વાસ્તુશાસ્ત્ર માર્ગદર્શન

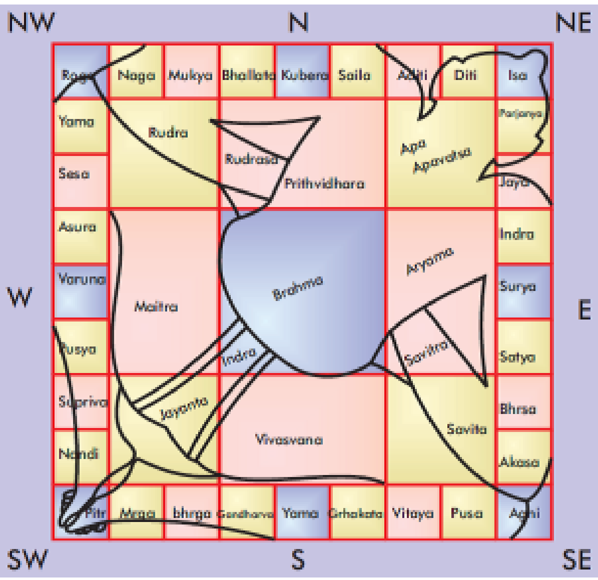
'પિરામિડ' શબ્દનો અર્થ પાયરાક મિડ = પિરામિડ થાય છે. પાયરા એટલે અગ્નિ અને મિડ એટલે મધ્યભાગ તેથી મધ્યભાગમાં અગ્નિ પ્રગટાવવાથી તે ઊર્જીત થાય છે. અને મધ્યભાગ બ્રહ્માજીનું સ્થાન હોવાથી તેને ઊર્જીત કરવો ખૂબજ જરૂરી છે. તેથી આપણાં જૂનાં મકાનોમાં મધ્યભાગમાં ખુલ્લો ચોક બનાવવામાં આવતો હતો. જેથી આકાશમાંથી સીધી બ્રહ્મસ્થાનમાં એનર્જી આવતી હતી. હાલમાં ફ્લેટો તેમજ અન્ય બાંધકામોમાં બ્રહ્મસ્થાનમાં ખૂબજ વજનો મૂકવામાં આવતાં હોવાથી લોકો ખૂબ જ બિમાર તથા હેરાન પરેશાન થઈ રહ્યા છે.

પિરામિડથી તોડફોડ કર્યા વગર વાસ્તુદોષ દુર કરી શકાય છે. જરૂર છે ફક્ત અનુભવી વાસ્તુશાસ્ત્રીની જેની મદદથી ઘર, મકાનમાં વાસ્તુદોષ દુર કરીને સુખ, શાંતિ, સંપત્તિ, સમૃધ્ધિમાં વધારો કરી શકાય છે.

જેવી રીતે ઘર, મકાનનું વાસ્તુ કરવામાં આવે છે. તેવી રીતે આપણાં શરીરનું પણ વાસ્તુ કરી શકાય છે. જેમાં આપણાં ભાગ્યની માત્રામાં વૃધ્ધિ કરી શકાય છે. આના માટે પ્રો.ડો. શ્રી જીતેનભાઈ ભટ્ટ દ્વારા અનેક જરૂરિયાતો માટેનાં પિરામિડોની અસંખ્ય શૃંખલામાં ઉપલબ્ધ છે. જરૂર મુજબનાં પિરામિડોનો ઉપયોગ કરીને જીવનમાં સુખ,શાંતી, સમૃધ્ધિ પ્રાપ્ત કરી શકાય છે.

પ્રો.ડો. શ્રી જીતેનભાઈ ભટ્ટ પિરામિડ વાસ્તુનાં સંશોધક છે. અને તેઓ પોતે જ અવનવી વૈજ્ઞાનિક ડીઝાઈન દ્વારા પિરામિડોનું ઉત્પાદન કરે છે.

તેઓશ્રી ભાગ્યમાં વૃધ્ધિ માટે ખિસ્સામાં રાખી શકાય તેવું "પાયરાકાર્ડ" બનાવે છે. જેમાં આપણી જન્મતારીખનો ઉપયોગ કરવાથી તારીખમાં ખૂટતાં ઘટકો આપણને મળે છે. જન્મ તારીખ દ્વારા આપણે જાણીએ કે કયા અંકની ધબકતી શક્તિ ખૂટે છે તો તે અંકમાં શક્તિનો ઉપયોગ કરીને તેને સુધારીને ઉપયોગમાં લેવાથી આપણાં ભાગ્યમાં વૃધ્ધિ થતી જોવા મળે છે. હજારો લોકોએ આ નાનાં "પાયરા કાર્ડ" દ્વારા ભાગ્યની રેખાઓને બદલી નાંખી છે. અને એ ખૂબ જ સહેલું અને સરળ છે. "પાયરાકાર્ડ" એક ક્રાંતિકારી પિરામિડ યંત્ર છે. અને એનાં જન્મદાતા અન પ્રવર્તક વિશ્વવિખ્યાત પાયરાવાસ્તુ તજજ્ઞ પ્રો.ડો.શ્રી જીતેન ભટ્ટ છે. અને એ પૂર્વનાં દેશોમાં અદ્યતન સંશોધન ઉપર આધારિત છે. 'પાયરાકાર્ડ' આધ્યાત્મિક અને ભૌતિક એમ બંને સંપત્તિ પ્રાપ્ત કરવા માટે સમર્થ બનાવે છે. તેને જાદુઈ ચોરસ, પિરામિડ ગ્રીડ, ૯ કોપર પિરામિડો, લાભદાયક કોસ્મીક રંગો, અને એક સોનાનું ચક્ર અને 'ફા' 'મા' એક્ટિવેટરથી સમૃધ્ધ કરેલ છે. પાયરા કાર્ડ લગભગ સોળ જાતનાં પ્રાપ્ત છે. જેને, જે તકલીફો હોય તે દુર કરવા માટે અલગ અલગ જાતનાં બનાવવામાં આવેલ છે.



