

પૂજયક્રી નારાયણભાઈએ પ્રબોધેલ અદ્યાત્મસાર

માટી

ચોરી

અવેરી

દિન

પંચ વર્તમાન

વિશાદ અર્થમાં

વટલપું-વટલાવવું નહિ

સર્વજીવહિતાવહ ગ્રંથમાળા - ૪૭



સંસ્થાપક : અ.મુ.પ.પુ. શ્રી નારાયણભાઈ ગી. ઠક્કર
શ્રી સ્વામિનારાયણ ડિવાઇન મિશન

અમદાવાદ-૧૩

શ્રી સ્વામિનારાયણ ડિવાઇન ભિશાનનું પ્રતીક



પ્રતીકમાં શ્રી સ્વામિનારાયણ ભગવાનના ચરણક્રમાંથી
સામુદ્રિકશાસ્ત્રમાં વર્ણવિલાં ભગવત્ત્વરૂપનાં સોળ વિલક્ષણ ચિહ્નો છે:

જમણા ચરણક્રમાં નવ ચિહ્નો



સ્વાસ્ત્રિક: માંગાત્મય ભગવત્ત્વરૂપને સૂચવે છે.



અષ્ટકોણ: ઉત્તર-દક્ષિણ-પૂર્વ-પશ્ચિમ-અર્દ્ધના-અર્દ્ધશાન-બૈઅષ્ટત્ય-વાયવ્ય
એવી આઠ દિશામાં ભગવત્ત્વ-કરુણા વહી રહી છે તેનું પ્રતીક છે.



ઉર્ધ્વર્ણા: ભગવત્ત્વપાથી થતું જીવોનું સતત ઉર્ધ્વીકરણ દર્શાવે છે.



અંકુશ: સર્વને અંકુશમાં રાખવા સર્વકારણના કારણ રૂપ ઐશ્વર્યનું
ધોતક છે ને અંતઃશરીરને વશ રાખવાનું સૂચવે છે.



ધજ: અથવા કેતુ સત્ત્વરૂપ ભગવાનની વિજય-પતાકા છે.



વજ: ભગવત્ત્વરૂપનું વજ જેણું શક્તિશાળી બળ જીવના દોષો નાટ
કરી કાળ-કર્મ-માયાના ભયથી મુક્ત કરે છે તેમ નિર્ણયો છે.



પદ્મ: જલકમલવત્ત નિર્ણેપ કરનાર ભગવત્ત્વરૂપની કરુણાસભર
મૂદુતા સૂચવે છે.



જંબુક્ષળ: ભગવત્ત્વરૂપમાં જોડાયેલાને મળતા દિવ્ય સુખરૂપી રસનું સૂચક છે.



જવ: અભિનમાં જવ, તલ આદિ અનાજ હોમી અહિંસામય યજ્ઞ કરનારા અને ભગવત્ત્વરૂપમાં જોડાયેલાના ધનદાન્ય ને યોગક્ષેમનું ભગવાન પોતે વહન કરે છે તેમ સૂચવે છે.

ડાબા ચરણકમળમાં સાત ચિહ્નો



મીન: સામા પ્રવાહે વહી ઉદ્ભવસ્�ાને પહોંચતા મત્ત્વની પેઠે એશ્વર્ય-સુખના ઉદ્ભવસ્થાન ભગવત્ત્વરૂપને પામવાનું સૂચવે છે.



ત્રિકોણ: જીવને આધિ, વ્યાધિ, ઉપાધિમાંથી છોડાવી ઈશ્વર, માયા, બ્રહ્મની ત્રિપુટીથી પર પરબ્રહ્મ-સ્વરૂપને વિષે સ્થિતિ કરવાનું નિર્દેશક છે.



ધનુષ: અધર્મ થકી પોતાના આશ્રિતોના આરક્ષણનું પ્રતીક છે.



ગોપદ: ભગવત્ત્વિય ગોવંશ અને ભગવત્ત્વિય સત્પુરૂષોના પરોપકારી લક્ષણને સૂચવે છે.



વ્યોમ: ભગવત્ત્વરૂપનો આકાશવત્ત નિર્લેપપણે સર્વત્ર વ્યાપ સૂચવે છે.



અર્દ્ધચંદ્ર: ભગવત્ત્વરૂપના દ્વારા વડે ચંદ્રકળાની જેમ વૃદ્ધિ પામી પૂર્ણતા પ્રાપ્ત થાય છે એમ દર્શાવે છે.



કળશ: ભગવત્ત્વરૂપની સર્વોપરીતા અને પરિપૂર્ણતાનું પ્રતીક છે.

પ્રતીકમાં રહેલા ભગવત્ત્વરૂપનાં ચિહ્નોનાં રહ્યાને દૃષ્ટિ સમક્ષ રાખી, સર્વ જીવનું હિત થાય એવી નિઃસ્વાર્થ જ્ઞાન-દ્વારા-સેવા પ્રવૃત્તિ સૌંદર્ય કરતા-કરાવતા રહેવાના મિશનના પુરુષાર્થમાં ભગવત્કૃપા વહ્યા કરો એવી શ્રીહિનિા ચરણકમળમાં પ્રાર્થના.

॥ सहजानंद मन भाई सदाई, सहजानंद मन भाई;
सहजानंद मनोहर मूरति, प्रीत करी उर लाई. ॥

॥ ब्रह्ममहोत वासी अविनाशी, मनुष्य देह धरी आई;
जे जन आई रहे इन शरने, भुक्ति भुक्ति सब पाई. ॥

॥ काल कर्म को दुःख अति भारी, सो सब देवे छोराई;
सुखकारी धनश्याम भजनसे, भव भटकन मीठ जाई. ॥

॥ अंतर प्रीत शीतसुं करी डे, भूरति मन ठहराई;
काम क्षोध मध लोभ सहजमें, अवधप्रसाद हठाई. ॥

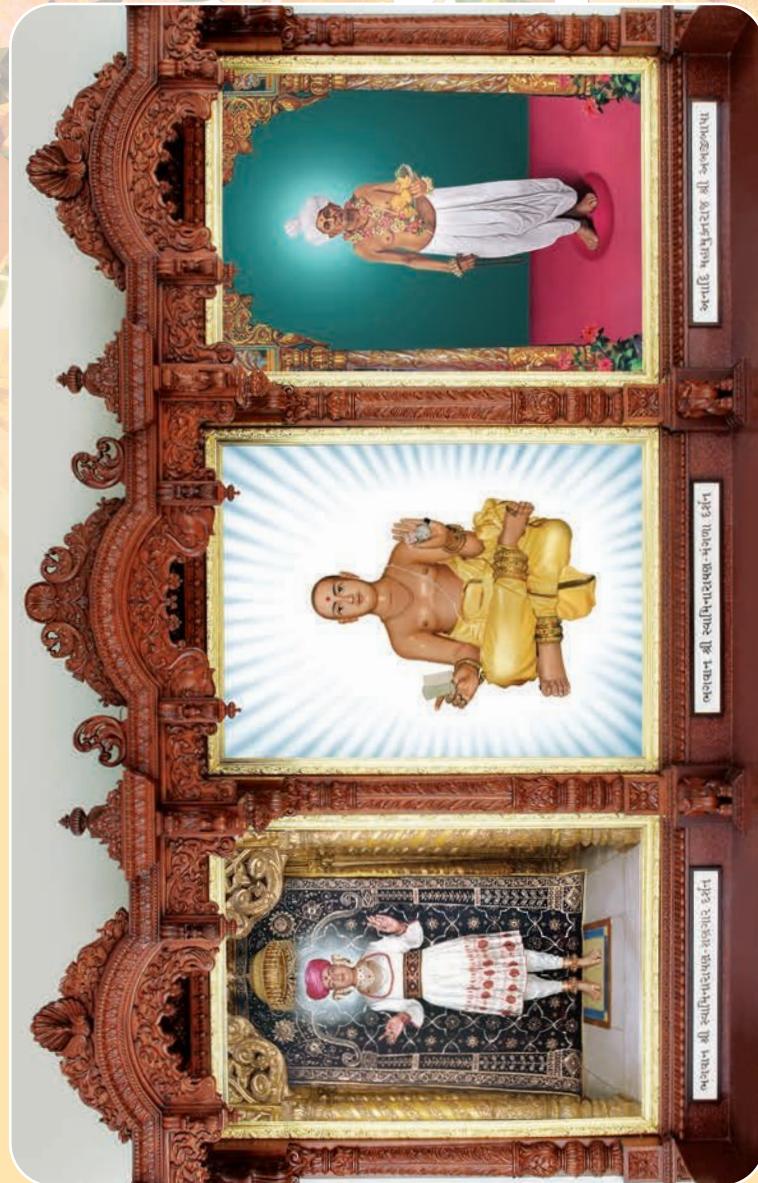


सर्वोपरी उपास्य मूर्ति
पूर्ण पुरुषोतम श्री स्वामिनारायण भगवान

॥ ਗਾਰਥੁ ਦੁਰਮਾਨ 'ਪ੍ਰਿਣ ਸ਼ਿਵ ਚਾਰਣ ਗਾਰਨਿਆਨ
॥ ਤਾਰ ਮਾਲੁ ਸਿਖੀ ਪਿਸ 'ਤਰੈਸ ਮਦਿ ਸਾਤ ਅਖੈਂ
॥ ਤਾਰ ਮਿਸਟਾ ਪ੍ਰਿਣਾਹੁ ਪ੍ਰਿਸਥੇ ਰਤਨੁ ਪ੍ਰਿਣਾਹੁ ਰਤਨੁ
॥ ਤਾਰ ਤੇ ਏਤ ਨਾਲੁ 'ਪੁਰੋਤ ਰਘੁ ਸਾਲੁ ਭਾਨੁ
॥ ਤਾਰਾਦਿ ਤ੍ਰਾਮੁਛੁਹੁ 'ਨਾਰ ਫਲੁ ਤਾਰਾਦਿ ਤ੍ਰਾਮੁਛੁਹੁ



બાળ - દ્વારા - ઉપાસના ખંડ - જીવાણ (ભાગ્યમા)



॥ रे सिवध्युमा राह राह, लूळिछ कुणार त्रासताउर॥
॥ रे सिना मज्जाल हेवि, द्विराह मन्त्र शेर गिर माल हिव॥
॥ रे तिनमि धेह रम ईस, धिरासाराम, त्रिकमटि देव. रे॥
॥ रे सिवध्युमा राह राह, लूळिछ कुणार त्रासताउर॥

॥ रे टिट अःक्षु झुल बहू, द्विराह मन्त्र शेर गिर माल हिव॥
॥ रे त्रिकमटि धानोकराह, त्रिवार साथेभाव बहू रहू रहू॥

દાન-દ્વારા-ઉપાસના ખંડ-(અહેનો) (



અર્પણ

અનંતકોટિ મુક્તના સ્વામી

અને સદા સાકાર

દિવ્ય મૂર્તિ એવા પરમ કૃપાળુ

શ્રી સ્વામિનારાયણ ભગવાના

ગૂટ રહ્ય જ્ઞાનને સમજાવનારા,

એ મહાપ્રભુના સુખનિધિ સ્વરૂપનું સર્વોપરીપણું

સર્વત્ર પ્રવત્તિવનારા અને અનાદિમુક્તની

સર્વોત્તમ સ્થિતિનો અનુભવ કરાવનારા

- આ રીતે સમગ્ર સત્સંગ ને માનવકુળ

પર મહદું ઉપકાર કરનારા પરમ દયાળુ

અનાદિ મહામુક્તરાજ

પ. પૂ. શ્રી અબજુલાપાશ્રીના

ચરણકમળોમાં સાદર સમર્પિત



રહસ્યજ્ઞાન પ્રદાતા
અનાંદિ મહામુક્તરાજ શ્રી અબજુબાપા

અદ્ય

શ્રીજમહારાજ તથા બાપાશ્રીના

સર્વોપરી તત્ત્વજ્ઞાનને વૈજ્ઞાનિક પરિપ્રેક્ષયમાં પ્રસ્તુત
કરી આધ્યાત્મિક, સામાજિક તેમ જ શૈક્ષણિક ક્ષેત્રે,
અભિતીય યોગદાન આપનાર, ધર્મશુદ્ધિ, વહીવટશુદ્ધિ ને
ચાચિશ્યશુદ્ધિના પ્રખર હિમાયતી તથા ચૈતન્યનું ઉર્ધ્વર્કરણ
કરવારૂપ બ્રહ્મયજ્ઞાની આહલેક જગાડવા સર્વજીવહિતાવહ
સંસ્થા ‘શ્રી સ્વામીનારાયણ ડિવાઇન ભિશન’નું
સ્થાપન કરનાર કરુણામૂર્તિ સદગુરુવર્ય
અનાદિ મુક્તરાજ પૂજયશ્રી નારાયણભાઈના
ચરણકમળમાં શતકોટિ વંદન !

संस्थापक



અનાંદ મુક્તરાજ
પૂજ્યશ્રી નારાયણભાઈ ગીગાભાઈ ઠક્કર

..... સંપાદકીય વિશેષ

શ્રી સ્વામિનારાયણ ડિવાઇન મિશન એવી ગ્રંથશ્રેણી પ્રકાશિત-સંપાદિત કરવા ઉત્સુક છે કે જે સમગ્ર માનવજાત માટે કલ્યાણકારી હોય અને જેના વાચનથી ભારતીય સંસ્કૃતનો ઉચ્ચતમ હેતુ બર આવતો હોય.

વર્તમાન બુદ્ધિયુગમાં ઉચ્ચ શિક્ષણનો વિસ્તાર પ્રતિદિન વધતો જાય છે. ઉચ્ચ શિક્ષણનો મૂળભૂત હેતુ જીવનમાં ઉચ્ચતર મૂલ્યો પ્રસ્થાપિત કરવાનો છે અને જીવનનું ઊંચામાં ઊંચું મૂલ્ય પરમાત્માના પરમસુખનો અનુભવ કરવો તેમાં રહેલું છે. આ હેતુઓ તરફ દોરી જવામાં આ ગ્રંથશ્રેણી સહાયભૂત બને એવી અપેક્ષા છે.

શિક્ષણ, વિજ્ઞાન ને યંત્રવિદ્યાના સતત વધતા જતા વ્યાપને આપણે એવી રીતે ટાળવો છે કે એ કેવળ ભૌતિક સુખની પ્રાપ્તિનાં સાધન બની ન રહેતાં, માનવીના આંતરિક વિકાસમાં ઉચ્ચતમ મદદગાર બની રહે; સાથોસાથ આપણે એવી સમજણા પ્રસારવી છે કે ઉલ્કાંતિનું અંતિમ લક્ષ્ય ઉત્તરોત્તર વિકસીને પરમાત્માના દિવ્ય સુખમાં મળી જવામાં છે.

દિવ્યાનંદની પ્રાપ્તિ માટે સતત વિકસતા જવાની પ્રાકૃતિક અંત: પ્રેરણા માનવને ઈશ્વરે આપેલી અણમૂલ બક્ષિસ છે. તે એવું સૂચયે છે કે આપણે સૌ સાથે મળીને એવી સામાજિક, આર્થિક ને રાજકીય પરિસ્થિતિનું નિર્માણ કરીએ કે જેથી જીવનના ઊર્ધ્વીકરણની પ્રક્રિયા નિર્બાધ રીતે પૂર્તી મોકઢાશથી ખીલી ઉઠે. આ કાર્યને વેગ મળે એવા પ્રેરણાદારી સાહિત્યનું સર્જન કરવાનું આવશ્યક છે.

માવનજાતના આધ્યાત્મિક અને સામાજિક શ્રેય માટે શ્રી સ્વામિનારાયણ ભગવાને, જીવનને સતત ઊર્ધ્વ બનાવી, આત્માંતિક દિવ્ય સુખને પમાય એવો સર્વસમન્વયી જ્ઞાનમાર્ગ

પ્રથાપિત કરેલ છે; તેમની શ્રીમુખવાળી ‘વચનામૃતમ्’ તથા ‘શિક્ષાપત્રી’માં એ તત્ત્વજ્ઞાનનું ઊંડાણ અનન્ય છે અને સવિસ્તર સરળ ભાષામાં પ્રસ્તુત થયેલ છે. તદ્દિપરાંત પોતાના બ્રહ્મનિષ્ઠ સંતો ને ગૃહસ્થી મુક્તપુરુષો દ્વારા સર્વહિતાવહ સાહિત્ય પણ વિપુલ પ્રમાણમાં તૈયાર કરાવ્યું છે.

ઉપરોક્ત ગ્રંથોમાં સર્વગ્રાહ્ય ભારતીય સંસ્કૃતિ ને જીવન જીવવાની ખરી દિશા બતાવવામાં આવી છે. તેથી આ ગ્રંથશ્રેણીમાં સર્વજ્ઞનો-પૂર્વના હોય કે પાશ્ચિમના, સૌને દિવ્યતા તરફ દોરી જવામાં પથદર્શક નીવડે એવા એ આદર્શો તથા જ્ઞાનને અવચ્ચિન જ્ઞાનના પ્રકાશમાં રજૂ કરવાનો ઉત્તમ પ્રયત્ન કરવામાં આવશે. અમને ખાતરી છે કે તેનાથી માનવજીવનમાં સંવાદિતા આવશે ને આધુનિક જીવનની વિષમતા ધીરે ધીરે ઓછી થતી જઈ દૂર થાય જશે.

ભારત કે વિશ્વનું અન્ય સાહિત્ય કે જેમાં દશાવિલ વિચારો અમારા ઉદ્દેશો સાથે સુસંગત હશે તો તે પણ આ ગ્રંથશ્રેણીમાં આવરી લેવામાં આવશે.

અમારી ઇચ્છા એવી છે કે આ ગ્રંથશ્રેણીનાં પુસ્તકો ફક્ત ગુજરાતી ભાષામાં જ નહિ બલ્કે હિન્દી, અંગ્રેજી વગેરે ભાષાઓમાં પણ પ્રકાશિત કરવાં, જેથી અન્યભાષી વાચકોને પણ આ ગ્રંથશ્રેણીનાં પુસ્તકોનો લાભ મળે.

મિશનની આ પ્રવૃત્તિને સફળતા બક્ષવામાં સૌનો સાથ-સહકાર ઇચ્છીએ છીએ અને મિશનના સર્વ કાર્યમાં સદૈવ પ્રભુકૃપા ભળે એ જ અભ્યર્થના.

દાસાનુદાસ

નારાયણભાઈ ગી. ઠક્કર

સ્થાપક પ્રમુખ

શ્રી સ્વામિનારાયણ ડિવાઇન મિશન

સં. ૨૦૪૨, શ્રીહરિજયંતી

એપ્રિલ ૧૮, ૧૯૮૬

અમદાવાદ



॥ શ્રી સ્વામિનારાયણો વિજયતેતરામ् ॥

પૂજ્યશ્રી નારાયણભાઈએ પ્રબોધેલ અધ્યાત્મસાર

પંચ વર્તમાન

સર્વજ્ઞવહિતાવહ ગ્રંથમાળા

૪૭



: સંસ્થાપક:

• અ. મુ. પ. પૂ. શ્રી નારાયણભાઈ ગી. ઠક્કર •

શ્રી સ્વામિનારાયણ ડિવાઇન મિશન

અમદાવાદ - ૩૮૦ ૦૧૩

શ્રી સ્વામિનારાયણ ડિવાઇન મિશન

સર્વજીવહિતાવહ ગ્રંથમાળા

* પ્રકાશન સમિતિ *

: પ્રેરક - માર્ગદર્શક :

* અ. મુ. પ. પૂ. શ્રી નારાયણભાઈ ગી. ઠક્કર *

© શ્રી સ્વામિનારાયણ ડિવાઇન મિશન, અમદાવાદ

(રજિ. નં. ૪/૪૫૪૬/અમદાવાદ : ૧૯૮૧)

ઈન્કમટેક્ષ એક્ષેમ્પશન પ/સ 80(G)5

ઇન્ડી આવૃત્તિ

પ્રતિ : ૫૦૦૦

૨૦૧૮, ૧૯, ફંધુઆરી

સં. ૨૦૭૪ ફાગણ સુદ એકમ

ક્લેવ મૂલ્ય : રૂ.૧૫/-

પ્રકાશક

શ્રી સ્વામિનારાયણ ડિવાઇન મિશન

૮, સર્વમંગલ સોસાયટી, પૂજયશ્રી નારાયણભાઈ માર્ગ

નારણપુરા, અમદાવાદ - ૩૮૦૦૧૩ ઠ : ૨૭૯૮૨૧૨૦

E-mail : info@shriswaminarayandivinemission.com

Website : www.shriswaminarayandivinemission.org

: મુદ્રક :

મુદ્રણ સંસ્કાર;

મુદ્રણ પુરોહિત, સૂર્ય ઓફસેટ

ાંબલી ગામ, અમદાવાદ

ઇંગ્રી આવૃત્તિનું નિવેદન

સર્વોપરી ભગવાન શ્રી સ્વામિનારાયણો આપેલાં પંચ વર્તમાન-પાંચ મહાક્રતો સામાન્ય માનવી સમજ શકે તેવા સરળ અને સચ્ચોટ હોવા છતાંય અત્યંત ગહન આધ્યાત્મિક રહસ્યોથી ભરેલાં છે. તે વર્તમાનોને પૂર્ણ મુક્તસ્થિતિવાળા સત્પુરુષ જ્યારે સ્થળ તેમ જ સૂક્ષ્મ આધ્યાત્મિક અર્થમાં સમજાવે, ત્યારે જ તે યથાર્થ સમજ શકાય છે. અ. મુ. પ. પૂ. શ્રી નારાયણભાઈ આત્માપરમાભાના અખંડ સાક્ષાત્કારવાળા પૂર્ણસિદ્ધ મુક્ત હોવાથી, તેઓશ્રીએ પંચ વર્તમાનના આધ્યાત્મિક રહસ્યોને પણ વૈજ્ઞાનિક સંદર્ભમાં સુંદર રીતે સમજાવેલા છે. તે સમજાયા પછી તેને પોતાના જીવનમાં ચરિતાર્થ કરવાની જવાબદારી મુમુક્ષુ સાધકની રહે છે. તે પ્રમાણો પાત્રતા કેળવી સાધક વર્ત્ત તો પોતાના ચૈતન્યનું ઉદ્ઘીકરણ કરી શકે. આથી પહેલી આવશ્યકતા છે તે વર્તમાનોને યથાર્થ રીતે સમજવાની અને બીજી આવશ્યકતા છે તેના યથાર્થ પાલન માટે પાત્રતા કેળવવાની.

આ બંને હેતુઓ સિદ્ધ થઈ શકે એવા ઉદ્દેશ્યથી પૂજ્યશ્રી નારાયણભાઈ દ્વારા રચિત ‘સમગ્ર જીવનનો યોગ’ નામક પુસ્તિકા શ્રી સ્વામિનારાયણ ડિવાઇન મિશન દ્વારા પ્રકાશિત કરવામાં આવી છે. તેમાં પંચ વર્તમાનના અર્થો સંક્ષિપ્તમાં વર્ણિત્વ છે. આ પવિત્ર સંસ્થા દ્વારા જ પૂજ્યશ્રી નારાયણભાઈના ઉપદેશામૃતને ‘પંચ વર્તમાન’ (વિશાદ અર્થમાં) એ શીર્ષક હેઠળ પુસ્તકરૂપે પ્રકાશિત કરવામાં આવેલ. તેમાં પંચ વર્તમાનને ખરા અર્થમાં સમજ તેનું યથાર્થ પાલન થઈ શકે તે હેતુથી ઊંડાણપૂર્વક વિવરણ કરેલ છે. તેમાં આ વિષય સંબંધી સચ્ચોટ માર્ગદર્શન

મળી રહે તેવો નમ્ર પ્રયાસ કરવામાં આવેલ છે. આ પુસ્તકનું પ્રકાશન કેવળ પૂર્ણ પુરુષોત્તમ ભગવાન શ્રી સ્વામિનારાયણ, પરમ કૃપાળું બાપાશ્રી, મૂર્તિસ્થિત સદ્ગુરુશ્રીઓ તથા આપણા લાડીલા વાત્સલ્યમૂર્તિ સદ્ગુરુવર્ય અ. મુ. પ. પૂ. શ્રી નારાયણભાઈની નિઃસીમ કૃપાનું જ પરિણામ છે. આ પુસ્તકની ઉપયોગીતાને અનુલક્ષીને તેમ જ વાચકવૃંદના બહોળા પ્રતિસાદને લઈને આ પુસ્તકની છહી આવૃત્તિ પ્રકાશિત કરવામાં આવી રહી છે. ‘શ્રી સ્વામિનારાયણ ડિવાઇન મિશન’ જેવી સર્વજીવહિતાવહ સંસ્થાના સ્થાપક, પ્રેરક ને સંવર્ધક એવા અ. મુ. પૂ. શ્રી નારાયણભાઈનો અનેક મુમુક્ષુઓ પ્રત્યે નિર્ભેણ સત્યજ્ઞાન પહોંચાડવાનો કેવો પ્રબળ સંકલ્પ હતો તે સાબિત કરે છે. આવા સમર્થ સદ્ગુરુવર્યની પ્રેરણા ને અમીદાસ્થિથી જ આવા પ્રકાશન જેવા ઉદાત કાર્યને વેગ મળે છે. આપણો સૌ આ અવસરને સહર્ષ વધાવીને પંચ વર્તમાનના યથાર્થ પાલન દ્વારા સહિયારો પ્રયાસ કરી વ્યક્તિગત તેમ જ સામાજિક માનવચેતનાના ઉત્થાનના આ પવિત્ર કાર્યમાં યોગદાન આપી જવન સાર્થક કરી લઈએ એ જ અભ્યર્થના !

સં. ૨૦૭૪, ફાગણ સુદ એકમ
ઈ. સ. ૨૦૧૮, ૧૫ ફેબ્રુઆરી

પ્રકાશન સમિતિ
શ્રી સ્વામિનારાયણ ડિવાઇન મિશન

અનુક્રમણિકા

ક્રમાંક	વિષય	પૃષ્ઠ
૧.	પંચ વર્તમાન અને તેનું મહત્વ	૧
૨.	પ્રથમ વર્તમાન : દારુનો ત્યાગ	૫
૩.	દ્વિતીય વર્તમાન : માટી (માંસાહાર-હિંસા)નો ત્યાગ	૨૭
૪.	તૃતીય વર્તમાન : ચોરીનો ત્યાગ	૪૯
૫.	ચતુર્થ વર્તમાન : અવેરીનો ત્યાગ	૫૬
૬.	પંચમ વર્તમાન : વટલવું નહિ ને વટલાવવું નહિ	૭૮
૭.	ઉપસંહાર	૮૫

“પછી આધારાનંદ સ્વામીએ પૂછ્યું જે, કેવી રીતે
વર્તીએ તો અગવાન ને અગવાનના સંત પ્રસન્ન થાય?
પછી શ્રીજીમણારાજ બોલ્યા જે, પંચ વર્તમાન સંપૂર્ણ
રાખીએ ને તેમાં ડોર્ઝ ખોટચ આવવા દેઈએ નહિં, તો
અગવાન ને અગવાનના સંત પ્રસન્ન થાય છે, એમાં
કેશ માત્ર સંશાય નહિં.” (વચ. ગ. પ. ૭૮)

- અગવાન શ્રી સ્વામિનારાયણ

ਪੰਥ ਅਧੀਨ

-
૧. “પંચ વર્તમાનરૂપી આજ્ઞા એ મહારાજનું સ્વરૂપ છે. આજ્ઞારૂપી સ્વરૂપ આપણાને મહારાજની મૂર્તિના સૂખમાં રહી શકાય તેવા પાત્ર કરે છે.”
 ૨. “પંચ વર્તમાન સ્થૂળ એને સૂક્ષ્મ સ્વરૂપમાં સમજીને પાળો તો મહારાજની મૂર્તિ આખેહૂબ દેખાય. અગવાનને બોલાવવા પડે નહિં, આપોસ્યાપ આગળ આવીને ઊભા રહે.”
 ૩. “પંચ વર્તમાન પાળવા એ જીવના પોતાજા છાથમાં છે.”
 ૪. “આપણો પંચ વર્તમાન પાળીએ એટલે મહારાજ અન્ન, વર્સ્ત્ર એને રહેઠાણ આપે જ છે.”
 ૫. “પંચ વર્તમાન આખા જગતને લાગુ પડે, માટે આ વિશ્વધર્મ છે. પંચ વર્તમાન પાળો તો જગતમાં એકેય જાયાએ દુઃખ ન રહે.”

- અ. મુ. પ. પૂ. શ્રી નારાયણાલીર્ણ ઠક્કર

પંચ વર્તમાન અને તેનું મહત્વ

સર્વોપરી ઉપાસ્યસ્વરૂપ, અધમોક્ષારક ભગવાન શ્રી સ્વામિનારાયણે આ લોકની જીવસૃષ્ટિમાં ચૈતન્યની ઉત્કાંતિરૂપ સીડીના શ્રેષ્ઠ સોપાનરૂપ મનુષ્યજીવનના ઉર્ધ્વગમન માટે, પાયાના મૂલ્યો દ્વારા ઉત્કૃષ્ટ જીવન તરફ દોરી જતાં પંચ વર્તમાન આચ્છાં છે. તેના દ્વારા પશુમાંથી નર અને નરમાંથી નારાયણ બની શકાય છે. જીવમાંથી શિવ બની શકાય છે. અર્થાત્ પશુ તુલ્ય નિમ્ન કક્ષાના જીવનમાંથી નર અર્થાત્ સાચા મનુષ્ય અને નરમાંથી નારાયણ અર્થાત્ પ્રભુનું પરમસાધર્મ્ય પામેલ મુક્ત જે પરમાત્મા તુલ્ય છે, એમના જેવી દિવ્ય સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરી શકાય છે.

આ પંચ વર્તમાન એટલે પાંચ મહાત્રતો - દારુનો ત્યાગ, માટી (હિંસા)નો ત્યાગ, ચોરીનો ત્યાગ, અવેરીનો ત્યાગ અને વટલવું નહિ ને વટલાવવું નહિ તે છે. આ પંચ વર્તમાનના સ્થૂળ તેમ જ સૂક્ષ્મ અર્થોનો ભેદ મનુષ્ય પોતાની મર્યાદિત બુદ્ધિથી સમજી શકવા શક્તિમાન નથી. એ અર્થો સમજવા માટે પરમાત્મા તેમ જ તેમના દિવ્યસ્વરૂપમાં અખંડ સાક્ષાત્કાર દ્વારા જેમની અલૌકિક દિવ્ય સ્થિતિ થઈ હોય અને એ સ્થિતિમાં જેઓ નિરંતર વર્તતા હોય એવા સિદ્ધ મુક્તના જોગ-સમાગમ-સેવા અનિવાર્ય બને છે. પરમાત્મા અથવા સિદ્ધ મુક્ત પાસેથી એ અંગેની સ્પષ્ટ સમજણા મેળવ્યા પછી જ પંચ વર્તમાનનું યથાર્થ રીતે પાલન થઈ શકે છે. અન્યથા એના પાલનમાં ક્ષતિ રહે છે ને તેનું પાલન

યંત્રવત્તુ બની જાય છે. એવા યંત્રવત્તુ પાલનથી આ લોકમાં ક્ષણિક વાહ-વાહ કે કીર્તિ મળી જાય, પણ આધ્યાત્મિક પ્રગતિ સંભવતી નથી.

ઉપલક દૃષ્ટિએ સ્થૂળ જેવાં જણાતાં પંચ વર્તમાન તેના ઉંડાણમાં અતિ સૂક્ષ્મ ને ગહન છે. પરમાત્મા અથવા મુક્ત પુરુષના જોગથી તેમના વાણી-વર્તનના બારીક અવલોકન દ્વારા તેમ જ તેમના ઉપદેશ વચનો દ્વારા પંચ વર્તમાનના સૂક્ષ્મ અર્થો દીવા જેવા સ્પષ્ટ થતાં તેનું યથાર્થ પાલન કરવાની અભિપ્સા જાગે છે. ત્યાર બાદ તેનું આચરણ શક્ય બને છે. એવા યથાર્થ આચરણથી હંદ્રિયો અંત:કરણની પરિશુદ્ધિ થઈ સત્ત્વગુણાની વૃદ્ધિ થાય છે. એવા સત્ત્વગુણયુક્ત પરિશુદ્ધ અંત:કરણમાં પરમાત્માના સ્વરૂપના સર્વોપરી યથાર્થ જ્ઞાન, ધ્યાન ને ઉપાસના દ્વારા જીવોનું મૂળ અજ્ઞાનરૂપ ગાઠ તિમિર દૂર થઈ અનુભવજ્ઞાનનો પ્રકાશ જળહળી ઉઠે છે. અને આધ્યાત્મિક જીવનની ચરમસીમારૂપ પ્રભુના વ્યતિરેક દિવ્ય સ્વરૂપનો સાક્ષાત્કાર થઈ આત્યંતિક મોક્ષની ઉપલબ્ધિ થાય છે.

આ ઉપરથી એ વાત સ્પષ્ટ થાય છે કે પંચ વર્તમાનનું જીવનમાં કેટલું વિશેષ મહત્ત્વ છે. દેહધારીને જીવન જીવવા માટે પ્રાણવાયુની જેટલી આવશ્યકતા છે તેટલી, બલ્કે તેનાથી પણ વિશેષ આવશ્યકતા છે પંચ વર્તમાનના સમજપૂર્વક યથાર્થ પાલનની! આ વાત વિચારશીલ, ગ્રહણશીલ મુમુક્ષુ સાધકને સમજાયા વગર રહેશે નહિએ.

પંચ વર્તમાનના યથાર્થ પાલન દ્વારા મનુષ્યની અનેક દોષોરૂપ મહિનતા દૂર થઈ તેનું જીવન સ્ફટિક સમાન

પારદર્શક અને નિર્ભળ બને છે. ત્યારે તેમાં થાય છે પ્રભુના દિવ્ય કલ્યાણકારી ગુણોનો આવિર્ભાવ! તેના દ્વારા સાધક પોતાનું પરમશ્રેય સાધી શકે છે તથા જગતના અન્ય જીવોનું શ્રેય સાધવા માટે પણ સક્ષમ બને છે. તે પ્રભુનું ઉત્તમ માધ્યમ બની રહે છે. ‘આત્મનો મોક્ષાર્થ જગદ્વિતીય ચા’ એ ઉક્તિ પ્રમાણે પ્રથમ પોતાના આત્માનો મોક્ષ સાધી પછી જગતનો ઉદ્ઘાર કરવા તે શક્તિમાન બને છે. માટે પંચ વર્તમાનનું પાલન કેવળ સ્થૂળ ભૌતિક અર્થમાં રહ્યી યંત્રવત્ત બની ન રહેતાં તેના ઊંડાણમાં રહેલા સૂક્ષ્મ આધ્યાત્મિક અર્થને સ્પર્શતું હોવું જોઈએ.

