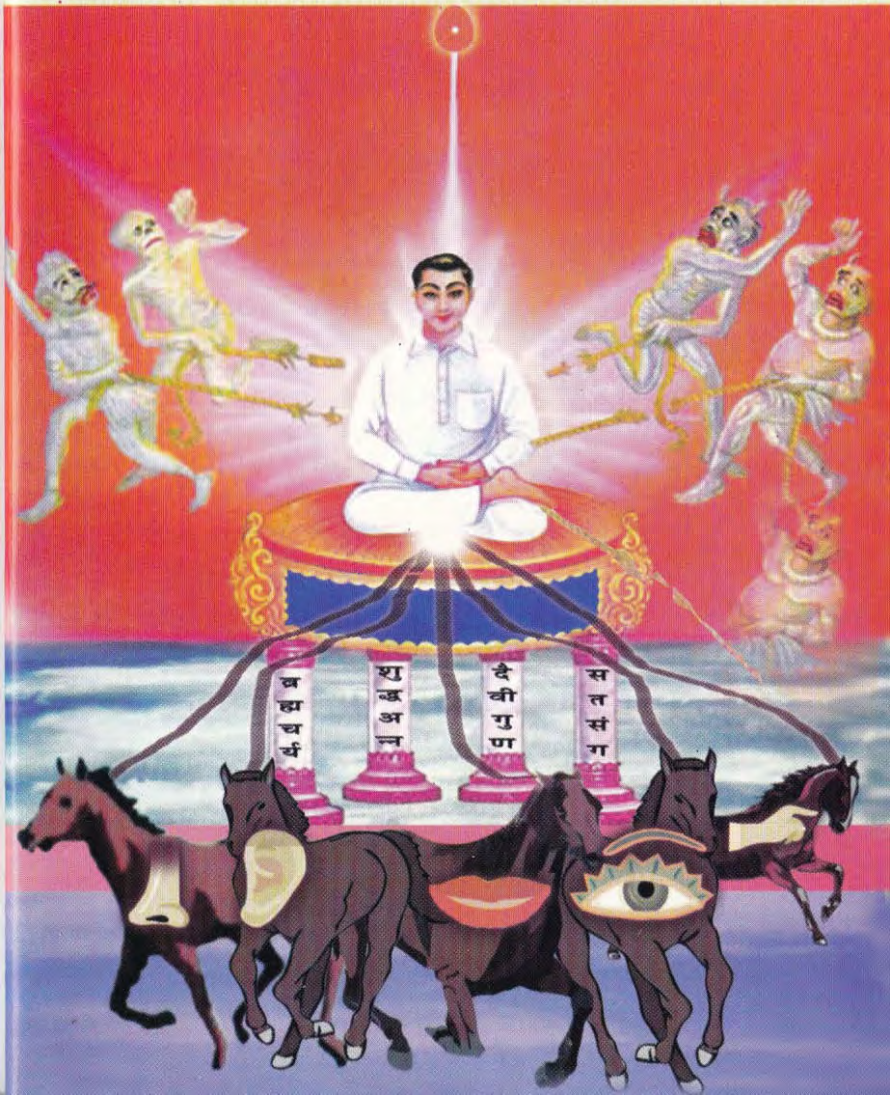


# विकारो पर विजय केम भणे ?



# વિકારો પર વિજય

ક્રમ	વિષય	પાનું
૧.	બધા જ વિકારોનું મૂળ	૨
૨.	કામવિકારને જીતવાની યુક્તિઓ	૩
૩.	ક્રોધને દૂર કરવાની યુક્તિઓ	૮
૪.	લોભનો સંસ્કાર કેવી રીતે દૂર થાય?	૧૩
૫.	મોહ-મમતા	૧૭
૬.	અહંકાર કેવી રીતે દૂર થાય?	૨૧
૭.	અગ્નશુદ્ધિ દ્વારા મનની શુદ્ધિ	૨૫

\* પ્રકાશક \*

પ્રજાપિતા બ્રહ્માકુમારી ઈશ્વરીય વિશ્વ વિદ્યાલય  
પાંડવ ભવન, માઉન્ટ આબુ, રાજસ્થાન

\* મુદ્રક \*

ઓમશાંતિ પ્રેસ, જ્ઞાનામૃત ભવન, શાંતિવન. તળેટી,  
પો. ઓ. મુદરલા, આબુરોડ - ૩૦૭ ૦૨૬  
(રાજસ્થાન)

## બધા જ વિકારોનું મૂળ

આજં પ્રત્યેક મનુષ્યમાં કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ, અહંકાર અને સુસ્તીમાંથી કોઈને કોઈ વિકાર થોડા ઘણા અંશે જરૂર છે જ. જો આપણે ઝીણવટથી વિચાર કરીશું તો માલૂમ પડશે કે 'દેહ-અભિમાન' (Body-Conscious) જ આ બધા જ વિકારોનું મૂળ કારણ છે.

મનુષ્ય દેહના આધાર પર પુરુષપણા કે સ્ત્રીપણાના ભાનમાં આવી 'કામવિકાર'ને વશ થાય છે અને તેમ કરતાં તે પોતાનું ઓજસ અને તેજ ગુમાવી બેસે છે, શરીર દુર્બળ બનાવે છે, વૃદ્ધાવસ્થા તથા મૃત્યુને નજીક બોલાવે છે. અને અનેક પ્રકારના શારીરિક રોગોનો શિકાર બનતા જાય છે. વધુમાં 'કામવિકાર'ના પરિણામે તે જે સંતતિ પેદા કરે છે તેના દુઃખમાં દુઃખી રહેતો હોય છે અને તેનામાં 'મમતા' રાખી આખો દિવસ તેને માટે કમાવા, ઘર બનાવવા વગેરે કાર્યોમાં રચ્યોપચ્યો રહે છે. 'કામવિકાર'ને કારણે તે વિવેક તથા સહનશીલતા પણ ગુમાવી બેસે છે અને ક્રોધી સ્વભાવનો બની જાય છે. દેહના સંબંધે જેને તે પોતાનાં સ્ત્રી, પુત્ર, પૌત્ર વગેરે માને છે તેઓની ઈચ્છા પૂર્ણ કરવા માટે તે વધુ ને વધુ ધન પેદા કરવાના પ્રયત્નોમાં જ રહેતો હોય છે અને થોડું ધન મળે તો અધિક માટેનો લોભ કરતો હોય છે. આ વ્યવસાયમાં આ લોભી મનુષ્યની તરસ છીપતી જ નથી. જ્યારે તેને સંતતિ પ્રાપ્ત થાય છે અને ઘર તથા ધન ખૂબ જમા કરે છે અથવા પ્રસિદ્ધ સ્ત્રી-પુરુષો સાથે તે પોતાનો સંબંધ બાંધે છે ત્યારે "હું શેઠ છું, ચાર બાળકોનો બાપ છું, હું એક ઉચ્ચ ખાનદાન વ્યક્તિ છું, મોટા મોટા લોકો સાથે મારો સંબંધ છે"-વગેરે વગેરે-આવા પ્રકારનું અભિમાન તેનામાં આવી જાય છે.

એટલે આપણે જોઈશું તો દેહ-અભિમાન જ સઘળા વિકારોની જડ છે. જીવનને પવિત્ર બનાવવા માટે મનુષ્યે ઘર-ગૃહસ્થ વ્યવહાર છોડી દેવાની જરાય જરૂર નથી. દેહ અભિમાન છોડવાની જ આવશ્યકતા છે અને તેને માટે આત્મનિષ્ઠ તથા યોગયુક્ત બનવું જરૂરી છે.

## કામવિકારને જીતવાની યુક્તિઓ

કામવિકારને જીતવા તથા જીવનને પવિત્ર બનાવવા માટે મનુષ્યે પ્રથમ તો પોતાની ‘અસલ’ અને ‘નકલ’ બન્ને યાદ રાખવી જરૂરી છે. ‘અસલ’ એટલે પોતાના વાસ્તવિક સ્વરૂપને જાણવું તે. જ્યારે મનુષ્ય એ જાણી લે છે કે “હું તો એક જ્યોતિ સ્વરૂપ, બિન્દુરૂપ આત્મા છું, આ શરીરરૂપી કલેવર તો મારાથી ભિન્ન એવા પાંચ તત્ત્વોનું બનેલું છે, હું તો પરમપવિત્ર પરમાત્માનું સંતાન છું અને તેનું સંતાન હોવાને કારણે આત્મિક સંબંધે સઘળા સ્ત્રી-પુરુષરૂપી તનમાં જે આત્માઓ છે તે બધા જ ભાઈઓ છે.” આ વિચારથી તેની દષ્ટિ, વૃત્તિ અને સ્થિતિ બદલાઈ જાય છે અને તેના સંસ્કાર પણ બદલાવા માંડતા હોય છે. આપ જાણો છો કે જ્યાં સુધી કોઈ પુરુષ અથવા સ્ત્રીમાં ભાઈ-ભાઈ અગર ભાઈ-બહેનની દષ્ટિ રહે છે ત્યાં સુધી તેનામાં કામવાસના જાગૃત થતી નથી. એટલે જે પવિત્ર (બ્રહ્મચર્ય-યુક્ત) અને યોગયુક્ત બનવા માંગે છે તેને આ પ્રમાણે ‘અસલ’નું જ્ઞાન અને તેની સ્મૃતિ હોવી જોઈએ, કારણ કે આ આત્મિક દષ્ટિ અને સ્થિતિથી વૃત્તિઓ વિકારયુક્ત બનતી નથી અને આ સહજ અને યથાર્થ ઉપાયથી તે આ મહાન પુરુષાર્થ કરવામાં (હઠક્રિયા વગર) સફળ થાય છે.

આપને અનુભવ તો હશે જ કે જ્યારે કોઈ મનુષ્ય પોતાની ધર્મપત્ની સાથે કોઈ મંદિરમાં જઈ, પોતાના ઈષ્ટદેવની મૂર્તિની સામે બેસી “ત્વમેવ માતા ચ પિતા ત્વમેવ” વગેરે ગાતો હોય છે અથવા તુમ માતાપિતા, હમ બાલક તેરે-નો પાઠ કરતો હોય છે અથવા કોઈ દેવીની પ્રતિમાની સામે “હે અમ્બે”-વગેરે શબ્દોથી સંબોધન કરતો હોય છે ત્યારે તેની દષ્ટિ અને વૃત્તિ શુદ્ધ રહે છે. તે પેલા મંદિરમાં કામવાસનાથી મુક્ત રહે છે. સ્ત્રી અને પુરુષ બન્ને પરમાત્માને ‘પિતા’ અથવા ‘દુર્ગા’ને અમ્બે (મા) કહેવાનો અર્થ તો એ છે કે બન્ને (પતિ-પત્ની) તેનાં સંતાન હોવાને કારણે આત્મિક રીતે ‘ભાઈ-ભાઈ’ છે. જ્યારે તે આ આત્મિક સંબંધ ભૂલી જાય છે અને પરમપિતા પરમાત્માને પણ ભૂલી જાય છે ત્યારે તેને ‘કામ’રૂપી શત્રુનાં બાણ વાગે છે

એટલે અર્થ એ છે કે મનુષ્યે પિતા પરમાત્માની સ્મૃતિમાં રહેતાં બીજાઓને આત્મિક દષ્ટિથી જોવા અને તેમની સાથે પોતાનો આત્મિક સંબંધ યાદ રાખવો જોઈએ અને ઈશ્વરીય કુળના સંબંધે તેમને ભાઈ-ભાઈ સમજવા જોઈએ. જ્યાં સુધી મનુષ્ય બીજાઓને આત્મિક દષ્ટિથી નહિ જુએ ત્યાં સુધી તેની દષ્ટિ વાસનાથી મુક્ત અને નિર્દોષ નહિ બને.

