

બ્રહ્મચર્ય જીવનની અનિવાર્ય જરૂરિયાત



શ્રીમદ્ બ્રહ્મચર્ય અભ્યાસ

બ્રહ્મચર્ય જીવનની અનિવાર્ય જરૂરિયાત

: લેખક :

શ્રીરામ શર્મા આચાર્ય

: પ્રકાશક :

યુગનિર્માણ યોજના
ગાયત્રી તપોભૂમિ, મથુરા

: પ્રાપ્તિસ્થાન :

ગાયત્રી જ્ઞાનપીઠ
પાટીદાર સોસાયટી, જૂના વાડજ,
અમદાવાદ-૩૮૦ ૦૧૩
ફોન : ૨૭૫૫૭૨૫૨



સુધારેલી આવૃત્તિ - ૨૦૦૮

કિંમત રૂ.૪.૦૦

અનુક્રમણિકા

| | | |
|-----|--|----|
| ૧. | બ્રહ્મચર્ય જીવનની અનિવાર્ય જરૂરિયાત | ૩ |
| ૨. | ઇન્દ્રિયસંયમનો મહિમા | ૫ |
| ૩. | હિન્દુધર્મનો અનુપમ ભંડાર | ૮ |
| ૪. | બ્રહ્મચર્યનો વિશ્વવ્યાપી મહિમા | ૧૦ |
| ૫. | આધુનિક વિદ્વાનો દ્વારા સમર્થન | ૧૪ |
| ૬. | બ્રહ્મચર્યના વિષયમાં ભ્રાંતિઓ અને તેની ઉપેક્ષા | ૧૭ |
| ૭. | વર્તમાન શિક્ષણસંસ્થાઓની દુર્ગતિ | ૧૯ |
| ૮. | ઘરોની અસંતોષજનક વ્યવસ્થા | ૨૧ |
| ૯. | અશ્લીલ સાહિત્ય, ચિત્રો વગેરે | ૨૩ |
| ૧૦. | સિનેમાની સત્યાનાશી હવા | ૨૫ |
| ૧૧. | બ્રહ્મચર્યનું રક્ષણ કેવી રીતે કરવું ? | ૨૭ |
| ૧૨. | બ્રહ્મચર્ય અને સ્વાદેન્દ્રિય | ૨૮ |
| ૧૩. | બ્રહ્મચર્ય અને ઉપવાસ | ૨૮ |
| ૧૪. | બ્રહ્મચર્ય અને મનોવિકાર | ૨૯ |
| ૧૫. | ઈશ્વરપરાયણતા અને આસ્તિકભાવ | ૩૦ |
| ૧૬. | ભોજન શુદ્ધ અને સાત્ત્વિક રાખો | ૩૧ |

બ્રહ્મચર્ય જીવનની અનિવાર્ય જરૂરિયાત

સંસારમાં પ્રત્યેક વ્યક્તિ આરોગ્ય અને દીર્ઘજીવનની ઈચ્છા રાખે છે. ભલેને કોઈની પાસે ગમે તેટલો સાંસારિક વૈભવ અને સુખસામગ્રી કેમ ન હોય, પરંતુ જો તે તંદુરસ્ત નહિ હોય તો તેના માટે એ બધી સાધનસામગ્રી વ્યર્થ જ છે. આપણે આપણા યુગના જ રોકફેલર જેવા માણસને જાણીએ છીએ કે જે સંસારના સૌથી મોટા ધનવાન કહેવાતા હોવા છતાં અસ્વસ્થતાના કારણે બે રોટલી પણ ખાઈ શકતા નહોતા. એટલા માટે એક વિદ્વાનના કથનને સત્ય જ માનવું રહ્યું કે “સંસારમાં ધન બહુ મોટી વસ્તુ નથી, તંદુરસ્તીનું મહત્ત્વ તેના કરતાં ઘણું વધારે છે.”

આરોગ્યશાસ્ત્રના આચાર્યોએ તંદુરસ્તીના મૂળ ચાર આધારો બતાવ્યા છે. આહાર, શ્રમ, વિશ્રામ અને સંયમ. આહાર દ્વારા પ્રાણીઓના શરીરનું નિર્માણ અને પોષણ થાય છે. તેથી તે યોગ્ય હોય તે સૌ પ્રથમ બાબત છે. બીજું સ્થાન શ્રમનું છે, કારણ કે તેના વગર ન તો આહાર પ્રાપ્ત થઈ શકે છે અને ન તો ખાધા પછી હજમ થઈ આત્મસાત્ થાય છે. વિશ્રામ પણ તંદુરસ્તીની રક્ષાનું જરૂરી અંગ છે, કારણ કે તેના દ્વારા શક્તિનો સંગ્રહ કર્યા સિવાય કોઈ સતત શ્રમ કરવામાં સફળ થઈ શકતો નથી. ચોથું સંયમ છે, જે અન્ય પ્રાણીઓમાં તો પ્રાકૃતિક રૂપમાં જોવા મળે છે, પરંતુ પોતાની બુદ્ધિ દ્વારા પ્રકૃતિ પર વિજય પ્રાપ્ત કરવાનું અભિમાન કરનારા મનુષ્યને તેના માટે ઉપદેશની હંમેશાં જરૂર પડે છે.

સંયમની જરૂરિયાત જો કે આહાર, શ્રમ, વિશ્રામ જેવા દરેક વિષયમાં છે, કારણ કે તેમનો અનિયમિત રૂપથી ઉપયોગ કરવાનું પરિણામ હંમેશાં દુઃખદાયક જ હોય છે, પરંતુ અહીં તેનો અર્થ વિશેષરૂપે ભોગોની મર્યાદાઓનું પાલન કરવાનો છે. સાંસારિક ભોગોમાં એક એવી મોહક અને આકર્ષક શક્તિ છે કે જે સતત મનુષ્યને પોતાની તરફ ખેંચતી રહે છે અને જેટલી તે પ્રાપ્ત થતી જાય છે, એટલી જ મનુષ્યની પ્રવૃત્તિ તેના તરફ વધતી જાય છે.

એ જ પ્રમાણે ભોગની અધિકતાથી મનુષ્યની શારીરિક, માનસિક તથા આત્મિક ત્રણે પ્રકારની શક્તિઓનો નાશ થાય છે, કારણ કે ભોગના પરિણામ સ્વરૂપે શરીરના સાર રૂપ વીર્યનો અપવ્યય થાય છે, જેનો કુપ્રભાવ આખાય શરીર પર પડે છે અને અંદરનાં તથા બહારનાં બધાં અંગોની શક્તિ ઘટી જાય છે. એ વાત જુદી છે કે ચઢતી યુવાનીમાં શારીરિક તત્વોની વૃદ્ધિ થતી હોવાના કારણે કોઈ તેનો અનુભવ ન કરી શકે અથવા મદહોશ થઈ સાચી વાતને પણ ન સ્વીકારે, પરંતુ એમાં કોઈ સંદેહ નથી કે વીર્યનો યોગ્ય સમય પહેલાં દુરુપયોગ થવા લાગવો અથવા ગૃહસ્થજીવનમાં પણ તેની અધિકતા હોવી તે પતનનું કારણ બને છે.

હાલના સમયમાં શિક્ષિત અને અશિક્ષિત બંને પ્રકારની વ્યક્તિઓની ગતિ આ સંબંધમાં વિપરીત જોવા મળે છે. અશિક્ષિત અને અલ્પ બુદ્ધિવાળી વ્યક્તિઓની વાત તો છોડી દો, કારણ કે તેઓ વિવેકશક્તિ વિનાની હોય છે અને ચીલાચાલુ સ્થિતિ પ્રમાણે ચાલવાની શક્તિ અને યોગ્યતા ધરાવતી હોય છે, પરંતુ આજકાલના શિક્ષિતો પણ નવી

રોશનીથી અંજાઈ જઈને પોતાના પ્રાચીન આદર્શોથી દૂર ભાગતા જાય છે અને પશ્ચિમના-દેશોની બાહ્ય ચમકદમક પર મોહિત થઈને સંયમ તથા ચરિત્રની શુદ્ધતાનું મહત્ત્વ ભૂલતા જાય છે. તેઓ હવે એમ કહેવા લાગ્યા છે કે બ્રહ્મચર્યના શિક્ષણ અને આદર્શોની વાતો ફક્ત કહેવા-સાંભળવા પૂરતી જ છે. વ્યવહારમાં આવા બ્રહ્મચર્યનું પાલન કરવું મુશ્કેલ જ નથી, પરંતુ અશક્ય છે. ખાવું, પીવું, નિદ્રા અને મળમૂત્રના ત્યાગની જેમ જ સંભોગવૃત્તિ પણ સ્વાભાવિક છે. તેની ઉપર કોઈ પણ પ્રકારનો અંકુશ અથવા બંધન રાખવું વ્યર્થ છે.

ઇન્દ્રિયસંયમનો મહિમા

જે નવયુવકો વિદેશી કામશાસ્ત્રનાં પુસ્તકો વાંચીને અથવા અનુભવહીન લોકોની દલીલો સાંભળીને સ્વયં પણ બ્રહ્મચર્યને નિરર્થક કહેવા લાગ્યા છે તેઓ પોતાની ચારે બાજુએ નજર દોડાવીને પોતાના સાથીદારોની દશાને જુએ. તેમાંથી હજારો લોકો યુવાનીમાં જ શક્તિહીનતાનો અનુભવ કરીને તાકાતની દવાઓ તથા ટૉનિક જેવી વસ્તુઓને શોધતા ફરે છે. હજારો લોકો મધુપ્રમેહના શિકાર થઈને પીણું શરીર અને નિસ્તેજ ચહેરો લઈને ફરતા હોય છે અને હજારો એવા પણ છે કે જેઓ સ્વપ્નદોષ, ચાંદી અને ગરમી જેવા ભયંકર રોગોના શિકાર બનીને પોતાના જીવનને બરબાદ કરી નાખતા હોય છે. એવું બની શકે કે ઈંગ્લેન્ડ, ફ્રાંસ, જર્મની જેવા દેશોના લોકો ઠંડી આબોહવાના કારણે તથા માંસમદિરા જેવા ઉત્તેજક આહારની અધિકતાના કારણથી વધારે સંભોગનાં દુષ્પરિણામોનો એટલો શીઘ્રતાથી અનુભવ ન પણ કરતા હોય, પરંતુ ભારત

જેવા ગરમ આબોહવાવાળા તથા શાકાહારી દેશના નિવાસીઓ જો તેમની નકલ કરશે તો તેમને પોતાની ભૂલનું પરિણામ તરત જ ભોગવવું પડશે.

