

युग शक्ति गायत्री

सप्टेम्बर-२००३



અનુક્રમણિકા

૧. અંતઃલોકનો આલોક	૧	૧૩. ગોધૂતનો ચિકિત્સામાં ઉપયોગ	૨૫
૨. આશાવાદથી મોટી કોઈ સંજીવની નથી	૨	૧૪. સૌ પ્રથમ શિષ્ય પોતાની મહત્વાકાંક્ષા છોડે	૨૭
૩. “યુગ બદલતો નથી બદલવામાં આવે છે”	૫	૧૫. જ્યાં વિવેક છે, ત્યાં વૈરાગ્ય હશે જ	૨૯
૪. ઈશ્વરનો યુવરાજ-જ્યેષ્ઠ પુત્ર-મનુષ્ય	૭	૧૬. ગુરૂ ગીતા-ગુરુથી મહાન ત્રણે લોકમાં બીજું કોઈ જ નથી	૩૧
૫. જ્યોતિ અવતરણની શક્તિદાયી સાધના	૯	૧૭. મહાપ્રયાણ દિવસ માનુસતાનું પાવન સ્મરણ	૩૩
૬. સૃષ્ટિ અને જીવનનો સાર	૧૧	૧૮. ચેતનાની શિખર યાત્રા-૧૯,	
૭. રોગ દૂર કરે વિવિધ પ્રાણાયામ	૧૪	સિદ્ધિના માર્ગ પર સંકલ્પ-૩	૩૫
૮. પ્રસન્નતા સાધનો પર નહીં, સંકલ્પો પર નિર્ભર	૧૭	૧૯. પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવની અમૃતવાણી- અધ્યાત્મ સાધનાનો મર્મ-૧	૩૯
૯. આ યુગના મહાસંતાપની મહોષધિ	૧૮	૨૦. યુગ ગીતા-૪૭ મહાવાક્ય' દ્વારા સમાપન થાય છે કર્મ સન્યાસ યોગની વ્યાખ્યાનું	૪૩
૧૦. સ્વાસ્થ્ય સુરક્ષા માટે આહાર-વિહારની સુવ્યવસ્થા	૧૯	૨૧. અપનો સે અપની બાત-સંસ્કૃતિના આધાર સંભ ગાયત્રી અને યજ્ઞ, હવે વિજ્ઞાન પ્રમાણિત	૪૭
૧૧. ભાવનાઓને અભિવ્યક્ત કરતી દેહભાષા	૨૧		
૧૨. ક્વાથ ચિકિત્સા દ્વારા જટિલ રોગોનો સરળ ઉપચાર	૨૩		

ભારતીય સંસ્કૃતિ જ્ઞાન પરીક્ષા ગુજરાત માટે થયેલ પરિવર્તિત તારીખ

ગુજરાતમાં યોજવામાં આવનારી ભારતીય સંસ્કૃતિ જ્ઞાન પરીક્ષાનું આયોજન પહેલાં ૨૦૦૩ના નવેમ્બર માસની ૧૫ તારીખે રાખવાનું નક્કી કરવામાં આવ્યું હતું. હવે આ તારીખોમાં પરિવર્તન કરવામાં આવ્યું છે. આ તારીખો બદલીને હવે નવેમ્બર માસ ૨૦૦૩ની ૨૨ તારીખ નક્કી કરવામાં આવી છે. ગાયત્રી પરિજનો આ તારીખની નોંધ લે.

પરીક્ષા સાથે સંબંધ ધરાવતા તમામ પુસ્તકો, પ્રચાર સામગ્રી ગાયત્રી જ્ઞાનપીઠ જુનાવાડજ, પાટીદાર સોસાયટી અમદાવાદ (ફોન-૦૭૯-૭૫૫૭૨૫૨, ફેક્સ:-૭૪૧૪૧૬૮)થી મંગાવી લેશો. એના સંદર્ભમાં જુનાવાડજ ગાયત્રી જ્ઞાનપીઠ સાથે પત્ર વ્યવહાર કરીને કે રૂબરૂમાં જઈ જરૂરી માર્ગદર્શન તથા પોતાના મનમાં મૂંઝવતા પ્રશ્નનું સમાધાન પણ મેળવી શકાશે.

૨૦૦૩ના જૂન માસની ૨૯ તારીખે અમદાવાદમાં કાર્યકર્તાઓની એક બેઠક યોજવામાં આવી હતી. ઝોન સમિતિના સંયોજક રૂપે જુનાવાડજ ગાયત્રી જ્ઞાનપીઠની નિમણૂંક કરી દેવામાં આવી હતી. જેથી તમામ પરિજનો દર મહિને યોજાતી બેઠકમાં ભાગ લઈ હળીમળી નક્કી કરવામાં આવેલી યોજનાને સફળ બનાવે. પરિજનો વિસ્તારપૂર્વક સલાહ, સૂચન, માર્ગદર્શન માટે શાંતિકુંજ (હરિદ્વાર)ના શિક્ષણ વિભાગ (શિક્ષા પ્રકોષ્ઠ)નો સંપર્ક કરવા વિનંતી.

આસો નવરાત્રી સાધના

આસો નવરાત્રી ૨૬ સપ્ટેમ્બરથી પ્રારંભ થાય છે. આ વિશેષ સમયે અનુષ્ઠાન-વ્રત કરવાનાં અનેક લાભ છે. આપ મહામંત્ર જપ-લેખન દ્વારા અનુષ્ઠાન કરશો.

ॐ भूर्भुवः स्वः तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि धियो यो नः प्रचोदयात्

युग शक्ति गायत्री

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

: संपादक :
डॉ. प्रागुव पंड्या

: सહ संपादक :
धनश्याम पटेल

: कार्यालय :
गायत्री तपोभूमि,
मथुरा - २८१ ००३
: टेलिफोन :

(०५६५)२५३०३६६, २५३०१२८

वार्षिक लवणम : ५५ रुपिया
आञ्चन लवणम : ७०० रुपिया
विदेशनं लवणम
वार्षिक १० पाउन्ड / १५ डॉलर रु.
६००=००
आञ्चन : १०० पाउन्ड / १५० डॉलर
भारतीय मुद्रामं रु. ७०००-००
वर्ष - ३४ अंक - ६
प्रकाशन तिथि २५-८-२००३
सप्टेम्बर - २००३
अंक अंक : रु. ५ - ००

अंतःलोकनो आलोक

હવાની એક જ ઝાપટે માટીના દોલડાને ઓલવી નાંખ્યો. માટીના દોલડાનો ભરોસો પણ કેટલો ! ક્યારે તૂટે અને વીખરાઈને માટીમાં ભળી જાય. એ જ્યોતિનો સાથ પણ કેટલો જેને હવા ઈચ્છે ત્યારે ઓલવી શકે. જ્યોતિ વગરનું જીવન અંધકારમાં ડૂબી જાય છે. આ અંધકાર હંમેશાં ભયાનક હોય છે. જેમને અનુભવ છે. તેઓ જાણે છે કે અંધકારમાં પ્રાણ પણ કંપી ઊઠે છે અને સ્વાસ લેવાનું પણ મુશ્કેલ બની જાય છે.

જીવન જ નહીં જગત પણ અંધકારથી ઘેરાયેલું છે. આ જગતમાં એવી કોઈ પણ જ્યોતિ નથી, જે અંધકારનો સંપૂર્ણપણે નાશ કરી શકે. જે જ્યોતિઓ છે, તેને હવાની ઝાપટો વહેલી મોડી અંધકારમાં ડુબાડી દે છે. એ સળગે છે અને ઓલવાઈ જાય છે, પરંતુ ગાઠ અંધકાર તો જેમનો તેમ જ રહે છે. જગતમાં ફેલાયેલો અંધકાર શાશ્વત છે. જે કોઈ આ જગતની જ્યોતિઓ ઉપર ભરોસો કરે છે. તે અણસમજુ છે, કેમકે આ બધી જ જ્યોતિઓ છેવટે તો અંધકાર સામે હારી જાય છે.

અંધકારથી ઘેરાયેલા આ જગતની પેલે પાર એક અન્ય લોક પણ છે, જ્યાં પ્રકાશ જ પ્રકાશ છે. બાહ્ય જગતમાં પ્રકાશ ક્ષણિક અને અમુક સમય પૂરતો જ છે, અંધકાર શાશ્વત છે, જ્યારે આ આંતરિક જગતમાં અંધકાર ક્ષણિક અને અમુક સમય પૂરતો જ છે અને પ્રકાશ શાશ્વત. અચરજની વાત તો એ છે કે આ પ્રકાશ-લોક આપણી ઘણી જ નજીક છે, કેમકે અંધકાર બહાર છે અને પ્રકાશ અંદર.

યાદ રહે, જ્યાં સુધી અંતઃલોકમાં આલોકનું જાગરણ થતું નથી, ત્યાં સુધી કોઈ પણ જ્યોતિ અભય આપી શકતી નથી. જરૂરિયાત એ વાતની છે કે માટીનાં કોડિયાના દોપ ઉપર ભરોસો મૂકવાનું છોડી દઈને ચિન્મય જ્યોતિને શોધવામાં આવે, કેમકે એ જ નિર્ભયતા, આનંદ અને પ્રકાશનો સ્રોત છે. અંધકારથી ગભરાટ અને પ્રકાશની ઈચ્છા એ સાબિત કરે છે કે આપણી વાસ્તવિકતા પ્રકાશ જ છે, કેમકે પ્રકાશ જ પ્રકાશને માટે તરસ્યો બની શકે છે. જ્યાંથી પ્રકાશની ઈચ્છા સજીવન થઈ રહી છે, ત્યાં જ શોધો, અંતઃલોકનો આલોક, ચિન્મય જ્યોતિનો સ્રોત ત્યાંજ છુપાયેલો છે.



આશાવાદથી મોટી કોઈ સંજીવની નથી.

‘પોઝીટીવ મેન્ટલ એટિટ્યૂડ’ એટલે કે આશાવાદી વલણ મનુષ્યની સફળતા તેમજ સાર્થકતાનો સર્વોચ્ચ માપદંડ છે. એથી ઊલટું ‘નેગેટીવ મેન્ટલ એટિટ્યૂડ’ એટલે કે જીવન પ્રત્યે નિરાશાવાદી વલણ, વ્યક્તિની વિક્ષણતા, દીનતા - હીનતા તથા પરતંત્રતાનો નિશ્ચિત આધાર છે. જીવન પ્રત્યે આશા-ઉત્સાહ ભર્યું વલણ પોતે જ એક અદ્ભુત શક્તિ છે. જ્યાં સુધી મનમાં એ આશા જીવિત છે, ત્યાં સુધી વ્યક્તિને કોઈ જ હરાવી શકતું નથી. જીવનની મોટામાં મોટી વિપત્તિ અને પ્રતિકૂળતા પણ તેને ઠારી શકતી નથી. માનવ જીવનને જે એક જહાજની સંજ્ઞા આપીએ તો આશા તેનો કપ્તાન છે. આ જીવનરૂપી કાફલાને વહેલી-મોડી પોતાની અભીષ્ટ મંજિલ સુધી પહોંચાડી જ દે છે. જીવનરૂપી જહાજમાં જે આશાનું સ્થાન નિરાશાએ લઈ લીધું તો જળયાનની યાત્રા સંકટમય થવી નક્કી છે. એ રહેતાં જળયાન જે મંજિલથી ભટકી જાય અથવા સાગર તળમાં જ સમાધિ લઈ લે તો કોઈ આશ્ચર્ય નહીં થાય.

આ બાબતોમાં રસ્કિને સાચું જ કહ્યું છે કે ‘દિલ ડૂબ્યું તો નૌકા ડૂબી હું ઉત્સાહ ભંગ સિવાય અન્ય કોઈ પણ વાત જાણતો નથી, જે એકલી જ મનુષ્યને એટલું નુકસાન પહોંચાડી શકે છે.’ ઉત્સાહ તૂટવાથી આશા નબળી પડે છે, આકાંક્ષાઓ ક્ષીણ થઈને નાશ પામવા લાગે છે તથા કાર્ય કરવાની શક્તિ સમાપ્ત થઈ જાય છે. એટલામાટે કહેવામાં પણ આવ્યું છે કે ‘જ્યાં સુધી સ્વાસ ત્યાં સુધી આશ’ જ્યારે આશા જ નાશ પામે તો જીવનમાં બાકી શું કહે છે? બધો જ ઉત્સાહ ઠંડો પડી જાય તો બધું સૂનું, બધું જ ફીકું, બધું જ આનંદહીન થઈ જાય છે. એટલે આવી સ્થિતિમાં મન સંપૂર્ણપણે નિષેધાત્મક થઈ જાય છે અને તેની તમામ ગતિવિધિઓ ધ્વંસાત્મક રૂપ ધારણ કરી લે છે, જે વ્યક્તિની જીવનશક્તિ, વિચારશક્તિથી માંડીને માનવીય સંબંધોને નષ્ટ-ભ્રષ્ટ કરતી પોતાને માટે વિનાશનો સરંજમ તૈયાર કરે છે, જ્યારે જીવનમાં સુખ-શાંતિ તથા ઉજ્જવળ ભવિષ્યનું નિર્માણ આશાવાદી મન દ્વારા સકારાત્મક વિચારોની સાથે સંપન્ન થાય છે. આવી વ્યક્તિ મન લગાવીને પરિશ્રમ, નિરંતર ખંત સાથે મહેનત તથા અચલ નિષ્ઠાની સાથે દરેક અવસરનો સદ્વપયોગ કરતી રહી ઉન્નતિના શિખર તરફ આરોહણ કરે છે.

એસ. બી. કુલ્લર એક ગરીબ ખેડૂતના દીકરા હતા. પિતાના અકાળે મૃત્યુએ તેમની નિર્ધનતાને વધુ દુઃખી બનાવી દીધી હતી, પરંતુ અમૂલ્ય સંપદાના રૂપમાં તેમને અસાધારણ મા મળી હતી, જે સકારાત્મક ચિંતનની પ્રતિમૂર્તિ હતી. શ્રમનિષ્ઠા અને પ્રભુકૃપા ઉપર તેમને અતૂટ વિશ્વાસ હતો. તેની જ પ્રેરણા દ્વારા બાળક કુલ્લરે ખચ્ચર ચરાવવાનો ધંધો છોડીને સાબુ વેચવાનો કારોબાર શરૂ કર્યો. તેમની ઈમાનદારી અને લગનના કારણે તેમનો ઓ વેપાર ખૂબજ વિકાસ પામ્યો અને તેમની પ્રમાણિકતાના કારણે લોકો પાસેથી પણ તેમને ઘણી જ પ્રશંસા તથા સન્માન મળ્યાં. આશાવાદનો પાલવ પકડ્યા પછી ક્યારેય કુલ્લરે પાછું વળીને જોયું નહીં. હવે તેમણે પોતે જ સાબુની ફેક્ટરી સ્થાપી. ધીમે ધીમે લેબલની કંપનીઓ, હોઝિયરી અને સમાચારપત્રોને પણ પોતાના વ્યવસાયનાં અંગ બનાવતા ગયા અને વ્યાપારના ક્ષેત્રમાં ચરમ શિખર ઉપર પ્રતિષ્ઠિત થયા. આ બધું જ “પોઝીટીવ મેન્ટલ એટિટ્યૂડ”નું જ પરિણામ હતું.

પ્રખ્યાત લેખિકા ડોરોથી ડિક્સ, ભયંકર ગરીબી અને બીમારીની વિષાદભરી સંતાપદાયક સ્થિતિમાંથી પસાર થઈ ચૂકી છે. તેમનું કહેવું છે, “હું અભાવ, સંઘર્ષ, ખોટી ચિંતા અને નિરાશાના પ્રભાવથી સારી રીતે પરિચિત છું.” પરંતુ હિંમત તેમનું અસ્ત્ર રહ્યું. જે ક્ષણે તેમણે આશાવાદી વલણનું મહત્ત્વ જાણ્યું ત્યારથી તેમણે રડવા-કકળવા અને ભાગ્યને ગાળો દેવાનું છોડી દીધું તથા પોતાનો સ્વભાવ વિનોદી બનાવી દીધો, આશાઓનાં સહારે જીવવાનું શીખી લીધું. આવી રીતે તે મુશ્કેલીઓનો સામનો કરવાનું સાહસ એકદું કરી શકી અને નિષેધાત્મક ચિંતનના ધ્વંસાત્મક પ્રભાવોને દૂર કરી શકી. આમાંથી ઉત્પન્ન રચનાત્મક શક્તિ જ તેમના લેખનના માધ્યમ દ્વારા પ્રસ્ફુટિત થઈ અને તેમની મહાન રચનાઓના સર્જનનો આધાર બની.

બેઝબોલના પ્રસિદ્ધ ખેલાડી ક્લેમ લૈબિનની જીવનગાથા પણ આશા દ્વારા નિરાશા ઉપર વિજયનું એક પ્રેરક ઉદાહરણ છે. બાળપણમાં પ્રશિક્ષણ દરમિયાન લૈબિનના જમાણા હાથની આંગળી તૂટી ગઈ હતી. ચિકિત્સા કર્યા પછી આંગળી જોડાઈ તો ગઈ, પરંતુ વાંકી જોડાઈ. એક સફળ ખેલાડી બનવાની બધી જ ઈચ્છાઓ પર જાણે પાણી ફરી વળ્યું. નિરાશ થઈને તેણે

રમવાનું છોડી દીધું અને હતાશાના જૂલે જૂલવા લાગ્યો, પરંતુ તેના શુભચિંતક પ્રશિક્ષકનું પ્રોત્સાહન તેનામાં આશાનો સંચાર કરતું રહ્યું. તેમનું વાક્ય, “ઘણી વાર આશીર્વાદ, વિષમતાનો છદ્મવેશ ધારણ કરીને આવે છે.” જાણે કલેમના જીવનનો ગુરુમંત્ર બની ગયું. તેણે ફરીથી રમતનો અભ્યાસ શરૂ કર્યો. એ જ આંગળી વડે તેણે બોલને એવો ફેરવવાનો હુનર વિકસિત કર્યો કે તે સફળ ખેલાડી બનવાના પોતાના સ્વપ્નને સાકાર કરી શક્યા. આવી રીતે એ ત્યારે જ સંભવ થઈ શક્યું જ્યારે કલેમે વિષમ પરિસ્થિતિમાં પણ કલ્યાણના ભાવને જોયો અને નિરાશાજનક વિચારોનો ત્યાગ કરતા રહી પૂરી લગન અને ઈમાનદારી સાથે પોતાનાં સ્વપ્નોને સાકાર રૂપ આપવામાં લાગી પડ્યો.

પુરાસાનના રાજકુમારનું એક સંસ્મરણ અહીં પ્રાસંગિક છે. એક વાર રાજકુમાર લડાઈ માટે જઈ રહ્યા હતા. તેમના ખાવા-પીવા તથા સુખ-સુવિધાનો સામાન ત્રણસો ઊંટો પર લાદવામાં આવ્યો હતો. તેને વિજયનો પૂર્ણ ભરોસો હતો, પરંતુ યુદ્ધના મેદાનમાં પાસું પલટાતાં વાર ન લાગી અને તેને ખલીફા ઈસ્માઈલ સામે હારી જતાં બંદી બનાવવામાં આવ્યો. કારાગારમાં એક દિવસ રાજકુમારે પોતાના રસોઈયા પાસેથી ભોજન મંગાવ્યું. ભોજનના નામે માત્ર એક માંસનો ટુકડો બચ્યો હતો. રસોઈયો તેને બાફવા માટે મૂકીને અન્ય ભોજન સામગ્રીની શોધમાં જતો રહ્યો. તે સમયે ત્યાં ભૂખ્યો કૂતરો આવ્યો અને વાસણ સહિત માંસના તે ટુકડાને લઈને જતો રહ્યો. આ જોઈને રાજકુમાર ખડખડાટ હસી પડ્યો. જોનાર - સાંભળનાર દરેક અચંબિત હતા કે દુ:ખ - અભાવની આ સ્થિતિમાં પણ હસવાનું કારણ શું હોઈ શકે. પૂછવાથી રાજકુમારે જણાવ્યું, “મને એ વિચારીને હસવું આવે છે કે ગઈ કાલે જે સામાન માટે ત્રણ સો ઊંટોની જરૂર હતી, આજે એક કૂતરો જ પૂરતો છે.” ક્રમશઃ તે પ્રતિકૂળતાઓમાંથી બહાર આવ્યો અને ફરીથી સિંહાસન પર આરૂઢ થયો.

સંકટ તેમજ મુશીબતની ક્ષણોમાં પણ સકારાત્મક દષ્ટિકોણ જ તે આધારભૂમિ છે, જેના લીધે મસ્તી તેમજ ખુશમિજાજનાં ફૂલ ખીલે છે, અન્યથા નિરાશાવાદી માટે તો આ મરણાંત પીડા આપનારી ક્ષણો જ પુરવાર થાય છે. એટલે આશાવાદી વલણનો મહિમા અપરંપાર છે. ભગવાન શ્રીકૃષ્ણના શબ્દોમાં —

પ્રસાદે સર્વદુઃખાનાં હાનિરસ્યોપજયતે,
પ્રસન્ન ચેતસેહ્યાશુ બુદ્ધિઃ પર્યં તિષ્ઠતે.

— ગીતા ૨/૬૫

એટલે કે “પ્રસન્નચિત્ત રહેવાથી બધાં જ દુઃખ દૂર થાય છે અને બુદ્ધિ સ્થિર બને છે.” વસ્તુતઃ આ સકારાત્મક દષ્ટિકોણ અને વિધેયાત્મક જીવનશૈલીના દીર્ઘકાલીન અભ્યાસની પરિણતિ હોય છે.

આવી રીતે વિકસિત સકારાત્મક માનસિક ભાવ અંતર્ગત વિશ્વાસ, દૃઢતા, આશાવાદિતા, ઉદારતા, દયાળુતા, સહનશીલતા જેવા સદગુણોનો સમાવેશ થાય છે. મહામાનવોનું જીવન આની જીવંત અભિવ્યક્તિ હોય છે. તેઓ આના જ બળ ઉપર પોતાનું માનસિક સંતુલન જાળવી રાખે છે અને નિરાશાના ભાવને નજીક ફરકવા દેતા નથી. અષ્ટાવક આઠ જગ્યાએથી વાંકા છે. ચાણક્ય, સોક્રેટિસ વગેરે ખૂબ કદરૂપા હતા. દરેક જાણ એમની મશ્કરી કરતું હતું. રાજા હરિશ્ચંદ્ર, સ્વામી વિવેકાનંદ, સ્વામી રામતીર્થ, ગાંધીજી, નેહરુ, સુભાષચંદ્ર બોઝ, ચિતરંજનદાસ, અરવિંદ ધોષ જેવા દરેક મહાપુરુષોનું જીવન કેટલી મુશ્કેલીઓમાંથી પસાર થયું છે. એમનું જીવન પરિસ્થિતિઓના વિષમ પ્રવાહોથી ઓતપ્રોત રહ્યું. તેમને કેટલાય વિરોધોનો સામનો કરવો પડ્યો, પરંતુ ચિર આશાવાદની સંજીવનીના બળ ઉપર તેઓ દરેક આઘાતોને સહર્ષ અને ધૈર્યપૂર્વક સહન કરતા રહ્યા. તેમના અદમ્ય આશા-ઉત્સાહ તેમના સાથી-સહચરોમાં પણ નવપ્રાણનો સંચાર કરતા હતા.

વીર શિવાજી વિશે એ પ્રખ્યાત છે કે યુદ્ધભૂમિમાં તેમની ઉપસ્થિતિ માત્રથી જ તેમના સૈનિકોમાં એક નવો ઉત્સાહ આવી જતો હતો. તેમને લાગતું હતું કે જાણે તેમની સહાયતા માટે નવી કુમક આવી પહોંચી છે. શિવાજીએ અનેક ભયંકર યુદ્ધ ફક્ત એ જ કારણે જીતી લીધાં હતાં કે તેઓ પરાજય અથવા ઉત્સાહહીનતાને જાણતા જ ન હતા, પરાજયનું નામ તેઓ ક્યારેક લેતા નહતા. આ અપરાજ્યેય ઉત્સાહનો પ્રાદુર્ભાવ અદમ્ય આશાવાદી વલણ દ્વારા થાય છે. એની જ તાકાત ઉપર મહારાજા રાણજિતસિંહ “ડુકાવટ છે જ નહીં” નો ઉદ્દોષ કરતા કરતા, પૂરથી ધસમસતી નદીમાં ઘોડા પર સવાર થઈને, સૌથી આગળ નીકળ્યા હતા. જોતજોતામાં આખી સેનામાં ઉત્સાહ અને સાહસની લહેર પ્રસરી ગઈ, જે અડચણના પૂર કરતાં અધિક પ્રબળ હતી.

જીવનના બધા પડકારોની સામે બાથ ભરનાર આ હિંમત ખરેખર સકારાત્મક જીવનશૈલી દ્વારા આવે છે. આની જ તાકાત ઉપર માણસ આ સશક્ત સંકેતો વડે પોતાના અંતર્મનને પુષ્ટ

કરતો રહે છે કે, “તમે સમુદ્ર કિનારા પર છાતી કાઢી ઊભેલી ઉત્તુંગ શિલા સમાન છો જે એક સાચા શૂરવીરની જેમ સમુદ્રનાં ઊછળતાં મોજાંઓના દઢતાપૂર્વક સામનો કરી રહી છે. સંસારનાં કષ્ટોમાં એટલી શક્તિ નથી કે તે તમને હલાવી શકે. તમે મુસીબતોની વચ્ચે મહિમાન્વિત અવિચલ હિમાલયની માફક અડગ છો, અવિચલ છો, જેની ઉપર સાંસારિક પ્રવાહોનો કોઈ જ પ્રભાવ પડતો નથી.

એથી ઊલટું ઉત્સાહની ઊણપ અંતર્મનને નિરાશાવાદી સંકેતો વડે દૂષિત કરતી રહે છે, જે જીવનનો સૌથી મોટો અભિશાપ છે. જીવનની સૌથી ખરાબ સ્થિતિ છે. એ ઉન્નતિના પથનું સૌથી મોટું વિઘ્ન છે. એક વિચારકે સાચું જ લખ્યું છે” નિરાશા એક પ્રકારની કાયરતા છે. જે મનુષ્ય નબળો હોય છે, તે કઠોર પરિસ્થિતિઓનો સામનો કરી શકતો નથી, તે એક કાયરની માફક યુદ્ધ છોડીને ભાગી જાય છે. નિરાશા એક પ્રકારની નાસ્તિકતા છે. જે વ્યક્તિ સંધ્યા સમયે ડૂબતા સૂરજને જોઈ દુઃખી થાય છે અને પ્રાતઃસમયનો સોનેરી અરુણોદયની આશા રાખતો નથી, તે નાસ્તિક છે. આપણે આપણી આ નાસ્તિકતાનો, આ નિરાશાવાદનો, આ નિષેધાત્મક વલાણનો દંડ રોગ, શોક, વિપત્તિ, સંતાપ, અસફળતા અને અલ્પાયુના રૂપમાં ભોગવવો પડે છે, જ્યારે દરેક પ્રકારનાં દુઃખ-કષ્ટવગેરે ક્ષણિક છે, અલ્પ સમયમાં દૂર થનારાં છે અને આ કદાચ કંઈક વધારે સ્થાયી અને વધારે લાંબાં હોય તો પણ આપણી અંદર રહેલ આત્મિક શક્તિઓ, અસીમ સંભાવનાઓ તેમજ દૈવી ગુણોથી શ્રેષ્ઠ અને મહાન નથી. આપણી અંતર્નિહિત ક્ષમતા અનેક દ્વંદ્વોના વજ્ર કરતાં પણ અધિક

દઢ અને સક્ષમ છે. આ સ્થિતિમાં વિજય-આનંદ, સફળતા, ઉન્નતિ વગેરે આપણા જન્મસિદ્ધ અધિકાર છે.

જો આનો પ્રખર બોધ અત્યારે થઈ શકતો નથી અને માર્ગનો થાક કંઈક વધારે છે તો પણ નિરાશ થવાની કોઈ વાત નથી. થાકેલાં પક્ષીને આગળ વધવાની પ્રેરણા આપતાં કવિવર રવીન્દ્રની આ પંક્તિઓ વિચારણીય છે —

“જો મંદ-મંદ મંથર ગતિએ ચાલતી ચારે બાજુએથી સંધ્યા આગળ વધતી આવી રહી છે, દિવસનું સંગીત ટકી ગયું છે, સંગી-સાથી છૂટી જવાથી જીવન સૂનું સૂનું લાગી રહ્યું છે, તારા અંગેઅંગમાં થાક ભરાઈ ગયો છે, મનમાં આશંકા છવાઈ ગઈ છે, દિગ્-દિગંત પોતાની કાળી ચાદર બિછાવી સૂઈ રહ્યા છે તો પણ મારા વિહંગ. તું તારી પાંખોને બંધ ન કર.”

“સમસ્ત તારાગણ આકાશમાં તારી જ સામે અનિમેષ દષ્ટિએ જોઈ રહ્યા છે. નીચે સાગરમાં શત્-શત મોજાં ઊછળી ઊછળીને ઉલ્લાસનો સંદેશો લઈ છલકાઈને તારી તરફ દોડી રહ્યાં છે. તે કોને ખબર કોણ ! ત્યાં દૂર કુટુણ વિનંતી કરતા, આવો ! આવો ! નો પોકાર કરી રહ્યું છે ? દરેક બાજુ તારું સ્વાગત છે. એટલા માટે મારા વિહંગ ! તું તારી પાંખો હમાણાં બંધ ન કર.”

ચિર આશાનું આ મધુર ગાન જો આપણા જીવનનું સંગીત બની શકે તો પથની બધી જ મુશ્કેલીઓ, વિકળતા તેમજ પડકાર આપણું મંજિલ તરફ વધવાનું એક સોપાન બનતાં જશે અને જીવન નિત-નૂતન સફળતા, સાર્થકતા તથા ઉલ્લાસની સુવાસમાં મહેલકવા લાગશે.

મેરી રીડ અમેરિકાથી ખ્રિસ્તી મિશન અંતર્ગત ભારતમાં સેવારત રહેવા માટે આવી હતી. તેમને મહિલા શિક્ષણનું કાર્ય સોંપવામાં આવ્યું, પરંતુ પિયૌરાગઢ પ્રવાસના સમયે તેમણે જોયું કે ભારતમાં કોઠીઓની સંખ્યા ઝડપથી વધી રહી છે. જ કોઈ તેમનો સંપર્ક રાખે છે, જ ચિકિત્સા ઉપર ધ્યાન આપે છે. રીડ પોતાની રુચિ કોઠી સેવામાં વ્યક્ત કરી. મિશને એવો જ પ્રબંધ કરી આપ્યો. તેઓ ઉત્તરપ્રદેશના પહાડી ક્ષેત્રનો પ્રવાસ કરીને કોઠીઓને એકત્રિત કરવા અને તેમની ચિકિત્સાની સાથે તેમને અધ્યાપન અને સ્વાવલંબન પણ શીખવવા લાગ્યાં. રોગીઓને ઘણી જ રાહત મળી. લોકોએ અનુભવ પણ કર્યો કે આપણે આપણા હેલ્થવાલીઓ માટે કશું જ કરતા નથી અને વિદેશી ધ્યા-ધર્મનું મૂળ સમજીને કેટલો સેવા-ધર્મ નિભાવે છે.

મેરી રીડને કુષ્ઠપ્રધાન વાતાવરણમાં રહેતાં રહેતાં પોતાને પણ તે રોગ લાગુ પડી ગયો. તેમને પાછાં અમેરિકા બોલાવવામાં આવ્યાં. પરંતુ તેમણે એવું કહી ઈન્કાર કર્યો કે મેં મારું સંપૂર્ણ જીવન ઉદ્દેશ્યોને માટે સોંપ્યું છે. તેમાંથી પાછાં પગલાં ભરી શકતી નથી. તે સ્વયં પીડિત થઈ ગયાં, પરંતુ તે રોગના રોગીઓનાં કલ્યાણ માટે જે સંભવ હતું, આજીવન કરતાં રહ્યાં.



વિચાર
કાંતિના યોધા

“યુગ બદલતો નથી બદલવામાં આવે છે”

જગદ્ગુરુ શંકરાચાર્ય



એક સમય હતો, જ્યારે આખો દેશ બુદ્ધ ધર્મના વિભ્રાંત-સાધનો, તંત્ર અને મંત્ર, ચાવકિના ભોગવાદથી ખરાબ રીતે દાઝી રહ્યો હતો. સરચાઈ, પ્રેમ, ઈમાનદારી, નૈતિકતા, આદર્શ, કુટુંબ પરંપરા, આસ્તિકતા વગેરે વ્યક્તિગત અને સામાજિક નિષ્ઠાઓનો લગભગ આજના જેવો જ લોપ થયો હતો. જ્યારે મનુષ્યની આકાંક્ષાઓ અને વાસનાઓ અનિયંત્રિત થઈ જાય છે, ત્યારે મનુષ્યમાં સ્વાર્થવાદી, કુટિલતાપૂર્ણ કુવિચાર જન્મ લે છે, કુકર્મો કરે છે અને આખો સમાજ નરકની વિભીષિકાઓમાં સળગવા લાગે છે. જગદ્ગુરુ શંકરાચાર્યનો જન્મ આવા જ સંક્રાંતિકાળમાં થયો હતો.

વૈદિક ધર્મ પ્રત્યે આસ્થાઓ જીવંત હતી, પરંતુ તે માત્ર કહેવા ખાતર વિખરાયેલી હતી. પ્રેમ-આત્મીયતાના સંબંધ છૂટી રહ્યા હતા, આસ્તિકતા છેલ્લો સ્વાસ લઈ રહી હતી, તેને પુનર્જીવન આપવા માટે મહા ઔષધિની જરૂરિયાત હતી. એવા લોકોની જરૂરિયાત હતી, જે ધર્મ અને સંસ્કૃતિના આદર્શોની સ્થાપના માટે પોતાની સુખ-સુવિધાઓનો પરિત્યાગ કરી એક જ લક્ષ્ય તરફ આગળ વધતી રહે અને તે પથ ઉપર જેટલાં વિઘ્નો આવે તેને સાચા યોદ્ધાની માફક સહન કરતા રહે. એવા લોકોને સંગઠિત કરી શક્તિ આપવાનું એક મોટું કાર્ય હતું, જેને શંકરાચાર્યે એક વ્રતની માફક આજીવન નિભાવ્યું.

તેમણે પોતાની જાતને તપાવી, વિપરીત પરિસ્થિતિઓમાં જીવન જીવવાનો અભ્યાસ કર્યો, જેના લીધે તેમના મનનાં લૌકિક આકર્ષણ નાશ પામ્યાં અને અધ્યાત્મનું વિશુદ્ધ સ્વરૂપ જેને મોક્ષ અથવા મુક્તિ પણ કહી શકાય છે, તે સ્પષ્ટ નિખરી આવ્યું તેનાથી પણ મોટું કામ એ થયું કે જે થોડી વિખરાયેલી લોક-નિર્માણકારી શક્તિઓ હતી, તેને બળ મળ્યું, એવા લોકોની આત્મશક્તિઓ પણ જાગૃત થઈ, જેનાથી ક્રમજેર દેખાતા સત્પ્રવૃત્તિ આપનારા લોકો સશક્ત અને બળવાન લાગવા લાગ્યા. આનાથી દુર્ગુણોની વિરુદ્ધ એક સંગઠિત મોરચો સ્થાપિત થયો. જ્યારે જ્યારે વિચારવાન વ્યક્તિઓએ આવાં સંગઠન કર્યાં છે, ત્યારે સંસારને નવજીવન મળ્યું છે અને યુગોનું પ્રત્યાવર્તન થયું છે.

શૈલ પર્વત ઉપરથી ઊતરીને આચાર્યજીએ પોતાના સંપૂર્ણ સમયનો ઉપયોગ સંસારને પ્રવચન અને સાહિત્યના માધ્યમ દ્વારા પકવ વિચાર આપવા અને સંગઠન સજીવ કરવામાં કર્યો હતો. ગોકર્ણ, હરિશંકર અને શ્રીવલિ જેવાં સ્થાનોએથી તેમણે કેટલીક સંસ્કારવાન વ્યક્તિઓને શોધી અને તેમને પોતાની પાસે રાખીને આધ્યાત્મિક જીવનના ઢાંચામાં ઢાળીને તેમને લોકશિક્ષણ માટે નેતૃત્વની ક્ષમતા પ્રદાન કરી.

હસ્તમલક, ગિરિ, પદ્મપાદ, મંડન મિશ્ર(સુરેશ્વર), તોટકાચાર્ય, સમિત્પાણિ, ચિદ્વિલાસ, જ્ઞાનચંદ વિષ્ણુગુપ્ત, આનંદગિરિ જેવી અનેક પ્રબુદ્ધ અને વિચારશીલ વ્યક્તિઓને એકત્રિત કરી. આ બધામાંથી કેટલાક અલ્પ ક્ષમતાવાળા પણ હતા, પરંતુ જ્યારે તે આચાર્યજીના સંપર્કમાં આવ્યા અને સુપ્ત શક્તિઓને જગાડી, ત્યારે તે જ નાની વ્યક્તિઓ મોટા કામની બની ગઈ. આ બધામાંથી જ યોગી, જ્ઞાની, ભક્ત, સંત અને વિદ્વાન બહાર આવ્યા, જેમણે શંકરાચાર્યના વૈદિક ધર્મ અને અદ્વૈત વિચારોને દેશ-દેશાંતર સુધી પહોંચાડ્યા. આ શિષ્યોએ પછીથી કેટલાય માર્ગદર્શક ગ્રંથો પણ લખ્યા, જેમાંથી નૈષ્કર્મ્યસિદ્ધિ, સુરેશ્વર-વૈશિક, તૈત્તીરીય-ઉપનિષદ ભાષ્ય અને કણ્વ શાખાનાં ઉપનિષદ પર વાર્તિક ખૂબ પ્રસિદ્ધ થયાં.

આ વ્યક્તિઓનું આત્મદાન પણ ઓછું પ્રશંસનીય ન હતું. જ્યારે આખો સંસાર સ્વાર્થ, લોભ, મોહ અને કામનાઓની પૂર્તિમાં જ આકંઠ ડૂબેલો હોય અને સમાજની પતન અવસ્થા ઝડપથી વધી રહી હોય, ત્યારે પોતાનાં સ્વાર્થ અને આત્મકલ્યાણનો પરિત્યાગ કરી લોકસેવા, જનમાર્ગદર્શન માટે તત્પર થવાનું પુણ્ય કેટલાક જાગૃત આત્માઓ દ્વારા જ થઈ શકે છે. આ આત્માઓ એવા જ હતા જ્યારે આવા ઉત્કૃષ્ટ અંતઃકરાળ ધરાવતા આત્માઓનું અવતરણ થાય છે ત્યારે ધર્મ, જાતિ અને સંસ્કૃતિને નવજીવન મળે છે.

આ લોકોનાં ત્યાગ, તપ અને નિષ્ઠાઓને જોઈને રાજાઓ, સામંતો અને સાધનસંપન્ન વ્યક્તિઓના આત્માઓએ પણ તેમને ઠપકો આપ્યો, તેઓ પણ આગળ

આવ્યા અને આવી રીતે જગદ્ગુરુ શંકરાચાર્યની સાથે સુધાર અને સત્પ્રવૃત્તિઓનાં વાદળાં ઉમટી પડ્યાં. તેમણે સમાજના કુસંસ્કારોને ઘસી-ઘસીને ધોયા. ક્યાંક સંઘર્ષ થયો, ક્યાંક વિધ્વંસ, વેર અને વિરોધ પણ ઘણા લાંબા ચાલ્યા, પરંતુ આખરે તો પ્રકાશ, પ્રકાશ છે અને અંધકાર, અંધકાર જ. ધર્મ સનાતન સત્ય છે. ઈમાનદારી, પ્રેમ, સદ્ભાવ, સદ્વ્યવહાર આત્માની સ્વાભાવિક અને સનાતન આકાંક્ષાઓ છે. દુર્જન જન અને થોડા સમય સુધી જ દબાવેલા રાખી શકે છે. સાચા અધ્યાત્મનો પ્રકાશ જ્યાં ફેલાવા લાગે છે, ત્યાં અંધકાર લાંબો સમય ટકી શકતો નથી.

જગદ્ગુરુ શંકરાચાર્યએ ધાર્મિક પુનરુત્થાનનું જે વ્રત લીધું હતું, તેને જ માટે તેઓ આજીવન ચિંતા-વિચાર અને કામ કરતા રહ્યા. અંતિમ સમયે તેમણે આ મિશનનો ભાર કંઈક આવી જ નિષ્ઠાવાન વ્યક્તિઓના હાથમાં સોંપવાનો નિશ્ચય કર્યો, પરંતુ જે દિવસોમાં તેઓ આ અંગેની યોજના બનાવી રહ્યા હતા, તેમણે જોયું કે બધા જ શિષ્યોમાં પોતાનું પ્રભુત્વ, વિદ્વતા વ્યક્ત કરવાની લોકેષણા ઝડપથી વધી રહી છે. સંસારમાં અભિમાન ઘણો જ કઠોર અને તપનકારી અવગુણ છે. તે જ્યારે મસ્તિષ્કમાં આવે છે, ત્યારે લોકસેવાનો ઉદ્દેશ્ય પણ સ્વાર્થ અને ઠગાઈનું ઘર બની જાય છે. પદ્મપાદ, ગિરિ જેવા શિષ્યોમાં આ પ્રકારના પ્રાથમિક અંકુર ફૂટતાં પહેલાં જ જગદ્ગુરુએ જોઈ લીધાં, એટલા માટે તેમણે મહત્વપૂર્ણ કાર્યોનો ભાર એવા લોકોને સોંપ્યો, જેમનામાં વિદ્વતાના અભિમાન કરતાં ભાવુકતા અને કર્તવ્ય નિષ્ઠા ભાવ અધિક હતો. આના કારણે શિષ્યોએ પણ અનુભવ કર્યો કે અહંકાર અને લોકેષણાનો ભાવ કેવળ જન-નેતૃત્વ માટે જ વિષકારી નથી, પરંતુ તેનાથી પોતાનું અસ્તિત્વ પણ દલિત થાય છે. આ પ્રકારે સ્થિર થયેલા શિષ્યોએ જ્યારે પૂરી રીતે મિશનને ફેલાવતા રહેવાનો ભાર પોતાના ખભા ઉપર ઉપાડી લીધો, ત્યારે જગદ્ગુરુ શંકરાચાર્યને ઘણો જ સંતોષ થયો.

શિષ્યોને ઘણીવાર એવા પણ અવસર આવ્યા, જ્યારે તેમને તેમનાં જ સગાં-સંબંધીઓ દ્વારા દગો થયો. પદ્મપાદ જ્યારે દક્ષિણની યાત્રા કરી રહ્યા હતા, ત્યારે તેઓ એક દિવસ તેમના મામાને ત્યાં રોકાયા. તેમની પાસે શંકરાચાર્યના મહત્વપૂર્ણ ભાષ્યોની પાંડુલિપિ હતી. મામા બૌદ્ધ મતને માનતા હતા, એટલા માટે તેમણે તે ગ્રંથોનો નાશ કરવાનું કુચક

રચ્યું. મામાએ તે ગ્રંથ પોતાને ત્યાં જ છોડી જવાનો આગ્રહ કર્યો, જેના કારણે તે યાત્રામાં ભારરૂપ ન બને અને એક દિવસ તેમણે પોતાના ઘરમાં આગ લગાડીને તે ગ્રંથોનો સર્વનાશ કરી જ નાંખ્યો. એ તો સાચું હતું કે તેના અધ્યાય શિષ્યોએ મોઢે કર્યા હતા, તેના કારણે તેમણે ફરીવાર એ ગ્રંથોને તૈયાર કરી લીધા, પરંતુ આનાથી તેમને એક બોધ મળ્યો કે મહત્વપૂર્ણ કાર્યોમાં સંલગ્ન થતી વખતે સાવધાની અને સતર્કતા રાખવામાં ન આવે, તો ધુતારા ગમે ત્યારે અનર્થ કરી શકે છે. ધર્મ પ્રવેશમાં નિષ્ઠાની પરીક્ષા અને કષ્ટમય જીવનનો ઉદ્દેશ્ય પણ એ જ હોય છે કે વ્યક્તિના અંતઃકરણમાં બેઠેલો દુષ્પ્રવૃત્તિવાળો નાગ ક્યાંક ક્રિયાશીલ ન થઈ પડે.

આવી રીતે ભગવાન શંકરાચાર્યએ આજીવન પરિશ્રમ અને તપ કરી યુગને એક નવી ઉષા પ્રદાન કરી, જેને પછીથી સંપૂર્ણ દેશમાં પ્રકાશની માફક ફેલાવવામાં આવી. જગદ્ગુરુને એટલા માટે વૈદિક ધર્મના પુનરુદ્ધારક કહેવાય છે. તેમણે આ

જે વસ્તુ આનંદ આપી નથી શકતી, તે સુંદર હોઈ શકતી નથી અને જે સુંદર હોઈ નથી શકતી, તે સત્ય પણ હોઈ શકતી નથી. જ્યાં આનંદ છે, ત્યાંજ સત્ય છે.

યુગની માન્યતાઓને જ બદલી નાંખી હતી અને સંપૂર્ણ વિશ્વને એ બતાવી દીધું હતું કે - ધર્મની શક્તિ જ્ઞાન, પ્રજ્ઞા, નિષ્ઠા અને સંગઠનની શક્તિ એટલી બળવાન હોય છે કે તે થોડી પણ હોય છતાં પણ સંસારના કઠોર વિપ્લવ અને વિભીષિકાઓ સામે ટક્કર લઈ સમાજને એક નવી દિશા આપી શકે છે.