આ ‘અસલ’ના, પરિચયને યાદ કરીને મનુષ્ય ખૂબ ઉચ્ચ સ્થિતિમાં રહી શકે છે. ‘અસલ’ને ધ્યાનમાં રાખીને, નકલ (વંશ)નો વિચાર કરે તો પણ મનુષ્યને પવિત્ર (બ્રહ્મચર્ય વ્રતમાં) રહેવામાં મોટી સફળતા મળી શકે છે. મનુષ્યે એ વિચારવું જોઈએ કે ‘નકલ’ના વિચારથી પણ “શ્રી લક્ષ્મી, શ્રી નારાયણ, શ્રી સીતા, શ્રી રામ વગેરે દેવી-દેવતાઓનો હું વંશજ છું અને એ કારણે જેમ પેલા દેવી-દેવતાઓ સંપૂર્ણ પવિત્ર હતા તેવી રીતે મારે પણ પવિત્ર રહેવું જોઈએ. મારે દેવતાઓના કુળને કલંકિત કરનારા બનવું જોઈએ નહિ.”

આ પ્રમાણે મનુષ્યે એ ચિંતનમાં પણ રહેવું જોઈએ કે “હું તો અસલમાં શુદ્ધ આત્મા છું, પરમધામ રૂપ પાવનધામની અથવા બૃહદના મંદિરની એક અવ્યક્ત અને ચેતન મૂર્તિ છું, પવિત્રતા તો મારું સ્વરૂપ છે, મારો ધર્મ છે. મારા ગળાનો હાર છે, એટલે હું મારા ધર્મને છોડી કામરૂપી અપવિત્રતાને મારા મનમાં સ્થાન આપીશ નહિ.”

## ધરમાં દેવતાઓ વગેરેનાં ચિત્રો

પોતાને પરમાત્માના પુત્ર અને દેવતાઓનો વંશજ માનીને ધરમાં પરમપિતા પરમાત્મા શિવનું ચિત્ર તથા શ્રી લક્ષ્મી, શ્રી નારાયણ, શ્રી કૃષ્ણ, શ્રી સીતા, શ્રી રામ વગેરે દેવી-દેવતાઓનાં ચિત્રો લગાવવાં જોઈએ, જેથી ધરમાં મંદિર અથવા આશ્રમના જેવું વાતાવરણ બને અને તેનાથી હંમેશાં એ યાદ રહેશે કે “હું દેવતાઓનો વંશજ છું. હું પરમપિતા પરમાત્માનું સંતાન

છું. ભગવાનનું સંતાન હોઈ મારે શેતાન-કામી મનુષ્ય જેવું કાર્ય કરવું જોઈએ નહિ. દેવતાઓનો વંશ હોઈ દાનવ અથવા દૈત્ય જેવો વ્યવહાર મારે ન કરવો જોઈએ.” એટલે હવે ઘરમાંથી ગંદા ચિત્રો દૂર કરવાં જોઈએ કારણ કે આ સઘળાં ચિત્રો દેહ-અભિમાની અને કામી, વિકારી બનાવનારાં છે.

આ પ્રમાણે પોતાના ઘરને જ મંદિર સમજવું જોઈએ. જ્યાં સુધી ઘરને એક આશ્રમ (પવિત્ર સ્થાન) સમજીશું નહિ ત્યાં સુધી કામવિકાર તો રહેવાનો જ છે. દેવતાઓનાં ચિત્રો ઉપરાંત પોતાનું પણ એક ચિત્ર પવિત્રતાના તથા સોનેરી તાજવાળું બનાવી ટીંગાડવું જોઈએ. આ ચિત્ર ઘરમાં લાગેલું હશે તો હંમેશાં એ સ્મૃતિ આપતું રહેશે કે, “પવિત્ર બનવાથી સ્વર્ગનું દૈવી રાજ્ય મળશે અને જો હું કામ વિકાર દ્વારા પતિત બનીશ તો સ્વર્ગનું રાજ્ય ગુમાવી દઈશ અને મારે ધર્મરાજપુરીમાં શિક્ષા ભોગવવી પડશે.”

## શું ગૃહસ્થ જીવન કામ-ભોગ સિવાય શક્ય છે ?

આજે કેટલાંક લોકો કહે છે કે જો કામ-વાસનાને મનમાંથી કાઢી નાખવામાં આવે તો ભલા, ગૃહસ્થ જીવન કેવી રીતે ચાલી શકે? આજે આપણે પોતાના વાસ્તવિક ઘરને ભૂલી જવાથી તો આ પ્રશ્ન ઊઠ્યો છે. મનુષ્યે એ જાણવું જોઈએ કે આત્માનું ઘર અર્થાત્ ધામ તો બ્રહ્મલોક જ છે અને ત્યાંથી તો આત્મા આ સંસારમાં આવ્યો છે. વળી આ સંસાર પણ શરૂમાં સ્વર્ગ અથવા શિવાલય (પવિત્ર દેશ) જ હતું. એટલે કે અહીં કામ વિકારનું નામ પણ ન હતું. ઉલટું યોગબળ દ્વારા જ સંતાન પ્રાપ્તિ થતી હતી. એટલે આપણું ઘર તો બ્રહ્મલોક અથવા વૈકુંઠ જ છે. વર્તમાન સમયનો સંસાર તો માયાની જેલ છે. આને થોડું જ ઘર કહી શકીશું? એટલે ગૃહસ્થનો વાસ્તવિક અર્થ છે- બ્રહ્મલોકની સ્થિતિમાં સ્થિત રહેવું અથવા વૈકુંઠની સ્મૃતિમાં મનને સ્થિત કરવું. જો કોઈ મનુષ્ય પરમધામ અને સ્વર્ગને પોતાનું ઘર સમજી બુદ્ધિને તેની

સ્મૃતિમાં સ્થિત કરે તો પછી પ્રશ્ન જ ઊઠતો નથી કે ‘ગૃહસ્થ’માં રહેવા છતાં આપણાથી ‘કામભોગ-’ વગર કેવી રીતે રહેવાય?

## ભાવિ વિનાશ તરફ દૃષ્ટિપાત

એટમ અને હાઈડ્રોજન બોમ્બ બની ચૂક્યા છે અને ભારતમાં જે પ્રાંતવાદ, કોમવાદ, ભાષાવાદ પરસ્પર વિરોધ, અન્નસંકટ, ધનસંકટ વગેરે વધતાં જાય છે તે બધાં તો ભાવિ વિનાશના અગ્રદૂત જેવાં છે. પરમપિતા પરમાત્માએ અગાઉથી જ અનેકવાર આ બધાનો સાક્ષાત્કાર કરાવ્યો છે અને સતયુગથી માંડીને કળિયુગના અંત સુધીનું જે ત્રણે કાળનું જ્ઞાન આપ્યું છે તેના આધારે પણ ભાવિ ઘટનાની આવનારી વ્યથાને સ્પષ્ટ કરી છે. વિશ્વમાં બની રહેલ બનાવો દ્વારા પણ હવે તો વિનાશનાં ચિન્હો સ્પષ્ટ જોઈ શકાય છે.

એટલે પરમપિતા પરમાત્મા શિવ કહે છે કે ‘વર્તમાન સમય ઘોર સંકટનો સમય(**Emergency**) છે. મૃત્યુ માથા પર ઊભું છે. જ્યારે સંકટ અથવા મોત સામે હોય અથવા મનુષ્ય અત્યંત બીમાર હોય ત્યારે મનુષ્યને માટે એ જરૂરી છે કે તે પરમાત્માની યાદમાં રહે, ગીતાજ્ઞાન સાંભળે અને જ્ઞાનામૃતનું પાન કરે.’ આ ‘કામ’ તો એક મોટી બીમારી છે અને વિનાશ ‘મહામૃત્યુ’ છે એટલે હવે તો અવશ્ય બ્રહ્મચર્ય વ્રતનું પાલન કરવું જોઈએ. હવે આ એક જન્મના રહેલા થોડા એવા સમયમાં આપણે માયાજીત બનીને જગતજીત બનવું જોઈએ. કોઈને પણ આ ભાવિ વિનાશની બાબતમાં નિશ્ચય ન પણ હોય તો પણ એ વિચારવું જોઈએ કે “મૃત્યુ ક્યારે આવવાનું છે તેની કોઈને ખબર નથી અને આપણો અંતિમ શ્વાસ કયો છે તે કોઈ જાણતું નથી, તો પછી અત્યારથી જ શા માટે પવિત્ર ન બનવું?” “હું તો હજુ યુવાન છું, હું નવપરિણીત છું અથવા હજુ તો જીવનનો મોટો ભાગ બાકી પડ્યો છે એટલે કામવાસનાનો ભોગ કરી અનુભવ કરી લઉં” આવું વિચારવું એ તો મૂર્ખાઓનું

કામ છે કારણ કે કાળ તો વૃદ્ધ અથવા યુવાન કોઈને પણ કહીને આવતો નથી. આ વિકારોના અગ્નિથી થતા ઘા અત્યાર સુધી તો મનુષ્યને લાગેલા જ છે તો પછી આ કામવાસનાનો અનુભવ કરી જોવાનો પ્રશ્ન જ કેમ ઊઠે છે? એટલે મનુષ્યે આજથી જ નહિ, આ ઘડીથી જ કામ પર વિજય પ્રાપ્ત કરવાનો તથા જિતેન્દ્રિય બનવાનો પુરુષાર્થ કરવો જોઈએ, કેમકે પુરુષાર્થનો આ સમય હાથમાંથી ચાલ્યો જશે તો વિકર્મોનો બોજો પણ વધી જશે. વળી બૂરા સંસ્કારો સાથે આવશે અને તેના ફળસ્વરૂપ ભવિષ્યમાં પણ આપણા બૂરા હાલ થવાના. એટલા માટે સારાં કાર્યોમાં વિચાર કરવાનો હોય નહિ. આ ઘડીએ જ મનુષ્યમાંથી દેવતા બની ૨૧ જન્મોનું સ્વર્ગીય સ્વરાજ્ય પ્રાપ્ત કરવાનો આ અવસર છે.

## કોપને દૂર કરવાની યુક્તિઓ

એમ કહેવાય છે કે જે ઘરમાં કોપ હોય છે તે ઘરના માટલાનું પાણી પણ સૂકાઈ જાય છે. પરંતુ વાસ્તવમાં પાણી તો શું, કોપી મનુષ્યનું તો લોહી પણ સૂકાઈ જાય છે. એટલા માટે મનુષ્યે કોપ ન કરવો જોઈએ, ઊલટું કોપને રોકવો જોઈએ. જ્યારે મનુષ્યને કોપ આવે છે ત્યારે કોપનું શું પરિણામ આવશે તેનો પણ તે વિચાર કરતો નથી. એટલે તો કોપથી ખૂબ જ ભયંકર પરિણામ આવે છે. કોપને લીધે તો કઈક ઘરો અને દેશ બરબાદ થઈ ગયા છે. કોપે તો સંસારમાં સુખનાં કેટલાંય વૃક્ષો ઉખેડી સંસારને ઉજાડ બનાવી દીધો છે. એટલે જીવનને દુઃખી કરનાર અને સંસારને નર્ક બનાવનાર આ કોપ નામનું જ ભૂત છે અને તે ભૂતથી બચવું જોઈએ, કારણ આ કલેશ-કલહનું કારણ જ તે છે.

કોપ મનુષ્યને અનેકરૂપે સતાવે છે. ઉદ્વેગ, દ્વેષ, ઈર્ષ્યા, બદલો લેવાની ઈચ્છા, નારાજ થવું, હિંસા, વેર-વિરોધની ભાવના વગેરે બધાં જ



કોધનાં જુદાં જુદાં રૂપ છે. આ બધા જ મનુષ્યને અશાંત કરનારાં છે અને તેથી આ બધાંથી છુટકારો મેળવવો જરૂરી છે.