ભારતના પ્રાચીન મનીષીઓએ આ તથ્યને એ વખતે સારી રીતે સમજી લીધું હતું અને તેથી બાળકોને નાની ઉંમરથી જ કોઈ સદ્ગુરુની પાસે મોકલીને યુવાવસ્થા સુધી તેમના બ્રહ્મચર્યપાલનની વ્યવસ્થા બનાવી હતી. એ યુગમાં વેદોએ સ્પષ્ટરૂપથી ઉદ્ઘોષણા કરી હતી.

બ્રહ્મચર્યેણ તપસા દેવા મૃત્યુમુપાધ્નત ।

અર્થાત્ - “બ્રહ્મચર્યના પ્રતાપે મનુષ્ય તંદુરસ્તી અને શક્તિ જ પ્રાપ્ત નથી કરતો, પરંતુ તે મૃત્યુને પણ જીતી શકે છે.” એનો એ આશય નથી કે તે કોઈ દિવસ મરશે જ નહિ, પરંતુ તે અકાળ મૃત્યુને દૂર ભગાવીને દીર્ઘજીવન પ્રાપ્ત કરી શકે છે અને શક્તિ, સાહસ તથા વીરતાનું એવું ઉદાહરણ રજૂ કરી શકે છે કે જેને જોઈને સંસાર ચકિત રહી જાય. હનુમાન, લક્ષ્મણ, ભીષ્મ, શંકરાચાર્ય વગેરે મહાપુરુષો એનાં ઉદાહરણો બની ચૂક્યા છે. આપણે પણ જો શાસ્ત્રીય વિધાન અનુસાર આચરણ કરીને સાચા અર્થોમાં બ્રહ્મચર્યનું પાલન કરીએ તો વર્તમાનની અપેક્ષાએ ઘણાં મહત્વપૂર્ણ કાર્યોનું સંપાદન અને સંચાલન કરી શકીએ છીએ.

હાલના સમયમાં પણ બ્રહ્મચર્યનું મહત્વ સમજાવતાં કેટલાક ઉદાહરણો મળતાં રહે છે. આ યુગના સર્વશ્રેષ્ઠ મનુષ્ય માનવામાં આવતા અને મહામાનવની પદવીના સાચા અધિકારી મહાત્મા ગાંધીએ પત્ની સાથે રહેવા છતાં પણ ૩૭ વર્ષની આયુમાં પૂર્ણ બ્રહ્મચર્યનું વ્રત બ્રહ્મણ કર્યું હતું અને ૪૦ વર્ષથી પણ વધારે

સમય સુધી તેનું દૃઢતાપૂર્વક પાલન કર્યું. આ બ્રહ્મચર્યથી પ્રાપ્ત થયેલ શક્તિના જ પ્રતાપે તેઓ સંસારમાં શક્તિશાળી ગણાતા તથા સર્વસાધનસંપન્ન અંગ્રેજી સામ્રાજ્યનો આત્મબળથી મુકાબલો કરીને ભારતને સ્વતંત્ર કરી શક્યા. આ બ્રહ્મચર્ય વ્રતને તેમણે કેવી રીતે ગ્રહણ કર્યું અને કેવા પ્રયત્નોપૂર્વક નિભાવ્યું એ વિષયમાં તેઓ સ્વયં લખે છે -

“ખૂબ ચર્ચા અને દૃઢ વિચાર કર્યા પછી ૧૯૦૬(૩૭ વર્ષની ઉંમર)માં મેં બ્રહ્મચર્યવ્રત ધારણ કર્યું. વ્રત લેતી વખતે મને ખૂબ જ અઘરું લાગ્યું. મારી શક્તિ ઓછી હતી. વિકારોને કેવી રીતે દબાવી શકીશ ? પત્નીની સાથે રહીને વિકારોથી અલિપ્ત રહેવું પણ અજબ જેવું લાગતું હતું, છતાં પણ હું જોઈ રહ્યો હતો કે એ મારું સ્પષ્ટ કર્તવ્ય છે. મારી દાનત સ્પષ્ટ હતી. ઈશ્વર શક્તિ આપશે અને મદદ કરશે એમ વિચારીને હું કૂદી પડ્યો. હવે વીસ વર્ષ પછી એ વ્રતનું સ્મરણ કરતાં મને સાનંદ આશ્ચર્ય થાય છે. સંયમ રાખવાનો ભાવ તો ઈ.સ. ૧૯૦૧થી જ પ્રબળ હતો અને તેનું પાલન પણ કરી રહ્યો હતો, પરંતુ જે સ્વતંત્રતા અને આનંદ હવે હું મેળવી રહ્યો તે પહેલાં મળ્યો હોય એવું મને યાદ નથી. બ્રહ્મચર્યના સોળે આની પાલનનો અર્થ છે - બ્રહ્મદર્શન. આ જ્ઞાન મને શાસ્ત્રો દ્વારા મળ્યું નહોતું. એ અર્થ મારી સામે ધીરે ધીરે અનુભવસિદ્ધ થતો ગયો. આ માટે મન, વચન, કાયાથી બધી ઈન્દ્રિયોનો સંયમ રાખવો અનિવાર્ય છે. આ બ્રહ્મચર્યમાં ત્યાગની બહુ મોટી જરૂર છે. પ્રયત્નશીલ બ્રહ્મચારી નિત્ય પોતાની ત્રુટિઓનું દર્શન કરશે, તો તે પોતાના હૃદયના ખૂણેખાંચરે સંતાઈ રહેલા વિકારોને ઓળખી લેશે અને તેમને બહાર કાઢી નાખવા માટે પ્રયત્ન કરશે.”

હિન્દુધર્મનો અનુપમ ભંડાર

સંત વિનોબાનું જીવન પણ આ દૃષ્ટિથી આદર્શ છે. તેઓ નાની ઉંમરથી જ બાળબ્રહ્મચારી રહ્યા અને હંમેશાં પૂર્ણ સંયમનું જીવન વિતાવીને પોતાની શક્તિ દેશ અને જનતાની સેવામાં વાપરતા રહ્યા. આ મહાવ્રતના પ્રભાવના કારણે સિત્તેર વર્ષની ઉંમરે, - જ્યારે મોટાભાગના દેશવાસીઓ કાં તો મરી જાય છે અથવા નિષ્ક્રિય થઈ જતા હોય છે ત્યારે તેમણે હંજારો માઈલની પગપાળા યાત્રા કરી અને “ભૂદાન” જેવા અજોડ આંદોલનને સફળ કરી બતાવ્યું. બ્રહ્મચર્યના મહત્ત્વનું વર્ણન કરતાં તેઓ કહે છે કે -

“હિન્દુ ધર્મે વિશિષ્ટ આચરણ માટે એક એવો શબ્દ બનાવ્યો છે, જે બીજા ધર્મોમાં નથી દેખાતો. તે છે “બ્રહ્મચર્ય” બ્રહ્મચર્યાશ્રમની વ્યવસ્થા હિન્દુ ધર્મની વિશેષતા છે. અંગ્રેજીમાં બ્રહ્મચર્ય માટે કોઈ શબ્દ નથી, પરંતુ એનો અર્થ એ નથી કે એ લોકોમાં કોઈ સંયમી થયું જ નથી. ઈસુ ખ્રિસ્ત પોતે બ્રહ્મચારી હતા. આમ ત્યાં પણ ઘણા સારા સારા લોકો સંયમી જીવન વિતાવે છે, પરંતુ બ્રહ્મચર્યાશ્રમની કલ્પના એ લોકોમાં નથી, જે હિન્દુ ધર્મમાં જોવામાં આવે છે. બ્રહ્મચર્યનો અર્થ એ છે કે મનુષ્યજીવનને શરૂઆતથી જ સારું ખાતર મળે. વૃક્ષને પણ જ્યારે તે નાનું હોય છે ત્યારે ખાતરની ખૂબ જ જરૂર પડે છે. મોટા થયા પછી ખાતર નાંખવાથી જે લાભ થાય છે તેનાથી વધારે લાભ જ્યારે તે નાનું હોય છે ત્યારે આપવાથી થાય છે. આવું જ મનુષ્યજીવનની બાબતમાં પણ છે. આ ખાતર જો અંત સુધી મળતું રહે તો સારું જ છે, પરંતુ જો નિરંતર ન મળે તો ઓછામાં ઓછું બાળપણમાં તો ઘણું જ જરૂરી છે.

જેવી રીતે આપણે બાળકોને દૂધ આપીએ છીએ તે તેમને છેવટ સુધી મળતું રહે તો સારું જ છે. જો આખી જિંદગી ન મળે, તો ઓછામાં ઓછું બાળપણમાં તો મળવું જ જોઈએ. શરીરની જેમ જ આત્મા અને બુદ્ધિને પણ જીવનની શરૂઆતમાં સારો ખોરાક મળવો જોઈએ. એટલા માટે બ્રહ્મચર્યાશ્રમની યોજના બનાવવામાં આવી છે.

