધો પ્રકાશિત કરતા રહીશું. આશા છે પરિજનો નવાં ભાઈ-બહેનોને એની સૂચના આપીને જાન્યુઆરીથી જ પત્રિકાના સભ્ય બનાવવાનો પ્રયાસ કરે કે જેથી વિષયવસ્તુમાં તારતમ્ય જળવાઈ રહે.

## છોકરી જોવા જાય ત્યારે શું જુઓ છો ?

જ્યાં સુધી છોકરો છોકરીને જોઈને પસંદ ના કરે ત્યાં સુધી લગ્ન અંગેની તમામ વાતોને ઉપરછલ્લી જ ગણવામાં આવે છે. પહેલાં તો માબાપ કે વડીલો છોકરી જોવા જઈ આવતા, પણ હવે બદલાયેલા જમાનામાં છોકરો છોકરી જોવા જાય તેવો રિવાજ ચલણમાં આવ્યો છે. હવે છોકરી જોવા જવાનો શિરસ્તો, લગ્ન પહેલાં સગાઈના રિવાજ જેટલો પ્રચલિત બની ગયો છે.

કન્યાને ત્યાં જ્યારે ભાવિ મૂરતિયો છોકરી જોવા જતો હોય છે ત્યારે કન્યાના વડીલોનું વધુ પડતું ધ્યાન તેને વધુમાં વધુ દેખાવડી બનાવીને રજૂ કરવામાં જ રહેલું હોય છે. છોકરો શું જુએ છે ? - વ્યક્તિત્વ. ના વ્યક્તિત્વની કસોટી બેચાર કાણોમાં નથી થઈ જતી, અને બે-ચાર દિવસમાં પણ ના થઈ શકે. કદાચ કોઈ કુશળ માનસશાસ્ત્રી આટલા સમયમાં અન્યનું વ્યક્તિત્વ જાણી શકે તો ભલે. બાકી કન્યાને જોવા આવનાર છોકરાઓ કાંઈ મનોવૈજ્ઞાનિકો તો હોતા નથી.

કદાચ મનોવૈજ્ઞાનિક હોય તો પણ એ સમયે તેમનો અભિગમ છોકરીના સ્વભાવને જાણવા-પરખવાનો હોતો નથી. મોટેભાગે જોતી વખતે તેઓ છોકરીનાં રંગરૂપ કેવા છે ? તે સુંદર દેખાય છે કે નહીં ? આ જ દૃષ્ટિકોણથી છોકરી જોવા જતા હોય છે. એમ માનો કે છોકરાઓ માત્ર છોકરીના ચામડીનો ઊજળો રંગ જોવા જ જતા હોય છે. અને એના આધારે જ એમનો અભિપ્રાય આપતા હોય છે.

છોકરી જોઈએ એવી ગુણવાન છે કે નહીં તે જોવા જવાનું હોય છે, એમ કહેવાય છે તો ખરું. એનો સ્વભાવ અનુકૂળ જણાય છે કે પ્રતિકૂળ ? તેમાં કોઈ અવગુણ કે ખોડામાંપણ તો નથી ને ? આ બધું જોવાનું

કહેવાય તો છે. પરંતુ આ બધી વાતો ખોટી છે. જો ગુણ અને સ્વભાવની અનુકૂળતા પારખવાનો ઉદ્દેશ્ય હોય તો એની કસોટી શું ? કાંઈ નક્કી નહીં અને કદાચ થોડીઘણી કસોટીઓ હોય તો પણ એક નજરમાં કેટલું જોઈ-માપી શકાય ? છોકરીને ચા-નાસ્તો આપવાના બહાને બધા લોકોની સામે બહાર બોલાવવામાં આવે છે અને તરત જ લજજાઈને સંકોચવશ પાછી જતી રહે છે. એટલી જ કાણોમાં વ્યક્તિત્વની કસોટી કરી રીતે થઈ જતી હશે ? એ કાંઈ સમજાતું નથી.

જોઈને આવ્યા પછી છોકરાને છોકરી પસંદ આવી હોય તો તે તેના કુટુંબીજનોને કહી દે છે કે પસંદ છે અને જો નાપસંદ થઈ હોય તો વાંકગુના જણાવાય છે તે કાંઈક આવી હોય છે - છોકરી શ્યામ રંગની છે, તેનું નાક ચપટું છે, ઠીંગણી છે, જાડી છે, આંખો ત્રાંસી છે વગેરે. આનાથી સાબિત થાય છે કે છોકરો પોતાની જીવનસાથી તરીકે કોઈ રમણી-સુંદરીને-જોવા ગયો હતો અને એ તેમાં પસંદ કે નાપસંદ થઈ છે.

વડીલો છોકરી જોવા જાય ત્યારે તેમનો દૃષ્ટિકોણ 'છોકરી' જોવાનો નહીં પણ પોતાના ઘર માટે સુશીલ 'વહુ' શોધવાનો હોય છે. ઘરની સ્ત્રીઓ છોકરીનાં રૂપરંગ જોતાં જોતાં ઘરની આંતરિક સ્થિતિનો ક્યાસ કાઢવા પ્રયત્ન કરતી હોય છે, જેથી દહેજમાં શું અને કેટલું આપી શકશે તેનો અંદાજ આવે કારણ કે એ તો પરિવારની સ્થિતિ ઉપરથી જ નક્કી થવાનું છે. સ્ત્રીઓ પોતાની ભાવિ વહુનાં રૂપરંગને જોતાં જોતાં તેણે પહેરેલી સાડી અને અન્ય પરિધાનોનું મૂલ્યાંકન કરી લે છે અને એના જ આધારે પરિવાર સંપત્તિ છે કે ગરીબ તેનો અભિપ્રાય આપતી હોય છે. ત્યાંથી દહેજમાં શું



માંગવાની અને શું મળી શકવાની આશા રાખી શકાય એનો જ વિચાર કરતી હોય છે.

છોકરાઓ રૂપરંગને જુએ છે તો કુટુંબના વડીલો આર્થિક સ્થિતિનું અનુમાન બાંધે છે. બંનેમાંથી એકેય જીવનસાથીની શોધ કરવા માટે કે ઘર માટે સુયોગ્ય ગૃહિણીને જોવા-પારખવા નથી જતા. જ્યારે સુખી દાંપત્યજીવન અને પારિવારિક જીવન માટે એને જે મહત્વ આપવું જોઈએ. કેટલીયે લાયક, ગુણસંપન્ન, સુશીલ, સંસ્કારી અને સુશિક્ષિત છોકરીઓ પણ દહેજની શક્યતા ન જણાવાને કારણે નાપસંદ થતી જોવા મળે છે. છોકરાઓ આ બધા ગુણો ધરાવતી હોય પણ બહુ રૂપાળી ન હોય તો છોકરીને નાપસંદ કરતા હોય છે અને રૂપાળી, સુંદર, ગોરી અને સુરોળ બાંધાની છોકરીઓને તેમના નાનામોટા દુર્ગુણો પ્રત્યે આંખમીચામણાં કરીને પસંદ કરી લેવામાં આવે છે. ધરના મોટાભાગના લોકો માટે દહેજ એ જ અગત્યની બાબત બની રહે છે.

આવી રીતે કરાતી જીવનસાથીની પસંદગી એ શુદ્ધ બુદ્ધિના નિર્ણયને બદલે વેપાર કે ખરીદી જેવા બની રહે છે. સવાલ એ થાય છે કે આ પ્રપંચને ભેદવો શી રીતે? તો સૌથી પહેલાં આપણે છોકરી જોવા જવાની વાતથી જ આરંભ કરવો પડશે. સુંદરતા એ એક ઉમદા વસ્તુ છે, પણ તે ચામડીની નહીં, વ્યક્તિત્વની હોય તો. ગોરી ચામડી કે સુંદર રૂપ થોડીક ક્ષણો પૂરતાં આંખોને ભલે નયનરમ્ય લાગે, પણ સદ્ગુણો અને સારા સ્વભાવ વગર એ બોજા સમાન લાગે છે.

તો પછી શું છોકરી જોવા જવાનું બંધ કરવું? છોકરી જોવી પણ જરૂર નથી અને એ રિવાજ પણ પાળવાલાયક નથી, એ ખાસ ધ્યાનમાં રાખવું જોઈએ. સવાલ છોકરીને જોવા કે ન જોવાનો નથી. સવાલ એ છે કે આપણે છોકરીમાં શું જોઈએ છીએ? રૂપરંગ?

તો એનો કોઈ અર્થ નથી કારણ કે એની ચમકદમક અને આકર્ષણ થોડા દિવસ પૂરતાં જ રહેવાનાં છે. ધરસંસારની ગાડી પતિ-પત્ની બંનેથી ચાલે છે. એકના વગર બીજાની કોઈ ક્ષમતા નથી અને ગૃહસ્થજીવનની ધરી સુંદરતા કે કમનીયતા પર નહીં, પરંતુ પ્રેમ, સેવા, સહકાર અને અનુકૂલન ઉપર ટકેલી છે.

જે. રીડ નામના માનસશાસ્ત્રીએ એક પુસ્તક લખ્યું છે - 'ટુવર્ડ ક્રિએટિવનેસ ઓફ હ્યુમન રિલેશન્સ'. તેમણે એ પુસ્તકમાં માનવીય સંબંધો કયા આધારે મજબૂત બને છે તે દર્શાવ્યું છે. તેમના જણાવ્યા મુજબ દરેક જાણ બીજાની રચના જોઈને સામાન્ય રીતે આકર્ષાય જ છે. નજીક આવવાથી એ સંમોહન નાશ પામે છે અને પછી માત્ર અરસપરસનો વ્યવહાર જ મેળમિલાપનો આધાર બની રહે છે. ધીમે ધીમે વ્યવહારોના માધ્યમથી બંને જણ એકબીજાના ચરિત્રક્ષેત્રમાં (વર્તણૂકમાં) પ્રવેશે છે. જો એમાં કોઈ ત્રુટિ જણાય તો વ્યવહારકુશળતા પણ એક બાજુ રહી જાય છે. વિચારો, ઈચ્છાઓ અને ઉદ્દેશ્યોનું ક્ષેત્ર એનાથી વધુ ઊંડું છે. જો એમાં સમન્વય (અનુકૂલન) સધાઈ જાય તો સંબંધ અસાધારણ રીતે મજબૂત બને છે, નહીંતર નજીક હોવા છતાંય પરાયાપણું લાગ્યા કરે છે. જો એમને એમ ચાલતું રહે તો ધૃણા અને કડવાશને કારણે બંને જીવનમાં ઝેર ઘૂંટાયા કરે છે.

રીડના મનોવૈજ્ઞાનિક માપદંડ મુજબ લગ્ન પહેલાં જો પારખવા જેવી કોઈ વસ્તુ હોય તો તે છે - અનુકૂલન.. પરંપર તો વર-કન્યાના સ્વભાવ અન્યોન્યને કેટલા અનુકૂળ છે? તેમના ગુણો કેટલા મળતા આવે છે? તેઓ એક બીજા પ્રત્યે સહિષ્ણુતા રાખી શકે એમ છે કે નહીં- આ બધી બાબતો પારખવા યોગ્ય છે. મોટેભાગે એવું જોવા મળે છે કે પત્ની તો પતિની દરેક સારી-નરસી ટેવો સહન કરી લે છે અને પોતાની જાતને

પતિના બીબામાં ઢાળી લેતી હોય છે. વાકું તો પતિને પડે છે. એટલા માટે કન્યા કરતાં તો મૂરતિયાની પરખ કરવાનું વધારે જરૂરી છે. માનવીય સંબંધો વગેરેની વ્યાખ્યા કરનાર મનુએ એટલા માટે જ કહ્યું છે કે - વિરોધી સ્વભાવવાળા, જડ પ્રકૃતિવાળા, અયોગ્ય કે અકર્મણ્ય(નકામા) છોકરા સાથે છોકરીનાં લગ્ન કદી કરવાં ન જોઈએ, ભલે કન્યાને જીવનભર કુંવારી રાખવી પડે. મેળ ન ખાતો હોય તેવા મૂરતિયા સાથે લગ્ન કરવા કરતાં કુંવારા રહેવું એ વધુ ઉત્તમ છે.

એટલા માટે એકલી છોકરીનાં જ રૂપરંગ, ગુણ કર્મ કે સ્વભાવ પારખવા કરતાં છોકરાની પણ પરખ કરી લેવી વધારે જરૂરી છે. છોકરાના ગુણ, કર્મ અને સ્વભાવ ચકાસતી વખતે વધારે હોશિયારીની (ચોકસાઈની) જરૂર છે. આ બાબતે વડીલોએ પણ કન્યાપક્ષની આર્થિક સ્થિતિનો તાગ કાઢવા નહીં પણ ત્યાંના વાતાવરણનો અભ્યાસ કરવા જવું જોઈએ એટલું મનમાં સ્પષ્ટ રાખવું જોઈએ. દરેકમાં ઓછામાં ઓછી એટલી સમજણ તો હોય છે જ કે, ધરના લોકોનો વ્યવહાર અને રીતભાત, બેસવા-ઊઠવાની રીત,

પાડોશીઓ વિષેનો તેમનો દૃષ્ટિકોણ, ધરના સભ્યોમાં આત્મીયતા, પ્રેમ અને સદ્ભાવ વગેરે જોઈને નિર્ણય કરવો જોઈએ. આ બાબત વરપક્ષ અને કન્યાપક્ષ બંનેએ ધ્યાનમાં રાખવી જોઈએ.