આ પંચ વર્તમાન એ કેવળ સ્વામિનારાયણ ધર્મના અનુયાયી પૂરતાં સીમિત નથી. એ સર્વજીવહિતાવિષ્ટ છે. સ્વામિનારાયણ ધર્મ એ કોઈ સંકુચિત કે મર્યાદિત વાડો નથી. “સ્વામિનારાયણ ધર્મ તો વિશ્વધર્મ છે. It is a global Religion.” અધમોદ્ધારક ભગવાન શ્રી સ્વામિનારાયણે મનુષ્યજીવનને સર્વોચ્ચ ધ્યેય તરફ દોરી જતો સર્વોત્કૃષ્ટ માર્ગ દર્શાવવા, તેને ફક્ત Channelize કરવા માટે એક સુવ્યવસ્થિત આયોજન કર્યું છે, એક બંધારણ ઘડ્યું છે, જેને આપણે સંપ્રદાય તરીકે ઓળખીએ છીએ. તેના દ્વારા મુમુક્ષુ ચોક્કસ નિયમ-ધર્મમાં વર્તી, સુયોગ્ય રીતે પોતાનું જીવનઘડતર કરી, ચૈતન્યની સર્વોત્કૃષ્ટ આધ્યાત્મિક ઉત્કાંતિ સાધી શકે છે.

ભગવાન સ્વામિનારાયણે આપેલાં પંચ વર્તમાનમાં ધર્મ, અહિસા, સત્ય, સદાચાર, ક્ષમા, તિતિક્ષા, નીતિમત્તા, પ્રામાણિકતા, નિર્ભળતા, શમદમાદિ, ધૈર્ય, આંતર-બાબ્ય શુદ્ધિ,

મનોદૈહિક સંયમ, સહિષ્ણુતા, સંવાદિતા, સ્થિરતા, સ્થિતપ્રજ્ઞતા, મુમુક્ષુતા, વિનમ્રતા, ચારિત્ય, પ્રેમભાવ, સંપ, ઔદ્ઘર્ય, ભાઈચારો, માનવતા વગેરે અનેક કલ્યાણકારી ઉદાત ગુણોનો સહજ રીતે જ સમાવેશ થઈ જાય છે. યોગશાસ્ત્રમાં વર્ણવેલા યમ (સત્ય-અહિંસા અસ્તેય-બ્રહ્મચર્ય-અપરિગ્રહ), નિયમ (શૌચ-સંતોષ-તપ-સ્વાધ્યાય-ઈશ્વર પ્રણિધાન)નો પણ સમાવેશ આપોઆપ થઈ જાય છે.

પંચ વર્તમાનનું પાલન વ્યક્તિના ભૌતિક તેમ જ આધ્યાત્મિક વિકાસમાં, પ્રેય અને શ્રેયની સિદ્ધિ માટે, જીવનઘડતર અને ચારિત્ય ઘડતરમાં અતિ આવશ્યક છે. માટે તેના પ્રત્યે દુર્લક્ષ્ય સેવવું બિલકુલ હિતાવહ નથી. પંચ વર્તમાનનું યથાર્થ પાલન કરનાર જ ભગવાન સ્વામિનારાયણનો સાચો અનુયાયી છે. અન્ય કોઈ ધર્મના અનુયાયી માટે પણ આ વર્તમાન એટલા જ લાભદાયી છે. કારણ કે ભગવાન સ્વામિનારાયણે આપેલાં પંચ વર્તમાન કેવળ સ્વામિનારાયણ ધર્મ પૂરતાં સીમિત ન બની રહેતાં સારાય વિશ્વના ધર્મને સ્પર્શો છે.

કલ્યાણકારી પ્રવૃત્તિ ધરેથી જ શરૂ થઈ હોવી જોઈએ. ‘Charity begins at home’ એ અંગ્રેજ ઉક્તિ મુજબ સમાજની દરેક વ્યક્તિ પંચ વર્તમાનનો વાસ્તવિક અર્થ સમજું એ પ્રમાણે પોતાનું જીવનઘડતર કરે તથા સત્ત્વગુણપ્રધાન ભૌતિક સિદ્ધિ તેમ જ ઉત્કૃષ્ટ પ્રકારની આધ્યાત્મિક સિદ્ધિ - પ્રેય અને શ્રેય તથા શાસ્ત્રોમાં વર્ણવેલી ધર્મ, અર્થ, કામ ને મોક્ષરૂપ ચતુર્વર્ગ સિદ્ધિ મેળવવા પંચ વર્તમાનનું યથાર્થ પાલન કરે, તો તે નિઃશંકપણે તે સિદ્ધિઓ

હાંસલ કરી શકે. તેમ જ હાલના કલિપ્રભાવ હેઠળના યુગમાં સમાજમાં ફેલાયેલ અંધાધૂંધી, અવ્યવસ્થા, અરાજકતા, ભ્રષ્ટાચાર, દુરાચાર, અશાંતિ, અન્યાય, વિસંવાદ વગેરે દૂર થઈ શાંતિ, પ્રેમ, સંપ, ભાઈચારો, સંવાદિતા ને સાચો માનવધર્મ પાંગરીને સર્વત્ર પ્રસરે. દિશાશૂન્ય બનેલ યુવાપેઢીને સાચો રાહ મળી રહે અને વિશ્વના મોટાભાગના કોયડાઓ ને જટિલ સમસ્યાઓનું સ્વતઃ નિરાકરણ આવી જાય.

મુમુક્ષુ સાધકે પંચ વર્તમાનની સાચી સમજણ કેળવ્યા પછી તેનું યથાર્થ પાલન કરવા માટે પરમાત્મા અથવા સત્પુરુષની કૃપા મેળવવી અતિ આવશ્યક છે. એ કૃપા પરમાત્મા અથવા સત્પુરુષના દિવ્યભાવ સાથે કરેલા જોગ-સમાગમ-સેવા દ્વારા શક્ય બને છે. પરમાત્મા અથવા સત્પુરુષ જ્યારે પૃથ્વી ઉપર પ્રગટ ન હોય, ત્યારે તેમના પ્રેરણાદ્યાયી સ્વરૂપ સમક્ષ એકાગ્ર ચિત્તે અને દિવ્યભાવ સહિત પ્રાર્થના કર્યા કરવાથી અને અંતરમાં તેમના ઉપદેશામૃતની સ્મૃતિ દ્વારા જોગ કર્યા કરવાથી પણ તેમની કૃપા મુમુક્ષુ ઉપર અવશ્ય ઉત્તરે છે. અને ભગવાન કે તેમના સત્પુરુષની કૃપા થવાથી મુમુક્ષુમાં પંચ વર્તમાનના પાલન માટેની તીવ્ર અભિપ્રાસા, સમજણ અને મનોબળ ઉદ્ઘબવે છે. તેથી વર્તમાનના યથાર્થ પાલનની પાત્રતા આવે છે. ત્યાર બાદ આવા પાલન દ્વારા આત્મા-પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર કરવાની એકાંતિક સ્થિતિનો ઉદ્ય થાય છે.

આપણે પંચ વર્તમાનની મહત્ત્વાની વિશે વાત કરી. હવે પંચ વર્તમાન અર્થાત્ પાંચ મહાત્રતોના સ્થૂળ-સૂક્ષ્મ અર્થ પર કમશઃ વધુ પ્રકાશ પાડીએ.

પ્રથમ વર્તમાન

દારુનો ત્યાગ

દારુ એટલે શું?

સૌ પ્રથમ દારુનો સ્થ્યુળ અર્થ જોઈએ. દારુ એટલે જુદા જુદા પદાર્થમાંથી વિવિધ પ્રક્રિયા વડે તૈયાર કરવામાં આવતું એક કેફી પીણું (Alcohol) જેના દ્વારા કેફ-નશો ચરે છે. દારુને મદ્ય, સૂરા, શરાબ, સોમરસ, મહિરા વગેરે અનેક નામોથી ઓળખવામાં આવે છે. તેની અનેક પ્રકારની જાત હોય છે.

આજ વિશ્વમાં દારુનું વસન અનેકગણું વધી ગયું છે. લોકો ક્યારેક દેખાદેખીથી, ક્યારેક નશો કરી વિષયભોગ ભોગવવા, તો ક્યારેક મનોદૈહિક દુઃખોને વિસારવા માટે દારુનો નશો કરે છે. એકાદ વખત એ નશાનો અનુભવ કર્યા પછી કેટલાક લોકો વારંવાર તેનો નશો કરવા તરફ પ્રેરાઈને નશાની આદત પાડે છે. એ દુર્વ્યસનની લતે ચચ્ચા પછી એના સિવાય તે રહી શકતા નથી. દારુના અનેક ગેરફાયદાઓ જણાયા પછી પણ તેની ચુંગલમાંથી તેનો વ્યસની જલદી છટકી શકતો નથી. દારુના સેવનથી જ્ઞાનતંત્રાં temporary - થોડા સમય પૂરતાં ઉતેજિત થાય છે. એટલે શરીરનું દુઃખ તથા માનસિક આધાતો, હતાશા, તાણા-તણાવ વગેરે મનના દુઃખો થોડા વખત પૂરતાં ભૂલાઈ જાય છે. પરંતુ તેનો વારંવાર નશો કરનાર એ ભૂલી જાય

છે કે એ હુર્વસનથી તેનું ભાવિ ધૂંધળું ને અંધકારમય બની જાય છે. આર્થિક, સામાજિક, કૌટુંબિક પાયમાલી તરફ તેનું જીવન ઘડેલાઈ જાય છે. વારંવારના દારુના સેવનથી જ્ઞાનતંતુઓ નબળા પડે છે. મગજ, લીવર, હૃદય વગેરે અંગોની કાર્યક્ષમતા મંદ પડે છે અને અનેક પ્રકારની શારીરિક ને માનસિક તકલીફો ઉભી થાય છે. કહે છે ને કે - 'દારુદિયો દારુ નથી પીતો, પણ દારુ જ દારુદિયાને પી જાય છે.' અર્થાત્ દારુનો નશો દારુદિયાનું શારીરિક, માનસિક, આર્થિક, સામાજિક એમ અનેક પ્રકારે શોષણ કરી તેને પાયમાલ કરી નાંબે છે. દારુના વ્યસનીની આધ્યાત્મિક ચેતના સાવ નિભન્કક્ષાએ સરી પડે છે, તે અધ્યાત્મિક પતન નોતરે છે.

દારુનું વ્યસન થવાના અનેક કારણો છે. જેવા કે -

(૧) સામાજિક અપૂર્ણતા : સગા, સ્નેહી, પ્રેમી, મિત્ર સાથેના જઘડા, ક્લોશ, પતિ-પત્નીના અણાબનાવો, પ્રેમમાં નિષ્ફળતા કે અન્ય કોઈ કાર્યમાં નિષ્ફળતા, વ્યાપાર-ધંધો-રોજગાર-શિક્ષણ-રાજકારણ વગેરે અનેક પ્રકારના કાર્યક્રમાં અસરફળતા વગેરે દારુનું વ્યસન થવાના મૂળ કારણરૂપ છે. જાહેરક્રમોમાં પ્રતિષ્ઠિત થયેલી મોભાદાર વ્યક્તિઓ પણ તેમની અનેક પ્રકારની જવાબદારીઓ ને ફરજીને લીધે આવી પડેલી ઉપાધિઓ, મુશ્કેલીઓ, ચિંતાઓ, તણાવ વગેરે ઓછાં કરવા, દુઃખો ભૂલવા, ઊંઘ લાવવાના પ્રયત્ન માટે, મિત્રોના ટોળમાં કે સામાજિક પ્રસંગોમાં આનંદ માણવા, ધંધામાં એકબીજાનો પરિચય કેળવી સ્વાર્થસિદ્ધ કરવા, પોતાનું કે અન્યનું કામ પાર પાડવા,

દેખાદેખી વગેરે અનેક કારણોસર દારુ પીએ છે. દારુ પહેલાં જ્ઞાનતંતુઓમાં ઉતેજના લાવે છે. પછી ધીરે ધીરે નિરૂત્સાહ-હતાશા (depression) લાવે છે. ત્યાર બાદ શારીરિક ને માનસિક પરાધિનતા (dependence) લાવે છે. પછી દારુની માત્રા પણ વધતી જાય છે. દારુ બંધ કરવાથી કે માત્રા ઓછી કરવાથી શરીરની નસો ઝેંચાય છે, ઊંઘ બરોબર આવતી નથી, ભૂખ ઓછી થઈ જાય છે. એટલે દારુની આદત વધુ મજબુત બને છે, દારુનું વળગણ (Addiction) થઈ દારુના ગુલામ બની જવાય છે.

(૨) ધાર્મિક કારણ : ધણી આદિવાસી ને પછાત જાતિઓમાં અમુક ધાર્મિક વિધિઓમાં, મહોત્સવોમાં દારુનો છૂટથી ઉપયોગ થતો જોવામાં આવે છે. સ્ત્રીઓ અને બાળકો પણ દારુ પીએ છે. આપણા દેશમાં અમુક તહેવારો જેવા કે હોળી, ધૂળેટી, મકરસંકાંતિ, જન્માષ્ટમી, નવું વર્ષ, કીસમસ વગેરે પર્વોએ જાણો દારુ પીવાની ને જુગાર રમવાની ફેશન થઈ પડી છે. પરંપરાગત અમુક જાતિના લોકો દારુનો છૂટથી ઉપયોગ કરે છે. તેની દેખાદેખીથી અન્ય લોકો પણ એ બદીમાં સપડાય છે.

(૩) અજ્ઞાનતા : અભણ-અજ્ઞાની લોકો દારુ વધુ પીએ છે. ભારત દેશની અમુક નીચલા થરની સામાજિક અને આર્થિક રીતે પછાત જાતિઓ તથા કામદાર-મજૂરવર્ગ વગેરેમાં દારુના નશાનું પ્રમાણ વિશેષ જોવા મળે છે. તેઓ શારીરિક-માનસિક થાક ઉતારવા દેશી બનાવટના દારુનો ઉપયોગ કરે છે. મનોરંજનના સાધનોના અભાવને લઈને પણ દારુ તરફ વળે છે.

(૪) માનસિક કારણ : પોતાના કુટુંબીજનોથી દૂર રહેનારા સૈનિકો, ધંધાર્થીઓ, વિદ્યાર્થીઓ, ગુનેગારો વગેરે જીવનની નિરસતા કે એકાકીપણું દૂર કરવા દારુનો નશો કરે છે. કૌટુંબિક નિયંત્રણ ન હોવાથી તેમને છૂટો દોર મળી જાય છે. બેકાર લોકો દુઃખ ભૂલવા ને કેટલાક લોકો લઘુતાગ્રંથિથી પીડાતા હોવાથી દારુ પીએ છે. આર્થિક કે સામાજિક અસલામતી, ગંદા વસવાટ, ભૂખમરો, મનોરંજનના પૂરતાં સાધનોનો અભાવ, ગજા ઉપરાંતની જવાબદારીઓ વગેરે અનેક પરિબળો દારુના વ્યસન પાછળ ભાગ ભજવે છે.

(૫) ફેશન : સમાજના કહેવાતા ઊંચા સ્તર (High Status)ના લોકોમાં દારુ પીવો એ ફેશન ગણાય છે. દારુ ન પીનારને વેદીયો, વેવલો, નમાલો, જુનવાણી કે સંકુચિત ગણી તેની મજાક ઉડાડવામાં આવે છે. એવા કુટુંબોમાં બાળકો, કિશોરો ને યુવાનો પોતાના મા-બાપ વગેરે વડીલવર્ગને દારુ પીતા જોઈને પોતે પણ દારુ પીવા માટે જિજ્ઞાસાથી પ્રેરાય છે, પછી દારુની બૂરી લતે ચડી જાય છે. ટી.વી. ચેનલો વગેરે પ્રચાર માધ્યમો દ્વારા દારુની લલચામણી જાહેરખબરોથી પણ યુવા પેઢી દારુ તરફ આકર્ષાય છે.

દારુથી થતી અસરો

(૧) ઉશ્કેરાટની અવસ્થા : (Stage of excitement)

દારુથી જ્ઞાનતંતુઓ ઉત્તેજિત થવાથી ઉશ્કેરાટનો અનુભવ થાય છે. વ્યક્તિને પોતાનામાં વધુ પડતો આત્મવિશ્વાસ (Over confidence) અનુભવાય છે. ધીરે ધીરે તે પોતાની

જાત પરનો કાબુ ગુમાવી બેસે છે. વધુ પડતો ને વ્યર્થ બકવાટ કરવા લાગે છે. સાર-અસાર, સાચા-ખોટાનો વિવેક ચૂકી જાય તથા વસ્ત્રોનું પણ ભાન ન રહે. માનસિક એકાગ્રતા ખોરવાઈ જાય. નિર્ણયશક્તિનો હાસ થાય.

(૨) અસબજ્ઝતા : (Inco-ordination Stage)

લોહીમાં ૧૦૦ સી.સી. (C.C.) જેટલું દારુનું પ્રમાણ ભણે ત્યારે આ અવસ્થા આવે. વ્યક્તિનું વર્તન વિચિત્ર થાય, અસબજ્ઝ વાતો કરે, કોઈને મારી પણ બેસે. નકારાઓક વલણ બતાવે, અસમતોલપણું આવે, શ્વાસમાં દારુ ગંધાય, નારીના ધબકારા વધી જાય, ક્યારેક ઊબકા-ઊલટી પણ થાય. આંખની કીકીઓ પહોળી થાય.

(૩) બેભાન અવસ્થા : (Stage of Coma)

દારુ વધુ પડતો પીવાઈ જાય ત્યારે ચક્કર આવે, જીભ થોથવાય, વારંવાર લથડી પડાય, કીકીઓ સંકોચાવા માંડે, ત્યાર બાદ બેભાન બની જાય. બેભાન અવસ્થા બાદ ઊંઘ આવે. સવારે જાગે ત્યારે ભાંગી પડેલો, નંખાઈ ગયેલો, નિરૂત્સાહી લાગે. માથું દુઃખે ઊબકાઓ આવે. પીધેલો દારુ શરીરમાંથી ૧૦% શાસોશાસ દ્વારા તેમ જ પેશાબ, પરસેવા વાટે નીકળી જાય. બાકીનો ૮૦% દારુ Liver -યકૃતમાં જઈ બગાડ કરે. તેમાંથી ક્યારેક 'સીરોસીસ ઑફ લીવર' નામનો જવલોણ રોગ થાય.

દારુથી ઊભી થતી મુશ્કેલીઓ

(૧) સામાજિક : પતિ-પત્ની વચ્ચેનો કે કુટુંબ, સ્નેહી-સગા વચ્ચેનો સુમેળ તૂટી જાય. દારુદિયાનું વિચિત્ર વાણી-વર્તન સમાજમાં ગેરસમજ અને ખરાબ છાપ ઉત્પન્ન

કરે. તેથી લોકો ધીરે ધીરે દારુંદિયા સાથેનો સંબંધ ઓછો કરી નાંખે. લોકોની દારુંદિયા પ્રત્યેની સહાનુભૂતિ ઓછી થતી જાય અને ઘૃણા તથા નફરત વધતી જાય. દારુના વ્યસનથી રસ્તાઓ ઉપરના તથા કારખાનાઓમાં અક્ષમાતની માત્રા વધતી જાય. હિંસાખોરી, બળાત્કાર વગેરે ગુનાઓનું પ્રમાણ નશાની હાલતમાં વધારે બનવા પામે છે. ઘૃણા દેશોનું એવું તારણ છે કે ૫૦% ગુનાઓ નશાખોરીને લીધે થાય છે. નશાખોરીથી આત્મઘાતના કિસ્સાઓ પણ બને છે.

(૨) આરોગ્ય : (તથીબી રીતે) : દારુથી મૌં, ગળાના, અત્રનળીના કેન્સર થવાનો સંભવ રહે છે. દારુથી લીવર બગડે છે. Cirrhosis of Liverનો ભયંકર રોગ થાય છે. જળોદર થાય છે. કીડની ખરાબ થાય તેથી પગો સોજા ચડે છે. હદ્દ્ય નબળું પડે છે. જ્ઞાનતંતુઓની નબળાઈ થાય છે (Peripheral Neuropathy). હાથની આંગણીઓમાં ધુજારી થાય, ભૂખનો અભાવ, અનિદ્રા, હતાશા-નિરાશા-તાણ વગેરે અનેક પ્રકારના શારીરિક-માનસિક રોગો થાય.

આ રીતે દારુ વિશેની ઊંડી માહિતી જાણ્યા પછી તેની ખરાબ અસરોથી મુક્ત થવા માટે પાણી પહેલાં પાળ બાંધવી આવશ્યક છે. અર્થાત્ સમાજને તેથી થતાં નુકસાન અંગે સ્પષ્ટ ઝ્યાલ આપી જાગૃત કરવો જોઈએ. એ બાબતમાં સાયકોલોજિસ્ટ, સાર્ટીકીયાટ્રીસ્ટ- માનસશાસ્ત્રીઓ, સંતોધર્મગુરુઓ, સમાજ સેવકો, સેવા-સંસ્થાઓ, ડૉક્ટરો, વૈદ્યો વગેરેનો વ્યસનમુક્તિના અભિયાનમાં ઘણો મહત્વનો ફાળો ગણાય. વ્યક્તિને સાચી સમજણ આપી સજાગ કરવામાં

આવે તો તે દુર્ઘટસનોમાંથી ચોક્કસ મુક્ત થઈ શકે.

આ રીતે આપણે દારુનો સ્થૂળ અર્થ જોયો, દારુની જેમ જ અન્ય નશાકારક કેફી પદાર્થો જેવા કે અફીણા, ગાંજો, ચરસ, ભાંગ, બીડી- સિગારેટ, તમાકુ, વધુ પડતી ચા-કોફી વગેરે દારુ તુલ્ય જ સમજવા. કારણ કે આવા કેફી પદાર્થો હંદ્રિયો-અંતઃકરણને કેફ ચડાવી ભ્રષ્ટ કરે છે. તે પ્રભુપ્રાપ્તિના સાત્ત્વિક-માર્ગથી વિચલિત કરી અધઃપતન તરફ દોરી જાય છે. તન-મનના સ્વાસ્થ્યને હાનિ પહોંચાડે છે. ક્ષય, કેન્સર વગેરે જીવલોણ રોગોનો ઉદ્ભવ પણ આવા નશાકારક પદાર્થોથી વિશેષ થાય છે. સમય, શક્તિ અને ધનનો દુર્ઘટ થાય છે. ચેતનાને આધ્યાત્મિક પ્રગતિમાં રૂકાવટ થવી તે સૌથી મોટું નુકસાન છે. માટે એ દુર્ઘટસનોને તકલીફ વેઠીને પણ જીવનમાંથી હાંકી કાઢવા હિતાવહ છે.

દારુના સૂક્ષ્મ અર્થ : આપણા શરીરમાં દશ હંદ્રિયો છે. પાંચ જ્ઞાનેંદ્રિયો-શ્રોત્ર (શ્રવણ-કાન), ત્વક (ત્વચા), ચક્ષુ (દર્શન-આંખ), રસના (જીભ-સ્વાદંદ્રિય), ધ્રાણ (નાસિકા-નાક) તથા પાંચ કર્મદ્રિયો- વાક્ (વાણી), પાણિ (હસ્ત-હાથ), પાદ (પગ), પાયુ (ગુદા) ને ઉપસ્થ (પ્રજનન હંદ્રિય) તથા ચાર અંતઃકરણ-મન, બુદ્ધિ, ચિત્ત ને અહંકાર. આ બધા ઉપકરણો દ્વારા જીવાત્માને બાહ્ય વિષયોનું જ્ઞાન થાય છે. આ હંદ્રિયો અંતઃકરણાના માધ્યમથી જીવાત્મા ભૌતિક જગત સાથે વ્યવહાર કરી શકે છે. આ સાધનો ન હોય તો જીવાત્માની ભૌતિક જગત સાથેના વ્યવહારની સાંકળ તૂટી જાય. હંદ્રિયો-અંતઃકરણને પોતપોતાના વિષયો શબ્દ-સ્પર્શ-રૂપ-રસ-ગંધ પ્રત્યે આકર્ષણ-પ્રલોભન થાય છે. તેથી તેમને

અમુક પ્રકારનો કેફ-નશો ચેતે છે. હંડ્રિયો-અંતઃકરણરૂપ સાધનો જીવાત્માને પરમાત્માએ જ આપેલાં છે. પરંતુ તે ધર્મ, જ્ઞાન, વૈરાગ્ય ને ભક્તિ દ્વારા પ્રભુના સ્વરૂપમાં જોડાવા માટે આપેલાં છે, નહિ કે વિષયભોગના ઉપયોગ માટે. આ ઉપકરણોનો ઉપયોગ વિવેકપૂર્વક થવો ઘટે. જો તે પ્રભુના સ્વરૂપમાં આકર્ષાવાને બદલે ભૌતિક પંચ વિષયમાં આકર્ષાઈ જાય, અથવા પ્રભુ સંબંધી પંચ વિષયને બદલે ભૌતિક પંચ વિષયમાં લોભાઈ જાય તો પ્રભુપ્રાપ્તિના લક્ષ્યમાંથી વિચલિત થઈ ભષ્ટ કરે. આ દારુનો સૂક્ષ્મ અર્થ થયો.

ઉદાહરણ તરીકે :

(૧) કુસંગીઓની સોબતથી બિભત્તસ-અશ્લીલ વાતોનું શ્રવણ કરવું. રજોગુણ - તમોગુણની વૃદ્ધિ કરે તેવી વાણી, સંગીત, ગીતો, સંવાદો વગેરેનું રસપૂર્વક શ્રવણ કરવું. ઈંધા, દ્વેષ, કામ, કોધ, ધિક્કાર, તિરસ્કાર, નિંદા-ટીકા, ફૂથલી, અહંકાર, વેર-ઝેર, બદલાની ભાવના વગેરે દુષ્ટવૃત્તિઓને જાગૃત કરે, ઉતેજિત કરે અને તેને પોષણ મળે એવા શબ્દોનું જાણી જોઈને હેતુપૂર્વક શ્રવણ કરવું એ શ્રોત્રનો દારુ છે. અર્થાત્ શ્રવણોદ્રિય માટે દારુ તુલ્ય છે. માટે શ્રવણોદ્રિયના દારુ-કેફનો ત્યાગ કરવો હોય તો સત્પુરુષની વાણીનું, સત્શાસ્ત્રો તથા ભગવદ્ કથામૃતનું, મનમાં સાચ્ચિકભાવ તથા આધ્યાત્મિક ચેતના જગાડે તેવા પ્રેરક ને ભક્તિરસ સભર કીર્તનો-ભજનો-સંગીત-કાવ્યરચનાઓ વગેરેનું શ્રવણ કરવું. આવા પ્રકારના શ્રવણથી આધ્યાત્મિક ચેતનાની ઉર્ધ્વગતિ થાય છે.

(૨) રજોગુણ - તમોગુણની વૃદ્ધિ કરે તેવા પદાર્થોનો

સ્પર્શ કરવો, જે સ્પર્શથી વિષયવિકાર ઉદ્ય થાય એવો સ્પર્શ કરવો, તેવો સ્પર્શ કરવાનું મનમાં આકર્ષણ થવું તે ત્વક અર્થાત ત્વચાના, સ્પર્શન્દ્રિયના દારુ તુલ્ય છે. દા.ત. રજોગુણી - તમોગુણી સ્ત્રી કે પુરુષનો સ્પર્શ, તેવા લોકોના સંસર્ગમાં આવેલા દ્રવ્ય કે પદાર્થોનો સ્પર્શ, પાપી ને દુરાચારી વ્યક્તિનો સ્પર્શ એ સર્વે ત્વચાના દારુ સમાન છે.

દરેક પ્રાણી કે પદાર્થમાંથી વિવિધ પ્રકારના ઊર્જા તરંગો નીકળે છે. Radiations નીકળે છે, જેને અંગ્રેજીમાં Aura અથવા Aurical Radiations કહે છે. આ તરંગો અતિ સૂક્ષ્મ હોઈ તે નરી આંખે જોઈ શકાતા નથી. એ તરંગોને વિવિધ આકૃતિઓ, રંગો, લંબાઈ-પહોળાઈ હોય છે. ધ્યાનયોગ દ્વારા જેની સૂક્ષ્મ દૃષ્ટિ થઈ હોય એવી વિરલ વ્યક્તિ જ આવા તરંગોને આંતરચક્ષુઓ - દિવ્ય દૃષ્ટિ દ્વારા જોઈ શકે છે. આધુનિક વિજ્ઞાનક્ષેત્રમાં રશિયામાં કીરલીયન ફોટોગ્રાફીની શોધ થઈ છે. તે કેમેરામાં આવા તરંગો ઝડપી શકાયા છે. પવિત્ર વ્યક્તિમાંથી પવિત્ર તરંગો-લેશ્યાઓ નીકળે છે, જ્યારે પાપી, દુરાચારી, અપવિત્ર ને અશુદ્ધ લોકોમાંથી અશુદ્ધ તરંગો વહે છે.

રજોગુણી-તમોગુણી, હિંસા, વ્યબ્ધિયાર, અનીતિ, દુરાચાર વગેરેમાં સતત પ્રવૃત્ત રહેતા પાપી મનુષ્યોના સ્પર્શથી તેના સૂક્ષ્મ તરંગોની અસર થાય છે અને સ્પર્શ કરનાર વ્યક્તિના હંદ્રિયો-અંતઃકરણને તેની અસર વિહ્લવળ બનાવે છે. જેવી વ્યક્તિનો સ્પર્શ કર્યો હોય અને તે વ્યક્તિના જેવા મનોભાવો હોય તે ભાવોની સ્પર્શ કરનારને અસર થાય છે. તેની કેફી અસર થઈ હોય તેવો અનુભવ થાય છે. આ પ્રકારના

ત્વચાના દારુ-કેફનો ત્યાગ કરવો હોય તો પ્રભુના સ્વરૂપનો, પવિત્ર સંત-મુક્તપુરુષોનો, નિર્મળ વ્યક્તિનો સ્પર્શ તથા તેમના સેવા-સુશ્રૂષા કરવાં જોઈએ. એવી પવિત્ર વ્યક્તિના સંસર્ગમાં આવેલા પદાર્થોનો સ્પર્શ કરવો જોઈએ. તેવો સ્પર્શ મનમાં સાત્ત્વિકતા ઉપન્ન કરે છે. માટે એવો સ્પર્શ કરે તો ત્વચાના ખરાબ સ્પર્શરૂપ દારુનો ત્યાગ થયો ગણાય.

(૩) મનમાં વિકાર ઉત્પત્ત કરે, કામ, કોધ, લોભ, મોહ વગેરે દોષ સંબંધી વૃત્તિ જગાડે તેવું રૂપ જોવું, અશ્વીલભાવ જગાડે તેવા ફિલ્મ, નાટક, નૃત્ય-નાચગાન, ભાંડ-ભવાઈ, મેળા, ચિત્રો, શિલ્પ, મૂર્તિઓ, ફોટોગ્રાફ્સ, કલાકૃતિઓ, દૃશ્યો વગેરે છચ્છાપૂર્વક ને આસક્તિપૂર્વક જોવાથી વૃત્તિ વિકારમય બને તે સઘણાં ચક્ષુ માટે દારુ તુલ્ય છે. આવાં દૃશ્યો વૃત્તિને ઉત્સેજિત કરી ગેરમાર્ગ દોરે છે. વારંવાર એવાં દૃશ્યો અને રૂપ જોવાથી મન એવી બીભત્સ વસ્તુઓમાં રસ લેવાના વલણવાળું બની જાય છે. પછી એનો કેફ-આસ્વાદ માણવાની વૃત્તિ રહ્યા કરવાથી તેનું મન વ્યસની બને છે. તેથી મનની પવિત્રતા ને સાત્ત્વિકતા નષ્ટ થાય છે. માટે ચક્ષુંદ્રિયના - નેત્રના દારુ-નશાનો ત્યાગ કરવો હોય તો પ્રભુના સુંદર સ્વરૂપના દર્શન તથા પવિત્ર સંતપુરુષોના તથા તેમના પ્રેરણાદાયક ચિત્રો અથવા ફોટોગ્રાફ્સના દર્શન કરવાં. તેમના સંસર્ગમાં આવેલ પદાર્થોના દર્શન કરવાં. મનમાં સાત્ત્વિકભાવ જગાવે તેવાં કુદરતી દૃશ્યો વગેરેના દર્શન કરવાથી અંતઃકરણ પવિત્ર બને છે. પવિત્ર તીર્થસ્થાનો, મંદિરો વગેરેના દર્શન પણ મનને શુદ્ધ-સાત્ત્વિક બનાવે છે. આ પ્રકારના સાત્ત્વિક દર્શન

કરી આગળ જણાવેલા રજોગુણી-તમોગુણી ભાવવાળાં, અશ્વીલભાવવાળાં દર્શનોનો ત્યાગ કરવો એ ચક્ષુ હંડ્રિયના દારુનો ત્યાગ ગણાય.

(૪) રજોગુણ - તમોગુણ ઉત્પત્ત કરે તેવાં અતિ ખારાં, ખાટાં, તીખા, ઉષા, તમતમતા, તેજાના- મસાલાયુક્ત, ગણ્યા-ચીકણા ને અતિ સ્વાદિષ્ટ પદાર્થો ગ્રહણ કરવાની અભિરૂચિ હોવી, પ્રલોભન હોવું, આ સર્વ સ્વાદેંદ્રિય માટે દારુ તુલ્ય છે. આવા પ્રકારના ખોરાકના અતિરેકથી મનમાં વિષયવિકાર ઉત્પત્ત થાય છે. કુંગળી-લસણ જેવા ખાદ્ય પદાર્થો, વાસી શાકભાજી તથા ફળફળાદિના સેવનથી મનમાં તમોગુણ વૃદ્ધિ પામે છે. તેથી મનમાં જડતા, સંકુચિતતા, આળસ-પ્રમાદ આવે છે ને ગ્રહણશક્તિ, સ્મૃતિશક્તિ ને વિવેકશક્તિનો અભાવ વર્તે છે. પેટના રોગો, અપચો, આફરો, દુર્ગધયુક્ત વાયુવિકાર, પિત વગેરેના રોગો જન્મે છે. ઘેન કે ઊંઘ જેવી અવસ્થા આવે છે. કાર્યમાં ઓકાગ્રતાનો અભાવ વર્તે છે. આ રીતે રજોગુણી-તમોગુણી આહારનું સેવન દારુ તુલ્ય છે. ‘જીવવા માટે ખાવાનું છે, નહિ કે ખાવા માટે જીવવાનું’ એ વાત ખાવાની લાલસાવાળા ભૂલી જાય છે અને ખાવાની વિવિધ સ્વાદિષ્ટ વાનગીઓ જૂએ કે તરત જ અકરાંતિયાની જેમ આખો દિવસ ખાધા જ કરે છે. ભગવદ્ગીતામાં પણ આવા રજોગુણી-તમોગુણી આહાર ગ્રહણ કરવાનો નિષેધ કરેલો છે. મોટા ભાગના પેટના રોગો મંદાળિન, ગોસ, એસીડીટી, કબજિયાત, સંગ્રહણી, ગોળો, આફરો, અજીર્ણ વગેરે સ્વાદેંદ્રિયને નિયમમાં ન રાખવાથી જ જન્મે છે.

