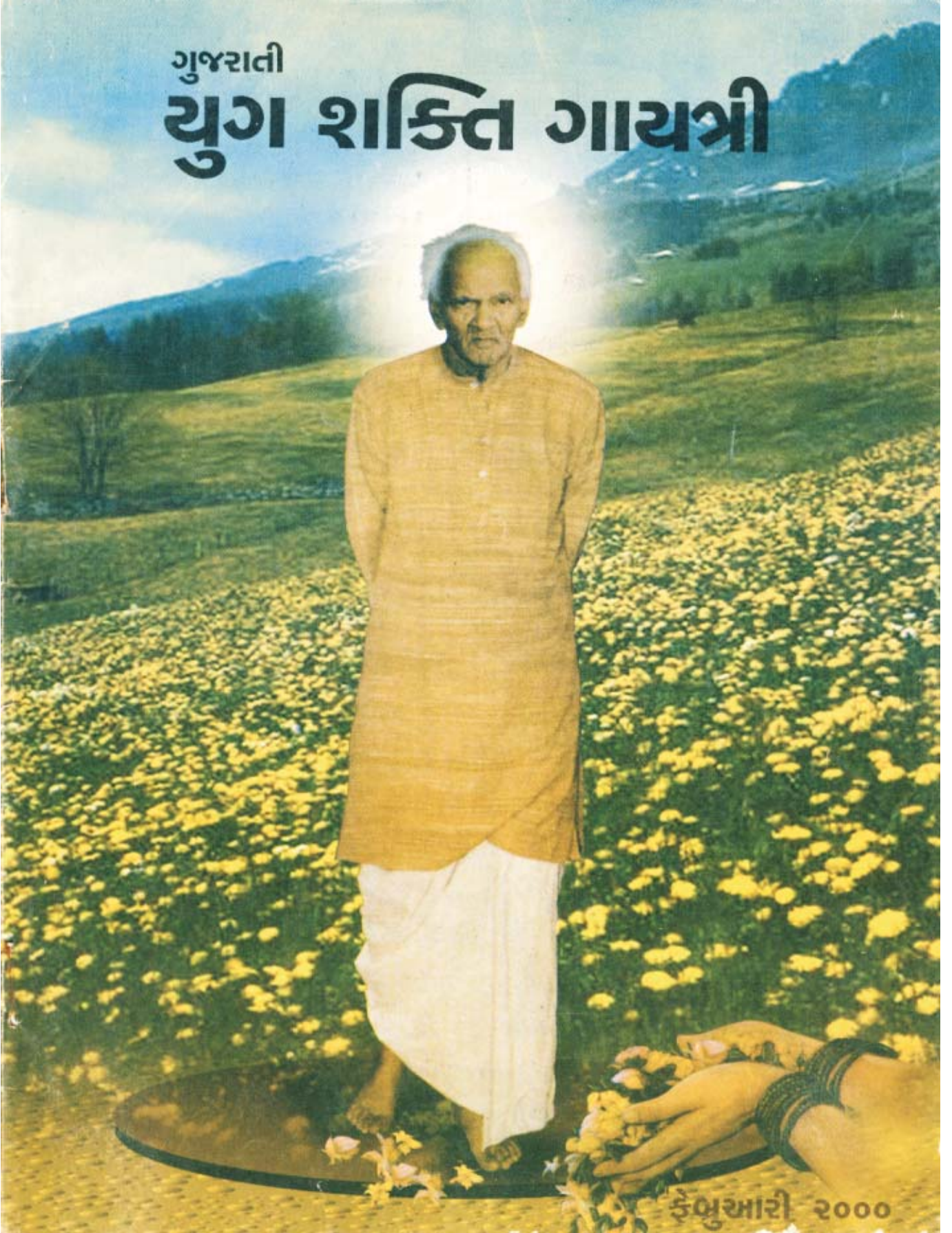


ગુજરાતી યુગ શક્તિ ગાયત્રી



અનુક્રમણિકા

<p>૧. આયુર્વેદના મને આપનું સ્વાસ્થ્ય : આપણી રાત્રિચર્યા કેવી હોય ?</p> <p>૨. આવો ! આપણે પણ યુગજ્યોતિનો સ્પર્શ મેળવીએ</p> <p>૩. વિશ્વાસ ન રાખીએ તો પણ મંત્ર ક્ષણ આપે છે</p> <p>૪. યુગગીતા-૭ : પરમાત્મસત્તામાં જે અધિષ્ઠિત હોય તે જ સ્થિતપ્રજ્ઞ છે</p> <p>૫. મનુષ્યથી મહાન બીજું કશું જ નહીં</p>	<p>૨</p> <p>૪</p> <p>૫</p> <p>૮</p> <p>૧૪</p>	<p>૬. જીવન જીવવાની કળા શીખીએ</p> <p>૭. સમગ્ર જીવન જ સાધના બને</p> <p>૮. સફળ અને સંતુષ્ટ જીવન</p> <p>૯. હસો અને જીવનને મધુમય બનાવો</p> <p>૧૦. વાત માત્ર વલણ બદલવાની જ છે</p> <p>૧૧. એક યુગસૈનિકનું પ્રશંસનીય કાર્ય</p> <p>૧૨. પરમપૂજ્ય ગુરુદેવની અમૃતવાણી : જો વાસંતી ઉમંગ-ઉલ્લાસ જીવનમાં આવે...</p> <p>૧૩. આત્મીય અનુરોધ</p>	<p>૧૮</p> <p>૨૨</p> <p>૨૬</p> <p>૩૦</p> <p>૩૪</p> <p>૩૮</p> <p>૪૩</p> <p>૪૭</p>
--	---	--	---

પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવના આધ્યાત્મિક જન્મ દિન વસંત પર્વ પ્રસંગે યુગ ઋષિનાં ચરણ કમળમાં શત્-શત્ વંદન.

મહાપૂર્ણાહુતિનું દ્વિતીય ચરણ

વસંત પર્વ ૧૦ ફેબ્રુઆરી ગુરુવારે બધી જ શાખા, શક્તિપીઠ, પ્રજ્ઞાપીઠ તેમજ ૩ ડીસેમ્બર ના રોજ થયેલ બધા જ સ્થાને સાંજે દીપ યજ્ઞ સંપન્ન થશે. સભ્ય સમાજના નિર્માણ માટે વિભિન્ન પ્રતિભાઓ દ્વારા સંકલ્પ લેવામાં આવશે. આ પૂર્વે ગામ-શહેરમાં એક શોભાયાત્રા સાથે મહાપૂર્ણાહુતિના વિચાર સ્વરૂપની રૂપરેખા-પ્રદર્શની બનાવવામાં આવશે.

પત્રાચાર પાઠ્યક્રમ

પાછલા કેટલાક મહિનાઓમાં પત્રાચાર પાઠ્યક્રમ “જીવન જીવવાની કલા”નું પ્રશિક્ષણ લગભગ ૧૫-૨૦ હજાર વ્યક્તિઓએ લીધું. પત્રાચાર કાર્યક્રમ ખૂબ જ પ્રશંસા પામી રહેલ છે. ગાયત્રી જ્ઞાનપીઠ જુનાવાડવ અમદાવાદથી પત્રાચાર પાઠ્યક્રમ સફળતાપૂર્વક ચાલી રહેલ છે. આપ અમદાવાદનાં સરનામે પત્ર લખી પત્રાચાર પાઠ્યક્રમનો લાભ લેશે.

ॐ ભૂર્ભુવઃ સ્વઃ તત્સવિતુર્વરેણ્યં ભર્ગોદેવસ્ય ધીમહિ ધિયો યો નઃ પ્રચોદયાત્ ।

યુગ શક્તિ ગાયત્રી

: સંસ્થાપક/સંરક્ષક :

વેદમૂર્તિ, તપોનિષ્ઠ યુગદેષ્ટા
પં. શ્રીરામ શર્મા આચાર્ય
અને

માતા ભગવતી દેવી શર્મા

: સંપાદક :

પં. લીલાપત શર્મા

સહ સંપાદક :
દાનશ્યામ પટેલ

: કાર્યાલય :

ગાયત્રી તપોભૂમિ,
મથુરા - ૨૮૧ ૦૦૩

: ટેલિફોન :

(૦૫૬૫) ૪૦૪૦૦૦, ૪૦૪૦૧૫

વાર્ષિક લવાજમ : ૪૫ રૂપિયા

આજીવન લવાજમ : ૫૦૦ રૂપિયા

વિદેશનું લવાજમ

વાર્ષિક : ૧૦ પાઉન્ડ/૧૫ ડોલર/

૪૦૦ રૂપિયા

આજીવન : ૧૦૦ પાઉન્ડ /

૧૫૦ ડોલર / ૪૫૦૦ રૂપિયા

વર્ષ - ૩૦ અંક - ૨

પ્રકાશન તારીખ ૨૫-૧-૨૦૦૦

ફેબ્રુઆરી - ૨૦૦૦

જીવનસાધના - એક નવદ ધર્મ

આ જીવનસાધના નવદ ધર્મ છે. તેનાં પ્રતિક્ષણ પ્રાપ્ત કરવા માટે લાંબા સમય સુધી પ્રતીક્ષા કરવી પડતી નથી. આ માર્ગ પર ચાલતાં દરેક પગલે 'આ હાથથી આપો અને એ હાથથી લો'નો રોકડિયો સોદો ફલિત થતો રહે છે. એક ડગલું આગળ વધવાથી મંજિલનું અંતર એટલા જ ફૂટ ઓછું થાય છે, સાથે જ જે પછાતપણું હતું તે પણ પાછળ રહી જાય છે. આ રીતે જીવનસાધના જો તથ્યપૂર્ણ, તર્કસંગત અને વિવેકપૂર્ણ સ્તર પર કરવામાં આવી હોય તો તેનાં ફળ બન્ને રૂપોમાં હાથોહાથ મળતાં રહે છે. પહેલો લાભ તો એ થાય છે કે પશુપ્રવૃત્તિઓનો અભ્યાસ છૂટી જાય છે અને ખરાબ વાતાવરણને કારણે ચઢેલા દોષદુર્ગુણો ઘટે છે. બીજો લાભ એ થાય છે કે નરપશુમાંથી દેવમાનવ બનવાની વિધિ-વ્યવસ્થા સાચી રીતે થઈ જાય છે. બીજાઓની સાથે પોતાને પણ અનુભવ થતો રહે છે કે વ્યક્તિત્વ નિરંતર ઉચ્ચસ્તરીય બની રહ્યું છે. ઉત્કૃષ્ટતા અને આદર્શવાદની જ ઉપલબ્ધિઓ સતત પ્રાપ્ત થઈ રહી છે. આ જ એ ઉપલબ્ધિ છે જેને જીવનની સાર્થકતા, સફળતા કહીએ છીએ. તત્ત્વજ્ઞાનની ભાષામાં આને જ ભવબંધનોથી મુક્તિ, પરમસિદ્ધિ અને કૈવલ્યપ્રાપ્તિ કહેવામાં આવે છે.

આપણી રાત્રિચર્યા કેવી હોય

આપણા આયુર્વેદના પ્રણેતા ઋષિઓ રોજિંદા જીવનના સ્વાસ્થ્યસંબંધી જે સૂત્રો આપી ગયા છે એમાં રાત્રિચર્યા પણ એક મહત્વપૂર્ણ પ્રસંગ છે. શયનવિધિ વિશે આયુર્વેદ કહે છે કે રાત્રે સૂતા પહેલાં વસ્ત્રોની સ્વચ્છતાનું વિશેષ ધ્યાન રાખવું જોઈએ. જે વસ્ત્રો આખો દિવસ પહેર્યા હોય એ જ પહેરીને સૂવું સ્વાસ્થ્ય માટે હાનિકારક છે. સૂતા પહેલાં વસ્ત્રો બદલી લેવાનું તથા અંગો પર દબાણ ન આવે તેવાં વસ્ત્રો પહેરવાની જોગવાઈ આયુર્વેદમાં કરવામાં આવી છે. એવી જ રીતે પથારી પણ સ્વચ્છ હોવી જોઈએ. બધાના ઓઢવા અને પાથરવાનાં વસ્ત્રો જુદાં જુદાં હોવાં જોઈએ.

આયુર્વેદ કહે છે કે ઋતુપરિવર્તન મુજબ પથારીનાં વસ્ત્રો હોવાં જોઈએ. વધુ પોચાં અને ડનલોપની ગાદી કરતાં રૂની ગાદીનો પ્રયોગ સારો છે. ઉનાળા અને ચોમાસામાં ગાદી કરતાં શેતરંજનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ. ખાટલામાં સૂવા કરતાં તખત પર સૂવું સ્વાસ્થ્ય માટે લાભદાયક છે. બને ત્યાં સુધી બીજાની પથારીનો ઉપયોગ કરવો નહિ. એનાથી ચેપી રોગ ફેલાવાનો ડર હોય છે. સુશુભમાં આ સંબંધે એક વર્ણન ખૂબ જ સામયિક છે.

પ્રસંગાત્ ગાત્ર સંસ્પર્શાન્તિ શ્વાસાત્સહભોજનમ્ ।
સહશય્યાં સતાચ્યાપિ વસ્ત્રમાલ્યાનુ લેપનમ્ ॥
કુર્ષ્ઠં જવસ્ય શોથશ્ચ નેત્રાભિષ્ચન્દ એવ ચ્ ।
ઔપસર્ગિક રોગાશ્ચ સંકામન્તિ નરાન્તરમ્ ॥

અર્થાત્ મૈથુન, અંગસ્પર્શ, નિશ્વાસ, સહભોજન, સાથે સૂવું અને બેસવું, વસ્ત્ર, માળા અને અનુલેપન દ્વારા કોઠ, જ્વર, સોજા, નેત્રાભિષ્ચન્દ તથા ઔપસર્ગિક (ગરમી, સૂજક વગેરે) રોગ મનુષ્ય દ્વારા મનુષ્યમાં ફેલાય છે.

એક જ પથારીમાં સૂવાથી ઊંધ પણ સારી આવતી

નથી. તેથી દરેકની પથારી જુદી જ હોવી જોઈએ. સૂવાનો ઓરડો હવાદાર હોવો જોઈએ. બારી વગેરે બંધ કરીને સૂવું સ્વાસ્થ્ય માટે નુકસાનકારક છે. હવાની અવરજવર તથા કોસ વેન્ટીલેશન વગેરેનું પૂરતું ધ્યાન રાખવું જોઈએ. ઘણા એવા કિસ્સાઓ જાણવા મળે છે કે જ્યારે ઠંડીના દિવસોમાં બારીઓ વગેરે બંધ કરી કોલસાની સગડી સળગાવીને સૂઈ જનારાઓ. ‘કાર્બન મોનોક્સાઈડ’ના ધીમા ઝેરથી કાયમની ઊંધમાં સૂતા જોવા મળ્યા છે. હવાદાર ઓરડામાં સૂવાનો સૌથી મોટો લાભ એ થાય છે કે શ્વાસરોગ તેમજ ઋતુસંધિકાળમાં તાવ, સળેખમ વગેરે તકલીફો થતી નથી.

ચરક ઋષિ કહે છે –

રાત્રિસ્વભાવપ્રભવા મતા યા
તાં ભૂતધાત્રીં પ્રવદન્તિ નિદ્રામ્ ॥

અર્થાત્ રાત્રિસ્વભાવને કારણે ઉત્પન્ન થતી જે રાત્રિની નિદ્રા હોય છે તેને વિશેષજ્ઞો ભૂતધાત્રી કહે છે. ભૂતાને પ્રાણિનો દધાતિ પુષ્કાતિ ઈતિ ભૂતધાત્રી (ચક્રપાણી) અર્થાત્ રાતની નિદ્રાથી સૌથી વધુ લાભ થતો હોવાથી તેને ભૂતધાત્રી કહે છે. ધાત્રી જે રીતે બાળકોનું પાલનપોષણ કરે છે તે જ રીતે નિદ્રા પણ પ્રાણીઓનું પોષણ કરે છે.

રાતે જ સૂવામાં આવે અને દિવસે પથારીમાં પડી ફક્ત આરામ કરવામાં આવે તે વિશે આપણા આયુર્વેદના જ્ઞાતાઓનો એક મત છે. તેઓ કહે છે કે રાતની ઊંધ પિત્તનાશક હોય છે જ્યારે દિવસની ઊંધ કફ કરનારી હોય છે. આજે જીવનની આખી પદ્ધતિ જ પલટાઈ ગઈ છે. મોટાભાગના લોકો કારણ વગર રાત્રે મોડે સુધી જાગે છે અને પછી દિવસે મોડે સુધી સૂતા રહે છે. મહાભારતમાં વેદવ્યાસ કહે છે કે રાતના પ્રથમ બે પ્રહર નિદ્રાસેવન કરી અંતિમ પ્રહરમાં જાગીને મનુષ્યે ધર્મ

અર્થનું અર્થચિંતન કરવું જોઈએ. રાતના દસ વાગ્યાથી પરોઢના સાડા ત્રણથી ચાર વાગ્યા સુધીના સમયને મહાનિશા કહેવામાં આવી છે. આ સમયે ઊંઘ લેનાર વ્યક્તિ સુખદાયક રોગનાશક ઊંઘ લે છે. આ એક ધ્રુવ સત્ય છે. આવી વ્યક્તિનો કાયાગ્નિ પ્રદીપ્ત થાય છે અને તે યોગ્ય માત્રામાં આહાર ગ્રહણ કરી તેને પચાવી લે છે, એ આહાર તેના શરીર માટે પરમ પુષ્ટિદાયક બની જાય છે.

આયુર્વેદમાં નિદ્રા અને સ્વપ્નનો ખૂબ જ ઘનિષ્ઠ સંબંધ બતાવવામાં આવ્યો છે. ચરક કહે છે – “ગાઠ નિદ્રા ન આવે તે મનુષ્ય ઈન્દ્રિયોના સ્વામી મન દ્વારા સફળ તથા નિષ્ફળ એવાં જાતજાતનાં સ્વપ્નો જુએ છે. આયુર્વેદ અનુસાર જાતજાતનાં કઠંગા સ્વપ્ન શરીરને

પરિપૂર્ણ આરામ કરવા દેતાં નથી કે મન પણ શાંત થતું નથી. આવાં સ્વપ્નોને લીધે જ અતૃપ્ત શુભ મન જન્મ લે છે. જેઓ શારીરિક મહેનત કરે છે તેઓ ગાઠ નિદ્રા લે છે, તેમને ચિત્ત ઉદ્વિગ્ન કરનારાં સ્વપ્નો સતાવતાં નથી. આયુર્વેદમાં સાત પ્રકારનાં સ્વપ્ન બતાવવામાં આવ્યાં છે. એમાંથી પાંચ પ્રકારનાં સ્વપ્નો વ્યર્થ બતાવવામાં આવ્યાં છે. બાકીનાં અર્થ આપનાર, પૂર્વાભાસ કરાવનાર તથા શુભફળ લાવનાર હોય છે. શાસ્ત્ર કહે છે કે રોગગ્રસ્ત, શોકગ્રસ્ત, ચિંતાગ્રસ્ત કામાર્ત અને બેભાન વ્યક્તિએ જોયેલાં સ્વપ્નો નિરર્થક હોય છે.

નિદ્રાવિજ્ઞાન પોતે જ એક સ્થાપિત વિદ્યા છે. જો એને આયુર્વેદના પરિપ્રેક્ષ્યમાં સમજવામાં આવે તો રોગોથી બચી શકાય છે.

પ્રાચીનકાળની વાત છે. દુર્દાંત દૈત્યોએ એકસાથે સગા ભાઈઓના રૂપમાં જન્મ લીધો. માયાનગરી જેવાં એમણે જાદુભર્યાં ત્રણ નગરો બનાવ્યાં. બધા સંસારવાસી આ માયાથી ભ્રમિત થઈ ગયા, ધર્મનો લોપ થઈ ગયો અને અધર્મની વિજયદુદ્ધંભિ વાગવા લાગી. ધર્મે પ્રજાપતિને વિનંતિ કરી. એ માટે પ્રજાપતિએ મહાકાલ ભગવાન શંકરને નિયુક્ત કર્યા કેમ કે તેઓ જ પરિવર્તનોના અધિષ્ઠાતા દેવતા છે. ભગવાને આખી વાત સાંભળી અને સમજી લીધી. ત્રણ પુર વસાવનાર એ દૈત્ય જોકે જુદા-જુદા દેખાતા હતા, પરંતુ હકીકતમાં તેઓ પૂર્ણપણે એકબીજામાં ભળી ગયા હતા. એમને વરદાન મળ્યું હતું કે તેઓ જ્યારે મરશે ત્યારે એકસાથે એક જ શસ્ત્રથી મરશે. મહાકાળે આ સ્થિતિ જોઈ ત્રિશૂળ બનાવ્યું જેમાં એક જ શસ્ત્ર પર ત્રણ મુખ હોવાને કારણે તે ત્રણ દૈત્યોનો એકસાથે સંહાર કરી શકતું હતું. એમણે પૂરા વેગ સાથે ત્રિશૂળનો પ્રહાર કરી ત્રણ દૈત્યોની શક્તિને નષ્ટ કરી દીધી. ધર્મની જીત થઈ. મહાકાળના આ વિજયનું સર્વત્ર સ્વાગત થયું અને આ વિજયના પ્રસંગે એમને ત્રિપુરારિ કહેવામાં આવ્યા.

આ ત્રિપુરીઓ છે – ૧. લોભ ૨. મોહ ૩. અહં. નીતિનો વિચાર કર્યા વિના બિનજરૂરી સંગ્રહ, ઈન્દ્રિયોના અસંયમ અને એશઆરામની વૃદ્ધિરૂપી વ્યામોહ તથા થોડીક વ્યક્તિઓને જ પોતાના માનવાનો મોહ, પોતાની શુદ્ર સત્તા પર અહંકાર અને ઉદંડ મહત્વાકાંક્ષાઓ જ એ ભવબંધનો છે જેમાં સામાન્ય લોકો મધના લોભમાં લપટાયેલી મધમાખીઓની જેમ ફસાયેલી અને તડપતી જિંદગી વિતાવે છે.

વિવેકશીલ પ્રજ્ઞાવાન પોતાની અંદર આદર્શવાદી દૂરદર્શિતા વિકસિત કરી આ ત્રણ રિપુઓ સાથે સંઘર્ષ કરે છે તથા પ્રચંડ પુરુષાર્થ દ્વારા ધર્મની પુનઃસ્થાપનામાં મહત્વપૂર્ણ ફાળો આપે છે.

આવો ! આપણે પણ યુગજ્યોતિનો સ્પર્શ મેળવીએ

ચોતરફ હાહાકાર, રોકકળ ચારે તરફ અંધકાર જ અંધકાર. સાધનો ઘણાં, શક્તિ ઘણી પરંતુ અંધકારમાં તેનો ઉપયોગ કેવી રીતે થાય ? જેમણે જે જોઈએ તેને બદલે બીજું જ લઈ રહ્યા છે. જેમની પાસે કંઈક આપવા જેવું છે એમને ખબર નથી કે કોને આપવાનું છે. દરેક કાર્ય માટે દરેક વસ્તુ, પરંતુ એથી શું, બધું જ ઠેકાણા વગરનું. તો અનર્થ થશે જ. કારણ છે અંધકાર. આ અંધકારને દૂર કરો, એને બહાર કાઢો, ચારે તરફ એ જ ચીસો. અમને બધી તરફથી એણે ઘેરી રાખ્યાં છે.

એક નાનકડો દીવો હત્યો. ક્યાં છે અંધકાર ? બધી તરફથી અવાજ આવ્યો — અહીં, અહીં. દીવો પહોંચ્યો અને પૂછ્યું, ક્યાં ? જવાબ મળ્યો — દરેક જગ્યાએ. દીપકે કહ્યું, “પરંતુ હમણાં તો કહી રહ્યા હતા કે અહીં ! પણ અહીં તો ક્યાંય નથી.” લોકોએ ચોતરફ જોયું તો બધી સ્થિતિ સ્પષ્ટ દેખાવા લાગી. પોતાની વાત સાચી સાબિત ન થતાં બધા દીપક પર જ બગડી ગયા, તમે અમને જૂઠાં સાબિત કરવા આવ્યા છો. અમારા ધા જુઓ, અમારી હાલત જુઓ, આ શું અંધકાર વિના સંભવ છે ? દીપક શાંતભાવે બોલ્યો, તમને જૂઠા પાડવાનો નહિ પણ સત્ય સમજાવવાનો વિચાર છે, પરંતુ જે સમજે તેને જ સમજાવું. તમે પોતાના ધા જોઈ લીધા, એમાં મલમ લગાવો, હું બીજા સ્થળે જોઉં.

દીપક દરેક અવાજ પર ગયો પરંતુ અંધકાર ક્યાંય ન મળ્યો. બધી જગ્યાએ એ જ વાત દોહરાવવામાં આવી. લોકોએ જોયું, અરે સાચે જ દીપક પહોંચતાં જ અંધકાર ભાગી જાય છે. જ્યાં દીપક હોય છે ત્યાં સાફ દેખાવા લાગે છે. દીપકની ચારે તરફ ભીડ જામી ગઈ. બધાં પ્રસન્નચિત્તે પોતપોતાનું કામ કરવામાં લાગી ગયા.

એકે પૂછ્યું — અંધકાર કોણે ભગાડ્યો ? જવાબ મળ્યો — આ જ્યોતિએ. એક બોલ્યો — તો અમને

જ્યોતિ આપી દો, અમારા ઘરે લઈ જઈશું. બીજો બોલ્યો — ના, મને આપી દો અને મને આપો, મને આપોનો શોર વધી ગયો. દીપકે કહ્યું — જ્યોતિ બધાની સાથે જઈ શકે છે, પરંતુ તેની એક શરત છે, કિંમત છે. લોકો આનંદથી બોલી ઊઠ્યાં — “અમે કિંમત આપીશું, શરત પૂરી કરીશું, જ્યોતિ લઈશું.”

તો સાંભળો, જ્યોતિ દિવેટ પર રહે છે પરંતુ એ સ્નેહસિક્ત હોવી જોઈએ અને હા, એને ધારણ કરવા માટે એવું પાત્ર કે જે સીધું રહી શકે અને સ્નેહ પોતે જ પી ન લે. આ બધું કરી શકો તો પછી જ્યોતિ પ્રાપ્ત કરવાની તૈયારી કરો. કેટલાકે સાર્થક પ્રયાસ કર્યો તો દીપકે એને સ્પર્શ કર્યો. તેઓ પ્રકાશિત થયા અને તેઓ જતા રહ્યા. બાકીના ફરિયાદ કરતા રહ્યા.

આજે પણ દરેક વ્યક્તિ માટે કંઈક એવો જ અવસર છે. યુગજ્યોતિ આપણામાંથી દરેકને આહવાન કરી રહી છે. પરંતુ આપણે જ એવા છીએ કે લાભ મેળવવાનો પ્રયત્ન ઓછો અને ફરિયાદો વધુ કરી રહ્યા છીએ. સારું તો એ છે કે એને માટે જીવનમાં સાધન ભેગાં કરીએ, યુગ જ્યોતિના સંપર્કમાં આવવાની સાધના કરીએ. પછી યુગજ્યોતિનો સ્પર્શ પ્રાપ્ત થતાં જ જીવનમાં અંધકાર શોધવા છતાં પણ નહિ મળે.

ખિસકોલી પૂંછડીથી ધૂળ લાવતી અને સમુદ્રમાં નાખી આવતી. વાનરોએ પૂછ્યું—દેવી ! તમારી પૂંછડીની માટીથી સમુદ્રનું શું બગડી જશે ? તે જ વખતે પહોંચેલા ભગવાન રામે તેને પોતાના ખોળામાં લઈને કહ્યું કે વાનરો ધૂળના એક એક કણથી એક એક ટીપું પાણી સૂકવી નાખવાનો મર્મ સમજો. આ ખિસકોલી ચિરકાળ સુધી સત્કર્મમાં સહયોગના પ્રતીક રૂપે પૂજાતી રહેશે.

વિશ્વાસ ન રાખીએ તો પણ મંત્ર ફળ આપે છે

વિશ્વાસ રાખીએ કે ન રાખીએ; અગ્નિ પાસે બેસવાથી ગરમી લાગશે જ, સ્પર્શ કરવાની કોશિશ કરીએ તો બાળશે પણ ખરો. તડકામાં બેસીએ તો શરીર ગરમ થશે. બરફનો સ્પર્શ કરીએ તો ઠંડક લાગશે. તેજ ધારનો સ્પર્શ કરીએ અને તેના પર દબાણ આપીએ તો ચામડી કપાશે અને માંસ છોલાઈ જશે. આ પ્રક્રિયાઓમાં વિશ્વાસ રાખવો જરૂરી નથી. પ્રત્યક્ષને પ્રમાણની શી જરૂર એ કહેવતના આધારે વસ્તુ કે શક્તિનો પ્રભાવ એક વખત સિદ્ધ થઈ જાય તો તેની પુષ્ટિ માટે પ્રમાણ ભેગાં કરવાં નથી પડતાં. મંત્રોની શક્તિના સંબંધમાં જ પ્રમાણ કેમ પ્રસ્તુત કરવામાં આવે છે ? જો એમનો પ્રભાવ હોય તો વિશ્વાસની શરત કેમ રાખવામાં આવે છે ? વિશ્વાસ વગર જપ કરીએ તો શું ફળ નહીં મળે ?

એક સાધક પૂછે છે કે વિશ્વાસ જ ફળદાયક છે તો કોઈ વિશિષ્ટ મંત્ર જ જપવો કેમ જરૂરી છે ? ઓમ્નો જપ કરવાથી ચિત્ત શાંત થાય છે. ફક્ત વિશ્વાસ જ ફળદાયી છે તો 'ઓમ્'ની જગ્યાએ 'કોક' અથવા 'પેપ્સી' શબ્દ પ્રત્યે જ વિશ્વાસ સ્થિર કરી લેવામાં આવે તો એ જપ પણ ઓમ્ જેવો જ પ્રભાવશાળી સિદ્ધ થશે. એ સાચું છે કે મંત્રમાં ફક્ત વિશ્વાસ જ ફળદાયક હોતો નથી. જપસાધનામાં ફક્ત બળ પેદા કરવા માટે તેનું મહત્વ છે. વિશ્વાસ થાય કે લક્ષ્ય સાધીને છોડવામાં આવેલ બાણ એને વીંધી દેશે તો ધનુષ્યની દોરીના ખેંચાણમાં બળ આવશે. નિશાન સારી રીતે સધાશે. વિશ્વાસ થાય કે અગ્નિ પર રાખવામાં આવેલ રોટલી પાકી જશે અને ભોજન તૈયાર કરવાની પ્રક્રિયા વ્યવસ્થિત રીતે ચાલી શકશે. વિશ્વાસ થાય કે વાહન પર બેસીને કરવામાં આવેલ યાત્રા લક્ષ્ય સુધી પહોંચાડશે, તો અંતર કાપવામાં લાગતો સમય કોઈ તણાવ વગર વીતી જશે નહિ તો એ સમયમાં થતી ચિંતા મનને થકવી દેશે અને યાત્રા દરમિયાન થઈ શકતાં નાનાંમોટાં કામો પણ અટકી જશે.

મંત્રસાધનાની સફળતામાં વિશ્વાસ એક હદ સુધી

જ ઉપયોગી છે. કેટલાક આચાર્યો અનુસાર એ સાધનાનો ક્રમ અને પ્રવાહ જાળવી રાખવા માટે જ જરૂરી છે. થાય તો ઠીક અને ન થાય તો પણ ઠીક, પડતા આખડતા જ સહી, મંત્ર તેનો પ્રભાવ બતાવે જ છે. જે આધાર મંત્રસાધનાને સિદ્ધિ સુધી પહોંચાડે છે એમાં શબ્દશક્તિ, જપ કે મંત્રોની લયબદ્ધતા અને સાધકની ચર્ચા મુખ્ય છે.

શબ્દ મંત્રનું શરીર છે. એ ઋષિઓની સાધના અને પરમસત્તાનો અનુગ્રહ સાથે મળીને બન્યું છે. જે દિવ્ય આત્માઓની ચિત્તભૂમિમાં મંત્ર પ્રગટ થયો એમને જ એ મંત્રના ઋષિ કહેવામાં આવ્યા. ઋષયો મંત્રદ્રષ્ટાર:ની આર્ષ ઉક્તિ આ સંબંધમાં પ્રસિદ્ધ છે. મંત્ર જે રૂપમાં પ્રગટ થયો, શબ્દોની ગૂંથણી અને ઉચ્ચારણની જે પ્રક્રિયા નક્કી થઈ, એ જ ઊર્જા પ્રગટ કરે છે અન્યથા શબ્દોમાં સ્વતંત્રરૂપે કોઈ શક્તિ હોતી નથી. જે શબ્દને બ્રહ્મ કહેવામાં આવ્યો છે તે 'મંત્ર' સ્તરનો જ હોય. સામાન્ય વ્યવહારમાં આપણે જે શબ્દોનો રાતદિવસ ઉપયોગ કરીએ છીએ તેમને માટે બ્રહ્મનું વિશેષણ આપી ન શકાય.

મંત્રો જો સામાન્ય શબ્દોની જેમ જ હોત તો એ પણ સિદ્ધિ સુધી પહોંચાડી શક્યા ન હોત. નવી શોધો મુજબ સામાન્ય શબ્દોનાં જપમાં એટલી પણ ઊર્જા હોતી નથી કે લાખ વખત ઉચ્ચારણ કરવાથી પાસેનું તણખબું પણ હાલી જાય. શબ્દની સામાન્ય શક્તિના વૈજ્ઞાનિક પ્રભાવનું અધ્યયન કરનારાઓએ માથું ખપાવીને જેટલું મેળવ્યું છે તેનો સાર એ છે કે ત્રીસ વર્ષ સુધી સતત કોઈ શબ્દનું રટણ કરવામાં આવે તો ફક્ત એક પ્યાલો પાણી ગરમ થાય તેટલી જ ગરમી પેદા થશે. મંત્રોમાં એવી શું વિશેષતા છે કે એનાથી વ્યક્તિની અંદર વિરાટ શક્તિ પ્રગટ થઈ જાય છે ? એનો જવાબ બંદૂકમાંથી ગોળી છૂટતી વખતે થતા અવાજના ઉદાહરણથી સમજી શકાય છે. ફાયર સામે કરવો હોય કે દૂર, ગોળી છૂટતી વખતે 'ફટ્'નો તેજ ધ્વનિ થાય છે અને જેના કાને સંભળાય તેની છાતીએ વાગતી હોય એવું લાગે છે. 'ફટ્' ને

બદલે 'આહા' નો ધ્વનિ નીકળે તો ચિત્તમાં આરામનો ભાવ જાગૃત થાત. કોઈપણ વ્યક્તિને 'આહા' કહેતા જોઈએ ત્યારે કહ્યા વિના સમજમાં આવી જાય છે કે તે પ્રસન્ન થઈ રહ્યો છે. બે અક્ષર કે શબ્દ એ ઉલ્લાસને સાંભળનાર સુધી પ્રસારિત કરે છે.

આપણે એ વિચારી શકીએ કે બંદૂકની શોધ થયા પછી જ 'ફટ'નો ધ્વનિ સંભળાયો હશે. ક્યાંક એવું તો નથી કે બંદૂકની મારક ક્ષમતાથી પરિચિત હોવાને કારણે આ ધ્વનિ ભય પમાડતો હોય, પરંતુ તંત્રશાસ્ત્ર બંદૂકની શોધ થઈ તેની સદીઓ પહેલાં આ શબ્દનો પ્રયોગ કરતું રહ્યું છે. આ વિદ્યાના આચાર્ય અભિચાર કર્મોમાં 'ફટ' શબ્દનો પ્રયોગ બીજામંત્રની જેમ કરે છે. પ્રયોગોનાં ઈચ્છિત પરિણામો પણ મળે છે.

બંદૂકની ગોળી છૂટે છે ત્યારે વિશ્વાસ રાખીએ કે ન રાખીએ એ નિશાન પર વાગીને પોતાનો પ્રભાવ બતાવે જ છે. ફૂલ ખીલે છે ત્યારે વિશ્વાસ રાખીએ કે ન રાખીએ સુગંધ ફેલાય જ છે. ચાલવા માટે પગ આગળ વધે છે તો મંજિલ સુધી પહોંચે જ છે, ભલે વિશ્વાસ ન રાખીએ મંત્રનો પ્રભાવ પણ હોય છે. વિશ્વાસ રાખીએ કે ન રાખીએ. વિશ્વાસ રાખ્યા વિના પણ જે આધાર પર મંત્ર ફળ આપે છે તે ઉપર એક નજર આ લેખમાં.

શબ્દો અને અક્ષરોની ગૂંથણી મંત્રને એક રીતે જીવંત બનાવે છે. સ્વર અને લય સાથે તેમનો જપ સામાન્ય શ્રેણીનાં પરિણામ આપે છે, જેમ કે ચિત્તની એકાગ્રતા, મનનો લય અથવા કામ્યકર્મોમાં નાનીમોટી સફળતાઓ અને વિશિષ્ટ પ્રભાવ તેમના ધ્વનિરહિત જપથી જ ઉત્પન્ન થાય છે. કાન વડે સાંભળી શકાય તેવા ધ્વનિને વધુ મહત્ત્વ નથી અધ્યાત્મ આપતું કે ન વિજ્ઞાન. અધ્યાત્મક્ષેત્રમાં આને પ્રાથમિક સ્તરનો કહેવામાં આવ્યો છે. શાસ્ત્રવચન પ્રસિદ્ધ છે કે વાચિક જપની તુલનામાં ઉપાંશુ જપ સો ગણા શક્તિશાળી છે અને ઉપાંશુની તુલનામાં માનસિક જપ સહસ્ત્રગણા. વાચિક જપ એટલે બોલીને કરવામાં આવેલ જપ, ઉપાંશુ જપમાં હોઠ હાલતા રહે છે, પરંતુ ઉચ્ચારણ સંભળાતું નથી. માનસિક જપમાં હોઠ પણ હાલતા નથી અને જીભ પણ ચાલતી નથી. મનમાં ને મનમાં જપ ચાલતો રહે છે. પ્રભાવની દૃષ્ટિએ આ જ જપ શક્તિશાળી હોય છે.

