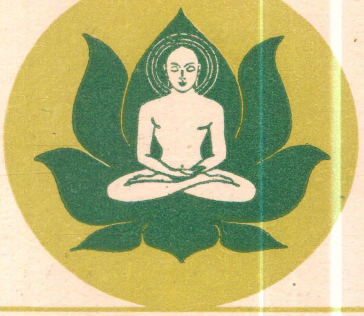

એકાંતમાં પ્રલોભનકારી વિષયો મળવા છતાં તમારી ઇન્દ્રિયો શાન્ત રહે, એ તરફ પ્રલોભાય નહિ: તો જાણજો કે તમારું જ્ઞાન પરિપક્વ છે.

– ચિત્રભાનુ

દિવ્યદીપ

* વિચારનાં બે પાસાં *

એ બન્ને મિત્રો હતા પણ પ્રત્યેકની વિચારધારા અને પદ્ધતિ ભિન્ન હતાં. એક કહે: "પૈસા વિના ન ચાલે. પૈસાથી બધું જ ખરીદી શકાય." બીજો નિઃસ્પૃહ હતો. એ કહે: "દુનિયામાં જોઈએ ત્યારે માણસને પૈસો કે મદદ મળી રહે છે. શા માટે સંગ્રહ કરી ચિન્તાનો ભાર ઉપાડવો? પંખીની જેમ હળવા થઈ ન ઊડીએ?"

આમ વિવાદ કરતા ગંગા નદી પાસે આવ્યા. બન્ને નદી પાર કરવા હોડીમાં બેઠા. કિનારો આવતાં હોડીવાળાએ પૈસા માગ્યા. પહેલો તો પૈસા સાથે જ રાખતો હતો, બીજો ખાલી હતો. પહેલાએ બન્નેના પૈસા ચૂકવ્યા અને આગળ ચાલતાં કહ્યું: "જોયું? પૈસા રાખ્યા તો કેવા કામ લાગ્યા?"

બીજાએ કહ્યું: "મેં તો કહ્યું જ હતું કે જોઈએ ત્યારે મળી રહે છે. ચિન્તાનો બોજ કોણ ઊંચકે? જરૂર પડે તું મળી ગયો ને?"

– ચિત્રભાનુ

વર્ષ : ૭
અંક : ૮
ફેબ્રુઆરી

❋ મન માધુર્ય ❋

મન છે તો વિચારો છે, વિચારો છે ત્યાં પ્રશ્ન છે, અને પ્રશ્ન છે ત્યાં તેના સમાધાનની ઉત્કંઠા પણ છે. પછી એ પ્રશ્ન બાળકનો હોય કે વૃદ્ધનો, રાયનો હોય કે રંકનો.

પૂ. ગુરુદેવ પાસે શનિવાર તા. ૧૯-૧૨-૭૦ એક ઉદ્યોગપતિ આવ્યા અને કેટલાય વખતથી મનમાં ઘૂંટાતો પ્રશ્ન એમના હોઠે આવ્યો :

જીવનનાં આટલાં વર્ષોના અનુભવ અને પરિશ્રમ પછી, જીવન પરિપકવ થવા આવ્યું તે સમયે પણ આનંદને બદલે કંટાળો છે, ઉત્સાહને બદલે થાક છે, તૃપ્તિને બદલે ખાલીપણું છે. આમ કેમ?

પ્રશ્ન પાછળની વ્યથા જોતાં પૂ. ગુરુદેવે કહ્યું : "જીવનમાં ખાલીપણું લાગે છે એની પાછળ લાંબો ઇતિહાસ છે.

માણસ પોતાની અણસમજને લીધે, અજ્ઞાનને લીધે સ્વપ્નોના મિનારા બાંધે છે. પછી એ કીર્તિ (glory) ના હોય, સ્થાન (position) ના હોય, કે પછી સમૃદ્ધિ (financial gain) ના હોય. જેટલી અણસમજ અને અજ્ઞાન વધારે એટલા મિનારા મોટા.

આ મિનારા બાંધવા જૂદા જૂદા પદાર્થો ભેગા કરવા પડે. ઇંટ જોઇએ, ચૂનો જોઇએ, રેતી પણ જોઇએ; બધાને ભેગા કરવા માટે સિમેન્ટ પણ જોઇએ.

એમ તમારા સ્વપ્નોના, ઇચ્છાના મિનારા બાંધવા માટે પણ તમારે ઘણાનો સહકાર અને ટેકો support લેવો પડે અને આ ટેકાઓને તમારી ઇચ્છાશકિતથી મજબૂત કરવા પડે.

જેટલું સિમેન્ટીંગ વધારે એટલો મિનારો મજબૂત, જેટલી ઇચ્છાશકિત વધારે એટલા પાયા ઊંડા. જેને મિનારો મોટો કરવો છે એણે એની ઇચ્છાશકિત વધારે વાપરવી પડે, કેટલીક વાર બધી જ વાપરી નાખવી પડે.

આવા મિનારા બાંધવામાં બધી ઇચ્છાશકિત વપરાઇ જાય પછી માણસ થાકી જાય કે નિરુત્સાહી થાય તે સહજ છે. ઇચ્છાશકિતની હવા નીકળી જતાં આ જિંદગીનો દડો football શિથિલ અને ખાલી ન લાગે?

આ ખાલીપણાને ભરવા કેટલાક આશ્રમમાં જાય–કોઇ પોંડીચરી જાય તો કોઇ સોનગઢ જાય; કોઇ શીરડી જાય તો કોઇ સત્ય સાંઇબાબા પાસે જાય. પણ જેનાં મગજ ખાલી ડબલાં જેવાં થઇ ગયા હોય એ આશ્રમોમાં જઇને કે સાધુ થઇને પણ શું કરવાના? જેણે પોતાની બધી ઇચ્છાશકિત ખરચી નાંખી છે એ નવું સર્જન શું કરવાના?

ખરી રીતે અનુભવપૂર્વ ઘડપણ આવે ત્યારે તો માણસનું જીવન આનંદથી ઊભરાતું અને રસથી છલકાતું હોવું જોઇએ તેને બદલે મગજમાંથી નિરાશાના અને નિરુત્સાહી ઉદ્ગારો અને મનમાંથી શંકા, વહેમ અને ચમત્કારના વિચારો કેમ આવે?

બુદ્ધના જીવનનો એક પ્રસંગ છે: જીવનની સમીસાંજ છે, બુદ્ધ મૃત્યુશય્યા પર સૂતા છે, શરીર ક્ષીણ થતું જાય છે, શાન્ત ચૈતન્ય જયોત નિર્વાણની પ્રતીક્ષામાં છે.

એવા ટાણે એક જિજ્ઞાસુ દૂરદૂરથી આવ્યો, એના મગજમાં એક જ પ્રશ્ન ઘોળાતો હતો. બુદ્ધ પાસે ગયો પણ તેમના શિષ્ય આનંદે કહ્યું : ભગવાન, હવે તમારા પ્રશ્નનો ઉત્તર નહિ આપી શકે.

આ શબ્દો બુદ્ધના કાને પડયા અને આંખ ઉઘડી.

પ્રશ્ન હતો: મનુષ્યનું વાર્ધકય કેવું હોય?

બુદ્ધે ઉત્તર આપવાને બદલે બાજુમાં પડેલી પાકી કેરી તરફ આંગળી ચીંધી.

આંબો કાચો હોય તો કચૂંબર થાય, પાકે તો મીઠો રસ આપે. એનો ગોટલો અને છોતરાં પણ કામ આવે. એમ માણસનું જીવન છેલ્લીપળ સુધી બધી રીતે કામ લાગે.

સ્વાસ્થ્યની રક્ષા

પૂ. ગુરુદેવના પ્રવચનનો લાભ આમ જનતાને મળે છે તેમ અવારનવાર કૉલેજના અધ્યાપકો અને વિદ્યાર્થીઓને પણ મળતો રહે છે. હમણાં જ ઈન્ડિયન મેડિકલ એસોસીએશનની North East Bombay Suburban શાખાના ડૉકટરોએ પૂ. શ્રીના ચિન્તનનો લાભ લીધો. ડૉ. એલ. એમ. શાહને લાગ્યું કે મનુષ્યની તંદુરસ્તી જાળવવામાં મદદગાર બનનારા ડૉકટરોને આધ્યાત્મિક પ્રકાશ કેમ ન મળે ? અને શુક્રવાર તા. ૨૭–૧૧–૭૦ ઘાટકોપરમાં આવેલ હિંદુસભા હૉલમાં બપોરે સાડાત્રણ વાગ્યે ખાસ ડૉકટરો માટે જ પૂ. ગુરુદેવનું પ્રવચન ગોઠવાયું ત્યારે ડૉકટરો તો આવ્યા પણ થોડાક દરદીઓ પણ આવી ચઢયા. ડૉ. પ્રતાપે પૂ. શ્રીનો આછો પરિચય કરાવ્યો અને પ્રવચનના અંતે ડૉ. ભાવસારે પૂ. શ્રીનો આભાર માન્યો. પૂ. શ્રીએ પોતાના વિચારો વ્યકત કરતાં જણાવ્યું:

આજ મને આનંદ એ વાતનો છે કે જેના હાથમાં હજારોની જિંદગી છે એવા ડૉકટરોનો શ્રોતાગણ મારી સમક્ષ છે.