## કોધરૂપી બીમારીમાંથી બચવાનો ઈલાજ

આપણે જાણીએ છીએ કે મતભેદથી તંગ થઈ જતો મનુષ્ય કોપિત થાય છે જ્યારે બીજાનાં વિચારો સાથે સહમત થતો નથી ત્યારે તેને કોધનો તાવ ચઢી આવે છે. આ તાવ ઉતારવા માટે એક દવા છે અને તે અકસીર પણ છે. તે યુક્તિ અજમાવવી જોઈએ.

મતભેદ થવાથી મનુષ્યે એ વિચારવું જોઈએ કે વર્તમાન કળિયુગી સૃષ્ટિમાં મત-મતાંતરોનું વૃક્ષ તો ખૂબ વૃદ્ધિ પામ્યું છે અને ભિન્નતા અથવા વિવિધતા તો આ સૃષ્ટિનો નિયમ છે. જેમ વૃક્ષની એક જ શાખાનાં બે પાંદડા પણ સંપૂર્ણ રીતે એક સરખાં હોતાં નથી તેમ સૃષ્ટિરૂપી વૃક્ષનું પણ તેવું જ છે. બે મનુષ્યની કૃતિ, આકૃતિ, બિલકુલ એક સરખી હોવી અસંભવ છે. હા-વૃક્ષનું બીજ અને થડ એક જ હોય છે એટલે આ જે કલ્પવૃક્ષરૂપી સંસાર છે અને તેના જે બીજરૂપ પરમાત્મા છે તે એક જ છે. સૃષ્ટિવૃક્ષમાં જે પહેલાં યુગ (સતયુગ) હતો તેમાં એક મત, એક ધર્મ અને એક રાજ્ય હતું. એટલે એકતા અને શાંતિ લાવવા માટે કે કોધનો તાવ (Temperature) ઉતારવા માટે મનુષ્યે બીજ રૂપ પરમાત્મા, સ્વની અને સતયુગી દેવી-દેવતાઓની સ્મૃતિમાં રહેવું જોઈએ અને વર્તમાન મતભેદોની બાબતમાં વિચારવું જોઈએ કે “આ તો કળિયુગી લક્ષણો છે. માટે આ સૃષ્ટિનો તો હવે વિનાશ થવાનો છે.” આ પ્રમાણે વિચાર કરી મનુષ્યે પોતે મસ્તીમાં રહેવું જોઈએ કે હવે તો આનંદના દિવસો અથવા સતયુગનો સુંદર સમય આવવાનો છે એટલે ધીરજ ધરવી રહી. કોધ કરશો તો પેલી સુંદર દુનિયામાં નહિ જઈ શકો. ઊલટું બીજા જન્મમાં ફરી કોધીઓનો જ સંબંધ થશે.

## ક્ષીર-ખંડ બનવાનો વિચાર

વળી એ પણ વિચારવું જોઈએ કે સતયુગ અને ત્રેતાયુગમાં તો વાઘ અને બકરી એક ઘાટ પર પાણી પીતાં હતાં. તો શું આપણે મનુષ્યો એટલા પતિત બની ગયાં છીએ કે એક જ પરમપિતા પરમાત્માનાં જ સંતાન જેઓ પરસ્પર ભાઈ-ભાઈ છે તેઓ પણ એકબીજાની સાથે રહી શકતા નથી? સતયુગમાં તો આ સંસાર ક્ષીરસાગર હતો અને મનુષ્યનો સ્વભાવ દૈવી હતો, તો શું હવે ક્ષીરસાગરની જગાએ લૂણ-પાણી એટલે મીઠાને બદલે ખારા સ્વભાવવાળા બનવું-એ આપણને દેવ-સંતાનને શોભા આપે એવું છે?

## કમળ બનો-કાંટા ન બનો.

દેવતાઓની પ્રત્યેક ઈન્દ્રિયની સાથે 'કમળ' શબ્દનો પ્રયોગ થાય છે (જેમ કે- હસ્તકમળ, કમળનેત્ર વગેરે) તો શું આપણે કમળની જગાએ કાંટા જેવા સ્વભાવવાળા બનવું ઉચિત છે? ક્રોધ તો આસુરી લક્ષણ છે એટલે જો આપણે ક્રોધ કરતા રહીશું. તો દેવી અથવા દેવતા કેવી રીતે બનીશું અને સ્વર્ગનો રાજ-ભાગ કેવી રીતે પ્રાપ્ત કરી શકીશું? આ પ્રમાણે જ્ઞાન-પ્રકાશ જગાવવાથી ક્રોધરૂપી અંધકાર દૂર થશે.

## હિસાબ-કિતાબનો વિચાર

કેટલીક વાર અન્ય કોઈ વ્યક્તિનો વ્યવહાર જોઈને પણ મનુષ્યને ક્રોધ આવી જાય છે પરંતુ જો કોઈ મનુષ્ય અનુચિત વ્યવહાર કરે તો આપણે તો એમ જ માનવું કે આપણા પોતાના કર્મોના હિસાબ-કિતાબને કારણે જ આમ થાય છે. આપણે વિચારવું જોઈએ કે જો આપણે ખોટું કર્મ ન કર્યું હોત તો આપણને કોઈ ખોટો બોલ કહેત જ નહિ એટલે શાંત રહેવાથી બીજા પર આપણે સારો પ્રભાવ પાડી શકીશું, નહિ તો તેના ક્રોધનો અગ્નિ શાન્ત થશે નહિ.

## કોધને એક કમજોરી સમજો

કોધ પેદા થવાનું કારણ એ છે કે મનુષ્ય બીજાઓની કમજોરી કે ભૂલ સહન કરી લેતો નથી પરંતુ વાસ્તવમાં બીજાઓની ભૂલો જોઈ, કોધ ન કરવો જોઈએ, ઊલટું આપણા કોધના સંસ્કારને જોઈ આપણી કમજોરી અને ત્રુટિ પર ધ્યાન આપવું જરૂરી છે. જો કોઈ માણસ ભૂલ કરે તો અથવા કોઈ વાત ન સમજે અને તે વાત માનવાને તૈયાર ન થાય અથવા વિરોધ કરે તો પ્રેમથી તેનામાં પરિવર્તન લાવવું જોઈએ અથવા તો સદ્ભાવનાથી, યુક્તિથી કે તર્કથી તેને સમજાવવા પ્રયત્ન કરવો જોઈએ કારણ કે તેથી આપણું પણ આત્મિક બળ વધે છે, શાંતિના ખજાનામાં વૃદ્ધિ થાય છે. સામો મનુષ્ય પણ સુધરે છે. જો આપ આપના કોધના સંસ્કાર દૂર કરવામાં અશક્ત હો તો પછી બીજાની અયોગ્યતા જોઈ તેના પર કેવી રીતે ગુસ્સે થઈ શકો? ઈશ્વરીય જ્ઞાન તો એવું કહે છે કે ભૂલ કરનાર પર કોધ ન કરો, ઊલટું તેને સહાય કરો. તેને ભૂલરૂપી કૂવામાંથી બહાર કાઢો. જ્યારે આપણને બીજાઓનો કોધ સારો લાગતો નથી તો પછી આપણે આપણો કોધ પણ દૂર કરવો જોઈએ, નહિ તો આપણે પોતે જ અપરાધી સાબિત થઈશું.

## સ્નેહસૂચક-શબ્દનો પ્રયોગ

કોધને દૂર કરવા માટેનો એક ઉપાય એ છે કે કેટલાક સ્નેહસૂચક શબ્દો પાકા કરો. કોઈની સાથે વાતચીત કરતી વખતે 'મિત્ર', 'ભાઈ', 'સ્નેહમયી માતા', 'આદરણીય બહેન', વગેરે સંબોધનોનો પ્રયોગ કરવાની આદત પાડો. વધુમાં જે વિરોધી છે તેની સાથે વાર્તાલાપ કરતી વખતે તો સદ્ભાવનાપૂર્વક આ શબ્દોનો અવશ્ય જ પ્રયોગ કરવો જોઈએ. આનાથી આપણને પોતાને પણ કોધ આવશે નહિ અને જેની સાથે વાત કરીએ છીએ તેનો કોધ પણ શાન્ત થઈ જશે.

## આત્માના સ્વધર્મની સ્મૃતિ

વળી મનુષ્યે એ વિચારવું જોઈએ કે આત્માનો તે સ્વધર્મ જ પવિત્રતા અને શાન્તિ છે. લોકોએ આજે તો કર્મકાંડ વગેરેને પોતાનો ‘ધર્મ’ માની લીધો છે અને જીવનને માટે જે ઉચ્ચ નિયમો અને ધારણાઓ છે તે બધાંને પુસ્તકોમાં જ બંધ કરીને રાખી મૂક્યાં છે; પરંતુ હવે જ્યારે પવિત્રતા અને શાંતિરૂપી સ્વધર્મને છોડીને મનુષ્ય દુઃખી થયો છે ત્યારે તેણે આ વાતની સ્મૃતિમાં રહેવાનો અભ્યાસ કરવો જોઈએ કે “હું તો આત્મા છું. હું તો અસલ સ્વરૂપમાં પવિત્ર અને શાન્ત છું. કોઈ એ મારો મૌલિક સ્વભાવ કે સ્વરૂપ નથી જ. કોઈ દ્વારા બીજાઓને દુઃખી કરનાર પોતે જ દુઃખી થાય છે. શાંત રહેનાર બીજાઓને પણ શાંતિ આપે છે એટલે હું તો શાંતિપૂર્વક જ કાર્ય કરીશ. કાર્યની સફળતા પણ શાંતિથી જ થાય છે કારણ કે ધર્મનો જ જય થાય છે. જેમ ગરમ લોખંડને ઠંડું લોખંડ જ કાપી શકે છે તે પ્રમાણે ગરમ મનુષ્યની સાથે ઠંડા રહીને વાત કરવાથી જ સફળતા મળે છે. એટલે શાંતિને સ્વધર્મ માનો અને લોકો સાથે વાતની શરૂઆત કરતી વખતે અથવા અંતમાં “ઓમ શાંતિ” એવા શબ્દોનો પ્રયોગ કરો.

## સાધારણ ક્રોધ પણ અપરાધ છે

આપણી સરકારે તો ક્રોધના ફક્ત ભયંકર રૂપ માટે જ શિક્ષા નિર્ધારિત કરી છે. અર્થાત્ જ્યારે કોઈ મનુષ્ય ક્રોધના અત્યંત વેગને કારણે કોઈની હત્યા કરી નાંખે છે અથવા તેને કોઈ શસ્ત્રથી હાનિ પહોંચાડે છે ત્યારે કાયદો તેને અપરાધી ઠેરવે છે, કેમકે જો સરકાર ક્રોધના સાધારણ રૂપને પણ અપરાધ ગણે તો પછી કાયદો બનાવનાર વ્યક્તિ, ન્યાય કરનાર ન્યાયાધીશ, મંત્રી વગેરે વગેરે ઉચ્ચ અધિકારી સૌ એક દિવસ તો અપરાધી ગણાય જ અને કાયદાનો અમલ કરનાર કોઈ રહે નહિ. એટલે લૌકિક સરકાર દ્વારા સાધારણ ક્રોધની શિક્ષા ન હોવાને કારણે એવું ન સમજવું જોઈએ કે સાધારણ ‘ક્રોધ-વશ’ થઈને કરેલાં કર્મો ‘વિકર્મ’ની ગણતરીમાં નથી આવતાં અથવા તેનો દંડ

આપણને નહિ મળે. ઊલટું એ યાદ રાખવું જોઈએ કે જે સર્વોચ્ચ સરકાર અથવા પરમપિતા પરમાત્મા છે તેમના આદેશો અનુસાર તો સાધારણ કોષ કરવો એ પણ શિક્ષાને પાત્ર થવા જેવું છે. વાસ્તવમાં કોષના અશાંતિરૂપ ફળનો થોડો ઘણો અનુભવ તો તુરત જ થાય છે. કોષ થોડો હોય કે વધુ, પણ તે કોઈ પણ હાલતમાં આપણને હાનિકર્તા જ છે. મનુષ્યે અકોષી, શીતળ, મધુર અને શાંત સ્વભાવવાળા બનવું જ જોઈએ.