ઓછામાં ઓછું દીકરીવાળાઓને તો પોતાની છોકરીનું પ્રદર્શન કરવામાં સંકોચ થવો જ જોઈએ. લાડકોડથી મોટી કરેલી પોતાની દીકરીને કોઈ માત્ર સુંદરતાની કસોટી વડે પસંદ કરીને પત્ની બનાવી પણ લે તો એવા છોકરા પાસેથી દીકરીને શું સુખ મળવાનું? એટલા માટે એકબીજાની કસોટીનો આધાર મનોવૈજ્ઞાનિક હોય તો વધારે સારું. સાચા સૌંદર્યને પારખવાની કસોટી પણ એ જ છે. આવા રિવાજની શરૂઆત છોકરાવાળા પોતાના ઘરથી જ કરશે તો સ્વાભાવિક જ તેમને પણ તેમની દીકરી માટે આવી જ વિચારધારાવાળું સજ્જન કુટુંબ મળી આવશે. લગ્નને લગતા બધા આડંબરો, નખરાઓ, કુરિવાજો, દહેજ વગેરેનો બહિષ્કાર એ વિચારક્રાંતિનું એક મહત્ત્વનું અંગ છે. આપણી આજની પેઢીએ આ શુભકાર્યની શરૂઆત અત્યારથી કરી દેવી જોઈએ.

વિશ્વની અનેક સમસ્યાઓ તેમની સામે છે. વ્યક્તિગતરૂપથી તેમણે પોતાના માટે સ્વર્ગ અને મુક્તિ કે રિદ્ધિ અને સિદ્ધિની ક્યારેય ઈચ્છા નથી કરી. ધર્મપ્રેમી વિશુદ્ધ બ્રાહ્મણનું આદર્શજીવન બનાવવું અને નિભાવવું એટલી જ એમની વ્યક્તિગત મહત્ત્વાકાંક્ષા છે. બાકી તો તેઓ જે કંઈ કરે છે, વિચારે છે તેમાં લોકહિત અને ધર્મસેવાની ભાવનાઓ જ મુખ્ય રૂપમાં રહે છે. તપસાધનાના સમયે પણ એમની સામે આવા જ પ્રશ્નો છે. ભારતની પ્રાચીન અધ્યાત્મવિદ્યાઓ એક-એક કરીને લુપ્ત થઈ ગઈ કે થતી જઈ રહી છે. તેમની ખોજ કરવી જરૂરી છે. હવે વેદમંત્રોના વૈજ્ઞાનિક અને આધ્યાત્મિક કાર્યોને પ્રકાશમાં લાવવાનું બાકી છે. આ કાર્ય સૂક્ષ્મ યોગદૃષ્ટિ પ્રાપ્ત થવાથી જ શક્ય બની શકે છે. એ દૃષ્ટિ તપસાધના સિવાય બીજી કોઈ પણ રીતે મળી ના શકે.

## ભોજનમાં પણ પારાવાર ગેરસમજ !

મનુષ્યનું શરીર મનુષ્યની સૌથી વધુ નજીક રહેતું, ઉપયોગી અને સૌથી વધુ વફાદાર છે. તેની ઉપર સવારી કરીને જ જીવનયાત્રાની લાંબી મજલ કપાય છે. શરીર-રૂપી વૈભવના આધારે જ સારી અભિલાષાઓ પૂરી કરવાની તક મળે છે. જ્યાં સુધી તે સારું હોય ત્યાં સુધી જ શાંતિથી જીવવાનું, જુદા જુદા સ્વાદ ભોગવવાનું અને પ્રગતિ કરે રાખવાનું શક્ય બને છે. તેમાં ખરાબી ઉત્પન્ન થાય તો પછી કાંઈ થઈ શકતું નથી. દિવસો કાઢવા પણ આકરા પડે છે. ઊલટાની તકલીફો વેઠવી પડે છે. રોતા-કકળતા દિવસો કાઢવા પડે છે. સગાંસંબંધીઓની મદદ લેવાની અને પૈસા ખરચે રાખવાની નોબત આવે છે.

આટલું જાણવા છતાંય કોઈ જો હાથે કરીને પોતાના પગ ઉપર કુહાડી મારે, ખાડામાં પડે, કાંટાઓ ઉપર ચાલે કે મધપૂડામાં હાથ નાખે તો પછી કોઈ શું કરે ? એમાં નર્ચો સમજણનો અભાવ જ દેખાય છે.

માનવશરીરની દશાનું વિહંગાવલોકન કરવાથી, શરીરને મિત્ર માનીને તેની સુરક્ષા, સ્થિરતા અને પ્રગતિનું એક સમજદારને છાજે તેટલું ધ્યાન રાખવું જોઈએ એ વાત માન્યામાં નથી આવતી. વિગતવાર અવલોકન કરવું હોય તો સૌથી પહેલી નજર ખોરાક ઉપર પડવી જોઈએ. કેમ કે આ બળતણ વડે જ આ ભઠ્ઠી ગરમ રહે છે અને તેમાં પાકતી ખીચડીના આધારે જ જીવનગાડી ચાલતી રહે છે. લોહી અને રસ એ આ મોટરનાં તેલ-પાણી છે. આ બાબતે જો દુર્લક્ષ સેવવામાં આવે કે ઊલટી ગતિ કરવામાં આવે તો આરોગ્યની આધારશિલા કહી શકાય તેવા શરીરમાં ઝેર ફેલાય છે. અયોગ્ય ખોરાક લઈએ તો આરોગ્ય અકબંધ કઈ રીતે જળવાય ? આ હકીકતને જેટલી સમજીએ તેટલું સારું.

તેમ છતાંય આપણી ખોરાક વિષેની ધારણાઓ અને રીતરસમ એવાં છે કે નીરોગી રહેવાની વાત તો એનાથી ક્યાંય છેટી રહી જાય. નવાઈ તો એ વાતની લાગે છે કે એનાં માઠાં પરિણામો ભોગવવામાં આટલો વિલંબ કઈ રીતે થાય છે ? કુદરતને કઠોર અનુશાસનની દેવી ગણવામાં આવે છે તો પછી તે માણસ પ્રત્યે હળવી સજા કરવા જેટલી ઉદારતા કઈ રીતે દાખવે છે ?

આપણા રોજિંદા ખોરાકનું બારીક અવલોકન કરવાથી જણાય છે કે તેને પોષણરહિત અને ઝેરી બનાવવામાં આપણે કોઈ કસર છોડતા નથી. સ્વાદના મુખ્ય આધાર જેવા મીઠાનો વિચાર કરીએ તો જણાય છે કે, એ કોઈ રીતે માનવઆહારને લાયક હોતું જ નથી. મીઠું રાસાયણિક દ્રવ્યો સોડિયમ ક્લોરાઇડ નામનું ઝેર જ છે. જે કોઈપણ રીતે પાચન કે પોષણમાં સહાયક નથી. શરીરમાં ઓગળીને પોષણ આપનારા ક્ષારો તો અનાજ, શાક અને ફળોમાં વિપુલ પ્રમાણમાં હોય છે અને શરીરમાં એનું જ પાચન થાય છે. ખોરાક તરીકે વપરાતા લગભગ દરેક પદાર્થમાં, શરીરની ક્ષારોની જરૂરિયાત પૂરી કરવા માટે કુદરતે તેમનું સુયોગ્ય પ્રમાણ (ખોરાકમાં) ભેળવેલું જ છે. ઉપરાંત તેમનો બીજા ખોરાક સાથે યોગ્ય સમન્વય થાય અને તે સરળતાથી પચે એવી વ્યવસ્થા પણ કરી છે. આવા ઉપયોગી ક્ષારોનો સ્વાદ ખારો હોય એ જરૂરી નથી. 'ફૂટ સોલ્ટ' ક્યાં ખારાં હોય છે ?

માણસ જ એવો છે કે, જેને ખારા-મીઠા વગર એક કોળિયો પણ ગળે ઉતરતો નથી. દાળ, શાક, ચટણી, અથાણા બધાંયમાં ચટપટું મીઠું તો જોઈએ જ. એના વગર સ્વાદની રંગત શું ? આપણી આ ટેવ આપણે જાણી જોઈને પાડી છે. આજે પણ દુનિયાના

કેટલાક ભાગોમાં મીઠાનો બિલકુલ ઉપયોગ થતો નથી. દેખાદેખીથી ચલણ પડી ગયું હોય તો પણ તેનું પ્રમાણ બહુ થોડું રાખવામાં આવે છે. એનાં પરિણામ નજર સામે છે. તેવા પ્રદેશોમાં સભ્ય પ્રદેશોની હાથે કરીને વહોરેલી બીમારીઓ હજી સુધી પહોંચી શકી નથી.

બીજા મસાલાઓનું પણ આવું જ છે. હળદર, ધાણાજીરુ જેવા મસાલા તો હજીયે સહન કરી શકાય, પરંતુ મરી, મરચું, હિંગ કે તેજના જેવા મસાલા તો એક રીતે તેજબ જેવા ગરમ છે. તેઓ શરીરને બાળવા-ગાળવા સિવાય કાંઈ કામના નથી. ચાબુકના ફટકાથી થાય તેવી ઉત્તેજના પેટમાં ઊભી કરીને અત્યાચાર જ કરે છે. મસાલાના ફાયદા તરીકે 'વધુ ખાવ અને જલદી પચાવો'ની વાત કહેવાય છે. પણ હકીકતમાં તો તે ચાબુકની રીતરસમ દાખવીને નશાની જેમ ટેવ પાડી દે છે. પછી તેના વગર ખોરાક ગમે જ નહીં એવી લાચારી ઊભી કરે છે.

મરચા-મસાલાની ઉત્તેજનાને કારણે માણસ જરૂર કરતાં વધારે ખોરાક લે છે. એના આધારે અભક્ષ્ય પદાર્થો પણ ખાઈ જાય છે. કોઈ ભલે પોતે ગમે તેવો ખોરાક ખાઈ શકે છે તેવી ડિંગો હાંકે કે પાકશાસ્ત્રીઓ પોતાની કુશળતાની શેખી ભલે મારે. પણ એવી ચતુરાઈ આરોગ્યના સર્વનાશના દરવાજા ખોલી નાખે છે, એ હકીકત છે. સ્નેહી-સંબંધીઓ કે મિત્રોને પ્રેમ, લાડ કે વહેવારના ઓઠા હેઠળ સ્વાદિષ્ટ પકવાનો ખૂબ આગ્રહપૂર્વક ખવડાવવાં એ હકીકતમાં તો એક જાતની શત્રુતાનું કાર્ય છે.

વધુ ખાવાથી વધુ તાકાત મળે આવી સમજણ (કે ગેરસમજ) કોણ જાણે ક્યાંથી માણસના મગજમાં ધર કરી ગઈ છે ? જ્યારે હકીકત તેનાથી બિલકુલ ઊલટી છે. પેટની રચના એવી છે કે તે જો અડધું ખાલી હોય તો જ તેની પાચનવ્યવસ્થા સુપેરે ચાલતી રહે, હાંડી અડધી ભરી હોય તો જ ઉકાળવા-હલાવવાની સુવિધા ભોગવી શકાય. તો જ સારી રીતે રાંધી શકાય. દહીં વલોવવાથી જે ફીણ કે ઊભરા આવે તેને માટે

વલોણામાં ખાલી જગ્યા રાખવી જ જોઈએ. હાંડી જો છલોછલ ભરેલી હોય તો રંધાવાની ક્રિયા સારી રીતે ના થઈ શકે. વલોણું કટોકટ ભરેલું હોય તો દહીં બરાબર કઈ રીતે વલોવી શકાય ?

એ જ રીતે પેટ જો ખાલી હોય તો જ પાચનને અવકાશ મળે છે. પેટમાંના રસોનો ઝાવ મર્યાદિત હોવાને કારણે અમુક માત્રામાં જ ખોરાક પચી શકે છે. ભરપેટ ખાધા પછી એ ખોરાક પચશે કે પોષણ આપશે એવી આશા રાખવી વ્યર્થ છે. મરચા-મસાલા પેટના રસોના ઝાવની કુદરતી વ્યવસ્થાને ખોરવી નાખે છે. એનાથી બેવડું નુકસાન જાય છે. પહેલું તો એ કે તેના ઉત્તેજક ઝેરને કારણે પાચનતંત્રમાં ઊથલપાથલ મચી જાય છે. બીજું એ કે એની લાલચમાં ખાવાનું માપભાન જળવાતું નથી અને વધારે ખવાઈ જાય છે. પરિણામે પેટને વિનાકારણે વધુ પરિશ્રમ કર્યા પછી પણ પોષણના નામે કશું મળતું નથી. અપચો થવાથી તે ઢગલાબંધ બીમારીઓ નોતરી લાવે છે તે તો વધારાનું. સ્વાદના નામે આ રીતે થતા મરચા-મસાલાના ઉપયોગથી ફાયદો મળવાનું તો દૂર રહ્યું, પણ આફતોના ગંજના ગંજ ખડકાયે રાખે છે.

