



૧. પુરુષાર્થની દિશા
૨. વિવેકનો નાશ - સર્વનાશ
૩. ધ્યાન - શા માટે અને કેવી રીતે કરવું જોઈએ
૪. ક્રિયાની નકલ નહીં, સિદ્ધાંતનું અનુસરણ
૫. પ્રજ્ઞા પુરાણ સ્તંભ
આનંદનું ઝરણું વહી રહ્યું છે, તું કેમ ઉદાસ છે
૬. સમાજ નિર્માણ ૧૪
જો સૂતેલી વિચારશીલતા જાગી ઊઠે
૭. વ્યક્તિ નિર્માણ ૧૭
સજ્જનતાના માર્ગ પર ચાલીએ
૮. વિવાહોન્માદ : દહેજના દાનવથી લડવા હવે ૨૦
નારીશક્તિ પણ આગળ આવે

૧૩. ળામાં રમવા દે.
૧૪. પ્રાર્થના
૧૫. પરમ પૂજ્ય યુરુદેવના
પરિષ્કૃત મનઃસ્થિતિ જ સ્વર્ગ છે (પૂર્વાધ)
૧૬. આત્માય અનુરોધ

એકવીસમી સદીની યુગ સાધના

વર્ષ ૧૯૯૯ સાધનાવર્ષ રૂપે મનાવી રહ્યા છીએ. આ વર્ષમાં વધુમાં વધુ વ્યક્તિઓ યુગ સાધના સાથે જોડાય એવો સંકલ્પ ઉભરાયો છે. ગાયત્રી મંત્ર અથવા કોઈ મંત્રની સાધના આ વર્ષે મોટા સ્તર ઉપર થવી જોઈએ. સાધના ઓછી થવાથી દુષ્કૃતિ વધે છે.

એકવીસમી સદીની યુગ સાધના પણ દરેક પરીજને મંત્ર જપ સાથે શરૂ કરવી જોઈએ. આ માટે જ પોકેટ સાઈઝ પુસ્તક એકવીસમી સદીની યુગ સાધના કિંમત ૧-૫૦ માં પ્રકાશિત થયેલ છે. તેમજ પોકેટ સાઈઝની નવી ૨૪ પુસ્તકોનું હાલમાં જ પ્રકાશન થયેલ છે, આ ઉપરાંત મહાકાળની શ્રેણી કિંમત ૩-૪-૦૦ ની પાંચ પુસ્તકોનું પણ પ્રકાશન થયેલ છે. જે ગાયત્રી જ્ઞાનપીઠ જૂનાવાડજ અમદાવાદ ૩૮૦૦૧૩ થી તુર્ત જ મંગાવી લેવા આગ્રહ છે.

યુગ શક્તિ ગાયત્રીના આજીવન સભ્યોને વિનંતી છે કે પોતાનો ગ્રાહક નંબર જે આપને મળતા અંકમાં નામ આગળ અંકિત કરવામાં આવે છે. તે અવશ્ય નોંધી લેવો. પત્રિકા ન મળે અથવા સરનામું બદલવાનું હોય ત્યારે આજીવન ગ્રાહક નંબર લખવો અનિવાર્ય છે.

ॐ ભૂર્ભુવઃ સ્વઃ તત્સવિતુર્વરેણ્યં ભર્ગોદેવસ્ય ધીમહિ ધિયો યો નઃ પ્રચોદયાત્ ।

યુગ શક્તિ ગાયત્રી

: સંસ્થાપક/સંરક્ષક :

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

: સંપાદક :

પં. લીલાપત શર્મા

: કાર્યાલય :

ગાયત્રી તપોભૂમિ,
મથુરા - ૨૮૧ ૦૦૩

: ટેલિફોન :

(૦૫૬૫) ૪૦૪૦૦૦, ૪૦૪૦૧૫

વાર્ષિક ળવાજમ : ૪૫ રૂપિયા
આજીવન ળવાજમ : ૫૦૦ રૂપિયા

વિદેશનું ળવાજમ

વાર્ષિક : ૧૦ પાઉન્ડ/૧૫ ડોલર/
૪૦૦ રૂપિયા

આજીવન : ૧૦૦ પાઉન્ડ /

૧૫૦ ડોલર / ૪૫૦૦ રૂપિયા

વર્ષ - ૩૦ અંક - ૫

મે - ૧૯૯૯

માર્ગદર્શક આપણી જ અંદર

દેવી જ્ઞાન થયા વિના મનુષ્યને પોતાના મૂલ્યની ખબર પડતી નથી અને તેથી જ પોતાના વિષયમાં એ બીજાઓથી વધુ જાણે છે, જ્યારે પોતાના સંબંધમાં એ પોતાના આત્મા દ્વારા વિશ્વસનીય તથા દૃઢતાપૂર્વક માહિતી પ્રાપ્ત કરી શકે છે. અંતર્દૃષ્ટિ રાખવાથી વ્યક્તિને વધુ મહત્વપૂર્ણ વસ્તુઓ પોતાની અંદર જ મળી જાય છે.

સંસારના બધા ઉપદેશકોનાં પ્રવચનો ભલે સાંભળે, ભલે ઈશ્વર પોતે તમને ધર્મજ્ઞાન સંભળાવે, પરંતુ જ્યાં સુધી તમે પોતાને સન્માર્ગ પર ચાલવાની સ્વયં પ્રેરણા ન આપો ત્યાં સુધી એનાથી કશો જ લાભ નહિ થાય. દૃષ્ટિને અનુરૂપ સૃષ્ટિ બને છે. પોતાની દૃષ્ટિ બદલો, જેથી નવી સૃષ્ટિનું દર્શન અને સંપર્ક મેળવી શકો. જ્યાં સુધી પોતાને વિકસિત કરવા અને સુધારવા તમે પોતે તૈયાર થતા નથી, ત્યાં સુધી કોઈ બીજો તમને વિકસિત કે સુધારી શકશે નહિ.

- શ્રીરામ શર્મા આચાર્ય

* પુરુષાર્થની દિશા... *

આપણે ક્યાં પહોંચી ગયા ? આ આપણું ઇચ્છેલું સ્થાન તો નથી જ. અહીં આપણને શાંતિ મળી નથી શકતી. આવી સ્થિતિમાં આપણે શા માટે પહોંચ્યા, કેવી રીતે પહોંચ્યા, કોની ભૂલથી એના પ્રત્યે વિચારીએ કે ન વિચારીએ, એની તરફ જોવું સાર્યક છે કે નિરર્થક, એ પણ આપણને મંજૂર તો નથી જ. એનાથી દૂર તો થવું જ પડશે — બચવું તો પડશે જ. અવાંછનીય પરિસ્થિતિઓથી ઘેરાયેલી પોતાની જાતને પીડિત અનુભવતી વ્યક્તિઓ અગણિત છે. તે સૌની એક જ કામના-આકાંક્ષા હોય છે કે આપણે આવી સ્થિતિમાંથી બહાર નીકળીએ. દરેક વ્યક્તિ આવી સ્થિતિનો કોઈને કોઈ ઉપક્રમ પોતાની રીતે તો અપનાવે જ છે.

પરંતુ કેટલીક વ્યક્તિઓ એવી પણ હોય છે, જે માત્ર રડતી જ રહે છે. પોતાના પ્રયત્નોનો સૌથી સાર્યક પક્ષ તેમને પોતાની અવાંછનીય પરિસ્થિતિઓને માટે અન્યને જવાબદાર-દોષિત ગણાવતો દેખાય છે. ભગવાનથી લઈને પોતાની આજુબાજુની કોઈપણ વ્યક્તિને તેનું લાંછન લગાડવાને માટે — તેનાં કારણો સિદ્ધ કરવામાં જ તે પોતાની સંપૂર્ણ બુદ્ધિ તથા સમય વેડફી નાંખે છે. આનાથી તેને ખોટો સંતોષ ભલે મળી જતો હોય, પરંતુ પેલી પીડામાંથી તો મુક્તિ મળી શકતી જ નથી.

કેટલીક વ્યક્તિઓ આવા સમયે પરિસ્થિતિને અનુરૂપ થઈ, તેવી જ સ્થિતિમાં દરેક પ્રકારે સામનો કરવાને માટે મન દઢ કરી લે છે. આવી વ્યક્તિઓ પોતાનો સમય-શ્રમ અને સમજને વિષમ સ્થિતિની પ્રતિક્રિયાઓને એક કરવામાં જ વેડફી નાંખે છે. એની આગળની મનોભૂમિની વ્યક્તિ એ છે કે જે પ્રતિક્રિયાઓને નહીં મૂળ કારણોને જુએ છે તથા એને વ્યવસ્થિત કરવાને માટે બધું જ કરી છૂટે છે. સમય,

શ્રમ અને સમજ તો તેમાં પણ ખર્ચાય છે, પરંતુ તેમાં ડગલે ને પગલે વધુ સાર્યકતા આવતી જાય છે. એક કારણનું નિવારણ થઈ જતાં અન્ય અનેક મુશ્કેલીઓ સરળ થતી જાય છે.

પુરુષાર્થની દિશા જો સાચી નહીં હોય તો, ગમે તેટલો સચોટ પ્રયત્ન કરવા છતાં પણ પરિણામ ‘નહીં’ને બરોબર જ રહેવું સ્વાભાવિક છે. રોદણાં રડતાં રહેવાનો દોષ કોની કોની ઉપર નાંખવો ? આનો પ્રયાસ કરતા રહેવું એ પણ એક પ્રકારનો પુરુષાર્થ જ તો છે, ભલેને તે દિશાવિહીન હોય.

મોટાં પરિવર્તન કાયમ સાચી દિશામાં કાર્ય કરનારા પુરુષાર્થીઓ દ્વારા જ સંભવ બન્યાં છે. મહાત્મા બુદ્ધ હોય કે પછી સ્વામી વિવેકાનંદ, દરેકને આ વાત લાગુ પડે છે. વર્તમાન પરિવર્તનચક્ર પણ આનાથી ભિન્ન સિદ્ધાંતો ઉપર તો નથી જ. જે પણ વ્યક્તિ આ યુગપરિવર્તનને માટે કરવામાં આવતી મહાસાધનાને માટે આગળ આવશે, તે સૌ આ દિશામાં કરવામાં આવેલ પ્રખર પુરુષાર્થની મર્યાદા વડે જ આગળ વધશે. જેમનામાં સમજદારીનો અંશ છે, તેમણે અવશ્યભાવિ પરિવર્તન તથા તેની જરૂરી શરતોને ધ્યાનમાં રાખીને આજે જ પોતાના પુરુષાર્થની સાચી દિશા નક્કી કરી લેવી જોઈએ.

જીવનમાં એક સમય એવો આવે છે કે જ્યારે તમારું ભાગ્ય અનુકૂળ હોય છે. જીવનમાં એક વખત ભાગ્યોદય થાય છે, ત્યારે ખૂબ વાપરજો, પ્રેમથી ખૂબ દાન કરજો, સંકોચ રાખશો નહિ. જેટલું આપશો તેનાથી બમણું તમારા ઘરમાં આવશે અને ભાગ્ય પ્રતિકૂળ થશે ત્યારે સંપત્તિને સાચવવા પ્રયત્ન કરશો તો પણ ઘરમાં કંઈ રહેશે નહિ.

વિવેકનો નાશ — સર્વનાશ

સંપૂર્ણ હિંદુસ્તાન ત્યારે રિયાસતોમાં વહેંચાયેલું હતું. આ પૈકીની એક રિયાસત વિક્રમપુરના રાજા હતા ચિત્રસેન. વિક્રમપુર રિયાસત નાની હોવા છતાં પણ રાજા ચિત્રસેનનો અહં ઘણો જ વધારે પડતો હતો. તે પોતાની જાતને રાજધિરાજ અથવા સમ્રાટથી ઊતરતો ગણતો નહોતો. તેનું ઝનૂન પણ એના અહંને અનુરૂપ જ તેમજ ભયાનક હતું. પોતાની આ વિચિત્ર ધૂનને કારણે તે સારામાં સારી વસ્તુનો કસ કાઢી લેતો હતો. લગભગ એવું જ થતું કે તેની પાસે પુરસ્કારની આશા લઈને આવનાર દંડ મેળવીને જતા. આખરે ધીરેધીરે એવું થયું કે કલાકારોએ તેમની પાસે આવવાનું સાહસ બંધ કરી દીધું.

એકવાર કોઈ અન્ય રિયાસતમાંથી એક મૂર્તિકાર વિક્રમપુર આવ્યો. તે રાજા ચિત્રસેન સાથે મુલાકાત કરવા આતુર હતો. લોકોએ તેને સમજાવ્યો કે તે રાજાને ન મળે, પરંતુ તે ન માન્યો. આ વધુ પડતી રોકટોકને કારણે તેની ઉત્સુકતા વધી ગઈ.

તે રાજદરબારમાં ગયો. પ્રણામ કર્યા બાદ તેણે રાજાને પોતાની વિદ્યાથી પરિચિત કર્યા. રાજાએ મૂર્તિકારને તુચ્છ નજરે જોયો, તેના હાથમાં સારસની એક મૂર્તિ હતી.

રાજા કરડાકીભર્યા સ્વરે બોલ્યો — “સારસ આટલું નાનું હોય છે ? તને શું દંડ આપું ?”

“દંડ આપવાનો અધિકાર આપનો છે મહારાજ.” મૂર્તિકાર હાથ જોડીને બોલ્યો. પછી તેણે કહ્યું — “પરંતુ આપને જણાવી દઉં કે મારી કલા ક્યારેય શંકાનો વિષય નથી બનતી. હું દરેક બિંદુ ઉપર ધ્યાન આપું છું. આવું સારસ અહીંથી થોડાક હજાર માઈલ દૂર એક સ્થાન

ઉપર જોવામાં આવે છે. આપ જો આજ્ઞા આપો તો હું આપની નજરબંદીમાં જઈને તેને અહીં લાવીને બતાવી શકું છું. શી મજાલ, કે જરા સરખો પણ ફરક પડે, હું તો ફક્ત હાવભાવ ઉપર જ નહીં, વજન ઉપર પણ ધ્યાન આપું છું.

રાજા ગુસ્સે થયો — “તેની જરૂર નથી. તું મારી મૂર્તિ બનાવ, મને જોઈ લે. ધ્યાન રહે, જરા સરખી પણ ભૂલ થશે તો તારું ધડ અલગ કરી દેવામાં આવશે.”

“મને મંજૂર છે.” મૂર્તિકારે ઉત્તર આપ્યો. રાજાએ જરૂરી સામાનની વ્યવસ્થા કરી આપી. ચાર દિવસ પછી મૂર્તિકાર દરબારમાં આવ્યો. મૂર્તિ તેની સાથે હતી, તેને તેણે કપડાથી ઢાંકી રાખી હતી.

“કપડું હટાવો.” રાજાના કહેવાથી મૂર્તિકારે કપડું ખસેડ્યું. મૂર્તિ માથાથી કમર સુધીની જ હતી. રાજાએ બૂમ પાડી — “આ આખી મૂર્તિ છે ?” “મહારાજ, આપે મૂર્તિ બનાવવાનું કહ્યું હતું, આખી કે અડધીનો આદેશ આપે નહોતો આપ્યો.” રાજાના ચહેરા ઉપર ક્રોધ જણાઈ આવતો હતો. મૂર્તિકારે આગળ કહ્યું — “આ હૂ-બ-હૂ આપની મૂર્તિ છે. આનું વજન ચાલીસ શેર છે. પગને બાદ કરતાં આપનું વજન પણ તેટલું જ છે, અને આ હું દાવા સાથે કહી શકું છું.”

“જો પરીક્ષણથી તારો દાવો....?” ક્રોધથી ધૂંઆપૂંઆ રાજા ચિત્રસેન હજુ આગળ કંઈ કહે તે પહેલાં તો મૂર્તિકાર બોલ્યો — “તો આપ મારું માથું કલમ કરાવી શકો છો.”

“પરીક્ષણ કરવામાં આવે.” રાજા ભાવાવેશમાં બોલી ઊઠ્યા. “પ....પરંતુ.” મંત્રીના વિશ્વેષથી રાજા વધુ કોપિત થઈ ઊઠ્યા — “મારા આદેશનું પાલન

કરવામાં આવે.”

“પરંતુ મહારાજ, પરીક્ષણને માટે આપનું શરીર કાપવું પડશે, માથાથી કમર સુધી.” મંત્રીએ સ્પષ્ટ કર્યું. રાજા હેબતાયો, કિકર્તવ્યવિમૂઢ. તેને પરસેવો છૂટી ગયો. બે ક્ષણ તો અવાક થઈ ગયો.

પ્રજાવાન મૂર્તિકારની સામે તેની આંખો ઝૂકી ગઈ. ભારે મને તેણે કહ્યું — “મૂર્તિકાર, મને માફ કરજે. તેં મારી આંખો ખોલી નાંખી.” થોડું રોકાઈને રાજા બોલ્યો — “હું ઘણો જ શરમિંદો છું. તું જે ઈચ્છે, પુરસ્કારસ્વરૂપે આપીશ. માંગ.”

“આપવું જ હોય તો આપ વચન આપો કે આપ

આપની અહંવૃત્તિનો ત્યાગ કરશો. અહંના કારણે મનુષ્યના વિવેકનો નાશ થાય છે. આપ અહં ત્યાગી શકશો તો સ્વતઃ જ વિદ્યા-કળાની દેવી સરસ્વતી સન્માનિત થતી રહેશે. ભગવતી સરસ્વતીના સન્માનથી તેમના વરદ્વપુત્રોની ખ્યાતિ આપમેળે જ વધતી રહેશે.” આટલું કહીને પ્રજાવાન મૂર્તિકાર ચાલ્યો ગયો.

રાજા ચિત્રસેન ઘણીવાર સુધી માથું ઝુકાવી બેસી રહ્યો, પછી ધીમેધી બોલ્યો — “હું મારા અહંનો ત્યાગ કરીશ.” તેની વાણીમાં તેના આત્માનો સંકલ્પ ધ્વનિત થઈ રહ્યો હતો.



ઈશ્વર ઉપાસના સાથે જોડાયેલી શ્રેષ્ઠ ભાવનાઓ

ઉપાસના દરરોજ કરવી જોઈએ. જેણે સૂર્ય અને ચંદ્ર બનાવ્યા, ફૂલ અને ફળના છોડ ઉછેર્યા, કેટલીયે વર્ણ-જાતિનાં પ્રાણી બનાવ્યાં તેની પાસે બેસીશું નહીં તો વિશ્વની યથાર્થતાનો પત્તો કેવી રીતે લાગશે? શુદ્ધ હૃદયથી કીર્તન, ભજન, પ્રવચનમાં ભાગ લેવો, તે પ્રભુની સ્તુતિ છે. તેનાથી આપણાં શરીર, મન અને બુદ્ધિનાં તે સૂક્ષ્મ કેન્દ્રો જાગૃત થાય છે જે મનુષ્યને સફળ સદ્ગુણી બનાવે છે. ઉપાસનાનો જીવન વિકાસની સાથે અદ્વિતીય સંબંધ છે.

પરંતુ ફક્ત પ્રાર્થના જ પ્રભુનું સ્તવન નથી. આપણે કર્મથી પણ ભગવાનની ઉપાસના કરીએ છીએ. ભગવાન કોઈ મનુષ્ય નથી, તે તો સર્વવ્યાપક અને સર્વશક્તિમાન ક્રિયાશીલ સત્તા છે. એટલા માટે ઉપાસનાનો અભાવ રહેવા છતાંય તેના નિમિત્તે કર્મ કરનારો મનુષ્ય ઘણું જ શીઘ્ર આત્મજ્ઞાન મેળવી શકે છે. લાકડાં કાપવા, રસ્તા માટેના પથ્થર તોડવા, મકાનની સ્વચ્છતા, સજાવટ અને ખળામાં અનાજ તૈયાર કરવું વગેરે પણ ભગવાનની સ્તુતિ છે. આપણે આ બધાં કાર્યો એ આશયથી કરીએ કે એનાથી વિશ્વાત્માનું કલ્યાણ થશે. કર્તવ્યભાવનાથી કરેલાં કર્મો અને પરોપકારથી ભગવાન જેટલા પ્રસન્ન થાય છે તેટલાં કીર્તન-ભજનથી થતા નથી. સ્વાર્થને માટે નહીં આત્મસંતોષને માટે કરેલા કર્મથી મોટી ફળદાયક ઈશ્વરની ભક્તિ બીજી કોઈ હોઈ શકે નહીં.

પૂજા કરતી વેળાએ આપણે કહીએ છીએ, “કે પ્રભુ તું મને આગળ લઈ જા, મારું કલ્યાણ કરો, મારી શક્તિઓને સર્વવ્યાપી બનાવી દો” અને કર્મ કરતી વેળાએ આપણી ભાવના એ કહે છે કે, “હે પ્રભુ ! તેં મને એટલી શક્તિ આપી, એટલું જ્ઞાન આપ્યું, વૈભવ અને વર્ચસ્વ આપ્યું તે ઓછાં વિકસિત પ્રાણીઓની સેવામાં કામ આવે. હું જે કરું છું તેનો લાભ સમગ્ર સંસારને મળે.”

આ ભાવનાઓમાં કંઈક વધુ શક્તિ અને આત્મકલ્યાણની સુનિશ્ચિતતા છે. એટલા માટે ભજનને જ નહીં ઈશ્વરીય આદેશોના પાલનને સાચી ઉપાસના માનવી જોઈએ.

ધ્યાન – શા માટે અને કેવી રીતે કરવું જોઈએ ?

માનસિક અસંતુલનને સંતુલનમાં બદલવાને માટે, ફેલાયેલી ચિત્તવૃત્તિઓને એકીકરણ દ્વારા એકાગ્રતાની સ્થિતિમાં લાવવાને માટે ધ્યાન કરતાં શ્રેષ્ઠ બીજો કોઈ ઉપાય નથી. આજના ભૌતિકવાદી યુગમાં જ્યાં આખા સમાજમાં સાધનો એકઠાં કરવાની કારણ વગરની સમજણ વગરની દોડ જોવામાં આવી રહી છે, લગભગ દરેકનું મન અસંતુલિત, વ્યગ્ર-તનાવગ્રસ્ત જોવામાં આવે છે. ઘણીવાર મન ક્રોધ, શોક, પ્રતિશોધ, ઉદ્વેગ, સંક્ષોભ, કામુકતા જેવા ઉદ્વેગોમાં ફસાઈ જાય છે. તેવી સ્થિતિમાં કોઈનું હિત સધાતું નથી. પોતાનું અથવા બીજા કોઈનું પણ કંઈ પણ અહિત થઈ શકે છે. ઉદ્વેગતાઓના કારણે આજે સમાજમાં ધૂની-વિહ્વળ સ્તરના વ્યક્તિઓ વધતા જઈ રહ્યા છે. સાચો નિર્ણય કરવાનો તો દૂર, તેઓ ક્યારે આત્મઘાતી પગલું ભરી લેશે, સમજમાં નથી આવતું. આ અશાંતતામાંથી મન-મસ્તિષ્કને ઉગારવાનો એક જ ઉપાય છે – મનને વિચારોના સંયમનું-સંતુલિત સ્થિતિ બનાવી રાખવાનું અભ્યસ્ત બનાવવા ઉપર ભાર આપવામાં આવે. આનું જ નામ ‘ધ્યાન-સાધના’ છે. મનને અમુક ચિંતનપ્રવાહથી દૂર કરી અમુક દિશામાં નિયોજિત કરવાની પ્રક્રિયા જ ધ્યાન કહેવાય છે. શુભારંભના રૂપમાં ભટકાવના સ્વેચ્છાચારથી મનને હટાવીને એક નિયત-નિર્ધારિત દિશામાં લગાવવાના પ્રયોગોનો અભ્યાસ કરવામાં આવે તો શીઘ્ર સફળતા મળે છે.

કહેવામાં આવ્યું છે કે જે પોતાને વશમાં કરી લે છે, તે આખા સંસારને વશમાં કરી લે છે. ગીતામાં યોગેશ્વર શ્રીકૃષ્ણ કહે છે – વશે હિ યસ્યેન્દ્રિયાણિ તસ્ય પ્રજ્ઞા પ્રતિષ્ઠિતા (અ.-૨). વારંવાર જ્યારે તે

ઈન્દ્રિયોને વશમાં રાખવાની વાત કરે છે તો તેમાં સૌથી મુખ્ય છે મન, જેના ઈશારા પર બાકીની બધી જ ઈન્દ્રિયો નાચે છે. આત્મનિયંત્રણથી જ પ્રજ્ઞાનો પ્રતિષ્ઠિત થવાનો માર્ગ પ્રશસ્ત થાય છે અને તેને માટે વગર વિચાર્યો દોટ લગાવતા અણધારે વિચારોને વારંવાર ઘસડીને શ્રેષ્ઠ ચિંતનના પ્રવાહમાં લાવવાનો પ્રયાસ-પુરુષાર્થ કરવો પડે છે. આ સરળ નથી, સાથે સાથે અસંભવ પણ નથી, જો આ કરી શકવામાં આવે તો આત્મિક અને ભૌતિક બંને ક્ષેત્રોમાં સમાન રૂપથી લાભ મળે છે. જ્યાં આ વૈચારિક તન્મયતાની ફલશ્રુતિ આધ્યાત્મિક જગતમાં પ્રસુપ્ત શક્તિઓના જાગરણથી લઈને ઈશ્વરપ્રાપ્તિ – રસો વૈ સઃ ની આનંદાનુભૂતિના રૂપમાં પ્રાપ્ત થાય છે, ત્યારે ભૌતિક ક્ષેત્રમાં અભીજ પ્રયોજનોમાં પૂરી તન્મયતા-તત્પરતા નિયોજિત થવાથી કાર્યનો સ્તર ઊંચો ઊઠે છે, સફળતાનો માર્ગ પ્રશસ્ત બને છે અને ખૂબ જ ઉપલબ્ધિઓ મળે છે.

ખરેખર, વિચારોનું, શ્રેષ્ઠ સકારાત્મક વિચાર-પ્રવાહોનું વ્યક્તિત્વને કરાવવામાં આવેલું સ્નાન એ જ ધ્યાન છે. સૂક્ષ્મ તથા કારણસત્તા ઉપર નિત્ય જામતા વિકારોના મેલની ધોલાઈ આ જ ધ્યાનરૂપી સાબુથી થઈ શકે છે. ધ્યાનયોગનું મૂળભૂત લક્ષ્ય છે – સાધકને પોતાની મૂળભૂત સ્થિતિના વિષયમાં, પોતાની જાતના વિષયમાં બોધ કરાવવો. તેની તે સ્મૃતિને યાદ કરાવવી, જેનાથી તે ભટકેલો દેવતા પોતાના મૂળસ્વરૂપને જાણી શકે. આજનો દરેક વ્યક્તિ આત્મવિસ્મૃત મનોરોગીની સ્થિતિમાં જીવી રહ્યો છે. આવી સ્થિતિમાં દુઃખથી ઘેરાયેલા લોકો પોતે તો નુકસાન ભોગવતા જ હોય છે, પોતાના ઓળખીતા, સંબંધીઓને પણ દુઃખી કરતા

રહે છે. વિસ્મરણનું નિવારણ અને આત્મબોધની ભૂમિકામાં પુનઃજાગરણ, આ જ છે ધ્યાનયોગનું લક્ષ્ય.

કોઈ એક સંતે કહ્યું છે કે ધ્યાન કરવામાં નથી આવતું, થઈ જાય છે. સાચું પણ છે, જ્યારે ધ્યાનને માટે મન ઉપર જબરજસ્તીથી દબાણ કરવામાં આવે છે, મન પોતાની ચંચળતાના શિખર ઉપર પહોંચીને ઘણું જ નચાવે છે. એટલા માટે ધ્યાનને માટે વારંવાર શ્રેષ્ઠ ચિંતનના પ્રવાહને બોલાવવો, તેમાં જ રમણ કરવું ધ્યાનની સ્થિતિને લાવી આપે છે. માનવીનું મન ખરેખર તો જંગલી હાથી જેવું છે, જેને પકડવાને માટે પાળેલા-પ્રશિક્ષિત હાથી મોકલવા પડે છે. સધાયેલી બુદ્ધિ પાળેલા હાથીનું કાર્ય કરે છે. ધ્યાનની દોરી વડે જકડીને તેને કાબૂમાં લાવે છે અને પછી શ્રેષ્ઠ પ્રયોજનોમાં સંલગ્ન થઈ શકવા યોગ્ય સુસંસ્કૃત બનાવે છે.

ધ્યાનને માટે આનાથી જ સવિચાર સ્થિતિ પ્રારંભિક સાધકોને માટે શ્રેષ્ઠ છે. ધીરે ધીરે નિર્વિચાર-નિર્વિકલ્પ સ્થિતિ આવે છે. એટલા માટે ધ્યાનમાં તન્મયતા-તલ્લીનતાનો ભાવ ઉત્પન્ન કરવાને માટે સર્જનાત્મક-વિધેયાત્મક ચિંતનનો અભ્યાસ કરવાની વાત ઉપર વારંવાર ભાર આપવામાં આવતો રહ્યો છે. તન્મયતાની ફલશ્રુતિઓ અપાર છે. વૈજ્ઞાનિકગણ પોતાના વિષયમાં તન્મય થઈ જાય છે અને વિચારસમુદ્રમાં ઊંડી ડુબકીઓ મારીને નવી-નવી શોધોનાં રત્ન શોધી લાવે છે. સાહિત્યકાર-ચિંતક-મનીષી તન્મયતાના આધાર ઉપર જ રાષ્ટ્રોત્થાનને, સમાજના નવનિર્માણને જન્મ આપી શકે છે. તન્મય સ્થિતિમાં હોવું એટલે શરીરથી પરે હોવાનો ભાવ ઉત્પન્ન કરી સ્વયંને વિચારસમુદ્રમાં લીન કરવું. લોકમાન્ય તિલકના જીવનની એક પ્રસિદ્ધ ઘટના છે કે જ્યારે તેમના અંગૂઠા ઉપર થયેલ ફોડલા ઉપર ચીરો મૂકવાનો હતો, ત્યારે ડોક્ટરે ઓપરેશનની ગંભીરતાને સમજાવી દવા સુંઘાડી બેહોશ કરવાનો પ્રસ્તાવ મૂક્યો. તેમણે કહ્યું કે, “હું મારી જાતને ગીતાના પ્રગાઢ અધ્યયનમાં લગાવી દઈશ. તમે બેઠક ઓપરેશન કરી લો.” ડોક્ટરને સુખદ

આશ્ચર્ય થયું કે પૂરી અવધિમાં તેઓ હાલ્યાચાલ્યા વગર ગીતા વાંચતા રહ્યા — શાંતિપૂર્વક ઓપરેશન પતી ગયું, પૂછ્યું ત્યારે એટલું જ કહ્યું કે “તન્મયતા એટલી પ્રગાઢ હતી કે ઓપરેશનની તરફ ધ્યાન જ ન ગયું અને દર્દ પણ ન થયું.”

ફેલાઈ જતા વિચારોનું એકીકરણ-ચિત્તવૃત્તિઓનો નિરોધ જો કરી શકાય તો મનુષ્ય દુન્યવી બુદ્ધિમાનોની તુલનામાં અસંખ્યગણી વિચારશીલતા, પ્રજ્ઞા, ભૂમા મેળવી શકે છે, માત્ર સમજદાર ન કહેવાતા તત્ત્વદષ્ટા કહેવાય છે. આત્મિક પ્રગતિનું અભીષ્ટ પ્રયોજન પણ પૂરું કરી શકે છે. મેડીટેશન-મનોનિગ્રહના યોગના પ્રકરણમાં ઘણું કરીને ચર્ચા થાય છે, પરંતુ આ ખરેખર તો છે ચિત્તની વૃત્તિઓનું — અધોગામી ચિંતનપ્રવાહનો નિરોધ અને તદુપરાંત ઉર્ધ્વીકરણ. આને માટે નિરાકાર ધ્યાન પણ થઈ શકે છે અને સાકાર પણ. ઘણી વ્યક્તિઓ એવા અવઢવમાં રહે છે કે કયું ધ્યાન શ્રેષ્ઠ છે — નિરાકાર કે સાકાર. ઉપાસનાની સાથે જ્યારે ધ્યાનને જોડવામાં આવે છે, ત્યારે તે આત્મિક પ્રગતિની સાથે ભૌતિક પ્રગતિનું લક્ષ્ય પણ પૂરું કરે છે. ઈશ્વરપ્રાપ્તિ-જીવનલક્ષની પ્રાપ્તિ જેવા મહાનતાવાળા ઉદ્દેશોના કારણે ઉપાસના અને ધ્યાન પરસ્પર જોડીને કરવામાં આવે છે અને તરત જ લાભ પણ આપે છે, વિભિન્ન સંપ્રદાયો તથા વિધિઓમાં તેના પ્રકારોમાં, થોડું-ઘણું અંતર ભલે હોય, પરંતુ ધ્યાનનો સમાવેશ દરેક પદ્ધતિમાં છે.

સાકાર ધ્યાનમાં ભગવાનની અમુક મનુષ્યાકૃતિને માનીને ચાલવામાં આવે છે — તેમના ગુણોનું ધ્યાન કરવામાં આવે છે, જ્યારે નિરાકાર ધ્યાનમાં પ્રકાશપૂંજ ઉપર આસ્થા જમાવવાની હોય છે. સૂર્ય જેવા મોટા આગના ગોળા — સવિતા દેવતાનું ધ્યાન અને પ્રકાશબિંદુ જેવા નાના આકારનું ધ્યાન પણ એક પ્રકારનું સાકાર ધ્યાન જ છે. અંતર માત્ર એટલું જ છે કે તેમાં મનુષ્ય જેવી આકૃતિ નથી. ધ્યાનના ઘણા પ્રકાર છે, જેમાંથી જેને જે ઉપયોગી હોય, તે કરીને લાભાન્વિત

થઈ શકે છે. પ્રખર સાધના વર્ષમાં આખા ભારત તથા વિશ્વમાં અખંડ જપનાં સાધના આયોજનો ચાલી રહ્યાં છે. તે સૌમાં ધ્યાનને સર્વોચ્ચ સ્થાન આપવામાં આવ્યું છે. ધ્યાન વગરના જપ એ માત્ર જીભનો વ્યાયામ છે. જપમાં ધ્યાન દ્વારા પ્રાણ-પ્રતિષ્ઠા કરવામાં આવે છે. એટલે ધ્યાનને ટેકનિક ન માનીને ભાવપ્રવાહના રૂપમાં સમજતા રહીને કરવામાં આવતો અભ્યાસ જો ઈષ્ટમંત્રના જપની સાથે કરવામાં આવે તો તે નિશ્ચિતપણે જપને પ્રભાવશાળી અને ફળશ્રુતિપૂરક બનાવી દે છે.

પ્રાતઃ સમયે ઊગતા સૂર્યનું સવિતાદેવતાનું ધ્યાન એક રીતે કરી શકાય છે. સ્વર્ણિમ પ્રકાશનાં કિરણો સાધકના શરીરમાં પ્રવેશ કરી રહ્યાં છે અને તે અંદરથી બહાર સુધી નિર્મળ, પવિત્ર, પ્રકાશવાન થઈ રહ્યો છે. આ ધ્યાન સર્વશ્રેષ્ઠ છે અને આમાં સતત સૂર્યના પાપનાશક તેજથી આત્મસત્તાને ઘેરાયેલું ભાવચિત્ર બનાવી શકાય છે, પ્રાર્થના કરી શકાય છે કે આ તેજ બધા જ માનસિક વિકારોના મેલનો નાશ કરી સદ્બુદ્ધિનો ઉદય કરી સત્કર્મ તરફ પ્રેરિત કરે. જો ઊગતો સૂર્ય જોવો દરેકને માટે પોતાનાં આવાસ, ઓરડા, પૂજાકક્ષની સ્થિતિને કારણે સંભવ ન હોય તો એવા ચિત્રનું ધ્યાન કરી ભાવપટલ ઉપર આવું ચિંતન કરી શકાય છે.

સૂર્યનું નાનું સરખું સંસ્કરણ છે — દીપક. પ્રગટેલા દીપકની જ્યોતને થોડો સમય ખુલ્લી આંખો વડે જોવી — પછી થોડીક ક્ષણો આંખો બંધ કરી તેને ભ્રુકુટિ નાસિકાના અગ્રસ્થાન ઉપર જ્યાં બંને નેત્રો ભેગાં થાય છે — જ્યોતિના રૂપમાં જોવી — જ્યોતિ અવતરણની બિંદુયોગ સાધના કહેવાય છે. આનાથી બહિર્ગાટક તથા અંતર્ગાટકની ક્રિયાઓ દ્વારા તેને સાધીને પીનિયલ-પિટ્યૂટરી એક્સિસને-આજ્ઞાયકને જાગૃત કરી શકાય છે. ખુલ્લી આંખોથી જોવાનો ક્રમ ક્રમશઃ ઘટાડતા રહીને ધીરે ધીરે બંધ આંખોથી દીપકની જ્યોતને વારંવાર જોવાનો અભ્યાસ કરવો જોઈએ, સાથે સાથે ધીરે ધીરે

માનસિક જપ પણ ચાલતા રહેવા જોઈએ અને ઊંડા ખેંચેલા શ્વાસની સાથે પવિત્ર વાયુના-જ્યોતિષ્માન પ્રકાશના પ્રવેશનો ભાવ અને છોડવામાં આવેલ ઉચ્છ્વાસની સાથે મલિનતાભર્યા વિચારોના બહિર્ગમનનો ભાવ પણ સાથે સાથે થઈ શકે છે. આ ધ્યાન બુદ્ધિ-લબ્ધિ, ભાવ-લબ્ધિ, સ્મૃતિ વધારવાથી લઈને અલૌકિક ઋદ્ધિ-સિદ્ધિઓનાં દ્વાર ખોલે છે.