મંત્રશાસ્ત્રના વિદ્વાન ડો. ગોપીનાથ કવિરાજ લખે છે કે મનથી ચાલતા જપની શક્તિને વિજ્ઞાન હજી માપી શક્યું નથી. એ કાનથી સંભળાય તેવા ધ્વનિને જ માપી શક્યું છે. કંઠની અંદર જે સ્થળોએથી શબ્દ નીકળે છે તેને માપવાના પ્રયત્નો કરવામાં આવ્યા નથી. યંત્રશાસ્ત્ર હજી પણ શ્રવ્યધ્વનિને ત્રીજા સ્થાને માને છે. જેની ગતિ, શક્તિ અને સીમા અતિ અલ્પ હોય, જે ધ્વનિ મંત્રને પ્રાણવાન બનાવે છે એ સૂક્ષ્મ સ્તરનો હોય છે અને ચિત્તની સપાટી પર ગૂંજે છે.

જે ધ્વનિ 'પરા' સ્તરનો કહેવામાં આવ્યો છે અને મનની સપાટી પર ગૂંજે છે તે શરીરનાં મર્મસ્થળોને પ્રભાવિત કરે છે. યોગશાસ્ત્રમાં આ કેન્દ્રોને ચક્ર કહેવામાં આવ્યાં છે. છ, સાત, આઠ, દસ અને ચૌદની સંખ્યા સુધી અનુભવ કરવામાં આવેલ ચક્રોમાં દરેકને પોતાનો અક્ષર, વર્ણ અને ધ્વનિ છે. સાધના દરમિયાન એમનો અનુભવ થાય છે. શાસ્ત્ર કે ગુરુ પાસેથી જાણી લીધા પછી એમની ધ્યાનધારણા મર્મસ્થળો, શક્તિકેન્દ્રો અથવા ચક્રોને જાગૃત કરવામાં સહાયક પણ થાય છે. માનસિક જપ આ કેન્દ્રોને અનિવાર્યપણે તરંગિત અને પ્રભાવિત કરે છે.

મંત્રવિદોનો એક વર્ગ જપ સાથે લયને પણ જરૂરી બતાવે છે. એમના અનુસાર લય કે રિધમમાં શબ્દનો બલાઘાત, આરોહ, અવરોહ, હ્રસ્વ, દીર્ઘ, ખ્લુત વગેરેનો સમાવેશ થાય છે. ગીત ગાવામાં ન આવે પણ ફક્ત સંગીત કે ધૂન જ ગૂંજતી રહે તો પણ મન દુઃખી કે પ્રસન્ન થઈ જાય છે. કેવળ વાઘ્યંત્રોનો ધ્વનિ જ હર્ષ, વિષાદ અને ઉલ્લાસ ભાવો જગાડી દે છે. છંદશાસ્ત્રનું નિર્માણ આ જ આધાર પર કરવામાં આવ્યું છે. સંસ્કૃતના પ્રસિદ્ધ કાવ્યગ્રંથોમાં આ તથ્યનો અનુભવ કરી શકાય છે. અર્થ સમજાય નહિ તો પણ પદોનો લય અથવા છંદ મનને સ્પર્શે છે. આ સંબંધમાં કાલિદાસે લખેલ 'કુમારસંભવ' ગ્રંથનો 'રતિવિલાપ' પ્રસંગ અથવા 'રઘુવંશ' નો 'અજવિલાપ' પ્રસિદ્ધ છે. જેમને સંસ્કૃત સમજાતું નથી તેઓ પણ આ પ્રસંગો સાંભળીને રડી પડે છે. જગનિકનો આલ્હા ખંડ છંદશાસ્ત્રનું સ્પષ્ટ પ્રમાણ છે. તેને વાંચીને સાંભળીને લોકોમાં રોદ્ર ભાવ ઉત્પન્ન થવાની ઘટનાઓ કહાનીઓની જેમ કહેવા-

સાંભળવામાં આવે છે. મંત્રોમાં શબ્દનો છંદ, ગુણ અને લયનું ગઠન એમને પ્રભાવી બનાવે છે.

સાધકની જીવનચર્યા તેને મંત્રોનો પ્રભાવ ગ્રહણ કરવાયોગ્ય બનાવે છે. દરેક મંત્રની સિદ્ધિ, વિશિષ્ટ પ્રકારની રહેણીકરણી, ખાનપાન અને વિધિનિષેધ તપ છે. આ પક્ષને સાધના કે મંત્રનું અનુશાસન પણ કહી શકાય છે. ગાયત્રી મંત્રના સાધકોએ તેમનો આહારવિહાર સાત્ત્વિક અને નિયમિત રાખવો જ જોઈએ. દુર્ગાના ઉપાસક થોડા રાજસી સ્તરના હોઈ શકે છે. કાલીની ઉપાસનામાં અમુક બાબતોની ઘટ્ટ આપવામાં આવી જે શક્તિના રૌદ્ર પક્ષને ધ્યાનમાં રાખીને આપવામાં આવી હતી. એ દુઃખની બાબત છે કે ભોગી અને તામસી વૃત્તિના લોકોએ તેનો દુરુપયોગ કર્યો અને શક્તિ ઉપાસનાને બદનામ કરી દીધી. એ જ રીતે રામ, હનુમાન, વિષ્ણુ, કૃષ્ણ, ઇન્દ્ર, સૂર્ય વગેરે દેવતાઓની આરાધનામાં પણ કેટલાંક વિશિષ્ટ વિધાન રાખવામાં આવ્યાં છે. સામાન્ય રીતે બધી સાધનાઓમાં

સંયમ-નિયમનું ધ્યાન રાખવું અનિવાર્ય છે. એ સ્થિતિમાં જ યંત્રોનો પ્રભાવ ગ્રહણ કરવા માટેની પાત્રતા આવે છે. વિશિષ્ટ સાધનાઓમાં એ યંત્રોની વિશિષ્ટ ક્ષમતાને ધ્યાનમાં રાખીને જ કેટલાંક વિશિષ્ટ વિધાન કરવામાં આવે છે.

મંત્રસાધનામાં યોગ્ય ઉચ્ચારણ, લય અને નિયત ચર્યનું પાલન કરવામાં આવે તો ચોક્કસ પરિણામ મળે છે. આ ત્રણેય પક્ષોનો નિર્વાહ કર્યા પછી કોઈ સાધકને વિશ્વાસ હોય કે ન હોય મંત્રનો લાભ મળશે જ. અગ્નિ, ઈંધન અને પાત્રની સાથે પાણી કે આહારનો મેળ હોય તો વિશ્વાસ રાખીએ કે ન રાખીએ, ભોજન તૈયાર થશે જ. ફળદાર વૃક્ષ હોય, યાત્રી હોય અને તોડવા માટે પ્રયત્ન હોય તો ફળ હાથમાં આવશે જ. વિશ્વાસ રાખીએ કે ન રાખીએ, નિશ્ચિત પ્રક્રિયા પૂરી કર્યા બાદ ઈચ્છિત કાર્ય સિદ્ધ થઈને જ રહે છે. મંત્ર પણ સિદ્ધ થાય છે એવો વિશ્વાસ સાધકે હંમેશાં રાખવો જોઈએ અને તેને સતત દંઢ બનાવી રાખવો જોઈએ.

ગુરુ ગોવિંદસિંહ એક નરમેધ યજ્ઞ કર્યો. તે અવસર પર એમણે ઘોષણા કરી કે ભાઈઓ ! દેશની સ્વાધીનતા માટે અને અન્યાયથી મુક્તિ મેળવવા માટે ચંડી બલિદાન માગે છે, તમારામાંથી જે પોતાનું માથું આપી શકે તે આગળ આવે. ગુરુ ગોવિંદસિંહની માગનો સામનો કરવાનું સાહસ કોઈનામાં નહોતું, તે જ વખતે હયારામ નામનો એક યુવક આગળ વધ્યો. ગુરુ તેને એક તરફ લઈ ગયા અને તલવારનો ઘા કર્યો, લોહીની ધાર વહેવા લાગી, લોકો ભયભીત થઈ ઊઠ્યા. તે જ સમયે ગુરુ ગોવિંદસિંહ ફરી સામે આવ્યા અને ફરીથી પોકાર કર્યો. હવે કોણ માથું કપાવવા આવે છે. એક પછી એક ક્રમશઃ ધર્મદાસ, મોહકમચંદ, હિમ્મતરાય તથા સાહબચંદ આવ્યા અને તેમનાં મસ્તક પણ કાપી લેવામાં આવ્યાં. બસ હવે મેદાન સાફ હતું. આગળ વધવા માટે કોઈ તૈયાર ન થયો.

ગુરુ ગોવિંદસિંહ એ પાંચેયને બહાર લઈ આવ્યા. વિસ્મિત લોકોને બતાવ્યું કે આ તો નિષ્ઠા અને હિંમતની પરીક્ષા હતી, હકીકતમાં માથાં તો બકરાનાં કાપવામાં આવ્યાં. તે જ વખતે 'અમારું બલિદાન લો - અમારું બલિદાન લો'ના અવાજો આવવા લાગ્યા. ગુરુએ હસીને કહ્યું - આ પાંચ જ તમારા પાંચ હજાર જેવા છે જેમનામાં નિષ્ઠા અને સંઘર્ષની શક્તિ ન હોય એવા પાંચ હજાર કરતાં નિષ્ઠાવાન પાંચ સારા ? ઈતિહાસ જાણે છે એ પાંચ જણાએ શીખ સંગઠનને મજબૂત બનાવ્યું.

જે અવતારના પ્રગટીકરણના સમયે સૂઈ રહેતા નથી, પરિસ્થિતિ અને પ્રયોજનને ઓળખી જઈ એમના કામમાં લાગી જાય છે તેઓ જ શ્રેય અને સૌભાગ્યના હકદાર બને છે, અગ્રગામી કહેવાય છે.

પરમાત્મસત્તામાં જે અધિષ્ઠિત હોય તે જ સ્થિતપ્રજ્ઞ છે

શ્રીમદ્ ભગવદ્ ગીતાના સાંખ્યયોગ (બીજા અધ્યાય)નું યુગાનુકૂલ વિવેચન

પાછલા અંકમાં તમે આ ધારાવાહિક લેખમાળા અંતર્ગત યુગધર્મની વ્યાખ્યાની સાથેસાથે ગીતાના સાંખ્યયોગ પ્રકરણના કર્મયોગપ્રધાન અતિ મહત્વપૂર્ણ વિવેચનથી ભરેલા શ્લોકોની સાથે પ્રતિપાદનો વાંચ્યાં. “કર્મ કરવામાં જ આપણો બધાનો અધિકાર છે, તેના ફળમાં ક્યારેય નહિ, તેથી કર્મો ન કરવામાં પણ આપણી આસક્તિ ન હોય અને આપણે કર્મોના ફળનો હેતુ પણ ન બનીએ.” એ ગીતાના સુપ્રસિદ્ધ શ્લોક “કર્મણ્યેવાધિકારસ્તે....તે સંજ્ઞોડસ્ત્વકર્મણિ (૨/૪૭)ના માધ્યમથી પાછલા અંકમાં સમજાવવામાં આવ્યું હતું. તે પછીના લગભગ આઠ શ્લોકોમાં ગીતાનો મર્મ છુપાયેલો છે. યોગસ્થ થઈને કેવી રીતે જીવી શકાય છે તે, જે શ્લોકોને આત્મસાત્ કરી શકાય છે એ બીજા અધ્યાયના ૪૭મા શ્લોકથી ૫૩મા શ્લોક સુધીની વ્યાખ્યાના માધ્યમથી સમજાવવામાં આવ્યું. સમત્વં યોગ ઉચ્યતેના માધ્યમથી વાસુદેવ શ્રીકૃષ્ણ અર્જુનને સિદ્ધિ અને અસિદ્ધિમાં સમાન બુદ્ધિવાળો થઈને યોગમાં સ્થિત થઈ કર્તવ્યકર્મ કરવાની પ્રેરણા આપે છે. કર્મોમાં કુશળતાનું નામ જ યોગ છે અને કર્મબંધનથી છૂટીને મોક્ષપ્રાપ્તિનો માર્ગ છે એ શ્રીભગવાનની વ્યાખ્યાના માધ્યમથી અર્જુનને નિમિત્ત બનાવીને મહાકાળની સત્તા આપણને બતાવવા ઇચ્છે છે. ક્રમશઃ અર્જુનનો શોક અને અણસમજ દૂર કરી તેના શિષ્યત્વને જગાડી દેહાતીત આત્માનું ભાન દેહ દ્વારા સ્વધર્માચરણને સમજાવતાં ભગવાન તેને એ સ્થિતિમાં લઈ આવ્યા કે તે સ્થિતપ્રજ્ઞ કેવી રીતે થવાય તે જાણી શકે, બ્રહ્મમાં દૃઢપ્રતિષ્ઠ યોગી કેવી રીતે બની શકાય છે. અહીંથી સાંખ્યયોગનું ત્રીજું ચરણ શરૂ થાય છે – સ્થિતપ્રજ્ઞનાં લક્ષણો, તે કેવો હોય

છે – એની વ્યાખ્યા યોગેશ્વર શ્રીકૃષ્ણ દ્વારા; દ્વિતીય અધ્યાયના શ્લોક ક્રમાંક ૫૦માં અર્જુને જિજ્ઞાસા પ્રગટ કરી છે તથા શ્રીભગવાને ૫૫થી ૭૨શ્લોક સુધી તેનો ઉત્તર આપ્યો છે. આ અંકમાં એ જ વ્યાખ્યા વાંચો –
અર્જુન શ્રીકૃષ્ણને પૂછે છે કે, ‘હે કેશવ ! સમાધિમાં સ્થિત પરમાત્માને પ્રાપ્ત થયેલા સ્થિરબુદ્ધિ પુરુષનું શું લક્ષણ છે ? એ કેવી રીતે બોલે છે, બેસે છે અને ચાલે છે ?’ (૫૪/૨)

અહીં અર્જુન સ્પષ્ટ રીતે પૂછી રહ્યો છે કે “સમાધિમાં સ્થિત પરમાત્માને પ્રાપ્ત સ્થિરબુદ્ધિવાળો પુરુષ” કેવો હોય છે ? એ સમજી ગયો છે કે વ્યવસાયી બુદ્ધિથી વ્યક્તિને સમાધિ પ્રાપ્ત થતી નથી. કેમ કે આવી બુદ્ધિ ભોગવાદમાં વ્યક્તિની આસક્તિ વધારે છે અને એમાં જ એને બધું સુખ દેખાય છે. આ બુદ્ધિવાદના કુચક્રમાંથી માનવજાતને કાઢવા માટે પરમપૂજ્ય ગુરુદેવે યુગાનુકૂળ વિચારો આપ્યા, જેથી યોગ્ય પ્રતિભાઓ સમાજનું નેતૃત્વ કરવા આગળ આવી શકે. આજે ચમકદમક ઘણી છે, શિક્ષણ અને વિજ્ઞાનની ઘણી શાખાઓ તથા ઉપશાખાઓ છે, પરંતુ એ છે ‘પ્રોફેશનલ ઈટેલીજન્સ’. આ બુદ્ધિ જ્યાં સુધી પ્રજ્ઞાનું રૂપ લેતી નથી ત્યાં સુધી વ્યક્તિ સમાધિને પ્રાપ્ત થઈ શકતી નથી. સ્વાર્થબુદ્ધિ છોડ્યા પછી જ સ્થિતપ્રજ્ઞતા શરૂ થાય છે. આજના સમાજની બધી સમસ્યાઓ પરમપૂજ્ય અનુસાર દાર્શનિક બ્રહ્મતાને કારણે જન્મી છે. કાર્લ માર્ક્સે દર્શનને પણ વૈભવ સાથે જોડી દીધું. પરમપૂજ્ય ગુરુદેવે માનવમાત્રને એક જ સંદેશ આપ્યો કે આપણે બુદ્ધિવાદના કુચક્રમાંથી બહાર આવી નિષ્કામ કર્મ તરફ પ્રવૃત્તિ વધારીએ. ત્યાગનું મૂલ્ય સમજીએ, વ્યવસાયી

બુદ્ધિવાળાઓને બલિદાન અને ત્યાગથી મળતા સુખ અને શ્રેયની અનુભૂતિ કરાવીએ. ઉપનિષદનું એક વાક્ય છે જે પૂજ્ય ગુરુદેવ હંમેશાં કહેતા હતા “ત્યાગે નૈકે અમૃતત્વ માનશુઃ ।” ત્યાગથી જ અમૃતતત્વની પ્રાપ્તિ થાય છે. ત્યાગનો મર્મ અને આપવાનો આનંદ બુદ્ધિવાદી કેવી રીતે સમજી શકે. આ વાત ભગવાન પહેલાં પરમાશ્લોકમાં કહી ચૂક્યા છે અને હવે પપમાશ્લોકમાં કહી રહ્યા છે. અગાઉ તેઓ કહી ચૂક્યા છે કે જે કાળમાં તારી બુદ્ધિ મોહરૂપી કાદવમાંથી સંપૂર્ણપણે પાર થઈ જશે તે વખતે તારામાં પણ ભોગોથી વૈરાગ્ય આવી જશે. હવે તેઓ કહી રહ્યા છે કે, “હે અર્જુન ! જે કાળમાં આ પુરુષ મનમાં સ્થિત સંપૂર્ણ કામનાઓનો સારી રીતે ત્યાગ કરી દે છે અને આત્માથી આત્મામાં જ સંતુષ્ટ રહે છે તે કાળમાં એ સ્થિતપ્રજ્ઞ કહેવાય છે.”

(પપ/૨)

શ્રીકૃષ્ણ ભગવાન વારંવાર એક જ વાત કહી રહ્યા છે કે કામનાઓનો ત્યાગ કરી અને મોહ છોડીને જ ગુરુશિષ્ય વચ્ચે શાશ્વત સંબંધ સ્થાપિત થઈ શકે છે તથા મહામાનવ બનવાનું દ્વાર ખૂલી શકે છે. ગુરુ ‘ભવરોગનો વૈદ’ છે, જો આપણે ઈચ્છીએ કે આપણું ભટકવાનું બંધ થાય અને બુદ્ધિ પરમાત્મામાં પ્રતિષ્ઠિત થાય તો આપણી અંદર પવિત્રતાનું પ્રમાણ વધતું જશે. જેમ જેમ આપણે ત્યાગના માર્ગ પર વધીશું તેમ તેમ આપણી બુદ્ધિ પ્રજ્ઞા-પરમાત્મામાં સ્થિતપ્રજ્ઞા અર્થાત્ આપણે સ્થિતપ્રજ્ઞ બનતા જઈશું – એ સમજાવવાનો ભગવાન અહીં પ્રયત્ન કરી રહ્યા છે. યોગદર્શનમાં કહેવામાં આવ્યું છે – “તસ્ય પ્રજ્ઞા ઋતમ્ભરા ।” અર્થાત્ ઋત પરમસત્યને પ્રાપ્ત પરમાત્મામાં પ્રતિષ્ઠિત એ બુદ્ધિ ઋતમ્ભરા પ્રજ્ઞા કહેવાય છે.

અર્જુન એ જાણી રહ્યો છે કે ગુરુના રૂપમાં ભગવાન તેને ભટકવામાંથી બહાર કાઢીને અલૌકિક સંભાવનાઓનાં દ્વાર ખોલવાની પ્રક્રિયા શરૂ કરી ચૂક્યા છે. તેથી એ પૂછે છે કે સ્થિતપ્રજ્ઞ છેવટે કેવો હોય છે અને તેનાં શું લક્ષણો હોય છે? ક્યારેય જોયો નથી અને

જોયો હોય તો સમજ્યો નથી. તેના જીવનક્રમ વિશેની એને ઉત્સુકતા છે. તેથી એણે પ્રશ્ન પૂછ્યો જેનો જવાબ ભગવાન આપી રહ્યા છે. આપણને ઉત્સુકતા થાય છે કે વડાપ્રધાનનો જીવનક્રમ કેવો હોય છે, તેનું રૂટિન શું હોય છે. યુવાનોને અભિનેતાઓ વિશે જાણવાની ઈચ્છા હોય છે. આ સ્વાભાવિક છે, પણ પરમેશ્વરનો પાર્શ્વ કેવો હોય છે. જેણે પોતાનું બધું જ ત્યજી દઈ પરમસુખની પ્રાપ્તિ કરી લીધી હોય અને જેની વિચારણા અને ભાવના પરમાત્મામાં પ્રતિષ્ઠિત હોય એવી વ્યક્તિ કેવી હોય છે તે જાણવાની જિજ્ઞાસા આપણને પણ થવી જોઈએ. જો આપણે સ્થિતપ્રજ્ઞને ખૂબ જ નજીકથી જાણવા માગતા હોઈએ તો આપણે પરમપૂજ્ય ગુરુદેવના જીવનનાં દરેક પાસાંઓનું અને દરેક પક્ષનું માર્મિક રીતે અધ્યયન કરવું જોઈએ.

પરમપૂજ્ય ગુરુદેવે જીવનના દરેક પાસા પર માત્ર લખ્યું જ નથી પરંતુ પોતે એ રીતે જીવ્યા પણ છે. તેઓ જાણતા હતા કે વ્યક્તિના વિચારો જ તેને ઊંચાઈ પર લઈ જાય છે અને નીચે પાડે છે. આ વાતને જ કેન્દ્રમાં રાખીને પ્રસ્તુત કરી અને વિચારનિર્માણની પ્રક્રિયાનો અભ્યાસ કરવા માટે બધા સાધકો-શિષ્યોને પ્રેરણા આપી. જો બુદ્ધિ બરાબર હશે, વિચાર યોગ્ય હશે, તેમના નિર્માણની પ્રક્રિયા આપણને આવડતી હશે તો એ પણ સમજાઈ જશે કે યોગ કેવી રીતે પ્રાપ્ત થઈ શકે છે અને પરમાત્માનો નિત્ય સંયોગ કેવી રીતે થઈ શકે છે. ધ્યાનધારણાથી માંડીને બધા યોગપરક ઉપચાર તથા તપસાધનાઓ વ્યક્તિના વિચારોને શુદ્ધ કરવા માટે જ તો છે, આ વાત એમણે આપણને ગળથૂથીની જેમ પીવડાવી છે. અખંડ જ્યોતિ ૧૯૬૮માં પરમપૂજ્ય ગુરુદેવે પાના નં. ૪૦ પર લખ્યું છે કે લાંબા સમયથી આપણે એ પણ ભૂલી ગયાં છીએ કે વિચાર પણ કોઈ તત્ત્વ છે અને તેમનો પણ માનવજીવન પર કોઈ પ્રભાવ પડે છે. આ વિસ્મૃતિનું કારણ એક જ છે કે આપણે મનુષ્યની સામે ઉપસ્થિત સળગતી સમસ્યાઓ વિશે ક્યારેય નથી કશું વિચારતા, નથી કહેતા અને નથી

વાંચતા કે સાંભળતા. જેમ ભીલણને રત્નોની કિંમત અને તેની પ્રાપ્તિની ચર્ચા નિરર્થક લાગે છે તેવી જ આ ચર્ચા આપણને નિરર્થક લાગે છે. જે માણસ જે વિષયને જાણતો નથી તે એમાં રસ પણ કેવી રીતે લઈ શકે. માનવજીવનની સર્વોપરી શક્તિ અને સંપત્તિ ઉત્કૃષ્ટ વિચારણા વિશે જ્યારે આપણને કોઈએ કશું કહ્યું અને બતાવ્યું જ નથી તો આખરે તેની જાણકારી થાય પણ કેવી રીતે ? આથી આપણે વિચારનિર્માણના ક્ષેત્રમાં એક રીતે સૂના અને વણસ્પર્શ્યા જ છીએ.

જો આપણે ગુરુદેવના વિચારક્રાંતિ અભિયાનની પ્રક્રિયાને જાણવાનો પ્રયાસ કરીએ તો તે વ્યક્તિમાત્રને વિચારવાની અને સદ્બુદ્ધિનો વિકાસ કરી જીવન જીવવાની કળા શીખવવાના કેન્દ્ર પર ટકેલી છે. એ વિચાર જો પેદા થઈ શકે અને સાધનો તથા ભોગવિલાસની સામગ્રી પ્રત્યે સાચો દષ્ટિકોણ વિકસિત થાય તો નિષ્કામ કન કરવાની પ્રવૃત્તિ જીવનમાં આવશે. જ્યારે આપણે આ તરફ પ્રવૃત્ત થઈએ છીએ તો સૌથી પહેલાં મોહથી છુટકારો મેળવીએ છીએ અને ત્યારે આપણને સ્થિતપ્રજ્ઞ બનવાનો માર્ગ સ્પષ્ટ દેખાવા લાગે છે. ભગવાન કહી રહ્યા છે કે જે સંપૂર્ણ કામનાઓનો સારી પેઠે ત્યાગ કરે છે એ જ વ્યક્તિ સ્થિતપ્રજ્ઞ કહેવામાં આવે છે, સાથે જ એ પણ કહી રહ્યાં છે કે તે આત્માથી આત્મામાં જ સંતુષ્ટ રહે છે એ કાળમાં તે સ્થિતપ્રજ્ઞ કહેવાય છે.

પ્રજહાતિ યદા કામાન્ સર્વાન્ પાર્થ મનોગતાન્ ।

આત્મન્યેવાત્મના તુષ્ટઃ સ્થિતપ્રજ્ઞસ્તદોચ્યતે ॥

અહીં ‘સ્થિતપ્રજ્ઞ’ને આપણે આ શ્લોકના અર્થના પરિપ્રેક્ષ્યમાં તથા અર્જુનની જિજ્ઞાસાના સંદર્ભમાં સમજવાનો પ્રયાસ કરવો જોઈએ. ભગવાન આ પૂર્વે કહી ચૂક્યા છે કે આ સ્તરના મહાપુરુષોને તત્ત્વથી જાણવાનો પ્રયાસ કરવો જોઈએ. અર્જુન પૂછી રહ્યો છે કે તે કેવો હોય છે અને તેનાં લક્ષણો કયાં હોય છે. તે કેવું બોલે છે, બેસે છે અને કેવી રીતે ચાલે છે ? સામાન્ય રીતે એવું લાગે છે કે કેવો મૂઠની જેમ પ્રશ્ન પૂછી રહ્યો

છે ? સ્થિતપ્રજ્ઞ કેવો હોય છે તે શું બહિરંગ દ્વારા સમજવામાં આવે ? શ્રીકૃષ્ણ પહેલાં જ કહી ચૂક્યા છે ‘યો માં વેત્તિ તત્ત્વતઃ’ જે મને તત્ત્વથી જાણી લે છે તે મારો મર્મ જાણી લે છે. તેથી સાંભળવા અને જાણવા છતાં પણ અર્જુનની જિજ્ઞાસા સમજવાલાયક છે. રોજબરોજના જીવનમાં સ્થિતપ્રજ્ઞ પુરુષ કેવો હોય છે, તેને કેવી રીતે ઓળખીએ ? જે સ્થૂળ ઇન્દ્રિયો કે ચર્મચક્ષુઓ દ્વારા સમજી અને જોઈ શકાય છે તે એ જ કે બોલચાલ કેવી છે, ચાલે છે તો ગર્વથી કે સામાન્ય વ્યક્તિની જેમ. બાહ્ય હાલચાલ અંદરની મનઃસ્થિતિ દર્શાવે છે. તેથી અર્જુનનું આ રીતે પ્રશ્ન પૂછવાનું સ્વાભાવિક છે, કોઈપણ કાર્યકર્તા કે લોકનેતાનો સ્તર આ બહિરંગના સ્વરૂપથી જ જાણી-સમજી શકાય છે. વાણી તો એ પછી કાર્ય કરે છે. પૂજ્ય ગુરુદેવે પણ લોકસેવીઓની આચારસંહિતામાં પહેલાં બહિરંગનાં આ અનુશાસનોને સાધવાની વાત કહી છે.

ભગવાન શ્રીકૃષ્ણનો જવાબ ખૂબ વિલક્ષણ છે. તેઓ કહે છે કે ‘સ્થિતપ્રજ્ઞતા’ જ્યારે આવી જાય છે ત્યારે મનુષ્ય તેની બધી કામનાઓને પૂર્ણપણે ત્યજી દે છે. આત્માથી આત્મામાં જ સંતુષ્ટ રહે છે. કામનાઓનો ત્યાગ કરી આત્માના સુખમાં વિચરણ કરનાર વ્યક્તિ સ્થિતપ્રજ્ઞ છે અને જ્યાં સુધી તે આ મનઃસ્થિતિ ટકાવી રાખે છે ત્યાં સુધી જ સ્થિતપ્રજ્ઞ રહે છે. વાસુદેવ શ્રીકૃષ્ણ શરૂઆત પણ અહીંથી જ કરે છે અને અંત પણ ૭૧મા શ્લોકમાં એ જ કરે છે –

વિહાય કામાન્યઃ સર્વાનપુમાંશ્ચરતિ નિઃસ્પૃહઃ ।

નિર્મમો નિરહંકારઃ સ શાંતિમધિગચ્છતિ ॥

અર્થાત્ જે પુરુષ સંપૂર્ણ કામનાઓનો ત્યાગ કરી મમતારહિત, અહંકારરહિત અને સ્પૃહારહિત થઈને વિચરે છે તે જ શાંતિને પ્રાપ્ત થાય છે તથા સ્થિતપ્રજ્ઞ કહેવાય છે. અર્થાત્ માનસિક શાંતિ, સમસ્વરતા અને જીવનયોગનું કેન્દ્ર એક જ છે – વિહાય કામાન્યઃ – સંપૂર્ણ કામનાઓનો (આ લોક અને પરલોકમાં) પરિપૂર્ણ ત્યાગ. આ જ સાચા શિષ્યની, સંતુલિત વ્યક્તિત્વની

નિશાની છે કે તેની કોઈ કામનાઓ રહેતી નથી. તેથી એ શાંતિને પ્રાપ્ત થયેલો દેખાય છે. તે મમતારહિત પણ હોય છે — ઉત્તરાર્ધના આ શ્લોક અનુસાર મમતા અર્થાત્ વ્યક્તિવિશેષ સાથે મોહ અને અહંરહિત વ્યક્તિ જ સ્થિતપ્રજ્ઞ બની શકે છે. કામના અને ભક્તિ તથા કામના અને પ્રેમ એકસાથે રહી શકતા નથી. કામના રહે તો બુદ્ધિ સ્થિર રહી શકતી નથી. કામના બાંધે છે તો ભક્તિ મુક્ત કરે છે. કામનાઓ ધસી જાય છે તો ભક્તિ વિસર્જન તરફ લઈ જાય છે. જ્યારે કામનાઓ હોય, બુદ્ધિ અસ્થિર હોય તો એ પરમાત્મચેતનામાં સ્થિત પુરુષ કેવી રીતે બની શકે. જેની બુદ્ધિ સ્થિર હોય એ જ વ્યક્તિ ભક્તિપ્રજ્ઞ બની શકે. જ્યારે આ થઈ જાય છે, સંસારમાં મન ન લાગે, સૃષ્ટિના કેન્દ્રમાં વ્યક્તિ સ્થિત થઈ જાય છે તો લાગે છે કે બધી ક્રિયાઓ મારી છે. હું બુદ્ધિથી પર છું. પછી દુનિયાના પ્રપંચો મને સતાવતા નથી. નામ કેમ મળ્યું નહીં, યશગાથા કેમ ગવાઈ નહીં, મારી કીર્તિ કેમ ન થઈ, મારી નિંદા કેમ થઈ આ બધી વસ્તુઓ પરેશાન કરતી નથી. નાનું બાળક રમકડું તૂટી જાય તો રડવા લાગે છે તે જ રીતે એક અસ્થિર વ્યક્તિ કામનાઓ પૂર્ણ ન થાય ત્યારે રડવા લાગે છે, વ્યથિત થાય છે તથા તણાવગ્રસ્ત થઈ જાય છે, જ્યારે કોઈ મોટું બાળક કે જેને રમકડાનું મહત્વ લાગતું નથી તે એવો કોઈ પ્રસંગ આવે તો પરેશાન થતું નથી. એક પરિપક્વ વ્યક્તિ જેવી જ સ્થિતપ્રજ્ઞની સ્થિતિ હોય છે. ઠાકુર રામકૃષ્ણ પરમહંસનો ભત્રીજો મરી ગયો. સમાચાર મળ્યા ત્યારે તેમની પ્રતિક્રિયા હતી — ‘એવું લાગી રહ્યું છે કે તકિયામાંથી કોઈએ ખોળ કાઢી નાંખી હોય.’ સાવ સામાન્ય વાતની જેમ ઠાકુર જેવા સ્થિતપ્રજ્ઞે આ હૃદયવિદારક ઘટનાને ઉડાવી દીધી. જ્યારે આપણે કામનાઓથી મુક્ત થઈને આત્મામાં સ્થિત થઈ જઈએ છીએ ત્યારે આવી સ્થિતિ બને છે.

આગલા શ્લોકમાં ભગવાન કહે છે —

દુઃખેષુ નુદ્ધિગ્મનાઃ સુખેષુ વિગતસ્પૃહઃ ।
વીતરાગભયક્રોધઃ સ્થિતધીર્મુનિરુચ્યતે ॥

અર્થાત્ દુઃખોની પ્રાપ્તિ થવાથી જેના મનમાં ઉદ્વેગ થતો નથી, સુખોની પ્રાપ્તિમાં જે સર્વથા નિસ્મૃહ છે તથા જેના રાગ, ભય અને ક્રોધ નષ્ટ થઈ ગયા છે એવો મુનિ સ્થિરબુદ્ધિ કહેવાય છે. દુઃખનાં કારણો તો ઘણાં આવે છે, પરંતુ સ્થિતપ્રજ્ઞ એમને સહન કરી લે છે અને ઉદ્વિગ્ન થતો નથી. સુખ મેળવવાની આકાંક્ષામાં પણ તે ઉદ્વિગ્ન થતો નથી. એ વીતરાગ બની જાય છે. પોતે રાગ, ભય અને ક્રોધથી અલગ રહી પોતાની સ્થિતિ ઉચ્ચસ્તરની બનાવી લે છે. આપણા જેવા સામાન્ય લોકો સુખોની ઈચ્છા કરતા રહીએ છીએ અને દુઃખમાં પરેશાન થઈ જઈએ છીએ. સ્થિતપ્રજ્ઞમાં અને આપણામાં આ જ એક સૌથી મોટું અંતર છે.

પરમપૂજ્ય ગુરુદેવ કહેતા હતા કે દુઃખને તપ બનાવી લો અને સુખને યોગ બનાવી લો. દુર્ભાગ્યવશ દુઃખને ભગવાને આપેલો દંડ માનીને પરેશાન થતા રહીએ છીએ અને સુખને ભોગમાં બદલી નાંખીએ છીએ. દુઃખમાં બધા ભગવાનને યાદ કરે છે પણ સુખમાં કોઈ યાદ કરતું નથી. (દુઃખમે સુમિરન સબ કરેં, સુખ મેં કરે ન કોય) ભગવાન આપણને સંકટમોચનની જેમ ફક્ત દુઃખમાં જ યાદ આવે છે. જો સુખ યોગ બની જાય અને દરેક ક્ષણે આપણે ભોગીની નહીં પણ યોગીની દૃષ્ટિ રાખીએ તો આપણને ક્યારેય કષ્ટ કે તણાવ વિશુદ્ધ નથી કરતા. પરમપૂજ્ય ગુરુદેવે સંજીવની સાધના, જીવન જીવવાની કળાનું પ્રશિક્ષણ અને જીવનદેવતાની સાધના-આરાધના, અમારી વસિયત અને વિરાસત જેવી ઐતિહાસિક સ્તરની રચનાઓ દ્વારા એ પ્રતિપાદિત કર્યું છે કે આપણે કેવી રીતે યોગસ્થ થઈને જીવીએ. સુખને ભોગ અને દુઃખને તપ બનાવીને સ્થિતપ્રજ્ઞ બનવાની દિશામાં પહેલું પગથિયું તો ચઢીએ. ચડતીપડતી તો આવતી રહે છે અને દરેકને તેમનો જીવનભર સામનો કરવો પડે છે પરંતુ તે આપણને યોગી બનાવવા માટે, તપસ્વી બનાવવા માટે આવે છે.

આગળના કેટલાક શ્લોક વાસુદેવ શ્રીકૃષ્ણ દ્વારા

સ્થિતપ્રજ્ઞની પરિભાષાના રૂપમાં ખૂબ વિલક્ષણ રીતે સમજાવવામાં આવ્યા છે. ૫૭મા શ્લોકમાં ભગવાન કહે છે -

યઃ સર્વત્રાનભિસ્નેહસ્તતત્રાપ્ય શુભાશુભમ્ ।
નાભિનન્દતિ ન દ્વેષ્ટિ તસ્ય પ્રજ્ઞા પ્રતિષ્ઠિતા ॥

અર્થાત્ જે પુરુષ સ્નેહરહિત બનીને એ શુભ કે અશુભ વસ્તુને પ્રાપ્ત થઈ પ્રસન્ન થતો નથી કે દ્વેષ કરતો નથી તેની બુદ્ધિ સ્થિર છે. આવી જ રીતે ૫૯ીના શ્લોકમાં એક મહત્વપૂર્ણ વાત ભગવાનના શ્રીમુખેથી નીકળે છે -

યદા સંહરતે ચાયં કુર્મોઽકાનીવ સર્વશઃ ।
ઈન્દ્રિયાણીન્દ્રિયાર્થેભ્યસ્તસ્ય પ્રજ્ઞા પ્રતિષ્ઠિતા ॥

અર્થાત્ “અને કાચબો બધી બાજુએથી પોતાનાં અંગોને જેમ સમેટી લે છે તેમ જ્યારે એ પુરુષ ઈન્દ્રિયોના વિષયોમાંથી ઈન્દ્રિયોને બધી રીતે હટાવી લે છે ત્યારે તેની બુદ્ધિ સ્થિર છે (એમ સમજવું જોઈએ).”

