

જાન્યુઆરી ૨૦૧૩

દાદાવાણી



ઉપયોગ રાખ્યો એ જ જાગૃતિ ! પ્રમાદ એટલે ખોરાક ખા ખા કર્યા કરવું. એટલે પછી બધામાં ઠેકાણું જ ના હોય. આખો દહાડો જે આવે એ ઠોક ઠોક કરે. હું તો કેટલાંય વર્ષોથી નાછૂટકે ખઈ છું.

તંત્રી :
ડિમ્પલ મહેતા
વર્ષ : ૧૮, અંક : ૫
સર્ણગ અંક : ૨૦૯
જાન્યુઆરી ૨૦૧૩

સંપર્ક સૂત્ર :
અડાલજ ત્રિમંદિર,
સીમંધર સીટી,
અમદાવાદ-કલોલ હાઈવે,
મુ.પો.: અડાલજ-૩૮૨૪૨૧
જિ.ગાંધીનગર, ગુજરાત.
ફોન : (૦૭૯) ૩૯૮૩૦૧૦૦
email: dadavani@dadabhagwan.org
www.dadabhagwan.org

Printed & Published by
Dimple Mehta on behalf of
Mahavideh Foundation
5, Mamtapark Society,
Bh. Navgujarat College,
Usmanpura, Ahmedabad-14.

Owned by
Mahavideh Foundation
5, Mamtapark Society,
Bh. Navgujarat College,
Usmanpura, Ahmedabad-14.

Printed at
Amba Offset
Basement, Parshvanath
Chambers, Nr.RBI,
Usmanpura, Ahmedabad-14.

Published at
Mahavideh Foundation
5, Mamtapark Society,
Bh. Navgujarat College,
Usmanpura, Ahmedabad-14.

Editor : Dimple Mehta

લવાજમ (ગુજરાતી)
૧૫ વર્ષ
ભારત : ૬૦૦ રૂપિયા
યુ.એસ.એ. : ૧૫૦ ડોલર
યુ.કે. : ૧૦૦ પાઉન્ડ
વાર્ષિક સભ્ય
ભારત : ૭૫ રૂપિયા
યુ.એસ.એ. : ૧૫ ડોલર
યુ.કે. : ૧૦ પાઉન્ડ
D.D. / M.O. 'મહાવિદેહ
ફાઉન્ડેશન'ના નામે મોકલવો.

દાદાવાણી

આહાર જાગૃતિ, બ્રહ્મચર્યની સાધનામાં

સંપાદકીય

મનુષ્ય યોનિમાં આવ્યા પછી પ્રાપ્ત સમજ અનુસાર પંચેન્દ્રિયના વિષયોની રમણતામાં જીવ રાયતો રહે છે. પાંચ ઈન્દ્રિયોના વિષયોમાં એકલો જીભનો વિષય કંઈક પણ સાચો છે, બાકી બધા બનાવટ છે. એ બનાવટીને સાચો માનીને મનુષ્ય સંસારની ભૂલભૂલામણીમાં અટવાઈ જાય છે. પણ જ્યારે તેને સાચી સમજણ પ્રાપ્ત થાય છે અને અધ્યાત્મ ક્ષેત્રે પગરણ માંડે છે ત્યારે એ વિષયો મોળા પડતા જાય છે કે છૂટતાં જાય છે.

ક્રમિક માર્ગમાં તો આધ્યાત્મિક ઉન્નતિ માટે કઠોર તપ અને સંચમની આવશ્યકતા રહેલી જ છે. એમાંય બ્રહ્મચર્ય પાલન એક અતિ મહત્વનું અંગ બની રહે છે. અક્રમ માર્ગે જ્ઞાન પ્રાપ્તિ પછી પણ ખરા અર્થમાં આત્માનુભવ માટે અબ્રહ્મચર્યના વિષયથી વિરક્ત થવું આવશ્યક બની જાય છે. જેણે જેણે આત્માનુભવની સાધના માટે બ્રહ્મચર્ય પાલનનો ભેખ લીધો છે, તેઓના માટે વિષય-વિકારથી કેવી રીતે વિમુક્ત થવાય તે માટેનું સચોટ માર્ગદર્શન પરમ પૂજ્ય દાદા ભગવાન કથિત 'સમજથી પ્રાપ્ત બ્રહ્મચર્ય' પુસ્તક દ્વારા મળી જ રહે છે.

બ્રહ્મચર્ય પાલનથી સાધનામાં આહાર-નિયમન પણ એક અગત્યનું અંગ બની રહે છે. આ અંગેની વિશેષ સમજૂતી આપવા પરમ પૂજ્ય દાદા ભગવાન (દાદાશ્રી) કહે છે કે ખોરાકથી જ બ્રહ્મચર્ય અટક્યું છે. માટે ખોરાકની બાબતમાં હંમેશાં જાગૃત રહેવું જોઈએ. આપણે જીવવા માટે ખાવાનું છે, ખાવા માટે જીવવાનું નથી. ફક્ત દીવડો સળગે એટલું જ ખાવાનું હોય. શરીરને પોષણ પૂરતો જ ખોરાક આપવાનો હોય અને તે પણ સાદો ખોરાક. જેને બ્રહ્મચર્ય પાળવું છે તેણે ઘી-દૂધ કે માલમલીઠો (મિષ્ટાન) વિશેષ ખવાય નહીં અને જો ખાવું પડે તો થોડુંક જ ખાવ, જેને ભૂખ જ ખાઈ જાય. ભૂખ ખાઈ જાય ત્યાં સુધી વિકારી ભાવ ઉત્પન્ન ના થાય. ભૂખ ના ખાય ત્યારે પ્રમાદ થાય અને પ્રમાદ થાય એટલે વિકાર થાય.

આ પુદ્ગલ હેરાન કરે એવી વસ્તુ છે, પણ જો પુદ્ગલ વીર્યવાન હોય તો અથવા બિલકુલ ઓછો આહાર લે તો હેરાન ના કરે. બ્રહ્મચર્ય એ પુદ્ગલ સાર છે. એ જતો રહે તો આત્માને જે એનો આધાર છે તે નબળો થઈ જાય. અને બ્રહ્મચર્યના સાધકને તે પોષાય તેમ નથી. માટે જાગૃત-જાગૃત રહેવાનું છે. સંસારમાં જે ખાદ્ય-પીદ્યું તેની શક્તિઓ બે રૂપે પરિણામ પામે છે; એક સંસાર રૂપે અને બીજું ઐશ્વર્ય રૂપે.

વિષય-વિકારને ખોરાક સાથે શું સંબંધ છે અને બ્રહ્મચર્ય પાલકે કેવો ખોરાક લેવો જોઈએ, કેવા કેવા ખોરાકની શું અસર થાય છે અને ખોરાક લેવા અંગે શું જાગૃતિ રાખવી જોઈએ વગેરેનું સચોટ માર્ગદર્શન દાદાશ્રી બોધિત સત્સંગ સરવાણીમાંથી પ્રાપ્ત થાય છે. જેનું સંકલન અત્રે કરવામાં આવેલું છે, જે સહુ કોઈને એક વિશિષ્ટ સમજ પ્રદાન કરશે તે નિસંદેહ છે.

આપણે પણ એ જ ઘ્યેય રાખવાનો છે કે પુદ્ગલસારનું ઉર્ધ્વગમન થઈ ઐશ્વર્ય રૂપે પરિણામ પામે અને તે માટે આહાર જાગૃતિની સાથે સાથે જ્ઞાન જાગૃતિ રાખી સમજણપૂર્વક પુરુષાર્થની શ્રેણી માંડી શકીએ. અહીં વાણી વાંચી વાતને સમજવાની છે, એ કરવા મંડી પડવાનું નથી કર્તા ભાવે. જાગૃતિ હાજર રાખવાની છે, કર્તાપણાના અહંકારમાં જવાનું નથી. તે માટેનું યોગ્ય માર્ગદર્શન સહુ કોઈને મળી રહે એ જ અભ્યર્થના.

જય સચ્ચિદાનંદ

આહાર જાગૃતિ, બ્રહ્મચર્યની સાધનામાં

જીવન જીવવાનો હેતુ શો ?

આ એન્જિન (તેલ) હોય છે, તો કોઈ માણસ એન્જિનમાં તેલ રેડ્યા કરતો હોય, એન્જિનને ચલાય ચલાય કરતો હોય, એવું વરસ દહાડા સુધી કર્યા કરતો હોય તો આજુબાજુના લોકો શું કહે એને ? 'અલ્યા, એન્જિનને કંઈ પટ્ટો નાખીને કામ કરાવી લે ને !' એવું આપણા લોકો જીવન જીવવા સારુ ખોરાક ખાય છે, પણ પછી પટ્ટો જ નથી આપતા ! એટલે આ મશીન પાસેથી બીજું કામ કરાવી લેવું કે ના કરાવી લેવું ? તમે શું કરાવી લેવાનું નક્કી કર્યું છે ? કંઈ સદ્ગતિ થાય, મોક્ષ થાય એટલા માટે પટ્ટો આપવાનો છે, જીવન જીવીને કામ કાઢી લેવાનું છે.

આપણે લોકોને પૂછીએ તમે શા સારુ ખાવ છો ? તો કહેશે, જીવન જીવવા સારુ અને પૂછીએ કે જીવન શેના સારુ જીવો છો ? ત્યારે કહેશે, કે મને ખબર નથી ! અલ્યા, આ તે કંઈ જાતનું ? શાને માટે જીવન જીવવાનું છે ?

આપણો કંઈક હેતુ તો હોવો જોઈએ ને ? આ નોકરી-ધંધા કરે છે, રૂપિયા કમાય છે, છતાં આ રૂપિયા તો આખો દહાડો ચિંતા જ કરાવડાવે અને ખરાબ વિચાર જ આવ આવ કરે. કોનું ભોગવી લઉં, કોનું લઈ લઉં, બધું અણહક્કનું ભોગવ્યા કરે ને પછી નર્કમાં જવું પડે. ત્યાં ભયંકર દુઃખો ભોગવવાં પડે. આ સુખો એ તો ઉછીના લીધેલાં સુખ કહેવાય અને ઉછીના સુખ લે, તે કેટલા દહાડા ચાલે ? નર્કગતિમાં વ્યાજ સાથે વાળવું પડે. એના કરતાં ઉછીનું સુખેય ના જોઈએ ને આપણે પેલું દુઃખેય ના જોઈએ.

કોઈ કહેશે કે જલેબી ખાઉં ? તો હું કહું કે આ સારી છે, ખાજો નિરાંતે. દહીંવડાં ખાજો, બધું ખાજો. આ બધામાં સ્વાદ લાગે છે. જ્ઞાનીને સ્વાદ સમજાય, પણ એમને આ સ્વાદમાં સારું-ખોટું ના હોય કે આ

હોય તો જ મારે ચાલશે. ખાવાનું સ્વાદવાળું હોય તો સ્વાદ લેવાને માટે વાંધો નથી, પણ મુખ્ય વસ્તુ શું છે ? શરીર નભાવવા માટે ખોરાક લેવાનો છે એવી રીતે આ મુખ્ય વસ્તુ, આત્મા પ્રાપ્ત કરવા માટે, મોક્ષે જવા માટે છે. એટલે વસ્તુ આટલી જાણવી જોઈએ કે મુખ્ય હેતુ શો છે આપણો ?

તથી રહેતું ભાન, અશુચિનું

આપણે આમ સરસ દૂધપાક ખાધો હોય, તેય ઊલટી કરી નાખે તો કેવો દેખાય ? રૂપાળું, હાથમાં ઝલાય એવું દેખાય ? હમણાં મહીં રેડ્યું હતું તે જ પાછું નીકળ્યું, તે હાથમાં કેમ ના ઝલાય ? એટલે આ મહીં અશુચિનું સંગ્રહસ્થાન છે. મહીં રેડતાંની સાથે જ અશુચિ થઈ જાય છે. વાડકો ચોખ્ખો હોય, દૂધપાક સારો હોય પણ મહીં રેડીએ, ને એનો એ જ દૂધપાક પછી ઊલટી કરીને આપે કે ફરી પી જાવ, તો ના પી જાય ને કહેશે, જે થવાનું હશે તે થશે, પણ નહીં પીઉં. એટલે આ બધું ભાન રહેતું નથી ને !

શુદ્ધ વિષય આ એક જ

પાંચ ઈન્દ્રિય વિષયમાં એક જીભનો વિષય એકલો સાચો વિષય છે, બીજા બધા તો બનાવટ છે. શુદ્ધ વિષય હોય તો આ એકલો જ ! ફર્સ્ટ ક્લાસ હાફ્સની કેરીઓ હોય તો કેવો સ્વાદ આવે ! બ્રાંતિમાં જો કદી શુદ્ધ વિષય હોય તો આટલો જ છે. ચોખ્ખો ખોરાક મળતો હોય ને એનો સ્વાદ બેભરમો ન થયો હોય, તો એ વિષય સ્વીકારાય એવો છે. છે તો આ પણ કલ્પિત જ, પણ ઊંચામાં ઊંચું કલ્પિત છે. આમાં મહીં વિચારણા કરીએ તો ઘૂણા ના છૂટે ને બીજા વિષયમાં તો વિચાર કરીએ તો ઘૂણા છૂટે.

આ તો ફૂલ્સ પેરેડાઈઝ

આ જલેબી ખાય, કેરીઓ ખાય, બધું ખાય પણ એ ગંદવાડો ના કહેવાય. આંખને ગમે, જીભને ગમે

તો એને ગંદવાડો કહેવાય ? અને વિષય તો આ બધી રીતે ગંદવાડો. મૂર્ખા માણસનેય ના ગમે એવી વસ્તુ છે.

વિષયોમાં ભોગ છે જ નહીં, પણ માને છે કે આ ભોગ છે. ભોગમાં તો પાંચેય ઈન્દ્રિયો ખુશ હોય. આ કેરી એ ભોગ કહેવાય. એની સુગંધ સારી હોય, સ્પર્શ્ય સારો હોય, સ્વાદ પણ આવે, આંખને આમ ગમે. જ્યારે આ વિષયમાં તો કશું છે જ નહીં. એ તો ફૂલ્સ પેરેડાઈઝ (મૂર્ખાઓનું કામ) છે.

સમજી લેવું વિગતવાર

વિષયમાં કોઈ ઈન્દ્રિય ખુશ થતી નથી. આંખોય અંધારું ખોળે. કેરી જોવા માટે આંખો અંધારું ખોળે ? નાક કહે કે ડૂચા મારી દો ? માણસો ગંધાતાં હશે ખરાં ? બે દહાડા ના નહાય તો શું થાય ? આ કેરી જેવા ગંધાય ? એટલે આ વિષયો તો નાકને જરાય ના ગમે, આંખનેય ના ગમે. જીભની તો વાત જ શી કરવી ! ઊલટી આવે એવું હોય છે. આ કેરી બગડે છે પછી સોડે તો ગમે ? બગડેલી કેરીને અડવાનું, સ્પર્શ કરવાનું ગમે ? એટલે ત્યાં પછી ભોગવવાનું જ ક્યાં હોય ? કોઈ ઈન્દ્રિયો એક્સેપ્ટ (સ્વીકાર) કરતી નથી, છતાં આ (અબ્રહ્મચર્ય) વિષય ભોગવે છે, એ અજાયબી છે ને ! આ વિચાર કરજો બધું. તમને બાવો બનાવવા નથી આવ્યો. આ ખોટી માન્યતા કેટલી બધી ઘૂસી ગઈ છે, તે કાઢવાની જરૂર છે. વિષય સંબંધમાં વિગતવાર સમજી લેવામાં આવે તો વિષય રહેતો જ નથી.

રાતે જલેબી ખાધી હોય તો સવારમાં આવી દશા થશે એવું ભાન નથી રહેતું ને ! એ જલેબીની સવારમાં દશા જ બદલાઈ જાય છેને ? આ જલેબી નીચે ધૂળમાં પડી હોય પછી એ આપે કે ખાઈ જાવ તો ખાય કે ના ખાય ? ના. કેમ ? આમ મોઢામાં તો ગળી લાગે છે તોય ? જોઈને જ ના પાડી દેને ? આમ રૂપાળી કેરી હોય પણ ખાટી નીકળે તો ? તોય

કહેશે, ના, નથી ખાવી. એટલે આટલું બધું આ લોકો જોઈને ખાય છે. જીભ ના પાડે તોય ફેંકી દે, આંખ એકલી ના પાડે તોયે ના પાડી દે છે, નાક એકલું ના પાડે તોય છોડી દે છે. એટલે આમ પાંચેય ઈન્દ્રિયો ખુશ થાય ત્યારે એ વસ્તુને ખાય છે. પણ આ વિષય એકલો એવો છે કે બધી ઈન્દ્રિયો દુઃખી થાય છે. જોઈને જ દુઃખી થાય છે. કોઈ ઈન્દ્રિયને એ ગમતું જ નથી છતાં એને વિષયમાં મઝા આવે છે એય અજાયબી છેને !