જે તંદુરસ્ત હોય તે તંદુરસ્તી આપી શકે પણ તંદુરસ્ત બનાવવા માગનાર ખુદ બિમાર હોય, એવો ડોકટર શું કરી શકે ?

માટે સમાજમાં શિક્ષકો, ડોકટરો અને ગુરુઓ તંદુરસ્ત હોવા જોઇએ, કારણ કે એમના હાથમાં ઘણાની જિંદગી છે. એમનું સ્થાન આ રીતે ઊંચું છે.

શ્રદ્ધાથી માબાપ આવે અને બાળકને શિક્ષણ આપવાની જવાબદારી શિક્ષકને સોંપે.

એમ ભકતો ગુરુ પાસે આવે. પણ લોકો એવા ગુરુને શોધે જે થોડી વારમાં આધ્યાત્મિકતાનો રસ્તો બતાવે.

અને ગુરુ પણ પૂછે: કયાં જવું છે? વૈકુંઠમાં. લાવો, રસ્તો બતાવી દઉં.

અને એવા પણ ધર્મ છે કે જ્યાં કબરમાં certificate મૂકે અને કહે કે તમારો સ્વજન સ્વર્ગમાં જશે કારણ કે ગુરુ પાસેથી એણે ભલામણ ચીઠ્ઠી મેળવી છે.

ઘણા કહે: ગુરુજી રસ્તો બતાવો. એમને પોતાને શોધવો નથી. આજે બધે escape છે. માણસને પરિશ્રમથી ભાગવું છે, ચિંતનથી ભાગવું છે, કામથી ભાગવું છે–ભાગવું છે.

જે ગુરુ બનાવટી ચમત્કાર કરી શકે, ધૂળ કાઢી શકે, હાથમાંથી રાખ અને ઘડિયાળ કાઢી શકે એવો ગુરુ ગામમાં પ્રસિદ્ધિ મેળવી શકે.

ભાઇ, ઘરઘરમાં રાખ ભરી છે એમાં તું બીજી વધારે રાખ કાઢે એમાં શું નવાઇ ?

હા, પણ મનમાં છુપાયેલી દુષ્ટતા કાઢી શકે કે અંતરમાં પડેલું પાપ કાઢી શકે કે વિચારોમાં રહેલી શયતાનિયત કાઢી શકે તો એ સાચો ચમત્કાર કહેવાય.

એમ લોકોને ડૉકટરો પણ ચમત્કારી જોઇએ છે ! પોતાને તો કંઈજ કરવું નથી. તંદુરસ્તી ચાહે પણ એમનું જીવન, એમનો વ્યવહાર, એમની રહેણીકરણી જુઓ તો તંદુરસ્તીથી વિરોધી જ હોય.

(અનુસંધાન કવર ૨ જા પરથી)

જેણે પોતાની ઇચ્છાશકિતનો વિનાશ નહિ પણ વિકાસ કર્યો છે એ છેલ્લા દિવસોમાં પણ આનન્દમય ઊર્મિઓથી ઊછળતો હોય.

તો હવે અહીંથી કયાંય ભાગવાને બદલે આજથી અને અહીંથી જ નૂતન પ્રારંભ કરો. જેની આજ સારી એને આવતી કાલની ચિંતા કયાંથી? એની આજ જ આવતી કાલને સંભાળી લેશે.

પણ જે આવતીકાલ માટે દુ:ખી થયો તેની તો આજ પણ બગડી અને આવતી કાલ પણ....”

પૂ. ગુરુદેવના આ સમાધાનથી ઉદ્યોગપતિનું અંતર ફૂલની જેમ ખીલ્યું જેની સુરખી એમના મુખ પર દેખાતી હતી.

– કુ. વત્સલા અમીન

એકાગ્રચિત્તે શ્રવણ કરતા શ્રોતાજનો

ડૉકટરને પૂછે કે અમને લાંબું જીવન longivity કેમ મળે? પણ longivityનો નિયમ પગલે પગલે તોડે તેને દીર્ઘ જીવન કયાંથી મળે?

આમ જ જો ચાલ્યા કરશે અને માનવજાત જો જાગૃત નહિ થાય તો શિક્ષકો, મંદિરો, ગુરુઓ, ડૉકટરો વધતા જશે.

હું તો ઈચ્છું કે આ બધા ઓછા થાય. મારે મન એ સમાજ સ્વસ્થ છે, જે સમાજમાં ઓછામાં ઓછાં દવાખાનાં, મંદિરો અને ડૉકટરો છે.

બહુ ડૉકટરો હોવા, બહુ હૉસ્પિટલો હોવી, બહુ મંદિરો હોવા અને ગલગલીમાં ગુરુઓ હોવા એ તો રોગની નિશાની છે, માનસિક અગર શારીરિક રુગ્ણતા જ છે.

આજે સમાજ રુગ્ણતા તરફ જઈ રહ્યો છે. એટલે જ ગલીગલીમાં ભગવાન દેખાય છે. જોજો જે હાલત ભગવાનની ભૂલેશ્વરમાં થઇ છે એ ગામેગામમાં ન થાય? નહિતર ઇશ્વર ભૂલો પડી જશે.

ડૉકટરો એવા જોઈએ જે કહે: તંદુરસ્તી અમારી દવામાં નથી, એ તો તમારી પાસે જ છે. જો તમે અમને સહકાર co-operation આપશો, અમે કહીએ તે રીતે જીવન વ્યતીત કરશો તો તમારી તંદુરસ્તી પર આવેલું આવરણ obstacles ખસેડવામાં, દૂર કરવામાં અમે તમને મદદગાર બનીશું.

જો આવરણ ખસી જાય તો તંદુરસ્તી ત્યાં જ છે.

સારામાં સારો ડૉકટર જીવન કે તંદુરસ્તી ન આપી શકે કારણ કે જે દરદી પાસે ન હોય તે ડૉકટર કયાંથી આપી શકે?

જો જીવન દવાથી આપી શકાતું હોત તો ડૉકટરો શાસ્ત્રીજીને ગુમાવત નહિ.

જેનામાં જીવન નથી એને કોઇ આપવા સમર્થ નથી.

તમારી પાસે જીવન છે, એના ઉપર આવેલું આવરણ જીવનને ઢાંકી દે છે.

ડૉકટર માણસની શકિત ઉપર જે આવરણ આવ્યું છે તેને દૂર કરે છે.

જેમ Antibodies શરીરમાં રહેનારી શકિત ઉપર કોઇ હુમલો કરે એને દૂર કરવામાં મદદગાર બને છે એમ આપણી ચૈતન્ય શકિત ઉપર આવેલ આવરણને દૂર કરવામાં શિક્ષકો, ગુરુ અને ડૉકટરો મદદગાર બને છે.

તમને એવો શિક્ષક નહિ મળે જે બુદ્ધુ ને બુદ્ધ બનાવે, પાગલને પ્રાજ્ઞ બનાવે.

શિક્ષક તો વિદ્યાર્થીમાં જે જે દિવ્યતા potential છે એને પ્રગટ reveal કરે છે.

જેમ હીરામાં રહેલા તેજ ઉપરનું આવરણ દૂર કરીને ઘસિયો હીરાનાં કિરણને બહાર કાઢે છે એમ તમારામાં જે છે એને બહાર લાવવાનું કામ શિક્ષકનું, ગુરુનું અને ડૉકટરનું છે.

માટે તમને એવી પ્રતીતિ થવી જોઈએ કે બહારથી કશું અપાય એમ નથી પણ અંદર જે છે તેનો જ વિકાસ કરી શકાય.

નેગેટીવને જ મોટી enlarge કરી શકાય છે.

તમારામાં જે શકિત છુપાયેલી છે એના ઉપર ચારે બાજુ આવરણ છે, એને કારણે ઉપાય બહાર શોધો છો. શોધો જરૂર, પણ જ્યાં છે ત્યાં શોધો.

એક બુઢ્ઢી સાંજે જાહેર રસ્તા પરના દીવા નીચે સોય શોધતી હતી. કો'કે પૂછ્યું: 'માજી, શું શોધો છો ?' 'સોય.'

પેલા ભાઈએ ફરી પૂછ્યું: 'આ રસ્તા પર તમારી સોય કયાંથી પડી ?'

માજીએ કહ્યું 'તું સમજે નહિ. સોય તો ઘરમાં પડી હતી પણ કોઇએ મને કહ્યું કે જ્યાં પ્રકાશ હોય ત્યાં શોધવું એટલે આ પ્રકાશ પાસે આવી છું.'