આ બે શ્લોકોના મર્મને આપણે સમજવાનો પ્રયત્ન કરીએ. જેની પ્રજ્ઞા આત્મામાં પ્રતિષ્ઠિત હોય એવી સ્થિતપ્રજ્ઞ વ્યક્તિ વ્યક્તિવિશેષના સ્નેહમાં ન બંધાતાં મમતા અને દયાથી પર થઈને ચાલે છે. જ્યાં પણ પરમાત્મચેતનાનો એક અંશ પણ વિદ્યમાન હોય ત્યાં જ એને સ્નેહ અને મમતા પેદા થાય છે. આ મનુષ્યના જીવનકાળની સૌથી મોટી પરીક્ષા છે. મનુષ્ય જો પોતાને મમતા અને દયાથી પર માની લે અને પરમાત્મચેતના સાથે જ પ્રેમ રાખી તેમને અનુકૂળ કાર્યો કરે તો એ આધ્યાત્મિક પુરુષાર્થની સર્વોપરિ ઉપલબ્ધિ છે. સ્નેહ આપણને વ્યક્તિવિશેષ સાથે બાંધે છે. કોઈ પણ શુભ કે અશુભ વસ્તુની પ્રાપ્તિ થાય ત્યારે મનને ખૂબ જ પ્રસન્નતા ન થાય, હર્ષાતિરેક ન થાય, મનમાં દ્વેષભાવ કે કલેશભાવ પણ ન આવે એ કેટલા મોટા સૌભાગ્યની પ્રાપ્તિ છે એને એ જ સમજી શકે છે જે આ મનઃસ્થિતિ પર પહોંચી શકે. વાસ્તવમાં ઈર્ષા (દ્વેષ) સૌથી મોટો કીડો છે જે વ્યક્તિત્વરૂપી વસ્ત્રને ખાઈને, કાપીને ખતમ કરી નાખે છે. ઈર્ષા વ્યક્તિત્વને ખોપલું બનાવનાર

એક સૌથી મોટો દુર્ગુણ છે અને એ કોઈ સુંદર પ્રગતિની દિશામાં ગતિશીલ વ્યક્તિની પણ દુર્ગતિ કરી તેને પતનની પરાકાષ્ટાએ પહોંચાડી દે છે.

જો તમને ગાયત્રીતીર્થ શાંતિકુંજમાંના અગણિત ગાયત્રી પરિજનોમાં ક્યાંય પણ પરમાત્મચેતનાનો થોડો અંશ પણ દેખાતો હોય તો એ ચેતના સાથે પ્રેમ કરો, વ્યક્તિને નહીં. વ્યક્તિવિશેષ સાથે પ્રીતિ ન રાખતાં તેની વૃત્તિ સાથેનો સંબંધ આપણને આધ્યાત્મિક ઊંચાઈઓના શિખર પર પહોંચાડી શકે છે. પરમાત્મચેતના પરમાત્માના બધા ગુણોને લઈ લૌકિક બંધનોથી જુદી રીતે ચાલે છે અને વ્યક્તિના જીવનમાં એક કાંતિ લાવી દે છે.

ઉપર બતાવેલ ૫૯ીનો શ્લોક ખૂબ જ મહત્વપૂર્ણ છે. અકાવનમા શ્લોકમાં વર્ણન છે કે જેમ કાચબો પોતાનાં બધાં અંગોને સમેટી લે છે અને ફક્ત તેનો ઉપરનો કડક ભાગ એ નાજુક અંગોને પોતાની અંદર સમાયેલો દેખાય છે. કંઈક એવી જ રીતે મનુષ્યે પણ પોતાની ઈન્દ્રિયોને સંકોચવાનો અર્થાત્ પોતાને ઈન્દ્રિયોનો દાસ ન બનાવતાં તેમના પર નિયંત્રણ કરવાનો અભ્યાસ કરવો જોઈએ. વિષયોના ભોગોમાં ઈન્દ્રિયોના આસક્ત થવાની પ્રક્રિયા પર નિયંત્રણ સ્થાપિત કરવાના અભ્યાસમાં જે પ્રવીણ બની જાય છે તે વ્યક્તિ પ્રતિષ્ઠિત પ્રજ્ઞાવાળી ઋતંભરા પ્રજ્ઞામાં સ્થિત સ્થિતપ્રજ્ઞ મહાપુરુષ બની જાય છે.

ભગવાન શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસના પરમશિષ્ય અખંડાનંદજી મહારાજ ગાયત્રી જપ કરતા હતા ત્યારે ઠાકુરને અભ્યાસની પ્રક્રિયા પૂછતા હતા. તેઓ બતાવતા કે જેમ સંધ્યા ગાયત્રીમાં વિલીન થાય છે, ગાયત્રી ઓંકારમાં વિલીન થાય છે અને ઓંકાર આત્મતત્ત્વમાં વિલીન થાય છે તેવી રીતે આપણે ગાયત્રી જપ કરવો જોઈએ. જેમ કાચબો પોતાનાં અંગોને સમેટી લે છે તેમ એક પછી એક વિલીન કરતા જઈ પોતાને સંકોચવાની પ્રક્રિયા ઠાકુર સમજાવતા હતા. આ સાધના જ બુદ્ધિને સૂક્ષ્માતિસૂક્ષ્મ બનાવી તેને સવિતામાં પ્રતિષ્ઠિત કરી દે

છે, સાધકને સ્થિતપ્રજ્ઞ બનાવી દે છે. રામકૃષ્ણ મઠની ડાયરીમાંથી નીકળેલ આ એક ઉદ્ધરણ છે અને આપણને સાધનાના માધ્યમથી સ્થિતપ્રજ્ઞ બનવાની કળા સમજાવી રહ્યું છે. જેમ ભગવાને ગીતામાં ઉદાહરણ આપીને લખ્યું છે તેને જો આપણે સારી રીતે સમજી શકીએ તો તેનું નિરૂપણ આ રીતે કરી શકાય છે. સ્થિતપ્રજ્ઞે ઇન્દ્રિયોને મનમાં, મનને ચિત્તમાં, ચિત્તને અહંમાં, અહંને આત્મામાં (શુદ્ધ અહંમાં) અને આત્મતત્ત્વને પરમાત્મતત્ત્વમાં વિલીન કરવાની પ્રક્રિયામાં નિષ્ણાત થવું જોઈએ. સમેટવાની આ પ્રક્રિયા જો જીવનનો અભ્યાસ બની જાય તો આપણા અસ્તિત્વના કણેકણમાંથી પરમાત્મસત્તા પ્રવાહિત થવા લાગશે. કાયબાનું ઉદાહરણ આપીને ગીતાકારે સાધનાવિજ્ઞાનનો મર્મ આપણી સમક્ષ મૂકી દીધો છે.

પછી તેઓ કહે છે કે આ પ્રક્રિયા જબરદસ્તીથી પૂરી કરી શકાતી નથી. મનને પહેલાં તૈયાર ન કરતાં જ્યારે પણ જબરદસ્તી કરવામાં આવે છે ત્યારે શરીર સાથે કઠોરતા થઈ જાય છે, પરંતુ ઈચ્છેલું સધાતું નથી. એવું બને કે આપણે મોટા ત્યાગી થઈએ, તપસ્વી થઈએ, અસ્વાદપ્રત સાધતા હોઈએ, મીઠું કે ખાંડમાંથી કોઈ એક કે બન્ને ન ખાતા હોઈએ, પરંતુ મનમાંથી સ્વાદ ન કાઢવો હોય તો આપણે સ્વાદથી પર થઈ શકતા નથી. મનથી સ્વાદેન્દ્રિયોને સંકોચવી અનિવાર્ય છે. ઇન્દ્રિયોમાંથી સ્વાદ કાઢવો હોય તો શો ફાયદો ? મનમાંથી સ્વાદ કાઢવો જરૂરી છે. મીઠું નથી ખાતા તો એ ખૂબ જ સારું છે, આપણે ઘણી બીમારીઓથી બચી રહીશું, બ્લડપ્રેશર વધશે નહીં, કિડની સારી રહેશે, શરીરમાં સોજા નહિ આવે. ખાંડ નથી ખાતા તો પણ કેટલીય બીમારીઓથી બચી શકીશું પણ મીઠાઈ સામે બેઠા છીએ, મનમાં ને મનમાં સ્વાદ લઈ રહ્યા છીએ અને કહી રહ્યા છીએ કે શું કરીએ, કંટ્રોલ રાખ્યો છે નહિ તો આનંદ જરૂર લેત. તો પછી આ તપ નથી કે નથી યોગ. આપણું ઇન્દ્રિયો પર નિયંત્રણ થાય તે માટે આપણે મન પર જવું પડશે, મનથી ચિત્ત પર જ્યાં

ટેવોનો, ચિરસંચિત સંસ્કારોનો ખજાનો છે, ચિત્તથી અહં પર, પછી શુદ્ધ અહમ્માં પોતાને પ્રતિષ્ઠિત કરવું પડશે. ઇન્દ્રિયોના વિષયોથી ઇન્દ્રિયને હટાવીને પ્રજ્ઞામાં પ્રતિષ્ઠિત થવાનો આ જ આશય છે. બહારના ઇન્દ્રિયરસથી મનને હટાવી આપણે રસો વૈ સઃ વાળા પરમાત્માના રસ સાથે જોડી દઈએ. પરમાત્મરસ જ રસનો પર્યાય છે. ખૂબ જ વિલક્ષણ આનંદભરી અનુભૂતિનું આ ક્ષેત્ર છે. આ અનુભૂતિ થયા પછી બધી ઇન્દ્રિયોના રસોથી વિરક્તિ થઈ જાય છે. ત્યારે મન નથી કામુક થતું, નથી ક્યારેય કશું સ્વાદિષ્ટ ખાવાનું મન કરતું, નથી આંખો ખરાબ વસ્તુઓ જોવાની જિદ્ કરતી કે નથી ભાતભાતની ઈચ્છાઓ ઊઠતી કે જે આપણી ઇન્દ્રિયોને ખોખલી બનાવવાનો માર્ગ બતાવે છે. માત્ર ઇન્દ્રિયો દ્વારા વિષયોને ગ્રહણ ન કરનાર પુરુષોના ફક્ત વિષયો તો નિવૃત્ત થઈ જાય છે પરંતુ એમાં રહેતી આસક્તિથી તેઓ નિવૃત્ત થતા નથી. સ્થિતપ્રજ્ઞ પુરુષની તો આસક્તિથી પણ નિવૃત્તિ થઈ જાય છે, કેમ કે એ પરમાત્મસત્તામાં અધિષ્ઠિત થઈ જાય છે. સ્થિતપ્રજ્ઞની આ વ્યાખ્યાને આગલા અંકમાં વધુ વિસ્તારથી વાંચશો.

(ક્રમશઃ)

સવારના પવનની લહેર આવી અને ગુલાબને સ્પર્શ કરી જતી રહી. પાંદડાએ હસતા ગુલાબ તરફ જોયું તો ગુસ્સાથી લાલ થઈ ગયું. બોલ્યું - આ તે કાંઈ જીવન છે, માળી આવે છે અને કસમયે જ તમારી જીવનલીલા ખતમ કરી નાખે છે. આટલા અલ્પજીવનમાં પણ શું આનંદ ! હું રોજ જોઈ છું કેટલાંય ફૂલો ખીલે છે અને કરમાઈ જાય છે.

ગુલાબે ખૂબ જ શાંત સ્વરે જવાબ આપ્યો - ભાઈ ! જીવનનો અર્થ છે સાચી સુગંધ. આ રીતે ચારે તરફ સુગંધ ફેલાવતા રહી આમંત્રિત મૃત્યુ જ જીવન અને અમરતા છે.

મનુષ્યથી મહાન ખીજું કશું જ નહીં

મનુષ્ય ઈશ્વરની મહાનતમ કૃતિ

બાઈબલ કહે છે, “મનુષ્ય ઈશ્વરની મહાનતમ કૃતિ છે.” પરંતુ આથી વિપરીત આપણે જોઈએ છીએ કે સામાન્યમાંથી અસામાન્ય બનવું તો દૂર, વ્યક્તિ સાધારણ સ્તરની પણ રહેતી નથી. એનું મૂળ કારણ એ છે તેને પોતાના સામર્થ્યનો બોધ થયો નથી. હનુમાનને જો પોતાના સામર્થ્યનો બોધ રહ્યો હોત તો જાંબુવંતના ઉપદેશની એમને જરૂર ન પડત. રામનો આદેશ થતાં જ તેઓ તૈયાર થઈ ગયા હોત. સામાન્ય વાગર હનુમાનને સમુદ્રકિનારે પોતાની આત્મગરિમાનો જેવો બોધ થયો કે તરત તેઓ એક જ છલાંગમાં અસંભવ પુરુષાર્થ કરવામાં સફળ થઈ ગયા. અગ્નિ પર જામેલી રાખ અગ્નિની તીવ્રતાને છુપાવી રાખે છે. તેને દૂર કરતાં જ તે પોતાના મૂળ સ્વરૂપમાં દૈદિપ્યમાન તાપયુક્ત થઈ ઊઠે છે. સૂર્ય પર વાદળાં છવાયેલાં હોય તો થોડા સમય માટે વાતાવરણમાં ઠંડક છવાઈ જાય છે. વાદળાં દૂર થતાં સૂર્યનો પ્રકાશ અને ગરમી તે ક્ષેત્રના દરેક ભાગમાં પહોંચવા લાગે છે. આપણો આત્મા પણ એવો જ પ્રકાશવાન અને જાજ્વલ્યમાન છે. માત્ર દોષદુર્ગુણોએ, વિસ્મૃતિની છાયાએ અને જન્મજન્માંતરોના સંચિત કુસંસ્કારોએ તેની આત્મા ઢાંકી દીધી છે. જો આ માયાજાળનું આવરણ હટાવી દેવામાં આવે તો અસામાન્ય સ્થિતિમાં પહોંચી જવાનું શક્ય છે.

સારામાં સારા કીમતી કાગળ પર પણ જો ફાવે તેમ રંગ ફેલાવવામાં આવે તો કાગળ અને રંગ બન્ને વ્યર્થ થઈ જશે, પરંતુ કોઈ ચિત્રકાર જ્યારે તેની પીંછી વડે એ જ કાગળ પર એ જ રંગ લગાડે છે ત્યારે સુંદર છબી બની જાય છે. એ છબી દરેકનું ધ્યાન પોતાના તરફ આકર્ષે છે. જોનારને પણ પ્રસન્નતા થાય છે અને ચિત્રકારને પણ આત્મસંતોષ મળે છે. પોતાના વ્યક્તિત્વને પણ જો આ રીતે સુંદર છબી પ્રદાન કરી

શકાય તો પોતાને આત્મસંતોષ તો મળી શકે છે અને બીજાઓને પણ પ્રફુલ્લતા અને પ્રેરણા આપી શકાય છે. વ્યક્તિત્વનું આ રીતે ગઠન કરવાની પ્રક્રિયાનું નામ જ જીવન જીવવાની કળા છે.

અજ્ઞાનીપણું સૌથી મોટું સંકટ

ડ્રાઈવિંગ કરતાં શીખ્યું ન હોય અને વાહનના ભાગોની કોઈ જાણકારી ન હોય છતાં મોટર ચલાવવાનું શરૂ કરી દેવામાં આવે તો દુર્ઘટના થવાનો જ ભય રહે છે. મોટરનો અકસ્માત્ થવાનું અને બેસનારાઓનું સંકટમાં મુકાઈ જવાનું સ્વાભાવિક છે. ખરીદવેચાણ અને હિસાબકિતાબનો અનુભવ કર્યા વિના વ્યાપાર કેવી રીતે ચાલી શકે ? જેને ખેતીનો અનુભવ જ ન હોય તે ખેતરમાં દાણા ફેંકતો ફરે તો એટલાથી જ પાકની આશા કેવી રીતે રાખી શકાય ? મિલિટરી, પોલીસ, વહીવટ, રેલવે, વગેરે સરકારી કચેરીઓમાં કામ કરતી વ્યક્તિઓ પહેલાં તાલીમ લે છે, પછી જ એમની નિમણૂક થાય છે. જો ટ્રેનિંગ વિના આ ખાતાઓમાં અજ્ઞાની લોકોને નિમણૂક આપવામાં આવે તો કોઈ સારાં પરિણામોની આશા રાખી ન શકાય. એ અજ્ઞાની લોકો જ્યાં જશે ત્યાં સંકટ જ પેદા કરશે. મહાત્મા ઈમર્સન કહેતા હતા, “મને નરકમાં મોકલી દો, હું ત્યાં પણ મારા માટે સ્વર્ગ બનાવી લઈશ.” તેઓ જાણતા હતા કે દુનિયામાં ગમે તેટલી બૂરાઈઓ અને કમી કેમ ન હોય, જો મનુષ્ય પોતાની જાતને સુસંસ્કારી બનાવી લે તો એ બૂરાઈઓની પ્રતિક્રિયાથી બચી શકે છે. બસની સસ્ટેન્શન સ્ટોપ ઉત્તમ હોય તો સડકના ખાડાઓ તેને બહુ ઉછળતી બચાવે છે. સસ્ટેન્શનના આધારે તે એ ખાડાઓની પ્રતિક્રિયાને પચાવી લે છે. સજ્જનતામાં પણ એવી જ વિશેષતા છે, તે દુર્જનોને નગ્ન સ્વરૂપમાં પ્રગટ થવાનો ખૂબ જ

ઓછો અવસર આપે છે. ભીની લાકડીનો એક નાનકડો અંગારો બળી શકતો નથી પણ ઓલવાઈ જાય છે અને સજ્જનતામાં તો એક બીજો ગુણ પણ છે કે કોઈ મુશ્કેલી આવી જ જાય તો સંતુલન ગુમાવ્યા વગર એક તુચ્છ વાત સમજીને તેને હસતાં રમતાં સહન કરી લેવામાં આવે છે.

આત્મબળ : આત્મબળમાં સહાયક

મનુષ્યનો અથવા સિદ્ધ પુરુષોનો સૌથી મોટો ચમત્કાર છે તેમનું આત્મબળ. એ તેમને એ પ્રસુપ્ત શક્તિનો બોધ કરાવે છે જેની મદદથી તેઓ મુશ્કેલમાં મુશ્કેલ અને પ્રતિકૂળમાં પ્રતિકૂળ પરિસ્થિતિઓમાં પણ આદર્શો તથા દૃઢ સિદ્ધાંતો પર અડગ રહે છે. આ ચમત્કારી ક્ષમતા જ સામાન્ય રાજકુમાર સિદ્ધાર્થને ગૌતમ બુદ્ધ, એક ભરવાડના છોકરાને ઈસુ, સામાન્ય સાધુને સમર્થ રામદાસ, વાસનામાં ડૂબેલ કામુક વ્યક્તિને તુલસીદાસ, એક પૂજારીને રામકૃષ્ણ પરમહંસ, એક ડાકુને સંત વાલ્મીકિ અને એક શિક્ષકને મહાયોગી અરવિંદ બનાવે છે. સામાન્ય પરિસ્થિતિઓમાંથી ઊંચે ઊઠીને મહામાનવો-દેવપુરુષોની હરોળમાં આવવું એ શું ઓછો ચમત્કાર છે ? લોકોએ જાદૂની રમતને જ ચમત્કાર માની લીધો છે. હકીકતમાં જેમણે આધ્યાત્મિક સંપદા મેળવી છે તેમને આ પ્રકારના ચમત્કારોનું પ્રદર્શન કરવાની ક્યારેય જરૂર પડી નથી. ધનિક લોકો પોતાના ધનને સુરક્ષિત રાખે છે, તેને કોઈને બતાવતા ફરતા નથી. આ તો બતાવનારનું હલકાપણું અને ઉત્સુક બાળબુદ્ધિ ધરાવતા લોકોનું બાળમાનસ છે, જે આ ઉદ્ધત પ્રદર્શનને જ મુખ્ય માની બેસે છે. જેમણે જીવનની ગરિમાને સમજી છે તેમણે એકાગ્ર થઈને તેની સાધના કરી છે અને તેના પરિજ્ઞામરૂપે અગણિત હલુમૂલ્ય હીરામોતીઓ મેળવ્યાં છે. એનાથી તેઓ પોતે લાભાન્વિત થયા અને અનેક લોકોને પણ તેનો લાભ પહોંચાડ્યો.

દરેક વ્યક્તિ મહાન બની શકે છે

દરેક વ્યક્તિમાં મહાન બનવાની સંભાવના

બીજરૂપે વિદ્યમાન છે. પ્રશિક્ષણ અને અભ્યાસ દ્વારા તેમનો વિકાસ કરી શકાય છે. જેમનામાં સૂઝબૂઝ અને બૌદ્ધિક ક્ષમતા નથી હોતી એવા રીંછ અને વાનરોને પણ એક મદારી તાલીમ આપીને મનુષ્યો જેવા વ્યવહાર કરવાનું શીખવાડી દે છે તો બૌદ્ધિક ક્ષમતા, સહયોગની સુવિધા અને અન્ય વિશેષતાઓ હોવા છતાં મનુષ્ય દીનહીન જ બની રહે એનું શું કારણ ? જો પ્રયત્ન કરવામાં આવે તો દરેક વ્યક્તિ મહામાનવો જેવું વ્યક્તિત્વ બનાવી શકે છે. આત્મદર્શનને ઈશ્વરપ્રાપ્તિ સમાન બતાવવામાં આવ્યું છે. આ રહસ્યવાદને જો સરળ શબ્દોમાં સમજવો હોય તો બોલચાલની ભાષામાં એટલું જ કહેવું પૂરતું છે કે “પોતાની અર્થાત્ જીવનની શ્રેષ્ઠતાને સમજવામાં આવે અને એ કલ્પવૃક્ષની નિષ્ઠાપૂર્વક સાધના કરવામાં આવે.” આટલું સમજી તથા સ્વીકારી શકાય તો સમજવું જોઈએ કે આત્મવિજ્ઞાનની વર્ણમાળા યાદ રહી ગઈ અન્યથા અક્ષરજ્ઞાન શીખ્યા વિના સ્નાતક બનવાનાં દીવાસ્વપ્ન જોનારાઓને કોણ રોકી શકે છે ? એ માટે આવશ્યકતા એ વાતની છે કે આપણે માનવીય ગરિમાને સમજીએ અને તેના પ્રત્યે શ્રદ્ધાવાન બનીએ અને મહત્ત્વની વાત એ છે કે તેને અપનાવવા માટે સંકલ્પવાન નિષ્ઠા પરિપક્વ કરીએ. આ બે તથ્યો પર જેટલી ગંભીરતાથી વિચાર કરવામાં આવશે તેટલું જ રહસ્ય પ્રગટ થતું જશે કે પ્રગતિ અને દુર્ગતિનું કારણ શું છે ? અંતરંગની નિકૃષ્ટતાને લોકોની નજરથી છુપાવીને પણ રાખી શકાય છે, પરંતુ એ બગાડમાંથી જવાળા તો ઊઠતી જ રહેશે જે પરુથી ભરેલા ફોડલાની અંદરથી નીકળે છે અને ખાવા તથા સૂવાથી માંડીને સામાજિક પરિકર અને પરિવારને હેરાન કરે છે. કુસંસ્કારોનાં ઊંડાં મૂળ અનુચિત આકાંક્ષાઓ અને અનૈતિક માન્યતાઓમાં હોય છે. જ્યારે એમાં અંકુર નીકળે છે ત્યારે આળસથી માંડીને દુર્વ્યસનો સુધ્યાંના રૂપમાં પણ દેખાવા લાગે છે અને પરિપક્વ પણ થાય છે અને ભ્રષ્ટતા તથા દુષ્ટતાના રૂપમાં પણ તેની ઉદ્દંડતાનો પરિચય આપે છે. એમને

કેવી રીતે રોકી તથા ઉખેડી શકાય ? આત્મા પર છવાયેલ આ ગંદકીનાં આવરણોથી કેવી રીતે મુક્તિ મેળવી શકાય ? એ માટે કોઈ વરદાન કે અનુદાન પર આધાર ન રાખતાં એવા ઉપાયો અપનાવવા જોઈએ જે સફળ થતાં યાચના વિના જ અનુદાન મળવા લાગે છે. નદીઓ ઊંડી હોય છે, પરિણામે એમનામાં પહાડોથી માંડી ખેતરોનું પાણી પણ દોડતું પહોંચી જાય છે. આ જ સાચો રસ્તો છે, સાચી નીતિ આ જ છે.

તમે ઈશ્વરના પુત્ર હોવાનો સ્વીકાર કરી લો

તમે અમારી વાત માનો, પોતાને ઈશ્વરનો પુત્ર હોવાનું સ્વીકાર કરી લો. તમે એ તમામ સંપદાઓના સ્વામી બની જશો જે તમારા પિતામાં છે. પુત્રમાં પિતાના તમામ ગુણ આવવા નિશ્ચિત છે. ઈશ્વરના પુત્ર હોવાથી તમે પણ અસીમ શક્તિઓ અને દૈવી સંપદાઓના સ્વામી બની જશો. ઈશ્વરના અખૂટ ભંડારના અધિકારી બની જશો. આંબલીના ઝાડ પરથી એક નાનકડી પાંદડી તોડો, જીભ પર રાખો અને ચાવો. તમને એ ખાટી લાગશે. આંબલીના ફળને ચાખશો તો એના કરતાં ખાટું છે. આંબલીનાં ફૂલ, બીજ, પાંદડાં, અંકુર બધામાં ઓછાવત્તા અંશે ખટાશનો ગુણ સમાનરૂપે રહેલો છે. એ જ ગુણ સર્વત્ર અદૃશ્યરૂપે વિદ્યમાન છે. એક લીમડાનું પાંદડું તોડીને ચાખો, કડવું છે. તેનાં ફળ, છાલ બધું જ કડવું છે. તેની ગંધમાં પણ કડવાશ ભાસે છે. લીમડાનાં બીજ કડવાં, તેના છોડ કડવા અને ફળ પણ કડવાં છે. જેવું બીજ હોય છે તેવાં જ ફળો હોય છે. બીજમાંથી ફળ અને ફળમાંથી એવાં જ બીજ, એવી જ સૃષ્ટિ, સંસારના પ્રાણીજગતનો આ જ ક્રમ છે. તમે જંતુવિજ્ઞાનના નિષ્ણાત સાથે વાચતચીત કરો. એ તમને કહેશે કે જે ગુણ કોઈપણ જીવના પિતામાં હોય છે, તે જ તેના સંતાનમાં વિકસે છે અને ફલિત થાય છે. વધુ દૂધ આપતી ગાયની વાછરડી મા કરતાં પણ વધુ દૂધ આપે છે. વંશ સુધારનારા ફક્ત ઊંચી જાતિની ગાયોની જ રક્ષા કરે છે. એમનાં વાછરડાંને જ ધ્યાનથી પાળે છે.

પિતા અને માતાના ગુણો તેમનાં બાળકોમાં ઝડપથી વધે છે, વધુ વિકસે છે. તો પછી જો તમે પોતાને ઈશ્વરનો પુત્ર હોવાનો સ્વીકાર કરી લો તો એક એવા શક્તિસ્ત્રોત સાથે પોતાનો સંબંધ સ્થાપિત કરી લો છો, જે અતૂટ છે. સંસારના સર્વોચ્ચ ગુણોનું આદિસ્થાન છે. દરેક પ્રતિષ્ઠિત કલાકાર, મૂર્તિકાર પોતાની કલાકૃતિઓના ગૌરવનું ધ્યાન રાખે છે. જો એ બેરોજ કે કદરૂપી હોય તો એ કૃતિનો જ તિરસ્કાર અને ઉપહાસ નથી થતો પણ તેના સર્જક, કલાકારનું ગૌરવ પણ ઓછું થાય છે. મનુષ્ય ઈશ્વરની સર્વોત્તમ કૃતિ છે. એને બનાવવામાં, સજાવવામાં તેણે પોતાની કલાને ચરમસીમા પર પહોંચાડી દીધી છે. શરીરના એક એક અવયવોની રચના અને કાર્યશૈલી પર વિચાર કરીએ તો જાણવા મળે છે કે બધા વૈજ્ઞાનિકો એકસાથે બેસી જાય તો પણ કોઈ એક અવયવની સાચી નકલ બનાવી શકતા નથી. માનવબુદ્ધિને એક ક્યારામાં ઊગેલા ફૂલોની ફસલ કહી શકાય છે. શારીરિક અને બૌદ્ધિક ક્ષમતા સિવાય એક ભાવનાનું ક્ષેત્ર પણ એ ઈશ્વરીય કૃતિની વિશેષતા છે, જે માનવ-અંતઃકરણમાં ઉત્કૃષ્ટતાના સારતત્ત્વરૂપે વિદ્યમાન છે. ઈશ્વરનું અરમાન તો પૂર્ણ થઈ ગયું. હવે મનુષ્યનું કર્તવ્ય છે કે તે એ કર્તવ્યને કલુષિત અને કલંકિત ન કરે. ઋષ્ટાના ગૌરવને ઓછું ન થવા દે અને એ અરમાનોને ક્ષતિ ન પહોંચાડે જેમને માટે ઋષ્ટાએ આટલી તીવ્ર આકાંક્ષાઓ કરી અને સર્જનનું કષ્ટ ઉઠાવ્યું છે. માનવીય સંભાવનાઓ અસીમ છે. મનુષ્ય જ્યારે પોતાનું સામર્થ્ય ઓળખવામાં અને તેનો ઉપયોગ કરવામાં ઉપેક્ષાપૂર્ણ વર્તે ત્યારે તે ખરાબ સ્થિતિમાં હોય છે. તે મહાન અને અસાધારણ એવી સ્થિતિમાં છે જ્યારે પોતાના ગૌરવને સમજે અને અસીમ ક્ષમતા પર વિશ્વાસ રાખે. પરમાત્મા જેટલો અસીમ છે તેટલો જ મહાન તેનો પુત્ર છે. મહર્ષિ વ્યાસ મહાભારતમાં કહે છે – “હું એક રહસ્યની વાત બતાવું છું કે આ સંસારમાં મનુષ્યથી શ્રેષ્ઠ બીજું કશું જ નથી.”

શું કરવામાં આવે ?

એ માટે વ્યાવહારિક રીતે શું કરવું પડશે ? આનો ઉત્તર એક જ છે. પોતાના સંચિત કુસંસ્કારોથી પીછો છોડવામાં આવે અને લોકપ્રવાહમાં વહી જવાનો ઇન્કાર કરી દેવામાં આવે. સંકલ્પ એક જ રહે કે પ્રવાહમાં વહેવાનું નથી, ફક્ત યોગ્ય તે જ સ્વીકારવાનું છે. સ્વજન સંબંધીઓ દ્વારા ભલે અનુચિતતાની પ્રેરણા અપાતી હોય અથવા સમગ્ર વાતાવરણમાંથી તેવું જ પ્રોત્સાહન મળી રહ્યું હોય, પરંતુ પોતાનો નિર્ણય સ્વતંત્ર તથા આદર્શવાદી હોવો જોઈએ. પોતાનાથી, પોતાની ટેવોથી, પોતાને પ્રભાવિત કરતી વ્યક્તિઓથી તેમજ વાતાવરણથી લડી લેવાનું સાહસ જાગે તો કૃષ્ણનો જાગૃત અર્જુન બનવાનો અવસર મળે. કર્તવ્ય કહે છે કે જૂની પરંપરાને તોડો તેનાથી લડો અને અનુચિતતાને હટાવો, પરંતુ અર્જુનનો મોહ જૂની, ચિરપરિચિત પરંપરાઓ અને જૂની ટેવોને છોડવાનું-તોડવાનું સાહસ કરી શકતો નથી અને વિચારે છે કે જેવું ચાલી રહ્યું છે તેવું જ ચાલવા દેવામાં આવે. કર્તવ્યપાલન જો આટલી મુશ્કેલીઓથી ભરેલું હોય, આત્મજાગરણની જો આટલી મોટી કિંમત ચૂકવવી પડતી હોય તો તેને કેમ છોડી ન દેવામાં આવે ? મહાભારતમાં જ્યારે મોહગ્રસ્ત અર્જુન ગાંડીવ નીચે રાખી બેસી જાય

છે ત્યારે ભગવાન અનેક તર્ક અને તથ્યોના માધ્યમથી તેને સમજાવે છે. તેઓ કહે છે, “ચિરપરિચિત ગતિવિધિઓ વણાઈ ગયેલી હોવાથી સગાંસંબંધીઓની જેમ અતિ નિકટની અને પ્રિય બની ગઈ છે. એમને હટાવવી જરૂરી છે. એમણે જ આત્મગૌરવથી અર્જુનરૂપી મનુષ્યને વિસ્મૃત બનાવી દીધો છે. સાધનાસંગ્રામમાં પોતાની જ અજ્ઞાનતાના અસુર સાથે તો લડવું પડે છે. કર્તવ્ય, ધર્મ અને સંઘર્ષ પરસ્પર જોડાયેલાં છે. તેથી હે અર્જુન ! ચિરપરિચિતોનો, ચિર સાથીઓનો મોહ છોડ અને એ કર કે જેથી શ્રેયની સાધના સંપન્ન થાય છે.” આત્મગૌરવ ભૂલી ગયેલા દરેક મનુષ્યે પોતાના બળસંચયની સાધના કરતી વખતે અર્જુનની જેમ જ અગ્નિપરીક્ષામાંથી પસાર થવાનું હોય છે. વિવેકભૂમિકામાં જાગેલો આત્મા જો પોતાના દોષદુર્ગુણોને જ મિટાવી ન શકે તો આખરે તેના જાગરણનું પ્રયોજન જ શું રહ્યું ? જેની પાસે આત્મભૂમિકામાં જાગેલો જીવનમુક્ત નરનારાયણ છે તેને માટે સંસારમાં કશું જ અસંભવ નથી. અધ્યાત્મના ઉચ્ચસ્તરનાં સોપાનો પર ચઢવા અને રિદ્ધિસિદ્ધિઓ હસ્તગત કરવા માટે પહેલી શરત આત્મજાગૃતિ જ છે.



પ્રત્યેક વિચારશીલ માણસ પોતપોતાના ઘરમાં મહિલાઓને પ્રોત્સાહિત કરે તે જરૂરી તો છે, પરંતુ એટલું જ કામ કરવું પૂરતું નથી. કામ મોટું છે એટલા માટે મોટા પાયા પર જ કરવું પડશે. એના માટે સંગઠિત રૂપથી પ્રયાસ કરવો જોઈએ. મોટાં કાર્યો હંમેશાં સંગઠિત રૂપથી જ થતાં રહે છે. ભગવાન રામે લંકાવિજય માટે રીંછવાનરોની સેના સંગઠિત કરી હતી. ભગવાન કૃષ્ણએ ગોવર્ધન ઉપાડવા માટે ગોવાળિયાઓને લાકડીનો ટેકો આપવા માટે સંમત કર્યા હતા. મહાભારતનું યુદ્ધ લડવા માટે કૃષ્ણએ દૂરના દેશોના શક્તિશાળી લોકોની સેનાઓ પાંડવોના પક્ષમાં સામેલ કરી હતી. સમર્થ ગુરુ રામદાસે શિવાજીના માટે સહાય ઊભી કરવા માટે સેંકડો મહાવીર (હનુમાન)નાં મંદિરો બનાવ્યાં. ગુરુ ગોવિંદસિંહે એક મોટી સેનાનું સંગઠન કર્યું હતું. લોકોના માનસને શુદ્ધ કરવા માટે ભગવાન બુદ્ધે લાખો ભિક્ષુક-ભિક્ષુણિઓને એકત્રિત કર્યા અને તાલીમ આપી હતી. મહાત્મા ગાંધી સત્યાગ્રહ સંગ્રામ લોકશક્તિનો સાથ લઈને જ જીત્યા હતા.