## લોભનો સંસ્કાર કેવી રીતે મટે ?

લોભ એક એવો વિકાર છે જે મનુષ્યને મીઠો લાગે છે. જેમ કીડીઓ ચાસણીથી આકર્ષાઈને તેમાં ફસાઈ જાય છે તેવી રીતે જે મનુષ્યને લોભનો ચસકો લાગે છે, તે પણ તેના સ્વાદમાં જીવન બરબાદ કરે છે. પરંતુ તે આ જન્મમાં ઘાલમેલ કરીને દુઃખનો અનુભવ ન કરે તો હવે પછીના જન્મમાં તો જરૂર દુઃખ ભોગવે છે તે કોઈ કંગાલ અને તિરસ્કૃત ઘરમાં જન્મ લઈ અત્યંત દુઃખ ભોગવે છે કેમકે મનુષ્યનું કર્મ અવિનાશી છે.

## લોભી મનુષ્ય અતૃપ્ત અને અશાંત

લોભી મનુષ્ય સદા અતૃપ્ત અને અસંતુષ્ટ રહેતો હોય છે. તેની તરસ કદી છીપતી નથી. આવા મનુષ્યને આપ આ જીવનમાં સુખી છે એમ કેવી રીતે કહ્યેશો? લોભી મનુષ્ય હંમેશાં નવા નવા ચક્રકરમાં પડેલો જ હોય છે. એક મકાન બનાવ્યા પછી તેને બીજા મકાનની ચિંતા થતી હોય છે. એક મોટર વસાવ્યા પછી હરેક બાળકને માટે જુદી જુદી મોટર લેવાની ફિકરમાં પડે છે. નાનો શેઠ બન્યા પછી તે મોટો શેઠ બનવાની તૃષ્ણાથી પીડાતો હોય છે એટલે આપ વિચારશો કે જે વ્યક્તિ કદી પણ તૃપ્ત કે સંતુષ્ટ ન હોય તેને “સાયો સુખી” માનવો એ ભૂલ છે.

લોભી મનુષ્યમાં ઈર્ષ્યા પણ ખૂબ જ હોય છે. તે પોતાના કરતાં બીજાને વધુ લાભ મળે કે ધન પ્રાપ્ત થાય તે સહન કરી શકતો નથી. પોતાના જેવો જ જો બીજો વ્યાપારમાં આગળ વધે તો તે જોઈ તે ઈર્ષ્યા અને દ્વેષ કરતો હોય છે. તો જેનામાં આવો ઈર્ષ્યાનો અગ્નિ અને દ્વેષનો દાવાનળ સળગતો હોય તે શું સાચું સુખ પ્રાપ્ત કરી શકે છે?

વધુમાં શરૂઆતમાં એમ બને છે કે મનુષ્યને કેવળ ધનનો જ લોભ હોય છે પરંતુ ધીરે ધીરે તેની આ લોભવૃત્તિની સીમા રહેતી નથી. ઊલટું ધનથી વધુ બીજી ચીજો પણ પોતાને પ્રાપ્ત થાય એમ વિચાર કરે છે. દાખલા તરીકે માનો કે આજે કોઈ મનુષ્ય ધનનો લોભ કરી ધનવાન બની ગયો છે. તો આપ જોશો કે તે હવે એ પણ ઈચ્છા કરતો હશે કે મિત્ર-સંબંધીઓમાં તેને વધુ માન મળે. આમ ધનવાન થયા પછી તેને માનનો લોભ જાગૃત થાય છે. વળી કાલે તે કહેશે કે તેના પુત્રનો વિવાહ થાય તો સાસરિયાં તરફથી તેને ખૂબ દહેજ મળે, કેમકે લોકોને એમ કહેવાનો મોકો ન મળે કે આટલા મોટા શેઠ થઈને તેણે ગરીબ કુટુંબમાં પુત્રનો સંબંધ બાંધ્યો! વધુમાં તેને અહંકાર પણ આવતો રહે છે અને વિચારે છે કે ‘હું એક મોટો શેઠ છું, અમુક માણસો સાથે મારે બેસવા-ઊઠવાનું હોય છે અને મિત્ર-સંબંધીઓમાં મારું ખૂબ માન છે’ આ પ્રમાણે રોજરોજ તેનો લોભ વધતો જાય છે અને તેના પરિણામસ્વરૂપ તેનામાં ઈર્ષ્યા, દ્વેષ, અહંકાર વગેરે અવગુણો આવતા જાય છે. આવા મનુષ્યના જીવનને આપ સાચું સુખી જીવન કેવી રીતે માનશો? સુખ અને સુવિધાનાં સાધનો તો લોભી મનુષ્યની પાસે ભેગાં થાય છે પરંતુ સંતોષરૂપી ધનથી તે હંમેશાં વંચિત રહેતો હોય છે. મનુષ્યને મનની શાંતિ ન હોય તો પછી સુખનાં સાધનો પણ નકામાં છે. જો મનુષ્યની પાસે ભોગ્ય પદાર્થ હોય તો તેને ભોગવતાં ભોગવતાં તે પોતે જ ભોગ બની જાય છે. એટલે કહેવત છે કે મનુષ્ય ભોગોને ભોગવતો નથી પરંતુ ભોગ્ય પદાર્થ જ તેના શરીરની શક્તિ અને

આયુષ્ય વગેરેનો ભોગ લે છે. આમ માણસ જેટલો વધુ લોભી હોય તેટલો જ વધુ અશાંત રહે છે, તેની નિદ્રા પણ તેટલી જ ઓછી હોય છે કારણ કે ઊંઘમાં પણ તે કમાવું અગર વધુ મેળવી લેવું એ જ વિચારતો રહે છે.

લોભ છોડવો તેનો અર્થ એ નથી કે પૈસા કમાવા જ નહિ. પૈસો તો એક આવશ્યક વસ્તુ છે. કહેવાનું એટલું જ છે કે ધનનો લોભ બૂરી ચીજ છે. ભેળસેળથી, બનાવટથી, કાળા બજારથી, ઓછું વજન આપીને, વધુ પડતા પૈસા લઈને, મજૂરને ઓછી મજૂરી આપી, બીજાના ધંધાને નુકશાન કરીને વગેરે પ્રકારે હંમેશા ધન-માલ ભેગાં કરવામાં લાગી રહેવું અને વધુ અને વધુ મેળવવાની ઈચ્છામાં અતૃપ્ત રહેવું એ લોભ અને લાલચ મનુષ્યને વર્તમાનમાં તો અશાંત બનાવે છે અને ભવિષ્યમાં પણ આ દુનિયામાં કોર્ટ, અને પછી ધર્મરાજની અદાલતે લઈ જાય છે. એટલે મનુષ્યે હંમેશા પ્રમાણિક રીતથી કમાણી કરવી જોઈએ, આનાથી મનુષ્યને ખૂબ જ આત્મિક બળ મળે છે અને પ્રભુનો તેના પર પ્રેમ વધે છે. બાકી તો ઊંઘમાં પણ જે પૈસાની પ્રીતિથી પ્રેરિત રહે તે પ્રભુ પ્રત્યે સાચી પ્રીતિ કેવી રીતે જોડી શકશે? તેને તો ઊંઘમાં પણ દુકાન, ઘરાક અને પૈસાની જ વાતો યાદ આવશે. તે મનુષ્ય યોગી-જીવનનું સાચું સુખ તો કદી પણ પામશે નહિ.

**પ્રાકૃતિક પદાર્થોના લોભમાં પ્રભુને ભૂલી જવા  
એ તો દુર્ભાગ્યને નોતરું દેવા જેવું છે**

હવે મનુષ્યે એ વિચારવું જોઈએ કે ‘આ કળિયુગી સંસાર તો તમોગુણી છે. તે તો નાશ પામવાનો જ છે. જીવનનિર્વાહ માટે ભલે મારે પૈસો કમાવો જોઈએ પરંતુ પ્રકૃતિની પાછળ દોડવાથી ઈશ્વરથી દૂર થઈ જવાશે અને આમ થાય તો તો ઠીક ન કહેવાય. ધન તો એક સાધન છે. એ સિદ્ધિ તો નથી જ. એટલે ધનની જ વાતમાં મંડયા રહેવું અને જીવનનો અમૂલ્ય સમય તેની

પાછળ વિતાવી દેવો એ બુદ્ધિમત્તા તો નથી જ. માનો કે ખૂબ ધનમાલ જમા કરી લીધો તો પણ એવો કંઈ ભરોસો છે કે મારું જીવન આ બધું ભોગવવા માટે રહેશે જ? વળી હવે જ્યારે સૃષ્ટિના મહાવિનાશનાં ચિહ્નો સ્પષ્ટ સ્વરૂપે દેખાય છે ત્યારે મને લોભ કરવાથી મળવાનું શું છે?"

ઘણીવાર મનુષ્ય વિચારતો હોય છે કે “હમણાં તો ખૂબ ધન કમાઈ લઈ, વૃદ્ધાવસ્થામાં પછી ઈશ્વરને યાદ કરીશ.” પરંતુ શું વૃદ્ધાવસ્થામાં મનુષ્ય લાલચ છોડી દે છે? જીવનભર લોભ કરતાં કરતાં તો ઘડપણમાં લોભનો સંસ્કાર વધુ પાકો થઈ જાય છે. એટલે કહેવત છે કે “પોતે ઘરડો થયો પણ તૃષ્ણા તો યુવાન બની.” એટલે આ લોભ તો અત્યારે છોડવો જોઈએ, તેથી આવનાર મહાવિનાશને શાંતિથી જોઈ શકાય. હવે જ્યારે સૃષ્ટિની ચોથી અવસ્થા છે અર્થાત્ કળિયુગનું છેલ્લું ચરણ છે. તો આ જ્ઞાનની દૃષ્ટિથી તો બધા જ વૃદ્ધ અવસ્થામાં જ છે. એટલે હવે તો પરમપિતા પરમાત્માની જ સ્મૃતિમાં રહેવાનો અભ્યાસ કરવો જોઈએ.

## યાદ રાખો કે અત્યારે અવિનાશી કમાણીનો સમય છે

વળી આપણે એ જોઈએ છીએ કે હજુ પણ મનુષ્ય ધનનો લોભ કરતો જ રહે છે તો પણ તે એટલું ધન તો ભેગું કરી શકતો નથી જે જન્મ-જન્માન્તર તેના સુખનું સાધન બને. સતયુગનું સુખ અને ધન-સંપત્તિની સરખામણીમાં તો વર્તમાન સમયનું ધન કંઈ જ વિસાતમાં નથી. એટલે મનુષ્યને જ્યારે આ જ્ઞાન મળ્યું છે કે સતયુગના અખંડ અને અપાર સુખનો આધાર પવિત્રતા અને દિવ્ય ગુણો જ હતા, જે ગુણો મનુષ્યે સંગમયુગમાં પરમપિતા પરમાત્મા સાથે યોગયુક્ત બની પ્રાપ્ત કર્યા હતા. ત્યારે હવે મનુષ્યે પવિત્ર અને દિવ્યગુણસંપન્ન બનવાનો પૂરો પુરુષાર્થ કરવો જોઈએ. એટલે



મનુષ્યની જે લોભવૃત્તિ છે તેને જ્ઞાન મેળવવામાં અને યોગની કમાઈ કરવામાં વાપરવી જોઈએ.