આપણાં ઘરમાં બહારથી કોસ્મિક પોઝીટીવ એનર્જી પ્રવેશે તેનાં માટે ઘરની બહારની સાઈડમાં એક પિરામિડ લગાવવામાં આવે છે. જેનાથી બહારથી આવતી નેગેટીવ એનર્જી ઘરમાં પ્રવેશતી નથી. અને પોઝીટીવ એનર્જી ઘરમાં દાખલ થાય છે. એવી જ રીતે ઘરની અંદર બહાર જવાનાં દરવાજાની અંદર એક પિરામિડ લગાવવાથી ઘરની અંદર આવેલી પોઝેટીવ એનર્જી ઘરની બહાર જતી અટકે છે. અને ઘરમાં પોઝેટીવ એનર્જીમાં વધારો થતો રહે છે. આમ કોઈપણ દિશામાં ઘરનો દરવાજો હોય તો આ બંને પિરામિડો દ્વારા ઘરનાં દરવાજાનું રક્ષણ થાય છે.

દિશાઓ પ્રમાણે ઘરનાં મુખ્ય દરવાજાનું પણ એક ચોક્કસ માપ છે. જે મુજબ જે તે દિશાઓમાં વાસ્તુશાસ્ત્ર મુજબનાં માપમાં દરવાજો બનાવવાથી ખૂબ જ લાભદાયક રહેલું છે. પરંતુ જો તે મુજબ દરવાજો નહી હોવાથી તે નુકશાનકારક છે. અને તે વાસ્તુદોષને દૂર કરવા માટે યોગ્ય પિરામિડ ચાર્જ કરીને ગોઠવવામાં આવે તો દરવાજાનો મુખ્ય દોષ દુર થઈ શકે છે. જરૂર છે ફક્ત જાણકાર વાસ્તુ વિશેષજ્ઞની જે તમારાં ઘર/મકાનનાં વાસ્તુદોષો દુર કરીને પોઝેટીવ એનર્જીમાં વધારો કરી આપે છે જેનાથી તમારાં જીવનમાં સુખ, શાંતિ, અને સમૃધ્ધિ પ્રાપ્ત થશે.

મહેશભાઇ સુકડીયા
શ્રી. પ્રમુખ વાસ્તુકેર
મો. ૯૩૭૪૦૦ ૬૨૬૪

ઈર્ષાળુ હોવાનું આળ સ્ત્રીઓ પર કેમ ચડેલું છે?

સ્ત્રી આરંભથી જ જગતભરના 'વાતો કરનારા'ની વાતાનો વિષય રહી છે. તેના વિષે અસંખ્ય વાતો કહેવામાં આવેલી છે : અનેક વિધાનો કરવામા આવેલા છે, પણ તેમાં ગમ્મતની વાત એ છે કે સ્ત્રી વિષેના બધા વિધાનો ઉલટાસુલટા છે. પરસ્પર વિરોધી છે અને છતાં તે દરેકમાં સત્યનો કોઈને કોઈ અંશ રહેલો છે. આથી જ શુ સ્ત્રીને કુદરતનું અકળ, ગૂઢ અને રહસ્યમય સર્જન કહેવામાં આવતી હશે ?

સ્ત્રીને મમતાની મૂર્તિ, પ્રેમની દેવી અને દયા-ક્ષમાનો ભંડાર કહેવામાં આવે છે. સાપેક્ષ રીતે તે સત્ય પણ છે. સ્ત્રીમાં સહનશીલતા, સ્વાર્પણ, સેવા પરાયણતા, ત્યાગ વગેરે ઘણી બધી હકારાત્મક લાગણીઓ ભરપૂર હોવાનું મનાય છે. તેમાં પણ સચ્ચાઈ છે. છતાં સ્ત્રીઓમાં લગભગ નિરપવાદ રીતે જે એક નકારાત્મક પાસું પ્રબળ હોય છે તે તે આંખોને (અને મનને પણ) ખૂંચે તેવું છે. સોનાની થાળીમાં લોઢાની મેખની જેમ આ નકારાત્મક પાસું એટલે ઈર્ષા. ખાસ કરીને અન્ય સ્ત્રીની ઈર્ષા.

શેક્સપિયરે તેના કરુણાંત નાટક 'ઓથેલોમા' ઉચ્ચારેલું એક વાક્ય પછી તો કહેવત બની ગયું છે : '**Frailty the name is woman**' (નિર્બળતા, તારું જ નામ સ્ત્રી.) હવે આ વાક્ય એક શબ્દ બદલીને સ્ત્રી માટે વપરાઈ રહ્યું છે : '**jealousy thy name is woman.**' પહેલી નજરે આ વાક્ય કોઈ દ્વેષીએ સ્ત્રીઓને ઊતારી પાડવા માટે યોજ્યું હોય તેવું દેખાય છે, પણ જો તટસ્થતા પૂર્વક નિરીક્ષણ કરવામાં આવે તો તેમાં ઘણું સત્ય જણાય છે. (બહેનો માફ કરે !)

પ્રત્યેક સ્ત્રી - ધનવાન કે ગરીબ, ભણેલી શહેરી કે ગામડિયણ પોતાની જ જાતિની કોઈને કોઈ સ્ત્રીની જ જાતિની કોઈને કોઈ સ્ત્રીની ઈર્ષા કરતી જોવા મળે છે. તેમાં પોતાની સગીસંબંધી, સખી કે પરિચિત સ્ત્રીઓ વિશેષ હોય છે. સ્ત્રી કોઈ ત્રાહિત સ્ત્રીની સુંદરતા કે ટેલેન્ટ કે સિદ્ધિની પ્રશંસા જરૂરી કરી શકે : કોઈ અભિનેત્રી, મોડેલ કે વિશ્વસુંદરીની મોંફાટ પ્રશંસા બેશક કરી શકે, પણ તેની બહેન કે ભાભી કે નણંદ કે દરાણીની સુંદરતા, મોહકતા કે ટેલેન્ટ કે કૌશલ્યની એવી પ્રશંસા નહિ કરી શકે. ઉલટી તેની શક્તિઓ અને સિદ્ધિઓની ઈર્ષા કરતી જોવા મળશે. તેને નીચી કે વામણી બતાવવાના મોકાની શોધમાં હંમેશા રહેશે. તેની આ વૃત્તિ-પ્રવૃત્તિમાં સ્પર્ધાનું તત્ત્વ નહિ દેખાય : ઈર્ષા ને અદેખાઈ સ્પષ્ટ દેખાઈ આવશે.