એવા રસનેંદ્રિયના દારુનો ત્યાગ કરવા માટે હંમેશાં શુદ્ધ,

સાત્ત્વિક, પौષ્ટિક ને સમતોલ આહારનું સેવન કરવું ધારે. શરીરને જેટલા પોષણની જરૂર હોય તેટલો જ આહાર લેવો હિતાવહ છે. વધુ પડતો આહાર તન-મન બંને માટે હાનિકારક છે. ખોરાકની દરેક વાનગી શુદ્ધ ભાવથી પ્રભુને અર્પણ કરી, ધરાવીને ખાવી, જેથી પ્રભુની દિવ્યદર્શિ વડે અને શુદ્ધભાવ વડે ખોરાકમાં રહેલ રજસ-તમસની અસર કેટલેક અંશે દૂર થઈ સાત્ત્વિક બને છે. તેથી અંતઃકરણ પણ સાત્ત્વિક બને છે.

મુખ્ય છ પ્રકારના (ઘટ્રરસ) રસો છે - ખારો, ખાટો, મધુર, તીખો, કડવો ને તૂરો. શરીરના પોષણ માટે આ બધા રસો અતિ અગત્યના છે. તેથી જે ખોરાકમાં આ છાએ રસોનું યોગ્ય પ્રમાણ હોય તે સમતોલ આહાર ગણાય. એવા સમતોલ ને સાત્ત્વિક આહાર વડે શરીરની સાથે સાથે મનને પણ પોષણ મળે છે. તંદુરસ્ત શરીર ને સ્વસ્થ - સાત્ત્વિક મન દ્વારા આધ્યાત્મિક વિકાસ સુંદર રીતે થઈ શકે છે.

આપણું શરીર પંચમહાભૂતો-પૃથ્વી, જળ, તેજ, વાયુ અને આકાશમાંથી બનેલું છે. છ રસો દ્વારા આ પંચભૂતોને પોષણ મળે છે. જેમ કે તીખો રસ શરીરમાં રહેલ તેજ તત્ત્વની વૃદ્ધિ કરે છે. સપ્રમાણ તેજ-અઞ્જિ તત્ત્વથી ખાદેલા ખોરાકનું સારી રીતે પાચન થાય છે. સૂક્ષ્મ સમજણા, વિવેકબુદ્ધિ, ગ્રહણશક્તિ, સ્મરણશક્તિ વગેરેની વૃદ્ધિ તેજ તત્ત્વ દ્વારા થાય છે. આધ્યાત્મિક જ્ઞાનના ગહન રહસ્યો સમજવામાં પણ તેજ તત્ત્વની આવશ્યકતા છે. એ તેજ તત્ત્વની વૃદ્ધિ તીખો રસમાંથી તથા ઉષ્ણ પદાર્થમાંથી થાય છે, પરંતુ તીખો રસ પ્રમાણસર લેવો જોઈએ. તેનો અતિરેક

થાય તો તે હાનિકારક નિવડે છે. તેના અતિ પ્રમાણથી દાહ, અમ્લપિત Acidity, હરસ- મસા, અલસર વગેરે રોગો થાય છે. તીખો રસ મરી-મસાલા, આદુ, મરચાં વગેરે ઉષ્ણ પદાર્થોમાંથી મળે છે.

મધુર રસથી શરીરમાંના વાયુ તત્વને પોષણ મળે છે. આ રસ મીઠાં ફળો, અનાજ, શાકભાજી, ખાંડ-સાકર, મધ, મીઠાઈઓ વગેરે પદાર્થોમાંથી મળે છે. તેના યોગ્ય પ્રમાણથી શરીરની કાર્યશક્તિ, મગજની કાર્યશક્તિ વધે છે, પરંતુ તેના અતિરેકથી વાયુ વિકાર તથા પ્રમેહ વગેરે રોગો થાય છે. ખારા રસથી શરીરમાંના પૃથ્વી તત્વને પોષણ મળે છે. આ રસ મીઠું, સિંધવ, સંચળ, બીડ લવણ, ભાજીઓ વગેરે કારોમાંથી મળે છે. તેના વધુ પડતા સેવનથી કીડનીના રોગો, ઉચ્ચ રક્તચાપ- હાઈ બ્લડપ્રેશર, પાંડુ રોગ વગેરે રોગો થાય છે. માટે ખારારસનો અતિરેક વર્જવો.

ખાટો રસ શરીરમાંના જળતત્વના પોષણ માટે જરૂરી છે. આ રસ ખાટાં-મીઠાં ફળફળાદિ તથા આંબલી, લીંબુ વગેરેમાંથી મળી રહે છે. જળતત્વની શરીરના બંધારણમાં, લોહીના પરિભ્રમણમાં અતિ આવશ્યકતા છે. લોહીનું શૂદ્ધિકરણ, વિષયુક્ત પદાર્થોનું ઉત્સર્જન વગેરે શરીરની અનેક કિયાઓમાં જળતત્વની અગત્યતા છે. તે ખાટા રસની અધિકમાત્રાથી શરીરમાં સોજા ચડવા, હાડકાની નબળાઈ, કફના ને સાંધાના રોગો થાય છે, માટે તેની અધિકમાત્રા વર્જવી. કડવો તથા તૂરો રસ શરીરમાંના આકાશતત્વના પોષણ માટે આવશ્યક છે. તેનાથી કફના રોગો તથા વિષાળુઓથી થતા રોગો મટે છે. કડવા રસની

અધિકમાત્રાથી શુક્લધાતુની ક્ષીણતા થાય છે તથા વાયુ પ્રકોપના રોગો પણ સંભવે છે.

માટે દરેક રસનો અતિરેક વર્જને યોગ્ય પ્રમાણમાં જ તેનો ઉપયોગ કરવો હિતાવહ છે. છએ રસ સપ્રમાણ હોય તે સમતોલ આહાર કહેવાય. માટે સમતોલ ને સાન્ત્વિક આહાર લઈ રજોગુણી - તમોગુણી આહારનો ને તેના અતિરેકનો ત્યાગ એ રસના ઇંદ્રિયના દારુનો ત્યાગ કર્યો ગણાય.

(૫) મન તથા ઇંદ્રિયોની વૃત્તિને અયોગ્ય રીતે ઉત્તેજિત કરે એવા રજોગુણપ્રધાન સુગંધીમાન દ્વયો - અતાર, તેલ, કીમ, લોશન, સાબુ, પાવડર વગેરે સૌંદર્ય પ્રસાધનોનો અતિ ઉપયોગ કરવો તથા તેના વગર ન જ ચાલે એ પ્રકારની મનોવૃત્તિ રહેવી, રજોગુણી-તમોગુણી ને વિજાતીય વ્યક્તિએ ધારણ કરેલા અતાર, પુષ્પ, અલંકાર, વસ્ત્ર વગેરેની ગંધ લેવાની વૃત્તિ એ ગ્રાણેન્દ્રિયના દારુ તુલ્ય છે. એવા દ્વયોના વધુ પડતા ઉપયોગથી મનની ચંચળતાને વેગ મળે છે. મન ચંચળ થાય એટલે ઇંદ્રિયો વિહૂવળ બની પોતપોતાના વિષય તરફ ખેંચાઈને વ્યક્તિને અવળે માર્ગ ચડાવી હે. તે માટે એવા ગ્રાણેન્દ્રિયનાં દારુ-કેફનો ત્યાગ કરવો હોય તો પ્રભુને અર્પણ કરેલાં, પ્રભુ તથા સંતપુરુષોની પૂજાના ઉપયોગમાં લેવાયેલા ફૂલો, ગુલાબ, મોગરો, ચંપો, પારિજાત વગેરે સુગંધીમાન પુષ્પોના હાર તથા સુખડ, ચંદન, અતાર, તુલસી વગેરે પદાર્થોની સુગંધ પ્રસાદરૂપ જાણીને લેવાથી મનમાં સાન્ત્વિકભાવ જગાવે છે. ભગવાન શ્રી સ્વામિનારાયણે વચ્નામૃતમાં જણાવ્યું છે તે પ્રમાણે પંચ

વિષય જ્યારે જગત સંબંધી ન રહીને ભગવાન સંબંધી બની જાય, ત્યારે જીવની આધ્યાત્મિક ઉર્ધ્વગતિ થાય છે. પ્રભુ અને સત્પુરુષ પ્રત્યે પ્રેમભાવ, આદરભાવ, સમર્પજભાવ ને ભક્તિભાવની વૃદ્ધિ થાય છે. તે માટે એવી પ્રસાદીરૂપ સામગ્રીની સુગંધ લેવી અને રજોગુણી, તમોગુણી ને જુગુપ્સા પ્રેરક ગંધ-સુગંધનો ત્યાગ રાખવો એ ધ્રાણોન્દ્રિયના દારુનો ત્યાગ થયો ગણાય.

(૫) કોઈ વ્યક્તિની, સંસ્થાની, સમાજની, જાતિની, સંસ્કૃતિની, ધર્મની, સંપ્રદાયની, દેવની અયોગ્યપણે અસત્ય રીતે મિથ્યા નિંદા-ટીકા કરવી, કોઈને વિશે મિથ્યાપવાદ આરોપણ કરવો, કોઈને ગાળ દેવી, અશ્લીલ-બીભત્સ વાણી ઉચ્ચારવી, અવિવેકીપણે અસંયમીપણે મિથ્યા બકવાટ કરવો, અસત્ય બોલવું, કોઈનું અપમાન કરવું, કોઈને હલકા પાડવા કે મન દુભાય તેવી વાણી વદવી, કોષે યુક્ત ને તિરસ્કારભરી કટુવાણી ઉચ્ચારવી, બીજાને મનમાં કોધ, વૈર, ઈર્ધા, દ્વેષ વગેરે ભાવો ઉત્પન્ન થાય તેવી વાણી બોલવી, કોઈને વચને કરીને ગેરમાર્ગ દોરવા તથા સ્વાર્થયુક્ત ને દંભયુક્ત વાણી ઉચ્ચારવી, સંતપુરુષમાં અવિશ્વાસ, અશ્રદ્ધા ઉત્પન્ન થાય, તેમનો અભાવ-અવગુણ આવે એવી તથા છળ-કપટયુક્ત વાણી વદવી. આ સર્વે વાક્-વાણીના દારુ તુલ્ય છે. આથી વિપરીત ‘સત્ય વદ્દ પ્રિયં વદ્દ’ એ ઉક્તિ મુજબ વિનમ્રપણે, વિનયે યુક્ત, સત્ય ને સાથે સાથે અન્યનું હિત થાય એવી પ્રિય વાણી ઉચ્ચારવી. કોઈના પ્રત્યે કોઈને મનમાં અભાવ, અવગુણ, ઈર્ધા-દ્વેષ, વૈરબુદ્ધિ રહેલાં હોય તો તેને બળવાન વચને દૂર કરી તેમાં પ્રેમ,

સંપ, ભાઈચારો વગેરે પ્રગટે તેવી વાણી બોલવી જોઈએ. કોઈના કૂલેશ, લડાઈ, ઝગડાનો મધુર ને બોધપ્રેરક વચનો દ્વારા અંત લાવવો જોઈએ. ભગવાન તથા ભગવાનના મુક્તપુરુષોનું વર્ણન, તેમના ગુણગાન, સ્તુતિ-પ્રાર્થના કરવા, સત્ત્વાસ્ત્રોની કથા-વાર્તા વગેરેમાં વાણીનો સદ્ગુર્યોગ કરવો. વાણી દ્વારા અન્યને પ્રભુને માર્ગો, સત્યને માર્ગો દોરવા, સાચું માર્ગદર્શન આપી તેમનું જીવન ઉત્ત્રત બને તેવો નભે પ્રયાસ કરવો. વાણીમાં નિર્દ્દ્રષ્ટાનું, નિઃસ્વાર્થપણું હોવું, એ રીતે વાણીનો સદ્ગુર્યોગ કરે તો આગળ જણાવેલ વાણીના દુર્ઘયરૂપ દારુનો ત્યાગ કર્યો ગણાય.

(૭) હાથવડે અયોગ્ય સ્પર્શ કરવો, કોઈને માર મારવો, કોઈની હિંસા કરવી, ચોરી કરવી, લૂંટ-ફાટ કરવી, બીભત્સ ઈશારા કરવા, વ્યસનો તથા જુગાર વગેરે અન્ય કુકર્મામાં હાથનો દુરુપ્યોગ કરવો એ (પાણિ) હાથ માટે દારુ તુલ્ય છે. માટે હાથ વડે પ્રભુના સ્વરૂપનું પૂજન-અર્ચન કરવું. સત્પુરુષની સેવા-સુશ્રૂષા-પરિચર્યા કરવી, માળા વગેરે ભક્તિના સાધન કરવાં, માતા-પિતા-ગુરુ, રોગી, દુઃખી-ગરીબ વગેરેની સેવા કરવી, સતકાર્યો કરવાં, પ્રભુના કલ્યાણકારી કાર્યોમાં હાથનો સદ્ગુર્યોગ કરવો, માનવ સમાજની નિઃસ્વાર્થભાવે નિર્દ્દ્રષ્ટાનો સેવા, પશુપાલન વગેરે સતકાર્યોમાં હાથનો સદ્ગુર્યોગ કરવો તે હાથ દ્વારા કરાતાં કુકર્મારૂપ હાથના દારુનો ત્યાગ કર્યો ગણાય.

(૮) વ્યસન, હિંસા, ચોરી, વ્યભિચાર, ભ્રષ્ટાચાર, દુરાચાર વગેરે કુકર્મા કરવા માટે એ દિશામાં પ્રયાણ કરવા

પગનો ઉપયોગ કરવો, હિંસકવૃત્તિથી કે કોઈ કરીને કોઈ ઉપર પગ વડે પ્રહાર કરવો, બેદરકારીથી પગ વડે સંતપુરુષ, ભગવદ્પ્રતિમા, સદ્ગ્રંથ, બાળક, ગાય, ગલુડિયાં, અને ભરેલું પાત્ર વગેરેને ઠેણું વગાડવું, જાહેરમાં અસભ્ય રીતે પગ હલાવવા, પગ દ્વારા બીભત્સ ઈશારા કરવા વગેરે પગ (પાદ) માટે દારુ તુલ્ય છે. તેથી વિપરિત પ્રભુના સેવા કાર્યો માટે, પ્રભુ તથા સત્પુરુષોના દર્શન તથા જોગ-સમાગમ - સેવા અર્થે જવા માટે, પ્રભુના સ્વરૂપની પ્રદક્ષિણા કરવા માટે, આધ્યાત્મિક ઉન્મતિ તરફ દોરી જાય એવાં ભક્તિભાવ રેલાવતાં તીર્થસ્થાનો તથા મંદિરો પ્રત્યે જવા માટે, સમાજ સેવાર્થે, દુઃખી, ગરીબ, રોગી વગેરેની સેવાર્થે ગમન કરવું એ પાદંદ્રિયનો સદ્ગુપ્યોગ છે. માટે પગના દુરુપ્યોગરૂપ દારુનો ત્યાગ કરી સદ્ગુપ્યોગ કરવો જોઈએ.

(૯) કેટલાક અજ્ઞાની લોકો કુદરતી હાજત માટેના અંગોનો સજાતીય અનૈતિક-અકુદરતી મૈથુન દ્વારા નિકૃષ્ટ પ્રકારનો આનંદ મેળવવા વિકૃત આનંદ માટે દુરુપ્યોગ કરે છે. તે પાયું દંડ્રિય (ગુદા) માટે દારુ તુલ્ય ગણાય. માટે એવા બીભત્સ ઉપયોગ માટે નહિ, પણ ફક્ત કુદરતી હાજત માટે જ ઉપયોગ તે પાયુના દારુનો ત્યાગ થયો ગણાય.

(૧૦) ઉપસ્થ-પ્રજનન દંડ્રિયો એ કેવળ ભૌતિક વિષયભોગની પ્રાપ્તિના સાધનો નથી. તે માટે તેનો અનુચ્ચિત-અનૈતિક મૈથુન કે વ્યભિચાર માટે દુરુપ્યોગ કરવો એ પ્રજનન અંગો માટે દારુ તુલ્ય છે. ત્યાણી વર્ગ તો એ દંડ્રિયોનો કુદરતી હાજત સિવાય બીજા ઉપયોગનો

નિર્ધેધ છે. કારણ કે તેમને માટે હંડ્રિય નિગ્રહ-સંયમ એ કર્ક ને અનિવાર્ય નિયમ છે. આદર્શ ગૃહસ્થ સ્ત્રી-પુરુષોને પણ કેવળ સારી સંતતિ માટે જ મૈથુન ઉચિત છે, પરંતુ વિષયભોગ અર્થે નથી. માટે પ્રજનન અંગોના મૈથુનરૂપ દુરુપયોગનો ત્યાગ એ એના દારુનો ત્યાગ ગણાય.

(૧૧) મન તો સંકલ્પ-વિકલ્પનું ઉપાદાન ક્ષેત્ર છે. જીવાત્માને મન દ્વારા જ બંધન ને મન દ્વારા જ મોક્ષ થાય છે, 'મન: એવ મનુષ્યાણાં કારણ બંધમોક્ષયો:' મનમાં વિષય વિકાર ઉત્પત્ત થાય તેવા ઘાટ-સંકલ્પ કરવા; કામ, કોધ, લોભ, મોહ, મદ્, મત્સર, માન, ઈર્ષા, આશા-તૃષ્ણા, નિંદા-ટીકા, ફૂથલી વગેરે આંતરદોષો અને મનોવિકારોને પોષણ મળે તેવા વિચારોનું મનમાં ચિંતન-મનન કરવું, ઈર્ષા-દ્રેષ, વૈર, છિસા, વ્યભિચાર વગેરે ખરાબ ભાવો મનમાં જાગ્રત થવા દેવા, જાણવા છતાં સજાગપણો એવા કુભાવોનું મનમાં મનન કરવું વગેરે મન માટે દારુ તુલ્ય છે. માટે મનને પ્રભુના નામ-સંકીર્તન, જ્યુ, ધ્યાન-ચિંતન-મનન કરી સાન્નિકભાવ તથા દિવ્યભાવથી ભરી દેવું. મનનું પ્રાકૃતિક વલણ જ જગત સંબંધી ભौતિક પદાર્થો સંબંધી ઘાટ ઘડવાનું હોય છે. એટલે ખોટા-ખરાબ કુસંગ પ્રેરિત ઘાટ-સંકલ્પને થતા જ રોકી દેવા. સત્પુરુષોની વાણીનું તથા સત્શાસ્ત્રોના વાચન-પઠન-શ્રવણ કરી તેનું મનન કરવું. પ્રભુના સ્વરૂપમાં મનનો નિરોધ કરવાનો અભ્યાસ કરવો. યોગ્ય જીવનઘડતર થાય, આધ્યાત્મિક ઉત્ત્રતિ થાય એવા પ્રેરણાદાયી, ઉમદા ને બળપ્રેરક વિચારોનું મનન કરવું. એવા વિચારો જ ગ્રંથોમાં કે પુસ્તકોમાં હોય તેનું વાચન-

મનન કરવું. આવા ઉપાયો યોજવાથી મનના દોષરૂપ-વિકારોરૂપ દારુનો ત્યાગ થાય.

(૧૨) બીજા બધા પ્રાણીઓની અપેક્ષાએ કેવળ મનુષ્યમાં જ મનની ચેતના વિકાસ પામીને બુદ્ધિની ભૂમિકાએ પહોંચેલી છે. બુદ્ધિ દ્વારા સાર-અસાર, સાચું-ખોટું, યોગ્ય-અયોગ્ય વગેરેનો નિર્ણય કરવામાં વિવેક ચૂકી જવાય, પ્રભુના સ્વરૂપમાં જ નિશ્ચય થયો હોય તેમાં અનિશ્ચય ને અશ્રદ્ધા ઉત્પન્ન થાય, સત્પુરુષોના વચનને વિશે અશ્રદ્ધા, નાસ્તિકભાવ કે તર્ક-કૃતર્ક થાય, પોતાના સ્વાર્થ કે દંભને પોષવા, લોકોને છળ-કપટ-છેતરપિંડી કરી ગેરમાર્ગ દોરવા, એમ બુદ્ધિનો દુરુપયોગ કરવો એ બુદ્ધિના દારુ સમાન છે. માટે બુદ્ધિને આત્મા-પરમાત્માના સ્વરૂપના શુદ્ધ જ્ઞાન-ઉપાસના દ્વારા, સાંખ્યજ્ઞાન ને યોગ દ્વારા, શુદ્ધ આહાર-વિહાર દ્વારા વિશુદ્ધ કરવી જોઈએ. સાર-અસાર, યોગ્ય-અયોગ્ય, સત્ય-અસત્યનો વિવેક રાખવો, વિનય-વિનમ્રતા ધારણ કરવાં, સ્થિતપ્રજ્ઞતા, ધૈર્ય ને સંયમ વડે બુદ્ધિનું પરિમાર્જન કરવું. સ્વાર્થ, દંભ-પ્રપંચ વગેરેથી દૂર રહેવું. પ્રભુના સ્વરૂપનો દૃઢ નિશ્ચય, દૃઢ ઉપાસના કરી આસ્તિક ને શ્રદ્ધાવાન બનવું. સત્પુરુષોના વચનમાં શ્રદ્ધા રાખી તેમને ગ્રહણ કરવાં. તે વચનોમાં તર્ક-વિતર્ક-કૃતર્કનો ત્યાગ કરવો. એમ કરવાથી બુદ્ધિના દોષરૂપ દારુનો ત્યાગ કર્યો ગણાય.

(૧૩) પ્રભુના સ્વરૂપ સિવાય ભौતિક જગત સંબંધી રજોગુણી-તમોગુણી વ્યક્તિઓનું, પદાર્થોનું તથા પંચવિષય શબ્દ-સ્પર્શ-રૂપ-રસ ને ગંધનું ચિત્તમાં સતત ચિંતન કરવું

એ ચિત્તના દારુ તુલ્ય છે. તે માટે ભૌતિક પદાર્થો કે વિષયોનું ચિંતન છોડી દઈ કેવળ પ્રભુના સુંદર સ્વરૂપનું અખંડ ચિંતન કરવાનો, આત્મા પરમાત્માના સ્વરૂપના તત્ત્વજ્ઞાન સંબંધી ચિંતન કરવાનો નિરંતર અભ્યાસ કરવો તો ચિત્તના દોષરૂપ દારુનો ત્યાગ કર્યો ગણાય.

(૧૪) ‘હું’ અક્ષર બધા જ અક્ષરોમાં સૌથી વક્ત જણાય છે. ‘હું’ અક્ષર દેખીતી રીતે વાંકો તો છે જ, પરંતુ સાથે સાથે તેના અર્થ ‘અહં’ની રીતે પણ વક્ત છે. હું પુરુષ છું કે સ્ત્રી છું. હું રૂપવાન, ગુણવાન, સર્વગુણ સંપત્ત છું. મારે વિશે કોઈ ખામી નથી. મારા જેવો વિદ્વાન, જ્ઞાની, ધાર્મિક, બુદ્ધિશાળી, શક્તિશાળી, સમજુ બીજો કોઈ નથી! હું પ્રતિષ્ઠિત, ધનવાન, સત્તાધીશ, સંપત્તિવાન, સર્વશ્રેષ્ઠ છું. હું સર્વશ્રેષ્ઠ ભક્તિ કરું છું, ધર્મનું પાલન કરું છું, બુદ્ધિમાન, ચતુર, કાર્યકુશળ, બ્યવહારકુશળ છું. હું સર્વશ્રેષ્ઠ કલાકાર છું. મારા જેવો સંતપુરુષ, ત્યાગી, સાધુ બીજો કોઈ નથી વગેરે અનંત પ્રકારનો મદ - અહંકાર મનુષ્યને વળગેલો છે. અહમ્મની સાથે મમત્વની ભાવના, પોતાપણાની ભાવના જીવને બલાની જેમ વળગેલી છે. આ પ્રકારનું મિથ્યાભિમાન, મદ તે અહંકારનો દારુ છે. તેનો કેવી પીવાના દારુ કરતાં અનેકગણો વધુ ખતરનાક ને નુકસાનકારક છે. દેહ તથા દેહના સગા-સંબંધીઓ તથા દેહ સંબંધી ભૌતિક પદાર્થોને વિશે મમત્વપણું થાય છે, રાગ અથવા દ્વેષ થાય છે, તે પણ અહંકારને લઈને જ થાય છે. તે અહંકારને દૂર કરવા માટે મનમાં એમ વિચારવું કે હું કર્તા નથી; એક પ્રભુ જ સર્વકર્તા, સર્વશક્તિમાન, સર્વગુણ

સંપત્તિ, સર્વક્ષમ, સર્વવ્યાપી છે. અને હું તો તેમનો તથા તેમના મુક્તાનો દાસ છું, સેવક છું. હું ત્રણ દેહ, ત્રણ અવરસ્થા, ત્રણ ગુણ તથા કાળ, કર્મ ને માયાથી પર શુદ્ધ ચૈતન્ય - આત્મસ્વરૂપ છું. પ્રભુએ પોતાની અકારણ ફૃપાથી મને મુક્ત કરીને પોતાનું પરમ સાધર્થ પમાડીને પોતાના સ્વરૂપમાં સળંગ રસબસભાવે લીન રાખ્યો છે. મારા દ્વારા સમગ્રપણે કર્તાપણું એ પ્રભુનું જ છે. હું તો નિમિત્તમાત્ર માધ્યમ છું. આવા ઉત્કૃષ્ટ ભાવની દૃઢતા થાય ત્યારે માયિક અહંકાર શુદ્ધ થાય છે. અને ત્યારે અહંકારના દોષરૂપ દારુનો ત્યાગ થયો ગણાય.

આ રીતે દારુના સ્થૂળ-સૂક્ષ્મ અર્થને જાણ્યા પછી તેનો ત્યાગ કરવાથી દારુના ત્યાગરૂપ પ્રથમ વર્તમાનનું પાલન થયું ગણાય.

દ્વિતીય વર્તમાન

માટી (માંસાહાર-હિંસા)નો ત્યાગ

માટી એટલે શું?

સૌ પ્રથમ માટીનો સ્થ્યુળ અર્થ જોઈએ.

માટી અર્થાત્ માંસ. સત્યાસ્ત્રોમાં પશુ-પક્ષીના લોહી-માંસનો આહાર કરવાનો નિપેધ કરેલો છે. એ પશુ-પક્ષી-માઇલી વગેરેની હિંસા બીજાએ કરી હોય તો પણ એ નરક તુલ્ય માંસ ભક્ષણ કરવાથી ખાનારના મનમાં હિંસકવૃત્તિનો ઉદ્ભબ થાય છે. કોઈને થોડે અંશો તો કોઈને વધુ અંશો હિંસકવૃત્તિ ઉદ્ભબે છે. હિંસા કરનાર, કરાવનાર, હિંસા કરવાની પ્રેરણા, પ્રોત્સાહન કે અનુમોદન આપનાર તથા હિંસા થયેલ પશુનું માંસભક્ષણ કરનાર, આ બધાને હિંસારૂપી પાપકર્મનું બંધન થાય છે. પછી એ કર્મનું ફળ ભોગવવામાંથી કોઈ છટકી શકતું નથી. આ લોકમાં સત્તા ને પૈસા દ્વારા વ્યક્તિ કોઈક સજામાંથી છટકી જઈ શકે, પરંતુ કુદરતના કર્મના સિદ્ધાંતના નિયમમાંથી, તે નિયમ મુજબ થતી શિક્ષામાંથી કોઈ છટકી શકતું નથી. ત્યાં તેની સત્તા, શક્તિ, સંપત્તિ, અધિકાર કે લાગવગ કોઈ જ કામમાં આવી શકતાં નથી. આમ સર્વવ્યાપી સર્વશક્તિમાન-સર્વાત્યાર્થી પ્રભુએ રચેલ સૃષ્ટિમાં કર્મના નિયમો અફર છે. તેમાં કેવળ પ્રભુ અથવા તેમના મુક્તપુરુષ જ હસ્તક્ષેપ કરી શકે છે, પરંતુ તેઓ પણ

અનિવાર્ય વિશિષ્ટ કિસ્સામાં જ તેમ કરે છે. અન્યથા બિનજરૂરી ફેરફાર કરતા નથી.

માંસાહારથી રજોગુણા ને તમોગુણાની વૃદ્ધિ થાય છે. તેથી મનમાં વિષય-વાસના, કોધ, વૈરભાવ, ઈર્ષા-દ્રેષ, માનસિક જડતા વગેરે વિકૃતિઓ જન્મે છે. આધ્યાત્મિક સૂક્ષ્મ સમજજાળ ને ગ્રહણશક્તિનો અભાવ વર્તે છે. મનની સાત્ત્વિકતા ને પવિત્રતા ખંડિત થાય છે. સાંપ્રતકાળે જગતમાં થઈ રહેલ મોટા પ્રમાણમાં હિંસા, આતંકવાદ, વૈરબુદ્ધિ, કુસંપ, ભ્રષ્ટાચાર વગેરે માંસાહાર અને દુર્વ્યસનોને આભારી છે. તેનો સમાજમાં સમજુ કહી શકાય તેવી દરેક વ્યક્તિ સ્વીકાર કર્યા વગર નહિ રહે.

આપણે સિંહ, વાઘ, ચિત્તો, રીછ વગેરે હિંસક પ્રાણીઓનું અવલોકન કરીશું તો તેઓ કોધી, વિકરાળ ને હિંસક જણાશો, અશાંત જણાશો. કારણ કે તેઓ માંસાહારી પ્રાણીઓ છે. જ્યારે મહાકાય ને શક્તિશાળી પ્રાણી હાથી શાકાહારી હોવાથી શાંત જણાય છે. આ તફાવત આહારને લઈને છે. પાચ્યાત્ય દેશોમાં માંસાહાર તથા દારૂ-દ્રવ્યસ વગેરે કેફી દ્રવ્યોનું પ્રમાણ આપણા દેશ કરતાં અનેકગણું વધારે છે. તેથી ત્યાંની પ્રજામાં સત્ત્વગુણ કરતાં રજોગુણ-તમોગુણનું પ્રમાણ વધુ છે. ત્યાંના લોકો ભૌતિક સિદ્ધિઓમાં આગળ છતાં આધ્યાત્મસંસ્કારની દૃષ્ટિએ પશુકોટિનું જીવન જીવતાં જણાય છે. ત્યાંની પ્રજામાં Free Sex - સ્વૈરવિહાર, સ્વધંદીપણું, હિંસા, વ્યબિચાર, ખુનામરકી, બળાત્કાર, ચોરી વગેરેના કિસ્સાઓનું પ્રમાણ ધણું બધું છે. આપણા દેશમાં થતા હિંસા, બળાત્કાર,

ખુનામરકી વગેરે ચુનાઓ પાછળ પણ કેફી પદાર્થોનું સેવન તથા માંસાહારનો વિશેષ ફાળો છે, એવું સંશોધકોનું તારણ છે. શાકાહારી તથા ધાર્મિક ને પવિત્રપણે જીવન જીવતી વ્યક્તિઓમાં ચુનાઓનું પ્રમાણ અલ્ય છે.

ઘણા લોકો પોતાની જાતને Higher class of the society - સામાજિક ઊંચા દરજજાના માને છે. તેઓ ઘડી વખત માંસભક્ષણ તથા કેફી પદાર્થોના સેવનને ફેશન તરીકે અપનાવે છે. માંસ નહિ ખાનારને જુનવાણી, નમાલા, વેવલા ગણો છે. માંસભક્ષણ તથા કેફી પદાર્થોની લતે ચડી હિંસા, બ્યબિચાર, બળાત્કાર, ચોરી, છેતરપિંડી, અપહરણ, ગરીબોનું શોષણ કરવું, જુગાર રમવો વગેરે અનેક પ્રકારના ચુનાઓનું આચરણ કરે છે. એમાં પોતાની મોટાઈ માને છે, પરંતુ તેઓ એ સમજતા નથી કે તેઓ પોતાની પાછળની પેઢીને પણ એમની સાથે અધઃપતન ને અંધકારમય ભાવિ તરફ દોરી રહ્યા છે! મોટી વયે કે મૃત્યુ સમયે જ્યારે પોતે કરેલી ભૂલોનું ભાન થાય છે, ત્યારે ઘણું મોંડું થઈ ગયેલું હોય છે. પોતાની પ્રજા પણ તેમના તરફથી મોં ફેરવી લે છે. પછી તેમના જીવનમાં અફસોસ, પસ્તાવો ને નિરાશા સિવાય કંઈ શેષ રહેતું નથી. હવે પણ્યમના લોકો પણ અતિ ભૌતિકતાથી કંટાળીને આપણી આધ્યાત્મિકતા તરફ આકર્ષાઈ રહ્યા છે. માનસિક શાંતિ ઝંખી રહ્યા છે, ત્યારે આપણે આપણી ઉજ્જવલ સંસ્કૃતિને વિસારી એમની અંધકારની ઊંડી ગર્તામાં ધકેલી દેનારી સંસ્કૃતિ તરફ આંધળી દોટ મૂકતાં અચકાતા નથી. આ ખરેખર શરમજનક છે! ત્યાંના લોકો આપણી ભારતીય

સંસ્કૃતિનો આદર કરી મનની શાંતિ માટે ધ્યાન, યોગ, પ્રભુભક્તિ, શાસ્ત્રીય સંગીત, કલા-સાહિત્ય તરફ વળી રહ્યા છે અને દુર્વ્યસનો તથા માંસભક્ષણનો ત્યાગ કરી શુદ્ધ શાકાહારી બની રહ્યા છે. આ ખરેખર નોંધપાત્ર બાબત છે.

