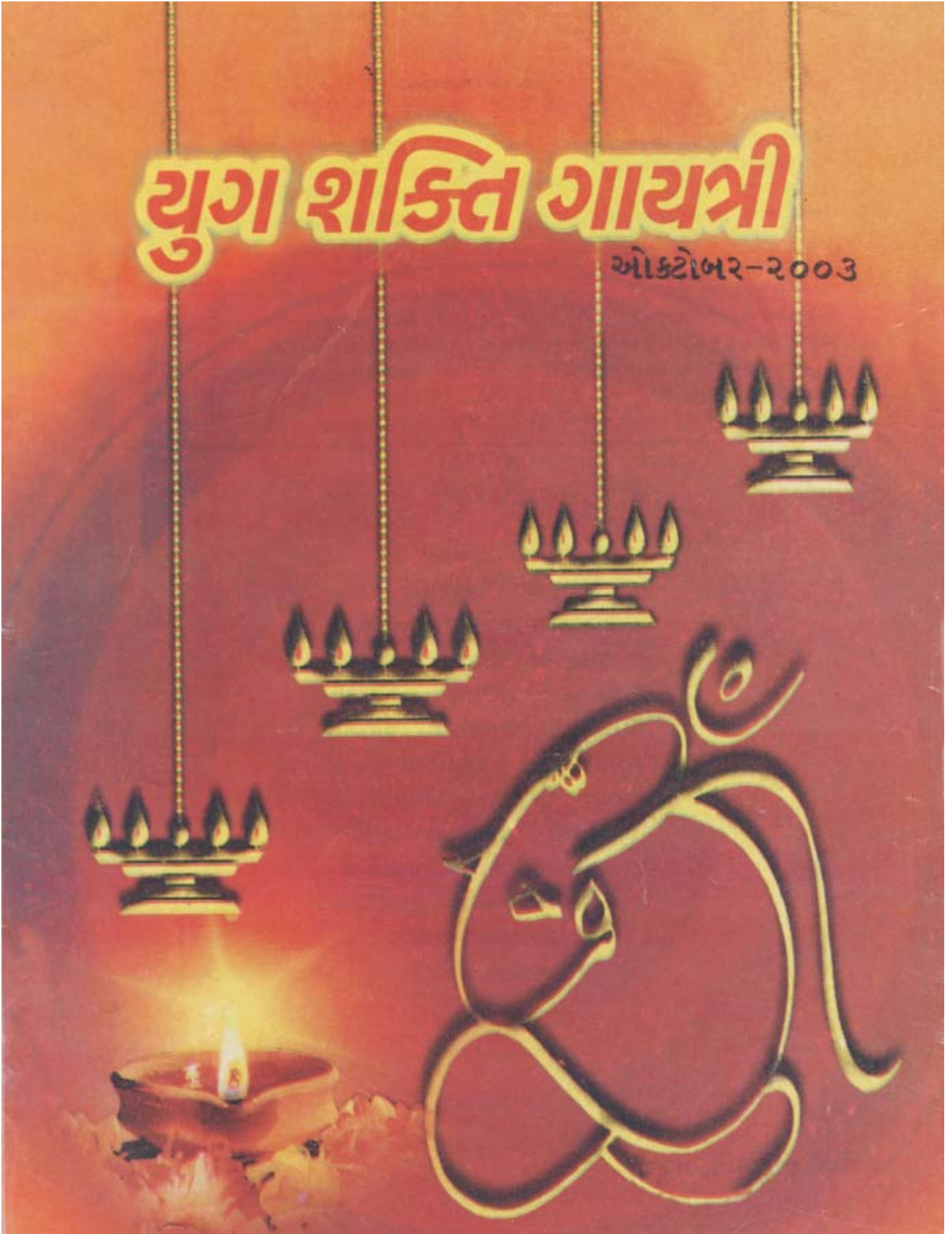


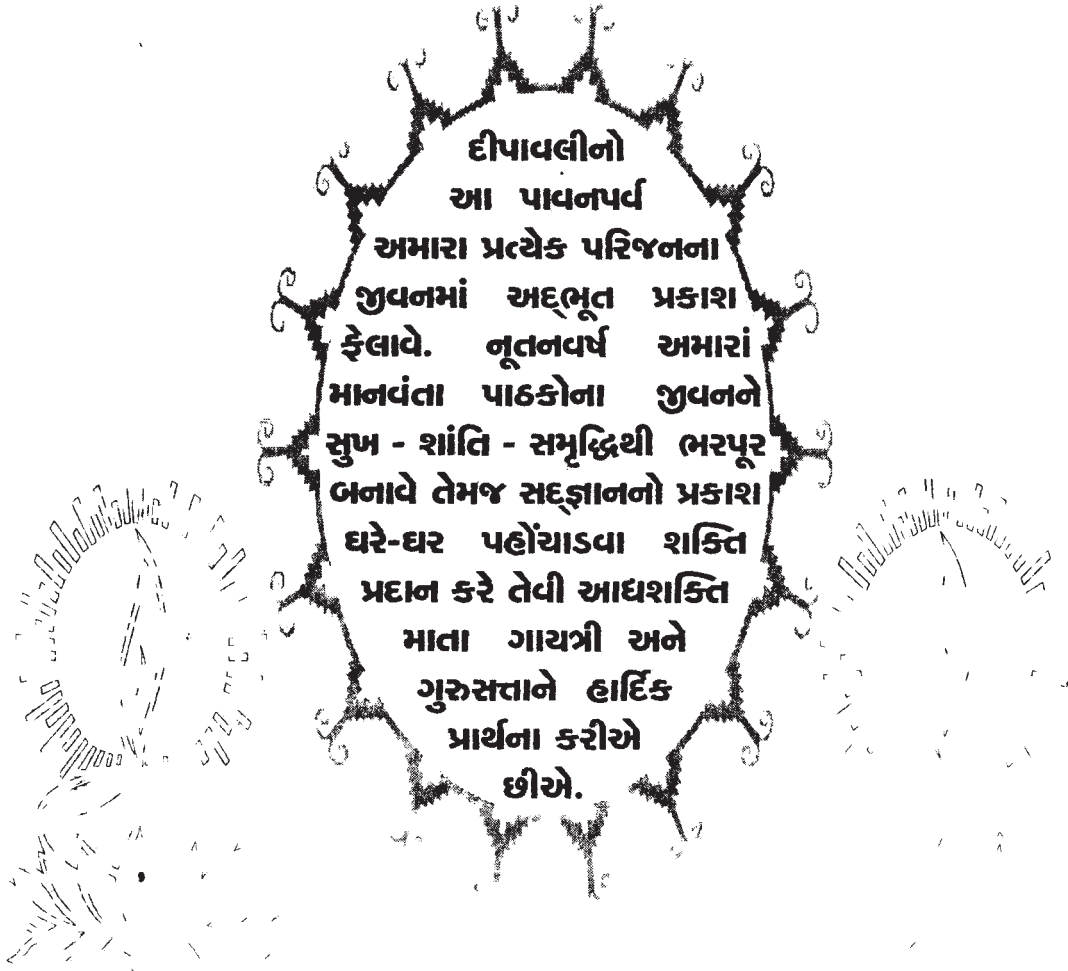
# युग शक्ति गायत्री

ओक्टोबर-२००३



## અનુક્રમણિકા

૧. વિજયનું મહાપર્વ	૧	૧૩. વિચારક્રાંતિના અગ્રદૂત-વૉલ્ટેયર	૩૨
૨. ધ્યાન-સાધનાની સિદ્ધિની સાત કસોટીઓ	૨	૧૪. યુગ ગીતા-૪૮	
૩. સદ્ગુરુનું સ્મરણ	૫	સંકલ્પોમાંથી મુક્તિ મળે તો યોગ સિદ્ધ થાય	૩૫
૪. સંજીવની વિદ્યા, જીવન જીવવાની કલા	૭	૧૫. ચેતનાની શિખર યાત્રા-૨૦ હિમાલયથી આમંત્રણ-૧	૩૯
૫. દરદનું રસાયણશાસ્ત્ર અને નિવારણની રીતિ-નીતિ	૧૦	૧૬. આયુર્વેદ-કવાથ ચિકિત્સા દ્વારા જટિલ રોગોનો સરળ ઉપચાર-૨	૪૨
૬. અવર્ણનીય છે ગૌમાતાની મહિમા	૧૩	૧૭. દીપાવલી પર્વ સંદર્ભમાં	૪૪
૭. ગાયત્રી સાધનાના દિવ્ય લાભ	૧૬	૧૮. અપનો સે અપની બાત-૧ શિયાળાની ઋતુમાં શાંતિકુંજ આવો, સત્રમાં ભાગ લો.....	૪૬
૮. સ્વાસ્થ્ય સંવર્ધનનો સામૂહિક પ્રયાસ	૧૯	૧૯. અપનો સે અપની બાત-૨ જીવવાની કળાના વિધિવત્ શિક્ષણનો હવે થશે પ્રારંભ.....	૪૭
૯. શિષ્ય સંજીવની-૩ ગુરુ ચેતનાના પ્રકાશમાં સ્વયંને પારખો	૨૨	૨૦. યુગ નિર્માણ સમાચાર	
૧૦. ગુરુ ગીતા-૧૪ ગુરુકૃપા એ બનાવ્યા મહાસિદ્ધ	૨૪		
૧૧. ઉદારદાનીઓને સહયોગની માર્મિક અપીલ	૨૬		
૧૨. પ. પૂ. ગુરુદેવની અમૃતવાણી અધ્યાત્મ સાધનાનો મર્મ-૨	૨૮		



ગાયત્રી તપોભૂમિ, મથુરા

શાંતિકુંજ, હરિદ્વાર

ॐ लूर्लुवः स्वः तत्सवितुर्वरेण्यं भर्गो देवस्य धीमहि धियो यो नः प्रचोदयात्

## युग शक्ति गायत्री

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

: संपादक :  
डॉ. प्रणव पंड्या

: सહ संपादक :  
धनश्याम पटेल

: कार्यालय :  
गायत्री तपोभूमि,  
मथुरा - २८१ ००३

: टेलिफोन :  
(०५६५)२५३०३६६, २५३०१२८

वार्षिक लवाणम : ५५३ रुपिया  
आञ्चन लवाणम : ७०० रुपिया  
विदेशनं लवाणम  
वार्षिक १० पाउन्ड / १५ डॉलर रु.  
६००=००  
आञ्चन : १०० पाउन्ड / १५० डॉलर  
भारतीय मुद्रामां रु. ७०००-००  
वर्ष - ३४ अंक - ६  
प्रकाशन तिथि २५-६-२००३  
ओक्टोबर - २००३  
अंक अंक : रु. ५ - ००

### विजयनुं महापर्व

विजय पथ पर केवण धर्मपरायण, साहसी ज पोताना पग राभे छे. जेनामां जिंदगीना पडकारनो सामनो करवानी छिंमन छे. ते ज आ राह पर चाली शके छे. अनीति, अत्याचार अने आतंकधी टकर ते ज लोह पुरुष लछि शके छे. विजया दशमीनुं रहस्य आनी ज अंतर्द्वेषनामां प्रकाशित थाय छे. विजयनुं महापर्व अना ज अस्तित्वने आनंदधी लरी दे छे.

विजय साथे संयोजित दशनी संप्रियामां कंठक सांकेतिक रहस्य समायेल छे. दशनुं स्थान नव पछी आवे छे. जेणे नवरात्रमां भगवती आद्यशक्तिनी उपासना करी छे, ते ज दशमनी पूर्णताना अधिकारी होय छे. ते ज पोतानी आत्मशक्तिना प्रभावधी दस ईन्द्रियोने नियंत्रण करवामां समर्थ होय छे. धृति, क्षमा, दम, अस्तेय, शौच, ईन्द्रिय निग्रह, बुद्धि, विद्या, सत्य तथा अकोपना रूपमां धर्मना दस लक्षण तेनी आत्मचेतनामां प्रकाशित थाय छे.

प्रभु श्रीरामना जवनमां शक्ति आराधना तथा धर्मनी आ पूर्णता विकसित थछि छती. त्यारे ते आतंक तथा अत्याचारना स्त्रोत दशकंठ रावणने मृत्युदंड देवामां समर्थ छे. मर्यादा पुरुषोत्तमनी जवन चेतनामां अहिंसा, क्षमा, सत्य, नम्रता, श्रद्धा, ईन्द्रिय संयम दान, यज्ञ, तप तथा ध्यान आ दस धर्म साधनोनी पूर्ण प्रभा प्रकाशित थछि छती. आ धर्म साधनना ज प्रभावधी तेमनी बधी दस नाडीओ-छंडा, पिंगला, सुषुम्ना, गांधारी, उस्तिजित्या, पूषा, यशस्विनी, कुंड, अलंबुषा तथा शंभिनी पूर्ण जग्रत तथा उर्जस्विनी थछि छती.

प्रभु श्रीरामनी धर्म साधनामां अेक बाजु तपनी प्रप्परता छती, तो बीजु बाजु संवेदनानी सजलता. आ पूर्णतानो ज प्रभाव छतो के ज्यारे तेमणे धर्म युध्य माटे पोताना पग आगण धपाव्या तो काली, तारा, षोडशी, लुवनेश्वरी, छिन्नमस्ता, त्रिपुरलैरवी, धूमावती भगलामुष्मी, मातंगी तथा कमला आ बधी दस महा-विद्याओ तेमनी सद्योगिनी बनी अने 'यतो धर्मस्ततो जयः' ना महासत्यने प्रमाणित करता करता विजयादशमी धर्म विजयनुं महापर्व बनी गछि.

## ધ્યાન-સાધનાની સિદ્ધિની સાત કસોટીઓ

ધ્યાન અધ્યાત્મ-પથનો પ્રદીપ . ધ્યાનની જ્યોતિ જેનામાં જ્વેલની પ્રખર છે, તેનામાં તેટલો જ અધ્યાત્મ-પથ પ્રકાશિત થતો જાય છે. પરમહંસ શ્રીરામકૃષ્ણદેવ પોતાના શિષ્યોને સદા કહેતા કે ધ્યાનની પ્રગાઢતા અધ્યાત્મજ્ઞાનની પરિપક્વતાનો પર્યાય છે. તેઓ કહેતા, ‘એમ સમજવું જોઈએ કે જેને ધ્યાન સિદ્ધ છે, તેને અધ્યાત્મ સિદ્ધ છે.’ ધ્યાનના આ મહિમાથી ઓછાવત્તા અંશે મોટાભાગે તમામ અધ્યાત્મ સાધક પરિચિત છે. સાધક સમુદાયમાં પ્રત્યેકની એ કોશિશ રહે છે કે તેનું ધ્યાન પ્રગાઢ બને. પરંતુ કોઈ ને કોઈ કારણસર એમ બની શકતું નથી. જે ક્યારેક બની પણ જાય, તો તેની સાચી પરખ થઈ શકતી નથી.

કેવી રીતે પરખીએ આપણા ધ્યાનને ? ધ્યાન-સાધના સિદ્ધ થવાની કસોટીઓ કઈ છે ? આ પ્રશ્નો આ વાંચી રહેલા પ્રત્યેક સાધકના મનમાં ક્યારેક ને ક્યારેક ઊઠતા રહે છે. કદાચ આ ક્ષણોમાં પણ ક્યાંક માનસ ઊર્મિઓમાં તરંગિત થઈ રહ્યા હોય. આ મહત્વપૂર્ણ પ્રશ્નોની ચર્ચા તો ખૂબ થાય છે, પણ મોટેભાગે યોગ્ય સમાધાન મળતું નથી. ધ્યાન વિશે જ્યારે વાત ચાલે છે ત્યારે તેની રીત-પ્રક્રિયાઓ જ સમજાવવામાં આવે છે. તેની સિદ્ધિના માનદંડ કયા છે ? એ પ્રશ્ન હમેશાં અધૂરો રહી જાય છે.

ધ્યાન પ્રક્રિયાની સૂક્ષ્મતાઓ પર અને એની સિદ્ધિના માનદંડો પર તંત્રશાસ્ત્રો અને બૌદ્ધગ્રંથોમાં વિસ્તારપૂર્વક વિચાર કરવામાં આવ્યો છે. વજ્રયાનિ સિદ્ધ સરહપાના મતાનુસાર મોટાભાગે સાધક પ્રકાશ દેખાવો, વિભિન્ન રંગ દેખાવા, અંતર્યક્ષુઓ સામે અલૌકિક દૃશ્યો ઉદ્ભવવાં, આનંદની અનુભૂતિ થવી, વગેરે બાબતોને ધ્યાન સિદ્ધિનું લક્ષણ માની લે છે, પણ યથાર્થતા આ નથી. ઉપર ગણાવેલાં તમામ લક્ષણો તો એટલું જ સૂચિત કરે છે કે સાધક ધ્યાનપ્રક્રિયામાં ગતિશીલ છે, પરંતુ તે તેની ધ્યાનસિદ્ધિની માહિતી આપતાં નથી. ધ્યાનસિદ્ધિના માનદંડ તો બીજા જ છે. શાસ્ત્રકારો અને સિદ્ધોએ તેની સંખ્યા સારીએવી બતાવી છે, પરંતુ મુખ્યત્વે ધ્યાનને સાત રીતે પરખી-જાણી શકાય છે.

મહાસિદ્ધ સરહપા કહે છે સાધક જે પોતાના ધ્યાનને ચકાસવા ઈચ્છે તો તેણે નીચેના માનદંડોથી પોતાની જાતને પરખવી જોઈએ. (૧) આહાર સંયમ (૨) વાણીનો સંયમ (૩) જાગૃકતા (૪) દૌર્ભનસ્ય ન થવું (૫) દુઃખનો અભાવ (૬) શ્વાસની સંખ્યા ઓછી થઈ જવી (૭) સંવેદનશીલતા. આ સાત માનદંડો એવા છે કે તેના આધારે કોઈ પણ સાધક ગમે ત્યારે પોતાને ચકાસી શકે છે કે તેની ધ્યાન સાધના કેટલી પરિપક્વ અને પ્રગાઢ થઈ રહી છે.

પહેલી કસોટી છે આહાર સંયમ. ધ્યાન સાધકમાં જે આહાર સંયમ સધાઈ રહ્યો હોય તો સમજવું જોઈએ કે તેનું ધ્યાન પણ સધાઈ રહ્યું છે. આ આહાર સંયમ શું છે ? એના જવાબમાં મહાન યોગી આચાર્ય શંકર કહે છે - સાધકે આહાર કંઈક એવી રીતે લેવો જોઈએ કે જાણે ઔષધ લેવામાં આવતું હોય. એટલે કે આહાર એવો અને એટલો જ હોય જેટલો દેહના પોષણ માટે પૂરતો હોય. ભગવદ્ગીતા સાત્ત્વિક આહારની વ્યાખ્યા કરતાં ધ્યાનસાધકને ‘લઘ્વાશી’ એટલે ઓછું ખાવાનો નિર્દેશ આપે છે. ટૂંકમાં, જેમ જેમ ધ્યાન પ્રગાઢ થતું જાય છે તેમતેમ સાધકની સ્વાદુરુચિ ખતમ થતી જાય છે. ધ્યાન દ્વારા મળનારી ઊર્જા વધવાને કારણે તેનો આહાર પણ ખૂબ ઓછો થઈ જાય છે.

બીજી કસોટી છે વાણીસંયમ. વાણીસંયમનો અર્થ ઘણુંખરું લોકો મૌન રહેવું એવો સમજે છે, પણ જેવી રીતે આહારસંયમનો અર્થ ઉપવાસ કરવા એવો નથી તેમ આમાં પણ એવું નથી. આનો અર્થ એટલો જ છે કે ધ્યાન સાધના જેમજેમ પ્રગાઢ થાય છે, તેમ અધ્યાત્મ લોકનાં દ્વારા ખૂલતાં જાય છે. જ્ઞાન અને પ્રકાશનો એક નવો લોક એમાં ભળી જાય છે. પછી તેની રુચિ વ્યર્થ વાતોમાં આપોઆપ ખતમ થઈ જાય છે. આ ક્રમમાં એક મોટી રહસ્યપૂર્ણ સ્થિતિ પણ આવે છે, જે કેવળ ધ્યાનસાધક જ સમજી શકે છે કે વાણી કરતાં અંતઃચેતના અનેકગણી વધારે સક્રિય અને પ્રભાવી બને છે.

ધ્યાનની ત્રીજી કસોટી છે જગરૂકતા. જગરૂકતાનો અર્થ છે, બાહ્ય જગતિની સાથે અંતઃ જગતિ. ધ્યાન સધાઈ રહ્યું છે તો જગરૂકતા પણ આપોઆપ જ સધાઈ જાય છે. ધ્યાનની પ્રગાઢતામાં સાધકની અંદર એક ઊંડી સમજ ઉત્પન્ન થાય છે. તે બાહ્ય જીવનને પણ સારી રીતે સમજે છે અને આંતરિક જીવનને પણ. તેને પોતાનાં કર્તવ્યો અને જવાબદારીઓનું સારી રીતે જ્ઞાન થઈ જાય છે. તે જિંદગીની સૂક્ષ્મમાં સૂક્ષ્મ બાબતો, એટલે સુધી કે સહેલાઈથી નજરઅંદાજ કરી નાંખવાની બાબતોને પણ કેવળ સમજતો જ નથી, પરંતુ એનો સમુચિત ઉપયોગ પણ કરી લે છે. તેને આંતરિક અને સૂક્ષ્મ પ્રકૃતિના સંકેતોની પણ ખૂબ ઊંડી સમજ હોય છે. ધ્યાનની પ્રગાઢતા સાધકમાં જે ક્રમમાં વધે છે, તે ક્રમમાં તે માનવીય ચેતનાના તમામ આયામોમાં જગરૂક અને સક્રિય બની જાય છે.

ધ્યાનની ચોથી કસોટી છે દૌર્ભનસ્ય સમાપ્ત થઈ જવું. સામાન્ય રીતે એવું જોવા મળે છે કે મનમાં એક પછી એક નવી નવી ઈચ્છાઓના ફાગળા ફૂટ્યા કરે છે. એમાંથી તમામ પૂરી થઈ શકવી ઘણું ખરું અસંભવ છે. ઈચ્છા પૂરી ન થવાની સ્થિતિમાં મનુષ્ય કાં તો સ્થિતિને તેની દોષી માને છે કે પછી તેની સાથે સંબંધિત વ્યક્તિને અને મનોમન તેની સાથે વેર બાંધી લે છે. આ જ દૌર્ભનસ્ય (દ્વેષ)ની ભાવદશા છે. ધ્યાનસાધના કરનાર વ્યક્તિના મનમાં ઈચ્છાઓનાં પૂર આવ્યા કરતાં નથી. તેના અંતઃકરણમાં નિરંતર પ્રકાશની જ્યોતિ તેની સામે એ સત્યને પ્રકાશિત કરતી રહે છે કે અહીં કે કોઈ અન્ય લોકમાં કંઈ જ મેળવવા યોગ્ય નથી. તે ઉપરાંત તેને એ મહાસત્યનો હમેશાં બોધ થાય છે કે સૃષ્ટિમાં બધું જ ભગવાન મહાકાળની ઈચ્છાનુસાર થઈ રહ્યું છે, પછી ભલા દોષ કોનો ? જ્યારે દોષ જ નથી. તો પછી દ્વેષ કેવો ? આ ભાવના તેને હમેશાં દ્વેષથી બચાવી રાખે છે.

ધ્યાનની પાંચમી કસોટી છે દુઃખનો અભાવ, ધ્યાન સાધકની ચેતનામાં સ્થિરતા અને નીરવતાનું એવું અભેદ કવચ ચઢેલું રહે છે કે તેને દુઃખ સ્પર્શી જ નથી શકતું. મહર્ષિ પતંજલિએ દુઃખને ચિત્તની ચંચળતાનું પરિણામ કહ્યું છે. જેનું ચિત્ત જેટલું વધુ ચંચળ છે, તે દુઃખી પણ એટલો જ હોય છે. જ્યાં ચંચળતા જ નથી, ત્યાં દુઃખ કેવું ? ચંચળ

ચિત્તવાળી વ્યક્તિ એક નાનકડી ઘટનાથી પણ ખૂબ દુઃખી થઈ જાય છે. પરંતુ જેનું ચિત્ત સ્થિર છે, તેને ભારેમાં ભારે દુઃખ પણ વિચલિત કરી શકતું નથી. શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતાની ભાષામાં 'ન દુઃખેન ગુરુગુણિ વિચાલ્યતે' (૬/૨૨)

બે નાનાં જળાશયો હતાં. એકનું પાણી બીજામાં જતું અને બીજાનું પાણી પહેલામાં જતું. કોઈ એ પાણીનો ઉપયોગ કરતું નહતું. પાણીમાં જીવાત થઈ ગઈ હતી, લીલ બાઝી ગઈ હતી. તેનું દુઃખ સાંભળીને પ્રભુએ કહ્યું. 'પૂર્વજન્મમાં એ બંને સગી બહેનો હતી અને દેરાણી-જેઠાણી પણ. બંને સ્વાર્થી હતી. કોઈ દાન-પુણ્ય-પરમાર્થ માટે કહે તો મોટી બહેન, નાની બહેનને દાનનું સૌથી શ્રેષ્ઠ પાત્ર સમજીને તેને દઈ આવતી. જ્યારે નાની બહેનનો સમય આવે ત્યારે તે પોતાની જેઠાણીને સૌથી સારું પાત્ર જાણાવીને તેને આપી આવતી. બંનેની સ્વાર્થભાવના, પોતાનાં સાધન પોતાના અધિકારક્ષેત્રમાં જ રાખવાના તાણાવાણા વાગતી રહેતી. આ પ્રકૃતિ તેમની સાથે આજે પણ જોડાયેલી છે. પાણી એમની સ્વાર્થભાવના જેવું જ દુર્ગધયુક્ત થઈ ગયું છે. એકબીજાંની હદમાં જ ચક્કર કાપ્યા કરે છે. સ્વાર્થના આવાં જ પરિણામ મળે છે.'

ધ્યાન સાધનાની છઠી કસોટી છે શ્વાસની સંખ્યા ઓછી થવી. આપણે ઘણીવાર અનુભવ્યું છે કે આવેગ-આવેશમાં શ્વાસની સંખ્યા વધી જાય છે, તેવી રીતે શારીરિક અસામાન્યતામાં પણ શ્વાસની ગતિ વધી જાય છે. ધ્યાન સાધકની અંતઃચેતનામાં કેવળ સ્થિરતા અને આવેગશૂન્યતા જ આવતી નથી, પરંતુ તેના શરીરમાં ધાતુસામ્યતા બની રહે છે. આવી સ્થિતિમાં સ્વાભાવિક જ શ્વાસની ગતિ ધીમી થઈ જાય છે. ક્યારેક ક્યારેક તો શ્વાસની ગતિ આશ્ચર્યજનક રીતે ઓછી થઈ જાય છે. ધ્યાન સિદ્ધિની આ કસોટી પર કોઈ પણ સાધક પોતાને પરખી શકે છે.

આ ક્રમમાં બીજી એક ચમત્કારિક સ્થિતિ ઊભી થાય છે. ધ્યાનસાધકની સામે સ્વરોદય શાસ્ત્ર સ્વયં પ્રગટ થઈ

જાય છે. અનુભવીજનો જાણે છે કે સ્વરોદયશાસ્ત્રનો સમગ્ર વિકાસ સ્વાસની ગતિના આધારે થયો છે. જે સ્વાસની ગતિને સમજી જાય છે તે એવી ચમત્કારી ભવિષ્યવાણી કરી દે છે, જેની કલ્પના પણ સામાન્ય વ્યક્તિ કરી શકતી નથી. એ વિશે વિશિષ્ટ ચર્ચા અહીં સંભવ નથી, પરંતુ સ્વાસની ગતિનું સૂક્ષ્મ જ્ઞાન અને તે મંદ થવી તે ધ્યાનસિદ્ધિની એક એવી કસોટી છે, જેના પર સાધક પોતે પોતાને ચકાસી-પરખી શકે છે.

ધ્યાનસાધનાની સાતમી અને શ્રેષ્ઠતમ કસોટી છે - સંવેદનશીલતા એટલે કે ભાવસંવેદનાનું જાગરાણ. જેનું ધ્યાન જેટલું પ્રગાઢ હશે, તેનામાં ભાવસંવેદના પણ એટલી જ સઘન હશે. તેની કુરુણા પણ એટલી જ તીવ્ર હશે. સાધકની અંદર કુરુણા જાગી છે તો જાણવું જોઈએ કે ધ્યાન સધાઈ રહ્યું છે. જે પોતાની સંવેદનશીલતામાં પહેલાંની સરખામણીમાં કોઈ વધારો થયો નથી તો સાધકે સમજવું જોઈએ કે હજી પોતાના ધ્યાનની પ્રગતિ પણ શૂન્ય છે. ધ્યાન સધાઈ રહ્યું છે તો પરિવાર પ્રત્યે, પડોશી પ્રત્યે, હળનાર-

મળનાર પ્રત્યે વ્યવહાર આપોઆપ કુરુણાપૂર્ણ બની જશે. સ્વાર્થ અને અહંમાં ખૂબ ઓટ અને કુરુણાનો નિરંતર વિસ્તાર એ ધ્યાન સિદ્ધિની શ્રેષ્ઠતમ કસોટી છે.

ઉપર વાગવિલ આ તમામ કસોટીઓનો એક જ મર્મ છે કે ધ્યાન માનવચેતનાના રૂપાંતરણનો સૌથી સમર્થ પ્રયોગ છે. ધ્યાન બરાબર થઈ રહ્યું છે, તો રૂપાંતરણ પણ થશે. જે પાંચ-દસ વર્ષ ધ્યાન કર્યા પછી પણ જીવનચેતનામાં રૂપાંતર પ્રક્રિયા શરૂ નથી થઈ તો સમજવું કે આપણે ધ્યાન કર્યું જ નથી. આપણે ફક્ત ધ્યાનને સ્થાને ધર્મની રૂઢિ માત્ર નિભાવી, જ્યારે ધ્યાન કોઈ પણ રીતે રૂઢિ નથી. એ તો એક ખૂબજ ગહન વૈજ્ઞાનિક પ્રયોગ છે, જેને ઉપર જાણાવેલ સાત કસોટીઓના આધારે ગમે ત્યારે પરખી શકાય છે. જે આપ ધ્યાનસાધક છો તો આજે અને અત્યારે જ એ બાબત ચકાસો કે આપની ધ્યાનસાધના સિદ્ધિના કયા સોપાન સુધી પહોંચી શકી છે. ચકાસાણીનો આ ક્રમ નિયમિત સમયાંતરે હમેશાં ચાલતો રહે એ સાવધાની દરેક ધ્યાનસાધકે રાખવી જોઈએ.

છ

એક સિદ્ધ પુરુષ નદીમાં સ્નાન કરી રહ્યા હતા. પાણીમાં વહીને એક ઉંદરડી આવી. તેમણે તેને બહાર કાઢી. કુટિરમાં લઈ આવ્યા અને તે ત્યાંજ ઉંદરડીને મોટી થવા લાગી.

ઉંદરડી સિદ્ધ પુરુષની કરામતો જોતી રહેતી તેથી તેના મનમાં પણ કંઈક વરદાન મેળવવાની ઈચ્છા જાગી. એક દિવસ લાગ જોઈને બોલી, ‘હું મોટી થઈ ગઈ છું. કોઈ વર સાથે મારાં લગ્ન કરાવી આપો.’

સંતે તેને બારીમાંથી સૂરજ બતાવ્યો અને કહ્યું ‘આની સાથે કરાવી દઉં ?’ ઉંદરડીએ કહ્યું, ‘આ તો આગનો ગોળો છે. મને તો ઠંડા સ્વભાવનો જોઈએ.’ સંતે વાદળની વાત મૂકી, ‘એ ઠંડાં પણ છે અને સૂરજથી મોટાં પણ. તે આવે છે અને સૂરજને છુપાવી દે છે.’ ઉંદરડીને આ પ્રસ્તાવ પણ પસંદ ન પડ્યો. તે તેનાથી મોટો વર ઈચ્છતી હતી. સંતે પવનને વાદળથી મોટો ગણાવ્યો, જે જોતજોતામાં વાદળને ઉડાડી મૂકે છે. તેનાથી મોટો પર્વત બતાવ્યો, જે હવાને રોકીને ઊભો રહી જાય છે. જ્યારે ઉંદરડીએ એ બંનેનો પણ અસ્વીકાર કરી દીધો ત્યારે સંતે જોરજોરથી પહાડમાં દર બનાવવાનો પ્રયાસ કરતો ઉંદર બતાવ્યો. ઉંદરડીએ તેને પસંદ કરી લીધો, કહ્યું, ‘ઉંદર પર્વતથી પણ શ્રેષ્ઠ છે, તે દર બનાવીને પર્વતને મૂળમાંથી ખોખલો કરીને તેને આમથી તેમ ત્રાંસો ઢાળી દેવામાં સમર્થ છે.’ એક મોટો ઉંદર બોલાવીને સંતે ઉંદરડીનું લગ્ન કરાવી આપ્યું. ઉપસ્થિત દર્શકોને સંજોધીને સંતે કહ્યું, ‘મનુષ્યને પણ આવી રીતે સારામાં સારી તકો આપવામાં આવે છે, પણ તે પોતાની મનોસ્થિતિને અનુરૂપ જ પસંદગી કરે છે.’



રાજગૃહ નગર ઘણુંખરું ભગવાન તથાગતનાં શ્રીચરણોના સ્પર્શથી પાવન થતું રહેતું હતું. નગરવાસીઓને ભગવાન પ્રત્યે સહજ પ્રીતિ હતી. તેઓ સૌ ઊઠતાં-બેસતાં, એકબીજાંને મળતાં 'નમો બુદ્ધસ્સ' કહીને તથાગતનું સ્મરણ કરી લેતાં હતાં. આ નગરમાં બે બાળકોની મિત્રતા ખૂબ ચર્ચાતી હતી. તેમનાં નામ હતાં સુવીર અને સુયશ. કિશોર વયનાં આ બંને બાળકો જુદીજુદી રમતો રમ્યા કરતાં. અચરજની વાત એ હતી કે સુયશ હમેશાં જીતતો અને સુવીર હમેશાં હારી જતો. એમાં સૌથી મોટું અચરજ એ હતું કે જે સદા જીતતો હતો, તે હારનાર કરતાં તમામ દષ્ટિએ કમજોર હતો.

સુવીરે પોતે જીતવા માટે તમામ ઉપાય કર્યા. રમવાનો વધુ અભ્યાસ કર્યો, પરંતુ સફળતા ન મળી. પરિણામે પહેલાં જેવું જ રહ્યું. સુવીરને એ વાતની ભારે ચિંતા હતી કે આખરે સુયશની લગાતાર જીતનું કારણ શું છે? હા, એક વાત સુયશમાં સ્પષ્ટ દેખાતી હતી કે તે આશ્ચર્યજનક રીતે શાંત રહેતો હતો. તેનામાં જીત માટે ક્યારેય કોઈ આતુરતા દેખાતી નહતી. જીતવા માટે ક્યારેય તેને કોઈ આગ્રહ ન હતો. બસ, તે રમતો હતો, સંપૂર્ણ મનોયોગથી, પરંતુ અનાગ્રહથી.

કોઈ ફલાકાંક્ષા તેનામાં નહતી. તેને જોઈને એવું લાગતું હતું કે જાણે તે પોતે પોતાનામાં કેન્દ્રિત છે, સ્વયંમાં સ્થિર થયેલો છે. તેનામાં એક અનોખું ઊંડાણ હતું. તે ઊણો ન હતો, નહોતું તેનામાં કોઈ છીછરાપણું. તેના અંતસ્માં જાણે કોઈ જ્યોતિ નિષ્કંપ જ્વલતી હતી. તેની ચારેબાજુ એક પ્રસાદપૂર્ણ પ્રભામંડળ હતું. કદાચ એટલા માટે વારંવાર હારવા છતાંય સુવીર તેનો શત્રુ બની શક્યો ન હતો. તેની મિત્રતા અખંડ હતી. સુયશ ભલે ગમે તેટલી વાર જીતતો, પરંતુ તેનામાં ક્યારેય અહંકાર આવ્યો નહતો. જીતવાનું જાણે તેના માટે કાંઈ ખાસ નહતું. રમવાનું જ તેના માટે સર્વસ્વ હતું. પછી જીતે કે હારે તેની સાથે તેને કાંઈ નિસબત નહતી. તો પણ તે જીતતો હતો.

સુવીર, સુયશના પ્રત્યેક વ્યવહારને ઝીણવટથી જોતો હતો. તેણે જોયું કે સુયશ પ્રત્યેક રમત શરૂ કરતાં પહેલાં આંખો બંધ કરીને એક ક્ષણ નિસ્તબ્ધ બની જાય છે, જાણે કે સમસ્ત સંસાર

અટકી ગયો ન હોય! હા, તે પોતાના હોઠથી કંઈક ગાગાગાતો હતો જાણે કોઈ પ્રાર્થના કરી રહ્યો હોય કે પછી કોઈ મંત્રોચ્ચાર કરતો હોય કે પોતાના ઈષ્ટનું સ્મરણ કરી રહ્યો હોય.

અંતે એક દિવસ સુવીરે સુયશને એ રહસ્ય પૂછ્યું, 'પ્રિય મિત્ર! રમત શરૂ કરતાં પહેલાં શું કરે છે? દરેક રમત શરૂ કરતાં પહેલાં તું કઈ દુનિયામાં ખોવાઈ જાય છે?' સુયશે કહ્યું 'પ્રિય મિત્ર! હું તો બસ ભગવાનનું સ્મરણ કરું છું. 'નમો બુદ્ધસ્સ'નો પાઠ કરું છું. કદાચ એટલા માટે હું જીતી જાઉં છું, પરંતુ મને દર વખત એવું લાગે છે કે આ જીત મારી નથી, ભગવાનની છે. હું નથી જીતી રહ્યો, ભગવાન જીતી રહ્યા છે.'

સુયશની વાત સાંભળીને તે દિવસથી સુવીરે પણ 'નમો બુદ્ધસ્સ'નો પાઠ શરૂ કરી દીધો. જે કે તેને પહેલેથી કોઈ અભ્યાસ નહતો, તો પણ તેને તેમાં ધીમેધીમે રસ પડવા માંડ્યો. શરૂઆત તો શુકપાઠથી થઈ હતી, પરંતુ મંત્રોચ્ચારનું પરિણામ મન પર દેખાવા લાગ્યું. ઊંડાણમાં ભલે નહિ, પણ સપાટી પર તેનાં સ્પષ્ટ ફળ દેખાવા માંડ્યાં. તે થોડો શાંત થવા લાગ્યો. તેની ઉચ્છૃંખલતા ઓછી થવા લાગી. છીછરાપણું થોડું ઓછું થયું. તેનું હારનું દુઃખ ઓછું થયું. જીતવાની મહત્વાકાંક્ષા પણ ઠરી ગઈ. રમત બસ માત્ર રમવા માટે, એવો ભાવ તેનામાં ઊભરાવા લાગ્યો.

ભગવાનના સ્મરણમાં તે અજાણતાં જ પોતાની અંતઃશ્ચેતનામાં ડૂબવા લાગ્યો. શરૂ તો એટલા માટે કર્યું હતું કે રમતમાં જીતી જાઉં, પરંતુ ધીરેધીરે હાર-જીતની વાત જ વિસરાઈ ગઈ. હવે તો બસ સ્મરણમાં આનંદ વરસવા લાગ્યો. પહેલાં તો રમતની શરૂઆતમાં યાદ કરતો હતો, પણ પછીથી જ્યારે એકાંત મળી જાય તો બેસીને 'નમો બુદ્ધસ્સ, નમો બુદ્ધસ્સ'નો જાપ કરવા લાગતો. એટલે સુધી કે થોડાક દિવસ વીત્યા ને રમત ગૌણ બની ગઈ અને જપ મુખ્ય બની ગયા. જાણે સાકર તેના મોંમાં ઘોળાવા લાગી. સુવીર બુદ્ધ સ્મરણમાં વિભોર બનવા લાગ્યો. નમો બુદ્ધસ્સનો જાપ કરતાં કરતાં તેને એક ખુલ્લું આકાશ દેખાવા લાગ્યું. ધીરેધીરે તેની આકાંક્ષાઓ ખોવાઈ ગઈ. આખો વખત એક શાંત ધારા તેની ભીતર

વહેવા લાગી.

એક દિવસ તે પોતાના પિતા સાથે લાકડાં કાપવા જંગલમાં ગયો. પાછા ફરતાં પિતા-પુત્ર બંને રસ્તામાં સ્મશાન પાસે બળદને છોડીને થોડીવાર વિશ્રામ કરવા રોકાયા. ભરબપોર હતી અને તેઓ થાકી ગયા હતા એટલે સૂઈ ગયા. જાગીને જોયું તો તેમના બળદ નગરમાં પહોંચી ગયા હતા. પિતાએ સુવીરને કહ્યું, 'બેટા ! તું અહીં ગાડાંની અને લાકડાંની દેખભાષ રાખ, હું બળદને લઈ આવું છું.' સારીએવી શોધખોળ કરતાં બળદ તો મળી ગયા પણ ત્યાં સુધી સાંજ ઢળી હતી. સૂરજ ઢળતાં જ નગરનાં દ્વાર બંધ થઈ ગયાં. અમાસની અંધારી રાત, એકનો એક દીકરો એકલો સ્મશાનમાં. પિતાને ખૂબ ચિંતા થઈ, પણ શું કરે ? લાચારી એમને ઘેરી વળી.

આ બાજુ સુવીર અમાસની અંધારી રાતમાં સ્મશાનમાં એકલો હતો. આટલી એકલતા એને પહેલી વાર મળી હતી, પણ તેને અહીં રહેને બદલે ખૂબ આનંદની અનુભૂતિ થઈ. તે ભક્તિ અને પ્રીતિ સાથે 'નમો બુદ્ધસ્સ'નો જપ કરવા લાગ્યો. જપ કરતાં કરતાં હૃદયના તાર જોડાઈ ગયા, ભક્તિનું સંગીત જામી ગયું, અંતઃસ્ત્રેતનાની વીણા વાગવા લાગી. પહેલી વાર તેને ધ્યાનની ઝલક મળી, ધીરે ધીરે તે ધ્યાનમાં ડૂબી ગયો. એ ખૂબ ઊંડી અનુભૂતિ હતી. ચારે બાજુથી સુખ વરસી રહ્યું હતું, પરાશાંતિ એને ભીંજવી રહી હતી. શરીર સૂતું હતું, અંતરમાં જાગરાણનું પર્વ હતું. ઉજાસ જ ઉજાસ હતો, જાણે હજારો સૂર્ય એકસામટા ઊગી નીકળ્યા. જીવન ચારેબાજુથી પ્રકાશિત થઈ ગયું. જે ઘટના કોઈને માટે અભિશાપ બની શકતી હતી, તે તેના માટે વરદાન બની ગઈ.

અમાસની એ રાત્રે મહાનિશાકાલ થતાં જ સ્મશાન જાગ્રત થઈ ઊઠ્યું. બ્રહ્મરાક્ષસ, પિશાચ, યોગિનીઓ, ડાકિની, શાકિની, હાકિનીનાં જૂથ ત્યાં નૃત્ય કરવા લાગ્યાં. સ્મશાનનું

સમગ્ર વાતાવરણ ભયાનક થઈ ગયું, પરંતુ સુવીરની આત્મચેતના કોઈ અલૌકિક રાજ્યમાં નિમગ્ન હતી. એક આધ્યાત્મિક પ્રભામંડળ તેને ઘેરાયેલું હતું. નૃત્ય કરી રહેલી આ સૂક્ષ્મસત્તાઓએ જ્યારે તેની આ ભાવદશા જોઈ તો તેમણે પોતાને ધન્ય માન્યા. તેઓ ભાગતા ગયા અને સમ્રાટના મહેલમાંથી સોનાનાં વાસાણોમાં ભોજન લઈ આવ્યા. તે સૌએ મળી તેને ભોજન કરાવ્યું અને સેવા કરી. સવાર થતાં જ તે તમામ સૂક્ષ્મ સત્તાઓ અદૃશ્ય થઈ ગઈ.

આ બાજુ સમ્રાટના સિપાઈઓએ મહેલમાં ખોવાયેલાં વાસાણોની શોધ કરી અને શોધતાં શોધતાં તેમણે સુવીરને પકડી લીધો. બંદી સુવીરને સમ્રાટ સમક્ષ લાવવામાં આવ્યો. તે વખતે બિંબસારનું શાસન હતું. તે પોતે ભગવાન તથાગતનો ભક્ત હતો. તેમણે સુવીર પાસેથી તમામ વાત જાણવા ઈચ્છ્યું. સુવીરે જવાબમાં સમ્રાટ બિંબસારને આદિથી અંત વાત કહી જણાવી. ચક્રિત અને હતપ્રભ સમ્રાટ એ બાળકને લઈને ભગવાન પાસે પહોંચ્યા. ભગવાન એ દિવસોમાં રાજગૃહમાં જ રોકાયા હતા. તમામ વાત સાંભળીને ભગવાને કહ્યું, 'સમ્રાટ ! આ બાળક સાચું કહી રહ્યો છે. બુદ્ધાનુસ્મૃતિ સ્વયંના જ પરમરૂપની સ્મૃતિ છે. જ્યારે તમે કહો છો 'નમો બુદ્ધસ્સ' તો તમે તમારી જ પરમ દશાનું સ્મરણ કરી રહ્યા છો.'