હિમાલયનું ધ્યાન પણ થઈ શકે છે. પરમપૂજ્ય ગુરુદેવ હિમાલયને પોતાના સંરક્ષક, અભિભાવક તેમજ પારસ કહેતા હતા. ચાર વાર યાત્રા કરી અને સતત હિમાલયનું ધ્યાન કરી તેમણે પોતાને દિવ્યદર્શી, પ્રજ્ઞાપુરુષ, અવતારી સત્તાના રૂપમાં વિકસિત કર્યાં. હિમાલય, અધ્યાત્મ ચેતનાનું ધ્રુવકેન્દ્ર છે. ઋષિઓની તપઃસ્થલી હિમાલયમાંથી સતત ચૈતન્ય ધારાઓનો પ્રવાહ આવી રહ્યો છે અને મન-મસ્તિષ્કને શીતલ બનાવી રહ્યો છે — તપેલા અંતઃકરણ ઉપર ઠંડો છંટકાવ કરી રહ્યો છે — આવો ભાવ કરી શકાય છે. હિમાલય કાયમથી અધ્યાત્મ-પિપાસુઓ-જિજ્ઞાસુ સાધકોને માટે પ્રેરણાનો સ્ત્રોત રહ્યો છે. એટલા માટે તેનું ધ્યાન તો નિશ્ચિતપણે અલૌકિક ક્ષમતાઓને જાગૃત કરવાની શક્તિ ધરાવે છે. એકવીસમી સદીમાં પ્રવેશ કરી રહેલી માનવજાતિના તપતા તનાવગ્રસ્ત મનને માટે હિમાલયનું ધ્યાન-સતત ત્યાં જ રમણ કરતા રહેવાનું ચિંતન એક શ્રેષ્ઠતમ ચિકિત્સા ઉપચાર હોઈ શકે છે.

ધ્યાનની એક બીજી રીત છે — અરીસામાં પોતાની આકૃતિ જોતા રહી વારંવાર આત્મબોધની સ્થિતિમાં પોતાના અંતરાત્માને લઈ જવું. તત્ત્વમસિ, અયમાત્માબ્રહ્મ, સચ્ચિદાનંદોહમનો ભાવ લાવતા રહીને કે હું શરીર નથી, હાડ-માંસનું પૂતળું નથી, હું શ્રેષ્ઠતાની પ્રતિમૂર્તિ છું, ભાવ-સંવેદનાઓનો પૂંજ છું — હું એ છું જે ભગવાન છે. મારે એવા બનવાનું છે જેવા ભગવાન છે. ‘મુખડા દેખ લે દર્પણમે’ શીર્ષકવાળા શ્રી પ્રદીપના ગીત ઉપર જ્યારે પ્રાણપ્રત્યાવરણ સત્રો (૧૯૭૩-૭૪)માં ધ્યાનનો ક્રમ બંધાતો હતો ત્યારે સાધક

ધુસકે-ધુસકે રડી પડતા હતા. તેમને વારંવાર યાદ કરાવવામાં આવતું હતું કે અત્યાર સુધીનું જે જીવન જીવ્યા હતા તે એક પશુનું હતું. હવે માનવ, દેવમાનવનું જીવન જીવવાનું છે. દર્પણ ક્યારેય ખોટું બોલતો નથી. તેમાં કર્મોને જોતાં સાધકને ઈશ્વરીય સ્વરૂપનો બોધ થાય છે. આભાસ થાય છે કે હવે મારે પોતાની જાતને શું બનાવવાની છે.

એક ધ્યાન પોતાના ઈષ્ટનું પણ થઈ શકે છે. ધ્યાનમાં યાદ રાખવું જોઈએ કે આકૃતિથી પીછો છોડાવવો સહેલું નથી. ધ્યાન-ધારણાના આધાર ઉપર આત્મચિંતનનું પ્રયોજન પૂરું થઈ શકે, તેને માટે ઈષ્ટ ભલે તે શિવપાર્વતી હોય, શિવલિંગ હોય, ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ, વિષ્ણુ, મા ગાયત્રી, અંબા, ભવાની, દુર્ગા, સરસ્વતી અથવા ગણેશ કે હનુમાન અથવા તો કાબાનું ધ્યાન હોય, ભલે તે પછી ઈસામસીહનું — પયગમ્બરનું હોય અથવા પોતાના ગુરુનું — તેની ઉપર મન આરોપિત કરી ધ્યાનને પ્રગાઠ બનાવવું જોઈએ. ઈષ્ટદેવની સમીપ, અતિ સમીપ હોવાનો, તેને ભેટવાનો, ઉચ્ચસ્તરીય પ્રેમના આદાન-પ્રદાનની ગાઠ કલ્પના કરવી જોઈએ. આમાં ભગવાન અને જીવની વચ્ચે માતા-પુત્ર, સ્વામી-સેવક જેવો કોઈ પણ ગાઠ સબંધ બાંધી શકાય છે. આના લીધે આત્મીયતાને અધિકાધિક ધનિષ્ઠ બનવામાં મદદ મળે છે. ભક્ત પોતાની અહંતા-સંકીર્ણતાને ભગવાનના ઈષ્ટનાં ચરણોમાં અર્પિત કરે છે. ભાવના કરે છે કે આ બધી સત્તા — બધો વૈભવ એ જ દૈવી શક્તિની ધરોહર છે. સદ્ગુરુ અથવા ભગવાન - કોઈની પણ ઉપર ધ્યાન આરોપિત કરી એવી શક્તિ મેળવી શકે છે, જેની કલ્પના પણ કરી શકાતી નથી.

એક ધ્યાન જેને વિપશ્યનાના રૂપમાં પણ પ્રચલિત માનવામાં આવ્યું છે. ખેંચેલા અથવા છોડેલા શ્વાસ ઉપર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાનું કાર્ય થઈ શકે છે. દરેક શ્વાસને પ્રેક્ષકની જેમ જોવો અને તેની ઉપર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવું, ધીરે ધીરે શ્વાસગતિને ઓછી કરી આખા શરીરને શિથિલ કરવું — આ બધી આ ધ્યાનની મૂળ અચેતન

ક્રિયાઓ છે. આના લીધે સક્રિય ઊર્જાથી ભરાઈ જાય છે. આની જ ઉચ્ચાવસ્થા ગાયત્રીની સોડહમ સાધના અથવા હંસયોગના રૂપમાં દર્શાવાઈ છે, જેમાં અજપા જપ પણ ચાલે છે, સાથે સાથે ખેંચેલા શ્વાસની સાથે 'સો' તથા છોડેલા શ્વાસ સાથે 'હમ'નો ભાવ કરવામાં આવે છે. 'સો'ની સાથે ભગવત્ ચેતનાનો અંદર પ્રવેશ તથા 'હમ'ની સાથે પોતાની આત્મસત્તાનું તેમાં તરબોળ થવું — પોતાના અહં ભાવને બહાર વિસર્જિત કરવું. ધ્યાન કોઈ પણ પદ્ધતિનું હોય, પોતાની સુવિધાનુસાર પસંદગી કરી નિયમિત તેને કરતા રહેવું જોઈએ. અહીંયાં ધ્યાનની કેટલીક પદ્ધતિઓ દર્શાવવામાં આવી છે, આગલા અંકમાં બીજી કેટલીક ઉપર પ્રકાશ ફેંકીને સાધકોનો પથ પ્રદર્શિત કરવામાં આવશે.



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



ક્રિયાની નકલ નહીં, સિદ્ધાંતનું અનુસરણ કરો



અર્જુન, ભીષ્મ, હનુમાન, અંગદ વગેરે વીર યોદ્ધાઓથી પ્રેરણા મેળવી એમનું અનુસરણ કરવાની તીવ્ર ઈચ્છા મનમાં ઊઠતી હોય છે. અસુરોનો સંહાર કરવા માટે ભુજાઓ ફડકે છે, હોઠ કાંપે છે, શરીરમાં ધરધરાટ થવા લાગે છે. ભગવાન કૃષ્ણ અને રામનું અનુસરણ કરીને સુદર્શન ચક્ર કે ધનુષ બાણ લઈને દુષ્ટોના સંહારનો ક્રમ શરૂ કરવાનું મન થાય છે. આ કાર્ય શરૂ કરતાં જ પોલીસ પકડીને લઈ જશે અને આખી યોજના ધૂળમાં મળી જશે કેમ કે આપણે એમના કાર્યની નકલ કરી, સિદ્ધાંતોનું અનુસરણ નહીં. આપણે જો ભગવાન કૃષ્ણના સિદ્ધાંતનું અનુસરણ કર્યું હોત અને સુદર્શન ચક્રને દુષ્ટતા, અત્યાચાર, અનાચાર અને ભ્રષ્ટાચારના વિચારોના માથાં કાપવા માટે પ્રયુક્ત કર્યો હોત તો અસફળતા જોવા ન મળી હોત. સુદર્શન એટલે સારું દર્શન (ગુડ ફિલોસોફી). શ્રેષ્ઠ ચિંતન જ અસુરતાનું નિવારણ કરવામાં સક્ષમ છે. આ સિદ્ધાંત પર ચાલીને પોતાનું ચિંતન, ચરિત્ર અને લોકવ્યવહારમાંથી અવાંછનીયતાઓને બહાર કાઢવાનું બીડું ઝડપ્યું હોત, તો કાર્ય સાચી દિશામાં થયું હોત. યોદ્ધાઓની જેમ વીરતાનું પ્રદર્શન કામ, ક્રોધ, લોભ, અહંકાર અને તૃષ્ણા જેવા અસુરોના માથાં કાપવામાં કર્યું હોત, તો યોદ્ધાઓને પ્રાપ્ત વૈભવ, લોકસન્માન, આત્મસંતોષ અને આનંદની તુલનામાં ઓછી ઉપલબ્ધિઓ મળી ન હોત.

વિશિષ્ટ દેવતાની પૂજા, ઉપાસના, જપ વગેરેનું ખૂબ જ મહત્ત્વ બતાવવામાં આવે છે, પરંતુ અન્ય ધર્મવિલંબી અર્થાત્ સંપ્રદાયવાદી આવું કરતા નથી, તો શું દેવતા એમનાથી નારાજ થઈને એમને શાપ આપી દે છે ? દેવતાની પૂજા, ઉપાસના હકીકતમાં પોતાની અંદર બેઠેલા દેવતાની જ ઉપાસના છે. સ્તુતિ ગાવાથી, પ્રશંસા કરવાથી દેવતા પ્રસન્ન થતા નથી અને ગાળો આપવાથી કે અપશબ્દ કહેવાથી નારાજ થતા નથી.

દેવતાને દેવત્વ પસંદ છે. જે દેવત્વને પોતાના ચિંતન અને વ્યવહારમાં ધારણ કરે છે, તેના પર દેવતા પ્રસન્ન થાય છે, પછી ભલે એ ઉપાસના, જપ, પૂજા કરે કે ના કરે. દિવ્ય ગુણોના સમૂહને દેવતા કહે છે. પોતાને માટે કઠોરતા અને બીજાઓને માટે ઉદારતાનો સિદ્ધાંત અપનાવનારને દેવતા કહેવાય છે. ગાયત્રી મંત્ર સર્વશ્રેષ્ઠ મંત્ર છે. એનાં જપ, યજ્ઞ, અનુષ્ઠાન કરવાનાં અનેક સત્પરિણામ બતાવવામાં આવ્યાં છે, પરંતુ તમે સંસારમાં એવા અનેક મહાત્માઓ, સંતો અને મહાપુરુષો જોઈ શકો છો, જેઓ ગાયત્રી મંત્રથી પૂર્ણપણે અજાણ છે. એમણે ગાયત્રી મંત્રના જપ, યજ્ઞ, અનુષ્ઠાન જેવાં કાર્યોની નકલ ભલે કરી ન હોય, પરંતુ એમણે ગાયત્રી મહાવિદ્યાના સિદ્ધાંતો અને તેની ફિલોસોફીને પોતાના ચિંતન, ચરિત્ર અને વ્યવહારમાં અવશ્ય ઉતારી હશે. ગાયત્રી મંત્રના ૨૪ અક્ષરોમાં એ સંપૂર્ણ દર્શન સમાયેલું છે. એનું વારંવાર ઉચ્ચારણ કરવાનું સત્પરિણામ ઓછું જ છે, વધુ ઉપલબ્ધિઓ પ્રાપ્ત કરવા માટે એનાં દર્શનને જીવનમાં ઉતારવું આવશ્યક છે. જે વ્યક્તિ દર્શનને જીવનમાં ઉતાર્યા વિના ફક્ત જપ જ કરતી રહે, તે એના વાસ્તવિક લાભથી વંચિત રહી જાય છે. ગાયત્રી મહાવિદ્યાનાં દર્શનની જાણકારી મેળવવી ખૂબ જ આવશ્યક છે, જે સત્સાહિત્યના સ્વાધ્યાયથી જ સંભવ છે. તેથી જ સાધનાની સાથે સ્વાધ્યાયને પણ અનિવાર્ય બતાવવામાં આવ્યું છે. ગાયત્રી મંત્રનો જપ તો કરવો જોઈએ, પરંતુ સાથે ગાયત્રી મહાવિદ્યાની જાણકારી માટે સ્વાધ્યાય પણ અનિવાર્યપણે કરવો જોઈએ. આ માટે 'પ્રજ્ઞા લઘુ પુસ્તકમાળા' અંતર્ગત ૨૪ પોકેટ બુક્સનું ગાયત્રી મહાવિદ્યા પુસ્તકમાળા સેટ પ્રકાશિત કરવામાં આવ્યો છે. આ સેટનું મૂલ્ય ૩૬ રૂપિયા છે. બધા સાધકોએ ગાયત્રી મંત્રના જપની સાથે સાથે સ્વાધ્યાય માટે આ પુસ્તકોનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ.

આનંદનું ઝરણું વહી રહ્યું છે, તું કેમ ઉદાસ છે

દેવ સંસ્કૃતિ અમરત્વનું પાન કરાવે છે. એમાં આત્માની અમરતા પર વિશ્વાસ કરવાનું દરેક પ્રાણીને સમજાવવામાં આવે છે. મૃત્યુને વિશ્રામનું સ્થળ સમજીને અનંત જીવન જીવવાની કળા શીખો. પંચ ભૂતોથી નિર્માણ થયેલ આ સૃષ્ટિની દરેક વસ્તુ નશ્વર છે. પરિવર્તનશીલતા એ પ્રકૃતિનો શાશ્વત નિયમ છે. પ્રકૃતિ ક્યારેય વાસી ફૂલોથી પોતાનો શ્રંગાર કરતી નથી. પ્રાતઃકાળની માટીની સુગંધ, સૂર્યની ઊર્જા, જળની સરળતા, તરલતા, સ્નિગ્ધતા લઈને જે પુષ્પ ડાળખી પર ખીલે છે એ પવનની લહેરનો સ્પર્શ મેળવી આખો દિવસ સંપૂર્ણ વાતાવરણને સુગંધિત બનાવે છે અને સાંજે ચીમળાઈ જઈ એ જ ધરતી માતાના ખોળામાં વિશ્રામ કરવા માટે પોતાને ધૂળમાં મેળવી દે છે અને બીજે દિવસે નવી ઊર્જા, ઉત્સાહ, સુગંધ તથા નવું રૂપ લઈને ફરી મહેકી ઊઠે છે, એવી જ રીતે જીવાત્મા પણ મૃત્યુરૂપી સરિતામાં સ્નાન કરીને માયારૂપી જૂનાં વસ્ત્રોને વહેવડાવી દઈને નવું શરીર ધારણ કરી જીવનયાત્રા કરવા નીકળી પડે છે. આપણાં વેદ, શાસ્ત્ર, ઉપનિષદ, ગીતા માનવમાત્રને આ જ સંદેશ આપી રહ્યાં છે, તેમ છતાં મૃત્યુનો આટલો ભય શા માટે ? આ સવાલ અનાદિકાળથી ઋષિ-મુનિઓને વ્યથિત કરી રહ્યો છે અને તેઓ પોતપોતાના યુગની પરિસ્થિતિઓને અનુરૂપ માનવને સમજાવવાનો પ્રયત્ન કરતા રહ્યાં છે.

વર્તમાનકાળમાં યુગ ઋષિ શ્રીરામ શર્મા આચાર્યજીએ પ્રજ્ઞાપુરાણમાં આ તથ્યને ખૂબ જ સરળતાથી સમજાવ્યું છે. મનુષ્ય પ્રકૃતિના ખોળામાં જન્મ લે છે અને આંખો ખોલતાં જ એ બહારની દુનિયાને

જુએ છે, તેથી એ શારીરિક અને માનસિક પ્રપંચમાં ભટકતો જ રહે છે. દરેક વ્યક્તિને પોતાના શરીર વિશે સારી જાણકારી હોય છે. એ શરીરને સજાવવા તથા સુખ-સુવિધાઓનું ધ્યાન રાખવામાં ખૂબ જ સતર્ક રહે છે, પરંતુ તેની અંદર આનંદનું જે ઝરણું વહી રહ્યું છે, એનાથી સર્વથા અજાણ્યો રહે છે. એ શું છે અને ક્યાં છે, એ જાણવાનો તેને સમય જ મળતો નથી. આથી આ નશ્વર શરીર અને ભૌતિક સુખ-સુવિધાઓને જ બધું માની ભોગપ્રધાન દૈશિકોણ અપનાવી લે છે તથા તેનો નાશ થાય ત્યારે આંસુ વહાવે છે. પોતાની આ મૂર્ખતા પર એ પોતે તો રડે જ છે, પરંતુ નવનીત સમાન સુકુમાર ચિત્તવાળા સંત પણ તેની દુર્દશા પર આંસુ વહાવે છે. આ પીડાથી દુઃખી થઈને મહાત્મા બુદ્ધની કરુણા જાગૃત થઈ, તો એ જ વેદનાથી દ્રવિત થઈને ઈસા મસીહ શૂળી પર ચઢી ગયા. હજરત મુસા જીવનપર્યંત વ્યથિત રહ્યા, સુકરાતને વિષપાન કરવું પડ્યું. ગુરુનાનક બોલી ઊઠ્યાં ‘નાનક દુખિયા સબ સંસાર’ તો બીજી બાજુ કબીર પીડાથી બોલે છે –

ચલતી ચાકી દેખકર દિયા કબીરા રોય ।

દો પાટન કે બીચ મેં સાબુત બચા ન કોય ॥

પૂજ્ય ગુરુદેવ તેમની પીડા વ્યક્ત કરતા ‘વસિયત અને વિરાસત’ પુસ્તકમાં લખે છે “અમારી કેટલીક રાતો રડવામાં વીતી છે, કેટલીય વાર બાળકોની જેમ ડૂસકે ડૂસકે રડ્યાં છીએ. એને ક્યાં કોઈ જાણે છે. લોકો અમને સિદ્ધ, જ્ઞાની, સંત, લેખક અને વક્તા માને છે, પરંતુ અમારું અંતઃકરણ ખોલીને કોણે વાંચ્યું છે ? કોઈ એને જોઈ શક્યું હોત તો એમાં માનવીય વ્યથા-વેદનાની

અનુભૂતિઓથી, કરુણ પીડાથી કણસતી એક ઉદ્વિગ્નતા આ હાડકાંઓના ઢાંચામાં ડૂસકાં ભરતી વિલાપ કરતી જોવા મળત.” આ પ્રમાણે એ સ્પષ્ટ થઈ જાય છે કે મનુષ્ય પોતાની અજ્ઞાનતા, સ્વાર્થીપણાને લીધે દુઃખી થાય છે, પરંતુ સંતો એ પરમપિતાના પ્રિય રાજકુમાર, સૃષ્ટિના મુકુટમણિ મનુષ્યની મૂર્ખતા અને દીન-હીન દશા જોઈને વ્યથિત થાય છે. આ કષ્ટના નિવારણ માટે વેદશાસ્ત્ર ઉપનિષદ, પુરાણ વગેરે ગ્રંથો લખવામાં આવ્યાં. આ યુગમાં તપોનિષ્ઠ આચાર્ય શ્રીરામ શર્માજીએ પ્રજ્ઞાપુરાણની રચના કરી જનતાના કલ્યાણનો માર્ગ મોકળો કર્યો છે.

આજના અનાસ્થા યુગમાં મનુષ્યની પીડાનું કારણ અજ્ઞાન છે. સદ્પ્રજ્ઞા તથા ભાવ-સંવેદનાઓનો અભાવ છે. આ કારણથી જ દુર્બુદ્ધિગ્રસ્ત થઈને માનવ નર-પશુની જેમ આચરણ કરી પોતાના જ પગ પર કુહાડી મારી રહ્યો છે અને સમાજ માટે પણ સંકટ ઊભું કરી રહ્યો છે. તેથી વર્તમાન પરિસ્થિતિઓમાં યુગ પુરુષે પ્રજ્ઞાના જાગરણ પર ભાર મૂક્યો છે. પ્રજ્ઞાપુરાણમાં પ્રજ્ઞા જાગરણનાં ચાર આત્મિક સિદ્ધાંતોનો ઉલ્લેખ કર્યો છે, જેના માધ્યમથી સામાજિક સુવ્યવસ્થાની આધારશિલા મૂકી શકાય છે. એ ચાર સિદ્ધાંતો છે — (૧) શરીરની નશ્વરતા, (૨) આત્માની અમરતા, (૩) કર્મફળની સુનિશ્ચિતતા, (૪) પરલોક તથા પુનર્જન્મની સંભાવના (પ્રજ્ઞાપુરાણ ચતુર્થ ખંડ પાંચમો અધ્યાય પૃષ્ઠ નં. ૨૨૬). આત્માનો પોકાર છે — મૃત્યોર્મા અમૃતં ગમય ‘હે પ્રભુ ! મને મૃત્યુથી અમરતા તરફ લઈ જાવ—’ આનાથી સ્પષ્ટ થઈ જાય છે કે મરણ કેટલું અવાંછનીય અને જીવન કેટલું જરૂરી છે. અંતરાત્માની પ્રબળ કામના છે — જિજ્ઞવિષા. શરીર નષ્ટ થઈ ગયા પછી શું? આત્મા સતત જીવિત રહેવાની આકાંક્ષા કરે છે. જ્યારે આ ભાવ છે તો પછી મૃત્યુનો ભય શા માટે? મૃત્યુથી ભયભીત માનવને સાંત્વના આપતા

ગુરુદેવ લખે છે — “હે માનવ ! તું અમૃતનું સંતાન છે, મૃત્યુથી ડરીશ નહીં.” જીવન એ મૃત્યુનું જળપાન છે. “મૃત્યુ એક વરદાન અને જીવન એક અનંત પ્રવાહ છે.” મૃત્યુ એક સહજ પ્રક્રિયા છે. ડરામણું મૃત્યુ આખરે છે શું? જરા જાણવાનો પ્રયત્ન કરો. એ થોડી વિશ્રાંતિ માત્ર છે. સતત યાત્રા કરતાં કરતાં ચેતના જ્યારે થાકી જાય છે અને આરામ કરવા ઇચ્છે છે ત્યારે નિયતિ એની અભિલાષા પૂર્ણ કરી દે છે. વિશ્રાંતિની આ ક્ષણો મધુર અને સુખદ હોય છે.” પ્રજ્ઞાપુરાણ ૪/૫ પૃષ્ઠ નં. ૨૨૭

મૃત્યુ નામ કેટલું ભયંકર છે, દરેક પ્રાણી એનાથી બચવા ઇચ્છે છે. ગુરુદેવે પ્રજ્ઞાપુરાણમાં અનેક લઘુ વાર્તાઓ દ્વારા મનુષ્યની જીવવાની ઇચ્છાનું વર્ણન કર્યું છે — “એક ભૂખ્યો-પ્યાસો વૃદ્ધ લાકડાં કાપનારો આખો દિવસ લાકડાં એકઠાં કરી સાંજ સુધી ખૂબ જ થાકી ગયો. લાકડાંનો ભારો ખૂબ વજનદાર હતો. જ્યારે એ ઉપાડી ના શક્યો તો દુઃખી થઈને કહેવા લાગ્યો — “હે ભગવાન ! આના કરતાં મોત આવે તો સારું” અને ભગવાનની ઇચ્છાથી જોયું તો સામે બે યમદૂત ઊભા હતા. બોલ્યા, “બાબા, અમને કેમ યાદ કર્યા. લાકડાં કાપનાર સાક્ષાત્ કાળ સામે જોઈને ગભરાઈ ગયો.” વિચાર કરીને બોલ્યો — જુઓ, આ લાકડાંનો ભારો મારાથી ઊંચકાતો નથી, આને મારા માથા પર મૂકી દો. આ જ રીતે એક અન્ય ઉદાહરણ આપતા તેઓ લખે છે કે એક અપંગ-વૃદ્ધ માતા બીમાર રહેતી હતી. રોજ ભગવાનને કહેતી કે, “હે ભગવાન ! મને પોતાની પાસે બોલાવી લે.” એક દિવસે એક સાપ ઘરમાંથી નીકળ્યો તો બૂમો પાડીને આખા મહોલ્લાને ભેગો કર્યો. એક પાડોશીએ વ્યંગ કરતાં કહ્યું, “માં ! રોજ મોતને યાદ કરતા હતા તો આજે આને જોઈ કેમ ડરો છો?” વૃદ્ધા કહેવા લાગી, “બેટા ! એ તો હું તમને પછી કહીશ, પહેલા આને તું ભગાડી દે.” કહેવાનું તાત્પર્ય

એ છે કે અજ્ઞાન અને મોહને વશીભૂત થઈને પ્રાણી રોગ, શોક, કષ્ટથી જર્જરિત શરીર લોભ, મોહ, કામ, ક્રોધ તથા મોહની પીડાઓથી વ્યથિત મન સાથે લઈને પણ જીવિત રહેવા ઇચ્છે છે. આનાથી વિપરીત શરીરની નશ્વરતા તથા આત્માની અમરતાને સમજાવતા મહાપુરુષ કેવી રીતે સ્નેહી મિત્રની જેમ મૃત્યુને આવકારે છે, એનો ઉલ્લેખ પણ પ્રજ્ઞાપુરાણમાં વર્ણવેલ છે.

‘મૃત્યુ એક મહાયાત્રા’માં સ્વામી વિવેકાનંદની અંતિમ ક્ષણોની માનસિક સ્થિતિનું વર્ણન કરતા ગુરુદેવ લખે છે, “મને નથી મૃત્યુનો ભય કે નથી શંકા સંદેહ ભરેલી બેચેની. મૃત્યુ બાદ એક અવર્ણનીય પ્રકાશપુંજ સાથે સાક્ષાત્કાર થશે, એ કલ્પનાથી મારો આત્મા પુલકિત અને રોમાંચિત થઈ જાય છે.”

‘મૃત્યુથી શા માટે ગભરાવું’ પુસ્તકમાં સુકરાતની મૃત્યુની ક્ષણોની ભાવનાઓનું ચિત્ર અંકિત છે. સુકરાતને વિષ આપતી વખતે બધા પ્રિયજનો આંસુ વહાવી રહ્યા હતા, પરંતુ સુકરાત મૃત્યુનો સાક્ષાત્કાર કરવા માટે વ્યાકુળ થઈ રહ્યા હતા. એમણે બધાને સંદેશ આપ્યો, મૃત્યુ જીવનનો અંત નથી, એક અવિર પ્રવાહ છે. પ્રજ્ઞાપુરાણ ૪/૫ પૃષ્ઠ નં. ૨૨૮

વાસ્તવિકતા એ છે કે આ ભયંકર લાગતા મૃત્યુનું જેટલું આકર્ષક, મનોરમ તથા ભવ્ય રૂપ આચાર્યજીએ પ્રસ્તુત કર્યું છે તેવું અન્યત્ર જોવા મળતું નથી. તેઓ લખે છે – “મરણના ખભે બેસી આપણે પડોશની હાટ જોવા જઈએ છીએ.” આ પરિવર્તનશીલ વિશ્વમાં જીવન અને મરણના વિશાળ સમુદ્રમાં આપણે સૌ પ્રાણીઓ અને મરણના વિશાળ સમુદ્રમાં આપણે સૌ પ્રાણીઓ કીડા-કિલ્લોલ કરી રહ્યા છીએ. આ હાસ્યને રુદન કેમ માનીએ ? કોઈ સંતની વાણી વર્ણવતા તેઓ માનવને આશ્વાસન આપે છે. સ્મશાન જોઈને ગભરાઓ નહીં. એ નવજીવનનું ઉદ્ધાન છે. અહીં સૂતેલા આત્માઓ મધુર સપનાં જોઈ રહ્યા છે. લોકો, ડરશો

નહીં, અહીં કોઈ મરતું નથી, માત્ર શરીર બદલાય છે અને પરિવર્તન હંમેશાં રુચિકર હોય છે. રુચિકર માટે શા માટે રડવું ?” પ્રજ્ઞાપુરાણ ૪/૫ પૃષ્ઠ નં. ૨૨૮

વાસ્તવમાં દેવસંસ્કૃતિમાં આપેલ શરીરની નશ્વરતા તથા આત્માની અમરતાનો આ સંદેશ એટલો વ્યાપક, દિવ્ય તથા સંજીવની શક્તિ આપનારો છે કે આ રહસ્ય જાણીને કેવળ ભારતના જ નહીં પરંતુ સમસ્ત વિશ્વના મહાપુરુષો મસ્તીના રંગમાં ડૂબી ગયા છે. આ સંજીવની બુદ્ધિ, અમૃત રસનું પાન કરી સુકરાતનું વિષ અમૃત બની જાય છે તો મીરાની સાપની પેટી ફૂલોની માળા બની જાય છે. ઈસા મસીહનો ફાંસીનો ફંદો કોસ બની પૂજાનું ચિહ્ન બની જાય છે, તો હજરત મૂસા વંદનીય બની જાય છે. દારાશિકોહે ઉપનિષદોનું અધ્યયન કર્યું તો સલ્તનત હુકરાવી દીધી અને ખુદને ભગવાનના હાથમાં સોંપી દીધો. સૂફી કવિ મન્સુરે ‘અનહલક, અહં બ્રહ્માસ્મિ’ની ઘોષણા કરી દીધી અને બાદશાહના ક્રોધનો ભોગ બની ફાંસીના ફંદાને પ્રિયતમની જ્યમાળા સમજીને સ્વીકાર કર્યો. જ્યારે એમને માફી માંગવા માટે કહેવામાં આવ્યું ત્યારે તેઓ બોલી ઊઠ્યાં –

બાદશાહ દુનિયા કે હૈં મોહરે મેરે શતરંજ કે ।

જિંદગી ભી ચાલ હૈં સબ શર્ત સુલહો જંગ કે ॥

આત્માની અમરતાની ભાવના મનુષ્યને આત્મજ્ઞાની, મહામાનવ, મહર્ષિ બનાવી દે છે. આ આત્મશક્તિને મેળવી ગાંધી છાતીએ ગોળી ખાઈને વિશ્વવંદ બાપૂ બની ગયા, વિષપાન કરી મૂળશંકર મહર્ષિ દયાનંદ બન્યા, રામપ્રસાદ બિસ્મિલ, શહીદ ભગતસિંહ, સુખદેવ અને રાજગુરુએ હસતાં હસતાં ફાંસીએ ચઢી તેમનો ચોલો બદલી નાંખ્યો. સમુદ્રમંથન વખતે સમુદ્રમાંથી નીકળેલ વિષ પીને શંકર ભગવાન મહાદેવ બની ગયા, પરંતુ દેવ સંસ્કૃતિના દિવ્ય અમૃત રસનું પાન કરીને અગણિત સાધારણ માનવો પણ સમસ્ત વિશ્વની પીડા અને દુઃખોનું વિષપાન કરીને કાળજયી બની અમર થઈ ગયા. પૂજ્ય ગુરુદેવે સંસારનું

કેટલું હળાહળ વિષ પીધું છે અને તેના બદલામાં કેટલા મૃતકોને મા ગાયત્રીરૂપી કામધેનુનું પયપાન કરાવી નવજીવન પ્રદાન કર્યું છે, તેની ગણના કરી શકાય નહીં. આવા મહાપુરુષ સ્વયં પોતાના જીવનને ધન્ય બનાવી બીજાઓનું માર્ગદર્શન કરે છે. તેઓ દેશકાળની સીમાઓ છોડી વિશ્વવ્યાપી બની જાય છે. યુગો યુગો સુધી સંસાર એમની પૂજા કરે છે.

નિષ્કર્ષરૂપે કહી શકાય કે આચાર્યશ્રી ભારતીય સંસ્કૃતિના ઉદ્દોષક ઋષિ છે, જેમણે પરશુરામ, વિશ્વામિત્ર, વશિષ્ઠ, ભગીરથ તથા વેદ વ્યાસની ભૂમિકાનો નિર્વાહ કર્યો છે. આવો આપણે એમનાં ચરણોમાં નતમસ્તક થઈ એમના દ્વારા રચિત પ્રજ્ઞાપુરાણનો આલોક ઘેર ઘેર પહોંચાડીએ. એમની આ અમર કૃતિ દેવ સંસ્કૃતિના પુનર્જાગરણનો શંખનાદ છે. એમાં જીવન અને મરણની સુંદર વિવેચના કરી એમણે સદ્ પ્રજ્ઞાને જગાડી સત્કર્મ કરવાની પ્રેરણા આપી

છે, જેથી આ સૃષ્ટિનો મુકુટમણિ માનવ ચોર્યાસી લાખ યોનિઓમાં ભટકવાના ચક્રમાંથી નીકળી આનંદલોક સુધી પહોંચી શકે, જે એનું ગંતવ્ય છે. સચ્ચિદાનંદ પરમાત્માના અંશ આપણે આનંદલોકમાંથી આવ્યા છીએ. આનંદમાં જ નિવાસ કરી રહ્યાં છીએ અને એમાં પહોંચવું એ જ આપણું લક્ષ્ય છે. આ જ ઉપદેશ, આ જ સંદેશ, આ જ આદેશ પ્રજ્ઞાપુરાણ દ્વારા આપવામાં આવ્યો છે. આવો, આપણે બધાં એ આનંદસ્ત્રોતમાં ડૂબી જઈએ જે નિરંતર આપણાં હૃદયમાં પ્રવાહિત છે.

આનંદ સ્ત્રોત બહુ રહ્યા, તૂ ક્યો ઉદાસ હૈ ।

જલ મેં રહકર ભી મછલી કો પ્યાસ હૈ ॥

ઊઠ અંતઃ ચક્ષુ ખોલકર તૂ દેખ જરા ।

તૂ જિસકો ઢૂંઢતા હૈ, વહ તેરે પાસ હૈ ॥



તપ જે સાર્થક સિદ્ધ થયું

તે ઘણી મુસીબતોના દિવસો હતા. ગૃહક્લેશમાં ફસાયેલા ભગીરથનો પરિવાર પીડિત થઈને મુસીબતોમાં બળી રહ્યો હતો. કેટલાંય વર્ષોથી દુષ્કાળ પડી રહ્યો હતો. જનતા એક-એક પાણીના ટીપા માટે તરસે મરી રહી હતી. ગંગા નારાજ થઈને સ્વર્ગમાં જતી રહી હતી. રાજકોષ ખાલી થઈ ગયો હતો. ભગીરથ નિંદા અને ચિંતાથી બેચેન હતા. પ્રજાજનો તે પ્રદેશને છોડીને કોઈ બીજા જગ્યાએ વસવાટ કરવા જઈ રહ્યા હતા. વાતાવરણ ભય અને આતંકથી ભરેલું હતું.

મહર્ષિ ભરદ્વાજની સલાહ લઈને ભગીરથ એકલા તપ કરવા માટે હિમાલય એકાંતવાસ માટે ચાલી ગયા. ગંગોત્રીની નજીક સુમેરુ શિખરની નીચે ભગીરથ શિલા પર તેમણે તપ શરૂ કરી દીધું. તેમનું લક્ષ્ય એક જ હતું. પાણી ગયેલી ગંગાને પરત બોલાવવી. તેઓ તપમાં લાગી ગયા. શિવજીએ તેમનું તપ સાર્થક કરવામાં સહાયતા કરી. ઘણી મુશ્કેલી પછી ગંગા પરત આવી. સમય બદલાયો, સંકટ દૂર થયું અને દુષ્કાળ-પીડિતોએ સંતોષનો શ્વાસ લીધો.

ભગીરથની પાછળ ભાગીરથી ચાલી નીકળી. તપમાં જે ઓછીવત્તી ખામી બાકી હતી. તેની પૂર્તતા સપ્તર્ષિ મળીને એકસાથે સપ્તસરોવરમાં કરવા લાગ્યા.

