



ગોરક્ષા પાત્ર

ગોરક્ષા + સત્યાગ્રહ + ભ્રષ્ટાચાર નિર્મૂલન આંદોલન = સંપૂર્ણ અહિંસક ક્રાંતિનું માસિક મુખપત્ર

અંક - ૪૯

૧ ફેબ્રુઆરી ૨૦૧૯ પાના-૧૬ વાર્ષિક લવાજમ - રૂ.૧૦૦/-

રાજવાણી વચનામૃત

મુંબઈ, ફાગણ વદ ૫, શનિ, ૧૯૫૧
સુજા ભાઈ શ્રી મોહનલાલ (મહાત્મા ગાંધી) પ્રત્યે, શ્રી
ડરબન.

પત્ર ૧ મળ્યું છે. જેમ જેમ ઉપાધિનો ત્યાગ થાય તેમ તેમ સમાધિસુખ પ્રગટે છે. જેમ જેમ ઉપાધિનું ગ્રહણ થાય તેમ તેમ સમાધિસુખ હાનિ પામે છે. વિચાર કરીએ તો આ વાત પ્રત્યક્ષ અનુભવરૂપ થાય છે. જો કંઈ પણ આ સંસારના પદાર્થોનો વિચાર કરવામાં આવે, તો તે પ્રત્યે વૈરાગ્ય આવ્યા વિના રહે નહીં; કેમકે માત્ર અવિચારે કરીને તેમાં મોહબુદ્ધિ રહે છે.

‘આત્મા છે’, ‘આત્મા નિત્ય છે’, ‘આત્મા કર્મનો કર્તા છે’, ‘આત્મા કર્મનો ભોક્તા છે’, ‘તેથી તે નિવૃત્ત થઈ શકે છે’, અને ‘નિવૃત્ત થઈ શકવાનાં સાધન છે’, એ છ કારણો જેને વિચારે કરીને સિદ્ધ થાય, તેને વિવેકજ્ઞાન અથવા સમ્યક્દર્શનની પ્રાપ્તિ ગણવી એમ શ્રી જિને નિરૂપણ કર્યું છે, જે નિરૂપણ મુમુક્ષુ જીવે વિશેષ કરી અભ્યાસ કરવા યોગ્ય છે.

પૂર્વના કોઈ વિશેષ અભ્યાસબળથી એ છ કારણોનો વિચાર ઉત્પન્ન થાય છે; અથવા સત્સંગના આશ્રયથી તે વિચાર ઉત્પન્ન થવાનો યોગ બને છે.

અનિત્ય પદાર્થ પ્રત્યે મોહબુદ્ધિ હોવાને લીધે આત્માનું અસ્તિત્વ, નિત્યત્વ, અને અવ્યાબાધ સમાધિસુખ ભાનમાં આવતું નથી. તેની મોહબુદ્ધિમાં જીવને અનાદિથી એવું એકાગ્રપણું ચાલ્યું આવે છે, કે તેનો વિવેક કરતાં કરતાં જીવને મુંઝાઈને પાછું વળવું પડે છે, અને તે મોહગ્રંથિ છેદવાનો વખત આવવા પહેલાં તે વિવેક છોડી દેવાનો યોગ પૂર્વકાળે ઘણી વાર બન્યો છે, કેમકે જેનો અનાદિ કાળથી અભ્યાસ છે તે અત્યંત પુરૂષાર્થ વિના અલ્પ કાળમાં છોડી શકાય નહીં. માટે ફરી ફરી સત્સંગ, સત્શાસ્ત્ર અને પોતામાં સરળ વિચારદશા કરી તે વિષયમાં વિશેષ શ્રમ

૧ ફેબ્રુઆરી ૨૦૧૯

લેવો યોગ્ય છે, કે જેના પરિણામમાં નિત્ય શાશ્વત સુખસ્વરૂપ એવું આત્મજ્ઞાન થઈ સ્વરૂપ આવિર્ભાવ થાય છે. એમાં પ્રથમથી ઉત્પન્ન થતા સંશય ધીરજથી અને વિચારથી શાંત થાય છે. અધીરજથી અથવા આડી કલ્પના કરવાથી માત્ર જીવને પોતાના હિતનો ત્યાગ કરવાનો વખત આવે છે, અને અનિત્ય પદાર્થનો રાગ રહેવાથી તેના કારણે ફરી ફરી સંસાર-પરિભ્રમણનો યોગ રહ્યા કરે છે. કંઈ પણ આત્મવિચાર કરવાની ઈચ્છા તમને વર્તે છે, એમ જાણી ઘણો સંતોષ થયો છે. તે સંતોષમાં મારો કંઈ સ્વાર્થ નથી. માત્ર તમે સમાધિને રસ્તે ચડવા ઈચ્છો છો તેથી સંસારકલેશથી નિવર્તવાનો તમને પ્રસંગ પ્રાપ્ત થશે. એવા પ્રકારનો સંભવ દેખી સ્વભાવે સંતોષ થાય છે.

- શ્રીમદ્ રાજચંદ્ર, પત્રાંક ૫૭૦

સ્વસંવેદતા

આહાર, નિદ્રા, ભય, મૈથુન - આ ચારે સંજ્ઞાઓ પશુમાં છે અને મનુષ્યમાં પણ છે; પરંતુ મનુષ્યમાં એક ચીજ વધારે છે અને તે છે સ્વસંવેદતા.

સ્વસંવેદતાને કારણે મનુષ્ય પશુ-પક્ષીથી જુદો પડે છે. આજનો માનવ તે સમગ્ર માનવજાતની ઉત્ક્રાંતિનો ઈતિહાસ છે. મનુષ્યજીવન મહામૂલું ગણાય છે, એનું કારણ એ છે કે એને સ્વસંવેદતા વરી છે.

પશુ ટોળામાં રહે છે. મનુષ્યે સમાજ બનાવ્યો. મન અને તનને સત્ય-સુસંસ્કારિત કર્યા છે. મનુષ્યજીવન મહામૂલું ગણાયું છે એનું કારણ એ છે કે મનુષ્યે પશુતાને પાળી અને શણગારી છે. શિક્ષણ પણ સંસ્કાર છે. મનુષ્યે તનના અને મનના આવેગોને સંસ્કારિત કર્યા. મનુષ્યે તન અને મન ઉપર પ્રચંડ પુરુષાર્થ કર્યો છે. બધામાં મનુષ્ય ઘણો આગળ વધ્યો છે.

- વિમલા ઠકાર

સત્પુરુષોનું યોગબળ જગતનું કલ્યાણ કરો

... શ્રીમદ્ રાજચંદ્ર

એક-આમંત્રણ પત્રિકા

ધર્મધરા, ચિંચણી, તા.૬.૧૨.૧૮

આદરણીય આત્માર્થી શ્રી સુભાષભાઈ ભટ્ટ, નમસ્કાર
આપણો રૂબરૂ મેળાપ ૨૦૧૧માં અમારું ચાર્તુમાસ
ભાવનગર કરેલ ત્યારે થયેલ. પછી ક્યારેક ફોનમાં
અલપઝલપ વાતો થયેલ. હમણા આપનો ભદ્રાયુભાઈ
સાથેનો રેકોર્ડ સંવાદ સાંભળ્યો. એથી ફરી એ સ્મૃતિ
જાગૃત થઈ. બહુ થોડા સાથે વાતો-સંવાદ થયા છે પણ
આત્મસંવાદ તો લગભગ આપની સાથે જ થયો હોય એવું
ક્યાંક લાગે છે. આત્મસંવાદ તો અંતરમુખ વૃત્તિ હોય
તેમની સાથે જ શક્ય છે. અને એવી વ્યક્તિ મળવી પ્રાય :
મુશ્કેલ છે. ગુરૂકૃપાએ આપણો મેળાપ થઈ ગયો. આવો
મેળાપ કરી દેવો એ એક પ્રકૃતિની સહજ વ્યવસ્થા છે. આ
યાત્રામાં આ વ્યવસ્થાના ખૂબ અનુભવ મળી રહ્યા છે,
મળ્યા છે. “શ્રીમદ્ રાજચંદ્ર” વચનામૃતના મુખપૃષ્ઠ પર
એક વાક્ય છે. “જેણે આત્મા જાણ્યો તેણે સઘણુ જાણ્યું”

આખા વચનામૃતનો આ સાર છે. પ્રથમ તો લાગે કે
આપણે આપણને જાણી લઈએ, સાક્ષાત્કાર થઈ જાય,
ભેદજ્ઞાન થઈ જાય એટલે કામ પુરૂ, પણ ના આ તો હજી
શરૂઆત છે સાચા માર્ગની યાત્રાની, પ્રથમ પગલું આ છે.
આ અનુભવની પ્રથમ ફળશ્રુતિ એ છે કે વ્યક્તિ સહજ
અંતર્મુખી બની જાય છે. બનવું નથી પડતું, બની જાય છે
અને જાણ્યે અજાણ્યે એક સહજ શુદ્ધિની સત્ક્રિયા શરૂ
થાય છે. એક બીજું ફળ એ મળે છે કે ગમે તેવી
પ્રભાવશાળી કે નામી વ્યક્તિને પણ પ્રભાવરહિત જોઈ
શકાય છે, ઓળખી શકાય છે. ગુણગ્રાહી દ્રષ્ટિ હોવાથી
વ્યક્તિનો સ્પષ્ટ એક્સરે જોઈ શકાય છે. આથી શ્રીમદ્
અને ગાંધીના હૃદયમાં પ્રવેશવાની પાત્રતા મળી સમર્પણ
તો શ્રીમદ્જીના ચરણે છે, પણ અત્યંત આદર ગાંધીજી
પ્રત્યે હૃદયમાં હંમેશા રહ્યો છે, અને રહેશે. આમ તો આ
એક સિક્કાની બે બાજુ છે.

આ અનુભવની ફળશ્રુતિ નિત્ય વધતો ‘આનંદ’ છે,
પણ એ તો By Products છે. એની બીજી બાજુ વેદના
પણ છે. જ્યાં સુધી આ આનંદમાં સહુને સહભાગી ન કરી
શકીએ ત્યાં સુધી એ ‘આનંદ’ માં ક્યાંક કમી છે. એ કમી
પુરી થાય એ પ્રભુને પ્રાર્થના છે.

આ અદ્ભૂત ચમત્કારી એક ઘટના છે. કદાચ એ
ભારતભૂમિમાં જ શક્ય છે, જ્યાં પ્રથમ આત્મ સાક્ષાત્કાર
થાય છે, પછી જેને જોયા નથી સાંભળ્યા નથી માત્ર
અક્ષરદેહ જેમનો મળેલ છે એવા પરમકૃપાળુ શ્રીમદ્
રાજચંદ્રજીને ગુરૂ પદે સ્થાપી યાત્રા આગળ વધી. અદ્ભૂત
૧ ફેબ્રુઆરી ૨૦૧૯

છે આ ગુરૂત્વ. એનો મહિમા મુખથી શે કહેવાય?
“અનુભવ ગોચર માત્ર રહ્યુ તે જ્ઞાન જો” અપૂર્વ અવસર.

સમુદ્ર કિનારે પ્રકૃતિ વચ્ચે એકાંત પવિત્ર સ્થળે આ
સ્થિરવાસ “Sitting Silence doing nothing”
યાત્રા ચાલી રહી છે. આત્મસંવાદ માટે પધારવા
આમંત્રણ છે. મહાવીર નગર આંતરરાષ્ટ્રીય કેન્દ્ર
મુનિશ્રી સંતબાલજી સમાધિ સ્થળ. ચિંચણી-૪૦૧૫૦૩,
જી.પાલઘર, મો. નં.૭૫૦૬૭૫૦૨૫૧,

સર્વથા સહુ સુખી થાઓ એ ભાવ સાથે

- નિમિત્ત માત્ર રમેશ દોશીના સ્નેહ સ્મરણ.

નોંધ: અમારે માટે તો સારુ જગત “સુભાષ ભટ્ટ” છે.
આ સ્થાન (ચિંચણી) વેસ્ટર્ન રેલ્વેમાં ડહાણુ પહેલા
વાનગાંવ સ્ટેશન આવે છે ત્યાંથી ૮ કિ.મી. અને બોઈસર
સ્ટેશનથી ૧૩ કિ.મી. દૂર છે. બન્ને સ્ટેશનોથી આશ્રમ પર
આવવા બસ તથા શેર-એ-રીક્ષા મળી રહે છે. આશ્રમમાં
રહેવા જમવાની (ચાર્જ ભરીને) સગવડ છે. આશ્રમથી
સમાધિસ્થળ ૦૧૧ કિ.મી. દૂર, દરિયા કિનારે છે. આવતા
પહેલા ફોનથી જાણ કરવી જરૂરી છે.

આ અંકમાં	પાના નં.
વચનામૃત	શ્રીમદ્ રાજચંદ્ર ૧
એક આમંત્રણ પત્રિકા	રમેશભાઈ દોશી ૨
સંપાદકીય :	
ભારતીય પ્રજા અને શિસ્ત	શાંતિલાલ ગડા ૩
જીવનમાં શિસ્તનું મહત્વ	શર્મિષ્ઠાબેન સોનેજી ૪
શંકરાચાર્ય	ગુજરાત સમાચાર ૫
કેળવણી અને દાન	મહાત્મા ગાંધીજી ૬
ઈસુનું પંચામૃત	પૂ. મોરારી બાપુ ૭
ધ્યાન અને કર્મ	વિનોબા ભાવે ૭
મારે જૈન બનવું છે	ગુણવંત સાહ ૯
સિક્કીમ-ઓર્ગેનીક સ્ટેટ	સદ્ભાવના પત્રિકા ૧૦
લ્યુમેનિટી હોસ્પિટલ	કુમારપાળ દેસાઈ ૧૧
ગૌમાતા પ્રત્યે અદ્ભૂત પ્રેમ	૧૨
સ્ટ્રેસ મેનેજમેન્ટ	રમેશભાઈ દોશી ૧૩
જીવનમાં જિજ્ઞાસા	વિમલા ઠાકર ૧૪
જગતમાં કોઈ વિકલાંગ નથી	રમેશભાઈ દોશી ૧૪
કવિતા(રહ જાતા કોઈ અર્થ નહીં)	માર્થા મેરિહોસ ૧૫
પોતાના પગ પર કુહાડો (વાર્તા)	શાંતિલાલ ગડા ૧૬

સંપાદકીય :

ભારતીય પ્રજા અને શિસ્ત

દરેક દેશની પ્રજામાં અમૂક ખૂબીઓ હોય છે તો સાથે સાથે અમૂક ખામીઓ પણ હોય છે. ભારત દેશની વાત કરુ તો બે ખામીઓ એકદમ આંખને વળગે એવી છે પહેલી-સ્વચ્છતા વિશે બેદરકારી અને બીજી-શિસ્તનો અભાવ.

સ્વચ્છતા વિશે ગૌરક્ષા પાત્રમાં ઘણુ લખાણ આવી ગયું છે અને હજી પણ આવતું રહેશે. આપણા તંત્રી શ્રી રમેશભાઈ દોશીથી કરીને ભારતના વડા પ્રધાન શ્રી નરેન્દ્ર મોદી આ પ્રશ્ને લોકોને ઉજાગર કરી રહ્યા છીએ.