આ સપાટી દ્વારા ઊંડાણનો પોકાર છે. એ પરિઘ દ્વારા કેન્દ્રનું સ્મરણ છે. આમ કહેતાં તેમણે આ ધમ્મગાથા કહી -  
સુખબુદ્ધં પલુજઝંતિ સદા ગોતમસાવકા ।  
યેસં દિવા ચ સ્તો ચ નિચ્ચં બુદ્ધગતા સતિ ॥

'જેની સ્મૃતિ દિનરાત સદા બુદ્ધમાં લીન રહે છે, તે ગોતમનો શિષ્ય સદા સુપ્રબોધ સાથે સૂવે છે એ જાગે છે.' ભગવાનની આ વાતે સમ્રાટ બિંબસારને એ બોધ આપ્યો કે સદ્ગુણના સ્મરણથી શિષ્ય, સહજ પરમ ભાવદશાને પામે છે. છ

લાલ બહાદુર શાસ્ત્રી ત્યારે કેન્દ્રમાં ગૃહમંત્રી હતા. તેમના નિવાસસ્થાનનો એક દરવાજો જનપથ બાજુ હતો, બીજો અકબર માર્ગ તરફ. એક વખત બે શ્રમજીવી મહિલાઓ માથે ઘાસની ગંજી મૂકીને એ માર્ગથી નીકળી, તો ચોકીદારે તેમને ઘમકાવવાનું શરૂ કરી દીધું. તે વખતે શાસ્ત્રીજી વરંડામાં બેસીને વહીવટી કામકાજ કરી રહ્યા હતા. એમણે સાંભળ્યું ને બહાર આવી શું થયું એમ પૂછવા લાગ્યા. ચોકીદારે સઘળી વાત કહી. શાસ્ત્રીજીએ કહ્યું, તમને દેખાતું નથી કે એમના માથા પર કેટલું વજન છે ? જો તે નજીકના માર્ગે જવા ઈચ્છતાં હોય તો તમને શું વાંધો છે ? જવા કેમ નથી દેતા ? જ્યાં સહાયતા હોય, બીજાં પ્રત્યે સમ્માનભાવ હોય ત્યાં તમામ ઔપચારિકતાઓને એક કોર રાખીને, જે કર્તવ્યની સીમામાં આવતું હોય એ જ કરવું જોઈએ.



## સંજીવની વિદ્યા; જીવન જીવવાની કલા

ગાઢ જંગલોમાં પશુઓ અને વનવાસીઓના અહીં તહીં ચાલવાથી નાનીનાની કેડી પડી જાય છે. જ્યાંથી તે શરૂ થાય છે ત્યાં ઘણુંખરું એમ લાગે છે કે જાણે કોઈ સુવ્યવસ્થિત રસ્તો છે પણ આગળ થોડુંક ચાલતાં તે પૂરી થઈ જાય છે અને ગાઢ જંગલ રસ્તો રોકીને ઊભું રહી જાય છે. કેટલીક વાર વનપ્રદેશ પાર કરનાર વ્યક્તિ ભૂલથી સાચો રસ્તો છોડીને આવી નાની કેડી પર ચાલવા માંડે છે તો શરૂઆતમાં તેને પ્રસન્નતા થાય છે. તે વિચારે છે, મોટો રસ્તો ચક્કરવાળો હતો, તેના પર ચાલતાં વિલંબથી મંજિલ પાર થાત પણ આ સીધી કેડી જલદી પહોંચાડી દેશે અને આપણે જ્યાં જવું છે ત્યાં જલદી પહોંચી જઈશું. તેનો આ આનંદ લાંબું ટકતો નથી. થોડેક આગળ ગયા પછી જ્યારે રસ્તો બંધ થઈ જાય છે અને ગાઢ કાંટાળી ઝાડી સિવાય બીજું કંઈ દેખાતું નથી ત્યારે ભારે પરેશાની થાય છે. એ ઝાડીઓમાં રહેનારા સિંહ, વાઘ, રીંછ, અજગર જ્યારે આમતેમ ફરતાં દેખાય છે તો પ્રાણ સુકાવા માંડે છે. ખૂબ ચાલ્યા પછી પાછું ફરવું તો ખૂબ દુઃખદાયક હોય છે. કેડીના લોભમાં કેટલીયવાર ચતુર શિકારીઓએ પોતાના પ્રાણથી હાથ ધોઈ નાંખવા પડે છે.

### જીવન એક સઘન વન

જીવન એક વન છે, સાધારણ નહીં, સઘન-સુરમ્ય જ નહિ, કાંટાળી ઝાડીઓથી ભરેલું પણ. તેને સારી રીતે પાર કરવું એ સારી એવી બુદ્ધિમત્તા અને દૂરદર્શિતા દ્વારા જ શક્ય છે. સદાચાર અને ધર્મની સીધી સડક એને પાર કરવા માટે બનેલી છે. તેના પર ચાલતાં લક્ષ્ય સુધી પહોંચવાનું સમયસાધ્ય તો છે, પણ એમાં જોખમ નથી. આટલી વાત ન સમજીને ઉતાવળા લોકો કેડી શોધે છે, જ્યાં ત્યાં તેમને એ દેખાય પણ છે. બિચારાઓને ખબર નથી હોતી કે એ કેડી અંત સુધી નથી પહોંચતી, વચમાં જ વિશ્વાસઘાતી મિત્રની જેમ રસ્તો છોડી દે છે અને

જલદી કામ થવાની લાલચ બતાવીને એવા કાદવમાં ફસાવી દે છે કે ત્યાંથી પાછા ફરવાનું પણ સહેલું બનતું નથી.

અનીતિ પર ચાલીને જલદી કામ પતાવી લેવાની અને વધુ કમાઈ લેવાની લાલચ એક નાનકડી સીમા સુધી ઠીક સાબિત થાય છે. આગળ જતાં તો એમાં વિપત્તિઓ જ વિપત્તિઓ આવે છે. શરૂઆતમાં કેટલીય બાબતો લાભદાયક દેખાય છે, પણ તેનો અંત કેવો હશે, એ વિચારીને જ બુદ્ધિમાન લોકો તે પ્રારંભિક લાલચનો સ્વીકાર કરતા નથી. જ્યાં અંતે જોખમ દેખાય છે, તેનાથી સમજદાર લોકો દૂર જ રહે છે. તેઓ જાણે છે કે વિનાશ શરૂઆતમાં આકર્ષિત જ લાગે છે. પાપની સાથે આરંભિક પ્રલોભનોનો એક લાલચભર્યો રોમાંચ જોડાયેલો રહે છે, તેનાથી તો મૂર્ખોને જાળમાં ફસાવવામાં આવે છે. શેતાનનો અણિયાળો પંજે રેશમી રૂમાલથી ઢંકાયેલો રહે છે. માછલી પકડવાની દોરીના આગળના ભાગે લોટની નાનકડી ગોળી હોય છે, પંખીઓને પકડવાની જાળની આસપાસ અનાજના દાણા વેરાયેલા હોય છે. આ આરંભિક લાલચની વ્યર્થતા ન સમજી શકવાને કારણે જ તો માછલી અને પક્ષી પોતાનું જીવન સંકટમાં નાંખે છે.

### કેડીઓનું પ્રલોભન

પાપ અને અનીતિનો માર્ગ ગાઢ વનમાં કેડી પર ચાલવા જેવો છે. એવો જ છે, જેવો માછલીનું કાંટા સાથે લોટ ખાવાનું અને જાળમાં પડેલા દાણા માટે પક્ષીની જેમ આગળ પાછળનું ન વિચારવું. ઈચ્છિત કામનાઓની જલદીમાં જલદી અને વધુમાં વધુ પૂર્તિ થઈ જાય એ લાલચથી લોકો એ કામ કરવા ઈચ્છે છે, જે તુરંત સફળતાની મંજિલ સુધી પહોંચાડી દે. જલદી અને વધારે બંને વાત સારી છે, પણ જો તેને માટે યાત્રાનો ઉદ્દેશ જ નષ્ટ થતો હોય તો તેને બુદ્ધિમત્તા માનવામાં આવશે નહિ.

ચોરી, અપ્રમાણિકતા, જૂઠ, છળ, વિશ્વાસઘાત, અનીતિ, અપહરણ, પાપ, વ્યભિચાર વગેરે શરૂ કરતી વખતે એમ વિચારવામાં આવે છે કે એક મોટો લાભ તરત મળશે. પ્રમાણિકતાના માર્ગે ચાલતાં મંજિલ વિલંબથી પૂરી થાય છે, તેમાં મર્યાદાઓનું પણ સીમાબંધન છે. પરંતુ પાપમાર્ગે ચાલતાં એવું લાગે છે કે લોકોને ઠગવાથી, નબળાઓને ડરાવવાથી સહેજમાં જ બહુ મોટો લાભ મેળવી શકાય છે. અશક્ત પાસેથી તેની વસ્તુ છિનવી લેવાનું થોડીક ચાલાકીથી જ સુગમ બની જાય છે. લોકોની અસાવધાની કે ભલમનસાઈનો ચતુરતાપૂર્વક આસાનીથી ભરપૂર અનુચિત લાભ ઉઠાવી શકાય છે. એવું વિચારવાથી એમ જણાય છે કે અનીતિનો માર્ગ અપનાવવામાં કાંઈ નુકસાન નથી. કેટલાંય એવાં ઉદાહરણો પણ મળે છે કે અમુક વ્યક્તિએ અનીતિનો માર્ગ અપનાવ્યો અને જલદી ખૂબ લાભ મેળવ્યો. પછી આપણે પણ શું કામ એવું ન કરીએ ?

**શરૂઆત જ નહિ, અંત પણ જુઓ**

આરંભિક કામને જ સર્વસ્વ સમજનાર લોકો માછલી, પક્ષી અને કેડી પર દોડી નીકળનાર લોકોની જેમ બીજાં કરતાં પોતાને વધુ બુદ્ધિમાન માને છે અને પોતાની ચુતરાઈ પર ગર્વ પણ કરે છે. પણ જલદી એ સ્પષ્ટ થઈ જાય છે કે જેવું વિચારવામાં આવ્યું હતું, એવી વાત નથી. પાપનું દુષ્પરિણામ આજે નહિ તો કાલે સામે આવવાનું જ છે. પારો ખાઈને તે કોઈ પચાવી શકતું નથી, તે મોડો વહેલો શરીર ફાડીને બહાર જ નીકળે છે. એ રીતે પાપ પણ ક્યારેય પચતું નથી. બની શકે કે આજનું ફળ આજે ન મળે, પણ કાલે તો તે મળવાનું જ છે. આ સંસારમાં અનેક યાતનાઓથી ગ્રસિત વ્યક્તિઓ જેવા મળે છે. જે તેમના પર ધ્યાન આપવામાં આવે તો સહેજે સમજી શકાય છે કે વ્યથા અને નિષ્ફળતા પણ અહીં ઓછી નથી. કુમાર્ગે ચાલતાં ચાલતાં સમયાંતરે સફળતા પણ સદા મળતી રહે એવી કોઈ વાત નથી. દંડનું પણ અહીં સુનિશ્ચિત વિધિવિધાન મોજૂદ છે.

**પરિણામથી છુટકારો નહિ**

હોસ્પિટલોમાં બારીકાઈથી નિરીક્ષણ કરીએ તો ત્યાં કણસતા, ચિંતિત, દુઃખી અને પીડિત, પીડાથી છટપટતા મનુષ્યોની વાણઝાર મળશે. તે તમામ કરુણાનાં પાત્ર છે અને તેમના પ્રત્યે શુભકામના તથા સહાયતાની બુદ્ધિ રાખવી જ આપણા માટે ઉચિત છે, પણ વિવેચનાની દૃષ્ટિએ જોઈએ તો એમાંથી અનેક એવા મળશે જેમાણે મર્યાદાઓનું ઉલ્લંઘન કરવાની વાત વિચારી હતી. સ્વાસ્થ્ય અને સંયમની મર્યાદાઓનું ઉલ્લંઘન કર્યા વિના બીમાર પડવાનું તો કદાચ ક્યારેક જ થાય છે. સૃષ્ટિના અન્ય જીવ પ્રકૃતિની મર્યાદાઓનું પાલન કરતાં રહેવાને કારણે જ્યારે બીમાર નથી પડતાં તો મનુષ્યએ શા માટે પડવું જોઈએ ? ઘેરઘેર બીમારો વધવા માંડ્યા છે, હોસ્પિટલ તો એ વધારાનું એક નાનકડું પ્રતીકમાત્ર છે. તેનું નિરીક્ષણ કરીને એ અનુમાન લગાવી શકાય કે અનીતિનું આચરણ, મર્યાદાઓનું ઉલ્લંઘન કેટલી હદે આપણા માટે અહિતકર બની શકે છે ?

કેદખાનામાં જઈને જોઈએ તો પ્રતીત થશે કે એકથી એક ચતુર અને ઉદંડ વ્યક્તિ પોતાની નિષ્ફળતાની કરુણ કથા કહી રહી છે. ફાંસીનો ફંદો અનેક દુષ્ટોને એમની કરાણીનું ફળ ચખાડી ચૂક્યો છે. જેલની કોટડીઓને જે જીભ હોત તો તે એક મહાપુરાણ સંભળાવત અને જણાવત કે બદમાશીનું ફળ તાત્કાલિક લાભ જ નહિ, નારકીય યંત્રણા પણ છે.

**તિરસ્કાર અને પ્રતાડના**

સમાજમાં સર્વત્ર વરસનારી ઘૂણા ગુંડાગીરીની એક ભારે સજા છે. ભોજન-વસ્ત્ર, એશઆરામ, જમીન-જયદાદ, ભોગવિલાસ નાના દરજ્જાની ચીજો છે. સમાજનું સમ્માન આ બધામાં વધુ મહત્વપૂર્ણ અને આનંદદાયક છે. વ્યક્તિ ગરીબ રહીને જે પોતાના ચરિત્રનું રક્ષણ કરતો રહીને શ્રદ્ધા અને સમ્માનનું અનુકરણીય આદર્શ જીવન વ્યતીત કરે તો તેને ધાર્યા કરતાં વધુ આનંદ મળશે. જેના પર સર્વત્ર ઘૂણા વરસે છે, જેમને ગુંડા, ઉદંડ, પાપી અને

કુકર્મી માનવામાં આવે છે, તે ગમે તેટલી કમાણી કરી લે, ગમે તેટલો એશઆરામ કરી લે છતાં એક નિકૃષ્ટ પતિત અને ક્ષુદ્ર વ્યક્તિની જેમ સદા નીચી આંખો કરીને જ રહેશે. તેમના માટે કોઈ સ્વજન પરિજનની આંખોમાં સાચી શ્રદ્ધા અને સાચી સહાનુભૂતિનું એક બુંદ પણ નહિ મળે. આવું અતૃપ્ત અને અસફળ જીવન લઈનેય અનીતિવાન વ્યક્તિ જે પોતાને સફળ અને બુદ્ધિમાન માને, તો એ એની અણસમજ જ કહેવાશે.

સૌથી મોટો દંડ આત્મપ્રતાડનાનો છે. અનીતિના માર્ગે ચાલનારને તેનો અંતરાત્મા નિરંતર ધિક્કારતો રહે છે. માનવ જીવન સત્કર્મો દ્વારા પોતે શાંતિ મેળવવા અને બીજાંને સુખ આપવા માટે મળ્યો છે. એમાં જ એની સફળતા પણ છે, પરંતુ તેનાથી જે કોઈનું અહિત થાય છે અને પોતાને આત્મપ્રતાડનાની અશાંતિ ભોગવવી પડે છે તો એમ કહેવું પડશે કે નર તન પ્રાપ્ત થવાની એક અમૂલ તક વ્યર્થ હાથમાંથી સરી ગઈ.

**ક્ષુદ્રતા અને પતનનો ઘૃણિત માર્ગ**

સંસારનો ઈતિહાસ સાક્ષી છે કે સન્માર્ગ છોડીને જેમણે કુમાર્ગ અપનાવ્યો છે, નીતિ છોડીને અનીતિને પસંદ કરી છે; તે સદા પતિત અને નિંદનીય રહ્યા છે. તેમના દ્વારા આ સંસારમાં શોક-સંતાપ, ક્લેશ અને દ્વેષ જ

વધ્યા છે. શૂળ ભોંકનાર કાંટા તો અહીં પહેલેથી જ ખૂબ હતા. આપણું જીવન પણ જે એ પતિતોની સંખ્યા વધારનારું સાબિત થયું, તો એમાં શું ભલાઈ થઈ ? શું સમજદારી રહી ? તૃષ્ણા અને વાસનાની ક્ષણિક પૂર્તિ કરીને જે આત્મપ્રતાડનાનો, નારકીય યંત્રણાનો, લોકમતના ધિક્કારનો અભિશાપ મેળવ્યો, તો એમાં શું સારું સમજવાનું ?

અનીતિનો માર્ગ અસફળતાની કાંટાળી ઝાડીમાં ફસાવીને આપણા જીવનના ઉદ્દેશને જ નષ્ટ કરી દે છે. આપણે કેડી પર ન ચાલીએ. રાજ્યમાર્ગ જ અપનાવીએ. ભલે મોડી, ભલે થોડી પણ જે સફળતા મળશે તે સ્થાયી પણ હશે અને શાંતિદાયક પણ હશે. પાપનું પ્રલોભન શરૂઆતમાં મધુર લાગે છે પણ અંત તેનો હળાહળની જેમ કડવો છે. સાપ અને વીંછી દૂરથી જેતાં સુંદર લાગે છે, પણ તેનો ડંખ પ્રાણઘાતક વેદના જ આપે છે. પાપ પણ લગભગ એવું જ છે. તે ભલે સુંદર દેખાય, લાભદાયક લાગે, પરંતુ અંતે તે અનર્થ જ સિદ્ધ થશે. જીવન જીવવાની કલાનો એક મહત્વપૂર્ણ આધાર એ છે કે આપણે પાપનાં પ્રલોભનોથી બચીએ અને સન્માર્ગનો રાજ્યપથ કદી ન છોડીએ.

એક વાર લક્ષ્મીજી સ્વર્ગમાંથી ઘરતી પર આવ્યાં અને લોકોને ભેગાં કરીને કહ્યું, 'મનમાભ્યું વરદાન માંગી લો.' માગનારની ભીડ ભેગી થવા લાગી.

ઘરતીએ દેવીરૂપે પ્રગટ થઈને કહ્યું, 'બાળકો ! મહત્તનું ઘન ન લો. તેનાથી તમે કમોતે મરશો.' પણ કોઈએ એમનું કહેવું સાંભળ્યું નહિ. વરદાન માગતા ગયા અને પ્રસન્ન થતા ગયા. દીઘા પછી લક્ષ્મીજી પાછાં જતાં રહ્યાં.

જેમને ઘન મળ્યું હતું, તેમણે કામઘંઘા બંધ કરી દીઘા. મોજમજા કરવા લાગ્યા. આ રીતે થોડાં વર્ષો વીતી ગયાં. કોઈ ખેતર, કારખાને ન ગયા. પરિણામે આવશ્યક વસ્તુઓ ખતમ થતી ગઈ. દુકાળ પડવા માંડ્યો અને લોકો ભૂખે મરવા લાગ્યા. જો કે સોનાચાંદીના કોઠારો ભરેલા પડ્યા હતા.

ઘરતીએ લાંબો શ્વાસ લેતાં કહ્યું, 'મહતના ઘન સાથે અનેક દુર્ગુણો જોડાયેલા હોય છે. પરિશ્રમની કમાણીમાં સંતોષ રાખ્યો હોત, તો મારાં બાળકોની આજે આ દુર્ગતિ શું કામ થાત ?'

## દરદનું રસાયણશાસ્ત્ર અને નિવારણની રીતિ-નીતિ

દરદ દેવોનો પ્રચંડ હથોડો છે. તેના પ્રહારથી આત્મા જાગે છે. દરદ જગાડવા માટે આવે છે. એ શરીર અને મનને જડતા, વાસના, કામનાઓની જંજળથી મુક્ત કરવા આવે છે. દરદ હૃદયની પથ્થર જેવી જડતાને તોડવા આવે છે, સુપ્ત આત્માને સુષુપ્તાવસ્થામાંથી ઢંઢોળવા આવે છે. દરદ આત્મચેતનાને જગાડે છે, જેથી આત્મચેતના ચેતના તરફ આરોહણ કરી શકે.

દરદ શરીર અને મનથી ઊપજેલું પરિણામ છે, કારણ નથી. કારણ છે વિકૃતિ. વિકૃતિ જ્યાં પણ હશે ત્યાં દરદ હશે, પીડાનો અનુભવ હશે. વિકૃતિનું નિવારણ કરી નાખવામાં આવે તો દરદ વિલીન થઈ જશે. વિકૃતિ છે અર્થાત્ પીડા પણ છે, કષ્ટ પણ છે. આ પીડાની ઉત્પત્તિ કેવી રીતે થાય છે? દરદનો ઉદ્ભવ ક્યાં થાય છે અને તે કેવી રીતે કાર્ય કરે છે એ જાણવા-સમજવા માટે તેના કાર્યનું, તેની ફિઝિયોલોજીનું વિશ્લેષણ કરવું જરૂરી છે.

આપણું શરીર તંત્રિકાઓની જાળથી ગૂંથાયેલું છે, બનેલું છે. ત્વચા પર એની ગૂંથાણી કંઈક વધારે હોય છે. આ તંત્રિકાઓના અંતિમ છેડા પર અત્યંત પાતળી અને બારીક સંરચનાઓ હોય છે. તેને સંવેદનગ્રાહી કહે છે. આ સંવેદનગ્રાહી તંત્રિકાઓમાંથી કેટલીક વિશેષ રૂપે દરદ સાથે સંબંધિત હોય છે. તેના છેડા ખુલ્લા અને આચ્છાદન વિનાના હોય છે. તેથી બરાબર ઊલટું, સ્પર્શસંવેદનના ગ્રાહક ગુચ્છોમાં હોય છે. ગ્રહણતંત્રિકાઓ કેટલાય પ્રકારની હોય છે. તેની સંરચના પણ ખૂબ જટિલ હોય છે. વિશિષ્ટ પ્રકારની સંવેદનગ્રાહી તંત્રિકા વિશેષ કાર્યોને જ સંપાદિત કરે છે. સ્પર્શ, ઉષ્ણતા, શીતળતા કે ઠંડી, દબાણ ભોંકાવું, સ્વાદ, ઘ્રાણસંવેદન વગેરે ગ્રહણ કરતી તંત્રિકા ફક્ત તે તે ઉદ્દેશનો પર પ્રતિક્રિયા કરે છે. પરંતુ ખુલ્લા છેડાવાળી તંત્રિકાઓ કેટલીક જાતનાં ઉદ્દેશનોથી સક્રિય થઈ જાય છે. માનવ શરીરમાં આ ગ્રહણતંત્રિકાઓમાં બહુ ફરક હોય છે. દરદની ગ્રહણતંત્રિકા ઠંડીની ગ્રહણતંત્રિકા કરતાં ૨૭ ગણી વધારે હોય છે અને ઠંડીની ગ્રહણતંત્રિકા ગરમીની ગ્રહણતંત્રિકાથી

દસગણી વધારે હોય છે. સંવેદનાની આ ગ્રહણતંત્રિકા આંગળીઓનાં વેઢાંમાં સારી એવી સંખ્યામાં વિદ્યમાન હોય છે.

ગ્રહણકર્તા તો દરદની સંવેદનાને મસ્તિષ્ક સુધી પહોંચાડવાનું કામ કરે છે, પરંતુ દરદનું નિયંત્રણ મસ્તિષ્ક દ્વારા થાય છે. આથી જે જગ્યાએ દરદ થાય છે તેની માહિતી આ ગ્રહણકર્તા મસ્તિષ્ક સુધી પહોંચારે છે. આ પ્રક્રિયા ઘાગ્રી જટિલ પણ તીવ્ર હોય છે. દરદની ગ્રહણતંત્રિકા સંવેદના ગ્રહણ કરીને સીધી મસ્તિષ્ક સુધી પહોંચારે છે, કોઈ ગરમ

જે ઠગ હતા. એકે ઘડામાં ગળા સુધી ગોબર ભર્યું, ઉપરથી ઘીથી ભરી દીધો. એવા ઘીનો ઘડો લઈ વેચવા નીકળ્યો. બીજાએ નકલી તલવાર પર અસલી મૂઠ અને સુંદર મ્યાન લગાવી અને તે પણ ચાલી નીકળ્યો વેચવા. બંને ઠગોએ પોતપોતાનો દાવ ખેલીને એકબીજાને એ વસ્તુઓ વેચી દીધી. પોતાની હોશિયારી પર ખુશ થતા ઘરે આવ્યા ત્યારે રહસ્ય છતું થયું. સમજદારોએ કહ્યું, 'મક્કતનું ભેગું કરવા માટે જે લોકો ફરે છે, તેમની સાથે આવું જ થાય છે.'

વસ્તુને હાથ અડતાં જ કરોડરજી (સ્પાઈનલ કોર્ડ) હાથને હટાવી લેવાનો સંદેશો મોકલી દે છે. તેને પરાવર્તિત ક્રિયા કહે છે અને આપણો હાથ ત્યાંથી હટી જાય છે. પરંતુ તેનાથી સંવેદના-સંદેશનું મસ્તિષ્ક સુધી જવાનું કાર્ય અટકતું નથી. સંદેશ છતાં પણ મસ્તિષ્ક પોતાનો નિર્ગુણ રજૂ કરે છે કે પરિસ્થિતિનો સામનો કેવી રીતે કરવો. આ સંપૂર્ણ પ્રક્રિયા મસ્તિષ્ક દ્વારા નિયમિત અને સંચાલિત થાય છે.

સંદેશનું સંપ્રેષણ તંત્રિકાતંત્રમાં થાય છે. આનો પ્રસાર તંત્રિકાઓના માધ્યમથી રાસાયણિક અને વિદ્યુત આવેગોરૂપે થાય છે. તંત્રિકા કોશિકામાં સંદેશ વિદ્યુત આવેગોરૂપે આગળ વધે છે. તંત્રિકાતંત્ર પૂર્ણ લંબાઈમાં સીધું નથી હોતું. તે નાની

નાની ગાંઠરૂપે પરસ્પર જોડાયેલાં હોય છે, જ્યાં એક તંત્રિકા કોશિકા પૂરી થાય છે અને બીજી શરૂ થાય છે. આની વચ્ચે નાનકડી જગ્યા હોય છે. તેને 'સાયનેપ્સ' કહે છે. વિદ્યુત આવેગો આ અંતરાલને પાર કરીને બીજી કોશિકા સુધી જઈ શકતા નથી. એટલે વિદ્યુત આવેગો કોશિકાને કંઈક રાસાયણિક પદાર્થનો સ્ત્રાવ કરવા માટે પ્રેરે છે. આ પદાર્થને 'ન્યૂરોટ્રાન્સમીટર' કહે છે. આ ન્યૂરોટ્રાન્સમીટર્સ સાયનેપ્સને પાર કરીને બીજી તંત્રિકા કોશિકામાં પહોંચી જાય છે. પાસેની તંત્રિકા કોશિકાઓમાં વિશેષ ગ્રહણતંત્રિકા હોય છે. એમાંથી આ ન્યૂરોટ્રાન્સમીટર્સ જઈને ભળે છે. એનાથી પાસેની કોશિકામાં વિદ્યુત આવેગ પેદા થઈ જાય છે અને સંદેશ આગળ વધે છે. બધા ન્યૂરોટ્રાન્સમીટર્સ વિદ્યુત આવેગો ઉત્પન્ન કરતા નથી. એમાંથી કેટલાક અવરોધક પાણ હોય છે. આવેગ તંત્રિકાકોશિકામાં યાત્રા કરતો મસ્તિષ્કમાં પહોંચે છે. મસ્તિષ્કમાં આ આવેગ મસ્તિષ્કની વચ્ચે આવેલ 'થેલેમસ' સુધી પહોંચે છે. થેલેમસ તમામ આવેગોનું સ્વીચબોર્ડ છે. અહીં સંવેદનાઓને ઓળખવામાં-પરખવામાં આવે છે. થેલેમસ આવેગને વધુ સારી રીતે પરખવા માટે 'કાર્ટેક્સ'માં મોકલી આપે છે. કાર્ટેક્સ જ કોઈ સંદેશને દરદરૂપે ઓળખે છે. અહીં એ સંદેશને યાદ રાખવાનો કે તેને જોયો ન જોયો કરવાનો નિર્ણય લેવામાં આવે છે. આ ક્ષેત્રને કારણે જ આપણને દરદનો અનુભવ થાય છે અને આપણે દરદ ઉત્પન્ન કરનારી વસ્તુઓ પ્રત્યે સાવધાન રહીએ છીએ.

ક્યારેક ક્યારેક દરદનો સંદેશ મસ્તિષ્ક સુધી પહોંચ્યાં પછી માટે ઓટોનોમિક તંત્ર સહયોગ આપે છે. શરીરમાં સોજે કે ફૂલવાને કારણે ઊલટી અને રક્તદબાણ પાણ થવા લાગે છે. આ પ્રક્રિયા દરદના સંદેશને સીધો પહોંચ્યાં પછી બદલે ઓટોનોમિક તંત્ર દ્વારા પહોંચ્યાં પછી આવે છે. કેટલાક રોગોમાં તે રોગ અસાધ્ય થઈ ચૂક્યો હોય ત્યારે દરદનો અનુભવ થાય છે. દરદ સહન કરવાની ક્ષમતા તમામ વ્યક્તિઓમાં સરખી હોતી નથી. કેટલાક લોકો અસહ્ય દરદને પાણ ખૂબ સહજતાથી સહન કરી લે છે અને કેટલાક લોકો કાંટો વાગવાથી જ તડપી ઊઠે છે. સાધક, યોગી, મનસ્વી, તપસ્વી વગેરેમાં દરદ સહન કરવાની અપાર ક્ષમતા હોય છે.

સ્વસ્થ નિરોગી વ્યક્તિ દરદને આસાનીથી સહન કરી લે છે, પરંતુ અસ્વસ્થતાની સ્થિતિમાં એ દરદને સહન કરવાનું મુશ્કેલ બની જાય છે. ડિપ્રેશન અને તાણાવ જેવા મનોરોગોમાં તો તે એથી વધુ કષ્ટપ્રદ બની જાય છે. વૈજ્ઞાનિક માન્યતા છે

કે ઈસ્ટ્રોજન હોર્મોન તંત્રિકાતંત્રમાં દરદને ફેલાવામાં ઉત્તેજન આપે છે, જ્યારે પ્રોજેસ્ટ્રોન દરદને ઓછું કરે છે. ગભાવસ્થા દરમિયાન મહિલાઓમાં પ્રોજેસ્ટ્રોનની માત્રા વધારે હોવાના કારણે પ્રસવપીડામાંથી છૂટવામાં સહાયતા મળે છે.

દરદ પાણ અનેક પ્રકારનાં હોય છે. શરીરને ચોટ લાગવાથી કોશિકાઓમાં તૂટકૂટ થવાથી શારીરિક દરદ થાય છે. આવી અવસ્થામાં દરદની સીમા શરીર સુધી જ મર્યાદિત રહે છે. જો કે તેનાથી મન પાણ પ્રભાવિત થાય છે. મનના સૂક્ષ્મ તારો તૂટવાથી થતું દરદ માનસિક વિકારરૂપે દષ્ટિગોચર

એક રાજા હતો. સંસારના સૌથી ઘનવાન બનવાની લાલસા રાખતો હતો. એક સિદ્ધપુરુષ તેને ત્યાં જઈ ચડ્યા. સ્વાગતથી પ્રસન્ન થઈને તેમણે વરદાન માગવા કહ્યું. રાજાએ ઉતાવળમાં માગી લીધું, 'હું હાથથી જેને અડું, તે સોનું થઈ જાય.'

વરદાન મળી ગયું. રાજા પ્રસન્ન હતો કે જે વસ્તુ ઈચ્છીશ તેને સોનું બનાવી દઈશ. પરંતુ તેના ભોજનના પદાર્થ, પાણી વગેરે બધું હાથમાં આવતાં જ સોનું બનવા લાગ્યું. ભૂખથી મૃતઃપ્રાય રાજા વિચારવા લાગ્યો, ઘનવાન બનવાની ઉતાવળમાં મેં જાતે અનર્થ વહોરી લીધો.

થાય છે. તાણ, ઉદાસીનતા, અપરાધભાવના, ચિંતા, શોક, હતાશા, નિરાશા વગેરે મનોવિકાર છે. જે મનના ધરાતલમાંથી ઉત્પન્ન થાય છે. મનોરોગોની ક્ષિત્રિયોલોજી ખૂબ સૂક્ષ્મ હોય છે. એનાથી પાણ સૂક્ષ્મ અને સંવેદનશીલ હોય છે ભાવનાજન્ય સમસ્યાઓ. ભાવના-સંવેદના પર લાગેલી ચોટ મર્યાદક હોય છે, કારણ કે તેનાથી હૃદય પ્રભાવિત થાય છે. આધુનિક સાઈકો-ક્ષિત્રિયોલોજી અને ન્યૂરોસાઈકોલોજી માટે પાણ એ તથ્ય અબોધ અને દુર્બોધ બની રહ્યું છે કે હૃદય, ભાવના અને દરદનો અંતર્સંબંધ શું છે અને તેના નિરાકરણનો ઉપાય કયો છે. અત્યાર સુધી શારીરિક દરદ અને કેટલેક અંશે માનસિક વિકૃતિઓનું જ વિશ્લેષણ થઈ શક્યું છે, પરંતુ ભાવનાત્મક પરેશાનીઓની સાચી સમજ વિજ્ઞાનને મળી શકી નથી.

આખરે આ દરદનું નિરાકરણ અને સમુચિત સમાધાન કેવી રીતે થાય ? દવા જ એનું એકમાત્ર નિદાન છે ? તેનો

ઉત્તર આપણે નકારાત્મક ઢંગથી દેવો પડશે, કારણ કે દવાથી દરદ ઠીક થઈ જતું હોત તો પછી તેની અસર ઓછી થતાં જ ફરી દરદ કેમ શરૂ થઈ જાય છે ? દવા સમાધાન નથી, કારણ કે દવા દરદના મૂળ સુધી, કારણ સુધી પહોંચી શકતી નથી. દરદનું મુખ્ય કારણ છે વિકૃતિ અને આ વિકૃતિ જે સ્તર પર હશે, તે જ સ્તર પર દરદનો પ્રભાવ હશે.

દરદનું મુખ્ય કારણ જાણીને જ તેનું નિરાકરણ કરી શકાય છે. દરદને જડમૂળથી ઉખેડવા માટે તેના મુખ્ય સ્રોત સુધી પહોંચવું પડશે. વિકૃતિ અને વિકારને પૂરાં કરવાં એ જ દરદનું કારણ સમાધાન છે અને એ શક્ય છે. મહર્ષિ અરવિંદે પોતાની અંદરના વિકારોને એટલા પરિવર્તિત કરી દીધા હતા કે ત્યાં કેવળ દરદ જ સમાપ્ત થયું ન હતું, પરંતુ આનંદની સરવાણી ફટી નીકળી હતી. તેમણે આ તથ્યને સ્પષ્ટ કરતાં એક પત્રમાં લખ્યું હતું કે મારા પગને કરવતથી કાપવામાં આવતાં દરદ નહિ પરમ આનંદનો બોધ થશે. તેઓ આગળ

કહે છે કે આ માત્ર કલ્પના નથી, એક ઉન્નત આધ્યાત્મિક વિજ્ઞાન છે. કારણ કે દુઃખ-દરદ, આનંદના વિરોધી હોય છે. તે હટતાં-મટતાં જ આનંદનું ઝરણું વહેવા લાગે છે. વાદળોની ઘટાથી ઘેરાયેલો સૂર્ય વાદળો હટતાં જ પ્રકાશિત થઈ ઊઠે છે. એવી જ રીતે આત્મા પર ચઢેલા સંસ્કારોનું વિકૃત આવરણ ઊતરતાં જ આત્મા જ્યોતિર્મય અને ચૈતન્ય થઈ ઊઠે છે.

દુઃખ-દરદ વિકારોની એક પરત માત્ર છે, વિકૃતિઓનું ગૂંચવાયેલું જાળું માત્ર છે. દુઃખ-દરદ શરીર, મન એ ભાવનાને રહી રહીને કષ્ટ અને પીડા દેતાં રહે છે. તે હોવાથી દરદ છે અને તેના અભાવમાં હર્ષ અને આનંદ. આથી આપણે સંકલ્પ અને સાધનાના માધ્યમથી દરદરૂપી આ વિકારથી મુક્તિનો ઉપાય શોધવો જોઈએ. ભગવાનની દેન સમજીને દરદને સહીને જ દરદમુક્ત બની શકાય છે. આથી આપણે અસીમ ધૈર્ય અને દઢ મનોબળથી તેનો સામનો કરવો જોઈએ. એ જ આત્મચેતનાને વિકસિત કરવાનું યોગ્ય માધ્યમ છે.

\*\*\*\*\*

એક માળીએ લોલીછમ બગીચો બનાવ્યો. એક દિવસ કોઈ ગાય બગીચામાં ઘૂસી ગઈ અને છોડવા ચરી ગઈ. માળીએ ક્રોધથી એને એવી લાકડી ફટકારી કે ગાય ત્યાં જ ચક્કર ખાઈને પડી ગઈ અને મરી ગઈ.

ગૌહત્યાનું પાપ માળી સામે આવીને ઊભું રહી ગયું. બોલ્યું, ‘હું આવી ગયું અને હવે તારો સર્વનાશ કરીશ.’

માળી ગભરાયો. બચવાનો કોઈ ઉપાય વિચારવા લાગ્યો. તેને એક કથા યાદ આવી ગઈ. પંડિતના મોંએ એણે સાંભળ્યું હતું કે મનુષ્યના પ્રત્યેક અંગનો માલિક એક દેવતા છે. તેની જ શક્તિથી અવયવ કામ કરે છે. તે પ્રસંગમાં હાથના દેવતા ઈન્દ્ર જણાવવામાં આવ્યા હતા. તે યાદ આવતાં જ માળીની ચિંતા દૂર થઈ ગઈ.

ગૌહત્યાના પાપને તેણે કહ્યું, ‘ભાઈ, મેં નહિ ઈન્દ્રએ હત્યા કરી છે. તમે એમની પાસે જઈને હંડ દો.’ પાપ ચાલી નીકળ્યું. ઈન્દ્રલોક પહોંચ્યું. સમગ્ર ઘટનાક્રમ સંભળાવ્યો અને કહ્યું, ‘આપે ગૌહત્યા કરી છે, તો હંડ પણ આપે જ ભોગવવો પડશે.

ઈન્દ્ર ચકિત થઈ ગયા. એમણે તો એવું કર્યું ન હતું. પછી માળીએ એમના પર કથા કારણે દોષ મૂક્યો ? તેઓ માળી પાસે ચાલી નીકળ્યા. પાપને થોડો વખત રાહ જોવા માટે મનાવી લીધું.

ઈન્દ્ર અજનબી રૂપ લઈને તે બગીચામાં પહોંચ્યા, સુંદર ઉદ્યાનની ભરપૂર પ્રશંસા કરી અને ત્યાં હાજર લોકોને પૂછ્યું. ‘જેણે આટલી કુશળતાનો પરિચય આપ્યો એ માળી કોણ છે, તેને જોવાની ઈચ્છા છે.’

માળીના કાને અવાજ પડ્યો તો તે હોડતો આવ્યો અને વિસ્તારપૂર્વક કહેવા લાગ્યો, ‘પહેલાં અહીં જંગલ હતું. આ જ હાથે ભૂમિ બનાવી. દૂરદૂરથી છોડવા લાવ્યા. આ જ હાથે એ છોડવાઓને સીંચ્યા - પાણી પાડ્યું. આ મારો પુરુષાર્થ છે. હવે હું હાથથી ફળફૂલ ભેગાં કરું છું અને ગોદામ ભરું છું.’ તેણે ગર્વપૂર્વક હાથ લંબાવ્યા અને અપરિચિતને દેખાડ્યા.

અપરિચિત રૂપમાં આવેલા ઈન્દ્રએ પોતાના અસલી સ્વરૂપમાં પ્રકટ થઈને કહ્યું, ‘જ્યારે આ હાથોની કમાણીનું શ્રેય અને લાભ આપ લ્યો છો, તો ગૌહત્યાના પાપનો હંડ ઈન્દ્ર પર શું કામ લાદો છો ? તે પણ આપ જ ભોગવો.’ માળીને પોતાની જરૂર કરતાં વધારે સમજદારીનો હંડ આખરે ભોગવવો જ પડ્યો.

## અવર્ણનીય છે ગૌમાતાનો મહિમા

ગૌમાતા ભારતીય સંસ્કૃતિની દિવ્યતા અને દેવત્વનું પરમ પવિત્ર પ્રતીક છે. ગૌમાતા માનવજાતિને અનન્ય અનુદાન આપે છે. તે માતાની જન્મ ઉપકાર કરનારી, દીર્ઘાયુ અને આરોગ્ય આપનારી છે. તે કેટલીય રીતે માનવમાત્રની સેવા કરે છે અને તેને સુખ, સમૃદ્ધિ અને શાંતિથી ઓતપ્રોત કરે છે. તેના ઉપકાર, અનુદાન અને વરદાનથી માનવ ક્યારેય ઋણમુક્ત થઈ શકતો નથી. આ જ કારણસર ગાયને માતા અને દેવતુલ્ય માનીને 'માતેવ રક્ષતિ'ના દિવ્ય ભાવથી તેની પ્રાર્થના કરવામાં આવી છે. ગાયનું મહત્ત્વ અને મહિમા અપાર છે. તે કૃષિઉદ્યોગનો આધાર છે તથા સમૃદ્ધિની જનની છે. આથી તમામ ધર્મો અને સંપ્રદાયોમાં તેનાં ગુણગાન ગાવામાં આવ્યાં છે.

ગીતાના ગાનાર શ્રીકૃષ્ણે ગાયને કામધેનુ કહી છે. કામધેનુ એટલે આપણી તમામ મનોકામનાઓ પૂરી કરનારી. આપણા દૈહિક સ્વાસ્થ્ય અને આધ્યાત્મિક ગુણોની સર્વોત્તમ સંરક્ષક હોવાને કારણે વેદોમાં ગાયને અમૃતનાભિ કે પીયૂષનાભિ કહેવામાં આવી છે. ગૌ માતાના દેહમાં સર્વ દેવતા નિવાસ કરે છે. શાસ્ત્રોનું કથન છે કે ધનની અધિષ્ઠાત્રી દેવી લક્ષ્મી સર્વપ્રથમ ગાયરૂપે પ્રકટ થઈ અને તેના ગોબરમાંથી બિલ્વવૃક્ષની ઉત્પત્તિ થઈ. વેદોમાં ભાવભરી ઋચાઓ અને મંત્રોમાં ગાયના ગુણાનુવાદ કરવામાં આવ્યા છે. ઋગ્વેદની ઋચા કહે છે -

**‘ગો મે માતા ઋષભઃ પિતા મે દિવં  
શર્મ જગતી મે પ્રતિષ્ઠા’**

અર્થાત્ ‘ગાય મારી માતા છે અને બળદ મારા પિતા છે, આ બંને મને સ્વર્ગ અને સુખ પ્રદાન કરે. ગાયોમાં મારી પ્રતિષ્ઠા હો.’ શુક્લ યજુર્વેદમાં ગાયનો મહિમા આ રીતે ગાવામાં આવ્યો છે -

**‘અંધ સ્થાન્યો વો ભક્ષીય મહ સ્થ મહો વો ભક્ષીયોર્જ  
સ્થોર્જ વો ભક્ષીય રાયસ્પોષં સ્થરાયસ્પોષં વો ભક્ષીય.’**

યજુ. ૩/૨૦

અર્થાત્ હે ગાયો ! આપ અન્ન પ્રદાન કરનારી છો.

આપની કૃપાથી અમે અન્ન પ્રાપ્ત કરીએ. આપ પૂજનીય છો. આપની સેવાથી અમારામાં સાત્વિક અને ઉચ્ચભાવ પેદા થાવ. આપ બળ અને સામર્થ્ય આપનારી છો, અમને પણ આપ બળવાન અને સામર્થ્યવાન બનાવો. આપ ધનસંપત્તિ વધારનાર છો. આથી અમારી પાસે પણ સંપદામાં અભિવૃદ્ધિ થાવ.

વેદોમાં ગાયને ઓજ, તેજ પ્રદાન કરનારી કહી છે -  
સૂર્ય ગાવો ભેદ કૃથં ચિદ્ક્ષીરં ચિ કૃણુથા સુપ્રતીકમ્ ।  
અહં ગૃહં કૃણુથા ભદ્રવાચ્યો બૃહદો વય ઉચ્યતે સમાસુ ॥  
ગાયના દૂધથી નિર્બળ મનુષ્ય સબળ અને સ્વસ્થ બને છે. અને નિસ્તેજ તથા કાંતિહીન માનવી તેજસ્વી બને છે.



**બંગાળના ન્યાયાધીશ નીલમ બંદોપાધ્યાયે એક વીમા એજન્ટના કહેવાથી પાંચ હજારનો વીમો લીધો. ડાયાબિટીસ હોવા છતાં સ્વાસ્થ્ય-વિવરણમાં એ વાત છુપાવવામાં આવી.**

**લાંબી બીમારી પછી જ્યારે બંદોપાધ્યાયજીનો અંતકાળ નજીક આવ્યો તો તેમણે વીમા એજન્ટને બોલીને એ અપ્રામાણિકતાનું એકરારનામું લખ્યું અને વીમો રદ કરાવી નાંખ્યો. કહ્યું, જીવનભર બુરાઈઓથી બચતો રહ્યો તો મરતી વખતે આ પાપ માથે લઈને કેમ મરું ?**



ગાયથી ઘરની શોભા વધે છે. ગાયનો શબ્દ અત્યંત મધુર હોય છે.