સુખ-શાંતિનો સમય પાછો આવ્યો, સપ્તઋષિઓનો પ્રયાસ પૂરો થયો. ભાગીરથી તપશ્રયાએ સમગ્ર વાતાવરણ બદલી નાંખ્યું. સૌ લોકોએ તપનો મહિમા અને એકાકી પુરુષાર્થનું ગૌરવ જાણ્યું. શાંતિને પાછી વાળવાનો આ એક જ માર્ગ હતો.

જો સૂતેલી વિચારશીલતા જાગી ઊઠે

વિચારશીલતાનું જાગરણ નવા જીવનનું નવા મનુષ્યનું, નવા વિશ્વનું લક્ષ્ય છે. યુગ સાહિત્ય જ એ સાચો છે, જે જીવનને સાચું રૂપ આપી શકે છે, પરંતુ આવું ત્યારે જ સંભવ છે, જ્યારે સાહિત્ય અને જીવન એકબીજાની નજીક આવે. શિક્ષિતોના જીવન અને સાહિત્ય વચ્ચે ઘણું અંતર છે. આપણા દેશનું પછાતપણું હકીકતમાં વિચારશીલતાનું પછાતપણું છે. લોકોની માનસિકતા સંસ્કારિત થઈ નથી. ચિંતનક્ષેત્રની સંપદા વધારવાનો અને પોતાની યોગ્યતાઓને વિકસિત તથા પરમાર્જિત કરવાનો સર્વસુલભ ઉપાય એક અને માત્ર એક છે — પ્રગતિશીલ વિચારો સાથેનો નિરંતર સંપર્ક બીજા દેશના રહેવાસી એક વર્ષમાં એટલું વાંચી લે છે, જેટલું ભારતવાસી દસ વર્ષોમાં વાંચી શકતા નથી. આ સિવાય આપણા દેશના છાપાં-સામયિકો પ્રગતિશીલતાના માપદંડમાં કસવાથી કેટલી પ્રામાણિકતા સિદ્ધ કરી શકશે, એ તથ્ય કોઈથી છુપાયેલું નથી.

કારણ સ્પષ્ટ છે આપણા બધાની આખા રાષ્ટ્રની વિચારશીલતા સૂઈ ગઈ છે. જે દેશે એક વખતે જગતગુરુ બનીને સંસારને માર્ગદર્શન આપ્યું હતું, એ જ મડદાની જેમ બેહોશ પડ્યો છે, પરંતુ ક્યાં સુધી ? હવે વધુ વખત નહીં, પરિવર્તનકારી શક્તિઓ વિચારશીલતાના જાગરણ માટે બધી રીતે સક્રિય છે, વિચારોની તોફાની હિલચાલ આજે દરેક જગ્યાએ સ્પષ્ટ રૂપથી અનુભવવામાં આવી રહી છે. આજે સવાલ વ્યક્તિગત નથી, વ્યક્તિત્વના અસ્તિત્વનો છે.

વિચારશીલતાનું જાગરણ માનવની સર્વોપરિ અસ્મિતા, સર્વશ્રેષ્ઠ કર્તવ્ય બનીને ઊભી છે. આ કર્તવ્યપાલનનો સવાલ ઊઠતાં જ કાળના પ્રબળ પ્રવાહમાં આપણું અસ્તિત્વ ક્યાં ખોવાઈ જશે, એ બતાવવું અસંભવ છે. અસ્તિત્વનો વિલય ન થતા વિકાસ થાય, એ માટે યુગ સાહિત્યને દીપક સમજો, જેના પ્રકાશમાં આગળ વધી નવા જીવનનું લક્ષ્ય પામવું છે, કાર્યોમાં સૌથી મોટું કાર્ય આજે એ જ છે કે વ્યક્તિની પ્રસુપ્ત માનસિકતાને હચમચાવીને જાગૃત કરવામાં આવે. પોતાની ભૂલ સુધારીને પોતાના ભાગ્યનું નિર્માણ કરવા માટે બધાને સાહસિકતા અપનાવવા માટે સંમત કરવામાં આવે.

સંસાર પર શક્તિ હકૂમત કરે છે, પરંતુ જ્યારે વિચાર શક્તિ પર હકૂમત કરવા લાગે છે, ત્યારે મનુષ્ય ભગવાન બની જાય છે. આજે વિચારોની અણઘડતા અને અસ્તવ્યસ્તતા જ વિક્ષિપ્તતાનું કારણ છે. વ્યક્તિની આત્મિક પ્રગતિમાં એ જ બાધક છે. એ માટે સદ્સાહિત્ય દ્વારા વિચારોની મર્યાદામાં ચિંતનને સીમાના બંધનમાં રાખી સર્જનાત્મક પ્રયોજનો સિદ્ધ-સાર્થક કરી શકાય છે. અણઘડ વિચારોથી આ જ સુધી કોઈનું ભલું થયું નથી. તેથી વિચારોને ઉત્કૃષ્ટ ઉદ્દેશ્યોની સાથે જોડી દેવા જોઈએ.

જેવી રીતે ટોચના અજવાળામાં અંધારા રસ્તાને જોઈ શકાય છે, તેવી જ રીતે સદ્વિચારોના પ્રકાશથી આપણા જીવનની ઘણી બધી વસ્તુઓ પ્રગટ થાય છે. વિવેકાનંદના શબ્દોમાં કહીએ તો ત્રીસ ટન વાંચવાથી તો એ સાદું છે કે ત્રણ ઔસ વાંચીને એના પર સારી રીતે ચિંતન, મનન કરવામાં આવે, તે મુજબ જીવનને

ઢાળવામાં આવે. સ્વાધ્યાય પરમ તપ છે, એમાં પ્રમાદ કરવો ન જોઈએ. આજે આવી જ ક્રાંતિની આવશ્યકતા છે. માટે ઉદ્દેશ્યોને પૂરા કરવામાં સદ્સાહિત્યને વાંચવા-વંચાવવાના અભાવમાં કામ ચાલી શકશે નહીં. મુખ્ય રૂપથી ચિંતન, ચરિત્ર તથા વ્યવહારના દષ્ટિકોણથી સમર્થ, સશક્ત અને ભાવનાશીલ લોકોને શોધવામાં અને પરિષ્કૃત કરવામાં આવી રહ્યાં છે. માંગલિક કાર્યોમાં સહયોગ આપવા માટે વ્યક્તિમાં ઉત્સુકતા હોવી જરૂરી છે.

વર્તમાન યુગ સંત્રસ્ત સ્થિતિમાંથી પસાર થઈ રહ્યો છે. આજે દરેક વ્યક્તિની આકાંક્ષા છે કે ભગવાન અવતાર લઈને આ વિષમ પરિસ્થિતિને સંભાળી લે. આજે એ આવશ્યક નથી કે ભગવાન મનુષ્ય રૂપમાં જ અવતાર ધારણ કરે. અવતાર વિચારોનો હોય છે અને એ થયો છે. રામ, કૃષ્ણ અને બુદ્ધ સમાજમાં વિચારોનો જ સંચાર કર્યો, તેઓ પણ વિચારોના જ અવતાર હતા. સત્યની સાથે રામ, પ્રેમની સાથે કૃષ્ણ તથા કરુણાની સાથે બુદ્ધ જેવા અવતાર પ્રત્યક્ષ રૂપથી બની ગયા. ભગવાને સત્ય, પ્રેમ, તથા કરુણાના રૂપમાં અવતાર ધારણ કર્યો હતો.

ભગવાન કોઈને કોઈ ગુણ કે વિચારના રૂપમાં અવતાર લે છે. વ્યક્તિ વાહન બનીને વિચારો મુજબ આચરણ કરે છે. આજે વિષમ પરિસ્થિતિઓ તથા ખોટા ચિંતનને ખતમ કરવા માટે આસ્થા, વ્યવસ્થા તથા સત્પ્રવૃત્તિના રૂપમાં વિચારે અવતાર ધારણ કર્યો છે. સદ્બુદ્ધિ મહાપ્રજ્ઞાના રૂપમાં પ્રજ્ઞાવતારનો જન્મ થયો છે. જે સદ્સાહિત્યના રૂપમાં પ્રતીક્ષા કરી રહ્યો છે કે તમે એને ઓળખો અને પોતાની શ્રદ્ધા અને ભાવનાથી એને તમારાં ભાવસુમન અર્પિત કરો, ઉપાસના કરો. એને પાસે રાખી વાંચવા માટે જીવનને ધન્ય બનાવવા માટે સમય ફાળવો, ઈશ્વરનું નામ લેવા કરતાં એની

વ્યવસ્થામાં સહયોગ આપવાનું જીવનમાં વિચારોને ઉતારવાનું પુણ્ય મેળવો.

સમાજસેવાના ક્ષેત્રમાં જો કોઈને કામ કરવાનું મન હોય તો એને માટે સૌથી મહત્વપૂર્ણ કાર્ય છે - સદ્વિચારોને દરેક વ્યક્તિ સુધી પહોંચાડવી દુનિયા એકવીસમી સદીમાં જઈ રહી છે, સહસ્રાબ્દી પરિવર્તનની સાથે ભવન, રસ્તા, વૃક્ષ, જંતુ, પર્વત, નદી વગેરેમાં પરિવર્તન નહિ થાય. પરિવર્તન થશે તો વિચારોનું જ થશે અને વિચારોનું પરિવર્તન જ વાસ્તવિક પરિવર્તન છે. ભય કે દબાણને કારણે જો કોઈ બીજાની વાત માની પણ લે, તો ભય કે દબાણનું કારણ હટી જવાથી વ્યક્તિ ફરીથી પૂર્વવત્ વ્યવહાર કરવા લાગે છે, પરંતુ એના વિચારોમાં જો પરિવર્તન થઈ જાય તો એને બદલવામાં કોઈ સફળ થઈ શકશે નહિં. વૈચારિક અને ભાવનાત્મક પરિવર્તન સ્થાયી હોય છે. હરિશ્ચંદ્રનું નાટક વાંચીને મોહનદાસની ભાવનાઓ બદલાઈ ગઈ, નારદનો ઉપદેશ સાંભળી રત્નાકરનું ચિંતન બદલાઈ ગયું, બુદ્ધનું ઉદ્બોધન સાંભળી અંગુલિમાલની ભાવનાઓ બદલાઈ ગઈ તો ક્ષણ માત્રમાં એમના પાપ-વિકારો ધોવાઈ ગયા અને મોહનદાસમાંથી મહાત્મા ગાંધી, રત્નાકરમાંથી મહર્ષિ વાલ્મીકિ તથા અંગુલિમાલમાંથી બૌદ્ધ ધર્મના મહાન પ્રચારક ભિક્ષુ અંગુલિમાલનો જન્મ થઈ ગયો હતો. પ્રશાસન, પોલીસ, ન્યાયાલય, સમાજને બદલવામાં પૂર્ણરૂપથી સક્ષમ નથી. મનુષ્યના બદલવાથી સમાજ બદલાશે અને મનુષ્ય એના વિચારો બદલવાથી બદલાશે. ઉત્કૃષ્ટ ચિંતન અને ભાવનાઓને જન-જન સુધી પહોંચાડવાનાં બે જ માધ્યમ છે - સ્વાધ્યાય અને સત્સંગ.

યુગ ઋષિ પરમપૂજ્ય ગુરુદેવનું સ્થૂળ શરીર સત્સંગ માટે આજે ઉપલબ્ધ નથી, પરંતુ એમનું સૂક્ષ્મ શરીર અને કારણશરીર એમના યુગ સાહિત્યમાં એમના

ક્રાંતિકારી ચિંતન અને ઉત્કૃષ્ટ ભાવનાઓના રૂપમાં આજે બધાને માટે સુલભ છે. યુગ ઋષિના ચિંતન અને ભાવનાઓને જન-જન સુધી પહોંચાડવાની જવાબદારી એમના લીલા સહયોગી, એમના અંગ-અવયવ, એમના રીંછ-વાનર, એમના બાળ-ગોવાળિયા કહેવાતા યુગ સૈનિકો, સર્જન શિલ્પીઓ, પ્રજ્ઞાપુત્રોના ખભા પર છે. જેમને પૂજ્ય ગુરુદેવ તથા વંદનીયા માતાજી પ્રત્યે શ્રદ્ધા છે, પ્રેમ છે એમની એક જ જવાબદારી છે, એમના ચિંતનને સાહિત્યના માધ્યમથી જન-જન સુધી પહોંચાડવું. ગયા મહિને જૂના સાહિત્યનો ઉપયોગ કરવાનાં સૂચનો, પરામર્શ આપણા પરિજનોને આપવામાં આવ્યો હતો. ઘણા વિસ્તારમાં એની ખૂબ જ સારી પ્રતિક્રિયા થઈ છે. પૂજ્ય ગુરુદેવની કોઈ પુસ્તિકા કે પુસ્તક પસ્તીમાં ન વેચાય, સતત એક વ્યક્તિથી બીજી

વ્યક્તિ સુધી વિચારોને પહોંચાડવાના ઉપયોગમાં આવતી રહે એ અતિ આવશ્યક છે, યુગ નિર્માણ મિશન કોઈ વ્યાપારિક પુસ્તક વિકેતા કે પત્રિકા પ્રકાશક નથી. વધુ પુસ્તકો કે પુસ્તિકાઓ વેચવાનો મિશનનો ઉદ્દેશ્ય નથી. વધુમાં વધુ લોકોને સાહિત્ય વંચાવવાનો જ ઉદ્દેશ્ય છે. એ માટે યુગ નિર્માણ યોજના, મથુરાથી કેટલીય યોજનાઓ ચલાવવામાં આવી રહી છે, જેનું વિસ્તૃત વિવરણ 'વિચાર ક્રાંતિની રૂપરેખા' પુસ્તકમાં આપવામાં આવ્યું છે. આ પુસ્તક તમે પોસ્ટકાર્ડ પર પોતાનું નામ અને સરનામું સ્પષ્ટ શબ્દોમાં મોકલીને વિનામૂલ્યે મંગાવી શકો છો.



‘સ્વ’નો વિકાસ અને સમષ્ટિગત હિતની સાધના

વિકસિત વ્યક્તિત્વની ઓળખ શી છે ? ઉચ્ચ ચરિત્ર શું છે ? સદ્ગુણોનો સમુદાય સદ્ગુણોનાં સત્પરિણામોથી બધા પરિચિત છે. તો પછી તેમનો પ્રયોગ કરવામાં શી મુશ્કેલી પડે છે ? અને તેમનું સમાધાન કેમ મળતું નથી ? એનો એક શબ્દમાં ઉત્તર આપવો હોય તો તે છે વ્યક્તિનો ‘સ્વ’ કેન્દ્રિત થવો. પોતાની જાતને મર્યાદિત ક્ષેત્રમાં સંકુચિત કરનારા સંપર્ક ક્ષેત્ર પર પોતાના આચરણની પ્રતિક્રિયા પર ધ્યાન આપતા નથી અને માત્ર પોતાની પ્રસન્નતા તથા સુવિધાની વાત વિચારતા રહે છે. એવા લોકો માટે નીતિ-નિયમોની કથા-ગાથા સંભળાવાય છે. એ લોકો સંકીર્ણ સ્વાર્થપરાયણતાને મજબૂતીથી પકડી રાખે છે જે સ્વયંને પસંદ હોય છે, પછી ભલે તેનાથી બીજાઓનું કેટલુંય અહિત કેમ ન થાય.

સદ્ગુણ સામાજિક દષ્ટિકોણથી ફળદાયી નીવડે છે. ‘સ્વ’ને સુવિસ્તૃત કરી લેવાથી એ અનુભૂતિ થાય છે કે આપણે કોઈ વિરાટનો નાનો અંશ છીએ. આપણો સ્વાર્થ, પરમાર્થની સાથે અવિભક્ત રૂપથી જોડાયેલો છે. શરીરની સમગ્રતયા રચના થયેલી હોવા છતાંય તેના અંગનું (અંશનું) વિશેષ રૂપે મહત્વ છે. નહીંતર તે એકલું વિકસિત રહેવા છતાંય અન્ય અંગો કષ્ટદાયક રહેવાથી કોઈની ભલાઈની સંભાવના નથી. આવું વિચારનારા સમષ્ટિને નુક્સાન પહોંચાડીને પોતાનો સ્વાર્થ સાધવાની વાત વિચારતા નથી. આ તે કેન્દ્રબિંદુ છે જ્યાંથી અનેકવિધ સત્પ્રવૃત્તિઓનો આવિર્ભાવ અને પરિપોષણ થતું જાય છે.

સજ્જનતાના માર્ગ પર ચાલીએ

પોટલીમાંથી દાણા વિખેરી દો તો એ માટીમાં ભળી જશે અને ફરીથી એકઠાં કરવામાં ઘણો સમય લાગશે. તેથી બુદ્ધિમાની એમાં જ છે કે વિખેરાઈ જવાથી બચવામાં આવે, જે આપણી પાસે છે, એને સમેટી રાખવામાં આવે, જેથી વખત આવે સામગ્રીનો ઉચિત ઉપયોગ કરી શકાય.

આપણી ક્ષમતાઓને આપણે સાચવીને રાખવી જોઈએ. બરબાદ કરવાની ઈચ્છા થાય ત્યારે એને રોકવી જોઈએ. આપણી પાસે ઘણું સામર્થ્ય છે. આ જ સંપદા છે. એને પ્રમાદમાં ખર્ચવામાં આવે તો હાથમાં દરિદ્રતા જ આવશે. શરીરમાં બળની ઊણપ નથી એ નીરોગ, દીર્ઘજીવી અને મોટાં કામો કરવામાં સક્ષમ છે, પરંતુ જો અસંયમ વર્તવામાં આવે, તો આપણે ચટોરાપણાથી ટેવાઈ જઈ પાચનતંત્રને બગાડી લઈશું અને શારીરિક કષ્ટોથી ઘેરાઈને અકાળે મૃત્યુના મુખમાં ધકેલાઈ જઈશું. આ જીભનો સંયમ થયો. અર્થસંયમ પણ એ જ શ્રેણીમાં ગણવામાં આવે છે. કોનામાં કેટલી ઉપાર્જન-ક્ષમતા છે, એ આધાર પર સંપન્નતાનું સુખ મળતું નથી. જે કંઈ આપણી પાસે છે તેને ઉચિત અને ઉપયોગી કાર્યોમાં ખર્ચ કરવામાં આવે. એ પણ વિચારવું જોઈએ દૂરદર્શિતા અપનાવ્યા વિના અસંયમથી શારીરિક સ્વાસ્થ્ય ગુમાવવામાં આવે અને ઔચિત્યને સમજ્યા વિના ખોટા ખર્ચાઓમાં પૈસા ગુમાવવામાં આવે, તો ઈશ્વરે આપેલ બધું જ હોવા છતાં પણ રોગી અને દરિદ્રીની જેમ જીવન વ્યતીત કરવું પડશે.

સમયની સંપદા પણ એવી જ છે કે એને વાતોમાં, રખડવામાં કે મનોરંજનનાં કાર્યોમાં બરબાદ કરી શકાય

છે, પરંતુ એને જો કમબદ્ધ રૂપથી ખર્ચવામાં આવે અને યોજનાબદ્ધ દિનચર્યા બનાવીને કામોમાં જોડાયેલા રહેવામાં આવે, તો આટલા માત્રથી મનુષ્ય એવાં મોટાં કાર્યો કરી શકે છે કે જેને જોઈ બીજા લોકો આશ્ચર્ય કરે. બુદ્ધિમાન તેઓ છે, જેઓ સમયનું મૂલ્ય સમજે છે અને એક-એક ક્ષણને યોજનાબદ્ધ રૂપથી ઉપયોગી કાર્યોમાં વ્યતીત કરે છે.

વિચાર સૌથી મોટી સંપદા છે. એને જ નાસમજ શેખચિલ્લીની જેમ ગુમાવે છે અને એવી કલ્પનાઓમાં રાયતા રહે છે કે જેની તેમનામાં યોગ્યતા હોતી નથી કે સાધનો જોતાં એની સંભાવના દેખાતી નથી. આપણા વિચારો એવી યોજનાઓમાં સંલગ્ન રહેવા જોઈએ જે શુભ પણ હોય અને આપણા સામર્થ્યની મર્યાદામાં પણ હોય.

વાણીની શક્તિ બહુ મોટી છે. સારા પરામર્શ આપી આપણે બીજાઓનું એટલું ભલું કરી શકીએ છીએ કે જેટલું ધનનો ભંડાર આપવાથી પણ શક્ય ન બને. આવા પરામર્શ આપવા માટે કે આત્મચિંતન કરવા માટે વાણીને, વિચારોને, ત્રણ કસોટીઓ પર કસવા જોઈએ. એ સત્યથી નિકટ છે કે નહિ? કલ્યાણકારી છે કે નહિ? અને એમાં આપણી અને બીજાઓની ભલાઈ સમાયેલી છે કે નહિ? અવિવેકપૂર્વક કંઈ પણ વિચારતા રહેવું અને કંઈ પણ કહેતા રહેવું, તે પોટલીના દાણા રેતીમાં વિખેરી દેવા સમાન છે.

કેટલીક વ્યક્તિ પોતાની બુદ્ધિમત્તાનો દાવો એમના શિક્ષણના આધાર પર કરે છે, પરંતુ ખરી રીતે જોતાં સમજદારી એમાં છે કે સાચું પગલું ભરવા માટે જરૂરી

અનુભવ કેટલો છે ? વિદ્યાવાન સંસારની વાતોના સંબંધમાં ઘણું બધું જાણતા હોય છે, પરંતુ પોતાના સંબંધમાં બહુ ઓછું જાણતા હોય છે. જીવનનું સ્વરૂપ, ઉદ્દેશ્ય અને સદુપયોગ સમજ્યા વિના જે કંઈ જાણ્યું છે, એ ગધેડાની પીઠ પર લાદવામાં આવેલ રેશમ સમાન છે. પોતાના સંબંધમાં, પોતાના ગુણ, કર્મ, સ્વભાવના સંબંધમાં પૂરતી જાણકારી જો આપણે મેળવીએ અને જ્યાં ખામી હોય તેને પૂરી કરવામાં પ્રયત્ન કરીએ તો સમજવું જોઈએ કે બુદ્ધિમત્તા વાસ્તવિક છે અને એની દિશા સાચી છે.

બહાદુરી અને પ્રશંસાનાં અનેક કામો છે, પરંતુ એમાં સર્વોપરી એ છે કે તમારો માર્ગ જો સજ્જનોના સ્તરનો ના હોય તો એને સમજો અને સુધારવા માટે હિમ્મતભર્યા પગલાં ઉપાડો. બીજાઓની ખામી શોધવી સરળ છે, પરંતુ પોતાને સારી રીતે ઓળખવું અને જે સુધારવા યોગ્ય છે એને સુધારવામાં તત્પર રહેવું તે કઠણ છે. પોતાની પ્રશંસા સાંભળવા માટે બધા ઉત્સુક રહે છે, પરંતુ જેઓ પોતાના નિંદનીય પક્ષને બહાદુરી-પૂર્વક સ્વીકાર કરે છે અને એને બદલી નાખવા માટે બહાદુરીનો પરિચય આપે છે તેઓ સમજદાર છે. બીજા લોકો સંપન્નતાને પોતાનું સૌભાગ્ય સમજે છે, પરંતુ સાચા અર્થમાં ભાગ્યવાન એ લોકો છે, જેમણે સજ્જનતાની યોગ્ય માત્રા પોતાની અંદર સંચિત જ નહીં પરંતુ પરિપક્વ પણ કરી લીધી છે.

જીતવા યોગ્ય શત્રુઓ કેટલાય છે. સિંહ, વાઘનો સામનો કરી એમને પરાસ્ત કરનારાને શૂરવીર કહેવામાં આવે છે, પરંતુ જે મનને, તૃષ્ણાઓને, વાસનાઓ અને લાલસાઓને રોકી શકે છે, એની બહાદુરી સૌથી વધારે માનવામાં આવશે.

સામાન્ય રીતે મનુષ્ય પોતાના વ્યક્તિગત સ્વાર્થોમાં રચ્યાપચ્યા રહે છે, પોતાની જ સુવિધા તથા સંપન્નતા વધારવામાં નિરંતર મગ્ન રહે છે, પરંતુ

ઉન્નતિશીલ એમને કહેવાં જોઈએ. જેઓ બધાના સુખમાં પોતાનું સુખ માને છે અને બધાના દુઃખમાં પોતાનાં દુઃખનો અનુભવ કરે છે.

લોકો પોતાની સારી વાતો વ્યક્ત કરે છે અને બૂરાઈઓને છુપાવે છે, પરંતુ નમ્રતા ત્યારે વિકસે છે જ્યારે પોતાની ખામીઓની કડક સમીક્ષા કરવા માટે અને સંબંધિત શ્રેષ્ઠતાઓને વધુ આગળ વધારવા માટેનો ઉત્સાહ ઊભટે છે.

આપણી પાસે વાણીની એવી સંપદા છે, જેમાં પોતાની પાસેથી કશું ખર્ચ્યા વિના પણ સત્પરામર્શ આપી કોઈનું સાચું અને ઠોસ ઉપકાર કરી શકાય છે, એનાથી વાતચીતમાં મીઠાશ આવે છે અને લોકો એ ચાહે છે, પરંતુ આવું તો ખુશામતખોર અને ઠગ પણ કરી શકે છે. આપણી વાણી બીજાઓને સન્માર્ગ પર ચલાવનારી હોય તો જ એની ગરિમા છે. આવો પરામર્શ આપતી વખતે એ જોવું જોઈએ કે કોણ કેટલું પચાવી શકે છે. સામેની વ્યક્તિ પચાવી ન શકે અને ઊલટાની વિદ્રોહી બની જાય એવો પરામર્શ આપવો નહીં. સત્પરામર્શ આપવા માટે સુયોગ્ય અવસરની પ્રતીક્ષા કરવી જોઈએ.

પોતાનો વૈભવ વધારવામાં કોઈ વાંધો નથી, પરંતુ એ કયા કામમાં આવ્યું તે જોવું જોઈએ. એમાં પોતાની જ ઈચ્છા-આકાંક્ષાઓની પૂર્તિ કરવામાં આવતી રહે અને પાડોશીઓનું ધ્યાન રાખવામાં ન આવે તો સમજવું જોઈએ કે કૃપણની દોલત એને દુર્વ્યસનોમાં ફસાવશે અને અહંકારી બનાવી ઘણી જાતના વિગ્રહો ઊભા કરશે. વિદ્યા, બલિષ્ઠતા, કુશળતા, સંપન્નતા વગેરે વિભૂતિઓની સાર્થકતા એમાં જ છે કે એમને યોગ્ય માર્ગેથી મેળવવામાં આવે અને પરમાર્થ-પ્રયોજનોમાં ઉદારતાપૂર્વક ખર્ચ કરવામાં આવે.

મિત્રતા સારી લાગે છે. એનાથી ઉત્સાહ વધે છે અને ઘણી વખત મિત્રો કેટલાંય કાર્યોમાં સહાયક પણ થાય છે, પરંતુ સાથે-સાથે એ પણ ધ્યાન રાખવા યોગ્ય

છે કે દુર્જનોની મિત્રતા દુર્ગતિ પણ કરાવે છે અને દુર્ગુણો શીખવીને પ્રતિષ્ઠાનો નાશ પણ કરી દે છે. આથી બધા સાથે સામાન્ય વ્યવહાર રાખવામાં કોઈ જોખમ નથી, પરંતુ જો ધનિષ્ઠતા વધારવી હોય તો સ્વાર્થી કે દુર્ગુણીની મિત્રતારૂપી દોરડીમાં આપણું ગળું તો ફસાતું નથી એ વાત સારી રીતે ચકાસી લેવી જોઈએ.

અંદરથી આત્મ-સંયમ અને પરમાર્થની ભાવનાઓ ઊઠવા લાગે એમાં જ સાધનાની સફળતા રહેલી છે. માળા ફેરવવાનું પ્રયોજન એ જ છે કે સત્પ્રવૃત્તિઓ આપણી અંદર પ્રવેશ કરે અને દુષ્પ્રવૃત્તિઓ બહાર નીકળતી રહે. ઈશ્વરને ફક્ત સજ્જન પ્રિય છે અને એનો અનુગ્રહ એમને જ મળે છે, જેઓ બીજાના દુઃખે દુઃખી અને સુખમાં સુખી થાય છે. જ્યારે મન સંતુષ્ટ અને પ્રસન્ન રહેવા લાગે ત્યારે સમજવું જોઈએ કે

ઈશ્વરની અનુકંપાનું વરદાન મળવા લાગ્યું છે.

લોકો સાથે એટલી ધનિષ્ઠતા ના વધારો કે એમના વિયોગમાં રોવું પડે અને મિલન થાય ત્યારે એવો ઉપહાર આપવો પડે કે જે ન્યાયપૂર્વક કમાવી ના શકાય. સારું એ છે કે બધા સાથે સમભાવ રાખવામાં આવે અને કર્તવ્યપાલન થઈ રહ્યું છે કે નહીં એનું પણ ધ્યાન રાખવામાં આવે. ભાવાવેશમાં મિત્રતા કરવા કરતાં ઉત્કર્ષની સલાહ આપવી અને સહાયતા કરવી બહેતર છે. મિત્રતાના બદલામાં કોઈનો લાભ ઉઠાવવાની વાત વિચારવા કરતાં બીજાઓનું વ્યક્તિત્વ અને પૌરુષ વિકસિત કરવાનો અવસર આપવામાં આવે તે સારું છે. સાચા અર્થોમાં સજ્જનતાનો ઉત્કર્ષ જ મિત્રતા છે.



માનવજીવનની વિશિષ્ટતા અને સાર્થકતા

ભગવાને મનુષ્યના રૂપમાં અસાધારણ ભેટ આપી છે, તો સાથે જ એ જવાબદારી પણ સોંપી છે કે એ વિભૂતિનો યોગ્ય ઉપયોગ કરવામાં આવે.

દુરુપયોગ કરવાથી તો અમૃત પણ ઝેર બની જાય છે. ધન-વૈભવ પણ એવી અનેક દુષ્પ્રવૃત્તિઓ શીખવાડે છે જે સ્વયંની બરબાદીની સાથે સ્વાસ્થ્ય, સમતોલન, યશ અને સહયોગ ગૂંટવી લેવાનું નિમિત્ત-કારણ બનતી જાય છે. જીવધારીના માટે સૌથી મોટો સુઅવસર એ છે કે મનુષ્ય જન્મ મેળવી શકે. તેમાંય ભાગ્યશાળી તેઓ છે જેઓ તેનો સદુપયોગ જાણે છે અને કરે છે. પેટ અને પ્રજનનની સુવિધા તો દરેક યોનિમાં છે. જેનો જેવો આકાર અને સ્વરૂપ છે તેને તે સ્તરની સુખ-સુવિધાઓ, સંવેદનાઓ પ્રાપ્ત કરવાનો સુઅવસર પણ છે. જો એટલું બની શકે તો સમજવું જોઈએ કે મનુષ્ય-જીવનની ગરિમાને સમજવામાં ભૂલ થઈ અને દિવસો એવી રીતે પસાર થઈ ગયા જેમ અન્ય પ્રાણીઓ પસાર કરે છે.

માનવજીવનની વિશેષતા એ છે કે તે પોતાના અંતઃકરણને, વ્યક્તિત્વને વિકસાવે અને એવાં પદચિહ્નો છોડે જેના પર પાછળથી ચાલનારા લોકોને પ્રગતિના પરમ લક્ષ્ય સુધી પહોંચવાની સુવિધા મળે. ટૂંકમાં, આ જ માનવીય આદર્શવાદિતા છે, જેને અપનાવવાથી આ સુયોગની સાર્થકતા પુરવાર થાય છે.

વિવાહોન્માદ



દહેજના દાનવથી લડવા હવે નારીશક્તિ પણ આગળ આવે



અડધી શતાબ્દી પણ વધુ સમયથી આપણા દેશમાં જે સામાજિક સુધારનાં આંદોલનો ચાલતાં રહ્યાં છે, એમાંથી દહેજપ્રથાનો વિરોધ મુખ્ય છે. મોટેભાગે દરેક શ્રેષ્ઠ વિચારક અને લોકસેવીએ આ કુરીતિ પર પ્રહાર કર્યો, એની વિરુદ્ધ અવાજ બુલંદ કર્યો. એવું એક પણ મુખ્ય સામાજિક, રાજનૈતિક સંગઠન નથી, જેણે દહેજપ્રથાને નાબૂદ કરવાનું આહ્વાન ન કર્યું હોય. તેમ છતાં થોડી ઘણી ઊથલપાથલ સિવાય આ ક્ષેત્રમાં હજી સુધી કોઈ ઉલ્લેખનીય પરિણામ મળ્યું નથી. આથી વિપરીત, દહેજના સોદા અને એનું પ્રદર્શન, બંને વધતા જ જઈ રહ્યાં છે. લગ્ન થયા બાદ છોકરા-છોકરી એક નવું જીવન શરૂ કરવાના છે, એ જીવન-પથ માટે ક્યા-ક્યા ગુણો, શક્તિઓ અને વિધિઓની જરૂર પડશે, એકબીજાની સમજૂતીથી નિરંતર ઉર્ધ્વમુખી પ્રગતિ કેવી રીતે થતી રહેશે ? વગેરેનો વિચાર કરવાની કોઈ જરૂરિયાત સમજવામાં આવતી નથી. જાણે આ બહુરંગી જુદી-જુદી જાતનાં ગુણો અને શક્તિઓ આપમેળે જ લગ્ન પછી પતિ-પત્નીમાં આવવાની જ છે, એ માટે કોઈ તૈયારી, અભ્યાસ, વિચાર કે પ્રયાસ ભલે કરવામાં ન આવે લગ્નનો પ્રસંગ આવતાં જ બસ એક જ વાત સૌથી પહેલાં નક્કી કરવામાં આવે છે — દહેજ કેટલું આપી શકાશે ?

આવા કિસ્સાઓમાં હવે સમાજનું દબાણ પણ પડતું નથી કેમ કે સામાજિક મન:સ્થિતિ જ એવી બની ગઈ છે કે, 'લૂટો, છીનવી લો, જે મળે લઈ લો.' પછી આવા સમાજના પ્રભાવી લોકોનું પોતાના સદસ્યો પર

કોઈ નૈતિક દબાણ બાકી રહેતું નથી. મુસલમાન સમાજમાં હજી પણ એક પ્રથા ચાલુ છે કે પોતાની પત્નીથી સામાજિક સ્વીકૃતિ વગર સંબંધ તોડનાર મુસલમાને મેહરની રકમ પાછી આપવાની હોય છે, પરંતુ હિંદુ સમાજમાં હવે આ અણબનાવની સ્થિતિમાં દહેજ પાછું આપવાનો રિવાજ હવે બિલકુલ રહ્યો નથી. આવી સ્થિતિમાં દહેજપ્રથા તેના વર્તમાનરૂપમાં સૌથી વધુ અનુચિત, અન્યાયપૂર્ણ તથા વિકૃત પ્રથા બની ગઈ છે.

દહેજના આ દાનવનો નાશ કરવાની જવાબદારી હવે ખુદ નારી શક્તિ પર આવી ગઈ છે. જે કુરીતિ એમના સાર્વજનિક અપમાન પર આધારિત છે, જે એમના વ્યક્તિત્વનું મૂલ્ય ઘટાડે છે અને એમના મનને કુંઠિત કરે છે, તેના વિરુદ્ધ એમણે શંખનાદ કરવો પડશે. ધનના લાલચુઓનાં દ્વેષ પોતે જ પરિવર્તિત થઈ જશે, એ આશા સંપૂર્ણપણે છોડી દેવી જોઈએ અને એ પણ સ્મરણ રાખવું જોઈએ કે કોઈપણ સામાજિક બૂરાઈ સરકારી પ્રયાસો તથા કાનૂન માત્રથી સમાપ્ત કરી શકાતી નથી. સમાજના જે વર્ગને એ બૂરાઈનો શિકાર બનવું પડે છે એ જ વર્ગ જ્યારે પોતાની સમસ્યાનું સમાધાન કરવા માટે આગળ આવે છે ત્યારે જ એનું નિરાકરણ થાય છે.

આપણા દેશમાં વિવાહ એક વિચિત્ર રીતિ અને એક મુશ્કેલ કાર્ય બનાવી દેવામાં આવ્યું છે. જ્યાં એકદમ સ્વાભાવિક અને સહજ સંબંધ હોવા જોઈતા હતા, જેમાં પુરુષ-સ્ત્રીની એકબીજાની (આપસી) સ્વીકૃતિ, સ્વભાવ

તથા શીલની સમાનતા અને નિષ્ઠાનો આધાર હોવો જોઈતો હતો, ત્યાં વિવાહ હિમાલય પર્વતારોહણ તથા ચક્રવ્યૂહ-ભેદન જેવું મુશ્કેલ બનાવવામાં આવ્યું છે.