કમનસીબે, શિસ્ત તરફ આપણું ધ્યાન એટલું બધું નથી ગયું. શિસ્તનો અભાવ દર્શાવતા કેટલાય પ્રસંગો આપણી આજુબાજુ જોવા મળે છે એમાંથી બે-ત્રણ પ્રસંગો લઈએ.

લગભગ દરેક ભારતીયે રેલ્વેમાં સફર કરી હશે, અને રેલ્વેની ટિકિટબારી પરથી ટિકિટ લેવાનો સ્વાનુભવ હશે. કોઈ પણ ટિકિટબારી પર જોશો કે લાઈન વાંકી ચૂકી અને અવ્યવસ્થિત હોય છે. કેટલાક લોકો લાઈનની ડાબી તરફથી અને કેટલાક જમણી તરફથી ટિકિટબારી તરફ ધસારો કરે છે અને..... ટિકિટબારીના ક્લાર્ક સાથે લાઈન તોડી જીભાજોડી કરી રહ્યા હોય છે આમાં કોઈને આવનાર કે જનાર ટ્રેન વિશે માહિતિ જોઈએ છે તો કોઈ વળી છૂટા પૈસા માટે રકઝક કરતો હોય છે. ટિકિટ મળવી જોઈએ તેના કરતા ઘણો વધારે સમય લાગે છે ક્યારેક તો તેની પકડવાની ટ્રેન છૂટી જાય છે. વળી ક્યારેક ધક્કામૂકીમાં કોઈ વૃધ્ધના ચશ્મા પડી જાય છે તો કોઈનું મોબાઈલ, પાકીટ ચોરાઈ જાય છે. બધી વ્યક્તિ શિસ્તબદ્ધ રીતે લાઈનમાં ઉભા રહે તો આ બધું ટાળી શકાય.

હવે એક બીજો દાખલો લઈએ. મુંબઈ જેવા મોટા શહેરોમાં ચાર રસ્તા પર ટ્રાફિક નિયમન કરવા ટ્રાફિક સિગ્નલ બેસાડેલ હોય છે. તમારામાંના ઘણાંએ જોયું હશે કે જ્યારે સિગ્નલ ગ્રીન થાય છે ત્યારે ઘણીવાર જમણી તરફની લાઈનમાં ઉભેલી ગાડી ડાબી તરફ વળવાનો પ્રયાસ કરતી હોય છે તો ડાબી તરફ ઉભેલી ગાડી જમણી તરફ વળવા ફાંફા મારી રહી હોય છે. પાદચારીઓ પણ ચાલુ ટ્રાફિક પોતાની સગવડે રોડ કોસ કરવા પ્રયાસ કરે છે. આમ સિગ્નલ ગ્રીન હોય એ સમયગાળા દરમ્યાન જેટલા વાહનો પસાર થઈ જવા જોઈએ એટલા પસાર

નથી થઈ શકતા, પરિણામે ડિઝલ-પેટ્રોલનો વ્યય થાય છે. અધૂરામાં પુરુ આપણે ત્યાં હોર્ન વગાડવાની બિમારી બધાના હાડમાં ઘૂસી ગઈ છે જેનો વિશ્વમાં ક્યાંય જોટો નથી. આ સિવાય સિગ્નલ તોડીને જનારાની તો આમાં ગણતરી જ નથી કરી. શિસ્તની વાત આવે ત્યારે દુનિયામાં જાપાની પ્રજાનો નંબર પ્રથમ આવે છે. જાપાનમાં ટ્રેનમાંથી પહેલા જે પ્રવાસીઓ ઉતરવા માંગે છે તેમને ઉતરવા દેવામાં આવે છે પછી શિસ્તબદ્ધ, કતારબદ્ધ ચડનારા પ્રવાસીઓ ટ્રેનમાં ચડે છે. જ્યારે આપણે ત્યાં ચડનારા પ્રવાસીઓ ઉતરનારા પ્રવાસીઓને ઉતરવા દેવાને બદલે પોતે ચડવાની કોશિષ કરે છે આથી ન તો ઉતરનારા પ્રવાસીઓ સહેલાઈથી ઉતરી શકે છે ન તો ચડનારા પ્રવાસીઓ ચડી શકે છે. ઉતરનાર પ્રવાસી પોતાને જે સ્ટેશન પર ઉતરવું હોય ત્યાં ઉતરી ન શકે એવા બનાવ સામાન્ય છે.

ગેરશિસ્તનું કેટલું ગંભીર પરિણામ આવી શકે એનો એક દાખલો ૨૦૧૭ ના ચોમાસા દરમ્યાન જોવા મળ્યો જ્યારે મુંબઈના એલ્ફિસ્ટન રોડ (હવેનું પ્રભાદેવી) સ્ટેશને ભીડ દ્વારા થયેલ ધક્કામુકીમાં ૨૩ જેટલી વ્યક્તિઓએ જાન ખોયો અને બીજા ૪૦ ને નાની મોટી ઈજા થઈ.

થોડાક વર્ષ પહેલા જાપાનમાં સુનામીએ કેર વર્તાવ્યો. કુકુશીમા અણુ રીએક્ટરની આસપાસની વસ્તીને ખાલી કરાવવામાં આવી પરન્તુ ન કોઈ ધક્કામુકી, ન કોઈ હાયવોય. બધુ શિસ્તબદ્ધ રીતે પાર પડ્યું. તેમને માટે ઠેકઠેકાણે રાહતકેન્દ્રો ઉભા કરવામાં આવ્યા હતા ત્યારે દરેક જણ શાંતિથી પોતાનો ટર્ન આવે તેની રાહ જોતો કતારમાં ઉભો હતો. દુનિયા આખી જાપાની પ્રજાની, કટોકટીની ક્ષણોમાં પણ, શિસ્તબદ્ધતાને જોઈ વંદન કરતી રહેતી. આપણે ત્યાં જ્યારે પૂર, અતિવૃષ્ટિ, સુનામી ત્રાટકે છે ત્યારે જે અવ્યવસ્થા, ધક્કામુકી જોઈએ છે ત્યારે શરમથી માથુ ઝૂકી જાય છે.

શું આપણામાં સ્વભાવગત જ શિસ્તનો અભાવ છે ? શું ગેરશિસ્ત આપણા DNA માં છે ? ના, સાવ આવુ નથી. બે જાતના પરિબળો કામ કરતા હોય ત્યારે પ્રજામાં શિસ્તના દર્શન થાય છે. એક છે રાજકિય પરિબળ, જેમ કે પોલીસની હાજરી. પોલીસના દંડૂકાના ડર અને તેની હાજરી માત્રથી બધા લાઈનમાં સરખા ઉભા રહી જાય છે સિગ્નલ નથી તોડતા વગેરે વગેરે. બીજુ છે આધ્યાત્મિક પરિબળ. કેટલાય સંતો અને કથાકારોની સભામાં હજારોની સંખ્યામાં અનુયાયીઓ કતારમાં બેસે છે, લાઈનમાં આવે છે લાઈનસર છૂટા પડે છે. એટલે સુધી કે

જ્યારે પ્રસાદ વિતરણ હોય ત્યાં પણ સંપૂર્ણ શિસ્ત જાળવે છે.

કોઈ પણ પ્રજા મહાન ત્યારે જ બને જ્યારે તેમાં બેઝીક ડીસીપ્લીન હોય, શિસ્તનો આગ્રહ અને શિસ્ત પ્રત્યે આદર હોય. બ્રિટન, જર્મની, જાપાન આના ઉદાહરણ છે. ભારતે પણ મહાસત્તા બનવું હોય તો પ્રજાએ સ્વયં શિસ્તનું પાલન કરવું પડશે, અને પોતાની આસપાસ જ્યાં જરૂર હોય ત્યાં શિસ્તપાલનનો આગ્રહ રાખવો પડશે.

શિસ્તના સંસ્કાર તો બાળપણથી જ પડી શકે. આથી આમાં માબાપ તથા પ્રાથમિક શાળાના શિક્ષકોએ મોટો ભાગ ભજવવાનો છે. રાજકીય પરિબળ (પોલીસ ઈત્યાદિ) શિસ્ત જાળવવામાં મદદરૂપ થઈ શકે પણ અનિવાર્ય તો એ છે લોકો સ્વયંભૂ-પોલીસની હાજરી ન હોય તો પણ શિસ્તબદ્ધ રીતે વર્તે.

આમાં આપણા સંતો, ધર્મગુરુઓ ચોક્કસ મોટો ભાગ ભજવી શકે. શું ભારતને આપણે ફરીથી દુનિયાની એક મહાન સત્તા બનાવવા માંગીએ છીએ? ઉપાય આપણા હાથમાં છે, સ્વચ્છતા અને શિસ્તનું પાલન કરીએ.

- લિ. શાંતિલાલ ગડા.

શ્રધ્ધાંજલિ

સર્વોદય પરિવારનો પ્રખર સિતારો ખરી પડ્યો. નવા વર્ષની શરૂઆતમાં જ મુંબઈ હાઈકોર્ટના રીટાયર્ડ વરિષ્ઠ ન્યાયાધીશ શ્રી ચંદ્રશેખર ધર્માધિકારીનો સ્વર્ગવાસ થયો.

તેઓ શાંતિવન (ગામ-નેરે, પનવેલ) સંસ્થાના પ્રમુખ હતા. દેવનાર ગૌરક્ષા સત્યાગ્રહ સંચાલન સમિતિના મુખ્ય સંયોજક હતા અને બીજી પણ અનેક સંસ્થાઓના માર્ગદર્શક હતા.

તેઓએ પોતાના લખાણ અને વ્યાખ્યાનો દ્વારા ગાંધીજી અને વિનોબાના વિચારને આગળ ધપાવવામાં મદદ કરી. ભારત સરકારે તેમના કાર્યના કદર કરતા તેમને “પદ્મવિભૂષણ” ના ઈલ્કાબથી સન્માનિત કર્યા હતા. આવા વરિષ્ઠ અને સંશિષ્ઠ ગૌસેવકને આપણી હૃદયપૂર્વકની શ્રધ્ધાંજલિ.

- અમૃતલાલ દોશી, કાર્યાધ્યક્ષ-ગોવિજ્ઞાન ભારતી.

જે વ્યક્તિ પાસે પદ નથી પણ પ્રેમ છે, પૈસા નથી પણ સંતોષ છે, પ્રસિદ્ધિ નથી પણ પ્રસન્નતા છે, સત્તા નથી પણ સદ્ગુણો છે. તે વ્યક્તિ અધ્યાત્મ જગત નો બેતાજ બાદશાહ છે.

જીવનમાં શિસ્તનું મહત્વ

ગમે તેમ કરીને તે ઓફિસે પહોંચ્યો. મનોમન નક્કી કર્યું હતું કે જો નોકરી મળી જાય તો બીજે રહેવા જતું રહેવું છે. મમ્મી-પપ્પાની રોજબરોજની નાની-નાની વાતો જેવી કે રૂમમાંથી બહાર નીકળું તો પંખો કેમ બંધ નથી કરતો, નાહીને બહાર નીકળું તો રૂમાલ સૂકવી દે, ચાદર સરખી કરી દે, નળ બંધ કરી દે... વગેરે વગેરે... થી કંટાળી ગયો છું.

ઓફિસના દરવાજા પર કોઈ હતું નહીં. બાજુમાં પાણી પાઈપમાંથી બહાર નીકળતું હતું એટલે મેં નળ બંધ કર્યો, કારણ કે પપ્પાની ટકોર યાદ આવી.

પેસેજની લાઈટ સવારે દસ વાગ્યે પણ ચાલુ હતી. કોઈ રિસેપ્શનિસ્ટ પણ ન હતી એટલે મેં લાઈટ બંધ કરી, કારણ કે મમ્મીની ટકોર યાદ યાવી.

બોર્ડ માર્યું હતું કે બીજા માળે ઈન્ટરવ્યૂ છે. સીડીની લાઈટ પણ બંધ કરી. એક ખુરશી આડી પડી હતી તે સરખી કરી. પહેલા માળે બીજા સભ્યો પણ હતા, જે ફટાફટ અંદર જઈને તરત જ બહાર આવી જતા હતા. મેં એક સભ્યને પૂછ્યું, “કેમ બધા જલ્દી બહાર આવી જાવો છો?” તેણે કહ્યું, “અંદર કંઈ પૂછતા જ નથી.”

મારો વારો આવ્યો એટલે અંદર ગયો અને ફાઈલ બતાવી. ફાઈલ જોયા પછી તરત જ મેનેજરે પૂછ્યું, “ક્યારથી જોઈન્ટ કરશો?” મને નવાઈ લાગી કે કશું પૂછ્યા વગર! કંઈક મજાક તો નથી કરતા ને!

બોસ સમજી ગયા. કહ્યું, “હા ભાઈ, આ હકીકત છે. આજના ઈન્ટરવ્યૂમાં કોઈને કંઈ પૂછ્યું નથી. બસ CCTV માં તમારો Attitude જોયો છે. બધા સભ્ય આવે છે પણ કોઈને નળ બંધ કરવાનું, લાઈટ બંધ કરવાનું સૂઝતું નથી. એક તમે પાસ થયા છો. ધન્ય છે તમારા મા-બાપને કે જેમણે તમને આવા સંસ્કારો આપ્યા છે અને શિસ્તના પાઠ ભણાવ્યા છે. જે વ્યક્તિ પાસે Discipline (સ્વયંશિસ્ત) હોતી નથી તે ગમે તેટલો મેનેજમેન્ટમાં હોશિયાર હોય પણ જિંદગીની દોડમાં નિષ્ફળ જાય છે.”

મેં મનોમન નક્કી કર્યું કે ઘેર જઈને તરત જ મમ્મી-પપ્પાની માફી માંગી લઈશ અને કહીશ કે તમારી નાની નાની ટકોર આજે મને જિંદગીના પાઠ ભણાવી ગઈ, જેની આગળ મારી ડિગ્રીની કોઈ કિંમત નથી.

જીવનમાં શિસ્ત અને હકારાત્મક અભિગમ કેળવીએ.

સંકલન:- પૂજ્ય બહેનશ્રી ડૉ. શર્મિષ્ઠાબેન સોનેજી

શંકરાચાર્ય બતાવે છે મોક્ષનો માર્ગ

જગત ગુરુ શંકરાચાર્ય પોતે આંતર જ્ઞાનમાં સ્થિર થયેલા મહામાનવ હતા. એટલે તેમનું વક્તવ્ય સત્ય જ હોય કારણકે પોતે જ સત્ય સ્વરૂપ હતા, અધ્યાત્મ જગતનો સિધ્ધાંત અને નિયમ છે, કે જે આંતર જ્ઞાનમાં સ્થિર હોય તે પરમાત્મા સ્વરૂપ જ હોય છે. તેઓ જે બોલે તે પરમાત્માના જ બોલ હોય છે, અને તે જ સત્ય, અને સત્ય એક જ છે, અને તે શાશ્વત છે, સત્યને કોઈના ટેકાની જરૂર નથી, જ્યારે અસત્યને સત્યનો ટેકો જોઈએ જ છે, તે સિવાય અસત્ય ટકી શકે જ નહીં.

