

## જીવનનું પ્રશ્નપત્ર

આજના ભણતર પ્રમાણે જો જીવનના પ્રશ્ન પત્રની વાત કરવામાં આવે તો દરેકનો વિષય અને પ્રશ્નપત્ર એક જ સરખું છે. પરંતુ તમે વિચાર કર્યો છે કે તે પ્રશ્નપત્રના ઉત્તર અલગ-અલગ છે. શા માટે એક જ સરખું પાઠ્યપુસ્તક અને તેમાં રહેલી બધી જ માહિતી સરખી હોવા છતાં દરેક વિદ્યાર્થીના ઉત્તર અને સમજણ અલગ પડે. કોઈ પોપટની જેમ ગોખણપટ્ટી કરીને ઉત્તર આપે, તો કોઈ માત્ર સમજણ કેળવીને તો કોઈ માત્ર તેના અનુભવના આધારે અને પરિણામ પણ તે પ્રમાણે જ મળતા જીવનના એક અનુભવમાં વધારો થાય. સાડું પરિણામ એટલે સફળતા અને આનંદ અને ઓછું પરિણામ એટલે સ્વ ઉપરનો પ્રશ્નાર્થ ચિત્ત. બસ, આવું જ કંઈક દરેક માતા-પિતા તેમના વડીલોમાંથી શીખ્યા અને તે જ અનુભવોનો આધારસ્તંભ બનાવીને દરેક બાળકો ઉપર અપનાવતા ગયા. પરંતુ ખરાં જીવનનું પ્રશ્નપત્ર દરેક વ્યક્તિ-વ્યક્તિએ અલગ-અલગ નીકળ્યું. પરંતુ સફળતાના માપદંડો તો જાણે એક સરખાં જ નક્કી થયાં. મોટા થાઓ, ભણો, લગ્ન કરો, કુટુંબ બનાવો, પૈસા કમાવો અને એક દિવસ મૃત્યુને સ્વીકારો. પરંતુ શું આ જ માત્ર જીવનનો ધ્યેય છે? જીવનનો ધ્યેય માત્ર બિલ ભરવાનો, ઇએમઆઇ ભરવાનો જ છે? કે તેનાથી વિશેષ પણ કંઈક છે. તો ચાલો આજે આપણે તે ધ્યેયને શોધવાનો પ્રયત્ન કરીએ.

સૌથી મહત્વની વાત પોતાને સમજવાની અને પોતાના અનુભવમાંથી શીખવાની છે. ઘણાં ખરાં જૈન મુનિઓ, સાધુ-સંતો, સંન્યાસીઓ બની ગયા. તેને જોતાં સામાન્ય માનવીને પ્રેરણા થાય કે કેટલું સાડું સંન્યાસી બનવું? તેમની મીઠી વાણી તો આનંદ અને ઘેલછાની લાગણીઓ ઉત્પન્ન કરે પરંતુ તે વાણીની પાછળનું કારણ તેમની અથાગ મેહનત અને તેમની તપશ્ચર્યા. તે અનુભવ વિના શક્ય બને? બસ આ જ રીતે ખૂબ જ પૈસા કામચેલા ધનવાનો અને ઉદ્યોગપતિઓનું અનુકરણ અથવા તો અનુસરણ લોભ ઉત્પન્ન કરે પરંતુ તેમના અનુભવ કેવા રહ્યા તે અનુભવ કર્યા વગર શક્ય નથી બનતું. તો જીવનના અનુભવો આપના વિચારો અને આપની નિર્ણાયક ક્ષમતા ઉપર નિર્ભર રહેલા છે. જેમ કે શાળામાં ધોરણ દસમાં બાદ કયો વિષય પસંદ કરવો અને જીવનને ક્યાં વળાંક આપવો તે નક્કી કરવામાં આવે છે. પરંતુ શું માત્ર આ વળાંક અંતિમ વળાંક સાબિત થાય છે? ડર માનવીનો શત્રુ છે અને તેમાં વધારો થાય જ્યારે બીજા આપના માટે શું વિચારે છે? પરંતુ ક્યારેય વિચાર્યું છે કે આપ આપના માટે શું વિચાર ધરાવો છો? તો ચાલો આજે વાત કરીએ આપણાં અનુભવો અને આપણાં આનંદ વિષેની.

### તમે તમારાં સારથિ બનો.

સમજો જીવન એક ગાડી છે અને આપ તેના સંચાલક છો. તમારાં જીવનની રાહ પણ આપ સારથિ બનીને નક્કી કરો અને તમારાં જીવનને ધ્યેય સુધી પહોંચાડો. મહત્વની વાત એ છે કે ધ્યેય નક્કી કરતી વખતે જરૂરી છે કે આપ કોનાથી પ્રભાવિત છો? લગભગ દુનિયામાં ટપ ટકા લોકો પોતાના જીવનને બીજાના પ્રભાવથી જ જીવતા હોય છે. કારણ તેમની ઉપરછલ્લી જોવાની નજર.

મહાભારતમાં પણ લોભથી દુર્યોધને યુધિષ્ઠિર મહારાજની જેમ રાજપાટ સાંભળવાની ઈચ્છા થઈ. પરંતુ તેની પાછળની સત્યતા, સદરૂણતા અને શિસ્તતાથી જીવન ચલાવવાની હિમંત ના કરી. બસ પરિણામ મહાભારત. આવું જ કઈક મહાભારત આપણી રોજીંદી દિનચર્યા અને વિચારોમાં ચાલ્યા કરે છે. તો હવે શું કરવું? તો કોઈ પણ વ્યક્તિને અનુસરતા પહેલાં તેમણે અનુસરેલ નિયમો, વિચારો, શિષ્ટતા એ દિનચર્યાની નોંધ બનાવો. સફળતા મેળવવા અનુકરણ ન કરો. પરંતુ વિચારો તમારાં દરેક પગલાં અને નિર્ણયો વિષે. પોતાના જ ગુરુ અને અનુયાયી બનો અને પોતાના જ જીવનને દોરો.

