

युग शक्ति गायत्री

जून-२००१ मां वंचानारी



प्रकाशन तारीख २५-५-२००१

आंगानदी

અનુક્રમણિકા

૧ સાચી સફળતાનું એક માત્ર સાધન	૧	૧૦ સ્મૃતિનું રસાયણશાસ્ત્ર	૧૯
૨ સેવાધર્મની પરિણતિ	૨	૧૧ માનસિક રોગોની યજ્ઞોપચાર પ્રક્રિયા-૩	૨૨
૩ બે મહાન ત્યાગી	૩	૧૨ સૃષ્ટિને પ્રલયથી બચાવવા માટે આપણે શું કરીએ? ૨૫	
૪ નારી જાગે, નેતૃત્વ સંભાળે	૪	૧૩ ઝેરી ઠંડાં પીણાંનો બહિષ્કાર કરીએ	૨૮
૫ હે મનુષ્ય, તું હિંમત ન હારીશ	૯	૧૪ વિતરાગ થવાથી પ્રભુના સ્વરૂપની પ્રાપ્તિ	૨૯
૬ ભાવનાનો આર્ત પોકાર-પ્રાર્થના	૧૧	૧૫ પ્રકૃતિનો પ્રકોપ-મહાકાલની ચેતાવણી	૩૪
૭ વિધાતાના આ વરદાનને આપણે		૧૬ વિજ્ઞાનના સિદ્ધાંતો પર ખરો ગાયત્રી મંત્ર	૩૬
આમ જ ખોઈ બેસીએ છીએ	૧૩	૧૭ મહાત્મા બુદ્ધનો દિવ્ય બોધ	૩૯
૮ અંદરની કિતાબ પણ વાંચો	૧૫	૧૮ રોજ નવ-જન્મ રોજ નવું મોત	૪૨
૯ ગાયત્રી ભારતીય ઓલાદ જ ઉપયોગી	૧૬	૧૯ આત્મીય અનુરોધ	૪૭

પ્રસ્તુત વર્ષ હીરક જ્યંતી વર્ષ છે. ૧૯૨૬માં વસંત પર્વના શુભદિને અખંડ દીપના પ્રકાશમાં ગાયત્રી પરિવાર જન્મ્યો. એક બીજથી વટવૃક્ષ બન્યું. આજે ચારે તરફ ફેલાયેલ ધુમ્મસ વચ્ચે એક આશાઝૂપી કિરણ છે. આ યુગ સંધિ મહાપુરસ્કારણનું અનુયાજ્ય વર્ષ પણ છે.

આપણે યુગ પરિવર્તનની પ્રક્રિયાને નિરંતર ગતિશીલ બનાવી રાખવી હોય તો આપણું પ્રથમ કર્તવ્ય એ બને છે કે એક પાઠક સાધક-પરિજનના રૂપે પોતાની જીવન સાધનાને આ વર્ષ વિશેષમાં પ્રખર બનાવી લઈએ. જેની જેટલી સાધના પ્રખર બનશે સંકલ્પ દૃઢ હશે તે આવનાર સમયમાં મહત્ત્વપૂર્ણ જવાબદારી ઉઠાવી શકશે.

સાત સૂત્રીય કાર્યક્રમ વધુને વધુ સફળ બનાવતા રહેવા ઉપરાંત દરેક શાખા શક્તિપીઠ, પ્રજ્ઞાપીઠ યુગ નિર્માણ સત્ સંકલ્પ અને યુગ શક્તિ પ્રતીક લાલ મશાલને ધરે-ધર, ગામે-ગામ અને શહેરોમાં નાના-મોટા સ્ટીકર, ચિત્ર, બેનર રૂપે પ્રસારીત કરવામાં આવે.

ॐ लूर्लुवः स्वः तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि धियो यो नः प्रचोदयात्

युग शक्ति गायत्री

: संस्थापक / संरक्षक :
वेदमूर्ति, तपोनिष्ठ युगदृष्टा
पं. श्रीराम शर्मा आचार्य
अने
माता भगवती देवी शर्मा

: संपादक :
पं. वीवापत शर्मा

: सહ संपादक :
धनश्याम पटेल
: कार्यालय :
गायत्री तपोभूमि,
मथुरा - २८१ ००३

: टेलिफोन :
(०५६५) ७३०३६६, ७३०१२८

वार्षिक लवाणम : ५५ रूपिया
आञ्चन लवाणम : ७०० रूपिया
विदेशानुं लवाणम
वार्षिक १० पाउन्ड / १५ डॉलर
₹. ६००=००
आञ्चन : १०० पाउन्ड / १५० डॉलर
भारतीय मुद्रामां ₹. ७०००-००
वर्ष - ३२ अंक - ६
प्रकाशन तिथि २५-५-२००१
जून - २००१

साथी सङ्गतानुं એકમાત્ર સાધન

ઈમાનદારી સફળતાનું સૌથી મુખ્ય સાધન છે. દુઃખ અને વિપત્તિમાં ફસાઈને પોતાની બેઈમાની પર પશ્ચાત્તાપ કરવા લાગે છે. એવો કોઈ માણસ નથી, કે જેને પોતાની ઈમાનદારી પર પશ્ચાત્તાપ કરવો પડ્યો હોય. જોકે ક્યારેક ઈમાનદાર વ્યક્તિ પણ નિષ્ફળ થઈ જાય છે, કેમ કે તેઓ કરકસર, યોજના તથા વ્યવસ્થા જેવા ત્રણ સ્તંભોનું નિર્માણ કરવામાં અસફળ રહે છે, પરંતુ તેમની અસફળતા બેઈમાન વ્યક્તિ જેવી દુઃખદાયી હોતી નથી. એમને કંઈ નહીં તો એટલો સંતોષ જરૂર હોય છે કે તેમણે ક્યારેય કોઈ વ્યક્તિને હગો દીધો નથી. પોતાના જીવનની અંધકારમય ક્ષણોમાં પણ તેઓ પોતાની આંતરિક પવિત્રતા પર સંતોષ અનુભવી શકે છે.

અજ્ઞાની લોકો એમ વિચારે છે કે સમૃદ્ધિ પ્રાપ્ત કરવા માટે બેઈમાની જ સૌથી સરળ માર્ગ છે. બેઈમાન વ્યક્તિ ઘન પોતાના ખિસ્સામાં રાખીને ભલે એમ વિચારે કે તેણે કેટલી ચાલાકી અને સફળતાથી બીજા લોકોને ઠગી લીધા છે, પરંતુ તે વખતે આપણે એ સત્યને સમજી શકતા નથી કે વાસ્તવમાં આપણે પોતાને જ હગો દીધો છે. બેઈમાથી પ્રાપ્ત થયેલા ઘનને વ્યાજ સાથે ગુમાવવું પડે છે અને એ ન્યાયથી આપણે કોઈપણ રીતે બચી શકતા નથી. જે રીતે આકાશમાં ફેંકેલો પથ્થર આકર્ષણ શક્તિના સિદ્ધાંત અનુસાર પૃથ્વી પર જ પાછો આવે છે, તેવી જ રીતે નૈતિક ગુરુત્વાકર્ષણનો સિદ્ધાંત પણ અટલ રીતે કામ કરે છે.



વરતંતુ કૌત્સને બહુ પ્યાર કરતો. એક દિવસ કોણ જાણે ક્યાંથી આવીને તેમના દ્વારે ઊભો રહી ગયો હતો. ત્યારથી તેમણે તેને પાળી-પોષીને મોટો કર્યો. મહર્ષિને તેના પ્રત્યે સાચો પ્રેમ હતો. તેમણે તેને પોતાનું સમગ્ર જ્ઞાન આપી દીધું. હવે કૌત્સને માટે આશ્રમમાં અધિક રોકાવું ઉચિત નહોતું. તેથી તે હાથ જોડીને ગુરુની સન્મુખ ઊભો રહ્યો. વરતંતુએ આંખ ઊંચી કરીને જોયું. એની આંખોમાં પ્રશ્ન હતો ?

કૌત્સે કહ્યું, 'ગુરુદેવ, અહીંથી હું જઈ તે પહેલાં આપ મારી પાસેથી ગુરુદક્ષિણા લઈ લો. ગુરુદક્ષિણા ચૂકવ્યા વિના મારી વિદ્યા વ્યર્થ જશે.'

વરતંતુએ હસીને કહ્યું, 'તેં પોતે મારી એટલી સેવા કરી છે કે મારે બીજું કંઈ ન જોઈએ.' આમ છતાં કૌત્સ તો માથું નમાવીને ઊભો જ રહ્યો. તેણે ફરીથી એ જ વાતનું પુનરુચ્ચારણ કર્યું. 'ભગવાન, મને કોઈ આજ્ઞા કરો. આપની સેવામાં કશું પણ અર્પણ કર્યા વિના મને સંતોષ ક્યાંથી મળશે ?'

ગુરુએ સ્મિત કર્યું. તેમની આંખોમાં પોતાના શિષ્યની એક વધુ પરીક્ષા કરવાનો ભાવ જાગ્યો. તેમણે કહ્યું, 'જે તું ન જ માનતો હોય તો તેં મારી પાસેથી શીખેલી ચૌદ વિદ્યાઓ માટે ચૌદ હજાર સુવર્ણમુદ્રાઓ લાવીને આપી જા. કૌત્સે ગુરુની આજ્ઞાને શિરોમાન્ય ગણી. તેના પગ સીધા અયોધ્યા તરફ આગળ વધ્યા.

એ સમયે ચક્રવર્તી સમ્રાટ રઘુ રાજ્ય કરતા હતા. કૌત્સને પોતાની સલામમાં આવેલો જોઈને રાજા રઘુએ ઊઠીને દંડવત્ પ્રણામ કર્યા, કૌત્સ આ બધું નિર્વિકારભાવે જોતો રહ્યો. પૂજનની સમાપ્તિ પછી તે ઊઠીને જવા લાગ્યો.

રાજા રઘુ હાથ જોડીને સામે ઊભા રહી ગયા અને ખૂબ જ વિનમ સ્વરે પૂછ્યું, 'ઋષિવર, આપે સેવકને કોઈ આદેશ ન આપ્યો. મારી સેવામાં અવશ્ય કોઈ ખામી રહી ગઈ હશે.'

કૌત્સના આગમનના થોડા દિવસો પહેલાં જ સમ્રાટ રઘુએ લોકકલ્યાણ માટે કરેલા વિશ્વજિત યજ્ઞમાં પોતાનું સર્વસ્વ દાનમાં સમર્પિત કરી દીધું હતું. આ વાતની કોને ખબર નહોતી ? સમ્રાટે કરેલા સ્વાગત આદર-સત્કારમાં માટીનાં વાસણો જોઈને તે સમજી ગયો કે અહીં અપેક્ષા સંતોષાવાનો કોઈ સંભવ નથી. આથી જ તે ઊભો થઈ ઊઠીને જવા લાગ્યો

હતો, પરંતુ રાજા રઘુના વારંવારના આગ્રહ પછી પોતાના આગમનનું કારણ જણાવતાં તેણે કહ્યું, 'રાજા, હું આપની પાસે ગુરુદક્ષિણા માટે આવ્યો હતો, પરંતુ આપે તો આપનું સર્વસ્વ દાનમાં આપી દીધું છે ત્યાં સુધી કે અતિથિસત્કાર માટેનાં વાસણો પણ માટીનાં પાત્રોરૂપે જ આપની પાસે રહ્યાં છે. આ સંબોગોમાં આપને કંઈ પણ કહેવું મને અનુચિત લાગ્યું. આપ સંકોચ ન રાખશો. હું બીજે ક્યાંક જઈશ જ્યાં મારી અપેક્ષા પૂર્ણ થશે.'

રાજા રઘુના દ્વારેથી કોઈ યાચક ખાલી હાથે પાછો જાય તે અસંભવિત હતું. સમ્રાટ રઘુએ કૌત્સને વિનંતી કરી, 'મહાત્મા, મને ત્રણ દિવસનો સમય આપો. હું આપની ઇચ્છાને અવશ્ય પૂર્ણ કરીશ. રઘુના દ્વારેથી કોઈ નિરાશ થઈ પાછો ફરે એ કલંકથી મારી રક્ષા કરો.'

કૌત્સએ ત્રણ દિવસ માટે તેમના આતિથ્યનો સ્વીકાર કર્યો. રઘુ પોતાના મહેલે પાછા ન ફર્યા. યુદ્ધને માટે સજ્જત રથમાં સવાર થઈ યુદ્ધની તૈયારીમાં લાગી ગયા. તેમણે વિચાર્યું કે હું પૃથ્વી પરના બધા રાજાઓ પાસેથી કર લઈ ચૂક્યો છું. બીજી વખત તેમની પાસે આટલી વહેલી કરની માગણી કરવી તે અન્યાય અને અનીતિ ગણાય. તેથી તેમણે સીધી ધનપતિ કુબેર પર ચડાઈ કરવાનો સંકલ્પ કર્યો અને તે જ રથ પર નિદ્રાધીન થયા.

સવારે રાજાના ઊઠતાં જ રાજ્યના ખજાનચીએ જાણ કરી કે ભંડારમાં આકાશમાંથી સુવર્ણની વર્ષા થઈ રહી છે. સમ્રાટ સ્મિત કરી ઊઠ્યા. કોષપાલ કુબેરે ચૂપચાપ રઘુનો ખજાનો ભરી દેવામાં પોતાની સલામતી જોઈ. આથી તેમણે સુવર્ણમુદ્રાઓનો ઢગલો કરી દીધો.

રઘુએ કૌત્સને બોલાવી સમસ્ત ધન લઈ લેવાનો આગ્રહ કર્યો. કૌત્સે હસતાં હસતાં કહ્યું, 'રાજા, મને ધનની શી જરૂર ? હું તો કેવળ ચૌદ હજાર સોનામહોરો જ લઈશ. બસ બાકીના ધનનું આપ ઇચ્છો તો દાન કરી દો.' રાજા રઘુએ બાકીનું બધું ધન ગામોને દાનમાં આપી દીધું. બે મહાન ત્યાગીઓની વચ્ચેનો ત્યાગ જીવંત દીસતો હતો. કૌત્સે પોતાને ઇચ્છિત ધન લઈને ગુરુદક્ષિણા આપવા માટે ત્યાંથી પ્રસ્થાન કર્યું.



પ્રાચીનકાળથી જ વિશ્વ-વિકાસમાં નારીનું વિશિષ્ટ યોગદાન રહ્યું છે. આગામી દિવસોમાં નારીએ જ સમાજનું નેતૃત્વ કરવાનું છે. માનવ સમાજના સમગ્ર વિકાસ તથા કલ્યાણની સંભાવનાને નારી નેતૃત્વ જ સાકાર કરી શકશે, એવો મનીષીઓ અને દિવ્યદર્શીઓનો અભિમત છે. આ અભિમત નારીની ગૌરવગાથાને જોતાં સાચો જ લાગે છે.

સાચે જ આ સંસારમાં જે કાંઈ સુંદર, સુરુચિપૂર્ણ, સુખદાયક, દિવ્ય અને ઉત્કૃષ્ટ છે, તે બધું નારીની શ્રેષ્ઠ સંવેદનાઓથી ભરેલા હૃદયનું સર્જન છે, નારીના પ્રખર પુરુષાર્થ, ત્યાગ, સમર્પણ તથા સેવાનું પરિણામ છે. જીવનસત્તાની દિવ્યતમ સંભાવનાઓને, ઉચ્ચતમ વિભૂતિઓને અને શ્રેષ્ઠતમ ઉપલબ્ધિઓને નારીએ જ તો તેનાં વિભિન્ન સ્વરૂપો દ્વારા અભિવ્યક્ત કરી છે. માતા, બહેન, પત્ની, પુત્રી વગેરેનાં રૂપોમાં તેણે અનુદાનોની ધારા સૃષ્ટિના આદિકાળથી જ પ્રવાહિત કરી રાખી છે, જેથી માનવીને સુવિધા તથા સરળતાથી પશુજીવનમાંથી ઊંચે ઊઠીને દેવજીવનના પંથે વધવાનો અવસર મળ્યો છે. નારીએ નરને પોતાની કરુણા, મમતાનો પાવન સ્પર્શ આપ્યો, પોતાના હૃદયની મધુરતા અને આત્મીયતાને શ્રેષ્ઠતમ રીતે રજૂ કરી, પરિણામે નર જે પ્રખર પુરુષાર્થની શક્તિ લઈને સૂઈ ગયો હતો તે જાગ્યો અને આદિમાનવની દુનિયાથી સર્જનનો પ્રારંભ કરી આજ સુધીના વિકાસની દુનિયા બનાવી દીધી. આ સંસારના વિકાસની આદિ-પ્રણેતા નારી જ છે, જેણે નરને સાથ આપી નર કરતાં વધારે આંતર-બાહ્ય પ્રયત્નો અને પુરુષાર્થો વિશ્વની પ્રગતિ માટે કર્યાં.

ભારતના પ્રાચીન ધાર્મિક ઇતિહાસનું અવલોકન કરવાથી એ જ જાણવા મળે છે કે નારી શક્તિ તે વખતે વિશિષ્ટ સર્જનોમાં સંલગ્ન 'દેવી'ની ભૂમિકાને પરિપૂર્ણ રીતે નિભાવી રહી હતી. મનુને જ્યારે પોતાના વિશેષ યજ્ઞ અનુષ્ઠાન માટે અપેક્ષિત યોગ્યતા અને પાત્રતાવાળો આચાર્ય ન મળ્યો ત્યારે તેમની પરમ વિદુષી કન્યા 'ઈડા'એ આચાર્યનું કાર્ય સંભાળ્યું અને યજ્ઞ સફળ બનાવ્યો. મહારાજ જનકે પુત્રી જાનકીને કહ્યું, બેટા ! મને લોકો જ્ઞાની સમજે છે, વિદેહ કહે છે, પરંતુ અનાસક્તભાવે જીવન જીવવાનો અર્થ એ તો નથી કે

લોકહિતની ઉપેક્ષા કરવામાં આવે તથા અન્યાય અને અનીતિને નાબૂદ ન કરવામાં આવે. પુત્રીએ કહ્યું, પિતાજી ! હું આપના અનીતિ નાબૂદી અને અધર્મ નિવારણ કાર્યમાં પૂરેપૂરો સહકાર આપીશ. આપ જે નિર્દેશ આપશો તે પૂર્ણ કરી બતાવીશ. મહારાજે કહ્યું, બેટા ! મોટાં કાર્યો માટે મોટી શક્તિની આવશ્યકતા હોય છે. શારીરિક, માનસિક તથા આત્મિક શક્તિઓનો સંયમ, વૃદ્ધિ અને સુનિયોજન જ એ ઊર્જાનો ભંડાર પેદા કરે છે કે જેથી મોટાં કાર્યો કરી શકાય છે. જાનકીએ પિતાનાં વચનોને પૂર્ણ મનથી અપનાવ્યાં. શિવધનુષ જે મોટા-મોટા બળશાળીઓથી હલતું પણ નહોતું તેને પુત્રી જાનકી દરરોજ ઉઠાવતી, હટાવતી અને તે સ્થાનને સાફ કરી ફરીથી ત્યાં મૂકી દેતી. આ જ કાર્યને જ્યારે એક દિવસ જનકે જોયું ત્યારે નક્કી કરી લીધું અમારી દીકરીમાં એ શક્તિ આવી ગઈ છે કે તે મહાન કાર્ય પૂર્ણ કરી શકે. પુત્રી જાનકીનાં લગ્ન પરમ બળશાળી રામ સાથે કરીને પોતે વિચારેલા જનહિતના કાર્યને એમણે સિદ્ધ કર્યું.

કપિલ મુનિ પોતાના આશ્રમમાં ગુરુકુળનાં કાર્યોનું સફળ સંચાલન કરી રહ્યા હતા. એક છોકરી આવી, તે પરણેલી હતી, તેના ગર્ભમાં બાળક હતું, તે બોલી, પિતાજી ! હું આપની દીકરી છું, મારા પતિએ મને ત્યજી દીધી છે, તેઓ મને ભૂલી ગયા છે. હવે આપ જ મારા સંરક્ષક અને વાલી છો. મને માર્ગ બતાવો કે હું મારા જીવનનો શ્રેષ્ઠતમ ઉપયોગ કરી શકું. ઋષિએ કહ્યું, બેટા ! તું તો મહાન કાર્ય કરી શકે છે જે અત્યાર સુધી કોઈએ કર્યું નથી. તું કઠોર તપસ્યા કર, તું પોતાના બાળકમાં દિવ્ય ગુણો અને સંસ્કારો સીંચીને સમસ્ત મનુષ્ય જાતિ માટે, વિશેષતઃ આ દેશ માટે મહાન રત્ન આપી શકે છે.' શકુંતલાએ ઋષિની આજ્ઞા માથે ચઢાવીને ભરત જેવા મહાન લોકનાયકને જન્મ આપ્યો, ઘડતર કર્યું કે જેના નામથી આ દેશનું નામકરણ 'ભારત' થયું.

વેદિક કાળમાં અનેક વિદુષી બ્રહ્મજ્ઞાની ઋષિકાઓ થઈ છે, જેમણે જ્ઞાન-વિજ્ઞાનની અગણિત ધારાઓમાં વિભિન્ન કળાઓમાં પ્રવીણતા મેળવી. વિશ્વવારા, અપાલા, ઘોષા, અદિતિ, શરમા, ગોધા, રોમશા, લોપામુદ્રા, શાશ્વતી, સૂર્યા, સાવિત્રી વગેરે એવી જ બ્રહ્મવાદિનીઓ છે, જેમનો

યશ વૈદિક યુગથી આજ સુધી અમુણ્ણ રહ્યો છે. ઋગ્વેદનાં ૧૦-૧૩૪, ૧૦-૩૯, ૧૦-૪૦, ૧૦-૯૧, ૧૦-૯૫, ૧૦-૧૦૭, ૧૦-૧૦૯, ૧૦-૧૫૪, ૧૦-૧૮૯, ૫-૨૮, ૮-૯૧ વગેરે સૂત્રોની મંત્રદ્રષ્ટા આ ઋષિકાઓ જ છે.

અશોકનો પુત્ર જ્યારે ધર્મપ્રચાર માટે તૈયાર થયો ત્યારે તેને સતત ગભરાયા વિના, ઉદાસ-નિરાશ થયા વિના મદદ આપી શકે એવી વ્યક્તિની જરૂર પડી. બહેન સંઘમિત્રાએ ભાઈનાં કર્તવ્યોને મહત્વપૂર્ણ સમજી સાથ આપવાનો નિશ્ચય કર્યો. ભાઈએ કહ્યું, “બહેન ! તું અમારી સાથે ક્યાં આવીશ ? કાર્યની કઠોરતા તું સહન નહિ કરી શકે. તું ભાવનાવશ આ પગલું લઈશ નહિ.” બહેને કહ્યું, “ભાઈ ! હું આપના સહયોગથી અતિ પ્રસન્ન છું, હું તે કરી બતાવીશ, જે એક ભાઈ કરતાં ઓછું નહીં, વધુ જ હશે.” સંઘમિત્રાએ તેવું કરી પણ બતાવ્યું. કૃષ્ણા (દ્રૌપદી)એ કૃષ્ણના નિર્દેશો પર ચાલીને મહાભારતના કાર્યમાં ઇચ્છિત સહકાર આપ્યો.

નારીએ પત્નીના રૂપમાં પૂર્ણ સમર્પણભર્યું જીવન જીવ્યું છે. પતિને અસામાન્ય પ્રગતિ માટે પ્રેરણા આપી છે. પછી તે રત્નાવલી-તુલસીદાસનો પ્રસંગ હોય, વિદ્યોત્તમા-કાલિદાસ કે ભામતી-કેયટનો હોય, મૈત્રેયી-યાજ્ઞવલ્ક્યનું ઉદાહરણ લઈએ કે અરુંધતી-વશિષ્ઠનું, પત્ની પતિ કરતાં પાછળ રહી નથી. શારદામણિ-રામકૃષ્ણ પરમહંસ અને બા-બાપૂ હાલ પાછલા સમયના આદર્શ દંપતિ છે, જેમણે એકબીજાને સહકાર આપી ફક્ત પોતાનો જ વિકાસ ન કર્યો, પરંતુ સમાજના કલ્યાણ માટે વિશિષ્ટ પુરુષાર્થ પણ રજૂ કર્યો. મંડનમિશ્રનાં પત્ની ભારતી શંકરાચાર્ય સાથે શાસ્ત્રાર્થ કરવામાં સક્ષમ રહ્યાં. જાપાનના ગાંધી કાગાવા તેમના પત્નીનાં આદર્શ સહકારથી જ સફળ થઈ શક્યા. માકસને તેમનાં પત્નીનો વિશેષ સહકાર મળતો રહ્યો. તેઓ દીન દુનિયાથી બેખબર પોતાની લક્ષ્યપૂર્તિ માટેના કાર્યમાં લાગેલા રહ્યા.

પુત્રી, બહેન, પત્નીનાં સ્વરૂપો બાદ નારીનું સૌથી ઉત્કૃષ્ટ સ્વરૂપ માતાનું છે. માતાના રૂપમાં તે જ શિશુને નવ માસ સુધી ગર્ભમાં રાખી અસંખ્ય કષ્ટો સહે છે. શિશુના જન્મ પછી કેટલાંય વર્ષો સુધી પાલન-પોષણ તથા સેવા-સહાયતામાં અસીમ ત્યાગ-પુરુષાર્થ ભરેલી જવાબદારી નિભાવે છે. નર તો શિશુજન્મમાં નિમિત્ત માત્ર છે, નારી જ જન્મ આપે છે, નિર્માણ કરે છે, માનવસૃષ્ટિની ધારાને ખંડિત

થતી બચાવે છે, વધારે છે, મહાન માનવરત્નો ઘડે છે. જન્મબાઈએ શિવાજીને બનાવ્યા, પૂતલીબાઈએ ગાંધીજીને, વિનોબાની માતાએ વિનોબાને, વિઠોબાને બાલકોવાએ ઘડ્યા, કમલા નેહરુએ ઈંદિરાને ઘડી. સીતાએ લવ અને કુશનું નિર્માણ કર્યું હતું, મદાલસાએ એક રાજર્ષિ અને ત્રણ બ્રહ્મર્ષિ આપ્યા. આધુનિક યુગના મહાપુરુષ હોય કે પ્રાચીન યુગના દેવમાનવ, મોટાભાગના માતાના જ હાથે એ દિવ્યત્વ પ્રાપ્ત કરી શક્યા કે જેથી તેમનું વ્યક્તિત્વ મહાન કહેવા યોગ્ય બન્યું.

હવે જ્યારે એકવીસમી સદી શરૂ થઈ ચૂકી છે, આંતરરાષ્ટ્રીય મહિલા શક્તિ જાગરણ વર્ષ ઉજવવામાં આવી રહ્યું છે, યુગ નેતૃત્વનો ભાર નારીએ ગ્રહણ કરવાનો છે, ત્યારે તેણે ગાર્ગી, સુલભા, શિવા, શ્રીમતી, શ્રુતાવતી, કાત્યાયની, યમી જેવી પ્રાચીન દેવીઓના પંથે ચાલવું પડશે; અનુસૂયા, સાવિત્રી, પાર્વતી જેવું વ્યક્તિત્વ ધારણ કરવું પડશે; અહિલ્યાબાઈ, લક્ષ્મીબાઈ, દુર્ગાવતી, પદ્મિનીની શૂરતા અપનાવવી પડશે; પન્ના ધાત્રીના ત્યાગ અને હાડા રાણીના બલિદાનથી લોકહિતનાં કાર્યોમાં પ્રાણાર્પણે લાગી જવાની પ્રેરણા લેવી જ પડશે, પછી ભગતસિંહ, આઝાદ અને પ્રતાપ જેવા વીર પેદા કરવા પડશે, જે સાંસ્કૃતિક ગુલામીમાંથી મુક્તિ માટે પ્રબળ સંઘર્ષ કરે. ગાંધીના રામરાજ્યના સપનાને નવા ગાંધી પેદા કરીને પૂર્ણ કરી શકાશે, પરંતુ આજે તો નારીની સ્થિતિ દયનીય બનેલી છે. મધ્યકાળના અંધકારયુગે જે અનેક બુરાઈઓ આપી, એમાં નારીની અવગણના મુખ્ય છે, આજે નારી પદદલિત છે, શોષિત છે, તેના પર પાશવિક પ્રતિબંધો લદાયેલા છે. તેણે રમણી, ભોગ્યા બનાવી દેવામાં આવી છે. તેણે બાળપણથી માંડીને વૃદ્ધત્વ સુધી ભેદભાવનો ભોગ બનવું પડ્યું છે. જીવતા બાળી નાખવાથી માંડીને દરેક જાતના ધોર અત્યાચારો તેના પર કરવામાં આવી રહ્યા છે. સૌથી વધારે દુઃખની વાત તો એ છે કે તેણે પોતાનો આત્મવિશ્વાસ ગુમાવી દીધો છે. તેને લાગતું જ નથી કે તે પણ પરિપૂર્ણ માનવી છે, તેનામાં સારી શ્રેષ્ઠતમ શક્તિઓ સમાયેલી છે. તે દીન-હીન બનીને જીવવાનો અસ્વીકાર જ કરી રહી નથી.

હવે નારીએ પોતાના ઉત્થાન વિશે સમગ્ર રીતે વિચારવું પડશે. નારી પોતાના ગૌરવને અપનાવી ઉત્કૃષ્ટ જીવન જીવશે તો જ તેનું, પરિવારનું અને સમાજનું નવનિર્માણ શક્ય બનશે. સુસંસ્કારી પરિવાર શ્રેષ્ઠ નાગરિકોની

ખાણ છે. તેનું નિર્માણ પ્રગતિશીલ સુસંસ્કારી નારી જ કરી શકશે. આજે દરેક જગ્યાએ શ્રેષ્ઠ નાગરિકોનો અભાવ થઈ ગયો છે. સામાન્ય મજૂરથી માંડીને ઉચ્ચપદે વિરાજમાન લોકનાયકો સુધી ભ્રષ્ટાચાર અને અનાચાર વ્યાપી ગયો છે. સારા લોકો શોધી શકવાનું મુશ્કેલ બની રહ્યું છે, કારણ એ જ છે કે કુટુંબની ધરી નારીને તે રૂપમાં સુસંસ્કારી અને વિકસિત બનાવવામાં આવી નથી કે જે રૂપમાં તે દેવીની ભૂમિકા સફળતાથી ભજવી શકે. નારીનું દેવસ્વરૂપ પરિવારમાં દિવ્યતાનું વાતાવરણ વિકસિત કરતું રહેતું, જેમાં જન્મેલા, ઉછરેલા અને મોટા થયેલા લોકો સારા ઈન્સાનના રૂપમાં સમાજ માટે અસંખ્ય ઉપયોગી અનુદાનો આપતા રહેતા હતા. સાચા અર્થોમાં દેવમાનવ બનીને જીવતા હતા. અડધી જનસંખ્યા જે અપંગ, મૂર્ચ્છિત રહે તો ભલા સમાજનો સમગ્ર વિકાસ કેવી રીતે થઈ શકે ? તેથી નારી જાગરણ તથા તેનું ઉત્થાન હવે થવું જ જોઈએ. આ અન્યાયી ધારણા હવે મટવી જ જોઈએ કે નર મોટો છે અને નારી ગોણા. બન્ને સમાન છે, એકબીજાના સહાયક, પૂરક, માર્ગદર્શક છે. કુટુંબમાં શાલીનતા પેદા કરવી હોય કે ભાવિ પેઢીને સમુન્નત બનાવવી હોય, નારીની યોગ્યતા અને ક્ષમતા વધારીને સર્વતોમુખી આર્થિક પ્રગતિનો માર્ગ ખુલ્લો કરવો હોય કે સદ્ભાવનાઓ અને સત્પ્રવૃત્તિઓના અભિવર્ધનનો આધાર ઊભો કરવો હોય, નારીએ આગળ આવવું જ પડશે. નારીનું હૃદય ભાવસંવેદનાઓની ગંગોત્રી છે. તેને દેવત્વથી વધુમાં વધુ પરિપૂર્ણ થવાનું સૌભાગ્ય મળ્યું છે. આજના બુદ્ધિવાદ તથા પ્રત્યક્ષવાદથી ઉપજેલી અસંખ્ય મુશ્કેલીઓ અને સમસ્યાઓનું સમાધાન નારીની પરમ આત્મીયતા, ઉદારતા અને કરુણાથી ભરેલું શ્રદ્ધાપુક્ત હૃદય તથા સદ્વૃત્તિઓથી ભરેલું મન જ આપી શકશે. હવે મગજના કોરા તર્કો અને શુષ્ક ચિંતનોથી કામ ચાલવાનું નથી. મગજનો ઘણો વિકાસ થઈ ચૂક્યો, હવે હૃદયનો થવો જોઈએ. હૃદયના વિકાસથી જ મગજના વિકાસનો સદુપયોગ શક્ય બનશે. નારીમાં એ જ વિશેષ ક્ષમતા ઈશ્વરે આપેલી છે કે તે હૃદય અને મગજ બન્નેની સ્વામી છે.

નારી જાગરણ કેવી રીતે થાય ? આ પ્રશ્નનો ઉત્તર અનેક મનીષીઓ અને વિદ્વંષીઓએ પોતપોતાની રીતે શોધ્યો છે અને મેળવ્યો છે. તેને અનુરૂપ ક્રિયાઓ પણ અપનાવી છે. લાભ પણ થયો છે, પરંતુ જે આવવી જોઈએ એ સમગ્રતા

આવી શકી નથી, પશ્ચિમનું નારી જાગૃતિ આંદોલન નારી સ્વચ્છંદતાને પ્રાધાન્ય આપે છે, જ્યારે ગાયત્રી દ્વારા ચલાવાતું નારી જાગરણ અભિયાન નારીની યોગ્યતાઓ અને શક્તિઓના જાગરણ પર ભાર મૂકે છે. આની અંતર્ગત વિશેષ ઉલ્લેખનીય તથ્યો ચાર છે. ૧. સ્વાસ્થ્ય, ૨. શિક્ષણ, ૩. સ્વાવલંબન અને ૪. સન્માન. આના પર વિનાવિલંબે ધ્યાન આપવું જોઈએ.

સ્વાસ્થ્યની દૃષ્ટિએ નારી નર કરતાં પછાત રહી છે. તેનાં કેટલાંય કારણો છે. ઘરમાં રહી-રહીને તેની તંદુરસ્તીને નુકસાન થાય છે. પડદાપ્રથા, બાહ્ય જીવન તથા બહારનાં કાર્યોમાં ઘોર અવરોધકનું કામ કરે છે. બહુમજનન, તેમનું પાલન-પોષણ, પુરુષોની પ્રતીક્ષામાં ખાવા-સૂવાની અવ્યવસ્થા, વધુ શ્રમ, બચી ગયેલું અલ્પ ભોજન, અનિયમિત જીવન, મોટા માણસોની બિનજરૂરી ફિટકાર, દબાણ અને ગૂંગળામણથી ભરેલી જિંદગી, રાત્રે મોડાં સૂવું, સવારે વહેલા ઊઠવું વગેરે કારણોને લીધે અનેક શારીરિક, માનસિક આધિવ્યાધિઓથી તે પીડાતી રહે છે. તેના સારા સ્વાસ્થ્ય માટે ઉપર્યુક્ત કારણોને દૂર કરી સ્વસ્થ જીવનની દિનચર્યા તથા વ્યવસ્થા ઉપલબ્ધ કરાવવી જોઈએ.

બીજી શિક્ષણની સમસ્યા ખૂબ જ ગંભીર છે. કન્યાને ભણાવવા માટે યોગ્ય વ્યવસ્થા કરવામાં આવતી નથી. તેને ભણતરથી વંચિત રાખવામાં કોઈ અપરાધ માનવામાં આવતો નથી. અશિક્ષિત, અણઘડ અને અવિકસિત નારીને વિચારશીલ, પ્રગતિશીલ માનવીના રૂપમાં ઢાળવામાં બાધા જ ઊભી કરવામાં આવે છે. નારી શિક્ષણની યોગ્ય વ્યવસ્થા ન કરવી તે તેને માનસિક રૂપે અપંગ બનાવવા જેવો અન્યાય છે. નારીને તેના કર્તવ્યના નિભાવ તથા વ્યક્તિત્વના વિકાસ વિશેની અતિ મહત્ત્વપૂર્ણ જાણકારીનું યથાયોગ્ય જ્ઞાન હોવું જોઈએ. શિશુપાલન, દાંપત્યજીવન તથા પરિવારમાં ભાવનાત્મક સ્નેહ-સૌજન્યમાં વધારો અને ઉતારચઢાવ વચ્ચે સંતુલન રાખવા જેવી અનેક મહત્ત્વપૂર્ણ બાબતોનું શિક્ષણ છે, જેને ઉપલબ્ધ કરાવવા માટેના ઉપાયો વિચારવા તથા શોધવા જરૂરી છે. નારી જાગરણ માટે જેઓ નિરક્ષર છે તેમને સાક્ષર બનાવવાં, જેઓ કંઈક ભણેલી છે તેમને આગળ ભણાવવા માટેની સગવડો આપવી, પ્રૌઢ મહિલાઓ માટે પ્રૌઢ પાઠશાળા ચલાવવી, જ્ઞાન સંવર્ધન માટે પુસ્તકાલયની વ્યવસ્થા કરવી વગેરે જેવાં વિશેષ કાર્યો દરેક જગ્યાએ શરૂ થવાં જોઈએ.

આને દેશમાં રોજગારની સમસ્યા ગંભીર બની ગયેલી છે. જનતા માટે યોગ્ય આવક માટેની વ્યવસ્થા થઈ શકતી નથી, તેમ છતાં દરેકે સ્વાવલંબી બનવા માટેના દરેક પ્રયત્નો તો કરવા જ પડશે. જીવન માટે જરૂરી સાધનોની વ્યવસ્થા કર્યા વિના કેવી રીતે કામ ચાલશે ? નર-નારી બન્નેએ આ માટે પ્રયત્નશીલ થવું પડશે. નર તો તેની રીતે સક્રિય છે, પરંતુ નારી ઘણી જ પાછળ છે. તેના પછાતપણા અને શોષણનું કારણ માત્ર સામાજિક પ્રતિબંધ જ નહિ, આવક પ્રાપ્ત કરવાની ક્ષમતાનો અભાવ પણ છે. આજકાલ સ્ત્રીઓ વિભિન્ન નોકરીઓ અને વ્યવસાયોમાં કામ કરી રહી છે, પરંતુ આ સંખ્યા સમગ્ર નારી સમાજની તુલનામાં નગણ્ય જેવી જ છે. મોટાભાગનું ક્ષેત્ર પરિવાર જ છે. તેમને ઘરમાં જ રહેવું પડે છે, તેથી તેમને આર્થિક રૂપે સ્વાવલંબી બનાવવાની વાત ઘર-પરિવારના ક્ષેત્રે વિચારવામાં આવે તો વધુ ઉપયોગી રહેશે. ગૃહ ઉદ્યોગો, કુટીર ઉદ્યોગો શીખવાડવા, ચલાવવા તથા સાધનો ભેગાં કરવાની વ્યવસ્થા થવી જોઈએ. વિદ્યાલયોમાં તેમને ગૃહ ઉદ્યોગનું પ્રશિક્ષણ મળવું જોઈએ.

જોગે જ્ઞાનને આચરાગમાં ઉતારી લીધું, તેણે
ઈશ્વરને મૂર્તિમાન કરી લીધો.

- વિનોબા ભાવે

નારી પોતાનો શ્રમ આપીને સરળતાથી અને સુવિધાપૂર્વક માલ વેચી શકે. કાચો માલ આપવા અને તૈયાર માલ લઈને વેચવા માટે સહકારી સમિતિઓ હોવી જોઈએ. ફાજલ સમયનો સદુપયોગ કરવા, કંઈક કમાઈ લેવા અને કુશળતા વિકસિત કરવાની દૃષ્ટિએ તથા પરિવારમાં આર્થિક તંગી દૂર કરીને ખુશાલી લાવવાની દૃષ્ટિએ સ્વાવલંબનનો આધાર હોવો અત્યંત જરૂરી છે. એનાથી નારી પોતાને સ્વાવલંબી બનાવવાની સાથેસાથે આત્મવિશ્વાસ પણ પ્રાપ્ત કરશે.

ગાયત્રી પરિવાર દ્વારા ચલાવવામાં આવી રહેલ નારી જાગરણ અભિયાનની ઘોષણા છે. 'નર ઓર નારી એક સમાન' 'જાતિવંશ સબ એક સમાન.' જાતિ-વંશના આધારે થતો ભેદભાવ ઘણે અંશે મટી રહ્યો છે, પરંતુ નર-નારીનો ભેદ હજી કાયમ જ છે. નર-નારી બન્નેને એકસમાન માની લેવાથી નારી જાગરણ આપોઆપ જ થવા લાગશે. તેનું બધું પછાતપણું અને દીન-હીન અવસ્થા

આપોઆપ સમાપ્ત થઈ જશે. સમજદાર કહેવાતા છતાં મૂર્ખાઓની શોધ કરતા નરના એ સમુદાયને શું કહેવાય કે જે ક્યારેક નારીને શૂદ્ધા કહે છે તો ક્યારેક ભોગ્યા. તેને અનેક રીતે છળવામાં લાગી ગયો છે. તેને નગ્ન-અર્ધનગ્ન કરીને જાહેરાતો સાથે જોડી દીધી છે. ફિલ્મોમાં, ગીતોમાં તથા કલાનાં અન્ય ક્ષેત્રોમાં નારીને ભોગવિલાસની વસ્તુના રૂપમાં દર્શાવવામાં આવી રહી છે. આજે નારીને એકવીસમી સદીમાં જાતજાતના અપમાનના ઘૂંટડા ગળા નીચે ઉતારવા લાચાર થઈ જવું પડે છે, હવે આ બધું બિલકુલ બંધ થવું જોઈએ. નારી મનુષ્ય છે. ગુણો અને ક્ષમતાઓથી યુક્ત મનુષ્ય, તેને કોઈપણ રીતે નર કરતાં ઓછું કહી ન શકાય. જે સન્માન દેવી, લક્ષ્મી, દુર્ગા, સરસ્વતીને મળે છે, તે જ તેને પણ મળવું જોઈએ. આ દેવીઓ નારીના દિવ્ય ગુણોને પરમ રૂપે અભિવ્યક્ત કરવાની પ્રતીક છે. નારી આ જ દેવીઓના જીવનનું પ્રત્યક્ષ રૂપ છે. નરે બધા દુરાગ્રહોથી મુક્ત થઈને નારીને તેનું વાસ્તવિક સન્માન આપવું જ પડશે. તે આ ધરતી પર સ્વર્ગ જેવી પરિસ્થિતિઓને ઉપલબ્ધ કરી શકશે. નારીની અવગણનાથી જ ધરતી પર નરક જેવું વાતાવરણ બન્યું છે. જે દિવસે નારીને દેવી માની તેની સમસ્ત પ્રતિભા, ક્ષમતા અને ભાવનાને ખુલ્લી રીતે વિકસિત થવા દેવામાં આવશે, તે જ દિવસે ધરતીવાસીઓ માટે દેવી ભાવનાઓ, વિચારો અને ક્રિયાઓથી નિર્મિત નવા સંસારની ઉપલબ્ધિ મળી જશે. નારીની અવગણનામાં નારીના પણ દુરાગ્રહો છે. તે બાળકો સાથે ઓરમાયું વર્તન કરે છે, તેને પારકા ઘરની સંપત્તિ માની બધી રીતે સુયોગ્ય બનાવ્યા વિના જેમતેમ ઘરમાંથી કાઢવાની કોશિશ કરે છે.