આ કાર્ય તે યુગ માટે વરદાન હતું, તેમજ આ યુગની જનકાંતિ માટે પણ માર્ગદર્શક છે, જેની ઉપર સવાર થઈને નવા યુગનું પ્રત્યાવર્તન કરવાનું છે.

તેમનું અધ્યાત્મ વૈદિક અધ્યાત્મ હતું, આજે તેમાં વિઘટન ઉત્પન્ન થઈ રહ્યું છે. આપણે એ અનાસ્થાઓનો, સામાજિક ભુરાઈઓનો ધાર્મિક આડંબરોનો, રૂઢિવાદી માન્યતાઓનો, અધાર્મિક પરંપરાઓનો નાશ કરીને ધાર્મિક સંસ્કારોનાં પ્રત્યાવર્તન દ્વારા જ એ મહાપુરુષો પ્રત્યે શ્રદ્ધાંજલિ વ્યક્ત કરી શકીએ છીએ. ○



ઈશ્વરનો યુવરાજ-જ્યેષ્ઠ પુત્ર- મનુષ્ય

મનુષ્ય પરમસત્તાનું સાકાર રૂપ છે. તે પરમાત્માનો અંશાવતાર છે. મનુષ્ય સૃષ્ટિની સર્વોત્કૃષ્ટ અને મહાનકૃતિ છે. પરબ્રહ્મનું સમસ્ત રહસ્ય એક તેનામાં જ સમાહિત છે, કેમકે નર જ નારાયણની સમીપ તથા નિકટ છે, માનવ જ દેવત્વનો સાચો પ્રતીક - પ્રતિનિધિ છે. તે 'સ્વ'ના ઊંડાણમાં ઊતરીને આત્મદર્શન કરી શકે છે તથા 'સ્વ'નો વિસ્તાર કરી ગૂઢ-ગહન સૃષ્ટિનાં રહસ્યોને જાણી પાણ શકે છે. જ્ઞાન, ભક્તિ અને વૈરાગ્યનો પાણ તે જ એકમાત્ર અધિકારી છે. એટલા માટે માનવનું લક્ષ પાણ મહાન છે. તેનું ચરમ લક્ષ્ય છે - આત્મકલ્યાણ અને જગત સેવાનો ઉદાર ભાવ.

માનવ શ્રેષ્ઠતાનો અનુભવ કરતાં ઋગ્વેદના પુરુષ સૂક્તમાં ઈશ્વરને માટે પુરુષ સંજ્ઞાનો પ્રયોગ કરવામાં આવ્યો છે. તર્કતીર્થ લક્ષ્મણ શાસ્ત્રીના જણાવ્યા પ્રમાણે માનવની દિવ્યતાને અભિવ્યક્ત કરવા માટે વેદોને 'મનુષ્ય અથવા પુરુષ' શબ્દ કરતાં વધુ યોગ્ય અન્ય કોઈ શબ્દ નથી મળ્યો. શ્રુતિ કહે છે. "પુરુષો વૈ સુકૃતમ્" શ્રીમદ્ભાગવતમાં "દુર્લભો માનુષો દેહા" કહીને માનવનું મહિમાગાન કરવામાં આવ્યું છે. જૈન દર્શનમાં માનવ જીવનને શુભ લક્ષણયુક્ત બતાવવામાં આવ્યું છે. બૌદ્ધ ધર્મમાં પાણ માનવને દેવોપમ માનીને માનવ શરીરને અતિ ઉત્તમ કહેવામાં આવ્યું છે. આના અનુસાર માનવ રૂપ પ્રાપ્ત થયેથી સત્યજ્ઞાનની ઉપલબ્ધિ થઈ શકે છે. બાઈબલની માન્યતા છે કે મનુષ્ય ઈશ્વરનું સૌથી પ્રિય સંતાન છે. કુરાન અનુસાર ઈન્સાન અલ્લાહનો બંદો છે તથા તેણે ઈન્સાનને સર્વશ્રેષ્ઠ રીતે ઘડીને નિર્માણ કર્યું છે.

આચાર્ય શંકરે માન્યું છે કે મનુષ્યત્વ, મુમુક્ષત્વ તથા મહાપુરુષ સંશ્રય (શરણ) આ ત્રણેયમાં મનુષ્યત્વ પ્રધાન અને પ્રમુખ છે, કેમકે મનુષ્ય દેહની પ્રાપ્તિ થયા વગર મુક્તિની અભીપ્સા જાગંતી નથી અને સદ્ગુરુનો આશ્રય મળતો નથી. યુગ ધ્રુષ્ટા વિશ્વવિશ્રુત સ્વામી વિવેકાનંદના જણાવ્યા પ્રમાણે માનવજીવન ઘણું જ શ્રેષ્ઠ છે. તે પશુતા, માનવતા અને દેવત્વનો સંયોગ છે. તેઓ કહે છે કે મનુષ્ય એક એવું અસીમ વૃત્ત છે, જેનો પરિઘ ક્યાંય છે જ નહીં, પરંતુ જેનું કેન્દ્ર એક સ્થાન છે અને પરમેશ્વર એક એવું અસીમ વૃત્ત છે, જેનો

પરિઘ ક્યાંય પાણ નથી, પરંતુ જેનું કેન્દ્ર સર્વત્ર છે. તેઓ આગળ વધુ સ્પષ્ટતા કરતાં જણાવે છે, જે મનુષ્ય પોતાની અત્મચેતનાને અનંત ગુણી કરી લે તો તે ઈશ્વર રૂપ બની શકે છે અને સંપૂર્ણ વિશ્વ પર પોતાનો અધિકાર ચલાવી શકે છે. મનુષ્યની શ્રેષ્ઠતા ત્યાં સુધી જ છે જ્યાં સુધી તે પ્રકૃતિ કરતાં ઉપર ઊઠવા માટે સંઘર્ષ કરે છે. આ પ્રયંસ પુરુષાર્થ જ તેની શ્રેષ્ઠતાનું પ્રતીક છે.

મહર્ષિ અરવિંદના જણાવ્યા પ્રમાણે મનુષ્યની અંદર દેવત્વ અને દિવ્યત્વ બંને સમાયેલાં છે. અને તેની અભિવૃદ્ધિ કરવાનું જ તેનું દિવ્ય લક્ષ્ય છે. આ ભાવને શબ્દ આપતાં તેઓ કહે છે કે માનવ સાન્ત અને અનંતના અચેતન સમાગમની પાવન ભૂમિ છે અને તેને આ જ ભૌતિક જીવનમાં, આ જ માનવ દેહમાં એ અનંત બ્રહ્મ તરફ અધિકાધિક વિકસિત થવાનો વિશેષાધિકાર પ્રાપ્ત છે. તેઓ માને છે કે મનુષ્ય એક અસામાન્ય જીવ છે. તે પોતાના વર્ગમાં ભલે સામાન્ય લાગતો હોય, પરંતુ એવું છે નહીં. તેની આ સામાન્ય અવસ્થા એક પ્રકારની અલ્પકાલીન અને ક્ષણિક વ્યવસ્થા માત્ર છે. માનવ વિકાસક્રમની અંતિમ સીમા નથી. તે એક સંક્રમણકાલીન જીવ છે, જેમાં નવા માનવનો જન્મ થવાનો છે, અતિમાનવનું અવતરણ થવાનું છે.

પોતાની આ દિવ્ય વિશેષતાઓ અને વિભૂતિઓના કારણે જ માનવને આ જગતની ક્રિયાઓનું કેન્દ્રબિંદુ અને મૂળ સ્ત્રોત માનવામાં આવ્યો છે. કન્ફ્યૂશિયસ કહે છે કે આપણે કોઈ પાણ દષ્ટિએથી વિચારીએ તો પ્રતીત થશે કે માનવ જ આ વિશ્વનો મૂળ સ્ત્રોત અને સાર છે. ભારતીય સ્વતંત્રતાના મહાનાયક મહાત્મા ગાંધી અનુસાર માનવ આત્મસ્વરૂપ છે. તેની અંદર આત્મજ્યોતિ પ્રકાશિત થતી રહે છે. આવશ્યકતા તો બસ આ દિવ્ય પ્રકાશથી પ્રકાશિત થવાની છે, લાભાન્વિત થવાની છે.

લગભગ દરેક ચિંતક આ વિષયમાં એકમત છે કે સંપૂર્ણ સૃષ્ટિપ્રક્રિયાની વિકાસપ્રક્રિયામાં માનવ જ સર્વોત્તમ અને સર્વશ્રેષ્ઠ છે. આ તથ્યનો સ્વીકાર કરતાં પાશ્ચાત્ય વિદ્વાન એસ. ઈ. ફાસ્ટ પોતાના ગ્રંથ 'આઈડીયાસ ઓફ ધ ગ્રેટ ફિલોસોફર્સ'માં મનુષ્યને ઈશ્વર કરતાં થોડોક જ નીચો માને છે. એલ્ડુઅસ

હકસલેએ પણ માનવમાં ઈશ્વરીય ગુણનું નિરૂપણ કર્યું છે અને આ જ એ આધાર છે જ્યાં અવતારવાદની ભાવના પ્રાદુર્ભૂત થાય છે. માનવ દેહ જ ભગવદ્દેશના અવતરણને નૂતન આધાર પ્રદાન કરે છે અને જેના વડે માનવ ચૈતના ઊર્ધ્વગામી બને છે. આવા શ્રેષ્ઠ પુરુષો પ્રત્યે જનસામાન્યની ગહન આસ્થા અને શ્રદ્ધા હોય છે. આવા જ ભાવબોધના કારણે રામ, કૃષ્ણ, બુદ્ધ, મહાવીર જેવાને અવતારના રૂપમાં અપનાવવામાં આવે છે. આ અવતારી મહામાનવોએ સમાજમાં પોતાનું ઉત્કૃષ્ટ ચિંતન, દઢચરિત્ર અને પ્રેમપૂર્ણ વ્યવહારનો લોકચાર પ્રસ્તુત કર્યા છે, જેથી જનસામાન્ય 'મહાજનો યેન ગતઃ સ પંથાઃ'ની ઉક્તિને સિદ્ધ કરી શકે. તેમના દશવિલા પથનું અનુસરણ કરી શકીએ અને આપણા આધારને, માનવતાને ઉભારી શકીએ.

માનવને ઉત્તમ કર્મો પ્રત્યે પ્રેરિત કરવો એ જ મહામાનવ અવતારી ચેતનાનું પરમ લક્ષ્ય હોય છે. તેઓ નિષ્કામ ભાવથી વિશ્વમાં સેવા, સહિષ્ણુતા, સદ્ભાવનો પ્રચાર-પ્રસાર કરે છે. તેઓ માનવધર્મની સ્થાપના કરે છે અને અનીતિ તથા અવાંછનીયતાનું ઉન્મૂલન કરે છે. માનવ ધર્મ એ જ છે કે માનવ માનવીય સત્યને ઓળખે, સમજે અને આચરણમાં ઉતારે તથા પ્રાણીમાત્ર પ્રત્યે સદ્ભાવ રાખે. પારસ્પરિકતાની આ અનુભૂતિમાં જ વિશ્વ ચેતનાનું ઈશ્વરીય સત્ય સમાયેલું છે. પરસ્પર સ્નેહ, સૌહાર્દ, સહયોગ અને આચાર-વિચારની શ્રેષ્ઠતા દ્વારા ભૌતિક મૂલ્યોની સાથે-સાથે આધ્યાત્મિક ગુણોનું પરિવર્ધન તથા વિકાસ થાય છે. માનવનું મૂલ્યાંકન આ જ દિવ્ય ગુણો તથા ઉત્કૃષ્ટ કર્મોના આધારે થાય છે. આ જ કારણોથી કેનેથ મોર્ગને સ્પષ્ટ કર્યું છે કે બાહ્ય રૂપથી રૂપ - આંકારની દૃષ્ટિએ ઈન્સાન અને ઈશ્વર અલગ હોવા છતાં પણ તત્ત્વરૂપે એક જ છે.

મનુષ્ય ઈશ્વરની સુંદર તેમજ અનમોલ રચના છે. તેને બનાવવામાં-કોતરવામાં ઈશ્વરે પોતાની કલાકારીગરીને ચરમ સીમા પર પહોંચાડી દીધી છે. શારીરિક અને બૌદ્ધિક ક્ષમતા ઉપરાંત એક ભાવનાક્ષેત્ર પણ ઈશ્વરીય કૃતિની વિશેષતા છે, જે માનવ અંતઃકરણમાં ઉત્કૃષ્ટતાના સારતત્ત્વરૂપે વિદ્યમાન છે. આની જ કૃપાથી તે ઈશ્વરની અનંત સીમાઓ અને સત્તાઓમાં વિચરણ કરે છે. એટલે મનુષ્ય નિસ્સંદેહ આ સુષ્ટિની સૌથી મોટી વિભૂતિ છે. વિધાતાની સર્વશ્રેષ્ઠ રચના છે. અવ્યવસ્થિત ધરતીને સુવ્યવસ્થિત રૂપ આપવાનું શ્રેય તેને મળ્યું છે. જ્ઞાન-વિજ્ઞાન, ભાષા, લિપિ, સ્વર આદિની જે વિશેષતાઓ અને મળી છે, તેનાથી નિસ્સંદેહ તેની મહત્તા જ પ્રતિપાદિત થાય છે.

મનુષ્યમાં વિકાસની અનંત સંભાવનાઓ સમાયેલી છે. તેનામાં વિકાસનાં સમસ્ત સ્તર, જડ, પ્રાણ, મન, સંવેદના ભાવના વગેરે અતિ ઉત્તમ રીતે સાંકળ્યાં છે. એટલું જ નહીં, તે પોતાનાં સચેતન પ્રયત્ન વડે એકાકાર - એકીભૂત થઈ શકે છે, પરંતુ આ દિવ્ય વિશેષતાને સાકાર કરી શકવાનું ત્યારે જ સંભવ છે, જ્યારે મનુષ્ય પોતે પોતાને ઈશ્વરનો રાજકુમાર માનીને તેને અનુરૂપ પોતાના ક્રિયાકલાપોનું નિર્ધારણ કરે. પોતાના માનવીય ગૌરવ-ગરિમાને અનુકૂળ કર્મ કરે. ઈશ્વરને સર્વવ્યાપી, ન્યાયકારી માનીને તેમના અનુશાસનને પોતાના જીવનમાં ઉતારે તથા પોતે પોતાને સમાજનું એક અભિન્ન અંગ માનતા રહી દરેકના હિતમાં પોતાનું હિત સમજવાનો સંકલ્પ કરે. આ સંકલ્પથી માનવ લક્ષ્યની પૂર્તિ સંભવ છે જેને આપણે સૌએ અપનાવવી જોઈએ અને પોતાની શ્રેષ્ઠતાનું પ્રતિપાદન કરવું જોઈએ. ○

દાદી મેરી અમેરિકાની એક અતિ પરિશ્રમી મહિલાનું નામ છે. તે ૧૮ વર્ષની ઉંમરે વિધવા થઈ ગઈ. ભણી-ગણી ન હોવા છતાં પણ તેણે ઉત્સાહથી ચિત્રકળા શીખવાનો નિર્ધાર કર્યો. સાધન ન હોવા છતાં પણ પ્રકૃતિનાં વૃક્ષ-છોડ જોઈને તે ચિત્ર બનાવવા લાગી. પહેલાં ચિત્રો તો થોડાક જ પૈસામાં વેચાયાં, પરંતુ તેણે ઉત્સાહને ઠંડો પડવા ન દીધો. સારાં ચિત્રો બનાવવા લાગી અને તેના પૈસા પણ વધવા લાગ્યા. ઉત્સાહ વધ્યો તો ચિત્રોનું સ્તર પણ વધવા લાગ્યું અને તે સંસારભરમાં પ્રસિદ્ધ થઈ ગયાં. ચિત્રોના વેચાણથી આવેલ ધનમાંથી તેણે મહિલા કલ્યાણનું એક ટ્રસ્ટ બનાવી દીધું. તે ૧૦૦ વર્ષ સુધી જીવતી રહી ત્યાં સુધી નિરંતર ચિત્રો બનાવતી રહી. લગભગ ૧૫૦૦ ચિત્રો તેણે બનાવ્યાં, જે લાખો રૂપિયામાં વેચાયાં. તેની જન્મશતાબ્દી પર અમેરિકાના ચાર હયાત રાષ્ટ્રપતિઓએ શુભકામના મોકલી. દાદી મેરીનાં ચિત્રો વિશ્વવિખ્યાત હતાં. સતત પરિશ્રમ દ્વારા પ્રાપ્ત ઉપલાબ્ધિનું આ એક અનોખું ઉદાહરણ છે.



જ્યોતિ અવતરણની શક્તિદાયી સાધના



પ્રારંભિક સ્તરની સાધના એ કહેવાય છે, જેમાં માની છબીની સાથે-સાથે પૂજા-ઉપકરણોની આવશ્યકતા હોય છે. ભાવનાઓના વિકાસ અને પોતાની શ્રદ્ધા - નિષ્ઠાને પ્રગાઠ બનાવવાની દૃષ્ટિએ તેનું પોતાનું વિશિષ્ટ મહત્ત્વ છે, પરંતુ સાધનાની સિદ્ધિ માટે ઉચ્ચસ્તરીય ધ્યાન-ધારણા જ કામમાં આવે છે. ઈષ્ટનું ચિત્ર અને પ્રતિમાની સાથે કરવામાં આવેલી ઉપાસના દ્વારા પૂર્વાભાસ, સુખદ સ્વપ્નોમાં ભવિષ્ય જ્ઞાન, માતાનાં દર્શન, અંતઃકરણ દ્વારા દિવ્ય ભાવનાઓની સ્ફુરણા આ સાધનાની સફળતાના સંકેત હોય છે, પરંતુ આત્મસાક્ષાત્કારની ભૂમિકા એ હોય છે, જેમાં સાલોક્ય, સારૂપ્ય તથા આયુજ્યની અનુભૂતિ થાય છે. આ સ્થિતિ ભગવતી ગાયત્રીના તેજ પુંજમાં પોતાની જાતને ઓગાળવા, મન-મેળ કરાવવાના અભ્યાસથી શરૂ થાય છે અને એ તેજ પુંજમાં સમાધિસ્થ થઈ જવાની પ્રગાઠ અવસ્થામાં તેની પરિણતિ. તે સ્તરનો સાધક પોતે પોતાને સવિતાના તેજપુંજની સ્થિતિમાં અનુભવતો વિરાટ આત્માની અનુભૂતિ કરે છે. આ દૃષ્ટિએ તેજપુંજ જ્યોતિ અવતરણની સાધનાનો અભ્યાસ જરૂરી બની જાય છે.

આને માટે ચિત્ર વગેરેની જરૂરિયાત નથી. રાત્રિ દરમિયાન જે ક્યારેક આંખ ખૂલી જાય તો પલંગમાં પડ્યાં-પડ્યાં પાણ કરી શકાય છે. બેસીને કરવું હોય તો દીવાલ, પલંગનો ટેકો લઈને કરી શકાય છે. આરામખુરશીનો પાણ ઉપયોગ થઈ શકે છે. શરીરને શિથિલ, મનને એકાગ્ર કરીને સુવિધાના સમયે આ સાધના કરવી જોઈએ. કેટલો સમય કરવી, તે પોતાની સુવિધા તથા પરિસ્થિતિ ઉપર નિર્ભર છે, પાણ જેટલો સમય કરવાનું નક્કી કરો તેને (સમયને) ત્રણ ભાગોમાં વહેંચી લો. એકતૃતીયાંશમાં સ્થૂળશરીર, એકતૃતીયાંશમાં સૂક્ષ્મશરીર અને એકતૃતીયાંશમાં કારણશરીરમાં જ્યોતિનું અવતરણ કરવું જોઈએ. અનુમાનથી અથવા તો ઘડિયાળની મદદથી આ સમય નિર્ધારિત કરવો જોઈએ.

સૂક્ષ્મ જગતમાં ઈશ્વરીય દિવ્ય પ્રકાશનાં પ્રેરાણાપૂર્ણ કિરણો નિરંતર વહેતાં રહે છે. તેનું શ્રદ્ધા, એકાગ્રતા અને ભાવનાપૂર્વક ધ્યાન કરીને આ લેખમાં વાર્ગવિલ વિધિ દ્વારા કોઈપણ સાધક ગ્રહણ કરી શકે છે, ગાયત્રી પરિવાર માટે આ સાધનામાં સંલગ્ન સાધકો માટે બે-બે કલાકના બે એવા

સમય પાણ નિયુક્ત કરવામાં આવ્યા છે, જેમાં કોઈ પાણ મહાન દિવ્ય શક્તિઓ દ્વારા પોતાનો શક્તિપ્રવાહ પાણ જેડવામાં આવે છે. તે સમયે ધ્યાન કરવામાં વિશેષ આનંદ આવે છે અને વિશેષ પ્રભાવ પડે છે. શ્રેષ્ઠતમ સમય રાત્રિના ૬ થી ૮ વાગ્યે અને સવારે ૩ થી ૫ વાગ્યાનો છે. શાંતિકુંજમાં આ સાધના હાલમાં ૧.૪૫ થી ૨ ના સમયગાળામાં કરાવવામાં આવે છે.

શરૂઆતમાં આ સમય એક વખતે અડધા કલાકથી વધારેનો હોવો ન જોઈએ ધીરે-ધીરે સમય વધારીને એક કલાક સુધીનો કરી શકાય છે. રાત્રિના પૂર્વાર્ધ અને ઉત્તરાર્ધમાં બંને સમય આ સાધના કરી શકાય છે. ત્યારે બંને વખતે કુલ મળીને એક કલાકથી માંડીને બે કલાક સુધીનો સમયગાળો હોઈ શકે છે. ૨૪ કલાકમાં બે કલાક આને માટે અધિકતમ સમય હોઈ શકે છે. વધુ તેજ ગ્રહણ કરવામાં મુશ્કેલી પડે છે, એટલા માટે પચાવી શકાય એટલું જ ગ્રહણ કરવું જોઈએ. ઓછેથી શરૂઆત કરી ધીરે ધીરે સમય વધારી શકાય છે. કોણ કયા સમયે આ સાધના કરે, કેટલો સમય કેવી રીતે બેસીને કરે, આ બધું જ નક્કી કરવાનું કામ સાધકનું છે. પોતાની પરિસ્થિતિને અનુરૂપ તેણે પોતાની વ્યવસ્થા પોતે જ કરવી જોઈએ, પરંતુ જે કમ અથવા સમય નક્કી કરવામાં આવે, એ જ કમમાં તે ચાલતું રહેવું જોઈએ. સમય અને સ્થિતિનો એક જ કમ રાખવો એ કોઈ પાણ સાધનાની સફળતા માટે ઉચિત તેમજ આવશ્યક છે.

જ્યોતિ અવતરણ સાધના આ રીતે કરવી જોઈએ -

૧. શરીરને બિલકુલ શિથિલ કરી દેવું જોઈએ. ભાવના કરો કે પોતાનું મન, શરીર અને આત્મા પૂર્ણ શાંત, નિશ્ચિત અને પ્રસન્ન સ્થિતિમાં છે. આ ભાવના પાંચ મિનિટ કરવાથી ચિત્તમાં ધ્યાનને ઉપયુક્ત શાંતિ ઉત્પન્ન થવા લાગે છે.

૨. ધ્યાન કરો ચારે બાજુ પ્રકાશ-પુંજ ફેલાયેલો છે. આગળ-પાછળ ઉપર-નીચે સર્વત્ર પ્રકાશ ફેલાયેલો છે. ભગવતી આદિશક્તિની આભા સૂર્યમંડળમાંથી નીકળીને સીધી તમારા સુધી આવી રહી છે અને તમે તે પ્રકાશના વર્તુળમાં ચારે બાજુથી ઘેરાઈ ગયા છો.

૩. આ પ્રકાશ કિરણો ધીરે-ધીરે તમારા શરીરમાં ત્વચાનાં છિદ્રોમાં પ્રવેશ કરતાં કરતાં પ્રત્યેક અવયવમાં પ્રવેશી

રહ્યાં છે. હૃદય, ફેફસાં, આમાશય, આંતરડાં, મસ્તિષ્ક, હાથ, પગ, આદિ અંગ તે પ્રકાશ પુંજને પોતાની અંદર ધારણ કરીને પરિપુષ્ટ થઈ રહ્યાં છે. અસંયમની વૃત્તિ સળગી રહી છે. પવિત્રતાની આ જ્યોતિ શરીરના કણકણને પવિત્ર બનાવવામાં સંલગ્ન છે.

સ્થૂળ શરીરમાં રક્ત-માંસ, અસ્થિ વગેરેથી બનેલા અવયવોનું પ્રકાશપુંજ બનવાનું અને તેમનું પરિપુષ્ટ, પવિત્ર, સ્ફૂર્તિવાન અને જ્યોર્તિમય સ્વરૂપનું ધ્યાન કરવા ઉપરાંત સૂક્ષ્મ શરીર પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવું જોઈએ. સૂક્ષ્મ શરીરનું સ્થાન મસ્તિષ્ક છે.

૪. ધ્યાન કરવું જોઈએ કે મસ્તિષ્કની અંદર માખણ જેવા વિખરાયેલા ગુણોમાં અગણિત પ્રકારની માનસિક શક્તિઓ અને વિચારણાઓનાં કેન્દ્રો છુપાયેલાં છે. ત્યાં સુધી આદિશક્તિ માતાના પ્રકાશની ધારાઓ વહી રહી છે અને તેના દ્વારા તે બધા જ કણ રત્નકણોની માફક જ્યોર્તિમય થઈને ઝગમગવા લાગ્યા છે.

૫. મનમાં છુપાયેલ અજ્ઞાનાંધકારનો અસંયમ, સ્વાર્થ, મોહ, ભય અને ભ્રમ-જંજળ આ પ્રકાશના પ્રવેશવાથી નાશ પામ્યા અને માનસિક સંસ્થાના કણ-કણ વિવેક, ઉચ્ચ વિચાર, સંતુલન તથા સુરુચિ જેવી વિભૂતિઓથી ઝગમગવા લાગ્યા. સવિતાના તેજરૂપ ગાયત્રી માતાની આ જ્યોર્તિ દ્વારા પોતાની મનોભૂમિને મહાપુરુષોના સ્તરની બનાવવામાં આવી રહી છે અને આપણે તે પ્રકાશને ખૂબ શ્રદ્ધાપૂર્વક અધિકાધિક માત્રામાં મસ્તિષ્કીય કણોમાં ગ્રહણ અને ધારણ કરી રહ્યા છીએ.

૬. ધ્યાન કરવું જોઈએ કે આકાશમાં અનંત પ્રકાશની આભા અવતરિત થઈને આપણા હૃદય સ્થાનમાં રહેલા આત્માના અંગુષ્ઠ માત્ર પ્રકાશપુંજમાં પ્રવેશ કરી રહ્યા છે. તેની સીમાબદ્ધતા, સંકીર્ણતા અને તુચ્છતા દૂર કરી તેને પોતાની સમાન બનાવી રહ્યા છે. લઘુ અને મહાનનું આ

મિલન પરસ્પર મહાન આદાન-પ્રદાનના રૂપમાં પરિણત થઈ રહ્યું છે.

૭. જીવાત્માનો લઘુ પ્રકાશ પરમાત્માના પરમ પ્રકાશને લપેટાઈ રહ્યો છે અને દીપક પર મરનારા પતંગિયાની માફક, યજ્ઞકુંડમાં પડતી આલુતિની માફક પોતાના અસ્તિત્વને હોમી રહ્યો છે. ચકોરની માફક તે પ્રકાશપુંજને ચંદ્રમા માનીને આલ્લાદિત થયો છે અને અનંત આનંદનો અનુભવ કરી રહ્યો છે.

૮. આ મિલનના ફળસ્વરૂપે અંતઃકરણમાં સદ્ભાવનાઓનાં મોજાં ઊછળી રહ્યાં છે, આકાંક્ષાઓ આદર્શ અને ઉત્કૃષ્ટતાથી પરિપૂર્ણ થઈ રહી છે. ઈશ્વરીય સંદેશો અને આદર્શો પર ચાલવાની નિષ્ઠા પરિપક્વ થઈ રહી છે. વિશ્વના કણ-કણમાં પરબ્રહ્મને ઓત-પ્રોત જોઈને 'વસુધૈવ કુટુંબકમ્'ની ભાવના પ્રબળ થઈ રહી છે અને સેવા-ધર્મ અપનાવીને ઈશ્વરભક્તિના મધુર રસાસ્વાદનનો ઉમંગ જાગી રહ્યો છે.

૯. અનંત પ્રકાશના આનંદમય સમુદ્રમાં સ્નાન કરતો રહી આત્મા પોતે પોતાને ધન્ય અને કૃતકૃત્ય થતો અનુભવી રહ્યો છે.

આ સંસારમાં જીવનને સફળ બનાવવાની સૌથી મોટી શક્તિ અધ્યાત્મ જ છે. તેના દ્વારા મનુષ્ય પોતાને ઓળખી શકે છે અને સમસ્ત પ્રાણીઓને એક જ મહાશક્તિનો અંશ સમજીને તેની સાથે પોતાપણાનો અનુભવ કરી શકે છે. આ પ્રકારની ભાવના આપણી શક્તિને અનેકગણી વધારી શકે છે. જ્યોર્તિઅવતરણની સાધનાથી મનુષ્ય આ સર્વવ્યાપી આત્મતત્ત્વની વાસ્તવિકતાને ઘણી ખરી સમજી શકે છે. આ અનુભૂતિ જેટલી પ્રગાઢ હશે, એટલી જ આત્માનુભૂતિ, આત્મસાક્ષાત્કાર અને પોતાની પરમાત્મામય હોવાની ભાવના સંધન થતી જશે. ○

નગરવધૂ અંબપાલી પોતાની સુંદરતા માટે એ ક્ષેત્રમાં પ્રખ્યાત હતી. તેના એક સ્મિત માટે સંપન્ન લોકો બધું જ જ્યોછાવર કરતા હતા. એક દિવસ તે ભગવાન બુદ્ધનાં દર્શન કરવા જેતવન ગઈ. ત્યાં તેમનું તપ-તેજ જોઈને એટલી બધી પ્રભાવિત થઈ કે કેશ મુંડાવીને ભિક્ષુણી બની ગઈ. આ પરિવર્તિત જીવન દ્વારા તેણે દૂર-દૂર સુધી ધર્મપ્રચાર કરીને અસંખ્યોનું કલ્યાણ કર્યું. ઈતિહાસ જણાવે છે કે નારી પોતાનાં ઉજ્જવળ પ્રખર રૂપમાં નર કરતાંય વધારે અનુદાન પ્રસ્તુત કરતી રહી છે. ભૌતિક તેમજ આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રોમાં તેણે વરીયતા પ્રાપ્ત કરી એ પ્રમાણિત કરી દીધું છે કે અવસર મળ્યે તે શું નથી કરી શકતી !

સૃષ્ટિ અને જીવનનો સાર

સૂર્યદેવ સંપૂર્ણ વિશ્વને પોતાનાં પ્રાણ-અનુદાન વહેંચવા માટે આવી ચૂક્યા હતા. સમગ્ર પ્રકૃતિ તેમના આજ્ઞા આ પ્રથમ સ્પર્શથી પુલકિત હતી. પ્રાતઃસમયની આ ક્ષણ ઘણી જ સોહામણી હતી. મહર્ષિ પિપ્પલાદ પોતાની કુટિરમાં આત્મચિંતનમાં લીન હતા, ત્યારે જ ભાર્ગવ વૈદર્ભીએ તેમને શ્રદ્ધાભાવ સાથે પ્રાણામ કર્યા અને એક બાજુ ઊભા રહી ગયા. મહર્ષિએ તેમને પોતાની પાસે બોલાવી બેસવાનો સંકેત કરતાં કહ્યું - આયુષ્માન ! તમારી માનસિક પરેશાનીઓનું શમન થઈ ગયું કે નહીં ? તમારે બીજું શું જાણવાનું બાકી છે ? તમારા મનમાં જે જે સંશય-શંકાઓ હોય, તે તમે મને પૂછી શકો છો.

ભાર્ગવ વૈદર્ભી પળભર મૌન રહીને વિનમ્ર સ્વરમાં બોલ્યા, ભગવાન ! આપના સાંનિધ્યમાં આવીને કોઈક જ અભાગી હશે, જે માનસિક પરેશાનીઓથી ઘેરાયેલો રહે, પરંતુ માટું મન હજુ પાણ પ્રશ્નો અને તર્કોથી સંપૂર્ણપણે મુક્ત થઈ શક્યું નથી. હું એટલા માટે જ તમારી પાસેથી એ જાણવા ઈચ્છું છું કે કેટલા દેવ આ સૃષ્ટિને પ્રકાશિત કરે છે, એનું જ્ઞાન કરાવે છે અને ક્યા દેવ તે સૌમાં મુખ્ય અને શ્રેષ્ઠ છે ? હૈ દેવ ! આપ કૃપા કરી મને આ પ્રશ્નોના જવાબ આપો.

મહર્ષિ પિપ્પલાદ ભાર્ગવના આ પ્રશ્નો સાંભળીને થોડા ચિંતનલીન થયા અને તેમના અધરો પર મંદ સ્મિત ફરક્યું, જેની આભા તેમના સંપૂર્ણ મુખમંડળ ઉપર છવાઈ ગઈ. તેઓ બોલ્યા, વત્સ ! આકાશ, વાયુ, અગ્નિ, જળ, પૃથ્વી, વાક, ચક્ષુ, કાન આ બધા જ દેવતા છે. ઈન્દ્રિયો દ્વારા આ બધા જ મળીને દેવોની શક્તિને પ્રકાશિત કરે છે અને પ્રાણીના શરીરને ધારણ કરે છે.

આ બધામાં શ્રેષ્ઠ કોણ છે, એ વિષયમાં હું તને એક કથા સંભળાવું છું. એક સમયની વાત છે, બધી જ ઈન્દ્રિયો અરસપરસ સંઘર્ષ કરવા તૈયાર થઈ ગઈ. દરેક પોતે પોતાને શ્રેષ્ઠતમ સિદ્ધ કરવા ઈચ્છતી હતી. તે સૌમાં વરિષ્ઠ પ્રાણ દ્વારા સૌને ખૂબ સમજાવવાનો પ્રયત્ન થયો કે આખરે તમે લોકો ઝગડો છો શું કામ ? પરંતુ ઈન્દ્રિયો ચૂપ રહેવા તૈયાર

જ ન હતી. પ્રાણ ઊંડી ચિંતામાં પડી ગયો. કે જડ જગતના પાંચેય મહાભૂત અને ચેતન જગતની પાંચેય ઈન્દ્રિયો અરસપરસ તકરાર કરી રહી છે. પ્રાણે ફરીથી તેમને સમજાવવાનો પ્રયત્ન કર્યો કે શા માટે તમે સૌ નકામી મૂર્ખતાપૂર્ણ અભિમાનના ચક્કરમાં પડ્યાં છો. હું જ મને પોતાને પાંચ પ્રાણોમાં વહેંચીને જડ-ચેતન રૂપી આ છપ્પરને ધારણ કરી રહ્યો છું.

પ્રાણની આ વાતો સાંભળીને ઈન્દ્રિયોની સાથે પંચ મહાભૂત પાણ એકદમ રોષે ભરાઈ ગયા. તેમણે કોઈપણ રીતે તેની આ વાતને માનવાનો ઈન્કાર કરી દીધો. ત્યારે તેમને પ્રાણે કહ્યું - ચલો તમે કહો છો એ જ સાચું, તમેજ તમારી શ્રેષ્ઠતા પ્રમાણિત કરો. નેત્રોને ઘણો જ ગર્વ હતો કે તેઓ જોઈ શકે છે. તેમણે બીજાને કહ્યું, તમે સૌ અમારી પર નિર્ભર રહીને જ તમારું કાર્ય કરી શકો છો. જો અમે ક્ષણ ભરનો પાણ વિરામ લઈએ, તો તમે સૌ આપોઆપ નિરર્થક થઈ જશો.

વાણી પોતાનું આ પ્રકારનું અપમાન સહન કરી ન શકી. તાત્કાલિક તેણે વ્યંગબાણ છોડ્યું, સૌને ધમકાવીને ગુસ્સે થતાં કહ્યું, મારા વગર ક્ષણભર તો તમે તમારું કામ ચલાવી શકતા નથી, જ્યારે હું તો અન્ય ઈન્દ્રિયો વગર પાણ શરીર ધારણ કરવામાં સક્ષમ છું. તેની આ મોટી મોટી વાતો કાનોથી સહન ન થઈ.

તેણે વાણીને ટોકતાં કહ્યું, તું ગમે તેટલા ક્રોધમાં બૂમબરાડા પાડતી રહે, પરંતુ અમારું અસ્તિત્વ નહીં હોય ત્યાં સુધી તારી બધી જ ચેષ્ટાઓ વિક્ષણ થઈ જશે. અમારા વંગર તમારા બધાનું અસ્તિત્વ વ્યર્થ જ છે.

એક ખૂણામાં ઊભેલું મન મૌન ભાવથી સૌની વાતોને સાંભળતું પોતાના સંકલ્પ-વિકલ્પની પંક્તિઓમાં વિચારણ કરી રહ્યું હતું અને સાથેસાથે ઈન્દ્રિયોની મૂર્ખતાપૂર્ણ વાતોનો ઉપહાસ કરી રહ્યું હતું, પરંતુ આ બધા હદ બહાર નીકળી જવાથી હવે તેનું મૌન રહેવું અસંભવ થઈ ગયું. પોતાના સ્વભાવાનુસાર તે ગંભીર સ્વરમાં કહેવા લાગ્યું, અરે ઈન્દ્રિયો ! હું તમારું વાહન છું જેની પાસેથી જેવું ઈચ્છું તેવું કામ

કરાવી શકું છું. મારા નિયંત્રણની બહાર જવાથી તમારી બધી જ મહત્તા જ્યાંની ત્યાં જ રહી જશે.

આંખો અને કાનોને તો મનની આ વાત કંઈક સમજ્યાં આવી અને તે શાંત પણ થયાં, પરંતુ વાણી થોડી આટલી આસાનીથી ચૂપ થવાની હતી, તેણે મનને લલકાર્યું અને કહેવા લાગી, મન ! તારી પોતાની વળી એવી કઈ સત્તા છે ? તું તો વળી અમારા બધા ઉપર આશ્રિત છે. જો અમે સૌ મળીને તારો સહયોગ ન કરીએ, તો તું કઈ રીતે તારું કામ કરી શકીશ ? હવે તો મન પણ ચંચળ થઈ ઊઠ્યું. અવિવેકી મને પણ માની લીધું અને વાણીએ પોતાની ધાક જમાવી લીધી પછી તો બાકી રહે, વાણીએ પાછા અન્ય ઈન્દ્રિયોને ધમકાવવાનું શરૂ કર્યું. તેઓ પણ કેટલું સાંભળે ? હવે તો ઝગડો વધતો જ ગયો. પ્રાણ સૌની મૂર્ખતા પર હસી રહ્યા હતા. પરંતુ તે ચૂપ રહ્યા.

તે સૌ લડતી-લડતી પ્રજાપતિની પાસે જઈ પહોંચી, પ્રજાપતિએ તેમનો આખો ઝગડો સાંભળ્યો અને તેમણે સૌને શાંત કરતાં કહ્યું - હે ઈન્દ્રિયવૃંદ ! તમારા સૌની વાતો સાંભળીને અમે એ નિષ્કર્ષ ઉપર પહોંચ્યા છીએ કે તમારા સૌમાંથી જેના ન રહેવાથી શરીર વ્યર્થ થઈ જાય, એ જ શ્રેષ્ઠ છે. પછી શું બાકી રહે ? વાણી સૌ પ્રથમ પોતાની શ્રેષ્ઠતાની ધાક જમાવવા માટે દરેક સામે વિદ્રોહ કરતી એક વર્ષ માટે ચાલી ગઈ અને જતાં જતાં કહેતી ગઈ - હવે તમને સૌને ખબર પડશે, મારા મહિમાની. મારા ન રહેવાથી તમારા સૌની જે દુર્દશા થશે, તેનાં પરિણામ આપોઆપ સામે આવી જશે. તેને ભ્રમ હતો કે વાણીથી રહિત થવાથી લોકો ન તો બોલી શકશે અને ન કશું કામ કરી શકશે.

એક વર્ષ વિતાવીને વાણી જ્યારે પાછી ફરી, તો પોતાના મહિમા પર મનોમન ધણી જ ખુશ થઈ રહી હતી. તે વિચારતી હતી કે બધી જ ઈન્દ્રિયો તેની ગેરહાજરીમાં વિલ્વળ થઈ ઊઠી હશે અને તેના પહોંચતાં જ પ્રસન્ન થઈ જશે. આવી રીતે સૌની ઉપર આપોઆપ તેનો રોક ચાલી જશે, પરંતુ અહીં તો ઊંધું થયું. એના પહોંચતાં જ બધી ઈન્દ્રિયોએ તેના પર વ્યંગ કર્યો, અરે, તું એક વર્ષ તો શું દસ વર્ષ સુધી ન આવે તો પણ આ શરીરનું કોઈ અનિષ્ટ કરી શકે તેમ નથી. અમે તો જ્યાં હતા ત્યાં જ છીએ. વાણીનો ગર્વ સમાપ્ત થઈ ગયો, તે લજ્જિત થઈ ગઈ. તેનું બોલકાપણું ફીકા હાસ્યમાં વિલીન થઈ રહી ગયું. કાનો અને આંખોની

ગતિ પણ એવી જ થઈ. મને પણ વિદ્રોહ કર્યો, પરંતુ વિદ્રોહના એક વર્ષની અવધિમાં ભટકતા રહી તેને એવું લાગ્યું, જાણે તે પોતે જ પોતાને હેરાન કરી રહ્યો છે.

પ્રાણને માટે હવે ઈન્દ્રિયોનો આ અતિ ભૌતિકવાદ અસહ્ય થઈ ગયો હતો. હવે તેણે જડ-ચેતન દ્વારા ઉત્ક્રમણ કરવાનું શરૂ કરી દીધું. પ્રાણે વિદ્રોહ કરવા માત્રથી પાંચેય ઈન્દ્રિયો પોતાની જડથી હલી ગઈ. તેઓ તેની સાથે જ શક્તિહીન થઈ ગઈ અને સ્વયં પણ નીકળવા લાગી. જ્યારે પ્રાણ ફરીથી સ્થિર થયો, ત્યારે તે પુનઃ સ્થિર થઈ શકી. આ બધું જ કંઈક એવી રીતે થયું, જેમ રાણી મધમાખીના ઊડી જવાથી બધી જ મધમાખીઓ ઊડી જાય છે અને તેના બેંસવાથી બધી જ બેસી જાય છે. પ્રાણના વિચલિત થતાં જ અન્ય ઈન્દ્રિયોનું અસ્થિર થવું સ્વાભાવિક હતું. હવે તેમનો એ ભ્રમ તૂટી ગયો અને તેમને વિશ્વાસ થઈ ગયો કે આપણાં સૌનું અસ્તિત્વ પ્રાણ પર જ નિર્ભર છે. દરેક જાણે પ્રાણને વ્યાકુળભાવે યાચના કરી કે તે એ સૌને છોડીને ક્યાંય ન જાય, કેમકે તેનો એક પળનો વિયોગ જ શરીરને વ્યર્થ તથા નષ્ટ કરી નાંખશે. જડ જગતની બધી જ ઈન્દ્રિયો મળીને પ્રાણની પ્રીતિપૂર્વક સ્તુતિ કરવા લાગી.

મહર્ષિ પિષ્પલાદ પોતાની અંતર્યેતનાની ગહનતામાં નિમગ્ન થઈને આ આખું વિવરણ આપી રહ્યા હતા. કાલગતિ જાણે સ્થિર થઈ ગઈ હતી. આસપાસના વાતાવરણમાં ઘેરી નિઃસ્તબ્ધતા હતી. પ્રાણનો મહિમા સ્પષ્ટ કરતાં પિષ્પલાદ બોલ્યા-સંપૂર્ણ જાતિગત ભેદ - વિભેદ અને આયોજનોનો મૂળ આધાર જીવન જ છે. જેવી રીતે રથનાં પૈડાની નાભિ સાથે આરા લાગેલા હોય છે, તેવી જ રીતે બધું જીવન સાથે જોડાયેલું છે અને આ પ્રાણ જ જીવન છે. એ જ જીવનરૂપી પૈડાની નાભિ છે. યજ્ઞ આદિની સાથે દરેક સંસ્કારોના કર્મકાંડ, ભૌતિક શક્તિ બધું જ આ પ્રાણમાં અવસ્થિત છે.