નારી પ્રત્યે આપણા સમાજનો વ્યવહાર છે એને સીધી રીતે દાસી બનાવી રાખવામાં આવી નથી, પરંતુ એના વ્યક્તિત્વ વિકાસની તકો છીનવીને એને એ શીખવવામાં આવતું રહ્યું છે કે એમાં જ તમારા નારીત્વની પરમ સાર્થકતા છે, આવી જ રીતે લજ્જતી-દબાતી રહેવાની તપશ્ચર્યા જ તમારું ગૌરવ છે. શિક્ષણના પ્રસારની સાથે કુટુંબમાં નારીનો થોડો પ્રભાવ વધ્યો છે. પહેલાં પણ ઘર ચલાવવાની જવાબદારી એની જ હોવાથી પતિ મહોદય પર એનો થોડો પરોક્ષ પ્રભાવ તો રહેતો જ હતો. લગ્ન-વિવાહમાં ઘરની મોટી વ્યક્તિ, વૃદ્ધોની જ નહીં, ઉંમરમાં મોટી સ્ત્રીઓની પણ સલાહ લેવામાં આવતી રહી છે. હવે છોકરીની પણ પસંદગીની પૂછપરછ થવા લાગી છે, ભલે એ ઉપરછલ્લી કે ઔપચારિક જ કેમ ન હોય. બીજી બાજુ, છોકરા-છોકરીઓ એકબીજાને જોયા પછી જ લગ્ન કરે છે. આવી સ્થિતિમાં વિવાહ નક્કી કરવામાં નારીની પોતાની ભૂમિકાનું પણ મહત્ત્વ બની ગયું છે. દહેજની બાબતમાં વધુ પ્રમાણમાં કલહ અને કડવાશનો વિસ્તાર મોટેભાગે નારીઓ જ કરે છે, કેમ કે ભોગવાદી પુરુષોની પ્રધાનતાવાળા સમાજમાં નવી પેઢીની શિક્ષિત નારીઓ પણ એમનાં જ મૂલ્યો, માન્યતાઓને અપનાવવા બેઠી છે. આંગળીના વેઢે ગણાય તેવા આદર્શવાદી ધ્યેયનિષ્ઠ પુરુષોને પણ તેઓ અવ્યાવહારિક અને અજુબો માને છે.

આથી જ દહેજની કુરીતિને સમાપ્ત કરવા ઇચ્છતી જાગૃત યુવતીઓએ ખોટી માન્યતાઓ પર વિશ્વાસ કરનારા પુરુષોની જડતાને તો તોડવી જ પડશે, પોતાની જ બહેનોના માનસિક વિભ્રમોને, ગુલામીનાં ચિહ્નો જેવાં પ્રચલનો અને માપદંડોને પણ બદલવાની વૈચારિક

પૃષ્ઠભૂમિ બનાવવી પડશે. આ માટે જ્યાં આંદોલન અને સંઘર્ષની પ્રખરતા જરૂરી છે, ત્યાં જ શિક્ષણ અને સંવાદની રચનાત્મકતા, ધૈર્ય તથા શ્રમ પણ જરૂરી છે. વિવાહના વિરોધની તો કોઈ વાત નથી, પરંતુ કોઈ પણ હિસાબે વિવાહ કરવો જાણે જીવનનું કોઈ મહાન કાર્ય કરવું છે, એવી માન્યતા પર પણ પ્રહાર કરવો પડશે. આજે આ માન્યતાને કારણે વિવાહ એટલું કઠણ કાર્ય બની ગયું છે કે એને લઈને સોદાઓ કરવામાં આવે છે. વિવાહે એક લૂંટબાજીના વ્યાપારનું રૂપ લઈ લીધું છે. એ કોઈ સહજ માનવીય સંબંધ રહ્યો જ નથી.

વિજ્ઞાપનો અને કેટલીક સંસ્થાઓ દ્વારા વિવાહના નામ પર કરવામાં આવતી ઠગાઈ અને દગાબાજીનો ભય શહેર માટે જ હોય છે. ગામડાંમાં કુળ વગેરેની પૂછપરછ કરવામાં આવે છે, પરંતુ ગામડાઓમાં પણ હવે કુલીનતાનો વાસ્તવિક આધાર ધનને જ માનવામાં આવી રહ્યો છે. ગામડાઓનાં સુખી ઘરોમાં તો નારીને સમાનતાનો દરજ્જો આપવાની તો કલ્પના સુધ્ધાં કરી શકાતી નથી. દહેજ, પડદા પ્રથા, ઘરની અંદર જ રહેવાની કેદ જેવી સ્થિતિને ત્યાં સ્વાભાવિક માનવામાં આવે છે.

આવી સ્થિતિમાં જાગૃત બહેનોની જવાબદારી ખૂબ જ વધી જાય છે, દહેજનો પ્રશ્ન મૂળભૂત રીતે સમાજમાં નારીની સ્થિતિ સાથે જોડાયેલો છે. દહેજપ્રથા નારીનો સામાજિક તિરસ્કાર તો છે જ, પુરુષોની નિર્દયતાનું નિર્લજ્જ પ્રદર્શન પણ છે. કેટલીક વખત આ નિર્લજ્જતા એટલી હદે વધી જાય છે કે દહેજ આપી ન શકતા મા-બાપ અવિવાહિત દીકરીઓ કે ઓછું દહેજ લઈ જતી વિવાહિત નવયુવતીઓ દ્વારા સતત અપમાન સહન કરતાં કરતાં ગ્લાનિવશ આત્મહત્યા કરતા જોવા મળે છે. દહેજના લોભમાં બીજું લગ્ન કરવાની ઇચ્છા ધરાવતા કેટલાક ફૂર પુરુષ-પતિ કે એમના પિતા, ભાઈ વગેરે નવયુવાન પત્ની કે વહુની હત્યા પણ

કરી નાંખે છે.

દુઃખની વાત એ છે કે વહુની હત્યા, સતામણી કરવામાં એની સાસુ, નણંદ, જેઠાણી (નારી)નો જ વિશેષ સહયોગ રહે છે. નારીજાતિના સન્માન માટે સાસુ, નણંદ, જેઠાણી, જો વહુના પક્ષમાં રહે, તો કોઈ મર્દની શું હિમ્મત છે કે વહુ પર અત્યાચાર કરી શકે, પરંતુ જ્યારે નારી જ નારીની દુશ્મન બની રહે છે, ત્યારે મુશ્કેલીનો સામનો કરવો પડે છે. નારીએ નારી-જાતિનું સન્માન કરવા માટે સંગઠિત થઈને આગળ આવવું જોઈએ અને જે અત્યાચારનો શિકાર પોતે બની ચૂકી છે, એનાથી અન્ય નારીઓને બચાવવા માટે સહયોગ આપવો જોઈએ.

મહાત્મા ગાંધીએ દહેજને એક પાતકી પ્રથા કહી છે અને તેના વિરુદ્ધ વ્યાપક લોકમતના નિર્માણ પર ભાર આપતા એ પણ કહ્યું હતું કે જે નવયુવાન આવી ખોટી રીતે લેવામાં આવતા ધનથી પોતાના હાથ

અપવિત્ર કરે એને સમાજથી બહિષ્કૃત કરવા જોઈએ.

મોઢેથી દહેજનો ઉગ્ર વિરોધ અને આચરણમાં એનું જબરદસ્ત સમર્થન કરનાર મોટી વ્યક્તિઓ અને અહંકારો યુવકો બધાની વિરુદ્ધ સાર્વજનિક રૂપથી અભિમત વ્યક્ત કરવાની જવાબદારી શિક્ષિત, તેજસ્વી યુવતીઓએ સંભાળવી જોઈએ. દહેજના ભૂખ્યા સાથે વિવાહ ન કરવાનો સંકલ્પ લઈને વ્યક્તિગત જીવનમાં પણ આ દિશામાં ઘણું બધું કરી શકાય છે, આ પ્રકારની એકલદોકલ ખબરો મળે છે, પરંતુ આ સંખ્યા ઝડપથી વધવી જોઈએ. સાથે જ, મહિલાઓમાં આત્મચેતના જાગૃત કરવા માટે સામૂહિક શિક્ષણનો ક્રમ પણ ચલાવવો જોઈએ. આ વિકરાળ દાનવથી લડવા માટે સ્વયં નારીઓ જ દુર્ગાનું રૂપ ધરીને જો આગળ આવશે તો સમાજના દરેક વર્ગના સંવેદનશીલ લોકો એમને સહયોગ કરવા આગળ આવશે અને એનો અંત થઈ જશે.



પગદંડીઓમાં ભટકીએ નહીં

જીવન એક વન છે, જે ફૂલ અને કાંટાઓથી ભરેલું છે. તેમાં હરિયાળી વાટિકાઓ છે અને ઉજ્જડ-વેરાન જમીન પણ છે. મોટા ભાગે વનમાં વન્ય પશુઓ અને વનવાસીઓના આવવા-જવાથી નાની-મોટી પગદંડીઓ બની જાય છે. એ પગદંડીઓ સુવ્યવસ્થિત દેખાતી હોવા છતાંય જંગલોમાં આગળ જતાં અદૃશ્ય થઈ જાય છે. સરળતા અને સુવિધાને કારણે મોટાભાગે યાત્રીઓ આ પગદંડીઓને રસ્તે જાય છે અને સાચા રસ્તેથી ભટકી જાય છે.

જીવન-વન પણ એવી જ પગદંડીઓથી ભરેલું છે, જે ઘણી છે, પરંતુ નાની દેખાય છે અને મુકામ સુધી પહોંચાડતી નથી. ઉતાવળિયા પગદંડીઓ પકડે છે, પરંતુ તેમને ખબર હોતી નથી કે તે અંત સુધી પહોંચાડતી નથી અને જલદી કામ થઈ લાલચે જંગલમાં ફસાઈ જવાય છે.

પાપ અને અનીતિનો માર્ગ જંગલની પગદંડી, માછલીનો કાંટો અને પક્ષીઓની જાળ જેવો છે. ઈચ્છિત કામનાઓ જલદીમાં જલદી અને વધુને વધુ પ્રમાણમાં પૂરી થઈ જાય, એ લાલચમાં લોકો તે રસ્તો પકડે છે જે જલદીથી સફળતાની મંજિલે પહોંચાડે. જલ્દબાજી (ઉતાવળ) અને વિશેષતા બંને વંદનીય છે, પરંતુ ઉતાવળમાં ઉદ્દેશ્ય નાશ પામે તો તેમાં બુદ્ધિમત્તા કહેવાય નહીં.

જીવનનો રાજમાર્ગ સદાચાર અને ધર્મ છે. તેના ઉપર ચાલીને લક્ષ્ય સુધી પહોંચવામાં સમય તો જાય છે, પરંતુ તેમાં જોખમ નથી. આપણે પગદંડીઓ ઉપર ન ચાલીએ, રાજમાર્ગ ઉપર, ન્યાયયુક્ત માર્ગ ઉપર ચાલીએ. જે સફળતા મળે તે ભલે મોડી અને થોડીક મળે પરંતુ તે સ્થાયી અને શાંતિદાયક હશે.

મનને કુવિચારો તથા દુર્ભાવનાઓથી બચાવવા માટે સ્વાધ્યાય અને સત્સંગની વ્યવસ્થા રાખીશ

શરીરની જેમ મનના સંબંધમાં પણ લોકો મોટેભાગે ભૂલ કરે છે. શરીરની સજ્જનને મહત્વ આપી લોકો એને સ્વસ્થ, નીરોગી અને સશક્ત બનાવવાની વાત ભૂલી જાય છે. મનના સંબંધમાં પણ આવું જ થાય છે. લોકો મનને મહત્વ આપી મનમાન્યું કરવામાં લાગી જાય છે. મનોબળ વધારવાની અને મનને સ્વચ્છ તથા સુસંસ્કૃત બનાવવાની વાત પર ધ્યાન આપવામાં આવતું નથી. આ ભૂલને કારણે જીવનમાં ડગલે ને પગલે મુશ્કેલીઓમાં ફસાવું પડે છે તંદુરસ્તીની સાથે મનની દુરસ્તીનું ધ્યાન રાખવું અનિવાર્ય છે. સ્વસ્થ શરીરમાં મન વિકૃત હોય તો ઉદ્વેગતા, અહંકાર પ્રદર્શન, પરપીડા જેવાં નિકૃષ્ટ કાર્યો થવા લાગે છે. ગુંડાઓ, બદમાશોથી લઈ રાક્ષસો સુધીના પતનની પાછળ આ એક જ તથ્ય કાર્ય કરે છે, અપરાધ જગતમાં જે કંઈ બની રહ્યું છે, તેને અસ્વસ્થ મનનો ઉપદ્રવ કહી શકાય છે. મન જો સારી દિશામાં વળી જાય, આત્મસુધાર, આત્મનિર્માણ અને આત્મવિકાસમાં રુચિ લેવા લાગે તો જીવનમાં એક ચમત્કાર જ થઈ શકે છે.

શરીર પ્રત્યે કર્તવ્યપાલન કરવાની જેમ મન પ્રત્યે પણ આપણે પોતાની જવાબદારીઓને પૂર્ણ કરવી જોઈએ. કુવિચારો અને દુર્ભાવનાઓથી મન ગંદું, મલિન અને પતિત થાય છે, તેની બધી વિશેષતાઓ અને શ્રેષ્ઠતાઓ ખોઈ બેસે છે, આ સ્થિતિથી સતર્ક રહેવાની અને બચવાની જરૂરિયાતને સમજવી આપણું પવિત્ર કર્તવ્ય છે. જેવી રીતે શરીરને ભોજનની આવશ્યકતા છે તેવી જ રીતે મનને સાચી દિશા આપતા રહેવા માટે સ્વાધ્યાયની આવશ્યકતા છે. આત્મનિર્માણ

કરનાર, જીવનની સમસ્યાઓને સાચી રીતે ઉકેલતા ઉત્કૃષ્ટ વિચારધારા ધરાવતા પુસ્તકો પૂરાં ધ્યાન, મનન અને ચિંતન સાથે વાંચતા રહેવું જ સ્વાધ્યાય છે. જો ઉત્કૃષ્ટ વિચારો ધરાવતા, જીવન વિદ્યાના જ્ઞાતા કોઈ સુશીલ, સજ્જન ઉપલબ્ધ હોય તો એમનો સત્સંગ પણ ઉપયોગી સિદ્ધ થઈ શકે છે.

માનવજીવનની મહાનતાને આપણે સમજવી જોઈએ, આ સુવર્ણ અવસરના સદુપયોગની વાત વિચારી, પોતાની મુશ્કેલીઓમાંથી મોટાભાગની જવાબદારી પોતાની સમજી એમને ઉકેલવા માટે પોતાના ગુણ, કર્મ અને સ્વભાવમાં આવશ્યક ફેરફાર કરવા માટે સર્વદા કટિબદ્ધ રહેવું જોઈએ. આ પ્રકારની ઉપલબ્ધિ આત્મનિર્માણની પ્રેરણા આપતા સત્સાહિત્યથી, પ્રબુદ્ધ મગજ ધરાવતા સત્પુરુષોની સંગતિથી આત્મનિરીક્ષણ અને આત્મચિંતન કોઈપણ વ્યક્તિને સહજતાથી થઈ શકે છે.

મનનો સ્વભાવ બાળક જેવો હોય છે, ઉમંગમાં આવીને એ કંઈને કંઈ બોલવાનો પ્રયત્ન કરે છે. જો સાચી દિશા આપવામાં ન આવે તો એની ક્રિયાશીલતા તોડફોડ તથા ગાળોના રૂપમાં પણ સામે આવી શકે છે બાળકને તેની ક્રિયાશીલતા મુજબ કાર્ય મળતું રહે તો એ પોતે પણ આનંદિત રહે છે ને બીજાઓને પણ સુખ આપે છે. મન માટે તેની કલ્પનાશક્તિ અનુસાર સદ્વિચારો અને સદ્ભાવોનું ક્ષેત્ર ખોલી આપવામાં આવે તો એ સંતુષ્ટ પણ રહે છે તથા હિતકારી પણ સિદ્ધ થાય છે, સ્નેહ, કૃતજ્ઞતા, સૌહાર્દ, સહયોગ, કુરુણા, ઉદારતા જેવા ભાવોને વિકસિત કરતા રહેવામાં

આવે, નીતિ-નિષ્ઠા, સક્રિયતા, શ્રમ, ઈમાનદારી, સેવા, સહાયતા વગેરેના વિચારોને વારંવાર વાગોળતા રહેવામાં આવે, તો મનમાં કુવિચારો અને દુર્ભાવનાઓને સ્થાન મળશે જ નહીં.

પરિસ્થિતિ અને વાતાવરણના પ્રભાવથી ઘણી વાર મન પર તેની અસર થવા લાગે છે. એ સ્થિતિમાં કુવિચારોથી વિપરીત, સશક્ત સદ્વિચારોથી એમને કાપવા જોઈએ. સ્વાર્થપરતા, દગાબાજી, કામચોરી જેવા વિચાર આવે તો શ્રમશીલતા અને પ્રમાણિકતાથી લોકોની અદ્ભુત પ્રગતિના તથ્યપૂર્ણ ચિંતનથી એમને હટાવી શકાય છે. જો કોઈના વિપરીત આચરણથી ક્રોધ આવે કે દ્વેષ પેદા થાય તો તેની લાચારી સમજીને તેના પ્રત્યે કરુણા, આત્મીયતા રાખી એને ધોઈ શકાય છે. આ વિદ્યા સત્સાહિત્યનો સ્વાધ્યાય, સત્પુરુષોની સંગત અને ઈમાનદારીથી કરવામાં આવેલ આત્મચિંતન દ્વારા જ મેળવી શકાય છે.

લોઢાથી લોઢું કપાય છે. ગરમ લોઢાને ઠંડી લોઢાની છન્ની (છીણી) કાપે છે. શરીરમાં પેસી ગયેલ કાંટાને કાઢવા માટે કાંટાનો જ ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. ઝેરનું મારણ ઝેર છે. હથિયારથી હથિયારનો સામનો કરવામાં આવે છે. કોઈ ગ્લાસમાં ભરેલી હવાને બહાર કાઢવી હોય તો એમાં પાણી ભરી દેવું જોઈએ. પાણીનો પ્રવેશ થતાં જ હવા આપોઆપ નીકળી જશે. બિલાડી પાળવાથી ઘરમાં ઉંદરો ક્યાં રહી શકે છે? કુવિચારોને ભગાડવાનો એક જ ઉપાય છે કે એમના સ્થાને સદ્વિચારોની સ્થાપના કરવામાં આવે. મનમાં જ્યારે સદ્વિચારો ભરાયેલા રહેશે ત્યારે એ ખીચોખીચ ભરેલી ધર્મશાળાને જોઈને જ પાછા વળતાં મુસાફરની જેમ કુવિચાર પણ કોઈ બીજો રસ્તો શોધી લેશે. સ્વાધ્યાય અને સત્સંગમાં જેટલો વધુ સમય વીતે છે, એટલી જ કુવિચારોથી સુરક્ષા મળી જાય છે. શરીરની પુષ્ટતા અને સુરક્ષા માટે જેમ રોટલી અને પાણીની આવશ્યકતા છે, તેવી જ રીતે આત્મિક સ્થિરતા અને પ્રગતિ માટે સદ્વિચારો, સદ્ભાવોની પુષ્કળ માત્રા આપણને

ઉપલબ્ધ થવી જ જોઈએ. આ આવશ્યકતાની પૂર્તિ સ્વાધ્યાય અને સત્સંગથી, મનન અને ચિંતનથી પૂર્ણ થાય છે. યુગ નિર્માણ માટે, આત્મનિર્માણ માટે આ મુખ્ય સાધન છે. મનની શુદ્ધિ માટે આને જ રામબાણ ઔષધ માનવામાં આવ્યું છે.

વ્યક્તિના મન, મગજમાં આ જન્મની જ નહીં જન્મ-જન્માંતરની વિકૃતિઓ ભરેલી હોય છે. ન જાણે કેટલાય કુવિચાર, ખરાબ વૃત્તિઓ અને મૂઢ-માન્યતાઓ આપણાં મન, મગજને ઘેરાયેલી રહે છે. જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવા કે વિવેક જાગૃત કરવા માટે આપણા વિચારો તથા સંસ્કારોને પરિષ્કૃત કરવા આવશ્યક છે. વિચાર અને સંસ્કાર પરિષ્કારના અભાવમાં જ્ઞાન માટે કરવામાં આવેલી સાધના નિષ્ફળ થઈ જશે. મનુષ્યના પોતાના વિચારો જ ઉન્નતિ અને પ્રગતિની આધારશિલા છે. વિચારોને અનુરૂપ જ એનું જીવન બને છે તથા બગડે છે. વિચાર એક સાંચાની જેમ છે જે મનુષ્ય જીવનને પોતાને અનુરૂપ ઢાળી લેતા હોય છે. મનુષ્યનું જે કંઈ સ્વરૂપ સામે દેખાય છે તે એના વિચારોનું પ્રતિબિંબ હોય છે. પોતાના આંતરિક તથા બાહ્ય જીવનને તેજસ્વી પ્રખર તથા પુરોગામી બનાવવા માટે આપણી વિચાર શક્તિને શુદ્ધ વિકસિત કરવી પડશે. આ કાર્ય ઉચ્ચ વિચારોના સંપર્કમાં આવવાથી જ પૂરું થઈ શકે છે.

ઊર્ધ્વગામી વિચારધારા સ્વાધ્યાય અને સત્સંગના માધ્યમથી જ પ્રાપ્ત કરી શકાય છે. આત્મિક વિકાસ તથા આત્મિક શિક્ષણ માટે સ્વાધ્યાય તથા સત્સંગ બે જ માર્ગો છે. આજની પરિસ્થિતિઓમાં સ્વાધ્યાય જ સૌથી સરળ માર્ગ છે. એના દ્વારા જ દૂરના, સ્વર્ગવાસી કે દુર્લભ મહાપુરુષોનો સત્સંગ કોઈપણ સ્થળે, કોઈપણ સમયે, ગમે તેટલો વખત પોતાની સુવિધાનુસાર પ્રાપ્ત કરી શકાય છે. ઉચ્ચ કોટિના વિચારોની પૂંજ વધુમાં વધુ માત્રામાં ભેગી કર્યા વિના આપણે અંતઃકરણને શુદ્ધ કરી શકતા નથી કે ઉચ્ચ માર્ગ પર અગ્રેસર થવા માટે પ્રેરણા પ્રાપ્ત કરી શકાતી નથી. તેથી સ્વાધ્યાયને સાધનાનું એક અંગ સમજીને પોતાનાં નિત્ય કર્મોમાં

સ્થાન આપવું આવશ્યક છે. મન-મગજમાંથી અવાંછનીયતાઓને હાંકી કાઢવા માટેનું કાર્ય નિત્ય સ્વાધ્યાય અને સત્સંગ દ્વારા થતું રહેવું જોઈએ.

ભણેલી વ્યક્તિ તો સ્વાધ્યાય કરી જ શકે છે અભણ તથા જેમનું મન સ્વાધ્યાયમાં ચોંટતું નથી એવા લોકો માટે સત્સંગ જ એક ઉપાય છે. વિચારણા પલટતાં જ જીવનદિશા પણ પલટાઈ જાય છે. સ્વાધ્યાય તથા સત્સંગ વિચારોને સંસ્થાપિત કરે છે, પરંતુ આજે સત્સંગની સમસ્યા વિકટ બની ગઈ છે. તેથી જેઓ મહાન આત્માઓના સત્સંગનો લાભ લેવા ઈચ્છે છે તેમણે એમના દ્વારા લખવામાં આવેલ વિચારોનો સ્વાધ્યાય તો કરી જ શકાય છે. આ માટે એવાં યુનંદા પુસ્તકો હોવાં જોઈએ જે જીવનની વિવિધ સમસ્યાઓને આધ્યાત્મિક દૃષ્ટિથી ઉકેલવામાં વ્યાવહારિક માર્ગદર્શન કરી શકે અને આપણી સર્વાંગીણ પ્રગતિને યોગ્ય પ્રેરણા આપી અગ્રગામી બનાવી શકે.

સ્વાધ્યાય, સત્સંગ, ચિંતન અને મનન આ ચારેય આધારો પર માનસિક દુર્બળતાને હટાવવી અને આત્મબળ વધારવું અવલંબિત છે. સ્વાધ્યાયના અભાવમાં મનની જડતા, સંકીર્ણતા, ગંદકી, મૂઢતા જતી નથી કે વિષયાશક્તિથી છુટકારો મળતો નથી. સ્વાધ્યાય માટે સમય કાઢવો જ પડશે. આ કાર્ય માટે એક નાનકડું આધ્યાત્મિક પુસ્તકાલય પોતપોતાનાં ઘરોમાં ભણેલા લોકો બનાવી શકે છે. પુસ્તકો તો માંગીને પણ વાંચી શકાય છે. જ્ઞાન મેળવવું અને આપવું બન્ને પુણ્ય કાર્યો સમજીને કરી શકાય છે પોતાના પરિવારમાં સાપ્તાહિક સત્સંગ કરી શકાય છે. એ માટે અખંડ જ્યોતિ, યુગ નિર્માણ યોજના, યુગ શક્તિ ગાયત્રી અથવા પ્રજ્ઞા પુરાણના પ્રેરણાપ્રદ અંશો વાંચીને સંભળાવી શકાય છે. સાપ્તાહિક ગોષ્ઠિ અને સત્સંગ વિચારધારાને પરિષ્કૃત કરવા માટે મહત્વપૂર્ણ સમજવાં જોઈએ.

સદ્ગ્રંથ જીવતા જાગતા દેવતા હોય છે. એમનો સ્વાધ્યાય કરવો તે એમની ઉપાસના કરવા સમાન જ

છે. ભોજન પહેલાં સાધના અને સૂતાં પહેલાં સ્વાધ્યાયનો ક્રમ સુનિશ્ચિત રૂપથી ચાલવો જોઈએ. સત્કર્મોને પ્રેરણા આપનાર બે જ અવલંબન છે – સદ્વિચાર અને સદ્ભાવ. સદ્વિચાર સ્વાધ્યાયથી અને સદ્ભાવ ઉપાસનાથી વિકસિત અને પરિપુષ્ટ બને છે. આ આત્મિક અન્ન-જળ આપણા આત્માને નિત્ય નિયમિત રૂપથી મળતા રહેવાં જોઈએ. આને આત્મા અને પરમાત્માની જીવન અને આદર્શના મિલન સમન્વયની પોષણ સાધના કહી શકાય છે. સ્વાધ્યાય વિના વિચાર-શુદ્ધિ નહીં, વિચાર-શુદ્ધિ વિના વિવેક નહીં, વિવેક વિના જ્ઞાન નહીં. જ્યાં જ્ઞાન નથી ત્યાં અંધકારનું હોવું સ્વાભાવિક છે અને અજ્ઞાની કેવળ આ જન્મમાં જ નહીં પરંતુ જન્મ-જન્માંતરો સુધી જ્યાં સુધી જ્ઞાનનો આલોક મેળવી લેતો નથી, ત્યાં સુધી ત્રિવિધ તાપોની યાતના સહન કરતો જ રહેશે. આત્મવાન વ્યક્તિ સ્વાધ્યાયના સરળ ઉપાયથી જ ભૌતિક જ્ઞાનની યાતનાથી મુક્ત થઈ શકે છે.

આ પૃથ્વીતળ પર ઈશ્વરને મેં અત્યંત કડક હાથે કામ લેનારો જોયો છે. એ તમારી પૂરેપૂરી કસોટી કરે છે અને જ્યારે તમને લાગે કે મારી શ્રદ્ધા કે તમારું શરીર સાથ નથી આપતું અને તમારું નાવ ડૂબવા માંડ્યું છે ત્યારે કોઈ ને કોઈ રીતે તે તમારી વહારે ધાય છે અને તમને ખાતરી કરાવી આપે છે કે તમારે કદી શ્રદ્ધા ન ખોવી જોઈએ. એ હંમેશાં તમારે આધીન છે પણ એની શરતે, નહિ કે તમારી શરતે. આ મારો અનુભવ છે. મને એક પણ પ્રસંગ એવો યાદ નથી આવતો જ્યારે ખરે વખતે તેણે મારો સાથ છોડી દીધો હોય.

યુવા શક્તિને એક પયગામ

તમે સાંભળ્યું હશે, એકવાર એક ભક્તે ભગવાનને પ્રશ્ન કર્યો, “પ્રભુ ! તારામાં મારી પૂર્ણ શ્રદ્ધા છે, તમને મારા પર વિશ્વાસ છે કે કેમ !” પ્રભુએ કહ્યું - “તારી મારા પર પૂર્ણ શ્રદ્ધા હોત તો એ સવાલ જ કર્યો ન હોત ! અમને તમારા પર વિશ્વાસ છે, તેથી અમારા મનની વાત કહી રહ્યાં છીએ.”

જ્યાં પણ તમારા જેવા યુવા સાથીઓ ઊભા હોય છે ત્યારે સૌની દૃષ્ટિ એ તરફ કેમ જતી રહે છે એ તમે જાણો છો ? જોનારને તમારા સમૂહમાં એ વિરાટ સ્વરૂપનો બોધ થાય છે, જે સૃષ્ટિ રચનાનાં પાંચ તત્ત્વોમાં છુપાયેલો રહ્યો છે. સમુદ્રમાં તોફાન, વાયુમાં વાવાઝોડું, અગ્નિમાં દાવાનળ, માટીમાં સહનશીલતા અને આકાશમાં તેજ બધું જ છે. તમારી અંદર તમે તમારી આ મહાન શક્તિઓને જાણો અને મર્યાદામાં રહીને એમનો સદુપયોગ કરો.

કોઈપણ મહાપુરુષની જીવનગાથામાં, એમણે જીવનમાં શું કર્યું છે? એની જ કહાની રહે છે. બીજાઓની ભલાઈ માટે શું કર્યું ? એનો જ ઉલ્લેખ રહ્યો છે. કોઈ વ્યક્તિ ફક્ત પોતાનું અને કુટુંબનું જ ભરણપોષણ કરતી રહે, એને કુટુંબીઓ પણ યાદ કરતા નથી. રાણાપ્રતાપના ચેતકનું નામ તમે જાણો છો, જે આજથી ચારસો વર્ષ પહેલાં થયો હતો. શું તમે તમારા પૂર્વજો વિશે જાણો છો, જે ફક્ત ચારસો વર્ષ પહેલાં થઈ ગયા હતા ? જે બીજાઓને માટે જીવે છે, એનું જ સ્મરણ કરવામાં આવે છે.

આજે સમાજ અને દેશની નજર ફક્ત યુવા શક્તિ તરફ છે, આમ આજે જે વાતાવરણમાં તમે જીવી રહ્યા છો, એ બધી વાતો જીવનને પ્રતિકૂળ છે. દૂરદર્શન તથા બધાં પ્રચાર માધ્યમોમાં ધૂમ્રપાન, વાસના, ઉડાઉપણું વગેરે દર્શ્યોની અધિકતા છે. એવું લાગે છે કે

જીવવાની કળાનો આધાર જ બદલાઈ રહ્યો છે. જે અભિનેતાઓને આપણે શ્રદ્ધાની દૃષ્ટિથી જોઈએ છીએ એ જ અભિનેતા/અભિનેત્રી હવે આ વિજ્ઞાપનોમાં ધન-લાભ માટે પોતાની ગરિમા ભૂલીને સહર્ષ યોગદાન આપી રહ્યાં છે કોઈ પાન પરાગમાં, કોઈ શરાબમાં અને ન જાણે કોણ અને ક્યાં ક્યાં વિજ્ઞાપનો આપે છે, તમે તો આ બધું જોતા જ હશો. શું તમે પણ શરાબ, પાનપરાગ, ફેશન, વાસના અને બીજી કોઈપણ રીતે ધનોપાર્જન કરવાને જ જીવનનો આધાર બનાવવા ઈચ્છો છો ? એ બધા અભિનેતાઓને પોતાના વિચારોથી માહિતગાર કરો. આવાં વિજ્ઞાપનો દ્વારા પોતાની છબિ ન બગાડવાની પ્રતિજ્ઞા કરો.

તમે કંપાસ વિશે તો અવશ્ય જાણતાં હશો. કંપાસને મૂકતાં જ તમે જોયું હશે કે તેની સોય ઉત્તર દિશા તરફ વળી જાય છે. આ આકર્ષણ શક્તિ કેટલી દૂર છે તે તમે જાણો છો ? તમે એ જાણીને હેરાન થઈ જશો કે અહીંથી લગભગ સોળ હજાર કિલોમીટર દૂર ઉત્તર ગોળાર્ધમાં ચુંબકીય આકર્ષણ શક્તિ છે, જે આ જરા જેવી અણીને પોતાની તરફ ખેંચી રહી છે. આવી જ રીતે આપણા બધાનો આત્મા એ પરમપિતા પરમાત્મા તરફ ખેંચાયેલો રહે છે, જે કંપાસની જેમ ઠીક દિશા નિર્દેશ કરે છે, પરંતુ જો કંપાસ અસંતુલિત હોય અથવા તેનો સ્કૂ-પૂર્ણ ઢીલો થઈ જાય તો એ દિશા દર્શાવતું નથી. આપણે જો અસંતુલિત બની જઈશું અથવા માનસિક યંત્રના પૂર્ણમાં ગરબડ થઈ જાય તો આપણો આત્મા સાચો દિશા નિર્દેશ આપતો નથી. તમે જાણતાં હશો કે આ કંપાસ થોડા રૂપિયામાં પણ આવે છે અને લાખો રૂપિયામાં પણ આવે છે. લાખો રૂપિયાના કંપાસવાળી વ્યક્તિ હવાઈજહાજ દ્વારા હજારો લોકોને તેમના નિર્દિષ્ટ સ્થાને પહોંચાડે છે. યુવા સાથીઓ ! એ

જ મોટા કંપાસની જેમ બીજાઓને પણ સાચી દિશા દર્શાવવા માટે પોતાના આત્માને જગાડો.

જીવન એક-એક ક્ષણથી બન્યું છે. સેકંડથી મિનિટ, મિનિટથી કલાક, કલાકથી દિવસ, દિવસથી અઠવારિયું, અઠવારિયાંથી વર્ષ, આ ક્રમને જ આપણે જીવન કહીએ છીએ. એક વ્યક્તિ કોઈપણ ધંધો, નોકરી કે કાર્ય કરે. જો એ ફક્ત પોતાનો અને કુટુંબનો જ નિર્વાહ કરે છે, તો એને સોને બદલે બસો-ચારસો વર્ષ જીવે તો પણ એ જ કામ કરતા રહેવાનું છે. સમયને સત્કાર્યમાં પણ લગાવવું છે, તેનું ધ્યાન સદાય રાખો.

આપણું શરીર પાંચ તત્ત્વોનું અદ્ભુત મિશ્રણ છે સંત તુલસીદાસે માનવ શરીર માટે લખ્યું છે -“બે ભાગ માનુષ તન પાવા” તેથી આ પાંચ તત્ત્વોના ધર્મને ગહન ચિંતન દ્વારા પારખો. માટીની કરુણા, જળનો સમન્વય, વાયુનું નિરાકાર રૂપમાં પ્રાણ આપવું, આકાશનું વિશ્વબંધુત્વ, અગ્નિનું ઊર્જા-વિતરણ અને પ્રકાશ આપવો જ ધર્મનો સાર છે.

આપણાં શાસ્ત્રોએ, ધર્મગ્રંથોએ ‘સેવા હી પરમો ધર્મ’ કહ્યું છે, આપણે શક્તિઓનું મૂલ્યાંકન કરીએ, આપણા જીવનનું મૂલ્યાંકન કરીએ તે માટે ઈશ્વરે આ વિરાટ શક્તિઓ આપણને આપી છે. થોડા રૂપિયા ખોવાઈ જાય તો આપણે તેની ચર્ચા આપણા બધા સાથીઓ સાથે કરીશું, પરંતુ વ્યર્થ સમય ચાલ્યા જવાની ચર્ચા આપણે ક્યારેય કરતા નથી. જીવનનો એક નાનકડો દાખલો સમજી લો. એક વ્યક્તિ જો લગભગ એંશી વર્ષ જીવે તો એને કુલ ૨૯,૦૦૦ દિવસ મળ્યા, આઠ કલાક સૂવાના ગણીએ તો ૧૦,૦૦૦ દિવસ સૂવામાં જતા રહે છે. આઠ કલાક ભણતર કે કમાણી કરે તો ૧૦,૦૦૦ દિવસ અને લગભગ ચાર કલાક નિત્ય કર્મ અને આવવા-જવામાં લાગતા હોવાથી ૪૫૦૦ દિવસ બીજા જતા રહ્યા. બાકી બચેલા ૪૫૦૦ દિવસ પણ જો જન્મદિવસ, વિવાહ, ટી.વી, સિનેમા, હરવું-ફરવું, વાતચીત વગેરેમાં વ્યતીત કરી દો તો સારાં કાર્યો માટે અમૂલ્ય સમય ક્યાંથી બચી શકશે? સમયનો

સદુપયોગ જ જીવનનું સાચું મૂલ્યાંકન છે.