જીવ વિશુદ્ધ રૂપમાં પાણીના
ટીપાની જેમ આ ધરતી પર આવે છે. એક
બાજુ પાણીનું ટીપું ધરતી પર પડીને
કીચડ બની જાય છે અને બીજી બાજુ જીવ
માયામાં લુપ્ત થઈ જાય છે. આ જીવ પર
આધારિત બાબત છે. જે પોતાને માયાથી
દૂર રાખીને સમુદ્રમાં પડેલા ટીપાના
વિસ્તરણની જેમ સર્વવ્યાપ્ત બની રહે, તે
વાહન બનીને સમાજ પર પરમાર્થની વૃષ્ટિ
કરે અથવા કીચડમાં પડ્યું રહે.

તેનાં લાડ, પાલનપોષણ, ખાવાપીવાથી માંડીને દરેક વાતમાં ભેદભાવ રાખે છે. સાસુના રૂપમાં વહુને જીવતી બાળવામાં, ત્રાસ ગુજરવામાં મુખ્ય ભૂમિકા નિભાવે છે. નારીએ પોતાનાં આ દુષ્ટત્યો છોડી દેવાં જોઈએ. મમતા અને કડુણાથી ભરેલા હૃદયમાં દેવી ભાવનાઓનો જ વાસ હોવો જોઈએ.

નારીએ ફેશનબાજી, આભૂષણો અને બેહુદી સજ્જતથી ઈજ્જત પ્રાપ્ત કરવાનો પ્રયત્ન ન કરતાં પોતાની યોગ્યતા વધારીને સન્માન મેળવવું જોઈએ. તે ઢીંગલી નથી કે જે સજ્જતી રહે. તે જાદુની પરી નથી, જે પોતાના રૂપ-ધોવન પર ગર્વ કરતી રહે. તે માતા છે, દેવી છે અને દિવ્ય વિભૂતિઓ સાથે લઈને ધરતીને ઉત્કૃષ્ટતમ અનુદાન આપવા આવી છે. તેને પોતાના ગૌરવનો બોધ થવો જ જોઈએ. નારી જગરણ માટે સંપૂર્ણ શક્તિ કામે લગાડવી જોઈએ, નારી જગશે અને પોતાનાં કર્તવ્યો અને જવાબદારીઓને શ્રેષ્ઠતમ રીતે નિભાવશે એવી મહાકાળને અપેક્ષા છે. આશા છે કે નારી દિવ્યતાની મૂર્તિ બનવા તથા સમાજનું નેતૃત્વ કરી શકવા માટે સુયોગ્ય વ્યક્તિત્વ વિકસિત કરવામાં સમર્થ

બનશે. તેણે આવું કરવું જ જોઈએ. આવનાર યુગ તેના વર્ચસ્વ તથા નેતૃત્વનો યુગ છે.



સ્વસ્થ રહેવા માટે જોજત પર ધ્યાન આપો

પરમપૂજ્ય ગુરુદેવ કહેતા કે ભોજનમાં છુપાયેલી સૂર્યશક્તિ શરીર તથા મનને નીરોગી બનાવવામાં પૂર્ણ સક્ષમ છે. સાત્ત્વિક આહારના સંતુલિત કોળિયાને ઓછામાં ઓછા ૨૪ તથા ભાતના કોળિયાને ૧૫ વખત ચાવવાથી આ શક્તિ ભોજનમાંથી નીકળે છે. તેથી સવિતાની શક્તિને શરીરમાં ધારણ કરવા માટે-

ભોજન પૂર્વે નીચેની પ્રક્રિયાઓ અપનાવો-પલાંઠી વાળીને બેસો. ત્રણ વાર ગાયત્રી મંત્ર બોલો. જળનું પાત્ર પાસે રાખો. ગળું તથા અન્ન નળી અત્યંત સુકાઈ જાય તો થોડું જળ લઈ ત્રણ વાર આચમન કરો.

ભોજનકાળમાં ધ્યાનમાં રાખો-ભોજનના કોળિયાને નિયત સંખ્યામાં અવશ્ય ચાવો. ભૂખ કરતાં થોડું ઓછું ભોજન લેવાની ટેવ રાખો. શાંત અને પ્રસન્નચિત્તે તથા કોઈની સાથે વાત કર્યા વિના ભોજન ગ્રહણ કરો. ભોજનકાળમાં તથા તે ઉપરાંત એક કલાક સુધી પાણી ન પીઓ. ભોજન પૂર્વે વધુ તરસ લાગે ત્યારે અડધા કલાક પહેલાં સુધી પાણી પી શકાય છે.

આજીવન સ્વસ્થ રહેવાની ટેવ પાડો-સવારનું ભોજન સવારના ૮ થી ૧૦ વાગ્યા સુધી તથા સાંજનું ભોજન ૮ વાગ્યા પહેલાં કરી લેવું. બન્ને ભોજન વચ્ચેના સમયમાં તરસ વિના પણ ૧૦-૧૨ ગ્લાસ સ્વચ્છ અને શીતળ જળ પીવો. વધુ મરચું-મસાલાયુક્ત તથા ગરિષ્ઠ અને માંસાહારી ભોજન ન કરો. ચળામણ સહિતનો લોટ તથા પોલિશ વિનાના ચોખાનો ભોજનમાં ઉપયોગ કરો. ઋતુ મુજબનાં જ શાકભાજી તથા ફળોનું સેવન કરો. કેટલાય પ્રકારનાં ભોજન એકસાથે ન લો. હંમેશાં કંઈને કંઈ ખાતા રહેવામાંથી બચો.

ખાનપાનના આ નિયમોનું પોતે પાલન કરો. સ્વચ્છ મન તથા સત્ય સમાજના નિર્માણ માટે બીજાઓને પણ તેની પ્રેરણા આપો. ખાનપાન, રહેણી-કરણી અને આચાર-વિચારની ઉત્કૃષ્ટતાનો સંદેશ પોતાના વિસ્તારમાં જન-જન સુધી પહોંચાડીને સ્વાસ્થ્ય સંવર્ધન કાર્યક્રમને ચથાર્થ સ્વરૂપ આપો.

ધર્મની મહાનતા આચરણમાં

સ્વામી વિવેકાનંદ વિશ્વ ભ્રમણ કરી રહ્યા હતા. તેઓ પોતાના ઉપદેશોથી ભારતીય સંસ્કૃતિ તથા ધર્મની શ્રેષ્ઠતાનો શંખનાદ કરી રહ્યા હતા. એ જ સમયે જાપાનના એક વિદ્વાને એમને પૂછ્યું, “ભારતમાં ગીતા, રામાયણ, વેદ, ઉપનિષદ, વગેરેનું આટલું ઉચ્ચ જ્ઞાન અને દર્શન ઉપલબ્ધ છે, તેમ છતાં ભારતવાસી પરાધીન અને નિર્ધન કેમ બની ગયા છે?” તેનો ઉત્તર આપતાં સ્વામી વિવેકાનંદે કહ્યું, સર્વશ્રેષ્ઠ અને શક્તિશાળી બંદૂક હોવા છતાં પણ તેના ઉપયોગની રીત તેનો માલિક ન જાણે તો તે બંદૂકથી પોતાનું રક્ષણ કરી શકતો નથી. એ જ દુઃખ છે કે પોતાનો શ્રેષ્ઠ ધર્મ અને સંસ્કૃતિ હોવા છતાં ભારતવાસી તેને અનુરૂપ આચરણ કરતા નથી. ધર્મની મહાનતા તેના આચરણમાં સમાયેલી છે.



હે મનુષ્ય, તું હિંમત ન હારીશ



જીવનમાં પ્રયાસ, પુરુષાર્થ, અવરોધ અને સંઘર્ષનો ક્રમ એક શાશ્વત સત્ય છે અને તેમાં સફળતા-નિષ્ફળતાનો ક્રમ પણ શાશ્વત છે. આ બધાની વચ્ચે વ્યક્તિની જીવનયાત્રા પ્રગતિ-ઉન્નતિની દિશામાં આગળ વધી રહી છે અથવા પતનની દિશામાં તેનાં નિર્ધારક તત્ત્વોમાં તેના દષ્ટિકોણની ભૂમિકા સર્વોપરી રહે છે.

વ્યક્તિ જો નાની નાની નિષ્ફળતા-અવરોધોથી હિંમત હારી બેસે છે અને જીવનમાં નકારાત્મક ભાવોને ઘેરવા દે છે તો યાત્રાનું પ્રત્યેક પગલું દુઃસહ અને કષ્ટપ્રદ અનુભવ બની જાય છે. જીવન એક દુઃખદ ઘટના અને દુર્ભાગ્યપૂર્ણ મનક-મશકરી લાગવા માંડે છે. જીવન-ઊર્જા નિષેધાત્મક ભાવોમાં અટવાઈને કુંઠિત થવા લાગે છે અને અસ્તિત્વ, હતાશા, નિરાશા અને ઉદાસીનતા વચ્ચે દમ તોડવા માંડે છે. ચારે બાજુ અંધકાર જ અંધકાર દેખાય છે. પોતાનાં પારકાં લાગવા માંડે છે. આવી સ્થિતિમાં મોટા ભાગના લોકો પોતાના દુઃખ-દર્દ અને દુર્ભાગ્યને માટે પોતાના ભાગ્યને ભાંડે છે કાંતો બીજાઓને દોષિત માની બેસે છે અથવા ભગવાનને ભાંડવા લાગે છે.

પરંતુ જીવન પ્રત્યેનો દષ્ટિકોણ બદલાતાં જ સ્થિતિ બદલાવા લાગે છે. અંતર-મનમાં પૂર્ણ સકારાત્મક ભાવ જાગતાં જ જીવનની કિતિજ પર આશાનાં કિરણો ફૂટવા લાગે છે, નિરાશા-હતાશાનો ગાદ અંધકાર કોણ જાણે ક્યાંય અદશ્ય થઈ જાય છે. જીવનમાં સાહસ-ઉત્સાહનો સંચાર થવા લાગે છે અને ઉમંગ-ઉલ્લાસનું ઝરણું વહેવા લાગે છે.

વાસ્તવમાં આશાભર્યો વિચાર જ જીવનની સૌથી મહત્ત્વપૂર્ણ શક્તિ છે. મનીષી અલેક્ઝેન્ડરના શબ્દોમાં, 'આશા' મનુષ્યની સૌથી મોટી સંપત્તિ છે. જો વ્યક્તિ તે ખોઈ બેસે તો જીવનનાવ ડૂબવા લાગે. કેમકે તેના વિના જીવનમાં અંધકાર, અભાવ અને અશક્તિ સિવાય કાંઈ જ સૂઝતું નથી. આશા જ ધોર અભાવ, વિષમતાઓ અને સંકટોની વચ્ચે જીવન નિર્માણનાં તત્ત્વોની શોધ કરે છે તથા આભાસી શાપને પણ આશીર્વાદમાં બદલી નાખવાનો ચમત્કાર કરે છે. નિરાશાવાદી, નકારાત્મક દષ્ટિકોણ રહેવાથી અનુકૂળ તકોમાં પણ પ્રતિકૂળતા દેખાય છે, જ્યારે આશાવાદી વિષમ પરિસ્થિતિઓમાં પણ અનુકૂળ અવસર શોધી લે છે.

મહાન વૈજ્ઞાનિક એડીસનની પ્રયોગશાળા એક ભીષણ અગ્નિકાંડમાં સંપૂર્ણપણે ભસ્મીભૂત થઈ ગઈ. જીવનભરની બહુમૂલ્ય શોધ-સામગ્રી તથા ઉપકરણો બધું જ સળગીને રાખ થઈ ગયું. આ ઉપરાંત આર્થિક નુકસાન થયું તે જુદું. સામાન્ય વ્યક્તિ તો આ આઘાતમાંથી જીવનભર બેઠો જ ન થાય, પરંતુ આશાની ભૂર્તિસમા એડીસનના ઉદ્દગાર કંઈક જુદા જ હતા, જે દરેક મનુષ્ય માટે એક અમૂલ્ય સંદેશ છે.

'આવા આઘાતોનું બહુ મહત્ત્વ છે. તેમાં આપણી ભૂલો સળગીને રાખ થઈ જાય છે. આપણે તેના માટે ઈશ્વરના ઋણી થવું જોઈએ કે આપણે હવે નવેસરથી જીવનની શરૂઆત કરી શકીશું.'

જો બનાવો આપણી અનુકૂળતા મુજબ ન બનતા હોય અને આપણને નિષ્ફળતા તથા નિરાશાનો સંદેશ આપતા હોય તો પણ હિંમત હારવાની કે હતાશ થવાની જરૂર નથી. સંઘર્ષના પંથે આપણે ભલે પડી જઈએ, માર ખાઈ બેસીએ તો પણ આપણે ભૂલવું ન જોઈએ કે કોઈપણ નિષ્ફળતા અંતિમ હોતી નથી. જો લક્ષ્ય પ્રત્યે અદમ્યભાવ અંતરમાં મોજૂદ હોય તો દરેક નિષ્ફળતા પડીને ફરીથી બેઠા થવા અને બમણા ઉત્સાહની સાથે આગળ ધપવા માટે આપણને પ્રેરણા આપે છે.

આમાં મહત્ત્વનું સત્ય એ પણ છે કે આપણે જીવનવ્યાપારની તમામ સંભાવનાઓને આપણી નજરસમક્ષ રાખીને વ્યાવહારિક દષ્ટિકોણ અપનાવીએ, નહિતર આપણા શક્તિ કરતાં વધારે બોજ ઉપાડવાના પ્રયાસમાં આપણે એટલી ખરાબ રીતે માર ન ખાઈ બેસીએ કે ઊભા થવાનો ઉત્સાહ જ ઠપ થઈ જાય. તેથી આપણી યોગ્યતા અને ક્ષમતાને અનુરૂપ જ પ્રાથમિકતાઓનું ઉચિત નિર્ધારણ કરવાની જરૂર છે. આનાથી આપણે અપેક્ષિત ધ્યેય તરફ સીડી ચડતાં ચડતાં ઉત્સાહ અને ઉમંગની સાથે આગળ ધપતા જઈએ, કેમકે વારંવારનો નિષ્ફળ પ્રયાસ વ્યક્તિને હતાશ કરી મૂકે છે. વ્યક્તિ હારી-થાકીને આશાહીનતાની સ્થિતિમાં મુકાઈ જાય છે. પોતાની શક્તિના વ્યયને કારણે પ્રયાસો કરવાનું જ છોડી દે છે અને કંઈ કેટલાય પ્રકારની ગ્રંથિઓથી ગ્રસાઈને મનોવિકારોનો ભોગ થઈ પડે છે. જીવન પ્રત્યેની શ્રદ્ધા એટલી હદે નાશ પામે છે કે તેની સાર્થકતાનો કોઈ આરો-ઓવારો સૂઝતો નથી અને ધોર નિરાશાની સ્થિતિમાં કોઈક કોઈક તો પોતાની જીવનલીલા

સમેટી લેવાનું આત્મઘાતક પગલું ભરી બેસે છે.

આશાવાદી મનુષ્ય વ્યાવહારિક વલણ અપનાવીને પોતાના જીવનની નાની નાની સફળતાઓને ક્રમશઃ આગળ ધપાવે છે. પોતાની કાર્યકુશળતા અને ઇચ્છાશક્તિને ક્રમશઃ વિકસાવતો જાય છે. તેમની આ પદ્ધતિ, જીવનમાં રચનાત્મકતાનો નિરંતર અખંડ પ્રવાહ બનીને તેઓને આગળ ધપાવે છે. નિરાશાવાદી મનુષ્ય જ્યાં એક દરવાજા બંધ જોઈને પ્રયાસ કરવાનું જ છોડી દે છે, ત્યાં આશાવાદી બીજા ખુલ્લા દરવાજા તરફ દૃષ્ટિ માંડે છે. નિરાશાવાદી જ્યાં સતત પરાજિત થતો જાય છે ત્યાં આશાવાદી પ્રાસંગિક નિષ્ફળતાઓ મળવા છતાં વિજયી બને છે.

હકીકતમાં તો જ્યાં સુધી આપણે આપણા જીવનના અર્થ અને સુખની શોધ માટે બાહ્ય વસ્તુઓ, વ્યક્તિઓ અને પરિસ્થિતિઓ પર નિર્ભર રહીએ છીએ, નિરાશાવાદી ભાવો જીવનમાં એક પ્રભાવક તત્વ બની રહે છે અને જ્યારે દૃષ્ટિ પોતાની અંદરના મૂળ પ્રવાહ તરફ વળવા લાગે છે ત્યારે નિરાશાનો અંધકાર વિખરાવા લાગે છે. આત્મનિરીક્ષણ, આત્મસુધારણા અને આત્મનિર્ભરતાના બળ પર આપણે આશાના અંતર્નિહિત પ્રવાહની તરફ આગળ ધપીએ છીએ જે આપણને બાહ્ય જીવનમાં પણ અંતર સંબંધી નક્કર સિદ્ધિઓથી સમૃદ્ધ કરે છે અને પ્રગતિના પંથ પર નિરંતર આગળ ધપવા માટે પ્રેરિત અને પ્રોત્સાહિત કરે છે.

અહીં આપણને પરમાત્માની કૃપા અને વરદાનની ભાવસભર અનુભૂતિ થાય છે, જે પ્રત્યેક કર્તવ્યપરાયાણ વ્યક્તિ

એકવાર એક બ્રાહ્મણે યુધિષ્ઠિરની પાસે જઈ દાનની યાચના કરી. યુધિષ્ઠિર રાજકાળમાં વ્યસ્ત હતા. તેથી બ્રાહ્મણને બીજે દિવસે આવવાનું કહ્યું. ભીમસેનને આ ન રુચ્યું. તેમણે સેવકોને બોલાવી બધાં મંગલ વાઘો વગાડવાની આજ્ઞા આપી અને પોતે પણ દુંદુભિ વગાડવા લાગ્યા. વાઘોનો અવાજ સાંભળી યુધિષ્ઠિર દોડી આવ્યા. તેમણે ભીમસેનને આમ કરવાનું કારણ પૂછ્યું. ભીમસેને કહ્યું, 'મહારાજ, આપે કાળને જીતી લીધો છે. તેની ખુશીમાં અમે આમ કરીએ છીએ. આવતી કાલે બ્રાહ્મણને બોલાવવાનો અર્થ એ જ છે કે આવતી કાલનો સમય આપના વશમાં છે' યુધિષ્ઠિર વાતનું હાર્દ સમજ્યા અને કહેવા લાગ્યા, 'સાચી વાત છે ભીમ, સારાં કાર્યો કરવામાં વિલંબ ન કરવો જોઈએ.'

માટે સુરક્ષિત છે. આપણા પ્રામાણિક પ્રયત્નોની સાથે પ્રભુપ્રેમ અને તેમના અચૂક ન્યાય વિધાન પ્રતિ શ્રદ્ધાભાવ ધારણ કરીને આપણે અનાયાસ જ આસ્તિકતા અને ધાર્મિકતાના પંથ પર આગળ ધપતા રહીએ છીએ. તે જ આપણને જીવનની સફળતા તથા સાર્થકતા તરફ લઈ જાય છે.



એક રાજા વનમાં ભ્રમણ કરવા નીકળ્યો. રસ્તો ભૂલી જવાથી ભૂખ અને તરસથી પીડિત થયેલ તે એક વનવાસીની ઝૂંપડી પર જઈ પહોંચ્યો. સમયસર મળેલા લૂખખા-સૂકા આતિથ્યથી તે તૃપ્ત થઈ ગયો. પાછ ફરતી વખતે તેણે તે વનવાસીને કહ્યું, હું આ રાજ્યનો રાજા છું. તમારી સજ્જનતાથી પ્રભાવિત થઈને તમને ચંદનનો એક બાગ આપું છું. આનાથી તમારું શેષ જીવન આનંદપૂર્ણ રીતે વ્યતીત થશે.

ચંદનનું વન તો તેને મળી ગયું પણ ચંદનનું શું મહત્વ છે અને તેનો કઈ રીતે લાભ-ફાયદો જિઠાવી શકાય તે સંબંધી તેને જાણકારી ન હોવાથી, વનવાસી ચંદનનું વૃક્ષ કાપીને તેના કોલસા બનાવી નગરમાં વેચવા લાગ્યો. આ રીતે ગમે તેમ પણ તેના ગુજરાનની વ્યવસ્થા તો થઈ ગઈ.

ધીમે ધીમે બધાં વૃક્ષો પૂરાં થઈ ગયાં. એકમાત્ર છેલ્લું વૃક્ષ બાકી રહ્યું. વરસાદને કારણે કોલસા ન બની શક્યા તો તેણે ચંદનનાં લાકડાં વેચવાનો નિર્ણય કર્યો. લાકડાંની ભારી લઈને તે જ્યારે બજારમાં પહોંચ્યો તો તેની સુગંધથી પ્રભાવિત થયેલા લોકોએ તેનું મોંઘું મૂલ્ય ચૂકવ્યું. આશ્ચર્યચકિત થયેલા વનવાસીએ જ્યારે આનું કારણ પૂછ્યું તો લોકોએ કહ્યું, આ ચંદનનું લાકડું છે અને ખૂબ જ મૂલ્યવાન છે. જો તારી પાસે આવાં જ બીજાં લાકડાં હોય તો તે વેચીને વિપુલ પ્રમાણમાં ધન પ્રાપ્ત કરી શકીશ.

વનવાસી પોતાની નાસમજ પર પસ્તાવો કરવા લાગ્યો. તેણે આટલું મોંઘું અને બહુ મૂલ્યવાન ચંદનનું વન કોડીના મૂલ્યે કોલસા બનાવીને વેચી દીધું. પસ્તાવો કરતા આ નાદાન વનવાસીને દિલાસો આપતાં એક વિચારશીલ વ્યક્તિએ કહ્યું, 'મિત્ર, પસ્તાવો ન કરીશ. આ આખી દુનિયા તારી જેમ જ અણસમજુ છે. જીવનની એકે એક ક્ષણ બહુ મૂલ્યવાન છે પણ લોકો તેને વાસનાઓ અને તૃષ્ણાઓના બદલામાં કોડીના મૂલ્યે ખોઈ દે છે. તારી પાસે જે એક વૃક્ષ બચ્યું છે, તેનો સદુપયોગ કરી લે તો પણ ઓછું નથી. બહુ ખોઈ બેસીને પણ અંતમાં જો કોઈ મનુષ્ય સાચવી લે તો તેને બુદ્ધિશાળી માનવામાં આવે છે.'

સ્વતઃ સરળતા અને આદિસ્વરૂપે પ્રાર્થના મનુષ્યની ઊંડી ઇચ્છાની અભિવ્યક્તિ છે, જેમાં આત્મ નિવેદન દ્વારા ઈશ્વરીય શક્તિને પ્રભાવિત કરવાનો યથેચ્છ પ્રયાસ કરવામાં આવે છે. આ ઇચ્છા કોઈક કામનાઓની પૂર્તિના સ્વરૂપમાં હોઈ શકે છે અથવા કોઈ ડર કે ભેષમ સામે સલામતીના રૂપમાં હોઈ શકે છે અને તે પોતાના ઉત્કૃષ્ટ રૂપમાં પોતાના ઇષ્ટદેવ સાથેના સંવાદની પ્રક્રિયા છે. જેમાં આત્મા બોલે છે અને વિશ્વાત્મા સાંભળે છે. સાંભળે છે એટલું જ નહિ તેનો પ્રત્યુત્તર પણ આપે છે. સ્પેનની સંત ટેરેસા (૧૬મી શતાબ્દી)ના શબ્દોમાં, પ્રાર્થના પોતાના અનન્ય ઈષ્ટની સાથે ગાઢ આત્મીયતાની અને સતત સંવાદની સ્થિતિ છે.

પ્રાર્થનાની આ ગૂઢતમ અવસ્થામાં સમસ્ત ધર્મોનો અલૌકિક પ્રાદુર્ભાવ થયો છે. વેદોની ઋચાઓ પ્રાર્થનાની આ સ્થિતિઓ ઋષિઓના અંતઃકરણમાં ગૂંચી હતી. ગીતાનો મહાપ્રસાદ શ્રી કૃષ્ણએ આ જ અવસ્થામાં અર્જુનને આપ્યો હતો. મીરાંના ગિરિધર ગોપાલ, રામકૃષ્ણ પરમહંસની કાલીમાતા આની જ ઉચ્ચતમ અભિવ્યક્તિ છે. ઈસ્લામનો ઉદ્ભવ પણ પ્રાર્થનાથી જ થયો છે. 'મુસ્લિમ' શબ્દનો અર્થ જ પ્રાર્થના છે. કુરાન પ્રાર્થનાનો ગ્રંથ ગણાય છે. ઈસ્લામ ધર્મમાં નમાઝ, પ્રાર્થનાનું જ એક રૂપ છે જે પ્રત્યેક મુસ્લિમને માટે અનિવાર્ય માનવામાં આવે છે. ખ્રિસ્તી ધર્મમાં દર રવિવારે પ્રાર્થના યોજાય છે. જાપાનનો પ્રસિદ્ધ ધર્મ શિન્તો સંપૂર્ણપણે પ્રાર્થના પર આધારિત છે. ખ્રિસ્તી સંત આગસ્ટીન દ્વારા પ્રવર્તિત 'કન્ફેશન (Confession) સર્જનહારની સાથે સંવાદના રૂપમાં એક લાંબી પ્રાર્થના જ છે.

ધર્મભાવનાનો ઉદ્ભવ પ્રાર્થનાથી જ થાય છે એ સુનિશ્ચિત સત્ય છે. અમેરિકાના દાર્શનિક વિલિયમ જેમ્સના શબ્દોમાં, પ્રાર્થના વિના ધર્મની કલ્પના પણ અશક્ય છે. ધર્મમાં પ્રાર્થનાનું એ જ કેન્દ્રસ્થાન છે જે દર્શનમાં તર્કબદ્ધ વિચારશીલતાનું. ૧૯મી સદીના જર્મન દાર્શનિક લુડવિગ ફ્યુરવેય પોતાના સારગર્ભિત નિષ્કર્ષને રજૂ કરતાં કહે છે કે ધર્મનો સર્વોચ્ચ સાર તેની સરલતમ ક્રિયા દ્વારા પ્રગટ થાય છે એ છે- 'પ્રાર્થના.'

મનોવૈજ્ઞાનિકોના મતાનુસાર આ પ્રક્રિયા અવ્યક્ત

મનમાંથી પ્રગટેલી ચેતનાની એક લહેર માત્ર છે, જેને ગાઢ આત્મસંકેત (Auto Suggestion) પણ કહી શકીએ અને એનો આધાર વ્યક્તિનું ગુપ્ત મન છે. વિલિયમ જેમ્સ અને મનોવિદ્ જેસ સેગ્રેડે પ્રાર્થનાને અચેતન મનના ભાવનાત્મક વહેણના રૂપમાં પરિભાષિત કરી છે. અને તેને મનની અદૃશ્ય સત્તાના સંવાદમાં આવનાર અંતઃસ્ફોટ કહ્યો છે. સમાજશાસ્ત્રી ધાર્મિક વાતાવરણને એનું મુખ્ય કારણ માને છે, જે વ્યક્તિના આધ્યાત્મિક વ્યવહારને પ્રેરે છે.

સર્વસામાન્ય અને વ્યાવહારિક અર્થમાં પ્રાર્થના હૃદયનો આર્ત પોકાર છે. જ્યારે વ્યક્તિ જીવનમાં દુઃખ-કષ્ટ, આઘાત-પ્રત્યાઘાતો અને દુઃસાધ્ય જટિલતાઓથી ત્રસ્ત થઈ જાય છે અને જ્યારે તેના પુરુષાર્થ અને આશાની સરહદો તૂટી જાય છે અને કોઈ સહારો દેખાતો નથી ત્યારે તે શક્તિ, પ્રેમ અને કરુણાના સર્વોચ્ચ આદર્શ (ઈષ્ટ દેવ-ભગવાન ગુરુ-દેવશક્તિ)ની મનમાં સ્થાપના કરે છે. તેની સમક્ષ પોતાની અંતર્વેદનાનું આલેખન કરે છે. મનના ગૂઢતમ ક્ષેત્રમાં પરમાત્માની અનંત, અદ્ભુત અને અતુલનીય શક્તિ વાસ કરે છે. પ્રાર્થનાથી આપણે આ આંતરિક શક્તિકેન્દ્ર તરફ ઉન્મુખ થઈએ છીએ. અહીંથી એક એવું બળ અને ઉત્સાહ પ્રાપ્ત થાય છે જે શરીરના અણુઅણુમાં અદ્ભુત બળનો સંચાર કરે છે, આત્માની જ્યોત જગાવે છે, મનને પુરુષાર્થથી ભરી દે છે. એક એવી શાંતિદાયક લહેર પ્રસરાવે છે જે પ્રાર્થના કરનારને ચેતન્યમય અને નિર્ભય બનાવી દે છે. ઇ.એચ. ચૌમિનના શબ્દોમાં, પ્રાર્થના કર્યા વિના મનુષ્ય રહી શકતો નથી. આ હૃદયમાંથી પ્રગટતો સહજ અને સ્વયંસ્ફુરિત પોકાર છે. સ્વેચ્છીનના શબ્દોમાં, હતાશામાં, પરંતુ ભાવોના ઊંડાણમાંથી ઊઠતો પોકાર એ અદૃશ્ય ચેતન્ય સત્તા સાથે આત્માનું એક સહજ નિવેદન બને છે-જે પ્રાર્થના છે.

આ રીતે પ્રાર્થના જીવનનો સહજ પરંતુ મહાન આધાર છે. તે વિષમ સંકટો-દુઃખો, દુર્ભાગ્ય, કુયોગો અને હૃદયભેદક અને અસહ્ય કષ્ટોમાં ટકી જવાની શક્તિ પ્રદાન કરે છે અને આશાની જ્યોતને પ્રજ્વલિત રાખે છે. એટલા માટે મહાત્મા ગાંધી કહેતા, 'પ્રાર્થનાએ કેટલીય અગ્નિપરીક્ષાઓમાંથી મારો ઉદ્ધાર કર્યો છે. જે ક્ષણે મેં મારી જાતને પ્રભુના હાથમાં સોંપી

દીઘી તે જ ક્ષણે એક પ્રશાંત લહર મારી અંતર્યેતનામાં દોડી ગઈ અને મને બધું જ સહન કરવાની શક્તિ મળી ગઈ. મારી ઈશ્વરની તૃષ્ણાને માત્ર એક ભાવભરી પ્રાર્થના જ સંતોષી શકે છે.

અજ્ઞાનની સાથે ભય, ભ્રમ, કષ્ટ અને જંગળ જોડાયેલાં છે.

પ્રાર્થનાની અદ્ભુત શક્તિ જીવનરૂપી વૃક્ષનાં મૂળિયાંનું ભરપૂર પોષણ કરે છે. કેમકે તે જીવનના આદિ સ્રોત સાથે વ્યક્તિનો સંબંધ જોડે છે. આ જ કારણે મનીષી અલેક્સ કેરલે કહ્યું છે, પ્રાર્થના સૌથી વધુ શક્તિશાળી ઊર્જા છે જેને માણસ પેદા કરી શકે છે. શરીરશાસ્ત્રી ભલે માનવ શરીર અને મસ્તક પર તેના પ્રભાવને ગ્રંથિઓના સ્નાયુરૂપે દર્શાવે પણ તેના પરિણામ સ્વરૂપ શારીરિક સશક્તતા, બૌદ્ધિક પ્રખરતા, નૈતિક સાહસ અને માનવીય સંબંધમાં અંતરમાં સ્થિત ગહન સાર્થકતા બધું જ જીવંત બની રહે છે. પ્રાર્થના એ જીવનને વિધેયાત્મક રીતે જીવવાનો એક ઉપાય છે. પ્રાર્થનાથી સભર જીવન જ વાસ્તવમાં સાચું જીવન છે. પ્રાર્થના નિશ્ચિતરૂપે આત્માને માટે ટોનિકની જેમ કામ કરે છે અને જીવનને જીવંત અને સાર્થક બનાવે છે. પ્રાર્થના વિના જીવનની શી સ્થિતિ અને શી ગતિ થાય છે તે અંગ્રેજ કવિ ટેનીસનના શબ્દોમાં જ સાંભળીએ : 'પ્રાર્થના વિના મનુષ્ય પશુપક્ષીઓ જેવો અબુધ છે પ્રાર્થના જેવી મહાશક્તિ પાસે કામ ન લેતાં પોતાની કહેવાતી શાનમાં રહીને આપણે ખરેખર મોટી મૂર્ખતા આચરીએ છીએ. આ જ આપણી વિડંબના છે.'

આ વિડંબનાથી ઉગરવા માટે દરેક વ્યક્તિએ તેનો આધાર લેવો જોઈએ. આ સૃષ્ટિની રચયિતા, તેનું લાલન-પાલન કરનારી આપણી આદિ કારણ મહાશક્તિ સાથે સંપર્ક સાધવાનો આ જ એક ઉપાય છે. આ જ અલૌકિક સામ્રાજ્યમાં પ્રવેશ કરવા માટેનું એકમાત્ર માધ્યમ છે. ટી.એસ. બુક્સના શબ્દોમાં, 'સ્વર્ગના સૌથી મધુર અને શ્રેષ્ઠ પુષ્પઉપહારરૂપે ભગવાન પોતાના ભક્તને ત્યારે જ આપે જ્યારે તે ઘૂંટણભેર હોય અર્થાત્ પ્રાર્થનામય હોય. પ્રાર્થના સ્વર્ગનું દ્વાર છે, તે અલૌકિક સૌંદર્યની અને આનંદની દિવ્ય ભૂમિમાં પ્રવેશ છે.' જેમને પ્રાર્થના કરતાં આવડ્યું તે જપ-તંત્ર-મંત્ર-તંત્ર વિના જ પરાશક્તિ સાથે તાદાત્મ્ય સ્થાપી લે છે.

આ રૂપમાં પ્રાર્થનાનું કેન્દ્રીય તત્ત્વ અંતરના ઊંડાણમાંથી ઊપજેલી ભાવના છે. વ્યક્તિની શ્રદ્ધા-ભાવના સંયુક્ત પ્રાર્થના શબ્દો વિના પણ થઈ શકે છે, પરંતુ હૃદય વિના

થઈ શકતી નથી. ગાંધીજીના શબ્દોમાં, 'પ્રાર્થનામાં ભાવહીન શબ્દો કરતાં, શબ્દહીન હૃદય વધારે સારું છે.' જીવનને પ્રાર્થનાના મહાન અવલંબનથી સભર બનાવવા માટે માત્ર હૃદયના ભાવક્ષેત્રને જગાડવાની આવશ્યકતા છે, જેની વ્યાકુળતામાં પ્રાર્થનાનો મર્મ છુપાયેલો છે.

+++

ભગવાન શ્રીકૃષ્ણની પાસે દુર્યોધન અને અર્જુન બન્ને પહોંચ્યા. મહાભારતના યુદ્ધ પૂર્વે કૌરવો અને પાંડવો બન્ને કૃષ્ણને પોતાના પક્ષમાં લેવા ઇચ્છતા હતા. દુર્યોધન પહેલાં પહોંચ્યો અને પોતે અભિમાનથી, સૂતેલા શ્રીકૃષ્ણના ઓશિકા પાસે બેઠો. પછીથી અર્જુન આવ્યો તે સહજ શ્રદ્ધાભાવથી ભગવાન શ્રીકૃષ્ણના પગ પાસે બેસી ગયો. શ્રીકૃષ્ણ જાગૃત થયા. અર્જુન પર તેમની દૃષ્ટિ પડી. ક્ષેમકુશલ સમાચાર પૂછીને અભિપ્રાય પૂછવા જતા હતા કે દુર્યોધન બોલી ઊઠ્યો, 'પહેલાં હું આવ્યો છું. મારી વાત પહેલાં સાંભળો. શ્રીકૃષ્ણ ગૂંચવાગમાં પડી ગયા-બોલ્યા, અર્જુન વયમાં નાનો છે માટે પ્રાધ્યાન્ય તો તેને જ મળશે, પણ તમારી માગણી પણ હું પૂરી કરીશ. એક બાજુ હું છું અને બીજી બાજુ મારી ચતુરંગી સેના છે. બોલ અર્જુન, તું આ બંનેમાંથી શું લેવા ઇચ્છે છે ? પસંદગીની સ્વતંત્રતા હતી. કોણ શું માગે છે તે વિવેક આધીન હતું. કોણ શું માગે છે, ઈશ્વરની કૃપા અથવા તેમનો વૈભવ ?

અર્જુને કહ્યું, ભગવાન ! હું તો આપને જ મારે પક્ષે માગીશ. ભલે પછી આપ યુદ્ધ ન લડો. બસ આપનો સાથ જ પર્યાપ્ત. દુર્યોધન મનમાં ને મનમાં અર્જુનની આ મૂર્ખતા પર પ્રસન્ન થયો અને શ્રીકૃષ્ણની વિશાળ અપરાજિત સેના મેળવીને ખુશ થયો. અનીતિમાન દુર્યોધન ઈશ્વરીય સમર્થનવાળા અર્જુન જેની સાથે નિઃશસ્ત્ર શ્રીકૃષ્ણ હતા તેમના દ્વારા માત્ર પરાજિત જ ન થયો પણ મહાભારતના યુદ્ધમાં બાંધવો સહિત પોતે પણ માર્યા ગયો. દુર્યોધનની માફક અનીતિ પસંદ કરનાર અને અર્જુનની જેમ ઈશ્વરીય કૃપાને યાચનાર તત્ત્વો દરેક મનુષ્યના અંતરમાં છે. એકને વિવેક અથવા સદ્બુદ્ધિ અને બીજાને અવિવેક અથવા દુર્બુદ્ધિ કહી શકીએ. કોની પસંદગી કરવી તે વ્યક્તિની સ્વતંત્રતા છે.



માણસને જીવન સૌથી વધુ પ્રિય છે. મૃત્યુની સામાન્ય કલ્પના કરતાં પણ તે ગભરાય છે. યક્ષે પ્રમ્ન પૂછતા યુધિષ્ઠિરે જીવનના મોહ અને મૃત્યુના ભયને સૌથી મોટું આશ્ચર્ય ગણાવ્યું હતું. મનુષ્ય મૃત્યુના અટલ સત્યને જાણવા છતાં પણ મૃત્યુથી ડરતો ફરે છે. પરંતુ આજે આ સૌથી મોટું આશ્ચર્ય એક સામાન્ય વાત બની રહી છે, જ્યારે આપણે દરરોજ વર્તમાનપત્રોમાં એવી કેટલીય ઘટનાઓને સાહજિક ક્રમમાં વાંચીએ છીએ, જેમાં વ્યક્તિ પોતે જ આત્મહત્યા જેવા જઘન્ય કૃત્ય દ્વારા પોતાની જીવનલીલા સમાપ્ત કરી દે છે.

વિશ્વ સ્વાસ્થ્ય સંગઠન અનુસાર વિશ્વમાં દર વર્ષે સાત લાખથી વધારે લોકો આત્મહત્યા દ્વારા મૃત્યુ પામે છે. અર્થાત્ દરરોજ લગભગ ૨૦૦૦ વ્યક્તિ આત્મહત્યા કરે છે. તેના જ એક અહેવાલ અનુસાર વર્ષ ૧૯૮૪થી ૧૯૯૪ દરમિયાન ભારતમાં આત્મહત્યા કરનારાઓની સંખ્યામાં બે ગણો વધારો નોંધાયો છે અને પ્રત્યેક લાખ વ્યક્તિ દીઠ આ દર ૬.૮ થી ૯.૯ સુધી વધ્યો છે. ગત દસકામાં આત્મહત્યાનો પ્રયાસ કરનારાઓમાં નવ ગણી વૃદ્ધિ થઈ છે. મહાનગરોમાં ચેન્નાઈ (મદ્રાસ) અને બેંગલોરમાં સૌથી વધુ ૨૧.૨ ટકા દર રહ્યો છે. તે પછી મુંબઈ ૧૪-૧૫ ટકા દર રહ્યો છે. મહાનગરોમાં જયપુરનો ઓછામાં ઓછો ૧.૪ ટકા દર રહ્યો છે.

ભારત કરતાં વિકસિત દેશોમાં અને થોડાક વિકાસશીલ દેશોમાં આત્મહત્યાની સમસ્યા તેથી વધુ ગંભીર છે. દક્ષિણ એશિયામાં શિક્ષણ અને સ્વાસ્થ્યની દૃષ્ટિએ વિકસિત મનાતો દેશ શ્રીલંકા આ સંદર્ભમાં સૌની આગળ છે. ૧૯૯૧માં ત્યાં આત્મહત્યા કરનારની સંખ્યા દર લાખ વ્યક્તિદીઠ ૪૧ની હતી. પાછલાં પચાસ વર્ષોમાં ત્યાં વસતિમાં માત્ર ૩% વૃદ્ધિ થઈ છે, જ્યારે આત્મહત્યાના દરમાં ૫૦% વૃદ્ધિ થઈ છે. મરનારાઓમાં મોટાભાગે ૬૦ વર્ષથી વધુ ઉંમર ધરાવતા વૃદ્ધો હતા. ૧૯૮૩થી આજ સુધી પાછલાં ૧૫-૧૬ વર્ષોમાં જાતીય અને ગૃહયુદ્ધમાં લગભગ ૫૦,૦૦૦ વ્યક્તિઓને મારી નાખવામાં આવી ત્યાં આત્મહત્યાને કારણે આનાથી ક્યાંય વધારે ૬૦,૦૦૦ વ્યક્તિઓ મરી ગઈ.