સુષ્મા જ્યારે તેની ખાસ બહેનપણી રુચિના લગ્ન પોતાના મોટાભાઈ સાથે કરાવી આપવામાં સફળ થઈ ત્યારે તેના હરખ ને ઉમંગનો પાર નહોતો રહ્યો. આનંદના ઉમળકા ઉછાળા મારતા હતા. રુચિ તેની બહુ પ્યારી સખી હતી. તેને અને પોતાના ભાઈને નિકટ લાવવામાં તેણે સક્રિય અને સભાન ભૂમિક ભાજવી હતી. પોતાના એ વિજયનો વિશેષ હર્ષ તેને હોય તે સ્વાભાવિક છે.

પરંતુ રુચિ લગ્ન કરીને ઘરમાં આવી, તેની ભાભી બનીને આવી તે પછી ચિત્ર ઝડપથી બદલાવા લાગ્યું. પુત્રવધુ પર ઢોળતા સાસુ-સસરાના હેત તથા નવીનવેલી પત્ની પર વરસતો પતિનો પ્રેમ-ગમે તેમ પણ - સુષ્માથી સહન થઈ શક્યા નહિ. ઘરનો માહોલ તો એવો જ રહ્યો. રુચિ પ્રત્યે બધાના હેતપ્રેમનો સિલસિલો ચાલુ રહ્યો અને આ તરફ સુષ્મા ધીમે ધીમે રુચિની નિંદા કરતી થવા લાગી. બસ, પછી તો તેની બધી શક્તિ રુચિ અને તેના કામમાંથી તેમજ રીતભાતમાંથી ખોડખાપણ શોધવા તરફ વળી ગઈ. તેના વર્તનમાંથી ઉમળકા અને આત્મીયતા ઊડી જવા માંડી. વાણી રુચિ પ્રત્યે ધારદાર અને ટીકાત્મક બનવા લાગી.

(આ વાક્ય કોઇ દ્વેષીએ સ્ત્રીઓને ઊતારી પાડવા માટે યોજ્યું હોય તેવું લાગે છે, પણ તટસ્થાપૂર્વક જોતાં તેમાં ઘણું સત્ય જણાય છે

તેની ભાભી બનેલી રુચિએ તો આ ઘરમાં પોતાની ખાસ સખી સુષ્મા તરફથી તો, સ્વાભાવિક રીતે જ, સુખદ અને સરળ સહિયરપણાની જ આશા રાખી હતી. પણ સુષ્મામાં આવેલો બદલાવ જોઈને તે ડઘાઈ ગઈ. બંને સખીઓને હોંશભેર કરેલા આ લગ્નરૂપી સોદાથી બંને નાહક દુ:ખી થઈ ગઈ. નણંદ-ભોજાઈની પારસ્પરિક અદેખાઈ અને ઘર્ષણની સંસારની સર્જન જૂની કથા શરૂ થઈ ગઈ.

સાસુ પણ સ્ત્રી જ હોય છે. સ્ત્રીની આ લોઢાની મેખથી તે પણ શી રીતે મુક્ત હોઈ શકે ? સરયુબહેને તેમના એકના એક કમાતાધમાતા ને હોંશિયાર પુત્ર શશાંક માટે કન્યા પસંદ કરી. માતાની પસંદગીને પુત્ર માથે ચડાવી. શશાંક એક બાબતે ખૂબ સભાન હતો. જે માતાએ યુવાનીમાં વૈધવ્ય વેઠીને અનેક કઠિનાઈઓ અને સંઘર્ષોનો સામનો કરીને તેને ઉછેર્યો હતો : ભણાવ્યો અને પગભર બનાવ્યો હતો તે માતાને તે સુખ જ આપવા માગતો હતો. તેથી તો તેણે માતાએ પસંદ કરેલ વિભાને તત્કાળ પત્ની તરીકે સ્વીકારી લીધી હતી. સરયુબહેને ઘણા ઉમંગ અને ઉલ્લસથી લગ્નનો પ્રસંગ કર્યો. પછી ઘરમાં ખુશી અને સંતોષની હવા વહેતી રહી.

પરંતુ દિવસો અને મહિનાઓ વીતતા ગયા અને શશાંકને માતાના વલણમાં ફેર પડતો ધ્યાનથી નિરીક્ષણ કરવા માંડ્યું અને સમજવા પ્રયાસ કરવા માંડયો અને એક દુ:ખદ હકીકતની જાણ તેને થઈ. પોતે જ પ્યાર, જે કાળજી પોતાની પત્ની પ્રત્યે બતાવી રહ્યો હતો તે માતાથી સહન થઈ શકતું નહોતું. માતા તેના એકના એક પુત્રની પત્નીની ઈર્ષા કરવા લાગી હતી !કોઈ સામાન્ય ઘરની યુવતીના લગ્ન તેની મોટી ગુણવત્તા કે વિશિષ્ટ ટેલેન્ટના કારણે બહુ ધનિક કુટુંબમાં થઈ જાય તો તે લગ્ન તેના માટે વાસ્તવમાં એક સજા બની જતું પણ જોવા મળ્યું છે. ખાસ કરીને દેરાણી-જેઠાણીઓ કે નણંદો ટેલેન્ટ વહુ ઘરમાં આવવા બદલ ખુશી અને ગૌરવ અનુભવવાને બદલે તેના પર કટાક્ષોનો મારો ચલાવશે. કોઈને કોઈ બહાને તેની હાંસી ઊડાવશે. તેને નીચે બતાવવા માટે વક્રોક્તિઓ અને વ્યંગભર્યા વચનો બોલતી રહેશે. એ બધું બીજું કાંઈ જ નથી હોતું : મનમાં ઊંડી ઊતરી ગયેલી ઈર્ષાનો ઉપદ્રવ હોય છે.

