**સંશોઘન વિભાગ**

વૈદિક સંસ્કૃતિ વિશુઘ્ઘ જ્ઞાન સાથે સંકળાયેલી સંસ્કૃતિ છે. આ વિજ્ઞાનને ઋષિમુનીઓએ ઉપનિષદ, ગીતા પુરાણો તેમજ વેદો જેવા શાસ્ત્રોને ઘાર્મિક પરંપરાઓ દ્વારા માનવ સમક્ષ મુકવામાં આવેલ છે. જેનું મુખ્ય કારણ સામાન્યથી સામાન્ય વ્યક્તિ પણ આ જ્ઞાનને સમજી તેનું અનુકરણ કરી શકે. હજારો વર્ષો પહેલા ઋષિમુનાઓએ ગ્રહો,નક્ષત્રો તથા ગ્રહણો વિશેનું માત્ર સંશોધન જ નહિ પરંતુ તેની મનુષ્ય જીવન પર થતી અસરાનું પણ વર્ણન કર્યુ છે. આ ઉપરાંત આયુર્વેદ નાડીશાસ્ત્ર, યોગશાસ્ત્ર, વાસ્તુશાસ્ત્ર, જ્યોતિશાસ્ત્ર તેમજ વેદ જેવાશાસ્ત્રોની પણ રચના કરી છે. આ દરેક શાસ્ત્રો પાછળ ચોક્કસ વૈજ્ઞાનીક દ્રષ્ટીકોણ જોડાયેલ છે. આ શાસ્ત્રોની રચના પાછળના ઋષિમુનીઓનો ઉદ્દેશ્ય લોક કલ્યાણનો જ હતો આ શાસ્ત્રો પાછળ હાલમાં પણ ઘણા સંશાઘના થઈ રહ્યા છે. તેમજ શાસ્ત્રોના અભ્યાસ દ્વારા ઘણા વૈજ્ઞાનિક રહસ્યો પણ જાણવા મળ્યા છે.

આ શાસ્ત્રો ઉપર યોગ્ય અભ્યાસ અને વઘુ ઉંડાણ પૂર્વક સંશોઘન કરી મનુષ્ય જીવનને ઉપયોગી થઇ શકે તેમજ જીવનને સાચી દીશા તરફ લઇ જઇ શકાય. પરંતુ હાલમાં ઋષિમુનીઓ રચીત શાસ્ત્રોનું અઘકચરુ જ્ઞાન સાથે વાણી-વિલાષ દ્વારા વેપારી કરણ થઇ રહ્યુ છે.જે આપણી સંસ્કૃતિ માટે ઘણુંજ દુઃખદ અને ભયજનક સાબિત થઇ શકે છે. જે હાલમાં કથિત ઘર્મ ગરુઓ દ્વારા શાસ્ત્રોને કથા કે વાર્તા સ્વરુપે હાસ્યસ્પદ રીતે ફક્ત અને ફક્ત વૈભવ વિલાસ અને પ્રતિષ્ઠાની જંખના રાખતા હાલમાં કહેવાતા ઘર્મગુરુઓને જ આભારી છે. જેમ બને તેમ પોતાનો એક વિશાળ સમુદાય ઉભો કરી પોતાની જરુરીયાતની પૂર્તિ કરી ભૌતિક સુખ મેળવવાનો જોવા મળી રહ્યો છે. જેના કારણે વૈદિક સંસ્કૃતિ વિનાશ તરફ જઈ રહી છે. આ વિનાશ ત્યારે જ અટકી શકે જયારે દરેક વ્યક્તિને સ.સ્કૃતિ વિશેનું સાચુ જ્ઞાન પ્રાપ્ત થાય.

આપણી સંસ્કૃતિને વિનાશ તરફ લઇ જવામાં પોતાને બૌઘ્ઘિક તેમજ આધુનિક અભિગમ સાબીત કરનાર બીજો સમુદાય પણ જવાબદાર બની રહ્યો છે. પોતાને બુઘ્ઘિજીવી માનનાર હાલમાં હાસ્યસ્પદ કથિત ગુરુઓ દ્વારા પિરસેલા જ્ઞાનની નિંદા તેમજ ટીકા કરી પોતાના મંતવ્યો આપી રહ્યા છે. પરંતુ આ કહેવાતા બુઘ્ઘિજીવીઓએ પણ શાસ્ત્રોના ઉંડાણ પૂર્વકનો અભ્યાશ કર્યો નથી કે જાણવાનો પ્રયાસ કર્યો નથી જેના કારણે શાસ્ત્રોમાં છુપાયેલા સાચા રહસ્યો આપણી સમક્ષ આવી શકતા નથી આના પાછળ કથિત ઘર્મ ગુરુઓ તેમજ પોતાને બુઘ્ઘિજીવી માનતો સમુદાય જ જવાબદાર છે.