મરચા-મસાલા જેવી જ બાબત ચરબીવાળા મીઠા પદાર્થોની છે. તેમાંથી ઘી કે તેલને અલગ તારવી લેવાથી ચરબી પચાવનારાં તત્ત્વો છૂટાં પડી જાય છે. તેથી સીંગદાણા, સોયાબિન કે તલ જેવા પદાર્થો ચાવીને ખાવાથી અથવા પીસી-લસોટીને યોગ્ય પ્રમાણમાં વાપરવાથી પોષણ મળી રહે છે. તેલ કાઢીને ખાવાથી તેનાં પાચક તત્ત્વો ખોળમાં જતાં રહે છે અને ચરબી ઘટ્ટ બને છે, જેથી પચવામાં તકલીફ પડે છે. શરીરને જોઈતા પ્રમાણમાં ચરબી સમતોલ આહારમાંથી જ મળી શકે એમ હોય છે. અનાજ, દાળ વગેરેમાં પણ ચરબી તો હોય છે જ, તેથી તેને અલગ લેવાની જરૂર નથી અને તેમ છતાંય ચરબીવાળા ખોરાકનું મન થાય તો તેલીબિયાંના રૂપમાં જ લેવી જોઈએ. જેથી તેમાંનું તેલ અને તેને પચાવનારાં તત્ત્વો બંને યોગ્ય પ્રમાણમાં મળી રહે.



ખાંડની બાબતમાં પણ આવું જ છે. અનાજ ચાવીને ખાઈએ ત્યારે જીભના પાચક રસો તેમાં ભળીને આપોઆપ જોઈતા પ્રમાણમાં ગ્લુકોઝ ઉત્પન્ન કરી લે છે. અનાજ જઠરમાં પહોંચે ત્યાં સુધીમાં તેમાં બીજા પાચક રસો ભળે છે તેથી તેમાંથી આપોઆપ જ જરૂરી પ્રમાણમાં શર્કરા મળી રહે છે. બાકી સામાન્ય ખોરાકમાં પણ શર્કરાનું યોગ્ય પ્રમાણ તો હોય છે જ. તેને અલગ લેવાની કોઈ જરૂર નથી. પરંતુ ફળોમાં તેનું પ્રમાણ વિશેષ હોય છે. મોટાભાગનાં બધાં ફળો મીઠાં જ હોય છે. ખજૂર, અંજીર, દ્રાક્ષ જેવા પદાર્થોમાં તો શર્કરા વિપુલ પ્રમાણમાં હોય છે. મધ પણ પોષણની દૃષ્ટિએ ઉમદા વસ્તુ છે. આમ તો ચીકુ કે શક્કરિયામાં તેનું પ્રમાણ ખૂબ હોય છે. મનમાં આવે તો શેરડી પણ ચૂસીને ખાઈ શકાય. આનાથી વધુ સાકરની જરૂર નથી. બહુ બહુ તો રાસાયણિક પાઉડર ભેળવ્યા વગરનો ગોળ લઈ શકાય. બાકી ખાંડને તો સફેદ જેર કહેવાઈ છે. તેમાં જો કેલ્શિયમની યોગ્ય માત્રા ના હોય તો તે દાંત, પેઢાં કે હાડકાંને ઓગાળી નાખે છે. બ્લડપ્રેશર, કલેજના રોગો, કરમીયા, ડાયાબિટીસ જેવા રોગો ઉત્પન્ન કરવામાં ખાંડ જ મુખ્ય ભાગ ભજવે છે. જો ખોરાકમાંથી સફેદ ખાંડનો ઉપયોગ બંધ કરવામાં આવે તો ચટાકાની

ઉત્તેજના, ધીમું જેર અને ખોટા ખર્ચ તેમજ વધુ પડતા ખોરાક જેવા અનેક અભિશાપોથી સ્વાભાવિક છુટકારો મળી જાય છે.

આપણા ખોરાકમાં રહેલી કેટલીક ખરાબીઓ વિષે ઉપર પ્રકાશ નાખવામાં આવ્યો છે. શેકવા-તળવાની આખી પ્રક્રિયા જ મૂર્ખામીભરેલી છે. સ્વાદિષ્ટ પકવાનો અને ફરસાણોનું વધતું જતું ચલાણ એ આજના યુગનો સૌથી મોટો અભિશાપ છે. થાળીમાં જાતજાતનાં વ્યંજનો સજાવવા અને ખોરાકમાં ઘણી બધી જાતના સ્વાદનો સમાવેશ કરવો એ એક એવી મોટી ગેરસમજ (ખોટી માન્યતા) છે કે જેનાથી દાદર-ખરજવાને ખંજવાળવા જેવી રહત થોડીવાર માટે મળે છે બાકી પરિણામે તો નર્ધુ નુકસાન જ નુકસાન છે. તેમાં પોતાનું હિત જાળવવાનું ડહાપણ ક્યાંય દેખાતું નથી.

પ્રવાસીને ખબર પડે કે તે ખોટે રસ્તે જઈ રહ્યો છે તો તે ત્યાંથી જ પાછો વળી જાય છે અને સાચો રસ્તો પકડીને ભૂલ સુધારી લે છે. જો ખોરાકમાંથી ઉપર વર્ણવેલી કુટેવોનો છેદ ઉડાડી દેવામાં આવે તો એ ભૂલસુધારણાની દિશામાં ઉત્સાહવર્ધક પ્રયોગ ગણાશે અને તેનું પરિણામ આરોગ્યમાં આશાજનક સુધારાના રૂપમાં નજરોનજર જોઈ શકાશે.

### ગુરુદેવના વિચારો વડે સમસ્યાઓનું સમાધાન

પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવે માનવજીવનની નાનામાં નાની દરેક સમસ્યાઓ વિષે માર્ગદર્શન કર્યું છે. યુગઋષિની ક્લમ વડે દરેક સમસ્યાનું નિરાકરણ પ્રસ્તુત થયેલું છે. આજે સમાજના બધા ભાઈ-બહેનો વિભિન્ન સમસ્યાઓમાં ઘેરાયેલા છે. તમારી કે તમારા કુટુંબીજનોની વ્યક્તિગત, કૌટુંબિક અને સામાજિક - કોઈ પણ જાતની દરેક સમસ્યાઓ અમને લખી જણાવવાનો અનુરોધ કરીએ છીએ અને અમે એ સમસ્યાઓના સમાધાન આપી શકે એવા પૂજ્ય ગુરુદેવના લેખો પત્રિકામાં પ્રકાશિત કરવાના પ્રયાસ કરીશું, જેથી આ પત્રિકા માત્ર સ્વાધ્યાયની પત્રિકા ના બની રહે. પત્રિકાના માધ્યમથી કુટુંબીજનોના વિચારોનું પરિવર્તન થાય, તેમને ઉમદા જીવનજીવવાની પ્રેરણા મળે અને તેઓ સર્જનશિલ્પી બનીને સમાજનું ઋણ ચૂકવવા આગળ વધે એવો અમારો પ્રયાસ છે. તમે જ્યારે સમસ્યાઓ સંબંધી પત્ર લખો ત્યારે એના ઉકેલ માટે તમારા શું પ્રયાસો રહ્યા છે, તે પણ લખી જણાવશો. એ પ્રયત્નોના શું પરિણામ મળ્યાં તે પણ શક્ય હોય તો લખી જણાવશો. એનાથી સમસ્યાનું સમાધાન કેમ ના થઈ શક્યું એ વિષે તમારા અભિપ્રાય પણ લખશો. એના ઉકેલ માટેનાં તમારાં સૂચનો પણ લખી મોકલવાં વિનંતી છે. પત્ર ઉપર સ્પષ્ટ વંચાય તે રીતે 'સમસ્યા અને સમાધાન' એવો ઉલ્લેખ અચૂક કરવો.

## નવરાત્રી સાધનાનું તત્વદર્શન

ગાયત્રીમંત્ર મારી સાથે બોલો -  
ૐ ભૂર્ભુવઃ સ્વઃ તત્સવિતુર્વરેણ્યં ભર્ગોદેવસ્ય  
ધીમહિ ધિયો યો નઃ પ્રચોદયાત્ ।

મિત્રો, નવરાત્રીના છેલ્લા દિવસો છે. આવો આપણે વિચાર કરીએ કે નવરાત્રી દરમ્યાન આપણે શું કર્યું અને શા માટે કર્યું? આ બે પ્રશ્નો પર વિચાર કરીશું તો ખ્યાલ આવશે કે નવરાત્રીથી કેટલો ફાયદો થયો. આપના નિત્યક્રમ પર મેં દેખરેખ રાખી અને એ નિષ્કર્ષ પર આવ્યો કે તમારે તમારા નિત્યક્રમમાં ફેરફાર કરવો પડ્યો છે. સામાન્ય નિત્યક્રમ પ્રમાણે તમે મોડા ઊઠો છો. બપોરે પણ સૂઈ જાઓ છો. રાત્રે મોડા સુધી જાગો છો, પણ હવે અમે તમને પકડમાં લઈ લીધા છે. સવારે સાડાત્રણ વાગે ઊઠવાનું. વહેલા નાહવાનું. અમે તમારા પહેલાંના નિત્યક્રમમાં ધરખમ ફેરફાર કરી દીધો છે.

તમે શું ખાતા હતા? અમને ખબર નથી. તમે અથાણાં, પાપડ, ચટણી સાથે ચટાકેદાર ખાવાનું ખાતા હતા. હવે અમે તમને સાદું ભોજન આપી તમારી જીભ ઉપર અંકુશ લગાવી દીધો છે. ખાવાનો ટાઈમ નક્કી ન હતો. પૂજાનો ટાઈમ નક્કી ન હતો. મન થાય તો પૂજાપાઠ કરતા, નહીં તો હરિ હરિ. અમે તમને વ્રતના બંધનમાં બાંધી સત્તાવીસ માળા કરવાનો સંકલ્પ લેવડાવ્યો. સત્તાવીસ માળા કરવા નવ દિવસ નિયમિતરૂપે અઢીથી ત્રણ કલાક ગાયત્રીમાતા સામે બેસવું જ પડશે. સંકલ્પ લીધા પછી માળા પૂરી ન કરો તો ગાયત્રીમાતા નારાજ થશે. તમને પાપ લાગશે. અનુષ્ઠાન અધૂરું રહેશે તો નરકમાં પડશો એવી બીક બતાવીને તમને બાંધી દીધા. પહેલાંના નિત્યક્રમમાં ફેરફાર કરી તમને મજબૂર કર્યા કે જે સુટેવો તમારા સ્વભાવમાં નથી એનું પણ પાલન કરવું જોઈએ.

આ સુટેવોના અભ્યાસ કરવા આ નવ દિવસો પૂરતા નથી? ના, નવ દિવસથી તો કશું ન વળે. આ તો આખી જિંદગીનો અભ્યાસક્રમ છે. આપણે આખું જીવન કેવી રીતે જીવવું જોઈએ એનો નમૂનો નવરાત્રી છે. તમે આ શિબિરમાં આવી શું શીખ્યાં એ વાત બાજુ પર, પણ એક વાત તમે નોંધી લેજો કે અધ્યાત્મ એટલે, 'સાયન્સ ઓફ સોલ', પોતાની જાતને સુધારવાની વિદ્યા, પોતાની જાતને સંભાળવાની કળા, પોતાને સમુન્નત બનાવવાની ધગશ. તમે તો એવું સમજ્યા કે અધ્યાત્મ એટલે ભગવાનને જાળમાં ફસાવવાની કળા, ભગવાનનું ખિસ્સું કાપવાની કળા. તમે આવું જ સમજ્યા છો ને? હું તમને ખાતરી આપું છું કે અધ્યાત્મ અંગેની તમારી વિચારધારા બિલકુલ ખોટી છે. જ્યાં સુધી તમે તમારી વિચારધારા નહીં બદલો ત્યાં સુધી તમે અજ્ઞાનરૂપી અંધકારમાં ભટક્યા કરશો. ઝાંઝવાના જળની પાછળ દોડશો કશું જ હાથમાં આવશે નહીં. તમે ભગવાનને શું સમજો છો? ભગવાનને કબૂતર સમજો છો, કે યજ્ઞ નાખો એટલે કબૂતરની જેમ જાળમાં ફસાવા આવશે? યજ્ઞ નાખી, ચોખા નાખી પ્રસાદ ધરાવી, અગરબત્તી, દીવો કરી પારધીની જેમ ભગવાનને ફસાવવા માગો છો? એનું નામ ભજન છે? તપશ્ચર્યા, સાધના એને કહેવાય? યોગાભ્યાસનો સિદ્ધાંત આ છે? હું તમને પૂછું છું, જરા જવાબ તો આપો.

તમે દેવીઓને શું સમજો છો? આપણે તો તેમને માછલીઓ સમજીએ છીએ કે લોટની ગોળી ફેંકીને બગલાની જેમ ઝટ દઈને ચટ કરી જઈએ છીએ. ધન્ય છે તમને. તમારા જેવું કોઈ દયાળુ નથી. માછલીને પકડી કહો છો, આવો બેન ! તમને સિંહાસન પર બેસાડીશું, આરતી ઉતારીશું, તમારી શોભાયાત્રા

કાઢીશું. આવી વાતો કરી આખી જિંદગી આવા ધર્તીગમાં પૂરી કરો છો. કહો છો કે અમે ભજનિક છીએ. અમે દેવીના ભક્ત છીએ. અમે આસ્તિક છીએ. ચૂપ, ખબરદાર, જો આવી અર્થહીન વાતો કરી છે તો. તમે કહેશો કે આને ભજન કહેવાય તો એ વાત ખોટી છે. તમે તમારા વિચારોને બદલો. તમે તમારા ખોટા ખ્યાલોને બદલો, સાચા અને સારા વિચાર કરો. તમારી વિચાર કરવાની પદ્ધતિ બદલો, એમ હું તમને કહું છું.