ભૂતપૂર્વ સામ્યવાદી દેશોમાં પણ સ્થિતિ વધુ ખરાબ છે. સામાજિક અને આર્થિક સ્થિતિમાં ઝડપથી પતન થવાને કારણે

રશિયામાં આત્મહત્યા કરનારાઓમાં ચાર ગણી વધારે વૃદ્ધિ થઈ છે. ફિનલેન્ડનો આત્મહત્યાનો દર ભારતથી ત્રણ ગણો વધારે અને ફ્રાન્સ તથા સ્વિટ્ઝર્લેન્ડનો દર બે ગણો વધારે છે.

અમેરિકામાં વસતિના એક ટકા લોકો આત્મહત્યા કરીને મરે છે. અહીં આત્મહત્યા, મૃત્યુનાં આઠ મુખ્ય કારણોમાંનું એક કારણ છે. ૧૫થી ૨૪ વર્ષના કિશોરો અને યુવાનોમાં આમ મરવાનું બીજું મુખ્ય કારણ છે. અહીં પુરુષો કરતાં ત્રણ ગણી વધુ મહિલાઓ આત્મહત્યાનો પ્રયાસ કરે છે, પરંતુ મહિલાઓથી ત્રણ ગણા વધારે પુરુષો આત્મહત્યા કરીને મરે છે. પાછલાં ૧૫ વર્ષોમાં ૧૫થી ૪૪ વર્ષના યુવાનોમાં બેથી ત્રણ ગણી વૃદ્ધિ થઈ છે. અમેરિકામાં બે લાખ વ્યક્તિઓ દર વર્ષે આત્મહત્યા કરવાનો પ્રયાસ કરે છે, જેમાં ૨૬૦૦૦ જ સફળ થઈ શકે.

આપણા દેશમાં શિક્ષણ, સ્વાસ્થ્ય અને આર્થિક રીતે સૌથી વધુ વિકસિત રાજ્ય 'કેરળ' એક અદ્વિતીય ઉદાહરણ છે. જેના વિકાસનો નમૂનો અર્યાનો વિષય છે, પરંતુ અહીં આત્મહત્યા કરનારાઓની સંખ્યા સૌથી વધુ છે, જે લગભગ લાખ દીઠ ૨૫ની છે. આ દેશની વસતિના પ્રમાણમાં અઢી ગણું વધારે છે. મનોચિકિત્સક ડૉ. સૂરજમણિના મંતવ્ય મુજબ કેરળમાં ખૂબ ઝડપથી વધતું જતું, શહેરીકરણ, એટલા જ પ્રમાણમાં ઝડપથી લુપ્ત થતો સંયુક્ત પરિવાર અને અન્ય પારંપરિક સહાયક ઢાંચો આનાં મુખ્ય કારણો છે, સમાજશાસ્ત્રી જૈન કટકચમના મત અનુસાર કેરળમાં વધતી જતી સામૂહિક આત્મહત્યાઓની પાછળ મૂળ કારણ ગરીબાઈની સાથોસાથ વધતી ભોગલાલસા છે. મધ્યમ અને ઉચ્ચ આવક ધરાવતો વર્ગ પણ આ જ કારણસર આત્મહત્યામાં ફસાતો રહે છે. ઉપભોગવાદી સંસ્કૃતિએ બધાને ધનલોલુપતાની આંધળી દોડમાં બેડી દીધા છે. તેઓ એવી સાધનસામગ્રી ખરીદે છે જેનાથી તેઓ પોતાના પડોશી, મિત્રો અને સગાંસંબંધીઓની સમકક્ષ જીવન જીવવાની લાલસા પૂરી કરી શકે. આને લીધે તેઓ કાં તો દેવાના બોજ નીચે દબાઈ જાય છે અથવા તે કક્ષાનું જીવન જીવવામાં નિષ્ફળ નીવડે છે. પરિણામે નિરાશા, હતાશા અને વિષાદના ધોર અંધકારમાં ઘેરાઈ જાય છે અને આત્મહત્યા જેવા ઘૃણિત કૃત્યમાં સંડોવાઈ જીવનની સમાપ્તિ કરી દે છે.

કેરળ ઉપરાંત ત્રિપુરા, તામિલનાડુ, પશ્ચિમ બંગાળ, મહારાષ્ટ્ર, અને કર્ણાટકનો આ બાબતમાં મૃત્યુદર સરેરાશથી વધુ છે. વધતી જતી સામાજિક અને આર્થિક વિષમતા એનું મુખ્ય કારણ મનાય છે. વિકાસ કાર્યોની ક્ષતિયુક્ત નીતિને કારણે એક વિશેષ સમૂહને હાથે ખરીદશક્તિના કેન્દ્રીયકરણથી સમાજનો મોટો વર્ગ હતાશા, નિરાશા અને વિષાદમાં જીવી રહ્યો છે. વધતી જતી વસતિ અને ઘટતાં જતાં સંસાધનો સાથે ઉદારતાવાદી આર્થિક નીતિઓએ આ સામાજિક સ્થિતિને વધુ જટિલ-મૂંઝવણભરી બનાવી દીધી છે. તેને કારણે જ્યાં જેટલું ભૂમિનું ભૂમિકરણ થયું ત્યાં આત્મહત્યા કરનારાઓની સંખ્યામાં વધારો થયો. આંધ્રપ્રદેશ, તામિલનાડુ વગેરે રાજ્યોના અન્ય ક્ષેત્રોમાં ખેડૂતો દ્વારા થતી આત્મહત્યાની ચોંકાવનારી ઘટનાઓ આ સંદર્ભમાં જોઈ શકાય. અહીં વિદેશી જીવન પુશાલીની સાથોસાથ મોતનો સંદેશ લઈ આવ્યું છે.

ગરીબાઈની સાથે દાડને પણ આત્મહત્યાનું એક મુખ્ય કારણ માનવામાં આવે છે. શ્રીલંકાના માલોન્નરુબા જિલ્લામાં આર્થિક તંગી એક કારણ હતું પરંતુ સાથોસાથ દાડ પણ એક મુખ્ય કારણ હતું. સારી ખેતીની ઊપજ સાથે ત્યાંના ખેડૂતોમાં શરાબ પીવાની લત વધી ગઈ હતી. પછીથી જ્યારે ખેતીનો પાક સારો ન ઊતર્યો ત્યારે દાડની આ લતે આર્થિક તબાહી નોતરી અને દાડની અતિશય ખપત અનેક રીતે આત્મહત્યાનું કારણ બની.

વ્યક્તિનું શિક્ષણ, વ્યવસાય અને સામાજિક સ્થિતિનો પણ આત્મહત્યા સાથે નજીકનો સંબંધ જોવા મળ્યો છે. ઉચ્ચ પ્રશિક્ષિત વ્યાવસાયિકો, ઈજનેરો, ડોક્ટરો અને વિશ્વવિદ્યાલયો, તબીબી અને ઈજનેરી કોલેજોના વિદ્યાર્થીઓમાં આત્મહત્યા ધારણ કરતાં વધુ પ્રમાણમાં જોવા મળી છે. કદાચ વિકૃત જીવન પદ્ધતિનું દબાણ, તણાવ આ અંગે જવાબદાર હોઈ શકે. બીજી બાજુ ગામમાં વસનારાઓ, ધર્મમાં શ્રદ્ધા ધરાવનારાઓ, વિવાહિતો અને મહિલાઓમાં આત્મહત્યાનો દર ઓછો જોવા મળ્યો છે. આનાથી સ્પષ્ટ થાય છે કે શહેરની દોડધામભરી જિંદગીનો ખોજ, તૂટતાં જતાં માનવી મૂલ્યો, કાયમી એકલતા, જીર્ણ થતી જતી સામાજિક દીવાલો, ભગવાવેશ થતી આશાઓ, વિખરાતી જતી ધાર્મિક નિષ્ઠાઓ-વધતી જતી આત્મહત્યાના મૂળમાં છે. સંપન્ન વર્ગમાં વધતી જતી આત્મહત્યાની વૃત્તિ પાછળ કહેવાતું ઉદારીકરણ, પશ્ચિમીકરણ અને આધુનિકતાની હવા

કારણભૂત ગણી શકાય.

કદાચ આ જ કારણે સૌથી વધુ હત્યાઓ એટલે કે આત્મહત્યા, આરિત્યવિષયક પતન અને સંપત્તિની અન્યાયી વહેંચણીને કારણે થાય છે. દૃષ્ટાન્ત તરીકે, દિલ્હીમાં ૩૫૨ સ્ત્રીઓએ અને ૪૩૪ પુરુષોએ કરેલી આત્મહત્યાઓમાં ૧૦૦ સ્ત્રીઓ અને ૨૪૦ પુરુષોની આત્મહત્યા પાછળ ગોપિત કારણોમાં તેમના જીવનસાથીની આરિત્યવિષયક બેવફાઈ દર્શાવવામાં આવી છે-અપરાધ રેકૉર્ડ બ્યૂરોના અહેવાલમાં જણાવ્યું છે કે મહાનગરોના પુરુષો અને મહિલાઓના કુચરિત્રની ઘટનાઓ વધી રહી છે. પરિણામે આત્મહત્યાઓમાં ઝડપથી વધારો થયો છે. ઉપભોગની અતૃપ્ત ઇચ્છાઓ વ્યક્તિને ઝડપથી સામાજિક અને આરિત્યક પતનને માર્ગે દોરે છે. આ ઇચ્છાઓની પૂર્તિ માટે લોકો ટૂંકો માર્ગ અપનાવે છે અને નિષ્ફળતા મળતાં આત્મહત્યાનો માર્ગ લે છે જે કોઈ રીતે યોગ્ય નથી.

પરંતુ આ બાબત પૂરેપૂરી ત્યારે જ સમજી શકાય જ્યારે ચોક્કસપણે એ સમજ કેળવાય કે 'જીવન' એ વિદ્યાતાએ બક્ષેલું સર્વોત્તમ વરદાન છે. આમાં ઊંડી સાર્થકતા અને ગહન અર્થ છુપાયેલાં છે જેને ઉજાગર કરવાં જોઈએ. આ ઉદ્દેશ તરફ આગળ ધપનાર દરેક વ્યક્તિ ભગવદ્ગીતાના સ્વરોમાં આ જ મંત્ર ગણાવે છે કે ચં લઙ્ઘ્વા ચાપરં લામં મન્યતેનાધિકંતતઃ । સાચેસાચ જીવન અમૃત છે તેને નિરર્થક વેડફી ન દઈએ, પરંતુ તેની સાર્થકતાની ખોજ કરીએ.



મહાભારતના યુદ્ધ વચ્ચે અર્જુનના હાથમાંથી ગાંડીવ સરી પડતાં, તેનું મુખ શુષ્ક જોતાં શ્રીકૃષ્ણ અકળાઈ ઊઠ્યા. કથની અને કરણી વચ્ચેનો વિરોધ તેમનાથી સહન ન થઈ શક્યો. ભવાં તાણીને તેઓ બોલી ઊઠ્યા.

કુતસ્વા કશ્મલમિદં વિષમે સમુપસ્થિમ્ ।

હે દુર્ભાગી ! આ વિષમ સંજોગોમાં આ પ્રકારની કૃપણતા અને કિંકર્તવ્યમૂઢતા તારા મન અને મગજમાં કેમ કરીને પેદા થઈ ? દિશાભાન ભૂલેલા અર્જુનની આંખો ખૂલી અને છલકાતા ઉત્સાહે ગાંડીવધારી અર્જુનને મહાભારતના વિજયનું શ્રેય બક્ષ્યું. કાર્ય તો ઈશ્વરીય ચેતનાએ જ કર્યું પણ ભગૂત અને ઉદ્ભવેલ સત્સાહસનો પ્રાદુર્ભાવ જ પરિણામની પૂર્વભૂમિકા રચી શકી.

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

અંદરની કિતાબ પણ વાંચો

તમે ઘણાં પુસ્તકો વાંચો છો તે સારું છે. તમે વિદ્વાન અને પ્રતિષ્ઠિત છો, તે પણ સારું છે, પરંતુ જો તમે અંદરની કિતાબ વાંચી નથી, તો ત્યાં સુધી તમે અભણ જ છો. માટે તમે અંદરની કિતાબ વાંચો.

એક પહોંચેલા સંત મહાત્માની પ્રશંસા સાંભળીને એકવાર કોલેજના એક પ્રોફેસર મહાશય દર્શન માટે તેમની પાસે ગયા. મહાત્મા પ્રસન્નતાથી પોતાની કુટીરમાં બેઠા હતા. તેમની મુખમુદ્રા શાંત અને પ્રસન્ન હતી, જેથી એ સ્પષ્ટ દેખાતું હતું કે તેઓ પહોંચેલા સંત છે. પ્રોફેસરજીએ સંતને પૂછ્યું, “આપે ઉપનિષદ્ ગીતા અને અન્ય ગ્રંથો વાંચ્યા છે, આપે વેદ અને દર્શનશાસ્ત્રોનું અધ્યયન કર્યું છે ?” પ્રસન્ન સાંભળીને મહાત્મા જોરથી હસ્યા અને કહ્યું, “બાબા અંદરની કિતાબ વાંચો.” આ ઉત્તરમાં સ્પષ્ટોક્તિ અને સત્ય છે. સંત સાથે આત્મા, પરમાત્મા અને મોક્ષ વિશે શાસ્ત્રાર્થ કરવાની પ્રોફેસરની ઇચ્છા હતી, પરંતુ આ ઉત્તરે પ્રોફેસરજીની ઇચ્છા પૂરી ન થવા દીધી.

તમે બાહ્ય આંખોથી કેટલાંક પુસ્તકો વાંચી લેવા માત્રથી પોતાને એ લાયક માની રહ્યા છો કે તમને બ્રહ્મ અને અધ્યાત્મ વિશે ચર્ચા કરવાનો અધિકાર છે. આ તમારી ભૂલ છે.

અધ્યાત્મચર્ચાનો અધિકાર બધાને છે. તેની સાથે જ એ પણ સત્ય છે કે જેનામાં પ્રપત્તિ એટલે કે ઈશ્વર શરણાગતિની ભાવના જાગૃત થઈ ગઈ છે તે જ અધ્યાત્મચર્ચાનો અધિકારી હોઈ શકે છે. અર્જુને જ્યારે પોતાની જાતને ભગવાનનાં ચરણોમાં અર્પણ કરી દીધી ત્યારે ભગવાન શ્રીકૃષ્ણે તેને ગીતાનો ઉપદેશ સંભળાવ્યો. “શિષ્યસ્તેઽહં શાઘિમાં ત્વાં પ્રપન્નમ ।”

જે મનુષ્ય પોતાની વિદ્યા અથવા પુસ્તકિયા જ્ઞાનના બળ પર અભિમાન કરે છે, તે અધ્યાત્મથી ઘણો દૂર છે. આ અભિમાનને નિમૂળ કરવા માટે અંદરની કિતાબ વાંચો.

આ પુસ્તક વાંચવા માટે તમારે બહારની આંખો બંધ કરવી પડશે અને સાથે જ જાગૃત રહેવું પડશે. જો બહારની આંખો બંધ કર્યા બાદ તમે સૂઈ ગયા, તો તમારો ઉદ્દેશ પૂરો થશે નહિ અંદરની કિતાબ વાંચવા માટે વધુ જાગૃતતાની આવશ્યકતા રહે છે. અંદરની કિતાબ જો તમે એકવાર વાંચી લો તો બધું ફિકું લાગશે. આ કિતાબને તમે ક્યારેય છોડશો નહીં.

આ કિતાબ વાંચતાં-વાંચતાં ઈસુ ખુશીથી શૂળીએ ચઢી ગયા. ભગવાન બુદ્ધે બોધિવૃક્ષ નીચે બેઠાં-બેઠાં છ વર્ષ છ ક્ષણ સમાન વીતાવ્યાં. ઋષિ દયાનંદે વિષ્ણુ પાન કરીને મૃત્યુ સમયે ‘ઈશ્વર તારી ઇચ્છા પૂરી થાય’ના જે સૂત્રનો ઉદ્દોષ કર્યો હતો, તેનું કારણ પણ એ જ હતું. વૃદ્ધ અને ક્ષીણ કાયા ધરાવતા વિનોબા પગપાળા એક ગામથી બીજે ગામ ફરતા રહ્યા, તેઓ પણ અંદરની કિતાબ વાંચતા રહ્યા.

અંદરની આ કિતાબ અનેક જન્મોમાં પૂરી થાય છે. ભગવાન શ્રીકૃષ્ણે જે “અનેક જન્મસંસિદ્ધ તતો યાતિ પરાં ગતિમ્” કહ્યું છે, તેનો પણ અર્થ એ જ છે.

જે વ્યક્તિ આ માર્ગનો માત્ર જિજ્ઞાસુ છે, તે પણ બાહ્ય પુસ્તકોનાં અસંખ્ય પાનાં વાંચનાર કરતાં ઉત્તમ છે. “જિજ્ઞાસુરપિ યોગસ્ય શબ્દ બ્રહ્માડતિ વર્તતે” ગીતા.

જે પુસ્તકો તમારા આ કાર્યમાં એટલે કે અંદરની કિતાબ વાંચવામાં સહાયક હોય, તેમને પણ પોતાનો સહાયક સમજો. આ આવશ્યકતાની પૂર્તિ માટે યુગ સાહિત્ય અત્યંત સહાયક તથા પ્રેરક છે. એટલું નક્કી સમજો કે માનવશરીર પ્રાપ્ત કરીને તમે અંદરની કિતાબ વાંચો.

સંસારના મહાપુરુષ અને સંત મહાત્મા તથા શાસ્ત્રો આ સત્યનાં સાક્ષી છે. વિશ્વાસ રાખો. અંદરની કિતાબ વાંચો.



રસ્તો રોકીને ઊભેલા ડાકુ વાલ્મીકિને સખ્ત-ઋષિઓએ એટલું જ તો પૂછ્યું હતું કે શું તમારાં સગાં-સ્વજન-સંબંધી, તમે કરેલાં પાપોમાં પણ એટલાં જ ભાગીદાર બનશે જેટલાં તેઓ સુભવૈભવના ભાગીદાર છે ? તેમની પત્ની અને બાળકો સુદધાંએ તેનો નકારાત્મક જવાબ વાળ્યો ત્યારે તેમને પોતાની સાચી સ્થિતિનું ભાન થયું. આત્મપ્રગતિનો મંત્ર ઋષિગણો પાસેથી મેળવીને તેમણે પોતાનો જીવનપ્રવાહ પલટાવી દીધો અને તેઓ સંત વાલ્મીકિ બની ગયા. નરક તરફ અભિમુખ થયેલો ડાકુ, પોતાની વિવેકબુદ્ધિના સત્પરામર્શને સહારે સાચી દૃષ્ટિ અને સમજ કેળવી શક્યો અને આદિકવિ રૂપે ઇતિહાસમાં અમર બની ગયો.

ફિનાઈલ છાંટી તેની નિયમિત સફાઈ થવી જોઈએ, લાલ દવાથી હાથ ધોઈ તેનું દૂધ કાઢવું જોઈએ. દુધાળુ ગાયને દરરોજ ૮ કિલો જેટલું કન્સન્ટ્રેશન (નક્કર આહાર) આપવું પડે છે. દેશી ગાયને આ બધી ચીજોની જરૂર પડતી નથી. દેશી ગાય ન તો પાકું મકાન માંગે છે, ન તો લાલ દવા કે ન આટલું કન્સન્ટ્રેશન. તે અહીંના વાતાવરણને આત્મસાત્ કરે છે અને બીમાર પણ પડતી નથી.

(૪) વિદેશી ઓલાદની ગાયો પોતાની સાથે અનેક પ્રકારના રોગો લાવી છે, જે ભારતમાં ક્યારેય જોવા કે સાંભળવા મળ્યા નથી. જેમ કે ગર્ભનું પરિપક્વ બન્યા પહેલાં ખરી પડવું, આકસ્મિક રીતે લાલ રંગનો પેશાબ કરવો અને મૃત્યુ પામવું.

(૫) વિદેશી ઓલાદની ગાયોમાં બીમાર પડી જવાની વૃત્તિ ખૂબ વધારે છે તથા રોગપ્રતિકારક શક્તિ ખૂબ ઓછી છે. દેશી ઓલાદ કરતાં તેમનો મૃત્યુ દર ખૂબ વધારે છે.

(૬) વિદેશી ઓલાદની ગાયોના દૂધમાં, દેશી ઓલાદની ગાયોમાં હોય છે તેવી પૌષ્ટિકતા, સાસ્વિકતા અને સ્વાદ હોતાં નથી.

(૭) અગાઉ એક લેખમાં ભારતીય ગાયના દૂધમાં રહેલાં દિવ્ય ગુણોનું વર્ણન કરવામાં આવ્યું છે, તે વિદેશી ઓલાદની ગાયમાં મળી આવતાં નથી. દેશી ઓલાદના ગૌવંશના છાણ અને ગૌમૂત્રમાં રહેલાં ગુણોની વિશેષતાઓનું વર્ણન કરી દેવામાં આવ્યું છે, તે વિદેશી ગાયના છાણ તથા મૂત્રમાં હોતી નથી. દેશી ગાયના દૂધ, દહીં, ઘી, છાણ અને ગૌમૂત્રના મિશ્રણથી બનાવવામાં આવેલ પંચગવ્ય જ સંપૂર્ણ રીતે લાભદાયક છે.

આપણી ગૌસુધારણા નીતિનું લક્ષ્ય શું હોય :

(૧) ગૌ સંવર્ધનનું લક્ષ્ય સર્વાંગી હોવું જોઈએ :

પ્રથમ તો એ નક્કી કરવું જરૂરી છે, કે ભારતમાં ગાયના વિકાસનું લક્ષ્ય શું હોવું જોઈએ ? વિદેશોમાં તો દૂધ અને માંસને લક્ષ્યમાં રાખી ગાયનો ઉછેર કરવામાં આવે છે. ભારતને દૂધ તથા ખેતી-ખેડની આવશ્યકતા છે. આજે પણ આપણી ૭૫ ટકા ખેતી બળદો પર નિર્ભર છે. નજીકના ભવિષ્યમાં બળદોની એથી પણ વધુ જરૂર પડશે. એટલા માટે આપણું ગૌસંવર્ધનનું લક્ષ્ય સર્વાંગી ઓલાદ તૈયાર કરવાનું હોવું જોઈએ. અર્થાત્ વાછડી વધારે દુધાળુ હોય અને વાછડાં ખેતીવાડીને લાયક ઉત્તમ બળદ બને.

આજ સુધી તો લક્ષ્ય માત્ર દૂધનો વધારો કરવાનું રહ્યું છે. એના કારણે બળદની શક્તિ તરફ ધ્યાન આપવામાં આવતું નથી. ખરેખર તો એ થવું જોઈએ કે કરોડો ખેડૂતો રાખી શકે, એવી સર્વાંગી ગાયો પેદા કરવી જોઈએ. જે એક વેતરમાં ૧૦૦૦ લિટરથી ૨૦૦૦ લિટર દૂધ આપી શકે અને ઉત્તમ બળદો આપે. સંવર્ધનની નીતિમાં એ વાતનું પણ ધ્યાન રાખવું જોઈએ કે જે સર્વાંગી ઓલાદ છે અર્થાત્ વધુ દૂધ અને ઉત્તમ બળદ આપી શકે છે, એ ઓલાદને પસંદ કરી સંકરણ કરી શુદ્ધ રૂપે સંવર્ધન કરવું જોઈએ. જે ઓછા દૂધવાળી છે અથવા જે ગાય ખરાબ બળદો આપે છે, તેને કોસ કરી સર્વાંગી ગાય બનાવવી જોઈએ.

(૨) અપગ્રેડિંગ (ભારતની ઓલાદ સાથે કોસ કરવું) :

ભારતના હવામાનને અનુકૂળ ઓલાદ તૈયાર કરવી હોય તો સિલેક્ટિવ બ્રીડિંગ અથવા અપગ્રેડિંગનો સહારો લેવો જોઈએ. આજે પણ સર્વાંગી ઓલાદના ઉત્તમ સાંદ મળી શકે છે. તેની ઉપેક્ષા ન કરવી જોઈએ. તેના વીર્યનો સંગ્રહ કરીને પણ ઓલાદ વધારવી જોઈએ.

ઉપર જણાવ્યા પ્રમાણે વિદેશી ઓલાદ સાથે કરવામાં આવેલા બ્રીડિંગને કોસ બ્રીડિંગ કહેવામાં આવે છે અને ભારતની ઓલાદના કોસને અપગ્રેડિંગ કહે છે. પાછલાં અનેક વર્ષોથી મહારાષ્ટ્રના સતારા જિલ્લાના ધોકસોડ ગામે અપગ્રેડિંગનું કાર્ય થતું આવ્યું છે. તેનાં પરિણામો પણ ખૂબ જ ઉત્સાહજનક આવ્યા છે. ખિલાર જાતિને ધારપારકર સાથે અપગ્રેડ કરાવવામાં આવી. આ અપગ્રેડ કરવામાં આવેલ જાતિનું નામ ખિલારધારી રાખવામાં આવ્યું. ખિલારનું દૂધ ૪ થી ૫ લિટર જેટલું હતું, તો ખિલારધારીનું વધુમાં વધુ દૂધ ૧૪ થી ૧૫ લિટર સુધી વધી ગયું. તેમાં ધીનું પ્રમાણ પણ વધારે છે. બળદો ખેતી માટે શ્રેષ્ઠ હોય છે. અર્થાત્ જ્યાં સુધી અપગ્રેડિંગથી કામ ચાલતું હોય, ત્યાં અપગ્રેડિંગ જ કરવામાં આવે, કોસ બ્રીડિંગ કરવામાં ન આવે.

(૩) માન્ય ઓલાદ પર કોસ બ્રીડિંગને સંપૂર્ણપણે રોકવામાં આવે :

ભારતમાં કેટલીક ઓલાદો પ્રાચીન સમયથી જ અસ્તિત્વ ધરાવી રહી છે. હજારો વર્ષના પ્રયત્નો અને હવામાનને કારણે કેટલીક ઓલાદો સ્થિર થયેલી છે. તેમનામાં કેટલાક સ્થાયી ગુણો જોવા મળ્યા છે. આ ઓલાદોમાં ગીર, ધારપારકર, હરિયાણા, કાંકરેજી, ઓંગોલ, કાગાયમ, દેવની

વગેરે મુખ્ય છે. તેમાંથી મોટા ભાગની ઓલાદો સર્વાંગી છે. આ માન્ય ઓલાદનો વિકાસ ભારતીય ઓલાદ સાથે સિલેક્ટિવ બ્રીડિંગ અથવા અપગ્રેડિંગ દ્વારા કરવામાં આવે. તેનાથી તેમના સ્થાયી ગુણોને આંચ આવ્યા વિના દૂધ અને બળદ શક્તિની બન્નેની વૃદ્ધિ કરી શકાશે.

આજે આપણી પાસે હરિયાણા, ધરપારકર, કાંકરેજી, ઑંગોલ વગેરે વેતરદીઠ ૨૦૦૦થી ૨૫૦૦ લિટર દૂધ આપનારી અને ઉત્તમ બળદો આપનારી ગાયો મોજૂદ છે. જેનાથી એ સ્પષ્ટ થાય છે, કે બે થી અઢી હજાર લિટર સુધી દૂધ અને ઉત્તમ બળદો પેદા કરવા સંભવ છે. નિષ્ણાતોએ પોતાની શક્તિને આ કાર્યમાં લગાડવી જોઈએ. માન્ય ઓલાદો પર કોસ બ્રીડિંગ કરી તેમના સ્થાયી ગુણોનો નાશ કરવો તે ગૌવંશ તથા દેશ બન્ને માટે નુકસાનકારક છે.

(૪) અંત્યોદય (ખેડૂતની ગાયનો વિકાસ કરવો) :

શહેરોની કેટલીક ગાયોને ૩ થી ૪ હજાર લિટર દૂધ આપી શકે તેવી બનાવવાથી ભારતમાં દૂધની ઉપલબ્ધિના પ્રશ્નનો નિકાલ નહિ આવે. જરૂરિયાત તો એ વાતની છે, કે ભારતમાં કરોડો ગાયો વેતર દીઠ ૫૦૦ લિટરથી ઓછું દૂધ આપનારી છે, તેનું સંવર્ધન કરી તેમાં વેતરદીઠ ૧૦૦૦ થી ૨૦૦૦ લિટર સુધી દૂધ વધારવામાં આવે. ગોસંવર્ધનના વિષયમાં અંત્યોદયનો સિદ્ધાંત લાગુ કરવો પડશે. અર્થાત્ જે ગાયો સૌથી ઓછું દૂધ આપનારી છે, તેમનું સંવર્ધન પહેલાં કરવામાં આવે. તેમના દૂધનું પ્રમાણ ત્રણથી ચાર ગણું વધારવું મુશ્કેલ નથી. ભારત જેવા વિશાળ અને ગામડાઓમાં વસનારા દેશ માટે આખરી ગાયને ઉઠાવવી અને સુધારવી તે પ્રથમ કર્તવ્ય હોવું જોઈએ.

૪. એકાંગી તથા સર્વાંગી ઓલાદ :

(૧) જે ગાય દૂધ ખૂબ આપે છે, પરંતુ તેના વાછડા ખેતીના કામમાં તથા ગાડું ખેંચવાના કામમાં ઉપયોગી હોતા નથી. તે “દૂધ પ્રધાન એકાંગી ઓલાદ” કહેવાય છે.

(૨) જે ગાય દૂધ ખૂબ ઓછું આપે છે, પરંતુ તેના વાછડાઓ ખેતીવાડી અને ગાડું ખેંચવા માટે ખાસ ઉપયોગી છે તેને “વત્સ (વાછડા) પ્રધાન એકાંગી ઓલાદ” કહેવામાં આવે છે.

(૩) જે ગાયો દૂધ પણ વધારે આપે છે તથા વાછડા પણ બળવાન તથા ઉપયોગી હોય છે તે “સર્વાંગી ઓલાદ” કહેવાય છે.

ઉપર્યુક્ત વર્ગીકરણ અનુસાર કેટલીક ભારતીય ઓલાદોની માહિતી નીચે આપવામાં આવી છે.

(૧) દૂધ પ્રધાન એકાંગી :

(૧) સાહીવાલ-તેની ગણના ભારતની સર્વશ્રેષ્ઠ ગાયોમાં થાય છે. તે અફઘાન જાતિ તથા ઉત્તર ભારતની ગાયોના મિશ્રણથી બનેલી છે.

(૨) લાલ સિંધી-તેની ગણના ભારતની સૌથી વધુ દૂધ આપનારી ગાયોમાં કરવામાં આવે છે. આકારમાં નાની હોય છે, પરંતુ દૂધ આપવાની શક્તિ વધારે હોય છે. તે લાલ રંગની હોય છે અને કોઈપણ જગ્યાએ પાળી શકાય છે.

(૨) વત્સ પ્રધાન એકાંગી :

(૧) પંવાર (પીલીબીત) (૨) ખેરીગઢ (ખેરીગઢ વિસ્તાર) (૩) નાગોરી (જેધપુર) (૪) અંગોલ (મદ્રાસ રાજ્યનો અંગોલ વિસ્તાર) (૫) અમૃત મહલ (ચૈસૂર રાજ્ય) (૬) માલવી (ગ્વાલિયર વિસ્તાર), (૭) નિમારી (૮) દબજલ (પંજબનો દેરાગાંજીમાં વિસ્તાર) (૯) ભગનાડી (નારી નદીના કિનારાનો પ્રદેશ) (૧૦) ધન્ની (૧૧) મેવાતી (૧૨) ડાંગી (મહારાષ્ટ્રનો અહમદનગર, નાસિક તથા ગુજરાતનો વાંસદા તથા ધરમપુર વિસ્તાર) (૧૩) ખિલ્સારી (મહારાષ્ટ્ર) (૧૪) બછોર (બિહાર રાજ્યનો સીતામઢી જિલ્લાનો બછોર અને કોઈલપુર વિસ્તાર) (૧૫) આલમબાદી (ચૈસૂર રાજ્ય) (૧૬) બરગૂર (મદ્રાસના કોયમ્બતૂર પાસેનો બરગૂર નામના પહાડ પર) (૧૭) હલ્લીકર (ચૈસૂર રાજ્ય)

(૩) સર્વાંગી :

(૧) હાંસી-હિસાર (હિસાર જિલ્લામાં હાંસી નદીની આસપાસનો વિસ્તાર) (૨) હરિયાણા (હરિયાણા, ભરતપુર અલવર વિસ્તાર) (૩) ધરપારકર (કચ્છ, જેધપુર, જેસલમેર વિસ્તાર) (૪) કાંકરેજી (સૌરાષ્ટ્ર, વડોદરા, સુરત) (૫) દેવની (હેદ્રાબાદ, મુંબઈ) (૬) ગાવલાવ (વર્ધા, નાગપુર) (૭) કૃષ્ણાવલ્લી (મુંબઈ, હેદ્રાબાદ, કૃષ્ણા નદીના કિનારાની આસપાસનો વિસ્તાર) (૮) રાઠ (૯) લોહાણી (મૂળ સ્થાન બલૂચિસ્તાનની લોરાલાઈ એજન્સી, પર્વતીય પ્રદેશોમાં ખૂબ ઉપયોગી, ખૂબ જ ગરમી તથા ખૂબ જ ઠંડી સહન કરી શકે છે, (૧૦) સીરી કયાન (દાર્જિલિંગ, સિક્કિમ, ભૂતાનનો પર્વતીય પ્રદેશ) (૧૧) ગીર





સ્મરણ શક્તિ ઓછી હોવાની ફરિયાદ વૃદ્ધો જ નહિ; યુવાનો પણ કરતા રહે છે. આ ઊણપને કારણે તેઓ પરીક્ષામાં પાસ થવાથી માંડીને વ્યાવસાયિક અને દૈનિક કામકાજમાં મોટી મુશ્કેલી અનુભવે છે. મોટે ભાગે આને કોઈ રોગ માની લેવામાં આવે છે અને તેના નિવારણ માટે જાત જાતની દવાઓ, ઉપચારો અને પુષ્ટિવર્ધક પદાર્થોના સેવનનો સિલસિલો ચાલે છે.

ઉપચાર કરતાં પહેલાં વિસ્મૃતિનું કારણ જાણવાની જરૂર છે. સાથોસાથ એ પણ જાણી લેવું જોઈએ કે મગજમાં સ્મૃતિનો સંચય કરનાર, સુરક્ષિત રાખનાર રચના કેવી છે? મોટરનું મશીન અને તેને ચલાવવાની રીત સારી રીતે સમજી લેવાય તો તેના સંચાલનમાં આવતી મુશ્કેલીનું નિવારણ સાહજિક રીતે જ થઈ જાય છે.

સ્મરણશક્તિ ઘણું કરીને પોતાના સ્થાને યથાવત્ રહે છે બાળપણના શરૂઆતના અને વૃદ્ધાવસ્થાના અંતિમ દિવસોને બાદ કરતાં બાકીની પ્રૌઢ-પરિપક્વ અવસ્થામાં સ્મૃતિનું સ્તર ઘણુંખરું સરખું રહે છે. યાદ રાખવાની ક્રિયામાં અંતર પડી જવાથી આપણને તેની માત્રા વધતી-ઘટતી હોવાનો ભ્રમ થાય છે. જો સ્મરણમાં રાખવાની પદ્ધતિનું જ્ઞાન હોય અને સ્મૃતિતંત્રની રચના ધ્યાનમાં લઈને તે અનુસાર ઘટનાઓનું સ્મરણ રાખવાની વિધિ-વ્યવસ્થા ગોઠવવામાં આવે તો પછી સામાન્ય સંજોગોમાં રહેતી સ્મૃતિસંબંધી ફરિયાદો ન રહે આમ તો દરેક મનુષ્યમાં બીજાની સરખામણીમાં કોઈક ને કોઈક વધઘટ દરેક બાબતમાં રહે જ છે.

સામાન્ય સમજ એવી છે કે બાળપણમાં સ્મરણશક્તિ તીવ્ર હોય છે અને પછી ઉંમર વધવાની સાથે યાદશક્તિ મંદ પડતી જાય છે. પણ વાસ્તવમાં આવું નથી. નાની ઉંમરમાં મગજ ઉપર ભાર ઓછો હોય છે, વિચારણીય બાબતો ઓછી હોય છે, ઘટનાઓ, સંવેદનાઓ અને સમસ્યાઓ પણ આ દિવસોમાં ઓછાં રહે છે. પરિણામે બોજ ઓછો રહે છે અને જે વિચારવાનું છે, યાદ રાખવાનું છે તે સરળતાથી થઈ જાય છે, પરંતુ મોટા થવાની સાથેસાથે કાર્યક્ષેત્ર વિસ્તૃત થતું જાય છે સાથોસાથ સ્મરણમાં રાખવાનો, સાર સમજવાનો, નિર્ણય

કરવાનો બોજ પણ વધતો રહે છે. આવી સ્થિતિમાં બહુ જ કામ કરતા રહેવાથી ક્યાંક અધૂરાપણું રહી જાય તે અસંભવિત નથી. જે કાંઈ સમુસૂતરું પાર પડ્યું તેની તરફ ધ્યાન આપવાનું રહેતું નથી પરંતુ જે ઊણપ રહી ગઈ તેને જ મગજની કમજોરી અથવા સ્મરણશક્તિની ખામી માની લેવામાં આવે છે. આવા પ્રસંગોને લઈને મગજની માનસિક શક્તિ ઓછી થઈ ગયાની વાત વિચારવામાં આવે છે અને ચિંતા થવા લાગે છે પણ હકીકતમાં આવું કાંઈ હોતું નથી.

વિસ્મૃતિનું બહુ મોટું કારણ છે ઉપેક્ષા. જે વસ્તુ, વાત અથવા સંદર્ભમાં અન્યમનસ્કતા ઉદ્ભવે છે ત્યાં ઉપરછલ્લું ધ્યાન અપાય છે અને સ્મૃતિના સ્તર પર ધૂંધળી છાપ પડે છે અને તે ભુંસાતાં વાર લાગતી નથી. આથી ઊલટું, જે પ્રસંગોમાં પોતાને દિલચ્છપી હોય છે તેને ધ્યાનપૂર્વક સાંભળવામાં, જોવામાં અને સમજવામાં આવે છે, પરિણામે તેમનું માનસચિત્ર વધુ સ્પષ્ટ બને છે અને સ્મૃતિપટ પર તેની એટલી ઘેરી છાપ પડે છે કે જરૂર પ્રમાણે તેને ફરીથી પૂર્વવત જોઈ શકાય છે. આમ તો સમય વીતવાની સાથે બધી સ્મૃતિઓ ઝાંખી થતી જાય છે તો પણ જેને મનોયોગપૂર્વક અપનાવાય છે તેની રેખાઓ અમીટ નહીં તો ચિરસ્થાયી તો બની જ રહે છે.

વિદ્યાર્થીઓને પાઠ યાદ ન રહેવાની ફરિયાદ મોટે ભાગે રહેતી હોય છે, પરંતુ તેઓ પણ પોતે જોયેલી સિનેમાનું સંપૂર્ણ કથાવસ્તુ સારી રીતે કહી સંભળાવે છે અને તેનાં ગીતો પણ યાદ રાખે છે. દાદીમા પોતાની પુત્રી-પૌત્રીનાં નામ વારંવાર ભૂલી જાય છે પણ પોતાના પતિ અથવા સસરાની શ્રાદ્ધતિથિ ભૂલતાં નથી, વ્રત-ઉપવાસની તિથિઓ પણ ભૂલતાં નથી. સામાન્ય પ્રસંગોમાં તારીખો યાદ નથી રહેતી પણ પગારની તારીખો યાદ રાખવામાં ભ્રમ જ કોઈની ભૂલ થતી હશે. ભૂલકણાપણું હકીકતમાં કોઈ રોગ નથી પણ આદત છે. જે દિલચ્છપી ન હોય તેવાં ક્ષેત્રોને જ પ્રભાવિત કરે છે.

ભગવાને સ્મૃતિની જેમ વિસ્મૃતિને પણ એક વરદાન સ્વરૂપે સર્જી છે. ઉપયોગી વાતો યાદ રાખીએ અને જરૂરતના સમયે તે સહાયભૂત બને એ જ ઉત્તમ બાબત છે. એ જ રીતે એ પણ યોગ્ય છે કે દ્વેષ-દુર્ભાવ અને શોક-સંતાપની કડવી યાદો ઝાંખી થતાં થતાં વિસ્મૃતિની સીમા સુધી પહોંચી જાય. ક્રોધ,

હાનિ, વિયોગ વગેરે સ્થિતિમાં મન જોટલું ઉદ્ધિગ્ન રહે છે તેટલો જ સંતાપ રહ્યા કરે તો જીવન મુશ્કેલ બની જાય. મગજમાં કરોડો ગ્રંથોને સમાવી શકે તેવું સ્મૃતિક્ષેત્ર છે પરંતુ પળે પળે જે વિવિધ જાણકારી મગજને મળતી રહે છે તેનો વિસ્તાર તો સ્મૃતિક્ષેત્રની સરખામણીમાં બહુ જ વધારે છે. આ સ્થિતિમાં જૂનીને દૂર કરી નવી જાણકારીને સ્થાન મળી શકે. રેલવેના મુસાફરખાનામાં બેઠેલા યાત્રિકો જો અફો લગાવીને બેસી જાય તો નવા આવનારાઓને જગ્યા ક્યાંથી મળે ?

સ્મૃતિ અને મગજનું તારણ સમજવા માટે આપણે એ પણ જાણવું જોઈએ કે જ્ઞાનેન્દ્રિયની સહાયથી મગજને પળે પળે અનેક પ્રકારની જાણકારી મળતી રહે છે. તેમાં મોટાભાગની જાણકારી એવી હોય છે જે સ્થિતિનો ખ્યાલ આપીને પોતાનું કામ પૂરું કરે છે. આ જાણકારીની જો કોઈ સીધી અસર આપણા પર પડતી નથી અને તેની કોઈ પ્રતિક્રિયા થતી નથી તો તે વિસ્મૃતિઓની કચરાપેટીમાં જઈ પડે છે અને હંમેશ માટે સમાપ્ત થઈ જાય છે. કેટલીક જાણકારી એવી છે જે અંગે કંઈ કરવાનું છે તે વિશે શરીરના અન્ય ભાગોને આદેશ મળે છે અને તે મુજબ હિલચાલ થાય છે. જેવી રીતે પગને મચ્છર કરડે ત્યારે મગજ તેના નિવારણને માટે હાથને આદેશ આપે છે અને તે તત્કાળ તે સ્થાને પહોંચીને મચ્છર પર આક્રમણ કરે છે. આ પ્રકારની જાણકારી સળગી ગયેલી દીવાસળીની જેમ પોતાનું સમયવર્તી પ્રયોજન પૂરું કરીને વિસ્મરણની ખાઈમાં ચાલી જાય છે, સાચવી રાખવા જેવી સ્મૃતિઓ તો થોડીક જ હોય છે. મગજમાં એટલી જગ્યા નથી કે હર પળે ઈન્દ્રિયોની મદદથી જે જાણકારી મળે છે તેમાંથી બધી જ સ્મૃતિઓને સંચિત કરી શકાય, તેમ છતાં જે મહત્વની છે તેને સુરક્ષિત રાખવાની આ નાનકડા પરંતુ વિસ્તૃત મગજના ભંડારમાં પૂરતી જગ્યા છે.

