

## સ્વીકાર – અસ્વીકાર

એક સિક્કાની બે બાજુ એમ જ સ્વીકાર અને અસ્વીકાર આત્માની કે ચિત્તની સ્વતંત્રતા. થોડાં સમય પહેલાં મારી મુલાકાત એક સજ્જન મહાપુરુષ સાથે થઈ. તેઓ પણ લેખન કાર્યમાં ઘણા પ્રચલિત અને ઘણાં સારાં કાર્યોથી તેમનું જીવન સુગંધિત હતું. પરંતુ મનમાં હંમેશા વસવસો કહે અથવા તો પોતાનો અહંકાર તેમના ચિત્તને ગુલામ બનાવતું. ખૂબ જ સામાન્ય લાગે તેવી વાત એમણે જણાવી. આજકાલ તમારાં જેવા યુથને અમારાં જેવા બુદ્ધિજીવીઓની વાત સાંભળવી અને સ્વીકારવી નથી ગમતી. અને તેથી જ ઓછું બોલવું તેમાં હું શાણપણ સમજું છું. થોડાં સમય માટે તો હું અવાચક જ બની ગઈ. કેવી વાત કરી? આ તે કેવો મેળાપ વિચારશીલ પરંતુ વાદની સાથે જકડાયેલું ચિત્ત. મારો પણ મત એમને દુઃખ પોંહ્યાડવાનો ન હતો. કારણ દરેક ચિત્ત સ્વતંત્ર હોવું ખૂબ જ જરૂરી છે અને માટે જ મે તેમની સાથે સ્વીકારની વાત કરી. જે આજે આપ સૌની સાથે હું કરવા જઈ રહી છું.

માનવી તરીકેની આપણી વિડંબના જુઓ. સુખ સ્વીકાર છે પરંતુ દુઃખથી વિમુખ છીએ. સફળતા સ્વીકાર્ય છે પરંતુ મહેનત, સત્યતા અને સદૃણતા અસ્વીકાર્ય છે. તેથી જ માનવી તેના જીવનમાં સુખ અને આનંદ બહાર શોધવાની કોશિશ કરે છે. “સ્વીકાર” નો સ્વીકાર કેમ કરવો જરૂરી છે તે આજે આપણે વિસ્તારથી જાણવાની કોશિશ જ આપણું આનંદ અને સમજણ તરફનું પહેલું પગલું. બે પ્રેમીઓ પહેલી નજરથી જ એકમેકના પ્રેમમાં ગળાડૂબ ડૂબી જાય પરંતુ સમય જતાં જ તેમનો પ્રેમ બાષ્પીભવન થઈ જાય. માતા-પિતાનો બાળક પ્રત્યેનો બાળપણનો પ્રેમ મોટા થઈને પૂર્વગ્રહથી બંધાઈ જાય કારણ કે પોતાના જ એ કુમળા છોડનું મૂળ અસ્વતંત્ર ચિત્તનું ગુલામ બને. અને પ્રેમનો સ્વીકાર ત્યારે જ થાય જ્યારે સામા પક્ષની વ્યક્તિ અથવા તો સંજોગો પોતાના તરફેણમાં હોય. અને તેથી જ પ્રેમ ત્યારે થાય જ્યારે પોતાની ઈચ્છા પ્રમાણે ના અનુભવો અને પરિણામો પ્રાપ્ત બને. અને માટે જ મોટાભાગના સમયમાં અસ્વીકાર જ શત્રુની જેમ મહાભારત કરતો જણાય. તો સ્વીકાર કરતાં કેવી રીતે શીખવું?

- સ્વીકાર એટલે વિચારશીલતા.

માનવી પોતાના કોઈપણ સંજોગોમાં અથવા તો દરેક પળમાં ખુશ રહી શકે છે. પોતાની મિત્રતા સિવાયની બીજી કોઈપણ મિત્રતા મોટી નથી. પરંતુ આપણે મિત્રતાને શત્રુતામાં ફેરવવાની કળા નાનપણથી જ શીખ્યા છીએ અને માટે જ અભિમાન અને આડંબર જીવનનો મહત્વનો પાયો બનતો ગયો. સ્વીકાર તમને વિચારશીલ બનાવે છે. કારણ કે તમે પ્રતિકાર નથી કરતાં પરંતુ તમે પરિસ્થિતિનું મૂલ્યાંકન કરો છો. અને ઘણાં ખરાં સમયે તમે મૂલ્યાંકનમાં જ તમારો ઉકેલ મેળવી લો છો. પરંતુ જ્યારે પણ અસ્વીકાર કરો છો ત્યારે તમે મળતી બધી જ માહિતીને સાંભળવાની, જાણવાની અને વિશ્લેષણ કરવા જેવી મહત્વની ક્રિયાઓમાંથી સીધા જ તારણ ઉપર આવી જતાં તમારો તર્ક ખોટો સાબિત થાય છે. ઉદાહરણ સ્વરૂપે જણાવું તો જીવનમાં જ્યારે પણ કઈપણ ખરાબ

