

## હું જ કેમ? – અહંકારની અભિમાન તરફની યાત્રા

આપણાં સભ્ય સમાજનો ખૂબ જ મોટો વર્ગ સૌથી મોટો વ્યથા સાથે પીડાઈ રહ્યો છે. ભોગ બનેલો વ્યક્તિ હોય અથવા રોજિંદા જીવનમાં પડતી હાડમારી હોય એટલે પ્રશ્ન આવે શા માટે હું જ? જો ઓછી મહેનતથી બીજાને કેટલું મળે છે? અને હું ઘણું સંઘર્ષ કર્યા બાદ પણ ત્યાં તો ત્યાં. શા માટે મારું જ નસીબ આવું? શા માટે હું જ ભોગ બન્યો? સતત પોતાને પુછવામાં આવતા અને ત્રણ વખત દિવસમાં લેવામાં આવતી દવાની માત્રાની જેમ આપણાં મન-મગજને હલાવી દે છે. આ પ્રશ્ન મનોબળ હલાવી નાંખે અને તેમ છતાંય તે વિચારના અંત સુધી નથી પહોંચાતું.

થોડાં સમય પહેલાંની જ વાત છે. “મી ટૂ” નામની એપ્લિકેશન દ્વારા ઘણાં બધા પ્રસિદ્ધ કલાકારોએ પોતાની આપવીતી ખુલ્લી મૂકી હતી. જેને તેઓ ક્યારે પણ વ્યક્ત ન હતા કરી શક્યા. પરંતુ જેમ નવું નવું નવ દિવસ હોય તેમ મનોરંજન પૂરું થતાં તે કોઈક અભરાઈએ ચડી ગયું. પરંતુ માત્ર કોઈકની આપવીતી આપણો સંતોષ નથી તેમ જ કોઈકની સફળતા આપની કેવી રીતે બની શકે? હા, કોઈકના અનુભવ ચોક્કસપણે આપના પાઠ્યપુસ્તક બની શકે છે. પરંતુ જીવન નહીં. તો “હું જ કેમ?” નામનાં પ્રશ્નનું ચિંતન જડમૂળથી કરીએ.

દરેક માનવીની પોતાની એક વિશેષતા છે, તે વિશેષતા એટલે ભગવાન દ્વારા આપવામાં આવેલી આવડત (આશીર્વાદ). પરંતુ અત્યારે આપણે સૌ સ્ફૂલો, કોલેજો અને યુનિવર્સિટીમાં એક જ પાઠ્યપુસ્તક અને એક જ પ્રકારની પરીક્ષા આપતાં ભૂલી જઈએ છીએ કે દરેક વ્યક્તિનું જીવનનું પ્રશ્નપત્ર અલગ છે. અને તે પ્રશ્નપત્રો જવાબ પણ અલગ છે અને પરિણામ પણ. પરંતુ જ્યારે કોઈપણ હાડમારી આવે છે તો “હું જ કેમ?” પોતાની સ્વ સાથેની વાર્તાલાપમાં નબળો પાંગળો બનવી ડે છે. પરંતુ જો આ જ પ્રશ્નને સાક્ષીભાવ રીતે પૂછવામાં આવે તો જવાબ એટલે તમારી તાકાત. રડવું – કકળવું અને કોસવું ખૂબ જ સરળ છે પરંતુ યોદ્ધા તરીકે લડવું અઘરું છે. પોતાના આંસુઓને છુપાવવા અઘરા છે પરંતુ તે જ આસુંની તલવાર સાથે લડવું અસામાન્ય છે. સતત સતાવતાં આ જ વાર્તાલાપને બ્રેક મારો અને રિવાઈન્ડ કરીને તે પળને નિહાળો અને ફરી પાછો અનુભવ કરો. શું તે પળોમાં અને અનુભવમાં માત્ર નકારત્મકતા જ છે? શું તમને તે અનુભવ મજબૂત અને ખડતલ નથી બનવી ગયું? શું તે પળોમાં સ્વને પામવાની કોઈ ચાવી છે? જેનાથી અહંકારનું તાળું ખોલીને અભિમાન મેળવી શકાય? અને જો તમારી અંતરમાંથી એક પણ ઉત્તર મળે છે તો તમે નિર્બળ વિચારથી સશક્ત વિચાર તરફ પ્રયાણ કરો છો. અને આ જ યાત્રા એટલે હું થી સ્વ સુધીની.

૧) શા માટે રડો છો?