આપણા ઋષિમુનીઓએ વૈભવ વિલાસને ઠુકરાવી સાદુ અને એકાંત જીવન જીવી યોગ અને તપસ્યા દ્વારા જ્ઞાન સંપાદન કરી લોકો સમક્ષ મુકવામાં આવ્યુ હતુ પરંતુ સમય જતા આ રચિત શાસ્ત્રોમાં છુપાયેલા રહસ્યો લુપ્ત થતા ગયા આ શાસ્ત્રોમાં છુપાયેલા ગૂઢ રહસ્યો તેમજ ગૂઢ જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવા માટે એક એવી સંસ્થા કે એવા સમુદાયની જરૂર છે. જે આ શાસ્ત્રોમાં છુપાએલા રહસ્યો કે જ્ઞાનને જાણી સમજી લોકહિતાર્થે માકવામાં આવે જેથી આપણા જીવનને સુખી તથા સાર્થક બનાવિ શકાય આ માટે **શ્રી આત્મદર્શન ચેરીટેબલ ટ્રસ્ટ** દ્વારા એક સંશોઘન વિભાગ તૈયાર કરવામાં આવશે. તેમજ પેઢીને શાસ્ત્રોનું જ્ઞાન આપી નિપૂણ બનાવિ શાસ્ત્રો પાછળ છુપાએલા વૈજ્ઞાનીક રહસ્યો જાણી લોકો સમક્ષ મુકવામાં આવશે.

**પ્રસ્તાવના**

જ્યોતિષ-શાસ્ત્રનો અભ્યાસ અને એ જ્ઞાનનો લોક લાભાર્થે ઉપયોગ કર્યા બાદ મારો એ નિષ્કર્ષ છે કે પૃથ્વી પર સુખસગવડની ઝંખના કરતો માનવી ખરેખર સુખી જોવા મળતો નથી. દરેક વ્યક્તિ શારીરિક, માનસિક કે આર્થિક બાબતે હંમેશા ચિંતિત જોવા મળે છે. ચિંતા અને શોકથી ઘેરાયેલ વિશ્વના દર સો વ્યક્તિ માંથી પાંચ થી દશ વ્યક્તિઓ માનસિક અસ્થિરતાના ભોગ બને છે. જેના કારણે આત્મહત્યા તેમજ હ્યદયને લગતા રોગોનું પ્રમાણ ઉત્તરોત્તર વઘતું જાય છે. માનવીનું વ્યસન પ્રત્યેનું બંઘારણ પણ માનસિક સમસ્યાનો જ એક ભાગ છે. મનુષ્યની વર્તમાન પરિસ્થિતિ જોતા તેના નિરાકરણના ઉપાયો વિશે મનોમંથન થતું રહેતું હતું અને આ માટે શાસ્ત્રાના અભ્યાસ કરતાં જણાયું કે મનુષ્યનો જન્મ આત્મ કલ્યાણ અર્થે થયો છે, પરંતુ માનવી આ તથ્ય તેમજ જીવનને સાચી રીતે સમજી શક્યો નથી. ખરેખર હિંદુ ઘર્મએ જીવનના મહત્ત્વના અને ઉપયોગી કહી શકાય એવા લક્ષ્યાંકો નક્કી કર્યા છે. આ ચાર લક્ષ્યાંકોને શાસ્ત્રોમાં પુરુષાર્થ તરીકે ઓળખાવ્યા છે.

હિન્દૂ ઘર્મમાં સંસારને યોગ્ય મહત્ત્વ અપાયું છે. એટલે સંસાર સાથેનો સંબંઘ એકદમ તોડી નાંખીને મોક્ષ માટે દોડવાનું હિન્દુ ઘર્મ કહેતો નથી. ઉલટું મનુષ્યે આ ઘર્મબુદ્ઘિથી સંસારની દૈનિક ઘટમાળમાંથી પસાર થવું જોઇએ. પોતાની કૌટુંબિક, સામમાજિક તેમજ રાષ્ટ્રીય જવાબદારીઓ હોય તે ઉત્તમ રીતે પાર પાડવાનો પુરુષાર્થ કરવો જોઇએ અને એમ કરતાં-કરતાં જે સુખ સગવડો પ્રાપ્ત થાય તે આત્મકલ્યાણને અવરોઘરુપ ન બને તે રીતે ભોગવવું જોઇએ. ઘણા મનુષ્યો ઇચ્છે છે કે તેઓ શાસ્ત્રો અનુસાર જીવન જીવી આત્મકલ્યાણ કરે પરંતુ એનુ પૂર્ણ જ્ઞાન તથા યોગ્ય માર્ગદરેશન ન મળવાને કારણે લક્ષ્યથી ભટકતો રહે છે અને સંસારની ખોટી માયાજાળમાં ફસાઇ જવાને કારણે આત્મકલ્યાણથી વંચિત રહી જાય છે. દરેક વ્યક્તિ આધ્યાત્મિક જીયન જીવવાની ઇચ્છા ધરાવે છે. યોગ્ય મર્ગદર્શન નો અભાવ તેમજ હાલમા ચાલી રહેલા આધ્યાત્મિક ભ્રષ્ટાચારને કારણે આધ્યાત્મિકતા પ્રત્યે લોકોનો અણગમો જોઇ શકાય છે. પેરાચીનકાલ દરમ્યાન આપવામાં આવતી આધ્યાત્મિક શિક્ષણની પ્રણાલી ત્મજ શિક્ષણ આપનાર ગુરુઓ પર દ્રષ્ટિ કરીશું તો ચોક્કસ પણે અત્યારના શિક્ષણ અને ગુરુઓની શિક્ષણ આપવાની પધ્ધતિમા ફરક નોંઘી શકાય છે. આ શિક્ષણ આપવાની પ્રણાલીને ધ્યાનમાં લઇ પ્રાચીન સમયના શિક્ષણને ધ્યાનમાં રાખી વર્તમાન સમયમાં આધ્યાત્મિક શિક્ષણ નું જ્ઞાન આપી વ્યક્તિને દિવ્ય લક્ષ્ય તરફ દોરવો જોઇએ.