અથવા અણગમતું બને છે તો સીધા જ તારણ ઉપર આવી જઈએ છીએ કે આ વ્યક્તિ અથવા તો સંજોગોના કારણે આ પરિસ્થિતિ ઉપસ્થિત થઈ પરંતુ તમારો ભાવ હંમેશા સાક્ષી સ્વરૂપે નહીં રહેતાં કર્તા સ્વરૂપ બની જાય છે. અને પછી પ્રતિકાર સ્વરૂપે પ્રગટ થાય છે. પરંતુ જ્યારે કોઈપણ વ્યક્તિ પરિસ્થિતિ અથવા સંજોગોને જે સ્વરૂપમાં છે તે સ્વરૂપમાં સ્વીકાર કરશો તો તેનો બદલાવ જ તમારાં સ્વીકાર સાથે શરૂ થશે. જેમ મે આગળ જણાવ્યું તે પ્રમાણે બંને પ્રેમીઓનો પ્રેમ બાધીભવન થાય છે જ્યારે બંને એકમેકની વાતને સ્વીકારતા નથી. અને જ્યાં સ્વીકાર નથી ત્યાં પ્રતિકાર છે. મારો કહેવાનો ભાવાર્થ એ પણ નથી કે કોઈપણ વ્યક્તિ અથવા દરેક પરિસ્થિતિને સ્વીકારવી. પરંતુ સ્વીકાર એટલે તમારો વિચાર. કોઈપણ નિર્ણયના રસ્તા હંમેશા બે બાજુના હોય છે ડાબો અથવા જમણો. પરંતુ તમે કયા રસ્તા ઉપર ચાલવાનું પસંદ કરો છો તે તમારા વિચાર દ્વારા શક્ય બને છે. અને માટે જ સ્વીકાર માનવીને વિચારશીલ બનાવે છે.

- સ્વીકાર- બદલાવનું પેહલું પગથિયું.

આપણાં સમાજમાં કોઈપણ ક્રાંતિનો જન્મ પહેલાં સ્વીકારથી જ આવ્યો છે. કોઈપણ ધર્મની જો વાત કરવામાં આવે તો તે સ્વીકારથી જ શક્ય બને છે. કોઈપણ નિયમોને અનુસરવાની વાત એટલે જ સ્વીકાર. પરંતુ જ્યાં સ્વીકાર નથી ત્યાં જબરદસ્તી છે, જ્યાં સ્વીકાર નથી ત્યાં વ્યક્તિ ગુલામ બને છે અને જ્યાં સ્વીકાર છે ત્યાં ઘડવૈયો. કોઈપણ સાનુકૂળ પરિસ્થિતિમાં માત્ર સ્વીકારથી જ માનવી જંગ જીતી શકે. સ્વાર્થને છોડીને જો સ્વીકાર કરવામાં આવે તો વિચારશીલ સ્વતંત્ર ચિત્ત સ્વના મધ્યમની સાથે બીજાનો પણ વિકાસ કરી શકે. પોતાની અંદર રહેલી ઉર્જાને એક ગુલામ વ્યસનની ગુલામીથી વેડફી નાંખે છે જ્યારે એક ઘડવૈયો પોતાને ઘડીને બીજાને તૈયાર કરી શકે છે. તો સ્વાર્થને ઓગાળીને અને પોતાના અહંકારને બાજુમાં રાખવામાં આવે તો જ સ્વીકાર શક્ય બને છે. અને જ્યાં અભિમાનનું દહન થાય છે ત્યાં જ સ્વતંત્ર ચિત્તની યાત્રા શરૂ થાય છે.

- સ્વીકાર પછી જ પ્રતિકાર:

પ્રતિકાર બે પ્રકારના હોય છે. એક જેમાં અહંકારને ઓગાળીને પોતાને વિકસાવવી અને બીજું પરિસ્થિતિનો સામનો નહીં કરવાની. સમય, સંજોગોનો અસ્વીકાર એ પ્રતિકાર નથી. પરંતુ પોતાની ઉર્જાને અશક્ત કરવાનો પ્રયાસ એટલે અસ્વીકાર. જ્યારે પણ કોઈપણ પરિસ્થિતિનો સામનો નથી કરતાં એટલે મનોમન આપ તેનો અસ્વીકાર કરી રહ્યા છે. જ્યારે અસ્વીકાર હોય ત્યારે નકારત્મકતા, ક્રોધ અને આવેગનો ભાવ ઉત્તપન્ન થાય. પરંતુ જો પોતાના અભિમાનને બાજુમાં મૂકીને વિશ્લેષણ માત્રથી જ સ્વીકાર તરફ જાઈ શકાય. મહાભારતમાં ધૃતરાષ્ટ્ર આખું જીવન કૌરવવંશના શાસક રહ્યા. પરંતુ પોતાનું એક અંગ નહીં હોવાનો અસ્વીકાર જ તેમના માટે વિષ સમાન સાબિત થયું. સત્તામાં હોવા છતાં પોતાની અસુરક્ષાનો ભાવ જ તેમના દરેક પુત્રના વધ માટે જવાબદાર બન્યો. અને હંમેશા પરિસ્થિતિને કોસતા પોતાના અહંકારને જ માત્ર પોતાની

અપંગતાના નામે સહાનુભૂતિ મેળવતા રાજા હોવાં છતાંય રંકની પરિસ્થિતિમાં જ જીવ્યા. બસ આ જ પ્રકારનો અનુભવ લગભગ દરેક વ્યક્તિ અસ્વીકારની પરિસ્થિતિમાં કરતો જણાય છે. પરંતુ કેટલાં પણ નિર્બળ હોવ અથવા અસાધ્ય હોવ જો આપ પરિસ્થિતિને સ્વીકાર કરશો તો જ તમારી સકારાત્મકતા તમારી અવસ્થાને બદલી શકશે.

નમસ્તે.