મિત્રો, હું તમને કહેતો હતો કે તમે અહીંથી એક સિદ્ધાંત નોંધીને જજો કે અધ્યાત્મનો અર્થ થાય છે પોતાની જાતને સુધારવી, પોતાના વિચારોને બદલવા. આ જ આત્માને જગાડવાનું વિજ્ઞાન છે. ચમત્કારો, જાદુ અને સિદ્ધિઓનું વિજ્ઞાન નથી. અધ્યાત્મનો સીધો-સાદો અર્થ છે - આ સંસારના દોષદુર્ગુણોથી પોતાની જાતને કેવી રીતે સુરક્ષિત રાખવી. એ શિક્ષણ આપે તે વિદ્યાને અધ્યાત્મ કહેવાય. જો તમે તમારી જાતને સુધારી લો તો તમારી બધી જ સમસ્યાઓ આપમેળે ઊકલી જશે. તમારું સ્વાસ્થ્ય સારું નથી રહેતું ? તો ચાલો, અધ્યાત્મનો મર્મ સમજો. પછી જુઓ, તમે આપોઆપ સ્વસ્થ થઈ જાવ છો કે નહીં. મનુષ્ય પોતે અસંયમ દ્વારા બીમારીઓને નોતરે છે. પશુપક્ષીઓને તાવ આવ્યો, શરદી થઈ ગઈ એવું તમે જોયું છે ? તમે હંમેશાં સુખ ઈચ્છો છો પણ કામ એવાં કરો છો કે દુઃખ જ આવે. તમે તમારી જીભને વશમાં રાખો, ઈન્દ્રિયો પર સંયમ રાખો, તમારી દિનચર્યા નિયમિત બનાવો, પછી જુઓ, બીમારી તમારાથી દૂર ભાગે છે કે નહીં.

ગાંધીજી ત્રીસ વર્ષના હતા. એમને આંતરડાની બીમારી હતી. રોજ એનિમાથી પેટ સાફ કરતા. ગાંધીજીને લાગ્યું કે હવે હું પાંચ વર્ષનો મહેમાન છું. જિંદગીનો હવે કોઈ ભરોસો નથી, પરંતુ ગાંધીજીએ પોતાની રહેણીકરણી સુધારી લીધી, પોતાનો આહાર સુધારી લીધો તો એમની આંતરડાની બીમારી દૂર થઈ ગઈ અને ૮૦ વર્ષનું આયુષ્ય ભોગવ્યું. મરતા પહેલાં કહેતા હતા કે હું ૧૨૦ વર્ષ જીવીશ. જો એમને ગોળી

વાગી ન હોત તો જરૂર ૧૨૦ વર્ષ જીવ્યા હોત. આ જીભે તમારી તબિયત બગાડી, તમારું લોહી પી ગઈ, માંસ ખાઈ ગઈ. બીમારી માટે કોણ જવાબદાર છે ? જીવજંતુ ? વાતાવરણ ? ના, તમે પોતે જ જવાબદાર છો. જો તમે તમારી જીભને વશમાં કરશો તો હું તમને લખી આપું કે બીમારી તમારી પાસે ક્યારેય ફરકશે નહીં.

એવા કેટલાય દાખલા મારી જાણમાં છે, જેમાં લોકોએ કુદરતી ઉપચાર દ્વારા અને પરેજી પાળીને પોતાની બીમારી દૂર કરી છે. ચંદગીરામ ભરજવાનીમાં ટી.બી.ના રોગી બની ગયા હતા. રોજ એક વાટકો લોહી કફ સાથે પડતું હતું. ડોક્ટરોએ પણ આશા છોડી દીધી હતી. એક સજ્જને કહ્યું કે જો તમે જિંદગી ઈચ્છતા હો તો મારા કહ્યા મુજબ કરો. જીવનનો સાચો રસ્તો કયો ? પોતાના પર સંયમ, જીભ પર સંયમ, આહારવિહારનો સંયમ. શરીરથી શ્રમ કરો. વિશ્વમાં ચારેબાજુ પ્રાણ ભરેલો છે એને ખેંચો. સાદું ભોજન કરો અને એ પણ ભૂખ કરતાં ઓછું. પછી જુઓ કે કેવો ચમત્કાર થાય છે. જોતજોતાંમાં ટી.બી.નો રોગી ચંદગીરામ પહેલવાન બની ગયો. તમારામાંથી બધી વ્યક્તિઓ પહેલવાન બની શકે છે. પોતાની કમજોરીઓ દૂર કરી શકે છે. પોતાનું સ્વાસ્થ્ય સુધારી શકે છે. પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિને પણ આપણે પોતાની રીતે અનુકૂળ બનાવી શકીએ છીએ, ઉપાધિઓથી ભરેલી આ દુનિયામાં પણ પ્રસન્નતાપૂર્વક રહી શકીએ છીએ. તમે બીજાના અવગુણ ખૂબ જુઓ છો, પણ પોતાના દુર્ગુણો, ભૂલો અને અસંયમને ધ્યાનમાં લેતા નથી. એટલા માટે હું તમને સાચા અધ્યાત્મવાદી કહેતો નથી. તમને હું દીન-દુર્બળ અને ખરાબ આદતોના ગુલામ જ કહીશ.

મિત્રો, હું તમને નવરાત્રી અનુષ્ઠાનના મૂળભૂત સિદ્ધાંતો વિશે કહી રહ્યો હતો. અહીં મેં તમને બંધનમાં રાખ્યા છે, કેમ કે તમે તમારી વિચારવાની દૃષ્ટિથી માંડીને તમારી રહેણીકરણી, આહારવિહાર બધું જ ખોટી રીતે કરતા આવ્યા છો. આ પદ્ધતિમાં ફેરફાર

નહીં કરો તો તમારી એક પણ સમસ્યાનો ઉકેલ આવશે નહીં. ગુરુજી, તમે તો બધાને આશીર્વાદ અને વરદાન આપો છો. તમે સિદ્ધપુરુષ છો. હા, હું વરદાન આપું છું એ વાત સાચી છે, પણ જે પોતે મહેનતુ હોય અને પોતાના પર વિશ્વાસ ધરાવે છે તેમને જ મદદ કરું છું. તાત્કાલિક મદદ હું કરું છું, પરંતુ મનોબળ અને આત્મબળ તો તમારે જાતે જ વધારવું પડશે. વરદાન કે ચમત્કાર પરાવલંબી બનાવવા માટે નથી, પરંતુ સહાયતા કરવા માટે છે, કે જેથી પોતે પગભર થઈ શકે.

નવરાત્રી અનુષ્ઠાનમાં અધ્યાત્મના મૂળભૂત સિદ્ધાંતો મેં તમને સમજાવવા પ્રયત્ન કર્યો કે તમે તમારા પગ પર ઊભા રહેતાં શીખો. તમે તમારાં ચિંતન અને વ્યવહારને શુદ્ધ રાખો. અત્યાર સુધીની તમારી જિંદગી એળે ગઈ. જાગ્યા ત્યાંથી સવાર પ્રમાણે હવેની જિંદગી સુવ્યવસ્થિત અને સંયમી બનાવો. તમે તમારી જાતને સંયમી બનાવો એ અનુષ્ઠાનનો, તપનો એક ભાગ છે, જેના દ્વારા આપણે આપણા ઉપર કાબૂ રાખી શકીએ. ઓછું ખાવાથી શરીરને નુકસાન નથી થતું, બલ્કે લાભ જ થાય છે. કમ ખાવ અને ગમ ખાવ. એટલે તમને નવરાત્રીમાં ઉપવાસ કરાવ્યા. અસ્વાદ વ્રત સમજાવ્યું. અધ્યાત્મની પ્રગતિનું પહેલું ચરણ એ ઉપવાસ અથવા અસ્વાદ વ્રત છે.

આહારસંયમ પછી વિચારોનો સંયમ પણ અત્યંત જરૂરી છે. બ્રહ્મચર્યનું પાલન કરવું જોઈએ. આ સૃષ્ટિની ઉત્પત્તિ થઈ એટલી ઉંમરનાં ગાયત્રીમાતા છે; તો પછી ૧૬ વર્ષની ઉંમરનાં ગાયત્રીમાતાનું ચિત્ર કે મૂર્તિ કેમ ? તમને વિચારવાની કળા શીખવવા કે તમે નવયુવતી પ્રત્યે શુદ્ધ અને પવિત્ર દૃષ્ટિ રાખો. તમે દરેક સ્ત્રીમાં માતા, બેન, બેટીનાં દર્શન કરો. અમે તમારી દૃષ્ટિ બદલવા માગીએ છીએ. તમને કામુક ચિંતનમાંથી બહાર કાઢી પવિત્ર દૃષ્ટિવાળા બનાવવા માગીએ છીએ. આ માનસિક બ્રહ્મચર્ય છે. મર્યાદાનું પાલન કરવું જોઈએ.

તમે કહેશો કે અમે બ્રહ્મચારી છીએ. એકવાર મારામારી થતાં અઢી વર્ષ માટે જેલમાં ગયો હતો અને પત્નીથી દૂર હતો. એને બ્રહ્મચારી કહેવાતો હશે ? બ્રહ્મચર્ય એ તો ચિંતનની શૈલી છે. સુવિચારો આપના જીવનનું એક અગત્યનું અંગ છે. તમારા જન્મજન્માંતરોથી જે સંસ્કારો ચાલ્યા આવે છે તેમનું રૂપ તમારી કુદૃષ્ટિ અને વિચારોના માધ્યમથી જોવા મળે છે. તમે ૮૪ લાખ યોનિમાં ભટક્યા પછી મનુષ્ય અવતાર મેળવી શક્યા છો. એને જપ, તપ, સુવિચાર અને સદ્વ્યવહારથી ધન્ય બનાવી લો. એના માટે ઉચ્ચ સાધના અને તપની જરૂર છે.

તમે તમારી વિચારવાની પદ્ધતિ બદલો. તમારી રીતભાત બદલો. તમારી પાસે જે સાધનસામગ્રી, રૂપિયા-પૈસા, જમીન અને બુદ્ધિ છે એનો સદુપયોગ કરવાનું શીખો. તમે કેટલું કમાયા ? એના કરતાં એનો ખર્ચ કેવી રીતે કર્યો એ વધારે અગત્યનું છે. જો તમે ખોટો ખર્ચ કરો, ખોટાં કામોમાં ખર્ચ કરો, તો તમે અધ્યાત્મની રીતે ગુનેગાર છો. તમે કહેશો અમારી કમાણી છે. અમે મનફાવે તેમ ખર્ચ કરીએ. તમે તમારી કમાણી છોકરાઓને આપી દીધી. મોજમજામાં ખર્ચી, ઘરેણાં બનાવવામાં ખર્ચી તો તમને અધ્યાત્મવાદી કેવી રીતે કહેવાય ? ખર્ચની બાબતમાં ભગવાનનું કામ ઘણું કડક છે.

દરેક અધ્યાત્મવાદીએ ઈશ્વરચંદ્ર વિદ્યાસાગર જેવા બનવું જોઈએ. તમને ૫૦૦ રૂપિયા પગાર મળે છે, પરંતુ તમે બ્રાહ્મણોચિત ખર્ચ કરો. વિદ્યાસાગર ૫૦ રૂપિયામાં પોતાના ઘરનો ખર્ચ ચલાવતા. બાકીના ૪૫૦ રૂપિયા સમાજ માટે, દીન-દુઃખીઓ અને જરૂરિયાતવાળા માટે રાખતા. એમના ૪૫૦ રૂપિયાથી હજારો વિદ્યાર્થીઓ ન્યાલ થઈ ગયા. જે ફી ભરી શકતા ન હતા અને નોટ ખરીદી શકતા ન હતા, વાંચવા માટે કેરોસીન ન હતું એ બધા માટે વિદ્યાસાગરે વ્યવસ્થા કરી હતી. એ જ સાચું અધ્યાત્મ છે. લોટરી લાગવી કે ખિસ્સાં કાપવા કરતાં પણ વધારે ફાયદાકારક અને



લાંબા હિતવાળો રસ્તો એ અધ્યાત્મ છે. તમે આ વાત સમજી લો તો તમારી માનસિક કાયાકલ્પ અને આધ્યાત્મિક ભાવકલ્પ થઈ જશે અને તમારી નવરાત્રીસાધના સફળ માનવામાં આવશે.