શાસ્ત્રોમાં વેદોની જનનીરૂપે ગાયનો ઉલ્લેખ કરવામાં આવ્યો છે.

ગોભ્યો યજ્ઞા પ્રવર્તન્તે ગોભ્યો દેવાઃ સમુત્થિતાઃ ।

ગોભ્યો વેદાઃ સમુદ્ગીર્ણાઃ સપદ્ગપદકમાઃ ॥

ગાયો દ્વારા યજ્ઞ ચાલે છે, ગાયોથી જ દેવતા થયા છે.

છ અંગો સહિત વેદોની ઉત્પત્તિ ગાયમાંથી જ થઈ છે.

શ્રૃંગમૂલં ગવાં નિત્યં બ્રહ્મવિષ્ણુસમાશ્રિતો ।

શ્રૃંગાગ્રે સર્વતીર્થાનિ સ્થાવરાણિ ચરાણિ ચ ॥

ગાયનાં શિંગડાંના મૂળમાં બ્રહ્મા અને વિષ્ણુ વસે છે અને અગ્રભાગમાં સર્વતીર્થ અને સ્થાવર જંગમ રહે છે.

શિરોમધ્યે મહાદેવઃ સર્વભૂતમયઃ સ્થિતઃ ।

ગવામંગેષુ તિષ્ઠન્તિ ભુવનાનિ ચતુર્દશ ॥

ગાયનાં શિંગડાંના મધ્યભાગમાં સમગ્ર સંસારની સાથે શિવજી નિવાસ કરે છે. ગાયના અંગમાં ચૌદ ભુવન રહે છે.

ગાવઃ સ્વર્ગસ્ય સોપાનં ગાવઃ સ્વર્ગેડપિ પૂજિતાઃ ।

ગાવઃ કામદુહો દેવ્યો નાન્યતિકચાત્પરં સ્મૃતમ્ ॥

ગાય સ્વર્ગની સીડી છે, સ્વર્ગમાં પણ ગાયની પૂજા થાય છે. ગાય ઈચ્છિત ફળ આપનારી છે. ગાયથી વધુ ઉત્તમ બીજી કોઈ વસ્તુ નથી.

ગાયની મહત્તા કેવળ હિંદુ ધર્મમાં જ પ્રતિપાદિત નથી, પરંતુ ઈસ્લામ અને ખ્રિસ્તી ધર્મવિલંબી પણ ગાયને પવિત્ર દૃષ્ટિએ જુએ છે. મહમ્મદ સાહેબે ગાયને જનવરોની સરદાર કહી છે અને આદેશ આપ્યો છે કે તેની સેવા-પૂજા કરવી. બાબરે જીવનની અંતિમ પળે પોતાના દીકરા હુમાયુને પત્ર લખીને સ્પષ્ટ કર્યું હતું કે સૌથી પહેલાં ગાયની કુરબાની આપવાનું બંધ કરી દેવું, કારણ કે એમ કર્યા વિના તું હિંદુઓના હૃદય પર રાજ કરી શકીશ નહિ. આથી હુમાયુએ ગૌવધ બંધ કરાવ્યો હતો. હુમાયુ, બહાદુરશાહ વગેરેએ જનતાનું હિત અને દેશની આર્થિક ઉન્નતિને લક્ષમાં રાખીને ગોહત્યા પર નિયંત્રણ મૂક્યું તથા ગૌવધ વિરુદ્ધ કાનૂન બનાવ્યો હતો.

‘આઈના-એ-અકબરી’માં ગાય પ્રત્યે અનન્ય શ્રદ્ધાભાવનો ઉલ્લેખ મળે છે. પૃ-૬૩ પર આ પ્રકારનું વર્ણન મળે છે - ‘સુંદર વસુંધરા ભારતમાં ગાયને માંગલિક સમજવામાં આવતી હતી. તેની ભક્તિભાવે પૂજા થાય છે અને તેનાથી ખેતી થાય છે. તેના દ્વારા ઉત્પન્ન અન્ન, દૂધ, માખાણ વગેરે પૌષ્ટિક અને ઉપયોગી હોય છે. ગૌમાંસ નિષિદ્ધ છે, એને અડવું એ પણ પાપ છે.’

પાશ્ચાત્ય વિદ્વાનો અને મનીષીઓ પણ ગાયને પવિત્ર માને છે અને આદરભાવે જુએ છે. સર વિલિયમ બૈડરવર્ને પણ ગૌમાતા પ્રત્યે પોતાની ભાવાભિવ્યક્તિ આ રીતે કરી છે, ‘હું એવી કલ્પના કરી શકું છું કે કોઈ રાષ્ટ્ર વિના પણ ગાય હોઈ શકે છે, પરંતુ હું સ્વપ્નમાં પણ એવું અનુમાન કરી શકતો નથી કે કોઈ રાષ્ટ્ર ગાય વિના પણ રહી શકે છે.’

અમેરિકાના પ્રસિદ્ધ લેખક વોલ્ટર એ ડામરના મતાનુસાર ગાયના સૌમ્ય રૂપમાં દેવત્વ ભરેલું છે. તે મહાનતા અને ભવ્યતાથી ઓતપ્રોત છે. ગાયમાં સૌંદર્ય માતૃત્વ છે અને મનુષ્ય જાતિ સાથે તેનો સંબંધ માતા જેવો છે. ‘ફિઝિકલ કલ્ચર’ સામયિકના અમેરિકી સંપાદકનું માનવું છે કે કોઈ જાતિ ગૌપાલન વિના સમૃદ્ધિવાન બની શકે નહિ.

ગાય પ્રત્યે સન્માનનો આ ભાવ અકારણ નથી. ગૌસેવા દ્વારા જ પ્રાચીન ભારત ખુશહાલ અને સમૃદ્ધિવાન રહ્યું અને એ તથ્ય આજે પણ એટલું જ ઉચિત અને સમયાનુરૂપ છે, ભારતીય કૃષિ અને ગોપાલનનો પરસ્પર ઘનિષ્ઠ સંબંધ છે. તે એકબીજાનાં પૂરક છે. એક દ્વારા બીજાનું પોષાણ થાય છે. આપણા દેશનું આર્થિક માળખું ગોપાલન પર આધારિત છે. કારણ કે અહીંની ૮૦ ટકા જનતાની આજીવિકાનો મુખ્ય સ્ત્રોત, કૃષિ વ્યવસાય છે અને તેનો મુખ્ય આધાર બળદ છે,

બાપુના પગમાં ચીરા પડ્યા હતા. બા ગરમ પાણીથી તે ઘોઈ રહ્યાં હતાં. પાણી નડામું ન જાય એટલે બાપુની આજ્ઞાનુસાર તેઓ એ પાણી છોડમાં જ નાખતાં હતાં.

એ દિવસે બાએ પાણી ‘ગુલાબ’ના છોડમાં નાંખ્યું. બાપુ ઘણીવાર સુધી ગુલાબને નારાજગીથી જોતા રહ્યા. બાએ કારણ પૂછ્યું, તો બાપુએ કહ્યું, સુંદર હોવા છતાં એ ફૂલ મને કાંટા જેવાં ખરાબ લાગે છે. એના બહલે એ જગ્યાએ જો શાક ઉગાડ્યાં હોત તો તેનાથી આપણું પેટ તો ભરાત. શ્રમજી કંઈક સાર્થક પરિણામ મળત.

જે ગાય દ્વારા મળે છે. આપણી અર્થનીતિનો પ્રાણ અને આધાર ગૌધન છે. તેની ઉપેક્ષા કરી શકાય નહિ, પરંતુ તેનું સમુચિત સુનિયોજન કરીને જ વિકાસ અને પ્રગતિના પથ પર આગળ વધી શકાય છે.

આરોગ્ય અને પર્યાવરણ સંરક્ષણ માટે તો ગોપાલન અનિવાર્ય અને અપરિહાર્ય છે. ઈટાલીના પ્રસિદ્ધ વૈજ્ઞાનિક પ્રો. જી.ઈ. બ્રિગેરે ગોબર પર અનેક સંશોધનો કર્યા છે. તેમના અનુસાર તાજા ગોબરથી ક્ષય અને મલેરિયાનાં કીટાણું મરી જાય છે. ગાયના ગોબરની આ આશ્ચર્યજનક શક્તિને



કારણે જ ઈટાલીના મોટાભાગનાં સેનેટોરિયમોમાં ગોબરનો જ ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. ગાયના શ્વાસમાંથી નીકળતા વાયુથી અને ગાયના ભાંભરવાથી ઘણાખરા રોગોનાં કીટાણુઓ નષ્ટ થઈ જાય છે. જ્યાં ગાય બાંધેલી હોય છે ત્યાં રોગો વિકસતા નથી. કારણ કે તેટલા વિસ્તારમાં કીટાણુ જીવતાં રહી શકતાં નથી. ગાયનું ગોબર રેડિયોએક્ટિવ જાંબેલાં અતિશય ઝેરી તત્ત્વોને નિષ્ક્રિય કરી નાંખે છે.

આર્ષ સાહિત્યમાં ગાયના ગોબરમાં લક્ષ્મીનો અને મૂત્રમાં ગંગાનો વાસ બતાવ્યો છે. આ પંક્તિ પાછળ પ્રબળ તથ્ય છે. એ શ્રદ્ધા અને સંજોગવશ કહેવાયું નથી. પ્રયોગો દ્વારા જાણવા મળ્યું છે કે ગાયના ગોબર અને ગોમૂત્રમાં કાર્બોલિક એસિડ અને મેંગેનીઝ હોય છે, જેને કારણે એમાં કીટાણુનાશક ગુણ હોય છે, તેમાં સુવાર્ણક્ષાર, ઓરમ ઓક્સાઈડ હોય છે, આથી તે પાણુ જીવાણુ અને વિષનાશક છે. સોડિયમ અને આયર્ન હોવાને લીધે તે અશ્વતાનાશક અને રક્તશોષક પાણુ છે. આ વિશિષ્ટતાઓને કારણે ગોમૂત્ર અને ગોબર અત્યંત મહત્ત્વપૂર્ણ છે. એ અનેક રોગોનું શમન અને સ્વાસ્થ્યનું સંવર્ધન કરે છે. આ સિવાય એમાંથી અનેક પ્રકારનાં એવાં ઉત્પાદનો બનાવી શકાય છે કે જે કુટિર ઉદ્યોગ અને ગ્રમોદ્યોગનો સુદૃઢ આધાર બની શકે છે. ગોબર ગેસ પ્લાન્ટથી જનરેટર ચલાવીને વીજળી ઉત્પન્ન કરી શકાય છે. આ રીતે ગોવંશની સેવા કરવી એ કૃષિ, ઉદ્યોગ, ઊર્જા, પર્યાવરણ વગેરે માટે અત્યંત લાભદાયક છે.

મનુષ્યેતર જીવોમાં ગાયનું ભાવનાત્મક સ્તર સર્વાધિક હોય છે. તેના સ્વાભાવમાં કડુગા, મમતા, શાલીનતા, સંતોષ જેવી સત્પ્રવૃત્તિઓની અધિકતા હોય છે. તેનામાં ઉત્સાહ, સ્ફૂર્તિ, બલિષ્ઠતા અને સહનશીલતા અન્ય પશુઓ કરતાં વધારે હોય છે. આ તમામ ગુણો ગાયના દૂધમાં પાણુ રહે છે. તેનો ઉપયોગ કરનારની મનઃસ્થિતિ અને પ્રવૃત્તિ પાણુ એ જ ઢાંચામાં ઢળાય છે. તત્ત્વદર્શિઓએ ગાયને અનેક આત્મિક ગુણોથી સંપન્ન જાણી છે. તેમના મતાનુસાર તેનું સાંનિધ્ય, સેવા-ઉપચાર અને ગોરસનું સેવન બૌદ્ધિક અને ભાવનાત્મક વિકાસમાં સહાયક થાય છે. દૂધપાન કરનારની અંદર પાણુ સાત્ત્વિકતાની અભિવૃદ્ધિ થાય છે. ગાયનાં દૂધ, દહીં, ઘી, ગોમૂત્ર અને ગોબરમાંથી બનેલા પંચગવ્યના સેવનથી દેહ જ નહિ, મન અને બુદ્ધિના વિકાર અને વિકૃતિ પાણુ દૂર થાય છે અને આયુ, બળ, તેજ આદિની વૃદ્ધિ થાય છે.

ગાય ચૈતન્યતા, પ્રેમ, કડુગા, ત્યાગ, સંતોષ અને સહિષ્ણુતા વગેરે દિવ્ય ગુણોથી પરિપૂર્ણ છે. ગાયના રોમરોમમાં સાત્ત્વિકતાનો સંચાર થાય છે. શ્રદ્ધાપૂર્વક તેની સેવા કરવાથી અંતઃકરણમાં પરમાત્માના સ્મરણનું સ્કુરણ થાય છે. આથી આપણે એ લાભથી લાભાન્વિત થવા માટે ગોપાલન અને ગોસેવા કરી જોઈએ, જેથી આપણે આર્થિક લાભ, શારીરિક સ્વાસ્થ્ય, માનસિક શાંતિ અને આત્મિક ઉપલબ્ધિ મેળવી શકીએ.

❖

એક હાથી ખૂબ સ્વાર્થી અને અહંકારી હતો. જૂથમાં રહેવાને બદલે એકલો રહેવા લાગ્યો. એકલામાં દુષ્ટતા આવે છે, એ બધી તેનામાં પણ આવી ગઈ.

એક પક્ષીએ નાનકડી ઝાડીમાં ઈંડાં મૂક્યાં. હાથીઓનું ઝુંડ આવતું જોઈને પક્ષીએ તેને નમન કર્યા અને જૂથપતિને પોતાનાં ઈંડાં બચાવવાની વિનંતી કરી. હાથી ભલો હતો. પોતાના ચારેય પગ વચ્ચે ઝાડી છુપાવી દીધી અને જૂથ આગળ વધી ગયું. ઈંડાં તો બચી ગયાં પણ તેણે પક્ષીને ચેવતણી આપી કે એક એકલો હાથી પાછળ આવતો હશે, તે દુષ્ટ છે. તેનાથી ઈંડાં બચાવવાં એ તારું કામ છે. થોડા વખતમાં તે આવી પહોંચ્યો. તેણે પક્ષીની વિનંતી ન સાંભળીને જાણીબૂજીને ઈંડાં કચડી નાંખ્યાં.

પક્ષીએ વિચાર્યું કે દુષ્ટને મજા ચખાડવામાં નહિ આવે તો તે અન્ય અનેકનો અનર્થ કરશે. તેણે પોતાના પડોશી કાગડા અને દેડકાને વિનંતી કરી. આપ સહાયતા કરો તો હાથીને નીચાજોણું કરાવી શકાય. યોજના બની ગઈ. કાગડાએ ઊડીઊડીને હાથીની આંખો ફોડી નાંખી. હાથી તરસ્યો પણ હતો. દેડકાએ પહાડના શિખર પર જઈને ડ્રાઈ ડ્રાઈ કરવા માંડ્યું. હાથીએ ત્યાં પાણી હોવાનું અનુમાન કર્યું અને પહાડ ચડી ગયો. હવે દેડકો નીચે આવી ગયો અને ત્યાં ડ્રાઈ ડ્રાઈ કરવા લાગ્યો. હાથીએ નીચે પાણી હોવાનું અનુમાન કર્યું અને નીચે ઊતરવા લાગ્યો. પગ ફસડી જવાથી તે ગબડી પડ્યો અને મરી ગયો. સ્વાર્થપરાયણોની આવી જ હાલત થાય છે.

# ગાયત્રી સાધનાના દિવ્ય લાભ

ગાયત્રી મંત્રમાં સમસ્ત સંસારને ધારણ, પોષણ અને ઉન્નતિ કરનારા પરમાત્માને સદ્બુદ્ધિ પ્રદાન કરવાની પ્રાર્થના કરવામાં આવી છે. શ્રદ્ધા-વિશ્વાસપૂર્વક કરવામાં આવેલી આ ઉપાસના સાધકની અંતરચેતનામાં, તેના મન, અંતઃકરણ, મસ્તિષ્ક, વિચારો અને ભાવનાઓને સન્માર્ગ તરફ અગ્રેસર થવાની પ્રેરણા ભરે છે. સાધક જ્યારે આ મહામંત્રના અર્થ ઉપર વિચાર કરે છે ત્યારે તે સમજી જાય છે કે સંસારની સર્વોપરિ સમૃદ્ધિ અને જીવનની સૌથી મોટી સફળતા સદ્બુદ્ધિ પ્રાપ્ત કરવાની છે.

આ માન્યતા દઢ થઈ જાય ત્યારે સાધકની ઈચ્છાશક્તિ આ જ તત્ત્વને પામવા માટે લલચાયેલી રહે છે. આ આકાંક્ષાના કારણે અંતરંગ ક્ષેત્રમાં એક પ્રકારનું ચુંબકત્વ ઉત્પન્ન થાય છે. તેના આકર્ષણના લીધે નિખિલ આકાશના ઈથર તત્ત્વોમાં રહેલા સત્ તત્ત્વ, સત્ વિચારો, ભાવનાઓ અને પ્રેરણાઓ તે સ્થાન ઉપર એકત્રિત થવા લાગે છે. વિચારોની ચુંબકીય શક્તિનું વિજ્ઞાન સર્વવિદિત છે. એક જાતિના વિચાર પોતાના સજાતીય વિચારોને આકાશમાંથી ખેંચે છે, પરિણામે સંસારના મૃત અને જીવિત સત્પુરુષો દ્વારા ફેલાવવામાં આવેલ અવિનાશી સંકલ્પ, જે હંમેશાં શૂન્યાવકાશમાં ભ્રમણ કરતા રહે છે તે ગાયત્રી સાધકની પાસે દૈવી વરદાનની જેમ જ અનાયાસે આવી એકઠા થતા રહે છે અને સંચિત પૂંજની જેમ તેમનો એક મોટો ભંડાર જમા થઈ જાય છે.

શરીરમાં સત્ તત્ત્વની અભિવૃદ્ધિ થવાથી શારીરિક દિનચર્યાની ગતિવિધિમાં ઘણા ફેરફાર થઈ જાય છે. ઈન્દ્રિયોની ભોગોમાં ભટકવાની ગતિ મંદ થઈ જાય છે. લહેજતદાર જુદા-જુદા સ્વાદોના પદાર્થ ખાવાને મન લલચાતું રહેવું, વારંવાર ખાવાની ઈચ્છા થવી, અધિક માત્રામાં ખાવું, ભક્ષાભક્ષનો વિચાર ન કરવો, સાત્ત્વિક પદાર્થોમાં અરુચિ અને મસાલેદાર, મીઠા, ભારે પદાર્થોમાં રુચિ જેવી ખરાબ આદતો ધીરેધીરે ઓછી થવા લાગે છે. હળવા સુપાચ્ય, સરસ, સાત્ત્વિક ભોજનોથી તેને તૃપ્તિ મળે છે અને રાજસી, તામસી ખાદ્યો પ્રત્યે ઘૃણા થઈ જાય છે. આવી જ રીતે કામેન્દ્રિયોની ઉત્તેજના સત્ગુણી વિચારોના કારણે સંયમિત થઈ જાય છે. કુમાર્ગે, વ્યભિચાર, વાસનામાં મન ઓછું દોડે છે, બ્રહ્મચર્ય

પ્રત્યે શ્રદ્ધા વધે છે. પરિણામે વીર્ય-રક્ષાનો માર્ગ પ્રશસ્ત થઈ જાય છે. કામેન્દ્રિય અને સ્વાદેન્દ્રિય આ બે જ મુખ્ય ઈન્દ્રિયો છે. તેનો સંયમ થવો સ્વાસ્થ્ય રક્ષા અને શરીર વૃદ્ધિનો મુખ્ય હેતુ છે. આની સાથેસાથે પરિશ્રમ, સ્નાન, નિંદ્રા, સૂવું-જાગવું, ચોખ્ખાઈ, સાદગી અને અન્ય દિનચર્યા પણ સતોગુણી થઈ જાય છે. જેના કારણે આરોગ્ય અને દીર્ઘજીવનનાં મૂળ મજબૂતાઈ પકડે છે.

માનસિક ક્ષેત્રમાં સદ્ગુણોની વૃદ્ધિના કારણે દોષ-દુર્ગુણ ઓછા થવા લાગે છે તથા સદ્ગુણ વધવા લાગે છે. આ માનસિક કાયાકલ્પનું પરિણામ એ આવે છે કે દૈનિક જીવનમાં લગભગ નિયમિતપણે આવતાં રહેલાં અનેક દુઃખોનું સમાધાન સહજપણે થઈ જાય છે. ઈન્દ્રિયસંયમ અને દિનચર્યાના કારણે શારીરિક રોગોનું પણ નિરાકરણ થઈ જાય છે. વિવેક જાગૃત થવાની સાથે જ અજ્ઞાનજન્ય ચિંતા, શોક, ભય, આશંકા, મોહ, મમતા, હાનિ જેવાં દુઃખોમાંથી છુટકારો મળી જાય છે. ઈશ્વર-વિશ્વાસના કારણે મતિ સ્થિર રહે છે અને ભાવી જીવનના વિષયમાં હમેશાં નિશ્ચિંતતા રહે છે. ધર્મ-પ્રવૃત્તિના કારણે પાપ, અન્યાય, અનાચાર થઈ શકતાં નથી. પરિણામે રાજદંડ, સમાજદંડ, આત્મદંડ અને ઈશ્વરદંડના દુઃખથી દુખી થવું પડતું નથી. સેવા, નમ્રતા, ઉદારતા, દાન, ઈમાનદારી, લોકહિત જેવા ગુણોના કારણે બીજાઓને લાભ પહોંચે છે, નુકસાનની આશંકા રહેતી નથી. આના કારણે લગભગ દરેક જાણ તેમના કૃતજ્ઞ, પ્રશંસક, સહાયક, સેવક અને રક્ષક હોય છે. પારસ્પરિક સદ્ભાવનાઓના પરિવર્તન દ્વારા આત્માની તૃપ્તિ કરનારા પ્રેમ અને સંતોષ નામના રસ દિવસે દિવસે અધિક માત્રામાં ઉપલબ્ધ કરીને જીવનને આનંદમય બનાવતા જાય છે. આવી રીતે શારીરિક અને માનસિક ક્ષેત્રોમાં સત્ તત્ત્વની વૃદ્ધિ થવાથી બંને બાજુ આનંદના સ્રોત ઊભરાય છે અને ગાયત્રીનો સાધક તેમાં નિમગ્ન થઈ, આત્મસંતોષનું, પરમાનંદનું રસાસ્વાદન કરતો રહે છે. આત્મા ઈશ્વરનો અંશ હોવાથી, તે ઈશ્વરમાં હોય છે એ બધીજ શક્તિઓને બીજા રૂપમાં અંદર છુપાવેલી રાખે છે. તે શક્તિઓ સુષુપ્તાવસ્થામાં હોય છે અને માનસિક ચિંતાઓ, વિષય-વિકારોના દોષ-દુર્ગુણોના ઢગલામાં દબાયેલી અજ્ઞાનરૂપે પડી હોય છે. લોકો સમજે છે કે આપણે દીન-હીન તુચ્છ અને અશક્ત છીએ, પરંતુ જે સાધક,

મનોવિકારનો પડદો દૂર કરી નિર્મળ આત્મજ્યોતિનું દર્શન કરવામાં સમર્થ હોય છે, તે જાગે છે કે સર્વ શક્તિમાન ઈશ્વરીય જ્યોતિ પોતાના આત્મની અંદર રહેલી છે અને તેઓ જ પરમાત્માના સાચા ઉત્તરાધિકારી છે. અગ્નિની ઉપરથી રાખ દૂર કરવામાં આવે તો પછી સળગતો અંગારો જ પ્રગટ થાય છે. તે અંગાર નાનો હોવા છતાં પણ ભયંકર અગ્નિકાંડોની સંભાવનાઓથી યુક્ત હોય છે. આ પડદો ફાટતાં જ તુચ્છ મનુષ્ય મહાન આત્મા (મહાત્મા) બની જાય છે. કેમકે આત્મામાં અનેકાનેક જ્ઞાન, વિજ્ઞાન, સાધારણ, અસાધારણ, અદ્ભુત, આશ્ચર્યજનક શક્તિના ભંડાર છુપાયેલા પડ્યા છે, તે બહાર આવે છે અને તે સિદ્ધ યોગીના રૂપમાં દેખાય છે. સિદ્ધિઓ પ્રાપ્ત કરવા માટે બહારથી કશું જ લાવવું પડતું નથી, કોઈ દેવ-દાનવની કૃપાની જરૂર પડતી નથી, ફક્ત અંતઃકારણ પર પડેલાં આવરણોને દૂર કરવાનાં હોય છે. ગાયત્રીની સતોગુણી સાધનાનો સૂર્ય તામસિક અંધકારને હટાવીને આત્માના સહજ ઈશ્વરીય રૂપને પ્રગટ કરે છે. આત્માનું આ નિર્મળ રૂપ બધીજ રિદ્ધિ-સિદ્ધિઓથી પરિપૂર્ણ હોય છે.

ગાયત્રી દ્વારા થયેલી સતોગુણી વૃદ્ધિ અનેક પ્રકારની આધ્યાત્મિક અને સાંસારિક સમૃદ્ધિઓની જનની છે. શરીર અને મનની શુદ્ધિ સાંસારિક જીવનને અનેક દષ્ટિએ સુખ-શાંતિમય બનાવે છે. આત્મામાં વિવેક અને આત્મબળની માત્રા વધી જવાના કારણે અનેક એવી મુશ્કેલીઓ જે અન્યને પર્વત જેવી ભારે લાગતી હોય છે, તે આત્મવાન વ્યક્તિ માટે તણખલા સમાન હલકી બની જાય છે. તેનું કોઈ જ કામ રોકાતું નથી અથવા તો તેની ઈચ્છા અનુસાર પરિસ્થિતિ બદલાઈ જાય છે અથવા તો પરિસ્થિતિઓ અનુસાર પોતાની ઈચ્છાઓને બદલી નાંખે છે. કલેશનું કારણ ઈચ્છા અને પરિસ્થિતિ વચ્ચે પ્રતિકૂળતા હોવી એ જ છે. વિવેકવાન આ બંનેમાંથી કોઈ એકને અપનાવીને તે સંઘર્ષને ટાળે છે અને સુખપૂર્વક જીવન વ્યતીત કરે છે. તેના માટે આ પૃથ્વી ઉપર પણ સ્વર્ગીય આનંદની લહેર દોડવા લાગે છે.

વાસ્તવમાં સુખ અને આનંદનો આધાર કોઈ બાહ્ય સાધન-સામગ્રી પર નહીં, પરંતુ મનુષ્યની મનઃસ્થિતિ પર નિર્ભર રહે છે. મનની સાધનાથી જે મનુષ્ય એક સમયે રાજસી ભોજનો અને રેશમી ગાદી-તકિયાથી પણ સંતુષ્ટ થતો નહોતો, તે કોઈ સંતના ઉપદેશ દ્વારા ત્યાગ અને સંન્યાસી વ્રત ગ્રહણ કરી જંગલની ભૂમિને જ સૌથી ઉત્તમ શય્યા, વનનાં કંદ-મૂળ-ફળોને જ સર્વોત્તમ આહાર સમજવા લાગે છે. આ દરેક અંતર મનોભાવ અને વિચારો બદલાઈ જવાથી જ ઉત્પન્ન થાય છે.

ગાયત્રી સદ્બુદ્ધિની, ઋતંભરા-પ્રજ્ઞાની અધિષ્ઠાત્રી દેવી છે અને તેની પાસે સાધક સદ્બુદ્ધિની યાચના કરે છે. આ સદ્બુદ્ધિ દ્વારા દરેક પ્રકારનાં દુઃખોનાં કારણ મૂળમાંથી દૂર કરી શકાય છે. સદ્બુદ્ધિના પ્રકાશમાં તે દરેક ઉપાય નજરે પડે છે, જેને ઉપયોગમાં લેવાથી દુઃખોનાં કારણ દૂર થઈ જાય છે. આમ તો સંસારમાં અનેક પ્રકારનાં દુઃખ છે. પ્રત્યેક વ્યક્તિની પોતપોતાની સમસ્યાઓ અને મુશ્કેલીઓ છે. દરેકની અલગ-અલગ મૂંઝવણો છે. એ દષ્ટિએ તો સૌનાં દુઃખોનાં કારણ પણ અલગ અલગ હોવાં જોઈએ, પરંતુ આમ નથી. ગંભીરતાપૂર્વક વિચાર કરવામાં આવે તો પ્રતીત થશે કે જીવન અને જગતમાં વિદ્યમાન દુઃખોનાં ત્રણ કારણ છે. (૧) અજ્ઞાન, (૨) અશક્તિ અને (૩) અભાવ. જે આ ત્રણ કારણોને પોતાનાથી જોડેલી હદ સુધી દૂર રાખવામાં સમર્થ હશે, તે તેટલો જ સુખી બની શકશે.

અજ્ઞાનના કારણે મનુષ્યનો દષ્ટિકોણ દૂષિત થઈ જાય છે, તે તત્ત્વજ્ઞાનથી અપરિચિત હોવાને કારણે ઊંધું વિચારે છે અને ઊંધાં કામ કરે છે, જેથી મુશ્કેલીમાં ઊંડો ઊતરીને દુઃખી થાય છે. સ્વાર્થ, મોહ, લોભ, અહંકાર, અનુદારતા અને કામની ભાવનાઓ મનુષ્યને કર્તવ્યચ્યુત કરે છે અને તે દૂરદર્શિતાને છોડીને ક્ષણિક ક્ષુદ્ર અને હીન બાબત વિચારે છે અને તે પ્રમાણેનાં જ કાર્ય કરે છે. પરિણામે તેના વિચાર અને કાર્ય પાપમય થવા લાગે છે. પાપોનું નિશ્ચિત પરિણામ દુઃખ છે. બીજી બાજુ અજ્ઞાનના કારણે તે પોતાની અને બીજાઓની સાંસારિક ગતિવિધિઓના મૂળ હેતુઓને સમજી શકતો નથી. પરિણામે અસંભવ આશાઓ, તૃષ્ણાઓ, કલ્પનાઓ કર્યા કરે છે. આ ઊલટા દષ્ટિકોણના કારણે સાધારણ જેવી વાતો તેને ઘણી જ દુઃખમય જણાય છે. તેના કારણે તે રડતો-કકળતો રહે છે. આત્મીયજનોનાં મૃત્યુ, સાથીઓની ભિન્ન રુચિ, પરિસ્થિતિઓનો ઉતાર-ચઢાવ સ્વાભાવિક છે, પરંતુ અજ્ઞાની વિચારે છે કે જે હું ઈચ્છું છું, તેવું જ હમેશાં થતું રહે, પ્રતિકૂળ વાતો સામે આવે જ નહીં. આ અસંભવિત આશાઓથી વિપરીત ઘટના જ્યારે ઘટવા લાગે છે ત્યારે તે રડે છે - કકળાટ કરી મૂકે છે. ત્રીજું અજ્ઞાનના કારણે ભૂલો પણ અનેક પ્રકારે થાય છે, સુવિધાઓ હાથવગી હોવા છતાં પણ તેનાથી વંચિત રહેવું પડે છે, એ પણ દુઃખનું એક કારણ છે. આ રીતે અનેક દુઃખ મનુષ્યના અજ્ઞાનના કારણે પ્રાપ્ત થાય છે.

અશક્તિનો અર્થ છે - નિર્બળતા. શારીરિક, માનસિક,

સામાજિક, બૌદ્ધિક, આત્મિક નિર્ભળતાઓના કારણે, મનુષ્ય પોતાના સ્વભાવિક જન્મસિદ્ધ અધિકારોનો ભાર પોતાના ખભા પર ઉઠાવવામાં સમર્થ હોતો નથી. પરિણામે તેને વંચિત રહેવું પડે છે. ખરાબ સ્વાસ્થ્ય, શારીરિક બીમારી, હોય તો સ્વાદિષ્ટ ભોજન, રૂપવતી તરુણી, મધુર ગીત વાદ્ય, સુંદર દૃશ્ય નિરર્થક છે. ધન-દોલતનું કોઈ કહેવાતું સુખ તેને મળતું નથી. બૌદ્ધિક નિર્ભળતા હોય તો સાહિત્ય દર્શન, મનન, ચિંતનનો રસ પ્રાપ્ત થઈ શકતો નથી. આત્મિક નિર્ભળતા હોય તો સત્સંગ, પ્રેમ, ભક્તિ વગેરેનો આત્માનંદ દુર્લભ છે. એટલું જ નહીં, નિર્ભળતાનો નાશ કરીને 'ઉત્તમની રક્ષા'નો પ્રકૃતિનો સિદ્ધાંત કાર્ય કરે છે. કમજોર(નબળા)ને સતાવવાનાં અને બાજુ પૂર હડસેલવાનાં અનેક કારણો હાજર થઈ જાય છે. નિર્દોષ, ભોળા અને સીધાં સાદાં તત્ત્વ પણ એને પ્રતિકૂળ જાણાય છે. શિયાળો જે બળવાનોને બળવૃદ્ધિ, રસિકજનોને રસ આપે છે તે કમજોરને ન્યુમોનિયા, શરદી જેવાનું કારણ બને છે. જે તત્ત્વો નબળાઓ માટે પ્રાણઘાતક છે, તે જ બળવાનને સહાયક સાબિત થાય છે. બિચારી નિર્ભળ બકરીને જંગલી જનવરોથી માંડીને જગત્માતા ભવાની દુર્ગા સુધ્યાં ચટ કરી જાય છે અને સિંહને વનપશુ જ નહીં મોટા સમ્રાટ રાજચિહ્નમાં ધારણ કરે છે. અશક્ત હંમેશાં દુઃખ પામે છે અને તેમના માટે સારાં તત્ત્વો પણ આશાપ્રદ સાબિત થતાં નથી.

અભાવજન્ય દુઃખ છે - પદાર્થોનો અભાવ. અન્ન, વસ્ત્ર, જળ, મકાન, પશુ, ખેડૂત, મિત્ર, ધન, ઔષધિ, પુસ્તક, શસ્ત્ર, શિક્ષક જેવાના અભાવમાં વિવિધ પ્રકારની

પીડા, મુશ્કેલી ભોગવવી પડે છે, ઉચિત જરૂરિયાતોને કચડીને મન મનાવીને રહેવું પડે છે અને જીવનની મહત્ત્વપૂર્ણ ક્ષણોને વ્યર્થ ગુમાવી દેવી પડે છે. યોગ્ય અને સમર્થ વ્યક્તિ પણ સાધનોના અભાવમાં પોતાને અપંગ અનુભવી દુઃખી થાય છે.

ગાયત્રી કામધેનુ છે, જે એની પૂજા, ઉપાસના અને આરાધના કરે છે, તે પ્રતિક્ષણ માતાનું અમૃતોપમ દુગ્ધપાન કર્યાનો આનંદ મેળવે છે અને સમસ્ત અજ્ઞાનો, અશક્તિઓ અને અભાવના કારણે ઉત્પન્ન થનારાં કષ્ટોમાંથી છુટકારો પામીને મનવાંછિત ફળ પ્રાપ્ત કરે છે. યોગ્ય ગુરુ દ્વારા દર્શાવેલ માર્ગ ઉપર કરવામાં આવતી ગાયત્રી સાધના અભીષ્ટ લાભ પહોંચાડે છે. આ સાધનાઓ દ્વારા સફળતા મેળવવામાં ભલે થોડો-ઘણો સમય અને શ્રમ ઉપયોગમાં લેવો પડે, પરંતુ અન્ય કષ્ટપૂર્ણ સાધનાની સરખામણીમાં આ સાધનાઓમાં સફળતા ઝડપથી મળે છે. યોગીજનોનો કષ્ટસાધ્ય લાંબો માર્ગ ગાયત્રી દ્વારા ઘણો જ સરળ થઈ જાય છે અને ઘરમાં રહેતી ગૃહસ્થ વ્યક્તિ પણ વનવાસી તપસ્વીઓ જેવી સફળતા પ્રાપ્ત કરે છે.

કષ્ટપ્રદ ભવબંધનો, માયા-મોહની શૃંખલામાંથી છુટકારો મેળવીને પરમલક્ષ્યને પામવાનું જેટલું આ માર્ગે સરળ છે તેટલું અન્ય કોઈ માર્ગે સંભવ નથી. ગાયત્રી સાધના દ્વારા માનસિક પરિષ્કાર, વ્યક્તિત્વનો વિકાસ, દુઃખોનું નિવારણ અને આત્મિક વિકાસના લાભો સિવાય ઘણી સિદ્ધિઓ, વિશેષ શક્તિઓ પ્રાપ્ત થાય છે. આ શક્તિઓને ક્રમશઃ અર્જિત કરતાં રહી વ્યક્તિ અનુપમ અને અદ્વિતીય, અસાધારણ વ્યક્તિત્વનો સ્વામી બની જાય છે.

વીરપુર (ગુજરાત)માં એક ખેડૂત હતા જલારામ. તેઓ ખેતી કરતા હતા. જે અનાજ ઉત્પન્ન થતું, તેનો ઉપયોગ દીન-દુઃખીઓ અને સંત-મહાત્માઓ માટે કરતા. તેઓ ખેતરમાં કામ કરતા અને તેમનાં પત્ની ભોજન બનાવતાં. ઘરે સદાવર્ત ચાલતું. તેમના માથે બાળકોની કોઈ જવાબદારી ન હતી..

તેમની ઉદારતાની પરીક્ષા લેવા એક દિવસ ભગવાન સાધુવેશમાં આવ્યા. તેમણે કહ્યું કે તેમનો સામાન આગળના તીર્થ સુધી પહોંચાડવાનો છે. કોઈ વ્યવસ્થા કરો. જલારામ પાસે કોઈ મજૂરની વ્યવસ્થા તો હતી નહીં. તેમનાં પત્ની તે સામાનને માથા ઉપર મૂકી ચાલી નીકળ્યાં. જલારામ અડધો દિવસ ખેતરમાં કામ કરતા અને બાકીના સમયમાં ભોજન બનાવી જમાડતા.

સંતના રૂપમાં આવેલ ભગવાનની પરીક્ષા પૂરી થઈ ગઈ. તેઓ થોડેક જ આગળ જઈ અદૃશ્ય થયા. તે મહિલાને અન્નપૂર્ણા ઝોળી આપતા ગૂયા. ઘરે આવી એ ઝોળીને એક ઓરડીમાં લટકાવી દીધી. તે ઓરડીમાંથી ક્યારેય અનાજની અછત થઈ નથી, આજે પણ હજારો લોકો તે અન્નપૂર્ણા ઝોળીનો પ્રસાદ લેવા આવે છે.

## સ્વાસ્થ્ય સંવર્ધનનો સામૂહિક પ્રયાસ

**વનસ્પતિઓનું ઉત્પાદન :** શાક-ભાજી, ફળ, વૃક્ષ અને ફૂલોને ઉગાડવા માટેનું આંદોલન સ્વાસ્થ્ય સંવર્ધનની દૃષ્ટિથી ઘણું જ ઉપયોગી થઈ શકે છે. ઘરની આજુબાજુ ફૂલો ઉગાડવાં, છાપરાં ઉપર દૂધી, તૂરિયાં, વાલોળ, પાપડી રોપીને તથા ન્યાં પણ ખાલી જગ્યા હોય ત્યાં ફૂલના છોડ રોપવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. કેળાં, પપૈયાં તો થોડી જગ્યા હોય તો પણ ઊગાડી શકાય છે. હવેલીઓ, બંગલાઓમાં મોટે ભાગે થોડી ખુલ્લી જગ્યા હોય છે, ત્યાં શાક-ભાજી અને ફૂલોને સરળતાથી ઊગાડી શકાય છે. રોપવાનું, પાણી પાવાનું, ગોડવું, ક્યારા બનાવવા જેવાં કાર્યો ઘરનાં લોકો કર્યા કરે, તો તેનાથી શ્રમશીલતાની આદત પડશે અને સ્વાસ્થ્ય સુધશે. જડીબુટ્ટીનાં ઉદ્યાન તથા ખેતી કરવાનો પ્રયત્ન પણ સ્વાસ્થ્ય સંવર્ધનની દૃષ્ટિએ જરૂરી છે.

**રસોઈ બનાવવાની પદ્ધતિમાં સુધારો :** વરાળથી ભોજન તૈયાર કરવામાં વાસણ અને ઘરઘંટી ઉપલબ્ધ થઈ શકે તેવી નિર્માણ અને વેચાણ વ્યવસ્થા બનાવવી. તેની કિંમત સસ્તી હોય, જેથી તેની લોકપ્રિયતા વધે. હવે બોલ બેરિંગની ઘંટીઓ બનવા લાગી છે. ચલાવવામાં ઘણીજ સરળ હોય છે અને એક કલાકમાં તો ઘણોબધો લોટ દળી આપે છે. આનું ઘરે ઘરે પ્રચલન કરવામાં આવે અને બગડે કરે તો રિપેર કરવા તથા ચલાવવા સંબંધી જાણકારી શીખવવી જોઈએ. સુખી ઘરોની સ્ત્રીઓ ઘંટી ચલાવવામાં અપમાન અને અસુવિધા સમજવા લાગી છે, તેમને ઘંટીના સ્વાસ્થ્યસંબંધી લાભોની જાણકારી આપવામાં આવે. પુરુષવર્ગ સ્વયં મદદરૂપ બની દળવાનું શરૂ કરે. લોકો હાથે દળેલા અનાજનો જ લાટ ખાવાનું વ્રત લે તો ઘરઘંટીનું પ્રચલન વધશે. આવી જ રીતે વરાળથી ભોજન તૈયાર થવા લાગે, તો તે ૭૦ ટકા વધુ પૌષ્ટિક હશે અને ખાવામાં પણ સ્વાદિષ્ટ લાગશે. આનો પ્રસાર આંદોલન ઉપર જ નિર્ભર છે.

**સાત્ત્વિક આહાર પકવવાની કળા :** તળેલી, શેકેલી બળી ગયેલી સ્વાસ્થ્યને નુકસાન કરતી મીઠાઈઓ અને પકવાનના સ્થાને એવા પદાર્થોનું પ્રચલન કરવામાં આવે જે સ્વાદિષ્ટ પણ લાગે અને લાભદાયક પણ હોય. દૂધની ખીર, ગાજરનો હલવો, શ્રીખંડ, ગળ્યા દલિયા, ફણગાવેલા અનાજની વાનગીઓ જેવા પદાર્થ બનાવવાની એક સ્વતંત્ર પાક વિદ્યાનો વિકાસ કરવો પડશે, જે જમાણવારમાં પણ ઉપયોગી બની શકે અને જરા પણ નુકસાન ન કરે છતાં સ્વાદિષ્ટ લાગે. આ પીનારાઓની આદત છોડાવવા માટે ઘઉંના શેકેલા ફાડામાંથી અથવા તો જડીબુટ્ટીઓમાંથી બનાવેલા ક્વાક્ષની ચા બનાવવાનું શીખવાડી શકાય છે. પ્રાકૃતિક આહારની વાનગીઓની પાકવિદ્યાનો પ્રસાર થઈ શકે, તો સ્વાસ્થ્ય રક્ષાની દિશામાં ઘણી જ સહાયતા મળશે.

**ગંદકીનું નિવારણ :** સાર્વજનિક સફાઈનો પ્રશ્ન માત્ર સરકારના હાથમાં જ સોંપી દેવાથી કામ ચાલશે નહીં. લોકોને પોતાની ગંદી આદતો છોડાવવા માટેની અને સાર્વજનિક સફાઈમાં રસ લેવાની પ્રવૃત્તિ ઉત્પન્ન કરવી પડશે. બાળકોને ઘરની બહાર સાર્વજનિક સ્થાનો પર તથા નાળાઓ પર ટટ્ટી કરવા બેસાડી દેવાં, સડકો પર તથા ગલી કૂચીઓમાં ઘરના કચરાના ઢગ કરવા, ધર્મશાળાઓ, પ્લેટફોર્મ, રેલવેના ડબ્બા અને સાર્વજનિક સ્થાનોને ફળોની છાલ, ઘૂંકના ગળકા, રદી કાગળ, નાસ્તાની ખાલી પ્લેટ, પડિયા-પતરાળાં જેવી વસ્તુઓ ફેંકીને ગંદાં કરવાની આદતો ખરાબ છે. આને કારણે ગંદકીની સાથેસાથે બીમારી ફેલાય છે.

ગામડાંઓમાં શૌચક્રિયા માટેનાં યોગ્ય સ્થાનોની વ્યવસ્થા હોતી નથી. ગામની નજીકનાં સ્થાન તથા ગલી-કૂચીઓમાં આ પ્રકારની ગંદકી રોકી શકાતી નથી. આ પ્રકારની પ્રવૃત્તિ બદલવી જોઈએ. લાકડામાંથી બનાવેલા સ્થાનફેર કરી શકાતા શૌચાલય જે ગામડાઓમાં કામમાં આવે, તો ખેતી માટેનું ખાતર પણ મળે, ગંદકી પણ ન

ફેલાય અને અસભ્ય પણ ન લાગે. ખૂરપી લઈ શૌચ જવું. ખાડો ખોદીને તેમાં કાંકરાં પથ્થરના ટુકડા નાંખીને શોષી લે તેવું પેશાબધર બનાવવામાં આવે અને તેમાં ચૂનો-ફિનાઈલ પડ્યાં રહે તો ફેલાતી બીમારીઓને વધતી રોકી શકાય છે.