બે ભાઈઓ વચ્ચે ઉત્તમ મનમેળ અને નમૂનારૂપ એકતા હોય, પણ બંનેના લગ્ન પછી બંનેની પત્નીઓની ઈર્ષા અને તેમાંથી જન્મતી ચડાસાચડસીના કારણે ભાઈઓ વચ્ચે વિચ્છેદ થયાના કિસ્સા હું જાણું છું તેના કરતાં વધારે તમે જાણતા હશો. આ રીતે જુદા પડેલા બંને ભાઈઓએ ધંધારોજગારમાં પણ નુકસાન ભોગવવું પડ્યું હોય તેવું બન્યું છે.

સ્ત્રીઓ વિષે એક વધારે વાત એવી પણ કહેવાય છે કે તેઓ સચ્ચાઈ અને હૃદયપૂર્વકની પ્રશંસા કદી કરતી હોતી નથી. (આ વાત પોતાને આધુનિક ગણાવતી શહેરી સ્ત્રીઓ વિષે છે.) તેઓ સારી રીતભાવ દેખાડવા માટે અન્ય સ્ત્રીની પ્રશંસાના કે કદરના શબ્દો બોલવા સભાન પણે પ્રયાસ કરતી હોય છે, પણ તે પ્રશંસા અનાયાત કે હૃદયમાંથી આવેલી નહિ હોવાનું દેખાઈ આવતું હોય છે. અન્ય સ્ત્રી પાસે કોઈ વધારે સારી વસ્તુ, વધારે સારું સ્થાન કે વધારે સારી સ્થિતિ જોવા મળે કે દેખાડવામાં આવે તેને તે દોષશોધક દ્રષ્ટિથી જ જોશે અને મોં મરડીને કહેશે : 'આ તો બધેલ મળે છે. આમાં અસાધારણ કશું નથી. ખાલી પોતાની અમીરી બતાવવા દેખાડો કરે છે.'

સાચું એ છે કે ઈર્ષા, અદેખાઈ જેવી અનિચ્છનીય લાગણીઓને મનમાં સંઘરવાનો કોઈ અર્થ નથી. તેનાથી કોઈને કોઈ જ ફાયદો થતો નથી. ઊલટું, ટેન્શનમાં ઉમેરો થાય છે અને બ્લડપ્રેશર વધે છે. પ્રત્યેક ખંડનાત્મક લાગણીની જેમ ઈર્ષા પણ ખતરનાક છે. દરેક જણને તેની પોતાની શક્તિઓ, ક્ષમતા, સંયોગો અને પોતાનું ભાગ્ય હોય છે. તેની સામે લડી શકાવાનું નથી. માટે બીજાઓ સાથે હંમેશા તંદુરસ્ત સ્પર્ધાનું વલણ રાખો. તમારી શક્તિનું પૃથક્કરણ સ્થાન કે સંપત્તિ પરત્વે મનમાં દુર્ભાવ કે ફરિયાદ ન સેવો. કોને ખબર, ક્યારેક તમારે જ તેમની જરૂર પડે અને તેઓ જ કામમાં આવે !આપણા પ્રાચીનોએ માનવીના જે છ મહાશત્રુઓ ગણાવ્યા છે તેમાં ઈર્ષાનો સમાવેશ કરેલો છે. જેના મનમાં તે સંઘરાય તેને જ તે હાનિ પહોંચાડે છે. તે આપણા દિમાગમાં સારા, રચનાત્મક વિચારો આવવા દેતી નથી. મનને પ્રદુષિત કરે છે અને કામધંધા - પ્રવૃત્તિ પર અવળી અસર પડે છે. આજનું તબીબી વિજ્ઞાન પણ ચેતવણી આપે છે કે ઈર્ષા વગેરે કુત્સિત મનોભાવોથી બચીને રહેવું તે આપણા હાથમાં છે. જિંદગીમાં કરવા જેવા કામો એટલા બધા છે કે પૂરા કરવા માટે જિંદગી ટૂંકી પડે. તો પાછી આવ બિનજરૂરી અને હાનિકારક બોજાઓ શા માટે વેંઢારવા ? દુષ્ટ લાગણીઓ મનના ચેનનો નાશ કરી પીડા આપતી રહે છે. તો પછી તેને છોડી દઈને આપણે જે કંઈ છીએ, આપણી પાસે જ કંઈ છે અને જે કંઈ આપણે કરી શકીએ છીએ તેનો જ આનંદ અને સંતોષ કેમ ન માણવા ?

પાણીનું આધ્યાત્મિક મૂલ્ય

આપણે આપણા સ્થુલ, સૂક્ષ્મ અને કારણ શરીર વિશે ક્યારેય કંઈ ન વિચારીએ અને ન જાણીએ અને અંધારામાં અથડાયા કરીએ. જરાક માંદા પડીએ એટલે ડોક્ટર, વૈદ્યના ચરણે જલએ છીએ અને પાછા આખી દુનિયાના ક્ષાન, માહિતીનું પોટલું ઉપાડીને દંભમાં દુ:ખી થતા હોઈએ છીએ, આ આપણી માનવસહજ નબળાઈ છે. આપણી સૌથી નજીકની અને અનિવાર્ય એવી બાબતોની આપણે ખૂબ ઓછી દરકાર કરીએ છીએ, ખૂબ ઓછી ઓળખીએ છીએ અને તેનાથી વધુમાં વધુ અજાણ અને અજ્ઞાન રહીએ છીએ. પ્રાણી માત્ર માટે અનિવાર્ય એવા અમૃત સમા પાણીની બાબતમાં કંઈક આવું જ થતું રહ્યું છે. છેલ્લા દોઢેક દસકાથી કાયમી પાણીની અછત ભોગવતા પ્રદેશોના લોકોને પાણીનું થોડું-ઘણું મહત્વ સમજાવવા લાગ્યું છે, પણ પાણીની અછતના કાયમી ઉકેલ માટે વરસાદી પાણીને ઝીલવા-સંગ્રહવા અને ભૂતળમાં ઉતારવાની બાબતમાં થોડા લોકો તેનો અમલ કરતા થયા છે. મોટા ભાગના લોકો હજુ વાતો, ચર્ચાઓથી આગળ વધ્યા નથી. જો કે આપણે વાતો, ભાષણો, નિવેદનો, સભા, સંમેલનો, સેમિનારો, મહોત્સવો કરવામાં પાવરધા છીએ, પણ અમલવારીમાં આળસુ છીએ, બેદરકાર છીએ, પણ આ પાણીની બાબતમાં આપણે એ સ્થિતિમાંથી બહાર આવવું જરૂરી છે.