જપના એક અંશની આહુતિ રોજ આપો. તમે અગ્નિહોત્રને એક કર્મકાંડ માનો છો. અગ્નિહોત્ર યજ્ઞ વિજ્ઞાનનું નામ છે. આ એક પરંપરા જ નથી, પણ એનું વૈજ્ઞાનિક મહત્વ પણ છે. સમર્પણ અને સેવાની ભાવનાને યજ્ઞ કહે છે. ભૂદાન યજ્ઞ, નેત્રયજ્ઞ, સફાઈયજ્ઞ, જ્ઞાનયજ્ઞ જેવા હજારો યજ્ઞ છે. આ બધા યજ્ઞનો અર્થ થાય લોકકલ્યાણ માટે આહુતિ આપવી. યજ્ઞ કરો, પૂર્ણાહુતિ કરો, પણ જનકલ્યાણનું ધ્યાન રાખો. સંસ્કૃતિના રક્ષણ માટે દેશ અને માનવીય આદર્શોને જીવંત રાખવા માટે તમારા પરસેવાની કમાણીની આહુતિ આપો. તમારા જ્ઞાનની આહુતિ આપો. તમારી મૂડીની આહુતિ આપો, જે તમારાં

બાળકો માટે ભેગી કરી રાખી છે. તમે મોજમજા, ફાલતુ ખર્ચ તથા ભોગવિલાસની કુરબાની આપવાની હિમ્મત બતાવો, તો તમારો યજ્ઞ સફળ થયો કહેવાય. ત્યારે તમે અસલી અધ્યાત્મવાદી કહેવાશો. ત્યારે સુદામાની જેમ, શબરીની જેમ અને રાજા બલિની જેમ ભગવાન તમારી પાસે આવશે.

ભગવાને તમને બોલાવ્યા છે. તમે તમારી મૂડીનો સદુપયોગ કરો. બીજની જેમ અંકુરિત થાઓ. જીવનભર મેં આ કાર્ય કર્યું છે. તમે પણ એ માર્ગ ચાલો. આ વાત જો તમારા હૃદયમાં ઊતરી જાય, તો મારા ખરા હૃદયના આશીર્વાદ છે કે નવરાત્રી અનુષ્ઠાનના અને ગાયત્રીસાધનાના જે ચમત્કાર તમે સાંભળ્યા છે એ તમારા જીવનમાં ફળશે. જીવનમાં જ્યારે પણ અનુષ્ઠાન કરો ત્યારે બધા લાભ તમને મળે એ સાથે આજની વાત સમાપ્ત.

ૐ શાંતિ: શાંતિ: શાંતિ: ।

## ધર્મ અવૈજ્ઞાનિક કે અનુપયોગી નથી

ધર્મનો સ્તંભ ખૂબ મજબૂત છે. એને નૃતત્વવિજ્ઞાનની તમામ દિશાઓને ધ્યાનમાં રાખીને તત્ત્વદર્શીઓએ એ પ્રકારે બનાવેલ છે કે એની ઉપયોગિતામાં ક્યાંય કોઈ ખામી રહી જાય નહીં. વ્યક્તિગત સુખ, શાન્તિ, પ્રગતિ અને સમૃદ્ધિનો આધાર ધર્મ જ છે. સમાજની સુવ્યવસ્થા પણ વ્યક્તિઓની ધર્મ-પરાયણ કર્તવ્યબુદ્ધિ પર જ આધારિત છે. ધાર્મિકતાનો સહારો લઈને કોઈ નુકસાનમાં નથી ઉતરતો, પરંતુ દરેક રીતે પ્રગતિનો રસ્તો પ્રશંસનીય બનાવતો રહે છે.

ધાર્મિક માન્યતાઓ ન તો અવૈજ્ઞાનિક છે કે ન કાલ્પનિક. કોઈક સાંપ્રદાયિક રીત-રિવાજો અથવા કથા-લોકવાયકા-દૃષ્ટાંતને ધર્મનું બદલી શકાય તેવું પરિવર્તનશીલ શરીર કહી શકાય છે. એમાં સુધારો-વધારો થતો રહે છે. ધર્મના મૂળ આત્મા દ્વારા ઉચ્ચ માનવીય સદ્ગુણોની સમજ હોવી સનાતન અને શાશ્વત છે. ન તો તેની ઉપયોગિતાની ના પાડી શકાય છે કે ન તો તેને અદૂરદર્શિતાપૂર્ણ ઠરાવી શકાય છે. સાચું તો એ છે કે મનુષ્યની સામાજિકતા ધર્મ સિદ્ધાંતો પર જ ટકી રહેલી છે.

ધર્મનો અર્થ-ન્તાત્પર્ય છે સદાયરણ, સજજનતા, સંયમ, ન્યાય, કડુણા અને સેવા. માનવપ્રકૃતિમાં આ સનાતન તત્ત્વોનો સમાવેશ કરી રાખવા માટે ધર્મ-માન્યતાઓને મજબૂત રીતે પકડી રાખવી પડે છે. મનુષ્ય જાતિની પ્રગતિ એની આ પ્રવૃત્તિને કારણે શક્ય થઈ છે. જો વ્યક્તિ અધાર્મિક, અનૈતિક અને ઉદ્ધત માન્યતાઓ સ્વીકારી લે તો એનું પોતાનું જ નહીં, પરંતુ સારાયે સમાજનું અસ્તિત્વ જોખમમાં પડી જશે.

પાછલા અંકથી આગળ.....

પરમપૂજ્ય ગુરુદેવે આર્ષ સાહિત્યનું સરળ ભાષ્ય કર્યું. વેદોનું પ્રથમ સંસ્કરણ તૈયાર થઈ ચૂક્યું હતું. પૂજ્યવરે કહ્યું-“બેટા ! ભારતીય સંસ્કૃતિને તોધીરે-ધીરે લોકો ભૂલી રહ્યા છે. વેદ જેને જ્ઞાનનું મૂળ સમજવામાં આવે છે, તેના નામ સુધ્ધાં પણ નવી પેઢી જાણતી નથી. હવે અમે સરળ ભાષ્ય કર્યું છે તેને ઘેર-ઘેર સ્થાપિત કરવું જોઈએ.” અમે તરત અગિયાર સેટ વેદ ડબરા (ગ્વાલિયર) શાખા માટે ખરીદી લીધા. પરમપૂજ્ય ગુરુદેવે કહ્યું-“અમે તમારી સાથે છીએ, અમને પૂરો ભરોસો છે કે તમારા પ્રયત્ન સફળ થશે અને તમે સાચા શિષ્યત્વને પ્રમાણિત કરશો.” પરમ વંદનીયા માતાજીએ સ્નેહ મમતા ભર્યા શબ્દોમાં કહ્યું-“બેટા ! તારી શ્રદ્ધા જ તને લક્ષ્ય સુધી પહોંચાડશે.” અમને લાગ્યું કે અમે અતુલિત અનુગ્રહ-આશીર્વાદ મેળવી લીધો, અમારા સંરક્ષકના રૂપમાં ડાબી-જમણી, આગળ-પાછળ ગુરુસત્તા છે. અમારો ઉત્સાહ કંઈ ગણો વધી ગયો. દિવસ-રાત પરમપૂજ્ય ગુરુદેવના કાર્ય માટે તડપ વધવા લાગી. લાગતું હતું કોઈ અદૃશ્ય ચેતના આ શરીરને માધ્યમ બનાવી કાર્ય કરાવી રહી છે. કઠપુતળી જેવું આ શરીર સમર્પણ પછી પોતાની દોર આ મહત્ત્વ ચેતનાને થંભાવી ચૂકી હતી, તેથી થવાનું તો તે હતું જે ગુરુસત્તા ઈચ્છે, તો પછી ઊહાપોહ કંઈ વાતનો ?

વેદોના સેટ લઈ જ્યારે અમે પોતાને ત્યાં ગ્વાલિયર પહોંચ્યા તો ત્યાં શાખાના કેટલાક ભાઈઓએ અમને બતાવ્યું કે અહીંયા સંત વિનોબાજીનું કથા-પ્રવચન છે, અમારી પ્રસન્નતા વધી ગઈ. અમે વિનોબાજીનું સ્થાન શોધી તેમના દર્શન માટે પહોંચી ગયા. સાથે પૂજ્યવરે ભાષ્ય કરેલ વેદનો એક સેટ ભેટ આપવા લઈ ગયા. વિનોબાજી પણ પ્રસિધ્ધ સંતોમાંના એક સંત હતા. તેમના દર્શન કર્યા, પ્રણામ કરી અમે નિવેદન કર્યું કે અમારા પૂજ્ય ગુરુદેવ પંડિત શ્રીરામ શર્મા આચાર્ય દ્વારા ભાષ્ય વેદ ભેટ કરવા ઈચ્છીએ છીએ. તેમણે કહ્યું-પહેલા અમે વેદ વાંચીશું પછી તમારી ભેટ સ્વીકારીશું. અમે એક સેટ વેદ આપી દીધો. રાતમાં વિનોબાજીએ અધ્યયન કર્યું અને સવારે જ્યારે અમે ફરી દર્શન માટે પહોંચ્યા ત્યારે તેમણે કહ્યું-આ વેદ અમે વાંચી લીધા છે. હવે તમે તેને લઈ જાઓ. લશ્કરમાં અમારો પ્રવચનનો કાર્યક્રમ છે, ત્યાં તમે મળજો.

વિનોબાજી આટલી સરળ, સુબોધ શૈલીમાં ભાષ્ય વાંચી પ્રસન્ન હતા. લાગતું હતું વિનોબાજીની લાંબી પ્રતિક્ષિત અભિલાષા પૂરી થઈ ગઈ.

વિનોબાજીના પ્રવચન સ્થળ પર અમે નિર્ધારિત સમયાનુસાર પહોંચી ગયા. અમે વેદોનો સેટ ભેટ કર્યો, વિનોબાજીએ તેને સન્માન સાથે રાખી લીધો અને હાજર રહેલ જનતાને સંબોધિત કરતા કહ્યું કે “જે મહાપુરુષે આ વેદોનું ભાષ્ય કર્યું છે, તેમને હું પ્રણામ કરું છું.” તેમણે પ્રવચનમાં જનતાને કહ્યું કે દરેક ઘરમાં આ વેદોની પ્રતિષ્ઠા તથા સ્થાપના થવી જોઈએ. અમે પ્રવચન સ્થળ પર સ્ટોલ લગાવ્યો હતો. જોત જોતામાં જ અગિયાર સેટ વેદ વેચાઈ ગયા. અમે જલ્દી મથુરા જવા નીકળી ગયા અને કાર્યાલયથી ૫૧ સેટ વેદ લઈ બીજા દિવસે ફરી પ્રવચન સ્થળ પર પહોંચી ગયા. ૫૧ સેટ પણ જલ્દી લોકોએ ખરીદી લીધા. અમે ૫૧ સેટની રકમ જમા કરવા અખંડ જ્યોતિ સંસ્થાન, મથુરા આવ્યા અને રકમ જમા કરી, ઊપર પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવ, વંદનીયા માતાજીને મળવા પહોંચ્યા. તેમણે જ્યારે ગ્વાલિયરમાં વિનોબાજીના આ ભાષ્યો પ્રત્યેના વિચાર સંભળાવ્યા તો તેમણે કહ્યું-સંત વિનોબાજી ભારતની પ્રગતિ જે રૂપમાં ઈચ્છતા હતા અમે તે રસ્તો બનાવવા માટે પુરૂષાર્થ કરી રહ્યા છીએ. આગળ આવનારો સમય આ પ્રયત્નને ઐતિહાસિક બનાવશે અને સંસારનો કાયાકલ્પ થતો દેખાશે.

પૂજ્યવરે કહ્યું-“મને તમારા જેવા ૧૦૦ કાર્યકર્તા પણ મળી જાય તો દેશભરમાં ઓછા સમયમાં જ અમારું કાર્ય પૂરું થઈ જશે. આવા સાહસી કાર્યકર્તાઓની આવશ્યકતા છે. તેમને કંઈક જવાબદારી સોંપવાની છે, થોડા દિવસ રોકાઈ જાઓ જેથી પૂરેપૂરું માર્ગદર્શન આપી શકાય. પૂજ્યવરે કહ્યું-તમારી પાસેથી મોટી અપેક્ષાઓ છે. તમે તો હવે ઘેર-ઘેર સંસ્કારોનું આયોજન કરો. આજે આપણી સંસ્કૃતિને સમાજ ભૂલી રહ્યો છે. પરિવારમાં વિકૃતિઓ ઉછરી રહી છે. વ્યક્તિ પતન પરાભવનો માર્ગ અપનાવી રહ્યો છે. આપણી સંસ્કૃતિમાં બાળક ગર્ભમાં આવે છે ત્યારથી સંસ્કારોના માધ્યમથી શિક્ષણ પ્રારંભ થઈ જાય છે. અમે કહ્યું-ગુરુદેવ અમે તો તેના વિષે વધુ જાણતા નથી. તેમણે કહ્યું-અમે તમને થોડા દિવસોમાં પ્રશિક્ષિત કરી દઈશું. અમે રોકાઈ ગયા. હંમેશા સંસ્કારોના પ્રશિક્ષણની કક્ષાઓ પૂજ્યવર સ્વયં લેતા હતા અને સરળ

ઢંગથી પ્રેરણાઓ સમજાવતા હતા. તેમણે આપેલ શિક્ષણમાંથી પ-દ સંસ્કારોનો સાર સંક્ષેપ અમે અહીંયા લખી રહ્યા છીએ જેનાથી દરેક પરિજનની જીજ્ઞાસાનું સમાધાન થાય તથા સંસ્કાર પરંપરા જે અમને આધ્યાત્મિક વારસામાં મળેલ છે તેને જીવંત જાગ્રત કરી શકીએ.