જીવન જીવવાની ઠળ શીખીએ

મુશ્કેલીઓથી માનવ-બુદ્ધિનો વિકાસ

મનુષ્યમાં જો આત્મશ્રદ્ધા હોય તો તેને સફળતા પ્રાપ્ત કરવામાં સુગમતા રહે છે, પરંતુ આત્મશ્રદ્ધાની સાથે મનુષ્યને જીવનમાં સફળ થવા માટે અન્ય વિશેષતાઓની પણ જરૂર હોય છે. કોઈ દેશના રાજાને પોતાની પ્રજાનાં સુખદુઃખની, રાજકોશની, શત્રુઓથી રક્ષણ માટેની, ઉદ્દંડ અપરાધીઓના નિયંત્રણની, મંત્રીમંડળના સંગઠન, વગેરેની અનેક સમસ્યાઓનો સામનો કરવો પડે છે અને દરેક સમસ્યાને સાચી રીતે ઉકેલવી પડે છે. કોઈ મૂર્ખ રાજા યોગ્ય ઉકેલ શોધી ન શકે અને ખોટી કે અવળી ગતિવિધિઓ અપનાવે તો પ્રજામાં અશાંતિ, શાસનમાં અસંતોષ તથા વ્યવસ્થામાં અડચણ પેદા થઈ જશે. આવો રાજા પોતે પણ નષ્ટ થાય છે અને પોતાના રાજ્યભરમાં વિપત્તિની વિનાશિકાઓ ઊભી કરી દે છે. જીવનને કોઈ મોટા રાજ્યકારભારના સંચાલનની જ ઉપમા આપી શકાય છે. રાજ્ય મોટું હોય અને જીવન નાનું; પરંતુ બન્નેની સમસ્યાઓ એકસરખી રહે છે. હાથી મોટો છે અને મચ્છર નાનો, તેમ છતાં બન્નેને પોતપોતાના નિર્વાહની વાત સમાનરૂપે વિચારવી પડે છે અને તેમનું સમાધાન શોધવા માટે એકસરખી દોડધામ કરવી પડે છે. જીવનની બાહ્ય જવાબદારીઓ નાની હોય કે મોટી, દરેક મનુષ્યે એક મર્યાદિત સીમાની અંદર પોતાની મુશ્કેલીઓનું સમાધાન પોતે જ શોધવું પડે છે અને પોતે પોતાનો માર્ગ સાફ કરવાનો હોય છે. આ સંસારમાં એકપણ વ્યક્તિ એવી પેદા થઈ નથી કે જેને પૂર્ણ નિશ્ચિંતતા સાથે સરળ અને શાંતિપૂર્ણ જીવન ગુજારવાની સુવિધા મળી હોય. જો આવું હોત તો માનવીય બુદ્ધિનો વિકાસ જ શક્ય થયો ન હોત. ચાકુને પથ્થર પર ઘસવામાં

આવે છે ત્યારે જ તેની ધાર તેજ થાય છે, નિષ્ક્રિય પડી રહે તો તેના પર કાટ ચડી જાય છે. મુશ્કેલીઓ અને સમસ્યાઓરહિત જીવન નિર્જીવ અને આનંદરહિત જ બનશે. એમાં જડતા, નિરુત્સાહ અને નિરાશા જ ઘેરાયેલી રહેશે. ઘસવાથી અને અથડાવાથી શક્તિ ઉત્પન્ન થાય છે, આ વૈજ્ઞાનિક નિયમ છે. ઈશ્વર પોતાના પ્રિય પુત્ર જીવને શક્તિવાન, પ્રગતિશીલ, વિકાસ કરતો, ચતુર, સાહસી અને પરાક્રમી બનાવવા ઈચ્છે છે, માટે એણે સમસ્યાઓ અને કઠણાઈઓનો એક મોટો ભંડાર દરેક મનુષ્ય સામે ઊભો કરી રાખ્યો છે.

બિલાડી પોતે તેનાં નાનાં બચ્ચાંને ઉંદરનો શિકાર કરવાનું શીખવાડે છે. પકડેલા ઘાયલ ઉંદરને એ બાળકો સામે છોડી દે છે, બાળકો તેના પર આક્રમણ કરે છે, મારે છે અને ખાય છે. આ રીતે એમને શિકાર કરવાનો અનુભવ થઈ જાય છે. પરમાત્મા બિલાડીની જેમ મનુષ્યરૂપી બાળકોને ગૂંચવાયેલી સમસ્યાઓ અને વિવેકના શિક્ષણની સગવડ પ્રસ્તુત કરે છે. આ ઘાયલ ઉંદરો તો પહેલેથી જ અર્ધમરેલા હતા. ઉંદરો મારવામાં કોઈ મુશ્કેલી નથી. એમને બિલાડી તો પોતે જ મારીને આપી શકતી હતી, પરંતુ બચ્ચાંને શિકાર કરતાં શીખવાડવાનો તો મોટો પ્રશ્ન હતો. તે વિના બચ્ચાં પોતાના પગ પર ઊભાં જ ન થઈ શક્યાં હોત. ઈશ્વર આપણી સમસ્યાઓ આસાનીથી દૂર કરી શકે છે, એ કરે પણ છે, પરંતુ આપણે પણ આપણી ચેતનાનો વિકાસ કરવાનું શીખવાનું છે. તેથી અર્ધમૃત ઉંદરની જેમ સમસ્યાઓ પણ આપણી સામે આવતી જ રહે છે. એક પછી બીજી એમ આવતી જ રહે છે.

સમસ્યાઓથી દૂર ભાગવું ઉચિત નથી

એ વિચારવું યોગ્ય નથી કે કોઈ રીતે આપણને

સમસ્યાઓથી છુટકારો મળી જશે. મુશ્કેલીઓરહિત જીવનની વ્યવસ્થા આ સૃષ્ટિમાં થઈ નથી. તેથી એનાથી બચી રહેવાની કલ્પના કોઈએ પણ ન કરવી જોઈએ, પરંતુ એ વિચારવું જોઈએ કે અવારનવાર ઉપસ્થિત થતી સમસ્યાઓ ઉકેલવા માટેની સાચી રીત કઈ છે, તે જાણીએ. પગમાં જૂતાં પહેરી લેવાથી રસ્તામાં વેરાયેલા કાંટાઓથી સહજ રીતે બચાવ થઈ જાય છે. આપણી પાસે મુશ્કેલીઓને દૂર કરવાનો જો સાચો દૃષ્ટિકોણ મોજૂદ હોય તો કઠણ અને ભયંકર દેખાતી સમસ્યાઓ પણ ઘડીવારમાં ઉકેલાઈ જાય છે.

સામાન્ય રીતે એવું વિચારવામાં આવે છે કે આપણે જેવું વિચારીએ છીએ, જેવું ઈચ્છીએ છીએ તેને અનુરૂપ પરિસ્થિતિઓ પેદા થઈ જાય અને બીજા લોકો પણ તેને અનુરૂપ આચરણ કરવા લાગે. પોતાની સાચી કે ખોટી દરેક આકાંક્ષાઓને આપણે પૂર્ણ થતી જોવા ઈચ્છીએ છીએ. જાણે સામે જે કંઈ છે તે ભીની માટી સમાન છે. તેમાંથી જે કંઈ બનાવવા ઈચ્છીએ તે તુરત બનીને તૈયાર થઈ જશે અને જેવું ચલાવવા ઈચ્છીએ તે રીતે જ ચાલવા લાગશે. કઠણાઈઓથી સંપૂર્ણ સુરક્ષિત રહેવાની કામનાની જેમ જ આ આકાંક્ષા પણ નિષ્ફળ જ રહેવાની છે. જે રીતે કઠણાઈઓ સામે લડવા માટે કટિબદ્ધ રહેવું જરૂરી છે તેવી જ રીતે એ પણ જરૂરી છે કે પરિસ્થિતિઓ પોતાને અનુકૂળ બને એ વિચારતા રહેવા કરતાં એવું વિચારવું યોગ્ય છે કે આપણે પરિસ્થિતિઓ મુજબ આપણો સ્વભાવ બદલી લઈએ અને જેવું આપણે ઈચ્છીએ તેવું જ ચાલતું રહે એ વિચારવાને બદલે એવું વિચારવું વધુ યુક્તિસંગત છે કે આ બહુરંગી દુનિયા સાથે મળીને ચાલવા અને જેવું અહીં છે તેનાથી કામ ચલાવવાયોગ્ય લયક આપણી અંદર પેદા કરીએ એ પણ જરૂરી છે. પ્રતિકૂળને અનુકૂળ બનાવવા માટે આપણી અંદર કેટલીક વિશેષતાઓ હોવી જોઈએ. લુહાર તેની ભઠ્ઠીમાં લોખંડના તૂટેલા ફૂટેલા ટુકડાઓ નાંખીને ગરમ કરે છે અને જ્યારે તે નરમ

થઈ જાય છે ત્યારે તેમાંથી મનગમતી વસ્તુઓ બનાવી લે છે. ગરમ કર્યા વિના જ જો એમનું પરિવર્તન કરવા ઈચ્છે તો કરી શકશે ?

સફળતાનાં બે સૂત્ર

જિંદગી જીવવાની કળામાં મુખ્યત્વે બે જ શિક્ષણ હોય છે. બીજાની પ્રતિકૂળતાને અનુકૂળતામાં પરિવર્તિત કરવાની હિંમત અને એ પ્રતિકૂળતાને હસતાંરમતાં સહન કરવાની ક્ષમતા. આ બે ગુણ જેનામાં હશે એ જીવનસંગ્રામમાં ક્યારેય અસફળ નહિ થાય. દુઃખો મનુષ્યના હિત માટે પરમાત્માના વરદાનસ્વરૂપે આવે છે. તેનાથી ગભરાઈ જવું, દુઃખના સમયે દુઃખી, ચિંતિત અને પરેશાન થવું તે મોતસમન છે. દુઃખોથી નિરાશ થઈ જવાથી મનુષ્યનો વિકાસ રુંધાઈ જાય છે. જીવન કઠણાઈઓથી ભરેલો એક પડકાર છે જેનો ધૈર્ય, સાહસ અને નિષ્ઠાપૂર્વક સામનો કરવો જ જોઈએ. એક મુશ્કેલીમાંથી બહાર નીકળતાંની સાથે જ બીજી આવે. તબિયત ઠીક થઈ નથી કે વેપારમાં નુકસાન આવી જાય. દેવું પૂરું કર્યે બે દિવસ જ થયા કે કોઈ સ્વજનનું મૃત્યુ થઈ જાય. પાણીની લહેરોની જેમ મુસીબતો એક પછી એક દોડતી આવે છે. આવા સમયે લોકોના હાથપગ ઢીલા થઈ જાય છે. બુદ્ધિ કામ કરતી નથી. પગ ડગમગી જાય છે. ફરીથી કોઈ મુસીબત આવી ન જાય એ બીકે અધમૂઆ થઈ જાય છે. પરંતુ જે અટળ પ્રારબ્ધ છે તેનાથી ડરવાનું શું? આવનાર કઠણાઈ પ્રત્યે કાયરતા કેવી ?

જીવનસંગ્રામમાં શૂરવીરોનો જેમ લડો

જીવન એક સંગ્રામ છે. એમાં કાયરોને પણ લડવું પડે છે અને શૂરવીરોને પણ. કોઈના હાથ તલવાર પકડતાં કાંપે છે તો કોઈ જાનની બાજી લગાવીને દુશ્મનના દાંત ખાટા કરી નાંખે છે. કઠણાઈઓ, દુઃખો અને મુશ્કેલીઓ એવા જ શત્રુઓ છે, જેમની સામે આપણે લડવું જ પડશે. એમનાથી છુટકારો મેળવવો

અશક્ય છે. તો પછી એમને સાહસપૂર્વક કેમ ન લલકારીએ ? વીર યોદ્ધાઓની જેમ એમની સાથે કેમ ન લડીએ ? જીવનસંગ્રામમાં વિજયી એ જ થાય છે, જે કઠણાઈઓ સાથે લોહીના છેલ્લાં ટીપાં સુધી, જીવનના છેલ્લા શ્વાસ સુધી લડે છે. મુશ્કેલીઓથી ગભરાઈએ નહીં, પણ એમની સાથે સંઘર્ષ કરીએ. તેમાં જ જીવનનું શ્રેય છે.

જે વિચારીએ તે કેમ કરી શકતા નથી

જીવનસંગ્રામમાં સંઘર્ષ કરતી વખતે એક મુશ્કેલી હંમેશાં આવે છે. આપણે જે વિચારીએ છીએ તે કરી શકતા નથી એવું આપણે અનુભવીએ છીએ. કેટલીકવાર મનુષ્ય પોતાનાં અનુચિત કાર્યો કે ટેવોથી દુઃખી પણ થાય છે અને વિચારે છે કે એમને છોડી દઉં. અયોગ્ય ટેવોની પ્રતિક્રિયા એણે જોયેલી અને સાંભળેલી હોય છે. સલાહ અને ઉપદેશ પણ એવા જ મળતા રહે છે કે જેમાં સુધરવા-સંભાળવા માટે કહેવામાં આવે છે. એ ઉપદેશો સાંભળવામાં સારગર્ભિત પણ લાગે છે, પરંતુ જ્યારે છોડવાની વાત આવે છે ત્યારે મન ફરી જાય છે. તે જૂની ટેવો છોડવા માટે સંમત થતું નથી. ઉપદેશોથી પ્રભાવિત થયેલા મનની એ સજ્જનતા સમય આવે ત્યારે રેતીની જેમ ખસી જાય છે, પત્તાંની જેમ ઊડી જાય છે. ટકી શકવાની પૃષ્ઠભૂમિ જ હોતી નથી. જે સાહસ અને સંકલ્પનાના આધારે આત્મસુધાર થઈ શકે છે, તેનો અભાવ રહેવાથી વાત બનતી નથી. સ્થિતિ જેમની તેમ બની રહે છે. આ જ પ્રક્રિયા દારૂના વ્યસનીમાં ચરિતાર્થ થતી જોઈ શકાય છે. આર્થિક તંગી, બદનામી, શરીરની બરબાદી, પરિવારમાં મનદુઃખ જેવી હાનિઓ પ્રત્યક્ષ રહે છે. એમનો અનુભવ પણ થાય છે, છોડવાનું મન પણ કરે છે, પરંતુ જ્યારે તલપ લાગે છે ત્યારે બધું વિચારેલું બેકાર થઈ જાય છે. ટેવ ઊભરાઈ આવે છે અને પોતાનું કામ કરવા લાગે છે. વારંવાર સુધરવાની વાત વિચારવાથી અને સમય આવે ત્યારે તેવું ન કરી

શકવાથી મનોબળ તૂટી જાય છે. વારંવાર મનોબળ તૂટવાથી તે એટલો દુર્બળ થઈ જાય છે કે તેનો સુધાર થઈ શકે એવો વિશ્વાસ જામતો જ નથી. જિંદગી આવી જ વીતી જશે અને ટેવોથી કોઈપણ રીતે છુટકારો મળી શકશે નહીં, એવી કલ્પના કરવા લાગી જઈએ છીએ.

દુષ્ટવૃત્તિઓની પ્રકૃતિ અધોગામી

આવું મોટેભાગે દુષ્ટવૃત્તિઓની બાબતમાં જ થાય છે. અધોગમનમાં ગુરુત્વાકર્ષણની શક્તિ કામ કરે છે. ઉપરથી નીચે ખસેડી દેવાનું સરળ લાગે છે. પાણી વહેવા લાગે તો એ ઢોળાવ તરફ જવા લાગે છે. તેની પ્રકૃતિ પરંપરા અધોગમનની છે. તેથી કોઈને કંઈ વિશેષ પ્રયાસ કરવો પડતો નથી. આકાશ પર છવાયેલાં વાદળાં ભારે બને છે, નીચે ઊતરી આવે છે અને જળ વરસાવે છે. એ વરસેલું પાણી ઢોળાવ શોષે છે અને અવરોધોને પાર કરતું વરસાદી નાળાંઓમાં પહોંચી જાય છે. એ નાળાંઓ નદીઓમાં પહોંચે છે અને અંતે એ સમુદ્રમાં જાય છે. જે સમતલ ધરતી કરતાં વધુ નીચે છે. વાદળાંઓનું પાણી વહેવાનો પ્રયાસ ઢોળાવના અંતિમ છેડા પર પહોંચીને રોકાઈ જાય છે. જ્યારે વધુ નીચે જવાનો અવકાશ રહેતો નથી ત્યારે જ એ રોકાઈ જાય છે. આ રોકાણ પણ મરજીમુજબનું નથી હોતું પણ વિવશતા જ એવું કરાવે છે. ખરાબ આદતોમાં ફસાયેલો મનુષ્ય પણ એ જ અનુભવ કરે છે કે તેને કોઈ અદૃશ્ય શક્તિએ પોતાની ચુંગાલમાં ફસાવી લીધો છે અને તેને બળપૂર્વક ક્યાંક ઘસડીને લઈને જઈ રહી છે, કોઈ એવા સ્થળે કે જ્યાં જવા માટે તેનો વિવેક સંમતિ આપતો નથી.

ઊંચે ઊઠવામાં આવતી અડચણો

ઊંચે ઊઠવાની બાબતમાં તો આના કરતાં વધુ મુશ્કેલીઓ છે. મહાપુરુષોના પોતાના કેટલાક ગુણ, કર્મ અને સ્વભાવ જ એવા હોય છે જે મહત્વપૂર્ણ લોકોપયોગી કાર્યોમાં ખર્ચાય છે, અવરોધો સામે લડતા રહી લક્ષ્ય સુધી પહોંચવાનું સાહસ પ્રદાન કરે છે. એમને

અનુકરણીય અને અભિનંદનીય માનવામાં આવે છે. એમની ઉપલબ્ધિઓ, પ્રશંસા અને પ્રતિષ્ઠા જોઈને અનેકોનું મન લલચાય છે, પરંતુ મહાનતાના રાજમાર્ગ પર આગળ વધતા રહી ચાલવાનું ક્ષમ શક્ય બને છે, વિચારતાં અને મનને મનાવતાં જ જિંદગી વીતી જાય છે. લાગે છે કોઈ દુર્ભાગ્ય પાછળ પડ્યું છે અને એ અમારી કલ્પના, ઇચ્છા અને યોજનાને કાર્યાન્વિત થવા દેતું નથી, પરંતુ એવું કશું જ નથી. કુટેવોથી પીછો છોડાવવા અને પોતાને મહાનતાથી સંપન્ન બનાવવામાં કોઈ વિશેષણ અડચણ ન હોવા છતાં એ સફળ થઈ શકતા નથી.

શું કરવામાં આવે ?

મનુષ્ય હંમેશાં વિચારે છે કે દુષ્ટવૃત્તિઓથી બચવું

અને સત્પ્રવૃત્તિઓને અપનાવવી એ જ તેને માટે યોગ્ય છે, છતાં તે એવું કરી શકતો નથી. દુષ્ટવૃત્તિઓનો અધોગામી સ્વભાવ, મનુષ્યનો એમનામાં લિપ્ત રહેવાનો એક દીર્ઘકાળનો અભ્યાસ તથા તેના કુમાર્ગગામી સાથીઓના ઉપહાસનો ભય તેને એમની ચુંગાલમાંથી મુક્ત થવા દેતા નથી. એ માટે એવો વિશ્વાસ જાગૃત કરવો જરૂરી છે કે મનુષ્ય મૂળતઃ સ્વભાવે દેવતા છે. આત્મબોધ, આત્મશ્રદ્ધા તથા આત્મવિશ્વાસ જાગૃત કરી એમાં સંકલ્પબળ ભરવામાં સફળ થઈ શકીએ છીએ. તેના સંકલ્પબળ અને પ્રબળ ઇચ્છાશક્તિ સમક્ષ કોઈ બૂરાઈ તેના વ્યક્તિત્વમાં રહેવાનું સાહસ કરી શકશે નહિ. જીવન પ્રત્યેનો વિધેયાત્મક દૃષ્ટિકોણ તેના જીવનનો ખોવાયેલો ઉલ્લાસ ફરીથી પાછો લાવશે.

ભગવાન હોને કહેવાય છે ?

સદ્ગુણો, સત્પ્રયાસો અને આદર્શોના સમન્વયને ભગવાનનું નામ અપાય છે. એક ભગવાન તો એ છે કે જે સમગ્ર વિશ્વની સંભાળ રાખે છે જેને આપણે નિયામક સત્તાના રૂપે ઓળખીએ છીએ. એક ભગવાન એ છે કે જે વિશ્વવ્યાપી છે, વિશ્વવ્યાપી ભગવાનનો લાભ ઉઠાવવાની એક શરત છે કે આપ તેના કાયદાનું પાલન કરો અને ફાયદો મેળવી લો. કાયદાને તોડશો તો દંડ થશે, નુકસાન થશે અને માર ખાવો પડશે. એ ભગવાન તો મનુષ્યના માટે ન્યાય અને નિયમન સિવાય કશું જ નથી કરતો, પરંતુ જે આપણને વ્યક્તિગત રીતે સહાયતા કરે છે તે છે આપણી “સુપર કોંશિયસનેસ” આપણો અંતરઆત્મા. અંતરઆત્માને જ પરમાત્મા કહેવામાં આવે છે.

ગુણ, કર્મ અને સ્વભાવની વિશેષતાનું નામ જ પરમાત્મા છે. તેને જ અંતરઆત્મા કહે છે. આપ સ્વયંને એની સાથે જોડી દો. એકતા સાધો. આજ સુધી તમારો સંબંધ કુસંસ્કારોની સાથે રહ્યો હોય, અસુરતાની સાથે રહ્યો હોય તે શક્ય છે, ધુતારા અને કપટીઓની સાથે રહ્યો હોય તે શક્ય છે. ચારે બાજુ જે વાતાવરણ ડહોળાઈ ગયું છે, તે અધોગતિ સિવાય બીજું શું આપી શકશે ? આપે જે સ્વભાવ બનાવ્યો છે તે ઘુણા, તિરસ્કાર, કપટ સિવાય બીજું શું શીખવી શકે તેમ છે ? આપ ચારેબાજુ માનવપથુ કે જેણે દેહ માનવનો ધારણ કર્યો છે, પરંતુ કાર્યો પથુ જેવાં કરે છે એવા પિશાચોથી આપ ઘેરાઈ ગયા છો. આપ થોડા દિવસ માટે આવા સમુદાયમાંથી બહાર નીકળી જાઓ અને એવા લોકોના સમુદાયમાં જોડાઈ જાઓ કે જેનાથી આપની પ્રગતિ થવાની, ઊંચા ઊઠવાની સંભાવના વધે. ઋષિઓની સાથે સંબંધ બાંધો, સંતોની સાથે સંબંધ બાંધો, દેવતાઓની સાથે સંબંધ બાંધો, ભગવાનની સાથે સંબંધ બાંધો.

શું આ બધું છે ? ચોક્કસ છે અને તે તમારી સાથે જ છે. બસ, આપ તેને જોઈ શકતા નથી. હવે આપ આ મહાનતાની સાથે જોડાઈ જાઓ. આદર્શોની સાથે જોડાઈ જાઓ. તે જ ભગવાન સાથેનું જોડાણ છે. ભગવાન કોઈ માણસ નથી, તેને તો આપણે એવો માની લીધો છે. ભગવાન વાસ્તવમાં સિદ્ધાંતોનું નામ છે, આદર્શોનું નામ છે અને શ્રેષ્ઠતાઓના સમુદાયનું નામ છે. સિદ્ધાંતો માટે, આદર્શો માટે મનુષ્યનો જે ત્યાગ છે, બલિદાન છે, એ જ ભગવાનની ભક્તિ છે. દેવત્વ પણ તેને જ કહેવામાં આવે છે.

સમગ્ર જીવન જ સાધના બને

સાધનાનો પરંપરાગત અર્થ

અંતઃકરણનો વિકાસ જ વ્યક્તિત્વનો સમગ્ર વિકાસ છે. આ સતત પ્રક્રિયાથી માનવમાંથી મહામાનવ, નરમાંથી નારાયણ બની શકાય છે. વાસ્તવમાં જીવનને એક સાધના માનીને ચાલવામાં આવે તો જ આ બધું શક્ય બની શકે છે. જડ અર્થમાં સાધના એક ધાર્મિક અને આધ્યાત્મિક પ્રક્રિયા છે, જેની ધર્મ-સંપ્રદાયોમાં જુદી-જુદી માન્યતાઓ છે. હિંદુ ધર્મમાં યમ, નિયમ, આસન અને પ્રાણાયામને બહિરંગ તથા પ્રત્યાહાર, ધારણા, ધ્યાન અને સમાધિને અંતરંગ સાધનાના સોપાનના રૂપમાં સ્વીકારવામાં આવ્યાં છે. જૈનોમાં અનશન, અનોદારતા (આહારસંબંધી નિયમ) તિલા-ચર્યા, વૃત્તિસંકોચ, રસ-પરિત્યાગ, કાયકલેશ અને નિર્વિકારપણાને બહિરંગ સાધનાની તથા પ્રાયશ્ચિત્ત, વિનય, સેવા-પરિચર્યા, સ્વાધ્યાય, ધ્યાન અને કાયોત્સર્ગને અંતરંગ સાધના અર્થાત્ તપની સંજ્ઞા આપવામાં આવી છે. બૌદ્ધધર્મમાં સ્વપીડન અને પરપીડનરહિત તપને શ્રેષ્ઠ માનવામાં આવ્યું છે, પરંતુ સાધના કે તપ કોઈ જડ પ્રક્રિયા નથી, જેને નિયમો કે ઉપનિયમોના સર્કજમાં કસી દેવામાં આવે. તે એક ગત્યાત્મક પ્રક્રિયા છે જેનું અનુગમન બદલાતી જતી જીવનની પરિસ્થિતિઓ સાથે વ્યાવહારિક સપાટી પર થવું જરૂરી છે.

સાધના ફક્ત ધાર્મિક કર્મકાંડ અને સાપેક્ષ ક્રિયામાત્ર નથી. તેને આ રૂપ આપીને ધર્મચાર્યોએ માનવમાત્રને એક સંકુચિત મર્યાદામાં બંધ કરી દીધો છે. ગૃહત્યાગી, વિરક્ત અને સંન્યાસી મહાપ્રાણ મનીષીઓના આચાર આદર્શનું માનખિંદુ જ સ્થાપિત કરી શકે છે, પરંતુ લોકધર્મનું રૂપ લઈ શકતા નથી.

આજે નવી પેઢી ધર્મના નામે ઉદાસીનતા દાખવે છે તેનો દોષ કોને અપાય ? જે ધર્મ કે સાધનાપથ લૌકિક જીવનના બદલાતા આશ્રમોની સાથે પોતાને ગતિમાન બનાવી શકતો નથી તેનું સ્થાન શાસ્ત્રોમાં સુરક્ષિત રહેવાયોગ્ય છે, પરંતુ લોકમાર્ગ પર તેનો રથ અગ્રેસર થઈ શકતો નથી.

જનસમાજમાં મોટાભાગની સંખ્યા તો ગૃહસ્થોની છે અને જે નામધારી સાધુસંન્યાસીઓ છે એમનામાં પણ મોટાભાગના છૂપા ગૃહસ્થો જ છે. પછી યમનિયમ, આસન, પ્રાણાયામ, ધ્યાનધારણા અને સમાધિની કઠોર પ્રક્રિયામાંથી પસાર થવાની અપેક્ષા કોની પાસે રાખવામાં આવી રહી છે ?

સાધના વેશમાં નથી. સાધના કર્મકાંડોમાં પણ નથી. સાધના દેખાવ માટે કરવામાં આવતી નથી. સાધના પરંપરાઓ ચલાવવા માટે કરવામાં આવતી નથી. સાધના દુનિયાને ઉપદેશ આપવા માટે પણ કરવામાં આવતી નથી. આજે ભારતમાં કહેવાતા સાધુઓ અસંખ્ય છે, છતાં સાધકો અને તેમના સંપર્કમાં રહેતી વ્યક્તિઓમાં એવું વાતાવરણ પેદા થયું નથી જેવું એક સાધનાનિષ્ઠ વ્યક્તિના સંપર્કથી થવું જોઈએ.

સાધનાનું સ્વરૂપ :

સાધના એ હોય છે જેથી વાતાવરણ આનંદ અને પ્રેમમય બની જાય છે. સાધના જ્યાં હોય છે ત્યાં ઈમાનદારી અને પ્રમાણિકતા સાકાર બની જાય છે. એવી સાધના કર્મકાંડોથી નહીં પણ આંતરિક પવિત્રતા, વિશુદ્ધ પ્રેમભાવના, સ્વાર્થત્યાગ વગેરે સદ્ગુણોના પોષણ અને વિકાસથી થશે. જે દિવસે આ સહજ પ્રક્રિયાથી સહજ જીવન વિકસિત થશે તે દિવસે સંસારનું

રૂપ જુદું જ હશે. સાધનાના નામે પોષાતા ભ્રમોમાં ન ફસાતાં વ્યક્તિની દરેક પ્રવૃત્તિને સાધનામય બનાવવાની જરૂર છે, પછી જુઓ તેનું સમાજ અને સંસાર પર કેવું સુખદ પરિણામ આવે છે.

સાધનાનો અર્થ છે, અસંતુલિતને સંતુલિત બનાવવું. અણધરને સુધડ બનાવવું. ડગમગતી અને લથડાતી સુવિધાના લોભમાં સુપથ છોડવા માટે તત્પર જીવનને સંભાળવા માટેનો પ્રખર પુરુષાર્થ કરવો તે જ સાધના છે. આજે કરવામાં આવતી કહેવાતી સભ્યતાની હોડમાં લાગેલા જીવનને સંસ્કારવાન બનાવવું એ સાધના છે. નશ્વર સુખની લાલચમાં ભ્રમિત મનુષ્ય-શ્રમને પરમાર્થપરાયણતાથી ફૂટતા આનંદ નિર્જરની શીતળ અનુભૂતિની પ્રાપ્તિ તરફ વાળવું તે સાધના છે. આજે એ સાધનાની અપેક્ષા છે જેનું વર્ણન સંત કબીરના એક પદમાં કરવામાં આવ્યું છે. “સાધો સહજ સમાધિ ભલી.” આ પદમાં કબીરે નામ ‘સમાધિ’નું લીધું છે, પરંતુ તે એક સંપૂર્ણ જીવનસાધનાનું દર્શન છે. એમણે આખું જીવનદર્શન જ કાંતિકારી રીતે પ્રસ્તુત કર્યું છે. નિત્યજીવનની સહજ ક્રિયાઓમાંથી મહાત્મા કબીરે એ વ્યક્ત કરવાનો પ્રયાસ કર્યો છે કે મનુષ્યજીવનની સાચી દિશા અને સાચી સાધના શું છે ?

લક્ષ્ય અનુસાર સાધના

‘સાધના’ શબ્દ પોતે કોઈ અર્થ ધરાવતો નથી. આપણે એમાં આપણા અર્થનું આરોપણ કર્યું છે, એ જુદી વાત છે, પરંતુ શુદ્ધરૂપમાં સાધના શબ્દ અર્થથી પર છે. એ જ્યારે કોઈ લક્ષ્ય, ઉદ્દેશ અથવા ક્રિયા સાથે જોડાઈ જાય છે ત્યારે એમાં અર્થ આવે છે. એક આધ્યાત્મિક સંતની ક્રિયા પણ સાધના છે અને વિજ્ઞાનના ક્ષેત્રમાં અંતરિક્ષયાત્રીની ક્રિયાઓ પણ સાધના છે. એક માતા પોતાનાં બાળકો માટે, કુટુંબ માટે રસોઈ બનાવે છે એ પણ સાધના છે. ગૃહિણીની આ સાધનાના મૂલ્યની આમ તો કોઈ ખબર પડતી નથી, પરંતુ જ્યારે કોઈ અજાણી વ્યક્તિને રસોડાના શરણે જવું પડે ત્યારે ખબર

પડે છે કે આ કેટલી મોટી સાધના છે. બધા પ્રકારની કળાઓની સિદ્ધિ માટે સાધના કરવી પડે છે, અર્થાત્ એકાગ્રતાપૂર્વક અભ્યાસ કરવો પડે છે. સભ્ય સમાજને અનુકૂળ પરસ્પર વ્યવહાર થાય તે માટે બાળપણથી જ સંસ્કારો દ્વારા સાધના કરવી પડે છે. પ્રેમ, ઉદારતા, સેવાભાવ વગેરે ગુણો માટે પણ સતત સાધના કરવી પડે છે. વ્યાપારધંધામાં પણ ઘણી બાબતો એવી છે જે અભ્યાસ વિના કે પરિશ્રમ વિના સાધ્ય બનતી નથી, એમાં પણ સાધનાની જરૂર હોય છે.

એ ઉલ્લેખનીય છે કે સાધનાનો કોઈ એક નિયમ કે પ્રકાર નથી અને એ દરેક વ્યક્તિ માટે અલગ પણ હોઈ શકે છે. ગાંધીજીએ કહ્યું હતું કે મારું જીવન જ સત્યની સાધનામાં વીતી રહ્યું છે. તેઓ જીવનપર્યંત સત્યના પ્રયોગો કરતા રહ્યા. તેમની દરેક પ્રવૃત્તિ પાછળ સત્યનો આગ્રહ રહેતો હતો. મહાત્મા કબીરે તેમના પદમાં આ જ વાત કહી છે. એમણે જ્યારે જોયું કે લોકો અમુક ક્રિયાઓ કે પરંપરાઓને જ ધર્મકાર્ય અને સાધના માને છે અને એટલું જ કરીને તેઓ પોતાને સાધક સમજે છે, તો એમણે હાથમાં મશાલ લઈને સાધના-માર્ગ પ્રકાશિત કર્યો. લોકોની આંખો ખોલવાનો પ્રયાસ કર્યો કે અમારી એ બધી ક્રિયાઓ અને ધર્મકાર્યો સાધના છે, જે અમે સવારે ઊઠવાથી માંડીને રાત્રે ઊંઘવા સુધી અને નિદ્રામાં પણ કરીએ છીએ.

સાધના સહજ બની જાય છે ત્યારે જ એને સિદ્ધિનું રૂપ પ્રાપ્ત થાય છે. કબીર કહે છે – “મારું ચાલવું એ જ પ્રભુની પરિક્રમા છે, મારી બધી ક્રિયાઓ સેવા જ છે, મારું સૂવું એ જ દંડવત્ છે, જે કંઈ બોલું છું એ જપ જ છે, જે સાંભળું છું તે જ પ્રભુનું સુંદર રૂપ છે.” કબીરદાસના આ પદથી એક વાત એ પણ સ્પષ્ટ થાય છે કે આપણે આપણા વ્યક્તિગત, કૌટુંબિક અને સામાજિક કર્તવ્યો અને જવાબદારીઓથી ક્યારેય વિમુખ થવું ન જોઈએ તથા નિત્ય જીવનની તમામ ક્રિયાઓમાં એ વિરાટ વિભુની જ લીલાનો, વિરાટ વિશ્વની સેવાનો રસ પ્રાપ્ત કરવો જોઈએ.

જીવનસાધનાનો આધાર – આચરણ

જીવનની સાધનાનો સૌથી મોટો આધાર આપણું કર્મગત અને સમાજગત આચરણ છે. સમાજથી જુદા પડીને વિશેષ સ્થિતિમાં રહેવાનું આપણે કલ્પનાનું મુક્ત ઉફ્યન ભલે કરી લઈએ, પરંતુ એથી આપણું કે સમાજનું હકીકતમાં કંઈ જ ભલું થતું નથી. બાર વર્ષ સુધી સાધના કરીને કોઈ વ્યક્તિ પાણી પર ચાલવાનો અભ્યાસ કરી ચમત્કારી બની શકે છે, પરંતુ તેની સિદ્ધિની કુલ કિંમત રામકૃષ્ણ પરમહંસના શબ્દોમાં ફક્ત ચાર પૈસા જ છે, કેમ કે ચાર પૈસા ખર્ચી નૌકામાં બેસીને કોઈ પણ વ્યક્તિ નદી પાર કરી શકે છે. આપણી ઘણીબધી સાધનાઓના મૂળમાં આવી જ મૂલ્ય વગરની વાતો છે, જેનાથી આપણે મુક્ત થવાનું છે, પોતાને સહજ સાધક બનાવવાના છે.

આજે એ સાધનાની જરૂર છે કે જે હળ ચલાવતા કે કારખાનાઓમાં કામ કરતા મજૂરો, પ્રયોગશાળામાં પ્રયોગ કરી રહેલા વૈજ્ઞાનિક, વ્યાપારી, વ્યવસાયીઓ તથા ઓફિસોમાં કામ કરતા કર્મચારીઓની પરસ્પર ભિન્ન પરિસ્થિતિઓમાં અધ્યાત્મની દીપશિખા પ્રજ્જ્વલિત કરી શકે. જ્યારે કોઈ ખેડૂત લૂ કે તાપની પરવા કર્યા વિના હળ ચલાવે છે ત્યારે એ સાધના જ કરે છે. જરૂરિયાત એટલી જ છે કે તેનાં કર્મ આત્મકેન્દ્રિત ન થવા દેતાં લોકમંગલના પવિત્ર ભાવથી કરવામાં આવે, જેથી તેનું એ જ કર્મ ‘સ્વ’ની સાથે ‘પર’ માટે થઈને એમાં ભાવશુદ્ધિની ભાવના ભરી દે અને તેને આધ્યાત્મિક તેજ પ્રદાન કરી દે. મશીન સાથે ઝઝૂમતા, પરસેવાથી તરબોળ મજૂરનું કર્મ શું સાધનાથી ઓછું છે? તેને સાધનાનું પવિત્ર પદ આપવા માટે તેની સાથે લોકહિતનો ભાવ જોડી દેવામાં આવે તો તે જ કર્મ એને માટે આધ્યાત્મિક કર્મ બની જશે. વ્યાપારીના ધૃતિસાધ્ય કર્મને જો ખોટો નફો કમાવાના દૂષણથી મુક્ત કરી દેવામાં આવે તો એ જ ‘સ્વ’માં ‘પર’ની સાધનાનું પુનિત કર્મ બની જશે. તાત્પર્ય એ છે કે સાધના કોઈ ઉપરથી ઓઢી લેવાતી, પોતાને અને બીજાઓને દગો આપતી રામનામવાળી ચાદર ન બને તો તેની સહજતા જીવનમાં

ઉતારવાલાયક બની શકશે. એ જ તેને માટે સાચી સાધના બનશે.