પાણી એ વિકાસની ગુરૂ ચાવી છે :- પાણી એ વિકાસની ગુરૂ ચાવી છે. વૈશ્વિકરણના આજના સમયમાં વિશ્વસ્તરે આર્થિક, સામાજીક અને રાજકીય રીતે પાણીનું મહત્વ સ્વીકારવા લાગ્યું છે. પણ એકે - એક માણસ આ પાણીનું મહત્વ અને મૂલ્ય સમજે, સ્વીકારે અને વહેવારમાં તેનો અમલ કરે તે અતિ જરૂરી છે અને એ ત્યારે જ શક્ય બને કે પાણીનું ધાર્મિક - આધ્યાત્મિક મહત્વ અને મૂલ્ય માણસ સમજતો - સ્વીકારતો થાય. અમૃતસમા આ પાણીની ઉત્પત્તિ, તેનું સ્વરૂપ, તેના ગુણધર્મો વગેરે વિગતે જોઈએ - સમજીએ.

જગતનું નિર્માણ :- આ જગતને આપણે પ્રત્યક્ષ રૂપમાં જોઈએ છીએ ત્યારે સ્વાભાવિક જ આપણને એવો વિચાર આવે છે કે, આ જગતનું નિર્માણ કરનાર અને તેને ચલાવનાર કોઈ મહાન શક્તિ ચોક્કસ હોવી જ જોઈએ એને એ ચેતન શક્તિનો ધર્મશાસ્ત્રનો ઈશ્વર, ભગવાન, બ્રહ્મા, પરમાત્મા વગેરે નામોથી ઉલ્લેખ કરે છે.

જડમાં ચેતન :- જગતના આ જડ પદાર્થો સ્વયં નિયમપૂર્વક ક્રિયાશીલ થઈને બુધ્ધિપૂર્વક અને ચોક્કસ ક્રમથી પર્યાપ્ત સમયમાં કર્મ કરવામાં અસમર્થ છે. દાખલા તરીકે મકાનનું નિર્માણ, ખાદ્ય પદાર્થનું નિર્માણ, મોટર, રેલવે, હવાઈ જહાજ, વહાણ, રોકેટ, કોમ્પ્યુટર મશીન, વગેરેનું નિર્માણ સ્વયં નિર્માણ થતું નથી. આ બધી વસ્તુઓનુ નિર્માણ ચેતન પુરૂષ માનવીએ કર્યુ છે. તેમ જગતનું નિર્માણ મહાન ચેતન શક્તિથી થયું હોય તે સ્વાભાવિક છે. જે પદાર્થથી આ જગત બન્યું છે, એનું કોઈ ઉપાદાન કારણ પણ હોવું જોસએ, ભલે આપણે તેને દેખી ન શકતા હોઈએ, કારણ કે, આ પ્રત્યક્ષનો વિષય ન હોવાથી આપણે અનુમાન જ કરી શકીએ છીએ.

સર્વગેણ સંપન્ન પદાર્થ :- એવો કોઈ સર્વગુણસંપન્ન પદાર્થ છે અને સૂક્ષ્મ છે. જેનાથી જગતના બધા પદાર્થ બને છે. આ બ્રહ્માંડમાં વિના કારણ કોઈ કાર્ય થઈ શકતું નથી. પ્રત્યક્ષ રૂપથી ન દેખાવાવાળું એ જગત અત્યંત સૂક્ષ્મ છે. એને જ ઉપાદાન કારણ કહેવાય છે. દરેક પદાર્થોના નિર્માણ કાળમાં મુખ્ય રૂપથી એક ઉપાદાન કારણ હોય છે અને તે એનાં સહકારી કારણ હોય છે. એક નિમિત કારણ મુખ્ય રૂપમાં હોય છે, શેષ એનાં સહકારી કારણ હોય છે. એ જ રીતે આ જગતના નિર્માણમાં પ્રકૃતિ ઉપાદાન કારણ છે અને ઈશ્વર -બ્રહ્મા નિમિત કારણ છે. બંન્ને મળીને જગતનું નિર્માણ કરે છે. જેમ પ્રાણી માત્રના શરીરમાં બીજી કોઈ ચેતન શક્તિ કે જેને આત્મા કે જીવ તરીકે ઓળખાવાય છે તે વિદ્યામાન છે. તે શરીરનું સંચાલન કરે છે. કર્મ-જ્ઞાન અને ભોગનો હેતુ બની રહેલ એ ચેતન શક્તિ આપણને દેખાતી નથી, કારણ કે તે પ્રત્યક્ષનો વિષય નથી, પણ અનુમાનોનો વિષય બની રહેલ છે.