**નશાનો ત્યાગ :** નશાખોરીના અવગુણોને સમજાવવા માટે અને આ ખરાબ આદતમાંથી છોડાવવા માટે બધાંજ પ્રચાર સાધનોનો ઉપયોગ કરવામાં આવે. પંચાયતો, ધાર્મિક સમારંભ તેમજ શુભ કાર્યોના અવસરે આ હાનિકારક દુર્ગુણને છોડવા માટે પ્રતિજ્ઞા લેવડાવવી જોઈએ.

**વ્યાયામ અને તેની તાલીમ :** આસન, વ્યાયામ, પ્રાણાયામ, સૂર્ય-નમસ્કાર, ખેલકૂદ, સવારમાં ચાલવું, અંગ કસરત, માલિશ વગેરેની વિધિ શીખવવા માટે 'વર્ગ' (ક્લાસ) ચલાવવામાં આવે. સામૂહિક વ્યાયામ કરવા માટે જ્યાં શક્ય હોય, ત્યાં દૈનિક વ્યવસ્થા કરવામાં આવે. વ્યાયામ પોતે જ એક સર્વાંગપૂર્ણ ચિકિત્સાશાસ્ત્ર છે. ખાટલામાં પડેલો રોગી પણ કંઈક ખાસ રીતથી અંગ સંચાલન, હળવો વ્યાયામ કરતો રહી મુશ્કેલ લાગતા રોગમાંથી સાજો થઈ શકે છે. કમજોર પ્રકૃતિની વ્યક્તિ, નાનાં બાળકો, વિદ્યાર્થી, કિશોર, તરુણો, સ્ત્રીઓ-છોકરીઓ, ત્યાં સુધી કે ગર્ભવતી સ્ત્રીઓ માટે પણ તેમની સ્થિતિને અનુરૂપ વ્યાયામ ખૂબ આશાજનક પરિણામ ઉત્પન્ન કરી શકે છે.

અખાડા, વ્યાયામશાળા, ક્વીડાંગણ જેવાં સ્વાસ્થ્ય સંસ્થાનોની સ્થાપના અનેક જગ્યાએ કરવી જોઈએ. લાઠી, ભાલા, તલવાર, ધનુષ જેવાં હથિયાર ચલાવવાનું જ્ઞાન જ્યાં સ્વાસ્થ્ય સુધારે છે ત્યાં વ્યાયામની જરૂરિયાત પણ પૂર્ણ કરે છે, સાથેસાથે તે મનોબળ અને સાહસ વધારે છે અને આત્મરક્ષાની ક્ષમતા ઉત્પન્ન કરે છે. કુસ્તી, દોડ, તરવું, દોરડાંખેંચ, લાંબો કૂદકો, ઊંચો કૂદકો, કબડી જેવી રમતોનાં દંગલ તથા હરીફાઈનાં આયોજનો અને પુરસ્કાર વ્યવસ્થા કરવાથી પણ આવા કાર્યક્રમોમાં લોકોનો ઉત્સાહ વધે છે. આવાં સંમેલનોને જે ઈર્ષ્યા-દ્વેષથી બચાવવામાં આવે અને પ્રતિસ્પર્ધા ખોટી રીતે ન થાય, તો પારસ્પરિક પ્રેમભાવ વધારનારી અને અસામાજિક

તત્વોની સામે એક શક્તિ પ્રદર્શનનું કામ કરી શકે છે.

ડુંબેલ્સ, મગદળ, લેઝીમ, સ્પ્રિંગ, રબ્બરની ખેંચવા માટેની પાઈપ, બેટ-બોલ જેવાં વ્યાયામસંબંધી સાધનો તથા સાહિત્ય દરેક જગ્યાએ મળી શકે એવી વેચાણ વ્યવસ્થા પણ દરેક જગ્યાએ કરવી જોઈએ. 'ફર્સ્ટ એડ' તાત્કાલિક સારવારનું જ્ઞાન આપવાની વ્યવસ્થા દરેક જગ્યાએ કરવી જોઈએ અને તેને પદ્ધતિસર શીખી રેડક્રોસ સોસાયટીનું પ્રમાણપત્ર મેળવવાનો ઉત્સાહ હોવો આવશ્યક છે.

**સાપ્તાહિક ઉપવાસ :** સાપ્તાહિક રજા પેટને પણ મળવી જોઈએ. છ દિવસ કામ કર્યા પછી એક દિવસ પેટને કામ કરવું ન પડે તે માટે ઉપવાસ રાખવો, જેથી પાચન ક્રિયામાં કોઈ તકલીફ ન આવે. રજાના દિવસે સપ્તાહ ભરના જમા થયેલા ખોરાક પચી જાય અને આવનારા અઠવાડિયામાં પેટ સારી રીતે કામ કરવા સમર્થ બને. આખો દિવસ ભૂખ્યા ન રહેવાય તો એક ટંકનું ભોજન તો છોડવું જ જોઈએ. જે લોકો વધુ અશક્ત હોય, તે દૂધ, ફળ, શાક જેવો હળવો ખોરાક લે, પરંતુ અઠવાડિયામાં એક સમય અનાજ છોડવાના, ઉપવાસ કરવાના પ્રચલનની શરૂઆત તો કરવી જ જોઈએ. ઉપવાસનો શારીરિક લાભ તો સ્પષ્ટ જ છે, આધ્યાત્મિક લાભ પણ કંઈ ઓછો નથી.

**મોટા જમાણવાર અને ઊંઠવાડ :** મોટા જમાણવારોમાં અન્નનો બગાડ થવા દેવો ન જોઈએ. પ્રીતિ ભોજનમાં ખાનારાઓની સંખ્યા બને તેટલી ઓછી રહે અને ખાવાની વસ્તુઓ પણ બને તેટલા ઓછા પ્રમાણમાં પીરસવામાં આવે, જેથી અનાજનો બગાડ ન થાય.

થાળીમાં એટું છોડવાની આદત બિલકુલ બંધ કરવી જોઈએ. વાળુ લઈ જનાર અથવા તો પ્રાણીને પણ ભોજન આપવાનું હોય, તો તે સાટું અને સ્વચ્છ ભોજન હોવું જોઈએ. એટું ભોજન ખવડાવવાથી તો ઊલટું પાપમાં પડાય છે. ખાનારને પણ શારીરિક અને માનસિક નુકસાન થાય છે. અન્ન દેવતાનું અપમાન ધાર્મિક દષ્ટિએ પણ પાપ છે. અન્નની બરબાદી તો નજર સામે જ છે.

**સંતાનની સીમા મર્યાદા :** દેશની વધતી વસતિ, આર્થિક મુશ્કેલી, સાધનોની અછત અને જન સાધારણના બગડેલા સ્વાસ્થ્યને જોતાં એ ઉચિત છે કે પ્રત્યેક ગૃહસ્થ

ઓછામાં ઓછાં સંતાન ઉત્પન્ન કરે. અધિક સંતાન ઉત્પન્ન થવાથી માતા કમજોર થઈ અકાળે જ કાળનો કોળિયો થઈ જાય છે. બાળકો કમજોર બને અને યોગ્ય પોષણના અભાવે અસ્વસ્થ બની અકાળે મૃત્યુના શિકાર બને છે. શિક્ષણ અને વિકાસની યોગ્ય સુવિધા ન હોવાથી બાળકનો યોગ્ય વિકાસ થતો નથી. એટલા માટે ઓછા બાળકનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ. લોકો બ્રહ્મચર્ય પાળે અથવા પરિવાર નિયંત્રન વિશેષજ્ઞોની સલાહ લે. સંતાનની જવાબદારી અને ચિંતામાંથી જે વ્યક્તિ જેટલી હળવી બનશે, તેઓ તેટલા જ નીરોગી રહેશે, આ તથ્ય દરેક સદ્ગૃહસ્થ સારી રીતે સમજી લે, તેમાં જ તેનું કલ્યાણ છે.

**પ્રાકૃતિક ચિકિત્સાની જાણકારી : પંચ તત્ત્વોથી રોગ**

નિવારણની પ્રાકૃતિક ચિકિત્સા પદ્ધતિને લોકપ્રિય બનાવવી જોઈએ. અલગ અલગ જગ્યાએ આવાં ચિકિત્સાલય બને. જેમાં ઉપવાસ, એનિમા, જળ ચિકિત્સા, સૂર્ય ચિકિત્સા, માટી, વરાળ જેવાં કુદરતી સાધનોનો ઉપયોગ કરી શરીરની ઉપચાર શુદ્ધિ થાય છે અને માત્ર એક જ રોગ નહીં, સમસ્ત રોગોનો મૂળમાંથી જ નાશ કરે છે, સર્વસાધારણને આ પદ્ધતિનું એટલું જ્ઞાન આપવામાં આવે કે જરૂરિયાત પડે ત્યારે પોતાની તથા પોતાના ઘરના સભ્યોની ચિકિત્સા સ્વયં કરી શકે.

આ બધા જ પ્રયત્નો એવા છે, જે સામૂહિક રૂપથી જ પ્રસારિત થઈ શકે છે. આને આંદોલનનું રૂપ મળવું જોઈએ અને આનું સંચાલન ગાયત્રી પરિવારના સમ્મલિત પ્રયત્નોથી થતું રહેવું જોઈએ.

રાજા જનક મહેલની અગાષીમાં મૂતા હતા. હંસ-હંસી અટારીની ઉપરની દીવાલ પર બેસી વાર્તાલાપ કરવા લાગ્યાં. હંસી બોલી - 'આ સમયમાં સૌથી મોટો બ્રહ્મજ્ઞાની રાજા જનક છે.' હંસ વાત કાપતાં બોલ્યો - 'તું રૈક્યને જાણતી નથી. આ સમયનો સૌથી મોટો બ્રહ્મવેત્તા તે છે.' હંસીએ પૂછ્યું - 'આ રૈક્ય કોણ છે ?' હંસ બોલ્યો - 'અરે ! એ જ ગાડીવાળો રૈક્ય, જે ગાડી ખેંચીને વજન ઊંચકે છે અને માગ્યા વગર નિર્વાહ કરે છે.'

જનક અર્ધનિંદ્રામાં હતા. તેઓ પક્ષીઓની ભાષા જાણતા હતા. તેથી હંસ-હંસીની વાર્તા ધ્યાનપૂર્વક સાંભળવા માટે પડખું બદલ્યું. અવાજ સાંભળતાં જ યુગ્મ ચોંકી ઊઠ્યું અને ઊડી ગયું. વાત અધૂરી રહી ગઈ.

રાજાની ઊંઘ ઊડી ગઈ. રૈક્ય કોણ છે ? ક્યાં રહે છે ? તેની સાથે કઈ રીતે સંપર્ક કરી શકાય ? આ વિચાર તેમને બેચેન કરી રહ્યો હતો. સવાર થતાં જ દરબાર ભરાયો. રાજાએ સભાસદોને ગાડીવાળા રૈક્યની વાત કરી અને શોધી કાઢવાનો આદેશ કર્યો. એકદમ જ દોડધામ થઈ ગઈ.

ઘણી જ મુશ્કેલીપૂર્વકની દોડધામ પછી રૈક્યના સમાચાર મળ્યા. રાજદૂતો એ તેને જનકનગરી આપવાનો અનુરોધ કર્યો. જેનો તેણે અસ્વીકાર કર્યો. મારે રાજા સાથે શું લેવા-દેવા. મારી જવાબદારીનો નિર્વાહ કરું કે જ્યાં ત્યાં ભાગતો કરું ?

દૂતોએ સમગ્ર વિવરણ કહી સંભળાવ્યું. જનક જાતે જ મળવાને ચાલી નીકળ્યા અને જ્યાં રૈક્ય ગાડી ખેંચી-ઘકેલી નિર્વાહ કરતા અને સાધના-સેવાનો સમન્વિત ક્રમ ચલાવતા હતા, ત્યાં પહોંચ્યા.

રાજાએ આટલા મોટા બ્રહ્મજ્ઞાનીને આવું કષ્ટસાધ્ય જીવન જીવતાં જોયા, તો દ્રવિત થઈ ઊઠ્યા. સુવિધા-સાધનો માટે તેને ઘનરાશિ રજૂ કરી. અસ્વીકાર કરતાં રૈક્ય બોલ્યા, 'રાજન્ ! આ દરિદ્રતા નથી, બ્રહ્મવેત્તાનો અપરિગ્રહ છે, જેને ગુમાવી બેસવાથી તો મારા હાથમાંથી બ્રહ્મતેજ પણ ચાલું જશે.' તત્ત્વજ્ઞાનનાં અનેક મર્મ રહસ્યોને સત્સંગથી જાણ્યા પછી જનક એ વિચાર સાથે પાછા આવ્યા કે વિલાસી નહીં, અપરિગ્રહી જ સાચો બ્રહ્મજ્ઞાની હોઈ શકે છે. તેમને નવી દિશા મળી. તે દિવસથી તેમણે પોતાના હાથે ખેતી કરી, હળ ચલાવવાની નવી યોજના બનાવી અને શ્રમ ઉપાર્જનના આધારે નિર્વાહ કરતા રહી રાજપાટ ચલાવતા રહ્યા.



## ગુરુચેતનાના પ્રકાશમાં સ્વયંને પારખો



શિષ્ય-સંજીવનીનું સેવન(મનન-ચિંતન) જેમાગે પાણ ક્યું છે, તેઓ એના ઔષધીય ગુણોનો અનુભવ કરવા લાગ્યા છે. પોતાના વ્યક્તિત્વમાં તેમને નવા પરિવર્તનનું ભાન થઈ રહ્યું છે. ક્યાંક એવું લાગી રહ્યું છે, જાગે અંતઃકરણમાં ક્યાંક શિષ્યત્વની કરમાઈ ગયેલી વેલ ફરીથી લીલી થવા લાગી છે. નિષ્ક્રિય પડેલાં ભક્તિ અને સમર્પણનાં તત્વોને સક્રિયતાનો નવો ઉમંગ મળ્યો છે. આંતરિક જીવનમાં ભાવાંતરની અનુભૂતિ તે સૌને છે, જે આ અમૃત ઔષધિનું સેવન કરી રહ્યા છે. આ સૌની અનુભૂતિઓમાં નિખરેલું શિષ્યત્વ ઘણું જ સ્પષ્ટ છે. યદ્યપિ આ અનુભૂતિઓમાં તેમની જિજ્ઞાસાઓ પાણ હળી-મળી છે તથાપિ આ જિજ્ઞાસાઓનો સાર એક જ છે કે શિષ્ય સંજીવનીની સેવન વિધિ કઈ છે ?

આ સાર્થક પ્રશ્નોના સમાધાનમાં શિષ્યત્વની સાધના કરનારા અમારા સ્વજનોને એ જ કહેવું છે કે પહેલી વાર શિષ્ય-સંજીવનીની કથાને એવી જ રીતે વાંચો, જે રીતે પત્રિકાના અન્ય લેખોને વાંચો છો. બીજી વાર તેમાં જાણાવેલ સૂત્ર ઉપર ઊંડાણપૂર્વકનું ચિંતન કરો અને તેને પોતાના જીવનમાં આત્મસાત્ કરવા માટે સંકલ્પિત બનો. આની વચ્ચે-વચ્ચે શિષ્ય સંજીવનીના પ્રકાશમાં પોતાને પરખતા રહો કે આપણે શિષ્યત્વની સાધનાની કસોટીમાં ક્યાં સુધી પહોંચ્યા છીએ ? દઢનિષ્ઠા તેમજ શ્રદ્ધાસિકત સમર્પણ જ આ મહાસાધનાની ધરી છે.

જેમાગે પાણ પોતાના અંતર્જીવનમાં આ પૂંજી એકઠી કરી લીધી છે તેમને માટે શિષ્ય-સંજીવનીનું બીજું સૂત્ર છે, 'જીવનની તૃષ્ણા અને સુખપ્રાપ્તિની ચાહતને દૂર કરો. જે મહત્ત્વાકાંક્ષી છે તેમની જેમ જ કઠોર શ્રમ કરો. જેમને જીવનની તૃષ્ણા છે, તેની માફક જ દરેક જીવનું સમ્માન કરો. જે સુખને માટે જીવન જીવી રહ્યા છે તેમની જેમ સુખી રહો. પોતાના હૃદયની અંદર ઉછરી રહેલા પાપના અંકુરને શોધી કાઢી બહાર ફેંકી દો. આ અંકુર શ્રદ્ધાળુ શિષ્યના હૃદયમાં પાણ ક્યારેક વાસનાભર્યા માનવહૃદયની જેમ જ ઉછરવા લાગે છે. ફક્ત મહાવીર સાધક જ તેનો નાશ કરી શકવામાં સફળ થાય છે. જે દુર્બલ છે, તે તો તેના વધવા-ઉછરવાની સાથે જ નાશ પામે છે.

આ અનુભવ બધાજ મહાન શિષ્યોનો છે. શિષ્યના જીવનમાં તૃષ્ણા અને સુખની લાલસાને કોઈ જ સ્થાન નથી. મજની વાત છે કે તૃષ્ણા અને સુખની લાલસા કોઈને પાણ સુખી કરી શકતી નથી, જે કે લગભગ દરેક વ્યક્તિ મૂંઝવણમાં તો રહે જ છે. આવા લોકો માટે જીવન આજે નથી, આવનાર આવતી કાલમાં છે. ભવિષ્યમાં જીવન શોધનારા પોતાના વર્તમાનથી હંમેશાં અસંતુષ્ટ, અસંતૃપ્ત બની રહે છે. આ સચ્ચાઈનું એક બીજું પાણ પાસું છે, જે તૃષ્ણા અને સુખની લાલસાથી સ્વયં પોતાને જેટલો ભરતો જાય છે, તે તેટલો જ પોતાના અહંકારને હૃષ્ટ-પુષ્ટ કરતો જાય છે, જ્યારે અહંકારને શિષ્યત્વની સાધના સાથે કોઈ સંબંધ નથી.

શિષ્યત્વ તો સમર્પણની સાધના છે, જેનો અર્થ એક જ છે, અહંકારનું પોતાના સદ્ગુણનાં ચરણોમાં વિસર્જન. જેવા જીવ તો આ સમર્પણ-વિસર્જનની સાથે પાણ અનેક પ્રકારના ભ્રમ જનમાનસમાં ફેલાયેલા છે. કેટલાક લોકોનું વિચારવું એમ છે કે અમે એકવાર સમર્પણ કરી દીધું તો પછી અમારે ફરીવાર કંઈ કામ શા માટે કરવાં પડે ? જ્યારે તૃષ્ણા નથી, સુખની કોઈ લાલસા નથી તો પછી મહેનત શા માટે આ સવાલ ખરેખર તો ભટકતા મનની ઊપજ છે. જે જાણકાર છે, સમજદાર છે તે જાગે છે કે સમર્પણ અને શ્રદ્ધાનો અર્થ આળસુ અથવા કામધંધા વગર બેઠા રહેવાનો નથી, પરંતુ એનો અર્થ છે - સત્ય માટે, પોતાના ગુરુદેવ માટે સ્વયંને સંપૂર્ણપાણે સમર્પિત કરવું. આ સંબંધમાં મહર્ષિ રમાણ કહેતા હતા કે, આ કેવી અવળી વાત છે કે માટીની શોધ કરવામાં માનવી બધું ખર્ચવા તૈયાર છે, જ્યારે અમૃતની શોધમાં કશું જ લગાવવા ઈચ્છતો નથી, જ્યારે શિષ્ય તો એ છે જે ગુરુના એક ઈશારા પર જીવનપર્યંત એકધારો અને અથાક શ્રમ કરતો રહે.

ફક્ત શિષ્ય જ જીવનનો સાચો જ્ઞાતા છે, એટલા માટે તેણે જીવનની મહાન સંભાવનાઓને બહાર લાવવા તત્પર રહેવું જોઈએ. આ ત્યારે જ સંભવ છે જ્યારે તેના મનમાં પોતાનાં અને બીજા સૌનાં જીવન માટે સમ્માન હોય. સાથેસાથે સુખ માટે તે જ્યાં ત્યાં ભટકે નહીં, પરંતુ પોતાના કર્તવ્યપાલનમાં જ સુખની અનુભૂતિ કરે. ભગવાન બુદ્ધનું કથન છે કે આ સંસારમાં સુખી એ જ છે, જેણે સુખની વાસના છોડી દીધી



છે. વાસ્તવિક દુઃખ તો વાસનાઓનું છે. જે જેટલો વધારે લાલસા, કામના અને વાસનાથી ભરેલો છે, તે તેટલો જ વધારે દુઃખી છે. વાસનાઓ અને લાલસાઓ ધૂટતાં જ અંતઃશ્રેતનામાં શાંતિ અને સુખનું પૂર આવે છે. બધી જ બાજુએથી સુખ જ સુખ વરસે છે. સમસ્ત પ્રકૃતિ દરેક ક્ષણે મન - અંતઃકરણને સુખથી ભીંજવતી રહે છે.

સમર્પણ, શ્રમશીલતાની સાથેસાથે શિષ્ય દરેક ક્ષણે જાગૃત રહેવું પાણ જરૂરી છે. તેણે હંમેશાં સજાગ રહેવું પડે છે કે ક્યાંક કોઈ ખરાબ વિચાર, કોઈ ખરાબ ભાવ તો તેના અંતઃકરણમાં ઉછરી રહ્યો નથીને ! કોઈ પાપ તેની અંતર્યેતનામાં અંકુરિત તો થઈ રહ્યું નથીને ! જે કે શ્રદ્ધાળુ શિષ્યમાં આ પ્રકારની સંભાવના ઓછી છે, પરંતુ વાતાવરણનો કુપ્રભાવ ક્યારેક પાણ, કોઈની ઉપર પાણ હાવી થઈ શકે છે. આ સમસ્યાનું સમાધાન સૂત્ર એક જ છે, સ્વયં પ્રત્યે કઠોરતા, અન્ય પ્રત્યે ઉદારતા. બીજા પ્રત્યે હંમેશાં પ્રેમપૂર્ણ વ્યવહાર કરનારા સાધકને પોતાના પ્રત્યે હંમેશાં કઠોર રહેવું પડે છે. હંમેશાં પોતાના વિષયમાં સાવધાની વર્તવી પડે છે.

અંતર્મનમાં વર્ષોના જન્મના સંસ્કાર છે. તેમાં ભલાઈ પાણ રહેલી છે અને બૂરાપાણું પાણ. પ્રકૃતિએ થર બનાવી આની ઘણી જ રહસ્યમય વ્યવસ્થા બનાવી છે. ઉપર ઉપરથી આને જાણવું, ઓળખવું, સમજવું સરળ નથી. આ કોયડાને ઉકેલવામાં ભારે મુશ્કેલી પડે છે. જે ખૂબ ધ્યાનપરાયણ છે, જેમનું પોતાના ગુરુ પ્રત્યેનું સમર્પણ સાચું અને નિષ્ઠાપૂર્વકનું છે તેવા જ આની જાળમાંથી બચી શકે છે, નહિ તો અચાનક

અને એકાએક જ આની અંદર ફસાઈને પોતાનું અને પોતાની સાધનાનું સત્યાનાશ કરે છે.

પૌરાણિક સાહિત્યમાં આવી ઘણી જ કથાવાર્તા છે, જે વાંચવાથી ખબર પડે છે કે ઘણા જ સમર્થ સાધક વર્ષોની નિરંતર સાધના કરવા છતાં એક દિવસ અચાનક પોતાનું અને પોતાની સાધનાનું સત્યાનાશ કરી બેઠા. મહર્ષિ વાલ્મીકિ રામાયણના આદિકાંડમાં બ્રહ્મર્ષિ વિશ્વામિત્રની કથા કંઈક આવી જ છે. ત્રિશંકુને સદેહે સ્વર્ગ મોકલનારા વિશ્વામિત્રને પોતાની સાધનામાં ઘણીવાર સ્ખલિત થવું પડ્યું. આવું ફક્ત એટલા માટે થયું, કેમકે તેઓ પોતે જાગૃત ન હતા. શિષ્યનું પહેલું અને અનિવાર્ય કર્તવ્ય છે કે તે પોતાના ગુરુદેવના આદર્શને હંમેશાં પોતાની સામે રાખે.

ગુરુચેતનાના પ્રકાશમાં હંમેશાં સ્વયંની કસોટી કરતો રહે કે ક્યાંક કોઈ લાલસા, વાસના ઉછરતી તો નથી ને ! ક્યાંક કોઈ ઈચ્છા તો ઊગતી નથી ને ! જે આવું હોય તો તે પોતાની મનઃસ્થિતિને કઠિન તપ કરીને બદલી નાંખે. તે પરિસ્થિતિઓમાંથી સ્વયંને દૂર કરી લે, કેમકે પાપનો નાનો સરખો અંકુર પાણ ચિનગારી જેવો છે, જેનાથી જ્ઞેતજ્ઞેતામાં સમસ્ત તપ-સાધના ભસ્મ થઈ શકે છે. એટલા માટે શિષ્યો માટે મહાન સાધકો દ્વારા એ જ નિર્દેશ છે કે જીવનની તૃષ્ણા અને સુખની ઈચ્છાથી હંમેશાં દૂર રહો. આ સૂત્રને અપનાવીને જ શિષ્ય હંમેશાં આત્મિક પ્રગતિના પથ પર આગળ વધી શકે છે.

(કમશઃ)

તે દિવસોમાં ઈટાલી અને ઓસ્ટ્રીયા વચ્ચે ભયંકર યુદ્ધ ચાલી રહ્યું હતું. જીતવાની ધૂનમાં આગળ વધવાનું અને શત્રુ સૈનિકોને મારવાનું ઝનૂન બંને પક્ષે સવાર હતું, પરંતુ મૃતકો અને ઘાયલોની દેખભાળની ચિંતા કોઈ પણ પક્ષને ન હતી. તે સૌને દયાની દશામાં પડ્યા રહેવું પડતું હતું.

આ સમસ્યા પર જીનીવા બેંકના એક કર્મચારી જીન હેનરી રૂમાએ ભાવનાપૂર્ણ મનઃસ્થિતિથી વિચાર કર્યો અને તાત્કાલિક ઉપાય વિચાર્યો. તેમણે નોકરી છોડી દીધી. ફ્રાંસીસી ડાલજીરિયામાં એક ફાર્મ ખરીદ્યું અને બંને પક્ષોનો સંપર્ક સાધીને એ વાત પર સહમત કર્યા કે ઘાયલોની ચિકિત્સા અને મૃતકોની અંત્યેષ્ટિની સુવિધા તેને આપવી જોઈએ. આ પ્રયાસનું નામ આપવામાં આવ્યું 'રેડકોસ'. આની શરૂઆત સૌ થઈ નાના રૂપમાં, પરંતુ ત્યાર પછીનાં થતાં યુદ્ધમાં તેની ઉપયોગિતા ઘણી જ વધી ગઈ. અનેક દેશોની સરકારોએ તેમાં સહયોગ આપ્યો. એક આચારસંહિતા તૈયાર થઈ કે યુદ્ધ ક્ષેત્રમાં ઘાયલોને ઉપાડવા ઉપયોગમાં લેવાતાં રેડકોસનાં વાહનોને કોઈ રોકશે નહીં. રેડકોસની સ્થિતિ આજે ઘણી જ સમુન્નત છે. આનું શ્રેય રૂમાને છે, જેને નોબલ પુરસ્કાર પણ મળ્યો.



# ગુરુકૃપા એ ભગવાના મહાસિદ્ધ



ગુરુગીતાના મહામંત્રોમાં અધ્યાત્મવિદ્યાનાં ન સમજાય તેવાં ગહન રહસ્યો સમાયેલાં છે. યોગ, તંત્ર અને વેદાંત જેવી દરેક પ્રકારની સાધનાઓ આ મહામંત્રોના આશ્રયમાં અતિ સરળ થઈ જાય છે. આયું હોવા છતાં પણ દરેક વ્યક્તિ આ સત્યને સમજી શકતી નથી. જેમની પાસે ગુરુભક્તિ દ્વારા મળેલી દિવ્યદષ્ટિ છે, તેમની જ અંતઃશ્ચેતનામાં આ તત્ત્વ ઉજાગર થાય છે. ગુરુદેવ ભગવાન પ્રત્યેની શ્રદ્ધા અતિ ગાઢ હોય તો પછી સાધકને એ વાતની પ્રત્યક્ષ અનુભૂતિ થઈ જાય છે કે વિશ્વ-બ્રહ્માંડમાં જે ક્યાંક કશુંક પણ છે તો તે મારા ગુરુદેવમાં જ છે. એમનાં જ ચરણોમાં દરેક પ્રકારની સાધનાઓ સિદ્ધિદાયી સાબિત થાય છે.

આ તત્ત્વકથાની પાછલી કડીમાં એ જ્ઞાન કરાવવામાં આવ્યું હતું કે ગુરુદેવ સાકાર હોવા છતાં પણ નિરાકાર છે. તેઓ પરાત્પર (શ્રેષ્ઠમાં શ્રેષ્ઠ) પ્રભુ ત્રિગુણમય કલેવરને ધારણ કરવા છતાં પણ સર્વથા ગુણાતીત છે. પોતાનાં વાસ્તવિક રૂપમાં નિર્ગુણ અને નિરાકાર ગુરુદેવનો મહિમા અનંત છે. તેઓ જ સદાશિવ સર્વવ્યાપી વિષ્ણુ અને સૃષ્ટિકર્તા બ્રહ્મા છે. આવા દયામય ગુરુદેવને પ્રાણામ કરવાથી જીવને સંસારમાંથી મુક્તિ મળે છે. આ સત્યને વિવેકવાન વિરલા જ સમજી શકે છે. વિવેક નહીં હોય તો આ સત્ય પ્રગટ થવા છતાં પણ સમજાશે નહીં. પરમ કૃપાળુ સદ્ગુરુના ચરણ જે દિશામાં બિરાજે છે, તે દિશામાં ભક્તિપૂર્વક પ્રાણામ કરવાથી શિષ્યનું દરેક પ્રકારે કલ્યાણ થાય છે.

ગુરુદેવ ભગવાનના મહિમામય સ્વરૂપના અન્ય રહસ્યમય આયામને પ્રગટ કરતા ભગવાન સદાશિવ આદિમાતા જગદંબાને કહે છે -

તસ્યૈ દિશે સતતમંજલિરેષ આયૈ  
પ્રક્ષિપ્યતે મુષ્પરિતો મધુષૈર્બુધૈશ્ચ ।  
જગર્તિ યત્ર ભગવાન ગુરુચકવર્તી,  
વિશ્વોદયપ્રલયનાટક નિત્યસાક્ષી ॥૫૧॥  
શ્રીનાથાદિગુરુત્રયં ગાગપતિં પીઠત્રયં ભૈરવં,  
સિદ્ધોધં બટુકત્રયં પદ્યુગં દૂતીકમં મંડલમ્ ।  
વિરાન દ્વયષ્ટ-ચતુષ્ક-ષષ્ટિ નવકં વીરાવલીપચ્ચક્રં,  
શ્રીમન્માલિની મંત્ર રાજસહિતં વન્દે ગુરોર્મણ્ડલમ્ ॥૫૨॥

ગુરુતત્ત્વના રહસ્યને પ્રગટ કરનારા આ મહામંત્રોમાં અનેક રીતની સાધનાઓનાં રહસ્યોનું ગૂઢ સંકેતોમાં વર્ણન છે. ભગવાન ભોલેનાથની વાણી શિષ્યો સમક્ષ એ રહસ્યને પ્રગટ કરે છે કે 'ગુરુદેવ ભગવાનમાં સાધના, સાધ્ય અને સિદ્ધિના બધા જ મર્મ સમાયેલા છે. ગુરુદેવ સૃષ્ટિમાં ચાલી રહેલ ઉત્પત્તિ અને પ્રલય રૂપ નાટકના નિત્ય સાક્ષી છે. તેઓ જ સંપૂર્ણ સૃષ્ટિના ચક્રવર્તી સ્વામી છે. આવા ગુરુદેવ ભગવાન જે પણ દિશામાં બિરાજતા હોય, તે દિશામાં વિદ્વાન શિષ્યએ મંત્રોચ્ચારપૂર્વક સુગંધિત પુષ્પોની અંજલિ સમર્પિત કરવી જોઈએ. ૫૧.

'શ્રી ગુરુદેવ જ પરમગુરુ તથા પરાત્પર ગુરુ છે. તેમની અંદર ત્રણે નાથ ગુરુ આદિનાથ, ગુરુ ગોરક્ષનાથ અને મત્સ્યેન્દ્રનાથ બિરાજેલા છે. તેમનામાં જ ભગવાન ગાગપતિનો વાસ છે. તે પરમ પ્રભુમાં તંત્ર સાધનાની ત્રણ રહસ્યમય પીઠ-કામરૂપ, પૂર્ણાંગિરિ એ જાલંધર પીઠ સમાયેલ છે. મન્મથ આદિ અષ્ટ ભૈરવ, દરેક મહાસિદ્ધોનો સમૂહ, તંત્ર સાધનામાં સર્વોચ્ચ કહેવાતું વિરંચિ ચક્ર તેમાં જ છે. સ્કંદાદિ બટુકત્રય, યોન્યામ્બાદિ દૂતીમંડળ, અગ્નિમંડળ, સૂર્યમંડળ, સોમ મંડળ, આદિ મંડળ, પ્રકાશ તથા વિમર્શના યુગમ પદનું રહસ્ય આની જ અંદર છે. દશવીર, ચોસઠ જોગાણીઓ, નવ મુદ્રાઓ, પંચવીર તથા અથી ક્ષ સુધીની બધી જ માતૃકાઓ અને માલિની ચંત્ર ગુરુદેવના ચેતનામંડળમાં જ સ્થિત છે. દરેક તત્ત્વોથી યુક્ત ગુરુ મંડળને હું વારંવાર પ્રાણામ કરું છું. ૫૨.

ગુરુગીતામાં જાણાવવામાં આવેલું આ સત્ય કોઈ પણ રીતે બુદ્ધિગમ્ય નથી. બુદ્ધિપરાયાણ, તર્કશીલ વ્યક્તિ આને સમજી શકતી નથી. પરંતુ ? શા માટે ? અને કેવી રીતે ? જેવા પ્રશ્નોનું ધુમ્મસ રચીને તે અનુભવી શકાતું નથી. એને તો એ જ જાણી શકે છે, સમજી શકે છે અને આત્મસાત્ કરી શકે છે, જે સાધનાની કેડી ઉપર ઘણે લાંબે સુધી ચાલી ચૂક્યા છે. આવા સાધનાપરાયાણજનો માટે જ ગુરુદેવનો આ મહિમા નિત્ય અનુભવની વસ્તુ બની જાય છે. મહાન અધોરી સંત બાબા કીનારામના સાધના અનુભવ દ્વારા આ વાતને ઘણી જ સ્પષ્ટપણે જાણી-સમજી શકાય છે. સિદ્ધો-સંતોમાં બાબા કીનારામનું નામ ઘણું જ આદરપૂર્વક લેવામાં આવે છે. બાબા કીનારામનો મોટા ભાગનો સમય કાશીમાં પસાર થયો. તે

અધોર તંત્રના મહાન સિદ્ધ હતા. તેમના ચમત્કારો, અતિ પ્રાકૃતિક રહસ્યોના વિષયમાં અનેક દંતકથાઓ કહેવા-સાંભળવામાં આવે છે.

બાબા કીનારામ ઉત્તરપ્રદેશ રાજ્યના ગાજીપુરના રહેવાસી હતા. તેમનામાં જન્મ-જન્મમાંતરના સાધના સંસ્કાર હતા. વિવેકસાર ગ્રંથમાં તેની જીવનકથાનું વિસ્તૃત વર્ણન છે. તેમાં લખ્યું છે કે જ્યારે તેઓ જૂનાગઢના પરમ સિદ્ધપીઠ ગિરનાર ગયા ત્યારે તેમને સ્વયં ભગવાન દત્તાત્રેયે દર્શન આપ્યાં અને તેઓએ કીનારામને એક કમંડળ આપતાં કહ્યું, જ્યાં તારી પાસેથી આ કમંડળ કોઈક લઈ લે, ત્યાં જ તું સ્થાયીરૂપે રહેજે અને તેમને જ તારા અધોર ગુરુ બનાવજે. આની સાથેસાથે ભગવાન દત્તાત્રેયે તેમને ગુરુગીતામાં વર્ણવેલ ઉપર્યુક્ત મહામંત્રોના રહસ્યને સમજાવતાં ગુરુમહિમાના વિષયમાં જાણાવ્યું.

કીનારામ જ્યારે કાશી પહોંચ્યા ત્યારે ત્યાં હરિશ્ચંદ્ર ઘાટ ઉપર બાબા કાલુરામ સાથે તેમની મુલાકાત થઈ. પ્રથમ મુલાકાતમાં જ કાલુરામે તેમની અલગ-અલગ રીતે ઘણી બધી પરીક્ષા લીધી. ઘણી જ મુશ્કેલ અને રહસ્યમયી પરીક્ષાઓ પછી તેઓ તેમને શિષ્ય બનાવવા રાજી થઈ ગયા. શિષ્ય બન્યા પછી તંત્ર-સાધનાનું એક પરમ દુર્લભ અને અતિ રહસ્યમય અનુષ્ઠાન કરવાનું હતું. આ અનુષ્ઠાન માટે અનેક પ્રકારની સામગ્રીની જરૂરિયાત હતી. જેમને સાધનાનું થોડુંક પણ જ્ઞાન

હશે, તે જાગૃતા હશે કે તંત્ર-સાધનામાં ઉપયોગમાં આવનારી સામગ્રી કેટલી દુર્લભ હોય છે. પ્રશ્ન હતો, આ સામગ્રી ક્યાંથી અને કેવી રીતે લાવવી ? તંત્ર અનુષ્ઠાનની આ શૃંખલામાં અનેક દેવો, યોગિનીઓને સંતુષ્ટ કરવાનાં હતાં. એકસાથે આ બધું કઈ રીતે થશે ?

આ પ્રશ્નોએ બાબા કીનારામને વ્યાકુળ કરી દીધા. શિષ્યની ચિંતા જોઈ શિષ્યવત્સલ બાબા કાલુરામ દ્રવિત થઈ ઊઠ્યા. તે બોલ્યા, 'ચિંતા શી વાતની કરે છે ? હું છું ને, તું મારી સામે જો, મારી અંદર જો !' તેઓના આમ બોલવાથી બાબા કીનારામે પોતાના ગુરુની સામે જોયું. આશ્ચર્ય ! પરમાશ્ચર્ય !! તંત્ર-સાધનાની બધીજ અધિષ્ઠાત્રી દેવશક્તિઓ મહાસિદ્ધ કાલુરામમાં વિદ્યમાન હતી. બધાંજ તંત્રપીઠ તેમનામાં સમાહિત હતાં. સદ્ગુરુ-ચેતનામાં તંત્ર-સાધનાનાં સમસ્ત તત્ત્વો દેખાતાં હતાં. શિષ્યવત્સલ બાબા કાલુરામની આ અદ્ભુત કૃપા જોઈને કીનારામ ભક્તિવિહ્વળ બની ગયા અને 'ગુરુકૃપા હી કેવલમ્' બોલતા તેમનાં ચરાગોમાં ઢળી પડ્યા. પોતાના સદ્ગુરુના પૂજન દ્વારા જ તેમને તંત્રની સમસ્ત શક્તિઓ, બધીજ સિદ્ધિઓ મળી ગઈ. ગુરુકૃપાએ તેમને અધોરતંત્રના મહાસિદ્ધ બનાવી દીધા. સદ્ગુરુ પૂજનમાં સૌનું યજન છે. દરેક શિષ્ય સાધક આ સાધના રહસ્યને યોગ્ય રીતે સમજી લે.

એક રાજા જંગલમાં ભૂલો પડ્યો. તરસના કારણે વ્યાકુળતા અનુભવતો તે જ્યાં ત્યાં ભટકતો હતો. તેને એક ઝૂંપડી નજરે પડી. તે ત્યાં પહોંચ્યો. ત્યાં એક વૃદ્ધ ખેડૂત બેઠો હતો. બાજુમાં જ શેરડીનું ખેતર હતું. રાજાએ પાણી માંગ્યું. વૃદ્ધ ખેડૂતે બે ચાર શેરડી તોડી, કોલુમાં તેને પીસી, તેના રસમાંથી એક પ્યાલો ભરાઈ ગયો. રાજાએ તે પીધો, તેનું મન પુલકિત થઈ ઊઠ્યું. તેણે વૃદ્ધને પૂછ્યું, 'શું શેરડી ઉપર કર લાગે છે ?' વૃદ્ધ બોલ્યો, 'અમારા રાજા હયાળુ છે. તે અમારી પાસેથી શા માટે કર લે ?' રાજા મનોમન વિચારવા લાગ્યો, 'આવી મીઠી વસ્તુ પર તો કર અવશ્ય લાગવો જોઈએ.' મનમાં સંકલ્પ-વિકલ્પ થવા લાગ્યા. છેવટે કર નાંખવાનો નિશ્ચય કરી લીધો. જતાં જતાં રાજાએ વૃદ્ધને કહ્યું, 'એક પ્યાલો રસનો પીવડાવો.' વૃદ્ધે ફરીથી બેચાર શેરડી તોડી. તેને કોલુમાં નાંખી, પરંતુ રસથી પ્યાલો ભરાયો નહીં. રાજા અચંબામાં પડ્યો, તેણે પૂછ્યું, 'આ શું ? પહેલાં તો રસથી પ્યાલો ભરાઈ ગયો હતો, હવે ન ભરાયો, આમ કેમ ? વૃદ્ધ દૂરદર્શી હતો. તેણે કહ્યું, 'લાગે છે રાજાની નિયત બગડી ગઈ, અભ્યથા આવું ન થાય !' રાજા મનમાં ને મનમાં પસ્તાવા લાગ્યો.

રાજાની નિયતની આવી અસર થતી હોય, તો શું ધર્માધ્યક્ષો, રાજનેતાઓ, અધિકારીઓ અને ગણમાન્ય વ્યક્તિઓના આચરણનો પ્રભાવ સમાજ પર નહીં પડતો હોય ?

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

## ઉદારદાનીઓને સહયોગની માર્મિક અપીલ

જ્ઞાનયજ્ઞનું પ્રથમ સોપાન એ વિચારધારાનું નિર્માણ કરવાનું છે જે મનુષ્યને શારીરિક, માનસિક, આર્થિક, સામાજિક, નૈતિક, ધાર્મિક, વૈજ્ઞાનિક, આધ્યાત્મિક, રાજનૈતિક તેમજ આંતરરાષ્ટ્રીય સમસ્યાઓ પર તાત્વિક દષ્ટિથી વિચાર કરવાની ક્ષમતા તથા સહાયતા પ્રદાન કરી શકે. એવું સાહિત્ય આજે લગભગ નહિવત્ છે જે કોઈ પક્ષપાત વગર વિશુદ્ધ સત્યતા અને વિવેકશીલતાના આધારે આજના યુગમાં ઉત્પન્ન થયેલી અગણિત સમસ્યાઓ પર યોગ્ય રીતે ઉચિત દષ્ટિકોણ સાથે વિચાર કરી શકવાની ક્ષમતા પ્રદાન કરી શકે. સૌ પ્રથમ આ આવશ્યકતાની પૂર્તિ કરવી જરૂરી હતી, જેને પૂજ્ય ગુરુદેવ દ્વારા પૂરી કરવામાં આવી.

જે રીતે ખ્રિસ્તી ધર્મ પ્રચારકોએ પોતાના મંતવ્યને વિશ્વવ્યાપી બનાવવા અને જનમાનસમાં ઉતારવા માટે બાઈબલ તથા અન્ય નાનાં પુસ્તકોને અત્યંત સસ્તી કિંમતમાં કરોડોની સંખ્યામાં છાપ્યાં હતાં, તેવી જ રીતે યુગ સાહિત્યના પ્રચારની પણ વ્યવસ્થા જ્ઞાનયજ્ઞ અંતર્ગત કરવાની છે. લેખનકાર્ય તીવ્ર ગતિથી પરિપૂર્ણ સાહસ અને ઉત્તરદાયિત્વની સાથે અનવરત ચાલી રહ્યું છે. પ્રકાશનમાં આર્થિક મુશ્કેલી પહોંચી ગઈ છે. ફક્ત હિન્દી ભાષામાં નાની સંખ્યામાં આ સાહિત્ય છપાય છે, જે ઘણું જ મોંઘું પડે છે. ભારતની ૧૪ ભાષાઓમાં અનુવાદ તેમજ પ્રકાશન થાય તો આ જ્ઞાનનો પ્રકાશ પ્રત્યેક ભારતવાસી સુધી પહોંચે, એવી જ રીતે સંસારની મુખ્ય સો ભાષાઓમાં આનો અનુવાદ અને પ્રકાશન થાય, તો જ્ઞાનયજ્ઞનો સંદેશ પ્રત્યેક વિશ્વ નાગરિક પાસે પહોંચે. આશા રાખીએ કે જે પરમેશ્વરની પ્રેરણાથી આ જ્ઞાનયજ્ઞ શરૂ થયો તેઓ જ એવાં સાધન પણ બનાવશે, જેના લીધે આ પ્રકાશ એક નાના વર્તુળમાં જ સીમિત બનીને રહી ન જાય.