સાધનાનાં પ્રયોજન

એ સારી રીતે સમજી લેવાની વાત છે કે સાધનાનું પરંપરાથી ચાલ્યું આવતું રૂપ આધુનિક જીવનના સંદર્ભમાં નિરુપયોગી બની ગયું છે. આ પુરાણી પરિભાષામાં આજની પેઢી માટે કોઈ આકર્ષણ નથી. બી વાવવા માટે ખેતર ખેડવું પડે છે. દીવાલ ઊભી કરવા માટે પાયો ખોદવામાં આવે છે. સાધનાનાં આ બે જ પ્રયોજન છે, એક સંચિત કુસંસ્કારોનો નાશ અને બીજું, સત્પ્રવૃત્તિઓની સુદૃઢ સંભાવના. આને વધુ સરળ ભાષામાં એમ કહી શકાય કે અવરોધોને દૂર કરવા અને સહાયક સાધનોમાં વધારો કરવો. ‘સાધના’ માળીના કઠોર કર્તવ્યો જેવી હોય છે. માળી છોડોને ખાતર, પાણી આપે છે, રખેવાળી કરે છે અને ફૂલવા-ફળવાની સ્થિતિ સુધી પહોંચાડવા માટે સતત પ્રયત્ન કરે છે. આમ છતાં સમયાંતરે કાપ-કૂપ કરવાનું પણ ચૂકતો નથી. જો તે મોહગ્રસ્ત મનઃસ્થિતિ બનાવી લે તો પછી છોડોની આસપાસ ઊગેલા ઘાસ વગેરેનું નિંદામણ કરવાનું અને ફેલાઈ ગયેલી ડાળખીઓની કાપકૂપ કરવાનું તેને માટે શક્ય બનશે નહિ. આ મોહગ્રસ્તતા તેને માળીના પવિત્ર કર્તવ્યથી ડગાવી દેશે અને તેના પ્રિય ઉદ્દાનનો વિકાસ જ રુંધાઈ જશે. “સાધના કઠણ હોય છે કેમ કે આપણે આપણી ત્રુટિઓનું અધ્યયન કરવાનું હોય છે, પછી તેમને દૂર કરવા માટેનો પ્રયાસ અને પુરુષાર્થ કરવાનો હોય છે. આપણે જ કપડાં, આપણે જ ધોબી અને આપણે જ રંગરેજ હોઈએ છીએ. આ સ્થિતિ સાધક માટે કઠોર હોય છે. આ કાર્ય આપણે આપણા નિયમિત જીવન, વ્યવસાય કે ઉદ્યોગોમાં કરી શકીએ છીએ.” તમે શિક્ષક હો તો શીખવવાના કાર્યને તથા વિદ્યાર્થીઓને સુસંસ્કારી બનાવવાને પોતાનો ધર્મ સમજો, એમને ઈશ્વરસ્વરૂપ માની શ્રેષ્ઠતમ રૂપ પ્રદાન કરવાનો પ્રયાસ કરો. આજના અનુશાસનહીન વાતાવરણમાં પણ જો શિક્ષક પોતાના વિદ્યાર્થીઓને

સાચી જીવનદિશા આપવાનો પ્રયત્ન કરે તો વિદ્યાર્થી સમજદાર તથા ઉંમરલાયક થયા પછી તેમના પ્રત્યે સદૈવ શ્રદ્ધા ધરાવતા જોવા મળે છે. જો તમે કર્મચારી હો તો પગાર લેશો જ, વ્યાપારી હશો તો લાભ કમાશો જ, પરંતુ એ લાભથી એટલા અસિત ન થઈ જાવ કે તમારો વ્યાપાર કે જે તમારો ધર્મ છે, તે અધર્મ બની જાય. ગ્રાહક વ્યાપારીનો ઈષ્ટ છે, ઈષ્ટને નારાજ કરવામાં આવતા નથી. ઈષ્ટ એકાગ્રતા અને નમ્રતાની અપેક્ષા રાખે છે. તમારો આત્મીય, વિનમ્ર, સેવાભાવનાપૂર્ણ તથા સ્નેહભાવયુક્ત વ્યવહાર તમારા ગ્રાહકને લાગણીવશ બનાવી દેશે અને તે સદાને માટે તમને પોતાનો સમજવા લાગશે. રૈદાસની સેવાભાવના, કર્તવ્યનિષ્ઠા અને મનની એકાગ્રતાથી વશીભૂત થઈને સ્વયં ગંગા એમની કથરોટમાં પહોંચી હતી. કેમ ? રૈદાસે કોઈ તીર્થસ્થળે જઈને સાધના કરી હતી ? શું એમણે કોઈ જપ-અનુષ્ઠાન કર્યું હતું અથવા કપાળે લાંબું તિલક, ગળામાં તુલસી-રુદ્રાક્ષની માળાઓ અને શરીર પર રામનામની ચાદર સજાવી હતી ? પશુઓના ચામડાંનાં જૂતાં બનાવનાર રૈદાસે તો પોતાના કામને જ ધર્મ અને ગ્રાહકના સંતોષને જ પૂજા સમજી. જે કંઈ કર્યું

તે એ સમજીને કર્યું કે પ્રભુનું કાર્ય કરી રહ્યા છીએ. એમણે પોતાના કાર્યના માધ્યમથી જ જીવનસાધના કરી હતી.

શું કરવામાં આવે ? :

આવશ્યકતા એ વાતની છે કે આપણે જે કાર્ય કરીએ છીએ તેના દ્વારા કેવી રીતે જીવનસાધના કરી શકીએ તે વિચારીએ. દુષ્કર્મોનો પ્રભાવ તો ફક્ત સત્કર્મોથી જ કપાશે. મહેરબાની કરીને એ પાખંડીઓની વાતમાં ન આવો જેઓ પૂજાપાઠ, ગંગાસ્નાન કે સરળ કર્મકાંડો કરી નાંખવાથી તમારાં પાપોની નિવૃત્તિનું આશ્વાસન આપે છે. એમની વાતોમાં આવીને બહેકી ન જાવ. પાપ જેટલું ભારે હશે તેટલું જ વજનદાર પુણ્ય થશે ત્યારે સંતુલન બનશે. તેથી આપણે જે પદ કે વ્યવસાયમાં છીએ એમાં જ રહીને પોતાના સ્નેહ અને સદ્ભાવથી પવિત્રતાપૂર્ણ વાતાવરણ પેદા કરીએ. આ એક એવું વાતાવરણ હશે કે જેથી આકર્ષિત થઈને તમારી પાસે લોકો આવવા માટે ઉત્સુક બનશે, એટલું જ નહિ, પરંતુ તમને આત્મોત્થાનનો અવસર પણ મળી શકશે. આ રીતે લૌકિક અને આધ્યાત્મિક બન્ને લાભ એકસાથે પ્રાપ્ત થઈ શકશે.

ઉપાસનાનો આધાર અતૂટ શ્રદ્ધા

ઉપાસનાની સાથે સાથે જોડાયેલી હોવી જોઈએ અતૂટ શ્રદ્ધા. શ્રદ્ધાની પોતાની એક આગવી શક્તિ છે. કેટલાયે 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 શું નું શું બની જાય છે ? જો અમારી અને તમારી કોઈ મંત્ર ઉપર, જપ-ઉપાસના પ્રત્યે અતૂટ વિશ્વાસ છે, પ્રગાઢ 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 મહત્ત્વ આપ્યું છે, માત્ર જીભ દ્વારા જ જપ કર્યા છે અને આંગળીઓના ટેરવાથી માત્ર માળા જ ધુમાવ્યા કરી છે, પરંતુ મનમાં પ્રયંસ 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.

સફળ અને સંતુષ્ટ જીવન

સમાન ક્ષમતાઓ છતાં એક સફળ અને બીજો નિષ્ફળ કેમ ? :

જીવનમાં કૃપણ બનીને ધન ભેગું કરી સંસારમાંથી ચાલ્યા જવું અને સંતાનને વગર મહેનતની ધનસંપત્તિ માટે લડતા છોડી દેવા કરતાં સારું એ છે કે પૂર્ણ પુરુષાર્થ કરીને કમાયેલા ધનમાંથી જરૂર પૂરતું જ પોતે અને પોતાના પરિવાર માટે રાખીએ અને શેષનો સત્પ્રયોજનો માટે સદ્પ્રયોગ કરીએ. પરમાત્માએ સંસારના અન્ય પ્રાણીઓ સાથે મનુષ્યને પણ મુક્તહસ્તે જે સંપદા વિતરિત કરી છે, તેનાથી કેટલાક લોકો જીવનકાળમાં સંતુષ્ટ દેખાય છે; પરંતુ કેટલાક લોકો સતત અસંતોષની આગમાં બળતા રહે છે. હંમેશાં ઉદ્વિગ્ન અને બેચેન રહેતા હોય છે. એક જેવી ક્ષમતાઓ જન્મથી જ પ્રાપ્ત કરી હોવા છતાં પણ કેટલાક લોકો જે ક્ષેત્રમાં ઊતરે છે એમાં સફળતાઓ પ્રાપ્ત કરતા જાય છે. પરંતુ કેટલાક આખી જિંદગી દીનહીન, ગઈગુજરી પરિસ્થિતિઓમાં જ રહે છે અને કોઈપણ ક્ષેત્રમાં સફળ થઈ શકતા નથી. આવા લોકો પરાવલંબી બનીને જીવન ગુજારે છે અને કોઈ રીતે બાકી દિવસો પૂરા કરે છે. એકની સફળતા અને બીજાની નિષ્ફળતા જોઈને મનમાં એ સહજ સવાલ ઊઠે છે કે સફળ અને નિષ્ફળ થવાનાં મૂળ કારણો કયાં કયાં છે ? કઈ વિશેષતાઓને કારણે કેટલાક લોકો જે પણ ક્ષેત્રમાં ઊતરે છે, ત્યાં પોતાના લક્ષ્યને પ્રાપ્ત કરે છે, જ્યારે બીજાઓ દ્વારા તેમની ઉપેક્ષા કરી દેવાથી નિષ્ફળતા જ હાથમાં આવે છે. નિષ્ફળ થવાથી ઉદ્વિગ્ન થવું સામાન્ય છે, પરંતુ ક્યારેક ખોટી રીતે સફળ થયા બાદ પણ વ્યક્તિ ઉદ્વિગ્ન બની જાય છે. એ બહાર તો સફળતાનો દંભ પ્રદર્શિત કરે છે, પરંતુ મનમાં ને મનમાં એ સફળ થવા છતાં અસંતોષનો અનુભવ કરે છે. તેથી

આજે આપણે એ સૂત્રો સમજવાનાં છે, જેનો સ્વીકાર કરી લેવાથી મનુષ્ય સફળ અને સંતુષ્ટ જીવન જીવી શકે છે.

સૌપ્રથમ લક્ષ્ય નક્કી કરવું :

સમાજની મોટાભાગની વ્યક્તિઓનો જીવનક્રમ લક્ષ્યવિહીન હોય છે. સફળ વ્યક્તિઓને જોઈ એમનું મન પણ એ સૌભાગ્ય પ્રાપ્ત કરવા માટે લલચાતું રહે છે. ક્યારેક એક દિશામાં વધવાનું વિચારે છે તો ક્યારેક બીજી તરફ. વિદ્વાનને જોઈ વિદ્વાન, કલાકારને જોઈ કલાકાર બનવાની ઈચ્છા જાગે છે. ક્યારેક બળવાન બનવાનું તો ક્યારેક ધનવાન બનવાનું વિચારે છે. પોતાનું કોઈ સુનિશ્ચિત લક્ષ્ય નક્કી કરી શકતા નથી. પરિણામે એક દિશામાં ક્ષમતાઓનું નિયોજન થઈ શકતું નથી. ભટકવાને કારણે કોઈ પ્રયોજન પૂરું થઈ શકતું નથી. અસફળતા જ હાથમાં આવે છે.

લક્ષ્યપ્રાપ્તિમાં અભિરુચિ જાગૃત કરવી :

સફળતાનું બીજું સૂત્ર છે અભિરુચિ હોવી. જે લક્ષ્ય પસંદ કરવામાં આવ્યું છે તેના પ્રત્યે ઉત્સાહ અને ઉમંગ જગાડવો, મનોયોગ લગાડવો. લક્ષ્ય પ્રત્યે ઉત્સાહ, ઉમંગ ન હોય, મનોયોગ એકઠો ન થઈ શકે તો સફળતા સદા સંદિગ્ધ રહેશે. અધકચરા મનથી વેઠ ઉતારવા જેવાં કામો કરવાથી કોઈપણ મહત્ત્વપૂર્ણ ઉપલબ્ધિની આશા રાખી શકાતી નથી. મનોવિજ્ઞાનનો એક સિદ્ધાંત છે કે ઉત્સાહ અને ઉમંગ શક્તિઓનો સ્ત્રોત છે. એમના અભાવે માનસિક શક્તિઓ પરિપૂર્ણ હોવા છતાં કોઈ કામમાં પ્રયુક્ત થઈ શકતી નથી.

ઉત્સાહ કોઈપણ કાર્યનો પ્રાણ છે :

તેથી અભિરુચિનો અર્થ છે કે જે કાંઈ લક્ષ્ય નક્કી

કરવામાં આવ્યું છે એમાં પૂર્ણ મનોયોગ લગાડવામાં આવે અને ઉત્સાહ ક્યારેય ઓછો થવા દેવામાં ન આવે. પ્રાયઃ કોઈપણ કામની શરૂઆતમાં જેટલી અભિરુચિ દેખાય છે તેટલી પછી રહેતી નથી. પરિણામે લક્ષ્ય પ્રત્યે જેટલી તત્પરતા અને તન્મયતા સતત રહેવી જોઈએ તેટલી ન રહેવાથી અધકચરી સફળતા જ મળી શકે છે.

ક્ષમતાઓનું સુનિયોજન કરવું :

સફળતા પ્રાપ્ત કરવાનું ત્રીજું સૂત્ર છે — પોતાની ક્ષમતાઓનું સુનિયોજન અને સદુપયોગ. ઉપલબ્ધ સંપદાઓમાં સૌથી મહત્વપૂર્ણ છે — સમય. શરીર, મન અને મગજની ક્ષમતા તથા સમયરૂપી સંપદાના યોગ્ય ઉપયોગથી અસામાન્ય ઉપલબ્ધિઓ મળે છે. નક્કી કરેલા લક્ષ્યની દિશામાં સમયની એક-એક ક્ષણનો સદુપયોગથી ચમત્કારિક પરિણામો મળે છે. શરીરથી મહેનત કરવી એટલું જ પૂરતું નથી, પણ મગજની ક્ષમતાનું એમાં પૂર્ણ યોગદાન હોવું જરૂરી છે. મગજમાં અપાર સંભાવનાઓ ભરેલી પડી છે. વિચારોની અસ્તવ્યસ્તતા અને એક દિશામાં સુનિયોજન થઈ ન શકવાથી જ તેની મોટાભાગની શક્તિ વ્યર્થ જતી રહે છે. શક્તિઓ વિખેરાઈ જવાથી કોઈ વિશિષ્ટ ઉપલબ્ધિ હાંસલ થઈ શકતી નથી. સૂર્યનાં કિરણો વિખરાયેલાં હોવાથી તેમની શક્તિનો પૂરો લાભ મળી શકતો નથી. બિલોરી કાચ પર કેન્દ્રીભૂત થઈને તેઓ પ્રચંડ અગ્નિનું રૂપ ધારણ કરી લે છે. મગજના સામર્થ્યની બાબતમાં પણ આ જ વાત લાગુ પડે છે.

સફળ અને નિષ્ફળ વ્યક્તિઓની શરૂઆતની ક્ષમતા, યોગ્યતા અને બાહ્ય પરિસ્થિતિઓની તુલના કરવાથી કોઈ વિશેષ ફરક દેખાતો નથી. તેમ છતાં બન્નેની સ્થિતિમાં ધરતી-આકાશનું અંતર આવી જાય છે. આનું એકમાત્ર કારણ એ છે કે એકે તેની ક્ષમતાઓને એક સુનિશ્ચિત લક્ષ્ય તરફ સુનિયોજિત કરી, જ્યારે બીજાના જીવનમાં લક્ષ્યવિહીનતા અને અસ્તવ્યસ્તતા બની રહી. દૈનિક વ્યવહાર અને લોકવ્યવહારમાં ભૂલો,

ત્રુટિઓ અને અપરાધ થવાનો સંભવ છે. સારાનરસાંનો વિવેક સદૈવ રહેતો નથી. કોઈ ને કોઈ દોષ બધામાં હોય જ છે. પૂર્ણપણે સદ્ગુણી અને સદાચારી વ્યક્તિઓ બહુ ઓછી મળશે. મોટાભાગની વ્યક્તિઓના સ્વભાવમાં કોઈ ને કોઈ ભૂરાઈ જરૂર હોય છે.

પોતાના દોષોનો સાહસપૂર્વક સ્વીકાર કરવો :

દોષ મનુષ્યની સ્વાભાવિક પ્રક્રિયા છે, પરંતુ ૮૮ ટકા સ્થિતિમાં કોઈપણ મનુષ્ય પોતાને દોષી માનતો નથી. ભલે એણે ગમે તેવી ભારે ભૂલ કેમ ન કરી હોય ? ભૂલનો સ્વીકાર કરી લેવામાં કોઈ નુકસાન નથી. વ્યક્તિનું મન નિર્મળ થઈ જાય છે અને તે પછીનાં જીવન માટે સ્વસ્થચિત્ત અને જાગૃત બની જાય છે, પરંતુ દોષને જ્યારે દોષ માનીને સ્વીકાર કરવામાં આવતો નથી ત્યારે મનુષ્યના દુઃસાહસને પોષણ મળે છે અને તેને અપરાધ કરવામાં જ આનંદ મળવા લાગે છે. છુપાવી રાખેલી ભૂલો પણ બીજા અનેક પ્રકારના અનર્થોને જન્મ આપે છે. પોતાના દોષોને છુપાવવાથી મનુષ્યની અશાંતિ વધે છે, પરંતુ આ દોષોને પ્રગટ કરી દેવામાં આવે તો મગજનો ઘણો બોજ હલકો થઈ જાય છે અને આત્મવિકાસનો નૈતિક પથ મોકળો થવા લાગે છે.

પોતાના દોષ સ્વીકાર કરી લેવાનો અર્થ છે સચ્ચાઈ પ્રત્યે પ્રેમ. પોતાની વાતોને સાચી માનવાનો અર્થ તો એ જ થાય છે કે બીજા બધા જૂઠા છે. એ અહંકાર અને અજ્ઞાનતાનો ઘોતક છે. આ અસહિષ્ણુતાથી ઘૃણા અને વિરોધ વધે છે, સત્યની પ્રાપ્તિ થતી નથી. સત્યની પ્રાપ્તિ ત્યારે જ શક્ય છે જ્યારે આપણે આપણી ત્રુટિઓ, ભૂલો અને ઊણપોને નિષ્પક્ષ ભાવથી જોઈએ. મનુષ્યનું મન એવું હોવું જોઈએ જેવું કોઈ બગીચાના માળીનું હોય છે. માળીનું કામ કેવળ છોડ ઉગાડવાનું જ નહિ, પરંતુ ફૂલછોડોની આસપાસ ઊગતાં બિનજરૂરી ઝાડીઝાંખરાંને પણ ઊખેડીને ફેંકવાનું હોય છે. જ્યારે માનસિક વિદ્વેષોને યથાસમયે મગજમાંથી કાઢતા રહેવામાં આવે તો જ ગુણોના છોડ અંકુરિત અને

પલ્લવિત થઈ શકે છે. એનાથી ચિત્ત, મન અને સ્વાસ્થ્ય પ્રસન્ન તથા મગજ વિકાસશીલ બની રહે છે.

પરદોષદર્શનથી બચતા રહેવું :

પોતાના દોષો વ્યક્ત કરતા રહી આંતરિક નિષ્કપટતા મેળવવી જેટલી જરૂરી છે, તેટલું જ દોષાન્વેષણની પ્રવૃત્તિના ત્યાગમાં પણ સાવધાન રહેવું જોઈએ. પરદોષદર્શનનો પ્રભાવ મનમાં ભરાયેલી બૂરાઈઓની દુર્ગંધ કરતાં સહેજ પણ ઓછો ઘાતક હોતો નથી. મનને દોષોમાં રસ ન લેવા દેવો જોઈએ. એ પોતાના હોય કે પછી પારકાના હોય. બીજાઓના દોષો ન કાઢવાથી આપણે જેટલા બચી શકીએ તેટલા એ દોષો બીજાને નથી બચાવતા. જો તમે ગુણોનું ચિંતન ન કરતાં ફક્ત અવગુણોનું જ ધ્યાન રાખશો તો પોતાનો દરેક પરિજન પણ અનેક બૂરાઈઓ અને દોષોથી જ ઘેરાયેલો દેખાશે. તેથી સ્નેહ, આત્મીયતા, સૌજન્યતા અને પ્રેમપૂર્ણ વ્યવહારમાં ઓટ આવશે, જેથી જીવનનાં સુખોનો અભાવ થઈ જશે. પોતાનાં બાળકોના નાના નાના દોષો ભૂલી જવાની પિતાની દૃષ્ટિ જ સાચી હોય છે. મા પોતાનાં બાળકોની ભૂલોને જ શોધતી રહે તો તેને દંડ આપવામાંથી જ દુરસદ નહિ મળે. બીજાઓના અવગુણોને ઉપેક્ષાદૃષ્ટિથી જોવા એ જ યોગ્ય છે, જ્યારે પોતાની બાબતમાં અત્યંત સખત વલણ રાખવું જોઈએ. પોતાની બૂરાઈઓ જોવાનો તથા તેમના નિરાકરણનો પ્રયાસ કરવો એ નિત્ય અનિવાર્ય માનવામાં આવે.

નિંદા પ્રત્યે સકારાત્મક વલણ અપનાવવું :

જીવનમાં કેટલીક વાર એવી પરિસ્થિતિઓ સામે આવે છે જે અસહ્ય હોય છે અને મનને ખિન્ન, દુઃખી અને ઉદાસ બનાવી દે છે. આ પ્રકારની પરિસ્થિતિઓમાંથી એક છે કોઈના દ્વારા પોતાની ટીકા કે નિંદા થવી. સામાન્ય રીતે મનુષ્ય પોતાની પ્રશંસા સાંભળવા જ ઈચ્છે છે. કોઈ વ્યક્તિમાં ગમે તેટલા દુર્ગુણો-દોષો ભરેલા હોય તો પણ તેને પોતાની ત્રુટિઓ દેખાતી નથી. દેખાય તો પણ એ તેમના માટે પોતાના સ્વભાવને નહીં, પરિસ્થિતિઓને જવાબદાર ઠેરવે છે.

ભૂલો થાય ત્યારે કારણ બતાવવામાં આવે છે કે પરિસ્થિતિઓ અમુક પ્રકારની હતી, જેમાં આવું થવાનું સ્વાભાવિક હતું. ભૂલો કરવા છતાં અને સ્વભાવમાં ત્રુટિઓ હોવા છતાં પણ મનુષ્ય પોતે તો એના તરફ દુર્લક્ષ કરે જ છે, પોતાના સાથીઓ, મિત્રો, પરિચિતો અને અન્ય લોકો પાસેથી પણ એ અપેક્ષા રાખે છે કે તેઓ પણ એ પરિસ્થિતિઓ તરફ ધ્યાન ન આપે.

એક તો મનુષ્યને પોતાની કમીઓ અને ત્રુટિઓ ઓછી જ દેખાય છે અને જો દેખાય તો પણ તે એટલો અસહિષ્ણુ અને અનુદાર હોય છે કે કોઈ બીજો એ બતાવે તો સહન કરી શકતો નથી. આને વ્યક્તિનો અહંકાર પણ કહી શકાય છે કે તે બીજાઓને પોતાના દોષદર્શનનો અધિકાર આપવા ઈચ્છતો નથી, અને જો કોઈ દોષ જુએ અને બતાવે તો એ ફક્ત દુઃખી જ નથી થતો પણ તેમનો પ્રતિકાર કરવા માટે પ્રતિબદ્ધ થઈ જાય છે. પોતાની નિંદા-ટીકાને સહન ન કરી શકવી તે એક કમજોરી જ કહી શકાય. આ પ્રકારની કમજોર વ્યક્તિ જ સુખદાયક પરિસ્થિતિઓની કામના કરે છે અને દુઃખદાયક પરિસ્થિતિઓથી ગભરાઈને દૂર ભાગે છે. તે જ રીતે મનુષ્ય પોતાની પ્રશંસા સાંભળવાનું તો પસંદ કરે છે પણ નિંદા કે આલોચનાથી બચવા ઈચ્છે છે. જ્યારે નિંદા-આલોચના પ્રશંસાનો જ બીજો પક્ષ છે. બન્ને એક સિક્કાની બે બાજુઓ છે. જે મનુષ્યની જેટલી પ્રશંસા અને ચર્ચા થાય છે તેટલી જ તેની નિંદા-આલોચના પણ થાય છે.

સાચે જ જો વ્યક્તિ પોતાની નિંદાને સકારાત્મક ભાવથી સ્વીકારવા લાગે તો એમાં તેનું હિત અને ઉત્કર્ષ જ થાય છે. કેટલીક વાર આ નિંદા પોતાના પ્રગટ કે અપ્રગટ દોષો તરફ ઈશારો કરે છે તથા એને સુધારવાની પ્રેરણા આપે છે, તો કેટલીક વાર જ્યારે અતિશયોક્તિ ભરેલી નિંદા કે આલોચના કરવામાં આવે છે તો તે એ દોષો પ્રત્યે સતર્ક બને છે.

નિંદા અને આલોચનાથી નારાજ કે દુઃખી થવા અથવા પ્રતિકાર કરવાની ભાવના રાખવા કરતાં

રચનાત્મક ઉપયોગ કરવાની જ વાત વિચારવી જોઈએ. એમાં જ હિત અને ભલું છે. જે નિંદા અને આલોચનાને સહજ ભાવથી સ્વીકારી લેવામાં આવે તો બુદ્ધિશાળીઓનું કહેવું છે કે એનાથી દુર્ગુણોનો નાશ થઈ જાય છે. નિંદા, આલોચનાનો ઉપયોગ પોતાના ઉત્કર્ષ અને આત્મશુદ્ધિ માટે પણ કરી શકાય છે, એમાં કોઈ શંકા નથી. જરૂર છે એ દૃષ્ટિની, જે નિંદાના પ્રકાશમાં પોતાના દોષદુર્ગુણોને શોધી શકે અને જરૂર છે એ સહિષ્ણુતાની જે નિંદા-આલોચના સહી શકે.

શું કરવામાં આવે ? :

દરેક વ્યક્તિ જીવનમાં સફળતા મેળવવા ઇચ્છે છે. તમે પણ સફળ થવા માગતા હશો. મહેરબાની કરીને આ લેખમાં સૂચવવામાં આવેલ છ સૂત્રોને આપના જીવનમાં અપનાવી લો, તેમનો પ્રયોગ કરો. તમે જોશો કે સફળતાની સાથોસાથ તમારું મુખમંડળ આંતરિક સંતોષની કાંતિ સાથે ચમકી રહ્યું હશે. એ માટે સંપૂર્ણ પ્રયાસ તમારે જ કરવાનો છે. તમે બારમા ધોરણના વિદ્યાર્થી છો. તમારી ઇચ્છા એન્જિનિયર બનવાની છે. હવે સૌપ્રથમ તમારે એ નક્કી કરવું પડશે કે કઈ શાખાને

પ્રધાનતા આપવાની છે. તમારે વર્તમાનપત્રો દ્વારા પ્રવેશ-પરીક્ષા માટે અરજી કરવાની તારીખો જાણવાની છે. અરજીપત્રક પ્રાપ્ત કરવાની સાથોસાથ તેને બધી રીતે સંપૂર્ણ ભરીને યોગ્ય સરનામે નક્કી થયેલ તારીખ સુધીમાં ચોક્કસ ફી સાથે મોકલી આપવાનું છે. હવે તમારે તમારી ક્ષમતાઓનું સુનિયોજન એ રીતે કરવાનું છે કે જેથી તમે બારમા ધોરણની પરીક્ષાની તૈયારી પણ કરતા રહો અને નિયમિત રૂપે ઈજનેરી પ્રવેશ-પરીક્ષા માટેનું અધ્યયન પણ ચાલુ રાખી શકો. તમારી અભિરુચિ એટલી જાગૃત થાય અને એકાગ્રતા એટલી સઘન બને કે બન્ને પરીક્ષાઓ સિવાય બીજા કોઈ કાર્યમાં તમારું મન ન લાગે. આ દરમિયાન કુટુંબમાંથી કોઈ તમને ટોકે તો તમે આવેશમાં ન આવી જાવ, પ્રતિક્રિયારૂપે બીજાઓની ઊણપો શોધવા કરતાં વિચાર કરો. એવું બને કે તમારી જ કોઈ ત્રુટિ હોય. જે તમારામાં ત્રુટિ હોય તો તેનો સાહસપૂર્વક સ્વીકાર કરો. અમને વિશ્વાસ છે કે આ પદ્ધતિથી તમે સફળ પણ થશો અને સંતુષ્ટ પણ.



દરિદ્રતા

દરિદ્રતા પૈસાની તંગીનું નામ નથી, પરંતુ મનુષ્યની આંતરિક કંજુસાઈનું નામ છે. આપણે રંગીન ચરમા પહેરેલાં હોય અને એના દ્વારા જોવામાં આવે તો દરેક જગ્યાએ એવો જ રંગ દેખાવા લાગે છે. જેને પીળિયો થયો હોય તેને બધી જ ચીજ પીળી દેખાવા લાગે છે. બરાબર તેવી જ રીતે વિકૃત દૃષ્ટિકોણને કારણે આપણને દરેક જગ્યાએ નરક જ દેખાવા લાગે છે, દ્વેષ દેખાવા લાગે છે, આશંકા અને ભય દેખાવા લાગે છે. ઝાડીમાંથી પ્રેત અને દોરડામાંથી સાપ નીકળે છે તે વાત આપ બધાએ સાંભળી હશે. આ આશંકાઓ માત્ર આપણા વિકૃત મગજનાં ચિત્તો છે, જેઓને ઠીક કરવામાં ન આવે તો ઘણી બધી મુશ્કેલી ઊભી થાય છે. તેને આપણે દૂર કરવી જ પડશે.

જ્યાં મનની ઇચ્છાને અનુકૂળ પરિસ્થિતિઓ ઊભી કરવાની વાત હોય ત્યાં તેનાથી પણ વધારે મહત્વપૂર્ણ વાત એ છે કે આપણે આપણા મગજની ચિંતન કરવાની પદ્ધતિને સંપૂર્ણ રીતે સુધારી લઈએ. ચિંતન કરવાની પદ્ધતિને જે સુધારી લેવામાં આવે તો સામાન્ય પરિસ્થિતિમાં પણ હસી-ખુશીથી ભરેલી જિંદગી આપણે જીવી શકીએ છીએ. સંત ઈમર્સન કહેતા હતા કે અમને નરકમાં મોકલી દો. ત્યાં અમે અમારા માટે સ્વર્ગ બનાવી દઈશું. વાત બિલકુલ સાચી છે. શાલીનતા અને વિવેકશીલતાનો દૃષ્ટિકોણ રાખનાર, ઊંચો દૃષ્ટિકોણ ધરાવનાર, વાસ્તવિકતાને સમજનાર આ દુનિયામાં પ્રત્યેક ક્ષણે હસતા-હસાવતા જોવા મળે છે.

હસો અને જીવનને મધુમય બનાવો

પ્રસન્નતા સૌથી મોટું ઔષધ :

જીવનની સફળતાના માર્ગમાં જો દ્વેષ વિષ છે તો પ્રસન્નતા અમૃત છે. પ્રસિદ્ધ ચિકિત્સક ડૉ. સેમ્પસન પાસે એક રોગીને લાવવામાં આવ્યો. તેની સ્થિતિ ઘણી નાજુક હતી, ધરના લોકોને તેના બચવાની કોઈ આશા નહોતી. ડોક્ટર કોઈ તપાસ કરતાં પહેલાં રોગી સાથે વાતચીત કરવા લાગ્યા. એણે ઘણી આત્મીયતા અને સ્મિત સાથે રોગીને તેની સ્થિતિ વિશે પૂછ્યું. ડોક્ટરના હાસ્ય અને સ્મિતભર્યા વ્યવહારથી રોગીના મુખ પર પણ હાસ્યની રેખાઓ ઊપસી આવી. ડોક્ટરે ત્યાં હાજર રહેલા લોકોને કહ્યું, ચિંતાની કોઈ વાત નથી, રોગી ઠીક થઈ જશે કેમ કે હજી એનામાં હસવાની ક્ષમતા છે. થોડા સમયની સારવાર પછી જ એ રોગી તાજેમાજે થઈ ગયો. ડોક્ટર સેમ્પસન રોગીની સારવાર અને દવા વગેરે કરતાં પણ વધુ તેના મનોરંજન, હસીખુશી અને સ્મિતભર્યા વ્યવહારને વધુ મહત્વપૂર્ણ સમજતા હતા અને તેમનો આ ઉપાય દવાઓ કરતાં પણ વધુ સચોટ સાબિત થતો હતો.

દાર્શનિક બાયરને લખ્યું છે કે જ્યારે પણ શક્ય હોય સદા હસો, આ સસ્તી દવા છે. હસવું એ માનજીવનનો ઉજ્જવળ પક્ષ છે. કેરીબોરે લખ્યું છે— હાસ્ય યૌવનનો આનંદ છે. હાસ્ય યૌવનનું સૌંદર્ય અને શૃંગાર છે. જે મનુષ્ય આ સૌંદર્ય અને શૃંગારને ધારણ કરતો નથી તેનું યૌવન પણ ટકતું નથી. સ્ટર્ને કહ્યું છે, મને વિશ્વાસ છે કે દરેક વખતે જ્યારે કોઈ વ્યક્તિ હસે છે, સ્મિત કરે છે તો એ તેની સાથોસાથ જ પોતાના જીવનમાં વૃદ્ધિ કરે છે. ડોક્ટર વિલિયમ તેમના પ્રયોગોના આધારે સિદ્ધ કર્યું કે અહિંહાસ્ય કરવાથી તથા સદૈવ પ્રસન્ન રહેવાથી મનુષ્યનું પાચનસંસ્થાન તીવ્ર

બને છે, લોહીના કણોમાં વધારો થાય છે, સ્નાયુસંસ્થાન પ્રકૃત્વિત થાય છે અને સ્વાસ્થ્ય વધે છે.

ખડખડાટ હસવું અને હાસ્યવિનોદ મનુષ્યના સ્વાસ્થ્યને તંદુરસ્ત બનાવવાની સચોટ દવા છે. શારીરિક અને માનસિક સ્વાસ્થ્ય માટે હાસ્ય એ એક મહત્વપૂર્ણ સાધન છે. હાસ્ય એ જીવનની સૌરભ છે. કોઈ બાળકી જ્યારે એનીમેળે ખડખડ હસી પડે છે ત્યારે એનું સૌંદર્ય જોવાલાયક હોય છે. ઉદાસ લોકોનું મન પણ તેની તરફ આકર્ષિત થઈ ઊઠે છે. જીવનની કઠણાઈઓથી દાઝેલા મનુષ્ય માટે પણ એ કેટલીક ક્ષણો નવજીવનનું પ્રેરણાકેન્દ્ર બની જાય છે. બાળસુલભ હાસ્ય અને હાસ્યવિનોદના સંપર્કમાં આવીને નિરાશ તથા નીરસ વ્યક્તિઓમાં પણ જીવનની સ્ફુરણા જાગી ઊઠે છે. સાથીઓના હાસ્યવિનોદમય વાતાવરણમાં ખડખડાટ હસવાથી એ મનુષ્ય પોતાનાં દુઃખો અને નિરાશાની અનુભૂતિઓને પણ ભુલાવી દે છે.

ખડખડાટ હસવાથી મનુષ્યના સ્નાયવિક વિસ્મૃત માનસિક સંસ્થાનોનો તણાવ આશ્ચર્યજનક રીતે દૂર થઈ જાય છે. હસવાથી નસો અને માંસપેશીઓ પ્રભાવિત થાય છે, પાચક રસ યોગ્ય પ્રમાણમાં છોડે છે અને સક્રિય બની જાય છે. ફેફસાંમાં લોહીની ગતિ ઝડપથી વધે છે, શ્વાસોચ્છ્વાસની ગતિ પણ વધી જાય છે જેથી શરીર દ્વારા ઓક્સિજન વધુ પ્રમાણમાં ગ્રહણ કરવામાં આવે છે. રક્તની શુદ્ધિ પણ ઝડપથી થવા લાગે છે. શરીરમાં જીવનતત્વો સક્રિય બનીને સ્વાસ્થ્યને પુષ્ટ બનાવે છે.

જીવનમાં આવતી મુશ્કેલીઓ, પરેશાનીઓ અને સમસ્યાઓના ભારથી થતી ક્લાંતિ, ખિન્નતા અને માનસિક અસંતુલન હાસ્યવિનોદના સંપર્કમાં આવતાં

જ અદૃશ્ય થઈ જાય છે. હસમુખ વ્યક્તિ જીવનની મોટામાં મોટી મુશ્કેલી અને સમસ્યાઓનો સારી રીતે સામનો કરી શકે છે અને જીવનસંગ્રામમાં હસતાં હસતાં જ વિજય પણ પ્રાપ્ત કરી શકે છે.