બ્રહ્મા સર્વ સમય સર્વત્ર વ્યાપ્ત છે :- જલ, વાયુ, અગ્નિ, આકાશ, અને પૃથ્વી મહાભૂતો, વિશાળ ધરતી, આ લોક - લોકાંતર, વન-પર્વત, વનસ્પતિ વગેરે બધાં જ પાર્થિવ ભૂતો ઈશ્વરની વિદ્યામાનતા બતાવે છે.ઈશ્વર - બ્રહ્મા સર્વત્ર, સર્વ સમયે, સર્વમાં સૂક્ષ્માતિ સૂક્ષ્મ રૂપમાં રહેલ છે. તેમાંય (પાણી) જલ મહાભૂતમાં વિદ્યમાન રહેલ ઈશ્વર, બ્રહ્મને સમજવાનું સૌથી વધુ સરળ અને સહેલું છે. અને એટલે જ પાણીને સૌથી વિશેષ મહત્વ અપાય છે. આ જલ મહાભૂતની રચના પણ જાણવા જેવી છે.

જલ મહાભૂતનો રચના ક્રમ :- જ્યારે આકાશી પરમાણુને મળે છે ત્યારે તેનામાં ગતિરૂપ ધર્મ પેદા થાય છે. પછી તે બન્ને પરમાણેઓ અગ્નિના પરમાણુને મળે છે ત્યારે ઉદ્યમ ગતિ પેદા થાય છે. અને આ ત્રણેય પરમાણુઓ આકાશ મંડળમાં જલના પરમાણુને મળે છે ત્યારે ગુરૂત્વ (ભાર) નો ધર્મ પેદા થાય છે. અને આ ચારેયને પૃથ્વીના પરમાણુ મળે ત્યારે તે બધા નીચે આવી ધરતી પર સ્થિર થાય છે અને આ પાણીનું ભૌતિકરૂપ ધારણ કરે છે.

પાણી બ્રહ્મ પ્રાપ્તિનું માધ્યમ બની શકે :-રસ તનમાત્રા જ્યારે એકલા રૂપમાં હતી ત્યારે દિવ્ય રસનો જ વિષય હતી. પછી તેમાં અગ્નિ તત્વ ભળવાથી રૂપ પણ આવ્યું, જે જોલઈ શકાય તેવા રૂપમાં આવી ગયું, પછી વાયુ તત્વ ભળતાં જલમાં સ્પર્શનો અને ગતિનો ગુણ પણ આવ્યો. પછી જલમાં આકાશ તત્વ ભળતાં સુક્ષ્મતાનો ગુણ આવ્યો અને પૃથ્વી તત્વ ભળતાં ગુરૂત્વનો ગુણ આવ્યો અને આમ રસ તનમાત્રામાં કેવાં કેવાં પરિણામ આવતાં ગયા અને અંતે જલ મહાભૂત (પાણી) બન્યું. આમ રસ, તનમાત્રા મુખ્ય રૂપમાં છે. બાકીના અગ્નિ, વાયુ, આકાશ અને પૃથ્વી મહાભૂત સરહકારી કારણ છે. યોગીઓ સમાધિમાં રસ તનમાત્રામાંથી જલ મહાભૂત (પાણી) બન્યા સુધીની પ્રક્રિયાનું વિશ્લેષણ કરીને તેનાં સૂક્ષ્મરૂપોને સમજવા અને સાથે સાથે આ પ્રક્રિયામાં નિમિત કારણ બહ્મને પણ પ્રત્યક્ષ કરવા ધ્યાન કરતાં હોય છે.

પાણીના વિશિષ્ટ ગુણધર્મો :- પાંચ મહાભૂતોમાં સૌથી વિશિષ્ટ અને પ્રાણી માત્રના પ્રાણ ટકાવી રાખનાર અમૃત સમાં પાંચ સ્વરૂપો અને દશ ગુણધર્મોવાળું આ જલ મહાભૂત (પાણી) એ આધ્યાત્મિક દ્રષ્ટીએ ઉપાસનાનો પણ વિષય છે. પાણીના આ દશ ગુણધર્મો કેવા છે તે જોઈએ.

પાણીનું પ્રથમ રૂપ : સૃષ્ટીની રચનામાં પાણી પૃથ્વીની પહેલાં ઉત્પન્ન થનાર ચોથા નંબરની પરિણામ અવસ્થા છે. પહેલાં અગ્નિ ઉત્પન્ન થયેલ છે, ગંધ અને રસ ઉપરાંત અગ્નિ, વાયુ અને આકાશનાં આ તત્વો ઉત્પન્ન થયાં. પૃથ્વીનું સ્થુલ સ્વરૂપ અત્યંત સ્થુળ હતું. પૃથ્વીને કોઈપણ રૂપ આપી શકાતું, પણ પાણીને તો આધાર વગર ઉઠાવી પણ ન શકાતું.

પાટીદાર સમાજ સેવા કેન્દ્ર

વિશાળ પાટીદાર સમાજના ઈતિહાસ, સંસ્કૃતિ, રીતરિવાજો, સિદ્ધિઓ, સંકટો, ધાર્મિક-પ્રવૃત્તિઓ, વિશિષ્ટ વ્યકિતઓ, સામાજીક સંગઠનો વગેરે સમાજને લગતું પ્રસિદ્ધ થયેલું સાહિત્ય, પુસ્તકો વગેરેને એક જગ્યાએ વ્યવસ્થિત સંગ્રહ કરીને જાળવવાનો પાટીદાર સમાજ સેવા કેન્દ્ર પ્રયાસ કરે છે. જે વ્યકિતઓ, સંગઠનો, લેખકો, વગેરે પાસે પાટીદાર સમાજ અંગે પ્રસિદ્ધ થયેલું કોઈપણ સાહિત્ય, પુસ્તક, સંશોધનો, વગેરે હોય તે અમારા આ કેન્દ્રને પહોંચાડવા વિનંતી છે. કૃતિની જે કંઈ કિંમત હોય તે આપવામાં આવશે.