જગત ગુરુ શંકરાચાર્ય સ્પષ્ટ કહ્યું કે માનવ જન્મ અત્યંત દુર્લભ છે, આથી તેને વેડફી નાખવા જેવો માનવ જન્મ નથી. એટલે જીવનમાં સતત આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવા નિરંતર પ્રયત્ન કરવો જ જોઈએ, અને આત્મ જ્ઞાનમાં સ્થિર થવું તેજ જીવનનું ધ્યેય બનાવવું જોઈએ. અને બીજા બધા જ બાહ્યાચારોથી મુક્ત થવું જ જોઈએ. અને આંતર ચેતનામાં સ્થિર થવા સતત પ્રયત્ન કરવો જોઈએ અને આંતર ચેતના જ સત્ય સ્વરૂપ છે. અને તે શાશ્વત છે, અને સત્ય સ્વરૂપ છે.

માણસે આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવા માટે આંતરિક સાધના કરી, મન, બુદ્ધિ અને વાસનાની શુદ્ધિ અને સ્થિરતા પ્રાપ્ત કરવી જોઈએ અને અહંકાર અને રાગ અને દ્વેષને નિર્મૂળ કરવા જ જોઈએ, એટલે આત્મસ્થ થઈને હૃદયપૂર્વક આંતરિક સાધના કરવી જોઈએ, અને આંતરિક શુદ્ધતા પ્રાપ્ત કરવી જ જોઈએ, અને રાગ દ્વેષ અને અહંકારને જાણી તેનાથી મુક્ત થવું જ જોઈએ. જગત ગુરુ શંકરાચાર્ય વધુમાં કહે છે, કે અનેક પ્રકારની શબ્દજાળથી ભરેલા શાસ્ત્રોના અધ્યયનમાં પરોવાયેલા પંડિતો, ધર્માત્માઓ અને કથાકારોના શબ્દજાળમાં માણસે ફસાવાની કોઈ જ જરૂર નથી, જો તેમાં ફસાયા એટલે આત્મજ્ઞાનથી વંચિત રહેશે, કારણ કે ત્યાં લાભ અને લોભનું આકર્ષણ ભારે હોય છે. અને લાભ અને લોભમાં ફસાયા એટલે આત્મજ્ઞાન દુર જ રહેવાનું અને દુઃખ ચિંતામાં ઘેરાઈ જશો, જેથી તેમાં ફસાઈ જવાય નહીં, તેની જીવનમાં બરાબર કાળજી રાખવાની જીવનમાં જરૂર છે. જગત ગુરુ શંકરાચાર્ય સ્પષ્ટ કહે છે કે શાસ્ત્રોનું અધ્યયન, ધર્માત્માના ભાષણો અને કથાકારોની કથાઓમાંથી કદી પણ જ્ઞાનની ઉપલબ્ધી થાય જ નહીં અને આ સત્ય સ્વરૂપ પુરુષાર્થ પણ નથી, જેમણે જ્ઞાન જ અંતરમાંથી પ્રાપ્ત કરવું છે, તેમણે સતત પરમ તત્વનો અંતઃકરણપૂર્વક આત્મસ્વરૂપનો આત્માનો સાક્ષાત્કાર ૧ ફેબ્રુઆરી ૨૦૧૯

કરવો એ જ પરમ પુરુષાર્થ છે. અને આત્મ સાક્ષાત્કાર થયા પછી માણસે કોઈ પણ જાતનું કર્તવ્ય કરવાનું બાકી રહેતું જ નથી. ટુંકમાં શંકરાચાર્ય કહેવા એ માગે છે કે માણસે શાસ્ત્ર વાસનાનો, ભાષણ સાંભળવાની વાસનાનો અને કથાઓ સાંભળવાની વાસનાનો ત્યાગ કરવો જ જોઈએ આ ત્રણેની ઝાળમાં ફસાવું જોઈએ નહીં, અને આત્મજ્ઞાન સંપાદન કરવાનું એક જ જીવનનું ધ્યેય બનાવવું જોઈએ એમ શંકરાચાર્ય સ્પષ્ટ કહે છે તેમની વાત સો ટકા સત્ય છે, ટુંકમાં કોઈપણ પ્રકારની વાસના મનમાં રહેવી જોઈએ નહીં.

જેઓએ પરમાત્માને પ્રાપ્ત કરવા માટે ત્યાગ કર્યો છે, તેઓએ ખરેખર ત્યાગ કર્યો જ નથી. ત્યાગ જીવનમાં કરી શકાય નહીં, પણ ત્યાગ તો અંતરથી થઈ જવો જોઈએ એ જ સાચો ત્યાગ છે, જ્યારે માણસ ત્યાગ કરે છે, ત્યારે તે બીજી વાસના પકડે છે, અને વાસના જ્યારે મનમાં રહી એટલે તે સત્ય સ્વરૂપ ત્યાગ નથી, એટલે જ આજના ત્યાગીઓનો ત્યાગ નથી, પણ તેઓ સવાયા સંસારીઓ છે, તેઓ લાભ અને લોભની પાછળ દોડતા હોય છે. જે આપણે સૌ જોઈ શકીએ છીએ. એટલે તેઓ સાચા ત્યાગી નથી, પણ ત્યાગનો દંભ કરે છે. જ્યાં દંભ હોય ત્યાં શાંતિ હોય શકે જ નહીં, એટલે જ આજના ત્યાગીઓનાં મન પર પ્રસન્નતા જોવા મળતી જ નથી.

જો આ જન્મમાં જ આત્મજ્ઞાન થયું તો માણસનો વિનાશ થતો નથી કેમકે તે પોતાના અવિનાશી સ્વરૂપનો તેને સાક્ષાત્કાર થયો હોવાથી તે અમૃત રૂપ બની જાય છે. અને તે પુનર્જન્મ પામતો નથી, પણ જો તેને આત્મ સાક્ષાત્કાર થતો જ નથી, તો તેને મોટી હાની થાય છે, કેમકે તે ફરીથી જન્મ મરણના સંસારના પ્રવાહમાં પડી અનેક પ્રકારના સુખ અને દુઃખ ભોગવે છે અને કઠોપનીષદમાં જણાવ્યા પ્રમાણે આત્મરૂપી પરમ તત્વનો સાક્ષાત્કાર કરી માણસે મૃત્યુના મુખમાંથી છૂટી જઈને અમૃત સ્વરૂપ બની જવું જોઈએ જેથી ફરી જન્મવું પડે નહીં. આજ મુક્તિ છે, મોક્ષ છે.

ગુજરાત સમાચાર, પ્રસંગપટ - તા.૭.૧૨.૧૯

ગૌમૂત્ર અર્ક

મુંબઈમાં ભાવનગરની મહાજન ગૌશાળાનું ગૌમૂત્ર અર્ક મેળવવા માટે સંપર્ક: શાંતિલાલ ગાલા, - ગોલ્ડ કોઈન બેગ, શિતલ બિલ્ડીંગ, ૭મો ગોલીબાર રોડ, ગોવિંદધામ મંદીરની સામે, સાન્તાક્રુઝ-પૂર્વ, સમય - સવારના ૧૦ થી ૧૧, મોબા.૯૩૨૬૪૬૫૪૪૦/૯૮૬૯૧૨૧૮૬૦, ૧/૨ લીટર-૭૦રૂ. ૧ લીટર-૧૪૦રૂ.

કેળવણી અને દાન

નાનાભાઈ ભટ્ટ ઉપર ગાંધીજીનો દાન સબંધી એક પત્ર હતો, એના ઉત્તરમાં નાનાભાઈએ ગાંધીજીને લાંબો પત્ર લખ્યો: “તમારી સલાહ માનવાનું મન થાય છે. પણ હિંમત નથી થતી. ઘડીક વાર મન પણ નથી થતું. દક્ષિણામૂર્તિ વિદ્યાર્થીભવન માટે ભિક્ષા માગું તો શું? મારો એ ફાળો ગણાશે. તમે પણ દરિદ્રનારાયણને માટે તો ભિક્ષા માગવા નીકળ્યા હતા. પણ મારી સમજમાં ભૂલ થતી હોય. મને જરૂર દોરજો.” એના જવાબમાં બાપુએ લખાવ્યું: “મને ધાસ્તી હતી તે પરિણામ આવ્યું છે. દરિદ્રનારાયણને અર્થે હું ભટક્યો એમાં તમે મારી સલાહ સાથે અસંગતિ જોઈ. જોશો એવી મને ધાસ્તી હતી. પણ મેં અસંગતિ નથી જોઈ. જ્યારે ફરવાને નીકળ્યો ત્યારે પણ મને એવું કંઈ લાગ્યું નહોતું.

ભેદ આ છે: દક્ષિણામૂર્તિ તમારી સંસ્થા કહેવાય, જેમ આશ્રમ મારી સંસ્થા કહેવાય. દક્ષિણામૂર્તિમાં તમારું કર્તવ્ય દ્રવ્ય સંગ્રહ કરવાનું નહીં પણ ભણાવવાનું, વિદ્યાર્થીઓમાં તમારો આત્મા રેડવાનું. આશ્રમમાં મારું કામ દ્રવ્ય લાવવાનું નહીં પણ નિયમોનું પાલન કરીને આશ્રમવાસીની પાસે કરાવવાનું, તથા આશ્રમની વિવિધ પ્રવૃત્તિઓને પુષ્ટ કરવાનું. એમ કરવામાંથી જોઈતું દ્રવ્ય આવે એવી શ્રદ્ધા રાખવી જોઈએ. દરિદ્રનારાયણ-નિધિને માટે એથી ઊલટો કાયદો. એમાં તો વૃત્તિ જ નિધિ એકઠો કરવાની. દક્ષિણામૂર્તિને સારુ તમારાથી ન નીકળાય. પણ મિત્રો સુખેથી માગે. માગવાનો એમનો ધર્મ છે. હવે ભેદ સમજાયો? આ ભેદ આજનો નવો નથી. દક્ષિણ આફ્રિકામાં પણ એ ભેદને અનુસરીને હું વત્યો. એટલે કે જ્ઞાન થતાં ફીનિક્સને સારુ ભિક્ષા બંધ કરી; પણ ત્યાંની જે લોકસંસ્થા ચાલતી હતી તેને સારુ હું ઘેરઘેર ભટક્યો હતો.

તેથી મારું તો હજી એ જ કહેવું છે કે તમારે આજ નહીં તો શીઘ્ર નિશ્ચય કરી લેવો જોઈએ કે દ્રવ્ય ઉઘરાવવાને સારુ તમે નહીં ભટકો. મદદ કરનારા મિત્રોને જાણો છો. એને કાગળ લખો અને નિશ્ચય બતાવી દો અને પછી જે થવાનું હોય તે થવા દો. આવી સંસ્થાઓની કદર હજી લોકોમાં નથી, લોકો પોતાની મેળે આવી સંસ્થામાં દાન મોકલવાનો ધર્મ સમજ્યા નથી, એ બધું અર્ધસત્ય છે. એવી સંસ્થા ચલાવનારા આપણે શ્રદ્ધારહિત એટલે દાન વિષે લોકો ખરી કેળવણી પામ્યા નથી. એ તો અવળચંડુ કૂડાળું છે. આપણે લોકોને કેળવણી આપી નહીં એટલે તે પામ્યા નહીં; લોકો પોતાની મેળે દાન આપતાં શીખે નહીં

ત્યાં સુધી આપણે તેમના ઓટલા ભાંગવા. આ રીતે કામ પાટે ચઢે જ નહીં. લોક શીખે નહીં ને આપણામાં શ્રદ્ધા આવે નહીં. પરિણામે દળી દળીને ઢાંકણીમાં વાળ્યા જેવું થાય. તેથી આપણે કેટલાકે ભારેમાં ભારે જોખમ ઉપાડીને પણ શ્રદ્ધાનો માર્ગ લેવો ઘટે છે. એ લેવાને તમે સાવ લાયક છો. પ્રમાણમાં જૂની સંસ્થા છે, પ્રતિષ્ઠા મેળવી છે, શિક્ષકો બધાય સ્વાર્થી નથી, જે શિક્ષા અપાય છે તે હેતુથી અપાય છે. તેના સાક્ષી રૂપે કેટલાક વિદ્યાર્થીઓ તૈયાર પણ થયા છે. નિયમસર દાન દેનાર મળી આવેલા છે. એટલે વ્યવહારબુદ્ધિએ તપાસતાં પણ મેં સૂચવેલું પગલું અજીગતું નથી લાગતું. અને મારી દ્રષ્ટિએ શુદ્ધ શ્રદ્ધા એ શુદ્ધ વ્યવહાર છે.

“તમે ફી વધારો અને સ્વાશ્રયી બનો તો ધનવાનનાં જ બાળકો આવે એમ શા સારુ માની લો છો? કેટલાક તો તમે મફત લેતા જ હશો. એનો બોજો તમે ધનવાનની ઉપર નાખો, તમારા શિક્ષણની તેમને ગરજ હશે તો એટલો કર આપશે, આપવો જોઈએ જ. તમારા શિક્ષણની આવશ્યકતા વિષે શંકા શાને લાવો છો? મારો તો દ્રઢ વિશ્વાસ અને અનુભવ છે કે આપણી સારામાં સારી સંસ્થાઓ પણ દ્રવ્યની ભિક્ષામાં આચાર્ય વર્ગ પોતાનો સમય રોકે છે તેથી પૂરો વિકાસ પામતી નથી. સંસ્થાનો આંતર વિકાસ એ જ આચાર્યની સાધના હોવી જોઈએ. તેને બદલે આચાર્યોને તેમનો અમૂલ્ય સમય દ્રવ્યને સારુ દેતા ભાળ્યા છે. મને તો એમ લાગે કે એમ કરવામાં આચાર્યો પોતાનો ધર્મ ભૂલ્યા. પોતાના ધંધા વિષે તેમણે શ્રદ્ધા ન રાખી. પરિણામ આપણે જોઈએ છીએ. એક વાર તો તમે બધા શિક્ષકો મળો, અને પછી જે મિત્રો આજ લગી દ્રવ્ય આપતા આવ્યા છે તેની સાથે મળો, અને પછી સંકલ્પ કરો. મળવું તે સલાહ લેવાને નહીં પણ સંકલ્પ કરવાને સારુ અને તે જાહેર કરવાને સારુ. શ્રદ્ધા કોઈની સલાહની વાટ નથી જોતી, અને જો સલાહ લેતા બેસશો તો ખોશો. “આજ તો આટલેથી બંધ કરું. વળી મારી સાથે ઝઘડવું હોય તો સુખેથી ઝઘડજો. તમને કાગળ લખવાની નવરાશ હશે, તો મને તો છે જ; અને આવી નવરાશ બહાર હોઉં તો હોય જ નહીં. એટલે મારા વિશેષ જ્ઞાનનો અને વિશેષ અનુભવનો પૂરેપૂરો લાભ ઉઠાવી લેજો. નહીં ઉઠાવો તો તમે ખોશો. આ બાબતમાં હું કુશળતા ધરાવું છું એમ કહેતાં જરાય અતિશયોક્તિ નથી કરતો.