ભાઇએ હસીને કહ્યું: 'માજી, તમારી વાત બરાબર છે પણ જ્યાં સોય ખોવાઇ ગઇ હોય ત્યાં પ્રકાશને લઈ જાઓ તો સોય જડશે.'

તમે ખાલીપણું ભરવા કયાં શોધો છો ? શાસ્ત્રોમાં ? મંદિરોમાં ?

રોગ આપણામાં અને શોધીએ બહાર તો રોગ કયાંથી પકડાય ?

આજે patent દવાઓ કેમ વધતી જાય છે?

તમને કહેવામાં આવે કે Multivitamin ખાશો, Vit B કે Vit C ખાશો તો શકિત આવશે. હા, એમનો ધંધો જોરથી ચાલે પણ આટલી આટલી દવા ખાવા છતાં તમારામાં જે તંદુરસ્તી આવવી જોઇએ, જીવનમાં જે પ્રસન્નતા આવવી જોઈએ, મોઢા ઉપર જે તાજગી આવવી જોઇએ તે કેમ નથી આવતી ? કારણ કે તમારો ખ્યાલ જ ખોટો છે કે તંદુરસ્તી મારામાં નહિ દવાઓમાં છે.

આ ખોટો ખ્યાલ કાઢવો બહુ કઠિન છે. આ ખ્યાલ કાઢવા માટે સાચો પુરુષાર્થ નહિ કરો તો સમાજ સ્વસ્થ નહિ થાય.

જ્યાં સુધી આ ખ્યાલ નહિ નીકળે ત્યાં સુધી ધૂતારા ઈન્જેકશન આપશે, થોડો સમય ઠીક રહેશે પણ તંદુરસ્તી નહિ મળે.

જેમ કોઇ શરાબ પીએ અને થોડો સમય ગરમી આવવાથી બકવાદ કરે અને શકિતનાં બણગાં મારે, પણ અસર પૂરી થતાં જ એ ગબડી પડે. એવા ધૂર્ત ગુરુઓ પણ કહે કે તમારે જે કરવું હોય તે કરી લો, પણ મારી પાસે આવશો તો તમારું કલ્યાણ થઇ જશે, હું તમને વૈકુંઠમાં લઈ જઇશ.

એમ કહેવાની કોઈનામાં હિંમત છે કે તું આવા ખોટા ધંધા કરે છે માટે તું અસ્પૃશ્ય છે.

સાચો ગુરુ એ કે જે કહે કે અજ્ઞાનથી તેં ભૂલ કરી, તેં તારા મનનું સ્વાસ્થ્ય ગુમાવ્યું

છે, મારું કર્તવ્ય તો માત્ર તારા સ્વાસ્થ્યમાં આવતાં આવરણને obstaclesને દૂર કરવાનું છે.

સાચો ડૉક્ટર એ કે જે કહે કે તેં આવા ધંધા કર્યા છે તો તારે ઘરે રોગ આવ્યો. જ્યાં સુધી તું આ પાપનો રસ્તો છોડીશ નહિ ત્યાં સુધી તને તંદુરસ્તી નહિ મળે. આમ કરે તો સમાજની કાયાપલટ થઈ જાય અને ખરાબી ઉપર પ્રતિબંધ આવે. આખો સમાજ સ્વસ્થ અને નીતિમાન બને.

સ્વસ્થ એટલે શું ? સ્વ એટલે પોતે, સ્થ એટલે રહેવું, પોતાનામાં રહેવું, આપણામાં રહેવું. તમે નથી પૂછતા? કેમ, સ્વસ્થ છો ને ? તમારામાં છો ને? આનંદમાં છો ને ?

આજે મનુષ્ય પોતાનામાં નથી એટલે દુઃખી થાય છે. પણ જ્યારે એ પોતાનામાં આવે છે ત્યારે શું કહે છે ?

I am at home.

તમે જ્યારે સ્વસ્થ હો છો, પ્રસન્ન હો છો ત્યારે તમને પરેશાન perturb કરનારો એવો કોઈ વિચાર આવતો નથી જેથી તમે થાકી જાઓ.

જે પોતાનામાં રહે છે તેને કોઇ વિપત્તિ નથી, બહારની વસ્તુની એના પર અસર નથી.

જે પોતાનામાં છે તે safe છે, જે પોતાનામાં નથી તે જોખમમાં છે. જોખમ બહાર જવામાં છે, સલામતી પોતાનામાં રહેવામાં છે.

Roma Rola એ લખ્યું: The less I have the more I am.

બહારની વસ્તુઓ ઓછી છે તો અંદરની વસ્તુઓની પૂર્ણતા છે. બહારની વસ્તુઓ વધી જાય તો ભૂલશો નહિ કે તમારું tension પણ વધી જશે.

એકવાર સિકંદર વિજય કરવા જઇ રહ્યો હતો. રસ્તામાં એક મસ્ત ફકીર મળ્યા. ઝાડ નીચે બેઠા હતા. એના વજીરે કહ્યું : માલિક, આ એવો યોગસમ્રાટ છે કે એને મળવું એ પણ જીવનનો અમૂલ્ય લહાવો છે.

મનુષ્યના મનમાં જિજ્ઞાસા curiosity તો પડી જ છે. બાળકોમાં નાની છે, મોટામાં મોટી છે, પણ જિજ્ઞાસા કયાંક તો છુપાયેલી જ છે.

લોકોની આંખમાં સિકંદર મોટો હતો પણ પોતાના કૌતુકમાં એ નાનો હતો.

એણે યોગસમ્રાટને પોતાની સભામાં આવવા નિમંત્રણ દીધું.

સમ્રાટનું તેડું આવ્યું અને યોગસમ્રાટ હસી પડ્યો : મને શું જરૂર છે? સિકંદર મને બોલાવે છે પણ જેને સિકંદરની વસ્તુઓની જરૂર હોય તે એની પાસે જરૂર જાય. મારો સિકંદર મારી પાસે છે. હું શું કરવા જાઉં ?

આ વાત કરી અને સિકંદર ચોંકી ઊઠયો.

આધ્યાત્મિકતાનું આ પ્રથમ પગથિયું છે. કોઇ પૂછે: તમને શાની ઇચ્છા છે ?

એમ કયારે કહેશો : ઇચ્છાની અનિચ્છા I desire the state of desirelessness.

જે ઘડીએ આવી અનુભૂતિ થઈ તે ઘડીએ તમે આનંદની પરાકાષ્ઠાએ પહોંચી ગયા. તમારો આનંદ પણ સ્વસ્થ.

બરાબર પેટ ભરીને જમી લીધા પછી મિત્ર આવીને આગ્રહ કરે, કહે: 'દોસ્ત, તને ગમતું ખાવાનું છે, ચાલ જમવા, થોડુંક પણ ખા' ત્યારે તમે શું કહેશો ? 'ના, હવે રસવંતી વાનગીઓ હોય તો પણ નહિ જોઈએ. હું તૃપ્ત છું.'

આ તૃપ્તિની ભૂમિકા પ્રાપ્ત થઇ એ ભાગ્યવાન છે. એ ગમે ત્યાં જાય, ગમે તે કરે પણ એને કાંઈ જોઈતું નથી, એને કાંઈ અડતું પણ નથી.

આજે દુનિયાના ઘણાખરા ભરેલા માણસો ભૂખે મરે છે, કારણ કે અતૃપ્ત છે.

સિકંદરે વિચાર કર્યો: એને મારી જરૂર નથી પણ હવે મારે એની જરૂર છે.

સિકંદર પરોઢમાં નીકળી પડયો. પ્રભાતનો સમય હતો, ઉષાનાં બાળકિરણ જગતને ઉષ્મા આપી રહ્યાં હતાં, જઈને જોયું તો મસ્ત ફકીર પ્રકાશમાં કિરણોથી સ્નાન કરી રહ્યો હતો, શાંત મુદ્રા હતી, આંખોમાં આનંદની મસ્તી હતી.

સિકંદરે પૂછ્યું : 'આપને શી રીતે સહાયક થઈ શકું ?'

ફકીરે કહ્યું: 'જરા દૂર ખસીને. હું સૂર્યનાં અમૂલ્ય કિરણમાં નાહી રહ્યો છું, તમે વચ્ચે આવીને પ્રકાશના પ્રવાહને રોકો છો.'

સિકંદર વિચારમાં પડયો: આખી દુનિયા મારા પગ પકડે છે, ત્યારે આ? આ એક જ છે જે કહે છે: ખસી જાઓ.

હવે સિકંદરને પ્રતીતિ થઇ. જે તૃપ્ત છે એ જ સ્વસ્થ છે, એ નિરોગી છે.

રોગ કયાં છે? ચેતનાનો દીપક ઝાંખો થયો અને રોગનો પ્રારંભ થયો. ચેતના ઝાંખી (dim) થવી એ જ રોગ છે.

મડદું કેમ ગંધ મારે છે? મડદામાં કેમ જંતુની અભિવૃદ્ધિ થાય છે? કારણ કે ચેતના ચાલી ગઈ.