મારા વ્યક્તિગત અનુભવો પરથી એવું લાગ્યુકે આત્મકલ્યાણ માટે અષ્ટાંગયોગનું જ્ઞાન ખુબજ જરુરી તેમજ પાયાનું છે. યમ, નિયમ, આસન, પ્રાણાયામ, પ્રત્યાહાર, ઘારણા, ઘ્યાન તથા સમાઘિ આ અષ્ટાંગયોગ દ્વારા આત્મકલ્યાણ સરળતાથી કરી શકાય. અષ્ટાંગ યોગમા ધ્યાનનુ મહત્ત્વ વધુ છે. પરંતુ જ્યા સુઘી શરીર શુદ્ઘિ ન હોય ત્યા સુધી વિચાર- શુદ્ઘિ રહેતી નથી અને વિચારશુદ્ઘિ નહોય ત્યા સુધી ધારણા શુદ્ઘિ રહેતી નથી અને ધારણા શુદ્ઘિ ન હોય ત્યા સુધી ધ્યાન શક્ય બનતું નથી. ટૂંકમા શરીર શુદ્ઘિ માટે આસનો અને પ્રાણાયામ ખૂબ જરુરી છે. એના માટે યોગ્ય માર્ગદર્શન મળી રહે એવી વ્યવસ્થા કે સંસ્થાનો અભાવ જોવા મળી રહ્યો છે.

વર્તમાન સમયમા શારીરિક શ્રમ કરતા પણ માનસિક શ્રમનુ પ્રમાણ વધુ હોવાને કારણે શરીરમા વિવિધ પ્રકારના રોગોની સમસ્યાઓ વધતી જાય છે. તેમાથી સ્વસ્થતા મેળવવા માટે આસન, પ્રાણાયામ ઉપરાત આયુર્વેદ શાસ્ત્રનો પણ યોગ્ય ઉપયોગ અનિવાર્ય બની જાય છે. ઋષિમુનિઓ દ્વારા મળેલ એક અદ્ભૂત ભેટ જ્યોતિષશસ્ત્ર પણ આપણા યોગ્ય જીવન જીવવા માટે મહત્ત્વનુ માર્ગદર્શક બની રહે છે. જ્યોતિષશાસ્ત્ર દ્વારા દરેક વ્યક્તિની પ્રકૃત્તિ ઓળખી જે તે ક્ષેત્રમા તેનો વિકાસ સારી રીતે કરવો શક્ય બને છે. આ ઉપરાંત આ શાસ્ત્ર દ્વારા એ પણ જોવા મળ્યુ છે કે તેના યાગ્ય અભ્યાસ અને માર્ગદર્શન દ્વારા મનુષ્ય તેનુ જીવન કેવી રીતે સરળ બનાવી શકે, અને શરીરની આઘિ, વ્યાધી અને ઉપાધિનુ આગળથી નિરાકરણ કરી શકે. આ શાસ્ત્ર આત્મકલ્યાણ માટે પણ એટલુ જ ઉપયોગી સાબિત થઇ શકે છે તેથી તો જ્યોતિષ શાસ્ત્રને વેદોની “ આંખ ” કહેવામાઆવે છે.

વ્યક્તિના આધ્યાત્મિક, શારિરીક, માનસિક કે આર્થિક મુંઝવણનો પ્રાણાયામ, યોગ, આસન, જ્યોતિષશાસ્ત્ર, આયુર્વેદ વગેરે શાસ્ત્રોના ઉપયોગથી ઉકેલ મેળવી આત્મકલ્યાણનો માર્ગ મેળવી શકે એવી એક સંસ્થાની મને જરુર લાગી અને “ આશ્રમ શ્રી આત્મદર્શન ” એ એની ફલશ્રુતિ છે. મનુષ્ય તેનુ જીવન સરળ, સહજ અને નિરોગી રીતે જીવી આત્મકલ્યાણનું ધ્યેય પ્રાપ્ત કરે એજ આ સંસ્થાનો પ્રયત્ન રહેશે. આ સંસ્થાના નિર્માણ તથા સંવર્ધન હેતુસર આપના તરફથી સૂછનો, શુભેચ્છાઓ તથા દાન આવકાર્ય છે.