“વિષયવાસના ન રાખો-” આ બ્રહ્મચર્યનું “નેગેટિવ” અથવા અભાવાત્મક રૂપ થયું. બધી ઈન્દ્રિયોની શક્તિ આત્માની સેવામાં વાપરો આ તેનું “પોઝીટિવ” અથવા ભાવાત્મક રૂપ છે. “બ્રહ્મ” એટલે કોઈ બૃહદ્ કલ્પના. જો હું ઈચ્છું કે આ નાના અમથા દેહના આધારે દુનિયાની સેવા કરું, તેના જ કામમાં મારી બધી શક્તિ ખર્ચી નાખું, તો આ એક વિશાળ કલ્પના થઈ. વિશાળ કલ્પના કરતાં બ્રહ્મચર્યનું પાલન થઈ જાય છે. મેં અધ્યયન માટે બ્રહ્મચર્ય રાખ્યું. ત્યાર પછી દેશની સેવા કરતો રહ્યો. ત્યાં પણ ઈન્દ્રિયસંયમની જરૂરિયાત હતી, પણ બાળપણમાં ઈન્દ્રિયસંયમનો અભ્યાસ થઈ ચૂક્યો હતો, એટલે પાછળથી અઘરું ન લાગ્યું. હું નથી કહેતો કે બ્રહ્મચર્ય સહેલી વસ્તુ છે. હા, જો વિશાળ કલ્પના મનમાં રાખશો તો સરળ બની જશે. ઊંચા આદર્શો રાખવા અને તેમના માટે સંયમી જીવનનું આચરણ કરવું એને હું બ્રહ્મચર્ય કહું છું.”



બ્રહ્મચર્યનો વિશ્વવ્યાપી મહિમા

જો કે સૃષ્ટિક્રમને સ્થિર રાખવા માટે આપણા પૂર્વજોએ ગૃહસ્થઆશ્રમ અને દાંપત્યજીવનની જરૂરિયાતને સ્વીકારી છે, પરંતુ તેમાં પણ સંયમનું પાલન અનિવાર્ય માન્યું છે. ધર્મકર્તવ્યના રૂપમાં સંતાનોત્પત્તિ કરવી તે જુદી વાત છે અને કામુક્તાના ચક્કરમાં પડીને ગમેતેમ વીર્યનાશ કરવો એ બિલકુલ બીજી વાત છે. આ પ્રકારના આચરણને સંસારના બધા વિદ્વાનો અને વિચારકોએ નિંદનીય તથા માનવજીવનને નષ્ટ કરનારું માન્યું છે.

હિન્દુ ધર્મના આદિ ગ્રંથ વેદભગવાનનું કથન છે, “વીર્યરક્ષા કરવાથી અકાળ મૃત્યુ નથી થતું. જે મનુષ્ય શરીરમાં અનુપમ વીર્યનો સંચય કરે છે તે દીર્ઘજીવી હોય છે.”

આયુર્વેદના આદિ ગ્રંથ “ચરકસંહિતા”માં બ્રહ્મચર્યને સાંસારિક સુખનું સાધન જ નહિ, પરંતુ મોક્ષદાતા પણ બતાવ્યું છે -

સતામુપાસનં સમ્યગસતાં પરિવર્જનમ્ ।

બ્રહ્મચર્યોપવાસશ્ચ નિયમાશ્ચ પૃથગ્વિધાઃ ॥

દૂ ભા. ૧૪૩

“સજ્જનોની સેવા, દુર્જનોનો ત્યાગ, બ્રહ્મચર્ય, ઉપવાસ, ધર્મશાસ્ત્રના નિયમોનું જ્ઞાન અને અભ્યાસ આત્મકલ્યાણનો માર્ગ છે.”

આજથી અઢી હજાર વર્ષ પહેલાં ભગવાન બુદ્ધે જાહેરાત કરી હતી કે “ભોગ અને રોગ સાથીદાર છે અને બ્રહ્મચર્ય આરોગ્યનું મૂળ છે.”

શ્રી ગુરુગોવિંદસિંહે કહ્યું છે કે “ઈન્દ્રિયસંયમ કરો, બ્રહ્મચર્ય પાળો, તેનાથી તમે બળવાન અને વીર્યવાન બનશો.”

આયુર્વેદના આચાર્ય વાગ્ભટ્ટનું કથન છે, “સંસારમાં જેટલાં સુખ છે તે આયુષ્યને આધીન છે અને આયુષ્ય બ્રહ્મચર્યને આધીન છે.”

‘હઠયોગ પ્રદીપિકા’માં લખ્યું છે, “મનુષ્ય જ્યારે ઊધ્વરિતા(બ્રહ્મચારી) રહે છે ત્યાં સુધી અકાળ મૃત્યુનો ભય રહેતો નથી.”

‘છાંદોગ્યોપનિષદ’માં લખ્યું છે, “એક તરફ ચારે વેદોનો ઉપદેશ અને બીજી તરફ બ્રહ્મચર્ય જો બંનેને તોલવામાં આવે તો બ્રહ્મચર્યનું પલ્લું વેદોના ઉપદેશના પલ્લાની બરાબર રહે છે.”

‘યોગતત્ત્વોપનિષદ’માં કહ્યું છે - “જ્યાં સુધી વીર્ય સ્થિર રહે છે ત્યાં સુધી મનુષ્યને કાળનો પણ ભય રહેતો નથી.”

ભીષ્મપિતામહનું કથન છે, “ત્રણે લોકના સામ્રાજ્યનો ત્યાગ કરજો, સ્વર્ગનો અધિકાર છોડી દેજો, તેનાથી પણ ઉત્તમ કોઈ વસ્તુ હોય તો તેને પણ છોડી દેજો, પરંતુ બ્રહ્મચર્યનો ભંગ ના કરશો.”

ભગવાન ધન્વતરીએ ઉપદેશ આપ્યો હતો, “જેઓ શાંતિ, કાંતિ, સ્મૃતિ, જ્ઞાન, આરોગ્ય અને ઉત્તમ સંતતિ ઈચ્છતા હોય તેમણે સંસારના સર્વોત્તમ ધર્મ એવા બ્રહ્મચર્યનું પાલન કરવું જોઈએ.”

આમ વેદોથી લઈને મધ્યકાળ સુધીના સમસ્ત ધર્મગ્રંથોએ બ્રહ્મચર્યથી થતા અપાર લાભો અને તેને નષ્ટ કરવાથી મળતાં

દુષ્પરિણામોનું સ્પષ્ટરૂપે વર્ણન કર્યું છે અને લોકોને ઉપદેશ આપ્યો છે કે જો તેઓ પોતાના લૌકિક અને પારલૌકિક જીવનને સાર્થક બનાવવા માગતા હોય તો બ્રહ્મચર્યનું અવશ્ય પાલન કરે. આયુર્વેદશાસ્ત્રના મહાન આચાર્યોએ પણ બધા વર્ગના મનુષ્યોને ચેતવણી આપી છે કે જો તેઓ પોતાના આરોગ્યને સ્થિર રાખીને સુખી જીવન જીવવા ઈચ્છતા હોય તો પ્રયત્નપૂર્વક વીર્યરક્ષા કરે. બધાં જ શાસ્ત્રોના સારરૂપે ‘ભગવદ્ગીતા’ ગ્રંથમાં તો અનુચિત વિષયવાસનાને નાશનું મૂળ કારણ બતાવ્યું છે. બીજા અધ્યાયમાં ભગવાન કૃષ્ણ કહે છે

ધ્યાયતો વિષયાનુષ્ઠસઃ સંગસ્તેષૂપજાયતે ।

સંગાત્સંજાયતે કામઃ કામાત્ ક્રોધાહભિજાયતે ॥

ક્રોધાદ્ ભવતિ સંમોહઃ સંમોહાત્સ્મૃતિ વિભ્રમઃ ।

સ્મૃતિભંશાદ્ બુદ્ધિનાશો બુદ્ધિ નાશાત્પ્રણશ્યતિ ॥

અર્થાત્ “જે મનુષ્ય મનથી વિષયોનું ચિંતન કરતો રહે છે તેના મનમાં આસક્તિ થઈ જાય છે. આસક્તિથી એ વિષયોની પૂર્તિની કામના થવા લાગે છે અને એ કામનામાં વિઘ્ન આવવાથી ક્રોધ પેદા થાય છે. ક્રોધથી મૂઢત્વાવ ઉત્પન્ન થાય છે, મૂઢતાથી સ્મરણશક્તિ ભ્રમિત થઈ જાય છે. તેનાથી બુદ્ધિ અર્થાત્ જ્ઞાનશક્તિનો નાશ થાય છે અને બુદ્ધિનાશ થવાથી તે વ્યક્તિનો જ નાશ થઈ જાય છે.”

પાંચમા અધ્યાયમાં આ વાતને હજુ વધારે સ્પષ્ટ કરતાં કહ્યું છે

યે હિ સંસ્પર્શજા ભોગા દુઃખયોનયઃ એવ તે ।

આદન્તવન્તઃ કૌન્તેય ન તેષુ રમતે બુધઃ ॥

“ઇન્દ્રિય તથા વિષયોના સંયોગથી ઉત્પન્ન થતા જે બધા ભોગ છે તે જો કે વિષયી પુરુષોને સુખરૂપ લાગે છે, તો પણ વાસ્તવમાં તે દુઃખનું જ કારણ છે અને નાશવાન પણ છે. એટલા માટે બુદ્ધિમાન લોકો તેમાં આસક્ત અને લિપ્ત થતા નથી.”