હવે પોતાના વિષયમાં વિચાર કરો કે આપણે શું કરી શકીશું? એ માટે સૌ પ્રથમ તમારા મનમાં બીજાઓને માટે કંઈ કરવાના જે વિચારો ઊઠે છે, એમને કાગળ પર લખી લો. કાગળ પર પોતાના વિચારો લખશો નહીં તો વિચાર આ રીતે આવતા રહેશે, જતા રહેશે અને તમે હતા ત્યાં જ રહી જશો. તમે સાંભળ્યું હશે, કેટલાક પંડિત ભાંગ પીને એક નાવમાં બેસી ગયા. રાતનો સમય હતો. નૌકાનો દોરડો ખૂંટાથી જ બાંધેલો રહી ગયો અને તેઓ આખી રાત હલેસા મારતા રહ્યા. સવારે એમને ખબર પડી કે તેઓ ત્યાંને ત્યાં જ હતા. તેથી સંકલ્પ સાથે પોતાના આત્માનો નિર્દેશ સમજીને એ લક્ષ્ય તરફ આગળ વધો.

તમે અર્થ યુગમાંથી પસાર થઈ રહ્યા છો. તમે જાણતાં જ હશો કે પાછલી વખતે શેરોનાં વાવાઝોડાંએ શું કર્યું? તમારા જ અનેક સાથીઓ પૈસાની આંધળી દોટમાં દોડી પડ્યા. પૈસા કમાવવા એ જ આજે જીવનનો માપદંડ બની ગયો છે, પરંતુ કોઈ પૈસાદારનું ચિત્ર કોઈના ઘરમાં ટીંગાડેલુ તમે જોયું છે. આપણા ઋષિ-મુનિઓ, દેશ અને સમાજના સેવકોનાં ચિત્રો જ તમે જોયા હશે.

આજે ફેશન અને નકામા ખર્ચની દુનિયા છે. ક્રિકેટ, સિનેમા વગેરેની ટિકિટો આપણે ઊંચા ભાવે ખરીદતાં ક્યારેય આનાકાની કરતા નથી. બર્થ ડે પાર્ટી વિવાહ-લગ્ન, પોશાક વગેરે બાબતોમાં ખર્ચની કોઈ પરવા કરતા નથી, પરંતુ એ જ ધનને સાચા ઉપયોગમાં લગાડતી વખતે આપણા હાથ ટૂંકા પડે છે. તેથી તમારે ચિંતનને એક નવી દિશા આપવાની છે.

એક દૃષ્ટાંત છે - એક ધોબીને એક હીરાનો હાર મળી ગયો. એ હાર એણે તેના ગધેડાને પહેરાવી દીધો. એક નાના વેપારીએ એ હાર પોતાની પત્ની માટે થોડા રૂપિયામાં ખરીદી લીધો. એક ઝવેરીની નજર એના પર પડી ગઈ. એણે થોડા વધુ રૂપિયા આપી એને ખરીદી લીધો. એ પારખું હતો, એણે એ હારનો એક-

એક હીરો હજારો-લાખો રૂપિયામાં વેચ્યો. તમારી પાસે પણ અનેક બહુમૂલ્ય શક્તિઓનો ભંડાર ભરેલો પડ્યો છે, સંગઠનશક્તિ, સ્મરણશક્તિ, સહનશક્તિ, યોગશક્તિ, કુંડલિનીશક્તિ, આકર્ષણશક્તિ, સંકલ્પશક્તિ, શબ્દશક્તિ અને કલ્પનાશક્તિ વગેરે. આ શક્તિઓને ઓળખો અને એમનો સદુપયોગ કરો.

એ ખેદજનક છે કે આજે રાષ્ટ્રના કર્ણધાર પણ પોતાનો સાચો માર્ગ ભૂલી ગયા છે. જુઓ, લોટરી, પૂઝપાન, શરાબ વગેરેને સરકારી આવકનાં સાધનો માનીને પોતે અસહાય નજરે પડી રહ્યા છે. પોતાના ક્ષુદ્ર સ્વાર્થ માટે યુવા શક્તિને ભ્રમિત કરી રહ્યા છે. ચૂંટણીની જંજાળમાં આ વિરાટ શક્તિને ફસાવી રહ્યા છે. તેથી જ આજે સમાજ અને દેશની નજર ફક્ત તમારા પર એટલે કે યુવા શક્તિ પર છે.

દહેજ, દુર્વ્યસન, ખોટો ખર્ચ, નિરક્ષરતા, ભ્રષ્ટાચાર વગેરે અનેક એવા પડકારો છે જેનો સામનો તમે જ કરી શકો છો. આપણા દેશનો ઇતિહાસ હજારો ઊંચાં ચરિત્ર અને વિલક્ષણ ગુણોવાળી અમર ગાથાઓથી ભરેલો પડ્યો છે. નાનપણની સારી ટેવો અને સારાં કાર્યોથી જીવનમાં ઊંચે ઊઠવાની શક્તિ મળે છે. તમે તમારી લગન, દઢતા, ધીરજ, બુદ્ધિ, સૂઝબૂઝ અને પ્રયત્નોથી મોટાં મોટાં કાર્યો કરી શકો છો. આજે જ સંકલ્પ કરો કે જેનાથી તમારી પ્રગતિ અને બીજાઓનું ભલું થાય, એવાં કામો દરરોજ કરવાનાં છે ભગવાને તમને જે અદ્ભુત શક્તિઓ આપી છે, એમને નષ્ટ થવા દેશો નહીં. એમનો યોગ્ય ઉપયોગ કરો. કુટુંબ, સમાજ અને રાષ્ટ્રને પોતાના જીવવાનું પ્રમાણ આપો.

હવે સમય ઓછો છે. સાધનો ઓછાં અને કામનો વિસ્તાર ઘણો મોટો છે. આ મુશ્કેલીઓમાં મહાકાલને યુવા વર્ગની આવશ્યકતા ઊભી થઈ છે. જેમની માનસિક ક્ષમતા અસાધારણ હોય, જેમની પાસે સમય હોય અને ભાવના પણ હોય એવા યુવકો એક મંચ પર આવશે.

કેવળ શ્રદ્ધા અને તપની સંપદા લઈને આગળ આવવાનું આહ્વાન થઈ રહ્યું છે. બ્રાહ્મણ અને સંતની પરંપરા ધરાવતી વ્યક્તિઓની શોધ થઈ રહી છે. આથી ઓછી મનઃસ્થિતિવાળી વ્યક્તિથી કામ ચાલી શકે એમ નથી.

મનુષ્યના અંતરંગમાં એટલી મહત્વપૂર્ણ વિભૂતિઓ અને વિશેષતાઓ છુપાયેલી પડી છે કે જેમને જાગૃત કરવાથી એ લૌકિક કહેવાતો હોવા છતાં પણ અલૌકિક સ્તરની ભૂમિકાઓ અદા કરી શકે છે. જે પોતાના વ્યક્તિત્વને વાસના-તૃષ્ણાના કાદવમાં નરકીટકોની જેમ નષ્ટ કરવા કરતાં વિશ્વના ભવિષ્ય નિર્માણમાં પોતાની આહુતિ આપી શકે એવી વ્યક્તિઓને, કર્મવીરોને સમયે આહ્વાન કર્યું છે. સર્જન શિલ્પીઓની નવી પેઢી દ્વારા રાષ્ટ્રને ઉગારી લેવાના પોતાના સંકલ્પ પાછળ આવા જ લોકોને શોધવાનું અને પ્રશિક્ષિત કરવાનું મહાકાલનું સ્વપ્ન છે.

જ્યાં સાચી લગન, પ્રખર કર્મઠતા, ભાવભર્યો ઉમંગ અને ત્યાગ બલિદાન કરવાની તીવ્ર ઇચ્છા હોય ત્યાં એકાકી વ્યક્તિ પણ પોતાના સ્થાન અને ક્ષેત્રમાં સંગઠનને જીવંતું રાખી શકે છે અને ગતિવિધિઓમાં બળ આપતો રહી શકે છે. યુવાવર્ગ પોતાની શક્તિનો એક કણ પણ વ્યર્થ વેડકે નહીં. પ્રખર સાધના વર્ષમાં નિરંતર ગતિશીલ રહેવું તે પહેલો ધર્મ હોવો જોઈએ. મનુષ્યની ત્રણ ચતુર્થાશ યોગ્યતા તેના મગજમાં તથા એક ચતુર્થાશ પૂર્ણ શરીરમાં રહે છે. તેથી દત્ત ચિત્ત થઈને કાર્ય કરવામાં લાગી જવાથી સફળતા અવશ્ય પ્રાપ્ત થાય છે. સંસારના પ્રગતિશીલ મનુષ્યોમાં એ જ વિશેષતા રહી છે કે એમણે પોતાનો મનોયોગ ઇચ્છિત દિશામાં કામે લગાડ્યો અને એનું યથાયોગ્ય પ્રતિક્ષણ મેળવ્યું. એ યાદ રહે કે સંઘર્ષ વગર દુષ્પ્રવૃત્તિઓ હટતી નથી. સારાં કાર્યોમાં લાગ્યાં રહીને પોતાનો પ્રશંસનીય ઇતિહાસ વ્યક્તિ સ્વયં લખી શકે છે. (ક્રમશઃ)



જે કરવા યોગ્ય છે તે જ કરો

મન:સ્થિતિ બીજ છે અને પરિસ્થિતિ તેનું વિકસિત વૃક્ષ છે એ માન્યતા હૃદયંગમ કરવી જોઈએ. પરેશાન કરતી પરિસ્થિતિઓમાં આપણા ચિંતનમાં ક્યાંક ખોટ રહી છે એ સમજવું જોઈએ. ભૂલ શોધી તેને સુધારવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. ઉજ્જવળ ભવિષ્યની સંરચનાનો આ જ મૂળ મંત્ર છે.

મનુષ્યોની શરીર સંરચના એકસરખી છે. બુદ્ધિબળ પણ લગભગ સરખું જ છે. જેઓ શરીર અને મનનો શ્રેષ્ઠ સદુપયોગ કરવાનો સ્વભાવ બનાવી લે છે, તેઓ સાધનસંપન્ન અને સુખી રહે છે. જેઓ એમને અણધારે બનાવી રાખે છે તેઓ અભાવગ્રસ્ત રહે છે, તિરસ્કૃત અને દુ:ખી થાય છે.

જેઓ પોતાની સહાયતા પોતે કરે છે, ઈશ્વર કેવળ એમની જ સહાયતા કરે છે. જેઓ આત્મસત્તાની ઉપેક્ષા કરે છે તેમની ઈશ્વર પણ ઉપેક્ષા કરે છે. મનુષ્ય પોતે જ પોતાના ભાગ્યનો નિર્માતા છે. જેને ભાગ્યવાન બનવું છે તેણે પૂરી તત્પરતા સાથે આત્મસુધાર અને આત્મવિકાસમાં લાગી જવું જોઈએ.

મનુષ્યે દૂરદર્શી વિવેકશીલ હોવું જોઈએ. તાત્કાલિક લાભની લાલચમાં ભવિષ્ય અંધકારમય બની જાય એવું કશું કરવું જોઈએ નહીં. નાસમજ લોકો આળસ અને લોભના વશમાં આવીને અકર્મ કરે છે અને પાછળથી દુષ્પરિણામ સામે આવે ત્યારે પસ્તાય છે. દૂરદર્શી અને વિવેકશીલને જ સમજદાર કહેવામાં આવે છે.

પાછલી ભૂલો અને ખરાબ ટેવોને કારણે ઉત્પન્ન થયેલાં દુષ્પરિણામોને ગંભીરતાપૂર્વક સમજ્યા વિના પસ્તાવા કરતાં ભૂલોને સુધારવામાં લાગી જવું તે ઉત્તમ છે. જે ખોટું થઈ ગયું હોય તેનું સમર્થન કે આગ્રહ રાખવો નહીં. નિરંતર સુધાર કરતા રહેવું તે જ પ્રગતિશીલતા છે. બીજાઓ દ્વારા જે નુકસાન

પહોંચાડવામાં આવ્યું છે એમાં પોતાના સમર્થનનો અંશ ક્યાંક અવશ્ય રહ્યો છે. પોતાના સુધારની યોજના બનાવવી જોઈએ અને વિનાવિલંબે આજથી જ સુધારવાનો આરંભ કરી દેવો જોઈએ.

આળસ મનુષ્યનો સૌથી નિકટવર્તી અને સૌથી મોટો શત્રુ છે. એના કારણે મનુષ્ય પોતાની ખૂબ જ થોડી ક્ષમતાને કાર્યાન્વિત કરી શકે છે. ફળસ્વરૂપે એ દરિદ્ર, અણધાર, તિરસ્કૃત, ઉપેક્ષિત બની રહે છે. આળસનું જ બીજું નામ દુર્ભાગ્ય છે. આપણે નિરંતર કઠોર શ્રમ કરવાની આદત નાખવી જોઈએ.

પરિશ્રમનું નામ જ પ્રગતિ છે

લોકો શું કરે છે, એ જોવા કરતાં વિચારવું જોઈએ કે આપણે શું કરવું જોઈએ? સંસારમાં અધિકાંશ લોકો એવા છે કે જેમની ગતિવિધિઓનું આંધળું અનુકરણ કરવા યોગ્ય નથી. જે યોગ્ય હોય તે જ કરવું જોઈએ. પાછલા દિવસોમાં જે થતું રહ્યું છે, એને જ સાચું માની લેવું ખોટું છે. આજની પરિસ્થિતિઓ સાથે જે મેળ ખાતું હોય એને જ માનવું અને અપનાવવું જોઈએ. જે ન્યાય અને સમયને અનુરૂપ હોય એવી જ પરંપરાઓ અપનાવવી જોઈએ.

સૃષ્ટિનાં બધાં પ્રાણીઓ સ્વસ્થ રહે છે. લોકો અસંયમ, અસ્વચ્છતા અને અનિયમિતતા વગેરેથી ટેવાઈ જઈ બીમાર પડે છે. સ્વાસ્થ્ય પહેલી આવશ્યકતા છે, એ ધ્યાનમાં રાખી આહાર અને વિહારને પ્રકૃતિને અનુરૂપ સંયમશીલ બનાવવું જોઈએ. ચટોરાપણાનો ભોગ બનવા જોઈએ નહીં.

સાદું જીવન અને ઉચ્ચ વિચારનો સિદ્ધાંત અપનાવવો. નકલ, ખોટા ખર્ચાઓ, શૂંગાર, બિનજરૂરી ઠાઠમાઠ અને વ્યર્થ પ્રદર્શનના અહંકારથી બચો. સાજ-શણગારમાં ઘણો સમય, શ્રમ, પૈસા અને પ્રયાસ બરબાદ થાય છે. આથી હલકાં, બાળબુદ્ધિ ધરાવતા

લોકો જેવું વ્યર્થ ઉડાઉપણું તો આપણા સ્વભાવમાં સામેલ થતું નથી ને તેનું ધ્યાન રાખવું જોઈએ.

ખરાબ લોકોના સંપર્કમાં આવવાથી ઘણી કુટેવો પાછળ પડી જાય છે. નશાખોરી એવી જ ઘાતક ટેવ છે, જે ખરાબ લોકોની સંગતિથી આસાનીથી લાગી જાય છે, પરંતુ તેનાથી છૂટવું મુશ્કેલ હોય છે. નશાખોર પોતાનું સ્વાસ્થ્ય, પૈસા, સન્માન, સમજ, પરિવાર બધું જ બરબાદ કરી લે છે. કસમયે બેમોત મરે છે. નશાથી સર્વથા દૂર રહેવું.

ઉત્પાદન બને તેટલું વધારવું પરંતુ આવકમાંથી ખર્ચ તો સામાન્ય માણસ જેટલો જ કરવો. આ આધાર પર જ થોડી બચત થઈ શકે છે, જેનો ઉપયોગ સંપર્ક ક્ષેત્રમાં આવતા સમુદાયને મદદ કરવામાં થઈ શકે છે.

કોઈની પણ સાથે અનીતિ કરવી નહીં કે તેને સહન કરવી નહીં. તેના સમર્થક કે સહાયક ક્યારેય બનશો નહીં. અનીતિ સાથે સીધો સામનો ના કરી શકાય તો પણ અસહયોગની નીતિ તો અપનાવવી જ જોઈએ. વિરોધ પ્રગટ તો કરવો જ. કાયરતાવશ મૂકદર્શક બની રહેવાથી તો અનાયારકર્તાઓની હિમ્મત ઘણી વધી જાય છે.

કુટુંબ એક નાની પ્રયોગશાળા છે જેને આદર્શોને અનુરૂપ ઠીક રીતે ચલાવવામાં આવે તો એને નર રત્નોની ખાણ બનાવી શકાય છે. જ્યાં સુધી જૂનાં સદસ્યો પ્રત્યેનાં કર્તવ્યોનો નિર્વાહ સારી રીતે કરી શકાતો નથી ત્યાં સુધી નવા સદસ્યો વધારવાની વાત વિચારવી જોઈએ નહીં. યોગ્ય સત્કારની વ્યવસ્થા પહેલેથી જ કરી લેવામાં આવી હોય ત્યારે જ નવા આગંતુકોને બોલાવવાં જોઈએ. સંતાનોત્પાદન પૂર્વે એ નવાગંતુકોને સમુન્નત, સુસંસ્કૃત બનાવવા માટેનાં સાધનો પોતાની પાસે છે કે નહીં, કુટુંબનું વાતાવરણ તેને યોગ્ય બન્યું છે કે નહીં તેનો વિચાર હજાર વાર કરવો જોઈએ.

સંતાનોત્પાદનમાં જે શક્તિ ખર્ચવામાં આવે છે, એને બચાવીને પતિ-પત્ની પરસ્પર એકબીજાને વધુ સુખી-સમુન્નત બનાવવાનો પ્રયત્ન કરવો અને જે બચત થાય એને બીજા અસમર્થ બાળકોની પ્રગતિ માટે ખર્ચ કરતા રહેવું. પોતાના સંતાનોત્પાદન કરતાં આ અસંખ્ય ગણી બુદ્ધિમાની છે.

નર-નારી વચ્ચે વર્તવામાં આવતી અસમાનતાને એક અનીતિ પ્રચલન માનવામાં આવે અને એ માન્યતાનો સ્પષ્ટ ઈન્કાર કરવામાં આવે. અડધી જનસંખ્યાને લાચાર સ્થિતિમાં પડી રહેવા દેવી તે એક અત્યાચાર છે, જેનું દુષ્પરિણામ અનેક રીતે આખા સમાજને ભોગવવું પડ્યું છે. છોકરા છોકરી વચ્ચે કોઈ ભેદ રાખવામાં ન આવે.

ધૂમધામવાળાં ખર્ચાળ લગ્નો આપણને દરિદ્ર અને બેઈમાન બનાવે છે. દહેજ માગવું અને આભૂષણો ચઢાવવાં આ બન્ને કુરીતોઓનો પરસ્પર સંબંધ છે. આ બન્નેનો એક સાથે જ અંત થવો જોઈએ.

પરિશ્રમપૂર્વક ઈમાનદારીની કમાણીથી જ ગુજારો કરવામાં આવે. મફતના ધનને ચોરી સમાન માનવામાં આવે. આર્થિક અનાચાર એ કારણે જ ફેલાય છે કે લોકો મફતની કમાણી માટે અનેક પ્રકારના અનાચાર કરવા માટે તૈયાર થઈ જાય છે. ન્યાયપૂર્વક કમાણીથી જ ખર્ચનું સંતુલન ગોઠવવું જોઈએ.

શિષ્ટાચારથી વર્તવાનો અભ્યાસ સતત કરવામાં આવે. પોતાને નમ્ર તથા બીજાઓનું સન્માન કરવાનો સ્વભાવ બનાવવામાં આવે. સદ્ગુણોની મુક્ત કંઠે પ્રશંસા કરવામાં આવે. મત અને વિરોધ પ્રગટ કરવામાં પણ શિષ્ટ, નમ્ર ભાષાનો ઉપયોગ કરવામાં આવે. કટુ કર્કશ — કોઈ બોલે નહીં. અસભ્ય ભાષાનો પ્રયોગ ક્યાંય પણ થવો ન જોઈએ.

જેવો વ્યવહાર બીજા પાસેથી પોતાને માટે ઈચ્છો છો, તેવો જ વ્યવહાર બીજા સાથે કરો. માનવી ગરિમાને અનુરૂપ શાલીનતાનો નિર્વાહ આ જ રીતે થાય છે. ‘આત્મવત્ સર્વભૂતેષુ’ના આદર્શને વ્યવહારમાં ઉતારવો એ જ ધર્મધારણા છે, સૌને આત્મીયતાની દૃષ્ટિથી જુઓ.

સંકીર્ણ સ્વાર્થીપણાની નીતિ અપનાવવી નહીં. સ્વાર્થને પરમાર્થમાં વિકસિત કરવો. સંપૂર્ણ વિશ્વમાં આત્મીયતા વિકસિત કરવી. ‘વસુધૈવ કુટુંબકમ્’ની માન્યતા મુજબ સંપૂર્ણ સમાજ, સમુદાયમાં કૌટુંબિકતાનો સિદ્ધાંત કાર્યાન્વિત કરવો. મનુષ્ય હોવાને નાતે આ બધું જ કરવા યોગ્ય છે અને તે કરવું જ જોઈએ.



गायत्री जपनो वैज्ञानिक आधार

गायत्री मહામંત્રના વિધિ-વિધાન સાથેના જપની મહત્તા શાસ્ત્રકારોએ ખૂબ વિસ્તારથી લખી છે. આ મંત્રના જપની વ્યક્તિગત અને સમષ્ટિગત ફળશ્રુતિઓનું વર્ણન કરવામાં ન આવ્યું હોય એવો કોઈ ગ્રંથ જોવા મળતો નથી. યોગ્ય વિધિ સાથે જપ કરવાનું શક્ય ન હોય તો પણ કોઈપણ અવસ્થામાં જપ અને ભાવનાત્મક ધ્યાનનાં સત્પરિણામ મળતાં બતાવવામાં આવ્યાં છે. આની પાછળ આ મંત્રમાં રહેલી પ્રેરણાઓનું મહત્ત્વ તથા છંદશાસ્ત્રની દૃષ્ટિએ શબ્દ ગુચ્છકોની મહત્તા પણ તેની જગ્યાએ છે જ, તે ઉપરાંત એનો મનોવૈજ્ઞાનિક આધાર એટલો સશક્ત છે કે આ એક પૂર્ણતઃ વિજ્ઞાનસંમત પ્રક્રિયા પ્રતીત થાય છે.

વાસ્તવમાં મનુષ્ય શરીર એક એવું અટપટું મશીન છે કે જેને સમજવા માટે સેંકડો વૈજ્ઞાનિક, લાખો જીવશાસ્ત્રી અને કરોડો ચિકિત્સાશાસ્ત્રી લાગ્યાં છે, પરંતુ અત્યાર સુધી જેટલું જાણી શકાયું છે, એ નગણ્ય જ છે.

યોગ સાધનાઓ દ્વારા આ શરીરના સંબંધમાં જે કંઈ જાણવામાં આવ્યું છે તે વિજ્ઞાન કરતાં અનેક ગણું વધુ મહત્ત્વપૂર્ણ છે. આ સાધનાઓના કઠોર અભ્યાસ દ્વારા ચેતનાના ગહન અંતરાળમાં પ્રવિષ્ટ થઈ તત્ત્વદર્શી ઋષિઓએ આ શરીરને બ્રહ્માંડની પ્રતિકૃતિના રૂપમાં જાણ્યું. આ શરીરમાં એવાં ચક્રો, કોશો, ઉપત્તિકાઓ, નાડી ગુચ્છકો અને દિવ્ય ક્ષમતા સંપન્ન કેન્દ્રો વિદ્યમાન છે કે જેમને જોઈ 'યત્ બ્રહ્માંડે તત્પિડે' જે કંઈ બ્રહ્માંડમાં છે તે બધું જ આ પિંડ(દેહ)માં વિદ્યમાન છે. ૧૩ કરોડ પ્રકાશ વર્ષના વિરાટ ક્ષેત્રવાળા આ બ્રહ્માંડના મોડલ શરીરને વસ્તુતઃ સૃષ્ટિની સૌથી વિલક્ષણ મશીન કહેવામાં આવે તો પણ અતિશયોક્તિ થશે નહીં. જપ વિજ્ઞાન એક એવી વિદ્યા છે કે જેમાં 'શબ્દ'ને વારંવાર કહીને વાંસળીનાં છિદ્રોમાં વાયુ ફૂંકીને એમાંથી મધુર ધ્વનિ કાઢવાની જેમ આ શરીરસ્થ શક્તિ કેન્દ્રોમાંથી એ

ક્ષમતાઓ અર્જિત કરી લેવામાં આવે, જે સાધારણ વ્યક્તિઓને અદ્ભુત અને ચમત્કાર જેવી લાગે છે. આ શક્તિઓને જાગૃત કરવામાં જપ સાધના મહત્ત્વપૂર્ણ ભૂમિકા નિભાવે છે. આના માધ્યમથી આત્મચેતનાનું ઉચ્ચસ્તરીય શિક્ષણ થાય છે, આ કારણથી જ દરેક ધર્મ ભલે એ હિન્દુ હોય કે શીખ, ઈસાઈ, બૌદ્ધ, તાઓ, ઈસ્લામ કે બહાઈ, કોઈપણ હોય પોતાની ઉપાસના-પદ્ધતિમાં જપને અનિવાર્ય રૂપથી જોડી રાખ્યો છે.

જપમાં ગાયત્રી મંત્રના જપને જે પ્રધાનતા આપવામાં આવી છે તેનું કારણ એ છે કે એમાં મહાપ્રજ્ઞાનું ઉચ્ચસ્તરીય તત્ત્વદર્શન સમાયેલું છે. સદ્બુદ્ધિની પ્રેરણાથી માનવમાત્રનું કલ્યાણ ઈચ્છતા આર્ષ કાળના ઋષિઓએ આને અત્યાધિક મહત્ત્વ આપીને વેદમાતા, દેવમાતા, વિશ્વમાતા પણ કહ્યું છે. આને કેવળ હિંદુ ધર્મમાં જ નહિ પરંતુ બીજા મત સંપ્રદાયોમાં પણ ઉચિત સ્થાન મળ્યું છે. ગાંધીજીએ આને ભાવિ વિશ્વ ધર્મ કે સંસ્કૃતિનો મૂળ આધાર માન્યો હતો અને કહ્યું હતું કે વિશ્વમાં જ્યારે શાંતિ આવશે તો આ મંત્રની પ્રેરણાથી જ આવી શકશે.

ગાયત્રી મંત્ર પૂર્ણતઃ વિજ્ઞાનસંમત છે અને તેની જપ-પ્રક્રિયા ફક્ત મનોવૈજ્ઞાનિક ક્રિયા નથી પરંતુ લય-તાલ પર આધારિત શબ્દશક્તિની વૈજ્ઞાનિક વિદ્યા છે.

અહીં વિજ્ઞાનની એ જટિલતામાં જવાનો તાત્પર્ય નથી, પરંતુ જપના માધ્યમથી આત્મચેતનાનું પ્રશિક્ષણ કેવી રીતે થાય છે તેની જાણકારી આપવાનું છે. જપ વ્યક્તિને તેની અંતર્યેતના તરફ અભિમુખ કરવાની અને વિરાટ ચેતના સાથે સંગતિ ઔચિત્ય સ્થાપિત કરવાની એક વિજ્ઞાનસંમત પ્રક્રિયા છે. ગાયત્રી ઉપાસનાના પ્રારંભિક સ્તરના સાધકોને મંત્ર જપનો મનોવૈજ્ઞાનિક આધાર સમજમાં આવી જાય તો મન ન ચોંટવાની, ધ્યાનભંગ થઈ જવાની મુશ્કેલીનું અડધું નિરાકરણ તત્કાળ થઈ જાય છે, શેષ મંજિલ એ થોડા

સમયમાં જ પૂર્ણ કરી શકે છે.

મનોવૈજ્ઞાનિકોએ ચેતનાને પ્રશિક્ષિત કરવા માટેના જે ચાર આધાર કલાં છે, એ ચારેય તથ્યો 'જપ'માં સમાયેલાં છે. જપને આ ચાર ધારણાઓનો સમુદાય કહી શકાય છે. એ આધાર છે - (૧) શિક્ષણ - વારંવાર રટણ કરવું, (૨) જે જાગી ગયું છે કે જેને વારંવાર કહેવામાં આવ્યું છે તેને સ્વભાવનું અંગ બનાવી લેવું, (૩) તૂટેલા સંબંધોને ફરીથી જોડી દેવાં, વિખરાઈ ગયેલા સ્નેહ-સંબંધોને ફરીથી સ્થાપિત કરવાં અને (૪) પોતાની આસ્થા, નિષ્ઠા અને વિશ્વાસને અનુભૂતિ અને સંવેદનાના સ્તર સુધી ઘનિષ્ઠ બનાવી દેવી. દાર્શનિક શૈલીમાં એને જ (૧) આત્મનિરીક્ષણ, (૨) આત્મશોધન (૩) આત્મનિર્માણ અને (૪) આત્મવિકાસ કહે છે. આ ક્રમિક સોપાનો છે. જપનાં ચાર પગથિયાં છે. જેને પાર કરીને જ આત્મા પરમાત્મા સુધી પહોંચે છે. આમાં યોગાભ્યાસ જેવી ક્રિયાઓ જોવા મળતી ન હોવા છતાં પણ એટલી સુદૃઢતા છે કે ફક્ત આ એક જ આધારને અપનાવીને વ્યક્તિ આત્મનિરીક્ષણથી આત્મોત્કર્ષ સુધીની ઉચ્ચ સ્થિતિએ પહોંચી જાય છે.

જપની આ મહત્તા અકારણ રહી હોત તો ગાયત્રી ઉપાસકોને નિયમિત રૂપથી વધુમાં વધુ જપ કરવાની પ્રેરણા આપી નિરર્થક સમય બગાડવા માટે કહેવામાં આવ્યું ન હોત. આની પાછળ આ જ ચાર મનોવૈજ્ઞાનિક સિદ્ધાંતો કામ કરે છે જે સાધકને દીન-હીન અવસ્થામાંથી મહા સમર્થ અવસ્થા સુધી પહોંચાડવામાં પૂર્ણ સક્ષમ છે. અજ્ઞાનની રાખથી ઢંકાયેલા આત્માના અંગારોને ચમકાવનારા આ જ ચાર આધાર છે. જપ પ્રક્રિયા એમને જ પૂરી કરે છે.

'શિક્ષણ' સંસ્કારની પહેલી ભૂમિકા છે. આ ભૂમિકામાં પ્રવેશ કર્યા વિના સ્કૂલનું શિક્ષણ પૂર્ણ કર્યું હોય એવી કોઈ શિક્ષિત વ્યક્તિ આ સંસારમાં નથી. શરૂઆતમાં સૌને વારંવાર રટવાની ક્રિયા કરવી પડે છે. તેના વગર ઈચ્છિત સંસ્કાર ઉત્પન્ન થતા નથી.

ગાયત્રી મંત્રમાં પરમાત્મા પાસે સદ્બુદ્ધિ આપનાર જે 'ધી' તત્ત્વની માંગ કરવામાં આવી છે, તે એકવાર

કહી દેવા માત્રથી સંસ્કાર બની જતી નથી. મનોભૂમિ એક ઊંચી-નીચી કઠણ જમીનની જેમ હોય છે જેમાં જોતાઈ, નીંદામણ વગેરે કર્યા વિના બીજ વાવી નિરર્થક ગુમાવી દેવા જેવું છે. સાધનાનાં બીજ વિકસે એ માટે 'જપ' દ્વારા તેની પર્યાપ્ત આવશ્યકતા હોય છે, જપ દ્વારા વ્યક્તિને પોતાની અંદર ડોકિયું કરવાનો અભ્યાસ થાય છે, જેથી એ અંતરંગમાં છુપાયેલા પાપોવિકારોને ઓળખી કાઢે છે તથા એમને નષ્ટ કરવાની, બહાર કાઢી ફેંકવાની યોજના બનાવે છે. ભાગવત્ સંસ્કારોને ઊંડાણ સુધી જમાવવા માટે આ સિવાય બીજો કોઈ ઉપાય નથી. જપ એક જાતની ઘસવાની, માંજવાની, ખરીદવાની ક્રિયા છે કે જેથી મન અને અંતઃકરણ પર છવાયેલ પાપોના કાળાશની સફાઈ થાય છે. ભીતરની અંતરાત્માની ચમક એનાથી જ પ્રારંભ થાય છે. તેથી દરેક ગાયત્રી ઉપાસકે દરરોજ નિયમિત રૂપથી ચોક્કસ જગ્યાએ અને સંભવ હોય તો ચોક્કસ સંખ્યામાં પણ ગાયત્રી મંત્ર જપનો ક્રમ અપનાવવો જોઈએ. ક્યારેક ઓછા ક્યારેક વધારે જપ કરવાથી ક્યાંય વરસાદ અને ક્યાંક કોરું, ક્યાંક બીજ અને ક્યાંક ઉપહાસાસ્પદ સ્થિતિ બને છે. આ અભ્યાસક્રમ ઘણા સમય સુધી ચાલે ત્યારે ક્યાંક સફળતાનાં દ્વાર ખૂલે છે.

આત્મવિકાસનું બીજું પગથિયું છે 'જાણકારીને સ્વભાવનું અંગ બનાવી લેવી.' પોતાના દોષો પર જેમ જેમ દષ્ટિ સ્પષ્ટ થતી જાય છે તેમ સાધક એમના પ્રત્યે ઘૂણા પણ કરવા લાગે છે અને એમનો પરિત્યાગ પણ કરે છે. ફક્ત આત્મનિરીક્ષણથી જ સંતોષ કરી લેવામાં આવે તો એને અધૂરો જપ માનવામાં આવશે, સ્વભાવમાં જે ઊણપો, કમજોરીઓ અને દુરાગ્રહો ભરેલા છે એમનો નિકાલ જેટલી ઝડપથી થશે તેટલી જ ઈષ્ટની સમીપતાની સ્પષ્ટ અનુભૂતિ થશે. આ અવસ્થામાં આંખ-મિયામણાં અને તડકા-છાયા તો ચાલતા રહે છે. જન્મ-જન્માંતરોના ખરાબ અભ્યાસ, તૃષ્ણા, વાસના અને અહંતાઓ વારંવાર ખાડામાં ધકેલવાનો પ્રયત્ન કરે છે, પરંતુ ત્યાં સુધી સાધક જાણી લે છે કે પોતે શરીર નહીં આત્મા છે, એ જેટલો લૌકિક છે એનાથી લાખ ગણો વધુ પારલૌકિક છે, માટે

રત્તીભાર સ્વાર્થ માટે કરોડ મણ પરમાર્થની ઉપેક્ષા કરવામાં કોઈ બુદ્ધિમાની નથી, તેથી એ અધ્યાત્મમાં જ પોતાનું કલ્યાણ જોઈ પૂરા મનથી પાછો વળે છે, ભૂલો માટે પ્રાયશ્ચિત્ત કરે છે, એને સુધારે છે અને ફરી ક્યારેય તેનું પુનરાવર્તન ન થાય તેવો સંકલ્પ લે છે.

મનુષ્યનો સૂત્ર-સંચાલક કોઈ બીજો જ છે. જેવી રીતે ધાગો તૂટી જવાથી કઠપૂતળીના નાચમાં આનંદ આવતો નથી, પિતાથી જુદો થઈ જેમ પુત્ર શ્રી-હીન થઈ જાય છે, વીજળીઘર સાથેનું કનેક્શન તૂટી જવાથી જેમ બલ્બ પ્રકાશહીન થઈ જાય છે, તેવી જ રીતે પરમાત્માથી જુદા થવાથી જ આત્માની દુર્ગતિ થઈ છે.

ચેતનાને ફરીથી વિકસિત કરવા માટે મનોવિજ્ઞાનનો ત્રીજો આધાર પણ જપથી જ પૂરો થાય છે. જપ કાળ દરમ્યાન ચેતના આત્મકેન્દ્રિત થઈને જ તેના પારમાર્થિક સ્વરૂપને જાણે છે. જેમ જેમ આ ઓળખાણ ધનીભૂત થાય છે તેમ તેમ સાધક પોતાના ભૂતકાળની સ્મૃતિઓને ઉખેળે છે અને પોતાની સ્થિતિ વિશે વિચારે છે. સ્વાભાવિક રીતે જ એવું લાગે છે કે આપણે પરમાત્માથી વિખૂટા પડી ગયા. આ જુદાઈ જ અંતમાં દુઃખનું મૂળ કારણ છે, તેથી એ વારંવાર પોતાના હિતૈષીને તે માટે પોકારે છે. હે માં ! હવે મને આ અંધ કૂપમાં પડવા દઈશ નહીં. આ અવસ્થામાં જ્યારે શરીર નિર્મળ થયું, મન નિર્મળ થયું તો સ્વાભાવિકપણે મન વિધેયાત્મક વિચારણાથી, આદર્શ કર્તૃત્વથી ભરેલું હશે.