બાળકો કેમ તંદુરસ્ત છે? કારણ કે ચેતનાથી પૂર્ણ છે. ચેતનાની પૂર્ણતા એ જ સ્વસ્થતા.

યુવાની એટલે પૂર્ણ તંદુરસ્તી. જેનામાં ચેતનાની પૂર્ણતા છે એને ન ટેકાની જરૂર છે, ન દવાના સહારાની.

ચેતના જેમ જેમ ક્ષીણ થતી જાય છે તેમ તેમ રોગનું આગમન થતું જાય છે. એકનું જવું અને બીજાનું આવવું. થાક લાગે, પાચન શકિત ઘટતી જાય, જીવનનો ઉત્સાહ અદૃશ્ય થતો જાય—આમ ચેતનાની ક્ષીણતાની અસર દેહ ઉપર થાય.

જેની ચેતના પૂર્ણ છે એ એંશી વર્ષે પણ યુવાન છે.

બર્નાડ શો શાકાહારી હતા. ૯૩ વર્ષે પણ તંદુરસ્ત હતા અને કાર્ય કરતાં કરતાં, જગતને નવું આપતાં આપતાં ચાલી નીકળ્યા.

અહીંના ધર્મસ્થાનકોના વૃદ્ધો જોયા? બેઠા બેઠા ચિંતા કરે, બીજાના દોષો શોધે, નકામી વાતો અને વિચાર કરે કારણ કે એમણે માત્ર દેહ દમન કર્યું, એમની ચેતનાની દિવ્યતાને વિકસિત કરવા કશું જ ન કર્યું. આખી જિંદગી પૈસાની (પસ્તી) રાશિ ભેગી કરવા, ભેગી કરીને છુપાવવા, પુત્ર અને પૌત્રોને આપી જવા ખાતર અનેક ધંધા કર્યા, સારાં ખોટાં કામ કર્યાં, હિસાબના બબ્બે ચોપડા રાખ્યા અને એમાં જ જીવન, મગજ અને તંદુરસ્તી ખલાસ કરી નાખ્યાં!

તમારું ટેપરેકોર્ડર જરાક બગડે તો એ પણ બરાબર સારું કર્યા વિના કામ નથી આપતું. તમે એને કેવું સાચવો છો? તમારું કિંમતી ઘડિયાળ બગડી ન જાય, માટે ખીલો ઠોકવાનું કામ કરતાં પહેલાં એને હાથ ઉપરથી ઉતારી નાખો છો, તો શું તમારું મગજ તમારા ટેપરેકોર્ડર અને ઘડિયાળ કરતાં ય ઊતરતું છે? ઓછું કિંમતી છે?

લોકો મગજને કેટલું સામાન્ય સમજે છે? કેવી રીતે વાપરે છે? મગજ બગડયા પછી બિચારા ડોકટરો પણ શું કરે? કેટલી દવા આપે? જેમણે મગજ ખરાબ અને ખલાસ કરી નાખ્યું એમને માટે શું ઉપાય? બગાડો અંદર હોય તો બહારનો ઇલાજ શું કામ લાગે?

માટે હું ડૉકટરોને વિનવું છું કે તમારી પાસે જે આવે એને સલાહ આપો કે અમે તો તમારી તંદુરસ્તી ઉપર આવેલ આવરણને obs-

taclesને દૂર કરવા પ્રયત્ન કરીશું પણ તમે તમારી અંદરની તંદુરસ્તી પ્રત્યે દુર્લક્ષ ન કરો. છેલ્લી ઘડીએ એ જ કામ લાગશે. અમારી દવાઓ સાથે આત્માની દુઆ લો.

સર મણિલાલભાઈ નાણાવટી, રીઝર્વ બેંકના ભૂતપૂર્વ ડે. ગવર્નર મારા મિત્ર હતા. તેઓ ૯૦ વર્ષની ઉંમરે ગુજરી ગયા પણ જીવનની આખરી સંધ્યા ટાણે પણ મારી સાથે ચર્ચા વિચારણા એવી કરતા કે જાણે યુવાન જ વાત ન કરતા હોય ?

મેં એમને એકવાર પૂછ્યું: તમે આજ સુધી આવી તંદુરસ્તી કેવી રીતે જાળવી શકયા ? એનું રહસ્ય તો જણાવો ?

હસીને કહ્યું 'મેં મારા જીવનમાં બ્રહ્મચર્યનું પાલન કરવા બનતા પ્રયત્નો કર્યા છે. હું ૪૦ વર્ષે વિધુર થયો તે આજ સુધી મેં એક જ કામ કર્યું. મનને, વાચાને અને ઊર્મિઓને આવેશમાં તણાવા ન દીધાં. આજે મને ૮૫ ઉપર થયાં છે. પિસ્તાળીસ વર્ષ સુધી આ બધાને મેં સંભાળ્યાં તો આજે એ મને સંભાળી રહ્યાં છે. આજે મને મનની શાંતિ છે અને તનનું સ્વાસ્થ્ય છે તે એનું પરિણામ છે.

મનુષ્ય જેટલું લાંબુ અને સારું જીવવા માગે તેટલું જીવી શકે પણ મહત્ત્વ તંદુરસ્ત જીવનનું છે.

આ તંદુરસ્તી કયાંથી આવે છે ? ચૈતન્યમાંથી આવે છે. ચૈતન્યનો પ્રકાશ બહારની વસ્તુઓથી જરા ઝાંખો dim બને છે, એના તેજ ઉપર જરા આવરણ આવી જાય છે પણ નષ્ટ નથી થતો. આવરણ દૂર થતાં એ પાછો ઝગમગી ઊઠે છે.

એકત્રીસ વર્ષના યુવાન સિકંદરને થયેલું કે તંદુરસ્તી અને મસ્તી તો આ મસ્તરામની છે. હું તો એકત્રીસ વર્ષે પણ થાકેલો લાગું છું.

સિકંદરના મનમાં કુતૂહલ જાગ્યું, પૂછયું: આપ કયા પ્રકારથી જીવન જીવો છો ?

મસ્તરામે મસ્તીમાં કહ્યું: "બહારની વસ્તુઓના સંગ્રહથી અંદરનું તત્ત્વ ચિન્તામાં ખાલી થાય છે. માટે મેં મારી જરૂરિયાત જ ઓછી કરી છે.

"સૂર્યના પ્રકાશમાં જીવું છું, ભૂખ લાગે અને ખાવાનું મળી જાય તો ખાઈ લઉં છું, તૃષા લાગે અને નિર્મળ પાણી મળી જાય તો પી લઉં છું અને શ્રમ પછી ઊંઘ આવે તો જરા ઢળી જાઉં છું."

શું આંખ બંધ કરવાથી આધ્યાત્મિકતા આવે છે ? શું અહમ્ બ્રહ્માસ્મિના જાપ જપવાથી આધ્યાત્મિકતાની અનુભૂતિ થાય છે ?

ના. જીવનનું ઢાંચું બદલવાથી, વિચારોમાં પરિવર્તન લાવવાથી અને પ્રકાશની પ્યાસ વધારવાથી એ આવે છે.

આ પરિવર્તન ન આવે અને તમે ગુરુદ્વારમાં જાઓ કે મંદિરમાં આંખ બંધ કરીને બેસો, પ્રવચન શ્રવણ કરો કે પ્રભુ સમક્ષ પલાંઠી વાળીને ધ્યાન લગાવો પણ આંખો સમક્ષ તો એ જ દુનિયા નાચતી હશે જે બહાર નાચે છે. તમારા મન ઉપર ચારે બાજુથી વિચારોનું આક્રમણ ચાલુ હોય ત્યાં ધ્યાન કેમ થાય ? મને તો આશ્ચર્ય થાય છે કે તમે કેમ જીવી શકો છો ?

તમારી ઊર્મિઓ ઉપર કેટલા આઘાતો અને પ્રત્યાઘાતો થઈ રહ્યા છે ? જે tensionના વિચારમાત્રથી મગજની નસ તૂટી જાય એવું અને એટલું tension છતાં તમે એમાં જીવી શકો છો એ તમારી અપૂર્વ સહનશકિત છે.

Tension કેમ ? તમારે થવું છે સુખી. સુખી થવા માટે તો વસ્તુઓનો સંચય કરો છો અને એ સંચય જ તમને દુઃખી બનાવે છે.

સુખ શોધવા નીકળનાર જ અંતે દુઃખી થઇ પાછો ફરે.

સિકંદર બે ઘડી શાંત પડયો એટલે ફકીરે પૂછયું: 'કયાં જાઓ છો?' 'દેશને જીતવા' 'જીતીને શું કરશો?' પછી 'બીજા દેશને જીતવાનો 'પછી શું?' 'પછી ત્રીજા દેશને જીતવાનો.' 'અચ્છા, આ બધાને જીતીને શું કરશો?'