મગજના વિજ્ઞાનીઓ સ્મરણ શક્તિનો આધાર તે વિદ્યુત પ્રવાહને માને છે. જે સંવાદનું વહન કરનાર તંત્રોમાં ગતિશીલ રહે છે. સ્મૃતિઓની છાપ કે પુનર્જાગૃતિ જ નહિ, પરંતુ મસ્તકની રચનાને પોતાનું કાર્ય સારી રીતે કરવા યોગ્ય બનાવવામા પણ આ જ વિદ્યુત પ્રવાહની મુખ્ય ભૂમિકા છે. વિજ્ઞાનના વિદ્યાર્થી આવર્તનશીલ 'વિદ્યુત રિવર્સિંગ સક્રિટ'ની ક્રિયા-પ્રક્રિયાથી પરિચિત હોય છે. નાડીઓમાં રક્ત ભ્રમણની જેમ કેટલાક વિદ્યુત પ્રવાહ પણ પોતાના કાર્યક્ષેત્રમાં ગતિશીલ રહે છે. આ ગતિચક્રમા કેટલો વિદ્યુત વેગ છે અને પરિભ્રમણમાં કેટલી ગતિશીલતા છે-આ બન્ને બાબતો પર એ

નિર્ભર છે કે સ્મૃતિની સ્થાપના કેટલા સમય સુધી અને કેટલી કક્ષા સુધી રહેશે. આ વિદ્યુત સ્વયંસંચાલિત અને સ્વનિર્મિત હોય છે. મગજના તંત્રોની રચનામાં સોડિયમ અને પોટેશિયમના અણુઓ કામ કરે છે. તેમાં ઉથલ-પાથલ શરીરના અન્ય અવયવોની જેમ થતી રહે છે. આ સાહજિક હલચલથી મસ્તિકીય વિદ્યુત પ્રવાહ ઉત્પન્ન થાય છે અને પોતાનું કામ કરે છે. આ પ્રવાહ ધીમો તો પડે છે પણ જ્યાં સુધી જીવનો પૂરેપૂરો અંત ન આવે ત્યાં સુધી તેનો અંત આવતો નથી.

મગજ આમ તો શારીરિક અંગ મનાય છે. પણ જીવ ચેતનાનું કેન્દ્રસ્થાન તે જ છે. જડ અને ચેતનનો સંગમ પણ તે જ છે. દેહ ન રહે તો પણ મગજનું સારરૂપ તત્ત્વ-જીવ ચેતનાની સાથે સંકળાયેલ રહે છે. મરણોત્તર સમયમાં પણ તેનો પ્રભાવ જળવાઈ રહે છે. એવું કહેવાય છે કે ભૂત પ્રેતોના ત્યજાયેલા શરીરની સાથે સંબંધિત ઘટનાઓ યાદ રહે છે અને તે ભૂતવિષયક ચિંતનના આધારે જ પોતાનો સમય વીતાવે છે. વર્તમાન અને ભવિષ્ય માટે ઉપયોગી સાધન તેમની પાસે તે સ્થિતિમાં હોતાં નથી. ભૂતકાળની સ્મૃતિઓનું દબાણ જ તેના પર છવાયેલું રહે છે. સંભવતઃ મૃતાત્માઓનું નામકરણ 'ભૂત' આ જ આધાર પર કરવામાં આવ્યું હોય. પુનર્જન્મમાં કેટલાયને કેટલીય ઘટનાઓ પાછલા જીવનની યાદ રહે છે અને આ પ્રકારનાં કથન ઘણીવાર આશ્ચર્યજનક રીતે સાચાં પડતાં જોવા મળે છે. ભૂતકાળના અનુભવ અને સંસ્કાર જન્મ-જન્મમાંતરો સુધી ચાલુ રહે એવો તો દરેકનો અનુભવ છે. જન્મજાત વિશેષતાઓનો આવો પરિચય પણ ઘણી વાર મળે છે, જેનો આનુવંશિક તથા પારિવારિક પરિસ્થિતિ સાથે કોઈ પ્રકારનો મેળ બેસતો નથી. પૂર્વજન્મોની સંચિત પૂંજ મગજના તે ખાતામાં જમા રહે છે અને પોતાના અસ્તિત્વના પ્રભાવનો પરિચય નવા જન્મમાં પણ આપે છે.

બળતણ ન મળતાં ચૂલો ઠંડો પડી જાય છે. મગજના કોષોને પણ પોતાનું કાર્ય સારી રીતે કરવા માટે ઓક્સિજનનું બળતણ જોઈએ છે. બચપણમાં નવું યંત્ર આ ઈંધણ પૂરતી માત્રામાં ઉપલબ્ધ કરે છે અને તેનું વિતરણ કરે છે, ત્યારે મગજને પણ આ ખોરાક પર્યાપ્ત પ્રમાણમાં મળી રહે છે અને બાળકોની સ્મરણશક્તિ તીવ્ર બની રહે છે. તેઓ પોતાના પાઠો સરળતાથી યાદ રાખે છે. જેમ જેમ ઉંમર વધતી જાય છે તેમ તેમ કોમળતા ઘટે છે અને કઠોરતા વધે છે. પરિણામે ઓક્સિજનનું કિત્પાદન અને વિતરણ ઘટતું જાય છે.

અવયવોમાં જે કોમળતા બાળપણમાં કે કિશોરાવસ્થામાં હોય છે તે ઉંમર વધવાની સાથે ઘટતી જાય છે. ઓક્સિજનના પ્રવાહને મગજના કોષો સુધી પૂરેપૂરો પહોંચવામાં પણ અંતરાય ઊભો થાય છે, પરિણામે ઉંમરની સાથેસાથે સ્મરણશક્તિ ઘટતી જાય છે. બુદ્ધિમત્તા સમસ્ત સ્મૃતિઓના મંથનનો નિષ્કર્ષ છે. તેનું પ્રમાણ તો વધે છે, પરંતુ સ્મરણ શક્તિના સંદર્ભમાં બાળકોની સ્થિતિની તુલનામાં મોટી ઉંમરના લોકો કમજોર માલૂમ પડે છે. વૃદ્ધાવસ્થામાં રક્તવાહિનીઓ કઠણ પડી જાય છે અને રક્ત સંચાર એટલી સારી રીતે થઈ શકતો નથી. પરિણામે મગજના કોષો પૂરતી માત્રામાં ઓક્સિજન ન મળવાને કારણે દુર્બળ બની જાય છે. તેથી વૃદ્ધોની સ્મૃતિ દિવસે દિવસે ક્ષીણ થતી જાય છે. ઘણું કરીને તેઓ પોતાના દૈનિક ઉપયોગી વસ્તુઓ પણ જ્યાં-ત્યાં ભૂલી જાય છે. તેમને પરિચિતોનાં નામ પણ યાદ રહેતાં નથી.

વિજ્ઞાન બાહ્ય પ્રગતિ છે અને જ્ઞાન અંતરની અનુભૂતિ.

આમ છતાં એવું જોવા મળ્યું છે કે વૃદ્ધોને પણ પોતાના બાળપણની એ યાદો બિલકુલ તાજી રહે છે જેમને તેઓ પોતાના જીવનનાં મહત્વપૂર્ણ સંભારણાં ગણે છે. એવું પણ જોવા મળ્યું છે કે તેઓ પોતાના જીવનનાં આ સંભારણાં દિવસો સુધી કોઈને કોઈ સમક્ષ સંભળાવતા રહે છે. તેમને એ બધું એ રીતે યાદ રહેતું હોય છે જાણે ગઈ કાલે કે પરમ દિવસે ઘટેલી એ ઘટનાઓ હોય. આવું એટલા માટે પણ બને છે કે નવી સ્મૃતિઓ ઓક્સિજનના અભાવે યોગ્ય રીતે ન તો મગજના કોષો પર પૂરેપૂરી અંકિત થાય છે, ન તેમનામાં સ્થાયીપણું હોય છે. આ સ્થિતિમાં નવી સ્મૃતિઓની ભરચકતા રહેતી નથી અને જૂની અનુભૂતિઓ નિર્દ્રઘ્ન થઈને મગજ પર છવાયેલી રહે છે.

મગજની ગતિવિધિઓની પ્રત્યક્ષ જાણકારીને ધ્યાનમાં લેતાં તેમને કોઈ અલૌકિક કલાકારની અદ્ભુત રચના જ કહી શકાય. આવું કાંઈક કરવાનો વિચાર કરવાનું સાહસ પણ કોણ કરે ? તેની ગતિવિધિને સમજવાની મથામણમાં જ બુદ્ધિ બહેર મારી જાય છે. એવું અનુમાન છે કે જ્ઞાન મસ્તિષ્ક વિષયક ગતિવિધિઓ ખૂબ ઓછી છે. પૂરેપૂરી માનસિક ક્ષમતાઓમાંથી કેવળ સાત ટકા જ ક્રિયાશીલ જોવા મળે છે. બાકીની તો હજી અજ્ઞાત, અર્ધ મૂર્છિત સ્થિતિમાં સ્ટોરમાં સીલબંધ મુરક્ષિત પડેલી છે. જે ક્રિયાશીલ છે તે જેમાં સામાન્ય જીવનની નિભાવ વ્યવસ્થાનું સંચાલન થાય છે તે ઉદ્દેશ

પરિપૂર્ણ કરવામાં અપમાં આવે છે. નિર્વાહ-પ્રયોજન તો સમગ્ર જીવ સત્તાનો એક નાનકડો અંશ માત્ર છે. તે ઉપરાંત પણ ઘણું બધું વિચારવાનું અને કરવાનું બાકી રહે છે. ક્યારેય કોઈને એ અજ્ઞાતને જાણવાની, નિષ્ક્રિયને ક્રિયાશીલ બનાવવાની અને સુષુપ્તને જાગૃત કરવાની આવશ્યકતા જણાય તો તેણે આ સીલબંધ ભંડારોને ઉઘાડવા પડશે જેમાં એક એકથી ચડિયાતી દિવ્ય ક્ષમતાઓ છુપાયેલી છે. ઉચ્ચ આધ્યાત્મિક પ્રયોજન માટે આ કોઠારોને ખોલવા અને તેમાંથી ઉપલબ્ધ ક્ષમતાઓને અસાધારણ કાર્યોમાં લગાડવાનો પ્રયત્ન યોગીઓ અને તપસ્વીઓ દ્વારા કરવામાં આવે છે.

સ્મૃતિ-વિસ્મૃતિની ચર્ચા કરવાને બદલે જાગૃતિ અને સુષુપ્તિના આધારે વિવેચન કરવાનું વધુ યોગ્ય રહેશે. અસાવધાની, ઉપેક્ષા અને નિરુત્સાહની માનસિક સ્થિતિ રહેશે તો વિસ્મરણની ફરિયાદ ચાલુ રહેશે. જ્યાં આ પ્રકારની મુશ્કેલીઓનો અનુભવ થાય છે ત્યાં માનસિક પોષણ આપનાર આહાર વિશે પરામર્શ કરવામાં કોઈ અનુચિતતા નથી, પરંતુ વધારે યોગ્ય એ છે કે ચિંતન તંત્ર પર છવાયેલી શિથિલતાને દૂર કરવામાં આવે. આને માટે ધ્યાન-ધારણાના બધા ઉપચારો વતાઓછા પ્રમાણમાં લાભદાયક જ નીવડે છે. ઉપાસનામાં ધ્યાન-ધારણા પર ભાર દેવાના અનેક શારીરિક-આધ્યાત્મિક લાભોના ઉપરાંત એક વધારાનો લાભ એ પણ છે કે તેના અમલથી વિસ્મૃતિની ફરિયાદ રહેતી નથી.



એક વ્યક્તિને મહાત્માના આશીર્વાદથી સાત દિવસ માટે પારસમણિનો પથ્થર તો સાંપડ્યો પણ હવે તે વ્યક્તિ સસ્તા લોખંડની શોધમાં બધાં શહેરમાં ભટકવા લાગ્યો. એક જગ્યાએથી ન મળ્યું તો બીજી જગ્યાએ દોડાદોડ કરી. આ દોડધામમાં તેનો બધો સમય પસાર થઈ ગયો અને તે સ્તીભાર સોનું પણ મેળવી ન શક્યો. સાતમા દિવસે મહાત્માએ તેની પાસેથી પારસમણિ પાછો માગી લીધો.

આપણું આ જીવન પણ પારસમણિ છે. જેઓ તેને આત્મિક સંપત્તિમાં બદલવા ઇચ્છે છે તેઓ સમય અને તક ગુમાવતા નથી. આકર્ષણોમાં ખેંચાઈને સમય બરબાદ નથી કરતા. આત્મઅવલંબનમાં શ્રદ્ધેય વિભૂતિઓને સંતોષ જે પ્રકારે તૃપ્તિ આપે છે તેની સરખામણીમાં તેને સમગ્ર વૈભવ નિરર્થક ભાસે છે.

પ્રાચીનકાળમાં આરોગ્ય સંવર્ધન અને રોગ-નિવારણ માટે 'ભૈષજ' યજ્ઞ કરવામાં આવતા હતા અને લોકોને તેનાથી લાભ થતો. આ યજ્ઞો ઋતુઓના સંધિકાળમાં થતા હતા, કેમ કે આ સમયે વ્યાપક સ્વરૂપે રોગોનો પ્રકોપ થતો. આ યજ્ઞોની વિશિષ્ટતા એ છે કે તેમાં હોમવામાં આવતી હવન સામગ્રી વાયુરૂપ ધારણ કરીને કેવળ શારીરિક રોગોને જ દૂર કરતી નથી, પરંતુ એના પ્રભાવથી વ્યક્તિ માનસિક બીમારી અને મનોવિકૃતિઓથી પણ છુટકારો મેળવે છે. કષાય-કલ્મષ દૂર થાય છે અને વ્યક્તિમાં સત્પ્રવૃત્તિઓને ભરી દેવાનો ઉમંગ ઊભરાય છે. સમગ્ર વ્યક્તિત્વ વિકાસમાં તેનાથી અપૂર્વ સહાય મળે છે.

એક વિડંબના છે કે આજની તમામ ચિકિત્સા-પદ્ધતિઓ માત્ર શારીરિક રોગો સુધી જ પોતાને સીમિત બનાવી દે છે, જ્યારે મગજના ઉપચારની આવશ્યકતા શરીરના ઉપચાર કરતાં વધારે છે. આજના સમયમાં મનોવિકારો, માનસિક રોગોની ભરમાર શારીરિક રોગોથી ક્યાંય વધારે છે. એમ કહેવામાં અતિશયોક્તિ નહિ થાય કે આજે ૯૦ ટકા વ્યક્તિઓ તણાવ, દબાણ, હતાશા, અનિદ્રા, ચિંતા, આવેશ, ક્રોધ, ઉત્તેજના, ઉશ્કેરણ, ઉન્માદ, પાગલપન, નિરાશા, ઉદાસીનતા, શંકા, અવિશ્વાસ, ભય, અસંતુલન વગેરે કોઈ ને કોઈ માનસિક વ્યાધિથી ગ્રસ્ત દેખાય છે. આ વિકારોથી વ્યક્તિત્વ તૂટી જાય છે. સંતુલિત અને વિવેકશીલ વ્યક્તિઓ વિરલ જ જોવા મળે છે.

વ્યક્તિત્વસંબંધી આ વિકૃતિઓનું નિદાન યજ્ઞ ચિકિત્સામાં સંનિહિત છે. એટલે સુધી કે જો કોઈ વ્યક્તિ ઉન્મત્ત કે પાગલ બની જાય અને પ્રલાપ કરવા લાગે તો તે સ્થિતિમાં પણ તે યજ્ઞ ચિકિત્સાથી સ્વસ્થ થઈ શકે છે. યજ્ઞના અગ્નિમાં હોમવામાં આવેલી ઔષધિઓની સુવાસિત ઊર્જા તેના વિકૃત મગજ અને ઉત્તેજિત મનને સ્વસ્થ કરી શકે છે. આનું મુખ્ય કારણ એ છે કે યજ્ઞમાં સુગંધી ઔષધિઓ હોમવામાં આવે છે,

તેનાથી જ ઊર્જા નિષ્પન્ન થાય છે તે વજનમાં હલકી હોવાને કારણે ઉપરની બાજુ જાય છે. જ્યારે તે નાક દ્વારા અંદર ખેંચવામાં આવે છે ત્યારે સર્વ પ્રથમ મગજ, તદુપરાંત ફેફસામાં અને પછી સમગ્ર શરીરમાં ફેલાય છે. તેની સાથે ઔષધિઓના જે અત્યંત ઉપયોગી સુગંધિત સૂક્ષ્મ અંશો હોય છે તે મસ્તિષ્કમાં એ ક્ષેત્રો સુધી જઈ પહોંચે છે જ્યાં અન્ય ઉપાયોથી તે સ્થાનનો સ્પર્શ સુધ્ધાં થઈ શકતો નથી. અચેતનના ગહન સ્તર સુધી યજ્ઞની ઊર્જા પહોંચી હોય છે અને ત્યાં મૂળ ધાતી બેઠેલા મનોવિકારોને, બીમારીને બહાર કાઢવામાં સફળતા મળે છે.

યજ્ઞ ચિકિત્સાને ધરગથ્યુ ઉપચાર પણ કહી શકાય. તેનાથી શારીરિક અને માનસિક આધિ-વ્યાધિઓનું નિરાકરણ થાય તથા બન્ને ક્ષેત્રોમાંની ક્ષમતામાં પણ વૃદ્ધિ પણ થાય છે. આ સંદર્ભમાં પ્રહ્લવચર્યસુ શોધ સંસ્થાન દ્વારા જે વિવિધ પ્રયોગ-પરીક્ષણો કરવામાં આવ્યાં છે તેમાં સંશોધકોને આશાતીત સફળતા મળી છે. આ શ્રંખલામાં માનસિક રોગો, મનોવિકૃતિઓ ઉપર યજ્ઞ-ઉપચારના જે વિશેષ પરીક્ષણો થયાં છે તેનો સાર અહીં રજૂ કરવામાં આવે છે -

ચંદ્રમાનો મન સાથે સીધો સંબંધ છે. આથી માનસિક રોગો, મનોવિકૃતિઓ, મનમાં એકત્રિત થયેલાં ઝેર વગેરે ઉજ્જ્વળતાઓનું શમન ચંદ્ર ગાયત્રીથી થાય છે. અંતરાત્માની શાંતિ, ચિત્તની એકાગ્રતા, કૌટુંબિક કલેશ, દ્વેષ, વેર, માનસિક ઉત્તેજના, ક્રોધ, આંતરિક કલહ વગેરેને શાંત કરીને શીતળ મધુર સંબંધ ઉત્પન્ન કરવા માટે પણ ચંદ્ર ગાયત્રી સવિશેષ લાભદાયી છે -

ચંદ્ર ગાયત્રીનો મંત્ર આ પ્રકારનો છે -

ૐ ભૂર્ભુવઃ સ્વઃ ક્ષીર પુત્રાય વિદ્મહે,

અમૃત તત્વાય ધીમહિ તન્નઃ ચંદ્રઃ પ્રચોદયાત્ ।

આ મંત્ર દ્વારા રોગ પ્રમાણે વિશેષ રૂપે તૈયાર કરેલી હવનસામગ્રીથી દરરોજ ઓછામાં ઓછો ૨૪ વાર

હવન કરવાથી અને સંબંધિત સામગ્રીના વસ્ત્રગાળ કરેલો પાવડર સવાર-સાંજ લેતા રહેવાથી તરત જ મનોવિકૃતિઓથી છુટકારો મળી જાય છે. હવન કરનારનું ચિત્ત સ્થિર અને શાંત બની રહે છે. માનસિક દાહ, ઉદ્વેગ, તણાવ આદિ વિકૃતિઓ તેની પાસે ફરકતી પણ નથી.

સૌ પ્રથમ મસ્તિષ્ક રોગની સર્વમાન્ય વિશેષ હવન સામગ્રી અહીં આપવામાં આવે છે. તેની સાથે પૂર્વ લિખિત હવન સામગ્રી (નં.-૧)ને પણ યોગ્ય માત્રામાં મેળવીને પછી હવન કરવો નોઈએ. વિસ્તૃત વિવરણ 'અખંડ જ્યોતિ'ના ફેબ્રુઆરી ૨૦૦૧ના અંકમાં પાના નંબર ૪૨-૪૩ ઉપર નોઈ શકાશે. (નં.-૧) હવન સામગ્રીમાં જે વનોષધિઓ યોગ્ય માત્રામાં મેળવવામાં આવે છે, તે છે અગર તગર, દેવદાર, ચંદન, લાલ ચંદન, નયકળ, લવિંગ, ગૂગળ, ચિરાયતા, ગિલોય અને અસર્ગધ.

(૧) મસ્તિષ્ક રોગોની વિશેષ હવન સામગ્રી -

(૧) દેશી બોરનો ગર (૫૯૫) (૨) મૌલશ્રીની છાલ (૩) પીપળાની કુંપળો (૪) કચૂકાનો ગર (૫) કાક ગંધા (૬) વડનાં ફળ-ટેટા (૭) ખરેટીનાં બીજ (૮) ગિલોપી (૯) ગોરખમુંડી (૧૦) શંખપુષ્પી (૧૧) માલકાંકણી (જ્યોતિષ્મતી) (૧૨) બ્રાહ્મી (૧૩) મીઠી બચ (૧૪) શતાવરી (૧૫) જટામાંસી (૧૬) સર્પગંધા

આ તમામ સોળ ચીજવસ્તુઓના ખાંડેલા પાવડરને હવન સામગ્રીના રૂપમાં ઉપયોગમાં લેવાની સાથે બધી ચીજોને મેળવીને બારીક ચૂર્ણને એક ચમચી સવારે અને એક ચમચી સાંજે ધી, ખાંડ કે પાણીની સાથે રોગી વ્યક્તિને દરરોજ ખવડાવવી નોઈએ.

મસ્તિષ્કના રોગોમાં સમિધાઓનું પોતાનું પણ વિશેષ મહત્ત્વ છે. તેથી જ્યાં સુધી શક્ય હોય ત્યાં સુધી દૂધ અને સુગંધી વૃક્ષ અર્થાત્ વડ, પીપળો, ઉમરો, બેલ, ચંદન, દેવદાર, ખેર, શમીનો પ્રયોગ કરવો નોઈએ. ચંદ્રમાની સમિધા પલાશ છે. તે નો મળી શકે તો સર્વશ્રેષ્ઠ. ઉત્તેજિત મનને શીતળતા આપવામાં તેનાથી પૂરતી સહાય મળે છે.

(૨) તાણ 'સ્ટ્રેસ' અને હાઈપર ટેન્શનની વિશેષ હવન સામગ્રી -

તાણ Tensionથી છુટકારો મેળવવા માટે નીચે લખેલા પ્રમાણમાં ઔષધિની ખાંડેલી સામગ્રી મેળવવામાં આવે છે.

(૧) બ્રાહ્મી-૧૦૦ ગ્રામ (૨) શંખપુષ્પી-૧૦૦ ગ્રામ (૩) શતાવરી-૧૦૦ ગ્રામ (૪) સર્પગંધા-૧૦૦ ગ્રામ (૫) ગોરખમુંડી ૧૦૦ ગ્રામ (૬) માલકાંકણી-૧૦૦ ગ્રામ (૭) મૌલશ્રી છાલ-૧૦૦ ગ્રામ (૮) ગિલોય-૧૦૦ ગ્રામ (૯) સુગંધ કોકિલા-૧૦૦ ગ્રામ (૧૦) નાગરમોથા-૨૦૦ ગ્રામ (૧૧) ઘુડબચ-૫૦ ગ્રામ (૧૨) મીઠી બચ-૫૦ ગ્રામ (૧૩) તલ-૧૦૦ ગ્રામ (૧૪) જવ-૧૦૦ ગ્રામ (૧૫) ચોખ્ખા-૧૦૦ ગ્રામ (૧૬) ઘી-૧૦૦ ગ્રામ (૧૭) ખાંડસારી ગોળ-૫૦ ગ્રામ (૧૮) જલકુંભી (પિસ્તિયા)-૧૦૦ ગ્રામ.

આ રીતે તૈયાર કરેલી વિશેષ હવન સામગ્રીથી ચન્દ્ર ગાયત્રીમંત્રની સાથે હવન કરવાથી તણાવ અને તેમાંથી ઉત્પન્ન અનેક પ્રકારની બીમારી તથા હાઈપર ટેન્શનથી, પ્રયોગ કરનારને તુરત લાભ થાય છે. અહીં એ બાબતનું પણ ધ્યાન રાખવું નોઈએ કે ઉપર દર્શાવેલ સામગ્રીમાં (૧) અર્થાત્ બ્રાહ્મીથી માંડીને (૧૨) અર્થાત્ મીઠા બચ સુધીની ઔષધિઓનું ઝીણું, બારીક ખાંડેલું અને વસ્ત્રગાળ કરેલું મિશ્રિત ચૂર્ણ એક એક ચમચી સવારે અને સાંજે પાણી કે દૂધની સાથે રોગીને સેવન કરાવતા રહેવું નોઈએ.

(૩) દબાણ-હતાશા 'ડિપ્રેશન' વગેરે માનસિક રોગોની વિશેષ હવન સામગ્રી -

(૧) અકલકરો (૨) માલકાંકણી (જ્યોતિષ્મતી) (૩) તિમૂર (૪) મીઠી બચ (૫) ઘુડબચ (૬) જટામાંસી (૭) નાગરમોથા (૮) ગિલોય (૯) તલ (૧૦) સુગંધ કોકિલા (૧૧) જવ, તલ, ચોખ્ખા, ઘી, ખાંડસારી ગોળ.

આ બધી ઔષધિઓમાંથી તૈયાર હવન સામગ્રીથી હવન કરવાની સાથે જ નંબર ૧ થી નંબર ૧૦ સુધીની ઔષધિઓનું બારીક ખાંડેલું ચૂર્ણ રોગીને સવારે અને સાંજે એક એક ચમચી પાણી અથવા દૂધની સાથે

હંમેશા ખવડાવતા રહેવાથી ઝડપથી લાભ મળે છે. સાથોસાથ ડિપ્રેશન (હતાશા) અથવા દબાણથી પીડિત વ્યક્તિને શીઘ્ર સ્વસ્થ અને સામાન્ય સ્થિતિમાં લાવવા માટે આવશ્યક છે કે તેના મનને અનુકૂળ વાતો તેની સાથે કરવામાં આવે. પ્રસન્નતાભર્યું પુશનુમા વાતાવરણ ઊભું કરવામાં આવે. તેની સાથે હસતાં-હસાવતા રહીએ અને તેનો ઉત્સાહ વધારતા રહીએ.

(૪) મૂરછા-અપસ્માર અથવા 'ફિટ'ની વિશેષ હવન સામગ્રી -

મૂરછા અને તે સંબંધી રોગો પર નીચે લખેલી ઔષધિઓમાંથી બનાવાયેલ હવન સામગ્રીથી યજ્ઞ કરવાથી આ રોગ જડમૂળથી નાશ પામે છે-

- (૧) નાની ઈલાયચી (૨) અપામાર્ગનાં બી (૩) અશ્વગંધા (૪) નાગરમોથા (૫) ગુરુચિ (૬) જટામાંસી (૭) બ્રાહ્મી (૮) શંખપુષ્પી (૯) મુલહટી (૧૦) ચંપક (૧૧) ગુલાબનાં ફૂલ (૧૨) કનેરના ફૂલ (૧૩) કમળકાકડી (૧૪) ગૂગળ (૧૫) ધુપ (૧૬) કૂઠ (૧૭) કુલંબન (૧૮) દાઝહળદર (૧૯) સાઈ (૨૦) મુશતા (૨૧) છાડ-છડીલા (૨૨) ગોખરુ (૨૩) સરસવ (૨૪) રાઈ (૨૫) મરી (૨૬) મીઠી બચ

હવન કરવાની સાથે આ ઔષધિઓનું બારીક ચૂર્ણ એક એક ચમચી સવારે અને સાંજે પાણી અથવા દૂધની સાથે રોગીને દરરોજ ઓછામાં ઓછા ૪૦ દિવસ સુધી ખવડાવતા રહેવું જોઈએ. 'ટેન્શન' અને 'ડિપ્રેશન'થી ગ્રસ્ત વ્યક્તિઓ માટે આ ઔષધિઓનો પ્રયોગ કરી શકાય છે. જો બધી ઔષધિઓ ઉપલબ્ધ ન હોય તો નંબર ૧૨ સુધીની ઔષધિઓની હવન સામગ્રી બનાવીને હવન કરવાથી અને ખાવાથી પણ રોગી રોગમુક્ત થઈ જાય છે.

(૫) અનિદ્રા રોગની વિશેષ હવન સામગ્રી -

- (૧) કાકળંધા (૨) પીપળામૂળ (૩) ભૌંચરીંગણી (૪) જટામાંસી (૫) જલકુંભી (પિસ્ટિયા) (૬) બ્રાહ્મી (૭) શંખપુષ્પી (૮) સર્પગંધા (૯) સુગંધ કોકિલા (૧૦) જ્યોતિષ્મતી

આ હવન સામગ્રીનો ઉપયોગ જો ક્ષીરવૃક્ષ

અર્થાત્ ઊમરો, પાકર, પલાશ, વડ-પીપળો વગેરેની સમિધાઓની સાથે કરવામાં આવે તો ઉન્માદ (ગાંડપણ)ના રોગમાં પણ ઝડપથી લાભ થાય છે. હવન કરવાની સાથે જ દર્શાવેલ દસ ઔષધિઓ બારીક ખાંડેલા ચૂર્ણને ઘી અને સાકરની સાથે સવારે અને સાંજે એક એક ચમચી રોગીને ખવડાવતા રહેવું જોઈએ, તો જ પૂરેપૂરો લાભ મળે છે.

(ક્રમશઃ)

✦ ✦ ✦

અંધકારને દીપકનો પડકાર !

અંધકારને પોતાની તાકાત-શક્તિ છે. એને અનુકૂળ એવી રાત આવે છે, ત્યારે જણાય છે કે સઘળો સંસાર તેણે પોતાના પાલવમાં લપેટી લીધો છે. એનો પ્રભાવ, પુરુષાર્થ જોવા જેવો છે. આંખો પોતાની જગ્યાએ અને વસ્તુઓ પણ એની જગ્યાએ જ ગોઠવાયેલી હોવા છતાં જોવા જેવી મશકરી એ છે કે હાથને હાથ દેખાતો નથી તેમજ પગની નજીક રહેલી વસ્તુઓ સાથે ઠોકર ખાવાના સંગ્રોહો બને છે.

અંધકાર ભયંકર હોય છે. તેને કારણે એકાકીપણાની અનુભૂતિ થાય છે, દોરડીનો સાપ, જાડી-જાંખરાનું ભૂત બનીને સામે આવી જાય છે. ખરેખર ! શિંઘને ધન્યવાદ આપવા જોઈએ કે, તેને લીધે વિસ્મૃતિ ઉત્પન્ન થાય છે, નહીં તો જાગવાથી પાસાં ઘસી ઘસીને સમય પર્વત જેટલો ભારે પડત !

આટલી બધી ભયંકરતાની સત્તાનો સ્વીકાર કરવા છતાંય પણ દીપકનાં વખાણ કરવાં પડે છે. કેમ કે, જ્યારે તે પોતાની નાની સરખી જ્યોત પ્રજ્જ્વલિત કરે છે ત્યારે સ્થિતિમાં કાયાકલ્પ જેવું પરિવર્તન થઈ જાય છે. એનો જાંખો પ્રકાશ પણ નજીકની પરિસ્થિતિ તથા વસ્તુ વ્યવસ્થાની જાણકારી કરાવી દે છે. આમ જાણકારીની અડધી સમસ્યા ઉકલી જાય છે.

ભલે દીપક નાનો છે-નજીવી કિંમતનો છે, પરંતુ તે પ્રકાશનો જ અંશ હોવાને કારણે પડકાર ઝીલે છે અને નિરાશાના વાતાવરણને આશા તેમજ ઉત્સાહથી ભરી દે છે. આને કહેવાય છે - નેતૃત્વ !

* * * * * **સૃષ્ટિને પ્રલયથી બચાવવા માટે આપણે શું કરીએ ?** * * * * *

માનવીનાં હાલનાં ચિંતન તથા કર્મ સૃષ્ટિનો સર્વનાશ કરનારાં છે. કોઈપણ પરિસ્થિતિ એકાએક પેદા થઈ જતી નથી, તે માટે આપણાં જ કર્મો જવાબદાર હોય છે. વિજ્ઞાનની પ્રગતિની સાથેસાથે જ્યાં ભૌતિક સુખસાધનોમાં વૃદ્ધિ થતી ગઈ, ત્યાં જ આળસ, અસંયમ, લાલચ અને તૃષ્ણાની વૃદ્ધિએ માનવીને નરપિશાચ બનાવી દીધો. અર્થની પ્રધાનતાએ માનવી મૂલ્યોને ભારે ક્ષતિ પહોંચાડી એક મૂર્ખ-ધનવાનની વાતનું મૂલ્ય વિદ્વાન-ગરીબની વાત કરતાં વધી ગયું. ધન દરેક રીતે શ્રેષ્ઠતા તથા વિદ્વતાનું ચિહ્ન બની ગયું. ઋષિઓનો આદર્શ હતો, “અનીતિથી પ્રાપ્ત કરેલી સફળતા કરતા નીતિ પર ચાલતાં મળેલી નિષ્ફળતાને માથે ચઢાવીશું.” આપણો આદર્શ બની ગયો કે નીતિ-અનીતિનો વિચાર કર્યા વિના કોઈપણ સાધન દ્વારા સફળતા પ્રાપ્ત કરીને રહીશું. તૃષ્ણા એટલી બધી વધી ગઈ કે કુબેરનો બધો ભંડાર પણ ઓછો પડી જાય. ઈમાનદારી, સિદ્ધાંત અને નૈતિકતા માત્ર ધર્મગ્રંથોમાં લખવાની, વાંચવાની અને પ્રવચનની વસ્તુ બનીને રહી ગયાં. માનવીય મૂલ્યોનું જેટલું પતન આ યુગમાં થયું છે, તેટલું પહેલાં ક્યારેય થયું નથી. માનવીની અનૈતિક ક્રિયાઓ તથા દુષ્કર્મોનો કુપ્રભાવ વાતાવરણ પર પડે છે. દુર્બળોની હાથ અને અમહાચોની ચીસોથી ઉત્પન્ન થતા દર્દના તરંગો સ્થૂળ વસ્તુઓને પણ કષ્ટકારક બનવા માટે વિવશ કરી દે છે. પરિણામે જળ, અગ્નિ, વાયુ, માટી વગેરે નિર્જીવ વસ્તુઓ પણ મનુષ્ય માટે હાનિકારક અને કષ્ટદાયક સિદ્ધ થાય છે. ખોટા ભૌતિક વસ્તુઓના સ્વભાવમાં નથી, તેમને વિનાશકારી પરિસ્થિતિઓ ઉત્પન્ન કરવા માટે મનુષ્યનું ખરાબ ચિંતન અને તેનાં દુષ્કર્મો જ વિવશ કરે છે. મનુષ્યે જો તાત્કાલિક પોતાનું ચિંતન અને કર્મો ન સુધાર્યાં તો સૃષ્ટિને પ્રલયમાંથી બચાવવામાં કોઈપણ સમર્થ થઈ નહીં શકે. મનુષ્ય પોતાનાં દુષ્કર્મોનો દંડ અવશ્ય ભોગવશે. આપણો દુષ્કર્મો સાથે કોઈ સીધો સંબંધ ન હોય એવું બની શકે, તેમ છતાં મનુષ્યને સત્કર્મ ન કરવા અને દુષ્કર્મોને ન રોકવાનો દંડ પણ ભોગવવો પડશે તેથી સૃષ્ટિને પ્રલયના વિનાશથી બચાવ માટે એ જરૂરી છે કે આપણે સત્કર્મો કરીએ, દુષ્કર્મોથી પોતે દૂર

રહીએ અને બીજાઓને દૂર રાખવા માટે પોતાના સમય, પુરુષાર્થ તથા સાધનોનો એક અંશ અવશ્ય ખર્ચીએ. જે કોઈ એમાં આનાકાની કરશે, આળસ અને પ્રમાદ કરશે, તે મહાકાળના દંડથી બચી નહીં શકે. તુરંધ મનુષ્યની બધી ચતુરાઈ એવી ને એવી રહી જશે. મહાકાળનું સુદર્શન ચક્ર નીકળી પડ્યું છે. જિદ્દી અને દુરાગ્રહીઓની બુદ્ધિ ઠેકાણે લાવવાનું કાર્ય મોટે પાયે શરૂ થઈ ગયું છે. મહાકાળે કુવ્યવસ્થાને સુવ્યવસ્થામાં બદલવાની જવાબદારી પોતે સંભાળી લીધી છે. દુષ્ટતાના વિનાશ અને સજ્જનતાના મંરક્ષાણની જવાબદારી અવતારી શક્તિઓ અવશ્ય પૂરી કરશે, કેમ કે તેમનું એવું આશ્વાસન છે પરમાત્મા સૃષ્ટિને વિનાશમાંથી બચાવવાના તમામ પ્રયત્ન કરશે, પરંતુ અંતે મનુષ્યે જ બદલાવું પડશે. યુગઋષિનું સૂત્ર છે, યુગનિર્માણ કેસે હોગા-વ્યક્તિ કે નિર્માણ સે. વ્યક્તિના ચિંતન અને કાર્યને બદલવાની બાબતમાં પરમાત્મા પણ અસહાય સિદ્ધ થશે. પરમાત્મા પણ મનુષ્યનાં કર્મો અનુસાર દંડ તથા પુરસ્કાર આપવા માટે બધાયેલો છે. સંસારમાં આસુરી અને દૈવી બન્ને વિચારધારાઓ પરમાત્માની દેન છે. આસુરી પ્રવૃત્તિઓની વૃદ્ધિનું કારણ એ છે કે આસુરી પ્રવૃત્તિઓ પ્રત્યે અસુરોની પૂર્ણ શ્રદ્ધા, નિષ્ઠા અને ઈમાનદારી હોય છે. તેમના સિદ્ધાંતોમાં તેમની પૂર્ણ આસ્થા હોય છે, જ્યારે દેવત્વ પ્રત્યે દેવતાઓની આસ્થા જરા-જરા વારમાં જ ડગમગવા લાગે છે. દેવતાઓના અધિપતિ ઈન્દ્રનું સિંહાસન ડોલતું જ રહે છે. દેવત્વ પ્રત્યેની આસ્થાને સુદૃઢ બનાવવાની જરૂર છે. આજે સમજમાં ભ્રષ્ટાચાર, અનાચાર અને દુષ્પ્રવૃત્તિઓને જેટલું સમર્થન મળે છે, તેટલું ઈમાનદારી અને નૈતિકતાને મળતું નથી. નૈતિકતા અને ઈમાનદારીના પક્ષકારો પણ સમાજમાં તેમનો પક્ષ દૃઢતા સાથે રજૂ કરવામાં અસમર્થ રહે છે, કેમ કે તેમનો પક્ષ સામાન્યજનોને અવ્યવહારુ લાગે છે. નૈતિકતાને વ્યાવહારિક બનાવવાની જવાબદારી પ્રાણવાનોએ ઉપાડવાની છે. એ માટે કષ્ટો સહન કરનારા અને નુકસાન ભોગવનારા આ યુગના સાચા શહીદ, શૂરવીર અને યોદ્ધા છે. શૂરવીર એ જ નથી કે જે બદ્ધ ચલાવે છે, શૂરવીર એ છે જે સિદ્ધાંતો માટે વાર સહન કરવા માટે તત્પર રહે છે. કોઈપણ

ત્યાગ, બલિદાન અને કષ્ટની શરતે પણ પોતાના સિદ્ધાંતોને છોડતો નથી. આવા જ ક્રાંતિકારીઓના બળે પૃથ્વી પર દેવત્વનું અસ્તિત્વ ટકેલું છે. દેવત્વના સિદ્ધાંતોમાં સામાન્યજનોની આસ્થાનું પુનર્જાગરણ જ ધર્મતંત્રનો એકસૂત્રી કાર્યક્રમ હોવો જોઈએ. જનમાનસમાં જે સદ્ચિંતન અને સદ્ભાવનાઓનો પ્રવાહ ગતિ પકડવા લાગે, તો યુગ બદલવામાં વાર નહિ લાગે. યુગ પરિવર્તન માટે એ સિવાય અન્ય કોઈ માર્ગ પણ નથી. આવો, હવે આપણે વિચારીએ કે આપણે આવી પરિસ્થિતિઓમાં શું કરવું જોઈએ કે જેથી આપણે આપણું પોતાનું જીવન ધન્ય બનાવી શકીએ. ઋષિઓના ચિંતનથી આપણાં કર્તવ્યોને સૂત્રરૂપે સૂચિબદ્ધ કરી રહ્યા છીએ.

(૧) ઉપાસના, સાધના તથા આરાધના માટે નિત્ય થોડો સમય અવશ્ય કાઢો. વિસ્તૃત માહિતી માટે 'સૌને માટે સુલભ ઉપાસના-સાધના' નામનું પુસ્તક વાંચશો.

(૨) ઘેર ઘેર તુલસીના છોડ ઉગાડો. નિત્ય તુલસીપત્રનું સેવન કરો. તુલસીના મૂળમાં જળ નાખતાં નાખતાં સૂર્યને અર્ધ્ય સમર્પિત કરો. ખાલી જમીનમાં વૃક્ષ વાવો. વિસ્તૃત જાણકારી માટે 'તુલસીના અત્કારિક ગુણ' પુસ્તકનો સ્વાધ્યાય કરો.