ઘણા લોકો એવી માન્યતા ધરાવે છે કે માંસભક્ષણથી શરીર પુષ્ટ અને તંદુરસ્ત બને છે, શાકાહારી કરતાં માંસાહારી લોકો વધુ શક્તિશાળી હોય છે. આ વાત સંદર્ભ અસત્ય છે. કેમ જે વैજ્ઞાનિકોએ જ સાબિત કર્યું છે કે સિંગદાળામાં માંસ કે હિંડા કરતાં પાણી સિવાયના બધા જ પોષક તત્ત્વો વધુ પ્રમાણમાં હોય છે. સાથે સાથે માંસ ભક્ષણ કરનારા એ વાત ભૂલી જાય છે કે માંસાહારને લઈને ઉદ્ભવતી પાશવિક વૃત્તિ પશુતા તરફ જ લઈ જાય છે. પાશ્યાત્ય રમતો જેવી કે ફી સ્ટાઇલ કુસ્તી, કરાટે, બોક્સિંગ - મુક્કાબાજી વગેરે રમતોમાં એકલી હિંસકવૃત્તિના પ્રદર્શન સિવાય બીજું શું જોવા મળે છે? બે સાંઢોની સાઠમારી જેવું જ દૃશ્ય લાગે! વિચારશીલને તો એમાં નરી પશુતા જ જણાશે!

કેવળ ભૌતિક વિકાસ એ જ માનવસમાજનો સાચો વિકાસ નથી. કારણ કે ગમે તેટલો ભૌતિક વિકાસ થાય, અંતે તેનો નાશ નિષ્ઠિયત છે. ચૈતન્યનો આધ્યાત્મિક વિકાસ, ચેતનાની ઉર્ધ્વગતિ, પૂર્ણતાની પ્રાપ્તિ પ્રત્યે થતી પ્રગતિ એ જ માનવજીવનનો સાચો વિકાસ છે. ચૈતન્યના આધ્યાત્મિક વિકાસનો કદીયે નાશ નથી થતો, માટે એ જ સાચી ઉત્કાંતિ છે.

મેડકાવ (madcow) ઉપર એક જાણવા જેવો ન્યુઝરિપોર્ટ હતો કે કાચા માંસમાં તો હોય જ છે, પરંતુ રાંધેલા માંસમાં પણ રોગના વાઈરસ (જીવાણુઓ) રહેલા હોય છે, જે અનેક પ્રકારના રોગો નોતરવામાં કારણભૂત બને છે. રોગી પશુઓને તેમની સારવાર માટે ભારેભારે એન્ટિબાયોટિક્સ દવાઓ આપવામાં આવતી હોય છે. એવા પશુઓનું માંસભક્ષણ કરનારના લોહીમાં પણ એ દવાઓની આડઅસર ભણે છે. તેથી જ્યારે એવું માંસભક્ષણ કરનારને કોઈ રોગ લાગુ પડે તો તેને ભારે એન્ટિબાયોટિક્સ દવાઓ પણ અસર કરી શકતી નથી. અંતે તેવો રોગી મોતના મુખમાં ધકેલાઈ જાય છે. વૈજ્ઞાનિકોએ એવું પણ શોધ્યું છે કે પશુની જ્યારે હિંસા કરવામાં આવે છે, ત્યારે તેમાં ભય ને ગભરાટને લઈને ધૂજારી ધૂટે છે અને તેની આંતઃસ્ત્રાવી ગ્રંથિઓમાંથી અમુક પ્રકારના હોર્મોન્સ લોહીમાં ભણે છે. જેમ કે એદ્રિનલ ગ્રંથિમાંથી એદ્રિનલીન, નોરાએડ્રિનલીન, કોર્ટોકોસ્ટીરોઇડ વગેરે ભણે છે. એવા ટોક્સીન્સવાળા જેરીલા લોહી-માંસના આહારથી માંસભક્ષણ કરનારને માનસિક વિકૃતિઓ તથા મનોદૈહિક રોગો જન્મે છે.

આ પૃથ્વી ઉપર દરેક જીવપ્રાણી માત્રને જીવવાનો સમાન હક છે. ઈકોલોજ શાસ્ત્ર પ્રમાણો દરેક જીવ એ પ્રકૃતિના વિશાળ ચકનો પૂર્જો-હિસ્સો છે. એના અફુદરતી વિનાશથી કુદરતની સંતુલા ખોરવાઈ જાય છે. એટલે અનેક પ્રકારની કુદરતી હોનારતો ને આફતો વધતી જાય છે, જેનો અવારનવાર આપણો અનુભવ કરીએ છીએ. નિર્દ્દ્દિષ્ટ પશુની હિંસા કરી તેના માંસનું ભક્ષણ કરે એટલે કર્મના

નિયમ મુજબ એ હિંસાકાર્યનું પાપ લાગ્યા વગર રહે જ નહિ. ભગવદ્ગીતામાં કહેલું છે કે ‘કર્મણાં ગહનાં ગતિઃ’ કર્મની ગતિ અતિ ગહન છે. પ્રભુની સર્વવ્યાપી અન્વયશક્તિ દ્વારા સારા-નરસા દરેક કર્માની Record - નોંધ થઈ જ જાય છે. જીવાત્માને કર્મબંધન સૂક્ષ્મ સંસ્કારોરૂપે તેના કારણશરીર સાથે વળગી જાય છે. તેનું ફળ તેણો અવશ્ય ભોગવવું પડે છે. નિર્દોષ પશુને જ્યારે કોઈ મારે, ત્યારે તેની ચેતનાને અસહ્ય પીડાનો અનુભવ થાય છે. જ્યારે એ પશુનો ચૈતન્ય તેના પશુશરીરથી અલગ થાય છે, ત્યારે તેને જ્ઞાન થાય છે કે અમૃક વ્યક્તિએ તેની હત્યા કરેલી છે. તેથી તે નિસાસો નાંખીને હિંસા કરનારને શ્રાપ આપે છે. તે શ્રાપનું દુઃખરૂપ ફળ હિંસા કરનારને, હિંસા કરવામાં મદદરૂપ થનારને, હિંસાને પ્રોત્સાહન કે અનુમોદન આપનારને અને માંસભક્ષણ કરનારને એમ બધાને ભોગવવું પડે છે. પશુની હિંસાથી તેની યોનિમાં રહેલા જીવને જેટલા આયુષ્યનો ભોગવટો લખ્યો હોય - નિયત થયેલો હોય, તેમાંથી હિંસા દ્વારા તેનું વહેલું મૃત્યુ થવાથી તે યોનિમાં જીવને ફરી જન્મવું પડે છે. તેથી તે જીવની ઉત્કાંતિમાં વિલંબ થવાના નિમિત્ત બનવાનું પાપ પણ હિંસા કરનારને લાગે છે. માંસ ખાનારની રાક્ષસી વૃત્તિઓ વૃદ્ધિ પામે છે. માંસ ખાનારે જે પશુનું માંસ ખાદું હોય, તે પશુની જ્યારે હિંસા કરવામાં આવી હોય એ વખતની પશુની કારમી પીડાનો જો ઊંડા ઉતરી વિચાર કરવામાં આવે અને પોતાની જાતને તેની જગાએ જુએ-કલ્યે તો એ પ્રકારના વિચારથી જ તેના માંસભક્ષણમાં રહેલી

અભિરૂચિ ચોક્કસપણે ઓછી થઈ જાય. માંસાહારીએ આ પ્રયોગ ભાવાત્મકપણે કરવા જેવો છે. જે વ્યક્તિ ખરેખર માંસાહારને ત્યાગી ને શાકાહારી થવા માંગતી હોય તેના માટે આ પ્રયોગ ઉપયોગી થઈ શકે છે.

ધણા લોકો એવી દલીલ કરતા જોવામાં આવે છે કે જેમ પશુ-પક્ષીમાં જીવ છે, તેમ વનસ્પતિમાં પણ જીવ છે, તો તે વનસ્પતિના ભક્ષણથી પણ જીવહિંસા થયેલી ગણાય અને તેનું પણ પાપ લાગવું જોઈએ. તો એ બિનપાયેદાર દલીલનો ઉત્તર એ છે કે આપણા ભૌતિક શરીરના પોષણ માટે જે જે ખાવા લાયક ને પોષક વનસ્પતિ છે તેને પ્રભુએ જ પ્રકૃતિમાતા દ્વારા આપણા માટે સર્જેલી છે. તેમાં પણ અતિ રજોગુણ કે તમોગુણની વૃદ્ધિ કરે અને તન-મનના સંતુલન ઉપર વિપરિત અસર કરે તેવી વનસ્પતિના આહારનો સત્થાસ્ત્રોમાં નિષેધ કરેલો જ છે. માટે વનસ્પતિના આહારમાં પણ વિવેક રાખવો આવશ્યક છે. દા.ત. કુંગળી, લસણ વગેરે વનસ્પતિમાં અમુક ડૉક્ટરો અને વૈદ્યોના મંતવ્ય પ્રમાણે કેટલાંક ઔષધીય ગુણો છે, જે શારીરિક રીતે ઉપયોગી હોઈ શકે, પણ માનસિક-આધ્યાત્મિક દૃષ્ટિએ ખૂબ જ નુકસાનકારક છે. જેમ કે, હદ્ય-રોગની બીમારીમાં લસણ ઉપયોગી છે, પણ લસણના સેવનથી મન રજોગુણ-તમોગુણ તરફ વળે છે. જેથી વિષયો ભોગવવાની ઇચ્છા થાય છે તથા કોધ અને તાણની વૃદ્ધિ થાય છે. સરવાળે હદ્યના તેમ જ સમગ્ર આરોગ્યને વધુ નુકસાનકારક છે અને આધ્યાત્મિક પ્રગતિમાં પણ અવરોધરૂપ થાય છે. ધણા એવી ગેરવ્યાજભી દલીલ કરતા

હોય છે કે જો તે ન ખાઈ શકાય તો કુદરતે તેનું સર્જન શું કામ કર્યું હશે? અરે! કુદરતે તો ધતૂરો, આકડો, થોર વગેરે વનસ્પતિ પણ બનાવી છે, પણ તેનું ભક્ષણ કોઈ નથી કરતા. કારણ કે તે પ્રાણનાશક બની શકે છે. માટે આવી દલીલો નિરર્થક છે. માનવને ગ્રભુએ સાર-અસાર, યોગ્ય-અયોગ્ય પારખવાની વિવેકશક્તિ પ્રદાન કરેલી છે. તેનો સદ્ગુપ્ત્યોગ કરવો ઘટે. માટે મનને સાત્ત્વિક રાખે અને શરીરને પૂરતું પોષણ મળી રહે તેટલો જ વનસ્પતિનો આહાર યોગ્ય છે. વનસ્પતિનો આહાર કરવો તે મનુષ્ય માટે સૃષ્ટિકર્તા પરમેશ્વર દ્વારા જ નિર્ભિત થયેલું છે. તેમ હોવાથી તેનો આહાર બાધ કરતો નથી. કુદરતે મનુષ્યના મુખ અને દાંતની રચના પણ શાકાહાર માટે જ કરી છે. માંસાહારી પ્રાણીઓ જેવા કે સિંહ, વાધ, વર્ઝ, ચિતા, દિપડા વગેરેના દાંતની ને મુખની રચના માંસાહારને અનુકૂળ છે, જ્યારે શાકાહારી પ્રાણીઓ તથા મનુષ્યના દાંત તથા મુખની રચના શાકાહારને જ અનુકૂળ છે. શાકાહારથી મન ધીમે ધીમે સાત્ત્વિક બને છે. અંતઃકરણ સાત્ત્વિક બને, શુદ્ધ બને ત્યારે તેની સૂક્ષ્મ આધ્યાત્મિક રહસ્યોને ગ્રહણ કરવાની ક્ષમતા વધે છે. અંતઃકરણની શુદ્ધિ આહારશુદ્ધિ ઉપર અવલંબે છે. અંતઃકરણ સાત્ત્વિક બને એટલે તેની જરૂર ઓછી થઈ ગ્રહણશક્તિ વધે છે. અને આધ્યાત્મિક રહસ્યો ગ્રહણશક્તિને લીધે ઉકેલાતાં ચેતનાની આધ્યાત્મિક ઉત્કાંતિ ત્વરિત ગતિથી થાય છે.

વનસ્પતિનો આહાર કરવાથી વનસ્પતિની હિંસા થયેલી નથી ગણાતી. કારણ કે વનસ્પતિમાં રહેલ ચૈતન્યમાં તેની

ચેતનામાં જડંશ-જડતાનું પ્રમાણ વિશેષ રહેલું છે, તેથી તેને તોડવાથી કે કાપવાથી પીડાનો અનુભવ નથી થતો. વનસ્પતિ-ચેતનામાં બુદ્ધિ, વિવેક, વિવિધ માનસિક લાગણીઓનો વિકાસ થયેલો હોતો નથી. તેમાં કેવળ પ્રકૃતિસહજ વિકાસ થાય છે એટલું જ. અમુક વૈજ્ઞાનિકોએ પ્રયોગ દ્વારા નોંધ્યું છે કે વનસ્પતિને અમુક પ્રકારના સંગીત દ્વારા ઉત્પત્ત થતા ધ્વનિતરંગો તથા અમુક પ્રકારના સ્પર્શનો અનુભવ થાય છે. વનસ્પતિમાં જીવત્મા તો છે જ તેથી ધ્વનિ કે સ્પર્શના તરંગોની તેની ઉપર અસર સ્વાભાવિક રીતે થાય છે, પણ તેથી એવું સાબિત ન થઈ શકે કે તેમને પ્રાણીની જેમ પીડાનો પણ અનુભવ થાય છે. કારણ કે વનસ્પતિમાં સુખ-દુઃખની લાગણીનો અનુભવ થાય તેટલી ચેતના તેમાં વિકસેલી હોતી નથી. સંગીતના ધ્વનિ કે સ્પર્શના તરંગોથી કદાચ તેનામાં કંપનો થાય એ શક્ય છે, પરંતુ તેને કાપવાથી પીડાનો અનુભવ થાય કે પંપાળવાથી સુખ-શાંતિનો અનુભવ થાય છે, એમ કહી ન શકાય. એમ તો સંગીતના ધ્વનિ તરંગોથી જડ પદાર્થના પરમાણુઓમાં પણ કંપન થઈ શકે છે.

ઘણા લોકો એવી પણ દલીલ કરતા હોય છે કે દૂધ છે એ પણ પ્રાણીજન્ય- Animal product છે, તે પ્રાણીના લોહીમાં રહેલ પોષક દ્રવ્યમાંથી બને છે. માટે દૂધ ન લેવું જોઈએ. ઝડાંના આહારની જેમ દૂધનો આહાર પણ માંસાહારમાં ગણાવો જોઈએ. ઝડાંમાં જેમ પ્રોટિન, કાર્બોહાઇડ્રેટ્સ વગેરે તત્ત્વો છે, તેમ દૂધમાં પણ છે. તેથી બજેનો આહાર સરખો માંસાહાર ગણાવો જોઈએ. આ ઘ્યાલ

ભૂલ ભરેલો છે. કારણ કે દૂધ એ માતાના સંતાન પ્રત્યેના વાત્સલ્ય ને પ્રેમભાવથી પ્રગટે છે. તેમાં માતાને કોઈ પીડાનો નહિ, પણ પ્રેમ અને વાત્સલ્યનો અનુભવ થાય છે. તે સંપૂર્ણ ને સાત્ત્વિક આહાર છે. બાળકના જન્મ વખતે તે પ્રથમ આહાર છે. આપણે ગાય, ભેંસ, બકરી વગેરેનું દૂધ પીએ છીએ અને તેમ કરવાનો માનવને અધિકાર પણ છે. કારણ કે મનુષ્ય હજારો વર્ષોથી આવા પ્રાણીઓનું પાલન-પોષણ ને રક્ષા કરતો આવ્યો છે. આ પશુઓ જાણે માણસ સાથે હજારો વર્ષોથી હળીમળી ગયાં છે. આવા પશુનો યોગ્ય રીતે ઉછેર તથા પાલન-પોષણ કરવાથી માનવને તેના દૂધનો ઉપયોગ કરવાનો અધિકાર છે. આવા પશુનું ધાવણ તેના વાઇરડાંને પૂરતું મળી રહે, પછી જે વધારાનું હોય તેનો ઉપયોગ માણસે કરવાનો રહે છે.

ઈંડું એ પક્ષીના મૈથુનભાવ - Sexual feelingમાંથી સર્જયેલું છે. તેમાંથી બચ્ચું જન્મવાની સંભાવના પણ રહેલી છે. તેથી ઈડાંનો આહાર હિંસા સાથે જોડાયેલો છે. ઈડાંનો આહાર રજસ ને તમસ ઉત્પન્ન કરે છે. તેના આહારથી કામ, કોધ વગેરે વિકારોને વધુ વેગ મળે છે. આધુનિક વૈજ્ઞાનિકો પણ જણાવે છે કે ઈડાંના અમુક તત્ત્વો દ્વારા શરીરમાં કોલેસ્ટ્રોલ જેવાં હાનિકારક દ્રવ્યો દૂધની અપેક્ષાએ વધુ બને છે. ઘણા લોકો Artificially - અફુદરતી રીતે ફ્લન કરેલાં ઈડાંને શાકાહારમાં ખપાવવાની કોશિશ કરે છે, તે યોગ્ય નથી. કારણ કે એ પ્રક્રિયામાં પણ પક્ષીને પીડા તો થાય જ છે. એ ઈડાંમાંથી પોતાનું બચ્ચું જન્મશે એવી સહજ લાગણી તે પક્ષીને હોય છે, તેથી તે દુભાય છે, જે

હિંસાકાર્ય જ ગણાય.

ઈડાંમાં જીવ છે, જ્યારે દૂધમાં જીવ નથી. જે ઈડાંનું ફલિનીકરણ ન થઈ શકે તે ઈંદું શાકાહારી છે તેમ માનવું ભૂલ ભરેલું છે. કરણ કે તેમાં પણ સુષુપ્ત બીજરૂપે જીવ રહેલો છે. અને જીવ છે કે નથી તે કોઈ પણ માઈકોસ્કોપથી જોવું શક્ય નથી, કારણ કે કોઈ પણ ભૌતિક માધ્યમ દ્વારા જીવ જોઈ શકતો નથી. આ રીતે ઈડાંનો માંસભક્ષણમાં સમાવેશ થઈ જાય છે. તેમ જ માઇલાં, કરચલાં, અળસિયાં વગેરેનો આહાર પણ માંસાહાર છે. સાથે સાથે બરોબર સાફ ન કર્યા હોય તેવાં ને ધનેડાં, ઈયળ વગેરે જીવાતવાળાં અનાજ, કઠોળ, ફળ, મેવા, સૂકામેવા વગેરે તથા ગાયા વગરના પાણી, દૂધ, ઘી, તેલ વગેરે પ્રવાહીનું સેવન પણ માંસભક્ષણ તુલ્ય છે. માટે એ પદાર્થોનો ઉપયોગ સારી રીતે સાફ કર્યા પછી જ કરવો જોઈએ. તે આહાર પણ શુદ્ધ-પવિત્રપણે તેથાર કરી પ્રભુને અર્પણ કરી, ધરાવીને પ્રભુની મનમાં સ્મૃતિ સાથે શાંતચિત્તે ગ્રહણ કરવો જોઈએ. ભોજન તથા અન્ય પદાર્થો પ્રભુને ભક્તિભાવપૂર્વક ધરાવવાથી સર્વવ્યાપી પ્રભુ ભક્તના ભાવથી પ્રતિમા સ્વરૂપમાં આવિર્ભાવ પામીને ભક્તનો ભાવ ગ્રહણ કરે છે ને ભોજન સામગ્રી ઉપર પોતાની દિવ્ય દૃષ્ટિ કરીને તેને પ્રસાદરૂપ બનાવે છે. તેથી તે પદાર્થમાં રહેલ જડતા તથા રજસ-તમસ ગુણોની અસર ઓછી થઈ તે શુદ્ધ ને સાત્ત્વિક બને છે. તેવા આહારથી અંતકરણ પણ સાત્ત્વિક બને છે. પ્રભુને ધરાવીને આહાર ગ્રહણ કરવાનું આ ગહન રહસ્ય છે. અશુદ્ધ પ્રક્રિયાથી

તૈયાર કરેલાં બજારું ખાદ્ય પદાર્થો તેમજ કોઈને છેતરીને, દુભવીને કે છળકપટથી પચાવી પાડીને મેળવેલ ધનથી ખરીદેલું અને કે ધાનનો આહાર પણ માંસભક્ષજા તુલ્ય જગણાય. શંકાસ્પદ ડૉક્ટરે કે વૈદ્ય આપેલું ઔષધ કે દારુ તથા માંસના સંસર્જવાળું ઔષધ પણ ગ્રહણ ન કરવું. અહીં શંકાસ્પદનો અર્થ એ છે કે કોઈ કેવળ સ્વાર્થી હેતુથી, દંભથી દર્દીને છેતરીને પૈસા પડાવવાના હેતુથી અનૈતિક ને ખરાબ આચરણવાળા વૈદ્ય તૈયાર કરેલું ઔષધ ગ્રહણ ન કરવું એવો હેતુ છે. આવા ઔષધના સેવનનો પણ માટીના અર્થમાં સમાવેશ થાય છે. અતિ અનિવાર્ય એવા રોગાદિ આપત્કાળ સિવાય વિશ્વાસપાત્ર ન હોય તેવા વૈદ્યો કે ડૉક્ટરોનું ઔષધ લેવું તે ઉચિત નથી. એવા ઔષધથી શરીરનું આરોગ્ય સુધારવા જતાં મનનું આરોગ્ય જોખમાય છે. અર્થાત્ મન અપવિત્ર બને છે, જે સાધક માટે હિતાવહ નથી. સાંપ્રતકાળમાં અનેક પ્રકારના રોગોના ઈલાજ માટે મનુષ્યે હોસ્પિટલો-દવાખાનાઓ તથા અજાણ્યા ડૉક્ટરોનો સહારો પણ કેટલીક વાર લેવો પડે છે. તે દેશકાળ પ્રમાણે અનિવાર્ય પણ બને છે. આવા ઉપયારો બાદ શુદ્ધિરૂપે પ્રાયસ્થિત ને પ્રભુને પ્રાર્થના કરવાથી શુદ્ધિ થઈ શકે છે. બને ત્યાં સુધી સારા ડૉક્ટરો કે વૈદ્યનો પરિચય મેળવી તેમની પાસે ઈલાજ કરાવવો વધુ ઉચિત છે. શરીર એ નક્કનું દ્વાર નથી. એ પ્રભુ પ્રાપ્તિ માટેનું ઉત્તમ માધ્યમ છે. માટે તેની જાળવણી પ્રભુના મંદિરની જેમ કરવી જરૂરી છે. તેનો વધુ પડતો અનાદાર એ અવિવેક છે ને તે હાનિકારક નિવડે છે.

આ રીતે માંસભક્ષણનો ત્યાગ એ માટી ત્યાગના વર્તમાનનો સ્થૂળ અર્થ થયો. હવે આપણે તેનો સૂક્ષ્મ અર્થ સમજુએ.

માટીના ત્યાગનો અર્થ માત્ર સ્થૂળ હિંસાના ત્યાગમાં જ પૂર્ણ નથી થઈ જતો. એમાં તો મન-કર્મ-વચનથી થતી અનેક પ્રકારની સૂક્ષ્મ હિંસાઓનો પણ સમાવેશ થાય છે. દા.ત. ઈર્ધા, દ્વેષભાવથી કે પોતાના અહંને પોષવાની વૃત્તિથી કોઈની ઉપર કોધ કરવો, કોઈને ઈજા પહોંચાડવી કે તેની લાગણીઓ દુભવવી. પોતાના સ્વાર્થ ખાતર કે માનસિક વિકૃતિથી પ્રેરાઈને કોઈને મનૌદૈહિક પીડા પહોંચાડવી તે હિંસાકાર્ય છે. અસત્ય વાણી વદવી, અપશબ્દો બોલવા, અશ્વીલ ભાષા વાપરવી કે ગાળો દઈ કોઈના હદયને ઠેસ પહોંચાડવી, કોઈને વિશે ભૂંડો સંકલ્પ કરવો, કોઈનું અહિત થાય તેમ વિચારવું અથવા આચરણ કરવું એ સર્વે હિંસા છે. કોઈની ગુપ્ત (ખાનગી) વાત પોતાના અંગત સ્વાર્થ ખાતર કે ઈર્ધા-દ્વેષના ભાવથી જાહેર કરવી, કોઈ ઉપર તેનો દોષ કે વાંકગુનો ન હોવા છતાં મિથ્યાપવાદનું આરોપણ કરવું, પારકાનો દ્રોહ થાય કે અહિત થાય એવું સત્યવચન બોલવું, કોઈના મર્મસ્થાન (કુણી લાગણીઓ)ને ભેટે એવી અગ્રિય, તિરસ્કારભરી ને રૂખી વાણી બોલવી એ હિંસા છે.

આરોગ્યના નિયમોનું આળસ-પ્રમાણે લઈને ઉલ્લંઘન કરી રોગાદિ માંદગીને આમંત્રણ આપવું, જેમ કે વધુ પડતો, અશુદ્ધ, અયોગ્ય આહાર-વિહાર કરવો, અતિ મૈથુન, અતિ વિષયભોગ કરવો, પોતાની શક્તિમર્યાદા કરતાં વધુ

પડતો પરિશ્રમ કરવો, જ્યાં ત્યાં આરોગ્યને હાનિ પહોંચાડે તેવી જગ્યાએ પ્રયોજન વગર રખડવું, બિનઆરોગ્યપ્રદ આહાર કરવો, પોતાના રોગનો ચેપ બેદરકારીથી બીજાને લગાડવો એ સર્વે હિંસાના પ્રકારો છે. અનેક પ્રકારના દુર્વ્યસનો દ્વારા શરીર અને મનને વિકૃત કરી કષ્ટ આપવું, બીજાને પણ તેવા દુર્વ્યસનો તરફ યુક્તિપૂર્વક કે બળજબરી કરીને દોરી જવા એ હિંસા છે.

કોઈની કૂર મજાક કે હાંસીમશકરી કરવી, કોઈને સમૂહમાં કે સમાજમાં હલકો પાડવો - નીચો દેખાડવો Humiliation કરવું કે તેનામાં લઘુતાગ્રંથી -Inferiority complex બંધાય તેવું વાણી-વર્તન કરવું, કોઈની ભૂલ કે દોષ ન હોવા છતાં તેના ભૂલ કે દોષ દેખાડવા એ બધી હિંસા છે.

ઘરમાં, ઘરની બહાર, આંગણમાં, બાગબગીચાઓમાં, રસ્તા ઉપર કે અન્ય જાહેરક્ષેત્રોમાં કચરો નાંખી ગંદકી કરવી, મળ-મૂત્ર કરવાં, જ્યાં-ત્યાં થૂકવું વગેરે રીતે ગંદકીનું પ્રદૂષણ ફેલાવવું, બિનજરૂરી ને અવિવેકીપણે અયોગ્ય રીતે, અસર્ભ્ય રીતે ધોંઘાટ કરી, ધાંઘલ-ધમાલ દ્વારા તથા વધુ પડતા મોટા અવાજે રેઝિયો, ટી.વી., ટેપરેકોર્ડર, સંગીત વગાડી નાચગાન વગેરે દ્વારા ધ્વનિપ્રદૂષણ ફેલાવવું, બીડી, સિગારેટ, તમાકુ, અમુક પ્રકારના જેરીલા રસાયણો ને બળતણો દ્વારા તેના ધુમાડાથી પ્રદૂષણ ફેલાવવું, કેમિકલ્સ ફેક્ટરીઓ દ્વારા કાયદાની એસીતેસી કરીને વાયુનું કે જળનું પ્રદૂષણ ફેલાવવું તે બધા હિંસાના વિવિધ પ્રકારો છે.

સત્તાનો દુરુપયોગ કરવો, અધિકાર કરતાં સત્તાનો વધારે ઉપયોગ કરવો, કોઈને કોઈક કાર્ય નિમિત્તે વિશ્વાસ આપીને તેનો વિશ્વાસધાત કરવો, આપેલા વચ્ચન - Commitment નું પાલન ન કરવું એ હિંસા છે.

પોતાની નિર્બળવાળી કે સૂચનો દ્વારા કોઈને હતોત્સાહી, નિરાશ કે નાહિંમત બનાવવો, વિવિધ ભય દેખાડીને માનસિક કે શારીરિક ત્રાસ આપવો એ હિંસા છે. કન્યાપક્ષ પાસે દહેજ પૈઠણની અયોજ્ય માગણી કરવી, તેને બોજારૂપ થવું તે વરપક્ષ તરફથી થતું હિંસા કાર્ય છે. કોઈની વધુ પડતી મહેમાનગતિ માણી તેને બોજારૂપ થવું, કોઈને બોલી કરતાં ઓછું મહેનતાણું આપવું, કોઈની પાસે ગજા ઉપરાંત પરિશ્રમ કરાવવો, કોઈનું શારીરિક, માનસિક કે આર્થિક શોષણ કરવું તે હિંસાકાર્ય છે. દેશદ્રોહ કરવો, દેશની મિલકતને કોઈ પણ પ્રકારે નુકસાન પહોંચાડવું, દાણચોરી, કાળાબજાર, કરચોરી, ભ્રષ્ટાચાર વગેરે દ્વારા દેશને નુકસાન પહોંચાડવું તે હિંસા છે. પૈસાના જોરે, સત્તા, અધિકાર કે લાગવગ દ્વારા કોઈને ગુલામી કરાવવી, ગુંડાતત્ત્વો કે પોલીસ દ્વારા અયોજ્ય - અસત્ય રીતે કોઈ ઉપર દમન ગુજારવું તે હિંસા છે. આધ્યાત્મિક માર્ગના સાધકને હિંમત રહિત નબળી વાત કરીને પ્રભુપ્રસન્નતાના સાધનો કરવામાં મોળો પાડવો તે પણ હિંસા છે. પોતાની જાતને કે અન્યને ખોટું માર્ગદર્શન આપી વધુ પડતાં આકરાં ને જડતાપૂર્વકના તપ, જપ, ઉપવાસ, પ્રાયશ્રિત, દેહદમન, ઉજાગરા વગેરે કરવાં કરાવવાં તે હિંસા છે. દેહને નર્કનું દ્વાર નહિ ગણતાં પ્રભુનું મંદિર સમજી તેની યોગ્ય જાળવણી

કરવી એ અહિસા છે, એવી સમજણ કેળવવી જોઈએ.

કોઈ વ્યક્તિમાં મહાનગુણો ન હોવા છતાં, પોતાનો સ્વાર્થ કે હેતુ સિદ્ધ કરવા કે તેની મહોબત-શોહશરમમાં લેવાઈ જઈને તેના અતિશયોક્તિયુક્ત વખાણ-પ્રશંસા કે ખુશામત કરવાં તે એક પ્રકારની હિંસા છે. કારણ કે તેવી ભિથ્યા ખુશામત દ્વારા તેનો અહીં પોષાય છે તેથી તે વધુ દંભી બની, ભિથ્યાભિમાની બની અનેક પ્રકારના અનર્થો આચરીને પોતાનું તથા અન્યનું પ્રેય ને શ્રેય બગાડે છે.

ઈર્ખા-દ્રેષ્ટી કે માનસિક વિકૃતિથી પ્રેરાઈને બીજાને અંદર અંદર વૈરવૃત્તિ-વૈમનસ્ય જગાવીને લડાવી મારવા, ખોટા સમાચારો ફેલાવી કોમવાદ કે જાતિવાદ ભડકાવવો તે હિંસાના પ્રકારો છે. ડૉફૂટર કે વૈઘ દર્દીને ગેરમાર્ગ દોરે, અયોગ્ય કે બિનજરૂરી ઔષધ-સારવાર આપી વધુ પૈસા પડાવે, વકીલ કે ન્યાયાધિશ ખોટી દલીલો તથા ભૂલભરેલા ચૂકાદાથી નિર્દોષને સજ આપે તે હિંસા છે.

મનુષ્યની હિંસા તો કોઈ પ્રકારે ક્યારેય ન જ કરવી. એમ ભગવાન સ્વામિનારાયણ ભાર દઈને કહે છે. એનું કારણ એ છે કે જીવની - ચૈતન્યની ભૌતિક ઉત્કાંતિમાં મનુષ્ય અવતાર એ છેલ્લાં પગથિયું છે. દેવોને પણ દુર્લભ એવો મનુષ્યદેહ ગણ્યો છે. કારણ કે ચૈતન્યની આધ્યાત્મિક ઉત્કાંતિની સંભાવના કેવળ માનવશરીરમાં જ રહેલી છે. માટે મનુષ્યની ઘાત એ મોટું હિંસાકૃત્ય - પાપકર્મ છે. અમુક શાસ્ત્રોમાં આતતાયીને અર્થાત્ અતિ પાપીને ને હત્યારાને મારવો તેમાં હિંસા ન ગણાય તેમ કહેલું છે, પરંતુ એ વિચાર પણ પૂર્ણ રીતે યોગ્ય ન ગણાય. કારણ

કે એવા પાપીને કેવળ સજા કરવા કરતાં સાથે સાથે સમજાવટ દ્વારા સુધરવાની તક આપવી વધુ યોગ્ય ગણાય. સાચા માર્ગદર્શનથી તે ક્યારેક વાલિયા લુટારામાંથી વાલ્ભીકિ ઋષિ પણ બની શકે છે. માટે મનુષ્યની હિંસા એ બીજા જીવની હિંસાની અપેક્ષાએ મોટું પાપકર્મ છે અને તેનું દુઃખરૂપ ફળ પણ મોટું ભોગવવું પડે છે.

સ્ત્રીઓ, બાળકો કે યુવાનો પાસેથી તેના ભોળપણનો કે નિર્દોષપણાનો લાભ ઉઠાવી યુક્તિપૂર્વક કે બળજબરીથી ખોટાં, અનૈતિક કાર્યો કરાવવાં કે તેનું જાતીયશોષણ કે શારીરિક-માનસિક-આર્થિક શોષણ કરવું તે હિંસા છે.