આગળ જતાં ગીતાકારે બ્રહ્મચર્યને ખૂબ મોટું વ્રત અને તપ બતાવ્યું છે

દેવદ્વિજગુરુપ્રાજ્ઞ પૂજનં શૌચમાર્જવમ્ ।

બ્રહ્મચર્યમહિંસા ચ શારીરં તપ ઉચ્યતે ॥

૧૭ - ૧૪

“દેવતા, દ્વિજ, ગુરુ, જ્ઞાનીજનોનો સત્કાર, પવિત્રતા, સરળતા, બ્રહ્મચર્ય અને અહિંસા એ બધાં શારીરિક તપ કહેવાય છે.”

આપણાં ધર્મશાસ્ત્રોમાં શરીરને ભગવાનનું મંદિર માનવામાં આવ્યું છે, જેને પવિત્ર અને શુદ્ધ રાખવું તે આપણું પરમ કર્તવ્ય છે. તેનું મુખ્ય સાધન બ્રહ્મચર્યનું પાલન જ છે.



આધુનિક વિદ્વાનો દ્વારા સમર્થન

બ્રહ્મચર્યની રક્ષા અને વિકાસનો નિયમ એવો શાશ્વત છે કે પ્રાચીન જ નહિ, પરંતુ અર્વાચીન વિદ્વાનોએ પણ તેનું સંપૂર્ણ સમર્થન કર્યું છે અને તેના લાભો બતાવીને સારી રીતે પાલન કરવા માટે ભાર મૂક્યો છે. આત્મલીન સ્વામી રામતીર્થનો ઉપદેશ આ સંબંધમાં ઘણો જ પ્રભાવશાળી છે

“જેવી રીતે દીપકનું તેલ દીવેટ દ્વારા ઉપર ચઢીને પ્રકાશના રૂપમાં પરિણત થાય છે, તેવી જ રીતે બ્રહ્મચારીની અંદરનું વીર્ય સુષુપ્ત્તાનાડી દ્વારા પ્રાણ બનીને ઉપર ચઢતાં ચઢતાં જ્ઞાનદીપ્તિમાં પરિણમે છે. દુનિયાના વિચારોને બદલનારા સમર્થ વિદ્વાન હર્બર્ટ સ્પેન્સર અને સ્વીડન બર્ગ અખંડ બ્રહ્મચારી હતા. દુનિયાના સૌથી મોટા તત્ત્વજ્ઞાની ‘કેન્ટ’ પણ બ્રહ્મચર્યના પ્રતાપે દીર્ઘાયુ બન્યા હતા.”

મહાયોગી અરવિંદ ઘોષે કહ્યું છે, “રેતસ(વીર્ય)નું જે તત્ત્વ કામક્રીડા કરવાના કામમાં ખર્ચાય છે તે જિતેન્દ્રિય બનવાથી પ્રાણ, મન અને શરીરની શક્તિઓને પોષણ આપનારા એક મહત્ત્વના બીજા તત્ત્વમાં બદલાઈ જાય છે. આ રીતે આર્યોના રેતસનું ઓજસમાં રૂપાંતર થવાના ફળસ્વરૂપે તેની ઊર્ધ્વગતિ કરવાનો આદર્શ સર્વોચ્ચ છે.”

સુપ્રસિદ્ધ ભારતીય દાર્શનિક સાધુ ટી. એલ. વાસવાણી લખે છે - “બ્રહ્મચર્યનો માર્ગ સ્વર્ગનો માર્ગ છે. સ્વર્ગનું રાજ્ય બ્રહ્મચારીઓ માટે છે. તેના દ્વાર પર પ્રદીપ્ત અક્ષરોમાં લખ્યું છે, “જેઓ શક્તિહીન હોય તેઓ અંદર ન આવે.”

સ્વામી વિદ્યાનંદનું કથન છે, “બ્રહ્મચર્યથી પરોપકારની વૃત્તિ જાગૃત થાય છે અને પરોપકારની વૃત્તિ વગર કોઈને પણ મોક્ષ મળવો સંભવ નથી.”

સ્વામી શિવાનંદ કહે છે, “જો તમે બ્રહ્મચર્ય પાળશો તો તમારામાં અતુલ બળ આવશે.”

શ્રી કિશોરલાલ મશરૂવાળાએ લખ્યું છે, “બ્રહ્મચર્યનો અર્થ છે ‘ઈશ્વરનો માર્ગ પર ચાલવું. બધી શક્તિઓનો ઈશ્વરનો માર્ગમાં ઉપયોગ કરવો એ જ બ્રહ્મચર્ય છે.”

સ્વામી અભયાનંદે કહ્યું હતું, “જો તમને બ્રહ્મચર્યરૂપી શક્તિ પ્રાપ્ત થઈ જાય તો એવી કોઈ વસ્તુ નથી કે જે તમને પ્રાપ્ત ન થાય.”

પ્રો.કૃષ્ણરાવે કહ્યું છે, “અકલ્પ્ય અને અદ્ભુત પરાક્રમ કરવા માટે તમામ માનસિક તથા શારીરિક શક્તિઓ, પ્રશંસનીય સદ્ગુણો અને દીર્ઘાયુ ફક્ત બ્રહ્મચર્યના પ્રતાપે જ પ્રાપ્ત કરી શકાય છે.”

જેમ વિનોબા ભાવેએ કહ્યું છે કે વિદેશોમાં બ્રહ્મચર્યને ધાર્મિક રૂંપ આપવામાં આવ્યું નથી, છતાં ત્યાં સંયમી જીવન જીવનારા લોકોનો સાવ અભાવ નથી. ત્યાંના વિદ્વાનોએ પણ શારીરિક દૃષ્ટિથી બ્રહ્મચર્યના મહત્વનો સ્વીકાર કર્યો છે અને તેની ઘણી પ્રશંસા પણ કરી છે. પ્રસિદ્ધ જીવશાસ્ત્રી ડૉ. કાઉને(એમ.ડી.)લખ્યું છે, “બ્રહ્મચારી એ નથી જાણતો કે વ્યાધિગ્રસ્ત દિવસ કેવો હોય છે. તેની પાચનશક્તિ હંમેશાં નિયમિત રહેતી હોય છે. તેને વૃદ્ધાવસ્થામાં પણ બાલ્યાવસ્થા જેવો જ આનંદ આવે છે.”

ડૉ. લેટસને (એમ.ડી) કહ્યું છે, “પ્રજોત્પાદક તત્ત્વ(વીર્ય)માં જીવનશક્તિનો આશ્ચર્યકારક સમૂહ રહે છે. તેની રક્ષા કરતા

રહેવાથી શરીર ક્ષીણ થતું નથી. જ્યારે આ તત્ત્વનું શરીરમાં શોષણ થાય છે ત્યારે તેની જીવનશક્તિમાં વૃદ્ધિ થઈને તંદુરસ્તી વિકસે છે, આંખો તેજસ્વી બને છે, ચાલ સ્થિતિસ્થાપક બને છે અને શરીર હંમેશાં જુવાન દેખાય છે.”

અમેરિકાના પ્રસિદ્ધ ચિકિત્સક ડૉ. બેનીડિક્ટ લુસ્ટાનું કથન છે, “જેટલા પ્રમાણમાં જે મનુષ્ય બ્રહ્મચર્યની વિશેષરૂપે રક્ષા કરે છે તેટલા જ પ્રમાણમાં તે મનુષ્ય વિશેષ મહત્ત્વનાં કાર્યો કરી શકે છે.”

પ્રો.રોવસને સંમતિ આપી છે કે “બ્રહ્મચારીની બુદ્ધિ કુશાગ્ર અને વિશદ્ધ હોય છે, તેની વાણી મોહક હોય છે, તેની સ્મરણશક્તિ તીવ્ર હોય છે તથા તેનો સ્વભાવ આનંદી અને ઉત્સાહી હોય છે.”

ડૉ.ગોલ(એમ.ડી.)નું મંતવ્ય છે, “બ્રહ્મચર્યથી આધ્યાત્મિક શક્તિ મળે છે. શરીરમાં વીર્યનો સંચય થવાથી અને તે વ્યાપ્ત થઈ જવાથી દૈવીશક્તિમાં અદ્ભુત વૃદ્ધિ થાય છે.”



બ્રહ્મચર્યના વિષયમાં બ્રાંતિઓ

અને તેની ઉપેક્ષા

મહાપુરુષો અને વિદ્વાનોના ઉપર્યુક્ત ઉદ્ગારોને વાંચીને સ્વાભાવિક રીતે એવો વિચાર આવે છે કે જ્યારે બ્રહ્મચર્યનો આટલો બધો મહિમા છે ત્યારે આજકાલના લોકો તેના પ્રત્યે આટલી ઉપેક્ષાની ભાવના કેમ રાખે છે ? યુવકોની વાત જવા દો, આજકાલનાં દસ-બાર વર્ષનાં બાળકોમાં પણ દૂષિત ભાવનાઓ જોવા મળે છે. તેઓ ગંદી-અશ્લીલ વાતો ખુલ્લેઆમ કરે છે અને તેમાંથી કેટલાંય પરોક્ષરૂપે મુશ્કેલી પેદા કરે છે, પરંતુ તેમનાં માતાપિતા અને સમાજના આગેવાનો આ સમસ્યા પર વિચાર કરતા નથી અને ન તો એ બાળકોને કુટેવોથી બચાવીને સચ્ચરિત્રતાનું શિક્ષણ આપવાની પોતાની ફરજ માને છે. મોટાભાગનાં માતાપિતા તો પોતાનાં બાળકોને નિર્દોષ અને ભોળાં સમજીને એ વાતની શંકા પણ નથી કરતાં કે તેઓ વહેલાં કે મોડાં આ પ્રકારની ખરાબ આદતોનો શિકાર બની જશે. એટલા માટે તેઓ આ વિષયમાં કશુંય બતાવવાનું અથવા ખરાબ ચરિત્રના નુકસાનથી તેમને સાવધ કરવાનું બિનજરૂરી માને છે.