- મહાત્મા ગાંધીજી

સૌ. મહાદેવભાઈની ડાયરી-ભાગ-૧, પાનાનં. ૧૧૨/૧૧૩

ઈસુનું પંચામૃત :

સાદગી, નમ્રતા, બલિદાન, પ્રેમ અને સત્ય

ભગવાન ઈસુની પાંચ બાબતો મને પ્રિય લાગી છે. મારા જીવનના વિકાસ અને વિશ્રામને માટે જો કહું તો હું એમ કહી શકું છું કે જિસસની એ પાંચ વસ્તુમાં પંચામૃત છે. એક, સાદગી, બહુ સાદગીભર્યું જીવન છે આ પ્રભુનું, અને બીજી વાત, સાદગી સાથે નમ્રતા. સાદગી અને નમ્રતાને હું જોડી રહ્યો છું ત્યારે તમે કહેશો કે સાદગીમાં નમ્રતા નથી હોતી? નહીં, કેટલાક લોકોની ઉપર ઉપરના પહેરવેશની સાદગી હોય છે, ભીતરી નમ્રતા નથી હોતી, અને ભીતરી નમ્રતા એ અર્થમાં નથી હોતી કે કેટલાય લોકો ઉપરથી સાદગી રાખે છે પરંતુ કોઈ રજોગુણી કપડાં પહેરે તો દ્વેષ કરે છે! ‘આ આવાં કપડાં પહેરે છે, રજોગુણી છે, ઠાઠમાઠથી રહે છે!’ તમે એની ઈર્ષ્યા શું કામ કરો છો? જે ખરેખર મોટા હોય છે એ દુનિયાની દ્રષ્ટિએ બરાબર નથી લાગતા, કમ્ફર્ટેબલ નથી લાગતા! મોટા માણસો કમ્ફર્ટેબલ નથી હોતા. સત્યને કમ્ફર્ટેબલ ન બનાવો, એને કમ્ફર્ટેબલ તમે થઈ જાઓ. સત્ય તો ક્યારેક ક્યારેક અણીદાર હોય છે. ચંપારણ્યનો સત્યાગ્રહ થયો ત્યારે ગાંધી જઈ રહ્યા હતા અને કલેક્ટરનો આદેશ આવ્યો કે ‘મિ. ગાંધી, ચંપારણ્યમાં તમે પ્રવેશ ન કરો, હુકમ છે.’ ગાંધીએ જવાબ આપ્યો કે ‘હું ઓલરેડી ચંપારણ્યમાં પ્રવેશ કરી ચૂક્યો છું. આપનો હુકમ મને પછી મળ્યો છે.’ પકડાઈ ગયા. કેસ થયો. સૌએ વિચાર્યું કે, બેરિસ્ટર છે આ માણસ, અને કોઈ પણ રીતે બહાર નીકળી જશે આ માણસ. એમણે કહ્યું, ‘હું ગુનેગાર છું. જોકે તમારો હુકમ પછીથી મળ્યો છે. તમે કહ્યું કે મારા આવવાથી શાંતિનો ભંગ થશે પરંતુ મને નથી લાગતું કે મારા આવવાથી શાંતિનો ભંગ થાય. પરંતુ હું ઊભો છું, હું ગુનેગાર છું, મને સજા આપો.’ ન્યાયાધીશ સ્તંભિત થઈ ગયા! સાહેબ, કેસ કાઢી નાખ્યો! વિજય માટે તલવાર અને બૉમ્બ ન જોઈએ, વિજય તો પ્રેમ અને કરુણાથી થાય છે.

તો એક છે ઈસુની સાદગી! બીજું, વિનમ્રતા. આ બુદ્ધપુરુષોની વિનમ્રતા જુઓ! જિસસમાં શું ન હતું? છતાં પણ એ છેવાડાના માણસ સુધી પહોંચ્યા. જે પામી ચૂક્યા હોય છે એ બધા નમ્ર હોય છે. તમે ઈતિહાસ જુઓ વિશ્વનો. આ દેશમાં જેટલા વિજ્ઞાનીઓ થયા છે, જેમણે ખરેખર સાચી ખોજ કરી છે એ તમને વિનમ્ર દેખાશે. જેમણે સત્ની ખોજ કરી છે એવા અધ્યાત્મમારગના બધા અધ્યાત્મવાદી તમને વિનમ્ર જ લાગશે. હું અનુભવથી કહી

રહ્યો છું. કેટલાય વિજ્ઞાનીઓ તમે જુઓ, સ્વાભાવિક વિનમ્ર હશે. સાચા અધ્યાત્મવાદી વિનમ્ર હશે અને સાચા કર્મકંડ હશે એ ક્યારેય ‘હું કરું, હું કરું’, એમ નહીં બોલે. તો જિસસની સાદગી. તમે કહેશો કે કાંઈ હતું જ નહીં, સાવ ગરીબ હતા! સાદગીને કાંઈ હોય-ન હોય એની સાથે સંબંધ નથી હોતો. સાદગી સ્વભાવનો પરિચય છે. અને સાદગીની સાથે એની નમ્રતા.

ઈસુની ત્રીજી વાત, બલિદાન. જ્યારે ઈસુના મૃત્યુનું એલાન થયું અને એમને કહ્યું કે, ભાગો, ત્યારે એમણે કહ્યું કે મારે મરવું તો નથી પરંતુ ભાગીશ નહીં. આ બલિદાનની વૃત્તિ, સમર્પણની વૃત્તિ. સાદગી, વિનમ્રતા અને અન્યને માટે બલિદાન, ત્યાગ. કંઈક છોડવાથી કામ બને છે. એ છોડવું, છોડવું નથી હોતું પરંતુ ઈશ્વરના દરબારમાંથી ઘણું પામવા જેવું હોય છે. ‘જે આપે છે, એ પામે છે’, એ જિસસનું ત્રીજું સૂત્ર. અને એનું કેન્દ્રવર્તી સૂત્ર તો છે, પ્રેમ. ‘લવ ઈઝ ગોડ.’ ‘પ્રેમ જ પરમાત્મા છે’, એ તો એમનું સાર્વભૌમ સૂત્ર છે. તો, સાદગી, નમ્રતા, બલિદાન, પ્રેમ અને સત્યની ઉદ્દ્યોષણા એ ઈસુનું પંચામૃત છે. આક્રમકતાથી સત્ય કહેવું કે સરળતાથી સત્ય રજૂ કરવું એ સૌની પોતપોતાની રીત હોય છે. પરંતુ જ્યાં દંભ છે, પાખંડ છે, દુનિયામાં ધર્માધતા ફેલાતી હોય, ધર્મના લિબાસમાં અધર્મ ફૂલતો-ફાલતો હોય ત્યાં સત્યની ઉદ્દ્યોષણા કરવી એ પાંચમું સૂત્ર. જિસસનું આવું પંચામૃત મારી સમજમાં આવે છે.

- માનસ દર્શન, મોરારીબાપુ.

ધ્યાન અને કર્મ :

(કામમાં તન્મયતા જ ધ્યાન છે.)

હિમાલયનું નામ લઈને મેં ઘર છોડેલું. પરંતુ દૈવવશાત્ પહોંચી ગયો ગાંધીજી પાસે. ધ્યાનાદિ માટે હિમાલય જવાની ઈચ્છા હતી. પરંતુ ગાંધીજી પાસે ગયો ત્યાં મને ધ્યાનનો પૂરતો લાભ મળ્યો. આપણે સેવા કરીએ ત્યારે આપણને ધ્યાનનો મોકો મળે. જે સેવા કરીએ તે પરમેશ્વરની સેવા છે, એમ માનીએ તો તે ધ્યાનયોગ થઈ જાય. અને માણસની સેવા છે એમ માનીએ તો માત્ર સેવાકાર્ય રહે. પરંતુ એ સેવાકાર્ય દ્વારા પરમેશ્વર સાથે સંપર્ક થઈ રહ્યો છે, એવી ભાવના રહી તો તે ધ્યાન થશે.

સાધના કર્મયોગમય થવી જોઈએ. પણ કર્મ કહેતાં જ બે દોષો વળગવાનો ડર રહે છે. એક, કર્મકંડતા. બે કર્મની પાછળ દોડાદોડ. તેનાથી ઊલટું, ‘યોગ’નું નામ લેતાં જ કર્મશૂન્ય કાલ્પનિક ધ્યાન-સાધના તરફ વલણ જાય છે. કર્માગ્રહી પુરુષ આત્માની મૂળ નિષ્કર્મ ભૂમિકા ખોઈ બેસે

છે. અને કર્મ છોડીને ધ્યાન કરનાર, પગ ભાંગીને રસ્તો પૂરો કરવાની કોશિશ કરે છે. કર્મયોગી આ બંને દોષોથી દૂર રહે છે. પ્રવાહથી મળેલા સહજપ્રાપ્ત કર્મનું આચરણ કરી, તેને ઈશ્વરનાં ચરણોમાં સમર્પિત કરી મુક્ત થઈ જાય છે.

ધ્યાન અને કર્મ પરસ્પર પૂરક શક્તિ છે. કર્મને માટે દસ-વીસ ક્રિયાઓનું ધ્યાન કરવું પડે છે. અનેકાગ્રતા સઘાયા વગર કર્મ થઈ ન શકે. અનેક વસ્તુઓનો સાવધાનીપૂર્વક એક સાથે ખ્યાલ કરીએ ત્યારે કર્મ થાય. તેમાં એક પ્રકારની શક્તિ વિકસિત થાય છે. તેનાથી જુદા પ્રકારની શક્તિ ધ્યાન દ્વારા વિકસે છે. તેમાં એક જ વસ્તુ પર ધ્યાન કેન્દ્રિત કરાય છે. પાંચ-પચીસ ચીજોનું ધ્યાન કરવાથી કર્મશક્તિનો વિકાસ થાય છે અને એક જ વસ્તુ પર એકાગ્ર થવાથી ધ્યાનશક્તિ વિકસિત થાય છે. બંને પૂરક શક્તિ છે. ઘડિયાળના ઘટકોને છૂટા પાડી અલગ-અલગ કરવાથી કર્મશક્તિ વિકસે. ત્યારબાદ બધા જ ઘટકોને એકઠા કરી, ફરીથી ઘડિયાળ બનાવીએ તો ધ્યાનશક્તિ વધે. ઘટકોને છૂટા પાડવાનું કામ તો બાળક પણ કરી શકે, પરંતુ તેને એકત્ર કરવા કઠણ છે. ઘટકોને જુદા પાડવાને એકત્ર કરવા- આ બે પ્રક્રિયાઓમાં એક કર્મની પ્રક્રિયા છે, બીજી ધ્યાનની પ્રક્રિયા છે. બંને પ્રક્રિયાઓ સઘાય એટલે પ્રજ્ઞા બને. એ નિર્ણયકારિણી હોય છે.

વ્યક્તિને માટે ધ્યાનમાં બેસવું જરૂરી છે. પરંતુ આપણું બધું જ કામ ધ્યાનસ્વરૂપ થાય એ વધારે મહત્વની વાત છે. બાબા રોજ કલાક, દોઢ કલાક અને ક્યારેક તો અઢી કલાક સફાઈ કરે છે. એક એક તણખલું, પાંદડું, કચરો ઉપાડીને ટોપલીમાં નાખે છે. દેખાય છે, બાબા કામ કરે છે. પરંતુ બાબાને તો ધ્યાનનો સુંદર અનુભવ આવે છે. હાથમાં માળા લઈને જપ કરવાથી જે અનુભવ આવે તેનાથી કોઈપણ પ્રકારે ઊતરતો કે જુદો અનુભવ નહીં, બલ્કે ઊંચો અનુભવ જ આવે છે.

કામ ઉત્તમ થવું જોઈએ. કામ કરતી વખતે ધ્યાન જ થવું જોઈએ. ચિત્તની પૂર્ણ એકાગ્રતાપૂર્વક થવું જોઈએ. ધ્યાન સિવાય તે થશે નહીં. ઉપનિષદે કહ્યું છે, લોકો દુનિયામાં જે કાંઈ મહત્તા પ્રાપ્ત કરે છે, તે ધ્યાનને કારણે પ્રાપ્ત થાય છે. પૃથ્વી ધ્યાન કરે છે, અંતરિક્ષ ધ્યાન કરે છે. ધ્યાનને કારણે તેમનું મહત્વ પ્રસ્થાપિત થયું હશે. “તસ્માત્ ધ્યાનં ઉપાસ્વેતિ ।” તેથી ધ્યાનની ઉપાસના કરો. ધ્યાન નહીં કરો તો કામ નહીં થાય. તન્મયતા જ આપણું ધ્યાન છે.

કામધામ છોડીને ધ્યાનમાં બેસીએ તો શું પરિણામ આવે? કબીરે વર્ણન કર્યું છે - માલા તો કર મેં ફિરે! હાથમાં માળા ફરી રહી છે, મોઢામાં જીભ ધૂમી રહી છે અને ચિત્ત ભટકે છે, દુનિયા આખીમાં. ધ્યાનને માટે આલંબનની જરૂર હોય છે. કામ, ધ્યાનને માટે આલંબન પૂરું પાડે છે.

અધ્યાત્મમાં પ્રવૃત્તિ બાધક નથી બનતી, વૃત્તિ બાધક બને છે. તો પ્રવૃત્તિ ઓછી કરવી એ આધ્યાત્મિક જીવનનું લક્ષણ ન કહેવાય. તેને માટે તો વૃત્તિ ઓછી કરવી જરૂરી છે. કામ, ક્રોધ, લોભ જેવી વૃત્તિઓ ઊઠતી રહે છે, એને ઓછી કરી નાખવી. પહેલાં અસત્ વૃત્તિઓ કાઢવી, ને સત્ રાખવી. પછી સત્ વૃત્તિઓ પણ કાઢી નાખવી. અભ્યાસ થતાં સત્ વૃત્તિઓ એની મેળે વિરમી જશે.

ચિત્તની એકાગ્રતા કોઈ બહુ મોટી વાત નથી, ચિત્તની સાવધાનતા મુખ્ય ચીજ છે. અનેકાગ્રતા એક શક્તિ છે, તેવી રીતે એકાગ્રતા પણ એક શક્તિ છે. એ કોઈ આધ્યાત્મિક વસ્તુ નથી. રોટલી કરવી હોય તો એને વણવી, શેકવી વગેરે અનેક ક્રિયાઓમાં એકાગ્ર થવું પડે છે. તેમાં ચિત્તને સાવધાન રાખવું મુખ્ય છે. એટલે કે ચિત્ત પોતાના સ્થાન પર સ્થિત રહે. કોઈની સાથે વાત ચાલતી હોય તો પણ ચિત્તમાં કોઈ વિકાર પેદા ન થાય, કશી ચીજનું આપણા પર આક્રમણ ન થાય, તે છે સાવધાનતા.