આ પ્રાણ જ દેવોનો અગ્નિ છે, પિતૃઓની સ્વધા છે. ઋષિઓમાં ચરિત છે, અથર્વાગિરસનું સત્ય છે. આ જ પ્રાણ તેજસ્વી ઈન્દ્ર છે. રક્ષાકર્મના કારણે આ જ રુદ્ર છે, અંતરિક્ષમાં પ્રવાહિત વાયુ પણ આ જ છે. આ જ વરસાદ બની જળવર્ષા કરે છે. આ જ વનસ્પતિ અને અન્નનું રૂપ ધારણ કરે છે. આના જ આધારે જીવન ટક્યું છે. આ પ્રાણના વશમાં જ બધું છે. ઈન્દ્રિયો પણ પ્રાણના આ મહિમાથી અભિભૂત હતી. તેઓએ પ્રાણને નમન કરતાં નિવેદન કર્યું -

હે પ્રાણ ! હવે તમે ઉત્ક્રમણ ન કરો, તમારું જે રૂપ અમારા મનમાં ફેલાઈ ગયું છે, તેને અમારે માટે કલ્યાણકારી કરો. અમારામાં અમારી પ્રાણશક્તિનો ભરપૂર સંચાર થાશે. હૈ પ્રાણ ! આપ અમારી એવી રીતે રક્ષા કરો, જેવી રીતે માતા પુત્રોની રક્ષા કરે છે. હવે આપ જ અમારે માટે શ્રી અને પ્રજ્ઞાનું વિધાન કરો. જેથી અમે ભૌતિક ઐશ્વર્ય અને આધ્યાત્મિક સૌંદર્યથી સુશોભિત થઈ શકીએ.

મહર્ષિ પિપ્પલાદનાં આ વચનો સાંભળીને ભાર્ગવ વૈદર્ભી વિસ્મયમુગ્ધ હતા. હવે તે પ્રાણના મહિમાને જાણી ચૂક્યા હતા, પરંતુ હવે તેમનામાં પ્રાણવિદ્યાને જાણવાની જિજ્ઞાસા તીવ્ર થઈ ઊઠી. તેઓ પ્રાણવિદ્યાના એ વિજ્ઞાન તથા વિધાનને જાણવા ઈચ્છતા હતા, જેનાં આચરણ, અનુકરણ તથા પ્રયોગ દ્વારા પ્રાણોને નિયંત્રિત તેમજ સંયમિત કરી શકાય. જેના દ્વારા એ ભૌતિક ઊર્જાનો પ્રખર પ્રાણ ભંડાર પોતાનામાં એકઠો કરી શકાય. મહર્ષિથી તેની આ આંતરક્રિયા ઊથલ-પાથલ છૂપી રહી ન શકી. તેમણે કુરુગાર્દ્ર દષ્ટિથી કહ્યું - પૂછો વત્સ ! તમે શું પૂછવા ઈચ્છો છો ?

હે પ્રભુ ! હું આ પ્રાણવિદ્યાનું વિજ્ઞાન-વિધાન જાણવા ઈચ્છું છું. ભાર્ગવ વૈદર્ભીના આ શબ્દોમાં તેની ઉત્કટ જિજ્ઞાસાની સ્પષ્ટ ગૂંજ હતી.

મહર્ષિના મનમાં આજે અદ્ભુત શિષ્ય વત્સલતા હતી. એક ક્ષણનો વિલંબ કર્યા વગર તેઓ કહેવા લાગ્યા - 'ગાયત્રી વિદ્યામાં જ પ્રાણવિદ્યાનું સમસ્ત વિજ્ઞાન-વિધાન સમાયેલું છે.' મહર્ષિ આત્મનિમગ્ન થઈને બોલી રહ્યા હતા. સૂર્ય જ સમસ્ત સૃષ્ટિના પ્રાણોના આદિ સ્રોત છે. વત્સ ! દરેક જીવધારી, વૃક્ષ - વનસ્પતિ આના દ્વારા જ પ્રાણીનું અનુદાન પામે છે. આની જ પ્રચંડ ઊર્જા પ્રખર અનુદાન પામે છે. આની જ પ્રચંડ ઊર્જા પ્રખર પ્રાણચેતના બનીને સંપૂર્ણ બ્રહ્માંડમાં સંવ્યાપ્ત રહે છે અને ગાયત્રી મહામંત્રના ઉપાસ્ય (ઉપાસના કરવા યોગ્ય) જ સવિતા દેવ છે.

હે ભગવાન ! બોલનાં ભાર્ગવ વૈદર્ભીએ કશુંક બીજું પૂછવા ઈચ્છ્યું, પરંતુ મહર્ષિ તો આજે જાણે સ્વયંના ઊંડાણમાં પૂર્ણતઃ વિલીન થઈ ચૂક્યા હતા. તેઓ બાહ્ય સ્પંદનોથી અજાણ બોલી રહ્યા હતા. ॐ ભૂર્ભુવઃ સ્વઃ તત્સવિતુર્વરેણ્યં ભર્ગો દેવસ્ય ધીમહિ ધિયો યો નઃ પ્રચોદયાત્ ॥ આ ચોવીસ અક્ષરો ધરાવતો મંત્ર સવિતા દેવતાનું શબ્દ રૂપ

છે. સવિતાની સાથે સમગ્ર સૃષ્ટિનાં રહસ્ય આની અંદર સમાયેલાં છે. વાણીથી આનો જપ, મનથી આનો અર્થ - અનુસંધાન અને હૃદયથી સવિતા દેવપ્રત્યે પૂર્ણતઃ સમર્પિત થઈને તેમનું ધ્યાન, જીવન અને સૃષ્ટિનાં સમસ્ત રહસ્યોને સ્વયમેવ ઉદ્ઘાટિત કરી નાંખે છે. આ મહામંત્રના ઉચ્ચારણની સાથે સવિતાદેવના ધ્યાનનો યોગ થતાં જ સૃષ્ટિમાં સંવ્યાપ્ત વૈશ્વ પ્રાણચેતના જીવન સાથે એકાકાર થઈ જાય છે અને અનંત અનુભૂતિઓ અને અસીમિત ઉપલબ્ધિઓનો ભંડાર આપોઆપ જ માનવ ચેતનામાં સમાતો જાય છે.

મહર્ષિ પિપ્પલાદનાં આ વચનો સાંભળીને ભાર્ગવ વૈદર્ભીનું અંતર્મન પ્રાણવિદ્યાના શુભ પ્રકાશથી આલોકિત થઈ ઊઠ્યું. તેમણે ગુરુચરણોમાં પ્રણામ કર્યા અને નિવેદન કર્યું, હે પ્રભુ ! હવે મને સાંસારિક અને આધ્યાત્મિક બંને વિષયોના સંદર્ભમાં કોઈ જ સંદેહ રહ્યો નથી. હું કૃતાર્થ અને કૃતકૃત્ય થઈ

* ચિંતા પોતાના વિષયોમાં વિચારે છે અને ઉદ્વિગ્ન કરે છે. ઈર્ષ્યા અન્યના સંબંધોમાં વિચારે છે અને પડોશીના ચૂલાની આગ લાવી પોતાનું ઇાપરું સળગાવે છે.
* સ્થૂળ ઉન્નતિ તો જડતા માત્ર છે, વાસ્તવિક ઉન્નતિ તો મન અને આત્માની ઉચ્ચતા જ છે.

ગયો છું - દેવ ! હવે મેં જાણી લીધું છે કે ગાયત્રી મહામંત્ર જ સૃષ્ટિ અને જીવનનો સાર છે. આની ઉપાસનાથી ભૌતિકતા અને આધ્યાત્મિકતા બંને સુલભ છે. ગાયત્રી મહામંત્રનો જપ તથા સવિતા દેવનું ધ્યાન જ પ્રાણને સુપુષ્ટ, મનને સતેજ, ઈન્દ્રિયોને સચેતન, હૃદયને પવિત્ર અને જીવનને બળવાન બનાવે છે. ભાર્ગવ વૈદર્ભીના આ સ્વરોમાં તેમના આત્મબોધની ઝલક હતી.

મહર્ષિ પિપ્પલાદ વિશ્વના સ્વામી સવિતાદેવની પ્રાણચેતનાની પ્રચંડ ધારામાં લીન હોયું પણ ધ્યાનાવસ્થામાં હતા. વિસ્મયવિમુગ્ધ વૈદર્ભી તેમની ચરણરજ લઈને પોતાની કુટિરમાં આવી ગયા. તેમણે પોતાના સાથી અંતેવાસીઓને ગુરુમુખ દ્વારા જ્ઞાત પ્રાણમહિમા અને ગાયત્રી વિદ્યાનું રહસ્ય જાણાવ્યું. આ બધું જાણ્યા પછી તેમના અન્ય તમામ સાથીઓના મનમાં પણ સવિતા દેવ પ્રત્યે ભક્તિ જાગી ઊઠી. તે બધા પણ ગાયત્રી મહામંત્રની સાધનામાં લીન થવા લાગ્યા. ○

રોગ દૂર કરે વિવિધ પ્રાણાયામ

પ્રાણાયામ એક રીતે પ્રાણના આયામમાં જઈને કરવામાં આવેલો વ્યાયામ છે. આનાથી સમસ્ત અંગ-અવયવોને શક્તિ મળે છે. તે સ્વસ્થ - સબળ બને છે. એટલા માટે યોગશાસ્ત્રોમાં સ્વાસ્થ્ય સંવર્ધન માટે પ્રાણાયામને એક અતિ ઉત્તમ ઉપાય ગણવામાં આવ્યો છે. આમાં સ્થૂળથી માંડીને સૂક્ષ્મ શરીર સુધ્યાંને પ્રભાવિત કરવાનું સામર્થ્ય છે, એટલા માટે આને આધ્યાત્મિક ઉપચારોમાં સર્વોપરિ માનવામાં આવે છે.

પ્રાણાયામના અનેક પ્રકાર છે. દરેકની પોતપોતાની ક્ષમતા અને વિશિષ્ટતા છે. દરેકમાં રોગ નિવારણના અદ્વિતીય ગુણ છે. જે વ્યક્તિ આને પોતની દિનચર્યામાં સામેલ કરી લે તો તે આજીવન સ્વસ્થ રહી શકે છે. મનુષ્ય જે નીરોગી નહીં રહે તો તે પોતાના દૈનિક ક્રિયાક્રમ સંપન્ન કઈ રીતે કરી શકશે? આવી સ્થિતિમાં તો આત્મિક પ્રગતિ તેને માટે દિવાસ્વપ્ન બની જશે, જ્યારે પ્રાણાયામનો એક ઉદ્દેશ્ય આત્મોન્નતિ પણ છે. તે શરીર - સ્વસ્થતા પ્રદાન કરવાની સાથેસાથે વ્યક્તિને આત્મોત્કર્ષ તરફ પણ લઈ જાય છે. એટલા માટે પ્રાણાયામ જીવનનો અભિન્ન હિસ્સો હોવો જોઈએ.

પ્રાણાયામનાં ત્રણ અંગ છે - સ્વાસ લેવો, રોકવો અને છોડવો. આ ત્રણ ક્રિયાઓનો યોગ જ પૂર્ણ પ્રાણાયામ છે, બધા પ્રાણાયામ ઓછાવત્તા ફેરફાર સાથે આનો જ સંયોગ છે.

પ્રાણાયામના અભ્યાસથી સૌ પ્રથમ લાભ ફેફસાંમાં મળે છે. તે લચીલાં અને મજબૂત બને છે. શરીરમાં ગરમી ઉત્પન્ન થાય છે, જે સ્વાસ્થ્ય ઉપર સારો પ્રભાવ પાડે છે. વધુ પ્રમાણમાં ઓક્સિજનની મળે છે. જેટલો વધારે ઓક્સિજન શરીરમાં પહોંચશે, એટલો જ વધારે કાર્બન ડાયોક્સાઇડ શરીરમાંથી બહાર નીકળશે.

શારીરિક વ્યાયામના કારણે શરીરમાં રાસાયણિક પરિવર્તન થાય છે અને તત્ત્વોનું વિભાજન થાય છે, ફળસ્વરૂપ શક્તિનો ક્ષય થાય છે. આ ક્ષયની પૂર્તિ પ્રાણાયામ દ્વારા કાયામાં અધિક ઓક્સિજન પહોંચાડીને કરવામાં આવે છે. મસ્તિષ્કનાં કાર્યોને સુવ્યવસ્થિત કરવામાં આનો મહત્વપૂર્ણ

ક્ષણો છે. એ સંપૂર્ણ મસ્તિષ્કનાં પ્રસુપ્ત કેન્દ્રોને જાગૃત કરે છે અને તેને શક્તિ પ્રદાન કરે છે. આના નિયમિત અભ્યાસથી પિટ્યૂટરી અને પીનિયલ ગ્રંથિઓનો ભૌતિક અને આધ્યાત્મિક બંને સ્તરો પર વિકાસ થાય છે.

આનાથી કાન, આંખ, નાક, જિહ્વા અને ગળાના રોગો પણ દૂર થાય છે. ટોન્સીલ્સ, બહેરાશ, અસ્પષ્ટ અવાજ જેવી ફરિયાદ પણ પ્રાણાયામથી દૂર થઈ જાય છે. આસનની જેમ પ્રાણાયામમાં પણ રોગોને રોકવાનો અને તેનો ઉપચાર કરવાનો બંને પ્રકારના ગુણ રહેલા છે. એ શરીરમાં જીવનશક્તિ ઉત્પન્ન કરે છે, જેનાથી બીમારીઓ થતી નથી. જે કોઈ બીમારી લાગુ પડી જાય તો વિભિન્ન પ્રાણાયામો દ્વારા તેનો ઉપચાર કરવો સંભવ છે.

એ યદુત અને ક્રીડનીના ક્રિયાકલાપોને પણ સુવ્યવસ્થિત કરે છે, પરિણામે રક્ત પરિવહન સુચારુ રૂપે થવા લાગે છે અને ઓક્સિડેશનની ક્રિયા તેજ થઈ જાય છે. આ સિવાય એ ભૂખ વધારવાનું અને આંતરડાંને વ્યવસ્થિત કરવાનું કાર્ય પણ કરે છે. આનાથી નાડી સંસ્થાન પણ અપ્રભાવિત રહેતું નથી. એ સ્નાયુ સંસ્થાનને સુવ્યવસ્થિત અને મજબૂત બનાવે છે.

આ તો પ્રાણાયામના કેટલાક સાદા પ્રભાવ થયા. આના વિશેષ પ્રભાવો માટે વિશેષ પ્રકારના પ્રાણાયામ આપવામાં આવી રહ્યા છે, જેને અપનાવીને કોઈ પણ વ્યક્તિ લાભાન્વિત થઈ શકે છે અને સ્વસ્થતા મેળવી શકે છે.

સર્વપ્રથમ પ્રાણાયામ કઈ રીતે કરવામાં આવે, એ જાણાવવું જરૂરી છે. અહીં તેનો ઉલ્લેખ કરવામાં આવી રહ્યો છે. પચાસન, સિદ્ધાસન અને સુખાસનમાં બેસી જવ. કેટલીક ક્ષણો સુધી શાંતિમાં બેસીને પોતાને પ્રાણાયામ માટે તૈયાર કરો. હવે જમાણા હાથના અંગૂઠાથી જમાણા નાસિકા છિદ્રને બંધ કરો અને ડાબેથી ધીરે ધીરે સ્વાસ ખેંચો. સ્વાસ પ્રવાહપૂર્ણ હોય, તેમાં કોઈ પણ પ્રકારનાં ઝટકા ન હોય. ત્યાં સુધી ફેફસાં વાયુથી પૂર્ણપણે ભરાઈ ન જાય ત્યાં સુધી સ્વાસ લો. હવે ડાબા નાસિકા છિદ્રને મધ્યમા અને અનાસિકા વડે બંધ કરો અને જમાણા નાસિકા છિદ્રને ખોલીને સ્વાસ

છોડો. જ્યારે સંપૂર્ણ વાયુ બહાર નીકળી જાય, ત્યારે તેનાથી જ એટલે કે જમણા નાસિકા છિદ્રથી પૂરક કરો. પછીથી તેને બંધ કરી ડાબેથી શ્વાસ છોડો. આ એક આવૃત્તિ થઈ. આને જ ૧૫-૨૦ વખત વારંવાર કરો. આ સાધારણ પ્રાણાયામ થયો. આના લીધે ફેફસાં મજબૂત થાય છે અને નાસિકા સંબંધી રોગ દૂર.

આ સાધારણ પ્રાણાયામનો સારી રીતે અભ્યાસ થઈ ગયા પછી વિશેષ પ્રાણાયામોનો વારો આવે છે. આમાં સૌ પ્રથમ છે (૧) સમવેત પ્રાણાયામ : સાધારણ પ્રાણાયામ કર્યા પછી આનો અભ્યાસ કરવો જોઈએ. આની સંપૂર્ણ વિધિ સાધારણ પ્રાણાયામ જેવી જ છે, ફક્ત આમાં પૂરક બંને નાસિકા છિદ્રો દ્વારા ધીરે-ધીરે કોઈ આંચકા અથવા વ્યવધાન વગર પ્રવાહપૂર્ણ રીતે કરવામાં આવે છે. વધુમાં વધુ વાયુ ફેફસામાં ભરી લીધા પછી ૧ - ૩ સેકન્ડ સુધી શ્વાસ રોકવાનો હોય છે, તદુપરાંત બંને નાસિકા છિદ્રો દ્વારા વગર આંચકે ધીરે ધીરે શ્વાસ છોડવાનો છે. ફરી પહેલાંની જેમજ પ્રવાહપૂર્ણ પૂરક અને ત્યારબાદ લયપૂર્ણ રેચક નાકનાં બંને છિદ્રો દ્વારા વારાફરતી કરવામાં આવે છે. આ ૧૦-૧૫ વખત કરી શકાય છે.

આ પ્રાણાયામમાં થોડું પરિવર્તન કરી દેવામાં આવે અને તેમાંથી અંતઃકુંભકને દૂર કરી દેવામાં આવે તો જે સ્થિતિ બનશે તેમાં શ્વાસને રોક્યા વગર લગાતાર લેવાનો અને છોડવાનો હોય છે, પરંતુ શ્વાસ લાંબો, ઊંડો, ધીરે-ધીરે અને પ્રવાહપૂર્ણ હોવો જોઈએ. આ એક અદ્ભુત પ્રાણાયામ છે અને તેટલું જ વિલક્ષણ તેનું પરિણામ છે. અનિદ્રાના કોનિક રોગીઓ માટે આ એક રામબાણ ઔષધિ સમાન છે. આનાથી જૂનામાં જૂનો અનિદ્રાનો રોગ દૂર થઈ જાય છે અને વ્યક્તિને ગાઢ ઊંઘ આવવા લાગે છે. શરૂઆત ૨ મિનિટથી કરીને ધીરે ધીરે આને ૨૦ મિનિટ સુધી વધારી શકાય છે.

લગભગ ૧૫ દિવસમાં આનું પરિણામ આવવાનું શરૂ થઈ જાય છે. જેમને ઊંઘની જરા સરખી પણ ફરિયાદ છે, તે પણ આનાથી લાભ ઉઠાવી શકે છે.

(૨) જામરી પ્રાણાયામ : આનો અભ્યાસ રાત્રિના એકાંતમાં જરાક મોડેથી અથવા પ્રાતઃ પ્રથમ પ્રહરે કરવો જોઈએ. મનને શાંત કરી આસન ઉપર બેસો. બંને આંગળીથી બંને કાનને બંધ કરી દો. ત્યારબાદ ધીરે ધીરે પૂરક કરો. ફેફસાં

શ્વાસથી ભરાઈ જાય પછી એક ક્ષણ માટે શ્વાસને રોકો. ત્યાર પછી ભ્રમર ગુંજન જેવો અવાજ કરતા રહી શ્વાસ ધીરે ધીરે છોડો. જ્યાં સુધી શ્વાસ સંપૂર્ણ રીતે નીકળી ન જાય ત્યાં સુધી આ ગુંજન ચાલુ રહે. આ સ્થિતિમાં મોં બંધ રહેવું જોઈએ અને એ વાતનું ધ્યાન રાખવું જોઈએ કે મોંમાંથી શ્વાસ ન નીકળે.

જિલ્લા પણ અવિચલ હોય, ધ્યાન ગુંજનના અવાજ ઉપર કેન્દ્રિત થવું જોઈએ. આ અવાજ અવિરલ ગતિથી થાય અને તેમાં એકરૂપતા અને અખંડતા હોય.

આ ઘણો જ સરળ પ્રાણાયામ છે. પ્રથમ દિવસથી જ સારી રીતે આનો અભ્યાસ થઈ શકે છે. આ પ્રાણાયામથી ગળાની બધી જ બીમારીઓ દૂર થઈ જાય છે. કંઠનીલ મજબૂત બને છે અને અવાજ સુરીલો થઈ જાય છે.

ઈશુજો પરિવાર તેમને મળવા ગયો. તેઓ સત્સંગ-પરામર્શમાં તલ્લીન હતા. લોકોએ કહ્યું, ઘરના સભ્યો પર ધ્યાન આપશો કે ? ઈશુ બોલ્યા - સંસારમાં મારું પોતાનું કોઈ કુટુંબ છે જ નહીં. સમસ્ત સંસારને મારો પરિવાર માનું છું અને મારું દરેક કામ તે વિશ્વ કુટુંબને ધ્યાનમાં રાખીને કરું છું. આ જ આદર્શ તમે સૌ પણ અપનાવો.

(૩) ઉજ્જથી પ્રાણાયામ : આસનમાં બેસીને આંખો બંધ કરી લો. હવે બંને નસકોરાથી શ્વાસ લેતી વખતે નસકોરાં બોલવા જેવો અવાજ ગળામાં ઉત્પન્ન કરો, આમ કરતાં મોં બંધ રહે અને શ્વાસન ક્રિયા ફક્ત નાક દ્વારા જ થાય. શ્વાસ પૂરેપૂરો લીધા પછી તેને થોડીક ક્ષણ સુધી અંદર રોકો, ફરી પહેલાંની જેમ જ ધ્વનિ કરતા રહી રેચક કરો. ધ્વનિ પ્રવાહપૂર્ણ અને એકસરખો હોય, તેનું ધ્યાન રહે. આની ૧૦ થી ૧૨ આવૃત્તિઓ પ્રતિદિન કરી શકાય છે.

આ પ્રાણાયામ જેમના ટોન્સિલ્સ વધી જાય છે, જલદી શરદી થઈ જાય છે, જેમને ઈન્ફ્લુએન્ઝા અને બ્રોન્કાઈટીસની ફરિયાદ થતી હોય છે એવા લોકો માટે વિશેષ લાભપ્રદ છે. સંગીતપ્રેમીઓ માટે પણ આ લાભદાયક છે. જે તેઓ આનો અભ્યાસ નિયમિત કરતા રહે તો તેમનું ગળું સ્વસ્થ અને સુમધુર થઈ જાય છે. આ ઉચ્ચ રક્તચાપ (હાઈ બી. પી.)ના રોગીઓ માટે પણ લાભદાયક છે. આનાથી લોહીનું દબાણ

સામાન્ય જળવાઈ રહે છે. આનો પ્રભાવ કાન, નાક અને ગળાની બીમારી પર પણ પડે છે. પેટના રોગો માટે પણ આ ઉપયોગી છે.

(૪) શીતલી પ્રાણાયામ : આના અભ્યાસ માટે આસન ઉપર બેસો. ત્યારબાદ બંને હોઠોને કાગડાની ચાંચ જેવા બનાવી જીભને તેમાંથી જરાક બહાર કાઢો. બંને નસકોરાંઓ બંધ કરી દો. હવે ધીરે ધીરે મોંથી શ્વાસ ખેંચો. યથાશક્તિ કુંભક કરીને બંને નસકોરાં દ્વારા ધીરે ધીરે વાયુ બહાર કાઢો. રેચક કરતી વખતે જીભને અંદર કરી લો. પ્રતિદિન આની ૮-૧૦ આવૃત્તિ કરવી જોઈએ.

શીતલી પ્રાણાયામમાં પૂર્ણતા પ્રાપ્તિ પછી વ્યક્તિ ભૂખ-તરસ પર વિનય મેળવી શકે છે. આનાથી શરદી, અપચો, જેવી ફરિયાદ દૂર થઈ જાય છે. આનાથી શીતળતા વધે છે.

(૫) ભસ્મિકા પ્રાણાયામ : આસન ઉપર બેસો અને ડાબી નાસિકાથી જલદી જલદી દસ વાર લગાતાર પૂરક-રેચક કરો. પછી અગિયારમી વાર તે નાસિકાથી લાંબો પૂરક કરો, યથાશક્તિ કુંભક કર્યા પછી જમણાં નસકોરાંથી ધીરે ધીરે શ્વાસ બહાર કાઢો. આ જ ક્રિયાને હવે જમણાં નસકોરાંથી દોહરાવો. આ ભસ્મિકા પ્રાણાયામ થયો. શરૂઆતમાં આ પાંચ વારથી વધારે વાર ન કરવો જોઈએ.

સાધારણ તંદુરસ્ત વ્યક્તિએ આનો અભ્યાસ નિયમિત કરવો જોઈએ. જેમનાં ફેફસાં અશક્ત હોય અથવા જે બીમાર છે, તેવા લોકોએ આ ન કરવા જોઈએ. આ પ્રાણાયામથી દમ અને શ્વસન સંબંધી દોષ દૂર થાય છે, લોહી શુદ્ધ થાય છે અને સંપૂર્ણ શરીરમાં અધિક માત્રામાં રક્ત સંચાલન થાય છે.

આના લીધે આત્મોત્થાનમાં પણ સહાયતા મળે છે. બ્રહ્મગ્રંથિ, વિષ્ણુ ગ્રંથિ, રુદ્રગ્રંથિ ત્રણેનું આ ભેદન કરે છે. આનાથી સુષુમ્ણામાંથી વિહંગમ ગતિ ઊર્ધ્વ પ્રદેશ તરફ વધે છે. આના જ લીધે અગ્નિતત્ત્વ પ્રદીપ્ત થાય છે.

(૬) પ્લાવિની પ્રાણાયામ : આસન પર બેસીને બંને ભુજાઓને ઉપર તરફ લાંબી અને સીધી રાખો. હવે બંને નસકોરાંથી પૂરક કરો અને સીધા સૂઈ જાવ. સૂતી વખતે બંને હાથ ભેગા કરીને તકિયાની જેમ માથાની નીચે મૂકી દો, કુંભક કરો અને જ્યાં સુધી કુંભક રહે, ત્યાં સુધી ભાવના કરો - મારો દેહ રૂ જેવો હલકો છે. પછી બેઠા થઈ પહેલાંની સ્થિતિમાં આવી જાવ અને ધીરે ધીરે નસકોરાંથી વાયુ બહાર કાઢો. આ પ્લાવિની પ્રાણાયામ છે, આનાથી પાચનક્રિયા વધે છે. તે સિવાય હિસ્ટીરીયા રોગ દૂર કરવામાં આ સહાયતા કરે છે. આનાથી આધ્યાત્મિક લાભ પણ મળે છે અને ઋદ્ધિ-સિદ્ધિનો માર્ગ પ્રશસ્ત થાય છે.

(૭) કેવલી પ્રાણાયામ : આસન પર બેસો. બંને નસકોરાંથી શ્વાસ ધીરે ધીરે ખેંચો. શ્વાસ ખેંચતી વખતે માનસિક રૂપે 'સો'નું ઉચ્ચારણ કરો અને છોડતી વખતે 'હમ'નું. કુંભકની આવશ્યકતા નથી. આવી રીતે માનસિક રૂપે 'સોહમ' શબ્દ ઉચ્ચરિત કરો. આ કેવલી પ્રાણાયામ થયો. આ પ્રાણાયામથી મનને એકાગ્રતા પ્રાપ્ત થાય છે.

ઉપર્યુક્ત પ્રાણાયામોમાંથી કોઈ જે પોતાની જરૂરિયાત મુજબના પ્રાણાયામનો અભ્યાસ નિયમિતપણે કરતો રહે તો તે પોતાનું સ્વાસ્થ્ય - સંરક્ષણ કરવામાં સફળ રહે છે. દરેક જાણે આનો લાભ ઉઠાવવો જોઈએ. ◉

આંધીના એક ઝપાટાએ વૃક્ષને મૂળમાંથી ઉખાડીને નીચે પાડી દીધું. વૃક્ષને ઘરતી ઉપર ઘણોજ ગુસ્સો આવ્યો. બસબસતાં બોલ્યું, આજે મારી જે દુર્ગતિ થઈ, તેને માટે તું જવાબદાર છે. તેં મારો ખોરાક બંધ કરી દીધો. એકાદ બે દિવસની વાત હોત તો હું સહન કરી પણ લેત. હું ભૂખ-તરસથી તડપી-તડપીને સુકાઈ ગયું અને તે મારી સાથે આવી નિર્દયતા બતાવી. હવે ભૂમિ પર પડેલો જોઈ તારું કલેજું ઠંડું થઈ ગયું.

વૃક્ષની આ સાચી ખોટી વાતો સાંભળીને ઘરતી ઘણી જ દુઃખી થઈ, તે સાંત્વના આપતાં બોલી, ભલા, મા પોતાનાં બાળકોની દુર્ગતિ જોઈને ક્યારેય ખુશ થઈ શકે છે. હું તો તમારા બધા માટે મારી અંદર જળ અને પૌષ્ટિક તત્ત્વોને એકઠાં કરી રાખું છું. જેવી રીતે તમારા જેવાં વૃક્ષો કુળોનો ઉપયોગ પોતાને માટે ન કરતાં અન્યને વહેંચતાં રહો છો, તેવી જ રીતે એકત્રિત ખોરાકને હું તમારા સૌને માટે રાખું છું અને જરૂરિયાત પ્રમાણે આપતી રહું છું, પરંતુ તારાં મૂળ જ ખોખલાં થઈ ગયાં હતાં, એને માટે હું શું કરું ?



પ્રસન્નતા સાધનો પર નહીં, સંકલ્પો પર નિર્ભર



મનોકામનાઓ પૂરી થવાથી પ્રસન્નતા થાય છે, કે પ્રસન્ન રહેવાથી મનોકામનાઓની પૂર્તિ થાય છે? આ પ્રશ્નનો ઉત્તર એ છે કે વસ્તુઓ અથવા સાધનોની ઉપલબ્ધિ પર મનની પ્રસન્નતા આધારિત નથી. બહુમૂલ્ય વસ્તુઓના વિક્રેતા કે ઉત્પાદક પોતાનાં ગોદામોમાં કેટલો માલ ભરેલો રાખે છે, તેમને હાથથી આમ-તેમ જ્યાં-ત્યાં મૂકે છે, છતાં પણ નથી સંતોષ મળતો, નથી ઉપલબ્ધિ મળતી. આનાથી ઊલટું જનજાતિઓની મહિલાઓ કોડીઓ, છીપ, ધૂધરીઓનાં ઘરેણાં બનાવી પહેરે છે, પ્રસન્ન થાય છે અને પોતાની જાતને સૌભાગ્યવાન માને છે.

બેન્કના ખજાનચી પાસે લાખો રૂપિયાની નોટો હોય છે. ઝવેરીનો નોકર ઝવેરાતને ઝાપટઝૂપટ કરીને સુસજ્જિત પણ રાખે છે, છતાં પણ તેના મન પર તે સંપદાની છાપ હોતી નથી. આનાથી ઊલટું નાનાં બાળકો કુગ્ગા, સીટી, ધૂધરા જેવી ઓછા મૂલ્યની વસ્તુઓનો ઉપહાર મેળવીને પ્રસન્નતાથી ફૂલ્યાં નથી સમાતાં અને જેને ને તેને પોતાની વસ્તુઓ પ્રસન્નતાપૂર્વક બતાવતાં ફરે છે.

મન જે ઈચ્છે છે, તેમાં કોઈ સ્થિરતા હોતી નથી. છોકરો ફર્સ્ટ ક્લાસ સાથે મેટ્રિક પાસ થવા ઈચ્છતો હતો, અને થઈ પણ ગયો. એક દિવસ આનંદ છવાયેલો પણ રહ્યો, પરંતુ બીજા જ દિવસથી ચિંતા શરૂ થઈ ગઈ કે કોલેજમાં પણ પ્રથમ શ્રેણી આવવી જોઈએ. આ ઈચ્છા-ઉત્કંઠા દિવસે દિવસે તીવ્ર થતી ગઈ, જેમ જેમ પરીક્ષા નજીક આવવા લાગી, તેમ તેમ ચિંતા અને ઉત્કંઠા પણ વધતી ગઈ. સફળતામાં કેટલીય શંકા થવા લાગી, તો મનની અસમંજસ વધારે વધતી ગઈ.

વેપારમાં ધાર્યો લાભ થઈ ગયો. એનો આનંદ સમાપ્ત થયો ન'તો કે હવે પછીનાં પગલાં દ્વારા લાભની ઉત્કંઠા વધવા લાગી અને તેનો સરંજામ ભેગો કરવાની લગની લાગી. આવી રીતે જ્યાં સુધી કોઈ વસ્તુ ઉપલબ્ધ થતી નથી, ત્યાં સુધી તેની ઉત્સુકતા, ઉત્કંઠા અને લગની લાગેલી રહે છે. મળેથી જે પ્રસન્નતા થાય છે, તે ક્ષણભરની રહે છે અને ત્યાર પછીની તેનાથી પણ મોટી સફળતા પામવાની યોજના

બનાવવા લાગે છે.

કોઈ ઊંચું પદ પ્રાપ્ત કરવા માટે ક્યારના કેટલી જાતના પ્રયત્નો કરવામાં આવી રહ્યા હતા. હવે તે પદ મળતાં જ, તેની સાથે જોડાયેલી જવાબદારીઓ પૂરી કરતાં રહેવાની ફિકર દિવસ-રાત રહ્યા કરે છે. એવું ન થાય કે જવાબદારી યોગ્ય રીતે ન નિભાવી શકવાથી મશ્કરી - ઠપકો મળે અને પદ છોડવાનો આદેશ મળી જાય.

બાળક ન થયું, ત્યાં સુધી ઉત્કંઠા રહી, આવી ગયા પછી તેની બીમારી, શિક્ષણ, સુસંસ્કારિતા વગેરેની ચિંતા રહેવા લાગી. આવી સ્થિતિમાં મનોકામના પૂર્તિનું સુખ કોને મળે છે? મળે છે તો કેટલા સમય માટે રહે છે? પછી તે બાળક મોટું થયે અવગુણી નીકળે, તો નિંદાને પાત્ર બનવું પડે છે અને દરેક ક્ષણે જીવ બળતો રહે છે. કોઈક સમયની સંતાન થવાની વ્યથા હવે એ રૂપમાં બદલાઈ ગઈ કે તે ન હોત તો! સંતાન વગર રહેવાનું જ સારું હતું. વસ્તુઓની ઉપર ટકેલી કામનાઓ વગેરે અંતમાં દુઃખદાયી પરિણામ જ સાથે લઈ ફરે છે. પ્રસન્નતાની એક ઝલક તો વચમાં વીજળીની માફક ચમકે છે અને ક્ષણભરમાં કાળાં વાદળાંઓની ઘટામાં અદૃશ્ય થઈ જાય છે.

.....
: શ્રદ્ધાનો અર્થ છે - આત્મવિશ્વાસ અને :
: આત્મવિશ્વાસનો અર્થ છે - ઈશ્વરનો વિશ્વાસ. :
.....

સ્થાયી પ્રસન્નતાનો એક જ મજબૂત આધાર છે કે પ્રોતાનાં ગુણ, કર્મ, સ્વભાવને ઉચ્ચસ્તરીય બનાવવામાં આવે. વ્યક્તિત્વને ઉત્કૃષ્ટતામાં બદલવામાં આવે. ક્રિયાકલાપમાં આદર્શવાદિતાનો સમાવેશ કરવામાં આવે. આત્મગૌરવને વધારનારી વિધિ-વ્યવસ્થાને અપનાવવામાં આવે. જેમાં અંતરાત્માનો સંતોષ કાયમી રહે, તે દિશાધારાને અપનાવવામાં આવે. આવી દિશાધારા અપનાવવી સંપૂર્ણપણે આપણા હાથની વાત છે. આ નિજી ચિંતન અને ચરિત્રનો પ્રસંગ છે, જેને કોઈ પણ ઊંચો રાખી શકે છે અને એવી પ્રસન્નતામાં ડૂબ્યા રહેવાનો અવસર હાથમાં રહે છે, જે કોઈના ઇનવવાથી છીનવી શકાતી નથી. ○



આ યુગના મહાસંતાપની મહોષધિ



એકવીસમી સદી વિજ્ઞાન અને પ્રૌદ્યોગિકીના નિતનવા આયામો તથા વરદાનોને પ્રગટ કરી રહી છે, પરંતુ આની જ સાથે માનવીય ચેતનામાં થઈ રહેલ વિઘટનનાં નવાં રૂપ પણ અભિશાપ બનીને વરસી રહ્યાં છે. વધતી વૈજ્ઞાનિક સમૃદ્ધિએ સઘન માનસિક સંતાપનું રૂપ લઈ લીધું છે, જે માનસિક રોગોનાં નામ એક દસકા પહેલાં કોઈ વિશિષ્ટ ચિકિત્સાશાસ્ત્રના ગ્રંથોમાં વાંચવા - સાંભળવા મળતા હતાં, એની જકડમાં આજે સામાન્ય ગ્રામીણ પણ ફસાયેલો છે. માનવીના આ આંતરિક ભંગાણના કારણે બાહ્ય જીવનમાં પણ તિરાડો પડી રહી છે. તૂટતા-વિખરતા પરિવાર, અલગતા, આતંકથી ડરેલો સમાજ આનું જ પ્રતિક્ષણ છે. માનવની અંતઃપ્રકૃતિના વિક્ષોભથી બાહ્ય પ્રકૃતિ પણ વિશુભ્ધ છે. ભયાનક પર્યાવરણ સંકટની પાછળ વિશેષજ્ઞ માનવીય ચિંતનને જ દોષી ગણાવી રહ્યા છે.

એક જ બિંદુમાંથી ઊપજેલી આ સમસ્યાઓની સૃષ્ટિનો વિલય પણ કોઈ એક બિંદુ પર સંભવ છે. 'બિંદુથી સૃષ્ટિ, બિંદુમાં વિલય'ની આ દાર્શનિક ઉક્તિ અહીં પણ સાચી અને યોગ્ય છે. વિશ્વના મહાન ચિંતકોના મતાનુસાર આ સમાધાન - સૂત્ર એક જ છે, 'ચિંતન સુધરે તો જીવન શોભે' 'જીવનની લગભગ ભધી જ સમસ્યાઓ ચિંતનની વિકૃતિથી ફૂલીફાલી જ છે.' ચિંતન શૈલીના વિકાસ અને સુધારથી આ વિકૃતિની પરિષ્કૃતિ કરી શકાય છે. દર્શનની દષ્ટિ મળે તો જ માનવીની જિંદગીનો અંધાપો દૂર થઈ શકે છે અને મનુષ્ય વ્યક્તિ તથા સમાજ રૂપે પોતાની સમસ્યાઓનું સાર્થક સમાધાન મેળવી શકે છે.

સૃષ્ટિમાં માનવ ઉન્મેષકાળથી દર્શન સાર્થક જીવન દષ્ટિના રૂપમાં સક્રિય રહ્યો છે. વેદથી માંડીને મહર્ષિ અરવિંદ સુધી, સોક્રેટિસથી માંડીને સાર્ત્ર સુધી પૂર્વ તેમજ પશ્ચિમની ક્ષિતિજમાં યુગાનુરૂપ જીવનદષ્ટિની શોધ અને ચિંતન શૈલીને પરિષ્કૃત કરવાની આ દાર્શનિક સાધના થતી રહી છે. દરેક યુગ અને પ્રત્યેક કાલખંડમાં દર્શનના મૂલ્ય અને મહત્વને સ્વીકારવામાં આવ્યાં છે. હા, એકવીસમી સદીના ઉંબર પર વિજ્ઞાન અને પ્રૌદ્યોગિકીની ઝાકઝમાળથી અંજાઈ ગયેલી આંખોએ દર્શનના મૂલ્ય અને મહત્વનું અપમાન કર્યું છે. વૈજ્ઞાનિક ક્રિયાત્મકતાના પ્રસારમાં દાર્શનિક ચિંતનની ગતિ સારી એવી મંદ પડી છે. પરિષ્કૃત ચિંતનવિહીન માનવીય

ક્રિયાએ જીવનની દશા અને દિશાને સંકટો અને કંટકોથી ભરી દીધી છે.

દષ્ટિના અભાવે ડગમગતાં કદમ કેવળ ભટકી જ જતાં નથી. પરંતુ ધાયલ પણ થાય છે. ચિંતનના અભાવે ક્રિયા ગમે તેટલો વિસ્તાર કેમ ન કરી લે, પરંતુ તે પોતાનો અર્થ અને ઔચિત્ય સિદ્ધ કરી શકતી નથી. વૈજ્ઞાનિક પ્રગતિની તીવ્રતાના યુગમાં થઈ રહેલ દાર્શનિક ઉપેક્ષાને જોઈને જ વિશ્વમનીષી બટ્ટેંડ રસેલ એવું કહ્યા વગર ન રહી શક્યા કે આજે આપણે એવા યુગમાં જીવન જીવી રહ્યા છીએ, જેનું સાધન છે - માનવી દક્ષતા, પરંતુ સાધ્ય છે - માનવીય મૂર્ખતા. રસેલના આ કથનનો અંતર્ભાવ એ જ છે કે માનવીય ક્રિયાત્મકતાનો વિસ્તાર જેટલો વધતો જાય છે, એટલી જ પરિષ્કૃત ચિંતનશૈલી અને પ્રકાશપૂર્ણ જીવન દષ્ટિની આવશ્યકતા તીવ્ર થઈ જાય છે.

લુકમાનને કોઈએ પૂછ્યું - આપ આવો વિવેક કોની પાસેથી શીખ્યા? તેમણે જવાબ આપ્યો અવિવેકીઓ પાસેથી. તેઓ જે કરે છે અને ભોગવે છે, તેનું મેં ધ્યાન રાખ્યું અને મારી આદતોને તે કસોટી ઉપર કસીને યોગ્ય કરી.

આ કથન કેવળ સામાન્ય દાર્શનિક તર્ક માત્ર નથી. પરંતુ આપણા યુગનું સર્વજન અનુભૂત સત્ય છે. યુગની કસોટી પર પૂર્ણતઃ સાચા આ જીવન સત્યનો સાર એ જ છે કે એકવીસમી સદીમાં દર્શનનું મૂલ્ય અને મહત્વ ભૂતકાળ કરતાં અસંખ્ય ગણું વધારે છે. આજે વિજ્ઞાન તથા પ્રૌદ્યોગિકીની નિત નવી શોધો તથા નૂતન વરદાનોએ પ્રગટ થવું જોઈએ. વૈજ્ઞાનિક પ્રગતિની સાથે દાર્શનિક પ્રગતિના કદમ મેળવીને ચાલવાથી જ માનવીય જીવનમાં સમાધાનનો સ્વર પ્રગટશે. એકવીસમી સદીમાં દર્શનના મૂલ્ય અને મહત્વના બળ ઉપર જ સમસ્યાઓની સૃષ્ટિ, સમાધાનની સૃષ્ટિમાં રૂપાંતરિત થશે. પરિષ્કૃત દાર્શનિક ચિંતન જ માનવીય ક્રિયા-કૌશલનું પરિશોધન કરવામાં સમર્થ છે. એકમાત્ર દાર્શનિક મૂલ્ય જ, વૈજ્ઞાનિક સમૃદ્ધિ દ્વારા ઊપજેલ માનવીય સંતાપની મહા ઔષધિ છે. આને ગ્રહણ કરીને જ માનવીય જિંદગી સર્વાંગપૂર્ણ સ્વાસ્થ્ય અને સમસ્યાઓના સાર્થક સમાધાનનું વરદાન મેળવી શકે છે.

સ્વાસ્થ્ય સુરક્ષા માટે આહાર-વિહારની સુવ્યવસ્થા

યુગનિર્માણ માટે આવશ્યક વિચારક્રાંતિનો ઉપયોગ જે શરીર ક્ષેત્રમાં કરી શકાય, તો આપણું બગડેલું સ્વાસ્થ્ય સુધરી શકે છે. બીમારીઓમાંથી સહજપણે શરીર બચી શકે છે. આજે આપણા શરીરની જે સ્થિતિ છે, તેમાં કાલથી જ આશાજનક પરિવર્તન શરૂ થઈ શકે છે. અસ્વસ્થતાનું કારણ અસંયમ અને અનિયમિતતા જ છે. પ્રકૃતિના આદેશોનું ઉલ્લંઘન કરવાના દંડસ્વરૂપે જ આપણે બીમારી અને અશક્તિનાં દુઃખ ભોગવવાં પડે છે. સરકારી કાનૂનોની જેમ જ પ્રકૃતિના પણ કાનૂન છે. જે રીતે રાજ્યના કાનૂનોને તોડનારા અપરાધીને જેલની સજા ભોગવવી પડે છે, તેવી જ રીતે પ્રકૃતિના કાનૂનોની અવજા કરી સ્વેચ્છાચારે વર્તનાર વ્યક્તિ બીમારીઓનું દુઃખ ભોગવે છે અને અશક્ત, દુર્બળ રહ્યા જ કરે છે. પૂર્વ જન્મોના પ્રારબ્ધ દંડસ્વરૂપ મળનારા તથા પ્રકૃતિ પ્રકોપ, મહામારી, સામૂહિક અવ્યવસ્થા, દુર્ઘટના તેમજ વિશેષ પરિસ્થિતિવશ ક્યારેક - ક્યારેક સંયમી લોકોને પણ શારીરિક કષ્ટ ભોગવવાં પડે છે, પરંતુ ૯૦ ઞ શારીરિક કષ્ટોનું મુખ્ય કારણ આપણી ખોટી આદતો અને અનિયમિતતા છે.