મુશ્કેલીઓરહિત મનવાંછિત પરિસ્થિતિઓ અને પ્રિયજનોથી ઘેરાયેલું જીવન આજસુધી કોઈનું પણ શક્ય બન્યું નથી. ભવિષ્યમાં કોઈ સર્વાંગીણ સુવિધાસંપન્ન મનુષ્ય આ સંસારમાં જન્મ લઈ શકશે એવી આશા રાખી શકાતી નથી. ભગવાનના અવતાર કહેવામાં આવતા રામ, કૃષ્ણ સુધ્યાંની જે દુર્દશા થઈ એ સામાન્ય માનવી કરતાં સારી નથી રહી. બીજા અવતારો, ઋષિ, મહાપુરુષ, જ્ઞાની-વિજ્ઞાની પણ કઠણાઈઓથી ઘેરાયેલા અને વિપત્તિઓ સહન કરતા રહ્યા છે. મહાપુરુષોની મહાનતા એ આધારે જ પારખવામાં આવે છે કે એમણે આદર્શ અને સુવિધામાંથી શું પસંદ કર્યું અને પોતાની ચરિત્રનિષ્ઠાને કેટલી કઠણાઈઓ પર કસાવા માટે કેટલી પ્રસન્નતાથી પ્રસ્તુત કરી. વિપત્તિને ટાળવા કે હળવી કરવા માટેનો સૌથી સસ્તો અને સૌથી સરળ નુસ્ખો એ છે કે કઠણાઈને સામાન્ય માનવામાં આવે. આવી જ મનઃસ્થિતિમાં યોગ્ય અને ભરપૂર પ્રયત્નો કરવાનું શક્ય બને છે. ડગમગતું ચિંતન તો વધુ ઊંડા કાઢવમાં ફસાવી દે છે. ઉજ્જવળ ભવિષ્યની આશા છોડી દેવામાં આવે તો ચારે તરફ અંધકાર જ અંધકાર દેખાશે અને મામૂલી કઠણાઈને પાર કરવાનું પણ પહાડ ઉપાડવા જેવું ભારે લાગશે.

સુખદ પ્રસંગોનું વારંવાર સ્મરણ કરો :

હળવીફૂલ, હર્ષોલ્લાસ, સંતોષ અને આનંદથી જિંદગી જીવવાની યોજના બનાવવી જોઈએ તથા એ માર્ગમાં જે અવરોધ હોય તેને વીણી-વીણીને માર્ગમાંથી દૂર કરવા જોઈએ. વિચાર કરવાથી જો વ્યક્તિ પોતાને અભાવગ્રસ્ત, મુશ્કેલીઓથી ઘેરાયેલી, વિરોધી દુર્જનો

વચ્ચે રહેતી, ભવિષ્યમાં વિપત્તિની સંભાવનાઓથી જકડાયેલી અનુભવ કરે તો તેનું મન સદા ખિન્ન અને ઉદ્વિગ્ન રહેશે. ચિંતનના આ નિષેધાત્મક પ્રવાહને વિવેકપૂર્ણ પર્યવેક્ષણ દ્વારા ઘણો હળવો કરી શકાય છે. ભવિષ્યમાં શું થવાનું છે? કોઈને ખબર નથી. જો આ સાચી વાત હોય તો વિપત્તિની શંકા કરવા કરતાં ઉજ્જવળ ભવિષ્યની કલ્પના કેમ ન કરવામાં આવે અને નિરાશાની જગ્યાએ આશાને કેમ ન અપનાવવામાં આવે? સાથીઓના જ દોષ કેમ જોવાય? એમનામાં જે ગુણો છે એમને કેમ ન સમજીએ? તેમના દ્વારા જે ક્ષતિ થઈ છે તેના પર જ કેમ વિચાર કરતા રહીએ? જે સહયોગ અને સદ્ભાવ આપતા રહ્યા છે એ સુખદ પ્રસંગોનું સ્મરણ કેમ ન કરવામાં આવે? સ્વજનોના દોષદુર્ગુણો જોવા, સુધારવા ઠીક છે પરંતુ એ કાર્ય ડોક્ટર અને રોગી, સમજદાર વ્યક્તિ અને બાળકની ભાવના સાથે ઉદારતાપૂર્વક અને ચિડાયા વગર પણ કરી શકાય છે.

અપ્રિય પ્રસંગો દરેકના જીવનમાં કોઈ ને કોઈ વખતે બનેલા જ હોય છે. જો એમને શોધી એકઠા કરવામાં આવે અને એ જ યાદ કરતા રહીએ તો લાગશે કે આખી જિંદગી દુઃખો અને કષ્ટો સહન કરતાં નિષ્ફળ વીતી છે. આથી વિપરીત જો સુખદ પ્રસંગોને શોધવામાં આવે તો તે એટલા વધુ દેખાશે કે જેમના આધારે સુખી જીવન જીવવાનો ગર્વ કરી શકાય. એક સ્મૃતિ દુઃખી બનાવે છે તો બીજીને કારણે હોઠો પર સ્મિત રેલાવા લાગે છે. બન્નેમાંથી જેની પસંદગી કરવી હોય તે પ્રસન્નતાપૂર્વક કરી શકાય છે. હસીખુશીનું હળવુંફૂલ જીવન શારીરિક, માનસિક, કૌટુંબિક અને આર્થિક બધા પક્ષોને પ્રભાવિત કરે છે તથા સુખદ સંભાવનાઓનું નિર્માણ કરવામાં ભારે યોગદાન આપે છે. એ કઠણ નહીં અતિ સરળ છે. ચિંતનમાં થોડો ફેરફાર કરીને

આપણે ખિન્ન અને ઉદ્વિગ્ન જીવનને હસતું-હસાવતું બનાવવામાં ઈચ્છિત સફળતા પ્રાપ્ત કરી શકીએ છીએ.

ખેલાડીની જેમ જીવો :

હળવીફૂલ જિંદગી જીવનારા જ શાંતિથી રહે છે અને સુખસંતોષના દિવસો ગુજારે છે. જીવનને એક રમત સમાન માનવું જોઈએ અને તેને હારજીતની પરવા કર્યા વિના, વિનોદ-મનોરંજન માટે, એમાં પ્રવીણતા મેળવવા માટે જ રમવું જોઈએ. નાટકના કલાકાર જેવો દૃષ્ટિકોણ પણ યોગ્ય છે. ક્યારેક રાજા તો ક્યારેક રંક બનાવામાં પાત્રને નથી ક્યારેય સંકોચ થતો કે નથી કોઈ દ્વિધા થતી, તે પોતાની આવડત અને પ્રદર્શનની પોકળ વાસ્તવિકતાને સમજે છે તેથી સિંહાસન હારી જવા અને મુગટ ઊતરી જવા છતાં મુખ પર નિરાશા આવવા દેતો નથી. રાત્રે ચાદર ઓઢીને ગાઢ ઊંધમાં સરી જાય છે. એવી જ મન:સ્થિતિ આપણી પણ હોવી જોઈએ. આખા દિવસ દરમિયાન શું કર્યું? કેટલું વિચાર્યું હતું, કેટલું પૂરું થઈ શક્યું, કાલ માટે શું જીવનક્રમ નક્કી કર્યો છે એટલું પર્યવેક્ષણ તો સૂતા પહેલાં અવશ્ય કરી લેવામાં આવે, પરંતુ ભૂતકાળની ઘટનાઓ, દિવસ દરમિયાન કોઈ દ્વારા પોતાની સાથે કરવામાં આવેલા દુર્વ્યવહારનું ચિંતન, બદલો લેવો વગેરેના વિચારો સૂતી વખતે મનમાં ક્યારેય આવવા દેવામાં ન આવે. મન હલકું રહે. કોઈ ઘટના ઘટી હોય તો તેની છાયા પણ મગજમાં આવે નહીં, એ જ સાચી જીવન જીવવાની શૈલી છે. તણાવરહિત મન તુરંત નિદ્રાદેવીનું આહ્વાન કરે છે. આવી હળવીફૂલ જિંદગી જ નિરોગી કાયાની જન્મદાત્રી બને છે. મનને સાધી અનુકૂળ દિશામાં વાળી લેવામાં જ સાચા અર્થમાં જિંદગી જીવવી છે.

દાન પ્રસન્નતાનું કારણ નથી :

પ્રસન્નતા ધનને કારણે મળતી નથી. જો આવું હોત તો ધનવાન જ પ્રસન્ન રહ્યા હોત પણ સ્થિતિ

આથી વિપરીત છે. ધનિક વ્યક્તિનું જીવન જેટલું ચિંતાયુક્ત રહે છે તેટલું નિર્ધનનું નથી. જો નિર્ધનનો દૃષ્ટિકોણ થોડો પણ બદલાઈ જાય તો એ કોઈ ધનિક કરતાં પણ વધુ પ્રસન્ન રહી શકે છે. પોતાનાથી ધનિક વ્યક્તિઓને જોઈ તેમના જેવા વૈભવની ઈચ્છા જગાડવી એ પણ અયોગ્ય છે. આ સંસારમાં એક એકથી ચઢિયાતા લોકો પડ્યા છે. કોની કોની તુલના કરવી અને કોની કોની સમાનતાના મનોરથ ઘડવા? તુલના કરવી જ હોય તો પોતાના કરતાં નાના લોકો સાથે કરવી જોઈએ અને અનુભવ કરવો જોઈએ કે પોતાને બીજા કરતાં કેટલું વધુ સૌભાગ્ય મળ્યું છે. અપંગો, દરિદ્રો, અશિક્ષિતો, રોગીઓ, અસહાયોની તુલનામાં જ્યારે પોતાની સ્થિતિ ઘણી સારી હોય તો તેના પર સંતોષ વ્યક્ત કરવામાં શો વાંધો છે? એવા ઘણા હોઈ શકે કે જેઓ તેના માટે પણ તરસતા હોય જે આપણા ભાગમાં આવ્યું છે. જેમને બે વખતનું ભોજન મળી જાય છે, પોતાના પગ પર ઊભા રહેવાનો અવસર છે તેણે સંતોષનો શ્વાસ લેવો જોઈએ અને ભગવાનને હજાર વાર ધન્યવાદ આપવો જોઈએ, કૃતજ્ઞતા વ્યક્ત કરવી જોઈએ.

સરેરાશ ભારતીય સ્તરનો નિર્વાહ જેમને પર્યાપ્ત લાગે છે તેઓ ઈશ્વરચંદ્ર વિદ્યાસાગરની જેમ ન્યૂનતમ નિર્વાહમાં કામ ચલાવે છે અને પોતાની કમાણીનો મોટો હિસ્સો પરમાર્થનાં કાર્યોમાં ખર્ચતા રહે છે. એમને પશ્ચાત્તાપ કરતા જોયા નથી કે અમે ગરીબાઈમાં દિવસો ગુજારીએ છીએ. ગરીબાઈ બ્રાહ્મણની શાન છે. ગાંધીજી પ્રાચીનકાળના સંતોની જેમ અપરિગ્રહી જીવન જીવતા હતા. જનક હળ ચલાવીને પેટ ભરતા હતા. એનાથી એમનું ગૌરવ ઓછું થયું નથી. નિંદાના ભોગ તો લાલચુ બને છે. જેઓ પેટ ભરેલું હોય છતાં વધુની આશા રાખે છે અને તેને પ્રાપ્ત કરવા માટે અનીતિ અપનાવવા મોટામાં મોટું કુકર્મ કરવાનું પણ ચૂકતા નથી.

પ્રસન્નતા એક માનસિક ટોનિક :

પ્રસન્નતાનો સ્વભાવ બનાવી લેવો તે ઉત્સાહ, સંતુલન અને સાહસનો અભ્યાસ વધારવા જેવું જ છે. આ એક માનસિક ટોનિક છે, જેમાંથી નિરંતર નવી શક્તિ પ્રવાહિત થતી રહે છે. આવો સ્વભાવ ધરાવનારા હંમેશાં વધુ પ્રમાણમાં વધુ સારા પ્રકારનાં કામો કરવામાં અને સફળતાઓ પ્રાપ્ત કરવામાં અગ્રણી રહે છે. હસતી વ્યક્તિ બીજાને હસાવવામાં સક્ષમ હોય છે. સુગંધિત વસ્તુઓની આસપાસની વસ્તુઓ પણ સુગંધિત બની જાય છે. આગની ગરમી તેની આસપાસના પદાર્થોને પણ ગરમ કરી દે છે. એ જ રીતે નિરાશા, ચીડ, ઉદાસીનતા જ્યાં બીજાઓને દૂર રહેવા માટે પ્રેરિત કરે છે ત્યાં પ્રસન્નતાની અભિવ્યક્તિ કરનારાં નાનામાં નાનાં કાર્યો, પણ બીજાઓ પર તેમનો ઉત્સાહવર્ધક પ્રભાવ છોડે છે. પ્રસન્ન કરવામાં આવેલ વ્યક્તિના મનમાં સંચિત મલિનતા નષ્ટ થઈ જાય છે. ક્યારેક કોઈ ખરાબ માન્યતા બની ગઈ હોય તો એ પણ વાતવાતમાં સમાપ્ત થઈ જાય છે. પ્રસન્નતાભર્યું વાતાવરણ બનાવવાની સાચી અને સરળ રીત એ છે કે પ્રસન્નતા, સંતોષ, ઉત્સાહ અને ઉલ્લાસની મનઃસ્થિતિ બનાવી રાખવાનો પૂર્ણ પ્રયાસ કરવામાં આવે. આ પ્રસાદ એ બધાને વહેંચી દેવામાં આવે. જે સારા હોય તથા તેમની ચર્ચા કરીને આગામી દિવસોમાં વધુ પ્રગતિશીલ કદમ ઊઠાવવા માટે પ્રોત્સાહિત કરવામાં આવે. ભવિષ્ય ઉજ્જવળ હોવાની સંભાવના વ્યક્ત કરી નવી આશા અને ઉમંગ જગાડવાનો પ્રયત્ન કરવામાં આવે. હસતા રહેવાની ટેવ પોતાને વધુ સુંદર, આકર્ષક તથા સમર્થ સિદ્ધ કરવાનો સારો ઉપાય છે. આને અપનાવનારા વધુ કાર્યરત રહેવાનો, આગળ વધવાનો તથા પ્રગતિ કરવાનો અવસર પ્રાપ્ત કરે છે. તેઓ બીજાઓને પણ પોતાની સાથે આગળ લઈ જાય છે. આથી વિપરીત નિરાશ રહેનારાઓ, વૃદ્ધો જેવી ઉદાસીનતા માથે લઈ ફરનારાઓ હંમેશાં નિસ્તેજ, ઉપેક્ષિત અને નિષ્ફળ થતા

રહે છે. શારીરિક અને માનસિક સ્વાસ્થ્યને ટકાવી રાખવા માટે હસતા રહેવાની ટેવ એક સારા ટોનિકની ગરજ સારે છે. આવા વિનામૂલ્યે મળતા રસાયણનો લાભ દરેકે ઊઠાવવો જોઈએ.

શું કરવામાં આવે ? :

સફળતા અને નિષ્ફળતા બધાના જીવનમાં આવે છે. એ સ્થિતિમાં તમે જીવનને રમતના રૂપમાં માની લો. હારજીતને રમતની ભાવના સાથે સ્વીકાર કરતા રહી દરેક સ્થિતિમાં પ્રસન્ન રહેવાનો પ્રયાસ કરો. આ છે તો કઠણ કાર્ય, પણ નિષ્ફળતા મળે ત્યારે મોઢું લટકાવી બેસવા કરતાં ચિંતન કરો કે નિષ્ફળતા કેમ મળી ? તમારા સંકલ્પ, નિયોજન અને પુરુષાર્થમાં ક્યા સ્તરે ઊણપ રહી ? ખીલેલા ફૂલની જેમ પ્રકુલ્લિત રહેશો તો તમારા મિત્ર, સંતાન, પત્ની બધાં તમારી પાસે બેસવા ઈચ્છશે. કરમાયેલા રહેશો તો કોઈ અકારણ તમારી પાસે પણ નહીં ફરકે. તમારો ચીડિયો સ્વભાવ પોતાનાને પણ પારકાં બનાવી દેશે. તેથી જીવનની નિરાશાજનક ઘટનાઓને સ્થાને એવા પ્રસંગોને વારંવાર યાદ કરો અને સંભળાવો કે જેથી ઉલ્લાસ મળે. તમે ગમે તેટલા વ્યસ્ત હો, તમારી જીવનસંગિની સાથે તમારાં બાળકો, પૌત્ર-પૌત્રીઓ સાથે હસવાનું, ખડખડાટ હસવાનું ભૂલશો નહિ.

ખિસકોલી પૂંછડીથી ધૂળ લાવતી અને સમુદ્રમાં નાખી આવતી. વાનરોએ પૂછ્યું— દેવી ! તમારી પૂંછડીની માટીથી સમુદ્રનું શું બગડી જશે ? તે જ વખતે પહોંચેલા ભગવાન રામે તેને પોતાના ખોળામાં લઈને કહ્યું કે વાનરો ધૂળના એક એક કણથી એક એક ટીપું પાણી સૂકવી નાખવાનો મર્મ સમજો. આ ખિસકોલી ચિરકાળ સુધી સત્કર્મમાં સહયોગના પ્રતીક રૂપે પૂજાતી રહેશે.

વાત માત્ર વલણ બદલવાની જ છે

આજના મનુષ્યનું લક્ષ્ય, આનંદની પ્રાપ્તિ :

આ બધું એવું હતું જે જીવનના વિભિન્ન પ્રસંગો અને પરિસ્થિતિઓમાં રહેતી વખતે તમે અનુભવ્યું હશે. વાસ્તવમાં જે પણ કહેવામાં આવ્યું તે આજના યુગની પરિસ્થિતિઓમાં જીવન જીવી રહેલા સામાન્ય મનુષ્યએ ભોગવેલી હતાશા, કુંઠા વગેરેને ધ્યાનમાં રાખીને જ કહેવામાં આવ્યું. એક તરફ લોકોની શ્રદ્ધા અને ભાવનાનું શોષણ કરીને ષડ્યંત્રોના માધ્યમથી પરોપજીવી સાધુઓ અને ફકીરોની ભીડ તો બીજી તરફ જીવનલક્ષ્ય ઓળખવાનું સામર્થ્ય પ્રદાન કરવામાં અસમર્થ શિક્ષણ પ્રાપ્ત કરીને નાસ્તિક બનતી યુવા પેઢી. આ બે યથાર્થો વચ્ચે કેવી રીતે એવું જીવન જીવી શકાય જેમાં આનંદનો અખંડ પ્રવાહ હોય અને જીવન ગૌરવ-ગરિમાથી ભરપૂર પણ બની શકે. આપણે જોઈએ છીએ કે આજે દરેકનું લક્ષ્ય આનંદ પ્રાપ્ત કરવાનું છે. દિવસ-રાત બધા એ પ્રયત્નોમાં જ લાગેલા રહે છે. જે જેવી સ્થિતિમાં છે એમાં જ તેને આનંદની અનુભૂતિ થઈ રહી છે. ગામડામાં રહેનાર એ માટે પ્રકૃતિલિત છે કે તેને મુક્ત પ્રકૃતિ, સ્વસ્થ જળવાયુ અને અનેક પ્રાકૃતિક સગવડો ભોગવવાનો અવસર મળે છે. શહેરનો નિવાસી પણ એના કરતાં ઓછો પ્રસન્ન નથી. તેને બીજા પ્રકારની સગવડો પ્રાપ્ત છે. તેને શિક્ષણ, ચિકિત્સા, મનોરંજન, યાતાયાત વગેરેનાં એવાં સાધન અને સગવડો પ્રાપ્ત છે જે ગામડામાં ઉપલબ્ધ નથી. કોઈ એક સ્થળે રહીને સુખી છે, તો કોઈને ચાલતા રહેવામાં આનંદ આવે છે. કોઈને ખેતીમાં આનંદ છે, તો કોઈને નોકરીમાં. સૈનિકને પોતાનું જ જીવન પ્રિય છે, તો દુકાનદારને પોતાની સ્થિતિ. હર કોઈ પોતાની મોજની સામગ્રી શોધી રહ્યા છે અને એમાં જ આનંદનો અનુભવ કરતા રહે છે.

તાત્પર્ય એ છે કે અહીં બધા આનંદનું જ જીવન જીવવા ઇચ્છી રહ્યા છે. આનંદ ચિરસ્થાયી છે કે ક્ષણિક, યોગ્ય છે કે અયોગ્ય, સાત્ત્વિક છે કે અસાત્ત્વિક એ જ વિચારવાનું બાકી રહે છે.

સુખ અને આનંદમાં ફરક :

આજે આપણે જે સ્વાભાવિક આનંદની વાતો કરીએ છીએ તે હકીકતમાં ઇન્દ્રિયજનિત સુખ છે. એ ચિરસ્થાયી નથી, એ અસ્થાયી અને ક્યારેક તો ક્ષણિક હોય છે. ઉદાહરણ તરીકે આપણે કામભાવનાને જ લઈએ. મનના છ વિકારો કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ, મદ અને મત્સરમાં કામ સૌથી ભયંકર છે. તે આ બધા શત્રુઓનો સેનાપતિ છે. કામસુખ ક્ષણિક હોવાની સાથોસાથ આપણાં શરીરબળ, મનોબળ અને પ્રાણશક્તિનો ખૂબ જ નાશ કરે છે. સ્વાદિષ્ટ ભોજન આનંદદાયક હોય છે, તેથી બધાની એવી કલ્પના રહે છે કે ભાતભાતની મીઠાઈઓ, નમકીન, પકવાન વગેરે પ્રાપ્ત કરવામાં આવે. એના દ્વારા ઇન્દ્રિયજન્ય સુખ પણ મળે છે, પરંતુ આ આનંદમાં દોષ છે. ભોગથી રોગ ઉત્પન્ન થાય છે. આ કહેવત મુજબ જેનાથી ઇન્દ્રિયોના વિષય તૃપ્ત થતા હોય એ બધાં સુખોને વાસ્તવિક આનંદની કોટિમાં રાખી ન શકાય. એમને સુખ કહેવું જ બરાબર રહેશે. પૂર્ણ આનંદ એ છે જ્યાં વિકૃતિ ન હોય. કોઈ જાતની શંકા, અભાવ કે પરેશાની ભોગવવી ન પડતી હોય. સ્વાભાવિક જીવનમાં જે આનંદ મળી રહ્યો છે એમાં આપણો અભ્યાસ બની ગયો છે. તેથી એ અનુચિત હોય તો પણ એવું લાગતું નથી. તેથી આનંદ પારખવાની કસોટી નક્કી કરવામાં આવી છે. આનંદથી શુદ્ધતમ આનંદની પ્રાપ્તિ માટે દૈષ્ટિકોણ શુદ્ધ કરવાની જરૂરિયાતનો અનુભવ કરવામાં આવે છે.

આપણે કોણ છીએ ?

લૌકિક આનંદ સિદ્ધિદાતા નથી. એનાથી જીવનનો ઉદ્દેશ પૂરો થતો નથી. વિચાર, બુદ્ધિ, તર્ક અને વિવેકની જે સાધારણ તથા અસામાન્ય શક્તિઓ મનુષ્યને પ્રાપ્ત થાય છે તે કેવળ સુખો પ્રાપ્ત કરવામાં જ લાગેલી રહે તો એમાં કોઈ નવીનતા નથી. જોવાની વાત તો એ છે કે જીવનદીપ બુઝાતા પહેલાં શું આપણે પોતાને ઓળખી લીધાં છે કે આપણે કોણ છીએ ? આ સવાલ ઉકેલવો એ જ સૌથી મોટી બુદ્ધિમત્તા છે. આત્મજ્ઞાન આનંદનું મૂળ છે. મનુષ્ય આ વિષયમાં અજ્ઞાની જ બની રહેશે તો લૌકિક જીવનમાં ભટકતા રહેવું પડશે. આત્માના શરણે જવાથી જ સિદ્ધિ મળી શકે છે. મનુષ્યની અન્ય આશંકાઓ આત્મજ્ઞાનના અભાવમાં દૂર થવાની શક્યતા નથી.

આપણે દરરોજ આનંદપ્રાપ્તિનાં સાધનોમાં જે ફેરફાર અને પ્રયોગ કરીએ છીએ એનાથી પણ સ્પષ્ટ થાય છે કે આપણને થોડા આનંદ કરતાં વધુ શુદ્ધ અને પૂર્ણ આનંદની શોધ છે. એક વસ્ત્ર પહેરીએ છીએ તો બીજી વાર એ કાપડની ખૂબીઓ અને ખામીઓની ખબર પડી જાય છે અને બીજી વાર કાપડ ખરીદતી વખતે એ ધ્યાન રહે છે કે આ વખતનું કાપડ પાછલા દોષોથી રહિત અને કંઈક વધુ આકર્ષક હોય. પહેલી રુચિ પણ શુદ્ધ થાય છે, આનંદની પણ શુદ્ધિ થાય છે અને આપણે એક એવો આનંદ ઈચ્છીએ છીએ જે પૂર્ણ અને સ્થાયી હોય, એવો આનંદ લૌકિક જીવનમાં ઉપલબ્ધ નથી. તો પછી પારલૌકિક જીવનની વાત સામે આવે છે - અને આત્મા-પરમાત્મા પર પણ ધ્યાન જવા લાગે છે. આ સિદ્ધિ ભગવાનને શરણે જવાથી જ મળી શકે છે.

દૃષ્ટિકોણમાં પરિવર્તન જરૂરી :

તેમ છતાં લોકોને આ વાત સમજમાં આવતી નથી અને તેઓ લૌકિક સુખોમાં જ આસક્ત રહે છે.

કેમ કે આપણો જે દૃષ્ટિકોણ બની ગયો છે એમાં કોઈ પરિવર્તન કરવા ઈચ્છતા નથી. સૂર્ય દરરોજ તેના એ જ ક્રમથી નીકળે છે. તેના પ્રત્યેનો આપણો દૃષ્ટિકોણ દરરોજ ઊગતા સૂર્ય જેવો જ હોય છે, પરંતુ જો પોતાનો દૃષ્ટિકોણ થોડો બદલે અને વિરાટ જગતની મહાન ક્રિયાશીલ શક્તિના રૂપમાં એ સૂર્યનું ચિંતન કરે તો એ મહાપ્રાણ અનેક વિચિત્રતાઓથી સંકળાયેલો અને જીવનદાતા સમજમાં આવશે અને આપણે ક્રમશઃ વધુ આનંદ તરફ અગ્રેસર થવા લાગીએ છીએ. દૈનિક જીવનમાં આવી અનેક વાતો આવે છે જે આમ તો સામાન્ય જેવી લાગે છે, પરંતુ તેણે પોતાની અંદર ખૂબ જ મોટું અનોખાપણું અને વિજ્ઞાન છુપાવી રાખ્યાં હોય છે. આપણો દૃષ્ટિકોણ બોધ કરાવનાર નહિ પણ ઊભરો શમી જનાર હોય છે, તેથી મહત્વપૂર્ણ વસ્તુઓ છોડી દઈએ છીએ અને ફક્ત એ જ સુખોના ચિંતનમાં લાગેલા રહીએ છીએ જે સ્થૂળ પ્રયોગમાં આવી ચૂકેલાં હોય છે.

દૃષ્ટિકોણ બદલાય છે તો બધી ચીજો બદલાતી જોવા મળે છે. જગદગુરુ શંકરાચાર્યે બતાવ્યું છે, “આ સંસાર મરભૂમિ છે, એમાં સુખ ઈચ્છતા હો તો ભગવાનનું શરણ લો. આયુ, શ્રી, યશ અને સાંસારિક સુખોની ઉપલબ્ધિ ઈશ્વરપરાયણતા કે આત્મચિંતનમાં જ છે. આ દૈવી સંપત્તિ છે પરંતુ એ વાત સમજમાં નહીં આવે, કેમ કે અત્યાર સુધી આપણે સુખ અને સંસાર પ્રત્યેનો આપણો દૃષ્ટિકોણ બદલ્યો નથી. દૃષ્ટિકોણ બદલાઈ જશે તો સર્વત્ર આનંદ જ વેરાયેલો દેખાશે.”

આપણે ભોગ વડે આનંદનો અનુભવ કરતી વખતે જાણતા નથી કે આ સંસારમાં બીજી શ્રેષ્ઠતાઓ પણ છે. વિચાર દ્વારા જો આત્મા અને પરમાત્માના અસ્તિત્વની વાત સમજમાં આવી જાય તો ભોગ કરતાં ત્યાગમાં જ આનંદનો અનુભવ કરવા લાગશો અને ત્યારે દિવસે-દિવસે મૂળ લક્ષ્ય તરફ જ વધતા જશો. પછી એ ફરિયાદ

નહિ રહે કે ઈશ્વરચિંતનમાં આનંદ નથી આવતો. દષ્ટિકોણની ઉત્કૃષ્ટતાનો સવાલ છે. જેવી રીતે ભૌતિક પ્રગતિમાં સંપૂર્ણ ક્રિયાઓ થઈ રહી છે તેવી જ રીતે આધ્યાત્મિક ઉપલબ્ધિઓમાં પણ મન લાગી શકે છે, પોતાનું દરેક કાર્ય દષ્ટિથી પૂરું કરવું જોઈએ કે આપણે શરીર નહીં, આત્મા છીએ.

આધ્યાત્મિક આનંદ :

આધ્યાત્મિક આનંદ ભૌતિક અને સ્થૂળ આનંદ કરતાં સહસ્ત્રગણો વધુ છે. તેથી જાણકાર સૈદ્ધવ એ જ પ્રેરણા આપે છે કે મનુષ્ય શારીરિક જરૂરિયાતોને જ પૂરી કરવામાં વ્યસ્ત ન રહે. મનુષ્યજીવન જેવા અસાધારણ ઉપહાર પર પણ આંતરિક દષ્ટિએ કંઈક વિચાર કરે. બંધનમુક્ત આનંદ જ સ્થાયી હોય છે. વિષયજન્ય સુખોનો અનુભવ તો થાય છે, પરંતુ જેને આપણે ઉચિત સમજીએ છીએ તે વ્યાધિકારક હોય છે. આનંદની કલ્પનાથી કરવામાં આવેલ કર્મ જો વિક્ષેપ પેદા કરે તો એ આનંદને શુદ્ધ અને પૂર્ણ માનવોચિત સમજવામાં આવશે નહિ.

પ્રશ્ન એ નથી કે આપણે આનંદની પ્રાપ્તિ તરફ વધીએ. એ તો આપણે કરી જ રહ્યા છીએ. હરઘડી આનંદની શોધમાં જ આપણી જીવનયાત્રા પૂરી થઈ રહી છે. જે શરત છે તે એ છે કે આપણો આનંદ શાશ્વત, નિરતર અને પૂર્ણ કેવી રીતે બને ? એ માટે કોઈ મોટા પરિવર્તનની જરૂર નથી. ઘરગૃહસ્થીનો પરિત્યાગ પણ કરવાનો નથી અને વિચિત્ર વેશભૂષા પણ કરવાની નથી, ફક્ત આ જીવનનું મૂલ્યાંકન સાચા દષ્ટિકોણથી કરવાની આવશ્યકતા છે. આપણે શરીરનાં હિત તો પૂરાં કરીએ પણ શરીરની અંદર વ્યાપ્ત જે આત્મા છે તેને ન ભૂલીએ. આત્મા આપણું અજ્ઞાન, આસક્તિ અને અભાવોને દૂર કરવા માટે સક્ષમ છે. આ ત્રણ પરેશાનીઓ—વિઘ્ન પેદા ન કરીએ તો આપણે જે આનંદની શોધમાં છીએ તે આ

જ જીવનક્રમથી ઉપલબ્ધ થઈ શકે છે. આત્માના વિકાસથી જ અબાધ અને શાશ્વત આનંદની પ્રાપ્તિ થઈ શકે છે.

શું કરવામાં આવે ?

આજનો સમય ભયંકર વિપત્તિઓથી ભરેલો છે. ત્યારે આપણો સમય, ધન અને પ્રતિભાનો થોડો અંશ દુઃખી સમાજ માટે, ત્રાહિ-ત્રાહિ કરતી માનવતા માટે લગાડવામાં જો આપણે આનંદ પ્રાપ્ત કરી શકીએ તો જીવન ધન્ય બની જશે અને આવનાર પેઢી આપણને ભલામાણસ તરીકે શાબાશી આપશે. આપવાના સુખથી વધારે બીજું કયું સુખ છે ? પોતાના પ્રિય માટે પોતાનું સર્વસ્વ આપીને જ આનંદની અનુભૂતિ થાય છે. દેવતાઓ પાસેથી મદદ માગવાની વાત તો હંમેશથી ચાલી આવે છે, પરંતુ કેટલાક વિશેષ સમય એવા પણ આવે છે જ્યારે દેવતા મનુષ્ય પાસે યાચના કરે છે. આવા અવસરો કોઈ સૌભાગ્યશાળીને જ મળે છે કે તેઓ દેવતાઓની મનોકામના પૂરી કરવામાં સમર્થ થઈ શકે. દશરથને દેવતાઓની મદદ માટે જવું પડ્યું હતું. અર્જુન પણ ગયો હતો. દર્પીચિએ ઉદારતાપૂર્વક એમનું દાન આપ્યું હતું. કૃષ્ણ સાધુવેશમાં ધાયલ કર્ણ પાસે પહોંચ્યા હતા. વામને બલિ પાસે હાથ ફેલાવ્યો હતો. રામે શબરી પાસે બોરની યાચના કરી હતી. સુદામા પાસેથી તાંદૂલ માગવામાં આવ્યા હતા. અંગદ અને હનુમાને દેવતાઓ પાસે પોતાની મનોકામના પૂર્ણ કરાવી નહોતી પણ એમની મનોકામના પૂર્ણ કરી હતી. અહીં ઋષિઓની પરંપરા યાદ આવે છે. વિશ્વામિત્રે હરિશ્ચંદ્ર પાસે, ઉદાલકે આરુણિ પાસે, યાજ્ઞકચે ચંદ્રગુપ્ત પાસે, સમર્થે શિવાજી પાસે, પરમહંસે વિવેકાનંદ પાસે અને વિરજાનંદે દયાનંદ પાસે કંઈક માગ્યું હતું અને સત્પાત્ર શિષ્યોએ મન મૂકીને આપ્યું પણ હતું. બુદ્ધ અને ગાંધીજીની જોળીઓ શરૂઆતથી અંત સુધી

ફેલાયેલી જ રહી. આપનારાઓ નુકસાનમાં ન રહ્યા. લેનારાઓ જેટલા ધન્ય થયા તેના કરતાં વધુ શ્રેય આપનારાઓને મળ્યું. માંધાતાએ શંકરાચાર્યને આપ્યું હતું તેના કરતાં વધુ મેળવ્યું. અંગુલિમાલ અને આમ્રપાલી, હર્ષવર્ધન અને અશોક બુદ્ધને આપતી વખતે ઉદારતાની ચરમસીમાએ પહોંચ્યા હતા. ગાંધીજીના સત્યાગ્રહીઓએ પોતાને દાવ પર મૂકીને અનુદાનોની ઝડી વરસાવી દીધી હતી. આપણે જોઈએ છીએ કે જે આપવામાં આવ્યું હતું એ નિરર્થક ગયું નહીં. પરંતુ અસંખ્યગણું થઈને એ ઉદાર મનના લોકો ઉપર દૈવી વરદાનની જેમ એ રીતે વરસ્યું કે તેઓ ધન્ય બની ગયા. એકલા ભામાશાહ જ ધનિક નથી થયા. એકલા ભગતસિંહના ભાગમાં જ મરણ નથી આવ્યું એકલા નહેરૂ અને પટેલ જ જેલમાં નથી ગયા. મુશ્કેલીઓ ઘણાને આવે છે, ત્યાગ કરવા માટે દરેકને વિવશ થવું પડે છે. કોઈ પાસેથી ચોર છીનવી જાય છે તો કોઈ પાસેથી તેનો દીકરો. પેટ ભરવા અને શરીર ઢાંકવા સિવાય કોઈના ભાગમાં કશું જ આવતું નથી. જ્યારે

અજાણ્યા માટે જ બધું છોડવાનું છે તો પારકાઓનો સ્તર કેમ ઊંચો ન કરવામાં આવે. જ્યારે પોતાની આવક, શ્રમ અને સહયોગ કોઈને આપવાનો જ છે તો તે દેવતાઓ, ઋષિઓ અને સારા ઉદેશો માટે જ કેમ ન આપવામાં આવે ? આ ઉદારનીતિ અપનાવનારા બેંકમાં જમા કરવામાં આવેલી મૂડીની જેમ વ્યાજ સાથે મોટો લાભ મેળવે છે, જ્યારે મોહની જેમ ખાઈમાં ધકેલવામાં આવતી ઉપલબ્ધિઓ વ્યર્થ જ જતી નથી પરંતુ વિઘાતક પ્રતિક્રિયા પણ ઉત્પન્ન કરે છે.

આ માટે ખાસ કંઈ જ કરવાનું નથી. વાત માત્ર દૃષ્ટિકોણ બદલવા પૂરતી જ છે. જે કંઈ પોતાના પરિવાર માટે કરી રહ્યા છીએ, તેનો એક અંશ જો દેશ અને સમાજ માટે વાપરવાનું રાખો તો ભગવાનના કામમાં સહાયક બનવાનું શ્રેય મેળવી શકશો. બસ, દિશા બદલીને તો જુઓ. તમે અસ્થાયી સુખના નાના વર્તુળમાંથી નીકળીને અક્ષય આનંદના સામ્રાજ્યના હકદાર બની જશો. પ્રયાસ કરો. અમારી શુભકામનાઓ તમારી સાથે છે.

કાશીનરેશનાં ધર્મપત્ની ખૂબ પ્રતિભાવાન અને સુંદર હતાં. એક દિવસ દાસીઓ સાથે સવારે ગંગાસ્નાન માટે ગયાં. અભ્યાસ ન હોવાથી ઠંડીથી ધૂજવા લાગ્યાં. તેથી એમણે ગંગાના કિનારે બનેલી ઝૂંપડીઓ બાળીને ઠંડીથી છુટકારો મેળવવાનો પ્રયત્ન કર્યો.