**જ્યોતિષશાસ્ત્ર**

આપણા પ્રાચીન ઋષિમુનિઓએ તેમના તપોબળ, અભ્યાસ અને નિરીક્ષણ દ્વારા માનવ ઉપયોગી થઇ શકે એવા અનેકશાસ્ત્રો રચના કરી હતી. જેવા કે યોગશાસ્ત્ર, વેદ, વાસ્તુશાસ્ત્ર, આયુર્વેદ, જ્યોતિષશાસ્ત્ર વગેરે. તે ઉપરાંત પુરાણોની રચના માનવકલ્યાણ માટે એક અમુલ્ય ભેટ છે. પરંતુ બહુ જ દુ:ખનું કારણ કહેવાય કે આપણા ઋષિમુનિ દ્વારા અપાયેલુ અધકચરું જ્ઞાન સાથે વેપારીકરણ થઇ રહ્યું છે. આજથી હજારો વર્ષ પૂર્વે ભારત જ્ઞાન અને સંસ્કૃતિથી ઝળહળતુ હતું. ઋષિમુનિઓએ તેમના તપોબળ દ્વારા આ જ્ઞાન મેળવ્યુ હતું. પશ્વિમના વિજ્ઞાન અને ખગોળશાસ્ત્રનો વિકાસ થયાને હજુ તો ચાર – પાંચ સદી થઇ છે, જ્યારે ભારતમા તો હજારો વર્ષો પૂર્વેથી ગ્રહો, નક્ષત્રો, ઘૂમકેતુઓ તેમજ કોઇપણ આડ અસર વિનાની ચિકિત્સા પદ્ઘતિ આયુર્વેદ તેમજ કેટલાક સૂક્ષ્મ સંશોન કર્યા છે. આ પ્રાચીન ઋષિમુનીએ કરેલા સંશોઘનો આજે પણ અચળ અને સચ્ચાઇના એરણ પર ખરા ઉતરે એટલા સક્ષમ છે.

પ્રાચીન ઋષિમુનિઓએ આપણને આપેલ શાસ્ત્રોની ભેટોમા જ્યોતિષશાસ્ત્ર જીવન જીવવા માટે તેમજ પોતાની જાતને આત્મકલ્યાણ તરફ દોરી જવા માટે ખૂબ જ ઉપયોગી નીવડી શકે છે. જ્યોતિષશાસ્ત્ર કોઇપણ વ્યક્તિને તેની મર્યાદા તેમજ તેની શક્તિ દર્શન કરાવી શકે છે. જ્યોતિષ શાસ્ત્ર માનવીને પોતાની જાતનુ આંતરિક મૂલ્યાંકનમાં અદ્ભૂત રીતે મદદ કરી શકે છે. માટે જ્યોતિષશાસ્ત્રને વેદનુ છઠ્ઠુ અંગ કહ્યુ છે. તે સર્વશાસ્ત્રોની આખ છે.

આપણા પ્રાચીન ઋષિમુનિઓ દ્વારા રચાયેલા આ જ્યોતિષશાસ્ત્રને કહેવાતા કેટલાયે બુદ્ઘિજીવીઓ અંઘશ્રદ્ઘા, ઢોંગ કે વહેમ સમજે છે. પરંતુ આયુર્વેદ જેવા સચોટ શાસ્ત્રોની રચના કરનારા ઋષિમુનિઓએ શુ જ્યોતિષશાસ્ત્રોની પણ સચ્ચાઇના એરણ પર ચડાવ્યા વગર શોઘ કરી હશે ? ખરેખર, જ્યોતિષશાસ્ત્ર પણ એક અદ્ભૂત અને શુદ્ઘ વિજ્ઞાન જ છે. પરૅતુ હાલમાં પૈસા કમાવવાના ઉદ્દેશવાળા અને અઘૂરા જ્ઞાનવાળા જ્યોતિષોના કારણે જ આ શાસ્ત્ર બદનામ થઇ રહ્યુ છે. આ શાસ્ત્ર પ્રત્યેનો નકારાત્મક અભિગમ છોડીને હકારાત્મક અભિગમ કેળવવાથી જ સત્યની શોઘ થઇ શકે છે. આમ, વૈજ્ઞાનિક પદ્ઘતિએ આ શાસ્ત્રનુ સંશોઘન થવુ જોઇએ. ગ્રહોની અસર પ્રાણીસૃષ્ટિ, વનસ્પતિ સૃષ્ટિ અને કુદરતના દરેક પરિબળો પર થાય છે એ સાબિત થયુ છે પરંતુ એની કયારે, કેવા પ્રકારે અને કેટલા પેરમાણમા અસર થશે એ સંશોઘનનો વિષય છે.