સૃષ્ટિનાં બધાં જ જીવજંતુ નીરોગી રહે છે. અન્ય પશુ અને ઉન્મુક્ત આકાશમાં વિચરણ કરનારાં પક્ષી ત્યાં સુધી કે નાનાં-નાનાં કીટ-પતંગિયાં પણ સમય આવે મરે તો છે, પરંતુ બીમાર અથવા તો અશક્તિનું દુઃખ ભોગવતાં નથી. જે પશુઓને મનુષ્યએ પોતાના બંધનમાં બાંધીને અપ્રાકૃતિક રહેણીકરણી માટે તેમને જેટલાં વિવશ કર્યાં છે તેટલી અસ્વસ્થતાનો ત્રાસ તેમને ભોગવવો પડે છે અન્યથા રોગ અને દુર્બળતા નામની કોઈ વસ્તુ આ સંસારમાં નથી. તેને તો આપણે સ્વયં સ્વેચ્છાચાર આચરીને બોલાવીએ છીએ. જે સંયમ અને નિયમિતતાની નીતિ અપનાવી લેવામાં આવે, તો પછી ન તો બીમારી રહેશે, ન કમજોરી. પોતાની આદતો જ સંયમશીલતા અને આહાર-વિહારમાં વ્યવસ્થા જળવાય એવી પાડવી પડશે. આ નિર્માણમાં જેને જેટલી સફળતા મળશે, તે તેટલો જ આરોગ્ય લાભનો આનંદ ભોગવી શકશે. આને માટે આવશ્યક સૂત્ર છે :

(૧) બે વાર ભોજન : ભોજન બપોરનાં અને સાંજે બે સમયે જ કરવું જોઈએ. સવારે દૂધ, છાશ, રસ, સૂપ જેવો હળવો પેય પદાર્થ લેવો પર્યાપ્ત છે. વારંવાર ખાતા રહેવાની આદત બિલકુલ છોડી દેવી જોઈએ.

(૨) ભોજન વ્યવસ્થિત રીતે ચાવવું જોઈએ : ભોજન એટલું ચાવવું જોઈએ કે તે સહજ રીતે ગળેથી નીચે ઊતરી જાય, તે પ્રકારની આદત એવી રીતે પાડી શકાય કે રોટલી એકલી, શાક વગર ખાવી અને શાક અલગથી ખાવું. શાકની સાથે ભીની થયેલી રોટલી ઓછી ચાવ્યે પણ ગળેથી નીચે ઊતરી જાય છે, પરંતુ એને શાક વગર ખાવામાં આવે તો તેને થોડો વધુ સમય ચાવો તો જ નીચે ઉતારી શકાય છે. આ વાત અભ્યાસ માટે છે. જ્યારે આદત પડી જાય, ત્યારે શાક સાથે ખાઈ શકીએ છીએ.

(૩) ભોજન વધુ પ્રમાણમાં ન લેવું : અડધું પેટ ભોજન, એક ચુતર્યાંશ પાણી, એક ચુતર્યાંશ હવા આવવા-જવા માટે ખાલી રાખવું જોઈએ એટલે કે ભોજન અડધું પેટ ભરાય એટલું જ કરવું.

(૪) સ્વાદની આદત છોડવામાં આવે : અથાણાં-મુરબ્બા, ખાટો રસ, મરચું-મસાલા, ખટાશ - મીઠાશનો વધુ વપરાશ પેટ ખરાબ કરવાનું અને લોહીને દૂષિત કરવાનું કારણ હોય છે, આને છોડવામાં આવે. જરા સરખું મીઠું, અને જરૂર લાગે તો ધાણાજીરું સુગંધી માટે લઈ શકાય છે, પરંતુ અન્ય મસાલા તો છોડી જ દેવા જોઈએ. શરીર માટે જેટલું મીઠું, ખાંડ જરૂરી છે, તેટલું અનાજ, શાક વગેરેમાં પહેલેથી જ રહેલું છે. આપણે સ્વાદ છોડવો જોઈએ. અભ્યાસ માટે થોડા દિવસ તો મીઠું-ખાંડ બિલકુલ જ છોડી દેવાં જોઈએ અને અસ્વાદ વ્રતનું પાલન કરવું જોઈએ. આદત સુધરી ગયેથી જરા સરખા મીઠું, લીંબુ, આદુ, લીલા ધાણા, કુદીનો સ્વાદ માટે ભોજનમાં મેળવી શકાય છે. સૂકા મસાલાને સ્વાસ્થ્યના શત્રુ જ માનવામાં આવે છે. ગળપણ તો જેટલું બને તેટલું ઓછું લેવું. આવશ્યકતાનુસાર ગોળ અથવા મધથી કામ ચલાવી લેવું.

(૫) શાકભાજી અને ફળોનો અધિક ઉપયોગ : શાકાહારનું ભોજનમાં મુખ્ય સ્થાન રહે. અડધું અથવા તૃતીયાંશ અનાજ પર્યાપ્ત છે. બાકીના ભાગમાં શાક, ફળ, દૂધ, છાસ આદિ રહે. ઋતુફળ સસ્તાં પાણી હોય છે અને સારાં રહે છે. કેરી, જામફળ, બોર, જાંબુ, શેતૂર, પપૈયાં, કેળા, કાકડી, તરબૂચ, ચીલડું, સકરટેટી, પરવળ, ટામેટાં પાલખ, મેથી આદિ સુપાચ્ય ફળ-શાકભાજીની માત્રા હંમેશાં વધારે રાખવી જોઈએ. ઘઉં, ચણા આદિને ફણગાવીને ખાવામાં આવે તો તેમાંથી બદામ જેટલાં પોષક તત્ત્વો મળશે. તે કાચાં પચવામાં ભારે લાગતાં હોય તો તેને બાફી અથવા વધારી શકાય છે. અનાજ, શાક અને ફળોની છાલમાં જીવન તત્ત્વ(વિટામિન) ઘણાં હોય છે, એટલા માટે કેરી, કેળાં પપૈયાં જેવાં-જેની છાલ કાઢવી જરૂરી છે - તેવાને છોડીને બાકીનાં છાલ સાથે ખાવાં યોગ્ય છે.

(૬) હાનિકારક પદાર્થોથી દૂર રહેવું : માંસ, માછલી ઈંડાં, મીઠાઈ, ચાટ, પકોડી જેવા નુકસાનકારક પદાર્થોથી દૂર રહેવું જોઈએ. (ચા, ભાંગ, શરાબ વગેરે નશાકારક પદાર્થોને સ્વાસ્થ્યના શત્રુ જ માનવામાં આવ્યા છે.) તમાકુ ખાવી, પીવી, સૂંઘવી, પાન ચાવવાં જેવી આદતો આર્થિક અને શારીરિક બંને દષ્ટિએ નુકસાનકારક છે. વાસી, સડેલી, ગંદકી સાથે બનાવવામાં આવેલી વસ્તુઓથી સ્વાસ્થ્યનું મહત્ત્વ સમજનારાઓએ દૂર જ રહેવું જોઈએ.

(૭) વરાળથી પકવેલાં ભોજનનો લાભ : દાળ-શાક પકવવામાં વરાળની પદ્ધતિ ઉપયોગી છે. ખુદ્દા વાસાણમાં તેલ ચૂલા વડે શાક બનાવવાથી ૭૦ ટકા જીવન તત્ત્વ નાશ પામે છે. હાથથી દળવાની ઘંટીને લોટ ઉપયોગમાં લેવો જોઈ. મશીનની ઘંટીમાં દળેલા લોટમાંથી અધિકાંશ જીવન તત્ત્વ નાશ પામે છે. હાથની ઘંટી અને વરાળથી રસોઈ બનાવવાનાં વાસાણોનું પ્રચલન ઘરે ઘરે હોવું જોઈએ. કપડાં ખૂલતાં અને જરૂરિયાત મુજબનાં પહેરવાં જોઈએ. ઠંડી-ગરમીનો પ્રભાવ સહેવાની ક્ષમતા વિકસાવવી જોઈએ. ચિંતા અને પરેશાનીથી ચિંતિત ન રહેતાં દરેક ક્ષણ પ્રસન્ન મુદ્રા જાળવી રાખવી.

(૮) સ્વચ્છતા : શરીરને સારી રીતે ધસીને નહાવું જોઈએ. શરીરને સ્પર્શ કરતાં કપડાં રોજ ધોવાં જોઈએ. સૂવાની ચાદરો વારંવાર ધોવી જોઈએ. ઘરોમાં માખી, મચ્છર, માંકડ, જૂ, ડાંસમચ્છર, ગરોળી, છાંદસ, ઉંદર, જીવાતથી રક્ષણ કરવું જોઈએ. મળ-મૂત્ર ત્યાગનાં સ્થાનોને સંપૂર્ણપણે સ્વચ્છ

રાખવાં જોઈએ. નાળીઓ સ્વચ્છ રાખવી જોઈએ. ખાવાની વસ્તુઓને ઢાંકીને રાખવી જોઈએ અને સૂતી વખતે મોં ઢાંકેલું ન રાખવું. મકાનમાં બારી બારણાં એટલા પ્રમાણમાં રાખવાં કે જેથી હવા ઉજસ સમુચિત માત્રામાં મળી રહે. વાસાણો ચોખ્ખાં રાખવાં જોઈએ અને તેને રાખવાની જગ્યા પણ સાફ હોવી જોઈએ. દીવાલો ઉપર ચૂનો લગાવતાં રહેવું, ફર્શને ચોખ્ખી રાખવી, દરેક ક્ષેત્રમાં સફાઈનું ધ્યાન પૂરેપૂરું રાખવું જોઈએ. દરેક ભોજન લીધા બાદ કોગળો કરવો, રાત્રે સૂતી વખતે દાંત સાફ કરીને સૂવું, વધુ ઠંડા અને ગરમ પદાર્થ ન ખાવા એ દાંતોના રક્ષણ માટે જરૂરી છે.

(૯) ખુલ્લી હવામાં રહેવું : રાત્રે વેળાસર સૂવું અને પ્રાતઃ સમયે ઊઠી જવાની આદત પાડવી જોઈએ. આને લીધે સ્વાસ્થ્ય ઉપર સારો પ્રભાવ પડે છે અને સવારના સમયનો

બાળક તળાવમાં ડૂબી રહ્યું હતું અને તેના પિતા કિનારા ઉપર ઊભા રહી ઉપદેશ આપી રહ્યા હતા - “લે, મારું કહેવાનું જ માનવાનું ફળ ભોગવ.” ત્યારે જ એક સજ્જન ત્યાં આવ્યા અને કૂદીને બાળકના પ્રાણ બચાવ્યાં. દરેક સમયે ઉપદેશ આપતા રહેવું યોગ્ય નથી. પોતાનું કર્તવ્ય પણ પૂરું કરવું જોઈએ.

ઉપયોગ જે પણ કાર્યમાં કરવામાં આવે તેમાં સફળતા મળે જ છે. પ્રાતઃ ચાલવા, વ્યાયામ અને માલિશ કરવા ઉપરાંત ઘસી-ઘસીને નહાવાનો અભ્યાસ પ્રત્યેક સ્વાસ્થ્ય ઈચ્છુકે કરવો જોઈએ. સવારે ખુલ્લી હવામાં ચાલનારા અને વ્યાયામ કરનારાઓનું સ્વાસ્થ્ય ક્યારેય ખરાબ થતું નથી. જે સ્ત્રીઓ ચાલવા જઈ શકતી નથી. તેમણે ઘંટી ચલાવવી જોઈએ અથવા તો પરસેવો નીકળે તેવું મહેનતનું કામ કરવું જોઈએ.

(૧૦) બ્રહ્મચર્યનું પાલન : બ્રહ્મચર્યનું યોગ્ય ધ્યાન રાખવું જોઈએ. વિવાહિતો અને અવિવાહિતોએ મર્યાદાઓનું યોગ્ય રીતે પાલન કરવું જોઈએ. આ બાબતમાં જેટલી કઠોરતા વર્તવામાં આવશે એટલું જ સ્વાસ્થ્ય સાતું રહેશે. બુદ્ધિજીવીઓ અને વિદ્યાર્થીઓ માટે તો આ વધારે જરૂરી છે, કેમકે ઈન્દ્રિય અસંયમથી માનસિક દુર્બળતા આવે છે અને તેને પોતાના લક્ષ્ય સુધી પહોંચવામાં ખૂબ મુશ્કેલી પડે છે.

ભાવનાઓને અભિવ્યક્ત કરતી દેહભાષા

બોડી લેંગ્વેજ એટલે કે દેહભાષા આંતરિક ભાવ-વિચારોની, દેહના હાવ-ભાવ તેમજ ભાવ-ભંગિમાઓના રૂપમાં અભિવ્યક્ત છે. ગાઢ ભાવના તેમજ સજ્જ-સંવેદનાઓને પ્રગટ કરવા માટે ઘણું કરીને શબ્દ અને વાણી મૂક અને અક્ષમ પ્રતીત થાય છે, ત્યારે અશાબ્દિક સંપ્રેષણનો પ્રયોગ કરવામાં આવે છે. નવજાત શિશુની સાથે માતૃત્વની વાણી અશાબ્દિક હોય છે. શિશુના હાવભાવ દ્વારા જ તેનો પરિચય થાય છે. પ્રેમ-ભાવનાની અભિવ્યક્તિ ઉત્સાહિત શબ્દોથી નહીં, અશાબ્દિક સંપ્રેષણથી જ થાય છે. જે કહેવામાં શબ્દ અસમર્થ હોય છે, તેને દેહભાષા ક્ષણભરમાં સમજવી દે છે.

બોડી લેંગ્વેજ એકવીસમી સદીની અનુપમ શોધ છે. જે કે આની વ્યાખ્યા અને સમજ અત્યંત પુરાતન છે. માનવીય વિકાસની સાથે જ દેહભાષાનો પ્રાદુર્ભાવ થયો, પરંતુ આનું વિધિવત્ અધ્યયન-અન્વેષણ સન્ ૧૯૬૦ના દશકથી જ શરૂ થયું. એનો પ્રથમ પરિચય સન્ ૧૯૭૦માં જુલિયસ ફ્રેસ્ટના, દેહભાષા પર પ્રકાશિત એક પુસ્તકથી થયો. આ અધ્યયન વ્યવહારવાદી મનોવૈજ્ઞાનિક દ્વારા અશાબ્દિક સંપ્રેષણની શરૂઆત હતી, પરંતુ જ્યાં સુધી દેહભાષાની સૂક્ષ્મ ટેકનિકનો વિષય છે. વીસમી સદી પહેલાં સન્ ૧૮૭૨ના સૌથી પ્રભાવી અને પ્રસિદ્ધ પુસ્તક ચાર્લ્સ ડાર્વિન કૃત “ધ એક્સપ્રેશન ઓફ ધ ઈમોશન્સ ઈન મેન એન્ડ એનિમલ્સ”માં ઉદ્દેખ મળે છે. આની અંદર મુખમુદ્રાની ભાવાભિવ્યક્તિઓ અને દેહભાષાનાં આધુનિક અધ્યયનોનાં બીજા સમાહિત છે.

બોડી લેંગ્વેજના શોધકર્તાઓએ અત્યાર સુધી દસ લાખ અશાબ્દિક સંકેતો અને લક્ષણોની ઓળખ કરી છે. અલ્વર્ટ મેહરેબિયને પોતાના અધ્યયનમાં સ્પષ્ટ કર્યું છે કે કોઈ સંદેશનો પ્રભાવ ફક્ત ૭ ટકા શાબ્દિક હોય છે, જ્યારે વાણીનો પ્રભાવ ૩૮ ટકા હોય છે. ૫૫ ટકા પ્રભાવ અશાબ્દિક હોય છે. પ્રોફેસર વર્ડ હિસલ પણ આને સમર્થન આપે છે. તેમના પ્રાયોગિક નિષ્કર્ષથી સ્પષ્ટ થાય છે કે એ એક વ્યક્તિ એક દિવસમાં શબ્દોના માધ્યમ દ્વારા લગભગ દસથી અગિયાર મિનિટ સુધી જ બોલે છે. મેહરેબિયનની જેમજ એમની પણ માન્યતા છે કે વાર્તાલાપમાં શાબ્દિક પાસું ૩૫ ટકાથી પણ ઓછું હોય છે અને સંપ્રેષણનો ૬૫ ટકા કરતાં પણ વધારે ભાગ અશાબ્દિક હોય છે.

સંશોધનકર્તાઓના જાણાવ્યા પ્રમાણે શાબ્દિક માધ્યમનો પ્રયોગ સામાન્ય રીતે સૂચના સંપ્રેષિત કરવા માટે કરવામાં આવે છે, જ્યારે અશાબ્દિક માધ્યમનો પ્રયોગ વ્યક્તિગત ભાવનાઓને અભિવ્યક્ત કરવા માટે કરવામાં આવે છે. ઘણા પ્રસંગોએ તો આનો શાબ્દિક સંદેશાઓના વિકલ્પરૂપે ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. સ્મિતના માધ્યમથી ન કહેવાતી વાતને કહી દેવામાં આવે છે, સમજવી દેવામાં આવે છે. આંતરિક ભાવાવેગો બતાવવા માટે શબ્દોની જરૂરિયાત ઓછી પડે છે. આ સંદર્ભે મહિલાઓ પુરુષો કરતાં વધુ અનુભવ સક્ષમ હોય છે. તેમનામાં આત્મજ્ઞાનની ક્ષમતા પણ અધિક હોય છે. મહિલાઓ દેહભાષાના ક્ષેત્રમાં ચતુર અને પ્રવીણ હોય છે. આ આત્મજ્ઞાન, જેમણે શિશુઓને ઉછેર્યાં હોય તે મહિલાઓમાં અદ્ભુત હોય છે. શરૂઆતના કેટલાક વર્ષો સુધી તેમને બાળકની સાથે સંવાદ સ્થાપિત કરવા માટે અશાબ્દિક માધ્યમ પર જ પૂર્ણપણે નિર્ભર રહેવું પડે છે. કદાચ આ જ કારણસર મહિલાઓ પુરુષોની તુલનામાં અધિક સંવેદનશીલ હોય છે.

દેહભાષા જન્મજાત, આનુવંશિક છે અથવા અર્જિત છે, એ સંશોધનનો વિષય છે. આની અંદર ઘણા મતભેદો નજરે પડે છે. એક પ્રયોગમાં જેવા મળ્યું છે કે દષ્ટિહીન અને બહેરી વ્યક્તિ અશાબ્દિક સંકેતોને ધ્વનિ અથવા દષ્ટિના માધ્યમથી શીખવામાં અસમર્થ હોય છે. જર્મન ભાષાવિજ્ઞાની એલ્બ-અવેસ્પેલ્ટ આને જન્મજાત માનતાં કહે છે કે બહેરાં તેમજ આંધળાં બાળકોમાં હાસ્ય જેઈ શકાય છે, જ્યારે તે આને ક્યારેય જેઈ કે સાંભળી શકતા નથી. ‘પ્રાઈમેટ’ શિશુઓમાં ચૂમવાની તાત્કાલિક ક્ષમતા જન્મજાત હોય છે.

મૂળભૂત સંપ્રેષણ વિશ્વભરમાં ઘણું કરીને એકસરખું હોય છે. ખુશી એ આનંદની અભિવ્યક્તિ હાસ્યરૂપે હોય છે. દુઃખ અને ક્રોધની અવસ્થામાં ભ્રુકુટિઓ ચઢી જાય છે, નાક ફૂલી જાય છે. બંને જ માથાને ઉપરથી નીચેની તરફ હલાવવાનું તાત્પર્ય ‘હા’ અને સકારાત્મક હોય છે. આવી જ રીતે લગભગ પ્રત્યેક સંસ્કૃતિમાં માથાને એક બાજુથી બીજી બાજુ હલાવવાનો અર્થ ‘ના’ તેમજ નકારાત્મક થાય છે. મોટા ભાગના પુરુષો ક્રોટ, શર્ટ અથવા અભ્રમો પહેરતી વખતે પહેલાં પોતાનો જમાગો હાથ અંદર નાંખે છે, જ્યારે ઘણીખરી મહિલાઓ પોતાના ડાબા હાથનો પ્રયોગ કરતી હોય છે.

ખભો ઝટકાવવાનો અર્થ એવો થાય છે કે સમજાવવામાં આવી રહેલી વાત સમજાતી નથી.

શાબ્દિક ભાષા અલગ-અલગ સંસ્કૃતિ-સભ્યતાઓમાં અલગ-અલગ હોય છે. આવી જ રીતે અશાબ્દિક ભાષાના સંદર્ભમાં પણ ભિન્નતા જોઈ શકાય છે. સામાન્ય રીતે ત્રણ સામાન્ય હસ્ત મુદ્રાઓ અંગૂઠી મુદ્રા, અંગૂઠો બતાવવો અને 'V' (વી) સંકેતના સાંસ્કૃતિક અર્થોમાં અંતર હોય છે, અંગૂઠો અથવા 'OK' મુદ્રા ઓગાળીસમી સદીની શરૂઆતમાં અમેરિકામાં લોકપ્રિય થઈ હતી. OK નો અર્થ દરેક અંગ્રેજીભાષી દેશોમાં એકસરખો છે. આમ તો આનો અર્થ યુરોપ અને એશિયામાં ઝડપથી પ્રચલિત થઈ ગયો છે, પરંતુ કેટલાંક વિશિષ્ટ સ્થાનોમાં આના અર્થમાં વિભિન્નતા જોવા મળે છે. ફ્રાંસમાં આનો અર્થ 'શૂન્ય' અથવા 'કશું નહીં' છે. જાપાનવાસીઓ આનો અર્થ 'ધન' તેવો કરે છે. કેટલાક ભૂમધ્યસાગરના દેશોમાં આ એક છોદનો સંકેત છે.

બ્રિટન, ઓસ્ટ્રેલિયા અને ન્યૂઝીલેન્ડમાં અંગૂઠાની મુદ્રાનો આશય સામાન્યરીતે સહયોગ (લિક્કટ) લેવા માટે ઉપયોગમાં લેવાય છે. જ્યારે અંગૂઠાને કોણીથી ઉપરની તરફ ઝટકો આપવામાં આવે છે ત્યારે આ એક અપમાનનો સંકેત બની જાય છે. ગ્રીસમાં આનો મુખ્ય અર્થ છે. 'ઠાંસી લો'. ઈટાલીવાસી એકથી પાંચ સુધી ગણે છે તો તે આ સંકેતનો ઉપયોગ 'એક'ના અર્થમાં કરે છે. અમેરિકા, બ્રિટન અને ઓસ્ટ્રેલિયામાં અંગૂઠો પાંચનું પ્રતિનિધિત્વ કરે છે. અંગૂઠાનો પ્રયોગ અન્ય મુદ્રાઓની સાથે શક્તિ અને શ્રેષ્ઠતાના સંકેતરૂપે કરવામાં આવે છે. 'V' નો સંકેત સંપૂર્ણ ઓસ્ટ્રેલિયા, ન્યૂઝીલેન્ડ અને બ્રિટનમાં પ્રસિદ્ધ છે. તેનું તાત્પર્ય છે - 'આપની અંદર'. બીજા વિશ્વયુદ્ધમાં ઈંગ્લેન્ડના પ્રધાનમંત્રી વિન્સ્ટન ચર્ચિલે 'V' ને વિજય ચિહ્નના રૂપમાં લોકપ્રિય બનાવ્યું હતું.

અન્ય ભાષાની જેમ દેહભાષામાં પણ શબ્દ, વાક્ય અને વિરામચિહ્ન હોય છે. દરેક મુદ્રા એકાકી શબ્દ સમાન હોય છે અને તેના કેટલાય અર્થ હોય છે. મુદ્રાઓનો પ્રયોગ વાક્યોમાં પણ થાય છે અને વ્યક્તિની આંતરિક ભાવનાઓ અને દૃષ્ટિકોણને પ્રગટ કરે છે. આલોચનાની મુખ્ય મુદ્રા છે - મોઢા ઉપર હાથ રાખવો, જેમાં તર્જની ગાલની ઉપર તરફ સંકેત કરે છે અને બીજી આંગળી મોંને ઢાંકી લે છે તથા અંગૂઠો દાઢીને આધાર આપે છે. ભ્રમરોનું ઊંચકાવું આશ્ચર્યની નિશાની છે. હોઠોને દાંત નીચે દબાવવાનો અર્થ ઘણી જ પરેશાની થાય છે. હોઠ દબાવવા એ અસમંજસનું સૂચક છે. આંખો નીચી કરી હસવું એટલે કૃતજ્ઞતા તથા સમ્માન પ્રગટ કરવાં. નાક-ભ્રમર સંકોચવાથી એવું સમજી શકાય છે કે વ્યક્તિ થાક અનુભવી રહી છે અથવા તો કોઈ વસ્તુને પસંદ નથી કરતી. વારંવાર હાથોને હલાવવા ડરવાનું ઘોતક છે. આંગળીઓના વારંવાર ટચાકા ફોડવાનો આશય છે - ધીરજ હોવી પણ ઉપર પણ ચઢાવીને બેસનારી વ્યક્તિ નેતૃત્વક્ષમતાથી ભરપૂર હોય છે.

દેહભાષા ભાવનાઓની અભિવ્યક્તિમાં સહાયક બને છે. એના માટે આનું મહત્ત્વ અને વિશેષતા પણ અધિક હોય છે. ઊંડી સાંત્વના અને સંવેદના વ્યક્ત કરવા માટે શબ્દ ટૂંકા પડે છે. આવા વખતે આત્મીયભાવથી હાસ્ય અને પ્યારભર્યા સ્પર્શ દ્વારા એ બધું જ કહી દેવામાં આવે છે જે કહેવામાં શબ્દો અસમર્થ હોય છે. એટલા માટે બોડી લેંગ્વેજના વિશેષજ્ઞ જોન કાર્લે કહે છે કે દેહભાષા અભિવ્યક્તિની સહજ સુંદર અને સરળ રીત છે. એક સંકેત અથવા ભાવ હજાર શબ્દોમાં પણ અધિક શક્તિશાળી અને ભારે હોય છે. હૃદયને ઉદાર કરીને અને મનને પરિષ્કૃત કરીને દેહભાષાના વ્યાવહારિક જગતમાં પ્રવીણ થઈ શકાય છે.



આજથી એક હજાર વર્ષ પહેલાં બુખારાના સુલ્તાન અબ્દુલ મંજૂર કોઈ એવી બીમારીથી ઘેરાઈ ગયા હતા, જેને ચિકિત્સકોએ અસાધ્ય ઘોષિત કરી દીધી. સુયોગ્ય ચિકિત્સકના પુત્ર ઈબ્નેસિનાએ તેમનો ઈલાજ કર્યો અને સાજા કરી દીધા. સુલતાને મોં માગ્યું ઈનામ માંગવા કહ્યું તો તેમણે તેમના પુસ્તકાલયમાં બેરોકટોક પ્રવેશ અને નોંધ કરવા માત્રની મંજૂરી માંગી. તેમનો જ્ઞાન ભંડાર અથાગ થતો ગયો. પિતાનું મૃત્યુ થતાં પરિવાર નિર્વાહ માટે પાછા જવું પડ્યું. સુલતાન તરફથી પેન્શન મળ્યું. તેઓ નિશ્ચિત થઈ દૂરદૂરનાં પુસ્તકાલયોમાં પ્રવેશ મેળવીને અધ્યયન કરતા રહ્યા. ઈબ્નેસિનાએ તિબ્બી ચિકિત્સા અને દર્શન શાસ્ત્ર પર અનેક ગ્રંથ લખ્યા છે, જે વિદ્વાનોમાં માન્યતા પ્રાપ્ત છે.

ક્વાથ અથવા કાઢો જોવા-સાંભળવામાં અત્યંત સાધારણ અને સરળ એવો યોગ જાણાય છે, પરંતુ પરિણામની દૃષ્ટિએ ઊંડાણપૂર્વક જોતાં તેમાં અનુભવી ચિકિત્સકોની સંશોધનાત્મક બુદ્ધિની વિલક્ષણતાનો પરિચય મળે છે. કાઢો બનાવવામાં જે ઘટક દ્રવ્યોની પસંદગી કરવામાં આવી છે, તે રોગની જટિલતા તથા રોગીની પ્રકૃતિને ધ્યાનમાં રાખીને કરવામાં આવી છે. કેટલાંય વર્ષોના નિરંતર પ્રયોગ-પરીક્ષણ પછી આને હવે જનસાધારણ સમક્ષ ઉદ્ઘાટિત કરવામાં આવી રહ્યાં છે, જેથી તેનો લાભ દરેકને મળે. અહીં આપવામાં આવી રહેલા તમામ યોગ અનુભૂત તેમજ પરીક્ષિત છે. પથ્ય-પરેજની સાથે એનો ઉપયોગ કરવાથી બીમારીઓથી છુટકારો મળવો સુનિશ્ચિત છે.

અખંડ જ્યોતિના પાદ્યલા અંકોમાં 'ક્વાથ-ચિકિત્સા દ્વારા જીવનનો કાયાકલ્પ' શીર્ષક હેઠળ બ્રહ્મવર્ચસુ શોધ સંસ્થાનના જે સંશોધન નિષ્કર્ષ રજૂ કરવામાં આવ્યા છે, તેમાં ક્વાથ બનાવવાની વિસ્તૃત પદ્ધતિ પ્રસ્તુત કરવામાં આવી હતી. સાથે સાથે નવ પ્રકારના ક્વાથ અને બનાવવાની રીત વિસ્તારપૂર્વક બતાવી હતી. આની અંદર કાલમેઘ ક્વાથ, વાસા ક્વાથ, નિર્ગુંડી ક્વાથ, કુટજ ક્વાથ, અશ્વગંધા ક્વાથ, સરસ્વતી પંચક ક્વાથ, ત્રિકૃણાં ક્વાથ, અશોક ક્વાથ અને કાંચાનાર ક્વાથ સમાવિષ્ટ છે. અહીં જે ક્વાથોનું વર્ણન કરવામાં આવી રહ્યું છે, તે ખરેખર રોગ વિશેષ પર આધારિત છે. આ ક્રમમાં આજના વાતાવરણમાં સર્વવ્યાપી બની ગયેલા અને હઠામારીનું રૂપ ધારણ કરેલા રોગો અથવા વ્યાધિઓને પ્રમુખતા આપવામાં આવી છે. અધિકાંશ વ્યક્તિ આ રોગોના શિકાર થતી જોવા મળે છે.

અહીં બે ક્વાથનો ઉલ્લેખ કરવામાં આવી રહ્યો છે - (૧) વાતરોગનાશક ક્વાથ (૨) ઉચ્ચરક્ત ચાપ (High B.P.) નાશક ક્વાથ.

(૧) વાતરોગનાશક ક્વાથ :

આમાં નીચે જાણાવેલ ઔષધિઓ મેળવવામાં આવે છે - (૧) રાસ્ના પત્તી - ૨૦૦ (૨) અરડૂસી ૫૦ ગ્રામ (૩) એરંડમૂળ ૫૦ ગ્રામ (૪) દેવદાર ૫૦ ગ્રામ (૫) નાગરમોથ ૫૦ ગ્રામ (૬) સાટોડીનાં મૂળ ૫૦ ગ્રામ (૭) ગળો ૫૦ ગ્રામ (૮) શતાવર ૫૦ ગ્રામ (૯) ગરમાળાનો ગર ૫૦ ગ્રામ (૧૦) અતિવિષ ૫૦ ગ્રામ (૧૧) અશ્વગંધા ૫૦ ગ્રામ (૧૨) ગોખરુ(નાનાં) ૫૦ ગ્રામ (૧૩) વરધારા ૫૦ ગ્રામ (૧૪) વરિયાળી ૫૦ ગ્રામ (૧૫) કાંટાસરિયો ૫૦ ગ્રામ (૧૬) નાની

ભોરીંગાણી ૫૦ ગ્રામ (૧૭) મોટી ભોરીંગાણી ૫૦ ગ્રામ (૧૮) ધાણા ૫૦ ગ્રામ (૧૯) નાની પીપર ૫૦ ગ્રામ (૨૦) સૂંઠ ૫૦ ગ્રામ (૨૧) હરડે ૫૦ ગ્રામ (૨૨) ચવક ૫૦ ગ્રામ (૨૩) ઘોડાવજ ૫૦ ગ્રામ (૨૪) કચૂર ૫૦ ગ્રામ (૨૫) બલામૂળ ૫૦ ગ્રામ (૨૬) ધમાસો ૫૦ ગ્રામ (૨૭) દશમૂળ ૧૦૦ ગ્રામ (૨૮) બૃહત્ વાતચિંતામણિ અથવા યોગેન્દ્ર રસ ૧ ગ્રામ (૨૯) બૃહત્ સૂતશેખર રસ ૧ ગ્રામ (૩૦) મુક્તાપિષ્ટી ૨ ગ્રામ (૩૧) પ્રવાલપિષ્ટી ૪ ગ્રામ

વાતરોગનાશક ક્વાથ બનાવવા માટે ઉપર જાણાવેલ વનોષધિઓને ક્રમાંક (૧) થી ક્રમાંક (૨૬) સુધી જાણાવેલ માત્રા અનુસાર લઈ ખાંડીને તેમનો અધકચરો પાઉડર બનાવી લેવો. તેમાંથી ૫-૬ ચમચી (૩૦ ગ્રામ) પાઉડર લઈ રાત્રે સ્ટીલના એક વાટકામાં અડધા લિટર પાણીમાં પલાળવો અને સવારે ધીમે તાપ પર મૂકી દેવો. ઊકળતાં ઊકળતાં ચતુર્થાંશ રહે ત્યારે ગેસ પરથી ઉતારીને ઠંડો થયે સ્વચ્છ કપડાથી ગાળી લેવો. ક્વાથ તૈયાર છે. તેમાંથી અડધો ભાગ સવારે ૮ થી ૧૦ વાગ્યા સુધીમાં અને અડધો ભાગ સાંજે ૪ - ૬ વાગ્યા સુધીમાં પી લેવો જોઈએ.

ક્વાથ પીવાની સાથેસાથે ક્રમાંક (૨૮) થી ક્રમાંક (૩૧) સુધીની ચીજોને નિર્ધારિત માત્રામાં લઈને એકસાથે વાટીને તેની એક સરખી માત્રાની ૧૫ પડીકી બનાવી લેવી અને એક પડીકી સવારે - એક સાંજે મધ સાથે નિત્ય લેતા રહેવું. ક્વાથની સાથે આનું સેવન કરવાથી રોગીને અધિક લાભ થાય છે. પડીકીઓ ખલાસ થતાં તે જ પ્રમાણે ફરીથી પડીકીઓ બનાવી ઉપયોગ કરવો જોઈએ. ઘણું કરીને જોવામાં આવ્યું છે કે સાઈટિકા રોગ અને કટિશૂલથી પીડાતા દર્દી જે કાઢો પીવાની સાથેસાથે જ હરસિંગાર (પારિજાત)નાં ૨૧ પાંદડાંની (લીલાં) ચટાણી બનાવીને રોજ લેતા રહે તો થોડાક જ દિવસોમાં તે રોગમુક્ત થઈ જાય છે. કમરની નીચેના ભાગમાં વાત પ્રકોપ થયેથી ક્વાથમાં કેસ્ટર ઓઈલ (એરંડિયું) મેળવીને પીવાડાવવું જોઈએ. અથવા જેને ક્વાથની સાથે આ રુચિકર ન લાગે, તેમાગે સાઈટિકા આદિમાં કેસ્ટર ઓઈલ ૧ ચમચાથી શરૂ કરી ૫ ચમચા સુધી વધારવું. આડા થાય ત્યાં સુધી લેવું. રાત્રે સૂતી વખતે ગરમ દૂધ અથવા હુંફાળા પાણીમાં મેળવીને લેવું જોઈએ. પીવામાં એ સુવિધાજનક રહે છે.

આ ક્વાથ દરેક પ્રકારના વાત(વાયુ) રોગ વિશેષ કરીને આમવાત, વાતજ વિકાર, કફજ વિકાર, પશ્ચાદાત, મોનો લકવો જૂની વાતજ કે આમવાતજ પીડા, શરીર કંપવું, બાંવડાંના રોગ, વાતરોગ, હાડકાંનો દુઃખાવો, સંધિવા, મજ્જવાત, મૂત્રવિકાર, કષ્ટાર્તવ, વગેરેમાં ખૂબ લાભકારી સિદ્ધ થાય છે. વાતરોગમાં આમ પ્રકોપ અને લોહીમાં વિષવૃદ્ધિ પાણુ કારણભૂત હોય છે. એટલા માટે આ ક્વાથમાં રાસ્નાની સાથે સહાયક રૂપે દીપન, પાચન, આમશોષક, મૂત્રલ અને કફધન ઔષધિઓ મેળવવામાં આવે છે. રોગની પ્રકૃતિ અનુસાર આ ક્વાથમાં અજમોદાદિ ચૂર્ણ કે સૂક કે પીપરનું ચૂર્ણ મેળવીને પાણુ સેવન કરી શકાય છે.

(૨) ઉચ્ચ રક્તચાપ (હાઈ બી.પી.) નાશક ક્વાથ

હાઈ બ્લડપ્રેશર અર્થાત્ ઉચ્ચ રક્તચાપ આજે એક સામાન્ય બીમારી થઈ ગઈ છે. ખાણી-પીણી, રહેણી-કરણી, વાતાવરણ બધાએ મળીને આ ધમાચકડી ભયાં વર્તમાન સમયમાં ઘણુંખૂં મોટા ભાગની વ્યક્તિઓને આ મેહામારીની લપેટમાં લઈ લીધી છે. જે આને અંકુશમાં લેવામાં ન આવે તો વ્યક્તિ બ્રેનસ્ટ્રોક, હાર્ટ એટેક જેવી આકસ્મિક જનહાનિ માટે અથવા તો જીવનભર એનો અભિશાપ વહોરવા માટે વિવશ બની જાય છે. રોગનિયંત્રક એલોપથી દવાઓનું નિરંતર સેવન તાત્કાલિક રાહત તો પહોંચાડે છે, પરંતુ કાલાંતરે એના દુષ્પ્રભાવ પાણુ સામે આવે છે. આવી પરિસ્થિતિમાં આયુર્વેદની ક્વાથચિકિત્સા ખૂબ કારગત સાબિત થઈ છે. આ સંદર્ભમાં બ્રહ્મવર્ચસ્વ શોષ સંસ્થાનના ચિકિત્સાવિજ્ઞાનીઓએ જે સૂત્ર વિકસિત કર્યાં છે તે ઉચ્ચ રક્તચાપના દર્દીઓ માટે વરદાન સાબિત થયાં છે. ક્વાથ ચિકિત્સાનાં આશાતીત પરિણામ રજૂ કર્યાં છે.

ઉત્ત રક્તચાપનાશક ક્વાથમાં નીચેની યીજે મેળવવામાં આવે છે.

- (૧) બ્રાહ્મી ૧૦૦ ગ્રામ (૨) શંખપુષ્પી ૧૦૦ ગ્રામ
(૩) જટામાંસી ૨૦૦ ગ્રામ (૪) વિજ્યા ૨૦૦ ગ્રામ (૫) કાળીજીરી ૨૦૦ ગ્રામ (૬) અજમો ૫૦ ગ્રામ (૭) સર્પગંધા ૨૦૦ ગ્રામ (૮) સંચળ ૫૦ ગ્રામ (૯) અજમાનાં ફૂલ ૫૦ ગ્રામ (૧૦) આકડાનાં પાન (અર્ક કે મદાર) ૫ ગ્રામ (૧૧) અર્જુન ૧૦૦ ગ્રામ (૧૨) સાટોડી ૧૦૦ ગ્રામ (૧૩) સાજીખાર ૨૫ ગ્રામ (૧૪) મુક્તાપિષ્ટી ૧ ગ્રામ (૧૫) મુક્તાશુક્તિ ૨ ગ્રામ (૧૬) ચાંદીભસ્મ ૧ ગ્રામ (૧૭)

પ્રવાલપિષ્ટી ૨ ગ્રામ (૧૮) શંખભસ્મ ૨ ગ્રામ (૧૯) નવસાર અર્ધો ગ્રામ (૨૦) કામદુંધા રસ ૨ ગ્રામ

ઉપરની ઔષધિઓમાંથી નં. ૧ થી ૧૩ સુધીની ઔષધિ આપેલ માત્રામાં લઈ અધકચરો પાઉડર બનાવી હવાચુસ્ત ડબ્બામાં રાખવામાં આવે છે. દરરોજ તેમાંથી ૪-૫ ચમચી પાઉડરનો ક્વાથ અર્ધા લિટર પાણીમાં બનાવી રોગીને પાવામાં આવે છે. આની સાથોસાથ ૧૪થી ૨૦ સુધી યીજેને એકસાથે ખરલમાં ઘૂંટીને તેની સરખી માત્રાની ૧૨ પડીકી બનાવવામાં આવે છે. આ મુખ્યત્વે એસિડીટી રોકવાની દવા છે. આથી આની એક પડીકી વહેલી સવારે અને એક પડીકી સાંજે ત્રણ વાગે પાણી સાથે લેવી જોઈએ, કારણકે ઘણુંખૂં અમ્લીયતાનો ઉપદ્રવ એ જ સમયે આવે છે. પાણીની સાથે દરરોજ એક પડીકી લઈ લેવાથી એસિડીટીનો પ્રકોપ શાંત થઈ જાય છે.

ક્વાથ પીતી વખતે એ ધ્યાન રાખવું જોઈએ કે સવારનો ડોઝ જમ્યા પછી ત્રણ કલાક પછી લેવો અને રાત્રિનો ડોઝ ભોજન કર્યા પછી બે કલાક પછી. કાઢો પીધા પછી એક કલાક પછી પડીકી લેવી. રાત્રે કેવળ ક્વાથ જ પીવાનો છે. હાઈ બી.પી.ના દર્દીએ ભોજન પછી 'મહાશંખવટી'ની બે-બે ગોળીઓ સવાર-સાંજ પાણી સાથે લેતા રહેવાથી પાચનતંત્ર પાણુ બરાબર રહે છે અને પેટમાં બનનારા ગેસથી પાણુ છુટકારો મળે છે. હાઈ બી.પી.ના દર્દીએ સાંજનું ભોજન હંમેશાં અર્ધું પેટ ભરાય એટલું જ લેવું જોઈએ, રાત્રે ભાત બિલકુલ ન ખાવા જોઈએ.

કેટલીય વ્યક્તિઓને ક્વાથ બનાવવામાં અને પીવામાં ઝંઝટ લાગે છે. અથવા એમને એટલો સમય કે તક મળતાં નથી કે આ બધી ખટપટ કરી શકે. આવી સ્થિતિમાં સૌથી સરળ અને નિરાપદ ઉપાય એ છે કે ઉક્ત તમામ ૧ થી ૨૦ દ્રવ્યોને સારી રીતે ખાંડી લસોટીને ઝીણા કપડાંથી કપડછાણ કરીને બારીક ચૂર્ણ બનાવી લો. ધૂતકુમારીના ગરનો રસ બનાવી તેમાં આ બારીક ચૂર્ણ મેળવીને કણકની જેમ મસળી લો. સારી રીતે મસળાઈ જાય એટલે ૧-૧ રતીની ગોળી બનાવીને સૂકવી દો. હાઈ બી.પી. નાશક ગોળી તૈયાર ! એક એક ગોળી સવાર-સાંજ પાણી સાથે લો, ભોજન પછી મહાશંખવટીનું સેવન યથાવત ચાલતું રહેશે. ક્વાથ અને પડીકી લેવા નહિ પડે.

અહીં એ વાતનું અવશ્ય ધ્યાન રાખવું પડશે કે પડીકીવાળી યીજે મેળવીને જે છ દિવસના ૧૨ ડોઝ બનાવીએ તે પૂરા થતાં જ બીજા ડોઝ ફરીવાર બનાવવા પડે છે, પરંતુ ગોળીમાં આવો પ્રશ્ન રહેતો નથી. એમાં તમામ ઘટક દ્રવ્યના પ્રમાણમાં બનાવતી વખતે જ વધારો કરવામાં આવે છે. ○

આયુર્વેદમાં જાણાવ્યા પ્રમાણે દેશી ગાયનું ધી અમૃત સમાન સ્વાસ્થ્યકારક, રસાયન, અગ્નિપ્રદીપક, શક્તિ, બળ, વૃદ્ધિ, કાંતિ, લાવણ્ય, તેજ, આયુષ્યવર્ધક છે. આ સ્નિગ્ધ, સુગંધિત, રુચિકર, મેધા અને સ્મરણ શક્તિને વધારનાર, શુક્રવર્ધક, વિષનાશક, ત્રિદોષનાશક, શ્રમનિવારક અને સ્વરને મધુરતા પ્રદાન કરે છે. ગાયનું ધી હંમેશાં દૂધને જમાવીને, દહીં બનાવીને તેને ફીણીને માખાણ કાઢીને તે ગરમ કરીને બનાવવું જોઈએ. કીમમાંથી બનાવવામાં આવેલું ધી અપેક્ષાકૃત ઓછું ઉપયોગી હોય છે.