સિકંદરે કહ્યું: 'પછી હું શાંતિમાં જીવન વીતાવીશ.'

'ભલા માણુસ, જો આ બધું કરીને તું શાંતિ જ ચાહે છે તો આજથી જ શાંતિમાં જીવન જીવવા તને કોણ રોકે છે?'

સિકંદરના સમજમાં આ વાત ન આવી એટલે એ બિચારો બત્રીશ વર્ષની ભરયુવાનીમાં જ ચાલ્યો ગયો!

The less I have the more I am.

જેની પાસે સંગ્રહ છે એ સુખી નહિ પણ દુઃખી છે. કારણ કે સંગ્રહ કરવામાં મન ઉપર જે ભાર અને તાણ રહે છે એના નીચે એ જીવ દબાયેલો જ રહે છે.

આવા દુઃખીયાને જોઉં ત્યારે હું કહું કે મનને શાંત કરવા પ્રાર્થના કરો, તો શું કહે? મને મરવાની ફૂરસદ નથી તો પ્રાર્થના કરવાની કયાંથી હોય?

Tensionને દૂર કરવા હું તમને એ કહેવા ચાહું છું કે તમે સ્વસ્થ બનો, તમે તમારામાં રહો.

જ્યાં તમે તમારામાં આવ્યા, સ્વમાં સ્થિર થયા પછી જીવન પ્રસન્નતાનો પમરાટ ન બને?

જે તન અને મનથી સ્વસ્થ છે એને ત્યાં બિમારી કયાંથી? જો બિમારી એને બારણે આવી ચઢે તો એનો સામનો કરવા પણ એ શકિતમાન છે.

યોગ એટલે શું? મન, વચન અને કાયાનું સંવાદમય સંગીત. જ્યાં સંગીત છે, ત્યાં શકિતનો સંચય છે. યોગ દ્વારા આંખથી, કાનથી, વાણી અને વિચારોથી થતો શકિતનો દુર્વ્યય leakage અટકાવો.

યોગ છે ત્યાં ભોગ નથી. ભોગથી મનુષ્ય કદી સુખી થયો છે? યોગમાં સ્ફૂર્તિ છે તો ભોગમાં થાક છે. શકિતને બહારથી લાવવાના વિચાર કરતાં, ચાલુ થતાં શકિતનાં દુર્વ્યયને બંધ કરો.

મન, વચન અને કાયાના સંવાદમાં ઊભો થતો વિસંવાદ જાગૃતિથી અટકાવવો એનું નામ જ સાધના છે, એ જ સાચો યોગ છે.

સાધના એટલે શરીર સાથે ચૈતન્યનો સંવાદ રહેવો જોઇએ. પ્રત્યેક પળને જાગૃતિપૂર્વક દ્રષ્ટા ભાવથી જોવી અને માર્ગમાં આવતા અંતરાયોને obstaclesને દૂર કરવાં એ સાધકનું પ્રણિધાન છે.

જે યોગમાં તંદુરસ્તીની શકિતને અનુભવી રહ્યાં છે, જે સ્વસ્થ છે એ જ પોતાની રક્ષા કરી શકે છે.

'દવામાં જ શકિત છે, એથી જ મનુષ્ય બચી શકે છે'—આ માન્યતા ચિકિત્સકોએ તોડવાની છે.

આ કામ તમારું છે, તમારે દરદીઓને કહેવું પડશે.

જેમ સાચો ગુરુ ભકતને કહે કે તમારા મનની તંદુરસ્તી હું ન આપી શકું પણ એના ઉપર આવેલ વિકાર, પરિગ્રહ, emotional stressના આવરણને દૂર કરવામાં માત્ર મદદગાર બની શકું. પણ એ ન ભુલાય કે સ્વસ્થતા તમારામાં છે.

મનની અને તનની તંદુરસ્તી. આ ખ્યાલ મળે તો દુર્વિચારથી અને વ્યસનોથી મુકત થવાય.

જે સમાજને આવું જીવન જીવનારા તંદુ-

રસ્ત માણસો મળે એ સમાજ અને એ દેશ ઊંચો આવ્યા વિના રહે ?

આજે તમે ડૉકટરો સમાજને તંદુરસ્ત કરવામાં ખૂબ સહકાર આપી શકો તેમ છો કારણ કે તમારી પાસે હજારો દર્દીઓ આવે. ગુરુ અને શિક્ષકની જેમ તમારું સ્થાન પણ આદરણીય છે.

મને યાદ છે કે જ્યારે હું સુરેન્દ્રનગરમાં હતો ત્યારે ત્યાંના ડૉ. Father Stevenson દરદીને પહેલાં તંદુરસ્તીનું ભાન કરાવતા પછી તંદુરસ્તી ઉપર આવેલા આવરણને દૂર કરવામાં સહાયક બનતા.

હા, પણ બીજાને સહાયક બનતાં પહેલાં તમે તમને સહાયક બનો.

શિક્ષક, ગુરુ અને ડૉકટર રોગી ન હોય પણ તંદુરસ્ત હોય. તંદુરસ્તી એના અણુઅણુમાં વ્યાપેલી હોય. જે ખુદ અજ્ઞાની છે, રાગી છે, વ્યસની છે અને જરાજરામાં આવેશમાં આવી જતો હોય એ બીજાને શાંત કરવાનું, પ્રેરણા આપવાનું, દિલાસો દેવાનું કામ કેમ કરી શકે ?

બહારની દવાથી દરદીને સારો કરી શકે તો પણ કેટલો સમય ? દરદી સારો થાય પણ પાછો માંદો પડતાં વાર ન લાગે. કારણ કે એ જ્યાં જાય ત્યાં એનું દર્દ લઈને જ જાય, એના તનની સાથે મનનું tension સાથે લેતો જાય.

એ ડૉકટર સાચો જે દવા સાથે પોતાના ચિન્તનમાંથી પણ આપે છે; એ એવી અસર કરે કે દરદીને પ્રેરણા અને પ્રોત્સાહન મળે.

જિંદગી સુંવાળી શૈય્યા નથી પણ શ્રમભર્યો પ્રવાસ છે. મોટી ગાડી, પોચી પથારી, સુંવાળા વસ્ત્રો શરીરને પોલું બનાવી દેશે. થોડા સમયની અનુકૂળતા લાંબા સમય માટે પ્રતિકૂળતા બની રહેશે. તમારો વિલાસ વિકારને લાવશે અને વિકાર તન-મનનો વિનાશ કરશે.

તનનું સ્વાસ્થ્ય જાળવો છો તેમ મગજને પણ શાન્ત રાખો. ડોકટર એવો જોઈએ જેનું મગજ જલદી ગરમ ન થાય. પ્રતિકૂલ પરિસ્થિતિમાં પણ સ્વસ્થ જ રહે.

મગજને શાંત કોણ રાખી શકે ? જેના ચિત્તમાં સમજ છે, જેના અંતરમાં ચૈતન્યની પ્રતીતિ છે. એ વિકટ પરિસ્થિતિમાં પણ સ્વસ્થ રહી શકશે.

આજે આપણું જીવન એક યા બીજા પ્રકારના રોગનું ઘર બની ગયું છે. સમાજમાં એક પ્રકારની અસ્વસ્થતા છે. આ રોગને, આ અસ્વસ્થતાને દૂર કરીને સહુએ પરમ ચૈતન્યની સ્વસ્થતા પ્રાપ્ત કરવાની છે.

આ આનંદનો આવતા જન્મમાં નહિ પણ અહીંથી જ, આજથી જ એની અનુભૂતિ કરી શકીએ એ માટે સ્વાસ્થ્યની રક્ષા કરો એવી પ્રાર્થના.

સંપૂર્ણ

પ્રેમ અને વાસના

તું મને પ્રેમ અને વાસના વચ્ચેનું અન્તર પૂછે છે તો આટલું નોંધી લે:

પ્રેમ નિઃસ્વાર્થ હોય છે, વાસના સ્વાર્થપૂર્ણ હોય છે.

પ્રેમ નિરપેક્ષ હોય છે, વાસના સાપેક્ષ હોય છે.

પ્રેમને પ્રકાશ ગમે છે, વાસનાને અંધકાર ગમે છે.

પ્રેમને માતાની આંખ હોય છે, વાસનાને ગીધની આંખ હોય છે; પ્રેમ વિશાળતાને આવકારે છે; વાસના સંકુચિતતાને આવકારે છે.

પ્રેમ ગતિ આપે છે, વાસના ગતિ અવરોધે છે.

પ્રેમમાં ત્યાગ હોય છે, વાસનામાં લોલુપતા હોય છે.

'સૌરભ'માંથી : ચિત્રભાનુ

આવતી કાલના નાગરિકોને

(નોંધ : શ્રી. ક. દ. ઓ. વિદ્યાર્થીસંઘના ઉપક્રમે રવિવાર તા. ૧૦-૧-૭૧ ના સવારે વર્લી ડેરીના વી. આઇ. પી. હૉલમાં પૂ. ગુરુદેવશ્રી ચિત્રભાનુએ " આવતી કાલના નાગરિકોને " એ વિષય પર આપેલ પ્રવચનનો ટૂંકો સાર.)