આ સૂચના કાશીનરેશ સુધી પહોંચી. એમણે રાણીને દરબારમાં અપરાધીની જેમ બોલાવ્યાં અને કહ્યું કે તેઓ બધાં કીમતી કપડાં ઉતારીને ભિખારીઓ જેવાં વસ્ત્ર પહેરે અને અજ્ઞાતરૂપમાં ભિખારીઓ સાથે રહીને એ જ રીતે ભિક્ષા માગે તથા ઉપલબ્ધ ધનથી બળેલી ઝૂંપડીઓ ફરીથી બનાવે. રાણી પોતાની સજા પૂરી કરી પાછાં આવ્યાં તો કાશીનરેશે એમનું સન્માન કર્યું અને કહ્યું – “દેવી, રાજ્ય અમારો પરિવાર છે. અમે આ પરિવારના પ્રમુખ છીએ. અમે જે આદર્શોનું પાલન કરીશું તે જ રાજ્યમાં વિકસશે. તમારાથી ભૂલ થઈ તેનું સહર્ષ પ્રાયશ્ચિત્ત કરીને તમે પ્રજાનો વિશ્વાસ જીત્યો એટલું જ નહિ પણ શ્રેષ્ઠ પરંપરાઓને પણ પોષણ આપ્યું છે.”

એક યુગસૈનિકનું પ્રશંસનીય કાર્ય

યુવાન સુશીલને બાળપણથી જ જનસેવાનાં કાર્યોમાં ખૂબ રુચિ હતી. કોઈના દુઃખદર્દને પોતાના અંતઃકરણની વેદના સમજી તે દરેક વ્યક્તિની સેવા-સહાયતા માટે હંમેશાં તત્પર રહેતો હતો. તેના પરિણામે એને ઘરપરિવાર, મહોલ્લો, કોલેજ તથા સ્વજનોનો ઘણો વિરોધ સહન કરવો પડતો, મિત્રો વગેરે તેના પર વ્યંગ બાણોનો પ્રહાર કરતા, પરંતુ એ તો એવી માટીનો બન્યો હતો કે તેને અર્જુનની જેમ પક્ષીની આંખ અને જયદ્રથનું માથું જ દેખાતું હતું. યુગઋષિ પરમપૂજ્ય પં. શ્રીરામ શર્મા આચાર્યના વિચારોએ એનામાં સમાજ માટે ફના થવાની જે પ્રેરણા ભરી એનું જ પરિણામ હતું કે એણે ગામમાં યુગસેનાનું ગઠન કર્યું. યુગનિર્માણ મિશનના જૂના કર્મકર્તા શ્રી ગિરીશચંદ્રને યુગ સેનાનાયકની જવાબદારી લેવાનો અનુરોધ કર્યો, જેનો એમણે સહર્ષ સ્વીકાર કરી લીધો. સુશીલ હવે સુશિક્ષિત, સુસંસ્કારી અને યુવાન કાર્યકર્તાના રૂપમાં કાર્ય કરી રહ્યો હતો કે તેના મનમાં એક વિચાર આવ્યો, ગુરુદેવે એક ઠેકાણે લખ્યું છે કે યુવાનીમાં જે દોષદુર્ગુણોથી બચી રહે છે તે જ મહાન છે. વૃદ્ધાવસ્થામાં તો વરુ પણ સંત બની જાય છે. યુગઋષિના આ વિચારે સુશીલના મન અને મગજને ઢંદોળી નાંખ્યો અને તેણે એ જ વખતે યુવાનોને પૂજ્ય આચાર્યશ્રીના ચિંતનના માધ્યમથી વ્યસન, કુરીતો તથા દુષ્કૃતિઓથી બચાવવાનો નિશ્ચય કર્યો. તેણે પોતાની તૈયારીઓ શરૂ કરી દીધી અને બધી પ્રયત્નસામગ્રી સાથે એ વિદ્યાલયના આચાર્યનો સંપર્ક કર્યો, જેમાં એ પોતે ભણ્યો હતો. એણે પોતાની યોજના

આચાર્યશ્રીને સમજાવી તો એમને પોતાના શિષ્ય પર ખૂબ ગર્વ થયો. યોજના મુજબ એમણે સુશીલને સવારની પ્રાર્થનામાં અડધા કલાકનો સમય આપવાની સ્વીકૃતિ આપી દીધી. બીજા દિવસે પ્રાર્થના બાદ આચાર્યશ્રીએ વિદ્યાર્થીઓને સુશીલનો પરિચય કરાવ્યો અને એમનું ભાષણ શાંતિ તથા ધ્યાનથી સાંભળવાનો આદેશ આપ્યો. સુશીલે પોતાનું ભાષણ શરૂ કરતાં કહ્યું –

પૂજ્ય આચાર્યશ્રી, આદરણીય ગુરુજન અને વહાલા ભાઈઓ !

આચાર્યશ્રીની કૃપાથી મને થોડીક વાતો ભાઈઓને કહેવાનો મોકો મળ્યો છે. એ માટે હું આચાર્યશ્રીનો ખૂબ ખૂબ આભાર વ્યક્ત કરું છું. ભાઈઓ ! કદાચ તમે એ જાણતા નહિ હો કે આપણા દેશમાં પ્રતિવર્ષ ચૌદ અબજ રૂપિયા નશાની હોળીમાં ફૂંકી દેવામાં આવે છે. એક વર્ષમાં દોઢ લાખ લોકો બીડી-સિગારેટને કારણે બીમાર પડે છે. ભારતમાં જેટલા લોકો પાગલ થાય છે એમાંથી ૬૦ ટકા દારૂ પીવાને કારણે જ પાગલ થાય છે. કેન્સરથી મરતા લોકોમાં ૮૫ ટકા લોકો તમાકુ ખાનાર કે પીનારાઓ હોય છે. જો પાંચ લોકો મરે છે તો એમાંથી એક માણસ તમાકુને કારણે મરે છે. એક માણસ એક પેકેટ સિગારેટ રોજ પીતો હોય અને એ સિગારેટ પીવાનું છોડી સિગારેટના પૈસા પચ્ચીસ વર્ષ સુધી બેંકમાં જમા કરતો રહે તો તેની પાસે સાડાત્રણ લાખ રૂપિયા ભેગા થઈ જાય છે. સિગારેટ પીનાર માણસ આટલા પૈસાનું નુકસાન પણ કરે છે અને પોતાની તબિયત પણ ખરાબ કરી લે છે. ભાઈઓ ! સિગારેટ

પીવી નુકસાનકારક તો છે જ પરંતુ તમે એ જાણતા ન હો કે સિગારેટ પીનાર પાસે બેસવાથી પણ ભારતમાં ૨૦૦ લોકો રોજ મરે છે. હું જે વાતો તમને બતાવી રહ્યો છું તે અમે બનાવેલી નથી, આ એકદમ સાચા આંકડાઓ છે. બધા ધર્મોના મહાપુરુષોએ નશાનો ઘણો વિરોધ કર્યો છે. મહાત્મા ગાંધીએ કહ્યું હતું કે જો મને એક કલાક માટે ભારતનો રિક્ટેટર બનાવી દેવામાં આવે તો મારું પહેલું કામ એ હશે કે દારૂની દુકાનોને વળતર આપ્યા વિના બંધ કરી દઉં. ભગવાન બુદ્ધે કહ્યું હતું કે હે મનુષ્યો ! તમે શરાબથી હંમેશાં ડરતા રહો, કેમ કે એ પાપ અને અત્યાચારની જનની છે. બાઈબલમાં લખ્યું છે — તું એ જાણી લે કે મદ્યપાન નહીં કરે તો આ રીતે પરમપિતા પરમાત્માના ગુણોને પોતાનામાં અવતરિત કરશે. કુરાનમાં લખ્યું છે કે એ ઈમાનવાળાઓ ! શરાબ અને બીજી નશીલી ચીજો હરામ છે. આ શયતાની ચીજોથી બિલકુલ બચતા રહો. ભાઈઓ ! તમે જાણતા જ હશો કે તમાકુમાં નિકોટિન નામનું એક ઝેર હોય છે. એક ચમચી નિકોટિનથી છ કૂતરાં મરી શકે છે. નિકોટિનથી કેન્સર અને બ્લડપ્રેશરની બીમારી થઈ જાય છે. બીડીસિગારેટના ધુમાડામાં કાર્બન મોનોક્સાઈડ હોય છે, જે ઝેરી ગેસ છે અને હૃદયની બીમારી, દમ અને અંધાપો પેદા કરે છે. આ સિવાય તમાકુમાં માર્શ ગેસ, એમોનિયા, કોલોડોન, પાપરીડિન, કાર્બોલિક એસિડ, પરફેરોલ વગેરે અનેક વિષયુક્ત પદાર્થો જોવા મળે છે. શરાબ પીવાથી એકસીડેન્ટના ચાન્સ સાત ગણા વધી જાય છે, મૃત્યુના ચાન્સ ૧૬ ગણા વધુ, ગુનાનો દર ૪૩ ટકા વધુ અને આત્મહત્યાનો દર અઢી ગણો વધી જાય છે. મદ્યપાનનો સૌથી ખરાબ પ્રભાવ લિવર અને સ્નાયુતંત્ર પર પડે છે. ગેરકાનૂની

દેશી દારૂ કેવી રીતે બને છે તે જો તમે જાણશો તો જીવનમાં ક્યારેય દારૂ તરફ જોશો પણ નહીં. દેશી શરાબ બનાવવા માટે શીરા, ગોળ, મિથાઈલ આલ્કોહોલ, ઈથાઈલ આલ્કોહોલ, ફેંચ પોલીશ, ક્લોરલ હાઈડ્રેટ, નાઈટ્રેટ ઓફ એમોનિયા, કોપર સલ્ફેટ, ઝિંક કમ્પાઉન્ડ આ બધાંને એક ઘડામાં ભરવામાં આવે છે અને એમાં સડેલાં ઈંડાં, સડેલાં શાકભાજી, દેડકાં અને વંદા નાખવામાં આવે છે. એમાં દુર્ગંધયુક્ત કીડાઓ ફરતા રહે છે અને એમાં મિથાઈલ આલ્કોહોલ નામનું વિષ પેદા થઈ જાય છે. આ રીતે બનેલો દારૂ પીને કેટલા લોકો મરી જાય છે તે તમે છાપાંઓમાં વાંચતા હશો. મિત્રો ! હું તમને એ બતાવવા આવ્યો છું કે જો તમે ગુટખા, બીડી, સિગારેટનો નશો કરતા હો તો એને તુરત છોડી દો. એ તમારા જીવનને બરબાદ કરનારી વસ્તુ છે. તમે છાપામાં વાંચ્યું હશે કે સુકાઈ ગયેલી ગરોળીઓ પીસીને ગુટખામાં મિક્સ કરવામાં આવે છે. જે લોકો તમને આ વસ્તુઓ ખાવા માટે કહે છે તેઓ તમારા દોસ્ત નથી પણ દુશ્મન છે. તમે તમારા દુશ્મનોને ઓળખો અને એમનાથી બચીને રહો. હું તમને આ કેલેન્ડર બતાવી રહ્યો છું, એમાં ગુટખા ખાનારાઓ અને તમાકુ ખાનાર તથા પીનારાઓનાં ચિત્રો છે. જોઈ લો એમના ગાલ, હોઠ અને જીભ કેવાં થઈ ગયાં છે. આ વાસ્તવિક ચિત્રો છે. કેન્સરની એક હોસ્પિટલમાં આવેલ રોગીઓનાં ચિત્રો છે. ગુટખા ખાવાથી મોઢું પૂરું ખૂલતું નથી, ખાવાની વસ્તુઓમાં સ્વાદ આવતો નથી. ગાલની અંદર ઘા થવાથી તકલીફ થાય છે અને પછી ધીમે-ધીમે કેન્સર બને છે. તમે જાણો જ છો કે કેન્સરનો કોઈ ચોક્કસ ઇલાજ નથી. કેન્સરનો અર્થ છે મોત. જો તમને આ ટેવો પડી ગઈ હોય તો

આજે અને અત્યારે જ એમને હંમેશને માટે છોડી દો નહિ તો એ તમારા જીવનને બરબાદ કરી નાંખશે. પોતાના દુશ્મનને ઓળખો અને એનાથી બચો. એ રાક્ષસ છે જે તમારા જીવનને ગળી જવા માગે છે. એમનાથી બચી રહેવાનો સંકલ્પ તમારે આજે જ કરવાનો છે અને સંકલ્પ એ કરવાનો છે કે અમારા પર કોઈ ગમે તેટલું દબાણ કરે, ગમે તેટલી લાલચ આપે, ગમે તેટલું સમજાવે પરંતુ અમારે કોઈની વાત માનવી નથી, બસ અમારો એ દૃઢસંકલ્પ છે કે જીવનમાં ક્યારેય નશો નહીં કરીએ; પછી એ માટે અમને કોઈપણ નુકસાન ભોગવવું પડે. મારા સાથીઓ ! મારી વાત સાથે સહમત હોવ તો હાથ ઊંચો કરી મારી વાતનું સમર્થન કરો. શાબાશ ! મને મારા મિત્રો પાસે આવી જ આશા હતી.

હવે મારે મારા મિત્રોને બીજી વાત એ કહેવી છે. કે તમે નેપોલિયન બોનાપાર્ટનું નામ સાંભળ્યું હશે. નેપોલિયન બોનાપાર્ટ એક વિચિત્ર આત્મબળસંપન્ન પુરુષ હતો. એણે પોતાની સફળતાનું રહસ્ય બતાવતાં લખ્યું છે — મનુષ્યની સફળતાનો આધાર ત્રણ વાતો પર છે. પહેલી — આત્મસન્માન, બીજી આત્મવિશ્વાસ અને ત્રીજી છે આત્મનિયંત્રણ. આત્મસન્માનનો અર્થ છે આપણે જીવનમાં એવું કોઈ કાર્ય ન કરવું જોઈએ કે જેથી આપણે આપણી નજરમાંથી જ ઊતરી જઈએ, આપણને આત્મગ્લાનિ થાય, આપણે પોતાને જ ધિક્કારીએ અને પોતાને જ ઘૃણા કરવા લાગીએ. આપણે કોઈપણ ભોગે આત્મસન્માનની રક્ષા કરવી જોઈએ. વહાલા સાથીઓ ! જ્યારે તમારે ઘરે કોઈ તાકાતવાન નવયુવાન છોકરો ભીખ માગવા આવે તો તમને એના પર ગુસ્સો આવતો હશે અને તમે એને કહેતા હશો કે નાલાયક તને ભગવાને યુવાની આપી

છે, તંદુરસ્ત શરીર આપ્યું છે, તું કામ કરીને કમાઈ-ખાઈ શકતો નથી, તને ભીખ માગવામાં શરમ નથી આવતી ? આ જ વાત થોડાં વર્ષો બાદ જ્યારે તમારાં લગ્ન થશે અને તમારાં મા-બાપ તમારા નામે કોઈ છોકરીના મા-બાપ પાસેથી દહેજ માગશે તો તમારો આત્મા તમને નહિ ધિક્કારે ? કે અરે નાલાયક, તારા કારણે તારો પિતા ભીખ માગી રહ્યો છે, તું શું લૂલો-લંગડો છે ? અપંગ છે કે કમાણી કરીને પેટ ભરી શકતો નથી ? શું બે હાથની કમાણીથી એક મોઢાની જરૂરિયાત પૂરી કરી શકતો નથી ? એ વખતે તમારો આત્મા તમને ધિક્કારશે. તે વખતે બેશરમીથી તમે પોતાને ગમે તે સમજાવતા રહો પણ ધિક્કાર છે એવી યુવાની પર કે જે બીજાઓ સામે હાથ ફેલાવે. મિત્રો ! તમે બીજાને આપનાર બનવા ઇચ્છો છો કે બીજાઓ પાસેથી લેનાર. આપણે પોતાના આત્મસન્માનના રક્ષણ માટે કોઈની સામે હાથ ફેલાવવા ન જોઈએ. આ થઈ પહેલી વાત.

બીજી વાત એ છે કે તમે સારી રીતે વિચાર કરીને બતાવો કે કોઈ વ્યક્તિ તમારા મા-બાપને સતાવે અને તેમની લાયારીનો લાભ ઉઠાવે તો શું તમે એ વ્યક્તિની ઈજાત કરશો ? તેની સેવા કરશો ? ના. તો તમે એ છોકરી પાસેથી કેવી રીતે આશા રાખી શકો કે જેના માતાપિતાનું તમે અને તમારા માતાપિતાએ લોહી ચૂસી લીધું છે અને તેનાં માતાપિતાને ખૂબ સતાવીને તેમની લાયારીનો લાભ ઉઠાવી પૈસા, ઘરેણાં અને દહેજ લઈ લીધું છે. જ્યારે એ છોકરી તમારા ઘરમાં આવશે ત્યારે તેની અંદર એ જ ભાવના રહેશે કે તમે બધા લોકો વરુઓ છો, જેમણે મારાં મા-બાપને સતાવ્યાં હતાં. તે તમારી ઈજાત નહીં કરે કે તમારાં માતાપિતાની સેવા નહિ કરે. તેને ખબર છે કે તમે લોકો લૂંટારાઓ છો.

તમે એ કહીને બચી શકતા નથી કે અમે તો કશું માગ્યું નથી અને પિતાને અમે કશું કહી શકતા નથી કેમ કે એમણે અમારું પાલન, પોષણ અને શિક્ષણ આપ્યું છે. મિત્રો ! છોકરીના પિતાએ પણ તેને પાળી, પોષી અને શિક્ષણ આપ્યું જ છે. અન્યાયનો વિરોધ ન કરી ચૂપ બેસી રહેવું એ પણ અન્યાય કર્યા સમાન જ પાપ છે. સીતા માતાને રાવણ ચોરીને લઈ જઈ રહ્યો હતો ત્યારે જટાયુ નામના ગીધને શું પડી હતી કે વ્યર્થ રાવણ સાથે લડી પડ્યો અને જાન ગુમાવી દીધો. મિત્રો ! જો જટાયુ એ વખતે આંખો ફેરવી લેત તો આત્મગ્લાનિ તેને ક્યાંયનો રહેવા ન દેત અને ઈતિહાસમાં તેનું નામ અમર ન થાત. ઈતિહાસ સાક્ષી છે કે પ્રહ્લાદે પોતાના પિતાની વાત ન માની, ભરતે પોતાની માતાની વાત ન માની, રાજા બલિએ પોતાના ગુરુની વાત ન માની અને વ્રજની ગોપીઓએ તેમના પતિની વાત ન માની. કેમ ન માની, કેમ કે એ બધા અધર્મની વાત કરી રહ્યા હતા.

ગુરુ બલિ તજ્ઞે, પિતા પ્રહ્લાદ, વિભીષણ બંધુ, ભરત મહત્તારી ।
બ્રજ વનિતન તજ્ઞે કંત ભયે મુદ મંગલકારી ॥

મિત્રો ! મીરાબાઈને જ્યારે કુટુંબના લોકોએ સતાવ્યાં તો એણે પોતાના મનોમન બનાવેલા ગુરુ ગોસ્વામી તુલસીદાસને પત્ર લખ્યો કે આ પરિસ્થિતિમાં હું શું કરું ? તો તુલસીએ લખ્યું -

જાકે પ્રિય ન રામ વૈદેહિ ॥

તજિય તાહિ કોટિ ભૈરી સમ યદ્યપિ પરમ સનેહી ॥

જે અધર્મની વાત કહે તેની વાત ન માનવાથી કોઈ પાપ લાગતું નથી. મિત્રો ! અમે ઈચ્છીએ છીએ કે તમે પ્રહ્લાદ બનો, ભરત બનો અને વિભીષણ બનો, સ્વાભિમાન સાથે જીવો. હું તમને એ નેક સલાહ આપવા

માગું છું કે જો તમે ઈચ્છતા હો કે તમારી પત્ની તમારું સન્માન કરે, તમારાં મા-બાપની સેવા કરે અને તમારું ઘર સ્વર્ગ બની જાય તો આજે તમે એ નિર્ણય કરી લો કે લગ્નમાં દહેજ લઈશું નહીં. તમારાં મા-બાપને સ્પષ્ટ કહી દો કે લગ્ન કરીશું તો દહેજ વગર કરીશું, નહિ તો કરીશું નહીં. અમારો હાથ માગવા માટે કે લેવા માટે નહીં વધે, અમે આપનાર બનવા ઈચ્છીએ છીએ, અમે દાની બનવાનું પસંદ કરીશું. ભિખારી બનવાનું તો અમને કોઈપણ ભોગે સ્વીકાર્ય નથી. તમે બધા નવયુવાન છો. ભારતમાતાના યુવાન દીકરા છો, તમને સ્વાભિમાન હોવું જોઈએ. સ્વાભિમાની માણસને કષ્ટ તો ઘણાં સહન કરવાં પડે છે, પરંતુ તેને આત્મસંતોષ ઘણો મળે છે અને આ આત્મસંતોષ બહુ મોટી સંપત્તિ છે. સસરા પાસેથી મળેલા માલ પર મોજ ઉડાવતાં તમને શરમ આવવી જોઈએ. તમારું પુરુષત્વ, તમારું સ્વાભિમાન અને તમારું આત્મસન્માન તમને આહ્વાન કરી રહ્યું છે કે અમે કોઈપણ શરતે દહેજ લેવા માટે તૈયાર નથી. મિત્રો ! જો આવો જ અવાજ તમારા આત્મામાંથી ઊઠી રહ્યો હોય તો મારી વાતના સમર્થનમાં પોતાના હાથ ઊંચા કરી મને આશ્વાસન આપો કે દહેજ લઈશું નહીં. શાબાશ ! મને મારા સાથીઓ પાસેથી આવી જ આશા હતી. હવે હું તમને સંકલ્પ કરાવીશ. પહેલાં હું બોલીશ, તમે એને દોહરાવશો.

બોલો - અમારી શપથ.

અમે નશાથી થતી હાનિઓને સારી રીતે સમજી લીધી છે. લગ્નોમાં થતા ખોટા ખર્ચાઓ અને દહેજના રાક્ષસના અત્યાચારોને અમે સારી રીતે સમજીએ છીએ. તેથી આજે અમે ઈશ્વરને સાક્ષી માની એ શપથ લઈએ છીએ કે જીવનમાં ક્યારેય કોઈ નશો કરીશું નહીં અને

સાદાઈથી દહેજ વગર લગ્ન કરીશું. પરમાત્મા અમારી સહાયતા કરે.

આ સંકલ્પપત્ર હું તમારા વર્ગશિક્ષકને આપી રહ્યો છું. તમે તમારા ક્લાસમાં જઈ, તેના પર હસ્તાક્ષર કરશો અને જે શપથ લીધા છે તેને પૂર્ણ કરવામાં કોઈ કસર રાખશો નહીં. કેટલાંક પત્રક તમારા નોટિસ બોર્ડ પર લગાડી રહ્યા છીએ, તમે ખાલી પિરીયડ કે ઈન્ટરવલમાં એ વાંચો, વાંચીને મનન કરો અને પછી તેને પોતાના આચરણમાં ઉતારવાનો સંકલ્પ કરો.

અમારી વાત પૂરી થઈ. ઠું શાંતિ.

આ કાર્યક્રમ બાદ બધા વિદ્યાર્થીઓ તેમના

ક્લાસમાં ગયા અને શપથપત્રો પર હસ્તાક્ષર કર્યાં. બધા ગુરુજનો અને આચાર્યશ્રીએ આજે પોતાના શિષ્યનું આલું મહત્વપૂર્ણ કાર્ય અને પ્રભાવશાળી ભાષણ સાંભળી પોતાને ગૌરવશાળી માન્યા. આપણા બધા યુગસૈનિકોએ સુશીલનું અનુસરણ કરવું જોઈએ. વિદ્યાલયો તથા કોલેજોમાં જઈને ઉપર્યુક્ત ભાષણ આપી સંકલ્પપત્રો ભરાવવાં જોઈએ. સહાયક પ્રાચરસામગ્રી માટે ગાયત્રી જ્ઞાનપીઠ, જૂના વાડજ, અમદાવાદ-૧૩ના સરનામે સંપર્ક કરવો જોઈએ. એકવીસમી સદીમાં એક વર્ષનો જ સમય બાકી છે. યુગસૈનિકો માટે પૂરી શક્તિથી કાર્ય કરવાનો આ જ સમય છે.

સન્ ૧૯૪૯ની વાત છે. એ વખતે સ્વર્ગીય લાલબહાદુર શાસ્ત્રી ઉત્તરપ્રદેશના ગૃહમંત્રી હતા. એક દિવસ લોકનિર્માણ વિભાગના કેટલાક કર્મચારી તેમના નિવાસસ્થાને ફૂલર લગાડવા માટે આવ્યા. બાળકોને ખૂબ જ પ્રસન્નતા થઈ કે હવે ગરમીના દિવસો સારી રીતે પસાર થશે.

સાંજે જ્યારે શાસ્ત્રીજી ઘેર આવ્યા તો એમને ખબર પડી કે ફૂલર મૂકવામાં આવી રહ્યું છે. એમણે તરત જ વિભાગીય કર્મચારીઓને ટેલિફોન પર મનાઈ કરી દીધી. પત્નીએ કહ્યું – “જે સુવિધા માગ્યા વિના મળી રહી છે તેની મનાઈ કરવાની શું જરૂર છે ?”

“એ જરૂરી નથી કે હું સદાને માટે મંત્રીપદે જ રહીશ, પછી એની ટેવ પડી જશે. કાલે દીકરીઓનાં લગ્ન કરવાનાં છે, માની લો કે લગ્ન બાદ આવી સુવિધાઓ ન મળી તો એમને દુઃખ જ થશે, કોને ખબર એમને કેવી સ્થિતિમાં રહેવું પડે.” શાસ્ત્રીજીએ કહ્યું.

શાસ્ત્રીજીએ પોતાની માતા પાસેથી જ સંપૂર્ણ શિક્ષણ લીધું હતું અને એવું જ પોષણ પોતાના કુટુંબમાં પણ આપ્યું, જેથી બાળકો સદ્ગુણી બની શકે, પિતાના પદનો લાભ ઉઠાવી સુવિધાઓથી ટેવાઈ ન જાય અને દરેક પરિસ્થિતિમાં પોતાને ઢાળી શકે. એ જ કારણે તેઓ પોતે રાષ્ટ્રના સર્વોચ્ચ પદે પહોંચી શકવામાં સફળ થયા અને પોતાનાં બાળકોને પણ સંસ્કાર આપી શક્યા.

પરમપૂજ્ય ગુરુદેવની અમૃતવાણી

જો વાસંતી ઉમંગ-ઉલ્લાસ જીવનમાં આવે....

ગાયત્રી મંત્ર મારી સાથે સાથે બોલો -

ॐ ભૂર્ભુવઃ સ્વઃ તત્સવિતુર્વરેણ્યં ભર્ગોદેવસ્ય
ધીમાહિ ધિયો યો નઃ પ્રચોદયાત્ ।

મિત્રો, વસંતપંચમી ઉમંગ-ઉલ્લાસનો દિવસ છે, પ્રેરણાનો દિવસ છે, પ્રકાશનો દિવસ છે. વસંતના દિવસોમાં ઉમંગ તથા ઉછાળ આવે છે. સમર્થ ગુરુ રામદાસના જીવનમાં આ જ દિવસોમાં ઉમંગ જાગ્યા કે શું હું મારી જિંદગીનો શ્રેષ્ઠતમ રીતે ઉપયોગ ન કરી શકું? એકબાજુ તેમનાં લગ્નની તૈયારીઓ ચાલી રહી હતી. આ બાજુ સમર્થ ગુરુ રામદાસને કલ્પનામાં તેમની પત્નીનો ચહેરો દેખાયો, તેનાં બાળકો, બાળકોનાં બાળકો, તેમનાં લગ્ન વગેરેની ખૂબ લાંબી શૃંખલા દેખાઈ. તેમના આત્માએ કહ્યું કે જો તને જિંદગી મૂલ્યવાન અને મોંઘેરી લાગતી હોય તો મહાનતાનો માર્ગ તારા માટે ખુલ્લો છે. રામદાસે ચિંતન કર્યું. તેમનામાં એવો અદ્ભુત ઉમંગ પેદા થયો કે કોઈ એમને રોકી શક્યું નહિ. લગ્નમંડપમાંથી ઊભા થઈને નાઠા. માથેથી સાફો કાઢીને ફેંકી દીધો. છોકરો નાઠો, પેલો જાચ. એ વરરાજા શું બની ગયા? સમર્થ ગુરુ રામદાસ બની ગયા. એક સામાન્ય છોકરો છલાંગ મારીને ચાલ્યો ગયો અને સમર્થ ગુરુ રામદાસ બની ગયો.

હું તમને ઉમંગની વાત કરી રહ્યો હતો. ઉમંગ જ્યારે અંતઃકરણમાંથી આવે છે તો એ ઉમંગને કોઈ રોકી શકતું નથી. વસંતઋતુમાં ઉત્સાહ ઉમંગ આવે છે. આ જ દિવસોમાં બુદ્ધ ભગવાનના મનમાં ઉમંગ આવ્યો હતો. એક બાજુ પત્ની સૂઈ રહી હતી. બીજી બાજુ બાળક સૂઈ રહ્યું હતું. સમાજમાં વ્યાપેલી અંધશ્રદ્ધા, વહેમ, કુરિવાજોએ પોકાર પાડ્યો કે તમે ઘણા સમજદાર માણસ છો. તમે વિચારશીલ માણસ છો. તમે મહાન માણસ છો. શું તમે બે જણ માટે જ જીવશો? આવું સામાન્ય જીવન તમે બધા જીવે છે. બુદ્ધ ભગવાનની

અંદરથી અવાજ આવ્યો. બુદ્ધ ભગવાન છલાંગ મારીને ઊભા થઈ ગયા. સિદ્ધાર્થમાંથી બુદ્ધ બની ગયા.

શંકરાચાર્યના જીવનમાં પણ આવો જ ઉમંગ આવ્યો હતો. શંકરાચાર્યનાં માતા કહેતાં કે મારો છોકરો ભણીગણીને સાહેબ બનશે. વહુ આવશે. હું બાળકોને રમાડીશ. શંકરને કહેતી, “જો બેટા, તું મારું કહેલું નહીં માને તો તું નરકમાં જઈશ.” શંકર કહેતો કે “ભલે, હું નરકમાં જઈશ. મારું કામ કરવા માટે નરકમાં જવું પડે તોય હું જઈશ. મારા સંકલ્પમાં વિઘ્ન નાખી, તારા આત્મા અને પરમાત્માનું કહેલું ન માનીને તું ક્યાં જઈશ?”

શંકરાચાર્યે નક્કી કર્યું કે મારી માતાને ગમેતેમ કરીને મનાવી લેવી. એક દિવસ એ નદીમાં દૂર પાણીમાં જતા રહ્યા અને બૂમો પાડવા લાગ્યા કે મગરે મારો પગ પકડ્યો છે. જો તું મને શંકર ભગવાનનું કામ કરવા જવા દઈશ તો જ મગર મારો પગ છોડશે, નહીં તો એ મને મારી નાંખશે. મરવાનો સમય નજીક આવી રહ્યો છે. માએ બૂમ પાડી કે મારો દીકરો તમારા કામ માટે આપી દઈશ, પણ મારા દીકરાને જીવતો રહેવા દો. માએ વિચાર કર્યો કે મારો બેટો જીવતો તો રહેશે. એટલે માએ કહ્યું, “મને મંજૂર છે મેં તને ભગવાનને સોંપી દીધો.” આ સાંભળતાં જ છલાંગ મારી શંકરાચાર્ય કિનારે આવી ગયા. તેઓ બોલ્યા, “જો મા મને મગરે છોડી દીધો. હવે હું શંકર ભગવાનનો થઈ ગયો.”

વસંતપંચમી પર મારું સૌભાગ્ય આવ્યું હતું. વસંતપંચમીના દિવસે દરેકનું સૌભાગ્ય આવે છે. ઉમંગની એક લહેર આવી ગઈ. મારા ગુરુ, મારા શિક્ષક ઉમંગના રૂપમાં વસંતપંચમીના દિવસે આવ્યા. મારા ગુરુ પ્રકાશના રૂપમાં આવ્યા. જ્યારે કોઈ પણ મહાપુરુષ આવે છે તો કંઈક લઈને જ આવે છે. મારા ગુરુ, મારા બોસ, મારું સૌભાગ્ય વસંતપંચમીના દિવસે જ આવ્યું

હતું. હું ઈચ્છું છું કે મારા જેવા જ સૌભાગ્યની ધારા તમારી પાસે પણ આવે તો તમે ધન્ય બની જાવ.

ઉમંગ, ઉત્સાહ જીવનમાં જ્યારે આવે છે તો એને રોકવો મુશ્કેલ બની જાય છે. ઉત્સાહની આગ આંધી-તોફાનની જેમ ફેલાઈ જાય છે. મારી જિંદગીમાં પણ આંધી-તોફાનની જેમ સમય આવ્યો. મારા ગુરુ આવ્યા. ગુરુએ આવીને મને આત્મસાક્ષાત્કાર કરાવ્યો, પૂર્વજન્મનો સાક્ષાત્કાર કરાવ્યો અને જતી વખતે કહ્યું કે હું બે વસ્તુ આપીને જાઉં છું. હું મારો શક્તિપાત અને કુંડલિની જાગરણ બે આપું છું. આ આપવાની પ્રક્રિયા સેકન્ડમાં પૂરી થઈ ગઈ. હું ક્યાંથી ક્યાં પહોંચી ગયો. મારી આંખોમાં કંઈક ઓર જ જાદુ દેખાવા લાગ્યો.

શક્તિપાત કેવી રીતે કર્યો? શક્તિપાત શું હોય છે? શક્તિપાતને બધા મામૂલી પ્રક્રિયા સમજે છે. લોકો માને છે કે ગુરુની આંખો અને શરીરમાંથી શક્તિ વીજળીની જેમ શિષ્યમાં પ્રવેશે છે, પણ ખરેખર એવો શક્તિપાત હોતો નથી. શારીરિક શક્તિપાતથી કશો લાભ થતો નથી. ચેતનામાં શક્તિ ઉત્પન્ન કરે એને શક્તિપાત કહે છે. ચેતનાની એ શક્તિને જ હિમ્મત કહે છે, જે સિદ્ધાંતો અને આદર્શોને જીવનમાં ઉતારવા માટે હિમ્મત કામ લાગે છે. આદર્શોને જીવનમાં ઉતારવા આડે અનેક મુશ્કેલીઓ આવે છે, પરંતુ અધ્યાત્મ શક્તિ આવી મુશ્કેલીઓ ધ્યાનમાં લેતી નથી. વીસ વર્ષની ઉંમરે મારા પર ઘણો પ્રતિબંધ હોવા છતાં હું ઘેરથી ભાગી જઈને કોંગ્રેસમાં ભરતી થઈ ગયો. ચળવળમાં ભાગ લઈ હું જેલ પણ ગયો. આને હિમ્મત કહે છે. જે સિદ્ધાંત અને આદર્શ માટે વ્યક્તિની અંદર ઉત્સાહ અને સામર્થ્ય પેદા કરે છે એનું નામ જ શક્તિપાત છે.

શક્તિપાત કેવી રીતે થાય છે એનું ઉદાહરણ મીરા છે. મીરાનાં ઘરવાળાં કહેતાં કે તું ઘરની બહાર પગ નહીં મૂકી શકે. તારે અમારું કહેવું માનવું પડશે. મીરાએ ઘરની પરિસ્થિતિ વિશે ગોસ્વામી તુલસીદાસને ચિકી લખી. પૂછ્યું હું શું કરું? ગોસ્વામીએ લખ્યું કે 'દુનિયામાં પરિસ્થિતિ બધે જ એવી હોય છે. માણસે પોતાની મન:સ્થિતિ બદલવી પડે તો, પરિસ્થિતિ આપમેળે જ

બદલાઈ જાય છે.' એમણે એક પંક્તિ લખી,

'જાકે પ્રિય ન રામ વૈદેહી, તજ્યે તાહી કોટિ બૈરી સમ યદ્યપિ પરમ સનેહી.'

આ પંક્તિ દ્વારા ગોસ્વામીએ શક્તિપાત કર્યો હતો. શક્તિપાતના સિદ્ધાંતોને મજબૂત કરવા આ પંક્તિ મને બહુ ગમે છે અને જ્યારે મને મન થાય છે ત્યારે તેને યાદ કરીને હું તાકાત અને હિમ્મત ભેગી કરી લઉં છું. સિદ્ધાંતોના પાલન માટે મેં મારા વિરોધીઓ, શંકરાચાર્યો, મહામંડલેશ્વરો અને પોતાનાં સગાંવહાલાં બધાનો મુકાબલો કર્યો છે. આખી જિંદગી તમારા માટે, સમાજ માટે અને વિશ્વ માટે તેમજ મહિલાઓના અધિકારો માટે હું એકલો લડ્યો છું. અનીતિ સામે સંઘર્ષ કરવા માટે યુગનિર્માણનું અને વિચારક્રાંતિનું સૂત્ર આપ્યું. મારી અંદર પરશુરામની જેમ રોમરોમમાં સાહસ અને શૌર્ય ભરેલાં છે. આ શક્તિ મારા ગુરુએ શક્તિપાત દ્વારા મારામાં ભરી છે.

કુંડલિની શું હોય છે? કુંડલિનીને હું કરુણા અને વિવેક કહું છું. બીજાનું દુ:ખ દર્દ જોઈ માણસ રડી પડે એને કરુણા કહેવાય. વિવેક એવું કહે છે કે ફેંસલો કરવા માટે આપણે મહાન બનવું પડે. જાપાનના કાગાવા જેવા વિવેકવાન બનવું જોઈએ. એમણે એમનું સંપૂર્ણ જીવન, દીન, દુ:ખીઓની સેવામાં વિતાવી દીધું. ભગવાન જ્યારે માણસની અંદર આવે છે તો દર્દના રૂપમાં, કરુણાના રૂપમાં આવે છે. ભગવાન જડ પૂતળું નથી. ભગવાન ચેતન છે. વિવેક, કરુણા અને આદર્શો વાસ્તવિક રૂપમાં આપણી અંદર હોય તો એ એવું લોહચુંબક છે કે જેનાથી માણસની સહાનુભૂતિ, સમાજનું સમર્થન અને ભગવાનની મદદ એ ત્રણેયને ખેંચી લાવે છે. માણસમાં જ્યારે કરુણા આવે છે તો એ સંત ઋષિ, મહાત્મા બની જાય છે. હિન્દુસ્તાનના ઋષિઓનો ઇતિહાસ આવો છે.