સંત-મુક્તપુરુષનું કે સ્વયં પરમાત્માનું કોઈ ઘસાતું કે અણાધાજતું બોલે અથવા નિંદા-ટીકા કે અપમાન કરે તેને નબળાઈપૂર્વક સાંભળી લે તો તે હિંસા છે. પોતે જો તેને રોકવા કે ટોકવા સમર્થ ન હોય તો ત્યાંથી ખસી જવું, પણ એ અધમ ગ્રવૃત્તિને સાંખી લેવી નહિ. સમર્થ હોવા છતાં પાપીને પાપકર્મ કરતાં રોકે નહિ કે ટોકે નહિ અને પોતાની નજર સમક્ષ પાપકર્મ થવા દે કે અંધેર ચાલવા દે તે હિંસા છે. કારણ કે પાપીના પાપકર્મને તેણો મૂક સંમતિ આપી ગણાય. દા.ત. દુર્યોધન અને દુઃશાસને દ્રૌપદીના ચિર ખેંચ્યા ત્યારે બિભાગિતા હાજર હતા ને સમર્થ હોવા છતાં કોઈ પ્રતિકાર કર્યો નહિ. તેમ કોઈની મહોબત કે શેહશરમમાં આવી જઈ ખોટા કાર્યને સમર્થન-અનુમોદન કે મૂક સંમતિ આપવી તે હિંસા છે. પોતાની સ્ત્રીનું દાન કરવું, કન્યાવિકય કરવો, પોતાના સંતાનોને વેચવા, બાળલભનો કરવાં, બળજબરીથી બાળકોને

પરણાવવા, બાળમજૂરી કરાવવી એ સર્વે હિંસાના પ્રકારો છે. હવે તો સરકારે પણ બાળમજૂરીને ગેરકાયદે ગણેલી છે.

પોતાની પ્રતિષ્ઠાહાનિ થઈ હોય, અપમાન થયું હોય, કોઈ કાર્યમાં નિષ્ફળતા મળી હોય, કોઈ પ્રકારની શારીરિક, માનસિક, આર્થિક કે આધ્યાત્મિક મૂંજવાણ હોય કે કંઈક અયોગ્ય આચરણ થઈ ગયું હોય તો તે નિમિત્તે પોતાને નાની-મોટી ઈજા પહોંચાડે કે આત્મધાત કરે કે તેનો પ્રયાસ કરે તે હિંસા છે. પોતાના અયોગ્ય-અનૈતિક વાણી-વર્તન કે આચરણથી પ્રેરાઈને અન્ય લોકો તેનું અનુકરણ કરવા લાગે તો તે પણ હિંસા દોષ છે. મોટા પુરુષ દ્વારા થયેલ અધર્માચરણનું અનુકરણ ન કરવું તેમ શિક્ષાપત્રીમાં ભગવાન સ્વામિનારાયણ પણ જણાવે છે, કારણ કે દરેક મોટા સંતપુરુષ કાંઈ પૂર્ણ નથી હોતા તેથી ભૂલો થવાનો સંભવ તેમને પણ રહે છે.

પોતાના પ્રાણનો કે ધનનો નાશ થતો હોય, રાજાનો કે રોગચાળો ફાટી નીકળવો વગેરે ઉપદ્રવ હોય, જીવનું જોખમ આવી પડે તેવી પરિસ્થિતિ હોય, પ્રતિષ્ઠાને હાનિ પહોંચે એવા ખરાબ ને પ્રતિકૂળ સંજોગો ઊભા થયા હોય તો તે સ્થાને આસક્તિપૂર્વક પડી રહેવું તે હિંસા છે. એવા વિપરિત સંજોગોમાં બીજા સુખમય ને શાંતિમય સ્થળે જઈ સુખે પ્રભુભજન કરવું હિતાવહ છે, પણ પ્રતિકૂળ સંજોગોમાં ત્યાં પડી ન રહેવું. જેને આત્મા-પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર હોય ને અખંડ દિવ્યસ્થિતિમાં વર્તતા હોય, તેમને કોઈ દેશકાળાદિ તેવી સ્થિતિમાંથી વિચલિત કરી શકતાં નથી. તેવા મુક્તપુરુષને આ વિધાન લાગુ પાડી શકાય

દ્વિતીય વર્તમાન - માટી (માંસાહાર-હિંસા)નો ત્યાગ

નહિ, પરંતુ જેમને પરિપક્વ નિશ્ચય તથા સ્થિતિ ન થઈ હોય તેમને એ વચન ચોક્કસ લાગુ પડે છે.

પ્રભુપ્રાપ્તિને માર્ગો, સત્યને માર્ગોથી વિચલિત થઈ મન-ઇંદ્રિયો દ્વારા દોરવાઈને વિષયભોગને માર્ગ તથા દુરાચારને માર્ગ જઈ પોતાનું અધઃપતન કરવારૂપ પોતાના ચૈતન્યનું આત્મધાતીપણું એ હિંસાનું અતિ સૂક્ષ્મરૂપ છે. કારણ કે દેવોને પણ દુર્લભ એવો મનુષ્યજન્મ મળ્યા પછી પ્રભુપ્રાપ્તિ ન થઈ શકે તો જન્મ સાર્થક થયો ન ગણાય. એટલે એ સૌથી મોટી ને સૌથી સૂક્ષ્મ હિંસા છે.

‘અહિંસા પરમો ધર્મः’ આમ અનેક પ્રકારની સ્થૂળ ને સૂક્ષ્મ હિંસાનો ત્યાગ કરી, સંયમી રહી અહિંસાનું દૃઢપણે પાલન કરવું એ માટીત્યાગના વર્તમાનનું યથાર્થ પાલન ગણાય.

તૃતીય વર્તમાન

ચોરીનો ત્યાગ

ચોરી એટલે શું?

પહેલાં ચોરીનો સ્થૂળ અર્થ સમજાએ.

ધન, ધાન, દાગીના-ઘરેણાં, વસ્ત્રો, વાહન, જમીન,
મિલકત, ફળ-કૂલ વગેરે કોઈ પણ પદાર્થ તેના માલિકની
આજ્ઞા કે છચ્છા વિરુદ્ધ ગુપ્ત રીતે, બળબજરીથી કે કોઈ
પણ પ્રકારની યુક્તિપૂર્વક લઈ લેવું, આણહક્કથી પચાવી
પાડવું કે તેનો ઉપયોગ-ઉપભોગ કરવો એ ચોરી કાર્ય છે.

કારણો અને તેના પરિણામો

ચોરી જેવું અનૈતિક કાર્ય કરવા પાછળ અનેક કારણો
ને પરિબળો ભાગ ભજવતા હોય છે. તેમાં વસ્તુઓ પ્રત્યેનું
આકર્ષણ, પ્રલોભન થવું, લોભ-લાલચની વૃત્તિ હોવી,
પદાર્થ પ્રત્યેની ભમતા ને આસક્તિ હોવી, પદાર્થનો પરિગ્રહ
કરવાની વૃત્તિ તથા પદાર્થનો અભાવ વગેરે ચોરીકર્મ
પાછળના મુખ્ય કારણો છે. દેખાદેખી, વસ્તુઓનો અભાવ,
ચોરીકર્મ પાછળના મુખ્ય કારણો છે. દેખાદેખી, વસ્તુઓની
અછત કે અભાવ, અસંતોષ, આર્થિક નિર્બળતા,
મનોરંજનના પૂરતાં સાધનોનો અભાવ, ઓછી મહેનતે
સહેલાઈથી ધન કે પદાર્થ મેળવવાની મનોવૃત્તિ, અજ્ઞાન,
નિરક્ષરતા, નૈતિકતાનો અભાવ, કુસંગ અથવા સંગદોષ
વગેરે અનેક બળવાન પરિબળો ચોરીકાર્યમાં નિમિત્ત

બને છે.

ચોરી કરનાર, ચોરને ચોરી કરવાની પ્રેરણા, પ્રોત્સાહન, અનુમોદન કે આદેશ આપનાર, ચોરી કરવામાં મદદરૂપ થનાર, ચોરીકાર્યનો ઢાંકપિછોડો કરનાર છાવરનાર તથા ચોરીની વસ્તુનો જાણવા છતાં આનંદથી ઉપભોગ કરનાર, આ સર્વ ગુનેગાર છે અને આ સર્વને ચોરીનું કર્મફળ ભોગવવું પડે છે.

નાનું બાળક જ્યારે પડોશમાં, શાળામાં કે દુકાન વગેરે અન્ય કોઈ સ્થળે નાની વસ્તુની ચોરી કરે અને તેને પોતાના મા-બાપ, વાલી કે વડીલો તરફથી સમજણપૂર્વકનો ઠપકો ન મળે અને પ્રોત્સાહન મળે અથવા તેવા બાળકના ચોરીકાર્ય પ્રત્યે બેકાળજ દાખવે કે તેને છાવરવાની કોશિશ કરે તો બાળક ચોરી કરવા માટે નિર્ભય ને ઉત્સાહી બની જાય. પછી વારે વારે ચોરી કરવાની કુટેવવાળું બની જાય. પછી જેમ જેમ મોટું થતું જાય, તેમ તેમ વધુ ને વધુ મોટી ચોરીઓ કરતાં શીખે, એવી કુટેવ પડવાથી ચોરી કરવામાં તે એક પ્રકારની માનસિક વિકૃતિનો આનંદ લેતો થાય. ચોરી કરવી એ મર્દાનગીભર્યું કાર્યકૌશલ્ય છે, એમ માનવા લાગે. એટલે ચોરી કરવાની કળામાં વધુ હોંશિયાર બની મોટો તસ્કર બની જાય. ત્યાર પછી તેને સુધારવો ઘણો કઠણ થઈ પડે. ‘પાકે ઘડે કાંદા ન ચેડે?’ એ ઉક્તિ અનુસાર એવા રીઢા ગુનેગારને સુધારવા અત્યંત મુશ્કેલ બની જાય. ચોરીની સાથે સાથે હિંસા, વ્યબિચાર, દુર્ઘટસનો વગેરે અનેક બદીઓ પણ વધતી જાય છે. માટે બાળક નાનું હોય ત્યારથી જ તેને સાચી સમજણ આપીને અને જરૂર પડે

તો થોડા કડક વલાણ સાથે નજીવી શિક્ષા કરીને પણ ચોરી વગેરે ફુકમ્ખો કરતાં પાછું વાળવું હિતાવહ છે ને અનિવાર્ય પણ છે.

આ પ્રકારની સ્થૂળ ચોરીની સજા થવાનું સમાજમાં કાયદાકીય બંધારણ પણ છે. ચોરી કરનાર જો ચોરી કરતાં પકડાઈ જાય તો એકઠો થયેલો સમુહ માર મારે, ત્યાર બાદ પોલીસનો અસહ્ય માર સહન કરવો પડે અને પછી હવાલાત (જેલ)ની પણ હવા ખાવાનો વારો આવે. આ થઈ સ્થૂળ ચોરીની સજા.

‘સ્તેનકર્મ ન કર્તવ્ય ધર્માર્થમણિ કેનચિત्’ -શિક્ષાપત્રી. ભગવાન તથા સત્પુરુષો તો કહે છે કે કોઈક ધર્મકાર્ય સિદ્ધ કરવા માટે પણ ચોરી ન કરવી. ઘણાને એવું અજ્ઞાન ઉદ્ય થાય છે કે છળકપટ કે ચોરી કરી મેળવેલું ધન કે પદાર્થમાંથી થોડો ભાગ ધર્માદા પેટે દાન તરીકે આપી દઈશું, એટલે કરેલાં બધા પાપકર્મ બળી જશે. અને બાકી રહેલ ધન કે પદાર્થોનો ભૌતિક સુખ-સગવડો ને મોજશોખ માટે ઉપભોગ કરીશું એટલે કોઈ વાંધો નહિ આવે. આ જ્યાલ ભૂલ ભરેલો છે. કારણ કે ધર્મકાર્ય અર્થે ચોરી કરવાથી તેણે કરેલું ધર્મકાર્ય આપોઆપ જ અધર્મરૂપ થઈ જાય છે. ચોરી કરવાની કિયા એ ધર્મથી વિરુદ્ધની અધર્મરૂપ કિયા છે. તેથી એવી અધર્મરૂપ કિયાથી ધર્મકાર્ય શી રીતે સિદ્ધ થાય? આ ગણિત સમજે તો ધર્મકાર્ય માટે ચોરી કરવાની લાલસા ન જાગે. આવા ચોરીકર્મનું ફળ પણ અવશ્ય ભોગવવું પડે છે. અન્ય હેતુ માટે થયેલ ચોરી કરતાં ધર્મકાર્ય માટે થયેલ ચોરીનું ફળ બમણું ભોગવવું પડે એમાં

શંકાને કોઈ સ્થાન નથી. જેની વસ્તુ ચોરી લીધી હોય તે માલિકનો પણ નિઃસાસો લાગે. કારણ કે તેણે કેટલા પરિશ્રમથી તે વસ્તુ મેળવેલી હોય! કદાચિત તેણે પણ અધર્મને માર્ગ વસ્તુ મેળવી હોય તો તે પદાર્થની ચોરી કરનારને પોતે કરેલી ચોરીનું તથા જેની પાસેથી તે વસ્તુ ચોરી હોય તે માલિકના અધર્મ કર્મનું, એમ બંને પ્રકારનું ફળ ભોગવવું પડે. આ કર્મની ગતિ કેવી આંટીઘૂંઠીવાળી છે નહિ? ખેર! આ વાત બરોબર જાણી રાખી હોય તો બ્યક્ઝિટ કોઈ પણ કાર્ય કરતાં પહેલાં સો વાર વિચાર કરતી થઈ જાય અને પાપ કર્મમાંથી બચી શકે.

ચોરી કરવાની કુટેવના, શારીરિક-માનસિક સજા, સમાજમાં કલંક તથા માન-પ્રતિષ્ઠાહાનિ વગેરે અનેક પ્રકારના દુષ્પરિણામો છે. ચોરી કરવાથી મનની નૈતિક તાકાત, સ્વતંત્રતા, પવિત્રતા વગેરે નાખ થાય છે અને માનસિક વિકૃતિને લઈને તેની ચેતના અધઃપતન તરફ નીચે સરી પડે છે, અધોગતિ થાય છે.

હવે ચોરીના સૂક્ષ્મ અર્થ વિશે વિચારીએ. પોતાના પદ ને સત્તાની ઓથે કોઈની પાસેથી લાંચ-રિશ્ચત લેવી તે ચોરી છે. પછી ભલે તેનું કોઈ કાર્ય સિદ્ધ કરી આપવાનું હોય કે તેને કોઈ પ્રકારે સહાયરૂપ થવાનું હોય. કેટલાક લોકો પોતાના પદ, અધિકાર ને સત્તાનો ઉપયોગ કરી કોઈનું કાર્ય સિદ્ધ કરી આપવા લાંચ-રિશ્ચત લે છે અને તેને પોતાનું મહેનતાણું સમજી લેવાની ભૂલ કરે છે. અથવા ‘આ તો ફક્ત મહેનતાણું છે ને, તેમાં લાંચ જેવું શું છે?’ એમ પોતાના મનને પોતે કંઈ ખોટું નથી કરતા એવું મનાવવાની

મિથ્યા કોશિશ કરે છે, પછી ભલે તેનો અંતરાત્મા તેને ઉંખતો હોય! પરંતુ એ ચોરીકાર્ય જ છે.

નીતિમત્તાના મૂલ્યોને વિસારી દઈ અનીતિ, બ્રહ્માચાર, ધાણચોરી, વિવિધ પ્રકારની યુક્તિઓ અજમાવી કરવામાં આવતી કરચોરી જેવી કે આવકવેરો, વેચાણવેરો, જકાતવેરો વગેરેમાં ચોરી કરવી, કોઈનો વિશ્વાસઘાત કરી ગેરલાભ ઉઠાવવો, કોઈએ પોતાની થાપણ - અનામત સાચવવા આપી હોય તેને હડપ કરી જવી, કોઈક પોતાની વસ્તુ કોઈક સ્થાનમાં ભૂલી ગયું હોય તેને પોતાના અંગત ઉપયોગ માટે લઈ લેવી, માર્ગમાં કોઈની વસ્તુ પડી ગઈ હોય તે લઈ લેવી આ સર્વે ચોરીના પ્રકારો છે.

માણસ કોઈક કાર્ય કરે ત્યારે ભૂલ થવાનો પૂરો સંભવ હોય છે. ‘માણસ માત્ર ભૂલને પાત્ર’ એવી ઉક્તિ પણ છે. ભૂલ થવી એ ગુનો નથી, પરંતુ થયેલ ભૂલનો નમ્રતાપૂર્વક સ્વીકાર ન કરવો ને ભૂલ સ્વીકાર્યા પછી તેમાં સુધારો કરવાનો પ્રયત્ન ન કરવો એ ચોક્કસ ગુનો છે; તે ચોરી છે.

પોતાની જરૂરિયાત કરતાં અન્ન-દ્રવ્યાદિક પદાર્થોનો વધુ પડતો સંગ્રહ, બિનજરૂરી પરિગ્રહ કરવો એ ચોરી છે. કારણ કે પરિગ્રહ કરનારને તેનો ઉપયોગ ન હોય અને અન્ય જરૂરિયાતમંદ લોકો તેના લાભથી વંચિત રહે છે. એટલે અનાવશ્યક સંધરાખોરી પણ એક પ્રકારની ચોરી છે. ભગવાન સ્વામિનારાયણે શિક્ષાપત્રીમાં અન્ન-દ્રવ્યાદિકના સંગ્રહ વિશે લખ્યું છે, પરંતુ તે પોતાના ઘરમાં વરો હોય, એટલે જેટલી જરૂરિયાત હોય તેટલો જ સંગ્રહ કરવાનું

કહ્યું છે, પરંતુ બિનજરૂરી સંગ્રહ કરવાનું કહ્યું નથી. પોતાને કેટલી જરૂરિયાત છે તેનો પ્રામાણિકપણે અંદાજ કાઢીને એટલો જ સંગ્રહ કરવાનો છે તે વિચારવું ઘટે. વધુ પડતા સંગ્રહથી Perishable - બગડી જાય તેવા ખાદ્ય પદાર્થો અથવા અન્ય પદાર્થો બગડી જાય પછી પોતાના કે બીજા કોઈના કામમાં આવતાં નથી. તેથી તેને કચરા તરીકે ફેંકી દેવા પડે છે, જે નુકસાન જ છે ને? વધુ પડતું નાણું-કાળું નાણું સંચય કરવાનો માનવીય સ્વભાવ પોતાને, સમાજને અને દેશને એ બધાને હાનિકર્તા બને છે. પૈસાનો બિનઉપયોગી સંગ્રહ પડી રહે છે ને એના લાભથી બધા વંચિત રહે છે. સંગ્રહ કરેલ નાણાંમાં વ્યક્તિને તીવ્ર આસક્તિ જન્મે છે, જે તેને મૃત્યુ પછી સદ્ગતિ થવામાં વિઘ્નરૂપ નિવકે છે. જેમ ખાબોચિયામાં રહેલું બંધિયાર પાણી પ્રદૂષિત થઈ ગંધાઈ ઉઠે છે ને કોઈ ઉપયોગમાં આવતું નથી, પરંતુ નદી તથા ઝરણાનું પાણી વહેતું રહેતું હોવાથી બગડતું નથી અને અનેકના ઉપયોગમાં આવે છે. તેમ પૈસાનો સદૃપ્યોગ ન થઈ શકે તો તેવો સંઘરી રાખેલ પૈસો અનેક મુશ્કેલીઓ ને અનર્થો સર્જે છે.

પોતે મેળવેલ જ્ઞાન કે વિદ્યાનો સમાજમાં અન્યના હિત માટે સદૃપ્યોગ ન કરે, અર્થાત્ જ્ઞાનદાન કે વિદ્યાદાન પોતાની શક્તિ હોવા છતાં પણ ન કરે તો તે સૂક્ષ્મ પ્રકારની ચોરી છે. માટે વ્યક્તિની પાત્રતા-યોગ્યતા જોઈને તેને જ્ઞાનદાન કે વિદ્યાદાન અવશ્ય કરવું જોઈએ. જ્ઞાનદાન-વિદ્યાદાન એ દાનના સર્વ પ્રકારોમાં શ્રેષ્ઠ દાન છે. આપણા દેશની ઘણી બધી વિદ્યાઓ તથા કલાઓ વિદ્યાદાનના

અત્માવે લુપ્ત થઈ ચૂકી છે, તે બધાને સુવિદિત છે. પોતાની વિદ્યા બીજા જાણી જશે તો પોતાને મળતા યશ-કીર્તિ-પ્રસિદ્ધિ તથા અર્થલાભ ઘટી જશે. એવા ભયથી પણ વિદ્યાવાન વિદ્યાદાન કરી શકતા નથી. તેમાં ક્યારેક ઈષ્ટા - દેખ પણ ભાગ ભજવે છે. તેથી સમાજમાં રહેલ અજ્ઞાન ને અંધકાર દૂર થઈ શકતાં નથી. આપણા દેશમાં રહેલ વિદ્યાઓનો જો યોગ્ય રીતે સદૃષ્યોગ કરવામાં આવે તો દેશનું ધણું બધું અજ્ઞાન દૂર થઈ જાય અને દેશ પ્રગતિના પંથે વધુ ગતિશીલ બને. પ્રભુને પ્રાર્થના કરીએ કે આવો શુભ અવસર દેશને પ્રાપ્ત થાય.

વહેપારીઓ, ભેળસેણિયાઓ ધરાકને ઊંચાભાવે માલ વેચે કે હલકી ગુણવત્તાવાળો માલ સારી ગુણવત્તા ધરાવે છે એમ કહી તે માલને ઊંચાભાવે વેચે ને એ પ્રકારની છેતરપિંડી કરીને લૂંટ ચલાવે છે. દા.ત., દૂધવાળા દૂધમાં પાણી ભેળવે, પેટ્રોલપંપવાળા પેટ્રોલમાં ડીજલ, સોલવન્ટ કે કેરોસિન વગેરે ઉમેરે, રસોડાના તૈયાર મસાલા વેચનાર તેમાં વિવિધ રંગનું ભૂસું મિલાવે, ખાદ્યપદાર્થોમાં અનેક પ્રકારની મિલાવટ, દવાઓમાં મિલાવટ. ક્યાં ભેળસેળ કે મિલાવટ નથી એ પ્રશ્ન છે! હવે તો બનાવટી દૂધ ને બનાવટી ધી પણ મળે છે. સોની સોનું કાઢી લઈ તેમાં તાબું કુ અન્ય ધાતુ ભેળવે, દરજ સારું કપડું પોતાના ઉપયોગ માટે કાઢી લે વગેરે સર્વે ચોરીના જ વિવિધ પ્રકારો છે.

પોતાનામાં કેટલાક સદૃગુણો હોય તેનાં કરતાં વધારે છે એમ દેખાવ કરવો તે દંભરૂપ ચોરી છે. પોતાની તથા પોતે કરેલાં કાર્યોની બડાઈ મારવી, ખોટાં બજાગાં ફૂંકવા કે

આત્મશ્લાધા કરવી તે પણ ચોરી છે.

પોતાની શારીરિક, માનસિક કે આર્થિક શક્તિ ને ક્ષમતા હોવા છતાં બીજાને સહાયરૂપ ન થવું, સ્વાર્થી કે સ્વકેન્દ્રી બનવું, પોતાના માતા-પિતા, ગુરુ કે અન્ય રોગી, દુઃખી કે જરૂરિયાતમંદોની પોતાના સામર્થ્ય પ્રમાણે સેવા ન કરવી તે ચોરીકર્મ છે. રેલવેમાં કે બસમાં કે અન્ય સ્થળે જ્યાં ટિકિટ લેવાતી હોય, ત્યાં ટિકિટ લીધા વગર મુસાફરી કરવી કે પ્રવેશ કરવો તે ચોરી છે. પરીક્ષામાં વિદ્યાર્થીઓ દ્વારા વિવિધ યુક્તિથી ચોરી થાય છે તે દેખીતી રીતે જ ચોરી છે.

પોતાના અંગત સ્વાર્થ ખાતર સત્ય હકીકત ધૂપાવવી, પોતાના દોષોને છાવરવા અથવા ઢાંકપિછોડો કરવો, દોષો ધૂપાવવા અથવા તે ગુણો છે, પણ દોષો નથી તેમ યુક્તિપૂર્વક અન્યને ઠસાવવા પ્રયત્ન કરવો તે સૂક્ષ્મ ચોરી છે. જુગાર - સહ્યો વગેરે અયોગ્ય ને ટૂંકા રસ્તે આણહક્કનો પૈસો કમાવો તે ચોરી છે.

પોતાની ઊપજ-આવક તેમ જ પોતાને મળતા સમયમાંથી પ્રભુપ્રસંગતા માટે પ્રભુને અર્પણ કરવાનો ભાગ ધર્માદરૂપે ન કાઢવો તે ચોરી છે. આપણી જે કંઈ આવક હોય, ઊપજ હોય, તેમાંથી પ્રભુને અર્પણ કરવાથી તે શુદ્ધ બને છે. તેવી શુદ્ધ આવકનો સદ્ગુર્યોગ થવાથી ચિત્તની નિર્ભળતા તથા પ્રભુપ્રસંગતા પ્રાપ્ત થાય છે, તેથી કલ્યાણ થાય છે.

પોતાના સેવકો કે આશ્રિતવર્ગને જમાડ્યા વગર પોતે એકલા સ્વાર્થવૃત્તિથી પેટ ભરી લેવું તે પણ ચોરી છે.

નોકરી, ધંધો કે વ્યવસાયમાં કે પછી સમાજસેવા અથવા દેશસેવા આદિ પ્રવૃત્તિમાં પોતાની ફરજો, જવાબદારીઓ પ્રામાણિકપણો ન બજાવવી તથા કર્તવ્યપરાયણતામાં ખામી હોવી તે બધી સૂક્ષ્મ ચોરી છે.

ભગવાન તથા સંતપુરુષ-મુક્તપુરુષ પાસે પોતાનું કપટ કે પાપકર્મ છુપાવવું તે ચોરીનો અતિ સૂક્ષ્મ પ્રકાર છે. ભગવાન કે ભગવાનના મુક્તપુરુષના નામનો પોતાના અંગત સ્વાર્થ હેતુ સિદ્ધ કરવા દુરુપયોગ કરવો, સત્પુરુષે કદાપિ ન કહેલાં હોય તેવા વચનો એ સત્પુરુષના વચનો છે, માટે તેને ગ્રહણ કરો. એમ કછી સત્પુરુષના નામને વટાવીને કોઈને ગેરમાર્ગ દોરવા, અધર્માચરણ તરફ દોરવા એ સૂક્ષ્મ ચોરી છે.

કોઈ પણ કૃતિની, રચનાની, શોધખોળ - સંશોધન વગેરેની તેના કર્તાની છચ્છા કે પરવાનગી વગર નકલ કરવી અથવા તેના માલિક બની બેસવું તે ચોરી છે. સત્પુરુષ જેવા સદ્ગુણો ન આવ્યા હોય ને દંભે કરીને તેના વાણી-વર્તનની નકલ કરવી તે સૂક્ષ્મ ચોરી છે.

કોઈએ ભલે પોતાની મરજીથી, પ્રેમથી કે મહિમા જાણીને કોઈ પદાર્થ ભેટ તરીકે કે બાક્સિસ તરીકે આપેલ હોય તેનો લોભવૃત્તિ કે આસક્તિપૂર્વક સ્વીકાર કરી ઉપભોગ કરવો તેનો પણ ચોરીમાં સમાવેશ થાય છે. ભગવાનના સ્વરૂપને સમર્પણભાવથી ધરાવ્યા વગર અત્ર કે અન્ય પદાર્થનો ઉપભોગ કરવો તે પણ ચોરીનો પ્રકાર છે.

ભગવાન તથા સત્પુરુષના સ્વરૂપ અને તેમના વચનો

તृतीय वर्तमान - ચોરીનો ત્યાગ

વિશે અશ્રુદ્વા, અવિશ્વાસ ને છૂપો નાસ્તિકભાવ તે સૂક્ષ્મ ચોરી છે. દ્રવ્યાદિક પદાર્થ પ્રત્યે લોભવૃત્તિ, મોહસુસિતિ, માનસિક સંકુચિતતા, લૌકિક પદાર્થ પ્રત્યેનો તીવ્ર અભિનિવેશ, કૃપણતા, કંજૂસાઈ વગેરે દુર્ગુણોનો ચોરીની વ્યાખ્યામાં સમાવેશ થઈ જાય છે.

આ રીતે સ્થૂળ કે સૂક્ષ્મ કોઈ પણ પ્રકારની ચોરી મનને ક્ષોભ પમાડે છે. તે ચિત્તની નિર્મળતાને ક્ષતિ પહોંચાડી અશુદ્ધ બનાવે છે. મનની સ્વતંત્રતા છીનવાઈ જઈ મન દુર્ગુણોનું ગુલામ બને છે. અંતઃકરણ દૂષિત થવાથી ચૈતન્યની આધ્યાત્મિક પ્રગતિ અવરોધાય છે ને ચેતના અધોગતિ તરફ સરી પડે છે. માટે સ્થૂળ - સૂક્ષ્મ ચોરીકર્મ મન-કર્મ-વચનથી ન થઈ જાય તે અર્થે સતત જાગૃત રહ્યી તેનો ત્યાગ રાખવો એ આ ગ્રીજા વર્તમાનનું પાલન છે.

ચતુર્થ વર્તમાન

અવેરીનો ત્યાગ

આ વર્તમાનમાં અવેરીનો ત્યાગ એટલે સ્ત્રી-પુરુષના વિજ્ઞતીય અથવા સજ્ઞતીય અનૈતિક, અનિષ્ટ, અયોગ્ય દુરાચાર-વ્યબિચારનો ત્યાગ. એ ત્યાગનો કેવળ સ્થૂળ દેહથી જ ત્યાગ એવો અર્થ નથી થતો, પરંતુ મન-કર્મ-વચનથી અનૈતિક મૈથુનનો પૂર્ણ ત્યાગ. અર્થાત્ સ્થૂળ-સૂક્ષ્મ અર્થમાં બ્રહ્મચર્યનું - નિષ્કામક્રતનું પાલન- હંડ્રિય સંયમ એવો અર્થ થાય છે.

પહેલાં બ્રહ્મચર્યનો સ્થૂળ અર્થ સમજ્ઞાએ. હંડ્રિયો -અંતःકરણાની વિષયાભિમુખ ભોગવૃત્તિ, જેનો સતત જાગૃત ચેતનામાં રહી નિગ્રહ કરવો એ બ્રહ્મચર્ય છે. વિષયાસક્ત વૃત્તિ દ્વારા જાણો-અજાણો તેનો નિગ્રહ ન થતાં જાગૃત કે સ્વજ્ઞાવસ્થામાં બ્રહ્મચર્યનો લોપ થાય, પ્રજનન શક્કિતો-સર્જનશક્કિતનું સ્ખલન થાય તે અવેરી છે.

દરેક પશુ-પક્ષીમાં જેમ ચાર પ્રકારની સહજવૃત્તિઓ - Natural instincts -આહાર, નિદ્રા, ભય ને મૈથુન હોય છે, તેમ જ મનુષ્યમાં પણ એ સહજવૃત્તિઓ હોય છે. કારણ કે મનુષ્ય પણ એક પ્રાણી જ છે. અન્ય પ્રાણીઓ કેવળ પોતાની સહજવૃત્તિથી પ્રેરાઈને જીવન જીવે છે. તેમનું જીવન કુદરતી છે. તેઓનો આહાર, નિદ્રા, ભય ને મૈથુન બધું જ કુદરતી છે.

પ્રાણીશરીરમાં રહેલ મનજી-ચેતનાનો વિકાસ વનસ્પતિમાં રહેલ ચેતના કરતાં વિશેષ થયેલો હોય છે. વનસ્પતિ ચેતનામાં તમ અર્થાત્ જડતાનું પ્રમાણ વિશેષ હોય છે. જ્યારે પ્રાણીઓમાં તેનો થોડે ઘણો અંશે વિકાસ થયેલો હોય છે. પ્રાણીઓમાં તમોગુણ સાથે રજોગુણ પણ વિકસેલો છે. તેમ છતાં પ્રાણીમાં ચેતનાનો વિકાસ મનુષ્ય જેટલો નથી થયો. તેમાં જડતાનો અંશ મનુષ્ય-ચેતના કરતાં વિશેષ રહેલો છે. કારણ કે પ્રાણીના શરીરમાં રહેલું મન વિકસિત થઈને બુદ્ધિમાં, વિવેકશક્તિમાં, તર્કશક્તિમાં, વિશ્વેષણ કે પૃથક્કરણ શક્તિમાં રૂપાંતરિત નથી થયું. પ્રાણીઓએ જ્ઞાન-વિજ્ઞાન ક્ષેત્રે કે આધ્યાત્મિક ક્ષેત્રે કોઈ પ્રગતિ કરી હોય કે કોઈ સંશોધન કર્યું હોય, શોધખોળ કરી હોય તેવો કોઈ દાખલો હજારો વર્ષોથી નોંધાયેલો નથી. તેનું કારણ તેમનું જીવન કુદરતી સહજવૃત્તિઓ ઉપર નિર્ભર રહેલું છે. આધુનિક વૈજ્ઞાનિકો કેટલાક પ્રયોગો કરે છે, તેમાં એમ જણાયેલું છે કે હાથી, ચીમ્પાંજી, ડોફ્ફીન વગેરે પ્રાણીઓમાં બીજા પ્રાણીઓની અપેક્ષાએ વિવિધ પરિસ્થિતિ સાથે અનુકૂલન સાધવાની ગજબ શક્તિ રહેલી છે. એવા પ્રાણીઓ પ્રેમ, ધિક્કાર, ભય વગેરે લાગણીઓને સમજ શકવા શક્તિમાન હોય છે. આ બધું પણ કુદરતી સહજવૃત્તિ પર નિર્ભર હોય છે. જ્યારે મનુષ્ય શરીરમાં રહેલ ચેતનાનો વિકાસ બીજા પ્રાણીઓની અપેક્ષાએ અકલ્ય છે. મનુષ્યમાં મન વિકસિત થઈને બુદ્ધિની ભૂમિકાએ પહોંચેલું છે.

તે બુદ્ધિમાં સાર-અસાર, સત્ય-અસત્ય, યોગ્ય-અયોગ્ય

પારખવાની વિવેકશક્તિ તથા ગ્રહણશક્તિ, નિર્જયશક્તિ, નિશ્ચયશક્તિ, તર્કશક્તિ, વિશ્લેષણ કે પૃથકુરણશક્તિ વગેરે છે. અને તેથી જ ચૈતન્યની ઉત્કાંતિમાં મનુષ્યશરીર એ છેલ્લું પગથિયું છે. મનુષ્ય ચેતનામાં ૨૪-તમ સાથે સત્ત્વગુણાની વૃદ્ધિ થઈ શકે છે. બીજી બધી યોનિઓમાં મનુષ્યજન્મ શ્રેષ્ઠ છે. દેવોને પણ દુર્લભ એવો મનુષ્યદેહ ગણ્યો છે. તેનું કારણ ચૈતન્યની આધ્યાત્મિક ઉત્કાંતિ, ઉધ્વીકરણ કેવળ મનુષ્યદેહમાં જ સંભવે છે.