(૩) ગોપાલનને મહત્ત્વ આપો. ગોમૂત્રનું સેવન કરો. ફક્ત ગોમૂત્ર અને છાણના સદુપયોગથી ગાય અને ગોપાલકનો જીવનનિર્વાહ શક્ય છે. ગૌશાળાઓની વ્યવસ્થામાં સહકાર આપો. વિસ્તૃત માહિતી 'રાષ્ટ્રના અર્થતંત્રનો મેરુદંડ-ગૌશાળા' નામના પુસ્તકમાં જુઓ.

(૪) પોતાની આવકનો એક અંશ, ન્યૂનતમ એક રૂપિયો દરરોજ જ્ઞાનઘટમાં નાખો. સ્વસ્થ રહેવા માટે આ અતિ આવશ્યક છે. આ રકમથી સત્સાહિત્યના માધ્યમથી ઋષિચિંતનને જન-જન સુધી પહોંચાડીને સદ્ચિંતન અને સદ્ભાવ જગાડો. યુગસાહિત્ય સૂચિપત્ર તથા યોજનાઓની જાણકારી પત્ર મોકલીને ગાયત્રી જ્ઞાનપીઠ, જૂના વાડજ, અમદાવાદ-૧૩થી મંગાવી લેવું.

(૫) સમય પરમાત્માએ આપેલો છે. ચોવીસ કલાકમાંથી યથારાક્તિ ન્યૂનતમ એક અથવા બે કલાકનો સમય પરમાત્માના અનુશાસનમાં રહેવા માટે અને સત્કર્મો દ્વારા તેની દુનિયાને વધુમાં વધુ મુંદર બનાવવાની પ્રેરણા જન-જન સુધી પહોંચાડવામાં કાઢો. વિસ્તૃત જાણકારી માટે

પત્રવ્યવહાર કરશો.

(૬) કુદરતી મોતે મરેલા પશુઓનું ચામડું હવે મળતું નથી. પશુઓનું આયુષ્ય પૂરું થતાં પહેલાં એમને કતલખાનામાં નિર્દયતાથી કાપી નાખવામાં આવી રહ્યાં છે અને જીવિત અવસ્થામાં જ તેમની ચામડી ઉતારીને ચામડું બનાવવામાં આવી રહ્યું છે, તેથી ચામડાની વસ્તુઓનો બહિષ્કાર કરો.

(૭) સાદાઈનું જીવન જીવો. પોતાની જરૂરિયાતો ઓછી રાખો. બીજાઓની નકલ ન કરો. ઉચિત-અનુચિત તથા વિવેકના આધારે પોતાનો નિર્ણય લો.

(૮) કુપ્રથાઓ અને ખોટી પરંપરાઓને સાહસિકતાથી તોડો. વિવેકને મહત્ત્વ આપો. પ્રાચીન ધર્મશાસ્ત્રોની વાતોને વર્તમાન પરિપ્રેક્ષ્યમાં સમાજના માળખામાં ઢાળીને ઉચિત હોય તે જ ગ્રહણ કરો. જૂનું તેટલું સારું, નવું તેટલું ખરાબનો સિદ્ધાંત યોગ્ય નથી.

(૯) જીવન જીવવાની કળા અને સ્વસ્થ રહેવાની કળા શીખવા તથા શીખવાડવા માટે ગાયત્રી જ્ઞાનપીઠ, જૂના વાડજ, અમદાવાદ-૧૩થી સંચાલિત પત્રાચાર પાઠચક્રમ કેન્દ્ર શરૂ કરો. માહિતી પુસ્તિકા પત્ર દ્વારા મંગાવી લો. જે પરિજનો પરીક્ષા આપવા ઇચ્છતા ન હોય તેઓ બન્ને પાઠચક્રમોનાં દોઢ રૂપિયા સિરીઝની પ્રજ્ઞા લઘુ પુસ્તકમાળાનાં બાર-બાર પુસ્તકો મંગાવીને સ્વાધ્યાય કરે.

(૧૦) પરિવારને સુસંસ્કારી બનાવવા માટે બાળકો તથા મોટી વ્યક્તિઓના બધા સંસ્કારો પ્રેરણાપ્રદ વાતાવરણમાં કરાવો. વિવાહિત પરિજનો પણ જન્મદિવસ તથા લગ્નદિવસ સંસ્કાર અવશ્ય ઊજવે કે જેથી દાંપત્યજીવન સુખી રહી શકે.

(૧૧) ઋષિઓ દ્વારા બનાવેલી પર્વ-તહેવારોની પરંપરા સામૂહિકરૂપે પ્રેરણાપ્રદ વાતાવરણમાં ઊજવવાથી સભ્ય સમાજના નિર્માણમાં અત્યંત સહાયક બની શકે છે. બધાં પર્વો અને તહેવારો ભાવનાપ્રધાન વાતાવરણમાં સામૂહિકરૂપે ઊજવો.

(૧૨) અહિંસા અને દયાને પરમ ધર્મ માની કોઈને શારીરિક અથવા માનસિક કષ્ટ પહોંચાડશો નહિ. આપણા કોઈ કાર્યથી કોઈને તકલીફ ન થાય તેનું ધ્યાન રાખો.

(૧૩) ચા, કોફી, કોકો, પાન, તમાકુ, બીડી, સિગારેટ, દારૂ, વ્યભિચાર, જુગાર, સદ્દો, લોટરી, ખોટો ખર્ચ, ફેશન, ભાંગ, ગાંબે, ચરસ, અફીણ, કોકીન, સિનેમા,

ગંદાં ગીતો અને સાહિત્ય, માંસ, ઈંડાં વગેરે વ્યસનોથી પોતે બચો, બીજને બચાવવાનો પ્રયત્ન કરો.

(૧૪) શુદ્ધ અને પવિત્ર જીવન જીવો. ઈમાનદારી તથા મહેનતની કમાણી જ સ્વીકારો.

(૧૫) કુટુંબ નાનું રાખો, એ રાષ્ટ્રના હિતમાં છે અને પોતાના હિતમાં પણ છે. એક દંપતી પોતાના આંગણમાં એક જ ફૂલ ખીલવે. જનસંખ્યા વૃદ્ધિ વિશ્વની સૌથી મોટી સમસ્યા છે.

(૧૬) યુગક્ષત્રિની ભવિષ્યવાણી છે કે એકવીસમી સદીનાં લોકો ધનવાન નહિ રહે. ધનનું રાષ્ટ્રીયકરણ થઈ જશે. તેથી ધનના વધુ સંચયની પ્રવૃત્તિને અંકુશમાં રાખો.

(૧૭) યુગનિર્માણ યોજના મથુરા, દ્વારા સંચાલિત જ્ઞાનયજ્ઞની યોજનાઓ (શ્રીરામ ઝોલા પુસ્તકાલય, માતા ભગવતી સ્વયંસંચાલિત પુસ્તકાલય, ગાયત્રી જ્ઞાનયજ્ઞ યોજના, વગેરે) તથા સાત આંદોલનો (આસ્તિકતા સંવર્ધન, નારી જાગરણ, સ્વાસ્થ્ય સંવર્ધન, કુરીતિ નાબૂદી, સત્પ્રવૃત્તિ સંવર્ધન-દુષ્ટપ્રવૃત્તિ ઉન્મૂલન, વ્યસનમુક્તિ, લગ્નોન્માદ વિરોધ)માં સક્રિય ભાગ લો.

જાણકારીનું મહત્ત્વ સમજવતાં સોફોકલિસે તેમના શિષ્યોને કહ્યું, જે અજાણ છે અને પોતાને અજાણ માને છે તેનાથી બચો, જે અજાણ છે અને પોતાના અત્પ જ્ઞાનથી વાકેફ છે તેને શિખવાડો. જે જાણે તો છે, પરંતુ પોતાના જ્ઞાન વિશે શંકાશીલ છે તેને જગાડો અને જે જાણે છે પરંતુ સાથે જ પોતાની અજાણકારી પ્રત્યે આસ્થા ધરાવે છે તે બુદ્ધિશાળી છે. આવી વ્યક્તિની પાછળ ચાલો.

(૧૮) વ્યક્તિનિર્માણ, પરિવારનિર્માણ તથા સમાજ-નિર્માણ માટે આપણે શું કરવાનું છે ? તેની જાણકારી માટે 'એકવીસમી સદીનું સંવિધાન' પુસ્તક વાંચો તથા સાત આંદોલનોની જાણકારી માટે 'ક્રાંતિની રૂપરેખા' પુસ્તકનો સ્વાધ્યાય કરો.

યુગક્ષત્રિ પૂજ્ય ગુરુદેવ પં. શ્રીરામ શર્મા આચાર્યનું આશ્વાસન છે કે જો આપ આ બધું કરશો તો યુગ અવશ્ય બદલાશે. અમારો આપને નમ્ર અનુરોધ છે કે આપ આ મેટર પત્રકના રૂપમાં છપાવીને લોકોમાં વહેંચો. આ વિચારધારા જો

સમાજમાં ફેલાશે અને લોકો આ દિશામાં કામ કરવાનું શરૂ કરી દેશે તો જ દુનિયાને વિનાશમાંથી બચાવી શકાશે, નહિ તો વિનાશ નિશ્ચિત છે. એ આપણા પોતાના હિતમાં, પોતાના પરિવારના હિતમાં, પોતાના પ્રિયજનોના હિતમાં અને સમાજ તથા રાષ્ટ્રના હિતમાં છે કે આપ આ સૂત્રો મુજબ પોતાની જીવનપદ્ધતિ ઢાળી લો, ત્યારે જ આપ શરીરથી સ્વસ્થ અને મનથી પ્રસન્ન રહી શકશો તથા આત્મિક શાંતિ પ્રાપ્ત કરી શકશો, વિપત્તિઓમાંથી સમાજને બચાવી શકશો.



અનુચિત મોહ

તે દિવસોમાં મહાવીર સ્વામી જંગલમાં ઘોર તપ કરી રહ્યા હતા. જંગલમાં ગોવાળિયાઓ એમને સમાધિમાં બેઈ તેમનો ઉપહાસ કરતા રહેતા. કેટલાક દુષ્ટો તો લાંછળ લગાડીને એમને પરેશાન પણ કરવા લાગ્યા. મહાવીર આ બાધાઓથી વિચલિત ન થતાં તપસ્યા કરતા રહ્યા.

તપસ્યામાં વિદ્વન નાખનારાઓની વાત નજીકની વ્યક્તિઓ સુધી પહોંચી, ત્યાંના ઘનિક લોકો મહાવીર પાસે આવ્યાને કહેવા લાગ્યા, "આપને આ નાદાન લોકો કષ્ટ આપીને અસુવિધામાં નાખી રહ્યા છે, અમારી વિનંતી છે કે અમે આપને માટે અહીં એક ભવનનું નિર્માણ કરી દઈએ તથા એવી સુરક્ષા વ્યવસ્થા કરાવીએ કે જેથી આપ નિશ્ચિંત થઈને તપસ્યા-સાધના કરતા રહો."

"તાત ! સાધનોનો અનુચિત મોહ જ મનુષ્યને સાંસારિક બનાવે છે. એકવાર એમાંથી નીકળી ગયા બાદ જે આત્મશાંતિ મળી છે, તેની તુલનામાં આ અવરોધો તુરંત છે. આપ મારી ચિંતા કરશો નહિ." આમ સ્વામીજીએ કહ્યું. તેમની આ દઢતાથી ગોવાળિયાઓ પણ હારી ગયા. એમણે ફરી સતાવવાની હિંમત ન કરી.

ઝેરી ઠંડાં પીણાંનો બહિષ્કાર કરીએ

કેટલીય બહુરાષ્ટ્રીય કંપનીઓ કેટલાંય નામોથી કોલ્ડ્રીક્સ (ઠંડા પીણાં) વેચે છે અને ભારતમાંથી દરસાલ કરોડો રૂપિયા નફાના રૂપમાં લઈ જાય છે, આ કોલ્ડ્રીક્સમાં શું-શું ભેળવવામાં આવે છે, તેની કોઈ જાણકારી તેઓ આપતા નથી. આ કંપનીઓ આપણા ઉપર ત્રણ રીતે હુમલો કરે છે.

(અ) તન પર :

૧. કોલ્ડ્રીક્સમાં ફોસ્ફરિક એસિડ (તેજબ) નામનું ઝેર હોય છે, જે મનુષ્યના શરીરના સૌથી કઠોર અંગ એવા દાંતને પણ ઓગાળી દે છે.

૨. અમદાવાદમાં કન્ઝુમર એજ્યુકેશન એન્ડ રિસર્ચ સેન્ટર દ્વારા તપાસ કરવાથી કોલ્ડ્રીક્સમાં કાર્બોલિક એસિડ, એરિથારબિક એસિડ અને બેન્ઝોઈક એસિડ નામના તેજબ પણ જોવા મળ્યા. આને કારણે ગળા અને પેટમાં બળતરા, ઓડકારો, મગજમાં ગરબડ, ચીડિયાપણું તથા એસિડિટી થાય છે.

૩. હવામાં સીસાનું પ્રમાણ ૦.૨ પી.પી.એમ.થી વધુ હોય ત્યારે લોકો એમાં શ્વાસ લે તો એ સ્નાયુતંત્ર, મગજ, કીડની, લીવર અને માંસપેશીઓ માટે ઘાતક સિદ્ધ થાય છે. કોલ્ડ્રીક્સમાં ૦.૨ પી.પી.એમ.ની નિર્ધારિત માત્રા કરતાં વધુ ૦.૪ પી.પી.એમ. સીસું હોય છે.

૪. કોલ્ડ્રીક્સમાં કેફીન નાખવામાં આવે છે, જે વધુ પ્રમાણમાં લેવાથી બેચેની, અનિદ્રા અને માથાનો દુઃખાવો પેદા કરે છે.

૫. તપાસ કરવાથી કોલ્ડ્રીક્સમાં-આર્સેનિક, કેડમિયમ, ઝિંક, સોડિયમ ગ્લુટામેટ, પોટેશિયમ સોરબેટ, મિથાઈલ બેન્ઝોએટ, સોડિયમ બેન્ઝોએટ, બ્રોમિનેટેડ વેજિટેબલ ઓઈલ વગેરે જેવા અન્ય કેટલાંય ઝેરી રસાયણો પણ મળ્યાં છે.

૬. બેંઝીન ખતરનાક રસાયણ છે, જેનાથી કેન્સર થાય છે. ઈંગ્લેન્ડ સરકારને ખબર પડી ત્યારે ૨૨ લાખ બોટલો ફેંકાવી દીધી. આ ઠંડાં પીણાંમાં કાર્બન ડાયોક્સાઈડ ગેસ હોય છે, જે આમાશય અને આંતરડાઓમાં અલ્સર પેદા કરે છે.

૭. કોલ્ડ્રીક બાળકોના સ્વાસ્થ્ય માટે ગંભીર ખતરો

છે. અમેરિકાની વિજ્ઞાન કેન્દ્ર નામની સંસ્થાએ ઠંડાં પીણાંઓનું બાળકોના સ્વાસ્થ્ય પર અધ્યયન કરીને જાણ્યું કે બાળકોની સ્કૂલોમાં કોલ્ડ્રીક વગેરેના આક્રમક પ્રચારને કારણે બાળકોના ભોજનમાં અન્ય પૌષ્ટિક પદાર્થોનું પ્રમાણ ઘટી રહ્યું છે. વિજ્ઞાન કેન્દ્રે શાળાઓમાંથી ઠંડાં પીણાંનાં વેચાણ કેન્દ્રો હટાવવાની માગણી કરી છે. ઠંડાં પીણાંઓથી વૃદ્ધાવસ્થામાં હાડકાં તૂટવાં, હૃદયરોગ તથા પુરુષોને કીડનીની બીમારી થાય છે. મેક્સિકોના ડૉક્ટરો તથા અમેરિકાની નેશનલ ઈન્સ્ટિટ્યુટ ઓફ ન્યુટ્રીશન કોલ્ડ્રીક્સના બહિષ્કાર માટે આંદોલન ચલાવે છે.

(બ) ધન પર :

ભયાનક આર્થિક લૂંટ થઈ રહી છે. માત્ર એક રૂપિયાના ખર્ચે બનેલી બોટલ ગ્રાહકોને દસ રૂપિયામાં મળી રહી છે. એક બોટલ પર ઓછામાં ઓછા છ રૂપિયાનો નફો. લાખો લોકોના પેટ પર લાત. શેરડીનો રસ, લીંબુનું શરબત, નાળિયેરનું પાણી, દહીંની લસસી, દૂધ-બદામની ઠંડાઈ, રુહ-અફઝાનું શરબત, સંતરાનો રસ, વગેરે કેટલીય જાતનાં ધરેલુ ઠંડાં પીણાં વેચતા લાખો લોકો પાસે હવે કોઈ રોજગાર નથી.

(ક) મન પર :

આ કંપનીઓ તેમનું વેચાણ વધારવા માટે કરોડો રૂપિયા ખર્ચાને ફિલ્મી કલાકારો, ખેલાડીઓ તથા ગાયકોના વિજ્ઞાપનો તથા કાર્યક્રમો કરાવી રહી છે. તે નવી નવી સેક્સી જાહેરાતો દ્વારા લોકોના મગજને પાંગળું બનાવી રહી છે.

આવો, સમાજને એનાથી બચાવવાના અભિયાનમાં સામેલ થઈએ, કેવી રીતે ?

૧. આપણે પોતે કોલ્ડ્રીકને સ્પર્શ ન કરીએ, આપણાં કુટુંબીજનો, મિત્રો, સગાસંબંધીઓ પાસે એમનો બહિષ્કાર કરાવીએ.

૨. કુટુંબ-પરિવાર, મિત્રો કે મહોલ્લા/ગામમાં થતાં લગ્નોમાં ઠંડાં પીણાંનાં રૂપમાં એમને ન આવવા દઈએ. ઠંડાઈ, લસસી, રુહ અફઝા જેવાં ભારતીય ઠંડાં પીણાં પાઈએ, એ સ્વાસ્થ્યવર્ધક છે, વધુ સ્વાદિષ્ટ છે અને સસ્તાં પણ છે.



(ભગવાનનો જન્મ પણ દિવ્ય હોય છે અને કર્મ પણ દિવ્ય હોય છે. આ પ્રકરણ પર ખૂબ વિસ્તારથી માત્ર એક જ શ્લોકની વ્યાખ્યાના માધ્યમથી ગત અંકની કડી રજૂ કરી હતી. ભગવાનના અવતરણની અને આરોહણની ચર્ચાની સાથે એ પણ દર્શાવવામાં આવ્યું હતું કે ભગવાનની 'સંભવામિ યુગે યુગે'ની ઘોષણા કેવી રીતે સાકાર થાય છે.

જન્મકર્મ ચ મે દિવ્યમેવં યો વેત્તિ તત્ત્વતઃ ।

ત્યક્ત્વા દેહં પુનર્જન્મ નેતિ મામેતિ સોડર્જુનઃ ।

'આ રીતે હે અર્જુન, મારો જન્મ અને કર્મ દિવ્ય અર્થાત્ નિર્મળ અને અલૌકિક છે. આ તથ્ય જે માણસ તત્ત્વથી જાણી લે છે તે શરીર ત્યાગ પછી પુનર્જન્મ લેતો નથી, મને જ પ્રાપ્ત કરે છે.' (૪/૮), ગીતાના ચોથા અધ્યાયના આ નવમા શ્લોકની વ્યાખ્યા સાથે જ ગૂઢ છે. મનુષ્ય પોતાના પ્રારબ્ધને વશવર્તીને જન્મ ધારણ કરે છે, પરંતુ ભગવાન પોતાની ઈચ્છાથી લોકકલ્યાણના હેતુસર જન્મ લે છે. વિશ્વની બધી સંવેદના પોતાની અંદર સાકાર કરીને કડુણાનો મહાસાગર બનીને અવતારરૂપે જન્મ લે છે. મારાપણાથી પર જઈને અવતાર ચેતનામાં સ્થિત થઈને આટલી મોટી વાત શ્રીકૃષ્ણ કહી દે છે કે રહસ્ય જાણી લેવું એ બહુ મોટી આધ્યાત્મિક ઉપલબ્ધિ છે કે ભગવાનનો જન્મ અને કર્મ કેટલી દિવ્યતાથી ભરેલા હોય છે. પરમાત્મા જે આજે છે, અત્યય છે. આ દિવ્ય કર્મના ઉદ્દેશથી અવતરિત થાય છે કે જેથી તેઓ સમગ્ર માનવજાતિની ચેતનાને દિવ્ય બનાવી શકે. જેથી તે ઊર્ધ્વમુખી થઈ શકે. લાખો-કરોડો વ્યક્તિઓની ચેતનામાં નવજીવન લાવી શકે. માનવ-ચેતનામાં જ્યારે કોઈ રૂપાંતર-મહાન પરિવર્તન થવાનું હોય છે, અવતારી ચેતનાની આવશ્યકતા હોય છે. એવા બધા સાધકો જે સર્વત્ર આ ઈશ્વરીય સત્તાની કીડાને નિહાળે છે. તે શરીરનો ત્યાગ કર્યા પછી કદી ફરી જન્મ લેતા નથી. આ વાત ભગવાને બહુ સ્પષ્ટ રીતે કહી છે. ભગવાનની પ્રાપ્તિ પછી વીતરાગ બની પોતાના અહમ્ અને ભયને નષ્ટ કરવાની સાથે જ આ જીવન શૈલીને પોતાની દિનચર્યાનું અંગ બનાવી લેવાના પ્રકરણને આપણે માત્ર સ્પર્શ કરી શક્યા હતા. હવે આગળની વ્યાખ્યા દસમા શ્લોકથી શરૂ કરીને કર્મ-અકર્મ-વિકર્મની વ્યાખ્યા સુધી આપણને લઈ જાય છે તે હવે પછીના અંકોમાં પ્રસ્તુત છે.)

દસમા શ્લોકમાં ભગવાન કહે છે-

વીતરાગભયકોષા મન્મયા મામુપાશ્રિતાઃ ।

બહવો જ્ઞાનતપસા પૂતા મદ્ભાવમાગતાઃ ॥ ૪/૧૦

પહેલાં પણ આસક્તિ, ભય અને ક્રોધથી રહિત, મારી સાથે તાદાત્મ્ય સાધીને મારા શરણાગત બનેલા તથા જ્ઞાનરૂપી તપ દ્વારા પવિત્ર થયેલા ઘણા લોકો મારા સ્વરૂપને પામ્યા છે. (અધ્યાય ૪, ૧૦મો શ્લોક) પ્રભુના સ્વરૂપને પામવું-એક જ શ્લોકમાં કેટલી બધી વાત એક ગુરુએ પોતાના શિષ્યને કહી દીધી છે, જે અવતારને જાણી લે છે. તેના દિવ્ય કર્મને જાણી લે છે તે ભગવત્ તત્ત્વને પામે છે. કેમ ? કેમકે પછી તે રાગ, ભય અને ક્રોધથી મુક્તિ મેળવી લે છે. બંધનમુક્તિ-જીવનમુક્તિનો પંથ પામે છે. દિવ્ય જન્મ અને દિવ્ય કર્મને જાણવું (આ ગત અંકમાં જણાવેલ છે) એ સત્ય આપણી સમક્ષ ઉઘાડે છે કે આપણાં બધાં કાર્યોમાં તે

સર્વશક્તિમાન પ્રભુ આપણી ઉપાધિઓ દ્વારા સ્વયં કામ કરે છે. આપણે તો માત્ર તેમના નિમિત્ત બનીને કાર્ય કરતા રહીએ છીએ. તેનાથી આપણી સમક્ષ અતિ આકર્ષક અનેક શક્યતાનાં દ્વાર ખૂલે છે. જ્યારે તે અનંત જ આપણી અંદર કાર્ય કરે છે તો આપણી ક્ષમતા પણ અનંત છે. સ્વામી વિવેકાનંદની પ્રસિદ્ધ ઉક્તિ 'Each soul is potentially Divine' દરેક આત્મામાં તે દેવત્વ સમાયેલ છે. આપણી સમક્ષ અદ્વૈતની વ્યાખ્યા કરતાં આ ઉક્તિ મુખરિત બને છે. સાહજિક રીતે આપણે અસંભવિત કાર્યો કરવા લાગીએ છીએ. કેમ કે તે પોતાની મેળે સ્વયંભૂ થવા લાગે છે. તેમના પર આપણું કોઈ નિયંત્રણ નથી હોતું.

'ગીતા' એક સુનિશ્ચિત અનુશાસન આપણી સમક્ષ પ્રસ્તુત કરે છે. તે અનુશાસનનું પાલન કરતાં તે કહે છે કે આપણે સહજ ભાવથી આ દિવ્ય મનોસ્થિતિનું આહ્વાન કરી

શકીએ છીએ અને હંમેશાં તે જ સ્થિતિમાં રહેવાની પોતાની જાતને તાલીમ આપી શકીએ છીએ. આ અનુશાસન શું છે ? તે છે આસક્તિનો ત્યાગ, ભયથી મુક્તિ, ક્રોધથી અંતર-જ્યાં ક્યાંય પણ આસક્તિ હોય છે ત્યાં તેને સમેટીને રાખવાનું મન થાય છે, વસ્તુઓ ચાલી જવાનો ભય જાગે છે. જ્યારે આપણી કામનાઓની પૂર્તિ થતી નથી તો ક્રોધ ઉત્પન્ન થાય તે સ્વાભાવિક છે. જ્યારે જ્યારે આપણું ધ્યાન બહિર્મુખી થાય છે, વિષય-પદાર્થોની પ્રાપ્તિ અને તેમાં તૃપ્તિ પામવા કાર્યરત બને છે તો આ ત્રણેય વૃત્તિઓ અનાયાસ જ આવીને આપણને વીંટળાઈ વળે છે. ભગવાન કહે છે કે મારી સાથે એક ભાવે મારી શરણમાં આવેલી વ્યક્તિ આ ત્રણેમાંથી મુક્તિ પામે છે.

વીતરાગતાની સિદ્ધિ

વીતરાગ હોવું ઊંચી કક્ષાની સિદ્ધિ છે. તેને પ્રાપ્ત કર્યા પછી મનુષ્ય કદી અશાંત થતો નથી, અંદરથી બહાર સુધી તે પ્રભુભાવથી જીવન જીવે છે અને તુરત જ આધ્યાત્મિક સિદ્ધિનાં ઉચ્ચ સોપાનો પ્રાપ્ત કરી લે છે. ભગવાન બુદ્ધના એક શિષ્યે આવીને તેમને કહ્યું, 'પ્રભુ, એક વેશ્યાએ મને પોતાને ત્યાં આવીને ચાતુર્માસ કરવા કહ્યું છે. મેં પણ વિચાર્યું કે તેમ કરી જાઉં. જ્યારે દરેક શ્વાસમાં આપ જ સમાયેલ છો તો મારું શું બગડવાનું છે ? આપના શિષ્યની પરીક્ષા પણ થઈ જશે. બીજાઓએ સાંભળ્યું, શિષ્યોએ સાંભળ્યું તો ઠપકો આપવા લાગ્યા કે પ્રભુ સમક્ષ આ કેવી વાત કરે છે ! પરંતુ બુદ્ધે કહ્યું કે બહુ મજાની વાત કહી રહ્યો છે. કરવા દો એને. આનાથી બધાને એક પ્રકારનું શિક્ષણ મળશે.

બુદ્ધની અનુમતિ મેળવીને તે શિષ્ય વેશ્યાને ઘરે ચાલ્યો ગયો. ચાતુર્માસ ચાલુ થયો. વેશ્યા નૃત્ય કરીને, ગીતો ગાઈને, ભિન્ન ભિન્ન પ્રકારની ચેષ્ટાઓ કરતી રહી. તે કદી પણ એમ ન કહેતો, કે, 'તું આવું શા માટે કરી રહી છો ? કદીક નૃત્ય કરતાં રોકાઈ જતી તો એમ ન કહેતો કે આ રીતે નૃત્ય કર. જ્યારે તે તેની બહુ પાસે આવીને કામુક નૃત્ય કરતી તો પણ તે ન કહેતો કે આવું ન કર. તે પોતાના ધ્યાનમાં પ્રસન્ન રહેવા લાગ્યો. તેને બહુ સારું લાગી રહ્યું હતું. તે વીતરાગની સ્થિતિએ પહોંચી ગયો. તે ન તો નૃત્યથી પરેશાન થતો કે ન તેના થાકીને બેસી જવાથી. તેનો તો એકમાત્ર ઉદ્દેશ હતો પ્રભુમાં મન લગાવીને

ચાતુર્માસ જપ-તપમાં લીન થઈ પૂરો કરવો. ભગવાનમાં સ્થિત થઈને મનને તેમનામાં તદ્દુપ કરવું. ચાર માસ જોતજોતામાં વીતી ગયા. ચોથો માસ પૂરો થતાં ચાતુર્માસ થઈ જતાં તે ભિક્ષુ એક ભિક્ષુણીને લઈને પાછો ફર્યો. કોણ હતી તે ભિક્ષુણી ? તે જ વેશ્યા ભિક્ષુણી બનીને તે વીતરાગ શિષ્યની સાથે પાછી ફરી અને પ્રભુનાં ચરણોમાં આવીને પડી. તેણે જોયું કે મારી પાસે જે કાંઈ છે તેનાથીયે મોટો અંદરનો આનંદ, અંદરની શાંતિનો રાજમાર્ગ આ ભિક્ષુએ પામી લીધો. તે બોલી, હું પણ તે આરાધ્યનો આનંદ લેવા આવી છું, જેણે તમારી મન:સ્થિતિ આવી બનાવી દીધી. આ લૌકિક-ક્ષણિક સુખ શા કામનું ? આટલું સમજતાં જ તે પ્રભુમાં લીન થઈ ગઈ. આને કહેવાય વીતરાગ થવું.

ક્યા ઋષિ સર્વશ્રેષ્ઠ ?

દેવતાઓની સભામાં એક વિવાદ ઊભો થયો. વિષય હતો પૃથ્વી પર એવા ઋષિ કોણ છે જે વીતરાગ છે, સંપૂર્ણપણે રાગ અને આસક્તિથી પર છે ? નારદઋષિ પણ સભામાં ઉપસ્થિત હતા. તે બોલ્યા, એવા ત્રણ ઋષિઓને તો હું જાણું છું. એકનું નામ છે પર્વત ઋષિ, બીજાં છે કુતુક ઋષિ અને ત્રીજાં છે કર્દમ ઋષિ. આ ત્રણે ઋષિઓ બહુ પ્રખ્યાત તપસ્વીઓ છે. તેમણે ઈન્દ્ર સહિત પૂરી સભાને કહ્યું, તમે ઇચ્છો તો તેમની પરીક્ષા કરી લો. ઉર્વશી ત્યાં બેઠી હતી. તે હસીને બોલી કે જીવનભર મેં આ જ કામ કર્યું છે. મને આ ઋષિગણની આસક્તિ પરના વિજયની પરખ કરવાની તક આપો. નારદજીએ કહ્યું કે હા પરીક્ષા પણ થઈ જશે અને 'વીતરાગ'ની વ્યાખ્યા પણ બધાને સમજાઈ જશે. દેવસભામાં ત્રણે ઋષિઓને આમંત્રવામાં આવ્યા.

ઉર્વશીએ નિર્ણય કર્યો કે તે કુમ્ભૌક નૃત્ય રજૂ કરશે. કુમ્ભૌક નૃત્યનો અર્થ થાય છે ક્રમશઃ પોતાનાં વસ્ત્રો ઉતારતાં જવું. સંસ્કૃતમાં ચૂંલ ઉતારવાની ક્રિયાને કુમ્ભૌક નૃત્ય કહે છે. આજકાલનાં કેબરે નૃત્ય સાથે તેની તુલના થઈ શકે. પહેલો ક્રમ પર્વત ઋષિનો આવ્યો. નૃત્ય શરૂ થયું. તેમણે કહ્યું, 'મને આ દૃશ્ય કેમ બતાવો છો ? અરે ભાઈ તેને બંધ કરો. ઉર્વશી બોલી કે આ તો પહેલા ઝટકે જ બાદ થયા અર્થાત્ તે વીતરાગની સ્થિતિમાં હોત તો તેમને કાંઈ વાંધો ન હોત. પર્વતઋષિ નિષ્ફળ જાહેર થયા. નૃત્ય ચાલતું રહ્યું. કર્દમ ઋષિએ પોતાની આંખો મીંચી દીધી. જેથી તે દૃશ્ય જોઈ ન શકે. તેમના વિશે પણ કહેવાયું કે તે નિષ્ફળ નીવડ્યા છે.

જે આંખો બંધ કરે તે વીતરાગ ન હોઈ શકે. જે નિરપેક્ષ ભાવથી આસક્તિ વગર તે નૃત્ય જોઈ શકે તે જ વીતરાગ હોઈ શકે. કુતુક ઋષિ નૃત્ય જોતા રહ્યા, ખૂબ પ્રસન્નતાથી જોતા રહ્યા. તે બોલ્યા, અરે દેવી, તમે તો કહ્યું હતું કે તમે કુમ્ભીક નૃત્ય બતાવશો એક એક કરીને વસ્ત્રો ઉતારશો. તે તો તમે હજુ સુધી બતાવ્યું નહિ. ઉર્વશી બોલી, ઋષિવર, આપની સમક્ષ જ બધાં વસ્ત્રો ઉતાર્યા અને આપ કહો છો કે મેં નૃત્ય નથી દેખાડ્યું. શું આપ જોઈ શકતા નથી? ઋષિ બોલ્યા, ઉર્વશી, આત્મા પર પણ પાંચ આવરણ છે. અન્નમય કોષ, મનોમય કોષ, પ્રાણમય કોષ, વિજ્ઞાનમય કોષ અને આનંદમય કોષ. તે તો તમે ઉતાર્યા નહિ. જે તે ઉતારીને દેખાડત તો આનંદ આવત. તમે પૂરેપૂરું નૃત્ય દેખાડ્યું હોત તો જ તમારા નૃત્યની સાર્થકતા ગણાત. પાંચેપાંચ આવરણ તો મને યથાવત્ ચઢેલાં દેખાય છે.’ બધા દેવતાઓએ, નારદ ઋષિએ એક મતે સ્વીકાર કર્યો કે કુતુક ઋષિ ‘વીતરાગ’ સ્થિતિની પરીક્ષામાં સફળ રહ્યા છે. રાગોથી પર, આસક્તિથી પર તેમનું ચિંતન છે. તેઓ પૂરેપૂરા ઈશ્વરનિષ્ઠ-આત્મસત્તામાં તન્મય મહાપુરુષ છે.

તત્ત્વરૂપથી ઈશ્વરને જાગો

આ પૌરાણિક કથાથી આપણે સૌંદર્યની, તેના પ્રત્યે આસક્તિની, વીતરાગ હોવાની પૂરી વિવેચના સમજી શકીએ છીએ. આજે જે પ્રત્યક્ષવાદી, ભોગવાદી ચિંતન શરીર સુધી વિસ્તર્યું તે અમ્લીલતાનો પરિધ ઓળંગતું દેખાઈ રહ્યું છે, તે જ સમાજને પતનનું, દેવી આપત્તિઓનું, વધતા જતા સંકોભનું મૂળ કારણ છે. જે આપણી દષ્ટિ ઋષિવર કુતુક જેવી બની જાય તો આપણે ઘણી બધી સમસ્યાઓનું સમાધાન મેળવી શકીએ. બહુચિત્ત રાગ-આસક્ત પ્રધાન વૃત્તિથી નિરપેક્ષ થતાં જ સાચું વ્યક્તિત્વ ઉપસીને બહાર આવે છે. ભગવાનને ‘તત્ત્વરૂપ’થી જાણવાનું વીતરાગ સ્થિતિ વગર સંભવિત નથી. એમ પણ કહી શકાય કે ભગવાનને જાણી લીધા બાદ ‘વીતરાગ’ સ્થિતિ એક સિદ્ધિના રૂપમાં હસ્તગત થઈ જાય છે.

આહ્લાદમય મન:સ્થિતિની પ્રાપ્તિના હેતુથી ગીતા એક નિશ્ચિત અનુશાસન આપણી સમક્ષ રાખે છે. આસક્તિ, ભય અને ક્રોધથી મુક્તિ પ્રાપ્ત કરવી. એક સાચું અનુપ્રાણિત મન ત્યારે તેને યોગ્ય બને છે કે તે પરમાત્મા ચેતનાનું આહ્વાન કરી શકે. અહમ્ કેન્દ્રિત તુચ્છ ભોગમય

જીવન વીતાવનારાઓમાં આ જ ત્રણ અવરોધો સતત તેમની વિકાસયાત્રાને રોકી રાખે છે. ભગવાન કહે છે કે જ્યારે મનુષ્ય મારે આશ્રિત થઈ જાય છે, (મામુપાશ્રિતઃ) ત્યારે તે આ વિઘ્નોને પાર કરીને તદ્દુપને પામે છે.

અંદર-બહાર બન્ને બાજુથી જ્ઞાની

શુકદેવજીના જીવનવૃત્તમાંથી બહુ સારી રીતે સમજાઈ જાય છે કે વીતરાગની સિદ્ધિ કેવી રીતે પ્રાપ્ત કરી શકાય છે. શુકદેવજીએ ભાગવતની કથા સંભળાવીને પૂરી કરી તો વ્યાસજીએ કહ્યું, આના પરથી એ પ્રમાણિત થતું નથી કે તમે વીતરાગ છો. કથા તો કોઈપણ કહી શકે વીતરાગની સ્થિતિમાં જે પોતાના ઉપદેશોથી બીજાઓને ઊંચા લાવી શકે તે જ સાચો પરમાત્મમય સાધક કહેવાય. વ્યાસજીએ કહ્યું, ‘તમે જનકની પાસે જઈને જાણી લો. તમારી પરીક્ષા ત્યાં જ થશે.’ જનકજીના દરબારમાં પ્રવેશ્યા તો શુકદેવજીને રોકી રાખ્યા. લાંબા સમય સુધી બીજા કોઈ ભાવ પ્રગટ કર્યા વિના તે ત્યાં સાધના કરતા રહ્યા. પછી રાજ જનક પોતે બહાર આવીને તેમને અંદર લઈ ગયા. બધા ઐશ્વર્ય, ભોગો, સગવડોથી ભરેલા પ્રમદવનમાં તેમને રહેવાની વ્યવસ્થા કરવામાં આવી. ચારે બાજુ ઐશ્વર્ય જ ઐશ્વર્ય, ભોગ જ ભોગ. સવારથી સાંજ સુધી સુંદર નર્તકીઓ જાતજાતના પાદ્ય પદાર્થો લઈને ઊભી રહેતી હતી, પરંતુ જનકના તે મહેલમાં વિરાજેલ શુકદેવજીની ત્રિકાળ સંધ્યા ચાલતી રહી. તેઓ નિરપેક્ષભાવે ધ્યાનમાં આત્મતલ્લીન બની રહ્યા. ત્યારે જનક તેમની પાસે આવ્યા અને બોલ્યા, ‘પ્રભુ, મેં વ્યાસજીની આજ્ઞાનુસાર આપની પરીક્ષા કરી લીધી. આપ અંદરથી પણ જ્ઞાની છો અને બહારથી પણ જ્ઞાની છો. હું તો એક રાજ છું. માત્ર અંદરનું જ્ઞાન પામી શક્યો છું, પરંતુ આપ સાચા અર્થમાં વીતરાગ છો.’

ગાયત્રી પરિવારના કાર્યક્રમોમાં અમે બધા બહાર જઈએ છીએ. ક્યારે સામાન્ય, તો ક્યારેક મોટા મોટા લોકોના ઘેર રોકાઈએ છીએ. કેનેડામાં એક વ્યક્તિના ઘેર રોકાયા તો તેણે પોતાનું ત્રણ માળનું ઘર અમને બતાવ્યું. પ્રત્યેક ઓરડામાં ચાલવાનો આગ્રહ કર્યો. લાકડાનું મકાન હતું અને ખૂબ સુંદર-આકર્ષક ભીંતચિત્ર લગાવેલું હતું. વારંવાર પ્રતિક્રિયા જાણવાની ઇચ્છા રાખે કે કેવું લાગ્યું-મેં કહ્યું, બહુ સુંદર છે. આપ પ્રભાવિત જ ન થયા. અને લોકો તો આવીને ખૂબ જ વખાણ કરે છે. અમે કહ્યું કે આપે ખૂબ

મહેનત કરી, પરંતુ મકાન બનાવવું તે તો કઈ મોટી વાત છે ? તેમનું મન દુઃખી બોઈને મેં થોડી પ્રશંસા કરી. તેઓ પ્રસન્ન થઈ ગયા. દરેક વ્યક્તિ પોતાના લૌકિક પુરુષાર્થની પ્રશંસા ઇચ્છે છે. તે જાણે છે કે આ ક્ષણભંગુર છે તો પણ. આ રાગથી અલગ માર્ગે ચાલવું એ જ ગીતાનો સંદેશ છે.

એકત્વ ભાવની સિદ્ધિ

ભગવાનના સ્વરૂપને જાણ્યા પછી, વીતરાગ થઈ ગયા પછી તેમાં જ અનન્યભાવે સ્થિર થવાની સિદ્ધિ મળી જાય છે. સૂફી સંત એક જ વાત કહે છે, 'અનલહક' ! અમે જ છીએ જે તું છે. આનાથી ઊલટી એક બીજી વાત કહે છે-યાદેહક. પોતાના પ્રિયપાત્રની યાદમાં જીવવું. સૂફીઓના આ બે જ સંપ્રદાયો છે. કેટલાક આત્મતત્ત્વને માને છે, કોઈક તેમાં લીન પોતાને માને છે. સંત કબીર લખે છે, 'હરિ મોર પીઉ, મેં રામકી બહુરિયા' હરિ મારો પ્રીતમ છે હું રામની બહુરિયા છું. આ એકત્વ ભાવ જ આપણને પ્રભુની અત્યંત પાસે લઈ જાય છે. કબીર પોતાની આ કલમને કારણે સૂફી સંતોની અતિ નિકટના મનાય છે. કબીરની ઊલટબાની અને ગીતાનું કાવ્ય આપણા આધ્યાત્મિક સાહિત્યની અણમોલ સમૃદ્ધિ છે. આપણને જીવનનું દર્શન કરાવે છે.