કર્મ ઉપાસનાવૃત્તિથી થવું જોઈએ અને સાધના કર્મ-વિમુખ ન થવી જોઈએ. આજ સુધી આધ્યાત્મિક સાધના સારુ આપણે ધ્યાન-ધારણાદિ કરતા આવ્યા છીએ. પણ શરીરશ્રમને એમાં સ્થાન નથી આપ્યું. જૈન-બૌદ્ધ, હિંદુ વગેરે ધર્મોએ ધ્યાન-ધારણાનો ઉપદેશ આપ્યો છે. પરંતુ ધ્યાન-ધારણા કરનાર ઝાડુ નહીં કાઢે, ઉત્પાદનનું કોઈ કામ નહીં કરે. એવાં કામો આજ લગી ત્રિશુઓ, શ્રમણો, સાધકો સારુ ઉચિત નથી મનાયાં. આજનો સાધક શરીર પરિશ્રમ નહીં કરે તો પુરાણા જમાનાનું ખંડિયેર હશે, આ જમાનાને લાયક નહીં હોય. સાધનાનો જે વિચાર આજ સુધી થયો તેને પરિપૂર્ણ ન ગણાવી શકાય. જેમ વિજ્ઞાનનો ઉત્તરોત્તર વિકાસ થતો જાય છે, તેમ સાધનાના વિચારનો પણ ઉત્તરોત્તર વિકાસ થતો જાય છે.

- વિનોબા ભાવે, ‘સર્વોદય અભિયાન’ માંથી સાભાર.

“તું જ તારું યંત્ર થઈ જા, ધ્યાન થઈ જા,
મંત્ર થઈ જા, અન્યનો આધાર છોડી સર્વતંત્ર
સ્વતંત્ર થઈ જા.”

- મકરંન્દ દવે

મારે 'જૈન' બનવું છે, બોલો, મારે શું કરવું ?

હું જૈન નથી તેનું મને ચચરે છે. હું ક્લાસિકલ જૈન આગમોનો ઝાઝો અભ્યાસી નથી. હું જૈન નથી કારણ કે હું સાચા મનુષ્યત્વથી પણ દૂર છું. 'જૈન' હોવું એ જેવી તેવી સંપ્રાપ્તિ નથી. 'મનુષ્ય' હોવું એ પણ જેવીતેવી ઉપલબ્ધિ થોડી છે ? 'જૈન' હોવા સાથે અને જૈન કોમના સભ્ય હોવા વચ્ચે ઝાઝી લેવાદેવા નથી. ખરા અર્થમાં 'શ્રાવક' હોવું એ જ મોટી વાત છે. મારા ગામ રાંદેરમાં જૈનોની વસ્તી ખાસી હોવાને કારણે સવારે એક દ્રશ્ય કાયમ જોવા મળતું. સફેદ ધોતિયું ગળે વિંટાળીને દેરાસર જતો જૈન શ્રાવક મને ખૂબ ગમતો. આજે પણ એવો શ્વેતવસ્ત્રધારી શ્રાવક જોવા મળે ત્યારે હું એને આદરપૂર્વક નીરખતો રહું છું. જાપાનમાં ઓસાકામાં દસ દિવસ માટે જ્યાં રહ્યો ત્યાં ફળિયામાં એક દેરાસર આજે પણ છે. ઓસાકામાં પણ સવારે મને દેરાસરમાંથી ઘરે જતો શ્વેતવસ્ત્રધારી શ્રાવક ત્યાં નજરે પડેલો ત્યારે અંદરથી હરખ થયેલો. મારા પ્રવચનમાં 'ણ'થી શરૂ થતો કોઈ ક્લાસિકલ શબ્દ નહીં પ્રયોજું, કારણ કે એને કારણે આજનો યુવાન ધર્મથી વિમુખ થાય છે એમ મને લાગે છે. દા.ત. 'નિર્વાણ'ને બદલે 'ણિવ્વાણ' અને 'નમો અરિહંતાણ' ને 'ણમો અરિહંતાણ' કહેવાનું મને માન્ય નથી. આટલી ભૂમિકા પછી હું આજના વિષય પર આવી જાઉં છું. મને નવી પેઢી પ્રત્યે પક્ષપાત છે.

પ્રત્યેક જીવ આદરણીય છે. જે આદરણીય હોય એની હત્યા ન થાય. આફ્રિકાના જંગલમાં સેવા કરનારા ડો. આલ્બર્ટ શ્વાઈટ્ઝરે એક સૂત્ર આપ્યું: 'Reverence for life, life in any form.' વીસમી સદીના સર્વોત્તમ 'જૈન' ડો. શ્વાઈટ્ઝર હતા. તેઓ ખ્રિસ્તી હતા તોય મારી કલ્પનાના 'જૈન' હતા. 'વૈષ્ણવજન'ને જ્ઞાતિએ વૈષ્ણવ હોવા સાથે વળી શી લેવાદેવા? કંઈક આવા વ્યાપક અર્થમાં ડો. આલ્બર્ટ શ્વાઈટ્ઝર 'જૈન' હતા. તેમની સંવેદના એટલી સૂક્ષ્મ કક્ષાએ પહોંચી હતી કે કોઈ છોડ પરથી પાંદડું તોડવામાં પણ એમને કૂરતા જણાતી! હું એ પવિત્ર ખ્રિસ્તીજનને 'જૈન' કહું તો તેમાં કશુંય ખોટું ખરું? જૈન કોઈ લઘુમતીનું નામ નથી.

લોહી નીંગળતું ન દેખાય તેવી પરિસ્થિતિમાં પણ ક્યારેક હિંસા રહેલી હોય છે. અહિંસા કેવળ અહત્યામાં સમાઈ જતી નથી. દુકાનમાં બેઠેલા શ્રાવકને આ વાત સમજાય તો એની દુકાન પણ દેરાસર બની જાય. કોઈને છેતરવામાં રહેલી હિંસા કરનારને લોહી ન દેખાય એમ બને. છેતરપિંડી ન છૂટે ત્યાં સુધી 'જૈન' બનવાનું શક્ય

ખરું? 'સમકાલીન' જેવા દૈનિકના તંત્રી સદ્ગત હસમુખ ગાંધીને ત્યાં મને મારા મિત્ર સદ્ગત વિનુભાઈ મહેતા લઈ ગયા તે દિવસે ઈદ હતી. હસમુખભાઈએ મને કહ્યું: 'પાડોશના મકાનમાં રહેતી એક જૈન સ્ત્રી ખાધાપીધા વિના રૂમમાં જ રડતી બેસી રહેતી હતી કારણ કે આસપાસ હજારો બકરીઓની હત્યા એને વિહ્વળ બનાવી દેતી હતી. એ જૈન મહિલાની તીવ્ર સંવેદના અહિંસાનું ઉપસ્થાન બની શકે. અન્ય માનવેતર પ્રાણીઓની વેદના જ્યારે માનવમાત્રની સંવેદનાને ઢંઢોળે ત્યારે યુદ્ધની સંભાવના ક્ષીણ થાય એ શક્ય છે. પૃથ્વી પર એવી શક્યતાનું સામ્રાજ્ય સ્થપાય એ ઈચ્છનીય છે. અમેરિકામાંથી પ્રગટ થતા 'TIME' મેગેઝિનના છેલ્લા પાને પ્રગટ થયેલા નિબંધમાં (Essayમાં) વાંચેલું: એક બાળકી ડિશમાં પીરસાયેલી મરઘીને જોઈને પિતાને પૂછે છે: 'ડેડ! કોઈ મને કાપીને તમારી ડિશમાં પીરસે, તો તમને કેવું લાગે?' આવી તીવ્ર સંવેદના અહિંસાનું સમર્થન કરનારી છે.'

શેરબજારનાં પરિબળો કદી પણ સામાન્ય માણસની સમજમાં નથી આવતાં. મને સેન્સેક્સમાં જરાય સમજ નથી પડતી. કંપનીઓ જે કોઈ માલ વેચે તેમાં પણ કૂરતાને માટે પૂરતો અવકાશ હોય છે. બજાર હોય કે શેરબજાર, એને કાળજે 'લોભ' હોવાનો જ! લોભ કદી પણ અહિંસાને ટેકો કરનારો હોતો નથી. ફરી ફરીને મારે કહેવું છે કે ડાયરેક્ટ હિંસા કરતાંય ઈનડાયરેક્ટ હિંસા ઓછી ખતરનાક નથી હોતી. એક સાચો બનેલો પ્રસંગ કહેવાનું મન થાય છે. સાંભળો:

કેન્યા ગયો ત્યારે મારા પ્રિય મિત્ર શ્રી કિરણભાઈ શાહનો મહેમાન બન્યો હતો. એક વાર કિરણભાઈ સાથે એમના બનેલીને ત્યાં જમવાનું બન્યું. ડાઈનિંગ ટેબલ પર બેઠો. આસપાસની ભીંતો પર મોટા મોટા હાથીદાંત આકર્ષક ઢબે ગોઠવાયેલા હતા. હાથીદાંત જેમ મોટો, તેમ એની કિંમત વધારે! કરોડો રૂપિયા ભીંતની 'શોભા' વધારી રહ્યા હતા. મેં એ ભાઈને પૂછ્યું: 'તમે જીવનમાં કેટલા હાથી માર્યા?' પ્રશ્ન સાંભળીને ભાઈ લગભગ ડઘાઈ જ ગયા! કોઈ હાથીને મારવાની કલ્પના પણ એ સજ્જન માટે કંપાવનારી હતી. હાથી દાંત જેવી કીમતી વસ્તુનો વેપાર કરનારી આંતરરાષ્ટ્રીય ટોળકી જંગલોમાં ગેરકાયદેસર રીતે પ્રાણીઓને મારે તેને 'poaching' કહે છે. પેલા જૈન શ્રેષ્ઠીની હિંસા indirect હતી, direct ન હતી. એ હત્યા એમને હાથે થઈ ન હતી, તોય પાપમાં એમની ભાગીદારી જરૂર હતી. હાથીદાંતમાંથી બનેલી

ચીજો બજારમાંથી ખરીદનારને હાથીની મરણચીસ ન સંભળાય તેથી શું? ઝેર (KCN)નું ઉત્પાદન કરનારી કંપની પાસેની કોઈ નદીમાં જે પ્રદૂષણ ઠાલવે તેથી અસંખ્ય માછલીઓ મરે તો, તે કંપનીના શેર ધરાવનાર માણસ અહિંસાપ્રેમી ગણાય ખરો? એ માણસ માછલી ખાતો નથી, પરંતુ...

હું વકીલ નથી તે માટે મારી જાતને નસીબદાર માનું છું. હું બિહાર નથી, વેપારી નથી, કોન્ટ્રાક્ટર નથી કે રાજકારણી નથી તે માટે પ્રભુનો પાડ માનું છું. જે વ્યવસાયમાં પાપકર્મને ટાળવાનું મુશ્કેલ હોય તે વ્યવસાયની મને બીક લાગે છે. હું શિક્ષક (માસ્તર) છું તેથી બહુ ખુશ છું.

મિત્રો! હું જૈન નથી, પરંતુ મારે જૈન થવું છે. મારે મન 'જૈન' હોવું એટલે શું?

જે મનુષ્ય પ્રામાણિક છે, તે 'જૈન' છે.

જેની લેવડદેવડ શુદ્ધ છે, તે 'જૈન' છે.

જેની કમાણી 'સ્વચ્છ' છે, તે 'જૈન' છે.

જેનો નફો ગંદો નથી, તે 'જૈન' છે.

જેનામાં ધાર્મિક કટ્ટરતા નથી, તે 'જૈન' છે.

જેનો લોભ-ક્રોધ-મોહ મર્યાદામાં છે, તે 'જૈન' છે.

મારે આવા 'જૈન' થવું છે. મારે નિર્વાણ નથી જોઈતું. મારે દેરાસર નથી બંધાવવું. મારે અઠ્ઠાઈ નથી કરવી. આવા અહિંસામૂલક જૈન ધર્મ માટે સદ્ગત ખુશવંતસિંધને જબરો પક્ષપાત હતો. મારે ધર્માતર કરીને જૈન નથી થવું, પરંતુ મારા જ રૂપાંતરણ દ્વારા 'જૈન' થવું છે. (૧૩.૯.૨૦૧૫)

- ગુણવંત શાહ, સૌ. દિવ્ય ભાસ્કર

નોંધ: મુંબઈ જૈન યુવક સંઘ દ્વારા વર્ષોવર્ષ યોજાતી પર્યુષણ વ્યાખ્યાનમાળામાં મુંબઈના પાટકર હોલમાં ઉપસ્થિત ૪૦૦-૪૫૦ જેટલા શ્રોતાઓ સમક્ષ વડોદરામાં મારે નિવાસે હીંચકે લેપટોપ સામે બેસીને આપેલું પ્રવચન, જે પાટકર હોલમાં મૂકેલા વિશાળ સ્ક્રીન પરથી શ્રોતાઓએ શાંતિ અને શિસ્તપૂર્વક સાંભળ્યું હતું. આવું 'અહિંસક ષડ્યંત્ર' વિદ્વાન મિત્ર અને વ્યાખ્યાનમાળાના અધ્યક્ષ ડો. ધનવંત શાહે પ્રેમપૂર્વક પાર પાડ્યું હતું. ટેકનોલોજીનો યોગ્ય વિનિયોગ પણ અહિંસાનું સમર્થન કરનારો છે. હું સદેહે મુંબઈ ન ગયો તેથી જે પ્રદૂષણ ન થયું તેનો યશ ટેકનોલોજીને જાય છે. આ પ્રયોગ એક સીમાચિહ્ન બની શકે તેવો હતો.

સિક્કીમ દુનિયાનું પ્રથમ ૧૦૦ ટકા ઓર્ગેનિક સ્ટેટ

૨૦૧૬માં પીએમ મોદીએ સિક્કીમને દેશનું પ્રથમ ઓર્ગેનિક રાજ્ય જાહેર કર્યું હતું.

ઉત્તરપૂર્વના નાનકડા રાજ્ય સિક્કીમે દુનિયામાં ભારતનું નામ ઊંચું કરી દીધું છે. જ્યારે આખી દુનિયા ખાદ્ય પદાર્થોમાં કેમિકલના વધતા જતા ઉપયોગથી ચિંતિત છે, ત્યારે માત્ર ૬ લાખ ૧૦ હજારની વસતી ધરાવતું આ નાનકડું રાજ્ય દુનિયાનું પ્રથમ ૧૦૦ ટકા ઓર્ગેનિક રાજ્ય બની ગયું છે. ગુરૂવારે સંયુક્ત રાષ્ટ્રના ખાદ્ય અને કૃષિ સંગઠન (UNFAO) એ કૃષિ તંત્ર અને સતત ખાદ્ય પ્રણાલીને પ્રોત્સાહન આપવા માટે સિક્કીમને 'સર્વશ્રેષ્ઠ નીતિઓનો ઓસ્કાર' પુરસ્કાર આપ્યો છે. સિક્કીમ ભારતનું પ્રથમ એવું રાજ્ય છે જ્યાં સંપૂર્ણપણે એટલે કે ૧૦૦ ટકા જૈવિક ખેતી કરવામાં આવે છે.