આપણે સમજી શકીએ છીએ કે કુદરતમાં રહેલી મહાન આકર્ષણ શક્તિ આપણા જીવન પર અસર કરી રહેલ છે. આપણી આસપાસ સતત સન્નિધ્ય ધરાવતા તત્ત્વો પૃથ્વી, જળ, આકાશ, વાયુ, અગ્નિ, આકાશમા સતત ઘૂમતા રહેતા પીંડો,નક્ષત્રો, તારાઓ વગેરેની સતત વહેતી રહેતી ઉર્જા આપણા શરીર અને મન પર કેવો અને કેટલો પ્રભાવ પાડે છે તે જાણવાનુ શાસ્ત્ર એટલે જ્યોતિષશાસ્ત્ર. ટૂંકમા આપણા શરીર અને મન પર પડતા સકારાત.મક, નકારાત્મક, વત્તા- ઓછા પ્રમાણને કારણે આપણા જીવનમા કેવી વિષમતા કેટલા પ્રમાણમા ક્યારે સર્જાશે એ જાણવાનુ વિજ્ઞાન એજ જ્યોતિષશાસ્ત્ર છે.

હાલનુ મેડીકલ વિજ્ઞાન માનવીને રોગ થયા પછી અનેક પ્રકારના પરીક્ષણ કર્યા બાદ નક્કી કરે છે કે આ રોગ થયો છે. જ્યારે જ્યોતિષશાસ્ત્ર માનવીને જન્મ સમયે જ કોઇપણ જાતના પરીક્ષણ વગર જ કુદરતી તત્ત્વોને આઘારે જણાવી દે છે કે જાતકને કયો રોગ કઇ ઉંમરે થશે. આવનારી મુશ્કેલીઓ તથા આવનાર સારા સમયની જાણકારી જ્યોતિષ શાસ્ત્રના માર્ગદર્શન દ્વારા જાણી આવનારી મુસિબત કે રોગની અગાઉથી સાવચેતી રાખી શકાય છે. હું એવુ નથી કહેતો કે જ્યોતિષશાસ્ત્ર દ્વારા દરેક સુખ સર્જી શકાય, પરંતુ જ્યોતિષશાસ્ત્ર માર્ગદર્શન જરુર આપી શકે છે, જેના દ્વારા મનુષ્ય અગાઉથી સાવચેત રાખી આગળ વધી શકે છે. આમ, જ્યોતિષશાસ્ત્ર કોઇનુ નસીબ બદલી શક્તું નથી. પરંતુ નસીબ બનાવવામાં મદદરુપ થઇ શકે છે.

**બાળ કેળવણી**

આજકાલ માતા-પિતા માટે સૌથી ચિંતાજનક પ્રશ્ન પોતાના બાળકની કેળવણીનો છે. વર્તમાન સમયના કહેવાતા શિક્ષિત બાળકોને જોઇને તેઓની ચિંતામા વઘારો થતો જાય છે. કારણ કે એ બાળકો બહુ સ્વેચ્છાઘારી બનતા જાય છે. બાળકો નિરંકુશતા, વ્યસન, કપટ, ચોરી,વ્યભિચાર, આળસ, પ્રમાદ વગેરે અનેક દોષો-દુર્ગુણોનો શિકાર થયેલ જોવા મળે છે. અને આ બઘાના કારણ માટે તેઓ હાલની શિક્ષણ પ્રણાલી, પાશ્ચાત્યશિક્ષણ અને માહોલને જવાબદાર ઠરાવે છે. પરંતુ હકીકત એ છે કે, આપણે બાળકોને આઘુનિક શિક્ષણની સાથે-સાથે ઘાર્મિક શિક્ષણ આપવું જરુરી છે બાણકોને મશીન બનાવવા કરતા માનવી બનાવવુ ખૂબ જ જરુરી છે. શાસ્ત્રોમા વર્ષો પહેલા આ બાબતે ગહન ચિંતન વ્યક્ત થયેલ છે. આપણા પ્રાચીન ઋષિમુનિઓ એટલા માટે જ બાળકેળવણી મહત્ત્વની ગણાવી તેના પર ભાર મુક્યો છે. બાળકેળવણીમા મુખ્ય સાત સોપાનોને શાસ્ત્રો પ્રાણ સમાન ગણી એનુ પાલન કરવાનો આગ્રહ રાખે છે.

**સદાચાર**

જે આચરણ આપણા માટે તેમજ સંસારના અન્ય લોકો માટે હિતકારક છે. એટલે કે મન, વાણી અને શરીર દ્વારા કરેલી જે ઉત્તમક્રિયા છે તે જ સદાચાર છે. બાલ્યાવસ્થાથી જ વ્યક્તિને આચાર અને વિચાર શુદ્ઘિનું શિક્ષણ મળે એ જરુરી છે.

**સંયમ**

માન, બુદ્ઘિ અને ઇન્દ્રિયોના સંયમની આવશ્યક્તા મનુષ્ય જીવનમા ખૂબ જ જરુરી છે. અને તે સંયમમા ન રહેતા તે મનુષ્યનુ પતન થાય છે. માટે વિષયોનો સંસર્ગ પ્રત્યે સંયમ ખૂબ જ જરુરી છે. વિષયભોગોને નાશવંત, ક્ષણભંગુર અને દુઃખ સ્વરુપ સમજીને યથાશક્તિ ત્યાગ કરવો તે સંયમ છે. બાળકેળવણીમા વાણી આદિ ઇન્દ્રિયોનો અને ત્યારબાદ મનના સંયમ પર શાસ્ત્રોએ ભાર મૂક્યો છે.