### આપનું શરીર ડુંગળી સમાન છે.

ક્યારેય ડુંગળીને છોલી છે? કેટલીયે વખત. પરંતુ ધ્યાન કર્યું છે કે તેની જેમ જેમ છોલતા જાવ છો તેમ તેમ બીજી નવી છોલ આવે છે. અને અંતે તેમાં કઈ જ નથી રહેતું. આપણું જીવન પણ કઈક આવું જ છે. જો તમારાં શરીરની અંદર ધ્યાન કરશો તો માત્ર મળ, મૂત્ર, બગાડ જ છે. અને જીવનનું ધ્યાન કરશો તો મારું નામ, મારું કામ, મારાં પૈસા, મારી પત્ની અને શું કઈક પરતો થી આપણે ઢંકાયેલા પોતાની આત્માને જોઈ નથી શકતા. તો સાચા આનંદ માટે ઉપરી દુનિયાથી પરે પોતાની અંદર જોવાનો પ્રયત્ન જ તમારી આવડત, કુશળતાની સાચી ઓળખ આપશે. પરંતુ જેમ જેમ બહારની પરત ચડતી જશે તેમ વધુ ને વધુ ગૂંચવતા જશે. જ્યાં ગૂંચવણ ત્યાં જ શંકા, અને તેનો અર્થ કોઈ પણ નિર્ણય ઉપર આવતાં પહેલાં લેવામાં આવતી સલાહ. બીજાને પૂછવાનો અર્થ એ છે કે તમે પોતે તટસ્થ નથી. ક્યાંક મન કાયું છે અને એટલે જ બીજાને પૂછીને લેવાનો નિર્ણય એટલે પોતાને આપવામાં આવતી સાંત્વના. જો પરિણામ ખરાબ તો દોષનો ટોપલો તો બીજાને માથે ઢોળી શકાય. અને અંતે તો ક્યાં નસીબ નથી? પોતાને ડુંગળીની જેમ છોલીને જોશો તો બધું જ બહારની દુનિયામાંથી લીધેલું છે. પોતાનું સ્વ કઈ જ નથી. અને તેથી જ આનંદ સ્વ માંથી નથી આવતો અને જેના ફાં-ફાં બહાર મારવા પડે છે.

### તો ક્યાં શોધશો ધ્યેય, જીવન અને આનંદ?

આ પ્રશ્નનો ઉકેલ માત્ર સૌની અંદર સમયેલો છે. મોટેભાગે આપણાં આનંદની યાવી બીજાના હાથમાં હોય છે. જેમ કે ખૂબ પૈસા કમાયા તો પૈસાના હાથમાં યાવી, ખૂબ નામ કમાયા તો તેના હાથમાં યાવી, પ્રેમીની પ્રેમિકાના અને પતિની પત્નીના એમ અરસપરસ યાવી અપાયેલી જ છે. અને જેનું વર્યસ્વ વધારે તેનો આનંદ વધુ. તો પોતાના આનંદની યાવી સ્વંયમાં જ છે. પોતાની અનુભૂતિ અને અંદરનો અવાજ એટલે વિચારોની શૂન્યતા અને ચિત્તની શૂન્યવસ્થા. પરંતુ આ પ્રાપ્ત કરવું સામાન્ય જગતમાં રહીને અઘરું થઈ પડે. અને માટે જ જ્યારે પણ ધ્યેયથી ભટકી જઈએ ત્યારે પોતાને રિમાઇન્ડર આપવાની જરૂર પડે છે. યાદ કરાવવાની જરૂર છે કે આપ કોણ છો? તમારો ધ્યેય શું છે અને તમે શેના માટે આ જગતમાં આવ્યા છો?

૧. ચિત્તનું ધ્યાન.

૨. જ્યાં ચિત્ત ત્યાં જ ઉર્જા
૩. સ્વીકાર, પ્રમાણિકતા અને બદલાવ
૪. તમારો અનુભવ તમારો ગુરુ
૫. સાક્ષી બનો અને ક્ષમભાવ રાખો.
૬. યુદ્ધ એ સંઘર્ષ નથી નવું જીવન છે.
૭. પોતાના નિર્ગુણોથી લડો.
૮. સ્વથી સાથેની વાત જ સાચી વાત.

વૃતાંતમાં દર્શાવેલી ઘણી માહિતીને જીવનમાં વ્યવહારુ કેમ બનાવી તેના ઘણી તકનિકો છે. અને જો દિનચર્યામાં આ જ તકનિકોને અનુકરણ કરવામાં આવે તો તમે જાતે જ તમારાં આનંદને પામી શકો છો. પ્રશ્નપત્રનો ઉત્તર માત્ર પાસ કે નાપાસ થવા માટે નથી પરંતુ આપ આ જીવનમાં શું શીખ્યા અને કયા અનુભવોથી તમે ઘડાયા તે મહત્વનું છે.

ઘડામણથી ટીપાય અગ્નિમાં, સો સો ઘા વાગે ત્યારે ઘડાય એ સોનું, સોનું ત્યારે જ કહેવાય.

હે માનવી! તું શું માનવી કહેવાય જો તું જીવનનું ઘડતર ના કરે,

લોખંડને એક ઘા ને સોનાને સો ઘા, કિંમત માત્ર ઘડામણની જ બજારમાં અંકાય.

જો તું ના ઘડાય તો તારી શું કિંમત અંકાય?

નમસ્તે.