આજે ઘણા ખરા રાજદ્વારી પુરુષો સત્તા અને અંગત સ્વાર્થની વિચારણામાં ગૂંચવાયા છે, કેટલાક ધર્મગુરુઓ બૅન્ડ, આમંત્રણ પત્રિકાઓ, ઓચ્છવો અને પોતાના નામના મકાનો બાંધી સસ્તી કીર્તિ મેળવવા હડીઓ કાઢી રહ્યા છે, માબાપો માની બેઠા છે કે સંતાનોને એક મોટી ગાડી આપીશું, બંગલો અને સંપત્તિ આપીશું એટલે આપણું કર્તવ્ય પૂરું થશે, અને શિક્ષકો જીવનને ઘડે એવું સાચું શિક્ષણ આપવા કરતાં ટ્યુશનોમાં કમાણી અને કલાકો ગણીને દિવસો પૂરા કરે છે– આમાં યુવાનોના માનસની માવજત કોણ કરે ?

યુવાનોમાં સ્વાર્પણની ભાવના નહિ જાગે, હૈયામાં સદાચાર પ્રત્યે આદર નહિ જાગે, માબાપો, શિક્ષકો અને ગુરુજનો પ્રત્યે પૂજ્યભાવ નહિ જાગે તો દેશનું ભાવી ઉજ્જવળ નહિ હોય.

આજે તમારી નજર સામે જે બને છે તેની તમારા ઉપર અસર થાય છે. પણ જે દૂર સુદૂર હિંસા બને છે તેની સાથે જાણે તમારો કોઈ જ સંબંધ નથી. વીયેટનામમાં જે બની રહ્યું તેના માટે કોના મનમાં વિષાદ અને વેદના છે ? અત્યારે આપણે વાત કરી રહ્યા છીએ ત્યારે પણ યુવાનો કપાઈ રહ્યા છે ! છે કોઈનેય ચિન્તા કે ગ્લાનિ ? Our technology is so advanced that we kill at a distance and insulate our consciences by the remoteness of it all. આજે વિશ્વના બનાવોથી જાતને છૂટી પાડી સૌ ચૈતન્યને જ છેતરી રહ્યા છે. મુંબઈમાં દૂધ પીનાર કદી કોઈ વિચાર કરે છે કે એમના જ કારણે દર વર્ષે સાઠ હજાર ભેંસો અને પચાસ હજાર તાજા જન્મેલા પાડા કતલખાને જાય છે! અરે Slum (ઝૂંપડપટ્ટી) પાસેથી ગાડી પસાર થતી હોય તો એ દૃશ્ય તમારા આનંદને ભૂલાવી ન દે માટે આડું નથી જોતા ? પૂર્વ જન્મમાં ખરાબ કર્મ કર્યાં છે એટલે બિચારા ભોગવે છે કહી કેવું આશ્વાસન મેળવી લો છો ? પણ મંદિરમાં જાઓ ત્યારે પ્રસાદ ધરી ડાહ્યા થઈને કેવા બેસી જાઓ છો ? કરુણા કયાં છે, મંદિરમાં કે ઝૂંપડામાં ? સૌ પોતાની આસપાસ અનુકૂલ વાતાવરણ ગોઠવી દે છે જેથી બીજું જોવું ન પડે.

ધર્મગુરુઓ પોતાની આસપાસ સુખી માણસો રાખે, બૅન્ડ વગડાવે, ઉત્સવો કરાવે અને પત્રિકાઓ છપાવે ત્યારે વિચાર આવે કે ગરીબાઈ કયાં છે ?

મિનિસ્ટરો પાર્ટીઓ ઊડાવે ત્યારે બહાર એંઠું ખાનારને યાદ પણ ન કરે.

દૂર શું બની રહ્યું છે તે સામે નજર નાખવા કોઈ તૈયાર નથી. તમે નજર નાખો કે ન નાખો પણ તમારાથી દૂર જે બની રહ્યું છે તે બંધ થવાનું નથી. નહિ ચેતો તો એમાંથી બળવો અને bloodshed થશે, ધર્મગુરુની ઠેકડી થશે, ધર્મસ્થાનોથી યુવાન યુવતીઓ વિમુખ થશે.

જીવનમાં બે જાતની દૃષ્ટિ કેળવવાની છે. ગાડી ચલાવવાની હોય તો આગળ જોવું પડે છે અને reverseમાં પાછળ લેવી હોય ત્યારે પાછળ જોવું પડે. પણ જેને જવું છે આવતીકાલ તરફ અને દૃષ્ટિ ભૂતકાળ તરફ રાખે છે તે આગળ કેમ વધી શકશે ?

પહેલાના જમાનામાં શું જાહોજલાલી હતી તે યાદ કરો છો પણ તમે કયાં જઈ રહ્યા છો તેનો તો વિચાર પણ નથી કરતા.

આવતી કાલના યુવાન અને યુવતીઓને દોરવા માટે એમનાં જીવનમાં કઇ વસ્તુ ઉપયોગી છે તેનો વિચાર મુખીએ, વડીલોએ અને નેતાઓએ કરવાનો છે.

અને યુવાનોએ વિચાર કરવાનો કે આપણું ઉત્તરદાયિત્વ દેશ સમાજ, ધર્મ અને પોતાને માટે શું છે?

જૂની પેઢીએ ઊગતી નવી પેઢીનો વિચાર કરવાનો છે અને નવી પેઢીએ પોતે દેશને કેવી રીતે ઉપયોગી થઇ શકે, પોતાનું ધ્યેય (Mission) કેવી રીતે પૂરું થાય તેનો વિચાર વિનીમય કરવાનો છે.

વૃદ્ધોએ પ્રેરણા આપવાની છે, યુવાનોએ પોતાના કર્તવ્ય પ્રત્યે વધારે સલક્ષ બનવાનું છે.

માબાપો દીકરાઓને બધું આપશે પણ જો વિચાર નહિ આપે તો આપ્યું ન આપ્યા બરાબર છે. એમને એવા વાતાવરણમાં મૂકો કે વિચાર કરતા થાય. તમે એમને વિચાર કરતા કરો. આજે પરદેશમાં ભણતા તમારા સંતાનો વર્ષો પછી પાછા ફરશે ત્યારે તેમની પાસે કયો આધ્યાત્મિક વારસો હશે? આવતી કાલ તો એમના હાથમાં હશે ને? તે વખતે તમારી સંસ્કૃતિનું શું થશે? તેમને માટે શું કર્યું?

પોતાના દીકરાઓ જીવનને કયા ધોરણથી સમજે છે તે જોવા શ્રેણિક રાજાએ બન્ને દીકરાઓને એક સિક્કો આપ્યો અને કહ્યું: આ સિક્કાથી એવી વસ્તુ લઇને આવો જેથી ઘર ભરાઇ જાય.

એક જઇને ઘાસ લઇ આવ્યો અને ઘર ઘાસથી ભરી દીધું. બીજો વિચાર કરવા લાગ્યો: 'મારા બાપુજી કચરો ભરવાનું તો ન જ કહે.' એટલે મીણબત્તીઓ લઇ આવ્યો. સંધ્યાકાળે દરેક ખૂણાઓમાં મીણબત્તી મૂકી પ્રગટાવી. સાંજે શ્રેણિક આવ્યા અને જોયું તો એક ઘાસ લાવ્યો, બીજો પ્રકાશ લાવ્યો; એકે અંધારું વધાર્યું તો બીજાએ અંધારું ભગાડયું.

બન્નેની દૃષ્ટિ જૂદી હતી. જેની પાસે વિચાર છે તે સર્જક છે; એ જ દેશને, સમાજને, સ્વને માર્ગદર્શન આપી શકે છે. પ્રકાશ લાવ્યો તે મહામંત્રી બન્યો.

આપણાં યુવાનો અને યુવતીઓએ વિચાર કરવાનો છે કે આપણી પાસે ભણતર છે, શકિત છે તો એનાથી દેશમાં chaosનું અવ્યવસ્થાનું ઘાસ લાવશું કે વ્યવસ્થાનો પ્રકાશ?

જો ચારે તરફ અવ્યવસ્થા ઊભી કરવાની હોય, ભાંગફોડ કરવાની હોય, વિકૃતિનું પ્રદર્શન જ કરવાનું હોય તો સમાજ ઊંચો કયાંથી આવશે? વિવેક આવે પછી મનને suppress દબાવવું નથી પડતું પણ મન સમજણથી sublime ઊર્ધ્વગામી થાય છે.

દરેક યુવાન અને યુવતીને ઘરમાં એવું વાતાવરણ મળવું જોઈએ કે આ દેહ અને આત્મા તલવાર અને મ્યાનની જેમ એકબીજાની સાથે રહે છે છતાં ભિન્ન છે. આ ભિન્નતાનું જ્ઞાન નાનપણથી આપવું જોઈએ.