એક નિવેદન અનુસાર પૂર્વતરના આ રાજ્યે ૨૫ દેશોને પાછળ રાખીને આ પુરસ્કાર જીત્યો છે.

સિક્કીમ લાંબા સમય સુધી માટીની ફળદ્રુપતા, પર્યાવરણ સ્વસ્થ જીવન અને હૃદય સંબંધિત બિમારીઓના વધતા જોખમને ઘટાડવાના હેતુ સાથે ૨૦૦૩માં જૈવિક ખેતી અપનાવવાની કાયદેસરની જાહેરાત કરનારો દેશનું પ્રથમ રાજ્ય બન્યું હતું.

સિક્કીમના મુખ્યમંત્રી પવન ચામલિંગે સોમવારે જૈવિક ખેતીને વધુને વધુ લોકપ્રિય કરવાની અપીલ કરી છે. આ માટે તેમણે પોતાના રાજ્યનું ઉદાહરણ આપ્યું હતું. ચામલિંગે ઈટાલિયન સંસદના એક રૂમમાં પત્રકાર પરિષદને સંબોધતા જણાવ્યું કે, સિક્કીમને રાસાયણિક ખાતરનો ઉપયોગ બંધ કરીને સંપૂર્ણપણે જૈવિક ખેતી અપનાવવામાં એક દાયકા કરતાં વધુ સમય લાગ્યો હતો.

તેમણે જણાવ્યું કે, હું કોઈ વૈજ્ઞાનિક કે સંશોધનકર્તા નથી. માત્ર એક નેતા છું, જેણે રાસાયણિક ખાતરનો ઉપયોગ કરતા રાજ્યને સંપૂર્ણપણે જૈવિક ખેતી અપનાવનારા રાજ્યમાં તબદિલ કરવાના અભિયાનનું નેતૃત્વ કર્યું છે."

મુખ્યમંત્રીએ જણાવ્યું કે, "મારા જૂના અનુભવ અને જૈવિક ખેતી સંબંધિત પહેલ સાથે મારા જોડાયલા આધારે હું સંપૂર્ણ વિશ્વાસ સાથે કહી શકું છું કે, સમગ્ર દુનિયામાં સંપૂર્ણપણે જૈવિક ખેતી શક્ય છે. જો અમે સિક્કીમ જેવા રાજ્યમાં આમ કરી શકીએ છીએ તો એવું કોઈ કારણ નથી કે દુનિયાના અન્ય સ્થળોએ પણ નીતિ નિર્માતાઓ ખેડૂતો અને સમાજના નેતાઓ આમ ન કરી શકે."

- સૌ. સદ્ભાવના પત્રિકા

માનવતાના સાદે સર્જ લુમેનિટી હોસ્પિટલ !

અત્યંત ગરીબ, તદ્દન નિરક્ષર અને દુઃખોથી ઘેરાયેલી જિંદગીનો હિંમતભરે સામનો કરનારી સુભાષિની મિસ્ત્રીના સંકલ્પની આ કહાની છે.

૧૯૪૩માં સુભાષિની મિસ્ત્રીનો જન્મ થયો તે સમયે દેશમાં બ્રિટિશ શાસન ચાલતું હતું. એનો પરિવાર અત્યંત ગરીબ હતો. એના પિતા પાસે થોડી નાનકડી જમીન હતી, જ્યાં ખેતી કરીને પોતાના ૧૪ સંતાનોના બહોળા વસ્તારનું પોષણ કરવાનો પ્રયત્ન કરતા હતા. ખેતીમાંથી થતી ટૂંકી આવક પર આટલા બધા માણસોનું પોષણ કઈ રીતે શક્ય બને ?

આપણા દેશમાં બને છે એવી કુપોષણને કારણે બાળમરણની કાળમુખી ઘટનાએ ૧૪ ભાઈઓમાંથી સાત ભાઈઓને ભરખી લીધા. બસ, એક જ કહાની પુષ્કળ સંતાનો, સાવ ઓછી આજીવિકા અને ખાવાનાં ફાંફાં. બાર વર્ષની ઉંમરે સુભાષિનીના લગ્ન થયા અને એ લગ્નથી એને ચાર બાળકો થયાં. પતિ ખેતમજૂર હતા. પરંતુ એક દિવસ સુભાષિનીના પતિની તબિયત બગડી અને દવાખાનામાં દાખલ કરવામાં આવ્યા. પૈસાની તૂટ હતી. ગરીબનો કોણ ભરુ? ડોક્ટરો પણ દર્દીની આર્થિક સ્થિતિ પ્રમાણે સારવાર કરે એવો આ જમાનો! ધનવાન હોય તો પૂરેપૂરું ધ્યાન રાખે, ગરીબ હોય તો એ જીવે કે મરે એની ઝાઝી કશી પરવા ન કરે.

ડોક્ટરોની લાપરવાહીને કારણે સુભાષિનીના પતિ અવસાન પામ્યા. એક બાજુ ખેતી કરીને રળી લાવતા પતિનું મૃત્યુ અને બીજી બાજુ ચાર-ચાર સંતાનોના ઉછેરનો ભાર. પૂરતી સારવારના અભાવે થયેલા પતિના મૃત્યુનાં દ્રશ્યો એની નજર આગળથી ખસતા નહોતાં. મનોમન નક્કી કર્યું કે મારા પતિના જેવું દુઃખ સારવારના અભાવે બીજો કોઈ ગરીબને વેઠવું ન પડે એવું કંઈક કરવું.

મનમાં નક્કી કર્યું કે ગમે તે થાય, પરંતુ ગામમાં એક હોસ્પિટલ ઉભી કરવી, જ્યાં ગરીબોને પૂરી સારવાર મળે અને દર્દીની સઘળી દેખરેખ રખાય. સુભાષિનીના આ સ્વપ્નને કોઈ શેખચલ્લીનું સ્વપ્ન કહેવા લાગ્યા.

અને વાત પણ સાચી હતી. જ્યાં ઘરમાં ગરીબી આંટા મારતી હોય અને બે ટંક ભોજનની મુશ્કેલી હોય, ત્યાં વળી એ પોતે હોસ્પિટલ બનાવવાનો વિચાર કરે, તે કેવી વાત! એક દિવસ પોતે જરૂર હોસ્પિટલ બનાવશે એવા સંકલ્પ સાથે સુભાષિની જીવવા લાગી. પોતાના સંતાનોને ઉછેરવા માટે એણે રસોઈ બનાવવાનું, વાસણ-કપડાં ધોવાનું, ઝાડુ- પોતું કરવાના કામથી શરૂઆત કરી. ધીરે

ધીરે એ મજૂરી કરવા લાગી અને ત્યારબાદ શાકભાજી ઉગાડીને વેચવાનું કામ શરૂ કર્યું. ચોવીસ- ચોવીસ વર્ષ સુધી એ એક-એક પાઈની બચત કરતી હતી. મુશ્કેલીઓ પારાવાર હતી. લખતા કે વાંચતા આવડે નહીં, વાહનોના નંબર પણ ઉકેલી શકે નહીં અને સતત એના મનમાં એક જ વાત હતી કે એક એવી હોસ્પિટલ બનાવવી કે જ્યાંથી કોઈ ગરીબને જાકારો મળે નહીં.

આજે તો હોસ્પિટલોમાં ગરીબોને નસીબના સહારે છોડી દેવામાં આવે છે. એમાં પણ એકાએક બીમારી આવે કે કુદરતી આફતનો ભોગ બને ત્યારે એ ગરીબો ભાંગી પડે છે. એણે ૧૯૯૩માં ૨૪ વર્ષની બચતના પૈસાથી છાપરાવાળી ઝૂંપડી હેઠળ હોસ્પિટલનો પ્રારંભ કર્યો. આ ચોવીસ-ચોવીસ વર્ષ સુધી એણે એક એક પાઈ બચાવીને રાખી.

જે કંઈ પૈસા બચે તે બાજુ પર મૂકી રાખતી. એક સમય એવો આવ્યો કે બચતને બદલે દેવું થતું હતું ત્યારે બે બાળકોને હૃદય પર પથ્થર મૂકીને અનાયાશ્રમમાં મૂકી આવી. એમણે હંસપુકુર ગામમાં દસ હજાર રૂપિયામાં એક એકર જમીન ખરીદી. તેના પર કામચલાઉ શેડ બનાવીને લાઉડસ્પીકરની મદદથી શહેરના ડોક્ટરોને મફત સેવા આપવા વિનંતી કરવા લાગી.

એનો માનવતાનો સાદ સહુને સંભળાયો અને પહેલા જ દિવસે ૨૫૨ દર્દીઓનો ઈલાજ કરવામાં આવ્યો. છાપરાવાળી ઝૂંપડી હોવાથી વરસાદના વખતે કફોડી હાલત થઈ. આવે સમયે સુભાષિની સ્થાનિક સાંસદ પાસે પહોંચી ગઈ. એમની પાસે મદદની માગણી કરી અને ઘણી મહેનત પછી એની હોસ્પિટલને એમની મદદથી સિમેન્ટની છત મળી.

એક સમયે એવો પણ સંજોગ ઊભો થયો કે સુભાષિનીને ખુદને ખાવા માટે ફાંફાં પડવા માંડ્યા. એને ભીખ માગવાનું પણ શરૂ કર્યું. એમ કહે છે કે તમને ભીખારીમાંથી શાસક બનાવી દેવાય, તો પણ માણસે એના સંકલ્પમાં અફર રહેવું જોઈએ. ધીરે ધીરે એણે દાન મેળવવા માંડ્યું. પોતાનાં અને પોતાનાં બાળકોની સુખસુવિધાનાં સ્વપ્નોનો ત્યાગ કર્યો. એના સંકલ્પને ખાતર બાળકોને પણ સહન કરવું પડ્યું. પરંતુ માતાનો એ સંકલ્પ પૂરો થાય એમાં પુત્રોને આનંદનો અનુભવ થતો હતો.

બીજી બાજુ સુભાષિનીએ અડગ આશા, દ્રઢ વિશ્વાસ અને સખત મહેનતથી ધીમે ધીમે વિકાસ સાધ્યો અને એને પરિણામે એની હોસ્પિટલનો વિસ્તાર થતો ગયો. એની

આ હ્યુમેનિટી હોસ્પિટલ પાસે ત્રણ એકરની જમીન છે. એના ગ્રાઉન્ડ ફ્લોરની ઓફિસમાં બ્લૂ બોર્ડરવાળી ઓછી સફેદ સાડી પહેરીને સુભાષિની બેઠી હોય છે. જો કોઈને એની ઓળખ ન હોય તો એમ જ માને કે કોઈ સામાન્ય મહિલા આ ત્રણ માળની ઈમારતના નીચેના માળે બેઠી છે.

પંદર હજાર સ્કેવર ફીટમાં એને મલ્ટિસ્પેશિયાલિટી હોસ્પિટલ શરૂ કરી અને એનું નામ રાખ્યું હ્યુમેનિટી હોસ્પિટલ અહીં સાધનોથી સજ્જ એવા બે ઓપરેશન થિયેટર છે. ત્રીસ બેડ છે. વળી હોસ્પિટલમાં ૨૨ જેટલા વિઝિટિંગ ડોક્ટરો આવે છે અને દર મહિને એક હજાર જેટલા દર્દીઓને સારવાર અપાય છે.

એનું સ્વપ્ન હતું કે એક એવી હોસ્પિટલ બનાવવી કે જે ચોવીસ કલાક ગરીબ લોકોની સેવામાં ખડે પગે હાજર હોય. એ માનતી હતી કે આ સ્વપ્ન સિદ્ધ થાય તો જ એ નિરાંતે મરી શકશે. આજે સુભાષિનીએ પોતાનું એ સ્વપ્ન સિદ્ધ કર્યું છે. અનાથાશ્રમમાં ઊછરેલા એનો એક દીકરો ડોક્ટર બનીને માતાની પડખે ઊભો રહ્યો છે અને તે હોસ્પિટલમાં પૂર્ણ સમયના સ્થાનિક ડોક્ટર તરીકેની જવાબદારી સંભાળે છે. એની એક દીકરીએ નર્સિંગનો અભ્યાસ કર્યો છે. અને તે આ હોસ્પિટલમાં નર્સ તરીકે કામ કરે છે.

અહીં માત્ર દસ રૂપિયામાં જ ગરીબ દર્દીઓને સારવાર આપે છે અને એનું એક જ ધ્યેય છે કે પોતાના પતિની જેમ સારવાર વગર બીજા કોઈ દર્દીનું મૃત્યુ ન થાય. આવી ગરીબ, નિરક્ષર અને છતાં પોતાના સંકલ્પને સિદ્ધ કરવામાં કદી ન થાકનારી સુભાષિની મિસ્ત્રીની આ વર્ષે ભારત સરકારે ‘પદ્મશ્રી’ નો ખિતાબ આપીને હ્યુમિનિટી હોસ્પિટલની આ સર્જકની માનવતાનું અભિવાદન કર્યું છે.

- ડૉ. કુમારપાળ દેસાઈ

ગૌમાતા પ્રત્યેનો અદ્ભુત પ્રેમ

કચ્છ માંડવીથી ૨૦ કિમી. દૂર બાડા ગામમાં ૨૫ વર્ષથી વિપશ્યના ધ્યાન શિબિર ચાલે છે.

એકવાર મને સ્ત્રી વિભાગમાં સેવા કરવાનો લાભ મળ્યો. શહેર - ગામડાંના, ભણેલા-અભણ, ગરીબ-પૈસાપાત્ર દરેક મૌન ધ્યાનમાં આવી શકે છે. એક બહેન આચાર્યા તરીકે માર્ગદર્શન આપે છે. કોઈને કંઈ તકલીફ હોય તો સેવાવાળાં બહેન જોડે વાત કરી શકે.

ધ્યાનખંડમાં તેમના સમય પ્રમાણે ધ્યાન થતું રહે. એક બહેન ધ્યાન કરવા આવે જ નહીં. હું તેમના નિવાસસ્થાન પર ગઈ. ‘નમસ્તે’ના ઈશારાથી ખંડમાં આવવાનું કહ્યું. એ બહેન ખૂબ જ વ્યથિત હતાં અને રડતાં હતાં. ‘કોઈ તકલીફ છે?’ એમ પૂછતાં જવાબ ન આપે, સતત રડે. એ બહેન ગ્રામ્ય વિસ્તારનાં, ઉંમર ૨૫ થી ૩૦ વર્ષ, ખડતલ શરીર પણ ચહેરો રડતો.