ભોગ બનેલો વ્યક્તિ હંમેશા રડતો રડે છે. અને બીજાની તરફથી મળતી સહનુભૂતિ એટલે તેના અહંકારને પોષવાનો સહેલો રસ્તો. પરંતુ રડો છો શા માટે? શું તમને સહાનુભૂતિ મજબૂત બનાવશે? જો તમારો જવાબ ના છે તો સ્વસ્થ બનો. બનેલી કોઈપણ ઘટના, બનાવ અથવા તે પળની મુશ્કેલીને

નાના રાઈના દાણા જેવી બનાવો અને તેની સાથ ઊભી થયેલી તકને હિમાલય સમાન જુઓ અને અનુભવો. રડવા કરતાં હસતાં મોઢે પોતાને નસીબદાર મનો આ જ માર્ગ તમને કંઈક બનાવમાં મદદરૂપ બનશે.

૨) મૃત્યુની આમંત્રણ એટલે ફરિયાદો.

જીવનમાં બીજનથી અથવા બીજા પ્રત્યેની કેટલી ફરિયાદો છે? પરંતુ શું તેની સામે મળેલા આશીર્વાદ અને સુવિધાઓ જીવન નથી. મોંઘા દાટ જોડા છે તેની ફરિયાદ છે પરંતુ તે પહેરવા માટે પગ છે તેનો ઉપકાર નથી. તો જીવતા જીવ મૃત્યુને આમંત્રણ આપવા જેવા આપણે માત્ર આપની ચિતા પર સળગવાની જ રાહ છે પરંતુ મરી ક્યારનાય ગયા છીએ.

૩) બધા જ નસીબદાર નથી.

જો તમે યતનાઓના અને દુઃખનાં ભોગ બન્યા છો તો તમારાં જીવનનો કોઈક હેતુ છે. જેને તમે શોધી નથી રહ્યા. અને તમને તે જ હેતુ યાદ કરવવાનો પ્રયાસ કરે એટલે તમારું દુઃખ. તમારી વિશેષ આવડત જ તમારું જીવન બદલી શકે છે. જેમ આગળ જણાવ્યું દરેક જીવનના પ્રશ્નપત્રો અલગ છે તો શા માટે તે પરીક્ષા આપો છો જે તમારો વિષે જ નથી. ચિંતન, મનન, વિચાર અને આચારથી તમારી વિશેષતાને કેળવો તે જ તમારાં હેતુને સાધશે. તમે નસીબદાર છો કે તમે દુઃખ અનુભવ્યું અને સ્વને પામી શક્યા. પરંતુ તમારી જેમ કેટલા નસીબદાર?

૪) આરામદાયક પરંતુ અસંતોષી જીવન.

ઘણાંય પૈસા,નામ અને પ્રોપર્ટીને કમાયા. ઘણીય વાહ-વાહ મળી પરંતુ જીવનમાં તો અસંતોષ જ રહ્યો. કારણ આ ભોગવિલાસ્થિ એટલો અહંકારને પોષ્યો કે હવે નિર્બળ બનીને તેને ગુમાવવાનો સાર જ માત્ર અસંતોષભર્યું કર્મ કરવા તરફ ખેંચી ગયું. પરંતુ થોડુંક સામાન્ય જીવન અને ઓછી ભૌતિકતા સાથેનું આત્મસંતોષનું જીવન એટલે સફળતા. બીજા પ્રત્યેનો સંવેદનશીલ વિચાર-વ્યવહાર એટલે પોતાના અને પોતાનાઓ માટે ન જીવીને સમાજ-દુનિયા માટેનું જીવન. થોડીક તકલીફો વેઠીને પણ બીજાને સશક્ત કરવું એ જ ભોગવિલાસ અને ભૌતિકતા. આ જ જીવનનો સાચો આનંદ કે જેનું કોઈ વિરોધાભાસી ભાવ નથી. આ પ્રકારના ભાવનું હૃદયમાં સ્થાન એટલે સ્વાભિમાન.

બકરીની જેમ બે-બે કરતો હું-હું કરતો માનવી,

તું શું જાણે “હું જ કેમ?”ને,

અહંકારના એ ધૃતરાષ્ટ્રને હરાવ સંજય બનીને,

ચક્ષુથી તો બન્યો આંધળો પણ મગજથી ન બન,

તારો કાનો ત્યાં જ છે જ્યાં તું બનાવે વૃંદાવન,

તારો અહંકાર બનાવે તને પાંગળો તુ શું કરતો ફરિયાદ,  
જીવનની ઓળખ એટલે તારો નાથ ઉપરનો વિશ્વાસ,  
નથી જાણતો તુ ખુદને જાણવા નીકળ્યો જગત,  
પામ પહેલાં સ્વને પછી કર બધા ધતિંગ.