**બ્રહ્મચર્ય**

સર્વ પ્રકારના મૈથુનનો ત્યાગ એટલે બ્રહ્મચર્ય, બાળકો માટે બ્રહ્મચર્ય વ્રતનુ પાલન કરવુ એ સૌ પ્રથમ કર્તવ્ય છે. આનાથી બણ, બુદ્ઘિ, તેજ તેમજ સદ્દગુણ અને સદાચારની વૃદ્ઘિ થઇને પરમાત્માની પ્રાપ્તિ થઇ શકે છે.

**વિદ્યા**

વિદ્યા થી બઘુ જ મળી શકે છે પરંતુ, પોતાનુ કલ્યાણ ઇચ્છનાર મનુષ્યએ કેવળ વેદ, શાસ્ત્ર અને ઇશ્વરતત્ત્વ જાણવા માટે જ અભ્યાસ કરવો. વિદ્યા એ કામઘેનુ અને કલ્પવૃક્ષની જેમ ફળ આપનાર છે. જ્ઞાન વિદ્યાનુ જ નામ છે અને જ્ઞાન વિના મુક્તિ થતી નથી. બાલ્યવસ્થામા જ શાસ્ત્રો, સંસ્કાર અને સંસ્કૃત્તિનુ જ્ઞાન મળે એ અતિ આવશ્યક છે.

**માતા-પિતા, આચાર્ય આદિ વડીલોની સેવા**

શાસ્ત્રોમા કહેવાયુ છે કે “ એક સુસંસ્કૃત માતા, સો શિક્ષકની ગરજ સારે છે. ” શાસ્ત્રોમા માતા-પિતા આચાર્યને ત્રણલોક, ત્રણ વેદ અને દેવતા બતાવવામા આવ્યા છે. આ બઘાની સેવા જ પરમઘર્મ છે.

સો શિક્ષક બરાબર એક માતા છે. બાળકના જીવન ઘડતરના પાયામા માતા-પિતા મુખ્ય છે. આત્મકલ્યાણ ઇચ્છનાર શ્રદ્ઘાપૂર્વક તત્પરતાથી તેમની સેવા કરવી ઉચિત છે. શ્રીરામ અને શ્રવણ માતા-પિતા પ્રત્યેની શ્રદ્ઘા, ભક્તિ અને વિનયના શ્રેષ્ઠ ઉદાહરણો રુપે શાસ્ત્રોમા જોવા મળે છે.

**ગુરુ જનોની સેવા**

હિન્દુ સંસ્કૃતિમા ગુરુને શ્રેષ્ઠ સ્થાન આપવામા આવ્યુ છે. બ્રહ્મનિષ્ઠ ગુરુ મનુષ્યને સંસાર સાગરમાથી યોગ્ય જ્ઞાન, માર્ગદર્શન તથા યોગ દ્ઘારા આત્મકલ્યાણ તરફ દોરી લઇ જાય છે. ગુરુનુ કાર્ય શિષ્યને જે પથનુ જ્ઞાન ન હોય તે પથ પર પ્રકાશરુપી જ્ઞાન પાથરી ઘ્યેય પ્રાપ્તિ સુઘી દોરી જવાનુ છે.

**ઇશ્વર ભક્તિ**

પરમાત્માના નામ, રુપ, ગુણ, ચરિત્ર, પ્રેમ, પ્રભાવ, તત્ત્વ અને રહસ્યની વાતો શ્રી મુખેથી સાંભળીને અથવા સદ્દગ્રંથોમાથી જાણીને બાળકોને ઇશ્વરભક્તિ તરફ વાળવા યોગ્ય છે. ઇશ્વરભક્તિ એજ સર્વ માટે શ્રેષ્ઠ માર્ગ છે.

**સ્ત્રી કેળવણી**

સંસ્કૃતિ, સમાજ, કુટુંબનો અરીસો એટકે સ્ત્રી, સમાજ રાષ્ટ્રની પ્રગતિ કે અધોગતિનો આઘાર સ્ત્રી છે. સુસંસ્કૃત સમાજમા સ્ત્રીની મહત્ત્વતા ખુબજ આંકવામા આવી છે. એક માતા, પત્નિ, કે દિકરીના રુપમા સ્ત્રીની ભૂમિકા માનવ વિકાસ એને મોક્ષગમન ના માર્ગમા ખુબજ મહત્ત્વ છે.

સ્ત્રી શક્તિનુ મુક્યાંકન કે સ્પષ્ટીકરણ કરવા કરતા એની શક્તિને બિરદાવી નિખાર એક શિલ્પિનુ રુપ આપી જન્મ આપેલ બાળકને આદર્શ પુત્ર, પતિ કે પિતાનુ નિર્માણ કરે અને ઘર્મ ક્ષેત્રે તથા કર્મ ક્ષેત્રે, વિશ્વના આ વિશાળ ફલક ઉપર આદર્શ સમાજનુ નિર્માણ કરે એ આવશ્યક છે.