**પુંસવન સંસ્કાર :** ભારતીય સંસ્કૃતિ ઋષિ-મુનિઓની અમૂલ્ય દેણ છે. આ સંસ્કૃતિમાં સંસ્કારોનું ખૂબ મહત્વ છે. બાળક જ્યારે ગર્ભમાં આવે છે, ત્યારથી જ શીખે છે. તમે કહેશો શું શીખ્યા ? મહાભારત કથામાં એ પ્રસંગ આવે છે-સુભદ્રાએ “ચક્રવ્યુહ વેધન” ની વિધિ ગર્ભાવસ્થામાં સાંભળી હતી, ત્યારે ગર્ભમાં અભિમન્યુ પોષાઈ રહ્યો હતો. બધા જાણે છે કે મહાભારત યુદ્ધમાં અભિમન્યુએ આ શિક્ષણના આધારે “ચક્રવ્યુહ” વેધન કર્યું હતું. પુંસવન સંસ્કારમાં વડની વડવાઈઓ, ગળો અને પીપળાની કૂપળોને વાટી રસ તૈયાર કરી ગર્ભવતીને સુંઘાડે છે. વડનું ઝાડ વિશાળ હોય છે. સેંકડો પક્ષી તેના પર વસે છે, મનુષ્યોને છાંયડો આપે છે તથા દીર્ઘજીવી હોય છે. ગળોમાં રોગનિવારક અને બળવર્ધક ક્ષમતા હોય છે. કમજોર હોવા છતાં પણ ગળોની વેલ ઊપર સુધી ચઢી જાય છે, તે રીતે મનુષ્ય પણ સિધ્ધાંતોના સહારે ઉન્નતિ કરી શકે છે. આ વિશેષતાઓને ગર્ભવતી પોતાના મનમાં ધારણ કરે અને એવા જ સંસ્કાર ગર્ભસ્થ શિશુમાં રોપે, એવી ભાવના કરવી જોઈએ. બીજું કૃત્ય આશ્વાસનનું છે-મા તો નવ મહિના સુધી બાળકનું શરીર પોતાના રક્ત-માંસથી બનાવે છે અને તેના પછી પોતાના લોહીનું દૂધ બનાવી બાળકનું પાલન-પોષણ કરે છે. પિતાનું પણ કર્તવ્ય છે કે બાળક માટે અનુકૂળ વાતાવરણ બનાવે. શિક્ષા-દીક્ષા, ભણતરની વ્યવસ્થા કરે. એ બધા કર્તવ્ય પૂરા કરવાનું આશ્વાસન પતિ પોતાની પત્નીને આપે છે. તેના પછી યજ્ઞીય સંસ્કારોથી સંસ્કારિત ખીર પ્રદાન કરવામાં આવે છે. યજ્ઞ-ચરૂમાં ગર્ભસ્થ બાળકને સંસ્કારવાનું બનાવવાની અદ્ભુત ક્ષમતા હોય છે.

**નામકરણ સંસ્કાર :** આ સંસ્કારના અંતર્ગત બાળકનો અભિષેક કરવામાં આવે છે. કેટલાય જન્મોના કુસંસ્કાર જે સાથે આવે તેને નષ્ટ કરવા જોઈએ. મંત્ર બોલી પાશવિક સંસ્કારોને હટાવવામાં આવે છે. બાળકને કમરમાં દોરો બાંધવામાં આવે છે. ફરજ પર સજાગ સૈનિકની જેમ તૈયાર રહે. આજ્ઞા ત્યાગી ચૈતન્ય થઈ જીવન જીવે. મધ ચટાડવાનો અર્થ છે-મધુર વ્યવહાર કરે, મધુર વાણી બોલે. સૂર્યદર્શન કરાવવામાં આવે છે-

નિયમિતતા, તેજસ્વિતા, ગતિશીલતા, દૃઢતા જેવા ગુણ વિકસિત થવા જોઈએ. પૃથ્વી પૂજન-ભૂમિને કેવળ માટી જ ન માને, એ જન્મભૂમિ છે જેને સ્વર્ગથી પણ અધિક સન્માન પ્રાપ્ત છે. દેશ ભક્તિની ભાવનાઓ પ્રબળ થાય. બાળકનાં પુરેપૂરા ભાવનાત્મક નિર્માણ, સર્વાંગીણ વિકાસ માટે ઘણી ખરી જવાબદારી પરિવારના સદસ્યો પર છે. આ પરિવર્તન ક્રિયા દ્વારા ધરના બધા લોકો કમવાર બાળકને પોતાના ખોળામાં લે છે. બાળકોના નિર્માણમાં ધરના બધા સદસ્યોનું યોગદાન રહેવું જ જોઈએ. આ કાર્ય પછી નામકરણ કરવામાં આવે છે. એ એક મનોવૈજ્ઞાનિક તથ્ય છે કે જે નામથી જેને બોલાવાય છે તેને તે રીતે એક નાની-અમથી અનુભૂતિ થતી રહે છે. નામને સાર્થક બનાવવાની ભાવના મનમાં ઉઠે છે. આ દૃષ્ટિથી નામનું મહત્વ ઓછું નથી. નામ એવા હોય જે ગરિમામય હોય.

**અન્ન-પ્રાશન સંસ્કાર :** જેના આહાર-વિહાર, રહન-સહનની રીત બરોબર હોય છે, તેમનું સ્વાસ્થ્ય પણ ઉત્તમ રહે છે. અન્નનો મન પર મોટો પ્રભાવ પડે છે. સંસ્કારવાન અન્ન ગ્રહણ કરનાર બાળક પણ સુસંસ્કારી હશે. દૂધ અને ચોખાથી બનેલ ખીર બાળકનો પ્રથમ આહાર છે. આ સુપાચ્ય, સાત્ત્વિક ગુણથી દેવકાર્યોમાં પ્રયુક્ત થાય છે. બાળકના શારીરિક માનસિક વિકાસની દૃષ્ટિએ આહાર-સંયમના મહત્વથી માબાપને જાણકાર કરી દેવા જોઈએ. મરચાં-મસાલા ખાઈ, ચા-કોફી પી બાળક પોતાના આંતરડા તથા રક્તને દૂષિત ન કરે.

**મુંડન સંસ્કાર :** મુંડન સંસ્કારમાં બાળકના માથા પર ગાયના દૂધ-દહીનો લેપ કરવામાં આવે છે. ગૌમાતા કલ્યાણકારક, પરોપકારી, સરળ સૌમ્ય પ્રકૃતિની હોય છે. એનાથી વાળ ભીંજવવા એ વાતનું પ્રતીક છે કે અમારી વિચારણા માનસિક પ્રવૃત્તિ ગૌમાતા જેવી ગોરસ જેવી સ્નિગ્ધ સૌમ્ય થવી જોઈએ. જીવ ચૌયાસી લાખ યોનીઓમાં ભ્રમણ કરી આવે છે, તો વિભિન્ન કુસંસ્કારો પણ સાથે આવે છે. તેને જૂના વાળો સાથે હટાવી દેવામાં આવે છે. તે સ્થાન પર માનવતાવાદી આદર્શોને પ્રતિષ્ઠાપિત કરવાનું કાર્ય આવશ્યક છે. તે શિક્ષણ આ સંસ્કાર સાથે જોડાયેલ છે. નવીન વસ્ત્ર બાળકને પહેરાવીએ છીએ તેનું તાત્પર્ય નવીન કલેવર ધારણ કરવું. નવીન કલેવર એ વાતનું પ્રતીક છે કે માથાના વાળ ઉતારી કેવળ પાશવિક સંસ્કારોને જ નથી હટાવ્યા પરંતુ શરીર પર લપટાયેલ જૂના સડેલા-ગળેલા, જીર્ણ-શીર્ણ સ્વભાવને પણ બદલ્યો છે. મુંડન પછી માથા પર

‘સ્વસ્તિક’ ચંદન કે કુંકુથી લખીએ છીએ. આસ્તિક અને ઈશ્વરભક્ત બનવાની પ્રેરણા આપે છે. લગભગ આ સંસ્કાર શિખા સ્થાપના સંસ્કાર છે. ભારતીય ધર્મના બે પ્રતીક છે-એક શિખા બીજો યજ્ઞોપવીત. વિવેકશીલતા, દૂરદર્શિતાની ધ્વજા ફહેરાવો.

વિદ્યારંભ સંસ્કાર : બાળક નાનું હોય છે ત્યારે તે સમજતું નથી, પરંતુ શિક્ષણ ઘરવાળાને આપવામાં આવે છે કે બાળકને વિદ્યા કેવી રીતે બનાવવામાં આવે ? બાળકનો વિદ્યારંભ સંસ્કાર બહુ જરૂરી છે. શિક્ષા જ નહીં વિદ્યાની પણ અનિવાર્યતા જીવન માટે છે. “જીવન જીવવાની કળા”નું જ્ઞાન વિદ્યા કરાવે છે. શિક્ષા તેને કહે છે જે માત્ર પેટ પાળવા, રોજી કમાવવાના કામમાં આવે છે. જો બાળક રેડિયો બનાવવાનું શીખી ગયો પરંતુ તે ચોર છે તો બધું બેકાર. શિક્ષાની સાથે વિદ્યાનું પણ સમાન મહત્વ આપવું જોઈએ. ખોટી રીતે કમાયેલું ધન સ્વાસ્થ્ય, સન્માન અને આત્માને ઉત્તરિ નથી આપી શકતા. સ્લેટ, લેખની, ખડિયાનું પૂજન કરીએ છીએ. ગણેશજી તથા સરસ્વતીનું પૂજન કરવામાં આવે છે. ગણેશજીને વિદ્યા તથા સરસ્વતીને શિક્ષાનું પ્રતીક માન્યા છે. શિક્ષા તે છે જે સ્કૂલોમાં ભણાવવામાં આવે છે. ભાષા, લિપિ, ગણિત, ઇતિહાસ, કલા. વિજ્ઞાન, ભૌતિક જ્ઞાન આ ક્ષેત્રમાં આવે છે. સાંસારિક જ્ઞાનથી સુખ, સુવિધા પ્રાપ્ત થઈ શકે છે. વિદ્યાના પ્રતિનિધિ ગણેશ છે. ઉચિત-અનુચિત, કર્તવ્ય-અકર્તવ્યનું જ્ઞાન વિદ્યા દ્વારા સંભવ છે.

સ્લેટ પર બાળકના હાથથી “ૐ ભૂર્ભુવઃ સ્વઃ” શબ્દ લખાવીએ છીએ. ૐ પરમાત્માનું શ્રેષ્ઠ નામ, ભૂ નું અહીંયા તાત્પર્ય શ્રમ, ભુવઃ નું સંયમ, સ્વઃ નું વિવેક છે. પંચાક્ષરી પ્રશિક્ષણ શિક્ષાના ઉદ્દેશોનો સાર સંકેત છે. વિદ્યા તેનું નામ છે, જે મનુષ્યના સદ્ગુણોને વધારે.

યજ્ઞોપવીત સંસ્કાર : અત્યાર સુધી જેટલા સંસ્કાર બતાવ્યા તે બધા શિક્ષણની દૃષ્ટિએ માતા-પિતા માટે છે. પરંતુ યજ્ઞોપવીત સંસ્કાર એ પહેલો સંસ્કાર છે જે એને શિક્ષા આપે છે જેના સંસ્કાર કરવામાં આવી રહ્યા છે. ગર્ભથી થનાર જન્મ પહેલો જન્મ છે. બીજો જન્મ યજ્ઞોપવીત સંસ્કારથી જોડાયેલ છે. યજ્ઞોપવીત સંસ્કારના દિવસથી ગાયત્રી માતા અને યજ્ઞ પિતા થઈ જાય છે. ગાયત્રી અર્થાત્ સદ્જ્ઞાન અને યજ્ઞ અર્થાત્ સત્કર્મ. સદ્જ્ઞાન અને સત્કર્મનો સહારો લઈ ઊંચાઈ સુધી પહોંચી શકાય છે. શિખા અને સૂત્ર બંને ભારતીય સંસ્કૃતિ-ભારતીય ધર્મના પ્રતીક છે. યજ્ઞોપવીત સૂત્રી ગાયત્રી મંત્રની પ્રતિમા છે જેને શરીર

રૂપી મંદિરમાં ધારણ કરીએ છીએ. જન્મથી મનુષ્ય નર-પશુ છે, તે સંસ્કાર દ્વારા પરમાર્થ પરાયણ યજ્ઞીય જીવન જીવવાનું વ્રત લઈ મનુષ્ય બને છે. યજ્ઞોપવીતના નવ દોરામાં નવ ગુણ સમાયેલા છે. તે ગુણોને જીવનમાં ઉતારવાનું શિક્ષણ યજ્ઞોપવીત સંસ્કાર સાથે જોડાયેલ છે. યજ્ઞોપવીતમાં પાંચ દેવતાઓને આવાહન કરીએ છીએ. બ્રહ્મા અર્થાત્ આત્મબળ, વિષ્ણુ અર્થાત્ સમૃદ્ધિ, મહેશ અર્થાત્ વ્યવસ્થા, યજ્ઞ અર્થાત્ પરમાર્થ અને સૂર્ય અર્થાત્ પરાક્રમ. આ પાંચ ગુણોને દેવતા માની યજ્ઞોપવીતના માધ્યમથી પોતાના હૃદયમાં ધારણ કરીએ છીએ. યજ્ઞોપવીત જે નવગુણોને વધારવાનું સ્મરણ કરાવે છે, તે ગુણ છે-વિવેક, પવિત્રતા, શાન્તિ, સાહસ, સ્થિરતા, ધર્મ, કર્તવ્ય નિષ્ઠા, બલિષ્ઠતા, સમૃદ્ધિ અને સામૂહિકતા.