ઘણા વડીલો એવું પણ વિચારે છે કે બાળકોની સાથે આ વિષયમાં ચર્ચા કરવી સારી નથી, કારણ કે આમ કરવાથી તેઓ સમય આવતા પહેલાં જ આ વાતોને જાણી જશે અને પછી કુતૂહલવશ સંતાઈ-છુપાઈને ખોટું આચરણ કરવા લાગશે. આનું પરિણામ એ આવે છે કે તેઓ

સંકોચવશ અથવા અસાવધાનીના કારણે આ વાતને ટાળતાં રહે છે અને બાળક પોતાના નીચ પ્રકૃતિના કોઈક સાથીદાર અથવા નોકર દ્વારા વીર્યહાનિ કરવાનું શિક્ષણ પ્રાપ્ત કરી લે છે અને શારીરિક પતનના માર્ગે ચાલવા માંડે છે. એટલા માટે તમે એ ભ્રમ છોડી દેજો કે કોઈ અન્ય વ્યક્તિ-શિક્ષક, ગુરુ, ઉપદેશક વગેરે તમારા બાળકને આ વિષયમાં યોગ્ય માર્ગદર્શન આપશે અને તે હાનિકારક દુષ્કર્મોથી બચી જશે.

પ્રાચીનકાળમાં આ દષ્ટિથી મોટાભાગના બાળકો થોડાક સમજદાર થાય એટલે તેમને માનસિક શિક્ષણ માટે કુશળ ગુરુઓની પાસે ભણવા માટે મોકલવામાં આવતા હતા. તેઓ તેમને સામાન્ય ભણવા-લખવાના શિક્ષણની સાથે ચરિત્ર સંબંધી શિક્ષણ પણ આપતા હતા અને એ વાતનું ધ્યાન રાખતા હતા કે છોકરો વીર્યરક્ષણના નિયમોનું પાલન કરતાં સદાચારના માર્ગે ચાલે. તેનો શારીરિક અને માનસિક વિકાસ યોગ્ય રૂપમાં થઈ શકે અને તે ભાવિ જીવનમાં સુખી અને સફળ બની શકે. આ પ્રણાલી જ્યાં સુધી યોગ્ય રૂપમાં ચાલતી રહી ત્યાં સુધી ભારતીય નરનારીઓ જ્ઞાન, ચરિત્ર, બુદ્ધિ, પરાક્રમ, સમૃદ્ધિ-બધાં ક્ષેત્રોમાં આગળ રહ્યાં. યોગ્ય સમય સુધી બ્રહ્મચર્યવ્રતનું પાલન કરવાના પ્રતાપે તેમના શરીર અને મનમાં એવી સુદૃઢતા અને શક્તિ આવી જતી હતી કે તેઓ પોતાનાં વ્યક્તિગત, સામાજિક તથા નાગરિક કર્તવ્યોનું પ્રશંસનીય સ્વરૂપે પાલન કરી શકતાં હતાં અને દેશ તથા રાષ્ટ્રના સન્માનને ઊંચું રાખવામાં સહાયભૂત થતાં હતાં.

વર્તમાન શિક્ષણસંસ્થાઓની દુર્ગતિ

આ સમયમાં બાળકોના શિક્ષણ માટે જે વિદેશી ઢંગની શિક્ષણસંસ્થાઓનો વિકાસ થયો છે તેમની દિશા બિલકુલ ઊંધી છે. શરૂઆતમાં ભલે તેમનાથી થોડોક ઉપકાર પણ થયો હોય અને દેશને ઊંચે લઈ જનાર થોડાઘણા માણસો તેમાં શિક્ષણ મેળવીને બહાર નીકળ્યા હોય, પરંતુ આજે તો તેમની દશા બધી બાજુએથી વિચારણીય દેખાય છે. જો કે તેમની સંખ્યા ખૂબ વધી ગઈ છે અને તેમાં વિદ્યાર્થીઓની સંખ્યા પણ ઘણી વધારે હોય છે, પણ તેમની શ્રેષ્ઠતામાં દિવસે દિવસે ઘટાડો થતો જાય છે. હવે આ સ્કૂલો અને કોલેજો છોકરાઓના ચરિત્રનિર્માણના બદલે ચરિત્રહીનતાનો આધાર બનતી જાય છે. છોકરાઓની ઉદ્ધતાઈ, શિક્ષકો પ્રત્યે તેમનો અસન્માનજનક વ્યવહાર, ભણવાના બદલે ફેશન તથા મોજશોખમાં તેમની પ્રવૃત્તિ વગેરે દોષો તો પ્રત્યક્ષ દેખાઈ જ રહ્યા છે, પણ સાથેસાથે વીર્યરક્ષાની પણ એમાં મોટી દુર્ગતિ થઈ રહી છે. ત્યાંનું વાયુમંડળ એવું દૂષિત થઈ ગયું છે કે સીધા અને સુશીલ સ્વભાવવાળા બાળકો પણ ત્યાં જાય છે તેઓ અન્ય બાળકોની સોબતમાં પડીને તેમનું ઉદાહરણ જોઈને થોડા દિવસોમાં એવા જ બની જાય છે. જે થોડાઘણા બાળકો ઘરની પરિસ્થિતિવશ અને સ્વાભાવિક રૂપથી સદાચારી રહેવા ઈચ્છતા હોય તેમને પણ મોટી ઉંમરના દુષ્ટ છોકરાઓ ખરાબ રીતે હેરાન કરતા હોય છે. તેના લીધે તેઓ પૂરેપૂરા તો નહિ, પરંતુ કેટલાક અંશોમાં ચરિત્રથી પતિત થઈ જ જાય છે.

આ શિક્ષણસંસ્થાઓમાં શિક્ષકો પણ હવે ઘણા જ નિમ્ન સ્તરના થવા લાગ્યા છે. શિક્ષણવૃદ્ધિના નામે આજે જે નવી શાળાઓની સંખ્યા વધી રહી છે તેના કારણે મોટાભાગના અધકચરા યુવાનોને જ શિક્ષણકાર્ય કરવા માટે નિયુક્ત કરી દેવામાં આવે છે. તેઓ પોતે બેચાર વર્ષ પહેલાં આ જ શિક્ષણસંસ્થાઓમાં વિદ્યાર્થી હતા અને તેમનામાં તે બધા જ દુર્ગુણ અથવા ખામીઓ રહેતી હોય છે કે જેની ફરિયાદ આજની સ્કૂલોમાં એ સંબંધે છે. કેટલાંક ગણ્યાંગાંઠ્યાં પ્રસિદ્ધ અને જૂનાં વિશ્વવિદ્યાલયો અને કોલેજોને બાદ કરવામાં આવે તો આજે સામાન્ય સ્કૂલોના શિક્ષકો સ્વયં સચ્ચરિત્રતા, નૈતિકતા તથા સદાશયતાના ગુણોથી અજાણ જ હોય છે. તેમને કદીયે આ ગુણોનું શિક્ષણ પ્રાપ્ત કરવાનો અથવા અભ્યાસ કરવાનો અવસર જ નથી મળતો, તેથી તેના મહત્ત્વ અને શિક્ષણવિધિને સમજી પણ કેવી રીતે શકે ? તેથી તેઓ છોકરાઓના ચરિત્ર અને સદ્ગુણો પર ન તો ધ્યાન આપી શકે છે અને ન એટલી યોગ્યતા ધરાવે છે. અનેક શિક્ષકો તો સ્વયં ચરિત્રહીન હોય છે અને તેમના સંસર્ગમાં છોકરાઓ બગડી જવાની ફરિયાદ પણ મળતી રહે છે.

આ દશા હકીકતમાં ઘણી જ ભયજનક છે. જ્યારે રક્ષક જ ભક્ષક બની જાય તો સુધારણા અને ઉન્નતિની આશા કઈ રીતે રાખી શકાય ? માબાપ પોતે તો આ વિષયથી અજાણ હોય છે અને તેમને પોતાના જીવનનિર્વાહ સંબંધી કાર્યોમાંથી એટલો ફાજલ સમય પણ નથી મળતો કે જેનાથી તેઓ પોતે બાળકોની સારસંભાળ સારી રીતે રાખીને તેમને સારા માર્ગે ચાલવાની વ્યવસ્થા કરી શકે. સાથેસાથે મોટાભાગનાં ઘરોમાં

બાળકો પ્રત્યે જે પ્રકારનાં ખોટાં લાડકોડ રાખવામાં આવે છે તેના કારણે તેઓ પોતે બાળકો પર યોગ્ય અનુશાસન રાખી શકતાં નથી. તેમણે નિરુપાય થઈને પોતાનાં બાળકોને આ જ સ્કૂલોના ભરોસે છોડવાં પડે છે.

ઘરોની અસંતોષજનક વ્યવસ્થા

આ પરિસ્થિતિઓમાં બાળકોને બ્રહ્મચર્યનું શિક્ષણ મળવાની અને કિશોરાવસ્થામાં પ્રયત્નપૂર્વક વીર્યરક્ષા કરી શકવાની કોઈ શક્યતા જ નથી રહેતી. તે ઉપરાંત આપણાં ઘરોનું વાતાવરણ પણ તેને પ્રતિકૂળ જ હોય છે. મોટાભાગનાં માબાપ અને બીજા ઉંમરલાયક લોકો નાનાં બાળકોને અણસમજી માનીને તેમની સામે અથવા સાથે રહીને દાંપત્યજીવન સંબંધી વાર્તાલાપ અથવા વ્યવહાર કરે છે. ગરીબ વર્ગના લોકોનાં ઘર તો એટલાં નાનાં હોય છે કે તેમાં બાળકોને અલગ રહેવાની કોઈ સગવડ જ હોતી નથી. એકબે નાના ઓરડામાં બધાને રહેવું પડે છે અને જીવનનાં બધાં કામો કરવાં પડે છે.