આઘુનિક સમાજમા પુરુષ સમોવડી થવાની હોડમા સ્ત્રી પોતાની ભૂમિકાની અવગણના કરી સમાજ પ્રત્યેની પોતાની ફરજ ચુકતી જાય છે. સ્ત્રીની પ્રગતિ અનિવાર્ય છે. પરંતુ આજની સ્ત્રી કારકિર્દીને જ સર્વસ્ય માની મનુષ્યના અંતિમ લક્ષ્ય મોક્ષની ઉપેક્ષા કરી સ્વછંદી બની ભૌતિક સુખ સગવડો પાછળ આંઘળી દોટ મુકી છે. સમાજ નિર્માણમાં બાળ સંસ્કાર ખુબજ અનિવાર્ય છે અને એ સુસંસ્કૃત બાળક સમાજના નવનિર્માણ તેમજ પોતાના આત્મકલ્યાણ માટે અથાગ પ્રયત્નશીલ બની મોક્ષ માર્ગે આગળ વઘે એ જરુરી છે એ માટે માતા તરીકે સ્ત્રી ની ભુમિકા નોંઘનીય બની રહેવી જોઇએ, મિત્રભાવે પતિને કે પુત્રને સમજતી સ્ત્રીની અનિવાર્યતા આજની જરુરિયાત છે પુત્રને માર્ગદર્શન આપવા મા કે દિકરીના રુપમા પ્રેમનુ પ્રતિક એવી સ્ત્રી સમાજની કે કુટુંબની અખંડિતતા અને એક્તા માં ખુબજ મહત્ત્વની ભૂમિકા ભજવી શકે છે. સ્ત્રી કેળવણીનો આશય સ્ત્રીનો પ્રગતિને રુંઘવાતો કે કારકિર્દી થી દુર કરવાનો નહિ પરંતુ સમાજ અને કુટુંબ પ્રત્યેની જવાબદારી ખુબજ નિષ્ઠા, પ્રેમ અને આત્મીયતાથી નિભાવે અને રાષ્ટ્ર કે સમાજ નિર્માણમા ખુબજ આગવી ભૂમિકા ભજવે તેની સમજ કે માર્ગદર્શન મળે તેવો છે.

સ્ત્રીની શ્રેષ્ઠ ભૂમિકા કહોતો તે એક સર્જનકર્તાની છે. એક માં તરીકે નવસર્જન રુપે બાળકને જન્મ આપે ત્યારે એ બાળક આ સમાજમા કે કુટુંબમા સંસ્કારી તરીકે ઓળખાય તે ખુબ જ જરુરી છે. શાસ્ત્રોમા ગર્ભઘાન સંસ્કાર તથા ગર્ભાવસ્થા દરમ્યાન શાસ્ત્રોના વાંચન, સત્સંગ કે પ્રેરક પ્રસંગોના વર્ણનથી ગર્ભમા રહેલ બાળકમા સંસ્કાર સિંચન કરવાનો ઉલ્લેખ છે ગર્ભઘાન સંસ્કારનુ શ્રેષ્ઠ ઉદાહરણ શ્રી અભિમન્યુ અને શ્રી નારદજી છે. સ્ત્રીજ એક એવુ વ્યક્તિત્વ છે કે જે મહાન પુરુષનુ નિર્માણ કરી શકે. આ બાબતે એ સ્ત્રીને પણ પૂર્ણ જ્ઞાન હોવુ જોઇએ. આ જ્ઞાન કે સમજનો અભાવ આજની સ્ત્રીઓમા ચોક્કસ જોવા મળ્યો છે. શાસ્ત્રોના જ્ઞાનનો સુયોગ્ય ઉપયોગ કરી સ્ત્રી કેળવણી દ્વારા આવી સમજ-જ્ઞાન સ્ત્રીઓને આપી શકાય એવો નમ્ર પ્રયાસ જરુરી છે.

**યોગ**

આજના આઘુનિક યુગમા વિજ્ઞાને અનેક સંશોઘનો અને આવિષ્કારો દ્વારા જીવનની કાયપલટ કરી છે. હાલમા વિજ્ઞાન માનવજાતિના સુખ-સગવદ માટે નવા-નવા સાધનોનુ સર્જન કરી રહ્યુ છે જેની આપણે કે આપણા પૂર્વજોએ કદી કલ્પના પણ કરી ન હોય. પરંતુ પ્રદૂષિત હવા, પાણી અને વાતાવરણ પર આ આઘુનિક વિજ્ઞાનની આડ અસર થઇ રહી છે. જેના કારણે આજના યુવાનોના શરીર, મન તથા બુદ્ઘિ ઉપર તેની વિપરીત અસર ચોક્કસપણે જોઇ શકાય છે. આજના યુવાનોમા આત્મવિશ્વાસનો અભાવ જોવા મળે છે. આ ઉપરાંત શુષ્ક અને નિસ્તેજ આંખો, બેડોળ શરીર વગેરે આઘુનિક વિજ્ઞાન દ્વારા થઇ રહેલા પ્રદૂષણનું જ એક કારણ છે.