મનુષ્યયોનિ એ કર્મભૂમિ છે, જ્યારે બીજી ભૂમિકાઓ ભોગ ભૂમિ છે. દૈવત્વ પ્રાપ્ત થઈ શકે તેવા પૂજ્યકર્મો દ્વારા મનુષ્યમાંથી દેવ થયેલો જીવ પણ દેવલોકના ભોગ ભોગવવાનું કર્મફળ ખૂટનાં ફરી મનુષ્યયોનિને પામે છે. કોઈ પણ ભૂમિકામાંથી આગળની ભૂમિકામાં જવા માટે મનુષ્યજન્મ આવશ્યક છે. મનુષ્યમાંથી વિભૂતિઅવતાર સુધીની આધ્યાત્મિક ભૂમિકા સિદ્ધ કરી હોય, તો પણ પૂર્ણ મુક્તાસ્થિતિ પ્રાપ્ત કરવા તેને મનુષ્યશરીર ધારણ કરવું પડે છે. મનુષ્યશરીરની આટલી બધી અગત્યતા છે. તે સમજ તેનો આધ્યાત્મિક પ્રગતિ માટે સદ્ગુરૂઓની પ્રાપ્તિ માનવીનું કર્તવ્ય છે.

મનુષ્ય પોતાની વિવેકશક્તિ દ્વારા જો તે છયછે તો ધંદ્રિયો-અંતઃકરણાની વૃત્તિઓ જેવી કે પ્રેમ, આસક્તિ, તૃષ્ણા, મમતા, વાસના, કોધ, આવેશ, આવેગ, રાગ-દ્રેષ્ટ વગેરે લાગણીઓ ઉપર પોતાનું નિયંત્રણ લાદી તેમનો રાહ બદલી શકે છે. પોતાના જીવનનું આમૂલ પરિવર્તન - Transformation પણ કરી શકે છે. મનુષ્ય ધારે તો

ભौતિક તેમ જ આધ્યાત્મિક વિકાસમાં તેની ચરમસીમાં સુધી પહોંચી શકે છે. આ મનુષ્યજન્મની વિશેષતા છે. મનુષ્યબુદ્ધિની એક વિચિત્રતા એ પણ છે કે જો તેને ઉન્નતિને પંથે ઉપયોગમાં લેવામાં આવે તો આગળ જણાવ્યું તેમ ઉન્નતિના શિખરને સ્પર્શી શકે અર્થાત્ પૂર્ણ પુરુષોત્તમરૂપ એવી પરમાત્મા સુધીની ભૂમિકાએ પણ પહોંચી શકે ને જો તેનો દુરુપયોગ કરે કે અવળે માર્ગ દુર્વ્યય કરે, તો અધોગતિની ઊંડી અંધકારમય ગર્તામાં પણ ઘકેલી દે છે!

મનુષ્ય પોતાની સહજવૃત્તિ આહારનો અતિરેક તથા વિવેક બંને કરવા સ્વતંત્ર છે. તે ધારે તો અકરાંતિયાની જેમ ખાય ને પશુ જેવો બલિષ્ટ બની શકે છે તથા પશુની જેમ વિષયભોગ પણ ભોગવી શકે છે. અથવા તો વિવેક વાપરીને સમતોલ-સાત્ત્વિક ને પૌષ્ટિક આહાર લઈ નિર્મણ ને સાત્ત્વિક જીવન જીવી શકે છે. એવી જ રીતે નિદ્રા ઉપર પણ પોતાનું નિયંત્રણ કરી વધુ ઓછી નિદ્રા કરી શકે છે. તેવી જ રીતે ભયભીત રહેવું કે મન ઉપર કાબુ રાખી નિર્ભય બનવું તે તેના હાથમાં છે. મૈથુન પ્રવૃત્તિમાં પણ સંયમી બનવું, વિવેક કરવો કે તેનો અતિરેક કરવો તે તેના જ હાથમાં છે. તે અતિ આહાર, ધંદ્રિયોના - અંતઃકરણના અશુદ્ધ આહાર, અતિ નિદ્રા, અતિ ભય ને અતિ મૈથુન દ્વારા પોતાનું શરીર નક્ક તુલ્ય, રોગીષ અને ક્ષિણ બનાવી માનવજીવન બરબાદ કરી શકે છે. વિચાર-વિવેક વગરના અતિ અલ્ય આહાર, અતિઅલ્ય નિદ્રા દ્વારા પણ શરીરની ને મનની સંતુલા ખોરવાઈ જાય છે, માટે તેમાં પણ વિવેક

આવશ્યક છે. મનુષ્ય ધારે તો કુદરત સાથે તાલમેળભર્યું જીવન જીવી શકે છે અથવા તો કુદરત સાથે ચેડા કરી, તેના નિયમોનું ઉલ્લંઘન કરી, પોતાની હુદ્દશા પણ નોતરી શકે છે. બધું તેની વિવેકશક્તિ ઉપર નિર્ભર છે. જેમ આણુશક્તિનો સર્જનાત્મક રીતે ઉપયોગ કરવામાં આવે તો ભૌતિક વિકાસમાં કાંતિકારી પરિણામો આવી શકે ને જો તેનો વિનાશાર્થે દુરુપ્યોગ કરવામાં આવે, તો જગત તહસ-નહસ થઈ જાય. એમ વિવેકશક્તિના ઉપયોગનું પણ છે.

કામવૃત્તિ એ પ્રાણીજગતની સહજવૃત્તિ છે. એ પ્રબળ સર્જનશક્તિ છે. Creative energy છે. તે શક્તિ દ્વારા પ્રકૃતિમાતા પોતાનું અસ્તિત્વ ટકાવી રાખે છે. એક પ્રજીવાનથી બીજી પ્રજીવાનનું સર્જન થાય છે. કામશક્તિ-પ્રજનનશક્તિ ન હોત તો પ્રકૃતિના સર્જનકાર્યનું ચક બંધ પડી જાત. કામવૃત્તિમાં-પ્રજનનશક્તિમાં રહેલી અકલ્ય સર્જનશક્તિ દ્વારા જ વૃક્ષમાંથી વૃક્ષ, જંતુમાંથી જંતુ, પશુમાંથી પશુ, પક્ષીમાંથી પક્ષી અને માનવમાંથી માનવનું સર્જન થાય છે. ચૈતન્યની ઉત્કાંતિમાં કામશક્તિનો ફાળો ધણો મહત્વનો છે. કામશક્તિ એ જીવનશક્તિ છે, જીવનશૃંખલાનું ચાલક બળ છે.

મનુષ્યશરીરમાં રહેલ ચૈતન્યની વિશેષતા એ છે કે તે જો ધારે તો કામશક્તિ-પ્રજનનશક્તિનો પોતાની વિવેકશક્તિ દ્વારા નિગ્રહ કરી તેનું ઊર્ધ્વકરણ - Sublimation કરી આધ્યાત્મિક શક્તિમાં, ઓજસમાં રૂપાંતર કરી ત્વરિત ગતિએ પોતાનો આધ્યાત્મિક વિકાસ સાધી કાળ, કર્મ ને માયાના તમામ આવરણો - બંધનોમાંથી મુક્ત થઈ પ્રભુનું

પરમ સાધભર્ય પામી, પરમાત્માના દિવ્ય અવિચળ સુખ તથા શાશ્વત શાંતિને પામી શકે. આ ઉત્કૃષ્ટ હેતુ સિદ્ધ કરવા માટે જ દરેક ધર્મમાં બ્રહ્મચર્ય, દંડ્રિય સંયમ ઉપર વિશેષપણે ભાર મૂકવામાં આવ્યો છે. જ્ય, તપ, ભક્તિ, યોગસાધના વગેરે સાધનો નિષ્કામ-બ્રહ્મચર્યની દૃઢતા કરી ઉદ્ઘરેતા થવા માટે જ સૂચવવામાં આવ્યા છે. સદ્ગુરુ થકી સાચી સમજણ કેળવી વિવેક, વૈરાય, જ્ય, તપ, આત્મા-પરમાત્માના સ્વરૂપના જ્ઞાન - ધ્યાન - ઉપાસના, આરાધના, ભક્તિ વગેરે સાધનો દ્વારા દંડ્રિયો અંત:કરણની વિષયાભિમુખ વૃત્તિઓમાં વેડફાતી ઉર્જાશક્તિનો નિગ્રહ કરી, પ્રજનનશક્તિ જે જીવનશક્તિ છે, તેનું આધ્યાત્મિકશક્તિમાં રૂપાંતર કરી, ઉદ્ઘરેતાપણું સિદ્ધ કરવામાં આવે, તો પ્રભુના દિવ્યસ્વરૂપનો પોતાના આત્મસ્વરૂપમાં સાક્ષાત્કાર કરવાની પાત્રતા આવે. બ્રહ્મચર્ય સાધનાની આવી અદ્ભુત મહત્ત્વા છે.

શાસ્ત્રોમાં પાપ-પુણ્ય કે વિધિ-નિષેધને ચેતનાની ઉદ્ધર્ગતિ અને અધોગતિના સંદર્ભમાં ગણવામાં આવ્યા છે. શાસ્ત્રોમાં કહેલો સદાચાર કે પુણ્યકર્મ એટલે એવા પ્રકારના કર્મો કે જેના દ્વારા આધ્યાત્મિક ચેતનાની ઉદ્ઘર્ગતિ થાય છે. અને પાપ કર્મો અથવા નિષિધ કર્મો એટલે એવા કર્મો કે જેનાથી ચેતનાની અધોગતિ થાય છે. કર્મોનું આવું પૃથક્કરણ એ સ્વયં પરમાત્મા દ્વારા તથા પૂર્ણસિદ્ધ સત્પુરુષો દ્વારા કરવામાં આવ્યું છે. સત્શાસ્ત્રોનું નિર્માણ પણ પરમાત્મા તથા સત્પુરુષોએ કરેલું છે.

પતિ-પત્નીના પવિત્ર સંબંધોને શાસ્ત્રોએ સ્વીકૃતિ

આપેલી છે. કારણ કે તેમાં મનોદૈહિક રીતે તેમ જ આધ્યાત્મિક રીતે નૈતિક સંબંધ સમાયેલો છે. પરમાત્માની સાક્ષીએ, એકબીજામાં એકપતિવ્રત કે એકપત્નીપત્રુપ દૃઢ નિષ્ઠા અને વિશ્વાસ દ્વારા લગ્નજીવનમાં બંધાઈને, એક બીજાના સહિયારા પ્રયાસ દ્વારા સહેલાઈથી આધ્યાત્મિક ઉર્ધ્વગતિ થઈ શકે એવો શુભ હેતુ એ આદર્શ લગ્નજીવનનો અને ચારિત્ર નિર્માણનો પાયો છે. આવું ચારિત્રબળ પતિ-પત્નીને આધ્યાત્મિક વિકાસમાં સહાયરૂપ છે. પતિ-પત્નીનો પવિત્ર સંબંધ સારી સંતતિ માટે પણ આવશ્યક હોવાથી શાસ્ત્રસ્વીકૃત છે.

પોતાના જીવનસાથી (પતિને માટે પત્ની ને પત્નીને માટે પતિ) સિવાય વિજાતીય વ્યક્તિના રૂપ-ગુણનું આકર્ષણ થાય ને મનમાં તે પ્રત્યે અનુરોગ તથા વિષયવિકાર ઉદ્ભબે કે તેને વિશે ભોગબુદ્ધિ થાય તો તે અવેરી છે. આવા વિજાતીય કે સજાતીય યૌનસંબંધો ચારિત્રબળને હણનારા અને આધ્યાત્મિક ચેતનાને અધોગતિ તરફ દોરનારા હોવાથી અનૈતિક સંબંધ છે. એવા સંબંધો વ્યક્તિને મનોદૈહિક રીતે અને આધ્યાત્મિક રીતે એમ સર્વ પ્રકારે અધઃપતન કરાવે છે. વાણી-વર્તનમાં વિજાતીય આકર્ષણને લીધે મનોદૈહિક રીતે મર્યાદાનો લોપ થાય તે અવેરી છે.

કામવૃત્તિના બલિષ્ટ સંસ્કારો જીવને અનાદિકાળથી વળગેલા છે. તેથી તે સંસ્કારોનો નાશ થવો તે અતિ દુષ્કર ને દુર્લભ છે. વિરલ વ્યક્તિ જ તેની ઉપર વિજય મેળવી શકે છે. પ્રબળ કામશક્તિથી ક્યારેક અનેક પ્રકારની માનસિક વિકૃતિઓ જન્મે છે, જે વિજાતીય અનૈતિક સંબંધ

તરફ વળે છે ને ક્યારેક તો સજીતીય અનિષ્ટ, અફુદરતી સંબંધ તરફ, અરે! તેથી પણ આગળ વધીને પશુ સાથેના અફુદરતી યૌનસંબંધોમાં પણ પરિણામે છે. આ સર્વ પ્રકારના અનિષ્ટ, અનૈતિક સંબંધોનો તથા એકાંતમાં પ્રમાણને લઈને, મોહને લઈને ને વિવેકના અભાવ દ્વારા એકાડીપણે કરેલી મૈથુન ચેષ્ટાઓનો પણ અવેરીની વ્યાખ્યામાં સમાવેશ થઈ જાય છે. સ્થૂળ દેહ-ઇંદ્રિયો દ્વારા થયેલ વ્યભિચાર તો પાપકર્મ છે જ, પરંતુ મનથી થયેલ સૂક્ષ્મ વ્યભિચારનું પણ કર્મબંધન થાય છે. તેથી જાગૃત-સ્વભન અવસ્થામાં બ્રહ્મચર્યનો લોપ થતાં પ્રજનનશક્તિનો હાસ થાય છે. આમ વારંવાર થતાં પ્રજનનશક્તિના, જીવનશક્તિના સ્ખલનોથી ચેતનાની ઉદ્ઘર્ગતિ અવરોધાય છે ને અંતે અધોગતિ થાય છે.

આપણું શરીર પૃથ્વી, જળ, તેજ, વાયુ ને આકાશ એમ પંચભૂતોનું બનેલું છે. એ શરીરને વैશ્વિક પંચભૂતો દ્વારા, સૂર્યશક્તિ દ્વારા તથા પ્રાણ આદિ અન્ય વैશ્વિક શક્તિઓ દ્વારા પોષણ મળે છે. સૂર્યશક્તિને વનસ્પતિ Photosynthesis - પ્રકાશસંશ્લેષણ પ્રક્રિયા દ્વારા પોતાનામાં પચાવે છે. એ વનસ્પતિઓનો આપણો ખોરાક તરીકે ઉપયોગ કરીએ છીએ. સૂર્યશક્તિ દ્વારા વનસ્પતિમાં જે ખોરાકના ઘટકો બન્યા હોય, જેવા કે વિટામિન્સ, પ્રોટીન્સ, કાર્બોનિટ પદાર્થો વગેરે પોષક તત્ત્વો, ધાતુઓ, ક્ષારો વગેરે આપણે આહારમાં મેળવીએ છીએ. તે આપણા શરીરના પોષણ, બંધારણ તથા વિકાસ માટે ઉપયોગી બને છે. આપણો જે ખોરાક લઈએ છીએ તેના અર્કમાંથી રસ,

રક્ત, માંસ, મેદ, અસ્થિ, મજજા બને છે ને તેના પણ અર્કડુપે શુક (વીર્ય) બને છે. શુક એ છેલ્લી, સાતમી ધાતુ છે. જેમ દૂધના અર્કડુપે ધી બને છે તેમ. અર્થાત્ સૂર્યશક્તિ દ્વારા ખોરાક અને ખોરાક દ્વારા સાત ધાતુઓ અને તેમાંની છેલ્લી શુક ધાતુ એ શરીરમાંની પ્રાણશક્તિનું ચાલક બળ છે.

કેટલાક યોગીઓ ખોરાક લીધા વગર સીધી સૂર્યશક્તિને મનની ઉચ્ચ સંકલ્પશક્તિ દ્વારા જ ગ્રહણ કરી શકે છે અને નિરાહાર રહી જીવન જીવી શકે છે. તાજેતરના એક અહેવાલ પ્રમાણો હીરા રતન નામની વ્યક્તિ ડેવળ સૂર્યશક્તિને આધારે ૪૦૦ ઉપરાંત દિવસ સુધી નિરાહાર રહી શકી હતી, જેણે અનેક વैજ્ઞાનિકોને અચ્યંભામાં મૂકી દીધા છે. આથી સાબિત થાય છે કે માનવ ધારે તેમ કરી શકે છે. એવી અદ્ભુત શક્તિ પરમાત્માએ તેમાં મુકેલી છે.

ખોરાક દ્વારા બનેલ સપથધાતુમાંની શુકધાતુ પ્રજનનશક્તિનું ઉપાદાન છે. એ પ્રજનન-સર્જનશક્તિનો અયોગ્ય રીતે વિષયભોગ દ્વારા બિનજરૂરી અતિ વ્યય થાય તો શારીરિક, માનસિક તેમ જ આધ્યાત્મિક એમ ત્રણે પ્રકારે હાનિ થાય છે. મહાયોગી ગોરખનાથજીનું એક સૂત્ર છે કે ‘મરણમૂ બિન્દુ પાતેન, જીવનમૂ બિન્દુ ધારણાત્’ અર્થાત્ વીર્યના ધારણથી જીવન છે ને તેના અતિ વ્યથી તન-મનના આરોગ્યને મૃત્યુ સમાન હાનિ થાય છે. માટે વિવેકપૂર્વક સંયમી રહીને એ સર્જનશક્તિનો નિગ્રહ કરવો એ સર્વપ્રકારે હિતાવહ છે. આ વાત સૂક્ષ્મ સમજણવાળા મુમુક્ષુ સાધકને તુરત જ ગળે ઊતરશે.

રામકૃષ્ણ પરમહંસના જગવિખ્યાત મહાન શિષ્ય સ્વામી વિવેકાનંદે કહેલું છે કે ‘બ્રહ્મચર્યહિન વ્યક્તિ કદાચ ભૌતિક ક્ષત્રે સિદ્ધિ મેળવી શકે. એ કદાચ સારો ગણિતશાસ્ત્રી, ખગોળશાસ્ત્રી, નેતા, ડૉક્ટર કે વકીલ હોઈ શકે, પરંતુ બ્રહ્મચર્યહિન કે ચારિઅધિન વ્યક્તિ સાચી આધ્યાત્મિક કદી ન હોઈ શકે.’ આવો જ અભિપ્રાય અસંખ્ય સંતપુરુષોનો, સત્યશાસ્ત્રોનો ને મુક્તપુરુષોનો છે. એટલે એમાં શંકાને કોઈ જ સ્થાન નથી. કેટલાક આધુનિક સેક્સોલોજીસ્ટો કે માનસશાસ્ત્રીઓ પોતાની મર્યાદિત બુદ્ધિ દ્વારા એમ માને છે ને બીજાને મનાવવાની મિથ્યા કોણિશ કરે છે કે બ્રહ્મચર્ય ભંગથી કોઈ જ નુકસાન થતું નથી. તેનાથી તો ઘણીવાર આરોગ્યને પણ લાભ થાય છે. જેમ કે શારીરિક અને માનસિક તાણા ઓછી થવી. કોલેસ્ટ્રોલની માત્રા કેંલરી બળવાથી ઓછી થવી, જેથી હૃદયને અને મગજને ઓછું નુકસાન થાય છે. તથા જેમ મળ-મૂત્ર વગેરે શરીરનો કચરો ફુદરતી હાજત દ્વારા બહાર નીકળે છે ને કોઈ નુકસાન ન થતાં શરીરને ફાયદો થાય છે, ને તે એક ફુદરતી પ્રક્રિયા છે. તેમ વીર્યનો વ્યય પણ ફુદરતી પ્રક્રિયા છે. એટલે તેમાં કોઈ હાનિ થતી નથી. ઊદ્ઘાનું બ્રહ્મચર્ય પાલન દ્વારા વિવિધ શારીરિક ને માનસિક વિકૃતિઓરૂપ તકલીફ ને હાનિ થાય છે. આ વિચાર ભૂલ ભરેલો છે. પરંતુ તેમાં મનોવિજ્ઞાનની દસ્તિએ એક વાત સાચી છે કે ફુદરતી આવેગોને રોકવાથી, ખાસ કરીને બળપૂર્વક રોકવાથી કેટલીક શારીરિક ને માનસિક વિકૃતિઓ ને વ્યાધિઓ ઉદ્ભબે છે. ફુદરતી આવેગોમાં મળ-મૂત્રના

વિસર્જન, ખાંસી-હેડકીના આવેગો, કોધ આદિ અમુક લાગણીઓના આવેગો વગેરે આવેગોને પરાણે બળજબરીથી રોકવાથી હાનિ થાય છે. પણ આ બધા આવેગો અને વીર્ય સ્ખલન થાય તેવા કામાસક્રિયાના આવેગોમાં ઘણો તફાવત છે. મળ-મૂત્રના કુદરતી આવેગો રોકવાથી ચોક્કસ નુકસાન થાય છે. કારણ કે તે શરીરના કચરા-વિષનો નિકાલ થવા માટેના આવેગો છે, જે રોકવાનો પ્રયાસ કરવાનો પણ નથી.

જ્યારે વીર્ય તો સાત ધાતુમાંની એક અત્યંત અગત્યની ધાતુ છે, જે શરીર-મનના વિકાસમાં અતિ મહત્વની છે. તે શરીરનો કોઈ મેલ કે કચરો નથી, પરંતુ પ્રજનનશક્તિ, સર્જનનશક્તિ ને જીવનશક્તિ છે. પ્રજોત્પત્તિ સિવાયના પ્રયોજન દ્વારા તેનો દુર્વ્યય થવો તે ચોક્કસ નુકસાનકર્તા બને છે. જેનો અનુભવ લગભગ દરેક વ્યક્તિને એક યા બીજા પ્રકારે હોય છે જ. હા, વિચાર-વિવેક વગરના મૂર્ખતાભર્યા કામાવેગના દમનથી વિકૃતિઓ કે વ્યાધિઓ થાય છે. Supression થી નુકસાન થાય છે, પરંતુ સૂક્ષ્મ સમજણપૂર્વકના, વિચાર-વિવેકપૂર્વકના બ્રહ્મચર્ય પાલનથી Sublimation દ્વારા, સર્જનનશક્તિના ઉદ્ઘીર્ણ દ્વારા, અકલ્ય શારીરિક, માનસિક ને આધ્યાત્મિક લાભ થાય છે. એમ અનેક સત્થાસ્ત્રો, અનેક મહાત્માઓ, અનેક યોગીઓ, અનેક આત્મા-પરમાત્માના સાક્ષાત્કારવાળા પ્રબુદ્ધ સંત-મુક્તપુરુષો તથા અનેક ભગવદ્ અવતારોએ દૃઢતાપૂર્વક કહ્યું છે. શું આજના આધુનિક સેક્સોલોજીસ્ટો આ બધા કરતાં વધારે પ્રજ્ઞાવાન કે પ્રતિભાશાળી છે?

આધુનિક સેક્સોલોજીસ્ટોને પોતાની મર્યાદિત બુદ્ધિમાં બ્રહ્મચર્યની સાચી મહત્ત્વાની આવે? કારણ કે તેમને કોઈ આધ્યાત્મિક અનુભૂતિ નથી કે કોઈ ચારિત્રયબળ નથી.

માટે જેને ઉચ્ચ આધ્યાત્મિક સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરવી હોય, પ્રભુપ્રાપ્તિને માર્ગ પ્રગતિ સાધવી હોય, તેમણે આધુનિક સેક્સોલોજીસ્ટોની વાતને બાજુ પર મૂકી દઈ સંપૂર્ણપણે સંયમી જીવન બનાવી દૃઢ નિષ્ઠામી બનવા પ્રયત્ન કરવો અત્યંત આવશ્યક છે. તેમાં કોઈ બાંધણોડ ચાલી શકે નહિ. વ્યક્તિ એક તરફ આધ્યાત્મિક સાધના દ્વારા ઉચ્ચ પ્રકારની આધ્યાત્મિક સ્થિતિ પ્રાપ્ત કરવા પ્રયત્ન કરતી હોય અને સાથે સાથે બ્રહ્મચર્યબંગ કરી, ચારિત્રયિન- અપવિત્ર જીવન ગાળતી હોય, તો તેની સાધના વ્યર્થ જાય ને અંતે ચેતનાનું અધ્યપતન થાય એ નિઃશંક બાબત છે. સ્વામી વિવેકાનંદજી કહેતા કે ‘નાયમાત્મા બલહીનેન લભ્યઃ’ અર્થાત્ આત્મા-પરમાત્મા નિર્બળ - બ્રહ્મચર્ય રહિત વ્યક્તિથી પ્રાપ્ત થઈ શકતા નથી.

કેટલાક લોકો કામાવેગને રોકવા માટે અજ્ઞાનતાપૂર્વક અતિ જડ રીતે, અતિરેકપણે જપ-તપ, ઉપવાસ, ઉજાગરા વગેરેથી શરીર જાણો કે કોઈ દુશ્મન હોય તેમ દેહદમન કરે છે. એવા દેહ ઉપરના અત્યાચારથી દેહ તથા ધંદ્રિયો - અંત:કરણની શક્તિઓ અત્યંત ક્ષીણ થઈ જાય છે. એટલે વિચાર-વિવેકશક્તિ, ગ્રહણશક્તિ, સ્મૃતિશક્તિ, નિર્ણય-નિશ્ચયશક્તિ, આ બધી શક્તિઓ ક્ષીણ થઈ જાય છે. આવા જડતાપૂર્વકના દેહદમનથી દેહ તથા મન દુર્બળ થતાં

આધ્યાત્મિકતા ક્યાંથી પ્રગટે? શરીર અને મન તો એક જ સિક્કાની બે બાજુઓ જેવાં છે. જો શરીર દુર્બળ થાય તો મન પણ દુર્બળ થઈ જાય અને મન દુર્બળ થાય, તો શરીર દુર્બળ થઈ જાય. માટે દ્યંગ્રિય દમનના ને મનની વૃત્તિઓના શમનના જપ-તપાદિ સાધનો ખૂબ જ સાવધાનીપૂર્વક ને વિવેકપૂર્વક કરવામાં આવે, તો જ તે ઉપયોગી બને અને તેના ચમત્કારી પરિણામો પણ આવે. એથી વિપરિત જો બળજબરીથી કામવૃત્તિને દબાવવામાં આવે અને જપ-તપ-ઉપવાસ વગેરે સાધનોનો અતિરેક કરવામાં આવે તો તમોગુણ વૃદ્ધિ પામે અને સ્મૃતિબ્રંશ, મંદભુદ્ધિ, મંદગ્રહણશક્તિ, મંદતર્કશક્તિ, હતાશા, પાગલપણ, ઉન્માદ વગેરે માનસિક વિકૃતિઓ અને શારીરિક વ્યાધિઓ ઉદ્ભબવે છે. અમુક પ્રકારના માનસિક ઉન્માદને કેટલાક લોકો સમાધિમાં ખપાવવાની કે કોઈ દેવનો શરીરમાં આવિર્ભાવ થયાની વાત કરે છે, તે અજ્ઞાન છે. આધ્યાત્મિક સાધનામાં કોઈ પણ પ્રકારની જડતા બિલકુલ હિતાવહ નથી. અને તેથી જ આ માર્ગમાં પૂર્ણ સાક્ષાત્કારી ગુરુની આવશ્યકતા રહે છે. પૂર્ણ ગુરુના માર્ગદર્શન અને આશીર્વાદથી આધ્યાત્મિક સાધના નિર્વિઘ્ને પાર પડે છે, નહિતર વિઘ્નો ઘણા છે. આવી સાધનામાં ખોટા ગુરુઓ તથા અજ્ઞાનપૂર્વક અને જડતાપૂર્વક કરવામાં આવતી સાધનાઓ મનોદૈહિક ને ચૈતન્યનું અધઃપતન નોતરે છે. તેથી ભગવાન સ્વામિનારાયણે વચ્ચામૃતમાં દમન અને વિચાર એ બંનેને ખૂબ જ મહત્વના ગણ્યા છે.

શ્રીમદ્ ભગવદ્ગીતામાં પણ શ્રીકૃષ્ણ ભગવાને કહ્યું છે

કે અતિ આહાર કરનાર કે બિલકુલ આહાર ન કરનાર, અતિ ઉંઘનાર કે બિલકુલ નહિ ઉંઘનાર, એમાંથી કોઈ યોગ સાધી શકતો નથી. માટે વિવેકપૂર્વકનો મધ્યમમાર્ગ અપનાવનાર જ યોગસાધનામાં સફળ થઈ શકે છે. યોગનો સાચો અર્થ પણ આત્માની પરમાત્માના દિવ્ય સ્વરૂપમાં જોડાઈ જવાની-રસબસ એકતા પ્રાપ્ત કરવાની સ્થિતિ છે. કેવળ હઠયોગ કે અન્ય પ્રકારની આસન-પ્રાણાયામની સાધના માત્ર એ યોગની સાચી વ્યાખ્યા નથી.

હવે કામરોગ ઉપર વિજય મેળવી બ્રહ્મચર્યની દૃઢતા થવામાં ઉપયોગી એવા કેટલાક ઉપાયો વિશે વિચારીએ-
સત્પુરુષ પાસેથી તેમના જોગ-સમાગમ-સેવા-પરિચર્યા દ્વારા સચોટ માર્ગદર્શન, શુભાશીર્વાદ તથા કૃપાપ્રસાદ મેળવી, સાચી સમજણ ને વિવેકશક્તિ કેળવી, હંત્રિયો-અંતઃકરણની પંચવિષયાભિમુખ વૃત્તિઓનો નિગ્રહ કરી, તેને પ્રભુના સ્વરૂપના જ્ઞાન-ધ્યાન-ઉપાસના દ્વારા તથા સતત જાગૃતિ, સદ્ગ્વાંચન, નિષ્કામ-નિઃસ્વાર્થ સેવા આદિ સદ્ગ્રવૃત્તિ વગેરે કર્મયોગ દ્વારા, એ વિકારી વૃત્તિઓનું સાત્ત્વિક વૃત્તિમાં રૂપાંતર કરી, તેનું ઉધ્વીકરણ - Sublimation કરવાનો અભ્યાસ આળસ-પ્રમાણનો ત્યાગ કરીને નિરંતર કર્યા કરવો જોઈએ.

હંત્રિયોમાં રાગ વર્તે ત્યારે દેહથી ભગવાન તથા સત્પુરુષની સેવા-પરિચર્યા કરવી, ભગવાન સંબંધી કલ્યાણકારી પ્રવૃત્તિઓમાં સેવા આપવી. ‘કામથી કામ જીતાય’ એ સૂત્ર પ્રમાણો નિઃસ્વાર્થ, નિષ્કામ કર્મયોગ કરવો ઘટે.

મનમાં રજોગુણ-તમોગુણના ભાવ વર્તે ત્યારે સાંખ્યજ્ઞાન

સંબંધી વિચાર કરવો જોઈએ. - ‘હું આત્મા છું. શુદ્ધ ચૈતન્યસ્વરૂપ છું. ત્રણ દેહ- સ્થૂળ, સૂક્ષ્મ, કારણ તથા ઐશ્વર્યના રાગરૂપી મહાકારણથી પર છું. જાગૃત-સ્વખન-સુષુપ્તિ એ ત્રણ અવસ્થાથી પર છું. સત્ત્વ-રજ-તમ એ માયાના ત્રણ ગુણોથી પર છું. કામ, કોધ, લોભ, મોહ, માન, ઈષા, દ્રેષ, અહંમમત્વ વગેરે અંતરશત્રુથી પર છું. સુખ-દુઃખ, માન-અપમાન, ટાઢ-તડકો, પ્રિય-અપ્રિય, અનુકૂળ-પ્રતિકૂળ, લાભ-હાનિ, નિંદા-સ્તુતિ, રાગ-દ્રેષ વગેરે દ્વંદ્વોથી પર નિર્વિકારી, નિર્ગુણ, નિરામય, નિરંજન છું. સત-ચિત-આનંદ સ્વરૂપ છું. પ્રભુની ને તેમના મુક્તપુરુષની અસીમ કૃપાથી તેમના વ્યતિરેક દિવ્ય સ્વરૂપમાં આત્યંતિક સ્થિતિને પામેલો, રસબસભાવની પરમસાધર્ય સ્થિતિને પામેલો અનાદિમુક્ત છું.’ આવી ઉત્કૃષ્ટ ભાવનાથી મનને શાંત બનાવી દેવું. અંત:કરણમાં જ્યારે સત્ત્વગુણ વર્તે, ત્યારે પ્રભુના રમણીય સ્વરૂપનું ધ્યાન કરવાનો અભ્યાસ કરવો. તેમાં પણ ‘હું પ્રભુરૂપ, પ્રભુનું પરમ સાધર્ય પામેલો, અખંડ પ્રભુના સ્વરૂપમાં રસબસ રહી તેમનું દિવ્ય સુખ માણું છું.’ એમ પ્રતિલોમવૃત્તિએ ધ્યાનનો અભ્યાસ-નિર્દિધ્યાસ નિરંતર કર્યા કરવો જોઈએ.

કામવૃત્તિ ઉપર કાખુ મેળવવા વિવેકપૂર્વક, પણ અતિરેક ને જડતાએ રહિત જપ, તપ, ઉપવાસ, અલ્પાહાર વગેરે દેહદમનના તથા મનના શમનના ઉપાયો પણ ઉપયોગી થાય છે. આ પ્રમાણો સાધનો કરવાથી ધીમે ધીમે નિષ્કામ વ્રતની દૃઢતા થઈ ઉધ્વરેતાપણું પ્રાપ્ત થાય છે. તેથી આત્મામાં પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર થવાની પાત્રતા નિષ્પત્ત થાય છે.