આચાર્યાબહેન પાસે જઈને મેં હકીકત જણાવી. બીજા કોઈ સાધકને ખલેલ ન પડે એ રીતે પેલાં બહેનને લઈને હું આચાર્યાબહેનની કુટિરમાં ગઈ. આચાર્યાબહેને ખૂબ આત્મીયતાપૂર્વક પૂછ્યું કે ‘કેમ રડો છો? નાનાં બાળકોને મૂકીને આવ્યાં છો? તબિયત ઠીક નથી? ઘરની ચિંતા થાય છે? રડવાનું કારણ કહો તો અમે માર્ગ કાઢી શકીએ.’

એ બહેને ત્યાંની તળપટ્ટી કચ્છી ભાષામાં જણાવ્યું કે બાળકો નાનાં છે પણ મારાં સાસુ સાચવે, છોકરાં ટેવાયેલાં છે. પણ બહેન, મને મારી બે ગાયોની ખૂબ ચિંતા થાય છે. પાણી, ખાવાનું હું આપું તો જ ખાય - પીએ, મારા પતિ કે સાસુ આપે તો ખાય જ નહીં. મને આજુબાજુ ફરતી જુએ પછી જ મોઢું ખોલે. એ અબોલ જીવ મને જુએ નહીં, ખાય પીએ નહીં, હેરાન થાય, તો તમારાં આટલા સરસ ધ્યાનમાં મારો જીવ કેમ ચોંટે? બહેન, એટલે મને ગાયો યાદ આવતા રડવું આવે છે.’

ધ્યાનમાં આવતાં પહેલાં દરેક શિબિરાર્થીએ પોતાના ઘરનો નંબર, ગામ, સરનામું, મોબાઈલ નંબર એ વિગતનું ફોર્મ ભરવાનું હોય. એ ફોર્મ આચાર્યાબહેન પાસે હોય. આચાર્યાબહેને એ બહેનના ઘેર ફોન કરી હકીકતની જાણ એમના પતિને કરી.

એમના પતિ કહે : ‘બે દિવસ ગાયો આજુબાજુ જોતી રહી. ખાધું પીધું નહીં. પણ પછી બાળકો આપે તો ખાય-પીએ છે. અમારી સામે જોયા કરે છે અને સંતોષ માને છે.’

આ વાત સાંભળતાં એ બહેનની ચિંતા દૂર થઈ, ચહેરા પર સંતોષ દેખાયો, રડવાનું બંધ થઈ ગયું. પછી તો નિયમ મુજબ સમય સમય પ્રમાણે સુંદર સાધના કરી. એ એમના ચિંતારહિત સંતોષી, સ્વસ્થ ચહેરા પરથી ખ્યાલ આવી ગયો.

પોતાનાં બાળકો જેવો જ પોતાનાં પશુ પર પ્રેમ !

ધન્ય છે એ પશુ પ્રેમી જીવદયાવાળી માતાને !

- વડોદરા, મો.૯૯૨૫૦૦૯૩૭૮, સૌ. અખંડ આનંદ

Stress Management

એક મિત્રનો મેસેજ આવેલ “I am planning to deliver lacture on stress management, pl. guide me”, સહજ ચિંતનમાં જે મુદાઓ આવ્યા તે તેમને Forward કરેલ. થયું આ તો સહુને ઉપયોગી છે તેથી આ લેખ આવેલ છે.

૧. હું (વક્તા) પણ Stressથી સંપૂર્ણ મુક્ત નથી પણ થોડા પ્રયોગો અનુભવ-વાંચન છે તેથી થોડોક મદદરૂપ થઈ શકું.
૨. સાંભળવાથી અને જો આચરણમાં થોડું પણ ન મુકાય તો આ માત્ર Entertainment થઈ શકે એનાથી વિશેષ કશું નહિ.
૩. Stress મુક્ત થવાનો શ્રેષ્ઠ રસ્તો Decision નિર્ણય કરવો જોઈએ કે “હું stressથી મુક્ત થવા માંગુ છું. વ્રત લેવું જોઈએ. I can do this, I must do this and I have strength to do this.”
૪. Action સામે Reaction ની આદત હોય છે. આ નિર્ણયથી તે તુરંત નહી છૂટે પણ તેમાં ધીરે ધીરે ગેપ વધતો જશે. પહેલા તુરંત થતું તે બે-ચાર-છ-દસ મીનીટ એમ ગેપ વધતો જશે.
૫. મોટે ભાગે સ્ટ્રેસનું કારણ ધારીએ છીએ તેવો પરિવાર, તેવી કમાવાની તક, ન ગમતી પ્રવૃત્તિમાં, નોકરી-ધંધામાં પરાણે જોડાવું પડ્યું હોય છે. હવે તેમાંથી છુટવું પણ મુશ્કેલ થઈ ગયું હોય છે. હવે જે છે તેનો સ્વીકાર કરી ન ગમતાને ગમતું કરી લેવું. મીનીયમ જરૂરિયાત સચવાય રહે તે ધ્યાન રાખવું. ઉતાવળે નિર્ણયથી સ્ટ્રેસ વધે છે.
૬. ગમતી કે ન ગમતી પ્રવૃત્તિમાં પણ નીતિ-ન્યાય-સમયનું બરાબર પાલન કરવાની વૃત્તિ રાખવી.
- ૭ ગમે તેવી કઠીન પરિસ્થિતિમાં પણ પોતાને ગમતી પ્રવૃત્તિ શોધી લેવી અને તેને માટે નિસ્વાર્થ ભાવે ૧ કલાક સમય ફાળવવો.
૮. ભૂલે ચુકે ય સેવા માટે સંસ્થા કે આશ્રમ ન કરવા પણ એવી જગ્યામાં આપણી ગમતી પ્રવૃત્તિ થતી હોય તેમાં જોડાઈ જવું. આત્મા ‘ના’ કહે ત્યારે ગમે તેવું પદ પ્રતિષ્ઠા હોય તે છોડી દેવું.
૯. ૧. એ.પી.જે. અબ્દુલ કલામનું જીવન ચરિત્રનો સ્વાધ્યાય-વાંચન કરવું.
૨ “ઊઘડતા ધ્વાર અંતરના” નું રોજનું એક પાનાનો નિયમિત સ્વાધ્યાય કરવો.
૩. “stress મુક્ત” વ્યક્તિનો સત્સંગ-સંપર્ક આ

૧ ફેબ્રુઆરી ૨૦૧૯

ઉત્તમોત્તમ શ્રેષ્ઠ માર્ગ છે. આટલા મુદાઓ જણાવેલ. પાછળથી સુઝ્યા તે આ છે.

૧૦. રોજ રાત્રે આખા દિવસની પ્રવૃત્તિનું આકલન કરવું. આજે કેટલા ટકા સ્ટ્રેસ મુક્ત થયા? શું સ્ટ્રેસ વધે તેવું તો નથી થયું ને? પરિક્ષક, પરિક્ષાર્થી અને નિર્ણાયક સ્વયં થવું જરૂરી છે.
૧૧. પોતાના અંતર અવાજને સાંભળવો. આ શ્રેષ્ઠ ગુરૂ છે.

જગતમાં જીવનમાં, વ્યવહારમાં, ધંધામાં, નોકરીમાં, સંબંધોમાં ઘણું ન ગમતું ચાલતું હોય છે. જાણ્યે અજાણ્યે ભય કે સ્વાર્થને લીધે એમાં સાથ સહકાર આપવો પડતો હોય છે. આ મુખ્ય કારણ કદાચ સ્ટ્રેસનું ગણાય.

એક તાજો જ દાખલો મળેલ તેની વિગત આપી છે.

એક વ્યક્તિ ગાંધીની શ્રેષ્ઠ સંસ્થામાં કાર્ય કરે, પગાર દસેક હજાર જેવો, અત્યંત સંવેદનશીલ વ્યક્તિ, ગાંધીનું માત્ર નામ હોય, અને માત્ર પ્રચાર પ્રસારનું કાર્ય લાગે, પોતે પ્રમાણિક, નિયમિત, પણ આ જોઈને સ્ટ્રેસ વધતો ગયો અને ઉતાવળમાં રાજીનામું આપી છુટા થયા.

આ આવક સિવાય બીજી કોઈ આવક બચત નહીં. ઘરમાં કમાનાર એક જ સ્ટ્રેસમાં વધારો થયો. એની અસર શરીર પર થઈ. ડોક્ટર પાસે જાય કદાચ મફત સલાહ આપે પણ દવા લેવાના પૈસા તો જોઈએને! સામાજિક સંસ્થામાં હાથ લાંબો કરવો પડ્યો.

આ લખવાનું ખાસ કારણ કે આવું પ્રાયઃ બધે જ છે. આભ ફાટ્યું છે ત્યાં ક્યાં થીગડું દેશું? આપણે સ્વયં પ્રામાણિક નીતિમય જીવન જીવીએ આટલું તો સહુ કોઈ કરી શકે એટલે ઉતાવળે નિર્ણયથી સ્ટ્રેસ વધવાનો સંભવ છે.

આમ તો નોકરી એટલે ‘ગુલામી’ જ ને? આપણે આપણા આત્માને ‘ગીરવે’ મુકીએ પછી જ ગુલામી સ્વીકારી શકીએ. એમાં કેટલુંક ન ગમતું કરવું પડે, જોવું પડે, અને એમાંથી મુક્ત થઈ જવું પણ હવે અત્યંત મુશ્કેલ બની ગયું છે. કદાચ શક્ય પણ નથી રહ્યું એવી વિકટ પરિસ્થિતિ આજના વિશ્વની છે. તે છતાં કમસેકમ ગમે તેવી કઠીન પરિસ્થિતિમાં પણ સ્ટ્રેસ મુક્ત થઈ શકાય છે એનો ‘નિર્ણય’ એ જ એનો શ્રેષ્ઠ ઉપાય છે અને એની ચાવી સ્વયંના હાથમાં છે એ છે ઈશકૃપા.

- તંત્રી રમેશભાઈ દોશી, નિમિતમાત્ર.

।। સર્વથા સૌ સુખી થાઓ, સમતા સૌ સમાચરો,
સર્વત્ર દિવ્યતા વ્યાપો, સર્વત્ર શાંતિ વિસ્તરો ।।

જાન્યુઆરી ૧૮- ઊઘડતા ધ્વાર અંતરના

તમે જીવ્યાં હો એવા કોઈ પણ દિવસ કરતાં આજના દિવસને વધુ અદ્ભુત બનાવવાનું તમારા હાથમાં છે - તમારા યોગ્ય વલણ થકી, તમારા વિધેયાત્મક વિચાર થકી. આજના દિવસને મારા દિવસ તરીકે જુઓ, મારા પૂર્ણ આશીર્વાદ પામેલા દિવસ તરીકે, અને નિરાશાના એક પણ વિચારથી એને વિરૂપ કર્યા વિના એને તમારે માટે સંપૂર્ણતામાં પૂરો ઊઘડતો જુઓ. આજનો દિવસ જે કાંઈ પણ લાવે, તેના વિશે તમારે નિરાશ શા સારુ થવું જોઈએ? યાદ રાખો કે એ પૂરી રીતે તમારા નિયંત્રણમાં છે. પરિસ્થિતિના સ્વામી તમે છો, એટલે એ કેવી રીતે પ્રાગટ્ય પામે છે એનો આધાર તમારી પર છે. તમારી સમક્ષ કોઈ સમસ્યા હોય, તો જાણો કે તેનો જવાબ છે. સમસ્યાથી તમારી જાતને દબાઈ ન જવા દો. એને ઉપર ચડવાના પગથિયા તરીકે જુઓ, એને એક પડકાર તરીકે જુઓ અને ઉકેલ એની મેળે જ નજરે ચડશે. સમસ્યાને તમારા પર કદી, કદી નિયંત્રણ મેળવવા દેતાં નહિ. તમારે એ કરવાનું જ છે. તમારે વિધેયાત્મક રીતે વિચારવા માટે, વિશાળતા વિચારવા માટે, સફળતા વિચારવા માટે પ્રયત્ન કરવાનો છે અને પછી તમે એ પગલે પગલે બનતું આવે તે નિહાળજો.

- કુંદનિકા કાપડીયા.

જીવનમાં જિજ્ઞાસા જાગી છે ?

વેદ, ઉપનિષદ, રામકૃષ્ણ, રમણ, અરવિંદ, વિનોબા જે કહે છે તેને આદર્શ બનાવીને જીવનને આદર્શના ઢાંચામાં ઢાળવું તેમાં મનુષ્યની સ્વતંત્રતા છિનવાઈ જાય છે, મૌલિકતા નંદવાઈ જાય છે. જે સંભાવના છે તેને કોઈ પ્રણાલીમાં, કોઈ રીતરસમમાં જ કરવામાં આવે, મઢી લેવામાં આવે તો સંભાવનાને સંચરવાનું સંભવતું નથી. પુસ્તકો-શાસ્ત્રોમાંથી ઉછીની, ઉધાર લીધેલી જાણકારી જિજ્ઞાસા નથી. આપણા માટે તે પોતીકી નથી, પરાઈ છે.

જીવનમાં જિજ્ઞાસા ઊઠી છે? ઊઠી છે તો ક્યાંથી ઊઠી? ગીતા, બાઈબલ, કુરાન, ધમ્મપદની વાત ઉઠાવીને જીવનમાં ઢાળવાનો પ્રયત્ન છે કે દિવ્યતા તરફ, સત્ય તરફ જવાની તાલાવેલી, ધગશ, લગન છે? જીવનમાંથી જ જિજ્ઞાસા ઊઠી છે? જીવનમાં પોતાની સાથે જે ઘટી રહ્યું છે તે જાણવામાં રસ જાગ્યો છે? તમે પ્રવચન સાંભળવા જાઓ છો, કોઈ સભામાં જાઓ છો તો પ્રશ્ન કરો કે શા માટે જાઓ છો? જવાની પાછળ તમારો હેતુ શો છે? જીવન છે તો તમે જીવનમરણના સાક્ષી રહ્યા

હશો. જન્મ શું છે? મરણ શું છે? આપણે કોણ છીએ, એ જાણવાની તડપન જીવનમાં ઊઠી છે? પ્રત્યેકના જીવનમાં જન્મમૃત્યુ તો ઘટિત થાય છે જ. જીવનમાં એ સમજવાની લગન લાગી છે?

- વિમલા ઠકાર ('જીવનયોગ' માસિકમાંથી)

આ જગતમાં કોઈ વિકલાંગ નથી

આપણા સહુમાં સમાન ચૈતન્ય એટલે કે આત્મા રહેલ છે, જે અપાર શક્તિનો અને શક્યતાઓનો પુંજ છે, જેની પાસે સ્પષ્ટ દિશા છે, લક્ષ્ય છે, એ સહુ દિવ્યાંગ છે.

આ આત્માની અપાર શક્તિ માટે દરેક અવરોધ એક અવસર છે, તક છે. સહુને સમાન તક મળતી હોય છે. બાહ્ય દેહ તો સાધન છે, એમાં એકાદ અંગ ઓછું હોય કે રોગ હોય તેથી આત્માની શક્તિમાં ફેર પડતો નથી. દરેક આત્મામાં ભગવાન બનવાની પાત્રતા છે જ અને ભગવાન બની શકે છે. કોઈ વિકલાંગ નથી.