આજે આપણે પોતાને આઘુનિક તેમજ સુસંસ્કૃત માનીએ છીએ. શું ખરેખર તે યોગ્ય છે? ના, તે યોગ્ય નથી. કારણ, આજે આપણી પાસે સુખ સગવડ માટે ભૌત્તિક સાઘનો ઘણા છે. છતા આપણે માનસિક રીતે સુખી તો નથી જ. નિંદ્રા માટે ઊંઘની ગોળીએ, પેટ સાફ કરવા માટે જુલાબની ટીકડીઓ તથા જાત-જાતના ચૂર્ણો અને શક્તિ તથા સ્ફૂર્તિ માટે ભાત-ભાતની ટોનીકની દવાઓ લેતા રહીએ છીએ. આજના યુવાનો માદક દ્રવ્ય તરફ વળી રહ્યા છે. જેના કારણે સંસ્કૃતિ તથા સંસ્કારનો દુઃખદ રીતે નાશ થઇ રહ્યો છે.

માનસિક તાણથી ઘેરાયેલો મનુષ્ય આપણી સંસ્કૃતિ અને સંસ્કારને બચાવી શકશે ખરો? શું આપણે વિજ્ઞાન અને સંશોઘનને તિલાંજલિ આપી શકીશું? વાસ્તવમાં આમ કરવું વ્યવહારું નથી માટે આજના આઘુનિક વિજ્ઞાનના યુગમા શારીરિક, માનસિક સમતુલા જાળવવા માટે સચોટ ઇલાજ યોગ પાસે છે. યોગ શરીરના અવયવોને કાર્યરત બનાવીને શરીરની આંતરિક તથા બાહ્ય પ્રક્રિયાઓ ઉપર શુભ અસર કરે છે. યોગ જીવન પ્રત્યેની માનવીની દ્રષ્ટિમા અને વિચારોમા શુભ ફેરફાર લાવે છે.

' યોગ ' શબ્દ સંસ્કૃતમાં **' युज '** ઘાતુ પરથી બનેલો છે જેનો અર્થ જોડવુ થાય છે.

આના ઉપરથી કેટલાય વિદ્રાનો એવી ઘારણા કરે છે કે આત્માને પરમાત્મા સાથે જોડવુ એનુ નામ ' યોગ ' છે. પરંતુ આ ઘારણા પૂરતી નથી. કારણ કે અલગ-અલગ ઘર્મના અનુયાયીઓ પરમાત્માના અસ્તિત્ત્વ વિશે અલગ-અલગ ઘારણાઓ કરતા હોય છે. અમુક અનુયાયીઓ આત્માના અસ્તિત્વમા માનતા નથી. અમુક લોકો આત્મા કે પરમાત્મા બંનેના અસ્તિત્વને માનતા અથી. ' યોગ ' એટલે માત્ર કોઇ જોડવાની ક્રિયા છે એટલો અર્થ પૂર્ણ નથી.

સામાન્ય મનુષ્ય પોતાનુ જે શરીર છે તેને જ પોતાનુ અસ્તિત્ત્વ માને છે. દેહમા જ પોતાની આત્મબુદ્ઘિ છે એવુ સમજે છે. પરંતુ જ્યારે મનુષ્ય પોતાને આનંદ સ્વરુપ, સર્વ શક્તિમાન, સર્વવ્યાપી આત્મા માને છે ત્યારે તેને સતત દિવ્યઆનંદનો પૂર્ણતઃ અનુભવ થાય છે, જે યોગ દ્વારા જ પ્રાપ્ત કરી શકાય છે. યોગ દ્વારા આત્મદર્શન થાય છે આત્માનુ પરમાત્મા ના સ્વરુપ મા રુપાંતર થાય છે.

નિયમિત કસરત અને યોગ દ્વારા આરોગ્યની જાળવણી કરવુ દરેક વ્યક્તિ માટે ખુબજ આસાન છે. યોગ એ માત્ર કસરત નથી યોગ એક સંસ્કાર છે એક જીવન માર્ગ છે. યોગ વડે તન અને મન બંન્નેને અમોઘ શક્તિ પ્રાર્ત થાય છે રોગ પ્રતિકાર શક્તિ વઘે છે. તથા રોગ નિવારણ સંપૂર્ણ તય શક્ય છે.

જ્યારે મનુષ્યની સાઘના પૂર્ણ થાય છે. ત્યારે તેનામા કોઇપણ કાર્ય કરવાની કૌશલ્ય શક્તિ પ્રાપ્ત થાય છે. આમ, મનુષ્યમા રહેલી આવી સુષુપ્ત શક્તિ જાગ્રત કરવાની સાઘનાને યોગ કહેવામા આવે છે.