## લોભી મનુષ્ય દિવ્ય સુખોથી વંચિત

લોભી મનુષ્યમાં સંતોષ, ત્યાગવૃત્તિ, અનાસકિત. ઉપકારપણું, સેવાભાવ, આત્મિક દૃષ્ટિ વગેરે દિવ્ય ગુણો હોતા નથી અને જેનામાં સંપૂર્ણ દિવ્ય ગુણો ન હોય તે દેવતા અથવા સતો પ્રધાન બની શકતો નથી; તેથી જ તે સ્વર્ગીય સુખોનો અધિકારી બની શકતો નથી. પરમપિતા પરમાત્મા દ્વારા રચાયેલી સતયુગી સ્વર્ગીય સૃષ્ટિનું સુખ તો તે પ્રાપ્ત કરે છે જેની પ્રીત પરમાત્મા સાથે હોય અને જે અન્ય મનુષ્યાત્માઓ તરફ પણ સદ્ભાવના રાખતો હોય. લોભી મનુષ્યની બુદ્ધિ તો ધન-સંપત્તિની પાછળ ભટકતી હોય છે. એટલે આ વાતોને ધ્યાનમાં રાખીને એ મનુષ્યે એ ધ્યેય રાખવું જોઈએ કે તે યોગી બને અને દિવ્ય ગુણો ધારણ કરે જેથી તેને સતોપ્રધાન સૃષ્ટિનું સુખ પ્રાપ્ત થાય.

## મોહ-મમતા

ભગવાન ધર્મગ્લાનિના સમયે અવતરણ કરીને મનુષ્ય માત્રને જે ગીતા-જ્ઞાન આપે છે તેનો ઉદ્દેશ્ય મનુષ્યને ‘નષ્ટોમોહા’ અને ‘સ્મૃતિલબ્ધ્યા’ બનાવવાનો છે. કેમકે મોહના કારણે જ મનુષ્ય દુઃખી થાય છે. મોહ-મમતા જ મનુષ્યને વારંવાર ગર્ભ-જેલમાં લઈ જાય છે અને એક એવી જાળમાં ફસાવી દે છે કે મનુષ્ય છૂટવા મથે તો પણ ત્યાંથી છૂટવું તેના માટે મુશ્કેલ છે એમ સમજે છે. જેમ વિષ્ટાનો કીડો નિકૃષ્ટ સ્થાન પર હોવા છતાં પણ એક સૂક્ષ્મ એટલે નિકૃષ્ટ આકર્ષણમાં બંધાયેલો હોવાને કારણે મોરીમાં જ પડ્યો રહે છે અને ત્યાંથી નીકળવા માંગતો નથી; તેવી જ રીતે મોહમાં પડેલા મનુષ્યના પણ આવા જ હાલ થાય છે. કફ, લોહી અને હાડકાં તથા માંસના

બનેલા શરીરને તે એક જળોની માફક લાગી રહે છે અને તેને જો આનાથી દૂર કરવામાં આવે તો તે એમ સમજે છે કે ‘હું તો મરી ગયો.’ કેવું આશ્ચર્ય છે કે વારંવાર આવા નર્કમાં પડવા છતાં પણ તે પોતાને મોહના ભયથી મુક્ત કરતો નથી.

## મોહવશ મનુષ્ય પરમાત્માથી દૂર હોય છે

જ્યારે મનુષ્યને પોતાના પુત્ર-પૌત્રોમાં, ધનમાં, સ્ત્રીમાં, ઘરમાં કે ઘાટ પર અથવા પોતાના શરીર વગેરેમાં મોહ થાય છે ત્યારે તેની બુદ્ધિ તેઓમાં જ લાગેલી રહે છે. તેની બુદ્ધિ આ બધા પ્રત્યે જ પ્રીત કરતી હોય છે અને પરમપિતા પરમાત્માથી વિપરીત બની જાય છે અને આ કારણે તેને મુક્તિ તથા જીવનમુક્તિની પ્રાપ્તિ થતી નથી. તેને યોગનો આનંદ મળતો નથી. ઊલટું અંતે યા મતિ સા એવં ગતિના નિયમ અનુસાર તેને ફરીથી તે જ સંબંધીઓને ત્યાં જ જન્મ લઈ દુઃખ ભોગવવું પડે છે અને તે ફરી ફરીને નર્કવાસી બનતો રહે છે. આ પ્રમાણે મોહની દોરીઓ ખૂબ સૂક્ષ્મ છે અને દેખાતી નથી છતાં પણ તે સ્થૂળ દોરીઓ અરે સાંકળોથી પણ વધુ મજબૂત છે અને જન્મ-જન્માન્તર તૂટતી જ નથી. સ્થૂળ દોરીઓ તો મનુષ્યને બહારથી બાંધતી હોય છે પરંતુ આશ્ચર્યની વાત તો એ છે કે મનુષ્ય આ સૂક્ષ્મ દોરીઓના બંધનથી છૂટવાની કોશિશ કરતો નથી.

## મોહથી મૃત્યુ

મોહવશ મનુષ્ય ન તો સત્ય-અસત્યની બાબતમાં નિર્ણય કરતો હોય છે કે ન તો મૃત્યુ પર વિજય પ્રાપ્ત કરી શકે છે. ઊલટું મૃત્યુ પહેલાં પણ તે ઘણીવાર મમતાનો માર્યો મરતો હોય છે, એટલે મોહ ભલે દેખાવમાં નાનો વિકાર હોય પરંતુ વાસ્તવમાં તે સૌથી મોટો છે. એટલા માટે ભગવાન કહે છે કે “હવે મોહને નષ્ટ કરીને અર્થાત્ બીજાઓથી બુદ્ધિ હઠાવી “સ્મૃતિલબ્ધા”

બની જાઓ.”

## મોહનું કારણ અને તેનું નિવારણ

મનુષ્યને મોહ તેની સાથે થઈ જાય છે જેની પાસેથી તેને કંઈ લાભ મળશે એમ તે સમજતો હોય છે. લાભ અથવા સ્વાર્થ વગર મનુષ્યને કોઈ પ્રત્યે પણ મોહ થતો નથી. જે ચીજ અથવા જે વ્યક્તિ મનુષ્યને દુઃખદાયક અથવા હાનિકારક માલમ પડે તેની તો મનુષ્ય ઘૃણા કરતો હોય છે અથવા તેનો ત્યાગ કરે છે. મનુષ્ય જ્યારે એ સમજે છે કે અમુક વ્યક્તિ ‘મારો સહારો છે અથવા અમુક વ્યક્તિથી મારું ફલાણું કામ સિદ્ધ થશે.’ તો તે તેની સાથે મમતા બતાવશે. જે ચીજ પોતે બનાવે છે તેમાં તેની મમતા અને મોહ રહે છે. જ્યારે મનુષ્યનું પોતાનું શરીર પણ છૂટી જવાનું છે તો તેણે વિચારવું જોઈએ કે જેનામાં ‘હું મોહ મમતા રાખું છું તે તો મને છોડી જવાનું છે. તો પછી તેના પ્રત્યે મોહ શા માટે? જ્યારે આ સંસારમાં બધી જ ચીજો અસ્થિર છે, પરિવર્તનશીલ અને વિનાશી છે તો આવી ચીજોમાં મોહ રાખવો એ તો પોતાને દુઃખી કરવા જેવું છે. એટલે પરમપિતા પરમાત્મા કહે છે કે આ મોહ-માયા દુઃખ દેનારાં છે, હવે તો તેને છોડો.

## મોહ-મમતાને કેવી રીતે છોડવાં?

કેટલાક લોકો કહેતા હોય છે કે ‘અમે મોહ-મમતા છોડવા માંગીએ છીએ પરંતુ મોહ અમને છોડતો નથી.’ પરંતુ તેઓનું આ કથન તો પેલા પોપટની વાત જેવું છે. વાત એવી છે કે પોપટ એક વૃક્ષની ડાળ પકડીને બેઠો છે અને કહેતો હોય છે કે ‘અરે, કોઈ મને આમાંથી છોડાવો.’ તેનો આ અવાજ સાંભળી કોઈ એક સમજદાર માણસે તેને કહ્યું: ‘અરે પોપટ, ડાળી તો તે જ પકડી રાખી છે એટલા માટે તું જ તેને છોડી દેને! અરે! તું આ ડાળીને છોડશે તો જ તું છૂટીશ ને?’ આ જ પ્રમાણે આજે મનુષ્યે પોતાના મોહરૂપી પજામાં

વ્યક્તિઓ અને વસ્તુઓને પોતે જ પકડી રાખ્યાં છે, પરંતુ એમ કહે છે કે “કોઈ મને આમાંથી છોડાવો.”

એવી જ રીતે મનુષ્યને માટે હવે પરમપિતા પરમાત્મા કહે છે કે ‘હે વત્સો! આ અંતિમ જન્મ છે, હવે તો ફક્ત બે ઘડીનો ખેલ બાકી છે. હવે તો વિનાશની આગ ભભૂકી રહી છે. જેમાં સૌનો અંત આવવાનો છે. એટલે હવે સાહસ કરીને જીવતાં જ પહેલેથી તમારા જીવનને મારા હવાલે કરી દો, આમ પણ આ બધું નહિ છોડો તો તમને કશી જ પ્રાપ્તિ થવાની નથી.’

ભગવાન કહે છે-“આમ તો બધા જ લોકો કહે છે કે અમે પરમપિતા પરમાત્માનાં સંતાન છીએ, પરંતુ વાસ્તવિક રીતિમાં તેઓ મારી સાથે કંઈપણ સંબંધ અર્થાત્ યોગ રાખતા નથી. મારી સાથે વાસ્તવિક રીતે સંબંધ જોડવાથી જ મનુષ્ય પોતાનું ભાગ્ય બનાવવા યોગ્ય બને છે. પિતાની સાથે વાસ્તવિક સંબંધ હોવાને કારણે તો પુત્રને પિતાની સંપત્તિની પ્રાપ્તિ થાય છે. એટલે પિતાના પણ પિતા ત્રિલોકપતિ પરમપિતાની સાથે સંબંધ જોડો તો હું તમને જન્મજન્માંતરને માટે માલામાલ કરી દઈશ અને ધનવાન બનાવીશ. હે વત્સો, હવે હું જે સતયુગી સૃષ્ટિ અથવા વૈકુંઠની સ્થાપના કરી રહ્યો છું, તેમાં તમારા મનનો સ્નેહ જોડો અને વિનાશ થનારા આ સંસારમાંથી મન પાછું વાળી લો, કેમ કે તે સૃષ્ટિનો સંબંધ સુખ આપનારો છે જ્યારે આજની સૃષ્ટિનો સંબંધ દુઃખ દેનારો છે. હે વત્સો! જો તમારી આસક્તિ અથવા મમતાને વશ કે કર્મબંધનથી મન, વચન અને કર્મ કરશો તો તેનાથી ઉચ્ચપદ (દેવપદ)ની પ્રાપ્તિ થશે નહિ, ઊલટું તમારી અવસ્થા વધુ ખરાબ થશે. કારણ કે જે વ્યક્તિમાં મોહની રગ હોય કે મમતાનો સ્વભાવ હોય તેને ‘પવિત્ર’ કહેવાય નહિ, અને જે પવિત્ર નથી તે સંપૂર્ણ સુખ અને શાંતિ પ્રાપ્ત કરી શકે નહિ. એટલે હે વત્સો! હવે જ્યારે કર્મતીત અવસ્થા પ્રાપ્ત કરવાની છે તો આપ દેહના સંબંધોમાંથી મનથી મોહનો સંન્યાસ કરીને હવે એક મારો જ સહારો લો તો હું તમારી બધી

જ જવાબદારી મારા ઉપર લઈ લઈશ.”