આ અવસ્થામાં બાળકોનો સ્વસ્થ મનોવિકાસ અસંભવ બની જાય છે. એક તો માબાપ સંકોચ અથવા સામર્થ્યના અભાવે તેમને સચ્ચરિત્રતા અને બ્રહ્મચર્યનું શિક્ષણ સ્વયં આપી નથી શકતાં અને બીજું તેમને બહુ નાની ઉંમરથી જ કામવિકાર સંબંધી વાતો સાંભળવાનો અને જોવાનો મોકો મળતો રહે છે. તેનાથી તેઓ ચારપાંચ વર્ષની નાની ઉંમરે જ સ્ત્રીપુરુષનાં ગુપ્ત અંગોના વિષયમાં જાણી જાય છે અને ચર્ચા પણ કરવા લાગે છે. એવું જોવા મળે છે કે ઘરના મોટા લોકો નાનાં બાળકોના મોઢેથી અશ્લીલ શબ્દો સાંભળીને હસતા રહે છે અને કેટલાક તો તેમની

છેડછાડ કરીને પોતાને આનંદિત કરતા રહે છે. જ્યારે આગળ જતાં તેનું પરિણામ ખરાબ આવે છે અને છોકરો કુમાર્ગામી બની જાય છે ત્યારે તેમને ભૂલનો અનુભવ થાય છે.

ઘરોની રહેણીકરણી, ખાનપાન તથા વ્યસનોનો અભ્યાસ પણ એવો જ હોય છે, જેમાં રહીને બ્રહ્મચર્યની શક્યતા ઘટી જાય છે. કદાચ બહુ જ થોડાં ભારતીય માબાપો એવાં હશે, જેઓ બાળકોના વિશેષ ખાનપાનનું ધ્યાન રાખતાં હોય. મોટા ભાગે સર્વત્ર તીખું, મસાલેદાર, ઉત્તેજક, ભારે તથા અપ્રાકૃતિક ભોજન પોતાના માટે જેવું બનાવવામાં આવતું હોય તે જ બાળકોને પણ આપવામાં આવે છે. એટલું જ નહિ, ઘરના વાતાવરણમાં ઘણી જ નાની અવસ્થામાં બાળકો બીડી, સિગારેટ, ભાંગ, દારૂ વગેરે નુકસાનકારક પદાર્થોનો વ્યવહાર પણ શીખી લે છે. જ્યારે ઘરના બધા લોકો આનો ઉપયોગ કરે છે ત્યારે બાળકો પર નિયંત્રણ રાખવાનું મુશ્કેલ થઈ જાય છે. આજકાલ છસાત વર્ષના બાળકો પણ બીડી પીતા જોવા મળે છે. આ તેમના ઘરના દૂષિત વાતાવરણનું જ પરિણામ છે. એટલું જ નહિ, જે ઘરોમાં અથવા જાતિઓમાં હુક્કો, ભાંગ, મદિરા વગેરેનો ખુલ્લેઆમ પ્રચાર છે તેઓ પોતે જ પોતાના બાળકોને આરંભિક અવસ્થાથી જ થોડુંથોડું કરીને તેમની આદતો પાડતા જાય છે, જેનાથી મોટા થઈ ગયા પછી તેઓ પૂરા વ્યસની બની જાય છે.

આ બધા ઉત્તેજક અને નશાકારક પદાર્થો બ્રહ્મચર્ય અથવા વીર્યરક્ષાના વિરોધી છે. મોટી ઉંમરે પણ એમના કારણે કામવિકાર પેદા થાય છે અને વીર્ય દૂષિત થાય છે. બચપણમાં એમનો ઉપયોગ કરવાથી તો મૂળમાં જ ઘા થાય છે. એવા

છોકરાઓ તો ચૌદપંદર વર્ષની ઉંમરથી જ વીર્યપાત કરવા માંડે છે. જે તત્વને શરીરનો રાજા કહેવામાં આવે છે અને જેના કારણે બળ, ઓજ, તેજ, સાહસ, ઉત્સાહ વગેરે ટકી રહે છે એનો નાશ કરીને તેઓ નિસ્તેજ અને માયકાંગલા બની જાય છે. ભાવિ જીવનમાં તેમને સુખશાંતિ તથા સફળતા મળી શકતાં નથી. આવા છોકરાઓ મોટા થતાં અવશ્ય દુરાચારી, દુર્ગુણી, શઠ તથા લંપટ બનીને પોતાનું જીવન નષ્ટ કરે છે. જે સમાજમાં તેઓ રહે છે એને પણ પોતાનાં આવાં કુકર્મો દ્વારા ભ્રષ્ટ કરે છે.

અશ્લીલ સાહિત્ય, ચિત્રો વગેરે

આપણા ચારિત્રિક પતનનાં કારણોમાં અશ્લીલ સાહિત્યનો પણ હાથ છે. આ યુગમાં સાહિત્યને પણ ધન કમાવાનું સાધન માની લેવામાં આવ્યું છે અને નીચ પ્રવૃત્તિઓના અનેક લેખકો તેના ગૌરવને બિલકુલ ભૂલી ગયા છે. આજે લેખકોનો એક એવો વર્ગ પેદા થયો છે જે યૌનઅસદાચાર તથા કામુકતાની વાતોનું યથાતથ વર્ણન કરવામાં જ પોતાની વિશેષતા માને છે.

થોડાક સમય પહેલાં આવી અશ્લીલ નવલકથાઓ અને વાર્તાઓની ચોપડીઓનું પૂર આવી ગયું હતું અને આ ગંદા લેખકો એકબીજાથી આગળ વધીને પોતાનું ‘જૌહર’ દેખાડવા લાગ્યા હતા. એ વહેણમાં એક વાર્તાની ચોપડીના પ્રથમ અંકમાં આ શબ્દો વાંચવામાં આવ્યા હતા કે “તમે શણગાર, પ્રેમ, કામોપભોગની વાર્તાઓ વાંચવા માગો છો, તો અમે તે પણ જરૂરી માત્રામાં આપીશું.” આવા લેખકો સ્વયં વેશ્યાગમન વગેરે દુરાચારોમાં લપેટાયેલા હતા અને તે અનુભવોને કલમ

દ્વારા પ્રગટ કરીને અન્ય યુવક-યુવતીઓને ગેરમાર્ગે દોરવાનું કાર્ય કરતા હતા. જો કે આ પ્રકારનું સાહિત્ય સર્વથા સાર વગરનું હતું, એટલે કેટલોક સમય વિત્યા પછી તેનો પ્રભાવ થોડો ઘણો નષ્ટ થઈ ગયો, તો પણ બજારમાં આવા સાહિત્યનો અભાવ નથી અને હલકી શ્રેણીના વાચકો મનોરંજન માટે તેને જ પસંદ કરે છે.

આ પ્રકારનાં પુસ્તકો તથા પત્રિકાઓનો પ્રભાવ કુમળી ઉંમરના છોકરાઓ અને યુવકોને માટે ઘણો જ હાનિકારક હોય છે. આવાં વર્ણનો કામવાસનાને ઉદ્દીપ્ત કરે છે અને તેનાથી સંભોગની ઈચ્છા ઉત્પન્ન થાય છે. ગંદું સાહિત્ય ચોક્કસ જ વાચકોના મનમાં ગંદકી પેદા કરે છે અને તે વિવિધ માર્ગો દ્વારા વીર્યનાશમાં પ્રવૃત્ત થઈ જાય છે. જો તેમને પોતાના વિચારોનો વ્યાવહારિક રૂપમાં અમલ કરવાની સગવડ ન મળે તો પણ તેઓ માનસિક દુરાચારમાં પ્રવૃત્ત થાય છે અને તેના પરિણામ સ્વરૂપે પ્રમેહ, સ્વપ્નદોષ વગેરે વીર્ય સંબંધી રોગોમાં સપડાઈ જાય છે.

અશ્લીલ ચિત્રોનો પ્રચાર પણ આજકાલ વધી રહ્યો છે. મોટાં નગરોમાં તો ગુપ્ત પુસ્તક વિકેતાઓ સડકો પર નગ્ન ચિત્રોવાળાં પુસ્તકો વેચે છે. કેટલાંય નગરોમાં ભલા અને પ્રમાણિક માનવામાં આવતા પ્રકાશકો એવાં ગંદાં ચિત્રોવાળાં પુસ્તકો ગુપ્ત રીતે છાપતા અને વેચતા પકડાયા છે. ઘણા બધા યુવકો જેમણે આરંભથી જ વીર્યનાશ કરીને પોતાના શરીરને ખોખલું બનાવી દીધું છે તેઓ વીર્ય નબળું પડી જવાથી દાંપત્યસુખમાં અસમર્થ થઈ ગયા છે. એવા લોકો કામોપભોગનાં ચિત્રોથી ઉત્તેજના પ્રાપ્ત કરવા માગતા હોય

છે. એ કહી નથી શકાતું કે તેઓ એમાં ક્યાં સુધી સફળ થાય છે, પરંતુ આ ભ્રમના કારણે આવાં ગંદાં ચિત્રોવાળાં પુસ્તકો મોટા પાયે વેચાઈ જાય છે. આ જ કારણે કેટલીયવાર પકડાઈ ગયા અને દંડ ભોગવ્યા પછી પણ આવું સાહિત્ય બંધ થતું નથી અને તેનાથી અનેક અનુભવહીન વ્યક્તિઓનું જીવન બગડે છે.