આજે આ જ્ઞાન ન આપવાથી બાળકોને જે કાંઈ આપો તે ઓછું પડે છે.

આજે બધે હરીફાઈ competition ઊભું થયું છે. પછી એ કપડાનું હોય કે મકાનનું હોય; વૈભવનું હોય કે વિલાસનું હોય. આ હરીફાઈનો અંત કયાં? આરો કયાં? અંતે માનસિક દરિદ્રતા misery જ આવવાની.

જે માણસ પ્રલોભનમાં તણાય એના જીવનમાં સતત દ્વિધા જ આવે છે.

પણ જે આત્માને દેહથી ભિન્ન સમજે છે એના જીવનમાં સંતોષ પણ છે અને પોતાનામાંથી અર્પણ કરવાની ભાવના પણ છે.

૧૯૬૫ની વાત છે. બોરસદ પાસે ગંભીરા નામના ગામમાં ચાર વર્ષની સુકુમાર બાળા

સંડાસ જતાં ઊંડા ખાડામાં લપસી ગઈ. ૪૫ ફીટ ઊંડો કૂવો, અંદર જવાની કોઈની હિંમત નહિ. બાળાને બચાવવા માટે બૂમાબૂમ ખૂબ થઈ પણ પ્રયત્ન કોઈનો નહિ.

બાજુમાં ઊભેલા નવયુવાન શશીકાન્તને થયું કે ઉપદેશથી, ઘાંટા પાડવાથી નહિ ચાલે, બાળાને બચાવવી હશે તો કોઈકે અંદર ઊતરવું પડશે. એ તરત વિષ્ટામાં ઊતર્યો. છાતી સુધી ડૂબી ગયો. બાળાને શોધી ઊપરથી લટકતા દોરડાને હાથમાં લઈને એ ઉપર ચઢવા ગયો ત્યાં દોરડું તૂટયું અને શશીકાન્ત અને બાળા પાછા મળના કૂવામાં પડયાં! પણ હિમ્મત ન હાર્યો. અંતે એ છોકરીને ખભા ઉપર મૂકી બહાર આવ્યો.

કો'કે પૂછયું: તને આ વિષ્ટામાં પડતાં આંચકો ન લાગ્યો? ત્યારે શશીકાન્તે કહ્યું: "મને નાનપણમાં એવા સંસ્કાર મળેલા કે આ દેહ મળથી ભરેલો છે, અંતે નષ્ટ થવાનો જ છે તો એનાથી થાય તેટલું સારું કરી લો.

"મળથી ભરેલું આ શરીર કોઈને બચાવવા માટે બીજાના મળમાં પડતું હોય તો શું ખોટું?

"આજે મને કો'કનું જીવન બચાવવાનો જે અવસર મળ્યો એવો અવસર કદાચ કરોડ રૂપિયા ખરચું તો પણ નહિ મળે."

આજે આ સ્વાર્પણની ભાવના આપણા યુવાનવર્ગમાંથી લુપ્ત થતી જાય છે.

આધુનિક કપડાંઓનું, ફેશનનું આકર્ષણ એટલું બધું વધી ગયું છે કે શરીર વાળવા કહો તો તૈયાર નથી. શરીર વાળ્યા વિના, કપડાંને કરચલી પાડયા વિના મળતું હોય તો બરાબર છે. નહિતર hippie હીપ્પી થઈને ફરવું કબૂલ છે. શ્રમ કરવો નથી.

આજે દેશમાં એક બાજુ ધર્મના ઓચ્છવો થઈ રહ્યા છે, બીજી બાજુ યુવાનોનાં વિચારોનું અમૂલ્ય ધન ઓછું થતું જાય છે અને તેઓ સંસ્કૃતિ અને આધ્યાત્મિકતાથી દૂર ને દૂર જતા જાય છે.

આની સામે સમાજ આંખમિચામણાં કરે કેમ ચાલશે? યુવાનોને કહો કે તમે તમારે રસ્તે જાઓ અને અમે આંખો બંધ કરી અમારો જન્મારો સુધારી લઈશું તો એવું બનવાનું નથી.

જે આપણી સામે છે એમના પ્રત્યે આપણું ઉત્તરદાયિત્વ છે. માટે જે ત્યાગ કરી શકે, અર્પણ કરી શકે, જીવનના મૂલ્ય સમજી શકે, એવા યુવકો તૈયાર કરવા પડશે, નાનપણથી જ એમને વિચારોની પાંખ આપવી પડશે.

થોડો સમય કાઢીને પણ નાનપણથી પરોક્ષ રીતે indirectly વિચાર આપતા જાઓ અને સાથે સાથે જે કહો તે કરી બતાવો.

આજે છોકરાઓ વડીલોને કહે છે કે તમે અમને ઉપદેશ ન દો. કારણ કે ઉપદેશ દેવાનું કામ સહેલું બન્યું છે.

છોકરાઓ ઘણા જ લાગણીશીલ sensitive છે, એ તરત ગ્રહણ કરી શકે છે. તમે કહો તે એમને લાગી આવે છે. જો બુદ્ધિના જાડા હોત તો અસર ન થાત. એમનાં હૃદયતંત્ર તાજાં છે, એ પકડી લે છે.

હવે એમને શું આપવાનું? ઉપદેશ નહિ આચરણ.

માબાપો શું કરે છે? નીતિની કથા વાંચે, કહે કે આમ કરો અને તેમ કરો. પણ આચરણમાં?

એક દીકરાને બાપાએ કહ્યું કે તારે nightclub માં જવું નહિ. દીકરાને થયું કે nightclub શું છે એ તો જોઈ આવું. એક રાત્રિએ એ ચોરીથી ગયો અને અંદર પેઠો તો પહેલાં શું જોયું? "બાપા"!

ત્યાગની વાતો કરો પણ પ્રદર્શન ભોગના કરો, સાદાઈની વાત કરો પણ ફંકશનોમાં ઝાકઝમાટ અને શ્રીમંતાઈનું પ્રદર્શન કરો તો

યુવાન વર્ગને શું થાય? "આ તમારો ત્યાગનો ધર્મ છે? તમારી આસપાસ લોકો રોટલાના ટુકડા માટે ટળવળતા હોય, બાળકોને ઢાંકવા વસ્ત્ર ન હોય, એવી જીવનની કટુતા અને કઠોરતા વચ્ચે પણ તમે મજા કરી શકો છો! શું દયાળુ તમારૂં હૃદય છે?...." યુવાનો બોલે નહિ કારણ કે મર્યાદા જાળવવી છે પણ અંદર મંથન તો ચાલુ જ છે. જે ઉપદેશ દેવામાં શૂરા છે એ આચરણમાં નબળા છે.

તમે જે બોલો તેની અસર થતી નથી કારણ કે એમને તમારા પ્રત્યે આદર રહ્યો નથી.

જ્યાં આદર નથી ત્યાં ઉપદેશની અસર નથી.

આદર મોટામાં મોટી વસ્તુ છે. બાળકોને થવું જોઇએ કે બાપુજી જે કહે તે બરાબર છે.

આદર છે તો અમલમાં મૂકવાની મજા છે. આદર નથી તો કંટાળો છે. પરિસ્થિતિના દબાણને લીધે તમારા કહેવાથી કરે પણ અંદર ઉલ્લાસ કે ઉત્સાહ નથી.

આ આદર જગાડવા ઉચ્ચાર, આચાર અને વિચારમાં જે અંતર પડયું છે તે તમારા ખાતર નહિ પણ તમારા સંતાનો ખાતર પણ ઓછું કરવું પડશે.

એવું પણ સ્વિટ્ઝરલેન્ડમાં જીનીવામાં એક જૈન ગૃહસ્થનું ઘર છે જ્યાં ઘરમાં દારૂ કે માંસનો પ્રવેશ પણ નથી.

શું આચરણની અસર બાળકો ઉપર નથી થતી? તો એમનાં બાળકો પણ એની સામે પણ ન જુએ. પણ આજે તો અહીં ઘણાં ઘરોમાં દારૂની બાટલીઓ જ નહિ, bar પણ આવી ગયા છે. જમાનો એવો આવ્યો છે કે સંપત્તિ આવવાની પણ સંસ્કૃતિ અને બાળકો ચાલ્યાં જવાનાં. જેને માટે તમે કાળાધોળા કરો છો એ વાપરનારા હાથથી જવાના.

સાચું કહું? મોટા મોટા મહેલોમાં મેં ખંડેર જેવાં દિલ જોયાં છે, નિસાસા નાખતા મા-બાપ જોયાં છે. કારણ કે જે સમય યુવાનોને આપવાનો હતો તે આપ્યો નથી.

હવે જે કાંઇ કહેવાનું છે તે કહેવા માટે ઉતાવળ ન કરો, experiment કરો. મહિનાઓ સુધી જીવનમાં ઉતારો.