વેદ જીવ્યો તેણે જગ જીવ્યું

આ જગતમાં જીતવા જેવું શું છે ? ત્યારે કહે કે વેદ. એ ત્રણ વેદ કયા ? પુરુષવેદ, સ્ત્રીવેદ અને નપુંસકવેદ. જેણે આ વેદ જીવ્યો તેનું કામ થઈ ગયું.

એટલે આ કુદરતની રમતમાં ત્રણ વેદ જ ના હોય તો સંસાર જીતી જવાય. આ ત્રણ વેદ ના હોત તો શું બગડી જાય ? પણ બધું બહુ છે આનાથી તો. ઓહોહો ! એટલી બધી રમણતા છેને આનાથી તો ! બધી બળતરા વેદને લઈને છે. નહીં તો મનુષ્યને બળતરા હોય નહીં. ત્રણ વેદથી આ બધું જગત સડે છે, પડે છે.

આ વિષયને વેદ તરીકે ના રાખ્યો હોત, એક કાર્ય તરીકે જેમ આ ખોરાક ખાઈએ છીએ, એ રીતે કાર્ય તરીકે રાખ્યો હોત તો વાંધો નહોતો. પણ આ તો વેદ તરીકે રાખ્યો, વેદનીય તરીકે રાખ્યો. આ ડખો જ બધો ત્રણ વેદનો છે. ભૂખ શમાવવા માટે ખાવાનું છે. લાગેલી ભૂખ શમાવો. જ્યાં પૂરણ કરવાનું એ બધી ભૂખ કહેવાય. ભૂખ એ વેદના શમાવવાનો ઉપાય છે, એમ બધા વિષયો વેદના શમાવવાના ઉપાય છે, જ્યારે આ લોકોને વિષયનો શોખ થઈ ગયો. અલ્યા, શોખીન ના થઈ જઈશ, ત્યાં લિમિટ (હદ) ખોળી કાઢજે ને નોર્માલિટિમાં (સામાન્ય પણે) રહેજે.

પ્રશ્નકર્તા : વેદ તરીકે નહીં લેવાનું એ તમે શું કહેવા માગો છો ?

દાદાશ્રી : લોકો વેદે છે એટલે ટેસ્ટ (સ્વાદ) ચાખે છે. ટેસ્ટને માટે ખાવું એ ભૂખ ના કહેવાય. ભૂખ મટાડવા રોટલો ને શાક ખાવાનું છે, ટેસ્ટને માટે નહીં. ટેસ્ટ માટે ખાવા જાશો તો રોટલો અને શાક તમને ભાવશે જ નહીં. ટેસ્ટ માટે લેવા ગયો માટે વેદ થઈ ગયો છે. ‘ભૂખ’ને માટે જ ‘ખાય’, એટલો તું ડાહ્યો થઈ જા, તો પછી મારે તને કશું કહેવું જ ના પડેને !

જ્યાં લુબ્ધપણું તે વિષય

એવું આ શરીરને જરૂરિયાત માટે જે કોઈ દાળ, ભાત, શાક, કઢી, રોટલી, જે ભેગું થાય તે ખાવ. એ વિષય નથી. વિષય ક્યારે કહેવાય કે તમે લુબ્ધમાન થાઓ ત્યારે વિષય કહેવાય છે. નહીં તો એ વિષય નથી, એ નિર્વિષય વિષય છે. એટલે આ જગતમાં આંખે દેખાય તે બધું જ વિષય નથી, લુબ્ધમાન થાય તો જ વિષય છે.

ભોગ-ઉપભોગ કોને કહેવાય ?

જેમાં વૃત્તિઓ ઝલાઈ રહે એનું નામ ભોગ. જેમાં વૃત્તિઓ ઝલાઈ ના રહે એનું નામ ઉદાસીન ભાવ. ગમે તેટલો ત્યાગ કરે, પણ જો એક અથાણામાં વૃત્તિ ઝલાઈ તો અગિયારેય ઈન્દ્રિયોના ભોગ આવી જાય. જે ભોગવ્યા પછી વિનાશ થઈ જાય એનું નામ ભોગ કહેવાય. આપણે ખાવાનું ખાઈ લીધું એટલે એનો વિનાશ થઈ ગયો. એટલે એ ભોગ અને જે વારે ઘડીએ ભોગવવું પડે, આનું આ જ ખમીસ, હું ફરી ભોગવું એ ઉપભોગ કહેવાય. ફરી ફરી ભોગવ્યા કરું એ ઉપભોગ કહેવાય. એટલે સંસારીઓને ભોગ અને ઉપભોગ કહેવાય. ત્યાગીને તો એકલાં એમનાં કપડાં ને પેલું પાત્ર એ ઉપભોગ, બીજું ઉપભોગ ના હોય. કોઈ વખત સવારના પહોરમાં નાસ્તામાં ગાંઠિયા યાદ આવ્યા કરતા હોય તો તે કંઈ વાંધો નહીં, એ ભોગ કહેવાય. ઉપભોગનો બહુ વાંધો.

ડેવલપમેન્ટની ક્યાશ તેથી...

જેમ આહારી આહાર કરે છે તેમ વિષયી વિષય કરે છે, પણ વાત સમજવી જોઈએને ? અને એ લક્ષમાં રહેવું જોઈએને ? આહાર તો રોજ સરસ ખાતો હોય, પણ ચાર દહાડાનો ભૂખ્યો હોય તો લીંટ પડેલો ગંદો રોટલોય ખાશે. આ ખોરાક તો સારો હોય છે ને પણ આ વિષય તો એથીય ગંદવાડો છે. ભૂખની બળતરાને લઈને ગંદો રોટલો ખાય છે. એવી આ બળતરાને લઈને વિષય ભોગવે છે. પણ આ ગંદો રોટલો ખાતી વખતે ‘ચાલશે’ કહે છે, ફરી ખાવાની ઈચ્છા રહે છે ? ના ! ફરી ખાવાની ઈચ્છા કોઈનેય ના હોય. પણ વિષયમાં એવું રહેતું નથીને ? વિષયમાં પણ એવું રહેવું જોઈએ.

આહાર એક નિમિત્ત

પ્રશ્નકર્તા : વિષયવિકાર એ વસ્તુ આહાર ઉપર આધાર રાખે છે ?

દાદાશ્રી : જેને વૈરાગ્ય આવ્યા કરે છે તેને આહાર તો એક સાધારણ નિમિત્ત ગણાય છે, બાકી મન ચોખ્ખું છે, મન ક્લીયર છે ત્યાં કશું જ નથી. આહાર એ તો સ્થૂળભાવનું પ્રદર્શન છે, એમાં બીજું કંઈ પ્રદર્શન થતું નથી.

એટલે આપણા ઋષિમુનિઓના આપણે પુત્રો (!) વૈરાગ્યમાં જ જાણતાં નથી. વૈરાગ્ય શું છે, તે જ જાણતા નથી. જો યથાર્થ વૈરાગ્ય સમજેને તો એને આવા વિકારી વિચારેય ના આવે !

વૈરાગ ત ટકે વિચાર વિતા

વૈરાગ એટલે શું કે કોઈ ભજિયાં બનાવતો હોય, ત્યારે પેલા બનાવનારના હાથમાંથી પરસેવાનાં ટીપાં પડતાં હોય તે એવું તેવું બધું જુએ ત્યારે ભજિયાંનો શોખ હોયને, એને પણ જરા વૈરાગ આવી જાય. પણ આ વૈરાગ બધા સ્મશાન વૈરાગ જેવું, ટકે નહીં.

પ્રશ્નકર્તા : વૈરાગ્ય ટકે એવો કોઈ નિયમ છે ?

દાદાશ્રી : વૈરાગ્ય ટકે તો તો કામ જ કાઢી નાખે. વૈરાગ્ય વિચાર વગર ટકે નહીં. સતત વિચારશીલ હોય તેને જ વૈરાગ્ય ટકે.

વિકારનું વિજ્ઞાન

પ્રશ્નકર્તા : જંગલમાં યોગી લોકો હોય છે, એ ઝાડનાં એવાં મૂળિયાં ખાઈ લે, જેથી વિકારી વૃત્તિ નષ્ટ થઈ જાય છે. એવું બને ખરું ?

દાદાશ્રી : હા, બને. હંમેશાં આનાય નિયમો હોય છે. કોઈ વસ્તુ ખાવાથી વિકાર વધી જાય ખરો કે નહીં ?

પ્રશ્નકર્તા : હા.

દાદાશ્રી : તો એ ઘટી જવાને માટેય ઉપાય હોય ખરો. વિકાર વધી જવાને માટે જેમ સાધન હોય છે, તેમ વિકાર હપૂયો ખલાસ થઈ જવાને માટે પણ સાધન હોય છે. પણ એ રીતે વિકાર ખલાસ થવામાં ફાયદો નથી. એ મનમાંથી વિકાર જાય નહીં, મન નવરું ના થાય.

પ્રશ્નકર્તા : મનમાંથી વિકાર નીકળી જાય ?

દાદાશ્રી : ના, ના. એ તો મન આપણે ત્યાં ઘડતર થયેલું હોય તો જ ચાલે. આપણે ત્યાં જ્ઞાન મળેલું હોય તો ચાલે. પછી એ દવા કરો તો વાંધો નહીં કે ફરી એને તાવ ના ચઢે.

પ્રશ્નકર્તા : દેહના જે વિકારો છે, એની અંદર વિકારોમાં આવી ઈમોશનલની શક્તિ પેદા થાય કે નહીં ?

દાદાશ્રી : દેહના વિકારો જુદી વસ્તુ છે. દેહના વિકારો તો ઈમોશનલ શક્તિથી ઊભા થાય છે. દેહમાં વિકાર થાય એમ જ નથી, ગમે તે ખોરાક નાખે તોય વિકાર ના થાય એવું છે. દસ વરસના છોકરાંને વિષયની પડેલી જ નથી, એ કેમ ?

પ્રશ્નકર્તા : શારીરિક અને માનસિક વિકાસ જ નથી થયો એટલે.

દાદાશ્રી : અને વિકાસ થયા પછી દવાખાનામાં દસ વરસ સુધી રહે તો કંઈ વિકાર જાગતા નથી. માટે ખોળી કાઢોને, શાથી વિકારો જાગે છે ? માણસને શરીરે કંઈ દર્દ થયું હોય ને શરીરમાં વીકનેસ (નબળાઈ) હોય તો વિકારો ઓછાં થઈ જાય.

પ્રશ્નકર્તા : તો પછી આ બધાને વિકાર નથી થતા, એ બધા દર્દી છે ?

દાદાશ્રી : જેને વિકારો નથી થતા, એ તો પોતાના નિશ્ચયમાં છે.

પ્રશ્નકર્તા : કોઈ નિશ્ચય વગરનો હોય અને વિકારો ના થતા હોય, તો શું સમજવું ?

દાદાશ્રી : તો પણ એ કોઈ પણ પ્રકારનો દર્દી હોય. આમેય બધા દર્દીઓ જ છે ને ! આ વિકારીના દર્દી ને પેલા નાવિકારીના દર્દી.

ચિત્ત ચોંટ્યું તે વિષય

જે ચિત્તને ડગાવે તે બધા જ વિષય છે. આ બહાર જે બધું થાય તે બધા જ વિષયો છે. જે જે વસ્તુમાં ચિત્ત ગયું તે બધા જ વિષયો છે. ભજિયાં ખાધાં તેનો વાંધો નથી પણ તેમાં ચિત્ત ચોંટ્યું ને ફરી ફરી સાંભર સાંભર કરે તે વિષય છે. જ્ઞાનની બહાર જાય તે બધા જ વિષય છે.

કોઈ માણસ બહુ ભૂખ્યો થયો હોય તો શું કપડાંની દુકાન સામે જુએ ? ના, એ તો મીઠાઈની દુકાન સામે જ જુએ. ભૂખ્યો માણસ બહાર નીકળે તો ભજિયાં જુએ. જ્યારે દેહની ભૂખ ના હોય ત્યારે મનની ભૂખ ઊભી થાય. બંને ના હોય તો વાણીથી ભૂખ ઊભી થાય. આ બોલે છે કે પેલાને તો કહ્યા વગર રહું જ નહીં, એ જ વાણીની ભૂખ. ઘરે ખાતા હોય ત્યારે ભિખારી જાય તો ઘરડાઓ કહેશે, “અલ્યા,

સાયવજો નજર ના લાગી જાય” આ નજર લાગે એટલે શું કે જેની ભૂખ લાગે તેમાં ચિત્ત ચોંટે તે. આ સ્ત્રીની કોઈ પુરુષને ભૂખ હોય તો તેનું ચિત્ત સ્ત્રીમાં ચોંટી જાય. આ એવી નજર લાગવાથી તો બધું બગડ્યું છે !

અને જો બ્રહ્મચર્ય પાળવું હોય તો

જેને સંયમ લેવો છે, સંયમ એટલે કે બ્રહ્મચર્ય પાળવું છે, તે ખોરાક વધારે લે તો તેને પોતાને અવળી ‘ઈફેક્ટ’ (અસર) થાય. પછી એને એ અવળી ‘ઈફેક્ટ’નું રિઝલ્ટ (પરિણામ) ભોગવવું પડે.

બ્રહ્મચર્ય પાળવું હોય તો ‘જ્ઞાની પુરુષ’ પાસે સમજી લેવું જોઈએ. પહેલું એ જ્ઞાન જાણી લેવું પડે અને એ જ્ઞાન સમજમાં આવવું જોઈએ. બ્રહ્મચર્ય તો, મન બિલકુલ ડગે નહીં, ત્યારે એ બ્રહ્મચર્ય મગજમાં ઘૂસે અને પછી એની વાણી-વર્તન બધું ફેરફાર થઈ જાય ! નહીં તો ત્યાં સુધી પુદ્ગલસાર ધોવાયા જ કરે બધો. આ જે ખોરાક ખાધો ને, તે સાર બધો પછી ઊડી જાય.

જેને બ્રહ્મચર્ય પાળવું છે તેણે ખ્યાલ રાખવો કે અમુક ખોરાકથી ઉત્તેજના વધી જાય છે. તે ખોરાક ઓછો કરી નાખવો. ચરબીવાળા ખોરાક જેવા કે ઘી, તેલ ના લેવાય. દૂધેય જરા ઓછું લેવું, પણ દાળ-ભાત, શાક, રોટલી એ બધું નિરાંતે ખાવ અને તે ખોરાકનું પ્રમાણ ઓછું રાખવું. દબાણપૂર્વક ખાવું નહીં, એટલે ખોરાક કેટલો લેવો જોઈએ કે આમ મેણો ના ચઢે અને રાત્રે ત્રણ-ચાર કલાક જ ઊંઘ આવે એટલો ખોરાક લેવો જોઈએ.

ખોરાકેય બહુ ઓછો ના કરી નાખવો, કારણ કે ખોરાક ઓછો ખાવ એટલે જ્ઞાનરસ આંખને લાઈટ આપે છે, એ જ્ઞાનરસ આ તંતુઓમાંથી જતા હોય, તે રસ પછી મહીં ના જાય ને નસો બધી સુકાઈ જાય. જુવાની છે એટલે આમ ભડકના માર્યા ખોરાક એકદમ બંધ નહીં કરી દેવાનો. દાળ-ભાત એ બધું

ખાવ, એ તો જલદી પચી જાય એવો ખોરાક ! અને પચીને પછી જે લોહી જ વપરાશમાં આવે, રોજ કામમાં આવી જાય એટલું જ લોહી થયા કરે. એટલે આગળનું પ્રોડક્શન (ઉત્પાદન) બધું હતું, તે જૂજ થયા કરે !

પ્રશ્નકર્તા : તો પેલું શરીર એકદમ સૂકવી નાખવું એને એવું થાય કે શરીર સારું હોય તો નુકસાન થશે એવું માનવાની આમાં જરૂર નથી ?

દાદાશ્રી : એવું કંઈ એટલું બધું માનવાની જરૂર નથી અને એવું ગભરાઈને અત્યારે ખોરાક બહુ ના લો, તો તે પાછું શરીરને નુકસાન કરશે. એટલે એનો અર્થ કોઈએ ઊંધો ના લેવો જોઈએ કે દાદાએ ખોરાકની છૂટ આપી છે.

પ્રશ્નકર્તા : એટલે નોર્માલિટી ગોઠવીને લેવું એમ ?

દાદાશ્રી : નોર્માલિટી એટલે અમુક ઘી-તેલ એ બધું અમુક અમુક તો ઓછું જ કરો, કારણ કે એ બધાની પણ અસર પડે છે.

માલમલીદા ખાવામાં શું નુકસાન ?

પ્રશ્નકર્તા : ચોખ્ખું ઘી હોય તો શું ખોટું ?

દાદાશ્રી : ઘી હંમેશાં માંસ વધારનારું છે અને માંસ વધે એટલે વીર્ય વધે, એ બ્રહ્મચર્યની લાઈન જ ન હોયને ! મીઠાઈ એવો અમુક ખોરાક ના લેવો. જેનાથી માંસ વધે એ ખોરાક ના લેવો.