સામાન્ય રીતે જીવન વ્યાપારમાં લાગેલા બધા સામાન્ય લોકો વધારે વિચાર કર્યા વિના આપણા જીવનનાં મુખોને વિષય, પદાર્થ, ગૃહ-ધન અને સંબંધીઓ દ્વારા સુરક્ષિત કરી લેવા ઝંખે છે. સુરક્ષા માટે આપણે આ સાંસારિક પદાર્થોનું શરણું લઈએ છીએ. આપણે તેમના પર જેટલા આશ્રિત થતા જઈએ છીએ તેટલો જ તેમનામાં આપણો વિશ્વાસ વધતો જાય છે. એટલા જ આપણે ભગવાનથી દૂર જતા જઈએ છીએ. યોગેશ્વર શ્રીકૃષ્ણ આપણને તેમનું શરણ લેવાની સલાહ આપે છે. જેથી આપણો વિશ્વાસ તેમનામાં સતત દૃઢ થતો જાય. આપણે તેમની સાથે પૂર્ણતઃ તદ્દુપ થતા જઈએ અને ભગવત્ ભાવ-ભાવનામાં જીવતા થઈએ.

રાગ, ભય અને ક્રોધથી મુક્તિ, પરમાત્મામાં તલ્લીનતા અને શરણાગતિ, આ ત્રણે પ્રાપ્ત થતાં આપણું સમગ્ર વ્યક્તિત્વ, તેનાં બધાં જ પાસાં એકાગ્ર ભાવથી તે જ પરમાત્મચેતનાના ધ્યાનમાં તલ્લીન થઈ જાય છે. આ છે ધ્યાનની અવસ્થા, પરાકાષ્ટાની સ્થિતિ. ધ્યાનમાં

પરમાત્માની ઉપસ્થિતિ માનીને તેના પ્રત્યે જાગૃત બની રહીને આપણે જ્યારે કર્તવ્યનું સંપાદન કરીએ છીએ તો ક્રમશઃ આપણી વાસનાઓનો ક્ષય થતો જાય છે. આપણા આંતરિક યંત્ર, મન, બુદ્ધિ શુદ્ધ થતાં જાય છે. આવા શુદ્ધ હૃદયવાળા જ દિવ્ય પ્રેરણાઓ પ્રાપ્ત કરે છે અને અલૌકિક કક્ષાનાં કાર્યો કરે છે.

ઈશ્વર એક અરીસો

ગીતાકાર કહે છે, ઈશ્વર અરીસો છે. અરીસા સામે જતાં બધું જ દેખાવા માંડે છે. આપણે જેવું અને જે કાંઈ કરીએ છીએ, જેવા બનવા પ્રયાસ કરીએ છીએ તે જ આપણને ઈશ્વરની નજીક, ગુરુની સમીપ જતાં જ દેખાવા માંડે છે. ગુરુની સામે, ભગવાનની સામે જતાં જ આપણે આપણી ક્રિયાઓને પ્રતિબંધિત કરવા લાગીએ છીએ. આપણો વાસ્તવિક ચહેરો જ નિર્વિકાર રૂપમાં ભગવાનની સન્મુખ આવે છે. સારા સારા જ્ઞાની લોકો જેમ જેમ તેઓ ઈશ્વરની સમીપ જાય છે તેમ ખુલી જાય છે. પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવની સમક્ષ બધા જ નગ્ન બની જાય છે. લોકો ક્યાંક બીજેથી રામકહાણી શરૂ કરતા પરંતુ ગુરુદેવ તેની પાસેથી તેના મનની વાત કઢાવી લેતા હતા. ગુરુ અને ભગવાન અરીસા સમાન હોય છે. જે ભગવાન સૂફીઓને માટે પ્રેમીના રૂપમાં છે, વૈષ્ણવો માટે સર્જકના રૂપમાં છે, જ્ઞાનીઓ માટે એ જ ભગવાન એક સિદ્ધ પુરુષના રૂપમાં છે. સાચા શિષ્યો માટે ગુણરૂપમાં તેઓ જ ભગવાન છે. ઈશ્વર અને ગુરુ દર્પણ જેવા કઈ રીતે છે તેની આ વાત પછીના શ્લોકમાં ખૂબ જ સુંદર રીતે કહેવામાં આવી છે-

ये यथा भां प्रपद्यन्ते तांस्तथैव ભજમ્યહમ્ ।

મમ વર્ત્માનુવર્તન્તે મનુષ્યાઃ પાર્થ સર્વથઃ ॥ ૪/૧૧

હે અર્જુન, જે ભક્ત જે પ્રકારે મારી ભક્તિ કરે છે હું પણ તેને તે સ્વરૂપે ભજું છું. (જે ભાવનાથી મારી ઉપાસના કરે છે તે અનુસાર હું તેમની મનોકામનાઓને પૂરી કરું છું.) કારણ કે બધા જ મનુષ્યો સર્વ પ્રકારે મારા જ માર્ગનું અનુસરણ કરે છે. (ગીતા અધ્યાય ૪, ૧૧મો શ્લોક)

ભગવાન સૌની વાત સાંભળે છે

આ શ્લોકને ૧૦માં શ્લોકની સાથે સમજવાનો પ્રયત્ન કરવામાં આવે. તો જ તે બરાબર સમજાશે. જ્ઞાનની તપઃશક્તિથી અભિભૂત થઈને (જ્ઞાન તપસાપૂતા :), અપરા પ્રકૃતિથી મુક્ત થઈને ભગવાનના સ્વરૂપને, સ્વભાવને જે

પ્રાપ્ત કરે છે તેઓ દિવ્ય જન્મ અને દિવ્ય કર્મના મર્મને જાણી લેવાને કારણે વીતરાગની સિદ્ધિને પ્રાપ્ત કરીને ભય અને શોકથી મુક્ત થઈને તેમની ચેતનામાં જ નિવાસ કરવા લાગે છે. તેઓ ભગવાનના સ્વરૂપ અને સ્વભાવને પ્રાપ્ત કરે છે. આ રીતે ભગવાન દિવ્ય વ્યક્તિત્વના રૂપમાં અવતાર ધારણ કરે છે. અવતાર કયા રૂપે-સ્વરૂપે અને કયા નામે આવશે, ભગવાન પોતાના કયા સ્વરૂપે માનવજાત સમક્ષ રજૂ થશે તેનું કોઈ વિશેષ મહત્વ નથી. કેમકે ભિન્ન ભિન્ન પ્રકૃતિ અનુસાર, જેટલા ભિન્ન ભિન્ન માર્ગો છે તે બધામાં મનુષ્ય ભગવાને નિયત કરેલા માર્ગે જ ચાલી રહ્યો છે. માણસ ભલે જે રીતે ભગવાનને અપનાવે, તેને પ્રેમ કરે અને આનંદિત બને, ભગવાન તેને તે જ રીતે અપનાવે, તેને પ્રેમ કરે અને આનંદિત થાય છે. આ જ ભાવ વ્યક્ત થયો છે. 'યે યથા માં પ્રપદન્તે તાંસ્તથૈવ ભજમ્યહમ્'માં.

કોઈપણ વ્યક્તિ પ્રભુનું કોઈપણ રૂપે આહ્વાન કરે ભલે પછી તે દેવળમાં હોય, મસ્જિદમાં હોય, બૌદ્ધવિહારમાં-ગુરુદ્વારામાં કે મંદિરમાં, તેની જેવી ઉપાસના પદ્ધતિ, જેટલી ઊંડી, તેની તીવ્રતા હોય છે તેટલું ભગવાન સાંભળે છે. આહ્વાનની કે ઉપાસનાની રીત ગમે તે હોય, જે મૂળભૂત અનિવાર્ય શરતો પરિપૂર્ણ થતી હોય તો તેની મનોકામનાઓ અવશ્ય પૂરી થશે, આ પ્રભુનું આશ્વાસન છે. જે વ્યક્તિની ગહન તન્મયતા સાથે જેવી કામનાપૂર્તિ માટે તપ કરવામાં આવશે તેની તે નિષ્ઠાપૂર્વક પ્રાર્થનાને ભગવાન દ્વારા સાંભળવામાં આવશે. પછીથી એવી ફરિયાદ વાજબી નહિ ગણાય કે ભગવાને અમને આ દીધું, અને તેમને આ આપ્યું. જેવી જેના મનની આંતરિક સ્થિતિ હતી તેવું જ તેને મળ્યું. કબીરજીએ આ જ વાતને આ રીતે લખી છે-

જિહિ હરિ જૈસાજાગિયાં, તિનકું તેસા લાભ ।

ઔસી પ્યાસ ન ભાજઈ જબ લગે ધસૈ ન આભ ॥

જે ઈશ્વરને જે રીતે જાણે છે કે ભજે છે તેને તેવો જ લાભ પ્રાપ્ત થાય છે. થોડા ભજનથી થોડું અને અધિક ભજનથી અધિક ફળ મળે છે. ઝાકળનું જળ ચાટવાથી તરસ છિપાતી નથી. તરસ છિપાવવાને માટે તો પાણીમાં પ્રવેશ કરવો જ પડે છે.

ગીતાના આ અગિયારમા શ્લોકની વધુ વિસ્તૃત તથા આગળના શ્લોકોની વ્યાખ્યા હવે આગામી અંકમાં.....



જે ગળશે, તે ઉગશે

વિકાસ અને પતનની બાબતમાં જીવાત્માની સરખામણી બીજ સાથે કરી શકાય છે. બીજની ત્રણ જ ગતિ હોય છે. પહેલી એ કે તે ગળતાં એટલે કે નિષ્ફળ થતાં શીખે અને વિકસિત બને. છોડના રૂપમાં જાતે બદલાઈને વિધાતાની 'એકોડહં બહુસ્વામિ' ઘોષણા મુજબ અનેક બીજને જન્મ આપે. બીજી ગતિ એ છે કે તે દળાઈને લોટ બની જાય, ખોરાકના રૂપમાં જીવધારિયોના ઉપયોગમાં આવે અને છેવટે મળ બનીને ઉપેક્ષિત ખાતર બની જાય. ત્રીજી ગતિ એ છે કે, તે બિકણ, સ્વાર્થી બનીને હરહંમેશ પોતાને બચાવવાની વાત વિચારતું રહે અને છેવટે સડીને નાશ પામે.

આજ રીતે મનુષ્યની પણ ત્રણ ગતિઓ હોય છે. ગળી જઈ પરમાર્થ કાર્યોમાં જોડાઈ અનેકની મદદમાં આવે, જાતે યશસ્વી જીવન જીવે અને અનેકોને તે ઉંચા ઉઠાવે. બીજી ગતિ છે પોતાના શરીર અને કુટુંબના વર્તુળમાં જ જોડાઈ જઈ, પેટ-પ્રજનનની જ સમસ્યાઓની પૂર્તિમાં વ્યસ્ત રહે, જનવર જેવી નિંદગી વિતાવે અને ધૂણાસ્પદ સ્થિતિને પ્રાપ્ત કરે. ત્રીજી ગતિ છે-સંકુચિતતા અને સ્વાર્થપરાયણતા કે જેનાથી ન તો સ્વાર્થ સિદ્ધ થાય છે કે ન પરમાર્થ. આવી કંજુસ, ખૂબ સ્વાર્થબુદ્ધિવાળી વ્યક્તિઓ છેવટે હીન યોગિને પ્રાપ્ત કરે છે.

માનવજીવનની સાર્થકતા, મળેલી દમતાની પ્રશંસા ત્યારે છે, ન્યારે તે પ્રથમ ગતિને પસંદ કરી દેવમાનવ બનવાનો પ્રયાસ કરે. ગળીને ફાલે ફૂલે અને અનેકને સન્માર્ગ તરફ ચાલતા કરે. ત્રણેય રસ્તા ખૂલ્યા છે, જેને જે પસંદ કરે તેને તે સ્વીકારીને પોતાની ગતિ પ્રાપ્ત કરી શકે છે. હરહંમેશ દરરોજના વ્યવહારમાં આ જ આપણે જોઈએ છીએ.



પ્રકૃતિનો પ્રકોપ-મહાકાવળી ચેતવણી

ભારતીય મનીષીઓએ પ્રકૃતિની ગોદમાં બેસીને પોતાની તપસ્યા અને સાધનાના બળે એ અદૃશ્ય સત્તાનો સાક્ષાત્કાર કર્યો તથા તેઓ એ નિષ્કર્ષ પર પહોંચ્યા કે વિશ્વનો આધાર બ્રહ્મ છે, વસ્તુ નહિ. એમણે માનવમાત્રને સંદેશ આપ્યો, “ઈશાવાસ્યમિદં સર્વ” વિશ્વની પ્રત્યેક વસ્તુ બ્રહ્મમય છે, તેથી તેનો મળીને ઉપભોગ કરો, કોઈનો હક છીનવી ન લો. આ ભૌતિક વિશ્વને માયા સમજીને તેના પાશમાંથી મુક્ત થઈને જીવનલક્ષ્યને પ્રાપ્ત કરો. જીવનનું લક્ષ્ય ત્યાગ છે, ભોગ નહિ. પ્રકૃતિનો શૃંગાર ત્યાગથી થાય છે, ભોગથી નહિ. ભોગથી હિંસા અને ત્યાગથી શાંતિ મળે છે. ભોગથી પ્રકૃતિનું પ્રદૂષણ વધે છે, ત્યાગથી પ્રકૃતિનું સંરક્ષણ થાય છે. જ્યારે પ્રકૃતિ સાથે રાગાત્મક સંબંધ સ્થપાય છે, ત્યારે તે ભોગ્યાના રૂપમાં નહિ પરંતુ જનનીના રૂપમાં સામે આવે છે. સ્નેહ અને પોષણનું પ્રતીક બને છે. શુદ્ધ વાયુ, શુદ્ધ જળ, અમૃત સમાન ઔષધિઓ, અનાજ, ફળ વગેરે આપીને જીવન પ્રદાન કરે છે, પરંતુ માનવી વાયુ, જળ અને પૃથ્વીને પ્રદૂષિત કરે છે ત્યારે પ્રકૃતિ નારાજ થઈને માનવીને દંડ આપે છે અને ભયંકર રૂપ ધારણ કરી વિનાશલીલા ઉત્પન્ન કરી દે છે. આધુનિક યુગના વ્યાસ વેદમૂર્તિ તપોનિષ્ઠ આચાર્ય શ્રીરામ શર્માજીએ પ્રજ્ઞાપુરાણના ચતુર્થ ખંડના સાતમા અધ્યાયમાં આ જ તથ્ય રજૂ કર્યું છે :-

“આજનો પ્રકૃતિ પ્રકોપ અનાયાસ કે અચાનક નથી. મનુષ્યની ચેતન પ્રકૃતિનો જડ પ્રકૃતિ સાથે ઘનિષ્ઠ સંબંધ છે. સત્યુગમાં મનુષ્યના સદાચરણના કારણે સ્વર્ગીય પરિસ્થિતિઓ હતી. ઋતુઓ યોગ્ય સમયે આવતી હતી. ધરતી, આકાશ, જળ, વાયુ બધાં જ મંગલમય વર્ષા કરતા હતા, તે સમયે અપાર ધન, ધાન્ય, પરિપુષ્ટ જલવાયુ, અને સુખદ પરિસ્થિતિઓ હતી, પરંતુ આજે તો અપરાધ, દુષ્ટતા, દુર્બુદ્ધિ, દુષ્કર્મ, છળ, વિશ્વાસઘાત, અનાસ્થા અને અનાચરનું પલ્લુ ભારે છે. તેનું પરિણામ દુકાળ, ભૂકંપ, પૂર, અતિવૃષ્ટિ, અનાવૃષ્ટિ, ઉપદ્રવના રૂપમાં દેખાઈ રહ્યું છે.” (પ્રજ્ઞાપુરાણ ૪/૭/૮-૧૨૮ પૃ. ૩૪૮)

આટલાં વર્ષ પહેલાં કરવામાં આવેલી ગુરુદેવની આ ભવિષ્યવાણી અને તેમની આશંકા આજે સ્પષ્ટ દેખાઈ રહી છે.

આજે માનવીએ પ્રકૃતિની મર્યાદા ખંડિત કરી દીધી છે. દુષ્પરિણામ સામે છે. ક્યારેક લાતૂરનું વિનાશકારી ભૂસ્ખલન, ક્યારેક ઓરિસ્સાનું ભયંકર વાવાઝોડું, ક્યારેક ઉત્તર કાશી ચમોલીની વિનાશકારી લીલા, એ આગ હજી ઓલવાઈ પણ નથી કે ગુજરાતનો વિનાશ અને ઝારખંડની ખાણોમાં પાણીનો પ્રકોપ. પૂર્વ-પશ્ચિમ, ઉત્તર-દક્ષિણ બધી દિશાએથી હાહાકાર, ચીસો, કરુણ રુદનનો ધ્વનિ જનમાનસને દુઃખી જ નહિ, ભયભીત પણ કરી રહ્યો છે. મહાકાળનું જે તાંડવ આજે અહીં થયું છે, તે કાલે ક્યાંય પણ થઈ શકે છે. સામાજિક, આર્થિક અને રાજનૈતિક પરિસ્થિતિઓ તથા વિપત્તિઓનું નિરાકરણ તો સમાજ સુધારક મહાપુરુષ પણ કરી શકે છે, પરંતુ આ પ્રાકૃતિક વિપત્તિઓનું સમાધાન તો મનુષ્યના હાથમાં જ નથી. પછી શું થશે ? શું ફરી પ્રલય થવાનો છે ? શું અજ્ઞાની અને અલ્પ શક્તિવાળો મુદ્ધ મનુષ્ય તેમનો સામનો કરી શકશે ? આ પ્રશ્નોના ઉત્તર આપતાં મહાપ્રજ્ઞા લખે છે, “પરિસ્થિતિઓ જ્યારે મનુષ્યના વશમાં રહેતી નથી, ત્યારે પ્રવાહની લગામ સજ્ઞા પોતે સંભાળે છે. પૃથ્વી વિદાતાની વિશિષ્ટ તથા શ્રેષ્ઠ કૃતિ છે. એમણે આશ્વાસન આપ્યું છે કે ધર્મની સ્થાપના તથા અધર્મના વિનાશ માટે “યુગે યુગે સંભવાયિ” અનુસાર તેઓ પ્રત્યેક યુગમાં એનું રક્ષણ કરશે. પુરાતન કાળમાં ભગવાને અનેક વખત અવતાર લીધા છે અને આ વખતે તેઓ પ્રજાવતાર મહાપ્રજ્ઞા ગાયત્રીના રૂપે અવતરિત થઈને પૃથ્વીનો ઉદ્ધાર કરશે, કેમ કે આ યુગનું મુખ્ય સંકટ આસ્થા-સંકટ છે. આસ્થાઓ ચેતના સાથે સંબંધિત હોય છે. તેથી આ અવતારનું મુખ્ય કાર્યક્ષેત્ર માનવી ચેતનાનું જાગરણ જ હશે. ગાયત્રી મહામંત્રના ચોવીસ અક્ષરોમાં સંવેદનાઓ અને પ્રેરણાઓનું સંતુલન વિદ્યમાન છે, માટે યુગ પરિવર્તન માટે મનુષ્યમાં દેવોપમ આસ્થાઓ જગાડવા, પ્રેરણાઓ પ્રગટાવવા અને મનુષ્યને સક્રિય બનાવવા માટે આ મહાપ્રજ્ઞા ગાયત્રીની ઉપાસના આવશ્યક છે.” મારી શ્રેષ્ઠ કૃતિ, પ્રતિગામિતા દૂર થઈને રહેશે, અવતાર અને મનુષ્ય, સજ્ઞાનું આશ્વાસન વગેરે શીર્ષકોના માધ્યમથી ગુરુદેવે ભગવાન શ્રીકૃષ્ણની જેમ મોહગ્રસ્ત, દુર્બુદ્ધિગ્રસ્ત માનવીને મા ગાયત્રીના શરણે જઈને દુષ્કર્મોનો ત્યાગ કરી સત્કર્મ કરવાની પ્રેરણા આપી છે. જુઓ

પ્રજ્ઞાપુરાણ ૪/૬-૧૮-૨૩ સુધી પૃ. ૩૫૪

ગાયત્રી માતા વેદમાતા છે. દેવત્વ ઉત્પન્ન કરવાને કારણે દેવમાતા છે અને જ્યારે પણ વિશ્વસ્તરે અનાસ્થા, કુવિચાર અને દુર્ભાવનાં વાદળો છવાઈ જાય છે ત્યારે તેના નિવારણ માટે આ મહાશક્તિ જનમાનસ પર સક્રિય થાય છે. એની દિવ્ય ધારા જનકલ્યાણ માટે મહાપ્રજ્ઞાના રૂપમાં જન-જનને સ્પર્શે છે. તે સમયે સદ્જ્ઞાન તથા દેવત્વના અનેરા પ્રયોગો થાય છે.

પૂજ્ય ગુરુદેવની આ ભવિષ્યવાણી પણ અક્ષરશઃ સાચી પડી રહી છે. આજે આ મહાપ્રજ્ઞાની દિવ્યધારા જનમાનસને કેવી રીતે સંવેદિત કરી રહી છે. કેવી રીતે મત્સ્વાવતારની જેમ એનો વિસ્તાર થઈ રહ્યો છે. એનું જીવંતું જગતું પ્રમાણ છે-ગુજરાતનું સંકટ, મહાકાળના તાંડવનૃત્યની ભયંકર વિનાશલીલા. આ પ્રાકૃતિક વિપત્તિએ, પ્રકૃતિના કોપે, ભયંકર વિનાશલીલા રજૂ કરી છે એમાં શંકા નથી, પરંતુ આ આપત્તિના સમયે મહાપ્રજ્ઞાએ કેવળ ભારત જ નહિ, સમગ્ર વિશ્વના જનમાનસમાં સંવેદના જગાડીને માનવમાત્રમાં દેવત્વના જાગરણનો જે દિવ્ય સંદેશ આપ્યો છે, તે અનુપમ છે. અમેરિકા, કેનેડા, યુરોપ, લંડન જ નહિ, પરંતુ પાકિસ્તાન, બાંગ્લાદેશ, ઈઝરાયેલ જેવા દેશોએ આ આપત્તિનો સામનો કરવા માટે બધી જ રીતે મદદ કરી છે, તેને મહાપ્રજ્ઞાના અમત્કાર સિવાય શું કહી શકાય છે. અત્યારનો સમય પ્રાકૃતિક વિપત્તિઓ જેવી કે લાતૂરનું ભૂસ્ખલન, ઓરિસાનું વાવાઝોડું, ચમોલીનો ભૂકંપ, ગુજરાતની વિનાશિકા, ઝારખંડની ખાણોની દુર્ઘટના મહાકાળની ચેતવણી છે. જેમ ખોટું કામ કરવાથી માતા બાળકને દંડ આપે છે, તેવી જ રીતે પ્રકૃતિએ દુષ્કર્મોમાં લાગેલા મનુષ્યને સાવધ કર્યો છે કે એ તેની સાથે રમત ન કરે, તેની માતાના રૂપમાં પૂજા કરે. મનુષ્યને સાવધ કરવા માટે તથા સૂઈ ગયેલી માનવતાને જગાડવા માટે આ સંકેત છે અને માનવતા આંખો ખોલી રહી છે એમાં શંકા નથી. જાગરણનાં લક્ષણો સ્પષ્ટ દેખાઈ રહ્યાં છે. પ્રચંડ સહયોગી પ્રવાહ સત્પાત્ર જ મેળવે છે. મહર્ષિ અરવિંદની ભવિષ્યવાણીના માધ્યમથી ગુરુદેવે આશ્વાસન આપ્યું છે કે જે રીતે સવારમાં અરુણોદય થતાં જ અંધકાર દૂર થઈ જાય છે, તેવી રીતે પ્રસ્તુત સમસ્યાઓ, વિપત્તિઓ, વિકૃતિઓ તથા વિનાશિકાઓનું સમાધાન પ્રજ્ઞાવતારના અવતરણથી સહજ

શક્ય બનશે. એમાં નિરાશ થવાની જરૂર નથી. પ્રજ્ઞાપુરાણ ૪/૭/૬૩-૬૬.

આ રીતે એમ કહી શકાય કે જેમ હિમગિરિમાંથી નીકળીને ગંગા માતા નદી-નાળાંઓને પોતાનામાં ભેળવીને ગંગાજળ જેવું પવિત્ર બનાવતી, સૌની તરસ છિપાવતી નિરંતર ગતિશીલ રહે છે, તેમ હિમાલયની છાયા અને ગંગાના ખોળાંમાં બેસીને આપણા ઋષિઓએ વસુદૈવ કુટુંબકર્મનો જે સંદેશ સંપૂર્ણ વિશ્વને આપ્યો હતો, જે મૂલ્યો એમણે સ્થાપ્યાં હતાં, તે આજે પણ જીવિત છે.

ગુજરાતના ભૂકંપે સંપૂર્ણ દેશને એક પરિવારના રૂપમાં જોડી દીધો. સ્પષ્ટ છે કે મહાપ્રજ્ઞાની દિવ્ય ચેતનાનો પ્રવાહ ભાવ સંવેદનાઓને જગાડી રહ્યો છે. જનમાનસને ભીંજવી રહ્યો છે. નવયુગના આગમનનો આ શુભ સંકેત છે. હિંદુ, મુસ્લિમ, શીખ, ઈસાઈ બધાએ એકબીજાના પ્રાણ બચાવવા માટે ભેદભાવ ભુલાવીને તન-મન-ધનથી જે સહાયતા કરી છે, તેમણે ધર્મના કટ્ટરપંથીઓને બતાવી દીધું છે કે સાચો ધર્મ મનુષ્યને મનુષ્ય સાથે પ્રેમ કરવાનું શીખવાડે છે અને માનવીનો માનવી સાથે ફક્ત માનવતાનો સંબંધ છે.

અંતે સમયનાં પદચિહ્નોને જોઈને કહી શકાય છે કે હવે જનજાગરણનો સમય નિકટ છે. જ્યારે દેવાત્માઓનો પ્રચંડ સહયોગી પ્રવાહ ઉમટીને સમસ્ત વિશ્વના કલ્યાણની કામના કરશે, ત્યારે ગુરુદેવની યુગ નિર્માણ યોજનાનું સ્વપ્ન સાકાર થશે અને માનવમાત્રમાં દેવત્વનો ઉદય તથા પૃથ્વી પર સ્વર્ગનું અવતરણ થશે. આવો, આપણે સૌ મળીને એ મહાપ્રજ્ઞાના શરણે જઈએ, માનવીને સદ્બુદ્ધિ આપીએ કે તે પ્રકૃતિને માતા સમજીને તેની પૂજા કરે, જેથી મહાકાળનું તાંડવનૃત્ય સમાપ્ત થાય અને સર્વત્ર સુખશાંતિનું સામ્રાજ્ય સ્થપાય.



- ★ ભાવના જ મનુષ્યનું જીવન છે, પરંતુ તેને એટલી નિર્બળ ન બનવા દો કે અત્યાચારી પણ સતાવી જાય.
- ★ દરેક કાર્યમાં એવો અવકાશ હોય છે કે તેને વધુ ઉત્તમ રીતે કરી શકાય.
- ★ ક્રોધને પ્રેમથી જીતીએ, દુષ્ટતાને ભલાઈથી જીતીએ, લોભને દાનથી જીતીએ અને જૂઠ્ઠને સત્યથી જીતીએ.



વિજ્ઞાનના સિદ્ધાંતો પર ખરો ગાયત્રી મંત્ર



આધુનિક વિજ્ઞાન બાહ્ય ઉપકરણોની મદદથી મનુષ્યજીવનની જટિલતાઓને ઓછી કરવા કે સરળ બનાવવા માટે પ્રયત્નશીલ છે. બાહ્ય ઉપકરણ એટલે કે પદાર્થના માધ્યમથી જીવનની ગૂંચોને ઉકેલાતી હોવાને કારણે જ આને પદાર્થ વિજ્ઞાન કહેવામાં આવે છે. પ્રાચીનકાળમાં આપણા મનીષીઓએ પદાર્થ વિજ્ઞાનના ક્ષેત્રે પ્રગતિ કરવાની સાથોસાથ ચેતનાને પણ શોધ અને અન્વેષણનો વિષય બનાવ્યો હતો. આ ક્ષેત્રમાં આશ્ચર્યચકિત કરી દે એવી પ્રગતિ થઈ હતી.

ચેતના વિજ્ઞાનના ક્ષેત્રમાં પ્રગતિનાં જે વિધિ-વિધાનો શોધવામાં આવ્યાં, એમાં મંત્રવિદ્યા મુખ્ય માનવામાં આવી. આમ સામાન્ય રૂપે મંત્રોનું સ્વરૂપ કેટલાક વિશિષ્ટ શબ્દોનો સમૂહ જ દેખાય છે, પરંતુ વાસ્તવમાં મંત્ર ફક્ત શબ્દોનો સમૂહ જ નહિ પણ તેમનું ગઠન વિજ્ઞાનસંમત પ્રભાવને ધ્યાન રાખીને કરવામાં આવ્યું છે. કેટલાક સમય પૂર્વે મંત્રોના પ્રભાવ અને વિશેષતાઓને માત્ર અંધવિશ્વાસ સમજવામાં આવતો હતો, પરંતુ હવે વિજ્ઞાન પણ મંત્રોની શક્તિને પ્રમાણિત કરવા લાગ્યું છે.

મંત્રવિદ્યાના વૈજ્ઞાનિકો જાણે છે કે જીભથી જે પણ શબ્દો નીકળે છે, તેમનું ઉચ્ચારણ કંઠ, તાળવું, મૂર્ધા, હોઠ, દાંત, જીભનું મૂળ વગેરે મુખના વિભિન્ન અંગો દ્વારા થાય છે. આ ઉચ્ચારણ વખતે મુખના જે ભાગોથી ધ્વનિ નીકળે છે, તે અંગોનાં નાડીતંતુઓ શરીરના વિભિન્ન ભાગો સુધી ફેલાય છે. આ ફેલાવાના ક્ષેત્રમાં કેટલીય ગ્રંથિઓ હોય છે, જેમના પર તે ઉચ્ચારણોનું દબાણ પડે છે. જે લોકોની કોઈ સૂક્ષ્મ ગ્રંથિઓ રોગિષ્ટ કે નષ્ટ થઈ જાય છે, તેમના મુખેથી કેટલાક ખાસ શબ્દો અશુદ્ધ કે રોકાઈ-રોકાઈને નીકળે છે. આને જ તોતડાપણું કહેવાય છે. શરીરમાં અનેક નાની-મોટી, દૃશ્ય-અદૃશ્ય ગ્રંથિઓ હોય છે. યોગીજનો જાણે છે કે એ કોષોમાં કોઈ વિશેષ શક્તિનો ભંડાર છુપાયેલો રહે છે. સુષુમ્ણા સાથે સંબંધિત છ ચક્રો પ્રસિદ્ધ છે, શરીરમાં એવી અસંખ્ય ગ્રંથિઓ છે. વિવિધ શબ્દોનું ઉચ્ચારણ આ વિવિધ ગ્રંથિઓ પર તેમનો

પ્રભાવ પાડે છે અને તે પ્રભાવથી આ ગ્રંથિઓનો શક્તિ-ભંડાર જગૃત થાય છે. ગાયત્રી મંત્રમાં ૨૪ શબ્દો છે. એમનો સંબંધ શરીરમાં રહેલી એવી ૨૪ ગ્રંથિઓ સાથે છે, જે જગૃત થઈ જવાથી સદ્બુદ્ધિ પ્રગટ કરતી શક્તિઓને સતેજ કરે છે. ગાયત્રી મંત્રના ઉચ્ચારણથી સૂક્ષ્મ શરીરની સિતાર ૨૪ સ્થળોએથી ઝંકાર આપે છે અને તેનાથી એક એવી સ્વરલહરી ઉત્પન્ન થાય છે, જેનો પ્રભાવ અદૃશ્ય જગતનાં મહત્ત્વનાં તત્ત્વો પર પડે છે. આ પ્રભાવ જ ગાયત્રી સાધનાના ફળોનો મુખ્ય હેતુ છે.

દીપક રાગ ગાવાથી ઓલવાયેલા દીપક પ્રજ્વલિત થઈ ઊઠે છે, મેઘમલ્હાર ગાવાથી વરસાદ થવા લાગે છે, વેણુનાદ સાંભળીને સાપ ડોલવા લાગે છે, હરણાં સુધબુધ ભૂલી જાય છે, ગાયો વધારે દૂધ આપવા લાગે છે. અમેરિકાના ડોક્ટર હચિન્સને વિવિધ સંગીત ધ્વનિઓથી અનેક અસાધ્ય અને કષ્ટસાધ્ય રોગીઓને સાજા કરવામાં સફળતા અને ખ્યાતિ પ્રાપ્ત કરી છે. ભારતવર્ષમાં તાંત્રિક લોકો ઘડા પર થાળી મૂકીને વગાડે છે, જેથી સાંપ, વીંછી વગેરે ઝેરી જંતુ કરડેલા લોકો, કંઠમાળ, વિષવેલ, ભૂતનો વળગાડ વગેરેના રોગી લગભગ સાજા થઈ જાય છે. કારણ એ છે કે શબ્દોનાં કંપનો સૂક્ષ્મ પ્રકૃતિથી ઈથરનું પરિભ્રમણ કરીને જ્યારે પોતાના ઉદ્દગમ કેન્દ્ર પર થોડી ક્ષણોમાં જ પાછા આવે છે ત્યારે તેમનામાં એક જાતની વિશેષ વિદ્યુત શક્તિ ભરેલી હોય છે અને પરિસ્થિતિઓ અનુસાર યોગ્ય ક્ષેત્ર પર શક્તિનો એક વિશિષ્ટ પ્રભાવ પડે છે. મંત્રો દ્વારા વિલક્ષણ કાર્ય થવાનું કારણ પણ આ જ છે. ગાયત્રી મંત્ર દ્વારા પણ આ પ્રકારની જ શક્તિનો આવિર્ભાવ થાય છે. મંત્રોચ્ચારણમાં મુખનાં અંગો ક્રિયાશીલ થાય છે, એ ભાગોમાં નાડીતંતુ કેટલીક વિશેષ ગ્રંથિઓને ક્રિયાશીલ બનાવે છે, તેમનામાં સ્ફુરણ થવાથી એક વૈદિક છંદનો ક્રમબદ્ધ યોગિક સંગીતપ્રવાહ ઈથર તત્ત્વ ફેલાવે છે અને થોડી ક્ષણોમાં જ થતી એની વિશ્વ પરિક્રમાથી પાછા આવતી વખતે એક સ્વજાતીય તત્ત્વોની સેના પાછી લઈ આવે છે, જે ઈચ્છિત ઉદ્દેશની પૂર્તિમાં ખૂબ સહાયક થાય

છે. શબ્દ સંગીતનાં શક્તિશાળી કંપનોનો પંચભૌતિક પ્રવાહ અને આત્મશક્તિની સૂક્ષ્મ પ્રકૃતિની ઉપાસના, સાધના અને આરાધનાના આધારે ઉત્પન્ન કરવામાં આવેલ સંબંધ, આ બન્ને કારણો સાધક માટે દૈવી વરદાન સિદ્ધ થાય છે.

શબ્દ માત્ર જાણકારી જ નહિ બીજું પણ ઘણું આપે છે. હવે એવા પ્રયોગો કરવામાં આવી રહ્યા છે, જેમાં ખાતર અને પાણી સિવાય મધુર સંગીતપ્રવાહ પણ છોડોના વિકાસના ઉપયોગમાં લઈ શકાય. યુગોસ્લાવિયામાં પાકને સુવિકસિત કરવા માટે ખેતરો પર અમુક સ્તરની વાદલહરીઓનો ધ્વનિ વિસ્તારક યંત્રો દ્વારા પ્રવાહિત કરવામાં આવ્યો અને તેનું ઉત્સાહજનક પરિણામ મળ્યું.

શબ્દ શક્તિ દ્વારા સંભવિત લાભ ઉઠાવવા માટે આ પ્રકારના ઘણા પ્રયોગો ચાલી રહ્યા છે. મંત્રવિદ્યાનો એક આધાર એ પણ છે કે આ વિદ્યાના જાણકારોના મત અનુસાર મંત્રમાં બે તત્ત્વોનો સમાવેશ છે - (૧) શબ્દ-શક્તિનો સૂક્ષ્મચેતના વિજ્ઞાનના આધારે ઉપયોગ અને (૨) વ્યક્તિની આંતરિક પવિત્રતા તથા ભાવોલ્લાસ દ્વારા ઉત્પન્ન દિવ્ય ક્ષમતાઓનો સમન્વય. આ બન્નેના મિલનથી એક એવી અદ્ભુત શક્તિ ઉત્પન્ન થાય છે, જે કેટલાંય મોટાં ભૌતિક સાધનો દ્વારા ઉપલબ્ધ થઈ શકતી નથી.

મંત્રોમાં અક્ષરોનો ક્રમ તથા તેમના ઉચ્ચારણની વિશેષ વિધિ-વ્યવસ્થાનું જ મહત્ત્વ વધુ છે. કંઠ, તાળુ, દાત, હોઠ, મૂર્ધા વગેરે જે સ્થાનોથી શબ્દોચ્ચાર થાય છે, તેમનો સીધો સંબંધ માનવશરીરનાં સૂક્ષ્મ સંસ્થાનો સાથે છે, ષટ્ચક્ર, ઉપાત્મક તથા દિવ્ય વાદીઓ અને ગ્રંથિઓનું સૂક્ષ્મ શરીર સંસ્થાન અદ્ભુત છે. આ દિવ્ય અંગો સાથે આપણા મુખતંત્રના તાર જોડાયેલા છે. જે રીતે ટાઈપરાઈટરનાં બટનો દબાવતા રહેવાથી ઉપર અક્ષરો ટાઈપ થતા જાય છે, તેવી જ રીતે મુખથી ઉચ્ચારણ કરવામાં આવતાં વિશેષ વૈજ્ઞાનિક પ્રક્રિયાની સાથે વિનિર્મિત મંત્ર ગૂંથણનો સીધો પ્રભાવ ઉપર્યુક્ત સંસ્થાનો પર પડે છે. આ પ્રવાહ મંત્રવિજ્ઞાનીને સ્વયં લાભાન્વિત કરે છે. તેની સૂક્ષ્મ ક્ષમતાઓને જગાડે છે. અંદર ગૂંજતા

રહેતા એ મંત્રના કંપન આ જ કામ કરે છે અને જ્યારે તે બહાર નીકળી જાય છે ત્યારે વાતાવરણને પ્રભાવિત કરે છે. સૂક્ષ્મ જગતમાં ઇચ્છિત પરિસ્થિતિઓની સંભાવનાઓનું સર્જન કરે છે અને જો કોઈ વિશેષ વ્યક્તિને પ્રભાવિત કરવી હોય તો તેની પર પણ અસર કરે છે. મંત્રવિદ્યા આ ત્રણ પ્રયોજનો પૂરાં કરે છે.

સામાન્ય રીતે ધ્વનિ ચારે તરફ ફેલાય છે, પરંતુ મંત્રોમાં શબ્દ એ રીતે ગૂંથાયેલા હોય છે કે તેના ધ્વનિતરંગો વિશેષ પ્રકારના બની જાય છે. ગાયત્રી મંત્રના ધ્વનિતરંગો તાર છલ્લાની જેમ ઉપર ઊઠે છે અને સૂક્ષ્મ આકાશનાં પરમાણુઓના માધ્યમથી સૂર્ય સુધી પહોંચે છે તથા જ્યારે આ ધ્વનિ સૂર્યના અંતરિયાળમાં પ્રતિધ્વનિત થઈને પાછા આવે છે, ત્યારે પોતાની સાથે પ્રકાશ આણુઓની (ગરમી, પ્રકાશ અને વિદ્યુત સહિત) ફોજ જપ કરનારના શરીરમાં ઊતરતી જાય છે. સાધક તે આણુઓથી શરીર જ નહિ, મન અને આત્માની શક્તિઓનો વિકાસ કરતો જાય છે તથા ઘણીવાર તે સાંસારિક પ્રયત્નો દ્વારા ક્યારેય સંભવી ન શકે તેવો લાભ પ્રદાન કરે છે.

શબ્દની શક્તિ પર જેટલું ઊંડું ચિંતન કરવામાં આવે, તેટલી જ તેની ગરિમા અને વિલક્ષણતા સ્પષ્ટ થતી જાય છે. વાદળોના ગડગડાટથી ઊંચી ઈમારતો ફાટી જાય છે, આજની યાંત્રિકતા જેટલો શોર ઉત્પન્ન કરી રહી છે, તેનાં દુષ્પરિણામથી માનવજાતિને ભરપાઈ ન થઈ શકે એવું નુકસાન ભોગવવું પડશે. આ તથ્યથી આખો સંસાર ચિંતિત છે, તેનાથી ઉત્પન્ન થનારી હાનિકારક પ્રતિક્રિયાને સર્વત્ર સમજવામાં આવી રહી છે અને આ વિશાળકાય ઝડપી વાયુયાનોને ઘોંઘાટરહિત બનાવવાનો પ્રયત્ન કરવામાં આવી રહ્યો છે.

શબ્દની શક્તિ બધી ભૌતિક શક્તિઓ કરતાં વધારે સૂક્ષ્મ અને વિભેદન ક્ષમતાવાળી છે. આ વાતની નિશ્ચિત જાણકારી થયા બાદ જ તત્ત્વદર્શીઓએ મંત્રવિદ્યાનો વિકાસ કર્યો. આમ આપણે જે કાંઈ બોલીએ છીએ, તેનો પ્રભાવ વ્યક્તિગત અને સમષ્ટિગત રૂપે સંપૂર્ણ બ્રહ્માંડ પર પડે છે.

તળાવમાં ફેંકવામાં આવેલ પથ્થરથી ઉત્પન્ન લહેરોનાં કંપનો પણ દૂર સુધી જાય છે, તેવી જ રીતે

આપણા મુખમાંથી નીકળેલ પ્રત્યેક શબ્દ આકાશના સૂક્ષ્મ પરમાણુઓમાં કંપન ઉત્પન્ન કરે છે. એ કંપનોથી લોકોમાં અદૃશ્ય પ્રેરણાઓ જાગૃત થાય છે, આપણા મગજમાં કોણ જાણે ક્યાંથી વિચાર આવે છે, આપણે સમજી શકતા નથી, પરંતુ મંત્રના જાણકાર જાણે છે કે મગજમાં વિચારોની ઊપજ કોઈ આકસ્મિક ઘટના નથી, મસ્તિષ્કનાં પડોમાં આદિકાળથી સૂક્ષ્મ કંપન એકત્રિત છે, જે મસ્તિષ્કના જ્ઞાનકોષો સાથે અથડાઈને વિચારના રૂપમાં પ્રગટ થઈ ઊઠે છે તેમ છતાં આપણા મગજમાં એક પ્રકારના વિચારોની ધારાને સતત પકડવાની કે પ્રવાહિત કરવાની ક્ષમતા છે.