-: સંપર્ક :-

પાટીદાર સમાજ સેવા કેન્દ્ર
C/o,વેસ્ટર્ન ટાઈમ્સ પબ્લી. પ્રા.લિ.
૩૦૧, ત્રીજો માળ, ગાલા આર્ગોસ, હરીકૃપા ટાવર પાછળ,
લેડીઝ હોસ્ટેલ નજીક, એલીસબ્રીજ, અમદાવાદ-૬
ફોન: ૨૬૪૦૨૮૮૦
email:gujarati@westerntimes.co.in

"વેસ્ટર્ન ટાઈમ્સ"માં પ્રસિધ્ધ થતાં અહેવાલો, લેખો વાચકો અને અન્ય પ્રકાશકો અમારી પરવાનગી વિના પ્રસિદ્ધ કરી શકે છે. સૌજન્ય દર્શાવાય તેવી અપેક્ષા. આ અંકમાં પ્રસિધ્ધ થયેલી કેટલીક તસવીરો પ્રતિકાત્મક છે.
-તંત્રી

વૃદ્ધો માટે વરદાનરૂપ હાસ્ય થેરેપી

'હસે તેનું ઘર વસે' આ કહેવત તો આપણે સૌકોઈ વર્ષોથી સાંભળતા આવ્યા છીએ. કોઈ કવિએ પણ કહ્યું છે કે, 'હસી નાખજો સૌ દુ:ખ અને દર્દને. જોજો એ દુ:ખ અને દર્દ પણ હસી પડશે તમારી સાથે.' નવાઈ લાગે તેવા સાચા અને સારા સમાચાર અને આધુનિક વિજ્ઞાને અનેક પ્રયોગોથી સિદ્ધ કરેલી હકીકત એ છે કે 'ખુલ્લા દિલે ૧૫ થી ૨૦ મિનિટ હસવાથી પણ આજીવન ફિટનેસ મળે છે.' આખીએ જીવસૃષ્ટિમાં મનુષ્યની સર્વોપજિરતા પણ કદાચ હસવાની જ ક્રિયા ગણી શકાય. હાસ્યને દુનિયાની સર્વશ્રેષ્ઠ દવા ગણવામાં આવે. તેનાથી ફાયદો ચોક્કસ થાય છે. લાંબા વખત સુધી આ દવા લેવામાં નુકસાન થતું નથી અને એક પૈસાનો પણ ખર્ચ થતો નથી અને વિશેષમાં આ દવાથી તમને એકલાને નહીં, પણ તમારા સંપર્કમાં આવનાર સૌને તેનો ફાયદો થાય છે. વૃદ્ધજનો માટે તો આ થેરેપી ખૂબજ લાભદાયક અને આશીર્વાદરૂપ છે.

હસવાના પ્રકાર

(૧) મરકવું અથવા મલકાવું : જેમાં હસવાનો અવાજ ન થાય. હાસ્યપ્રેરિત બનાવ યાદ આવવાથી, વાગોળવાથી કે જોવાથી મનમાં અને હોઠ ખોલ્યા વગર એકલા કે કોઈની હાજરીમાં થોડાક સમય માટે થોડીક શરમના ભાવ સાથે સહવાની ક્રિયા.

(૨) સ્મિત અથવા તો મંદ હાસ્ય : જેમાં હોઠ ખૂલે, દાંત થોડા દેખાય કે ને દેખાય, અવાજ ન નીકળે, કોઈની સામે જોઈને આનંદનો ભાવ મોં પર દેખાય તેવી હસવાની ક્રિયા.

(૩) ખિખિયાટ કરવો અથવા ઠઠ્ઠ મશ્કરી કરવાના ભાવ સાથે કરાતું હાસ્ય : જેમાં હસવાની ક્રિયામાં થોડો દબાયેલો અવાજ નીકળે અને દાંત દેખાય.

(૪) ઘોડાના હણહણાટ જેવો અવાજ : જે ફક્ત ત્રણ-ચાર સેકંડ જ ચાલે તેવી રીતે મોં ઉઘાડ્યા વગર ગળામાંથી જ અવાજ નીકળે તે રીતે ધીમે ધીમે હસવું.

(૫) દાંત કાઢવા : આ પ્રકારના અવાજ ન નીકળે. દાંત દેખાય, સામેની વ્યક્તિને કદાચ સારુ ન લાગહે માટે મોં પર હાથ મૂકી દેવાય. તે રીતે હસવું.

(૬) મુક્ત હાસ્ય અથવા અટ્ટાહાસ્ય, જેમાં હસવાની ક્રિયા લગભગ એકાદ મિનિટ ચાલે : જેમાં મોં ખૂલે, અવાજ નીકળે, જેનો ચઢાવ અને ઉતાર હોય, વ્યક્તિ કમરેથી બેવડી વળી જાય. પેટમાં દુખાવા આવે. હસવાની ક્રિયા કાબુમાં ન રહે અને થોડી થોડી વારે જ્યારે જ્યારે હાસ્યપ્રેરિત બનાવ કે વાત લખાણ કે ટીવી કે ફિલ્મમાં જોયેલ પ્રસંગ યાદ આવે કે તરત જ ખૂબ હસવું આવે એ પ્રકારની હસવાની ક્રિયા.

હસવું શા માટે આવે છે ?

હસવું એ આનંદની અનુભુતિ છે. હસવું એ સાવ સ્વાભાવિક વાત છે. સામાન્ય રીતે દરેક મનુષ્યમાં થોડે ઘણે અંશે પરપીડનવૃત્તિ અને આનંદ થયો તે દેખાડવાની વૃત્તિ હોય છે. આને લીધે તે (૧) બીજાની મૂર્ખામી હર હસે છે. (૨) અણઆવડત હસે છે. (૩) અસ્વાભાવિક લાગે તેવા પ્રસંગે કે વાત ઉપર હસે છે. (૪) અસ્વાભાવિક લાગે તેવા પહેરવેશ, આકૃતિ, કદ અને હાવભાવ ઉપર પણ હસે છે. (૫) જેમાં બીજાની મશ્કરી થતી હોય અથવા તેને ઉતારી પાડવાનો હોય તેવી વાત ઉપર પણ હસે છે. (૬) ભૂતકાળમાં પોતે કોઈ પણ નાની કે મોટી વાત કે મૂર્ખામી યાદ આવે ત્યારે પણ હસે છે. (૭) ભૂલથી પણ કોઈને માટે ભાખેલ ભવિષ્યની વાત સાચી પડવાથી પણ આનંદનો ભાવ બતાવવા માટે હસે છે. (૮) ઘણા લોકો અમરસ્તા પોતે ખૂબ આનંદમાં છે એમ બતાવવા પણ ખોટું ખોટું હસે છે. (૯) આનંદ ઉત્સવના પ્રસંગો જેવા કે, બાળકનો જન્મ, નોકરીમાં બઢતી, ધંધામાં સફળતા, લગ્ન થવાં, બીમારીમાંથી સાજા થઈ જવું, જૂના મિત્રો અથવા જૂની ખોવાયેલ વસ્તુ ઘણા વખત પછી મળવી, વાર-તહેવારોની ઉજવણી કરવી વગેરે પ્રસંગે પોતાના આનંદને જાહેર કરવા પણ હસે છે. (૧૦) ફક્ત કંપની આપવા ખાતર, કારણ ખબર ન હોય અથવા વાતની સમજમ પડી ન હોય છતાં બીજાં હસતાં હોય માટે ઘણા લોકો હસે છે. (૧૧) કોઈની વાક્ચાતુરી અને ટીખળ કે જોક્સથી પણ લોકો હસી પડે છે.