તમે જે ખોરાક ખાવ, તે દાળ-ભાત-કઢી એકલાં ખાવ તોય ખોરાકનો સ્વભાવ એવો છે કે ઘી વગેરેય એનું લોહી થાય અને તે હેલ્પિંગ (મદદરૂપ) થાય ! કારણ કે કુદરતે એવો નિયમ રાખ્યો છે કે ગરીબ માણસ હોય તે આવું બધું શું ખાશે ? તો ગરીબ જે ખાશે તેય બધું એને શક્તિ મળી રહે છેને ? એવી રીતે આપણને આ સાદા ખોરાકથી બધું

શક્તિ મળી રહે ! પણ જે વિકારી છે એ ખોરાક ના હોવો જોઈએ.

આવડાં નાનાં નાનાં છોકરાંને મગસ ને ગુંદરપાક ને એ બધું ખવડાવે છે, તે પછી એની અસરો બહુ ખરાબ પડે છે, એ બહુ વિકારી થઈ જાય છે. એટલે નાનાં છોકરાંને બહુ ના આપવું જોઈએ, એનું પ્રમાણ સચવાવું જોઈએ. તેથી આ નાનાં છોકરાઓને બહુ મગસ ને મીઠાઈઓ આપવાની ના પાડું છું. એમને તો એકલાં દાળ-ભાત આપે છે તોય આટલું બધું લોહી વધી જાય, પછી છોકરાઓને મીઠાઈઓ વગેરે આપે તો શું થાય ? પંદર વર્ષે જ નર્યા દોષમાં જ પડી જાય બધાં ! પછી ખરાબી જ થઈ જાયને ! ઉત્તેજના ન થાય એવો ખોરાક આપવો જોઈએ.

આ માલમલીદા ખાવાનું એ બધું સંસારીઓ માટે છે કે જેને બ્રહ્મચર્યની કંઈ પડી નથી. જેને બ્રહ્મચર્ય પાળવું છે તેનાથી તો માલમલીદો ના ખવાય, અને ખાવો જ હોય તો થોડો ખાવો કે જેને ભૂખ જ ખઈ જાય. માલમલીદો ખઈએ ને પાછું જોડે દાળ-ભાત જોઈએ, શાક જોઈએ, એટલે પછી ભૂખ ના ખઈ જાય. આ ખરાબ વિકારો આવવાનું કારણ જ આ છે. તેનાથી વિકારી ભાવ ઉત્પન્ન થાય. ભૂખ ખઈ જાય ત્યાં સુધી વિકારી ભાવ ઉત્પન્ન ના થાય. ભૂખ ના ખાય, ત્યારે પ્રમાદ થાય. પ્રમાદ થાય એટલે વિકાર થાય. પ્રમાદ એટલે આળસ નહીં, પણ વિકાર !

જીવન ખાવા માટે કે જીવવા માટે ?

લોકો આખી જિંદગી બ્રશીંગ (દાતણ) કરતા હશેને ? અને સાઈઠ વર્ષના થયાને, હવે પછી નહીં કરીએ તો ના ચાલે ? સાધુઓને નહીં કરવાનું કહ્યું હતું તે શા માટે ? જીભને ઊલ ઊતારે છે તે શા માટે ? આપણા લોકો શાથી આ બધું કરે છે. જીભને જરા સ્વાદિષ્ટ લાગે. એટલે એકલું ચોખ્ખું કરવા માટે નહીં, જીભને સ્વાદિષ્ટ લાગે. જો ચોખ્ખું કરવા માટે જરૂર હોય તો તો કૂતરા, બિલાડા બધાં એ કરતા ફરે. પણ

ના, જીભને સ્વાદિષ્ટ લાગે, માટે આ લોકોએ શોધખોળ કરેલી. મોઢું જરા સાફ રહે, હવે છે તે સાદું ફૂડ લેને માણસ, સાધુઓનો આહાર છે તેવો આહાર લે તો કોઈએ દાતણ-પાણી કરવાની જરૂર નથી. આ તો આપણે તો તળેલા ને બળેલા, જાતજાતની મીઠાઈઓ, આપણે કંઈ બાકી રાખીએ છીએ ? એટલે સાધુઓને આવો આહાર કરવાનો ના કહ્યો છે. સાધુઓને તો એમાં સાદો ખોરાક, તમે તમારી મેતે વહોરી લાવો અને ખાઓ. તમારે પેટ ભરવા માટે ખાવાનું છે, જીવવા માટે. બેઉનો રસ્તો ફેર છે ને ! પેલા સાધુઓ જીવવા માટે ખાય છે અને આપણા ગ્રહસ્થીઓ ખાવા માટે જીવે છે. એવું કંઈક લાગે છે તને ?

પ્રશ્નકર્તા : ક્યારેક ક્યારેક લાગે છે ને ક્યારેક ક્યારેક નથી લાગતું. તપસ્વીઓને જોઈએ ત્યારે એમ લાગે કે એ લોકોય ખાવા માટે જ જીવે છે.

દાદાશ્રી : હા, એ અત્યારે આ કળિયુગને લઈને, આ દુષ્કાળ ખરોને એટલે વિચાર બધા ફેરફાર થયેલા છે. પણ મૂળ એમનો હેતુ આવો હતો કે સાધુઓને જીવવા માટે ખાવાનું. અને આપણે ખાવા માટે જીવવાનું ?

ખોરાક કેટલો હેલ્થિંગ આમાં ?

પ્રશ્નકર્તા : આ બાબતમાં આહાર આપણે ખઈએને એ હેલ્થિંગ કરે ખરું ? અમુક પ્રકારનું ખઈએ નહીં તો ?

દાદાશ્રી : ચોક્કસ વળી, એય પણ પેલાં જેને આ ક્રમિક માર્ગ ઉપરનું છે. ઘણું ખરું અહીં તો જેને આત્મા જ જુદો પડી ગયો હોય તેને શું કરવાનું રહ્યું ? છતાંય પણ જો કે ઓછું ખઈએ એ બધું તો આપણને આ હરકતો ઓછી થાય એમાં.

પ્રશ્નકર્તા : એટલે હેલ્થ તો ખરી જ ને, દાદા ?

દાદાશ્રી : બહુ હેલ્થ કરે.

પુદ્ગલ જોર, ખેંચે વિષય ઘેર

માંદો હોય ત્યારે બ્રહ્મચર્ય રહે કે ના રહે બે મહિના, ખાટલામાંથી ઊઠાતું ના હોય ત્યારે ?

હમણાં પંદર દહાડા તાવ આવતો હોય તો ત્યાં આગળ બ્રહ્મચર્ય રહે છે કે નથી રહેતું ? હવે તાવ આવે ને ના આવે, એમાં બ્રહ્મચર્ય માટે શો ફેર પડે ?

પ્રશ્નકર્તા : સમજણનો.

દાદાશ્રી : ના, બીજો ફેર પડે. તે એનું કારણ શું ? તો કે પેલું મહીં શક્તિ બધી હીન થઈ ગઈ. એટલે ખોરાક ઓછો કર્યો તેથી શક્તિ હીન થઈ ગઈ.

આ નહાવાથી બધા વિષયો જાગ્રત થઈ જાય છે. આ નહાવા-ધોવાનું શેને માટે છે ? વિષયી લોકો માટે જ નહાવાની જરૂર છે, બાકી તો જરા કપડું ભીનું કરીને આમ લૂછી નાખવાનું. જે બીજો ખોરાક ખાતો નથી તેનું શરીર કશું જ ગંધાય નહીં. બ્રહ્મચર્ય વ્રતને નુકસાન ન કરે એટલા માટે ખોરાક સાચવવાનો.

બ્રહ્મચર્ય એ છે પુદ્ગલ સાર

તું શું શું ખાવાનું ખાય છે ?

પ્રશ્નકર્તા : દાળ, ભાત, રોટલી, શાક.

દાદાશ્રી : પછી એ ગલન થાય છે ત્યારે શું થાય છે ?

પ્રશ્નકર્તા : મળ થઈ જાય.

દાદાશ્રી : આપણે જે ખોરાક ખાઈએ ને તેમાંથી બધો સાર-સાર ખેંચાઈ જાય અને લોહી ને એ બધું બને ને શરીર જીવતું રહે અને જે અસાર રહે તે નીકળી જાય. આ તો બધી (મહીં) મશીનરી છે. લોહી ચાલુ રહે એટલે આંખો ચાલુ રહે. મહીં વાયર બધા ચાલુ જ છે. ખોરાક નાખીએ તો ઈલેક્ટ્રિસિટી ચાલુ થાય. ઈલેક્ટ્રિસિટીથી શ્વાસોચ્છ્વાસ ચાલે.

આ બધું ખાય છે-પીવે છે, એનું શું થતું હશે પેટમાં ?

પ્રશ્નકર્તા : લોહી થાય.

દાદાશ્રી : અને સંડાસ નહીં થતું હોય ?

પ્રશ્નકર્તા : થાય ને ! ખોરાકનું અમુક લોહી, અમુક સંડાસ વાટે કચરો બધો નીકળી જાય.

દાદાશ્રી : હા, અને અમુક પાણી વાટે નીકળી જાય. આ લોહીનું પછી શું થાય ?

પ્રશ્નકર્તા : લોહીનું વીર્ય થાય.

દાદાશ્રી : એમ ! વીર્યને સમજું છું ? લોહીનું વીર્ય થાય, તે વીર્યનું પછી શું થાય ? લોહીની સાત ધાતુઓ કહે છેને ? એમાંથી એકમાંથી હાડકાં થાય, એકમાંથી માંસ થાય, એમાંથી પછી છેવટે છેલ્લામાં છેલ્લું વીર્ય થાય. છેલ્લી દશા વીર્ય થાય. વીર્ય એ પુદ્ગલસાર કહેવાય. દૂધનો સાર એ ઘી કહેવાય, એવું આ ખોરાક ખાધાનો સાર એ વીર્ય કહેવાય. હવે એ સારને શું મફતમાં આપી દેવું જોઈએ કે બહુ મોંઘા ભાવથી વેચવું જોઈએ ?

પ્રશ્નકર્તા : મોંઘા ભાવથી વેચવું જોઈએ.

દાદાશ્રી : એમ ? લોક તો પૈસા ખર્ચીને વેચે છે ને તું કહે છે કે મોંઘા ભાવે વેચવું છે, તો મોંઘા ભાવે તારી પાસે કોણ લેશે ? આપણે જે ખોરાક લઈએ છીએ, એ બધાનો સારનો સાર એ વીર્ય છે, એ એક્સ્ટ્રેક્ટ છે. હવે એક્સ્ટ્રેક્ટ જો બરોબર સચવાઈ રહે તો આત્મા જલદી પ્રાપ્ત થાય, સાંસારિક દુઃખો ના આવે, શારીરિક દુઃખો ના આવે, બીજા કોઈ દુઃખો આવે નહીં.

એટલે બ્રહ્મચર્ય એ શું છે ? એ પુદ્ગલસાર છે. આપણે જે ખાવાનું ખઈએ-પીએ, એ બધાંનો સાર શો રહ્યો ? 'બ્રહ્મચર્ય'. એ સાર જો તમને જતો રહે તો આત્માનો જે એનો આધાર છે તે આધાર 'લુઝ'

(નબળો) થઈ જાય ! એટલે બ્રહ્મચર્ય મુખ્ય વસ્તુ છે. એક બાજુ જ્ઞાન હોય ને બીજી બાજુ બ્રહ્મચર્ય હોય, તો સુખનો પાર જ નહીંને ! પછી એવું ચેન્જ (ફેરફાર) મારે કે ન પૂછો વાત ! કારણ કે બ્રહ્મચર્ય એ પુદ્ગલસાર છેને !

લોકસાર એ મોક્ષ છે અને પુદ્ગલસાર એ વીર્ય છે. જગતની સર્વ ચીજો અધોગામી છે, વીર્ય એકલું જ જો ધારે તો ઊર્ધ્વગામી થઈ શકે. એટલે વીર્ય ઊર્ધ્વગામી થાય એવા ભાવ ભાવવા જોઈએ. વીર્યનું અધોગમન છે ત્યાં સુધી પાશવતા છે.

ઊર્ધ્વગામી-અધોગામી રિલેટિવ પણ...

પ્રશ્નકર્તા : ઊર્ધ્વગામી અને અધોગામી, એ બન્ને 'રિલેટિવ' શબ્દો ના થયા ?

દાદાશ્રી : હા, 'રિલેટિવ' જ કહેવાય પણ 'રિલેટિવ'માં આમ ફેરફાર થાય તો આપણને લાભ મળે ! તે આપણા 'જ્ઞાન'થી ફેરફાર થાય એવું છે. આપણે શું કહીએ છીએ કે આપણે જ્ઞાન પ્રગટ રાખીએ, તો બધો ફેરફાર એની મેળે થયા કરે. આપણું જ્ઞાન પ્રગટ નહીં રાખવાથી એ ફેરફાર થતો નથી. રિલેટિવમાં તો આપણે કશું કરી શકીએ તેમ નથી, પણ આપણે આપણામાં કરી શકીએ તેમ છીએ અને તેનો ફોટો 'રિલેટિવ' ઉપર છે. એટલે આપણે ખાલી જાગૃતિ જ રાખવાની છે.

શક્તિ પરિણમે, 'સંસાર રૂપે' ને 'ઐશ્વર્ય રૂપે'

પ્રશ્નકર્તા : પણ દાદા, આ જ્ઞાનમાં રહીએ તો એની મેળે ઊર્ધ્વગમન થાય જ ને ?

દાદાશ્રી : હા, અને આ જ્ઞાન જ એવું છે કે આપણા જ્ઞાનમાં રહો તો કશો વાંધો નથી, પણ અજ્ઞાન ઊભું થાય ત્યારે મહીં આ રોગ ઊભો થાય. તે ઘડીએ જાગૃતિ રાખવી પડે. વિષયમાં તો પાર વગરની હિંસા છે. ખાવાપીવામાં કંઈ એવી હિંસા નથી થતી. આ જગતમાં સાયન્ટિસ્ટોને (વૈજ્ઞાનિકો)

બધા લોકો કહે છે કે વીર્યરજ અધોગામી છે, પણ અજ્ઞાનતા છે તેને લીધે અધોગામી છે. જ્ઞાનમાં તો ઊર્ધ્વગામી થાય છે, કારણ કે જ્ઞાનનો પ્રતાપ છેને ! જ્ઞાન હોય તો કશો વિકાર જ ના થાય ને ભલે પછી ગમે તેવું બોંડી (શરીર) હોય, ગમે એટલું ખૂબ ખાતો હોય. એટલે મુખ્ય વસ્તુ જ્ઞાન છે. વીર્યના પરમાણુ સૂક્ષ્મરૂપે ઓજસમાં પરિણામ પામે છે, એને પછી નીચે ઉતરવાનું, અધોગામી થવાનું રહેતું નથી. આ મારો અનુભવ છે. એ શક્તિઓ જે ડાઉન થતી (ઉતરતી) હતી તે ઉપર ચઢે છે. એ સંસારમાં ખાધું-પીધું તે બધી જ શક્તિ બે રીતે પરિણામ પામે, એક સંસાર રૂપે ને બીજું ઐશ્વર્ય રૂપે !

દુરુપયોગ ના થવો જોઈએ

આ જગતમાં બે વસ્તુ ન વેડફવી જોઈએ. એક લક્ષ્મી અને બીજું વીર્ય. જગતની લક્ષ્મી ગટરોમાં જ જાય છે એટલે લક્ષ્મી પોતાને માટે ના વપરાવી જોઈએ, વગર કામનો દુરુપયોગ ના થવો જોઈએ અને બ્રહ્મચર્ય બને ત્યાં સુધી પાળવું જોઈએ. જે ખોરાક ખાઈએ છીએ તેનો અર્ક થઈને છેલ્લે એ અબ્રહ્મચર્યથી ખલાસ થઈ જાય છે. આ શરીરમાં અમુક નસો હોય છે, તે વીર્ય સાચવે છે અને તે વીર્ય આ શરીરને સાચવે છે, એટલે બને ત્યાં સુધી બ્રહ્મચર્ય સાચવવું જોઈએ.

વિચારો-દૃષ્ટિ બગડે, વીર્ય થાય એકગોસ્ટ

વિષય એ સંડાસ છે. નાક, કાનમાંથી મોઢામાંથી બધેથી જે જે નીકળે છે એ બધું સંડાસ જ છે. ડિસ્ચાર્જ એય સંડાસ જ છે. જે પારિણામિક ભાગ છે તે સંડાસ છે પણ તન્મયાકાર થયા વગર ગલન થતું નથી. સંડાસ થાય છે, તે પણ મહીં કોઝીઝ થાય છે તેનું પરિણામ છે. દૂધપાક-પૂરી કોને ના ગમે ? પણ ભગવાન કહે છે કે કાલ સવારે એ સંડાસ થશે. વિષયને સંડાસ શાથી કહ્યો ? એટલા માટે જ કે એ ગલન થાય છે.