ગાયના ધીથી માઈગ્રેન, રક્તવિકાસ, પાંડુરોગ, કમળો, આંતરડાંનો રોગ, ગડગૂમડ, સાંધાનાં દર્દ, ઘા, સોજા, સફેદ દાગ અને રક્તપિત્ત જેવા રોગોની ચિકિત્સા થાય છે. અનેક આયુર્વેદિક શાસ્ત્રીય યોગોમાં ગાયના ધીનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. ઘણી આયુર્વેદિક ફાર્મસીઓ ઘૃત બનાવીને વેચે પણ છે. જેમકે અર્જુન ઘૃત-હૃદય રોગ, ચિત્રાઘ ઘૃત-સંગ્રહણી બરોળ સ્વાસ, ક્ષય અને આફરો ચડવો, મહાખદિર ઘૃત-ચામડીના અને કુષ્ઠ રોગ, મહાપંચગવ્ય ઘૃત-વાઈ, અનિદ્રા, સ્મૃતિક્ષીણતા આદિ મૃત્યુપાશ્ચશ્ચૈદી ઘૃત-સાપ, ઝેરી જંતુઓ અને ઉંદરના વિષ નાશક, ફલઘૃત-વંધ્યા દોષ નાશક, મહાગૌર્યાઘ ઘૃત-નાકસૂર, જખ્મ અને ઘા, પંચકોલાદિ ઘૃત અથવા ષટપલ ઘૃત-પેટનો ગોળો ચડવો, તાવ, ઉદર રોગ, ગ્રહણી, મંદાગ્નિ, સ્વાસ, ખાંસી, સોજા અને ઊર્ધ્વવાયુનાશક.

ચામડીના રોગ અને ગૂમડાં પર લગાવવા માટે ગાયના ધીને વારંવાર પાણીમાં ધોઈને પ્રયોગ કરવો જોઈએ. પાણીથી ધોયેલા ધીનો ઉપયોગ ખાવામાં કરવો ન જોઈએ. તાવ, કોલેરા, અરુચિ, મંદાગ્નિ આદિ રોગોમાં ધીનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ નહીં.

જૂનું ઘૃત :

ગાયનું ધી જેટલું જૂનું થતું જાય એટલું જ ગુણવર્ધક થતું જાય છે. જૂનું ધી તીક્ષ્ણ, ખાટું, તીખું, ઉષ્ણ,

શ્રવાણશક્તિ વધારનારું, ઘાને મટાડનારું, યોનિ રોગ, મસ્તક રોગ, નેત્ર રોગ, કર્ણ રોગ, મૂચ્છા, જ્વર, સ્વાસ, ખાંસી, સંગ્રહણી, ઉન્માદ, કૃમિ, વિષ આદિ દોષોનો નાશ કરે છે. બસ્તી કર્મ અને નશ્યરૂપે એનો પ્રયોગ થાય છે. દસ વર્ષ જૂના ધીને કોંચ, અગિયાર વર્ષ જૂના ધીને મહાઘૃત કહે છે.

ગોઘૃતનો પ્રયોગ :

યજ્ઞમાં દેશી ગાયના ધીની આહુતિઓ આપવાથી પર્યાવરણ શુદ્ધ થાય છે. ગાયના ધીમાં ચોખા મેળવીને યજ્ઞમાં આહુતિઓ આપવાથી ઈથિલીન, ઓક્સાઈડ અને ફોર્મોલ્ડિહાઇડ નામના યૌગિક ગેસ રૂપે ઉત્પન્ન થાય છે. આનાથી પ્રાણવાયુ શુદ્ધ થાય છે. આ બંને યૌગિક જીવાણુરોધક હોય છે. આનો પ્રયોગ ઓપરેશન થિયેટરને જંતુ રહિત કરવા માટે આજે પણ થાય છે.

પ્રાતઃ સૂર્યોદય સમયે અને સાયંકાલ સૂર્યાસ્ત સમયે ગાયનું ધી અને ચોખા મેળવીને બે-બે આહુતિઓ નિમ્નલિખિત મંત્ર વડે આપવાથી આસપાસનું વાતાવરણ કીટાણુરહિત થઈ જાય છે. દેશી ગાયના છાણમાંથી ઘણાં નાનાં-નાનાં છાણાં બનાવીને તેને સૂકવીને એકસાથે ભેગાં મૂકી દેવામાં આવે અને તેને સળગાવી દેવામાં આવે. જ્યારે ધુમાડો નીકળતો બંધ થઈ જાય, ત્યારે તેને ઢાંકી દો. જેથી તે ઓલવાઈ જશે. આને એકઠાં કરીને મૂકી દો, એક ટુકડો લઈ તેને ગેસના ચૂલાના બર્નર ઉપર મૂકીને બર્નર સળગાવવું, તો અતિશીઘ્ર કોલસો સળગવા લાગશે. એના પર બે ટીપાં ધીનાં નાંખવાથી યજ્ઞાગ્નિ પ્રજ્વલિત થઈ જાય છે. આ અગ્નિમાં ધી અને ચોખાની બે આહુતિઓ નિમ્નલિખિત મંત્રી બોલીને આપવી જોઈએ.

સૂર્યોદય સમયે : પ્રજાપતયે સ્વાહા । પ્રજાપતયે ઈદં ન મમ્ ।

સૂર્યાય સ્વાહા, સૂર્યાય ઈદં ન મમ ।

સૂર્યાસ્ત સમયે : પ્રજાપતયે સ્વાહા । પ્રજાપતયે ઈદં ન મમ । અગ્નયે સ્વાહા, અગ્નયે ઈદં ન મમ ।

ગાયના ધી વડે આહુતિઓ આપવાથી એ જોવા મળ્યું છે કે જેટલું દૂર સુધી યજ્ઞના ધુમાડાનો પ્રભાવ ફેલાય છે. તેટલું દૂર સુધી વાયુમંડળમાં કોઈ પ્રકારનાં જંતુ રહેતાં નથી. તે ક્ષેત્ર પૂર્ણપણે જંતુઓથી મુક્ત થઈ જાય છે.

કૃત્રિમ વર્ષા કરાવવા માટે વૈજ્ઞાનિક પ્રોપલીન ઓક્સાઈડ ગેસનો પ્રયોગ કરે છે. ગાયના ધી વડે આહુતિ આપવાથી આ ગેસ પ્રાપ્ત થાય છે. મથુરામાં અનેક પ્રયોગ યજ્ઞ દ્વારા વર્ષા કરાવવા માટે કરવામાં આવ્યા, જે સફળ રહ્યા. પ્રાચીન સમયમાં ભૂજલનો ઉપયોગ કૃષિમાં સિંચાઈ માટે થતો ન હતો. યજ્ઞ થતા રહેવાના કારણે સમયાંતરે વર્ષા થતી રહેતી હતી.

ગોઘૃતનો ઔષધીય ઉપયોગ :

સ્મરણ શક્તિને વધારવા માટે પ્રતિદિન રાત્રે સૂતી વખતે બે-બે ટીપાં દેશી ગાયનું હુંફાળું ધી નાકનાં બંને છિદ્રોમાં નાખો. આ ધી આખી રાત મસ્તિષ્કને પ્રાણવાયુ પહોંચાડતું રહે છે. અને વિદ્યુત તરંગોથી મસ્તિષ્કને ચાર્જ કરતું રહે છે. આના કારણે મસ્તિષ્કની શક્તિ ઘણી જ વધી જાય છે. જે આ ક્રિયા સવારે, બપોરે અને રાત્રે સૂતી વખતે

ઘણા મહિના સુધી કરવામાં આવે, તો શ્વાસના પ્રવાહમાં આવનારાં વિદ્યનો દૂર થઈ જાય છે, અને અનેક જૂના રોગ ઠીક થઈ જાય છે. આના દ્વારા મસ્તિષ્કની અનેક ગ્રંથિઓનું સ્નેહન થતું રહે છે, શુષ્કતા, સોજા, રક્તસ્રાવ, શરદી સાયનસ સંક્રમણ, નાસિકા, ગાંઠ આદિ સારાં થઈ જાય છે. અને વાયુ માર્ગ ખૂલી જવાથી શ્વાસનાં વિદ્યનો દૂર થઈ જાય છે. નાકમાં ધી નાખવાની સાથેસાથે બે ટીપાં ધી નાભિમાં નાખીને પછી આંગળીથી બંને બાજુ ધોડી વાર ફેરવો. ગાયના ધીથી તળિયામાં માલિશ કરવી, આના લીધે ઘણીજ સારી ઊંઘ આવે છે, શાંતિ અને આનંદ પ્રાપ્ત થાય છે. આવું કરવાથી મસ્તિષ્ક નિદ્રા લાવનારાં હારમોન નીકળે છે, જેના કારણે ગાઠ નિદ્રા આવે છે. ગાયના ધીનો દીપક દરરોજ સળગાવવાથી ઘણો જ લાભ થાય છે. વિદ્યાર્થીઓ માટે સ્મરણશક્તિ વધારવા માટે નાભિમાં બે ટીપાં ગોઘૃત નાખીને પછી ભીનાં કપડાંની પટ્ટી તેના ઉપર રાખો અને પછી તેના ઉપર સૂકાં કપડાંની પટ્ટી રાખો. દરરોજ વીસ મિનિટ આવું કરો. આનાથી ઉદરરોગ દૂર થઈને સ્મરણશક્તિ વધે છે. બ્રાહ્મી ઘૃત લગાવવાથી ઘણો વધુ લાભ થાય છે. ○



મધુવર્ત નામનો એક વૈશ્ય મહારાજ સમુદ્રદત્તને ત્યાં નોકરી કરતો હતો. એક દિવસ મધુવર્ત જંગલમાંથી પસાર થઈ રહ્યો હતો કે તેને એક અવાજ સંભળાઈ પડ્યો - “સાત ઘડા ઘન લઈશ ?” કોઈ દેખાયું નહીં, પરંતુ લાલચુ મધુવર્ત ‘હા’ કહી દીધું. અદૃશ્ય અવાજે કહ્યું, “જાઓ, તારા ઘરે પહોંચાડી દેવામાં આવશે.” મધુવર્ત ઝડપથી ઘર તરફ ચાલી નીકળ્યો. ઘરે પહોંચતાં જ તેની પત્નીએ સાત ઘડા ઘનના શુભ સમાચાર તેને સંભળાવ્યા. મધુવર્ત ઘણા જ આનંદ સાથે સાત ઘડાઓને જોયા, છ ઘડા તો પૂરા ભરેલા હતા, પરંતુ એક થોડો ખાલી હતો તેણે વિચાર્યું, આ પણ પૂરો ભરેલો હોવો જોઈએ અને જે પહેલાંની કમાણી બચાવીને રાખી હતી તે પણ, બધી જ તેમાં નાંખી દીધી, છતાં પણ તે ખાલી જ રહ્યો. હવે કરકસરથી રહીને મધુવર્ત બચત કરીને તેમાં મૂકવા લાગ્યો. રાજાને પગાર વધારવાનું કહ્યું, તે પણ વધારી દેવામાં આવ્યો. રાજાએ તેની હાલત જોઈને એક દિવસ પૂછી નાંખ્યું - “ક્યાંક સાત ઘડા ઘન નથી બંધી આવ્યો.” મધુવર્ત બોલ્યો - “હા, મહારાજ !” મહારાજ સમુદ્ર દત્ત બોલ્યા - “તે પાછું આપી આવ અન્યથા તારી હાલત આવી ખરાબ જ રહેશે.” મધુવર્ત એવું જ કર્યું અને તે સ્થાન પર જઈને કહી દીધું - “તમારા ઘડા લઈ આવો.” સાતેય ઘડા ઘરેથી ગાયબ થઈ ગયા. તેની સાથે જ મધુવર્તની કમાણી જતી રહી. પછીથી મહારાજે જણાવ્યું કે એ ઘન યજ્ઞનું હતું. તેણે મને પણ કહ્યું હતું, પરંતુ મેં ના કહી હતી. ખરેખર લોભ અને તૃષ્ણા યજ્ઞની જેમજ માયાવી હોય છે. એ મનુષ્યનાં સુખ; શાંતિ અને જીવનનો સહજ આનંદ છીનવી લે છે.



શિષ્ય સંજીવની શિષ્યો માટે પ્રાણદાયિની ઔષધિ છે. આનું પ્રત્યેક સૂત્ર ફક્ત જેમના હૃદયમાં શિષ્ય થવાની સાચી ઈચ્છા છે, જે સદ્ગુરુનાં પ્રત્યે સર્વસ્વ સમર્પણમાં પોતાની ઓળખ શોધવા ઈચ્છે છે એમના માટે જ છે. ધ્યાન રહે, શિષ્યનો અર્થ છે, જે શીખવા માટે રાજી છે, જે ઝૂકવા તૈયાર છે જેના માટે જ્ઞાન, અહંકાર કરતાં અધિક મૂલ્યવાન છે, જે એ ભાવદશામાં જીવી રહ્યો છે કે હું શિષ્યત્વની સાધના માટે બધું જ છોડવા માટે તૈયાર છું, હું મારી જાતને સમર્પિત કરવા પાણ તૈયાર છું. શિષ્યત્વનો અર્થ છે - એક ગહન વિનમ્રતા. શિષ્ય એ જ છે, જે સ્વયંને નમાવીને, સ્વયંના હૃદયને પાત્ર બનાવે.

તમે અને હું ગમે તેટલા તરસ્યા કેમ ન હોઈએ, પરંતુ વહેતી જલધારા ક્યારેય પાણ છલાંગ મારીને આપણા હાથમાં આવવાની નથી. એનો અર્થ એવો નથી કે જલધારા આપણી ઉપર નારાજ છે. ઊલટું તે તો દરેક ક્ષણે પ્રત્યેકની તરસ છિપાવવા માટે તત્પર છે, પરંતુ આને માટે કેવળ આપણે ઝૂકવું જ નહિ પડે, પરંતુ ઝૂકીને અંજલિ બનાવીને નદીનો સ્પર્શ કરવો પડશે. પછી તો આપોઆપ જ વહેતી જલધારા આપણા હાથમાં આવી જશે. તો આ શિષ્ય સંજીવની સૂત્રો એમને માટે છે, જે ઝૂકવા માટે તૈયાર છે. ફક્ત તરસ પર્યાપ્ત નથી હોતી, તેને માટે અંજલિ બનાવીને ઝૂકવું પાણ પડશે.

જેમના મન - અંતઃકરણમાં ફક્ત એક જ ભાવ અંકુરિત પલ્લવિત, પુષ્પિત થાય છે કે સદ્ગુરુના ચરણોમાં હું નાશ પામું તો પાણ કોઈ નુકસાન નથી, પરંતુ જીવનનું રહસ્ય મારી સમજમાં આવી જાય. જે વિચારે છે કે હું મારા સદ્ગુરુનાં ચરણોની ધૂળ ભલે થઈ જાઉં, પરંતુ તેમની કૃપા દ્વારા જાણી લઉં કે જિંદગીનો અસલી સ્વાદ શું છે ? અર્થ શું છે ? પ્રયોજન શું છે ? હું શા માટે છું અને કેમ છું ? બંસ, આવી જ ભાવચ્રદ્વા ધરાવતા શિષ્યો માટે શિષ્ય સંજીવનીની આ સૂત્ર કથા છે. આની અંદરનાં પ્રત્યેક સૂત્ર નવાગંતુક શિષ્યો માટે શિષ્ય પરંપરાની મહાનતમ વિભૂતિઓ તરફથી નિર્દેશ વાક્ય છે. આને સંપૂર્ણ પાણે માનવું એ જ શિષ્યત્વ સાધનાની ગહનતામાં પ્રવેશ કરવાનું છે.

જે આ મહાસાધના માટે તૈયાર છે, તેમના માટે શિષ્ય સંજીવનીનું પ્રથમ સૂત્ર છે - મહત્વાકાંક્ષાને દૂર કરો, કારણકે

શિષ્યો માટે મહત્વાકાંક્ષા પહેલો અભિશાપ છે. જે કોઈ પોતાના સાધનાપથ પર આગળ વધી રહ્યું છે, તેને આ મોહિત કરીને પથ પરથી વિચલિત કરી નાંખે છે. સત્કર્મો અને પુણ્યોને સમાપ્ત કરવા માટેનું આ સૌથી સરળ સાધન છે. બુદ્ધિમાન, પરમ સમર્થ અને મહાતપસ્વી લોકો પાણ આની જાળમાં ફસાઈને એકધારા પોતાની ઉચ્ચતમ સંભાવનાઓમાંથી સ્ખલિત થતા રહે છે. મહત્વાકાંક્ષા ગમે તેટલી સંમોહક અને આકર્ષક કેમ ન હોય, પરંતુ એનાં ફળ ચાખતી વખતે મોંમાં ધૂળ-રાખ બની જાય છે. મૃત્યુ અને વિયોગની જેમ જ આના દ્વારા પાણ એ જ શીખ મળે છે કે સ્વાર્થ માટે, અહંના વિસ્તાર માટે કાર્ય કરવાથી પરિણામમાં ફક્ત નિરાશા જ મળે છે. મહત્વાકાંક્ષા પ્રકારાંતરે સાધનાનો મહાવિનાશ જ છે.

આ અનુભવ જેમણે શિષ્યની દુર્ગમ અને સફળતમ સાધના કરી છે એ સૌનો છે, મહત્વાકાંક્ષા અને શિષ્યત્વનો કોઈ રીતે મેળ નથી, શિષ્ય બનવા માટે સ્વયંને ઓગાળવું, તપાવવું અને મિટાવવું પડે છે, જેથી ખાલી થઈ શકાય. પાત્ર બની શકાય અને આ પાત્રતાને સદ્ગુરુના અનુદાનથી પરિપૂર્ણ કરી શકાય. મહત્વાકાંક્ષા આ પ્રક્રિયાની એકદમ વિરોધી છે. એ કંઈક થવાની વાસના છે. પોતાની ક્ષુદ્રતાઓને પોષવાનું પાણવપણું છે.

મહત્વાકાંક્ષી વ્યક્તિ હંમેશાં પોતાની ક્ષુદ્રતાઓથી ઘેરાયેલો રહે છે. મહત્વાકાંક્ષામાં રહેલ સત્યનું જે મનોવૈજ્ઞાનિક વિશ્લેષણ કરે તો એ જ તથ્ય સામે આવે છે, કે જે જેટલું વધારે આત્મહીનતાથી ગ્રસ્ત છે, તે તેટલું જ તેના પાશમાં જકડાઈ જાય છે. આવી વ્યક્તિ હંમેશાં અન્યના ધન, પદ, સ્વાસ્થ્ય, વૈભવને જોઈને લલચાતી રહે છે. તેને દરેક ક્ષણે એવું જ લાગ્યા કરે છે કે આના જેવો બની જાઉં, પેલાના જેવો બની જાઉં. આ ભટકાવ હંમેશાં તેને આત્મવિમુખ બનાવી રાખે છે. આ મનોદશામાં પોતાની સંભાવનાઓને જાણવાનું, શોધવાનું અને સાકાર કરવાનું ભાન જ આવતું નથી.

એટલા માટે પ્રત્યેક સદ્ગુરુ પોતાના શિષ્યને પ્રથમ નિર્દેશ એ જ આપે છે કે મહત્વાકાંક્ષાને દૂર કરો. તમારે કોઈના જેવા

થવાનું છે એ ખ્યાલ છોડી દો. સદ્ગુરુ કહે છે કે તારે તો ફક્ત એક જ વિચારને ધ્યાનમાં રાખવાનો છે કે પરમાત્માએ તને કેવો અને શા માટે બનાવ્યો છે તે જાણવાનું છે. પ્રત્યેક મનુષ્ય ઈશ્વરનો સનાતન અંશ છે, આ સત્યને અનુભવવાનું છે. આને માટે કોઈ અન્યની કોટોકોપી થવાની કોઈ જ જરૂર નથી. આત્મતત્ત્વ તો હંમેશાં પોતાની અંદર રહેલું છે. એને ફક્ત જાણી લેવાનું છે.

આત્મતત્ત્વની અનુભૂતિ માટે, પોતે જ પોતાને, સ્વયંના સાચા સ્વરૂપને અનુભવવા માટે કશું જોડવાનું નથી. ફક્ત કંઈક ઘટાડવાનું છે. જે કુસંસ્કારોનો, દુષ્પ્રવૃત્તિઓનો કચરો એકઠો કરી લીધો છે, તેને ઓગાળીને દૂર કરવાનો છે. હીરો તો છે કચરાના ઢગલામાં, માત્ર કચરો દૂર હટાવીને હીરાને શોધી લેવાનો છે. આને માટે નથી કોઈ નકલ કરવાની જરૂર કે નથી કોઈ મહત્વાકાંક્ષાની જરૂર.

મહત્વાકાંક્ષાથી ફક્ત દુઃખ, ઈર્ષ્યા અને હિંસા જ જન્મ લે છે. જેનામાં જેટલી વધુ મહત્વાકાંક્ષા, તે તેટલો જ દુઃખી અને અશાંત રહે છે. જર્મન દાર્શનિક શ્લેગલે ત્યાં સુધી કહી નાંખ્યું છે કે મહત્વાકાંક્ષા ભયાનક બીમારી છે. મનુષ્ય જાતિ અને માનવીય સભ્યતાનું જેટલું નુકસાન આ બીમારીના કારણે થયું છે તેટલું અન્ય કોઈ કારણે થયું નથી. શ્લેગલના મતાનુસાર

માનવ આ બીમારીથી જેટલો જલદી દૂર જશે એટલું જ શ્રેયસ્કર છે. સત્ય-સાધના જેમના જીવનનું સાધ્ય છે, તેમણે આ અભિશાપને કોઈ પણ રીતે પોતાની પાસે ફરકવા દેવો જોઈએ નહીં.

જેમનું જીવન મહત્વાકાંક્ષાથી ઝલંકિત છે, તે ક્યારેય શિષ્ય હોઈ શકતા નથી. જેમની જિંદગી મહત્વાકાંક્ષાઓથી અભિશપ્ત(અભિશાપ પામેલ) છે, તેવાને ક્યારેય સદ્ગુરુનું શરણ મળતું નથી. એટલા માટે શિષ્યત્વની સાધના કરનારાઓને માટે મહાન ગુરુભક્તોનો નિર્દેશ એ જ છે કે મહત્વાકાંક્ષા છોડો, સરખામણીની પ્રવૃત્તિ છોડો. બસ, એક જ વાતની ચિંતા કરીએ કે આપણે પોતાને કઈ રીતે સંપૂર્ણપણે સદ્ગુરુને સોંપીએ ? જે આપણું જીવન મહત્વાકાંક્ષાથી રહિત છે તો કૃપાળુ સદ્ગુરુ આમાંથી ભગવત્સત્તાને પ્રગટ કરી દેશે. આત્મતત્ત્વની દિવ્યતાથી જીવન આપોઆપ જ મહેકી ઊઠશે. સમસ્ત દિવ્યતાઓ આપમેળે જ અસ્તિત્વમાં સાકાર થઈ શકશે. બસ આવશ્યકતા શિષ્ય સંજીવનીના પ્રથમ સૂત્રને આત્મસાત્ કરવાની છે. આ પ્રથમ સૂત્ર પર જેમ જેમ મનન પ્રગાઢ થશે, તેમ તેમ આપણી ચેતના દ્વિતીય સૂત્ર માટે તૈયાર થઈ જશે.

(ક્રમશઃ)

રાજકુમાર એક ચિત્તાનો પીછો કરી રહ્યો હતો. તે ઘવાઈને ઝાડીઓમાં છુપાઈ ગયો હતો. રાજકુમાર ઘોડાને ઝાડીની આજુબાજુ ફેરવી રહ્યો હતો, પરંતુ છુપાયેલા ચિત્તાને બહાર કાઢવામાં તેમને સફળતા મળતી ન હતી.

ખેડૂતની છોકરી આ દૃશ્ય જોઈ રહી હતી. તેણે રાજકુમારને કહ્યું, 'ઘોડો ઘોડાવવાથી અમારાં ખેતર ખરાબ થઈ રહ્યાં છે. આપ વૃક્ષની છાયામાં બેસો, ચિત્તાને હું મારીને લઈ આવું છું. તે એક મોટો ડંડો લઈને ઝાડીમાં ઘૂસી ગઈ અને મલ્લયુદ્ધ કરી ચિત્તાને પછાડી દીધો. તેને ઢસડીને તે બહાર લઈ આવી અને રાજકુમારની સામે પટકી દીધો.

આ પરાક્રમ જોઈ રાજકુમાર હંગ રહી ગયો. તેણે ખેડૂતને વિનંતી કરી અને તે છોકરી સાથે વિવાહ કર્યો. પ્રખ્યાત યોદ્ધો હમ્મીર આ સ્ત્રીની કૃપે જન્મ્યો હતો. માતાઓને અનુરૂપ સંતાનનું નિર્માણ થાય છે.



જ્યાં વિવેક છે, ત્યાં વૈરાગ્ય હશે જ

અંતર્યાત્રાનું વિજ્ઞાન સાધના સંદેશ છે. આમાં પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવ અને મહર્ષિ પતંજલિના અનુભવો મળ્યા છે. આ મહાયોગીઓના અનુભવનો સ્પર્શ હંમેશાં સાધકોને નવસ્ફૂર્તિ આપે છે. જે સાધક છે, તેમને પ્રતિમાસ આ દેવી સંદેશાની ઘણી જ આતુરતાથી પ્રતીક્ષા રહે છે, કેમકે આને વાંચવાથી, આના પર મનન-ચિંતન કરવાથી તેમની સાધના સંબંધી અનેક સમસ્યાઓનું સમાધાન થાય છે. સાધના પથ પર વિખરાયેલા અગણિત કંટક આપમેળે જ દૂર થતા રહે છે. નવાં-નવાં સાધના રહસ્યોનો મર્મ અંતર્દષ્ટિમાં ઉજ્જગર થતો રહે છે. અંતર્યાત્રાની દુર્ગમતા-જટિલતા સ્વયં સુગમ થઈ જાય છે. આ અનુભવ કોઈ એક વ્યક્તિનો નથી, પરંતુ એ અગણિત સાધકોનો છે, જે દઢનિષ્ઠ થઈને સંકલ્પિત અને સમર્પિત ભાવથી સાધનારત છે.

આવા નિષ્ઠાવાન સાધક જ્યારે-ત્યારે પોતાની અનુભૂતિઓને મોકલતા રહે છે. શબ્દોથી છલકાતી તેમની આધ્યાત્મિક સંપદા આ દેવી સંદેશની સાર્થકતા વર્ણવે છે. એ વાત અલગ છે કે આ સાધના સંદેશનો મર્મ ફક્ત સાધક જ સમજી શકે છે. જે સાધક છે જ નહીં, તેમને માટે આ બૌદ્ધિક આયોજન માત્ર છે. આવા લોકોને આનો શબ્દ પરિચય તો મળે છે, પરંતુ આમાં અંતર્નિહિત અખૂટ આધ્યાત્મિક સંપદાથી તેઓ વંચિત રહી જાય છે. એટલા માટે જે આના તત્વને, સત્યને જાણવા ઈચ્છે છે, તેમણે યોગ સાધનાની ગહનતામાં ઊતરવું જ પડશે. જિન ખોજ તિન પાઈયાં ગહરે પાની પૈકિ । કબીરબાબાનું આ વચન આ યોગકથાના વિષયમાં સંપૂર્ણ સાર્થક છે. પાછલી કડીમાં એ બતાવવામાં આવ્યું હતું કે અભ્યાસની સાચી વિધિ શું છે ? અભ્યાસની સફળતા માટે, (૧) લાંબો સમય, (૨) નિરંતરતા, (૩) ભાવભરી શ્રદ્ધા અને (૪) દઢ નિષ્ઠા, આ ચાર તત્વો હોવાં જરૂરી છે. જે સાધના અભ્યાસમાં આ ચાર તત્વો સાથે રહેશે તો સાધના પોતાનું ચમત્કારિક પરિણામ પ્રસ્તુત કર્યા વગર રહેશે નહીં, પરંતુ વ્યાવહારિક જીવનમાં જોવા મળે છે કે અનેક પ્રયત્નો છતાં સાધક આ ચાર તત્વો સાથે રાખી શકતો નથી. આ ચારમાંથી ક્યારેક કોઈક છૂટી

જાય છે તો ક્યારેક કોઈક રહી જાય છે. ઈચ્છા હોવા છતાં પણ સાધનામાં જુસ્સો ઉત્પન્ન થઈ શકતો નથી.

આ સમસ્યાનું સમાધાન મહર્ષિ પતંજલિ આગળના સૂત્રમાં કરે છે. તેઓનું કહેવું છે કે સાધનામાં જ્યાં સુધી સાધક વૈરાગ્યથી વંચિત છે. ત્યાં સુધી જુસ્સો આવી શકે નહીં. વૈરાગ્યવિહીન સાધનામાં પહેલાં તો ગતિ અને જુસ્સો ઉત્પન્ન થતાં જ નથી, કદાચ કોઈ કારણે સંકલ્પની દઢતા પર એવું થઈ પણ ગયું તો આનાથી માત્ર ભૌતિક પ્રયોજન જ પૂરાં થઈ શકે છે. વૈરાગ્ય વગર ગમે તેવી અને ગમે તેટલી સાધના કરવામાં કેમ ન આવે, એનાં આધ્યાત્મિક પરિણામ હોતાં નથી. આવાને ક્યારેય પણ આત્મજગતિની અનુભૂતિ થઈ શકતી નથી. આત્મજગતિ અને આધ્યાત્મિક સંપદાની પ્રાપ્તિનો એક જ ઉપાય છે - વૈરાગ્ય. મહર્ષિના સ્વરોમાં આ વૈરાગ્યનું સૂત્ર છે -

દુષ્ટાનુશ્રવિક વિષયવિતૃષ્ણસ્ય વશીકારસંજ્ઞા વૈરાગ્યમ્ ॥ ૧/૧૫

દુષ્ટાનુશ્રવિક વિષયવિતૃષ્ણસ્ય - જોયેલા અને સાંભળેલા વિષયોમાં સર્વથા તૃષ્ણારહિત ચિત્તની, વશીકાર સંજ્ઞા - જે વશીકાર નામની અવસ્થા છે તે, વૈરાગ્યમ્ - વૈરાગ્ય છે.

એટલે વૈરાગ્ય, નિરાકાંક્ષાની 'વશીકાર સંજ્ઞા' નામની પહેલી અવસ્થા છે. ઈન્દ્રિય સુખોની તૃષ્ણામાં સચેતન પ્રયાસ દ્વારા ભોગાસક્તિની સમાપ્તિનું નામ વૈરાગ્ય છે.

મહર્ષિ પતંજલિના મત પ્રમાણે વૈરાગ્યની બે ભાવદશાઓ છે, (૧) સાધન વૈરાગ્ય, (૨) સિદ્ધ વૈરાગ્ય અને એમ પણ કહી શકાય છે, (૧) અપર વૈરાગ્ય, (૨) પર વૈરાગ્ય. આ સાધન વૈરાગ્ય અથવા અપર વૈરાગ્યને જ વશીકાર સંજ્ઞા આપવામાં આવી છે. આનો જ અર્થ થાય છે, જોયેલા અને સાંભળેલા વિષયો પ્રત્યે વિતૃષ્ણા, એના પ્રત્યે ભોગાસક્તિ ન હોવી. આ વિષયભોગો માટે મનમાં ઊંડી નિરાકાંક્ષા. આવું થવું એ જ વૈરાગ્ય છે. આનાથી જ સાધના અભ્યાસને ઊર્જા મળે છે. પ્રકારાંતરે વૈરાગ્યને અભ્યાસનો ઊર્જા સ્રોત પણ કહી શકાય છે.

સાધકોના મનમાં ઘણું ખડું જિજ્ઞાસા ઉદ્ભવે છે કે આ વૈરાગ્ય સિદ્ધ થાય કઈ રીતે ? અભ્યાસ તો થોડો-ઘણો જેમ

- તેમ કરીને થઈ પણ જાય છે, પરંતુ વૈરાગ્ય ક્યાંયથી પણ સજ્જવન થતો નથી. માળા પકડેલ હાથથી માગુકા ભલે ખસતી રહે, પરંતુ મન કામ-કાળમાં, દીકરા-દીકરીમાં, પુત્રીના પુત્રમાં અને દીકરાના દીકરામાં જ ગૂંચવાયેલું રહે છે. ઘણીવાર એવું જોવા મળે છે કે દરેકની ઉંમરના હિસાબે આ મૂંઝવાણ અલગ અલગ હોય છે. બાળકો પોતાના સાધના અભ્યાસ વખતે કંઈક અલગ સપનાં જુવે છે, તો કિશોર તથા યુવાનોનાં સ્વપ્નો કંઈક જુદાં હોય છે. આ દરેકમાં જો કોઈ એક તત્ત્વની સમાનતા હોય છે તો તે છે દરેકમાં ભટકી જવું. જપ કરતી વખતે, ધ્યાન કરતી વખતે મન આમ જ ભટકતું રહે છે. રહી-રહીને તે ઈન્દ્રિય વિષયો, ભોગ આસક્તિઓની કલ્પનાઓથી ઘેરાઈ જાય છે. આપણામાંથી કોઈની પણ સાથે આવું થવાનો અર્થ વૈરાગ્યનો અભાવ છે. જે એવું કહે છે કે અમારું જપમાં, ધ્યાનમાં મન નથી લાગતું તો તેમાણે એ સત્યને જાણી લેવું જોઈએ કે આનું ફક્ત એક કારણ વૈરાગ્ય ન હોવું એ છે.

વૈરાગ્ય આવે કઈ રીતે ? પરમપૂજ્ય ગુરુદેવ પોતાની વ્યક્તિગત અર્ચાઓમાં આ વિષયમાં એક જ વાત કહેતા હતા, “બેટા ! વૈરાગ્યનો જન્મ વિવેકના ગર્ભમાંથી થાય છે. અભ્યાસ તો વિવેક વગર પણ થઈ શકે છે, પરંતુ વૈરાગ્ય ક્યારેય વિવેક વગર આવતો નથી. પહેલાં વિવેક હશે ત્યારે જ વૈરાગ્ય સિદ્ધ થશે. વિવેકનો અર્થ છે સાચા-ખોટાને યોગ્ય રીતે સમજવું, ઉચિત-અનુચિતનું સાચું જ્ઞાન, નાશવાન અને અવિનાશી તત્ત્વનો ભોધ, સત્ અને અસતની ઓળખાણ. જ્યારે આ બધું થાય ત્યારે વૈરાગ્ય સિદ્ધ થાય. “ગુરુદેવ કહેતા રહેતા હતા કે કોઈ વ્યક્તિ જાણી-જોઈને ઝેર ખાતી નથી, તેવી જ રીતે કોઈ પણ સમજદાર મનુષ્ય ક્યારેય પણ વિષયભોગોમાં ગૂંચવાતો નથી.”

ભગવાન શ્રીકૃષ્ણએ ભગવદ્ગીતામાં સ્પષ્ટ કહ્યું છે -
 ये छि संस्पर्शन् भोगा द्युःખयोनय एव ते ।

આદ્યન્તવન્તઃ ક્રોન્તેય ન તેષુ રમતે બુધઃ ॥ (૫/૨૨)
 એટલે કે ઈન્દ્રિયોના સ્પર્શ દ્વારા અનુભવારા જે પણ ભોગ છે, તે સૌ દુઃખના સ્રોત છે. આ બધા જ આદિ અને અંત ધરાવતા હોવાના કારણે નાશવાન છે. એટલા માટે વિવેકવાન લોકો તેમાં રમતા નથી. એટલે કે જે પણ વિવેકવાન છે, તે કોઈ પણ કિંમતે વિષયભોગોથી દૂર રહેશે. પ્રકારાંતરે જ્યાં વિવેક છે, ત્યાં વૈરાગ્ય હંશે જ. આ બંનેને એકબીજાથી અલગ કરી શકાશે નહીં. આની અંદર છૂટા પડવાનું સંભવ જ નથી.

ભોગ ચાહે લૌકિક હોય કે અલૌકિક, બધું નિરર્થક છે. અર્થપૂર્ણ કેવળ આત્મતત્ત્વ છે. પોતાના સદ્ગુરુને પ્રેમ, ઈશ્વરને પ્રેમ એ જ જીવનનું સારતત્ત્વ છે. સાધના-અભ્યાસ માટે આપણે વૈરાગ્યવાન તથા ઈશ્વરપરાયાણ થવું જ પડશે અને એના માટે જરૂરી છે, સંસારિક દુઃખોનું વારંવાર ચિંતન. વૈરાગ્યની સાચી સાધના ભગવાન બુદ્ધની હતી, જેમણે બધાં જ રાજસી સુખોની વચ્ચે રહીને પણ એ જ નિષ્કર્ષ કર્યો, ‘સબ્બં દુકખમ્’ આ બધું દુઃખ જ છે. શ્રી રામકૃષ્ણ પરમહંસ કહેતા રહેતા કે વૈરાગ્ય સાધના છે તો ભગવાનને બોલાવો. તેમના શબ્દોમાં કાશી તરફ જેટલા વધો, એટલું જ કલકત્તા પાછળ છૂટતું જશે. એટલે કે ભગવાન તરફ જેટલા વધશો એટલી જ સંસારની આસક્તિ ઘટશે. આ સાધન વૈરાગ્ય જેટલો સધન હશે, એટલા જ આપણે સિદ્ધ વૈરાગ્ય તરફ આગળ વધીશું. સિદ્ધ વૈરાગ્યની વ્યાખ્યા મહર્ષિના આગળના સૂત્રમાં છે, જે સાધક હવે પછીના અંકમાં વાંચી શકશે.

એક વ્યક્તિને થોડાક રૂપિયાની જરૂર હતી. શાહુકારે કહ્યું ‘તું સંત એકનાથને ગુરુએ કરાવી દે તો જરૂર પ્રમાણેની રકમ તને પુરસ્કાર રૂપે મળશે.’ તે ઉદ્દેશ સંતની પાસે જઈ પહોંચ્યો. તે ભોજન કરી રહ્યા હતા. તેમના ખોળામાં જઈને બેઠો. સંત તેને બાળ ભગવાન સમજવા અને માથા ઉપર હાથ ફેરવતા રહી પોતાની સાથે ભોજન કરાવવા લાગ્યા. અહીં તે ચાલ હારી ગયો એટલે તે બીજી ચાલ ચાલ્યો. એકનાથનાં પત્નીની પીઠ ઉપર તેમના બહે લટકી ગયો. ધર્મપત્નીએ પાછળથી હાથ રાખીને તેને સંભાળીને પકડી લીધો અને કહ્યું, “મારું બાળક પણ આવી જ ઈતે તો રમે છે. તેને હાથ ટેકવીને પકડી રાખું છું તો તને એવી રીતે શા માટે ન સંભાળું, અપરિચિત છો તો શું થયું ?” બંને ચાલ બેકાર થઈ જવાથી તે પાછો પડ્યો. કારણની ખબર પડતાં તેની સાથે પ્રેમપૂર્વક વાતો કરતાં શાહુકારનાં ઘરે પહોંચ્યા અને ત્યાં પહોંચી કોઠનું નાટક કર્યું. શરત જીતતાં જ્યારે તેને રકમ મળી ગઈ તો હસતા હસતા ઘરે પાછા આવ્યા.

❀ ગુરુથી મહાન ત્રણે લોકમાં બીજું કોઈ જ નથી ❀

ગુરુગીતામાં ગુરુતત્ત્વની અનુભૂતિ સમાયેલી છે. સદ્ગુરુ ભક્તો માટે સહજ-સુલભ છે, આ અનુભૂતિ તાર્કિક જનો માટે પરમ દુર્લભ છે. આવા લોકો પોતાની તર્ક-બુદ્ધિથી દેહધારી ગુરુસત્તાને સામાન્ય માનવી સમજવાની ભૂલ કરતા રહે છે. તે વિચારે છે કે અમારા જ જેવી દેખાતી આ વ્યક્તિ અમારાથી આટલી અલગ અને અસાધારણ કઈ રીતે હોઈ શકે ? જે એકદમ અમારી જેમ જ ખાય, પીવે અને સૂવે છે, તે વળી કઈ રીતે ઈશ્વરીય તત્ત્વની સઘન પ્રતિભૂતિ હોઈ શકે ? અનેક શંકા-કુશંકાઓ તેમના મન-અંતઃકરણને ઘેરેલી રહે છે. અગણિત સંદેહ-ભ્રમ તેમને પરેશાન કરતા રહે છે. મૂઢતાનું આ ધુમ્મસ એટલું ગાઢ હોય છે કે સૂર્યની જેમ પ્રકાશતી સદ્ગુરુ - ચેતના તેમની નજરે જ પડતી નથી. પોતાની તર્ક-વિતર્ક ધરાવતી બુદ્ધિમાં ગૂંચવાઈને તે એ ભૂલે છે કે ગુરુદેવ તો તર્કથી દૂર છે. એ મહાપરમેશ્વર ગુરુદેવ બુદ્ધિગમ્ય નહીં, ભાવગમ્ય છે.

એ ભાવગમ્ય ભગવાનને તર્કથી નહીં, શ્રદ્ધાથી સમજી શકાય છે. તેમને નમન અને સમર્પણ કરીને જ સત્યનું જ્ઞાન થઈ શકે કે તેઓ કોણ છે ? ગુરુભક્તિકથાની પાછલી કડીમાં આ જ તત્ત્વની અનુભૂતિ કરાવવાની ચેષ્ટા કરવામાં આવી હતી. તેમાં એ જ્ઞાન કરાવવામાં આવ્યું હતું કે ગુરુદેવ બ્રાહ્મી ચેતનાથી સર્વથા અભિન્ન હોવાના કારણે આ જગતના પરમ સ્રોત છે. આ જગત પણ તેમનું વિરાટ રૂપ છે. તેઓ એકસાથે મહાબીજ પણ છે અને મહાવટવૃક્ષ પણ. બાહ્ય રીતે જોતાં પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવની પાવન ચેતના ગમે તેટલી જુદી દેખાય છતાં પણ તે અભિન્ન અને અભેદ છે. તેમના ચરણકમળમાં આશ્રય પામવાથી શિષ્યોનાં બધાં જ દુઃખ દ્વંદ્વ અને સંતાપનું નિવારણ થઈ જાય છે. તેમનો પ્રભાવ અને પ્રતાપ કંઈક એવા છે કે મહારુદ્ર પણ જો કોપિત થઈ જાય તો ગુરુકૃપા દ્વારા શિષ્યનો બચાવ થઈ જાય છે. પરંતુ સદ્ગુરુના રુષ્ટ થયેથી સ્વયં મહારુદ્ર પણ રક્ષણ કરી શકતા નથી. સદ્ગુરુ ચરણયુગલ શિવશક્તિનું જ રૂપ છે. તેમની વારંવાર વંદના કરવાથી શિષ્યોનું દરેક પ્રકારે કલ્યાણ થાય છે.

ગુરુનમનનો આ મહિમા ગુરુતત્ત્વના વિસ્તારની જેમજ અસીમ અને અનંત છે. હવે પછીના ક્રમમાં ભગવાન સદાશિવ ગુરુગીતાને મહામંત્રોમાં પ્રગટ કરતાં પરામ્બા ભવાનીને કહે છે.

ગુકારં ચ ગુણાતીતં રુકારં રુપવર્જિતમ્ ।

..... પ્રતિદિન પ્રિયે ॥ ૫૦॥

ગુરુતત્ત્વની અનુભૂતિ કરાવનારા આ મહામંત્રોમાં આધ્યાત્મિક જીવનનો સાર પ્રકટ થાય છે. ભગવાન મહેશ્વરની વાણી શિષ્યો સમક્ષ એ સત્યને ઉજાગર કરે છે કે ગુરુદેવ સાકાર હોવા છતાં પણ નિરાકાર છે. 'ગુરુ' શબ્દનો પહેલો અક્ષર 'ગુ' એ સત્યનો બોધ કરાવે છે કે ત્રિગુણમય કલેવરને ધારણ કરનારા ગુરુદેવ સર્વથા ગુણાતીત છે. બીજા અક્ષર 'રુ'માં એ સત્ય સમાયેલું છે કે શિષ્યોને માટે રૂપ ધરાવતા હોવા છતાં પણ ગુરુદેવ ભગવાન રૂપાતીત છે. એટલે કે ગુરુવરની ચેતના વાસ્તવમાં નિર્ગુણ અને નિરાકાર છે. શિષ્યને આત્મસ્વરૂપ પ્રદાન કરનાર ગુરુદેવનો મહિમા અનંત છે. ૪૬. ત્રણ આંખોવાળા ન હોવા છતાં પણ તે સર્વવ્યાપી વિષ્ણુ છે. ચાર મુખ ન હોવા છતાં પણ તે સૃષ્ટિકર્તા બ્રહ્મા છે. ૪૭. આવા દયાસાગર ગુરુદેવને હું હાથ જોડીને પ્રણામ કરું છું. તેમની કૃપાથી જ જીવોને ભેદબુદ્ધિ ધરાવતા સંસારમાંથી મુક્તિ મળે છે. ૪૮. શ્રીસદ્ગુરુનું આ પરમ રૂપ તેમના દ્વારા વિવેક ચક્ષુ મળ્યેથી જ દૃશ્ય થાય છે. ત્યારે જ તેમના અમૃતતુલ્ય રૂપનો સ્પર્શ મળે છે. આના અભાવે અંધ વ્યક્તિની જેમ સૂર્યોદયના દૃશ્યને જોઈ નથી શકતી. ૪૯. તે પરમ સ્થાયી સદ્ગુરુના ચરણારવિંદ જે દિશામાં બિરાજતાં હોય તે દિશામાં પ્રતિદિન નમસ્કાર કરવાથી શિષ્યોનું, ભક્તોનું પરમ કલ્યાણ થાય છે. (૫૦).

ગુરુગીતામાં વર્ણવેલ આ ગુરુતત્ત્વ બુદ્ધિગમ્ય નહીં ધ્યાનગમ્ય અને ભક્તિગમ્ય છે. જેમની અંતર્યેતનાએ ભક્તિનો સ્વાદ ચાખ્યો છે, જેઓ ધ્યાનના ઊંડાણમાં અંતર્લીન થયેલા છે, તેઓને આ સત્ય સહજપણે સમજાઈ જાય છે. આ તથ્યને શ્રીરામકૃષ્ણ દેવના શિષ્ય લાટૂ મહારાજ સ્વામી અદ્ભુતાનંદના ઉદાહરણ દ્વારા સમજી શકાય છે.