## અહંકાર કેવી રીતે દૂર થાય?

પ્રત્યેક મનુષ્ય જાણે છે કે આ કળિયુગી સંસારમાં ધન અથવા સંપત્તિ અસ્થિર છે, તે મનુષ્યની સાથે હંમેશાં રહેતી નથી. તો પછી મનુષ્ય અહંકાર શા માટે કરે છે? શું આપ નથી જોતા કે આજ એક વ્યક્તિ ધનવાન હોય છે, કાલે તેની દુકાનમાં આગ લાગે છે અને તે ફકીર બની જાય છે. આજે એક લખપતિ હોય છે, કાલે તે ગરીબ બની જાય છે. આજે એકની પાસે ખૂબ સંપત્તિ છે, કાલે તેનું મૃત્યુ થાય છે અને તેનું ધન અહીં જ રહી જાય છે. અથવા તો કોઈ દુર્ઘટનામાં ફસાય છે તો તેની પાસે ધન હોવા છતાં પણ તેને દુઃખ હોય છે. તો પછી ધનનો અહંકાર શા માટે? મનુષ્યે તો સાક્ષી બનીને ધનનો પ્રયોગ તથા સદુપયોગ કરવો જોઈએ. અહંકાર તો ત્યારે જ શક્ય છે, જ્યારે ધન કદી પણ તેની પાસેથી જતું રહેવાનું ન હોય અથવા કદી મૃત્યુ પામવાનો ન હોય, તો જ્યારે મનુષ્યને આ જ્ઞાન મળી રહ્યું છે હવે આ કળિયુગી સૃષ્ટિમાં એવો ભયાનક સમય આવવાનો છે અને હવે મહાવિનાશ થવાનો છે અને આ ધનની એવી હાલત થવાની છે કે જેના માટે રહેવામાં આવે છે.

કિસીકી દબી રહી ધૂલમેં કિસીકી રાજા ખાય,  
કિસીકી ચોર લૂંટ જાય; કિસીકી આગ જલાય

તો પછી અહંકારનું પરિણામ શું આવશે? ભસ્મીભૂત થનારી વસ્તુનું અભિમાન એ તો નરી અજ્ઞાનતા જ છે.

## કુળ-જાતિ વગેરેનો અહંકાર કેવી રીતે દૂર થાય?

કુળ, જાતિ વગેરેનો અહંકાર પણ દેહ-અભિમાન પર આધારિત છે.

આત્માનું કુળ તો એક ઈશ્વરીય-કુળ છે અને તે સંબંધે તો બધાં જ આત્માઓ ભાઈ-ભાઈ છે. સર્વ આત્માઓનો દેશ પણ એક પરમધામ, પરલોક અથવા બ્રહ્મલોક છે અને તેમની જાતિ પણ એક, નિરાકાર જાતિ છે અથવા જ્યોતિર્બિંદુ જાતિ છે, પરંતુ પોતાને 'દેહ' માનવાને કારણે જ કોઈને એ અહંકાર છે કે 'મારો દૈહિક જન્મ ઉચ્ચ છે. કેમકે હું એક જમીનદારના કુળનો છું. હું વીરતામાં પ્રસિદ્ધ રજપૂતોના અથવા રાજસ્થાન પ્રદેશનો છું. મારી જાત (જાતિ)-ઠાકુર છે.' વગેરે વગેરે, જો તેને ઈશ્વરીય કુળની, જ્યોતિર્બિંદુ જાતિની, પરમધામરૂપી શાંતિ ધામની તથા આત્મિક સંબંધની સ્મૃતિ રહે તો તેને આ નાના એવા દેશ, કુળ, જાતિ વગેરેનો મિથ્યા અહંકાર આવી શકે જ નહિ.

તે જ પ્રમાણે ધન અથવા મર્તબા (Position)નો કે માન અથવા જ્ઞાનનો સંબંધ દેહથી જ થાય છે. દેહરૂપી વસ્ત્ર ધારણ કરીને આ નાટકમાં કોઈ વકીલ, કોઈ ડોક્ટર અથવા કોઈ નેતા છે પરંતુ આત્મિક દૃષ્ટિથી તો સૌ ભાઈ-ભાઈ છે. તે સંબંધમાં પોઝીશનનું (મર્તબાનું) અભિમાન શા માટે? સંબંધ પણ દેહથી જ છે, દેહાન્ત થયા પછી મનુષ્ય ધનનો માલિક થોડો જ રહે છે? જ્યારે આત્મા પરમધામમાં હતો ત્યારે તેની પાસે ક્યું ધન હતું? પરમધામમાં તો સર્વ આત્માઓ 'બિંદુરૂપ' જ હોય છે. ત્યાં ધનનું કામ નથી કે નામ નથી. દેહમાં આવ્યા પછી ધનસંપત્તિની આવશ્યકતા અથવા આસક્તિ થાય છે. એટલે જો મનુષ્ય હવે પોતાને 'એક જ્યોતિર્બિંદુ આત્મા' નિશ્ચય કરે અને ધન વગેરેમાંથી આસક્તિ છોડીને ફરી પરમધામ પાછા જવાનો સંકલ્પ કરે તો તેનામાં ધન, પોઝીશન વગેરેનું અભિમાન રહેશે નહિ.

**પોઝીશન અને માન-જ્ઞાનનો અહંકાર કેવી રીતે દૂર થાય?**

આપણે સર્વ આત્માઓની જે વાસ્તવિક પોઝીશન છે તેમાં જ રહેવું

જોઈએ. આપણી વાસ્તવિક પોઝીશન તો એ છે કે આપણે ત્રિલોકીનાથ સર્વશક્તિવાન, પરમપિતા પરમાત્માનાં સંતાન છીએ. આ પોઝીશનને યાદ રાખતાં આપણે લૌકિક પોઝીશનમાં પણ રહેવાનું છે પરંતુ તેને સૃષ્ટિરૂપી વિરાટ નાટકનો એક ભાગ સમજી નિભાવવાની છે. આપણે પોઝીશનના અભિમાનમાં આવવાનું નથી. દાખલા તરીકે માનો કોઈ એક એક્ટરને સ્ટેજ પર રાજાનો પાર્ટ બજાવવાનું કહેવામાં આવે છે તો તે મંચ પર સાક્ષી બનીને રાજાનો પાર્ટ તો બજાવશે જ પરંતુ તે એ વાતે પણ સચેત (**Consciously**) અથવા અર્ધસચેત (**Sub-Consciously**) રૂપથી યાદ રાખશે કે ‘હું વાસ્તવમાં રાજા નથી. હું તો ખરેખર અમુક વ્યક્તિ છું. રાજાનો પાર્ટ તો હું થોડા વખત માટે બજાવી રહ્યો છું.’ જો તે સાચેસાચ પોતાને રાજા જ માની લે અને આગળપાછળ પણ સૌની સાથે તેવો જ વ્યવહાર કરવા માંડે તો તેને રાજા કોણ માનશે? તે વખતે તેની બાબતમાં વિચારશે કે આખરે આને શું થઈ ગયું? આ જ પ્રમાણે આપણે વાસ્તવમાં તો પરમધામથી આવેલા આત્માઓ જ છીએ, શરીરરૂપી વેશભૂષા ધારણ કરીને કોઈ વકીલનો, કોઈ ડોક્ટરનો તો કોઈ ન્યાયાધીશનો વગેરે સર્વ પોતપોતાના પાર્ટ બજાવી રહ્યા છે પરંતુ આપણા મનમાં તો એ ધ્યાનમાં રહેવું જોઈએ કે વાસ્તવમાં આપણે આ પાર્ટ કરતા જુદા છીએ (આત્મા છીએ); તે નિરાકારી આત્મિક સ્થિતિ અથવા સ્મૃતિમાં જ્યારે આપણે રહીશું ત્યારે આપણે નિરહંકારી પણ રહીશું, નિરાકારી આત્મિક સ્થિતિમાં નહિ રહીએ તો આપણે નિરહંકારી સ્થિતિમાં પણ નહિ રહી શકીએ.

## આપણે તો નિમિત્ત (**Trustee**) અને સેવક છીએ

અહંકારથી મુક્ત થવા માટે આપણે એ વિચારવું જોઈએ કે આપણે તો સતયુગી સૃષ્ટિની સ્થાપનાના કાર્યમાં કલ્યાણકારી પરમપિતાની સાથે

‘નિમિત્ત’ છીએ. જે કોઈ કાર્યમાં પોતાની સાથે નિમિત્ત માને છે તેને તો લાખ વાતો સાંભળવી અને સહન કરવી પડે છે. તેણે તો ખૂબ જ મધુરતાથી અને શાંતિથી વ્યવહાર કરવો પડે છે, જેથી કોઈ તેનાથી નારાજ ન થઈ જાય. તે એ ખ્યાલ રાખે છે કે, “મારા વ્યવહારને લીધે કોઈ આત્મા ઈશ્વરથી વિમુખ ન થઈ જાય. હું કલ્યાણની જગ્યાએ અકલ્યાણનો નિમિત્ત ન બની જાઉં.” એટલે આપને જો એ યાદ રહે કે આપ તો બીજાઓના કલ્યાણના ઈશ્વરીય કાર્યમાં નિમિત્ત છો-તો આપમાં નમ્રતાનો ગુણ આવશે અને અહંકાર પણ દૂર થશે.

એટલે સુખ અને શાંતિના અભિલાષીએ અહંકાર છોડવો જોઈએ, કેમકે અહંકારથી ક્રોધ પેદા થાય છે અને ક્રોધને વશ થયેલા મનુષ્યની નિર્ણયશક્તિ, વિચારશક્તિ અથવા સૂઝબૂઝ નષ્ટ થઈ જાય છે અને જેની બુદ્ધિ તથા સ્મૃતિ નષ્ટ થઈ જાય છે તે મનુષ્ય આંધળા પાગલ જેવો વ્યવહાર કરે છે. અહંકારી મનુષ્યમાં ન તો જ્ઞાન ટકે છે ન તો તેનામાં બીજા સદ્ગુણોની ધારણા હોય છે અને ન તો તે બીજાઓના મનમાં પ્રેમ, તથા સન્માનનું સ્થાન પ્રાપ્ત કરી શકે છે. ઊલટું, અહંકારી મનુષ્યમાં જે થોડાઘણા સારા ગુણો હોય છે તે પણ અહંકારની નીચે છુપાઈ જાય છે અને લોકોની દૃષ્ટિમાં તો તેનો અહંકાર ખટકતો હોય છે જ.