પ્રશ્નકર્તા : વીર્યનું ગલન થાય છે એ પુદ્ગલ સ્વભાવમાં હોય કે કોઈ જગ્યાએ આપણું લીકેજ હોય છે એટલે થાય છે ?

દાદાશ્રી : આપણે જોઈએ અને આપણી દષ્ટિ ભગડી, એટલે વીર્યનો અમુક ભાગ છે તે ‘એક્ઝોસ્ટ’ થઈ (વપરાઈ) ગયો કહેવાય.

પ્રશ્નકર્તા : દાદા, એ તો વિચારોથી પણ થઈ જાય છે.

દાદાશ્રી : વિચારોથી પણ ‘એક્ઝોસ્ટ’ થાય, દષ્ટિથી પણ ‘એક્ઝોસ્ટ’ થાય. તે ‘એક્ઝોસ્ટ’ થયેલો માલ પછી રિસ્યાર્જ થયા કરે.

પ્રશ્નકર્તા : પણ આ જે બ્રહ્મચારીઓ છે તેમને તો કંઈ એવો સંજોગ ના હોય, તેઓ સ્ત્રીઓથી દૂર રહે છે, ફોટા રાખતા નથી, કેલેન્ડર રાખતા નથી, છતાં એમને રિસ્યાર્જ થઈ જાય છે, તો એમનું સ્વાભાવિક રિસ્યાર્જ ના કહેવાય ?

દાદાશ્રી : તો પણ એમને મનમાં આ બધું દેખાય છે. બીજું એ ખોરાક બહુ ખાતો હોય અને એનું વીર્ય બહુ બનતું હોય, પછી એ પ્રવાહ વહી જાય એવું બને.

પ્રશ્નકર્તા : મનોબળથી પણ એને અટકાવી શકાયને ?

દાદાશ્રી : મનોબળ તો બહુ કામ કરે ! મનોબળ જ કામ કરેને ! પણ તે જ્ઞાનપૂર્વકનું હોવું જોઈએ. એમ ને એમ મનોબળ રહે નહીં ને !

સ્વપ્નદોષ માટે ઉપાય

પ્રશ્નકર્તા : વિષયની બાબતમાં જે કંઈ સ્વપ્ના આવે, તે આપણને આ બ્રહ્મચર્યની ભાવનાના કારણે ગમતા ના હોય તો એનો કંઈ ઉપાય ખરો ?

દાદાશ્રી : સ્વપ્ના એ તો જુદી વસ્તુ છે. આપણને ગમતું હોય તો નુકસાન કરે ને ના ગમતું

હોય તો કંઈ નુકસાન ન કરે. એ ગમે તે આવે, ગમતું હોય તો ફરી આપણે ત્યાં એવું ઊભું થાય અને ના ગમતું હોય તો કશી ભાંજગડ જ નથી.

પ્રશ્નકર્તા : સ્વપ્નદોષ કેમ થતાં હશે ? તેને ખોરાક ખાવા સાથે સંબંધ છે ?

દાદાશ્રી : ઉપર ટાંકી હોય પાણીની, તે પાણી નીચે પડવા માંડે એટલે ના સમજીએ કે ઉભરાઈ ! સ્વપ્નદોષ એટલે ઉભરાવું. ટાંકી ઉભરાઈ ! તે કોક (નળ) ના રાખવો જોઈએ ? એટલે ખોરાક ઉપર કંટ્રોલ કરે તો સ્વપ્નદોષ ના થાય.

પ્રશ્નકર્તા : એમાં રાત્રિનો ખોરાક મહત્વનો છે ? રાત્રિનું ઓછું કરવું જોઈએ ?

દાદાશ્રી : રાત્રે વધારે ખવાય જ નહીં, ખાવું હોય તો બપોરે ખાવું. રાત્રે જો વધારે ખવાય તો તો વીર્યનું સ્ખલન થયા વગર રહે જ નહીં. વીર્યનું સ્ખલન કોને ના થાય ? જેનું વીર્ય બહુ મજબૂત થઈ ગયું હોય, બહુ ઘટ્ટ થઈ ગયેલું હોય, તેને ના થાય. આ તો બધાં પાતળાં થઈ ગયેલાં વીર્ય કહેવાય.

મોળા લાગે વિષયસુખ, સાયન્સ સમજાયે

આ ખાવું-પીવું જે જે દેખાય છે તે બધાં પર-પરિણામ છે અને પાછાં ગલન સ્વરૂપે છે. ગલન સ્વરૂપને લોક સમજે કે ‘મેં ખાધું, મેં પીધું.’

પ્રશ્નકર્તા : ખાધું એ તો પૂરણ ના કહેવાય ?

દાદાશ્રી : લૌકિક ભાષામાં પૂરણ કહેવાય, પણ યથાર્થ રીતે એ ગલન છે. ખાધું એ પૂરણ કર્યું, પણ એ પૂરણ ખરેખર તો ફર્સ્ટ (પહેલું) ગલન છે અને સંડાસ ગયા એ સેકન્ડ (બીજું) ગલન કહેવાય. સિટી (શહેર)માં ગયા તે ફર્સ્ટ ગલન ને ત્યાંથી પાછા આવ્યા તે સેકન્ડ ગલન. જગત જે દેખાય તેને સત્ય માને છે. પણ ઈન્દ્રિય જ્ઞાનથી સત્ય માનવાથી તો આ જગત ચાલુ રહ્યું છે. મૂળ સ્વરૂપે તો ‘જ્ઞાની પુરુષ’ જ

જોઈ શકે. પૂરણ જે થાય છે તેને તો એકલા 'જ્ઞાની' જ એમના જ્ઞાનમાં જોઈ શકે. બાકી આ બધું આખું જગત ગલન સ્વરૂપે જ છે. આ પૂરણ-ગલનનું 'સાયન્સ' સમજાઈ જાય તેને વિષયસુખ મોળાં લાગે.

અનુરાગ પુદ્ગલના ગુણમાં તેથી...

જલેબી ખાતી વખતે ટેસ્ટથી ભોગવે છેને ? અશુચિનું ભાન નથી કે રાતે જલેબી ખાય છે તે સવારમાં જલેબીની શી દશા થશે ? એવું ભાન રહે છે લોકોને ? શાથી ભાન નથી રહેતું ? કારણ પુદ્ગલના ગુણમાં જ અનુરાગ છે એને. આ તો પુદ્ગલ છે, આ પૂરણ થયું છે અને પેલું ગલન થાય છે એવું ભાન જ નથી ને ? જ્યારે ગલન થાય છે, સવારના પહોરમાં ત્યારે ચીતરી ચઢે છે ? અલ્યા, બેઉ પુદ્ગલ જ છે. બેઉ પુદ્ગલના જ ગુણો છે.

ખાસ ચેતવા જેવું...

આ વાંચ, આમાં શું લખ્યું છે ?

પ્રશ્નકર્તા : મૈથુનસંજ્ઞા ચાર પ્રકારે જાગ્રત થાય.

(૧) વેદ મોહનીયના ઉદયથી.

(૨) હાડ, માંસ, લોહી વગેરેથી શરીર પુષ્ટ થવાથી. (આહારના લીધે).

(૩) સ્ત્રીને નજરે જોવાથી.

(૪) સ્ત્રીનું ચિંતવન કરવાથી.

આ વેદ મોહનીય ઉદયથી એટલે ?

દાદાશ્રી : સ્ત્રીને સ્ત્રીવેદ હોય, પુરુષને પુરુષવેદ હોય, એ વેદ જ્યારે ઉદયમાં આવે ત્યારે તે બૂમ પડાવડાવે. તમારે અહીં ક્યાં આગળ ખાસ ચેતવા જેવું છે કે લોહી-માંસથી શરીર હષ્ટપૃષ્ટ થવાથી. ત્યાં ચેતવાનું છે. તમે કહો છો કે અમારે ડિસ્ચાર્જ થાય છે, તે આ કારણ નડે છે. એક બાજુ શ્રીખંડ, ભજિયાં, જલેબીઓ બધું ઠોકો છો અને પછી

વીર્ય આંતરવા જાવ છો, તે કેમ બને ? શરીરને તો પોષણ પૂરતો જ ખોરાક આપવો અને તેય પાછો ભારે માલમલીદાવાળો ખોરાક નહીં. આ (બ્રહ્મચર્યના) પુસ્તકમાં ચોખ્ખું લખ્યું છે. એટલા માટે તો મેં આ તમને પુસ્તક વાંચવા આપ્યું છે. કેટલાક જૈન સાધુઓ આંબેલ કરતા હોય છે. આંબેલમાં કોઈપણ એક જ ચીજ ખાય કાયમને માટે. પાણીમાં રોટલી બોળીને ખાય ત્યારે એ સાધુઓ બ્રહ્મચર્ય પાળી શકે છે. શિયાળાને દહાડે ટાઢમાં શરીર કસાય છે, ઉનાળામાં તાપમાં કસાય છે. આપણે તો ટાઢ-બાઢ સહન કરવાની નહીંને ! રજાઈ લાવીને ઓઢી લીધું તે ચાલ્યું ! એટલે જ ચેતતા રહેવાનું. આ તો તમારે બ્રહ્મચર્ય પાળવું હોય તો આ બધું ચેતતા રહેવું પડે. વીર્ય ઊર્ધ્વગામી થાય ત્યારે પછી એની મેળે ચાલ્યા કરે. હજુ તો વીર્ય ઊર્ધ્વગામી થયું નથી. હજુ તો એનો અધોગામી સ્વભાવ છે. વીર્ય ઊર્ધ્વગામી થાય, ત્યારે બધુંય ઊંચે ચડે. પછી તો વાણી-બાણી ફક્કડ નીકળે, મહીં દર્શનેય ઊંચી જાતનું ખીલેલું હોય. વીર્ય ઊર્ધ્વગામી થયા પછી વાંધો ના આવે, ત્યાં સુધી તો ખાવાપીવાના બહુ નિયમ રાખવા પડે. વીર્ય ઊર્ધ્વગામી થવા માટે તમારે એને મદદ તો કરવી પડે કે એમ ને એમ જ ચાલ્યા કરશે ?

પ્રશ્નકર્તા : મદદ કરવી પડે. એટલે અમારે ખોરાકમાં શું શું ઉડાડી દેવાનું ? તળેલું, ઘી, તેલ, કાઢી નાખવું પડેને ?

દાદાશ્રી : કશું ઉડાડી દેવાનું નહીં, એનું પ્રમાણ ઓછું કરી નાખવાનું.

પ્રશ્નકર્તા : ભાત એ બ્રહ્મચર્ય માટે છેલ્લામાં છેલ્લો ખોરાક થયો, ખરુંને ?

દાદાશ્રી : ના, એવું ભાત ઉપર નહીં. એ તો એકલો રોટલો હોય, ગમે તે હોય તોય ચાલે, બાકી અમુક 'ફુડ' (ખોરાક) નહીં લેવું જોઈએ. ચીકાશવાળો ને એવો તેવો ખોરાક બધો ના લેવાય તો સારું પડે.

પ્રશ્નકર્તા : બીજો, ગળપણવાળો ખોરાક ?

દાદાશ્રી : ગળપણ પણ નહીં. ખટાશ ચાલે તે પણ પ્રમાણમાં, વધારે ખટાશ ના ખવાય.

પ્રશ્નકર્તા : મરચાં ?

દાદાશ્રી : થોડાં થોડાં ખવાય. મરચાં કરતાં મરી ઉત્તમ. બ્રહ્મચર્ય પાળવા માટે સૌથી સારામાં સારી આ સૂંઠ. આપણા આ બ્રહ્મચારીઓને માટે જ ભાંજગડ છેને ? બાકી બીજા બધાને તો આપણા આ વિજ્ઞાનમાં તો કશી ભાંજગડ જ નથીને ? આપણા વિજ્ઞાનમાં તો ધીમે રહીને નિકાલ કરી નાખવાનો છે. આ તો બ્રહ્મચર્ય પાળે છે એટલે બધું કહેવું પડે. એટલે બ્રહ્મચર્ય આમ કેટલાંક વરસ જો કદી સચવાઈ ગયું કંટ્રોલપૂર્વક, તો પછી વીર્ય ઊર્ધ્વગામી થાય ને ત્યારે આ શાસ્ત્રો, પુસ્તકો એ બધાં મગજમાં ધારણ કરી શકે. ધારણ કરવું એ કાંઈ સહેલું નથી, નહીં તો વાંચે ને પાછો ભૂલતો જાય.

પ્રશ્નકર્તા : હા, એવું જ થાય છે અત્યારે.

દાદાશ્રી : હવે જો વીર્ય ઊર્ધ્વગામી થયેલું હોય તો જ એ ધારણ કરી શકે, નહીં તો એ ધારણ ના કરી શકે.

(બ્રહ્મચારીઓ માટે) વિષય ઘટાડવા માટે તો બાર આની ખોરાક ઓછો કરી નાખવો, પહેલાં સ્થૂળ દબાણ ઓછું કરી નાખવું પડે. પછી સૂક્ષ્મ દબાણ ઓછું કરવું. આ સ્થૂળ દબાણ ઓછું થઈ જાય પછી પેલા સૂક્ષ્મ દબાણ ઓછાં થઈ શકે. કારણ કે સ્થૂળમાં જ જો દબાણ ઓછું ના થાય તો પછી સૂક્ષ્મમાં શું થાય ?

એટલે ડિસ્ચાર્જ તો આ ખાવાનું જો કંટ્રોલમાં હોય તો બીજું કશું ના થાય. આ તો ઠોક ને ઠોક ખાવાનું રાખે છે, જે હોય તે અને અજુગતી વસ્તુનો આહાર હોય, ત્યારે શું થાય ? જૈન તો કેવો ડાહ્યો ! આવા આહાર નહીં. એવું તેવું ના હોય કશું. છતાં

ડિસ્ચાર્જ થાય એનો વાંધો નહીં. એ ભરાય પછી બૂચ ખુલ્લો થઈ જાય. (વીર્ય) ઊર્ધ્વગમન થયું નથી, ત્યાં સુધી અધોગમન જ થાય. ઊર્ધ્વગમન તો બ્રહ્મચર્ય લેવાની શરત કરી, ત્યારથી જ શરૂઆત થાય.

ચેતીને ચાલવું સારું

આપણે ચેતીને ચાલવું સારું. મહિનામાં ચાર વખત ડિસ્ચાર્જ થાય તોય વાંધો નહીં, આપણે જાણીજોઈને ડિસ્ચાર્જ કરવું ના જોઈએ. એ ગુનો છે. એમને એમ થાય તેનો વાંધો નહીં. આ તો આ બધું આડા-અવળું ખાવાનું પરિણામ છે. જાણીજોઈને ડિસ્ચાર્જ કરવું એ ભયંકર ગુનો છે, આપઘાત કહેવાય. આવી ડિસ્ચાર્જની કોણ છૂટ આપે ?

પુદ્ગલ ફોર્સનું પરિણામ

પ્રશ્નકર્તા : પુદ્ગલનો ફોર્સ વધી જાય, પુદ્ગલની શક્તિ વધે તો વિષયોમાં ખેંચાઈ જાય, એ ખરું ?

દાદાશ્રી : શરીરનું ઠેકાણું ના હોય ને ખોરાક ઠોકાઠોક લે તો બ્રહ્મચર્ય ટકે નહીં, અબ્રહ્મચર્ય થઈ જાય. જો શરીરે મજબૂત, પણ ખોરાક ઓછો હોય એ બ્રહ્મચર્યને સાચવી શકે. જેવો શરીરમાં ફોર્સ આવે, તાકાત આવે તો પાછું વિષય ભણી મન દોડે. છતાં આ શરીર વસ્તુ જુદી છે અને આપણે જુદા છીએ.

શારીરિક નબળાઈ ત્યાં વિષય કયા ?

માણસ માંદો હોય, એને વિષય માટે કહે કે પચાસ હજાર રૂપિયા આપીશ તો કરે ? એક મહિનાથી સિકનેસ (માંદગી) હોય પછી વિકાર હોય છે ?

પ્રશ્નકર્તા : શક્તિ ના હોયને !

દાદાશ્રી : ત્યારે એ સિકનેસ (માંદગી) લાવવી.

દાદાવાણી

પ્રશ્નકર્તા : સિકનેસ લાવવી આપણાં હાથની વાત નથી ને !

દાદાશ્રી : એ તો ચાર દહાડા ભૂખ્યા રહે એટલે એની મેળે વીસ દહાડાની સિકનેસ આવે ! પછી વિકાર ના હોય. આ બધું શક્તિ કરે છે, ખોરાક જ કરે છે આ બધું. એટલે આપણે બે-ત્રણ દહાડા ખાધા વગર કાઢી નાખવા. સાધુ એવી જ રીતે કાઢે ને ? આ ઉપાય ! શક્તિ હોય તો વિષય કરે ને ? ઉપાય તો કરવો પડે ને ?