ઓગસ્ટ, ૧૯૮૩માં પૂજ્ય ગુરુદેવે કહ્યું હતું - 'અમારી બધી જ શક્તિ અમારા વિચારોમાં સીમાબદ્ધ છે. દ્વિયાને

પલટવાનો અમે જે દાવો કરીએ છીએ, તે સિદ્ધિઓ વડે નહીં, અમારા સશક્ત વિચારો વડે કરીએ છીએ. આપ આ વિચારોને ફેલાવવામાં અમારી સહાયતા કરો.'

'અમે આપની આગળ હાથ ફેલાવીએ છીએ - આપનો શ્રમ માગવા માટે, સમય માગવા માટે, આપની ક્ષમતા માગવા માટે, આપની ભાવના માગવા માટે. જે આપ આપશો, તો વિશ્વાસ કરજે કે જે અમારા ખેતરમાં બી વાવશો, તો અમારી જમીન તે ખાઈ જવાની નથી. અમે આપને હજારગણું ફળ ઉગાડીને આપીશું અને આપને ન્યાલ કરી દઈશું.'

પૂ. ગુરુદેવ એપ્રિલ, ૧૯૮૫માં લખે છે - 'મથુરાથી જ આ વિચારક્રાંતિ અભિયાને જન્મ લીધો, જેના માધ્યમથી આજે કરોડો વ્યક્તિઓના મન મસ્તિષ્કને ઉલટાવવાનો સંકલ્પ પૂરો કરી બતાડવાનો અમારો દાવો આજે સાચો પડતો નજરે પડે છે'.

પૂ. ગુરુદેવની ઉપર્યુક્ત આકાંક્ષાની પૂર્તિ માટે જ યુગનિર્માણ યોજના ફેબ્રુઆરી, ૨૦૦૩માં પ્રકાશનતંત્રને મજબૂત બનાવવા ભાવભર્યો અનુરોધ કરવામાં આવ્યો હતો. ગાયત્રી તપોભૂમિ; મથુરા, શાંતિકુંજ-હરિદ્વાર મળીને એક પ્રકાશન તંત્ર ઊભું કરી રહ્યાં છે. સમગ્ર સંપાદન લેખન અને વૈચારિક માર્ગદર્શન તો શાંતિકુંજનું રહેશે, પરંતુ સંપૂર્ણ સાહિત્ય ગાયત્રી તપોભૂમિ, મથુરાથી પ્રકાશિત થશે. અખંડ જ્યોતિ હિન્દી અને અંગ્રેજીમાં તથા વાડમયને બાદ કરતાં વેદ, ઉપનિષદ, દર્શન સહિત યુગ-ચેતનાપ્રધાન સાહિત્ય હવે ગાયત્રી તપોભૂમિ, મથુરાથી છપાશે, આ વ્યવસ્થાના કારણે વાચક પરિજનોને સુવિધા તો થશે જ, સાહિત્ય દેશનાં ખૂણેખૂણે વ્યવસ્થિત રીતે પહોંચશે. પછીથી અન્ય ક્ષેત્રીય ભાષાઓનું પ્રકાશન પણ અહીંથી જ કરવાની યોજના તૈયાર થઈ છે. જેના માટે જે કરોડ રૂપિયા અનુદાન સહયોગની માગ કરવામાં આવી છે. વિસ્તૃત જાણકારી અખંડ જ્યોતિ અને પ્રજ્ઞા અભિયાન

પખવાડિકમાં આપ સૌએ વાંચી જ હશે. તેમજ હજારો પ્રાણવાન પરિજનોને પત્રાચાર દ્વારા પણ અનુરોધ કરવામાં આવ્યો છે.

પૂ. ગુરુદેવ દ્વારા ડિસેમ્બર, ૧૯૬૭માં આર્થિક વિવશતાના વિષયમાં લખવામાં આવ્યું હતું - 'વિવશતામાં શું થઈ શકે. ભીખની ઝોળી ફેરવવાની અમારી આદત નથી. આના લીધે લોકોની શ્રદ્ધા અને અમારી નિષ્ઠા બંનેમાં ઊણપ જણાશે. ફંડફાળો માગનારા લોકો દ્વારા ફેલાવવામાં આવેલ દુર્ગંધને જોતાં તેવું પગલું ઉઠાવવાનું સાહસ જરા પણ થતું નથી. છતાં પણ જરૂરિયાત તો જરૂરિયાત જ છે, તે છે અને રહેશે. આને એ પ્રતિક્ષા માટે અધર લટકાવી છોડી દેવામાં આવી છે કે જોઈએ આપણા પરિવારમાં કેટલીક સહૃદય વ્યક્તિ પણ છે કે નહીં! આપણા કેટલાય પરિજન એવા છે, જેમને સંતાન નથી. છે તો કામઘંધામાં વ્યસ્ત છે. પાસે પૈસા છે. તેને આપવા માટે માસી, ફોઈનાં બાળકોને તો ગણતા રહે છે, પરંતુ દેશ-ધર્મની જરૂરિયાતને ભૂલી જાય છે, આવા લોકો જગી જાય, તો નાના ભામાશાહની ભૂમિકા સંપન્ન કરીને જ્ઞાનયજ્ઞની હવ્ય સામગ્રીનો અભાવ દૂર કરી શકીએ છીએ. આને માટે સદ્બુદ્ધિની પ્રાર્થના જ કરી શકાય છે.'

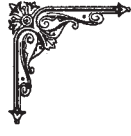
'જો ઈચ્છીએ તો આપણામાંથી જ સાધારણ અને ગરીબ સ્તરના લોકો પણ જ્ઞાનયજ્ઞને પોતાનાં બાળકોમાંનું એક બાળક ગણી શકે છે અને એક બાળક માટે જેટલું પાલન-પોષણ કરવું પડે છે, તેને આ પરમાર્થ કાર્ય માટે ઉપયોગમાં લઈ શકે છે. વાત માત્ર હિંમત અને ઉદારતા લાવવાની જ છે.'

પ્રકાશન તંત્રના વિસ્તારમાં તપોભૂમિનાં ઘણાં જ ભવન, ઓરડાઓનો ઉપયોગ થઈ રહ્યો છે. મશીનો લાવવા માટે નિર્માણ કાર્ય ચાલુ જ છે. હવે મથુરા આવનારા પરિજનોને ઉતારો આપવાના રૂમોની અછત ઊભી થઈ છે. એટલા માટે હમણાં જ એક કરોડની કિંમત ચૂકવી બેંકની મદદથી જમીન ખરીદવામાં આવી છે. આ રીતે હમણાં ત્રણ કરોડ ધનરાશિ આવશ્યક છે. મિશનનાં કાર્યોનો વિસ્તાર થાય છે, તેમ તેમ ધનની જરૂરિયાત પણ વધે છે. ફેબ્રુઆરીથી અત્યાર સુધીમાં

ભાવનાશાળી આત્માઓએ રૂપિયા ૩૦ લાખ સ્વેચ્છાએ મોકલી આપ્યા છે, અમે સૌના હૃદયપૂર્વક આભારી છીએ, પરંતુ આનાથી વ્યવસ્થા થઈ શકતી નથી. કાર્યને રોકી શકાતું પણ નથી.

પૂ. ગુરુદેવની પ્રેરણાથી સમયની માગ અનુસાર દરેક કાર્યો વિશ્વ હિંમતમાં કરવાં જરૂરી છે. મશીનોના ઓર્ડર અપાઈ ચૂક્યા છે. ભવન નિર્માણ થઈ રહ્યું છે, જમીન ખરીદાઈ ચૂકી છે. વર્તમાન કાર્ય પૂર્ણ થયેલી નવી ભૂમિ ઉપર નિર્માણ કાર્ય આપ સૌના સહયોગથી થશે. હાલ પૂરતાં આ કાર્યો બેંકની મદદથી શરૂ કરી દીધાં છે. પૂ. ગુરુદેવના આશીર્વાદથી આપ સૌના સહયોગથી જલદીથી જરૂરિયાત મુજબનું અનુદાન મળી જશે. હવે અમારો પ્રાણવાન પરિજનોને ભાવભર્યો અનુરોધ છે કે ગાયત્રી તપોભૂમિ, મથુરાના દરેક કાર્યમાં ઉદારતાપૂર્વક પ્રસન્નતા સાથે સહયોગ આપવામાં આવે. વિશાળ પરિવારમાંથી ૩૦૦૦ પ્રાણવાન ભાઈ-બહેનો ન્યૂનતમ દસ-દસ હજાર રૂપિયા સ્વયં અથવા દસ ભાઈઓ દ્વારા ૧-૧ હજાર રૂપિયા એકત્ર કરીને મોકલવામાં લાગી પડે, તો આસાનીથી ૩ કરોડ રૂપિયા પ્રાપ્ત કરીને અત્યાર સુધીનાં કાર્યો કરવામાં સમર્થ થઈ શકીએ છીએ. હજારો શક્તિપીઠ, પ્રજ્ઞાપીઠ અને સમર્થ બામાશાહ એવા છે જે દસ હજાર રૂપિયા કરતાં વધુ મોકલવા સમર્થ છે. મિશનના પ્રાણવાન પરિજનોના પરિચિત ભામાશાહ ઉદારદાની સમર્થ પરિવાર પણ છે. તેમને જ્ઞાનયજ્ઞનું મહત્ત્વ સમજવીને અનુદાન મોકલવામાં સહભાગી બનાવી શકાય છે. સ્વેચ્છાએ અત્યાર સુધીમાં ૧ લાખ, ૫૧ હજાર, ૨૫ હજાર જેવી રકમ ભાઈ-બહેનોએ મોકલી આપી છે.

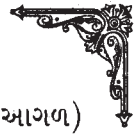
આશા છે કે દરેક પ્રાણવાન પરિજન પોતપોતાના ૧૦-૧૦ સહયોગીઓનો સંપર્ક કરી પૂ. ગુરુદેવની વિચારધારા જન-જન સુધી પહોંચાડવા માટે પ્રકાશન તંત્રને સુદઢ બનાવવા શ્રેય પ્રાપ્ત કરી શકે છે. પોતાના દ્વારા કરવામાં આવેલ પ્રયત્નોની જાણકારી આપતા રહેશો. પૂ. ગુરુદેવના આશીર્વાદ, શક્તિઓ આપને મદદ કરશે. ધનનો સાચા અર્થમાં ઉપયોગ થવાથી દાનદાતાઓને હજારગણો લાભ આત્મસંતોષના રૂપમાં પ્રાપ્ત થશે. છૂ



પરમપૂજ્ય ગુરુદેવની અમૃતવાણી

## અધ્યાત્મ સાધનાનો મર્મ-૨

(ગતાંકથી આગળ)



પાછલા અંક (ઓગસ્ટ - ૨૦૦૩)માં આપ સૌએ પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવના શ્રીમુખેથી જાણ્યું કે ક્રિયાયોગ અને ભાવયોગનું પોતાનું મહત્ત્વ છે. ભજન તો સૌ કરે છે, પરંતુ વાસ્તવિકતાને સમજી ન શકવાના કારણે વ્યર્થ મૃગમરીચિકામાં ગૂંચવાઈને રહી જાય છે. અધ્યાત્મનો મર્મ જાગ્રાવતાં ગુરુવર કહે છે કે ભાવના નહીં હોય ત્યાં સુધી કોઈ કર્મકાંડમાં પ્રાણ નહીં આવે. ભાવનાને કઈ રીતે પરિષ્કૃત કરવી એ તથ્યને આ અંકમાં વાંચો.

સાથીઓ ! અધ્યાત્મના વિષયમાં જે તમે ભાવનાઓને પરિષ્કૃત કરવાની વાત સમજી જશો તો હું સમજી લઈશ કે તમે તમારી પચાસ ટકા મંજિલ પૂરી કરી લીધી છે અને તમને આધ્યાત્મિકતાનો લાભ મેળવવાનો અવસર મળી ગયો છે. જે આ તમને ભારે લાગતું હોય, મુશ્કેલ લાગતું હોય તો તમે તમારા પગ આમાં ન નાખતા. આમાં મોટો ઝગડો છે. સાહેબ ! અમને શી ખબર હતી કે આમાં મોટો ઝગડો છે. અમે તો સમજતા હતા કે હનુમાન ચાલીસા વાંચવાથી હનુમાનજી ખુશ થઈ જાય છે, પરંતુ હવે તેઓ ખુશ નહીં થાય. હા બેટા ! તેં પાંચ પૈસાના હનુમાન ચાલીસા ખરીદી લીધા અને ત્રણ કલાક જપ કરી લીધા, હવે જે ભૂલ થઈ ગઈ તે થઈ ગઈ, હવે તારા પગ પાછા લઈ લે. જિંદગીભર હનુમાન ચાલીસા વાંચવાથી તને કોઈ જ ફાયદો થવાનો નથી. જે હનુમાનજી પાસેથી ફાયદો ઉઠાવવા ઈચ્છે છે તો કર્મકાંડોની સાથેસાથે ભાવાઓનો સમન્વય કર. જે દિવસે આ વાત તારી સમજમાં આવશે, બસ સમજી લેજે કે રસ્તો ખૂલી ગયો. તારે માટે દરવાજા ખૂલી ગયા છે.

### ગીતા અને રામાયણનું શિક્ષણ

મિત્રો ! હવે તો તમે સમજી ગયા હશો કે વાસ્તવિકતા શું છે ? ગીતા અને રામાયણ જેનો અમે અહીંથી પ્રચાર કરીએ છીએ, તે માટેનું વિદ્યાલય અમે અહીં બનાવવાના છીએ. ગીતા અને રામાયણને અમે નિયમિતપણે ભાગાવીશું અને અમને વિશ્વાસ છે કે રામચરિત અને કૃષ્ણચરિતના માધ્યમથી અમે વ્યક્તિ અને સમાજ બંનેની સમસ્યાઓનું સમાધાન કરવામાં સમર્થ થઈશું. વ્યક્તિએ કેવા હોવું જોઈએ ? વ્યક્તિગત જીવનનો પરિષ્કાર કેવો હોવો જોઈએ એ અમે રામાયણના માધ્યમથી લોકોને શીખવાડી દઈશું, એનો અમને પૂરો વિશ્વાસ છે. રામાયણમાં વ્યક્તિ અને પરિવાર બંનેને ઠીક અને સમન્વિત બનાવી શકે તે બધીજ વસ્તુઓ વિદ્યમાન

છે. એટલા માટે અમે રામાયણનો ઉપયોગ કરીશું. ગીતા, ભાગવત તથા કૃષ્ણચરિતનો ઉપયોગ કરીશું.

ભગવાન રામ મર્યાદા પુરુષોત્તમ છે અને કૃષ્ણ પૂર્ણ પુરુષ છે. સામાજિક જીવનમાં મહત્ત્વપૂર્ણ ભૂમિકા નિભાવવા માટે મનુષ્યની નીતિ કેવી હોવી જોઈએ ? સમાજની સાથે પોતાની ડીલિંગ કરવા માટે, લોકવ્યવહાર માટે, સમાજની કુરીતિઓનું સમાધાન કરવા માટે જે જ્ઞાન આપણને કૃષ્ણચરિતમાંથી મળે છે, તે રામચંદ્રજી પાસેથી નથી મળતું. તે એકાંગી છે. પિતાજીએ વનવાસ આપી દીધો. અરે સાહેબ ! પિતાજીએ કાઢી મૂક્યા તો ચાલો જંગલમાં, પિતાજી ભૂલ કરે છે તો કરવા દો. આપણે તો ભૂલ કરવાની ન હોય. અમે તો પિતાજીની આજ્ઞા માનીને જઈશું. તેઓનું જીવન એકાંગી છે ? કોનું ? રામનું. પ્રજ્ઞના હિતનું ધ્યાન રાખવું જોઈએ, પ્રજ્ઞનું કહેવું માનવું જોઈએ, એ બરાબર છે, પરંતુ સીતાજી સાથે અન્યાય શા માટે કરવો જોઈએ ? આ એકતરફી જીવન છે. એકાંગી જીવનમાં રામે મર્યાદાઓનું પાલન કર્યું.

### પૂર્ણપુરુષ શ્રીકૃષ્ણ

કૃષ્ણ ! કૃષ્ણને આપણે પૂર્ણ પુરુષ કહીએ છીએ. પૂર્ણ પુરુષ શા માટે ? કેમકે તેમના જીવનમાં બધીજ વાતોનો સમન્વય છે. જ્યાં તે ત્યાગની જરૂરિયાત સમજ્યા છે, સેવાની જરૂરિયાત સમજ્યા છે, દાન આપવાની જરૂરિયાત સમજ્યા છે, દરેકને દાન આપતા રહ્યા છે. તેમણે નિસ્પૃહ યોગીની માફક જીવન જીવ્યું અને જ્યાં તેમણે જરૂરિયાત સમજી ત્યાં ચાલાક સાથે ચાલાકી, બેઈમાન સાથે બેઈમાની અને જૂઠા સાથે જૂઠાની ભૂમિકા નિભાવી છે. ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ પૂર્ણ વ્યક્તિ છે, પૂર્ણ પુરુષ છે.

મિત્રો ! બંને ગ્રંથોના માધ્યમથી હવે અમે સમાજને નૂતન રૂપે ઉઠાવવા માટે તૈયાર થઈ ગયા છીએ, પ્રતિબદ્ધ થઈ ગયા છીએ. અમે લોકોને રામચરિત ભાગાવીશું, જે

અત્યારે સુધી તેઓ ભણ્યા જ નથી. હવે અમે 'હરે રામા, હરે કૃષ્ણા'નું આંદોલન નવી રીતે ચલાવીશું. અમે લોકોને એ બતાવીશું કે તાળી વગાડીને, ખંજરી વગાડીને, કરતાલ વગાડીને અને આમ તેમ કૂદકા મારીને રામના થવાતું નથી. 'હરે રામા, હરે કૃષ્ણા'ની પાછળ જે એક પ્રેરણા છે, જે એક દિશા છે, જે ભાવના છે, જે ચેતના છે, જે આગ તેની પાછળ સળગી રહી છે, તેનાથી આપણે ગરમ થવું પડશે. એટલા માટે અમે રામચરિત અને કૃષ્ણચરિતના માધ્યમથી હવે ઊભા થયા છીએ.

રામચરિત અને કૃષ્ણચરિતના વિષયમાં જે પુસ્તકો અમે પસંદ કર્યાં છે, તે વિષયમાં એકવાર હું ચૂપચાપ વિચાર કરવા લાગ્યો કે અરે ભાઈ આ શાનાં પુસ્તકો છે, ગીતા લડાઈ-ઝગડાનું પુસ્તક છે? ધત્ તેરી કી! ક્યાં એક બાબુ 'દ્યૌ શાંતિ અંતરિક્ષા ૧૦ શાંતિ ....'નાં પુસ્તકો વાંચવા નીકળ્યા છો અને હવે બીજી બાબુ લડાઈ-ઝગડાનાં પુસ્તકો લઈને નીકળી પડ્યા છો લોકોને ભણાવવા. અરે રામચંદ્રના જીવનમાં બધુંજ લડાઈ-ઝગડા ભર્યું પડ્યું છે. વિશ્વામિત્ર તેમને પોતાને ત્યાં લઈ ગયા અને ત્યાં તેમણે તાડકાને મારી, સુબાહુને માર્યો, મારીચિને માર્યો, ખરદૂષણને માર્યો, મેઘનાદને માર્યો, કુંભકર્ણને માર્યો અને રાવણને માર્યો. મારકાટ-મારકાટ ચારે તરફ મારકાટ જ છે. ધત્ તેરી કી! આ કઈ જાતનું પુસ્તક લઈ આવ્યા ગુરુજી? પહેલાં તો આપ શાંતિના પુસ્તકો લઈ આવતા હતા, પરંતુ હવે તો આપ અશાંતિનું પુસ્તક લઈ આવ્યા છો. શાંતિકુંજમાં અશાંતિનું પુસ્તક! બેટા! તો હું શું કરી શકું! આપણા ઋષિઓએ એવું જ જાણાવ્યું હતું કે રામચંદ્રજીનું જીવન આ રીતે જાણવું જોઈએ.

### ગીતાનો મર્મ

મિત્રો! જ્યારે ભગવાન શ્રીકૃષ્ણનું પુસ્તક વાંચ્યું ત્યારે જાણ્યું કે ભાઈ! આ શું ચક્રર છે? આ બધી શી ગરબડ થઈ ગઈ છે? અર્જુન તો બિચારો કહેતો હતો કે હું તો ચાની કેન્ટિન ચલાવીશ અને ગુજરાન કરીશ અને મારી મસ્તીમાં જીવીશ. અમે તો હોટલ ચલાવીશું અને ચણા મમરા વેચીશું અને રોજના પચ્ચીસ રૂપિયા કમાઈશું. ઘણાં લોકો હોટલ ચલાવે છે. અમે પણ અમારાં બાળકોનું પોષણ કરી લઈશું. આપ અમને લડાઈ ઝગડામાં શા માટે ફસાવો છો? આ સાંભળી ભગવાન શ્રીકૃષ્ણ અર્જુન ઉપર ગુસ્સે થયા અને ખૂબ ગાળો આપી અને કહ્યું, તું ડરપોક છે; નપુંસક છે, તું આવો છું, તું તેવો છું. હજાર ગાળો સંભળાવી અને હજાર ખુશામત પણ કરી. કહ્યું, મર્યા પછી ચારે તરફ તારો સુચશ

ગૂંજી ઊઠશે. તેમણે કહ્યું -

'હતો વા પ્રાપ્સ્યસિ સ્વર્ગ જિત્વા વા ભોક્ષ્યસે મહીમ્ ।  
તસ્માદુત્તિષ્ઠ કૌન્તેય પુદ્ગાય કૃતનિશ્ચયઃ ॥'

કેવી કેવી ચાલાકીઓ, કેવી કેવી વાતો કરી કે તું જીતીશ તો રાજ બની જઈશ અને મરી જઈશ તો મોક્ષ મળશે. કેવી કેવી વાતો જાણાવી અને જ્યારે ન માન્યો ત્યારે કહેવા લાગ્યા કે તું કાયર છે, નપુંસક છે, ઉલ્લુ છે, બેવકૂફ છે. ચાલ-લડાઈ કર, મર. જ્યારે અર્જુનનો વિવેક જાગૃત થયો, ત્યારે તેણે કહ્યું - 'કરિષ્થે વચનં તવ' જેવું આપ કહેશો તેવું જ હું માનીશ અને કરીશ.

અરે બાબા! આ કોનું પુસ્તક છે? બેટા, આ લડાઈનું પુસ્તક છે, ઝગડાનું પુસ્તક છે, મારો-કાપોનું પુસ્તક છે, લોહી વહાવવાનું પુસ્તક છે. તો મહારાજજી! આપ શાંતિકુંજમાં ખૂન-ખરાબાનું પુસ્તક લઈ શા માટે ફરો છો? બેટા! આ વાતની જરૂરિયાત હતી. પછી હું એ વાત ઉપર વિચાર કરવા લાગ્યો કે શું ગીતાનું પુસ્તક વાંચવાની મારે જરૂર હતી ખરી? લોકોને ભણાવવાની કે બતાવવાની જરૂર હતી?

### અમે તો ક્ષત્રિય છીએ

શું વાત જાણાવવી જોઈતી હતી? આપ કોણ છો? અમે તો સાહેબ! યદુવંશી રાજપૂત છીએ. તો તમારામાંથી કોઈ બ્રાહ્મણ પણ છે ખરું? ના સાહેબ! બ્રાહ્મણ તો નથી. સારું તો કોઈ વાણિયા હશે, કોઈ પોરવાલ હશે, અગ્રવાલ હશે, ખંડેલવાલ હશે આપમાંથી કોઈ? ના સાહેબ! અમે કોઈ ખંડેલવાલ નથી, અમારામાંથી કોઈ અગ્રવાલ નથી. તો તમારામાંથી કોઈ પંડિતજી હોઈ શકે છે, કોઈ ગૌડ, કાન્યકુબ્જ, સનાઢ્ય, સારસ્વત તો હશે જ! ના મહારાજજી! અમે તો એ પણ નથી. અમે તો ક્ષત્રિય છીએ. રામ અને કૃષ્ણ બંને જાણ, જેનું ચરિત્ર અમે તમને ભણાવવાના છીએ, જેમના વિશે અમે તમને જાણાવવાના છીએ અને જેના અમે તમને અનુયાયી બનાવવાના છીએ અને જેના તમને અનુચર બનાવવાના છીએ, તે કોણ હોઈ શકે છે? તે બહાદુર હોઈ શકે છે. ક્ષત્રિયનો અર્થ અમારે નાત-જાત સાથે નથી. નાત જાતનો હું આગ્રહી નથી. આપ સૌ અમારા રસોડે જમો છો મેં ક્યારેય પૂછ્યું તમને કે તમે વાણિયા છો કે શૂદ્ર છો કે રાજપૂત, આપ કોણ છો? આપ ઈન્સાન છો અને ભગવાનના ભક્ત છો અને ગાયત્રીના ઉપાસક છો. આટલો જ પરિચય મારે માટે પૂરતો છે.

મિત્રો! જ્યારે મેં ગાયત્રી તપોભૂમિમાં હજાર કુંડીય

યજ્ઞ કર્યો હતો ત્યારે એક વાર પંડાઓ જોડે ઝગડો થઈ ગયો. પંડાએ કહ્યું, કે આના ચેલાઓને ભડકાવવા જોઈએ અને કહેવું જોઈએ કે આ તો બ્રાહ્મણ નથી. તો કોણ છે ? સુથાર છે. સુથાર એટલે કોણ ? જે લાકડાંનો ધંધો કરે છે. આ એ જ છે અને હવે બામાણ બની ગયો છે. લોકોએ મને પૂછ્યું, કેમ સાહેબ ! તમે તો સુથાર છો ! ના બેટા, તારી સમજવામાં ભૂલ થઈ છે. તો કોણ છો તમે ? તમારી જાત શું છે ?

### અમે તો ધોબી અને ભંગી છીએ

કોઈ મારી જ્યારે સારી જાત વિશે પૂછે તો હું કહું છું કે ધોબી છું અને જ્યારે ખરાબ જાત વિશે જાણવા ઈચ્છે ત્યારે કહું છું કે હું ભંગી છું. તો ગુરુજી ! આપ ધોબી અને ભંગી કઈ રીતે ? બેટા, ધોબી એવી રીતે કે હું કપડાં ધોવા ઈચ્છું છું અને ભંગી એ રીતે કે જાજરૂ સાફ કરવા ઈચ્છું છું. મારો હેતુ એક જ છે - હું ઝાડુ લઈને અવતરિત થયો છું, સાવરાણો લઈને અવતરિત થયો છું. મન-મસ્તિષ્કની અંદરના અને બહારના હિસ્સાની સફાઈ સિવાય મારા અવતરણનો બીજો કોઈ જ હેતુ નથી. મેં મારી પોતાની સફાઈ તથા બીજાની સફાઈ કરવાના સોગંદ લીધા છે. મારાં કપડાં ધોવાના તથા અન્યનાં કપડાં ધોવાના મેં સોગંદ લીધા છે. એટલા માટે મારે ધોબી હોવું જોઈએ. અચ્છા, તો આપ બ્રાહ્મણ છો ? બેટા, હું નથી કહેતો, કેમકે બ્રાહ્મણ હોવાના નામે જો તું મારી પૂજા કરી રહ્યો છે તો ન કરતો. જો તે મને એવું સમજીને ગુરુદીક્ષા લીધી છે કે હું પંડિત છું, બ્રાહ્મણ છું, તો બેટા, હું ના પાડું છું અને મારી ગુરુદીક્ષા પાછી લઉં છું. અને તે જે સવા રૂપિયો ગુરુદીક્ષામાં આપ્યો હતો, તે પણ તું પાછો લઈ જા. એટલા માટે જન્મના આધારે ચર્ચા નથી કરતો. હું આ વાત કર્મના આધારે કહું છું. મનુષ્ય જાતિના આધારે નહીં, પોતાના કર્મના આધારે બ્રાહ્મણ-ક્ષત્રિય બને છે. એ જ સનાતન સત્ય છે.

### અધ્યાત્મ એક પ્રકારનું સમર

મિત્રો ! કર્મના આધારે પ્રત્યેક અધ્યાત્મવાદીએ ક્ષત્રિય થવું જોઈએ કેમકે, 'સુખિનઃ ક્ષત્રિયાઃ પાર્થ લભન્તે યુદ્ધમીદશમ્' એટલે કે આ પ્રકારનું યુદ્ધ તો ભાગ્યશાળી ક્ષત્રિય જ લડે છે. બેટા, અધ્યાત્મ એક પ્રકારની લડાઈ છે. સ્વામી નિત્યાનંદજીનું બંગાળી પુસ્તક છે 'સાધના સમર'. 'સાધના સમર' અમે વાંચ્યું, ઘણું જ ગજબનું પુસ્તક છે. મારા ખ્યાલમાં કદાચ હિંદીમાં આનો અનુવાદ થયો નથી.

તેમણે આનાથી દુર્ગાનો, ચંડીનો અને ગીતાનો મુકાબલો કર્યો છે. દુર્ગા સપ્તશતીમાં સાતસો શ્લોક છે. દુર્ગા સપ્તશતીમાં અઠાર અધ્યાય છે, ગીતાના પણ અઠાર અધ્યાય છે. તેમણે જેમના તેમ દરેકે દરેક શ્લોકને ગીતા સાથે મેળવી દીધા છે અને કહ્યું છે કે સાધના વાસ્તવમાં સમર છે. સમર એટલે લડાઈ, મહાભારત. આ મહાભારત છે, આ લંકાકાંડ છે. આની અંદર શું કરવાનું હોય છે ? પોતાની જાત સાથે લડાઈ લડવાની હોય છે, પોતાની જાતે જ માર ખાવાનો હોય છે, પોતાની જ ધોલાઈ કરવાની હોય છે અને પોતે જ પોતાની સફાઈ કરવાની હોય છે. સ્વયંની સાથે કડકાઈપૂર્વક વર્તવું પડે છે.

આપણે બહારનાની સાથે જેટલું પણ નરમ વર્તન કરી શકીએ તેટલું કરવું. અન્યને સહાયતા કરી શકતા હો, તેમને ક્ષમા કરી શકતા હો, ઉદાર થઈ શકતા હો-બીજાને સુખી કરવા માટે પણ જે કાંઈ કરવું પડે, તે કરો. પરંતુ પોતે પોતાની સાથે તો હંમેશાં કડક જ રહેવાનું છે. આપણી શારીરિક વૃત્તિઓ અને માનસિક વૃત્તિઓની વિરુદ્ધ આપણે જલ્લાદની જેમ, કસાઈની જેમ એવી રીતે ઊભા થઈ જવાનું કે હું તને મારીને જાંપીશ, તને મસળીને જાંપીશ, તને કચડી નાંખીશ. આપણી ઈન્દ્રિયો પ્રત્યે આપણી બગાવત આ પ્રકારની હોવી જોઈએ અને પોતાની મનઃસ્થિતિ વિરુદ્ધ બગાવત આ સ્તરની હોવી જોઈએ. આપણે આપણી માનસિક કમજોરીઓને સમજીએ, ફક્ત સમજીએ જ નહીં, ફક્ત ક્ષમા ન માંગતાં હંમેશને માટે તેને દૂર કરીએ. ગુરુજી, માફ કરો. બેટા, માફ કરવાથી અહીં કોઈ લાભ નથી, અંગ્રેજોના જમાનામાં જ્યારે કોંગ્રેસનું આંદોલન શરૂ થયું હતું, ત્યારે એ પ્રકારનું પ્રચલન હતું કે માફી માગો, પછી જ છૂટવાની વાત કરો. જ્યારે અંગ્રેજોએ જોયું કે આ તો માફી માગીને છૂટી જાય છે અને ફરીથી પાછા આવી જાય છે. તેમણે કહ્યું આ ઠીક નથી, પાંચ હજાર રૂપિયાના જમીન લાવો. જે જમીન લાવશે તેને જ અમે છોડીશું, નહીં તો નહીં છોડીએ. એ રીતે માફી મળી શકતી નથી. પછી પાંચ પાંચ હજારની જમીન શરૂ થઈ. જેમને જરૂરી કામ હતાં, તેમને તે પ્રકારની જમીન ઉપર છોડી દેતા હતા. પછી પાંચ હજારની ઈન્કવાયરી શરૂ થઈ. તેમને સી.આઈ.ડી.એ રિપોર્ટ આપ્યો કે સાહેબ, આ જમીન ઉપર તો જતા રહે છે, પરંતુ પાંચ હજાર કરતાં વધારેનું તમારું નુકસાન કરતા જાય છે.



પછી તો તેમણે જામીન પણ બંધ કરી દીધા.

### સ્વયં સાથે કડક થાવ

મિત્રો ! ભગવાને પણ એવું કર્યું છે કે માફી આપવાનો રોડ-રસ્તો બંધ કરી દીધો છે. કોઈને તો માફ કરો ગુરુજી ! અહીં માફી કેવી - દંડ ભોગવ. એના માટે શું કરવાનું ? પોતાની સાથે કડક થવાના કસમ જે દિવસે તમે ખાશો, જે દિવસે તમે પ્રતિજ્ઞા કરશો કે મારી કમજોરીઓ પ્રત્યે કડક બનીશ, પોતાની શારીરિક કમજોરીઓ પ્રત્યે અને પોતાની માનસિક કમજોરી પ્રત્યે કડક બનીશ. બેટા, બંને ક્ષેત્રોમાં એટલી કમજોરીઓ ભરેલી પડી છે કે એણે આપણું ભવિષ્ય બરબાદ કરી નાંખ્યું. અધ્યાત્મ અહીંથી શરૂ થાય છે. અહીંથી જ ભગવાનને માનવાની વાત શરૂ થાય છે, ભગવાનનું દર્શન શરૂ થાય છે. અંગારા ઉપર ચઢેલી રાખને જે રીતે આપણે સાફ કરીએ અને તે ચમકવા લાગે છે, તેવી જ રીતે આપણા આત્મા પર મલીનતાનો થર ચઢી ગયો છે. મલીનતાના આ થરને આપણે સાફ કરતા જઈશું ત્યારે અંદર બેઠેલા ભગવાનનો, આત્માનો સાક્ષાત્કાર થઈ શકે છે.

### મંત્ર નહીં, મર્મથી જાગો

કેમ સાહેબ લક્ષ સાબુથી અમે કપડાં ધોઈએ કે હમામથી ધોઈએ કે સર્ફથી ધોઈએ. બેટા, મારું માથું ન ખા. તું ઈચ્છે તો સર્ફથી ધોઈ શકે છે, લક્ષથી - સમ્રાટથી ધોઈ શકે છે, હમામથી ધોઈ શકે છે, મીઠાથી, અરીઠાથી ધોઈ શકે છે. મહારાજજી ! શું ગાયત્રી મંત્રથી મારો ઉદ્ધાર થઈ જશે ? ચંડીના મંત્રથી ઉદ્ધાર થઈ જશે અથવા હનુમાનજીના મંત્રથી ઉદ્ધાર થઈ જશે ? બેટા, આમાં બસ એટલો જ ફર્ક છે જેટલો સર્ફ અને સનલાઈટમાં ફર્ક હોય છે, બીજી કોઈ વિશેષ વાત નથી. હનુમાનજીના મંત્રથી પણ સાફ થઈ શકે છે. તું

હિંદુ હોઈશ કે મુસલમાન તો પણ સાફ થઈ શકશે. બસ તું યોગ્ય રીતે ઉપયોગ કર. ગુરુજી ! ગાયત્રી મંત્ર દ્વારા મુક્તિ મળી જાય છે કે 'રામ રામાય નમઃ' થી ! બેટા, હું તો આ બધાથી ઘણો જ આગળ નીકળી ચૂક્યો છું. હવે હું એ ચર્ચા કરવા નથી ઈચ્છતો કે ગાયત્રી મંત્રનો જાપ કરશો તો તમારી મુક્તિ થશે અને હનુમાનજીનો જાપ કરશો, તો મુક્તિ નહીં થાય. બેટા, બધાંજ ભગવાનનાં નામ છે. સાબુમાં ફક્ત લેબલનો ફર્ક છે, અસલમાં તેનો ઉદ્દેશ્ય એક જ છે.

મિત્રો ! સાધનાનો ઉદ્દેશ્ય એક છે કે આપણી આંતરિક મનઃસ્થિતિની સફાઈ થવી જોઈએ, જે આપણા શરીરની વિકૃતિઓ અને માનસિક વિકૃતિઓ માટે જવાબદાર છે. આપણી શારીરિક અને માનસિક વિકૃતિઓ જ છે, જેણે આપણી અને ભગવાનની વચ્ચે એક દીવાલ ઊભી કરી છે. જે આપણે આ દીવાલને દૂર કરી શકતા નથી, તો આપણી પરોશમાં બેઠેલા ભગવાનનો આપણે સાક્ષાત્કાર કરી શકતા નથી. બેટા, ભગવાનમાં અને આપણામાં દીવાલનો ફર્ક છે, જેના લીધે ભગવાન આપણાથી કેટલા દૂર છે ? ગુરુજી ! ભગવાન તો લાખો-કરોડો કિ.મી. દૂર રહે છે ! ના બેટા, કરોડો કિ.મી. દૂર નથી રહેતા. તે તો આપણાં હૃદયની ધડકનમાં રહે છે, વાયુરૂપે આપણા સ્વાસમાં પ્રવેશે છે. આપણી નસોમાં ગંગા-જમુનાની જેમ જ તેનું જીવન પ્રવાહિત છે. આપણો પ્રાણ ભગવાન છે અને આપણાં રોમ-રોમમાં તે સમાયેલા છે. તો દૂર કઈ રીતે થયા ? દૂર એ રીતે થયા કે આપણી અને ભગવાનની વચ્ચે એક દીવાલ ઊભી થઈ ગઈ. તે દીવાલને તોડવા માટે જે છીણી-હથોડીનો ઉપયોગ કરવો પડે છે તેનું નામ છે પૂજા અને પાઠ.



મહાયાજક શાલ્વનેકનું આગમન અનાયાસે જ થયું. શ્રેષ્ઠી ઉદયને તેમનો યોગ્ય સ્વાગત-સત્કાર કર્યો. બીજા દિવસે જ્ઞાન-દીક્ષાનો ક્રમ શરૂ થયો.

મહાયાજકે પોતાની અનેક સંગ્રહીત વિદ્યાઓનો પરિચય આપતા રહી ઉદયને પૂછ્યું કે જેમાં પણ રુચિ રાખતા હો તે વિષયમાં પૂછો અને જાણકારી મેળવો.

શ્રેષ્ઠીએ પૂછ્યું, 'શું એવું સંભવ છે કે આપે જે જે જાણ્યું છે, તેનો મૂળ આધાર જ મને જણાવવાનો અનુગ્રહ કરી શકું ?

મહાયાજક અવલવમાં પડ્યા, ધીરે ધીરે માથું હલાવતા હતા. તેમની મુશ્કેલી દૂર કરવા માટે ઉદયને ઘરમાં ઉપયોગમાં આવતાં અનેક પાત્ર, ઉપકરણ પ્રસ્તુત કરી દીધાં, અને પછી પૂછ્યું, 'દેવ ! આ બધાને શું એક જ રથમાં ભરીને લઈ જઈ ન શકાય ?' શાલ્વનેકની આંખો ખૂલી ગઈ, તેમણે નવચેતના અનુભવી અને કહ્યું, 'આવું થઈ શકે છે. એક જ આત્મજ્ઞાનના સમુદ્રમાં જ્ઞાનની સમસ્ત સરિતાઓનો સમાવેશ થઈ શકે છે. હું હવે એને જ મેળવીશ અને જ્યારે પ્રાપ્ત કરી લઈશ ત્યારે તમારી જ્ઞાન-દીક્ષાનું સાહસ કરીશ.'

## વિચારક્રાંતિના અગ્રદૂત - વોલ્ટેચર

પેરિસના એક મકાનમાં વૃદ્ધ પિતા પોતાના પુત્રને સમજાવી રહ્યા હતા, 'જે બેટા ! હજુ તને જિંદગીનો અનુભવ નથી. પેરિસમાં કેટલાય લેખકો છે, જેમને ભૂખે મરવું પડે છે. બીજી જૂન સિવાય તમને એક ટંક ભરપેટ ભોજન પણ મળતું નથી. તારે આ જિંદ છોડી દેવી જોઈએ અને માટું કહેવું માનીને વકીલાત શીખવી જોઈએ.'

'વકીલાતથી હું મારા પોતાના માટે અને તમારા માટે એક આલીશાન ભવન અને નોકર-ચાકર ભલે ખરીદી લઉં, પરંતુ જે આ દિવસોમાં જનમાનસના ચિંતનમાં આવેલી પતન-પ્રક્રિયાને દૂર કરવામાં નહીં આવે તો આપણી આજુબાજુ ભૂખ અને પીડાથી કણસતાં બાળકોના ચિત્કાર સાંભળીને શું આપણે સુખેથી રહી શકીશું ?' નવયુવકનો આ તર્ક એની જગ્યાએ ખૂબ જ સચોટ હતો. પિતા એના તર્કોનો ઉત્તર તો આપી શકતા ન હતા. પરંતુ તેમનાથી એ પણ થઈ શકતું ન હતું, કે પોતાના આ તેજસ્વી દીકરાને દુનિયાદારીથી વિમુખ થતો જોઈ શકે. પિતાએ ગમે તેમ કરીને પોતાના દીકરાને કાયદાની કોલેજમાં દાખલ કરી દીધો. નવયુવકે કાયદાની પરીક્ષા પાસ કરી દીધી. પરંતુ વકીલાત ન કરી. તે એ પણ જાણતો હતો, કે જે પેરિસમાં જ રહેવું પડ્યું, તો પિતાની ઈચ્છા આગળ મસ્તક નમાવવું પડશે. એટલા માટે તેણે ફ્રાન્સના રાજનીતિ વિભાગમાં નોકરી શરૂ કરી અને તે નોકરીના ક્રમમાં હોલેન્ડ ચાલ્યો ગયો.

હોલેન્ડમાં તેને પોતાની કિશોરાવસ્થાનું લક્ષ્ય પૂરું કરવા માટે સાહિત્ય સાધનાનો પર્યાપ્ત અવસર મળ્યો. થોડા દિવસો પછી જ્યારે તે યુવાલેખક ફ્રાન્સ પરત આવ્યો ત્યાં સુધીમાં કલમ સાથેનો તેનો સંબંધ એટલો ગાઢ બની ચૂક્યો હતો કે લાખ પ્રયત્નો કરવા છતાં પણ તેના પિતા તે સંબંધ તોડી ન શક્યા અને નવયુવક લેખકે પણ પિતાની તમામ ધમકીઓ છતાં પોતાનો સંકલ્પ ન છોડ્યો. પિતાએ તેને ત્યાં સુધી કહ્યું કે જે તે આ જિંદ ન છોડી તો હું તને મારી મિલકતમાંથી એક પાઈ પણ નહીં આપું અને આખું જીવન

તને મારો ત્યજેલો પુત્ર સમજાશ.

તે યુવક એ ધમકી આગળ પણ ન ઝૂક્યો અને ત્યારથી શરૂ કરીને જીવનપર્યન્ત સાહિત્યસાધના કરતો રહ્યો. આ ઘટના આજથી અઢીસો વર્ષ પહેલાંની છે. લેખકનો વ્યવસાય આજે પણ લાભદાયક નથી, તો પછી એ વખતે આમાં કેટલું જોખમ હશે એ કહેવું અઘરું છે, પણ એક ઉદ્દેશ્ય માટે, સમાજમાં વિવેક અને વિચારશીલતા વિકસિત કરવા માટે એ યુવાલેખક પોતાની પરિવારથી માંડીને શાસનતંત્ર સુધ્ધાંનો વિરોધ સહન કરવા છતાં પણ સાહિત્ય સાધનામાં લાગેલો રહ્યો અને લગભગ એકસો કવિતાઓ, વાર્તાઓ, નવલકથાઓ, નાટક અને નિબંધોનાં પુસ્તકો લખી નાખ્યાં. ફક્ત પુસ્તકો જ ન લખ્યાં, પરંતુ ફ્રેન્ચ સાહિત્ય અને ફ્રાન્સના ઈતિહાસમાં પોતાનું નામ અમર કરી દીધું.

એ સમર્થ પુરુષનું નામ હતું વોલ્ટેચર. વોલ્ટેચરે જે યુગમાં જન્મ લીધો તે અંધકારનો યુગ હતો. રાજતંત્રથી માંડીને ધર્મક્ષેત્ર સુધ્ધાં દરેક સ્થાનો પર અંધર ચાલતું હતું. સમાજ મુખ્યત્વે બે ભાગોમાં વહેંચાયેલો હતો. એક પ્રભુત્વસંપન્ન અને બીજો આશ્રિત અને આજ્ઞાકારી વર્ગ. પ્રભુત્વસંપન્ન રાજ્યાધિકારી જે કહેતા હતા, તેને નાગરિકો જેમનું તેમ માની લેતા ભલે પછી તેમાં પોતાનું કે સમાજનું ગમે તેટલું અહિત કેમ ન થતું હોય અને ધર્મ પુરોહિતો પ્રત્યેની અંધશ્રદ્ધા તો ચરમસીમા પર હતી, છતાં પણ મુશ્કેલી એ હતી, કે આ બંને ક્ષેત્રોમાં ધૂર્ત, સ્વાર્થી અને ચાલાક વ્યક્તિઓ ઘૂસી ગઈ હતી, જે બંને હાથે જનતાને લૂંટી રહી હતી.