છોકરાઓને દાખલો example જોઈએ છે.

જીવંત વસ્તુની જેટલી અસર છે એટલી પુસ્તકોની નથી. નેપોલિયને કહ્યું હતું કે હજાર પુસ્તકોની બરાબર એક મા છે, કારણ કે હજારો પુસ્તક બોલ બોલ કરે છે જ્યારે મા જીવી બતાવે છે અને પાંચસો શિક્ષકની બરાબરમાં એક બાપ છે કારણ કે બાળક બાપનું અનુકરણ કરે છે.

આવતી કાલના નાગરિકને સર્જવાનું કામ સહેલું નથી. પથ્થરમાંથી પ્રતિમા કંડારવી હોય તો શિલ્પીને કેટલા જાગૃત રહેવું પડે છે? કેટલી જાતનાં ટાંકણા હાથમાં લેવાં પડે છે? તો માટીમાંથી માનવ બનાવવાનો છે, આત્મામાંથી પરમાત્મા બનાવવાનો છે. શું એને માટે કાંઈ નહિ કરો? માત્ર Honorary Parents બની જીવન પૂરું કરશો?

જે સમાજનો નાગરિક સારો નથી એ સમાજનું ભાવિ ઉજ્જવળ નથી.

આજે સમાજમાં જે વિકૃતિ દેખાય છે એમાં જૂની અને નવી પેઢી, બન્ને પેઢીનો દોષ છે. જૂનીએ આચારમાં બતાવ્યું નથી અને નવીએ ભાવિ અંગે વિચાર કર્યો નથી.

જેનું foundation મૂળ સારું નથી એનું construction સર્જન સારું કયાંથી હોય? હવે એવું foundation નાખવાનું છે કે ધરતીકંપ થાય તો પણ પાયો હાલી ન જાય.

હવેના દસ વર્ષમાં ઘણા આંચકા આવવાના છે. સંપ્રદાયની માન્યતા ભલે તૂટે પણ જીવનનાં મૂલ્યો બરાબર સમજાવવા જોઈએ.

(અનુસંધાન કવર પેજ ૪ પર)

The world moves on, depending on the bulwarks furnished by those who silently execute their duties, not by those who go on receiving addresses of honour. It is by the mute sacrifices of the former that the world is sustained!

"Lotus Bloom" by : **Chitrabhanu**

"SANGHVI BRAND"

INDUSTRIAL QUALITY COPPER,
BRASS SHEETS AND STRIPS :

Buy the Best.

Manufacturers :

THE P. T. C. SANGHVI CO.

110, Shivaji Nagar, POONA-5.

Grams : 'SANGHVICO'

Phone : 56578 (P. B. X.)
54198

Sole Selling Agents :

M/s. ALLIED METAL COMPANY

94, Kansara Chawl, Bombay-2.

Phone No. 331263 and 334979

GRAM : " BRASSTRIP "

ચિંતન કણિકાઓ

(નોંધ: પૂ. ગુરુદેવ ચિત્રભાનુ મહારાજશ્રીએ વરલી દેરાસરમાં આપેલ પ્રવચનોમાંથી મેળવેલ કણિકાઓ)

સુખી થવા માટે સાધનો જ નહિ, પણ શાંતિની જરૂર પડે છે. તમે શું કર્યું ? સુખી થવા માટે શાંતિ લેવાને બદલે સાધનોનો સંગ્રહ કરવા માંડયો. સાધનો આવ્યાં પણ શાંતિ વિનાનાં એટલે સાથે થોડી ચિંતા પણ લેતાં આવ્યાં. ઘરમાં એરકન્ડિશન આવ્યું. બારી બંધ કરી, શીતળતાનો આનંદ અનુભવ્યો. એકાએક વિદ્યુત-પ્રવાહ બંધ થયો અને ગરમીની અશાંતિ ઊભી થઇ ! ઘરમાં ગાડી આવી, હવે બસમાં જવાને બદલે ગાડીમાં જવાની ટેવ પડી, ગાડી બરાબર ન ચાલતાં જ્યાં જવું છે ત્યાં ન જવાતાં મનમાં અગવડતાની અશાંતિ ઊભી થઈ! સાધનોના કારણે તકલીફ ઊભી થાય ત્યારે મનને પૂછો: ભલા, મારે શું જોઈએ છે ?

સાધનોનો ઢગલો કે શાન્તિ ! Remember this that very little is needed to make a happy life. એટલું યાદ રાખો: જિંદગીને સુખી કરવા બહુજ થોડી વસ્તુની આવશ્યકતા છે.

જેમ મકાન બાંધતાં પહેલાં યોજના (planning) હોવી જોઇએ એમ જીવનમાં પણ યોજના હોવી જોઇએ. સંસાર શા માટે માંડવો? ક્યાં સુધી પહોંચવું ? એનું પરિણામ શું આવશે ? વિશ્વને શું આપવાનું છે અને શું અહીંથી લઈ જવાનું છે.

* * *

જિંદગી પૂરી કરવા માટે નથી. પૂર્ણ કરવા માટે છે. બે-ચાર કામ કરી આત્મસંતોષ મેળવી જીવન પૂરું નથી કરવાનું પણ આરાધનાથી જીવન પૂર્ણ કરવાનું છે. ઇંદ્રિયો અને શરીર અપૂર્ણતાથી વાસી છે, આત્મા પૂર્ણતાનો પ્રવાસી છે. ઘસારો શરીરને લાગે છે, આત્માને નહિ. દેહ સ્થૂળ તરફ લઈ જાય છે. આત્મા સૂક્ષ્મ તરફ.

અવિનાશી આત્મા અને વિનાશી દેહ વચ્ચેના ભેદની અનુભૂતિ એ જ તો ધર્મ છે. અંધારી રાત્રિએ વીજળી પડતાં એના ઝબકારામાં જે દેખાઇ ગયું એ પાછું અંધારું થતાં જોયેલું ન જોયેલું નથી બનતું. જે જોયું તે મનમાં વસી ગયું. એમ ભેદજ્ઞાનની અનુભૂતિ થતાં જે અનુભવાયું તે કદી વિસરાતું નથી, ભૂલાતું નથી.

[અનુસંધાન પાન ૧૨૨ થી ચાલુ]

સંસારી બાળકના માબાપને એના ચારિત્ર્યથી આત્મસંતોષ છે કે એક છોકરો છે પણ નામ રાખશે. પણ જેણે સંસ્કાર સિંચન કર્યું નથી એને તો મૃત્યુ વખતે પણ ભાર જ સહવો રહ્યો!

યુવાનોએ પોતાના ચારિત્ર્યનું બાંધકામ બરાબર કરવાનું છે. જેટલા પ્રમાણમાં આ બાંધકામ મજબૂત હશે એટલા પ્રમાણમાં દેશ સમાજ ઊંચો આવશે.

ધ્યાન રાખજો કે ચૈતન્ય અને દેહ જુદા છે. તમે એવું કામ ન કરો જેથી આત્મા કાળો થાય, અને દેહના કામનું પોષણ થાય. દેહને ઘસારો આપીને પણ આત્માને ઊજળો રાખવાનો છે. છાશ ભલે ઢળી જાય પણ માખણને જાળવી લેવાનું છે.

આજે આવા નવનીતની જરૂર છે. આવતી કાલ યુવાનોના હાથમાં છે. બહાર કરતાં હવે અંદરની મહત્તા greatness વધારવાની છે.

એકવાર નેપોલિયને અભરાઇ ઉપરથી ચોપડી કાઢવા હાથ લાંબો કર્યો પણ પોતે ઠીંગણા હોવાથી પહોંચી ન શક્યા. બાજુમાં ઊભેલા માર્શલ મોન્સીએ પુસ્તક કાઢી આપતાં, હસીને કહ્યું: "I am bigger than you are હું તમારાથી મોટો છું."

નેપોલિયને તરત જવાબ આપ્યો: "You are taller than I am તમે મારાથી મોટા નહિ પણ લાંબા છો."

Tall અને Bigમાં ઘણો ફરક છે. મોટા થવા માટે લાયકાત કેળવવી પડે છે અને ઊંચા થવા માટે શરીરને વધારવાનું હોય છે. શરીરની ઊંચાઈ કરતાં આત્માની મોટાઇ એ મોટી વસ્તુ છે. આ મોટાઈ તમે સહુ જીવનમાં મેળવો એવી શુભેચ્છા.

સંપૂર્ણ

મુદ્રક, પ્રકાશક અને માનાર્હ સંપાદક શ્રી ચંદુલાલ ટી. શાહે, લિપિની પ્રિન્ટરી મુંબઈ નં. ૨ માં છપાવી, ડીવાઈન નોલેજ સોસાયટી (દિવ્ય જ્ઞાન સંઘ) માટે ક્વીન્સ ન્યુ: ૨૮/૩૦, વાલકેશ્વર મુંબઈ નં. ૬ માંથી પ્રગટ કર્યું છે.