એટલે મહિનામાં બે વખત ભૂખ્યા રહેવાનું, બબ્બે-બબ્બે દહાડા. એટલું તપ કરે એટલે પેલું તપ થઈ જાય. મહાવીર ભગવાને આ જ કરેલું ને ! બધાએ આ જ કરેલું ને !

પ્રશ્નકર્તા : આ નક્કીપણાને ટકાવી રાખવા માટે કોઈ ઉપાય નથી થતા.

દાદાશ્રી : આ જ ઉપાય.

પ્રશ્નકર્તા : આપ કહો છો, તોય માનસિક તૈયારી નથી થતી અંદરથી.

દાદાશ્રી : તો પછી અમે ક્યાં ના કહ્યું છે પૈણવાનું ?

પ્રશ્નકર્તા : આપે તો કહ્યું નથી પણ અમે જોયું છેને ! આવું પ્રાપ્ત થયા પછી તો હવે ભૂલ ના જ કરાય.

દાદાશ્રી : તો પછી ડિસાઈડ (નક્કી) કર્યા પછી કશું અડે નહીં ! ડિસીઝન કર્યું (નિશ્ચય કર્યો) અને આપણે એવું ઢીલું બોલીએ તો ઊલટું ચડી બેસે. ‘ગેટ આઉટ’ કહીએ તો થોડોઘણો બહાર નાસી જાય. પછી પાછો ભેગો થઈને આવે, તો ફરી ‘ગેટ આઉટ’ કહીએ.

ખોરાક ઓછો લેવાય એટલે ચાલ્યું. જીવવા માટે ખાય, ખાવા માટે જીવે નહીં. પહેલાં રાત્રે નહોતો

ખાતો તે, તે દહાડે સારું રહેતું’તું કે અત્યારે સારું રહે છે ?

પ્રશ્નકર્તા : પહેલાં બહુ સારું રહેતું’તું.

દાદાશ્રી : તે જાણીજોઈને બગાડ્યું શું કરવા ?

પ્રશ્નકર્તા : ખાધા પછી બે-ચાર કલાક પછી ભૂખ લાગે તો બીજું બધું માંગે !

દાદાશ્રી : પણ તે ખોરાક એવો લેવો કે ભૂખ લાગે નહીં એવો શુષ્ક આહાર કે જેમાં દૂધ-ધી-તેલ એવું બધું બહુ પુષ્ટિકારક ખોરાક ના આવે. આ દાળ-ભાત-કઢી ખાવા, એ બહુ પુષ્ટિકારક ના હોય.

અબ્રહ્મચર્યના વિચાર એ ખુલ્લી પાશવતા

પ્રશ્નકર્તા : નિશ્ચય કરનારો વિભાગ પોતાનો છેને તો કેમ વિષય બાજુ જતું રહેવાય ?

દાદાશ્રી : હમણાં ત્રણ મહિના કોઈ માણસ માંદો પડેને, બહુ વિષય વિકારી વિચારો રહેતા હોય તો એને એ વિચાર હપુચા ખલાસ થઈ જાય. ઊલટો એમ કહે, “હવે આ કોઈ દિવસ જોઈતું જ નથી.” એટલે શરીર ઉપર બધો આધાર રાખે છે.

પ્રશ્નકર્તા : આપના જ્ઞાન પહેલાં મનોબળ જ ડેવલપ નહીં થયેલુંને ! અત્યારે હવે મનોબળ ઉત્પન્ન થતું જાય છે.

દાદાશ્રી : એ ઉત્પન્ન થાય પણ મનોબળ આ બોડી (શરીર) ઉપર આધાર રાખે છે. તમારું આ મનોબળ તદ્દન સ્વતંત્ર નહીં. તદ્દન સ્વતંત્ર મનોબળ એ જુદી વસ્તુ છે. બ્રહ્મચર્યના વિચાર જેને આવે એ પ્રભાવશાળી કહેવાય ! દેવ જ કહેવાય ! અને અબ્રહ્મચર્યના વિચારો આવે એટલે સાધારણ માનવ ગણાયને ? પશુથી સાધારણ માનવ સુધીનાં બધાંને અબ્રહ્મચર્યના વિચાર આવે. અબ્રહ્મચર્યના વિચાર એ ખુલ્લી પાશવતા છે. જેને સમજદારી નથી તે અબ્રહ્મચર્યમાં પડે છે. તને પોતાનેય તે દહાડે આ

સમજાયું હતું, પણ આ શારીરિક સ્થિતિએ મનને ઠેરવ્યું. આ તો તું એમ જાણે કે મારું મન હિંમતવાન થયું હશે. પણ મન હિંમતવાન ત્યારે જ કહેવાય કે બ્રહ્મચર્ય સાથે હોય ! બ્રહ્મચર્ય તોડે એને હિંમતવાન કોઈ કહી શકે નહીં ! બ્રહ્મચર્ય માટે વિચાર થાય તે શરીર ઉપર કેટલીક વાર 'ડિપેન્ડ' (આધીન) થાય છે. વચ્ચે તારી બહુ પુણ્યે જાગી'તી કે શરીરની વિકનેસ આવી ! શરીરની વિકનેસને આ કાળમાં ભગવાને મોટામાં મોટી પુણ્યે ગણી છે. તે અધોગતિમાંથી બચી જાય, જ્ઞાન ના હોય તોય તે અધોગતિમાંથી બચી જાય. પણ શરીર જો મજબૂત થયું એટલે તલાવડું ફાટે તે ઘડીએ જોઈ લો પછી !

મનોબળ, શરીરને આધીન

આ બ્રહ્મચારીઓને ઉત્તેજના થાય એવો ખોરાક આપે તો શું થાય ? મન બધું ફેરવાઈ જાય ! ખોરાકના આધારે જ બધું મન છે, તે આખો મહેલ કડડભૂસ તોડી પાડે ! એટલે શું કહ્યું છે ? બધો ખોરાક લો, પણ હલકો લો. શારીરિક તંદુરસ્તી ખલાસ ના થવી જોઈએ. દાળ, ભાત, રોટલી, શાક ખવાય.

પ્રશ્નકર્તા : પણ એવાં મનોબળ ડેવલપ (વિકાસ) થાયને ?

દાદાશ્રી : ના થાય, આ તમારા મનોબળ તો બાંડીને આધીન. મહીં જે શારીરિક દર્દ હતું એના આધારે મનના વિચારો બધા 'બેક' માર્યા (પાછા પડી) ગયેલા હોય અને તેથી તે દહાડે ધાર્યો કંટ્રોલ રહી શકતો હતોને ! તેથી પછી તને વિચાર કરવાનો વખત મળ્યો કે વિષય શું છે તે ? તે દહાડે વિષય એટલી બધી ખરાબ વસ્તુ છે, એ બધું આમ પિક્ચરની પેઠ હાજર રહેવા માડ્યું ને એ પ્રમાણે થયું. પણ પછી આ શરીરે ચેન્જ (પલટી) માર્યો એટલે પછી વિચારોએ પલટો માર્યો. વિષય સંબંધ મોળું પડે તે કેટલીક વાર શરીર નબળું પડે એટલે પાછી દવા થાય એટલે પાછો વિષય જોર કરે. તે તારું પલટાયેલું જોઈને હું સમજી

ગયો કે આ શાથી પલટાયું છે ! હું જાણું કે આ દવાથી એવું થયું છે. હજુ આ તારા વિચારો ફરી જશે. તું તારી મેળે જોયા કરને ! પહેલાં જે તારા બ્રહ્મચર્ય સંબંધી વિચારો સ્ટ્રોંગ લાગતા હતા, ત્યારે મને મનમાં થતું કે આની આ સ્થિતિ કાયમ રહેશે નહીં, છતાં રહી શકે તો ઉત્તમ ! શરીરનો બધો ફેરફાર થશે, એટલે આ પાછો આમનો ફરશે. તે પછી ફર્યો પણ ખરો. ત્યાર પછી અમે સમજી ગયા, એટલે પહેલેથી અમે કશું કહીએ જ નહીં ને ! અમે જાણીએ કે આ ભલો આદમી શરીરના આધીન એના નિશ્ચયમાંથી ફરે છે. એમાં એનો દોષ નથી. એટલે અમે ઠપકો તો કશો આપીએ નહીં, બાકી બ્રહ્મચર્ય સંબંધી વિચાર આવવા એ ઠપકાને પાત્ર કહેવાય ! છતાં અમે ઠપકો ના આપીએ. કારણ કે જાણીએ કે શરીરનો આ ફેરફાર થયો છે, તેને હવે શું કરી શકીએ ? અને એટલે વિચારો ફરે જ ! એટલે આ વિચારો શેના આધીન ફરે છે એ બધું આપણે જોયા કરવું. હમણાં તું કશા ભાવ કરીશ નહીં. બધું જોયા કર કે કેમનું 'સેટિંગ' (ગોઠવણી) લે છે ! તારા ભાવ, બ્રહ્મચર્ય માટે એટલે ઊંચે સુધી પહોંચ્યા હતા, કે લોકોનું કલ્યાણ કરી નાખે !

કંદમૂળ પોષે વિષયને

દેખાદેખીનું બ્રહ્મચર્ય વ્રત ટકે નહીં. એટલે પછી જે કરવું હોય તે કરે. પણ હું તો ચેતવણી આપું કે બ્રહ્મચર્ય પાળવું હોય તો કંદમૂળ ન ખવાય.

પ્રશ્નકર્તા : કંદમૂળ ન ખવાય ?

દાદાશ્રી : કંદમૂળ ખાવું ને બ્રહ્મચર્ય પાળવું, એ રોંગ ફિલોસોફી (ખોટો સિદ્ધાંત) છે, વિરોધી છે.

પ્રશ્નકર્તા : કંદમૂળ નહીં ખાવાનું, જીવહિંસાને લીધે કે બીજું કોઈ કારણ છે ?

દાદાશ્રી : એ કંદમૂળ તો અબ્રહ્મચર્યને જબરજસ્ત પુષ્ટિ આપનારું છે. આવાં નિયમો કરવા

પડે કે જેથી એનું આ બ્રહ્મચર્ય રહે-ટકે. અને બ્રહ્મચર્ય ટકે એવો એનો સુંદર ખોરાક હોય. અબ્રહ્મચર્યથી બધી રમણીયતા જતી રહે છે અને બ્રહ્મચર્ય પાળે તે રમણીય થાય. માણસ પ્રભાવશાળી દેખાય.

પ્રશ્નકર્તા : અત્યાર સુધી અમે કંદમૂળ નહોતા ખાતાં. જ્ઞાન લીધા પછી ખાવાનું શરૂ કર્યું, તો બાધારૂપ ના લાગે ? દોષ ના લાગે ?

દાદાશ્રી : કોને દોષ લાગે એમાં ? એ ડિસ્ચાર્જમાં શાનો દોષ ? આપણે આ બ્રહ્મચારીઓને દોષ લાગવા માટે નહીં, એમને તો એ ન ખાય ને, તો એ પેલું વિષયનું જોર ઓછું થઈ જાય. એમને તો એ રક્ષણ માટે કરવાનું હોય. દોષને ને આને લેવાદેવા નથી.

કંદમૂળ કરે દેહ ચંચળ

પ્રશ્નકર્તા : દાદા, અમે જે કંઈ ખાવાનું ખઈએ છીએ એના સાથે કશી લેવાદેવા ખરી ? આ ખોરાક સાથે ?

દાદાશ્રી : ખરું ને ! હા, હા. મહીં જો કર્મમાં દુર્ગંધી ભરેલી હોય તો તમે બહાર ડુંગળી-લસણ બધું ખાયા જ કરો.

પ્રશ્નકર્તા : એટલે એ આધારે ખવાય છે ?

દાદાશ્રી : એ અંદર ભરેલું હોય તો. તમારી પોતાની ઈચ્છાથી નથી ખાતા, તમને એ જોગ મળી આવે.

પ્રશ્નકર્તા : ઈચ્છા ના હોય તો પણ ખવાઈ જાય.

દાદાશ્રી : બધાંય કંદમૂળથી ગંધાય શરીર, બટાકા-બટાકા બધાથી ગંધાય અને કંદમૂળ જ વધારે ચંચળ કરે દેહને.

પ્રશ્નકર્તા : એટલે જેટલું ઓછા પ્રમાણમાં ખવાય એટલું સારું.

દાદાશ્રી : એવું સમજવું જોઈએ. આવી પડે એટલે થોડું લેવું પડે તો થોડું લઈએ.

પ્રશ્નકર્તા : પણ એમાં જો ટેસ્ટ આવતો હોય તો વધારે નહીં લેવું ?

દાદાશ્રી : બીજી વસ્તુ ટેસ્ટ લઈ કરવી. આને ટેસ્ટમાંથી કાઢી નાખવી ધીમે ધીમે. ધીમે ધીમે ઓછી કરી નાખવી.

પ્રશ્નકર્તા : બટાકા, લસણ ને કાંદા એ વધારે અહિતકારી અને ગાજર અને મૂળા એ ઓછું કે એવું કાંઈ નહીં ?

દાદાશ્રી : બધું અહિતકારી. શરીરને હેરાન કરે, બીજું કંઈ નહીં. એટલે તમારે જવાનિયાને તો ખાસ ઓછું કરવું જોઈએ. તમારે તો હજુ આખી જિંદગી કાઢવાની.

આહાર લેવો જીવવા પૂરતો જ

પુદ્ગલ હેરાન કરે એવી વસ્તુ છે, એ આપણું પાડોશી છે. પુદ્ગલ વીર્યવાન હોય ત્યારે હેરાન ના કરે. અગર તો બિલકુલેય આહાર ઓછો લે, જીવવા પૂરતો જ આહાર લે ત્યારે પુદ્ગલ હેરાન ન કરે. ખોરાકથી તો બ્રહ્મચર્ય અટક્યું છે. ખોરાકની બાબતમાં જાગ્રત રહેવું જોઈએ. આ તો દીવડો સળગે એટલું જ ખાવાનું હોય. ખોરાક તો એવો લેવો જોઈએ કે મેણો જ ના ચઢે અને ઊંઘ એવી હોવી જોઈએ કે ભીડમાં બેઠા હોય પછી આમ ખસાય નહીં, તેમ ખસાય નહીં, એવી ભીડમાં બેઠાં બેઠાં આવી જાય તે જ ખરી ઊંઘ. આ તો ખોરાકનો મેણો ચઢે છે. તેની પછી ઊંઘ આવે છે. આ ખાધા પછી વિધિ કરો જોઈએ, સામાયિક કરો જોઈએ, થાય છે ? બરોબર ના થાય !

ખોરાક માટે જાગૃતિ, જ્ઞાનીની

પ્રશ્નકર્તા : પેલી બહુ ઊંઘ આવતી હોય અને

દાદાવાણી

વિધિ પકડાવવા જાય તો પછી વિધિ પકડાય જ નહીંને.

દાદાશ્રી : ના. એ ઊંઘ જ ખોટી. ત્યારે ખાઈએ નહીં અમે. એટલે ખોરાક જ એવો ખાઉં છું કે ઊંઘ ના આવે. થાક જ ના લાગે.

આ તો મહીં હોજરીમાં આટલું પડ્યું હોય ને પાછું ફરી ઉપર નાખ નાખ કરે. એવું આ જગતના લોકો કરે છે. અને અહીં તો હું કોઠીમાં ખલાસ થઈ જાય ત્યાર પછી નાખું છું અને કોઠી ખલાસ આજ ના થઈ હોય ને અનુભવ અવળો થયો હોય તો કાલ બપોરે ઓછું લઉં. એટલે પછી સાંજે કોઠી ખલાસ થઈ જાય. પછી ખઉં અને આ તો મહીં સડો ભેગો થયો હોય ને ઉપરથી બીજો ખોરાક નાખે. એટલે પછી નિરંતર ઊંઘના પરમાણુ જાગ્રત થાય. કામ જ થઈ ગયુંને પછી ?

આ ગાય-ભેંસને પૂછી આવ કે તમે કેટલી વાર ઊંઘો છો ? આ મરઘાને પૂછી આવ કે કેટલી વાર ઊંઘે છે ? બ્રહ્મચારીને તો ઊંઘવાનું ના હોય ! ઊંઘવાનું તે હોતું હશે ? ઊંઘવાનું તો આ જે મહેનત કરનારાઓ છે, એ છ કલાક ઊંઘે. એમને ઘસઘસાટ ઊંઘ પણ આવે ! ઊંઘ તો કેવી હોવી જોઈએ કે આ ટ્રેનમાં બેસીને જઈએ છીએ ત્યારે પાંચ-દસ ઝોકાં આવી જાય કે બસ પતી ગયું, પછી સવાર થઈ જાય. આ તો બધો ખાધેલાનો મેણો ચઢે છે, તે પછી ઊંઘે પણ !

ઊંઘ લાવે આવણ

ઊંઘ અને ખોરાક બે વસ્તુ ઓછી જોઈએ.