મંત્ર દીક્ષા : ગાયત્રી પ્રત્યેક ભારતીયધર્માનુયાયીનો ગુરુ મંત્ર છે. તેને યજ્ઞોપવીત સમયે જ ગ્રહણ કરવો જોઈએ. જ્ઞાનની મશાલને અંતઃકરણમાં વ્યાપ્ત સદ્ગુણોને ગુરુ માનવા જોઈએ. શ્રદ્ધા તત્ત્વ સબળ હોય તો એકલવ્ય જેવી ગુરુનિષ્ઠા કેટલો ચમત્કાર બતાવી શકે છે. નરેન્દ્રએ જ્યારે રામકૃષ્ણ પરમહંસને સમર્પણ કર્યું ત્યારે તે વિવેકાનંદ થઈ ગયા. શિષ્યોથી ગુરુની ઓળખ થવા લાગી. ભારતીય સંસ્કૃતિનો ઇતિહાસ તો ગુરુ ગરિમાથી ભરેલો છે. સ્કૂલી શિક્ષા માટે જેવી રીતે પ્રશિક્ષક ( ગુરુ ) ની જરૂર હોય છે તે રીતે અધ્યાત્મ માર્ગ પર આત્મિક પક્ષની ઉત્તરિ માટે અધ્યાત્મના મર્મજ્ઞ ગુરુ દેખાતા નથી જે સ્વયં પાર થઈ ગયા હોય અને બીજાને પણ પોતાની નાવમાં બેસાડી પાર લગાવી શકે. જ્યાં પણ દૃષ્ટિ નાંખીએ છીએ ત્યાં નક્લીપણું અને ધોખો જોવા મળે છે. ગુરુના નિર્દેશો પર ચાલવા માટે શિષ્યએ પણ સમર્પણનો પરિચય આપવો જોઈએ.

જન્મદિવસોત્સવ : મનુષ્ય જીવન ઈશ્વરે વરદાન રૂપમાં આપ્યું છે. તેને આમ જ વ્યર્થ નષ્ટ કરી દેવામાં તેની ગરિમા નથી. મનુષ્યએ મનુષ્યતા પ્રાપ્ત કરી જીવન લક્ષ્ય તરફ વધવું જોઈએ. પેટ પ્રજનનમાં તો પશુ પણ લાગેલા રહે છે. એનાથી ઊપર ઉઠીને જીવવામાં સૃષ્ટાની આ પ્રમુખ ગરિમા છે. મીણબત્તી બુઝાવી, કેક કાપી જન્મદિવસ મનવવાનો અમારો ઉદ્દેશ્ય નથી. અમે જીવનના સુધાર પર બળ આપીએ છીએ. અમે યજ્ઞીય માધ્યમથી જન્મદિવસ મનાવીએ છીએ. એક બુરાઈ છોડી એક સારો ગુણ ગ્રહણ કરવાની વ્રતશીલતા એનું પ્રમુખ કાર્ય છે. પંચતત્વોનાં પૂજન કૃતજ્ઞતાની ભાવનાથી કરીએ છીએ. તેની ઉપયોગિતા અને સંતુલનથી શરીરને નિરોગ



રાખવા અને ઉચ્ચ જીવન જીવવાની પ્રબળ પ્રેરણાઓ આપવામાં આવે છે. જન્મદિવસ મોજ-મસ્તી અને ખાવા-પીવાના મનોરંજનનો દિવસ નથી, અમારા જીવનનો ઉદ્દેશ્ય જાણવાનો, આત્મનિરીક્ષણનો દિવસ છે. ક્યાંક અમે માર્ગ ભટકી તો નથી ગયા. સાંસારિક લોભ, મોહ સવાર તો નથીને, જે મુક્તિમાં બાધક છે. સદાચરણ કરવામાં કેટલી તત્પરતા પેદા થઈ. માનવીય ગુણોનો ક્યાંક હાસ તો નથી થઈ રહ્યો. આ બધું નિરીક્ષણ કરી આગલું જીવન શ્રેષ્ઠ દેવમાનવો જેવા જીવવાનો સંકલ્પ મનમાં જાગે તો જન્મદિવસ મનાવવાની સાર્યકતા છે.

પરમપૂજ્ય ગુરુદેવથી આ રીતે એક સમાહમાં સારા સંસ્કારોનું શિક્ષણ પ્રાપ્ત કર્યું. તેમણે સારી રીતિ-નીતિ સમજાવી દીધી હતી કે અમે પુરાણપંથી પંડિત નથી. અમારો ઉદ્દેશ્ય ધર્મતંત્રના માધ્યમથી લોકશિક્ષણ છે. દક્ષિણા ભેગી કરવાનો નહીં. જે અનુદાન મળે, તેને જ્ઞાનયજ્ઞમાં લગાવવામાં આવે. મથુરાથી ગ્વાલિયર ગયા, ત્યાં જઈ મોટો થેલો ( જોલો ) તૈયાર કર્યો જેમાં પંચપાત્ર, કાષ્ટપાત્ર, હવન સામગ્રી રાખતા હતા. એક કુંડ બનાવડાવ્યો હતો જેથી વ્યવસ્થા બનાવવામાં સરળતા થઈ ગઈ. ઘેર-ઘેર સંપર્ક કરવાનો પ્રારંભ કરી દીધો. સંસ્કાર આ પદ્ધતિથી કરાવવાના વિચાર આવવા લાગ્યા. ગ્વાલિયર, ભીંડ, મુરૈના, ગુના, શિવપુરીમાં પણ સંસ્કાર કરાવવા અમે જવા લાગ્યા. અમારી સાથે ભાઈ દારિકાપ્રસાદ ચૈતન્યજી પણ સહયોગ કરવા લાગ્યા. આ રીતે પૂરા સંભાગમાં ઘણી બધી સંખ્યામાં મિશનની મુખ્ય ધારાથી કેટલાય લોકો જોડાયા.

એક દિવસ પરમપૂજ્ય ગુરુદેવનો પત્ર મથુરાથી આવ્યો કે અમે પંજાબ મેલથી ઝાંસી જઈ રહ્યા છીએ, તમે ગ્વાલિયર રેલવે સ્ટેશન પર મળશો. અમે પૂજ્યવરને પત્ર લખી નિવેદન કર્યું કે એક દિવસ ગ્વાલિયર રોકાઈ જાઓ. અહીંયા આસપાસના કાર્યકર્તાઓને બોલાવી લઈશું. તેમનો પણ ઉત્સાહ વધી જશે. પૂજ્યવરે અમારો અનુરોધ સ્વીકારી ગ્વાલિયરનો ચાર દિવસનો કાર્યક્રમ રાખવાની સ્વીકૃતિ આપી દીધી.

પૂજ્યવરના આવવાના કાર્યક્રમની જાણકારી સમસ્ત સંભાગની શાખાઓને કરી દીધી. પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવના સ્વાગત માટે ફૂલમાળા લઈ સ્ટેશન પર ઘણી સંખ્યામાં કાર્યકર્તા ભાઈ-બહેન પહોંચ્યા તથા પૂરા નગરમાં દરેક ચાર રસ્તા પર સ્વાગત, પુષ્પ વર્ષાની વ્યવસ્થા કરી શંખ, ઝાલરના દિવ્ય નાદની ઝલક નગરના દર્શકો માટે બહુ

મનોહર દૃશ્ય હતું. તેમાંય યુગ પુરુષનું આગમન જે નગરમાં હોય ત્યાંની દિવ્યતાનું તે ક્ષણનું વર્ણન લેખનીથી કરવું પણ અશક્ય છે. હજારો પીળાવસ્ત્રધારી પરિજનોના સમૂહને જોઈ પૂજ્યવર અચંબામાં પડી ગયા. તેમણે કહ્યું કે આટલા કાર્યકર્તાઓને તમે કેવી રીતે થોડા સમયમાં તૈયાર કર્યા ? અમે પૂજ્ય ગુરુદેવને બતાવ્યું-અમે અને ભાઈ દારિકાપ્રસાદ ચૈતન્યજીએ ટોળી બનાવી ઘેર-ઘેર સંસ્કારોના પ્રચલનનો પ્રારંભ કર્યો, જ્ઞાન મંદિરોની સ્થાપના કરાવી, જન્મદિવસની કાર્યકર્તાઓની સૂચિ બનાવી ઘેર-ઘેર જઈ જન્મદિવસ મનાવવાનો શરૂ કર્યો. એનો ચમત્કાર છે કે મિશનના વિસ્તારની વ્યાપકતા અહીંયા આટલી દેખાય છે.

પૂજ્યવરે અમને હૃદયથી લગાવ્યા અને કહ્યું-આજે અમને આવા જ કાર્યકર્તાઓની આવશ્યકતા છે. નિરંતર પત્ર વ્યવહારનો ક્રમ ચાલતો જ રહ્યો તથા મહીનામાં એકવાર મથુરા આવી પૂજ્યવર તથા વંદનીયા માતાજીને મળતા હતા. તેમનો સ્નેહ અનુદાન પામી કૃતાર્થ થતા. જ્યારે કદીક પૂજ્યવર ગ્વાલિયર થઈ ક્યાંક જતા, અમારે ત્યાં એક દિવસ અવશ્ય રોકાતા હતા. તેમણે એક પંચકુંડીય યજ્ઞ ગ્વાલિયરમાં આયોજિત કરાવ્યો તથા અમે જે અખંડ દીપ પ્રગટાવ્યો હતો, તેની પૂર્ણાહુતિ પૂજ્યવરે કરાવી અને પૂજ્યવરના આદેશ પર અમે નોકરીમાં ત્યાગ પત્ર આપી મિશન માટે જીવનદાન આપી દીધું. જેટલું કંડ મળ્યું હતું બધું આ શર્ત પર ગુરુદેવને સમર્પિત કરી દીધું કે કોઈને બતાવવામાં ન આવે. પૂજ્યવરે યુગ નિર્માણ યોજના પત્રિકામાં અમારો પરિચય પ્રકાશિત કર્યો ત્યારે પણ અમે પૂજ્યવરને કહ્યું કે તમે એવું શા માટે કર્યું ? અમને સમજાવતા બોલ્યા-અમે રકમ નથી છાપી. અમે તો એટલું જ લખ્યું છે કે તેમનું જે કંઈ હતું તે સોંપી દીધું છે તથા કોઈને બતાવવાની ના પાડી છે.

આ રીતે અમે ગુરુદેવ તથા વંદનીયા માતાજીનો જે પ્યાર પામ્યા, તે બધા પામી શકે છે. એટલા માટે તેમનું કાર્ય કરવું પડશે. ઘેર-ઘેર સંસ્કાર કરાવો. સહકારિતાની દિવ્ય ભાવનાઓનું અભિસિંચન કરો. નિશ્ચિત ગુરુસત્તા આપને દરેક પળ તેમની નિકટતાનો બોધ કરાવશે. યુગ શક્તિ ગાયત્રી પત્રિકાને ગુરુદેવનો સંદેશ માનશો. જેટલી સંખ્યામાં તેના સદસ્ય બનાવશો એટલા જ ઘરોમાં ગુરુદેવ પહોંચશે. આપ ભાઈઓનો પુરુષાર્થ યુગ સંધિની આ પરીક્ષા વેળામાં પાછળ નહીં રહે.

-પંઠ લીલાપત શર્મા

(ક્રમશઃ)

## યુગ નિર્માણ સમાચાર

**ગોંડલ :** ગાયત્રી પરિવારના ભરતસિંહ જાડેજાની એક યાદી પ્રમાણે, રાજકોટ જિલ્લા ગાયત્રી પરિવાર દ્વારા લેવાયેલ “વેદોનો દિવ્ય સંદેશ” પરીક્ષા આપી હોય તેવા તમામ ભાઈઓ-બહેનોને સર્ટિફિકેટ તથા ઈનામ વિતરણ કરવાનો એક કાર્યક્રમ તા. ૧૧ મીએ ગાયત્રી પ્રજ્ઞાપીઠમાં સંપન્ન કર્યો.

**ચલાલા :** શ્રીયુગ નિર્માણ ગાયત્રી પરિવાર ટ્રસ્ટ દ્વારા મિશન વીરનગર તથા જિલ્લા અંધત્વ નિવારણ સમિતિના સહયોગથી તા. ૯મીએ લોહાણા મહાજનવાડીમાં તૃતીય નેત્રયજ્ઞનું આયોજન થયું છે. જેમાં મોતિયો, ઝામર, વેલ. પરવાળા, ખીલ, નાસુર જેવા દર્દનું વિનામૂલ્યે નિદાન કરી ઓપરેશનની જરૂરિયાતવાળા દર્દીને વીરનગર લઈ નેત્રમણિ પણ વિનામૂલ્યે બેસાડી સમાજની ઉત્તમ સેવા કરી છે.