હસવાથી થતા શારીરિક અને માનસિક ફેરફાર

શરીરમાં રહેલી અડ્રેનિલ નામની ગ્રંથિમાંથી શરીરને તાજગી આપનાર અંન્ડ્રોર્ફિન નામના હોર્મોન નીકળે છે. જેથી (૧) લોહીનું પરિભ્રમણ કરનારી નળીઓ પહોળી થવાથી લોહી આખા શરીરમાં ખૂબ સારી રીતે ફરે છે. (૨) હૃદયની ક્ષમતા અને કાર્યશક્તિ વધે છે. (૩) ફેફસાંની ઓક્સિજન લેવાની શક્તિ વધે છે. (૪) હોજરીની પાચનશક્તિ વધે છે. અને ભૂખ લાગે છે. (૫) શરીરમાં થતા સ્નાયુઓનો અને સાંધાઓનો દુખાવો ઓછા થાય છે. (૬) ઘા જલદીથી રુઝાઈ જાય છે. (૭) ચેપ લાગે તેવા જંતુઓથી રક્ષણ મળે છે, કારણ કે શરીરના બધા જ કોષને લોહી મળે છે. (૮) શરીરમાં ગરમાવો આવી જાય છે અને શરીર હળવું બને છે. (૯) મન પ્રફુલ્લિત બને છે. (૧૦) માનસિક તાણ પણ ઓછી થાય છે. (૧૧) મન ચિંતારહિત થઈ જાય છે. (૧૨) ઘડપણ મોડું આવે છે. (૧૩) હૃદયરોગ, ડાયાબિટીસ અન બી.પી. જેવા ભંયકર રોગ થતા અટકે છે. (૧૪) દુ:ખ ભૂલી જાઓ એટલે શરીર અને મન બંન્ને કોઈ પણ પ્રકારનું નુકસાન થાય નહીં. (૧૫) ઊંઘ સારી આવે અને શરીરને પૂરતો આરામ મળવાથી આખી જિંદગી તમારી ફિટનેસ જળવાય. (૧૬) ચામડી ચુસ્ત, કરચલી વગરની અને ચમકદાર બને.

યાદ રાખો કે ઉપરના બધાજ ફાયદાઓ તેમે રોજ ફક્ત વીસ મિનિટના ખડખડાટ હસવાના કાર્યક્રમતી મેળવી શકશો.

હસાવને ઈન્ટનલ જોગિંગ (માનસિક દોડ) કહે છે. કારણ જેમ નિયમિત ૨૦ થી ૩૦ મિનિટના જોગિંગથી એટલે કે ધીમે દોડવાની કસરતથી શરીરને મન સ્વસ્થ થાય તે જ રીતે હસવાના નિયમિત કર્યાક્રમથી પણ શરીર અને મનને સ્વસ્થતા મળે છે એટલે કે સંપૂર્ણ ફિટનેસ મળે છે.

નિયમિત હસવાનો કાર્યક્રમ બનાવવા શું કરશો ?

૧. તમારા રોજિંદા જીવનમાં બનેલા હસવાના પ્રસંગોને યાદ કરી ડાયરીમાં લખી લો, પછી અવારનવાર તે વાંચો.

૨. ફિલ્મ હોય, નાટક હોય કે ટીવી પ્રોગ્રામ જ્યાં-તમને ખૂબ મઝા પડે એવો કાર્યક્રમ અચૂક જૂઓ, જેમાં સાથે તમને ખૂબ હસવુ પણ આવે.

૩. હાસ્ય લેખકોનાં પુસ્તકો, વાર્તાઓ અને નવલિકાઓ અને લેખો અને જોક્સ નિયમિત વાંચો. એટલો ખ્યાલ રાખશો કે આમાં દરેક વખત હસવું આવે એવી ગેરંગી નથી છતાં પ્રયત્ન કરવામાં પણ મઝા આવશે.

૪. બાલકોને તમારા ગુરુ બનાવો. તમારા ધ્યાનમાં આ બાબત આવી હશે જ કે ગમે તેવું નાનું પણ કારણ કે બનાવ હોય તોપણ બાળકો ખિલખિલાટ હસી પડશે. હાસ્ય એટલું ચેપી હોય છે કે એમની સાથે તમે પણ હસી પડશો.

૫. આનંદમાં રહેતા અને હસવાની મોજ માણતા લોકોને મિત્રો બનાવો અને આવા મિત્રોનું મંડળ બનાવો તેમ જ દર અઠવાડિયે કોઈ જગ્યાએ એકઠા થઈ પોતપોતાના ગમતા હસવાના પ્રસંગોની એકબીજાને વાત કરી અને ખડખડાટ હસો.

૬. કુટુંબીજનો સાથે અને મિત્રમંડળ સાથે દુ:ખની, તકલીફોની વાત કરવાને બદલે હસવાની વાતોની આપ-લે કરવાની કળા શીખો.