## અન્નશુદ્ધિ દ્વારા મનની શુદ્ધિ

આહારનો મનુષ્યના વિચાર અને આચારની સાથે ઘેરો સંબંધ છે. આ અનુભવ પર આધારિત એક ઉક્તિ પ્રસિદ્ધ છે કે ‘જેવું અન્ન તેવું મન’ અથવા ‘જેવું પાણી, તેવી વાણી,’ એટલે પવિત્રતા ધારણ કરનારે અથવા પરમાત્માની લગનમાં મગન રહેવાની ઈચ્છાવાળા મનુષ્યે પોતાના આહાર પર જરૂર ધ્યાન આપવું જોઈએ. કેમકે તમોગુણી આહારથી વિચાર પણ તમોગુણી થાય છે અને તેવા આચરણના ફળસ્વરૂપ તેને દુઃખ તથા અશાંતિ



ભોગવવી પડે છે. એ વાત તો સૌ જાણે છે, કે જ્યારે કોઈ મનુષ્ય શરાબ (દારૂ) અથવા બીજા માદક પદાર્થનું સેવન કરે છે તો તેને નશો ચડે છે, તેની અકક્કલ મરી જાય છે. તે મનુષ્ય ક્રોધ કરતો હોય છે અને લડાઈ ઝઘડા કરવા માટે તત્પર જ હોય છે. એટલે કેટલાક દેશોની સરકારોએ નશાબંધીનો પણ કાયદો બનાવ્યો છે અને આવા પદાર્થો પર પ્રતિબંધ પણ મૂક્યો હોય છે કેમકે વાસ્તવમાં મનુષ્યનો આ આહાર તેના માટે પેય પદાર્થ નથી, ઊલટું તે તો વર્જિત પદાર્થ છે. એટલે જેમ શરાબનો મન પર પૂરો પ્રભાવ પડે છે અથવા અન્ય માદક પદાર્થોથી ક્રોધ અથવા નશાની હાલત રહે છે તેવી જ રીતે બીજા પણ એવા પદાર્થો છે જેનાથી મનુષ્યના મનમાં ઉત્તેજના થાય છે અથવા વિકાર ઉત્પન્ન થાય છે. જેમ શરાબીને ઘણીવાર પોતાની પણ શુદ્ધિ રહેતી નથી તે પ્રમાણે તમોગુણી આહારવાળા મનુષ્યને પણ એ સ્મૃતિ રહેતી નથી કે ‘હું વાસ્તવમાં કોણ છું. આ સંસારરૂપી ધર્મશાળામાં ક્યાંથી આવ્યો છું અને મારે ક્યાં જવાનું છે તથા શું કરવાનું છે?’ એટલે આ સ્મૃતિમાં રહેવા માટે અર્થાત્ આત્મસ્વરૂપમાં તથા પરમપિતા પરમાત્માની સ્મૃતિમાં સ્થિત રહેવા માટે તથા મનને વિકારોથી સુરક્ષિત રાખવા માટે અનુકૂળ આહાર પર ધ્યાન આપવું જરૂરી છે. જેમ કેટલાક રાજ્યોની સરકારો શરાબ વગેરે પર પ્રતિબંધ મૂકે છે તેવી જ રીતે વિશ્વની જે સર્વોચ્ચ સરકાર પરમપિતા પરમાત્મા છે, તેમના તરફથી પણ તમોગુણી અને રજોગુણી આહાર પર પ્રતિબંધ છે, કેમકે અન્નનો મન પર ખૂબ જ ઘેરો પ્રભાવ પડે છે.

## તમોગુણી, રજોગુણી, અને સતોગુણી આહાર

આમ આપણે કયો આહાર લેવો જોઈએ અને કયો તજવો જોઈએ એ વાત પણ સમજવી જરૂરી છે. આહાર સતોગુણી, રજોગુણી અને તમોગુણી એમ ત્રણ જાતનો હોય છે. જેટલો આહાર પણ ઉત્તેજક, માદક ભારે એટલે કે પચવામાં વાર લાગે તેવો, સડેલો નિદ્રા અથવા આળસ પેદા કરે તેવો-આ

બધો તમોગુણી કહેવાય છે. માંસ, માછલી, લસણ, કાંદા પણ આ જ શ્રેણીના છે. શરાબ, બીડી, સિગારેટ આ બધા તમોપ્રધાન છે અને મનુષ્યાત્માઓને અધઃપતનને માર્ગે લઈ જનારા છે. આ પ્રકારના પદાર્થો યોગ-અભ્યાસમાં ખૂબ જ બાધક છે. આ આહાર મલેચ્છાનો આહાર છે. મનુષ્યે તો આ આહારનો ત્યાગ જ કરવો રહ્યો, આ પ્રમાણે સ્વાદને પ્રધાનતા આપી જીભની રસના માટે બનાવેલા ઈન્દ્રિયોને વશ રહીને ખાવા જેવા અને જીવનમાં ભોગવિલાસની ભાવના પેદા કરનારા અથવા ભારે પદાર્થો રજોગુણી શ્રેણીના પદાર્થો માનવામાં આવ્યા છે. ફળ, શાકભાજી યુક્તિયુક્ત રીતિથી રાંધેલું અન્ન વગેરેને સતોગુણી આહાર માનવામાં આવ્યો છે. એટલે હવે જ્યારે સતોગુણી સ્વભાવવાળા બનવાનું છે અને જ્યારે આપણો યોગ મનનો તથા બુદ્ધિનો યોગ છે ત્યારે આપણે સતોગુણી જ આહાર લેવો જોઈએ જેથી નિંદ્રા-આળસનાં વિઘ્નો ન નડે. મન ઉત્તેજિત અથવા મૂઢ ન બને અને બુદ્ધિ ઈન્દ્રિયોને વશ ન બની જાય; કેમકે બુદ્ધિ શુદ્ધ અને સચેત રહેવાથી તે પરમપિતા પરમાત્મા પાસેથી શક્તિ અને આનંદ બરાબર મેળવી શકશે અને યોગ્ય રીતે સત્ય-અસત્ય અથવા પાપ-પુણ્યનો નિર્ણય પણ કરી શકશે.

## મનનો અન્ય પર પ્રભાવ

ધ્યાન રાખવા જેવી એક વાત એ પણ છે કે જેમ અન્નનો મન પર પ્રભાવ પડે છે તેવી જ રીતે મનનો પણ અન્ન પર પ્રભાવ પડે છે. મંદિરોમાં જે ભોગ અથવા પ્રસાદ ધરવાની પ્રથા છે તેની પાછળ પણ વાસ્તવમાં આ માન્યતા છે. ગૃહસ્થ લોકો પૂજારીની પાસે કોઈ મીઠાઈ અથવા બીજો કોઈ ખાદ્ય પદાર્થ લઈને આવે છે તો પૂજારી મૂર્તિ પર ચઢાવી પાછો આપે છે. ગૃહસ્થી અને પૂજારી બન્ને એમ માનતા હોય છે કે દેવતા પવિત્ર અને નિર્વિકારી હોય છે. અને તેથી તેમનાથી આ પદાર્થ મનથી સ્વીકાર થાય પછી તે સતોગુણી અથવા શુદ્ધ બની જાય છે, અને પ્રસાદના રૂપે અર્થાત્ મનની શાંતિ તથા

આનંદ આપવા યોગ્ય બની જાય છે. આ પ્રમાણે શીખ લોકો પણ ભોગ ધરે છે. અન્ય ધર્મોમાં પણ કોઈને કોઈ રીતે ભોગ ધરાવવામાં આવે છે. આનાથી એ સિદ્ધ થાય છે કે પ્રાચીનકાળથી જ એ માન્યતા ચાલી આવે છે કે જેમ અન્નનો મન પર પ્રભાવ પડે છે. તેમજ મનનો પણ અન્ન પર પ્રભાવ પડે છે. આ જ કારણથી ભગત લોકો પ્રસાદ અથવા ભોગને આટલું બધું મહત્ત્વ આપે છે અને તેને એટલો પવિત્ર માને છે કે તે માગીને પણ ખાય છે. અને જો તેમાંથી થોડો ભાગ કદાચ જમીન પર પડી જાય તો પણ સન્માનપૂર્વક લઈ લે છે. કેમકે તે એમ માને છે કે આ શુદ્ધ મનથી બનાવેલું છે અથવા ભગવાનને અર્પણ કરેલું છે. આ આસક્તિ અથવા ઈન્દ્રિયોને વશ રહીને બનાવેલો કે સેવન કરેલો પદાર્થ નથી. ઊલટું, તેને બનાવતી વખતે અથવા આપતી વખતે ભગવાનની જ સ્મૃતિ પર ધ્યાન રાખ્યું હોય છે.

એટલે પરમાત્માની લગનમાં રહેનારે, બ્રહ્મચર્યની ઈચ્છાવાળાએ, મનની શાંતિની ચાહના કરનારે, પોતાનો સ્વભાવ બદલી દૈવી સ્વભાવ બનાવવાનો પુરુષાર્થ કરનારે, જ્ઞાન અને ધ્યાનની ઉન્નતિની કામનાવાળા મનુષ્યે, અશુદ્ધ અને તમોગુણી ભોજન લેવું ન જોઈએ, નહિ તો તેની કરેલી કમાઈ ગુમાવવાનો વખત આવે. પોતાના કલ્યાણના હેતુ માટે તેણે એ સમજી લેવું જોઈએ કે લોકલાજને વશ થઈ અથવા મિત્ર, સંબંધીઓના દબાણથી કે પોતાની માનસિક દુર્બળતાને કારણે તે એવું ભોજન કરે તો તે પોતે પોતાનો જ શત્રુ બનશે.

## કમાનાર, લાવનાર, બનાવનાર અને ખાનારની પવિત્રતા

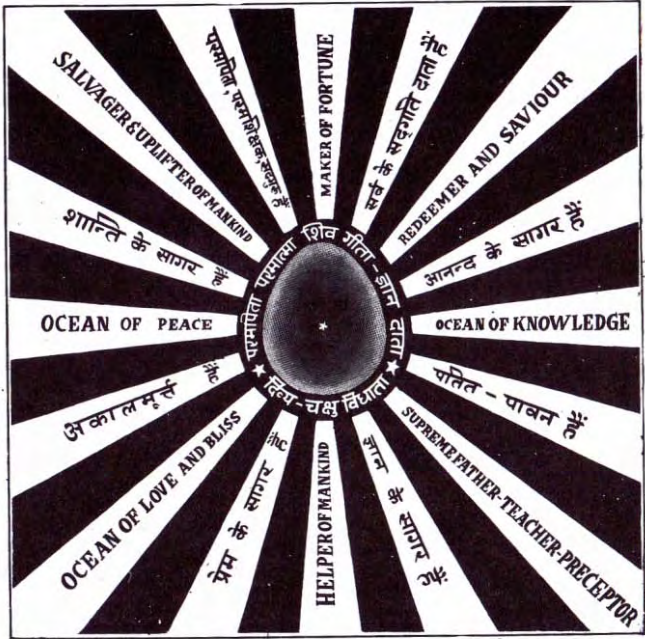
ભોજનની પવિત્રતાનું મોટું માહાત્મ્ય છે. અન્ન શુદ્ધ ન હોવાથી અન્નદોષ લાગે છે. જો કમાનાર વ્યક્તિ જે ધન ભેગું કરે છે તે પવિત્ર મનથી

ક્રમાતો ન હોય તો પણ તે દોષિત છે. જે વ્યક્તિ બજારમાંથી માંસ, કાંદા, લસણ વગેરે તમોગુણી પદાર્થ ખરીદી લાવે છે તેમના હાથ પણ દોષિત છે. અને બનાવનાર બ્રહ્મચર્યવ્રતનું તથા પ્રભુની સ્મૃતિનું પાલન ન કરતો હોય તો તે પણ દોષિત છે. ખાનાર તો દોષિત છે જ. ખાનાર પોતે તમોગુણી ભોજન ખાઈને પોતે તો પતિત બને જ છે, પરંતુ બીજાઓને માટે ઉદાહરણ બની બીજાઓને પણ અશુદ્ધિમાં ધકેલવા અથવા લલચાવવાના નિમિત્ત બનતા હોય છે. પરંતુ જો કોઈ વ્યક્તિ કોઈ પર દબાણ લાવી તેને તમોગુણી અથવા અશુદ્ધ ભોજન ખાવા માટે આગ્રહ કરે છે તો તે મહાદોષિત છે.