ચોથી સ્થિતિ અધ્યાત્મક નિષ્ઠાની પરિપક્વ સ્થિતિ છે. જપ દ્વારા પણ સાધક પોતાના પ્રકાશ સ્વરૂપની 'સવિતા'ના તેજ સાથે તાલમેલ બેસાડે છે જેમ જેમ આ સ્થિતિ પ્રગાઢ બને છે તેમ તેમ સાધક પોતાને સવિતાના તેજના રૂપમાં 'અયમાત્મા બ્રહ્મ' 'તત્ત્વમસિ' 'સોહંઅસ્મિ' 'શિવોહમ્' 'ચિદાનંદોહં' અનુભૂતિ કરે છે. આને જ સમાધિ, તુરીયાવસ્થા કે ઈષ્ટ સિદ્ધિ કહી શકાય છે. આત્મવિકાસના આ પરિપાક સુધી પહોંચવા માટે આ રીતે જપને યજ્ઞ અને વિજ્ઞાનની સંજ્ઞા આપવામાં આવી. પૂર્ણતા સુધી પહોંચવા માટે જપ એકલો જ સમર્થ છે.

મંત્રમાં રહેલ સામર્થ્યનો ઉપયોગ જપ દ્વારા કરીને સૃષ્ટિના એવાં રહસ્યો શોધી શકાય છે કે જે વૈજ્ઞાનિકોની

બુદ્ધિ કલ્પી શકતી નથી અને સામાન્ય કલ્પનાઓથી જુદાં હોઈ શકે છે. જો આવું જ હોત તો ઉચ્ચ શિક્ષિત વૈજ્ઞાનિક વર્ગ પણ આ પ્રકારની આધ્યાત્મિક અનુભૂતિઓથી પોતે જ ઓતપ્રોત થઈ ગયો હોત, પરંતુ એવું જોવા મળે છે કે ઉચ્ચ શિક્ષિત, મનીષી અને વિચારક કહેવાતા લોકો પણ સાંસારિક માયાજાળમાં ફસાયેલા રહે છે જ્યારે ઓછું ભણેલા પરંતુ ભાવનાશીલ ગાયત્રી ઉપાસકોમાં પણ ઉચ્ચ આત્મિક શક્તિ પ્રગટ થતી જોઈ શકાય છે.

એનું કારણ છે 'અક્ષર વિજ્ઞાન' જે મંત્રની સફળતાનું મૂળ કારણ છે. મંત્રોમાં નિઃસંદેહ અપાર શક્તિ રહેલી છે. મંત્ર ગુચ્છકોમાં રહેલી વૈજ્ઞાનિકતાને આપણે ભૂલવી ન જોઈએ. વિજ્ઞાનનો અર્થ છે સિદ્ધાંતનું ગણિતીય હોવું. આને નિશ્ચિત નિયમબદ્ધતા પણ કહી શકાય છે. એમાં સાધકની આંતરિક નિર્મળતાની સાથે સાથે પ્રતિદિન નિયત સમયે જપ કરવો પણ આવશ્યક છે. નિયત સમયે જપ કરવાની સાથે જપનું સમસ્વર હોવું પણ આવશ્યક છે. ક્યારેક ઉતાવળમાં, ક્યારેક ધીમે-ધીમે, ક્યારેક આળસમાં તો ક્યારેક સાવધાન થઈને કરવામાં અસ્તવ્યસ્ત જપથી પરિણામ તો નીકળશે, પરંતુ અસ્પષ્ટ અને ગૂંચવાયેલા હશે. માળાથી જપ કરવાનું કારણ એ જ છે કે એક મંત્રના જપથી દરેક બીજા મંત્રના જપમાં ચોક્કસ અંતર રહે, ઓછું-વધું નહીં. સામાન્ય રીતે એક કલાકમાં ૧૦ કે ૧૧ માળાનો જપ થાય છે તેથી નિયમબદ્ધતાને ઘડિયાળ સાથે પણ સાધી શકાય છે, પરંતુ મંત્ર જપનો પરિપૂર્ણ લાભ પ્રાપ્ત કરવા માટે પ્રતિદિન ચોક્કસ સમયે, નિશ્ચિત જગ્યાએ નિયમિત રૂપથી જપ કરવા પડે તેમ છતાં શક્ય હોય ત્યાં સુધી સમયની નિયમિતતાનું પાલન તો કરવું જ જોઈએ. આની પાછળ પણ વૈજ્ઞાનિક સિદ્ધાંત છે.

વિધિપૂર્વક જપવામાં આવેલ મંત્રનો મૂળ લાભ આત્માની ઈશ્વરીય ચેતનામાં પરિણતિ જ છે. જેને આ લાભ મળી જાય છે એ વસ્તુતઃ જીવન્મુક્ત થઈ જાય છે. એનું જીવન સાચે જ ધન્ય બની જાય છે. ગાયત્રી મંત્રની સફળતાનો આ જ મુખ્ય આધાર છે જેનો પ્રયોગ કરી લાભાન્વિત થવું દરેક વ્યક્તિ માટે શક્ય છે.



સાધના અને તેનું સ્વરૂપ

સાધનાના બે પ્રકાર છે : (૧) ભાવાત્મક (૨) ક્રિયાત્મક. સ્વાધ્યાય, સત્સંગ, ચિંતન અને મનન આ ચાર કાર્યો ભાવાત્મક સાધના અંતર્ગત આવે છે. એનાથી વિચારોની, દષ્ટિકોણની તથા ભાવનાની શુદ્ધિ થાય છે. ક્રિયાત્મક સાધનાથી સંસ્કારોનું સંશોધન અને પોષણ થાય છે. જે અશુભ સંસ્કાર મનોભૂમિમાં ઊંડી રીતે જામેલા છે, એમને ઉખેળવાનું કાર્ય ક્રિયાત્મક સાધના દ્વારા જ શક્ય બને છે. શુભ સંસ્કારોનું બીજારોપણ તથા એમનું પરિપોષણ પણ ક્રિયાત્મક સાધનાથી જ શક્ય બને છે.

ક્રિયાત્મક સાધનાના અનેક ઉપક્રમો છે, જેમનો ઉપયોગ સાધકની નિષ્ઠા, અભિરુચિ તથા પરિસ્થિતિને અનુરૂપ કરવામાં આવે છે.

ક્રિયાત્મક સાધનામાં ગાયત્રી મંત્રનું સ્થાન મોખરે છે. એને અનિવાર્ય ધર્મ કર્તવ્ય માનવામાં આવેલ છે. ભોજન પૂર્વે ઓછામાં ઓછી એક માળા ગાયત્રી જપ દરેક ધર્મપ્રેમીએ કરવી જોઈએ એવો ઉલ્લેખ ધર્મશાસ્ત્રોમાં મળે છે. જેઓ એની ઉપેક્ષા કરે, તેમને શૂદ્ર કહીને તિરસ્કૃત કરવામાં આવ્યા છે. એવું બન્યું હશે કે પ્રાચીનકાળમાં નિત્ય ગાયત્રી જપની ઉપેક્ષા કરનારા લોકોને શૂદ્ર કહીને તિરસ્કૃત કરવામાં આવ્યા હોય અને પાછળથી એમની સ્વતંત્ર જાતિ જ બની ગઈ હોય.

મગજ અને હૃદય બંને ક્ષેત્રો પર ગાયત્રી જપનો ગંભીર પ્રભાવ પડે છે. સ્મરણ શક્તિ, બુદ્ધિમત્તા, દૂરદર્શિતા, સમજદારી, શુદ્ધ કલ્પના, અનુત્તેજિત અને સંતુલિત મનઃસ્થિતિ આ મગજના ગુણો છે. ગાયત્રી ઉપાસનાથી આ બધા ગુણોનો સાધકના પ્રયત્નોને અનુરૂપ વિકાસ થાય છે. નિષ્ઠા, શ્રદ્ધા, દૃઢતા, સાહસ,

ધૈર્ય, ઉત્સાહ, ઉદારતા, શ્રેષ્ઠતા, આદર્શવાદીતા અને સંકલ્પશક્તિ હૃદયગત ગુણો છે. ગાયત્રી જપથી એમનો પણ વિકાસ થાય છે. ગાયત્રી બુદ્ધિ અને ભાવનાની દેવી છે. જ્યાં એની પ્રતિષ્ઠા થશે ત્યાં સદ્જ્ઞાન તથા સદ્ભાવનો આપમેળે વિકાસ થતો રહેશે. અંતઃભૂમિનો સ્વસ્થ વિકાસ આ જ બે તત્ત્વો પર આધારિત છે. ગાયત્રી ઉપાસના નિઃસંદેહ મનુષ્યની અપૂર્ણતાઓને પૂર્ણ કરી એને પૂર્ણતાના પરમ લક્ષ્ય સુધી પહોંચાડવામાં સમર્થ હોય છે.

જેમને પોતાના હૃદય અને મગજના વિકાસમાં અભિરુચિ હોય એમણે ગાયત્રી ઉપાસના એક રામબાણ અમોઘ ઔષધિના રૂપમાં અપનાવવી જોઈએ. આત્મિક પ્રગતિની દિશામાં જેમનો ઉત્સાહ વધુ છે, જેઓ ગુપ્ત આધ્યાત્મિક શક્તિઓને વિકસિત કરી પોતાને સામાન્ય સ્થિતિમાંથી અસામાન્ય સ્થિતિમાં લઈ જવા ઇચ્છે છે, એમને માટે ગાયત્રીનાં અનુષ્ઠાન, પુરસ્ચરણ તથા તપશ્ચર્યાત્મક અનેક વિધાનો છે. લૌકિક આકાંક્ષાઓની પૂર્તિ તથા ઉપસ્થિત મુશ્કેલીઓના સમાધાનમાં પણ ગાયત્રી ઉપાસનાની અનેક વિધિઓ ખૂબ જ ઉપયોગી સિદ્ધ થાય છે. આત્માને પરમાત્મા સુધી પહોંચાડવાની લક્ષ્યપૂર્તિ માટે પણ ગાયત્રીથી વધારે સરળ અને ઝડપથી સફળ થતી બીજી કોઈ સાધના નથી.

ગાયત્રી ઉપાસના કેવી રીતે કરવામાં આવે ? આ સંબંધમાં કેટલાય ગ્રંથો લખવામાં આવ્યા છે. તેમ છતાં વખતોવખત પોતાની મનોભૂમિનું પરીક્ષણ કરતા રહીને તેને અનુરૂપ સાધનાઓમાં પરિવર્તન કરતા રહેવું જોઈએ. જે રીતે એક ધોરણમાં પાસ થઈને બીજા ધોરણમાં જતો વિદ્યાર્થી પછીના ધોરણમાં પોતાનો પાઠ્યક્રમ બદલે છે, તેવી જ રીતે સાધના પથ પર

અગ્રેસર થતા સાધકે પણ પોતાના ક્રમિક વિકાસને અનુરૂપ સમય-સમય પર સાધના વિધાનમાં ફેરફાર કરવો જરૂરી હોય છે. રોગનાં લક્ષણોમાં ફેરફાર થવાથી અને બીમારી વધવા-ઘટવાથી કુશળ વૈદ્ય ચિકિત્સા-વ્યવસ્થા, પરિચર્યા તથા પથ્યમાં પરિવર્તન કરે છે. એ જ રીતે અંતઃસ્થિતિના ઉતાર-ચડાવ મુજબ સાધના વિધાનોમાં વિશ્વાસુ માર્ગદર્શકની મદદથી યોગ્ય રીતે પરિવર્તન થઈ શકે છે.

જપ સિવાય પ્રાણ શક્તિની સાધના તથા ધ્યાનયોગ દ્વારા મનોલયની બે કક્ષાઓ આવે છે. જપને પ્રાથમિક પાઠશાળા માનો, તો પ્રાણ સાધનાને હાઈસ્કૂલ અને ધ્યાનને કોલેજ માનવું પડશે. પ્રાણાયામના અનેક પ્રકાર છે. એમાં આઠ મુખ્ય છે. સાધના ગ્રંથોમાં ૮૪ પ્રાણાયામોનો ઉલ્લેખ મળે છે. શારીરિક સ્વાસ્થ્ય સુધારવામાં, મનોબળ વધારવામાં, ચિત્તની ચંચળતા રોકવામાં, વિકાર વૃત્તિઓ પર નિયંત્રણ કરવામાં પ્રાણાયામોનું વિશેષ મહત્ત્વ છે. અખિલ વિશ્વમાં વ્યાપ્ત સૂક્ષ્મ પ્રાણ તત્ત્વને અમુક સાધના વિધાનોના આધાર પર આકર્ષિત કરીને પોતાની અંદર ધારણ કરવું તથા પોતાને પ્રાણ શક્તિ સંપન્ન બનાવવું પણ પ્રાણાયામ વિધાનું જ કાર્ય છે. ષટ્ચક્રોનું વેધન, કુંડલિની જાગરણ, ઈડા, પિંગલા અને સુષુમ્ણાની સિદ્ધિ, સ્વર યોગ, તત્ત્વ સાધના, સોહમ્ તત્ત્વ, અજપા ગાયત્રી પ્રભૃતિ અનેક ચમત્કારી તથા દિવ્ય શક્તિ સંપન્ન સાધના પ્રાણ વિદ્યાથી જ સંબંધિત છે.

ધ્યાનયોગની સાધનાઓ પણ અનેક પ્રકારની છે. ભક્તિયોગ, ધ્યાન સાધનાનું જ એક અંગ છે. અમુક દેવતાઓ કે અવતારોની મૂર્તિઓની પૂજા તથા એમની છબિનું સ્મરણ કરતા રહી ઈશ્વરીય પ્રેમનું જાગરણ કરવું એ ધ્યાન યોગનું જ એક વિશેષ વિધાન છે. નિરાકાર ઉપાસક જ્યોતિનું ધારા પ્રવાહ ચિંતન કરે છે. નાદયોગ પણ તેની અંતર્ગત આવે છે. સૂક્ષ્મ

જગતમાં જે વિવિધ પ્રકારની ધ્વનિઓ થતી રહે છે, એમને એકાગ્રતાપૂર્વક સાંભળવી અને એમના આધારે અદૃશ્ય ક્ષેત્રમાં થતી ઊથલપાથલોની શોધ કરવી નાદયોગનું જ કામ છે. આ સાધના પણ ધ્યાનની એકાગ્રતાથી જ સંભવ છે. દેવદર્શન, ઈશ્વર પ્રાણિધાન, આત્મસાક્ષાત્કાર, સમાધિ વગેરેની ઉચ્ચ આધ્યાત્મિક સફળતાઓ પણ ધ્યાનયોગના વિધિવિધાનોથી જ સંબંધિત છે.

તપ સાધનાનો ઉદ્દેશ્ય શરીર અને મનમાં ભરેલા કુસંસ્કારોનું પરિમાર્જન કરે છે. જે રીતે સ્વર્ણની અશુદ્ધિઓ અગ્નિમાં તપાવવાથી નષ્ટ થાય છે, તે જ રીતે આત્મા પર ચડેલા મળ વિક્ષેપ પણ તપશ્ચર્યાની અગ્નિમાં બળી જાય છે. પાપોનું પ્રાયશ્ચિત્ત પણ કષ્ટસાધ્ય તપ દ્વારા જ થાય છે. ચાંદ્રાચણ, કૃચ્છ ચાંદ્રાચણ વગેરે કઠણ વ્રત ઉપવાસ આ ઉદ્દેશ્યની પૂર્તિ માટે જ છે. એક મહિના સુધી એક-એક કોળિયો પ્રતિદિન ઘટાડવા-વધારવાના ક્રમથી આહાર લેવો અને પંચગવ્ય (ગાયનું દૂધ, દહીં, ઘી, ગોમૂત્ર, છાણ) ગ્રહણ કરવું ચાંદ્રાચણ વ્રતનું એક અંગ છે. દર મહિને કેટલાંય વ્રત-ઉપવાસોના પર્વ હોય છે, એમની મદદથી સ્વાદેન્દ્રિય, કામેન્દ્રિય તથા અન્ય ઈન્દ્રિયોને વશ કરવાનું સરળ બને છે. મૌનને પણ જ કહેવામાં આવ્યું છે. પોતાના શરીરની પોતે સેવા કરવી, ભૂમિશયન, સ્વલ્પ વસ્ત્ર, જૂતાં, નિદ્રા, હજામત, શ્રુંગાર વગેરેનો સીમિત કે પૂર્ણ ત્યાગ પણ તપના જ પ્રયોગો છે. હઠયોગની નેતિ, ધોતિ, બસ્તિ, વજ્રોલી, કપાલભાતિ વગેરે ક્રિયાઓ પણ તપશ્ચર્યા જ કહેવાય છે. સત્કાર્ય માટે દાન-પુણ્ય કરીને પોતાનાં સુખ-સાધનોમાં સ્વપુશીથી ઘટાડો કરવો તે ત્યાગનું ઉત્તમ સ્વરૂપ છે. આને પણ તપ જ કહેવામાં આવે છે. યજ્ઞ પણ તપનું જ એક અંગ છે.

પૂર્વજન્મોના સંચિત કુસંસ્કારો તથા આ જન્મમાં

કરવામાં આવેલાં પાપ કર્મોનું પ્રાયશ્ચિત્ત થઈ જવાથી સાધના માર્ગની અનેક બાધાઓ તથા મુશ્કેલીઓ દૂર થઈ જાય છે અને આત્મિક પ્રગતિમાં ઘણી સુવિધા રહે છે. શરીર શોધન માટે કલ્પ ચિકિત્સા કરનારાઓને શરૂઆતમાં વમન, વિરેચન, સ્વેદન વગેરે દ્વારા અંદર ભરેલા મળનું નિષ્કાસન કરવું પડે છે અને પછી કોષ શુદ્ધિ થઈ ગયા બાદ ઔષધિ સેવનનો ક્રમ શરૂ કરવામાં આવે છે. એ જ રીતે આંતરિક દુઃખોનું પરિશોધન કરવા માટે વિવિધ તપશ્ચર્યાઓ કરવી પડે છે. કઈ વ્યક્તિ માટે કઈ તપશ્ચર્યા અનુકૂળ રહેશે, કયા દુઃખનું સમાધાન કરવા માટે કઈ તપશ્ચર્યાનું વિધાન છે, એ પણ વિજ્ઞ માર્ગદર્શકોના પરામર્શથી નક્કી કરી શકાય છે.

તંત્ર સાધનાનું પોતાનું એક જુદું જ વિધાન છે. શવ સાધના, યક્ષિણી વિજય, અધિકાર પ્રયોજન, પંચમકાર, ભૈરવી ચક્ર, અધોર કૃત્ય વગેરે કેટલાંય એવાં સાધનો વામમાર્ગી તંત્ર ગ્રંથોમાં ઉપલબ્ધ હોય છે. એ માર્ગના સાધકો ગુરુ પરંપરાથી પ્રાપ્ત ગુપ્ત વિધાનોની ગુપ્તતા નષ્ટ થવા દેતા નથી અને એમને કેવળ ખાત્રી થયા બાદ જ શિષ્યોને બતાવે છે. તંત્ર સાધના ભૌતિક લાભો તથા ચમત્કારોની દૃષ્ટિથી ઉપયોગી થઈ શકે છે, પરંતુ આત્મકલ્યાણની દૃષ્ટિએ એનો કોઈ ઉપયોગ નથી, ઊલટાની બાધક સિદ્ધ થાય છે.

વેદોક્ત દક્ષિણમાર્ગી ક્રિયાત્મક સાધનાઓ સરળ છે. એમને ગૃહસ્થ જીવન ચલાવતી કોઈ પણ વ્યક્તિ આસાનીથી કરી શકે છે. પોતાની મરજીથી વિધિ-વિધાન વગર કરવાથી એમનો ઈચ્છિત લાભ મળતો નથી, પરંતુ સાચું માર્ગદર્શન ઉપલબ્ધ થઈ જાય તો એમનાથી ઘણો લાભ થાય છે. ભૌતિક જીવનની અનેક સમસ્યાઓ ઉકેલાઈ જાય છે અને પારલૌકિક, આધ્યાત્મિક જીવનની સુખ-શાંતિના દ્વાર ખૂલવાનો આરંભ થઈ જાય છે. સંન્યાસી અને વિરક્તો માટે યોગાભ્યાસની કેટલીક

વિશેષ સાધનાઓ પણ છે, પરંતુ સાધના શાસ્ત્રનો અધિકાંશ ભાગ ગૃહસ્થ નર-નારીઓ માટે જ છે. જેવી રીતે જીવિકા ઉપાર્જન, ગુરુ વ્યવસ્થા, શરીર રક્ષણ વગેરે કાર્યો માટે નિયમિત સમય ફાળવવામાં આવે છે, તેવી જ રીતે જો એક બે કલાકનો સમય પણ સાધના કાર્ય માટે દૈનિક નિશ્ચય સાથે નિયત કરી લેવામાં આવે તો એટલાથી જ ઘણી પ્રગતિ થઈ શકે છે. આત્મિક સ્વાસ્થ્યની સુરક્ષા અને આત્મબળની અભિવૃદ્ધિ સાધના પર જ આધારિત છે.

જેમને શરીરની તુલનામાં આત્માનું મહત્ત્વ ઓછું લાગતું નથી, જેઓ ક્ષણિક ભૌતિક લાભોની તુલનામાં અનંત કાળ સુધી સ્થિર રહેતા આત્મિક લાભોને તુચ્છ માનતા નથી, એમણે એ પણ જાણી લેવું જોઈએ કે શરીર સુખ અને ધન-ઉપાર્જનની તુલનામાં સાધના કાર્યમાં લગાડવામાં આવેલ સમય કોઈપણ રીતે ઓછો ઉપયોગી, ઓછો લાભદાયક નથી. પ્રાચીનકાળમાં દરેક નર-નારીની, બાળક-વૃદ્ધની દિનચર્યામાં સાધના માટે અનિવાર્ય રૂપથી સ્થાન રહેતું હતું. ફળસ્વરૂપે એમને આત્મિક નિર્માણનો મહાન લાભ પ્રાપ્ત થતો હતો અને તેના ફળસ્વરૂપે ભૌતિક પ્રગતિ અને સુવિધાઓનાં દ્વાર સહજ રીતે ખુલ્લાં રહેતા હતા અને તેઓ લોક અને પરલોક બેઉને સફળ બનાવતા માનવજીવનના અલભ્ય અવસરનાં સંપૂર્ણ સત્પરિણામો પ્રાપ્ત કરી લેતા હતા. આજે સાધનાપથનો પરિત્યાગ કરીને આપણે આધ્યાત્મિક પ્રગતિથી વંચિત થઈ રહ્યા છીએ, સાથે જ આંતરિક દુર્બળતાઓને કારણે ભૌતિક જીવનની મુશ્કેલીઓ અને અસફળતાઓ પણ વધતી જાય છે.

ઉચ્ચ આધ્યાત્મિક સ્તરની સાધનાઓ કરવા માટે ઘર છોડીને કોઈ પવિત્ર વાતાવરણયુક્ત સ્થળોમાં રહેવાની આવશ્યકતા હોઈ શકે છે. જીવનના અંતિમ ભાગમાં વાનપ્રસ્થ જેવું વિરક્ત જીવન પણ આ દૃષ્ટિએ ઉપયોગી થઈ શકે છે, પરંતુ સાધારણ સાધના માટે ઘર

કે વ્યવસાય છોડવાની કોઈ આવશ્યકતા નથી. ગૃહસ્થયોગ પોતે જ એક સર્વાંગ પૂર્ણ યોગ છે. એને જો સાધનાત્મક દૃષ્ટિથી ગ્રહણ કરવામાં આવે તો પૂર્ણતા પ્રાપ્તિ માટે એ પણ એક સર્વાંગ સુંદર સાધન બની શકે છે. કેટલીય સાધનાઓ તો એવી છે જે દરેકને માટે સુગમ અને સુવિધાજનક છે. સૂર્યનમસ્કાર તથા આસનોની સરળ વ્યાયામ-પદ્ધતિ વૃદ્ધોથી લઈ બાળકો સુધી બધાને માટે ઉપયોગી છે. તેનાથી શરીરની જ નહીં મનોબળની પણ પુષ્ટિ થાય છે. ગર્ભિણી અને દુર્બળ પ્રકૃતિની સ્ત્રીઓ પણ કેટલાંક આસનો દ્વારા પોતાની સ્વાસ્થ્યસંબંધી મુશ્કેલીઓ પોતે જ દૂર કરી શકે છે. કેટલાંય રોગો આસન અને પ્રાણાયામો, બંધ અને મુદ્રાઓના સરળ સાધનોથી દૂર થઈ શકે છે.

વાંઝિયાપણું, ઉન્માદ, અનિદ્રા, લોહીનું દબાણ, મધુમેહ, હૃદયની નિર્બળતા વગેરે કેટલાય અસાધ્ય ગણાતા રોગો એવા છે જે યોગ-ચિકિત્સાના આધારે સ્થાયી રૂપથી મટી શકે છે. શારીરિક અને માનસિક રોગોને દૂર કરવામાં કોઈપણ ચિકિત્સા-પદ્ધતિની તુલનામાં યોગ ચિકિત્સા જ વધુ ઉત્કૃષ્ટ સિદ્ધ થાય છે. આ યોગ ચિકિત્સા પણ સાધના વિજ્ઞાનનું જ એક અભિન્ન અંગ છે.

સાધનાની ઉપયોગિતા મહાન છે. એની ઉપેક્ષા કરવામાં નથી બુદ્ધિમત્તા કે નથી દૂરદર્શિતા. થોડી ગંભીરતાથી જો વિચારવામાં આવે તો એ સહજ રીતે જાણી શકાય છે કે જીવનની મહાન તકોનો યોગ્ય લાભ મેળવવા માટે સાધના ખૂબ જ જરૂરી છે.

ઉપાસનાનો આધાર અતૂટ શ્રદ્ધા

ઉપાસનાની સાથે સાથે જોડાયેલી હોવી જોઈએ અતૂટ શ્રદ્ધા. શ્રદ્ધાની પોતાની એક આગવી શક્તિ છે. કેટલાય પ્રકારની શક્તિઓ છે જેવી કે વીજળી શક્તિ, બાષ્પ-વરાળની શક્તિ, અગ્નિ શક્તિ, બરાબર એવી જ રીતે શ્રદ્ધાની પણ એક વિશિષ્ટ શક્તિ છે. શ્રદ્ધાના આધાર પર પથ્થરમાંથી દેવતા, ઝાડીમાંથી ભૂત અને દોરડું સાપ બની જાય છે, ન જાણે શુંનું શું બની જાય છે? જો અમારો અને તમારો કોઈ મંત્ર ઉપર, જપ-ઉપાસના પ્રત્યે અતૂટ વિશ્વાસ છે, પ્રગાઠ નિષ્ઠા અને શ્રદ્ધા છે તો મારો અત્યાર સુધીનો અનુભવ એ છે કે આપને ચમત્કાર થવો જોઈએ અને તેનો લાભ આપની સામે આવવો જ જોઈએ. જે લોકોએ શ્રદ્ધા રાખ્યા સિવાય ઉપાસના કરી છે, શ્રદ્ધાથી રહિત માત્ર કર્મકાંડ જ સંપન્ન કરવાને મહત્વ આપ્યું છે, માત્ર જીભ દ્વારા જ જપ કર્યા છે અને આંગળીઓનાં ટેરવાંથી માત્ર માળા જ ધુમાવ્યા કરી છે, પરંતુ મનમાં પ્રચંડ શ્રદ્ધા ઉત્પન્ન કરી શક્યા નથી, વિશ્વાસ પેદા કરી શક્યા નથી તેવા લોકો ખાલી હાથે જ રહી જશે. ઘણા બધા જપ કરવાની સાથે સાથે જો અતૂટ શ્રદ્ધા અને વિશ્વાસપૂર્વક ઉપાસના કરવામાં આવે, તો તે એક માત્ર જ બાબત એવી છે કે જેના આધારે આપણે એવી આશા રાખી શકીએ કે અમારી ઉપાસનાનો સારો લાભ આપણને પ્રાપ્ત થાય અને અમારી તે ઉપાસના દ્વારા પૂરેપૂરી રીતે લાભ થવો જોઈએ.

પ્રાર્થના : એક વિનમ્ર પુરુષાર્થ

ચિકિત્સાશાસ્ત્ર ઉપર નોબલ પુરસ્કાર વિજેતા ફ્રાંસના લિયો વિશ્વવિદ્યાલયના પ્રાધ્યાપક ડો. એલેક્સીસ કેરેલ દ્વારા મુશ્કેલમાં મુશ્કેલ રોગોનો ઉપચાર કરવામાં આવ્યો છે તેમણે ચિકિત્સાવિજ્ઞાનને પોતાની પ્રતિભા દ્વારા કેટલાંક મહત્વપૂર્ણ અવદાનો વડે પણ સંપન્ન કર્યું, જે રોગોનો ઉપચાર તો દૂર નિદાન સુધ્યાં કરવાનો મોટા મોટા ડોક્ટરોના વશમાં નહતું, ડો. કેરેલે તેમનો અચૂક ઈલાજ અને કારગત ઔષધિઓ શોધી કાઢી તેમને જ્યારે આ સફળતાનું રહસ્ય પૂછવામાં આવ્યું ત્યારે તેઓ બોલ્યા, સામાન્ય લોકોની જેમ જ હું પણ એક સામાન્ય મનુષ્ય છું અને આનાથી વધુ મારું કોઈ સામર્થ્ય પણ છે નહીં. મને જે સફળતાઓ મેળવવાનો યશ પ્રાપ્ત થયો છે એ મારા પુરુષાર્થનો ઓછો, પરમેશ્વરના દિવ્ય સહયોગનું પ્રતિફળ વધારે છે.

પ્રાર્થના તો બધા કરતા હોય છે તેમાં ઈશ્વર પાસેથી કશુંક માંગે છે અથવા તો યાચના કરે છે, પરંતુ જોવામાં એ આવે છે કે કેટલાક લોકોની પ્રાર્થના અથવા યાચના ફળીભૂત થાય છે અને કેટલાકને સર્વથા નિરાશ થવું પડે છે. ડો. કેરેલ જે કોઈ પણ રોગીનો ઉપચાર કરતા, તેને કહેતા હતા, પ્રાર્થના કરો, સાચા મનથી પ્રાર્થના કરો, પોતાની ભૂલોને માટે પશ્ચાત્તાપ અને ભવિષ્યમાં નિર્મળ જીવન જીવવાની પ્રતિજ્ઞાની સાથે જો પ્રાર્થના કરશો તો તે ચોક્કસ સાંભળવામાં આવશે. સાચો ઈલાજ તો પ્રાર્થના છે અને જે સાચા હૃદયથી પ્રાર્થના કરશે તે શારીરિક જ નહીં, આંતરિક રોગોથી પણ છુટકારો મેળવી શકશે.

ખરેખર તો પ્રાર્થના ત્યારે જ ફળે છે જ્યારે તે સાચા મનથી કરવામાં આવે. તેને માટે હૃદયમાં સાચી ઈચ્છા ઉત્પન્ન કરવી જોઈએ, કેમ કે પ્રાર્થનામાં આધાર

તો ઈશ્વરનો જ લેવામાં આવે છે, પરંતુ તે ઈશ્વરનાં બહાને પોતાની જાતે જ થતી હોય છે. ઈશ્વર સર્વવ્યાપી અને પરમકારુણિક સત્તા છે તેને હર કોઈની ઈચ્છા અને આવશ્યકતાઓનું જ્ઞાન છે તથા તે ઉપયોગી અને લાભદાયક ઈચ્છાઓની પૂર્તિ પણ ઈચ્છે છે, પરંતુ ઈચ્છામાત્રથી કશું થતું નથી તેને માટે તો પુરુષાર્થ પણ કરવો પડે છે જન્મ આપવા અને પાલન કરવાવાળો પિતા પણ પોતાના સંતાન પ્રત્યેની બધી જ જવાબદારીઓ ત્યાં સુધી નિભાવે છે, જ્યાં સુધી તે પોતાના પગ ઉપર ઊભો રહેવાને યોગ્ય નથી થઈ જતો. આત્મનિર્ભર થયા બાદ તે એવાં કાર્યોમાં યોગદાન આપે છે, જે પુત્રના વશમાં નથી અને પિતા પોતાના અનુભવોના આધાર પર એને પૂરા કરે છે.

પુરુષાર્થરહિત પ્રાર્થના તો યાચના જ કહેવાશે અને યાચના એ પોતે પોતાનામાં હોય છે, કેમ કે દીનતા, અસમર્થતા અને પરાવલંબનની પ્રવૃત્તિ તેની સાથે જોડાયેલી છે, જે આત્માનું ગૌરવ વધારતી નથી પણ ઘટાડે છે. હાથ ભલેને ગમે તેની સામે લંબાવવામાં આવ્યો હોય અથવા ભગવાનની સામે જોળી ફેલાવવામાં આવી હોય તેમાં કોઈ ફરક પડતો નથી. વાત તો એક જ છે. ચોરી ભલે પછી કોઈનાં ઘરમાં કરવામાં આવે અથવા ભગવાનનાં મંદિરમાં. ચોરી તો ચોરી જ છે, અવગુણ છે, અને અવગુણ કોઈ પણ જગ્યાએ અવગુણ જ રહેશે.

જે પ્રાર્થનાને સાચી પ્રાર્થના કહી શકાય એટલે કે પોતાના આત્માને પરમાત્માનું પ્રતીક માનીને સ્વયંને સમજવાનું છે કે તે પોતાનામાં એવી પાત્રતા વિકસિત કરે, જેનાથી જરૂરી વિભૂતિઓ તેની યોગ્યતાને અનુરૂપ સહજ રીતે મળી શકે. વર્ષા થાય છે પહાડો, મેદાનો અને સરોવરોમાં કોઈ પણ જાતના ભેદભાવ વગર

વાદળાં પાણી વરસાવે છે, પરંતુ પહાડોનાં શિખરો ઉપર પાણી રોકાતું નથી, મેદાનોમાં વહી જાય છે અને સૂકાઈ પણ જાય છે પરંતુ નદીઓ, સરોવર અને કૂવા તળાવ પાણીથી ભરાઈ જાય છે, કારણ કે તેમાં તે રિક્તતા-પાત્રતા વિદ્યમાન રહે છે, જેમાં પાણી રહી શકે.

અહીંયાં એક બીજું પણ તથ્ય ધ્યાન આપવા યોગ્ય છે કે સરોવર હોય કે તળાવ, બહારથી તેમાં પાણી આવે છે તે તેમાં તાજું નથી રહેતું, જેટલું કે નદીઓ અને કૂવામાં તાજું તથા નિર્મળ રહે છે, એનું કારણ છે- નદીઓ તથા કૂવાના સ્ત્રોત પોતાનામાં જ હોય છે, પોતાના નિહિત સ્ત્રોતો વડે કૂવા અને નદીઓમાં નિરંતર જળ આવતું રહે છે, તે તાજું અને શુદ્ધ તો રહે જ છે, ક્યારેય સૂકાતું પણ નથી, જ્યારે તળાવ તથા નાના કુંડ, ખાબોચિયાંના પાણી થોડી સરખી ગરમી કે તડકો પડતાં જ સૂકાઈ જાય છે.

પ્રાર્થના મનુષ્યનો સંપર્ક વિશ્વવ્યાપી મહાનતાની સાથે વધારે છે. સાચા હૃદયથી કરવામાં આવેલી પ્રાર્થનાનું પરિણામ આદર્શોના રૂપમાં, ભગવાનની દિવ્ય અભિવ્યક્તિનાં રૂપમાં થાય છે. તેની સાથે જોડાઈ જવાથી પ્રતીત થાય છે કે પોતાના દુઃખ કલેશોનો હેતુ બીજો કશો નહીં, પોતાની જ તમસાચ્છન્ન મનોભૂમિ છે, જેમાં અજ્ઞાન અને આળસે પોતાનાં મૂળ રોપી દીધાં છે. પ્રાર્થનાની કોદાળી વડે અંતઃભૂમિમાં વ્યાપેલ કુત્સા અને કુંડાનું નિરાકરણ કરી અંતઃશક્તિના સ્ત્રોતને ખોલવાનો પ્રયાસ કરવામાં આવે, તો મનુષ્યની કોઈ પણ ઈચ્છા અધૂરી નથી રહેતી કોઈ પણ આકાંક્ષા પૂરી થયા વગર રહેતી નથી.

અંતઃશક્તિને જાગૃત કરનારી અંતઃજ્યોતિનું એક પણ કિરણ ઊગી શકે તો તે અંધકારમાંથી સહજ પણ છુટકારો મળી શકે છે. જેમાં ડગલે ને પગલે ઠોકરો વાગે છે અને તેમાંથી શોક-સંતાપ ઉત્પન્ન થાય છે. તેવી સ્થિતિમાં આ અંતઃપ્રકાશ ઉત્પન્ન થાય છે, પરમેશ્વર આમ સાક્ષી, દષ્ટા, નિયામક, ઉત્પાદક,

સંચાલક બધું જ છે, પરંતુ તેના જે અંશની આપણે ઉપાસના કે પ્રાર્થના કરીએ છીએ, એ સર્વાત્મા છે અને પવિત્રાત્મા છે.

આ પ્રકાશ ઉત્પન્ન થઈ જવાથી વ્યક્તિગત પરિધિને સંકુચિત રાખવા તથા પેટ અને પ્રજનનને માટે સીમાબદ્ધ રાખનારી વાસના-તૃષ્ણાની મૂઢમાયામાંથી છુટકારો મેળવવાને માટે મન તડપવા લાગે છે. વાસના તૃષ્ણાના આ ભવબંધનમાંથી છુટકારો મેળવી લેવો અને પોતાનાં આત્મવિસ્તારના ક્ષેત્રને વ્યાપક બનાવી લેવું એ જ 'આત્મોદ્ધાર' છે. આને આત્મસાક્ષાત્કાર પણ કહે છે, પ્રાર્થનામાં પોતાના ઉચ્ચ આત્મસ્તર વડે, પરમાત્માને એ જ પ્રાર્થના કરવામાં આવે છે કે તે અનુગ્રહ કરે અને પ્રકાશનાં એવાં કિરણો પ્રદાન કરે, જેના વડે સર્વત્ર દેખાતો અંધકાર દિવ્યપ્રકાશના રૂપમાં પરિણત થઈ શકે.