પ્રશ્નકર્તા : એનાં માટે જ તો હવે અમારી બપોરની ઊંઘ બંધ કરી છે.

દાદાશ્રી : ના, હોવી જ ના જોઈએ. તમને વાંધો નહીં, ઉંમર થઈને.

પ્રશ્નકર્તા : તોય મેં બંધ કરી દાદાજી. બેઠાં

બેઠાં ઝોકું આવે તો ખઈ લેવું, પણ પથારીમાં નહીં જઉં.

દાદાશ્રી : આડા થવું અને પાંસા ફેરવ્યા કરવા એટલે ઊંઘ આવે નહીં. આમથી આમ, ઘડીકમાં આમથી આમ, આમથી આમ ઊંઘ આવે તોય....

પ્રશ્નકર્તા : એ જોખમ લેવાય એવું નથી, આડા થવાનું જોખમ.

દાદાશ્રી : હું તો પાસા ફેરવ્યા કરું.

પ્રશ્નકર્તા : આ તો આપને માટે બરોબર છે, પણ મારે એ જોખમ ના કરાય. અને દાદા, હમણાથી તો તમારી પણ બપોરે ઊંઘ બંધ હતી.

દાદાશ્રી : વિધિ કરું ને હું કાયમ. (ખાલી) અહીં જ નહીં, બધે વિધિ કરવાની મારે ! વિધિ બપોરેય ચાલતી હોય છે.

પ્રશ્નકર્તા : દાદા, બપોરની ઊંઘ એ પણ ખોરાકની ઈફેક્ટ, એનું પરિણામ હોય છે ?

દાદાશ્રી : તો બીજું શેનાં લીધે ? એણે કંઈ બ્રાંડી પીધી છે ? બ્રાંડી પીધી હોય તો બ્રાંડીને લીધે કહેવાય પણ અત્યારે તો.... ઓછાં કંઈ બધાં બ્રાંડી પીવે છે ?

એટલે બપોરની ઊંઘનો ઉપાય તો (જમ્યા પછી બહાર) ફરી આવવું, એમને એમ તો એ બંધ થાય એવુંય નથી. કારણ કે મુશ્કેલી પડે તમને. પછી કલીયર, પછી તમે તમારા ધ્યાનમાં બેસોને તો પછી ઊંઘ નહીં આવે, ઘેન ન ચડે !

પ્રશ્નકર્તા : આમ દાદા, વાતો એવું કરતા હોય ત્યારે ઊંઘ ના આવે. પણ આવી રીતે આમ સામાયિક કરીએ ગમે તે ત્યારે...

દાદાશ્રી : વાતો કરતાં હોય પણ બેઠાં બેઠાં છે ને એટલે મહીં એનું ઘેન ચડે. જમ્યા પછી ફરી

આવ્યાથી, એક કલાક ફરી આવ્યા તો અડધું તો પચી જ ગયું હોય.

જાગૃતિ માટે યોગ્ય ખોરાક કયો ?

પ્રશ્નકર્તા : આંતરિક જાગૃતિ માટે કયો કયો ખોરાક લેવો જોઈએ ?

દાદાશ્રી : ભગવાને કહ્યું છે, તીર્થકરોએ કહ્યું છે, બહુ સુંદર કહ્યું છે, કે કંદમૂળનો આહાર ના લેશો. આપણે પેલું ધાન્ય હોય પણ આ વધારાનું કંદમૂળ ના લેશો, અને કંદમૂળ પછી દહીંનો વારો આવે. દહીં વધારે ના લેવું. બાકી દાળ-ભાત રોટલી ને શાક ખાવ નિરાંતે. અને છતાંય કૃપાળુદેવે કહ્યું કે જેનું માંસ વધતું જતું હોય શરીરનું તો ગમે તે ખાતો હોય તોય માંસ જ ખાય છે. માંસ વધે તેનું શું કરવાનું ? મોક્ષે જવું હોય તો માંસ વધારવાનું છે જ નહીં !

પ્રશ્નકર્તા : રાત્રે દહીં ખાવું એ નુકસાનકારક છે એ વાત સાચી ?

દાદાશ્રી : આપણે જે ખાવું હોય તે થોડુંક ખાવામાં વાંધો નથી. આ તો આટલું બધું ખાઈ જાય, કોઈ વખત આટલું દહીં તપેલી ભરીને ખાય, તો એ પછી નડે જ ને !

પ્રશ્નકર્તા : રાત્રિ ભોજન નિષેધ એનું સમજાવો.

દાદાશ્રી : એ જો બની શકે તો ઉત્તમ વસ્તુ છે.

પ્રશ્નકર્તા : એનાથી શું ફાયદો થાય ?

દાદાશ્રી : જાગૃતિ રાખે, ડલ ના થઈ જાય માણસ. આટલુંય ભાન તો છે નહીં ને વળી પાછું વધારે બંધ કરે છે. એટલે શાસ્ત્રકારોએ શું કહ્યું કે આખું જગત ઉઘાડી આંખે ઊંઘે છે, આખા જગતના બધા લોકો, સાધુ, સંન્યાસી, આચાર્યો. ત્યારે કહે, જાગ્યો કોણ ? ત્યારે કહે, જેને સમ્યક્ દર્શન થયું એ જાગ્યો, બાકીના બધા ઊંઘે છે. એટલે

રાત્રિ ભોજન ત્યાગ તો બહુ ઊંચી વસ્તુ છે. ના બને તો તમારે ખાવું, વાંધો નહીં, પણ બને ત્યાં સુધી ના ખાય તો બહુ ઉત્તમ. તમને બહુ ફાયદાકારક છે.

અને તમારે તો ડિસ્ચાર્જ છે. તેમાં ગોઠવણી કરવી હોય તો મહીં હોય તો થશે ને ના હોય તો નહીં થાય, તેનો વાંધો નહીં. હવે ભૂલીને કશું કરવાનું જ ના હોય.

ખાઈને જો પછી ઉપવાસ ના કરો તો...

પ્રશ્નકર્તા : દાદા, આપ કહો છો કે આજ્ઞા બહુ સીધી છે, સરળ છે એ વાત બરોબર છે, પણ પહેલી ને બીજી આજ્ઞાની અંદર નિરંતર રહેવું એ કંઈ સહેલું છે ?

દાદાશ્રી : રહેવાને માટે વાંધો નથી, પણ એવું છે ને ઉપવાસ કરીને જોજો, રહેવાય છે કે નહીં રહેવાતું ?

પ્રશ્નકર્તા : એ ના સમજ પડી, દાદા.

દાદાશ્રી : આખો દહાડો ઉપવાસ કરીને જોજો, રહેવાય છે કે નહીં ? કારણ કે આ તો ખોરાક આવ્યો કે ડોઝિંગ (ધેન) થવા માંડ્યું.

પ્રશ્નકર્તા : હા, હા, બરાબર છે. એ એનો ખોરાકનો દારૂ ચઢે છે.

દાદાશ્રી : હવે એ કહે છે ભઈ, ભૂખ્યા તો રહેવાય કેમ કરીને ? ઉપવાસ... તો હું કહું કે ભઈ, બે ટાઈમ જે ચાર રોટલી લેતો હતો, એની બે-બે રોટલી લેજે ને આટલો ભાત લેજે એટલે જાગૃતિ રહેવાની. આ તો નિરાંતે ભાણું પૂરું હોય છે. કારણ કે જાણે બહાર રૂપિયા ખર્ચવાના હોય, એટલે ભાણું ઓછું કરતા નથી. જો બહાર ખર્ચવાના હોય તો-તો ઓછું ના કરે એ વાત જુદી છે પણ, આ તો ઘરના ભાણામાંય આવું કરે.

વધારેમાં વધારે નડતર હોય તો આ આટલું જ, બીજું કોઈ નડતર નથી. તમે ભજિયાં ખાયા કરોને, લાડવાય ખાવા હોય તો ખાજો ! પણ એ ખાઈનેય મુશ્કેલી એક છે કે ખાઈને જો ઉપવાસ ના કરો તો વિષય ભણી ચિત્ત રહ્યા કરશે, દેહ જોરદાર ફરશે. ફરી ઉપવાસ કરવાના હો તો મોજથી ખાજો. એટલે આનો હિસાબ તો આપણે ગોઠવવો જ પડેને ? આપણું જ્ઞાન એવું છે કે એ ગોઠવાઈ જાય એવું છે.

ખોરાક વધારે લે તેનો વાંધો નહીં. ખોરાક તો આપણા શરીરનો આધાર છે. સારું હોય ને વધારે ખાધું તેનો વાંધો નહીં. રોટલો, દાળ-ભાત-કઢી વધારે ખાવ તેનો વાંધો નહીં. સ્વાદિષ્ટ હોય ને વધારે ખાવ તોય વાંધો નહીં. પણ આ ઓર્નામેન્ટલ ચીજો ખાવાનો વાંધો. દૂધ છે, આઈસ્ક્રીમ છે એવું-તેવું ઓર્નામેન્ટલ. મન તો ઓર્નામેન્ટલમાં જ પડેલું હોય છે ને !

ઓર્નામેન્ટલ આહારથી ચેતો

પ્રશ્નકર્તા : આ ખોરાકની ઉપર આપે વાત કરી એનો અર્થ એવો નીકળે છે કે જેમાં મન વધારે લાગેલું હોય એ ઓર્નામેન્ટલ જ કહેવાય.

દાદાશ્રી : મનનું લાગેલું જ ઓર્નામેન્ટલ.

પ્રશ્નકર્તા : હવે કો'કનું મન રોટલામાં જ લાગેલું હોય તો ?

દાદાશ્રી : તેનો વાંધો નહીં. રોટલામાં લાગેલું હોય એનો વાંધો નહીં.

પ્રશ્નકર્તા : હવે કોઈને તીખી આઈટમ ગમતી હોય.

દાદાશ્રી : ના, એ વાંધો નહીં.

પ્રશ્નકર્તા : ટૂંકામાં, પુષ્ટિકારક ખોરાક ના ખાવો જોઈએ ?

દાદાશ્રી : તે વાંધો, એમાં મન લાગેલું હોય તો.

પ્રશ્નકર્તા : દૂધ ?

દાદાશ્રી : હા, એ બધું એમાં મન લાગેલું હોય તો વાંધો.

પ્રશ્નકર્તા : કોઈપણ પુષ્ટિકારક ખોરાક ?

દાદાશ્રી : હેતુ મન કયા હેતુથી કરે છે, એ જોઈ લેવાનું.

ખોરાકમાં મનનો હેતુ

પ્રશ્નકર્તા : એટલે ખોરાકમાં મનનો હેતુ કેવો હોવો જોઈએ ?

દાદાશ્રી : એ ભૂખ મટાડવા પૂરતો જ ખોરાક લેવો જોઈએ.

પ્રશ્નકર્તા : હા, આમાં પછી બધું જ આવી ગયું ને ! હવે શું બાકી રહ્યું ? આ છેલ્લી જ વાત છે.

દાદાશ્રી : ઉદય શેનો છે ? ત્યારે કહે, ભૂખનો ! ક્ષુધાનો ઉદય. તે ક્ષુધા તૃપ્તિ થતાં સુધી ભાંજગડ, એમાં બીજી ડખલ ના હોવી જોઈએ. ક્ષુધાનો ઉદય એટલે ક્ષુધા તૃપ્તિ થવી જોઈએ. તે રોટલો હોય કે દાળ-ભાત ને જે પ્રાપ્ત થાય તે અને શ્રીખંડ-પૂરી હોય તો શ્રીખંડ-પૂરી.

પ્રશ્નકર્તા : પણ ક્ષુધા પૂરતું જ. ખાલી ભૂખ પૂરતું જ.

દાદાશ્રી : ભૂખ પૂરતું જ, પછી બીજું નહીં. બીજી આઈટમ ના આવવી જોઈએ આમાં. શ્રીખંડ-પૂરી હોય તોય વાંધો નહીં, બાસુંદી-પૂરી હોય તોય વાંધો નહીં.

પ્રશ્નકર્તા : જ્યાં બાસુંદી-પૂરીનું જમણ હોય અને ક્ષુધા તમારી સંતોષાય એટલું તમે ખાવ પછી

એમ કે બાસુંદી ભાવી એટલે પેટ ફાટે તોય ત્રીજી વાડકી પી જાવ એય ઓર્નામેન્ટલ કહેવાય ?

દાદાશ્રી : પછીય ભૂખ હોય તો ઓર્નામેન્ટલમાં પૂરીઓ ખાવને !

પ્રશ્નકર્તા : ના, એ તો ભૂખ તો પુરી થઈ ગઈ છે. ભૂખ પછીની વાત છે આ તો.

દાદાશ્રી : એ તો બધું ઓર્નામેન્ટલ. ક્ષુધા તૃપ્તિ હોવી જોઈએ.

પ્રશ્નકર્તા : જે આવે એનો પછી વાંધો જ નથી. ભૂખ પૂર્તિ માટે જ છે એમ સમજીને જ કરવાનું છે.

દાદાશ્રી : તમે દસ-બાર પ્લેટ આઈસ્ક્રીમ ખાઓ એ ભૂખ તૃપ્તિ ના માનવું. ત્યાં ભૂખ શમે જ નહીં. એ તો શોખ બધો. ભૂખની તૃપ્તિ માટે નથી, ઓર્નામેન્ટલ એટલે જે પુષ્ટિકારક ને એવો-તેવો બધો હોયને તેનો વાંધો.

પ્રશ્નકર્તા : અને જે આરોગ્યને નુકસાન કરે એ ન ખાવો જોઈએ એવું ખરું ?

દાદાશ્રી : સંસાર વહેવારમાં આરોગ્યને નુકસાન કરે એ ખોરાક ના લેવાય. પણ આમાં આ જ્ઞાન મળ્યા પછી આરોગ્યને નુકસાન કરે એવો ખોરાક હોય તે આપણને ઠીક લાગે તો લેવો, નહીં તો ઓછો લેવો. ઓછું ખવાય તો કંઈ મરી ના જવાય !

પ્રશ્નકર્તા : જાગૃતિ રહે એટલો જ ખોરાક લેવો જોઈએ ?

દાદાશ્રી : વધારાનો ખોરાક એ ભેંસો લે. ભેંસોને છૂટ, આપણા લોકોને છૂટ નથી. માણસોને નથી છૂટ.

અભિપ્રાયથી ઊભા રાગ-દ્વેષ

આ કેરી બહુ સ્વાદિષ્ટ હોય તો ઈન્દ્રિયો તો

એને 'એક્સેપ્ટ' (સ્વીકાર) કરે જ. એ સામી આવે એટલે ઝટપટ ખાવા માંડે, પણ ખાધા પછી કેરી સાંભરે છે તે શાથી ? ત્યારે કહે, એણે અભિપ્રાય બાંધેલા કે 'કેરી બહુ સારી છે.' ઈન્દ્રિયો કંઈ સંભારતી નથી, એ તો બિચારી મૂકો ત્યારે ખાઈ લે. આપણા અભિપ્રાય આપણને રાગ-દ્વેષ કરાવે છે. અભિપ્રાય છૂટે તો સહજ થાય.

અભિપ્રાય બંધાયો કે રાગ-દ્વેષ થાય. જ્યાં અભિપ્રાય નથી ત્યાં રાગ-દ્વેષ નથી.

ભૂખનું મૂળ કારણ, દ્વેષ

માણસ રાગથી ખાય છે કે દ્વેષથી ખાય છે ? માણસ ખાવા જાય છે તે રાગથી ખાય છે કે દ્વેષથી ?

પ્રશ્નકર્તા : રાગથી ખાયને !

દાદાશ્રી : ના, દ્વેષથી ખાય છે.

પ્રશ્નકર્તા : દાદા, એ સમજાવો, એ બરોબર સમજાયું નથી.

દાદાશ્રી : એને ભૂખ ના લાગેને, બેસી રહે બિચારો. જ્યારે ભૂખ લાગેને ત્યારે મહીં દુઃખ થાય. દુઃખ થાય તે દ્વેષ કરે ને ! ભૂખ લાગે છે એ જ દ્વેષનું કારણ છે. તરસ લાગે છે એ દ્વેષનું કારણ છે. એને દ્વેષ ઊભો થાય છે, નહીં તો ભૂખ જ ના લાગતી હોય તો ? વિષય સંબંધી ભૂખ ના લાગતી હોય, દેહ સંબંધી ભૂખ ના લાગતી હોય, બીજી ભૂખ ના લાગતી હોય તો ?

પ્રશ્નકર્તા : તો વીતરાગ થઈ જાય માણસ.

દાદાશ્રી : વીતરાગ જ છે ને ! આ તો ભૂખ લાગે છે. કેટલા પ્રકારની ભૂખો લાગે છે એને ?

પ્રશ્નકર્તા : અનેક પ્રકારની ભૂખો છે ને !

દાદાશ્રી : ના, એમ ને એમ, કશું ભૂખ ના લાગે માટે આજ ફરવા જ જવું નથી, આજે સૂઈ રહેવું

છે. તોય પણ ભૂખ લાગ્યા વગર રહે કે ? છોડે ? એક દા'ડે ને બે દા'ડે ?