વોલ્ટેચરે તે વખતના સમાજનું નજીકથી અધ્યયન કર્યું અને જાણ્યું કે આ અંધકાર યુગ અને ખંચતાણનું એકમાત્ર કારણ છે - 'જન સાધારણમાં વિવેકશીલતાનો અભાવ.' એટલા માટે જ તેમણે થોડા સમજદાર થતાંની સાથે જ સમાજમાં વિચારશીલતા જગાડવા અને વિવેકની સ્થાપના કરવા માટે સાહિત્ય સેવાને પોતાના જીવનનું

લક્ષ્ય બનાવ્યું. જે સમયે તેમના પિતાનું તેમના પર વકીલાત શરૂ કરવા માટે દબાણ થઈ રહ્યું હતું, તે સમયે તેમની ઉંમર વીસ વર્ષની હતી, પરંતુ એ કાચી ઉંમરમાં જ વોલ્ટેયર તો સંકલ્પ કરી લીધો હતો, કે ભૂખે મરી જઈશ, પણ કરીશ તો સાહિત્યની સેવા જ.

વોલ્ટેયરે પોતાની કલમના માધ્યમથી તત્કાલીન સમાજના દોષો તરફ ઈશારો કરવાની શરૂઆત કરી. તેનું અસલ નામ ફાંકઈ ભારી આરૂઈ હતું અને આરંભમાં તેણે એ જ નામથી લખ્યું. તેની અભિવ્યક્તિ એટલી મર્મસ્પર્શી અને એટલી તીક્ષ્ણ હતી કે વાંચનાર-સાંભળનારનું હૃદય વીંધી નાંખતી હતી. ત્યારે ફ્રાન્સમાં પણ અશિક્ષિતોની ઘણી સંખ્યા હતી. શિક્ષિત વ્યક્તિઓ તો તેમનાં પુસ્તકો વાંચીને સ્વતંત્ર દષ્ટિ અપનાવવાની પ્રેરણા ગ્રહણ કરતી જ હતી, પરંતુ અશિક્ષિત વ્યક્તિઓનો પણ એક મોટો વર્ગ હતો, જેને જાગૃત કરવાનું પણ આવશ્યક હતું. આ વર્ગ સુધી જાગૃતિનો સંદેશ પહોંચાડવા માટે વોલ્ટેયરે રંગમંચનું માધ્યમ અપનાવ્યું. તેમણે નાટકો લખ્યાં અને રંગમંચ પર ભજવી બતાવ્યાં. પુસ્તકીય વિચારોની જેમ રંગમંચ પર પણ તેમની પ્રેરણો પ્રખર બનતી જતી હતી. પરિણામે એક બાજુ તેમના દ્વારા ભજવાતાં નાટકો લોકપ્રિય થતાં ગયાં, તો બીજી બાજુ તેઓ જનમાનસને પોતાના લેખો અને નાટકો દ્વારા પ્રભાવિત કરવા લાગ્યા. તેમનાં કેટલાંક નાટકોથી એવી જાગૃતિ આવી કે સ્વાર્થી તત્ત્વો ભયભીત થઈ ઊઠ્યાં. એ દરમિયાન તેમના દ્વારા લખવામાં આવેલું એક એવું કટાક્ષનાટક મંચ પર ભજવવામાં આવ્યું, જેમાં તે વખતની શાસનવ્યવસ્થા પર આકરા પ્રહારો કરવામાં આવ્યા હતા. જે અનિચ્છનીય તત્ત્વો વિરુદ્ધ તેઓ જનમત જાગૃત કરવામાં લાગેલા હતા તેઓ ગભરાઈ ગયા અને તેમણે વોલ્ટેયર પર એક એવો આરોપ લગાવ્યો જેનાથી તેમને જેલની સજા થઈ. જેલમાં જ તેમણે પોતાનું નામ ફાંકઈ ભારી આરૂઈ બદલીને 'વોલ્ટેયર' રાખી લીધું અને એ જ નામથી કવિતાઓ લખતા રહ્યા. જેલમાં એ જ નામથી કવિતાઓનાં બે પુસ્તકો તથા એક મહાકાવ્ય લખી નાખ્યાં.

જે લોકોએ આરોપ લગાવીને તેમને જેલમાં પુરાવ્યા

હતા તેઓ સમજી રહ્યા હતા, કે જેલમાંથી છૂટ્યા પછી વોલ્ટેયરની અક્કલ ઠેકાણે આવી જશે, પરંતુ વોલ્ટેયર આવી કાચી માટીના બનેલા નહતા. લોકપ્રિય તો તેઓ પહેલેથી જ રહ્યા હતા, પરંતુ જેલની ઘટનાએ તેમને વધુ લોકપ્રિય બનાવી દીધા. જેલમાંથી છૂટીને આવ્યા પછી જ્યારે પહેલીવાર તેમણે પેરિસમાં નાટકની રજૂઆતની જાહેરાત કરી. તો દર્શકોની ભીડ ઊમટી પડી. એ એક જ નાટક પેરિસમાં સળંગ દોઢ માસ સુધી ભજવાતું રહ્યું અને દરરોજ પ્રેક્ષકગૃહ દર્શકોથી ખીચોખીચ ભરેલું રહેતું હતું. વોલ્ટેયરના પિતા જે આરંભમાં તેમને આ નકામા ધંધામાં ન ફસાવા માટે દબાણ કર્યા કરતા હતા, તેઓ પોતાના પુત્રની કીર્તિ સાંભળીને ભાવવિભોર થઈ ઊઠ્યા. નારાજ રહેવાને કારણે પુત્ર સાથે કોઈ સંબંધ ન રાખવા છતાં પણ તેઓ નાટક જોવા માટે નાટ્યગૃહમાં આવ્યા અને ત્યાં વોલ્ટેયરનો અભિનય જોઈને તેમને છાતીએ લગાવી દીધા. નાટકો લખવાથી અને તેનું પ્રદર્શન કરવાથી વોલ્ટેયરને આવક પણ સારી થતી હતી, પરંતુ પૈસા કમાવા એ તેમનો ઉદ્દેશ્ય ક્યારેય ન રહ્યો. એટલા માટે એ પૈસાને તેમણે પોતાની પાસે ભેગા પણ ન કર્યા. જે પૈસા આવે તેને આગળના પ્રદર્શનની તૈયારીમાં ખર્ચી નાખતા અને દુઃખી-કષ્ટપીડિત લોકોની સહાયતા માટે વહેંચી દેતા. આવી રીતે તેમનામાં ઉદારતાનો પણ સમાવેશ થયો. પોતાના માટે ઓછામાં ઓછું ખર્ચ કરવાની કંઠૂસાઈ અને બીજાને યોગ્ય સહાયતા માટે મન મૂકીને સહયોગ આપવાની પ્રવૃત્તિએ એમની લોકપ્રિયતામાં પણ ચાર ચાંદ લગાવી દીધા અને તેમના વ્યક્તિત્વને પણ પ્રાગવ્યાન બનાવ્યું.

તેમની લોકપ્રિયતાથી ગભરાયેલી ખાનદાન વ્યક્તિઓએ ધર્યંત્ર રચીને તેમને ફરીથી જેલમાં મોકલી દીધા. આ વખતે ફ્રાન્સની સરકારે તેમને જેલમાંથી એ શરતે છોડ્યા કે તેઓ આ દેશ છોડીને ક્યાંક બીજે ચાલ્યા જાય. વોલ્ટેયરે ઈંગ્લેન્ડ જવાનો નિશ્ચય કર્યો. ત્યાં સુધી તેમને અંગ્રેજી ભાષા બિલકુલ આવડતી ન હતી. પ્રવાસ દરમિયાન જ તેમણે અંગ્રેજી ભાષા શીખી લીધી તથા ઈંગ્લેન્ડ જઈને અંગ્રેજી સાહિત્યનું સારી રીતે અધ્યયન કર્યું. ઈંગ્લેન્ડમાં તેઓ ત્રણ વર્ષ સુધી રહ્યા અને ત્યાં પણ

તેમણે પોતાની સ્વતંત્ર અભિવ્યક્તિ અને પ્રગતિશીલ વિચારો દ્વારા જનજાગરણનો શંખનાદ કર્યો. ફ્રાન્સ સરકારને જ્યારે એ ખબર પડી કે વોલ્ટેયર ઈંગ્લેન્ડમાં પાણ એ જ કામ કરી રહ્યા છે અને તેનાથી તેમના દેશની બદનામી ઈંગ્લેન્ડમાં થઈ રહી છે, ત્યારે તેમને પેરિસ પાછા બોલાવી લીધાં. જે વખતે તેઓ સ્વદેશ પરત આવ્યા તે વખતે તેમની ઉંમર માત્ર ૩૫ વર્ષની હતી.

સ્વદેશ પરત લાવવા માટે આમંત્રિત કરતી વખતે એવું વિચારવામાં આવ્યું હતું કે શાસનની ઉદારતાથી પ્રભાવિત થઈને વોલ્ટેયર પાછાની ગતિવિધિઓનું પુનરાવર્તન નહીં કરે, પરંતુ એ તો સત્ય અને વિવેકના પૂજારી હતા. કોઈ સુવિધાઓ મળતાં પોતાના આદર્શોનું ખંડન કરવું તેમને સ્વીકાર્ય નહતું. તેથી ફરીથી પહેલાંની જેમ જનજાગૃતિના કામમાં લાગી ગયા. ઈંગ્લેન્ડથી આવ્યા પછી તેમનું એક પુસ્તક પ્રકાશિત થયું. 'લેટર્સ ઓન ધ ઈંગ્લીશ'. આ પુસ્તકમાં ફ્રાન્સના પ્રભુત્વવાળાં ખાનદાન કુટુંબો અને ધર્મ પુરોહિતોના અત્યાચારો પર નિર્મમ પ્રહારો કરવામાં આવ્યા હતા અને તેમની વિરુદ્ધ સંઘર્ષ છોડવાનું આહ્વાન કરવામાં આવ્યું હતું. જોતજોતામાં આ પુસ્તકની તમામ નકલો વેચાઈ ગઈ. સરકારને જ્યારે ખબર પડી કે વોલ્ટેયરનું આવું કોઈ વિસ્ફોટક પુસ્તક પ્રકાશિત થયું છે, તો તરત જ એવો આદેશ આપવામાં આવ્યો, કે પુસ્તક જ્યાં પાણ જોવા મળે, તેને ઝૂંટવી લઈ, ખુદ્દી જગ્યામાં સળગાવી દેવામાં આવે. કેટલીક વ્યક્તિઓએ તેમની વિરુદ્ધ આરોપનામું મૂકવાની રજૂઆત કરી. વોલ્ટેયરને ખ્યાલ આવી ગયો, કે તેમને ફરી જેલમાં જવું પડે તેમ છે, તો તેઓ ચૂપચાપ ફ્રાંસથી ભાગી નીકળ્યા અને જર્મની ચાલ્યા ગયા.

થોડાક દિવસ સુધી તેઓ જર્મનીના સમ્રાટ ફ્રેડરિકના અતિથિ રહ્યા અને હવે અત્યાર સુધી તો મામલો શાંત પડી ગયો હશે, એમ માનીને વોલ્ટેયર ફરી પાછા ફ્રાન્સ જવાની તૈયારી કરવા લાગ્યા. જ્યારે તેઓ જર્મનીની સરહદ પાર કરી રહ્યા હતા, ત્યારે તેમને ખબર પડી, કે ફ્રાન્સની સરકારે તેમને દેશનિકાલ થયેલા જાહેર કર્યા છે અને પાછા ફ્રાન્સમાં દેખાય, તો પ્રાણહંડની સજા આપવાનો નિર્ણય કર્યો છે. આથી તેઓ પોતાનું ગંતવ્ય બદલી સ્વિટ્ઝરલેન્ડ ચાલ્યા

ગયા અને ત્યાં રહેવા લાગ્યા. શોષિત અને પીડિત વ્યક્તિઓમાં જીવનચેતના ફૂંકવા માટે જ જાણે વોલ્ટેયરે જન્મ લીધો હતો. તેમની કલમ સ્વિટ્ઝરલેન્ડમાં પાણ આગની જ્વાળાઓ ઓકવા લાગી. તેનો અપેક્ષિત પ્રભાવ પાણ પડતો દેખાવા લાગ્યો અને જન-જાગરણનાં ચિહ્નો દેખાવા લાગ્યાં. વોલ્ટેયરની કલમની તીક્ષ્ણ આગીથી ગભરાઈને લાગતાવળગતા લોકોએ તેમને પાછા મોકલવાનો પ્રયત્ન કર્યો. તેના માટે વોલ્ટેયરને ધનની લાલચ પાણ આપવામાં આવી અને જનથી મારી નાખવાની ધમકી પાણ આપવામાં આવી, પરંતુ સિદ્ધાંતો પર દૃઢ અને આદર્શો પ્રત્યે નિષ્ઠાવાન વોલ્ટેયર ન તો એવી લાલચથી લોભાયા કે ન તો ધમકી આગળ ઝૂક્યા. તેમની કલમ બરાબર આગ ઓકતી રહી અને સૂતેલાં અંતઃકરાણોમાં નવા પ્રાણ ફૂંકતી રહી.

તેઓ જીવનના અંત સુધી કાર્યરત રહ્યા. કામ એ જ તેમનો આનંદ હતો. જીવનના અંતિમ દિવસોમાં વોલ્ટેયર જો કે બીમાર રહેવા લાગ્યા હતા, પરંતુ તેમની સાહિત્ય સાધના ત્યારે પાણ અવિરત ચાલતી રહી. ૮૩ વર્ષની ઉંમરે તેમને પેરિસ જવાની ઈચ્છા થઈ. ડૉક્ટરોએ કહ્યું કે સ્વાસ્થ્યની સ્થિતિ જોતાં આ યાત્રા ન કરવી જોઈએ, પરંતુ 'કર્મ' અને 'સંઘર્ષ'ને જ પોતાનો મંત્ર માનનાર વોલ્ટેયર માટે રોગ કે મૃત્યુના ભયથી કોઈ યોજના સ્થગિત કરી દેવી, એ તેમની પ્રકૃતિની વિરુદ્ધ હતું. એટલા માટે તેમણે પેરિસ જવાની તૈયારી કરી અને મૃત્યુ પહેલાં તેઓ છેલ્લી વાર ફ્રાન્સ ગયા. વોલ્ટેયરના આવવાના સમાચાર સાંભળી પેરિસવાસીઓ તેમનું સ્વાગત કરવા માટે ભેગા થયા. તેમનું ભવ્ય સ્વાગત કરવામાં આવ્યું. તેના થોડા દિવસ પછી જ સને ૧૭૭૮માં તેમનું મૃત્યુ થઈ ગયું. મૃત્યુ પહેલાં પોતાના સેક્રેટરીને નોંધ કરાવેલ વક્તવ્યમાં તેમણે પોતાના સમગ્ર જીવનનો નિષ્કર્ષ તારવીને મૂકી દીધો. તેમણે લખ્યું હતું - 'હું ઈશ્વરની ઉપાસના કરતાં કરતાં, પોતાના મિત્રોને પ્રેમ કરતાં કરતાં, મને શત્રુ સમજનારાઓ પ્રત્યે કોઈ પાણ પ્રકારનો ઘૃણાભાવ ન રાખતાં અને અવિવેક, અંધવિશ્વાસ અને અન્યાયને ઘૃણિત સમજીને મૃત્યુનું આલિંગન કરું છું.'

## સંકલ્પોમાંથી મુક્તિ મળે તો યોગ સિદ્ધ થાય

(આત્મસંયમ યોગ નામના શ્રીમદ્ ભગવદ્ ગીતાના છઠ્ઠા અધ્યાયની યુગાનુકૂળ વ્યાખ્યા-પ્રથમ હપતો)

શ્રી ગીતાજીના પ્રથમ છ અધ્યાય કર્મયોગ પ્રધાન છે, એ તથ્ય સૌ જાણીએ છીએ. છતાં પાગ યોગેશ્વર અનેક જગ્યાએ જ્ઞાન અને ભક્તિનો મહિમા દર્શાવતા જાય છે. યોગત્રયીનું ગૂંથન-પારસ્પરિક સમન્વયાત્મક પ્રતિપાદન જે સુંદર રીતે થયું છે, તેમાં જ આ કાવ્યની વિશેષતા છે. દરેક વ્યક્તિ માટે આ શ્લોકો તથા તેની વ્યાખ્યાના માધ્યમથી જીવન જીવવાનું વિધિવત્ માર્ગદર્શન છે. અર્જુન યુદ્ધક્ષેત્રમાં જ્યારે શ્રીકૃષ્ણનું શિષ્યત્વ સ્વીકારી લે છે (શિષ્યસ્તેડહ શાધિ માં ત્વાં પ્રપન્નમ્ - ૨/૭/૨) ત્યારે શ્રીકૃષ્ણ તેને ઉપદેશ આપે છે. 'તતો યુદ્ધાય યુજ્યસ્વ નૈવં પાપમવાપ્સ્યસિ' કહીને તેઓ તેને વારંવાર કર્મયોગમાં તત્પર થવા કહે છે. તો શું યુદ્ધ જ એકમાત્ર કર્મ છે ? ભગવાન અર્જુનના માધ્યમથી કર્મોનું જીવનમાં મહત્ત્વ, કર્મ-અકર્મ-વિકર્મની વ્યાખ્યા-દિવ્ય કર્મીઓનાં લક્ષણ, યુગધર્મને અનુરૂપ કર્મ-યજ્ઞરૂપી સત્કર્મ તથા ગૌરવપૂર્વક વિસ્તૃત વિવેચન આપાગે સૌ જનસામાન્ય સ્તરના જિજ્ઞાસુ સાધકો માટે પ્રસ્તુત કરે છે. પહેલાથી પાંચમા અધ્યાયની યાત્રામાં તેમણે કેવળ 'સ્થિતપ્રજ્ઞ'ની વિસ્તારથી વ્યાખ્યા જ કરી નથી, પાગ સૃષ્ટિની ઉત્પત્તિ-યજ્ઞ અને યજ્ઞીય જીવનનું મહત્ત્વ તથા જ્ઞાન દ્વારા મળનારી પરમ શાંતિનો બોધ પાગ કરાવ્યો છે. હવે કર્મયોગની પરાક્રમ્ણાએ પહોંચીને યોગેશ્વર 'આત્મસંયમ યોગ' નામે ઓળખાતા બ્રહ્મવિદ્યાના યોગશાસ્ત્રની વ્યાખ્યા પર આવે છે. સમયને સાધ્યા વગર ન તો અર્જુન સાધક બની શકશે - દિવ્ય કર્મી બની શકશે - ન આપાગે, આપાગને સૌને આત્મસંયમનો મર્મ સમજાવવા માટે યુદ્ધ ભૂમિમાં બંને સેનાઓની વચ્ચે ઊભેલા શ્રીકૃષ્ણ ઘણું સરસ પ્રતિપાદન પ્રસ્તુત કરે છે.

### સંયમ મનના મહિમાનો યોગ

આ છઠ્ઠા અધ્યાયમાં શ્રીકૃષ્ણએ ક્યાંય યુદ્ધની ચર્ચા કરી નથી. પરંતુ યુદ્ધ તો એ જ કરી શકે છે જે એકાગ્રતા કેળવી શકતો હોય, મનને કાબૂમાં રાખી શકતો હોય, બળ ધરાવતો હોય તથા સમાન બુદ્ધિ રાખી દરેક વસ્તુનું અવલોકન કરી શકતો હોય. જીવન સંગ્રામ પાગ આવી જ વ્યક્તિ જીતી શકે છે. જીવન જીવવાની કળાની ધરી છે આત્મસંયમયોગ. દરેક પળે-દરેક સ્વાસે જીવનને કઈ રીતે જીવી શકાય, તેની વ્યાખ્યા આ અધ્યાયમાં કરવામાં આવી છે. આ અધ્યાયમાં અર્જુન શ્રીકૃષ્ણને બે વાર ટોકે છે, પોતાની જિજ્ઞાસાઓ જાગાવે છે. એક રીતે જોવા જાવ તો તે જિજ્ઞાસા આપાગા સૌની પાગ છે. તેને સમ્યક્ સમાધાન મળે છે - જીવન જીવવાની દૃષ્ટિ મળે છે તેમજ

યો માં પરથતિ સર્વત્ર સર્વ ચ મયિ પરથતિ ।

તસ્માદ્ ન પ્રાગ્શ્યામિ સ ચ મે ન પ્રાગ્શ્યતિ ॥ ૬/૩૦

જેવા સુવિખ્યાત શ્લોકરૂપી આસ્વાસનની સાથે તે તપસ્વી અને યોગાભ્યાસી વચ્ચેનું અંતર જાગવા મળે છે. યોગીજનોમાં - દિવ્યકર્મીઓમાં પાગ શ્રીકૃષ્ણને ભક્તિ માર્ગ

પર ચાલનારા વધુ પ્રિય છે, તે પાગ અંતિમ શ્લોકમાં ઉદ્ઘાટિત થાય છે.

'આત્મસંયમયોગ' નામના આ અધ્યાયમાં કર્મયોગ વિશે તથા યોગારૂઢ પુરુષનાં લક્ષણ વિશે જાગાવતા રહ્યા છે. સાથેસાથે આત્મોદ્ધાર માટે પ્રેરાગા તથા ભગવત્ પ્રાપ્ત પુરુષની વિશિષ્ટતાઓ પાગ જાગાવી છે. ધ્યાનયોગની વ્યાખ્યા વિસ્તારપૂર્વક કરી છે. ધ્યાન કઈ રીતે કરી શકાય-વિચારોનું કઈ રીતે સુનિયોજન કરવું, મનનો નિગ્રહ કઈ રીતે સાધવો, એની ચર્ચા આ અધ્યાયમાં ખૂબ સ્પષ્ટરૂપે પ્રસ્તુત કરવામાં આવી છે. અંતમાં યોગબ્રહ્મ પુરુષની કેવી ગતિ થાય છે તથા મરાગોત્તર જીવનમાં તેની કેવી સ્થિતિ થાય છે, એ સમજાવીને ધ્યાન યોગનો મહિમા સમજાવતાં સમાપન કરે છે. સંક્ષેપમાં આ છે એ સુડતાલીસ શ્લોક ધરાવતા એક મહત્ત્વપૂર્ણ અધ્યાયનું સિનોપ્સિસ.

આ અધ્યાયમાં આપાગે પ્રવેશ કરી રહ્યા છીએ ત્યારે પ્રથમ આપાગે તેના મર્મને સમજી લઈએ. અહીં ઉતાવળમાં યુદ્ધની મનોભૂમિમાં વિચાર વ્યક્ત કરવામાં આવ્યા નથી, પરંતુ ખૂબ જ શાંતિથી ધીરેધીરે બુદ્ધિપૂર્વક વિચારીને સ્થાપિત

કરવામાં આવ્યા છે. આ અધ્યાયને સમજી લેનારાને પછી એક દિવ્યકર્મી શ્રેષ્ઠ યોગી બનવામાં કોઈ સંશય રહેતો નથી. ધ્યાનના વિષયને લગતા ઘણા ખોટા ભ્રમને આ અધ્યાયના માધ્યમથી નિર્મૂળ કરવામાં આવ્યા છે. આપણા પ્રિય વિષય પ્રત્યે શ્રીકૃષ્ણનો ભાવ આ અધ્યાયમાં અગાઉ ગુસ્સો કરનાર ગુરુ જેવો નથી, પરંતુ ખૂબ પ્રેમપૂર્વક-શાંતભાવે તેમણે અર્જુનને સમજાવવાનો પ્રયત્ન કર્યો છે. જ્યારે પહેલા અને બીજા અધ્યાયમાં તેના મનનો વિષાદ બહાર આવ્યો હતો - ત્યારે શ્રીકૃષ્ણએ ગુસ્સે થવું પડ્યું હતું, તેઓ ઉશ્કેરાઈ ગયા હતા પરંતુ અહીં તેઓ પાર્થની જ નહીં, આપણા સૌની માનસિક દુર્બળતાઓને ધ્યાનમાં રાખીને ખૂબ વિસ્તારથી (માત્ર સૂત્રરૂપે નહીં) તથા સ્નેહભાવથી તેનું સમાધાન શોધી કાઢે છે. તેઓ જાણાવે છે કે સમસ્ત ભ્રાન્તિઓનું - મનની ચંચળતાઓનું સમાધાન ધ્યાન છે. જે ધ્યાનયોગ યોગ્ય રીતે સમજી લીધો - આહાર - વિહારના નિયમોનું પાલન કર્યું - ભગવદ્ ભક્તિનો આશ્રય લીધો તો આલોક-પરલોક બંને યોગ્ય બની રહશે. ધ્યાનની ધરી છે પોતાનો જ પોતાની ઉપરનો સંયમ.

### એક સાચા યોગીની પરિભાષા

આ અધ્યાયનો શુભારંભ એક સાચા યોગી-આધ્યાત્મિક જીવન જીવનારા દિવ્યકર્મીની પરિભાષાથી થાય છે. ત્રિપુંડધારી, ચાખડી પહેરીને, જાતજાતના ઢોંગ રચીને ભગવાં કપડાં પહેરનારો સંન્યાસી નથી બની જતો, આ તથ્ય મર્મ દ્વારા સમજાવતાં શ્રીકૃષ્ણ સંન્યાસી-યોગીની પરિભાષા પોતાના પ્રિય શિષ્યને જાણાવે છે. પહેલો શ્લોક આ પ્રમાણે છે -

અનાશ્રિતઃ કર્મફલં કાર્ય કર્મ કરોતિ યઃ ।  
સ સંન્યાસી ચ યોગી ચ ન નિરગ્નિર્ન ચાક્રિયઃ ॥ ૬/૧  
હવે આનો શબ્દાર્થ જોઈએ -

શ્રી ભગવાન ઉવાચ - શ્રી ભગવાન બોલ્યા, અનાશ્રિતઃ - આશ્રય લીધા વિના, કર્મફલમ્ - કર્મના ફળનો, કાર્યમ્ કર્મ - કર્તવ્ય કર્મ, કરોતિ - કરે છે, યઃ - જે, સ - તે, સંન્યાસી-સંન્યાસી, ચ - અને, યોગી-યોગી, ચ - પણ, ન - નથી, નિરગ્નિ - અગ્નિ વિનાનો(એટલે કે જે યજ્ઞ ન કરે તે), ન - નથી, ચ - અને, અક્રિય - ક્રિયા માત્રનો ત્યાગ કરનાર,

આનો ભાવાર્થ આ પ્રમાણે છે.

‘જે કર્મના ફળની અપેક્ષા ન રાખતાં નિષ્કામ ભાવથી પોતાનાં કર્તવ્ય કર્મ કરે છે તે જ સંન્યાસી છે અને તે જ યોગી છે, પરંતુ જે યજ્ઞ-હોમ જેવા અગ્નિમાં આહુતિ આપવા જેવાં કર્મોનો ત્યાગ કરે છે અને જે લૌકિક દૃષ્ટિએ પણ પરોપકારનાં કાર્ય નથી કરતા, તેમને સંન્યાસી કે યોગી માનવા યોગ્ય નથી.

શ્રીકૃષ્ણ અહીં કહી રહ્યા છે કે જે કર્મફળ ત્યાગી થઈને શાસ્ત્રમાં જાણાવ્યા પ્રમાણેનાં કર્મ કરે છે - તે જ સંન્યાસી છે. પરંતુ જેમણે વૈદિક હોમ-યજ્ઞાદિ કર્મ છોડી દીધાં છે, સાથેસાથે લૌકિક પરોપકારનાં કાર્ય પણ કરવા નથી ઈચ્છતા, તેઓ સંન્યાસી નથી કહેવાતા. કર્મફળ ત્યાગ જ સંન્યાસી અથવા દિવ્યકર્મી યોગી માટે પ્રથમ સાધન છે. આ પ્રાથમિક શરત પૂરી થવાથી જ કોઈને સંન્યાસી કહી શકાય છે. કોઈ બધાં જ કાર્યો છોડીને દંડ-કમંડલ ધારણ કરવા માત્રથી સંન્યાસી બની જતો નથી.

### પલાયનવાદની વિરુદ્ધ

અર્જુનના મનમાં દુવિધા છે. તે વિચારે છે કે ક્યારેક શ્રીકૃષ્ણ કહે છે કર્મયોગથી અને ક્યારેક કહે છે કે સંન્યાસથી જીવનલક્ષ્યની સિદ્ધિ પ્રાપ્ત થાય છે. તો પછી કર્મયોગ કરવાથી શો લાભ ? યુદ્ધ કરવાથી શો ફાયદો ? આના કરતાં તો સંન્યાસ લઈ લેવો સારો. અર્જુન પણ ભિન્નાજીવી થવાનું પસંદ કરે છે પરંતુ યુદ્ધને ધોર અને ન કરવા યોગ્ય કર્મ કહે છે. તે પલાયનવાદી બનવા ઈચ્છી રહ્યો છે. આ તો સંન્યાસ નથી. સાચા અર્થમાં સંન્યાસ ત્યારે આવે છે જ્યારે કર્મયોગ કરતાં કરતાં મનુષ્ય અકર્મની સ્થિતિમાં ચાલ્યો જાય - જ્ઞાનયોગમાં પ્રતિષ્ઠિત થઈ જાય. કેટલાક એવા સિદ્ધ હોય છે જે પૂર્વજન્મનાં પોતાનાં પ્રારબ્ધ-અર્જિત સિદ્ધિઓના કારણે નાની ઉંમરે જ સંન્યાસમાં પ્રવૃત્ત થઈ જાય છે, જેમકે આદિ શંકરાચાર્ય, સ્વામી વિવેકાનંદ. આવી વ્યક્તિઓ કામ પુરું થયે શરીરનો ત્યાગ કરે છે. સાચા અર્થમાં એ જ સંન્યાસી છે.

આજે તો આપણો દેશ બાબાઓનો (સાધુઓનો) અખાડો બનેલો છે. ૧૯૭૦માં પૂજ્યવરે ટ્રેક્ટસની શુંખલા લખી હતી, તેમાંની એક હતી-‘બ્રાહ્મણ જાગે-સાધુ ચેતે.’ જેમાં તેણે ક્રાંતિકારી ચિંતન પ્રસ્તુત કર્યું હતું. આવી લગભગ

૧૦૦ પુસ્તિકાઓ હતી. આ પુસ્તિકામાં તેમણે બાબાજી લોકોની સંખ્યા છપ્પન લાખ જાગાવી હતી તથા લખ્યું હતું કે આવા જ લોકો વિદ્યાવિસ્તાર-શ્રામોત્થાન-સ્વાવલંબન-રાષ્ટ્ર ધર્મમાં પ્રવૃત્ત થઈ જાય તો ભારતને ફરીથી 'સોને કી ચીડિયા' બનાવી શકાય છે. એક વિકલ્પરૂપે તેમણે વાનપ્રસ્થીઓ-પરિવ્રાજકોનું તંત્ર ઊભું કર્યું. ૧૯૭૦માં જે સંખ્યા સંન્યાસ વેશધારી લોકોની હતી તે નિશ્ચિતપણે ૧ અબજ દોઢ કરોડની વસતિ ધરાવતા આ દેશમાં દોઢ કરોડ પાર કરી ચૂકી હશે. શા માટે ન હોય ! અકર્મણ્યતાની સાથે સાંજ-સવારનું ભોજન અન્નક્ષેત્રમાં કોણ ન સ્વીકારે ! દરેક આવા છે, એવું કહેવાનો ઉદ્દેશ્ય નથી, પરંતુ નેવું ટકાથી વધુ આવા છે જે પલાયનવાદી બનીને આ માર્ગ ઉપર ચાલી રહ્યા છે. ધર્મતંત્રના નામે આ કેટલી મોટી છેતરપિંડી છે.

પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવ પં. શ્રીરામ શર્મા આચાર્યજીએ કહ્યું કે આજના કળિયુગની પરાકાષ્ઠાની પરિસ્થિતિઓમાં સંન્યાસ નિતાન્ત અવ્યાવહારિક છે. સો વર્ષ પહેલાં બની શકે કે તે પ્રાસંગિક રહ્યું હોય. આજનો-નવયુગનો સંન્યાસ પરિવ્રાજક ધર્મ છે. આજનું અધ્યાત્મ વિદ્યા વિસ્તારની અપેક્ષા આ સમુદાય પાસેથી રાખે છે. બ્રાહ્મણત્વના જન-જન સુધીના વિસ્તારની અપેક્ષા રાખે છે. બ્રાહ્મણનાં બે ધન વિશે, પૂજ્યવરે જાગ્યાવ્યું છે. તપ અને વિદ્યા-તપસ્વી બનો-સંયમી બનો-વિદ્યાનો વિસ્તાર કરો-યોગ મહાવિદ્યાને જન-જન સુધી પહોંચાડીને જીવન જીવવાની કળા શીખવાડો.

### નિરગ્નિ:નો મર્મ

અહીં શ્લોકમાં જાણાવેલ કેટલાક શબ્દોની સ્પષ્ટતા કરી દઈએ. 'નિરગ્નિ' શબ્દનો અર્થ છે - અગ્નિ વિનાનો એટલે કે અગ્નિનો પરિત્યાગ કરનારો. કારણ કે કર્મનું પ્રતીક છે અગ્નિ. સંન્યાસી અગ્નિ સાથે જોડાયેલા કર્મકાંડ કરતા નથી, તે યજ્ઞ કરતા નથી અને અગ્નિમાં પકાવેલું ખાતા નથી. યજ્ઞ કર્મની અવિરત ધારાનું પ્રતીક છે. પહેલાં ગૃહસ્થના ઘરે ગાર્હપત્ય અગ્નિ રહેતો. જેને તેઓ સાથે રાખી ચાલતા. નિત્ય હવન કરતા હતા. દેવતાઓ અને મનુષ્યની વચ્ચેની કડી યજ્ઞ છે. આ વિદ્યા સૃષ્ટિ સંચાલનના એક ઘટકના પ્રતીકરૂપે છે. સંન્યસ્ત થતાંની સાથે વ્યક્તિ બ્રાહ્મી સ્થિતિમાં પહોંચી જાય છે. પરમાત્મ સત્તામાં અવસ્થિત રહેવા માટે

અગ્નિની જરૂરિયાત નથી. તે જ કારણે વિધિવત્ સંન્યાસમાં દીક્ષિત અગ્નિ સાથે જોડાયેલા વૈદિક કર્મકાંડ સંપન્ન કરતા નથી. 'ચાક્રિય:' શબ્દના માધ્યમથી શ્રીકૃષ્ણ આ શ્લોકમાં જાણાવે છે કે કેવળ ક્રિયાઓનો ત્યાગ કરનારો પાણ યોગી નથી. કર્મયોગ મૂળ ધરી છે. અકર્મની સ્થિતિમાં તો સાધક ઘણે જ આગળ જઈ પહોંચે છે. પરંતુ સંન્યાસી જે સાચો હશે તો તે અકર્મની સ્થિતિમાં પહોંચી જાય છે. શ્રીકૃષ્ણ કહે છે કે જે યુગધર્મનું પાલન કરે છે, ધરે-ધરે જઈ જ્ઞાનનો પ્રસાર કરે છે, કર્મના ફળની આકાંક્ષા ન રાખતાં સતત કર્મઠ-ક્રિયાશીલ બની પરોપકાર કરતો રહે છે, તે જ સાચો યોગી છે. આવા યોગી જ સાચા સંન્યાસી કહેવડાવવા યોગ્ય છે. માત્ર કર્મકાંડ સુધી જ સીમિત રહીને અગ્નિ તથા કર્મને છોડી દેનારો કોઈ પાણ સ્થિતિમાં સંન્યાસી કહેવાતો નથી અથવા તો પછી એવું પાણ માની લેવું ન જોઈએ કે આ પ્રકારનો સંન્યાસ લેવાથી અમારું કલ્યાણ થઈ જશે. કલ્યાણ તો દૂરની વાત આત્માનું વધારે પતન થશે.

### અનાસકત જ સંન્યાસી

યોગેશ્વર શ્રીકૃષ્ણની સ્પષ્ટ માન્યતા છે કે કર્મ જ્ઞાનનું સૂક્ષ્મતમ રૂપ છે. કર્મથી ઉપર જઈને જ્ઞાનની અંદર સ્વયંને સ્થાપિત કરી દેવાનું હોય છે. અર્જુનને તેઓ સમજાવે છે કે યુદ્ધ છોડીને (કર્મ છોડીને) ચાલ્યો જઈશ, ભગવાં વસ્ત્ર પહેરી લઈશ, અગ્નિથી પરહેજ રાખી દઈશ તો પાણ સંન્યાસી કહેવાઈશ નહીં. સંન્યાસીની પરિભાષા છે એ દિવ્યકર્મ જેને કર્મફળમાં આસક્તિ નથી, તે સતત બીજાઓ માટે પરમાર્થમાં રત થઈ કર્મ કરી રહ્યો હોય. અર્જુનની અજ્ઞાનતાનાં મૂળમાં ભગવાન વારંવાર કઠોર ધા મારી રહ્યા છે. તેને સમજાવે છે કે સંન્યાસ લઈ લેવા માત્રથી તેને યુદ્ધમાંથી, રક્તપાતમાંથી, કૌરવોથી, નિદામાંથી, અપયશમાંથી, દ્રૌપદીનાં કટાક્ષ બાણોમાંથી, વિભિન્ન પ્રકારની થનારી લોકનિંદામાંથી મુક્તિ નહીં મળે. શા માટે ? કેમકે ભગવાનનો કર્મફળ અંગેનો અકાટ્ય સિદ્ધાંત દરેક જગ્યાએ લાગુ પડે છે. જ્યાં સુધી અર્જુન શ્રીકૃષ્ણની સમક્ષ છે - તેઓ વારંવાર તેન આસક્તિ છોડીને કર્મ કરતા રહેવાનું જ્ઞાન આપે છે. તેઓ જાણાવી રહ્યા છે કે ખરો સંન્યાસ તો આંતરિક છે, બાહ્ય નહીં. જોગે પોતે પોતાના અહંનો, પોતાની વાસનાનો, સંકલ્પોનો

મૂળમાંથી ત્યાગ કર્યો નથી તે યોગી હોઈ શકતો નથી. કોઈ પાગુ સ્થિતિમાં કર્મ તો કરવું જ પડશે. કર્મ જ મુક્તિનું - બ્રહ્મનિર્વાણનું 'કારણ' બનશે. આંતરિક સંન્યાસની નિરંતર અભ્યાસની સાથેસાથે કર્મ કરતા રહેવાથી વાસનાત્મક મન અને નિમ્ન પ્રકૃતિ ઉપર સહેલાઈથી વિજય પ્રાપ્ત કરી શકાય છે.

તેવા જ પ્રતિપાદનને આગળ વધારતાં ભગવાન ત્યાર પછીના શ્લોકમાં જાગાવે છે -

**યં સંન્યાસમિતિ પ્રાહુયોગં તં વિદ્મિ પાર્ણવ ।**

**ન ત્વસંન્યાસસ્ત સંકલ્પો યોગી ભવતિ કશ્ચન ॥ ૨/૬**

શબ્દાર્થ જોઈએ -

યં-જેને, સંન્યાસમ્-સંન્યાસ, મિતિ-એ પ્રમાણે, પ્રાહુ-કહે છે, યોગમ્-યોગ(બ્રહ્મ સાથે જોડવું તે), તમ્-તેને, વિદ્મિ-જાણ. પાર્ણવ-હે પાંડુપુત્ર અર્જુન, ન-નહી, હિ-કેમ કે, અસંન્યાસ-છોડ્યા વિના, સંકલ્પ-ઈન્દ્રિયતૃપ્તિની ઈચ્છા, યોગી-યોગી, ભવતિ-થાય છે, કશ્ચન-કોઈ.

ભાવાર્થ આ પ્રમાણેનો છે -

'જં સંન્યાસ કહેવાય છે તેને હે અર્જુન ! તું યોગ જ જાણ; કેમ કે ઈન્દ્રિયતૃપ્તિની ઈચ્છા છોડ્યા વિના કોઈ યોગી થઈ શકતો નથી.' ૨/૬

### સંકલ્પનો ત્યાગ

સંન્યાસને યોગ માનીને સંકલ્પોનો ત્યાગ કરનારો જ સાચી કર્મયોગી-દિવ્યકર્મી બને છે, આ શ્રીકૃષ્ણનો સ્પષ્ટ મત છે. સંન્યાસ અને કર્મ યોગ બંને એકબીજાનું પોષણ કરે છે. જ્યારે મનુષ્ય પોતાના 'અહં'નો ત્યાગ કરે છે ત્યારે તે 'સંન્યાસ'ના માધ્યમથી એક શ્રેષ્ઠ યોગી બનવાની દિશામાં આગળ વધે છે. જ્યારે તે નિઃસ્વાર્થ ભાવથી કરવામાં આવેલાં કાર્યોને સંપન્ન કરે છે, કર્મફળની ઈચ્છાનો ત્યાગ કરી દે છે, ત્યારે તે સાચો કર્મયોગી બની જાય છે. આકાંક્ષાઓ-ઈચ્છાઓ-સંકલ્પોનો ત્યાગ કરનારો પોતાની અંદરના માળખાને પાડી નાંખીને સાચા યોગી બનવાની દિશામાં આગળ વધે છે.

'સંકલ્પ' અને 'સંકલ્પશક્તિ' બે અલગ અલગ શબ્દો છે. સંકલ્પશક્તિ એટલે આત્મબળ-મનોબળ-ઈચ્છાશક્તિ. અહીં 'સંકલ્પ'થી યોગેશ્વરનો આશય છે - સકામ કર્મ. જે કર્મો સાથે ઈચ્છાઓ જોડાઈ જાય, તે સંકલ્પ બની જાય છે. આપણને આટલું મળી ગયું, એટલું બીજું-વધારાનું મળી

જાય. ઈચ્છાઓ-સંકલ્પોનો ક્યારેય અંત આવતો નથી. તે ક્યારેય પૂરા થતા નથી. પહેલાં સંકલ્પોને પોષવાનું આપણે બંધ કરી દઈએ. જે કોઈ પાગુ વ્રત લઈએ તેને પૂરું કરીએ. આ પ્રમાણે કરતાંની સાથે સંકલ્પશક્તિ વધતી જશે. આપણે કામનાઓ-મહત્ત્વાકાંક્ષાઓ-સંકલ્પોને સ્થાયીરૂપે આપણા શરીરની અંદર બેસાડી દીધાં છે. જે વારંવાર આપણને આપણી જીવનયાત્રામાં તંગ કરે છે. સંન્યાસ લેવો છે તો વેશભૂષાવાળો નહીં, સંકલ્પોમાંથી મુક્તિવાળો લઈએ.

### ભાવિ સુખોનાં સ્વપ્નાઓમાંથી બહાર નીકળીએ

ભારતીય મનોવિજ્ઞાનમાં પ્રયુક્ત આ સંકલ્પ શબ્દનો ખૂબ ભાવપૂર્ણ તેમજ વ્યાપક અર્થ લેવામાં આવ્યો છે. મનુષ્ય શોખચલ્લીની માફક ભાવિ સુખોની સંભાવનાઓ વિશે વિચારે છે અને ત્યારબાદ તે સ્વપ્નોને બળપૂર્વક પકડી રાખે છે. તેને પૂરા કરવા માટે તે ખંતપૂર્વક મહેનત કરે છે. તેના મનની આવી જ તલ્લીનતાને 'સંકલ્પકીડા' નામ આપવામાં આવ્યું છે. જ્યાં સુધી આપણને કામનાઓ-વાસનાઓ તંગ કરતી રહે, ત્યાં સુધી ક્યારેય શાંત થઈ લક્ષ્ય પ્રત્યે સમર્પિત થઈ શકાતું નથી. એટલા માટે જ શ્રીકૃષ્ણ કહે છે કે જોગે પોતાના સંકલ્પો-સકામ ઈચ્છાઓ-વાસનાઓનો ત્યાગ નથી કર્યો, તે ક્યારેય પાગુ દિવ્યકર્મી બની શકતો નથી, એક શ્રેષ્ઠ લોકસેવક, સમ્માનિત કાર્યકર્તા બની શકતો નથી. ક્યારેય પાગુ તે એક યોગી બની શકતો નથી. લોકો જુદી જુદી યોજનાઓ બનાવતા રહે છે અને પોતાનાં કર્મોનું ફળ ભોગવવાની ઉત્સુકતામાં-એ ઈચ્છાના લાભનું ફળ ક્યારે મળશે-અશાંત, ત્યજ બની રહે છે. આવી વ્યક્તિ ક્યારેય પાગુ યોગી બની શકતી નથી. પરંતુ મનથી યોગી બનવાનું અત્યંત અનિવાર્ય છે.

ધ્યાનની પ્રક્રિયાનો આરંભ કરીએ, તે પહેલાં મનને શાંત કરવાની જે પ્રાણાલી શ્રી ગીતાજીના માધ્યમથી યોગેશ્વરે અપનાવી છે, તે અનાંખી છે-ઈતિહાસમાં એ એક જ છે. ધ્યાન આમ જ થઈ જતું નથી. તેને માટે પહેલાં યોગી બનવું પડે છે, સંકલ્પોનો ત્યાગ કરવાનો હોય છે. મન સ્વતઃ ચૂપ નહીં થાય-તેને નિગ્રહની સ્થિતિમાં લાવવું પડશે. આ બીજું કોઈ નહીં કરે. આપણે જાતે જ કરવું પડશે. પ્રથમ બે શ્લોકનો આ જ સંદેશ છે.