**તિલકવાડા :** તિલકવાડા ગામની મધ્યમાં આવેલા પ્રાચિન તિલકેશ્વર તીર્થના પટાંગણમાં ૨૬મી તારીખે રાત્રે ગાયત્રી દિપ યજ્ઞનું ભવ્ય આયોજન ગાયત્રી પરિવાર તિલકવાડા દ્વારા કરવામાં આવ્યું હતું. શાંતિકુંજ હરીદ્વારથી આવેલા શક્તિ કળશના પાવન સાન્નિધ્યમાં યોજાયેલા દિપ યજ્ઞમાં મહિલા વક્તાના સુંદર વક્તવ્યએ અનેરુ આકર્ષણ જમાવ્યું હતું. અમરેશ્વરના શ્રીમતી રશ્મીબેન પટેલ અને તેમના પતિ શ્રી ભરતભાઈ પટેલે વક્તાના સ્થાન શોભાવ્યા હતાં.

**પાલનપુર :** બનાસકાંઠા જિલ્લા ગાયત્રી પરિવારના ઉપક્રમે પાલનપુર ઝોન ( પાલનપુર, વડગામ, દાંતા ) ની ગોષ્ઠી ગાયત્રી શક્તિપીઠ, પાલનપુરમાં થઈ. આ ગોષ્ઠીનું ઉદ્ઘાટન પાલનપુરના જાણીતા એમ. ડી. ડા. શ્રી સુરેન્દ્ર ગુપ્તા સાહેબ દીપ પ્રગટાવીને કરેલ છે. તેમજ તેમણે માનનીય પ્રવચન આપેલ હતુ તેમજ વ્યસન મુક્તિ આંદોલન સફળ બનાવવા તેમજ જાગૃતિ ઉપર ભાર મુક્યો તથા યોગ્ય સહકાર આપવાની ખાત્રી આપેલ હતી. તેમાં નીચે મુજબના સંકલ્પ થયેલ છે.

શાખાનું નામ-પાલનપુર, સમયદાનીની સંખ્યા-૬૦, યુગ શક્તિ ગાયત્રીના અંકોની સંખ્યા ૧૦૦૮, નવા સેન્ટરોમાં પ્રાર્થના કેન્દ્રો-૧૫.

શાખાનું નામ-ચડોતર, સમયદાનીની સંખ્યા-૧૦, યુગ શક્તિ ગાયત્રીના અંકોની સંખ્યા ૨૪, નવા

સેન્ટરોમાં પ્રાર્થના કેન્દ્રો-૧.

શાખાનું નામ-માલણ, સમયદાનીની સંખ્યા-૫, યુગ શક્તિ ગાયત્રીના અંકોની સંખ્યા ૧૫૧, નવા સેન્ટરોમાં પ્રાર્થના કેન્દ્રો-૧.

શાખાનું નામ-જગાણા, સમયદાનીની સંખ્યા-૨, યુગ શક્તિ ગાયત્રીના અંકોની સંખ્યા ૫, નવા સેન્ટરોમાં પ્રાર્થના કેન્દ્રો-૧.

શાખાનું નામ-સમગ્ર વડગામ તાલુકો, સમયદાનીની સંખ્યા-૬૩, યુગ શક્તિ ગાયત્રીના અંકોની સંખ્યા ૫૧૭, નવા સેન્ટરોમાં પ્રાર્થના કેન્દ્રો-૧૦.

શાખાનું નામ-દાંતા, સમયદાનીની સંખ્યા-૬, યુગ શક્તિ ગાયત્રીના અંકોની સંખ્યા ૫૧, નવા સેન્ટરોમાં પ્રાર્થના કેન્દ્રો-૧.

આમ ૩૫૦ પરિજનોની ઉપસ્થિતિમાં પરમપૂજ્ય ગુરુદેવના કાર્યમાં વેગ મળે તે માટે સત્સંકલ્પ લીધેલ છે. માનવ ઉત્થાન તેમજ ૨૧મી સદી ઉજ્જવળ ભવિષ્ય માટે ઘેર-ઘેર ગાયત્રી તેમજ ગામે-ગામે યજ્ઞનો સંદેશો ફેલાવવા સંકલ્પ લીધેલ છે.

**ભુજ :** શાંતિપીઠ ગાયત્રી પરિવાર શાખા બાળ સંસ્કાર કેન્દ્રના ઉપક્રમે નગર પાલિકાના નવા વરાયેલ પ્રમુખ શ્રી પ્રવિણસિંહ દાદેરનું સન્માન કરવા એક આયોજન ઓપનએર થીયેટરમાં ગોઠવવામાં આવ્યું હતું.

### ફાર્મ-૪

૧. પ્રકાશનનું સ્થાન	મથુરા
૨. પ્રકાશનનો પ્રકાર	માસિક
૩. મુદ્રકનું નામ	પંડા લીલાપત શર્મા
રાષ્ટ્રીયતા	ભારતીય
સરનામું	યુગ નિર્માણ પ્રેસ, મથુરા
૪. પ્રકાશકનું નામ	પંડા લીલાપત શર્મા
રાષ્ટ્રીયતા	ભારતીય
સરનામું	યુગ નિર્માણ યોજના, મથુરા
૫. સંપાદકનું નામ	પંડા લીલાપત શર્મા
રાષ્ટ્રીયતા	ભારતીય
સરનામું	યુગ નિર્માણ યોજના, મથુરા
૬. સત્વાધિકારી	યુગ નિર્માણ યોજના ટ્રસ્ટ, ગાયત્રી તપોભૂમિ, મથુરા

હું લીલાપત શર્મા આથી જાહેર કરું છું કે ઉપર આપેલી વિગતોવાળું નિવેદન મારી જાણ અને માન્યતા પ્રમાણે સાચું છે.

**સદી-લીલાપત શર્મા**

**મૃતક ભોજ બંધ કરવાનો સંકલ્પ લીધો**  
એકવીસમી સદીની બાગડોર મહિલાઓના હાથમાં હશે. સમાજમાં જન જાગરણ કરી કુરીતિઓનો વિરોધ કરવામાં, તેને દૂર કરવામાં નારી વર્ગની ભૂમિકા પ્રમુખ રહેશે. તેને પ્રમાણિત કર્યો છે ગાયત્રી મહિલા મંડળ, બર્સા ( કાનપુર ) ની બહેનોએ. દીપ યજ્ઞમાં રપ બહેનોએ કોઈ પણ મૃતક ભોજમાં સામેલ ન થવાનો સંકલ્પ લીધો તથા પોતાના પ્રયાસથી યથાસંભવ બીજાને મૃતક ભોજ ન કરવાની પ્રેરણા આપવાનો નિશ્ચય કર્યો છે.

**જન પ્રતિનિધિઓને અપીલ-વ્યસન છોડાવે**  
**ગાયત્રી પરિવાર શાખા, હમીરપુરના** કેટલાય ભાઈ-બહેનોએ એક ભાવભરેલ પત્ર જન પ્રતિનિધિઓને મોકલ્યો જેમાં તેમણે હરિયાણા, ગુજરાતની જેમ જ નશાબંધી, શાસનનો આદેશ કરાવવાનો અનુરોધ કર્યો છે. બધા ગાયત્રી પરિજનોએ સ્થાનીય સ્તરે વિદ્યાલયો, સાંસદો વગેરે જન પ્રતિનિધિઓ પર નશામુક્ત દેશ બનાવવા દબાવ નાંખવો જોઈએ.

**ગાયત્રી પરિવાર શાખા, હમીરપુરના** મહિલા મંડળની બહેનોએ જિલ્લા કારાગારમાં બંદીઓ સન્મુખ પ્રભાવશાળી વ્યાખ્યાન આપ્યું જેનાથી પ્રભાવિત થઈ ૩૩ બંદીઓએ શરાબ છોડવાનો તથા ૧૭ બંદીઓએ તમાકુ છોડવાનો સંકલ્પ લીધો. કેદીઓએ પવિત્ર જીવન જીવવાનો પ્રણ કર્યો તથા અપરાધી જીવનથી તોબા કરી. યુગ પરિવર્તનની જવાબદાર નારીની મમતા, દયા, સ્નેહની ભાવનાને જ ઉદાવવાની છે.

#### **શરાબના અડા પર ધરણા**

શિકારપુર ( બુલન્દશહેર ) ના પરિજનોએ વ્યસન મુક્તિ આંદોલનના અંતર્ગત શિકારપુરમાં શરાબના અડા પર ધરણા ધર્યાં. ફળસ્વરૂપે ઠેકેદાર ઠેકા બંધ કરી ભાગી ગયા. ધરણામાં સામેલ થવા માટે ગામમાંથી હજારો લોકો ટ્રેક્ટર, ટ્રોલીમાં બેસીને આવ્યા. શરાબને પૂર્ણરૂપે બંધ કરાવવાનું આંદોલન ચલાવતા રહેવાનો સંકલ્પ પરિજનોએ લીધો. સ્થાનીય વિધાયકે ગાયત્રી પરિવારના આ આંદોલનનું પૂર્ણ સમર્થન કર્યું અને મુખ્યમંત્રીજીને પ્રાર્થનાપત્ર આપવાનું આશ્વાસન આપ્યું.

#### **કુટીર ઉદ્યોગો દ્વારા આર્થિક સમૃદ્ધિ**

સિસવાના પરિજનોએ જૌનપુરના કડવતિયાં ગામમાં દીપયજ્ઞ પછી કિસાન ચરખા વિતરિત કર્યા જેથી ક્ષેત્રની ગરીબ મહિલાઓને રોજગારનો અવસર મળે અને તે પોતાની આર્થિક સ્થિતિ સારી બનાવી શકે.

શીઘ્ર અગરબતી ઉદ્યોગ પણ ગાંધી આશ્રમના સહયોગથી પ્રારંભ કરવાનો પ્રયાસ પરિજન કરી રહ્યા છે.

#### **સમાજને નશા મુક્ત કરવાનો પ્રબળ પ્રયાસ**

બુલંદશહેરની ગાયત્રી સંસ્કારપીઠના પરિજનોએ જનપદના કાર્યકર્તાઓની ગોષ્ઠી આયોજિત કરી અને વ્યસન મુક્તિ તથા નારી જાગરણ આંદોલનોને તેજ કરવાનો સંકલ્પ વ્યક્ત કર્યો. પરિજનોએ એક કિલોમીટર લાંબી રેલી કાઢી જેમાં ૨૫-૩૦ ઝાંખીઓ, ૨૦૦ બેનર તથા ૫૦૦ પટ્ટિઓ લઈ મહિલા અને પુરુષ ચાલી રહ્યા હતા. સ્થાનીય સીટી મેજિસ્ટ્રેટ તથા અપર જિલ્લા અધિકારી મહાનુભાવોનો પણ સહયોગ આ કાર્યક્રમમાં ભરપૂર મળ્યો. બધા યુગ સૈનિકોએ એનાથી પ્રેરણા લઈ પોત પોતાના ક્ષેત્રમાં આવી રેલીઓ કાઢવી જોઈએ.

#### **વ્યસન મુક્ત સમાજનું નિર્માણ**

સૂરોઢ, મહૂ શ્રીરામપુર તથા ખેડલાના ગાયત્રી પરિજનો દ્વારા એક ટોળી બનાવી ક્ષેત્રમાં ગામે-ગામે જઈ સામાજિક કુરીતિઓને છોડી અને વ્યસન મુક્ત સમાજના નિર્માણનો પ્રયાસ કરવામાં આવી રહ્યો છે. શ્રી બહાદુરસિંહ (અધ્યાપક) ના ઉદ્બોધનથી પ્રભાવિત થઈ લોકોમાં વ્યસન છોડવાનો સંકલ્પ ઉભરાય છે જેને બળ મળે છે શ્રી ભીમસિંહ ડ્રાઈવરની જુબીનથી. શ્રીભીમસિંહ કહે છે કે તે અત્યાર સુધી દસ લાખ રૂપિયાનો શરાબ પી ચૂક્યો છે પરંતુ જે સુખ અને આનંદ શરાબ છોડ્યા પછી આવી રહ્યો છે તેના માટે તે ગાયત્રી પરિવારનો આભાર માને છે. તે બધા શરાબીઓને શરાબ છોડવાની સલાહ આપે છે તેનાથી પ્રભાવિત થઈ પૂરા ક્ષેત્રમાં નશો છોડવાની લહેર પેદા થઈ ગઈ છે.

#### **સમ સૂત્રી આંદોલન રેલીનું આયોજન**

ગાયત્રી શક્તિપીઠ કોંડા ગામના પરિજનોએ સાત આંદોલનોના સંબંધમાં જન જાગરણ રેલીનું આયોજન કર્યું. માર્ચ તથા બેનરોથી નારા લગાવ્યા. ક્ષેત્રમાં આ રેલીનો સારો પ્રભાવ પડ્યો. ભવિષ્યમાં જનચેતનાનો ઉપયોગ ગાયત્રી પરિજન કુરીતિઓના નિવારણમાં કરશે.

#### **યુગ સૃજનની બોગડોર યુવાઓએ સંભાળી**

કલકત્તાના યુવા ગાયત્રી પરિજનોએ સાહિત્યના માધ્યમથી પૂજ્ય ગુરુદેવના વિચારોને શહેરના વ્યસ્ત લોકો સુધી પહોંચાડવાનું કાર્ય યોજનાબદ્ધ રૂપમાં પ્રારંભ કર્યું છે. દુર્ગાપુરના સંસ્કાર મહોત્સવ માટે સવા લાખ રૂપિયાનું સાહિત્ય લઈ શ્રી પ્રદીપ શર્મા તથા શ્રીસચ્ચિદાનંદ પાંડેય આવ્યા. આ કાર્યમાં વિશેષ યોગદાન શ્રી વિશ્વનાથજીનું રહ્યું. ■