આ દષ્ટિથી સિનેમાની પત્રિકાઓ અને પોસ્ટરોનાં અનેક ચિત્રો પણ આપત્તિજનક અને હાનિકારક હોય છે. આવા અર્ધપિશાય નિર્માતાઓ નીતિ-અનીતિનો ખ્યાલ છોડીને ફક્ત એ જ પ્રયત્નોમાં લાગેલા રહે છે કે લોકો વધારેમાં વધારે તેમની ફિલ્મો તરફ આકર્ષિત થાય અને તેમને ભરપૂર કમાણી કરવાનો અવસર મળે, પરંતુ એનાથી જનતાના ચરિત્રનું કેટલું નુકસાન થાય છે અને સમાજમાં દોષદુર્ગુણોની કેટલી વૃદ્ધિ થાય છે તેની ચિંતા તેઓ કદીય કરતા નથી.

સિનેમાની સત્યાનાશી હવા

બ્રહ્મચર્યના નાશની દષ્ટિથી આજે સૌથી મોટો રોગ પેદા થયો છે તે સિનેમાનો છે. જો કે એનો વિસ્તાર થયાને ત્રીસ-પાંત્રીસ વર્ષથી વધારે સમય નથી થયો, પરંતુ આ ગાળામાં એ આપણા જીવન પર છવાઈ ગયો છે. જીવનના જે ક્ષેત્રમાં જોઈએ ત્યાં તેનો ખરાબ પ્રભાવ જોવા મળે છે. યુવકોના ચરિત્ર તથા તંદુરસ્તીને તો તે ઘણી જ ખરાબ રીતે નષ્ટ કરી રહ્યું છે. મનોરંજનના નામે સ્ત્રીઓનાં અર્ધનગ્ન અંગોનું પ્રદર્શન કરીને, અશ્લીલતાપૂર્ણ ગાયનો અને નાય દેખાડીને વિદ્યાર્થીઓ તથા નાની ઉંમરનાં યુવકયુવતીઓમાં જે વાસનાઓ અને કુપ્રવૃત્તિઓને ભડકાવવામાં આવે છે, તેનાથી

તેમનું નૈતિક સ્તર ખખડી રહ્યું છે. એનાથી તેમનામાં વિષયભોગની ઈચ્છા જાગૃત થાય છે અને તેની પૂર્તિને માટે તેઓ એ જ અયોગ્ય ઉપાયોનો આશરો લેવા લાગે છે. જેનું શિક્ષણ સિનેમાઘરોમાંથી મળે છે. તેઓ તે વાતોનું ગમે તેમ વર્ણન કરવામાં જ પોતાની વિશેષતા સમજે છે.

આજે તો દશા એટલે સુધી બગડી ગઈ છે કે સામાન્ય ઘરોનાં ત્રણ-ચાર વર્ષનાં બાળકો પોતાની તોતડી ભાષામાં સિનેમાનાં ‘સંગમ હોગા કે નહિ’ જેવાં પ્રસિદ્ધ ગંદાં ગીતો ગણગણતાં જોવા મળે છે અને માબાપ પણ પોતાના સંતાનની “પ્રતિભા” જોઈને ખૂબ જ પ્રસન્ન થાય છે. સ્કૂલોની સંગીત સ્પર્ધામાં ૮-૧૦ વર્ષનાં બાળકો ખૂબ જ લયની સાથે “મેરા મહેબૂબ આયા હૈ” જેવાં નિકૃષ્ટ ગીતોને સંભળાવતાં હોય છે અને ‘માસ્ટર સાહેબ’ પણ તેમને સાંભળીને ખુશ થતા રહે છે. આ ખરાબ સ્થિતિનો પ્રભાવ બ્રહ્મચર્યને માટે કેવો ઘાતક હોય છે તે સંબંધમાં એક વિદ્વાનનું કથન સાચું છે -

“સૌથી મોટું ઝેર તો સિનેમાઘરોમાં પિવડાવવામાં આવે છે. આ મનોવિનોદ નથી, પણ ચરિત્રના પતન અને બ્રહ્મચર્યના નાશનું ખુલ્લું દ્વાર છે. છાત્રાલયોમાં સિનેમાનાં અનૈતિક દૃશ્યોનો ખૂબ જ વ્યાપક અને ઘાતક પ્રભાવ હોય છે. યુવકયુવતીઓનાં મન ચંચળ થઈ જવાથી વીર્ય પોતાના સ્થાનથી ચલિત થઈ જાય છે. આજકાલના નવયુવકોમાંથી ૮૦ ટકા વીર્યવિકારથી પીડિત છે તેનું એક મોટું કારણ સિનેમા પણ છે.”



બ્રહ્મચર્યનું રક્ષણ કેવી રીતે કરવું ?

આ પ્રમાણે બ્રહ્મચર્યની ભાવના ઓછી થવાનાં અને વીર્યનાશની પ્રવૃત્તિનું જોર વધવાનાં અનેક કારણો છે, પરંતુ સૌથી મોટું કારણ સમાજની પરિસ્થિતિ જ છે. મનુષ્ય ગમે તેવો ઉદ્ધત અથવા સદાચાર વિનાનો હોય તેણે સમાજનું ધ્યાન તો રાખવું જ પડે છે. જો સમાજ યૌનસદાચારને મહત્વ આપતો હશે અને ચરિત્રહીનતાને હલકી દૃષ્ટિથી જોતો હશે તો ઘણી ઓછી વ્યક્તિઓ કુમાર્ગે જવાનું સાહસ કરશે. આ અવસ્થામાં સદાચારથી વિમુખ વ્યક્તિ સામાજિક અપમાન અને બહિષ્કારથી બચવા માટે રાજીખુશીથી નહિ, પરંતુ લાચારીના કારણે પણ અનૈતિક કાર્યો તરફ એકાએક આગળ વધશે નહિ. જો જનતાનો સદાચારી વર્ગ પ્રભાવશીલ હોય તો વ્યભિચારની ઈચ્છાવાળા પણ એ માર્ગે જતા અટકી શકશે. જો કોઈ વિવેકહીન માણસ એવું કાર્ય કરશે તો તેને એ જ રીતે ઘૃણાની નજરે જોવામાં આવશે અને તેને વેશ્યાઓ જેવો નીચ સમજવામાં આવશે. આ તથ્યનું વિવેચન કરતાં એક વિચારકે લખ્યું છે -

“એ વાત સમજવાની જરૂર છે કે સમાજનું ગૃહસ્થજીવન જેટલું પવિત્ર હશે, એટલી જ એ સમાજમાં બ્રહ્મચારીઓની સંખ્યા વધારે મળી શકશે. જે દેશમાં મોટી સંખ્યામાં લોકોનું ગૃહસ્થજીવન અપવિત્ર હશે ત્યાં ઘણાબધા શુદ્ધ બ્રહ્મચારીઓ કદી ના હોઈ શકે.”

મહાત્મા ગાંધીએ ચાર પુત્રો થયા પછી મોટી ઉંમરે બ્રહ્મચર્યવ્રત ધારણ કર્યું હતું અને તેને સ્વાનુભવ તથા અભ્યાસના બળે એટલી પરિપૂર્ણ સ્થિતિ સુધી પહોંચાડી દીધું

હતું કે એમનું જીવન કરોડોને માટે આદર્શ બની ગયું. તેમણે પોતાના ‘બ્રહ્મચર્યના અનુભવો’ વિસ્તારપૂર્વક લખ્યા છે અને એ ઉપાયો પણ બતાવ્યા છે કે જેનાથી તેમને આ અધરા કાર્યમાં સફળતા મળી શકી. નીચે તેમના લેખના કેટલાક અંશો આપવામાં આવ્યા છે

બ્રહ્મચર્ય અને સ્વાદેન્દ્રિય

“બ્રહ્મચર્યનું પાલન કરવા માટે સ્વાદેન્દ્રિયને કાબૂમાં લેવી જોઈએ. મેં પોતે અનુભવ કરીને જોયું છે કે જો સ્વાદને જીતી લઈએ તો પછી બ્રહ્મચર્ય અત્યંત સરળ થઈ જાય છે. આના કારણે મારો ભોજન પ્રયોગ ફક્ત અન્નાહારની દૃષ્ટિથી નહિ, પરંતુ બ્રહ્મચર્યની દૃષ્ટિથી કરવા લાગ્યો હતો. મને અનુભવ થયો કે ભોજન ઓછું, સાદું, મરીમસાલા વગરનું કરવું જોઈએ. બ્રહ્મચારીનું સર્વોત્તમ ભોજન તો વૃક્ષનાં પાકાં ફળો છે. ફળાહારના દિવસોમાં મારા માટે બ્રહ્મચર્ય સરળ રહેતું, પરંતુ જ્યારે હું દૂધનો આહાર કરવા લાગ્યો ત્યારે કષ્ટસાધ્ય થઈ ગયું, પરંતુ દૂધ જેવું શરીરની રગેરગને મજબૂત બનાવનારું અને ખૂબ સહેલાઈથી પચતું ભોજન બીજું કોઈ નથી, એટલા માટે હું કોઈને પણ તેને છોડવાનું કહેતો નથી.”

બ્રહ્મચર્ય અને ઉપવાસ

“ઈન્દ્રિયો એવી બળવાન છે કે ચારે બાજુએથી, ઉપર-નીચેથી દસેય દિશાઓમાંથી જ્યારે તેમની ઉપર ઘેરાવ કરવામાં આવે છે ત્યારે જ અંકુશમાં રહે છે. બધા લોકો એ વાત જાણે છે કે આહાર વગર તે પોતાનું કામ કરી શકતી નથી.