શ્રી ઠાકુર તથા તેમના શિષ્ય સમુદાયની જીવનકથાને વાંચનાર દરેક જાગ જાગે છે કે લાટૂ મહારાજ તો અભાગ જ હતા. ગુરુભક્તિ જ તેમની સાધના હતી. ભક્ત સમુદાયમાં બહુપ્રચલિત શ્રી રામકૃષ્ણદેવનો સમાધિલીન ફોટો જ્યારે બનીને આવ્યો ત્યારે સ્વયં શ્રી ઠાકુરે તેને પ્રણામ કર્યાં. લાટૂ મહારાજ બોલ્યા - ઠાકુર આ શું? પોતાના જ ફોટાને પ્રણામ ! આ સાંભળી ઠાકુર હસ્યા અને બોલ્યા, “નહીં રે !” આ પ્રણામ હાડ માંસના આ દેહ ધરાવતા ચિત્રને નથી કર્યાં, આ તો એ પરમવંદનીય ગુરુચેતનાને પ્રણામ છે, જે આ ફોટાની ભાવમુદ્રામાંથી છલકી રહી છે.”

શ્રી ઠાકુરના આ કથને લાટૂ મહારાજને ભક્તિના મહાભાવમાં નિમગ્ન કરી દીધા. આ ક્ષણોમાં તેમને પરમહંસનું એક બીજું વાક્ય યાદ આવ્યું, ‘જે રામ જે કૃષ્ણ સેઈ રામકૃષ્ણ’ એટલે કે જે રામ જે કૃષ્ણ તે જ રામકૃષ્ણ પરંતુ આ બધી વાતોનો અનુભવ કઈ રીતે કરવો? આ જિજ્ઞાસાના સમાધાનમાં શ્રી ઠાકુર બોલ્યા, “ભક્તિ દ્વારા, ધ્યાન દ્વારા. આનાથી જ તારું બધું જ થઈ જશે. પોતાના સદ્ગુરુનાં વચનોને હૃદયમાં ધારણ કર’ લાટૂ મહારાજ ગુરુભક્તિને પ્રગાઠ કરતા ધ્યાન સાધનામાં લાગી ગયા.

તેમની આ સાધના નિરંતર અવિરામ તીવ્રથી તીવ્રતર અને તીવ્રતમ થતી ગઈ. આ સાધનાવસ્થામાં એક દિવસ તેમણે જ્યેં શ્રી ઠાકુર કોઈ દિવ્યલોકમાં છે. તેમની ઉપસ્થિતિ

ધણી જ પ્રકાશ અને પ્રભાપૂર્ણ છે. સ્વર્ગના દેવગણ, વિભિન્ન શ્રેણીના સ્વામી, રવિ, શનિ, મંગળ આદિ તેમની સ્તુતિ કરી રહ્યા છે. ધ્યાનની આ જ ક્ષણોમાં લાટૂ મહારાજે જ્યેં કે શ્રી ઠાકુરની પરાચેતના જ વિષ્ણુ-બ્રહ્મા અને શિવમાં સમાઈ છે. મા મહાકાલી પણ તેમની સાથે એકાકાર હતાં. ધ્યાનમાં એક પછી એક અનેક દૃશ્ય બદલાયાં અને લીલામય ઠાકુરની દિવ્ય ચેતનાનાં અનેક રૂપોનો સાક્ષાત્કાર થતો ગયો. પોતાની આ સમાધિમાં લાટૂ મહારાજ ક્યાં સુધી ખોવાયેલા રહ્યા, ખબર જ ન પડી.

સમાધિનું સમાપન થતાં લાટૂ મહારાજ પંચવટીથી સીધા જ શ્રી ઠાકુરના ઓરડામાં આવ્યા અને તેમણે જે અનુભવ કર્યો એ બધું એમને કહી સંભળાવ્યું. પોતાના અનુગા શિષ્યની આ અનુભૂતિ સાંભળીને પરમકૃપાળુ પરમહંસ દેવ હસતાં હસતાં બોલ્યા, “અરે વાહ ! તું ખૂબ ભાગ્યશાળી છે, માએ તને બધું સાચેસાચું બતાવી દીધું. જે તેં જ્યેં તે બધું જ સાચું છે.” પછી થોડા ગંભીર થઈ બોલ્યા “શિષ્યને માટે ગુરુથી ભિન્ન ત્રણે લોકોમાં બીજું કશું જ નથી. જે આને જાણી લે છે, તેને બધું જ આપોઆપ મળી જાય છે.” શ્રી ઠાકુરનાં વચન પ્રત્યેક શિષ્ય માટે મહામંત્ર છે. ગુરુભક્ત, શિષ્યગણ શ્રદ્ધાભાવથી આ મંત્રની સાધના કરે.

(ક્રમશઃ)

વિદ્યાતાએ સૃષ્ટિ રચનાના દિવસોમાં મનુષ્યને આશીર્વાદરૂપે પ્રતિભા વહેંચી. પ્રતિભાના બળ પર મનુષ્યએ અનેક દિશાઓમાં ઉન્નતિ કરી અને સુખ સુવિદ્યાઓથી ભરપૂર જીવન વિતાવવા લાગ્યો. સમય બદલાયો, પ્રતિભાની પાછળ સ્વાર્થાધતા જોડાઈ ગઈ. કૃળ સ્વરૂપ બધાજ લોભ, પરાભવ, પતનની ખાઈમાં ઘડેલાતા ગયા.

સમાચાર સૃષ્ટિકર્તા સુધી પહોંચ્યા, તે દુઃખી થયા. સ્થિતિ સુધારવા માટે તેમણે દેવદૂત મોકલ્યા. તેમણે વિપત્તિઓનાં કારણ સમજાવ્યાં અને પછી સ્થિતિને સુધારવા માટે મનઃસ્થિતિને બદલવા, માર્ગદર્શન આપવામાં કોઈ કસર બાકી ન રાખી. લોકો આદતોમાં એટલા અલ્પસ્ત થઈ ચૂક્યા હતા કે બદલાવાનું તો ઠીક, ઊલટું દેવદૂતોનો ઉપહાસ કરવા લાગ્યા અને ત્રાસ આપવા લાગ્યા. વિવશ થઈ તેઓ પાછા જતા રહ્યા. દુર્ગતિચસ્ત મનુષ્યની દુર્ગતિ દિવસે દિવસે વધારે થતી ગઈ. આ વખતે માનવીઓએ સ્વયં વિદ્યાતાને પ્રાર્થના કરી અને વ્યથાનો નવો ઉપાય બતાવવાની વિનંતી કરી. વિદ્યાતાએ આ વખતે વધુ તાકાતવાન દેવદૂત મોકલ્યા, પરંતુ એવી શરત સંભળાવી કે જે પોતાનો સહયોગ સ્વયં કરશે, તેમને સહાયતા કરવામાં આવશે, તેમનાં જ દુઃખ-દારિદ્ર દૂર થશે. તે જ ક્રમ આજ સુધી ચાલતો આવ્યો છે, દેવી સહાયતા તેમને જ ઉપલબ્ધ થાય છે, જે પોતે જ પોતાની સહાયતા કરે છે.



મહાપ્રયાણ દિવસ માતૃસત્તાનું પાવન સ્મરણ કષ્ટ સહન કરીને માતાજી ભાવનાની પૂંજી જીવનભર લુંટાવતાં રહ્યાં



સપ્ટેમ્બર માસ આવતાં જ સ્મરણે ચઢે છે ભાદ્રપદ પૂર્ણિમા, પ્રયાણની એ વેળા, જ્યારે આપણો આપણી માતૃસત્તાથી વિચ્છેદ થયો હતો. 'મા' આ એકાક્ષર શરૂઆતથી જ આપણો પ્રાણ રહ્યો છે અને આપણે તેમનાં કૃપાકિરણોની વર્ષાથી તરબોળ રહ્યા છીએ, એ સૌ જાણીએ છીએ. માતૃતત્ત્વના માધ્યમથી સ્નેહભર્યા અંતઃક્રાણની જે જલઝારી આપણને આપણાં શક્તિસ્વરૂપા માતા ભગવતીદેવી પાસેથી મળી, તે જ આપણી આજની શક્તિનો સ્રોત બનેલી છે. મા શારદા-ઠાકુર રામકૃષ્ણ દેવની જેમ જ તે પણ આપણા આરાધ્ય ગુરુસત્તાની સાથે આપણી વચ્ચે આવ્યાં. તેમની ભૂમિકા પાછલા વખત જેવી મૌનની ન હતી. તે પોતાપણું લુંટાવવા તથા સંગઠનને શક્તિ પ્રદાન કરવા આવ્યાં. પરમપૂજ્ય ગુરુદેવે આગળ કરવાથી તેમણે સંગઠનની લગામ પણ સંભાળી અને ઋષિ સત્તાઓના સૂક્ષ્મ માર્ગદર્શનમાં પોતાની જવાબદારી સુંદર રીતે નિભાવી.

લગ્ન પછીનાં સાત વર્ષ તો જોતજોતામાં અખંડ દીપકની રક્ષા, ત્રણ બાળકો (પહેલાંનાં) અને એક બાળક (મૃત્યુંજય)ના પાલન પોષણ, આદિ તથા પોતાના આરાધ્યના બહુઆયામી પક્ષને સમજવામાં પસાર થઈ ગયાં. પછી બે બાળકોનાં લગ્ન સંપન્ન કર્યાં, સારા ઘરમાં તેમને વિદાય કર્યાં. ગુરુસત્તાના નિર્દેશ પર એક શક્તિનું સાકાર રૂપ કન્યા (શૈલબાળા)ને જન્મ આપ્યો અને તેની સાથેસાથે ગાયત્રી તપોભૂમિ મથુરાની સ્થાપના - સત્યાવીસ વર્ષ સુધી અનવરત આરાધ્ય સત્તા દ્વારા સંપન્ન કઠોર જ્વ - અનુષ્ઠાનો મહાપૂર્ણાહુતિમાં ભાગીદારી કરી. સાચું પૂછવામાં આવે તો અહીંથી - ડિસેમ્બર ૧૯૫૨, વસંતપર્વ ૧૯૫૩થી માતાજીની એક નવી ભૂમિકાની શરૂઆત થઈ. જેમાં તેમણે આગળ આવીને કાર્યો કરવાનાં હતાં. એક વિરાટ પરિવારની 'મા' બનવાનું હતું તેમજ ધરાઈને સ્નેહ-અપનત્વ લુંટાવવાનું હતું. પોતાના પૂર્વજન્મોના સંસ્કારોના કારણે તેમની કોઈ જ વ્યક્તિગત ઈચ્છા ન હતી, ન કોઈ શોખ, ન કોઈ પ્રકારની મહત્વાકાંક્ષા. જે ગુરુદેવ કહે - એ જ માન્યું, સાચાં અર્થમાં પોતાની આરાધ્ય સત્તાનાં જીવનસંગિની જ નહીં, સહગામિની અને પ્રથમ શિષ્યા થવાનું ગૌરવ પણ તેમને પોતાનાં નિષ્કામ સમર્પણના કારણે મળ્યું. ૧૯૫૨થી શરૂ થયેલી આ યાત્રા બેતાલીસ વર્ષ સુધી અનવરત ચાલતી રહી તથા ૧૯ સપ્ટેમ્બર, ૧૯૮૪માં

તેમના મહાપ્રયાણ સુધી સમર્પણના એક અભૂતપૂર્વ ઈતિહાસની રચના કરતી ગઈ.

જે કોઈએ પણ મથુરામાં અથવા શાંતિકુંજ હરિદ્વારમાં તેઓનું પોતાપણુ માણ્યું છે, તેમના પાલવનાં છાંયામાં સંરક્ષણ મેળવ્યું છે, તે તેઓના પ્યારભર્યા દુલારને પોતાના જીવનની એક આગમોલ અમાનત માને છે. આતિથ્ય-સત્કારમાં તેમનો જોટો જડવો મુશ્કેલ છે. આવનાર ક્યારેય ભૂખ્યો રહી શકતો જ નહીં. તેઓ મા અન્નપૂર્ણાની જેમ જ બધી વ્યવસ્થા કરતાં હતાં, કોઈ નથી જાણતું પરંતુ અભાવગ્રસ્ત (અપનાવી લીધેલી ગરીબી) પરિસ્થિતિઓમાં તત્કાલીન અખંડજ્યોતિ સંસ્થાનમાં આવનારા અતિથિ, પરિજન - પારિવારિક સગાંસંબંધીઓ કોઈ પણ તેમનાં એક આતિથ્યથી સ્નેહભર્યા શબ્દોથી, ભોજનના આગ્રહથી પોતાની વાત દિલ ખોલીને કરી નાંખતા. શ્યામ સરખો ચહેરો - ગોળ સરખી આકૃતિ અને સરળ નાક-નકશીની સાથે જે અનંત ઊંડાણ ધરાવતો એ નિઃસ્વાર્થ પ્રેમ તેમની આંખોમાં રહેતો હતો, જે વયોવૃદ્ધને પણ દીકરો બનીને તેમની પાસેથી કંઈક પામવાને-વાસ્તવ્યના કણ વીણવાને વિવશ કરી દેતો. એટલા જ માટે તો ગુરુદેવ કહેતા હતા કે તેઓ જન્મથી જ માતાજીના રૂપમાં જન્મ્યાં છે - માતાજી જ રહેશે અને માતાજી તરીકે જ ઓળખાશે.

સૌથી મોટી જવાબદારી માતૃસત્તાને ત્યારે મળી જ્યારે તેમણે વિદાય સંમેલનમાં ભાગીદારી કરી. ૧૯૭૧ના જૂન મહિનાનો એ સમય તેમના માટે ઘેરી અંતર્વેદનાથી ભરેલો હતો. પોતાની ૧૯ વર્ષીય લાડલીનાં લગ્ન ૩ જૂન ગાયત્રી જ્યંતિએ કરી તેમણે એક વિરાટ સંમેલનમાં પોતાના આરાધ્યને સાથ આપવાનો હતો, જે ૧૭ થી ૨૦ જૂનના સમય દરમિયાન સંપન્ન થવાનો હતો. બધા જ પરિજનોની અંતિમ વિદાય લઈને તેમને ૨૦ જૂનના રોજ મથુરા હંમેશ માટે છોડવાનું હતું. પોતાના ૨૨ વર્ષના પુત્ર ઉપર એક ભારે જવાબદારી નાંખી તેનાથી પણ તેમણે દૂર જવાનું હતું. પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવ તો પોતાની અંતર્વેદનાની 'અપનોં સે અપની બાત'ના રૂપમાં અખંડ જ્યોતિમાં લખીને હળવા થઈ જતા હતા, પરંતુ તેઓ ક્યાં કોની પાસે પોતાની વ્યથા - વેદનાના શબ્દો લઈને જાય અને સંભળાવે ! તેમણે તો આખા ઘરનું બધું જ કામ જોવાનું હતું - સંગઠનને પણ માર્ગદર્શન આપવાનું હતું અને સૌથી ભારે તથા પીડાદાયક કાર્ય પોતાના

આરાધ્યને ૩૦ જૂનના રોજ હરિદ્વારમાં હંમેશ માટે વિદાય આપવાનું કરવાનું હતું. તેઓ હિમાલય જઈ રહ્યા હતા. ત્યારે તો તે નિશ્ચિત પણ નહોતું કે તેઓ ક્યારે પાછા આવશે, આવશે ખરા કે નહીં !

તે બધાનો પ્રભાવ તેમના પર પડ્યો તથા શરીર અને મન બંને તેનાથી પ્રભાવિત થયાં. એક આધાર મળ્યો, જ્યારે લગભગ બાર પંદર વર્ષથી પણ ઓછી ઉંમરની કુંવારી કન્યાઓ પૂજ્યવરના હિમાલય રવાના થયેથી તુરંત માતાજી પાસે આવી ગઈ. તે સૌએ મળીને છ વર્ષમાં ચોવીસ લાખનાં ચોવીસ મહાપુરસ્કારણ અખંડદીપકની સાક્ષીમાં સંપન્ન કર્યાં હતાં. નાની-નાની બાળાઓ આપણા ગાયત્રી પરિવારના કાર્યકર્તાઓની દીકરીઓ હતી. ઘણોખરો જીવન વ્યવહાર તથા કઠોર તપનું અનુશાસન માતાજીએ જ નિભાવ્યું. પ્રાતઃ જલદી ઊઠીને બધો જ કમ તેમણે સંભાળવો પડતો. દરેક રીતે તેઓ હવે બાર બાળાઓની તેમજ તેમની સાર સંભાળ માટે નિયુક્ત લગભગ છ થી સાત કાર્યકર્તા, એકલા તથા સપરિવાર, દરેકની 'મા' હતાં, જેમણે તે નવોદિત શાંતિકુંજના બધા જ ક્રિયાકલાપોનું સંચાલન કરવાનું હતું. ત્યારે શાંતિકુંજ આટલું વિશાળ ન હતું. માત્ર સામેનું બે માળનું ભવન-રોડ બાજુ ત્રણ નાની નાની ઓરડીઓ, એક ગૌશાળા અને લગભગ અડધા વીધામાં પાછળની બાજુએ બગીચો. ચારે તરફ નીરવ સૂમસામ. સાંજનું અજવાળું પૂરું થતાં જ પક્ષીઓના તથા અલગ અલગ પ્રકારના અવાજો આવતા. નિયમિતપણે ગજરાજ રાત્રિના સમયે આવતા અને શેરડીનાં ખેતરોમાં ધમાલ સાચવતા. ખેડૂતો તેમને ભગાડવા માટે અવાજો કરતા, જે નિદ્રામાં ખલેલ પહોંચાડતા. પાછળી 'અખંડ દીપક'ની દેખભાળની જવાબદારી સૌથી મોટી હતી. આ બધું જ માતાજી જાતે જ કરતાં. રાત્રિ વખતે તેને માટે પણ ઊઠવું પડતું હતું. આરાધ્ય સત્તાની યાદ નિયમિત આવ્યા કરતી હતી. પહેલાંના પ્રવાસમાં તો તે સુનિશ્ચિત હતું કે હવે થોડા મહિનાં બાકી છે, ફરી પાછા મથુરા આવી જશે. પરંતુ હવે તો એ પણ સ્પષ્ટ ન હતું કે ક્યારે આવશે, ક્યાંકથી કોઈ સંપર્ક કરશે ખરા કે નહીં !

જાન્યુઆરી ૧૯૭૨ની વાત છે. બંગ્લાદેશ મુક્તિ યુદ્ધ પરાક્રાહાએ પહોંચીને સમાપ્ત થયું જ હતું. એક વિશિષ્ટ સંધિ વેળામાંથી રાષ્ટ્ર પસાર થયું હતું. એ દિવસોમાં માતાજીને સૂક્ષ્મ જગતમાંથી મળેલ આદેશાનુસાર વિશિષ્ટ તપ કરવું પડ્યું. શરીર ઉપર તે સૌનો પ્રભાવ પડ્યો. હૃદયરોગનો ભારે હુમલો આવ્યો. તે દિવસોમાં હરિદ્વારથી દિલ્હી માટે માત્ર બે બસો ચાલતી હતી,

એક વૃન્દાવન જતી હતી. અહીં ન કોઈ ચિકિત્સક હતા, ન વિશેષ દેખભાળ કરનારું કોઈ તંત્ર. બી.એચ.ઈ.એલ.ની શરૂઆત જ થઈ હતી. મથુરાથી ચિકિત્સકોને લઈને તેમના પુત્ર મૃત્યુંજય હરિદ્વાર આવ્યા. સંપૂર્ણ ચિકિત્સાનું નિર્ધારણ થયું. તાર વગરના તાર જેવો માતાજીનો સંદેશો હિમાલયમાં બેઠેલી ગુરુસત્તાની પાસે પહોંચ્યો. ચિકિત્સકો જતાંની સાથે જ તેઓ આવી પહોંચ્યા. તેઓના આવતાંની સાથે જ માતૃસત્તાને એવું લાગ્યું કે જાગે કોઈએ પીડાનિવારક ઔષધિ આપી દીધી હોય. આંખોમાંથી છલકી રહેલાં આંસુ સાથે ભાવભરી અભિવ્યક્તિના માધ્યમથી મૌન વાર્તાલાપ થતો રહ્યો. તેના બીજા દિવસની વાત છે.

કોઈ પણ પ્રકારની સૂચના વગર આ વાક્યોના લેખક, પત્રિકાના સંપાદક પોતાની એમ.બી.બી.એસ.ની પરીક્ષા આપી ઈન્દોરથી હરિદ્વાર આવ્યા. સાઈકલ રિક્ષામાં સ્ટેશનથી લગભગ બે કલાકનું અંતર કાપીને જ્યારે તે શાંતિકુંજના મુખ્ય દ્વાર પર પહોંચ્યા કે તેણે માતાજીનો વેદનાસભર ઉલ્કાર સાંભળ્યો અને ત્યાંજ પૂજ્યવરને ચિંતિત ટહેલતા જોયા, જાગે કોઈની પ્રતીક્ષા કરી રહ્યા હોય. તુરંત હાથ પકડીને વિસ્મિત આંગતુકને ઉપર લઈ ગયા અને બોલ્યા તું ડોક્ટર લાગે છે. હવે સારવાર કર. નવો નવો ચિકિત્સક જેણે હજુ ઈન્ટર્નશીપ પણ કરી ન હોય તેની સ્થિતિ કેવી થાય તેવી સ્થિતિ હતી. હા ! ઈલાજ તો શું કરવાનો હતો. બધી જ દવાઓ આપવામાં આવતી જ હતી, સેવાનો અવસર મળી ગયો, લગભગ પાંચ દિવસ સુધી પરમપૂજ્ય ગુરુદેવ તથા વંદનીય માતાજી બંનેનું સાંનિધ્ય મળી ગયું. તે દરમિયાન રાત્રિના અચાનક જ પૂજ્યવર પાછા હિમાલય જતા રહ્યા હતા. ઘણું બધું જાણવા-સમજવાનું મળ્યું એકવીસ વર્ષના તે યુવાનને. સૌથી મોટો ચમત્કાર તો જોવા મળ્યો, તે હતો પૂજ્યવરના ગયા પછી તુર્તજ ઈલેક્ટ્રોકાર્ડિયોગ્રામમાં દરેક અસામાનતાઓનું સમાપ્ત થઈ જવું ! સામાન્ય રીતે માથો કાર્ડિયલ ઈનફેક્શનમાં આ સમાપ્ત થતાં છ મહિનાથી એક વર્ષ લાગે છે. વિજ્ઞાન જગત માટે આ એક પડકાર હતો. માતાજીને સંજીવની મળી ગઈ હતી. તે એક બહાનું માત્ર હતું પૂજ્યવરને બોલાવવાનું - કશું જ સમજ્યાં નહોતું આવતું. આજે ભાદ્રપદ પૂર્ણિમાનો પાવન દિવસ - ૧૦ સપ્ટેમ્બર, ૨૦૦૩ મહાપ્રયાણ દિવસે માતૃસત્તાનું સ્મરણ વધુ તીવ્ર થઈ આવે છે અને યાદ આવે છે તેમનું તપ, કષ્ટ સહન કરવાનું સામર્થ્ય, મમત્વ અને એ વિશાળ હૃદય જેમાં સમગ્ર વિરાટ ગાયત્રી પરિવાર આજે સમાયેલો છે. સજલ શ્રદ્ધારૂપ તે સત્તાને ભાવસભર નમન. - યુષ્યાંજલિ



સિદ્ધિના માર્ગ પર સંકલ્પ - ૩



‘સૈનિક’નો હુંકાર

શિબિરના સંયોજકોમાં એક નામ શ્રીકૃષ્ણદત્ત પાલીવાલનું પણ હતું. માત્ર આગ્રા જ નહીં, ઉત્તરપ્રદેશના આંદોલનમાં તેમનું નામ આગળ પડતું હતું. ઉંમરમાં તેઓ શ્રીરામ કરતાં ઘણાં મોટા હતા. શિબિરાર્થીઓ તેમને ભાઈસાહેબ અથવા તો નેતાજી કહીને બોલાવતા હતા. આંદોલનનું નેતૃત્વ કરવાની સાથેસાથે પત્રકારત્વ અને ક્રાંતિકારી સાહિત્ય તૈયાર કરવામાં પણ તેઓ સિદ્ધહસ્ત હતા. શ્રીરામને જોતાં કોને ખબર કેમ તેમને લાગ્યું કે આ સ્વયંસેવક અન્ય યુવકો કરતાં જુદો અને વિલક્ષણ છે. તે સમયે શ્રીરામ પોતાની લખેલી કવિતા સાથીઓને સંભળાવી રહ્યા હતા. દેશભક્તિથી ઓતપ્રોત તે કવિતાના શબ્દો કંઈક આ પ્રકારનાં હતા,

**કોઈ ભી હો તેરા દુશ્મન, નિશ્ચય હી મિટ જાએગા,
ત્રીથ કોટિ હુંકારો સે નભ મણ્ડલ ફટ જાએગા.**

પાલીવાલજીએ કવિતા સાંભળી અને પીઠ થાબડી. બોલ્યા ‘આ કવિતા સૈનિકમાં છાપીએ. જે કોઈ વાંચશે તે ગાશે, ગાણગાણશે.’ શ્રીરામે હા પાડી અને સાથેસાથે ઉત્સાહ પણ બતાવ્યો કે આવી બીજી અનેક રચનાઓ તૈયાર કરી શકાય છે. પાલીવાલજી ત્યારે સૈનિક પત્રનું સંપાદન તથા પ્રકાશન કરી રહ્યા હતા. પાલીવાલજીના ખભા ઉપર સંગેઠન અને સેવાની અનેક જવાબદારીઓ હતી. તેમને પોતાના માટે સહયોગીની તલાશ હતી. શ્રીરામના રૂપમાં એ તલાશ પૂરી થતી નજરે પડવા લાગી. તેમણે ઉત્સાહ વધારતાં કહ્યું, લખ્યા કરો. વધુ લખતા રહો. તમારી કવિતાઓ લોકોમાં દેશપ્રેમ જગાડશે. શ્રીરામે આ મુલાકાત દરમિયાન પોતાનાં અગાઉનાં સાહિત્ય અને આંદોલનકારી લખાણનો પણ પરિચય કરાવ્યો. એ સાહિત્ય જે પ્રચારાર્થે લખીને ગામડાઓમાં વહેંચ્યું હતું.

પાલીવાલજીએ કહ્યું, આગ્રા આવીને અમારા પત્રમાં મદદ કરી શકો તો સારું રહેશે. શ્રીરામે હા પાડતાં જાણવું કે સગવડ થયે આવી જઈશ. સગવડનો અર્થ મંજૂરી મળવાનો હતો. શિબિર પૂરી થઈ. પાછા આંબલખેડા આવ્યા અને ત્યાં પોતાની સાથેના કિશોરોને પાછા ભેગા કર્યા. એમના વાલીઓએ મૂકેલી પાબંદીઓ ત્યારે કામમાં ન આવી સ્વતંત્રતા આંદોલનનો પ્રભાવ એ રીતે ફેલાઈ રહ્યો હતો કે

તેનાથી અલગ રહેવું એ પછાતપણાની અને કાયરતાની નિશાની સમજવામાં આવતી હતી. લોકો ભલે સક્રિય હિરસો ન લે, આ પ્રકારની ટિપ્પણીઓ તો કરતા જ હતા. શ્રીરામના જરા સરખા સંપર્કે કિશોરોમાં નવો ઉત્સાહ જગાવી દીધો. અભિભાવકોની અવગણના કરતા તેઓ પ્રભાતફેરીઓમાં ભાગ લેવા લાગ્યા. ફેરીઓમાં શ્રીરામ દ્વારા લખાયેલાં ગીતો ગવાતાં. ગીત ગાતાં-ગાતાં તેઓ એટલા તન્મય થઈ જતા હતા કે તેમને પોતાની સૂધ-બૂધ જ નહોતી રહેતી.

૧૯૨૯-૩૦ના સ્વતંત્રતા આંદોલનના દિવસો તેની ચરમસીમાએ હતા. ડિસેમ્બર ૧૯૨૯માં કોંગ્રેસે લાહોર અધિવેશન વખતે પૂર્ણ સ્વતંત્રતાને પોતાનું લક્ષ્ય ઘોષિત કરી દીધું. વિધાનમંડળોમાંથી પોતાના પ્રતિનિધિઓને પાછા બોલાવવામાં આવ્યા. સરકાર સાથેની દરેક પ્રકારની વાતચીત બંધ કરી દેવામાં આવી. અધિવેશન દરમિયાન ૩૧ ડિસેમ્બરની રાત્રીએ ઘડિયાળે જેવા બારના ડંકા વગાડ્યા અને નવા વર્ષનો પ્રથમ દિવસ શરૂ થયો, જવાહરલાલ નેહરુએ લાહોરમાં રાષ્ટ્રીય ધ્વજ ફરકાવી દીધો. તે સમયે ઝંડો તિરંગો જ હતો, પરંતુ ચક્રની જગ્યાએ ચરખાનું નિશાન અંકિત હતું. ઝંડો ફરકતાની સાથે જ જાણે દેશને આપોઆપ સ્વતંત્ર ઘોષિત કરવામાં આવ્યો. અનેક જગ્યાએ બેઠકો થઈ, જલસા થયા. ૨૬ જાન્યુઆરીએ સમગ્ર દેશમાં સ્વતંત્રતા દિવસ મનાવવામાં આવ્યો. તે દિવસે અનેક સ્થાનો પર તિરંગો ફરકાવવામાં આવ્યો. આંબલખેડામાં શ્રીરામ શર્માએ પણ ધ્વજરોહણ કર્યું. અખબારમાં કવિતા તથા લેખમાં તેઓ પોતાનું પૂરું નામ લખવા લાગ્યા હતા. હવેલીની બહાર આંગણામાં ઝંડો ફરકાવતાં પહેલાં પંડિત ગેદારામજીએ તેમને પહેલી વાર પૂરા નામથી સંબોધિત કર્યા. નામની આગળ પંડિત લગાડતાં તેઓ બોલ્યા હવે પંડિત શ્રીરામ શર્મા સમારોહ વિશે કશુંક કહેશે.

પંડિત શ્રીરામ શર્માએ ઉપસ્થિત યુવકોને સંબોધિત કરતાં જે કોઈ કહ્યું તેનું રેકર્ડ નથી. કોઈ રીતે તે કાર્યક્રમ પંડિત શ્રીરામ શર્માને નેતૃત્વમાં આંદોલનની વ્યવસ્થિત અને સંગઠિત શરૂઆત જરૂર હતી. ૨૬ જાન્યુઆરીએ પહેલો સ્વાધીનતા દિવસ મનાવ્યા પછી પંડિત શ્રીરામજીએ ગોળનો પ્રસાદ વહેંચ્યો હતો. તે સમયે એ ધોષણા પણ કરવામાં આવી કે સ્વતંત્રતા દિવસ દરેક વર્ષે મનાવવામાં આવશે.

દળના કાર્યકર્તાઓ જ્યાં પણ એકઠા થશે, બેઠક કરશે અથવા તો કોઈ કાર્યક્રમ આપશે ત્યારે ઝંડો પણ ફરકાવવામાં આવશે. સમગ્ર દેશમાં ૨૬ જાન્યુઆરીનો એ દિવસ ઈતિહાસનું એક નવું શીર્ષક બની ગયો. આંબલખેડામાં તે દિવસે શ્રીરામ શર્મામાં નવા અવતારની પ્રતિષ્ઠા પણ થઈ.

એપ્રિલ, ૧૯૩૦માં અસહકાર આંદોલનની શરૂઆત થઈ. આ આંદોલન લાહોર અધિવેશનમાં પસાર થયેલ પ્રસ્તાવને જનમાનસમાં અંકિત કરી દેનારી રાજનાતિનો ભાગ હતું. ૬ એપ્રિલના રોજ મહાત્મા ગાંધીએ પોતાના સાબરમતી આશ્રમથી કૂચ કરી. તેમની સાથે હજારો સત્યાગ્રહીઓ હતા. સમુદ્ર તટે આવેલ દાંડી નામના સ્થળે પહોંચીને ત્યાં મીઠું બનાવ્યું. અંગ્રેજ સરકારની મીઠા ઉપર લાગેલી પાબંદીઓને તોડતું આ આંદોલન એ સમગ્ર વ્યવસ્થા માટે એક પડકાર હતું. અંગ્રેજોએ પણ તેને ઓળખીને એક મોટા વિસ્ફોટનું સૂચક માન્યું દમનચક્ર તેજ થતું ચાલ્યું. ધરપકડો થવા લાગી.

દમન અને ધરપકડના આ સમયગાળામાં કેટલાક યુવાનો એવા પણ હતા જે પોલીસની પકડમાં આવ્યા જ નહીં. પંડિત શ્રીરામ શર્મા એમાંના એક હતા. ગામની બહાર એક જગ્યાએ તેમણે ખાડો ખોદ્યો. ત્યાં ખારું પાણી ભર્યું અને મીઠું બનાવવાનો પ્રયત્ન કર્યો. મીઠું બનાવવાનો નહોતો કોઈ અનુભવ, નહોતું કોઈ પ્રકારનું પ્રશિક્ષણ લીધેલું. સત્યાગ્રહીઓએ અનેક જગ્યાએ એ પ્રશિક્ષણ કેમ્પ શરૂ કર્યા તો હતા, પરંતુ દરેક વ્યક્તિ તેમાં ભાગ લઈ શકી નહતી. પ્રતીકાત્મકરૂપે પંડિતજીએ મીઠું બનાવ્યું તે કાર્યવાહી પૂરી થાય તે પહેલાં જ પોલીસ આવી પહોંચી. યુવાનોને ભગાડવા માટે પોલીસે દંડા વીંજ્યા. જે ખાડામાં મીઠાનું પાણી ભરવામાં આવ્યું હતું, તેની અંદર શ્રીરામની સાથે બીજા ત્રણ-ચાર યુવાનો ઊતર્યા હતા. મીઠું બનાવવાનો પ્રયત્ન કરી રહ્યા હતા.

પોલીસે તેમને બહાર નીકળવા કહ્યું. પાણીની બહાર ઊભેલા છોકરાઓ તો પડેલા ડંડાના ડરથી ભાગી ગયા હતા, પાણીમાં ઊતરેલા છોકરાઓ પણ આઘાપાછા થવા લાગ્યા, પરંતુ શ્રીરામ તો જાણે કશું સાંભળતા જ નથી. પોલીસે ત્રણ-ચાર વાર બૂમ પાડી. પરંતુ એક પણ વાર તેમણે ધ્યાન ન આપ્યું. અવગણના થતી જોઈ બે પોલીસવાળા પાણીમાં ઊતર્યા અને ફટાફટ શ્રીરામ ઉપર લાકડી ફટકારવા લાગ્યા. હાથ, પીઠ, ખભા અને માથામાં વાગ્યું. આ મારના કારણે તેઓ પાણીમાં જ પડી ગયા. પોલીસવાળા તેમને પાણીમાં જ પડેલા છોડીને ચાલ્યા ગયા. સાંજ થઈ ગઈ. પોલીસના ડરથી શ્રીરામની તપાસ કરવા કોઈ જ ન આવ્યું. તેઓ આખી

રાત મીઠાનાં ઘોળમાં પડ્યા રહ્યા. સવારે તેમને બહાર કાઢવામાં આવ્યા. તાઈજી આખી રાત એવું સમજીને બેઠાં રહ્યાં કે શ્રીરામને પોલીસ પકડીને લઈ ગઈ હશે.

મહાપુરશ્વરણ અને સમાજ-સેવા સાધના

સ્વતંત્રતા સંગ્રામમાં ભાગીદારીની સાથે અનુષ્ઠાન સાધના પણ ચાલી રહી હતી. મહાપુરશ્વરણ માટે દરરોજ છ કલાકનો સમય થતો હતો. શ્રીરામ આ સાધના સવારે છ વાગ્યા પહેલાં અને સાંજે સૂર્યાસ્ત વખતે પૂરી કરી લેતા હતા. જપનો અભ્યાસ થયેથી પાંચ કલાકનો સમય પર્યાપ્ત થતો. સાધનામાં સક્રિયતા થયેથી રાષ્ટ્રીય અને સામાજિક મોરચા ઉપર પણ સક્રિયતા વધી. તિથિવાર નક્કી નથી પણ ઘટનાઓ એ સમયની છે, જ્યારે શ્રીરામ અઢાર-ઓગણીસ વર્ષના હતા. લૂલી-લંગડી ગાયોને વેચી દેવાની અને દૂધ ન આપનારી ગાયોને આમ જ રસ્તા ઉપર છોડી દેવાની પ્રવૃત્તિ ત્યારે પણ હતી. ગામમાં કોઈએ બે ગાયો કસાઈને વેચી દીધી. તેમના પગ ખરાબ હતા. કસાઈ એ ગાયોને લઈ ચાલ્યા ગયા.

શ્રીરામને સમાચાર મળ્યા. તેમણે પોતાના બાળસભ્યોની તાત્કાલિક બેઠક બોલાવી અને તુરંત નક્કી કરી લીધું કે શું કરવું છે. પોતાના એક સાથીને લઈને શ્રીરામ દોડ્યા. કસાઈઓને મળ્યા અને વાતચીત કરી. ગાયોને ન કાપવાનો અનુરોધ કર્યો. તેમણે કહ્યું કે જે કિંમત ચૂકવવામાં આવી છે, તે પાછી મળી જાય તો ગાય પાછી આપી દેશે. શ્રીરામ થોડો વખત વિચારમાં પડી ગયા. બંને ગાયોની કિંમત અઢાર રૂપિયા જાણવાની હતી. તાઈજી પાસેથી આ રકમ માંગી શકાય એમ હતું, પરંતુ તેઓ આ કરવા નહોતા ઈચ્છતા. કંઈક વિચારીને શ્રીરામે હા પાડી દીધી. થોડોક સમય માંગ્યો અને ગામના શાહુકાર ગુલઝારીની પાસે આવ્યા. તેમની પાસેથી પાંત્રીસ રૂપિયા ઉધાર લીધા. ગુલઝારી આ યુવકની નિષ્ઠા અને સ્વભાવથી સારી રીતે પરિચિત હતા. વ્યાજ નક્કી ન કર્યું, ન કોઈ સામાન ગીરવે મૂકવા કહ્યું. કેટલાક દિવસ માટે વગર વ્યાજ, વગર જમીને જ રૂપિયા ઉધાર આપી દીધા. તે રૂપિયામાંથી ગાયની કિંમત અલગ રાખીને એક બાળદગાડું ભાડે કર્યું. કસાઈને પૈસા ચૂકવીને ગાયોને બળદગાડામાં બેસાડી. થોડે આગળ ગયા તો એક બળદ આડો થયો. ખબર પડી કે તે બીમાર છે. શ્રીરામે તેને ધૂંસરીમાંથી અલગ કરી તેના સ્થાને પોતાનો ખભો જોડ્યો. ધૂંસરીની એક બાજુએ બળદ અને બીજી બાજુ શ્રીરામ. આ રીતે ગાયોને લઈને ગામી આગળ વધતી રહી. શ્રીરામ ગાયોને લઈને હાથરસ પહોંચ્યા ત્યાંની ગૌશાળામાં ગાયોને મૂકી, ચોથા દિવસે પાછા

આવ્યા. શાહુકારનું કરજ ચૂકવવા માટે બાળસેનાના સદસ્યોનો સહકાર લીધો. દરેક જાગે થોડી થોડી રકમ જમા કરાવી અને ગુલઝારીનું કરજ ઉતાર્યું.

અકલ્પનીય સાહસ

તેજ દિવસોની ઘટના છે. ગામમાં એકમાત્ર કરિયાણાની દુકાન ચલાવનારા સુલેખચંદના ઘરમાં આગ લાગી. દુકાન અને ઘર સાથેસાથે જ હત્યા. મકાન ઈંટ-ગારામાંથી બનેલું હતું, પરંતુ છત વાંસ-વળીઓમાંથી બનેલી હતી. નળિયાં છાયેલાં હતાં. જોતજોતામાં છતે આગ પકડી લીધી. સુલેખચંદ પોતાનાં બાળકોને બચાવવા કરતાં વધુ દુકાનમાં ફસાયેલા સામાન માટે ચિંતિત હતો. બાળકો હોંશિયાર હતાં. દોડતાં-ફૂદતાં લપેટોમાંથી બહાર નીકળી આવ્યાં અને બહાર આવીને ભૂમો પાડવા લાગ્યાં કે ભાભી અંદર જ રહી ગઈ છે. ભાભી એટલે કે સાહુની પુત્રવધૂ. તે ગર્ભવતી હતી.

શ્રીરામ હો હા સાંભળીને ત્યાં પહોંચ્યા. વાત સાંભળીને મામલો સમજી ગયા. સંકટને સમજતાં જ તેમણે આબુબાબુ નજર દોડાવી. બાબુના ઘરમાં ગયા અને ત્યાંથી નિસરાણી લઈ આવ્યા. દરવાજાની પાસે આગ એવી ખરાબ રીતે ફેલાઈ ગઈ હતી કે અંદર જવું મુશ્કેલ હતું. નીસરાણી ગોઠવીને તેઓ છત બાબુએથી અંદર ફૂદ્યા. થોડીક જ મિનિટોમાં વહુને ખભા ઉપર નાંખીને બહાર આવી ગયા. તે થોડી ઘણી ઉપર ઉપરથી દાઝી ગઈ હતી. તેની પ્રાથમિક ચિકિત્સાની વ્યવસ્થા કરી. સાહુનો પરિવાર આભાર વ્યક્ત કરતો રહ્યો અને તેઓ કામ પતાવીને નીકળી ગયા.

અગ્નિકાંડમાં ફસાયેલી વહુને પોતાનો જાન જોખમમાં નાંખી બચાવ્યા પછીના થોડા દિવસ બાદની ઘટના છે. એક વિધવા યુવતી કોઈ વિજાતીય યુવક દ્વારા ગર્ભવતી થઈ ગઈ. લગ્નના થોડા દિવસો પછી વિધવા થઈ જવાના કારણે સાસરિયાંઓએ તેને પિયર પાછી મોકલી દીધી હતી. તે પોતાનાં મા-બાપ સાથે રહેતી હતી. વિધવાનું ઘરમાં હોવું જ એ દિવસોમાં ગામની વસ્તી દ્વારા ધિક્કાર માટે પૂરતું હતું. પાછી તે ગર્ભવતી થઈ ગઈ. માતા-પિતા માટે ગામમાં રહેવું મુશ્કેલ થઈ પડ્યું. જેટલાં મોં એટલી વાતો.

શ્રીરામે આ સંકટમાં હસ્તક્ષેપ કર્યો અને તેઓએ તે યુવતીને પુનઃલગ્નની સલાહ આપી. શરૂશરૂમાં લોકોએ આ સલાહની મશ્કરી કરી. ઘરના સભ્યોએ પણ કહ્યું કે અમારી તો દયા ખાવ. આમ પણ મુશ્કેલીમાં ફસાયેલા છીએ. નવી મુસીબત શા માટે ઊભી કરવી. શ્રીરામે સમજાવ્યું કે આમાં કોઈ જ પાપ નથી. જૂના જમાનામાં આવું થતું રહ્યું છે.

શાસ્ત્રોમાં આની જાણકારી આપવામાં આવી છે. થોડું અટકીને તેમણે કહ્યું, 'સરકાર પણ કહે છે કે વિધવા છોકરી ઈચ્છે તો ફરીથી પરણી શકે છે. તેને ધરસંસાર વસાવવાનો અધિકાર છે. શ્રીરામ દ્વારા શાસ્ત્ર પરંપરા, સંસ્કાર અને મહાપુરુષોનાં ઉદાહરણ રજૂ કરતાં તેઓ રાજી થઈ ગયા. તેમના મનમાં એક જ મૂંઝવાણ રહી ગઈ કે ગર્ભમાં રહેલા બાળકનું શું કરવું? માતા-પિતાને તૈયાર થયેલાં જોઈને શ્રીરામ બોલ્યા તેને પણ દુનિયામાં આવવા દો. ભગવાન તેની પણ દેખભાળ કરશે.

અભિભાવકો રાજી થયેથી શ્રીરામ યુવતીના પિતાને લઈને મથુરા ગયા. ત્યાં આર્યસમાજના ચૌક શાખાના મુખ્ય પંડિત વેદવ્રતને મળ્યા. તેમને સંપૂર્ણ સ્થિતિ સમજાવી. ત્રણ-ચાર મહિનાની શોધખોળ અને વાતચીત પછી યોગ્ય વર મળી ગયો. જીવનપ્રસાદ શર્મા નામનો તે યુવક પણ વિધુર હતો. તેને એક સંતાન હતું. યુવતી અને પરિવારની સ્થિતિ તેને સ્પષ્ટપણે જાણાવવામાં આવી અને સંબંધ નક્કી કરવામાં આવ્યો. તે યુવતી દ્વારા જન્મેલું સંતાન ઉત્તરપ્રદેશના એક ઔદ્યોગિક નગરમાં અત્યારે જીવનનો સાચકાળ પસાર કરી રહ્યું છે. તેનો વંશ ખૂબજ ફૂલ્યો-ફાલ્યો છે.