પ્રશ્નકર્તા : લાગે.

દાદાશ્રી : પછી મહીં શું થાય એને ?

પ્રશ્નકર્તા : ઉકળાટ થાય.

દાદાશ્રી : એટલે દુઃખ થાય, વેદના થાય. વેદના થાય એટલે દ્વેષ પરિણામ ઊભા થયા કહેવાય. દ્વેષ પરિણામ ઊભા થયા એટલે જે કોઈ (પણ રીતે) આવે તેને ગાળો દે. હા, ભૂખ્યો હોય તો ગાળો દે, બચકું હઉ ભરે. ખાવાનું લઈ જતાં હોય ને આપીએ નહીં ને, તો બચકું ભરી લે. તે ભૂખમાં એવું, તરસમાં એવું, આ વિષયમાં એવું. વિષય એક જાતની ભૂખ છે. સિનેમામાં ના જવા દો ને, એને (વિષયની) ભૂખ લાગી હોય ને ના જવા દો, તો શું થાય ? દ્વેષ કરે કે રાગ કરે ?

પ્રશ્નકર્તા : દ્વેષ કરે.

દાદાશ્રી : તે આ દ્વેષનું જ બધું ઊભું થયું જગત. રાગને તો બિચારાને કશી ભાંજગડ નથી.

એટલે આ જીવનમાં જે કોઈ પણ વિષયો છે ને, તે વિષયો દુઃખ દે છે. એટલે દ્વેષ થાય છે એને. એટલે દ્વેષથી પ્રયત્ન કરીને એને હોલવવા પ્રયત્ન કરે છે. સારું-ખોટું પછી શીખ્યો કે આ કેરી રત્નાગીરીની છે ને આ એ છે. એ રાગ તો પછી ઘણાં કાળે શીખ્યો. રાગ તો હતો જ નહીં. આ કેરી રત્નાગીરીની ક્યારે જરૂર પડે ? પેલી મળતી હોય અને આ મળતી જ ના હોય તો ?

આ મનુષ્યોને જે હાજતો છે ને, એ બધી જ દ્વેષવાળી છે. રાગ પછી ઊભો થયેલો છે. પછી તો વેણાવેણ થયું કે આનાં કરતાં આ સારું, એનાં કરતાં આ સારું, એનાં કરતાં આ સારું, એના કરતાં આ સારું, પણ જ્યારે ભૂખ લાગી હોય ને તો સારું-ખોટું કહે છે એ ?

ભાવ પ્રમાણે ઉદય-અસ્ત

પ્રશ્નકર્તા : જેને ઘણી ભૂખ લાગે, એને ઘણો દ્વેષ ઊભો થાય એવું ખરું ?

દાદાશ્રી : હા, હા, ઓછી ભૂખ લાગે તો ઓછો દ્વેષ લાગે. જેને ગયા અવતારે બ્રહ્મચર્ય ભાવ પાળ્યો હોય, એટલે એ ભાવનું ચાર્જ કર્યું હોય, તેને આ ભવમાં બ્રહ્મચર્યનો ઉદય આવે. તે એનો ઉદય આવે પછી એને એ (વિષયની) ભૂખ ના લાગે. એટલે એ તરફનો એને દ્વેષ ગયો. એટલે એ તરફનો વીતદ્વેષ થયો. એમ જેમાં જેમાં ભૂખ ના લાગે, એમાં વીતદ્વેષ થયો.

પ્રશ્નકર્તા : જ્યાં સુધી શરીર છે, ત્યાં સુધી ભૂખ તો લાગવાની જ.

દાદાશ્રી : ના, પણ બ્રહ્મચર્ય ભાવ કરેલો હોય તેને એક ભૂખ તો એટલી ઓછી થાય એવી છે, બીજી બધી ભૂખો તો લાગવાની જ.

પ્રશ્નકર્તા : હા, બીજું જે આપણે અનાજ ખાવાની ભૂખ છે, એ ભૂખ તો લાગે જ, તો પછી દ્વેષ તો જાય જ નહીં કોઈ દિવસ ?

દાદાશ્રી : એટલે દ્વેષ જાય જ નહીં. તેટલાં માટે આ અમે વીતરાગ વિજ્ઞાન આપી અને તમને વીતદ્વેષ બનાવ્યા.

પ્રશ્નકર્તા : ભૂખ તો લાગે દરરોજ, પછી વીતદ્વેષ બન્યા કેવી રીતે કહેવાય ?

દાદાશ્રી : એ તો હજુ સાયન્સ તમે સમજશો ત્યારે તે દહાડે, હજુ તો સમજવાનું બાકી છે ને ? એ બધા સમજીને બેઠાં છે કે કોને ભૂખ લાગી ને કોને નહીં, એ બધું જાણે છે. કોને ભૂખ લાગી, એ બધું તમે બધાં જાણીને બેઠાં ને ? અને પેલાં તો એમ જ જાણે કે મને ભૂખ લાગી છે.

આ ભૂખ ના લાગતી હોત ને, તરસ ના લાગતી હોત, તો આ સાધુ ઉપાશ્રયમાંથી બહાર ના

નીકળે. રાગ તો પછી ઊભો થયેલો છે. રાગ એટલે આ સારું ને આ ખોટું એ પછીનો ભાગ છે. મૂળ બધું અહીંથી જ ઊભું થયું છે. એ મૂળને જો પકડે, તો કામ જ નીકળી જાય ને !

એટલે આ વીતદ્વેષ તમને કર્યા. તે વીતરાગ મારી જોડે બેસી બેસીને થઈ જવાનું. જેટલો વખત બેસાય એટલો વખત. જેનાંથી જેટલો લાભ લેવાય એટલો. અને એક અવતારી છે, બે અવતારી, ત્રણ અવતાર, પાંચ અવતાર, બહુ ત્યારે પંદર અવતાર થશે, પણ બીજી તો ખોટ નહીં જાય ને ? અને એનું સુખ વર્તતું હોયને આપણને ?

વર્તો વ્યવસ્થિતતા જ્ઞાન પ્રમાણે

આપણે શું કહ્યું કે અન્નને તરછોડશો નહીં. જે વસ્તુ આવે તેને કોઈ વસ્તુને ન તરછોડો. એ તમારું કામ નહીં, હવે જ્ઞાન મળ્યા પછી.

કમિકમાર્ગમાં પેટ બાળીને જવાનું છે. આ પેટ બાળવાની લાઈન નહોય. બહાર જે હોય તે વ્યવસ્થિત. આજ જમવાનું હોય તેય વ્યવસ્થિત. આજ ભૂસું હોય તોયે વ્યવસ્થિત ને આજ ના હોય તોય વ્યવસ્થિત. અજીર્ણ થાય તોય વ્યવસ્થિત, ભૂખ રહે તોય વ્યવસ્થિત. એટલે અમે બહારની પીડા તમારી માટે રાખી નથી. આ જ પીડામાં લોક સપડાયું છે. આ જોવાનું ને આ નહીં જોવાનું, જેમાં જગત ડાખામાં પડ્યું છે ત્યાંથી અમે બંધ કરી દીધા બિલકુલ તમને.

આટલું જરા જોવું

આ કાળમાં તો કંટ્રોલ કરાય એવાં સંજોગો જ નથી ! દબાણ કરવા જાય તો ઊલટું મન વધારે કૂદાકૂદ કરે. એટલે આહારી આહાર કરે છે એમ જવા દેવું, પણ તે પાછું તમને બ્રહ્મચર્યમાં નુકસાન ના કરે એટલું જરા જોવું ! ખોરાકને માટે તમારે કંટ્રોલ કે ના કંટ્રોલ એવું અમારે કશું કહેવાની જરૂર નહીં. ફક્ત જો કદી વિષય મૂંઝવતા હોય, ઉદયકર્મનો ધક્કો વધારે

લાગતો હોય તો એણે ખોરાક પર કંટ્રોલ મૂકવો જોઈએ. પુરુષાર્થ એટલે બીજું તો શું કે તમારે ચંદુભાઈ (ફાઈલ નં. ૧)ને કહેવું પડે. તમારે ચંદુભાઈ (ફાઈલ નં. ૧) જોડે જુદાપણું રાખી વાતચીત થાય. કારણ કે આત્મા તો કશું બોલતો જ નથી, પણ મહીં જે પ્રજ્ઞા નામની શક્તિ છે, તે કહે છે કે જરાક ખોરાક ઓછો લેશો તો તમને ઠીક અનુકૂળ રહેશે. કારણ કે અહંકાર કરવા જાય તો તો અહંકાર જીવતો થાય. આ જ્ઞાન આપ્યું છે તેથી અહંકાર નિર્જીવ થયો છે. ‘વધારે પડતું ખાવું નથી’ એવું નક્કી કર્યા પછી ભૂલથી ખવાઈ જાય, તો તેને ‘વ્યવસ્થિત’ છે કહેવું.

સેફસાઈડ કરી લો, વિજ્ઞાનથી

ખાવાપીવાની બધી છૂટ આપી છેને ? મેં જો ખાવાપીવાનો વાંધો કર્યો હોત તો અહીં ઘણાખરા આવત જ નહીં. તમને લાડવા, જલેબી બધું જ ખાવાની છૂટ આપી છે. કૃપાળુદેવે તો શું કહેવું કે “ભાવતી થાળી આવે તો બીજાને આપી દેજો.” તે કોઈએ બીજાને આપી દીધી ? એકેય એવો પાક્યો કે જેણે ભાવતી થાળી બીજાને આપી દીધી ? આ કોઈ આપી દે એવા છે ? એ તો એક ‘જ્ઞાની પુરુષ’ એકલા જ એવું કરે. જ્યારે મેં તો તમને કહ્યું કે ‘ભાવતી થાળી’ ખાજો, નિરાંતે ! કેરીઓ ખાજો, રસ ખાજો. કોઈએ આવી છૂટ આપી નથી. અત્યાર સુધી કોઈ શાસ્ત્ર એવું નથી કહેતું કે સંસારીવેષે આમ થાય. પણ મારું આપેલું જ્ઞાન તને વાંધો નહીં આવે. વાંધો બતાવું તો ભાગી જાયને ? મને ભેગો થયો છે અને આવું સરસ વિજ્ઞાન છે તો લાભ લઈ લેને. આ અમારી શોધખોળ છે. બહુ ઊંચી જાતની શોધખોળ છે ! મારી આ નવી વૈજ્ઞાનિક શોધખોળ છે. ચોવીસ તીર્થકરોનું ભેગું વિજ્ઞાન છે આ ! આપણું આ વિજ્ઞાન થોડા વખતમાં સેફસાઈડ (સલામતી) કરી નાખે એવું છે. જેને ભગવાન પણ ના પૂછી શકે એવું સેફસાઈડ કરે એવું આ વિજ્ઞાન છે.

જય સચ્ચિદાનંદ

દાદાઈ જગતકલ્યાણ મીશન - સત્સંગ હાઈવાઈટ્સ

૨૦-૨૧ નવેમ્બર : અમરેલીમાં પૂજ્યશ્રીનું સૌરાષ્ટ્રની પ્રખ્યાત પાઘડી પહેરાવી સ્વાગત કર્યું હતું. સ્થાનિક સેવાર્થી મહાત્માઓ માટે સેવાર્થી સત્સંગ યોજાયો હતો. બે દિવસના સત્સંગ-જ્ઞાનવિધિ કાર્યક્રમ દરમ્યાન ૭૦૦ મુમુક્ષુઓએ આત્મજ્ઞાન મેળવ્યું હતું.

૨૩ થી ૨૮ નવેમ્બર : ભાવનગરમાં પરમ પૂજ્ય દાદા ભગવાનના ૧૦૫મા જન્મજયંતી મહોત્સવની શાનદાર ઉજવણી થઈ. ૨૩મીની સમી સાંજે મહોત્સવના ઉદ્ઘાટન પ્રસંગે સ્થાનિક ૩૪ લીટલ એમએચટીના બાળકોઓએ સુંદર સાંસ્કૃતિક નૃત્ય રજૂ કર્યું હતું. ત્યાર બાદ પૂજ્યશ્રીએ મહોત્સવ પ્રારંભે આશીર્વાચન પાઠવ્યા હતા. ત્યારબાદ દાદા ભગવાનના એન્થમ ગાનની રજૂઆત અને શ્રી સીમંધર સ્વામી તથા દાદા ભગવાનની આરતી કરવામાં આવી હતી. ચાર દિવસ પ્રશ્નોત્તરી સત્સંગ થયો હતો. ૨૭૦૦ મુમુક્ષુઓએ આત્મજ્ઞાન મેળવ્યું હતું. મહોત્સવ સ્થળ પર ઊભા કરવામાં આવેલ થીમપાર્ક-ચિદ્વન પાર્કની ૪૦થી ૫૦ હજાર જેટલા સ્થાનિક લોકોએ મુલાકાત લીધી હતી. મુલાકાતીઓને સમગ્ર આયોજનની સુચારુ વ્યવસ્થા જોઈ દાદાઈ જ્ઞાનની અલૌકિકતા અનુભવવા મળી હતી. જન્મજયંતીના દિવસે પૂજ્યશ્રીએ જન્મજયંતી નિમિત્તે સંદેશ આપ્યો હતો તથા જગતકલ્યાણની ભાવનાની સામાયિક કરાવી હતી. ત્યાર બાદ શ્રી સીમંધર સ્વામી તથા અન્ય ભગવંતોના પૂજન પછી પરમ પૂજ્ય દાદાશ્રીનું પૂજન કર્યું હતું તથા આરતી-સ્તુતિ-રાજીપો ગવાયા હતા. આવતા વર્ષે પરમ પૂજ્ય દાદા ભગવાનની ૧૦૬મી જન્મજયંતી ભરૂચમાં ઉજવવામાં આવશે એવી પૂજ્યશ્રી દ્વારા જાહેરાત કરવામાં આવી હતી. ૧૫ હજાર જેટલા મહાત્મા-મુમુક્ષુઓએ સવારના ૧૦ થી સાંજના ૭ દરમ્યાન પૂજ્યશ્રીના દર્શન કર્યા હતા.

૩૦ નવેમ્બર થી ૨ ડિસેમ્બર : કોલકતામાં એક વર્ષના વિરામ બાદ યોજાયેલ સત્સંગ-જ્ઞાનવિધિમાં આસામ, બિહાર, ઝારખંડ, ઓરિસ્સા, પશ્ચિમ બંગાળમાંથી લગભગ ૨૦૦ જેટલા મુમુક્ષુઓ કોલકતા આવ્યા હતા. ૩૦૦ મુમુક્ષુઓએ આત્મજ્ઞાન પ્રાપ્ત કર્યું હતું. ૨જી ડિસેમ્બરે પૂજ્ય નીરુમાના ૬૮મા જન્મદિવસની ઉજવણી કરવામાં આવી હતી તથા કોલકતાના સેવાર્થી મહાત્માઓ માટે સત્સંગ ગોઠવાયો હતો.

અડાલજ ત્રિમંદિર સંકુલમાં પણ મહાત્માઓએ પૂજ્ય નીરુમાના જન્મદિને પ્રભાત ફેરી કાઢી હતી તથા સમાધિએ પ્રાર્થનાઓ, ચરણવિધિ તથા આરતી કર્યા હતા. આ પ્રસંગે પૂજ્ય નીરુમાની સ્પેશ્યલ સીડી બતાવવામાં આવી હતી.

૪-૫ ડિસેમ્બર : છત્તીસગઢ રાજ્યની રાજધાની રાયપુરમાં પૂજ્યશ્રીના બીજી વાર યોજાયેલ સત્સંગ કાર્યક્રમને અભૂતપૂર્વ પ્રતિસાદ મળ્યો હતો. સમગ્ર હોલ સ્થાનિક મુમુક્ષુઓ તથા મહાત્માઓથી ભરાઈ ગયો હતો. ૪૨૫ મુમુક્ષુઓએ આત્મજ્ઞાન મેળવ્યું હતું. દુર્ગા, ભિલાઈ, વિલાસપુર, રાયપુર સેન્ટરના મહાત્માઓ માટે સેવાર્થી સત્સંગ યોજાયો હતો.

૭ થી ૯ ડિસેમ્બર : આ વખતે મુંબઈના મુલુંડ પરામાં પૂજ્યશ્રીના સત્સંગ-જ્ઞાનવિધિ કાર્યક્રમ યોજાયા હતા. બે દિવસના પ્રશ્નોત્તરી સત્સંગ પછી યોજાયેલ જ્ઞાનવિધિમાં ૧૩૦૦ મુમુક્ષુઓએ આત્મજ્ઞાન મેળવ્યું હતું, જેમાં ૩૦૦ જેટલા નોન-ગુજરાતી મુમુક્ષુઓ હતા. મુંબઈના સેવાર્થી મહાત્માઓ માટે સત્સંગ તથા દર્શનનો કાર્યક્રમ યોજાયો હતો.