છે

(ક્રમશઃ)



## હિમાલયથી આમંત્રણ-૧

સંવત્ ૧૯૮૮નો ચૈત્ર માસ. સંવત્સર આરંભ થયો જ હતો. વાસંતી નવરાત્રિનું આયોજન, શક્તિપૂજા અને માનસ પારાયણ સમગ્ર ગામમાં શરૂ થઈ ચૂક્યું હતું. ચાર-પાંચ દિવસ પસાર થઈ ગયા હતા. શ્રીરામની સાધના પોતાની રીતે ચાલી રહી હતી. તેમણે ચૈત્ર નવરાત્રિમાં વિશેષ કશું કર્યું નહીં. જે સાધનાક્રમ ચાલી રહ્યો હતો, તે જ અદ્ભુત અને અલૌકિક હતો. આ નવ દિવસના ઉપવાસ તો તેમણે રાખ્યા જ હતા. ફક્ત દૂધ અને પાણી ઉપર જ રહ્યા. ઘણું કરીને તે પાંચમનો દિવસ હતો. સવારે અઢી-ત્રણ વાગ્યે ઊઠ્યા અને નિત્યના ઉપાસના-અનુષ્ઠાનમાં પ્રવૃત્ત થયા. ઊઠતી વખતે અને સ્નાન કરતી વખતે ઉત્સાહ માતો ન હતો. ખરેખર તો આગલા દિવસની સાંજથી જ મનમાં સંકલ્પ-વિકલ્પ આવી રહ્યા હતા. લાગતું હતું કે સવારે કંઈક નવું શરૂ કરવાનું છે. શેની શરૂઆત કરવાની છે, તેનો આભાસ થતો ન હતો. કોઈ નવા સ્થાન માટે નીકળવાનું છે, એવું જરૂર લાગી રહ્યું હતું.

મહાપુરશ્ચરાણના નિયત ધ્યાન-જપ પૂરા કર્યા. સવિતા દેવતાને જપનું સમર્પણ કર્યા પછી પ્રદક્ષિણા કરી બેઠા જ હતા કે અંદરથી અવાજ આવ્યો. એ જ માર્ગદર્શક સત્તાના કંઠમાંથી વાણી પ્રગટ થતી પ્રતીત થઈ રહી હતી, જેણે બે વર્ષ પહેલાં વસંત પંચમી પર હિમાલય યાત્રાનો નિર્દેશ આપ્યો હતો. તે દિવસે પૂજાની ઓરડીમાં સાક્ષાત્કારના દિવસ જેવી જ પવિત્ર સુગંધ ફેલાઈ ગઈ હતી અને ચેતનામાં પાછલા વસંત જેવો જ ઉદ્ઘાસ છવાઈ ગયો હતો. તે સત્તા પ્રગટ તો થઈ ન હતી. સ્વર પાણ એવો ન હતો કે બીજાને સંભળાય. આંતરિક ક્ષેત્રમાં જ તેનું ગુંજન થયું હતું. કહેવામાં આવ્યું કે ગયા વર્ષે પ્રત્યક્ષ સાંનિધ્ય માટે બોલાવવાની વાત કરવામાં આવી હતી. તે સમય આવી ગયો છે. નવા સંવત્સરની શરૂઆત થતાં જ હિમાલય તરફ પ્રયાણ શરૂ કરી દેવાનું છે. મુલાકાત ત્યાં જ થશે.

પાંચમા નવરાત્રે ગયા વસંતના એ જ નિર્દેશનું સ્મરણ કરાવવામાં આવી રહ્યું હતું. હજુ ઉત્તરાખંડના રસ્તાઓમાં બરફ જામેલો છે. બ્રહ્મીકેદારના દરવાજા પાણ બંધ છે. એકાદ મહિનામાં ત્યાંના દરવાજા ખૂલવાના છે. યાત્રાની તૈયારી અને ત્યાં સધી પહોંચવામાં એટલો સમય તો નીકળી જ

જશે. આ સ્થાનોની યાત્રા કરતાં કરતાં આગળ પહોંચવાનું છે. નિર્દેશ પાણ ક્યાંય બહારથી નહીં, પોતાની અંદરથી જ મળી રહ્યા હતા. લાગતું હતું કે કોઈ પોતાની અંદર બેસીને બોલી-જાગાવી રહ્યું છે. તે પ્રેરાણા અથવા નિર્દેશના કારણે વિચાર કરવાની તક તો હતી જ નહીં. સ્કુરાણા જ સંકલ્પ બની ગયો કે હવે જવાની તૈયારી કરવાની છે. સંધ્યા જપમાંથી પરવારીને તુર્તજ માને જાગાવ્યું કે ગુરુદેવનો આદેશ થયો છે.

### અંતરમાંથી આવ્યો નિર્દેશ

‘શું આદેશ થયો છે?’ તાઈજીએ પૂછ્યું. ‘થોડાક સમય માટે તેમના સાંનિધ્યમાં રહેવાનું છે’ - શ્રીરામે કહ્યું. તાઈજીને પોતાના ચિરંજીવી વિશે એ આશંકા તો હતી જ નહીં કે તે હિમાલય જતો રહેશે અથવા ક્યાંક બીજે જતો રહેશે અને પાછો નહીં આવે કે સાધુ - સંન્યાસી બની જશે. તેમણે પૂછ્યું, ‘કેટલા દિવસ માટે જવાનું છે?’

શ્રીરામ બોલ્યા, ‘એ તો નથી ખબર પાણ લાગે છે કે તેઓ ત્રણ ચાર દિવસ તો પોતાની પાસે રાખશે. આવવા જવાના બીજા દસ-બાર દિવસ ગાગો.’

સાંભળીને તાઈજીના ચહેરા પર સ્વીકૃતિનો ભાવ આવ્યો. પછી બોલ્યાં, ‘સારું બે અઠવાડિયાં થશે. આટલા દિવસ માટે પૂરી તૈયારીથી જજો.’ થોડું રોકાઈને બોલ્યાં, ‘અહીં તો વાતાવરણ બદલાઈ ગયું છે, પરંતુ તારે જે બાજુ જવાનું છે, ત્યાં તો હમેશાં ઠંડી રહે છે. પહેરવા-ઓઢવામાં કોઈ પાણ પ્રકારની ઢીલ ન રાખતો. ગરમ કપડાં તારી સાથે જ રાખજો.’

તે વગર અટક્યે બોલે જતાં હતાં. ‘તું શું લઈ જઈશ? બધો જ સામાન મારા હાથે તૈયાર કરી આપીશ અને સાંભળ, પંડિતજીને પૂછી લેજો તેઓ હરિદ્વાર-દ્વષીકેશ આવતા-જતા રહે છે. આગળ ગંગોત્રી સુધી પાણ ગયા છે. તેમને રસ્તા વિશે બરાબર ખબર હશે. તેઓ સાચી સલાહ આપશે.’

શ્રીરામે પોતાના હિમાલયવાસી ગુરુ વિશે, તેમના સાક્ષાત્કાર અને ભાવિ નિર્દેશો વિશે તાઈજી સાથે વધુ ચર્ચા કરી ન હતી. બે ચાર વખત જ વાતવાતમાં સહજ રીતે જાગાવ્યું હતું કે ગુરુદેવ હિમાલયમાં ક્યાંક રહે છે. તેઓ ક્યાંય પાણ આવી-જઈ શકે છે. પ્રગટ થઈ શકે છે. જ્યારે

તેમણે કહ્યું કે ગુરુદેવ બોલાવે છે ત્યારે તાઈજીને સમજતાં વાર ન લાગી કે શ્રીરામ પોતાના એ જ સિદ્ધગુરુ વિશે જાણાવી રહ્યા છે. એ વિશ્વાસ અવિચલ હતો કે તેઓ શ્રીરામને પોતાનાથી દૂર નહીં કરે કે તેને બાબા-જેગી નહિ બનાવે. વિશ્વાસનું કોઈ સ્પષ્ટ કારણ સમજમાં આવતું ન હતું. તેઓ સમજવા પાણ ઈચ્છતાં ન હતાં. તેઓએ પોતાના ચિરંજીવીને હિમાલય તરફ જવાની અનુમતિ આપી, તો સંબંધમાં કાકા થતા પંડિત ધર્મદીને તેમને કહ્યું, ‘ભાભી, એકલો ક્યાં જવા દો છો ? ત્યાં સાધુ-સંન્યાસી વૈરાગ્યની ભસ્મ ખવરાવી દેશે.’

તાઈજી આ રમૂજપૂર્વકની સલાહ સાંભળી ખૂબ હસ્યાં. ફક્ત એટલું જ કહ્યું કે રસ્તો સરળતાથી કપાઈ જાય, એવી કોઈ સલાહ આપી શકો તો આપો. શ્રીરામ જે રીતે જઈ રહ્યો છે, તે જ રીતે પાછો પાણ આવી જશે. બીજા લોકોએ પાણ એકલો નહીં જવા દેવા અથવા હિમાલયથી દૂર રહેવાની સલાહ આપી હતી. તે બધાને તાઈજીએ સાંભળ્યા ન સાંભળ્યા-જેયા ન જેયા કરી દીધા.

તેમને લાગતું હતું કે વૈશાખમાં પાણ બદ્રી-કેદારની આબુબાબુ થયરાવી નાંખતી ઠંડી હોય છે. અહીં પોષ-મહામાં જે પ્રકારનો શિયાળો હોય છે, ત્યાં વૈશાખ-જેઠમાં તેના કરતાં પાણ વધારે ઠંડી હોય છે. તેઓ ક્યારેય એ ક્ષેત્રમાં ગયા ન’તાં પરંતુ સાધુ-સંતો અને બદરી-કેદારની યાત્રા કરી આવનારા પાસેથી સાંભળ્યું હતું. એટલા માટે તેમણે શ્રીરામને ઠંડીમાં અપાતો આહાર આપવાનું ચાલુ રાખ્યું. આ આહાર તેઓ ચૈત્રી નવરાત્રિમાં બંધ કરી દેતા હતા. આહાર કોઈ વિશેષ ન હતો. તાઈજીએ મધ, આદુ, તલ જેવી ગરમ વસ્તુ આપવાનું ચાલુ રાખ્યું.

હિમાલય યાત્રાનો અર્થ તેમને માટે બદ્રીનાથ કેદારનાથ સુધી જ સીમિત હતો. એથી વધુ ગંગોત્રી અને યમનોત્રી પાણ જઈ શકાતું હતું; પરંતુ આ તો ઘણી જ આગળની વાત હતી. શ્રીરામ જ્યારે બોલ્યા કે હિમાલય જવાનું છે, તો તેઓ કેદારનાથ સુધીનું જ સમજ્યાં હતાં. ન તેમણે વધારે કશું પૂછવાની જરૂરિયાત સમજી, ન શ્રીરામે જાણાવ્યું. તેમને પોતાને ખબર ન હતી કે હિમાલય યાત્રાનું આમંત્રણ કયા ક્ષેત્ર સુધી પહોંચવા માટે છે.

લોકોને પૂછીપૂછીને તાઈજીએ સુતરાઉ અને ગરમ કપડાં સિવાય મોજાં, રબ્બરના જાડા તળિયાંના બૂટ, ધાબળા, લાકડી, મીણબત્તી, ટોચ વગેરેની વ્યવસ્થા કરી. બધો જ

સામાન કપડાંના બે માટા થેલાઓમાં બાંધી દીધો. કોઈએ કહ્યું કે ટૂંકમાં રાખવો વધુ સરળ રહેશે. વરસાદમાં પલળશે નહીં. તાઈજીએ જવાબ આપ્યો, પરંતુ ટૂંકનું વજન કેટલું હશે. તેને ઉપાડી ઉપાડીને જ છોકરો થાકી જશે. રહી વરસાદની વાત તો જ્યાં છોકરો પોતાની જાતને છુપાવશે, ત્યાં જ સાથેસાથે થેલા પાણ સુરક્ષિત થઈ જશે. યાત્રા પર જતાં પહેલાં તાઈજીને પાછી છત્રી યાદ આવી. હવેલીમાંથી ક્યાંકથી શોધી કાઢી અને પકડાવી દીધી. શ્રીરામ હવે હિમાલયની યાત્રા માટે પૂરી રીતે તૈયાર હતા.

### ઓછામાં ઓછો સામાન

તાઈજીએ સ્નેહ અને લાડથી જે સામાન બાંધ્યો હતો, તે પ્રમાણસરનો હતો. વજનની દૃષ્ટિએ તે અડધો માણ (વીસ કિલો) પાણ નહતો. હૃષીકેશ પહોંચતાં લાગ્યું કે તે પાણ વધારે છે. ૨૩ એપ્રિલના રોજ શ્રીરામ હૃષીકેશ પહોંચ્યા હતા. તે સાંજે તેઓ ગંગાતટ ઉપર બેસીને ધ્યાન કરી રહ્યા હતા. સંધ્યાનો સમય હતો. એપ્રિલના અંત સુધીમાં હૃષીકેશનું વાતાવરણ સુંદર બની જાય છે. ઠંડી બિલકુલ લાગતી નથી અને ગરમીની પાણ ધીમી ઘસૂઆત હોય છે. યાત્રીઓની આવન-જાવન શરૂ થઈ જાય છે. હવે તો બધી જ ઋતુઓમાં યાત્રીઓની ભીડ રહે છે. શિયાળા-ઉનાળાથી બચવાનાં સસ્તાં-મોઘાં બધાં જ સાધન સરળતાથી મળી જાય છે. ૧૯૨૭-૨૮ના દિવસોમાં સ્થિતિ આવી ન હતી. ત્યારે ગરમ કપડાં સાથે રાખીને ફરવું પાણ સારી આર્થિક સ્થિતિની નિશાની સમજવામાં આવતી હતી. મધ્યમ અને મધ્યમથી કંઈક સારી આર્થિક સ્થિતિના લોકો પાણ તડકામાં શેકવાને અથવા આગમાં તાપવાને જ ઠંડીથી બચવાનો ઉપાય ગણતા હતા. બંને ઉપાય શક્ય ન હોય તેવી સ્થિતિમાં ત્રાણ-ચાર કપડાં એકસાથે પહેરી લેતા હતા.

ગંગાતટ પર બેઠાંબેઠાં શ્રીરામની નજર કેટલાક સંન્યાસીઓ પર પડી. તે ગંગા-સ્નાન કરી નીકળી રહ્યા હતા. ધારામાંથી બહાર આવીને સીડી ઉપર બેઠા. શરીર લૂછ્યા પછી તેમણે પોતાની થેલીમાંથી ભભૂત (રાખ) કાઢી અને શરીર ઉપર ઘસવા લાગ્યા. ભભૂત લગાડેલા સાધુ સંન્યાસી આ પહેલાં પાણ ઘણી વાર જેયા હતા. ત્યારે ધ્યાન ગયું ન હતું. તે સંન્યાસીઓને જોઈને ધ્યાનમાં આવ્યું કે ઠંડીથી બચવાનો એક ઉપાય આ પાણ હોઈ શકે છે. સાધુઓની એ ટોળી સાયંકાલીન નિત્યકર્મોથી પરવારી જવા લાગી, તો શ્રીરામ પોતાની જગ્યાએથી ઊઠ યા, ટોળાના સૌથી વૃદ્ધ

સંન્યાસી પાસે ગયા. તેમને પ્રણામ કર્યાં. સંન્યાસીએ આશીર્વાદની મુદ્રામાં હાથ ઊંચો કર્યો. શ્રીરામે પૂછ્યું, 'મહારાજ, આપ કઈ તરફ યાત્રા કરશો.'

સંન્યાસીએ જાણાવ્યું કે બદ્રીનાથ જઈશું. પછી તેમણે પૂછ્યું 'તારે આવવું હોય તો ચાલ. એકલો જ લાગે છે. યાત્રા સારી રહેશે. કંઈક જ્ઞાન-ધ્યાનની વાતો થતી રહેશે.'

શ્રીરામને થયું કે મહારાજ થોડા વધારે વાતોડિયા જાણાય છે. ઉદ્દેશ્ય યાત્રાની તૈયારી વિશે કંઈક જાણવાનો હતો. તેમણે કહ્યું, 'ના-ના મારે બદ્રીનાથ નથી જવું.'

'તો ક્યાં જવું છે ?' સંન્યાસી ચાલતાં ચાલતાં ઊભા રહી ગયા, 'ઘરેથી ભાગીને આવ્યો છે શું ? વૈરાગ્ય લેવો છે ? અહીં શું કરી રહ્યો છું ? ક્યાંનો રહેનારો છું ?' મંડલેશ્વર લાગતા એવા તે સાધુએ એકસાથે અનેક સવાલ પૂછી લીધા. શ્રીરામ તે સવાલના કારણે અચકાયા. લાગ્યું કે કોની સાથે ચાળો કર્યો. તેઓ બોલ્યા, 'માફ કરજો, મહારાજ. મારાથી ભૂલ થઈ ગઈ. મેં આપનો સમય નષ્ટ કર્યો.'

'વ્યર્થ ગ્લાનિમાં ન પડીશ, બચ્યા. હું જાણું છું કે તું શું પૂછવા ઈચ્છે છે.' તે સંન્યાસી બોલ્યા, શ્રીરામ કોઈ જવાબ આપ્યા વગર મહાત્માની સામે જોતા રહ્યા, 'જેનો પોકાર સાંભળી અહીં આવ્યો છો ને, એનો જ વિશ્વાસ રાખ, એ જ તને જ્યાં લઈ જવાનો હશે ત્યાં લઈ જશે. કોઈ સંગાથમાં ગયા કરતાં એકલા જવું શ્રેયસ્કર છે.'

### બદ્રીનાથ તરફ

સંન્યાસીએ આ વાત શું વિચારીને કહી હતી ? શ્રીરામની સમજમાં કશું જ ન આવ્યું. તેમણે અર્થ સમજવા માટે માથાકૂટ પણ ન કરી. સંવાદ દ્વારા ક્ષત એ ભાવ જગ્યો કે માર્ગની ચિંતા, ઠંડીથી બચવું અને મુશ્કેલીઓ વિશે વિચારવું વ્યર્થ છે. જે માર્ગદર્શક સત્તાએ હિમાલય માટે બોલાવ્યો છે, તેઓ જ આગળનો પ્રબંધ પણ કરશે. એવી ભાવ-ધારાઓમાં આવી જઈ થોડો સામાન હૃષીકેશમાં મૂકી દીધો. જે સામાન છોડ્યો તેમાં છત્રી, થોડાંક વસ્ત્રો અને એક ધાબળો હતો. થેલીમાં એક ધાબળો મૂક્યો તો પ્રથમ સાક્ષાત્કારના સમયે માર્ગદર્શક સત્તાનું દિગંબરરૂપ સ્મરણમાં આવ્યું. વિચાર આવ્યો કે સફેદ બરફથી ઘેરાયેલા વાતાવરણમાં વગર વસ્ત્રે રહી શકાતું હોય તો પછી ઠંડીમાં બચવાનો શસ્ત્ર-સરંજામ લઈને ચાલવામાં કોઈ ઔચિત્ય ખરું ?

સંતોની એ મંડળી બદ્રીનાથ જઈ રહી હતી. તેમનાથી થોડું અંદર રાખી શ્રીરામ પણ ચાલી નીકળ્યા. એવું નિર્ધારિત તો કર્યું નહોતું કે બદ્રીનાથ જવું છે. ક્યાં જવાનું છે એ પણ

નક્કી નહતું. આંતરિક સ્ફુરાણાનું અનુસરણ કરી ચાલતા રહ્યા. રુદ્રપ્રયાગ, દેવપ્રયાગ, કાર્ગપ્રયાગ, નંદપ્રયાગ અને વિષ્ણુપ્રયાગ થઈને બદ્રીનાથ સુધી પહોંચાય છે. તે દિવસોમાં પણ સામાન્ય વાહન અને ચાલવાના માર્ગ હતા, પરંતુ સંન્યાસીઓએ જુદો જ રસ્તો લીધો. પરિચિત માર્ગ પર જવાથી હૃષીકેશથી બદ્રીનાથ લગભગ ત્રણસો કિલોમીટરના અંતરે છે. સાધુ મંડળીએ જે રસ્તો પસંદ કર્યો તે વધુમાં વધુ પચાસ કિલોમીટર લાંબો હતો. અજ્ઞાત પહાડી માર્ગોમાંથી પસાર થતા તે લોકો બીજા દિવસની સાંજ પડતાં સુધીમાં તો જોશીમઠ પહોંચી ગયા.

નૃસિંહ મંદિરની સામે પહોંચી વિશ્રામ કર્યો. પ્રાતઃ સમયે સંધ્યા-પૂજા કર્યા પછી શ્રીરામ નૃસિંહ મંદિર ગયા. શાલગ્રામ શિલામાંથી કોતરવામાં આવેલી આ મૂર્તિ અદ્ભુત છે. પ્રતિમાનો એક હાથ ઘણો જ પાતળો છે. પહેલીવાર જોતાં લાગે છે કે જરા પણ અડીશું કે દબાવીશું તો હાથ તૂટી જશે, પરંતુ આ ભય નિરાધાર છે. સદીઓથી મૂર્તિ આ જ સ્થિતિમાં છે. લોકવાયકા છે અને લોકોનો વિશ્વાસ પણ કે જે દિવસે આ ભુજા અલગ થઈ જશે, તે દિવસે નર-નારાયણ પર્વત એક થઈ જશે. બંને પર્વત જોશીમઠથી થોડે જ દૂર છે. તેની વચ્ચેથી રસ્તો નીકળીને બદ્રીનાથ સુધી જાય છે. લોકોનું માનવું છે કે નર-નારાયણ પર્વત એક થઈ જતાં જ બદ્રીનાથ જવું અસંભવ થઈ જશે. પછી બદ્રીવિશાલની પૂજા આરાધના ભવિષ્ય બદ્રીમાં થશે. એ પણ કે તે દિવસે કળિયુગનો અંત આવશે. અથવા સૃષ્ટિનો પ્રલય પણ થઈ જશે.

મંદિર પરિસરમાં જ શ્રીરામે આ પ્રકારની ચર્ચાઓ સાંભળી, પરંતુ તેના પર કોઈ ધ્યાન ન આપ્યું. તેઓ નૃસિંહ ભગવાનનાં દર્શન કરી તુર્તજ જોશીમઠ આવી ગયા. મઠની સ્થાપના આદિ શંકરાચાર્યે કરી હતી. અહીં તેમણે ત્રોટકાચાર્યને પોતાના પ્રતિનિધિ તરીકે નિયુક્ત કર્યા હતા. જોશીમઠની પ્રતિષ્ઠા આ પીઠના કારણે જ છે. શિયાળામાં બદ્રીનાથની પૂજા-આરતીનું પ્રચલન શંકરાચાર્યે જ કરાવ્યું હતું. પ્રમાણ તો એવું પણ મળે છે કે બદ્રીનાથનું મંદિર હિમાલયની ઘાટીઓમાં થઈ આવનારા અત્યાચારી વિદેશીઓએ ધ્વસ્ત કરી નાંખ્યું હતું. ત્યાંની પ્રતિમા પણ ખંડિત કરી કુંડમાં ફેંકી દીધી હતી. બદ્રીનાથની પુનઃપ્રતિષ્ઠા આદિ શંકર દ્વારા જ કરવામાં આવી હતી. એ જ વિભૂતિએ જોશીમઠમાં શાંકરમઠની સ્થાપના કરી. બધા જાણે છે કે આ પ્રકારના ચાર મઠ દેશના ચારે ખૂણે સ્થાપિત કરવામાં આવ્યા.

(ક્રમશઃ) છૂ

## ક્વાથ ચિકિત્સા દ્વારા જટિલ રોગોનો સરળ ઉપચાર-૨

ક્વાથ ચિકિત્સા દ્વારા સામાન્યથી માંડીને કષ્ટસાધ્ય અને ઘણીવાર અસાધ્ય જાગ્રાતા જટિલ રોગ સુધ્ધાંનો ઉપચાર થઈ શકે છે. પાછલા અંકમાં વાયુરોગનાશક અને ઉચ્ચ રક્તચાપ (હાઈ બ્લડપ્રેશર) નાશક ક્વાથનું વર્ણન કરવામાં આવ્યું હતું. અહીં એનાથી આગળ ચર્ચા કરીએ છીએ.

## (૩) અનિદ્રાનાશક ક્વાથ

અનિદ્રા અથવા ઊંઘ ન આવવી - જેને ચિકિત્સાવિજ્ઞાની 'સ્લીપલેસનેસ' અથવા 'ઈન્સોમ્નિયા' કહે છે, વ્યક્તિના સ્વયંના ખાન-પાન, ચિંતન-મનન તથા આચાર-વિચારની દેન છે. અપૂરતી ઊંઘ અથવા અનિદ્રાના કારણે વ્યક્તિની કાર્યક્ષમતા તો ઓછી થાય જ છે, સાથેસાથે તેના અનેકાનેક દુષ્પ્રભાવ પણ શારીરિક-માનસિક સ્વાસ્થ્ય પર સ્પષ્ટ પરિલક્ષિત થવા લાગે છે. આનાથી ત્રાસેલી વ્યક્તિ ઊંઘ લાવનારી ગોળીઓ, નશીલી દવાઓ જેવાનો આધાર લેવા લાગે છે. રોગનું મૂળ કારણ દૂર કર્યા વગર રોગ મટતો નથી, પરંતુ નવાં તેમજ પરિવર્તિત રૂપોમાં વધતો રહે છે.

જેવા જાવ તો અનિદ્રાનાં કારણો અનેક હોઈ શકે - જેમકે સૂતી વખતે વર્તમાન અથવા તો ભવિષ્યની કલ્પનાઓ કરતા રહેવું. ભૂતકાળની વાતોમાં ગૂંચવાઈ જવું અથવા તો તેને મનમાંથી કાઢી ન શકવું, માથું દુઃખવું-શરીર તૂટવું, કોઈ રોગના કારણે બેચેની, ક્ષોભ અથવા ચિંતાના કારણે ખરાબ વિચારોથી ઘેરાયેલા રહેવું, અજીર્ણ, હૃદયરોગ, સ્વાસ રોગ, સોજા, તાવ, દુઃસ્વપ્ન જેવાં કારણો પણ ક્યારેક ક્યારેક ઊંઘ આવતી નથી અને વ્યક્તિ પાસાં ફેરવતી રહે છે. માનસિક ચિંતા, તાણ, ભય, ક્રોધ વગેરેના કારણે મન અશાંત થઈ જાય છે અને વધુ પડતી બેચેનીનો અનુભવ કરે છે.

અનિદ્રા રોગનાં આ બધાં જ કારણો લગભગ અસ્થાયી હોય છે. રોગનું શમન થતાં જ ઊંઘ આવવા લાગે છે અને વ્યક્તિ સ્વસ્થ થઈ જાય છે, પરંતુ હાઈપરટેન્શન એટલે લોહીના ઊંચા દબાણના કારણે ઉત્પન્ન અનિદ્રા રોગ સર્વાધિક કષ્ટદાયક હોય છે. નિદ્રા લાવનાર દવાઓની લાઈન લગાડી દેવાથી શાંતિપૂર્વકની ઊંઘ તો આવતી જ નથી. હા, રોગી નશો કરેલી વ્યક્તિની જેમ અર્ધપ્રસુપ્ત સ્થિતિમાં પડ્યો રહે છે. આવી સ્થિતિમાં અનિદ્રાનાશક ક્વાથનું સેવન ઘણું જ લાભકારી સાબિત થયું છે.

પથ્ય-પરેજીની સાથે આ ક્વાથનું નિત્ય-નિયમિતપણે સેવન કરવાથી કેવળ અનિદ્રા જ દૂર થતી નથી, પરંતુ તેના મૂળ કારણમાં ઉચ્ચ લોહીનું દબાણ જેવા રોગ પણ નિયંત્રિત તેમજ શાંત થઈ જાય છે.

'અનિદ્રાનાશક ક્વાથ'માં નિમ્નલિખિત ઔષધિઓ લેવામાં આવે છે -

(૧) બ્રાહ્મી-૧ ચમચી (પાંચ ગ્રામ-ચાની ચમચી), (૨) શંખપુષ્પી-૧ ચમચી, (૩) વિજ્યા-૧ ચમચી, (૪) ખુરાસાની અજમો - ૧/૪ ચમચી (૫) જટમાંસી ૧૦ ગ્રામથી ૩૦ ગ્રામ સુધી, (૬) સર્પગંધા-૧/૨ ચમચી (૭) હરડે-૧ ચમચી (૮) અશ્વગંધા-૧/૨ ચમચી (૯) ગળો - ૧ ચમચી (૧૦) સાટોડી - ૧ ચમચી (૧૧) અર્જુન - ૧ ચમચી (૧૨) વરુણ-૧/૨ ચમચી

આ બધાજ ૧૨ ઘટક દ્રવ્યોને પોતાની જરૂરિયાતના પ્રમાણમાં તેનાં ગુણનક્રમમાં લઈને તેને મિશ્રણ કરી અધકચરો ભૂકો તૈયાર કરી લેવો અને એક ડબ્બામાં સુરક્ષિત રાખી દેવો. ક્વાથ બનાવતી વખતે મિશ્રણ કરેલા ભૂકામાંથી ૫-૬ ચમચી (૩૦ ગ્રામ) લઈને સાંજે અડધા લિટર પાણીમાં પલાળવો, સવારે ધીમા તાપે ક્વાથ બનાવવો. ચોથા ભાગ જેટલું પાણી રહે ત્યારે તેને ઉતારી લઈ સ્વચ્છ કપડાંથી ગાળી ઠંડો થવા દેવો. તૈયાર થયેલ ક્વાથમાંથી અડધી માત્રા સવારે અને બાકીની અડધી માત્રાનું સેવન સાંજે કરવું.

અનિદ્રાના રોગમાં પથ્ય-પરેજીનું ધ્યાન વિશેષપણે રાખવું જોઈએ, ખાસ કરીને ઉચ્ચ લોહીના દબાણના કારણે થયેલ અનિદ્રામાં રાત્રે તળેલી-શેકેલી તેમજ પચવામાં ભારે વસ્તુઓ ખાવી ન જોઈએ. રાતનું ભોજન હંમેશાં હળવું જ લેવું જોઈએ. ભોજન કર્યા પછી 'મહાશંખાદિવટી'ની બે ગોળી સવારે અને બે ગોળી રાત્રે પાણી સાથે લેવી જોઈએ. અનિદ્રાને દૂર કરવાનો સૌથી સરળ ઉપાય છે - ધ્યાન અને માનસિક જપ. પલંગમાં સૂતાંની સાથે 'શબાસન મુદ્રા'માં શરીર અને મનને ઢીલું છોડી દેવું અને પોતાના ઈષ્ટનું ધ્યાન કરતાં ગાયત્રી મહામંત્ર અથવા મહામૃત્યુંજય મંત્રનો માનસિક જપ કરતા રહી રોમ-રોમમાં ઊંઘનું આહ્વાન કરતા રહી શાંતિપૂર્વક ઊંઘ લેવાનો ઉપક્રમ કરવો જોઈએ.

### (૪) 'મેલેરિયા' તાવનાશક ક્વાથ :

મેલેરિયા તાવના ઘાગા જ પ્રકાર છે તે બધામાં આ ક્વાથ અત્યંત લાભકારી સિદ્ધ થયો છે. આમાં નીચે દર્શાવેલ ઔષધિઓ મેળવવામાં આવે છે.

(૧) પાંદડી કરિયાતું - ૧૦ ગ્રામ (૨) નેપાળી કરિયાતું - ૧૦ ગ્રામ (૩) શાહતરા - ૧૦ ગ્રામ (૪) પચાખ - ૫ ગ્રામ (૫) લાલ ચંદન - ૫ ગ્રામ (૬) ગળો-૧૦ ગ્રામ (૭) મરી - ૧૫ દાણા (૮) અજ્જો - ૧૦ ગ્રામ (૯) નાની હરડે-૧૦ ગ્રામ (૧૦) લવિંગ - ૫ નંગ (૧૧) ખૂબકલા - ૧૦ ગ્રામ (૧૨) તુલસીપત્ર - ૧૫ (૧૩) કુલાવેલી સક્રેદ ફટકડી-૫ ગ્રામ (૧૪) આર્ટીમીસિયા - ૧૦ ગ્રામ (૧૫) લીમડાનાં પાન - ૧૦ ગ્રામ (૧૬) કડુ - ૫ ગ્રામ (૧૭) ભૌંચ આમલી - ૧૦ ગ્રામ (૧૮) કડવા પરવળનાં પાંદડાં (પટોલપત્ર) - ૧૦ ગ્રામ (૧૯) નાગરમોથ - ૧૦ ગ્રામ (૨૦) ઈન્દ્રજવ છાલ - ૧૦ ગ્રામ (૨૧) કણ્ઝી-૧૦ ગ્રામ (૨૨) આકડાનાં પાન - ૨ ગ્રામ

ઉપર જાગાવેલ બધી જ ૨૨ વસ્તુઓનો અધકચરો ભૂકો તૈયાર કરીને તેને ભેળવીને એક ડબ્બામાં ભરી દેવો. તેમાંથી દરરોજ ૪-૫ ચમચી (૨૫ ગ્રામ) ભૂકો લઈને રાત્રે અડધા લિટર પાણીમાં પલાળી દેવો અને સવારે ધીમા તાપે ક્વાથ બનાવવો. જ્યારે ક્વાથ ઉકળતાં ઉકળતાં ૧/૪ અંશ બાકી રહે ત્યારે ઉતારીને ઠંડો કરી સ્વચ્છ કપડાંથી ગાળી લેવો. આના બે ભાગ કરી એક ભાગ સવારે અને એક ભાગ સાંજે પીવો જોઈએ.

એ પાણી જોવા મળ્યું છે કે ક્વાથની સાથેસાથે ખાંડેલા ભૂકાનું બારીક પીસેલું ચૂર્ણ એક ચમચી સવારે અને એક ચમચી સાંજે પાણી સાથે લેતા રહેવાથી અધિક લાભ થાય છે અને તાવમાં જલદી રાહત મળે છે. એ ખાસ ધ્યાનમાં રાખવું જોઈએ કે પાણી સાથે ફાકીરૂપે લેવાનો પાઉર એકદમ બારીક હોવો જોઈએ. આને માટે ખાંડેલા ભૂકાને બરાબર પીસીને કપડાંથી ચાળી લેવો જોઈએ. આમાંથી ૧-૧ ચમચી લેવાનું કહેવામાં આવ્યું છે.

મેલેરિયાના તાવમાં એક બીજો પ્રયોગ અત્યંત લાભદાયક જોવા મળ્યો છે. મેલેરિયાની શરૂઆત પહેલાં ગરમી અથવા કંપારીનો અનુભવ થાય છે. તે જ સમયે જો અડધું ટીપું આકડાનું દૂધ એક ચમચી ધી અથવા માખાણમાં મૂકીને લેવામાં આવે તો એ 'એન્ટીડોટ'નું કામ કરે છે. એટલે મેલેરિયાનાં પરજીવી વિષાણુઓ દ્વારા ઉત્પન્ન વિષાક્રતતાનું શમન આકડાનું દૂધ કરે છે. આકડાનું દૂધ લેવાથી કોઈ પાણી પ્રકારની તકલીફ થતી જાગાય તો ૧-૨ ચમચી ધી અથવા સાકર મેળવેલું પા લિટર જેટલું દૂધ પી લેવું જોઈએ. આને કારણે ગરમી નહીં લાગે. દૂધ અથવા ધી હંમેશાં તાવ આવતાં પહેલાં પીવાં જોઈએ. તાવ આવી જાય પછી દૂધ ન લેવું જોઈએ.

### (૫) શીતરોગનાશક ક્વાથ :

આ ક્વાથ કોનિક અથવા એલર્જીક બ્રોન્કાઈટિસમાં અત્યંત લાભકારી જોવા મળ્યો છે. આમાં નીચે જાગાવેલ વસ્તુઓ મેળવવામાં આવે છે.

(૧) રુદંતી-૧ ચમચી (૨) રુદ્રવંતી - ૧ ચમચી (૩) અરડૂસી - ૧ ચમચી (૪) ભૌંચરીંગાણી - ૧ ચમચી (૫) ભારંગી - ૧ ચમચી (૬) તેજપત્ર - ૧ ચમચી (૭) જેઠીમધ - ૧/૨ ચમચી (૮) ત્રિકટુ (સૂંઠ, મરી, પીપર સમાન ભાગે)-૧ ચમચી (૯) પિત્તપાપડો - ૧ ચમચી (૧૦) નવસાર - ૧ ચપટી (૧૧) દશમૂળ - ૧ ચમચી (૧૨) પિપ્પલી પંચાંગ - ૧ ચમચી (૧૩) તાલીસપત્ર - ૧/૨ ચમચી (૧૪) ચિત્રક - ૧ ચમચી (૧૫) તુલસી - ૧/૨ ચમચી (૧૬) ગુલબનફશા - ૧ ચમચી (૧૭) અતિવિષની કળી - ૧ ચપટી.

આ બધીજ ૧૭ વસ્તુઓને નિર્ધારિત માત્રામાં લઈને તેને ખાંડીને અધકચરો ભૂકો તૈયાર કરી લેવો. પ્રતિદિન ૪-૫ ચમચી ભૂકામાંથી ક્વાથ બનાવી લેવાથી જૂનો શીતરોગ અને એલર્જીક બ્રોન્કાઈટિસ રોગ સારા થઈ જાય છે.

### (૬) બ્રોન્કિયલ અસ્થમા(દમ) અર્થાત્ સ્વાસ-કાસ નાશક ક્વાથ :

બ્રોન્કિયલ અસ્થમા-સ્વાસ-કાસ તેમજ દમના રોગમાંથી છુટકારો મેળવવા આ ક્વાથ સર્વોત્તમ લાભકારી જોવા મળ્યો છે. આમાં નિમ્નલિખિત ઔષધિઓ મેળવવામાં આવે છે.

(૧) સોમલતા - ૨ ચમચી (૨) અતિવિષની કળી - ૧ રત્તી (૩) નવસાર-અડધી ચપટી (૪) બિલાના મૂળની છાલ - ૧ ચમચી (૫) કાકડાસિંગી - ૧ ચમચી (૬) પીપળાની છાલ - અડધી ચમચી (૭) ભૌંચરીંગાણી - ૨ ચમચી (૮) ભારંગી - ૨ ચમચી (૯) જેઠીમધ - ૨ ચમચી (૧૦) ત્રિકટુ - ૨ ચમચી (૧૧) અરડૂસીનાં મૂળ (વાસામૂળ) - ૧ ચમચી (૧૨) રુદંતી ફળ - ૨ ગ્રામ (૧૩) રુદ્રવંતી - ૧ ચમચી (૧૪) ગુલબનફશા - ૧ ચમચી (૧૫) ગાજવન - ૧ ચમચી (૧૬) રાસ્ના - ૧ ચમચી

ઉપર્યુક્ત બધી જ ૧૬ ઔષધિઓને અલગ-અલગ ખાંડીને તેનો અધકચરો ભૂકો કરી લેવો અને એક ડબ્બામાં ભરી લેવો. ક્વાથ બનાવતી વખતે આ ભૂકામાંથી ૪-૫ ચમચી (૨૦-૨૫ ગ્રામ) લઈને અડધા લિટર પાણીમાં કાઢો બનાવવો. સવાર-સાંજ રોગીને તેનું સેવન કરાવવું. ખાંસી, દમ, એલર્જીક બ્રોન્કાઈટિસ જેવા જાગરું રોગોમાં નિરંતર પથ્ય-પરેજીની સાથે આ ક્વાથનું સેવન કરવાથી રોગ મૂળમાંથી નાશ પામે છે અને વ્યક્તિ પૂર્ણપણે સ્વસ્થ થઈ જાય છે.

૬૪  
(કમશઃ)

સમગ્ર જીવનની સિધ્ધ ભારતીય સંસ્કૃતિની એક મૌલિક વિશેષતા છે, પર્વ-તહેવારોની અવિરલ શૃંખલા. આ પર્વ-તહેવાર જ્યાં સામૂહિક ઉલ્લાસ તથા જીવંતતાનું ઘટક છે, ત્યાં સામૂહિક ચેતનાના સુધારનું સશક્ત માધ્યમ પણ છે. વર્ષના ઉદ્દેશ દિવસોમાં એવો ક્યો દિવસ છે, જે દિવસે કોઈ પર્વ ન હોય. પર્વોની અનૂટ શૃંખલામાં મુકુટમણિનું સ્થાન જે કોઈને મળવા યોગ્ય છે તો તે છે, પ્રકાશ પર્વ દીપાવલી. દીપાવલી માત્ર એક પર્વ અથવા તહેવાર નથી, પરંતુ પર્વપુંજ છે. આસો વદ એકાદશી એટલે કે રમા એકાદશીથી શરૂ કરી ગોવત્સ ખારસ, યનતેરસ, કાળી ચૌદશ તથા હનુમાન જયંતી, કમલા જયંતી તથા દીપાવલી, અન્નકૂટ-ગોવર્ધન-વિશ્વકર્મા પ્રતિપદા અને ભ્રાતૃ અથવા યમદ્વિતીયા સુધી પૂરા સાત દિવસ સુધી, અહીંયા-ત્યાં સર્વત્ર દીપમાલિકાનો પ્રકાશ દષ્ટિગોચર થાય છે. આ શ્રેષ્ઠ પર્વપુંજ ભારતીય સંસ્કૃતિનો અત્યંત મહત્વપૂર્ણ પ્રસંગ છે, જેમાં આનંદ અને પ્રકાશના શાશ્વત વિજયનો મોટો માર્મિક ઈતિહાસ ઝગમગી રહ્યો છે.

પ્રચલિત માન્યતાઓ અનુસાર એ દિવસે રઘુવંશી ભગવાન શ્રીરામે વનવાસની ચૌદ વર્ષીય અવધિને પૂરી કરી અયોધ્યામાં પદાર્પણ કર્યું હતું. આ આગમનની ખુશીમાં અયોધ્યાવાસીઓએ ધીના દીવા પ્રગટાવ્યા હતા. ત્યારથી દીપાવલી દરેક વર્ષે મનાવવા લાગી. એ દિવસ ધર્મરાજ યમને જીજ્ઞાસુ નચિકેતાને જ્ઞાનની અંતિમ વલ્લિનો (અધ્યાય) ઉપદેશ આપ્યો હતો. પતિવ્રતા સાવિત્રીએ પણ એ દિવસે પોતાના અપરાજેય સંકલ્પ દ્વારા યમરાજના મૃત્યુપાશને તોડીને મનવાંછિત વરદાન મેળવ્યું હતું. જૈન ધર્મ અનુસાર જૈન તીર્થંકર ભગવાન મહાવીરે એ દિવસે નિર્વાણ પ્રાપ્ત કર્યું હતું અને દેવલોકથી સમસ્ત દેવતાઓએ દીપ પ્રગટાવી તેમની સ્તુતિ કરી હતી.

જ્યોતિપર્વ સાથે જોડાયેલ પાવન પ્રસંગોની આ શૃંખલા અનંત છે. જે પણ હોય ભારત ભૂમિનું સૌથી મહાન પર્વ દીપાવલી સદૈવ અંધકાર સામે લડવાની આપણી ઉન્કટ અભિલાષા અને પ્રબળ જીજ્ઞાસુતાનું પ્રતીક રહ્યું છે, પરંતુ કોણ જાણે કેમ દીપાવલીનું પર્વ શતાબ્દિઓથી ફેલાયલ તે અંધકારને દૂર નથી કરી શકતું,

જે ભારતીય જન જીવનને નિરાશા અને ત્રાસની ઊંડી ખાઈઓમાં ધકેલી રહ્યું છે.

આજે રક્તરંજિત કાશ્મીર મર્માતક સંઘાત સહેતી ગુર્જર ભૂમિ, સળગતા તેલંગાના તથા ઝારખંડ, ખખડેલ બિહાર અને ઉત્તરપૂર્વ આપણને સૌગાતમાં મળેલ છે અથવા આપણી રાજનીતિક નેતૃત્વની દેન છે. બહારના આક્રમણોનો ભય પહેલાં કરતા વધ્યો છે. પાકિસ્તાન અને ચીનના ખરાબ ઈરાદા, છત્ર યુધ્ધ તથા આતંકી ધુસપેઠે આજના દિવસોમાં દેશની ઊંઘ હરામ કરી દીધી છે. તેમની આતંકી ગતિવિધિઓ, અભાય ધુસપેઠ તથા આત્મઘાતી બૉબ-વિસ્ફોટોની લોહિયાળ (રક્તરંજિત) શૃંખલાઓ રાષ્ટ્રને બાહ્ય પડકાર રૂપે સતત આક્રાંત કરી દીધેલ છે. દેશની આંતરિક દુર્દશાથી સ્થિતિ વધુ ખરાબ થઈ રહી છે. બેરોજગારી, યુવા અસંતોષ, જાતીય હિંસા, સાંપ્રદાયિક તણાવ, માફિયા ગિરોહોની અંતરજાળ આજના દિવસોમાં રક્તપાત વગેરે સમસ્યાઓથી સ્થિતિ ભયાનક થતી જઈ રહી છે. આ ભયાનક આંતરિક તથા બાહ્ય સમસ્યાઓ તથા પડકારની કરોળીયા જાળમાં ગૂંચવાયેલ રાષ્ટ્ર એનાથી મુક્ત થવા તડપી રહ્યું છે. ક્યારે, કેવી રીતે આ ભયાનક તથા દુઃસહ્ય પ્રારબ્ધથી મુક્ત થશે ? કોણ આ દુર્દશાથી તેમનો ઉધ્ધાર કરશે ? એ મહાપ્રશ્ન સો કરોડ ભયભીત લોકો સમક્ષ ઊભો છે, જેનો તે યથાયોગ્ય જવાબ માંગે છે.