એક જ ધારામાં મનોગતિ દ્વારા એકસરખી વિચારધારા સતત પ્રવાહિત કરીને સંપૂર્ણ બ્રહ્માંડના વિચાર જગતમાં ક્રાંતિ ઉત્પન્ન કરી શકાય છે. તે માટે એ જરૂરી નથી કે એ વિચારોને વાણી કે સંભાષણ દ્વારા જ વ્યક્ત કરવામાં આવે.

“ઉચ્ચારણ” અને “સ્વર”માં એ જ અંતર છે કે ઉચ્ચારણ કંઠ, હોઠ, તાળવું તથા દાંતોની સંચાલન પ્રક્રિયાથી નીકળે છે અને તે વિચારોનું આદાનપ્રદાન કરી શકવામાં સમર્થ થાય છે, પરંતુ સ્વર અંતઃકરણમાંથી નીકળે છે. એમાં વ્યક્તિત્વ, દૃષ્ટિકોણ અને ભાવસમૂહ પણ ઓતપ્રોત રહે છે. તેથી મંત્રને સ્વર કહેવામાં આવ્યો છે. વેદપાઠમાં ઉદાત્ત, અનુદાત્ત, સ્વરિતની ઉચ્ચારણ પ્રક્રિયાનું શુદ્ધ હોવું તે આ તરફ જ સંકેત કરે છે. સાધનાના ક્ષેત્રે સ્વરનો અર્થ વાક્યશક્તિના માધ્યમથી કરવામાં આવતા જપ અનુષ્ઠાન સાથે જ છે.

મંત્રનો જે મહિમા છે, તેનો આધાર વાણીને “વાક્ય”ના રૂપમાં પરિણત કરી દેવાનો છે. એ માટે મન, વચન અને કર્મમાં એવી ઉત્કૃષ્ટતાનો સમન્વય કરવો પડે છે કે વાણીને દગ્ધ કરતું કોઈ કારણ શેષ ન રહી જાય. આટલું કર્યા બાદ તેના દ્વારા કરેલો શબ્દ નિઃશંકપણે સફળ થાય છે. વાણી જે દૂષિત, કલુષિત અને દગ્ધ સ્થિતિમાં પડેલી રહે, તો તેના દ્વારા જપવામાં આવેલા મંત્ર પણ બળી જશે અને લાંબા સમય સુધી જપ, સ્તવન, પાઠ વગેરે કરતા રહેવા છતાં ઇચ્છિત ફળ નહિ મળે.

પરિષ્કૃત વાણીમાં એવી શક્તિ રહે છે, જેના બળે

કોઈ ભાષાનો કોઈપણ મંત્ર પ્રચંડ અને પ્રભાવશાળી થઈ ઊઠે છે. તેના દ્વારા ઉચ્ચારિત શબ્દ મનુષ્યોના અંતઃસ્થળને, અસીમ અંતરિક્ષને પ્રભાવિત કર્યા વિના રહેતો નથી. આવી પરિષ્કૃત વાણી ‘વાક્ય’ને અધ્યાત્મનો પ્રાણ કહી શકાય છે. તેને સાધકની કામધેનુ તથા તપસ્વીનું બ્રહ્માસ્ત્ર કહેવામાં જરાપણ અતિશયોક્તિ નથી. આવી પરિમાર્જિત જિહ્વાને “સરસ્વતી” કહેવાય છે. સાધનાના ક્ષેત્રે પ્રવેશતી વ્યક્તિએ મંત્રશક્તિની દીક્ષાની મહાનતા સમજવી જોઈએ. તેને જ મંત્રની માતા માનવી જોઈએ, તેને જ સિદ્ધિઓનું ઉદ્ભવ સ્થળ તથા ભગવાનને દ્રવિત અને પ્રભાવિત કરી શકવાનું માધ્યમ માનવું જોઈએ.

સંપત્તિનું અભિમાન

લાહોરના પ્રસિદ્ધ શેઠ દુનીચંદને તેમની સંપત્તિનું ખૂબ ઘમંડ હતું. એમણે પોતાના મકાનની ઉપર અસંખ્ય ઝંડા લગાડી રાખ્યા હતા, જે એ વાતના પ્રતીક હતા કે શેઠના ખજાનામાં તેટલા કરોડ રૂપિયા છે.

એક દિવસ ગુરુ નાનક ત્યાં પહોંચ્યા. ધનનું આવું પ્રદર્શન જોઈ એક સોય શેઠને આપતાં કહ્યું, આને અત્યારે સાચવીને રાખો અને સ્વર્ગમાં મને પાછી આપજો. ગુરુની વાત સાંભળીને દુનીચંદને ખૂબ આશ્ચર્ય થયું. ઓગે હસતાં કહ્યું, મહોદય ! હું પોતે મર્યા બાદ આ સોય આપને કેવી રીતે પાછી આપીશ ? મર્યા પછી તો કોઈ વસ્તુ સ્વર્ગમાં લઈ જઈ શકાતી નથી.

આ સાંભળી ગુરુ નાનક હસી પડ્યા અને કરુણાભર્યા શબ્દોમાં કહ્યું, “જે તમે પોતે મર્યા બાદ એક નાનકડી સોય પણ સાથે લઈ જઈ શકતા નથી, તો આ કરોડોની સંપત્તિ તમે કેવી રીતે લઈ જઈ શકશો ? ગુરુનાં વચનો દુનીચંદના હૃદયને સ્પર્શી ગયા અને તેણે ગુરુ નાનકના ઉપદેશોનું પાલન કરતા રહી ત્યાગ અને સેવાનો માર્ગ અપનાવવાનો સંકલ્પ લીધો.

મહાત્મા બુદ્ધનો દિવ્ય બોધ

અટી હજાર વર્ષ પહેલાંની વાત છે કે શાક્ય નરેશોની રાજધાની કપિલના રાજમાર્ગે એક જરાજીર્ણ વૃદ્ધ જઈ રહ્યો હતો. ઉંમર વધુ હોવાને કારણે તેની કમર વળી ગઈ હતી, નેત્રોની ન્યોતિ ક્ષીણ થઈ ગઈ હતી, મોઢું પોપલું અને પગ લથડિયાં ખાતા હતા. તે પેટની આગ શાંત કરવા માટે રોટલીનો એક ટુકડો માગી રહ્યો હતો, પરંતુ કેટલાક દુષ્ટ છોકરાઓ તેને રોટલી આપવાને બદલે માટીનાં ઢેકાં અને પથ્થરો ફેંકીને મારી રહ્યા હતા. એટલામાં એક રાજરથ ચાલતો-ચાલતો એ સ્થળે રોકાઈ ગયો. એમાં બેઠેલા એક દેવસમાન કાંતિ ધરાવતા પુરુષે સારથિને પૂછ્યું કે આ કોણ છે ? તેને જાણવા મળ્યું કે એક સમયે તે પણ એક સશક્ત, સુંદર પુરુષ હતો, પરંતુ હવે વૃદ્ધાવસ્થાને કારણે તેની આવી દુર્દશા થઈ રહી છે. તેણે ફરી પ્રશ્ન કર્યો કે શું દરેક વ્યક્તિની આવી જ દશા થશે ? ઉત્તર મળ્યો, સંસારનો એ અનિવાર્ય નિયમ છે, ઉંમર ખૂબ વધી જાય ત્યારે કોઈપણ તેનાથી બચી શકતું નથી.

આ પ્રશ્નકર્તા બીજું કોઈ નહિ પણ સ્વયં કપિલવસ્તુના રાજકુમાર ગૌતમ હતા. એમને અત્યાર સુધી જાણીબોધેને રાજમહેલોમાં એવા વાતાવરણમાં રાખવામાં આવ્યા હતા કે દુઃખ, રોગ, શોક, વૃદ્ધત્વ, મૃત્યુ, વગેરે શું હોય છે તેનો જરાય ખ્યાલ જ ન હતો. આજે એકાએક આ જરાગ્રસ્ત વૃદ્ધને જોઈ તેમના હૃદયમાં એક નવા ભાવનો ઉદય થયો અને તેઓ કોઈના કહ્યા-સાંભળ્યા વિના માનવજીવનની સમસ્યા પર વિચાર કરવા લાગ્યા. આજ સુધી તેઓ એમ સમજતા હતા કે સંસારમાં બધા લોકો પોતાની જેમ જ સ્વસ્થ, સુખી અને ખુશાલીમાં મગ્ન છે, પરંતુ આજે એમને જાણવા મળ્યું કે બધાં સાંસારિક સુખો ક્ષણિક છે અને અહીં સુખ કરતાં દુઃખનું પ્રમાણ વધુ છે.

આ ઘટના પછી ગૌતમનો જીવનક્રમ જ બદલાઈ ગયો. જો કે તેમના પિતા મહારાજ શુદ્ધોદન તેમની પ્રવૃત્તિ જોઈને તેમને રાગ-રંગ અને સુખોપ ભોગમાં વ્યસ્ત રાખવાની બધી રીતે ચેષ્ટા કરતા રહેતા હતા, પરંતુ ગૌતમના ચિત્તમાં આ ઘટના પછી જે નવું પરિવર્તન થયું, તે દિવસે-દિવસે

બંધનમુક્તિનો રાજમાર્ગ

સંદેહ, ભ્રમ, મોહની વિપુલતાને કારણે આ સંસારને માથા કહેવામાં આવે છે. જે જેવું છે તેવું તે જણાતું નથી. અહીં દરેક પ્રસંગમાં કપીરજીની ઉલટવાસિયોની વિપુલતા છે. સમસ્યાઓ ઉકેલનારની જેમ દરેક વાત ઉપર વિચારવું પડે છે. એ બધા ગોરખધંધા બુદ્ધિ પર અસાધારણ જોર કર્યા સિવાય સમજી શકાતા નથી. આ જાદૂઈ ઈમારતમાં ભૂલ-ભૂલામણી જ ભરેલી છે. આંખ-મિચામણીની રમત કોઈ જાદુગર અહીં રમતો-રમાડતો રહ્યો છે.

આ પરિસ્થિતિઓને ભાગ્યની મશકરી, વિધાતાની ઠગાઈ પણ કહી શકાય, પરંતુ ગંભીરતાપૂર્વક વિચારતાં જણાઈ આવે છે કે, મનુષ્યની બુદ્ધિમત્તા પારખવા માટે એ હોંશિયાર ચિત્રકારે ડગલે ને પગલે કસોટીઓ ગોઠવી દીધેલી છે, જેમાંથી પસાર થવાવાળાના સ્તરનું માપ નીકળતું રહે. લાગે છે કે ઈશ્વરે પોતાના યુવરાજ માટે ક્રમશઃ વધારેને વધારે અનુદાન આપવાની વ્યવસ્થા બનાવેલી છે અને યોગ્ય અધિકારીને યોગ્ય જવાબદારીઓ સોંપતા જવાની યોજના બનાવેલી છે. દૂરદર્શી અને અદૂરદર્શીની જાણકારી આ સમસ્યાને ઉકેલી કે ન ઉકેલી શકવાથી જાણી શકાય છે, સાચો સ્વાર્થી, કોણ છે અને કોણ નથી તે જણાઈ આવે છે. બાધક માત્ર એક જ ઠગાઈ હોય છે કે, સામે આવેલા આકર્ષણોમાં આ ચંચળ મન એટલું બધું ઓતપ્રોત બની જાય છે કે, બુદ્ધિને તેની પૂરી કસોટી કરવાની તકનો પ્રસંગ જ પ્રાપ્ત થતો નથી. ભાયામાંથી તીર નીકળી ગયા પછી જ ખબર પડે છે કે નિશાન જ્યાં લાગવું જોઈએ ત્યાં ન લાગતાં બીજે ચાલ્યું ગયું છે. સફળતા અને અસફળતાનું નિર્ધારણ અહીં જ થઈ જાય છે. વ્યવહારબુદ્ધિનો સાથ લેનાર દૂરદર્શી આ કસોટીમાંથી પાર ઉતરે છે અને માયાપ્રપંચથી બચીને સફળતાની સાથે આત્મિક પ્રગતિના માર્ગ પર સવાર થતા જોઈ શકાય છે.

સુદૃઢ થતું ગયું અને એક દિવસ અડધી રાતે તેઓ રાજપાટ, સ્ત્રી-પુત્ર બધાનો ત્યાગ કરી સંન્યાસી બનીને નીકળી ગયા. મનુષ્યોને સંસારના રોગશોકથી છુટકારો મળી શકે એવો માર્ગ શોધી કાઢવાનો તેમનો ઉદ્દેશ હતો.

શરૂઆતમાં તેમણે તપસ્યાનો પ્રચલિત માર્ગ જ અપનાવ્યો. તેઓ અન્ય પાંચ સાથીઓને લઈને ધોર જંગલમાં ચાલ્યા ગયા અને એકાંતાશ્રમમાં રહીને કઠોર તપસ્યા કરવા લાગ્યા. આના પરિણામે તેમનું શરીર દિવસે-દિવસે દુર્બળ થવા લાગ્યું, તેમ છતાં હૃદયમાં કોઈ પ્રકારના જ્ઞાનનો પ્રકાશ ન થયો. અંતે જ્યારે શારીરિક શક્તિ અત્યંત ક્ષીણ થઈ ગઈ અને ચાલવા-ફરવાનું પણ મુશ્કેલ બની ગયું ત્યારે એમને સમજાયું કે ફક્ત કષ્ટો સહન કરવાથી જ આ સમસ્યાનું સમાધાન થઈ નહિ શકે. એ માટે સંસારની સ્થિતિ અને જીવનની સમસ્યાઓ પર ઉદારભાવે વિચાર કરવાની જરૂર છે અને નિવૃત્તિ તથા પ્રવૃત્તિમાં મેળ સ્થાપીને એવા મધ્યમ માર્ગ ચાલવામાં આવે કે જેથી સાંસારિક ભોગોમાં આસક્તિ ન થતાં સાંસારિક કર્તવ્યોનું નિસ્પૃહ રીતે પાલન થતું રહે. આ સિદ્ધાંત પર સારી રીતે વિચાર કરી તેમણે પોતાના અનુયાયીઓ માટે આ રીતે ઉપદેશ આપ્યો :

(૧) સંસારમાં જે કાંઈ પણ દેખાય છે, તેનો શીઘ્ર નાશ થવાનો છે. (૨) જે કાંઈ દેખાય છે, તેમાં દુઃખ છુપાયેલું છે. (૩) જ્યારે બધી વસ્તુઓ નાશ પામવાની છે, ત્યારે એમના સંકળમાં ફસાવું શા માટે ? (૪) તપસ્યા તથા ઉપવાસ દ્વારા એમનો છુટકારો થઈ શકતો નથી, છુટકારાનું મૂળ તો મન છે.

તેથી ધર્મનો સીધો અને સરળ રસ્તો એ જ છે કે શુદ્ધ મનથી કાર્ય કરવું, શુદ્ધ હૃદયથી બોલવું અને ચિત્તને શુદ્ધ રાખવું. એ માટે જરૂરી છે કે-

(૧) કોઈ પ્રકારની હિંસા કરવામાં ન આવે. (૨) ચોરી, દુરાચાર, જૂઠ અને બીજાની નિંદાથી બચવામાં આવે. (૩) બીજાના દોષો શોધવા, અપવિત્ર ભાષણ કરવું, લાલચ રાખવી, ધૂણા કરવી અને અજ્ઞાન આ બધાથી બચવું જોઈએ.

આ રીતે ઉપયોગી જ્ઞાન સમજઈ જવાથી તેમનું નામ બુદ્ધ (જ્ઞાની) થઈ ગયું. એમણે લોકોને સમજાવ્યું કે જે વ્યક્તિ આ નિયમોનું પાલન કરતી રહીને બધા સાથે પ્રેમભાવ

પરમાત્માની આનંદમયી સત્તા

અંતરમાંથી ફૂટી નીકળતા ઉત્સાહથી જ આધ્યાત્મિકતાનો પ્રકાશ જોઈ શકાય છે કે જેને લીધે આત્મજ્ઞાન થઈ જાય છે. આત્માનું સહજરૂપ પરમસત્તાની જેમ જ આનંદમય છે. એટલા માટે વિદ્વાનોએ કહ્યું છે-આધ્યાત્મિકતાનું જ બીજું નામ પ્રસન્નતા છે. જે પ્રકુલ્લતાથી જેટલો દૂર છે, તે ઈશ્વરથી પણ એટલો જ દૂર છે. તે ન તો આત્માને જાણે છે ન તો પરમાત્માની સત્તાને ! હંમેશાં ચીડાતા, ખીજતા અને આવેશગ્રસ્ત રહેવાવાળા વર્ગને મનીષીઓએ નાસ્તિક ગણાવ્યો છે.

સંસારરૂપી આ જીવન સમરાંગણમાં જે પોતાને જ આનંદમય બનાવી રાખે છે, બીજાઓને પણ હસાવી શકે છે, એ જ ઈશ્વરનો પ્રકાશ ફેલાવી રહે છે. અહીં જે કંઈ છે તે બધું આનંદિત રહેવા-બીજાઓને હસતા રાખવા માટે જ પેદા કરવામાં આવ્યું છે. જે કંઈ ખરાબ અથવા અશુભ છે તે બધું મનુષ્યને પ્રખર કરવા માટે જ હાજર છે. જિંદગીમાં સમયે સમયે આવતી રહેતી પ્રતિકૂળતાઓ-મુશ્કેલીઓ મનુષ્યનું સાહસ વધારવા, ધીરજનો પાયો મજબૂત કરવા અને શક્તિ સામર્થ્યને વિકસિત કરવા માટે જ આવે છે. જે એનાથી ડરીને રડી પડે છે, તેની આધ્યાત્મિકતા પર કોણ વિશ્વાસ કરશે ? જિંદગી સરળ તો હોય પણ એ સરસ અને પ્રકુલ્લતાથી ભરેલી હોવી જોઈએ. એમાં સંઘર્ષનું પણ સ્થાન હોવું જોઈએ કારણ કે એના સિવાય દુનિયામાં કોઈપણ સફળતાપૂર્વક જીવી શકતું નથી.

રડવું એક શ્રાપ છે, જે ફક્ત અવિવેકી અને નાસ્તિકોને જ શોભા આપે છે. હસવું-હસાવવું એક એવું વરદાન છે જે, વર્તમાનમાં સંતોષ અને ભવિષ્યની શુભ સંભાવનાઓની કલ્પનાઓને જન્માવી મનુષ્યનું જીવવું સાર્થક બનાવી દે છે. આવો, આપણે સાચા અર્થમાં આસ્તિક બનીએ. આપણા અનુભવોની બીજાને પણ જાણકારી આપીએ અને સમગ્ર વાતાવરણને પ્રકુલ્લતાથી ઓતપ્રોત કરી દઈએ.

રાખશે, રાગદ્વેષથી દૂર રહેશે, તે પોતાના જીવનકાળમાં શરીરનો અંત થવા છતાં સમસ્ત અશુભ પરિણામોથી દૂર રહેશે. એ માટે મનુષ્યે જંગલમાં જઈને તપસ્યા કરવાની તથા ભૂખ-તરસ અને ઠંડી-તાપ સહન કરવાની કોઈ જરૂર નથી. મુખ્ય વાત એ છે કે પોતાના ચિત્તને સંતુલિત રાખી કોઈની સાથે દુર્ભવહાર કરવામાં ન આવે. જે હૃદયથી પ્રાણીમાત્ર પ્રત્યે સદ્ભાવના રાખે અને કલ્યાણની કામના રાખે, તે જ સાચો ધાર્મિક છે. જે કોઈની સાથે દ્વેષ નહિ રાખે, પીડિતો અને અભાવગ્રસ્તોની સહાયતા કરવામાં પાછો નહિ પડે, કુમાર્ગથી બચીને રહેશે તેને જીવનમુક્ત જ સમજવો જોઈએ.

મગધમાં 'અસ્સપ' અને 'નાદિકસ્સપ' નામના બે અત્યંત પ્રસિદ્ધ સાધુ રહેતા હતા, એમાંથી દરેકને ત્યાં પાંચસો શિષ્યો રહેતા હતા. બુદ્ધે એમને બતાવ્યું કે જે તપસ્યા કોઈ પ્રકારના ફળની આશા રાખીને કરવામાં આવે છે, તેનાથી કામનાનો નાશ નથી થતો અને કામના મટયા વિના ચિત્તની નિર્મળતા પ્રાપ્ત થઈ શકશે નહિ. એમણે બુદ્ધના ઉપદેશની સચ્ચાઈનો અનુભવ કર્યો અને પોતાના એક હજાર શિષ્યો સહિત તેમના અનુયાયી બની ગયા. ત્યાંથી આગળ ચાલતાં જ્યારે તેઓ રાજા બિંબસારની રાજધાની 'રાજગૃહ'માં પહોંચ્યા, ત્યારે ત્યાં પણ તેમનું ખૂબ ઉત્સાહથી સ્વાગત કરવામાં આવ્યું, પરંતુ બિંબસારને એ વાત પર વિશ્વાસ ન થયો કે 'કસ્સપ' જેવા વૃદ્ધ મહાત્મા નવયુવક બુદ્ધજીના શિષ્ય બની ગયા. આની તપાસ કરવા માટે તેમણે પોતાના એક દૂતને તેમની પાસે મોકલ્યો, તો 'કસ્સપે' કહ્યું,

નિર્મલ અકથ અનાદિ જ્ઞાન જિસને હૈ પાયા ।

उसी ज्योति भगवान् बुद्ध को गुरु बनाया ॥

બુદ્ધજીએ મનુષ્યોને જે સ્વાભાવિક ધર્મનો ઉપદેશ આપ્યો, તેનો આધાર મુખ્યત્વે મનની ભાવનાઓ પર હતો. બાહ્ય આચરણને તેમણે સદૈવ હીન કક્ષાનો ધર્મ બતાવ્યો, કેમ કે તેમાં સ્થિરતા રહેતી નથી અને દેશ-કાળ અનુસાર તે બદલાતો રહે છે. આથી તેઓ કોઈને શિષ્ય બનાવવાની દીક્ષા આપવામાં પણ કોઈ પ્રકારનો આડંબર રાખતા નહોતા. જ્યારે સારિપુત્ર તથા મૌદ્ગલ્યાયન જેવા મુખ્ય ભિક્ષુઓએ એમની પાસે પ્રવ્રજિત કરવાની પ્રાર્થના કરી ત્યારે બુદ્ધજીએ એ જ કહ્યું,

આવો ભિક્ષુઓ, ધર્મ તો સ્પષ્ટ અને સરળ હોય છે.

જ્યારે મનુષ્ય અનેક પ્રકારની કામનાઓ અને ઇચ્છાઓનો ત્યાગ કરી કલ્યાણની ભાવનાઓથી સીધી-સાદી શીખો પર આચરણ કરવા લાગે છે ત્યારે તેને સ્વયં જ્ઞાનની પ્રાપ્તિ થઈ જાય છે અને તે ભવબંધનોથી છુટકારો પ્રાપ્ત કરે છે.



પાત્ર જો સોનાનું હોય તો

તોતાપુરીજીએ પોતાના ચમકતા પિત્તળ તરફ સંકેત કરતાં કહ્યું, "જુઓ, આ લોટો કેવો ચમકી રહ્યો છે. જો આને રોજ માંજવામાં ન આવે, તો આના પર મેલ ચઢી જશે. આ જ દશા મનની પણ છે. જો ધ્યાન-ધારણા વગેરે દ્વારા મનને નિરંતર સ્વચ્છ કરવામાં ન આવે તો તેના પર પણ મેલ ચઢી જશે અને તેની દમકનું સ્થાન મલિનતા લઈ લેશે."

પરમહંસ દેવે કહ્યું, "પરંતુ મહારાજ ! જો આ જ લોટો સોનાનો હોય, તો મલિન થવાની કોઈ સંભાવના નથી." તોતાપુરી સમજી ગયા, પરમહંસનું મન વાસ્તવમાં સુવર્ણ-કાંતિ જેવું જ દેદીપ્યમાન તથા અપરિવર્તનશીલ છે.

તપમાં આળસ ન કરો

તપથી બ્રહ્માએ આ સૃષ્ટિ રચી. સૂર્ય તપ્યો અને સંસારને તપાવવામાં સમર્થ બન્યો. તપના બળથી જ શેષનાગ પૃથ્વીનું વજન ઉઠાવે છે. શક્તિ અને વૈભવનો ઉદય તપથી જ થાય છે.

તપવાથી જ ધાનુઓનાં સાધનો-વાસણો બને છે, સોનાના દાગીના બને છે. કીમતી રસ, ભસ્મ વગેરે તપાવવાથી જ અમૃત જેવા ગુણો બતાવે છે.

તપસ્વી જ બળવાન, વિદ્વાન અને યુદ્ધિમાન બને છે. ઓજસ, તેજસ્ અને વર્ચસ્ પ્રાપ્ત કરવા માટે તપશ્ચર્યાનો જ સહારો લેવો પડે છે.

વિલાસી, આળસુ અને કાયર મરે છે, પ્રતિભા ગુમાવી બેસે છે. પ્રમાણિક ન રહેવાને કારણે લક્ષ્મી તેને છોડીને ચાલી જાય છે. તે ગુલામની જેમ જીવે છે અને દીનદુર્બળની જેમ હાસ્યાસ્પદ બને છે.

એટલા માટે તપસ્વી ધવું જોઈએ, તપમાં આળસ ન રાખવી જોઈએ. તપસ્વીને રોકશો નહીં. તપસ્વીને ડરાવશો નહીં.

ગાયત્રી મંત્ર બોલો અમારી સાથે સાથે-
ૐ ભૂર્ભુવઃ સ્વઃ તન્સવિતુર્વરેણ્યં ભર્ગો દેવસ્ય ધીમહિ
ધિયો યો નઃ પ્રચોદ્યાત્ ।

દેવીઓ અને ભાઈઓ, આપણા ભારતીય ધર્મમાં સંધ્યાવંદન માટે બે સમય નિશ્ચિત છે, એક પ્રાતઃકાળ અને બીજા સાંધ્યાકાળ. જ્યારે રાત્રિ અને દિવસ બન્નેનો મેળાપ થાય છે તેને 'સંધ્યાકાળ' કહે છે. તે સવારે પણ થાય છે અને સાંધ્યાકાળે પણ થાય છે. તેથી જ્યારે સૂર્યોદય થાય ત્યારે અને સૂર્યાસ્ત થાય ત્યારે સંધ્યાવંદન કરવું જોઈએ. આધ્યાત્મિક જીવનમાં આ સંધ્યાવંદન આપણે એક બીજી રીતે પણ કરી શકીએ. સૂવાના સમયને આપણે રાત માની લઈએ અને જાગવાના સમયને દિવસ માની લઈએ તો પ્રાતઃકાળ અને સાંધ્યાકાળના સંધ્યાવંદન માટેનો આધ્યાત્મિક સમય તે ગણાય જ્યારે માણસ સૂઈ ઊઠે અથવા સૂઈ જાય.

પ્રાતઃકાળના અને સંધ્યાકાળના સંધ્યાવંદન માટે એમ જ થાય છે કે લોકો ફરિયાદ કરે છે કે તે વખતે અમારી ઊંઘ ઊડતી નથી, તે સમય સુધી તો અમે દુકાન પર હોઈએ છીએ અને અમુક પ્રકારનાં કામો કરતા હોઈએ છીએ, પરંતુ તે સંધ્યાવંદન દરેક મનુષ્ય માટે શક્ય છે કે તે જ્યારે સવારે ઊઠે, કોઈપણ સમયે તો ઊઠશે જ તેથી ગમે ત્યારે સૂએ પણ જે સૂવાનો સમય હોય તેને રાત્રિનો સંધ્યાવંદન કાળ માની લે અને જ્યારે ઊઠી જાય ત્યારે પ્રાતઃકાળનો સંધ્યાવંદનનો સમય માની લે તો પછી કોઈની એ ફરિયાદ નહિ રહે કે અમને સાધના માટે કે સંધ્યાવંદન માટે સમય નથી મળતો.

સૌથી સરળ રીત

મિત્રો, દૈનિક ઉપાસના કરવા બાબતમાં લોકોની એક બીજી પણ ફરિયાદ છે કે અમને શિયાળાના દિવસોમાં ઠંડી લાગે છે, સ્નાન કરવાનું સંભવિત હોતું નથી. કેવી રીતે ઊઠીએ ? પાણી મળતું નથી. તેમને માટે આ સંધ્યાવંદન, જે આપને બતાવીએ છીએ તે આપ અહીંથી ઘેર જઈને નિયમિત રીતે કરતા રહેજો. સંધ્યાવંદન માટે ઋષિઓએ પ્રાતઃકાળનો અને સાંધ્યાકાળનો સમય બતાવ્યો છે તેને બદલે પ્રાતઃકાળ, સૂઈને ઊઠવાનો સમય અને રાત્રે સૂવાનો સમય-આ બે સમય આપને માટે અમે નક્કી કરી આપીએ છીએ. કેટલાય લોકોની

પાસે સ્થાન નથી હોતું. સ્થાન નથી, પૂજનો સામાન નથી, નહાવાનો સમય નથી-તો ભલે ન હોય. આપ એટલું કરો, પલંગ પર પડ્યા પડ્યા જ સંધ્યાવંદન કરો. તેને માટે નથી જાગવાની જરૂર કે નથી બીજા કશાની. આનાથી સરળ સંધ્યાવંદનનો બીજો કોઈ ઉપાય હોઈ જ ન શકે. આ સૌથી સરળ ઉપાય છે કે આપ પ્રાતઃકાળ અને સાંધ્યાકાળનું સંધ્યાવંદન પોતાના પાટલા પર પડ્યા પડ્યા પણ તે સમયે કરી શકો. જ્યારે ઊંઘમાંથી આપની આંખ ખૂલે અને ત્યારે અને આપ સૂવા જાય ત્યારે બન્ને સમયે સંધ્યા કરવાનું ભૂલશો નહીં. આમાં આપની લાપરવાહી અને ગેરજવાબદારી સિવાય બીજો કોઈ અંતરાય નથી. આપ ચાહો તો નિયમિતરૂપે દરેક પરિસ્થિતિમાં, બીમારીમાં, યાત્રામાં, ક્યાંય પણ સંધ્યાવંદન કરી શકો છો.

જૂના જમાનામાં ઈશ્વરમાં વિશ્વાસ ન રાખનાર નાસ્તિક મણાતો હતો અને નવા ધર્મમાં પોતાની જાત પર વિશ્વાસ ન રાખનાર નાસ્તિક કહેવાય છે.
- વિવેકાનંદ

નવો જન્મ, નવું મૃત્યુ

મિત્રો, સાંધ્યાકાળની સંધ્યા અને પ્રાતઃકાળની સંધ્યામાં શું કરવું જોઈએ ? કયા વિચારો કરવા જોઈએ ? આપે આ બન્ને સમયે આત્મબોધની અને તત્ત્વબોધની સાધના કરવી જોઈએ. પ્રાતઃકાળે આપ જ્યારે ઊઠો તો એક નવું જીવન પ્રાપ્ત થયાનો અનુભવ કરો. આ અનુભવ કરો કે રાત્રે સૂઈ જવાનો અર્થ છે 'પાછલા જન્મની સ્મૃતિ અને તે દિવસનું મૃત્યુ.' સવારે ઊઠવાનો અર્થ છે 'નવો જન્મ.' જ્યારથી આંખ ખૂલી ત્યારથી નવો જન્મ આપ આ અનુભવ કરો. તો મજા આવશે. આપ દરરોજ સવારે એ અનુભવ કરો કે મારો નવો જન્મ થઈ ગયો. હવે નવા જન્મમાં શું કરવું જોઈએ ? આપની બધી જ બુદ્ધિમત્તા આ વાત પર ટકેલી છે કે આપે આપની જીવનસંપત્તિનો કેવી રીતે ઉપયોગ કર્યો. એમ માનવું સાચું નથી કે આ જન્મ ભજન કરવા માટે મળ્યો છે. ના મિત્રો, આ જીવન ભજન કરવા માટે નથી મળ્યો. પરંતુ એટલા માટે મળ્યો છે કે આપ આ જીવનની સંપત્તિનો સારી રીતે ઉપયોગ કરો. આ જ આપની કસોટી છે. પરીક્ષામાં જે ઉત્તીર્ણ થાય છે તેમને આગળના ધોરણમાં

ચડાવવામાં આવે છે. ફરીથી ઉત્તીર્ણ થતાં તેનીય ઉપરના ધોરણમાં જાય છે.

સાથીઓ, તમને મનુષ્યનું જીવન બક્ષીને ભગવાને તમારી પહેલી પરીક્ષા લીધી છે તેમાં તમારી એક જ ફરજ બની રહે છે કે આપ તેનો સારામાં સારો ઉપયોગ કરીને બતાવો. ભગવાને તમારી પાસેથી આ જ અપેક્ષા રાખી છે, આ જ તેમની ઉમેદ છે અને આ જ એ ઇચ્છે પણ છે. તે આપની પાસેથી નથી પૂજની અપેક્ષા રાખતા કે નથી ઉપહારની. તે નથી ભજન ચાહતા, નથી ફૂલહાર કે મીઠાઈ ચાહતા, નથી તેમને કપડાંની અભીપ્સા કે નથી કથા-કીર્તનની ચાહના. આ બધી બાબતો સાથે ઈશ્વરને કોઈ નિસબત નથી. આ બધી તો આપણી પોતાની પરિશોધની પ્રક્રિયા છે. કોણ જાણે શાથી લોકો એમ માની બેઠા છે કે ભગવાન આથી પ્રસન્ન થશે. આપ વિશ્વાસ કરજો કે આમ કરવાથી ભગવાન કદી પ્રસન્ન થાય નહીં. આનાથી આપને આપના જીવનનું સંશોધન કરવામાં, કાર્યના નિરાકરણમાં સહાય મળી શકે છે, પરંતુ જ્યાં ભગવાનની પ્રસન્નતાનો સવાલ છે ત્યાં ફક્ત એક બાબત છે કે આપને બહુ મૂલ્યવાન મનુષ્યજીવન આપ્યું અને એ જીવનનો આપે કઈ રીતે, કેવો અને ક્યાં ઉપયોગ કર્યો, આ જ એક પ્રશ્ન છે, બીજો કોઈ પ્રશ્ન નથી. જ્યારે આપને આ જીવન બક્ષ્યું જ છે તો વિશ્વાસ રાખો કે ઈશ્વરે પોતાની મૂલ્યવાન સંપત્તિ આપના હાથમાં સોંપી છે. આથી વધારે મોટી સંપત્તિ ઈશ્વરના ખજાનામાં બીજી કોઈ નથી.

માણસ બનવાનો પ્રયત્ન કરીએ

મિત્રો, મનુષ્યજીવનથી ચડિયાતું બીજું શું હોઈ શકે ? આપ બીજાં પ્રાણીઓને જુઓ ને ! કોઈ નગ્ન ફરે છે, કોઈને ખાવાપીવાનું ઠેકાણું નથી. કોઈક ક્યાં છે અને કોઈક ક્યાં. તેઓ નથી બોલી શકતાં, નથી લખી-વાંચી શકતાં. પરંતુ આપને તો તમામ સુખ-સગવડ, સુવિધાઓભર્યું જીવન એટલા માટે બક્ષવામાં આવ્યું છે કે આપ તેનો સારામાં સારો ઉપયોગ કરી દેખાડો. જીવનનો સદુપયોગ ક્યો હોઈ શકે ? તેના બે જ સદુપયોગ છે-એક તો, આપ પોતે જેને 'માણસ' કહી શકાય તેવા બનો. બીજાઓની સમક્ષ આપનું દૃષ્ટાંત એ રીતે રજૂ થવું જોઈએ કે જેને જોઈને બીજા માણસોને પ્રકાશ મળે, રોશની મળે અથવા આપનું અનુકરણ કરવાની તક સાંપડે અને આપનો અંતરાત્મા કલેશ-કામનાઓનું પરિશોધન કરીને સ્વચ્છ બનતો જાય. આ આપના સ્વાર્થની

વાત છે અને પરમાર્થ ? પરમાર્થ એ કે ભગવાનની આ વિશ્વવાટિકામાં-આપને કામ કરવા મોકલ્યા છે ત્યાં આપ એક સારા માળી તરીકે કામ કરો. ભગવાનને સાથીઓની જરૂર છે, ઈજનેરોની જરૂર છે. જેઓ તેમનાં આટલાં મોટાં ઉદ્યાનો, આટલાં મોટાં કારખાનાંની વ્યવસ્થા કરવામાં મદદરૂપ બની શકે. આપને મદદરૂપ બનવા માટે પેદા કરવામાં આવ્યા છે, પુશામત કરવા માટે નહિ, નાકલીટી તાણવા, ચાંપલાશ કે ચમચાગીરી કરવા માટે નહિ. આપને ઈશ્વરને મિઠાઈ-નેવેદ્ય, ભેટસોગાદ આપવા માટે મનુષ્યજન્મ આપ્યો નથી. આપને ભગવાને ફક્ત એટલા માટે પેદા કર્યા છે કે બહેતર જીવન જીવો અને ઈશ્વરના કામમાં મદદરૂપ બનો.

મિત્રો, આ માટે શું કરવું જોઈએ ? સામાન્ય રીતે માણસ કામની વાતો ભૂલી જાય છે અને નકામી વાતો, બેવકુફીની વાતો યાદ રાખે છે. આપે સવારે ઊઠતાં જ સવારે ખાટલા પર પડ્યાં પડ્યાં ધ્યાન ધરવું જોઈએ કે આજે મારો નવો જન્મ છે અને મને એટલી મોટી કિંમત મળી છે, સંપત્તિ મળી છે કે જેની સરખામણીમાં બીજા કોઈ પશુ-પ્રાણીને તો કોઈ ચીજ મળી નથી. આપ આપની જાતને ભાગ્યશાળી સમજો, નસીબદાર હોવાનો અનુભવ કરો. એવો અનુભવ કરવો કે મારા જેટલો બડભાગી બીજો કોઈ નથી. અભાવોની વાત, ચિંતાની વાત, મુશ્કેલીઓની વાતો આપ વિચાર્યા કરો છો, પણ એવું કેમ નથી વિચારતા કે આપ કેટલા શક્તિશાળી છો કે આટલું મોટું જીવન ભગવાને આપને આપ્યું છે. આપ આપના ભાગ્યની પ્રશંસા કરો અને પ્રશંસાની સાથોસાથ એક બીજી બાબત પણ ધ્યાનમાં રાખો. આપ એક એવી યોજના બનાવો, જેનાથી આ જીવનનો સારામાં સારો ઉપયોગ કરવાનું શક્ય બની શકે.

જીવન સુધારવાનાં સૂત્રો

મિત્રો, આ પ્રયોગ પ્રારંભમાં એક દિવસથી જીવનથી કરવો જોઈએ. જે દિવસે આપ સૂઈને ઊઠો, તે દિવસે આપ યાદ રાખો કે જિંદગી ફક્ત એક જ દિવસની છે અને 'આજના' દિવસને સારામાં સારો બનાવીએ, બસ, આટલો કમ દૈનિક જીવનમાં સામેલ કરી દો તો તેને રોજરોજ અપનાવીને આપ આપની સમગ્ર જિંદગી સારી બનાવી શકશો. એકેએક દિવસનો હિસાબ કરી જોવાનો અર્થ, સંપૂર્ણ સમયને અને સમગ્ર જીવનને સારી અને સુવ્યવસ્થિત બનાવવી. આપ પ્રાતઃકાળે ઊઠો અને ધ્યાન કરો કે 'રોજ નવો જન્મ અને રોજ નવા મોતને

આપ પ્રાતઃકાળથી સાચંકાળ સુધી કેવી રીતે ઉપયોગમાં લેશો ? તેના માટે સવારથી જ ઊઠીને સમયપત્રક બનાવી લેવું જોઈએ કે આજે આપે શું કરવાનું છે, કેવી રીતે કરવાનું છે અને શા માટે કરવાનું છે ? ક્રિયાની સાથે આપ ચિંતનને જોડી દો. ચિંતન અને ક્રિયાને આપ જોડી દેશો તો બન્ને મળીને એક સમગ્ર સ્વરૂપ બની રહેશે. આપ શરીરથી કામ કરતા રહો, પરંતુ કોઈ ઉદ્દેશ ન હોય અથવા આપ ઉદ્દેશ ઊંચા રાખો, પરંતુ તેને ક્રિયાન્વિત કરવાની કોઈ તક ન હોય તો બન્ને બાબતો વ્યર્થ બની રહેશે.

એથી મિત્રો, સવારે ઊઠતાં જ જ્યાં આપના જીવનની પ્રશંસા કરો અથવા મનુષ્ય જીવન પર ગૌરવનો અનુભવ કરો ત્યાં એક વાત તેની સાથે જ ચાલુ કરી દો, સવારે પ્રાતઃકાળથી માંડીને સાચંકાળ સુધીનું એક એવું સમયપત્રક બનાવો જેને સિદ્ધાંતવાદી કહી શકાય, આદર્શવાદી કહી શકાય. તેમાં ભગવાનનો હિસ્સો પણ રાખો. શરીર માટે આજીવિકાનો સમય રાખો, ભગવાન માટે ગુન્દરવાનો સમય પણ કાઢો. આપના જીવનમાં ઈશ્વર પણ હિસ્સેદાર છે, તેમના માટે પણ કશુંક કરવાનું છે. આપનું શરીર જ માત્ર સર્વસ્વ નથી, આત્મા પણ કંઈક છે. આત્મા માટે પણ કાંઈક કરવું જોઈએ. બધું જ શું શરીરને ખવરાવવા-પીવરાવવા પોષણ આપવા માટે કરશો ? એવું શા માટે કરીએ ? આત્માનું શું કોઈ ઔચિત્ય જ નથી ? આત્માની શું કોઈ ઈજ્જત નથી ? શું આત્માનું કોઈ મૂલ્ય જ નથી ? આત્મા સાથે આપને કાંઈ સંબંધ જ નથી ? જે હોય તો આપે એવું કરવું પડશે કે રોજિંદી દિનચર્યામાં આદર્શવાદી સિદ્ધાંતોને ભેગા રાખવા પડશે.

મિત્રો, આપની દિનચર્યા એવી બનાવો જેમાં આપનું પેટ ભરવાનો અવકાશ હોય અને આપના પરિવારના લોકોને માટે પણ અવકાશ હોય. પણ સાથોસાથ એક બીજો અવકાશ હોવો જોઈએ કે આપના આત્માને સંતોષ આપવા માટે અને પરમાત્માને પ્રસન્ન કરવા માટેનાં કાર્યોનો અને વિચારોનો પણ તેમાં સમાવેશ હોય. આપ દૈનિક જીવનમાં સ્વાધ્યાયનું પણ સ્થાન રાખો. આપ દૈનિક જીવનમાં સેવાનું સ્થાન રાખો. આપ દૈનિક જીવનમાં ઉપાસનાનું સ્થાન રાખો. આ બધી બાબતોથી બનેલા સમન્વિત જીવનનો અભ્યાસ કરો તો પ્રાતઃકાળનું સંધ્યાવંદન પરિપૂર્ણ થઈ જશે.