એટલે હવે એ જાણો કે વાસ્તવમાં આપણું આ તન પણ એક મંદિર છે. આ તનમાં જ્યોતિ સ્વરૂપ આત્મા બિરાજમાન છે તે પરમપિતા પરમાત્માનું સંતાન છે, જે વાસ્તવમાં દિવ્ય વસ્તુ છે અને જેણે પહેલાં દેવતાપદ પ્રાપ્ત કર્યું હતું. તો આપણે કદીપણ અશુદ્ધ આહારને હાથ પણ લગાડવો ન જોઈએ, ઊલટું જેમ સાચા વૈષ્ણવ લોકો દેવતાઓને શુદ્ધ વસ્તુઓનો ભોગ ધરાવે છે, તેમ આપણે પણ શુદ્ધ ભોજનનું સેવન કરવું જોઈએ. ત્રણ ઈંચની જીભના સ્વાદમાં ઉંદરની માફક સંસારરૂપી ઉંદરકરણીમાં ફસાવું અથવા માછલીની માફક આંધળીઆ કરી કાંટામાં ભરાવું અને ધર્મભ્રષ્ટ થઈ ધર્મરાજના દંડની સજા ખાવી, એ તો મૂર્ખાઓનું જ કામ કરે છે.

ૐ શાંતિ

## પ્રજાપિતા બ્રહ્માકુમારી ઈશ્વરીય વિશ્વવિદ્યાલયનો પરિચય



ધ્યેય :- ઈ. સ. ૧૯૩૭માં સંસ્થાની સ્થાપના થઈ. તેના ઉદ્દેશો અને ધ્યેયનીચે પ્રમાણે છે.

૧. પ્રત્યેક સ્ત્રી તથા પુરુષને પરમપિતા પરમાત્માનું જ્ઞાન આપી તેમની પ્રીત, એ સર્વશક્તિવાન પરમાત્મા સાથે જોડવી.
૨. ઈશ્વરની સ્મૃતિમાં રહેવું અને આહાર-વ્યવહારને પવિત્ર તથા સાત્વિક બનાવવાનું શિક્ષણ આપવું.

૩. સામાન્ય માનવી, ગૃહસ્થ વ્યવહારમાં રહેવા છતાં પણ કામ, ક્રોધ, લોભ, મોહ તથા અહંકાર વગેરે વિકારો પર કેવી રીતે વિજય પ્રાપ્ત કરે અને પોતાના જીવનમાં પવિત્રતા તથા શાંતિ કેવી રીતે સંપાદન કરે તેનું અનુભવાત્મક (Practical) શિક્ષણ આપવું.
૪. આત્મા પરમાત્મા, સૃષ્ટિરૂપી નાટક, ધર્મ અને દૈવી ગુણો વગેરેનું યથાર્થ જ્ઞાન આપી મનુષ્યનાં કર્મો શ્રેષ્ઠ બનાવવાં; ભારતને બ્રહ્માચારીમાંથી શ્રેષ્ઠાચારી બનાવી ૨૫૦૦ વર્ષ (અડધો કલ્પસતયુગ અને ત્રેતાયુગ) માટે બાપુ ગાંધીજીએ કલ્પેલું રામ રાજ્ય અર્થાત્ સાચા દૈવી સ્વરાજ્યની ફરીથી ૫૦૦૦ વર્ષ (કલ્પ) પહેલાંની જેમ સ્થાપના કરવી.

કાર્ય :- આ વિશ્વ વિદ્યાલય દ્વારા ભારતમાં તથા વિદેશોમાં ૯૦૦૦ થી પણ વધુ સેવા-કેન્દ્રો ચાલે છે. આ સેવા-કેન્દ્રોમાં આવતા હજારો ભાઈ-બહેનો પોતાના જીવનમાં ઈશ્વરીય જ્ઞાન તથા સહજ રાજયોગના બળ દ્વારા પરિવર્તન લાવી પવિત્ર જીવન જીવી રહ્યા છે. સુખી અને શાંત પવિત્ર જીવન એ તેઓનો અનુભવ છે. જ્ઞાન ફક્ત જ્ઞાનને માટે નહિ, પરંતુ વ્યવહારિક જીવન શ્રેષ્ઠ બને તેવો પુરુષાર્થ અહીં જ્ઞાન દ્વારા કરાવવામાં આવે છે.

પરમાત્માને, પરમાત્માનાં રૂપે તો સૌ માને જ છે, પરંતુ પરમાત્મા સર્વ આત્માઓના પારલૌકિક પરમપિતા છે અને તેમની પાસેથી આપણને આપણો ઈશ્વરીય જન્મસિદ્ધ અધિકાર-નજદીકનાં ભવિષ્યમાં સ્થાપનાર નવી સ્વર્ગીય દૈવી સૃષ્ટિમાં શ્રેષ્ઠ રાજ્ય પદ (૨૧ જન્મ-૨૫૦૦ વર્ષ) પ્રાપ્ત થઈ શકે છે, તે માટેનું આવશ્યક, એવું ઈશ્વરીય જ્ઞાન, ગીતા જ્ઞાનદાતા, પરમપિતા પરમાત્મા અત્યારે પ્રજાપિતા બ્રહ્મા દ્વારા આપણને આપી રહ્યા છે. આ ઈશ્વરીય સંદેશ

સૌને મળે તે માટે સ્વયં પરમાત્મા દ્વારા સ્થપાયેલ આ વિશ્વ વિદ્યાલય આ સૃષ્ટિ ઉપરનું એકમાત્ર સાચું ઈશ્વરીય વિશ્વ વિદ્યાલય છે.

સ્થૂળ સૃષ્ટિમાં અલ્પ સમયની વિનાશી ચીજોની પ્રાપ્તિ અર્થે સૌ પ્રયત્ન કરતા હોય છે, પરંતુ આ બધી વસ્તુઓ તો નજીકના ભવિષ્યમાં થનાર વિનાશમાં નષ્ટ પામવાની જ છે. આથી ઈચ્છનીય વસ્તુઓ, અમર્યાદિત સ્વરૂપમાં પ્રાપ્ત થઈ શકે તે માટેનું કાર્યવિદ્યાલયમાં થઈ રહ્યું છે. આવનાર નવી સ્વર્ગીય દેવી સૃષ્ટિની સ્થાપનાનું (Plan-ning) કાર્ય અહીં થઈ રહ્યું છે.

**કાર્ય પદ્ધતિ :-** જીવનનું ઘડતર જ્ઞાનથી થાય છે અને તેમાં ઈશ્વરીય જ્ઞાન તો સર્વશ્રેષ્ઠ છે. આ જ્ઞાનની સમજણ ટુંકાણમાં આપવા માટે આ ઈશ્વરીય સંસ્થાના પ્રત્યેક સેવા-કેન્દ્ર પર સવારે અથવા સાંજે એક કલાક એમ સાત દિવસ માટેનો એક સાપ્તાહિક વ્યક્તિગત અભ્યાસક્રમ (કોર્સ) રાખવામાં આવ્યો છે. કોઈપણ સમજદાર વ્યક્તિ, જાતિ કે ધર્મના ભેદ વગર આનો લાભ વિના મૂલ્યે લઈ શકે છે અને સહજ રાજયોગ શું છે તથા રાજયોગ દ્વારા પૂર્વજન્મોનાં તથા આ જન્મનાં અનેક વિકર્મો કેવી રીતે ભસ્મ કરી શકાય તેની સમજ પામી શકાય છે.

જ્ઞાન દ્વારા વ્યવહારને શુદ્ધ કરવામાં માયારૂપી વિઘ્નો આવતાં હોય છે. તેથી નિયમિત જ્ઞાન-સ્નાન દ્વારા આ વિઘ્નો કેમ દૂર થાય અને સંસ્કારો શુદ્ધ બને તે માટે સવારે તથા સાંજે સામુદાયિક વર્ગો પણ ચાલે છે. બ્રહ્મચર્યનું પાલન કરવું, આહાર-વિહારની શુદ્ધિ જાળવવી, વગેરે નિયમોનું પાલન અહીં જરૂરી સમજવામાં આવે છે. વિનાશને સમયે કોઈ પણ વ્યક્તિને એમ ન થાય કે પરમાત્મા ગુપ્તરૂપમાં દિવ્ય અવતાર ધારણ કરીને આવ્યા છતાં તેમને ન ઓળખી શક્યો

અને તેનું જીવન શુદ્ધ કરવામાં સફળ ન થયો; તે માટે આ સંસ્થા તરફથી પ્રદર્શનો પ્રોજેક્ટર શો, સેમીનાર, ઉત્સવો વગેરે નિયમિત યોજાય છે. તદ્દુપરાંત વિવિધ પ્રકારનું સાહિત્ય પણ બહાર પાડવામાં આવે છે. “જ્ઞાનામૃત” દ્વિમાસિક ગુજરાતી તેમજ માસિક હિંદીમાં પ્રસિદ્ધ કરવામાં આવે છે અને ‘World Renewal’ માસિક અંગ્રેજીમાં બહાર પાડવામાં આવે છે.

સંસારમાં સુખો માણવાના સાધનોમાં વિકારોની અનિવાર્યતાને લોકોએ સ્વીકારી છે. પણ તેના દ્વારા મળતા સુખોનું પૃથ્થકરણ કરવામાં આવતું નથી. માનવની સઘળી પ્રવૃત્તિઓમાં વિકારો પ્રત્યક્ષ-પરોક્ષ રીતે ડોકિયાં કરે છે તેથી સમૃદ્ધિમાં રાયવા છતાં માનવને યથાર્થ અનુભવ થતો નથી. પરમપિતા પરમાત્માએ જ્યારે વિકારોને આત્માના શત્રુ તરીકે ઓળખાવ્યા ત્યારે યથાર્થ સુખની કેડી પર જીવાત્માના પગરણ મંડાણાં.

ભારત આધ્યાત્મિકતાનો ભવ્ય વારસો ધરાવતો દેશ છે. અનેક સાધુ, સંતો, મહંતો અને ધર્મપિતાઓએ આવી પોતપોતાની આધ્યાત્મિકતા, ધાર્મિકતાનો પ્રચાર કર્યો. એક જબરદસ્ત વંટોળ આવીને પોતાની અસર મૂકતો જાય તે રીતે અમુક સમય સુધી સૌ ધર્મોની અસર રહી, પણ પાછળથી તેમાં ઢીલાપણું આવતું ગયું. જેમાંથી વિકારોનાં મૂળ નાશ ન કરાયાં હોય તે વિષવેલ કડવાં જ ફળ આપે ને? વિકારો-કષાયની માહિતી હોવા છતાં જનસમૂહ સમક્ષ તેને છોડવાની વાત હિંમતપૂર્વક આગ્રહપૂર્વક કોઈ કરતું નહોતું, તે કાર્ય પરમપિતા-વિશ્વની શ્રેષ્ઠ સત્તા જ કરી શકે છે. તેની અનુભૂતિ આપણને સંગમયુગમાં થઈ.



વિકારોની આસપાસ અદ્ભુત કથાઓ આલંકારિક રીતે વર્ણવેલી છે. તેના પડખોને ભેદવાં એ ભગીરથ કાર્ય ગણાય છે. સમાજજીવનમાં દૈનિક કર્તવ્યો બજાવતાં તેની મુક્તિની શક્યતાને સાકાર માનવામાં આવતી નથી. પણ આજના તમોપ્રધાન વાતાવરણમાં પણ સહજ રાજયોગના અભ્યાસ દ્વારા વિકારો ઉપરનું આધિપત્ય સ્થાપી શકાય છે તે વાત વિકારોના સંગમાં ગળાડૂબ રહેલા માનવોને શંકા જન્માવે છે. તેનું કારણ સંગના રંગમાંથી છૂટવાનો અભાવ છે. માનવને સંગદોષની તીવ્ર અસર થાય છે. જ્યારે રાજયોગી સામાજિક સંબંધોની તીવ્રતામાંથી યુક્તિપૂર્વક સમજપૂર્વક મુક્ત બની નિષ્કામ કર્મયોગીની જેમ જલકમલવત્ જીવન વીતાવે છે. સાપ કાંચળી ઉતારે તે રીતે રાજયોગી વિકારો રૂપી કાંચળી ઉતારે છે.