હેલન કેલર, અંધ અને બધિર એટલે મૂક! દર્શન, શ્રવણ અને વાણી ત્રણે શક્તિઓ ગુમ! આમાં પણ ઈશ્વરનો એક પરમ હેતુ હતો તેથી શ્રેષ્ઠ માતા અને સિલિવન જેવી મમતાળુ શિક્ષિકા મળી અને તમામ સુષુપ્ત શક્તિઓ જાગૃત થઈ, અનેક પુસ્તકો લખ્યા, નોબલ પ્રાઈઝ વિજેતા બની અને આજે આખું જગત એમને યાદ કરે છે.

માનસિક વિકલાંગતા એ મુખ્ય રોગ છે. બાહ્ય વિકલાંગતા છતાં આપણી સહુની અંદર રહેલી એ પરમ શક્તિને ઓળખીએ અને દિવ્યાંગતાનો અનુભવ કરીએ. એ માટે જ આપણે સહુને જેને સંતો રત્ન ચિંતામણી કહે છે એ માનવદેહ મળેલ છે. આ અવસર છે, એને જાણીએ, માણીએ, આનંદનો અનુભવ કરીએ.

આ દુનિયામાં કોઈ વિકલાંગ છે જ નહિ.

- નિમિતમાત્ર રમેશભાઈ દોશી (નોંધ: એક સંદેશ 'વિકલાંગ મિત્ર' વિશેષાંકમાં મોકલેલ.)

જાગૃતિ

માણસમાં પોતાની જાતને છેતરવાની અનંત શક્તિ પડી છે. આમાં ભલભલા જોગી, જતિ, ઋષિ, તાપસ કોઈ અપવાદ નથી. ઉંચામાં ઉંચી અવસ્થાએ, મરણની પળ સુધી પણ, માણસ પતન-પ્રુફ નથી. જૂજ "માલિકના પ્યારાઓ" સિવાય મોટે ભાગે માણસ મૂર્છામાં જ જીવે છે આ પ્રમાદ, આ ગફલત જ સાચું મરણ છે. જાગતાને મરણ નથી. - સ્વામી આનંદ, પ્રેષક-મનોજ રાજગુરુ.

અનુસંધાન પાના નં.૧૬ પરથી ચાલુ...

આ ઘટનાથી એક વાત તો તદ્દન સ્પષ્ટ થઈ ગઈ છે આખી બસ, આ વ્યક્તિની હાજરીથી જ સુરક્ષિત હતી અને જેવી આ વ્યક્તિ બસમાંથી ઉતરી ગઈ, મોત બાકીના તમામ યાત્રાળુઓનો કોળિયો કરી ગયો.

મિત્રો, ઘણી વાર સાનુકૂળ વર્તમાન પરિસ્થિતિ માટે આપણે ગર્વ લેતા હોઈએ છે પરંતુ ત્યારે આપણે ભૂલી જતા હોઈએ છીએ કે આપણી સાથે જોડાયેલ કોઈ વ્યક્તિના લીધે આપણને અત્યારે પૈસો, માન, સન્માન, કીર્તિ મળી રહ્યા છે.

તમે, તમારી ચારે તરફ જુઓ અને વિચારો કે તમારા જ માતા, પિતા, ભાઈ, બહેન, પત્ની, પુત્ર, પુત્રી કે નોકર, ચાકર કોઈ તો છે જે તમને નુકસાનમાંથી બચાવી રહ્યું છે એટલે કોઈને તમારા જીવનમાંથી દૂર કરતા પહેલા સો વાર વિચાર કરજો કે તમે તમારા પગ પર તો કુહાડો નથી મારી રહ્યા ને?

- લિ. શાંતિલાલ ગડા, સૌ. વોટ્સ અપ.

રંગ અવધૂત

નારેશ્વરના સંત શ્રી રંગ અવધૂતના લાખો અનુયાયીઓ આજે હશે. તેઓ કંઠી બાંધતા નહિ અને કોઈને બાંધવા દેતા નહિ. ચરણસ્પર્શ પણ કરવા દેતા નહિ. શિક્ષણ ક્ષેત્રે એમણે “છાત્ર દેવો ભવ” જેવો નવો આદર્શ મૂકેલો. તેઓ મૂળે ગુજરાત વિદ્યાપીઠના વિદ્યાર્થી. હરિજનોને પોતાના મંદિરમાં, રહેઠાણમાં અને પ્રવચનોમાં ખાસ બોલાવીને બેસાડતા. તેમણે ટોલ્સટોયની પુસ્તિકાનો અનુવાદ કરેલો, જેનું નામ છે - “ત્યારે કરીશું શું?” પ્રત્યેક યુવાને આ પુસ્તિકા જરૂરથી વાંચવી રહી.

- સૌ. જન્મભૂમિ પ્રવાસી.

ઓનલાઈન લવાજમ ભરવા માટે

લવાજમ ખાતાનું નામ: ગોરક્ષા પાત્ર

બેંક: યુનાઈટેડ બેંક ઓફ ઈન્ડિયા

શાખા: મલાડ (પશ્ચિમ), મુંબઈ ૪૦૦ ૦૬૪.

ખાતા નંબર 0732050014535 માં ભરવા વિનંતી.

Bank Code: IFSC : UTBI0MLD625

રહ જાતા કોઈ અર્થ નહીં

નિત જીવન કે સંઘર્ષો સે, જબ ટૂટ ચુકા હો અન્તર્મન, તબ સુખ કે મિલે સમન્દર કા, રહ જાતા કોઈ અર્થ નહીં ।। જબ ફસલ સૂખ કર જલ કે બિન, તિનકા બન ગિર જાયે, ફિર હોને વાલી વર્ષા કા રહ જાતા કોઈ અર્થ નહીં ।। સમ્બન્ધ કોઈ મી હોં લેકિન યદિ દુ:ખ મેં સાથ ન દેં અપના, ફિર સુખ મેં ઉન સમ્બન્ધોં કા રહ જાતા કોઈ અર્થ નહીં ।। છોટી-છોટી ખુશિયોં કે ક્ષણ, નિકલે જાતે હેં રોજ જહાં, ફિર સુખ કી નિત્ય પ્રતીક્ષા કા રહ જાતા કોઈ અર્થ નહીં ।। મન કટુવાળી સે આહત હો મીતર તક છલની હો જાયે, ફિર બાદ કહે પ્રિય વચનોં કા રહ જાતા કોઈ અર્થ નહીં ।। સુખ-સાધન યાહે જિતને હોં પર કાયા રોગોં કા ઘર હો, ફિર ઉન અગનિત સુવિધાઓંકા રહ જાતા કોઈ અર્થ નહીં ।। ...!!

- માર્થા મેરિડોસ (બ્રાજીલ)

(કવિયત્રીને આ કવિતા માટે નોબેલ પુરસ્કાર મળેલ છે.)

લવાજમ મળેલ છે.

૧. ભીખુભાઈ ભગવાનજી પટેલ તારાપુર	૨૦૦/-
૨. રતીભાઈ પ્રજાપતિ તારાપુર	૨૦૦/-
૩. ગોભક્ત રસીકભાઈ, લાલાજીભાઈ પાલાભાઈ જામજોધપુર	૨૦૦/-
૪. જાગૃતિબેન એમ. રાવલ અમદાવાદ	૨૦૦/-
૫. પ્રેમજીભાઈ સી. મોરડીયા ગોંડલ	૨૦૦/-
૬. મોહનભાઈ જાળીયા જામજોધપુર	૨૦૦/-
૭. દક્ષાબેન આર. ભાલોડીયા રાજકોટ	૨૦૦/-
૮. અંજનાબેન આઈ. ગઢવી અમદાવાદ	૨૦૦/-
૯. નટુભાઈ વાટલીયા માતર	૨૦૦/-
૧૦. ભીમજીભાઈ કરમુર ભાણવડ	૨૦૦/-
૧૧. દીપીકાબેન પટેલ અમેરિકા	૭૫૦/-
૧૨. મોનીકાબેન એ. સુથાર ન્યુઝીલેન્ડ	૭૫૦/-
૧૩. સમુહલગ્નના ૨૫ નવદંપતિને ૧ વરસ ભેટ	૨૫૦૦/-
૧૪. ૧૫ નવા ગ્રાહકોને ૧ વરસ ગો.પા. ભેટ (ચીમનભાઈ પુંજાભાઈ પટેલ તારાપુર તરફથી)	૧૫૦૦/-
૧૫. ભીખુભાઈ પંચાલ ગોધરા	૧૦૦૦/-
૧૬. ઉષાબેન રાણીગા રાજકોટ	૧૦૦/-
૧૭. અતુલભાઈ એન. પાલા દહિસર	૧૦૦/-
૧૮. સંપતલાલ જી. શાહ કાંદિવલી	૧૦૦/-
૧૯. ધીરુભાઈ જોગિયા માલસર	૧૦૦/-

ગાવો વિશ્વસ્થ માતર:

પોતાના પગ પર કુહાડો

યાત્રાળુઓથી ભરેલી બસ એક શહેરથી બીજા શહેર તરફ જઈ રહી હતી. વચ્ચે ઘનઘોર જંગલ આવતું હતું. બસ જ્યારે જંગલમાં પ્રવેશી ત્યારે અચાનક મૌસમ બદલાઈ ગઈ. જોરશોરથી વાદળાઓની ગડગડાહટ અને સાથે વિજળીના લબકારા.

યાત્રાળુઓ ખૂબ ડરી ગયા. વિજળી ક્યારે પણ બસ પર પડી શકે એમ હતી. મોતના ભયથી બધા થરથર કાંપવા લાગ્યા. હવે તો વરસાદ પણ શરૂ થઈ ગયો હતો અને મેઘગર્જના તથા વિજળીનું તાંડવ ચાલુ જ હતું. બસ ડ્રાઈવરે સમય પારખી, એક જગ્યાએ બસ રોકી.

પછી બધા યાત્રીઓને સંબોધીને કહ્યું, “આપણી બસમાં કોઈ એક વ્યક્તિ છે જેનું મૃત્યુ આજે નક્કી છે, પરંતુ તે વ્યક્તિને લીધે બસમાંના તમામ યાત્રાળુઓ મૃત્યુ પામશે એવું લાગે છે. આ સમસ્યાના સમાધાન માટે મને એક ઉપાય સૂજે છે, તે બધા ધ્યાનથી સાંભળો.”

“તમે બધા, એક એક કરીને સામે પચાસ ફૂટ દૂર આવેલ ઝાડને અડીને પાછા આવો. જેના નસીબમાં મૃત્યુ લખાયેલ હશે તે ઝાડને અડવા જશે ત્યારે તેના પર વિજળી પડશે. તે યાત્રાળુ તો મરી જશે, પરંતુ બાકીના તમે બધા બચી જશો.”

યાત્રાળુઓમાંના ઘણાંને આ નુસખો પસંદ ન પડ્યો પરંતુ બીજો કોઈ પર્યાય ન સૂજતા આખરે બધાએ, એક પછી એક કરીને ઝાડને અડવા બસમાંથી ઉતરવાનું મંજૂર કર્યું.

પહેલો પ્રવાસી પોતાના ઈષ્ટદેવનું નામ લેતા ગભરાતા ગભરાતા ઝાડ સુધી પહોંચ્યો. ઝાડને સ્પર્શ

કરતા તેને બીક લાગી કે હમણા વિજળી પડશે અને મોત મારો કોળિયો કરી જશે પણ એવું કશું થયું નહિ. પલભરમાં એની માયૂસી આનંદમાં પલટાઈ ગઈ. અને એ દોડતો દોડતો આવીને બસમાં બેસી ગયો.

પછી બીજા ઉતારુનો વારો આવ્યો. એનો પ્રતિભાવ પણ પ્રથમ ઉતારુ જેવો જ હતો. જતી વખતે બીક, રામનામનું રટણ અને જેવો ઝાડને અડવા પછી કશું અઘટિત ન બનતા હર્ષોલ્લાસ અને દોડીને બસમાં પાછા આવવું.

આમ એક પછી એક, બસના લગભગ ઉતારુ ઉતરીને ઝાડને અડીને બસમાં પાછા આવી ગયા. ફક્ત એક વૃધ્ધ ઉતારુ બાકી હતો. બધાને હવે એના પર શંકા કેન્દ્રિત થઈ. “જા, જલ્દી બસમાંથી ઉતરી જા નહિતર તારે લીધે અમને મોતના મોંઘા ધકેલાવું પડશે.”

વૃધ્ધે કાકલૂદી કરતા કહ્યું, “ભાઈઓ હું પહેલેથી બીમાર છું અને બસમાંથી નીચે ઉતરીશ તો વરસાદમાં ભીંજાઈ જઈશ, કદાચ ન્યુમોનિયા થઈ જાય માટે મારા પર રહેમ કરો.” પરંતુ બાકીના યાત્રાળુઓ માન્યા નહિ અને વૃધ્ધને બસમાંથી ઉતરવા મજબૂર કર્યા.

વૃધ્ધ બસમાંથી ઉતરીને ધીરે ધીરે ઝાડ તરફ ચાલવા માંડ્યું. જેવો તેણે ઝાડને અડવા માટે હાથ લંબાવ્યો ત્યાં આકાશમાં વિજળીનો એકે મોટો કડાકો થયો. વૃધ્ધ તો ધ્રુજી ઉઠ્યો, પહેલા તો આંખ બંધ કરી દીધી પરંતુ ક્ષણવારમાં આંખ ખોલીને જોયું તો પાછળ ઉભેલી બસ પર વિજળી પડી હતી અને તેના સિવાયના બાકીના તમામ યાત્રાળુઓ બળીને રાખ થઈ ગયા હતા.

- અનુસંધાન પાના નં.૧૫ પર

Post Registration No. MNW/277/2018-2020

RNI No. MAHGUV/2002/9750

Posted at Liberty Garden, P.O.

on 5th or 6th of every month.

ગોરક્ષા પાત્ર વતી માલિક, મુદ્રક, પ્રકાશક અને સંપાદક

શ્રી રમેશ શામળજી દોશી (નિમિત માત્ર),

બી/૬૦૧, નંદનવન, નરસિંગ લેન, ડી.એસ. નગર,

મલાડ (પ.), મુંબઈ-૬૪. મો.નં.: ૯૩૨૩૪૧૨૪૭૧

Email: doshir65@gmail.com

સંપાદક મંડળ: શ્રી શાંતિલાલ ગડા, શ્રી મનોજ રાજગુરુ

Web: www.gorakshapatra.org.

મુદ્રણ સ્થળ: ગોગરી ઓફસેટ, વાગરી પાડા, એ.કે. રોડ,

અંધેરી (ઈ), મુંબઈ - ૪૦૦ ૦૬૯.

પ્રેરક : સત્યુરુષોની પ્રેરણા અને આશીષ.

૧ ફેબ્રુઆરી ૨૦૧૯

“Licence to Post Without Pre Payment”

WPP-Lic. No. MR/Tech/WPP-330/NW/2019



ગોરક્ષા પાત્ર
ગાય બૈલ બચેંગે
દેશ બચેગા

To,