વ્યસ્ત રહો અને જીવનચર્યા વ્યવસ્થિત બનાવો.

જીવનની અનુભૂતિ, જીવનની મહત્તાની અનુભૂતિની સાથે સાથે

સૂવાના સમય સુધીની બધી કાર્યવિધિનો નિર્ધાર આપ કરી લો તો પછી આપ ગૃહસ્થ જીવનમાં અભાવની જેની ફરિયાદ કરતા રહો છો તેનાથી બચી જશો. જે માણસ વ્યસ્ત છે તે એક નિર્ધારિત લક્ષ્યમાં લાગેલો રહે છે. જે માણસ ખાલી છે અર્થાત્ શરીરથી ખાલી છે તો તેનું મગજ પણ ખાલી હશે અને મગજનું ખાલીપણું શેતાનની દુકાન છે. એટલા માટે આપનું મગજ શેતાનની દુકાન ન બને અને આપનું શરીર ખાલી રહેવાને કારણે દુષ્પ્રવૃત્તિઓમાં સરી ન પડે તે માટે એ બહુ આવશ્યક છે કે આપ વ્યવસ્થાભર્યું સમયપત્રક અને કાર્યક્રમ બનાવી લો અને તે પર ચાલો-માત્ર સમયપત્રક જ બનાવવાનું નથી, પરંતુ એ બાબત પણ પળે પળે ધ્યાનમાં રાખો કે જે કાર્યપદ્ધતિ સવારે બનાવી હતી તે યોગ્ય રીતે પ્રયોજાય છે કે નહીં.

સુંદરતા ચહેરાની બનાવટ અને સાજાસજાવટ પર ટકેલી નથી. તે તો સારા સ્વભાવ અને સજ્જનોચિત વ્યવહાર પર આધારિત છે.

આપ આપના સમયપત્રકમાં વિશ્રાંતિનો સમય પણ નિયત કરો. એવું કોઈ કહેતું નથી કે વિશ્રામ ન કરશો, પરંતુ વિશ્રામ પણ સમયસર એક સમયે અને વિધિપૂર્વક હોવો જોઈએ. થોડું સરખું કામ કર્યું અને વિશ્રામ, ફરી થોડું કામ કર્યું અને વિશ્રામ એમ શું કામ થાય ? કામ કરવાની શૈલી જ કર્મયોગ છે. કર્મયોગને આપ જ્ઞાનયોગ સાથે મેળવી દો, સંધ્યાવંદનમાં મેળવી લો તો મજા આવી જાય. પૂરેપૂરી દિનચર્યાને આપ ઈશ્વરનું કામ માનીને ચાલો તો પછી સમજી લો કે આપની પ્રાતઃકાળની સંધ્યા પૂર્ણ થઈ ગઈ.

ઘૂગાને ઘૂગાથી અને વેરને વેરથી જીતવાનું કામ મુશ્કેલ છે. અગ્નિમાં ઈંધણ નાખવાથી તે ભભૂકી ઊઠે છે. તેને બુઝાવવા તો પ્રેમનાં વારિ જોઈએ.

આના પછી હવે સાચંકાળના સંધ્યાવંદનનો નંબર આવે. આપ સાચંકાળની સંધ્યા, આપ સૂવા જાય તે સમયે કરો. જ્યારે સૂઓ, નવ વાગે, અગિયાર વાગે, બાર વાગે સૂવાનું તો છે જ. આપ જ્યારે સૂશો ત્યારે નિદ્રાની ગોદમાં આપ એકલા જ જશો. બાળકો બાજુમાં સૂતાં હોય કે બીજું કોઈ સૂતું હોય, પણ ઊંઘ તો તમને એકલાને જ આવશે ને ? બેને એકસાથે ઊંઘ આવી શકે ? આપ સવારે જાગશો ત્યારે એકલા જ જાગશો ને ? બન્ને એક સાથે તો નથી ઊઠતા ? આ આપનું એકાંત જીવન છે. સાચંકાળના સૂવાના સમયે આપ આ એકાંત જીવનમાં એવા વિચારો કરો કે મારા જીવનનો હવે

સમાપ્તિકાળ આવી પહોંચ્યો છે, અંતકાળ આવી ગયો છે. અંતને લોકો ભૂલી નય છે. આદિ-આરંભકાળને પણ ભૂલી નય છે. બસ મધ્યકાળમાં જ અટવાતા રહે છે.

આદિ અને અંતનું ધ્યાન

મિત્રો, મનુષ્ય યોનિમાં જન્મ પ્રાપ્ત કરવાનું સૌભાગ્ય અને તેનો સારી રીતે ઉપયોગ કરવાનો નિર્ધાર એ આદિ છે. અને અંત ? જેમાં ઈશ્વરના દ્વારે જવું જ પડવાનું તે છે અંત. ભગવાનના દરબારમાં હાજર તો થવું જ પડવાનું, આમાં બચાવની કોઈ શક્યતા જ નથી. આપે પણ બીજાઓની જેમ મરવું પડવાનું અને મરવું પણ જોઈએ. એવું તો બનવાનું નથી કે આપનો મરવાનો દિવસ ક્યારેય ન આવે-જરૂર આવશે. નિશ્ચિતપણે આવશે. જ્યારે આપનો મરવાનો દિવસ આવશે તો પછી શું થશે ? ત્યારે આપને અહીંથી ગયા પછી ભગવાનના દરબારમાં જવું પડશે અને ફક્ત એક વાતનો જવાબ આપવો પડશે કે (ભગવાને આપેલી) આ જિંદગીનો તમે કેવો ઉપયોગ કર્યો. જે આપે યોગ્ય રીતે જિંદગીનો ઉપયોગ નહિ કર્યો હોય તો ભગવાન તમારાથી અતિશય નારાજ થશે, પછી ભલે તમે અનુષ્ઠાન કર્યા હોય, તીર્થયાત્રા કરી હોય, વ્રત-ઉપવાસ કર્યા હોય, તિલક કર્યું હોય. આપે જે કાંઈ કર્યું હોય તેનાથી ઈશ્વરના મનનું કોઈ સમાધાન થવાનું નથી.

એટલા માટે રાત્રે સૂતી વખતે વિચાર કરતા રહો કે હવે મારા જીવનનો અંત છે અને એ અંતનું આપ ધ્યાન કરો. તેમ કરતાં આપ ચોંકી જશો. જીવનભર માણસ નથી જન્મને યાદ કરતો, નથી મોતને યાદ કરતો. જે મોતનું સ્મરણ કરે તો મજા આવે. સિકંદરનું જ્યારે મૃત્યુ આવ્યું ત્યારે તેણે બધાને ભેગા કર્યા અને કહ્યું કે મારો બધો માલસામાન ખજાનો મને આપો, હું એ મારી સાથે લઈ જઈશ-કારણ કે તે હું ઘણી મહેનતથી કમાયો છું તથા ઘણી અનીતિથી કમાયો છું. તે જે કમાયો હતો તે બધું લોકોએ તેની સમક્ષ મૂકી દીધું. સિકંદરે કહ્યું, આ બધું મારી સાથે મોકલવાની વ્યવસ્થા કરો લોકોએ કહ્યું એ તે કઈ રીતે બની શકે ? આ બધી ચીજ વસ્તુઓ તો અહીંની હતી અને અહીં જ રહેશે. આપ વ્યર્થ કહો છો કે આ બધું મારી સાથે આવશે. આપની સાથે આવશે આપનાં પાપ અને પુણ્ય બીજું કશું જ નહિ.

આપણને સૌને જે હરપળે મોતનું સ્મરણ રહે

સિકંદર ધૂસકે ને ધૂસકે રડવા લાગ્યો. તેણે કહ્યું જે મને જાણ હોત કે મારી સાથે કેવળ પુણ્ય-પાપ જ આવવાનાં છે તો

હું આ નાનકડી જિંદગીને ગુનાઓથી ભરેલી ન બનાવત. તો તો હું ભગવાન બુદ્ધની જેમ જીવ્યો હોત. સોક્રેટિસની જેમ જીવ્યો હોત, ઈશુ ખ્રિસ્તની જેમ જીવ્યો હોત. મેં આવી ભૂલ કેમ કરી ? આ સંપત્તિની-જેની મારે જરૂર નહોતી તે જ હું (જીવનભર) એકઠી કરતો રહ્યો. આવું મેં કેમ કર્યું ? મોત નિશ્ચિત જ છે. તેને જ્યારે મૃત્યુનું સ્મરણ થયું તો તે વારંવાર એ જ વાતનું સ્મરણ કરતો રહ્યો. મરતી વખતે મારા બન્ને હાથ નનામીની બહાર રાખાને. જેથી લોકો એ જોઈ શકે કે સિકંદર ખાલી હાથે આવ્યો હતો અને ખાલી હાથે જઈ રહ્યો છે.

મિત્રો, આ પ્રકારનો વેરાગ્ય ભાવ સ્મશાનમાં જ સંભવી શકે. સ્મશાનઘાટની અને મોતની યાદ આપને આવી જાય તો નિશ્ચિત રૂપે આપ જે નિરર્થક જીવન જીવી રહ્યા છો તેની જરાય ઇચ્છા જાગશે નહિ. પછી આપ પોતે જ કહેશો, આ નવા અવસરનો સારામાં સારો ઉપયોગ કેમ ન કરવો ? પછી આપ શું કરશો ? પછી આપ આપનું સમયપત્રક અને રીતિનીતિ રાજ પરિક્ષિત જેવી બનાવશો. રાજ પરિક્ષિતને જાણ થઈ ગઈ હતી કે આજથી સાતમા દિવસે સાપ કરડશે. તેમણે નક્કી કર્યું કે આ સાત દિવસોનો તે સારામાં સારો ઉપયોગ કરશે. તેમણે ભાગવત કથા પારાયણ કર્યું અને બીજાં સત્કાર્યો કર્યાં. તેનાથી તેમને મુક્તિ મળી.

લોકો ધર્મને માટે કહે છે, સાંભળે છે, ઝઘડે છે અને મરે છે-મારે છે. પણ એવા કેટલાક લોકો છે, જે ધર્મને માટે જ જીવન જીવે છે.

મિત્રો, સાત દિવસોમાં તો બધાને સાપ કરડવાનો છે. આપને પણ સાત દિવસમાં જ કરડશે. અઠવાડિયાના કુલ સાત જ દિવસો છે ને ! મૃત્યુરૂપી સર્પ આ જ દિવસોમાં ડંખ મારવાનો છે. સાત દિવસો પછી આઠમા દિવસનું અસ્તિત્વ જ ક્યાં છે ? તેથી આપ પણ રાજ પરિક્ષિતની પદ્ધતિથી વિચાર કરી શકો તેમ છો કે મારું જીવન જે મૃત્યુના આગમન સુધીના વચ્ચેના સમયગાળામાં બાકી રહી ગયું છે. તેનો આપણે સારામાં સારો ઉપયોગ કઈ રીતે કરી શકીએ ? સાચકાળે આપ દિવસભરનાં કાર્યોની સમીક્ષા કરો અને સમીક્ષા કર્યા બાદ જે એવું લાગે મેં ભૂલ કરી છે કે નથી કરી. જે ભૂલ કરી હોય તો તેને માટે પોતાની જાતને ધિક્કારો નહીં, ધમકાવો કે ઠપકો આપો નહિ. પરંતુ આપ આપની પોતાની જાતને એ માટે અનુમતિ આપો કે જે કાંઈ ત્રુટિઓ રહી ગઈ છે, ભૂલો થઈ છે તે કાલે થવાની નથી. કાલે એ બધી ત્રુટિઓ પૂરી કરી દઈશું, ભૂલો

સુધારી લઈશું. પછી શું ? ભૂલો સુધરશે. બીજી વાર ભૂલ નહિ થાય અને કામ દીપી ઊઠશે.

ભૂલોમાંથી શીખીએ, આત્મચિંતન કરતા રહીએ

આ રીતે પ્રાતઃકાળે જે રીતે આપે આજની નીતિનો નિર્ધાર કર્યો હતો તે જ રીતે આજની ભૂલોનું અને આજની સફળતાઓનું અનુમાન કરીને કાલની આપ તેધારી કરી શકો છો કે આવતીકાલે મારે કઈ રીતે જીવવાનું છે. આ બધું આપ રાતે સૂતાં પહેલાં નક્કી કરી દેશો તો બીજા દિવસે આપને સફળતા મળશે. એકાએક વિચારવા બેસશો તો થોડું મુશ્કેલ પડશે. એથી દરરોજ સૂવાના સમયે, મોતની ગોદમાં, નિદ્રાના ખોળે જતી વખતે એ વિચાર સેવ્યા કરો કે હવે હું આ સંસારમાંથી વિદાય લઈ રહ્યો છું અને પ્રભુના ધામમાં જઈ છું. આવી સ્થિતિમાં આપે શું કરવું જોઈએ ? આસક્તિ ઓછી કરવી જોઈએ. લોકો પ્રત્યે વસ્તુઓ અને પદાર્થો પ્રત્યે આપની આસક્તિ જેટલી વધારે હશે તેટલી વધારે પીડા આપ અનુભવશો. આસક્તિ ઓછી કરો. આસક્તિ જ કષ્ટદાયક છે, જવાબદારીઓ નિભાવવાનું કષ્ટદાયી નથી. જવાબદારીઓ તો આપે અદા કરવી જ જોઈએ. આપ આપની જવાબદારી માતા પ્રત્યે નિભાવો, પત્ની પ્રત્યે નિભાવો, બાળકો પ્રત્યે નિભાવો, તમારા મહોલ્લા-વિસ્તાર પ્રત્યે નિભાવો, સમાજ પ્રત્યે નિભાવો, પરંતુ આસક્તિ આપને પરેશાન કરશે. મારાં બાળકો છે. એવું આપ શા માટે કહો છો ? એવું કેમ નથી વિચારતા ને કહેતા કે ભગવાનનાં બાળકો છે આ મારી પત્ની છે એવું કેમ કહો છો ? એવું કેમ નથી કહેતા કે આ ભગવાનની દીકરી છે. આવું કહેશો તો શું થઈ જશે ?

આપ રાત્રે જ્યારે સૂતા હો અને મોતને યાદ કરો તો બીજી બે બાબતો પણ યાદ કરી લેજો. કે હું ખાલી હાથે જ વિદાય લઈ રહ્યો છું. લાલચ મારી સાથે આવવાની નથી અને મોહ સાથે આવવાનો નથી. દરેક પ્રાણી પોતાના સંસ્કાર લઈને આવ્યું છે અને પોતાના સંસ્કાર સાથે વિદાય થશે. પછી આપ તેના માલિક કેવા ? જેટલી સંપત્તિનો આપ ઉપભોગ કરો છો તેટલી જ તમે ભોગવી શકો છો. બાકીની બધી આ ધરતી પર મૂકી જવાની છે. પછી ભલે સગાંસંબંધીઓ માટે મૂકી જવ, વંશવારસદારો માટે; ઉત્તરાધિકારીઓ માટે છોડી જવ કે પોલીસ માટે. જ્યારે તે છોડવી જ પડવાની છે તો પછી આપ તે લોકો માટે નથી કેમ છોડતા જે હકદાર છે. આપ એટલું જ કેમ ન કમાવ જેનાથી આપ નીતિ અને ઈમાનદારીથી આ લોક

અને પરલોક બન્નેને જાળવી શકો. આપ આપનું ખર્ચ એટલું જ કેમ નથી રાખતા જેનાથી સીમિત આજીવિકામાં પણ માણસનું ગુજરાન થઈ શકે.

દેક જાગે મૃત્યુનું સ્મરણ કરીએ

મિત્રો, મારે મોતને મુખમાં પ્રવેશવાનું છે એવો ખ્યાલ કરશો ત્યારે હજારો વિચારો તમારા મનમાં ઉદ્ભવશે. આવો ખ્યાલ આપ નથી કરી શકતા તો આપના પર વ્યામોહ છવાયેલો રહેશે અને એ ભવબંધન છવાયેલ રહેશે કે વધુ કમાવું જોઈએ. લાલચ છવાયેલી રહેશે, મોહ છવાયેલો રહેશે, પછી ભલે તેની જરૂર હોય કે ન હોય. પુત્રો-પૌત્રો બધા સક્ષમ છે, તો પણ આપ શું એવું વિચારતા રહેશો કે તેમને મદદ કરીએ. એમને પૈસા-સંપત્તિ આપીએ. આપના મનમાં શું એ ખ્યાલ કદી નથી આવ્યો કે એમના સિવાય પણ કોઈ દુનિયામાં વસે છે. આ ત્યાગ, વૈરાગ્ય, ભક્તિ ત્યારે પ્રગટે છે જ્યારે માણસ મૃત્યુનું સ્મરણ કરે છે. આપ મૃત્યુનું સ્મરણ કરો. મૃત્યુનું સ્મરણ કરવું બહુ જરૂરી છે. ઠું કૃતો સ્મરઃ । કોને યાદ કરશો ? મોતને યાદ કરો. 'ભસ્મીભૂતંમિદં શરીરમ્'—આ શરીર અંતે ભસ્મીભૂત થવાનું છે.

આપ આ મરનાર શરીરની બાબતમાં ધ્યાન રાખો કે તે કાલે અથવા પરમ દિવસે માટીમાં મળી જવાનું છે. પછી આપણે શા માટે એવાં ખોટાં કામો કરીએ જેથી આપણી પરંપરા બગડે ? પાછળવાળાને કહેવાની તક મળે, ધિક્કારવાની તક મળે અને આપના આત્માને અસંતોષની આગમાં બળવાની તક મળે. આપ આવું કામ ન કરશો. આ બન્ને પ્રકારનું શિક્ષણ આપને નવું જીવન અને નવું મૃત્યુનું સ્મરણ કરવાથી મળી શકે છે; બીજો કોઈ ઉપાય નથી. આપ આ બે સંધ્યાવંદન ભૂલશો નહીં. ગુરુજી, અમે તો તે સમયે ગાયત્રી મંત્રનો જાપ કરીએ છીએ. બીજા કોઈ સમયે કરો. પ્રાતઃકાળે તો આ ચિંતન અને મનન કરો. 'નવો જન્મ, નવું મોત'.... દરેક દિવસે નવો જન્મ અને દરેક રાતે નવું મોત. આ મોત અને જિંદગીના ઝૂલામાં ઝૂલતા આપ પોતાની ફરજ, કર્તવ્ય અને બુદ્ધિમત્તા વિશે વિચાર કરશો તો એવી હજારો વાતો ધ્યાનમાં આવશે જેના આધારે આપનો જન્મ સાર્થક થઈ શકે અને આપ અધ્યાત્મવાદના સાચા અનુયાયી અને ઉત્તરાધિકારી બની શકો. આજે આપને આ જ કહેવાનું છે.

॥ ઠું શાંતિ ॥

પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવે ગાયત્રી મંત્રને માનવ માત્ર માટે બનાવ્યો. જે ગાયત્રી મંત્રને ગોપનીય રખાતો હતો, બોલવા ન હોતા દેતા, કેવળ જન્મજાત બ્રાહ્મણ વર્ગ સુધી જ સીમિત હતો. તે મંત્ર આજે સર્વત્ર દરેક જાતિ, દરેક વર્ગ, દરેક સંપ્રદાયના લોકોના મુખે સાંભળવા મળે છે. આટલો મોટો ભાગીરથી પુરુષાર્થ ગુરુસત્તાએ કર્યો, જેની બધા સંતોએ મુક્ત મને પ્રશંસા કરી છે. સ્વામી અખંડાનંદ સરસ્વતીજી, મહાત્મા આનંદ સ્વામી, શ્રી કરપાત્રીજી મહારાજ, દેવરહા બાબા જેવા સંતોએ પોતાનું મંતવ્ય પ્રગટ કરતાં કહ્યું કે આચાર્યજીએ ગાયત્રી સાધનાને ગંગાજળની માફક સર્વસુલભ બનાવી દીધી છે.

આજે આપણે સમસૂત્રી આંદોલનને ગતિ આપવા માટે જન-જનને આહ્વાન કરી રહ્યા છીએ, જેમાં પહેલું આસ્તિકતા સંવર્ધન (સાધના) આંદોલન છે. ઈશ્વર વિશ્વાસ વિના બધા કાર્ય અધૂરા હોય છે. વાસ્તવમાં ગાયત્રીનો પ્રભાવ માત્ર આ લોકનો હાલ પ્રાપ્ત કરવા માટે નથી. ગાયત્રી સાધનાનો પ્રભાવ તો સીધો અંતઃકરણ પર પડે છે. મન, બુદ્ધિ, ચિત્તમાં સન્માર્ગની પ્રબળ પ્રેરણા ઉઠે છે. સત્વ ગુણની વૃદ્ધિ થાય છે. મનુષ્યતાનો વિકાસ થાય છે. આ મહામંત્રનો અર્થ-ચિંતન જ્યારે સાધક કરે છે, તો તેની સમજમાં બરોબર બેસે છે કે સૌથી મોટી પ્રાપ્તિ એ છે કે અમારી બુદ્ધિ શુદ્ધ થઈ જાય.

જેવી રીતે શરીરમાંથી પ્રાણ નીકળતાં શરીર નિષ્પ્રાણ થઈ જાય છે, તેવી રીતે વેદોમાંથી ગાયત્રી મંત્ર કાઢી નાખવામાં આવે તો વેદ નિષ્પ્રાણ થઈ જશે એટલે કે ગાયત્રી મંત્ર વેદનો પ્રાણ છે. પ્રમુખ અવતારોમાં ભગવાન શ્રીરામને શ્રી વસિષ્ઠજીએ તથા શ્રીકૃષ્ણજીને સાંદીપનિ ઋષિએ યજ્ઞોપવીત સંસ્કાર સાથે ગાયત્રી મંત્રની દીક્ષા આપી હતી. ગાયત્રી સાવિત્રીની મહાવિદ્યા ભગવાન શ્રીરામને વિશ્વામિત્રજીએ શીખવાડી હતી, જેને બલા અતિબલા-વિદ્યાના નામથી જાણવામાં આવે છે.

યજ્ઞોપવીતના રૂપમાં ગાયત્રીની પ્રતિમા જ સાધક શરીર પર ધારણ કરે છે, વાસ્તવમાં આ મંત્ર દરેક કાર્ય સાથે માનસિક રૂપે જપતા રહેવું જોઈએ. શરીરથી કામ કરતા

રહો, મનથી જપ, ખાલી દિમાગને શૈતાનનું ઘર કહેવામાં આવ્યું છે. મનનો સ્વભાવ છે કંઈ ને કંઈ બનાવવું, બગાડવું કરતું રહે છે. તેને સાચી દિશા આપવા માટે માનસિક જપ કરતા રહેવું જોઈએ. આજે સમાજની સૌથી મોટી આવશ્યકતા “મનુષ્યના વિચારોમાં સદ્બુદ્ધિની સ્થાપના” છે. યુગ નિર્માણે આ જવાબદારી પોતાના ખભે લીધી છે. ગાયત્રીના ચોવીસ અક્ષરોમાં સમસ્ત જ્ઞાન-વિજ્ઞાન સમાયેલું છે.

ગાયત્રી મહામંત્રના ચોવીસ અક્ષરોનાં બીજ રૂપમાં તે બધા તત્ત્વ છે, જે ઉપાસકના અંતઃકરણમાં જીવનના પ્રત્યેક ક્ષેત્રને સ્વસ્થ, સમર્થ અને વિવેકપૂર્ણ બનાવનારો પ્રકાશ જાગ્રત કરે છે. અનેક પ્રકારની માન્યતાઓ રહેવા છતાં પણ ગાયત્રી ઉપાસના તથા તત્ત્વજ્ઞાન પ્રત્ન આદિકાળથી જ ઋષિ-મનીષી બધા એક મત રહ્યા છે જેટલા પણ અવતાર થયા છે, તે બધાએ ઉપાસના રૂપમાં આદ્યશક્તિ ગાયત્રીને જ ઈષ્ટદેવતા રૂપમાં માને છે.

આ યુગમાં જ્યારે આસુરી વિચારોએ માનવીય બુદ્ધિ આચ્છાદિત કરી રાખી છે, ત્યારે તો તેની જરૂર ખૂબ વધે જાય છે. પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવે આ કારણે યુગ ધર્મ રૂપમાં ગાયત્રીને માની. ગાયત્રીને અમૃત, પારસ, કલ્પવૃક્ષ, કામધેનુ અને બ્રહ્માસ્ત્ર કહેલ છે. ઋષિ-મુનિએ, મહાપુરુષોએ તેનો મહિમા ગાયો છે. ત્રિપદા ગાયત્રી, ત્રણ ચરણવાળો ગાયત્રી મંત્ર છે. અર્ધવેદમાં તો તેને આયુ, પ્રાણ, સંતાન, સંપત્તિ, કીર્તિ, ધન અને બ્રહ્મતેજ પ્રદાન કરનારી કહેલ છે.

વિશ્વામિત્રજીનું કથન છે ગાયત્રીના સમાન ચારે વેદોમાં બીજો મંત્ર નથી. સંપૂર્ણ વેદ, યજ્ઞ, દાન, તપ ગાયત્રી મંત્રના એક કલા સમાન છે.

મહર્ષિ વેદવ્યાસજી કહે છે. જેવી રીતે પુષ્પોનો સાર મધ, દૂધનો સાર ઘૂત (ધી) છે, તેવી રીતે સમસ્ત વેદોનો સાર ગાયત્રી છે. સિદ્ધ કરેલી ગાયત્રી કામધેનુ સમાન છે. ગંગા શરીરના પાપોને નિર્મળ કરે છે. ગાયત્રી રૂપી બ્રહ્મગંગાથી આત્મા પવિત્ર થાય છે. જે ગાયત્રીને છોડી બીજી ઉપાસના કરે છે. તે પકવાન છોડી ભિક્ષા માંગનારની

સમાન મૂર્ખ છે. કાર્યની સફળતા તથા તપની સિદ્ધિ માટે ગાયત્રીથી શ્રેષ્ઠ બીજું નથી.

નારદજીએ કહ્યું છે-“ગાયત્રી ભક્તિનું જ રૂપ છે. જ્યાં ભક્તિરૂપા ગાયત્રી છે, દેવગુરુ બૃહસ્પતિનો મત છે કે દેવત્વ અને અમરત્વની આદિ જનની ગાયત્રી છે. તેને પ્રાપ્ત કરી લીધા પછી કંઈ પણ મેળવવાનું બાકી રહેતું નથી.”

યોગી અરવિંદ ઘોષે કેટલીય જગ્યાએ ગાયત્રી જપ કરવાનો નિર્દેશ કર્યો છે. તેમણે બતાવ્યું છે કે ગાયત્રીમાં એવી શક્તિ સમાયેલી છે, જે મહત્વપૂર્ણ કાર્ય કરી શકે છે. તેમણે કેટલાયને સાધના રૂપે ગાયત્રીના જપ બતાવ્યા છે. સ્વામી રામકૃષ્ણ પરમહંસનો ઉપદેશ છે-“હું લોકોને કહું છું કે લાંબી-લાંબી સાધના કરવાની એટલી જરૂર નથી. આ નાની-અમથી સાધના કરીને તો જુઓ ગાયત્રીના જપ કરવાથી મોટી-મોટી સિધ્ધિઓ મળે છે.”

સ્વામી વિવેકાનંદનું કથન છે, “રાજા પાસે તે જ વસ્તુ માંગવી જોઈએ, જે તેના ગૌરવને અનુકૂળ હોય. પરમાત્મા પાસે માંગવા યોગ્ય સદ્બુધ્ધિ છે. જેના પર પરમાત્મા પ્રસન્ન થાય છે, તેને સદ્બુધ્ધિ પ્રાપ્ત થાય છે. સદ્બુધ્ધિથી સદ્માર્ગ પ્રગતિ થાય છે, અને સદ્કર્મથી કોઈ પણ પ્રકારના આનંદની કમી રહેતી નથી, ગાયત્રી સદ્બુધ્ધિનો મંત્ર છે, તેથી તે મંત્રોનો મુગટમણિ છે.”

જગદ્ગુરુ શંકરાચાર્યજીનું કથન છે-“ગાયત્રીની મહિમાનું વર્ણન કરવું મનુષ્યના સામર્થ્યની બહારની વાત છે. બુધ્ધિનું શુદ્ધ થવું, એટલું મોટું કાર્ય છે, જેની સમાનતા કોઈ કામથી નથી કરી શકાતી. આત્મબળ પ્રાપ્ત કરવાની દિવ્ય દૃષ્ટિ શુદ્ધ બુધ્ધિથી પ્રાપ્ત થાય છે. તેનો પ્રેરક ગાયત્રી મંત્ર છે.”

સ્વામી રામતીર્થે કહ્યું છે-“રામને પ્રાપ્ત કરવા સૌથી મોટું કામ છે. ગાયત્રીનો અભિપ્રાય બુધ્ધિને કામ રૂચિથી હટાવી રામ રૂચિમાં લગાવી દેવી. જેની બુધ્ધિ પવિત્ર હશે, તે રામને પ્રાપ્ત કરવાનું કામ કરી શકશે. ગાયત્રી પોકારે છે કે બુધ્ધિમાં એટલી પવિત્રતા હોવી જોઈએ કે તે કામને રામથી વધુ ન સમજે.”

મહર્ષિ રમણનો ઉપદેશ છે-“યોગ વિદ્યાના અંતર્ગત મંત્ર વિદ્યા ખૂબ પ્રબળ છે. મંત્રોની શક્તિથી અદ્ભૂત સફળતાઓ મળે છે. ગાયત્રી મંત્ર જ છે જેનાથી આધ્યાત્મિક અને ભૌતિક બંને જ પ્રકારના લાભ મળે છે.”

ગાયત્રી ભૂલોકની કામધેનુ છે. એ આત્માની સમસ્ત ક્ષુધા-પિપાસાઓને શાંત કરે છે. ભવ-બંધનોના જન્મ-મરણના ચક્રથી છોડાવવાના સામર્થ્યથી પરિપૂર્ણ થવાના કારણથી એને અમૃત પણ કહે છે. ગાયત્રીને સ્પર્શ કરનાર મહાનતાને પ્રાપ્ત કરે છે, તેથી તેને પારસમણિ કહે છે. ગૃહસ્થ હોય કે વિરક્ત ગાયત્રી ઉપાસના બધા માટે સમાન રૂપે લાભદાયક છે. ગાયત્રી ઉપાસના પ્રત્યેક બ્રાહ્મણ માટે અનિવાર્ય ધાર્મિક કૃત્ય છે. તેની ઉપેક્ષા કરવી પોતાના પરમ પુનીત ધાર્મિક કર્તવ્યથી અલગ થવા બરાબર છે.

અભાવ, કષ્ટ, નિરાશા, ચિંતાની ઘડીઓમાં ગાયત્રીનો આશ્રય લેવાથી તરત શાંતિ મળે છે. માતાની કૃપા પ્રાપ્ત થવાથી પર્વત સમાન દેખાનું સંકટ રાઈ સમાન હલકું થઈ જાય છે. અંધકારમાં પણ આશાના કિરણો પ્રકાશવાન થાય છે. ગાયત્રીને સર્વશક્તિમાન, સર્વસિધ્ધિદાયિની અને સર્વકષ્ટ વિનાશની કહેવાય છે.

ગાયત્રી મહાશક્તિ આ સમયે યુગ શક્તિના રૂપમાં મહાન ઉદ્દેશ્ય માટે અવતરિત થઈ છે. વાસ્તવમાં આજે સર્વત્ર સદ્બુધ્ધિની જરૂર છે. સદ્વિચાર જ માનવ જાતિને વિનાશથી બચાવી શકે છે. બુધ્ધિજીવી વર્ગને સાચી દિશા મળે તો તે પોતાની યોગ્યતાને સૃજનમાં લગાવશે અને સમાજને, પરિવારને ઉત્થાન તરફ લઈ જશે. ગાયત્રી પ્રાણોની રક્ષા કરનારી દેવી છે.

ગાયત્રી મંત્રલેખન, સાધના, જપ, યજ્ઞ, આરતી, સંસ્કાર, સ્વાધ્યાય વગેરે કમ માનવીય સંવેદનાઓને જગાડવા તથા કુસંસ્કારોના નિવારણમાં સહાયક થાય છે. આસ્તિકતા સંવર્ધન માટે દરેક પરિવારમાં આ કમ સુનિશ્ચિત કરવાનો આપણો પ્રયાસ હોવો જોઈએ. બંને નવરાત્રીઓના અવસરે ૨૪૦૦૦ જપના સામૂહિક લઘુ અનુષ્ઠાન કરવાનો આધ્યાત્મિક પુરુષાર્થ કરવા તથા યજ્ઞમાં દેવ-દક્ષિણાના રૂપમાં વ્યસનો-બુરાઈઓ છોડવાનો કમ અનિવાર્ય માની વ્યસન મુક્તિ, કુરીતિ નિવારણનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. સમાજ અને પરિવાર એનાથી ખોખરો થઈ રહ્યો છે. આપણે પૂરા સંસારને દિશા આપનાર જગદ્ગુરુ દેશના નિવાસી છીએ. આપણે તેવો જ જીવન કમ બનાવવાનો પણ છે.

પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવ તમને બધાને શક્તિ આપે તથા તેમના કાર્યમાં જ પોતાના સમયનો વધુમાં વધુ અંશ લગાવી અને દેવી અનુગ્રહ મેળવો એ જ કામના છે ●

યુગ નિર્માણ સમાચાર

અમરેલી-અમરેલી જીલ્લાના ચિત્તલ ગામના વતની શ્રી આર. ટી. સરવૈયા ડેપ્યુટી ડાયરેક્ટર રીશરીઝ સુરતમાં સર્વિસ કરે છે. તેઓએ પોતાના વતનમાં યુગ શક્તિ ગાયત્રીના અને અખંડ જ્યોતિ પત્રિકાના આજીવન/ વાર્ષિક ગ્રાહકો બનાવવા તેમણે પોતાના તરફથી અડધી રકમ આપી અત્યાર સુધીમાં સેંકડો ગ્રાહકો બનાવ્યા છે. પૂ. ગુરૂદેવના વિચારો ઘરે-ઘરે પહોંચાડવા આવી શ્રધ્ધા પ્રેરણાપ્રદ છે.

છીપડી-ગાયત્રી શક્તિપીઠમાં રચનાત્મક કાર્યક્રમના ભાગ રૂપે તેમજ જન જાગૃતિ માટે ગરીબ રોગીઓના રોગ નિદાન માટે તા. ૧-૪-૨૦૦૧ ને રવીવારે મફત આયુર્વેદીક કેમ્પ યોજવામાં આવ્યો હતો. આ કેમ્પમાં ૨૦૦ જેટલા સ્ત્રી પુરુષોએ ભાગ લીધો હતો. છીપડી ગાયત્રી શક્તિપીઠ દ્વારા યોજવામાં આવેલ કેમ્પ સુંદર રીતે સફળ થયો.

અમદાવાદ-સેટેલાઈટ રોડ, અમદાવાદ શાખા દ્વારા, પૂ. ગુરૂદેવની “શિક્ષકોને મહાકાલનું આવાહન” ચોપડી, સેટેલાઈટની ૧૪ સ્કૂલોના લગભગ ૬૦૦ શિક્ષકોને તથા નૈતિક શિક્ષણ ભાગ ૧-૨-૩, જે તે સ્કૂલનાં પ્રિન્સિપાલોને વિના મૂલ્યે આપવામાં આવી.

ચાલુ નાણાંકીય વર્ષ દરમ્યાન, સેટેલાઈટ શાખાએ એક લાખ વીસ હજારનું પૂ. ગુરૂદેવનું સાહિત્ય બ્રહ્મભોજમાં વેચાણ કર્યું. સેટેલાઈટ શાખામાં કોઈ ટ્રસ્ટ નથી, કે નથી કોઈ શક્તિપીઠ કે પ્રજ્ઞાપીઠ, છતાં નાનામાં નાની રૂ. ૧.૫૦ વાળી પોકેટબુકથી લઈને પ્રજ્ઞાપુરાણ સેટ સુધી બધું જ સાહિત્ય અડધી કિંમતે કાયમ માટે આપવાની વ્યવસ્થા કરવામાં આવી છે.

વિસનગર-પ્રજ્ઞાપીઠ, વિસનગર દ્વારા તા. ૨-૪-૨૦૦૧ રામ નવમીના દિવસે ૩૯ લક્ષ ગાયત્રી મંત્ર જપ તથા ચૈત્ર નવરાત્રિ અનુષ્ઠાન પૂર્ણાહુતિ યજ્ઞ નિમિત્ત ૨૦૦ જેટલા ધો. ૧૦/૧૨ ના વિદ્યાર્થીઓ એ ૨૪ કુંડી ગાયત્રી યજ્ઞમાં આહુતિ આપી હતી. પ્રમાણિકતાથી પરીક્ષા આપવાના બધાએ સંકલ્પ લીધા હતા. લગભગ ૨૫૦૦ જેટલા ધર્મપ્રેમી ભાઈ-બહેનોએ આ કાર્યક્રમમાં ભાગ લીધો હતો. પ. પૂ. ગુરૂદેવના પ્રતિનિધિ અને સંચાલકશ્રી દ્વારા તમામ વિદ્યાર્થીઓને સફળતા માટે

શુભેચ્છા અને આશીર્વાચન પાઠવવા માં આવ્યા. યજ્ઞ દરમ્યાન જ કચ્છના ભૂકંપ પીડીતો માટે ફાળો જાહેર કરવા અપીલ કરાઈ હતી. આગામી શૈક્ષણિક વર્ષ માટે રાહત દરના ચોપડા અને નોટો માટે પણ સહયોગ માટે જાહેરાત કરવામાં આવી હતી.

બારડોલી-ગાયત્રી પ્રજ્ઞામંદિર બારડોલી તથા વિશ્વ હિંદુ પરિષદ ના સમર્થ સહયોગથી પીડિતોના આત્માને શાંતિ અર્થે કુદરતી આફતો, રાષ્ટ્રમાં દુષ્કાળ નિવારણાર્થે વિવિધ હેતુ માટે સરદાર-સ્વરાજ આશ્રમમાં અન્ને “ગાયત્રી મહાયજ્ઞ”નું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. કાર્યક્રમોમાં અગ્રતા-સાધનાં, વ્યસન મુક્તિ, મહિલા જાગરણ (મહિલા વર્ષ આધારે) આપવામાં આવી હતી.

ધરતી માતાના પ્રકોપને શાંત કરવા-પૃથ્વી ગાયત્રી મંત્રના જાપ આહુતિ આપવામાં આવી. ઉપરાંત વરુણ ગાયત્રીના જાપ-આહુતિ આપી હતી. સમગ્ર બારડોલી શહેર-તાલુકા વિસ્તારમાં માર્ચ તથા રૂબરૂ સંપર્ક કરી વિના મૂલ્યે આ મહાયજ્ઞમાં લાભ લીધો હતો. સમગ્ર ફુંડફાળો ભૂકંપ રાહત કોષમાં આપી દેવાયો હતો.

આવા કાર્યક્રમો બારડોલીએ શરૂ થઈ રહેલ ગાયત્રી પ્રજ્ઞાપીઠ દ્વારા, કડોદ, ઓલપાડ ગાયત્રી પરિવાર દ્વારા પણ ઘણી સારી રીતે લોકમેદની વચ્ચે સંપન્ન થયા હતા. ભૂકંપના ભયથી ડરેલા લોકોને મા ગાયત્રી શક્તિ આપે-આત્મબળ આપે એવી પ્રાર્થના કરવામાં આવી.

વડોદરામાં સાહિત્ય રપ પ્રતિશત

કમીશન પર મળશે

યુગ સાહિત્ય કેન્દ્ર પર વડોદરા, ભરૂચ અને પંચમહાલ ની શક્તિપીઠો તથા પ્રજ્ઞા સંસ્થામાં જોડાયેલ કાર્યકર્તા ભાઈ-બહેનોને યુગ નિર્માણ યોજનાનું સાહિત્ય રપ પ્રતિશત કમીશન પર આપવાનો નિર્ણય સ્થાનિક કેન્દ્રના સંચાલકોએ કર્યો છે. પરિજન આ સુવિધાનો લાભ ઉઠાવે અને પૂજ્ય ગુરૂદેવના વિચારો જન-જન સુધી પહોંચાડવાનો પ્રયત્ન કરે.

યુગ સાહિત્ય વિતરણ કેન્દ્ર

૧૯, જગન્નાથપૂરમ કોમ્પ્લેક્સ, લાલબાગ સામે માંજલપુર, વડોદરા-૩૯૦૦૧૧

ફોન : ૬૫૬૫૩૬

હંસારૂડી મા વ્હેલાં આવજો

માડી મારા હંસની સવારી વ્હેલાં આવજો
તમે મારી ડૂબતી નૈયાના તારણ હાર રે
ગાયત્રી મા હંસની સવારી વ્હેલાં આવજો.

માડી મેં તો મઝધારે મૂકી મારી નાવડી
તેને ડૂબવા ના દે જો મારી માત રે
ગાયત્રી મા હંસની સવારી વ્હેલાં આવજો.

માડી અમે સ્વાધ્યાય કરીએ સાચા ભાવથી
આજે આવીને દર્શન દે જો રે
ગાયત્રી મા હંસની સવારી વ્હેલાં આવજો.

માડી મેં તો જ્યોત રે જલાવી ઘણા ભાવથી
તેને બૂઝવા ના દે જો મારી માત રે
ગાયત્રી મા હંસની સવારી વ્હેલાં આવજો.

માડી મારાં શ્રદ્ધાનાં સઢને સંભાળ જો
તૂટતાં નાવ ના થાય નિરાધાર રે
ગાયત્રી મા હંસની સવારી વ્હેલાં આવજો.

માડી મારો સાચો સથવારો શ્રીરામ શર્મા
ચરણોમાં દે જો સદાય મને સહાય રે
ગાયત્રી મા હંસની સવારી વ્હેલાં આવજો.

માડી મને બાળક જાણીને સંભાળ જો
માડી મારી ભૂલચૂક કરી દે જો માફ રે
ગાયત્રી મા હંસની સવારી વ્હેલાં આવજો.

-પટેલ સરલા સુરેશભાઈ
હિંમતનગર