જ્યારે કુંડલિની જાગૃત થાય છે ત્યારે રિદ્ધિ, સિદ્ધિ મળે છે. એનાથી સાધક પોતાનું ભલું કરે છે અને બીજાનું પણ ભલું કરે છે. મારા ગુરુએ મારી કુંડલિની જાગૃત

કરી એનાથી જે શક્તિ મળે એ હું કરુણારૂપે વાપરી એનાથી અસીમ સંતોષ, શાંતિ અને પ્રસન્નતા પ્રાપ્ત કરું છું. દુઃખી અને પીડિત માણસ પોતાની આંખોમાં આંસુ લઈ મારી પાસે આવે છે તો હું સાંસારિક રીતે એને મદદ કરું છું ત્યારે મને બહુ આનંદ થાય છે.

આજે મને એવો વિચાર આવ્યો કે જે સાધકો શાંતિકુંજ આવ્યા છે એમને મારા કીમતી સૌભાગ્યનો એક અંશ હું આપી દઉં તો બધાને મુસીબત ભરેલું જીવન ન જીવવું પડે. તમે તમારી મુસીબતો દૂર કરી શકો અને બીજાની પણ. એટલા સમર્થ બની જાવ; ઉપરથી તમને યશ અને નામના મળશે. રામકૃષ્ણ પરમહંસ વિવેકાનંદ પાસે ગયા હતા. એમ મારા ગુરુ મારી પાસે આવ્યા હતા અને કહ્યું હતું કે હું ઈચ્છું છું કે તું યુગને, વિશ્વને બદલી નાખ તો દુનિયાનો કયાકલ્પ થઈ જાય. તો ગુરુદેવ તમે જાતે એ કામ કેમ નથી કરતા? ના. જીભ માઈકનું કામ ના કરી શકે અને માઈક જીભનું કામ ના કરી શકે. જીભ અને માઈક બન્નેના સહકારથી અવાજ દૂર સુધી પહોંચે છે. મારા ગુરુ જીભ છે અને હું માઈક છું. હું ઈચ્છું છું કે તમે પણ માંડું માઈક બની યુગનિર્માણના વિચારો જનજન સુધી પહોંચાડો. કુંડલિની જાગૃત કરવા માટે પાત્રતા અને શ્રદ્ધા બન્ને હોવાં જોઈએ.

મારા ઉદ્દેશ્યોની શરૂઆત વસંતપંચમીથી જ થાય છે. દરેક વસંતપંચમીએ મારી અંદર એક ઉમંગ, ઉત્સાહ પેદા થાય છે. એ સમાજ માટે, લોકમંગલ માટે, ધર્મ અને સંસ્કૃતિ માટેનો જ હોય છે. આ વખતે ત્રણ કાર્યક્રમોની શરૂઆત કરવાની છે. પહેલો કાર્યક્રમ આખા વિશ્વમાં આસ્તિકતાનું વાતાવરણ બનાવવું એટલે કે નૈતિકતા, ધાર્મિકતા, કર્તવ્યપરાયણતાના વાતાવરણનો વિસ્તાર કરવાનો. ઈશ્વર એક અંકુશ છે. એ અંકુશને, કર્મફળના સિદ્ધાંતને સ્વીકારીએ અને અનુભવ કરીએ કે દુનિયામાં એક શ્રેષ્ઠ ઈમાનદાર અને પવિત્ર સત્તા કામ કરી રહી છે. એની સાથે ચાલવામાં જ આપણી ભલાઈ છે. આ આસ્તિકતાનો સિદ્ધાંત છે. એના પ્રચાર

માટે મેં ગાયત્રીમંદિરો બનાવ્યાં છે. ગાયત્રી માતાનો અર્થ છે વિવેકશીલતા, કરુણા, પવિત્રતા અને શ્રદ્ધા. આના વિસ્તાર માટે તમારે તમારા ઘરમાં, પાડોશીને ત્યાં અને તમારા સંપર્કમાં આવતી વ્યક્તિઓને ત્યાં ગાયત્રી માતાના ચિત્રની દેવસ્થાપના કરાવો. પરિવારમાં તથા સમાજમાં આ દ્વારા આસ્તિકતાનું વાતાવરણ તૈયાર કરો.

મારે યજ્ઞ અને ગાયત્રી સાધનાની પરંપરા જીવતી રાખવી છે. એના પ્રચાર માટે જોલા પુસ્તકાલય અને જ્ઞાનરથ ચલાવવા માટે દરેક પરિજને સમય ફાળવવો જોઈએ. આ જ સાચું ભજન છે. ભજન એટલે ભગવાનના વિચારોને વધારેમાં વધારે માણસો સુધી ફેલાવવા. મારા ગુરુ પાસેથી હું એ જ શીખ્યો છું. તમારો સમય પણ ગાયત્રી માતાની પૂજામાં અને પ્રચારમાં વપરાય એવું હું ઈચ્છું છું. મારા ગુરુએ સમય માગ્યો. મેં આપ્યો અને હું ન્યાલ થઈ ગયો. કંઈક મેળવવા માટે કંઈક ખોવું પડે છે. રોજ ઓછામાં ઓછા બે કલાક સાહિત્ય વંચાવવા પાછળ વાપરો. તમારો સંપર્ક વધશે જેથી પ્રચારનું કાર્ય ખૂબ સરળતાથી થશે. સાહિત્ય વંચાવવા જઈએ તે પહેલાં આપણે વાંચવું જોઈએ, જેથી પુસ્તકની થોડી વાત તમે કરી શકો.

વસંતપંચમીને દિવસે જ મેં બ્રહ્મવર્ચસનું ઉદ્દઘાટન કરાવ્યું હતું. બ્રહ્મવર્ચસ એક સિદ્ધાંત છે. મનુષ્યની અંદર અનંત શક્તિઓ સુષુપ્ત અવસ્થામાં પડેલી છે તેને જગાડવાની છે. આ શક્તિઓ જગાડવા માટે તપ કરવું પડે. તપ કરવા માટે ખાવાપીવાથી માંડીને બ્રહ્મચર્ય પાળવા સુધીના નિયમો પાળવા પડે છે. આવું પ્રખર તપ કરવાથી મનુષ્યમાં દેવત્વનો ઉદય થાય છે અને શક્તિઓનો ભંડાર ભરાઈ જાય છે. દેવત્વના ઉદય માટે સામાન્ય જીવનમાં આસ્તિકતા અપનાવવી પડે અને બાહ્ય જીવનમાં તપશ્ચર્યા કરવી પડે છે. આસ્તિકતા એટલે ઈમાનદારીભર્યું જીવન અને તપશ્ચર્યા એટલે લોકહિત માટે જીવન જીવવું. મનુષ્યની અંદર દેવત્વનો ઉદય અને ધરતી પર સ્વર્ગનું અવતરણ એ બે મારાં

સ્વપ્નો છે. એ સ્વપ્નો સિદ્ધ કરવા માટે હું મારી શક્તિનો ઉપયોગ કરીશ. માણસ તપસ્વી અને પરોપકારી જીવન જીવે એને જ દેવત્વનો ઉદય કહેવાય.

સ્નેહભર્યા અને શાંત વાતાવરણને સ્વર્ગ કહેવામાં આવે છે. સ્વર્ગ આકાશમાં નથી, પરંતુ તે પૃથ્વી ઉપર જ છે. જ્યાં પ્રેમાળ, ઈમાનદાર, પરોપકારી તથા દયાળુ માણસો રહેતા હોય ત્યાં સ્વર્ગ ઊતરી આવે છે. સંત ઈમર્સન કહેતા કે મને ગમે ત્યાં મોકલી દો. હું ત્યાં સ્વર્ગીય વાતાવરણ બનાવી દઈશ. હું પણ આવું જ વાતાવરણ બનાવવા ઈચ્છું છું. સ્વર્ગ ધરતી પર છે એ બતાવવા મેં ગાયત્રીતીર્થ, શાંતિકુંજ બનાવ્યું છે. તમે તમારાં બાળકોને સંસ્કારી બનાવી ના શકો તો મને સોંપી દો. શાંતિકુંજ એમને સંસ્કારી બનાવી દેશે. તમે કહેશો કે તમે કોણ છો ? હું વાલ્મીકિ છું. વાલ્મીકિ ઋષિની જેમ તમારાં બાળકોને હું લવકુશ બનાવી દઈશ. તમારી ધર્મપત્નીને સીતા બનાવી દઈશ.

તપશ્ચર્યાના સિદ્ધાંતોને પ્રાણવાન બનાવવા, જ્ઞાન-વિજ્ઞાનને સમાજ સુધી પહોંચાડવા માટે બ્રહ્મવર્ચસ અને આસ્તિકતાને જીવંત રાખવા, ધરતી પર સ્વર્ગનું અવતરણ કરવા, હળીમળીને રહેવા માટે અને ત્યાગ, બલિદાન અને સેવાપરાયણ જિંદગી જીવવા માટે

શાંતિકુંજની સ્થાપના કરવામાં આવી છે. સાધકો મારો અને વંદનીય માતાજીનો પ્રેમ મેળવવા, સંસ્કાર પ્રાપ્ત કરવા, આદર્શ, પ્રેરણા અને પ્રકાશ મેળવવા માટે આવે છે. નૈમિષારણ્ય ક્ષેત્રમાં શૌનક અને સૂતજી વચ્ચે ચર્ચાવિચારણા થતી હતી. બધા બ્રાહ્મણો બેસતા હતા અને જ્ઞાન, ધ્યાનની વાતો કરતા હતા. લોકોપયોગી જીવન જીવતા હતા એવું જ જીવન તમે બધા જીવો. બીજાને ઊંચા લાવવા માટે સેવાભાગી જીવન જીવો. તમારા જીવનનો ઉદ્દેશ્ય ઊંચો હશે તો તમને જીવનમાં કોઈ વસ્તુની કમી નહીં પડે.

મારી એક જ ઈચ્છા છે કે દર વસંતપંચમીએ હું તમને બોલાવું અને મારી અંદર રહેલી વેદનાના ભાગીદાર બનાવું. તમારા જીવનને પવિત્ર બનાવવાની મારામાં કેટલી સંવેદના છે એ બતાવું. તમારામાં દેવત્વનો ઉદય થાય એવું હું ઈચ્છું છું. તમને મારી વાત ગમે તો હિમ્મતપૂર્વક જીવનમાં ઉતારો. અહીંથી ગાયત્રી માતા અને ગુરુદેવની કૃપા, શાંતિ, મહાનતા અને શ્રેષ્ઠતાને તમે સાથે લઈ જાવ. મને મારા ગુરુએ શક્તિપાત દ્વારા આપ્યો છે એ અમૂલ્ય વારસો હું તમને આપવા માગું છું.

ૐ શાંતિ:

જય અને વિજય ભગવાન વિષ્ણુના દ્વારપાળ હતા. તેમના આ અધિકાર પર તેમને અભિમાન થઈ ગયું. તેમને પૂછ્યા વિના જ કોઈ વૈકુંઠાધિપતિને મળવા જતો રહે એમાં પોતાનો અનાદર પ્રતીત થવા લાગ્યો. આ દ્વારપાળોએ પોતાના અધિકારનો દુરુપયોગ કરી નારાયણપ્રિયા લક્ષ્મી સ્વયં ગૃહસ્વામિનીને પણ અંદર જવા માટે રોકી દીધાં. લક્ષ્મીજી નમ્ર સ્વભાવવશ મૌન રહી ગયાં, પરંતુ જે દિવસે એમણે સનક-સનંદન, સનાતન અને સનતકુમાર જેવા મહાત્માઓને રોક્યા ત્યારે તેઓ ચૂપ ન રહ્યા. એમણે બન્નેને અસુર થવાનો શ્રાપ આપ્યો. ત્રણ કલ્પોમાં એમને હિરણ્યાક્ષ-હિરણ્યકશિપુ, રાવણ-કુંભકર્ણ તથા શિશુપાલ-દુર્યોધનના રૂપમાં જન્મ લેવો પડ્યો. સંતોને તો એમને નિરહંકારિતાનો પાઠ ભણાવવાનો હતો. વૈકુંઠવાસી હોવાથી પોતાનામાં પૂર્ણતા માનીને પોતાને પતનના ભયથી મુક્ત માની લેવું કોઈને માટે પરાભવનું કારણ બની શકે છે. નિષ્કર્ષ એ જ છે કે જ્યારે સ્વર્ગમાં બેઠેલો એક ઉચ્ચપદાધિકારી પણ આ દુર્બળતાને કારણે રાવણ વગેરે અસુર યોનિને પ્રાપ્ત થાય છે તો મૃત્યુલોકનો પ્રાણી એ કેવી રીતે માની લે છે કે તે આત્માની ઉપેક્ષા કરી પ્રગતિ કરી શકે છે ?

આપણા ત્રણ શરીર હોય છે-એક સ્થૂળ, બીજું સૂક્ષ્મ અને ત્રીજું કારણ. સ્થૂળ શરીરની ઉપાસનામાં ત્રણ ચીજ હોય છે, શરીર પદાર્થનું બનેલું છે, મૂર્તિ પદાર્થની તથા પૂજન સામગ્રી પદાર્થની. આ રીતે સ્થૂળ શરીરની સાધનામાં સ્થૂળ વસ્તુ, સ્થૂળ શરીર અને સ્થૂળ દેવતા (મૂર્તિ)ની જરૂરિયાત હોય છે.

હવે આપણે સૂક્ષ્મ શરીરની પૂજા-ઉપાસના પ્રારંભ કરવાની છે. પથારીમાંથી ઉઠતા પલંગમાં બેસી રહો. જમીન પર પગ મૂકતાં પહેલા ૧૦ મિનિટની ઉપાસના કરવાની છે. આંખ ખૂલતા જ વિચાર કરો કે આજે અમે નવો જન્મ લીધો છે. માત્ર એક દિવસનો અમારો જન્મ છે. રાતે મરવાનું છે. શરીરથી આત્મા અલગ થઈ જશે. જ્યારે એક દિવસનું આપણું જીવન છે તો આજનો દિવસ આપણે સારી રીતે જીવવો જોઈએ. મહાપુરુષો જેવું જીવન જીવ્યા, પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવ, વંદનીય માતાજી જીવ્યા તેવું જ જીવન જીવીશું.

ત્યારબાદ પથારીમાં બેઠાં બેઠાં જ પવિત્રીકરણ ભાવના દ્વારા કરશો. ભાવનાનું મહત્વ વધુ છે. ભાવના દ્વારા પોતાના શરીર ઉપર પાણી છાંટો અને ભાવના કરો કે અમારા ઉપર અમૃત વર્ષા થઈ રહી છે. પવિત્રતાની વર્ષા થઈ રહી છે. જ્યારે જોરથી વર્ષા થાય છે ત્યારે ગંદકી નાળામાંથી વહી નદીમાં ચાલી જાય છે. એવી ભાવના કરવી જોઈએ કે ધનધોર પવિત્રતાની વર્ષા થઈ રહી છે અને સ્થૂળ શરીરના દોષ-દુર્ગુણ દૂર થઈ રહ્યા છે. સ્થૂળ શરીર સ્વસ્થ, પવિત્ર થઈ રહ્યું છે. અંતઃકરણ પવિત્ર થઈ રહ્યું છે.

એના પછી ભાવના કરો કે અમારા ઉપર પવિત્રતાની વર્ષા થઈ રહી છે અને અમારું સૂક્ષ્મ શરીર જેમાં વિક્ષેપ ભરેલા છે, જેમાં ખરાબ વિચાર ભરેલા છે, બધા ધોવાઈને વહી રહ્યા છે અને મન પર જે વિક્ષેપ છવાયેલો છે તે ધોવાઈને સાફ થઈ રહ્યો છે. આપણું સૂક્ષ્મ શરીર, મન, વિચાર પવિત્ર થઈ રહ્યા છે. વારે વારે ભાવના કરો આનાથી મન ઉપર જે ગંદા વિચાર છવાયેલા રહે છે અને મન પરેશાન રહે છે, મન ઉપાસનામાં નથી લાગતું. એનાથી બધા વિક્ષેપ દૂર થશે અને મનની સફાઈ થશે.

આના પછી કારણ શરીરની ઉપાસના કરો.

પવિત્રતાની વર્ષા ધનધોર થઈ રહી છે અને અમારા અંતઃકરણ પર જે આવરણ છવાયેલું છે તે ધોવાઈને સાફ થઈ રહ્યું છે. જેવી રીતે સૂર્ય પર વાદળ છવાઈ જાય છે, ત્યારે સૂર્યનો પ્રકાશ દેખાતો નથી. એવી રીતે આપણા આત્મા પર આવરણ છવાયેલું છે, તે ધોવાઈને સાફ થઈ રહ્યું છે અને આત્માનો પ્રકાશ દેખાય છે. સૂક્ષ્મ શરીરથી વિક્ષેપ અને કારણ શરીરથી આવરણ સાફ થઈ રહ્યું છે અને આપણા ત્રણેય શરીર શુદ્ધ, પવિત્ર થઈ રહ્યા છે. આવી ભાવના પથારીમાં બેઠાં બેઠાં કરવી જોઈએ.

હવે ધ્યાન કરવું જોઈએ કે હિમાચ્છાદિત હિમાલયના શિખર પર સ્વર્ણિમ સૂર્ય ઉદય થઈ રહ્યો છે. સૂર્ય અથવા સવિતા અમારા ઈષ્ટ અમારા ઉપાસ્ય છે. અમારા ત્રણે શરીરોમાં પ્રાણનો સંચાર કરવા માટે સવિતા દેવતાના કિરણો અમારી તરફ આવી રહ્યા છે અને અમારા સ્થૂળ શરીરમાં નાભિ દ્વારા પ્રવેશી રહ્યા છે. અમારું સ્થૂળ શરીર પ્રકાશવાન થઈ રહ્યું છે. સ્થૂળ શરીરના બંને અવગુણો આળસ અને અસંયમ બહાર નીકળી રહ્યા છે. અમારું શરીર સ્ફૂર્તિવાન અને ક્રિયાશીલ થઈ રહ્યું છે. સંયમશીલતા વધી રહી છે. પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવ, વંદનીય માતાજીના જે ગુણ છે તે બધા અમારા શરીરમાં પ્રવેશ કરી રહ્યા છે.

ત્યારબાદ સૂક્ષ્મ શરીરની સાધના કરવી જોઈએ કે સવિતા દેવતાના કિરણો અમારા સૂક્ષ્મ શરીરમાં બંને ભમ્મરોની વચ્ચે થઈ પ્રવેશી રહ્યા છે. અમારું સૂક્ષ્મ શરીર પ્રકાશવાન થઈ રહ્યું છે. દૂરદર્શિતા, વિવેકશીલતા વધી રહ્યા છે. સૂક્ષ્મ શરીર જ્ઞાનવાન બની રહ્યું છે. લોભ, મોહ સમાપ્ત થઈ રહ્યા છે.

હવે કારણ શરીરની ઉપાસના કરવી જોઈએ. સવિતા દેવતાના કિરણો આપણા કારણ શરીરના કેન્દ્ર અંતઃકરણ (હૃદય સ્થળ)માં પ્રવેશી રહ્યા છે. અમારું કારણ શરીર પ્રકાશવાન થઈ રહ્યું છે. અનાસ્થા, અવિશ્વાસ, રાગ, દ્વેષ, યશલિપ્સા આદિ અવગુણ બહાર નીકળી રહ્યા છે. અહંકાર, લોકેષણા, પુત્રેષણા, વિત્તેષણા બધા બહાર નીકળી રહ્યા છે. કર્ણા, દયા, પ્રેમ અને સેવાની ભાવનાઓ અંતઃકરણમાં વિકસિત થઈ રહી છે.

ત્રણે શરીરોની ઉપાસના કરવી જોઈએ. તેના પછી ઈન્દ્રિય સંયમનું ધ્યાન કરવું જોઈએ. પથારીમાં બેઠાં વિચાર

કરવો કે આજે કોઈ પણ ઈન્દ્રિયનો દુરુપયોગ નહીં કરીએ. મુખથી સત્ય અને મૃદુ ભાષણ કરીશું. એવું ભોજન નહીં કરીએ જેનાથી સ્વાસ્થ્યને નુકશાન થાય. બીડી, સીગારેટ, તમાકુ, ગુટખા ખાઈશું નહીં. નાકથી શુદ્ધ વાયુ ગ્રહણ કરીશું. આસપાસનું વાતાવરણ શુદ્ધ પવિત્ર રાખીશું. પર્યાવરણની રક્ષા કરીશું. કાનોથી કોઈની બુરાઈ નહીં સાંભળીએ. બુરાઈ સાંભળવાથી બુરાઈ વધે છે. આંખથી કોઈની બેન-બેટીને બુરી નજરથી જોઈશું નહીં. ખરાબ સીનેમા જોઈશું નહીં. ખરાબ સાહિત્ય વાંચીશું નહીં. અઠાર વર્ષની છોકરીમાં ગાયત્રી માતાના દર્શન કરીશું. પોતાની ઉંમરથી મોટાને મા તથા બરાબરની ઉંમરમાં બહેનના દર્શન કરીશું. નાનીમાં પુત્રીના દર્શન કરીશું.

હાથોથી સવારે માતા-પિતા મોટાઓને ચરણ સ્પર્શ કરીશું વહુ સાસુ, નણદ અને જેઠાણીને ચરણ સ્પર્શ કરે. પગથી નેક રસ્તે ચાલીશું. જે રસ્તે મહાપુરૂષો ચાલ્યા છે તે રસ્તે ચાલીશું. બ્રહ્મચર્યમાં રહીશું. વધુ બાળકો થવા દઈશું નહીં.

આ આત્મચિંતન કર્યા પછી પથારી છોડી શૌચ ક્રિયા કરશો. સ્નાન કરતી વખતે એવી ભાવના કરો કે ગંગાજી, યમુનાજીમાં સ્નાન કરી રહ્યા છીએ. ભાવના દ્વારા નિત્ય ગંગાજી તથા યમુનાજીના સ્નાનનો લાભ મળશે. પાણી પીતી વખતે ભાવના કરો કે અમૃત પી રહ્યા છીએ. રામનું નામ પી રહ્યા છીએ. રામનું નામ ભવ રોગોની દવા છે. ભોજન સમયે ભગવાનને ભોગ લગાવી જમશો. ગાયત્રી મંત્ર બોલી ભોજન ગ્રહણ કરશો. ગીતામાં કહ્યું છે કે જે પોતાના માટે ભોજન બનાવીને જમે છે તે પાપને ખાય છે. આખો દિવસ શરીરથી કામ કરો અને મનથી ગાયત્રી મંત્રના જપ કરો.

એક કલાકનો સમય ફાળવી મિશનના કાર્યમાં લગાવો. શ્રી રામ ઝોલા પુસ્તકાલય અને માતા ભગવતી દેવી સ્વચાલિત પુસ્તકાલય ચલાવો. ઘર-ઘર યજ્ઞ સંસ્કાર વગેરે સંપત્ર કરાવો. અંશદાનનો સદુપયોગ જ્ઞાનયજ્ઞ માટે કરો. પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવના વિચારોને ઘર-ઘર પહોંચાડવામાં લાગી જાવ.

શ્રી રામ ઝોલા પુસ્તકાલયની યોજનામાં ૧૦૦ પોકેટ બુકનો સેટ ૧૩૦૧-રૂપિયા ગાયત્રી જ્ઞાનપીઠ જૂનાવાડજ અમદાવાદ ડ્રાફ્ટ કે મનીઓર્ડર મોકલી મંગાવી લેવો. ૧૦૦ પોકેટ બુક્સમાં આઠ-આઠ પુસ્તકોના બાર સેટ બનાવી લેવા. આઠ પુસ્તકોનું મૂલ્ય ૧૨) રૂપિયા લઈ ૧૨

સદસ્ય બનાવો. તેમને સદસ્ય બનાવતાની સાથે આઠ પુસ્તકોનો સેટ આપી એક મહિનામાં આ પુસ્તકોને પરિવારમાં અવશ્ય બધાને વંચાવવાનો અનુરોધ કરવો. સાથે જ આશ્વાસન આપવામાં આવે કે એક મહિના પછી અમે આપને એ સેટ લઈ બીજો આઠ પુસ્તકોનો સેટ આપીશું. આ રીતે એક વર્ષમાં ૧૨) રૂપિયા ખર્ચી ૧૪૪ રૂપિયાનું સાહિત્ય વાંચવાનો અવસર મળશે. ૧૨ સેટ દર મહિને ૧૨ સદસ્યોમાં બદલતા રહેશે. આ પ્રમાણે આપ ફક્ત દર મહિને બે કલાકનું સમયદાન કરી ૨૪ ઘરોમાં સાહિત્ય બદલી બદલીને વંચાવવામાં સફળ થઈ શકો છો.

માતા ભગવતી સ્વચાલિત પુસ્તકાલયના અંતર્ગત ભાઈ-બહેનોએ પોતાના આર્થિક અંશદાનના પચાસ પૈસાનો સદુપયોગ પૂજ્ય ગુરુદેવના નિર્દેશાનુસાર જ્ઞાનયજ્ઞમાં કરવો જોઈએ. દર મહિને ૧૫) રૂપિયાની ૧૦ પોકેટ બુક્સ યથાસ્થાન પોતાનું નામ-સરનામું લખી યોગ્ય વ્યક્તિને વિતરિત કરવા જોઈએ. આ પુસ્તકો કેટલાય ઘરોમાં આપોઆપ ચાલે છે.

ગાયત્રી જ્ઞાનયજ્ઞ યોજનાના અંતર્ગત ભાઈ-બહેનોએ પોતાની જૂની પત્રિકાઓ તથા પુસ્તકો ગાયત્રી જ્ઞાનયજ્ઞ યોજનાની સ્વીપ લગાવી સમાજમાં વિતરિત કરી દેવા જોઈએ. આ સ્વીપ ગાયત્રી જ્ઞાનપીઠ જૂનાવાડજ અમદાવાદથી ડાકખર્ચ મોકલી અથવા તો કોઈ આવતી જતી વ્યક્તિ દ્વારા મંગાવી શકાય છે. આ રીતે કંઈ પણ ખર્ચ કર્યા વગર પરિજન અરબો રૂપિયાનો જ્ઞાનયજ્ઞ કરી શકે છે. જ્ઞાનયજ્ઞની સાધનાને પોતાની દૈનિક સાધનાનું એક અનિવાર્ય અંગ બનાવી લેવું જોઈએ.

રાત્રે સૂતી વખતે વિચારશો કે હવે અમે મરવા જઈ રહ્યા છીએ. મોતનો જ્યાં સુધી ભય રહે છે, ત્યાં સુધી કોઈ ખરાબ કામ ન કરતા. દિવસભર કરેલા કાર્યોની સમીક્ષા કરો અને ભૂલ થઈ હોય તો આગળ ભૂલ ન કરવાનું પ્રત લો. આત્મચિંતન કરતા કરતા સૂઈ જાઓ.

અમે પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવ, વંદનીયા માતાજીની પ્રેરણાથી આ દૈનિક સાધના લખી છે. તેમના ચરણોમાં અર્પિત છે. અમે આ સાધનાને અપનાવી અને લાભ મેળવ્યો. આપ પણ અપનાવો અને લાભ મેળવો. સાધના પ્રારંભ કરી છે કે નહીં અમને પત્ર લખી જાણ કરવાનું કષ્ટ કરશો.

-લીલાપત શર્મા

યુગ નિર્માણ સમાચાર

વડોદરા-ગોકુલ નગર ગૌત્રી શાખા દ્વારા ૩ ડીસેમ્બરના રોજ પોલીયો નાબૂદી અભિયાન અંતર્ગત દિપયજ્ઞનું ભવ્ય આયોજન સંપન્ન થયું. વિવિધ સંપ્રદાયોનો સાથ લઈ પ્રચાર રેલી ૧૫ સોસાયટીમાં ફરી હતી. આ કાર્યક્રમને સફળ બનાવવા શાખાની ૨૪ બહેનોએ ૭ દિવસ ખૂબ જ મહેનત કરી. ૨૦૦૦ વર્ષે યુગ શક્તિ ગાયત્રીના પાંચગુણ ગ્રાહકોનો સંકલ્પ લીધો.

રાપર-ગાયત્રી પરિવાર દ્વારા વિશાળ દિપયજ્ઞ ૩ ડીસેમ્બર સ્વાસ્થ્ય રક્ષા માટે વિશેષ પ્રાર્થના કરી પોલીયો નાબૂદી અભિયાનનું કાર્ય કરેલ છે. પૂ. ગુરુદેવના વિચારો ધરે-ધર પહોંચાડવાનો સંકલ્પ લઈ આયોજન સંપન્ન કર્યું.

અમદાવાદ-હરીધામ ગાયત્રી પરિવાર શાખાએ ૩ ડીસેમ્બરના પોલીયો નાબૂદી અભિયાન અંતર્ગત સૌના નિરોગી જીવન તેમજ સદ્બુધ્ધિ હેતુ જી.ડી. હાઈસ્કૂલમાં આયોજન સફળ કર્યું વ્યસન મુક્તિ તેમજ વનોષધિ પ્રદર્શનીથી જનમાનસ પ્રભાવિત થયેલ.

ગોમતીપુર આ વર્ષ મહાપૂર્ણાહુતિનું વિશેષ વર્ષ છે. પૂ. ગુરુદેવ માતાજીના દિવ્ય વિચારોને ધરે-ધર પહોંચાડવા ગાયત્રી પ્રજ્ઞાપીઠ ગોમતીપુર ખૂબ જ સક્રિય પ્રયાસ કરી રહેલ છે. પ્રજ્ઞાપીઠના સેવક માધવભાઈ-જી શોદાબેન ઢાકે તેમજ ઉત્સાહી પરિજનોનાં સહકારથી આવા વિશેષ સમયમાં વધુ કાર્ય કરવા સંકલ્પ લીધો છે. જે અંતર્ગત મિશનની પત્રિકાઓના ૫૦૧ સદસ્ય બનાવવા, ૨૪ હજારનું સાહિત્ય ધરે-ધર પહોંચાડવું મુખ્ય છે.

બીલીમોરા-વર્ષ ૨૦૦૦માં ૨૦૦૦ યુગ શક્તિ ગાયત્રીના સદસ્ય બનાવવાનો સંકલ્પ ગાયત્રી શક્તિપીઠના ટ્રસ્ટીઓ દ્વારા ગાયત્રી તપોભૂમિ મથુરા ખાતે ડીસેમ્બર મહિનામાં લેવામાં આવ્યો હતો. તેઓના અઘાક પરિશ્રમ અને શ્રદ્ધાથી તેમને આશા કરતા વધુ સફળતા સાંપડી છે. ગાયત્રી શક્તિપીઠ બીલીમોરા સમાજના ઉત્થાનમાં માનસિક સ્વાસ્થ્ય માટે સારા વિચારો રૂપી સારવાર ઉપરાંત શારીરિક સ્વાસ્થ્ય માટે વિવિધ કેમ્પ લગાવી દેવાઓ તેમજ અન્ય સારવાર આપે છે. તે ખૂબ જ પ્રશંસનીય છે.

ગલોડીયા-હળહળતા કળયુગમાં ચારે બાજુ દૂષિત વાતાવરણ ફેલાઈ ગયું છે. માણસની પ્રાથમિક જરૂરીયાત હવા, પાણી, ખોરાકમાં ભેજસેળના કારણે માણસોના મન વિકૃત બની રહ્યા છે. મનની શાંતિ અનુભવાતી નથી. આપણે અને આપણી ભાવિ પેઢી તેનો ભોગ બની ગયા છીએ. આ સંજોગોમાં ભારતીય સંસ્કૃતિને યાદ કરીને શ્રીરામ શર્મા આચાર્યશ્રીએ મનુષ્યને સુખી, શાંતિ અને

પવિત્ર જીવન જીવવા માટે વિચાર ક્રાંતિ અભિયાન શરૂ કરાવીને ધરે-ધર ગાયત્રી મંત્રો અને વેદ સ્થાપના ઉપર ખૂબજ ભાર મુક્યો છે. તાજેતરમાં ગલોડીયામાં શાખાના બાળકોને ભારતીય સંસ્કૃતિ તરફ વાળવા માટે એક અદ્ભુત પ્રોગ્રામ થયો. તેમાં વિજયનગર કોલેજના પ્રિંસીપાલ નટુભાઈ પટેલ દ્વારા ગલોડીયામાં ગામ સફાઈ તથા આરોગ્યને લગતું ૧૦ દિવસનું અભિયાન ચલાવ્યું. તેમાં ગલોડીયા ગામના ગાયત્રીના સક્રિય કાર્યકર્તા ભીખાભાઈ, હાથીભાઈ, કેશુભાઈ, રામજીભાઈ, શંભુભાઈ વગેરેએ ઉત્સાહથી કાર્ય કર્યું.

સુરત-ગાયત્રી પ્રજ્ઞાપીઠ, મોરાભાગળ રાંદેરના નેજા હેઠળ ત્રી. ૩-૧૨-૯૯ના રોજ સાંજે કુલ ૫૧ સ્થળે દિપયજ્ઞનું આયોજન કરવામાં આવ્યું.

સુરત પશ્ચિમ વિભાગમાં આ આયોજન યોજવામાં આવ્યા. હાઈસ્કૂલો, સ્વામીનારાયણ સંસ્થા તથા જુદી જુદી સોસાયટીમાં આયોજનો ખૂબ જ ઉત્સાહ સાથે કરવામાં આવ્યા. પોલીયો નાબૂદી અંગેની પ્રાર્થના કરવામાં આવી. સરલાબેન, દીપિકાબેન, કિરણભાઈનો ઉત્સાહ વધુ હતો.

બગસરા-તીરપતી નગર સોસાયટીમાં દીપયજ્ઞ રાખવામાં આવ્યો દરેક બીલ્ડીંગ દીપકોથી સણગારવામાં આવેલ તેમજ મંડળના સંચાલક દલસુખભાઈના સહયોગથી આખા ગામમાં ધરે-ધર પ્રાર્થના ક્રમ ગોઠવવામાં આવ્યો તેમજ અહીંના મંદિરો-મસ્જીદોમાં પણ આ સમયે પ્રાર્થના કરવામાં આવેલ તેમજ નજીકના ગામ હામાપુરમાં પૂજ્યશ્રી આશારામ બાપુના આશ્રમનાં રસીલાબેને પણ સહયોગ આપ્યો.

ધોળકા-મહાપૂર્ણાહુતિના પ્રથમ સોપાન “પોલીયો નાબૂદી અભિયાન” પ્રયાજને સફળ બનાવવા ગાયત્રી પ્રજ્ઞાપીઠ ધોળકાના પરિજનો દ્વારા તમામ માધ્યમિક તથા પ્રાથમિક શાળાઓમાં રૂબરૂ સંપર્ક કરી શિક્ષકો તથા વિદ્યાર્થીઓને આજની વિષમ પરિસ્થિતિ અંગે માહિતી આપી સામૂહિક પ્રાર્થનાનું મહત્વ સમજાવ્યું.

પરિણામ સ્વરૂપે, ૩ ડીસેમ્બરના રોજ સાંજે ૫ થી ૬ વાગ્યા દરમ્યાન તાલુકાની તથા શહેરની તમામ શાળાઓમાં ભાવનાત્મક દિપયજ્ઞ કરી ૨૪ ગાયત્રી મહામંત્ર સાથે પોલિયો નાબૂદી તથા સૌને ઉજ્જવળ ભવિષ્ય-સદ્બુધ્ધિની પ્રાર્થના કરવામાં આવી ઉપરાંત શાળાઓના બાળકોએ પણ પોતાના ઘરે જઈ પાંચ દિપક તથા અગરબત્તી પ્રગટાવી તેમના વાલીઓ સાથે સમુહમાં પ્રાર્થના કરી. આધ્યાત્મિક ઊર્જામાં સહયોગ આપ્યો. ધોળકા શહેરની મુસ્લીમ શાળાઓમાં પણ સંપર્ક કર્યો. તેમણે પણ કુરાનની કલમ દ્વારા પ્રાર્થના કરી તથા સાંજની નમાજમાં પણ મુસ્લીમ ભાઈઓને પોલીયો નાબૂદી માટે અલ્લાહની દુવા માગી.

■



એક તપસ્વી એવા
ન દાટી કે ન ભગવા
કલમથી બધું સમજાવે
દીપ સંસ્કૃતિનો પ્રગટાવે
મહામંત્રનું રહસ્ય બતાવે
અંતરનો અંધકાર ભગાવે
સદ્જ્ઞાનનો રસ્તો બતાવે
ભૂલેલાને ભાન કરાવે
યજ્ઞની પ્રક્રિયા સમજાવે
દૂષિત વાલાવરણ ઘટાડે
રહસ્ય ધર્મનું નિરખાવે
વિચાર ક્રાંતિની મશાલ જલાવે
નારીની મહતા સમજાવે
ઉચ્ચ દરજ્જો એને અપાવે
દહેજ પર પ્રતિબંધ લગાવે
નારીની સુરક્ષા સમજાવે
શ્રી રામ તપસ્વી એવા
ઉંચા હિમાલય જેવા.
રાશીદાદ. એમ. સાર્વાર
મીરાજપુર