ઈન્દ્રિયદમન માટે ઈચ્છાપૂર્વક કરવામાં આવતા ઉપવાસોથી બ્રહ્મચર્યપાલનમાં ઘણી જ મોટી મદદ મળે છે. કેટલાય લોકો ઉપવાસ કરતા હોવા છતાં સફળ નથી થતા. એનું કારણ એ હોય છે કે તેઓ ઉપવાસથી જ બધું કાર્ય પૂરું થઈ જવાની આશા સેવતા હોય છે. તેઓ બહારથી ઉપવાસ કરતા હોય છે, પરંતુ મનમાં છપ્પનભોગોનું ધ્યાન કરતા રહે છે. ઉપવાસથી વાસ્તવિક લાભ ત્યારે જ થાય છે કે જ્યારે મન પણ દેહદમનમાં સાથ આપે છે.”

બ્રહ્મચર્ય અને મનોવિકાર

“બ્રહ્મચર્યનું પાલન કરનારા ઘણા લોકો એટલા માટે નિષ્ફળ જાય છે કે તેઓ આહારવિહાર તથા અવલોકન વગેરેમાં “અબ્રહ્મચારી”ની જેમ વર્તન કર્યા કરે છે. સંયમી તથા સ્વચ્છંદ અને ભોગી તથા ત્યાગી જીવનમાં તફાવત જરૂર હોવો જોઈએ. સામ્ય તો ફક્ત બહારથી જ હોય છે. તફાવત સ્પષ્ટ રૂપમાં દેખાવો જોઈએ. આંખથી કામ તો બંને પ્રકારની વ્યક્તિઓ લે છે, પરંતુ બ્રહ્મચારી દેવદર્શન કરે છે, જ્યારે ભોગી નાટક સિનેમામાં ડૂબેલો રહે છે. કાનનો ઉપયોગ બંને કરે છે, પરંતુ એક ઈશ્વરભજન સાંભળે છે, જ્યારે બીજો વિલાસમય ગીતોને સાંભળવામાં આનંદ માણતો હોય છે. ભોજન બંને કરે છે, પરંતુ એક શરીર રૂપી તીર્થક્ષેત્રની રક્ષા માટે પેટમાં અન્ન નાખે છે અને બીજો સ્વાદને માટે દેહમાં અનેક ચીજોને ભરીને તેને દુર્ગન્ધિત બનાવે છે.”

“બ્રહ્મચર્ય પાલનને માટે મન, વચન તથા કર્મથી બધી જ ઈન્દ્રિયોના સંયમને માટે પૂર્વોક્ત ત્યાગોની જરૂરિયાત છે. જ્યાં સુધી આપણા વિચારો પર એટલો કાબૂ ન આવી જાય

કે આપણી ઈચ્છા વગર એક પણ વિચાર ન આવે ત્યાં સુધી પૂર્ણ બ્રહ્મચર્યપાલનની આશા ન રાખવી જોઈએ. જેટલા પણ સંસારી વિચારો છે તે બધા એક પ્રકારના વિકારો છે. તેમને વશમાં કરવાનો અર્થ છે મનને વશમાં કરવું અને મનને વશમાં કરવું તે વાયુને વશમાં કરવા કરતાં પણ મુશ્કેલ કાર્ય છે. જો કે એમાં મોટી મુશ્કેલીઓ છે, પરંતુ એમ ન માનવું જોઈએ કે એ અસાધ્ય છે. બ્રહ્મચર્ય તો પરમ ધન છે અને પરમ ધનની પ્રાપ્તિ માટે પરમ પુરુષાર્થની જરૂરિયાત હોય તો એમાં શું આશ્ચર્ય છે ?”

ઈશ્વરપરાયણતા અને આસ્તિક ભાવ

અંતમાં સૌથી મોટો ઉપાય છે-ઈશ્વરપરાયણતા અને ઈશ્વરની કૃપા પર અટલ વિશ્વાસ રાખવો. જો આપણે મનથી ઈશ્વરનું ચિંતન કરીએ, વાણીથી તેની ચર્ચા કરીએ, શારીરિક કર્મોમાં પણ ઈશ્વરસેવાનો ભાવ રાખીએ તો બ્રહ્મચર્યપાલન ઘણું જ સરળ બની જશે. એ સ્થિતિમાં કામવિકારની વાત વિચારવાની અને તેની ચર્ચા કરવાની તક જ નહિ મળે. મહાત્મા ગાંધી પણ અંતે આ જ તારણ પર પહોંચ્યા હતા. તેમણે લખ્યું છે કે, “જ્યારે હું આફ્રિકાથી પાછો ફરીને ભારતમાં આવ્યો ત્યારે મેં જોયું કે બ્રહ્મચર્ય ફક્ત પ્રયત્નસાધ્ય નથી. અત્યાર સુધી હું કહેતો હતો કે ફળાહારથી બ્રહ્મચર્યનું પૂર્ણતઃ પાલન થઈ જશે ત્યાં સુધી વસ્તુતઃ હું એક પ્રકારના વિદેશી ભાવમાં હતો. ભારત આવીને મને અનુભવ થયો કે સાચા આત્માર્થી બ્રહ્મચારીઓનું અંતિમ સાધન તો રામનામ અને રામકૃપા જ છે.”

ભોજન શુદ્ધ અને સાત્ત્વિક રાખો

શરીરના નિર્માણ અને વિકાસનો મુખ્ય આધાર આપણો આહાર હોય છે. શરીર જ નહિ, મન પર પણ તેનો ઘણો જ પ્રભાવ પડે છે. અશુદ્ધ રીતે અથવા અનીતિ દ્વારા મેળવેલ આહારને ખાઈને કોઈ મનુષ્ય સંયમી રહી શકે એ શક્ય નથી. જે લોકો વધારે મસાલેદાર, સ્વાદિષ્ટ અથવા ભારે ભોજન કરે છે તેઓ લગભગ કબજિયાતના ભોગ થઈ જાય છે. કબજિયાત થઈ જવાથી મળને બહાર કાઢવામાં વધારે જોર લગાડવું પડે છે. એકધારું આમ કરતા રહેવાથી તેનો કુપ્રભાવ જનનેન્દ્રિય અને વીર્યવાહિની નસો પર પણ પડે છે અને મૂત્રની સાથે વીર્ય નીકળવાનું શરૂ થાય છે. આ પ્રમાણે વીર્યનાશ થવો તંદુરસ્તીને માટે ખૂબ નુકસાનકારક હોય છે.

નશાઓથી દૂર રહીએ. બધા પ્રકારનો નશો પણ વીર્યરક્ષાનો મહાન શત્રુ છે. દારૂ, તાડી, અફીણ, ભાંગ વગેરે બધા માદક પદાર્થો મનુષ્યના મનને ઉત્તેજિત કરે છે અને તેને દુરાચારની તરફ પ્રેરિત કરે છે. સૌથી ખરાબ છતાં સામાન્ય મનાતું ધૂમ્રપાન જ વીર્યને એવું પાતળું અને નિર્બળ કરી નાંખે છે કે કેટલાંક વર્ષો સુધી એનાથી ટેવાવાથી સંયમ અને વીર્યરક્ષાનો ઉદ્દેશ્ય અશક્ય બની જાય છે. તમાકુમાં એક પ્રકારનું ઘાતક 'નિકોટિન' હોય છે, જેને શુદ્ધ સ્વરૂપમાં કોઈ નવી વ્યક્તિને આપવામાં આવે, તો તે એ જ સમયે મરી શકે છે. જો કે ધીરે ધીરે આદત પાડી દેવાથી તેનો ખરાબ પ્રભાવ તરત જ દેખાતો નથી, પરંતુ તે તંદુરસ્તીને નિરંતર નુકસાન પહોંચાડતું જ રહે છે અને એક દિવસ તે મનુષ્યને નિર્બળ અને નિસ્તેજ જ

નહિ, પરંતુ જાતજાતના ભયંકર રોગ, જેવા કે કેન્સર, ટી.બી. વગેરે ઉત્પન્ન કરીને તેની જીવનલીલાને અકાળે ખલાસ કરી નાખે છે.

આળસ, પ્રમાદ, શૃંગારપ્રિયતા, બનાવટી જીવન, દુરાચારી લોકોની સંગતિ અને તેમની કામુક્તા તથા વાસનાપૂર્ણ વાતોમાં રસ લેવો, અનિયમિત દિનચર્યા વગેરે અન્ય અનેક વાતો પણ વીર્યરક્ષાની દૃષ્ટિથી આપત્તિજનક છે. તેના કારણે મનુષ્યના મનને ગેરમાર્ગે જવાની તક મળી જાય છે અને તે ક્રમશઃ દૂષિત જીવનને અપનાવી લે છે. આ જ કારણે પ્રાચીન ધર્મશાસ્ત્રકારોએ બ્રહ્મચર્યાશ્રમ માટે એવા કઠોર નિયમો બનાવ્યા છે કે તેઓ સ્ત્રીઓના સંપર્કથી દૂર રહે. એટલું જ નહિ, પરંતુ કોઈ સ્ત્રી પ્રત્યેનો ખરાબ વિચાર પણ મનમાં ન લાવે. એમાં શંકા નથી કે જે માણસ તંદુરસ્ત, સદાચારી, પવિત્ર અને સુખી જીવન જીવીને આ માનવજન્મને સાર્થક કરવા માગે છે તેણે પોતાના આચારવિચાર એવા શુદ્ધ અને સાત્ત્વિક રાખવા જોઈએ કે અયોગ્ય રીતે વીર્યનાશ જેવા પ્રસંગ તેની સામે કોઈ દિવસ આવે જ નહિ. એવી જ વ્યક્તિ પોતાની તથા પોતાના દેશ અને સમાજની પ્રગતિ કરી શકે છે અને કોઈ ઉચ્ચ લક્ષ્યને પૂરું કરીને લોક અને પરલોકમાં સદ્ગતિની અધિકારી બની શકે છે.