ગિરવરના ઘરે કથા

કિશોર વય પસાર કરીને યુવાવસ્થામાં પહોંચ્યા જ હતા, ત્યારનો એક બીજો પ્રસંગ છે. આંબલખેડામાં હવેલીની બહારની સફાઈ કરવા અને તાઉજી (મોટા કાકા)ની ઘોડીને ખરેરાથી માલિશ કરવા માટે ગિરવર નામનો એક સફાઈ કર્મચારી આવતો હતો. તેને મન થયું કે ઘરે સત્યનારાયણની કથા કરવામાં આવે, પરંતુ તે માટે કોઈ બ્રાહ્મણ તૈયાર થતો ન હતો. ચાર-પાંચ જગ્યાએ કહ્યું, પૂરતી દાન-દક્ષિણા આપવાનું કહેવા છતાં પણ નિમ્નજાતિના લોકોને ત્યાં કથા કરવામાં દરેક જાણને સંકોચ થતો હતો. કથાનું આયોજન ન થવાના કારણે ગિરવરનું મન બેચેન રહેવા લાગ્યું. એક દિવસ શ્રીરામની સાથે બોલી ગયો કે, 'ભાઈ, હું મારે ત્યાં કથા કરાવવા ઈચ્છું છું, પરંતુ મારાં ભાગ્ય જ ખરાબ છે.'

'કેમ? શું થયું ભાગ્યને?' શ્રીરામે પૂછ્યું. તેઓના પ્રશ્નમાં આત્મીયતાની સાથે આકોશનો સ્વર પણ હતો. આકોશ ગિરવર દ્વારા દર્શાવવામાં આવેલ નિરાશા પર હતો. તેણે કહ્યું 'અમે લોકો અદ્ભૂત છીએ ને એટલા માટે અમારે ત્યાં કોઈ કથા નથી કરતું.' શ્રીરામ થોડીવાર અટકીને બોલ્યા, 'કાલે નહાઈ-ધોઈને તૈયાર રહેજો. ઘરનાં દરેક લોકો સાફ સ્વચ્છ રહેજો. અમે તારે ત્યાં કથા કરવા આવીશું.' ગિરવરનો ચહેરો આ આસ્વાસન પામીને ખીલી ઊઠ્યો. પરંતુ બીજી જ ક્ષણે

તે પાછો ઉદાસ થઈ ગયો. કહેવા લાગ્યો, 'જ્યારે બીજા પંડિત લોકો આવતા નથી તો તમને પણ કોણ આવવા દેશે ? તમારાં તાઈજી અને બીજા લોકો તમને આવવા નહીં દે.'

શ્રીરામે આ તરફથી નિશ્ચિત રહેવાનું કહ્યું. ગિરવર સંશય એ વિશ્વાસની મિશ્રિત અનુભૂતિ સાથે ગદ્ગદ થતો ધરે પહોંચ્યો. ઘરના દરેક સભ્યને જાગાવ્યું. જાગાવ્યા પછી તૈયારી પણ તુર્ત જ શરૂ થઈ ગઈ. ઘરની સફાઈ, કપડાં, બિસ્તર વગેરેની ધોલાઈ અને વાસાણો માંજવાની સાથે મકાનની ભોંય ઉપર લીંપણ શરૂ કર્યું. મોડી રાત સુધી કામ કરવાથી ગિરવરનું ઘર ચમકી ઊઠ્યું. આગલ દિવસે અઢાર ઓગણીસ વર્ષના યુવા પંડિત પોથી, હવન કુંડ, સામગ્રી, શંખ, તસવીર, ઝાલર, વગેરે લઈને પહોંચી ગયા. ગિરવર પોતાની નાત-જાતના લોકોને પણ આમંત્રિત કર્યા હતા. પરચીસ-ત્રીસ લોકો એકઠા થઈ ગયા.

વિધિવત્ કથા શરૂ થઈ. એક અધ્યાય પૂરો થતાં શંખ વાગતો અને જ્યજ્ઞકાર પણ થતો. કથા પૂરી થતાં ઘંટ-ઝાલર વગાડીને આરતી શરૂ કરી. ત્યાં એકઠા થયેલા લોકોમાં ઉલ્લાસ અને ઉત્સાહ ઊભરાઈ રહ્યો હતો. 'ૐ જ્ય જગદીશ હરે' ના મોટા અવાજ સાથે એ.લોકોએ આરતી ગાઈ. શંખનાદ અને જ્યકારની ગૂંજ ગામનાં અન્ય ઘરો સુધી પહોંચી. તાત્કાલિક કથું જ સમજાયું નહિ. જ્યારે સમજાયું ત્યારે બ્રાહ્મણ અને ઠાકુર સમાજમાં કોપ જાગી ઊઠ્યો.

પંદર-વીસ લોકોનું ટોળું ગાળો બોલતું હરિજન ટોળા તરફ દોડ્યું. દૂરથી બૂમ-બરાડા સંભળાવા લાગ્યા. ગિરવરે કહ્યું, 'લોકો મારવા આવી રહ્યા છે, બાબુ સાહેબ, તમે બચીને નીકળી જવ. 'શ્રીરામ બોલ્યા,' ના, ભાગીશું નહીં તમને લોકોને તેમના શિકાર બનવા નહીં દઈએ.' ગિરવર અને પરિવારના લોકોએ બૂમો પાડીને કહ્યું, સમજાવ્યું, ભારખૂબક સમજાવવાનો પ્રયત્ન કર્યો. શ્રીરામે પણ શરત મૂકી કે તમારી જાતને દોષિત માનતા નહીં. એ લોકો કંઈક ઠહે એ પહેલાં જ સ્પષ્ટ કરી દેજે કે શ્રીરામે જ કથા કરવાની જિદ કરી હતી. અમે લોકો તો આ માટે તૈયાર જ ન હતા. આ શરત માની લીધી અને સમ ખાધા ત્યારે શ્રીરામ ભાગવા માટે રાજી થયા.

બ્રાહ્મણ-ઠાકુર ટોળાનાં લઠેત ઘરની પાસે પહોંચ્યા એ પહેલાં જ શ્રીરામે પોથી, પાત્ર અને કથાનો સામાન સમેટ્યો. પોતાની સાથે લાવેલ ચાદરમાં સામાન બાંધ્યો. ખભા પર મૂક્યો અને ખેતરોમાંથી ઘઈ નીકળી ગયા. લોકોથી લપાતા-છુપાતા હવેલી પહોંચ્યા. ત્યાં ગિરવર અને સાથી લોકોએ લઠેતોને એ સફાઈ રજૂ કરી જેનક સોગંદ ખાધા હતા.

શ્રીરામના જિદી સ્વભાવથી દરેક જાણ પરિચિત હતા. એટલા માટે માની લેવામાં આવ્યું કે હઠ કરી હશે. તેમણે હવેલીમાં આવીને તાઈજીને ફરિયાદ કરી. તાઈજીએ શ્રીરામને થોડાક ખખડાવ્યા અને વાત ત્યાં જ પૂરી થઈ ગઈ.

ક્રાંતિકારી કાર્યાલય

સમાજમાં નવા સંસ્કાર જાગૃત કરવા માટે શ્રીરામે પોતાની વાતોને લખીને અને બોલીને કહેવાનું શરૂ કર્યું. એ દિવસોમાં સ્વતંત્રતા આંદોલનના પક્ષમાં અથવા અંગ્રેજોની વિરુદ્ધમાં લખવું આસાન ન હતું. લખવામાં આવતું તો છાપવાનું મુશ્કેલ હતું. શ્રીરામ ઘણું કરીને કવિતા લખતા. તેને છાપવા માટે આગ્રાના 'સૈનિક' કાનપુરના 'વિદ્યાર્થી' અને કલકત્તાનાં 'વિશ્વામિત્ર' જેવાં પત્રોમાં મોકલી દેતા. 'શિરકત', 'મસ્તાના', જેવી પત્રિકાઓમાં પણ તેમની રચનાઓ છપાતી હતી.

સ્વતંત્રતા આંદોલન માટે બેઠક કરવા સિવાય સામાજિક કાર્યો કરવા માટે પણ વિચારવિમર્શની જરૂરિયાત હતી. બેઠક જ્યાં-ત્યાં થતી રહેતી. કથા આયોજનનો પ્રસંગ પત્યા પછી શ્રીરામે પોતાના સાથીઓને કહ્યું કે બેઠક માટે કોઈ નિશ્ચિત સ્થાન હોવું જોઈએ. તે સ્થાન કોઈનું ઘર હોવું ન જોઈએ. ઘરમાં અન્ય લોકો પણ રહે છે, મોટેરાંનો-વડીલોનો પ્રભાવ પણ રહે છે અને લોકોની અવર-જવર પણ રહે છે. ત્યાં એકાંત નથી મળતું.

સમાધાન તાઈજીએ કરાવ્યું. તેમણે હવેલીનો એક ભાગ બતાવ્યો. સૈનિકોએ પોતાની બેઠકો ઘરથી દૂર કરવાનો નિર્ણય જાગાવ્યો. તાઈજીએ કહ્યું, તમને લોકોને હેરાન કરવા ત્યાં કોઈ જ નહીં આવે. ચોલીસ કલાક બેઠા રહેશો તો પણ નહીં બોલાવીએ. બાળસેનાના યુવા સદસ્ય છતાં પણ ન માનતાં તાઈજીએ પોતાની મનોવ્યથા જાગાવી. અસલમાં શિવાલયના એકાંતમાં શ્રીરામ માટે ખતરો જાગાઈ રહ્યો છે. તે અમારા હાથમાંથી નીકળીને શિવજીના હાથમાં ચાલ્યો જશે.

તાઈજીનો આ જવાબ બ્રહ્માસ્ત્ર સિદ્ધ થયો. તેમના સંકોચનું સમ્માન કરતાં સૌએ હવેલીના એક હિસ્સાને પોતાને માટે માની લીધો. એ વચન જરૂરથી લીધું કે તેમની બેઠકો તથા કાર્યો વિશે કોઈને મંધ સુધ્યાં આવવા નહીં દે. તાઈજીએ જાતે જઈને તે ઓરડો બતાવ્યો. ત્યાં વીસ-પચ્ચીસ લોકોને આરામથી બેસવાની જગ્યા હતી. જ્યારે જરૂર જાગાય ત્યારે ભોજન-પાણી માંગવા, નાસ્તાની વ્યવસ્થાનું આશ્વાસન પણ મળી ગયું અને આંબલખેડાની તે કોટડીમાં એક ક્રાંતિકારી કાર્યાલયની શરૂઆત થઈ. ●

અધ્યાત્મ સાધનાનો મર્મ - ૧

ગાયત્રી મંત્ર અમારી સાથે-સાથે

ॐ ભૂર્ભુવઃ સ્વઃ તન્સવિતુર્વરણ્યં ભર્ગો દેવસ્ય

ધીમહિ ધિયો યો નઃ પ્રચોદયાત.

માધ્યમ નહીં, લક્ષ સમજવું જરૂરી

દેવીઓ, ભાઈઓ ! વિદ્યાર્થી બી. એ. પાસ કરે છે, એમ. એ. પાસ કરે છે, પી.એચ.ડી. કરે છે. શાનાથી લખે છે ? પાર્કરની પેનથી લખે છે. શું પેન જરૂરી છે ? હા ઘણીજ જરૂરી છે, પરંતુ જે તમે એવું વિચારતા હો કે પેનના માધ્યમ દ્વારા તમે તુલસીદાસ બની શકો છો, કબીરદાસ બની શકો છો અને એમ. એ. પાસ કરી શકો છો તો તમારો આ વિચાર એકતરફી અને ખોટો છે. જ્યારે બંનેનો સમન્વય થશે ત્યારે વિશ્વાસ રાખજો કે જે લાભ તમને મળવો જેઈએ તે જરૂરથી મળીને જ રહેશે. સમન્વય કોનો ? પેનનો સમન્વય, આપણાં જ્ઞાન અને વિદ્યા, અધ્યયનનો સમન્વય જ્ઞાન આપણી પાસે હોય, વિદ્યા આપણી પાસે હોય, અધ્યયન આપણી પાસે હોય અને પેન આપણી પાસે સારામાં સારી હોય તો શું તમે એવું વિચારો છો કે તેનાથી તમે એ બધું પૂરું કરી શકો છો ? ના, પૂરું કરી શકતા નથી.

એ જ રીતે સારી સાઈકલ આપણી પાસે હશે તો આપણે વધુ સારી સફર કરી શકીએ છીએ, પરંતુ સાઈકલની સાથેસાથે આપણા પગમાં તાકાત પણ હોવી જેઈએ. પગમાં શક્તિ નહીં હોય તો સાઈકલ ચાલશે જ નહીં. સીડી સારી હોવી જેઈએ, દાદરો સારો હોવો જેઈએ જેથી તેના ઉપર ચડીને આપણે અગાથી ઉપર જઈ શકીએ. માત્ર સીડી હોવી એટલું પૂરતું નથી. તમારા પગમાં તાકાત પણ હોવી જેઈએ. પગમાં તાકાત જ નહીં હોય, તો તમારી પાસે દાદર સારો હશે, સીડી સારી હશે છતાં પણ તમે અગાથી સુધી પહોંચી નહીં શકો.

મિત્રો ! માધ્યમોની પોતાની એક મોટી ઉપયોગિતા છે અને તેની આવશ્યકતા પણ મોટી છે. મૂર્તિઓ શેનાથી બને છે ? ટાંકણું - હથોડીથી બને છે. અરજા એક પથ્થરનો ટુકડો અમે તમને આપીશું અને ટાંકણું-હથોડી પણ આપીશું

તમે એક મૂર્તિ બનાવીને લાવો. એક હનુમાનજીની મૂર્તિ બનાવીને લાવો. અરે સાહેબ ! અમે તો પથ્થરમાં ટાંકણું માર્યું અને તેના તો ટુકડે ટુકડા થઈ ગયા. હનુમાનજી બન્યા નહીં ! ના સાહેબ, હનુમાનજી ન બનાવી શક્યા. તો તમે ટાંકણાંની કરામત શું કહી રહ્યા હતા ? તો પછી હથોડીની કરામત શું કહી રહ્યા હતા ? હથોડી અને ટાંકણાંની કરામત છે જરૂર, અમે એને માનીએ છીએ. દુનિયામાં જેટલી પણ મૂર્તિઓ બની છે, તે બધી જ મૂર્તિઓ ટાંકણાં અને હથોડીથી જ બની છે, પરંતુ ટાંકણું અને હથોડીની સાથેસાથે તે કલાકાર અને મૂર્તિકારનાં મસ્તિષ્ક અને હાથો પણ સિદ્ધ થયેલા હોવા જેઈએ. હાથ સિદ્ધ થયા નથી, મસ્તિષ્ક સિદ્ધ થયું નથી અને ટાંકણું - હથોડી તમારી પાસે છે તો તમે મૂર્તિ નહિ બનાવી શકો.

ચિત્રકારોએ એક એકથી સુંદર ચિત્રો ક્યા માધ્યમથી બનાવ્યાં છે ? બ્રશના માધ્યમથી. બ્રશથી શું બને છે ? તસ્વીરો બને છે, પેન્ટિંગ બને છે. સારું ચાલો, અમે તમારે માટે તમને ફાવે, તેવું એક બ્રશ મંગાવી આપીએ છીએ અને તમે એક પેન્ટિંગ બનાવીને બતાવો, ના સાહેબ, અમારાથી નહીં બની શકે. અમે તમને બ્રશ આપ્યું હતું. બ્રશ તો તમે સારું આપ્યું હતું. બ્રશ ફાવે એવું હતું. બિલકુલ વ્યવસ્થિત તસવીર બનત, એ વાત પણ સાચી છે. પરંતુ અમારી પાસે ફક્ત બ્રશ હતું. ચિત્રકલા વિશે કોઈ જાણકારી ન હતી, એટલા માટે અમે તેમાં સફળ ન થઈ શક્યા અને ચિત્ર બની શક્યું નહીં.

ક્રિયાયોગ અને ભાવયોગ

આધ્યાત્મિકતાના બે ભાગ, બે હિસ્સા છે. એક હિસ્સો એ છે, જેને ક્રિયાયોગ કહેવાય છે અને બીજો હિસ્સો એ છે, જેને આપણે ભાવયોગ કહીએ છીએ. ક્રિયાયોગના માધ્યમથી આપણે ભાવયોગને જગૃત કરવો પડે છે. અસલમાં શક્તિ આ શરીરમાં નથી હોતી, વસ્તુઓમાં નથી હોતી. અગરબત્તીઓમાં શું તાકાત હોઈ શકે છે ? તે હવાને બરાબર કરી શકે છે દીપકમાં શી તાકાત હોઈ શકે છે ? તે પ્રકાશ

પાથરી શકે છે. આપણા જીવાત્માને શું દીપક તાકાત આપી શકે ? ના, જીવાત્માને દીપક કોઈ જ તાકાત આપી ન શકે, કેમકે તે વસ્તુ છે, પદાર્થ છે, મેટર છે, જડ છે. જડ વસ્તુઓ આપણને ફાયદો આપી શકે છે, પરંતુ ચેતનાને કોઈ લાભ આપી શકતી નથી. સૂર્યનારાયણને જે પાણી આપણે ચડાવીએ છીએ તે શું આપણા આત્માને બળ આપી શકે છે ? ના બેટા, સૂર્યનારાયણને ચડાવેલું પાણી તે જમીનને તો ભીની કરી શકે છે, જ્યાં તમે પાણી રેડ્યું હતું. આપણા આત્માને બળ આપી શકતું નથી અને શું સૂર્યનારાયણ સુધી તે જળ પહોંચી શકે છે ? નથી પહોંચી શકતું. જોઈ લો, તમારું ચડાવેલું જળ જમીન ઉપર પડ્યું છે, સૂર્યનારાયણ તો લાખો માઈલ દૂર છે. કઈ રીતે પહોંચી શકે ?

તો પછી તમે શું કહેતા હતા ? તમે તો અમને નકામી વાતો જણાવો છો. ના, હું નકામી વાતો જણાવતો નથી. હું તો એ જણાવું છું કે ક્રિયાયોગના માધ્યમ દ્વારા ભાવયોગનું જગરાણ કરવાનો ઉદ્દેશ્ય પૂરો થાય છે. એક મીડિયમ હોય છે અને એક લક્ષ હોય છે. 'એમ' એક જ હોય છે. બંનેને જો તમે ભેગાં કરીને ચાલશો, ત્યારે જ કંઈક વાત જામશે અને જો તમે બંનેને ભેગાં કરીને નહીં ચાલો તો એવું જ થશે જે આજે એકાંગી ક્રિયાયોગ દ્વારા થઈ રહ્યું છે. એકાંગી 'ક્રિયાયોગ' આજે વાદળાંઓની જેમ, આકાશની જેમ, રાવાણના ચેહરાની જેમ વધતો જોવા મળે છે અને તેમાંથી પ્રાણ નીકળતો જઈ રહ્યો છે. આને કારણે દરેક મનુષ્યએ ફરિયાદ કરવી પડે છે કે અધ્યાત્મથી અમારો કોઈ જ ઉદ્દેશ્ય પૂરો થતો નથી અને અધ્યાત્મ દ્વારા કોઈ લાભ થતો નથી અને અધ્યાત્મ દ્વારા અમને ભગવાન નથી મળતા અને અધ્યાત્મ દ્વારા અમને શાંતિ નથી મળતી. અધ્યાત્મથી અમને અમુક નથી મળતું. દીકરા, કશું જ નહીં મળે, કેમકે તારી પાસે ક્રિયાયોગ છે. ક્રિયાયોગનો ઉદ્દેશ્ય ભાવયોગનું સમર્પણ છે, જે આ વાત તમારી સમજમાં આવી જશે તો તમને ઓછામાં ઓછું રસ્તો તો જરૂર મળી જશે.

વાસ્તવિકતાને સમજો

તમે ભજન કરો તો તમારી મરજી, ન કરો તો તમારી મરજી, પરંતુ હું એવું જરૂર ઈચ્છું કે તમને વાસ્તવિકતાની જાણકારી હોવી જ જોઈએ. જે તમને વાસ્તવિકતાની જાણકારી નથી તો તમે બીજા, ત્રીજા લોકોની જેમ અજ્ઞાનમાં ભટકતા લોકો છો, તમારી પૂજા - ઉપાસના પણ અજ્ઞાનમાં

ભટકવા સિવાય બીજું કંઈ જ હોઈ ન શકે. જે તમે એવો વિચાર કરીને રાખ્યો છે કે આ કર્મકાંડના માધ્યમ દ્વારા, ક્રિયાયોગના માધ્યમથી તમે લક્ષને પૂરું કરી શકો છો તો એ લક્ષ પૂરું થઈ શકતું નથી. લક્ષ પૂરું કઈ રીતે થઈ શકે છે ? લક્ષને પૂરું કોણ કરે છે ? આત્માને ભગવાનની શક્તિઓ ક્યાંથી મળે છે ? આત્મા શું છે ? આના પર વિચાર કરવો જોઈએ. આપણી ચેતના જ પરમપિતા પરમાત્માની ચેતનાની સાથે મળી જઈ શકે છે. ચેતનાની સાથે ચેતના મળી શકે છે. જડની સાથે જડ મળી શકે છે, તમે આ ધ્યાન રાખો.

મિત્રો ! ચેતના આપણો જીવાત્મા છે અને તે વિચારપરક છે, ભાવપરક છે, સંવેદનાપરક છે અને ભગવાન ? ભગવાન પણ વિચારપરક છે, ભાવનાપરક છે અને સંવેદનાપરક છે. બંનેની ભાવના અને વિચારણા જે દિવસે મળશે, તે દિવસે તમને ભગવાનને મળવાનો આનંદ મળી જશે. તમને સાક્ષાત્કારનો આનંદ મળી જશે. જ્યાં સુધી તમે મેટરને મેટરથી પકડવાનું પ્રયત્ન કરશો, તે દિવસ સુધી અજ્ઞાનમાં ભટકતા લોકોમાં તમારું નામ પણ લખી શકાય છે, અજ્ઞાનમાં ભટકનારા લોકોએ છે જે આંખો દ્વારા માટીના બનેલા શરીરને જોવા વિશે સપનાં જોતા રહે છે કે ભગવાનજીનો સાક્ષાત્કાર થવો જોઈએ. સારું સાહેબ ! કેવા ભગવાનજીનો સાક્ષાત્કાર ઈચ્છો છો ? અમે આમ તો રામચંદ્રજીનો સાક્ષાત્કાર ઈચ્છીએ છીએ, જે તીર-કામઠું લઈ ફરતા રહે છે. અચ્છા, તો શરીર કઈ વસ્તુનું બનેલું હશે, જે તમે જોવા ઈચ્છો છો ? સાહેબ, શરીર તો આપરે શરીર જ છે, જે માટી-પાણીનું બન્યું છે, તો તમે માટી-પાણીના રામચંદ્રજીને જોવા ઈચ્છો છો ? હા સાહેબ, માટી-પાણીના રામચંદ્રજીને જોવાની ઈચ્છા છે.

બીજા કોને જોવા ઈચ્છો છો ? તીર-કામઠાંવાળાને જોવા ઈચ્છો છો. તીર-કામઠું શામાંથી બને છે ? વાંસમાંથી બને છે. વાંસનું તીર-કામઠું ધારણ કરનારા, મોર-મુકુટ પહેરનારા અને હાડ-માંસનું શરીર ધરાવતા ભગવાનને તમે જોવા ઈચ્છો છો ? તમે તેમને શેનાથી જોવા ઈચ્છો છો ? આંખથી જોવા ઈચ્છીએ છીએ. આંખો કંઈ વસ્તુની બનેલી છે ? ચામડાની બનેલી છે, માંસની બનેલી છે. તો તમે માંસ દ્વારા માંસને જોવા ઈચ્છો છો ? તમે તેમને શેનાથી જોવા

ઈચ્છો છો ? આ જ મતલબ છે ને તમારો ? તમે મટિરિયલ વડે મટિરિયલને જેવા ઈચ્છો છો. પ્રકૃતિથી પ્રકૃતિને જેવા ઈચ્છો છો. તો તો તમને ભૌતિકવાદી કહેવા પડશે. આ આધ્યાત્મવાદ હોઈ ન શકે.

અધ્યાત્મનો મર્મ

અધ્યાત્મ શું છે ? અધ્યાત્મ એ વસ્તુનું નામ છે, જેમાં વસ્તુઓનો પ્રયોગ તો કરીએ છીએ, સમર્થ વસ્તુઓનો પ્રયોગ પણ કરીએ છીએ, જેમકે પાણીનો પ્રયોગ, ચોખાનો પ્રયોગ, અક્ષતનો પ્રયોગ, ખાંડનો પ્રયોગ, ધીનો પ્રયોગ, ધૂપનો પ્રયોગ, દીપનો પ્રયોગ અનેક વસ્તુઓનો પ્રયોગ કરીએ છીએ અને સાથેસાથે કર્મકાંડોનો પ્રયોગ ક્રિયા-કલાપોનો પ્રયોગ કરીએ છીએ. આમાં શરીરને હલાવી-ડોલાવીને કામ કરીએ છીએ, જેમકે માળા ફેરવવી વગેરે. માળા શાનાથી ફેરવીએ છીએ, હાથથી ફેરવીએ છીએ. માળા શેની હોય છે ? લાકડાની બની હોય છે. કઈ કઈ વસ્તુઓ હોય છે, જે હાથ વડે ફેરવી શકાય છે ? બેટા, આ બધું જ મટિરિયલ છે. જે મટિરિયલ અથવા ભૌતિક વસ્તુઓ છે, તેના ઉપયોગનો શો ઉદ્દેશ્ય હોવો જોઈએ ? સાહેબ ! ભૌતિકથી તો ભૌતિક વસ્તુઓ જ મળશે. હા બેટા, ચરખો કાંતવાથી તો આઠ આના મળી શકે છે. માળા ફેરવવાથી ચાર આના મળી શકે છે. મહારાજજી ! ભગવાનની વાત કહોને. ના બેટા ! ભગવાનને માળા સાથે શો સંબંધ ? તો પછી તમે માળા શા માટે કરાવો છો ? માળા એટલા માટે કરાવું છું કે તમારી સમજમાં આવી જાય કે કઈ રીતે અમે અમારી બધી જ બુદ્ધિ બધી જ શક્તિ આ વાતમાં લગાવવા ઈચ્છીએ છીએ.

મિત્રો ! તમે એક વાત સમજી લો કે જે કોઈ ક્રિયાયોગ છે, તેનો હેતુ કેવળ મનુષ્યની ભાવનાઓનો વિકાસ કરવાનો છે, ભાવનાનો પરિષ્કાર કરવાનો છે. ભાવનાનો વિકાસ અને પરિષ્કાર કરવામાં, ભાવનાની શુદ્ધિ કરવામાં, તમારી સંવેદનાઓને જગાડવામાં જે અમારી ક્રિયા સફળ બને છે તો અમારી સાધના પણ સફળ થાય છે. જે અમારી ભાવનાથી તે દૂર રહે છે, ભાવનાને સ્પર્શી શકતી નથી, ફક્ત ભૌતિક ક્રિયાકલાપો દ્વારા ભૌતિક વસ્તુઓની કામનામાં જ આપણે ડૂબેલા રહીએ તો આ ફક્ત ભૌતિકવાદ છે. ભૌતિકવાદ માટે અમે અલગ છીએ અને અધ્યાત્મવાદ માટે અલગ. ભૌતિકવાદ કિંમતના બદલામાં કિંમત ચૂકવવા ઈચ્છે છે. તમે આઠ કલાક

કામ કરો, અમે તમને છ રૂપિયા ચૂકવી શકીએ છીએ. તમે ચાર કલાક કામ કરો, અમે તમને ત્રણ રૂપિયા આપી શકીએ છીએ. પદાર્થની કિંમત પદાર્થ છે. તમે કેટલી માળા જાપી, તેના બદલામાં અમે તમને તેટલા પૈસા આપી શકીએ છીએ. તમે રોજ ચાર રૂપિયા કમાવ છો તો પછી એક કલાક વધારે ભજન કરો, અમે તમને આઠ આના આપીશું. આપ આઠ આના લઈ જાવ, ના સાહેબ અમે તો શાંતિ ઈચ્છીએ છીએ, સિદ્ધિ ઈચ્છીએ છીએ, મુક્તિ ઈચ્છીએ છીએ અને ભગવાનનો અનુગ્રહ ઈચ્છીએ છીએ. બેટા, આનો સંબંધ ભાવના સાથે છે.

કર્મકાંડ નહીં - ભાવના મુખ્ય

મિત્રો ! કર્મકાંડ, ક્રિયાકૃત્ય જરૂરી છે અને વાંછનીય પણ, પરંતુ મુશ્કેલી ત્યારે આવી જાય છે જ્યારે તમે કર્મકાંડને જ બધું માની બેસો છો અને ભાવનાના સંશોધન અને પરિષ્કારની જરૂરિયાતને સમજતા નથી. તમારે ભાવનાના સંશોધનની જરૂરિયાતને સમજવી જોઈએ અને કર્મકાંડોને માધ્યમ સમજવા જોઈએ અને તેને જ અનુરૂપ તેનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ. આનાં કેટલાં બધાં ઉદાહરણ મેં તમને આપ્યાં છે. ઉદાહરણ માટે, સારો પત્ર લખવા માટે, સારો લેખ લખવા માટે તમારે પેનની જરૂર છે. મેં કોને કહ્યું કે પેનની જરૂરિયાત નથી. પેન વગર આપણે પત્ર લખી શકતા નથી. અમારી પેન જ્યારે ખરાબ થઈ જશે ત્યારે અમે પત્ર લખી શકીશું નહિ. એવી જ રીતે જ્યારે અમારી જીભ ઉપર ચાંદાં પડી જશે ત્યારે અમે વ્યાખ્યાન આપી નહીં શકીએ. આ મીડિયમોની, માધ્યમોની અમારે ઘણી જ જરૂર છે.

તમારે જીભ તો છે, પરંતુ તેના દ્વારા તમે જ્ઞાનનો આનંદ બતાવી શકતા નથી, જે એક વિકસિત તેમજ પરિષ્કૃત વ્યક્તિત્વ દ્વારા થવો જોઈએ. તો ગુરુજી અમને પણ વ્યાખ્યાન શીખવાડી દો, જે તમે આપો છો. બેટા, યાદ રાખી લે અને તું પણ એવું જ વ્યાખ્યાન આપ્યા કર. મહિના - પંદર દિવસમાં તને અભ્યાસ થઈ જશે. જે કોઈએ પકડી લીધો અને કહેશે કે અમુક વિષય ઉપર બોલો, ત્યારે ? ત્યારે બેટા કહી દેજે કે મેં આટલી જ નકલ કરી છે. હવે તો હું કેવી રીતે બોલી શકું ! અરે મહારાજ, તમે તમારા જેવો વિદ્વાન બનાવી દો. અરે બેટા, જ્ઞાનની સાધના છે, અક્ષરોની નકલ કરવાથી ન થઈ શકે.

એટલા માટે કર્મકાંડોની બાબત તમારે સ્પષ્ટપણે સમજી લેવી જોઈએ. કર્મકાંડ અત્યંત જરૂરી અને અત્યંત આવશ્યક છે. કર્મકાંડની જમીન-આસમાન જેવી આવશ્યકતા છે, પરંતુ કર્મકાંડ અધૂરો અને અપંગ છે. તે ક્યારે અધૂરો અને અપંગ છે ? જ્યાં સુધી તેનો આપણા ભાવના ક્ષેત્ર ઉપર પ્રભાવ ન પડે અને તેનું સંશોધન ન થાય. ભાવ સંવેદનાઓની જાગૃતિ ન થાય, ભાવનાઓમાં કોઈ ફેરફાર ન થયા હોય. ભાવના અને ચિંતન આપણાં ત્યાંનાં ત્યાં જ અટકેલાં રહ્યાં તો તમે વિશ્વાસ રાખજો, તમારે હંમેશાં ફરિયાદ કરવી પડશે કે અમારી પૂજા વ્યર્થ જઈ રહી છે. અમારાં ભજન બેકાર જઈ રહ્યાં છે. અમારી ઉપાસના બેકાર ગઈ, અમારું અનુષ્ઠાન બેકાર ગયું. આ જ એક ભૂલ છે, જે શિલા સાથે અથડાઈને ઘાગાં બધાં વહાણો ડૂબી ગયાં, ઘાગી બધી હોડીઓ ડૂબી ગઈ અને લોકોનાં ભજન ડૂબી ગયાં અને સંન્યાસ ડૂબી ગયો. ઉપાસનાઓ ડૂબી ગઈ અને બધું જ ડૂબી ગયું. પરંતુ જેઓએ અથડાઈને એ સમજી લીધું કે કર્મકાંડ જ પૂરતો નથી, તેઓ ભવસાગરથી પાર થઈ ગયા. કર્મકાંડ જરૂરી તો છે, મહત્વપૂર્ણ તો છે, પરંતુ પૂરતો નથી. તે એકાંગી અને અપૂર્ણ છે.

સાધના : એક સમગ્ર ઉપચાર

મિત્રો ! તમે એ ધ્યાન રાખો કે બંનેનો સંબંધ શરીર અને પ્રાણ જેવો ઘનિષ્ઠ છે. શરીર અને પ્રાણને એક કરવાથી જ વ્યક્તિ જીવંત કહેવાય છે. તેવી જ રીતે ભાવ સંવેદનાઓનો પરિષ્કાર તેમજ વિચારણાઓના પરિષ્કારની સાથેસાથે જાપનાં, પૂજનાં અને ઉપાસનાનાં ક્રિયાકૃત્ય, કર્મકાંડ જ્યારે મળી જાય છે ત્યારે એક સમગ્ર વાત બની જાય છે. મિત્રો ! આપણે એક સમગ્ર વ્યક્તિ છીએ. બોલીએ છીએ, ચાલીએ છીએ, પરંતુ જે શરીરમાંથી પ્રાણ નીકળી જાય તો હવામાં ફરનારો પ્રાણ તમારા કોઈ જ કામમાં આવી શકતો નથી. પછી તમે કહેશો કે ગુરુજી ! જરા વ્યાખ્યાન આપજો. અરે બેટા, અમે તો ભૂત છીએ અને ભૂત વ્યાખ્યાન કઈ રીતે આપી શકે ? ગુરુજી ! અમે તો તમારા પગને સ્પર્શવા ઈચ્છીએ છીએ. બેટા, અમે તો હવામાં ફરી રહ્યા છીએ, અમારા પગને કેવી રીતે અડકી શકશો ? સારું સાહેબ ! તો ગુરુદીક્ષા જ આપી દો. અરે ભાઈ ! હું મરવા પડ્યો છું, હવે ગુરુદીક્ષાનો સમય જતો રહ્યો, હવે તું કેવી રીતે ગુરુદીક્ષા લઈ શકીશ ?

મિત્રો ! મરેલું શરીર નકામું છે અને મરેલો પ્રાણ પણ નકામો છે. તેવી જ રીતે ભાવસંવેદના વગરના કર્મકાંડ

ક્રિયાકૃત્યો નકામા છે. કર્મકાંડોને જીવંત બનાવવા માટે ભાવ-સંવેદનાઓને જગાડવાની અત્યંત આવશ્યકતા છે. આપણે કોઈ ભૂખ્યા - તરસ્યા, ગરીબ, દુઃખીના કામમાં આવીએ અને તેની સેવા - સહાયતા કરીએ તો તેનાથી આપણી ભાવ-સંવેદના જાગૃત થઈ શકે છે.

આપણી ભાવ-સંવેદના જાગૃત થઈ શકે છે, પરંતુ ભાવ-સંવેદના જાગૃત કરવા માટે કર્મકાંડોની જરૂરિયાતને પણ સમજો. ના સાહેબ ! અમે તો ધાગા દયાળુ છીએ. અચ્છા ! તમારી અંદર ઘાગી જ દયા છે તો શું તમે કોઈને કામ આવી શકો છો ? ના સાહેબ ! અમે કોઈને કામ આવી શકતા નથી. અમે કોઈની સેવા-સહાયતા કરી શકતા નથી. તો પછી તમે દયાળુ કેવી રીતે ? કઈ વાતના ? ભાવ સંવેદના પણ અપૂર્ણ છે, કેમકે તે ક્રિયાકાંડો સાથે સમન્વિત નથી બંનેનો સમન્વય જરૂરી છે.

ભાવનાઓને પરિષ્કૃત કરીએ

મિત્રો ! જે આપણે દયાળુ બનવું હોય તો આપણે લોકોની સેવા કરવી જોઈએ, સહાયતા કરવી જોઈએ. તેના પ્રત્યે આપણી આંખોમાં આંસુ હોવાં જોઈએ. આપણાં હૃદયમાં ભાવનાઓનો વિકાસ હોવો જોઈએ. જે આપણે આપણી અંદર વિશાળતા વિકસિત કરવા ઈચ્છતા હોઈએ તો. જ્યારે આપણે જ્ઞાન ભેગું કરવું હોય તો પુસ્તકોની જરૂર પડશે. જ્ઞાનવૃદ્ધિ માટે પુસ્તકો વાંચવાં જરૂરી છે, પરંતુ જે આપણે જ્ઞાન, બુદ્ધિ વધારવી નથી, આપણે ભાગવું નથી તો ઘાગાં બધા પુસ્તકો લાવીને મૂકી દેવાથી કોઈ લાભ નથી. જુઓ ગુરુજી ! રામાયણનું પુસ્તક, આ ભાગવતનું પુસ્તક, આ વેદોનો પુસ્તક, ચારેય વેદ અમે તમારે ત્યાંથી મંગાવ્યા હતા. આ બધું જ રાખ્યું છે. બેટા, ઘાગી જ સારી વાત છે. કોઈ આવશે તો કહી નહીં શકે તું વેદપાઠી નથી. સારું જાણાવ, તેં આ વાંચ્યાં છે ખરાં ? અરે મહારાજ જી ! વાંચ્યું-ફાંચ્યું તો શું, મંગાવીને મૂકી રાખ્યાં છે. આને લીધે મારા ઘરમાં ઘણું જ પુણ્ય થશે. ના બેટા ! આનાથી શું પુણ્ય થઈ શકશે ? ઠીક છે, તેં અમારાં પુસ્તકો ખરીદ્યાં. એના લીધે અમને આઠ આના મળી ગયા, તારી પ્રશંસા થઈ ગઈ. તેં વેદોનાં પુસ્તકો મંગાવી લીધાં, બંનેના ઉદ્દેશ્ય પૂરા થઈ ગયા. તું તારા ઘરે, અમે અમારા ઘરે. મહારાજજી ! તો શું વેદોનું જ્ઞાન અમને નહીં મળે ? ના બેટા, કોઈ જ્ઞાન નહીં મળે, કેમકે તેં વેદોને વાંચ્યા જ નથી. (કમશઃ)

મહાવાક્ય' દ્વારા સમાપન થાય છે કર્મસંન્યાસ યોગની વ્યાખ્યાનું (કર્મસંન્યાસ યોગ નામના શ્રીમદ્ ભગવત્ ગીતાનાં પાંચમા અધ્યાયનો તેરમો સમાપન હપ્તો)

પાછલી કડીમાં શ્લોક ક્રમાંક ૨૬, ૨૭, ૨૮ની વિસ્તૃત વ્યાખ્યાની સાથે એક મહાવાક્યરૂપે ૨૮મા અંતિમ શ્લોકની ટિપ્પણી સંક્ષિપ્તમાં કરવામાં આવી હતી. પાંચમો અધ્યાય આ ચારેનાં માધ્યમથી પરાકાષ્ટાએ પહોંચ્યો છે. પહેલાં તો એવું કહેવામાં આવ્યું કે કામ-ક્રોધ આદિ વિકારોથી મુક્ત એકસરખા ચરિત્રવાળા આત્મજ્ઞ, યોગીજન (યતિ) શરીર છોડતાં પહેલાં અને પછીથી બ્રહ્મનિર્વાણની સ્થિતિને પ્રાપ્ત કરે છે, એટલે કે પરબ્રહ્મ પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર કરી શકે છે. ત્યારબાદ યોગેશ્વર શ્રીકૃષ્ણ ધ્યાનયોગની પૃષ્ઠભૂમિમાં ધ્યાનનું સ્વરૂપ તથા તેનો મહિમા જાણાવે છે. તેઓ વિધિ પણ બતાવે છે કે, બાહ્ય વિષયોને મનની બહાર કઈ રીતે રાખીને યજ્ઞુઓને ભૂ-મધ્યમાં સ્થિર કરવાં અને પ્રાણ અપાનને સમભાવની સ્થિતિમાં રાખીને, ઈચ્છા ભય-ક્રોધથી રહિત થઈને મોક્ષની પ્રાપ્તિ કરવી. સ્વયંનો સાક્ષાત્કાર કરવાની શ્રેષ્ઠ પદ્ધતિ છે ધ્યાન. તાણથી બંધનમુક્તિનો પથ પ્રશસ્ત કરે છે ધ્યાન. ત્યારબાદ શ્રીકૃષ્ણ કહે છે કે ન્યારે આવો સાધક મને શ્રીકૃષ્ણ રૂપે ભગવાનને દરેક યજ્ઞો અને તપોના ભોક્તા - લોકોના મહેશ્વર તથા દરેક પ્રાણીઓના હિતેચ્છુ - તેમના પ્રત્યે દયાળુ - એવા રૂપમાં જાણી લે છે ત્યારે તે પરમશાંતિ રૂપી મુક્તિને પામે છે. આ મહાવાક્ય છે. આ તથ્યની જ વિશદ વ્યાખ્યા અને સમગ્ર અધ્યાયની સંક્ષિપ્ત સમીક્ષા આ સમાપન કડીમાં છે.

મહાવાક્ય અને તેની વ્યાખ્યા

શ્રી ભગવાન આ અંતિમ શ્લોકમાં જે કહી રહ્યા છે તે જુદી જુદી રીતે સમજવા યોગ્ય છે. બે પંક્તિઓમાં જાણે વેદવ્યાસે શ્રીકૃષ્ણનાં બધાંજ પ્રતિપાદનોને સમાહિત કરી દીધાં છે. કર્મયોગનું મહત્ત્વ સમજાવતાં ભગવાન બધીજ સાધનાઓની સિદ્ધિનો મર્મ પણ જાણાવી દે છે. તે છે - ઈશ્વરના વાસ્તવિક સ્વરૂપને ઓળખીને સંપૂર્ણ સમર્પણ. ભગવાનને તત્ત્વથી જ જાણવા. પોતાનાં દરેક યજ્ઞીય કર્મો અને તપ સાધનાદિ કઠોર સંયમથી પાળવામાં આવેલ વ્રતોના ભોક્તા પ્રભુને માનવા, સ્વયંને નહીં. ઈશ્વરને સ્વાર્થરહિત પક્ષપાતરહિત અને દયાળુ સમજીને તેના પ્રત્યે સંપૂર્ણ નિષ્ઠાભાવથી સમર્પણ. તે સુહૃદ્(મિત્ર) છે - દયાળુ છે - પ્રેમી છે એવું માનીને નિષ્ઠાભાવથી પોતાનાં દરેક કર્મ અને આત્મિક પ્રગતિ માટે કરવામાં આવેલ સાધના ઉપચાર કરતા રહેવું. ક્યારેય ફળની ઈચ્છા રાખીને ઉતાવળ ન કરવી. આ ગીતાના યોગની પરાકાષ્ટા છે, જેમાં પ્રભુ આ મહાવાક્યના માધ્યમથી પરમ શાંતિની ચાવી અર્જુનના માધ્યમથી આપણને સોંપી રહ્યા છે.

ભોક્તારં યજ્ઞતપસાં સર્વલોક મહેશ્વરમ્ ।

સુહૃદં સર્વભૂતાનાં જ્ઞાત્વા માં શાન્તિમૃચ્છતિ ॥ ૫/૨૮

આ પાંચમા અધ્યાયનો છેલ્લો શ્લોક છે, જેમાં કર્મ સંન્યાસયોગ જાણવા ઈચ્છે છે તેવા દરેક સાધક માટે એક રીતે સૂત્ર રૂપે કરવામાં આવેલી સંપૂર્ણ વ્યાખ્યા છે. કર્મયોગમાં જ્ઞાન અને ભક્તિનો અલગ-અલગ સ્થાન પર તાલમેલપૂર્વક સમન્વય તથા જીવનને સર્વાંગ પૂર્ણ રીતે જીવવાનું શિક્ષણ ગીતાની વિશેષતા છે. ગીતા જીવન રચનાની પાઠચપુસ્તિકા છે અને અનેક સ્થાને યોગત્રયીને જીવનમાં સમાવિષ્ટ કરવાનો સંદેશો આપતી રહે છે. માનવીની સૌથી મોટી ઈચ્છા આ લોકમાં શાંતિ પામવાની છે. જે પરમાત્મ તત્ત્વને જાણ્યા વગર સંભવ નથી. પરમાત્માના મર્મને સમજીને કર્મયોગનું યોગ્ય રીતે સંપાદન કરીને અને તે પરમપિતા પરમાત્માને સર્વલોક મહેશ્વર માનીને સર્વતોભાવેન સમર્પણ - આ એ રાજમાર્ગ છે જેના પર ચાલીને મનુષ્યને શાંતિ મળે જ છે. તાણમુક્ત જીવન, આત્મિક પ્રગતિનો ખુલ્લા વાતાયનોથી ભરેલો પથ આ પ્રક્રિયાથી સુલભ થઈ જાય છે.