હવે કામવૃત્તિનો અતિ તીવ્ર વેગ હોય ત્યારે તેને જીતવાના ઉપાયો વિશે જોઈએ -

જ્યારે મનમાં કામવૃત્તિનો અતિ તીવ્ર વેગ હોય, ત્યારે ભગવાન સ્વામિનારાયણો વચ્ચનામૃતમાં જણાવ્યા પ્રમાણે ઊંચે સ્વરે તાળી પાડીને 'સ્વામિનારાયણ' નામની ધૂન કરવી જોઈએ. ભગવાનના નામમાં અદ્ભુત શક્તિ છે. તે નામથી વિષયવિકાર શાંત થઈ જાય છે. વિષયવિકારનો વેગ હોય, ત્યારે મનને તુરત જ બીજા વિષયમાં Divert કરી દેવું - વાળી દેવું જોઈએ. જેમ કે સદ્ગારાંચન કરવું, ઊંચે સ્વરે કીર્તન, કથાવાંચન કરવું, સેવા વગેરે સાત્ત્વિક પ્રવૃત્તિ કરવા લાગી જવું. ભગવાન તથા સત્પુરુષના વચ્ચનોનું ચિંતન-મનન કરવું. સત્પુરુષના આશીર્વયનને સંભારી તેમાં શ્રદ્ધાની દૃઢતા થાય તેવા વિચારો કરવા. ભગવાન તથા સત્પુરુષના પ્રેરણાદાયી સ્વરૂપોનું એકાગ્ર દૃષ્ટિએ દર્શન કરવું અને ગદ્ગાદભાવે તેમને સર્વ અનિષ્ટોમાંથી રક્ષા કરવા માટે પ્રાર્થના કરવી. સાંઘ્ય જ્ઞાનથી આત્મવિચાર કરવો કે 'હું દેહ તથા દેહાદિક ભાવથી પર છું. હંદ્રિયોના વિષયમાં જ સુખાભાસ જણાય છે તે મારા પોતાના જ આનંદનું, સુખનું પ્રતિબિંબ છે. હંદ્રિયો-અંત:કરણાની વૃત્તિઓ તથા પંચવિષયો તો જડ છે. મને તેનાથી આનંદ શી રીતે પ્રાપ્ત થઈ શકે? હું પોતે જ સત-ચિત-આનંદરૂપ છું. હું પરમાત્મારૂપ હોવાથી પરમાત્માનો દિવ્ય આનંદ ભોગવવાનો અધિકારી છું. માયાના ભौતિક પંચવિષયો મને કદ્દી આનંદ આપી શકવા સમર્થ નથી.' ભગવાનની મૂર્તિનું તથા લીલાચરિત્રોનું વર્ણન

કરતાં કીર્તનો ગાઈ શકાય, તેવી કેસેટોનું પણ શ્રવણ કરી શકાય. ઉત્પત્તિ- સ્થિતિ ને ચાર પ્રકારના પ્રલયનો વિચાર કરવાથી પણ મનમાં વૈરાગ્યની ભાવના ઉદ્ય થાય છે ને વિકારો શમી જાય છે. વિજાતીય વ્યક્તિ પ્રત્યે માતા, બહેન, પિતા, પુત્ર, ભાઈ વગેરેની પવિત્ર દૃષ્ટિ રાખવાથી પણ વિકાર શાંત થાય છે. અશુચિભાવ એટલે કે દેહમાં હાડકાં, ચામડાં, લોહી-માંસ, મળ-મૂત્ર, પરૂ, લીટ વગેરે નક્ક તુલ્ય પદાર્થો, દુર્ઘયુક્ત પદાર્થો ભરેલાં છે. એમાં મને શું સુખ થવાનું હતું? આવો અશુચિભાવ પણ વિકાર શાંત થવામાં ઉપયોગી છે. પોતે જેમ આત્મસ્વરૂપ છે, તેમ જ વિજાતીય વ્યક્તિમાં પણ આત્મદૃષ્ટિ થાય, તો વિજાતીય દેહનું આકર્ષણ ઓદૃષ્ટ થઈને વિકાર શાંત થઈ જાય. આ બધામાંથી પોતાને જે અનુકૂળ આવે તે ઉપાય પ્રયોજવાથી કામવેગ શાંત થઈ જાય છે.

કામવેગની તીવ્રતા વખતે અન્ય ઉપાયો જેવા કે શીતળ જળનું પાન કરવું, શીતળ જળથી સ્નાન કરી લેવું, ઊંડા શાસ લેવા, સાથે સાથે ભૂકુટિની મધ્યમાં રહેલા આજ્ઞાચકમાં કે હૃદયમાં પ્રભુની મૂર્તિ સંભારવાનો-ધારવાનો પ્રયત્ન કરવો. સ્તોત્ર અથવા મંત્રનો જાપ કરવો. આમ કરવાથી વિષયવિકારની વૃત્તિ પ્રજનન અંગોનું નિયમન કરતાં ચકો-કેન્દ્રો જેવા કે મુલાધાર ચક કે સ્વાધિષ્ઠાન ચક તરફ ન જતાં ઊર્ધ્વ બને છે. એ રીતે કામગીરી ઊર્ધ્વમાં ગતિ કરતાં વિકારો તુરત જ શાંત થઈ જાય છે. આવા યોગમાર્ગની પ્રક્રિયાઓ પણ કામ જીતવા માટે ઉપયોગી થઈ શકે છે. આ બધા ઉપાયોથી મનના વિકારો શાંત થવાથી,

વિષય સંબંધી ઘાટ-સંકલ્પ ચિત્તમાંથી ઉદ્દત્તાંવેંત જ તૂટી જાય છે. જેથી ઘાટની મૂર્તિ - આકૃતિ બંધાતી નથી. જો વિષયમાં વૃત્તિ લાંબો સમય રહે, તો ઘાટની મૂર્તિ બંધાય અને અનિષ્ટ પરિણામ આવે. માટે આ બધા ઉપાયો પૈકી આપણાને અનુકૂળ આવે તે ઉપાય દ્વારા વિષય સંબંધી ઘાટ-સંકલ્પ બંધ કરવા તે શ્રેષ્ઠ માર્ગ છે. મલિન ઘાટ ઉપર દાઝ રાખીને તેને ટાળી નાંખવા. પ્રભુની ને મુક્તની આર્તનાં પ્રાર્થના કરે તો તેમની કૃપા ઉત્તરે અને વ્યક્તિ ધીમે ધીમે નિર્વિકારી ને નિર્વાસનિક બની જાય.

કામ જીતવા માટે રસાસ્વાદ ઉપરનો સંયમ પણ ખૂબ જ અગત્યનો ભાગ ભજવે છે. અતિ તીખા, તમતમતા, મસાલેદાર, અતિ ગરમ, અતિ ખારા, ખાટાં, ગણ્યા-ચીકણા, રજોગુણી - તમોગુણી ખાદ્ય પદાર્થોનું સેવન પણ વર્જવું ઘટે. દુંગળી, લસણ, અતિ તીખા તથા ઉષણ પદાર્થો, રાત્રે પડી રહેલાં વાસી પદાર્થો તથા દૂધ સાથે ખાટાં ફળો, દૂધ સાથે અતિ ખારા પદાર્થો એમ વિરોધી આહારો, આ પ્રકારના આહારથી તથા અતિ આહારથી રજોગુણા - તમોગુણાની વૃદ્ધિ થાય છે. તેથી શરીરમાં રહેલ અંતઃસ્ત્રાવી ગ્રંથિઓમાંથી ઝરતાં હોમ્બાન્સ રસોની પ્રક્રિયાનું સંતુલન તૂટી જાય છે. પરિણામે શરીરમાંના વાત, પિત અને કફ પ્રકૃતિનું સંતુલન બગડવાથી તે વિષમય બને છે અને તેથી લોહીમાં વિકૃતિ જન્મે છે. તેને લઈને શારીરિક-માનસિક વિકાર જન્મે છે અને દુંગ્રિયોની વૃત્તિ વિષયભોગ તરફ દોરવાય છે. જાગૃત થયેલ વિકૃત કામશક્તિનો જો વિવેકપૂર્વક નિગ્રહ કરવામાં ન આવે, તો તે અનો રસ્તો

શોધી લે છે, અર્થાતું પતન તરફ ખેંચાઈ જાય છે. વારંવારના કામશક્તિના પતન દ્વારા શરીર અને મન અનેક પ્રકારની વ્યાધિઓમાં સપડાય છે. તેથી જ સાધક માટે પ્રાણને નિયમમાં રાખવા આહાર ઉપર સંયમ રાખવો આવશ્યક બને છે. શુદ્ધ, સાત્ત્વિક, પૌષ્ટિક અને ભિતાહાર હોવો જોઈએ, જેથી પ્રાણ નિયમમાં આવે છે અને પ્રાણ નિયમમાં રહે, તો હંડ્રિયો ને અંતઃકરણની વૃત્તિઓ ઉપર નિયંત્રણ રાખી શકાય છે. યોગશાસ્ત્રમાં ઉદરના ચાર ભાગ કલ્પી ફક્ત બે ભાગ ભરાય તેટલો જ શુદ્ધ- સાત્ત્વિક આહાર લેવાનો હોય છે. અને એક ભાગ પાણીથી ભરવાનો અને એક ભાગ વાયુના સંચાર માટે ખાલી રાખવો એવો સાધક માટે નિયમ છે. ભગવાન સ્વામિનારાયણે પણ વચનામૃતમાં અતિશય ખાધાની લોલુપતા ન રાખી ભિતાહાર કરવાનું જણાવ્યું છે.

શુભ અથવા અગત્યના પ્રયોજન વગર જ્યાં ત્યાં રખડવું, દિવસની વધુ પડતી ઊંઘ, આળસ-પ્રમાદ, અશ્લીલ ફિલ્મો, નાટક-ચેટક, નાચગાન વગેરેના અશ્લીલ દૃશ્યો, સંવાદો કે ગીતો તથા કુસંગીની સોબત વગેરે કામવૃત્તિને ઉતોજિત કરે છે. તમાકુ, દારુ, અફિષા, ગાંઝો વગેરે કેફી પદાર્થો પણ કામવૃત્તિ ઉતોજિત કરવામાં ભાગ ભજવે છે. માટે તેને સમજાણપૂર્વક સતત જાગૃત રહીને વર્જવાં જોઈએ.

આપત્કાળ સિવાય એકાંતમાં વિજાતીય વ્યક્તિનો વધુ પડતો સંસર્ગ-સંપર્ક પણ વર્જવો જોઈએ. એકાંતમાં યુવાવસ્થામાં પોતાની મા-બહેન-દીકરી સાથે પણ આપત્કાળ સિવાય રહેવાનો નિષેધ છે. કારણ કે

વિષયવિકાર અત્યંત પ્રબળ હોવાથી ક્યારેક અનર્થ સર્જ છે. બાપ થકી દીકરીને ગર્ભ રહ્યો હોય એવા કિસ્સાઓ પણ બનતા હોય છે. આ વાતમાં અપવાદ ચોક્કસ હોઈ શકે. અતિ ચારિત્રયવાન ને દૃઢ મનોબળ તથા સમજણવાળાને એવા પ્રસંગે કોઈ વિકાર ન થાય, પરંતુ એવા અપવાદનો વાદ બધા ન લઈ શકે, અને લેવા જાય તો તેનાં માઠાં પરિણામો આવે. માટે આ બધા મુદ્દા જાળવવા અતિ આવશ્યક છે.

ત્યાગીવર્ગો તો પરમાર્થનો, શ્રેયનો માર્ગ ગ્રહણ કર્યો હોવાથી વિષયભોગ સંબંધી સંકલ્પ થાય અને જો તે સંકલ્પ ઉપર દાઝ ન થાય, અને એ વિચારમાં રાગપૂર્વક આકર્ષાઈ જાય, તો તે પણ માનસિક વ્યબિચાર ગણાય. એ દોષરૂપ ને બંધનરૂપ નિવડે છે. કારણ કે માનસિક વિકારના તરંગો જ્યારે સ્થૂળ શરીરને સ્પર્શો, ત્યારે તેના સ્પંદનોથી અંતઃસ્ત્રાવી ગ્રંથિઓ સક્રિય બને અને તેથી હંડિયોમાં વિકાર ઉદ્ભવે. પછી સંયમ તૂટતાં વાર ન લાગે. આ બધી મનોદૈહિક પ્રક્રિયા ખૂબ જ જડપથી થાય છે, એટલે તેની ઉપર કાબુ ન મેળવી શકે તો અનિષ્ટ પરિણામ આવે છે. માટે સતત જાગૃતિ અને જાણપણારૂપી દરવાજે સજાગપણે ઊભા રહી વૃત્તિઓને નિયમમાં - સંયમમાં લાવવી જોઈએ. ત્યાગી જો સ્થૂળ દેહે બ્રહ્મચર્ય ભંગ કરે તો તેના પ્રાયશ્ચિત્ત દ્વારા, સતત ધ્યાન-ભજન-પ્રાર્થના દ્વારા, જ્યુ-તપ દ્વારા ફરી શુદ્ધ થઈ શકે છે, પણ વારંવાર બ્રહ્મચર્યભંગ કર્યા કરે અને પ્રાયશ્ચિત્ત દ્વારા શુદ્ધ ન થાય તો તેની મહિન વાસના તેના મૃત્યુ પછી અધોગતિએ લઈ જાય અને સૂક્ષ્મ સૃષ્ટિમાં

ભૂત-પ્રેતાદિ કે બ્રહ્મરાક્ષસની યોનિમાં ભટકવું પડે. અને અપાર યાતનાઓ ભોગવવી પડે, એવા શાસ્ત્રવચનો છે. ગમે તેવો યોગી પુરુષ મૃત્યુ પર્યત નિર્વાસનિક ન થઈ શકે, તો યોગબ્રાહ્ણ થઈ ને પુનર્જન્મને પામે. માટે સાધકે પ્રભુની આજ્ઞા મુજબ પોતાના ધર્મ-નિયમમાં રહીને અવેરીનો ત્યાગ રાખવો જોઈએ. તો જ પ્રભુપ્રાપ્તિ કરવાની પાત્રતા આવે.

ગૃહસ્થે પણ પોતાની પત્ની સિવાય પરસ્ક્રી સંગનો સર્વદા ત્યાગ રાખવો ઘટે. પોતાની પત્નીનો સંગ પણ શાસ્ત્રોએ કહેલ ઋતુકાળ દરમિયાન જ કરવો જોઈએ અને એ પણ વિષયભોગની તૃપ્તિ માટેની ભાવનાથી નહિ, પણ ફક્ત સારી સંતતિની પ્રાપ્તિ માટે જ કરવો જોઈએ. સ્ત્રી જ્યારે રજસ્વલા થાય તે દિવસથી ૧૬ દિવસનો ઋતુકાળ ગણાય છે. તેમાં પ્રથમની ૪ રાત્રિઓ તથા એકાદશી, પૂનમ તથા અન્ય પવિત્ર ત્રતના દિવસો બાદ કરવાના છે ને તે સિવાયના દિવસો ગણવાના. તેમાં પણ કેવળ રાત્રિએ જ સંગ થઈ શકે, કારણ કે દિવસે સ્ત્રીસંગનો શાસ્ત્રમાં નિષેધ છે. એક કે બે સંતતિ થયા પછી પતિ-પત્નીએ પરસ્પર સંયુક્ત સંમતિથી -Mutual understanding થી વિષયભોગનો ત્યાગ કરી, સંયમી જીવન જીવવું જોઈએ, તો જ પ્રભુ પ્રાપ્તિ માટેની પાત્રતા આવે. ગૃહસ્થ માટે પચાસ વર્ષની ઉંમર પછી વાનપ્રસ્થાશ્રમ ગણાય છે. જ ગૃહસ્થ પચાસ વર્ષની ઉંમર પછી પણ વિષયભોગમાં પ્રવૃત્ત રહે, તો તેનું કર્મબંધન Unpardonable - માફ ન કરી શકાય તેવું થાય છે. તેનું ફળ રોગાદિ વ્યાધિરૂપે કે પછી અન્ય પ્રકારે ભોગવવું પડે છે. આજના અત્યંત પ્રદૂષિત

વાતાવરણમાં અનેક પ્રકારના વિકિરણો ને વિધાણુઓ તથા વાયરસ-બેકટેરિયા વગેરે રોગાણુઓની તીવ્ર અસર સર્વત્ર વ્યાપેલી હોય છે. એમાં જો સંયમી જીવન ન હોય તો અકાળે મૃત્યુ થાય, અથવા વ્યાધિઓવાળું યાતનામય જીવન જીવવું પડે. માટે સમજણપૂર્વક સંયમી જીવન જીવવું હિતાવહ છે. સાધક માટે તો સંયમ અનિવાર્ય છે.

પુરુષ માટે સ્ત્રી કે સ્ત્રી માટે પુરુષ એ નક્કનું દ્વાર છે, એવી સમજણ ઘૃણાસ્પદ છે; મિથ્યા છે. શાસ્ત્રોમાં તેવું વિધાન કરવાનું કારણ અજ્ઞાની માણસોને જો કડક શબ્દોમાં ભય દેખાડી કહેવામાં ન આવે, તો અનેક પ્રકારના અનથો સર્જય અને સમાજયવસ્થા ખોરવાઈ જાય, માટે એવા વિધાનો આવશ્યક હોય છે. વાસ્તવિકતા એ છે કે પુરુષનો સ્ત્રી પ્રત્યેનો વિષયવિકાર ને સ્ત્રીનો પુરુષ પ્રત્યેનો વિષયવિકાર-ભોગવૃત્તિ છે, તે નક્ક તુલ્ય છે. અર્થાત્ તેનાથી આધ્યાત્મિક ચેતનાનું અધઃપતન થાય છે. તે માટે આમ સમજવાથી સ્ત્રીને પુરુષ પ્રત્યે ને પુરુષને સ્ત્રી પ્રત્યે કદ્દિયે ઘૃણા ન થાય અન્યોન્ય પ્રત્યે આદરભાવ ને પૂજ્યભાવ રહે, તો બંનેનું પરમ કલ્યાણ થાય. સાચી સમજણ જેવું કોઈ શ્રેષ્ઠ સાધન નથી.

માનવસેવા કે સમાજ સેવા કે દેશસેવા જેવા પવિત્ર કાર્યમાં અથવા અન્ય ક્ષેત્રોમાં સ્ત્રી-પુરુષ સહકાર્યકરો ભાઈ-બહેન, માતા-પુત્ર કે પિતા-પુત્રીના પવિત્ર સંબંધોનો વિચાર કરી, સમજણપૂર્વક અન્યોન્ય પ્રત્યે નિર્વિકારી ભાવે ને આદરભાવે રહી કાર્ય કરે, એકબીજાને સહાયરૂપ થાય તો કાર્યનું ઉત્તમ પરિણામ આવે અને પ્રગતિ થાય. તે

અવેરીમાં ન ગણાય, પરંતુ માનવીય નભળાઈઓ - Human weaknesses ને કારણો સંયમની પાળ તૂટે, તો ચારિયની સુંદર ઈમારત દૂબી જાય; દૂરાચારનું દૂષણ ફેલાય. આવું ઘણા કિસ્સાઓમાં બનતું હોય છે. તે માટે ધર્મભર્યાદાને આવશ્યક ગણી છે.

હવે બ્રહ્મચર્યનો સૂક્ષ્મ અર્થ જોઈએ.

બ્રહ્મચર્યનું સ્થૂળ-સૂક્ષ્મરૂપે યથાર્થ પાલન થવાથી કામશક્તિ - પ્રજનનશક્તિ - પ્રબળ સર્જનશક્તિનું ઉદ્ધોકરણ થઈ તેનું આધ્યાત્મિક ઓજસશક્તિમાં રૂપાંતર થાય છે. સાધક ઉદ્ધરેતા બને છે. ઉદ્ધરેતાપણું સિદ્ધ થવાથી આત્મામાં પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર થવાની પાત્રતા આવે છે. એવી પાત્રતા આવ્યા પછી પ્રભુ તથા તેમના સ્વરૂપના સાક્ષાત્કારવાળા પૂર્ણમુક્તપુરુષના અનુગ્રહથી સાધકને પણ સાક્ષાત્કારની દિવ્યસ્થિતિ થાય છે. એ સ્થિતિમાં બ્રહ્મ અર્થાત્ પરમાત્માના દિવ્યસ્વરૂપમાં સાધક-ચૈતન્યનું રસબસભાવે એકરૂપપણું, સાધર્યપણું સધાય છે. અને તે સ્વરૂપમાં ચર્ચા થાય, અર્થાત્ અખંડ દિવ્યસુખનું ભોક્તાપણું થાય છે. આ બ્રહ્મચર્યનો અતિસૂક્ષ્મ આધ્યાત્મિક અર્થ છે.

આ રીતે બ્રહ્મચર્યનો સ્થૂળ-સૂક્ષ્મ અર્થ સમજી, નિષ્કામવ્રતની પૂર્ણ દૃઢતા કરી, સર્વ પ્રકારે અવેરીનો ત્યાગ રાખવો. એટલે આ અવેરી-ત્યાગરૂપ ચોથા વર્તમાનનું યથાર્થ પાલન થયું ગણાય.

પંચમ વર્તમાન

વટલવું નહિ ને વટલાવવું નહિ

વટલવું નહિ ને વટલાવવું નહિ, એટલે શું?

વટલવું નહિ ને વટલાવવું નહિ, અર્થાતું વ્યક્તિએ પોતે દૂષિત થવું નહિ ને અન્યને પણ દૂષિત ન કરવા. પોતે શુદ્ધ જાળવવી અને અન્યને શુદ્ધ જાળવવામાં સહાયરૂપ થવું. એવી કોઈ પણ કિયા કે આચરણ ન કરવાં, જેથી વ્યક્તિ પોતે દૂષિત થાય અને બીજાને પણ દૂષિત કરે. જેમ ફળથી ભરેલો ટોપલો હોય તેમાં એક પણ ફળ જો સરેલું હોય, બગડેલું હોય, તો સાથેના બીજા ફળોને પણ બગાડે છે. એ રીતે દૂષિત વ્યક્તિના સંગને લઈને અન્ય વ્યક્તિ પણ દૂષિત બને છે.

આ વર્તમાનમાં આંતરશુદ્ધિ તેમ જ બાધશુદ્ધિ એમ બંને પ્રકારની શુદ્ધિનો સમાવેશ થાય છે. આભ્યંતર તેમ જ બાધ શૌચ-શુદ્ધિ તો આધ્યાત્મિક જીવનનું પ્રથમ સોપાન છે. એ બંને પ્રકારના શૌચ વગર આધ્યાત્મિક જીવન શક્ય જ નથી. કેટલાક લોકો બાધશુદ્ધિને વધુ મહત્વ આપે છે ને આંતરશુદ્ધિ તરફ હુર્લક્ષ્ય સેવે છે. તે ગંભીર ભૂલ છે. આખો દિવસ નાથ્યાધોયા કરવું, દેહને જ શુદ્ધ રાખ્યા કરવો. ‘કોઈ અડકી જશે તો હું અશુદ્ધ થઈ જઈશ.’ એવા ફૃત્રિમ ભય હેઠળ રહેવું. ‘મારી પૂજા-સામગ્રી, મારાં વસ્ત્રો તથા ખાદ્ય પદાર્થો વગેરેને કોઈ અશુદ્ધ મનુષ્ય, હલકાવર્ઝનો માણસ કે કોઈ પશુ-પક્ષી અભડાવી જશે તો હું ભયંકર પાપમાં પડી જઈશ.’ આવી

ચિંતામાં જ તેનો આખો દિવસ પસાર થઈ જતો હોય છે. એવી ચિંતામાં ને ચિંતામાં તેઓ જ્ઞાન-ધ્યાન-ઉપાસના-આરાધના, આત્મા-પરમાત્માના સ્વરૂપનું ચિંતન-મનન કરવું વગેરે પ્રભુપ્રાપ્તિના આધ્યાત્મિક સાધનોનો સૂક્ષ્મ અભ્યાસ નથી કરી શકતા.

એ પ્રકારની કેવળ ઉપર ઉપરની બાહ્યશુદ્ધિ અને સ્વચ્છતા જળવવાથી આ લોકમાં તેની થોડી પ્રસિદ્ધિ થાય કે ‘વાહ! આ ભગત તો ખરેખરા છે. તેઓ શોળે-બોળેની વિધિ તથા ધર્મ-નિયમ બહુ પાળે છે. તેઓ બહુ પવિત્ર છે.’ આ રીતે વખાડા થવાથી તે વ્યક્તિનો અહંકાર પોણાય છે ને તેથી પોતાની જાતને બીજા કરતાં વધુ મહાન માનતો થઈ જાય છે, પરંતુ આંતરિક રીતે કોઈ પ્રગતિ ન થવાથી આધ્યાત્મિક સ્થિતિની બાબતે શૂન્ય રહે છે. બહાર સ્વચ્છ ને અંતર મેલું હોય ત્યાં સુધી આધ્યાત્મિક વિકાસ કદીયે શક્ય ન બને. એમ તો જળમાં માછલાં આખો વખત નાહ્યા જ કરે છે. તેથી શું તેઓ આધ્યાત્મિક રીતે મહાન છે? બિલકુલ નહિ! તેઓ જે સ્થિતિમાં છે, તેમ જ રહે છે. માટે બહારની શુદ્ધિ કે ટાપટીપ, આંતરશુદ્ધિ ન થાય ત્યાં સુધી એકડા વગરના મીંડાં જેવી વ્યર્થ છે.

કેટલાક લોકો આંતરશુદ્ધિને વધુ મહત્વ આપીને બાહ્ય શુદ્ધિને સાવ ગૌણ લેખે છે. તેઓ પણ ભૂલ કરે છે. કારણ કે સાધનદશામાં આંતરશુદ્ધિ તેમ જ બાહ્યશુદ્ધિ એમ બંને પ્રકારની શુદ્ધિ અત્યંત આવશ્યક છે. જ્યારે આત્મા-પરમાત્માના સ્વરૂપનો સાક્ષાત્કાર થઈ દિવ્ય સ્થિતિ થાય અને સિદ્ધમુક્તદશા આવે, પછી તેને કંઈ પણ અશુદ્ધ નહી શકતી

પંચમ વર્તમાન - વટલવું નહિ ને વટલાવવું નહિ

નથી. એવા સિદ્ધ પુરુષો પણ બીજાના ઉપદેશ માટે, ઉચ્ચ આર્દ્ધ પ્રસ્થાપિત કરવા માટે બંને પ્રકારની શુદ્ધિના સાધનો કરતા જણાય છે.

કુદરતી હાજરી, દંતમંજરન, પવિત્રજળથી સ્નાન, હસ્ત-પાદ-મુખ પ્રક્ષાલન કરવું. સ્વચ્છ ને ધોયેલાં વસ્ત્રો પહેરવાં, પવિત્ર ને શુદ્ધ સ્થાનમાં શુદ્ધ આસન ઉપર બેસી પૂજા-પાઠ, જ્યુતપ, ધ્યાન-ભજન વગેરે કરવું. એ રીતે બાધ્યશુદ્ધિ રાખવાથી મન શુદ્ધ, સાત્ત્વિક ને નિર્મળ બને છે. ચિત્ત પણ શાંત બને છે, તેથી આત્મા-પરમાત્માના સ્વરૂપનું ચિંતન-મનન એકાગ્રપણે ને સરળતાથી થઈ શકે છે. શુદ્ધ પવિત્ર થઈને ભોજન તૈયાર કરી પ્રભુને અર્પણ કરી, ધરાવીને ગ્રહણ કરવાથી મનની સાત્ત્વિકતા વધે છે ને રજોગુણ - તમોગુણની અસર ઓછી થઈ જાય છે. તેમ થવાથી મનની એકાગ્રતા, ગ્રહણશક્તિ તથા વિવેકબુદ્ધિની સૂક્ષ્મતા વગેરે વૃદ્ધિ પામે છે. આવા સાત્ત્વિક અંતઃકરણથી આધ્યાત્મજ્ઞાનના ગણન રહેસ્યો સરળતાથી સમજી શકાય છે. તે માટે પ્રથમ બાધ્યશુદ્ધિ દ્વારા શરીર શુદ્ધ, નિરોગી ને સ્ફૂર્તિલું બનાવવું જોઈએ. એટલે મન પણ નિરામય ને નિર્વિકારી બની શકે. એ રીતે બાધ્યશુદ્ધિની સાથે સાથે આંતરશુદ્ધિના સાધનો પણ કરતાં રહેવું જોઈએ.

સદ્ગુરુના માર્ગદર્શન હેઠળ જ્ઞાન-ધ્યાન-ઉપાસના, જ્યુતપ, બાધ્યપૂજા-માનસીપૂજા (ભાવપૂજા) વગેરે સાધનો દિવ્યભાવ સાથે, ભક્તિભાવ સાથે કેવી રીતે કરવાં તે શીખી લઈ તે પ્રમાણો દરરોજ નિયમિતપણે પ્રભુના સ્વરૂપમાં અતિ પ્રેમે સહિત, રોમાંચિત ગાત્રે, સમર્પણની ને શરણાગતિની ઉદાત્ત ભાવોર્ભિઓ સાથે કર્યા કરવાં જોઈએ. સત્યાસ્ત્રોનું

એકાગ્રતાપૂર્વક વાંચન-શ્રવણ કરી, સત્પુરુષના ઉપદેશામૃતનું શ્રવણ-સ્મરણ કરી, તેનું ચિંતન-મનન-નિદિધ્યાસ શ્રદ્ધાપૂર્વક કર્યા કરવું જોઈએ. સદ્ગુરુના જોગ-સમાગમ-સેવા-પરિચયાં દ્વારા તેમને પ્રસન્ન કરવાથી, તેમના દ્વારા પરમાત્માની કૃપા આપોઆપ ઉઠાડી આવે છે. આ બધાની ફલશ્રુતિરૂપે અંતઃકરણની શુદ્ધિ થાય છે. અંતર શુદ્ધ થવાથી પ્રભુના સ્વરૂપમાં પરાપ્રેમ-પરાભક્તિનો ઉદ્ઘ થઈ, પ્રભુના દિવ્યસ્વરૂપનો સાક્ષાત્કાર થવાની પાત્રતા નિષ્પત્ત થાય છે. તે માટે આંતરશુદ્ધિ તેમ જ બાધ્યશુદ્ધિ સાધક માટે અતિ આવશ્યક છે.

દરેક વ્યક્તિના શરીરમાંથી, તેના સંસર્જમાં આવેલા પદાર્થમાંથી, અન્ય પ્રાણીઓ વગેરેના શરીરમાંથી અમુક પ્રકારની કીરણોત્સર્ગી ઉર્જાના સૂક્ષ્મ તરંગો વહે છે. તે આંદોળનો - તરંગોને Aura અથવા Aurical Radiations કહેવામાં આવે છે. શરીરની આસપાસ આવા પ્રકાશિત તરંગોનું એક વલય-મંડળ રચાયેલું હોય છે. તેને આભામંડળ કહેવામાં આવે છે. જીવંત વ્યક્તિમાં આ આભામંડળ તેના મનોભાવ, વિચારો, કર્મો, આચરણ વગેરે દ્વારા બદલાતું રહે છે. જ્યારે જડ પદાર્થમાંથી નીકળતા તરંગોનું મંડળ બદલાતું રહેતું નથી. જીવંત વ્યક્તિના આભામંડળથી જડપદાર્થો પણ પ્રભાવિત થાય છે. વ્યક્તિની જેવી ભાવધારા હોય, તેવું તેનું આભામંડળ રચાય છે. જેનું અંતઃકરણ નિર્મળ હોય છે, તેની નિર્મળ ભાવધારાને લઈને તેનું આભામંડળ પણ નિર્મળ અને પ્રકાશિત રંગોનું હોય છે. જેનું અંતઃકરણ ભલિન હોય છે, તેનું આભામંડળ પણ ભલિન અને ઘેરા રંગોનું-અંધકારમય

પંચમ વર્તમાન - વટલવું નહિ ને વટલાવવું નહિ

હોય છે. તેજોલેશ્યા એટલે સવારના ઉગતા સૂર્ય જેવી ચમકતી લાલરંગની લેશ્યા. પદ્ધમ લેશ્યા એટલે ચમકતા પીળા રંગની લેશ્યા. શુક્લ લેશ્યા એટલે શુભ્ર-શૈતરંગની લેશ્યા. લેશ્યા એટલે આભામંડળના તરંગો. આ રંગોવાળી લેશ્યાઓ શુભ ને પવિત્ર હોય છે. જે સૂક્ષ્મ શરીરમાં રહેલા નાભિયક્ણી ઉપરના ચક્રો અર્થાત્ શક્તિકેન્દ્રોમાંથી વહે છે. કૃષ્ણલેશ્યા એટલે કાળા રંગના તરંગો. નિલલેશ્યા એટલે નિલા ઘેરા રંગના તરંગો તથા કાપોતલેશ્યા એટલે કાબરચિતરાં-રાખોડીરંગના તરંગો. આ રંગોવાળી લેશ્યા અશુભ ને મલિન હોય છે. તે શરીરમાંના નાભિકેન્દ્રથી નીચેના કેન્દ્રોમાંથી વહે છે. અશુભ ભાવ તથા અશુભ આચાર-વિચારવાળી વ્યક્તિની ચેતના નાભિકેન્દ્રની નીચેના કેન્દ્ર મૂલાધાર ચક્ર તથા સ્વાધિષ્ઠાન ચક્રમાં વધુ કાર્યરત હોય છે. તેથી તેવા લોકો કામ, કોધ, માન, ઈર્ઝા વગેરે દોષોથી પીડિત હોય છે. તેઓ હિંસા, વ્યભિચાર, દંબ, કપટ, કાવાદાવાઓ વગેરે પ્રવૃત્તિઓમાં વધુ સક્રિય હોય છે. તેમનું આભામંડળ મુખ્યત્વે કાળારંગ, નિલરંગ અને કાપોતરંગનું બનેલું હોય છે. તેઓ અશુભ ભાવવાળા ને અપવિત્ર ને પાપકર્મામાં પ્રવૃત્ત હોય છે. જે વ્યક્તિની ચેતના નાભિકેન્દ્ર અર્થાત્ મણિપુર ચક્રથી ઉપરના ચક્રો, જેવા કે અનાહત ચક્ર, વિશુદ્ધ ચક્ર, આજ્ઞા ચક્ર અને સહસ્રાર ચક્રમાં વધુ સક્રિય હોય તેવી વ્યક્તિ પવિત્ર ને સાત્ત્વિક હોય છે. તેમનો આધ્યાત્મિક વિકાસ થયેલો હોય છે. તેમનું આભામંડળ રક્ત રંગ, પીળો રંગ અને શુભ્ર-શૈતરંગનું રચાયેલું હોય છે. તેમનામાંથી પવિત્ર તરંગો વહે છે. આ બધા ચક્રો છે એ સૂક્ષ્મશરીરમાં રહેલા શક્તિકેન્દ્રો છે. આત્માની ચેતના-શક્તિ

દ્વારા તે સતેજ થઈને કાર્યરત થાય છે. તેમાંથી નીકળતી ઊર્જાના સ્પંદનનો દ્વારા શરીરમાંની અંતરસાવી ગ્રંથિઓ કાર્યરત બને છે અને તેથી શારીરિક અને માનસિક પ્રવૃત્તિઓ-વ્યવહારો થયા કરે છે. આપણું સ્થ્યુણ શરીર સૂક્ષ્મ શરીર દ્વારા પ્રભાવિત થાય છે. સૂક્ષ્મ શરીરમાં રહેલા શક્તિ કેન્દ્રો દ્વારા વિવિધ ભાવને લઈને વિવિધ રંગોવાળા તરંગો વહે છે ને એ પ્રમાણો શારીરિક પ્રવૃત્તિઓ થાય છે. શારીરિક પ્રવૃત્તિઓથી કર્મ બંધાય છે. એ કર્મો કારણ શરીર સાથે સૂક્ષ્મ સંસ્કારોરૂપે જોડાય છે. કારણ શરીરમાં રહેલ કર્મસંસ્કારો દ્વારા સૂક્ષ્મ શરીર કાર્યરત બને છે, અને સૂક્ષ્મ શરીર દ્વારા ફરી સ્થ્યુણ શરીર કાર્યરત બને છે. આ ચક્ક નિરંતર ચાલ્યા કરે છે.