સ્વતંત્રતા પછી જે લોકસંપદા તથા શક્તિનું નિયોજન લોક હિતમાં ગરીબ, અસહાય, અશિક્ષિત પછાત તથા દલિત વર્ગના ઉત્થાનમાં થવાનું હતું. તેની વહેંચણી સ્વાર્થી તથા ભ્રષ્ટ રાજનેતાઓ અને કાળાબજાર કરનાર વ્યાપારીઓ વચ્ચે થઈ. એમાં એક વર્ગ જોડાયો શહેર-ગામ સ્તરે ઉગી આવેલ નાના-મોટા નેતાઓનો, પૂર્ત અને ઢપોરશંખ લોકોનો. ઓછી હરકતો, ખોખલા ભાવુક નારાઓ, બાહુબળ અને કાળા ધનથી જીતેલી રાજનીતિક શક્તિના મદમાં ચૂર રાજનેતાઓએ ઉત્પાદનના સમસ્ત સ્ત્રોતોને ચૂસવાનું શરૂ કર્યું. બૌદ્ધિક અને નૈતિક દષ્ટિએ ખોખલા આ નેતા સર્વશક્તિમાન બની બેસી ગયા છે.

આવામાં જ્યોતિપર્વ તો હવે એક ઔપચારિકતા બનીને રહી ગયું છે. પોતાની પરંપરાગત પ્રવાહની લીકમાં વહેતા

અસંખ્ય દીપ અવશ્ય સળગે છે, પરંતુ જ્યોતિ અંતર્મનને પ્રકાશિત નથી કરી શકતી. પરિણામ સ્વરૂપે આંતરિક અંધકાર ઘેરો થતો જાય છે અને આપણી કુંઠિત આશાઓ માનસિક વિકૃતિની દશામાં વહેતી રહે છે. સંક્રાંતિના પરિવર્તનશીલ સમયમાં નૈતિકતા, મર્યાદા તથા મૂલ્યોનો પથ ધૂંધળો થતો થતો અલોપ થતો જાય છે. એનાથી ઉપજેલ કુંઠા વ્યક્તિગત જીવનમાં અર્ધવિક્ષિત મનોદશા, પારિવારિક જીવનમાં વૈમનસ્ય તથા સામાજિક જીવનમાં વિઘટન અને છૂટા પડવા સાથે ચારે તરફ અરાજકતા, આંતક તથા અશાંતિના રૂપમાં દૃષ્ટિગોચર થઈ રહ્યા છે. શહેરોના પારિવારિક જીવનમાં ઘોળાતું વિષ આવનારી પેઢીને કુસંસ્કારિત જ બનાવી રહી છે. એનું દુષ્પરિણામ પૂરા સમાજ અને દેશને ભોગવવું પડે છે. વાલીઓ પોતાના નાના બાળકો પ્રત્યે મહાન જવાબદારીથી, સમય અભાવનાં રોદડાં રડી રહ્યા છે. તેમનો સમય અભાવના ગપ-શપમાં કપાય છે, દુનિયાભરના પ્રપંચ-જાળમાં અને મહેફિલ-પાર્ટીઓની અચ્ચાશી તથા વિલાસિતામાં. બહેનો વાળ કપાવી બ્યુટી પાર્લરમાં દરેક સમાહમાં જઈને સૌંદર્યની ટિપ્સ લેવી જરૂરી સમજે છે. દેશનું ભવિષ્ય કયા સંસ્કારોને લઈને મોટું થશે ? એ વિચારણીય છે.

વિશાળ વટવૃક્ષ સરખી દેશની વિરાટ સાંસ્કૃતિક ધારણા પણ આજે ખતરામાં છે. તેના મૂળ પર કુઠારાઘાત થઈ રહ્યો છે. તેની ડાળીઓને કોતરી રહ્યા છે. સામાજિક વ્યવસ્થાને સુચારૂ રૂપથી સંચાલિત કરવા માટે જે વર્ણ-વ્યવસ્થાની સ્થાપના ઋષિઓએ કરી હતી. તેની દુર્દશા-દુર્ગતિ થઈ રહી છે. ગુણ-કર્મ સ્વભાવના બદલે જન્મથી જાતિને જોડીને જાતીય દંભ-દુરાગ્રહ સક્રિય છે, તેના રાજનીતિના રંગે જાતીય હિંસાના રૂપમાં સમાજને લોહીલુહાણ કર્યો છે. વિશ્વને ધાર્મિક સહિષ્ણુતા તથા ઉદારતાનો પાઠ ભણાવનાર રાષ્ટ્ર આજે ધાર્મિક સંકોચીતતા તથા સાંપ્રદાયિક હિંસાના દાવાનળમાં દાઝી રહ્યો છે. અહીંયા પણ સંકુચીત સાંપ્રદાયિક વિચાર તથા રાજનીતિક સ્વાર્થ ધર્મના મૂળ ભાવને કલંકિત જ કર્યું છે, જેની ખૂની રમતમાં નિર્દોષ, અસહાય, ગરીબ તથા ધર્મભીરૂ જનતા જ મહોરૂં બને છે.

એવમાં પ્રખ્યાત ગાંધીવાદી મનીષી પ્રો. રામચંદ્રસિંહના એ વચન અહીં પ્રાસંગિક છે ‘કેટલીયે સદીઓ વીતી, કેટલાયે આપણે દીપ પ્રગટાવ્યા પણ જ્યોતિપર્વ માનવ જીવનનો અંધકાર દૂર ન કરી શક્યું.’ દેશના ભાગ્યમાં અમાસની આ રાત્રિ ન જાણે ક્યારે અને કેટલે દૂર સુધી લખી છે. એ તો ભગવાન રામ જ જાણે. જીવન તો

વાયુનો એક ઝાંકો છે જે બે પળનો મેહમાન છે. જીવન અને મૃત્યુની વચ્ચે જે થોડી પળ છે, તેને જેટલી નિષ્ઠા અને પ્રેમથી જીવવામાં આવે, તે માનવ જીવનની ઉપલબ્ધિઓ છે, પરંતુ સહસ્ત્રો દીપાવલીઓ વીતી ગઈ આશાઓની લતાઓ સૂકાયેલી રહી. મનની અયોધ્યા કદીયે દીપદાયી ન થઈ શકી. કાલિદાસના અનુસાર ચાતક પણ વગર પાણીવાળા વાદળો પાસેથી પાણી નથી માંગતા. ‘નિર્ગલિતાં બુગર્ભ: શરદ્ધન નાદતિ ચાતકોડપિ.’ આપણે તે કરવું પડશે જે આપણા વશમાં છે.

આપણે ધર્માચરણ કરવું પડશે. વાલ્મીકિએ કહ્યું છે, ‘ધર્મો હિ પરમો લોકે ધર્મે સત્યમ્ પ્રતિષ્ઠિતમ્’. ધર્મ જ સંસારમાં શ્રેષ્ઠ છે, ધર્મથી જ સત્યની પ્રતિષ્ઠા છે. ધર્મનો વ્યાવહારિક મર્મ શું છે, તેને વેદવ્યાસે મહાભારતમાં સ્પષ્ટ કર્યું છે-

શ્રુયતામ્ ધર્મ સર્વસ્વ શ્રુત્વા ચૈવાવધાર્યતામ્ ।

આત્મનઃ પ્રતિકૂલાનિ પરેષાં ન સમાચરેત્ ॥

સાવધાન થઈ ધર્મનું વાસ્તવિક રહસ્ય સાંભળો અને તેને સાંભળી તેના અનુસાર આચરણ કરો. જે કંઈક તમે પોતાના માટે હાનિકારક સમજતા હોવ તેવું આચરણ બીજા સાથે ન કરો.

વર્તમાન પરિસ્થિતિ ખરેખર જટિલ છે, પરંતુ યુગમનીષાના અનુસાર આપણે જરૂર છે બસ થોડીક સમજદારી અને ખૂબ વિશ્વાસની. મનોવૈજ્ઞાનિક અનાસ્થાના ધોર કટોકટી કાળમાં સો કરોડ લોકોનો દેશ ફક્ત મરી-મરીને જીવવા માટે નથી. યોડો હળમાં નથી જોડાતો, તેની પ્રકૃતિ તો શુભ્રક્ષેત્રમાં જ ઉતરવાની હોય છે. આપણે સંઘર્ષ જીતવો જ પડશે. ખોવા (ગુમાવવા) માટે હવે આપણી પાસે કશું બચ્યું નથી. આપણને જે કાર્ય મળ્યું છે, તેને નિષ્ઠા, પૂરી લગન સાથે આપણે કરીએ, એ જ વાસ્તવિક પૂજા, એ જ વાસ્તવિક ધર્માચરણ છે. જ્યોતિપર્વ જ્યારે આપણા મનમાં અને જીવનમાં કોટી-કોટી દીપોનો પ્રકાશ સ્થાપિત કરવામાં સમર્થ થશે, ત્યારે જીવનકમળની પાંખડીઓ ખીલશે અને અંધકારમાં અજવાળું છવાશે. ભ્રષ્ટાચાર અને સાંપ્રદાયિકતાનું માથું કપાઈ શકે છે, પ્યારમાં જે થોડીક ધાર હોય. આપણા યુગોથી સજાવેલા સ્વાન સાકાર થઈ શકે છે, જે આપણી શ્રધ્ધા સાથે થોડીક નિષ્ઠાનો સબળ આધાર હોય. આવો ! એ સંકલ્પ સાથે અંતર્મનના દીપને પ્રજ્વલિત કરનાર જ્યોતિપર્વના ઉલ્લાસને હૃદયમાં ઉતારીએ.

## ૧. શિયાળાની ઋતુમાં શાંતિકુંજ આવો, સત્રમાં ભાગ લો...

શાંતિકુંજ ગાયત્રી તીર્થ આવવું અને અહીં ચાલતા સાધના સત્રમાં ભાગ લેવો એ જીવનનું એક ખૂબ મોટું સૌભાગ્ય માનવામાં આવે છે. પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવ આને મહાકાલનો માળો કહેતા રહ્યા છે, જ્યાંથી એકવીસમી સદીની જ્ઞાન ગંગોત્રી પ્રવાહિત થઈ છે. શિયાળાની ઋતુ આસો નવરાત્રિથી શરૂ થઈ જાય છે, જે અતિવિશિષ્ટ હોય છે. દરેક મહત્વપૂર્ણ સાધનાઓ આ દિવસો દરમિયાન કરવામાં આવે છે. દિવસનાના હોય છે, રાત્રિ મોટી. આમ પણ જોવા જવ તો ઠંડીના કારણે મનુષ્ય સ્વયંને અંતર્મુખી બનાવી દે છે. આ સમયે કરવામાં આવેલી સાધના ફળદાયી હોય છે.

માર્ચ-એપ્રિલથી શરૂ થઈને ઓક્ટોબરના પ્રથમ સપ્તાહ સુધી એ સમયગાળો છે, જ્યારે ભારત તથા વિદેશના ખૂણે ખૂણેથી કાર્યકર્તા થોડાક કલાકોથી માંડીને થોડાક દિવસો માટે અહીં આવે છે. ભીડ ઘણી વધારે હોય છે. ક્ષેત્રના વરિષ્ઠ પરંતુ ભાવુક કાર્યકર્તા એક ચબરખીની અંદર પોતાનો સંદર્ભ જાગાવી એક બસ ભરીને પરિવહનોને મોકલી આપે છે. આને માટે અગાઉથી લેવામાં આવતી મંજૂરી નિશ્ચિત તેમણે લીધી હોતી નથી. આ પ્રકારનાં આગ્રહ આગમનના કારણે સાધના સત્ર પ્રભાવિત થાય છે. એટલા માટે શિયાળાની ઋતુમાં શાંતિકુંજ આવીને સાધના કરવી એક એવો અવસર છે જેને કોઈ પણ અધ્યાત્મિક પ્રાપ્તિના ઈચ્છુક સાધકે ચૂકવો ન જોઈએ. હવે તો અહીં દેવ સંસ્કૃતિ વિશ્વવિદ્યાલય પણ છે, જ્યાં લગભગ દસ હજાર કરતાં વધુ ગ્રંથ છે, ભાણાવનારા સમયદાની વિદ્વાન છે તથા બીજું ઘણું બધું શીખવા યોગ્ય છે. એટલી વધારે ઠંડી નથી પડતી કે ગભરાઈ જવું પડે.

શાંતિકુંજ, હરિદ્વાર તથા ગાયત્રી તપોભૂમિ, મથુરામાં તથા જન્મભૂમિ તીર્થ આંવલખેડા(આગરા)માં પણ આખું વર્ષ સત્ર ચાલતાં રહે છે. બાકીનાં બે સ્થાન ઉપર તો નક્કી કર્યા પ્રમાણેનાં સત્ર જ ચાલે છે, જ્યારે શાંતિકુંજમાં પ્રતિક્ષણ કોઈને કોઈ સત્ર ચાલતું હોય છે. પૂર્વાનુમતિ લઈને પોતાનું વિસ્તૃત વિવરણ મોકલીને કોઈ પણ આવી શકે છે. આ વર્ષે શિયાળાની ઋતુ દરમિયાન શાંતિકુંજના વિશિષ્ટ સત્ર કરવા ઈચ્છુક સાધકો માટે વિગતે જાગાવીએ છીએ.

(૧) નવ દિવસીય અથવા એક માસિક સંજીવની સાધના સત્ર : આ સત્ર દરેક મહિને ૧થી ૮, ૧૧થી ૧૮, ૨૧થી ૨૮ તારીખો દરમિયાન ચાલે છે. નવ દિવસના સમય દરમિયાન ચોવીસ હજાર ગાયત્રી મંત્રનું એક અનુષ્ઠાન આઠ પ્રેરક ઉદ્બોધન, એટલી જ પ્રેરણાદાયક ગોષ્ઠિઓ તથા વીડિયો સંદેશ-દિવસ આખાની દિનચર્યા સાધકને વ્યસ્ત રાખે છે. પ્રાતઃ ૪ વાગ્યે (૨૬મી સપ્ટેમ્બર ૨૦૦૩થી ૨૦માર્ચ ૨૦૦૪ સુધી) ઊઠી જવાનું હોય છે. નજીકમાં હિમાલય હોવા છતાં પણ એટલી ઠંડી નથી હોતી કે કોઈ મુશ્કેલી

જાણાય. પછી તો તપ-તિતિક્ષાનું વિશેષ કરી તીર્થોમાં તો ખૂબ મહત્વ છે. કેટલીક વ્યક્તિ એક મહિનાની સાધનાનો સંકલ્પ લઈને આવે છે, તેમને એક જીવન સાધના સત્ર અને બાકીનો સમય સાધના ક્રમ સમુચિત માર્ગદર્શન સાથે પૂરું કરવાનું કહેવામાં આવે છે.

(૨) અંતઃ ઊર્જા જાગરણ સત્ર : આ મૌન સાધના સત્ર છે, જે પાંચ દિવસનું હોય છે. આમાં ભાગ લેવા માટે અનિવાર્ય છે કે ઓછામાં ઓછાં ૫ દિવસનાં એક સત્રના પહેલાં જપ કરી લીધા હોવા જોઈએ. આ વર્ષે આ સત્ર ૧૧ ઓક્ટોબરથી શરૂ થઈ ૨૫ ડિસેમ્બર સુધી ચાલશે. (૧ થી ૫, ૬ થી ૧૦ - આ ક્રમથી). પછી ૬ જાન્યુઆરીથી ૨૦ જાન્યુઆરી અને ૩૧ જાન્યુઆરીથી ૨૮ ફેબ્રુઆરી તથા ૧ માર્ચથી ૨૦ માર્ચ ૨૦૦૪ દરમિયાન ચાલશે. આ વર્ષ માટે કુલ ૨૮ સત્ર નિર્ધારિત કરવામાં આવ્યાં છે. આ વર્ષે પ્રતિ સત્ર માત્ર ૩૨ સાધક જ લેવામાં આવી રહ્યા છે. પ્રત્યેક પોતાના વિશે વિસ્તારપૂર્વક જાણાવવાનું હોય છે કે મૌન સાથે જોડાયેલી અન્ય મર્યાદાઓને નિભાવી શકશે કે નહીં!

(૩) યુગશિલ્પી તેમજ પરિવ્રાજક સત્ર : આ સત્ર ક્રમશઃ એકથી દોઢ મહિના સુધીનાં હોય છે. યુગશિલ્પી પાઠચક્રમમાં પુરોહિત, સંભાષણ, સંગીત, યુગ નેતૃત્વની પ્રારંભિક જાણકારી આપવામાં આવે છે. પરિવ્રાજક સત્ર આ જ ક્રમમાં આગળ વધીને આગામી મહિનાની ૧૫ તારીખ સુધી ચાલે છે. લોકનાયક બનવા માટે ભાવુક સાધકો માટે આ ખૂબ સચોટ છે. પ્રતિમાસ ૧થી ૨૮ અને ૧થી બીજા મહિનાની ૧૫ સુધી આ ચાલે છે.

(૪) નવ દિવસીય રચનાત્મક અને છ દિવસીય આર.સી.એચ. સત્ર : આ સત્ર ઘણાં વિશિષ્ટ છે. સ્વાવલંબન-ગ્રામ પ્રબંધન-કુટિર ઉદ્યોગ પ્રધાન આ શિક્ષણ સત્ર પ્રતિમાસ ૮ દિવસ માટે ૧૦મી અને ૨૮મી તારીખે શરૂ થાય છે. શિશુ અને માતૃ સ્વાસ્થ્ય/પ્રજનન સંબંધી પ્રશિક્ષણ પણ છ દિવસ માટે ૨૩થી ૨૮ તારીખો દરમિયાન દર મહિને સંપન્ન થાય છે. તેમાં બિન સરકારી સંગઠનો અથવા મિશનના ઉત્સાહી સ્વાસ્થ્ય સાથે જોડાયેલા સમૂહોને પ્રાથમિકતા આપવામાં આવે છે.

(૫) વિવિધ સત્ર : આમાં ભારતીય સંસ્કૃતિ જ્ઞાન પરીક્ષાની સંગોષ્ઠિઓ, વિશ્વવિદ્યાલયની કાર્યશાળાઓ, કાર્યકર્તા સંગઠન પ્રશિક્ષણ શિબિર તથા ૨ ૧/૨ દિવસના જીવન પ્રબંધન સત્ર મુખ્ય છે, જે માગ અનુસાર આયોજિત થાય છે.

પ્રસ્તુત શિયાળો એક અવસર લઈને આવ્યો છે. પ્રશિક્ષણ વગરનો મનુષ્ય પોતાની કુશળતાને, આત્મશક્તિને ખીલવી શકતો નથી. આ શિયાળામાં આવો અવસર આપણા જીવનમાં પણ આવે, એવું ચિંતન અત્યારથી શરૂ થઈ જાય.





## ૨. જીવવાની કળાના વિધિવત્ શિક્ષણનો હવે થશે પ્રારંભ...

જીવન વ્યવસ્થિત રીતે જીવવું એ પાણ એક કળા છે. આ સર્વાધિક મહત્વપૂર્ણ વિદ્યા છે જેને દરેક યુવા-વિજ્ઞાસુ માનવીએ જાણવી જોઈએ. દુભાગ્યનો વિષય છે કે આજે વિભિન્ન વિશ્વવિદ્યાલયોમાં-મહાવિદ્યાલયો અને વિદ્યાલયોમાં બાકીનું બધું તો ભણાવવામાં આવે છે, પરંતુ જીવન જીવવાની કળા - 'આર્ટ ઓફ લિવિંગ'નું શિક્ષણ ક્યાંય ભણાવાતું નથી. આર્ટ ઓફ લિવિંગનો અર્થ છે - દરેક સ્વાસ્થે અધ્યાત્મમાં જીવવું. શ્રી અરવિંદ કહેતા હતા 'હોલ લાઈફ ઈઝ યોગા' (સંપૂર્ણ જીવન યોગ છે), પરમ પૂજ્ય ગુરુદેવ કહેતા, 'હોલ લાઈફ ઈઝ સ્પિરિચ્યુઅલિટી' (સંપૂર્ણ જીવન જ અધ્યાત્મ છે). બંને દ્વારા એક જ તથ્યને અલગ અલગ રૂપે જણાવવામાં આવ્યું છે. આર્ટ ઓફ લિવિંગને આજે એ.ઓ.એલ. જેવું સંક્ષિપ્ત નામ આપીને સ્વસન સાથે જોડાયેલ પ્રાણાયામની ક્રિયારૂપે પ્રચલિત કરવામાં આવી રહ્યું છે. નાકથી હવા ખેંચીને અથવા છોડી ને કોઈ જીવન કલામાં માહિર થઈ શકતું નથી. આનાથી શારીરિક સ્વાસ્થ્ય પર યથોચિત લાભ અવશ્ય થશે પરંતુ જીવન કળાથી મળનારા અન્ય લાભ મળશે નહીં, કેમકે તેને એ વ્યાપક પરિપ્રેક્ષમાં સમજવામાં આવ્યું જ નથી.

ખરેખર તો ભારતીય અધ્યાત્મ પોતાના શુદ્ધરૂપે જીવન જીવવાની કળા જ તો છે. એટલા માટે આપણી સંસ્કૃતિ જ જીવન - પ્રબંધન - જીવન કળાની મૂળ ધરી રૂપી વિદ્યામાં એ બધાંજ સૂત્રો સમાયેલાં છે, જે મનુષ્યને મહાન બનાવે છે. દેવ સંસ્કૃતિ વિશ્વવિદ્યાલયમાં આગામી વર્ષ ૨૦૦૪-૨૦૦૫ના શૈક્ષણિક સત્રથી પાઠચક્રમાં 'જીવન જીવવાની કળા'નો વિધિવત્ સમાવેશ કરવામાં આવી રહ્યો છે. આમાં જીવનની વિભિન્ન સમસ્યાઓ-જીવન શૈલી સાથે જોડાયેલા ઘટકો-વ્યવહાર કુશળતા-જપ સાધનાથી માંડીને આત્મ પ્રબંધનનાં સૂત્ર શીખવવામાં આવશે. નિશ્ચિતપણે આ વિદ્યાના પ્રશિક્ષણ દ્વારા છાત્રોમાં આજની શિક્ષણ પદ્ધતિમાં જોવા મળતી ઘણી જ મોટી ઊંચાઈ દૂર થશે-શિક્ષણ સર્વાંગીકરણ બનશે.

'જીવન જીવવાની કળા'ના પાઠચક્રમાં ચાર ભાગમાં વહેંચી નાંખવામાં આવ્યો છે. આ ચાર સેમેસ્ટરમાં ખૂબ કુશળતાપૂર્વક ગૂંથી લેવામાં આવશે. પ્રથમ સેમેસ્ટરમાં રચનાત્મક જીવનની કળા શીખવવામાં આવશે. બીજું સેમેસ્ટર જીવનની વિકૃતિઓ-નિદાન તથા સમાધાન પર કેન્દ્રિત હશે. ત્રીજું સેમેસ્ટર આધ્યાત્મિક જીવન જીવવાની કળાનું શિક્ષણ આપશે અને ચોથું

સેમેસ્ટર આધ્યાત્મિક શિક્ષણની કળાને પાયામાં રાખી ચાલશે. ચાર સેમેસ્ટરવાળા દરેક સ્નાતક/અનુસ્નાતક (પી.જી.) કોર્સમાં પ્રશિક્ષણનો એ રીતે સમાવેશ કરવામાં આવશે કે દેવ સંસ્કૃતિ પર આધારિત આ અનિવાર્ય પાઠચક્રમ, યોગ મનોવિજ્ઞાન, ભારતીય સંસ્કૃતિ, સમગ્ર સ્વાસ્થ્ય પ્રબંધન. સહિત સ્વાવલંબન તથા અન્ય ભવિષ્યમાં ખૂલનારા સંકલ્પો સાથે અનિવાર્યપણે જોડાઈ જાય. યોગનો છાત્ર પાણ આ જીવન વિદ્યામાં પ્રવીણ થઈને નીકળે સાથે સાથે આઈ.ટી. અથવા બી.ટી. અથવા મેડિસિનના છાત્ર પાણ પછી ધીરેધીરે આના વર્કશોપનું આયોજન વિભિન્ન વિશ્વ વિદ્યાલયોમાં પાણ કરવામાં આવશે, જેથી એ આપણી શિક્ષણ પ્રણાલીનું એક અંગ બની શકે.

આ જીવન જીવવાની કળાના પાઠચક્રમના પ્રથમ સેમેસ્ટરમાં રચનાત્મક જીવન જીવવાની કળાને મૂળ આધાર બનાવવામાં આવી છે. આમાં સૈદ્ધાંતિક તથા પ્રાયોગિક બંને શિક્ષણનો સમાવેશ છે. ધિયરીની દૃષ્ટિએ માનવ જીવનનો પરિચય, અનંત શ્રેષ્ઠતમ સંભાવનાઓ, લક્ષ્ય નિર્ધારણ, પોતાના વ્યક્તિત્વની સમજણ જેવા વિષયો વિશે સામાન્ય પરિચય આપવામાં આવશે. આજે માનવીની જીવનશૈલી વિકૃત થઈ ગઈ છે. શારીરિક સ્વાસ્થ્યની સાર સંભાળની સાથે લાઈફ સ્ટાઈલ (જીવન શૈલી - ખાવું પીવું, રહેણીકરણી, વેશભૂષા, બોલવું ચાલવું)ને કઈ વ્યવસ્થિત રાખવામાં આવે. સંયમ-સદાચારનું જીવનમાં શું મહત્વ છે ? પરિવેશ, પરિસ્થિતિને અનુસાર જીવનનું સરખું આયોજન કઈ રીતે થાય - એ શિક્ષણ પાણ અનિવાર્ય છે. આના જ અભાવમાં કેટલાક ગણ્યાગાંઠ્યા છાત્ર ફૂરતા પર ઊતરી આવે છે, રેગિંગ કરે છે-કેટલાક મુક્ત ભોગી, પ્રવીણ-બુદ્ધિમાન પરંતુ જીવનશૈલીથી અપરિચિત એવા છાત્રો આવાં તત્વોનાં શિકાર બને છે.

કલ્પનાશક્તિ, ઈચ્છા-સંકલ્પ શક્તિ, ભાવના, બુદ્ધિસ્મૃતિ, રચનાત્મકતા, વિધેયાત્મક ચિંતનની કળા (પી.એમ.એ.-પોઝિટીવ મેન્ટલ એટિટ્યૂડ) પાણ આ પ્રથમ છ માસના પાઠચક્રમાં આવે છે. શ્રેષ્ઠ વિચારો તથા આદર્શોનું મહત્વ, આત્મવિશ્વાસ, આત્મસમ્માન, આત્મ-મૂલ્યાંકન, સફળતાનો સાચો અર્થ વ્યવહાર કુશળતા તથા ઘર-પરિવાર અને સામાજિક પરિસ્થિતિઓમાં એનું વ્યવસ્થિત આયોજન આ વિદ્યામાં જ આવે છે. સમય પ્રબંધન (ટાઈમ મેનેજમેન્ટ),

સંતુલિત તથા આકર્ષક વ્યક્તિત્વનું નિર્માણ, પ્રભાવશાળી આત્મ પ્રસ્તુતીકરણ અને નેતૃત્વ ક્ષમતાનો વિકાસ આ સેમેસ્ટરમાં આવે છે. ક્રિયાત્મક-પ્રાયોગિક રૂપમાં પ્રજ્ઞાયોગ, શિથિલીકરણ, પ્રાણાકર્ષણ પ્રાણાયમ, ડાયરી લેખન, સેલ્ફ વિઝ્યુલાઈઝેશન, યોજનાબદ્ધ કાર્ય પદ્ધતિનું નિધારણ, આત્મબોધ-તત્ત્વબોધ, ૧૫ મિનિટનો સાર્થક ગાયત્રી જપ, જ્યોતિ અવતરણની ધ્યાનધારણા તથા સ્વાસ્થ્યને લેવામાં આવ્યા છે.

બીજું સેમેસ્ટર જીવનની વિકૃતિઓનું નિદાન અને સમાધાન પર કેન્દ્રિત કરવામાં આવ્યું છે. આની થિયરીમાં માનવ જીવનમાં સફળતાઓનો અભાવ-સંભાવનાઓ સાકાર ન થવાની સ્થિતિ, કર્મફળનું વિધાન, નૈતિક આસ્થામાં જાગૃતી ઊણપ, તેનાથી ઘટતી કાર્યક્ષમતા, પરિવાર-ઓફિસ તથા સામાજિક પરિસ્થિતિઓમાં આવડત વગરનું આયોજન જેવા વિષયો લેવામાં આવ્યા છે. અવ્યવસ્થિત ઉચ્છૃંખલ જીવન શૈલી, અસ્વચ્છતા, દિશાહીન જીવન, દુર્વ્યસન, અસંયમ, આળસ અને પ્રમાદથી થનાર નુકસાન એનું દિન તથ સમાધાન પણ આમાં લેવામાં આવ્યાં છે. નકારાત્મક ચિન્તન, તાણ, નિરાશા, મૂર્ખતા, વિષાદ, ઉદ્વિગ્નતા, અસફળતાનો ભય, આત્મ મુગ્ધતા, દિવા સ્વપ્ન, આત્મહીનતા, અપરાધ ભાવ, નિંદા, પર દોષારોપણ, ઈર્ષ્યા-દ્વેષ, જેવા દુર્ગુણોનું નિદાનસમાધાન આમાં આવે છે. દંભ, ઉગ્ર ભાવ, હિંસક સ્વભાવ, લાલચ, અતિ મહત્વાકાંક્ષા, અપરાધી મનોવૃત્તિ, વિખંડિત વ્યક્તિત્વનું નિદાન/સમાધાન પણ આમાં લેવામાં આવ્યાં છે.

પ્રાયોગિક રૂપમાં પ્રથમ સેમેસ્ટરની દરેક વિધિઓની સાથે લોમ-વિલોમ પ્રાણાયમ, દિવ્ય અનુદાનની ધ્યાન ધારણા, પ્રાર્થના, પ્રાયશ્ચિત્ત વિધાન, મૃદુચાંદ્રાપાણ, નિષ્કાસન તપ, નિષ્કામ સેવાનાં વિભિન્ન ક્રિયાત્મક પાસાંઓનું શિક્ષણ અપાશે.

ત્રીજા સેમેસ્ટરની ધરી છે આધ્યાત્મિક જીવન. આમાં મનુષ્યમાં રહેલી આધ્યાત્મિક સંભાવનાઓ, અંતદષ્ટિ(ઈન્ડ્યુશન), અતીન્દ્રિય ક્ષમતાઓ, આધ્યાત્મિક જીવન દષ્ટિના જાગૃતનું વિજ્ઞાન-તપ અને યોગ શીખવવામાં આવશે. આત્મિક પ્રગતિના ક્ષેત્રમાં ગુરુની ભૂમિકા, ગુરુ-શિષ્ય સંબંધ આધ્યાત્મિક સાધનામાં સહાયક તત્ત્વો, આવનારા અવરોધ, પુનર્જન્મ અને મોક્ષ, આધ્યાત્મિક જીવન શૈલી શું છે, એ જાણાવવામાં આવશે. સ્થૂળ, સૂક્ષ્મ અને કારણ શરીરનો આધ્યાત્મિક પરિચય, વિભૂતિઓ તથા તેના જાગૃતનું વિધિ, કર્મયોગ-જ્ઞાનયોગ-ભક્તિયોગ તથા તેને માટેની સાધના,

આરાધના, ઉપાસનાનું શિક્ષણ પણ આમાં આવી જશે. શ્રદ્ધા-પ્રજ્ઞા-નિષ્ઠાનું તત્ત્વદર્શન પણ આનાં જ છે. પંચકોષોનો આધ્યાત્મિક પરિચય, તેમાં નિહિત દિવ્ય સંભાવનાઓ, એનાં જાગૃતનું વિધિઓ, ષટ્ચક્રો અને કુંડલિનીનો પરિચય, જાગૃતનું વિજ્ઞાન તથા આધ્યાત્મિક જીવનનાં લક્ષણ તથા મૂલ્યાંકન આમાં શીખવવામાં આવશે.

ક્રિયાત્મક પક્ષમાં પ્રથમ અને દ્વિતીય સેમેસ્ટરની વિધિઓની સાથેસાથે સાધક દેનંદિનીનું નિત્ય પાલન, સાપ્તાહિક ઉપવાસ, સોડહમ્ પ્રાણાયમ, સવિતા ધ્યાન, આત્મ દર્શન તેમજ નાદયોગ આમાં છે.

ચોથું સેમેસ્ટર આધ્યાત્મિક શિક્ષણની કળાને કેન્દ્રમાં રાખીને તૈયાર કરવામાં આવ્યું છે. આમાં આધ્યાત્મિક આચાર્યના અનિવાર્ય ગુણ, ઉચ્ચ ધ્યેય ઈશ્વર નિષ્ઠ જીવન, તપશ્ચર્યા, સાદગી-વિનમ્રતા-પરિષ્કૃત તેમજ પ્રભાવશાળી વ્યક્તિત્વ વિશે ભાણાવવામાં આવશે. વિદ્યાર્થીઓમાં છુપાયેલી યોગ્યતાઓ, વિશેષતાઓ, સંભાવનાઓ, દુર્બળતાઓ, દ્વન્દ્વ-દુવિધા વગેરે દ્વારા તેમના મન અને વ્યવહારની સમજ, સમુચિત સહાનુભૂતિપૂર્ણ માર્ગદર્શન અંગેનું ભાગતર આ સેમેસ્ટરમાં આવશે. સાથેસાથે ભાવપૂર્ણ સંપ્રેષણ-સહૃદયતા-સંવેદનશીલતાનું સ્થાન, પ્રભાવી આધ્યાત્મિક શિક્ષણની વિધિઓ-સૂક્ષ્મ વૈચારિક સંપ્રેષણ, દીક્ષા તત્ત્વ વિશે ભાણાવવામાં આવશે. ચરિત્ર, ચિંતન તથા વ્યવહારની પ્રામાણિકતા, ગુણ કર્મ સ્વભાવની શ્રેષ્ઠતા, લોક સેવા પ્રત્યે પ્રતિબદ્ધતા, ઈશ્વરીય કાર્યો પ્રત્યે સમર્પણ, નિરહંકારિતા જેવાં સોનેરી સૂત્ર આમાં શીખવવામાં આવશે. ભગવાન બુદ્ધ, સ્વામી વિવેકાનંદ, શ્રી અરવિંદ મહર્ષિ રમાણ તથા આચાર્ય શ્રીરામ વિવેકાનંદ, શ્રી અરવિંદ, મહર્ષિ રમાણ તથા આચાર્ય શ્રીરામ શર્માજીનો શિક્ષણ પદ્ધતિઓ વિશે જાણાવવામાં આવશે. ક્રિયાત્મકરૂપે પહેલાં ત્રણ સેમેસ્ટરમાં ભાણાવવામાં આવેલ દરેક વિધિનું પુનઃ અવલોકન કરાવી નિષ્ક્રાંત બનાવવામાં આવશે.

જે રીતે આગ્રહડ સુવાર્ણને અગ્નિમાં તપાવીને શુદ્ધ અને પછી ભસ્મ રૂપે ઔષધીય પ્રયોગમાં લેવામાં આવે છે, તેવી જ રીતે જીવન જીવવાની કળા નાગરિકોને પ્રબુદ્ધ, સંવેદનશીલ, તથા જીવન પ્રબંધનમાં કુશળ બનાવવાનું પ્રશિક્ષણ આપવામાં આવશે. આ બધા જ પક્ષ જીવનમાં કેટલું મહત્વ ધરાવે છે એ કહેવું નહીં પડે. આજે નહીં તો કાલે દરેક વિશ્વવિદ્યાલયે ટેકનિકલ અને સામાન્ય પણ પોતાના પાઠ્યક્રમની ધરી આજ જીવન કળાને બનાવવી પડશે.

❧

## યુગ નિર્માણ સમાચાર

અમદાવાદ પૂજ્ય સ્વામી નિજનંદ સરસ્વતી ના “ગાયત્રી મહામંત્ર” વિષય ઉપર ટાઉન હોલમાં પાંચ દિવસ રાખેલાં “જ્ઞાનયજ્ઞ” માં સેટેલાઈટ શાખા દ્વારા બ્રહ્મભોજ સાહિત્ય સ્ટોલ રાખવામાં આવ્યો. પાંચ દિવસ દરમ્યાન, “ગાયત્રી મહાવિજ્ઞાન”, “વેદોનો દિવ્ય સંદેશ”, “ગાયત્રી મંત્રાર્થ”, “ઋષી ચિંતનના સાનિધ્યમાં”, “ત્રણ ખંડ ઉપનિષદ” વિગેરે પુસ્તકોનું હજારોમાં બ્રહ્મભોજ થયું. જ્ઞાનયજ્ઞ દરમ્યાન, શ્રી તુલસીભાઈ, કનુભાઈ દ્વારા જુના “યુગ શક્તિ ગાયત્રી” અંકોનું વિતરણ કરવામાં આવ્યું. કાંનિકુંજના શ્રી રાજુભાઈ દ્વારા ગાયત્રી મંત્રલેખન તથા યુગ ચેતના સાહિત્ય વિના મૂલ્યે આપવામાં આવ્યું. ડૉ. રાજેન્દ્રપ્રસાદની તથા પરિવારના અન્ય સભ્યોની રોજ હાજરીથી સૌમાં અનેરો ઉત્સાહ જોવામાં આવ્યો.

વડોદરા (અમદાવાદ) ગાયત્રી પરિવારના સન્નિષ્ઠ શ્રી બાપાલાલભાઈના અધ્યાગને અવિરત પ્રયાસથી બાલ સંસ્કાર કેન્દ્રનાં ૫ વર્ષથી ૧૫ વર્ષનાં બાળકો પાસે ગુરૂપૂર્ણિમાનાં પાવન પર્વનાં દ્વિતીય દિને ૧૦૦૦ વૃક્ષારોપણ થોરડી ગામનાં મુખ્ય રસ્તા પર-તળાવની પાળ પર અને પ્રસિધ્ધ ધારેશ્વર મહાદેવ મંદિરનાં પ્રાંગણમાં ગાયત્રી મંત્રનાં ઉચ્ચારણ સાથે કરાવવામાં આવ્યું. સહભાગી બનેલ બાળકોને પ્રોત્સાહન માટે પેન્સિલ તથા રબર ભેટ રૂપે આપવામાં આવ્યાં.

વડોદરા ગાયત્રી પરિવાર દ્વારા નેત્ર ચિકિત્સાનો કેમ્પ તા. ૨૭-૭ ના રોજ ગાયત્રી પ્રજ્ઞા સત્સંગ ભવન ખાતે રાખવામાં આવ્યો છે. હેલ્થકેર ઈન્ડિયા આયોજીત સરભોણ ગાયત્રી પરિવાર તથા રોટરી આઈ. ઈન્સ્ટીટ્યુટ ગ્રામ પંચાયત સરભોણ, ડીસ્ટ્રીક્ટ બ્લાઈન્ડનેશ કંટ્રોલ સોસાયટીના સક્ષમ સહયોગથી જાહેર જનતાના લાભાર્થે નેત્ર યજ્ઞનું આયોજન રોટરી આઈ હોસ્પીટલ નવસારીના નિષ્ણાંત ડૉક્ટરોની ટીમે આ કેમ્પમાં સેવા આપી. આ કેમ્પમાં દર્દીઓની આંખની તપાસ વિના મૂલ્યે કરવામાં આવી. મોતિયાના ઓપરેશન વિના મૂલ્યે કરવામાં આવ્યા તેમજ જરૂરીયાત દર્દીઓને રાહતદરે ચશ્મા પણ આપવામાં આવ્યા.

પૃથ્વીમાં વન મહોત્સવ નિમિત્તે સરભોણ ગાયત્રી પરિવાર દ્વારા ગામની આજુ-બાજુ સંસ્થાઓમાં સઘન વૃક્ષારોપણ કાર્યક્રમમાં એન. જી. પટેલ હાઈસ્કૂલ અને પ્રાથમિક શાળા સરભોણ, ઉત્તર બુનિયાદી ભૂવાસણ, પ્રાં. શા. તરભોણ, વૉધેચ, નોગામા-પારડી નહેર કોલોની સરભોણ તેમજ ખેતરોમાં પણ વૃક્ષારોપણ કર્યું હતું. આ કાર્યક્રમ વેળા વન વિભાગના અધિકારીશ્રી કનકસિંહ ખરસિયા તથા એન. આર. રાઠોડનો દાનથી મહત્વનો રહ્યો હતો.

વડોદરા -ગુરૂપૂર્ણિમા પાવન પર્વ ગાયત્રી શક્તિપીઠ ખટંબામાં પ્રજ્ઞા પરિજનોની હાજરીમાં અનેરા આનંદ, ઉલ્લાસથી ઉજવાયુ. તાજેતરમાં શાંતીકુંજથી શક્તિપીઠ માટે લાવેલ ઋષિ યુગ્મની પાદુકા પૂજન, પંચકુંડી ગાયત્રી યજ્ઞ, નામકરણ, અન્નપ્રાસન, મુંડન, પુંસવન, વિદ્યારંભ વિગેરે સંસ્કારો ઘણાજ ઉમંગથી સંપન્ન થયા.

શક્તિપીઠે રાજ્ય વનવિભાગ, સુધરાઈના બાગાયત વિભાગ તથા ફર્ટિલાઈઝર કંપનીના બાગાયત વિભાગ, સ્થાનીક નર્સરીઓ તથા પરિજનોના સુંદર સહયોગથી લગભગ ૫૦૦ ફૂલઝાડ, આર્યુવેદીક છોડ, વિગેરે વૃક્ષોનું મોટા પાયે વાવેતર કર્યું. તુલસીના છોડવાનું પણ વિતરણ ગામડાઓમાં કર્યું. વન વિભાગના શ્રી લાડવા સાહેબ, પટેલ સાહેબ, સુધરાઈના શ્રી સોની સાહેબ, યાદવ સાહેબ, ફર્ટિલાઈઝરના શ્રી રાજુભાઈનો સહયોગ અભિનંદનીય છે.

સારસા શાંતિકુંજ હરિદ્વાર દ્વારા દેવ સંસ્કૃતિ વિશ્વ વિદ્યાલય કાર્યરત થઈ ગયું છે. કોઈ વિશેષ સરકારી, અર્ધ સરકારી કે ખાનગી સંસ્થાના યોગદાન વિના માત્ર પરિજનોના સહયોગથી લગભગ ૨૦૦ કરોડના અંદાજી ખર્ચવાળું આ વિશ્વવિદ્યાલય જનતાના સહયોગથી ચાલતું વિશ્વનું એક માત્ર વિશ્વ વિદ્યાલય છે. પ. પૂ. ગુરૂદેવના સ્વપ્નને સાકાર કરવા વિશ્વ વિદ્યાલયનાં તમામ આયામોને સફળ બનાવવા પૂ. શૈલદીદીએ જ્ઞાનઘટની સ્થાપના અંગે અનુરોધ કર્યો છે.

આ હેતુને વધારે સરળતાથી સફળ બનાવવા આણંદ-ખેડા સંયુક્ત જિલ્લાની ગાયત્રી પરિવાર શાખાઓના પ્રતિનિધિઓની એક સભા તા. ૨૭ જુલાઈ ના રોજ ગાયત્રી શક્તિપીઠ સારસા મુકામે યોજાઈ. કેન્દ્રિય પ્રતિનિધિ શ્રી શિવપ્રસાદ મિશ્રાજીની ઉપસ્થિતિમાં સમગ્ર આયોજન થયું. આદરણીય મિશ્રાજીએ વિશ્વવિદ્યાલયની ભૂમિકા રજૂ કરી યોજનાનો વ્યાપ સમજાવતાં જણાવ્યું કે પ.પૂ. ગુરૂદેવ ની જન્મ શતાબ્દિ વર્ષ સન્ ૨૦૧૧ સુધીમાં આ વિશ્વવિદ્યાલયમાં છ હજાર વિદ્યાર્થીઓને સમાવવાની યોજના છે. મહત્વ અને અગત્યતા સમજાવી સૌને સહભાગી બનવા અનુરોધ કર્યો. આ વિષયની પૂર્તિમાં શ્રી નિત્યાનંદ પટેલ, શ્રી નવનીતભાઈ, ડૉ. હર્ષદભાઈ, શ્રી જગદીશભાઈ વિગેરેએ ઉત્સાહવર્ધક મંતવ્યો રજૂ કર્યા. ગાયત્રી પરિવારના ઉપસ્થિત પ્રતિનિધિઓએ હોંશભેર પોતાના ઉમદા સહયોગની ખાત્રી આપી.

સોનામાં સુગંધની જેમ સંસ્કૃતિ જ્ઞાન પરીક્ષા માટેનું આણંદ-ખેડા જિલ્લાનું સંયુક્ત કેન્દ્ર પણ સારસા હોઈ પરીક્ષા અંગેની માહિતી શ્રી કેશવભાઈએ આપી. અમારા આમંત્રણને માન આપી ઉપસ્થિત રહેલા મહાનુભાવો પૈકી શ્રી કીરીટભાઈ ગાંધી, હસુમતીબેન પાઠક, ઈંદુબેન અમીન, જ્યોત્સનાબેન (વડોદરા), ડૉ. ભીખુભાઈ, શ્રી મંગળભાઈ અને તેઓની પ્રજ્ઞા ટોળી (અમદાવાદ) નોંધપાત્ર રહ્યા. ©

R. N. I 23434/71 YUG SHAKTI GAYATRI GUJARATI MONTHLY REGD.No.AG/MTR-39/03-05  
Licened to post without Prepayment. LICENCE-AG/MTR-01



મર્યાદા પુરુષોત્તમ શ્રીરામ દ્વારા અસુરતા- અનીતિ પર  
વિજયનું મહાપર્વ-વિજયા દશમી.

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