સર્વલોક મહેશ્વરને અર્પણ

જે કે પરમાત્મા જ દરેક પ્રકારના યજ્ઞો અને તપોના ભોક્તા છે, એટલા માટે મુક્તિની ઈચ્છા રાખનારા દરેક સાધકોએ પોતાનાં દરેક કર્મો યજ્ઞ તથા તપરૂપે કરતા રહીને વિરાટ પુરુષ એવા મહેશ્વરને તેનાં ફળ અર્પિત કરી દેવાં

જોઈએ. મુક્ત પુરુષ કદાચ બંધનોથી મુક્ત થઈ પણ ગયો તો પણ તેણે લોકસંબ્રહ લેતુ (લોક શિક્ષણ લેતુ) કાર્ય કરતા રહેવું જોઈએ. અર્થાત્ ભટકેલાને માર્ગ બતાવવાનું, સન્માર્ગના પથ પર ચાલવાનું શિક્ષણ આપતા રહેવું જોઈએ. છવ્વીસમા શ્લોકમાં ભગવાને એક શબ્દનો પ્રયોગ કર્યો છે - 'અભિતો વર્તતે.' નિર્વાણ કેવળ અંદર જ નહીં, આપણી ચારેબાજુ રહેવું છે. આપણે એ બ્રહ્મ ચૈતન્યમાં નિવાસ કરીએ. આ વાત જ આ અંતિમ શ્લોકમાં જાણાવી છે કે મુનિ એ જ છે જેણે પોતાની અંદર - પોતાની ચારે તરફ નિર્વાણ ભાવ પ્રાપ્ત કરી લીધો છે, છતાં પણ તે જીવમાત્રના કલ્યાણમાં સતત લીન રહે છે. જે ભગવાનની સાથે તેમને તત્ત્વ દ્વારા જાણીને એકરૂપ થઈ ગયો તે મનુષ્યમાત્રને દિવ્યપ્રેમ કરી શકે છે. ઈશ્વરને દયાળુ-પ્રેમી માન્યા પછી વ્યક્તિ એ વિરાટ પુરુષનું જ એક અંગ બની જાય છે અને એક રીતે તેના મર્મને તત્ત્વથી જાણીને શાંતિની પરાકાષ્ઠાને પામી શકે છે.

અંતિમ શ્લોકરૂપી મહાવાક્ય - છલ્લા વચનમાં રહેલો મર્મ આપણે જે સમજી શકીએ, તે આપણા જીવનની પ્રત્યેક ક્ષણમાં ઊતરી જાય તો આપણે એક સાચા દિવ્યકર્મી બની શકીએ. આવા મહામાનવને કર્મ કરતા રહી જે દિવ્ય શાંતિનો અનુભવ થાય છે તેનું વર્ણન કરવું મુશ્કેલ છે. આ અંતિમ શ્લોકમાં જે 'સર્વલોક મહેશ્વરમ્' શબ્દનો પ્રયોગ થયો છે તેને આપણે ઘણી વાર મર્મરૂપે સમજી શકતા નથી. તે સમજાવતાં શ્રી જ્યેષ્ઠાલ પોતાનાં તત્ત્વ વિવેચની ટીકામાં લખે છે કે પોતેપોતાનાં બ્રહ્માંડનું નિયંત્રણ કરનારા જેટલા પણ ઈશ્વર છે એ સૌના સ્વામી ભગવાન છે - જે મહાન ઈશ્વર - પરમેશ્વર છે. સ્વેતાસ્વેતર ઉપનિષદનું ઉદાહરણ ટાંકતાં તેઓ જાણાવે છે - 'તમીશ્વરાનાં પરમં મહેશ્વરમ્' (આ ઈશ્વરોના પણ પરમ મહેશ્વરને) પદ તે જ અર્થમાં પ્રયુક્ત થયું છે. આ રૂપમાં ભગવાનને માનનારો ભક્ત ક્યારેય ભટકી જતો નથી. કામ-ક્રોધ આદિ વિકાર તેની નજીક ક્યારેય ફરકતા નથી. આવો ભક્ત શાંત, નિર્વિકાર અને હમેશાં પ્રભુના ધ્યાનમાં ડૂબેલો રહે છે.

ભગવાનને અદ્વૈત પ્રેમી માની લેવા અને એક પ્રકારનો વિશ્વાસ કરવો કે તેઓ જે કંઈ પણ કરે છે તે મારા સારા માટે કરે છે, એ આ શ્લોકની ધરી છે. મનુષ્ય આ તથ્યને સમજી શકતો નથી એટલા માટે દુઃખી રહે છે, ક્યારેય શાંતિ પામી શકતો નથી. જે સર્વશક્તિમાન, સર્વનિયંતા અને

સર્વદર્શી પરમાત્મા આપણને પોતાના મિત્ર માને છે અને આપણે પણ એ તથ્ય ઉપર વિશ્વાસ કરીને તેને આપણો પ્રેમી, નિઃસ્વાર્થ ભાવથી લાભ આપી રહેલો સહયોગી માની લઈએ તો આપણે અલૌકિક આનંદ મેળવી શકીશું અને અપૂર્વ શાંતિ હસ્તગત કરી શકીશું.

ભગવાનને ત્રણ ગુણોથી ઓળખો

ત્રણ વાતો ઉપર જાણાવવામાં આવી. ભગવાનને યજ્ઞ અને તપના ભોક્તા માન્યા, સમસ્ત લોકના મહેશ્વર માન્યા તથા દરેક પ્રાણીના મિત્ર માન્યા. જે આ ત્રણમાંથી સાધક-યોગી કોઈ એક ઉપર પણ અડગ રહી દૃઢ વિશ્વાસ કરી લે તો તે પરમ શાંતિ પ્રાપ્ત કરી લે છે. તેવી જ રીતે એક દિવ્યકર્મી એ છે જે આ ત્રણના અર્થને યોગ્ય રીતે સમજીને કોઈ એક ઉપર અથવા ત્રણે ઉપર દૃઢ વિશ્વાસ રાખી, મહાપુરુષો સાથે સત્સંગ-મનન, શ્રેષ્ઠ પુસ્તકોના સ્વાધ્યાય દ્વારા શ્રેષ્ઠતમ કર્મ કરતા રહી પોતાની જીવનયાત્રાને આગળ વધારતો રહે. તેનાં આલોક-પરલોક બંને સિદ્ધ થઈ જશે.

પરમપૂજ્ય ગુરુદેવે પોતાના જીવનકાળના પૂર્વાર્ધમાં સૌ પ્રથમ પુસ્તક લખ્યું - 'હું કોણ છું.' વેદાંત દર્શન પર આધારિત આ પુસ્તક એક આત્મોપનિષદરૂપે એ દર્શાવે છે કે આપણી અંદર રહેલી આત્મસત્તાની અંદર કેટલી શક્તિ છે. તે કેટલા વિરાટ સ્તરનો અંશધારી છે. ત્યાર બાદ પૂજ્યવરે અનેક પુસ્તકો લખ્યાં, પરંતુ 'ઈશ્વર અને તેની અનુભૂતિ', 'ઈશ્વર કોણ છે, ક્યાં છે, કેવો છે' તથા 'આત્મજ્ઞાન : જીવનની સર્વોપરિ ઉપલબ્ધિ' આ વિષય પરના સર્વોત્તમ ગ્રંથ છે. આ પુસ્તકોમાં એ જ વ્યાખ્યા છે જે ગીતાના પાંચમા અધ્યાયના ઓગણીસમા શ્લોકમાં વર્ણવી છે. ઈશ્વરને જાણી-સમજી લીધા તો પછી બધાં જ દુઃખો, બંધનોમાંથી મુક્તિ મળી જાય છે. પરમપૂજ્ય ગુરુદેવ આ સંબંધમાં ઈશુ અને રામકૃષ્ણ પરમહંસ સાથેની એ ઘટનાનો ઉલ્લેખ કરે છે, જેમાં કુષ્ઠગ્રસ્ત રોગીઓની સેવા ભગવાનની સેવા સમજીને કરવામાં આવી હતી. કોઈ પણ પ્રકારની જુગુપ્સા નહીં, કોઈ બીજો ભાવ નહીં. દરેક જીવમાત્રમાં જ્યારે ઈશ્વરની ઝલક નજરે પડે છે ત્યારે મનુષ્ય 'આત્મવત્ સર્વભૂતેષુ'નો ભાવ રાખી સેવાપ્રધાન જીવન જીવવા લાગે છે.

આ અધ્યાયનો અમૃતસાર

છઠ્ઠા અધ્યાય તરફ જતાં પહેલાં આ અતિ મહત્ત્વપૂર્ણ

પાંચમા અધ્યાયના સારામૃતને એક વાર ફરીથી ગ્રહણ કરવાનો પ્રયાસ કરીએ, જેથી તેર માસથી ચાલ્યો આવતો આ સ્વાધ્યાય જડ જમાવીને આપણી અંદર બેસી જાય અને આપણાં કર્મોમાં ઊતરવા લાગે. આ અધ્યાયનો શુભારંભ જ અર્જુનની જિજ્ઞાસાથી થયો છે. તે ભ્રમમાં છે. તેણે ચોથા અધ્યાયમાં કર્મયોગનો મહિમા જાણ્યો, પરંતુ વચ્ચે વચ્ચે શ્રીકૃષ્ણનાં શ્રીમુખે જ્ઞાનયોગ (કર્મસંન્યાસ)ની વાતો પણ 'બ્રહ્માગ્નાવપરે યજ્ઞં યજ્ઞેનેવોપનુહતિ' (૪/૨૫-બ) તથા 'બ્રહ્માર્પણં બ્રહ્મ હવિર્બ્રહ્માગ્નો બ્રહ્મણા હુતમ્ ।' (૪/૨૪-અ)ના માધ્યમથી જાણી. શ્રીકૃષ્ણ પાસેથી અર્જુન એ જાણવા ઈચ્છે છે કે કયું સાધન શ્રેષ્ઠ છે કર્મયોગ કે જ્ઞાનયોગ.

ભગવાને અર્જુનને અહીં જાણાવ્યું છે કે પૂર્ણતયા કર્મફળનો પરિત્યાગ કરી તે કર્મયોગી-નિત્ય સંન્યાસી બને. ગીતાનો ઉપદેશ કર્મ ત્યાગવાનો નથી કે નથી સ્વધર્મ ત્યાગવાનો. કર્મનો ત્યાગ કરી સંસારમાં રહેવું સંભવ નથી. મનુષ્ય દિવ્ય કર્મ કરનારો બને, ન કોઈ સાથે દ્વેષ કરે, ન કોઈ વસ્તુની આકાંક્ષા રાખે, રાગ, દ્વેષ આદિ દ્વન્દ્વોથી મુક્ત વ્યક્તિ સંન્યાસી જેવો જ છે, આ શ્રીકૃષ્ણનું પ્રતિપાદન છે. આગળ તેઓ જ્ઞાનીઓ તથા અજ્ઞાની (આણસમજુ) વચ્ચેનું અંતર સમજાવે છે, તેઓ કહે છે કે પંડિતજન (જ્ઞાની-અધ્યાત્મના મર્મને સમજનારા) જાણે છે કે કર્મ સંન્યાસ અને કર્મયોગ બંને માર્ગ એક જ લક્ષ્ય તરફ લઈ જાય છે - પરમાત્મા તરફ. તેને અલગ અલગ ફળ આપનાર માનવા ન જોઈએ. બંને માર્ગ પર ચાલીને મનુષ્ય પરમાત્માના પરમધામ સુધી પહોંચે છે. આગળ તેઓ કહે છે કે જે કોઈ કર્મ કરતો રહી જીવન વ્યાપારમાં સામાન્ય ક્રમથી જીવન જીવતો રહી પોતાના મનને પોતાના વશમાં રાખે છે, ઈન્દ્રિયો ઉપર નિયંત્રણ રાખે છે અને અંતઃકરણને શુદ્ધ બનાવેલું રાખે છે, દરેક પ્રાણીઓમાં પરમાત્માનો અંશ જુવે છે, તો તે કર્મ કરવા છતાં પણ તેમાં લિપ્ત થતો નથી. દરેક કર્મયોગીએ જ્ઞાનયોગીના આ મર્મને મનમાં સ્થિર કરીને ભગવત્ સ્વરૂપનું ધ્યાન કરવું જોઈએ. અહીં પ્રભુ જે યોગેશ્વર પણ છે અને નીતિપુરુષ પણ, કર્મયોગ-જ્ઞાનયોગ-ભક્તિયોગના એક સમ્યક્ સંતુલનને જીવનમાં ઉતારવાનું શિક્ષણ આપે છે. શ્લોક ૬ અને ૭ જીવન જીવવાની કળા કંઈક મહત્વપૂર્ણ સૂત્ર છે.

આસક્તિનો ત્યાગ કરો

શિષ્ય અર્જુનના ગુરુ શ્રીકૃષ્ણ તેને જાણાવે છે કે તેણે એવા કર્મયોગી બનવું જોઈએ કે જે મન, કાયા, બુદ્ધિ અને

ઈન્દ્રિયોથી માત્ર પ્રભુ અર્પિત થઈને કર્મ કરે. તે સમાજ સમર્પણના હેતુ માત્રથી જ જીવન જીવે છે અને એ દિવ્યકાર્ય માત્ર પોતાની અંતઃશુદ્ધિ માટે કરે છે. (શ્લોક ૧૧). શ્રીકૃષ્ણ વારંવાર એક વાત ઉપર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરવાનો નિર્દેશ આપે છે - 'સંકંત્યકતવા' એટલે કે આસક્તિ છોડીને કર્મ કરો. આવા આસક્તિરહિત જીવન જીવનારા દિવ્યકર્મી જેવા કે બાળગંગાધર ટિળક, આપણા ગુરુદેવ પં. શ્રીરામ શર્મા આચાર્યજી. આ રીતે કરવામાં આવેલાં કર્મોની પરિણતિ જાણાવતાં શ્રીકૃષ્ણ કહે છે કે આનાથી કર્મયોગી ભગવત્ પ્રાપ્તિ રૂપી શાંતિને પ્રાપ્ત કરે છે. સકામ કર્મ કરનારો તો બંધનોમાં ફસાતો જ જાય છે. (શ્લોક-૧૨)

આગળ શ્રીકૃષ્ણ અર્જુનનું ધ્યાન કર્મયોગમાંથી જ્ઞાનયોગ તરફ આકર્ષિત કરતાં જાણાવે છે કે પરમેશ્વર તો કર્મફળ સંયોગથી પર છે, આ તો માનવી પ્રકૃતિ છે જે તેની પાસે કર્મ કરાવી રહી છે. પરંતુ જે અજ્ઞાનથી લદાયેલા જ્ઞાનના અમૃતકણ ગ્રહણ કરી લેવામાં આવે તો તે દુર્ગતિથી બચી શકાય છે, જે આજના સામાન્ય માનવીની થઈ રહી છે. તે તો અજ્ઞાનથી મોહિત થઈને પેટ અને પ્રજનન પરાયાણ જીવન જીવી રહ્યો છે. પરમાત્માનું તત્ત્વજ્ઞાન એ અજ્ઞાનનો નાશ કરી દે છે, જે સદ્જ્ઞાન રૂપી સૂર્ય પર વાદળ બનીને છવાયેલો છે અથવા કાચ ઉપર ધૂળના ઘરરૂપે વિદ્યમાન છે. (શ્લોક ૧૫, ૧૬). હવે શ્રીકૃષ્ણ ભક્તિયોગની સીડી પર અર્જુનને ચઢાવે છે અને કહે છે કે પોતાની મન-બુદ્ધિનો તે પરમાત્મામાં વિલય કરી દે, પોતાની નિષ્ઠા આદર્શોના સમુચ્ચને પરમાત્મામાં રાખે તથા તત્પરાયાણ (તે પરબ્રહ્મ પરમાત્મામાં એક ભાવથી સ્થિર) બનવાનો પ્રયત્ન કરે. આવું કરવાથી તે પરમ ગતિને પ્રાપ્ત થશે, વારંવાર વાસનાઓને વશીભૂત થઈ તેનો પુનર્જન્મ થશે નહીં. 'જ્ઞાન નિર્ધૂત કલ્મષાઃ' ને ટાંકતાં તેઓ કહે છે કે જ્ઞાન દ્વારા પાપરહિત થવાથી યોગીનાં દરેક કર્મો દિવ્ય કર્મ બની જાય છે. (શ્લોક ૧૭)

પરબ્રહ્મની સ્થિતિ

ખૂબ વિલક્ષણ છે આ અધ્યાયના ઓગણત્રીસ શ્લોકોની યાત્રા. દરેક શ્લોક જાણે એક અધ્યાય બરાબર છે. આગળના શ્લોકમાં યોગેશ્વર તુરંત કહી બેસે છે કે જે યોગી પોતાની જેવાં સંપૂર્ણ ભૂતોને, જીવધારીઓને - ગાય, હાથી, કૂતરા અથવા ચંડાલ કે બ્રાહ્મણ તમામને સમભાવથી જુએ છે તે જ શ્રેષ્ઠતમ યોગી છે અને સાચા અર્થમાં જ્ઞાની છે.

(શ્લોક - ૧૮). આગળ છઠ્ઠા અધ્યાયમાં આપણે ૩૨મા શ્લોકમાં પણ કંઈક આવા જ પ્રકારનું પ્રતિપાદન સાંભળીશું. સમભાવમાં સ્થિત યોગી એવી રીતે જીવે છે જાણે તેણે સંપૂર્ણ સંસારને જીતી લીધો હોય. તે હમેશાં બ્રહ્મમાં સ્થિત થઈ કર્મ કરે છે. કેવા પ્રકારનો યોગી બ્રહ્મમાં સ્થિત થઈ શકે તે વિશે શ્રીકૃષ્ણ થોડીક વિશેષતાઓ પણ જાણાવે છે - જે પ્રિયને પામીને ખુશ ન થાય, અપ્રિયને પામીને ઉદ્વિગ્ન ન થાય, હમેશાં સ્થિર બુદ્ધિથી કોઈ સંશય વગર જીવન જીવતો રહે, સતત કર્મ કરતો રહે અને પોતાની બુદ્ધિને પ્રભુનાં શ્રીચરણોમાં નિયોજિત કરી સમર્પિત ભાવથી જીવે. (૧૮, ૨૦)

આગળ શ્રીકૃષ્ણ અર્જુનને અક્ષય આનંદની પ્રાપ્તિનું સૂત્ર જાણાવે છે. આદિકાળથી માનવ આ પ્રાપ્તિની શોધમાં જ હતો. દુર્ભાગ્યવશ તેને એ ઈન્દ્રિય સુખમાં શોધતો રહ્યો. ત્યાં રહેલી આસક્તિને દૂર કરીને અંતઃસુખી બની તે ધ્યાનરૂપી યોગ વડે જ પરબ્રહ્મ પરમાત્મા સાથે એકાકાર થવાનો પ્રયત્ન કરશે તો જ તેને આ આનંદની પ્રાપ્તિ થશે. બુદ્ધિમાન વિવેકી પુરુષ એ જ કારણે બહિરંગના ભોગોને છોડીને અંતઃના બ્રહ્મમાં રમાણ કરે છે. (શ્લોક ૨૧, ૨૨) સાચા સુખના અવાર્ણનીય આનંદ અને અક્ષય શાંતિની ચાવી આ જ છે. આપણું શરીર ભોગોમાં નાશ પામે - દુઃખનું કારણ બનેલા વિષયોમાં લિપ્ત થઈ જઈને બની જાય, તે પહેલાં આપણો વિવેક જાગવો જોઈએ અને આપણે સ્વયંને કામ-ક્રોધમાંથી ઉદ્ભવેલા વેગને સહન કરવા માટે પોતાને સમર્થ બનાવવા જોઈએ. કામ અને ક્રોધ પરસ્પર જોડાયેલા છે. દમિત કામ ક્રોધરૂપે અભિવ્યક્ત થાય છે તથા ક્રોધ મનુષ્યની બધી જ શક્તિનો નાશ કરી નાંખે છે. આ બંને આવેગોને નિયંત્રિત કરી લે, તે જ શ્રીકૃષ્ણની નજરમાં યોગી છે, એ જ સુખી છે. (સયુક્તઃ સ સુખી નરઃ) - (શ્લોક-૨૩)

તો પછી કર્મયોગીએ, જે જ્ઞાની પણ છે અને તત્પરાયણ એક ભક્ત પણ - શું કરવું જોઈએ ? તેણે બ્રહ્મનિર્વાણની પ્રાપ્તિનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. આત્માની સાથે રમાણ કરતાં આત્મજ્ઞાનને પ્રાપ્ત કરીને, પોતાનાં બધાં જ પાપ તથા સંશયનો નાશ કરીને સર્વહિતાર્થક કર્મ કરનાર યોગી શાંત બ્રહ્મનો સાક્ષાત્કાર કરે છે. આ શાંત પરબ્રહ્મ જ આપણા સૌના ઈષ્ટ છે. આવી વ્યક્તિ પોતાની અંદર અને પોતાની

આસપાસ પણ શાંતિનું વાતાવરણ બનાવી લે છે. એ યુગપ્રવર્તક (યુગ બદલનાર) હોય છે અને બીજા માટે જીવે છે. તેઓ કામક્રોધરૂપી વિકારોથી મુક્ત હોય છે તથા પોતાનાં ચિત્ત પર-સ્વભાવગત આદતો પર સ્વયંનો અંકુશ ધરાવતા હોય છે. આ પ્રકારની વ્યક્તિ પરબ્રહ્મ પરમાત્માની ચેતનાથી આપૂરિત બને છે - તેમનો સાક્ષાત્કાર કરી ચૂક્યા હોય છે. (શ્લોક - ૨૪, ૨૫) દરેક વ્યક્તિની અંદર આવા દિવ્ય યોગી બનવાની અનંત સંભાવનાઓ રહેલી છે.

હવે પછીના અંતિમ ત્રણ શ્લોકમાં શ્રીકૃષ્ણ એવા દિવ્યયોગી બનવાની પ્રક્રિયાની એક ઝલક બતાવીને પોતાના આ કર્મસંન્યાસ યોગ નામનું પ્રકારણ ધરાવતા અધ્યાયનું સમાપન કરે છે. જેવી રીતે ફિલ્મોમાં ટ્રેલર બતાવવામાં આવે છે, કોમ્પ્યુટરનાં પાવર ઓફન્ટ દ્વારા ગહન વિષયોને સૂત્રરૂપે સમજાવવાનો પ્રયત્ન કરવામાં આવે છે, એવી જ રીતે

બીજાને સુધારવા એ મુશ્કેલ થઈ શકે, પરંતુ પોતાનું મન પોતાની વાત ન માને એ કેવી રીતે બને ? આપણે આપણી જાતને તો સુધારીએ છીએ, આપણે આપણને સન્માર્ગ પર ચલાવી જ શકીએ છીએ. એમાં બીજા કોઈ કેવી રીતે આડખીલી કરે ? આપણે ઉન્નતિ કરવા પણ ઈચ્છીએ છીએ અને એનાં સાધન પણ આપણા હાથમાં છે તો પછી પોતાને સુધારવા માટે, આત્મનિર્માણ માટે અને આત્મવિકાસ માટે શા માટે કટિબદ્ધ ન થઈએ ?

સત્યાવીસ અને અઠ્યાવીસમા શ્લોકમાં ધ્યાનની વિધિ તથા મોક્ષપ્રાપ્તિ (જીવનમુક્તિ-બંધનમુક્તિ) કઈ રીતે કરવામાં આવે, તેની એક ઝલક બતાવવામાં આવી છે. આનો વિસ્તાર છઠ્ઠા અધ્યાયમાં છે. પરંતુ પહેલા શ્લોકમાં જિજ્ઞાસા વ્યક્ત કરનાર અર્જુનની દરેક જિજ્ઞાસાનું સમાધાન કરતાં ઓગણત્રીસમા શ્લોકમાં શ્રીકૃષ્ણ પોતાના વક્તવ્યની પરકાષ્ટાએ પહોંચતાં ભક્તની પરિભાષા જાણાવે છે - પોતાની વિશેષતા જાણાવે છે - તથા ભગવાન પ્રાપ્તિ દ્વારા જ શાંતિ મળે છે એ સમજાવે છે. આ શ્લોકની વ્યાખ્યા વિસ્તારપૂર્વક આ શ્લોકના પૂર્વાર્ધમાં કરી દેવામાં આવી. આપણે ઈશ્વરને આપણો હિતેચ્છુ - સર્વલોક મહેશ્વર માનીએ અને આપણાં દરેક યજ્ઞીય કર્મ-તપનાં ફળ તેમને સોંપી દઈએ - આ મહાવાક્યની સાથે જ આ અધ્યાયનું સમાપન કરીએ. (આગામી અંકથી છઠ્ઠો અધ્યાય)



संस्कृतिना आधार स्तंभ गायत्री अने यज्ञने हवे वैज्ञानिक मान्यता

गायत्री परिवार ज युग परिवर्तननी धरी बनी रह्लुं छे.

शक्ति अने शिवना मिलनथी ज पूर्णता आवे छे. सृष्टिमां आपणे ज्वां पण ज्ञेईअे, पूर्णतानुं प्रकृति-पुरुषनां मिलननुं ज स्वरूप आपणने देभाय छे. परम वंदनीया माताञ्च तथा परम पूज्य गुरुदेवनुं युगम पण कंठक आ रीतनुं छनुं. अनेनी शक्तिअे मणीने कार्य कर्तुं तथा अेक विराट संगठन गायत्री परिवार ठिभो थई गयो. सज्जल श्रध्दा तथा प्रणर प्रज्ञा रूपी आ युगमे मिशननी आधार शिवा राप्पी. अेक श्रेष्ठ सद्गुणस्थ केवी रीते बनाय. अेनुं शिक्षण आभ्युं. उपासना, साधना, आराधनानी त्रिवेणी ज्यारे ज्वनमां प्रवाहित थवा लागे ते केवा केवा यमन्कार पेदा थाय छे, अे आपणे पोताना गुरुसत्ताना माध्यमथी ज शीघी शक्या.

गायत्री तथा यज्ञ भारतीय संस्कृतिना अे आधार स्तंभ छे. समग्र विश्वनुं कल्याण आ अे मडाविद्याओना तत्त्वदर्शनमां छूपायेलुं छे. मंत्र विज्ञानना आधारे शब्द शक्तिनो शुं शुं प्रभाव छेय छे. गायत्री मंत्रना केटला विलक्षण परिणाम ज्वन व्यवहारमां ज्ञेवा मणे छे. आ लगभग १८४० पछेला अेटलुं प्रचारित न छनुं. तेमज गायत्रीने ब्राह्मण ज तथा पुरुष वर्ग पूरनुं ज सीमित करेलुं. आ ऋषि युगमनो ज पुरुषार्थ छतो के मथुरा जेवी पंडाओनी नगरी तथा हरिद्वार जेवी धार्मिक नगरीमां रहीने तेमणे गायत्री मडाविद्याना गुह्य विज्ञानने जन-जन सुधी पळोयाडयुं. दरेक जति-वर्गना व्यक्तिने पण सडभागी बनाव्या तथा विराट यज्ञ आयोजनो गायत्री शक्तिपीठोनी स्थापनाओ द्वारा पूरा भारतना वातावरणने गायत्रीमय बनावी दीधुं.

आ रीते यज्ञ विज्ञान तेनाथी ज्ञेडायेल संस्कार केटलाक जन्मजत धनी व्यक्तिओ सुधी अथवा तांत्रिको सुधी ज सीमित बनी गया छता. यज्ञमय ज्वन ज्वतां ज्वतां यज्ञ दैनिक ज्वनमां संपन्न करी केवी रीते स्वस्थ रही शक्या. पोतानी अंदर रहेल शक्तिओने जगृत करी शक्या

छे, अे आचार्य श्रीराम शर्मानो ज पुरुषार्थ छतो के तेमणे जन-जनना हृदयमां आ तथ्य उतार्युं. यज्ञथी पुमाडो थाय छे, वातावरण प्रदूषित थाय छे. आ मात्र अेक पाभंड छे, अेवुं लोकोअे कछेवानुं यालु करी दीधुं छनुं. परंतु आचार्यश्रीअे तेनो विज्ञानना स्तरे स्पष्ट आधार प्रस्तुत कर्यो. यज्ञोपेथीनी प्रयोगशाणा बनावी तथा वैज्ञानिको समक्ष तथ्यो राप्प्या के वातावरण शुध्द संस्कारीत तथा मानव मात्र ज्वन जगतना छित माटे ज यज्ञोनी परंपराने इरी यालु करवामां आवी छे. हवे तो नासाना वैज्ञानिक, गायत्री तथा सूर्य विज्ञान पर तथा यज्ञ विज्ञाननी जर्ज औषधि प्रधान चिकित्सा पर शोध करवा लाग्या छे. अे संदर्भ नेटवर्क, स्तंभना अंतर्गत ज्ञाणीता मनीधी गुणवतभाई शाखना अंने लेख वांचवा योग्य छे जे “गुजरात समाचार” ना ८ तथा १० जुलाई २००३ना दैनिक पेपरमां प्रकाशित थया छे. ज्यारे नासाना वैज्ञानिक आपणा तत्त्वज्ञान पर मडोर लगावी रह्या छे, व्यापक शोध करी रह्या छे तो पछी आपणा राष्ट्रना कछेवाता मनीधीओनुं पण ध्यान तेनी पर आकर्षित थशे ज-श्री शाखे भारतीय संस्कृतिना विज्ञानना आधार पर समर्थ तथ्योने प्रस्तुत करी-अधानुं ध्यान गायत्री परिवारना निर्धारणो प्रत्ये अेंथुं छे. तेओ साधुवादेने पात्र छे.

आपणा देशनी दुःख वात अे छे के जनमानस जे भोणा छे, धार्मिक छे, तेमनी अंधश्रध्दानो लाल लई धणु संगठनो बनी जय छे. जनतानुं शोषण थनुं रह्ये छे. पछी ते कथा आयोजन छेय के मोटा मोटा सन्संगोमां जई पोतानी समस्याओनो उकेल शोधे छे, पण जालीं डाये पाछा इरे छे. गायत्री परिवारे शत्रुआतथी ज विज्ञानना आधारे अध्यात्मनी वात करी तथा परम पूज्य गुरुदेव श्रीराम शर्माअे अेकवीसमी सदीना धर्मनी अेक आदर्श आधार शिवा राप्पी. आजे गुजरात सखित पूरा देशना जूणे-जूणे जे गायत्री शक्तिपीठ स्थापित छे. ते

એક રીતે ગાયત્રી તથા યજ્ઞવિજ્ઞાનની પ્રયોગશાળાઓ છે. તેને એ જ સ્તરે ક્રમવાર વિકસિત કરી રહ્યા છે. દેવ સંસ્કૃતિ વિશ્વ વિદ્યાલય જે શાંતિકુંજમાં બન્યું છે, તેની શાખા-ઉપશાખાઓ તે આપણા ક્ષેત્રીય તંત્ર બનશે. ભાવિ યુવા પેઢી એનાથી માર્ગદર્શન મેળવશે તથા એકવીસમી સદીના વૈજ્ઞાનિક ધર્મને તત્ત્વ રૂપમાં જાણશે. આ ધર્મ સંપ્રદાયગત વિષમતાઓથી ઊપર હશે તથા તેમાં બધાની સમાન ભાગીદારી હશે. પછી કોઈ ઢોંગ કે પાખંડ, વાક્યાતુર્ય કે ચહેરાની શોભા સજાવટના આધારે કોઈનું પણ શોષણ નહીં કરી શકે.

અધ્યાત્મ એક ઉચ્ચ સ્તરીય વિજ્ઞાન છે. જ્યાં સુધી આ તથ્ય સમજમાં નહીં આવે, પ્રબુદ્ધ વર્ગનો એક ભણેલ ગણેલ વર્ગ તેનાથી જોડાશે નહીં ત્યાં સુધી એ લંગડું બની લાકડીનો સહારો લઈને ચાલતું રહેશે. અધ્યાત્મ જીવન જીવવાની કળાનું નામ છે, દરેક શ્વાસમાં આદર્શો જીવવાની પ્રક્રિયા છે. જે આ તથ્યને સમજે છે તે વેશ બદલ્યા વગર કોઈ આડંબર વગર આસ્તિક-ધાર્મિક-આધ્યાત્મિક જ નહીં, એક સફળ ઉદ્દેશ્યપૂર્ણ જીવન જીવનાર વ્યક્તિ બેની જાય છે. ગાયત્રી પરિવારે પૂરા ભારત તથા વિશ્વના લોકોને આ જ શિક્ષણ આપ્યું છે. જે તેણે આધુનિક યંત્રોનો સહારો લીધો છે, વિજ્ઞાનની મદદ લીધી છે તથા પ્રયોગશાળાના માધ્યમથી આધ્યાત્મિક સમર્થનનો આધાર પ્રસ્તુત કર્યો છે તો એ સમયની માંગ હતી. જે એ ન હોત તો ધર્મ આજના ઉપભોક્તાવાદ વૈશ્વીકરણની દુનિયામાં સમામ થઈ ગયો હોત. ગુજરાતના ગામે-ગામમાં, ઘર-ઘરમાં ગાયત્રી પરિવાર

છે. તેની શાખાઓ છે, શક્તિના પુંજ તેના સ્થાન શક્તિપીઠના રૂપમાં છે. ત્યાં નિત્ય યજ્ઞ, સંસ્કાર સંપન્ન થાય છે તો તેને એક શુભ ચિહ્ન માનવું જોઈએ. ગુજરાત જ્યાં જ્યાં પણ પોતાના ગૌરવમય રૂપમાં મોજૂદ છે, ત્યાં ગાયત્રી પરિવારનું અસ્તિત્વ છે. પછી ભલે તે ભારત હોય કે અમેરિકા, યુ. કે. હોય કે ન્યુઝીલેન્ડ કોઈ પણ હોય. કેટલું વિરાટ નિર્માણ થયું, એ મહત્ત્વપૂર્ણ નથી. કોના કેટલા મંદિર છે-એ વિશેષ વાત નથી કોના ત્યાં ભોજન પ્રસાદ સ્વાદિષ્ટ બને છે, આ બાબતો બિલ્કુલ મહત્ત્વની નથી. મહત્ત્વ એ બાબતનું છે કે કોણે કેટલી વ્યક્તિઓની આદતો બદલી, તેમના જીવન વ્યવહારમાં પરિવર્તન લાવી દેખાડ્યું. વ્યક્તિ તથા પરિવાર નિર્માણ કરી બતાવ્યું. ભૌતિકવાદી આ યુગમાં જ્યાં પડાપડી - કલુષિત વાતાવરણ છે. ત્યાં આ શક્તિપીઠોએ માનસિક શાંતિ આપી.

સપ્ટેમ્બર મહિનામાં માતૃસત્તાનો મહા પ્રયાણ દિવસ તથા પાવન આસો નવરાત્રિની વેળામાં, આચાર્યશ્રી તથા માતૃસત્તા બંનેના શરીર જન્મ (આસો કૃષ્ણ પક્ષ તેરસ તથા આસો કૃષ્ણ પક્ષ ચતુર્થી) વેળામાં આ બધી વાતો પરિજનો સાથે કરવાનું મન હતું. આપણે શ્રદ્ધાપૂર્વક ગાયત્રી સાધનાને જીવનનું અંગ બનાવીએ, યજ્ઞમય જીવન જીવીએ, નિષ્કામભાવે સમાજની સેવા કરીએ. એમાં યુગ નિર્માણનો મર્મ છુપાયેલો છે. યુગ શક્તિ ગાયત્રી નિશ્ચિત યુગ પરિવર્તન કરી રહી છે. આ તથ્ય પર પૂરો વિશ્વાસ રાખી આપણે પોતાની જીવન સાધના પ્રખર કરીએ તો જ નવરાત્રિ ઈળીભૂત થશે. ॐ

ગુજરાત પ્રાંતમાં કેટલીક જગ્યાએ કેન્દ્રીય પ્રતિનિધિ-શાંતિકુંજ પ્રતિનિધિના બિલ્લા લગાવી ક્ષેત્રીય કાર્યકર્તાઓની ગતિવિધિઓના સમાચાર લખતા હોય છે. તે સ્વયંભૂ બનીને કોઈ સ્થાને કથા કરી આવે છે. પૈસા પડાવી લે છે, તો કયાંક કાર્યકર્તાઓને ભ્રમિત કરવાના પ્રયાસ કરે છે. ગાયત્રી તપોભૂમિ મથુરા તથા શાંતિકુંજ હરિદ્વાર દ્વારા પંચકૃત દ્રુષ્ટવાણી શક્તિપીઠ તથા કાંતિકુંજ અમદાવાદ તથા ગાંધીધામ ગાયત્રી શક્તિપીઠને જેનલ કેન્દ્રના રૂપે તથા ગાયત્રી જ્ઞાનપીઠને પૂરા ગુજરાતના કેન્દ્રના રૂપમાં માનતા આપેલી છે. એના સિવાય જો કોઈ વ્યક્તિગત રૂપે કંઈ કહે તો પરિજનો-પાઠકોને પૂરો અધિકાર છે કે તેમના પાસે કેન્દ્રથી આવેલ પત્ર માંગશો. સારી રીતે જોઈને વિવેકપૂર્વક ચિંતન કરીને જ તેની વાત માનવી, વધતા વિસ્તારને જોઈ આ ચેતવણી આપવી અનિવાર્ય બની છે.

યુગ નિર્માણ સમાચાર

ઉકાઈ-ગાયત્રી પરિવાર ઉકાઈ શાળાએ સોનગઢ ગાયત્રી શક્તિપીઠ તેમજ વાડી ગામના ગાયત્રી પરિવાર અને ઊર્જાનગર ઉકાઈના સહયોગથી ગુરુ પૂર્ણિમા પર્વ ખૂબ જ શ્રધ્ધાપૂર્વક ઉજવાયો. પ્રભાત ફેરી સિદ્ધેશ્વર મહાદેવ મંદિરેથી નીકળી પાથરડા કોલોની વર્કશોપ થઈ પાથરડા બજારથી સિદ્ધેશ્વર મહાદેવ મંદિરે પહોંચી.

પૂ. ગુરુદેવ અને વંદનીય માતાજીની સૂક્ષ્મ ઉપસ્થિતિમાં પંચકુંડી ગાયત્રી મહાયજ્ઞનું આયોજન કરવામાં આવ્યું હતું. સોનગઢ ગાયત્રી પરિવારના વરિષ્ઠ મહેમાનોનું સ્વાગત જમનાલાલે કર્યું હતું. ઉકાઈ વિસ્તારના તેમજ સમગ્ર ઉકાઈ ભક્તોએ ખૂબ જ મોટી સંખ્યામાં હાજરી આપી હતી.

અમદાવાદ-ગાયત્રી પ્રજ્ઞા મંડળ સોલા રોડ, અમદાવાદ અને મુખ્ય યજ્ઞમાન શ્રી ઈશ્વરલાલ પટેલ પરિવાર, મહેસાણા-અમદાવાદ દ્વારા તા. ૨૫-૬ થી ૩૦-૬ના દરમ્યાન પ્રજ્ઞા પુરાણ કથાનું ધર્માનુષ્ઠાન તથા સામૂહિક ૬૦ લાખ ગાયત્રી મહામંત્ર લેખન સાધનાના અનુષ્ઠાન નિમિત્તે ૫૧ કુંડીય ગાયત્રી મહાયજ્ઞનું આયોજન ભાગ્યશ્રી પાર્ટી પ્લોટ, સતાધાર ચાર રસ્તા, અમદાવાદમાં સંપન્ન કરવામાં આવ્યું. કથાના વાચક તરીકે શ્રીમતિ રશ્મિબેન પટેલ પધાર્યા હતા. પ્રસ્તુત ધર્માનુષ્ઠાનના પ્રયાજ્ઞ કાર્ય સ્વરૂપે પરિવારના ભાઈ-બહેનોએ ઘાટલોડીયા-સોલા રોડ વિસ્તારના ધર્મપ્રેમી કુટુંબીજનોને છ હજાર નોટબુકોનું વિના મૂલ્યે વિતરણ કર્યું હતું.

પ્રસ્તુત કાર્યક્રમની શુભ શરૂઆત ભૂમિપૂજન કાર્ય ડો. રમેશભાઈ શુક્લાજી દ્વારા સંપન્ન થયું. ત્યારબાદ પોથી પૂજનનો કાર્યક્રમ ગાયત્રી જ્ઞાનપીઠ જુનાવાડજના ડો. રાજેન્દ્ર પ્રસાદજીના હસ્તે દીપ પ્રાગટ્ય અને દેવપૂજન સંપન્ન થયું. આ પોથી યાત્રામાં બેન્ડવાજ્ઞ સાથે ૧૦૮ કળશ અને ૫૦૧ પ્રજ્ઞાપુરાણ પોથી ધારણ કરેલી પીળા વસ્ત્ર ધારી બહનોએ તથા ચાર રથમાં સજ્જ બાળકોએ દેવ-દેવીઓ અને ઋષિ મુનિઓના વેશમાં ભાગ લીધો હતો.

ધોળકા-વિદ્યા પ્રચાર મંડળ ધોળકા દ્વારા નિર્માણ થયેલ “શ્રી અનંતરાવજી કાળે સાંસ્કૃતિક - સદન” નું ઉદ્ઘાટન શ્રી ગાયત્રી પરિવાર ધોળકા દ્વારા ૨૪ કુંડીય ગાયત્રી

મહાયજ્ઞથી કરવામાં આવ્યું. આ પ્રસંગે કાયદા પ્રધાન શ્રી અશોકભાઈ ભટ્ટ, શ્રી હર્ષદભાઈ શાહ અધ્યક્ષશ્રી વિદ્યા ભારતી, શ્રી રતીલાલ વર્મા સંસદ સભ્ય, શ્રી ભૂપેન્દ્રસિંહ ચૂડાસમા કૃષિ અને સહકાર મંત્રી ઉપસ્થિત રહી પ્રાસંગિક ઉદ્બોધન કર્તા પૂજ્ય સ્વામી આત્મપ્રકાશજી મહંતશ્રી સ્વામી નારાયણ મંદિર જેતલપુર દ્વારા આશીર્વાચન સાથે પૂર્ણાહુતિ કરવામાં આવી.

રાંદેર-ગાયત્રી શક્તિપીઠ રાંદેરનાં પ્રાંગણમાં ગુરુપૂર્ણિમા પર્વ ખૂબ જ શ્રધ્ધા ભાવથી ઉજવાયો, આ પર્વ પ્રસંગે પાદુકા પૂજનનો વિશેષ કાર્યક્રમ દર વર્ષની જેમ સંપન્ન થયો. ૫૧ દંપતિઓએ વિશેષ પૂજન કર્યું. પાંચ કુંડી યજ્ઞનું આયોજન થતા ભક્તોએ વિશેષ લાભ લીધો સફળ આયોજન માટે હસમુખભાઈ ટેલર અને કાજીદાદાનો પરિશ્રમ પ્રશંસનીય રહ્યો.

વડોદરા-ગુરુપૂર્ણિમાના પર્વે પ્રજ્ઞા મહિલા સાહિત્ય વિસ્તાર પટલ કેન્દ્રનું તા. ૨૦-૭-ના રોજ ઉદ્ઘાટન કરવામાં આવ્યું. આ પ્રસંગે દાનેશ્વરી શ્રી પ્રવીણભાઈ પટેલ અને શ્રી જ્યોત્સનાબેન પટેલ દંપતિએ આ કાર્ય માટે પોતાનું મકાન અર્પણ કર્યું હતું. જે સ્થળ “૨૪૬ અમીતનગર વી. આઈ. પી. રોડ, કારેલીબાગ વડોદરા છે.”

વડોદરા શહેરના કલેક્ટરશ્રી માનનીય ભાગ્યેશ ઝા સાહેબ, સંસદ સભ્ય શ્રી જ્યોત્સનાબેન ઠક્કર, ગીતા મંદિરના મેનેજીંગ ટ્રસ્ટી શ્રી ગીતાબેન શાહ, માજી મેયરશ્રી ભારતીબેન વ્યાસ. કલાકાર શ્રી નીતાબેન ગઢવી અમદાવાદ જ્ઞાનપીઠ પરથી ડો. રાજેન્દ્રભાઈ, શિક્ષણાધિકારી શ્રી અન્ય કોર્પોરેટરશ્રીઓ તેમજ ગુજરાત, વડોદરા શહેર જીલ્લાના મળી ૨૫૦૦ થી વધારે પરિજનોએ હાજરી આપી હતી. સૌએ પોતાના અંતઃકરણથી શુભેચ્છાઓ અને આશીર્વાદ પાઠવ્યા હતા. કલેક્ટરશ્રીએ પૂ. ગુરુદેવનું સાહિત્ય, સાહિત્ય નથી પરંતુ અમૃત કલશ છે. તેને પીઓ અને પીવડાવી અમર થઈ જાવ. એવા પ્રોત્સાહિત વચનો પાઠવ્યા હતા. શિક્ષા ક્રાંતિ અભિયાન અંતર્ગત ૧૦૦ ટકા કન્યા શિક્ષણ પ્રાપ્ત કરે તેવું અભિયાન ચાલુ કરવા દીપ પ્રાગટ્ય કરી સૌને સંકલ્પિત કર્યા હતા. આ કાર્યને અને કાર્યક્રમને સફળ બનાવવા માટે સૌ ગાયત્રી પરિવારના ભાઈ-બહેનોનું યોગદાન ખૂબજ પ્રશંસનીય હતું. ☉



દેવ સંસ્કૃતિ વિશ્વવિદ્યાલય-પ્રગતિના વધતાં ચરણ

માલિક યુગ નિર્માણ યોજના ટ્રસ્ટ મથુરા માટે મુનુજીવ શર્મા દ્વારા પ્રકાશિત તથા યુગ નિર્માણ પ્રેસ મથુરામાં મુદ્રિત અને યુગ નિર્માણ યોજના ટ્રસ્ટ મથુરાથી પ્રકાશિત-સંપાદક ડૉ. પ્રભુવ ખંડયા, સહ સંપાદક-ધનશ્યામભાઈ પટેલ