એવી જ પ્રાર્થના સાચી છે, જે પોતાના આત્માના ગૌરવ-ગરિમાને અનુરૂપ કહેવામાં આવી હોય, જેમાં એવી કામના જોડાયેલી રહે કે પરમાત્મા અમને એને લાયક બનાવે, જેમાં અમે તેમના સાચા ભક્ત, અનુયાયી અને પુત્ર કહેવડાવવાનું ગૌરવ પ્રાપ્ત કરી શકીએ. પ્રાર્થનામાં ઈશ્વર પાસેથી એવી શક્તિ પ્રદાન કરવાની વિનંતી કરવામાં આવે છે, જેનાં આધાર ઉપર ભય અને પ્રલોભનથી મુક્ત બનીને વિવેકસંમત કર્તવ્યપથ ઉપર સાહસપૂર્વક ચાલી શકાય અને આ માર્ગમાં જે અવરોધ આવે તેની ઉપેક્ષા કરતા રહી અટલ રહી શકાય. કર્મોનું ફળ અનિવાર્ય છે, આપણાં પ્રારબ્ધભોગ જ્યારે ઉપસ્થિત થાય ત્યારે તેને ધૈર્યપૂર્વક સહન કરવાના અને પ્રગતિને માટે પરમપુરુષાર્થ કરતા રહી ક્યારેય નિરાશ ન થવાની મનઃસ્થિતિ બનાવતા રહીએ. મનને એટલું નિર્મળ બનાવવાનો અનુનય એટલો કરો કે કુકર્મો વિશેની પ્રવૃત્તિ જ ન થાય અને થાય તો પણ તેને કરવાનું દુઃસાહસ ન બને. આ રીતે મનુષ્યજીવને પોતાના આત્માના સ્તરને નિરંતર ઊંચું ઉઠાવવાની અને ગતિશીલ બનાવી રાખવાની માંગ જ

સાચી પ્રાર્થના કહેવાશે. જેમાં ધન, સન્માન, સ્વાસ્થ્ય, સફળતા, આદિની સાચી યાચના કરવામાં આવી હોય, તે પ્રાર્થના કહેવાતી નથી. જેમાં પોતાનાં પુરુષાર્થ કર્તવ્યના અભિવર્ધનનું સ્મરણ ન હોય એવી પ્રાર્થનાને માત્ર યાચના કહેવાશે, અને એવી યાચનાઓની સફળતા લગભગ શંકાવાળી હોય છે.

અહંકારને ખોઈને સમર્પણની નમ્રતાનો સ્વીકાર કરવો અને ઉદ્ધત મનોવિકારને ઠોકર લગાવીને પરમેશ્વરના નેતૃત્વના સ્વીકારનું નામ જ પ્રાર્થના છે જેમાં એવો સંકલ્પ પણ જોડેલો રહે છે કે ભાવીજીવન પરમેશ્વરોના નિર્દેશ અનુસાર પવિત્ર અને પુરુષાર્થી બનાવીને જીવી શકાય. એવા ઊંડા અંતઃસ્થલમાંથી નીકળેલી પ્રાર્થના, જેમાં આત્મપરિવર્તનની શ્રદ્ધા જોડાયેલી હોય, ભગવાનનું સિંહાસન ડોલાવી દે છે એવી પ્રાર્થનાનાં પરિણામ પણ એટલાં અદ્ભુત હોય છે કે તેને 'ચમત્કાર' પણ કહી શકાય છે.

જ્યારે મન નબળું પડતું હોય, મનોવિકાર વધતા હોય અને ડગલે ને પગલે મન જ્યાં ને ત્યાં લલચાતું હોય, ત્યારે સાચા મનથી પરમાત્માને બોલાવવા જોઈએ. મગરના મોંમાંથી હાથીને છોડાવનાર ભગવાન, પતનને માટે પરિત્રાણ માંગતા વ્યાકુળ આર્તભક્તના પોકારની અવહેલના કરતા નથી અને એવા મનોબળના રૂપમાં અંતઃકરણમાં ઊતરે છે. જેને ગરૂડ કહી શકીએ છીએ તથા જે પતન થવાનું યોગ્ય દુષ્કૃતિઓ જેવા સર્પોને ઉદરસ્થ કરવાના અભ્યાસી પણ છે સમજદારી પણ આમાં જ છે. ભિખારી બનીને રાજા પાસે પાંચ-દસ પૈસા માંગવા પહોંચી જાવ તો તેને મૂર્ખ જ કહેવાશે. તો પછી ઈશ્વર તો રાજાઓનો પણ રાજા સમ્રાટોનો પણ સમ્રાટ અને અધિપતિઓના પણ મહાધિપતિ છે, તેમને લૌકિક યાચનાઓ પૂરી કરવાને માટે કહેવું એ ભિખારી જેવી મૂર્ખતા કરવા જેવું છે. ભગવાન પાસે એવું જ માંગવું જોઈએ, જે આપવામાં તેને પણ સંતોષ થાય અને પ્રાપ્ત કરવાથી પ્રાપ્ત કરનારને પણ ગૌરવની અનુભૂતિ થાય, આ માંગવા યોગ્ય

વસ્તુ આત્મબળ, મનોબળ, આત્મબોધ, અંતઃપ્રકાશ અથવા સમર્પણનો સ્વીકાર જ છે.

ભગવાનને પોતાનામાં અને પોતાને ભગવાનમાં એકલીન કર્યાની અનુભૂતિ જ્યારે એટલી પ્રબળતાની સાથે અનુભૂત થવા લાગે કે તેને કાર્યરૂપમાં પરિણત કર્યા વગર રહી જ ન શકાય, તો આ સમર્પણ ભાવની પરિપકવતા છે, આવી શરણાગતિ વ્યક્તિને દ્રુતગતિ એ દેવત્વની તરફ અગ્રેસર કહે છે. તથા આ ગતિશીલતા એટલી પ્રભાવકારી હોય છે કે ભગવાનને પોતાની સમસ્ત દિવ્યતા સહિત ભક્તના વ્યક્તિત્વમાં ઊતરવું પડે છે.

શરૂઆત પોતાનાં પાપોના પશ્ચાત્તાપ, નિર્મળ જીવન જીવવાના સંકલ્પ અને સફળતાઓને માટે વિનમ્રતાપૂર્વક ઈશ્વરનો આભાર માનવા સાથે કરવી જોઈએ. નિઃસંદેહ સફળતાઓ પોતાના જ પુરુષાર્થ પરિશ્રમનું પ્રતિફળ હોય છે, પરંતુ સાથે સાથે એ પણ ભૂલવું ન જોઈએ કે પરિશ્રમ-પુરુષાર્થની પ્રેરણા આપનાર પરમાત્મા આપણાં અંતઃકરણમાં જ બિરાજમાન છે જો આ તથ્યને નકારીને પોતાનાં ક્ષુદ્ર અસ્તિત્વનું અભિમાન કરવામાં આવે, તો મદોન્મત હાથીની જેમ ન ફક્ત પોતાની શક્તિઓનો વિનાશકારી દુરુપયોગ થવાની સંભાવના રહે છે, પરંતુ તેનો પણ નાશ પામવાની શક્યતાઓ રહેલ છે, અસ્તુ, જે કાંઈ પણ મળ્યું છે, તેના માટે પરમાત્મા પ્રત્યે કૃતજ્ઞતા અને આભારના બોધથી છલકાતા પરમાત્મા પાસે આત્મબળ, મનોબળ, આત્મબોધના જ દિવ્યવરદાનની માંગણી કરતા રહીએ. સર્વતોભાવેન પરમાત્માના પ્રત્યે સમર્પિત ભક્તનું યોગક્ષેમ વહન કરવાની પ્રતિજ્ઞા ભગવાને સ્વયં કરી છે, પરંતુ એ શરતને પણ પૂરી કરવી જોઈએ, જે પાત્રતા વિકસિત કરવા, હૃદયને વાસનાઓ અને તૃષ્ણાઓથી રિક્ત કરવાના રૂપમાં જોડાયેલી છે.

ॐ

પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવની અમૃતવાણી

પરિષ્કૃત મનઃસ્થિતિ જ સ્વર્ગ છે (પૂર્વાર્ધ)

ગાયત્રી મંત્ર મારી સાથે સાથે,
ૐ ભૂર્ભુવઃ સ્વઃ તત્સવિતુર્વરેણ્યં ભર્ગો દેવસ્ય
ધીમહિ ધિયો યોનઃ પ્રચોદયાત્ ॥
દેવીઓ અને ભાઈઓ,

ભગવાનની સમીપતા અને કૃપા પામવાને માટે જે બે કાર્યોની જરૂરિયાત છે, તેનું વિવેચન અમે આ શિબિરમાં કરતા આવી રહ્યા છે. આ બધાનો એક જ ઉદ્દેશ્ય છે કે તમે જે લોકો અહીંયાં આવ્યા, હવે અહીંથી જવાની સાથે સાથે ભગવાનની સાથે સંબંધ મજબૂત કરીને જાવ. સંબંધ મજબૂત કરવાની સાથે સાથે તેમની કૃપા પણ પ્રાપ્ત કરો. ભગવાનનો રસ્તો અપનાવવો એ ફક્ત ધાર્મિક કર્મકાંડ જ નથી, કેવળ પરલોકની તૈયારીઓ જ નથી, મૃત્યુ પછી મુક્તિ કે સ્વર્ગલોક પ્રાપ્ત કરવાનો આધાર જ નથી, પરંતુ આ જે જીવન મળ્યું છે તેમાં સુખ અને શાંતિથી ઓતપ્રોત થવાનો રસ્તો છે. મૃત્યુ પામ્યા પછી સ્વર્ગ મળશે કે નહીં? એ આપણે જાણતા નથી, પરંતુ જે જીવન મળ્યું છે તેમાં સ્વર્ગની સ્થાપના કરી શકીએ છીએ, આધ્યાત્મિક સાધનાના માર્ગ ઉપર ચાલતા રહીને.

મિત્રો, સાધના નગદ નાણું છે, એ ઉધાર નથી. કેટલીક વસ્તુઓ એવી છે, જેનું પરિણામ તરત મળે છે, પરંતુ કેટલીક એવી વસ્તુઓ પણ છે જેનું પરિણામ તરત જ મળતું નથી. વિદ્યા વાંચવાથી કદાચ પરિણામ એકદમ ન પણ મળે, પરંતુ ઝેર ખાવાનું પરિણામ તરત જ મળી જાય છે. ખોટાં કામ કરવાનું પરિણામ મોડેથી મળશે, પરંતુ પોતાના દોષ અને દુર્ગુણોનું પરિણામ તરત મળી જાય છે. આવી જ રીતે અધ્યાત્મ એક એવી પ્રક્રિયાનું નામ છે, જે મનુષ્યોને એકદમ લાભ પ્રદાન

કરે છે, જેનું પરિણામ પણ ઝડપથી મળે છે.

આજે આપણી પાસે નકલી અધ્યાત્મ છે. નકલી અધ્યાત્મ પાસેથી પરિણામ મેળવવામાં વાર લાગે છે અને લાંબા સમય સુધી રાહ પણ જોવી પડે છે, મોડે સુધી પ્રતીક્ષા કરવી પડે છે અને એવી ઉમેદ રાખવી પડે છે કે આપણું મોત આવશે અને ભગવાનને ત્યાં જઈશું અને અધ્યાત્મનું પરિણામ આ રીતે મળશે.

સ્વર્ગના વિષયમાં એવી કલ્પના છે કે તે કોઈ વિશેષ સ્થાન છે, ખાસ જગ્યા છે. અમારી કલ્પના પ્રમાણે જ્યાં સુધી અમે સમજી શક્યા છીએ કે કોઈ સ્થાનનું, જગ્યાનું નામ સ્વર્ગ નથી, પરંતુ સ્વર્ગ આંખો વડે જોવાની એક રીત છે, જે રીતે ફોટોગ્રાફ લેવામાં આવે છે. કોઈ મનુષ્યનો જો આપણે સામેથી ફોટોગ્રાફ લઈએ તો તેની આંખો, નાક, કાન દેખાશે, ચહેરો દેખાશે અને હસતો મનુષ્ય દેખાશે, પરંતુ જો પાછળથી કોઈ મનુષ્યનો ફોટો લઈએ તો ફક્ત તેના વાળ અને પીઠ દેખાશે. તેમાં નાક, કાન, મોં, આંખો કશું જ દેખાતું નથી. ફોટોગ્રાફ આવી ગયો, આ ક્યા માણસનો છે, ખબર નથી, કેમ કે તેની મૂછો-દાઢી તો છે જ નહીં. તેનો ચહેરો તો છે જ નહીં, માથું તો છે જ નહીં, પરંતુ એનો અર્થ એવો તો નથી કે તેને આ બધી વસ્તુઓ છે જ નહીં. પાછળથી ફોટોગ્રાફ લેવાના કારણે આ બધી વસ્તુઓ દેખાતી નથી. દુનિયા પણ બસ કંઈક આવા જ પ્રકારની છે. આપણું જીવન અને સમસ્યાઓ પણ આવા જ પ્રકારનાં છે અને પરિસ્થિતિઓ પણ આવી જ છે. જ્યારે આપણે આ બધાને જોવાની રીતભાત અથવા ઢંગ બદલીએ છીએ, ત્યારે આપણને આપણી સમસ્યાઓ, વિપત્તિઓ દેખાય છે અને બધી

જ વસ્તુઓ ઊંધી-ચત્તી જણાય છે. આપણે આપણા જીવનમાં અભાવ અનુભવીએ છીએ.

એક મનુષ્ય હતો, જે કહેતો હતો કે આ કમનસીબ ગુલાબ એવી પરિસ્થિતિમાં જન્મ્યું છે કે તેનું ભાગ્ય ફટી ગયું. કાંટામાં જન્મ્યું, કર્મમાં શું લખાવીને લાવ્યું? જ્યાં તેનો જન્મ થયો ત્યાં કાંટા જ કાંટા. બીજો મનુષ્ય કહેતો હતો — કેવા ભાગ્યશાળી કાંટા છે કે ગુલાબની સાથે જન્મ મળ્યો. કેવું સુંદર ગુલાબ છે કે કાંટામાં ઊગ્યું છે. ગુલાબ કેટલું સૌભાગ્યશાળી છે કે જે કાંટાઓની સાથે જોડાયેલું છે. આ જોવાની રીત છે. જે લોકો જીવનને ઊંધી રીતે જુએ છે તેમને પોતાનું જીવન મુશ્કેલીઓથી, અભાવોથી, સંકટોથી, વિપત્તિઓથી ભરેલું જણાય છે. આમ તો આપણા સુખમાં અભાવ નથી, આપણી શાંતિમાં અભાવ નથી, પરંતુ આપણે જ્યારે આસમાનની તરફ જોઈએ છીએ ત્યારે આપણને ઘણી જ મુસીબતોનો અનુભવ થાય છે. આપણો મોટો ઓફિસર બે હજાર રૂપિયા કમાય છે અને આપણને પાંચસો રૂપિયા મોકલે છે. ઘણો કકળાટ થાય છે, ઈર્ષા થાય છે કે મોટો ઓફિસર આપણા ઘરની બાજુમાં રહે છે. કેટલું સુંદર મકાન, મોટરકાર, નોકર-ચાકર અને આપણી પાસે સાઈકલ છે. આપણે ગમે ત્યાં જઈએ છીએ, તો સાઈકલ ઉપર જઈએ છીએ. કોટડીમાં રહીએ છીએ. આપણે ક્યારેક જોઈએ તો દુનિયામાં આપણાથી પણ વધુ પરેશાન, દુઃખી લોકો છે. ધિક્કાર છે આપણું જીવન, જો આપણે દુઃખી થઈએ છીએ. આપણાથી પણ વધારે દુઃખી તો એ લોકો છે, જેઓ ઝૂંપડપટ્ટીમાં રહે છે, જેની પાસે પહેરવા માટે કપડાં નથી, ખાવાને માટે અનાજ નથી. કોઈ એક દિવસ નોકરી મળી જાય છે અને કોઈ દિવસ નહીં. જો તેમની સાથે તુલના કરો ત્યારે આપણને ખબર પડશે કે આપણાં સુખોનું કોઈ ઠેકાણું છે નહીં. આપણે ઘણાં જ સુખી છીએ.

મિત્રો, સુખ કોઈ વસ્તુ નથી. લોકોના જોવાના દષ્ટિકોણનું નામ જ સુખ છે. લોકોનો ખ્યાલ છે કે જેની પાસે ધન-સંપત્તિ, નોકર-ચાકર, કાર-બંગલો વગેરે છે,

તેઓ જ સુખી હોય છે. ના, આ વાત ખોટી છે. અમારું સંપત્તિવાળા લોકોને હળવા-મળવાનું ઘણું જ બન્યું છે. સંપત્તિવાળી સામાન્ય વ્યક્તિની અપેક્ષા ઘણાં વધારે દુઃખી અને પરેશાન નજરે પડે છે. ફક્ત આપણને લાગે છે કે તેઓ સુખી છે. આપણે પણ તે વસ્તુઓ મેળવવાનો પ્રયત્ન કરીએ છીએ, નકલ કરીએ છીએ, પરંતુ જ્યારે તેમનું દિલ ખોલીને જોવામાં આવે, સમજવાની કોશિશ કરવામાં આવે, તો તેમને સામાન્ય માણસ કરતાં પણ વધુ દુઃખી જોઈ શકીએ છીએ.

હેત્રીફોર્ડ સંસારનો સૌથી ધનવાન માણસ, તેની જ્યારે અંતિમ ક્ષણો હતી ત્યારે તે પોતાની ડાયરીમાં એક વૃત્તાંત લખે છે કે હું મારી ફેક્ટરીમાં કામ કરનારા મજૂરોને મોટી મોટી રોટીઓ ખાતા જોઉં છું, ગાઢ નિદ્રામાં સૂતેલા જોઉં છું તો મને ઈર્ષા આવે છે, જલન થાય છે કે હું હેત્રીફોર્ડ સંસારનો સૌથી ધની વ્યક્તિ, પરંતુ મને ક્યારેય નિદ્રા ન આવી. લાંબા સમયથી સૂતો નથી, ખાવાનું પણ ક્યારેય પચ્યું નથી. તેમણે લખ્યું — ‘હે ભગવાન ! મને જ્યારે મોત આવે અને જ્યારે હું ફરીવાર જન્મ લઉં, તો હું ઈચ્છું છું કે કોઈ એક ફેક્ટરીમાં લોખંડ કાપવાનું કામ મળી જાય. હું મજદૂરી સાથે કામ કરું. લાકડી ચલાવું તથા હથોડો ચલાવતો રહું, જેથી મારું પેટ યોગ્ય રીતે કામ કરે, મને સારી નિદ્રા આવે. હેત્રીફોર્ડ સમજતા હતા કે મજૂર સૌથી સુખી તથા અમીર માણસ છે અને મજૂર સમજતા કે હેત્રીફોર્ડ સૌથી અમીર અને સુખી માણસ છે. આ રીતે બંને એક-બીજાને સુખી તથા અમીર આદમી સમજતા હતા. કોણ સુખી છે અને કોણ દુઃખી છે જ્યાં સુધી અમે સમજીએ છીએ એમ આ મનુષ્યના વિચારો છે, જે એને સુખી તથા દુઃખી બનાવે છે.

એક ખારવો હતો અને એક હતો તેનો પુત્ર. બંને એક મોટી નાવમાં સવાર થઈ સમુદ્રમાં તેને હલેસાં મારતા હતા. થોડા સમય બાદ તોફાન આવ્યું અને નાવ હાલકડોલક થવા લાગી. ખારવાએ પોતાના દીકરાને કહ્યું કે, “ઉપર જા અને સઢને યોગ્ય રીતે

બાંધી દે. સઢને જો ઠીક રીતે બાંધી દેવામાં આવશે તો પવનનું જોર ધીમું પડશે અને આપણી નાવ હાલકડોલક થવાથી બચી જશે.” દીકરો વાંસના સહારે ઉપર ચઢી ગયો અને સઢને ઠીક રીતે બાંધવા લાગ્યો. તેણે જ્યારે ઉપરથી જોયું હતું ત્યારે ચારે તરફ સમુદ્રની ઊંચી લહેરો દેખાઈ રહી હતી. પવન જોરથી ફૂંકાતો હતો. ચારે બાજુ સૂમસામ જણાતું હતું. અંધારું છવાઈ રહ્યું હતું. દૂર સુધી કોઈ પણ વ્યક્તિ જણાતી ન હતી. આ બધું જોઈએ દીકરાએ બૂમ મારી — “પિતાજી ! મારું તો મોત આવી ગયું. જુઓ, દુનિયાનો પ્રલય થવા જઈ રહ્યો છે.” ત્યારે તેના પિતાએ બૂમ મારી કહ્યું — “બેવકૂફ, ફક્ત નીચેની તરફ નજર રાખ અને આજુબાજુ જોઈશ નહીં.” બાપ એ સમયે હુક્કો પીતો હતો. છોકરો નીચે આવી ગયો.

પોતાના છોકરા તરફ હુક્કો લંબાવતા તેણે કહ્યું કે, “પોતાના કરતા ઉપર જોવાવાળા મહત્વાકાંક્ષી વ્યક્તિ દિવસ-રાત ઈર્ષ્યામાં સળગ્યા કરે છે. લોકેષણા, વિત્તેષણા અને પુત્રેષણાવાળા મનુષ્યોની કામનાઓ અસીમ અને અપાર હોય છે. આવી વ્યક્તિઓને નથી શાંતિ મળતી હોતી કે નથી મુક્તિ. મનુષ્યનું જીવન શાંતિવાળું હોવું જોઈએ, ઉન્નતિશીલ-પ્રગતિશીલ જીવન હોવું જોઈએ, અશાંત અને વિશુભ્ય નહીં, પરંતુ આ બધું થતું નથી.”

મિત્રો, બંને વસ્તુઓ લાગે છે તો એક સમાન, પરંતુ આ બંનેમાં જમીન-આસમાનનું અંતર છે. જીવનમાં ઉન્નતિ કરવી એક વાત છે અને પ્રગતિ કરવી બીજી વાત. એના માટે મનુષ્યને ધૈર્ય, સાહસ, હાસ્ય, સંતુલન અને પરિશ્રમની જરૂર છે. આ પાંચેયના સહારે ઉન્નતિના રસ્તાઓ ખૂલતા જાય છે અને મનુષ્ય પ્રગતિ કરતો આગળ વધે છે. જે નાના-નાના માણસો આગળ વધ્યા છે અને સફળતા પ્રાપ્ત કરી છે, ભૌતિક અને આધ્યાત્મિક શક્તિઓ મેળવી છે. તેમનું ભાથું અને સહારો રહ્યાં છે — સંતોષ, ઉત્સાહ, પરિશ્રમ, સંતુલન. આ વસ્તુઓ દ્વારા જ તેઓ આગળ વધ્યા છે, પરંતુ

જેમણે પોતે પોતાને આકાંક્ષાઓની આગમાં બાળવાનું શરૂ કર્યું છે જેમકે મને તો આ નથી મળ્યું, એ નથી મળ્યું, આ કરીશું, તે કરીશું. જે વ્યક્તિઓ પરિશ્રમથી ગભરાય છે, બડબડે છે, જેમણે પોતાનું પૂરેપૂરું માનસિક સંતુલન ગુમાવી દીધું, તેઓ જીવનમાં શું મેળવી શકશે ? જેઓ વસ્તુઓમાં શાંતિની શોધ કરશે, તેઓ પોતાની આંતરિક શાંતિ ખોઈ બેસશે.

મિત્રો ! અધ્યાત્મજીવન જીવવાની પ્રણાલી છે, જીવન જીવવાની પ્રક્રિયા છે. મૃત્યુ પછી સ્વર્ગ મળે છે કે નહીં, એ હું નથી જાણતો, પરંતુ હું એ જાણું છું કે આધ્યાત્મિકતાના સિદ્ધાંતોનો જો આપણે જીવનમાં સમાવિષ્ટ કરી શકીએ છીએ તો, આપણી ચારે તરફ સ્વર્ગ ફેલાયેલું નજરે પડશે. તસ્વીર ખેંચવાની સાચી રીત જો આપણને ખબર હશે તો આપણે આ દુનિયાની સુંદરમાં સુંદર તસ્વીર ખેંચી શકીએ છીએ અને આપણી પોતાની પણ. આપણી તસ્વીર પણ સુંદર છે, પરંતુ જો આપણે દુનિયાની ખરાબ આવેલી તસ્વીર જોવાનું શરૂ કરીશું, આપણો કેમેરો ક્યાંક ખોટી જગ્યાએ ફોકસ કરી દીધો તો આપણને કઈ વસ્તુઓ મળશે ? ત્યારે સૌથી ઉપરનો ચહેરો અથવા માથું આવશે અથવા તો પછી પગ આવશે અને જો એ જ માણસને બેસાડીને ફોટો ખેંચીશું તો ખબર પડશે કે કોઈ લાંબું ભૂત ઊભેલું છે. કેમેરાનો લેન્સ એ જ છે, જેને તમે વ્યક્તિને સામે ઊભો રાખીને ફોટો લીધો હતો. કેમેરાનો લેન્સ એ જ છે જે તમે પીઠ પાછળથી ઊભો કરી લીધો છે. તમારે દુનિયાનો નહીં, પોતાના અંતરંગ જીવનનો ફોટો લેવાનો છે અને તેનાં આધાર ઉપર પોતાની શાંતિ, સુખ, સમૃદ્ધિનું મૂલ્યાંકન કરવાનું છે. અધ્યાત્મને પોતાના જીવનનું અંગ બનાવવાનું છે.

સાથીઓ ! આધ્યાત્મિકતા એક ફિલોસોફી છે — એક દર્શન છે, વિચારવાની-સમજવાની પ્રણાલી છે, જીવન જીવવાની કળા છે. આપણે આપણી સમસ્યાઓના વિષયમાં, કુટુંબનાં વિષયમાં, પોતાની મહત્વાકાંક્ષાઓના વિષયમાં, પોતાના પુરુષાર્થના

વિષયમાં વિચારવાનું છે. જો આપણો વિચાર કરવાનો ક્રમ ઠીક હશે તો અમે તમને આશીર્વાદ આપી શકીએ છીએ કે તમારું જીવન સુખોથી ભરેલું રહે, તમે પ્રસન્ન રહો, ઉન્નતિ કરો. તમારું જીવન ઉલ્લાસથી ભરેલું હોઈ શકે છે, જો તમને સાચી રીતથી જોતા આવડતું હોય તો. માની લો કે કોઈના કુટુંબીનું મૃત્યુ થવાનું છે. ઠીક છે તમને તમારા ભાઈ-ભત્રીજા, કાકા-બાપા, દાદા-દાદી પ્યારા હતા, પરંતુ બીજાને પણ જરૂરિયાત છે – પોતાના ભાઈ-ભત્રીજાઓને ખોળામાં રમાડવાની. જો આપણે તેમને ગળે વળગાડી રાખીશું તો કોઈના ઘેર ઢોલ ક્યાંથી વાગશે ? મીઠાઈ કેવી રીતે વહેંચાશે ? કોઈ મા પોતાના લાલને કઈ રીતે જોશે ? પોતાના લાલને પામીને ધન્ય કઈ રીતે થશે ? એકનો આનંદ-બીજાનો શોક, એકનો નફો બીજાનું નુકસાન – આ જ દુનિયાનો ક્રમ છે.

જો આપણો વિચાર કરવાનો ક્રમ સાચો થઈ જાય તો આપણને સારામાં સારી વસ્તુઓ જોવાનો મોકો મળશે. જો આ આંખોને બદલી દેવામાં આવે અને એ લેન્સ વડે આપણે એ વસ્તુઓને જોઈએ જે જોવાલાયક છે તો મજા આવી જશે. અમારી પડોસમાં બ્લોક બનાવવાવાળો રહે છે. તેની પાસે ઘણા પ્રકારના કેમેરા રહે છે. અમે તેની પાસે તસવીરો બનાવતા રહીએ છીએ. તેની પાસે ઘણા પ્રકારની તસવીરો હોય છે, જેમાં ઘણા પ્રકારના રંગો મેળવેલા હોય છે. તેની પાસે ઘણા રંગના બ્લોક છે, જેના વડે તે ભાત-ભાતના રંગોથી રંગબિરંગી ચિત્રો તૈયાર કરી લે છે. અલગ-અલગ પ્લેટો તૈયાર કરે છે અને સુંદર ચિત્રો છાપે છે.

આવી રીતે મિત્રો ! મનુષ્યની અંદર દુષ્ટતાઓ, ઊણપો, અવગુણો અને મૂર્ખતાઓ હોય છે, પરંતુ દુનિયામાં કોઈ પણ મનુષ્ય આ પ્રકારનો બનાવવામાં આવ્યો નથી, જેની અંદર ઊણપો માત્ર હોય, અવગુણો માત્ર હોય. એવો મનુષ્ય અમે હજુ સુધી નથી જોયો કે જેનામાં ફક્ત ઊણપ અને અવગુણ માત્ર હોય, સારાપણું ન હોય, કસાઈની અંદર પણ સારાપણું હોય

છે. તે પણ પોતાનાં બાળકોને પ્રેમ કરે છે. ડાકુની અંદર પણ વિશેષતા હોય છે અને તે છે તેનું સાહસ. લૂંટફાટનાં કારણે તેને પરલોકમાં દંડ મળે છે, તેને જેલ જવું પડે છે. તે લાંબી લાંબી સજાઓ ભોગવે છે, પરંતુ તેના સાહસને કારણે તેને યશ પણ મળે છે. પૈસા પણ મળે છે. રાત્રીનાં જંગલોમાં ધૂસવાથી જ્યારે આપણને ભયનું ભૂત સતાવે છે ત્યારે તે પોતાના ખભા ઉપર બંદૂક મૂકીને લાંબા-લાંબા ડગ ભરે છે. આ તેની વિશેષતા છે.

મિત્રો ! દરેક માનવ વિશેષતાઓથી ભરેલો છે. આપણી જોવાવાળી આંખોનાં લેન્સ જો સાચા હોય તો આપણે એવો ફોટોગ્રાફ ખેંચી લઈએ છીએ, જેવો કે અમારી પડોસમાં રહેતો ફોટોગ્રાફર દરેક બ્લોકને અલગ કરી કાઢે છે, પીળા રંગને અલગ તારવે છે, લાલ રંગને અલગ અને ભૂરા રંગને અલગ તારવી લે છે. જો ફોટોગ્રાફર દરેક રંગને જુદા કરી શકતો હોય, તો આપણામાંથી દરેક મનુષ્ય જો સારાપણને જોવાનું શરૂ કરે અને સદ્ગુણોને જ પ્રોત્સાહન આપે, સદ્ગુણોને વધારવાનો પ્રયત્ન કરે, તો બધે જ સદ્ગુણ માત્ર નજરે પડશે.

તમે કહેશો કે અવગુણો સામે કઈ રીતે લડી શકાય, તેને કઈ રીતે ખતમ કરી શકાય ? અવગુણો સામે લડવાના ઘણા બધા પ્રકાર છે. તેમાંનો એક પ્રકાર એ છે કે તેના ઉપર લાંછન લગાડીને તથા મારપીટ કરીને અને ગાળાંગાળી કરીને તેને અપમાનિત કરે છે. અપમાનિત કર્યા બાદ તેને ધૂષ્ટ બનાવે છે. અવગુણોને દૂર કરવાની બીજી રીત એ છે કે આપણે આપણને પોતાને સુધારીએ. પોતાને સુધારવાને માટે મોટામાં મોટા કામ થઈ શકે છે. કુશળ ડોક્ટર પોતાનું ધારદાર ચપ્પુ લઈ આવે છે અને ઘણાં જ પ્રેમથી-મોહબ્બતથી ક્યારેક દર્દીના પેટ ઉપર ફેરવે છે, તો ક્યારેક પગ ઉપર તો ક્યારેક માથા ઉપર ફેરવે છે. જુદી જુદી જગ્યાએ ચપ્પુ ફરતું રહે છે અને ઓપરેશન ચાલતું રહે છે, પરંતુ આ બધું જ તે વગર ગુસ્સાએ કરે છે, વગર

ધૂણાએ ચપ્પુ ફેરવે છે. ડોક્ટરની ઉપર તમે કેસ નથી ચલાવતા, તેને સજા નથી અપાવતા, કેમ કે તે તમારો જીવ બચાવે છે. પેટમાં ઘૂરો ધૂસાડી દેવાવાળા, મારવાવાળા ને દસ વર્ષની સજા થઈ જાય છે, પરંતુ ઓપરેશન કરવાવાળા, ચપ્પુ ચલાવવાવાળા ડોક્ટરને બઠતી મળે છે. આ બધી દાનતની કમાલ છે. દાનત સારા વ્યવહારને માટે પણ કરી શકાય છે અને આ જ આધાર ઉપર સારા લોકોને બદનામ પણ કરી શકાય છે.

મિત્રો ! જો આપણા બધાનો દૈનિકોણ બદલાઈ જાય તો શું નું શું થઈ શકે છે ? બેલનગંજ, જે આગ્રા શહેરનો એક મહોલ્લો છે, ત્યાં એક સંપન્ન વ્યક્તિને પંદર દિવસથી ઊંઘ આવવાની બંધ થઈ ગઈ. સાથે સાથે તેની એવી ફરિયાદ આવી કે મગજની નસો ફાટે છે અને એવું લાગવા લાગ્યું કે તે મૃત્યુ પામશે. આંખો બિલકુલ લાલ લાલ થઈ ગઈ. આ બધાં લક્ષણો જોઈને ઘરના સભ્યોને લાગ્યું કે સાચેસાચ તેનું મૃત્યુ થશે. પંદર દિવસથી ઊંઘ ન આવવાને કારણે તેની હાલત ખરાબ હતી. કોઈએ કહ્યું હતું કે મથુરામાં એક આચાર્યજી રહે છે, તેમની પાસે જવાથી ઘણા માણસો સારા થઈ ગયા છે, તમે પણ તેમની પાસે જઈ આવો. આની પહેલા ઉન્નાવની એક મહિલા, જે એક તહસીલદારની પત્ની હતી અને ત્યાં જ પ્રિન્સીપાલ હતી, આવી. તે સ્ત્રીની હાલત ખરાબ હતી. તે ખૂબ રડ્યા કરતી હતી. કોઈએ તેને કહ્યું આચાર્યજીની પાસે મથુરા જતી રહે. તે મારી પાસે આવી. મેં તેના માથા ઉપર પાટો બાંધ્યો અને તે બેઠે-બેઠે ત્યાં આસન ઉપર જ સૂઈ ગઈ. આવા જ કિસ્સા-વાર્તાઓ કોઈએ તેને સંભળાવ્યા હતા. તે સારી થઈને જતી રહી.

હા, તો આગ્રાવાળા વ્યક્તિને લોકો મારી પાસે લાવ્યા અને કહ્યું કે આમને પંદર દિવસથી ઊંઘ નથી, આવી. આંખો સૂઝીને લાલ થઈ ગઈ છે. નસો ફાટફાટ થાય છે, જો આને ઊંઘ નહીં આવે તો આ મરી જશે. મહારાજજી આનો ઉપાય શોધો. મહારાજજી આનો

ઈલાજ કરો. મેં કહ્યું કે આનો ઈલાજ થઈ શકે છે અને તેને સારું પણ કરી શકાય છે. તેમની સાથે આવેલ લોકોને અમે બીજાં ઓરડામાં મોકલી દીધા. પછી તેમને પૂછ્યું કે શું વાત છે ? તેમણે કહ્યું કે અમારી સાથે એક ઘટના ઘટી છે. અમારા ઘરમાં ઈન્કમટેક્સ ઓફિસરે છાપો માર્યો હતો, જેમાં બે વહીખાતા લઈ ગયા હતા. આ બધું અમારા મુનીમે કરાવ્યું હતું. તેણે ઓફિસર પાસે જઈને બધું જણાવ્યું અને પોતાની સાથે ઈન્કમટેક્સ અને સેલ્સટેક્સ ઓફિસરને લઈ આવ્યો. છાપો માર્યા પછી અમારા બંને વહીખાતા પોલીસ લઈ ગઈ. ત્યારબાદ અમારી ઉપર કેસ ચલાવવામાં આવ્યો. અમારી ધરપકડ થઈ. હવે અમે જેલમાંથી તો છૂટી ગયા છીએ, પરંતુ અમને ભય લાગે છે કે કોને ખબર હવે શું થવાનું છે, હવે મારું શું થશે ?