૧૧-૧૨ ડિસેમ્બર : વલસાડમાં યોજાયેલ સત્સંગ-જ્ઞાનવિધિ કાર્યક્રમ દરમ્યાન ૮૦૦ મુમુક્ષુઓએ આત્મજ્ઞાન મેળવ્યું હતું. સેવાર્થી સત્સંગ દરમ્યાન સ્થાનિક મહાત્માઓને પૂજ્યશ્રી સાથે નજીકના સાંનિધ્યનો લહાવો પ્રાપ્ત થયો હતો.

૧૧મી ડિસેમ્બરે મોરબી ત્રિમંદિરના સીમંધર સ્વામી ભગવાનની ૯ ફૂટ ઊંચી પ્રતિમા જયપુરથી મોરબી જતાં અડાલજ ત્રિમંદિરે પહોંચી હતી. અડાલજ ત્રિમંદિરે મહાત્માઓએ વિધિ, ભક્તિ, આરતી કર્યા હતા. ૧૨મી ડિસેમ્બરે સ્વામીની પ્રતિમા મોરબી પહોંચતા મોરબીના મહાત્માઓએ ભગવાનનું સામૈયું કર્યું હતું અને ગરબા ગાયા હતા. પ્રતિમાને કેન દ્વારા મંદિરમાં તેના સ્થાને સ્થાપિત કરવામાં આવી હતી. મહાત્માઓએ આ અલૌકિક પ્રસંગ આનંદપૂર્વક માણ્યો હતો.

૧૩ ડિસેમ્બર : વલસાડના જિલ્લાના ધરમપુર પાસે આવેલા પૂજ્યશ્રી રોકેશભાઈ દ્વારા સ્થાપિત શ્રીમદ્ રાજચંદ્ર આશ્રમની પૂજ્યશ્રી દીપકભાઈએ મુલાકાત લીધી હતી. આશ્રમના આત્માર્પિત ભાઈઓ-બહેનોએ ભક્તિમય નૃત્ય દ્વારા પૂજ્યશ્રી દીપકભાઈનું અભિવાદન કર્યું હતું. પૂજ્યશ્રી દીપકભાઈએ ઉપસ્થિત મુમુક્ષુઓને પરમ પૂજ્ય દાદા ભગવાનના અક્રમ વિજ્ઞાનનો પરિચય આપ્યો હતો તથા એમના પ્રશ્નોના સમાધાન આપ્યા હતા. ત્યાર બાદ આશ્રમમાં વૃક્ષારોપણ કર્યું હતું તથા સમગ્ર આશ્રમની મુલાકાત લીધી હતી.

દાદાવાણી

દાદા ભગવાન તમે જ્યાં હો ત્યાંથી મોરબી ત્રિમંદિરે પ્રાણ પૂરવાને વહેલા વહેલા આવો રે...

મોરબી ત્રિમંદિર પ્રાણપ્રતિષ્ઠા મહોત્સવ

આત્મજ્ઞાની પૂજ્ય દીપકભાઈના સાંનિઘ્યામાં...

તા. ૨૪ ફેબ્રુઆરી ૨૦૧૩ (રવિવાર)

પ્રાણપ્રતિષ્ઠા : સવારે ૧૦ થી ૧ તથા પ્રક્ષાલ-પૂજન-આરતી : સાંજે ૪ થી ૭

સ્થળ : મોરબી ત્રિમંદિર, જેપુર ગામ પાસે, મોરબી-નવલખી હાઈવે. સંપર્ક : ૯૪૨૬૨૨૭૬૧૯

વિશેષ સૂચના : કાર્યક્રમ એક દિવસનો હોવાથી રહેવાની સુવિધા ઉપલબ્ધ નથી. જે મહાત્મા-મુમુક્ષુઓ પ્રતિષ્ઠાના દિવસે સીધા જ મહોત્સવ સ્થળ પર પહોંચશે, તેમના માટે બાથરૂમ-ટોઈલેટની સુવિધા રહેશે.

કાર્યક્રમમાં ભાગ લેવા તા. ૩૧ જાન્યુઆરી ૨૦૧૩ સુધી આપના નજીકના સેન્ટરમાં અને જો નજીકમાં કોઈ સેન્ટર ના હોય તો અડાલજ ત્રિમંદિરના ફોન નં. (૦૭૯) ૩૯૮૩૦૪૦૦ પર પોતાનું રજિસ્ટ્રેશન કરાવવું જરૂરી છે.

પૂજ્ય નીરુમાને નિહાળો ટીવી ચેનલ પર...

- ભારત + 'દૂરદર્શન' - ડીડી-ગિરનાર પર દરરોજ સવારે ૭ થી ૭-૩૦ અને બપોરે ૩-૩૦ થી ૪ - 'જ્ઞાનવાણી'
- + 'અરિહંત' ચેનલ પર દરરોજ સવારે ૧૦ થી ૧૦-૩૦ અને બપોરે ૩-૩૦ થી ૪
- + 'આસ્થા' પર દરરોજ રાત્રે ૧૦-૨૦ થી ૧૦-૪૦ (હિન્દીમાં)
- + 'સોહમ' ચેનલ પર દરરોજ બપોરે ૩-૩૦ થી ૪ (હિન્દીમાં)
- + 'દૂરદર્શન' - ડીડી-સપ્તગિરિ પર સોમ થી શુક્ર સવારે ૭-૩૦ થી ૮ (તેલુગુમાં)
- + 'દૂરદર્શન' - ડીડી ચંદના પર દર રવિવારે સવારે ૯ થી ૯-૩૦ (કન્નડમાં)
- USA + 'TV Asia' - સોમ થી શુક્ર સવારે ૭-૩૦ થી ૮ EST
- USA-UK + 'આસ્થા' પર દરરોજ સવારે ૮ થી ૮-૩૦ (ડિશ ટીવી ચેનલ યુકે-૮૪૯, યુએસએ-૬૪૮)
- સમગ્ર વિશ્વમાં (ભારત સિવાય) - 'સોની' ટીવી પર સોમ થી શુક્ર સવારે ૭ થી ૭-૩૦ (હિન્દીમાં)

પૂજ્ય દીપકભાઈને નિહાળો ટીવી ચેનલ પર...

- ભારત + 'દૂરદર્શન' ડીડી-ગિરનાર પર દરરોજ રાત્રે ૯ થી ૯-૩૦ - 'જ્ઞાનપ્રકાશ'
- + 'દૂરદર્શન' નેશનલ પર દર સોમ-મંગળ-બુધ સવારે ૮-૩૦ થી ૯ (હિન્દીમાં)
- + 'દૂરદર્શન - સહ્યાદ્રિ' પર સોમ થી શનિ સવારે ૭-૩૦ થી ૮ (મરાઠીમાં)
- સમગ્ર વિશ્વમાં (ભારત સિવાય) 'SAHARA ONE' - સોમ થી શુક્ર - સવારે ૯ થી ૯-૩૦ EST
- USA-UK + 'આસ્થા' પર દરરોજ રાત્રે ૯-૩૦ થી ૧૦ (ડિશ ટીવી ચેનલ યુકે-૮૪૯, યુએસએ-૬૪૮)

દાદાવાણી મેગેઝીનના વાર્ષિક સભ્યો માટે સૂચના

આપનું વાર્ષિક લવાજમ પૂરું થાય છે તે શી રીતે જાણશો ? જો આપની આ મહિનાની આવેલ દાદાવાણીના કવરના લેબલ પર ગ્રાહક નં.ની બાજુમાં # હોય તો જાણવું કે આ આપની છેલ્લી દાદાવાણી છે. દા.ત. DGIA41250 # અને જો આ મહિનાના કવરના લેબલ પર ગ્રાહક નં.ની બાજુમાં # # હોય તો જાણવું કે આ પછીના મહિનાની દાદાવાણી છેલ્લી દાદાવાણી રહેશે. દા.ત. DGIA41250 # #. દાદાવાણી રિન્યુઅલની વિગત (લવાજમ અને સંપર્કસૂત્ર) પેજ નં. ૧ પર આપેલ છે.

મુખ્ય સેન્ટરોના સંપર્ક : અડાલજ ત્રિમંદિર : (૦૭૯) ૩૯૮૩૦૧૦૦, અમદાવાદ : (૦૭૯) ૨૭૫૪૦૪૦૮; મુંબઈ : ૯૩૨૩૫૨૮૯૦૧; રાજકોટ ત્રિમંદિર : ૯૨૭૪૧૧૧૩૯૩; ભૂજ ત્રિમંદિર : (૦૨૮૩૨) ૨૯૦૧૨૩; ગોધરા ત્રિમંદિર : (૦૨૬૭૨) ૨૬૨૩૦૦; વડોદરા (દાદા મંદિર) : ૦૨૬૫-૨૪૧૪૧૪૨; U.S.A.-Canada: +1 877-505-DADA (3232); U.K.: +44 330-111-DADA(3232)

દાદાવાણી

આત્મજ્ઞાની પૂજ્ય દીપકભાઈના સાંનિઘ્યમાં આગામી સત્સંગ કાર્યક્રમો

અડાલજ ત્રિમંદિર

તા. ૫ જાન્યુઆરી (શનિ), સાંજે ૪-૩૦ થી ૭ - સત્સંગ તથા ૬ જાન્યુ. (રવિ), અપોરે ૩-૩૦ થી ૭ - જ્ઞાનવિદિ
તા. ૧૬ તથા ૧૮ માર્ચ (શનિ-સોમ), સાંજે ૪-૩૦ થી ૭ - સત્સંગ તથા ૧૭ માર્ચ (રવિ), અપોરે ૩-૩૦ થી ૭ - જ્ઞાનવિદિ
તા. ૧૯ માર્ચ (મંગળ), સાંજે ૪ થી ૭ - પૂ. નીરુમાની સ્પે. સીડી તથા આપ્તસિંચનના નવા સાધકોની સમર્પણ વિદિ
તા. ૧૯ માર્ચ (મંગળ), રાત્રે ૮-૩૦ થી ૧૦ - પૂ. નીરુમાની સાતમી પુણ્યતિથિ નિમિત્તે વિશેષ ભક્તિ

સુરત

તા. ૨૫-૨૬ જાન્યુ. (શુક્ર-શનિ), રાત્રે ૮ થી ૧૦-૩૦- સત્સંગ તથા ૨૭ જાન્યુ. (રવિ), સાંજે ૫-૩૦ થી ૯- જ્ઞાનવિદિ
સ્થળ : વનિતા વિશ્રામ ગ્રાઉન્ડ, આર.ટી.ઓ.ની સામે, રીંગ રોડ. સંપર્ક : ૯૫૭૪૦૦૮૦૦૭

ગોધરા

તા. ૨૯ જાન્યુઆરી (મંગળ), સાંજે ૬ થી ૮-૩૦- સત્સંગ તથા ૩૦ જાન્યુ. (બુધ), સાંજે ૫ થી ૮-૩૦ - જ્ઞાનવિદિ
સ્થળ : ગોધરા ત્રિમંદિર, ભામૈયા ગામ, એફ.સી.આઈ. ગોડાઉન સામે. સંપર્ક : ૯૮૨૫૪૩૧૫૦૩

વડોદરા

તા. ૧-૨ ફેબ્રુઆરી (શુક્ર-શનિ), સાંજે ૭ થી ૯-૩૦- સત્સંગ તથા ૩ ફેબ્રુ. (રવિ), સાંજે ૫ થી ૮-૩૦ - જ્ઞાનવિદિ
સ્થળ : પારસી અગિયારી ગ્રાઉન્ડ, સૂર્યા પેલેસ હોટેલની સામે, સયાજીગંજ. સંપર્ક : ૯૮૨૫૦૩૨૯૦૧

સુરેન્દ્રનગર

તા. ૯ ફેબ્રુઆરી (શનિ), સાંજે ૮ થી ૧૦-૩૦- સત્સંગ તથા ૧૦ ફેબ્રુ. (રવિ), સાંજે ૫-૩૦ થી ૯ - જ્ઞાનવિદિ
સ્થળ : એમ. પી. શાહ આર્ટ્સ એન્ડ સાયન્સ કોલેજ ગ્રાઉન્ડ, બસ સ્ટેન્ડ રોડ. સંપર્ક : ૯૮૭૯૨૩૨૮૭૭

જૂનાગઢ

તા. ૧૨ ફેબ્રુઆરી (મંગળ), રાત્રે ૮ થી ૧૦-૩૦- સત્સંગ તથા ૧૩ ફેબ્રુ. (બુધ), સાંજે ૭ થી ૧૦-૩૦ - જ્ઞાનવિદિ
સ્થળ : શ્રી સ્વામિનારાયણ મંદિર, અક્ષરવાડી, મોતીબાગ ગેટ નં. ૩ ની સામે. સંપર્ક : ૯૯૨૪૩૪૪૪૮૯

રાજકોટ

તા. ૧૫-૧૬ ફેબ્રુ. (શુક્ર-શનિ), સાંજે ૭-૩૦ થી ૧૦- સત્સંગ તથા ૧૭ ફેબ્રુ. (રવિ), સાંજે ૬-૩૦ થી ૧૦ - જ્ઞાનવિદિ
સ્થળ : નંદનવન પાર્ટી પ્લોટ, ૧૫૦ ફૂટ રીંગ રોડ, નાના મવા ચોકડી. સંપર્ક : ૯૮૭૯૧૩૭૯૭૧

જેતપુર

તા. ૧૮ ફેબ્રુઆરી (સોમ), રાત્રે ૮-૩૦ થી ૧૧ - સત્સંગ તથા ૧૯ ફેબ્રુ. (મંગળ), સાંજે ૭-૩૦ થી ૧૧ - જ્ઞાનવિદિ
સ્થળ : જુમખાના ગ્રાઉન્ડ, બસ સ્ટેન્ડની સામે, જેતપુર. સંપર્ક : ૯૮૨૫૯૬૯૧૧૨

મોરબી

તા. ૨૨ ફેબ્રુઆરી (શુક્ર), સાંજે ૪ થી ૬-૩૦ - સત્સંગ તથા ૨૩ ફેબ્રુ. (શનિ), અપોરે ૩ થી ૬-૩૦ - જ્ઞાનવિદિ
સ્થળ : મોરબી ત્રિમંદિર, જેપુર ગામ પાસે, મોરબી-નવલખી હાઈવે. સંપર્ક : ૯૪૨૬૨૨૭૬૧૯

ગાંધીધામ

તા. ૨૭ ફેબ્રુઆરી (બુધ), સાંજે ૬-૩૦ થી ૯ - સત્સંગ તથા ૨૮ ફેબ્રુ. (ગુરુ), સાંજે ૫-૩૦ થી ૯ - જ્ઞાનવિદિ
સ્થળ : શક્તિનગર ક્રિકેટ ગ્રાઉન્ડ, ગાંધીધામ. સંપર્ક : ૯૫૭૪૦૦૮૧૨૪

જાન્યુઆરી ૨૦૧૩
વર્ષ-૧૮, અંક-૪
સળંગ અંક - ૨૦૯

દાદાવાણી

Reg. no. of Newspaper 67543/95
Reg. no. GAMC - 1143/2012-2014
valid up to 31-12-2014
LPWP Licence No. CPMG/GJ/23/2012
Valid up to 30-6-2014
Posted at AHD, P.S.O. Sorting Office Set-1
on 1st of each month.

લો આહાર એવો, જે ન બાધક બ્રહ્મચર્યની સાધનામાં

પુદ્ગલ હેરાન કરે એવી વસ્તુ છે, એ આપણો પાડોશી છે. પુદ્ગલ વીર્યવાન હોય ત્યારે હેરાન ના કરે. અગર તો બિલકુલેય આહાર ઓછો લે, જીવવા પૂરતો જ આહાર લે ત્યારે પુદ્ગલ હેરાન ના કરે. ખોરાકથી તો બ્રહ્મચર્ય અટક્યું છે. ખોરાકની બાબતમાં જાગૃત રહેવું જોઈએ. આપણને આ દાળ-ભાત-શાક-રોટલી, સાદા ખોરાકથી બધી શક્તિ મળી રહે ! પણ જે વિકારી છે, એ ખોરાક ના હોવો જોઈએ. ખોરાક એવો લેવો જોઈએ કે એ બહુ પુષ્ટિકારક ના હોય ને મેણો જ ના ચઢે. આ તો ખોરાકનો મેણો ચઢે છે, તેની પછી ઊંઘ આવે છે. એટલે જાગૃતિ બંધ થઈ જાય. આ ખાધા પછી વિધિ કરો જોઈએ, સામાયિક કરો જોઈએ, થાય છે ? બરોબર ના થાય !

- દાદાશ્રી



માલિક-મહાવિદેહ ફાઉન્ડેશન વતી પ્રકાશક અને મુદ્રક શ્રી કિમ્પલ મહેતાએ અંબા ઓફસેટ, બેંગ્લોર, પાર્શ્વનાથ ચેમ્બર્સ, ઉસ્માનપુરા, અમદાવાદ - ૧૪ ખાતે છપાવી પ્રકાશિત કર્યું.