સત્ય, અહિસા, બ્રહ્મચર્ય, સેવા, ધર્મ, જ્ઞાન, વૈરાગ્ય, ભક્તિ, ક્ષમા વગેરે અનેક સદ્ગુણો દ્વારા શુભભાવ પ્રગટે છે. તેથી આભામંડળ પણ શુભરંગોનું રચાય છે. આ તરંગો કે આંદોલનો મનુષ્યને આ ચર્મચક્ષુથી જોવામાં નથી આવી શકતા. જે વ્યક્તિએ ધ્યાન દ્વારા અતિ સૂક્ષ્મદૃષ્ટિ કેળવી હોય, તેવી વ્યક્તિ જ આવા તરંગોને જોઈ શકે છે, અનુભવી શકે છે. મુક્તપુરુષો તથા સિદ્ધ યોગીઓ પોતાના આંતરચક્ષુઓ દ્વારા અથવા દિવ્ય દૃષ્ટિ દ્વારા આવા તરંગો જોઈને વ્યક્તિના ગુણ-દોષ, મનોભાવો, લાગણીઓ તથા કર્મો, ધર્છાઓ તે બધું જ પારખી શકે છે. આગળ જણાવ્યું તેમ આવા તરંગોને રંગો તથા લંબાઈ, પહોળાઈ વગેરે પરિમાણો પણ હોય છે. સત્પુરુષ કે પવિત્ર પુરુષનો જોગ-સમાગમ-સેવા વગેરે કરવા પાછળનો હેતુ એ છે કે તેમનામાંથી શુભ-પવિત્ર તરંગો વહે છે. તે

પંચમ વર્તમાન - વટલવું નહિ ને વટલાવવું નહિ

તરંગો કે આંદોલનોની શુભ અસર તેમના સંસર્ગમાં આવતી વ્યક્તિ કે પદાર્થ ઉપર તથા આસપાસના વાતાવરણ ઉપર પણ પડે છે. તેને કારણે તેમના સાંનિધ્યમાં રહેનાર કે સંપર્કમાં આવનાર વ્યક્તિને શીતળતા ને શાંતિનો અનુભવ થાય છે. મુક્તપુરુષ પાસે આવનાર પાપી વ્યક્તિ પણ જો ખરાભાવથી તેમના દર્શન-સ્પર્શ કરે, તો તે પાપ રહિત થઈ જાય છે. પવિત્ર સત્પુરુષનો પ્રસાદ ગ્રહણ કરવા પાછળનું કારણ પણ આ જ છે. પવિત્ર સત્પુરુષ જે પદાર્થ કે ખાદ્યપદાર્થને સ્પર્શ કરે કે દાખ્લી કરે તે પણ પવિત્ર બની જાય છે. તેથી તેને ગ્રહણ કરનારમાં પણ પવિત્રતા ઉદ્ય થાય છે. સત્પુરુષ જ્યાં જ્યાં વિચરણ કરે છે તે ભૂમિ પણ પવિત્ર ને તીર્થરૂપ બની જાય છે. આવી ભૂમિ તથા ત્યાંનું વાતાવરણ ઘણા કાળ સુધી સત્પુરુષના દિવ્ય તરંગોને લઈને પવિત્ર રહે છે ને તેવા સ્થાને જનારના પાપકર્મો દૂર થાય છે.

જેમ પવિત્ર વ્યક્તિમાંથી પવિત્ર તરંગો વહે છે ને સર્વને પ્રભાવિત કરે છે, એમ દુષ્ટભાવવાળા, અપવિત્ર ને પાપી મનુષ્યોમાંથી અશુભ તરંગો વહે છે. તેવા પાપી પુરુષનો જોગ, પ્રસંગ તથા તેના સંસર્ગ-સંપર્કમાં આવેલા વ્યક્તિ તથા પદાર્થો પણ અપવિત્ર ને અશુભ બને છે. તેનો સ્પર્શ કરવાથી તથા તે સંબંધી પદાર્થ ગ્રહણ કરવાથી વ્યક્તિ અશુભ અને અપવિત્ર બને છે. આ કારણને લઈને જ પાપી વ્યક્તિનો જોગ કરવાનો તથા તેના દર્શન-સ્પર્શ કરવાનો તથા તેના સંસર્ગમાં આવેલા પદાર્થો ગ્રહણ કરવાનો શાસ્ત્રોમાં નિષેધ છે. ભગવાન સ્વામિનારાયણે આવા હેતુથી જ વચ્ચનામૃતમાં કહ્યું છે કે, પાપી વ્યક્તિના દર્શન-સ્પર્શ-ગંધ વગેરેની અસર લીલાગર

ભાંગ જેવી થાય છે. અને વ્યક્તિ જેવો સંગ કરે તેવી જ થાય છે, તેનું કારણ પણ આ વિજ્ઞાન જ છે.

તે માટે મુમુક્ષુ સાધકે જાગૃત રહીને હિંસા, દુરાચાર, વ્યબિચાર, ચોરીકર્મ કરનાર, કામી, કપટી તથા દુર્વ્યસનોમાં રત રહેતા પાપીનો જોગ વર્જવો. તેનો સ્પર્શ પણ વર્જવો અને તેવો સ્પર્શ વગેરે અજાણતા કે ભીડમાં થઈ જાય તો ઘરે આવીને સ્નાન કરવું અને પ્રભુને પ્રાર્થના કરવી. તેથી તેની અશુભ અસર દૂર થઈ જાય. બહારની પ્રવૃત્તિઓ પતાવી ઘરે આવ્યા પછી સ્નાન વગેરે કિયા આરોગ્યની દૃષ્ટિએ પણ લાભદાયી છે. સ્નાન કર્યા પછી શાંત ચિત્તે પ્રભુનું સ્મરણ, નામ જ્યું, પ્રભુને પ્રાર્થના તથા ધ્યાન વગેરે કિયાઓથી અંતઃકરણ શુદ્ધ થાય છે. માટે આવી કિયાઓ સાધકે સાધનદશામાં વારંવાર કર્યા કરવી જોઈએ. તેમાં આગસ પ્રમાણને સ્થાન ન આપવું અને આ કિયાઓને ગૌણ ન સમજવી. આમ વર્તવાથી આધ્યાત્મિક સાધનામાં વિઘ્નો નડતા નથી.

સાધકે પોતાની પવિત્રતા જળવાઈ રહે એ હેતુ માટે આપત્કાળ સિવાય જ્યાં ત્યાં, જેનું તેનું ખાવાનું ટાળવું જોઈએ. તથા પાણી પણ ગમે તેના હાથનું ગ્રહણ કરવાનું ટાળવું જોઈએ. આવી બાબતમાં સિદ્ધ મુક્તપુરુષનો વાદ લેવાનો કદીયે પ્રયત્ન ન કરવો. સિદ્ધ મુક્તપુરુષો ક્યારેક પાપીનું કલ્યાણ કરવા તેનું અત્ર-જળ-સેવા વગેરે ગ્રહણ કરે છે. પણ તેનો તેમને બાધ ન આવે. કારણ કે પ્રભુનો સાક્ષાત્કાર થયા પછી દિવ્ય સ્થિતિમાં કોઈ પણ પ્રકારની અશુદ્ધિ ક્યારેય નડી શકતી નથી. પરંતુ બીજા તેનો વાદ ન લઈ શકે અને લેવા

જય તો ભ્રષ્ટ થાય.

સાધકે વારેવાર અવકાશ મળેથી સત્પુરુષનો જોગ કર્યા કરવો જોઈએ. સત્પુરુષ કે મુક્તપુરુષ પૃથ્વી ઉપર મનુષ્યરૂપે વિચરતા ન હોય તો આંતરિક રીતે તેમને સંભારી, તેમના ઉપદેશામૃતો તથા વચનો સંભારી જોગ કર્યા કરવો. બાધ્ય રીતે શુભ આચરણવાળા પવિત્ર પુરુષોનો પણ જોગ કરી શકાય, પછી ભલે તે સાધનદશામાં હોય. સાધનદશામાં સત્સંગીઓએ પરસ્પર સત્સંગ કરતા રહેવાથી સત્સંગમાં દૃઢતા આવે છે ને આધ્યાત્મિક પ્રગતિ પણ થાય છે. કુસંગીઓનો સંગ તો જાગૃત રહીને સર્વદા વર્જવો જોઈએ. સત્પુરુષ પૃથ્વી ઉપર હોય ત્યારે તે સાધકે અવશ્યપણે તેમના જોગ-સમાગમ-સેવા-શુશ્વરા વર્ગોએ કરવાં જોઈએ, તો આધ્યાત્મિક ઉત્ત્રતિનો માર્ગ સરળ બને. એવા સદગુરુ જંગમતીર્થ છે. તેમની પાસે બેસવા માત્રથી કામ, કોધાચિ અંતરશત્રુઓનું જોર ઘટી જય ને પરમ શાંતિનો અનુભવ થાય છે. તેમનો જોગ કરનાર જો પાત્ર હોય તો તેને પણ પરમાત્માનો સાક્ષાત્કાર થઈ તેમના જેવી દિવ્ય સ્થિતિ પ્રાપ્ત થાય. જેમ પારસથી પારસ થાય છે, તેમ સત્પુરુષના જોગથી સત્પુરુષ થવાય છે. એટલે સત્પુરુષના મનુષ્ય સ્વરૂપની વિશેષતા છે. અહીં સત્પુરુષ એટલે પૂર્ણ સિદ્ધ મુક્તપુરુષ સમજવાના છે, પણ સાધનદશાવાળા પુરુષ સમજવાના નથી.

આ પાંચમા વર્તમાનમાં બાધ્યશુદ્ધિ, આંતરશુદ્ધિની સાથે સાથે સંગશુદ્ધિ પણ આવી જય છે. સંગદોષની વ્યક્તિ ઉપર સારી-નરસી અસર કેવી રીતે થઈ શકે છે તેનું આભામંડળના વિજ્ઞાન દ્વારા આપણો ઊંડાણપૂર્વક વિવરણ કર્યું. હવે તેની થોડી વિશેષ વિચારણા કરીએ. ભગવાન સ્વામિનારાયણો

કુસંગીઓનો સંગ ન કરવો અને સત્પુરુષનો તથા સત્સંગીઓનો જ સંગ કરવો તેમ ભારપૂર્વક જણાવ્યું છે. તેમાં પણ ચાર પ્રકારના કુસંગીઓનો સંગ વિશેષપણે વજ્વાનો આદેશ છે. ઝડપંથી, દુરાચારી શક્તિપંથી, નાસ્તિક તથા શુષ્કવેદાંતી, આ ચાર પ્રકારના વ્યક્તિઓનો સંગ ન કરવો. કારણ કે આ પ્રકારના પંથના કેટલાક લોકો વેદ, પુરાણા, ઉપનિષદ વગેરે સત્થાસ્ત્રોનો અર્થ પોતાની માયિક બુદ્ધિને લઈને પોતાની કલ્યાણ પ્રમાણે ઘડીને, તે પ્રમાણે પોતાની ને અન્યની ચેતનાનાં અધઃપતન કરે તેવું આચરણ કરે છે. તેઓમાં મોટાભાગના મનુષ્યો દારુ-માંસના ભક્ષણમાં, સ્ત્રી સાથે વિલિયારમાં અને અઙ્ગિણા, ગાંઝો, તમાકુ વગેરે દુર્વસનોમાં રચ્યાપચ્યા રહે છે. આવા મનુષ્યો સારા મનુષ્યને પોતાના સિદ્ધાંતો જેમ તેમ, યેનકેનપ્રકારેણ સમજાવીને ગેરમાર્ગ દોરે છે અને તેમને દૂષિત કરી અધઃપતન તરફ લઈ જાય છે. તેમાં પણ નાસ્તિક અને શુષ્કવેદાંતીનો સંગ તો સૌથી ભયંકર અને જોખમી છે. કારણ કે તેમના જોગથી પરમાત્માના સાકાર સ્વરૂપની શુદ્ધ ઉપાસનાનો ભંગ થાય છે. ભગવાનના સ્વરૂપની ઉપાસના ન સમજનારા લોકો પોતાનું જ કર્તાપણું સમજતા હોવાથી, માયાના અહંકારુપ આવરણથી કદીય પર થઈ શકતા નથી. શુષ્કવેદાંતી એ લોકોને કહ્યા છે કે જેમણે વેદાંતના જ્ઞાનનો અનુભવ નથી કર્યો અને પોતાની કલ્યાણ પ્રમાણે તે જ્ઞાનના અર્થનો નિર્ણય કરી શુષ્કપણે તેના અંગે વાદવિવાદમાં જ કીમતી સમય વેડફે છે. તેઓ એમ માને છે કે આત્મા એ જ બ્રહ્મ છે ને બ્રહ્મ સિવાય બીજું કોઈ પરમાત્મા નામનું વિશેષ તત્ત્વ જ નથી.

પંચમ વર્તમાન - વટલવું નહિ ને વટલાવવું નહિ

શાસ્ત્રોમાં કહેલા વિધિ-નિષેધ બધા મિથ્યા છે. બ્રહ્મને કોઈ પાપ-પુણ્ય સર્વાંતું નથી. તેમ માની મિથ્યાચાર, વ્યભિચાર વગેરે પ્રવૃત્તિઓમાં સ્વચ્છંદીપણે વર્તે છે. આવા શુષ્કજ્ઞાનીનો જોગ થાય તો મતિ ફરી જાય અને ઉપાસનાનો ભંગ થાય તો અનંતકાળ સુધી આત્યંતિક મોક્ષનું દ્વાર બંધ થઈ જાય. બીજા પાપકર્માંથી તો ક્યારેક છૂટી શકાય છે. કારણ કે સત્પુરુષો પોતાની અસીમ કરુણાને લઈને પાપીઓ ઉપર પણ કૃપા વરસાવી તેનું કલ્યાણ કરે છે. સત્પુરુષના જોગથી વાલિયા લુટારામાંથી વાલ્ભીકિ ઋષિ થયા. જેબનપગી જેવા ભયંકર લુટારાને સ્વામિનારાયણ ભગવાનનો જોગ થયો તો ઉત્તમકોટિના ભક્તરાજ બની ગયા. તેમ પાપી જીવનો છૂટકારો શક્ય છે, પણ નાસ્તિક અને શુષ્કવેદાંતીઓનો સંગ કરનારને આત્યંતિક મોક્ષ થવો દુર્લભ બની જાય છે. તે માટે મુમુક્ષુઓએ પ્રભુને નિરંતર ગ્રાર્થના કરવી કે એ ચાર પ્રકારના કુસંગીઓનો સંગ કદી ન થાય. એમ ભગવાન સ્વામિનારાયણ કહે છે.

બીજું શિક્ષાપત્રીમાં શ્રીહરિ જણાવે છે કે ચોર, પાપી, વસની, કામી તથા કીમિયાગરીથી ઠગનારા ઠગ મનુષ્યનો પણ સંગ વર્જવો. ‘સંગ તેવો રંગ’ એ ઉક્તિ પ્રમાણે જેનો સંગ થાય તેના જેવા ગુણદોષ સંગ કરનારમાં આવે છે. દા.ત. પાપી મનુષ્યનો સંગ કરે તો પાપમય પ્રવૃત્તિઓમાં રસ લેવાનું મનોવલણ થઈ જાય. ચોરના સંગમાં રહે તો ચોરી કરવાની વૃત્તિ જન્મે અને ચોરી કરતાં શીખી જાય. કામીનો સંગ કરે તો સંગ કરનાર પણ કામી બની જાય. કારણ કે કામ આદિ દોષો જીવમાં સંસ્કારોરૂપે પડેલા જ હોય, તેનો એવા દોષોએ

યુક્ત વ્યક્તિનો સંગ કરવાથી તુરત જ ઉદ્ય થાય. આ કારણથી જ સ્ત્રી, દ્રવ્ય અને રસાસ્વાદમાં અત્યંત લોલૂપ રહેતા વ્યક્તિનો સંગ કરવાનો પણ શ્રીહરિ નિષેધ કરે છે. એમ જેવો સંગ કરે તેવો થાય તે આપણો આભામંડળના વિજ્ઞાનને આધારે આગળ જોયું છે. માટે મુમુક્ષુએ વિવેકબુદ્ધિનો સદ્ગુપ્યોગ કરીને સંગશુદ્ધિ રાખવી ઘટે.

કુંવારી તથા સધવા અથવા વિધવા મુમુક્ષુ સ્ત્રીઓએ અન્ય સૈરિણી, કામિની ને પુણ્યલી એવી કુલટા અને ફુકર્મ કરનારી સ્ત્રીઓનો સંગ સદાય વર્જવાની શ્રીહરિની આજ્ઞા છે. માટે સ્ત્રીઓએ તે પ્રકારનો કુસંગ જાગૃત રહીને વર્જવો અને પવિત્ર સ્ત્રીઓનો જ સંગ રાખવો, તો જ તેમની આધ્યાત્મિક ઉર્ધ્વગતિ સંભવી શકે.

સ્ત્રીઓને થતાં રજોદર્શન-માસિકમાં શુદ્ધ જળવવાનો પણ આ છેલ્લા વર્તમાનમાં સમાવેશ થઈ જાય છે. યુવા સ્ત્રીઓને રજસ્વલાપણું-માસિકદર્મ એ સ્ત્રી શરીરમાં થતી હોર્મોન્સના સ્ત્રાવોની અને અંડાશયમાંના અંડ વિસર્જનની એક કુદરતી પ્રક્રિયા છે. તથીબી વિજ્ઞાનની દિઝિએ પણ રજસ્વલા સ્ત્રીમાં થતી રજસ્વાવની ક્રિયાની અશુદ્ધિ ત્રણ દિવસ સુધી રહે છે. માટે એ સમય દરમ્યાન થતા શારીરિક ફેરફારો અને મનોવલાણમાં - મનના મૂડ (mood)માં થતા ફેરફારો માટે મનોદૈહિક આરામ તથા આંતર-ભાવ શુદ્ધ રાખવી જરૂરી છે. શ્રીહરિની આજ્ઞા છે કે ત્રણ દિવસ સુધી કોઈ મનુષ્યને તથા વસ્ત્રાદિકને આપત્કાળ સિવાય અડવું નહિ ને ચોથે દિવસે નાહિને શુદ્ધ થયા પછી જ અડવું. આ દિવસોમાં આરામ, માનસિક શાંતિ અને સંયમ અતિ આવશ્યક ગણ્યા છે. તે સ્ત્રીના પોતાના તથા

પંચમ વર્તમાન - વટલવું નહિ ને વટલાવવું નહિ

અન્યના શારીરિક ને માનસિક આરોગ્ય માટે હિતાવહ છે.

આજકાલ પ્રમાદને લઈને ઘણી બહેનો શ્રીહરિની આ આજ્ઞાની અવહેલના કરીને, તે આજ્ઞાને ગૌણ ગણીને રજસ્વલાના નિયમનું બરોબર પાલન કરતી નથી. તે યોગ્ય ન ગણાય. એ નિયમનું પાલન ન થવાથી ક્યારેક હાનિ થાય છે ને અનર્થ થવાનો પણ સંભવ રહે છે. માટે તે આજ્ઞાનું ઉલ્લંઘન ન થાય તો પ્રભુની પ્રસંગતા થવાથી અનિષ્ટ પરિણામોમાંથી બચી જવાય છે.

માસિક દરમ્યાન હોર્મોન્સના સાવોની પ્રક્રિયાને લીધે શારીરિક અશુદ્ધિની સાથે સ્ત્રીમાં માનસિક ફેરફારો થતા પણ વૈજ્ઞાનિકોએ નોંધ્યા છે. માનસિક હતાશા થવી, સ્વભાવ ચિડીયો થવો, મનની અભિગ્રાતામાં ઉણપ આવવી, કોઈ કાર્યમાં ચેન ન પડવું, સ્મરણાશક્તિમાં થોડી ઉણપ જણાવી વગેરે માનસિક ફેરફારો થોડેઘણે અંશે થાય છે. પેટ, કભ્ર તથા સ્નાયુના કેટલાક દુઃખાવાને લઈને પણ આરામ કરવાની હચ્છા વર્તે છે. આ પ્રકારના ફેરફારો વિશેષજ્ઞોએ નોંધ્યા છે. માસિકધર્મ દરમ્યાન સ્ત્રીના શરીરમાંથી અશુદ્ધ અને વિષમય તરંગો વહે છે જે હાનિકર્તા હોય છે. એ સમય દરમિયાન નીકળતા વિષમય તરંગોને - આંદોલનોને સામાન્ય ભાષામાં સ્ત્રીનો ઓછાયો કહે છે. એ ઓછાયાની તીવ્ર અસરથી તેની આસપાસનું ક્ષેત્ર વિષમય થાય છે અને તેને લઈને અનાજ, અથાણા વગેરે બગડે છે. સર્પ જો તે અસર હેઠળ આવી જાય તો તે અંધ થઈ જાય છે એમ પણ નોંધાયું છે. સદગુરુ નિષ્કળાનંદ સ્વામીએ આ વાત ભક્તચિંતામણીમાં કહી છે. પરામનોવિજ્ઞાનના વિશેષજ્ઞો કહે છે કે આવા સમય દરમ્યાન

સ્ત્રીઓને સૂક્ષ્મસુષ્ટિમાં રહેલા મહિન અને આસુરી તત્ત્વોથી પીડા થવાનો સંભવ પણ વધી જાય છે, એટલે શારીરિક શુદ્ધિની સાથે પ્રભુની પ્રાર્થના તથા નામ-સ્મરણ વગેરે કરવાની આવશ્યકતા રહે છે.

આ બાબતે કેટલાક તજ્જ્ઞોના અભિપ્રાયો જોઈએ.

સેરિક નામના એક વિષ્યાત ડૉક્ટરે પ્રયોગો દ્વારા સાબિત કર્યું છે કે રજસ્વલા સ્ત્રીના શરીરમાંથી નીકળતા વિષમય તરંગો હાનિકર્તા છે. રજસ્વલા સ્ત્રીના હાથમાં રાખેલા ફૂલનું કરમાઈ જવું, તેના હાથમાં મૂકેલા દેડકાના હદ્યની ગતિ મંદ પડી જવી વગેરે તારણો પ્રયોગો દ્વારા તેમણે કાઢ્યાં છે. આ સમય દરમ્યાન જો તે સ્ત્રી પોતાના પતિનો કે અન્ય પુરુષનો સંગ કરે અને જો ગર્ભ રહે તો શારીરિક અને માનસિક ખોડખાપણવાળી સંતતિ જન્મે એવી ચેતવણી પણ આપી છે.

ઘીની નામક એક રોમન લેખક નોંધે છે કે - રજસ્વલા સ્ત્રીના સ્પર્શથી દૂધ, અનાજ, અથાળા વગેરે જલદી બગડી જાય છે.

અમેરિકન પ્રો. શીક (Schick) પણ લાખે છે કે -રજસ્વલાના શરીરમાં પ્રબળ વિષ હોય છે. તે જો હરિયાળી (લીલા ઘાસ) ઊપર ચાલે તો તે તથા આજુબાજુના ફૂલ-પાંડા તુલસી વગેરે કરમાઈ જાય છે. ફળો સડી જાય છે. (American journal of clinical medicine 1921 A.D.)

પ્રાચીન મીસર પ્રજામાં પણ રજસ્વલાએ એકાંતમાં રહેવું એવો રિવાજ હતો.

પારસી તથા ઈસ્લામ ધર્મમાં પણ રજસ્વલા સ્ત્રીઓને શુદ્ધ નથી ગણતા.

પંચમ વર્તમાન - વટલવું નહિ ને વટલાવવું નહિ

યહુદી ધર્મમાં ઉ દિવસ સુધી રજસ્વલાધર્મ પાલનનો નિર્દેશ છે.

રજસ્વલાના સ્પર્શથી પુરુષોમાં સુષુપ્ત કામુકતા જલદી જગી ઊઠે છે. એવું વિશેષજ્ઞોનું મંતવ્ય છે.

આયુર્વેદ રજસ્વલાએ બ્રહ્મચર્યનું પાલન કરવા ઉપર ભાર મૂક્યો છે. આ રીતે લગભગ દરેક ધર્મમાં અને જાતિઓમાં રજસ્વલાના ધર્મ પાલનના કોઈ ને કોઈ નિયમો જરૂર છે. તે માટે આપત્કાળ સિવાય આ નિયમનું પાલન જાગૃતિ અને સંયમ રાખીને કરવું હિતાવહ છે.

આજના વિકાસશીલ યુગમાં સ્ત્રીઓને પણ પોતાની કારકિર્દી માટે તથા આર્થિક પાસું જાળવવા નોકરી-ધંધા-વ્યવસાય વગેરે પ્રવૃત્તિઓ કરવી પડે છે. અને તે જીવન માટે આવશ્યક પણ છે. તેમ છતાં માસિકધર્મ વખતે ઘરમાં તથા બહાર આંતર-બાધ્ય શુદ્ધિ જાળવવા બનતો પ્રયત્ન ચોક્કસ કરવો જોઈએ. કોઈ પણ વ્યક્તિનો અનાવશ્યક સ્પર્શ વર્જવા પ્રયત્ન કરવો. વાહનોમાં કે ભીડમાં અજાણતા સ્પર્શ થઈ જાય તો ઘરે આવીને સ્નાન વગેરેથી શુદ્ધ થઈ જવું. આ રીતે વ્યાવસાયિક જીવનમાં પણ શુદ્ધિ જાળવી શકાય છે.

કુદરતી હાજત બાદ તથા ગૃહસ્થોએ મૈથુન કિયા બાદ તથા દુષ્પિત આચાર-વિચારવાળી વ્યક્તિઓના સ્પર્શ કે સંપર્કથી થયેલ અશુદ્ધ દૂર કરવા માટે સ્નાન કરી શુદ્ધ થવું જોઈએ. માલિન વિચારો દ્વારા થયેલી માનસિક અશુદ્ધિને સદ્ગુરૂચિયારો દ્વારા, સત્સંગ દ્વારા, ધ્યાન-ભજન-પ્રાર્થના-જਪ વગેરે દ્વારા શુદ્ધ કરવાની માનસિક શુદ્ધિકરણની પ્રક્રિયાનો આ વર્તમાનમાં સમાવેશ થઈ જાય છે.

આ રીતે વ્યક્તિએ પોતે આંતર-બાહ્ય શુદ્ધિ જાળવી ને અન્યને શુદ્ધિ જાળવવામાં મદદ કરવી જોઈએ. પોતાના વાણી-વર્તન-વિચાર સત્યમય, નિર્મળ ને અનુકરણીય બનાવવા સતત પ્રયત્નશીલ રહેવું જોઈએ. જેથી પોતાના આદર્શમય જીવન દ્વારા અન્ય લોકોને પણ એવું આદર્શમય જીવન જીવવાની પ્રેરણા ભળે અને સુખમય જીવન બનાવી શકે. એ મુદ્દો આ પાંચમું વર્તમાન આપણાને શીખવે છે.

ઉપસંહાર

આમ પંચ વર્તમાનના સ્થૂળ-સૂક્ષ્મ અર્થો બરોબર સમજી તને જીવનના એક મહત્વના અંગરૂપ બનાવી, આત્મસાત્ત્વ કરવા આપણો ખરા અંતઃકરણપૂર્વક પ્રયત્ન કરીશું તો આપણું પરમ શ્રેય થશે. અને સાથે સાથે આપણો એવા ઉત્કૃષ્ટ ગ્રકારના આઈર્શીમય જીવનની મધુર સુવાસ આપણી આજુભાજુના સમાજમાં ફેલાવીને અન્યને પણ શ્રેયને માર્ગ વાળી શકીશું. આ પંચ વર્તમાનના યથાર્થ પાલનમાં પ્રભુની ગ્રસન્તતા ને દૃપા સમાયેલાં છે. તે આપણા ચૈતન્યની ઉર્ધ્વગતિ થવામાં અડચણરૂપ અનેક દોષો અને વિઘ્નોને દૂર કરી પરમપદની પ્રાપ્તિ કરાવે છે.

એક મુદ્દાની વાત ખાસ ધ્યાનમાં લેવા જેવી એ છે કે ઉપર્યુક્ત પાંચેય વર્તમાનો એકબીજા સાથે સુસંગત ને એકબીજાના પૂરક છે. તેથી એકના લોપથી બીજાનો લોપ પણ થાય છે. માટે એ પાંચેય વર્તમાનોનું જાગૃત ચૈતન્યથી પાલન થાય તેમ વર્તવું જોઈએ. આ વર્તમાનના પાલનમાં ક્યારેક દેશ, કાળ, સંગ, કિયા વગેરેના વિપરિત પ્રભાવથી ક્ષતિ જણાય તો તુરત જ જાગૃત થઈને પ્રભુપ્રાર્થના દ્વારા, મુક્તપુરુષના માર્ગદર્શન તથા આત્મનિરીક્ષણ ને આત્મપરીક્ષણ દ્વારા, સમજણપૂર્વકના પ્રાયશ્રિત્ય દ્વારા, આપસ-પ્રમાણનો ત્યાગ કરી દોષમુક્ત થઈ શ્રેયને માર્ગ ફરી પાછા ચડી જવું. તેથી ચૈતન્યની ઉર્ધ્વગતિ થવામાં વિઘ્ન ન આવે ને ગ્રગતિ થાય.

મુમુક્ષુ સાધકના જીવનમાં દેશકાળને લઈને ક્યારેક ક્યારેક

ભરતી-ઓટ થવાના પ્રસંગો બનતા રહે છે. અંતઃકરણની શુદ્ધિ-અશુદ્ધિ પણ થયા કરે છે. તેમ છતાં તેનાથી નાહિંમત કદાપિ થવું ન જોઈએ. શૂરવીર થઈ દરેક પ્રકારની માનसિક નબળાઈઓને ખંખેરીને સતત જાગૃત ચેતનામાં રહીને પ્રગતિને પંથે પ્રયાણ ચાલુ જ રાખવું જોઈએ.

‘ઉતિષ્ઠ જાગ્રત પ્રાપ્યવરાન્નિબોધત’ - ઊઠો, જાગો અને લક્ષ્ય સિદ્ધ ન થાય ત્યાં સુધી અટકો નહિ.’ સ્વામી વિવેકાનંદજીનું આ વિધાન તથા

‘હરિનો મારગ છે શૂરાનો, નહિ કાયરનું કામ જોને પરથમ પહેલું મસ્તક મૂકી, વળતાં લેવું નામ જોને.’
કવિ પ્રિતમની આ પંક્તિઓની સ્મૃતિ હંમેશાં રહેવી ઘટે.
શુભમસ્તુ!

શ્રી સ્વામિનારાયણ ડિવાઇન મિશન શાને માટે ?



શ્રી સ્વામિનારાયણ ભગવાનના સર્વજીવહિતાવહ
સંદેશ અનુસાર માનવજાતના શ્રેય અને ગ્રેય માટે-

- (ક) સેવા-સદાત્રતાના આદર્શો અનુસાર ભેદભાવ વિના આર્થિક મુંજુવણી અનુભવતાં ભાઈબહેનોને જરૂરી રાહત પહોંચાડવી;
- (ખ) આરોગ્યપ્રસારની માર્ગદર્શક વ્યવસ્થા અને રોગોપચારનાં સારવાર કેન્દ્રો-ઓષ્ઠાલયો સ્થાપવાં-ચલાવવાં, અગર એવું કાર્ય કરતી સંસ્થાઓને સહાયરૂપ થવું;
- (ગ) આન્તિક શાંતિ અને માનવતાની ભીનાશ રેલાવતાં મંદિરો, સત્પુરુષોનાં સ્મારકકેન્દ્રો, વગેરેનાં નિર્માણ-નિભાવ-વિકાસ કરવાં;
- (ઘ) જીવનઘડતરમાં ઉપયોગી સાહિત્ય અને કલાના વિકાસકાર્યને ઉત્તેજન આપવું;
- (ચ) સભ્યકુ અત્યાસ માટે પુસ્તકાલય, સંગ્રહાલય, સંશોધનકેન્દ્ર સ્થાપવાં-ચલાવવાં અગર એવા એકમોને મદદરૂપ થવું;
- (છ) સર્વસમન્વય સધાય એવાં સાંસ્કારિક અને તત્ત્વજ્ઞાનવિષયક પ્રકાશનો પ્રસિદ્ધ કરવાં અને તે વડે જનસમૃદ્ધયનો ઉદ્ધર્ગામી વિકાસ સાધવામાં મદદરૂપ થવું;

અને એ રીતે :

- (૧) સમાજજીવનની આધારશિલાસમાં સદાચાર અને નીતિનાં ધોરણો બળવત્તર થાય એવી પ્રવૃત્તિઓનું આયોજન કરવું;
- (૨) સમાજમાં સંપ, એકતા અને પરસ્પર સુહદ્દ્ભાવ વૃદ્ધિ પામે, વિશ્વબંધુત્વની ભાવના વિકસે અને વિસંવાદિતા દ્વાર થાય એવા કાર્યક્રમો આપવા;
- (૩) વિશ્વના ધર્મો અને પક્ષો વચ્ચે સંવાદિતા જળવાઈ રહે એ માટે સર્વધર્મીય પરિષદોનું આયોજન કરતા રહી આધ્યાત્મિક અને સામાજિક ઉત્કર્ષને વેગ આપવો.

આવા સુઆયોજિત કાર્યક્રમો અને પ્રવૃત્તિઓ દ્વારા પરિપૂર્ણ ભગવત્સ્વરૂપની પ્રાપ્તિ તરફ માનવસમુદ્દાય સર્વાંગી વિકાસ પામી ગતિમાન થાય એવો મિશનનો શુભ આશય છે.



બદી કિયામાં ભગવાનને સાથે રાખવા.

- પૂજયશ્રી નારાયણભાઈ

Website: www.shriswaminarayandivinemission.org

Email: info@shriswaminarayandivinemission.com