આ બધું સાંભળીને અમે રાહતનો શ્વાસ લીધો અને કહ્યું કે તમે થોડીવાર આરામથી બેસો. તમારી બીમારી તો દૂર થઈ જશે, પરંતુ સાથે સાથે અમે તમને આ મુકદ્દમામાંથી પણ છુટકારો અપાવવા ઈચ્છીએ છીએ. તે હસવા લાગ્યો કે કેવી રીતે ? અમે પૂછ્યું, “અચ્છા બતાવો તો તમારા સાચા અને ખોટા વહીખાતામાં ખર્ચમાં કેટલી રકમનો ફરક છે ?” તેમણે કહ્યું કે, “લગભગ દસ લાખ રૂપિયાનો ફરક છે.” પછી પૂછ્યું, “જો તમારે ઈન્કમટેક્સ ભરવો પડે તો કેટલું નુકસાન ભરવું પડશે. તેમણે કહ્યું “લગભગ વીસ લાખ રૂપિયાનો તફવાત છે. મારે વીસ લાખ રૂપિયા ભરવા પડે.” અમે એમને સહાનુભૂતિ દર્શાવી અને પૂછ્યું કે તમારી પાસે શું-શું સામાન છે તથા કેટલી સંપત્તિ અને જાયદાદ છે ? તે કાગળ-પેન્સિલ લઈ બેસી ગયા અને નોંધ કરવા લાગ્યા. તેમણે જણાવ્યું કે, “ફેક્ટરી અને તેમાં લાગેલી મશીનરી તથા બેંકમાં જમા રકમ, બાકી લેણ-દેણ, બધું મેળવીને લગભગ પચાસ લાખ રૂપિયાની સંપત્તિ છે.” અમે કહ્યું કે, “જો આમાંથી વીસ લાખ રૂપિયા કાઢવામાં આવે તો કેટલા બચે ?” તેમણે કહ્યું — “ત્રીસ લાખ.”

અમે કહ્યું કે, “અમારી પાસે તો ત્રીસ પૈસા પણ નથી, છતાં પણ જુઓ કે કેવી મોજની જિંદગી જીવું છું. માની લો કે, કદાચ સરકાર તમારા વીસ લાખ રૂપિયા લઈ લે છે, તો પણ તમારી પાસે તો ત્રીસ લાખ બચે છે ને. ત્રીસ લાખ રૂપિયા કોને કહેવાય? ત્રીસ લાખ રૂપિયાનું દર મહિને ત્રીસ હજારનું વ્યાજ થાય. તમે જ્યારે ચુકાદામાંથી છૂટી જાવ અને વીસ લાખનો દંડ ભરી દો ત્યારે તમે મને બોલાવી લેજો. તમારી જે બચેલી રકમ છે, તેમાંથી તમને એક ક્વાર્ટર અપાવી દઈશું અને બાકીની રકમ બેંકમાં જમા કરી દઈશું. તમને મહિને ત્રીસ હજાર રૂપિયાની આવક થતી રહેશે અને તમે ઘેર બેઠા આનંદ કરશો.” વાત તેમની સમજમાં આવી ગઈ. જ્યારે અમે તેમને પૂછ્યું કે, “મહિનાનો તમારો ખર્ચો કેટલો થાય છે,” તો તેમણે કહ્યું કે, “પાંચ હજાર.” આટલો ખર્ચ કર્યા પછી તમારી પાસે કેટલા બચ્યા રહે છે? પચ્ચીસ હજાર.” અમે કહ્યું કે, “મહિનાના પચ્ચીસ હજાર બચે તો એક વર્ષમાં કેટલા થઈ જશે?” તેમણે કહ્યું, “ત્રણ લાખ રૂપિયા. જો તમે આટલા રૂપિયા સાત આઠ વર્ષ સુધી બચાવો તો કેટલા રૂપિયા થઈ જશે?” તેમણે કહ્યું, “ત્રીસ લાખ રૂપિયા.”

અમે કહ્યું કે, “જો ગવર્નમેન્ટ તમારા વીસ લાખ રૂપિયા લઈ લે તો તમને શો વાંધો છે? તમે એવું ધારી લો કે સાત-આઠ વર્ષથી તમે કશું કમાયા જ નથી. તેઓ હસવા લાગ્યા. પછી અમે તેમને માતાજીની પાસે મોકલી દીધા. અમે પૂછ્યું કે, “શું તમે પાતળી રોટલી ખાવ છો? તમે માતાજીના હાથની રોટલી ખાવ, જાડા થઈ જશો.” તે રાત્રે એમને સુંદર ઊંઘ આવી. લોકોએ પૂછ્યું, “શું તમે એમની પાસે જપ વગેરે કરાવશો?” અમે કહ્યું, “ના.” તેમના ગયા બાદ ઘરના સભ્યના પત્રો આવ્યા કે કોને ખબર તમે કયો મંત્ર ફૂંક્યો છે કે તેઓ એકદમ સ્વસ્થ અને પ્રસન્નચિત્ત છે.”

મિત્રો ! જો આપણા વિચારવાની, જોવાની રીત બદલી નાંખવામાં આવે તો જીવનમાં આનંદ અને ઉલ્લાસ આવી જશે. ત્યારે આખો જીવનક્રમ જ બદલાઈ

જશે. લોકો મૃત્યુ પછી સ્વર્ગનાં, મુક્તિનાં સપનાં જોતાં રહે છે. મર્યા પછી સ્વર્ગ જોવાની ઈચ્છા હું ધારું છું ત્યાં સુધી મારા જેવા પસંદ નહીં કરે. મુસલમાનોના સ્વર્ગ વિશે મેં વાંચ્યું છે કે ત્યાં શરાબની નદીઓ વહે છે, જ્યારે પીવો હોય તો શરાબ, કોગળો કરવા શરાબ, નાહવું હોય તો શરાબ. મુસલમાનોના જન્મતમાં સિત્તેર દૂર અને બોંતેર ગુલામ છે, જે સેવા કરે છે. મિત્રો, આપણને જો આ પ્રકારનું જન્મત મળી જાય તો હું મરી જઈશ. જો કોઈ માણસ રેલગાડીમાં બીડી પીતો હોય, તો હું મારું મોં બારીની બહાર કાઢી લઉં છું, પરંતુ જ્યાં બધા લોકો શરાબ પીતા હોય, એવાં જન્મતમાં જઈ હું શું કરીશ? જે સ્વર્ગમાં દૂરોના, અપ્સરાઓના નાચ-ગાન ચાલતા હોય, એવી જગ્યામાં જવાનું હું ક્યારેય પસંદ નહીં કરું.

હિંદુઓના સ્વર્ગ વિશે પણ અમે વાંચ્યું છે કે ત્યાં ઈન્દ્રનો દરબાર ભરેલો રહે છે અને સવારથી સાંજ સુધી નાચ-ગાન જ ચાલતા રહે છે. એવું સ્વર્ગ જોવાની જરૂર હશે, ખાવાને માટે સારી સારી ચીજ હશે અને ફરવાને માટે મોટરકાર હશે તો હું અશોકા હોટલ, નટરાજ હોટલમાં ચાલ્યો જઈશ. બસ્સો રૂપિયા રોજનો ફ્લેટ લઈશ, પૈસા કમાઈને લાવીશ અને ઘણી મજા કરીશ. જ્યારે આવું સ્વર્ગ મને આ જિંદગીમાં જ ધરતી ઉપર મળી શકે છે, તો પછી હું મરવાની રાહ શું કામ જોઉં. જો આનું જ નામ સ્વર્ગ છે, ખાવા-પીવાની સુવિધા, પહેરવા-ઓઢવાની સુવિધાનું નામ, નાચ-ગાન જોવાનું નામ સ્વર્ગ છે, તો તેવું સ્વર્ગ તો અહીંયાં જ છે. ઓછામાં ઓછો મારા જેવો મનુષ્ય જેણે પરિશ્રમને પ્રેમ કર્યો છે, જેને પરસેવો પાડ્યા વગર ઊંઘ નથી આવતી. જે મનુષ્ય શ્રમ કર્યા વગર, સેવા કર્યા વગર, સહાનુભૂતિ વગર જીવી નથી શકતો, એવું જોયું છે મેં ફક્ત મન. મારે તો એવા સ્વર્ગથી દૂર ભાગવું પડશે અને કહેવું પડશે કે કૃપા કરી મને અહીંથી વિદાય આપી દો. કેમ કે મારે તો ગરીબ, પછાત, અસહાય લોકોની સેવા કરવી છે. (ક્રમશઃ)

ધ્યાન સાધનાના પ્રત્યક્ષ પરોક્ષ અનેક લાભ છે. ધ્યાન સાધનાને જપ સાથે પણ જોડી શકાય છે. પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવે ધ્યાન સાધનાની વિશેષ મહત્તા બતાવી જપ સાથે પણ તેનું સમન્વિત સ્વરૂપ બતાવ્યું છે. સાધનાની પ્રયંડ લહેર દરેક મન મસ્તિષ્કમાં છવાઈ રહી છે. આ સાધના પોતાનો આપમેળે સુધાર કરનારી અને સમસ્ત હિત માટે સાર્થક સત્પરિણામ આપે, એ ઉદ્દેશ્યની પૂર્તિ માટે સાધનાના દરેક પક્ષને સૂક્ષ્મતાથી પારખી તે દિશામાં સુનિશ્ચિતતા સાથે લગી જવું જોઈએ.

યોગ સાધના તથા ઉપચાર પધ્ધતિમાં ‘મેડીટેશન’ (ધ્યાન)ને આજે બહુ મહત્વ આપવામાં આવે છે. રોગ નિવારણ માટે આ પ્રક્રિયાનો વૈજ્ઞાનિકોએ પણ સ્વીકાર કર્યો છે. ધ્યાનની વિશિષ્ટ અદ્ભૂત શક્તિના કારણે તેનો ઉપયોગ જીવન લક્ષ્ય પ્રાપ્તિ, ઈશ્વર પ્રાપ્તિ જેવા મહાન ઉદ્દેશ્યો માટે પણ કરવામાં આવે છે. વિભિન્ન મત-મતાંતરોમાં પણ, વિધિઓમાં, પ્રકારોમાં થોડું ઘણું અંતર ભલે હોય પણ ધ્યાનનો સમાવેશ દરેક પધ્ધતિમાં અવશ્ય છે. ધ્યાનનો એક માત્ર ઉદ્દેશ્ય ભગવાન અને ભક્ત, સ્થૂળ, સૂક્ષ્મ, કારણ શરીરોની ક્રિયા, વિચારણા અને ભાવનાને ઈશ્વરને અર્પણ કરી તેને માત્ર દિવ્ય પ્રયોજનોમાં નિયોજીત રાખવાનો દૃઢ સંકલ્પ કરવાનો છે. સમર્પણનું તાત્પર્ય છે વ્યક્તિગત અને ભૌતિક મહત્વાકાંક્ષાઓની સમાપ્તિ અને તેના સ્થાન પર ઈશ્વર ઈચ્છા તથા અન્ય આદર્શોની પોતાના ઉપર નિયંત્રણ કરનારી સ્થાપના. એ માન્યતાને અંતઃકરણમાં યથાર્થવાદી નિષ્ઠા સાથે સ્થાપિત કરવાને આત્મ સમર્પણ કહે છે. ધ્યાનના માધ્યમથી આ નિષ્ઠાને પરિપક્વ કરવામાં આવે છે. વ્યક્તિગત જીવનમાં કેટલીય વ્યાકુળ-વિચલિત કરનારી ક્ષણ આવે છે, મનઃ સ્થિતિનું મનુષ્ય સમતુલન ખોઈ બેસે છે ન વિચારવાનું વિચારે છે, ન કરવાનું કાર્ય કરે છે. ફળ સ્વરૂપે માનસિક સમતુલન બગડવાથી હાનિ જ હાનિ થાય છે. આવી પરિસ્થિતિઓ શારીરિક-માનસિક અવ્યવસ્થાથી પણ આગળ વધી જાય છે. અસમતુલનને સમતુલનમાં બદલવા માટે ધ્યાન એકાગ્રતાના કુશળ અભ્યાસ સિવાય બીજો કોઈ ઉપાય ન હોઈ શકે. કોઈ કોઈ વાર મન કોપ, શોક, કામુકતા, વિક્ષોભ જેવા ઉદ્દેગોમાં ફસાઈ જાય છે એવી સ્થિતિમાં કંઈ પણ અનર્થ થઈ શકે છે. ઉદ્વિગ્નતાઓમાં ઘેરાયેલું મન થોડાક સમયમાં શંકાશીલ કે ખરાબ સ્તરનું બની જાય છે.

આ દુઃખોથી મસ્તિષ્કને કેવી રીતે ઉગારાય અને

કેવી રીતે તેને સમતુલિત સ્થિતિમાં રહેવાનો અભ્યાસ કરાવવામાં આવે, એનું સમાધાન ધ્યાન સાધનાથી જોડાયેલું છે. મન પર અંકુશ લગાવવા, તેનો પ્રવાહ રોકવામાં સફળતા પ્રાપ્ત કરવી જ ધ્યાનની સફળતા છે. આ સ્થિતિ આવવાથી કામુકતા, શોક સંતાપ, ક્રોધ જેવા આવેશો પર કાબુ મેળવી શકાય છે. આત્મિક પ્રગતિના ક્ષેત્રમાં ધ્યાન સાધનાની તન્મયતા પ્રસૂમ (સૂતેલી) શક્તિઓના જાગરણથી લઈ ઈશ્વર પ્રાપ્તિ સુધીનું મહત્વપૂર્ણ માધ્યમ બને છે. પ્રત્યેકે જપ સાથે ધ્યાન અવશ્ય કરવું જોઈએ નહિં તો માત્ર જપને વ્યંગકારોએ કહ્યું છે-

માલા તો કરમે ફિરે, જીભ ફિરે મુખ માંહિ ।

મનુઆ તો ચહુંદિશિ ફિરે, યહ તો સુમિરન નાંહિ ॥

ભટકતા મનને રોકી ઈષ્ટ સાથે સમર્પણ ભાવ જોડી, એકાકાર જેવી અનુભૂતિ ધ્યાનના માધ્યમથી કરી શકાય છે. પોતાને સ્વચ્છ બાળક માની ગાયત્રી માના ખોળામાં બેસી માતાનું પયપાન અને સ્નેહ દુલાર મેળવવાનું ધ્યાન કરી શકાય છે. સવિતા ગાયત્રી શક્તિના પણ દેવતા છે. ઉગતા સ્વર્ણિમ સવિતા (સૂર્ય)નું ધ્યાન કરી ભાવના કરવી કે સવિતાના સ્વર્ણિમ કિરણો અમારા સ્થૂળ, સૂક્ષ્મ અને કારણ શરીરમાં પ્રવેશ કરી રહ્યા છે. સ્થૂળ શરીર પ્રત્યક્ષ કાયા છે જેનું કેન્દ્ર નાભિ પ્રદેશ છે. સવિતાના કિરણો નાભિ પ્રદેશથી પૂરા અંગ-પ્રત્યંગમાં, અસ્થિ, માંસ, મજ્જા, રક્તમાં પ્રવેશ કરી રહ્યા છે. પૂરું શરીર સ્વર્ણિમ આભામય થઈ રહ્યું છે. અંદરનાં અંધકાર રૂપી વિકાર સ્વર્ણિમ પ્રકાશ પહોંચવાથી દૂર થઈ રહ્યા છે. પોતાનું વ્યક્તિત્વ નીખરી રહ્યું છે. સ્થૂળ શરીરમાં ક્રિયાશીલતા, સક્રિયતા, બલિષ્ઠતા અને પ્રકાશ વૃદ્ધિ થઈ રહી છે. સવિતાના કિરણો સૂક્ષ્મ શરીરના કેન્દ્ર આજ્ઞા ચક્રમાં પ્રવેશ કરી રહ્યા છે. મસ્તિષ્ક પ્રદેશ આ કિરણોનો પ્રવેશ યવાથી પ્રકાશમય થઈ રહ્યો છે. અમે જ્ઞાનવાન થઈ રહ્યા છે, વિવેકશીલતા, દૂરદર્શિતા જાગી રહી છે, બુદ્ધિ, વૈભવની પ્રાપ્તિ થઈ રહી છે તથા સૂક્ષ્મ શરીરમાં તેજ વધી રહ્યું છે. કારણ શરીરનું કેન્દ્ર હૃદય પ્રદેશ છે. હૃદયમાં સવિતાના કિરણોનો પ્રવેશ થઈ રહ્યો છે. ભાવનાઓનો સુધાર થઈ રહ્યો છે. કરૂણા, સંવેદના, શ્રદ્ધા, સદ્ભાવના, સેવાના ગુણ વિકસી રહ્યા છે. કારણ શરીરમાં તેજ વધી રહ્યું છે.

જેવી રીતે સૂર્યોદય સમયે કમળ પુષ્પ ખીલી ઉઠે છે, તેવી રીતે સવિતા ધ્યાન સાધનાથી આત્મસત્તા પ્રકૃત્વિત તથા તરંગિત થાય છે. સવિતા ચેતનાનું ઊર્જા કેન્દ્ર છે. આપણે ધ્યાન સાધનાથી ભૌતિક અને આધ્યાત્મિક લાભ

પણ પ્રાપ્ત કરી શકીએ છીએ. ધ્યાનની લૌકિક જીવનમાં આવશ્યકતા વિષે પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવનું દર્શન ખૂબ જ ઉપયોગી અને મહત્વપૂર્ણ છે. પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવે આપણને બતાવ્યું કે જે શરીરથી જપ કરવામાં આવે છે સર્વ પ્રથમ તેનું ધ્યાન રાખવામાં આવે છે. વગર ધ્યાનના જપ નિરર્થક છે. જે મુખે જપ કરીએ છીએ તેનું ધ્યાન રાખીએ છીએ. મુખથી કોઈને અપશબ્દ નહીં બોલીએ, વાણીનો દુરુપયોગ નહીં કરીએ, સભ્યતા શાલીનતા સાથે મર્યાદિત વાણી બોલીશું, મધુરભાષી બનીશું. બીડી, સિગારેટ, તમાકુ, ગુટકા, શરાબનું સેવન નહીં કરીએ. સાત્વિક આહાર ગ્રહણ કરીશું. શરીરની સ્વસ્થતા પર પૂરેપૂરું ધ્યાન આપવું જોઈએ.

નાકનું ધ્યાન રાખવામાં આવે છે. સ્વચ્છતાનું ધ્યાન રાખીશું. શરીરને શુધ્ધ પવિત્ર રાખીશું. જ્યાં રહીએ છીએ ત્યાં સ્વચ્છતાનું પૂરું ધ્યાન રાખીશું ગંદકી હશે ત્યાં સફાઈ કરીશું. કાનનું ધ્યાન રાખવામાં આવે છે કે કોઈની બુરાઈ નહીં સાંભળીએ, બુરાઈ સાંભળવાથી બુરાઈ વધે છે. જો કોઈ વ્યક્તિ કોઈની બુરાઈ કરે, તેને તેની સારી બાબતો સાંભળાવવી જોઈએ. આંખનું ધ્યાન રાખવામાં આવે છે કે કોઈને બુરી નજરથી જોઈશું નહીં. નારી માત્રને પવિત્ર દૃષ્ટિથી જોઈશું. સારા વિશ્વ બ્રહ્માંડને ઈશ્વરનું સ્વરૂપ માની પ્રાણી માત્રની સેવા કરીશું. હાથોથી શ્રેષ્ઠ કર્મ અને પરોપકાર કરવાનું ધ્યાન રાખીશું તથા પગ મહાપુરુષોના પથ પર ચાલશે. નેકીનો રસ્તો અપનાવીશું. પરિવારનું પણ ધ્યાન રાખવામાં આવે છે. બાળકોને સુસંસ્કાર મળે, રહેણી-કરણી સાદગીપૂર્ણ તથા વેશભૂષા શાલીન રહે. માતા-પિતા બધા વડીલોનું સન્માન કરવાનું શીખવાડો. પરિવારના બધા સદસ્ય એક બીજા પ્રત્યે કર્તવ્ય પાલન કરે. સાસુ વહુને બેટીની માફક રાખે. વહુ સાસુને મા ની જેમ માને, રોજ ચરણ સ્પર્શ કરે. પરસ્પર પ્રેમ સહકારની ભાવનાઓ પરિવારના સુખદ વાતાવરણ માટે આવશ્યક છે. સમાજનું પણ ધ્યાન રાખવું જોઈએ, સામાજિક કુરીતો સમાજ, દેશ અને વ્યક્તિને પીડા પહોંચાડી રહી છે. આ બધી કુરીતોના પાશથી મુક્ત થવાનું છે. વ્યસન-ફેશન પરસ્તીથી અંજાઈ ન જવાય તેનું ધ્યાન રાખવું જોઈએ. આ ધ્યાન પ્રક્રિયાના દર્શનને દૈનિક જીવનમાં ઉતારવું જોઈએ. જીવનનો જ પ્રત્યક્ષ દેવતા તથા જીવનના સુધારને સાચી સિધ્ધિ કહી છે. પોતાના દોષ દુર્ગુણોને છોડી સામાજિક કુરીતો પ્રત્યે સંઘર્ષ કરવો જોઈએ. ત્યારે જપ, તપ સફળ થશે. તપ તો ભસ્માસુરે પણ કર્યું હતું અને ભાગીરથે પણ, પરંતુ એકનું તપ નિરર્થક તથા બીજાનું તપ લોક કલ્યાણકારી સિદ્ધ થયું. સૂરદાસ, તુલસીદાસ, વાલ્મીકિ વગેરે સંતો, ઋષિઓએ પૂર્વ જીવનની પતન-પરાભવની વૃત્તિઓ છોડી

શ્રેષ્ઠ સદ્ગુણ અપનાવવાનું દૈનિક વ્રત લીધું અને સાધનાઓ કરી ત્યારે તે સંસારને જ્ઞાન પ્રકાશ આપવામાં સમર્થ થયા હતા.

પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવે અમને હિમાલયનો આંખે દેખ્યો અહેવાલ સંભળાવ્યો. હિમાલયમાં બે મહાત્મા નિર્વસ્ત્ર રહી તપશ્ચર્યા કરી રહ્યા હતા. બંને મૌન હતા, ગુફામાં રહેતા હતા. પાસે થોડી જમીન હતી. તેનાથી કંદ-મૂળ-ફળ પ્રાપ્ત થતા હતા, જેનાથી જીવન નિર્વાહ ચાલતો હતો. એકવાર બંને મહાત્મા ગરમીના દિવસોમાં ગુફાની બહાર જમીનની સફાઈ કરી રહ્યા હતા. એક મહાત્માએ બીજા મહાત્માની થોડી જમીન પર કબ્જો કરી લીધો. પેલા મહાત્માને ક્રોધ આવ્યો. બંનેનું મૌન યુદ્ધ ઈશારા પરથી આગળ વધી, આ મૌન યુદ્ધ અંદરો અંદર મારપીટ સુધી પહોંચી ગયું. એક મહાત્માએ બીજાની દાઢી ખેંચી કાઢી લોહી વહેવા લાગ્યું. હિમાલયમાં રહેનાર આ બંને મહાત્માઓની આ સ્થિતિ પર પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવે બતાવ્યું કે અધ્યાત્મની પહેલી સીડી આત્મસુધારની ખામીને કારણે આવું થયું. એટલા માટે વારેવારે પોતાના સુધારની વાત કહેવામાં આવે છે.

યુગ નિર્માણ વિદ્યાલયમાં પ્રવેશ

જે પરિજન પોતાના બાળકને યુગ નિર્માણ વિદ્યાલયમાં પ્રવેશ અપાવવા ઈચ્છતા હોય, તેઓ યથાશીઘ્ર આવેદન પત્ર તથા નિયમાવલી વિના મૂલ્યે પત્ર દ્વારા મંગાવી શકે છે. ભરેલ આવેદન પત્ર ૧૫ જૂન સુધી અવશ્ય પહોંચી જવું જોઈએ. પસંદ કરાયેલા વિદ્યાર્થીઓને ૨૭ જૂને રૂબરૂ હાજર રહેવાનું છે. સાક્ષાત્કાર માટે અભ્યર્થિઓને પત્રથી સૂચિત કરવામાં આવશે. જેને બોલાવવામાં આવે, તે જ વિદ્યાર્થી આવે. વિદ્યાર્થીની આયુ ૧૬થી ૧૮ વર્ષ તથા યોગ્યતા હાઈસ્કૂલ (કક્ષા-૧૦) પાસ અનિવાર્ય છે. ઉદંડ, રોગી, અપરાધી તથા વ્યસની બાળકોને પ્રવેશ આપવામાં નહીં આવે.

યુગ નિર્માણ વિદ્યાલય
ગાયત્રી તપોભૂમિ, મધુરા.

ગુણોની વૃદ્ધિ કરવી અને અવગુણોને દૂર કરવા માટે નિરંતર પ્રયત્નશીલ રહેવું જ સાધકનું લક્ષણ છે. સા ધકે દરેક ક્ષણ સજાગ રહી આત્મ નિરીક્ષણ કરતા રહેવું જોઈએ કે ક્યાંક કોઈ પણ વેશમાં અહંતા, લોભ, મોહ અમારી ઊપર સવાર તો નથી થઈ રહ્યા. પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવે બતાવેલ રસ્તા પર ચાલી આપણે સાધનાની ઊંચાઈઓને સ્પર્શી શકીએ છીએ.

પં૦ લીલાપત શર્મા

યુગ નિર્માણ સમાચાર

વિસનગર- “વિશ્વ કલ્યાણ માટે આધ્યાત્મિક પ્રયોગ” શાંતિકુંજ, હરિદ્વાર પ્રેરીત ગાયત્રી પરિવાર દ્વારા ૧૯૯૯ ના વર્ષ ને ‘પ્રખર સાધના વર્ષ’ તરીકે ઘોષીત કરવામાં આવ્યું છે. આ સાધના વર્ષના ઉપક્રમે ગાયત્રી પરિવાર, વિસનગર દ્વારા અખંડ જપ ના કાર્યક્રમો સંપન્ન કરવામાં આવ્યા. પ્રથમ રાઉન્ડમાં વિસનગર તાલુકાના નવ ગામોને આવરી લેવામાં આવ્યા છે. આ બધા ગામોમાં પ્રથમ દિવસે રાતે ધર્મ સભા, બીજા દિવસે સૂર્યોદયથી સૂર્યાસ્ત સુધી જપ તેમજ રાતના દીપયજ્ઞ કરવામાં આવ્યા.

મોરબી- શ્રી ગાયત્રી મંદિર નિર્માણ અર્થે મોરબીમાં શ્રી રામ પારાયણ જ્ઞાનયજ્ઞનું પરસોત્તમ ચોક, મોરબીમાં તારીખ ર૩ માર્ચથી ૩૧ માર્ચ સુધી ભવ્ય આયોજન કરવામાં આવ્યું.

વ્યાસપીઠ ઉપર પીઠડવાળા પૂજ્યપાદ માનસમર્મજ્ઞ પ્રખર મહિલા રામાયણી અ. સૌ. ગીતાબેન પંડ્યા બિરાજયા સંગીત સહાયતા શ્રી પ્રફુલ્લભાઈ ભટ્ટે કરી. મોરબી તાલુકાના ધર્મપ્રેમી ભાઈ-બહેનોએ તન, મન, ધનપૂર્વક સાથ સહકાર આપ્યો.

રાજપીપળા- રાજપીપળા પાસે આવેલ કેવડીયા કોલોની નર્મદા ડેમ યોજનાનું કાર્ય છેલ્લા ચાર વર્ષથી બંધ પડેલ હતું. તેથી ગાયત્રી પરિવાર કેવડીયા કોલોનીના પરિજનોએ શાંતિકુંજ પત્ર લખી જાણ કરી. ત્યાંથી પત્ર આવ્યો કે જો વિરાટ સંસ્કાર મહોત્સવ અને ગાયત્રી મહાયજ્ઞ થાય તો સફળતા વહેલી મળે. ત્યારથી વિરાટ સંસ્કાર મહોત્સવ અને ગાયત્રી મહાયજ્ઞ કરવાના ચક્રો ગતીમાન થયા ભરુચ જીલ્લા, રાજપીપળા, ડભોઈ, નસવાડી, વડોદરા તેમજ બીજા સર્વે પરિજનોના સહયોગથી વિરાટ સંસ્કાર મહોત્સવ સંપન્ન થયો.

યજ્ઞની શરૂઆતમાં શાંતિકુંજના પ્રતિનિધિઓ દ્વારા નર્મદા નિગમના ચેરમેન શ્રી યુગાસમા સાહેબના હસ્તે જ્યાં ડેમ બંધાય છે ત્યાં વિશેષ પુજન કરાવવામાં આવ્યું અને ચાર દિવસના કાર્યક્રમની પૂર્ણાહુતિ પછી ફરીથી નર્મદા ડેમ પર વિશેષ પૂજન શ્રી યુગાસમા સાહેબના હસ્તે કરાવવામાં આવ્યું.

પૂ. ગુરુદેવ અને વંદનીય માતાજીની સુક્ષ્મ પ્રેરણાથી તા. ૧૯-૨-૯૯ એ કોર્ટનો ચુકાદો બાંધ કામ શરૂ કરવાનો આપ્યો અને ડેમનું કાર્ય તાત્કાલીક મુખ્ય મંત્રી શ્રી કેશુભાઈ પટેલના હસ્તે શરૂ થઈ ગયું. આ કાર્યમાં સરકારના પદાધિકારીઓ, કર્મચારીઓ અને નાના મોટા નામી લોકોએ ખૂબ જ સહકાર આપ્યો.

પેટલાદ- આજના કળીયુગમાં માનવી સ્વાર્થ વિના ક્યારેય કોઈપણ કાર્ય કરતો નથી. તેવા સમયે નિઃસ્વાર્થ અને ઊમદા ભાવનાથી યુવાનો ઊજ્જવળ ભવિષ્યના નિર્માણ માટે પ્રયત્નો આદરે ત્યારે સત્યયુગના દર્શન થાય છે. આવું કાર્ય તા. ૧૪-૨-૯૯ ના રોજ સાઈનાથ રોડ, પાસે આવેલ ગાયત્રી મંદિરમાં ગાયત્રી પરિવારના સભ્યોએ કરી

સૌને પ્રભાવિત કર્યા છે.

શિવરાત્રી પર્વ નિમિત્તે અખંડ જપ, યજ્ઞમાં ૧૮૩ જેટલા સાધકોએ એક-એક કલાક સુધી કુલ ૨ લાખ જેટલા વેદમાતા ગાયત્રી મંત્રના જાપ કર્યા હતા. તેમજ સૂર્યોદયથી સૂર્યાસ્ત સુધી અખંડ જાપ બાદ સાંજે ૭ થી ૮ દરમિયાન ગાયત્રી પરિવારની બ્રહ્મવાહિની મહિલાઓએ દીપયજ્ઞનું આયોજન કરી ૨૧મી સદીના સૌને દર્શન કરાવ્યા હતા.

સરભોણ- ગા. પરિ. શાખાના સક્રિય પ્રયાસો દ્વારા આ વર્ષે પણ ધો. ૧૦ અને ૧૨ માં પ્રથમ, દ્વિતીય, તૃતીય વર્ગ પ્રાપ્ત કરનાર વિદ્યાર્થીઓને શાખા તરફથી પૂ. ગુરુદેવના સાહિત્યના સેટ તેમજ રૂ. ૫૧)-, રૂ. ૩૧-૩૧)-, રૂ. ૨૫)નું રોકડ ઈનામ વિતરણ કરવામાં આવ્યું. હાઈસ્કૂલના શિક્ષકો તેમજ સ્ટાફને પણ પૂ. શ્રીનું સાહિત્ય વિતરણ કર્યું. ગાયત્રી પરિવાર શાખાની આવી પ્રવૃત્તિથી ક્ષેત્રમાં મિશનનો ખૂબ જ પ્રભાવ પડ્યો છે.

કડી- પૂ. ગુરુદેવના વિચારો માટે શ્રેષ્ઠ જ્ઞાનયજ્ઞ આજકાલ અનેક મિશનરી ધર્મ પ્રચાર માટે પ્રમુખ પુસ્તકો વિના મૂલ્યે વિતરણ કરે છે. આની આંતરિક પ્રેરણા થતાં શ્રી અમૃતભાઈ પ્રજાપતિએ વિદ્યાર્થીઓનું નિર્માણ શિક્ષકો કરે તેમજ શિક્ષણ સાથે વિદ્યા (પેકેટ સાઈઝ) પુસ્તકોનું હજારોની સંખ્યામાં ફી પ્રચારાર્થે વિતરણ કરી આ મિશનનો સંદેશ જન-જન સુધી પહોંચાડ્યો. આવી ઉત્તમ પ્રયત્નરૂપી શ્રદ્ધાને હાર્દિક અભિનંદન.

સંતરામપુર- તાલુકા ગાયત્રી પરિવાર સંગઠન તથા ગાયત્રી શક્તિપીઠના વરિષ્ઠ પરિજનો માં મુખ્ય કાર્યકર્તા શ્રી રામજીભાઈ ગરાસીઆની સાથે શ્રી બાબુભાઈ નીનામા શ્રી ચીમનલાલ, અશ્વીનભાઈ ગેમાભાઈ ભગોરા રમેશભાઈ પ્રજાપતિ રચનાત્મક પ્રકોષ્ઠ (ઋચ્યા)ના તા. ૨૫-૩-૯૯ થી ૩૦-૩-૯૯ ના પ્રશિક્ષણ સત્રમાં ભાગ લઈ. વળતાં ગાયત્રી તપોભૂમિનાં દર્શન અને વ્યવસ્થાપકશ્રી પૂજ્ય પડીત લીલાપત શર્માજીની મુલાકાત લીધી અને દિવ્ય પ્રેરણા-માર્ગદર્શન પ્રાપ્ત કરી પૂ. શ્રીના સાંનિધ્યમાં ગુરુદેવની વિચારધારા ને ગામડે-ગામડે પ્રસારીત કરવા નવા ૨૪૦૦ યુગ શક્તિ ગાયત્રીના સદસ્ય બનાવવાની પ્રેરણા શિરોધાર્ય કરી સંકલ્પ કર્યો. પ્રજા પુરાણ કથા તથા ગાયત્રી શક્તિપીઠ પ્રાણ પ્રતિષ્ઠા વખતે ૩ લાખ રૂ.નું યુગ સાહિત્ય વિક્રય થયેલ છે એક ઐતિહાસિક સફળતા મળી છે.

મોરબી-રામાવતારની ખીસકોલીનો ઉત્સાહ-

સક્રિય પરિજન શ્રી વિઠ્ઠલભાઈ ડી પડસુંબીયાનાં ૧૦ વર્ષનાં સુપુત્ર ચિરંજીવી માસ્ટર કુલદીપે તેમના ઘરે નાના બાળકોની ગાયત્રી પ્રાર્થનાનો કાર્યક્રમ શરૂ કરેલ છે. માસ્ટર કુલદીપ દરરોજ તેના ઘરે સોસાયટીનાં બધા જ બાળકોને ભેગા કરી દેવમંચ ગોઠવી, દિપ પ્રગટાવી ગાયત્રી ચાલીસા, ગાયત્રી માતા-ગુરુદેવનું આવાહન, ૨૪ ગાયત્રી મંત્ર જપ, ગુરૂવંદના, ગીત, આરતી, જયઘોષ બોલે છે. આખી સોસાયટીમાં સંસ્કારનું વાતાવરણ ફેલાવેલ છે. સોસાયટીનાં બધા લોકો માસ્ટર કુલદીપની પ્રવૃત્તિને બીરદાવેલ છે. □

માં મને તારા ખોળામાં રમવા દે.

તારા ખોળામાં મને રમવા દે, માં મને તારા ખોળામાં રમવા દે.

મારા પાપોનો એકરાર કરવાદે, માં મને તારા ખોળામાં રમવા દે.

માતા ગાયત્રી તું તો જગની જનેતા, ઋષિ-મુનિ-દેવો તારું નામ જ લેતા.

મારી દૃષ્ટિને નિર્મળ બનાવી દે, માં મને તારા ખોળામાં રમવા દે.

યુગ સંધિની ઘડી આવી છે, ભાગ્ય બદલવાની ચાવી જડી છે.

ચાવીનો ઉપયોગ કરવા દે, માં મને તારા ખોળામાં રમવા દે.

લોભ અને મોહથી ઊંચે ઊઠીને, દુઃખી મનુજતાના આંસૂ લૂછીને

આવું દિવ્ય કર્તવ્ય મને કરવા દે, માં મને તારા ખોળામાં રમવા દે.

ઘરતી બને સ્વર્ગ એવી ઈચ્છા તમારી, દેવ બને મનુજ એવી ઈચ્છા તમારી,

તારી મરજી પ્રમાણે મને ચાલવા દે, માં મને તારા ખોળામાં રમવા દે.

શાંતિને સમતાનો સંકલ્પ તમારો, પ્રેમ અને મમતાનો સંકલ્પ તમારો,

સંકલ્પને સાકાર કરવા દે, માં મને તારા ખોળામાં રમવા દે.

તું મારી માત છે ને હું તારો બાળછું, રસ્તો ભૂલેલો પણ હું તારો બાળ છું,

તારા પાલવનો આધાર લેવા દે, માં મને તારા ખોળામાં રમવા દે.

દોલતસિંહ કુંવારદિયા

કુંવારદા

